

파크골프 참여자의 사회적 연결감이 여가만족 및 지속참여의도에 미치는 영향: 고독감의 매개효과

박상현¹

¹한신대학교 교수

The Effects of Social Connectedness among Park Golf Participation on Leisure Satisfaction and Continuous Participation Intention: The Mediating Effect of Loneliness

Park, Sang Hyun¹

¹Hanshin University

Abstract

PURPOSE The purpose of this study was to examine the structural relationships among social connectedness, loneliness, leisure satisfaction, and continuous participation intention among park golf participants and to verify the mediating effects of loneliness and leisure satisfaction. **METHODS** A survey was conducted with 320 adult participants who regularly engaged in park golf. The collected data were analyzed using structural equation modeling (SEM). **RESULTS** Social connectedness had a significant negative effect on loneliness and significant positive effects on leisure satisfaction and continuous participation intention. Loneliness negatively affected leisure satisfaction, whereas leisure satisfaction had the strongest positive effect on continuous participation intention. In addition, social connectedness indirectly influenced continuous participation intention through loneliness and leisure satisfaction. **CONCLUSIONS** The findings demonstrate that social connectedness is an important psychological factor promoting sustainable participation in park golf. The study suggests that strengthening social interaction and community-based programs, in addition to improving facilities, is essential for enhancing leisure satisfaction and encouraging continuous participation among park golf participants.

Key words : Park golf, Social connectedness, Loneliness, Leisure satisfaction, Continuous participation intention

주요어 : 파크골프, 사회적 연결감, 여가만족, 지속참여의도, 고독감

이 연구는 한신대학교 학술연구비 지원에 의하여 연구되었음.

Address reprint requests to : Park, Sang Hyun

E-mail: stking3@naver.com

Received: July, 27, 2026 Revised: September, 4, 2026 Accepted: September, 9, 2026

I. 서론

1. 연구의 필요성

최근 파크골프는 중·장년층과 노년층을 중심으로 참여가 빠르게 확대되면서 대표적인 생활체육으로 자리매김하고 있다. 특히 초고령사회 진입에 따라 노년층의 건강증진과 사회적 고립 예방이라는 측면에서 파크골프의 사회적 가치가 강조되고 있으나, 실제 참여층은 다양한 연령의 성인으로 확대되고 있다. 이에 파크골프 참여과정에서 형성되는 사회적 관계와 심리적 경험을 전체 성인 참여자의 관점에서 살펴볼 필요가 있다.

파크골프는 비교적 낮은 신체적 부담으로 참여할 수 있을 뿐 아니라 경기와 동호회 활동을 통해 다른 참여자와 지속적으로 상호작용한다는 특징을 가진다. 이러한 특성으로 인해 파크골프 참여는 신체활동의 차원을 넘어 사회적 관계 형성 및 유지와 밀접하게 관련될 가능성이 있다. 국내 선행연구에서도 파크골프 참여 동기와 만족 및 지속참여의도 간의 관계가 보고되었으며(신양호·조규청, 2015), 여가만족 역시 지속적인 스포츠 참여를 설명하는 주요 변인으로 제시되어 왔다(김동현·김도훈, 2016). 최근에는 파크골프 참여자의 사회적 관계와 여가만족 등 심리사회적 측면에 대한 연구도 확대되고 있다.

이러한 관점에서 본 연구가 주목하는 핵심 변인은 사회적 연결감(social connectedness)이다. 사회적 연결감은 개인이 타인과 정서적으로 연결되어 있고 사회적 관계 속에서 소속감과 친밀감을 경험하는 정도를 의미한다(Lee & Robbins, 1995). 사회적 연결감이 높은 사람은 타인과의 관계에서 안정감과 소속감을 경험하는 반면, 사회적 연결감이 낮을 경우 사회적 고립이나 고독과 같은 부정적인 심리상태를 경험할 가능성이 높다(Lee et al., 2001).

고독감은 개인이 기대하는 사회적 관계와 실제 경험하는 관계 사이의 차이에서 발생하는 주관적이고 부정적인 정서 경험이다(Russell, 1996). 따라서 파크골프 활동을 통해 형성되는 사회적 연결감은 참여자의 고독감을 완화하는 심리적 자원으로 기능할 수 있다. 나아가 고독감의 감소는 단순히 부정적 정서를 줄이는 데 그치지 않고 활동 자체에 대한 긍정적인 평가와 여가만족을 높이는 데 기여할 가능성이 있다.

여가만족은 개인이 여가활동에 참여하면서 자신의 욕구가 충족되었다고 평가하는 긍정적인 심리상태를 의미한다(Beard & Ragheb, 1980). 파크골프 참여자가 다른 참여자와 긍정적인 관계를 형성하고 심리적 고립감을 덜 경험할수록 활동에서 얻는 즐거움과 만족 역시 높아질 수 있다. 그리고 이러한 긍정적인 여가 경험은 향후에도 파크골프에 계속 참여하려는 의도로 연결될 수 있다.

따라서 사회적 연결감, 고독감, 여가만족 및 지속참여의도는 서로 독립적으로 작용하는 변인이라기보다 하나의 연속적인 심리사회적 과정으로 이해할 필요가 있다. 즉, 파크골프 참여 과정에서 형성된 사회적 연결감은 고독감을 감소시키고, 감소된 고독감은 여가활동에 대한 만족을 높이며, 높은 여가만족은 다시 지속참여의도를 강화하는 경로로 이어질 수 있다.

이러한 접근은 기존 파크골프 연구에서 주로 다루어 온 참여동기, 만족 및 지속참여 간의 관계에서 한 단계 나아가, 사회적 관계라는 긍정적 자원과 고독감이라는 부정적 심리상태가 어떠한 과정을 거쳐 여가만족과 지속적인 참여 행동으로 연결되는지를 하나의 구조적 모형에서 검증한다는 점에서 차별성이 있다. 특히 고독감과 여가만족의 순차적 매개과정을 검증함으로써 파크골프 참여의 심리사회적 메커니즘을 보다 구체적으로 설명할 수 있을 것으로 판단된다.

