

# 대학생의 여가활동 참여 동기가 심리적 행복감 및 학교생활 만족도에 미치는 영향: 여가활동 관여도에 대한 조절효과를 중심으로

박은식  
공주대학교 생활체육학과

## Impact of the Motivation for College Students to Participate in Leisure Activities onto Psychological Happiness and the Satisfaction with School Life: Focusing on the Moderate Effect upon the Level of Involvement in Leisure Activities

Eun-Sik Park

Department of Life Sports Education, Kongju National University

**요약** 본 연구는 대학생들의 여가활동 참여 동기와 심리적 행복감 및 학교생활 만족도의 관계에서 여가활동 관여도의 조절효과를 알아보는 것을 목적으로 한다. 본 연구는 서울·경기 지역의 대학생 332명을 대상으로 설문조사를 실시하였고, 수집된 자료는 AMOS 23.0과 SPSS 23.0 통계프로그램을 사용하여 분석을 실시하였다. 본 연구의 결과는 다음과 같다. 첫째, 대학생의 여가활동 참여 동기 중, 지적동기, 사회적 동기, 휴식적 동기 요인은 심리적 행복감에 유의한 정적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 둘째, 대학생의 여가활동 참여 동기 중, 사회적 동기, 인지적 동기, 휴식적 동기 요인은 학교생활 만족도에 유의한 정적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 셋째, 대학생 여가활동 관여도의 조절효과는 [휴식적 동기요인→심리적 행복감], [사회적 동기요인→학교생활 만족도], [인지적 동기요인→학교생활 만족도], [휴식적 동기요인→학교생활 만족도]의 경로에서 유의하게 나타났다. 본 연구의 결과는 대학생의 여가활동 참여 동기가 심리적 행복감과 학교생활 만족도에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 참여 동기와 심리적 행복감, 학교생활 만족도의 관계에서 여가활동 관여도가 조절효과를 한다는 것을 검증하였다. 본 연구의 결과를 통해 대학생들의 심리적 행복감과 학교생활 만족도는 대학생들의 여가활동에 대한 참여 동기가 중요한 역할을 하고 있음을 알 수 있으며, 이러한 참여 동기 수준을 더욱 높이기 위한 실천 가능한 프로그램을 조성하여 지속적으로 실천된다면, 대학생들의 학교생활은 질적 수준의 향상이 이루어질 수 있음을 시사한다.

**Abstract** The purpose of this study is to examine the moderating effects from the level of involvement in leisure activities on the relationships among college students' motivations to participate in leisure activities, their psychological happiness, and their satisfaction with school life. For this study, 332 college students in Seoul and the Gyeonggi-do area were surveyed, and the data gathered were analyzed using the AMOS 23.0 and SPSS 23.0 statistics programs. The findings are as follows: First, among the motivations of college students to participate in leisure activities, intellectual motivations, social motivations, and resting motivations were found to have a significant and positive impact on psychological happiness. Second, among the motivations of college students to participate in leisure activities, social motivations, cognitive motivations, and resting motivations had a significant and positive impact on satisfaction with school life. Third, the moderating effects from the level of involvement in leisure activities were significant in the following pathways: [resting motivation → psychological happiness], [social motivation → satisfaction with school life], [cognitive motivation → satisfaction with school life], [resting motivation → satisfaction with school life].

**Keywords** : College Students, Motivation to Participate in Leisure Activities, Psychological Happiness, Satisfaction with School Life, Involvement Level in Leisure Activities, Moderating Effect

\*Corresponding Author : Eun-Sik Park(Department of Life Sports Education, Kongju National University)  
email: eunsikpark@gmail.com

Received July 7, 2022  
Accepted September 2, 2022

Revised August 17, 2022  
Published September 30, 2022

## 1. 서론

대학은 단순히 학문과 지식을 익히는 곳이 아닌, 대학생들의 전반적인 생활이 이루어지는 특수한 곳이라 볼 수 있다. 그러나 현재 대학생들은 대학을 취업의 좁은 문턱을 통과하기 위한 전제조건을 갖추는 곳으로 생각하는 경향이 있어 대학생활에 비교적 만족하지 못하는 실정이다. 대학생활에 만족하는 것은 학생들의 중도탈락을 방지하고 성취도를 높일 뿐만 아니라 학교생활, 더 나아가 졸업 후의 삶에도 성공적으로 적응하는 것과 관련이 있다[1].

따라서 대학생들의 학교생활 만족도를 높이기 위해 다방면으로 노력이 필요한데, 그 중 하나가 대학생의 여가활동이다. 대학생은 사회생활을 하기 위한 전 단계에 필요한 자기개발 및 삶의 의미와 보람을 스스로 찾아가는 강한 내면적인 욕구를 지니고 있다. 또한 지적 능력을 개발하려는 노력과 함께 원만하고 폭 넓은 인간관계를 형성하고, 자기발견을 통한 생활방식을 터득해 나가는 데 있어 다양한 경험과 여가활동을 필요로 한다. 이러한 대학생에게 주어진 여가활동의 적절한 이용은 학업능력의 향상, 원만한 인간관계 형성, 욕구충족 및 스트레스 해소, 휴식, 취미생활 영위 등 자기표현의 기회를 가질 수 있기 때문에 그 의미가 크다 할 수 있겠으며, 여가시간을 어떻게 보내느냐에 따라서 그들의 삶, 그리고 대학생활의 질이 달라진다고 할 수 있다[2].

여가학 분야에서는 사람들이 무엇 때문에 여가활동에 참여하고, 어떤 요인들이 여가활동 참여자들의 행동에 영향을 미치는가 하는 문제가 관심주제가 되어왔으며, 여가행동 참여에 관한 가장 기초적 문제 중의 하나는 동기와 관련되어 있다고 강조하고 있다[3]. 동기란 유기체가 특정 행동을 일으키고 유지하게 만드는 요소로서 행동의 방향과 강도를 결정하는데 중요한 역할을 한다[4]. 즉 참여 동기는 어떤 목표를 향해 행동을 지속적으로 활발하게 촉진시키는 내적 원동력이 되므로 외적으로 표현되는 행위를 이해하는데 있어서 필수적인 개념이며, 의사결정의 욕구충족과 연결된다는 점에서도 매우 핵심 요인이라 할 수 있다. 특히, 여가활동 참여 동기의 경우 여가경험에 앞서 자신이 어떤 여가활동에 참여하게 되는 의식 혹은 무의식적 이유라고 할 수 있고, 여가연구에 있어서 중요한 위치를 차지하고 있다. 이것은 여가활동에서의 참여 동기가 사람들의 여가행동 참여방식을 설명해 줄 뿐만 아니라 여가참여의 결과를 이해하는 데 있어서도 도움을 주기 때문이다[5]. 따라서 다양한 여가활동을

대상으로 여가활동 참여 동기가 여가활동 참여 행동과 여가 만족, 여가 제약, 생활만족, 심리적 행복감 등에 미치는 영향을 알아보는 연구들이 지속적으로 이루어지고 있다. 그러나 실질적으로 대학생을 대상으로 여가활동 참여 동기와 학교생활 만족도의 관계를 살펴본 연구는 미흡한 실정이다.

한편, 여가활동 참여는 심리적 행복감과도 관련되어 있다. 심리적 행복감이란 여러 가지 요인들이 통합적으로 나타나는 긍정적인 정서·인지적 상태로 정의된다[6]. 이러한 심리적 행복감은 주관적인 판단 기준에 의해 결정되어지며, 인간의 삶의 모든 측면에 대한 전반적인 평가로서 생활만족의 성분도 함께 포함하고 있다[7]. 그러므로 여가활동을 통한 여가만족이 높은 사람은 결국 자신의 삶의 질 즉, 심리적 행복감도 높아지는 것이다. 대학생을 대상으로 한 여가에 관련된 선행연구들은 여가활동 참여 동기와 관련지어 다양한 심리적 변인간의 효과를 검증하였지만, 참여 동기와 심리적 행복감과의 관계를 규명한 연구는 상대적으로 부족하다.

이에 본 연구는 대학생들의 여가활동 참여 동기가 심리적 행복감과 학교생활 만족도에 미치는 영향을 실증하고자 한다. 또한 이러한 관계에서 여가활동 관여도의 조절역할을 규명하고자 한다. 여가활동 관여도는 개인의 여가 행동의 특성을 결정하고, 특별한 자극이나 상황에 의해 발생하는 보이지 않는 동기, 자극, 혹은 관심의 상태에 대해서 언급하고 있으며, 참가자들의 지속적인 참여를 위한 통제력 또는 의사결정력 등에 영향을 미치기 때문에 개인의 여가경험에 있어서 중요한 구성요소로 간주된다[8]. 그러므로 본 연구는 대학생들의 여가활동 참여 동기와 심리적 행복감 및 학교생활 만족도의 관계에서 여가활동 관여도의 조절효과를 알아보는 것을 목적으로 한다. 이를 통해 대학생들이 심리적 행복감과 학교생활 만족도를 높일 수 있는 여가활동에 참여하도록 장려하고, 더 나아가 대학생들이 신체적·정서적으로 건강하고 행복한 대학생활을 통해 바람직한 사회구성원으로 성장하는데 기여하고자 한다.

