

관광학박사 학위논문

관광활동 참여도가 여가만족과
여가정체성, Wellness활동에 미치는
영향관계

경주대학교 대학원

관 광 학 과

이 채 도

2009년 06월

관광활동 참여도가 여가만족과
여가정체성, Wellness활동에 미치는
영향관계

지도교수 주 현 식

이 논문을 박사학위 논문으로 제출함

2009년 6월

경주대학교 대학원

관 광 학 과

이 채 도

이채도의 博士學位論文을 認准함

審査委員長 _____ 印

審査委員 _____ 印

審査委員 _____ 印

審査委員 _____ 印

審査委員 _____ 印

慶州大學校 大學院

2009年 6

月

목 차

제 1 장 서 론	1
제 1 절 문제의 제기와 연구의 목적	1
1. 문제의 제기	1
2. 연구의 목적	5
제 2 절 연구의 방법 및 범위	8
제 2 장 이론적 고찰	10
제 1 절 관광활동	10
1. 관광활동의 개념	10
2. 관광활동의 참여형태	13
3. 관광활동 참여도의 구성요인	17
제 2 절 여가만족	22
1. 여가만족의 개념	22
2. 여가만족의 구성요인	26
제 3 절 여가정체성	31
1. 여가정체성의 개념	31
2. 여가정체성의 구성요인	35
제 4 절 Wellness활동	38

1. Wellness의 개념	38
2. Wellness의 구성요인	46
제 3 장 연구의 설계	50
제 1 절 연구모형 및 가설 설정	50
1. 연구모형	50
2. 가설의 설정	51
3. 변수의 조작적 정의	56
제 2 절 자료수집 및 분석방법	61
1. 자료의 수집	61
2. 설문지의 구성 및 내용	61
3. 자료 분석방법	64
제 4 장 실증분석 및 해석	65
제 1 절 기초자료 분석	65
1. 인구 통계적 특성	65
제 2 절 신뢰도 및 타당도 분석	67
1. 신뢰도 분석	67
2. 타당도 분석	69
제 3 절 연구가설의 검증	73
1. 가설의 검증	73
2. 분석결과의 논의	85

제 5 장 결 론	87
제 1 절 연구결과 요약	87
제 2 절 이론적 시사점	89
제 3 절 실무적 시사점	90
제 4 절 연구의 한계 및 미래의 연구방향	92
참 고 문 헌	93
부 록	106
ABSTRACT	111

표 차 례

<표 2- 1> 관광활동의 개념	12
<표 2- 2> 관광활동의 참여형태	16
<표 2- 3> 관광활동 참여도의 구성요인	21
<표 2- 4> 여가만족의 개념	25
<표 2- 5> 여가만족의 척도	27
<표 2- 6> 여가만족의 구성요인	30
<표 2- 7> 여가정체성의 개념	34
<표 2- 8> 여가정체성의 구성요인	37
<표 2- 9> Wellness의 개념	45
<표 2-10> Wellness의 구성요인	49
<표 3- 1> 설문지 척도	60
<표 3- 2> 설문지의 구성	63
<표 4- 1> 표본의 인구 통계적 특성	66
<표 4- 2> 측정척도 구성개념에 대한 신뢰도 검증	68
<표 4- 3> 여가만족에 대한 타당도 분석	70
<표 4- 4> 여가정체성에 대한 타당도 분석	71
<표 4- 5> Wellness활동에 대한 타당도 분석	72
<표 4- 6> 관광활동 참여도가 여가만족에 미치는 영향분석	75
<표 4- 7> 관광활동 참여도가 여가정체성에 미치는 영향분석	77
<표 4- 8> 여가만족이 여가정체성에 미치는 영향분석	78
<표 4- 9> 여가만족이 Wellness활동에 미치는 영향분석	81
<표 4-10> 여가정체성이 Wellness활동에 미치는 영향분석	83
<표 4-11> 가설검증 결과의 요약	84

그림 차례

[그림 1-1] 연구의 흐름도	9
[그림 2-1] Wellness활동 영역의 이론적 모형	41
[그림 3-1] 연구모형	50

제 1 장 서 론

제 1 절 문제의 제기와 연구의 목적

1. 문제의 제기

현대 사회는 기술향상과 정보화의 진전으로 산업성장을 이루어 왔다. 이는 물질적 풍요로움을 가져다 주었고 또한 주 5일근무 도입으로 노동시간도 단축되었다. 노동시간 단축은 삶의 질(Quality of Life)의 향상 및 건강을 위한 여가활동을 확대시켰다. 이러한 시대상황은 선진국형 여가 특히 자연탐구여가 등 웰빙(Wellbeing)사회를 가져왔다(송원익, 2004); 이처럼 최근 우리사회는 ‘행복’이나 ‘삶의 질’ 그리고 ‘웰빙’과 ‘로하스(LOHAS)’ 가치를 지향하고 있다. 이는 행복한 삶의 조건을 직장에서 여가활동으로 이동시켜 여가시간 확대에 따른 삶의 질적 추구를 지향하는 여가활동 참여확대라는 시대상황을 배태한 것이다(이연주, 2007).

현대사회의 관광활동은 삶의 질적 향상은 물론 자기개발, 자아실현 및 행복추구, 건강유지 및 증진에 효과적으로 부응하는 역할을 담당하고 있다(이정순, 2005).

개인의 생활 및 복지수준의 가장 긍정적인 성과는 여가활동이 개인의 정신건강과 행복감에 기여한다는 것이다(박유진, 2002).

Ottawa 헌장(WHO, 1986)은 ‘건강증진을 개인의 건강에 대한 통제를 늘리고 개선하게 하는 과정’ 이라고 정의하였다. 이후 세계보건기구(WHO)에서는 지속적으로 건강증진 관련 국제회의를 통해 건강증진의 개념 및 역할을 상세히 규정하여 왔다(장지훈, 2006).

이러한 세계보건기구의 역할에 힘입어 여러가지 형태의 여가문화가 창출되고 있다(김장환, 2003). 이는 웰빙가치가 최우선으로 고려되는 것이 삶의 질을 향상시킨다는 의미를 담고 있다(이미숙, 2004). 그러나 그동안 우리사회의 웰빙 현상은 대중매체가 주도함에 따라 상업주의적 웰빙 활동

의 확대로 이어지고 있다.

삶의 질을 평가하려는 초기 노력은 주로 1인당 국민총소득(GNI)과 같은 경제적 또는 물질적인 측면이 주로 고려되었으나, 1960년대 부터 사회과학자들은 사회적 지위를 평가의 척도로 삼아왔다(Andrews & Witey, 1976; Bradbum, 1969).

그러나 최근의 연구들은 이와 같은 전제에 의문을 제기한다. 즉 교육수준, 나이, 성별, 소득수준 등과 같은 인구 사회학적 변수들이 설명할 수 있는 객관적 삶에 대한 평가총량이 주관적 삶의 질 평가총량의 15%이하이기 때문에(Diener, 1984, 1994; Myers & Diener, 1995), 측정영역도 대부분 객관적 지표, 즉 연령, 결혼여부, 소득 및 교육수준 등과 같은 인구 사회학적인 변수들을 삶의 질의 개인차 설명의 변수로 삼아왔다.

다양한 여가시간의 증대로 여러가지 형태의 여가 문화가 창출되고 있으며, 물질적인 풍요로움과 여가시간의 증가로 인하여 국민들의 건강에 대한 인식과 삶의 질에 대하여 높은 관심을 가지게 되었다(김장환, 2003).

웰빙이라는 용어가 생활의 어떤 영역에서 어떻게 적용되더라도 거기에는 최우선으로 삶의 질을 추구한다는 의미가 주가 된다(이미숙, 2004). 그러나 그동안 우리사회에 나타나는 웰빙은 대중매체의 주도로 용어가 생성되고 이러한 트렌드를 이용하려는 상업주의가 맞물려서 웰빙현상을 확산시켜 대중화 되었다(김병숙, 2006).

따라서 웰빙과 웰니스(Wellness)를 앞세운 상업주의가 무분별한 소비를 조장하고, 계층간의 위화감을 조성하는 등 왜곡된 현상으로 삶의 질 향상을 위한 웰빙과 웰니스는 오히려 건강과 사회의 안녕을 저해하는 위험요인이 될 수도 있다는 점에서 우리 사회의 웰니스에 대한 학문적인 논의와 검증이 이루어져야 할 필요성이 있다(김병숙, 2006; 주현식, 2008)

삶의 질에 대한 초기연구들은 측정영역의 대부분이 객관적 지표중심으로 연구되어 왔음을 알 수 있는데 이는 연령, 성별, 결혼여부, 소득 및 교육수준 등과 같은 인구 사회학적인 변수들이 삶의 질에서의 개인차를 설명해 줄 것이라 가정되었다(Andrews & Witey, 1976). 그러나 최근의

연구들은 인구 사회학적 변수들이 주관적 삶의 질에서의 개인차를 설명에 한계가 있음이 지적되었다. 삶의 질 또는 행복이란 개인이 그들의 생활 속에서 주관적으로 경험하는 것이기 때문에 객관적 지표들을 평가할 뿐 정작 개개인이 경험하는 삶의 질은 직접적으로 평가하지 못한다는 점에서 문제가 있다고 하겠다(이정순, 2004).

방지선과 박수정(2001)은 개인의 삶에 중요한 여가활동을 선택, 결정하는데 있어 영향을 미치는 개인적 환경적 요인들 중 특히 개인이 가지고 있는 가치기준은 활동을 선택하는데 많은 영향을 미친다고 하였다.

일반적으로 삶의 질에 영향을 미치는 학자들 중 개인적인 생활양식은 53%, 환경적 요인(가족, 친구, 공동체관계)은 21%, 의사와 의료기관은 10%가 영향을 받는다고 하였다. 특히 건강요인은 84%, 유전적인 환경은 16%로 개인이 조절할 수 없는 범주에 속한다고 하였다(이광옥, 2004).

선진국에서 웰니스는 도약의 단계이지만 국내에서는 아직도 도입 단계에 불과한 실정이다. 선진국에서 웰니스가 발전단계로 접어든 근본 이유는 과다한 의료비 지출에 기인된다고 할 수 있다. 선진국일수록 국내생산 대비 국민 의료비 지출은 개발도상국 보다 높게 나타났다(김상국, 2000).

산업의 고도화는 인간에게 물질적 풍요를 가져다 준 반면, 정신적 여유와 안정을 빼앗아 갔다. 그럼에도 불구하고 의학의 발달은 꾸준히 인간의 평균수명을 연장시키고 건강과 삶의 질은 향상되고 있다.

앞에서 살펴본 웰빙과 웰니스, 로하스에 대한 개념을 비교해 보면 웰빙 측은 환경의 중요성은 잘 알고 있지만 실제로는 친환경제품 구매까지는 연결시키지 못하고 있으며, 웰니스 측은 신체적, 사회적, 정서적, 지적, 정신적인 부분까지 고려하고 있다. 그러나 로하스 측은 비환경적 소비자와 웰빙 측, 웰니스 측과는 달리 보다 나은 환경을 위해서라면 생활의 불편을 감수할 뿐만 아니라 더 비싼 가격을 지불하더라도 친환경제품을 사용할 수 있는 의지를 가지고 있다. 즉 로하스 측은 '사회적 웰빙'으로 까지 소비패턴을 확장 시키려는 노력을 아끼지 않고 있는 실정

이다. 따라서 로하스 개념은 환경과 미래에도 지속가능한 발전을 고려하는 '사회적 웰빙' 과 '사회적 웰니스' 라는 점에서 개인을 중심으로 잘 먹고 잘 살기를 추구하는 웰빙 족과 차이가 있다.

예를 들어 가족의 건강을 위하여 집안의 벽지를 친환경 소재로 바꾸는 것은 웰빙이다. 또한 자신의 신체적, 정신적, 정서적, 사회적, 지적인 욕구를 충족하기 위해 개별적으로 노력하는 것이 웰니스 이다.

그동안 웰니스와 웰빙에 관련된 연구들은 웰빙과 웰니스 성향에 부합하는 로하스 상품의 개발을 위한 로하스 산업분야의 연구(엄경희, 2006)와 웰빙제품/서비스의 구매행동 등, 웰빙지향 행동을 다룬 연구들이 많다. 그러므로 앞으로 개인의 심리상태 및 가치관에 의한 여가활동 등 주관적 측면에 관한 연구의 필요성이 크다고 하였다(박수정, 2003).

따라서 본 연구에서는 관광활동 참여도가 여가만족과 여가정체성, 웰니스 활동에 미치는 영향관계를 규명하고자 한다. 이러한 관광활동 참여도와 여가 만족에 관한 연구는 이정순(2004)의 연구에서 인과관계를 증명하고 있다. 관광활동 참여도와 여가정체성과의 관계에 대한 연구는 부족한 실정이다. 또한 관광활동 참여도와 여가정체성, 웰니스 활동에 대한 인과관계를 규명한 연구는 부족하므로 본 연구를 통해서 관광활동 참여도가 여가만족과 여가정체성, 웰니스 활동에 미치는 영향관계에 대한 이론적 고찰과 이를 통해 개인 삶의 질적인 가치제고를 계기로 삼고자 한다.

이상의 연구 필요성을 바탕으로 본 연구는 다음 세 가지 연구문제를 제기하고자 한다.

첫째, 관광활동 참여도, 여가활동, 여가정체성, 웰니스 활동을 어떻게 개념화 할 것인가?

둘째, 관광활동 참여도, 여가활동, 여가정체성, 웰니스 활동요인을 어떻게 구성할 것인가?

셋째, 관광활동 참여도, 여가활동, 여가정체성, 웰니스 활동은 어느 정도 영향관계가 있을 것인가?

2. 연구의 목적

현대인은 ‘삶의 질’ 향상을 위해 구체적으로 신체적 건강유지 및 증진과 자아개발을 위한 노력을 부단히 하고 있다. 이러한 노력이 일상의 중요한 실천목표로 부각되고, 그에 따른 능동적인 여가형태, 즉 생활체육 활동 참여 인구가 급격히 증가하고 있는 실정이다(한광걸, 2007). 이러한 여가활동 트렌드는 삶의 질을 향상시키고 개인의 잠재능력을 극대화시키기 위하여 행동에 관여하는 것으로 웰니스 개념을 낳았다. 웰니스의 핵심가치는 자연, 건강, 안정, 여유, 행복한 삶이다.

Caldwell과 Smith(1988)는 미래연구를 위한 토대로써 심리적, 신체적, 사회적, 그리고 정신적인 웰빙 요소들에 대한 여가의 영향력을 연구해야 한다고 주장한 것으로 나타났다.

객관적 삶의 질이란 경제적, 환경적 또는 사회적인 삶의 상황이 어떠한가를 의미하는 것으로 이는 경제학자나 사회학자들이 오래 전부터 관심을 가졌던 주제이다.

이에 반해 주관적 삶의 질은 주관적 웰빙 또는 행복(happiness)이라고 하는데, 이는 한 사회의 구성원 개개인이 주어진 삶의 상황에 대해 어떻게 생각되고 있고 어떠한 경험을 하는가를 의미한다(차경호, 2001).

삶의 방향은 ‘몸과 마음의 균형 있는 건강’을 추구하며 궁극적인 지향점은 자연과의 조화다. 이처럼 몸과 마음이 자연과 조화를 이룰 때 마음의 평안을 얻을 수 있다는 것이다.

웰니스의 철학은 개개인의 삶에 있어서 최적의 정신적 및 신체적 건강상태를 유지하기 위하여 생활양식과 행동변화를 통한 개인의 잠재능력 극대화에 주안점을 두고 있다. 또한 행복은 인간이 추구하는 최고의 가치이다. 최근 행복을 초래하는 삶의 질에 관한 연구가 본격적으로 등장하기 시작했는데, 특히 심리학자들은 삶의 질 또는 행복이란 개개인이 그들의 생활 속에서 주관적으로 경험하는 것이라는 관점에서 개개인이 자신의 삶을 어떻게 평가하는지 또는 개개인이 자신의 삶에 얼마나 만족하는지를 측정함으로써 개인의 행복을 연구하기 시작했다(Andrew & Withey, 1976;

Campbell, 1976).

이러한 연구들은 주관적인 삶의 질, 삶에 대한 만족도, 또는 행복 등의 다양한 용어를 사용하여 수행되어 왔다. 또한 생활체육 참가자와 생활만족, 삶의 질의 관계에 관한 국내외의 이론적·경험적 연구들은 각 변수들 간에 독립적으로 관련변수들을 규명하였다(정영린, 1997; 김석일, 2004; 이광욱, 2004).

웰니스와 관련된 선행연구는 생활체육 참가와 웰니스의 관계(김태운·문용, 2001; 이광욱, 2004), 여가활동이 웰니스에 미치는 영향(여혜경, 2006), 요가참가와 영성능력 및 웰니스의 관계(오진숙, 2007), 라이프스타일에 따른 건강증진 및 인식(조현철·김백운, 2003) 등이 있다.

Milan(1997)은 여행과 관광경험이 여행자들의 심리적 웰빙 혹은 행복에 어떤 영향을 미치는지에 대한 연구에서도 여행경험과 심리적 웰빙은 서로 유의한 상관관계가 있음을 밝히고 있다. 그러나 총체적인 삶의 질, 즉 인간의 삶이 어떠한 변화를 가져오는가를 개인의 주관적 관점에서 확인할 수 있는 내재적 가치에 대한 구체적인 제시와 웰니스 활동과의 관계 또는 구성 요인간의 차이에 대해서는 전무한 상태이다.

이와 더불어 관광활동 참여도가 여가만족과 여가정체성, 웰니스 활동 관계 내에 내포하고 있는 신체적, 사회적, 정신적, 정서적, 지적변화에 대한 규명도 시급히 밝혀져야 하는 주요한 부분으로 대두되고 있다. 따라서 주관적인 삶을 평가하기 위해서는 여가활동에 대한 관심도, 여가에서 느끼는 만족, 여가의 본질적인 요소인 정체성, 신체적, 사회적, 지적, 정서적, 정신적인 평가인 웰니스와의 영향관계를 규명하고자 한다.

따라서 다음과 같은 연구목적을 통해 연구문제를 해결하고자 한다.

첫째, 관광활동 참여도와 여가만족 및 여가정체성, 웰니스 활동에 미치는 영향관계를 검증하고자 한다.

둘째, 여가만족이 여가정체성에 미치는 영향관계를 분석하고자 한다.

셋째, 여가만족과 여가정체성이 웰니스 활동에 미치는 영향관계를 고찰하고자 한다.

위와 같은 연구목적이 달성된다면 다음과 같은 효과가 있을 것이다.

첫째, 관광활동 참여도에 따른 여가만족과 여가정체성, 웰니스 활동에 대한 영향력 정도가 파악될 것이다.

둘째, 여가만족에 따른 여가정체성 정도를 알 수 있을 것이다.

셋째, 여가만족과 여가정체성에 따른 웰니스 활동 정도를 이해할 수 있을 것이다.

넷째, 관광활동 참여도에 따른 여가만족, 여가정체성, 웰니스 활동 정도를 파악함으로써 관광활동에 대한 세부적인 계획수립과 웰니스 활동에 따른 여가시설의 확충에 대한 필요성을 알 수 있을 것이다.

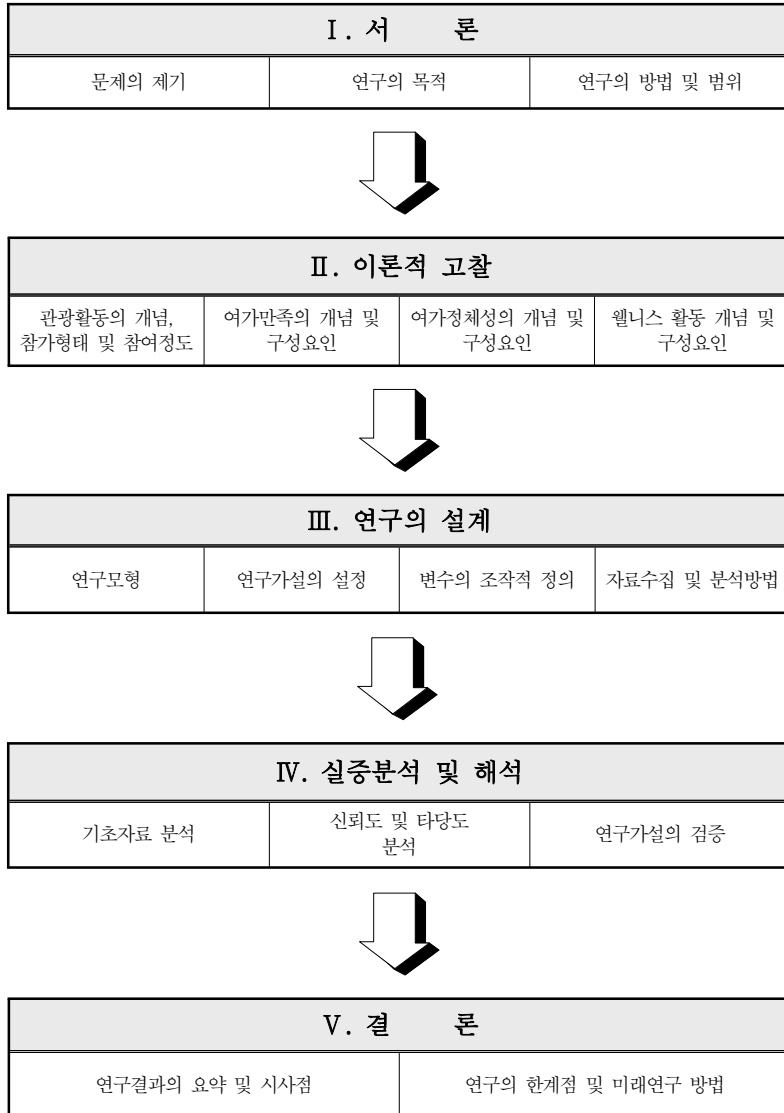
제 2 절 연구의 방법 및 범위

본 연구에서는 문제해결과 목적달성을 위하여 연구의 객관성, 경험성, 보편성을 중시하는 측면에서 문헌연구와 실증연구를 병행하고자 한다. 문헌연구에서는 관광활동의 참여도, 여가만족과 여가정체성, 웰니스의 활동에 대한 개념을 고찰하고, 선행연구를 통해 변수간의 영향관계를 고찰하여 연구모형과 가설을 설정하고자 한다. 또한 실증연구에서는 문헌연구에 근거한 측정척도를 활용하여 설문을 구성한 후 자료를 수집하고 이를 분석하는데 초점을 두고자 한다. 본 조사는 전국지역에 소재하고 있는 여가활동 공간을 대상으로 서울지역, 경기지역, 부산지역, 대구지역 등 전국지역 관광활동 이용자를 대상으로 무작위 표본 추출을 하였다. 설문조사는 경주대학교와 영산대학교 관광학과 학생을 선발하여 설문지 조사에 대한 교육을 실시한 후 면접법에 의한 설문조사를 실시하였다.

설문기간은 2009년 2월25일부터 3월 20일까지 25일간 총 380부를 배부하여 330부를 회수 하였으며, 이 중에서 응답이 불성실한 14부를 제외한 316부의 표본을 연구에 활용하였다.

본 연구는 전체 5장으로 구성되어 있으며, 제 1장에서는 문제의 제기 및 연구목적, 그리고 연구방법 및 범위 등이 제시되며, 제 2장에서는 궁극적으로 연구모형을 구축하기 위한 선행연구를 살펴본다. 제 3장에서는 제 2장의 선행연구 고찰을 바탕으로 연구모형의 구축, 가설의 설정 및 연구변수의 조작적 정의와 자료수집 및 분석방법 등의 실증연구를 설계한다. 또한 설문내용 및 문항개발, 표본의 일반적인 특성을 평가하며 측정문항의 신뢰성을 검증한 후 가설검증을 실시하고자 한다. 제 4장에서는 실증분석을 통한 해석으로 표본의 특성분석 및 신뢰도와 타당도 분석, 가설검증 및 분석결과에 대한 논의를 실시하고자 한다.

마지막으로 제 5장에서는 분석된 연구결과를 요약한 후 웰니스 지수에 미치는 영향과 시사점을 도출하고, 본 연구에서 나타난 연구의 한계점과 미래연구 방향을 [그림 1-1]과 같이 제시하고자 한다.



[그림 1-1] 연구의 흐름도

제 2 장 이론적 고찰

제 1 절 관광활동

1. 관광활동의 개념

여가활동은 인간의 삶의 질적 향상, 자기해방, 자기표현, 자아실현, 자기개발 그리고 건강 및 행복추구에 효과적으로 기여함은 분명한 현상이다. 이로 인해 여가활동에 대한 관심과 연구가 활발해 지고 있다.

관광을 여가활동의 한 부분으로 보는 견해로는 일본의 長谷政弘과 우리나라의 손대현 등이 있으며, 또한 많은 여가/관광학자들은 관광을 레크레이션, 놀이, 게임, 스포츠와 더불어 여가의 한 형태로 보고 있다(오정근, 2001, 재인용). 관광학 사전에서 長谷政弘은 ‘관광’이란 ‘자유로운 시간 중에서 일상생활권 밖으로의 이동을 수반하는 생활의 변화에 대한 욕구에서 생기는 일련의 행동’ 이라고 정의하고 있다. 서태양과 차석빈(1995)은 관광활동은 여가 가운데서 여행을 수반한 여가활동의 일종으로 주로 여가시간 내에서 이루어지는 것이라고 하였다.

Lang(1996)은 관광객들이 추구하는 활동형태의 다양함을 잘 이해함으로써 시장을 세분화하고, 관광 기획자들에게 단순화하고, 집약된 활동 그룹을 제공하여 그들로 하여금 그들의 노력을 집중하여 적절한 상품과 시설을 개발하도록 하며, 여가, 레크레이션, 관광행동의 중요한 결정 변수들을 인식하는데 도움을 주는 접근방법이라고 하였다. 손대현(1995)은 관광을 레크레이션(recreation)을 목적으로 하는 여행, 산업활동과 관계되는 여행, 시스템접근법에 의한 관광정의, 문화인류학적 관점에서 내려진 관광 현상 등 네가지로 정의한 것으로 나타났다. 이러한 관광은 사람이 기분전환 및 휴식을 취하기 위하여 새로운 장소나 미지의 풍경을 접함으로써 다양한 경험과 교양을 넓히기 위해 정주지를 떠나 이루어지는 총체적

인 여가활동의 일종이다. 즉 대부분의 관광 활동은 여가 가운데서 여행을 수반한 여가활동의 일종으로 주로 여가시간 내에서 이루어지고 있다(서태양·차석빈, 1995). 임번장과 정영린(1995)은 관광활동은 인간 삶의 질적 향상, 자아실현 및 행복추구, 그리고 건강유지 및 증진하는 활동이라고 하였다. 김광득(1997)은 관광은 개인의 여가시간 중에서 감상, 지식, 체험, 휴양, 참가 및 정신의 고무적 활동을 구하는 기본적 욕구를 충족하기 위한 행위 가운데 일상생활을 떠나서 다른 자연, 문화 등의 환경 아래에서 행하게 되는 행동이라고 하였다. 안경일(1997)은 관광활동은 행동적인 특징을 가지는데 그 행동에 영향을 주는 외적 환경요소와 개인적 요인의 끊임없는 변화에 따라 관광활동도 수시로 변화하는 활동이라고 하였다. 김정근(1998)은 관광활동이 상호 유사한 내면적 특성을 지니고 있기 때문이기도 하지만 관광활동 유형을 명확하게 분류할 수 있는 일관성 있는 준거가 아직 명확히 규정되어 있지 않기 때문에 관광활동에 대한 정의가 아직 미흡하다고 하였다. 김미주와 송효분(2000)은 관광활동은 관광주체의 주관적 행동을 의미하며, 또한 그 활동은 관광의 객체 및 매체와의 밀접한 상호작용의 결과로 나타난다. 이계존(2000)은 어떠한 관광활동을 즐기든지 관계없이 관광을 즐기는 능력으로 관광경험을 통해 최적의 이익을 얻으려고 노력을 하게 되는 능력이라고 하였다. 또한 김광근 등(2003)은 관광은 개인의 욕구충족이나 기대를 자극한다는 점에서 가장 중요한 여가활동이라 하였다. 이정순(2004)은 성인이 여가시간을 관광활동에 자발적으로 참가하는 것을 의미하며, 여가활동과의 관계에서 관광활동을 시간적·공간적 범위를 확대한 적극적 여가활동으로 정의하였다. 송지준과 엄인숙(2008)은 관광활동을 노인들이 여가시간 동안에 행해지는 모든 행위의 유형으로 정의하였다. 이러한 관광활동에 대한 개념을 종합해 보면 관광객이 인간활동의 하나로서 자신의 욕구충족을 위해 자신의 거주지로 부터 일시적으로 벗어나 관광지로 이동하고 그곳에서 머무르는 동안 특정한 활동을 하며 관광객의 욕구를 충족시켜 줄 수 있는 제반시설을 이용하는 것이다. 즉 관광지에서 경험하게 되는 야외 레크레이션과 동일하게 보는 것

이 일반적인 경향이다. 이러한 선행연구자의 관광활동에 대한 정의를 종합하여 본 연구에서의 관광활동은 인간 삶의 질적 향상, 자아실현 및 행복추구, 그리고 건강유지 및 증진하는 제반활동으로 정의하고자 한다.

각 연구자별로 주장한 관광활동의 개념을 요약 정리하면 <표 2-1>과 같다.

