

청소년의 여가동기가 여가만족도와 안녕감에 미치는 영향

조 아 미*

이 연구의 목적은 청소년의 여가동기가 여가만족도와 안녕감에 미치는 영향을 조사하는데 있다. 보다 구체적으로는 성별과 학교급별로 청소년의 여가동기, 여가만족도, 안녕감의 상관관계를 분석하고, 청소년의 여가동기가 여가만족도와 안녕감에 미치는 영향을 조사하고자 한다.

조사대상은 서울에 거주하는 403명의 청소년이었다. 이 중에서 남학생이 196명(48.6%)이었고 여학생이 207명(51.4%)이었다. 학교급에 따라서는 중학교 1학년이 97명(24.2%), 중학교 2학년이 43명(10.7%), 중학교 3학년이 40명(9.9%), 고등학교 1학년이 115명(28.7%), 그리고 고등학교 2학년이 106명(26.4%)이었다.

연구결과는 다음과 같다. 첫째, 청소년의 여가동기 유형에 따라 여가만족도와 관계에 있어서 다른 패턴을 보였다. 둘째, 성별이나 학교급별에 따라 청소년의 여가동기, 여가만족도, 안녕감의 관계에 차이가 있다. 셋째, 청소년의 여가동기는 여가만족도나 안녕감에 대한 설명력이 비교적 높다. 넷째, 여가동기 중에서 내재적 동기와 확인적 조절동기는 여가만족도와 안녕감에 긍정적인 영향을 미치고 무동기는 부정적인 영향을 미친다.

주제어: 여가동기, 여가만족도, 안녕감, 청소년

* 명지대학교 청소년학과 교수

I. 연구의 필요성 및 목적

2000년 노사정위원회에서 노동시간 단축의 기본원칙과 방향에 대한 포괄적인 합의가 이루어지면서 주5일 근무제가 가시화되었고, 이에 따라 서구사회는 물론 중국과 일본에서도 이미 실시되고 있는 주5일 수업제가 우리 사회에서도 주목을 받게 되었다. 주5일 수업이 실시되면 청소년들의 여가시간이 지금보다 증가할 것이다. 이 제도가 성공하려면 주5일 수업을 청소년들에게 단순히 일주일에 하루가 아닌 이들의 자유시간을 주는 것이 아니라, 그 자유시간을 어떻게 잘 활용하도록 하느냐가 관건이라고 할 수 있다. 가까운 미래에 우리는 주5일 수업의 시대에 접어들게 된다. 그러나 아직 우리는 청소년들의 증가된 여가시간을 어떻게 활용하도록 지도할 것인지에 대한 대책 마련이 매우 미비한 실정이다.

여가시간은 청소년의 발달에 있어서 양면성을 갖는 것으로 알려져 있다. 즉 여가를 잘 활용하면 청소년의 긍정적 발달에 도움이 될 수 있지만, 청소년의 여가시간 증대에 따라 문제행동도 증가할 수 있다는 것이다. 여가의 긍정적 영향에 대해서는 여가참여가 스트레스를 감소시킨다거나(Caltabiano, 1994), 자기표현, 편안함, 인지적 자극 등을 유발한다거나(Tinsley & Eldredge, 1995), 안녕감과 관련있다(Ragheb, 1993)는 등의 연구가 있다. 반면 여가의 부정적 영향에 대해서는 비구조화된 여가에 참여하는 청소년이 구조화된 여가에 참여하는 청소년보다 비행이나 반사회적 행동을 더 많이 한다고 알려져 있다(Caldwell & Darling, 1999).

여가학은 비교적 최근 주목을 받고 있는 분야로 다른 분야에 비해 연구결과가 제한적인 편이다. 더욱이 주요 연구주제는 여가참여와 유형, 여가만족도, 여가제약, 여가동기 등인데 특히 여가동기는 그 중요성에 비해 연구가 저조한 실정이다(조아미, 2003). 여가시간 동안 사람들이 무엇을 하는가가 그들의 건강에 중대한 영향을 미친다고 한다(Wankel, 1994). 그러므로 여가참여나 여가유형이 개인에게 미치는 영향을 연구하는 것은 매우 의미있는 일이라고 할 수 있다. 그러나 ‘왜 여가행동을 하는가?’인 여가동기가 개인에게 미치는 영향이나 관계를 분석하는 것은 더 의미있는 일이라고 생각된다. 즉 어느 청소년이 여가활동을 했느냐 하지 않았느냐 보다는 ‘왜 여가활동을 했느냐?’가 그 청소년의 만족도 등을 더 잘 설명해 줄 수 있을 것이라

고 생각되기 때문이다. 어떤 청소년은 본인이 흥미를 느끼기 때문에 여가활동을 했을 것이고, 어떤 청소년은 할 일이 아무 것도 없어서 여가활동을 할 수 있을 것이다. 이러한 경우 두 청소년이 느끼는 만족도에는 큰 차이가 있을 것이다. 여가란 궁극적으로 개인을 행복하게 만드는 것이라고 할 수 있는데, 여기에서는 개인이 여가에 참여했느냐의 여부보다는 어떤 동기에서 여가에 참여했느냐가 더 중요할 수 있다.

