

중장년층의 해양치유 프로그램 참여동기가 심리적 행복감에 미치는 영향 -가족응집력의 매개효과-

신소정¹, 조성제^{2*}

¹가톨릭관동대학교 치매전문재활학과, ²동방문화대학원대학교 문화예술콘텐츠학과

The Effect of Middle-Aged People's Participation Motivation in Marine Healing Programs on Psychological Happiness - Verification Effect of Family cohesion

So-Jeong Shin¹, Sung-je Cho^{2*}

¹Department of Rehabilitation for Dementia, Catholic Kwandong University

²Department of Culture and Arts Contents, Dongbang Culture Graduate University

요약 본 연구에서는 중장년층의 해양치유 프로그램 참여동기가 심리적 행복감에 미치는 영향과 가족응집력의 매개효과를 검증하는 것이다. 이를 바탕으로 가족응집력과 심리적 행복감 향상을 위한 방향을 제시하는데 있다. 이를 위하여 강원도 소재 성인학습자 389명을 대상으로 심리적 행복감 변인을 측정하기 위한 검사를 실시하였다. 조사도구로 독립변수는 참여동기, 매개변수로서 가족응집력, 종속변수로서 심리적 행복감을 선정하였다. 중장년층의 해양치유 프로그램 참여동기는 심리적 행복감에 영향을 미치고, 가족응집력은 중장년층의 심리적 행복감에 긍정적 영향을 미치는 것으로 확인되었다. 또한 가족응집력의 매개효과를 확인하였다. 추후 현대 사회에 만연된 와해된 가족기능의 연구를 위한 기초가 된다고 하겠다. 앞으로의 후속연구는 해양치유 프로그램의 참가과정에서 발생 될 수 있는 변인들과의 관계분석을 통한 노력이 필요할 것으로 사료된다.

Abstract This study verifies the effect of motivation in middle-aged adults participating in marine healing programs on psychological well-being, as well as the mediating effect of family cohesion. Based on this, we present directions for improving family cohesion and psychological well-being. To that end, 389 adult learners in Gangwon-do were tested to measure variables for psychological happiness. As research tools, independent variables were selected as motivation for participation, using family cohesion factors as parameters and aspects of psychological well-being as dependent variables. We confirmed that the motivation in middle-aged adults to participate in the marine healing programs had an effect on psychological well-being, and family cohesion had a positive effect on psychological well-being in those middle-aged adults. In addition, the mediating effect of family cohesion was confirmed. In the future, these results will be the basis for a study of the destroyed family functions prevalent in modern society. Future follow-up studies will require efforts through relationship analysis with variables that may occur during the process of participating in marine healing programs.

Keywords : Middle-Aged People, Motivation to Participate, Family Cohesion, Psychological Well-Being, Marine Healing Programs

*Corresponding Author : Sung-je Cho(Dongbang Culture Graduate Univ.)

email: chosj715@daum.net

Received September 29, 2021

Accepted December 6, 2021

Revised November 26, 2021

Published December 31, 2021

1. 서론

1.1 연구의 필요성

인간은 태어나면서부터 사망에 이르기까지 전 생애에 걸쳐 단계적인 발달과 변화를 거듭한다. 특히, 여러 생애 주기 형태 중에 중장년층은 이전 연령대와 달리 본격적인 신체적 노화, 자녀의 성장과 독립, 오랜 경력 단절에 대한 박탈감, 갱년기의 우울 등을 직면하게 되는 중요한 시기라고 볼 수 있다.

또한 중장년들은 본인들의 노후뿐만 아니라 부모와 자녀의 이중부양 부담으로 인한 경제적 부담이 상당히 큰 세대로 고용환경이 불안정해지면서 빈곤층으로 전락할 가능성이 있다. 이러한 문제들은 노후에 대한 불확실성에 대한 막연한 불안을 경험하게 된다. 노후에 대한 막연한 불안 중 건강 및 경제에 대한 준비 부족은 저출산 고령화시대로 대변되는 현 사회에 매우 중요한 관심사로 부각됨에도 불구하고 중장년들은 각종 복지, 정책 등에서 상대적으로 소외되어 있다. 이러한 사회의 변화와 위기는 중장년층의 심리적으로 행복감이 높지 않을 것으로 확인된다.

심리적 행복감이란 일상생활을 구성하는 활동으로부터 자신의 생활에 의미, 성취와 책임감 및 목적 등을 느끼며 긍정적인 자아상을 가지고 자신의 가치를 느끼며 낙천적이고 긍정적인 태도와 감정을 유지하는 것이라 말한다[1]. 이러한 심리적 행복감은 해양치유 프로그램을 통해서 증진할 수 있다. 참여동기는 실제 참여하기 전에 어떠한 활동에 참여하게 되는 의식적 또는 무의식적 이유라 할 수 있다[2]. 해양치유 프로그램에서 참여동기는 중장년층의 참여 방식에 대한 설명과 참여 결과의 이해에 도움을 주기 때문에 해양치유 프로그램에 관한 연구에 있어 중요한 위치를 차지한다고 할 수 있다.