## 2. 이론적 배경

### 2.1 여가활동 참여 동기

산업사회에서의 여가활동은 노동에 대립하는 개념으로 간주되고 있는데, 이와 관련하여 Neulinger(1982)는 ‘여가’는 보통 노동의 개념과는 반대이나 경우에 따라서

는 노동의 형태로 나타날 수도 있다고 하였는데, 이 경우 자유의지로 선택을 할 수 있다는 점에서 노동의 개념과는 다른 특징이 있음을 밝혔다[9]. 이런 여가활동은 창조적인 측면과 즐거움을 추구하는 오락적 측면, 그리고 휴식적 측면 등으로 다양하게 구분할 수 있다.

특히 여가의 경우 문화적, 사회적인 측면과 역사적인 현상 등이 포함되므로 시대별, 문화 환경별로 이를 고려하여 학자마다 다양한 개념정의와 해석을 제시하였다[10,11]. 이 때문에 여가활동의 유형 역시 다양하게 제시되고 있다. 여가활동 유형과 관련하여 Godbey(1994)의 연구에서는 시간과 활동, 마음의 상태, 존재로서의 여가로 개념의 특성에 따라서 여가를 구분하여 제시하였으며[10], 또한 Iso-Ahola(1980)에서는 여가활동에 참여하는 여가행위의 형태를 '하는 여가'와 '보는 여가'로 구분하기도 하고, 이런 여가행위를 세분화하여 스포츠 활동, 공작적 활동, 사회적인 활동으로 나누었다[12]. 이는 여가활동 참여자의 연령, 성별, 시설이나 환경, 여가활동 장소 등을 고려하여 분류한 것이며 일관성 있는 증거를 제시하기에는 어려움이 따른다. Mckechnie(1974) 역시 여가활동 방법에 따라 재료를 이용한 공작적 여가, 손을 주로 활용하는 조작적 여가, 일상주변에서 발생할 수 있는 생활적 여가, 그리고 참여자의 지적욕구 충족을 위한 지적여가 및 활발한 신체활동을 바탕으로 한 스포츠 여가 등으로 구성하였다[13].

여가활동과 참여 동기에 대한 선행연구를 살펴보면, 우리나라의 경우 여가활동 유형에 대하여 문화관광체육부(2014)가 여가활동 유형을 문화예술관람활동, 문화예술참여활동, 스포츠관람활동, 스포츠참여활동, 관광활동, 취미오락활동, 휴식활동, 사회 및 기타활동 등의 8개 유형으로 분류하고 있다[15]. 그러나 대부분의 선행연구는 일상적인 여가활동보다는 특정한 유형 즉, 스포츠참여활동 유형 중에서 하나 또는 그 이상의 분야에 대하여 참여 동기를 중심으로 알아보고 있다. 또한 여가활동 참여 동기의 경우에도 여가활동의 유형보다는 주로 연구대상인 참여자의 기준에 따라 분류된다. 특히 Beard와 Regheb(1980)은 여가활동 참여 동기를 야외활동, 대중매체, 문화활동, 사회활동, 스포츠 활동, 취미활동 선호형 등의 여섯 가지 유형으로 구분하였는데, 이는 여가활동 문항에 관한 타당성과 신뢰성 검증을 기반으로 체계적인 검증방법으로 추출한 것이다[14]. 이후 Beard와 Ragheb(1983)은 참여 동기에 대한 연구 결과 4가지 요인인 지적 요인, 사회적 요인, 인지적 요인, 휴식적 요인으로 분류하였으며, 다음과 같이 정의하고 있다[15]. 지

적요인은 개인의 학습사고 심미적 동기를 포함하여 순수한 정신적 활동, 사회적 요인은 활동을 통해 다른 사람들과 관계형성을 통해 얻는 우정, 친밀감, 존경 등 대인관계의 욕구를 충족, 인지적 요인은 개인의 도전의식과 성취욕구, 문제해결능력과 경쟁심, 휴식적 요인은 스트레스와 휴식이 포함되며 부정적이고 많은 자극으로부터 벗어나려는 욕구로 분류하였다[16].

스포츠활동 참여자, 평생교육프로그램 참여자, 공공시설 이용자, 일반인, 직장인 및 학생들과 같은 불특정 다수 등 다양한 집단을 대상으로 일상적인 여가활동 참여 동기에 대한 연구가 수행되어 왔다[17]. 대학생들의 여가활동 동기와 관련된 선행연구는 여가 참여동기가 여가만족에 미치는 영향[18-21]을 중심으로 연구가 이루어졌다.

## 2.2 심리적 행복감

심리적 행복감이란 욕구가 만족된 심리적 상태 혹은 자신의 삶이 만족스럽다고 느끼는 주관적인 가치관으로서 행복감이 성취된 심리상태를 의미하는 것으로[21], 다양한 요인들이 복합적으로 나타나는 인지적, 정서적 상태이다[22]. 이 용어는 주관적 행복감, 심리적 안녕감 등과 유사개념으로 혼용되고 있으며 각각의 명확한 정의나 구분은 어렵다[23].

Csikszentmihalyi(1990)의 몰입이론에서는 인간이 행복해지기 위한 전제조건으로 재미 및 즐거움을 제시하면서, 일상생활을 영위하는 과정에서 자신감과 즐거움을 느낄 때 심리적인 행복감을 경험한다고 주장하였다[24]. 또한 Kimiecik과 Harris(1996)는 즐거움이란 긍정적 지각행동 및 자신감의 본질적인 목적을 이행하도록 이끄는 심리상태라고 하였다[25]. 자신감은 자신이 어떠한 일을 행함으로써 일을 성공적으로 달성했을 때에 자부심이 생기며 가치가 있다고 여긴다는 것이다[24,26]. 심리적 행복감은 적극적인 신체활동과도 중요한 관련이 있으며, 신체적 활동의 경우 기분전환에도 도움을 주어 스트레스 해소, 우울증 감소, 자기만족감, 통제력 강화, 자신감 증진 등에 도움을 줌으로써 삶의 질 향상에도 기여하게 된다[27].

심리적 행복감에 대한 선행연구로, 김유진과 정민정(2008)은 보육교사를 대상으로 직무만족도 및 심리적 행복감 간의 관계연구에서 심리적인 행복감을 단일요인으로 구성하였으며[28], 김선과 최재희(2013)는 생활체육 무용참여 노인들의 자기효능감과 심리적 행복감, 그리고 생활만족도와와의 관계를 알아본 연구에서 심리적 행복감을 성취감과 만족감 2개의 요인으로 구성하였다[29]. 정

태연(2018)은 심리적 행복감을 단일요인으로 측정하여 항공사 객실승무원을 대상으로 여가경험이 심리적인 행복감에 미치는 영향력을 분석한 결과, 여가경험 하위요인 중 일상탈출과 효능감 지각이 심리적 행복감에 유의적인 영향을 미치는 것을 확인하였다[30]. 이는 여가경험에서 자기 자신을 발견하고 본인이 즐기고 행동하는 것에 관해 느끼고 인지한다면 개인의 삶까지도 전이되어 심리적으로도 행복감을 경험할 수 있다는 것으로, 개인의 업무환경이나 직무 등에서 벗어난 즐거움을 경험하고 새롭고도 신선한 여가활동의 자극을 통한 일상탈출이 심리적인 행복감을 증진시킬 수 있음을 의미한다.

### 2.3 학교생활 만족도

학교생활만족도란 학생들이 학교에서 생활하는 과정 중 나타나는 부정적이거나 긍정적인 학생의 개인적인 선호감정을 의미한다[31]. 자신이 다니고 있는 대학에 관한 전반적인 애착 또는 호감 정도와 같은 학교생활 전반에 관해 학생들이 느끼는 긍정적 감정을 학교생활만족도라 볼 수 있다.

학교생활은 크게 보면 학교라는 공간에서 체험하는 동아리활동과 특별활동 등을 모두 포함하며, 교수와 학생, 학생과 학생, 기숙사 활동, 학과 내 활동 등 교내에서 겪는 모든 경험을 포괄할 수 있다[31]. 즉, 학교생활이란 학생들이 학교 안에서 직면하는 상황 및 갈등을 해결해가는 성숙해지는 과정이라고 볼 수 있는 것이다. 그런 의미에서 학교생활만족도는 '현재 속해있는 학교환경에서 행정적, 생활적, 개인적, 학업적인 활동부분에 관해 스스로 느끼는 주관적 평가의 총족 정도'로 정의할 수 있다[32]. 대학교에서의 학교생활만족도는 미래에 관한 목표 및 동기부여에 영향을 주어 현재와 미래를 연결해 주는 핵심적인 요인으로 평가할 수 있다[33].