청소년의 여가에 관한 연구의 경우, 청소년의 여가활동 참여(이현정, 1998; 고영민, 2000; 정진식, 2001)나 활동유형(한담석, 1998; 방영훈, 2002)이 여가만족에 미치는 영향에 관한 연구가 최근 활발하게 진행되고 있다. 또한 청소년의 여가활동 참여요인과 생활만족도의 관계에 관한 연구도 수행되었다(윤종효, 2000).

이와 같이 최근 국내에서는 청소년의 여가동기에 대한 연구(박진경·윤상문, 2000; 박내식, 2002; 채선애·한성열, 2002)가 활성화되고 있으나, 이를 측정하는 도구가 개발되지 않았기 때문에 연구수행에 어려움이 있었다. 그러나 Baldwin과 Caldwell(2003)이 청소년의 여가동기 척도를 개발하고, 조아미(2003)가 이를 번안하고 신뢰도와 타당도를 검증하였기 때문에 앞으로는 이 도구를 이용하여 청소년의 여가동기 분야의 연구가 활발하게 수행될 수 있을 것이다. 그렇게 함으로써 청소년의 여가동기에 대한 이해의 폭이 넓어질 필요가 있다고 본다.

여가동기는 본질적으로 개인의 만족도나 안녕감과 밀접한 관련이 있다. 자신이 원해서, 자신이 흥미를 느껴서 등의 이유로 여가에 참여한다면 그러한 여가활동으로부터 만족감을 느끼게 되는 것은 자연스러운 일이고, 또 그로 인해 개인의 안녕감에도 영향을 미치는 것도 또한 자연스러운 일이라고 생각된다. 그러나 여가동기, 여가만족도, 안녕감의 관계에 관한 경험적 연구는 아직까지는 미비한 실정이다. 특히 청소년을 대상으로 한 연구의 경우는 더욱 제한적이다.

청소년의 여가동기, 여가만족도, 안녕감은 성별과 학교급에 따라 다를 것이라 가정할 수 있다. 예를 들어, 우리나라 청소년의 경우 여자 청소년과 남자 청소년의 여가시간은 차이가 있는 것으로 나타나고 있다. 물론 여가시간을 어떻게 정의하느냐에 따라 달라지겠지만 교제 및 여가활동의 항목만을 기준으로 보면, 여자 청소년의 여가시간은 남자 청소년의 여가시간보다 적다(통계청, 1999). 여가시간의 부족은 여자 청소년들로 하여금 여가에 대한 만족

도를 낮출 수 있고, 그에 따라 여가동기나 안녕감도 다르고 이들의 관계도 달라질 수 있다고 본다.

그러므로 이 연구의 목적은 청소년의 여가동기가 여가만족도와 안녕감에 미치는 영향을 조사하는데 있다. 보다 구체적으로는 성별과 학교급별로 청소년의 여가동기, 여가만족도, 안녕감의 상관관계를 분석하고, 청소년의 여가동기가 여가만족도와 안녕감에 미치는 영향을 조사하고자 한다.

II. 이론적 배경

일반적으로 여가동기는 여가경험에 앞서서 개인이 어떤 여가활동을 좋아하고, 선택하고, 참여하게 되는 의식적 및 무의식적 이유라고 할 수 있다(신갑호·문용, 1999). 이러한 여가동기를 측정하는 도구로는 Beard와 Ragheb(1983)의 여가동기척도, Wessinger와 Bandalos(1995)의 내적 여가동기척도, Baldwin과 Caldwell(2003)의 청소년의 여가동기척도 등이 있다.

Beard와 Ragheb(1983)의 여가동기척도에서는 여가동기를 지적 동기, 사회적 동기, 기술습득 동기, 자극회피 동기의 4개 영역으로 구분하였다. 지적 동기는 여가활동시 학습, 탐구, 발견, 창조, 상상 등과 같은 활동에 개입하는 정도를 의미하고, 사회적 동기는 여가활동시 인간관계나 타인과의 교류를 중요시하는 정도를 측정하였다. 기술습득 동기는 여가활동시 성취나 경쟁, 도전을 위하여 참여하는 정도를 의미하며, 자극-회피 동기는 여가활동을 통하여 일상의 과도한 압박으로부터 벗어나거나 도피하려는 정도를 의미한다. Wessinger와 Bandalos(1995)의 내적 여가동기척도는 여가동기 중에서 내적 동기만을 측정하도록 고안된 것이다. 국내에서는 정용각(1997)이 Vallerand 등(1992)이 개발한 스포츠 동기 척도와 이를 기초로 여가동기를 내적 동기, 외적 조절동기, 그리고 무동기로 분류하였다.

Baldwin과 Caldwell(2003)은 이제까지 청소년을 대상으로 한 여가동기 척도가 개발되지 않았다는 점에 착안하여 청소년의 여가동기 척도를 개발했다. 특히 이 척도는 자기결정성이론을 바탕으로 여가동기를 무동기, 외적 조

절동기, 부과된 조절동기, 확인된 조절동기, 내재적 동기로 구분하였다. 이들이 개발한 척도의 장점은 처음부터 청소년을 대상으로 척도를 개발했다는 것, 자기결정성 이론이라는 이론적 근거를 가지고 척도를 개발한 것, 그리고 여가동기의 다양한 유형들을 모두 포함하고 있다는 것이다.

Beard와 Ragheb(1980)은 여가만족을 “개인이 여가활동과 선택에 참여한 결과로서 형성되고, 찾아내거나, 얻게 되는 긍정적 지각 또는 감정으로 일 반적인 여가경험과 상황에 흡족하거나 유쾌하게 되는 정도”라고 정의했다. 이러한 정의에 입각해서 이들은 여가만족을 심리적, 교육적, 사회적, 휴양 적, 생리적, 심미적 만족의 여섯 가지로 대별하였다.

