

# 중년 골프참여자의 여가기능과 사회적 역할 상실감의 관계에서 자아존중감의 매개효과

최석환<sup>1</sup>, 설수황<sup>2\*</sup>

<sup>1</sup>백석대학교 스포츠과학부, <sup>2</sup>연세대학교 스포츠응용산업학과

## The Mediating Effect of Self-esteem on the Relationship between Middle Aged Golf Participant's Leisure Function and Social Role Loss

Suk-Hwan Choi<sup>1</sup>, Su-Hwang Seol<sup>2\*</sup>

<sup>1</sup>Sports Science Studies Baekseok University

<sup>2</sup>Department of Sport Industry Studies, Yonsei University

**요약** 본 연구의 목적은 중년기의 골프참여자를 대상으로 여가기능과 자아존중감 및 사회적 역할상실감의 관계를 규명하는 것이다. 더 나아가 초 고령화 시대를 맞이하는 현 시점에서 골프참여를 통한 바람직한 여가선용 및 건강한 노후 준비에 대한 기초자료를 제공하는데 의의가 있다. 연구대상자는 서울, 경기지역에 소재에 하고 있는 실내, 외 골프연습장에서 골프에 참여하고 있는 중년 아마추어 골퍼 201명을 대상으로 선정하였다. 본 연구의 자료처리는 SPSS 18.0과 Amos 18.0을 이용하여 빈도분석, 신뢰도 분석, 확인적 요인분석, 상관관계분석과 구조방정식 모형분석을 실시하였다. 본 연구의 결과는 다음과 같다. 첫째, 중년 골프참여자의 여가기능은 자아존중감에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다( $p < .05$ ). 둘째 중년 골프참여자의 여가기능은 사회적 역할 상실감에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다( $p < .05$ ). 셋째, 중년 골프참여자의 자아존중감은 사회적 역할 상실감에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다( $p < .05$ ). 넷째, 중년 골프참여자의 여가기능과 사회적 역할 상실감에서 자아존중감은 매개하는 것으로 나타났다( $p < .05$ ).

**Abstract** The purpose of this study was to identify the relationship between leisure function, self-esteem and social role loss among golf players in the middle age. Furthermore, it was meaningful to provide basic data on leisure activities and healthy retirement preparation through golf at the present time of the aging society. The subjects of study who adults were recruited from Seoul, Gyeonggi-do. For the data processing, it conducted frequency, reliability, confirmatory factor, correlation, and structure equaling modeling analyses. The results were as follows; First, leisure function of middle age golf participant had a positive influence on self-esteem( $p < .05$ ). Second, leisure function of middle age golf participant had a positive influence on social role loss( $p < .05$ ). Third, self-esteem of middle age golf participant had a positive influence on social role loss( $p < .05$ ). Forth, self-esteem mediated the relationship between middle age golf participant leisure function and social role loss( $p < .05$ ).

**Keywords** : Leisure Function, Self-Esteem, Social Role Loss, Golf Participants, Middle Age

### 1. 서론

오늘날 과학과 의학의 발달은 치료기술의 향상과 생활

환경의 개선을 이루어 인간은 평균수명의 연장으로 인한 백세시대를 맞이하였다. 특히 우리나라는 2000년 7월에 65세 이상 노령인구가 전체인구의 7.1%를 차지해 고령

\*Corresponding Author : Su-Hwang Seol(Yonsei Univ.)

