

# 생태학적 관점에서 본 여가제약, 여가동기, 여가참여의 관계

- 구조방정식 모형 구축을 통해

## The Causations among Leisure Constraints, Leisure Motivation, and Leisure Participation on the Ecological Perspective

- Through the Construction of a Structural Equation Model

숙명여자대학교 가정·아동복지학부 가족자원경영학전공

강사 이유리\*

교수 박미석

Major in Family Resource Management, Sookmyung Women's University

Lecturer : Lee, Yu-Ri

Professor : Park, Mee-Sok

---

### <Abstract>

The purpose of this study was to verify a Structural Equation Model that constructed the causations among the leisure constraints, leisure motivation, and leisure participation. This model posits that constraints determine motivation to participation. Concretely, structural and interpersonal leisure constraints(contextual factors) will affect intrapersonal leisure constraints in the light of ecological perspective. Also, leisure constraints will affect leisure motivation based on self-determination theory that may influence leisure participation indirectly. A survey questionnaire was administered to 301 elderly in an institution for the elderly. A measurement model and a structural equation model estimates by Maximum Likelihood method(ML method) utilizing LISREL 8.0 ver. The analysis showed that a goodness of fit is good of structural equation model presented in the study. And, all hypothesis adopted about causations among the leisure constraints, leisure motivation, leisure participation.

---

▲주요어(Key Words) : 여가제약(leisure constraints), 여가동기(leisure motivation), 여가참여(leisure participation), 자기결정성 이론(self-determination theory), 생태학적 이론(ecological theory)

### I. 서론

북미의 사회과학자들은 지난 세기 20~30년 동안 여가제약 연구를 해왔다. 1980년대 여가제약에 대한 경험적 연구가 양적으로 매우 증가하였으며 이론적 공헌과 실제적 시사점들을 평가하면서 이러한 결과들을 통합정리하려는 노력들(Goodale & Witt, 1989; Jackson, 1988, 1991; Jackson & Scott, 1999; McGuire & O'Leary, 1992; Searle & Jackson,

1985)과 함께 여가제약 연구의 이론적 위치와 개념적 모형의 발전을 가져왔다(Crawford, Jackson & Godbey, 1991; Jackson, Crawford & Godbey, 1993).

최근에는 여가제약 패러다임의 타당성과 가치에 대한 중요한 관심과 비평들이 증가하고 있다(Samdahl & Jekubovich, 1997). 선행연구(Kay & Jackson, 1991; Scott, 1991; Shaw, Bonen & McCabe, 1991)에 의하면 제약은 항상 참여를 막거나 감소시키는 것은 아니라는 기존의 전제와 다른 결과들이 제시되고 있다. 이러한 결과는 Jackson 등(1993)에 의해서 더욱 견고해졌는데, 이들은 Crawford

---

\* 주 저 자 : 이유리 (E-mail : yurieye@sookmyung.ac.kr)

등(1991)의 위계적 여가계약 모형에 타협과정과 동기의 역할을 더하여 타협과 균형의 모형으로 발전시켰다. 이러한 제안들은 최초로 여가계약에서의 동기 개념을 소개한 것이다. 그들은 참여는 여가계약에 대한 성공적인 타협의 결과이며, "타협과 타협과정의 결과는 모두 동기와 계약의 상대적 크기와 상호작용에 달려있다"(Jackson et al., 1993, p.9)라고 주장한다. 이와 더불어 계약의 타협과정에 있어서 동기의 역할을 경험적으로 살펴본 연구(Alexandris & Tsorbatzoudis, 2002; Carroll & Alexandris, 1997; Losier, Bourque & Vallerand, 1993; Hubbard & Mannell, 2001)들이 이루어지고 있다.

