

대학생의 여가라이프스타일 유형 군집화 및 여가태도, 여가몰입 분석

이명하¹ · 김미량²

¹순천향대학교 박사과정 · ²순천향대학교 교수

Leisure life type clustering, leisure attitude and leisure commitment analysis of university students

Lee, MyeongHa¹ · Kim, MiLyang²

^{1,2}Soonchunhyang University

Abstract

The purpose of this study was to cluster the types of leisure lifestyles of university students to identify the characteristics of leisure lifestyles and to analyze whether there are differences between leisure lifestyle groups in terms of leisure attitudes and leisure commitment factors. In this study, a total of 203 samples were collected and analyzed from university students using a cluster sampling method. Data analysis was conducted using SPSS statistical program, and the following methods were used: frequency analysis, reliability analysis, exploratory factor analysis, confirmatory factor analysis, hierarchical cluster analysis, K-means cluster analysis, and one-way analysis of variance. As a result of the analysis, first, the types of leisure lifestyles were clustered into three groups: 'Everyday life-oriented non-driven leisure participation type'(Cluster 1), 'Family activity-preference-oriented driven leisure participation type'(Cluster 2), and 'Planned Activities Preferred leisure participation type'(Cluster 3). Second, the three groups showed significant differences in leisure attitudes and leisure involvement, with cluster 2 and cluster 3 showing higher values than cluster 1 at $p < .001$ for both leisure attitudes and leisure involvement. This study aims to enhance the understanding of college students' leisure activities by identifying the characteristics of college students' leisure lifestyles and exploring the differences in leisure attitudes and leisure involvement accordingly.

Key words : leisure lifestyle, leisure attitude, leisure commitment, cluster analysis, college students

주요어 : 여가라이프스타일, 여가태도, 여가몰입, 군집분석, 대학생

본 연구는 2023년도 순천향대학교 학술연구비의 지원으로 수행하였음.

Address reprint requests to : Kim, MiLyang (Soonchunhyang University, Asan, Chungnam, Korea)

E-mail: mlkim@sch.ac.kr

Received: July, 31, 2023 Revised: September, 11, 2023 Accepted: September, 20, 2023

I. 서론

1. 연구의 필요성 및 목적

현대사회에서 개인에게 여가는 삶의 질을 높이는 중요한 요인이다. 즉, 여가는 단순히 일상을 살아가며 남는 시간을 처리할 수 있는 기회를 넘어 '자발적인 선택적 활동으로 정신적·신체적 이완, 스트레스 해소, 자기 계발 등을 통하여 기존보다 더 나은 삶을 추구하는 행위'인 것이다(조민구, 2015).

여가 참여자는 일생을 살아가며 수없이 많은 경험의 기회를 접하고 활동을 선택하지만 여러 제약 때문에 충분한 활용을 못 하기도 한다. 기회의 효과적인 활용을 위해서는 시기의 선택이 중요하며 생애 시기의 구간마다 외적 환경, 시간의 활용, 금전적 여유 등은 다르게 형성 및 적용되기에 각 활동과 개인 여건에 맞추어 적절한 시기를 선택하는 것이 중요하다.

대학생의 시기는 일생 중에 여가활동을 경쟁 중심의 교육과 과도한 입시로 인해 여가시간이 점차 감소하고 있는 청소년 시기(손진희, 김지민, 2020)에서 벗어나 여가활동을 능동적으로 가장 쉽고 활발하게 참여할 수 있는 시기이다. 또한, 성인으로서 개인 스스로 주도적인 선택이 가능하며, 원하는 활동에 자유롭게 참여할 수 있는 시기이다.

특히, 증가한 여가 시간을 활용하여 일상에서의 해방감을 통한 심리적 재충전을 하고, 선호하는 취미·여가활동에 자유롭게 참여함으로써 다양한 경험과 만족을 누적하여 사회로 나아가기 전 내적성장, 진로선택 등 긍정적인 효과를 도출한다(박영진, 윤종대, 이봉근, 2021; 정기홍, 2021; 한상겸, 2022). 즉, 대학생의 여가활동 참여는 집단생활 적응, 대인관계 및 정서적 만족감, 개개인의 삶의 질 개선 등의 주도적 역할을 한다는 것을 알 수 있다(이유진, 황선환, 2020).

여가활동은 참여자의 학령 변화에 따라 역동

적으로 변화를 일으키는데(최성훈, 2014), 대학생은 여가활동을 통하여 지속적으로 향상되는 만족감과 가치를 느낄 수 있도록 다양한 여가활동에 참여한다. 하지만 모든 여가활동에 참여한다고 하여 자신이 기대하였던 만족도를 충족할 수 있는 것은 아니다.

여가활동 참가자들은 내적·외적 변화를 유도하는 영향에 의하여, 활동을 통한 만족을 경험하지만(남정훈, 2016), 대중적인 여가활동이라도 자신이 가지고 있는 성격적 특성과 맞지 않는다면 참여하지 않을 정도로(정진배, 2014) 자신에게 맞는 여가를 찾고 참여하는 것이 중요하다는 것을 의미한다. 즉, 동일한 여가를 여러 사람이 같이 행한다고 하더라도 활동을 통하여 얻게 되는 영향과 느끼는 바는 개개인의 개인적 특성, 성향, 환경에 등과 참여 형태에 따라 그 종류와 정도에 차이를 나타낸다는 것이다.

자신에게 적합한 여가활동에 지속적으로 참여하고 이러한 경험이 누적되면 개인의 가치관이 내포되어있는 여가라이프스타일로 자리 잡게 된다. 이는 '개인의 가치관이나 환경에 따라 구체화된 다양한 형태로 집단과 계층 사이의 방식을 구분할 수 있는 차별화된 생활양식'인 라이프스타일(왕철양, 2023; Lazer, 1963) 속 새롭게 형성되는 것이다.