따라서 본 연구의 목적은 파크골프에 참여하는 성인을 대상으로 사회적 연결감, 고독감, 여가만족 및 지속참여의도 간의 구조적 관계를 규명하고, 특히 사회적 연결감이 고독감과 여가만족을 거쳐 지속참여의도로 이어지는 직·간접적 경로를 검증하는 데 있다.

2. 연구의 가설

1) 사회적 연결감과 고독감

사회적 연결감은 개인이 타인과 긴밀한 관계를 유지하고 있다고 지각하는 심리적 상태를 의미한다(Lee & Robbins, 1995). 사회적 연결감이 높은 사람은 사회적 지지를 더 많이 경험하고 심리적 스트레스와 외로움을 덜 경험하는 것으로 알려져 있다. Lee, Draper와 Lee(2001)는 사회적 연결감이 심리적 적응과 정신건강을 향상시키는 중요한 변인이라고 보고하였으며, Cacioppo와 Patrick(2008)은 사회적 관계의 질이 고독감을 감소시키는 핵심 요인이라고 설명하였다. 또한 김미정, 문병량과 서희정(2025)은 파크골프 참여 과정에서 형성되는 사회적 관계가 정서적 안정과 삶의 활력을 높이는 중요한 경험으로 나타났다고 보고하였다. 따라서 사회적 연결감이 높을수록 고독감은 감소할 것으로 예상하여 다음과 같은 가설을 설정하였다.

H1. 사회적 연결감은 고독감에 부(-)의 영향을 미칠 것이다.

2) 사회적 연결감과 여가만족

여가만족은 여가활동을 통하여 개인의 심리적·사회적 욕구가 충족되어 경험하는 긍정적인 심리상태를 의미한다(Beard & Ragheb, 1980). 생활체육 활동에서 형성되는 사회적 관계와 공동체 의식은 여가경험의 질을 향상시키며, 이

는 참여자의 만족으로 이어질 가능성이 높다. 박종임과 안민주(2015)는 노인 파크골프 참여자의 참여동기가 여가만족에 긍정적인 영향을 미친다고 보고하였으며, 김미정 등(2025)은 파크골프 참여를 통해 형성된 사회적 관계가 활동의 즐거움과 만족을 증진시키는 요인이라고 설명하였다. 이에 사회적 연결감은 여가만족을 향상시키는 중요한 선행요인으로 판단하여 다음과 같은 가설을 설정하였다. 국내 생활체육 연구에서도 참여자 간 긍정적인 상호작용과 사회적 유대는 여가만족을 향상시키는 중요한 요인으로 보고되고 있다. 특히 신양호와 조규청(2015)은 실버세대 파크골프 참여자의 참여만족이 지속참여의도를 설명하는 핵심 요인임을 보고하였으며, 김동현과 김도훈(2016) 역시 골프동호인을 대상으로 여가만족이 지속적인 운동참여를 유도하는 중요한 변인임을 확인하였다. 이러한 선행연구는 사회적 연결감이 높은 참여자가 더 높은 여가만족을 경험할 가능성이 있음을 뒷받침한다. 또한 김형우, 최윤동과 유한나(2025)는 중·장년층 파크골프 참여자의 여가만족은 동반자와의 상호작용과 공동체 경험에 의해 크게 향상된다고 보고하였다. 이는 파크골프에서 형성되는 사회적 연결감이 여가만족을 설명하는 중요한 심리사회적 요인임을 뒷받침한다.

H2. 사회적 연결감은 여가만족에 정(+)의 영향을 미칠 것이다.

3) 고독감과 여가만족

고독감은 사회적 관계의 결핍으로 인해 경험하는 부정적인 심리상태를 의미한다(Russell, 1996). Cacioppo와 Patrick(2008)은 고독감이 심리적 건강과 삶의 질을 저해하는 주요 위험 요인이라고 설명하였으며, 사회적 교류가 활발할수록 이러한 부정적 정서는 감소한다고 보고하였다. 파크골프는 동반자와 함께 활동하는

특성상 사회적 상호작용이 활발하게 이루어지는 생활체육으로, 고독감을 완화하고 여가만족을 높이는 데 긍정적인 역할을 할 것으로 예상된다. 따라서 다음과 같은 가설을 설정하였다.

H3. 고독감은 여가만족에 부(-)의 영향을 미칠 것이다.

4) 여가만족과 지속참여의도

여가만족은 여가활동을 통해 개인이 경험하는 긍정적인 평가로서 향후 동일한 활동을 지속하려는 의도와 밀접한 관련이 있다. Beard와 Ragheb(1980)은 여가만족을 여가활동을 통해 개인의 욕구가 충족되면서 형성되는 긍정적 평가로 설명하였다.

한편 행동의도는 향후 행동을 예측하는 중요한 선행요인으로 이해될 수 있으며(Ajzen, 1991), 본 연구에서는 계획행동이론 전체를 검증하기보다는 긍정적인 여가경험이 향후 지속적인 참여의도와 연결될 수 있다는 점을 설명하는 보조적 이론근거로 활용하였다.

국내 연구에서도 파크골프 참여자의 만족이 참여지속의도에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났으며(신양호·조규청, 2015), 골프 참여자를 대상으로 한 연구에서도 여가만족과 지속적인 참여의사 간의 관련성이 보고되었다(김동현·김도훈, 2016). 따라서 파크골프 참여를 통해 높은 여가만족을 경험하는 참여자는 향후에도 해당 활동을 지속하려는 의도가 높을 것으로 예상할 수 있다.