또 해양치유 프로그램을 참여하는데 있어서 참여 동기는 참여자의 가족응집력을 향상 시켜주고, 심리적 행복감을 경험하는데 긍정적인 영향을 미칠 것으로 예측된다. 또한 신체적 노화와 심리적 불안으로 인해 가족 구성원 간의 문제가 발생하기도 한다. 즉 중장년층의 신체적 노화와 심리적 불안은 가족 간의 원활하지 않은 의사소통과 무가치감 등으로 심리적 안녕감을 저해하는 요인[4]이며, 가족응집력 저하로 이어지게 된다. 가족응집력은 가족구성원이 서로에 대하여 느끼는 정서적 유대감으로 가족구성원들 간에 서로 분리 또는 연결되어 있는 정도를 측정하는 것이다[5].

또한, 가족 간의 가족응집력 문제로 인하여 가족 기능 저하가 발생되고, 부부, 자녀, 그리고 형제사이의 문제가 발생되고 있다고 하였다[6]. 이러한 문제로 가족은 신체적 문제 및 정신적 문제로 고통 받고 있는 상황이다.

중장년층의 신체적 노화와 심리적 불안은 가족 간의 원활하지 않은 의사소통과 무가치감 등으로 심리적 안녕감을 저해하는 요인과[4], 가족응집력 저하로 이어지게 된다. 또한, 가족 간의 가족응집력 문제로 인하여 가족 기능 저하와 부부, 자녀, 형제 사이의 문제가 발생 된다[5]. 가족응집력 문제는 가족의 신체적 문제 및 정신적 문제로 고통 받고 있는 상황이 된다.

선행연구를 살펴보면, 가족응집력 이 높을수록 가족기능이 효과적이고, 응집력이 높은 기능적인 가족은 스트레스를 감소하고 결혼만족도, 가족과의 관계 그리고 삶의 질에서도 높은 만족도를 보였다. 반면 가족갈등이 높으면 가족응집력에 부정적인 영향을 주어 가족만족도에 장애요인이 되는 것으로 나타났다[7]. 이처럼 가족갈등과 가족만족도에서 가족응집력이 매개효과 기능을 수행하고 있음을 알 수 있다[8].

또한 참여동기란, 활동지향적, 목표지향적, 학습지향적으로 서로 관계가 있으며, 참여동기는 생활만족도를 예측할 수 있다[9]. 또한, 여가스포츠 참여동기는 자아존중감에 긍정적인 영향을 미쳤으며, 자아존중감의 하위요인 중 가족 유대감, 가족 의사소통, 가족문제 해결능력, 가족가치관은 노후준비행동에 유의한 긍정적 영향을 미치는 것으로 확인되었다[10].

따라서 본 연구에서는 중장년층의 해양치유 프로그램 참여동기, 가족응집력, 심리적 행복감의 영향관계를 살펴보고, 중장년층의 해양치유 프로그램 참여동기와 심리적 행복감 간 가족응집력의 매개효과에 관하여 밝히고자 한다. 더불어 중장년층 해양치유 프로그램의 도입을 통한 활성화와 중장년층의 심리적 행복감 향상을 위한 기초자료를 제공하고자 한다.

이러한 연구의 목적을 달성하기 위한 연구문제는 다음과 같다.

- 연구문제 1. 중장년층의 해양치유 프로그램 참여동기, 가족응집력, 심리적 행복감의 관계는 어떠한가?
- 연구문제 2. 중장년층 해양치유 프로그램 참여동기가 심리적 행복감에 어떠한 영향을 미치는가?
- 연구문제 3. 중장년층 가족응집력은 심리적 행복감에 어떠한 영향을 미치는가?

연구문제 4. 중장년층 해양치유 프로그램 참여동기와 심리적 행복감과의 관계에서 가족응집력의 매개효과가 있는가?

2. 연구방법

2.1 연구모형

본 연구는 중장년층의 해양치유 프로그램 참여동기가 심리적 행복감 간에서 가족응집력의 매개효과를 검증하고자 하였다. 본 연구에서의 연구모형은 다음과 같다.

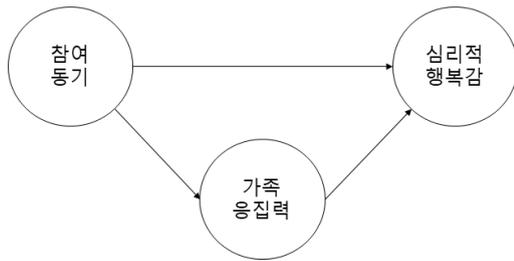


Fig. 1. Research mode

2.2 검사도구

중장년층의 심리적 행복감에 영향 관계에 있는 변인과 이를 측정하기 위하여 참여동기, 가족응집력, 심리적 행복감 검사 도구를 선정하였다. 각 검사 도구에 관한 내용은 다음과 같다.