여가활동 참여자의 일상생활 양식이 여가에 영향을 미치더라도, 여가에 참여하는 참여자의 성향, 특성, 삶 등과 해당 여가활동이 가지고 있는 특성이 융합하여 다양한 유형의 모습으로 나타난다고 볼 수 있다. 즉, 여가생활 속 개인의 일관되고 독특한 심리행동특성을 내포하고 외부적·내부적 요인들의 복합적 작용에 따라 구체화된 것으로 개인 혹은 집단만의 특성을 나타내는 여가생활양식 또는 여가가치관, 여가패턴 등을 의미한다는 것이다(강형길, 조희태, 2018; 민병학, 2010; 우성남, 손영미, 2009; 채정숙, 1998).

이러한 여가활동의 지속적인 참여 경험은 학습된 선유 경향인 여가태도를 형성하며, 여가활동을 결정에 중요한 역할을 하고 여가에 대한 만

족감을 높이는 데 기여한다(전형상, 윤상화, 김진표, 2001; 최영준, 조병준, 2012; 양재영, 2013).

여가태도란 여가활동에 대한 개인별 특성이 들어가 있는 참여 경험, 동기, 신념 등의 총체적인 마음의 자세를 의미하며, 개인만의 특성에 따라 형성되는 과정도 다르기에 학습 혹은 경험을 진행하는 방법과 환경에 따라 형성되는 것에 차이를 나타낸다(양재영, 2013; 현다경, 2021; Iso-Ahola, 1979, 1980). 또한, 지속적인 여가활동을 통해 형성된 여가태도는 특정 여가활동에 대하여 빠져들게 만드는 몰입을 경험할 수 있도록 영향을 준다(안병욱, 2012).

몰입은 여가활동 참여 도중 신체적·정서적 균형의 조화를 이룰 때 얻게 되는 최적의 심리적 경험으로써, 심리적 기제로 작용하여 여가활동 참여에 대한 애착을 느끼게 되고, 지속적인 참여, 심리적·정서적 만족감과 긍정적인 인과관계를 나타낸다(김경연, 2022; 김진영, 고영건, 김용희, 허태균, 2009; 윤영선, 2010; 이루다, 2019; 이명희, 2017).

이처럼 경험을 통해 형성되는 여가태도와 몰입은 참여하는 대상과 그 활동에 따라 다른 형태를 나타낼 것으로 생각해 볼 수 있다. 긍정적인 태도와 인지적, 행동적 몰입을 수반한다면 주관적인 행복을 경험할 수 있다(이윤구, 서광봉, 2018). 따라서 그 차이를 파악하고 형태에 따른 보완을 할 수 있다면 여가활동의 유형에 제한을 두지 않고 전반적인 만족도를 높일 수 있을 것이다.

최근 대학생을 대상으로 진행된 여가라이프스타일 관련 선행연구는 생활만족에 관한 연구(주형철, 김수현, 2013), 여가제약 및 진로태도에 관한 연구(현무성, 정기홍, 2018), 여가기능에 관한 연구(정기홍, 2021) 등이 있었다. 또한, 선행 연구들을 종합해 보면 연구들은 개인의 여가라이프스타일이 전반적인 생활 및 여가활동 등에 미치는 영향을 알아보고 있는 것을 확인할 수 있다. 하지만 여가라이프스타일의 세부 특성

들이 모여 분류할 수 있는 어떠한 형태와 경향성을 가지는지, 유형별 특성의 분포와 형태에 대하여 심도 있게 알아본 연구는 부족하다.

따라서 본 연구는 대학생의 여가라이프스타일의 유형을 군집하여 어떠한 특징을 가진 집단으로 분류되는지 파악하고, 여가활동의 여가태도, 여가몰입에 대한 차이가 있는지 분석하고자 하였다.

이를 통해 다양한 특성을 가진 집단과 개인에게 만족감을 느낄 수 있는 맞춤형 여가활동을 제공하고 지원할 수 있는 정책과 여러 여가활동의 접근도를 높일 수 있는 지표형성 및 가이드라인 개발을 위한 기초자료 제공을 목적으로 한다.

본 연구의 목적 달성을 위한 설정한 연구 문제는 다음과 같다.

연구 문제 1. 대학생의 여가라이프스타일 유형은 어떠한 특성에 따른 군집화를 나타낼 것인가?

연구 문제 2. 대학생의 여가라이프스타일 군집 간의 여가태도, 여가몰입은 어떠한 차이를 나타낼 것인가?

II. 연구방법

1. 연구대상 및 자료수집방법

본 연구는 대학생들을 대상으로 여가라이프스타일 유형 군집화 및 여가몰입, 여가태도를 분석하여 규명하고자 2022년 5월부터 2022년 6월까지 충남에 위치한 S대학교에서 집락표집법을 이용한 설문조사를 진행하였다. 대학생 생활에 적용되어있는 대상을 선정하기 위하여 1학년은 제외한 학년을 대상으로 선정하였다. 총 330부의 설문지를 연구 참여자들에게 배포하였으며, 226부를 회수 이 중 설문응답이 부적절하거나 불성실한 응답을 한 23부의 설문지를 제외하여 최종 203부의 연구 참여자를 분석 대상으로 선정하였다.

본 연구에 참여한 대학생의 인구통계학적 특성은 <표 1>과 같으며, 성별은 남(46.8%), 여(53.2%)으로 여자 학생의 비율이 많았다. 학년은 2학년(41.4%), 3학년(26.6%), 4학년(32.0%)으로 나타났다. 참여하고 있는 여가활동 중 가장 선호하는 여가활동유형은 개인취미활동(31.5%), 사교활동(29.6%), 스포츠활동(15.3%), 문화활동(19.2%), 관광활동(4.4%)으로 나타났다.