<표 2-1> 관광활동의 개념

연구자	관광활동의 개념
Bryant & Morrison, (1980) Hsieh et al.,(1992) Lang(1996)	관광 활동은 가장 중요한 상품을 세분화시킬 수 있는 기준이 될 수 있으며 여가, 레크레이션, 관광연구조사에 광범위하게 적용
Lang (1996)	관광객들이 추구하는 활동형태의 다양함을 잘 이해함으로써 시장을 세분화하고, 관광 기획자들에게 단순화하고 집약된 활동 그룹을 제공하여 그들로 하여금 그들의 노력을 집중하여 적절한 상품과 시설을 개발하도록 하며 여가, 레크레이션, 관광행동의 중요한 결정 변수들을 인식하는데 도움을 주는 접근방법
손대현 (1995)	관광을 '위락(recreation)을 목적으로 하는 여행' , '산업활동과 관계되는 여행' , '시스템접근법에 의한 관광정의' , '문화인류학적 관점에서 내려진 관광정의' 등 4가지로 정의
서태양·차석빈 (1995)	관광 활동은 여가 가운데서 여행을 수반한 여가활동의 일종으로 주로 여가시간 내에서 이루어지고 있다
임변장·김홍설 (1996)	관광활동은 인간 삶의 질적 향상, 자아실현 및 행복추구, 그리고 건강유지 및 증진에 효과적으로 부응하는 역할
김광득 (1997)	관광은 개인의 여가시간 중에서 감상, 지식, 체험, 휴양, 참가 및 정신의 고무적 활동을 구하는 기본적 욕구를 충족하기 위한 행위 가운데 일상생활을 떠나서 다른 자연, 문화 등의 환경 아래에서 행하게 되는 행동
안경일 (1997)	관광활동은 행동적인 특징을 가지는데 그 행동에 영향을 주는 외적 환경요소와 개인적 요인의 끊임없는 변화에 따라 관광활동도 수시로 변화
김정근 (1998)	관광활동이 상호 유사한 내면적 특성을 지니고 있기 때문이기도 하지만 관광활동유형을 명확하게 분류할 수 있는 일관성 있는 준거가 아직 명확히 규명되어 있지 않기 때문
김미주·송효분 (2000)	관광활동은 관광주체의 주관적 행동을 의미하며, 또한 그 활동은 관광의 객체 및 매체와의 밀접한 상호작용의 결과
김광근 등 (2003)	관광활동은 개인의 욕구충족이나 기대를 자극한다는 점에서 가장 중요한 관광활동
이정순 (2004)	성인이 여가시간을 관광활동에 자발적으로 참가하는 것을 의미하며, 여가활동과의 관계에서 관광활동을 시간적·공간적 범위를 확대한 적극적 여가활동으로 정의
송지준·염인숙 (2008)	노인들이 여가 시간 동안에 행해지는 모든 행위의 유형으로 정의
본 연구	관광활동은 인간 삶의 질적 향상, 자아실현 및 행복추구, 그리고 건강유지 및 증진하는 제반활동

자료: 본자가 선행연구를 중심으로 제작성

2. 관광활동의 참여형태

Kaplan(1971)은 관광활동의 가치지향에 따라 관광유형을 가치 지향형인 사교활동과 단체활동, 규율과 전통을 중시하는 게임과 예술, 행동 지향성을 강조하는 이동활동과 비 이동활동으로 구분하고 있다.

Wahab(1975)은 문화관광, 레크레이션관광, 스포츠관광, 보양관광, 회의관광으로 분류하였다.

Eperson(1977)은 관광활동 참여유형에 따라 관람활동(영화, 전시회, 음악회관람, 역사·문화자원관람, 외식, 유흥 등), 야외행락·오락활동(박람회, 놀이동산 등), 참여활동(골프, 테니스, 스키, 야영, 볼링), 장비이용, 스포츠활동(보팅, 사이클링, 자동차야영), 휴양활동(휴양지, 별장 등의 건강, 휴식활동, 행락, 오락참여)등 다섯가지로 분류하고 있다.

London, Crandall과 Fitzgibbons(1977)는 여가활동을 활동유형에 따라 다음과 같이 분류하였다.

신체적 접촉이 있는 활동으로 야구, 축구, 농구, 테니스 등을 들었다.

문화적-소극적(culture-passive)활동은 주로 앉아서 하는 정서적 활동을 말하는 것으로 음악 감상, 경기관람, 독서, 영화 관람 등이 있다.

생산적-지적(productive-intellectual)활동은 기존의 지식을 이용하여 생산활동을 하는 것으로서 뜨개질, 그림, 장기, 요리 등이 이에 포함된다.

Iso-Ahola(1980)는 관광활동을 스포츠활동, 사회활동, 공작활동 등으로 분류하였다. Ragheb(1980)의 분류는 좀 더 일반적이고 보편성을 띠고 있어 보이나 Smith(1989)는 여기에 민족관광, 역사관광, 환경관광을 추가하였다. Kelly와 Godbey(1992)는 여가사회학에서 관광은 레저활동의 형태로서 점점 우리 대중문화의 한 부분을 형성하고 있으며, 경제적인 측면에서 국가별, 지역별 거대산업이 되고 있다고 설명한 것으로 나타났다.

관광활동의 형태는 다양하다. Gartner(1996)는 관광활동에 대하여 학자들의 의견을 종합하였으며, Kelly(1996)는 관광활동 유형을 스포츠, 야외 레크리에이션, 예술, 대중문화, 여행활동으로 분류하였다. Zunanek,

Robinson과 Iwasaki (1998)는 건강상태와 신체적 능력을 기준으로 관광 활동 유형을 제시하였다.

김중대(1992)는 휴양적활동으로 휴양, 취침, 잡담, 사교적활동으로 외출, 방문, 신문, 잡지, 봉사적활동, 단체활동, 교양적/문화적활동으로 독서, 학습, 놀이, 수예, 취미, 공작, 음악, 신체적 활동으로 스포츠, 게임, 야외활동, 댄스, 오락적활동으로 영화, 당구, 관광적활동으로 관광, 여행, 도박적 활동으로 경마 등 여가활동을 분류하고 있다.

동아대학교 관광레저연구소(1996)는 행락/관광활동, 사교활동, 근린활동, 감상/관람활동, 스포츠활동, 취미/교양활동, 유흥/오락활동, 기타 활동 등 8가지 분류 모형을 제시하였다. 김광득(1997)은 유사한 활동에 따라 스포츠·건강, 취미·교양, 오락·사교, 감상·관람 그리고 행락·관광활동으로 분류하였다.

채선애와 한성열(2002)은 관광활동을 정적/동적, 능동적/수동적, 적극적/소극적 활동으로 나누어 자기실현 및 자기개발과 관계된 다양한 심리적 변인들을 살펴봄으로써 그들이 중요한 의미가 있음을 밝혔다.

문화관광부(2003)는 여가활동 실태조사에서 동적여가(등산, 축구, 수영, 레저스포츠/운동활동), 정적여가(인터넷, 독서, TV, 음악 등 실내에서 하는 활동), 자기개발(도서관, 학원, 학교, 온라인 강의 등 교육에 관련된 활동), 휴식(낮잠, 외출 전후의 휴식시간), 일(개인적 업무와 가사활동), 개인시간(자기관리 계획, 생각, 반성의 시간)의 여섯가지 범주로 구분하였다.

김성섭·전혜진과 황지영(2004)은 자연 문화관광(자연명승 및 경관감상, 문화유적지·사적지 방문, 해안·수변관광), 위락관광(스포츠·레저관광, 온천휴양관광, 쇼핑관광, 유흥·오락관광), 견학·체험관광(농어촌 체험관광, 전시시설 및 예술관람, 도시산업관광)으로 분류하였다.

한국문화관광정책연구원(2006)에서는 문화예술 관람활동, 문화예술참여활동, 스포츠관람활동, 스포츠참여활동, 관광활동, 취미·오락활동, 휴식활동, 기타사회 활동으로 분류하였다.

한승엽 등(2007)은 관광활동 유형을 신체적활동, 사회적활동, 문화적활동, 자연적활동, 지적활동으로 분류하였다. 양광희 등(2008)은 관광활동 유형을 스포츠활동, 취미교양활동, 관람감상활동, 사교활동, 관광행락활동, 놀이/오락활동 등의 여섯개 영역으로 구분하였다.

본 연구에서는 관광활동의 참여형태를 관람활동(영화, 전시회, 음악회 관람, 역사·문화자원관람, 외식, 유흥 등), 야외행락 및 오락활동(박람회, 놀이동산 등), 참여활동(골프, 테니스, 스키, 야영, 볼링), 장비 및 기구를 이용하는 스포츠활동(보트타기, 사이클링, 자동차야영), 휴양활동(휴양지, 별장 등의 건강, 휴식활동, 행락, 오락참여), 정서적활동(명상, 요가, 휴양 등) 등으로 분류하고자 한다.

위의 선행연구를 중심으로 관광활동의 참여형태를 요약 정리하면 <표 2-2>와 같다.

〈표 2-2〉 관광활동의 참여형태

연구자	관광활동의 참여형태
Kaplan (1971)	관광활동의 가치지향에 따라 관광의 유형을 가치지향형인 사교활동과 단체 활동, 규율과 전통을 중시하는 게임과 예술, 행동 지향성을 강조하는 이동활동과 비 이동 활동으로 구분
Wahab (1975)	문화관광, 레크레이션관광, 스포츠관광, 보양관광, 컨퍼런스관광으로 분류
Eperson (1977)	관광활동 참여유형에 따라 관람활동(영화, 전시회, 음악회관람, 역사·문화자원관람, 외식, 유흥 등), 야외행락·오락(박람회, 놀이동산 등), 참여활동(골프, 테니스, 스키, 야영, 볼링), 장비이용, 스포츠 활동(보팅, 사이클링, 자동차야영), 휴양활동(휴양지, 별장 등의 건강, 휴식활동, 행락, 오락참여)등 5가지로 분류
Iso-Ahola (1980)	관광활동을 스포츠활동, 사회활동, 공작활동 등으로 분류
Smith (1989)	일반적인 관광에서 민족 관광, 역사 관광, 환경 관광을 추가
Kelly와 Godbey (1992)	레저 활동의 형태로서 점점 우리 대중문화의 한 부분을 형성하고 있으며, 경제적인 측면에서 국가별, 지역별 거대산업이 되고 있다고 설명한다. 오늘날 다양한 관광활동
Kelly (1996)	스포츠, 야외레크리에이션, 예술, 대중문화, 여행활동으로 분류
Zunaneck et al. (1998)	건강상태와 신체적 능력을 기준
동아대학교 관광레저연구소 (1996)	행락/관광 활동, 사교 활동, 근린 활동, 감상/관람 활동, 스포츠 활동, 취미/교양 활동, 유흥/오락 활동, 기타 활동 등 8가지 분류
김광득 (1997)	스포츠·건강, 취미, 취미·교양, 오락·사료, 감상·관람 그리고 행락·관광활동으로 분류
채선에·한성열 (2002)	관광활동을 정적/동적, 능동적/수동적, 적극적/소극적 활동으로 나누어 자기실현 및 자기개발과 관계된 다양한 심리적 변인들을 살펴봄으로써 그들이 중요한 의미가 있음을 밝혔다.
김성섭 등 (2004)	관광활동을 자연문화관광, 건축/체험관광으로 분류
문화관광부·한국문화관광정책연구원 (2006)	문화예술관람 활동, 문화예술참여 활동, 스포츠관람 활동, 스포츠참여 활동, 관광 활동, 취미·오락 활동, 휴식 활동, 기타사회 활동으로 분류
양광희 등 (2008)	관광활동 유형을 스포츠 활동, 취미교양활동, 관람감상활동, 사교활동, 관광행락활동, 놀이오락 활동 등의 6개 영역으로 구분
본 연구	관람활동(영화, 전시회, 음악회관람, 역사·문화자원관람, 외식, 유흥 등), 야외행락·오락 활동(박람회, 놀이동산 등), 참여활동(골프, 테니스, 스키, 야영, 볼링), 장비이용, 스포츠 활동(보팅, 사이클링, 자동차야영), 휴양활동(휴양지, 별장 등의 건강, 휴식활동, 행락, 오락참여), 정서적 활동(명상, 요가, 휴양 등)등으로 분류

자료: 논자가 선행연구를 중심으로 제작성

3. 관광활동 참여도의 구성요인

Tinsley와 Kass(1979)는 대학생들을 대상으로 여가활동 참여 동기척도를 개발하여 자아실현, 동료의식, 권위, 보상, 안전, 사회봉사, 지식추구, 운동, 자기존경, 자기조절 등의 10개 요인을 제시하였다. 이를 토대로 Tinsley와 Eldredge(1995)는 15년의 여가경험으로 얻은 심리적 욕구를 조사해, 제시된 10개 요인의 여가활동 군집을 발표했다. 관광은 일상생활의 여가보다 적극적인 측면을 갖는다고 하였다(이정순, 2004).

한국관광공사(1985)는 국민의 관광활동 실태분석을 위해 행락 및 관광 부문에 11개 활동, 모임 및 사교부문에 10개 활동, 감상 및 관람부문에 11개 활동, 스포츠부문에 23개 활동, 취미·교양 및 창작부문에 12개 활동, 놀이 및 오락부문에 다섯개 활동 등, 총 73개의 관광활동을 선정하였다. 김정근(1988)은 관광활동을 여가시설, 참여동기, 활동경험, 활동내용, 시간의 이용가치, 여가의 가치지향, 표현형태, 참여빈도, 욕구충족 특성 등 아홉가지로 분류하였다.

Kelly와 Godbey(1992)는 여가사회학에서 관광은 레저 활동의 형태로 서 점점 우리 대중문화의 한 부분을 형성하고 있으며, 경제적인 측면에서 국가별, 지역별 거대산업이 되고 있다고 하였다. 또한 Gartner(1996)는 관광활동에 대하여 학자들의 의견을 종합한 것으로 나타났다.

이종길(1992)은 관광활동 유형별 생활만족도의 변화에 대한 분석에서 3개월간 능동적 여가인 생활체육, 예술, 문화 활동에 참가한 집단이 참가하지 않는 수동적 여가 집단에 비하여 여가만족의 변화가 높았으며, 능동적 여가 유형 중 생활체육 참가집단이 예술문화 활동 집단 보다 역시 여가만족의 변화 정도가 높다고 했다.

관광활동 참여도에 대한 연구는 Haas, Driver 와 Brown(1980)은 미국 서부의 세 군데 원시 지역의 방문자들을 대상으로 동기와 물리적 환경 선호의 관계를 연구하여 동기와 환경특성에 따라 원시지역 이용자가 원하는 경험을 다섯가지로 분류 하였는데 이러한 이용자 형태들은 일상 압박 탈출(escaping pressure), 자립(autonomy), 성취(achievement)등의

결과에 중요성을 두는 정도에 차이가 있었다고 하였다. Knopf, Peterson과 Leatherberry(1983)는 11곳의 강에서 river floating에 대한 동기를 조사하면서 만일 동기들이 환경 특성과 관련이 있다면 동기의 유익한 차이는 환경의 차이에 따라 다르게 나타날 것이라는 가설을 설정하여 실증 분석을 하였다. 환경 특성에 따라 동기의 차이는 어떤 동기들이 어떤 환경에서 만족되느냐 하는 것은 설명되지 않았다고 하였다. Manfredo, Driver와 Brown(1983)은 세 군테의 원시 지역의 방문자를 대상으로 한 동기, 환경특성 선호, 관리행위 선호 등에 대한 조사를 통하여 유사한동기 값에 근거한 세 가지 방문자 유형을 분리시키고 이들을 다섯 가지의 동기 군집과 비교하였다.

비교결과 방문자 제1유형은 고위험/성취추구(high achievement)군집이고, 제2유형은 저위험/사회적 교제추구(low risk/social interaction)군집이며, 제3유형은 동기가 뚜렷하게 구별되지 않는 일반집단(normal)이라 할 수 있는데 이들 세 가지 방문자 형태들 사이의 참여활동, 활동특성, 선호 및, 관리행위에 대한 선호 등에서 차이가 있었다고 하였다.

관광활동에 참여하는 사람들이 어떤 동기를 가지고 관광활동에 참여하고 있으며, 이러한 동기만족은 환경 및 관광활동과 어떠한 관계가 있는가를 밝히기 위한 연구가 상당히 발전되어 왔다. 이것은 관광동기와 환경, 활동 간에는 서로 관련성이 있다는 것을 의미하는 것으로 관리측면에서 보면 관광동기 만족은 관광환경 및 참여활동을 조절함으로써 높아질 수 있다는 것을 나타낸다(공영호, 1994).

임변장과 김홍설(1996)은 관광활동을 사교분야, 행락 및 교양분야, 오락 및 놀이분야, 기타 휴식으로 분류하여 이들과 다른 변수들 간의 관계를 살펴보고, 나아가 보다 적극적인 활동이 좀 더 긍정적인 결과를 가져온다는 결과를 보고하고 있다.

고영복(1995)은 수동적 관광활동과 능동적 관광활동으로 구분하고, 수동적 관광활동이란 TV시청, 라디오 청취, 영화, 음악, 미술 감상 등과 같이 보고 들으면서 즐기는 수준의 비활동적이고, 자신의 인지와 관계없이

행해지는 관광활동을 말하며, 능동적 관광활동이란 자기 의지에 의하여 행하는 관광활동으로서 조깅, 수영, 드라이브, 악기연주, 공작활동 등이 이 범주에 속한다. 또한 안재두와 조명환(1993)은 관광활동의 행위자 측면과 행위의 대상적 측면으로 구분하였다.

이귀옥(2000)은 관광활동이 여가활동의 하나이지만 레크레이션 보다 공간적으로 광범위하고 시간의 제약이 덜하며, 경제적 행위의 대상이 되며 시장의 범위가 크다는 점에서 조직적인 여가활동 현상으로 볼 수 있다고 하였다. 김광득(2001)은 구미, 일본, 한국의 관광활동 분류를 종합하여 관광동기 및 활동내용에 근거하여 스포츠·건강활동, 취미·교양활동, 오락·사교활동, 감상·관람활동, 행락·관광활동 등 다섯가지로 분류하였다.

여혜경(2005)은 관광활동 유형을 스포츠, 취미교양, 관람감상, 사교, 관광행락, 놀이오락 등의 여섯개 영역으로 분류하였다. 신동주와 손재영(2007)은 관광활동을 스포츠, 취미 및 교양, 감상 및 관람, 사교, 행락 및 관광, 놀이·오락 등으로 분류하였다.

채선애와 한성열(2002)은 관광활동을 소극적 활동과 적극적 활동으로 분류하고 소극적 활동에는 청소, 게임(바둑, 디아블로, 스타크래프트), 음악 감상, 피아노치기, 비디오보기, 데이트(애인 및 친구만나기), 편안히 쉬기, 산책, TV보기, 잠자기, 외식, 수다, 메일보내기, 명상, 생각하기, 음주, 쇼핑 등으로 분류하고 적극적 활동은 독서, 운동(테니스치기, 낚시, 십자수, 온천 및 목욕탕, 나이트, 드라이브) 등으로 분류하였다.

김성섭 등(2004)은 관광활동을 네개의 요인(체험활동, 견학 및 관광활동, 휴식활동, 유희 및 오락활동)으로 분류하였다. 체험활동으로는 드라이브, 낚시, 등산·캠핑·하이킹, 유희·오락·게임, 농장 및 과수원 놀이, 스포츠·레저활동, 관람, 수영·해수욕장, 이벤트 행사 및 참가 등으로 분류하였고 견학·관광활동은 고적·사적지 방문, 도시구경, 산업시설 구경, 해외여행으로 분류하고 휴식활동은 독서 및 공부, 휴식, 온천휴양, 자연 풍경감상으로 분류하였다. 또한 유희·오락 활동은 쇼핑, 교재 및 만남, 유원지 및 놀이동산 방문 등으로 분류하였다.

여혜경(2005)은 관광활동 유형 중 스포츠 활동을 하는 집단은 다른 여가활동을 하는 집단에 비해 웰니스 지수가 높게 나타났다. 그 중에서도 신체적 건강지수와 정신적 건강지수가 높게 나타났고 반면, 취미, 교양활동과 관람 감상활동을 하는 집단은 비교적 낮은 웰니스 지수를 나타내고 있다.

본 연구에서는 얼마나 자주 관광활동에 참여하고 있는지를 파악하고 참여 빈도와 시기의 경과정도를 나타내는 참여기간 및 매번 관광활동에 얼마나 많은 시간을 투자하는지에 대한 참여정도로 정의하고자 하며, 국내·외로 구분하여 특정 개인이 1년 동안 관광경험 정도, 총 관광경험 일수, 소요된 평균기간 등으로 분류하고자 한다.

위의 선행연구를 중심으로 관광활동 참여도의 구성요인을 요약 정리하면 <표 2-3>과 같다.

<표 2-3> 관광활동 참여도의 구성요인

연구자	관광활동 참여도의 구성요인
Tinsley & Kass (1979)	여가활동 참여 동기척도를 구축하여 자아실현, 동료의식, 권위, 보상, 안전, 사회봉사, 지식추구, 운동, 자기존경, 자기조절 등의 10개 요인
Kelly & Godbey (1992)	관광은 레저 활동의 형태로서 점점 우리 대중문화의 한 부분을 형성하고 있으며, 경제적인 측면에서 국가별, 지역별 거대산업이 되고 있다고 하였다
Gartner (1996)	관광활동에 대하여 학자들의 의견을 종합
한국관광공사 (1985)	국민의 관광활동 실태분석을 위해 행락 및 관광부문에 11개 활동, 모임 및 사교부문에 10개 활동, 감상 및 관람부문에 11개 활동, 스포츠부문에 23개 활동, 취미·교양 및 창작부문에 12개 활동, 놀이 및 오락부문에 5개 활동 등 총 73개의 관광활동을 선정
김정근 (1988)	관광활동을 여가시설, 참여 동기, 활동경험, 활동내용, 시간의 이용가치, 여가의 가치지향, 표현형태, 참여빈도, 욕구충족 특성 등 9가지로 분류
이종길 (1992)	능동적 여가인 생활체육, 예술, 문화 활동에 참가한 집단이 참가하지 않는 수동적 여가 집단에 비하여 여가만족의 변화가 높았으며, 능동적 여가 유형 중 생활체육 참가집단이 예술문화활동 집단 보다 역시 여가만족의 변화 정도가 높다고 했다
안재두와 조명환 (1993)	관광활동의 행위자 측면과 행위의 대상적 측면으로 구분
이귀옥 (2000)	관광활동이 여가활동의 하나이지만 레크레이션 보다는 공간적으로 광범위하고 시간의 제약이 덜하며, 경제적 행위의 대상이 되며 시장의 범위가 크다는 점에서 조직적인 여가활동 현상으로 볼 수 있다
김광득 (2001)	구미, 일본, 한국의 관광활동 분류를 종합하여 관광동기 및 활동내용에 근거하여 스포츠·건강활동, 취미교양활동, 오락·사교활동, 감상·관람활동, 행락·관광활동 등 5가지로 분류
이정순 (2004)	관광은 일상생활의 여가보다 적극적인 측면
여혜경 (2005)	관광활동 유형을 스포츠, 취미교양, 관람감상, 사교, 관광행락, 놀이오락 등의 6개영역으로 분류
신동주와 손재영 (2007)	관광활동을 스포츠, 취미 및 교양, 감상 및 관람, 사교, 행락 및 관광, 놀이·오락 등의 6가지로 분류
본 연구	국내외로 구분하여 특정 개인이 1년 동안 관광경험 정도, 총 관광경험 일수, 소요된 평균기간은 몇 일 등으로 분류

자료: 논자가 선행연구를 중심으로 재작성

제 2 절 여가만족

1. 여가만족의 개념

만족이란 행동과학에서는 일반적으로 인간의 기본적인 필요나 욕구에 의하여 동기, 목표를 달성하는 정도를 나타내는 복합적인 개념이라 할 수 있다. 여가 참여자의 만족도에 관한 연구는 프로그램 제공자들에게 도움을 줌과 동시에 이용자에게는 좀 더 다양한 레크리에이션 활동에 참가하여 보다 큰 만족감을 얻을 수 있도록 하고, 더불어 그들의 참여수준을 높이기 위해 시작되었다(박수정, 1996).

인간의 여가활동은 삶의 질적 향상, 자아실현 및 행복추구, 그리고 건강 유지 및 증진에 공헌하는 역할을 담당하고 있다(최경철·최만준, 1998). 여가역할은 여가활동에 참가하면서 특정 개인이 갖는 인식 및 감정의 상태가 긍정적일 때 보다 증대될 수 있는데, 이는 곧 여가활동에 있어서 그 활동에 대한 만족도가 높을 때 여가의 본질적 기능이 발휘된다고 할 수 있다(Siegenthaler & O'Dell, 2000).

Dubrin(1972)은 여가만족이란 여가활동의 선택과 참여 결과로서 개인이 형성, 유도하거나 획득하는 긍정적 인식 또는 감정이라 할 수 있다(Beard & Ragheb, 1980).

또한, Iso-Ahola(1980)에 따르면, 여가만족은 단순하게 이용 가능한 서비스의 수와 다양성을 증진시킴으로써 향상 될 수 있는 성질의 것이 아니라, 일부 이용 가능한 여가서비스를 본인 스스로나 혹은 다른 사람의 도움을 받아 개인적으로 의미 있는 활동으로 내면화시킬 때 발생하는 결과로 해석하였다. 즉 개인적으로 의미있는 활동 또는 내적으로 동기 유발된 활동을 통하여 나타나는 활동에 대한 만족감으로 표현되고 있음을 알 수 있다. Francken와 Van Raaij(1981)는 여가만족이 실제상황과 욕구상황 사이의 차이에 대한 지각 및 욕구상황을 성취하는데 따르는 장애에 대한 지각에 의해 결정된다고 보고 여가만족 유형과 여가만족에 영향을 미치는

장애의 존재를 검토하였다.

Lounsbury와 Polik(1992)은 여가만족을 레저, 휴가에 있어 개인의 휴가와 관련된 경험 평가, 긍정적인 감정 상태로서 개인의 휴가여행 전반에 대한 주관적인 평가가 강조되는 특징을 가지고 있다고 하였다. 따라서 여가만족은 그 대상(관광 상품 및 서비스)의 구매와 관광활동이 관광객 자신의 경험에 근거로 하고 있으며 관광객이 관광활동에 있어서 얻을 수 있는 행동에 대한 기대수준과 실제로 얻어진 지각수준과의 비교·평가에 의해 생긴 주관적인 심리상태이다.

고상동(1996)은 만족은 이전의 기대와 이후의 경험이 주관적인 판단의 결과로서 결정되며 개인적인 감정이나 가치판단 기준에 의해서 평가되는 것으로 보고 있다.

정영린(1997)이 연구한 생활체육 참가와 여가만족에 관한 연구에서 여가만족이 일반적인 여가경험이나 상황에 대하여 즐거워 하거나 만족해 하는 주관적인 지각을 의미하는 개념으로 여가활동의 선택과 참가의 결과로서 개인이 형성하거나 획득하는 긍정적 인식 또는 감정으로 정의하고 있다. 노형규(1998)는 여가만족이 갖는 비 물질성과 각각의 개인마다 갖는 여가만족의 주관적 개념의 차이에서 오는 것으로 볼 수 있다. 특정한 여가활동을 통해 얻을 수 있는 만족은 여가 참여자가 그 활동에 부여하는 기대와 중요성에 따라 달라지며, 여가 참여자가 여가활동에 부여하는 기대와 중요성에 차이를 만드는 중요한 요인 중 하나로 여가정체성을 고려할 수 있다(박유진, 2002). 송원익(2004)은 여가활동에서 인지하는 만족의 정도라고 할 수 있으며, 여가 만족을 개인의 기대와 충족 여부에 의해 결정된다고 하였다. 대다수의 연구에서 제시하고 있는 여가만족의 개념은 특정 여가활동을 통하여 개인이 추구하는 목적 및 욕구를 달성했을 때 느끼는 활동에 대한 긍정적 인식 또는 주관적인 만족감으로 표현하고 있다(전원배·이정순, 2004).

김용주(2005)는 여가만족을 일반적인 여가경험이나 상황에 대하여 즐거워 하거나 만족해 하는 주관적인 지각을 의미하는 개념으로 여가활동의

선택과 참가의 결과로서 개인이 형성하거나 획득되는 긍정적 인식 또는 감정으로 정의하였다.

석미란(2005)은 경기경험이나 상황에 대하여 즐거워 하거나 만족하는 주관적인 지각을 의미하는 개념으로 여가활동의 선택과 참가의 결과로서 개인이 형성하거나 획득하는 긍정적 인식 또는 감정으로 정의하였다.

또한 김귀석(2006)은 여가만족을 개인의 주관적 경험으로 여가활동을 통해 개인이 인식하는 욕구의 충족 상태 및 만족 상태로서 사회적·신체적·시설적·사교적·휴식적 만족이 여가 만족의 형태라고 정의하였다.

본 연구에서는 여가만족을 여가활동을 통하여 개인이 추구하는 목적 및 욕구를 달성했을 때 느끼는 활동에 대한 긍정적 인식 또는 주관적인 만족감과 정서적 행복감으로 정의하고자 한다.

위의 선행연구를 중심으로 여가만족의 개념을 요약 정리하면 <표 2-4>와 같다.

〈표 2-4〉 여가만족의 개념

연구자	여가만족의 개념
Dubrin (1972)	만족은 그 달성으로부터 오는 결과 또는 만족함을 의미한다고 정의
Beard & Ragheb (1980)	여가활동의 선택과 참여 결과로서 개인이 형성, 유도하거나 획득하는 긍정적 인식 또는 감정
Iso-Ahola (1980)	여가만족은 단순하게 이용 가능한 서비스의 수와 다양성을 증진시킴으로써 향상될 수 있는 성질의 것이 아니라, 일부 이용 가능한 여가서비스를 본인 스스로나 혹은 다른 사람의 도움을 받아 개인적으로 의미 있는 활동으로 내면화시킬 때 발생하는 결과로 해석
Graefe & Fedler (1986)	여가만족을 평가하기 위하여 서로 상이한 기술, 정의 그리고 이론을 사용
Francken & van Raaij (1981)	실제상황과 욕구상황 사이의 차이에 대한 지각 및 욕구상황을 성취하는 데 따르는 장애에 대한 지각에 의해 결정된다고 보고 여가만족 유형과 여가만족에 영향을 미치는 장애의 존재를 검토
Lounsbury & Polik (1992)	여가 만족을 데저, 휴가에 있어 개인의 휴가와 관련된 경험 평가, 긍정적인 감정 상태에서 서 개인의 휴가여행 전반에 대한 주관적인 평가가 강조되는 특징
박수정(1996)	다양한 레크리에이션 활동에 참가하여 보다 큰 만족감을 얻을 수 있도록 하고, 더불어 그들의 참여수준을 높이기 위한 활동
정영린 (1997)	여가만족이 일반적인 여가경험이나 상황에 대하여 즐거워하거나 만족해하는 주관적인 지각을 의미하는 개념으로 여가활동의 선택과 참가의 결과로서 개인이 형성하거나 획득하는 긍정적 인식 또는 감정으로 정의
노형규 (1998)	여가 만족이 갖는 비 물질성과 각각의 개인마다 갖는 여가만족의 주관적 개념의 차이에서 오는 것
Siegenthaler & O'Dell(2000)	여가의 역할은 여가활동에 참가하면서 특정 개인이 갖는 인식 및 감정의 상태가 긍정적일 때 보다 증대될수 있는데, 이는 곧 여가활동에 있어서 그 활동에 대한 만족도가 높을 때 여가의 본질적 기능이 발휘됨
송원익 (2004)	여가활동에서 인지하는 만족의 정도라고 할 수 있으며, 여가 만족을 개인의 기대와 충족 여부에 의해 결정
전원배·이정순 (2004)	여가만족의 개념은 특정 여가활동을 통하여 개인이 추구하는 목적 및 욕구를 달성했을 때 느끼는 활동에 대한 긍정적 인식 또는 주관적인 만족감으로 표현
김용주 (2005)	일반적인 여가경험이나 상황에 대하여 즐거워하거나 만족해하는 주관적인 지각을 의미하는 개념으로 여가활동의 선택과 참가의 결과로서 개인이 형성하거나 획득되는 긍정적 인식 또는 감정으로 정의
석미란 (2005)	여가활동의 선택과 참가의 결과로서 개인이 형성하거나 획득하는 긍정적 인식 또는 감정으로 정의
김귀석 (2006)	개인의 주관적 경험으로 여가활동을 통해 개인이 인식하는 욕구의 충족 상태 및 만족 상태에서 서 사회적·신체적·시설적·사교적·휴식적 만족이 여가 만족의 형태라고 정의
본 연구	여가활동을 통하여 개인이 추구하는 목적 및 욕구를 달성했을 때 느끼는 활동에 대한 긍정적 인식 또는 주관적인 만족감과 정서적 행복감

자료: 논자가 선행연구를 중심으로 제작성

2. 여가만족의 구성요인

Tinsley와 Kass(1979), Pearce(1980)은 각각 10개 또는 여섯개 레크레이션 활동을 이용하여 그 활동 참가자들이 전반적으로 얻게 되는 만족의 종류를 분석하였다. 또한 Crompton(1979)은 여가만족을 도피, 탐구, 자아발견, 휴식, 위락, 가족결속, 그리고 사회적 상호작용 등과 같은 ‘여행’ 욕구를 규명한 바 있다.

