

1차, 2차 베이비붐 세대 여가스포츠 참여자의 건강관심도와 여가몰입 및 사회적 역할상실감의 구조적 관계

이정일¹ · 설수황²

¹연세대학교 강사 · ²연세대학교 연구교수

The Structural Relationship among Health Concern, Leisure Commitment and Social Role Loss for The First and Second Baby-Boom Generations Leisure Sport Participants

Lee, Jeong Il¹ · Seol, Su-Hwang²

^{1,2}Yonsei University

Abstract

The goal of this study was to investigate the relationship among health concern, leisure commitment and social role loss for the first and second baby boom generations leisure sport participants. To prevent the spread of COVID-19, a total of 265 data were collected online and offline. The collected data were analyzed using the SPSS 20.0 and AMOS 20.0 programs. Frequency analysis among methods of factor analysis, reliability analysis, validity test, correlation analysis and structural equation model analysis were performed. The results derived through the research are as follows. First, health concern had a positive effect on cognitive commitment & behavioral commitment. Second, health concern had a negative effect on social role loss. Third, cognitive commitment had a no effect on social role loss, but behavioral commitment had a positive effect on social role loss. Fourth, Behavioral commitment mediated the relationship between health concern and social role loss. This study is significant in finding out when leisure commitment decreases social role loss for the first and second baby-boom generations to participant in leisure sports.

Key words : first and second baby-boom generations, health concern, leisure commitment, social role loss

주요어 : 1차, 2차 베이비붐 세대, 건강관심도, 여가몰입, 사회적 역할상실감

Address reprint requests to : Seol, Su-Hwang

E-mail: seolsh4227@naver.com

Received: May, 09, 2021 Revised: June, 03, 2021 Accepted: June, 14, 2021

I. 서론

1. 연구의 필요성 및 목적

우리나라의 고령화 속도는 OECD 회원국 가운데 가장 빠르다. 고령화사회에서 고령사회로 들어서는 데 프랑스가 115년, 미국 73년, 독일 40년, 일본은 24년이 소요됐지만 우리나라는 17년 밖에 걸리지 않았으며, 2025년에는 초고령사회 진입이 전망되고 있다(한국경제, 2018). 이처럼 고령화가 빠르게 진행되는 이유에는 평균 수명 연장과 낮은 출산율 외에 베이비붐 세대의 고령화가 주요 원인으로 꼽힌다(헤럴드경제, 2020).

우리나라의 베이비붐 세대는 1955년에서 1963년까지의 출생자를 1차 베이비붐 세대로, 1968년에서 1974년까지의 출생자를 2차 베이비붐 세대로 일컬으며(윤경지, 임주영, 2011), 이들은 우리나라 인구의 약 34%를 차지하고 있는 거대한 인구집단이다(김지원, 강정구, 마강래, 2020). 이러한 베이비붐 세대가 기업 정년퇴직 연령 만 55세를 기준으로 2010년부터 노동현장에서 본격적으로 은퇴하기 시작하면서 2021년 기준 1차 베이비붐 세대 720만 명의 은퇴가 마무리 되고 있고, 2차 베이비붐 세대 606만 명 또한 은퇴가 한창 진행 중이다(시사저널, 2021). 이들의 은퇴가 사회적으로 문제가 되는 이유는 노후에 대한 준비가 되지 않은 상태에서 은퇴를 맞이하고 있다는 점과 더불어 최근 코로나19 팬데믹으로 인해 갑작스러운 은퇴를 맞이하고 있기 때문이다. 베이비붐 세대의 은퇴는 사회, 경제활동에서의 소외와 더불어 심리적, 경제적 위기를 불러일으켜 가정과 사회에 큰 부담으로 작용한다. 직업을 상실한 이들은 역할상실로 인해 대인관계 변화, 수입 감소 등으로 자아존중감이 저하되고 정신적, 신체적 질환으로까지 이어질 수 있다(김미원, 2011).

사회제도 속에서 역할을 상실하면서 느끼게 되는 심리적 요인을 사회적 역할상실감이라고 하는데(정미경, 이규미, 2009), 사회적 역할상실감은 직장에서의 은퇴로 인해 대인관계 상호작용과 사회적 활동이 감소하여 느끼게 되는 소외감과 공허함을 의미한다(박차은, 2013). 기존에 사회적 역할상실감은 가족구조와 부양의식의 변화 등으로 인해 주로 노년층에서 발생하는 소외현상이 주원인이었지만(김상대, 2009), 최근에는 빨라진 명예퇴직과 이혼을 증가 등으로 인해 중년층에서도 그 원인을 찾아볼 수 있다(최석환, 설수황, 2019). 이는 사회활동의 폭을 위축시키기 때문에 심리적 상태나 정신건강을 위협할 수 있고 우울증으로도 이어질 수 있다(Stravynski & Boyor, 2001; 김석일, 오현옥, 2014). 또한 상실감을 극복하지 못할 경우 심리적 부적응으로 축적되고 결국에는 삶의 질을 저하시키는 요인으로까지 작용한다(박차은, 2013; 윤훈, 이순철, 오주석, 2007).

사회적 역할상실감을 극복하기 위한 방안으로 여가스포츠 활동을 뽑을 수 있다. 이미 선행 연구에서 중노년 여가스포츠 참가자를 대상으로 사회적 역할상실감을 극복한 연구결과(김상대, 2009; 김석일, 박정은, 2016; 최석환, 설수황, 2019)가 제시되었고, 해외 선진복지국가에서는 오래전부터 성공적인 노화를 위한 국가정책으로 국민들이 노년층에 진입하기 전부터 여가스포츠에 참여할 수 있는 환경을 제공하고 있다(노은이, 김선자, 2009). 여가스포츠 활동은 정서적, 심리적 안정은 물론 신체적 건강과 대인관계 유지 및 형성에도 크게 기여함으로써 개인의 생활양식을 풍요롭게 하는데 큰 도움을 준다(이인환, 2008). 이러한 여가스포츠 활동에 지속적으로 참여하기 위해서는 건강에 대한 관심이 전제되어야 하기 때문에(김형진, 설수황, 정지해, 2017) 본 연구에서는 사회적 역할상실감을 극복하기 위한 선행변인으로 건강관심도를

선택했다.