표 1. 연구참여자의 인구통계학적 특성

	구분	n	%
성별	남	95	46.8
	여	108	53.2
학년	2학년	84	41.4
	3학년	54	26.6
	4학년	65	32.0
참여 여가활동 중 가장 선호하는 유형	개인취미활동	64	31.5
	사교활동	60	29.6
	스포츠활동	31	15.3
	문화활동	39	19.2
	관광활동	9	4.4

2. 연구도구

본 연구의 조사도구는 설문지를 사용하여 조사되었으며, 인구통계학적 특성 3문항, 독립변수로서 여가라이프스타일 30문항, 종속변수로서 여가태도 13문항, 여가몰입 12문항 총 58문항으로 구성하였으며, 요인들의 측정을 위하여 '전혀 그렇지 않다, 1점'에서 '매우 그렇다, 5점'까지로 구성된 Likert 5점 척도를 사용하였다. 설문지의 구성은 <표 2>과 같다.

표 2. 설문지의 구성

변인	문항수	누계
인구통계학적변인	2	2
여가라이프스타일	여가무기력성	86
	가족중심성	55
	감각추구성	66
	관계중심성	64
	합리적계획성	65
	일중심성	44
		30

여가태도	인지적 태도	4	13
	정서적 태도	4	
	행동적 태도	5	
여가몰입	인지적 몰입	7	12
	행위적 몰입	5	

1) 여가라이프스타일

여가라이프스타일은 우성남, 손영미(2009)가 개발하고 손영미, 오세숙, 우성남(2010)이 타당도 검증을 진행한 측정도구를 사용하였으며, 하위요인은 6가지로 여가무기력성, 가족중심성, 감각추구성, 관계중심성, 합리적계획성, 일중심성으로 분류된다. 여가라이프스타일 유형을 측정하기 위한 35문항에 대하여 연구자 1인과 체육학 전공 교수 1인이 함께 문항 분석을 진행하였다. 하위요인과 적합하지 않은 여가무기력성 2문항, 가족중심성 1문항, 관계중심성 2문항으로, 총 5문항을 판별 및 삭제 후 남은 30문항을 사용하였다.

2) 여가태도

여가태도는 Ragheb, Beard(1982)가 개발하고 김정태(1996)가 사용한 척도를 서광봉, 이성철(2021)이 수정 및 보완한 도구를 사용하였으며, 하위요인은 3가지로 인지적 태도, 정서적 태도, 행동적 태도 유형으로 구성되어있는 13문항을 사용하였다.

3) 여가몰입

여가몰입 요인은 선행연구를 참고하여 정용각(1997)이 개발한 문항을 권기남, 이정래(2011)가 수정 및 보완한 측정도구를 사용하였으며, 하위변인은 2가지로 인지적몰입, 행위적몰입 유형으로 구성되어있는 12문항을 사용하였다.

3. 측정 도구의 타당성 및 신뢰성

본 연구에서 연구 도구로 사용된 설문 문항의 신뢰도 검증을 위하여 Cronbach's 검사를 진행

하였다. 그리고 구성타당도 검증을 위하여 탐색적 요인분석을 실시하였다. 또한, 측정 도구의 구조적 안정성을 높이기 위해 수용 가능하다고 볼 수 있는 컷오프 .4(Hair, Black, Babin, & Anderson, 2010)보다 높은 .6 이상으로 설정하였다.

〈표 3〉은 여가라이프스타일 측정도구의 타당성을 검증하기 위하여 탐색적 요인분석을 진행한 것이다. 문항분석을 진행하여 도출한 30문항 중 여가무기력성 1문항, 합리적계획성 2문항을 제외한 요인부하량이 .6 이상인 문항을 추출하여 총 27문항과 6개의 하위요인을 도출하였으

며, ‘감각추구성’, ‘여가무기력성’, ‘관계중심성’, ‘일중심성’, ‘합리적계획성’, ‘가족중심성’으로 명명하였다. 누적된 분산은 70.659으로 나타나고 KMO 표준적합도 수치는 .838로 1에 근접하여 높은 적합도를 보인다. 신뢰도 검증 결과인 Cronbach’s α 값은 .820~.930로 나타나 비교적 안정된 신뢰도 수치를 나타내고 있다.

〈표 4〉는 여가태도 측정도구의 타당성을 검증하기 위하여 탐색적 요인분석을 진행한 것이다. 여가태도는 전체문항 중 행동적 태도 2문항을 제외한 요인부하량이 .6 이상인 문항을