email: seolsh4227@naver.com

Received April 30, 2019

Accepted July 5, 2019

Revised May 31, 2019

Published July 31, 2019

화 사회에 진입하였고, 2026년이면 국민 다섯 명중 한명이 노인으로 구성되는 초고령 사회가 될 것이라 예견되고 있다[1]. 하지만 건강 없이 오래 산다는 것은 과연 축복이겠는가? 국민건강보험공단[2]에 따르면 우리나라의 평균수명은 82세인 반면 건강수명은 73세로 나타났으며, 이는 죽기 전 9년 동안을 아프다가 생을 마감한다는 것을 의미한다고 하였다. 더욱이 이로 인해 2030년 기준 노인의료비가 90조원에 달할 것으로 전망되고 있어 노인 건강에 대한 심각성이 가중되고 있다. 이렇듯 초고령 사회에서 건강은 사회적으로나 개인적으로 가장 시급히 해결해야 할 중요한 문제이다. 이에 유네스코는 스포츠에 1달러를 투자하면 3달러의 의료비절감 효과가 있기 때문에 스포츠는 예방의학차원에서 바라봐야 한다고 하였다[3]. 다시 말해 운동이 가장 쉬운 해답일 수 있다는 것이다. 하지만 운동은 습관이며, 이는 단시간에 이루어지는 것이 결코 아니다. 건강을 위한 노년기의 운동참여는 중년기에서부터 준비해야 하는 것이다. 이에 이현주[4]는 중년기 여가활동의 경험이 노년기에 증가한 여가시간을 노인 자신에게 보다 긍정적이고 효율적으로 보낼 수 있게 한다고 하여 중년기의 운동참여에 대한 중요성을 언급한 바 있다. 그 중 골프는 질병 예방 및 체력향상을 위한 저강도 유산소 운동으로써 걷기와 스윙동작을 통한 전신운동이며, 심혈관계에 적당한 자극을 주어 지방에너지 소비량을 높여주기 때문에 중년 및 노년의 건강을 위한 운동 프로그램으로 주목 받고 있다[5]. 그렇다면 골프를 평생체육으로 만드는 원동력은 무엇인가? 이는 골프를 진정으로 즐길 수 있는 능력, 즉 여가기능이다. 골프에 대한 여가기능의 향상은 골프를 통해 얻을 수 있는 효과를 극대화시켜주며, 이를 통해 주기적이고 지속적인 참여를 유도하기 때문이다. 여가기능은 한 개인이 여가를 선용할 수 있는 기본적인 준비능력의 역량으로써 여가기능의 하위요소인 개인의 환경을 전제로 한 심취감, 조절감, 자신감, 욕구를 바탕으로 그 결과를 측정한다는 점에서 개별적이며 주관적인 개념으로 이해할 수 있다[6]. 그러므로 중년기 골프참여자의 여가기능에 관한 연구는 지속적이고 주기적인 골프에 참여는 물론 골프를 통한 바람직한 여가선용에 대한 기초자료를 제공한다는 점에서 고령화가 심화되고 있는 현 상황에 절실히 필요한 연구라 판단된다. 나아가 건강한 노년을 준비하는 세대로서의 중년기에 관한 본 연구는 그들이 미래에 노인인구를 구성하게 될 때 미래 노인세대의 특성을 미리 파악할 수가 있을 뿐만 아니라 발달적 관점에서 볼 때 노년기에 다가갈 길잡이의 역할로서 가치를 지니고 있어 그 필요성이 강

조된다.

한편, 나이가 들어감에 따라 나타나는 대표적인 부정적 심리요인은 사회적 역할상실감이다. 이는 평생을 통해 쌓아 왔던 자신의 역할에 대한 상실에서 나타나는 심리적 기제로써 핵가족화와 맞벌이 부부의 증가, 전통적 부양역사의 변화 등에 따른 혼자 사는 어르신이 증가와 함께 이에 따른 소외현상에서 그 원인을 찾아볼 수 있다[7]. 따라서 기존의 사회적 역할상실감은 노인들에게서 주로 나타나는 현상이지만 현대사회에서는 중년기에서부터 명예퇴직으로 인한 빠른 은퇴와 이로 인한 소득의 감소 및 중년기의 이혼율 증가 등으로 인해 사회적 역할상실감이 빠르게 나타나고 있다고 볼 수 있다. 중년 및 노년기의 사회적 역할상실감이 중요하게 다루어져야 할 문제인 이유는 이것이 사회활동의 폭을 위축시킬 뿐 아니라 이로 인해 자칫 우울로 확대될 수 있는 가능성이 매우 높아 정신 및 심리적 건강을 위협하는 요인으로 보고되고 있기 때문이다[8]. 나이가 들어가면서 많은 것들을 잃는다는 허전함은 달리 생각하면 당연할지도 모른다. 그러나 이는 중요한 것을 간과하고 있는 것이다. 즉, 허전함이 생기는 것은 당연할지 모르나 이를 해결하지 못한 채 심리적 부적응으로 축적되면 삶의 질에 전반적인 부정적 영향을 미치게 된다는 것이다[9]. 따라서 이를 대비한 개인적인 준비뿐만 아니라 정부와 사회의 책임 있는 대책마련이 시급한 상황이다. 이에 대한 대안으로 역시 활발한 여가활동의 참여가 있다. Leitner와 Leitner[10]는 노년기 일반적인 여가활동의 순기능을 건강증진, 사회적 접촉과 사귀는 기회증진, 일상생활의 사기와 생활만족감 증진, 신체적 및 정신적 자신감 증진, 자기 가치성과 자기 유용성의 확대 그리고 자립성 향상 등으로 설명하고 있다. 그러므로 나이가 들어갈수록 신체적, 정신적, 사회적 환경에 부합하는 여가스포츠 참여가 지향되어야 할 것이다. 이는 그들이 부딪치는 신체적, 정신적, 사회적 기능의 상실을 억제하고, 또한 무기력감을 막아주는데 지대한 영향을 미치는 것으로 평가되고 있기 때문이다[11]. 즉, 여가스포츠 활동에 적극적인 참여를 통한 여가기능의 함양은 여가에 대한 몰입감과 만족감, 성취감 등을 향상시켜 줌으로써 나이 들어감에 따라 자연스럽게 나타나는 사회적 역할상실감을 낮출 수 있을 것이라 판단된다. 선행연구를 살펴보면 김석일과 박정은[12]의 연구에서 여가기능과 사회적 역할상실감의 인과관계를 밝혀내어 본 연구의 변인 간 인과관계를 지지하고 있다.