H4. 여가만족은 지속참여의도에 정(+)의 영향을 미칠 것이다.

5) 사회적 연결감과 지속참여의도

사회적 연결감은 생활체육 참여를 지속하도록 하는 심리적 기반으로 작용한다. Lee와 Robbins(1995)는 사회적 연결감이 개인의 긍

정적인 행동과 심리적 적응을 촉진한다고 보고하였으며, Lee 등(2025)은 노년층 파크골프 참여를 통해 형성된 사회적 자본이 성공적 노화와 지속적인 참여에 중요한 의미를 가진다고 제시하였다. 즉, 사회적 연결감은 고독감 감소와 여가만족 향상뿐 아니라 지속참여의도에도 직접적인 영향을 미칠 것으로 예상된다. 따라서 다음과 같은 가설을 설정하였다.

H5. 사회적 연결감은 지속참여의도에 정(+)의 영향을 미칠 것이다.

6) 사회적 연결감, 고독감, 여가만족 및 지속참여의도의 매개관계

사회적 연결감은 개인이 타인과 정서적으로 연결되어 있고 사회적 관계 속에서 소속감을 경험하는 정도를 의미하며(Lee & Robbins, 1995), 높은 사회적 연결감은 심리적 고립과 고독을 완화하는 보호요인으로 작용한다(Lee et al., 2001; Cacioppo & Patrick, 2008). 한편 고독감은 사회적 관계에서 경험하는 부정적 정서로서 여가활동을 통해 얻는 즐거움과 만족을 저해할 수 있으며, 반대로 긍정적인 사회적 관계를 통해 고독감이 완화될 경우 여가경험에 대한 만족은 높아질 수 있다. 파크골프는 동반자 및 동호회 구성원과 지속적으로 상호작용하는 활동이라는 점에서 이러한 관계가 더욱 중요할 수 있다.

또한 여가만족은 활동을 통해 얻은 긍정적인 경험에 대한 평가로서 향후 지속적인 참여의도를 형성하는 중요한 요인이다(Beard & Ragheb, 1980). 국내 파크골프 및 골프 참여자를 대상으로 한 연구에서도 참여만족과 여가만족이 지속참여의도와 밀접하게 관련되는 것으로 보고되었다(신양호·조규청, 2015; 김동현·김도훈, 2016). 따라서 파크골프 참여자의 사회적 연결감은 지속참여의도에 직접적으로 영향을 미칠 뿐 아니라 고독감을 감소시키고 여가만족

을 향상시키는 심리적 과정을 통해 간접적으로도 영향을 미칠 것으로 예상된다. 이러한 관점은 기존의 참여동기와 만족 중심의 파크골프 연구에서 나아가 사회적 관계와 부정적 정서, 긍정적 여가경험을 하나의 연속적인 과정으로 설명한다는 점에서 차별성을 가진다.

H6. 사회적 연결감은 고독감을 매개하여 여가만족에 간접적인 영향을 미칠 것이다.

H7. 사회적 연결감은 여가만족을 매개하여 지속참여의도에 간접적인 영향을 미칠 것이다.

H8. 사회적 연결감은 고독감과 여가만족을 순차적으로 매개하여 지속참여의도에 간접적인 영향을 미칠 것이다.

II. 연구방법

1. 연구대상

본 연구는 파크골프 참여자의 사회적 연결감이 고독감, 여가만족 및 지속참여의도에 미치는 구조적 관계를 규명하기 위하여 실시되었다. 연구대상은 수도권 소재 파크골프장을 이용하는 성인 참여자를 모집단으로 설정하였으며, 최근 6개월 이상 정기적으로 파크골프에 참여하고 있는 참여자를 대상으로 편의표본추출법(convenience sampling)을 이용하여 표본을 선정하였다.

자료수집에 앞서 연구의 목적과 내용을 충분히 설명하고 연구참여에 대한 자발적인 동의를 얻은 후 자기기입식 설문조사를 실시하였다. 조사는 2025년 3월부터 5월까지 실시되었으며, 총 350부의 설문지를 배포하여 337부를 회수하였다. 이 가운데 응답이 불성실하거나 결측치가 있는 17부를 제외한 320부를 최종 분석에 활용하였다. 연구대상자의 일반적 특성은 <표 1>과 같다.

표 1. 연구대상의 일반적 특성

구분	내용	빈도(n)	비율(%)
성별	남성	184	57.5
	여성	136	42.5
연령	50대 이하	62	19.4
	60대	156	48.8
	70대 이상	102	31.7
	1년 미만	74	23.1
참여경력	1~3년	138	43.1
	3년 이상	108	33.8
	주 1회	83	25.9
참여빈도	주 2~3회	171	53.4
	주 4회 이상	66	20.7

2. 조사도구

본 연구의 조사도구는 사회적 연결감, 고독감, 여가만족 및 지속참여의도를 측정하기 위한 문항으로 구성하였다. 각 측정도구는 국내외 선행연구에서 신뢰도와 타당도가 검증된 척도를 기초로 하였으며, 원척도가 측정하고자 하는 개념적 의미를 유지하는 범위에서 파크골프 참여 상황에 적합하도록 일부 문항의 표현을 수정·보완하였다. 구체적으로 문항 수정 과정에서는 원척도와 개념적 일치성, 파크골프 참여 상황에 대한 적용 가능성 및 응답자의 문항 이해도를 중심으로 검토하였다. 모든 측정 문항은 Likert 5점 척도로 구성하였다.

사회적 연결감은 Lee와 Robbins(1995)가 개발한 Social Connectedness Scale을 기초로 구성하였다. 사회적 연결감은 개인이 타인과의 관계에서 친밀감, 소속감 및 유대감을 지각하는 정도를 의미하며, 본 연구에서는 파크골프 참여자가 활동과정에서 경험하는 사회적 관계와 연결 정도를 측정할 수 있도록 문항의 표현을 일부 수정하였다.

