

## 여가 동기 유형에 따른 레크리에이션 전문화, 전문화 수준 향상 노력 및 전문화 의도의 차이

정명숙<sup>1</sup> · 황선환<sup>2</sup>

<sup>1</sup>서울시립대학교 박사과정 · <sup>2</sup>서울시립대학교 교수

Differences in Recreation Specialization, Efforts to Increase the level of Recreation Specialization, and Intent of Recreation Specialization Increase among type of Leisure Motivation

Chung, Myungsook<sup>1</sup> · Hwang, Sunhwan<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>University of Seoul

### Abstract

The purpose of this study was to analyze the differences in recreation specialization, efforts to increase the level of recreation specialization, and intent of recreation specialization increase among type of leisure motivation. To achieve the research objectives, frequency analysis, descriptive statistics, confirmatory factor analysis, reliability analysis, k-means cluster analysis, & one-way analysis of variance, were conducted using SPSS 27.0 and AMOS 26.0 programs, and the following research results were obtained. First, four clusters were formed according to the type of leisure motivation, which were categorized as intrinsic type, escaping type, extrinsic type, and seeking type, respectively. Second, there was a statistically significant difference in recreation specialization among leisure motivation type ( $p < .01$ ), with recreation specialization in the intrinsic type, escaping type, and seeking type groups being higher than in the extrinsic type. Third, although there was a statistically significant difference in efforts to increase the level of recreation specialization among leisure motivation type ( $p < .05$ ), post-hoc analyses did not reveal significant differences among the four groups. Finally, there was a statistically significant difference in intent of recreation specialization increase among leisure motivation type ( $p < .001$ ), with intent of recreation specialization increase in the extrinsic type and seeking type having higher than intrinsic type and escaping type.

This study suggests that university students should be encouraged to participate in leisure activities as a way to increase their satisfaction with school life, and that various on-campus student welfare policies can be proposed to encourage participation in leisure activities.

**Key words :** leisure motivation, recreation specialization, efforts to increase the level of recreation specialization, intent of recreation specialization increase

주요어 : 여가 동기, 레크리에이션 전문화, 전문화 수준 향상 노력, 전문화 의도

Address reprint requests to : Hwang, Sunhwan

E-mail: shhwang@uos.ac.kr

Received: November, 8, 2023 Revised: December, 9, 2023 Accepted: December, 15, 2023

## I. 서론

### 1. 연구의 필요성 및 목적

코로나19로 2020년 3월부터 2022년 4월까지 사회적 거리두기가 약 2년간 지속되었다. 대부분의 학교 수업이 비대면으로 전환되면서 이는 대학생들의 학교생활에도 많은 영향을 미쳤다. 2022 한국 사회 동향(Korean Social Trends)에 따르면 코로나19 시기에 상위권과 수도권 대학을 중심으로 휴학생과 신입생들의 중도 탈락률이 증가하였으며, 이러한 이유를 대학생들의 소속감 및 만족감 저하와 학교생활 부적응 문제가 있었을 것으로 평가하였다(통계개발원, 2022).

학교생활에 만족하는 학생들은 졸업 후 삶을 살아가는 데 있어서 상대적으로 높은 성취도를 나타낸다(Ryan & Deci, 2000). 학교생활 만족도는 국가경쟁력을 높이는 요소 중 하나이다(한국교육개발원, 2012). 대학생들은 사회적 거리두기 기간 중 등하교 시간을 절약할 수 있어 만족한다고 하면서도 한편으로는 동아리 및 소모임 등의 사회적 교류가 줄어든 점에 대해 아쉬움을 토로했다(SK텔레콤, 2020).

생애주기 중 청년기에 해당하는 대학생 시기는 개인의 자아식과 가치판단 기준이 형성되고 자유로운 선택에 따른 책임을 지게 되는 시기이다(김선희, 2010). 대학생들은 성숙한 사회구성원으로서 사회적 관계를 맺고, 개인의 능력을 개발하여 삶에 대한 성취와 보람을 찾으려는 강한 내면적 욕구를 지니고 있다(최성범, 함경수, 2009). 대학생들은 이러한 욕구를 충족하기 위한 시간을 자율적으로 관리할 수 있으며, 자신에게 적합한 여가활동 참여 기회의 폭이 비교적 넓다고 할 수 있다. 또한 대학생들은 여가활동을 효율적이고 창조적으로 활용함으로써 학업성취 향상은 물론 인간의 욕구 중 최고 단계인 자아실현을 이루는 원동력을 마련할 수 있다.

대학생들의 학교생활에서 여가는 학교생활

만족도를 나타내는 지표로 사용될 수 있으며, 신체적·심리적 건강 유지와 증진뿐 아니라 자아실현 및 행복을 추구하는 중요한 역할을 담당하고 있다. 대학 생활에서 선택할 수 있는 여가활동과 여가활동 참여의 기회가 매우 다양하다(Hills, Argyle, & Reeves, 2000). 대학생 시기에 경험하게 되는 다양한 여가활동은 대학 생활을 통해 얻을 수 있는 자원을 더욱 풍부하게 한다. 이러한 자원을 바탕으로 대학생들이 가치관과 정체성을 형성해 나아갈 수 있으며, 최적의 여가 경험에 기초하여 평생 여가활동의 발판을 마련할 수 있다는 점에서 대학생들을 대상으로 하는 연구는 의미가 있다.

인간에게 공통으로 기본적인 욕구가 있으며, 여가에 참여하는 사회심리적 욕구를 여가 동기(Leisure Motivation)로 설명할 수 있다(Beard & Ragheb, 1983). 욕구 이론(Needs Theory)에서 인간의 욕구를 생리적(Physiological) 욕구, 안전(Safety) 욕구, 사회적(Love & Belonging) 욕구, 존중(Esteem) 욕구, 자아실현(Self-Actualization) 욕구와 같이 다섯 가지로 구분하였다(Murray, 1938). Maslow(1954)는 둘 이상의 욕구가 함께 작용하여 행동을 유발할 수 있으며, 개인 욕구에 따라 여가활동에 참여하는 여가 동기의 우선 순위가 바뀔 수 있는 점을 강조하였다.

연구자들은 여가활동에 참여하는 개인의 다양한 여가 동기요인을 파악하고자 하였다. 여가 동기는 개인을 둘러싼 환경, 독특한 성격, 욕구와 목적에 따라 결정되며, 다양한 여가 동기에 따라 여가활동 선택이 달라진다(Hills, Argyle, & Reeves, 2000). Deci & Ryan(1985)은 자기 결정성(Self-Determination)에 따라 여가 동기를 내적동기와 외적동기로 구분하였으며, Iso-Ahola(1982)는 여가 동기를 추구(Seeking) 동기와 회피(Escaping) 동기로 구분하여 설명하였다.