Beard와 Ragheb(1980)은 총 24개 문항으로 이루어진 여가만족척도를 개발하였으며, 이는 심리적·교육적·사회적·휴식적·생리적·환경적 요인의 여섯가지 범주로 구성하였다. 이를 살펴보면 다음과 같다.

첫째, 심리적(psychological)요인으로서 사람들은 선택의 자유가 제공된 활동에 참여하기 위해 내적으로 동기화 되고, 자기실현의 욕구를 충족시킨다. 사람들은 활동에 참여함으로써 자기의 개인적 재능과 능력을 시험할 수 있고, 또 성취감을 맛봄과 동시에 자기를 표현할 수 있고, 새로운 경험을 추구할 수 있는 것이다. 참가자들은 여가활동에 참가함으로써 흥미를 유발할 수 있고 즐거움 발산, 그리고 자신을 탐구 및 발견하게 되며, 결국 이로 인해 여가활동을 반복하게 된다.

둘째, 교육적(educational)요인으로서 사람들은 여가를 통해서 지적 욕구를 충족시키고자 그들을 둘러싼 환경과 그 자신에 대해 공부하고 싶어진다. 그러므로 이들의 새로운 경험의 추구, 호기심 만족을 위해서는 새로운 것이 제공 되어져야 한다는 것이다.

셋째, 사회적(social)요인으로서 사람은 그들의 자유로운 사회적 관계의 형성과 발전을 위해 집단이나 협회에 참여하고 싶어진다.

Dumazedier(1974)는 사회적 상호작용과 의사소통, 친구를 사귄 수 있는 기회의 제공, 적정시기에서 오는 기쁨이 있다. 또한 대다수의 사람들은 우선적으로 타인을 위한 봉사활동에도 참가하게 된다. 여가활동 참가자들은 집단과 일체감을 느끼게 되고 건전한 사회적 관계를 유지하며 소속의 필요성을 절실히 느끼게 된다.

넷째, 휴식적(Relaxational)요인으로 Patrick(1964)은 휴식에 관한 그

의 이론에서 일로부터의 휴식으로서 스포츠와 놀이를 강조했다. 이러한 이론은 여가가 휴식, 삶과 노동으로부터의 긴장해소를 가능하게 해준다는데 그 기초를 두고 있다.

다섯째, 생리적(Physiological)요인으로 사람들은 신체피로회복, 건강유지와 근력강화, 체력단련을 목적으로 스포츠에 참여한다. 신체적 활동은 비만 방지에 도움이 되며 에너지를 공급해 준다.

여섯째, 환경적(Aesthetic)요인으로 Rutledge(1971)은 가시거리 내에 있는 모든 물체가 완벽하게 보여질 때 강한 미적 상태가 만들어진다고 했다. 즉 개인이 참여하는 여가에 대한 물리적 환경이 아름답고 잘 꾸며졌을 때 좀 더 만족하게 된다는 것이다.

<표2-5> 여가만족의 척도

항 목	내 용
심리적(Psychological)	즐거움, 소속감, 자유의 정도
교육적(Educational)	지적환경, 학습
사회적(Social)	대인유지, 사교
휴식적(Relaxational)	휴식, 긴장감 해소
생리적(Physiological)	건강, 체력유지, 신체개발
환경적(Aesthetic)	아름다움, 미적보상

Ragheb과 Griffith(1982)는 노인의 여가활동 유형과 여가만족의 관계를 분석한 결과, 스포츠활동과 야외활동이 다른 여가활동에 비하여 여가만족에 상대적으로 크게 기여한다는 사실을 보고하였다.

또한 Rosenthal, Waldman과 Driver(1982)는 39개의 분리된 만족척도를 개발하여 레크레이션 참가자들에게 중요시 되는 8가지 심리미터법 속성을 조사하였다. 이 속성에는 탐구, 과부하의 회피, 일반적인 자연경험, 내성, 운동, 비슷한 사람들과 함께 있는 것, 쾌락추구, 그리고 육체적인 스트레스로부터의 도피 등이 포함되어 있다.

Tinsley(1984)는 일반적인 여가행동에 관한 연구에서 발견된 욕구 혹은 욕구군 목록을 다른 연구자들이 발견한 목록과 비교, 검토한 결과, 욕구만족군의 수가 다양하며, 상이한 이름으로 명명되고 다양한 방법으로 분

석되었음에도 불구하고, 욕구에 대한 연구자들 간의 합의가 존재하고 있음을 밝혀냈다.

여가만족에 영향을 미치는 요인에 관한 초기의 연구들은 주로 연령과 같은 인구 통계적 변수들에 따른 여가만족의 차이를 연구하고 있는데, 이러한 연구들은 연령층화 이론(age stratification theory)에 근거를 두고 있다(Riddick, 1986).

또한 Sneegas(1986)는 중·노년의 생활 만족도에 영향을 미치는 요소로서 자신감, 여가참여 및 만족을 들고 있다. 또한 사회생활에 대한 자신감은 여가참여도에 영향을 미치며, 자신감이나 여가참여도는 여가만족에 영향을 미친다고 하였다. Lovlock(1991)은 여가만족에 대한 평가과정에서 세 단계 평가과정을 제시하면서 소비이전 단계, 소비단계, 소비후 단계를 들고 있다. 이러한 평가과정에서 나타나는 여가만족은 관광지의 물리적 특성과 관리유형 및 수준, 관광자의 사회·문화적 특성과 휴식, 교통, 상업적 서비스 및 안전시설과 신념, 그리고 여가활동 참여와 관련된 상황은 물론 무형적 상품에 따라서 영향을 받게 된다.

모창배(1993)의 연구에서는 여가활동 유형과 여가만족도에 관한 실증적 연구로 여가참여 유형을 분류하여 선정된 변수를 중심으로 그 영향력을 검증하고 여가만족도를 분석한 결과 여가활동이 여가만족도에 유의한 영향을 미치는 것으로 밝혀졌다. 임번장과 정영린(1995)은 여가활동유형과 여가만족도의 관계에서도 여가활동 유형은 여가만족에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이러한 연구결과들은 여가활동의 유형 및 형태가 여가만족에 유의한 영향을 미치고 있음을 시사하고 있다(이동수·권판근, 2003). 윤이중(1996)은 스포츠 활동 과정에서 체험하는 여가만족과 생활만족이 삶의 질에 긍정적 영향을 주고 있다고 하였다.

강봉화와 김홍석(2000)은 여가활동 유형 중 생활체육활동 같은 능동적 여가가 수동적 여가보다 여가만족 또는 생활만족에 크게 기여 한다고 하였다. 특정한 여가활동을 통해 얻을 수 있는 만족은 여가참여자가 그 활동에 부여하는 기대와 중요성에 따라 달라지며 여가참여자가 여가활동에 부

여하는 기대와 중요한 요인 중 하나로 여가정체성을 고려할 수 있다(박유진, 2002). 박영숙과 최창호(2003)는 스포츠 활동과 같은 능동적 여가활동을 하는 사람들이 수동적인 여가활동을 하는 사람들보다 생활만족과 여가만족이 높다고 하였다. 김용주(2005)는 여가만족 척도를 다섯개의 하위요인(사교적, 사회적, 휴식적, 신체적, 시설적)으로 구성하였으며 총 24개 문항으로 측정하였다. 또한 김덕진과 양명환(2006)은 자기결정 이론에 근거하여 기본적 욕구, 동기, 만족, 생활만족 간의 인과관계를 입증하였다. 한승엽 등(2007)은 여가만족을 다섯개요인(사회적 만족, 환경적 만족, 교육적 만족, 휴식/심리적 만족, 신체적 만족)으로 분류하였으며 여가만족에 영향을 미치는 여가동기요인을 분석한 결과, 지적동기는 사회적 만족과 교육적 만족요인에, 심리적 동기는 교육적 만족요인에, 과시적 동기는 교육적 만족, 휴식/심리적 만족요인에, 신체적 동기는 사회적 만족, 교육적 만족, 신체적 만족요인에 유의한 것으로 나타났다.

이혁과 위성식(2007)은 사회체육에 참여하는 노인의 여가만족도 요인 중에서 심리적, 휴식적, 생리적 만족도가 과거 생활만족도에 유의한 영향을 미친다고 하였다. 또한 최윤희 등(2007)은 여가만족에 있어서 신체적 만족은 환경적 만족과 사회적 만족을 제외한 모든 요인 간의 상관관계가 유의하게 나타났으며, 환경적 만족은 사회적 만족과 심리적 만족을 제외한 모든 요인간의 상관관계가 유의한 것으로 나타났다. 양광희·한승진과 이우형(2008)은 심리적, 교육적, 사회적, 휴식적, 생리적, 환경적 요인으로 구분하고 총24개 문항으로 측정하였다.

본 연구에서는 양질의 여가시간, 언제 어디서나 여가시간을 즐김, 여가시간에 여행만족, 여가활동을 통해 자부심, 새로운 지식획득, 사회적 교류, 스트레스와 긴장해소, 건강에 도움, 깨끗함과 청결 등으로 측정하고자 한다.

위의 선행연구를 중심으로 여가만족의 구성요인을 요약 정리하면 <표 2-6>과 같다.

〈표 2-6〉 여가만족의 구성요인

연구자	여가만족의 구성요인
Tinsley & Kass, 1979; Pearce(1980)	각각 10또는 6개 레크레이션 활동을 이용하여 그 활동 참가자들이 전반적으로 얻게 되는 만족의 종류를 분석
Crompton (1979)	여가만족을 도피, 탐구, 자아발전, 휴식, 위락, 가족결속, 그리고 사회적 상호작용 등과 같은 '여행' 욕구를 규명
Beard와 Ragheb (1980)	총 24개 문항으로 이루어진 여가만족척도를 개발하였으며, 이는 심리적·교육적·사회적·휴식적·신체적·심미적 요인의 6가지 범주로 구성
Ragheb & Griffith (1982)	노인의 여가활동유형과 여가만족의 관계를 분석한 결과, 스포츠 활동과 야외 활동이 다른 여가활동에 비하여 여가만족에 상대적으로 크게 기여한다는 사실을 보고
Rosenthal et al. (1982)	39개의 분리된 만족척도를 개발하여 레크레이션 참가자들에게 중요시 되는 8가지 심리미터법 속성을 조사
Tinsley (1984)	여가행동에 관한 연구에서 발견된 욕구 혹은 욕구군 목록을 다른 연구자들이 발견한 목록과 비교,
Sneegas (1986)	중·노년의 생활 만족도에 영향을 미치는 요소로서 자신감, 여가참여 및 만족을 들고 있으며 자신감은 여가 참여도에 영향을 미치며, 자신감이나 여가 참여도는 여가만족에 영향
Lovlock (1991)	소비이전단계, 소비단계, 소비 후 단계를 들고 있다. 이러한 평가과정에서 나타나는 여가만족은 관광지의 물리적 특성과 관리유형 및 수준, 관광자의 사회·문화적 특성과 휴식, 교통, 상업적 서비스 및 안전시설과 신념, 그리고 여가활동 참여와 관련된 상황은 물론 무형적 상품에 따라서 영향
모창배 (1993)	여가활동 유형과 여가만족도에 관한 실증적 연구로 여가참여유형을 분류하여 선정된 변수를 중심으로 그 영향력을 검증하고 여가만족도를 분석한 결과 여가활동이 여가만족도에 유의미한 영향을 미치는 것으로 밝혀졌다
임번장·정영린 (1995)	여가활동유형과 여가만족도의 관계에서도 여가활동유형은 여가만족에 영향을 미치는 것
강봉화·김홍식 (2000)	여가활동 유형 중 생활체육활동 같은 능동적 여가가 수동적 여가보다 여가만족 또는 생활만족에 크게 기여 한다고 연구
김용주 (2005)	여가만족척도를 5개의 하위요인(사회적, 사회적, 휴식적, 신체적, 시설적)으로 구성하였으며 총 24개 문항으로 측정
양명환과 김덕진 (2006)	자기결정이론에 근거하여 기본적 욕구, 동기, 만족, 생활만족 간의 인과관계를 입증
한승엽 등 (2007)	여가만족을 5개요인(사회적 만족, 환경적 만족, 교육적 만족, 휴식·심리적 만족, 신체적 만족)으로 분류
이혁·이성식 (2007)	사회체육에 참여하는 노인의 여가만족도 요인 중에서 심리적, 휴식적, 생리적 만족도가 과거 생활만족도에 유의한 영향
최윤희 등 (2007)	신체적 만족은 환경적 만족과 사회적 만족을 제외한 모든 요인 간의 상관관계가 유의하게 나타났으며, 환경적 만족은 사회적 만족과 심리적 만족을 제외한 모든 요인 간의 상관관계가 유의
양광희 등 (2008)	심리적, 교육적, 사회적, 휴식적, 생리적, 환경적 요인으로 구분하고 총24개 문항으로 측정
본 연구	양질의 여가시간, 언제 어디서나 여가시간을 즐길, 여가시간에 여행만족, 여가활동을 통해 자부심, 새로운 지식획득, 사회적 교류, 스트레스와 긴장해소, 건강에 도움, 깨끗함과 청결 등을 여가만족과 시간만족으로 구분하고자 한다.

자료: 본자가 선행연구를 중심으로 재작성

제 3 절 여가정체성

1. 여가정체성의 개념

Erickson(1968)에 의해 주장된 정체성이론에 따르면, 정체성은 타인과 구별되는 자기의식으로 ‘나다움’에 대한 감성과 성향, 무의식 등의 심리적 상태로서 개인의 주변과 그들의 사회관계와 관련되어 형성된다고 하였다.

정체성 형성에 직접, 간접적인 영향을 미치는 요인으로 여가활동은 매우 중요한 부분을 차지한다. 개인의 정체성을 형성하는 과정을 연구하는데 여가활동유형 중 스포츠 활동에 대한 정체성이론을 적용한 연구는 1970년대 후반부터 주로 북미의 학자들을 중심으로 하여 본격적으로 수행되어졌다. Iso-Ahola, Graefe와 La Verde(1989)는 적극적 여가에 속하는 모험여가와 스포츠에 참여하는 사람들에 대한 연구에서 여가활동기술의 향상에 대한 지각이 여가참여의 결과로써 자아존중감의 증가에 영향을 미칠 수 있다는 것을 발견했다.

Shamir(1992)는 여가정체성이 사람들의 자아개념 형성에 중요한 역할을 하는 것에 주목했다. 즉 여가정체성은 개인의 재능과 능력을 표현하고 확인시켜주며 사회적 인정을 제공하고 중심 가치와 흥미를 확인시켜준다고 강조하였다. 따라서 여가활동에 참여하는 사람들 사이에서 여가활동에 관련된 노력과 기술, 시간투자 및 향후 그 활동에 대한 관심이 더욱 높아졌다는 것을 발견하였다. Stebbins(1992)는 여가정체성은 특히 적극적 여가에 대한 지속적이고 체계적인 참여를 통해 형성되어 질 수 있다. 참여자들이 그 활동에 높은 관심과 가치를 부여하고 그 활동에 필요한 전문적 기술, 지식 및 경험을 습득하고 표현하는 과정을 통해 능력을 개발하는 활동이나 자원봉사활동과 같은 여가활동의 체계적인 추구를 통해서 얻을 수 있다.

Haggard와 Williams(1992)는 보통사람들은 선택의 자유가 높은 상황에서 자신이 자유롭게 선택한 행동을 자신을 대표하는 행동으로 생각하는

경향이 있으며, 여가활동처럼 자유롭게 수행되는 행동을 통해 개인은 더 많은 재량권과 통제력을 가지고 자신이 원하는 이상적 자아에 가까운 정체성 이미지를 형성하도록 상황을 만들 수 있다고 한다. 여가는 사회적 역할을 수행할 수 있는 상황을 제공하며 개인은 일정한 여가활동에 대한 지속적 참여과정에서 여가와 관련된 사회적 정체성인 여가정체성을 형성하게 된다(Laverie, 1995).

Argyle(1996)은 여가활동에 관여함으로써 개인들은 보다 강력하고 정서적으로 흥미를 끄는 애착을 통해 정체성 이미지를 형성하며, 이렇게 자유로운 선택으로 인한 여가활동의 경험으로 형성되는 여가정체성은 개인에게 심리적으로 긍정적인 효과를 미친다고 하였다.

Styker와 Burke(2000)는 사회적정체성이론은 사람들이 생활하는 사회적 단위는 소규모의 사회적 관계망으로 구성되며, 이러한 사회적 관계망이 개인의 정체성에 영향을 미친다고 주장한다.

또한 Jones(2000)는 사회적 정체성이론은 단순히 독립적이고 고립된 개인으로서 서로 관계를 맺고 있는 것이 아니라고 주장한다. 특정한 사회 집단에 소속되어 있다는 자각과 한 집단의 구성원으로서 다른 사람들에게 비추어지는 모습이 개인의 인지적, 정서적, 행동적 과정을 증재한다.

김형태(1989)는 자아정체성이란 각자가 자신의 개인적 특성, 사회생활 속에서 자신의 역할, 자신의 삶의 목표, 자신이 자신과 타인을 어떻게 지각하고 있으며, 또 타인이 자신을 어떻게 지각하고 있는지 등에 대한 인지의 정도라고 하였다.

사람들은 사회적 관계망에 참여함으로써 유지되는 역할을 통해 사회적 경험과 생활을 영위하는 것으로 보인다. 국내에서 이루어진 스포츠 활동과 정체성이론을 다룬 관련연구로는 임수원(1999)의 연구가 있다.

박유진(2002)은 특정한 여가활동에 대한 지속적인 참여를 통해 형성되는 역할정체성, 즉 특정 여가활동에 참여함으로써 형성되는 여가정체성의 현출성 정도가 개인의 생활전반에 대한 만족감이나 행복감의 지각에 미치는 중요한 요인이 될 수 있음을 가정하였다. 이미연(2004)은 여가정체성

이란 특정한 여가활동에 대한 지속적 참여의 결과로 여가집단에 대한 동일시를 통해 형성되는 내면화된 역할기대로 정의할 수 있다.

여가정체성은 여가활동을 경험함으로써 얻게 되는 경험으로서 개인마다 다르게 나타난다. 즉 같은 여가활동에 참여한 개인의 주관적인 정서적, 인지적 경험은 다르게 나타날 수 있으며, 여가활동을 통해 형성된 여가만족감은 개인의 전체적인 자아형성에 독특하고 중요하게 나타날 수 있다.

또한 송은주 등(2006)은 여가정체성이란 특정한 여가활동에 대한 지속적 참여의 결과로 여가집단에 대한 동일시를 통해 형성되는 내면화된 역할기대로 정의하였다. 여가정체성은 특정 여가활동에 지속적으로 참가하고, 그 활동을 둘러싼 여가사회계(leisure social world)의 행동양식을 참가자가 수용하는 것을 전제로 한다고 하였다(이연주, 2007).

한광걸(2007)은 여가정체성은 여가활동에 지속적이고 적극적인 참여를 통하여 형성되는 역할 정체성으로 정의하였다.

본 연구에서는 여가정체성의 개념을 특정 여가활동에 참여함으로써 형성되는 여가정체성의 현출성 정도가 개인의 생활전반에 대한 만족감이나 행복감 및 자아만족으로 정의하고자 한다.

위의 선행연구를 중심으로 여가정체성의 개념을 요약 정리하면 <표 2-7>과 같다.

〈표 2-7〉 여가정체성의 개념

연구자	여가정체성의 개념
Erickson (1968)	정체성은 타인과 구별되는 자기의식으로 '나다움'에 대한 감정과 성향, 무의식 등의 심리적 상태로써 개인의 주변과 그들의 사회관계와 관련되어 형성
Iso-Ahola, Graefe & La Verde (1989)	적극적 여가에 속하는 모험여가와 스포츠에 참여하는 사람들에 대한 연구에서 여가활동기술의 향상에 대한 지각이 여가참여의 결과로써 자아 존중감의 증가에 영향을 미칠 수 있다는 것을 발견
Shamir (1992)	여가정체성이 사람들의 자아개념형성에 중요한 역할을 하는 것에 주목
Stebbins (1992)	여가정체성은 특히 적극적 여가에 대한 지속적이고 체계적인 참여를 통해 형성
Haggard & Williams (1992)	보통사람들은 선택의 자유가 높은 상황에서 자신이 자유롭게 선택한 행동을 자신을 대표하는 행동으로 생각하는 경향이 있으며, 여가 활동처럼 자유롭게 수행되는 행동을 통해 개인은 더 많은 재량권과 통제력을 가지고 자신이 원하는 이상적 자아에 가까운 정체성 이미지를 형성
Laverie (1995)	여가는 사회적 역할을 수행할 수 있는 상황을 제공하며 개인은 일정한 여가활동에 대한 지속적 참여과정에서 여가와 관련된 사회적 정체성인 여가정체성을 형성
Argyle (1996)	여가활동에 관여함으로써 개인들은 보다 강력하고 정서적으로 흥미를 끄는 예측을 통해 정체성 이미지를 형성하며, 이렇게 자유로운 선택으로 인한 여가활동의 경험으로 형성되는 여가정체성은 개인에게 심리적으로 긍정적인 효과
Styker & Burke (2000)	사회적 정체성 이론은 사람들이 생활하는 사회적 단위는 소규모의 사회적 관계망으로 구성되며, 이러한 사회적 관계망이 개인의 정체성에 영향을 미친다고 주장
Jones (2000)	사회적 정체성 이론은 단순히 독립적이고 고립된 개인으로서 서로 관계를 맺고 있는 것이 아니라고 주장
김형태 (1989)	자아정체성이란 각자가 자신의 개인적 특성, 사회생활 속에서 자신의 역할, 자신의 삶의 목표, 자신이 자신과 타인을 어떻게 지각하고 있으며, 또 타인이 자신을 어떻게 지각하고 있는지 등에 대해 얼마만큼 적절하면서도 정확하게 인식
박유진 (2002)	특정한 여가활동에 대한 지속적인 참여를 통해 형성되는 역할 정체성, 즉 특정 여가활동에 참여함으로써 형성되는 여가정체성의 현출성 정도가 개인의 생활전반에 대한 만족감이나 행복감의 지각에 미치는 중요한 요인이 될 수 있음
이미연 (2004)	여가정체성이란 특정한 여가활동에 대한 지속적 참여의 결과로 여가집단에 대한 동일시를 통해 형성되는 내면화된 역할기대로 정의
송은주 등 (2006)	여가정체성이란 특정한 여가활동에 대한 지속적 참여의 결과로 여가집단에 대한 동일시를 통해 형성되는 내면화된 역할기대로 정의
이연주 (2007)	특정 여가활동에 지속적으로 참가하고, 그 활동을 둘러싼 여가사회계(leisure social world)의 행동양식을 참가자가 수용하는 것을 전체
한광걸 (2007)	여가활동에 지속적이고 적극적인 참여를 통하여 형성되는 역할 정체성으로 정의
본 연구	특정 여가활동에 참여함으로써 형성되는 여가정체성의 현출성 정도가 개인의 생활전반에 대한 만족감이나 행복감 및 자아만족으로 정의하고 요인은 존중감/애착, 관광자 평가로 구분하고자 한다.

자료: 본자가 선행연구를 중심으로 제작성

2. 여가정체성의 구성요인

일반적으로 여가정체성 현출성이 높을 때 개인들은 여가의 성과에 대해서 보다 긍정적인 기대를 하는 경향이 있다. Yair(1990)는 아마추어 마라톤주자들을 대상으로 실시한 연구에서 여가정체성 현출성이 높은 사람은 그렇지 않는 사람에 비해 경기에서의 승리에 대한 확신이 더 강했으며 경기를 위해 필요한 경비를 기꺼이 지불하고자 했다는 것을 발견하였다.

Shamir(1992)는 여가정체성의 중요성을 다른 정체성들과 비교한 연구에서 정치, 자원봉사, 연극과 음악, 종교와 교육, 스포츠 등의 몇 가지 적극형 여가의 경우 특히 현출성이 높은 정체성을 수반한다는 것을 관찰하였다. 사회적 몰입, 시간과 돈의 투자, 필요한 노력과 기술, 재미와 같은 요인들이 여가에 수반될 경우 정체성이 더욱 중요하다. Argyle(1996)은 여가는 다음과 같은 몇 가지 방식으로 정체성의 형성에 기여할 수 있다고 주장한다.

첫째, 여가활동은 사회적 생활의 중심이 될 수 있는 특별한 집단에 대한 소속을 제공한다. 집단 내의 구성원들은 저마다 맡은 역할을 수행해야 하며, 집단은 사회적 위신을 부여할 수 있다.

둘째, 여가활동을 수행하기 위해서는 특별한 기술이 필요한 경우가 많으며 능력, 경쟁, 훈련, 실패의 가능성 등이 존재할 수 있다. 따라서 특정한 여가활동의 지속은 능력의 증거이며 이것은 자아 존중감의 중요한 원천이 될 수 있다.

셋째, 많은 여가들이 겉으로 드러나 보이는 특징적인 도구나 장비, 옷, 휘장, 혹은 다른 장식품을 수반한다. Jones(2000)의 연구에서 축구팬들은 자신이 응원하는 팀의 성과에 대한 비현실적으로 긍정적인 기대를 하는 경향이 있었으며, 실패한 결과에 대해서도 유리한 측면에 초점을 맞추고 불리한 측면은 축소시킴으로써 여가관광에 대해 긍정적인 지각을 유지하였다.

박유진(2002)은 Callero(1985)와 Laverie(1995)의 연구에 사용되었던 4개의 문항을 번안하고 여가집단에 대한 동일시와 존중감 및 여가집단

에 대한 정서적 애착을 위한 문항을 추가하여 총 21문항으로 구성하였다. 한광걸(2007)은 여가정체성은 동일시, 존중감, 정서적 애착으로 구성하였다. 동일시는 여가활동과 자신의 정체성을 일치시키는 것을 의미하며, 존중감은 여가활동 그 자체를 소중히 여기는 것을 의미하며, 적극적인 형태로 의미를 부여하고자 한다. 정서적 애착은 여가활동과 관련하여 기술적 투자, 시간투자 등 개인적으로 많은 관심을 보이는 것을 의미한다고 하였다.

본 연구에서는 Callero(1985)와 Laverie(1995)의 연구와 한광걸(2007)의 연구를 기초로 하여 21개 문항을 측정하고자 한다.

위의 선행연구를 중심으로 여가정체성의 구성요인을 요약 정리하면 <표 2-8>과 같다.

〈표 2-8〉 여가정체성의 구성요인

연구자	여가정체성의 구성요인
Yair (1990)	여가정체성 현출성이 높은 사람은 그렇지 않는 사람에 비해 경기에서의 승리에 대한 확신이 더 강했으며, 경기를 위해 필요한 경비를 기꺼이 지불하고자 했다는 것을 발견
Shamir (1992)	여가정체성의 중요성을 다른 정체성들과 비교한 연구에서 정치, 자원봉사, 연극과 음악, 종교와 교육, 스포츠 등의 몇 가지 적극형 여가의 경우 특히 현출성이 높은 정체성을 수반한다는 것을 관찰
Argyle (1996)	여가는 다음과 같은 몇 가지 방식으로 정체성의 형성에 기여할 수 있다고 주장한다. 첫째, 여가활동은 사회적 생활의 중심이 될 수 있는 특별한 집단에 대한 소속을 제공하고 특정한 여가활동의 지속은 능력의 증거이며 이것은 자아 존중감의 중요한 원천, 많은 여가들이 겉으로 드러나 보이는 특징적인 도구나 장비, 옷, 휘장, 혹은 다른 장식품을 수반
Jones (2000)	축구팬들은 자신이 응원하는 팀의 성과에 대한 비현실적으로 긍정적인 기대를 하는 경향이 있었으며, 실패한 결과에 대해서도 유리한 측면에 초점을 맞추고 불리한 측면은 축소시킴으로써 여가관광에 대해 긍정적인 지각을 유지
박유진 (2002)	Callero(1985)와 Laverie(1995)의 연구에 사용되었던 4개의 문항을 변안하고 여가집단에 대한 동일시와 존중감 및 여가집단에 대한 정서적 애착을 위한 문항을 추가하여 총 21문항으로 구성
본 연구	Callero(1985), Laverie(1995), 한광걸(2007)의 연구에서 사용되었던 총 21개 문항으로 측정하고 요인은 존중감/애착, 관광객 평가로 구분하고자 한다.