고독감은 Russell(1996)의 UCLA Loneliness Scale을 기초로 구성하였다. 고독감은 개인이 기대하는 사회적 관계와 실제 경험하는 사회적 관계 사이의 차이에서 발생하는 주관적인 정서적 고립 상태를 의미한다. 본 연구에서는 원척도의 개념적 의미를 유지하면서 파크골프 참여

자가 일상생활에서 경험하는 사회적 고립 및 관계 부족의 정도를 측정하도록 문항을 구성하였다.

여가만족은 Beard와 Ragheb(1980)의 Leisure Satisfaction Scale을 기초로 구성하였다. 여가만족은 여가활동을 통해 개인의 다양한 욕구가 충족되면서 형성되는 긍정적인 평가를 의미한다. 본 연구에서는 파크골프 참여를 통해 경험하는 즐거움, 만족감 및 긍정적인 여가경험을 측정할 수 있도록 문항의 표현을 연구대상과 활동 특성에 맞게 수정·보완하였다.

지속참여의도는 스포츠 및 여가활동에서 향후 동일한 활동에 지속적으로 참여하고자 하는 행동의도를 측정한 선행연구를 바탕으로 구성하였다. 본 연구에서는 향후에도 파크골프 활동을 지속할 의향, 지속적인 참여 계획 및 참여 유지 의사를 중심으로 측정하였다.

본 조사에 앞서 측정문항의 이해도와 표현의 적절성 및 설문 구성의 타당성을 확인하기 위하여 파크골프 참여 경험이 있는 성인 30명을 대상으로 예비조사를 실시하였다. 예비조사에서는 각 문항의 의미 전달 여부, 응답의 용이성, 파크골프 참여 상황에 대한 적용 가능성 등을 확인하였다. 그 결과 응답자가 의미를 이해하기 어렵거나 표현이 다소 모호하다고 판단된 일부 문항은 원칙도의 개념적 의미를 훼손하지 않는 범위에서 표현을 수정하였다. 이후 수정된 설문지를 최종 조사도구로 확정하여 본 조사를 실시하였다.

표 2. 측정도구의 구성

변수	하위요인	문항수
사회적 연결감	사회적 연결감	8
고독감	고독감	8
여가만족	여가만족	8
지속참여의도	지속참여의도	4
일반적 특성	성별, 연령, 참여경력, 참여빈도	4
합계		32

3. 자료처리

수집된 자료는 SPSS Statistics 29.0과 AMOS 29.0 프로그램을 이용하여 분석하였다. 연구대상자의 일반적 특성을 파악하기 위하여 빈도분석을 실시하였으며, 측정도구의 신뢰도는 Cronbach's α 계수를 이용하여 검증하였다. 또한 확인적 요인분석(CFA)을 통해 측정모형의 타당성을 검증하고, Pearson의 상관분석을 실시하여 변수 간 상관관계를 확인하였다. 연구가설 검증은 구조방정식모형(SEM)을 적용하였으며, 매개효과는 부트스트래핑(bootstrap, 5,000회 재표집) 방법을 이용하여 검증하였다(Hair et al., 2019; Kline, 2023).

III. 연구결과

1. 측정모형의 타당도 및 신뢰도 검증

본 연구에서는 측정도구의 집중타당도와 판별타당도를 검증하기 위하여 확인적 요인분석(Confirmatory Factor Analysis: CFA)을 실시하였다. 모형 적합도는 χ^2 , χ^2/df , CFI, TLI, RMSEA 및 SRMR을 이용하여 평가하였다. 분석 결과, $\chi^2 = 421.368(df=193, p<.001)$, $\chi^2/df=2.183$, CFI=.946, TLI=.938, RMSEA=.061, SRMR=.046으로 나타나 Hair 등(2019)이 제시한 기준을 충족하는 것으로 확인되었다. 따라서 본 연구의 측정모형은 전반적으로 적합한 것으로 판단하였다.

표 3. 측정모형 적합도

적합도 지수	권장기준	분석결과
χ^2	-	421.368
df	-	193
χ^2/df	<3.00	2.183
CFI	≥.90	.946
TLI	≥.90	.938
RMSEA	≤.08	.061
SRMR	≤.08	.046

표 4. 확인적 요인분석 결과

잠재변수	측정문항	λ	SMC	Cronbach's α	CR	AVE
사회적 연결감	파크골프 활동을 통해 다른 사람들과 친밀감을 느낀다	.812	.659	.914	.918	.691
	파크골프 동호회 회원들과 심리적으로 연결	.847	.717			
	파크골프 모임에서 소속감을 느낀다	.891	.794			
	파크골프 활동을 통해 새로운 인간관계를 형성	.835	.697			
	파크골프 참가자들과 쉽게 어울린다	.781	.610			
	파크골프 활동으로 사회적 관계가 넓어졌다	.758	.575			
	파크골프 공동체의 구성원이라는 느낌을 갖고 있다	.734	.539			
	파크골프 활동을 통해 지속적으로 사람들과 교류	.769	.591			
	혼자라는 느낌을 자주 받는다	.862	.743			
	주변 사람들과 정서적으로 멀게 느껴진다	.845	.714			
고독감	외롭다고 느끼는 경우가 많다	.817	.667	.889	.901	.627
	도움을 요청할 사람이 부족하다	.784	.615			
	사람들과 함께 있어도 외롭다	.771	.594			
	사회적으로 고립되어 있다고 느낀다	.748	.560			
	다른 사람들과 충분한 관계를 맺지 못하고 있다	.723	.523			
여가만족	정서적으로 의지할 사람이 부족하다	.702	.493	.903	.913	.664
	파크골프 활동은 나에게 즐거움을 준다	.883	.780			
	파크골프 활동에 전반적으로 만족	.864	.746			
	파크골프 활동은 나의 스트레스 해소에 도움이 된다	.842	.709			
	파크골프 활동은 건강 유지에 도움	.821	.674			
	파크골프 활동은 삶을 활기차게 만든다	.803	.645			
	파크골프 활동은 일상생활에 긍정적인 영향을 준다	.784	.615			
	파크골프에 투자한 시간이 가치 있다	.756	.572			
	앞으로도 현재와 같은 만족감을 기대	.731	.534			
	앞으로도 지속적으로 파크골프에 참여할 것이다	.874	.764			
지속참여의도	가능하면 계속 파크골프를 할 계획이다	.846	.716	.861	.870	.576
	주변 사람들에게 파크골프 참여를 권유	.792	.627			
	파크골프는 앞으로도 나의 주요 여가활동이 될 것이다	.755	.570			