표 3. 여가라이프스타일의 타당도 및 신뢰도

구분	감각추구성	여가무기력성	관계중심성	일중심성	합리적계획성	가족중심성		
나는 남들이 하지 않는 여가활동을 하는 것이 좋다.	.864	-.011	.088	.162	.147	.101		
나는 개성 있는 여가가 좋다.	.861	-.045	.175	.133	.143	.066		
나는 모험적인 여가활동을 좋아한다.	.847	-.114	.194	.076	.052	.090		
나는 남들과 구별되는 독특한 여가가 좋다.	.813	.003	.115	.070	.062	.188		
나는 스릴감을 느낄 수 있는 여가를 좋아한다.	.805	-.079	.176	.122	.123	.111		
나는 한계를 도전해볼 수 있는 여가를 선택하는 편이다.	.736	-.079	.137	.033	.356	.064		
나는 막상 여가시간이 생겨도 특별히 할 일이 없다.	-.071	.882	-.005	.051	.009	.104		
나는 여가시간에 무엇을 해야 할지 모르겠다.	-.048	.837	.053	.075	.105	.144		
나는 여가활동을 막상하려고 하면 귀찮아지는 때가 많다.	-.037	.802	-.032	.062	-.235	.071		
나는 주말에 별 의미 없이 시간을 보내는 것 같다.	-.094	.798	-.107	.131	-.092	.030		
나는 하고 싶은 여가활동이 있어도 다음으로 미루는 때가 많다.	-.022	.773	-.155	.128	-.253	.025		
나는 여가활동을 통해 인간관계를 넓히는 것을 중요하게 생각한다.	.137	-.059	.807	.084	.095	.138		
나는 여가활동을 함께하는 동료와 친밀해지기 위해 노력한다.	.222	-.087	.805	-.005	.030	.037		
나는 여러 명이 함께하는 여가활동을 선호한다.	.351	-.117	.775	-.065	.090	.053		
나는 여가활동 자체보다는 그것을 누구와 함께하느냐가 더 중요하다.	.068	.037	.752	-.047	.088	.137		
나는 일을 하지 않으면 불안하다.	.197	.075	.046	.844	.149	.094		
나는 여가시간에도 일을 생각할 때가 많다.	.150	.052	-.018	.811	.142	.065		
나는 일 때문에 여가시간을 포기한 적이 많다.	.032	.072	.005	.769	.056	-.007		
나는 여가보다 일이 중요하다.	.102	.258	-.058	.722	.193	.045		
나는 여가비용을 계획적으로 사용하는 편이다.	.131	-.134	.070	.114	.813	-.006		
나는 여가계획을 구체적으로 세워 실행하는 편이다.	.163	-.066	.061	.229	.803	.082		
나는 여가활동이 끝나면 평가를 하고 다음 계획을 세운다.	.306	-.041	-.050	.271	.695	.121		
나는 여가와 관련된 정보를 잘 활용하는 편이다.	.148	-.187	.334	.030	.666	.091		
나는 가족과 함께 할 수 있는 여가활동을 즐기는 편이다.	.116	.023	.089	-.043	.016	.885		
나는 주말에는 가족중심으로 움직인다.	.082	.086	.088	.024	.058	.856		
나는 내가 하고 싶은 여가활동보다는 가족이 원하는 것을 주로 하는 편이다.	.098	.076	.083	.125	.034	.697		
나는 주말에 가족과 함께 시간을 보내야한다고 생각한다.	.163	.144	.088	.060	.105	.688		
고유값	7.021	4.232	2.747	2.011	1.760	1.307		
%분산	26.005	15.673	10.174	7.447	6.518	4.842		
%누적	26.005	41.678	51.852	59.299	65.817	70.659		
신뢰도		하위요인 전체	.930	.892	.837	.836	.825	.820
					.856			

표 4. 여가태도의 타당도 및 신뢰도

구분	인지 정서적 태도	행동적 태도
여가활동은 행복을 증진시킨다.	0.888	0.058
여가활동에 참여하는 것은 건전한 시간활용이다.	0.873	0.061
여가활동은 나에게 즐거움을 준다.	0.869	0.075
여가활동은 자기발전의 수단이 될 수 있다.	0.861	0.150
여가활동은 생활의 활력을 불어 넣어준다.	0.857	0.134
여가활동은 나에게 유쾌한 경험들을 제공한다.	0.854	0.067
나는 나의 여가활동이 가치가 있다고 생각한다.	0.773	0.163
여가활동을 할 때면, 나는 그 활동에 완전히 몰입이 된다.	0.716	0.205
나는 내가 하고 있는 여가활동을 보다 잘 할 수 있도록 많은 시간과 노력을 할애하고 있다.	0.157	0.888
나는 나의 일상생활 중에서 여가활동에 높은 비중을 두고 있다.	0.142	0.802
나는 나의 여가활동을 개선시킬 수 있는 세미나 나 강습회 등에 참여하고 싶다.	0.038	0.761
고유값	5.941	1.861
%분산	54.012	16.921
%누적	54.012	70.933
신뢰도	하위요인 전체	.942 .764 .878

추출하여 총 11문항과 2개의 하위요인을 도출하였다. 선행연구(서광봉, 이성철, 2021)와 달리 2개의 요인으로 요인화가 이루어졌으며, 이는 강형길, 신석민(2017) 연구에서 여가태도 하위요인인 ‘인지적 태도’, ‘정의적 태도’가 하나의 요인으로 나타나기도 하였다. 본 연구에서는 ‘인지정서적 태도’, ‘행동적 태도’로 명명하였다. 누적된 분산은 70.933으로 나타나고, KMO 표준적합도 수치는 .901로 1에 근접하여 높은 적합도를 보인다. 신뢰도 검증 결과인 Cronbach’s α 값은 .764~.942으로 나타나 비교적 안정된 신뢰도 수치를 나타내고 있다.

<표 5>는 여가몰입 측정도구의 타당성을 검증하기 위하여 탐색적 요인분석을 진행한 것이다. 여가몰입은 전체문항 중 인지적 몰입 1문항을 제외한 요인부하량이 .6 이상인 문항을 추출하여 총 11문항과 1개의 하위요인을 도출하였으며, ‘인지행위적 몰입’으로 명명하였다. 누적된 분산은 58.651으로 나타나고, KMO 표준적

표 5. 여가몰입의 타당도 및 신뢰도

구분	인지행위적 몰입	
나의 여가활동은 나의 삶에 매우 중요하다.	0.855	
내가 하는 여가행동이 자랑스럽다.	0.821	
내가 즐기는 여가활동을 생각하면 즐거워진다.	0.820	
나는 여가활동에 몰입하고 있는 것 같다.	0.810	
나는 항상 여가행동하는 시간이 기다려진다.	0.788	
나는 내가 하는 여가활동에 자부심을 느낀다.	0.784	
나는 여가행동에 많은 행복감을 느끼고 있다.	0.763	
나는 여가활동을 멋지게 하는 상상을 해 본다.	0.749	
나는 여가활동을 앞으로도 계속할 것이다.	0.716	
여가활동에 관한 기술, 방법에 관한 정보를 얻으려고 노력한다.	0.670	
시간만 있다면 더 많은 시간을 여가활동에 투자하고자 한다.	0.616	
고유값	6.452	
%분산	58.651	
%누적	58.651	
신뢰도	하위요인 전체	.926 .926

합도 수치는 .912로 1에 근접하여 높은 적합도를 보인다. 신뢰도 검증 결과인 Cronbach’s α 값은 .926로 나타나 비교적 안정된 신뢰도 수치를 나타내고 있다.

