

중년기 기혼여성의 여가태도와 여가행동이 생활만족에 미치는 영향¹⁾

The Effect of Middle-Aged Married Women's Attitude and Activity
for Leisure upon Their Life Satisfaction

숙명여자대학교 가정관리학과
교 수 이정우

Dept. of Home Management, Sookmyung Women's University
Prof.: Lee, Jeong Woo

〈목 차〉

- | | |
|------------|---------------|
| I. 서론 | IV. 조사결과 및 논의 |
| II. 이론적 배경 | V. 결론 및 제언 |
| III. 연구방법 | 참고문헌 |

〈Abstract〉

The purpose of this empirical study is to examine the effects of middle-aged married women's attitude and activity for leisure upon their life satisfaction.

The samples were composed of 388 married women between 40 years and 59 years old, selected by age and local distribution.

As the major findings of this study, the most decisive factors to enhance the life satisfaction are found as follows: First, the behavioral factor among the leisure attitudes is most affective to heighten the life satisfaction. Second, self-development activity, friend-making activity and home-oriented activity are the most decisive factors in the category of participation rate of leisure activities. Third, in the types of leisure activities, leisure activity with husbands is the most affecting. Also, the economic factor of the samples was the most significant factor to affect the life satisfaction.

The findings of this study provide some implications regarding the policies on the leisure facilities, leisure education programs, the governmental and social supporting systems, and the spontaneous efforts of women themselves to enhance the quality of life of the middle-aged married women.

1) 본 연구는 숙명여자대학교 1996학년도 교비특별연구비 지원에 의해 수행되었음.

I. 서론

오늘날 산업화 과정을 통한 생활수준의 향상으로 여가활동을 추구할 수 있는 시간 및 기회가 급증하게 되어 개인은 여가를 통해 자기발전을 도모하고 삶의 질을 개선하려는 욕구가 상승하게 되었다. 여성의 삶도 역시 과거와는 다르게 변모되어 현대의 주부들은 자녀수의 감소, 가사의 질적 변화와 가사량의 경감, 평균 수명 연장 등에 의한 생활주기의 변화를 기반으로 비교적 풍족한 여가시간을 만들어 낼 수 있게 되었다. 특히 자녀양육과 관련된 가사노동시간이 감소되고 어느 정도 경제적 안정을 이룬 중년기의 주부들에게는 더욱 많은 여가시간이 주어진다. 그러나 사회생활의 기회가 극히 제한되어 있는 좁은 인간관계의 테두리 안에서 생활하는 주부들은 사회적으로 고립된 소외감을 느끼고 있으며, 특히 중년기는 이미 삶의 방향이 정형화되어 있어 무언가 새로운 일을 통해 활력을 되찾기를 원하지만 구체적으로 어떤 일을 시작할 수 있는 준비가 되어 있지 않기 때문에 대다수의 중년기 여성의 자아실현욕구는 막연한 것이다. 그러므로 편협된 인간관계 내에서 생활하는 주부들이 적극적인 사회적 상호작용을 통하여 자존감과 자신감을 고취하고 불확실한 자아를 확고히 하기 위해서는 적극적인 여가의 추구가 필요하다. 여가는 정신적·신체적 휴식 및 피로 회복을 통해 심신의 건강을 유지시키고, 자기실현 등 자아를 표현하고 지속적인 인성의 성장과 발전을 도모하는 기능을 한다. 따라서 여가활동은 그 자체로써 중요한 기능을 수행할 뿐 아니라 생활만족에 기여함으로써 총체적인 삶의 질을 높여 주는 중요한 인이 된다. 즉, 여가활동의 결과가 생활만족도를 증진시켜 주고 삶의 질을 향상시켜준다는 점에서 여가활동의 중요성이 입증된 바(홍성희, 1991) 있다.

Glenn(1975), Hayes와 Stinnet(1971)는 중년기에 누릴 수 있는 가장 큰 잇점으로 소득의 증가 및 배우자와 함께 지내는 시간의 증가, 보다 많은 자유, 그리고 자신의 재교육에 투자할 수 있는 시간 등을 들고 있다(유지영·김명자, 1996). 이러한 자원을 활용하면서 여가활동에 참여하고자 하는 긍정적인 여가

태도는 적극적인 여가활동 참여에 원동력이 되며, 또한 배우자와 함께 지내는 시간을 질적으로 풍부하게 공유한다면 중년기 여가활동을 통한 생활만족도가 증가될 것이라 예측할 수 있다. 더욱이 중년기 기혼 여성은 가정 내의 역할과 함께 사회적 역할에 대한 새로운 자각과 전망을 갈망하며 필요로 하고 있으므로(이기숙, 1996), 개인적 차원에서 생활만족을 증진시키기 위한 여가활동에만 머물 것이 아니라 중년기 여가를 사회적 차원으로 확장시켜야 할 것이다. 즉, 중년기 기혼여성들은 혈연중심의 가족생활에서 한 걸음 나아가 사회의 공동이익을 위한 공익적 활동에 적극 참여함으로써 자아실현과 동시에 사회발전에 기여하게 될 것이다.

따라서 본 연구에서는 중년기 기혼여성의 여가태도, 여가행동(여가활동형태, 여가활동참여도)이 생활만족에 미치는 영향을 파악하는 실증적인 연구를 통하여, 근래 사회문제로까지 부각되는 중년기 기혼여성의 여가생활의 중요성을 인식시키고 긍정적인 여가태도와 건전한 여가행동으로 유도하는데 일차적인 목적을 둔다. 나아가 개인의 문제로 치부되고 있는 여가를 사회적 문제로 전환하여 국민복지 차원에서 여가공간의 확대 및 여가교육을 통한 중년기 기혼여성의 삶의 질 향상을 도모하기 위한 기초자료를 제시하는데 이차적인 목적을 둔다.

II. 이론적 배경

1. 중년기 여가

일반적으로 중년기는 사춘기 이상의 막내자녀를 둔 40~59세에 해당하는 시기(김명자(a), 1993)로 자녀양육과 관련된 가사노동시간이 감소되고, 심리적으로는 자녀와의 관계가 독립적이 되어 여성이 가정(자녀 및 배우자)으로부터 다소 자유로울 수 있는 시기이다(이기숙, 1996). 중년기 기혼여성은 여가시간이 늘어나 무언가 다른 할 일이 없는 상태에서 막연히 자유롭고 싶은 상태를 바라는 경우가 많아지고 자기자신을 찾고 싶어하는 욕구는 증가하지만, 시간을 적극적으로 활용할 방법을 알지 못하는 자신에

대한 회의감 내지는 자기부정으로 위기의식을 느끼게 된다(김명자(b), 1995). 우리나라 대중매체 속의 여성관, 가사와 경제활동에 대한 여성의 태도 등을 분석한 결과(유네스코 한국위원회, 1985), 연구자들은 한국여성의 삶에는 문화가 결핍되어 여성을 복돋우는 사회적 지지망이 없으며, 통합과 성취의 시기 여야 되는 중년기에 오히려 방황과 상실의 시기가 더러난다고 하였다(이기숙, 1996).

이와 반대로, 중년기에는 보다 큰 자유로움으로 인해 자아에 대한 긍정적인 평가에 따른 자기 확신감과 자신의 능력을 발전시킬 수 있다는 자아실현의 욕구가 발생하기도 한다(김은아, 1992). 여가를 자신만을 위해 활동하는 것, 즉 자신을 핵심으로 하여 즐거움과 만족감을 주는 어떤 것을 행하는 것이라고 개념화한다면, 여가활동은 곧 자신의 잠재력, 능력, 재능을 표현하는 것이라 할 수 있다. 따라서 중년기 여가를 단순히 자유시간 혹은 그 시간내서의 활동과 같은 소극적 의미로 인식할 것이 아니라, 자기성장까지 도모할 수 있는 창조적인 여가로 인식하여(모창배, 1993) 그에 따라 여가행동을 영위해야 할 것이다. 중년기 기혼여성들을 대상으로 한 여가에 대한 실태조사에서도 여가를 스트레스 해소를 위한 휴식시간(22.9%)이나 일 가운데 여유(16.7%) 그리고 창조적 활동과 자기성장 도모 활동(51.1%)이라고 인식하고 있어 중년기 기혼여성들의 여가에 대한 개념이 새로이 정립되고 있음을 알 수 있다(문귀남, 1992).

그러므로 중년기는 위기의 시기이기도 하지만 여가를 통하여 잠재된 능력을 새로운 방향으로 전환하고 자신에게 주어진 자원을 적극적으로 활용하는 자아 재정립의 시기라 할 수 있다.