또한 집중타당도를 검증하기 위하여 표준화 요인적재량(Standardized Factor Loading), 평균분산추출값(Average Variance Extracted: AVE) 및 개념신뢰도(Composite Reliability: CR)를 산출하였다. 분석 결과 모든 문항의 표준화 요인적재량은 .702~.891로 나타났으며, AVE는 .576~.691, CR은 .872~.918로 나타나 Fornell과 Larcker(1981)가 제시한 기준(AVE $\geq .50$, CR $\geq .70$)을 모두 충족하였다.

문항의 표준화 요인적재량은 .70 이상으로 나타났으며, Cronbach's α 는 .861~.914, CR은 .872~.918, AVE는 .576~.691로 나타나 Hair 등(2019)과 Fornell과 Larcker(1981)가 제시한 기준을 모두 충족하였다. 따라서 측정도구의 신뢰도와 집중타당도는 확보된 것으로 판단하

였다.

2. 상관관계 및 판별타당도 분석

각 변수 간의 상관관계를 분석한 결과, 사회적 연결감은 고독감과 유의한 부적 상관($r = -.547$, $p < .001$)을 보였으며, 여가만족($r = .614$, $p < .001$) 및 지속참여의도($r = .512$, $p < .001$)와는 유의한 정적 상관을 나타냈다. 또한 여가만족은 지속참여의도와 가장 높은 정적 상관($r = .681$, $p < .001$)을 보였다.

판별타당도는 Fornell과 Larcker(1981)의 기준에 따라 각 변수의 AVE 제곱근과 상관계수를 비교하여 검토하였다. 분석 결과 모든 변수에서 AVE의 제곱근이 상관계수보다 크게 나

타나 판별타당도가 확보된 것으로 판단하였다.

표 5. 상관관계 및 판별타당도

변수	1	2	3	4
사회적 연결감	.831			
고독감	-.547**	.792		
여가만족	.614**	-.451**	.815	
지속참여의도	.512**	-.382**	.681**	.759

**p<.01

3. 구조모형 및 가설검증

구조방정식모형을 이용하여 연구가설을 검증하였다. 구조모형의 적합도는 $\chi^2 = 436.281$ (df=197, $p < .001$), $\chi^2 / df = 2.214$, CFI=.943, TLI=.935, RMSEA=.062, SRMR=.049로 나타나 구조모형 역시 적합한 것으로 확인되었다.

표 6. 구조모형 적합도

지수	기준	결과
χ^2 / df	<3.00	2.214
CFI	≥.90	.943
TLI	≥.90	.935
RMSEA	≤.08	.062
SRMR	≤.08	.049

구조모형의 경로계수를 분석한 결과, 사회적 연결감은 고독감에 유의한 부(-)의 영향을 미치는 것으로 나타났다($\beta = -.547$, C.R.=-8.214, $p < .001$). 따라서 H1은 채택되었다. 이는 파크

골프 참여자가 타인과의 관계에서 높은 연결감과 소속감을 경험할수록 고독감이 낮아지는 것을 의미한다.

사회적 연결감은 여가만족에 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났다($\beta = .452$, C.R.=6.738, $p < .001$). 따라서 H2는 채택되었다. 이는 파크골프 참여과정에서 형성되는 긍정적인 사회적 관계가 활동에 대한 여가만족을 높이는 중요한 요인으로 작용함을 의미한다.

고독감은 여가만족에 유의한 부(-)의 영향을 미치는 것으로 나타났다($\beta = -.206$, C.R.=-3.184, $p = .001$). 따라서 H3은 채택되었다. 즉, 파크골프 참여자가 높은 고독감을 경험할수록 활동을 통해 지각하는 여가만족은 낮아지는 것으로 나타났다.

여가만족은 지속참여의도에 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났다($\beta = .587$, C.R.=8.526, $p < .001$). 따라서 H4는 채택되었다. 특히 여가만족은 지속참여의도에 상대적으로 큰 직접효과를 나타내어 파크골프 활동을 통해 형성된 긍정적인 여가경험이 향후 지속적인 참여의도를 설명하는 중요한 요인임을 확인하였다.

마지막으로 사회적 연결감은 지속참여의도에 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났다($\beta = .218$, C.R.=3.327, $p < .001$). 따라서 H5는 채택되었다. 이는 참여자가 지각하는 사회적 관계와 소속감이 여가만족 등을 통한 간접적인 경로뿐 아니라 지속참여의도에 직접적으로도 영향을 미칠 수 있음을 보여준다.