중년기의 사회적 역할상실감을 낮추기 위한 또 하나의 대안은 자아존중감의 증진이다. 높은 자아존중감은 스트

레스와 부정적인 감성에게서 자신을 보호하는 역할을 하여 개인적 순응을 높여주기 때문이다. 이에 이봉진과 홍상욱[13]은 자아존중감을 높이기 위한 방법으로 바람직한 여가스포츠 활동의 중요성을 강조한다. 즉, 나이가 들어감에 따라 나타나는 사회적 역할 상실감은 적극적인 여가스포츠참여를 통한 여가기능의 향상과 자아존중감의 강화를 통해 해결이 가능하다는 것을 의미한다. 선행연구를 살펴보면 우선 장성운[14]과 박정민[15]은 여가몰입과 자아존중감의 긍정적 인과관계를 증명하였고, 조남희와 성춘희[16], 윤명숙, 이묘숙, 김남희와 정향숙[17]은 자아존중감과 우울과의 인과관계를 밝혀내었다. 이는 여가스포츠 참여를 통한 여가기능향상은 여가몰입을 동반하며, 나아가 자아존중감에 긍정적 영향을 미치게 된다는 것을 추론할 수 있으며, 또한 이러한 자아존중감은 사회적 역할상실감이 원인이 된다고 볼 수 있는 우울감에 긍정적 영향을 미친다는 결과를 통해 본 연구의 변인 간 인과관계가 지지되고 있음을 알 수 있다. 따라서 본 연구는 중년기의 골프참여자를 대상으로 여가기능과 자아존중감 및 사회적 역할상실감의 관계를 규명하여 초고령화 시대를 맞이하는 현 시점에서 골프를 통한 바람직한 여가선용 나아가 건강한 노후 준비에 대한 기초자료를 제공하는데 목적을 두고 진행되었다. 이에 본 연구의 가설은 다음과 같다. 첫째, 중년 골프참여자의 여가기능은 자아존중감에 영향을 미칠 것이다. 둘째, 여가기능은 사회적 역할상실감에 영향을 미칠 것이다. 셋째, 자아존중감은 사회적 역할상실감에 영향을 미칠 것이다. 넷째, 여가기능과 사회적 역할상실감의 관계에서 자아존중감은 매개할 것이다.

## 2. 연구방법

### 2.1 연구대상

본 연구는 2019년 1월부터 3월까지 설문조사를 실시하였으며 서울, 경기지역에 소재에 있는 실내, 외 골프연습장에서 골프에 참여하고 있는 중년 아마추어 골퍼들을 연구대상으로 정하였다. 표본은 영업이익을 추구하는 사설업장의 특성상 비확률적 표본 추출법 중 편의표본추출법을 사용하였다. 설문은 자기평가기입법으로 내용에 응답하도록 하였으며, 총 230부의 설문지를 배부하고 이중 불성실하게 응답하였거나 이중응답 등 본 연구에서 사용할 수 없다고 판단되는 설문지를 제외한 201명의 자료가 실제분석에 사용되었다.

연구대상자에 대해 구체적으로 살펴보면, 성별에서는 남성 126명(62.7%), 여성 75명(37.3%), 연령에서는 50-59세 44명(21.9%), 60-69세 103명(51.2%), 70대 이상이 54명(26.9%)을 차지하고 있었다. 모든 응답자는 배우자가 있는 것으로 조사되었다[Table 1].

Table 1. Characteristics of golf participants

Concepts		N	%
Gender	male	126	62.7
	female	75	37.3
Age	50 to 59 years	44	21.9
	60 to 69 years	103	51.2
	over 60	54	26.9
Career	Less than 3years	11	5.4
	Less than 3 years to 6years	57	28.4
	more than 6years	133	66.2
Total		201	100

### 2.2 측정도구

#### 2.2.1 설문지구성

설문지의 구성은 일반적 특성 4문항, 여가기능요인 9 문항, 자아존중감 4문항, 사회적 역할 상실감 문항 17으로 총 34문항이며 구체적인 내용은 [Table 2]와 같다.

Table 2. Summary of the Scales Used

Scale	Item	Number of Question
Characteristics	Gender, Age, Career, Spouse	4
Leisure Function	Needs(2) Competence(2) Control(2) Depth(3)	9
Self-Esteem	Self-Esteem(4)	4
Social Role Loss	Grand-Parent Role(3) Parents Role(3) Spouse Role(3) Relative Role(3) Group-Members Role(2)	17
Total		34

#### 2.2.2 조사도구

설문지 구성 중 여가기능의 척도는 Witt와 Eliss[6]가 고안한 LDB(Leisure Diagnostic Battery)척도를 바탕으로 원형중[18]이 표준화하고 김석일과 박정은[12]이 사용한 설문문항을 수정·보완하여 사용하였으며, 자아존중감에 관한 척도는 Chen, Gully와 Eden[19], 김연선과

김성혁[20]이 사용한 설문문항을 수정·보완하여 사용하였다. 그리고 사회적 역할상실감에 관한 척도는 이춘희[21]가 사용한 역할상실 척도를 바탕으로 박차은[9]이 사용한 설문문항을 수정·보완하여 사용하였다. 각 변인은 모두 리커트 5점 척도로 구성하였다.