2.2.1 참여동기

본 연구에서는 중장년층에 대한 참여동기를 측정하기 위하여 [11]의 SMS-28(sport motivation scale)과 [12]의 LIM(Leisure Intrinsic Motivation)을 기초로 [13]이 수정 개발한 변안하여 [14]의 사용했던 설문지를 본 연구의 취지와 여건에 맞게 변안하여 탐색적 요인 분석을 실시하여 사용하였다. 이 구성은 총 24문항으로 하위 개념을 즐거움 요인 4문항, 기술발달 및 성취감 요인 7문항, 사교 요인 4문항, 외적과시 요인 4문항, 무동기 5문항 등 5개의 하위 요인으로 구성되어 있다. 이 척도는 리커트(Likert) 5점 척도는 총점이 높을수록 참여동기가 높다는 것을 의미한다. [14]연구에서 신뢰도는 참여동기의 기술발달과 성취감 .892, 무동기 .797, 사교모임 .789, 즐거움 .815, 외적과시 .787, 사교 .790이었다. 본 연구에서 신뢰도 Cronbach's α 값은 즐거움, 64, 기

술발달 및 성취감, .85, 사교 .85, 외적과시 .65, 무동기 .66, 전체 .85이었다. 참여동기 척도의 구성은 <Table 1>과 같다.

Table 1. Reliability of participation motivation scale

| Sortation | Number of questions | Cronbach α |
|--|---------------------|-------------------|
| Joy | 8 | .64 |
| Technology development and sense of accomplishment | 6 | .89 |
| Socializing | 4 | .85 |
| Show off your appearance | 4 | .65 |
| Unmotivatedn | 5 | .66 |
| All | 24 | .85 |

2.2.2 매개변수 : 가족 응집력

본 연구에서는 중장년층에 대한 가족응집력을 측정하기 위하여 [15]이 제작한 FACESIII(Family Adaptability and Cohesion Evaluation Scale III)를 [16]가 수정·보완한 설문을 사용하였다. 이 척도는 가족응집력 및 가족 적응성 정도를 평가하기 위해 개발되었으며 자기 보고식 측정도구다. 가족응집력 문항(10개)과 가족 적응성 문항(10개)으로 총 20개 문항으로 구성되어 있고 응답형식은 5점 리커트 척도로 '전혀 그렇지 않다' 1점에서 '매우 그렇다' 5점까지 점수가 높을수록 가족응집력과 가족적응성이 높은 것을 의미한다. 본 연구에서는 두 영역을 합하여 '가족응집력'이라 하고, 가족 산림치유 프로그램이 가족적응성과 가족응집력 전반에 미치는 영향을 함께 설문하였다. [16]의 연구에서의 신뢰도 Cronbach's $\alpha = .85$ 이었고, 본 연구에서의 Cronbach's $\alpha = .89$ 로 나타났다. 가족응집력 척도 하위요인별 문항 구성은 <Table 2>와 같다.

Table 2. Reliability on the family cohesion scale

| Sortation | Number of questions | Cronbach α |
|---------------------|---------------------|-------------------|
| Adaptability | 10 | .78 |
| cohesive attraction | 10 | .92 |
| All | 20 | .886 |

2.2.3 심리적 행복감

본 연구에서는 심리적 행복감의 측정은 [17]의 PEAQ

(Personally Expressive Activities Question naire)와 심리적 행복감 척도의 하위요인인 자기수용성, 생활 목표 요인을 참고로 하여 제작된 검사지를 [18]이 수정 개발하고 사용하였던 것을 본 연구에 맞도록 재구성하여 총 20문항으로 즐거움에 관한 11문항, 자신감에 관한 질문 9문항으로 구성하였다. 이 척도는 리커트(Likert) 5점 척도는 총점이 높을수록 심리적 행복감이 높다는 것을 의미한다. [18]연구에서 신뢰도 Cronbach's α 심리적 행복감은 .902~.938로 비교적 양호하게 나타났다. 본 연구에서는 신뢰도 Cronbach's α 값은 즐거움 .73, 자신감 .92 전체 .78이었다. 심리적 행복감 척도구성은 <Table 3>과 같다.