학생들이 학교생활에 만족하거나 불만족하게 되는 요인은 개별적 혹은 복합적이고 다양하게 나타난다. 특히 대학교는 학생들이 고등학교 때까지 경험했던 학교생활과 매우 큰 차이가 있다. 대학생들은 대학생활의 낯선 환경에 적응하며 교수, 친구들과 대인 관계를 형성하게 되므로, 그 안에서 학생 개인이 느끼는 만족이나 불만족이 다양한 형태로 나타날 수 있다. 이러한 만족 및 불만족은 학생에게 발생한 상황 또는 갈등을 해결하는 데 있어 학생의 개인적인 느낌이나 생각의 차이에 기인한다고 볼 수 있다[31].

따라서 학교생활만족도는 다양한 변인들에 의해 영향을 받는데, 이러한 영향 요인으로는 개인수준의 변인, 학

교차원의 인간관계와 문화, 구조, 정책, 환경 등을 들 수 있다[31]. 또한 학교생활은 기본적으로 학업이 중심이 되므로 학교생활만족도는 학생의 학업 성적과도 관련이 있다. 김주연(2009)은 수업에 대한 내용과 질문, 학습활동 등과 연관된 활동을 통해 느끼는 만족감을 수업 및 학습활동 만족이라고 하면서, 학업성적과 학교생활만족도가 비례하는 경향이 있다고 하였다[34]. 또한 이는 학업성적이 낮은 학생보다 높은 학생이 학교에 적응을 더 잘하며 자아존중감이 높음을 의미한다고 하였다.

### 2.4 여가활동 관여도

관여는 개인의 어떤 행동에 대한 지속적인 참여의지이자, 특정행동에 몰입할 수 있도록 하는 동기부여적인 태도 상태를 의미한다[35]. 또한, 관여의 주체는 개인이며, 지각된 자극에 대한 해석은 개인의 관여 수준에 의해 결정된다[36]. 이 이론은 개인의 태도와 관련하여 사물을 판단할 때 생기는 왜곡의 문제와 판단의 과정, 태도 변화와의 관련성 등의 의미를 파악하는데 의의를 가진다[37].

관여도는 특정한 계기에 의해 발생하게 되는데, 순간적으로 나타났다가 사라지는 감정이 아니라 지속적인 속성을 포함하고 있는 정서적인 상태를 의미한다[38]. 이러한 관여도의 개념은 소비자의 특성 및 행동을 파악하는데 중요한 변수로 작용하고 있으며, 행동탐색 및 정보처리, 행동의 결과에 영향을 미친다[39]. 즉, 동일한 대상이라 하더라도 개인의 관여도 수준에 의하여 소비자행동이 결정되고 결과의 원인 또는 동기요인으로 작용하여 관여도를 통해 소비자들 상호간의 커뮤니케이션과 그에 따른 소비자의 구매형태에 대한 파악이 가능하다는 것이다[40].

관여도는 광고와 마케팅 분야에서 활발하게 연구되어 왔고 점차 여가 관련 연구로도 확장되었다. 여가 관련 연구에서 관여도는 여가행동을 단순히 활동 참여 또는 횟수 등과 같은 계량적인 측면에서 검증하는 것이 아닌 여가활동 참가자들의 전반적인 삶의 질에서 광범위 여가 차지하고 있는 관계성 및 가치를 파악하는데 중요한 의미를 지닌다[41]. 최성범과 박승환(2010)은 다양한 여가 스포츠 참여자를 대상으로 여가관여도가 여가만족과 참가 지속의도에 상당한 영향을 준다는 결과를 보고하였다[42]. 김승수(2012)는 대학생을 대상으로 한 연구에서 여가관여도의 수준에 따라 여가몰입도에 차이가 있는 것을 밝히고, 여가몰입에 여가관여도가 중요한 영향을 미친다고 설명하였다[43]. 이흥연, 박용희와 최성환(2012)은 대학생의 진지한 여가와 일상적 여가 구분에 따라 여가 태도와 여가활동 관여가 향후 여가참여에 미치는 영

향에 차이가 있음을 밝혔다[44]. 김선희와 강현희(2012)는 대학생들의 여가관여도에 대한 연구에서 여가관여도와 대학 내 인간관계가 유의한 상관관계가 있는 것으로 보고하였다[45].

## 2.5 선행연구

### 2.5.1 여가활동 참여 동기와 심리적 행복감 간의 관계

특정 여가활동 참여 동기와 심리적 행복감의 관계를 살펴본 연구는 아웃도어 및 스포츠활동에 대한 연구, 특정 연령층의 일반적인 여가활동에 대한 연구, 특정 연령층의 특정 여가활동에 대한 연구 등이 있다. 전진욱과 허재성(2021)은 캠핑 참여자들의 참여 동기가 심리적 행복감에 유의한 영향을 미친다고 하였고[46], 최진아(2020)는 배드민턴 동호인의 참여 동기가 심리적 행복감에 긍정적 영향을 준다고 밝혔으며[47], 박민주(2017)는 등산 활동 참여자의 참여 동기가 심리적 행복감에 중요한 역할을 한다고 보고하였다[48].

노인층을 대상으로 파크골프, 댄스스포츠와 같은 여가스포츠 참여 동기가 심리적 행복감이 미치는 영향을 알아본 선행연구들에서도 참여 동기가 심리적 행복감에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다[49].

대학생을 대상으로 한 연구로는, 남인수, 남경완과 김종철(2009)이 남자대학생의 여가활동 참여동기 중 휴식적 동기와 사회적 동기가 행복감에 유의한 영향을 미치는 것으로 밝혔으며[18], 한학진(2014)의 연구에서는 여가활동 참여 동기 중 정서적 안정성 요인과 자아성찰성 요인이 행복수준에 긍정적인 영향을 미친다고 하였다[50]. 이러한 연구들을 종합해 볼 때, 대학생의 여가활동 참여 동기는 심리적 행복감에 유의한 영향을 미칠 것으로 예측된다.

### 2.5.2 여가활동 참여 동기와 학교생활 만족도 간의 관계

다수의 선행연구를 통해 여가활동 참여 동기와 학교생활 만족도 간의 유의한 영향 관계가 확인되었다. 홍진배(2013)는 중학생의 학교스포츠클럽 참여동기와 관여도가 여가만족과 학교생활만족에 긍정적인 영향을 주는 의미 있는 요인이라고 하였다[51]. 김한중, 이승만과 이철화(2020)는 여가 스포츠 참여 동기를 건강지향, 자기개발, 가정지향, 취미오락 요인으로 도출하여 고등학생의 여가스포츠 참여 동기가 생활 만족에 미치는 영향을 확인하였다[52]. 분석 결과, 여가 스포츠 참여 동기가 생활 만족에 긍정적인 영향을 미친다고 하였는데, 생활 만족이 학교만

족, 가족만족, 사회만족 요인으로 구성되어 있어 학교만족과도 유의한 영향관계가 있는 것으로 볼 수 있다.

대학생활에서도 여가활동은 매우 중요한 부분을 차지하며 개인의 대학생활만족에도 큰 영향을 미친다[32,53]. 어재석과 정광령(2013)은 대학생을 대상으로 하여 여가스포츠 참여 동기가 생활 만족에 부분적으로 긍정적인 영향을 미친다고 보고하였다[53]. 대학생의 여가스포츠 활동 참여동기는 건강지향, 사교지향, 자기개발, 가정지향, 취미오락 요인으로 도출되었고, 사교지향형 동기가 생활만족에 정적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 한학진(2014)은 대학생의 여가활동 참여 동기를 정서적 안정성, 자기표현성, 자아 성찰성의 세 요인으로 도출하고, 자아성찰성 요인이 학교생활 만족에 긍정적으로 영향을 미치는 것을 확인하였다[50]. 이진철(2019)은 대학생의 여가스포츠 참여동기를 즐거움, 건강체력, 컨디션, 외적과시, 사교 요인으로 도출하고, 대학생활만족은 학교만족과 교우만족으로 도출하였다[54]. 분석 결과, 여가스포츠 참여동기의 모든 하위요인이 학교만족에, 즐거움과 컨디션 요인은 교우만족에 정적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이러한 선행연구의 결과를 토대로 대학생의 여가활동 참여 동기가 학교생활 만족도에 영향을 미칠 것으로 볼 수 있다.

### 2.5.3 여가활동 관여도의 조절효과

민웅기와 김상학(2014)은 다문화가족 이주여성들을 대상으로 여가제약이 여가활동 참여 및 여가만족에 미치는 영향에서 여가관여가 유의한 조절효과가 있음을 규명하였다[55]. 김성권과 이희찬(2016)은 오토캠핑장 방문객을 대상으로 한 연구에서 이용객의 캠핑 관여도에 따라 오토캠핑장 선택속성이 방문객의 행동의도에 미치는 영향에 차이가 있음을 밝혀, 캠핑 여가활동에 대한 관여도의 조절역할을 실증하였다[56]. 강명보와 문상정(2017)은 여행자를 대상으로 진지성 여행 및 삶의 질과의 관계에서 여행자아관여의 조절효과가 있는지를 규명한 결과, 진지성 여행과 여행자아관여의 상호작용항이 삶의 질에 유의미한 설명력을 갖는 것으로 보고하였다[57].