그동안 동기의 개념은 여가계약 연구에서 중요한 관심을 받지 못해왔지만, Carroll과 Alexandris(1997)의 연구, Hubbard와 Mannell(2001)의 연구, 질적 연구를 한 Stoldoska(2000)의 연구에서는 동기는 여가계약의 위계적 모형에서 중요한 역할을 하며 반드시 계약과 함께 여가참여에 어떠한 역할을 하는지에 대한 향후연구가 요구된다고 결론내리고 있다. 또한 Jackson(2000)은 21세기에도 여가계약에 대한 연구가 적절할가라는 그의 논문에서 여가계약 연구는 여가행동에 대한 통찰력을 제공한다는 점에서 계속 연구되어야 할 영역임을 단언하면서 대신 사람들의 여가선택과 행동에 대해 정확하게 이해하기 위해서는 긍정적인 것(동기와 기대되는 이익)과 부정적인 것(계약요인)을 함께 조사해야 한다고 제안하고 있다.

한편 동기와 계약 사이의 관계를 명확히 하는 중요한 쟁점은 이론적인 틀의 채택이다. 지금까지는 여가계약의 위계적 모형과 관련해 동기의 이론 또는 생태학적 이론을 적용하는 시도가 극히 드물었다. 본 연구는 자기결정성 이론(Deci & Ryan, 1985; Losier et al., 1993; Vallerand & Losier, 1999)과 생태학적 이론(Bronfenbrenner, 1979, 1986)에 근거하여 여가계약, 여가동기, 여가참여의 관계를 검증하고자 한다.

Vallerand와 Losier(1999)는 자기결정성 이론에 근거해 동기와 직접적으로 관련된 심리적 매개요인에 영향을 미치는 사회적 환경요인을 제안하였다. 여기에서 Crawford 등(1991)이 제안한 구조적, 대인적 여가계약은 사회적 환경요인으로, 심리적 매개요인은 개인내적 여가계약으로 동일시할 수 있다. 또한 생태학적 이론은 인간의 행동은 개인의 특성뿐만 아니라 환경과의 상호작용이라는 맥락 안에서 이해해야 함을 강조하고 있다. 여가계약 요인에 생태학적 이론을 적용하면 구조적, 대인적, 개인내적 계약요인으로 구조화하여 맥락적으로 파악할 수 있으며, 개인의 여가행동에 대한 여가환경의 중요성을 부각시킬 수 있다.

이상의 두 가지 이론적 틀에 근거하면 구조적, 대인적

환경체계는 개인의 여가생활에 영향을 미치며 나아가 여가계약은 동기에 부적으로 영향을 미쳐 참여에 간접적으로 영향을 미칠 것이라는 가설을 세울 수 있다. 궁극적으로 본 연구의 결과는 Crawford 등(1991)이 제시한 위계적 여가계약 모형을 또 한단계 발전시키는 결과를 가져오리라 기대한다.

이와 관련해 선행연구들을 고찰한 결과, 여가계약, 여가동기, 여가참여의 관계를 살펴본 국내 연구는 거의 전무한 실정이며, 국외의 연구들(Alexandris & Tsorbatzoudis, 2002; Carroll & Alexandris, 1997; Losier et al., 1993; Hubbard & Mannell, 2001)은 상관분석, 일변량분산분석, 다중회귀분석, 경로분석을 통해 그들의 관련성을 예측하는데 그치는 한계를 나타내고 있다. 회귀식은 예측변수들간의 관계를 설명하는 이론구조를 나타낸다고는 볼 수 없으므로, 회귀분석의 결과를 통해 변인들의 인과관계 설명을 위해 사용하는 데는 제한점이 있다(이순목, 1990).