건강관심도는 자신의 건강에 대한 관심의 정도를 말하며 여가활동에 지속적으로 참여할 수 있게 만드는 가장 중요한 동기로 작용한다(최석환, 김범준, 2013). 또한 건강관심도는 질병 치료 목적 이외에 일상생활과 사회생활에서 건강을 증진시키기 위한 방법을 모색하는 것으로 이어지고 있다(최석환, 설수황, 2019). Breslow와 Enstrom(1980)의 시계열 연구에 따르면 건강관심도는 건강행위를 결정하고, 결정된 건강행위가 건강상태를 결정짓는다. 즉 건강관심도는 자신의 건강상태와 삶의 질 수준을 유지하거나 개선하기 위해 하는 노력이라고 볼 수 있다(Newsom, McFarland, Kaplan, Huguet, & Zani, 2005). 선행연구를 살펴보면, 최석환, 설수황(2019)은 액티브 시니어 골프참여자의 건강관심도가 심리적 행복감에 정적인 영향을 미친다고 보고하였고, 정대조, 이민석, 이철원(2020)은 액티브 시니어 테니스 참여자의 건강관심도가 생활만족에 정적인 영향을 미친다고 보고하였다. 또한 설수황, 이광용(2021)은 베이비붐 세대 골프참여자의 건강관심도가 높을수록 가정생활만족도에 정적인 영향을 미친다고 보고하였다. 건강관심도와 사회적 역할상실감의 관계를 규명한 연구는 아직 진행되지 않았으나 건강관심도를 통해 행복감을 느끼고 생활에 만족하는 등 긍정적인 관점에 영향을 미친다는 연구결과들을 미루어보면 건강에 대한 관심을 통해 사회적 역할상실감과 같은 부정적 심리요인을 극복해낼 수 있을 것이라는 추론이 가능하다.

한편, 여가몰입은 개인이 내적동기로 인해 특정 활동에 참여하면서 해당 활동에 깊이 빠지는 상태를 의미하고 참여만족을 이끌어내는 중요한 상태를 말한다(Csikszentmihalyi, 1995). 일반적으로 여가몰입은 인지몰입과 행위몰입으로 구성되는데 인지몰입은 여가활동에 대한 심리적 기대로 여가활동 유형별 선호 정도와 욕구,

인식 등을 의미하고 행위몰입은 여가활동의 행동적 몰입으로 관련 정보를 얻으려고 하는 노력이나 상상적 행위에 관한 관심수준을 의미한다(김성수, 2009). 여가몰입은 주로 스포츠 현장에서 많이 나타나고 변인들 간의 관계를 논의하는 양적연구에서 매개 변인으로 많이 설정되고 있는데, 이는 여가 관련 변인들과의 관계뿐만 아니라 사회 심리적 변인과의 관계에서도 매우 유용한 요인으로 인식되고 있기 때문이다(이성철, 2000). 여가몰입이 매개변인으로 설정된 선행연구를 살펴보면, 손지영, 전선영(2016)의 여가스포츠에 참여하는 노인을 대상으로 한 연구에서 신체적자기개념과 심리적 복지감의 관계에서 여가몰입이 매개역할을 하는 것으로 나타났고, 이문숙, 권인선(2020)의 스포츠스태킹 프로그램에 참여하는 노인을 대상으로 한 연구에서 재미와 심리적 행복감의 관계에서 여가몰입이 매개역할을 하는 것으로 나타났다. 사회적 역할상실감을 중심으로 여가몰입의 매개효과를 검증한 연구는 아직 진행되지 않았으나, 사회적 역할을 상실하게 되면 우울이 증가한다는 점(김정우, 신용석, 2015)과 노인들이 여가에 몰입할수록 우울을 해소할 수 있다는 점(김규엽, 2019)을 미루어 볼 때 여가몰입은 건강관심도와 사회적 역할상실감의 관계에서 매개할 것이라고 유추해 볼 수 있다.

선행연구를 통한 변인 간의 관계를 살펴보면 다음과 같다. 건강관심도와 여가몰입의 관계는 설수황, 이광용(2021)의 연구에서 베이비붐 세대 골프참여자를 대상으로 건강관심도가 여가몰입에 정적인 영향을 미친다고 보고하였고, 건강관심도와 사회적 역할상실감의 관계는 선행연구가 이루어지지 않은 상태이기에 더욱 연구의 필요성이 제기된다. 여가몰입과 사회적 역할상실감의 관계 또한 선행연구가 거의 전무한 실정이나 여가활동에 몰입하기 위해서는 먼저 여가활동에 대한 참여가 전제되어야 하기 때문에

여가참여가 사회적 역할상실감에 긍정적인 영향을 미친다는 김상대(2009)의 연구가 본 연구의 인과관계와 맥을 같이하고 있다고 볼 수 있다. 따라서 본 연구는 1차, 2차 베이비붐 세대 여가스포츠 참여자의 건강관심도, 여가몰입, 사회적 역할상실감의 관계를 규명하여 건강하고 행복한 노후 설계를 위한 기초자료를 제공하는데 목적이 있다.

본 연구의 가설은 다음과 같다.

가설 1-1. 1차, 2차 베이비붐 세대 여가스포츠 참여자의 건강관심도는 여가몰입 하위요인 인지적 몰입에 정적인 영향을 미칠 것이다.

가설 1-2. 1차, 2차 베이비붐 세대 여가스포츠 참여자의 건강관심도는 여가몰입 하위요인 행위적 몰입에 정적인 영향을 미칠 것이다.

가설 2. 1차, 2차 베이비붐 세대 여가스포츠 참여자의 건강관심도는 사회적 역할상실감에 부적인 영향을 미칠 것이다.