위의 연구들을 종합해 볼 때, 대학생의 여가활동 참여 동기는 심리적 행복감과 학교생활 만족도에 영향을 미치는 요인이라 볼 수 있으며, 여가활동 관여도의 수준에 따라 이러한 영향관계에 차이가 나타날 수 있다는 점을 인식할 수 있었다. 따라서 이들 변인간의 관계 규명을 통하여 대학생들의 행복한 삶을 위한 여가활동의 필요성을 시사하고자 한다.

### 3. 조사설계 및 연구방법

#### 3.1 연구모형 및 연구가설

본 연구에서는 대학생의 여가활동 참여 동기가 심리적 행복감 및 학교생활 만족도에 미치는 영향을 살펴보고 이들 간 관계에서 여가활동 관여도에 대한 조절효과를 알아보고자 한다. 따라서 본 연구는 아래와 같은 연구가설과 연구모형을 설정하였다.

- H1. 대학생의 여가활동 참여 동기는 심리적 행복감에 유의한 영향을 미칠 것이다.
- H2. 대학생의 여가활동 참여 동기는 학교생활 만족도에 유의한 영향을 미칠 것이다.
- H3. 대학생의 여가활동 참여 동기와 심리적 행복감 및 학교생활 만족도의 관계에서 여가활동 관여도는 조절역할을 할 것이다.
- H3-1. 대학생의 여가활동 참여 동기와 심리적 행복감의 관계에서 여가활동 관여도는 조절역할을 할 것이다.
- H3-2. 대학생의 여가활동 참여 동기와 학교생활 만족도의 관계에서 여가활동 관여도는 조절역할을 할 것이다.

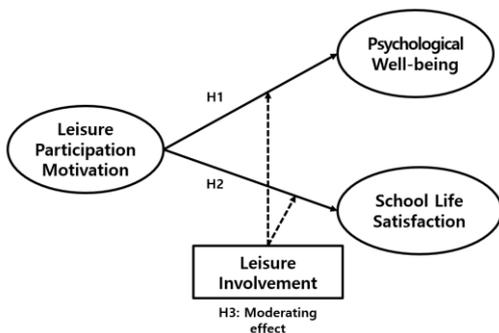


Fig. 1. Research Model

#### 3.2 자료수집 및 분석방법

본 연구는 서울·경기 지역에 소재한 대학교의 재학생을 대상으로 한다. 2022년 4월 4일부터 4-월 17일까지 총 350부의 설문지를 배부하여 응답을 수집하였다. 설문조사 결과 회수된 339부 중 불성실한 응답을 제외한 332부를 분석에 사용하였다.

자료 분석을 위해 AMOS 23.0과 SPSS 23.0 통계프로그램을 사용하였으며, 가설검증을 위한 분석방법으로 구조방정식 모형을 사용하였다.

#### 3.3 측정도구

##### 3.3.1 여가활동 참여 동기

여가활동 참여 동기의 측정도구는 Beard와 Ragheb(1980)가 개발[12]하고 원형중(1989)이 변안[58]하여 사전검사를 통해 신뢰도가 검증된 LMS(Leisure Motivation Scale)를 기초하여 장태혁(2016)이 수정·보완한 척도이다[59]. 문항은 총 32문항으로 구성되며 지적 동기, 사회적 동기, 인지적 동기, 휴식적 동기의 총 4개 하위요인으로 이루어져 있다. 여가활동 참여 동기의 신뢰도 검증을 위해 Cronbach's  $\alpha$ 값을 도출한 결과, 여가활동 참여 동기 전체는 0.896, 하위요인인 지적 동기는 0.795, 사회적 동기는 0.663, 인지적 동기는 0.864, 휴식적 동기는 0.703으로 나타났다. 각 문항은 '전혀 그렇지 않다(1)'에서 '매우 그렇다(5)'까지의 Likert식 5점 척도이며 점수가 높아질수록 여가활동 참여 동기 수준이 높음을 의미한다.

##### 3.3.2 심리적 행복감

심리적 행복감은 Waterman(1993)의 PEAQ(Personality Expressive Activities Questionnaire) 및 Ryff(1989) 개발한 심리적 행복감(The Scale of Psychological Well-being)척도[60,61]를 바탕으로 한 정태연(2018)의 척도를 수정·보완하여 사용하였다[30]. 심리적 행복감은 4문항으로 구성되었고, 신뢰도 검증을 위해 Cronbach's  $\alpha$ 값을 도출한 결과, 0.840으로 나타났다. 각 문항은 '전혀 그렇지 않다(1)'에서 '매우 그렇다(5)'까지의 Likert식 5점 척도이며 점수가 높아질수록 심리적 행복감 수준이 높은 것을 의미한다.

##### 3.3.3 학교생활 만족도

학교생활 만족도는 국가고객만족지수(NCSI: National Customer Satisfaction Index)의 '대학교 고객만족도 조사' 설문지와 이정운(2009), 나길주와 나은하(2019) 연구에서 사용된 척도[32,62]를 본 연구에 맞게 수정하여 사용하였다. 이 척도는 전반적인 대학생활, 대학 교육의 질, 대학 행정·복지 서비스 요인으로 구성되는데, 이 중 대학 교육의 질과 대학 행정·복지 서비스 요인은 대학교에 대한 만족도로 판단되어, 본 연구에서는 이를 제외한 전반적인 대학생활 요인만을 사용하였다. 문항은 역문항 1개를 포함하여 총 6문항으로 구성되었으며, 신뢰도 검증을 위해 Cronbach's  $\alpha$ 값을 도출한 결과, 0.862로 나타났다. 각 문항은 '전혀 그렇지 않다(1)'에서 '매우

그렇다(5)까지의 Likert식 5점 척도이며 점수가 높아질 수록 학교생활 만족도 수준이 높은 것을 의미한다.

### 3.3.4 여가활동 관여도

여가활동 관여도는 강명보와 문상정(2017)이 사용한 척도[57]를 수정·보완하여 사용하였다. 총 6개 문항으로 구성되었으며, 신뢰도 검증을 위해 Cronbach's  $\alpha$ 값을 도출한 결과, 0.768로 나타났다. 각 문항은 '전혀 그렇지 않다(1)'에서 '매우 그렇다(5)'까지의 Likert식 5점 척도이며 점수가 높아질수록 여가활동 관여도 수준이 높은 것을 의미한다.

### 3.4 조사대상자의 일반적 특성

본 연구의 조사대상자에 대한 결과는 남성이 41.9% (139명), 여성 58.1%(193명)로 나타났으며, 학년은 2학년이 32.5%(108명)로 가장 높은 비중을 차지하였고, 그 다음으로 1학년 28.6%(95명), 3학년 27.1%(90명), 4학년 11.7%(39명) 순으로 나타났다. 전공계열은 인문사회계열이 46.1%(153명)로 가장 많았고, 그 다음으로 경상계열 19.0%(63명), 예체능계열 16.0%(53명), 이공계열 13.6%(45명), 자연계열 5.4%(18명) 순으로 나타났다. 가족 월평균 수입은 '400만원 이상-600만원 미만'이 44.6%(148명)로 가장 높은 비중을 차지하였고, 그 다음으로 '200만원 이상-400만원 미만' 20.5%(68명), '600만원 이상-800만원 미만' 18.1%(60명), '800만원 이상-1,000만원 미만' 13.3%(44명), '1,000만원 이상' 3.6%(12명) 순으로 나타났다.

여가활동에 대한 조사대상자의 특성으로 여가시간에 주로 하는 활동은 문화예술 관람이 19.0%(63명)로 가장 많았고, 그 다음으로 컴퓨터 게임 18.1%(60명), 취미활동 17.5%(58명), 문화예술 활동 14.2%(47명), 휴식활동 13.9%(46명), 관광 12.0%(40명), 스포츠 관람 5.4%(18명) 순으로 나타났다. 여가활동에 참여하는 빈도는 '월 1회 이하'가 48.5%(151명)로 가장 높은 비중을 차지하였고, 그 다음으로 '월 2-3회' 36.1%(120명), '주 1회' 13.3%(44명), '주 2-3회' 1.5%(5명), '주 4-5회' 0.6%(2명) 순으로 나타났다. 여가활동을 위한 시간이 충분하다고 여기는지에 대해 '부족하다'가 52.4%(174명)로 가장 많았고, 그 다음으로 '매우 부족하다' 23.5%(78명), '보통이다' 22.3%(74명), '충분하다' 1.8%(6명) 순으로 나타났다. 여가활동에 대한 전반적인 만족도는 '보통이다'가 50.6%(168명)로 가장 높은 비중을 차지하였고, 그 다음으로 '만족한다' 31.3%(104명), '매우 만족한다'

16.9%(56명), '만족하지 않는다' 1.2%(4명) 순으로 나타났다.