따라서 이상을 종합하여 본 연구에서는 최근 주장되고 있는 여가계약의 타협과정과 계약과 동기의 균형 모형(Jackson et al., 1993)에 착안하여 여가참여에 대한 여가동기와 여가계약의 관계를 경험적으로 연구하고자 한다. 또한 자기결정성 이론과 생태학적 이론에 근거하여 여가계약과 동기 그리고 여가참여의 관계를 체계적인 인과모형으로 제시하고, 이를 공변량구조분석을 통해 검증하고자 한다. 자신이 진정으로 원하는 여가활동을 선택하고 참여하여 여가를 활용할 수 있다면 이는 더할 나위 없이 만족스러운 여가향유가 될 것이다. 본 연구의 분석결과는 이러한 여가향유를 위해 궁극적으로 무엇이 중요한 역할을 하며, 무엇이 개선되어야 하는지에 대한 강력한 정보를 제공할 수 있을 것이라 생각한다.

## II. 이론적 배경

### 1. 여가계약

Kay와 Jackson(1991)은 여가계약을 "개인의 여가선호를 형성하는 것을 제한하고 여가에 대한 참여나 여가의 즐거움을 방해하는 요인"이라고 규정하였다. 다시 말해 여가계약은 여가활동에 참여하고 싶지 않은 이유, 활동에 참여하고 싶지만 참여할 수 없는 이유, 또는 참여하고 있지만 불만족한 이유이다.

여가계약에 대한 연구는 1960년대 초반의 ORRRC(The Outdoor Recreation Resource Review Commission)의 연구를 시작으로 1980년대부터 조금씩 나타나기 시작하였다(Crawford et al., 1991). 현재까지 여가계약의 경험적 문제

를 다른 다수의 연구자들(Crawford & Godbey, 1987; Crawford et al., 1991; Henderson, Stalnaker & Taylor, 1988; Jackson, 1988, 1991)은 개인이 여가에 참여하고 만족감을 달성하는 데에 방해가 되는 요인들을 규명하고 이해하는데 초점을 두고 있다.

여가제약 연구는 여가참여가 어떻게 제약되는지 그 복잡한 현상을 이해할 수 있게 하며, 여가연구의 기본적인 주제인 참여, 동기, 만족의 문제를 재조망하는 기회를 준다는 점에서 그 의의를 찾을 수 있다(Jackson, 1991). 또한 실천적인 측면에서도 누가, 왜, 상대적으로 어떤 불이익을 받는지 이해하고 그 결과 여가제약의 영향을 감소시키도록 여가관리대책을 세우기 위한 유용한 정보를 제공하기 때문에 여가활동참여와 여가제약을 함께 연구할 필요가 있다고 본다(김외숙, 1991). 그러나 과거 여가제약에 관한 연구는 대상, 변인, 분석단위, 분석과정에 있어서 연구자마다 차이를 보여(Henderson et al., 1988; Jackson, 1983; McGuire, 1984; Witt & Goodale, 1981) 여가제약 연구결과의 일반화를 방해해왔다.

근래에는 여가제약에 대해 학자들의 관심이 증가되면서 초기 연구에서 결여되었던 이론적, 개념적, 분석적 정밀함이 보완되어 가고 있다(Jackson, 1991). 최근 많은 학자들이 여가참여에 제약을 주는 요인들을 연구하여 다양한 접근방법과 개념적 모형들을 제시하고 있다(Crawford & Godbey, 1987; Crawford et al., 1991; Jackson, 1993; Jackson et al., 1993).

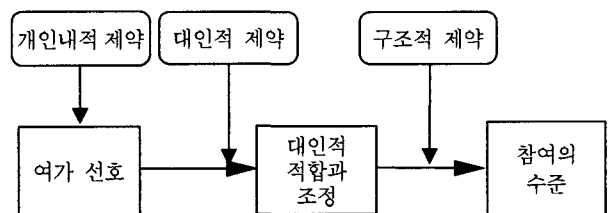
여가제약에 관한 개념화와 유형화에 대한 노력은 여가 연구에 있어서의 방법론과 학자간의 학문적 교류를 활성화시켜준다. 초기에는 여가제약의 유형화와 관련해 연구자들 사이에 상반된 주장이 있었다(김외숙, 1991). Jackson (1983)은 제약의 범주화가 개별적인 제약이 갖는 상대적 영향력의 차이를 불분명하게 할 수 있다는 점에서 제약의 분류에 대하여 주의를 주었으며, 같은 이유로 Dunn(1987)도 제약의 차원보다 특정제약에 주목하는 것이 관리적인 맥락에서 더욱 선호될 것이라고 주장하였다. 그러나 McGuire(1984)는 중노년기의 여가제약을 요인분석한 결과 5가지 제약요인을 추출하였으며 이들 요인이 전체변량의 80%를 설명함으로써 여가제약에는 기초가 되는 구조가 존재하며, 이 구조가 광범위한 여가제약항목을 검토하는데 유용한 정보가 될 수 있음을 주장하였다.