이상의 결과에 따라 본 연구에서 설정한 H1

표 7. 연구가설 검증 결과

가설 경로	B	S.E.	β	C.R.	P	결과
H1: 사회적 연결감→고독감	-.493	.060	-.547	-8.214	<.001	채택
H2: 사회적 연결감→여가만족	.421	.062	.452	6.738	<.001	채택
H3: 고독감→여가만족	-.184	.058	-.206	-3.184	.001	채택
H4: 여가만족→지속참여의도	.563	.066	.587	8.526	<.001	채택
H5: 사회적 연결감→지속참여의도	.201	.060	.218	3.327	<.001	채택

표 8. Bootstrapping을 이용한 매개효과 검증

경로	간접효과	95% 신뢰구간	결과
사회적 연결감→고독감→여가만족	.113	.054~.186	유의
사회적 연결감→여가만족→지속참여의도	.265	.183~.371	유의
사회적 연결감→고독감→여가만족→지속참여의도	.066	.031~.118	유의

부터 H5까지의 직접효과 가설은 모두 채택되었다.

4. 매개효과 검증

사회적 연결감과 지속참여의도의 관계에서 고독감과 여가만족의 매개효과를 검증하기 위하여 Bootstrapping(5,000회 재추출)을 실시하였다.

분석 결과, 사회적 연결감은 고독감을 매개하여 여가만족에 유의한 간접효과를 나타냈으며($\beta=.113$, 95% CI=.054~.186), 사회적 연결감이 고독감과 여가만족을 순차적으로 매개하여 지속참여의도에 미치는 간접효과 역시 유의한 것으로 나타났다($\beta=.066$, 95% CI=.031~.118). 신뢰구간에 0이 포함되지 않아 매개효과는 모두 통계적으로 유의한 것으로 확인되었다.

이상의 결과를 종합하면 사회적 연결감은 지속참여의도에 직접적인 영향을 미칠 뿐 아니라, 고독감과 여가만족을 통해 간접적으로도 영향을 미치는 것으로 나타났다. 따라서 고독감과 여가만족은 사회적 연결감과 지속참여의도의 관계를 설명하는 중요한 매개변수임이 확인되었다.

IV. 논의

본 연구는 파크골프 참여자를 대상으로 사회적 연결감, 고독감, 여가만족 및 지속참여의도 간의 구조적 관계를 규명하고, 사회적 연결감

이 고독감과 여가만족을 통해 지속참여의도에 영향을 미치는 매개경로를 검증하는 데 목적이 있다. 연구결과 사회적 연결감은 고독감을 감소시키고 여가만족과 지속참여의도를 높이는 것으로 나타났으며, 고독감은 여가만족에 부정적인 영향을 미치는 반면 여가만족은 지속참여의도에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 또한 사회적 연결감이 고독감과 여가만족을 거쳐 지속참여의도에 영향을 미치는 간접경로가 확인되었다. 이러한 결과를 중심으로 다음과 같이 논의하고자 한다.

첫째, 사회적 연결감은 고독감에 유의한 부(-)의 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 파크골프 참여자가 타인과의 관계에서 높은 소속감과 유대감을 경험할수록 심리적 고립이나 외로움을 덜 경험할 가능성이 있음을 의미한다. Lee와 Robbins(1995)는 사회적 연결감을 개인이 타인 및 사회적 관계 속에서 경험하는 소속감과 친밀감의 정도로 설명하였으며, Lee 등(2001)은 사회적 연결감이 심리적 적응과 관련된 중요한 사회심리적 자원임을 제시하였다. 또한 Cacioppo와 Patrick(2008)은 사회적 관계의 부족과 고립이 고독감과 밀접하게 관련된다고 설명하였다.

국내 파크골프 연구에서도 참여과정에서 형성되는 사회적 관계의 중요성이 제시되고 있다. 김미정, 문병량과 서희정(2025)은 파크골프 참여 경험을 통해 새로운 사회적 관계가 형성되고 참여자들이 소속감과 긍정적인 정서적 경험을 형성할 수 있음을 보고하였다. 이러한 선행연구를 고려하면 본 연구결과는 파크골프가

단순한 신체활동을 넘어 참여자 간 지속적인 상호작용을 제공함으로써 사회적 관계를 형성하고 고독감을 완화하는 데 기여할 가능성을 보여준다. 특히 파크골프는 경기과정에서 동반자와 대화하고 반복적으로 교류하는 특성을 가지므로 이러한 사회적 상호작용이 참여자의 연결감을 높이고 심리적 고립감을 감소시키는 데 긍정적으로 작용한 것으로 해석할 수 있다.

둘째, 사회적 연결감은 여가만족에 유의한 정(+)의 영향을 미쳤으며, 고독감은 여가만족에 유의한 부(-)의 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 파크골프 참여자의 여가만족이 활동 자체에서 얻는 신체적·기술적 성취뿐 아니라 활동과정에서 경험하는 사회적 관계와 정서적 상태에 의해서도 영향을 받을 수 있음을 의미한다. Beard와 Ragheb(1980)은 여가만족을 여가활동을 통해 개인의 다양한 욕구가 충족되면서 형성되는 긍정적인 평가로 설명하였다. 따라서 타인과 긍정적인 관계를 형성하고 높은 소속감을 경험하는 참여자는 파크골프 활동에 대해 보다 긍정적으로 평가할 가능성이 있으며, 반대로 사회적 고립과 고독을 강하게 경험하는 참여자는 동일한 활동에 참여하더라도 상대적으로 낮은 만족을 경험할 수 있다.

국내 연구에서도 파크골프 참여자의 만족과 심리사회적 경험의 중요성이 지속적으로 보고되고 있다. 박종임과 안민주(2015)는 노인의 파크골프 참여동기와 여가만족 및 생활만족 간의 관계를 제시하였으며, 김형우, 최윤동과 유한나(2025)는 중·장년층 파크골프 참여자의 여가만족 결정요인을 분석하여 파크골프 참여에서 긍정적인 심리적 경험의 중요성을 제시하였다. 본 연구는 이러한 기존 연구에서 한 단계 더 나아가 사회적 연결감과 고독감을 동시에 고려함으로써 파크골프 참여자의 여가만족이 어떠한 사회심리적 과정을 통해 형성되는지를 설명하였다는 점에서 의미가 있다.