자료: 논자가 선행연구를 중심으로 제작성

제 4 절 웰니스 활동

1. 웰니스의 개념

웰니스란 건강의 새로운 개념으로 몸과 마음을 최적의 상태로 만드는 노력의 일환이다. 과거에는 건강이란 질병이 없고 허약하지 않은 상태 또는 증상이 없는 상태라고 하여 병리적인 관점에서 건강을 파악하였다. Oxford English Dictionary에는 ‘신체의 건전한 상태(soundness of body) - 건강한 육체, 육체의 기능이 정신적으로 효율적으로 충족되는 상태’ 라고 하였으며, WHO(세계보건기구, 1946)에서는 건강의 정의를 ‘단순히 질병이 없거나 허약한 것이 아닌 육체적, 정신적, 사회적으로 안녕한 상태(Health is a complete state of physical, mental, and social wellbeing and not merely the absence of disease or infirmity)’ 라고 정의하였다.

여기에서 사회적 안녕(social wellbeing)의 개인적 측면의 의미는 사회에서 자기 나름대로 역할을 수행할 수 있는 능력을 말하며, 사회적 측면의 의미는 사회제도, 사회보장제도가 잘된 상태를 말한다. 세계보건기구 전문분과 위원회(1975)는 ‘유전적으로나 환경적으로 주어진 여건 아래서 적절히 생체기능을 나타내고 있는 상태’ 라 하였고, 병리학적 측면에서 살펴보면 ‘건강이란 인체의 각 기관이 정상적 구조와 형태를 갖추고 있으며 정상적 기능을 유지하고 있는 상태’ 라 하였다.

웰니스는 사람이 신체적, 정신적, 사회적, 정서적, 지적으로 최적의 상태를 유지하기 위해 매일 노력하는 수행능력이 필요하고, 정기적인 운동, 적절한 영양과 최적의 신체 구성도를 유지하고, 개인적인 필요에 대한 자각과 긍정적인 방법으로 이들 필요량을 충족하려는 노력이며, 총체적으로 건강한 행동을 수반하는 것을 의미한다. 사람들은 또한 웰니스를 달성시키는 과정 중에 그들이 보고, 느끼는 방법을 개선시킨다. 웰니스의 가장 큰 혜택은 각 사람들이 인생의 가능성을 보고 개인적으로 성취해야 할 가장

중요한 것 한 가지를 위하여 열중하도록 태도를 갖게 하는 것이다.

고수준의 웰니스를 달성하기 위한 노력에 있어서 가장 중요한 것은 개인의 동기유발이다. 단순한 원리나 사건으로 변화를 만들고 긍정적인 생활양식 습관을 유지하는데 필요한 만큼의 자극을 줄 수가 없다. 웰니스에 지대한 공헌을 하는 것은 생활 가운데 어우러진 태도와 지식들이다.

또한 건강한 습관을 변화시키기 위해서 사람들은 건강에 대한 정보를 완전히 이해하고 가치 있는 것으로 인식해야 한다. 이러한 건강에 대한 지식에 대한 완전한 이해는 건강에 좋은 것이 무엇인지에 알고 있는 것과 행동하는 것이 다르기 때문에 건강에 대한 행동격차가 발생하기 때문이다.

이러한 건강에 대한 행동격차에 대해 예를 들면 사람들은 안전벨트를 착용하지 않고 담배를 피우지 않아야 한다는 것을 알고 있지만, 안전벨트를 착용하지 않는 습관과 담배를 끊지 못하는 것이 건강행동격차의 좋은 예일 것이다.

웰니스에 대한 변화를 일으키려면 개인의 신념(믿음)체계가 영향을 받아야 한다. 이러한 웰니스는 우리들이 살아가는데 있어서 삶의 질을 높이는 다각적인 접근방법 중에 하나가 될 것이다.

이 연구에 사용될 웰니스에 대한 생활양식의 개념적 틀을 다양한 문헌을 고찰한 결과를 토대로 구성하였다.

과거에는 건강에 대한 개념을 단순히 질병이 없는 상태, 즉 질병이 있느냐 없느냐에 대한 이분법적인 의미로 이해하여 왔지만 오늘날에는 건강에 대한 새로운 개념으로서 삶의 부분인 동시에 삶의 전체를 의미한다(김상국, 1996). 웰니스의 주된 개념은 개인의 높은 건강에 대한 잠재능력의 극대화과 삶의 질을 높이는 행위 및 태도와 관계된다(Anspaugh et al, 1994).

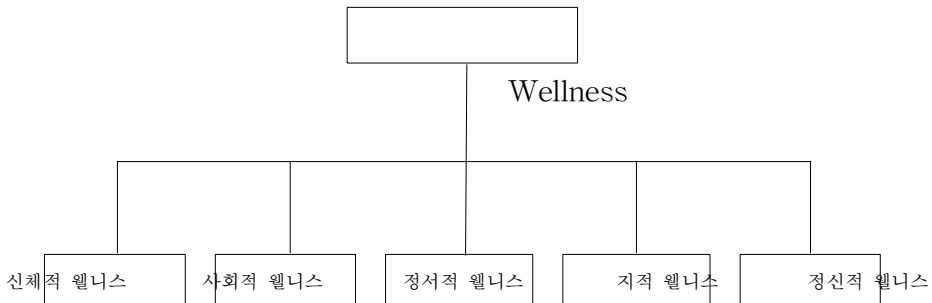
최근 선진국의 건강증진 전문가들은 병든 환자들의 재활에 일익을 담당하고 있다. 여기서 건강증진이란 환자들의 회복 촉진을 위한 생활양식의 변화를 돕는 행위를 의미한다. 예를 들면 심장질환이나 골다공증 환자들에게 운동 프로그램을 제공한다든가, 그리고 암환자, 심장질환, 비만, 당뇨질

환자, 생화학적 기능 장애자들에게 영양 프로그램을 제공하는 행위들을 말한다.

따라서 전통적 서양의학은 질병의학의 범주에서 이제는 새로운 건강증진의 개념을 이해하여 예방의학 혹은 나아가 양생의학으로 발전해나가는 것이 바람직하다고 사료된다.

바로 이러한 현대적 상황 속에서 웰니스 운동은 활발하게 전개되고 있다. 웰니스는 인간들이 거주하고 있는 환경 내에 개인의 건강에 대하여 잠재되어 있는 기능들을 극대화하기 위한 통합적 방법을 의미한다. 따라서 웰니스란 개개인이 최적의 건강(optimal wellbeing)을 향하여 성공적으로 도달할 수 있도록 생활양식을 변화하도록 능동적으로 노력하는 과정을 말한다(Hettler, 1980; 김상국, 1996). 웰니스란 인간들이 최적의 건강상태를 향하여 그들의 생활양식을 변화하도록 돕는 학문의 새로운 영역이다. 인간들의 최적의 건강 상태로 변화하도록 하는데 있어서 웰니스는 다음과 같은 5가지의 영역이 이론적으로 토대를 이루고 있다. 또한 웰니스란 인간들이 최적의 건강상태(optimal wellbeing)를 향하여 그들의 생활양식을 변화하도록 돕는 학문의 새로운 영역이다(김상국 · 가경환 · 이광욱, 2003). 인간들의 최적의 건강 상태로 변화하도록 하는데 있어서 웰니스는 [그림 2-1] 과 같은 5가지의 영역이 이론으로 토대를 이루고 있다.

건강의 새로운 개념으로 몸과 마음을 최적의 상태로 만드는 노력으로 신체적(physical), 사회적(social), 정서적(emotional), 지적(intellectual), 정신적(spiritual)으로 잘 조화된 완전한 상태를 의미한다(O'Donnel, 1994).



[그림 2-1] 웰니스 활동 영역의 이론적 모형

신체적 건강은 일과 업무를 수행할 수 있는 몸의 기능적 능력을 의미한다. 신체적 건강은 인체의 생리적인 상태를 말하며 심혈관을 적절히 조절하고 적당한 영양 상태와 신체 지방 량의 상태를 유지하며 약물과 알코올이나 담배제품의 사용을 자제하는 수준정도를 말한다(Hettler, 1984; Aspaugh et al, 1994; O'Donnel & Harris, 1994).

정서적인 건강은 외부의 환경과 조건을 인지하고 받아드리는 능력이며 실패와 좌절에 무너지지 않는 능력을 의미한다. 또한 개인의 삶에 대하여 열정적이며 긍정적 느낌의 정도를 포함한다(Hettler, 1984; Aspaugh et al, 1994). O'Donnel와 Harris(1994)는 정서적 건강이 질병에 대한 감수성, 건강하지 못한 생활 습관과 관련이 있다고 하였다.

사회적 건강은 사람들(가족, 친구, 동료, 이웃)과 주위환경이 성공적으로 상호 작용할 수 있는 능력을 의미한다. 또한 다른 사람과 친밀함을 유지하고 발전시키는 능력이며, 다른 견해와 믿음을 가진 사람을 존중하고 관용을 가질 수 있는 능력을 의미한다(Hettler, 1984; Aspaugh et al, 1994). 그리고 사회적인 규범은 생활양식에 막대한 영향을 주며 사회적인 지지는 질병의 회복과 재활을 용이하게 하고 신체적·정서적 건강에 영향을 주는 스트레스를 감소시키고 질병과 사망률을 감소시키는 데 있어 매우 중요한 요소이다(O'Donnel & Harris, 1994).

정신적 건강은 인간을 결속시키는 어떠한 힘에 대한 믿음을 의미한다.

이러한 힘은 자연, 과학, 종교 등을 포함한다. 모든 사람들은 개인적으로 정신적인 능력을 가지고 있다. 정신적 요소는 삶의 방향과 의미를 제공해주며, 성장하고 배우고 도전을 할 수 있도록 해준다. 최적의 정신은 삶의 기본적인 목적을 발견하고 분명하게 해주어서 행동을 할 수 있도록 하는 능력을 의미한다. 웰니스의 관점으로 볼 때 정신적 건강은 더욱 우수한 삶의 질의 추구하고 관련이 높다(Hettler, 1984; Aspaugh et al, 1994).

또한 O'Donnel와 Harris(1994)는 정신적 건강이란 삶의 목적의식, 사랑을 주고받는 능력, 그리고 타인들에 대한 자비와 호의를 갖는 감정 등을 지닌 정신적인 상태를 의미한다. 정신적 건강은 인간이 삶을 영위하는 감정 상태를 의미하며 스트레스를 조절하고 감정을 적절하고 편안하게 표현할 수 있는 능력을 말한다.

지적 건강은 개인, 가족과 직업적 발전을 위하여 정보를 효과적으로 배우고 사용할 수 있는 능력을 의미한다. 또한 습득된 지식을 다른 사람과 나누는 것을 포함하며 창조적이고 자극적인 정신적 활동을 의미한다. 지적 건강은 개인이 지속적으로 발전을 추구하며 효과적으로 새로운 도전을 하는 것을 익혀가는 것을 뜻한다(Hettler, 1984; Aspaugh et al, 1994).

또한 O'Donnel와 Harris(1994)는 지적 건강은 직장, 학교, 지역사회 봉사, 취미 또는 교양 탐구 등을 통해서 얻어지는 삶의 성취와 관련이 있으며, 교육과 건강한 생활 습관, 실직과 질병, 사회경제적 상태와 의료 이용, 자존심, 자신감과 건강실천 사이의 관계를 통해서 총체적으로 건강에 영향을 미친다고 하였다.

웰니스는 우리들이 살아가는데 있어서 삶의 질을 높이는 다각적인 접근 방법으로 웰니스를 이해하기 위하여 우리는 건강의 개념에 관한 새로운 인식을 할 필요가 있다. 과거에는 건강에 대한 개념을 단순히 질병이 없는 상태, 즉 질병이 있느냐, 없느냐에 대한 이분법적인 의미로 이해하여 왔지만, 오늘날에는 건강에 대한 새로운 개념으로서 삶의 의미로 받아들여지고 있다. 이것은 건강이란 인간 삶에 있어 가장 중요한 부분인 동시에 삶의 전체를 의미하기 때문이다(김상국, 2000).

또한 김광옥(2000)은 웰니스의 개념은 건강이라는 하나의 목표에 도달 하려는 것이 아니라 꾸준하게 능동적으로 대처해 나가는 것이라 하였다.

김태윤과 문용(2001)은 웰니스란 질병의 예방과 치료 그리고 정기의료 검진 이상을 의미하는 것으로 자기 자신과 환경을 조절하며 능동적으로 생활하여 나아가는 능력을 얻기 위한 과정을 의미로 정의하였다. 즉 적극적 예방의학적 차원을 포함하는 것으로 최적의 기능을 향한 일생동안의 탐구와 이에 대한 실천이라고 할 수 있다.

오정근(2001)은 ‘삶의 질’이란 인간이 살아가는 동안 외형적 생활 상태와 내면적 심리상태가 좋아지거나 나빠지는 경험의 총체로서 복지 수준에 대한 실질적 만족정도를 포괄적으로 나타내는 개념이라고 하였다. 또한 김수근과 정동혁(2003)은 웰니스라 함은 잠재적인 삶을 확대하는 것, 일을 효율적으로 하는 것, 사회에 봉사하는 것 등에 필요한 신체적·정신적·사회적·정서적·지적 및 직업적인 건강과 체력의 모든 것이 통합된 총체적인 건강의 영역이라고 할 수 있으며, 웰니스는 어떻게 사람이 건강하고 행복하며 번영하게 삶을 사는가 하는 문제뿐만 아니라 모든 일상적인 일들을 어떻게 효과적으로 처리하는가 하는 능력까지도 포함하고 있다. 다시 말해서 웰니스는 기존의 건강의 개념에 자기책임과 자기성취 및 자신의 삶의 질의 향상을 위한 노력까지 건강의 개념에 포함시킨 실천적 의미의 총체적 건강을 말한다. 건강이란 한때는 질병이 없는 것으로 정의되기도 했었다.

또한 이광옥(2004)은 웰니스를 생활체육 참가를 통하여 느껴지는 삶의 질 또는 몸과 마음의 최적의 건강상태로 정의하였다. 사람들은 건강이란 질병이 없을 뿐만 아니라 체력, 정서적, 그리고 영적인 건강 또한 포함한다고 믿었다. 건강에 대한 이러한 개념을 웰니스라고 부른다. 넓은 의미에서 본다면 웰니스란 용어는 “건강한 삶”을 의미한다. 이러한 삶의 상태는 규칙적인 신체활동, 적절한 영양섭취, 유해한 행동을 삼가는 것, 그리고 정서적 건강과 영적 건강의 유지를 포함하는 건강한 생활방식을 실천함으로써 달성된다(장경태·이정숙, 2005).

또한 로하스는 건강한 삶을 추구한다는 측면에서 웰빙과 비슷하지만, 로하스는 자신의 건강뿐 아니라 '후손의 건강' 까지 챙긴다는 차이가 있고, 최근 로하스에 대한 소비자들의 높은 관심으로 인해 웰빙 문화에서 로하스문화로 점차 변화되고 있는 추세이다(주현식, 2007). 이러한 로하스는 개인의 정신적·육체적 건강뿐만 아니라 환경까지 생각하는 친환경적인 소비 형태를 보이며, 또한 자신의 건강 외에도 후대에게 물려줄 미래의 소비기반의 지속성장까지 고려하고 있는 것으로 나타났다(주현식, 2008).

어떻게 보면 웰빙과 웰니스, 로하스를 같은 개념이라고 생각할 수 있지만 웰빙과 웰니스, 로하스는 분명한 차이가 있다고 한다(주현식, 2008). 이를 구체적으로 살펴보면 다음과 같다.

첫째, 웰빙족과 웰니스족, 로하스족은 건강과 행복을 추구한다는 점에서 비슷하다. 그러나 로하스족은 자신뿐만 아니라 현시대를 살고 있는 이웃, 사회, 더 나아가 후손까지 고려한다는 면에서 차이를 보인다. 비환경적 소비자는 환경의식이 매우 낮아 가격을 무조건적으로 중시하는 경향이 있다.

둘째, 웰빙족은 환경의 중요성은 잘 알고 있지만 실제로는 친환경제품 구매까지는 연결시키지 못하고 있으며, 웰니스는 신체적, 사회적, 정서적, 지적, 정신적인 부분까지 고려하고 있으나 전체사회를 대표하는 삶이 아니라 개인적인 삶에 중점을 두고 있다. 그러나 로하스족은 비환경적 소비자와 웰빙족, 웰니스족과는 달리 보다 나은 환경을 위해서라면 생활의 불편을 감수할 뿐만 아니라 더 비싼 가격을 지불하더라도 친환경제품을 사용할 수 있는 의지를 가지고 있는 사람을 말한다. 따라서 로하스의 개념은 현재의 환경뿐만 아니라 미래 환경의 지속가능한 발전을 고려하는 '사회적 웰빙과 사회적 웰니스'라는 점에서 개인을 중심으로 잘 먹고 잘 살기를 추구하는 웰빙 및 웰니스족과 차이가 있다고 볼 수 있다. 따라서 본 연구에서는 웰니스의 개념은 관광활동 참여를 통하여 느껴지는 삶의 질 또는 몸과 마음(정서적, 영적)의 최적의 건강상태로 정의하고자 한다.

위의 선행연구를 중심으로 웰니스의 개념을 요약 정리하면 <표 2-9>와 같다.

<표 2-9> 웰니스의 개념

연구자	웰니스의 개념
Anspaugh et al (1994)	개인의 높은 건강에 대한 잠재능력의 극대화와 삶의 질을 높이는 행위 및 태도와 관계
Aspaugh et al (1994) O'Donnel & Harris, (1994)	신체적 건강은 일과 업무를 수행할 수 있는 몸의 기능적 능력을 의미한다. 신체적 건강은 인체의 생리적인 상태를 말하며 심혈관을 적절히 조절하고, 적당한 영양 상태와 신체 지방량의 상태를 유지하며 약물과 알코올이나 담배제품의 사용을 자제하는 수준 정도
Hettle(1984) Aspaugh et al (1994)	정서적인 건강은 외부의 환경과 조건을 인지하고 받아드리는 능력이며, 실패와 좌절에 무너지지 않는 능력을 의미한다. 또한 개인의 삶에 대하여 열정적이며 긍정적인 느낌의 정도
O'Donnel & Harris, (1994)	사회적인 규범은 생활양식에 막대한 영향을 주며, 사회적인 지지는 질병의 회복과 재활을 용이하게 하고 신체적·정서적 건강에 영향을 주는 스트레스를 감소시키고 질병과 사망률을 감소시키는 데 있어 매우 중요한 요소
Hettler(1984) Aspaugh et al (1994)	최적의 정신은 삶의 기본적인 목적을 발견하고 분명하게 해주어서 행동을 할 수 있도록 하는 능력을 의미한다. 웰니스의 관점으로 볼 때 정신적 건강은 더욱 우수한 삶의 질의 추구하고 관련
김상국 (1996)	건강에 대한 새로운 개념으로서 삶의 부분인 동시에 삶의 전체를 의미
김상국 (2000)	건강이란 인간 삶에 있어 가장 중요한 부분인 동시에 삶의 전체를 의미
김광욱 (2000)	건강이라는 하나의 목표에 도달하려는 것이 아니라 꾸준히 능동적으로 대처해 나가는 것
김태윤과 문용 (2001)	질병의 예방과 치료 그리고 정의료검진 이상을 의미하는 것으로 자기 자신과 환경을 조절하며 능동적으로 생활하여 나아가는 능력을 얻기 위한 과정을 의미로 정의
김수근과 정동혁 (2003)	잠재적인 삶을 확대하는 것, 일을 효율적으로 하는 것, 사회에 봉사하는 것 등에 필요한 신체적·정신적·사회적·정서적·지적 및 직업적인 건강과 체력의 모든 것이 통합된 총체적인 건강의 영역
이광욱 (2004)	생활체육참가를 통하여 느껴지는 삶의 질 또는 몸과 마음의 최적의 건강상태로 정의
장경태·이정숙 (2005)	삶의 상태는 규칙적인 신체활동, 적절한 영양섭취, 유해한 행동을 삼가는 것, 그리고 정서적 건강과 영적 건강의 유지를 포함하는 건강한 생활방식을 실천함으로써 달성
본 연구	관광활동 참여를 통하여 느껴지는 삶의 질 또는 몸과 마음(정서적, 영적)의 최적의 건강상태로 정의

자료: 논자가 선행연구를 중심으로 제작성

2. 웰니스의 구성요인

웰니스에 대한 측정은 1994년 Anspaugh가 생활양식 측정도구에서 신체적 건강영역, 지적 건강영역, 정서적 건강영역, 정신적 건강영역, 사회적 건강영역의 다섯개영역에 80개 문항을 개발하여 웰니스를 측정하는 것으로 나타났다. 우리나라에서는 김상국(2000)이 Anspaugh(2000)가 개발한 척도를 가지고 한국인에게 적합한 척도를 개발하기 위해 80개 문항에서 20개 문항을 제외한 60개 문항과 웰니스에 관련된 다섯가지 영역별 중 신체적 건강과 관련된 30개 문항, 정신적 건강에 관련된 13개 문항, 사회적 건강에 관련된 12개 문항, 정서적 건강에 관련된 20개 문항, 지적건강에 관련된 12개 문항을 선별하여 여섯명의 연구자들의 심도 있는 평가를 통해 우리나라 성인에게 적합한 문항 구조, 어휘를 고려하여 표준화된 문항으로 수정 보완하였다. 이를 통해 55개 문항으로 축소 조정하여 신체적 영역 17개 문항, 사회적 영역 10개 문항, 정신적 영역 아홉개 문항, 지적 영역 아홉개 문항, 정서적 영역 10개문항을 개발한 것으로 나타났다.

Corbin(1994)은 웰니스를 정신적, 사회적, 감정적, 지적 및 육체적인 건강과 체력의 모든 통합된 영역으로 보았으며, 또 사람이 건강하게 삶을 영위하는 문제뿐만 아니라 모든 일상적인 일들을 어떻게 효과적으로 처리하는가 하는 능력까지도 포함하고 있다고 하였다.

Rantanen(1994)은 최적의 건강을 향하는 일종의 선택으로 최고의 잠재력에 도달하려는 생활방식, 계속 발전하는 하나의 인지과정, 내·외적 에너지의 효율적 관리, 육체·정신·영혼의 통합, 자신에 대한 애정 깊은 수용상태로 웰니스를 보고 있다.

이선혜와 이정섭(2002)은 삶의 질의 선행요소는 개인의 일상생활 즉 건강지각, 자존감, 사회적 지지(가족, 이웃, 친구관계), 경제력, 질병상태, 생활수준, 개인적 성향 등을 기반으로 자신을 남과 비교할 때, 그 결과로서 만족감, 행복감, 즐거움, 웰빙 등의 긍정적인 정서가 불만족, 불행 좌절, 실망 등의 부정적 정서보다 위에 있을 때 대상자의 삶의 질이 높다고 하였다. 김원중과 조정호(1998)는 웰니스를 자아책임에 의존하여 적극적이고

창조적인 높은 수준의 건강을 획득하여 유지 발전시키고자 하는 실천적 생활영역의 종합을 의미한다고 하였다.

김경호와 장호중(2004)은 노인을 대상으로 한 웰니스 연구에서 노인의 스포츠참여와 건강증진 생활양식의 관계 연구결과에서 스포츠 활동에 참가하는 노인은 그렇지 않은 노인보다 건강책임요인, 신체활동요인, 영양요인, 애인관계요인, 스트레스관리요인의 건강증진 생활양식을 높게 인식하는 것으로 보고하였다.

또한 현승권(2004)은 잘못된 건강의식, 부정적 건강행동 및 생활양식 등으로 인해 노인들의 건강이 저해될 수 있기 때문에 이들이 건강에 대한 올바른 인식을 가지고 건강에 유익한 생활양식과 건강습관을 행할 수 있도록 행동변화를 유도하여 질병을 조기에 예방하고 건강을 유지 증진시켜야 한다고 하였다.

민경훈(2004)은 삶의 질 혹은 신체적, 정신적 건강에 대한 노인의 신체 활동 중요성을 강조하고 있으며, 현대인의 특성으로 주목되고 있는 정신장애나 우울증, 불안조절, 행복감 및 정서의 안정과 같은 정신건강의 효과뿐만 아니라 생활만족 혹은 삶의 향상이라는 측면에서 신체운동의 중요한 역할이 입증되었다.

김석일(2004)의 생활체육활동 참가자들의 심리적 웰빙 프로파일 분석에서 심리적 웰빙은 인간의 삶에 정신과 신체를 연결시키는 중요한 메커니즘의 역할을 한다고 하였다. 이광욱(2004)은 생활체육 참가정도와 웰니스 지수 및 생활만족의 관계에 대한 연구에서 생활체육참가정도와 웰니스 지수 및 생활만족이 향상되고 생활체육 참가정도를 통한 웰니스 지수와 생활만족은 인과적 관계가 있음을 밝혀냈다.

송은주와 김정자(2007)는 심리적 웰빙 하위요인을 자아수용, 긍정적 대인관계, 자율성, 환경지배, 삶의 목적, 개인적 성장으로 분류하였다.

오진숙(2007)은 생활체육 참가와 영성능력 및 웰니스의 관계를 규명한 결과 삶의 의미와 목적, 내적차원은 정서적 건강에 유의한 영향을 미친다고 하였다.

본 연구에서는 신체적 건강영역은 일주일에 삼회 30분 운동, 운동시 준비운동과 정리운동, 나이에 비해 우수한 체력, 일주일에 근력운동 2회, 계획적인 운동 등 다섯항목으로 측정하고자 하며, 사회적 건강영역은 남을 위한 봉사활동, 봉사활동의 보람, 어려운 이웃이나 단체에 기부, 타인과 만족스런 신뢰, 사교적인 행사 참가 등 다섯개 항목, 정신적 건강영역은 인생의 가치와 신념을 앎, 다른 사람의 가치나 신념에 대해 관대함, 보람된 삶을 누리기 위해 노력, 나의 생활에 보람과 기쁨, 일, 가족, 사회에 대한 애정 등 다섯개 항목, 지적 건강영역은 자기개발에 노력, 지식습득을 통한 세계관, 교육이 삶에 도움, 배우는 것에 대한 관심, 다른 사람의 의사나 견해 존중 등 다섯개 항목, 정서적 건강 영역은 삶의 기쁨에 대한 대처능력, 타인의 충고에 관대, 좌절 될 때 쉽게 극복, 긍정적 사고 등 네개 항목으로 분류하여 총 24개 문항으로 측정하고자 한다.

위의 선행연구를 중심으로 웰니스의 구성요인을 요약 정리하면 <표 2-10>과 같다.

<표 2-10> 웰니스의 구성요인

연구자	웰니스의 구성요인
Corbin (1994)	웰니스를 정신적, 사회적, 감정적, 지적 및 육체적인 건강과 체력의 모든 통합된 영역으로 보았으며, 또 사람이 건강하게 삶을 영위하는 문제뿐만 아니라 모든 일상적인 일들을 어떻게 효과적으로 처리하는가 하는 능력까지도 포함
Rantanen (1994)	최적의 건강을 향하는 일종의 선택으로 최고의 잠재력에 도달하려는 생활방식, 계속 발전하는 하나의 인지과정, 내·외적 에너지의 효율적 관리, 육체·정신·영혼의 통합, 자신에 대한 애정 깊은 수용상태
김원중, 조정호 (1998)	웰니스를 자아책임에 의존하여 적극적으로 창조적인 높은 수준의 건강을 획득하여 유지 발전시키고자 하는 실천적 생활영역의 종합을 의미
김경호, 장호중 (2004)	노인을 대상으로 한 웰니스 연구에서 노인의 스포츠참여와 건강증진 생활양식의 관계 연구결과에서 스포츠 활동에 참가하는 노인은 그렇지 않은 노인보다 건강책임, 신체활동, 영양요인, 애인관계요인, 스트레스 관리 요인의 건강증진 생활양식을 높게 인식하는 것
현승권 (2004)	잘못된 건강의식, 부정적 건강행동 및 생활양식 등으로 인해 노인들의 건강이 저해될 수 있기 때문에 이들이 건강에 대한 올바른 인식을 가지고 건강에 유익한 생활양식과 건강습관을 행할 수 있도록 행동 변화를 유도하여 질병을 조기에 예방하고 건강을 유지 증진
민경훈 (2004)	삶의 질 혹은 신체적, 정신적 건강에 대한 노인의 신체활동 중요성을 강조하고 있으며, 현대인의 특성으로 주목되고 있는 정신장애나 우울증, 불안조절, 행복감 및 정서의 안정과 같은 정신건강의 효과뿐만 아니라 생활만족 혹은 삶의 향상이 라는 측면에서 신체운동의 중요한 역할
이광욱 (2004)	생활체육참가정도와 웰니스지수 및 생활만족의 관계에 대한 연구에서 생활체육 참가정도와 웰니스지수 및 생활만족이 향상되고 생활체육 참가정도를 통한 웰니스지수와 생활만족은 인과적 관계가 있음을 밝혀냈다
송은주, 김정자 (2007)	심리적 웰빙 하위요인을 자아수용, 긍정적 대인관계, 자율성, 환경지배, 삶의 목적, 개인적 성장으로 분류
오진숙(2007)	생활체육참가와 영성능력 및 웰니스의 관계를 규명한 결과 삶의 의미와 목적, 내적차원은 정서적 건강에 유의한 영향
본 연구	신체적 건강영역은 일주일에 3회 30분 운동, 운동시 준비운동과 정리운동, 나이에 비해 우수한 체력, 일주일에 근력운동 2회, 계획적인 운동 등 5항목으로 측정하고자 하며, 사회적 건강영역은 남을 위한 봉사활동, 봉사활동의 보람, 어려운 이웃이나 단체에 기부, 타인과 만족스런 신뢰, 사교적인 행사 참가 등 5개 항목, 정신적 건강영역은 인생의 가치와 신념을 앎, 다른 사람의 가치나 신념에 대해 관대함, 보람된 삶을 누리기 위해 노력, 나의 생활에 보람과 기쁨, 일, 가족, 사회에 대한 애정 등 5개 항목, 지적 건강영역은 자기개발에 노력, 지식습득을 통한 세계관, 교육이 삶에 도움, 배우는 것에 대한 관심, 다른 사람의 의사나 견해 존중 등 5개 항목, 정서적 건강 영역은 삶의 기쁨에 대한 대처능력, 타인의 충고에 관대, 좌절 될 때 쉽게 극복, 긍정적 사고 등 4개 항목으로 하여 총 24개 문항

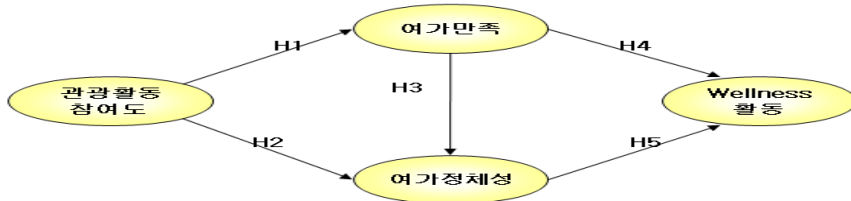
자료: 본자가 선행연구를 중심으로 제작성

제 3 장 연구의 설계

제 1 절 연구모형 및 가설 설정

1. 연구모형

본 연구는 Fishbein과 Ajzen(1975)의 모형을 기초로 하여 연구하고자 하는 구성개념들을 다소 변경하여 모형을 구성하였다. 본 연구의 개념적 모형은 아래 그림에서 나타난 바와 같이 제안모형은 관광활동 참여도가 여가만족과 여가정체성, 웰니스 활동에 미치는 영향관계를 규명하기 위해 관광활동 참여도가 여가만족에 영향을 미친다는 Campbell 등(1979), Ragheb(1980), Ragheb와 Griffith(1982), 임변장 등(1995)의 연구와 관광활동 참여도가 여가정체성에 영향을 미친다는 Iso-Ahola, et al(1989), Shamir(1992)의 연구를 참고로 하였다. 또한 여가만족이 여가정체성에 영향을 미친다는 Shamir(1992), Laverie(2000), 박유진(2002)등의 선행연구와 여가만족이 웰니스 활동에 미친다는 Andrew 와 Withey(1976), David와 Junaida(2002), 이종영과 고영복(1992)의 연구를 참고로 하였다. 그리고 여가정체성이 웰니스활동에 미치는 Coleman(1993), Schreyer와 Driver(1989), 이미연(2004)의 연구를 참고 하여 [그림 3-1]과 같이 연구모형을 설정하였다.