가설 3-1. 1차, 2차 베이비붐 세대 여가스포츠 참여자의 여가몰입 하위요인 인지적 몰입은 사회적 역할상실감에 부적인 영향을 미칠 것이다.

가설 3-2. 1차, 2차 베이비붐 세대 여가스포츠 참여자의 여가몰입 하위요인 행위적 몰입은 사회적 역할상실감에 부적인 영향을 미칠 것이다.

가설 4. 1차, 2차 베이비붐 세대 여가스포츠 참여자의 여가몰입은 건강관심도와 사회적 역할상실감의 관계에서 매개할 것이다.

Sampling) 가운데 유의표본 추출법(Purposive Selection)을 사용하여 총 276부의 설문지를 회수하였다. 코로나 19 바이러스 확산으로 설문지 회수를 온라인과 대면으로 실시하였으며 설문지의 회수 비율은 온라인 198부, 대면 78부로 확인되었다. 온라인과 대면 설문 데이터 수집은 연구대상자들이 주로 사용하는 스포츠 시설의 지도자와 동호회 구성원들을 통해서 수집하였다. 다만 사회적 거리두기가 진행되고 있는 시점이어서 가능한 온라인을 활용하여 수집하려고 노력하였다. 수집한 자료 중 누락과 답변이 불성실하다고 판단된 11부를 제외한 265부의 자료를 최종분석에 사용하였다. 연구대상자의 인구통계학적 특성은 <표 1>에서 확인할 수 있다.

표 1. 연구대상의 특성(단위 : 명, %)

특성	수준	N	%
성별	남	157	59.2
	여	108	40.8
연령	72-74년생	83	31.3
	68-71년생	70	26.4
	60-63년생	62	23.4
	55-59년생	50	18.9
참여빈도	주 1회 이하	10	3.8
	주 2-3회	165	62.3
	주 4-5회	58	21.9
	주 6회 이상	32	12
참여기간	1년 미만	17	6.4
	1년 - 5년 미만	99	37.4
	5년 - 10년 미만	84	31.7
	10년 이상	65	24.5
합계		265	100

II. 연구방법

1. 연구대상의 특성 및 자료수집방법

본 연구는 2021년 1월부터 3월초 까지 실내, 외 여가스포츠 활동에 참여하는 1955년에서 1963년에 출생한 1차 베이비붐 세대와 1968년에서 1974년에 출생한 2차 베이비붐 세대를 모집단으로 설정한 이후 비확률 표본추출법(Non-Probability

2. 연구도구

본 연구의 측정도구는 설문지로 인구통계학적 변인을 제외한 나머지 척도는 5점 Likert 척도로 구성되었다. 연구에 적용된 척도 중 첫째, 건강관심도는 이순영, 손명세와 남정모(1995)가 사용한 문항을 중심으로 김남진(2000)이 사용한 설문지를 본 연구에 맞도록 수정 및 보완하여 총 5문항으로 구성하였다. 둘째, 여가몰입은

1차, 2차 베이비붐 세대 여가스포츠 참여자의 건강관심도와 여가몰입 및 사회적 역할상실감의 구조적 관계

Scanlan, Simons, Carpenter와 Schmidt(1993)가 개발한 스포츠 참가 모델(ESCM : Expansion of sports Commitment Model)을 참고하여 정용각(1997)이 개발한 척도를 본 연구에 맞도록 수정 및 보완하여 총 12문항으로 구성하였다. 셋째, 사회적 역할상실감은 이춘희(1993)가 사용한 역할상실 척도를 바탕으로 김석일과 박정은(2016)이 사용한 설문 문항을 본 연구에 맞도록 수정 및 보완하여 총 17문항으로 구성하였다. 또한 연구대상의 일반적 특성 성별, 연령, 참여빈도, 참여기간 4가지 항목을 포함하여 총 38개 문항으로 설문지를 구성하였다.

3. 요인분석 및 신뢰도 검증

본 연구에 사용할 설문지의 내용타당도(content validity) 검증을 위해 여가심리학 전공의 교수 1인과 스포츠레저학전공의 박사 3인에게 설문 내용을 확인하도록 하였다. 이후 집중타당도(convergent validity)와 판별타당도(discriminant validity)의 검증을 위해 확인적 요인분석(confirmatory factor analysis)을 실시하였다. 상대적 적합도 지수를 검증하기 위해 CFI와 TLI를 확인하였고 절대적 적합도 지수를 검증하기 위해 RMSEA를 검증하였다. CFI와 TLI 지수는 각각 .90 이상일 때, RMSEA 지수는 .08 이하일 때 모형이 적합하다고 평가된다(Bentler, 1990; Bentler & Bonett, 1980; Steiger & Lind, 1980).

본 연구의 전체 측정항목의 확인적 요인분석을 실시한 결과 <표 2>에서 나타난 것처럼 모형의 CMIN값은 964.644, 자유도(df)값은 453로 확인되었다. 두 지수를 통해 도출된 절대적 적합지수 값은 2.13으로 1과 3사이로 본 연구모형의 적합도는 문제가 없는 것으로 나타났다. CFI는 .914, TLI는 .900, RMSEA는 .065로 연구 모형의 상대적 및 절대적 적합도 기준을 만족하는 것으로 나타났다. 인구통계학적변인 4문항을 제

외하고, 연구변수에 대한 신뢰성을 확보하기 위한 34문항 중 측정문항변수의 신뢰성을 확보하기 위하여 SMC(Squared Multiple Correlations) 값이 0.4미만으로 나타난 인지적 몰입의 1문항은 분석에서 제외하였다. 이후 개념신뢰도(Construct Reliability) 수치와 분산추출지수(Average Variance Extracted)의 수치를 산출하여 문항의 타당도를 확인하였다. <표 2>에서 확인된 바와 같이 모든 요인의 개념신뢰도가 .7 이상으로 기준 이상임이 확인되었다. 또한 분산추출지수를 확인한 결과 모든 요인이 .5 이상으로 확인되어 모든 요인에서 집중타당도가 검증되었다. 마지막으로 Cronbach's α 계수를 통한 신뢰도 분석 결과 .7을 넘어서는 것으로 나타나, 문항의 내적 일관성을 검증하였다.

