

## COVID-19 그리고 여가의 과제

한지훈<sup>1</sup> · 사혜지<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>연세대학교 강사

### COVID-19 and the Tasks of leisure

Han, Jeehoon<sup>1</sup> · Sa, Hyeji<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Yonsei University

#### Abstract

The purpose of this study is to phenomenological analyze leisure tasks necessary for leisure activities in the COVID-19 situation. A total of six participants who have experience participating in leisure activities in COVID-19 era were selected using the snowball sampling method from March to May 2021. Data were collected through in-depth interviews. First, the contents obtained through the interview were organized and analyzed through coding. Second, the areas were classified based on major themes or phenomena. Finally, categorization was carried out to derive meaningful interpretations and research results. In order to increase the veracity and validity of this study, objectivity was secured with the four evaluation methods of the qualitative study presented by Lincoln & Guba(1985). As a result of the analysis, it was derived as a result of 'stopping leisure activities', 'anxiety about leisure participation', 'change of leisure space', and 'necessity of leisure information'. In conclusion, informatization and new trends for leisure activities will continue to change. In line with this, new trends should be analyzed academically and related research questions should be continuously presented.

**Key words :** COVID-19, Leisure, The Tasks, Leisure activities, Leisure Constraints

주요어 : 코로나-19, 여가, 과제, 여가활동, 여가제약

이 연구는 2021년 질적탐구학회 학술대회에서 발표된 논문을 수정·보완하여 작성됨

Address reprint requests to : Sa, Hyeji

E-mail: [hyeji40@hanmail.net](mailto:hyeji40@hanmail.net)

Received: July, 26, 2021 Revised: August, 31, 2021 Accepted: August, 31, 2021

## I. 서론

### 1. 연구의 필요성 및 목적

COVID-19가 발생한지 1년이 지났다. 확산 방지를 위한 사회적거리두기와 같은 정부방침으로 인해 업무형태와 학업, 여가활동이 많은 부분에서 영향을 미치고 있다(이준희, 2021). 이처럼 COVID-19의 지속적인 상황에서 우리주변의 다양한 변화들이 생기고 있으며, 개개인의 생활의 변화가 가장크게 바뀌고 있다는 것을 알 수 있다.

세계보건기구(WHO: World Health Organization)는 사상 세번째 감염병 경고 최고 등급인 팬데믹(pandemic)을 선언하였으며, 전세계 여러 나라에서는 국가 간의 이동과 여행을 금지하고 외출 자제와 재택근무를 시행하는 등 강력한 정책들이 지속되고 있다(사혜지, 한지훈, 2021). 이러한 현상들은 한국 또한 예외가 아니며 다양한 방법으로 방역에 힘쓰고 있다. 하지만 이러한 방역조치에 따른 제한으로 인해 일상적인 여가생활이 힘들어지게 되면서 많은 사람들이 COVID-19에 대한 불안감과 함께 스트레스 상황에 놓여있다(사혜지, 한지훈, 2021). 실제로 서울시의 'COVID-19 이후 달라진 시민 일상'에 관한 조사를 살펴보면 서울시민 32%는 COVID-19로 인해 '여가활동이나 여행에 제약을 받는 것'이 가장 힘들고 26%는 '사람들과의 교류 제한'이 힘들다고 응답하여 여가제약의 현실을 여실히 보여주고 있다(서울시, 2020). 이러한 COVID-19 상황에서의 여가활동에 대한 고민은 매우 중요한 문제로 대두되고 있다.

한국문화관광연구원은 포스트 코로나 문화, 관광 전망 설문조사에 따르면 국민 10명중 7명은 COVID-19가 끝나면 가장 하고 싶은 여가활동으로 '여행'이라고 발표하였다(김준억, 2020). 이와 더불어 2020년 서울시민 문화향유 실태조사에서 서울시민 70%는 COVID-19로 문화활동에 대한

소중함을 느꼈다고 발표하였다(김양진, 2021).

여가활동 차원에서 관광레저활동은 사회문화적 활동으로 이루어지는 여러 가지 유형이 있으며, 자신감을 확보하고 스트레스를 해소하는데 중요한 역할을 하고 있다(백선경, 박주영, 2011). 이처럼 여가참여에 대한 전반적인 제약이 발생하는 상황에서 정신적, 신체적, 사회적으로 변화를 요구하는 목소리가 생기고 있다. 또한 COVID-19 이전의 일상을 그리워하는 사람들은 여가를 통한 문화생활이 대안이라고 생각하고 있다(황향희, 김보람, 2020). 우리는 이와 같이 여가학을 연구하는 입장에서 여가의 새로운 역할을 고민해 볼 필요가 있다.

하나금융경영연구소의 COVID-19가 가져온 소비 형태의 변화에서는 레저/문화 업종의 경우 매출 감소세가 -72%로 급감하고 있으며, 유선 및 위성방송은 171%로 급증 하였다(유진상, 2020). 이는 레저/문화 같은 많은 사람들과 접촉이 있고 활동성이 필요한 형태보다는 혼자서 또는 비대면으로 즐길수 있는 위성방송이나 온라인으로 활용 할 수 있는 다양한 콘텐츠들이 높은 인기를 가지고 있다고 볼 수 있다. 이는 한지훈, 사혜지, 이민석(2020)연구에서 제시되었듯 SNS이용자들이 SNS를 여가로 인식하고 이러한 활동이 여가만족으로 이어졌으며, 여가만족은 다시 행복감에 영향을 미쳤다고 보고하였다. 우리가 생각하는 여가트랜드는 항상 변화하고 진보되고 있다. 이러한 점에서 여가활동이 단순히 COVID-19로 인해 변화되고 있지만 계속 변화하는 과정에서 조금 일찍 그 변화가 찾아 왔다고 할 수 있다.