2. 여가태도와 생활만족도

Triandis(1971)는 태도를 인지적(cognitive) 태도, 정서적(affective) 태도, 행동적(behavioral) 태도의 3요인으로 구분하였다. 인지적 요인은 사고 과정의 한 요소로써 일종의 보편적인 범주이고 신념과 사상에 관련된 것이며, 정서적 요인은 그 범주에 따라 표현되는 감정이나 느낌·선호로써 긍정에서 부정의 변

화정도를 의미하며, 행동적 요인은 과거·현재의 경험이나 활동을 나타낸다. 이 3가지 요인 중 정의적 요인이 나머지 관련된 개념과 태도를 구별시켜 주는데 많은 영향을 미친다. 즉, 정의적 태도에 의하여 행동이 영향을 받고, 과거행동의 경험에 의하여 인지적인 요인이 형성된다.

Iso-ahola(1980)는 어떤 활동에 관련된 본질적 보상은 대상에 관한 주된 신념이 된다고 하였으며, 어떤 여가활동에 참여하는데 보상이 있다고 여겨진다면, 그 활동에 대한 태도는 매우 긍정적이라고 하였다. 또한 Brooks 와 Elliott (1977)는 유년기 여가활동과 만족의 심리적 적응에 관한 연구에서, 한 개인이 여가참여 결과를 평가하고, 무엇을 기대하는지는 초기 여가경험에서 특히 영향을 받기 때문에, 유년기에 적극적인 여가활동을 추구해서 만족을 얻었던 사람, 즉 행동적 여가태도가 긍정적인 사람은 성인생활에 보다 용이하게 적응하는 것으로 밝혔다(이영기, 1993).

한편, 여가태도와 생활만족도에 관한 연구는 거의 이루어지지 않은 실정이다. 그러나 중·노년기 기혼여성의 여가태도와 여가활동참여도에 관한 연구(이정우·이윤미, 1997)에서 여가태도 중 행동적 여가태도가 여가활동참여도에 크게 영향을 미친다는 결과로 미루어 보아, 적극적인 여가활동참여를 유도하는 여가태도가 중년기 기혼여성의 생활만족도에 영향을 미치리라 예측할 수 있다.

3. 여가행동과 생활만족도

(1) 여가활동형태와 생활만족도

가족구조가 부자중심에서 부부중심으로 변화됨에 따라 부부의 동료의식이 강조되며 부부의 공동관심을 불러 일으킬 수 있는 여가의 활용이 중요하게 되었다(전명숙, 1985). 따라서 부부간의 여가가 그 관계를 더 가깝게, 행복하게 해 줄 수도 있고, 도리어 갈등의 계기를 만들어 줄 수도 있기 때문에(최신덕, 1979), 부부관계와 부부의 여가활용은 매우 밀접한 관계를 가지고 있음을 알 수 있다.

Snyder(1979)는 배우자와 함께 한 여가시간의 질과 양은 전체적인 부부만족도를 높게 예측하는 요인

이라고 하였고, Hill(1988)도 배우자와의 공동시간의 양과 결혼안정성과는 정적 관련이 있다고 하였다. 특히, 부부관계가 확립되는 결혼 초 5년내 시기와 자녀가 다 떠나고 다시 부부만 남는 결혼 18~23년후의 시기가 가장 중요하다고 하였다(Duvall, 1979). 행복하게 결혼생활을 하는 부부들은 레크리에이션에 대한 요구와 함께 보내는 시간에 대한 의견이 일치한다고 하였으며, 행복한 결혼생활을 하는 사람들은 이혼한 사람들보다 서로 상호관계가 있는 행위를 더 즐겨하는 경향이라고 하였다(Locke, 1974). Orthner(1975)에 의하면 모든 여가유형이 같은 정도의 영향을 미치는 것은 아니며 배우자를 중심으로 여가행위의 유형을 볼 때 혼자형, 배우자를 포함한 사람들과의 joint형, 배우자를 포함한 사람들과의 parallel형으로 나누어 분석했다. 연구결과 배우자를 포함한 사람들과의 joint형이 가장 결혼만족도가 긍정적이며, 혼자형은 결혼만족도에 부정적이고, 배우자를 포함한 사람들과의 parallel형이 약간 긍정적이지만 그 중간이라고 하였다. 또한 Rapport(1974)등은 부부간의 조화와 즐거움의 유형간의 관계를 분석한 결과, 조화가 잘된 부부일수록 모든 행위에 즐거움이 높다고 하였다. 이와 같이 부부 공동의 여가가 부부관계에 영향을 주어 궁극적으로 생활만족에 긍정적인 영향을 미친다는 점과 부부가 함께 있는 시간의 양보다는 그 시간을 어떻게 보내느냐에 관한 시간의 질이 더욱 중요하다는 것을 알 수 있다.

그러나 안동선(1982)과 김경숙(1986)의 연구에 의하면 20대의 주부가 남편과 가장 많은 시간을 보내며 연령이 증가함에 따라 남편과 함께 하는 시간이 줄어드는 것으로 보아, 우리나라 중년기 기혼여성들은 주어진 많은 여가시간을 주로 「혼자서」 보내고 있음 알 수 있다.

따라서 본 연구에서는 비교적 시간적·경제적 여유를 갖춘 중년기 기혼여성들이 누구와 함께 여가를 보내는가에 따라 생활만족이 달라질 것이라는 가정하에, 이들이 다른 사람과 어떤 형태의 여가를 공유하느냐에 따라 「혼자서」, 「남편과 함께」, 「친구·친척·이웃과 함께」로 구분하여 중년기 기혼여성의 여가활동형태를 살펴보았다.

(2) 여가활동참여와 생활만족도

여가활동과 생활만족에 관한 연구는 1970년대 이후부터 다양하게 시도되어 Kessel(1964), Ray(1979), Iso-Ahola(1980), Ragheb 와 Griffith(1982), Tinsley(1986)등은 여가활동참가 생활만족에 기여하는지를 밝히기 위한 연구에서 긍정적 상관관계를 제시하였다.

최근에 들어서는 여가활동참여유형과 생활만족의 이론적 관계에 관한 연구가 조금씩 이루어지고 있다.

여가활동을 소극적 활동과 적극적 활동으로 크게 분류하여 생활만족도와와의 관련을 살펴보면 다음과 같다. 이종길 외(1991)의 연구에의하면 생활체육이나 예술·문화활동과 같은 능동적 여가집단이 수동적 여가집단에 비해 활동참가 전 생활만족도가 높았을 뿐 아니라 참가 후의 생활만족도도 더 많이 증가하였다고 하였다. 또한 한경미·황덕순(1990)도 적극적인 여가시간이 증가할수록 생활의 질 인식도가 높아지는 반면, 소극적인 여가시간은 생활의 질과 부정적인 관련을 가져, 소극적인 여가시간소비가 증가할수록 생활의 질의 인식정도가 낮아진다고 하였다.

여가활동참여유형에 따른 생활만족도와와의 관련을 살펴보면, 이현주(1985)는 교제활동·자기개발활동·건강유지활동·종교 및 사회참여활동·휴식 및 오락활동의 5가지 여가유형에 주부가 적극적으로 참여할수록 가정생활에 대한 만족도가 높아진다고 하였으며, Kelly, Steinkamp 와 Kelly(1987)의 연구에서는 문화활동·사회활동·여행 등이 생활만족도에 기여하는 정도가 높다고 하였다. 남·녀를 대상으로 한 모창배(1993)의 연구에서도 활동 및 참여형 여가와 휴양형 여가의 참여도가 높을수록 생활만족도가 증가하는 반면, 교양 및 감상형 여가의 참여가 증가할수록 총 생활만족도는 감소하는 것으로 나타났다. 백주현(1989), 홍성희(1991)의 연구에서는 자기개발적 활동, 가정지향적 활동, 사교적 활동이 생활만족도와 높은 상관관계를 보여 자신을 발전시키고 개발할 수 있는 적극적인 여가활동에 참여할수록 생활만족도가 높아진 반면, 시간소일적 여가활동 및 자녀중심적 여가활동참여는 생활만족도와 관계가 없는 것으로 나타났다. 또한, 소극적이고 자아실현을 위한 활동이 아닌

여가활동참여는 생활만족도에 기여하는 정도가 낮다고 보고하였다. 이후원(1993)의 연구에서도 휴양적 활동이나 오락활동에 참여하는 사람은 생활만족도가 낮은 반면, 취미·교양활동이나 운동 및 스포츠 활동에 참여하는 사람일수록 생활만족도가 높게 나타났다.