## 4. 연구결과

### 4.1 타당성 및 신뢰도 검증

본 연구에서의 측정도구인 대학생의 여가활동 참여 동기, 심리적 행복감, 학교생활 만족도, 여가활동 관여도의 신뢰도와 타당도 분석을 위하여 확인적 요인분석을 실시하였다. 신뢰도 분석 결과, 여가활동 참여 동기, 심리적 행복감, 학교생활 만족도, 여가활동 관여도의 개념신뢰도인 CR(composite reliability: CR)과 평균분산추출 지수인 AVE(average variance extracted: AVE)신뢰도 값이 각각 기준치인 0.7이상, 0.5이상으로 나타나 모든 측정도구에 대한 내적일관성을 확인하였다. 본 연구의 연구모형 검증을 위한 적합도를 살펴본 결과,  $\chi^2=672.883$ ,  $df=382$ ,  $GFI=0.876$ ,  $AGFI=0.849$ ,  $RMR=0.025$ ,  $IFI=0.934$ ,  $RMSEA=0.048$  등의 적합도가 권장수준에 부합하였다. 또한 <Table 1>과 같이 요인 부하량( $\lambda$ )의 값은 0.507에서 0.854로 나타남으로써 각 요인에 대한 수렴타당성을 검증하였다.

Table 1. Confirmatory factor analysis study model results

Path		S.T $\beta$	S.E.	t-value	Concept reliability	AVE
Intellectual Motivation	→ IM 1	.644	Fix	-	.888	.617
	→ IM 2	.699	.081	12.799		
	→ IM 3	.509	.097	8.033		
	→ IM 4	.681	.093	10.214		
	→ IM 5	.752	.095	10.991		
Social Motivation	→ SM 1	.518	Fix	-	.841	.570
	→ SM 2	.594	.161	6.695		
	→ SM 3	.507	.164	6.153		
	→ SM 4	.571	.169	6.570		
Cognitive Motivation	→ CM 1	.730	Fix	-	.925	.712
	→ CM 2	.750	.073	12.993		
	→ CM 3	.743	.075	12.882		
	→ CM 4	.745	.080	12.918		
	→ CM 5	.772	.079	13.382		
Relaxation Motivation	→ RM 1	.689	Fix	-	.840	.569
	→ RM 2	.638	.091	9.473		
	→ RM 3	.577	.088	8.648		
	→ RM 4	.612	.091	9.118		
Psychological Well-being	→ PW 1	.773	Fix	-	.908	.711
	→ PW 2	.697	.077	12.338		
	→ PW 3	.771	.078	13.692		
	→ PW 4	.776	.077	13.778		

School Life Satisfaction	→ SLS 1	.661	Fix	-	.935	.744
	→ SLS 2	.783	.098	12.049**		
	→ SLS 3	.768	.099	11.870**		
	→ SLS 4	.800	.099	12.247**		
	→ SLS 5	.718	.096	11.240**		
Leisure Involvement	→ LI 1	.779	Fix	-	.883	.718
	→ LI 2	.854	.081	13.581**		
	→ LI 3	.661	.066	11.450**		

\*\*\* $p < .001$

### 4.2 상관관계 분석

본 연구는 대학생의 여가활동 참여 동기, 심리적 행복감, 학교생활 만족도, 여가활동 관여도의 관계를 분석하기 위해 상관분석을 실시하였으며, 결과는 다음 <Table 2>와 같다. 분석결과 본 연구의 변수 간의 상관계수는 절대 값 0.277에서 0.662의 범위로 나타났다. 상관분석 결과에서 변수 간에 상관계수가 0.90 이상이면 두 변수가 거의 동일하다고 할 수 있으므로 다중공선성의 문제를 유발할 수 있는 가능성이 존재한다. 하지만 본 연구에서는 상관계수들이 통계적으로 유의한 수준이지만 0.9 미만으로 나타났고, 첨도와 왜도가  $\pm 2$ 를 넘지 않게 나타나 판별타당성이 확보된 것으로 판단할 수 있다.

본 연구는 확인적 요인분석, 신뢰도 분석, 상관분석을 실시하여 본 연구의 측정항목에 관해 개념적 타당성과 신뢰성을 평가하였다. 분석한 결과, 모든 측정항목의 내적일관성 및 집중타당성이 성립되었으며, 법칙타당성 및 판별타당성도 성립이 되어 제거된 항목을 제외한 본 연구의 측정항목은 개념타당성 및 신뢰성이 충분한 것으로 판단할 수 있다.

Table 2. Correlation

Variables	1	2	3	4	5	6	7
1. Intellectual Motivation	1						
2. Social Motivation	.407**	1					
3. Cognitive Motivation	.662**	.389**	1				
4. Relaxation Motivation	.536**	.413**	.500**	1			
5. Psychological Well-being	.548**	.422**	.483**	.454**	1		
6. School Life Satisfaction	.513**	.421**	.529**	.521**	.465**	1	
7. Leisure Involvement	.490**	.277**	.439**	.393**	.393**	.436**	1
Mean	3.85	3.94	3.81	3.76	4.01	3.77	3.85
SD	.551	.392	.578	.543	.603	.530	.648
skew	-.192	1.129	-.277	.077	-.557	.138	-.404
kurtosis	.812	.872	1.398	.086	1.530	.181	.397

\*\* $p < .01$

### 4.3 가설검증

본 연구의 연구모형 검증을 위한 적합도를 살펴본 결과,  $\chi^2=523.27$ ,  $df=308$ ,  $GFI=0.892$ ,  $AGFI=0.868$ ,  $RMR=0.023$ ,  $IFI=0.945$ ,  $RMSEA=0.046$  등의 적합도가 권장수준에 부합하였다. 본 연구의 가설검증을 위한 구조모형 경로계수를 살펴본 결과<Table 3>, 대학생의 여가활동 참여 동기가 심리적 행복감에 미치는 영향을 살펴보면, 여가활동 참여 동기 중, 지적동기( $\beta=.374$ ,  $p < .01$ ), 사회적 동기( $\beta=.244$ ,  $p < .01$ ), 휴식적 동기( $\beta=.182$ ,  $p < .05$ ) 요인이 심리적 행복감에 유의한 정의 영향을 미치는 것으로 나타났다. 또한 대학생의 여가활동 참여 동기가 학교생활 만족도에 미치는 영향을 살펴보면, 여가활동 참여 동기 중, 사회적 동기( $\beta=.205$ ,  $p < .05$ ), 인지적 동기( $\beta=.245$ ,  $p < .05$ ), 휴식적 동기( $\beta=.333$ ,  $p < .01$ ) 요인이 학교생활 만족도에 유의한 정의 영향을 미치는 것으로 나타났다.

Table 3. Validation results of the hypothesis

Hypothesis		S.T $\beta$	S.E.	C.R.	P
Intellectual Motivation	→	.374	.157	2.577*	.010
Social Motivation	→	.244	.174	2.583*	.010
Cognitive Motivation	→	.021	.113	0.191	.848
Relaxation Motivation	→	.182	.126	2.215	.034
Intellectual Motivation	→	.042	.120	0.302	.763
Social Motivation	→	.205	.134	2.224	.026
Cognitive Motivation	→	.245	.088	2.253	.024
Relaxation Motivation	→	.333	.103	2.715*	.007

\*\*\* $p < .001$ , \*\* $p < .01$ , \* $p < .05$

다음은 대학생의 여가활동 참여 동기와 심리적 행복감 및 학교생활 만족도의 관계에서 여가활동 관여도의 조절 효과를 알아보기 위하여 다중집단분석(multi-group analysis)을 실행하였다.

다중집단분석 가운데 집단 간의 경로계수의 유의성을 비교 실행하기에 앞서 조절변수인 집단을 이용하여 여가활동 관여도의 평균 점수( $M=3.85$ )를 기준으로 여가활동 관여도가 낮은 집단( $n=153$ )과 여가활동 관여도가 높은 집단( $n=179$ )으로 분리한 후에, 확인적 요인분석에서 제약모형(constrained model)과 자유모형(free model or unconstrained model)간  $\chi^2$  차이를 통해 측정 동

일성을 검증하였다. 각 잠재변수에 관한 모든 요인의 적재치를 동일하게 고정한 경로모형의 적합도를 측정하였다(Table 4). 자유 모형의 경우,  $\chi^2=902.197$ ,  $df=614$ 이며, 제약모형의 경우  $\chi^2=933.0613$ ,  $df=635$ 로 나타났다. 본 연구에서는 자유모형과 제약모형의 자유도가 21 증가하고,  $\chi^2$  차이는  $\Delta\chi^2=31.416(df=21)$ 으로써 두 집단 간의 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다. 자유도(df)가 21일 때  $\Delta\chi^2=32.671$  이상이라면 유의한 차이가 있다고 볼 수 있다[63]. 그리고 CFI, TLI, RMSEA 등도 거의 변화가 없는 것으로 나타나 측정 동일성이 확보되었음을 확인할 수 있다.