[그림 3-1] 연구모형

2. 가설의 설정

가. 관광활동 참여도와 여가만족간의 영향관계

Campbell 등(1979)은 관광활동의 하나인 체육활동에 참가함으로써 여가 만족도가 증가한다는 관계를 밝힘으로써 특정 관광활동과 여가만족의 관계가 있음을 나타낸다. Ragheb(1980)는 여가활동 참여는 여가만족 사이에 영향을 미치는 것으로 보고하였다.

Ragheb와 Griffith(1982)는 관광활동 유형별 여가만족도 조사결과, 스포츠활동과 야외활동이 사회활동, 문화활동, 독서, TV 시청 등에 비하여 만족도와의 상관관계 정도가 높다고 하였다.

임변장 등(1995)이 관광활동 유형별 여가만족의 정도를 분석한 결과 스포츠활동이 여가만족의 여섯개 하위요인인 심리적, 교육적, 사회적, 휴식적, 생리적, 환경적 만족도의 모든 요인에서 여타 다른 여가활동보다 상대적으로 높다는 사실을 검증하였다.

안혜영(1995)의 여가활동 유형과 여가만족의 관계에서도 여가만족의 하위요인인 심리적, 교육적, 사회적, 휴식적, 생리적, 환경적 만족도 모두가 높게 나타난다. 또한 선행변수, 성에 따른 여가만족을 제외한 연령, 교육수준, 소득수준, 건강정도 등에서 여가만족이 높게 나타났다. 유형에 따라서는 스포츠활동 및 사교활동이 가장 높았으며 취미/교양활동, 관광/행락활동, 놀이/오락 활동, 관람/감상활동의 순으로 나타났다.

또한 정영린(1997)은 생활체육 참가의 참가정도(기간, 빈도, 강도)에 따라 여가만족에 긍정적인 영향을 미치고 있음을 밝히고 있다. 고동우(1998)은 관광활동의 궁극적인 목적을 만족에 있다고 분석하고, 관광만족은 그 대상(관광상품 및 서비스)의 구매와 관광활동이 관광객 자신의 경험에 근거로 한다.

위의 선행연구를 기초로 하여 다음과 같은 가설을 설정하였다.

가설 1: 관광활동 참여도는 여가만족에 정(+)¹의 영향을 미칠 것이다.

가설 1-1: 관광활동 참여도는 여가만족에 정(+)¹의 영향을 미칠 것이다

다.

가설 1-2: 관광활동 참여도는 시간만족에 정(+)의 영향을 미칠 것이다.

나. 관광활동 참여도와 여가정체성간의 영향관계

Iso-Ahola 등(1989)은 모험여가와 스포츠에 참여하는 사람들에 대한 연구에서 여가활동에서의 지각된 능력의 증가가 여가참여의 결과로써 자아 존중감의 증가에 영향을 미칠 수 있다는 것을 검증하였다.

Shamir(1992)는 여가정체성은 개인의 재능과 능력을 표현하고 확인시켜 주며 사회적 안정을 제공하고 중심 가치와 흥미를 확인시켜 준다. 그는 이러한 준거를 충족시킬 필요성이 높은 여가활동에 참여하는 사람들 사이에서 여가활동에 관련된 노력과 기술, 시간 투자 및 향후 그 활동에 대한 관여를 지속하거나 증가시키려는 의도가 더 높았다는 것을 발견했다.

Stebbins(1992)는 적극적 여가에 대한 지속적이고 체계적인 참여를 통해 여가정체성이 잘 형성되어 질 수 있음을 강조하였다. 즉 참여자들이 관광활동에 높은 관심과 가치를 부여하고, 그 활동에 필요한 전문적 기술, 지식 및 경험을 습득하고 표현하는 과정을 통해 관광활동의 체계적인 추구를 한다는 것이다.

Reidar와 Diane(1998)은 여가와 관광활동의 참여를 포함하는 자유 재량시간의 활용은 청소년기 자아정체성 형성에 잠재적으로 작용한다고 주장하고 있다. Beth와 Douglas(2000)는 관광활동은 자신의 정체성을 탐색할 수 있는 기회가 될 뿐만 아니라 다른 측면의 정체성을 받아들이고 나서 내재화 할 수 있는 수단적 역할을 한다고 하였다.

이미연(2004)은 여가정체성은 특정한 관광활동에 대한 지속적 참여의 결과로 관광 집단에 대한 동일시를 통해 형성되는 내면화된 역할기대이다.

이연주(2007)는 특정 여가집단에 소속되어 지속적으로 관광활동에 참가하는 개인은 여가집단 내에서의 자신의 역할을 내면화함으로써 여가정체성을 형성한다고 하였다.

위의 선행연구를 기초를 하여 다음과 같은 가설을 설정하였다.

가설 2: 관광활동 참여도는 여가정체성에 정(+)¹의 영향을 미칠 것이다.

가설 2-1: 관광활동 참여도는 존중감/애착에 정(+)¹의 영향을 미칠 것이다.

가설 2-2: 관광활동 참여도는 관광자 평가에 정(+)¹의 영향을 미칠 것이다.

다. 여가만족과 여가정체성과의 영향관계

개인이 가지는 여가정체성의 현출성에 따라 여가가 여가만족 및 생활만족에 미치는 영향에 차이가 있을 것으로 기대할 수 있을 것이다. 그러나 실제로 여가정체성 현출성이 여가결과에 대한 개인의 지각에 미치는 영향에 관한 경험적 연구는 부족하며 지금까지 수행되어 온 여가정체성 여가정체성 현출성과 여가만족에 관한 연구들은 대부분은 여가정체성 현출성과 여가만족의 관계를 직접적으로 보여주는 것에 그치고 있는 것으로 나타났다. (Shamir, 1992).

박유진(2002)은 여가활동에 참여함으로써 형성되는 여가정체성의 현출성 정도가 개인의 생활전반에 대한 만족감이나 행복감의 지각에 미치는 중요한 요인이 될 수 있음을 가정하였다. 또한 이미연(2004)은 여가활동을 통해 형성된 여가만족감은 개인의 전체적인 자아형성에 독특하고 중요하게 나타날 수 있다.

위의 선행연구를 기초로 하여 다음과 같은 가설을 설정하였다.

가설 3: 여가만족은 여가정체성에 정(+)¹의 영향을 미칠 것이다.

가설 3-1: 여가만족은 존중감/애착에 정(+)¹의 영향을 미칠 것이다.

가설 3-2: 여가만족은 관광자 평가에 정(+)의 영향을 미칠 것이다.

라. 여가만족과 웰니스 활동과의 영향관계

여가활동 참가효과를 설명하는 인지, 행동이론에서 인지과정의 변화가 행동과 심리적 상태를 변화시킨다고 설명하고 있다(Beck, 1976). 이 이론은 각종 활동 성취에 대한 긍정적이고 내적 귀인 형태를 산출시키며 자기지각과 자기평가의 개인적 경험은 목표도달과 자기 유동성에 영향을 미쳐 자기강화를 증진시킨다고 하였다. 각종 활동에 참가하는 것은 개인의 내적만족 능력에 의해 자신에 대한 긍정적인 평가를 유발하여 자기강화에 긍정적인 영향을 미친다. 또한 규칙적인 신체활동의 효과를 설명하고 있는 Williams(1998)는 정서적으로 안정되어 있는 사람은 일상생활을 보충하기 위해 어떤 의욕적인 활동형태에 참가한다. 즉 일상생활에서 적당한 신체활동은 현대인들이 겪는 긴장이나 스트레스를 해소시키고 정서적 안정감을 갖는 것은 최적의 건강상태를 만들고 유지하는데 유의한 관계가 있다고 할 수 있다.

Andrew와 Withey(1976)는 여가만족은 다양한 변수 즉 건강, 직장, 여가 등에 의해 영향을 받으며 이러한 만족은 클수록 일반적인 생활만족에 대한 개인의 주관적 만족에 대한 인지정도는 개인의 삶의 질을 평가함에 있어 커진다고 주장함으로써 여가만족을 일반적인 웰니스 지표의 중요한 구성요소로 간주할 수 있다고 하였다.

David와 unada(2002)는 휴가경험이 개인의 웰니스 인식에 미치는 영향에 관한 연구에서는 주관적 혹은 심리적 웰니스 활동을 세 개의 변수 즉 생활만족, 정적 정서, 부정적 정서로 측정하였으며, 휴가 경험 그룹과 휴가를 경험하지 않은 그룹간의 웰니스 활동에 대한 느낌을 비교 연구 하였다.

이광욱(2004)은 생활체육에 참가정도와 웰니스 지수 및 생활만족의

관계에서 생활체육 여가활동에 참가하는 기간이 오래 될수록 참가를 자주 그리고 활발히 활동할수록 웰니스를 높게 인지하는 것으로 나타났다. 김태운과 문용(2001)은 생활체육에 의한 여가활동 참가와 웰니스에 미치는 인과관계에서 정적인 영향을 미친다고 하였으며, 여혜경(2005)의 여가활동 참가자들의 웰니스 지수 분석에서 통계적으로 유의한 차이가 있다고 하였다.

따라서 웰니스는 인간의 가능한 최적상태 즉 신체건강, 사회건강, 정신건강, 지적건강, 정서건강 등을 유지하기 위하여 개인의 수행능력이 필요하며, 정기적인 운동과 적절한 영양으로 질병을 예방하고 긍정적 생활양식을 변화하도록 요구되어 진다. 그 변화로 총체적 건강을 유지함으로써 삶의 질과 생활만족도를 높이는 것을 의미한다(오진숙, 2007).

위의 선행연구를 기초로 하여 다음과 같은 가설을 설정하였다.

가설 4: 여가만족은 웰니스 활동에 정(+)¹의 영향을 미칠 것이다.

가설 4-1: 여가만족은 신체적 활동에 정(+)¹의 영향을 미칠 것이다.

가설 4-2: 여가만족은 정신적/지적 활동에 정(+)¹의 영향을 미칠 것이다.

가설 4-3: 여가만족은 정서적 활동에 정(+)¹의 영향을 미칠 것이다.

가설 4-4: 여가만족은 사회적 활동에 정(+)¹의 영향을 미칠 것이다.

마. 여가정체성과 웰니스 활동과의 영향관계

Coleman(1993), Schreyer와 Driver(1989) 등은 “여가활동 참여를 통해 지각되는 여가정체성이 개인의 생활만족과 심리적 행복감에 긍정적인 효과를 가진다” 라고 하였다. 박유진과 김재휘(2002)는 여가정체성 현출성 정도에 따라 개인의 행복한 삶에 미치는 영향 역시 차이를 나타낸다고 하였다. 이미연(2004)은 여가활동을 통해서 형성되는 여가정체성이 개인의 전체적인 자아에서 중요하게 나타난다면, 개인은 그 여가 활동에 더욱 많은 애정을 갖게 되고, 적극적으로 참여하게 될 것이다. 자유로운 선택으로 인한 여가활동 경험으로 형성되는 여가정체성은 개인에게 심리

적으로 긍정적인 효과를 미친다고 하였다.

송은주 등(2006)은 여가정체성 하위 변수 중 존중감, 정서적 애착 등은 심리적 웰빙에 영향을 미친다고 하였다. 송은주와 김정자(2007)는 여가정체성 현출성이 높은 집단의 경우 댄스스포츠 참가정도 중 빈도요인이 심리적 웰빙 하위요인인 자율성에 통계적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다.

위의 선행연구를 기초로 하여 다음과 같은 가설을 설정하였다.

가설 5: 여가정체성은 웰니스 활동에 정(+)¹의 영향을 미칠 것이다.

가설 5-1: 여가정체성은 신체적 활동에 정(+)¹의 영향을 미칠 것이다.

가설 5-2: 여가정체성은 정신적/지적 활동에 정(+)¹의 영향을 미칠 것이다.

가설 5-3: 여가정체성은 정서적 활동에 정(+)¹의 영향을 미칠 것이다.

가설 5-4: 여가정체성은 사회적 활동에 정(+)¹의 영향을 미칠 것이다.

3. 변수의 조작적 정의

본 연구에서는 기존 연구들에서 사용된 측정변수들을 사용하였으며, 기존의 측정변수들이 없거나 부적절한 경우에는 가능한 한 기존 연구들을 근거로 개념을 가장 잘 측정할 수 있는 측정변수를 개발하였다. 모든 이론 변수는 복수의 측정변수로 측정하여, 단일항목으로 측정할 경우에 발생할 수 있는 측정오차에 의한 희석현상(attenuation due to measurement error)을 예방하였다.

본 연구에서 사용되는 변수들의 조작적 정의는 다음과 같다.

가. 관광활동 참여도

관광을 여가와 관련시켜 볼 때, 관광은 사람이 기분전환을 하고 휴식을 취하며 또한 인간생활의 새로운 국면이나 미지의 풍경을 전함으로써 경험과 교양을 넓히기 위하여 여행을 한다든가, 정주지를 떠나 체재함으로써 성립되는 여가활동의 일종이다.

따라서 본 연구에서의 관광활동의 개념은 인간 삶의 질적 향상, 자아실

현 및 행복추구, 그리고 건강유지 및 증진하는 제반활동으로 정의하고자 한다. 측정척도로는 특정 개인이 1년 동안 관광경험 정도, 총 관광경험 일수, 소요된 평균기간은 며칠 등 개방형으로 응답할 수 있도록 하였고, 국내·해외로 구분하여 측정하였다.

나. 여가만족

Campbell(1976)은 만족이란 특정한 활동을 통해 얻어질 것으로 기대되거나 혹은 원하고 있었던 것을 그 활동을 통해 얻은 것에 대한 일치정도를 반영한다고 정의하고 있다.

따라서 본 연구에서는 여가만족은 여가활동을 통하여 개인이 추구하는 목적 및 욕구를 달성했을 때 느끼는 활동에 대한 긍정적 인식 또는 주관적인 만족감과 정서적 행복감으로 정의하고 측정척도로는 Beard 와 Regheb(1980)이 개발하고 이종길(1992)이 번안한 “여가만족 척도(LSS: leisure satisfaction scale)”를 박유진(2002), Neal 등(1999)의 연구에서 사용한 4개 문항을 사용하였다.

그러나 본 연구에서는 10개 문항으로 여가만족을 자기만족과 시간만족 요인으로 측정하고자 한다. 구체적인 내용은 다음과 같다. 양질의 여가시간, 언제/어디서나 여가시간을 즐길, 여가활동은 나에게 중요한 시간, 여가시간은 나의 생활에 있어서 스트레스 해소, 여가활동을 통해 자부심, 새로운 지식획득, 사회적 교류, 스트레스와 긴장해소, 건강에 도움, 깨끗함과 청결 등을 측정하고자 한다. 척도는 리커트 5점 척도로 구성하고 있는데 5점은 ‘매우 그렇다’로 측정하고자 하는 내용에 매우 긍정적인 반응을 뜻하고, 1점은 ‘전혀 그렇지 않다’로 측정하고자 하는 내용에 매우 부정적인 반응을 뜻한다.

다. 여가정체성

여가정체성은 자발적으로 선택해서 자신이 만들어 나가는 것이고 지속적으로 유지하기 위해서는 스스로 노력을 기울여야 한다는 점에서 여타의

정체성과는 구별된다(한광걸, 2007). 따라서 본 연구에서는 여가정체성을 특정 여가활동에 참여함으로써 형성되는 여가정체성의 현실성 정도가 개인의 생활전반에 대한 만족감이나 행복감 및 자아만족으로 정의하고자 한다.

측정도구로는 관광활동을 하지 않을 때에도 생각, 강요받으면 기분이 상함, 다른 것에 대신할 수 없는 특별한 의미, 내가 어떤 사람인지 표현하는 중요한 부분, 관광활동 없는 생활은 상상할 수 없음, 다른 모습보다는 관광활동과 연관해서 기억, 나에게 중요한 일, 다른 활동을 하기 보다는 관광활동을 할 것, 좋은 직장이라도 관광활동을 계속할 수 없다면 포기, 좋아한다는 것을 알고 있음, 이야기하는 것을 좋아 함, 기분이 좋아짐, 자랑스러움, 주위사람들에게 권함, 좋아하는 사람에게 왓지 호감, 좋아 하는 사람 치고 나쁜 사람은 없다고 생각, 나쁘게 말하는 사람을 보면 화가 남, 가치를 모름, 다른 활동에는 관심이 없음, 긍정적 평가, 멋진 활동으로 생각 등 총 21문항으로 이들 21개 문항은 자기 존중감/애착, 관광평가요인으로 측정하고자 한다.

라. 웰니스 활동

웰니스의 주된 개념은 개인의 높은 건강에 대한 잠재능력의 극대화과 삶의 질을 높이는 행위와 태도와 관계된다. 따라서 삶의 질을 높이기 위해서는 신체와 정신적 안녕이 직접 관련이 되는 주된 개념이다.

따라서 본 연구에서 웰니스 활동이란 삶의 질을 높이기 위한 일련의 총체적 행위로써 몸과 마음의 균형이 잡힌 상태를 말한다. 웰니스의 영역은 신체적, 정신적, 정서적, 사회적, 지적으로 분류된다.

따라서 본 연구에서의 웰니스 활동은 관광활동 참여를 통하여 느껴지는 삶의 질 또는 몸과 마음(정서적, 영적)의 최적의 건강상태로 정의하고자 하며, 신체적, 사회적, 정신적, 지적, 정서적 건강 등의 다섯개의 하위개념으로 구성하고자한다,

신체적 건강영역은 일주일에 3회 30분 운동, 운동 시 준비운동과 정리

운동, 나이에 비해 우수한 체력, 일주일에 근력운동 2회, 계획적인 운동 등 다섯개 항목으로 측정하고자 한다.

사회적 건강영역은 남을 위한 봉사활동, 봉사활동의 보람, 어려운 이웃이나 단체에 기부, 타인과 만족스런 신뢰, 사교적인 행사 참가 등 5개 항목으로 측정 하고자 한다,

정신적 건강영역은 인생의 가치와 신념을 앎, 다른 사람의 가치나 신념에 대해 관대함, 보람된 삶을 누리기 위해 노력, 나의 생활에 보람과 기쁨, 일, 가족, 사회에 대한 애정 등 5개 항목으로 측정하고자 한다.

지적 건강영역은 자기개발에 노력, 지식습득을 통한 세계관, 교육이 삶에 도움, 배우는 것에 대한 관심, 다른 사람의 의사나 견해 존중 등 5개 항목으로 측정 하고자 한다,

정서적 건강 영역은 삶의 기복에 대한 대처능력, 타인의 충고에 관대, 좌절 될 때 쉽게 극복, 긍정적 사고 등 네개 항목으로 측정하고자 한다.

<표 3-1> 설문지 척도

측정변수	문항수	척도	출처
관광활동 참여도	6개 항목	개방형 척도	Loy, Mcpherson & Kenyon(1978), 이정순(2004) 등의 연구를 참고로 하여 국내·해외 관광활동의 참가 빈도, 국내·해외 참가 기간, 그리고 매번 관광활동에 얼마나 많은 시간을 투자하는지에 대한 국내·해외 평균 기간 등 6문항으로 측정
여가만족	10개 문항	Likert 5점 척도	Beand & Reghab(1980), 이종길(1992), 박유진(2002) 등의 연구를 참고로 하여 양질의 여가시간, 언제, 어디서나 여가시간을 즐길, 여가활동은 나에게 중요한 시간, 여가시간은 나의생활에 있어서 스트레스 해소, 여가활동을 통해 자부심, 새로운 지식획득, 사회적 교류, 스트레스와 긴장해소, 건강에 도움, 깨끗함과 청결 등 10개 문항으로 측정
여가정체성	21개 문항	Likert 5점 척도	Callero(1985), Laverie(1995), 한광걸(2007)의 연구를 참고하여 관광활동을 하지 않을 때에도 생각, 강요받으면 기분이 상함, 다른 것에 대신할 수 없는 특별한 의미, 내가 어떤 사람인지 표현하는 중요한 부분, 관광활동 없는 생활은 상상할 수 없음, 다른 모습보다는 관광활동과 연관해서 기억, 나에게 중요한 일, 다른 활동을 하기 보다는 관광활동을 할 것, 좋은 직장이라도 관광활동을 계속할 수 없다면 포기, 좋아한다는 것을 알고 있음, 이야기하는 것을 좋아함, 기분이 좋아짐, 자랑스러움, 주위사람들에게 권함, 좋아하는 사람에게 괜지 호감, 좋아 하는 사람 치고 나쁜 사람은 없다고 생각, 나쁘게 말하는 사람을 보면 화가 남, 가치를 모름, 다른 활동에는 관심이 없음, 긍정적 평가, 멋진 활동으로 생각 등 총 21문항
웰니스 활동	24개 항목	Likert 5점 척도	웰니스 활동은 Anspaugh et al.(1994), 김상국(2000), 이광욱(2004), 여혜경(2005), 오진숙(2007) 등의 연구를 참고로 하여 신체적 건강영역은 일주일에 3회 30분 운동, 운동시 준비운동과 정리운동, 나이에 비해 우수한 체력, 일주일에 근력운동 2회, 계획적인 운동 등 5항목으로 측정하고자 하며, 사회적 건강영역은 남을 위한 봉사활동, 봉사활동의 보람, 어려운 이웃이나 단체에 기부, 타인과 만족스런 신뢰, 사교적인 행사 참가 등 5개 항목, 정신적 건강영역은 인생의 가치와 신념을 앎, 다른 사람의 가치나 신념에 대해 관대함, 보람된 삶을 누리기 위해 노력, 나의 생활에 보람과 기쁨, 일, 가족, 사회에 대한 애정 등 5개 항목, 지적 건강영역은 자기 계발에 노력, 지식습득을 통한 세계관, 교육이 삶에 도움, 배우는 것에 대한 관심, 다른 사람의 의사나 견해 존중 등 5개 항목, 정서적 건강영역은 삶의 기복에 대한 대처능력, 타인의 충고에 관대, 좌절 될 때 쉽게 극복, 긍정적 사고 등 4개항목으로 하여 총 24개 문항을 이용하여 측정
인구통계적 특성	8개 항목	명목척도	성별, 연령, 학력, 직업, 월평균 소득, 정보원천, 이용횟수, 거주지 등 8개 항목으로 측정
합계	69		

제 2 절 자료수집 및 분석방법

1. 자료의 수집

가. 예비조사

예비조사는 관광 활동자를 대상으로 100명을 무작위 추출하여 조사하였다. 설문조사는 서울 및 경기, 부산 및 대구지역을 중심으로 직접 조사하고 100부를 분석에 활용하여 설문지의 타당성을 조사하고 지속적인 연구의 진행이 가능한지를 조사하였다. 조사결과에 대한 신뢰성 분석결과에 따라서 수정보완 하여 본 조사를 실시하였다.

나. 본 조사

본 조사는 전국지역에 소재하고 있는 여가활동 공간을 대상으로 서울지역, 경기지역, 부산지역, 대구지역 등 전국을 대상으로 관광활동 이용자를 무작위 추출하였다. 설문조사는 관광학과 학생을 선발하여 설문지 작성에 대한 간단한 교육을 실시한 후 면접법에 의한 설문조사를 실시하였으며, 설문기간은 2009년 2월25일부터 3월 20일까지 25일간 총 380부를 배부하여 330부를 회수하였으며, 이 중에서 응답이 불성실한 14부를 제외한 316부를 통계분석에 활용하였다. 조사된 자료의 분석방법은 SPSS 통계 패키지 프로그램을 이용하여 내적 일관성을 파악하기 위하여 신뢰도 검증을 하고, 변수들 간의 타당성을 검증하기 위해 요인분석을 실시하고, 전체 구조간의 영향관계를 검증하기 위하여 가설검증은 다중회귀분석을 실시하였다.

2. 설문지의 구성 및 내용

본 연구에서 사용된 설문지의 구성을 보면 <표 3-1>에서 제시한 바와 같이 크게 다섯 부분으로 구성되어 있다. 이중 인구 통계적 특성을 제외하고는 모두 “전혀 그렇지 않다”를 1점, “보통이다”를 3점, “매우 그렇다”를 5점으로 하는 리커트 5점 척도로 설계하였다.

첫째 부분은 관광활동 참여도에 대한 설문으로 특정 개인이 1년 동안 관광참여 횟수, 관광참여 총 일수, 소요된 평균기간은 며칠 등으로 조사하였고 국내, 해외로 구분하여 여섯문항으로 측정하였다.

둘째 부분은 여가만족에 대한 문항으로 양질의 여가시간, 언제, 어디서나 여가시간을 즐길, 여가시간에 여행만족, 여가활동을 통해 자부심, 새로운 지식획득, 사회적 교류, 스트레스와 긴장해소, 건강에 도움, 깨끗함과 청결 등 10문항으로 구성되어 있다.

셋째 부분은 여가정체성에 대한 문항으로 관광활동을 하지 않을 땐 생각, 강요받으면 기분이 상함, 다른 것에 대신할 수 없는 특별한 의미, 내가 어떤 사람인지 표현하는 중요한 부분, 관광활동 없는 생활은 상상할 수 없음, 다른 모습보다는 관광활동과 연관해서 기억, 나에게 중요한 일, 다른 활동을 하기 보다는 관광활동을 할 것, 좋은 직장이라도 관광활동을 계속할 수 없다면 포기, 좋아한다는 것을 알고 있음, 이약기하는 것을 좋아 함, 기분이 좋아짐, 자랑스러움, 주위사람들에게 권함, 좋아하는 사람에게 왠지 호감, 좋아 하는 사람 치고 나쁜 사람은 없다고 생각, 나쁘게 말하는 사람을 보면 화가 남, 가치를 모름, 다른 활동에는 관심이 없음, 긍정적 평가, 멋있는 활동으로 생각 등 총 21문항으로 측정하였다.

넷째 부분은 웰니스 활동에 관한 문항으로 총 24개의 문항으로 신체적 건강영역은 일주일에 3회 30분 운동, 운동시 준비운동과 정리운동, 나이에 비해 우수한 체력, 일주일에 근력운동 2회, 계획적인 운동 등 다섯항목으로 측정하고자 하며, 사회적 건강영역은 남을 위한 봉사활동, 봉사활동의 보람, 어려운 이웃이나 단체에 기부, 타인과 만족스런 신뢰, 사교적인 행사 참가 등 다섯개 항목으로 구성되어 있다. 정신적 건강영역은 인생의 가치와 신념을 앎, 다른 사람의 가치나 신념에 대해 관대함, 보람된 삶을 누리기 위해 노력, 나의 생활에 보람과 기쁨, 일, 가족, 사회에 대한 애정 등 다섯개 항목으로 구성되어 있다. 또한 지적 건강영역은 자기개발에 노력, 지식습득을 통한 세계관, 교육이 삶에 도움, 배우는 것에 대한 관심, 다른 사람의 의사나 견해 존중 등 다섯개 항목으로 구성되어 있으며, 정서

적 건강 영역은 삶의 기복에 대한 대처능력, 타인의 충고에 관대, 좌절 될 때 쉽게 극복, 긍정적 사고 등 네개 항목으로 하여 총 24개 항목으로 구성되어 있다.

다섯째 부분은 인구 통계적 특성에 관한 문항으로 총8개 항목 성별, 연령, 학력, 직업, 월평균 소득, 정보원천, 이용횟수, 거주지 문항 등으로 구성되어 있다.

〈표 3-2〉 설문지의 구성

구 성 내 용	문 항 수	설문지 번호	총 문항수	문항출처
I. 관광활동참여 경험	6	I - 1- 6	6	Loy, Mcpherson & Kenyon(1978), 이정순(2004)
II. 여가만족	10	II - 7-16	10	Beand & Reghab(1980), 이종길(1992), 박유진(2002)
III. 여가절체성	21	III - 17-37	21	Callero(1985), Laverie(1995), 한광걸(2007)
IV. 웰니스 활동	24	IV - 38-61	24	Anspaugh et al.(1994). 김상국(2000), 이광욱(2004), 여혜경(2005), 오진숙(2007)
V. 인구 통계적 특성	8	VI - 1-8	8	
총 문 항 수			69	

3. 자료 분석방법

분석방법으로는 조사된 자료의 분석방법은 인구 통계적 특성에 대한 빈도분석을 실시하였다. 또한 관광활동 참여도, 여가만족, 여가정체성, 웰니스 활동에 대한 요인분석을 통해 내용타당도와 구성타당도를 보았으며, 가설 검증을 위해 다중회귀분석, 단순회귀분석을 실시하기 위해 통계프로그램인 SPSSWIN 12.0을 이용하였다.

그리고 측정변수에 대한 신뢰도를 검증하기 위해 크론바 α 값을 분석하여 신뢰도가 낮거나 요인적재치가 낮은 항목에 대하여 척도순화과정을 통해 제거하였다.

제 4 장 실증분석 및 해석

제 1 절 기초자료 분석

1. 인구 통계적 특성

본 연구에서는 총 330부의 설문지를 배부하여 330부를 회수하였으며, 이 중에서 응답이 불성실하거나 부적합한 설문지 14부를 제외한 총 316부를 분석에 사용하였다.