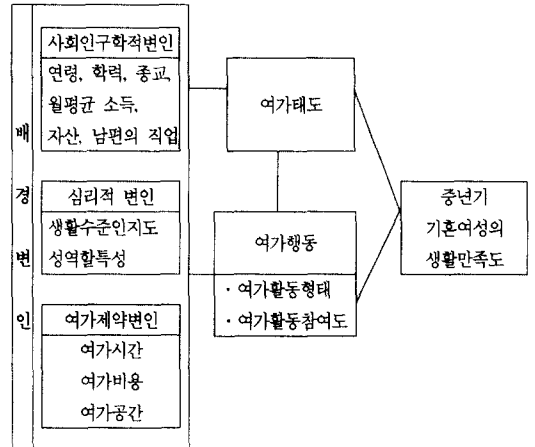
Campbell(1976)은 여가소비방식에 대한 만족이 전반적인 행복과 깊은 관련이 있으며 생활의 질을 결정하는 중요한 요인이라고 하였으며, 홍성희(1996)의 연구에서도 여가비용이 많을수록, 여가비용 적정도를 높게 인지할수록 생활만족도가 높다는 결과가 나타났다. 반면, 김순미·홍성희(1996)의 연구에서는 가계의 여가비 지출이 적을수록 생활만족도가 높아져, 가계여가비는 생활만족도에 부적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 김정연(1991)의 연구에서는 여가생활에 불만족하는 이유로 시간여유가 없다는 의견이 가장 많았고 다음으로 시설·공간의 부족과 비용부담의 순서로 나타났다. 김외숙 외(1993)는 기혼여성의 여가활동참여를 제한하는 요인 중 가장 큰 요인을 비용장애라고 하여, 여가비 지출이 다양한 여가활동참여를 위해 반드시 필요하다고 하였다.

그러므로 기혼여성의 생활만족을 증진시킬 수 있는 적극적인 여가활동참여를 위해서는 여러 가지 여건이 아직 충족되지 않아 참여할 수 없는 경우가 많을 것으로 예상되어, 본 연구에서는 중년기 기혼여성의 여가계약요인은 무엇이며 이들이 생활만족도에 미치는 영향에 대해 살펴보고자 하였다.

III. 연구방법

1. 연구모형 및 연구문제 설정

(1) 연구모형



(2) 연구문제

- 〈연구문제 1〉 배경변인(사회인구학적·심리적·여가계약변인)은 중년기 기혼여성의 여가태도·여가행동 및 생활만족도에 어떠한 영향을 미치는가?
- 〈연구문제 2〉 중년기 기혼여성의 여가태도와 여가행동은 어떠한 관계가 있는가?
- 〈연구문제 3〉 중년기 기혼여성의 여가태도 및 여가행동은 생활만족도에 어떠한 영향을 미치는가?
- 〈연구문제 4〉 중년기 기혼여성의 생활만족도에 영향을 미치는 변인은 무엇이며, 그 영향력은 어떠한가?
- 〈연구문제 5〉 중년기 기혼여성의 생활만족도에 대한 배경변인, 여가태도 및 여가행동의 상대적 기여도는 어떠한가?

2. 조사도구 선정

(1) 여가태도

1982년 Ragheb와 Beard가 개발한 여가태도 측정 방법을 사용한 이영기(1992)의 연구를 토대로 작성하였다. 여가태도를 3가지 요인, 즉 인지적 요인·정의적 요인·행동적 요인으로 구분하여, 5점 리커트 척도로 5점에 가까울수록 긍정적인 면이, 1점에 가까울수록 부정적인 면이 나타나도록 하였다. 본 연구의 신뢰도 검증에서 .92의 높은 신뢰도를 나타내었다.

(2) 여가행동

① 여가활동형태

여가활동형태는 여가활동참여도와 같은 문항으로 구성하여 참여 빈도를 측정하는 대신, 누구와 여가활동을 하는지(「혼자서」, 「남편과 함께」, 「친구·친척·이웃과 함께」)를 측정하였다. 여가활동형태를 측정할 것과 여가활동의 전반적 참여 경향에서 40% 이상 참여한 것을 곱한 후(안동선, 1982) 가장 많이 차지하고 있는 여가활동형태를 각 표본의 여가활동형태로 정하였다. 설문지 상으로 측정된 것으로 여가활동형태를 분석한다면, 그것은 단지 활동형태의 빈도를 나타내어 양적인 참여형태만을 반영하는 것이다. 따라서 본 연구에서는 여가활동형태를 여가활동참여도와 함께 분석하여, 누구와 가장 많이 여가활동에 참여하는지 알 수 있도록 하였다.

② 여가활동참여도

본 연구는 이현주(1985), 김외숙(1991)과 진영아(1995)의 연구를 토대로 하여, 각 문항별로 5점 또는 6점 척도로 여가활동참여도를 측정하였다. 분석에 있어서 구체적인 빈도를 동일하게 제시할 경우에는 활동에 따라 참여정도가 크게 달라져 활동별로 어느 한 쪽으로 편기하는 현상이 나타날 수 있기 때문에(김외숙, 1991), 여가활동참여도의 전반적 경향을 분석할 때는 8점 척도로, 관련변수별 분석에서는 5점 척도로 변환시켜 분석하였다. 전체 문항의 신뢰도는 .74로 나타났다.

(3) 생활만족도

생활만족도는 Deacon과 Firebaugh(1981)가 개발한 측정방법을 사용한 조혜정(1994)의 연구와 Diener·Enmonson·Larson·Griffith(1985)가 개발한 측정방법을 사용한 진봉국(1993)의 연구를 토대로 작성하였다. 5점 리커트 척도로 평균이 5점에 가까울수록 생활만족도가 높은 것으로, 1점에 가까울수록 생활만족도가 낮은 것으로 하였으며, 전체 생활만족도는 .93의 높은 신뢰도를 나타내었다.

3. 조사대상 및 자료의 분석방법

본 연구는 수도권에 거주하는 40세~59세의 중년기 기혼여성을 대상으로 연령과 여가생활정도를 고려하여 자기기재식 방법으로 응답토록 하였다. 1996년 12월에 예비조사를 하였으며, 1997년 1월 10일 동안 본 조사를 실시하였다. 총 500부를 배부하여 회수된 427부 중 부실 기재된 것을 제외하고 최종 388부를 분석에 사용하였다. 자료처리는 SPSS/PC를 이용하여, 요인분석, Chronbach' α , 평균, 표준편차, Pearson의 적률상관분석, 중회귀분석 등을 산출하였다.

IV. 결과 및 해석

1. 조사대상자의 일반적 경향

조사대상자의 일반적 경향은 다음 <표 1>과 같다.

2. 배경변인이 중년기 기혼여성의 여가태도·여가행동 및 생활만족도에 미치는 영향

1) 배경변인이 여가태도에 미치는 영향

중년기 기혼여성의 일반적인 여가태도는 평균 3.59점(5점 만점)으로 대체적으로 긍정적인 여가태도를 지니고 있었으며, 요인별로는 인지적 여가태도 4.03점, 정의적 여가태도 3.78점, 행동적 여가태도 2.98점의 순서로 긍정적 태도가 낮아졌다. 이는 이영기(1992) 및 이정우·이윤미(1997)의 연구와 일치하는

〈표 1〉 조사대상자의 일반적 경향

변 인		구 분	빈도(%)	변 인		구 분	빈도(%)
사 회 인 구 학 적 변 인	연령	40~44	151(39.4)	사 회 인 구 학 적 변 인	월평균 소득	150만원 미만	48(14.5)
		45~49	98(25.6)			150~250미만	122(36.7)
		50~54	100(26.1)			250~350미만	87(26.2)
55~59		34(8.9)	350만원 이상	75(22.6)			
사 회 인 구 학 적 변 인	학력	중졸이하	64(17.0)	사 회 인 구 학 적 변 인	가정자산	5000만원 미만	21(6.4)
		고 졸	157(41.6)			5000~1억 미만	71(21.6)
		대졸이상	156(41.4)			1억~2억 미만	114(34.8)
사 회 인 구 학 적 변 인	종교	기독교·천주교	209(54.3)	사 회 인 구 학 적 변 인		남편직업	2억 이상
		불교	101(26.2)		전문기술직·경영관리직		214(58.6)
		無	75(19.5)		사무직		44(12.1)
사 회 인 구 학 적 변 인	종교	기독교·천주교	209(54.3)	사 회 인 구 학 적 변 인	남편직업		생산판매직·서비스직·비숙련직
		불교	101(26.2)			퇴직자 및 연금생활자	25(6.8)
		無	75(19.5)				
여 가 계 약 변 인	여가 시간	3시간 미만	65(18.0)	심 리 적 변 인		생활수준 인지도	상
		3~5시간 미만	110(30.5)		중		142(37.2)
		5~7시간 미만	125(34.6)		하		124(32.5)
7~9시간 미만		43(11.9)	여 가 계 약 변 인	성역할 특성	양성적 집단		123(34.2)
9시간 이상	18(5.0)	남성적 집단			68(18.9)		
여 가 계 약 변 인	여가 비용	상			52(19.1)	여성적 집단	83(23.1)
		중	112(41.2)		미분화 집단	86(23.9)	
		하	108(39.7)				
여 가 계 약 변 인	여가 공간	상	99(29.0)				
		중	168(49.3)				
		하	74(21.7)				

것으로 우리나라 중년기 여성이 지닌 여가생활에 대한 이해와 필요 욕구 수준에 비해 실제 여가의 참여가 미치지 못하고 있는 실태를 짐작케 하고 있다.