Table 3. The reliability of psychological happiness scale

| Sortation | Number of questions | Cronbach α |
|------------|---------------------|-------------------|
| enjoyment | 11 | .73 |
| Confidence | 9 | .92 |
| All | 20 | .78 |

2.3 연구대상

본 연구에서 대상은 강원도 중장년층을 대상으로 2021년 5월 1일부터 2021년 7월 31일까지 3개월간 설문 조사하였다. 표본추출방법의 임의표집 방법에 따라 자기기입식 설문방식을 활용하여 설문 내용에 응답하도록 하여 온라인 설문조사를 하였다. 설문 대상은 총 400명을 대상으로 실시 하였으며, 설문에 응답한 396부 중 불성실한 설문 7부를 제외하고 성실히 응답한 389부를 최종적으로 분석에 활용하였다. 연구에 참여한 중장년층의 인구통계학적 특성은 다음과 같다. 연령은 60세 이상이 44.0%(171명), 45~49세가 22.6%(88명), 50~54세가 22.4%(87명), 55~59세가 11.1%(43명)순으로 조사되었다. 최종학력은 전문대학교 졸업이 59.9%(233명)으로 가장 많은 것으로 나타났으며, 4년제 대학교 졸업이 32.1%(125명), 고등학교 졸업이 5.9%(23명), 대학원 졸업이 21%(8명)으로 나타났다. 결혼상태는 결혼이 85.9%(334명), 사별이 14.1%(55명)으로 나타났다. 월평균 가구소득은 251만원~300만원 이하가 45.2%(176명)으로 가장 높은 비율을 보였으며, 101만원~250만원 이하가 27.0%(105명), 200만원 이하가 14.9%(58명), 301만원 이상이 12.9%(50명)순으로 나타났다. 종교는 무교가 51.7%(201명), 불교가 24.2%(94명), 개신교가

15.4%(60명), 천주교가 4.9%(19명), 기타가 3.9%(15명)순으로 나타났다.

2.4 연구절차 및 자료분석

본 연구는 해양치유 프로그램 참여 중장년층을 대상으로 자기기입식 설문조사를 통해 수집한 자료를 연구에 활용하였다. 자료수집은 연구참여자에게 연구의 목적을 충분히 설명한 후, 중장년 참여자들의 자발적 참여를 절차를 통해 진행하였다. 설정한 연구문제의 분석을 위해 수집된 자료는 통계프로그램 SPSS 25.0을 사용하여 다음과 같은 분석방법으로 실시하였다. 첫째, 각 측정 도구의 평균, 표준편차, 주요 변수 간의 관련성 등을 알아보기 위하여 기술통계 및 상관관계를 분석하였다. 둘째, 각 측정 도구의 타당도 검증 및 신뢰도 분석을 하였다. 셋째, 주요 변수인 참여동기, 가족응집력, 심리적 행복감 간의 인과관계를 알아보기 위하여 단순·다중회귀분석을 실시하였다. 다섯째, 참여동기와 심리적 행복감과의 관계에서 매개변수인 가족응집력의 매개효과를 알아보기 위하여 3단계 매개효과 분석 및 통계적 유의성 검증을 위하여 소벨 테스트(Sobel Test)를 실시하였다. 이상과 같은 분석은 모두 유의수준 $p < .05$ 에서 검증하였다.

3. 연구결과

3.1 중장년층의 참여동기, 가족응집력, 심리적 행복감의 기술통계

본 연구에서 활용한 주요 변인들의 분포 경향성을 알아보기 위하여 기술통계를 실시하였다. 구체적으로 살펴보면, 중장년층의 참여동기($M=3.884$.03) 전체 점수는 평균 점수보다 높은 것으로 나타났다. 참여동기 하위요인별 평균은 사교($M=4.37$)요인이 가장 높게 나타났으며, 외적과시($M=4.12$), 무동기($M=3.99$), 기술발달 및 성취감($M=3.96$) 즐거움($M=3.70$)으로 나타난 것을 알 수 있다. 중장년층이 지각한 가족응집력($M=3.73$) 전체 점수는 평균 점수보다 높게 나타났다. 가족응집력의 하위요인별 평균을 살펴보면, 응집력($M=3.82$) 요인이 적응성($M=3.63$) 요인으로, 모두 평균 점수보다 높게 나타난 것을 알 수 있다.

심리적 행복감($M=3.43$) 전체 점수는 평균 점수보다 다소 높은 것으로 나타났다. 중장년층의 심리적 행복감 하위요인별 평균은 자신감($M=3.83$) 요인이 가장 높게

나타났으며, 즐거움(M=3.02)으로 나타난 것을 알 수 있다. 주요변수에 대한 기술통계 분석결과는 <Table 4>와 같다.

Table 4. Descriptive statistics(N=389)

| Sortation | | Minimum value | Maximum value | M | SD |
|------------------------------|--|---------------|---------------|------|------|
| Motivation for participation | Joy | 1.75 | 5.00 | 3.70 | 1.71 |
| | Technology development and sense of accomplishment | 2.00 | 5.00 | 3.96 | 3.35 |
| | Socializing | 1.75 | 5.00 | 4.37 | 2.39 |
| | Show off your appearance | 2.00 | 5.00 | 4.12 | 2.76 |
| | Unmotivatedn | 1.60 | 5.00 | 3.99 | 2.40 |
| All | | 1.82 | 5.00 | 4.03 | 2.52 |
| Family cohesion | Adaptability | 2.30 | 5.00 | 3.82 | 5.93 |
| | cohesive attraction | 2.20 | 5.00 | 3.63 | 4.72 |
| total | | 1.88 | 5.00 | 3.83 | 2.53 |
| Psychological happiness | Joy | 1.73 | 5.00 | 3.02 | 5.94 |
| | Confidence | 2.33 | 5.00 | 3.83 | 4.97 |
| | All | 1.88 | 5.00 | 3.83 | 2.53 |