자기 결정성 이론(Self-Determination Theory)은 외부의 환경적 요인이 내적동기에 어떠한 영향을 주는지에 관한 연구에서 시작되었다. 자기

결정성 이론에 의하면, 여가 동기는 개인의 자발적 선택 정도에 따라 내적동기, 외적동기, 무동기 등 세 가지 차원의 동기가 존재한다(Deci & Ryan, 1985). 또한, 자기 결정성의 수준에 따라 내적동기와 무동기 사이에 다양한 외적동기가 존재한다(Deci & Ryan, 1985, 2002; Ryan & Connell, 1989). 인간은 같은 활동을 하더라도 외적동기에 의한 행동과 내적동기에 의한 행동과는 차이가 있다고 보았다(Deci & Ryan, 1985). 내적동기와 외적동기는 상호대립적(Deci & Ryan, 1980) 혹은 상호보완적(Harackiewicz, 1979) 역할을 한다. 즉 외적보상이 내적동기를 감소시키는 역할을 하거나, 외적보상이 내적동기를 상승시키는 역할을 한다는 것이다.

여가 동기 중 내적동기는 활동 자체가 흥미롭고 즐거우며 보람 있다고 느끼는 동기이며, 외적동기는 보수, 상, 또는 외부의 인정으로 보람을 느끼는 동기이다(Ryan & Deci, 2000). 여가 동기는 여가활동에 참여하고자 하는 추구 욕구 외에도 특정 상황에서 벗어나고자 하는 회피 욕구를 포함한다(Beard & Ragheb, 1983). 여가활동을 선택하는 개인의 동기가 성취를 목표로 하는 욕구가 아닌 스트레스 상황을 회피하고 싶은 욕구에서도 비롯될 수 있기 때문이다.

여가활동 참여자들은 여가 동기에 의해 여가활동의 선택과 참여를 지속하는 가운데 자신의 활동에 특별한 애착을 갖고 열정적으로 참여하게 되며, 더 높은 수준에 도달하기 위하여 시간과 노력을 투자하는 특성이 나타나게 된다. Bryan(1977, 1979)은 이러한 특성을 레크리에이션 전문화(Recreation Specialization)로 설명하였으며, 장비(Equipment), 기술(Skill), 활동장소(Setting)의 선호도로 나타나는 ‘일반인에서 전문가에 이르는 연속체’로 정의하였다.

이후 많은 연구자가 레크리에이션 전문화를 정의하였다. Williams(1985)는 레크리에이션 전문화를 ‘한 가지 측면에 대해 집중하고 지식을 얻으며 흥미를 갖는 경향’으로 정의하였고,

Kuentzel & McDonald(1992)는 레크리에이션 전문화를 ‘일반적 수준에서 전문적 수준의 단일방향으로 발전해 나아가는 과정’으로 정의하여 개인이 특정 여가활동에 참여하여 상위단계로 발전해 나아가는 과정으로 설명하였다. Scott & Shafer(2001)는 ‘행위(Behavior), 지식과 기술(Skill & Knowledge), 심리적 헌신(Psychological Commitment)이 시간이 지남에 따라 진전되어 가는 과정’으로 정의하여 레크리에이션 전문화가 단일차원이 아닌 다차원적 특성임을 인정하였다.

레크리에이션 전문화는 진지한 여가와 유사한 개념으로 설명할 수 있다(김미량, 2019; Scott, 2012). Stebbins(1982, 1992)는 진지한 여가에 참여하는 사람들의 6가지 특성 중 ‘개인적 노력(Personal Effort)’을 제시하였다. 레크리에이션 전문화는 진지한 여가의 지속적 참여를 통해 나타나며, 더 높은 수준의 지식과 기술을 습득하고자 하는 노력을 기울일 때 나타난다(김미량, 황선환, 2011).

레크리에이션 전문화와 진지한 여가를 비슷한 개념으로 설명할 수 있는 점, 진지한 여가 참여자들의 6가지 특성 중 개인적 노력이 있는 점, 여가활동에 열정적으로 참여하여 더 높은 수준에 도달하기 위하여 시간과 노력을 투자하는 특성을 보이는 점을 볼 때, 여가활동의 경력과 전문적 지식을 축적하기 위해서는 개인의 노력과 의지가 필요함을 알 수 있다. 이러한 근거로 전문화 수준을 향상시키고자 하는 노력 및 전문화 의도를 측정하고자 하였으나, 기존의 선행연구에서는 이를 측정하기 위한 척도를 찾아보기 어려웠다. 따라서 본 연구에서 선행연구와 전문가 회의를 통해 척도를 구성하였다. 본 논문에서 여가활동을 통해 지속적 혜택을 얻고자 하는 개인의 노력을 전문화 수준 향상 노력(Efforts to Increase the level of Recreation Specialization)으로, 이러한 레크리에이션 전문화 수준을 현재보다 더 높이고 싶어 하는 의지를 레크리에이션 전문화 의도(Intent of Recreation Specialization)

Increase)로 조작적 정의하였다.

여가 동기는 여가활동에 대한 흥미와 참여를 이끄는 에너지이며(Losier, Bourque, & Vallerand, 1993), 레크리에이션 전문화는 여가 활동 참여의 반복과 행동을 강화하는 과정에서 얻어지는 발전적 과정이다(Bryan, 1979). 이러한 관점에서 여가 동기와 레크리에이션 전문화는 여가활동 참여와 지속을 통해 전문화를 경험하는 과정에서 개인의 정서와 행동 변화과정을 파악할 수 있는 중요한 요인이라고 할 수 있다. 이 연구의 목적은 여가활동에 참여하는 대학생들의 여가 동기 유형별 수준에 따라 집단을 분류하고, 여가 동기 유형에 따라 레크리에이션 전문화, 전문화 수준 향상 노력 및 전문화 의도의 차이를 규명하는 것이다.

레크리에이션 전문화 수준이 어느 동기 유형에서 높은가를 규명한다면 대학생들의 여가활동 제고를 위하여 어느 수준의 내적동기가 필요하며, 어느 수준의 혜택과 보상이 주어져야 하는지, 혹은 학업과 학교생활에서 발생하는 스트레스로부터 탈출하고 싶은 욕구 또한 여가동기로 활용될 수 있는지 밝힐 수 있을 것이다. 이러한 연구목적 달성을 위하여 다음과 같은 연구가설을 설정하였다. 첫째, 여가 동기 유형에 따라 레크리에이션 전문화의 차이가 있을 것이다. 둘째, 여가 동기 유형에 따라 전문화 수준 향상 노력의 차이가 있을 것이다. 셋째, 여가 동기 유형에 따라 전문화 의도의 차이가 있을 것이다.