여가태도에 영향을 미치는 배경변인은 〈표 2-1〉과 같다. 인지적 여가태도에 영향을 미치는 변인은 성역할 특성($\beta=.29$), 월평균 소득($\beta=.16$), 종교($\beta=.14$)로 나타나, 양성적인 성역할 특성을 지닐수록, 종교가 없을 때 인지적 여가태도가 긍정적이었으며, 이는 14%의 설명력을 나타낸다. 정의적 여가태도에 영향을 미치는 변인은 성역할 특성($\beta=.30$)으로 나타나 양성적 성역할 특성을 지닐수록 정의적 여가태도가 긍정적이지만, 이는 9%의 매우 낮은 설명력을 나타낸다. 행동적 여가태도에 영향을 미치는 변인은 성역할 특성($\beta=.23$), 학력($\beta=.19$), 여가시간($\beta=.19$), 여가비용($\beta=.17$), 여가공간($\beta=.12$)으로써, 양성적인 성역할 특성을 지닐수록, 학력이 높을수록, 여가시간·

여가비용·여가공간이 많을수록 행동적 여가태도가 긍정적으로 나타났다. 이들 5가지 변인의 설명력은 25%로 나타났다. 전체 여가태도에 영향을 미치는 변인은 성역할 특성($\beta=.32$), 여가공간($\beta=.18$), 여가시간($\beta=.13$)으로써, 양성적인 성역할 특성을 지닐수록, 여가공간과 여가시간이 많을수록 전체 여가태도가 긍정적인 것으로 나타났고, 이들의 설명력은 18%이다.

여가태도에 가장 크게 영향을 미치는 변인은 성역할 특성으로써, 양성적인 성역할 특성은 긍정적인 여가태도 형성에 크게 도움을 준다는 것을 알 수 있다. 본 연구의 조사대상자 중 양성성 집단이 가장 많은 비율(34.2%)을 차지하고 있어 긍정적인 여가태도가 유도된 것으로 사료된다. 한편, 행동적 여가태도는 성역할 특성외에 여가제약요인(여가시간·비용·공간)이 영향을 미치고 있어 우리나라 중년기 기혼

〈표 2-1〉 배경변인이 여가태도·여가활동참여도 및 생활만족도에 미치는 영향

	여 가 태 도				여 가 활 동 참 여 도					생 활 만 족 도
	인지적 여가태도	정의적 여가태도	행동적 여가태도	전체 여가태도	소일 활동	가정지향 활동	사교 활동	자기개발 활동	종교활동	
	b β	b β	b β	b β	b β	b β	b β	b β	b β	
연령										
학력			.24 .19**			.20 .21**			-.11 -.13*	
종교	.10 .14*								.33 .28***	.29 .13*
월평균소득	.08 .16*									-1.08 -.57***
가정자산							.17 .25***			.15 .19**
남편직업										.12 .17**
여가시간			.16 .19**	.07 .13*	.20 .20**					
여가비용			.20 .17**		-.21 -.15*				.17 .15**	
여가공간			.16 .12*	.16 .18**						
생활수준인지도								.19 .24***		.26 .30***
성역할특성	.13 .29***	.17 .30***	.17 .23***	.16 .32***		.09 .16*				.12 .20***
상수항	3.29	3.35	.93	2.66	3.85	2.70	2.52	.67	4.16	4.16
R ²	.14	.09	.25	.18	.05	.08	.16	.36	.34	.34
F	11.75***	21.85***	14.17***	15.53***	5.98**	8.93***	21.09***	24.13***	55.67***	55.67***

*P < .05 **P < .01 ***P < .001

여성이 직접 참여하여 경험하는 여가활동을 하기에는 현실적인 제약이 따른다는 것을 알 수 있다.

2) 배경변인이 여가행동에 미치는 영향

① 배경변인이 여가활동형태에 미치는 영향

중년기 기혼여성 여가활동형태의 전반적 경향을 살펴 보면, 「혼자서」 하는 여가활동이 60.05%로 가장 많았으며, 「남편과 함께」하는 여가활동은 29.12%, 「친구·친척·이웃과 함께」하는 여가활동은 10.83%로 나타났다. 주부들의 여가는 여가활동과 가사노동이 동시에 이루어지거나 또는 그 구별이 모호한 것이 특징이므로(예를 들면 TV보며 다림질하기, 요리하기), 「혼자서」 하는 여가의 비율이 높은 것은 당연한 결과로 사료되며, 선행연구(안동선,1982 ; 이정우·이윤미,1997)에서도 이와 같은 결과를 나타내었다. 그러나, 본 연구의 조사대상이 과중한 가사노동에서 벗어나는 중년의 시기이며, 이미 자신들에게 익

숙한 여가를 향유할 단계에서 「혼자서」 하는 여가활동형태가 많은 것은 여가에 대한 인식이 보편화 된 현 시점에서 실제 진정한 의미의 여가생활의 보편화가 아직은 이루어지지 않고 있다는 것을 알 수 있다.

중년기 기혼여성의 여가활동형태는 월평균 소득·생활수준인지도에 따라 유의한 차이가 나타났다(〈표 2-2〉). 이 두 변인에 의한 여가활동형태를 살펴보면 월평균 소득과 생활수준인지도가 높은 집단에서 「남편과 함께」 여가활동을 많이 하며, 中 또는 그 이하의 집단에서 「혼자서」「친구·친척·이웃과 함께」 여가활동을 많이 하고 있다. 상대를 정하여 어떠한 명목이 있는 여가생활을 할 때에는 몫돈이 필요하지 않더라도 경제적인 여유를 기반으로 하여야 하기 때문에 소득과 생활수준인지의 경제적 변인이 「남편과 함께」 여가활동을 하는데 영향을 주는 것으로 사료된다.