3.2 중장년층의 참여동기, 가족응집력, 심리적 행복감의 상관관계 분석

각 주요 변수 간의 관련성을 알아보기 위하여 상관분석을 실시하였다. 일반적으로 독립변인 간 다중공선성을 진단하는 경우 상관관계에 있어 $r=0.8$ 이상일 경우 의심한다. 상관관계분석 결과를 보면 상관관계 계수의 범위는 $r=0.17\sim 0.83$ 정도로 독립변인 간 상관이 높지 않았다. 더불어 보통 다중공선성을 판단할 때 팽창계수(VIF) 값과 공차한계 수치를 확인하는데 VIF값이 10보다 작고, 공차한계가 1보다 작으면, 그리고 Durbin-Watson 값이 2에 가까울수록 다중공선성이 없다고 판단할 수 있다. 본 연구에서 다중공선성을 체크한 결과 VIF값이 10보다 작고, 공차 한계값 또한 1보다 모두 작은 것으로 나타나 다중공선성이 없음을 확인하였다. 상관관계 분석결과, 참여동기와 가족응집력, 심리적 행복감 요인 간의 관련성은 정(+)의 상관관계를 보이는 것으로 나타났다. 참여동기 요인과 가족응집력 요인과의 관계는 보통 수준의 양의 상관관계를 보이는 것으로 나타났다($r=.18\sim r=.70$, $p<.01$). 또한 참여동기 요인과 심리적 행복감 요인과의 관계도 보통 수준의 양의 상관관계를 지니는 것으로 확

인되었다($r=.15\sim r=.47$, $p<.01$). 한편, 가족응집력 요인과 심리적 행복감 요인과의 관계를 살펴보면, 다소 높은 수준의 양의 상관관계를 보이는 것으로 나타났다($r=.62\sim r=.83$, $p<.01$). 이러한 결과는 각 상관관계 수치가 통계적 유의수준 아래에서 관련성이 있음을 보여주고 있는 것이다. 각 주요 변수 간의 상관관계를 분석한 결과는 <Table 5>와 같다.

Table 5. Correlation between major variables.

(N=389)

| Sortation | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
|------------------------------|---|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-----|
| Motivation for participation | 1 | - | | | | | | | |
| | 2 | .57** | - | | | | | | |
| | 3 | .60** | .77** | - | | | | | |
| | 4 | .39** | .54** | .64** | - | | | | |
| | 5 | .25** | .50** | .60** | .25** | - | | | |
| Family cohesion | 6 | .41** | .43** | .44** | .32** | .28** | - | | |
| | 7 | .32** | .32** | .37** | .29** | .18** | .70** | - | |
| Psychological happiness | 8 | .01 | .19** | .17** | .23** | .15** | .03 | .83** | - |
| | 9 | .43** | .44** | .47** | .30** | .27** | .06 | .62** | .06 |
| | | | | | | | | | - |

** $p<.01$

Category: 1. Joy, 2. Technology Development and Achievement, 3. Socialism, 4. Externality, 5. Unmotivated, 6. Cohesion, 7. Adaptability, 8. Joy, 9. Confidence

3.3 중장년층의 참여동기가 심리적 행복감에 미치는 영향

중장년층의 참여동기가 심리적 행복감에 미치는 영향력을 회귀분석을 시행해 알아보았다. 회귀분석을 시행한 결과가 <Table 6>과 같다. 회귀분석 결과를 살펴보면 우선, 첫 번째 독립변인인 참여동기에 학력($\beta=.10$, $p<.05$), 즐거움($\beta=.21$, $p<.001$), 사교($\beta=.25$, $p<.01$)이 유의한 영향을 미치고 있음을 알 수 있다. ΔR^2 는 해당 변수가 회귀모형에 투입될 때 설명력의 변화량을 보여준다. 우선, 중장년층의 해양 프로그램 참여동기가 심리적 행복감 모형은 26%($\Delta R^2=.26$)의 설명된다. 구체적으로 심리적 행복감을 설명하는 상대적 영향력에 있어 사교가 가장 컸으며, 다음으로 즐거움, 학력으로 순차적으로 설명하였다.