이와 마찬가지로 최근의 연구결과들은 제약은 단독으로 작용하지 않는다는 것을 밝히고 있는데, Hultsman(1995)은 Jackson(1993)의 집합적인 관점(aggreated perspective)에 근거해 6가지 차원(사회적 고립, 접근성, 개인적 이유, 비용, 시간, 시설)에서 17개 항목의 여가제약을 조사를 통해

제약항목들의 관련성을 분석하였다. 이때 개별 제약들이 서로 얼마나 유사하게 또는 얼마나 다르게 관련되어있고 사람들이 생각하는지를 알아보는 multidimensional scaling(MDS)을 사용하였다. 결과적으로 제약은 상호관련되어 있고, 하위 유형들과의 관계 속에서 평가될 수 있으며, 여가는 제약의 집합상에서 영향을 받으며 단일제약에 의해 활성화되지는 않는 것으로 나타났다(Hultsman, 1995). 즉 여가제약은 어느 한 요인만 독립적으로 영향을 미치기보다 여러 요인이 조합하여 영향을 미치는 경향이 있다.

제약의 범주화에 대한 주의가 지적되고 있지만(Dunn, 1987; Jackson, 1983), “제약의 차원을 인식하는 것은 분석적, 개념적 측면에서 그 가치가 있다고 볼 수 있다. 만약 차원이 실제로 존재한다면, 많은 수의 개별적인 제약보다 제약차원과 관련변인들간의 관계를 분석하는 일이 더욱 간결해질 것이고, 다른 집단에 일반화할 수 있는 가능성도 더욱 커질 수 있다. 나아가 차원의 분석은 더 상세한 수준에서는 불분명할 수 있는 제약의 양식과 일반성을 인식하는데 도움이 될 것이다”(김외숙, 1991, p.37). 이러한 맥락에서 볼 때, 여가참여에 어려움을 겪거나 여가생활에 불만족하는 이유를 명목적으로 몇 가지 제시한 후 그 중 한 가지를 택하도록 하는 방법으로 조사된 연구결과는 여가제약에 관하여 충분한 정보를 제공하지 못한다고 할 수 있다(김외숙, 1991).

Crawford 등(1991)은 여가제약이란 사회심리학적 의미에서 개인의 여가참여를 제한하는 유형, 무형의 제약요인으로서 개인에게 지각되는 내적인 심리상태나 특성 또는 성격과 외적인(대인적 및 상황적) 환경을 의미하는 것으로 보고(Lewin, 1951, p.259; Crawford & Godbey, 1987, p.122 재인용), 여가에 대한 선호부터 여가참여에 이르는 과정에서 제약을 주는 요인들을 개인내적(intrapersonal), 대인적(interpersonal), 구조적(structural) 제약요인으로 유형화하여 설명하였다. 하지만 이러한 제약은 여가선호와 여가참여의 결정적 요인이 아니라 선호와 참여에 영향을 미치는 요인이라고 강조하였다. Crawford 등(1991)의 위계적 여가제약 모형은 아래의 (그림 1)과 같다.