이 연구는 대학생들이 여가활동을 통해 사회적 교류와 소속감 고취로 안정적인 학교생활을 영위하고, 여가 전문성 향상을 통해 삶의 질을 높이는 데 도움이 되는 방안을 제시할 수 있을 것이다. 또한, 코로나19 이후 학교생활 적응에 어려움을 겪고 있는 대학생들의 학교생활 만족도를 높이는 방안으로 여가활동 참여를 독려하며, 여가활동 참여를 위한 다양한 교내 학생복지정책을 제안할 수 있을 것이다.

## II. 연구방법

### 1. 연구대상자 및 자료수집방법

이 연구는 서울 및 수도권 지역의 4년제 대학교에서 여가활동에 참여하고 있는 대학생 420명을 대상으로 하였다. 2023년 6월 1일부터 약 2개월 동안 목적표집법(Purposive Sampling Method)을 활용하여 연구대상자를 선정하였다. 사전에 연구대상자들에게 연구의 내용과 목적을 설명한 후 자기평가기입법으로 설문에 응답하도록 하였다. 여가 관련한 질문은 본인이 주로 참여하는 여가활동에 대해서 질문하였으며, 참여 여가활동에서 휴식 활동을 제외할 것을 요청하였다. 신뢰도가 떨어진다고 판단한 18부의 설문지를 제외한 후 최종 유효 자료 402부를 활용하여 분석하였다.

연구대상자의 성비는 남성이 236명(58.7%)으로 여성 166명(41.3%)보다 다소 많았다. 나이는 18세에서 27세까지 분포되었으며, 평균 연령은 22.0세(SD=2.0)로 나타났다. 대학생들의 전공은 인문계열이 104명(25.9%), 자연계열이 84명(20.9%), 예술체육계열이 155명(38.5%) 및 기타 59명(14.7%)이었다. 여가활동 참여기간은 1개월에서 180개월까지 분포되었으며, 평균 참여 기간은 56.4개월(SD=53.1)이었다. 여가활동 참여 유형은 스포츠 활동이 262명(65.2%), 비스포츠 활동이 140명(34.8%)으로 나타났다. 연구대상자의 인구통계학적 특성은 <표 1>과 같다.

### 2. 조사 도구

연구의 목적을 달성하기 위해 사용된 조사 도구로 설문지를 활용하였으며, 설문 항목은 총 37문항으로 구성하였다. 구체적으로 성별, 나이, 학년, 전공, 여가활동 유형, 참여 기간, 참여 빈도, 참여 강도 등 일반적 특성 및 참여 특성 8문항으로 구성하였다. 성별, 학년, 전공, 여가활동

표 1. 인구통계학적 특성

| 구분         |             | n       | %       |
|------------|-------------|---------|---------|
| 성별         | 남성          | 236     | 58.7    |
|            | 여성          | 166     | 41.3    |
| 학년         | 1학년         | 36      | 9.0     |
|            | 2학년         | 93      | 23.1    |
|            | 3학년         | 137     | 34.1    |
|            | 4학년         | 124     | 30.8    |
|            | 기타          | 12      | 3.0     |
| 전공         | 인문계열        | 104     | 25.9    |
|            | 자연계열        | 84      | 20.9    |
|            | 예술체육계열      | 155     | 38.5    |
|            | 기타          | 59      | 14.7    |
| 여가활동<br>유형 | 스포츠 활동      | 262     | 65.2    |
|            | 비스포츠 활동     | 140     | 34.8    |
| 합계         |             | 402     | 100     |
| 나이         |             | M=22.0  | SD=2.0  |
|            | 참여 기간(개월)   | M=56.4  | SD=53.1 |
| 참여 정도      | 참여 빈도(회/주)  | M=2.8   | SD=1.7  |
|            | 참여 강도(분/하루) | M=137.3 | SD=74.9 |

유형은 폐쇄형 질문으로, 나이와 참여 정도는 개방형 질문으로 측정하였다. 본 연구의 주요 연구 변인은 여가 동기 3문항, 레크리에이션 전문화 21문항, 전문화 수준 향상 노력 4문항, 전문화 의도 1문항 등 29문항으로 구성하였다. 여가 동기, 레크리에이션 전문화, 전문화 수준 향상 노력, 전문화 의도 척도는 선행연구를 바탕으로 구성하였으며, 전문가 회의를 통하여 문항을 수정하고 검토하는 과정을 반복하였다.

### 1) 여가 동기(Leisure Motivation)

여가 동기 척도는 Ryan & Deci(2000)의 자기결정이론에 기초하였으며, 이보람, 정지혜(2015)의 한국형 스포츠 동기(SMS-K) 척도를 참고하여 활용하였다. 여가 동기 척도는 내적 동기, 외적(추구)동기, 회피동기 요인으로 구성하였다. 구체적인 문항은 ‘즐거움 자체를 위하여’, ‘혜택 및 보상을 위하여’, ‘불이익 회피를 위하여’의 3문항으로 구성하였다. 여가 동기 척도는 개방형 문항으로 각 문항은 최소 0%부터 최대 100%까지로 하되, 세 문항 합이 100%가 되도록 응답받았다. 연구대상자들의

이해를 돕기 위해 ‘즐거움 자체를 위하여: 50%, 혜택 및 보상을 위하여: 30%, 불이익 회피를 위하여: 20%’와 같은 예시를 제시하였다.

### 2) 레크리에이션 전문화(Recreation Specialization)

대학생들의 레크리에이션 전문화 수준을 측정하기 위해 이문진(2011)이 개발한 레크리에이션 전문화 척도를 활용하였다. 스포츠 활동 참여자들을 대상으로 개발한 레크리에이션 전문화 척도를 비스포츠 참여자들에게도 적용할 수 있도록 수정하여 사용하였다. 레크리에이션 전문화 척도는 인지적 전문화 6문항, 행동적 전문화 6문항, 정서적 전문화 9문항 등 21문항으로 구성하였다.

레크리에이션 전문화 중 인지적 전문화는 ‘나는 여가활동 관련 지식이 풍부하다.’, 행동적 전문화는 ‘나는 다른 참가자들에 비해 오랜 기간 여가활동에 참여했다.’, 정서적 전문화는 ‘여가활동은 나에게 매우 중요하다.’ 등의 문항으로 구성하였다. 레크리에이션 전문화는 7점 리커트(Likert) 척도를 이용하여 ‘전혀 그렇지 않다(1점)’에서 ‘매우 그렇다(7점)’까지 측정하였다.