### 2.3 설문지의 신뢰도 및 타당도

본 연구에서 사용한 설문지 구성의 적합도 판단을 위해 타당도와 신뢰도를 측정하였다. 내용타당도 검사는 전공교수 1인과 연구원 3인을 통하여 검증받았다. 이후 확인적 요인분석을 실시하여 집중타당성과 판별타당성을 검증하였다. 여러가지 적합지수 중 Bentler[22]가 제시한 CFI, Bentler와 Bonett[23]이 제시한 TLI와 Jorekog와

Sorbom[24]이 제시한 GFI, Steiger와 Lind[25]가 제시한 RMSEA를 적합도 지수로 적용하였다. 한편 CFI와 TLI, GFI의 경우 .8-.9 이상, RMSEA의 경우 .08 이하가 된다면 적합한 모형이라 할 수 있다[26]. 전체 측정항목의 확인적 요인분석결과 TLI .913, CFI .930, GFI .841, RMSEA .058로 나타나 모형의 적합도 기준을 만족시키는 것으로 확인되었다. 또한 개념신뢰도와 분산추출지수 값이 모두 .7과 .5를 모두 상회하고 있어 집중타당도 역시 문제가 없다고 판단된다[27]. 또한 신뢰성 분석을 위해 Cronbach's  $\alpha$ 계수를 검증한 결과 모두 .7 이상으로 측정도구로써 문제가 없는 것으로 확인되었다. 분석결과 는 [Table 3]과 같다.

Table 3. The result of confirmatory factor analysis

	Items	Estimate	S.E	C.R	AVE	Cronbach ' $\alpha$
Needs	I have the necessary skills of golf to participate.	.635	.396	.846	.741	.754
	I can make people around me feel good while I participate in golf.	.954	.061			
Competence	When you participate in golf, you make new people.	.823	.237	.79	.654	.745
	I decide to decide who will participate in the golf together.	.723	.396			
Control	I am good at golfing.	.784	.295	.819	.694	.776
	I feel that I am deeply involved during golf.	.808	.263			
Depth	I want to play golf and make new friends.	.807	.202	.905	.762	.852
	I sometimes feel thrilled when I play golf.	.855	.177			
	I'm always happy when I play golf.	.770	.236			
Grand-Parent Role	I listen a lot to my children and give them counseling.	.852	.306	.868	.687	.886
	I take care of my children's meals, give them pocket money, or buy them gifts (clothes, school supplies, etc.).	.873	.265			
	I usually spend a lot of time caring for my children.	.824	.416			
Parents Role	I give material help or consultation when a married child has something difficult.	.856	.188	.857	.668	.836
	I give financial help (living expenses, necessities, etc.) to my married child.	.812	.318			
	I will not forget the birthday of my married child.	.735	.452			
Spouse Role	When I make an important decision, I discuss it with my spouse first.	.820	.294	.853	.661	.847
	I usually buy what I need for my spouse.	.864	.240			
	I usually spend a lot of time with my spouse.	.742	.475			
Relative Role	I attend a relative's necrosis (marriage, funeral, etc.) and help with my work.	.802	.313	.883	.715	.869
	I help my relatives physically and mentally when they are in trouble.	.855	.232			
	I usually keep in touch with my relatives and talk about my recent situation.	.834	.277			
Group-Members Role	I usually keep in touch with my relatives and talk about my recent situation.	.768	.285	.896	.743	.862
	I do not fall into the activity of the meeting and must attend.	.825	.246			
	I spend a lot of time participating in the meeting.	.877	.171			
Friends Role	I help my friends physically and mentally when they are in trouble.	.847	.231	.886	.795	.864
	I usually meet my friends often and talk a lot about my current situation.	.899	.160			
	I have a positive attitude toward myself.	.881	.145			
Self-Esteem	I think I have a good character.	.860	.184	.914	.729	.875
	I think I'm a worthy man.	.643	.391			
	I am generally satisfied with myself.	.822	.247			

fit index:  $\chi^2 = 587.467$ ,  $df=350$ ,  $RMSEA=.058$ ,  $GFI=.841$ ,  $TLI=.913$ ,  $CFI=.930$

### 2.4 자료처리

본 연구의 자료처리는 Window용 SPSS 18.0을 이용하여 빈도분석, 신뢰도분석, 상관관계분석을 실시하였다. 또한, AMOS 18.0을 이용하여 확인적 요인분석을 실시한 후 여가기능과 자아존중감, 사회적 역할상실감을 분석하기 위하여 구조방정식모형을 이용한 경로분석을 실시하였다.

## 3. 연구결과

### 3.1 각 요인간의 상관관계

변수간의 상관관계를 확인한 결과는 [Table 4]와 같이 나타났다. 대부분의 변인 간에 통계적으로 유의한 상관관계가 있는 것으로 나타났고, 모든 상관관계수의 값이 .85를 초과하지 않았기 때문에 다중공선성 문제가 없다는 것을 보여주고 있다.

Table 4. The result of correlation Analysis

	1	2	3
Leisure Function	1		
Social Role Loss	.550**	1	
Self-Esteem	.346**	.485**	1

\*\*p<.01

### 3.2 연구모형의 적합도 검증

본 연구의 모형적합도 결과는 [Table 5]에 제시된 바와 같이 TLI=.927, CFI=.941, RMSEA=.080으로 나타나 모든 적합지수를 만족시키는 것으로 나타났다.