4. 자료처리방법

본 연구의 자료처리는 윈도우즈용 SPSS 20.0을 이용하여 빈도분석, 신뢰도분석, 상관관계분석을 실시하였다. 또한, AMOS 20.0을 이용하여 확인적 요인분석과 구조방정식모형을 이용한 경로분석을 실시하였으며, 통계치의 유의수준은 $\alpha = .05$ 의 수준으로 설정하였다.

Ⅲ. 결과

1. 상관관계분석

본 연구에 사용된 각 변수들 간의 상관관계의 통계적 유의성을 확인한 결과는 <표 3>과 같다. 모든 요인 간의 유의확률 .001 이하의 확률로 통계적 유의성을 보이는 것을 확인하였다. 또한 모든 요인간의 상관계수가 .80보다 낮게 나타나 다중공선성의 제약으로부터 문제가 없는 것으로 분석되었다(Kline, 2005).

표 2. 확인적 요인분석과 신뢰도 분석의 수행 결과

요인	내용	β	S.E	CR	AVE	Cronbach's α
건강 관심도	나는 현재 건강을 위해 여가스포츠 참여로 정신적 신체적 단련을 하고 있다.	.642	.378	.852	.540	.773
	나는 건강을 위해 건강식품을 구입한다.	.528	.712			
	나는 정기적으로 건강검진을 받고 있다.	.626	.358			
	나는 건강관련서적이거나 TV프로그램을 챙겨본다.	.802	.233			
인지적 몰입	나는 건강에 관심이 많다.	.737	.250	.963	.813	.940
	나는 여가스포츠에 참여하는 것이 자랑스럽다.	.790	.260			
	나는 여가스포츠를 앞으로도 계속할 생각이다.	.820	.149			
	나는 여가스포츠 시간이 항상 기다려지는 편이다.	.893	.125			
	여가스포츠는 나의 삶에 있어 매우 소중한 부분이다.	.860	.177			
행위적 몰입	나는 여가스포츠만 생각하면 즐거워진다.	.889	.132	.912	.677	.897
	나는 여가스포츠를 통해서 많은 행복감을 느끼고 있다.	.865	.162			
	나는 여가시간에 가장 하고 싶은 것이 스포츠이다.	.836	.239			
	나는 여가스포츠 기술이나 운동방법에 관한 정보를 얻으려고 노력한다.	.875	.193			
조부모 역할	나는 여가스포츠에 관한 신문기사나 TV중계가 있으면 우선적으로 본다.	.795	.295	.871	.693	.891
	나는 가끔 여가스포츠를 멋지게 하는 상상을 종종 해본다.	.772	.300			
	나는 여가스포츠에 빠져있다.	.692	.485			
부모역할	나는 평소에 손 자녀들을 돌보는데 보내는 시간이 많다.	.827	.428	.855	.664	.837
	나는 손 자녀에게 식사를 챙겨주고 선물(학용품, 옷 등)을 사주거나 용돈을 준다.	.882	.253			
	나는 손 자녀의 애기를 많이 들어주고 상담을 해준다.	.865	.300			
	나는 결혼한 자녀의 생일을 잊지 않고 챙겨준다.	.712	.502			
배우자 역할	나는 결혼한 자녀에게 경제적인 도움(생필품, 생활비 등)을 준다.	.830	.308	.849	.654	.843
	나는 결혼한 자녀에게 어려운 일이 생기면 함께 의논하거나 물질적인 도움을 준다.	.873	.180			
	나는 배우자와 함께 보내는 시간이 많다.	.728	.490			
친척역할	나는 평소에 배우자에게 필요한 것을 직접 구입해주고 챙겨준다.	.899	.184	.883	.715	.875
	나는 중요한 결정을 내려야하는 상황이 생기면 배우자와 의논하고 결정한다.	.783	.359			
	나는 평소에 친척들과 자주 연락하고 집안 밖의 일에 대한 얘기를 나눈다.	.843	.292			
구성원 역할	나는 친척이 어려움에 처하면 정신적, 물질적으로 도움을 주고 의논상대가 되어준다.	.870	.222	.895	.740	.860
	나는 친척의 결혼식, 장례식과 같은 길흉사에 참석해서 일을 돕는다.	.805	.328			
	나는 많은 시간을 모임활동에 참여하는데 보낸다.	.879	.172			
	나는 모임활동에 빠지지 않고 항상 참석한다.	.814	.249			
친구역할	나는 모임활동에 더 열심히 참여하기 위해서 개인적인 노력(정보수집, 공부 등)을 한다.	.775	.296	.901	.823	.865
	나는 친구들과 자주 만나고, 집안 밖의 일에 대한 얘기를 많이 나눈다.	.995	.008			
	나는 어려움에 처한 친구가 있을 때 정신적, 물질적으로 도움을 주고 의논상대가 되어준다.	.761	.329			

$\chi^2 = 964.644$, $df = 453$, $TLI = .900$, $CFI = .914$, $RMSEA = .065$

1차, 2차 베이비붐 세대 여가스포츠 참여자의 건강관심도와 여가몰입 및 사회적 역할상실감의 구조적 관계

표 3. 상관관계분석

H	1	2	3	4	5	6	7	8	9
건강증진행위	1								
인지적 몰입	.325**	1							
행위적 몰입	.366**	.753**	1						
조부모역할	-.300**	-.244**	-.286**	1					
부모역할	-.462**	-.290**	-.281**	.559**	1				
배우자역할	-.397**	-.284**	-.352**	.231**	.310**	1			
친척역할	-.333**	-.246**	-.302**	.358**	.444**	.447**	1		
구성원역할	-.375**	-.212**	-.291**	.358**	.327**	.315**	.427**	1	
친구역할	-.321**	-.261**	-.284**	.322**	.353**	.420**	.432**	.422**	1

*** $p < .001$

2. 연구모형의 적합도 분석

구조방정식 경로분석결과는 <표 4>에서 확인할 수 있다. CMIN/DF 값은 2.473, TLI는 .901, CFI는 .914, RMSEA는 .075로 나타나 연구모형의 적합도를 확인할 수 있었다.