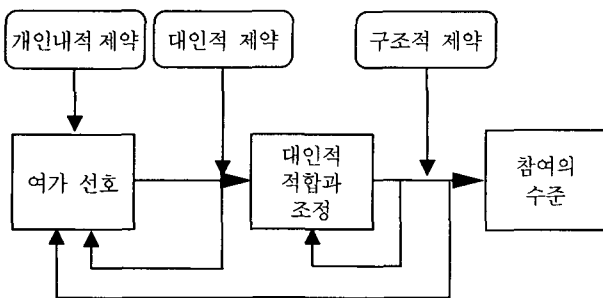


출처 : Crawford 등(1991). A hierarchical model of leisure constraints. *Leisure Sciences*, 13, p.313.

<그림 1> 여가제약의 위계적 모형

Crawford 등(1991)의 개인내적, 대인적, 구조적 제약의 분류와 그 의미는 국내외에서 지금까지 널리 사용되고 있다. 구체적으로 개인내적 제약요인은 “여가선호와 참여사이에 매개역할을 하기 보다는 여가선호에 상호작용하는 개인의 심리적 상태와 태도를 말한다(Crawford & Godbey, 1987, p.122)”. 대인적 제약요인은 개인내적 제약을 극복하고 난 후에 지각하는 것으로 “대인적 상호작용 또는 개인들의 특성간의 관계의 결과”(Crawford & Godbey, 1987, p.123)로서 여가활동에 참여하는 친구나 동료들을 찾을 수 없을 때 경험하게 되는 제약요인이다. 이 제약은 공동여가활동에 대한 선호에 영향을 미칠 뿐만 아니라 그 결과 참여에도 영향을 미친다. 구조적 제약요인은 개인내적, 대인적 제약을 극복하고 난 후에 느끼는 것으로 “여가선호와 여가참여 사이에 매개하는 요인”(Crawford & Godbey, 1987, p.124)이다. 예를 들면 가족생활주기, 가족의 경제적 자원, 계절, 기후, 시간과 기회의 접근, 여가시설 등을 들 수 있다.

Jackson 등(1993)은 단일방향으로 보이는 Crawford 등(1991)의 위계적 여가제약 모형(그림 1 참조)을 수정하여 (그림 2)와 같이 제약요인들 간의 상호작용을 통한 타협과정을 제안하였다. 즉 사람들은 타협이 불가능하거나 어려운 것으로 판단되는 대인적 또는 구조적 제약에 마주치게 되면 피드백을 통해 그러한 활동에 참여하고자 하는 욕구를 억제하게 되면서 선택적인 개인내적 제약에 효과적으로 기능을 하게 된다는 것이다.



출처: Jackson 등(1993). Negotiation of leisure constraints. *Leisure Sciences*, 15, p.7.

<그림 2> 제약유형들 간의 상호작용

한편 국외에서 진행된 연구의 성과와 비교해서 국내에서 이루어진 여가제약에 관한 연구는 이론적 틀에 기초하여 여가제약을 하나의 학문적 연구과제 영역으로서 정립시키지 못하였으며 꾸준한 연구성과도 있지 못한 것이 사실이다(원형중, 1998). 80년대 이후부터 여가제약에 대한 관심은 많이 있었으나, 그 당시에는 여가에 참여하지 못하는 이유에 대해 명목적도의 단일문항으로 조사하여 빈도

를 기술하는 실태조사 차원에 그쳤다. 90년 이후 서구의 여가제약요인에 대한 연구가 소개되면서, 유형화된 여가제약요인과 여가활동참여와의 관계를 연구(강석희, 1999; 김외숙, 1991)하는 체계적인 여가제약 연구가 활성화되기 시작하였다. 그러나 Jackson 등(1993)의 타협과 균형 모형에 근거한 여가제약과 여가동기의 관계 연구, 여가제약에 대한 타협전략 등에 관한 경험적 연구는 거의 이루어지지 않고 있다.