안녕감은 심리학 분야에서 주관적 안녕감이나 심리적 안녕감 등으로 불리어 왔다. 주관적 안녕감은 삶의 만족도(인지적 요인)와 정적 및 부정 정서(정서 적 요인)를 포함하는 개념이고, 심리적 안녕감은 인간의 삶의 질이 높다는 것을 사회의 구성원으로서의 한 개인이 얼마나 잘 기능하고 있는 가를 기준 으로 해야 한다는 입장이다(김혜원·김명소, 2000). 그러나 여기에서의 안녕 감은 여가와 관련된 안녕감에 관심이 있기 때문에 청소년이 그들의 자유시간 을 얼마나 건강한 것으로 지각하는지를 의미한다(Caldwell et al., 2002). 청소년의 여가동기와 여가만족도 및 안녕감의 관계에 대해서는 매우 제한적으 로만 연구들이 수행되었기 때문에 이들의 관계에 대한 체계적인 분석이 용이하 지 않다. 특히 청소년의 여가동기는 척도가 개발된 지 얼마 되지 않았기 때문에 이를 이용한 연구가 거의 없는 실정이라서 이들 변인의 비교가 어렵다고 할 수 있다. 그러나 여가동기는 대학생의 주관적 안녕감(채선애·한성열, 2002), 성인의 주관적 안녕감(고선희 등, 1998)이나 성인의 여가만족(성기라, 2002)과 관련이 있다는 연구결과들이 있다. 한편 청소년의 여가 참여(고영민, 2000; 정진식, 2001; Hiltonsmith & McMillan, 1982)와 청소년의 여가활동 유형(한담석, 1998; 방영훈, 2002)이 안녕감과 관계가 있다는 연구도 있다.

한편 여가는 개인의 안녕감을 결정하는 중요한 요인이고(Ray, 1981), 내재적 으로 동기화된 활동은 개인의 안녕감, 스트레스 대처능력, 신체적 건강에 영향 을 미친다고 했다(Iso-Ahola & Wessinger, 1984). Neulinger(1983)는 (1) 자유시간의 존재여부가 정신건강을 변화시키도록 하고, (2) 개인의 정신건강 상태가 개인이 여가를 경험하는 정도에 영향을 미치기 때문에 여가와 정신건 강은 서로 밀접한 관계에 있다고 했다. 뿐만 아니라 Pearson(1998)도 여가 만 족이 심리적 건강의 중요한 결정한 요인이라고 했다.

Ⅲ. 연구방법

1. 조사대상

이 연구의 조사대상은 서울에 거주하는 403명의 청소년이었다. 조사대상은 확률적 표집에 의해서 추출하는 것이 바람직하나 현실적인 어려움으로 인하여 편의상 표집을 하였다. 403명의 조사대상 중에서 남학생이 196명(48.6%)이었고 여학생이 207명(51.4%)이었다. 학교급에 따라서는 중학교 1학년이 97명(24.2%), 중학교 2학년이 43명(10.7%), 중학교 3학년이 40명(9.9%), 고등학교 1학년이 115명(28.7%), 그리고 고등학교 2학년이 106명(26.4%)이었다.

2. 조사도구

조사도구로는 Baldwin과 Caldwell(2003)이 개발한 청소년 여가동기 척도(Free Time Motivation Scale-Adolescent, FTMS-A)를 조아미(2003)가 번역하고 신뢰도와 타당도를 검증한 한국형 청소년 여가동기 척도가 사용되었다. 청소년 여가동기 척도는 자기결정성 이론에 근거하여 개발된 척도로서 5점 척도의 22문항으로 구성되어 있다. 하위영역으로는 자기결정성 이론에서 제시한 무동기, 외재적 동기(외적 조절동기, 투입적 조절동기, 동일시적 조절동기), 내재적 동기가 있다. 이 척도는 무동기 4개 문항, 외적 조절동기 5개 문항, 투입적 조절동기 5개 문항, 동일시적 조절동기 4개 문항, 그리고 내재적 동기 4개 문항으로 이루어져 있다. 그러나 조아미(2003)의 연구에서 외적 조절동기 2개 문항을 제외한 20개 문항의 신뢰도가 더 높고 모델의 적합도도 좋은 것으로 나타나 여기에서는 오리지널 22개 문항이 아니라 20개 문항을 사용하였다.

여가만족도를 측정하기 위해서는 Beard와 Ragheb(1980)이 개발한 여가만

족도 척도(LSS) 51개 문항을 24개 문항으로 축소한 척도를 사용했다. Beard와 Ragheb(1980)에 따르면 축소판 척도의 신뢰도는 크론바하의 알파계수가 .93으로 신뢰로운 수준이다.

안녕감은 Caldwell 등(2002)이 학생들이 그들의 자유시간을 얼마나 건강한 것으로 지각하는지를 평가하기 위해 사용한 4개의 문항으로 측정하였다. “대부분의 나의 여가시간 활동들은 나에게 좋은 것이라고 생각한다”를 예로 들 수 있다.

3. 자료수집 및 절차

이 연구에 사용된 자료는 2003년 9월-10월 사이에 수집되었다. 수집된 자료는 SPSS 10.0을 이용하여 상관관계 분석과 회귀분석을 실시하여 분석하였다.