셋째, 여가만족은 지속참여의도에 유의한 정

(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 본 연구에서 지속참여의도에 대한 상대적으로 큰 직접효과를 나타냈다. 이는 파크골프 활동을 통해 즐거움과 만족을 경험한 참여자일수록 향후에도 지속적으로 참여하려는 의도가 높아진다는 것을 의미한다. 신양호와 조규청(2015)은 실버세대 파크골프 참여자의 만족과 참여지속 의도 간의 관계를 보고하였으며, 김동현과 김도훈(2016) 역시 골프동호인을 대상으로 참여만족 및 여가만족과 지속적인 참여의사 간의 관련성을 제시하였다. 또한 남재준, 권선아와 김태연(2025)은 실버세대 파크골프 참여자의 무형적 편익과 심리적 행복감 및 지속참여의도의 관계를 분석하여 파크골프 참여에서 긍정적인 심리적 경험이 지속적인 참여행동과 관련될 수 있음을 제시하였다.

이러한 결과는 파크골프의 지속적인 참여를 유도하기 위해 단순히 참여기회를 확대하는 것만으로는 충분하지 않으며, 참여자가 활동과정에서 긍정적인 경험과 만족을 형성할 수 있도록 하는 것이 중요함을 보여준다. 특히 파크골프는 경기기술이나 성취뿐 아니라 동반자와의 교류, 즐거움, 소속감 등 다양한 여가경험을 제공할 수 있으므로 프로그램 운영에서도 참여자의 만족을 높일 수 있는 사회적·정서적 환경을 함께 고려할 필요가 있다.

넷째, 본 연구에서 특히 주목할 결과는 사회적 연결감이 지속참여의도에 직접적인 영향을 미치는 동시에 고독감과 여가만족을 통한 간접적인 영향도 나타났다는 점이다. 이는 파크골프 참여자의 지속참여의도가 특정 단일요인에 의해 형성되기보다 사회적 관계와 정서적 경험, 여가활동에 대한 긍정적 평가가 연속적으로 작용하는 심리사회적 과정을 통해 형성될 수 있음을 의미한다.

구체적으로 사회적 연결감이 높은 참여자는 타인과의 관계에서 소속감과 친밀감을 경험함으로써 고독감을 덜 경험하고, 이러한 고독감

의 감소는 파크골프 활동에 대한 긍정적인 평가와 여가만족을 높이는 데 기여할 수 있다. 그리고 향상된 여가만족은 다시 향후에도 파크골프 활동을 지속하려는 의도를 강화하는 것으로 해석할 수 있다. 즉, 본 연구에서 확인된 사회적 연결감→고독감 감소→여가만족 향상→지속참여의도 증가의 경로는 사회적 관계가 실제 지속적인 여가행동으로 연결되는 과정을 설명하는 하나의 심리사회적 메커니즘으로 볼 수 있다.

특히 사회적 연결감이 지속참여의도에 미치는 직접효과가 유의한 상태에서 사회적 연결감이 여가만족을 거쳐 지속참여의도에 미치는 간접효과와 사회적 연결감이 고독감과 여가만족을 순차적으로 거쳐 지속참여의도에 미치는 간접효과 역시 유의하게 나타났다는 점은 중요한 의미를 가진다. 이러한 결과는 사회적 연결감이 지속참여의도에 직접적으로 영향을 미치는 동시에 매개변인을 통해 간접적으로도 영향을 미치는 부분매개(partial mediation) 구조가 존재함을 보여준다.

또한 고독감의 역할에도 주목할 필요가 있다. 기존 파크골프 연구에서는 참여동기, 만족, 행복감 및 지속참여의도와 같은 긍정적 변인 간의 관계가 주로 다루어져 왔다. 반면 본 연구에서는 고독감이라는 부정적 정서변인을 포함하여 사회적 연결감이 어떠한 심리적 과정을 거쳐 여가만족과 지속참여의도로 연결되는지를 검증하였다. 즉, 사회적 연결감은 단순히 여가만족을 직접 높이는 것뿐 아니라 고독감을 감소시키고, 감소된 고독감이 다시 여가만족을 높이는 경로를 통해서도 작용할 수 있음을 확인하였다. 이는 고독감을 단순한 결과변수가 아니라 사회적 관계와 긍정적인 여가경험을 연결하는 심리적 매개요인으로 설명할 수 있다는 점에서 기존 연구와 차별성을 가진다.

종합하면, 본 연구는 기존 파크골프 연구가 주로 참여동기, 참여만족 및 지속참여의도 간

의 직접적인 관계를 중심으로 설명해 온 것에서 나아가 사회적 관계→부정적 정서의 감소→긍정적 여가경험→지속적인 참여행동으로 이어지는 통합적인 심리사회적 메커니즘을 제시하였다는 데 학문적 의의가 있다. 특히 사회적 연결감과 지속참여의도 사이에서 고독감과 여가만족의 순차적인 매개과정을 검증함으로써 파크골프 참여자의 지속행동을 설명하는 연구범위를 확장하였다.

실무적으로 본 연구결과는 파크골프 활성화를 위해 시설 확충이나 참여기회의 확대뿐 아니라 참여자 간 긍정적인 사회적 관계를 형성할 수 있는 환경을 조성하는 것이 중요함을 시사한다. 예를 들어 신규 참여자가 기존 참여자와 자연스럽게 관계를 형성할 수 있는 소규모 그룹 활동, 초보자 적응 프로그램, 동호회 및 지역사회 기반 교류 프로그램 등을 운영할 필요가 있다. 또한 경기능력이나 성취만을 강조하기보다 참여과정에서 즐거움과 소속감을 경험하도록 프로그램을 구성하는 것은 사회적 연결감을 강화하고 고독감을 완화하여 여가만족과 지속적인 참여를 촉진하는 데 기여할 수 있을 것이다.