<표 2-2> 배경변인이 여가활동형태에 미치는 영향

변인	구분	여가활동형태				비고
		혼자서	남편과 함께	친구·친척·이웃과 함께	합계	
		N (%)	N (%)	N (%)		
연령	40~44	83 (55.0)	49 (32.5)	19 (12.6)	151 (39.4)	$\chi^2=6.72$ df=6
	45~49	68 (69.4)	24 (24.5)	6 (6.1)	98 (25.6)	
	50~54	57 (57.0)	30 (30.0)	13 (13.0)	100 (26.1)	
	55~59	20 (58.8)	10 (29.4)	4 (1.0)	34 (8.9)	
	계	228 (59.5)	113 (29.5)	43 (11.0)	383 (100)	
학력	중졸이하	36 (56.3)	20 (31.3)	8 (12.5)	64 (17.0)	$\chi^2=.97$ df=4
	고졸	98 (62.4)	44 (28.4)	15 (9.6)	157 (41.6)	
	대졸이상	92 (59.0)	46 (29.5)	18 (11.5)	156 (41.4)	
	계	226(59.9)	110 (29.2)	41 (10.9)	377 (100)	
종교	기독교·천주교	127 (60.8)	64 (30.6)	18 (8.6)	209 (54.3)	$\chi^2=2.67$ df=4
	불교	60 (59.4)	28 (27.7)	13 (12.9)	101 (26.2)	
	無	43 (57.3)	21 (28.0)	11 (14.7)	75 (19.5)	
	계	230 (59.7)	113 (29.4)	42 (10.9)	385 (100)	
월평균소득	150만원 이하	33 (68.6)	8 (16.7)	7 (14.6)	48 (14.5)	$\chi^2=14.91^*$ df=6
	150~250 이하	82 (67.2)	29 (23.8)	11 (9.0)	122 (36.7)	
	250~350 이하	50 (24.8)	26 (29.9)	11 (12.6)	87 (26.2)	
	350만원 이상	37 (49.3)	33 (44.0)	5 (6.7)	75 (22.6)	
	계	202 (60.8)	96 (28.9)	34 (10.2)	332 (100)	
가정자산	5000만원 이하	15 (71.4)	4 (19.0)	2 (9.5)	21 (6.4)	$\chi^2=9.68$ df=6
	5000~1억 이하	47 (66.2)	17 (23.9)	7 (9.9)	71 (21.6)	
	1억~2억 이하	68 (59.6)	31 (27.2)	15 (13.2)	114 (34.8)	
	2억 이상	66 (54.1)	48 (39.3)	8 (6.6)	122 (37.2)	
	계	196 (59.8)	100 (30.5)	32 (9.8)	328 (100)	
남편직업	전문기술직	128 (59.8)	65 (30.4)	21 (9.8)	214 (58.6)	$\chi^2=3.80$ df=6
	사무직	28 (63.6)	12 (27.3)	4 (9.1)	44 (12.1)	
	생산직·서비스직	50 (61.0)	21 (25.6)	11 (13.4)	82 (22.5)	
	퇴직·연금	12 (48.0)	11 (44.0)	2 (8.0)	25 (6.8)	
	계	218 (59.7)	109 (29.9)	38 (10.4)	365 (100)	
여가시간	3시간 미만	38 (58.5)	23 (35.4)	4 (6.2)	65 (18.0)	$\chi^2=13.16$ df=8
	3~5 미만	61 (55.5)	32 (35.4)	17 (15.5)	110 (30.5)	
	5~7 미만	83 (66.4)	34 (27.2)	8 (6.4)	125 (34.6)	
	7~9 미만	26 (60.5)	11 (25.6)	6 (14.0)	43 (11.9)	
	9시간 이상	12 (66.7)	2 (11.1)	4 (22.2)	18 (5.0)	
	계	220 (60.9)	102 (28.3)	39 (10.8)	361 (100)	
여가비용	상	32 (61.5)	15 (28.8)	5 (9.6)	52 (19.1)	$\chi^2=.87$ df=4
	중	66 (58.9)	35 (31.3)	11 (9.8)	112 (41.2)	
	하	70 (64.8)	28 (15.9)	10 (9.3)	108 (39.7)	
	계	168 (61.8)	78 (28.7)	26 (9.6)	272 (100)	
여가공간	상	56 (56.6)	35 (35.4)	8 (8.1)	99 (29.0)	$\chi^2=6.74$ df=4
	중	103 (61.3)	40 (23.8)	25 (14.9)	168 (49.3)	
	하	47 (63.5)	21 (28.4)	6 (8.1)	74 (21.7)	
	계	206 (60.4)	96 (28.2)	39 (11.4)	341 (100)	
생활수준인지도	상	62 (53.4)	46 (39.7)	8 (6.9)	116 (30.4)	$\chi^2=10.32^*$ df=4
	중	87 (61.3)	38 (26.8)	17 (12.0)	142 (37.2)	
	하	79 (63.7)	28 (22.6)	17 (13.7)	124 (32.5)	
	계	228 (59.7)	112 (29.3)	42 (11.0)	382 (100)	
성역할특성	양성적집단	70 (56.9)	42 (34.1)	11 (8.9)	123 (34.2)	$\chi^2=11.37$ df=6
	남성적집단	38 (55.9)	25 (36.8)	5 (7.4)	68 (18.9)	
	여성적집단	55 (66.3)	18 (21.7)	10 (12.0)	83 (23.1)	
	미분화집단	55 (64.0)	17 (19.8)	14 (16.3)	86 (23.9)	
	계	218 (60.6)	102 (28.3)	40 (11.1)	360 (100)	

*P < .05 **P < .01 ***P < .001 *합계가 일치하지 않는 것은 무응답 자료 때문임.

② 배경변인이 여가활동참여도에 미치는 영향

여가활동참여도의 일반적 경향을 8점 만점으로 살펴보면, 중년기 기혼여성은 소일활동을 가장 많이 하고 있으며(5.58점), 그 다음으로 가정지향활동(3.81점), 사교활동(3.71점), 종교활동(3.57점), 자기개발활동(2.78점)의 순서로 참여하고 있는 것으로 나타났다. 소일활동 중에서도 TV보기(6.98점)에 가장 많은 시간을 보내고 있어, 우리나라 중년기 기혼여성이 매우 개인적이고 소극적인 여가활동을 하고 있음을 반영하고 있다.

〈표 2-1〉에서 소일활동참여에 영향을 미치는 변인은 여가시간($\beta=.20$)과 여가비용($\beta=-.15$)으로, 여가시간이 많을수록, 여가비용이 적을수록 소일활동에 많이 참여하고 있는 것으로 나타났다.

가정지향활동참여에 영향을 미치는 변인은 학력($\beta=.21$)과 성역할 특성($\beta=.16$)으로 학력이 높을수록, 양성적인 성역할 특성을 지닐수록 많이 참여하고 있는 것으로 나타났다.

사교활동참여에 영향을 미치는 변인은 가정자산($\beta=.25$)과 생활수준인지도($\beta=.24$)로 가정자산과 생활수준인지도가 높을수록 사교활동에 많이 참여하고 있는 것으로 나타났다.

자기개발활동참여에 영향을 미치는 변인은 학력($\beta=.28$), 소득($\beta=.17$), 여가비용($\beta=-.15$), 연령($\beta=-.13$)으로, 학력이 높을수록, 소득과 여가비용이 많을수록, 연령이 낮을수록 자기개발활동에 많이 참여하고 있는 것으로 나타났다. 이는 다른 활동과는 달리 여가생활을 할 수 있는 경제적인 여건 이외에 지적 활동에 요구되는 학력·연령 여건이 필요한 영역임을 반영한다.

종교활동참여에 영향을 미치는 변인은 종교($\beta=-.57$)와 학력($\beta=.13$)으로, 종교가 있을 때 그리고 학력이 높을수록 종교활동을 많이 하는 것으로 나타났다. 종교가 없는 사람보다 종교가 있는 사람이 종교적인 활동을 많이 하는 것은 당연한 결과이다.

3) 배경변인이 생활만족도에 미치는 영향

중년기 기혼여성의 생활만족도는 평균 3.22점(5점

만점)으로 대체로 만족한 것으로 나타났다.

이에 영향을 미치는 변인은 생활수준인지도($\beta=.30$), 성역할 특성($\beta=.20$), 가정자산($\beta=.19$), 남편의 직업($\beta=.17$)이다. 즉, 생활수준인지도가 높을수록, 양성적인 성역할 특성을 지닐수록, 가정자산이 많을수록, 남편이 전문직·관리직에 종사할수록 생활만족도가 높은 것으로 나타났다. 이 4가지 변인의 설명력은 34%이며, 생활수준인지도가 제 1의 영향 변인으로 검증되었다. 이를 통해 경제적 요인과 남편의 사회적 지위가 생활만족도에 크게 영향을 미치고 있다는 사실이 확인되었다. 즉, 우리나라 중년기 기혼여성은 사회·경제적 지위를 매우 중요시 하며, 그에 의해 자신 삶의 질이 좌우되고 있음을 보여주고 있다.

3. 중년기 기혼여성의 여가태도와 여가행동의 관계

1) 여가태도와 여가활동형태

「혼자서」 여가활동을 하는 집단을 보면 여가태도에 따라 차이가 있는데, 인지적 요인에서 가장 긍정적인 태도를, 행동적 요인에서는 약간 부정적인 태도를 나타내었다. 「남편과 함께」 여가활동을 하는 집단은 인지적·정의적·행동적 요인의 순서로 긍정적인 태도의 수준이 낮아졌으며, 「친구·친척·이웃과 함께」 여가활동을 하는 집단은 인지적·정의적 요인에서 긍정적인 태도를 나타내고, 행동적 요인에서 약간 부정적인 태도를 나타내었다.