IV. 연구결과

1. 청소년의 여가동기, 여가만족도, 안녕감의 관계

청소년의 여가동기와 여가만족도의 관계를 살펴보면, 여섯 유형의 여가만족도(심리적 만족, 교육적 만족, 사회적 만족, 휴양적 만족, 생리적 만족, 심미적 만족)은 무동기와는 의미있는 부적 상관이 있는 것으로 나타난 반면, 부과된 조절동기, 확인된 조절동기, 내재적 동기와는 의미있는 정적 상관이 있는 것으로 나타났다. 한편 외적 조절동기는 심미적 만족과의 정적 상관을 제외하고는 유의한 상관이 없었다. 이것은 여가만족도가 여가동기의 자기결정성 수준에 따라 다른 상관이 있다는 것을 의미하는 것이다. 즉 자기결정 수준이 낮은 혹은 거의 없는 무동기와 부적 관계에 있고, 그보다 자기결정 수준이 상대적으로 높은 외적 조절동기와는 유의한 상관이 없으며, 이 두 여가동기보다 자기결정 수준이 높은 부과된 조절동기, 확인된 조절동기, 내

재적 동기와는 정적 상관이 있다는 것이다. 이것으로 청소년의 여가만족도는 여가동기에 있어서 그들의 자기결정 수준과 관련이 있다는 것을 알 수 있다. 즉 여가동기의 결정성 수준이 낮을수록 여가만족도가 낮고, 결정성 수준이 높을수록 여가만족도가 높다는 것이다.

<표 1> 청소년의 여가동기, 여가만족도, 안녕감의 관계(전체)

변인	무동기	외적 조절동기	부과된 조절동기	확인된 조절동기	내재적 동기
심리적 만족	-.310(**)	.032	.190(**)	.425(**)	.509(**)
교육적 만족	-.224(**)	.037	.285(**)	.490(**)	.426(**)
사회적 만족	-.246(**)	-.062	.210(**)	.346(**)	.433(**)
휴양적 만족	-.274(**)	-.031	.210(**)	.375(**)	.494(**)
생리적 만족	-.153(**)	.098	.183(**)	.307(**)	.268(**)
심미적 만족	-.177(**)	.122(*)	.147(**)	.346(**)	.346(**)
안녕감	-.313(**)	-.056	-.029	.253(**)	.351(**)

* $p < .05$, ** $p < .01$

이것을 성별에 따라 어떤 차이가 있는 지를 분석한 결과, 청소년의 여가동기와 여가만족도의 관계가 남학생과 여학생에 따라 다소 다른 양상을 보여주었다. 청소년의 여가동기 중에서 확인된 조절동기와 내재적 동기는 남녀 학생 모두 여가만족도와 유의한 정적 상관이 있는 것으로 나타났고, 무동기의 경우도 남녀 모두 생리적 만족과 심미적 만족을 제외하고는 부적 상관이 있었다. 생리적 만족과 심미적 만족의 경우, 남학생은 무동기와 유의한 부적 상관이 있었지만 여학생은 무동기와 유의한 상관이 없었다. 부과된 조절동기의 경우, 남학생은 여섯 유형의 여가만족도와 유의한 정적 상관이 있는 반면, 여학생은 교육적, 휴양적 만족과는 유의한 정적 상관이 있었지만, 다른 유형의 여가만족도와는 유의한 상관이 없는 것으로 나타났다. 외적 조절동기와 여가만족도의 관계의 경우, 남녀 학생의 차이가 큰 것으로 나타나고 있다. 심리적 만족과 교육적 만족에 있어서 남학생은 외적 조절동기와 부적 상관, 여학생은 정적 상관이 있고, 사회적 만족과 휴양적 만족에 있어서 남

학생은 부적 상관이 있지만 여학생은 상관이 없는 것으로 나타났다. 그리고 생리적 만족과 심미적 만족에 있어서 남학생은 외적 조절동기와 상관이 없지만 여학생은 정적 상관이 있는 것으로 나타났다. 이것은 성별에 따라 청소년의 여가동기와 여가만족도의 관계가 다르다는 것을 보여주고 있다.

<표 2> 성별에 따른 청소년의 여가동기, 여가만족도, 안녕감의 관계

변인	성별	무동기	외적 조절동기	부과된 조절동기	확인된 조절동기	내재적 동기
심리적 만족	남	-.334(**)	-.175(*)	.256(**)	.301(**)	.394(**)
	여	-.323(**)	.173(*)	.116	.533(**)	.566(**)
교육적 만족	남	-.255(**)	-.169(*)	.273(**)	.420(**)	.264(**)
	여	-.214(**)	.211(**)	.281(**)	.558(**)	.538(**)
사회적 만족	남	-.306(**)	-.176(*)	.280(**)	.279(**)	.378(**)
	여	-.210(**)	.025	.129	.412(**)	.464(**)
휴양적 만족	남	-.363(**)	-.148(*)	.195(**)	.163(*)	.445(**)
	여	-.208(**)	.606	.210(**)	.588(**)	.526(**)
생리적 만족	남	-.346(**)	.007	.252(**)	.248(**)	.237(**)
	여	.062	.187(**)	.064	.389(**)	.283(**)
심미적 만족	남	-.277(**)	.001	.263(**)	.243(**)	.301(**)
	여	-.090	.223(**)	.049	.447(**)	.384(**)
안녕감	남	-.282(**)	-.136	.136	.229(**)	.274(**)
	여	-.376(**)	-.004	-.229(**)	.271(**)	.393(**)