Table 4. Study model fit of free model and constrained model

Division	$\chi^2(p)$	df	CFI	TLI	RMSEA	$\chi^2/df$
Free Model	902.197	614	0.913	0.901	0.038	1.465
Constrained Model	933.613	635	0.910	0.901	0.038	1.466

분석에 앞서, 여가활동 관여도가 낮은 집단과 여가활동 관여도가 높은 집단에서 공통적으로 채택된 가설의 경로는 [휴식적 동기요인→심리적 행복감], [사회적 동기요인→학교생활 만족도], [인지적 동기요인→학교생활 만족도], [휴식적 동기요인→학교생활 만족도]의 경로인 것으로 나타났다(Table 5).

Table 5. Research hypothesis analysis result between high group and low group in leisure involvement

Path	Leisure Involvement Low Group		Leisure Involvement High Group	
	S.T $\beta$	Hypothesis	S.T $\beta$	Hypothesis
Intellectual Motivation → Psychological Well-being	.159	No Sig.	.444***	Sig.
Social Motivation → Psychological Well-being	.704***	Sig.	.096	No Sig.
Cognitive Motivation → Psychological Well-being	.105	No Sig.	.207*	Sig.
Relaxation Motivation → Psychological Well-being	.224**	Sig.	.364***	Sig.
Intellectual Motivation → School Life Satisfaction	.127	No Sig.	.103	No Sig.
Social Motivation → School Life Satisfaction	.186**	Sig.	.283*	Sig.
Cognitive Motivation → School Life Satisfaction	.247**	Sig.	.342**	Sig.
Relaxation Motivation → School Life Satisfaction	.149*	Sig.	.499***	Sig.

\*\*\* $p<.001$ , \*\* $p<.01$ , \* $p<.05$

다음으로, 여가활동 관여도가 낮은 집단과 높은 집단에서 공통적인 유의한 경로들의 조절 효과를 비교하기 위한 분석으로 다중집단분석을 실시하였다. 여가활동 관여도가 낮은 집단과 여가활동 관여도가 높은 집단에서 공통적으로 유의한 경로의 집단 간 차이를 보기 위해 경로를 동일하게 제약한 후, 자유모형과 제약모형 간 차이를 비교하였으며, 결과는 다음의 Table 6과 같다.

Table 6. Results of multi-group analysis of high-group and low-group participation in leisure involvement

Path Constrained		$\chi^2$	df	$\Delta\chi^2/df$	Sig.
Free Model		902.405	616	-	-
Cognitive Motivation	→ Psychological Well-being	907.598	617	5.193	Sig.
Social Motivation	→ School Life Satisfaction	907.238	617	4.833	Sig.
Cognitive Motivation	→ School Life Satisfaction	907.249	617	4.844	Sig.
Relaxation Motivation	→ School Life Satisfaction	910.854	617	8.449	Sig.

분석 결과 여가활동 관여도가 낮은 집단과 높은 집단 간 차이에 대한 통계적인 유의성이 확인된 경로는 [휴식적 동기요인→심리적 행복감], [사회적 동기요인→학교생활 만족도], [인지적 동기요인→학교생활 만족도], [휴식적 동기요인→학교생활 만족도]로 나타났다. 자유도(df)의 차이가 1일 때  $\Delta\chi^2=3.84$ 보다 클 경우 한 쪽 집단의  $\beta$  값이 더 크다고 설명할 수 있다[63].

[휴식적 동기요인→심리적 행복감]의 경로에서는 여가활동 관여도가 높은 집단의 경로( $\beta=0.364$ )가 여가활동 관여도가 낮은 집단의 경로( $\beta=0.224$ )보다 통계적으로 유의하고 강하게 영향을 미치고 있음을 알 수 있다. [사회적 동기요인→학교생활 만족도]의 경로에서는 여가활동 관여도가 높은 집단의 경로( $\beta=0.283$ )가 여가활동 관여도가 낮은 집단의 경로( $\beta=0.186$ )보다 통계적으로 유의하고 강하게 영향을 미치고 있음을 알 수 있다. [인지적 동기요인→학교생활 만족도]의 경로에서는 여가활동 관여도가 높은 집단의 경로( $\beta=0.342$ )가 여가활동 관여도가 낮은 집단의 경로( $\beta=0.247$ )보다 통계적으로 유의하고 강하게 영향을 미치고 있음을 알 수 있다. [휴식적 동기요인→학교생활 만족도]의 경로에서는 여가활동 관여도가 높은 집단의 경로( $\beta=0.499$ )가 여가활동 관여도가 낮은 집단의 경로( $\beta=0.149$ )보다 통계적으로 유의하고 강하게 영향을 미치고 있음을 알 수 있다.

### 4.4 차이검증

다음 Table 7은 여가활동 관여도 집단에 따라 여가활동 참여 동기, 심리적 행복감, 학교생활 만족도의 차이를 검증하기 위해 독립표본 *t*-test를 실시하였다. 분석결과, 여가활동 관여도 집단에 따라 여가활동 참여 동기, 심리적 행복감, 학교생활 만족도는 모두 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다.

분석결과, 여가활동 관여도 집단에 따라 유의한 차이가 나타난 변수로는 여가활동 참여 동기의 하위요인인 지적 동기( $t=-8.028, p<.001$ ), 사회적 동기( $t=-5.017, p<.001$ ), 인지적 동기( $t=-7.599, p<.001$ ), 휴식적 동기( $t=-6.712, p<.001$ )와 심리적 행복감( $t=-6.339, p<.001$ ), 학교생활 만족도( $t=-7.583, p<.001$ )에 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 모든 변인에서 여가활동 관여도가 높은 집단이 여가활동 관여도가 낮은 집단보다 해당 변인의 수준이 더 높은 것으로 나타났다.

Table 7. Differences between high group and low group in participation in leisure involvement

구분	직급	N	M	SD	<i>t</i>	
Leisure Participation Motivation	Cognitive Motivation	Leisure Involvement Low Group	153	3.61	.507	-8.028***
		Leisure Involvement High Group	179	4.06	.503	
	Social Motivation	Leisure Involvement Low Group	153	3.83	.299	-5.017***
		Leisure Involvement High Group	179	4.04	.436	
	Cognitive Motivation	Leisure Involvement Low Group	153	3.57	.556	-7.599***
		Leisure Involvement High Group	179	4.02	.515	
	Relaxation Motivation	Leisure Involvement Low Group	153	3.56	.466	-6.712***
		Leisure Involvement High Group	179	3.94	.545	
	Psychological Well-being	Leisure Involvement Low Group	153	3.80	.612	-6.339***
		Leisure Involvement High Group	179	4.20	.533	
	School Life Satisfaction	Leisure Involvement Low Group	153	3.55	.464	-7.583***
		Leisure Involvement High Group	179	3.96	.511	

\*\*\* $p<.001$ , \*\* $p<.01$ , \* $p<.05$

### 5. 결론

본 연구의 목적은 대학생들의 여가활동 참여 동기와 심리적 행복감 및 학교생활 만족도의 관계에서 여가활동 관여도의 조절효과를 알아보는 것이다. 본 연구는 서울·경기 지역의 대학생 332명을 대상으로 설문조사를 실시하였고, 수집된 자료는 AMOS 23.0, SPSS 23.0 프로그램을 활용하여 분석을 실시하였다.

본 연구의 결과는 아래와 같다.

첫째, 대학생의 여가활동 참여 동기 중, 지적동기, 사회적 동기, 휴식적 동기 요인이 심리적 행복감에 유의한 정의 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 대학생들을 대상으로 한 선행연구[19,50]에서 여가활동 참여 동기가 심리적 행복감에 유의한 영향을 미치고 있다고 보고한 결과를 뒷받침한다. 이에 따라 대학생들의 여가활동 동기 요인 중 지적, 사회적, 휴식적 동기 요인이 심리적 행복감에 영향을 미치고 있는 것으로 나타나고 있어 대학생의 여가활동에서 이런 요소들이 반영될 수 있도록 더욱 세심한 노력과 관심이 요구된다 하겠다.

둘째, 대학생의 여가활동 참여 동기가 학교생활 만족도에 미치는 영향을 살펴보면, 여가활동 참여 동기 중, 사회적 동기, 인지적 동기, 휴식적 동기 요인이 학교생활 만족도에 유의한 정의 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 대학생들을 대상으로 한 선행연구[50,53,54]에서 여가활동 참여 동기가 학교생활 만족도에 유의한 영향을 미치고 있다고 보고한 결과를 뒷받침한다. 이에 따라 대학교에서는 대학생들의 여가활동을 권장하고 사회적, 인지적, 휴식적 동기 요인을 강화함으로써 학교생활 만족도를 높일 수 있는 분위기를 조성하는 것이 필요함을 시사한다.