한편, 「혼자서」·「친구·친척·이웃과 함께」하는 여가활동형태는 여가태도의 3요인간에 점수 차이가 크게 나고, 행동적 요인에서는 부정적인 여가태도를 보이고 있지만, 「남편과 함께」하는 여가활동형태는 그 점수 차이가 비교적 적으며 행동적 요인은 약간 긍정적인 태도를 나타내고 있다. 이로써 중년기 기혼여성은 「혼자서」·「친구·친척·이웃과 함께」 여가활동을 할 때보다 「남편과 함께」 여가활동을 할 때 여가에 대한 인지·신념·느낌과 실제 경험과의 괴리를 적게 인지하여 전체적으로 긍정적인 여가태도를 가지는 것으로 사료된다.

〈표 3〉 여가태도에 따른 여가활동형태의 차이

여가태도	혼자서			남편과 함께			친구·친척·이웃과 함께		
	M	SD	D	M	SD	D	M	SD	D
인지적 요인	4.04	.56	A	3.99	.59	A	4.05	.43	A
정의적 요인	3.80	.66	B	3.77	.68	A	3.69	.63	A
행동적 요인	2.98	.95	C	3.01	.90	B	2.86	.79	B
F	129.75***			55.57***			38.41***		

* P < .05 **P < .01 *** P < .001

2) 여가태도와 여가활동참여도

중년기 기혼여성의 여가태도와 여가활동참여도의 상관관계를 살펴보면, 〈표 4〉와 같다. 여가활동참여도를 영역별로 살펴보면, 소일활동과 종교활동은 여가태도와 유의한 상관관계가 없는 것으로 나타났다.

가정지향활동은 행동적 여가태도와 정적 상관관계가 있어, 행동적 여가태도가 긍정적일수록 가정지향활동참여도가 높은 것으로 나타났다.

사교활동은 행동적·인지적·정의적 여가태도의 순으로 정적 상관관계가 있어, 이들 여가태도가 긍정적일수록 사교활동참여도가 높은 것으로 나타났다.

자기개발활동도 역시 행동적·정의적·인지적 여가태도의 순으로 정적인 상관관계가 있는데, 특히 행동적 여가태도와 강한 상관관계를 보여 무엇보다도 행동적 여가태도가 긍정적일수록 자기개발활동에 높은 참여도를 나타내었다.

여가활동참여도와 여가태도의 관계에서 소일활동·종교활동과 사교활동·자기개발활동이 매우 대조적인 결과를 나타내고 있다. 즉, 소일활동과 종교

활동은 여가에 대한 인지나 신념·경험에 대한 느낌 없이 무계획적 소비적으로 시간을 사용하거나 종교적 신앙생활에 시간을 사용하는 반면에, 사교활동·자기개발활동은 여가를 스트레스 해소, 창조적 활동 또는 자아발전을 위한 활동으로 인지하는 행동적 여가태도와 함께 확고한 신념으로 여가에 임하는 것을 알 수 있다.

4. 중년기 기혼여성의 여가태도 및 여가행동이 생활만족도에 미치는 영향

여가태도 중 긍정적인 행동적 여가태도를 지닐수록($\beta=.35$) 생활만족도가 높은 것으로 나타났다. 한편, 여가태도의 일반적 경향을 보면, 인지적(4.03점)·정의적 요인(3.78점)이 행동적 요인(2.98점)보다 더 높은 점수로 긍정적인 여가태도를 나타낸다. 행동적 요인은 과거, 현재의 경험과 활동을 의미하는 것으로써 일상 생활을 통해 형성하기 어려운 태도이므로 점수 그 자체는 낮은 결과를 나타내지만, 이를 생활만족도와 관련시켜 본다면 여가에 대한 인지나

〈표 4〉 여가태도와 여가활동참여도의 관계

	소일활동	가정지향활동	사교활동	자기개발활동	종교활동
인지적 요인	-.0058	.1159	.2622***	.2597***	-.0362
정의적 요인	-.0062	.1181	.2350***	.3443***	-.0115
행동적 요인	-.0070	.2050***	.3553***	.5986***	.0181
전 체	-.0072	.1805***	.3423***	.5025***	-.0064

*P < .05 **P < .01 ***P < .001

신념·느낌만으로는 생활만족에 영향을 줄 수 없고 실제 자신의 체험을 통해서만 생활에 활력을 주고 생활만족도를 향상시킬 수 있는 것으로 사료된다.

여가활동 중 자기개발활동(=.32), 사교활동(=.19), 가정지향활동(=.13)이 생활만족도에 영향을 미치는 변인으로 나타났다. 즉, 자기개발활동·사교활동·가정지향활동에 적극적으로 참여할수록 생활만족도가 높아졌다. 이 세 변인의 설명력은 24%이며, 자기개발활동이 제 1 영향변인으로 검증되었다. 이는 경제적 여건을 어느 정도 갖춘 중년기 여성들이 자녀와 그 외 가족원에 대한 심리적·신체적 부담으로부터 벗어나 자아발전을 위한 활동을 함으로써 생활 전반의 만족이 증가되는 것으로 사료된다.

중년기 기혼여성은 「남편과 함께」 여가활동을 할 때 가장 만족하는 것으로 나타났다. 이는 부부 공동의 여가는 부부관계에 영향을 주어 궁극적으로 생활만족에 영향을 미친다는 선행연구(Duvall, 1979 ; Hill, 1988 ; 안동선, 1982)와 일치하는 것으로써, 부부 공동의 여가활동과 부부관계의 밀접함을 강조하는 결과이며, 나아가 생활만족의 향상을 위해서도 반드시 부부가 공동으로 여가활동을 하는 것이 중요함을 시

사하고 있다.

5. 중년기 기혼여성의 생활만족도에 영향을 미치는 변인과 그 영향력

중년기 기혼여성의 생활만족도에 영향을 미치는 변인은 월평균 소득($\beta=.30$), 여가활동참여행동 중 가정지향활동($\beta=.21$), 가정자산($\beta=.19$), 여가태도 중 행동적 요인($\beta=.17$), 여가비용($\beta=.13$)등으로 나타났다. 즉 월평균 소득이 높을수록, 가정지향활동에 참여도가 높을수록, 가정자산이 많을수록, 행동적 여가태도가 긍정적일수록, 여가비용이 많을수록 중년기 기혼여성의 생활만족도가 높아지는 것으로 나타났다. 이 다섯 변인의 설명력은 33%이며, 월평균 소득이 제 1 영향변인이었다. 이는 주부의 생활의 질에 가계소득이 직접 영향을 미친다는 한경미·황덕순(1990)의 연구 결과와 일치하는 것이다.

현재 우리나라의 중년 세대는 경제성장의 주역으로 문화적·정신적인 면에서 개인의 내적 충실을 기하기 보다는 경제적·사회적 지위의 향상을 위해 정진해 온 결과, 경제적인 여건이 어느 정도 성취되었

〈표 5〉 여가태도 및 여가행동이 생활만족도에 미치는 영향

변인	영역	생활만족도			
		b	β		
여가태도	행동적 요인	.28	.35***	상수항 .19 R ² = .16 F = 24.62***	
	인지적 요인	.11	.09		
	정의적 요인	.01	.01		
여가행동	여가활동참여도	종교활동	.01	.02	상수항 1.37 R ² = .24 F = 23.33***
		가정지향활동	.14	.13**	
		소일활동	-.03	-.05	
		사교활동	.23	.19***	
		자기개발활동	.28	.32***	
	여가활동형태		M	SD	D
혼자서	3.16	.77	A		
남편과 함께	3.42	.69	B		
	친구·친척·이웃과 함께	3.05	.61	A	

*P<.05 **P<.01 ***P<.001

을 때 안정을 느끼며 생활 만족이 증가되는 것으로 생각된다.

〈표 6〉 생활만족도에 영향을 미치는 요인과 그 영향력

영역	생활만족도		
	b	β	
월평균 소득	.21	.30***	상수항 .15 R ² = .40 F = 19.38***
가정지향활동	.23	.21***	
가정자산	.15	.19**	
행동적 여가태도	.13	.17**	
여가비용	.12	.13*	

*P < .05 **P < .01 ***P < .001

한편, 여가활동참여도를 독립변인으로 하여 분석한 결과 생활만족도에 가장 큰 영향을 미치는 요인은 자기개발활동이었으나(표 5 참조), 배경변인·여가태도·여가행동을 독립변인으로 하여 분석한 결과에서는 가정지향활동이 여가활동참여도 중 가장 큰 영향을 미치는 요인으로 나타나, 적극적이고 활동적인 여가에 많이 참여할수록 생활만족도가 높아진다고 보고한 Kelly, StenKamp와 Kelly(1987)·홍성희(1991)·이후원(1993)의 연구 등과는 다른 결과가 나타났다. 〈표 2-1〉에서 살펴 본 바와 같이 자기개발활동·사교활동은 경제적 요인에 의해 많은 영향을 받는 반면, 가정지향활동은 경제적 요인에 의해 영향을 받지 않는다. 따라서 생활만족도에 직접 영향을 미치는 경제적 요인은 자기개발활동·사교활동에도 직접적으로 영향을 미쳐, 이들 영역이 간접적으로 다른 영역의 여가활동보다 생활만족도에 훨씬 많은 영향을 미치는 것이다. 그러나 궁극적으로는 가정지향활동이 생활만족도에 직접적인 영향을 미치는 것을 알 수 있다.