Table 5. The result of goodness of fit index of the measurement model

	$\chi^2$	df	CFI	TLI	RMSEA
Model Fit Index	166.859	73	.941	.927	.080

### 3.3 가설검증 결과

각 가설을 검증한 결과는 [Fig. 1]와 [Table 6]에 제시된 바와 같다. 가설1에 대한 구조방정식분석 결과 여가기능과 자아존중감의 경로계수는 .412, t값 4.164로 나타나 채택되었고 가설2의 여가기능과 사회적 역할상실감의 경로계수는 .426, t값 5.074로 나타나 채택되었다. 가설3에 대한 경로분석 결과 자아존중감과 사회적 역할상실감의 경로계수는 .128, t값 2.377로 나타나 채택되었다.

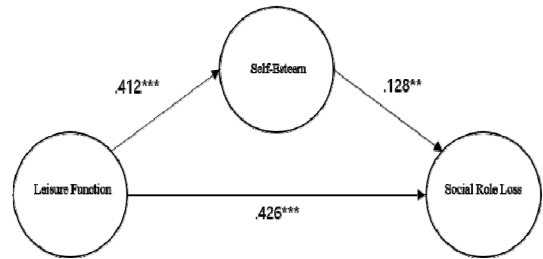


Fig. 1. The results of proposed model measurement

Table 6. The results of structural equaling modeling analysis

	Path	Estimate	S.E.	t-value	
H1	Leisure Function → Self-Esteem	.412	.113	4.164	accept
	Leisure Function → Social Role Loss	.426	.115	5.074	accept
H3	Self-Esteem → Social Role Loss	.128	.064	2.377	accept

\*\*p<.01

### 3.4 변인 간 매개효과 분석 결과

본 연구에서는 중년 골프참여자의 여가기능과 사회적 역할 상실감의 사이에서 자아존중감의 매개여부에 관한 가설 4의 검증을 위해, bootstrapping 방법을 적용하여 1000회 반복 검증을 하였고 95%의 신뢰구간을 설정하였다. 이에 따른 결과 각각의 경로에서 나타난 95% CI(Confidence Interval)의 Lower Bounds값과 Upper Bounds 값의 사이에 0이 포함되지 않았고, p값이 최대 .034로 나타나 자아존중감 요인이 여가기능과 사회적 역할 상실감 사이에서 통계적으로 유의한 매개효과를 가지는 것으로 나타나 가설 4는 채택되었다. 이에 대한 구체적인 내용은 [Table 7]과 같다.

Table 7. The results of mediation effects

Effect	Estimate	95% CI (Bias-corrected)	P
a	.412	(.247, .540)	.002
b	.128	(.247, .546)	.002
c	.426	(.028, .226)	.034
a*b	.052	(.012, .095)	.034
Total	.478		

a=Direct effects(Leisure Function → Self-Esteem)

b=Direct effects(Self-Esteem → Social Role Loss)

c=Direct effects(Leisure Function → Social Role Loss)

a\*b=Indirect effects(mediation effect)

CI=Confidence Interval

#### 4. 논의

본 연구의 결과를 바탕으로 한 논의는 다음과 같다.

첫째, 중년 골프참여자의 여가기능은 자아존중감에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 바람직한 여가선용으로써 골프의 적극적 참여를 통한 여가기능의 향상이 중년기의 골프참여자들에게 자아존중감을 높여주는 원인이 된다는 것을 의미한다. 선행연구를 살펴보면, 최덕환[28]과 최아림, 윤용진과 이진희[29]는 여가기능의 향상이 여가몰입을 동반하게 된다고 하였고, 장성운 [14]과 박정민[15]은 여가몰입이 자아존중감에 긍정적인 영향을 미친다고 보고하고 있어 본 연구의 결과와 맥을 같이 하고 있다.

둘째, 중년 골프참여자의 여가기능은 사회적 역할 상실감에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 나이가 들어감에 따라 잃어버리는 것들에 대한 허전함, 즉 사회적 역할상실감은 골프를 진정으로 잘 즐길 수 있는 능력인 여가기능의 함양을 통해 긍정적으로 변화시킬 수 있다는 것을 의미한다. 선행연구를 살펴보면 김석일과 박정은[12]의 여가활동에 참여하는 노인을 대상으로 한 연구에서 여가기능이 사회적 역할상실감에 긍정적인 영향을 미친다고 보고하여 본 연구의 결과를 지지하고 있다. 한편 Riddick[30]은 노인들이 여가활동에 많은 시간을 투자하고 활용하여 높은 여가기능을 경험한다면 자신의 생활에 대한 만족감과 행복감이 증가하고 나아가 타인과의 상호작용과 및 위기대처능력을 높여주며, 휴식과 기분 전환, 자기실현의 발휘 및 개인적 기능의 향상을 촉진시킨다고 보고하였다[31]. 또한 Sieginthaler와 Vaughan[32]은 여가활동을 지속하는 노인들이 여가활동을 중단한 노인들에 비해 높은 여가기능을 보인다고 밝혔다. 이는 여가기능을 높게 지각하는 노인들에게서 여가스포츠참여를 통해 얻은 만족감이나 행복감이 사회적 역할상실감이라는 위기에 대처할 수 있는 능력을 높인 것으로 판단된다.