따라서 본 연구는 COVID-19상황에서의 여가활동에 대한 경험과 과정들을 알아보고 포스트 코로나 시대를 대비하여 여가학 관점에서 추후 변화 할 수 있는 여가활동에 대해 알아보고자 한다. 이에 본 연구에서는 질적연구를 통한 연구방법을 활용하여 보다 심층적으로 여가활동에 대해 이론화 시키고자 한다.

## II. 연구방법

### 1. 현상학적 연구

현상학적 연구는 인간의 경험(experience)을 탐구하는 질적연구 방법으로서 그중에서도 체험(lived experience)을 연구하기 위한 방법이다(van Manen, 1990; 김영천, 정상원, 2017). 현상학적 연구는 심층적이고 구체적이며, 개인의 공통된 경험에 대해 이해하는 것이 중요하며, 현상의 특성에 공통된 경험을 깊이 이해할 때 적용된다(Creswell, 1998). 또한 방법론으로서 현상학은 본질을 파악하는 것을 목표로 하며, 현상학이론에 관한 현상학은 현상학적 태도 속에서 경험 이전에 인식이 순수한 체험의 기술적인 본질학이 되고자 하고 순수 직관과 환원된 체험들에서 그것이 내적 존립 요소이든 지향적 상관이든 형상적으로 파악되어야 하는 것은 현상학 고유의 것이며, 이것은 현상학에 대하여 절대적 인식의 중요한 원천이다(신경림, 장연집, 조영달, 김남선, 2003). 이러한 현상학에 대한 설명으로 van Manen(1994)은 여덟 가지 특성을 제시 하였다. 첫째, 현상학적 연구는 체험을 다룬다. 우리가 체험하는 것에 대한 있는 그대로 다루고자 한다. 둘째, 인간의 의식에 나타난 그대로를 해석하고자 한다. 인간의 경험에 대한 반성을 시도하는 작업이기도 한다. 셋째, 현상학은 본질에 대하여 다룬다. 오직 그 사건의 본질이 무엇인지에 대하여 다룬다. 넷째, 체험의 의미에 대하여 있는 그대로를 기술 하고자 한다. 다섯째, 현상학의 주제는 인간 경험이다. 인간의 경험에 대한 의미구조를 파악한다. 여섯째, 연구현장에 관계를 맺은 모든 사람에게 주의를 기울이고 신중한 시각으로 현장에 들어가는 것이 현상학이 의도하는 바이다. 일곱째, ‘인간적’이 무엇인가에 대한 정체성을 파악한다. 현상학은 연구는 인간의 본성에 대하여 이해하기를 원한다. 여덟 번째, 현상학적 연구는 ‘시

(poem)’적 활동이다. 무엇인가를 꾸미지 않고 있는 그대로 경험에 대한 이야기를 현상학적 연구는 추구한다. 따라서 현상학은 현상을 최대한 자세히 묘사하고자 한다(이철원, 2013). 이러한 현상학적 연구방법에 관한 선행연구에 따라 본 연구는 COVID-19 상황에서의 여가학이 풀어야 할 과제를 현상학적으로 확인하고자 한다.

### 2. 연구참여자

본 연구참여자에 대한 선정은 먼저 지속적으로 여가활동에 참여한 경험이 있고, COVID-19 상황에서도 여가참여에 경험을 가지고 있는 대상을 선정하였다. 이는 현재 상황에서 여가활동에 대한 체험을 잘 서술할 수 있다고 판단하였기 때문이다. 따라서 다음과 같은 조건을 고려하여 6명을 선정하였다. 현상학적연구에서는 6명 이상 연구참여자로 선정하는 것이 적절하다(이철원, 2013). 첫째, 현재 COVID-19 상황에서 여가활동에 참여 경험이 있는 성인으로 연구참여자로 선정하였다. 둘째, 여가활동 참여에 있어 참여 종류에 대한 의미를 두지 않았다. 셋째, 나이, 종교, 여가활동 기간에 제한을 두지 않고 연구참여자로 선정하였다. 이 같은 조건들에 맞는 여가참여자들을 선정하기 위하여 본 연구의 주연구자는 질적연구에서 사용되는 ‘눈덩이 표집법’(snowball sampling)을 사용하였다. ‘눈덩이 표집방법’은 그 현장 상황에 가장 적합한 사람을 추천받아 나가는 방식으로 연구참여자들을 선정할 때 아주 효과적이며, 우리가 익숙하지 않은 환경을 연구할 때에 이 방식을 적용하여 서로 연결되어 추천 받아가는 방식은 좋은 연구 참여자 선정 기법이 된다(이철원, 2013). 따라서 개인적 친분이 있는 연구참여자들을 통하여 지속적으로 여가활동을 하고 있는 여가참여자들을 차례로 소개 받는 방식으로 면담을 진행하였다. 이러한 연구 자료 방식에 근거해서 본 연구 참여자의 일반적 특성은 <표 1>과 같다.

표 1. 연구참여자

번호	참여자	나이	성별	여가활동	여가활동기간
1	A	35	여자	요가	13년
2	B	28	남자	캠핑	5년
3	C	45	남자	테니스	6년
4	D	36	남자	피트니스	10년
5	E	35	여자	배드민턴	7년
6	F	33	여자	수영	10년

### 3. 자료수집

본 연구는 2021년 3월부터 5월까지 3개월간 심층면담을 통해 주자료를 수집하였다. 자료는 더 이상 수집되지 않는 포화상태에 도달하기 위해 2차면담을 수행하는 것이 좋다(이철원, 2013). 주 자료인 면담은 연구 참여자가 선호하는 곳에서 이루어졌다. 또한 신문 기사, 잡지 등을 통해 관련 자료도 수집하였다. 면담 자료를 분석하는 과정에서 참여자의 확인이 필요하거나 혹은 추가 자료수집이 필요할 경우 전화나 E-mail을 통해 사항을 다시 확인 하거나 자료를 추가 수집 하였다.