여가연구가 학문적 대상으로서 인식될 수 있는 첩경은 여가행동을 과학적으로 설명, 예측할 수 있는 이론화 작업이다. 이 중 여가참여의 여부를 다루는 여가제약의 연구는 지대한 비중을 차지한다(원형중, 1998). 여가제약에 대한 기본적 정의를 정립하고 정의들간의 관계성을 검증하는 모형의 개발은 후속연구를 가능하게 해주고, 이러한 과정을 거쳐 모형은 다시 정교해질 것이다.

따라서 본 연구에서는 여가제약을 Crawford 등(1991)의 개인내적, 대인적, 구조적 제약요인 구분에 근거하여 여가참여에 있어서 여가제약요인들이 어떻게 작용하는지를 연구하고자 한다.

## 2. 여가동기

동기는 행동의 이유이며, 행동의 방향이다. 일반적으로 여가동기는 여가경험에 앞서서 개인이 어떤 여가활동에 참여하게 되는 의식적 및 무의식적 이유라고 할 수 있다.

여가동기는 여가연구에 있어서 핵심적인 위치를 차지하고 있는데, 그것은 여가동기가 사람들의 여가행동 참여방식을 설명해 주고 여가참여의 결과를 이해하는데 도움을 주기 때문이다. 뿐만 아니라 여가동기에 대한 정보는 사용자들 사이의 갈등을 최소화하고, 개인에게 주는 혜택을 극대화하는 프로그램을 개발하는데 있어서 현장실무자들을 도울 수 있다(Manfredo, Driver & Tarrant, 1996).

전통적으로 여가동기에 대한 연구들은 여가장면에서 드러나는 욕구(need)의 종류에 주의하여 왔다(Beard & Ragheb, 1983; Bello & Etzel, 1985; Cohen, 1972; Iso-Ahola, 1980, 1982; London, Crandall & Fitzgibbons, 1977; Lounsbury & Polik, 1992; Tinsley, Barrett & Kass, 1977). 이러한 기본욕구의 나열 방식으로 Beard와 Ragheb(1983)이 48문항의 여가동기 척도(LMS: Leisure Motivation Scale)를 개발하면서 여가동기에 대한 연구가 시작되었다고 할 수 있다. 우리나라에서도 대부분 이들의 척도를 이용하여 여가동기 연구가 수행되고 있다.

Beard와 Ragheb(1983)은 여가활동에 참여하는 이유를 설명하는 기본적인 여가욕구를 4종류의 요인(지적, 사회적, 유능성, 휴식적)으로 구분하고 경험적 연구를 통해 이들 4

개 요인으로 구성된 일반적인 여가동기척도를 개발하였다. 이러한 접근은 Murray와 Maslow의 전통적인 욕구이론이 표방하는 것처럼 다양한 욕구들을 나열한 다음 그것들의 상위요인으로 정리하는 방식을 택하고 있다(London et al., 1977; Tinsley et al., 1977). 일부의 학자는 구체적인 종류의 여가활동을 선정하여 그 활동에서 추구되는 욕구들을 제시하기도 하였는데, 가령 여행활동에서 신기성 추구는 대표적인 욕구차원으로 제시되고 있다(Bello & Eitzel, 1985; Cohen, 1972).

그러나 여가욕구의 나열방식을 통한 동기적 접근은 다양한 욕구 사이의 관계를 설명하지 못하고 있고, 때때로 욕구와 동기 사이의 의미를 혼동함으로써 개념적 타당성을 확보하지 못하는 한계를 보이기도 한다. 사실 욕구의 나열은 한도 끝도 없는 작업이 될 수 있으며 오해의 여지를 보이기도 쉽다. 또한 여가욕구는 변화가능성이 있다(Iso-Ahola, 1980). 개인이 지니고 있는 욕구라 할지라도 인생전반에 걸쳐 그 욕구는 변화하기 나름이며 개인이나 여가장소, 여가활동유형에 따라서도 욕구는 달라질 수 있다. 이러한 인식은 모든 종류의 여가욕구가 안정적이고 보편적으로 활성화된다고 보는 전통적인 여가욕구이론의 접근방식이 한계가 있음을 의미한다(고동우, 2002).