### 3) 레크리에이션 전문화 수준 향상 노력(Efforts to Increase the level of Recreation Specialization)

전문화 수준 향상 노력 척도는 김미량(2015)이 개발하여 재정립한 ‘진지한 여가 척도(SLS II)’ 중 ‘개인적 노력(Personal Effort)’ 문항을 참고하여 구성하였다. 전문화 수준 향상 노력은 여가활동을 통해 지속적 혜택을 얻고자 하는 개인의 노력 정도를 측정하기 위한 문항으로 구성하였다. 구체적으로 더 많은 열정 투자, 더 많은 금전적 투자, 더 많은 참여 및 경험 획득을 위한 노력, 더 높은 기술 수준 및 고차원적 지식수준의 향상 노력 등 4문항으로 구성하였다. 전문화 수준 향상 노력은 7점 리커트(Likert) 척도를 이용하여 ‘전혀 그렇지 않다(1점)’에서 ‘매우 그렇다(7점)’까지 측정하였다.

#### 4) 레크리에이션 전문화 의도(Intent of Recreation Specialization Increase)

전문화 의도 척도는 여가활동의 전반적인 수준을 더 높이고 싶어 하는 의향을 측정하기 위한 문항으로 구성하였다. 전문화 의도는 폐쇄형 질문으로 ‘현재 수준보다 낮추고 싶다’, ‘현재 수준을 유지하고 싶다’, ‘현재 수준보다 높이고 싶다’로 구성하였다. 전문화 의도는 세 문항 중 하나의 문항에만 응답하도록 하였으며, 감소 1점, 유지 2점, 향상 3점으로 측정하였다.

### 3. 조사도구의 타당도 및 신뢰도

레크리에이션 전문화 설문지 문항에 대한 구성타당도(Construct Validity)는 확인적 요인분석(Confirmatory Factor Analysis)을 통해 검증하였으며, 이 과정에서 집중타당도(Convergent Validity)와 판별타당도(Discriminant Validity) 역시 검증하였다. 확인적 요인분석으로 측정모형의 적합도를 먼저 검증하였다. 모형의 적합도 검증은 TLI(Tucker-Lewis Index), IFI(Incremental Fit Index), CFI(Comparative Fit Index) 및 RMSEA(Root Mean Square Error of Approximation) 네 가지 지수를 활용하여 측정하였다. TLI, IFI, CFI는 .90 이상, RMSEA는 .08 이하가 적합하다고 판단한다(Bentler & Bonett, 1980). 측정모형의 검증 결과  $\chi^2=492.772$ ,  $df=168$ ,  $\chi^2/df=2.933$ , TLI=.948, IFI=.958, CFI=.958, RMSEA=.069로 도출되어 기준치를 충족한 것으로 나타났다. 레크리에이션 전문화의 확인적 요인분석 결과는 <표 2>와 같다.

집중타당도는 합성신뢰도(Composite Reliability)와 평균분산추출(Average Variance Extracted) 값을 산출하여 검증하였다. 일반적으로 집중타당

도 검증을 위하여 합성신뢰도 지수는 .70 이상, 평균분산추출 지수는 .50 이상으로 설정한다(노경섭, 2019). 검증 결과 레크리에이션 전문화의 CR은 .833~.945, AVE는 .627~.814로 나타나 기준치를 충족하였다.

레크리에이션 전문화 및 전문화 수준 향상 노력 변인의 다문항 항목이 동질적인 문항으로 구성되었는지 확인하기 위하여 신뢰도 검증을 하였다. Cronbach's  $\alpha$  계수를 활용한 레크리에이션 전문화의 전체 신뢰도는 .953, 전문화 수준 향상 노력의 신뢰도는 .896으로 나타나 .70 이상이면 적합하다는 기준을 충족하였다(Nunnally, 1978).

전문화 수준 향상 노력과 전문화 의도 문항은 단일 요인 문항으로 구성되어 타당도 검증을 생략하였으며, 전문화 의도는 명목척도로 신뢰도 분석을 생략하였다.

### 4. 자료처리

연구목적을 달성하기 위한 자료처리는 SPSS 26.0 및 AMOS 26.0 프로그램을 활용하였다. 연구대상자의 일반적 특성 및 주요 변인들의 평균과 표준편차를 알아보기 위하여 빈도분석, 기술 통계분석을 하였으며, 요인들의 타당도와 신뢰도를 검증하기 위하여 확인적 요인분석과 신뢰도 분석을 하였다. 여가 동기 유형에 따른 집단을 분류하기 위하여 계층적 군집분석 및 K-평균 군집분석을 하였으며, 여가 동기 유형에 따라 레크리에이션 전문화, 전문화 수준 향상 노력, 전문화 의도의 차이를 검증하기 위하여 일원 배치 분산분석(One-way ANOVA) 및 Scheffe 사후 검증을 하였다.

표 2. 레크리에이션 전문화의 모델 적합도 및 신뢰도

| 변인    | TLI   | IFI   | CFI   | RMSEA |
|-------|-------|-------|-------|-------|
| 최초 모델 | .948  | .958  | .958  | .069  |
| 기준    | ≥ .90 | ≥ .90 | ≥ .90 | ≤ .08 |
| 결과    | 적합    | 적합    | 적합    | 적합    |

$\chi^2=492.772$ ,  $df=168$ ,  $\chi^2/df=2.933$ , Cronbach's  $\alpha=.953$

## Ⅲ. 결과

### 1. 변인들의 평균 및 표준편차

분석에 사용된 주요 변인의 평균 및 표준편차를 살펴보면, 여가 동기 중 즐거움 자체는  $M=65.24(SD=23.43)$ , 혜택 보상은  $M=28.59(SD=20.50)$ , 불이익 회피는  $M=5.88(SD=11.10)$ 로 즐거움 자체의 평균이 가장 높고 불이익 회피의 평균이 가장 낮게 나타났다. 레크리에이션 전문화 평균은  $M=4.58(SD=1.14)$ , 전문화 수준 향상 노력 평균은  $M=5.19(SD=1.25)$ , 전문화 의도의 평균은  $M=2.22(SD=0.54)$ 로 나타났다. 주요 변인들의 기술통계 분석 결과는 <표 3>과 같다.