* $p < .05$, ** $p < .01$

청소년의 여가동기와 여가만족도의 관계를 학교급별로 분석한 결과는 다음과 같다. 청소년의 여가동기 중에서 확인된 조절동기와 내재적 동기는 학교급과 상관없이 여가만족도와 유의한 정적 관계에 있었다. 그러나 무동기의 경우, 중학생은 여섯 유형의 여가만족도와 부적 상관이 있는 반면, 고등학생은 심리적, 사회적, 휴양적 만족과만 유의한 부적 상관이 있었다. 외적 조절동기의 경우, 고등학생이 생리적 만족과 심미적 만족과 유의한 정적 상관이 있는 것을 제외하고는 유의한 상관이 없었다. 부과된 조절동기의 경우, 중학생은 여섯 유형의 여가만족도와 정적 상관이 있는 반면, 고등학생은 심리적

만족과 심미적 만족을 제외한 여가만족도와 정적 상관관이 있었다.

<표 3> 학교급에 따른 청소년의 여가동기, 여가만족도, 안녕감의 관계

변인	학교급	무동기	외적 조절동기	부과된 조절동기	확인된 조절동기	내재적 동기
심리적 만족	중	-.358(**)	-.056	.336(**)	.498(**)	.537(**)
	고	-.266(**)	.113	.034	.353(**)	.484(**)
교육적 만족	중	-.357(**)	-.021	.365(**)	.493(**)	.463(**)
	고	-.108	.081	.193(**)	.489(**)	.413(**)
사회적 만족	중	-.340(**)	-.065	.290(**)	.371(**)	.455(**)
	고	-.161(*)	-.061	.135(**)	.323(**)	.420(**)
휴양적 만족	중	-.320(**)	-.038	.287(**)	.418(**)	.546(**)
	고	-.232(**)	-.020	.155(*)	.336(**)	.454(**)
생리적 만족	중	-.174(*)	.051	.205(**)	.260(**)	.246(**)
	고	-.128	.148(*)	.166(*)	.346(**)	.287(**)
심미적 만족	중	-.252(**)	.038	.243(**)	.441(**)	.436(**)
	고	-.127	.182(**)	.035	.272(**)	.301(**)
안녕감	중	-.414(**)	-.127	.067	.212(**)	.428(**)
	고	-.209(**)	.015	-.140(*)	.280(**)	.275(**)

* $p < .05$, ** $p < .01$

2. 청소년의 여가동기와 안녕감의 관계

청소년의 여가동기 유형과 안녕감의 관계를 분석해 보면, 무동기는 안녕감과 유의한 부적 상관이 있고, 외적동기와 부과된 조절동기와는 유의한 상관이 없지만, 확인된 조절동기와 내재적 동기와는 유의한 정적 상관이 있었다. 이것은 여가만족도의 경우와 마찬가지로 안녕감도 청소년의 여가동기의 자기결정 수준에 따라 다른 관계에 있다는 것을 의미한다.

이것을 성별로 나누어 살펴보면 부과된 조절동기의 경우에서만 남학생과 여학생의 차이가 나타났다. 즉 남학생의 경우, 부과된 조절동기가 안녕감과 유의한 상관이 없지만, 여학생의 경우에는 유의한 부적 상관이 있다. 학교급별에 의한 차이를 살펴보면, 부과된 조절동기의 경우에만 중학생은 유의한 차이가 없는 반면 고등학생은 유의한 부적 상관이 있는 것으로 나타나고 있다.

3. 청소년의 여가동기가 여가만족도와 안녕감에 미치는 영향

청소년의 여가동기가 여섯 유형의 여가만족도에 미치는 영향을 조사한 결과, 심리적·생리적·심미적 만족의 경우 내재적 동기, 확인된 조절동기, 무동기, 외적 조절동기가 영향을 미치는 반면, 교육적·사회적·휴양적 만족의 경우 확인된 조절동기, 내재적 동기, 무동기가 영향을 미치는 것으로 나타났다. 한편 부과된 조절동기는 어느 유형의 여가만족도에도 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다. 청소년의 여가동기는 여섯 유형의 여가만족도 전체 변량 중 12.2%에서 35.5%를 설명하고 있다. 이것은 청소년의 여가동기라는 하나의 변인이 여가만족도에 미치는 영향이 크다는 것을 의미한다.

청소년의 여가동기가 청소년의 안녕감에 어떤 영향을 미치는지 조사한 결과, 다섯 유형의 여가동기가 모두 청소년의 안녕감에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 청소년의 여가동기는 안녕감 전체 변량의 22.4%를 설명하고 있었다.