먼저 연구자는 자료 수집의 정확성을 위해 모든 연구 참여자들에게 연구자의 소개, 연구목적, 인터뷰 진행과정, 내용, 연구 참여자의 권리등을 설명하고 양해를 구한 후 진술하는 모든 내용을 녹음하였으며, 모든 연구 참여자들에게 ‘연구 참여 동의서’를 설명한 후에 자발적 서명으로 동의를 받았다. 이후, 심층 면담은 일대일 방식으로 진행하였으며, 라포(rapport) 형성을 위하여 연구자는 개인적인 질문과 연구에 대한 질문을 반복적으로 바꾸어 가면서 질문을 하였다. 참여자 1명당 2회 면담을 진행하였으며, 면담은 1시간 이상 소요되었다. 1회 면담의 적절한 시간으로 60분에서 90분 정도가 적절하다(신정림, 장연짐, 조영달, 김남선, 2003). 1차 면담에서는 연구 참여자들의 여가활동에 대한 전반적인 과정과 여가경험에 대한 의미에 대하여 질문을 하였다. 그

리고 2차 면담에서는 연구 참여자의 COVID-19 상황에서의 여가활동이 어떻게 이루어지는지와 문제점이 무엇인지에 초점을 두고 상세히 설명할 수 있도록 유도하였다.

### 4. 자료분석

본 연구에서의 자료 분석은 현상학적 자료 분석으로 연구자의 해석적 과정으로서 전체적인 맥락 속의 연구자의 반성과 해석이 강조된다(김영천, 정상원, 2017). 따라서 심층면담을 통해서 얻은 내용을 바탕으로 본 연구에서의 자료분석은 1차적으로 심층면담에서 녹음했던 자료를 텍스트화 하여 체계적으로 정리하고 분석하였다. 2차적으로 전사된 자료를 바탕으로 van Manen(1994)의 해석학적 현상학에서 제시하고 있는 4가지 특징으로 분석하였다. 첫째, 연구자는 의미를 드러내는 일화를 강조하였다. 일화는 단순한 장면의 묘사가 아닌 경험을 재창조 하는 것이며, 경험의 생생함과 현실감을 확보하는 것이다. 둘째, 체험의 본질적 의미 구조를 밝혔다. 체험의 그 순간에는 알수 없지만, 지나고 나서야 반성적 활동을 통해 알 수 있는 것이다. 셋째, 분석에 있어서 해석학적 순환(hermeneutic circle)을 강조 하였다. 이러한 해석을 바탕으로 희미한 이해와 본질적 이해를 반복적으로 해석하게 된다. 넷째, 환원(reduction)을 통해 의미를 구체화 하였다. 환원은 체험의 본질로 돌아가는 모든 과정이자 본질을 파악하는 방법이다(정상원, 2018). 이러한 단계들을 통해 의미를 도출하고 반복적으로 자료의 의미를 확인 하고자 하였다.

### 5. 질적연구의 진실성

본 연구는 질적 연구방법 중 하나인 현상학적 방법을 사용하였다. 이러한 질적연구는 이론적 근거를 바탕으로 객관적인 양적연구와는 다르게

연구자의 주관적인 통찰과 관찰, 연구의 과정과 해석에 중점을 두는 연구방법이다. 이에 본 연구는 Lincoln & Guba (1985)이 제시한 질적연구의 수행 과정에 대하여 신용성(credibility), 전이성(transferability), 의존성(dependability), 그리고 확실성(conformability)의 네가지 평가로 연구의 객관성을 확보하였다. 첫째, 신용성(credibility)은 양적연구의 내적타당도에 해당하는 것으로, 신용있는 결과의 가능성을 증가시킬수 있도록 수행한다(장기간 참여, 지속적 관찰, 동료 검증, 반증 사례 분석, 진보적 주관성, 삼각검증법). 본 연구에서는 동료 검증과 참여자에 의한 연구결과의 검증을 통하여 신용성을 높였다. 둘째, 전이성(transferability)은 양적연구의 외적타당도에 해당하는 것으로 실제 연구에서 심층적 기술(thick description)로서 주어진 시간에 심도있고 자세한 묘사를 통해 연구참여자들로부터 적용의 가능성을 높이는 것이다. 본 연구에서는 인터넷, 신문자료 등의 다양한 문헌조사를 활용하며, 연구참여자들에게 결과에 대해 보여주고, 자신들의 표현을 적절히 해석하였는지에 관해 확인 작업을 거쳤다. 셋째, 의존성(dependability)은 양적연구의 신뢰도를 나타내는 것이다. 이는 신용성에 대한 재검사, 삼각검증법, 다양한 탐구를 통한 검증, 공정한 감사로 활용된다. 본 연구에서는 신용성에 대한 재검사와 연구자의 연구경로에 대하여 자세히 제시하였으며, 연구자 이외의 본 연구분야의 전문가에게 연구의 분석 방법과 결과에 대해 검증을 받았다. 넷째, 확실성(conformability)은 양적연구의 객관도를 나타내는 것으로 질적 연구방법에서는 확실성을 의미한다. 의존성과 연계되어 있는 것으로 삼각검증법, 지속적인 연구자 반성일지 작성으로 검증된다(조재식, 허창수, 김영천, 2006). 본 연구에서는 연구과정과 결과에 대해 연구자의 주관적인 편견을 배제하려고 노력하였으며, 연구참여자의 확인 절차를 거쳐 자료를 분석하였다.