먼저 성별 분포로는 남성은 170명(53.8%), 여성은 146명(46.2%)으로 남성의 비율이 높은 것으로 나타났다. 연령대별로는 20세 이하는 4명(1.3%), 21~30세는 97명(30.7%), 31~40세는 92명(29.1%), 41~50세는 73명(23.1%), 51~60세는 40명(12.7%), 61세 이상은 10명(3.2%)으로 나타나 응답자 중 21~30대가 가장 많은 것으로 나타났으며 그 다음으로 31~40대인 것으로 나타났다. 학력은 고졸미만은 7명(2.2%), 고졸은 63명(19.9%), 전문대 재학/졸업은 97명(30.7%), 대학교 재학/졸업은 131명(41.5%), 그리고 대학원 재학/졸업이상은 18명(5.7%)으로 나타났다. 그리고 직업별로는 기업경영이 13명(4.1%), 회사원이 126명(39.9%), 공무원(군인, 교사포함)은 13명(4.1%), 전문/기술직은 48명(15.2%), 상업(도/소매업)은 9명(2.8%), 판매/서비스업은 58명(18.4%), 학생 9명(2.8%), 주부는 12명(3.8%), 기타는 28명(8.9%)으로 나타났다. 월 소득에 있어서는 100만 원이하가 18명(5.7%), 101~200만원이 81명(25.6%), 201~300만원이 83명(26.3%), 301~400만원이 58명(18.4%), 401~500만원이 46명(14.6%), 501만 원 이상이 30명(9.5%)으로 나타났다. 정보원천은 주변의 평판을 듣고 35명(11.1%), 본인의 체험으로 106명(33.5%), 주변의 추천으로 73명(23.1%), 이용하기 편리하므로 13명(4.1%), T-V광고 및 언론매체를 통해서가 60명(19.0%), 기타에 29명(9.2%)로 나타났다. 이용 빈도 주1~2

회가 207명(65.5%), 주3~4회가 70명(22.2%), 주5~6회는 20명(6.3%), 주7~8회는 3명(.9%), 그리고 주9회 이상은 9명(2.8%), 매일이용은 7명(2.2%)으로 나타났다. 거주지는 서울, 인천, 경기도는 62명(19.6%), 대전, 충남, 충북, 강원은 47명(14.9%), 대구, 경북은 32명(10.1%), 광주, 전남, 전북은 22명(7.0%), 부산, 울산, 경남, 제주는 152명(48.1%), 기타는 1명(0.3%)으로 나타났다.

<표 4-1> 표본의 인구 통계적 특성

변수	항 목	빈도 (명)	비율 (%)	변수	항 목	빈도 (명)	비율 (%)
성 별	남자	170	53.8%	월소득	100만원이하	35	11.1%
					101-200만원	81	25.6%
	201-300만원				83	26.3%	
	301-400만원				58	18.4%	
	401-500만원				46	14.6%	
	501만원이상				30	9.5%	
연 령	20세 이하	4	1.3%	정보 원천	주변평판	35	11.1%
	21-30세	97	30.7%		본인체험	106	33.5%
	31-40세	92	29.1%		주변추천	73	23.1%
	41-50세	73	23.1%		이용편리	13	4.1%
	51-60세	40	12.7%		T.V 및 언론매체	60	19.0%
	61세이상	10	3.2%		기타	29	9.2%
학 력	고졸미만	7	2.2%	이용 빈도	주1-2회	207	65.5%
	고졸	63	19.9%		주3-4회	70	22.2%
	전문대재학/졸업	97	30.7%		주5-6회	20	6.3%
	대학교재학/졸업	131	41.5%		주7-8회	3	0.9%
	대학원재학/졸업	18	5.7%		주9회이상	9	2.8%
					매일이용	7	2.2%
직 업 별	기업경영	13	4.1%	거주지	서울, 인천, 경기	62	19.6%
	회사원	126	39.9%		대전, 충남, 충북, 강원	47	14.9%
	공무원	13	4.1%		대구, 경북	32	10.1%
	전문/기술직	48	15.2%		광주, 전남, 전북	22	7.0%
	상업	9	2.8%		부산, 울산, 경남, 제주	152	48.1%
	판매/서비스	58	18.4%		기타	1	0.3%
	학생	9	2.8%				
	주부	12	3.8%				
	기타	28	8.9%				

제 2 절 신뢰도 및 타당도 분석

모든 측정치는 갖추어야 할 두 가지의 중요한 특성이 있으며 이는 측정 결과에 오차가 들어 있지 않은 신뢰도(reliability)와 측정치가 의도한 것을 실제로 측정하고 있는 정도를 나타내는 타당도(validity)를 말한다. 즉 신뢰도는 진실 값이 변화하지 않는다고 가정 했을 때 반복되는 측정에서 어느 정도 일관성이 있게 동일한 결과를 가져올 것인가를 뜻하고 타당도는 측정도구가 조사자가 측정하고자 하는 특정대상을 개념이나 속성을 정확히 제대로 잘 측정한 정도를 의미한다.

1. 신뢰도 분석

신뢰도(reliability)란 동일한 개념에 대해 측정을 반복했을 때 동일한 측정값을 얻을 가능성을 말하는 것으로 측정된 결과치의 안정성(stability), 일관성(consistency), 예측가능성(predictability), 정확성(accuracy) 등과 관련된 개념이다.

신뢰도를 검증하기 위한 방법으로는 재검사법(test-retest method), 반 분법(split-half method), 다중 양식법(multiple forms technique), Cronbach's α 값 등 여러가지가 있으나 본 연구에서는 신뢰도 개념 중에서 널리 인정하고 있는 Cronbach's α 값을 구하는 방법을 시행하였다.

Cronbach's α 값은 0에서 1까지 변하며 1에 가까울수록 신뢰도가 높다는 것을 의미한다. 또한 일반적인 사회과학 연구에서 탐색적인 연구단계에서는 Cronbach's α 값이 .60이상이면 신뢰도가 높다고 보고 있다(채서일, 1999).

본 연구에서는 개념들을 다 항목(multi-items)으로 측정하였다. 따라서 연구 개념을 구성하고 있는 측정항목들이 해당 연구 개념을 적절하게 반영하고 있는가를 평가하기 위해서는 신뢰도를 평가할 필요성이 있다. 본 연구의 측정 항목들에 대해 Cronbach's α 계수를 검토해 보았다.

그 결과 신뢰도 계수가 <표 4-2>와 같이 나타나고 있다.

Nunnally(1978)에 의하면 α 계수는 일반적으로 .70이상을 요구하고

있으나 탐색적 연구 분야에서는 .60을 기준치로 활용하고 있다고 한다. 관광활동 참여도가 여가만족과 여가정체성, 웰니스 활동에 대한 신뢰도 분석 결과 여가만족에 자기만족은 Cronbach's α 값이 .819, 시간만족은 Cronbach's α 값이 .784로 전반적으로 높은 내적 일관성을 가지고 있는 것으로 평가될 수 있으며 척도들의 신뢰도는 모두 인정된다고 할 수 있다.

또한, 여가정체성에 존중감/애착은 Cronbach's α 값이 .901, 관광자 평가는 Cronbach's α 값이 .860로 나타났다. 그리고 웰니스 활동에 신체적 건강의 Cronbach's α 값이 .916, 정신적/지적 건강의 Cronbach's α 값은 .881, 정서적 건강 Cronbach's α 값은 .779, 사회적 건강 Cronbach's α 값이 .803로 나타나 전반적으로 신뢰도가 높게 나타났다.

<표 4-2> 측정척도 구성개념에 대한 신뢰도 검증

항 목		측 정 항 목 수			Cronbach's α
		최 초 항목수	제 거 항목수	최 종 항목수	
관광활동 참여도	관광활동 참여도	6	0	6	
여가만족	자기만족	6	0	6	.819
	시간만족	4	0	4	.784
여가정체성	존중감/애착	15	2	13	.901
	관광자 평가	6	0	6	.860
웰니스 활동	신체적	5	0	5	.916
	정신적/지적	10	2	8	.881
	정서적	4	0	4	.779
	사회적	5	0	5	.803

2. 타당도 분석

타당도는 연구자가 조사하고자 하는 개념을 정확히 측정하고 있는가의 문제로, 설문지작성 단계에서 주로 고려된다. 요인분석이라 함은 변수들 간의 관계를 찾아내어 변수를 단순화하고자 할 때 사용되는데 본 논문에서는 항목들 간의 상관관계가 높은 변수들끼리 하나의 요인으로 통일시켜 요인들 간에 상호독립성을 유지하도록 하는 것을 말한다.

이러한 요인분석은 도출된 새로운 요인이 요인점수를 바탕으로 추가적인 분석에 이용할 수 있는 장점이 있는 반면 변수제거로 인한 정보손실을 가져올 수 있는 양면성을 지닌다.

본 연구에서 사용된 요인분석 방법은 요인의 수를 최소한으로 산출하고 최초 변수들이 지닌 정보를 극대화하고자 할 때 사용되는 주성분 분석을 사용하였으며, 요인의 회전방법에 있어서는 직각 회전방법인 베리맥스 회전법을 실시하였다. 요인 부하량이 0.4이상이면 유의한 변수로 판단하였다.

<표 4-3>은 여가만족에 대한 타당도 분석의 결과를 제시하고 있으며, 여가만족 항목 중 고유치가 1.0 이상인 2개의 요인으로 추출되었는데 이는 총 분산 설명력이 57.307%를 설명하고 있다. 요인분석은 기본적으로 동일요인 내 항목 간의 높은 상관관계를 가정하고 있으며, 이 가정이 깨질 경우 요인분석은 의미가 없다고 할 수 있다.

따라서 이러한 가정을 검정하기 위하여 KMO 값과 Bartlett검정 값을 분석한 결과 KMO 값과 Bartlett검정의 유의수준 또한 모두 .000으로 나타나 요인분석을 위한 기본가정은 만족되었다고 할 수 있다. 각 요인을 구성하고 있는 항목들에 대한 요인적재량이 .54 이상으로 모두 0.4 이상을 상회하고 있어 타당도가 확보되었다고 할 수 있다.

<표 4-3> 여가만족에 대한 타당도 분석

구 분 (Factor)	요인변수 (Variables)	성 분		Eigen- value	분 산
		1	2		
자기만족	건강관리에 도움	.761	.094	4.637	46.371
	여가활동을 통해 자부심	.723	.355		
	스트레스와 긴장해소에 도움	.723	.283		
	새로운 지식 습득제공	.704	.268		
	다른 사람과 교류할 기회	.649	.216		
	여가공간은 청결	.535	.122		
	나의 생활에 있어 스트레스 해소	.491	.472		
시간만족	양질의 시간을 보냈다고 생각	.134	.878	1.094	10.936
	언제, 어디서나 여가시간을 즐겼다고 생각	.194	.782		
	여가활동은 나에게 중요한 시간	.420	.690		
KMO	.871	총 분 산		57.307	
Bartlett검정	1233.500				
유의도	.000				

a: 요인추출 방법: 주성분 분석, 회전 방법: Kaiser 정규화가 있는 베리맥스임.

b: 요인 적재량이 0.4 이상인 변수들을 나타냄.

<표 4-4>는 여가정체성에 대한 타당도 분석의 결과를 제시하고 있으며, 21개 항목 중 고유치(eigenvalue)가 1.0 이상인 두개의 요인으로 추출되었는데 이는 전체분산 설명력이 56.567%를 설명하고 있다. 요인분석은 기본적으로 동일 요인 내 항목 간의 높은 상관관계를 가정하고 있으며, 이 가정이 깨질 경우 요인분석은 의미가 없다고 할 수 있다.

따라서 이러한 가정을 검정하기 위하여 KMO 값과 Bartlett검정 값을 분석한 결과 KMO 값과 Bartlett검정의 유의수준 또한 모두 .000으로 나타나 요인분석을 위한 기본가정은 만족되었다고 할 수 있다. 따라서 <표 4-4>에서 보여주는 바와 같이 집중타당도와 판별타당도가 확보된 것으로 나타났다.

<표 4-4> 여가정체성에 대한 타당도 분석

구 분 (Factor)	요인변수 (Variables)	성 분		Eigen- value	분 산
		1	2		
존중감/ 애착	특별한 의미	.759	.237	9.162	48.223
	관광을 하지 않을 때에도 관광이 생각	.736	-.009		
	관광활동을 계속하는 것은 나에게 중요한 일	.703	.264		
	관광활동을 좋아한다는 것을 알고 있다	.699	.236		
	관광활동 없는 생활은 상상할 수 있다	.692	.307		
	관광활동에 관해 내게 물어보면 기분이 좋다	.687	.471		
	관광활동을 그만두라고 하면 기분이 상 한다	.683	.080		
	관광활동을 한다는 것은 자랑스럽다	.680	.415		
	관광활동에 관해 이야기하는 것을 좋아 한다	.666	.366		
	관광활동을 좋아한다고 하는 사람은 왠지 호감	.643	.455		
	주위 사람들에게 관광활동을 권함	.630	.416		
	다른 활동을 하기보다는 관광활동을 할 것이다	.627	.376		
관광활동은 내가 어떤 사람인지 표현하는 중요한 부분	.562	.389			
관광자 평가	관광활동을 좋아하는 사람치고 나쁜 사람 없음	.146	.812	1.585	8.343
	관광활동에 대해 나쁘게 말하는 사람을 보면 화남	.241	.766		
	관광활동 안 하는 사람은 관광가치를 모름	.245	.674		
	관광활동을 하는 사람에 대한 평가는 긍정적	.239	.669		
	관광활동 외에 다른 활동에는 별 관심이 없음	.177	.665		
	관광활동이 멋진 활동이라 생각	.488	.527		
KMO	.934	총 분 산		56.567	
Bartlett 검정	3581.997				
유의도	.000				

a: 요인추출 방법: 주성분 분석, 회전 방법: Kaiser 정규화가 있는 베리맥스인.

b: 요인 적재량이 0.4 이상인 변수들을 나타냄.

<표 4-5>는 웰니스 활동에 대한 타당도 분석의 결과를 제시하고 있으며, 24개 항목 중 고유치(eigenvalue)가 1.0 이상인 네개의 요인으로 추출되었는데 이는 전체분산 설명력이 62.722를 설명하고 있다. 요인분석은 기본적으로 동일 요인 내 항목 간의 높은 상관관계를 가정하고 있으며, 이 가정이 깨질 경우 요인분석은 의미가 없다고 할 수 있다. 따라서 이러한 가정을 검정하기 위하여 KMO 값과 Bartlett검정 값을 분석한 결과 KMO 값과 Bartlett검정의 유의수준 또한 모두 .000으로 나타나 요인분석을 위한 기본가정은 만족되었다고 할 수 있다. 따라서 <표 4-5>에서 보여주는 바와 같이 집중타당도와 판별타당도가 확보된 것으로 나타났다.

〈표 4-5〉 웰니스 활동에 대한 타당도 분석

구 분 (Factor)	요인변수 (Variables)	성 분				Eigen - value	분 산
		1	2	3	4		
정신적/ 지적	보람된 삶을 누리기 위해 노력하는 편	.822	.197	.130	.078	8.390	38.135
	나의 생활에 보람과 기쁨을 느낌	.745	.194	.119	.179		
	가치와 신념이 무엇인지 알고 있음	.708	.098	.225	.183		
	나의 삶에 도움이 된다고 생각	.654	-.014	.107	.319		
	일, 가족, 사회에 대한 애정을 가지는 편	.646	.110	.281	.025		
	다른 사람들의 의사나 견해를 존중하는 편	.618	.067	.080	.416		
	자기 개발에 꾸준히 노력하는 편	.569	.190	.265	.312		
다른 사람의 가치관이나 신념에 대한 관대한 편	.561	.162	.296	.159			
신체적	운동을 계획적으로 하는 편	.121	.878	.176	.079	2.733	12.425
	일주일에 근력운동을 최소2회 이상	.074	.853	.201	.127		
	운동할 때 준비운동과 정리운동을 철저히 함	.195	.835	.118	.083		
	일주일에 3회 정도 30분 이상 운동	.155	.814	.143	.083		
	나이 수준에 비해 체력이 우수한 편	.139	.772	.164	.098		
사회적	남을 위해 봉사활동을 함	.137	.264	.730	-.018	1.591	7.230
	어려운 이웃을 위해 봉사할 때 보람을 느낌	.189	.116	.727	.165		
	소득 일부를 어려운 이웃이나 단체에 기부	.048	.234	.686	.224		
	타인과 만족스러운 신뢰관계	.398	.054	.653	.215		
일주일에 한번정도 사교적인 행사에 참가	.362	.160	.632	.016			
정서적	좋은 일과 나쁜 일 등 삶의 기복에 대한 대처능력	.268	.250	.232	.721	1.085	4.932
	타인의 충고에 관대한 편	.167	-.045	.176	.713		
	좌절될 때 쉽게 극복하는 편	.346	.277	.066	.635		
	긍정적인 사고를 가지고 있음	.542	.164	-.005	.545		
KMO	.918					62.722	
Bartlett 검정	3725.048	총 분 산					
유의도	.000						

a: 요인추출 방법: 주성분 분석. 회전 방법: Kaiser 정규화가 있는 베리맥스임.

b: 요인 적재량이 0.4 이상인 변수들을 나타냄.

제 3 절 연구가설의 검증

1. 가설의 검증

가설 1 : 관광활동 참여도는 여가만족에 정(+)¹의 영향을 미칠 것이다.

가설1-1: 관광활동 참여도는 여가만족에 정(+)¹의 영향을 미칠 것이다.

가설1-2: 관광활동 참여도는 자기만족에 정(+)¹의 영향을 미칠 것이다.

위의 가설을 검정하기 위해 다중회귀분석을 실시하였다. 다중회귀모형에서 독립변수들 간에 상관관계가 매우 높을 경우 왜곡된 결과를 초래하기 때문에 독립변수들 간의 다중공선성(multicollinearity) 검증 지수들을 추출하여 다중공선성을 진단하였다. 다중공선성은 보통 모수추정치에 대한 허용도와 분산 팽창요인 값, 고유 값과 조건지수 등을 통해서 평가하게 되는데 추정치에 대한 허용도는 0.1이하일 때, 분산 팽창요인 값은 10이상, 고유 값은 0.01이하, 조건지표는 100이상 일 때, 다중공선성 문제가 심각한 것으로 판단하였다(김충련, 1997).

가설1-1인 관광활동 참여도는 여가만족에 정(+)¹의 영향을 미칠 것이라는 가설1-1의 가설 검정을 위해 관광활동 참여도 6개 하부 구성차원을 독립변수로 하고, 여가만족을 종속변수로 하는 다중회귀분석을 실시하였다. 다중회귀분석을 위해서는 기본적으로 독립변수간의 다중공선성이 없어야 한다는 가정을 만족시켜야 한다. 이러한 다중공선성을 분산 팽창요인(VIF)값을 통해 파악할 수 있으며, 일반적으로 그 값이 10이하이면 다중공선성이 없는 것으로 볼 수 있다. 또한 모형판정을 통하여 독립변수와 종속변수의 인과관계를 해석하는데 무리가 없는 것으로 판단하여 가설1-1에 대한 검증을 실시하였다. 본 연구에서 가설은 정(+)¹과 부(-)²의 방향성을 가지고 있기 때문에 양측검정 기준을 적용하였다. 분석결과<표4-6>에서 보는 바와 같이 회귀모형은 F값이 10.940

($p=.000$)으로 유의하며, 수정 R^2 는 .160으로 나타나 회귀모형이 자료를 반영하는 정도인 설명력은 16%의 설명력을 보이고 있다. 또한 회귀식에 투입된 변수들의 회귀계수에 대한 t검정 결과 국내여행 총일수($\beta =.384$, $t=6.284$, $p=.000$), 해외여행 총 일수($\beta=.233$, $t=4.095$, $p=.000$) 변수가 여가만족에 유의수준 .001에서 통계적으로 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났다. 그러나 국내여행, 해외여행, 국내여행 평균기간, 해외여행 평균기간 등은 유의수준 .05에서 통계적으로 유의하게 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다. 따라서 관광활동 참여도가 여가만족에 부분적으로 영향을 미치는 것으로 가설1-1은 부분 채택되었다.

가설1-2는 관광활동 참여도는 자기만족에 정(+)의 영향을 미칠 것이라는 가설1-2의 가설 검정을 위해 관광활동 참여도 6개 하부 구성차원을 독립변수로 하고, 시간만족을 종속변수로 하는 다중회귀분석을 실시하였다. 분석결과<표4-6>에서 보는 바와 같이 회귀모형은 F값이 10.509 ($p=.000$)으로 유의하며, 수정 R^2 는 .155로 나타나 회귀모형이 자료를 반영하는 정도인 설명력은 15.5%의 설명력을 보이고 있다. 또한 회귀식에 투입된 변수들의 회귀계수에 대한 t검정 결과 국내여행 총 일수($\beta =.355$, $t=5.794$, $p=.000$), 해외여행 총 일수($\beta=.228$, $t=3.988$, $p=.000$) 변수가 시간만족에 유의수준 .001에서 통계적으로 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났다. 국내여행 횟수와 해외여행 횟수는 유의수준 .05에서 통계적으로 유의한 부(-)의 영향을 미치는 것으로 나타났다. 국내여행 평균기간, 해외여행 평균기간 등은 유의한 수준에서 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다. 따라서 관광활동 참여도가 시간만족에 부분적으로 영향을 미치는 것으로 가설1-2는 부분 채택되었다.

<표 4-6> 관광활동 참여도가 여가만족에 미치는 영향분석

종속 변수	독립 변수	비표준화 계수		표준화	t	유의확률	공선성 통계량	
		B	표준 오차	베타			공차 한계	VIF
여가 만족	(상수)	3.188	.194		16.450	.000		
	국내여행	-.035	.029	-.069	-1.208	.228	.829	1.206
	해외여행	-.034	.030	-.105	-1.131	.259	.310	3.223
	국내 총 일수	.344	.055	.384	6.284	.000**	.721	1.387
	해외 총 일수	.069	.017	.233	4.095	.000***	.833	1.201
	국내평균기간	.056	.043	.081	1.309	.192	.705	1.418
	해외평균기간	.011	.028	.034	.381	.703	.333	2.999

R² =.177, 수정R² =.160; F값= 10.940 ; F유의도=.000

시간 만족	(상수)	3.646	.158		23.063	.000		
	국내여행	-.051	.023	-.124	-2.168	.031*	.829	1.206
	해외여행	-.061	.024	-.237	-2.540	.012*	.310	3.223
	국내 총 일수	.259	.045	.355	5.794	.000***	.721	1.387
	해외 총 일수	.055	.014	.228	3.988	.000**	.833	1.201
	국내평균기간	.014	.035	.025	.399	.690	.705	1.418
	해외평균기간	-.024	.023	-.097	-1.072	.285	.333	2.999

R² =.171, 수정R² =.155; F값= 10.509 ; F유의도=.000

* : p<.05, ** : p<.01, *** : p<.001

가설 2 : 관광활동 참여도는 여가정체성에 정(+)²의 영향을 미칠 것이다.

가설 2-1:관광활동 참여도는 존중감/애착에 정(+)²의 영향을 미칠 것이다.

가설 2-2:관광활동 참여도는 관광자 평가에 정(+)²의 영향을 미칠 것이다.

관광활동 참여도는 존중감/애착에 정²의 영향을 미칠 것이다 라는 가설을 다중회귀분석을 통해 분석한 결과<표4-7>에서 보는 바와 같이 회귀모형은 F값이 9.886(p=.000)으로 유의하며, 수정R² 는 .146으로 나타나 회귀모형이 자료를 반영하는 정도인 설명력은 14.6%의 설명력을 보이고 있다. 또한 회귀식에 투입된 변수들의 회귀계수에 대한 t검정 결과 국내여행 총 일수($\beta = .383, t = 6.220, p = .000$), 해외여행 총 일수($\beta = .213, t = 3.723, p = .000$) 변수가 존중감/애착에 유의수준 .001에서 통계적으로 유의한 정(+)²의 영향을 미치는 것으로 나타났다. 그리고 국내여행 횟수의 경우 유의수준 .05에서 통계적으로 유의한 부(-)²의 영향을 미치는 것으로 나타났다. 그러나 해외여행, 국내여행 평균기간, 해외여행 평균기간 등은 유의한 수준에서 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다. 따라서 관광활동 참여도가 존중감/애착에 부분적으로 영향을 미치는 것으로 가설2-1는 부분 채택되었다.

관광활동 참여도는 관광자 평가에 정(+)²의 영향을 미칠 것이다 라는 가설을 다중회귀분석을 통해 분석한 결과<표4-7>에서 보는 바와 같이 회귀모형은 F값이 3.807(p=.001)로 유의하며, 수정R² 는 .051로 나타나 회귀모형이 자료를 반영하는 정도인 설명력은 5.1%의 설명력을 보이고 있다. 또한 회귀식에 투입된 변수들의 회귀계수에 대한 t검정 결과 국내여행 총 일수($\beta = .217, t = 3.342, p = .001$), 해외여행 총 일수($\beta = .215, t = 3.555, p = .000$) 변수가 관광자 평가에 유의수준 .001에서 통계적으로 유의한 정(+)²의 영향을 미치는 것으로 나타났다. 그러나 국내여행, 해외여행, 국내여행 평균기간, 해외여행 평균기간 등은 유의한 수준에서 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다. 따라서 관광활동 참여도가

관광자 평가에 부분적으로 영향을 미치는 것으로 가설2-2는 부분 채택되었다.

<표 4-7> 관광활동 참여도가 여가정체성에 미치는 영향분석

종속 변수	독립 변수	비표준화 계수		표준화	t	유의 확률	공선성 통계량	
		B	표준 오차	베타			공차 한계	VIF
존중감/ 애착	(상수)	3.148	.176		17.853	.000		
	국내여행	-.052	.026	-.115	-1.996	.047*	.829	1.206
	해외여행	-.026	.027	-.092	-.975	.331	.310	3.223
	국내총일수	.310	.050	.383	6.220	.000***	.721	1.387
	해외총일수	.057	.015	.213	3.723	.000***	.833	1.201
	국내평균기간	.054	.039	.086	1.384	.167	.705	1.418
	해외평균기간	.001	.025	.002	.025	.980	.333	2.999
$R^2 = .162$, 수정 $R^2 = .146$; F값= 9.886 ; F유의도=.000								
관광자 평가	(상수)	2.974	.170		17.468	.000		
	국내여행	-.020	.025	-.048	-.787	.432	.829	1.206
	해외여행	-.042	.026	-.160	-1.615	.107	.310	3.223
	국내총일수	.161	.048	.217	3.342	.001**	.721	1.387
	해외총일수	.053	.015	.215	3.555	.000***	.833	1.201
	국내평균기간	-.029	.038	-.050	-.766	.444	.705	1.418
	해외평균기간	-.044	.024	-.171	-1.788	.075	.333	2.999
$R^2 = .069$, 수정 $R^2 = .051$; F값= 3.807 ; F유의도=.001								

* : p<.05, ** : p<.01, *** : p<.001

가설 3 : 여가만족은 여가정체성에 정(+)¹의 영향을 미칠 것이다.

가설 3-1 : 여가만족은 존중감/애착에 정(+)¹의 영향을 미칠 것이다.

가설 3-2 : 여가만족은 관광객 평가에 정(+)¹의 영향을 미칠 것이다.

여가만족은 여가정체성의 존중감/애착에 정(+)¹의 영향을 미칠 것이라는 가설 3-1을 다중회귀분석을 통해 분석한 결과<표4-8>에서 보는 바와 같이 회귀모형은 F값이 102.419(p=.000)으로 유의하며, 수정R²는 .392로 나타나 회귀모형이 자료를 반영하는 정도인 설명력은 39.2%의 설명력을 보이고 있다. 또한 회귀식에 투입된 변수들의 회귀계수에 대한 t검정 결과 여가만족($\beta = .279, t = 4.963, p = .010$), 시간만족($\beta = .415, t = 7.373, p = .000$)요인이 여가정체성의 존중감/애착에 유의수준 .01에서 통계적으로 유의한 정(+)¹의 영향을 미치는 것으로 나타났다. 따라서 여가만족이 여가정체성의 존중감/애착에 정(+)¹의 영향을 미치는 것으로 가설3-1은 채택되었다.

여가만족은 여가정체성의 관광객 평가에 정(+)¹의 영향을 미칠 것이라는 가설3-2을 다중회귀분석을 통해 분석한 결과<표4-8>에서 보는 바와 같이 회귀모형은 F값이 51.734(p=.000)로 유의하며, 수정R²는 .244로 나타나 회귀모형이 자료를 반영하는 정도인 설명력은 24.4%의 설명력을 보이고 있다.

<표 4-8> 여가만족이 여가정체성에 미치는 영향분석

종속 변수	요인	R ²	F	F유의도	표준 오차	β	t 값	유의도
존중감/애착	여가만족	수정R ² = .392	102.419	.000	.054	.279	4.963	.010**
	시간만족					.061	.415	7.373
관광객 평가	여가만족	수정R ² = .244	51.734	.000	.060	.116	1.844	.066
	시간만족					.068	.418	6.654

* : p<.05, ** : p<.01, *** : p<.001

또한 회귀식에 투입된 변수들의 회귀계수에 대한 t검정 결과 여가만족 ($\beta = .116$, $t = 1.884$, $p = .066$)으로 유의수준 .05에서 유의한 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다. 그러나 시간만족 ($\beta = .418$, $t = 6.654$, $p = .000$)요인이 여가정체성의 관광자 평가에 유의수준 .001에서 통계적으로 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났다. 따라서 여가만족이 여가정체성의 관광자 평가에 부분적으로 정(+)의 영향을 미치는 것으로 가설3-2는 부분 채택되었다.

가설 4 : 여가만족은 웰니스 활동에 정(+)의 영향을 미칠 것이다.

가설 4-1 : 여가만족은 신체적 활동에 정(+)의 영향을 미칠 것이다.

가설 4-2 : 여가만족은 정신적/지적 활동에 정(+)의 영향을 미칠 것이다.

가설 4-3 : 여가만족은 정서적 활동에 정(+)의 영향을 미칠 것이다.

가설 4-4 : 여가만족은 사회적 활동에 정(+)의 영향을 미칠 것이다.

여가만족이 웰니스 활동의 신체적 활동에 미치는 영향에 대한 가설4-1을 다중회귀분석을 통해 분석한 결과<표4-9>에서 보는 바와 같이 회귀모형은 F값이 27.873($p = .000$)으로 유의하며, 수정 R^2 는 .146으로 나타나 회귀모형이 자료를 반영하는 정도인 설명력은 14.6%의 설명력을 보이고 있다.