셋째, 중년골프참여자의 자아존중감은 사회적 역할상실감에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 자기 자신을 가치 있고 긍정적인 존재로 평가할수록, 즉 높은 자아존중감을 갖을수록 중년기와 노년기의 대표적 위협요인인 사회적 역할상실감을 긍정적으로 변화시킨다는 것을 의미한다. 선행연구를 살펴보면 김석일과 박정은 [12]은 노인을 대상으로 한 연구에서 우울감의 원인이 사회적 역할상실감임을 밝혀내었고, 이에 조남희와 성춘희 [16], 윤명숙, 이모숙, 김남희와 정향숙[17]은 자아존중감이 우울감을 완화시킬 수 있다고 증명하였다. 이러한 연

구결과들은 골프를 통해 높아진 자아존중감은 사회적 역할상실감 나아가 우울감까지 완화해줄 수 있다는 것으로 해석이 가능하다.

넷째, 중년 골프참여자의 여가기능과 사회적 역할 상실감에서 자아존중감은 매개하는 것으로 나타났다. 이는 중년기에 사회적 역할상실감을 낮추기 위한 방안으로써 골프를 통한 여가기능향상과 함께 높은 자아존중감을 유지하도록 하는 다각적인 프로그램이 모색되어야 한다는 것을 의미한다. 이에 대해 구체적으로 살펴보면 다음과 같다. 우선 중년기 골프참여자의 여가기능은 사회적 역할상실감에 직접효과가 나타난 만큼 중년골퍼의 여가기능향상을 위한 방안이 모색되어야 하겠다. 이에 문정원[33]은 여가에 대한 지출이 많을수록 여가에 대한 자신감과 여가를 주체적으로 즐기는 능력이 향상된다고 하면서 골프에 대한 적절한 투자를 장려하였다. 즉, 골프와 같이 다른 종목에 비해 상대적으로 많은 비용이 발생하는 종목에서 많은 투자를 요구한다는 것은 오히려 역효과를 초래할 수 있기 때문에 골프에 대한 체계적인 비용지출 계획과 이에 대한 합리적 실행이 필요한 것이다. 이러한 노력은 골프에 대한 점진적 기능 향상에 도움이 될 것이라 여겨지며 나아가 이를 통한 사회적 역할상실감의 완화에 실질적인 대안이 될 것이라 생각한다.

또한, 자아존중감의 간접효과가 본 연구의 결과에서 증명되었듯이 중년 골프참여자의 자아존중감을 높이려는 노력이 필요하다. 자아존중감이 낮은 사람들에게서는 낙담과 같이 부정적 정서와 연관된 감정이나 정신적인 상태를 경험하게 되며[34], 이로 인해 질병에 걸리기 쉽고, 소외감이나 무력감을 느끼며, 자신의 삶을 조절할 수 없는 것처럼 느끼기 쉽다. 또한 점점 의존적인 사람이 되어 가고 주변 환경을 조절하는 능력 또한 현저히 감소하게 된다[35]. 이에 이봉진과 홍상욱[13]은 자아존중감을 높이기 위한 방법으로 바람직한 여가스포츠 활동의 중요성을 강조한바 있으며, 이제행과 조건상[36], 김학관과 윤상영[37]의 연구에서는 노인의 자아존중감을 높이기 위한 여가스포츠로써 골프를 선택하였다. 골프를 통한 자아존중감 향상은 스트레스와 부정적인 감성에게서 자신을 보호하는 역할을 하여 개인적 순응을 높여주는 작용을 했기 때문이다. 이에 자아존중감을 높이기 위해 사회관계 부족으로 인한 고립감의 해소가 중요하다고 하면서 주변인들의 정서적 지원이 삶의 행복감을 배가시켜 자기개발과 자기존중의 토대가 된다고 주장하였다. 따라서 골프를 통한 사회연결망 구축은 중년기 골퍼의 자아존중감을 효과적으로 높일 수 있는 단초를 제공할 것이라 판단된다.

## 5. 결론 및 제언

본 연구는 중년기의 골프참여자를 대상으로 여가기능과 자아존중감 및 사회적 역할상실감의 관계를 규명하여 초고령화 시대를 맞이하는 현 시점에서 골프를 통한 바람직한 여가선용 나아가 건강한 노후 준비에 대한 기초 자료를 제공하는데 목적을 두고 진행되었다. 연구대상은 서울, 경기지역에 소재에 있는 실내, 외 골프연습장에서 골프에 참여하고 있는 중년 아마추어 골퍼 201명을 대상으로 실시하였다. 본 연구의 자료처리는 SPSS 18.0과 Amos 18.0을 이용하여 빈도분석, 신뢰도 분석, 확인적 요인분석, 상관관계분석과 구조방정식모형분석을 실시하였다. 본 연구의 결과는 다음과 같다. 첫째, 중년 골프참여자의 여가기능은 자아존중감에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 둘째 중년 골프참여자의 여가기능은 사회적 역할 상실감에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 셋째, 중년 골프참여자의 자아존중감은 사회적 역할 상실감에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 넷째, 중년 골프참여자의 여가기능과 사회적 역할 상실감에서 자아존중감은 매개하는 것으로 나타났다.