이기숙(1996)은 우리나라 여성은 현모양처의 이데올로기에 의해 자신을 위한 활동보다는 가족을 위한 활동을 전제로 여가생활을 하기 때문에 여가활동을 분류하기가 어렵다고 하였다. 따라서 우리나라의 전업주부는 가정중심의 생활을 중요시하여 가사활동과 더불어 여가활동이 추구된다면 만족감을 느끼는 것으로 여겨진다. 이는 우리나라 중년기 기혼여성의 가

정생활 중심의 여가양식을 반영한다는 측면에서는 바람직한 결과이다.

6. 중년기 기혼여성의 생활만족도에 대한 배경변인, 여가태도 및 여가행동의 상대적 기여도

중년기 기혼여성의 생활만족도에 대한 배경변인, 여가태도 및 여가행동의 상대적 기여도를 비교하기 위하여 각 독립변인군들을 추가로 투입하는 위계적 회귀분석을 실시하였다. 이 때 1단계는 배경변인만을 분석대상으로 하였고, 다음 2단계에서는 여가태도를 추가하여 분석하였으며, 3단계에서는 여가행동을 추가하여 분석하였다.

중년기 기혼여성의 생활만족도에 대한 독립변인들의 영향력은 〈표 7〉에 나타난 바와 같다. 1단계에서 배경변인의 영향력을 검증한 결과 설명력이 36.5%로 나타났다. 다음으로 여가태도를 추가하여 분석한 결과 설명력이 38.9%로 1단계에 비하여 2.4% 증가하였다. 마지막으로 여가행동을 추가하여 분석한 결과 설명력이 42.2%로 3.3% 증가하였다.

이상의 결과로써 다음의 사항에 주목할 수 있다.

첫째, 1단계 배경변인의 설명력은 비교적 높으나, 2단계·3단계의 여가태도·여가행동에서는 설명력이 크게 증가하지 않는 것으로 나타났으며, 1단계 배경변인 중에서는 경제적 요인(생활수준인지도·가정자산·월평균 소득·여가비용)과 성격적 요인(성역할 특성)이 생활만족도에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이로써 우리나라 중년기 기혼여성은 물질 지향적인 측면에 가치를 부여하고 있음을 알 수 있다.

부연하면, 중년기 기혼여성은 여가생활에 경제요건을 필요조건으로 인식하고 있는 듯하다. 즉, 경제적 요인들이 여가생활에 직접 영향을 미치고, 반면에 여가생활은 간접적으로 생활만족도 증진에 기여하는 것으로 사료된다. 따라서 중년기 기혼여성의 생활만족도 향상에 있어서 여가생활은 필요조건이기 보다는 충분조건으로 생각되며 결과적으로 여가생활이 생활만족도에 직접적으로 큰 영향을 미치지 않는 것으로 해석된다.

둘째, 우리 사회의 중추를 이루는 중년 세대가 정

〈표 7〉 생활만족도에 대한 배경변인, 여가태도 및 여가행동의 상대적 기여도

독립변수	1단계		2단계		3단계	
	b	β	b	β	b	β
여가공간	.10	.10	.08	.08	.07	.07
종교	.05	.05	.03	.03	.03	.03
연령	-.06	-.09	-.07	-.10	-.07	-.10
성역할특성	.09	.16**	.06	.11	.04	.07
여가비용	.13	.14*	.13	.13*	.14	.15**
생활수준인지도	.20	.23**	.20	.23**	.20	.22**
여가시간	-.02	-.02	-.03	-.04	-.03	-.04
학력	-.04	-.04	-.05	-.05	-.08	-.08
가정자산	.13	.17*	.13	.17*	.11	.15*
남편직업	.07	.11	.07	.10	.06	.08
월평균소득	.10	.15*	.10	.14	.11	.16*
행동적 여가태도			.06	.07	.07	.09
인지적 여가태도			.08	.06	.10	.08
정의적 여가태도			.07	.07	.05	.05
여가활동유형					.05	.05
종교활동					.01	.02
소일활동					-.01	-.01
가정지향활동					.21	.20**
사교활동					-.004	-.004
자기개발활동					-.03	-.03
상수항	1.38		.92		.31	
F	10.75***		9.21***		7.10***	
R ²	.365		.389		.422	
R ² 증가량			.024		.033	
D-W test	2.04		1.99		1.95	

*P < .05 **P < .01 ***P < .001

신과 문화의 중요성을 인식하기 보다는 물질 지향적인 가치를 지니는 것은 사회 전반의 건전한 정신질서를 세우는데 부정적인 영향을 미칠 것으로 사료되며, 또한 중년기에 여가문화의 사회화가 원만히 이루어질 때 노년기 생활을 안정적으로 향유할 수 있음을 전제로 할 때, 물질 중심의 여가생활은 여가가 생활 자체로 정착되는 노년기에 이르러서 그 한계를 드러낼 것이다.

V. 결론 및 제언

이상의 연구결과를 통하여 다음과 같은 결론을 내릴 수 있다.

첫째, 중년기 기혼여성의 생활만족도에 영향을 미치는 변인을 살펴보면, 경제 요인(소득·가정자산·여가비용)외에 가정지향활동이 크게 영향을 미치는 것으로 나타났다. 가족원 중심으로 가사노동을 겸하는 여가활동은 가족원의 정서를 윤택하게 하여 만족을 주고 주부 스스로도 만족을 얻는 건전한 여가양

식으로 생각된다. 그러나 혈연 중심의 가족생활에 국한된 여가생활의 범위를 확대시켜 지역사회의 공익을 위한 활동에 적극 참여하여 자신의 잠재적 능력을 발휘하는 자아성장의 실현과 사회 전체의 발전에 기여하는 여가활동을 하는 것이 바람직하다. 주부가 가정 밖에서 이러한 적극적인 여가를 가지기 위해서는 어느 정도의 경제적인 여유가 선결되어야 할 것으로 사료된다. 본 연구결과를 통해서도 알 수 있듯이, 우리나라 중년기 여성들은 여가에 있어 경제요인을 필수조건으로 생각하고 있기 때문에 그 가정의 경제적 수준과는 관계없이 주부가 가정 밖에서의 적극적인 여가를 용이하게 충분히 가질 수 있도록 사회제도적인 지원과 지역사회시설을 마련하여 이용하도록 하는 것이 필요하다. 또한, 정부와 사회는 마련된 사회적 시설을 활발히 이용할 수 있도록 홍보하는 것에 힘써야 할 것이다.

이와 동시에 중년기 기혼여성들 스스로 자신의 잠재 능력을 사회에 환원하려는 노력이 필요한데, 한 인간으로서의 실존적 삶의 체험을 하면서도 보람을 동시에 느낄 수 있는 것은 곧 봉사활동이다. 중년기 여성은 과거 자녀를 양육한 경험과 머지 않은 미래에 필연적으로 노년기를 맞게 되는 과도기적 위치에 있으므로, 아동·청소년 및 노인들과 쉽게 감정을 공유할 수 있는 장점을 가진다. 따라서 중년기 기혼여성들은 사회에서 소외된 이들을 연계하여 아동·청소년과 노인에게 사랑과 활력을 줌으로써 극도로 이기적이며 물질지향적으로 치달는 우리사회에서 어려운 곳을 돌보는 건전한 여가활동을 정착시키고 확산시켜 나가야 할 것이다.