4. 자료처리

본 연구에서는 수집된 최종 203부의 설문자료를 분석하기 위하여 통계프로그램 SPSS Version 25를 활용하여 다음과 같은 자료처리 방법을 진행하였다.

첫째, 연구참여자의 개인적 특성을 알아보기 위하여 빈도분석을 실시하였다.

둘째, 연구 도구의 타당성 검증을 위하여 탐색적 요인분석을 실시하였다. 주성분 분석을 사용한 베리맥스(Varimax) 회전을 통하여 구조화 하였다.

셋째, Cronbach’s α 검사를 통하여 각 요인의 신뢰도를 검증하였다.

넷째, 여가라이프스타일 유형들이 나타내는 군집 형태를 보기 위하여 각 요인들에 대한 기

술 통계치를 Z점수로 변환하고 계층적 군집분석과 K-평균 군집분석 방법을 실시하였다.

다섯째, 일원배치 분산분석을 실시하여 추출한 각 군집 간 차이 정도를 분석하였다.

III. 결과

1. 여가라이프스타일 유형 군집화

여가라이프스타일의 유형별 군집형태를 추출하기 위하여 6개의 하위요인을 z점수로 변환하고 계층별 군집분석, K-평균 군집을 사용하여 확인하였다. 군집 수와 명명화를 위해 체육학 교수 1인과 도구 개발 및 타당화 경험이 있는 박사 학위 소지 전문가 1인, 연구자 1인이 함께 타당도를 검증하였다. 그 결과로 여가라이프스타일 유형은 구분할 수 있는 군집 특성을 가지고 있는 것으로 확인되었으며, 3개의 군집으로 분류하는 것이 특성의 차이를 반영하기에 가장 적절하였다. 차이를 알아보기 위해 분석한 결과는 <표 6>과 같다.

1) 여가라이프스타일 유형 군집별 정의

군집1은 다른 집단에 비하여 전반적으로 낮은 수치를 보이거나 여가무기력성에서는 가장 높았다. 집단 내 유형별 수치는 여가무기력성, 관계중심성, 일중심성, 가족중심성, 감각추구성, 합리적계획성 순의 수치를 나타내었다. 이는 여가에 대해 진지하게 생각하지 않으며 여유시간

에 계획하고 움직이기보다 일이 중심인 일관적인 일상생활을 선호하는 것을 보여준다. 또한, 주변의 사람들과의 관계에 이끌려 비주도적인 여가활동을 하는 유형으로 볼 수 있다. 즉, 일상생활을 선호하며 타인과의 관계를 위해서 여가활동에 참여하는 스타일로 ‘일상생활중시 비주도적여가 참여형’(n=84)이라고 정의하였다.

군집2는 다른 집단에 비하여 전반적으로 하위 유형에 관해 높은 수치를 나타내었고 관계중심성 유형이 가장 높았다. 집단 내 유형별 수치는 관계중심성, 감각추구성, 가족중심성, 일중심성, 합리적계획성, 여가무기력성 순의 수치를 나타내었다.

이는 여가활동을 할 때 관계를 중요시하고, 자신의 개성과 맞는 활동 참여를 위해 계획을 세워 일상생활 속에서 적극적으로 참여하며, 가족과 함께하는 여가를 선호하는 유형으로 볼 수 있다. 즉, 타인과 함께하는 여가활동 속에서 자신만의 개성이 돋보일 수 있도록 일상 중에도 주도적으로 참여하며, 가족과 함께하는 활동을 선호하는 스타일로 ‘가족활동선호 주도적여가 참여형’(n=62)이라고 정의하였다.

군집3은 다른 집단에 비하여 전반적으로 중간 수치를 나타내었다. 집단 내 유형별 수치는 관계중심성, 감각추구성, 합리적계획성, 일중심성, 가족중심성, 여가무기력성 순의 수치를 나타내었다. 이는 여가활동을 할 때 관계를 중요시하며, 일상생활 중에서도 자신이 원하는 여가활동에 적극적으로 참여하기 위해 계획적인 것을 추구하는 유형으로 볼 수 있다. 즉, 타인

표 6 여가라이프스타일 유형 군집에 대한 분산분석 및 사후검증

구분		여가 무기력성		가족 중심성		감각 추구성		관계 중심성		합리적 계획성		일 중심성	
		M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD
군집1	a	2.95	0.81	2.47	0.72	2.44	0.87	2.87	0.68	2.39	0.70	2.82	0.83
군집2	b	2.60	1.07	3.63	0.61	3.82	0.67	3.92	0.67	3.56	0.70	3.62	0.67
군집3	c	1.56	0.63	2.14	0.88	3.19	0.98	3.84	0.63	3.06	0.78	2.24	0.88
<i>F</i> (<i>P</i>)		45.105***		43.995***		47.427***		56.168***		46.802***		45.108***	
Post-hoc		c(a,b)		c(a,b)		a(c,b)		a(b,c)		a(c,b)		c(a,b)	

****p*<.001

과 함께 자신의 욕구를 충족시킬 수 있는 여가 활동에 참여하기 위해서, 계획을 기반으로 하여 일상 중에 주도적인 참여를 하는 스타일로 ‘계획적활동선호 주도적여가 참여형’(n=57)이라고 정의하였다.

2. 군집별 여가태도, 여가몰입 차이 검증

군집분석을 통하여 추출된 3가지의 여가라이프스타일 유형 군집별 여가태도, 여가몰입에 대한 차이를 살펴보기 위하여 일원배치 분산분석을 실시하였다. 그 결과는 <표 7>과 같다.