### III. 결과

본 연구는 여가참여자들이 COVID-19 상황에서 경험했던 여가활동 참여에 대해 알아보기 위함이다. 연구참여자와 면담을 통하여 여가의 휴식, 여가참여에 대한 불안감, 여가공간의 변화, 여가정보의 필요성에 대한 결과가 현상학적 분석 절차로 4개의 범주와 중심 의미 주제 5개를 도출 하였다. 범주와 주제는 <표 2>의 내용과 같다.

표 2. COVID-19 여가활동

범주	주제
여가의 휴식	고민
여가참여에 대한 불안감	조심
여가공간의 변화	집에서 하자 실내에서 실외로
여가정보의 필요성	여가정보 찾기

#### 1. 여가의 휴식

연구참여자들은 본인이 오랫동안 참여한 여가활동을 하지 못하게 되자 여가활동에 휴식기를 가지고 있다고 하였다. 이는 어렵게 시작한 참여 동기인 경우 다시 다른 여가활동을 찾는 것이 쉽지 않는다는 것을 알 수 있었다. 따라서 COVID-19 상황이 좋아질 때 까지 쉬면서 다른 여가활동을 찾는 것을 고민 하고 있었다.

##### 1) 고민

“지금 참 뭐라고 해야할지.. 일단 저는 요가를 지속적으로 하고 있었는데 지금 실내시설도 문을 닫고 사람 만나는것도 금지되어있고 어떻게 해야 할지 모르겠어요. 그래서 일단 쉬고있어요. 요가는 제가 여러 가지 여가활동을 접해보고 그 중에서 선택한건데 못 하게 되니깐 다른 여가활동 어떤 것을 해야할지 모르겠어요. 그래서 어쩔 수 없이 쉬어야 하는 상황이죠.”(참여자 A, 2021년 3월 면담자료)

“저는 피트니스를 지속적으로 하고 있어요. 그런데 지금 COVID-19 때문에 실내 체육시설이 문을 닫아서 고민이 많이 되고 있어요. 어떻게 하면 좋을지... 지금은 다른건 안하고 쉬고 있어요. 이 기회에 다른 운동을 해봐야하나? 이런생각도 하고 있고 지금 현재는 고민 중이에요”(참여자 D, 2021년 3월 면담자료)

참여자 A는 “실내시설이 문을닫고 사람 만나 는것도 제약이 되어있고” 어떻게 해야 될지 몰라서 그냥 쉬고 있다. 참여자 D는 “지금은 쉬고 있어요. 다른 운동을 해야하는지 고민 중이에요”.라고 대답하였다. 이는 연구참여자들이 현재 여가활동 참여에 대한 제약으로 인해 쉬고 있지만 새로운 여가로 전환을 해야하는지에 대한 고민과 여가활동을 지속적으로 하고 싶어하는 의지에 대해 알 수 있었다.

## 2. 여가참여에 대한 불안감

연구참여자들은 COVID-19 상황이 지속되면서 여가 참여에 대한 불안감을 가지고 있었다. 대부분 혼자서 하는 여가활동이 아닌 상대방 또는 여러사람들과 함께 하는 활동들이 많이 있었기 때문에 방역수칙을 지키면서 참여하고 있지만 내심 불안감을 가지고 있었다. 여가활동을 하면서도 온전한 마음이 들지는 않는다고 나타났다.

### 1) 조심

“요즘은 여가활동 뿐만이 아니라 모두 조심해야 하는 상황이죠. 저는 지금 테니스를 하고 있는데 실외라서 밀폐된 공간이 아니라서 다행이라고 생각은 하지만 사람들을 만나서 운동을 하는데 솔직히 불안감은 가지고 있죠”(참여자 C, 2021년 3월 면담자료).

“배드민턴은 혼자서 할 수는 없어요. 그래서 항상 같이 하는 친구가 있는데 서로 편하게 배드민턴을 하자고 하지만 한편으로 서로 조심하고 있죠. 항상 같이 있는게 아니라 서로 다른 환경에서 지내다가 만나서 운동을 하고 헤어지는데 무언의 조심이죠”(참여자 E, 2021년 3월 면담자료).

“생각해보면 저는 불안감을 가지고 계속 참여하는거 같아요. 저는 수영을 계속하는데 사회적거리 단계를 바뀔 때 마다 수영장이 문을 닫고 열고를 해요. 그런데 대부분 사람들이 수영장에 예전만큼 오지는 않아요. 저는 항상 해왔던 거고 습관적으로 수영장을 찾아요. 그런데 내심 너무 불안하긴 하죠. 그래서 방역수칙이나 사람들이 모여 있는 곳에서는 수영을 하지 않으려고 하는데 이렇게 조심하고 또 조심하고 하면서도 ‘아니겠지?’ 이런생각을 해요. 그러면 안되는데...”(참여자 F, 2021년 3월 면담자료).

참여자 C는 “사람들을 만나서 운동을 하는게” 불안하다. 참여자 E는 “항상 운동을 같이 하는 친구가 있지만 서로 조심하고 있다”. 참여자 F는 “조심하고 또 조심하고 하면서도 참여한다”와 같이 여가활동을 지속적으로 하고 있던 상황에서 참여자들은 불안하지만 습관적으로 참여하고 있음을 알 수 있었다.

## 3. 여가공간의 변화

연구참여자들은 COVID-19 확산방지를 위한 정부의 지침으로 실내체육 시설이 제약이 되는 부분에서 새로운 여가를 찾기 시작하였으며, 집에서 할 수 있는 비대면 여가활동이나, 실외에서 즐길수 있는 새로운 여가를 시작하게 되었다. 또한 비대면 여가활동과 실외 여가활동이 새롭게 떠오르면서 평소에는 접하기 어려웠던 여가활동이 이제는 많은 사람들의 정보로 인해 빠르게 접할 수 있어서 또 하나의 경험을 느낄수 있었다고 나타났다.