둘째, 중년기 기혼여성은 「남편과 함께」 여가활동을 할 때 생활만족도가 가장 높은 것으로 나타났다. 이는 많은 선행연구의 결과를 뒷받침하는 것으로 부부공동의 여가생활의 중요성을 다시금 증명하는 결과이다. 그러나 중년기 기혼여성은 다른 여가활동형태에서 보다 부부공동의 여가활동형태에서 경제요인을 필요로 하는 것으로 나타나, 중년기 부부를 대상으로 바람직한 여가생활을 제시해 주는 작업이 요구된다. 휴양적 활동이나 오락활동에 참여하는 사람은 생활만족도가 낮게 나타난다고 하였으므로(이후

원,1993), 휴양과 오락 외의 여가활동에 대한 정보가 없는 중년기 부부를 대상으로 여가 개념, 여가의 필요성, 건전한 여가활동 방법 등 여가에 대한 다양하고 유용한 정보를 주어 이들이 여가를 오락의 기능뿐 아니라 교육과 봉사의 기능까지도 담당할 수 있는 수준까지 이끌 수 있는 사회복지 차원의 여가교육프로그램이 마련되어야 할 것이다.

한편, 여성의 평균수명이 남성의 평균수명에 비해 약 8년 길다는 보고(조선일보, 1997년 5월 8일자)에서 알 수 있듯이 중년기 이후 홀로된 이들의 수가 적지 않다. 홀로된 이들은 인생의 가장 중요한 반려자를 잃음과 동시에 앞으로 함께 여가를 같이 할 동료를 잃은 상실감으로 생활만족도가 낮을 수 밖에 없다. 그러므로 사회적·개인적 차원에서 여가생활에서 소외된 이들에게 적절한 여가프로그램을 마련하여 현재 삶의 질을 향상시켜 주어야 할 것이며, 나아가 점차 자녀와 분리되는 노년기의 여가를 미리 준비할 수 있도록 배려하여야 할 것이다.

셋째, 연구 결과에서 살펴 본 바와 같이, 우리나라 중년기 기혼여성의 여가생활이 경제적 요인의 영향이 크다는 것은 건전한 여가풍토가 아직 뿌리 내리지 못한 원인도 있지만, 여가활동을 통한 자아실현이 불가능하기 때문이라 사료된다. 즉, 여가가 여유로운 시간·마음의 상태, 자기성장의 도모를 위한 활동이라면 그것에는 휴식, 교양과 취미활동, 직업기술의 취득 등의 여성의 전인적인 활동 모두를 포함해야 한다(문귀남, 1992). 그러나 아직 여성의 여가활동은 휴식활동이 대부분을 차지하고 기껏해야 개인적인 교양·취미활동에 그치고 있으므로, 그러한 활동으로 사회적 인정을 받는 데에는 무리가 있다. 사회적 인정을 받기 위해서는 정부나 사회에서 마련한 일정 과정을 마치고 일정 기준의 소양을 갖춘 후, 기관에서 인정하는 자격을 받아 여성이 봉사활동 또는 교육활동에 임할 수 있도록 유도하여야 할 것이다. 이러한 제도가 정착 되었을 때, 무계획적이고 소비지향의 여가생활에서 벗어나 계획적이고 합목적적인 여가생활에 임할 수 있을 것이다. 따라서 정부와 사회에서는 여성의 잠재된 무한한 능력을 사회의 정신적 기틀을 마련하는데, 그리고 따뜻한 손길을 펼

요로 하는 곳에 이용할 수 있도록 여가전문교육기관을 두어 인재를 양성하는 등의 적극적인 여가정책을 마련해야 할 것이다.

【참 고 문 헌】

- 1) 김경숙, 중년여성의 여가사용 실태에 관한 조사 연구, 관동대 논문집(자연·예체능계), 관동대논문집, 1986.
- 2) 김명자(a), **중년기 연구**, 서울:교문사, 1993.
- 3) 김명자(b), 도시 중년기 여성의 여가와 여가선용 교육에 관한 연구, 홍익대 석사학위논문, 1995.
- 4) 김문미, 자원봉사활동 주부의 가정생활만족에 관한 연구, 동덕여대 석사학위논문, 1986.
- 5) 김순미·홍성희, 여가비 지출이 여가만족도 및 생활만족도에 미치는 영향, **한국가정관리학회지 14(3)**, 1996.
- 6) 김의숙, 도시기혼여성의 여가활동참여와 여가장애, 서울대 박사학위논문, 1991.
- 6) _____ 외 7인, 서울시 아파트 거주 중년기 가정의 생활실태와 문제(Ⅲ): 시간사용을 중심으로, **대한가정학회지 33(5)**, 1995.
- 7) 김은아, 중년기 부인의 자아정체감과 생의 의미에 관한 연구, 숙명여대 석사학위논문, 1992.
- 8) 모창배, 여가활동참여유형과 생활만족도에 관한 실증적 연구, 국민대 박사학위논문, 1993.
- 9) 문귀남, 도시중년여성의 여가와 여성사회교육의 과제탐색, 중앙대 석사학위논문, 1993.
- 10) 박무철, 여가활동참여가 직무만족 및 생활만족에 미치는 영향, 단국대 박사학위논문, 1991.
- 11) 백은순, 성인기의 여가특성과 여가교육에 관한 연구, 중앙대 박사학위논문, 1992.
- 12) 백주현, 여가선택행동이 가정생활만족도에 미치는 영향, 이화여대 석사학위논문, 1990.
- 13) 안동선, 한국도시 주부의 여가유형과 결혼만족도와의 관계에 관한 연구, 숙명여대 석사학위논문, 1982.
- 14) 유지영·김명자, 중년기 부인의 사회적 지원과 생활만족도에 관한 연구, **한국가정관리학회지 14(3)**, 1996.
- 15) 이기숙, 중년기 여성의 사회활동에 관한 일고찰, **한국가정관리학회지 14(1)**, 1996.
- 16) 이선미, 중·노년기 여가활동유형과 인생만족도에 관한 연구, 이화여대 석사학위논문, 1992.
- 17) 이정우·이윤미, 중·노년기 기혼여성의 여가태도 및 여가활동참여도, **한국가족자원경영학회지 1**, 1997.
- 18) 이영기, 인구사회적 변인에 의한 여가태도의 비교 연구, 국민대 박사학위논문, 1993.
- 19) 이현주, 주부의 여가활동유형에 관한 연구, 동덕여대 석사학위논문, 1986.
- 20) 이후원, 여가활동참여유형 및 이에 영향을 미치는 요인에 따른 생활만족도 연구, 이화여대 석사학위논문, 1993.
- 21) 전명숙, 중년기 가정의 부부생활에 관한 연구, 동덕여대 석사학위논문, 1986.
- 22) 진봉국, 여가활동참여와 생활만족의 관계, 서울대 석사학위논문, 1993.
- 23) 한경미·황덕순, 주부의 여가시간과 생활의 질 인식에 관한 연구, **한국가정관리학회지 8(1)**, 1990.
- 24) 홍성희, 주부의 여가활동과 여가제약요인에 관한 연구, 이화여대 박사학위논문, 1991.
- 25) Brooks, J.B. & D.M. Elliott, Prediction of psychological adjustment at age thirty from leisure time activities and satisfactions in childhood, *Human Development*, 14, 51-61, 1971.
- 26) Campbell, A., D.E. Converse & W.L. Rodgers, *The quality of American life : perception, evaluation and satisfaction*, New York ; Russell Sage Foundation, 1976.
- 27) Duvall, E.M., *Marriage & family development*, J. B. Lippincott Company, 1977.
- 28) Hill, M.S., Marital stability and spouses' shared time, *Journal of Family Issues*, 9(4), 427-451, 1988.
- 29) Hirschman, E.C., Leisure motive and sex roles, *Journal of Leisure Research*, 16, 1984.

- 30 Iso-Ahola, S.E., *The social psychology of leisure and recreation*, Springfield, IL; Charles C. Thomas, 1980.
- 31) Kelly, J.R., M.W. Steinkamp & J.R. Kelly (1987), Later-life satisfaction : does leisure contribute? *Leisure Science*, 9, 190-200, 1987.
- 32) Orthner, D.K., Leisure activity patterns and marital satisfaction over the marital career, *Journal of Marriage and Family*, 1975(Feb.).
- 33) Rapport, R., R. Rapport, & V. Thiessen, Couple symmetry and enjoyment, *Journal of Marriage and Family*, 1974(Aug.).
- 34) Settle, R.B., P.L. Alreck & M.A. Belch, Social class determinants of leisure activity, *Advances in Consumer Research*, 6, 1979.
- 35) Snyder, D.K., Multidimensional assessment of marital satisfaction, *Journal of Marriage and the Family*, 813-823, 1979(Nov.).
- 36) Triandis, H.C., *Attitude and attitude change*, New York; John Wiley and Sons, Inc., 1971.