또한 회귀식에 투입된 변수들의 회귀계수에 대한 t검정 결과 여가만족 ($\beta = .172$, $t = 2.581$, $p = .010$), 시간만족 ($\beta = .257$, $t = 3.854$, $p = .000$)요인이 웰니스 활동의 신체적 활동에 유의수준 .001에서 통계적으로 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났다. 따라서 여가만족이 웰니스 활동의 신체적 활동에 정(+)의 영향을 미치는 것으로 가설4-1은 채택되었다.

여가만족이 웰니스 활동의 정신적/지적 활동에 미치는 영향에 대한 가설4-2을 다중회귀분석을 통해 분석한 결과<표4-9>에서 보는 바와 같이

회귀모형은 F값이 65.914($p=.000$)로 유의하며, 수정 R^2 는 .292로 나타나 회귀모형이 자료를 반영하는 정도인 설명력은 29.2%의 설명력을 보이고 있다.

또한 회귀식에 투입된 변수들의 회귀계수에 대한 t검정 결과 여가만족 ($\beta=.208$, $t=3.417$, $p=.001$), 시간만족 ($\beta=.390$, $t=6.418$, $p=.000$) 요인이 웰니스 활동의 정신적/지적 활동에 유의수준 .001에서 통계적으로 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났다. 따라서 여가만족이 웰니스 활동의 정신적/지적 활동에 정(+)의 영향을 미치는 것으로 가설4-2는 채택되었다.

여가만족이 웰니스 활동의 정서적 활동에 미치는 영향에 대한 가설4-3을 다중회귀분석을 통해 분석한 결과<표4-9>에서 보는 바와 같이 회귀모형은 F값이 59.029($p=.000$)로 유의하며, 수정 R^2 는 .269로 나타나 회귀모형이 자료를 반영하는 정도인 설명력은 26.9%의 설명력을 보이고 있다.

또한 회귀식에 투입된 변수들의 회귀계수에 대한 t검정 결과 시간만족 ($\beta=.467$, $t=7.567$, $p=.000$)요인이 웰니스 활동의 정서적 활동에 유의수준 .001에서 통계적으로 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났다. 그러나 여가만족은 유의한 수준에서 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다. 따라서 여가만족이 웰니스 활동의 정서적 활동에 부분적으로 정의 영향을 미치는 것으로 나타나 가설4-3은 부분 채택되었다.

여가만족이 웰니스 활동의 사회적 활동에 미치는 영향에 대한 가설4-4을 다중회귀분석을 통해 분석한 결과<표4-9>에서 보는 바와 같이 회귀모형은 F값이 50.353($p=.000$)으로 유의하며, 수정 R^2 는 .239로 나타나 회귀모형이 자료를 반영하는 정도인 설명력은 23.9%의 설명력을 보이고 있다.

또한 회귀식에 투입된 변수들의 회귀계수에 대한 t검정 결과 여가만족 ($\beta=.194$, $t=3.077$, $p=.002$), 시간만족 ($\beta=.348$, $t=5.530$, $p=.000$) 요인이 웰니스 활동의 사회적 활동에 유의수준 .001에서 통계적으로 유의

한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났다. 따라서 여가만족이 웰니스 활동의 사회적 활동에 정(+)의 영향을 미치는 것으로 가설4-4는 채택되었다.

〈표 4-9〉 여가만족이 웰니스 활동에 미치는 영향분석

종속변수	요인	R ²	F	F유의도	표준오차	β	t값	유의도
신체적	여가만족	R ² =.146	27.873	.000	.090	.172	2.581	.010**
	시간만족				.102	.257	3.854	.000***
정신적/지적	여가만족	R ² =.292	65.914	.000	.047	.208	3.417	.001***
	시간만족				.054	.390	6.418	.000***
정서적	여가만족	R ² =.269	59.029	.000	.049	.084	1.355	.176
	시간만족				.056	.467	7.567	.000***
사회적	여가만족	R ² =.239	50.353	.000	.064	.194	3.077	.002**
	시간만족				.073	.348	5.530	.000***

* : p<.05, ** : p<.01, *** : p<.001

가설 5 : 여가정체성은 웰니스 활동에 정(+)의 영향을 미칠 것이다.

가설 5-1 : 여가정체성은 신체적 활동에 정(+)의 영향을 미칠 것이다.

가설 5-2 : 여가정체성은 정신적/지적 활동에 정(+)의 영향을 미칠 것이다.

가설 5-3 : 여가정체성은 정서적 활동에 정(+)의 영향을 미칠 것이다.

가설 5-4 : 여가정체성은 사회적 활동에 정(+)의 영향을 미칠 것이다.

여가정체성이 웰니스 활동의 신체적 활동에 미치는 영향에 대한 가설

5-1을 다중회귀분석을 통해 분석한 결과<표4-10>에서 보는 바와 같이 회귀모형은 F값이 20.950(p=.000)으로 유의하며, 수정R²는 .112로 나타나 회귀모형이 자료를 반영하는 정도인 설명력은 11.2%의 설명력을 보이고 있다. 또한 회귀식에 투입된 변수들의 회귀계수에 대한 t검정 결과 관광객 평가($\beta = .262$, $t = 3.605$, $p = .000$)요인이 웰니스 활동의 신체적 활동에 유의수준 .001에서 통계적으로 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났다. 그러나 존중감/애착은 유의적인 수준에서 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다. 따라서 여가정체성은 웰니스 활동의 신체적 활동에 부분적으로 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타나 가설5-1은 부분 채택되었다.

여가정체성이 웰니스 활동의 정신적/지적 활동에 미치는 영향에 대한 가설5-2을 다중회귀분석을 통해 분석한 결과<표4-9>에서 보는 바와 같이 회귀모형은 F값이 32.996(p=.000)으로 유의하며, 수정R²는 .169로 나타나 회귀모형이 자료를 반영하는 정도인 설명력은 16.9%의 설명력을 보이고 있다. 또한 회귀식에 투입된 변수들의 회귀계수에 대한 t검정 결과 존중감/애착($\beta = .261$, $t = 3.713$, $p = .000$), 관광객 평가($\beta = .193$, $t = 2.753$, $p = .006$)요인이 웰니스 활동의 정신적/지적 활동에 유의수준 .005에서 통계적으로 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났다. 따라서 여가 정체성이 웰니스 활동의 정신적/지적 활동에 정(+)의 영향을 미치는 것으로 가설5-2는 채택되었다.

여가정체성이 웰니스 활동의 정서적 활동에 미치는 영향에 대한 가설5-3을 다중회귀분석을 통해 분석한 결과<표4-9>에서 보는 바와 같이 회귀모형은 F값이 38.238(p=.000)로 유의하며, 수정R²는 .191로 나타나 회귀모형이 자료를 반영하는 정도인 설명력은 19.1%의 설명력을 보이고 있다. 또한 회귀식에 투입된 변수들의 회귀계수에 대한 t검정 결과 존중감/애착($\beta = .288$, $t = 4.157$, $p = .000$), 관광객 평가($\beta = .193$, $t = 2.793$, $p = .006$)요인이 웰니스 활동의 정서적 활동에 유의수준 .001에서 통계적으로 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났다. 따라서

여가정체성이 웰니스 활동의 정서적 활동에 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타나 가설5-3은 채택되었다.

여가정체성이 웰니스 활동의 사회적 활동에 미치는 영향에 대한 가설 5-4을 다중회귀분석을 통해 분석한 결과<표4-9>에서 보는 바와 같이 회귀모형은 F값이 36.339(p=.000)로 유의하며, 수정R² 는 .183으로 나타나 회귀모형이 자료를 반영하는 정도인 설명력은 18.3%의 설명력을 보이고 있다. 또한 회귀식에 투입된 변수들의 회귀계수에 대한 t검정 결과 존중감/애착($\beta = .137, t = 1.966, p = .050$), 관광객 평가($\beta = .329, t = 4.727, p = .000$)요인이 웰니스 활동의 사회적 활동에 유의수준 .001에서 통계적으로 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났다. 따라서 여가정체성이 웰니스 활동의 사회적 활동에 정(+)의 영향을 미치는 것으로 가설5-4는 채택되었다.

<표 4-10> 여가정체성이 웰니스 활동에 미치는 영향분석

종속 변수	요인	R ²	F	F유의도	표준 오차	β	t값	유의도
신체적	존중감/애착	수정R ² = .112	20.950	.000	.102	.107	1.473	.142
	관광자 평가				.103	.262	3.605	.000***
정신적/지적	존중감/애착	수정R ² = .169	32.996	.000	.057	.261	3.713	.000***
	관광자 평가				.057	.193	2.753	.006**
정서적	존중감/애착	수정R ² = .191	38.238	.000	.058	.288	4.157	.000***
	관광자 평가				.058	.193	2.793	.006**
사회적	존중감/애착	수정R ² = .183	36.339	.000	.074	.137	1.966	.050*
	관광자 평가				.074	.329	4.727	.000***

* : p<.05, ** : p<.01, *** : p<.001

연구모형에서 제시된 가설을 회귀분석으로 분석하여 보았으며, 다음과 같은 결과를 도출하였다.

관광활동 참여도가 여가만족에 정(+)¹의 영향을 미칠 것이다 라는 가설 1-1, 관광활동 참여도가 시간만족에 정(+)¹의 영향을 미칠 것이다 라는 가설 1-2, 관광활동 참여도가 존중감/애착에 정(+)¹에 영향을 미칠 것이다 라는 가설 2-1, 관광활동 참여도가 관광자 평가에 정(+)¹의 영향을 미칠 것이다 라는 가설 2-2와 여가만족은 관광자 평가에 정(+)¹의 영향을 미칠 것이다 라는 가설 3-1과 가설 3-2, 여가만족은 존중감/애착에 영향을 미칠 것이다 라는 가설 4-3과 여가정체성은 신체적 활동에 정(+)¹의 영향을 미칠 것이다 라는 가설 5-1은 부분채택 되었다. 그리고 나머지 가설 3-1, 가설 4-1, 4-2, 4-4, 가설 5-2, 5-3, 5-4는 모두 채택되었다.

<표 4-11> 가설검증 결과의 요약

가 설	경 로			효 과
1-1	관광활동 참여도	→	여가만족	부분채택
1-2	관광활동 참여도	→	시간만족	부분채택
2-1	관광활동 참여도	→	존중감/애착	부분채택
2-2	관광활동 참여도	→	관광자 평가	부분채택
3-1	여가만족	→	존중감/애착	채택
3-2	여가만족	→	관광자 평가	부분채택
4-1	여가만족	→	신체적 활동	채택
4-2	여가만족	→	정신적/지적활동	채택
4-3	여가만족	→	정서적 활동	부분채택
4-4	여가만족	→	사회적 활동	채택
5-1	여가정체성	→	신체적 활동	부분채택
5-2	여가정체성	→	정신적/지적활동	채택
5-3	여가정체성	→	정서적 활동	채택
5-4	여가정체성	→	사회적 활동	채택

2. 분석결과의 논의

가설 1인 관광활동 참여도가 만족수준인 여가만족, 시간만족에 미치는 가설1-1과 1-2의 영향관계를 분석한 결과 관광활동 참여도인 국내여행 총 일수와 해외여행 총 일수가 여가만족과 시간만족에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타나 부분채택이 되었다.

이는 Campbell 등(1979)은 연구에서 관광활동의 하나인 체육활동에 참가함으로써 여가만족도가 증가한다는 관계를 밝힘으로써 특정 관광활동과 여가만족의 관계가 있다는 것과, Ragheb(1980)는 여가활동 참여는 여가만족 사이에 영향을 미치는 것으로 보고한 내용과 동일한 결과임을 알 수 있다.

가설 2-1과 2-2의 관광활동 참여도가 여가정체성의 존중감/애착, 관광자 평가에 미치는 영향관계를 분석한 결과 관광활동 참여도인 국내여행 총 일수와 해외여행 총 일수가 여가정체성에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타나 부분채택 되었다.

가설 3-1인 여가만족은 존중감/애착에 정(+)의 영향을 미칠 것이라는 가설을 검증한 결과 여가만족과 시간만족이 모두 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다.

가설3-2인 여가만족은 관광자 평가에 정(+)의 영향을 미칠 것이라는 가설 3-2를 검증한 결과 시간만족이 관광자 평가에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타나 부분채택 되었다.

가설 4-1인 여가만족은 신체적 활동에 정(+)의 영향을 미칠 것이라는 가설 4-1을 검증한 결과 여가만족과 시간만족이 모두 유의한 영향을 미치는 것으로 나타나 채택이 되었다.

가설 4-2인 여가만족은 정신적/지적 활동에 정(+)의 영향을 미칠 것이라는 가설 4-2를 검증한 결과 여가만족과 시간만족 모두 유의한 영향을 미치는 것으로 나타나 채택이 되었다.

가설4-3인 여가만족은 정서적 활동에 정(+)의 영향을 미칠 것이라는 가설 4-3을 검증한 결과 시간만족이 정서적 활동에 유의한 영향을 미치

는 것으로 나타나 부분 채택되었다.

여가만족은 사회적 활동에 정(+)²의 영향을 미칠 것이라는 가설 4-4를 검증한 결과 여가만족과 시간만족 모두 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다.

여가정체성은 신체적 활동에 정(+)²의 영향을 미칠 것이라는 가설 5-1을 검증한 결과 관광객 평가가 신체적 활동에 유의한 영향을 미치고 존중감/애착은 영향을 미치지 않은 것으로 나타나 부분 채택 되었다.

여가정체성은 정신적/지적활동에 정(+)²의 영향을 미칠 것이라는 가설 5-2를 검증한 결과 여가정체성과 관광객 평가 모두 유의한 정(+)²의 영향을 미치는 것으로 나타나 채택되었다.

여가정체성은 정서적 활동에 정(+)²의 영향을 미칠 것이라는 가설 5-3을 분석한 결과 존중감/애착과 관광객 평가 모두가 정서적 활동에 영향을 미치는 것으로 나타나 가설 5-3은 채택되었다.

여가정체성은 사회적 활동에 정(+)²의 영향을 미칠 것이라는 가설 5-4를 검증한 결과 존중감/애착과 관광객 평가 모두가 사회적 활동에 모두 유의한 영향을 미치는 것으로 나타나 가설 5-4는 채택이 되었다.

제 5 장 결 론

제 1 절 연구결과 요약

본 연구는 관광활동 참여도가 여가만족과 여가정체성, 웰니스 활동에 미치는 영향관계에 관한 연구로써 관광활동 참여도, 여가만족, 여가정체성, 웰니스 활동에 대한 개념 및 이론적 배경을 고찰하고, 이런 이론적 배경을 중심으로 하여 서로간의 영향관계를 도출하였다.

가설 검정을 위해 본 연구의 조사대상은 관광활동을 경험한 일반인을 대상으로 하였으며 조사는 2009년 2월 25일부터 3월 20일 까지 설문지를 직접 받아 316부의 표본을 연구에 활용하였다. 조사 설계 및 실증분석에서 고찰한 바와 같이 관광활동 참여도가 여가만족과 여가정체성, 웰니스 활동에 미치는 영향관계에 대한 가설검증결과 본 연구의 모형이 적합한 것으로 분석되었다.

본 연구의 결과를 요약하면 다음과 같다.

첫째, 관광활동 참여도가 여가만족에 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났다.

이는 관광활동이 여가만족의 양질의 시간, 중요한 시간, 스트레스 해소, 여가활동을 통한 자부심, 새로운 지식의 획득, 다른 사람과의 교류, 스트레스와 긴장해소, 건강관리, 여가공간의 청결성에 영향을 미치는 것으로 나타났다.

둘째, 관광활동 참여도가 여가정체성에 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났다. 즉 관광활동 참여도가 여가정체성인 자신의 존중감과 애착, 관광자 평가에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다.

셋째, 여가만족은 여가정체성의 존중감/애착요인 인 특별한 의미, 관광을 하지 않을 때에도 관광이 생각, 관광활동을 계속하는 것은 나에게 중요한 일, 관광활동을 좋아 한다는 것을 알고 있다. 관광활동 없는 생활은 상

상할 수 없다. 관광활동에 관해 내게 물으면 기분이 좋다. 관광활동을 그만두라고 하면 기분이 상한다. 관광활동을 한다는 것은 자랑스럽다. 관광활동 좋아한다고 하는 사람은 왠지 호감. 주위 사람들에게 관광활동을 권함. 다른 활동을 하기보다는 관광활동을 할 것이다.라는 문항에는 정(+)
의 영향을 미쳤지만 관광객 평가요인인 관광활동을 좋아하는 사람치고 나쁜 사람 없음, 관광활동에 대해 나쁘게 말하는 사람을 보면 화가 남, 관광활동 안 하는 사람은 관광객치를 모름, 관광활동을 하는 사람에 대한 평가는 긍정적, 관광활동 외에 다른 활동에는 별 관심이 없음, 관광활동이 멋진 활동이라 생각하는 문항에는 통계적으로 유의하게 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다.

넷째, 여가만족은 웰니스 활동의 신체적 활동 요인인 운동을 계획적으로 하는 편, 일주일에 근력운동을 최소2회 이상, 운동할 때 준비운동과 정리운동을 철저히 함, 일주일에 3회 정도 30분 이상 운동, 나이 수준에 비해 체력이 우수한 편인 문항과 정신적/지적활동 요인인 보람된 삶을 누리기 위해 노력하는 편, 나의 생활에 보람과 기쁨을 느낌, 가치와 신념이 무엇인지 알고 있음, 나의 삶에 도움이 된다고 생각, 일, 가족, 사회에 대한 애정을 가지는 편, 자기 개발에 꾸준히 노력하는 편, 다른 사람의 가치관이나 신념에 대한 관대한 편, 사회적 활동 요인인 남을 위해 봉사활동을 함, 어려운 이웃을 위해 봉사할 때 보람을 느낌, 소득 일부를 어려운 이웃이나 단체에 기부, 타인과 만족스러운 신뢰관계, 일주일에 한번정도 사교적인 행사에 참가 문항에 정(+)
의 영향을 미치고 정서적 활동 요인인 좋은 일과 나쁜 일 등 삶의 기복에 대한 대처능력, 타인의 충고에 관대한 편, 좌절될 때 쉽게 극복하는 편, 긍정적인 사고를 가지고 있음 문항에 유의한 정(+)
의 영향을 미치는 것으로 나타났다. 반면 여가만족은 정서적 활동요인에 통계적으로 유의한 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다.

다섯째, 여가정체성은 웰니스 활동의 정신적/지적활동 요인인 보람된 삶을 누리기 위해 노력하는 편, 나의 생활에 보람과 기쁨을 느낌, 가치와 신념이 무엇인지 알고 있음, 나의 삶에 도움이 된다고 생각, 일, 가족, 사회

에 대한 애정을 가지는 편, 자기 개발에 꾸준히 노력하는 편, 다른 사람의 가치관이나 신념에 대한 관대한 편 문항과, 사회적 활동 요인인 남을 위해 봉사활동을 함, 어려운 이웃을 위해 봉사할 때 보람을 느낌, 소득 일부를 어려운 이웃이나 단체에 기부, 타인과 만족스러운 신뢰관계, 일주일에 한 번정도 사교적인 행사에 참가에 정(+)¹의 영향을 미치고 신체적 활동 요인인 운동을 계획적으로 하는 편, 일주일에 근력운동을 최소2회 이상, 운동할 때 준비운동과 정리운동을 철저히 함, 일주일에 3회 정도 30분 이상 운동, 나이 수준에 비해 체력이 우수한 편인 문항에 정(+)¹의 영향을 미치는 것으로 나타났다. 그러나 정서적 활동 요인인 좋은 일과 나쁜 일 등 삶의 기복에 대한 대처능력, 타인의 충고에 관대한 편, 좌절될 때 쉽게 극복하는 편, 긍정적인 사고를 가지고 있음 문항에는 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다. 그러나 여가정체성 중 존중감/애착은 신체적 활동에 통계적으로 유의하지 않는 것으로 나타났다.

제 2 절 이론적 시사점

이상의 연구결과에 따라 몇 가지 논의를 통해 시사점을 찾아보면 다음과 같다.

첫째, 관광활동 참여도가 여가만족을 높이기 위해서는 여가정체성의 존중감/애착에 영향을 미치는 것으로 분석됨으로써 여가정체성을 구체화함으로써 웰니스 시장의 경쟁력을 높일 수 있을 것으로 사료된다.

둘째, 관광활동 참여도가 여가의 정체성에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 선행연구인 박유진(2002)은 여가활동에 참여함으로써 형성되는 여가정체성의 현출성 정도가 개인의 생활전반에 대한 만족감이나 행복감의 지각에 미치는 중요한 요인이 될 수 있음을 가정한 것과 이미연(2004)은 여가활동을 통해 형성된 여가만족감은 개인의 전체적인 자아형성에 독특하고 중요하게 나타난다는 결과와 동일하거나 유사한 결과가 입증되었다.

셋째, 여가만족은 웰니스 활동에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났

다. 이는 Andrew와 Withey(1976)는 여가만족은 다양한 변수 즉 건강, 직장, 여가 등에 의해 영향을 받으며, 이러한 만족은 클수록 일반적인 생활만족이 더 커진다고 주장함으로써 여가만족을 일반적인 웰니스 지표의 중요한 구성요소로서 인정된다는 이론과 동일한 연구결과가 나타났다.

넷째, 여가활동과 여가정체성에 미치는 영향관계 검증에서 여가활동은 여가정체성에 영향을 미치는 것으로 나타났다.

이러한 결과는 Coleman(1993), Schreyer와 Driver(1989) 등은 “여가활동 참여를 통해 지각되는 여가정체성이 개인의 생활만족과 심리적 행복감에 긍정적인 효과를 가진다” 는 연구와 이미연(2004)은 여가활동을 통해서 형성되는 여가정체성이 개인의 전체적인 자아에서 중요하게 나타난다면, 개인은 그 여가 활동에 더욱 많은 애정을 갖게 되고, 적극적으로 참여하게 될 것이다 라는 연구결과 동일하거나 유사한 결과로 나타났다.

따라서 본 연구의 결과는 관광활동 참여도가 여가만족과 여가정체성, 웰니스 활동에 미치는 영향 관계를 정밀하게 분석하여 관광객의 심리활동을 파악함으로써 관광 활성화와 마케팅 전략을 위한 중요한 자료를 제공할 수 있을 것으로 판단된다.

제 3 절 실무적 시사점

이론적 시사점에서 나타난 바와 같이 관광활동 참여도는 여가만족과 여가정체성, 웰니스 활동에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 즉 관광활동 참여도는 여가만족, 시간만족, 존중감/애착, 관광자 평가에 부분적으로 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이러한 결과를 토대로 이론적 시사점에서 실무적인 시사점을 도출하면 다음과 같다.

첫째, 여가만족은 웰니스 활동의 신체적 활동 요인인 운동을 계획적으로 하는 편, 일주일에 근력운동을 최소2회 이상, 운동할 때 준비운동과 정리운동을 철저히 함, 일주일에 3회 정도 30분 이상 운동, 나이 수준에 비해 체력이 우수한 편인 문항과 정신적/지적활동 요인인 보람된 삶을 누리기 위해 노력하는 편, 나의 생활에 보람과 기쁨을 느낌, 가치와 신념이 무엇

인지 알고 있음, 나의 삶에 도움이 된다고 생각, 일, 가족, 사회에 대한 애정을 가지는 편, 자기 개발에 꾸준히 노력하는 편, 다른 사람의 가치관이나 신념에 대한 관대한 편, 사회적 활동 요인인 남을 위해 봉사활동을 함, 어려운 이웃을 위해 봉사할 때 보람을 느낌, 소득 일부를 어려운 이웃이나 단체에 기부, 타인과 만족스러운 신뢰관계, 일주일에 한 번정도 사교적인 행사에 참가 문항에 정(+)¹의 영향을 미치고 정서적 활동 요인인 좋은 일과 나쁜 일 등 삶의 기복에 대한 대처능력, 타인의 충고에 관대한 편, 좌절될 때 쉽게 극복하는 편, 긍정적인 사고를 가지고 있음 문항에 정(+)¹의 영향을 미치는 것으로 나타났다.

둘째, 여가정체성은 웰니스 활동의 정신적/지적활동 요인인 보람된 삶을 누리기 위해 노력하는 편, 나의 생활에 보람과 기쁨을 느낌, 가치와 신념이 무엇인지 알고 있음, 나의 삶에 도움이 된다고 생각, 일, 가족, 사회에 대한 애정을 가지는 편, 자기 개발에 꾸준히 노력하는 편, 다른 사람의 가치관이나 신념에 대한 관대한 편 문항과, 사회적 활동 요인인 남을 위해 봉사활동을 함, 어려운 이웃을 위해 봉사할 때 보람을 느낌, 소득 일부를 어려운 이웃이나 단체에 기부, 타인과 만족스러운 신뢰관계, 일주일에 한 번정도 사교적인 행사 참가에 정(+)¹의 영향을 미치고 신체적 활동 요인인 운동을 계획적으로 하는 편, 일주일에 근력운동을 최소2회 이상, 운동할 때 준비운동과 정리운동을 철저히 함, 일주일에 3회 정도 30분 이상 운동, 나이 수준에 비해 체력이 우수한 편인 문항에 정(+)¹의 부분적으로 영향을 미치는 것으로 나타났다. 그러나 정서적 활동 요인인 좋은 일과 나쁜 일 등 삶의 기복에 대한 대처능력, 타인의 충고에 관대한 편, 좌절될 때 쉽게 극복하는 편, 긍정적인 사고를 가지고 있음 문항에는 정(+)¹의 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다.

제 4 절 연구의 한계 및 미래의 연구방향

본 연구는 관광활동 참여도가 여가만족과 여가정체성, 웰니스 활동에 미치는 영향관계를 제시하는 논문으로 영향관계를 분석결과 크게 세 가지 측면을 제시할 수 있다.

첫째, 본 연구에서 웰니스에 대한 척도를 이용하고 있으나 각계 전문가들을 활용한 척도개발의 필요성이 있다고 판단된다.

둘째, 웰니스와 관련된 연구가 몇몇 학자들에 의한 연구가 있어 왔지만 아직 이론적 체계가 미흡하다는 것이다. 특히 웰니스 활동에 관련된 연구의 중요성은 인식하고 있지만 실증적인 연구가 미흡한 실정이다. 따라서 보다 많은 연구가 수행되어야 할 것으로 판단된다. 그리고 향후 연구에서는 웰니스와 로하스, 웰빙을 비교평가하고 이러한 이론들이 다른 기업에도 적용할 수 있는 표준화된 척도개발이 필요하며, 웰니스가 사회전반에 미치는 영향에 대한 심도 있는 연구가 필요한 것으로 사료된다.

셋째, 본 연구는 전국 관광활동 참여자를 대상으로 하여 공항에서 설문조사 하였다. 선행연구의 이론적 배경을 중심으로 조사해 본 결과 많은 문제점이 도출되었다. 보기에 비해서 아직 관광활동이나 여가정체성, 웰니스 활동에 대한 개념이나 구성이 정확하게 구체화 되어 있지 않으며, 이론적 내용과 다소 차이가 있는 것으로 나타났다.

이후 연구에서는 관광활동에 대한 정확한 개념과 여가활동과 관광활동에 관련된 다양한 표본을 추출하여 웰니스에 대한 연구가 이루어져야 할 것으로 생각된다.

참 고 문 헌

【국내문헌】

1. 단행본

- 고영복(1995). 현대사회문제, 『사회문화연구소』, 9.
- 김광근 외7명(2003). 관광학원론. 서울: 박영사.
- 김광득(1997). 여가와 현대사회. 서울: 백산출판사.
- 김상국(1996). 웰니스 개념과 적용: 삶의 질과 건강증진 지침서. 서울: 21
김광득(2001); 여가와 현대사회, 자유출판사, 85.
- 김수근·정동혁(2003). 『디지털시대의 건강관리』. 대경북스.
- 김중대(1992). 현대사회와 여가교육. 형설출판사. 25.
- 김원중·조정호(1998). 체력과 웰니스, 서울: 흥경출판사.
- 문화관광부(2003). 『2003문화향수실태조사』.
- 한국문화관광정책연구원(2006). 2006 여가백서, 문화관광부.
- 서태양·차석빈(1995). 여가론, 서울: 대왕사.
- 손대현(1995). 관광론. 서울: 일신사.
- 이훈구(1997). 행복의 심리학-주관적 안녕감. 서울: 법문사.
- 정석중외 7명(2003). 관광학 원론. 백산출판사.
- 장경태·이정숙(2005). 노화와 건강. 대한미디어, 133-149.
- 조명환·차경호(1998). 삶의 질에 대한 국가 간 비교, 서울: 집문당.

2. 논 문

- 강봉화·김홍석(2000). 대학생의 라이프스타일과 여가활동 참여 및 학교
생활만족도간의 인과모형탐색. 『한국체육학회지』, 34(4): 1001
-1013.
- 강신욱(2002). 생활체육 참가자의 운동중독과 주관적 삶의 질에 관한 연
구. 『한국체육학회지』, 41(5): 59-70.

- 고동우(1998). 관광의 심리적 체험과 만족감의 관계. 고려대학교 대학원 박사학위 논문.
- 고상동(1996). 서비스 품질이 관광객 만족에 미치는 영향에 관한 연구: 휴양콘도미니엄을 중심으로. 세종대학교 대학원 박사학위논문.
- 공영호(1994). 우리나라 산림휴양객의 방문동기와 만족도. 서울대학교 대학원 박사학위논문.
- 김경호 · 장호중(2004). 노인의 스포츠 참여와 건강증진 생활양식의 관계. 『한국스포츠리서치』, 15(6): 339-350.
- 김광옥(2000). 발반사요법이 미용사들의 웰니스에 미치는 효과. 한국미용학회, 205.
- 김귀석(2006). 청소년 여가의 참여동기 및 만족과 비행간의 관계. 명지대학교 대학원 박사학위논문.
- 김덕진 · 양명환(2006). 체육수업 상황에서 기본적 욕구, 동기 및 심리적 웰빙간의 관계모형 검증. 『한국스포츠학회지』, 17(1): 25-45.
- 김미주 · 송효분(2000). 성격별 여가만족과 선호여가활동이 상관관계에 관한 연구. 『여행학 연구』, 11: 29-48.
- 김병숙(2006). 웰빙 지향행동의 영향요인과 웰빙 소비자 유형. 계명대학교 박사학위논문.
- 김상국(2000). 한국인의 웰니스에 대한 생활양식 측정도구 개발. 『한국체육학회지』, 39(4): 963-982.
- 김상국 · 가경환 · 이광옥(2003). 한국 대학생의 웰니스에 대한 생활양식 연구. 『한국 스포츠리서치』, 14(6): 1049-1062.
- 김석일(2004). 생활체육 활동 참가자들의 심리적 웰빙 프로파일 분석. 한국체육학회지, 43(6), 193-203.
- 김석일(2004). 생활체육 활동 참가자들의 심리적 웰빙프로분석. 『한국체육학회지』, 43(6): 193-203.
- 김성섭 · 전해진 · 황지영(2004). 주5일 근무제도 도입에 따른 여가 및 관광활동의 변화 추정. 『한국호텔경영학회』, 13(2): 221-237.