셋째, 대학생의 여가활동 참여 동기와 심리적 행복감 및 학교생활 만족도의 관계에서 여가활동 관여도의 조절효과를 살펴보면, [휴식적 동기요인→심리적 행복감], [사회적 동기요인→학교생활 만족도], [인지적 동기요인→학교생활 만족도], [휴식적 동기요인→학교생활 만족도]의 경로에서 여가활동 관여도가 조절효과가 있음을 확인하였고, 모든 경로에서 여가활동 관여도가 높은 집단의 영향력이 더 높게 나타나는 것을 알 수 있었다. 한편, 여가활동 관여도 집단에 따른 여가활동 참여 동기, 심리적 행복감, 학교생활 만족도의 차이를 검증한 결과, 모든 요인에서 유의한 차이가 있는 것으로 나타났으며, 모두 여가활동 관여도가 높은 집단이 여가활동 관여도가 낮은 집단보다 해당 변인의 수준이 더 높은 것으로 나타났다. 이

는 여가활동 관여도가 여가활동 참여와 만족도 및 삶의 질에 미치는 영향에서 조절효과가 있다고 밝힌 선행연구 [56,58]의 결과를 뒷받침한다. 즉, 여가활동 관여도가 높은 집단은 여가활동을 통한 다양한 경험을 축적하고, 휴식이라는 여유를 갖게 됨으로서 긍정적인 삶을 추구하고, 학교생활에 대한 만족도가 더욱 높아질 수 있음을 기대할 수 있다. 본 연구의 결과는 대학생의 여가활동 참여 동기가 심리적 행복감과 학교생활 만족도에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 참여 동기와 심리적 행복감, 학교생활 만족도의 관계에서 여가활동 관여도가 조절효과를 한다는 결론을 유도하고 있다.

본 연구의 결과를 통해 대학생들의 심리적 행복감과 학교생활 만족도는 대학생들의 여가활동에 대한 참여 동기가 중요한 역할을 하고 있음을 알 수 있다. 이에 따라 대학생들의 행복한 학교와 여가생활 영위를 위한 학교차원에서의 '행복프로젝트'와 같은 프로그램을 실시하는 것도 좋을 것이라 판단된다. 또한 재학생들의 '행복점수 및 지수'를 측정하여 전 구성원들에게 제공하고 행복한 학교생활로 인한 대학생들의 자부심과 소속감도 배양할 수 있을 것으로 판단된다. 또한 지금의 대학현실은 학령 인구 감소로 인한 대학, 학과의 구조조정 및 지방대학의 위기감 고조. 그리고 대학생 개인적으로는 학업과 취업 등 다양한 학교를 둘러싼 매우 어려운 내·외부적 환경에서 놓여있다. 이런 때일수록 행복한 학교분위기 및 대학생 개개인의 행복수준을 더욱 높이기 위한 실천 가능한 프로그램을 조성하여 지속적으로 실천된다면, 대학생들의 학교생활은 보다 아름답고 행복할 것이라고 확신한다.

본 연구의 한계점으로 본 연구의 대상이 서울·경기 지역의 대학으로 한정하였다는 점에서 연구결과를 일반화하기에는 다소 무리가 있는 것으로 판단된다. 이에 따라 향후에는 전국 소재 대학 및 2, 3년제 대학생들과의 비교를 통한 연구가 추가적으로 필요할 것으로 판단된다. 또한 대학생들의 여가활동 참여 동기 이외에 전공학과, 학년 등에 따라 대학생들의 행복감, 학교생활 만족도 등이 차이가 날 것이므로 후속연구에서는 대학생들의 참여 동기 이외에도 인구통계적 특성과 여가활동과 관련된 지출, 시간, 여가활동 참여빈도 등 여가활동 특성도 동시에 고려되어야 할 것으로 판단된다.

## References

- [1] R. M. Ryan, E. L. Deci, "Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development and well-being", *American Psychologist*, Vol.55, No.1, pp.68-78, 2000.  
DOI: <https://www.doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.68>
- [2] B. H. Park, S. Y. Ihm, "An analysis of the relationships among lifestyle, participation level, and leisure satisfaction of university Kumdo club students", *Korean Society For The Study Of Physical Education*, Vol.10, No.1, pp.51-68, 2005.
- [3] Y. J. Kim, "Development of the Korean version of the Leisure Motivation Scale-adolescent(LMS-A)", *Journal of Sport and Leisure Studies*, Vol.32, No.2, pp.1217-1226, 2008.  
DOI: <https://www.doi.org/10.51979/KSSLS.2008.05.32.1217>
- [4] M. S. An, W. D. Cho, Y. J. Yoon, B. W. Ahn, "The effect of participant motivation and flow experience, life satisfaction among golf range user's", *Journal of Sport and Leisure Studies*, Vol.33, No.2, pp.1157-1167, 2008.  
DOI: <https://doi.org/10.51979/kssls.2008.08.33.1157>
- [5] Y.-R. Lee, M.-S. Park, "The causations among leisure constraints, leisure motivation, and leisure participation on the ecological perspective - through the construction of a structural equation model", *Journal of Families and Better Life*, Vol.24, No.1, pp.11-30, 2006.
- [6] M. H. Yang, "Physical activity and psychological well-being : development of Cognitive - Affective States Scale", *Korean Journal of Sport Psychology*, Vol.9, No.2, pp.113-123, 1998.
- [7] E. Diener, "Subjective well-being", *Psychological Bulletin*, Vol.95, No.3, pp.542-575, 1984.  
DOI: <https://doi.org/10.1037/0033-2909.95.3.542>
- [8] M. B. Kwon, M. L. Rye, "The effect of leisure involvement on the perceived value of leisure service", *The Korean Journal of Physical Education*, Vol.42, No.3, pp.367-375, 2003.
- [9] J. Neulinger, "Leisure lack and the quality of life: The broadening scope of the leisure professional", *Leisure Studies*, Vol.1, No.1, pp.53-63, 1982.  
DOI: <https://doi.org/10.1080/02614368200390051>
- [10] G. Godbey, *Leisure In your life: an exploration (4th ed.)*. State College: PA, Venture Publishing, 1994.
- [11] J. R. Kelly, *Leisure (2nd ed.)*. Englewood Cliffs, New Jersey: Prentice Hall, Inc, 1990.
- [12] S. E. Iso-Ahola, *Social psychological perspectives on leisure and recreation*, Iowa: WM.C. Brown Company, 1980.
- [13] G. E. Mckechnie, "Leisure activity blank", Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press, 1974.
- [14] J. G. Beard, M. G. Ragheb, "Measuring leisure satisfaction", *Journal of leisure Research*, Vol.12, No.1, pp.20-33, 1980.  
DOI: <https://doi.org/10.1080/00222216.1980.11969416>
- [15] J. G. Beard, M. G. Ragheb, "Measuring leisure