### 1) 집에서 하자.

“이제 COVID-19 때문에 헬스장이 열었다가 닫았다가 다시 열었다가 반복적으로 해서 일단 문을 열면 가고 문을 닫으면 그냥 쉬고 이렇게 계속 되다보니깐 솔직히 불안도 하고 꼭 해야되는건가 하는 생각도 들고 해서 요즘은 집에서 간단하게 운동을 하고 있어요. 유튜브 피트니스 콘텐츠에서 영상을 보고 따라하거나 혼자서 맨몸운동을 많이 해요. 집에서 하는 것도 좋은데 한계가 있지만 그래도 불안하고 뭔가 많은 사람들과 한 공간에서 운동하는게 조금 무섭다는 생각이 요즘 들어서 집에서 할수 있는 운동을 하려고 해요”(참여자 D, 2021년 4월 면담자료).

“저는 요가를 계속 했잖아요. 그래서 요가 센터가 문을 닫고 열고 닫고 열고 이렇게 일정하지 않고, 무섭고 불안하고 그러니깐 쉬고 있는데.. 요가말고는 하고 싶지도 않고.. 그래서 고민하다가 지금 집에서 조금씩 하고 있어요. 처음에는 방에서 하는게 공간도 협소하고 불편했는데 그냥 막상 하다 보니깐 괜찮은거 같아요. 공기 좋을 때 집에 문을 다 열고 요가매트에 음악까지 틀어 놓고 하니깐 생각보다 너무 좋더라고요”(참여자 A, 2021년 4월 면담자료).

참여자 D는 “많은 사람들과 한 공간에서 운동하는게 조금 무섭다는 생각이 들어서” 집에서 할 수 있는 운동을 하려고 한다. 참여자 A는 “처음에는 공간도 협소하고 불편했는데 막상 하다 보니깐 괜찮은거” 같다고 설명하였다. 참여자들은 많은 사람들과 함께 하는 것 보다 집에서 하는 것을 택하였다. 이는 불안함 보다는 불편함을 선택한 것이지만 이러한 불편함조차도 시간이 지나면 익숙하게 느끼는 것을 알 수 있었다.

### 2) 실내에서 실외로.

“저는 요즘 캠핑을 다시 시작했어요. 시작 한지는 5년정도 되었는데, 캠핑보다는 태권도나 축구를 더 오래하고 자주 했죠. 그런데 요즘 COVID-19 때문에 실내나 사람들 많이 모이는데를 가기가 좀 무서워요. 그래서 요즘은 가끔씩 했던 캠핑을 주로 다니기 시작했어요. 혼자 가거나 아니면 마음 맞는 친구들과 이랑 같이 1박2일정도 갔다와요. 다시 시작하니까 캠핑이 너무 좋네요”(참여자 B, 2021년 3월 면담자료).

“제가 물을 좋아하다 보니깐 실내에서 수영을 주로 했어요. 그런데 이제는 실외에서 할 수 있는 서핑이나 웨이크보드 같은 실외에서 강이나 바다에서 할 수 있는 활동들을 찾고 있어요. 그래서 빨리 날이 더 따뜻해 지기를 기다리고 있어요”(참여자 F, 2021년 4월 면담자료).

참여자 E는 “실내시설에 사람들이 많이 모여 있는곳을 가기가 좀 무서워서 요즘은 가끔씩 했던 캠핑”을 다니기 시작했다고 전하였다. 참여자 F는 “강이나 바다에서 할 수 있는 활동”들을 찾고 있다. 실내에서 주로 이루어졌던 여가활동들이 점차 꺼려지는 활동으로 나타났으며, 이는 실외시설, 밖에서 할 수 있는 활동들을 찾고 있음을 알 수 있었다.

## 4. 여가정보의 필요성

연구참여자들은 변화되는 환경과 새로운 여가활동을 찾기 위한 정보의 필요성을 제시하였다. 새로운 여가를 지속적으로 찾고 여러 가지 여가활동을 하기 위해서는 다양한 여가프로그램을 찾아야 하고 비교를 해야 하기 때문에 빠르게 변하는 사회의 시점에서 정보 공유는 무엇보다 중요한 요소로 작용하고 있다는 것을 알 수 있었다.

### 1) 여가정보 찾기

“지금이 다른 여가활동을 알아보고 찾아보기 좋은 시기인거 같아요. 기존에 여가활동에 대한 제약이 많아서.. 근데 골프 같은 운동은 지금 제약을 안 받는거 같아요. 그래서 제 주변에서도 지금 골프 시작하는 사람들도 많고 예전보다 정보도 많고 선택 폭이 넓어졌어요. 요즘은 예전에 하고 싶었지만 여건이 되지 않아서 못했던 운동을 어디서 배워야하나? 어떻게 시작해야되는지? 같은 정보들이 부족해서 시작을 못했어요. 그런데 지금 같은 경우에는 사실 다른건 모르겠고.. 골프는 확실히 정보가 많아 졌어요”(참여자 A, 2021년 4월 면담자료).

“저는 골프도 하고 테니스도 하고 달리기도 하고 야외활동을 많이 해요. 요즘은 테니스를 주로 하긴하죠. COVID-19 시작되고 나서 테니스하는 사람들이 많이 늘었어요. 제가 처음 시작할 때에는 이렇게 많지 않았는데 진짜 많아졌어요. 그리고 실내 테니스장도 많이 생기고 테니스를 쉽게 배울수 있는 기회가 많아졌어요. 그래서 그런지 테니스에 대한 정보도 많아지고 저는 처음에 테니스 배울때 진짜 어려웠거든요. 예약도 해야되고 특히 테니스는 혼자 할 수 없으니깐 상대방이 있어야하는데... 그래서 동호회 같은데 들어가야 가능했는데, 초보들은 쉽게 받아주지 않아서 힘들었어요. 요즘은 배우는데도 많고 초보들이 할 수 있는 동호회도 많아지고 전체적으로 좋아졌어요. 진짜 사람이 많아지니깐 정보도 많아 지는거 같아요”(참여자 C, 2021년 4월 면담자료).