반면 심리학자들은 내재적 동기가 여가행동의 본질이며 합목적적이라는 점에 대부분 동의하고 내재적 동기를 여가동기라고 가정하고 있다(Csikszentmihalyi, 1975, 1990; Deci & Ryan, 1985, 1991; Iso-Ahola, 1980, 1982). 내재적 그리고 외재적 자극은 참여하고자 하는 동기를 이끈다. 그런데 내재적 동기는 즐거움과 만족을 더욱 많이 생산하며 자극과 각성의 최적수준에 도달하도록 촉진하기 때문에 여가행동은 외재적 동기보다 내재적 동기가 더욱 우세하다(Graef, Csikszentmihalyi & Gianinno, 1983).

Iso-Ahola(1989)는 선택의 자유감과 통제감 그리고 내적인 보상(심리적 이익)은 참여빈도와 몰입도에 주요한 결정인자라는 것을 보여주었다. Neulinger(1981)는 여가경험의 결정적인 요인으로 지각된 자유와 내재적 동기를 들면서 내재적 동기가 활성화되어 이루어지는 활동 혹은 경험을 순수한 여가라고 하였다. 그 이후 1985년 Weissinger가 24개 문항으로 내재적 여가동기를 측정하는 도구를 개발하면서 내재적 동기를 유발하는 심리적인 이유 즉 추동(drive)의 개념에서 여가동기와 여가행동에 대한 연구가 활성화되기 시작하였다(조아미, 2003).

한편 일반론적인 차원에서 동기에 대한 개념은 Deci와 Ryan(1985)에 의해 더욱 발전되었는데, 이들은 자기결정성 이론(self-determination theory)을 통해 내/외재적 이분법적인 분류는 인간의 행동을 설명하는데 충분치 않다고 주

장하였다. 대신 이들은 자기결정성 연속체선상을 따라 서로 다른 지점에 위치하는 여러 동기유형을 제안하였다.

자기결정성 이론(Deci & Ryan, 1985, 1987, 1991)은 서로 다른 동기 유형들의 비교적인 결과를 평가하는데 유용할 수 있다. 이 이론은 자기결정적인 정도에 따라 4가지 형태의 내재적 동기(intrinsic motivation), 자기결정적 외재적 동기(self-determined extrinsic motivation), 비자기결정적 외재적 동기(non-self-determined extrinsic motivation), 무동기(amotivation)를 제안한다. 이를 도식화하면 아래의 (그림 3)과 같다.



<그림 3> 자기결정성 이론에 근거한 여가동기의 유형

여기에서 내재적 동기는 가장 자기결정적인 형태이다. 내재적 동기는 활동을 통해 재미 또는 즐거움을 추구하기 위해 참여하는 것이다(Deci & Ryan, 1985). 예를 들어 “재미있기 때문에 카드놀이를 한다”와 같이 참여 그 자체가 목적이다. 반대로 외재적으로 동기화된 경우에는 참여의 목적은 수단적이다(Deci & Ryan, 1985). 즉 참여자체가 목적이 아니라 참여를 통해 무엇인가 얻으려고 하는 동기이다. 외재적 동기는 자기결정적 외재적 동기와 비자기결정적 외재적 동기의 두 가지 하위유형으로 나누어진다(Deci & Ryan, 1985). 두 가지 모두 활동 그 자체보다는 또다른 이유 때문에 활동에 참여하는 것이다. 만약 활동에 참여하는 이유가 자유롭게 선택된 것이라면 예를 들어 “민첩성을 유지하는데 도움이 되기 때문에 카드놀이를 한다”는 자기결정적 외재적 동기이다. 그러나 이러한 이유가 무엇에 의해 선택된, 예를 들어 “카드놀이를 하지 않았을 때 다른 사람들로 부터 따돌림당할까봐 두려워서 한다”와 같이 비자율적인 선택이라면 이는 비자기결정적 외재적 동기로 할 수 있다. 마지막으로 무동기는 가장 비자기결정적인 형태이며, 동기가 없는 행동이라고 할 수 있다. 무동기는 별다른 이유 없이 참여하는 것으로, 예를 들어 “왜 카드놀이를 하는지 모른다”와 같이 무능함과 통제력 부족을 경험한다(Deci & Ryan, 1985).