<표 4> 청소년의 여가동기가 여가만족도와 안녕감에 미치는 영향

종속변인	독립변인	b	Beta	t	Sig.	R ²
심리적 만족	내재적 동기	.358	.386	7.982	.000	.355
	확인된 조절동기	.227	.226	4.785	.000	
	무동기	-.192	-.201	-4.596	.000	
	외적 조절동기	.156	.107	2.390	.017	
교육적 만족	확인된 조절동기	.363	.391	8.440	.000	.310
	내재적 동기	.193	.229	4.686	.000	
	무동기	-.103	-.116	-2.588	.010	
사회적 만족	내재적 동기	.232	.229	5.712	.000	.229
	확인된 조절동기	.196	.227	4.597	.000	
	무동기	-.095	-.115	-2.386	.018	
휴양적 만족	내재적 동기	.320	.366	7.418	.000	.289
	확인된 조절동기	.202	.211	4.494	.000	
	무동기	-.121	-.134	-2.929	.004	
생리적 만족	확인된 조절동기	.193	.183	3.305	.001	.122
	내재적 동기	.172	.178	3.134	.002	
	무동기	-.119	-.118	-2.310	.021	
	외적 조절동기	.171	.111	2.118	.035	
심미적 만족	내재적 동기	.124	.259	4.713	.000	.180
	확인된 조절동기	.096	.183	3.438	.001	
	외적 조절동기	.112	.146	2.893	.004	
	무동기	-.059	-.119	-2.413	.016	
안녕감	내재적 동기	.189	.261	4.803	.000	.224
	무동기	-.169	-.223	-4.631	.000	
	확인된 조절동기	.187	.236	4.337	.000	
	부과된 조절동기	-.145	-.223	-4.157	.000	
	외적 조절동기	.147	.127	2.422	.016	

4. 성별과 학교급별 청소년의 여가동기가 여가만족도와 안녕감에 미치는 영향

청소년의 성별과 학교급별에 따라 청소년의 여가동기가 여가만족도에 미치는 영향을 살펴보면, 여가만족도에 영향을 미치는 청소년의 여가동기에 있어서 차이가 있다. 예를 들어 심미적 만족의 경우 남학생은 내재적 동기, 부과된 조절동기, 무동기가, 여학생은 확인된 조절동기, 부과된 조절동기, 외적 조절동기, 내재적 동기가, 중학생은 내재적 동기와 확인된 조절동기가, 고등학생은 내재적 동기, 외적 조절동기, 부과된 조절동기가 각각 영향을 미치는 것으로 나타났다.

성별과 학교급별로 청소년의 여가동기가 안녕감에 미치는 영향을 분석해 보면, 남학생과 여학생, 그리고 중학생과 고등학생 사이에 영향을 미치는 변인에 차이가 있었다. 그러나 무동기와 내재적 동기는 공통적으로 각각의 집단에 영향을 미쳤다.

<표 5> 성별과 학교급별 청소년의 여가동기가 여가만족도와 안녕감에 미치는 영향

종속변인	남학생	여학생	중학생	고등학생
심리적 만족	내재적 동기	내재적 동기	내재적 동기	내재적 동기
		확인된 조절동기		외적 조절동기
	확인된 조절동기	부과된 조절동기	확인된 조절동기	무동기
	무동기	외적 조절동기	무동기	부과된 조절동기
교육적 만족		무동기		확인된 조절동기
	확인된 조절동기	확인된 조절동기	확인된 조절동기	확인된 조절동기
	외적 조절동기	내재적 동기	내재적 동기	내재적 동기
	부과된 조절동기	외적 조절동기	무동기	
사회적 만족	내재적 동기	내재적 동기	내재적 동기	내재적 동기
	부과된 조절동기			
	무동기	확인된 조절동기	확인된 조절동기	확인된 조절동기
	확인된 조절동기		무동기	
휴양적 만족	내재적 동기	확인된 조절동기	내재적 동기	내재적 동기
	무동기	내재적 동기	확인된 조절동기	확인된 조절동기
				무동기
생리적 만족	무동기	확인된 조절동기	내재적 동기	확인된 조절동기
		부과된 조절동기		내재적 동기
	확인된 조절동기	외적 조절동기	확인된 조절동기	외적 조절동기
심미적 만족	내재적 동기	확인된 조절동기	내재적 동기	내재적 동기
		부과된 조절동기		
	부과된 조절동기	외적 조절동기	확인된 조절동기	외적 조절동기
	무동기	내재적 동기		부과된 조절동기
안녕감	무동기	내재적 동기	내재적 동기	확인된 조절동기
		부과된 조절동기		부과된 조절동기
	확인된 조절동기	외적 조절동기	무동기	무동기
	내재적 동기	확인된 조절동기		내재적 동기
		무동기		외적 조절동기

V. 논의 및 결론

이 연구의 목적은 청소년의 여가동기가 여가만족도와 안녕감에 미치는 영향을 조사하는 것이었다. 보다 구체적으로는 성별과 학교급별로 청소년의 여가동기, 여가만족도, 안녕감의 상관관계를 분석하고, 청소년의 여가동기가 여가만족도와 안녕감에 미치는 영향을 조사하는 것이었다. 연구결과, 다음과 같은 논의 및 결론이 도출되었다.