표 4. 연구모형의 적합도 검증

적합도	χ^2	df	TLI	CFI	RMSEA
값	450.234	182	.901	.914	.075
기준	χ^2/df 가 10 이상 30 이하		.9 이상	.9 이상	.8 이하

3. 변인 간의 구조모형 검증

연구모형의 적합도가 확인되어 구조방정식 모형을 통해 경로분석을 이용하여 변인 간의 인과관계 검증을 실시한 결과는 <표 5>와 <그림 1>와 같다. 가설 1-1 건강관심도는 베이비붐 세대의 인지적 몰입에 정적 영향을 미치는 것으로 나타나 채택되었다($\beta = .356, t = 4.958$). 가설 1-2 건강관심도는 베이비붐 세대의 행위적 몰입에 정적인 영향을 미치는 것으로 나타나 채택되었다($\beta = .411, t = 5.459$). 가설 2 건강관심도는 베이비붐 세대의 사회적 역할상실감에 부적인 영향을 미치는 것으로 나타나 채택되었다($\beta = -.522, t = -5.318$). 가설 3-1 인지적 몰입은 베이비붐 세대의 사회적 역할상실감에 통계적으로 영향을 미치지 않는 것으로

나타나 기각되었다($\beta = -.002, t = -.020$). 가설 3-2 행위적 몰입은 베이비붐 세대의 사회적 역할상실감에 부적인 영향을 미치는 것으로 나타나 채택되었다($\beta = -.279, t = -2.063$).

표 5. 가설검증

H	경로	경로계수	S.E.	t	채택 여부
H1-1	건강관심도 → 인지적 몰입	.356	.088	4.958***	채택
H1-2	건강관심도 → 행위적 몰입	.411	.094	5.459***	채택
H2	건강관심도 → 사회적 역할상실감	-.522	.091	-5.318***	채택
H3-1	인지적 몰입 → 사회적 역할상실감	-.002	.095	-.020	기각
H3-2	행위적 몰입 → 사회적 역할상실감	-.279	.101	-2.063*	채택

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

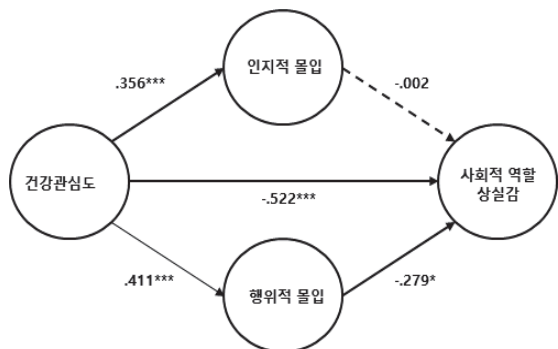


그림 1. 연구결과의 요약

4. 매개효과 분석

본 연구에서는 1차, 2차 베이비붐 세대의 여가스포츠 참여자들의 건강관심도와 사회적 역할상실감의 관계에서 여가몰입의 하위요인 중 행위적 몰입요인의 매개효과가 확인되었다. 이에 가설 4의 매개효과 검증을 실시하였다. 구체적으로 부트스트래핑을 1000회 반복검증을 실시하였고, 95% 신뢰구간을 적용하여 분석하였다. 그 결과 95% CI(Confidence Interval)값이 (-.197, -.052) 0에 포함되지 않았고, p값이 최대 .001로 나타나 행위적 몰입 요인이 건강관심도와 사회적 역할상실감 사이에서 유의한 매개효과를 가지는 것으로 나타났기 때문에 가설 4는 채택되었다. 이에 대한 자세한 내용은 <표 6>과 같다.

표 6. 매개효과 검증결과

	경로계수	SE	95% CI (Bias-corrected)	P
a	.347	.083	(.247, .672)	.001
b	-.331	.081	(-.369, -.265)	.003
c	-.495	.087	(-.680, -.116)	.001
a*b	-.115	.037	(-.197, -.052)	.001
Total	-.610	.073		

a=Direct effects(건강관심도 → 행위적 몰입)
 b=Direct effects(행위적 몰입 → 사회적 역할상실감)
 c=Direct effects(건강관심도 → 사회적 역할상실감)
 a*b=Indirect effects(매개효과)
 CI=Confidence Interval

5. 경쟁모형 분석

건강관심도와 사회적 역할상실감의 관계에서 여가몰입의 하위요인 중 행위적 몰입의 매개효과는 통계적으로 유의한 것으로 나타났다. 따라서 χ^2 차이검증을 실시하여 독립변수와 종속변수 관계에서 부분적으로 매개하는지 완전히 매개하는지를 검증하였다. 그 결과는 <표 7>과 같이 나타났다. 자유도 1의 증가에 따라 χ^2 값의 차이가 45.92로 임계값 3.84를 넘어서기 때문에

부분매개모형이 채택되었다.

표 7. 경쟁모형 비교

모형	χ^2	df
부분 매개모형	239.775	99
완전 매개모형	285.695	100

IV. 논의

첫째, 1차, 2차 베이비붐 세대 여가스포츠 참여자의 건강관심도는 여가몰입(인지적 몰입, 행위적 몰입)에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 베이비붐 세대 골프참여자의 건강관심도와 여가몰입의 관계를 연구한 설수황과 이광용(2021)의 연구 결과와 일치한다. 또한 여가몰입이 여가스포츠열정의 의미를 내포하고 있다는 점을 고려했을 때 시뮬레이션 골프 참여자의 건강관심도와 여가스포츠열정의 관계를 연구한 설수황과 안병욱(2019)의 연구 결과와 여가스포츠 참여대학생의 건강관심도와 여가스포츠열정의 관계를 연구한 최석환과 김범준(2015)의 연구결과가 본 연구의 결과와 맥을 같이 하고 있다. 이러한 맥락에서 비추어 볼 때 건강에 대한 관심이 많을수록 건강증진행위에 더 많이 참여하기 때문에(박순주, 이영혜, 2016) 여가스포츠에 지속적으로 참여하고 여가몰입도 또한 높아진다고 판단된다. 따라서 주기적인 건강검진을 통해 자신에게 맞는 운동법과 식습관으로 건강을 증진시킨다면 여가스포츠에 더욱 몰입할 수 있을 것이라고 사료된다.