“여가활동을 시작하려면 먼저 하고 싶은 관심사에 대한 정보가 중요하잖아요. 그런데 정보가 없으면 접하기가 진짜 어려워요. 사실 저는 수영을 계속 하지만 요즘 골프나 테니스가 인기가 많아요. 그런데 예전에는 접하기가 어려웠어요. 요즘은 너무 많아지고 정보들도 많고 SNS를 보면 진짜 쉽게 접할 수 있는 정보들이 많아진 것 같아요. 배울 수 있는 프로들

도 SNS로 연락해서 가격이나 레슨가이 궁금한 거 물어 볼 수 있고 골프도 20대 30대 친구들이 있는 동호회도 많이 있어서 같이 함께 즐길수 있는 부분들이 많아졌어요. 그런점에서 여가활동에 대한 정보는 정말 중요한거 같아요”(참여자 F, 2021년 4월 면담자료).

참여자 A는 새로운 여가활동에 대한 “정보들이 부족해서 시작을 못했다.” 참여자 C는 “사람이 많아지니깐 정보도 많아 지는거” 같다. 참여자 F는 “여가활동에 대한 정보”는 중요하다고 전하였다. 여가활동이 변화가 되고 새로운 여가활동을 찾기 위해서는 무엇보다 쉽게 찾을 수 있는 정보가 필요하다는 것을 알 수 있었다.

## IV. 논의

본 연구는 COVID-19 상황에서 여가참여자들을 대상으로 COVID-19 상황에서 경험했던 여가활동에서 필요한 여가의 과제에 대해 현상학적 분석 방법으로 해석하고자 하였다. 연구결과, 여가휴식, 여가참여에 대한 불안감, 여가공간간의 변화, 여가정보의 필요성이 결과로 도출되었다. 이상의 연구결과를 바탕으로 다음과 같이 논의를 하고자 한다.

첫째, COVID-19 상황에서 여가의 과제에 대해 분석한 결과, 여가의 휴식기가 중요한 개념으로 나타났다. 이는 COVID-19 상황이 시작되고 지속되면서 사회 전반적으로 일상 생활이 제약이 되고, 여가활동 또한 자연스럽게 제약이 되고 있었으며, 이에 여가의 강제 휴식기로 접어들었다는 것을 의미 한다. COVID-19로 인해 여가활동이 위축됨에 따라서 여가활동의 교육적 효과가 낮아지고 있다(한상겸, 2021). 또한 여가참여자들은 기존의 여가활동 시설들에 대한 접근이 어려워 졌으며(Puhak, 2020), 활동의 제한은 여가참여를 선택하는데 큰 영향을 미치고 있다(Gammon



& Ramshaw, 2021). COVID-19의 상황은 단순한 제약이 아니라 지속적인 여가활동 패러다임이 변화 할 수 있는 시작점으로 판단된다. 따라서 여가활동에서의 제약은 자신의 변화에 상호작용을 하며 제약을 극복하고 성장하는 경향이 있다(이민배, 이철원, 김형훈, 2014)는 집에서 여가활동의 변화에 대한 기본 과제를 제시 할 필요가 있다.

둘째, COVID-19 상황에서 여가의 과제에 대해 분석한 결과 여가참여에 대한 불안감이 중요한 개념으로 나타났다. 이는 현재 상황에서 여가활동 참여에 대해 사회적 영향이 크게 미치고 있음을 알 수 있다. COVID-19 시대 여가활동 만족도에 관한 연구에서는 여가참여자들의 COVID-19에 대한 심리적 불안감을 지각하는 것으로 제시되었다(한상겸, 2021). 반면, 코로나 블루와 여가활동을 연구한 사혜지, 이원상, 이봉규(2021)는 COVID-19 상황에서 여가활동이 실제 스트레스 감소에 유의한 영향을 미친다고 제시하였으며, 이는 코로나 블루를 극복하기 위한 자기만의 루틴을 만들고 있다고 확인하였다. 이와 같은 두 연구를 비교해 볼 때 본 연구의 결과에서는 연구참여자들이 불안감을 가지고 여가에 참여한다는 것은 같은 맥락으로 추론할 수 있다. 연구참여자들은 기본적으로 여가를 지속적으로 참여했고, 여가활동에 대한 제약을 극복함으로써, 여가활동의 지속적 의지를 표출하였다. 따라서 여가활동에 대한 불안감과 제약을 극복할 수 있는 안전방역 캠페인과 함께 지속적으로 여가활동이 독려 될수 있도록 마련하여야 될 것이다. 셋째, COVID-19 상황에서 여가의 과제에 대해 분석한 결과, 여가공간의 변화가 중요한 개념으로 나타났다. 이는 COVID-19 상황을 시작으로 여가 참여 공간의 변화가 가장 크게 작용하고 있다고 제시해 볼 수 있다. 한상겸(2021)의 연구에서는 직접적인 여가활동의 참여율보다 온라인 중심의 여가와 비대면 활동의 여가가 증가 하였으며, 비대면 활동의 여가 및 건강과 안전을 고려한 개인적 여가활동이 증가하였다. 또한 COVID-19 확산에 따른 가족생활

및 가족관계의 변화와 스트레스에 대해 연구한 진미정, 성미애, 손서희, 유재언, 이재림, 장영은(2020)은 COVID-19로 인해 집에서 가족과 보내는 여가시간과 디지털, 영상 등과 같은 비대면으로 이루어진 여가활동이 증가하였다고 보고하였다. COVID-19와 여가제약을 연구한 사혜지, 한지훈(2021)연구에서도 모든 사회적 활동에서 우선 순위는 예방과 안전이며, 실내체육시설보다는 야외활동이 증가 하고 있다고 제시하였다.