이상의 결과를 바탕으로 제언을 하면 다음과 같다. 첫째, 본 연구에서는 연구 참여자를 서울, 경기지역의 중년으로 연구대상으로 정하였다. 따라서 다른 지역과 단체의 중년을 대상으로 한다면 더욱 의미 있는 결과를 도출할 수 있을 것이라고 생각된다. 둘째, 중년에게 영향을 미칠 다양한 변인들로 연구를 진행하여 그들의 행복한 노후를 설계할 수 있는 방안을 모색할 필요가 있다.

## References

[1] Statistics Korea, "Senior statistics." 2016.  
 [2] National Health Insurance Service, "Effective management of elderly medical expenses for aged society." 2017. <http://www.nhis.or.kr>.  
 [3] Kookje Newspaper, "Health happiness city sports are welfare." 2017. 08. 31. <https://www.kookje.co.kr/news2011/asp/newsbody.asp?code=0700&key=20170901.22003013926>  
 [4] H. J. Lee, "Study the Relationship between Old People's Leisure Activities and their Leisure Experiences during the Middle and Prime Years of their Lives." Unpublished Master Dissertation, Se-Jong University, 2003.  
 [5] J. M. Sung, G. H. Bang, M. A. Kong, & H. S. Kang, "The effects of aerobic exercise on blood lipids, stress

and growth hormones of middle-aged women based on NaB golf training." Journal of Korean Society of Exercise Physiology, Vol. 21, No. 4, pp. 446-455, 2012. DOI: <https://doi.org/10.15857/ksep.2012.21.4.445>  
 [6] P. A. Witt, & G. D. Ellis, "The leisure and diagnostic battery: Conceptualization, development, reliability, validity and scoring." Denton, Texas: North Texas State University, 1987.  
 [7] S. D. Kim, "The effects of physical Leisure activities on social role Loss and the recognition of Life's quality in the elderly." Korean Journal of Leisure, Recreation & Park, Vol. 33, No. 3, pp. 69-83, 2009.  
 [8] S. I. Kim, & H. O. Oh, "The Relationship among Social Support, Self-regulation and Depression for the Elderly Participating in Physical Activity." Journal of Sport and Leisure Studies, Vol. 57, pp. 673-683, 2014  
 [9] C. E. Park, "The structural relationship among elderly volunteer activity satisfaction, social role loss, and Life satisfaction. Unpublished Master Dissertation, Korea University, 2013.  
 [10] Leitner, Michael J. & Leitner, Sara F. "Leisure in later life: a source book for the provision of recreational services for elders." New York: Hawarth, 1985.  
 [11] D. H. Kim, B. H. Oh, H. K. Lee, & K. J. Yoo, "Effect of Elderly Leisure Functioning on Depression Scale." Journal of Korean Geriatric Psychiatry, Vol. 1, No. 1, pp. 73-80, 1997.  
 [12] S. I. Kim, & J. E. Park, "Structural Relationship among Leisure Function, Social Role Loss and Depression of Older Adults Participants of Leisure Sport." Journal of Sport and Leisure Studies, Vol. 63, pp. 573-584, 2016.  
 [13] B. J. Lee, & S. W. Hong, "The Effect of Older People's Leisure Activities on Their Self-Esteem and Life Satisfaction." Tourism Institute of Northeast Asia, Vol. 8, No. 2, pp. 139-156, 2012.  
 [14] S. W. Jang, "The Effects of Leisure Flow on Self-Esteem and Psychological Well-Being of College Students Participating in Leisure Sports." Unpublished Master Dissertation, Woo-Suk, University, 2017.  
 [15] J. M. Park, "Study on the effects of engagement and flow in jazz dance on body image and self-esteem." Unpublished Doctoral Dissertation, Ewha, University, 2007.  
 [16] N. H. Cho, & C. H. Sung, "Effects of Stress and Self-esteem on Depression in Middle-aged Women and Middle-aged Men." Journal of the Korea Convergence Society, Vol. 7, No. 6, pp. 89-97, 2016. DOI: <https://doi.org/10.15207/JKCS.2016.7.6.089>  
 [17] M. S. Yoon, M. S. Lee, N. H. Kim, & H. S. Jung, "A Study on the Mediating Effects of Self-Esteem on the Relationship Between Loss and Depression among children in Divorced Families." Korean Journal of Family Social Work, Vol. 35, pp. 73-104, 2012. DOI: <https://doi.org/10.16975/kjfs.2012.35.003>  
 [18] H. J. Won, "Translation Study of Leisure Diagnostic