Table 6. Regression analysis results (N=389)

| Sortation | Model | | |
|--|--------------------|---------|---------|
| | B | β | t |
| Joy | .62 | .21 | 3.69*** |
| Technology development and sense of accomplishment | .20 | .13 | 1.88 |
| Socializing | .52 | .25 | 2.77** |
| Show off your appearance | -.03 | -.02 | -.27 |
| Unmotivatedn | .01 | .00 | .05 |
| R ² | .28 | | |
| Δ R ² | .26 | | |
| F(df1, df2) | 14.62*** (10, 378) | | |

p<0.01, *p<0.001

3.4 중장년층의 가족응집력이 심리적 행복감에 미치는 영향

가족응집력이 심리적 행복감에 미치는 영향력을 회귀 분석을 시행해 알아보았다. 회귀분석을 시행한 결과가 <Table 7>과 같다. 회귀분석 결과를 살펴보면 우선, 첫 번째 종속변인인 심리적 행복감에 응집력($\beta=.76$, $p<.001$), 적응성($\beta=.09$, $p<.01$)이 유의한 영향을 미치고 있음을 알 수 있다. ΔR^2 는 해당 변수가 회귀모형에 투입될 때 설명력의 변화량을 보여준다. 우선, 중장년층의 가족응집력이 심리적 행복감 모형은 69%($\Delta R^2=.69$)의 설명이 된다. 구체적으로 심리적 행복감을 설명하는 상대적 영향력에 있어 응집성이 가장 컸으며, 다음으로 적응성으로 순차적으로 설명하였다.

Table 7. Regression analysis results (N=389)

| Sortation | Model | | |
|-------------------------|--------------------|---------|----------|
| | B | β | t |
| Adaptability | .64 | .76 | 19.10*** |
| cohesive attraction | .09 | .09 | 2.26** |
| R ² | .69 | | |
| Δ R ² | .69 | | |
| F(df1, df2) | 123.26*** (7, 381) | | |

p<0.01, *p<0.001

3.5 중장년층의 해양치유프로그램 참여동기와 심리적 행복감과의 관계에서 가족응집력의 매개효과

중장년층의 해양치유 프로그램 참여동기가 심리적 행

복감과의 관계에서 가족응집력의 매개효과를 분석하기 위하여 아래 <Table 8>과 같이 3단계의 절차를 거쳤다.

Table 8. Mediation effect verification procedure

| Sortation | Independent variable of regression equation | Independent variable of regression equation |
|-----------|---|---|
| Step 1 | Independent variable | Parameters |
| Step 2 | Independent variable | Dependent variable |
| Step 3 | Independent variable+Parameters | Dependent variable |

가족응집력의 매개효과를 분석한 결과가 <표 9>와 같이, 1단계에서 참여동기가 가족응집력에 통계적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 확인되었다. 또한 2단계인 참여동기가 심리적 행복감 간에서도 통계적으로 유의한 영향력을 미치는 것으로 확인되었다. 3단계에서도 통계적으로 유의한 영향력을 미치는 것으로 확인되었다. 이는 가족응집력이 부분 매개효과가 있음을 알 수 있었다.

Table 9. The mediating effect of family cohesion (N=389)

| Sortation | variable | B | β | t | F | R ² |
|---|--|-----|---------|-----------|-----------|----------------|
| Step 1 Independent variable→Parameters | Motivation for participation→Family cohesion | .46 | .48 | -10.39*** | 107.96*** | .22 |
| 2단계 Independent variable→Dependent variable | Motivation for participation→Psychological happiness | .12 | .15 | 2.99** | 8.95** | .02 |
| 3단계 Independent variable·Parameters→Dependent variable | Motivation for participation→Psychological happiness | .12 | .15 | 2.99** | 69.94*** | .26 |
| | Family cohesion→Psychological happiness | .45 | .56 | 11.31*** | | |

p<0.01, *p<0.001

가족응집력의 매개효과 검증을 위에서 확인한 바와 같이 참여동기와 심리적 행복감 간에서 가족응집력이 매개하는 것으로 나타났다. 이와 같이 매개효과가 통계적으로 유의미한지를 검증하기 위해 Sobel test를 실시하였다. Sobel test를 하기 위한 검증공식은 다음과 같다.

$$Z_{ab} = \frac{a \times b}{\sqrt{(a^2 \times seb^2) + (b^2 \times sea^2)}}$$

a(Non-standardization coefficient) :Motivation for participatio → Family cohesion SEa : a의 Standard deviation

b(Non-standardization coefficient) : Family cohesion → Psychological happiness

SEb : b의 Standard deviation

참여동기와 심리적 행복감 간 가족응집력의 부분 매개 효과가 있음을 확인하였다. 이 두 변수의 매개효과가 통계적으로 유의미한지 검증해 보기 위하여 단순매개 한계치를 구하는 Sobel Test를 실시한 그 결과는 <Table 10>과 같다.

Table 10. Sobel Test (N=389)

| Pathway | a(SEa) | b(SEb) | Zab |
|--|-----------|-----------|----------|
| Motivation for participation → Family cohesion→ Psychological happiness | .48(.100) | .56(.057) | 3.182*** |

***p<.001

Sobel test로 검증한 결과, Z값은 3.182으로 가족응집력의 매개효과가 통계적으로 유의한(p<.001) 것으로 나타났다. 이는 가족응집력이 중장년층의 참여동기와 심리적 행복감 관계를 유의하게 매개하고 있다는 것을 의미한다.