- 김용주(2005). 레저스포츠 참여에 따른 인지된 자유감과 자아실현 및 여가만족의 관계. 중앙대학교 대학원 박사학위논문.
- 김장환(2003). 삶의 질과 여가생활. 한국 사회체육학회 학술대회 주제발표, 3-9.
- 김정근(1998). 여가태도, 여가활동이 여가만족에 미치는 영향: 레깅의 연구 모형을 적용을 중심으로. 『관광학 연구』, 21(2): 222-236.
- 김충련(2003). 마케팅 조사 및 통계 분석을 위한 SAS 통계분석, 데이터리서치. 309
- 김태운 · 문용(2001). 직장인의 라이프스타일과 웰니스 및 생활체육 참가간의 인과모형. 『한국사회체육학회지』, 15: 233-246.
- 김형태(1989). 청소년자아정체감의 발달 및 측정에 관한 연구. 충남대학교 대학원 박사학위논문.
- 노형규(1998). 장애인의 생활체육 참가와 여가만족 및 생활 만족의 관계. 서울대학교 대학원 석사학위논문.
- 동아대학교 관광레저연구소(1996). 부산시민의 여가 유형 행동특성에 관한 연구. 25-26.
- 모창배(1993). 여가활동 유형과 생활만족도에 관한 실증적 연구. 국민대학교 대학원 박사학위논문.
- 민경훈(2004). 노인의 운동참여와 신체적 자아개념의 관계. 『한국체육학회지』, 43(2): 119-127.
- 박봉규(2005). 호텔기업의 상황요인이 CRM 성과에 미치는 영향 -부산지역 특급호텔 중심으로-. 호텔경영학연구, 14(4): 117-136.
- 박수정(2003). 청소년의 가치기준, 여가태도, 여가기능에 관한 인과적 모형분석. 『한국 스포츠사회학회지』, 16(2): 363-376.
- 박영숙 · 최창호(2003). 대학생의 여가활동 유형과 생활만족에 대한 분석. 『한국체육학회지』, 42(1): 347-356.
- 박유진(2002). 여가정체성 현출성에 따라 여가경험이 여가 및 생활만족에 미치는 영향: 적극적 여가를 중심으로. 중앙대학교 박사학위논문.

- 박유진 · 김재휘 (2002). 여가정체성 현출성에 따라 여가경험이 여가 및 생활만족에 미치는 영향: 적극형 여가를 중심으로. 『한국심리학회지』, 21(2): 141-161.
- 박진영 (2008). 고객충성도의 요인 구조 및 상대적 중요도에 관한 연구. 『관광학연구』, 23(1): 381-398.
- 방지선 · 박수정 (2001). 청소년의 가치기준과 여가활동유형과의 관계. 『한국여성체육학회』, 15(2): 151-159.
- 석미란 (2005). 노인의 신체 및 사회성 능력이 여가 참여와 여가만족에 미치는 영향. 계명대학교 대학원 박사학위논문.
- 손재근 (2005). 호텔 인적자원관리와 조직성과 연구. 경기대학교 관광경영대학원 박사학위논문.
- 송원익 (2004). 도시근로자의 여가참여형태 및 제약이 여가만족과 생활만족에 미치는 영향. 연세대학교 대학원 박사학위논문.
- 송은주 · 김정자 (2007). 여가정체성 현출성 정도에 따른 댄스스포츠 경험이 심리적 웰빙에 미치는 영향의 차이분석. 『한국 여가레크레이션학회지』, 31(37): 185-197.
- 송은주 · 임수원 · 김정자 (2006). 댄스스포츠 몰입경험이 여가정체성 및 심리적 웰빙에 미치는 영향. 『한국 사회체육학회』, 28: 581-590.
- 송지준 · 엄인숙 (2008). 중년과 노인의 여가활동유형과 우울, 고독감간의 관계. 『관광연구』, 23(1): 45.
- 신동주 · 손재영 (2007). 대학생들의 여가활동에 관한 연구. 『관광연구저널』, 21(3): 447-458.
- 안경일 (1997). 직장인의 사회계층에 따른 여가활동과 여가만족간의 관계. 경기대학교 대학원 박사학위논문.
- 안재두 · 조명환 (1993). 여가태도의 구체비교. 『관광학연구』, 17.
- 안혜영 (1995). 여가활동 유형과 여가만족의 관계. 수원대학교 대학원 석사학위논문.
- 양광희 · 한승진 · 이우형 (2008). 공군 장병의 여가활동 참여와 여가만족의 관계. 『한국 여가레크레이션학회지』, 32(1): 83-97.

- 여혜경(2005). 여가활동 참여자들의 웰니스지수 분석. 중앙대학교 대학원 석사학위논문.
- 오정근(2001). 관광체험이 심리적 삶의 질에 미치는 영향에 관한 연구. 경희대학교 대학원 석사학위논문.
- 오진숙(2007). 요가참가와 영성능력 및 웰니스의 관계. 『한국체육학회지』, 46(1): 269-281.
- 오진숙(2007). 중년여성의 생활무용 참가만족과 죽음수용태도의 인과모형 분석. 동덕여자대학교 박사학위 논문.
- 윤이중(1996). 직장인의 생활체육 참가가 인지된 삶의 질에 미치는 영향. 서울대학교 박사학위논문.
- 이계존(1995). 성인남자의 여가생활과 여가기능에 대한 분석. 『한국여가레크리에이션학회지』, 12(1): 87-97.
- 이광욱(2004). 생활체육참가정도와 웰니스지수 및 생활만족의 관계. 세종대학교 대학원 박사학위논문.
- 이귀옥(2000). 생태관광지의 개인특성에 따른 관광활동참여와 만족에 관한 연구. 대구대학교 대학원 박사학위논문.
- 이동수 · 권관근(2003). 노인의 여가활동유형과 여가만족도, 여가몰입도 및 고독감간의 관계. 『한국체육학회지』, 42(3): 227-238.
- 이미숙(2004). 생활양식으로서의 웰빙: 이론적 적용의 뿌리 찾기. 『한국생활과학회지』, 13(3): 477-484.
- 이미연(2004). 대학생의 여가자원과 유가유형에 따른 여가정체성 및 주관적 행복감. 성신여자대학교 대학원 미간행석사논문.
- 이방식(2004). 호텔기업에 있어서 리더십이 집단응집력과 직무성과에 미치는 영향. 『한국호텔경영학회』, 13(1): 94.
- 이복희(2003). 여자대학생의 여가만족, 여가태도 그리고 정신건강에 관한 연구. 『한국체육학회지』, 42(5): 401-409.
- 이상구(1998). 생활체육 참가와 주관적 안녕감의 관계, 한국체육대학교 대학원 박사학위논문.

- 이선혜 · 이정섭(2002). 노인의 삶의 질에 대한 개념분석. 정신간호학회지, 11(4): 588-595.
- 이연주(2007). 배드민턴 참가자들의 여가활동 전문화와 여가정체성 및 행복의 관계. 『한국여가레크리에이션학회지』, 31(4): 19-30.
- 이영주(1997). 지속적인 신체활동 참여가 여가만족 및 생활만족에 미치는 영향. 한국체육대학교 대학원 석사학위논문.
- 이정순(2004). 관광활동이 관광·여가만족과 웰빙지각에 미치는 영향. 대구대학교 박사학위논문.
- 이정순 · 전원배(2005). 관광활동, 여가만족, 심리적 웰빙, 주관적 웰빙의 관계. 『관광학연구』, 28(4): 150.
- 이종길(1992). 사회체육활동과 생활만족의 관계. 서울대학교 대학원 박사학위논문.
- 이종영(1992). 스포츠와 삶의 질. 한국스포츠 사회학회 세미나 자료집, 『한국 스포츠학회』.
- 이혁 · 위성식(2007). 사회체육에 참여하는 노인의 여가만족도가 생활만족도에 미치는 영향. 『한국사회체육학회지』, 30: 799-810.
- 임변장 · 정영린(1995). 여가활동 유형과 여가만족의 관계. 한국체육학회지, 34(3): 56-69.
- 임변장 · 정영린(1995). 여가활동유형과 생활만족의 관계. 『한국체육학회지』, 34(3): 56.
- 임수원(1999). 골프동호회 하위문화의 특성과 기능. 한국 스포츠 사회학회, 13: 55-67.
- 장지훈(2006). 쿠파 연구소의 웰니스 프로그램. 『한국운동재활학회지』, 2: 23-28.
- 전원배 · 이정순(2004). 관광활동, 여가만족, 심리적 웰빙, 주관적 웰빙의 관계. 한국관광학회 학술발표논문집, 56.
- 정영린(1997). 생활 체육 참가와 여가 만족의 관계. 서울대학교 대학원 박사학위논문.

- 조현철 · 김백운(2003). 대학생 Wellness 인식에 관한 조사연구. 『한국 스포츠리서치』, 14(6): 213-223.
- 주현식(2007). 로하스(LOHAS)한류가 국가 및 관광이미지, 한국에 대한 태도, 방문의도에 미치는 영향요인에 관한 연구. 『관광학연구』, 31(4): 301-320.
- 주현식(2008). 호텔레스토랑의 LOHAS이미지, 지각된 서비스품질 및 가치, 고객만족, 충성도와의 영향관계. 경희대학교 박사학위논문, 55-73.
- 차경호(2001). 대학생들의 성격특성과 삶의 만족도. 『청소년상담연구』, 9: 7-26.
- 채선애 · 한성열(2002). 여가활동, 여가동기, 자기효능감 및 주관적 안녕감 간의 관계. 『한국심리학회지』, 8(2): 17-31.
- 최윤희 · 이철원 · 한우진(2007). 여대생의 신체이미지 차이지각에 따른 여가활동유형이 여가만족에 미치는 영향. 한국체육학회지, 46(3): 325-337.
- 한광걸(2007). 등산 참여경험과 여가정체성 및 심리적 웰빙의 관계. 경북대학교 대학원 박사학위논문.
- 한승엽 · 김홍렬 · 윤설민 · 장윤정(2007). 여가활동 유형에 따른 여가만족과 생활만족의 관계연구-문화적 여가활동을 중심으로. 『대한관광경영학회』, 22(3): 323-339.
- 현승권(2004). 노인의 건강행동이 삶의 질에 미치는 영향. 한양대학교 대학원 박사학위논문.

3. 외국문헌

- Andrew, F., & S. Withey(1976). Social Indicators Well-Being : America's Perception of Life Quality. Plenum Press, New York.

- Anspaugh, D. A. et al.(1994). *Wellness: concepts and plication*. St. Louis, MI: Mosby.
- Argyle, M.(1996). *The Social Psychology of Leisure*. UK: Penguin Books.
- Beard J. G, Raghed M. G.(1980). Measuring Leisure Satisfaction, *Journal of Leisure Research*, 12(1): 20~33.
- Beard, J. G., & Ragheb, M. G.(1980). Measuring leisure satisfaction, *Journal of Leisure Research*, 12(1): 20–33.
- Beck, A. T. (1976). *Cognitive therapy and the emotional disorders*. New York, International Universities press.
- Beth, D. K., Douglas, A. K.(2000). Leisure in the identity formation of lesbian/ gay youth: Personal, but not social. *Leisure Sciences*, 22: 215–232.
- Bryant, B. E & Morrisoon, A. J.(1980). Travel market segmentation and the implementation of market strategies, *Journal of Travel Research*, 19(3): 2–8.
- Caldwell, L., & Smith, E. A. (1988). Leisure : An overlooked component of health promotion Canadian. *Journal of Public Health*, 79: 44–48.
- Campbell, A., Converse, P. E., & Rodgers, W. L.(1979). *The quality of American life*. New York: Russel Sage Foundation.
- Cellero, P. (1985). Role–identity salience. *Social Psychology Quarterly*, 48: 203–215.
- Coleman, D.(1993). Leisure based social support, leisure dispositions and health. *Journal of Leisure Research*, 25(4): 350–361.
- Corbin, C.B., & Lindsey, R. (1994). *Concepts of physical fitness*. Dubuque, IA: Wm. C. Brown Communications.

- Crompton, J. L. (1979). Motivations for Pleasure Vacation. *Annals of Tourism Research*, 6(4): 408–424.
- David, G., & Junaida, A. (2002). A study of the impacts of the expectation of a holiday on an individual's sense of Well-Being. *Journal of Vacation Marketing*, 8(4): 352–361.
- Diener, E. (1984). Subjective well-being, *Psychological Bulletin*, 95: 542–575.
- Diener, E. (1994). Assessing subjective well-being: Progress and opportunities, *Social Indicators Research*, 31: 103–157.
- DuBrin, A. J. (1972). *The practice of managerial psychology: Concepts and methods for manager and organization development*. New York: Pergamon Press.
- Dumazedier, J. (1974). *Sociology of leisure*. New York: 35–40.
- Epperson, A. F. (1977). *Private and Commercial Recreation*, NY : John Wiley and Sons: 12–16.
- Erikson, E. H. (1968). *Identity: youth and crisis*. New York: Norton.
- Francken, D. A., & van Raaij, W. R. (1981). Satisfaction with leisure time activities, *Journal of Leisure Research*, 13(4): 337–352.
- Fishbein M. & Ajzen I. (1975). *Belief, Attitude, Intension and Behavior*, Mass., Addison-Wesley: 5–10
- Garter, W. C. (1996). *Tourism Development: Principles, Processes, and Policies*, New York.
- Graefe, A. R., & Fedler, A. J. (1986). Situational and subjective determinants of satisfaction in marine recreational fishing. *Leisure Sciences*, 8(3): 275–295.
- Haas, G. E., Driver, B. L., & Brown, P. J. (1980). Meaning wilderness recreation experiences. In proceedings of the

- Wilderness Psychology Group., Durham, *New Hampshire*, 20–40.
- Haggard, L. M., & Williams, D. R.(1992). Identity affirmation through leisure activities: Leisure symbols of the self. *Journal of Leisure Research*, 24: 1–18.
- Hettler, W. (1984). Wellness; Encouraging a life–time pursuit of excellence. *Health value*, 8(4): 13–170.
- Hsieh, S., O'Leary, J. T., & Morrison, A. M.(1992). Segmenting the international travel market by activity, *Tourism Management*, 13(2): 209–223.
- Iso–Ahola, S. E.(1980). The social psychological of leisure and recreation. Dubuque, La; W. C. Brown.
- Iso–Ahola, S. E., Graefe. A. R. & La Verde, D.(1992). Identity affirmation through leisure activities: leisure symbols of the self. *Journal of leisure Research*, 24: 1–18.
- Jones, I.(2000). A model of serious leisure identification: the case of football fandom, *Leisure Studies*, 19: 283–298.
- Kaplan, M. (1960). Leisure in America : A social inquiry, New York: Wiley.
- Kaplan, M.(1971). Technology, human values, and leisure. *Abingdon Press*.
- Kelly, J. R.(1996). *Leisure(3rd ed)*. Boston; Allyn and Bacon.
- Kelly, J. R., & Godbey, G.(1992). The Sociology of Leisure. State College, PA : *Venture Publishing*, Inc.
- Knopf, R. C., Peterson, G. L., & Leatherberry, E. C.(1983). Motives of recreational river floating relation consistency *Leisure Science*, 5(3): 231–255.
- Kraus, R. R(1971). Creation and leisure in modern society. NY:

Appleton century crofts.

- Lang, C. T.(1996). A typology of international travelers to nature-based tourism destinations. Unpublished Doctoral dissertation. Purdue University.
- Laverie, D. A.(2000). The influences of indentity related consumption, appraisals and emotions on identity salience: a multi-metod approach. Doctorial dissertation, Arizona State University.
- London, M. R., Crandall, R., & Fitzgibbons, D. (1997). The psychological structure of leisure: Activities, needs, people. *Journal of Research*, 9: 252-263.
- Lounsbury, J. W., & Polik, J. R.(1992). Leisure needs and Vacation Satisfaction, *Leisure Science*, 14(2): 105-106.
- Lovelock, C. H.(1991). Services Marketing. Englewood Cliffs, N.J.: Prentice-Hall INC.
- Manfredo, M. J., Driver, B. L., & Brown, P. J.(1983). A test of concepts inherent in experience based setting management for outdoor recreation areas. *Journal of Leisure Research*, 15(3): 263-283.
- Myers, D. G., & Diener. E.(1995). Whoishappy? *Psychological Science*, 6: 10-19.
- O'Donnell, M. P., & Harris, J. J.(1994). *Health promotion in the workplace*, 2nd edition. Delmar Publisher Inc.
- Pearce, P. L. A.(1980). favorablity-satisfacioon model of tourists evaluations. *Journal of Travel Research*, 19: 13-17.
- Ragheb, M. G., & Griffith, C. A.(1982). The contribution of leisure participation and leisure satisfaction to life satisfaction of old persons. *Journal of Leisure Research*, 14(2): 295-306.

- Rantanen, T., Era, P. & Heikkinen, E.(1994). Maximal isometric strength and mobility among 75–years old men and women, *Age and Aging*. 23: 132–137.
- Reidar, S., & Diane, M.(1998). Involvement in and perception of the free time: Context for adolescents in youth protection institutions. *Leisure Studies*, 17: 207–226.
- Riddick, C. C.(1986). Perception of life Quality. New York : Plenum Press. Life Satisfaction precursors. *Journal of Leisure Research*. 19: 259–265.
- Rosenthal, D. H., Waldman, D. A., & Driver, B. L.(1982). Construct validity of instruments measuring recreationist preferences. *Leisure Sciences*, 5: 89–108.
- Rutledge, A.(1971). Anatomy of a park: the essentials recreation are planning and desing. New York:McFraw–Hill Book com pany.
- Schreyer, R, & Driver, B. L.(1989). The benefit of leisure. In E. L. Jackson and T. L. Burton. (Eds). Understanding leisure and recreation; Mapping the past, Charting the future, State College, PA: Venture: 387–419.
- Shamir, B.(1992). Some correlates of leisure identity salience: Three exploratory studies. *Journal of Leisure Research*, 24: 301–323.
- Siegenthaler & O' Dell (2000). Leisure Attitude, Leisure Satisfaction and Perceived Freedom in Leisure within Family Dyads. *Leisure Sciences*, 22: 281–296.
- Smith, V.(1989). Hosts and Guests. 2nd ed. Philadelphia : University of Pennsylvania Press.
- Sneegas, J. J.(1986). Components of life satisfaction in middle and later life adults: perceived social competence, leisure

- participation and leisure satisfaction. *Journal of Leisure research*, 18(4): 248–258.
- Stbbins, R. A.(1992). Costs and reward in barbershop singing. *Leisure Studies*, 11: 123–133.
- Stryker, Sheldon and Peter J. Burke. (2000). The Past, Present, and Future of an Identity Theory." *Social Psychology Quarterly* 63: 284–297.
- Tinsley, H. E. A.(1984). The psychological benefits of leisure counselling. *Society and Leisure*, 7: 125–140.
- Tinsley, H. E. A., & Eldredge, B. D.(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.
- Tinsley, H. E. A., & Kass, , P. A.(1979). The latent struture of need satisfying propertiec of leisure activities, *Journal of Leisure Research*, 11: 278–291.
- Wahab, S.(1975). *Tourism Management*. London, England : Tourism International Press.
- Walshe W,. Leisure with Personality. (1977).(83–105) in *Epperson et al, op.cit* : 83–105.
- Williams, M. H. (1998). *Lifetime fitness and Wellness*. New York : W. C. Brown Publishers.
- Yair, G.(1990). The commitments to long distance running and levels of activity: Personal or structural, *Journal of Leisure Research*, 22(3): 213–227.
- Zuzanek, J., Robinson, J. P. and Iwasaki, Y.(1998). The Relationship between Stress, Health and Physically Active Leisure as a Function of Life–Cycle. *Leisure Sciennes*, 20(4): 253–275.



설문서



안녕하십니까?

귀하와 귀하의 가정에 행복이 가득하시기를 기원합니다.
바쁘신 중에도 본 조사에 응해 주셔서 대단히 감사드립니다. 본 설문은 “**관광활동 참여도가 여가만족과 여가정체성, Wellness 활동에 미치는 영향관계**”를 파악하기 위한 것으로써, 귀하의 고견은 저의 연구와 학문적 발전에 귀중한 자료로 활용될 것입니다. 본 설문에 응하시는 귀하의 개인적 사항과 설문 내용은 절대 비밀이 보장됨은 물론 무기명으로 통계처리 됩니다. 아울러 조사된 자료는 순수한 학문연구 목적으로만 사용되오니, 진솔하게 응답해 주시길 부탁드립니다. 만일 본 조사 내용에 대한 의문사항이 있으시면 아래의 연락처로 연락 주시기 바랍니다. 다시 한 번 지면으로나마 바쁘신 시간을 내어 설문에 응해 주신 점 깊이 감사드립니다.

2009년 2월 일

연구자 : 경주대학교 관광학과 박사과정

성명 : 이채도

지도교수 : 경주대학교 관광학과

성명 : 주현삼 교수

설문지 작성을 위한 도움말

※ **Wellness란?**
 Wellness(웰니스)란 건강의 새로운 개념으로 몸과 마음을 최적의 안녕 된 상태(optimal well being)로 만드는 상태이며, 신체적(physical), 사회적(social), 정신적(spiritual), 지적(intellectual), 정서적(emotional)으로 잘 조화된 전인적 상태를 의미한다.

I. 귀하께서 지난 1년 동안 경험하신 **관광활동**에 관한 질문입니다.
 평소에 느끼고 있는 의견에 따라 적합한 곳에 체크하여 주시기 바랍니다.

설문내용	
1-2	
3-4	
5-6	귀하께서는 지난 1년 동안 여행을 몇 번 하셨습니까? 국내여행(회) 해외여행(회)
	귀하께서 지난 1년간 경험하신 관광의 달짜로 총 며칠입니까? 국내여행(총 일) 해외여행(총 일)
	귀하의 1회 관광에 소요된 평균기간은 며칠 정도입니까? 국내여행(총 일) 해외여행(총 일)

II. 다음은 귀하의 **여가만족**에 관한 사항입니다. 해당하는 곳에 표시해 주십시오

	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	보통	그렇다	매우 그렇다
7 나는 지난 1년간 여가를 통해서 양질의 시간을 보냈다고 생각한다.	1	2	3	4	5
8 나는 언제, 어디서나 여가시간을 즐겼다고 생각한다.	1	2	3	4	5
9 나는 여가활동은 나에게 있어서 중요한 시간 이었다.	1	2	3	4	5
10 나는 여가시간은 나의생활에 있어서 스트레스를 해소하는 편이다.	1	2	3	4	5
11 나는 여가활동을 통해서 자부심을 느꼈다.	1	2	3	4	5
12 나는 여가활동을 통해서 새로운 지식을 얻을 수 있었다.	1	2	3	4	5
13 나는 여가활동을 통해서 다른 사람과 교류할 수 있는 기회가 되었다.	1	2	3	4	5
14 나는 여가활동을 통해서 스트레스와 긴장해소에 도움이 되었다.	1	2	3	4	5
15 나는 여가활동을 통해서 건강관리에 도움이 되었다.	1	2	3	4	5
16 나는 이때까지 내가 활동한 여가공간은 청결하였다.	1	2	3	4	5

III. 귀하의 여가정체성에 관련된 질문입니다. 해당하는 곳에 표시해 주십시오.

설 문 내 용		전 혀 그 렇 지 않 다	그 렇 지 않 다	보 통	그 렇 다	매 우 그 렇 다
17	나는 관광활동을 하지 않을 때에도 관광이 생각한다.	1	2	3	4	5
18	나는 관광활동을 그만두라고 강요를 받는다면 기분이 상할 것이다.	1	2	3	4	5
19	나는 관광활동은 나에게 다른 것에 대신할 수 없는 특별한 의미를 가지고 있다.	1	2	3	4	5
20	나는 관광활동은 내가 어떤 사람인지 표현하는 중요한 부분이다.	1	2	3	4	5
21	나는 관광활동이 없는 생활은 상상할 수 없다.	1	2	3	4	5
22	나는 다른 사람들이 나에게 대해 생각할 때 다른 모습보다는 관광활동과 연관해서 기억 해줬으면 좋겠다.	1	2	3	4	5
23	나는 앞으로 관광활동을 계속하는 것은 나에게 중요한 일이다.	1	2	3	4	5
24	나는 다른 어떤 활동을 하기보다는 관광활동을 할 것이다.	1	2	3	4	5
25	나는 지금보다 더 조건이 좋은 직장에서 추천이 온다면 관광활동을 계속할 수 없을 경우에는 포기할 것이다.	1	2	3	4	5
26	나는 주위 사람들도 내가 관광활동을 좋아한다는 것을 알고 있다.	1	2	3	4	5
27	나는 관광활동에 관해 얘기하는 것을 좋아한다.	1	2	3	4	5
28	나는 누가 관광활동에 관해 내게 물으면 기분이 좋다.	1	2	3	4	5
29	나는 내가 관광활동을 한다는 것이 자랑스럽다.	1	2	3	4	5
30	나는 주위 사람들에게 관광활동을 하라고 권한다.	1	2	3	4	5
31	나는 관광활동을 좋아한다고 하는 사람에게는 왠지 호감이 간다.	1	2	3	4	5
32	나는 관광활동을 좋아하는 사람치고 나쁜 사람은 없다고 생각한다.	1	2	3	4	5
33	나는 관광활동에 대해 나쁘게 말하는 사람을 보면 화가 난다.	1	2	3	4	5
34	나는 관광활동을 안 하는 사람들은 관광활동 가치를 잘 모른다.	1	2	3	4	5
35	나는 관광활동 말고 다른 활동에는 별로 관심이 가지 않는다.	1	2	3	4	5
36	나는 일반적으로 관광 활동을 하는 사람에 대한 평가는 긍정적이다.	1	2	3	4	5
37	나는 다른 사람들도 관광활동이 멋진 활동이라고 생각하는 것 같다.	1	2	3	4	5

The test of hypotheses about effects of participation in
tourism activities on leisure satisfaction, leisure identity,
and wellness activities Intention

Lee, Chae Do

Department of Tourism
The Graduate School
Gyeongju University

Supervised by Professor Joo, Hyun Sik

(Abstract)

This study was conducted by distributing questionnaires to people having experience of tourism activities from February 25 to March 20, 2009; then, a sample of 316 copies was used in the study. As considered in design and empirical analysis, the test of hypotheses about effects of participation in tourism activities on leisure satisfaction, leisure identity, and wellness activities indicated that the model in this study was suitable. The results of this study can be summarized as follows:

First, participation in tourism activities had positive effects on leisure satisfaction. That is, tourism activities affected sub-factors of leisure satisfaction, such as high-quality time, important time, stress reduction, pride obtained from leisure activities, acquisition of new knowledge, exchange with others, stress and tension reduction, health care, and cleanness of leisure space.

Second, participation in tourism activities had positive effects on leisure identity. That is, participation in tourism activities had positive effects on sub-factors of leisure identity, such as self-respect and attachment, and tourist assessment.

Third, leisure satisfaction had positive effects on questions about the sub-factor of leisure identity, respect and attachment, such as special meanings, thinking about tourism even during a non-tourism period, going on with tourism activities is important to me, I know I like tourism activities, I cannot imagine life without tourism activities, I feel good when asked about tourism activities, I feel bad when asked to quit tourism activities, I'm proud of my tourism activities, I feel friendly toward people enjoying tourism activities, I recommend tourism activities to people around me, and I will do tourism activities rather than anything else, but had no statistically significant effect on questions about tourist assessment, such as there is no bad person who likes tourism activities, I get angry to see people speaking ill of tourism activities, those doing no tourism activities have no knowledge about the value of tourism, I highly evaluate people doing tourism activities, I have little interest in other activities than tourism, and I believe tourism activities are good.

Fourth, leisure satisfaction had positive effects on questions about the sub-factor of wellness activities, physical activities, such as I tend to take exercise systematically, I do muscular exercise at least twice a week, I concentrate on warming-up and cooling-down, I take exercise more than 30 minutes about three times a week, and I have good physical strength at the level of my age, about mental and intellectual

activities, such as I try to live a fruitful life, I find worth and delight in my life, I know what is value and belief, I believe it is helpful to my life, I tend to love my work, family, and society, I tend to make steady efforts for self-development, I tend to be liberal to others' value or belief, and about social activities, such as I volunteer to help others, I find worth in volunteering to help poor neighbors, I give a part of my income to poor neighbors or relevant organizations, I have satisfactory reliability relationship established with others, and I participate in a social event about once a week, but had significant effects on questions about emotional activities, such as I have abilities to cope with ups and downs, or good and bad things, in life, I tend to be liberal to others' advice, I tend to overcome frustration with ease, and I make positive thinking. But leisure satisfaction had no statistically significant effect on emotional activities.

Fifth, leisure identity had positive effects on the sub-factor of wellness activities, emotional and intellectual activities, such as I try to live a fruitful life, I find worth and delight in my life, I know what is value and belief, I believe it is helpful to my life, I tend to love my work, family, and society, I try to make steady efforts for self-development, and I tend to be liberal to others' value or belief, and about social activities, such as I volunteer to help others, I find worth in volunteering to help poor neighbors, I give a part of my income to poor neighbors or relevant organizations, I have satisfactory reliability relationship established with others, I participate in a social event about once a week, and had positive effects on questions about physical activities, such as I tend to take exercise systematically, I do muscular

exercise at least twice a week, I concentrate on warming-up and cooling-down, I take exercise more than 30 minutes about three times a week, and I have good physical strength at the level of my age. Meanwhile, it had no effects on questions about emotional activities, such as I have abilities to cope with ups and downs, or good and bad things, in life, I tend to be liberal to others' advice, I tend to overcome frustration with ease, and I make positive thinking. However, the sub-factor of leisure identity, respect and attachment, had no statistically significant effect on physical activities.