- Battery." Korean Journal of Leisure, Recreation & Park, Vol 6, No. 1, pp. 101-106, 1989.
- [19] G. Chen, M. S. Gully, & D. Eden, "Validation of a new general self-efficacy scale." Organizational Research Methods, Vol. 4, No. 1, pp. 62-83, 2001.  
DOI: <https://doi.org/10.1177/109442810141004>
- [20] Y. S Kim, & S. H. Kim, "A Study on Relationship among Self-Leadership, Teamwork, Self-Efficacy, Job Satisfaction, Organizational Commitment and Job Performance of Hotel Staffs." Tourism Management, Vol. 12, No. 2, pp. 97-108, 2010.
- [21] C. H. Lee, "Activity of roles and life satisfaction among the elderly men." Unpublished Master Dissertation, Seoul National University, 1993.
- [22] P. M. Bentler, "Comparative fit indices in structural models." Psychological Bulletin, Vol. 107, pp. 238-246, 1990.
- [23] P. M. Bentler and D. G. Bonett, "Significance tests and goodness of fit in the analysis of covariance structures." Psychological Bulletin, Vol. 88, No. 3, pp. 588-606, 1980.
- [24] K. G. Jorekog and D. Sorbom, "A guide to program and applications." SPSS Publications, Chicago, 1989.
- [25] J. H. Steiger, and J. C. Lind, "Statistically-based tests for the number of common factors." Paper presented at the Annual Spring Meeting of the Psychometric Society, Iowa City, 1980.
- [26] S. Hong, "The criteria for selecting appropriate fit indices in structural equation modeling and their rationales." Korean Journal of Clinical Psychology, Vol. 19, No. 1, pp. 161-177, 2000.
- [27] J. F. Hair, W. C. Black, B. J. Babin and R. E. Anderson, "Multivariate data analysis(7th ed.," Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall, 2006.
- [28] D. H. Choi, "Structural Relationships among Perceived Leisure Function, Leisure Flow, and Psychological Well-being of Participants in Leisure Sports." Korean Journal of Leisure, Recreation & Park, Vol. 33, No. 4, pp. 171-181, 2009.
- [29] A. R. Choi, Y. J. Yoon, & G. H. Lee, "The Analysis of Mediating Effects of Leisure Satisfaction and Leisure Flow Within the Relationship of Leisure Function and the Psychological Well-Being of Participants in Leisure Sports." International Journal of Human Movement Science, Vol. 51, No. 1, pp. 377-386, 2012.
- [30] C. C. Riddick, "Leisure satisfaction processors." Journal of Leisure Research, Vol. 18, No. 4, 259-265, 1989.
- [31] J. Y. Lee, "The effect of family leisure activities and leisure function on adolescent psychological well-being." Korean Journal Of Counseling & Psychotherapy, Vol. 3, No. 2, pp. 21-34, 2012.
- [32] K. L. Siegenthaler, & J. Vaughan, "Older women in retirement communities: Perceptions of recreation and leisure." Leisure Sciences, Vol. 20, pp. 53-66, 1998.  
DOI: <https://doi.org/10.1080/01490409809512264>
- [33] J. W. Moon, "The Structural Relationship Among Leisure Involvement, Leisure Function, Leisure Adherence in Golfers." Unpublished Doctoral Dissertation, Yong-In University, 2014.
- [34] K. O. Lee, "The Influence of Leisure Commitment on Leisure Satisfaction and Life Satisfaction in the Leisure Activities of the Aged." Tourism Management, Vol. 19, No. 6, pp. 117-133, 2010.
- [35] Y. W. Kim, "Effects of social support on mental health, leisure satisfaction, and self-respect in Taekwondo trained elderly." Unpublished Doctoral Dissertation, Korea University, 2009.
- [36] J. H. Lee, & G. S. Cho, "The Effects of ego resilience and self-esteem on life satisfaction of senior golf participants." Journal of the Korea Convergence Society, Vol. 8 No. 10, pp. 407-416, 2017.  
DOI: <https://doi.org/10.15207/JKCS.2017.8.10.407>
- [37] H. K. Kim, & S. Y. Yoon, "Structural Relationship between Social Support, Life Satisfaction, and Self-esteem of Senior Citizens who use a Driving Range in a big City." The Korean Society of Sports Science, Vol. 24, No. 5, pp. 269-281, 2015.

최 석 환(Suk-hwan Choi)

[정회원]



- 2009년 2월 : 연세대학교 일반대학원 사회체육학과 (사회체육학 석사)
- 2013년 2월 : 연세대학교 일반대학원 (스포츠레저학 박사)
- 2013년 3월 ~ 현재 : 백석대학교 스포츠과학부 외래교수

<관심분야>

스포츠경영, 스포츠여가, 스포츠사회심리

설 수 황(Su-hwang Seol)

[정회원]



- 2011년 8월 : 연세대학교 일반대학원 스포츠레저학과 (스포츠레저학 석사)
- 2015년 8월 : 연세대학교 일반대학원 (스포츠레저학 박사)
- 2018년 9월 ~ 현재 : 연세대학교 스포츠응용산업학과 연구교수

<관심분야>

스포츠 IT, 스포츠 경영, 스포츠여가