4. 결론

중장년의 해양치유 프로그램 참여동기와 가족응집력, 심리적 행복감은 정(+)의 상관관계를 보이는 것으로 나타났다. 이는 [19]의 연구결과 유사하게 나타났다. 중장년층의 해양치유 프로그램 참여가 가족응집력과 심리적 행복감과 긍정적 관계를 가지고 있음을 알 수 있다. 또한 중장년층의 참여동기의 하위변수인 즐거움, 사교가 심리적 행복감에 유의한 영향을 미치고 있음을 알 수 있다. 이는 [20]의 연구를 지지하는 결과이다. 중장년층의 해양 프로그램 참여가 심리적 행복감을 높일 수 있는 긍정적

변인으로 볼 수 있다. 중장년층은 가족생활, 사회적 생활 등에서 오는 스트레스 등을 해양치유 프로그램 참여를 통해 심리적 안정감을 느낄 수 있으므로 심리적 행복감이 높아진다고 할 수 있다. 따라서 중장년층의 심리적 행복감을 증진할 수 있는 다양한 집단프로그램이 개발되고 시행되어야 할 것이다.

중장년층의 가족응집력의 하위변수인 응집력, 적응성이 심리적 행복감에 유의한 영향을 미치는 것으로 확인되었다. 이는 [21]의 연구와 유사하게 나타났다. 중장년층에 해양치유 프로그램 참여를 통해 가족 간의 응집력이 증진되어 심리적 행복감이 높아진다는 것을 알 수 있다. 중장년층의 자녀 독립 등 빈둥지 증후군 등 부정적 감정을 느끼기 시기라 할 수 있다. 가족 내 대화를 활발하게 하여 서로의 고민이나 갈등을 이해하고 그를 통해 관심과 애정을 확인할 수 있는 기회가 심리적 행복감을 주는 요인들이다. 이러한 가족응집력은 중장년층의 심리적 행복감에 긍정적 영향력을 주는 변인으로 가족응집력을 증진할 수 있는 방안이 필요하다.

가족응집력이 중장년층의 참여동기와 심리적 행복감 관계를 유의하게 매개하고 있다는 것을 확인하였다. 이는 [22]의 연구와 유사한 결과로 나타났다. 중장년층의 해양치유 프로그램 참여가 높을수록 가족응집력이 높아졌다. 또한 해양치유 프로그램을 통한 중장년층이 심리적 행복감이 증진됨으로써 가족응집력이 높아진다고 할 수 있다. 이는 참여동기가 높을수록 가족응집력에 긍정적 영향을 미치고 심리적 행복감이 높아진다는 결과를 얻을 수 있다. 즉, 중장년층의 해양치유 프로그램을 통한 가족 간 의사소통이 원활해지고 가족을 단합하여 가족의 응집력을 높이고 심리적 행복감에 미치는 중요한 변인이라는 것을 본 연구 결과를 통해 제시할 수 있었다. 이러한 연구결과는 중장년층의 정서적, 심리적 치유할 수 있는 해양치유 프로그램 참여에 내재된 긍정적 기능에 대한 학문적 근거를 제시해줄 뿐만 아니라, 추후 현대 사회에 만연된 와해된 가족기능의 연구를 위한 기초가 된다고 하겠다. 본 연구는 특정지역을 대상으로 표집하였기에 연구결과의 일반화에 한계가 있다. 향후 후속연구로 해양치유 프로그램의 참가과정에서 발생할 수 있는 변인들과의 관계분석이 필요할 것으로 판단된다.