표 3. 기술 통계분석 N=402

| 변인           | min  | max    | M     | SD    |
|--------------|------|--------|-------|-------|
| 즐거움 자체       | 0.00 | 100.00 | 65.24 | 23.43 |
| 혜택 보상        | 0.00 | 100.00 | 28.59 | 20.50 |
| 불이익 회피       | 0.00 | 50.00  | 5.88  | 11.10 |
| 레크리에이션 전문화   | 1.10 | 7.00   | 4.58  | 1.14  |
| 전문화 수준 향상 노력 | 1.00 | 7.00   | 5.19  | 1.25  |
| 전문화 의도       | 1.00 | 3.00   | 2.22  | 0.54  |

## 2. 여가 동기 유형별 수준 집단 분류

여가활동에 참여하는 대학생들의 여가 동기는 개방형 비율척도를 활용하였다. 이를 통하여 둘 이상의 여가 동기가 동시에 작용할 수 있는 점, 각각의 여가 동기가 서로 다른 비율로 작용하여 여가 행동을 결정할 수 있는 점을 살펴보고자 하였다.

여가 동기 유형에 따라 군집이 어떻게 형성되는지 살펴보기 위하여 Ward 연결법과 덴드로그램을 활용한 계층적 군집분석(Hierarchical Clustering)을 하였다. 형성된 군집 간 유사성을 확인한 후 K-평균 군집분석(K-means Clustering)을 활용한 비계층적 군집분석을 하였다. 최종적으로 여가 동기 유형에 따라 4개의 군집이 형성되었다.

첫 번째 집단( $n=170$ )은 즐거움 자체 수준이 높아 내적동기형으로, 두 번째 집단( $n=52$ )은 즐거움 자체, 혜택 보상, 불이익 회피 수준이

표 4. 여가 동기 유형별 수준 집단 분류 N=402

| 집단     | 즐거움-특징 High | 회피-회피형 High | 혜택-혜택-외적 High | 즐거움-추구형 Some what High | $F(p)$     |
|--------|-------------|-------------|---------------|------------------------|------------|
| 집단 명명  | 내적 동기형      | 회피형         | 외적 동기형        | 추구형                    |            |
| $n$    | 170         | 52          | 33            | 147                    |            |
| 즐거움 자체 | 87.3        | 40.1        | 25.3          | 57.6                   | 540.234*** |
| 혜택 보상  | 10.5        | 29.3        | 70.9          | 39.7                   | 491.019*** |
| 불이익 회피 | 2.2         | 30.6        | 2.4           | 2.2                    | 372.531*** |

\*\*\* $p < .001$

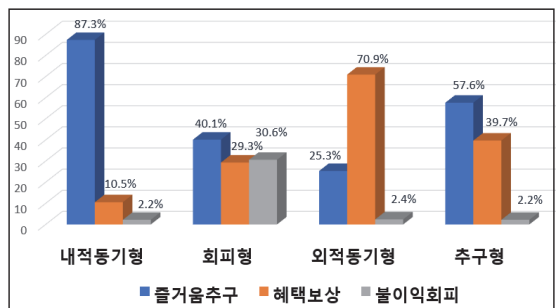


그림 1. 여가 동기 유형에 따른 집단 분류

비교적 고루 높지만 다른 집단에 비해 불이익 회피 수준이 높은 특징을 가지고 있어 회피형으로, 세 번째 집단( $n=33$ )은 혜택 보상 수준이 높아 외적동기형으로, 네 번째 집단( $n=147$ )은 즐거움 자체 및 혜택 보상 수준이 다소 높아 추구형 집단으로 명명하였다. 결과는 <표 4>, <그림 1>과 같다.

## 3. 여가 동기 유형에 따른 레크리에이션 전문화

대학생 여가활동 참여자의 여가 동기 유형에 따른 레크리에이션 전문화의 차이를 규명하기 위하여 일원 배치 분산분석(One-way ANOVA)을 수행한 결과는 <표 5>, <그림 2>와 같다. 분석 결과, 대학생들의 여가 동기 유형에 따라 레크리에이션 전문화는 통계적으로 유의한 차이가 있었다( $F=5.532, p<.01$ ). 사후 검증 결과 내적동기형 집단( $M=4.59, SD=1.06$ ), 회피형 집단( $M=4.83, SD=1.26$ ), 추구형 집단

(M=4.65, SD=1.16)의 레크리에이션 전문화가 높고, 외적동기형 집단(M=3.86, SD=1.03)의 레크리에이션 전문화가 낮은 것으로 나타났다.

표 5. 여가 동기 유형에 따른 레크리에이션 전문화 N=402

| 여가동기 유형 | n   | M(SD)      | F(p)    | post-doc |
|---------|-----|------------|---------|----------|
| 내적동기형   | 170 | 4.59(1.06) | 5.532** | ③<①,②,④  |
| 회피형     | 52  | 4.83(1.26) |         |          |
| 외적동기형   | 33  | 3.86(1.03) |         |          |
| 추구형     | 147 | 4.65(1.16) |         |          |

\*\*p <.01

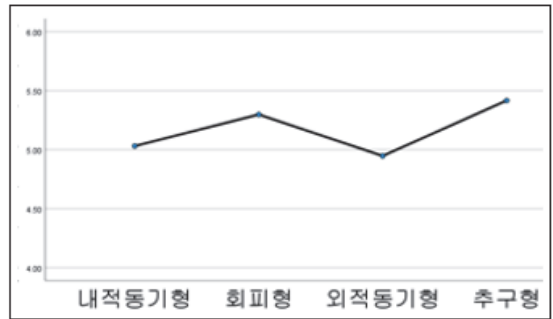


그림 3. 여가 동기 수준에 따른 전문화 수준 향상 노력

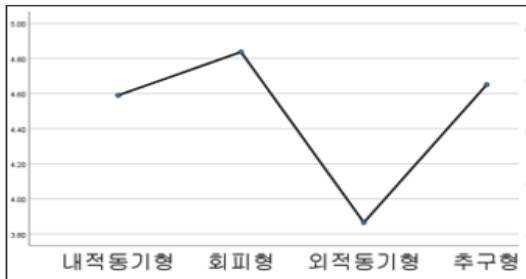


그림 2. 여가 동기 수준에 따른 레크리에이션 전문화

#### 4. 여가 동기 유형에 따른 전문화 수준 향상 노력

대학생 여가활동 참여자의 여가 동기 유형에 따른 전문화 수준 향상 노력의 차이를 규명하기 위하여 일원 배치 분산분석(One-way ANOVA)을 수행한 결과는 <표 6>, <그림 3>과 같다. 분석 결과, 대학생들의 여가 동기 유형에 따라 전문화 수준 향상 노력은 p<.05 수준에서 통계적으로 유의한 차이가 있었지만 (F=3.072), 사후 검증 결과 모든 집단 간 전문화 수준 향상 노력의 차이는 나타나지 않았다.