둘째, 1차, 2차 베이비붐 세대 여가스포츠 참여자의 건강관심도는 사회적 역할상실감에 부정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 건강관심도가 신체적인 건강뿐만 아니라 정신적인 건강 측면에도 긍정적인 영향을 미친다는 것으로 해석할 수 있다. 건강관심도와 사회적 역할상실감의 관계를 규명한 연구는 아직 진행되지 않았지만 건강관심도가 높을수록 건강행위

정도가 높다는 연구결과(김남진, 2000; 하주영, 최은영, 2013)를 미루어보면 노인의 규칙적인 운동참여가 상실감에 긍정적인 영향을 미친다는 김미량(2009)의 연구결과와 노인의 게이트볼 활동 참여기간과 참여강도가 높을수록 역할상실감이 낮아진다는 이원지(2018)의 연구결과가 본 연구의 결과와 맥을 같이 하고 있다. 이러한 맥락에서 비추어 볼 때 건강관심도가 높을수록 건강관리를 잘함으로써 사회적 역할상실로 인해 겪을 수 있는 심리적인 문제들을 극복할 수 있다고 해석할 수 있다. 최근 코로나19 사태로 인해 건강에 대한 관심이 높아지면서 면역력을 높일 수 있는 방안으로 운동에 참여하는 사람들이 증가하고 있다(의학신문, 2021). 하지만 심혈관 환자는 무리한 운동이 독이 될 수 있을 뿐만 아니라 여럿이 함께 하는 운동종목은 지양해야 하는 상황이기 때문에 베이비붐 세대의 연령, 성별, 체력수준을 고려한 다양한 맞춤형 비대면 운동프로그램과 질병예방 및 건강수준 향상을 위한 프로그램이 제공된다면 건강에 대한 관심도를 높일 수 있을 것으로 사료된다.

셋째, 1차, 2차 베이비붐 세대 여가스포츠 참여자의 여가몰입의 하위요인 중 인지적 몰입은 사회적 역할상실감에 통계적으로 유의한 결과를 나타내지 않았지만, 행위적 몰입은 사회적 역할상실감에 부적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 베이비붐 세대가 여가스포츠에 대해 정서적으로 높은 반응 수준을 보이는 것만으로는 사회적 역할상실감을 극복할 수 없고, 여가스포츠에 직접적으로 참여하고 노력했을 때 사회적 역할상실감을 극복할 수 있다는 것으로 해석할 수 있다. 여가몰입과 사회적 역할상실감의 관계를 규명한 연구는 아직 진행되지 않았으나 여가활동에 몰입하기 위해서는 여가활동에 대한 참여가 전제되어야 한다는 점을 고려했을 때 활동성 여가에 적극적으로 참여하는 노인일수록 사회적 역할상실감이 낮다는 연구결과(김상대, 2009)가 본 연구의 결과와 맥을 같이 하고

있다. 따라서 언제 어디서든 쉽게 할 수 있는 걷기나 조깅, 등산, 홈 트레이닝 등과 같은 활동적인 여가활동에 적극적으로 참여한다면 이를 통해 우울, 소외감, 상실감 등의 정서적 불안을 해소할 수 있을 것으로 사료된다.

넷째, 1차, 2차 베이비붐 세대 여가스포츠 참여자의 행위적 몰입은 건강관심도와 사회적 역할상실감의 관계에서 부분 매개하는 것으로 나타났다. 이는 여가몰입의 하위요인 중 행위적 몰입이 건강관심도와 사회적 역할상실감의 관계에 있어 긍정적인 역할을 하는 것으로 해석할 수 있다. 이러한 맥락에서 볼 때 베이비붐 세대가 건강에 대한 관심을 갖고 여가스포츠에 적극적으로 참여한다면 건강증진과 더불어 타인과의 상호작용을 통해 사회적 역할상실감을 극복할 수 있다고 볼 수 있다. 따라서 베이비붐 세대는 자신의 몸 상태를 고려해서 선호하는 운동 종목을 선택하여 지속적으로 참여한다면 여가몰입이 가능함에 따라 신체적, 정신적 건강을 향상시키는데 큰 도움이 될 것으로 사료된다.

본 연구의 결과를 종합적으로 보면 다음과 같다. 인구의 고령화와 베이비붐 세대 은퇴가 맞물려 사회적인 문제로까지 불거지는 현시점에서 여가스포츠에 참여하는 1차, 2차 베이비붐 세대를 대상으로 건강관심도와 여가몰입, 사회적 역할상실감의 관계를 규명하여 건강하고 행복한 노후 설계를 위한 방안을 모색했다는 점에 의의가 있다. 또한 건강관심도와 사회적 역할상실감의 관계에서 여가몰입이 중요한 변인임을 시사하고 있다.

V. 결론

본 연구에서는 1차, 2차 베이비붐 세대 여가스포츠 참여자를 대상으로 건강관심도와 여가몰입 및 사회적 역할상실감의 구조적 관계를 분석하였다. 그에 따른 결론은 다음과 같다. 첫째,

1차, 2차 베이비붐 세대 여가스포츠 참여자의 건강관심도는 여가몰입 하위요인 인지적 몰입과 행위적 몰입에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 둘째, 1차, 2차 베이비붐 세대 여가스포츠 참여자의 건강관심도는 사회적 역할 상실감에 부정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 셋째, 1차, 2차 베이비붐 세대 여가스포츠 참여자의 여가몰입의 하위요인 중 인지적 몰입은 사회적 역할상실감에 통계적으로 유의한 결과를 나타내지 않았지만, 행위적 몰입은 사회적 역할상실감에 부적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 넷째, 1차, 2차 베이비붐 세대 여가스포츠 참여자의 건강관심도와 사회적 역할상실감의 관계에 있어서 여가몰입의 하위요인 중 행위적 몰입은 매개하는 것으로 나타났다.