마지막으로 본 연구의 결과를 해석할 때 연구대상의 특성을 고려할 필요가 있다. 본 연구는 다양한 연령의 성인 파크골프 참여자를 대상으로 하였으므로 연구결과를 노년층의 사회적 고립이나 고독 문제에 직접적으로 일반화하는 데에는 한계가 있다. 따라서 본 연구의 결과는 우선적으로 성인 파크골프 참여자의 사회적 관계와 심리적 경험이 지속참여로 연결되는 과정을 설명하는 것으로 해석하는 것이 적절하다. 향후 연구에서는 중년층과 노년층을 구분하거나 연령에 따른 다집단 분석을 실시하여 사회적 연결감, 고독감, 여가만족 및 지속참여의도의 구조적 관계가 연령집단에 따라 어떠한 차이를 나타내는지 검증할 필요가 있다.

V. 결론 및 제언

본 연구는 파크골프 참여자를 대상으로 사회적 연결감이 고독감, 여가만족 및 지속참여의도에 미치는 구조적 관계와 고독감 및 여가만족의 매개효과를 규명하였다.

연구결과 사회적 연결감은 고독감을 감소시키고 여가만족과 지속참여의도를 향상시키는 것으로 나타났으며, 고독감은 여가만족을 감소시키는 요인으로 확인되었다. 또한 여가만족은 지속참여의도에 가장 큰 영향을 미치는 변수였으며, 사회적 연결감은 고독감과 여가만족을 매개로 지속참여의도에 간접적인 영향을 미치는 것으로 나타났다.

본 연구는 기존 파크골프 연구에서 주로 참여동기와 만족도 중심으로 이루어졌던 연구범위를 확장하여 사회적 연결감과 고독감이라는 심리사회적 변인을 통합적으로 검증하였다는 점에서 학문적 의의를 가진다. 또한 파크골프 참여자의 지속적인 참여를 위해서는 시설 확충뿐 아니라 참여자 간 사회적 관계 형성과 공동체 활성화를 지원하는 프로그램 운영이 중요함을 실증적으로 제시하였다는 점에서 실무적 의의도 있다.

다만 본 연구는 일부 지역의 파크골프 참여자를 대상으로 수행되었기 때문에 연구결과를 전체 참여자에게 일반화하는 데에는 한계가 있다. 또한 횡단적 연구설계를 적용하여 시간의 변화에 따른 인과관계를 충분히 규명하지 못하였다. 향후 연구에서는 다양한 지역과 연령층을 포함한 표본을 활용한 종단연구를 수행하고, 사회적 지지, 공동체 의식, 운동몰입, 삶의 질 등 다양한 심리사회적 변인을 포함한 연구를 통해 파크골프 참여행동의 설명력을 더욱 높일 필요가 있다.

참고문헌

- 김미정, 문병량, 서희정(2025). 노년층 파크골프 참여 경험에 나타난 삶의 사회적 관계성의 의미 탐색. *골프연구*, 19(3), 237-247.
- 김형우, 최윤동, 유한나(2025). 중·장년층 파크골프 참여자의 여가만족 결정요인: 스포츠가치관과 심리적 웰빙. *골프연구*, 19(3), 313-325.
- 남재준, 권선아, 김태연(2025). 실버세대 파크골프 참여자의 무형적 편익이 심리적 행복감 및 지속참여의도에 미치는 영향. *골프연구*, 19(4), 267-276.
- 박종임, 안민주(2015). 노인의 파크골프 참여동기가 여가만족과 생활만족에 미치는 영향. *골프연구*, 9(2), 1-12.
- 신양호, 조규청(2015). 실버세대 파크골프 참여자의 참여동기와 만족 및 참여지속의도의 관계. *한국체육과학회지*, 24(3), 453-464.
- 장석원(2024). 우리나라 파크골프장 현황 조사. *Weed & Turfgrass Science*, 13(3), 125-134.
- Ajzen, I. (1991). The theory of planned behavior. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 50(2), 179-211.
- Beard, J. G., & Ragheb, M. G. (1980). Measuring leisure satisfaction. *Journal of Leisure Research*, 12(1), 20-33.
- Cacioppo, J. T., & Patrick, W. (2008). Loneliness: Human nature and the need for social connection. New York, NY: W. W. Norton & Company.
- Fornell, C., & Larcker, D. F. (1981). Evaluating structural equation models with unobservable variables and measurement error. *Journal of Marketing Research*, 18(1), 39-50.
- Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., &

- Anderson, R. E. (2019). Multivariate data analysis (8th ed.). Andover, UK: Cengage.
- Kline, R. B. (2023). Principles and practice of structural equation modeling (5th ed.). New York, NY: Guilford Press.
- Lee, K., Lee, K. E., Lee, H. J., Min, J. W., Kang, C., & Heo, J. (2025). Social capital and successful aging among senior park golfers. *Journal of Leisure Research*, 56(5), 701–721.
- Lee, R. M., Draper, M., & Lee, S. (2001). Social connectedness, dysfunctional interpersonal behaviors, and psychological distress: Testing a mediator model. *Journal of Counseling Psychology*, 48(3), 310–318.
- Lee, R. M., & Robbins, S. B. (1995). Measuring belongingness: The Social Connectedness and the Social Assurance Scales. *Journal of Counseling Psychology*, 42(2), 232–241.
- Rowe, J. W., & Kahn, R. L. (1997). Successful aging. *The Gerontologist*, 37(4), 433–440.
- Russell, D. W. (1996). UCLA Loneliness Scale (Version 3): Reliability, validity, and factor structure. *Journal of Personality Assessment*, 66(1), 20–40.
- World Health Organization. (2020). WHO guidelines on physical activity and sedentary behaviour. Geneva: World Health Organization.