표 6. 여가 동기 유형에 따른 전문화 수준 향상 노력 N=402

| 여가동기 유형 | n   | M(SD)      | F(p)   | post-doc |
|---------|-----|------------|--------|----------|
| 내적동기형   | 170 | 5.03(1.37) | 3.072* | .        |
| 회피형     | 52  | 5.29(1.20) |        |          |
| 외적동기형   | 33  | 4.94(1.01) |        |          |
| 추구형     | 147 | 5.41(1.16) |        |          |

\*p <.05

#### 5. 여가 동기 유형에 따른 전문화 의도

대학생 여가활동 참여자의 여가 동기 유형에 따른 전문화 의도의 차이를 규명하기 위하여 일원 배치 분산분석(One-way ANOVA)을 수행한 결과는 <표 7>, <그림 4>와 같다. 분석 결과, 대학생들의 여가 동기 유형에 따라 전문화 의도는 통계적으로 유의한 차이가 있었다 (F=7.071, p<.001).

사후 검증 결과, 외적동기형 집단(M=2.52, SD=0.56)과 추구형 집단(M=2.31, SD=0.49)의 전문화 의도가 높고, 내적동기형 집단(M=2.11,

표 7. 여가 동기 유형에 따른 전문화 의도 N=402

| 여가 동기 유형 | n   | M(SD)      | F(p)    | post-doc |
|----------|-----|------------|---------|----------|
| 내적동기형    | 170 | 2.11(0.52) | 7.071** | ①,②<③,④  |
| 회피형      | 52  | 2.17(0.64) |         |          |
| 외적동기형    | 33  | 2.52(0.56) |         |          |
| 추구형      | 147 | 2.31(0.49) |         |          |

\*\*\*p <.001

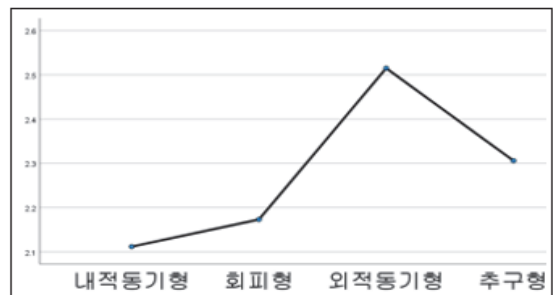


그림 4. 여가 동기 수준에 따른 전문화 의도



SD=0.52)과 회피형 집단(M=2.17, SD=0.64)의 전문화 의도가 낮은 것으로 나타났다.

#### IV. 논의

여가는 자기 정체성과 행복을 찾아가는 의도적이고 자발적인 활동이다. 여가활동 참여자들의 각기 다른 참여목적에 따라 개인의 욕구와 동기가 다양할 것이다. 여가 분야에서 레크리에이션 전문화는 오래 참여할수록 전문화된다고 보았으며, 여가활동 참여자의 선호도, 동기, 태도 등의 변화를 탐구하는 데 사용되었다. 이 연구는 여가활동에 참여하고 있는 대학생들의 여가 동기 유형에 따른 레크리에이션 전문화, 전문화 수준 향상 노력 및 전문화 의도의 차이를 검증하기 위하여 수행되었다. 대학생 여가활동 참여자 402명에 대한 분석 결과를 토대로 논의하고자 한다.

첫째, 내적동기형 집단, 회피형 집단, 추구형 집단의 레크리에이션 전문화가 외적동기형 집단의 레크리에이션 전문화보다 높았다. 황선환(2010)의 연구에서도 대학생들은 내적 즐거움과 만족을 추구하기보다 주변 친구와 동반자들을 의식하는 경향을 나타내어 외적동기는 레크리에이션 전문화에 유의한 영향을 미치지 않는 것을 보고하였다. 외적동기도 여가스포츠 행동에 영향을 미치기는 하지만, 대부분 내적동기가 외적동기보다 개인행동에 더 큰 영향을 미친다(Alexandris, Tsorbatzoudis, & Grouios, 2002). 대학생들이 외적동기에 의해 전공을 선택한 경우, 학교생활에 흥미를 느끼지 못하고 전공을 자신의 목표와 통합하는 데 어려움을 느끼는 것과 일맥상통한다고 볼 수 있다.

여기서 주목해 볼 만한 사실은 불이익 회피 수준이 높은 회피형 집단의 레크리에이션 전문화가 높게 나타났다는 점이다. 여가 동기는 여가활동에 참여하고자 하는 욕구에 그치지 않고, 여가활동 참여를 지속하는 가운데 다양한 편익을

획득하고자 하는 욕구로 설명할 수 있다. 또한, 여가활동 참여자들의 여가 동기는 다른 사람을 만나 사회적 교류를 맺고 특별한 경험을 하고 싶은 욕구뿐 아니라 일상과 직장에서 벗어나고 싶은 욕구를 포함한다(Simkova & Holzner, 2014). 정하나(2022)의 연구에서도 모든 차원의 추구-회피 동기 수준이 높을 때 레크리에이션 전문화 수준이 가장 높게 나타났으며, 양혜주, 황선환(2022)은 심리적 욕구 충족뿐 아니라 일상의 스트레스에서 벗어날 수 있도록 추구동기와 회피동기의 상호보완적 작용이 필요함을 주장하여 본 연구의 결과를 지지하였다.

즉 내적동기, 외적(추구)동기, 불이익 회피 중 어느 하나의 요소가 제외되지 않고 고루 나타날 때 레크리에이션 전문화가 향상됨을 알 수 있다. 불이익 회피는 특정 상황으로부터 피하고자 하는 동기가 아닌 개인이 처한 상황을 극복하고 전문화에 이르고자 하는 적극적 의미의 동기로 보아야 할 것이다.

둘째, 여가 동기 유형에 따른 전문화 수준 향상 노력은 사후 검증 결과 유의한 차이가 나타나지 않았다. 미미한 차이기는 하나 추구형 집단의 전문화 수준 향상 노력이 다소 높은 양상을 보였다.

여가활동에 대한 전문화 수준을 향상시키고자 하는 노력은 여가활동에 대한 고차원적 만족 수준을 높이하고자 하는 개인의 노력이다. 내적 동기부여가 있는 상황에서 외적동기가 제공되면 효과가 가중된다고 보았다(Harackiewicz, 1979). 외적동기는 여가활동의 유인 혹은 촉발 요인으로 작용할 수 있지만, 외적동기만으로 전문화 수준 향상 노력 수준을 높이는 데 한계가 있는 것을 알 수 있다. 특히 전문화 수준 향상 노력은 내적동기와 외적동기를 효과적으로 결합할 수 있을 때 높게 나타났다.