References

[1] J. J. Lee, j. h. Kim.. *Relationship between physical*

- respect, psychological well-being, and life satisfaction according to leisure identity factors of daily sports club members.* Journal of the Korea Leisure Recreation Association, 35(2), 49-65.2011.
<https://www.dbpia.co.kr/Journal/articleDetail?nodeId=NODE07586661>
- [2] J. k. Choi, *An activation plan of silver-taekwondo through participation motivation and marketing mix.* Department of Physical Education. Graduate School Incheon National University, 2018.
- [3] S. H. Shin, Y.G.Lee,Y.J. Yoon. *Effects of Participation Motivation in Bowling Participants on Exercise Commitment and Psychological well-being.* Korea Sports Science Association. 27(2), 221-233. 2018.
<https://www.kci.go.kr/kciportal/ci/sereArticleSearch/ciSereArtiView.kci?sereArticleSearchBean.artilId=ARTO02345410>
- [4] E.Y. Noh, H.Y. Kwon. *The effect of family health and stress coping behavior on psychological well-being according to the level of family health of middle-aged women.* Education and Culture Research, 25(2), 399-414. 2019.
<https://papersearch.net/thesis/article.asp?key=3676739>
- [5] Olson, D. H., Portner, J., & Bell, R. *Family adaptability and cohesion evaluation scales. Marriage and family assessment: A sourcebook for family therapy,* 299-315, 1983.
- [6] S. E.Yoo, B.J. Park. *Effect of family sand play therapy using structural family therapy on the health of families with behavioral disabilities.* Journal of the Korean Society of Family Management, 33(4), 2. 2015.
<https://www.koreascience.or.kr/article/JAKO20153274223746.page>
- [7] Russel, C. S. *Circumplex model of marital and family systems: III. Empirical evaluation with families.* Family Process, 18(1), 29-45, 1979.
<https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1111/j.1545-5300.1979.00029.x>
- [8] Smith, G. P. *Filamentous fusion phage: novel expression vectors that display cloned antigens on the virion surface.* Science, 228(4705), 1315-1317, 1985.
<https://www.science.org/doi/abs/10.1126/science.4001944>
- [9] M. J. Kim. *A Study on the Life Satisfaction of the Aged.* Journal of the Korean Family Association, 20(3), 45-54. 1982.
<https://www.dbpia.co.kr/Journal/articleDetail?nodeId=NODE09519649>
- [10] J.H.Yang, K.R.Kim. *Effect of middle-aged people's leisure sports participation type on family health and retirement preparation behavior.* Journal of the Korean Physical Education Association, 56 (2). 2017.
<https://kiss.kstudy.com/thesis/thesis-view.asp?key=3712008>
- [11] Vallerand, R. J. (1997). *Toward a hierarchical model of intrinsic and extrinsic motivation.* Advances in experimental social psychology, 29, 271-360.
- [12] Wessinger, E., & Bandalos, D. L. *Intrinsic, extrinsic and motivational styles as predictors of behavior: A prospective study.* Journal and Social Psychology, 63, 599-620. 1995
- [13] Y.G.Jeong. *Effect of leisure exercise participants' motivation to participate in sports, pursuit of awakening, and emotional factors on sports immersion behavior.* Unissued Ph.D. thesis, Graduate School of Pusan National University, 1997.
- [14] J. S. Park. *A study on the motivation for daily sports club members to participate in sports, experience of exercise immersion, self-esteem, and quality of life relationship.* Unissued doctoral thesis, Graduate School of Korea University. 2010.
- [15] Olson, D. B., & Backus, R. H. *The concentrating of organisms at fronts: a cold-water fish and a warm-core Gulf Stream ring.* Journal of Marine Research, 43(1), 113-137. 1985.
<https://www.ingentaconnect.com/content/jmr/jmr/1985/00000043/00000001/art00007>
- [16] J. H. Choi. *Relationship between family leisure activities and family cohesion and smartphone addiction of elementary school students.* Master's degree thesis at Gyeongin National University of Education Graduate School of Education. 2017.
- [17] Ryff, C. D. *Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being.* Journal of personality and social psychology, 57(6), 1069. 1989.
<https://psycnet.apa.org/buy/1990-12288-001>
- [18] K.S.Kim.. *Effect of motivation for recreational leaders to participate in education on educational satisfaction, self-esteem, and psychological well-being.* Ph.D. thesis from Mokpo National University Graduate School.. 2012.
- [19] J. H. Hyuk. *The effect of middle and high school students and parents' participation in sports on communication and family cohesion. a thesis with a master's degree in the publication.* Chungnam National University Graduate School. 2010.
- [20] S. Y. Noo. *The Relationship Between Physical Self-description, Psychological Well-being and Subjective Happiness of Pilates Participants.* Journal of the Korean Sport Association, 55(1), 207-219. 2016.
<https://www.dbpia.co.kr/Journal/articleDetail?nodeId=NODE09114035>
- [21] S. K. Kim. *Effect of middle school students' academic failure resistance, psychological growth environment, and social support on school happiness.* Ph.D. thesis at Dong-A University Graduate School. 2014.
- [22] B. E. Kim. *The effect of family conflict on the family satisfaction of adolescents: the mediating effect of family cohesion controlled by communication.* The dissertation of master's degree in graduate school of Korea National University of Education. 2019.

신 소 정(So-Jeong Shin)

[정회원]



- 2013년 8월 : 영남대학교(행정학 박사 사회복지전공)
- 2016년 2월 : 동방문화대학원대학교(교육학박사)
- 2020년 8월 ~ 현재 : 동방문화대학원대학교(문화콘텐츠학과 박사 과정 중)
- 2017년 9월 ~ 현재 : 가톨릭관동대학교 치매전문재활학과 교수

〈관심분야〉

사회복지, 교육, 치매재활, 해양치유, 문화콘텐츠

조 성 제(Sung-je Cho)

[정회원]



- 1997년 2월 : 홍익대학교 대학원 전자계산학과 (이학박사)
- 2007년 3월 ~ 현재 : 동방문화대학원대학교 문화예술콘텐츠학과교수

〈관심분야〉

데이터베이스, 문화콘텐츠, 교육