첫째, 청소년의 여가동기의 유형에 따라 여가만족도와 관계가 다른 패턴을 보였다. 즉 무동기는 여가만족도와 부적 상관이 있고, 외적 조절동기는 유의한 상관이 없고, 부과된 조절동기, 확인된 조절동기, 내재적 동기와는 정적 상관이 있었다. 청소년의 여가동기 유형은 개인의 자기결정 수준에 따라 자기결정 수준이 가장 낮은 무동기에서 가장 높은 내재적 동기로 구분되고, 그 사이에 외적 조절동기, 부과된 조절동기, 확인된 조절동기가 있다. 청소년의 여가동기와 여가만족도의 관계를 보면, 개인의 자기결정 수준이 높은 동기의 경우 여가만족도와 유의한 정적 상관이 있고, 낮은 동기의 경우 유의한 상관이 없거나 부적 상관이 있었다. 이것은 개인의 여가만족도에 있어서 자기결정이라는 것이 중요한 요소로 작용한다는 것을 의미한다. 즉 어떤 활동을 선택하는데 있어서 자기결정이라는 요인이 작용하면, 그 활동에 대한 만족도가 높아진다는 것이다. 이러한 결과는 청소년이 여가를 선택하는데 있어서 외부의 강요나 압력이 아니라 자신의 결정에 의한 것이라면, 그 여가활동에 대한 만족도가 높을 수 있다는 것이다. 그러므로 여가만족도의 향상을 위해서는 청소년이 여가활동을 선택하도록 해야 한다는 것을 의미한다. 이것은 또한 특별히 할 일이 없거나 아무런 의도없이 어떤 여가활동을 하는 것은 그 활동에 대한 만족도를 향상시키는 것이 아니라 오히려 감소시킨다는 것을 의미한다.

둘째, 성별이나 학교급별에 따라 청소년의 여가동기, 여가만족도, 안녕감의 관계에 차이가 있었다. 뿐만 아니라 청소년의 여가동기가 여가만족도나 안녕감에 미치는 영향에 있어서도 성별이나 학교급별에 따라 차이가 있었다. 이것은 청소년의 여가만족도나 안녕감에 있어서 전체적으로 접근하기 보다는 집단에 따라 개별적인 접근이 필요하다는 것을 의미한다. 즉 남자청소년의 안녕감 향상을 위해서는 무동기, 확인된 조절동기, 내재적 동기를 고려하면 되지만 여자청소년의 안녕감 향상을 위해서는 다섯 유형의 여가동기가

모두 고려의 대상이 되어야 한다는 것이다.

셋째, 청소년의 여가동기라는 하나의 변인이 여가만족도나 안녕감에 대한 설명력이 비교적 높다는 것이다. 청소년의 여가동기가 여가만족도나 안녕감을 설명하는 정도를 살펴보면, 심리적 만족의 경우 35.5%로 가장 많고, 생리적 만족이 12.2%로 가장 낮다. 다른 유형의 여가만족도나 안녕감에 대한 청소년의 여가동기의 설명력은 그 사이에 있다. 이것은 청소년의 여가동기라는 하나의 변인이 여가만족도나 안녕감을 비교적 많이 설명한다고 볼 수 있다. 이러한 결과가 시사하는 바는 여가만족도나 안녕감에 있어서 청소년의 여가동기가 매우 중요한 변인이라는 것이다. 앞으로 여가만족도나 안녕감의 증가에 대한 프로그램 개발에 있어서 청소년의 여가동기가 중요하게 고려되어야 한다는 것을 의미한다.

넷째, 여가만족도와 안녕감에 있어서 내재적 동기, 확인된 조절동기, 무동기가 영향력을 미치는 것으로 나타났다. 즉 내재적 동기와 확인된 조절동기가 높을수록, 그리고 무동기가 낮을수록 여가만족도와 안녕감은 높게 나타난다는 것이다. 이것은 청소년의 여가동기 중에서도 내재적 동기와 확인된 조절동기가 여가만족도와 안녕감에는 긍정적인 영향을 미치고, 무동기는 부정적인 영향을 미친다는 것이다. 청소년의 여가동기 중에서 이들 하위유형 동기에 대한 관심이 필요하다고 본다.

이제까지의 여가 분야 연구는 대부분이 개인의 여가참여나 여가활동 유형이 개인의 심리적 특성 등과 어떤 관계에 있는지를 분석하는데 그 초점을 두었다. 그러나 여기에서 간과된 것은 왜 참여하느냐 혹은 왜 그 유형의 여가활동에 참여하느냐 하는 여가동기에 관한 연구이다. 이 연구의 결과는 여가동기에 관한 연구가 왜 필요한지를 알려주고 있다.

참 고 문 헌

- 고선혜·강효민·문용(1998). 여가스포츠 참가자의 내외적 통제위와 지각된 여가 유능감 및 주관적 안녕감의 관계, 한국체육학회지, 37(4), 99-110.
- 고영민(2000). 방과후 체육활동 참가와 여가만족의 관계, 충북대학교 교육대학원 석사학위 논문.
- 김혜원·김명소(2000). 우리나라 기혼여성들의 심리적 안녕감의 구조분석