셋째, 외적동기형 집단과 추구형 집단의 전문화 의도가 높고, 내적동기형 집단과 회피형 집단의 전문화 의도가 낮았다. 여기서 혜택 보

상 수준이 높은 외적동기형 집단의 전문화 의도가 높은 것에 주목할 필요가 있다. 즐거움 자체 수준과 혜택 보상 수준 등 다양한 편익을 획득하고자 하는 집단의 전문화 의도가 높았다. 여가활동 참여를 통해서 혜택이나 보상의 획득을 기대하는 참여자들이 자신의 현재 활동 수준이 부족하다고 생각하며, 여가활동의 전반적 수준을 더 발전시키고 싶은 의도가 강한 것을 알 수 있다.

다만, 본 연구에서 외적동기형 집단은 혜택 보상 수준만 높은 것이 아닌 즐거움 자체 수준도 전체 100% 중 25.3%로 다소 높게 나타났다. 동기이론 초기 연구에서 외적보상이 클수록 여가 동기가 증가한다고 보았다(유진, 1993). 하지만, 여가 행동을 실행하기 위한 여가 동기가 보상이나 벌 등 강화에 의한 외적동기에 의해서만 작용한다면 여가활동의 레크리에이션 전문화 수준을 현재보다 더 높이고자 하는 의도에 한계가 있을 것이다. 외적보상 욕구가 충족되는 과정에서 강한 심리적 만족감과 성취감을 느껴 전문화 의도를 높이는 것을 알 수 있다. 여가 행동을 실행하기 위해 지속력이 강한 내적동기를 유발하는 것이 바람직하지만, 외적동기의 유발 없이 순수한 내적동기만의 유발은 어려우며 적절한 외적동기 유발을 통해 내적동기를 자극하여 전문화 의도를 향상시킬 필요가 있다.

또한, 내적동기형 집단의 전문화 의도가 낮게 나타났다. 즐거움은 여가활동을 지속시키는 요인이다(Ryan & Deci, 2000). 하지만, 즐거움은 여가활동의 전문성을 높이고자 하는 의도에 관여하지 않으며, 회피 수준을 높게 인식하는 것 역시 전문화 의도를 높이지 못하는 결과를 보여주었다.

레크리에이션 전문화, 전문화 수준 향상 노력 및 전문화 의도를 높이기 위해 각각 어느 수준의 여가 동기가 필요한가를 정리해보면 다음과 같다. 첫째, 레크리에이션 전문화 수준을 높이기 위해서는 40.1~87.3%의 즐거움 수준,

10.5~39.7%의 혜택 보상 수준 및 2.2~30.6%의 회피 수준이 필요한 것으로 나타났다. 특히 회피 수준이 높을수록 레크리에이션 전문화 수준이 높게 나타났다. 회피동기는 여가활동의 제약을 발생시키는 요인이 아닌 제약을 적극적으로 극복하고자 하는 동기임을 확인할 수 있다. 둘째, 미미한 차이기는 하지만, 전문화 수준 향상 노력 수준을 높이기 위해서는 40.1~57.6%의 즐거움 수준, 29.3~39.7%의 혜택 보상 수준이 필요한 것으로 나타났다. 즉 즐거움 수준과 혜택 보상 동기가 상호보완 작용을 할수록 전문화 수준 향상 노력 수준이 높아지는 것을 시사한다. 셋째, 전문화 의도 수준을 높이기 위해서는 25.3~57.6%의 즐거움 수준과 39.7~70.9% 수준의 혜택 보상 수준이 필요한 것으로 나타났다. 이는 내적동기만으로는 전문화 의도를 높이기 어려우며, 혜택이나 보상 등 외적동기가 주어질수록 전문화 의도가 높아지는 것으로 나타났다.

## V. 결론 및 제언

인간은 여가활동 참여를 통해 일상의 지루함과 스트레스에서 벗어나고, 동시에 다양한 사회적 교류와 특별한 경험을 얻고자 한다. 인간의 기본욕구에서 시작된 즐거움 자체, 혜택 보상, 불이익 회피는 레크리에이션 전문화, 전문화 수준 향상 노력, 전문화 의도를 높이는 필요 조건이기는 하지만, 각각 하나의 요건만으로 충분조건이라고 보기는 어렵다. 여가활동을 위한 많은 행동이 행동 자체의 즐거움보다는 다른 목적을 위한 수단으로 수행된다. 혜택 보상 수준을 높게 인식할수록 전문화 의도가 높았으며, 여가활동의 참여를 반복하는 가운데 자발성과 의미를 부여하여 전문화 수준을 향상하고자 하는 개인적인 노력을 기울이게 된다. 궁극적으로 내적동기, 외적(추구)동기뿐 아니

라 여가제약을 극복하고자 하는 적극적 의미의 회피동기가 어우러질 때 레크리에이션 전문화의 상위단계로 나아가게 될 것이다.

본 연구는 여가활동에 참여하는 여가 동기 요인들을 측정하여 대학생들의 여가활동 전문성 향상을 통한 건강한 여가문화 확산과 여가 인식을 제고하고자 하였다. 또한, 여가 동기 수준을 비율로 측정하여 둘 이상의 여가 동기가 함께 작용하여 여가행동을 유발할 수 있음을 규명하였으며, 대학생들의 여가활동 참여를 위한 다양한 교내 학생복지 정책을 제안하고자 하였다.

본 연구에서 레크리에이션 전문화 수준 향상 노력 및 전문화 의도 척도를 새로 구성하여 사용하였다. 선행연구를 바탕으로 단일요인으로 구성하였으나 요인분석을 통한 전문화 수준 향상 노력과 전문화 의도 척도 개발이 절실하다. 보다 타당한 척도를 사용한다면 여가활동 참여자들의 레크리에이션 전문화 연구에 학문적 깊이를 더할 수 있을 것이다.

여가 상황에서 개인의 여가 행동을 독특하게 만드는 특성 요인으로 여가 동기 외에 성격이 있으며, 여가활동을 통해 개인의 정체성과 잠재력을 성장시키는 데 여가 동기와 성격은 중요하다(Mannell & Kleiber, 1997). 대학생들에게 주목받고 있는 MBTI 성격유형에 따른 레크리에이션 전문화와 여가만족의 관계 연구는 여가활동 참여자와 지도자들에게 개인의 특질을 나타내는 성격특성에 따라 여가만족에 이르는 기준점을 제시할 것이다.