또한 COVID-19로 인한 여가 변화에 대해서 박광호, 이승연, 김진원(2020)은 대학생들의 COVID-19 전후 여가변화와 여가동기 및 건강신념과의 관계에서 스포츠 관람 활동은 증가하고 스포츠 참여 활동은 감소 하였다고 제시하였으며, 사혜지, 한지훈(2021)연구에서도 COVID-19 전 여가활동은 스포츠 활동을 포함한 신체 활동이 높았지만, COVID-19 이후에는 자연적 활동, 지적 활동이 높게 나타나 여가 변화에 대해서 설명하였다. 이와 같은 맥락에서 본 연구의 결과와 같은 의미로 해석할 수 있으며, 실내체육 시설에서 실외 체육시설로 또한 다중이용시설에서 혼자 개인의 집으로 공간의 변화가 제시되었다. 따라서 현재 변화되는 시설들은 지금보다 크고 넓게 또는 개인의 공간을 확보할 수 있는 체육시설들로 변화가 필요하다고 볼 수 있다.

넷째, COVID-19 상황에서 여가의 과제에 대해 분석한 결과, 여가정보의 필요성이 중요한 개념으로 나타났다. 온라인에서의 상호작용이 오프라인 여가 활동 참여에 중요한 역할을 하며, 이는 오프라인 여가 참여에 온라인 활동이 상호 보완성을 가진다는 것을 확인 할 수 있다(Sintas, Belbeze, & Lamberti, 2020). 또한 COVID-19 이후 산업 패러다임의 변화를 주목 할 필요가 있으며, 비대면 비즈니스와 온라인 서비스의 가속화로 디지털 경제 촉진과 온라인 콘텐츠 산업의 강세, 스마트 헬스케어 산업의 성장이 급성장 할 것으로 전망된다(김군수, 성영조, 한영숙, 2020). 이는 단순히 오프라인과 온라인의 관계를 모색하는

것 보다는 여가참여에 있어서 온라인 활동들이 여가참여를 독려 할 수 있는 영향을 미쳤다는 점을 제시 할 수 있다. 즉, 본 연구의 결과에서 제시되었 듯 여가정보의 필요성은 지금까지 여가활동에 대해서 잘 알고 있지 못했던 사람들이 새로운 여가의 정보들을 쉽게 찾을 수 있었다는 점이 중요한 요점이라고 판단된다. 새로운 여가, 하고 싶었던 여가들을 빠르게 접할수 있는 정보들의 공유가 무엇보다 중요하게 작용되었다는 점이다. 따라서 여가활동을 쉽고 빠르게 찾을 수 있고 여가활동을 쉽게 접할 수 있게 하는 정보 콘텐츠 개발이 무엇보다 중요하다고 판단된다.

여가활동의 변화와 선택 과정은 여가계약협상과 중요한 관계를 형성한다(임진선, 최아론, 2021)는 점에서 여가활동이 제약되는 시점에서 여가활동에 대한 다양한 변화의 시도는 여가학 관점에서 중요한 과제임을 시사한다.

## V. 결론 및 제언

본 연구를 통해 COVID-19 상황에서 여가참여의 문제점과 새로운 변화가 예측되는 여가활동에 대해 면밀히 알 수 있었다. 이는 여가활동에 대한 새로운 패러다임을 구상하고 더 나아가 여가 참여의 방법이 다양하게 제공 될 수 있는 기대 효과를 가져 올 수 있다는 것으로 판단된다. 따라서 COVID-19 그리고 여가의 과제에 대해서 분석한 결과 다음과 같은 결론을 도출하였다.

첫째, COVID-19 상황에서 잠정적 여가의 휴식이라는 중요한 개념이 나타났다. 둘째, 여가 참여자들은 COVID-19의 장기화에 따른 여가 참여에 대한 불안감이 중요한 개념으로 나타났다. 셋째, 여가참여자들은 기존의 여가와 심리적 불안감을 가지고 새로운 대안으로 여가공간의 변화가 중요한 개념으로 나타났다. 넷째, 여가참여자들은 COVID-19상황에서 여가활동을

지속적으로 참여 하면서 새로운 여가정보의 필요성이 중요한 개념으로 나타났다.

종합해보면 결론적으로 처음 COVID-19상황이 발생하였을 때는 방역수칙에 따라 기존의 여가활동에 참여하면서 큰 변화는 없었다. 하지만 이와 같은 상황이 장기화되고 여가 참여에 변화가 생기고, 불안감 같은 심리적 요인이 여가활동에 제약으로 미쳤다. 또한 잠깐 여가활동을 못하는 정도가 아닌 여가활동의 대안이 필요해졌으며, 여가활동의 새로운 공간의 변화, 더 나아가 여가활동에 관한 정보화와 같은 새로운 방법을 모색 할 수 밖에 없는 상황이 되어 버렸다. 다시 말해, 우리는 기존 여가활동을 꾸준히 참여해 오고 있었다. 그것에 맞게 지속적으로 참여했으며, 4차 산업혁명과 같은 정보화 시대에 차츰 다가가고 있었다. 하지만 COVID-19라는 상황에서 가속화 된 변화를 보았다. 팬데믹이라는 변화가 사회 전체에 영향을 미쳤지만 여가학 관점으로 본다면 이러한 상황이 언젠간 또 발생할 수 있다고 가정해 볼 수 있다. 여가활동에 대한 정보화와 새로운 트렌드는 계속 바뀔 것이며 이에 맞춰서 학문적으로 새로운 트렌드를 분석하고 연구문제들이 지속적으로 제시되어야 할 것이다. 여가활동은 시대적 흐름에 맞춰 계속 변화되고 있으며 이에 따라 여가를 바라보는 시각 또한 변화 되어야 된다고 판단된다.