군집별 여가태도는 유의한 차이가 있는 것으로 나타났으며($p < .001$), 군집2, 군집3의 여가태도는 군집1에 비해 높은 것으로 나타났다.

군집별 여가몰입은 유의한 차이가 있는 것으로 나타났으며($p < .001$), 군집2, 군집3의 여가몰입은 군집1에 비해 높은 것으로 나타났다.

표 7. 군집 별 여가태도와 여가몰입의 차이

구분	여가태도		여가몰입		
	M	SD	M	SD	
군집1	a	3.46	0.50	3.33	0.61
군집2	b	4.11	0.44	4.07	0.50
군집3	c	4.09	0.49	3.93	0.59
F		42.812***		33.978***	
Post-hoc		a<b,c		a<b,c	

*** $p < .001$

IV. 논의

대학생의 여가활동은 일상 속 큰 부분을 차지하는 중요한 주제 중 하나로서 삶의 질 향상, 자신의 관심사와 취미 발견, 새로운 경험을 쌓을 수 있도록 한다. 하지만 참여자는 자신의 정확한 취향과 관심사를 파악하지 못하고 타인에 의한 선택으로 참여하기도 하는데, 이러한 선택은 단기적 효과로 일시적인 긍정적 영향을

주지만 장기적으로는 활동이 지루하고 힘들어질 수 있다. 즉, 일상 속 제약과 환경 등으로부터 일탈을 위하여 참여하게 되는 여가활동은 삶에 휴식과 즐거움을 주는 행복의 원천(홍중관, 2017)이다. 하지만 자발적, 능동적으로 참여할 수 있는 여가활동은 심리적 행복감을 높이지만 비활동적 여가활동은 영향을 주지 않기에(김근국, 문우림, 2020), 여가활동과 자신과의 적합 정도는 중요하다는 것이다.

이에 따라 본 연구에서는 대학생들의 여가라이프스타일 유형이 어떠한 특성을 가지고 군집화되는지 알아보고 형성된 군집에 따라 여가태도와 여가몰입에 차이가 있는지 규명하고자 하였다. 분석을 통해 도출한 결과와 논의는 다음과 같다.

첫째, 대학생의 여가라이프스타일 유형이 어떠한 군집의 유형으로 분류되는지 살펴보기 위해 총 2회의 K-평균 군집분석과 계층적 군집분석 실시를 통하여, 유형을 3개의 군집으로 군집화할 수 있었다. 또한, 각 군집에서 높은 양수를 가진 요인에 따라 군집별 특성을 확인할 수 있었다.

‘일상생활중시 비주도적여가 참여형(군집1)’은 전반적으로 무기력한 여가생활을 하며, 타인에 의한 비주도적인 활동을 할 경향을 보인다. ‘가족활동선호 주도적여가 참여형(군집2)’은 타인과 함께 개성 있는 여가생활을 주도적·계획적으로 행하고 가족 함께하는 것을 선호하기에 무기력한 여가생활을 할 경향은 낮다. ‘계획적활동선호 주도적여가 참여형(군집3)’은 계획을 기반으로 하여, 타인과 함께 자신이 원하는 여가활동에 참여하기에 무기력한 여가생활을 할 경향은 가장 낮다.

이러한 결과를 통하여 현재 대학 생활을 하는 학생들의 전반적인 여가활동 참여 경향성을 유추해 볼 수 있을 것이다. 또한, 군집1은 여가에 관심이 없거나 중요하게 여기지 않기에 여가활동을 지원하거나 안내할 수 있는 교육 및

복지 정책들이 필요함을 알 수 있다.

둘째, 대학생들의 여가생활은 대학생의 여가 라이프스타일에 따른 여가소비 및 심리적 특성에 대하여 알아본 손영미, 오세숙(2011)의 연구와 동일 결과로 전반적으로 가족중심적 또는 무기력한 여가생활보다 관계를 중심으로 두는 여가생활을 즐기는 것으로 보였다.

대학생 시기는 여러 사람과 친밀감을 형성하고 대인관계의 기초를 다지는 심리 사회적 발달 단계이다(손경숙, 2017). 이러한 관계발달은 대학생들의 자아실현과 삶의 만족도를 높이는 중요한 역할을 하며, 대인관계 및 사회성 발달, 새로운 경험을 통한 내적성장 등 다양한 효과를 도출한다. 따라서 대학생들이 여가활동을 통해 사회적 발달 및 지속적인 만족감을 얻을 수 있도록 환경 형성 및 지원 제공되어야 할 것이다.

셋째, 여가라이프스타일 유형 군집별 여가태도와 여가몰입에 대한 차이를 분석한 결과 유의한 수치를 나타냈다.

군집2, 군집3에 속한 대학생들이 군집1에 속해 있는 학생보다 높은 수치를 나타냈다. 이는 군집1의 학생들은 일중심적인 여가생활과 무기력함이 여가와 관련된 모든 제약을 받는 것으로 느끼게 하고 활동에 참여조차 하지 않게 된 것으로 유추해 볼 수 있다(현무성, 정기홍, 2018). 이는 현재 대학생 중 절반은 남들보다 더 나은 미래를 위해 스스로 설정한 틀 속에서 제약과 함께 살아가고 있음을 보여주는 것으로 판단된다.

따라서, 여가제약요인이 높을수록 여가정체성을 잃고 여가참여가 이루어지지 않는다는 노갑택, 최진영, 김성훈(2019)의 결과처럼 이를 완화시키고 무기력함을 해소하기 위해서는 긍정적인 여가태도가 긍정적인 여가라이프스타일을 만드는 기전으로 작용(강형길, 신석민, 2017)할 수 있어야 한다. 또한 학생들이 여가활동과 관련하여 관심을 가지고 적극적으로 참여할 수 있도록 여가와 관련된 다양한 교육과 경험의 기회를 제공하는 것이 필요하다.