상기의 연구를 바탕으로 본 연구의 제한점과 후속 연구를 위한 제언을 하면 다음과 같다. 첫째, 본 연구는 설문지를 이용하여 진행한 연구 방법으로 연구 참여자들의 주관적 판단에 치우치기 쉬우며, 진실성 및 성실성을 확인할 수 없다는 한계점이 존재하기 때문에 인터뷰를 통한 연구방법을 이용한 후속연구가 진행된다면 더욱 심도 있는 연구를 진행할 수 있을 것이라 생각된다. 둘째, 여가몰입의 하위요인인 행위적 몰입은 사회적 역할상실감에 부적인 영향을 미치는 것으로 나타나 베이비붐 세대들에게 있어서 여가스포츠 참여는 사회적 역할상실감을 낮출 수 있는 좋은 역할을 한다고 해석할 수 있기 때문에 베이비부머들이 여가스포츠에 보다 적극적으로 참여할 수 있는 다양한 방안을 모색할 수 있는 후속연구가 진행된다면 더욱 많은 시사점을 확인할 수 있을 것이라 생각한다. 셋째, 본 연구에서 베이비붐 세대들의 직업의 정보를 파악하지 않았지만, 추후 연구에서 직업 유무 및 직업 정보를 파악하여 진행된다면 더욱 명확한 연구결과를 도출할 수 있을 것이라 생각된다. 넷째, 본 연구의 결과로 비추어 볼 때 베이비붐세대 여가스포츠 참여자들은 건강에 대

한 관심이 높다는 것으로 추론해 볼 수 있다. 따라서 후속연구에서는 베이비붐 세대들의 여가스포츠 참여특성(참여빈도, 참여기간)에 따른 건강관심도의 차이검증을 추가적으로 진행한다면 논리성을 높일 수 있는 연구가 될 것으로 판단된다.

참고문헌

- 김규엽(2019). 노인의 여가몰입이 우울에 미치는 영향에 관한 연구: 자기효능감의 매개효과 검증. 미간행 박사학위논문, 협성대학교 대학원.
- 김남진(2000). 예비노인 집단과 노인집단의 건강관심도 및 건강행위, 주관적인 건강상태와의 관련성 연구. 한국보건교육건강증진학회, 17(2), 99-110.
- 김남진(2000). 예비노인 집단과 노인집단의 건강관심도 및 건강행위, 주관적인 건강상태와의 관련성 연구. 한국보건교육건강증진학회지, 17(2), 99-110.
- 김미량(2009). 규칙적인 운동에 참여하는 노인의 상실감과 주관적 안녕감. 한국여성체육학회지, 23(3), 75-87.
- 김미원(2011). 베이비붐 세대의 퇴직 후 삶의 질 향상을 위한 탐색적 연구: -활동이론을 중심으로-. 한영신학대학교, 15, 211-231.
- 김상대(2009). 노인의 활동성 여가참여가 사회적 역할상실감 및 삶의 질적 가치인식에 미치는 영향. 한국여가레크리에이션학회지, 33(3), 69-83.
- 김상훈(2021, 3, 4). 포스트 코로나 시대엔 '은퇴창업'이 대세. 시사저널.
<https://www.sisajournal.com/news/articleView.html?idxno=212496>
- 김석일, 박정은(2016). 노인 여가스포츠참여자들의 여가기능, 사회적 역할상실감 및 우울의 구조적 관계. 한국사회체육학회지, 63,