본 연구에서는 COVID-19 상황의 경험을 토대로 제시되었기 때문에 일반화 할 수 없다. 또한 연구대상자들의 여가활동 종목이 한정되어 있기 때문에 확대 해석하기에 연구의 한계점이 제시된다. 따라서 후속 연구를 위한 제언은 다음과 같다.

첫째, 사회연결망 분석 방법으로 여가참여자들의 여가활동에 필요한 조건이 무엇인지 확인하고 그에 따라 여가활동이 변화되고 있는 상황을 확인하여 새로운 패러다임을 제시 할 필요성이 있다고 판단된다. 둘째, 여가학적 측면에서 스쿠린 골프, 스쿠린 야구, 스쿠린 테니스 같은 혼

자서 할 수 있는 다양한 여가프로그램이 개발과 관련 연구들이 진행 된다면 향후 포스트 코로나 시대 여가활동이 지속 될 수 있다고 판단된다.

## 참고문헌

- 김군수, 성영조, 한영숙(2020). 포스트 코로나 19, 뉴노멀 시대의 산업 전략. *이슈 & 진단*, 1-25.
- 김양진(2021년 5월 24일). “서울시민 70% 코로나 19로 문화활동 소중함 느껴”, *한겨레*, <https://www.hani.co.kr/arti/area/capital/996370.html>
- 김영천, 정상원(2017). *질적연구방법론 V: Data Analysis*. 파주: 아카데미프레스.
- 김준역(2020년 12월 14일). “코로나 끝나면 하고 싶은 여가활동 여행>문화>사교 순”, *연합뉴스*, <https://www.yna.co.kr/view/AKR20201214102400005>
- 박광호, 이승연, 김진원(2020). 대학생들의 COVID-19 전후 여가변화와 여가동기 및 건강신념과의 관계. *한국여가레크리에이션학회지*, 44(3), 69-86.
- 백선경, 박주영(2011). 대학생의 여가 스포츠 참여 정도와 여가만족이 운동지속에 미치는 영향. *관광레저연구*, 23(7), 531-545.
- 사혜지, 이원상, 이봉규(2021). 코로나 블루와 여가 활동: 한국 사례를 중심으로. *인터넷정보학회논문지*, 22(2), 109-121.
- 사혜지, 한지훈(2021). 코로나 19 와 여가제약: 위계적 여가제약 모델 검증. *한국체육학회지*, 60(1), 387-400.
- 서울시(2020). *코로나 19로 달라진 시민의 일상 변화 실태조사*. 2020.
- 신경림, 장연집, 조영달, 김남선(2003). *질적연구 용어사전*. 서울: 현문사.
- 유진상(2020년 12월 16일). “비대면이 일상, 쉬향 대신 레저 취미”..코로나19가 가져온 소비 행태 변화, IT조선. [http://it.chosun.com/site/data/html\\_dir/2020/12/16/2020121602188.html](http://it.chosun.com/site/data/html_dir/2020/12/16/2020121602188.html)
- 이민배, 이철원, 김형훈(2014). 사회를 위한, 그리고 나 자신을 위한 여가: 사회적 여가 참여 대학생의 여가경험 분석. *여가학연구*, 12(2), 43-67.
- 이준희(2021년 3월 8일). “코로나19로 주거공간에 더 필요한 기능은 ‘취미, 휴식, 운동””, *etnews*, <https://www.etnews.com/20210308000228#>
- 이철원(2013). *여가학의 질적연구방법론*. 서울: 레인보우북스
- 임진선, 최아론(2021). COVID-19 시대 대학생들의 스트레스 대처방법과 여가제약협상의 관계. *한국응용과학기술학회지 (구. 오일 및 응용과학 학회지)*, 38, 587-594.
- 정상원(2018). van Manen 의 해석학적 현상학의 방법론적 탐구. *질적탐구*, 4, 1-30.
- 조재식, 허창수, 김영천(2006). 교육학/교육과정 연구에서 질적 연구자가 고려해야 하는 타당도 이슈들: 그 다양한 접근들의 이해. *교육과정연구*, 24(1), 61-95.
- 진미정, 성미애, 손서희, 유재언, 이재림, 장영은(2020). 코로나 19 확산에 따른 가족생활 및 가족관계의 변화와 스트레스. *Family and Environment Research*, 58(3), 447-461.
- 한상겸(2021). 코로나 19 시대 여가활동 만족도에 관한 연구. *관광진흥연구*, 9(1), 117-134.
- 한지훈, 사혜지, 이민석(2020). SNS 이용 인식, 여가 만족 및 행복감의 관계. *한국여가레크리에이션학회지*, 44(4), 1-10.
- 황향희, 김보람(2020). 상대적 여가박탈의 개념화. *한국여가레크리에이션학회지*, 44(3), 113-126.
- Creswell, J. A. (1998). Five qualitative traditions of inquiry. *Qualitative inquiry and research design. Choosing among five traditions*, 47-72

- Gammon, S., & Ramshaw, G. (2021). Distancing from the present: nostalgia and leisure in lockdown. *Leisure Sciences*, 43(1-2), 131-137.
- Lincoln, Y. S., & Guba, E. G. (1985). *Naturalistic inquiry*. sage.
- Puhak J. (2020). 'Zumping' is the terrible breakup trend to emerge amid the coronavirus pandemic. *Fox News*, <https://www.foxnews.com/lifestyle/zumping-terrible-breakup-trend-coronavirus-pandemic>.
- Sintas, J. L., Belbeze, M. P. L., & Lamberti, G. (2020). Socially Patterned Strategic Complementarity between Offline Leisure Activities and Internet Practices among Young People. *Leisure Sciences*, 1-22.
- Van Manen, M. (1994). **체험연구**. 신경림 역. 서울: 동녘.(원본발간일 1990년).