본 연구의 결과를 종합해보면 여가활동 참여 집단의 특성을 통해 활동 패턴을 파악할 수 있음을 보여주고, 이를 활용하여 여가와 관련된 다양한 연구 분야에 적용 가능성을 확인할 수 있다. 또한, 군집 1과 같은 여가에 대하여 무기력한 학생들을 위해 대학에서 여가와 관련된 교육이나 다양한 경험의 기회를 제공한다면 일상생활 및 대학 생활에서도 긍정적인 효과를 나타낼 수 있을 것으로 판단된다. 특히, 대학생들의 여가라이프스타일의 특성에 관련된 연구와 지원 활동이 이루어진다면, 대학생들에게 여가에 대한 이해도를 높이고 여가활동의 방향성 제시, 사회적 발달 및 여가와 관련된 정책 수립에 도움을 줄 수 있을 것이다.

V. 결론 및 제언

본 연구는 대학생의 여가라이프스타일의 유형의 특성별 군집을 확인하고 여가태도와 여가몰입에 대한 차이를 분석하고자 하였다.

첫째, 대학생의 여가라이프스타일은 총 3가지의 특성을 가진 각기 다른 형태를 나타내었다. 각 군집이 보여주는 모습에 따라 ‘일상생활중시 비주도적 여가 참여형(군집1)’, ‘가족활동선호 주도적여가 참여형(군집2)’, ‘계획적활동선호 주도적여가 참여형(군집3)’으로 명명하였다.

둘째, 대학생의 여가라이프스타일은 여가활동 시 관계를 중심으로 하는 여가를 즐기거나 절반 정도의 학생들은 일상생활을 중시하며 비주도적으로 참여하는 것으로 알 수 있었다. 이는 일중심적인 일상생활을 규칙적으로 행함에 따라 다양한 사람들을 만날 기회가 줄어들었고, 지속된 생활 구조는 전반적인 여가에 대한 무관심을 키워 일상을 중시하는 비주도적인 활동을 보이는 것으로 판단된다.

셋째, 각 유형 군집에 따라 여가태도와 여가몰입은 유의한 차이를 나타내었다. 각 요인에

대하여 서로 다른 차이를 보이지만 Scheffe를 사용한 사후분석 결과 군집1보다 군집2, 군집3이 높은 수치를 도출하였다. 이는 군집2, 군집3에 속한 학생들은 여가활동을 계획적·적극적으로 행하지만 군집1의 학생들은 스스로 여가에 대한 심리적 제약 걸어 소극적인 활동함에 따라 차이를 보이는 것으로 판단된다.

연구의 제한점에 관하여 후속 연구에 대한 제한점은 다음과 같다.

첫째, 본 연구의 연구대상은 충남에 위치한 S대학교의 대학생들을 대상으로 연구를 진행하였기에 분석한 결과를 전국 각 대학의 대학생들로 일반화하기에는 다소 어려움이 있다. 이에 따라 후속 연구에서는 대상을 지역별, 학년제별 등 다양한 조건으로 확장 시킬 필요성이 있다.

둘째, 각 군집별 특성은 생활적 패턴, 양식을 반영하고 있지만, 후속 연구에서는 외적 환경에 따른 조건으로 관점을 확장하여 알아볼 필요성이 있다.

셋째, 추후에는 연구 결과 확인해본 바와 같은 특성을 대상으로 하여, 좀 더 심도 있게 확인해볼 수 있도록 질적 연구 방법이나 혼합연구 방법의 시도도 필요하다고 본다. 또한, 이러한 방법들을 사용하여 가장 여가가 가치 있게 활용되는 대학생 시기를 위해 각 특성별 여가활동 가이드라인, 로드맵 등을 제시해 줄 수 있을 것이다.

참고문헌

- 강형길, 조희태(2018). 여고생의 체육수업 기본심리욕구와 긍정적 여가라이프스타일 간의 관계 신체활동 여가태도의 매개효과. **한국여가레크리에이션학회지**, 42(2), 53-64.
- 강형길, 신석민. (2017). 여고생의 여가태도, 신체활동 관련 사회환경적 요인, 여가라이프스타일 간의 관계. **한국여가레크리에이션학회지**, 41(2), 53-65.
- 김경연(2022). 노인의 여가 열정이 자기효능감, 여가몰입 및 삶의 질에 미치는 영향 연구. **국내박사학위논문**. 중부대학교 대학원, 충청.
- 김경태(1996). 여가활동 참여와 여가태도의 관계. 미간행 박사학위논문. 서울대학교 대학원, 서울.
- 김근국, 문우림. (2020). 직장인 여가활동 참여정도와 직무스트레스 및 심리적 행복감의 관계 분석. **인문사회** 21, 11(4), 89-101.
- 김진영, 고영건, 김용희, 허태균(2009). 여가과몰입과 삶의 만족도 간 관계에서의 가족만족도의 중재 효과. **여가학연구**, 6(3), 157-177.
- 권기남, 이정래(2011). 수영동호인의 여가만족이 여가몰입과 여가정체성에 미치는 영향 분석. **한국여가레크리에이션학회지**, 35(1), 55-65.
- 노갑택, 최진영, 김성훈(2019). 테니스 동호인들의 여가제약, 여가정체성, 여가태도의 관계분석. **한국웰니스학회지**, 14(1), 243-252.
- 남정훈(2016). 여가스포츠 활동 참가자의 여가만족척도 적합도. **한국사회체육학회지**, 66(), 279-289.
- 민병학(2010). 생활체육참여자의 라이프스타일이 여가만족 및 생활만족도에 미치는 영향. 미간행 석사학위논문. 단국대학교 대학원, 경기.
- 박영진, 윤종대, 이봉근(2021). 코로나 19사태로 인한 대학생의 여가활동 제약과 생활체육 참가 및 주관적 행복감의 관계. **한국스포츠학회지**, 19(4), 71-80.
- 서광봉, 이성철(2021). 대학생의 여가축진, 여가태도, 주관적 행복의 구조적 관계. **청소년학연구**, 28(4), 117-134.
- 손경숙(2017). 대학생들의 대인관계능력과 문제해결능력에 관한 연구. **임상사회사업연구**, 14(1), 1-27.
- 손영미, 오세숙(2011). 대학생의 여가라이프스타일에 따른 여가소비 및 심리적 특성. **한국**