- 및 주관적 안녕감과 의 관계분석, 한국심리학회지: 여성, 5(1), 27-41.
- 박내식(2002). 청소년의 여가활동 참가동기와 몰입경험 및 여가권태의 관계, 한국체육대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 박진경·윤상문(2000). 청소년의 여가활동 참여유형과 여가동기의 관계, 한국스포츠사회학지, 13(2), 243-252.
- 방영훈(2002). 청소년의 여가활동참여유형에 따른 사회적 지지 및 여가만족의 관계, 국민대학교 교육대학원 석사학위 논문.
- 성기라(2002). 스포츠참가 동기가 자아정체감과 여가만족도에 미치는 영향: 대학 교양수업 수강자를 중심으로, 명지대학교 석사학위 논문.
- 신갑호·문용(1999). 노인의 여가동기와 생활만족도 간의 구조적 모델, 한국체육학회지, 38(2), 158-169.
- 원형중(1995). 청소년의 중독성 물질남용, 여가참여, 여가권태, 여가만족의 인과모형 설정을 위한 연구: 서울시내 남자고등학생을 중심으로, 한국여가레크레이션학회지, 12(1), 46-58.
- 윤종효(2000). 청소년의 여가활동 참여요인과 생활만족도의 관계, 동아대학교 교육대학원 석사학위 논문.
- 이현정(1998). 청소년의 생활체육 참가가 여가만족에 미치는 영향, 경기대학교 교육대학원 석사학위 논문.
- 정용각(1997). 여가운동 참가자의 스포츠 참여동기, 각성추구, 정서의 요인이 스포츠 몰입행동에 미치는 영향, 부산대학교 대학원 박사학위논문.
- 정진식(2001). 고등학생의 길거리 농구활동 참가와 여가만족 및 여가권태의 관계, 충북대학교 교육대학원 석사학위 논문.
- 조아미(2003). 청소년의 여가동기 척도의 신뢰도와 타당도, 청소년학 연구, 10(4), 381-402.
- 채선애·한성열(2002). 여가활동, 여가동기, 자기효능감 및 주관적 안녕감

- 간의 관계, 한국심리학회지: 사회문제, 8(2), 17-31.
- 통계청(1999). 1999년 생활시간조사.
- 한담석(1998). 청소년의 여가활동 유형이 여가만족에 미치는 영향, 건국대학교 사회과학대학원 석사학위 논문.
- Baldwin, C.K., & Caldwell, L.L.(2003). Development of the free time motivation scale for adolescents, *Journal of Leisure Research*, 35, 129-151.
- Beard, J.G., & Ragheb, M.G.(1980). Measuring leisure satisfaction, *Journal of Leisure Research*, 20-33.
- Beard, J.G., & Ragheb, M.G.(1983). Measuring leisure motivation, *Journal of Leisure Research*, 15(3), 219-228.
- Caldwell, L.L. & Darling, N.(1999). Leisure context, parental control, and resistance to peer pressure as predictors of adolescent partying and substance use: An ecological perspective, *Journal of Leisure Research*, 31, 57-77.
- Caldwell, L.L., Baldwin, C.K., Walls, T., & Smith, E.(2002). Preventing substance abuse among middle school adolescents: Preliminary effects of a leisure education program on proximal outcomes.
- Caltabiano, M.(1994). Measuring the similarity among leisure activities based on a perceived stress-reduction benefit, *Leisure Studies*, 13, 17-31.
- Hiltonsmith, R. & McMillan, D.(1982). Adolescents at home: An exploratory study of the relationship between perception of family social climate, general well-being, and actual behavior in the home setting, *Journal of Youth and Adolescence*, 11(4), 301-315.

- Iso-Ahola, S. & Weissinger, E.(1984). Seisure and well-being: Is there a connection? *Parks and Recreation*, 19(6), 40-44.
- Neulinger, J.(1983). Leisure-A criterion of mental health, Paper presented at the Biennial Congress of the World Federation for Mental Health, Washington, D.C., July 23-24.
- Pearson, Q.M.(1998). Job satisfaction, leisure satisfaction, and psychological health, *Career Development Quarterly*, 46(4), 416-426.
- Ragheb, M.G.(1993). Leisure and perceived wellness: A field investigation, *Leisure Science*, 15, 13-24.
- Ray, R.(1981). The development of adult leisure behaviors: An exploratory inquiry, ED 217304.
- Tinsley, H. & Eldredge, B.(1995). Psychological benefits of leisure participation: A taxonomy of leisure activities based on their need-gratifying properties, *Journal of Counseling Psychology*, 42(2), 123-132.
- Vallerand, R.J., Pelletier, L.G., Blais, M.R., Briere, N.M., Senecal, C., & Vallieres, E.F.(1992). The academic motivation scale: A measure of intrinsic, extrinsic, and amotivation in education, *Educational and Psychological Measurement*, 52, 1003-1017.
- Wankel, L.(1994). Health and Leisure: Inextricably linked, *Journal of Physical Education, Recreation and Dance*, 64(4), 28-31.
- Weissinger, E. & Bandalos, D.(1995). Development, reliability and validity of a scale to measure intrinsic motivation in leisure, *Journal of Leisure Research*, 27(4), 379-401.

ABSTRACT

The Effects of Adolescents' Free Time Motivation on Leisure Satisfaction and Well-Being

Cho, A-Mi^{*}

The purpose of this study was to investigate the effects of adolescent's free time motivation on leisure satisfaction and well-being. The correlations among adolescent's free time motivation, leisure satisfaction, and well-being by gender and grade were included.

The subjects were 403 adolescents. Among them, there were 196 male students and 207 female students. There were 180 middle school students and 221 high school students.

The results of the study were as follows:

First, the relationships between adolescent's free time motivation and leisure satisfaction showed different patterns according to its subtypes.

Second, the correlations among adolescent's free time motivation, leisure satisfaction, well-being were different according to gender and grade.

Third, adolescent's free time motivation significantly explained the variance of leisure satisfaction and well-being.

^{*} Myongji University

Fourth, internal motivation, identified regulated motivation, and amotivation had an effect on leisure satisfaction and well-being.

Key Words : Free time motivation, leisure satisfaction, well-being, adolescent

투고일 : 10월 30일, 심사일 : 12월 7일, 심사완료일 : 12월 23일