1차, 2차 베이비붐 세대 여가스포츠 참여자의 건강관심도와 여가몰입 및 사회적 역할상실감의 구조적 관계

- 573-584.
- 김석일, 박정은(2016). 노인 여가스포츠참여자들의 여가기능, 사회적 역할상실감 및 우울의 구조적 관계. **한국사회체육학회지**, 63, 573-584.
- 김석일, 박정은(2016). 노인 여가스포츠참여자들의 여가기능, 사회적 역할상실감 및 우울의 구조적 관계. **한국사회체육학회지**, 63, 573-584.
- 김성수(2009). 여가만족 여가몰입이 심리적 안녕감과 자아실현에 미치는 영향에 관한 연구: 관광전공을 중심으로. 미간행 박사학위논문, 안양대학교 대학원.
- 김용하, 임성은(2011). 베이비붐 세대의 규모, 노동시장 충격, 세대간 이전에 대한 고찰. **보건사회연구**, 31(2), 36-59.
- 김정우, 신용석(2015). 독거노인의 주관적 건강상태와 상실경험이 자살생각에 미치는 영향: 우울의 매개효과와 사회활동 참여의 조절효과 검증. **한국노년학회지**, 35(3), 689-708.
- 김지원, 강정구, 마강태(2020). 베이비붐 세대의 귀향 저해요인에 관한 연구. **한국지역학회지**, 36(3), 17-27.
- 김형진, 설수향, 정지해(2017). 골프참여자의 운동재미와 운동열정 및 건강관심도의 관계. **한국체육과학회지**, 26(5), 427-437.
- 노은이, 김선자(2009). 서울시 노인 여가스포츠 활성화 방안. **서울도시연구**, 10(3), 53-68.
- 박순주, 이영혜(2016). 성인의 지각된 건강상태, 건강태도, 건강관심도가 건강증진행위에 미치는 영향. **한국콘텐츠학회지**, 16(12), 192-202.
- 박차은(2013). 노인 자원봉사활동 만족도와 사회적 역할상실감 및 생활만족도와와의 관계. 미간행 석사학위논문, 고려대학교 교육대학원.
- 설수향, 안병욱(2019). 시뮬레이션골프 참여자의 건강관심도와 여가스포츠열정 및 심리적 행복감의 간의 구조적 관계. **인문사회과학기술융합학회지**, 9(7), 317-326.
- 설수향, 이광용(2021). 베이비붐 세대 골프참여자의 건강관심도와 여가몰입 및 가정생활만족의 구조적 관계. **한국사회체육학회지**, 83, 205-215.
- 손지영, 전선영(2016). 여가스포츠 참여 노인의 신체적자기개념과 심리적복지감 여가몰입의 매개효과 검증. **한국여가레크리에이션학회지**, 40(3), 1-18.
- 윤경지, 임주영(2011). 베이비붐세대 분거가족의 결혼만족도에 영향을 미치는 변인. **한국가족관계학회지**, 16(2), 193-208.
- 윤훈, 이순철, 오주석(2007). 고령자의 상실감이 주관적 안녕감에 미치는 영향. **한국심리학회지**, 13(2), 1-15.
- 이문숙, 권인선(2020). 노인의 스포츠스태킹 참가에 따른 재미와 여가몰입 및 심리적 행복감과 의 관계. **한국특수체육학회지**, 28(3), 63-76.
- 이상민(2021, 2, 3). 코로나19 백신 접종 시기 만성질환자 면역 관리 신경써야. **의학신문**. <http://www.bosa.co.kr/news/articleView.html?idxno=2143587>
- 이성철(2000). 노인들의 사회체육활동 참여가 여가몰입, 여가권태, 그리고 고독감에 미치는 영향. **한국여가레크리에이션학회지**, 12, 59-76.
- 이순영, 손명세, 남정모(1995). 한국인의 건강관심도, 건강실천행위, 및 건강수준간의 구조분석. **대한예방의학회**, 28(1), 187-206.
- 이원지(2018). 게이트볼 참여활동이 노인들의 고독감 및 역할상실감 극복에 미치는 영향. 미간행 석사학위논문, 공주대학교 교육대학원.
- 이인환(2008). 여가스포츠 참가자의 여가기술, 여가인지에 따른 스포츠소비행동 분석. 미간행 박사학위논문, 세종대학교 대학원.
- 이춘희(1993). 남자노인의 역할활동과 생활만족도. 미간행 석사학위논문, 서울대학교 대학원.
- 이태형(2020, 10, 19). 고령화 시대 주목받는 헬스케어 리츠 시장. **헤럴드경제**. <http://news.heraldcorp.com/view.php?u>

- d=20201019000196
- 임도원(2018, 8, 27). 일본이 24년 걸린 '고령사회'... 한국, 17년밖에 안 걸렸다. **한국경제**.
<https://www.hankyung.com/economy/article/2018082723501>
- 정대조, 이민석, 이철원(2020). 액티브 시니어 테니스 참여자의 여가열정, 건강관심도 및 생활 만족의 관계 분석. **한국체육과학회지**, 29(4), 87-98.
- 정미경, 이규미(2009). 한국노인 상실감 척도 구성 및 타당도 검증에 관한 연구. **한국심리학회지**, 21(2), 397-416.
- 정용각(1997). 여가운동 참가자의 스포츠 참여동기, 각성추구, 정서의 요인이 스포츠 몰입행동에 미치는 영향. 미간행 박사학위논문, 부산대학교 대학원.
- 최석환, 김범준(2013). 교양체육참여대학생의 건강관심도와 웰빙지향행동 및 심리적 행복감의 관계. **한국체육과학회지**, 22(5), 211-220.
- 최석환, 김범준(2015). 여가스포츠참여대학생의 건강관심도와 여가스포츠열정 및 여가활동지속의도의 관계. **한국체육과학회지**, 24(4), 1079-1088.
- 최석환, 설수황(2019). 액티브 시니어 골프참여자의 여가열정과 건강관심도 및 심리적 행복감의 관계. **한국체육과학회지**, 28(4), 353-363.
- 최석환, 설수황(2019). 중년 골프참여자의 여가기능과 사회적 역할 상실감의 관계에서 자아존중감의 매개효과. **한국산학기술학회지**, 20(7), 440-447.
- 하주영, 최은영(2013). 노인의 건강지각과 건강관심도 및 건강증진행위. **노인간호학회지**, 15(3), 277-285.
- Bentler, P. M. (1990). Comparative fit indices in structural models. *Psychological Bulletin*, 107, 238-246.
- Bentler, P. M., & Bonett, D. G. (1980). Significance tests and goodness of fit in the analysis of covariance structures. *Psychological Bulletin*, 88(3), 588.
- Breslow, L., & Enstrom, J.E.(1980). Persistence of health habits and their relationship to mortality. *Preventive Medicine*, 9, 469-483.
- Csikszentmihalyi M.(1995). *Optional Experience: Psychology Studies of Flow in Consciousness*. New York: Cambridge University.
- Kline, R. B. (2005). *Principles and practice of structural equation modeling*(2nd ed.). New York: Guilford.
- Newsom, J. T., McFarland, B. H., Kaplan, M. S., Huguette, N., & Zani, B. (2005) The health consciousness myth: implications of the near independence of major health behaviours in the North American population. *Social Science and Medicine*, 60(2), 433-437.
- Scanlan, T. K., Carpenter, P. J., Simons, J. P., Schmidt, G. W., & Keeler, B. (1993). An introduction to the sport commitment model. *Journal of sport and exercise psychology*, 15(1), 1-15.
- Steiger, J. H., & Lind, J. C. (1980). *Statistically-based tests for the number of common factors*: Paper presented at the Annual Spring Meeting of the Psychometric Society. Iowa City.
- Stravynski, A., & Boyor, R. (2001). Loneliness in relation to suicide ideation and parasuicide: A population-wide study. *Suicide Life Threat Behavior*, 31(1), 32-40.