- 여가레크리에이션학회지, 35(2), 33-48.
- 손영미, 오세숙, 우성남(2010). 여가라이프스타일 척도 준거타당도 검증 연구. *한국여가레크리에이션학회지*, 34(2), 111-124.
- 손진희, 김지민(2020). 청소년 여가활동 활성화 방안에 관한 연구. *한국청소년활동연구*, 6(4), 71-94.
- 안병욱(2012). 여가활동 참여자의 여가태도, 몰입, 만족 및 재참여와의 관계. *한국레저사이언스학회지(구 여가웰니스학회지)*, 3(2), 11-20.
- 양재영(2013). 여가가 일과 삶의 질에 미치는 영향 - 여행사 직원의 여가태도 수준을 중심으로. *국내박사학위논문*. 경기대학교 대학원, 경기.
- 우성남, 손영미(2009). 여가라이프스타일 척도개발 연구. *여가학연구*, 7(1), 1-26.
- 유현순, 박명국(2010). 볼링참여자의 라이프스타일, 여가태도, 여가몰입, 생활만족도의 구조적 관계. *한국체육교육학회지*, 15(3), 109-122.
- 윤영선(2010). 패러글라이딩 참여자의 여가몰입이 여가정체성 및 생활만족에 미치는 영향. *한국여가레크리에이션학회지*, 34(2), 195-204.
- 이루다(2019). 노인의 여가몰입이 생활만족도에 미치는 영향에 관한 연구 - 자기효능감의 매개효과 검증. *국내박사학위논문*. 협성대학교 대학원, 경기.
- 이명희(2017). 노인의 여가만족과 여가몰입이 삶의 질에 미치는 영향에 관한 연구 - 심리적 안녕감의 매개효과 중심으로. *국내박사학위논문*. 예명대학원대학교 대학원, 서울.
- 이유진, 황선환(2020). 대학생의 여가참여형태에 따른 여가만족도 및 학교생활만족도. *한국융합과학회지*, 9(2), 1-19.
- 이윤구, 서광봉(2018). 대학생의 여가태도, 운동몰입, 주관적 행복의 구조적 관계. *한국체육학회지*, 57(2), 257-266.
- 왕설양(2023). 관광객의 라이프스타일에 따른 관광지선택속성, 지각된 가치, 관광만족도 및 재방문의도에 미치는 영향. *국내박사학위논문*. 영산대학교 대학원, 경남.
- 전형상, 윤상화, 김진표(2001). 대학생들의 전공별 여가태도와 여가 만족간의 관계. *한국여가레크리에이션학회지*, 21(1), 195-209.
- 정용각(1997). 여가운동 참가자의 스포츠 참여동기, 각성추구, 정서의 요인이 스포츠 몰입 행동에 미치는 영향. *미간행 박사학위논문*. 부산대학교 대학원, 부산.
- 정기홍(2021). 대학생의 여가라이프스타일이 여가기능에 미치는 영향. *대한스포츠융합학회지*, 19(1), 45-54.
- 정진배(2014). 대학생들의 성격특성과 여가제약이 여가지속의도에 미치는 영향. *한국체육과학회지*, 23(5), 641-650.
- 조민구(2015). 여가정책의 효과성 제고를 위한 여가활동 영향요인의 실증적 연구. *국내박사학위논문*. 서울시립대학교 대학원, 서울.
- 주형철, 김수현(2013). 대학생들의 여가라이프스타일 유형에 따른 여가만족 그리고 생활만족의 관계. *한국웰니스학회지*, 8(4), 57-72.
- 채정숙(1998). 대학생의 라이프스타일 특성에 관한 연구. *대구대학교 사회과학연구*, 5, 145-168.
- 최성훈(2014). 대학생들의 학령에 따른 여가활동 참가의 시작, 중단, 지속, 대체. *한국여가레크리에이션학회지*, 38(3), 141-149.
- 최영순, 조병준(2012). 여가태도가 여가만족과 직무만족에 미치는 영향. *관광연구저널*, 26(1), 249-266.
- 한상겸(2022). 대학생들의 여가활동에 따른 제약요인과 여가만족도에 관한 연구. *관광진흥연구*, 10(2), 169-186.
- 현다경(2021). 청소년의 여가태도가 사이버불링에 미치는 영향. *포래동조성의 매개효과*. *국내박사학위논문*. 대구한의대학교 대학원, 경북.

- 현무성, 정기홍(2018). 대학생의 여가라이프스타일 이 여가제약 및 진로태도성숙에 미치는 영향. *한국여가레크리에이션학회지*, 42(4), 53-66.
- 홍종관(2017). 행복을 위한 여가활동 및 향유하기 의 역할에 관한 연구. *행복한부자연구*, 6(2), 1-15.
- Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., & Anderson, R. E. (2010). *Multivariate Data Analysis. 7th ed.* Upper Saddle River NJ: Prentice Hall.
- Iso-Ahola, S. E.(1979). Some social psycho-logical determinants of perception of leisure Preliminary evidence. *Leisure Sciences*, 2(3-4), 305-314.
- Iso-Ahola, S. E.(1980). *The social psychology of leisure and recreation.* Dubuque, IA Wm. C. Brown Company Publishers.
- Lazer, W. (1963). Life style concepts and marketing. *Toward scientific marketing*, 15(4), 130-139.
- Ragheb, M. G., & Beard, J. G. (1982). Measuring leisure attitude. *Journal of Leisure Research*, 14(2), 155-167.