또한, 단일 시점의 여가 동기를 파악하는 것으로는 발전적 과정의 레크리에이션 전문화 현상을 이해하는 데 한계가 있다. 따라서 중단연구를 통한 여가 동기와 레크리에이션 전문화 연구는 여가 동기의 변화에 따라 레크리에이션 전문화가 어떻게 달라지는지 면밀하게 파악할 수 있을 것이다.

## 참고문헌

- 김미량(2015). 진지한 여가 척도의 재정립. *한국체육학회지*, 54(2), 313-322.
- 김미량(2019). 상태로써의 진지한 여가 수준 탐색. *한국여가레크리에이션학회지*, 43(2), 67-78.
- 김미량, 황선환(2011). 진지한 여가와 레크리에이션 전문화 및 몰입의 구조모형분석. *여가문화학회지*, 9(1), 27-41.
- 김선희(2010). 대학생의 여가기능과 의사소통능력, 자기표현행동과의 관계. *한국여가레크리에이션학회지*, 22(1), 11-22.
- 노경섭(2019). *제대로 알고 쓰는 논문 통계분석: SPSS & AMOS (개정증보판)*. 한빛아카데미 (주).
- 양혜주, 황선환(2022). 추구 회피동기와 모바일 기반의 스포츠 콘텐츠 이용행동의 관계. *여가학연구* 20(1): 33-46.
- 유진(1993). 스포츠 동기이론의 통합적 모델. *한국교육문제연구*, (8), 233-258.
- 이문진(2011). *레크리에이션 전문화 척도 개발*. 국내박사학위논문 서울대학교 대학원, 서울
- 이보람, 정지혜(2015). 자기결정성이론에 근거한 한국형 스포츠동기척도 (SMS-K) 개발. *한국스포츠심리학회지*, 26(3), 29-40.
- 정하나(2022). 추구-회피동기 수준에 따른 여가만족, 레크리에이션 전문화, 행복의 관계: 야구동호인을 대상으로. 국내박사학위논문 서울시립대학교 일반대학원, 서울
- 최성범, 함경수(2009). 대학생의 여가참여유형과 자기오락화 능력 및 대학생활만족의 관계. *한국체육과학회지*, 18(3), 417-429.
- 통계개발원(2022). 2022 한국의 사회동향(Korean Social Trends 2022). *통계개발원 연구보고서*. <http://sri.kostat.go.kr>
- 한국교육개발원(2012). 통계로 본 한국과 세계교육, *학생의 삶 자료집*.
- 황선환(2010). 대학생의 여가 동기 유형에 따른 레크

- 리에이션 전문화 과정의 구조모형 분석. *한국여가레크리에이션학회지*, 34(2), 47-57.
- Alexandris, K., Tsorbatzoudis, C., & Grouios, G. (2002). Perceived constraints on recreational sport participation: Investigating their relationship with intrinsic motivation, extrinsic motivation and amotivation. *Journal of leisure research*, 34(3), 233-252.
- Beard, J. G., & Ragheb, M. G. (1983). Measuring leisure motivation. *Journal of leisure research*, 15(3), 219-228.
- Bentler, P. M., & Bonett, D. G. (1980). Significance tests and goodness of fit in the analysis of covariance structures. *Psychological bulletin*, 88(3), 588.
- Bryan, H. (1977). Leisure value systems and recreational specialization: The case of trout fishermen. *Journal of leisure research*, 9(3), 174-187.
- Bryan, H. (1979). Conflict in the great outdoors. University of Alabama, Bureau of Public Administration. *Sociological Studies*, 4, 380-389.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1985). Conceptualizations of intrinsic motivation and self-determination. *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*, 11-40.
- Harackiewicz, J. M. (1979), "The effects of reward contingency and performance feedback on intrinsic motivation," *Journal of Personality and Social Psychology*, 37(8): 1352-1361.
- Hills, P., Argyle, M., & Reeves, R. (2000). Individual differences in leisure satisfactions: An investigation of four theories of leisure motivation. *Personality and Individual Differences*, 28(4), 763-779.
- Iso-Ahola, S. E. (1982). Toward a social psychological theory of tourism motivation: A rejoinder. *Annals of tourism research*, 9(2), 256-262.
- Kuentzel, W. F., & McDonald, C. D. (1992). Differential effects of past experience, commitment, and lifestyle dimensions on river use specialization. *Journal of Leisure Research*, 24(3), 269-287.
- 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.
- Mannell, R. C., & Bradley, W. (1986). Does greater freedom always lead to greater leisure? Testing a person x environment model of freedom and leisure. *Journal of leisure research*, 18(4), 215-230.
- Mannell, R. C., & Kleiber, D. A. (1997). *A social psychology of leisure*. Venture Publishing Inc..
- Maslow, A. H. (1954). The instinctoid nature of basic needs. *Journal of personality*.
- Murray, H. A. (1938). *Explorations in personality: A clinical and experimental study of fifty men of college age*. Oxford, England: Oxford Univ. Press.
- Neulinger, J. (1981). *The psychology of leisure: (2nd ed.)*. Springfield, IL: Charles C. Thomas.
- Nunnally, J. C. (1978). An overview of psychological measurement. *Clinical diagnosis of mental disorders: A handbook*, 97-146.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Intrinsic and extrinsic motivations: Classic

- definitions and new directions. *Contemporary educational psychology*, 25(1), 54-67.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American psychologist*, 55(1), 68.
- Scott, D. (2012). Serious leisure and Recreation Specialization: An Uneasy Marriage. *Leisure Science*, 34, 366-371.
- Scott, D., & Shafer, C. S. (2001). Recreational specialization: A critical look at the construct. *Journal of leisure research*, 33(3), 319-343.
- Šimková, E., & Holzner, J. (2014). Motivation of tourism participants. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 159, 660-664.
- SK텔레콤 뉴스룸 운영팀(2020. 07. 16). 코로나19 시대, 대학생들의 생각이 궁금하다, 1탄. SK텔레콤 뉴스룸.
- Stebbins, R. A. (1982). Serious leisure: A conceptual statement. *Pacific sociological review*, 25(2), 251-272.
- Stebbins, R. A. (1992). *Amateurs, professionals, and serious leisure*. McGill-Queen's Press-MQUP.
- Williams, D. R. (1985). A developmental model of recreation choice behavior. In G. Stankey, & S. McCool (Comps.), *Proceedings: symposium on recreation choice behavior* (pp. 31-37).