[1] R. M. Ryan, E. L. Deci, "Self-determination theory and

- motivation", *Journal of Leisure Research*, Vol.15, No.3, pp.219-228, 1983.  
DOI: <https://doi.org/10.1080/00222216.1983.11969557>
- [16] T. H. Jang, *Effects of leisure activity type and participation motivation of adolescents on satisfaction of school life*. Master's Thesis, Kyonggi University of Korea, 2016.
- [17] J. S. Ahn, *The effect of leisure activity motivation on leisure constraint, job satisfaction and life satisfaction of workers*. Master's Thesis, Kyung Hee Cyber University of Korea, 2017.
- [18] K. N. Kim, *A study on the effects of leisure sports on the leisure satisfaction by participation motive in university student*. Master's Thesis, Yong-in University of Korea, 2009.
- [19] I. S. Nam, K. W. Nam, J. C. Kim, "The effect of the motivation of leisure on leisure satisfaction and psychological well-being of male university students", *Korean Journal of Leisure, Recreation & Park*, Vol.33, No.2, pp.27-38, 2009.
- [20] S. I. Park, T. J. Chon, "The effects of participation in college leisure club activities on leisure motivation, leisure experience, and life satisfaction utilizing a PLS method", *Korean Journal of Leisure, Recreation & Park*, Vol.35, No.2, pp.21-32, 2011.
- [21] S.-H. Park, J.-Y. Won, "Study on the relationship between motives behind university students' participation in leisure satisfaction", *Journal of Yong-in University*, Vol.29, pp.1-27, 2011.
- [22] K. H. Min, S. K. Kim, "The causal relationship between leisure activities and leisure satisfaction, and psychological well-being in professional soldiers", *Korean Journal of Leisure, Recreation & Park*, Vol.32, No.4, pp.21-32, 2008.
- [23] B. H. Seong, S. A. Yoon, "Definition of happiness and its determinants", *Journal of Brain Education*, Vol.6, pp.103-134, 2010.
- [24] M. Csikszentmihalyi, *Flow. The psychology of optimal experience*. New York: Harper Perennial, 1990.
- [25] J. C. Kimiecik, A. T. Harris, "What is enjoyment? A conceptual/definitional analysis with implications for sport and exercise psychology", *Journal of Sport and Exercise Psychology*, Vol.18, No.3, pp.247-263, 1996.  
DOI: <https://doi.org/10.1123/jsep.18.3.247>
- [26] L. M. Wankel, "The importance of enjoyment to adherence and psychological benefits from physical activity", *International Journal of Sport Psychology*, Vol.24, pp.151-169, 1993.
- [27] M.-S. Park, "Relationship between married immigrant women's self-esteem and resilience - focused on the moderating effect of psychology happiness", *Journal of the Korea Contents Association*, Vol.11, No.5, pp.393-402, 2011.  
DOI: <https://doi.org/10.5392/JKCA.2011.11.5.393>
- [28] Y. J. Kim, M. J. Chung, "An influence of daycare teachers' job satisfaction on their psychological happiness", *Journal of Child Welfare and Development*, Vol.6, No.3, pp.1-17, 2008.
- [29] S. Kim, J.-H. Choi, "Relationship among self-efficacy, psychological happiness and life satisfaction of the elderly participating in community dance", *Official Journal of the Korean Society of Dance Science*, Vol.30, No.1, pp.175-191, 2013.  
DOI: <https://doi.org/10.21539/ksds.2013.30.1.175>
- [30] T. Jung, "The influence of leisure experience on leisure satisfaction and psychological happiness of flight crew", *Journal of Tourism Management Research*, Vol.22, No.3, pp.353-372, 2018.  
DOI: <https://doi.org/10.18604/tmro.2018.22.3.16>
- [31] S. I. Han, "Study of structural relationship between college students' self-esteem, character and academic life satisfaction", *Journal of Learner-Centered Curriculum and Instruction*, Vol.17, No.2, pp.453-469, 2017.
- [32] J. Y. Lee, *A study on the satisfaction level of students with college life*. Master's Thesis, Kwandong University of Korea, 2009.
- [33] M.-S. Suk, O.-S. Cho, "The effects of extracurricular clubactivity satisfaction on campus life satisfaction of university students : focusing on mediating effects of social support", *Korean Journal of Youth Studies*, Vol.23, No.12, pp.481-508, 2016.  
DOI: <http://dx.doi.org/10.21509/KJYS.2016.12.23.12.481>
- [34] J.-Y. Kim, *A study on the development and validation of the school life satisfaction scale for high school students*. Doctoral Thesis, Wonkwang University of Korea, 2009.
- [35] R. C. Mannell, *High-investment activity and life satisfaction among older adults: Committed, serious leisure, and flow activities*. In J. R. Kelly (Ed.), *Activity and aging: Staying involved in later life* (pp.125-145). Sage Publications, Inc, 1993.
- [36] J. H. Antil, "Conceptualization and operationalization of involvement", *NA-Advances in Consumer Research*, Vol.11, No.1, pp.203-209, 1984.
- [37] H. Yoo, *The influence of festival involvement on residents' intention to participate in festival*. Master's Thesis, Hanyang University of Korea, 2004.
- [38] J.-W. Moon, *The structural relationship among leisure involvement, leisure function, leisure adherence in golfers*. Doctoral Thesis, Yong-in University of Korea, 2014.
- [39] R. L. Celsi, J. C. Olson, "The role of involvement in attention and comprehension processes", *Journal of Consumer Research*, Vol.15, No.2, pp.210-224, 1988.  
DOI: <https://doi.org/10.1086/209158>
- [40] M. Sherif, H. Cantril, *The psychology of ego-involvement*. New York: John Wiley and Sons, 1974.

- [41] C. G. Wiley, S. M. Shaw, M. E. Havitz, "Men's and women's involvement in sports: An examination of the gendered aspects of leisure involvement", *Leisure sciences*, Vol.22, No.1, pp.19-31, 2000.  
DOI: <https://doi.org/10.1080/014904000272939>
- [42] S. B. Choi, S. H. Park, "The study of relationship between Leisure involvement, satisfaction and continuous participation of Leisure sports participants based on the Leisure motivation", *Korean Journal of Leisure, Recreation & Park*, Vol.34, No.3, pp.127-140, 2010.
- [43] S.-S. Kim, *The effect of university students' leisure motive and involvement on psychological wellbeing, commitment to leisure, and life satisfaction*. Master's Thesis, Woosong University of Korea, 2012.
- [44] H.-Y. Lee, Y.-H. Park, S.-H. Choi, "Study on the influence of college students involvement in leisure activities, leisure attitudes on future leisure participation : study on the difference between serious leisure and casual leisure", *Journal of Tourism and Leisure Research*, Vol.24, No.4, pp.479-500, 2012.
- [45] S. H. Kim, H. H. Kang, "Relationships between university students' confidence in leisure activities, the degrees of their participation in leisure activities and their human relations ability", *Korean Journal of Leisure, Recreation & Park*, Vol.36, No.1, pp.34-43, 2012.
- [46] J. Jeon, J. Huh, "The effects of campers motivation for participation on leisure commitment and psychological enjoyment", *The Korean Society of Aerobic Exercise*, Vol.19, No.1, pp.25-36, 2021.  
DOI: <https://doi.org/10.22997/jcses.2021.19.1.25>
- [47] J. Choi, "The effects of sport for all badminton club member's motive to participate on confidence in sports and psychological happiness", *The Journal of Humanities and Social science*, Vol.10, No.6, pp.1517-1531, 2019.  
DOI: <http://dx.doi.org/10.22143/HSS21.10.6.112>
- [48] M.-J. Park, *An impact of participation motivation on psychological wellbeing in mountaineering participants*. Master's Thesis, The University of Suwon of Korea, 2017.
- [49] J.-H. Lee, "The effect of new silver generations' park golf participation motivation on leisure satisfaction and psychological happiness", *Journal of Golf Studies*, Vol.14, No.1, pp.213-223, 2020.  
DOI: <https://doi.org/10.34283/ksgs.2020.14.1.18>
- [50] H. C. Han, "The effect of leisure participation motivation, satisfaction of leisure and university life of university students on happiness level", *Journal of Tourism Management Research*, Vol.18, No.1, pp.353-373, 2014.
- [51] J.-B. Hong, "The structural relationship among middle school student's motivation of participating in school sport club, involvement, leisure satisfaction, and satisfaction with school life", *Korean Journal of Sports Science*, Vol.22, No.5, pp.807-824, 2013.
- [52] H.-J. Kim, S.-M. Lee, C.-H. Lee, "The structural relationship between the motivation to participate in leisure sport, leisure flow, and life satisfaction of high school student", *Journal of Learner-Centered Curriculum and Instruction*, Vol.20, No.8, pp.519-537, 2020.  
DOI: <http://dx.doi.org/10.22251/ilcci.2020.20.8.519>
- [53] J. S. Eo, K. R. Jeong, "Effects of participation motivation in leisure sports activities on participation satisfaction and life satisfaction among university students", *Journal of Research in Curriculum Instruction*, Vol.17, No.1, pp.53-70, 2013.  
DOI: <https://doi.org/10.24231/rici.2013.17.1.53>
- [54] G. C. Lee, "The relationship of participant motivation, physical self-concept, university life satisfaction of the leisure sport on the university students", *Journal of the Korea Academia-Industrial cooperation Society*, Vol.20, No.12, pp.357-366, 2019.
- [55] W. K. Min, S. H. Kim, "Effects of leisure constraints on leisure participation and satisfaction among immigrant women in korea: focusing on moderating effects of leisure involvement", *International Journal of Tourism and Hospitality Research*, Vol.28, No.5, pp.45-61, 2014.
- [56] S.-K. Kim, H.-C. Lee, "The impact of selective attribute of auto campground on customer behavioral intention", *International Journal of Tourism and Hospitality Research*, Vol.30, No.9, pp.5-20, 2016.  
DOI: <https://doi.org/10.21298/IJTHR.2016.09.30.9.5>
- [57] M.-B. Kang, S.-J. Moon, "The relationship between seriousness in travel and quality of life -focusing on the moderating effect of travel ego-involvement-", *Tourism Research*, Vol.42, No.1, pp.1-19, 2017.
- [58] H. J. Won, "Translation Study of Leisure Diagnostic Battery", *Korean Journal of Leisure, Recreation & Park*, Vol.6, pp.101-106, 1989.
- [59] T. H. Jang, *Effects of leisure activity type and participation motivation of adolescents on satisfaction of school life*. Master's Thesis, Kyonggi University of Korea, 2016.
- [60] A. S. Waterman, "Two conceptions of happiness: Contrasts of personal expressiveness (eudaimonia) and hedonic enjoyment", *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol.64, No.4, pp.678-691, 1993.  
DOI: <https://doi.org/10.1037/0022-3514.64.4.678>
- [61] C. D. Ryff, "Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being", *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol.57, No.6, pp.1069-1081, 1989.  
DOI: <https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>
- [62] G. J. Na, E. H. Na, "The effect of communication competence and interpersonal relationship abilities on the degree of campus life satisfaction: major selection in department nursing and health science collage students", *Journal of Learner-Centered Curriculum and Instruction*, Vol.19, No.9, pp.205-221, 2019.
- [63] H. S. Lee, *Structural Equation Model Analysis and AMOS 24*. Seoul: Hyunjae Jip, 2017.

박 은 식(Eun-Sik Park)

[정회원]



- 2021년 9월 : 강남대학교 일반대학원 교육학과 특수교육전공 박사과정
- 2019년 3월 ~ 현재 : 공주대학교 생활체육지도학과 전임교수

〈관심분야〉

여가활동, 생활체육, 여가몰입, 특수교육