이와 같은 동기의 세부적인 4가지 유형은 자기결정의 연속선상에 가장 자기결정적인 것부터 가장 비자기결정적인 것까지 내재적 동기, 자기결정적 외재적 동기, 비자기결정적 외재적 동기, 무동기로 배열된다(Deci & Ryan, 1985, 그림 3 참조). 자기결정성 이론을 이용한 여러 연구

들은 이러한 접근의 발견적(heuristic) 가치를 지지하고 있다. 최근 자기결정성 이론은 대인관계, 교육, 일, 스포츠, 여가 등 다양한 삶의 영역에서 유용한 연구 틀을 제공하고 있으며(Vallerand, 1987), 청소년(Ryan & Connell, 1989), 성인(Blais, Sabourin, Boucher & Vallerand, 1990), 노인(O'Connor & Vallerand, 1990; Vallerand & O'Connor, 1989, 1991) 등 모든 세대에 유용하게 적용되고 있다.

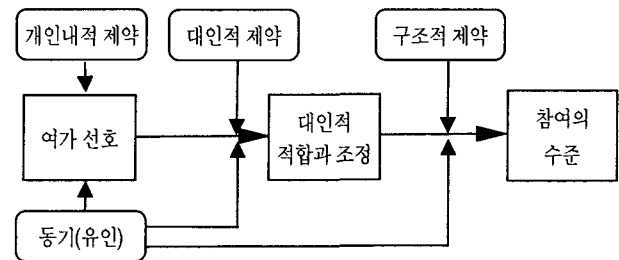
국내에서는 1990년대(장윤희, 1991)에 들어서면서 여가 동기 연구가 나타나기 시작했으며, 2000년대(오세이·오세숙, 2002; 채선애·한성열, 2002)부터는 활성화되는 단계에 접어들었다고 할 수 있다. 그러나 대상의 측면에서는 주로 성인(김정근, 1998; 김성희·이철원, 2003; 원형중, 1998; 전대준·이철원, 2003)과 최근 청소년(강길현, 2003; 조아미, 2003)을 대상으로 한 연구가 많으며 노인을 대상으로 한 연구는 아직까지도 매우 제한적이라고 할 수 있다. 또한 국내의 여가동기 연구에서 사용된 측정도구로는 Beard와 Ragheb(1983)이 개발한 LMS 척도(장윤희, 1991; 채선애·한성열, 2002)가 주로 사용되고 있고, 체육학 분야에서는 Pelletier, Fortier, Vallerand, Tuson, Briere & Blais(1995)가 개발한 스포츠 동기척도(SMS: Sport Motivation Scale)와 Wessinger와 Bandalos(1995)가 개발한 내재적 여가동기 척도(LIM: Leisure Intrinsic Motivation)를 기초로 정용각(1997)이 수정보완한 척도를 사용하고 있다.

Beard와 Ragheb(1983)의 여가동기 척도는 지금까지 국내에서 가장 많이 사용되고 있지만, 위에서 언급한 바와 같이 여가육구 나열방식의 한계점이 있으며 이외에도, 문항수가 총 48문항들로 구성되어 있고 서로 유사한 문항들이 많아 노인이 이를 세밀하게 구분하여 응답하기 힘들다는 단점이 있다. 따라서 노인들의 여가동기를 측정해내는데 Beard와 Ragheb(1983)의 여가동기 척도는 부적절하다고 판단된다. 이에 반해 더욱 일반적이고 포괄적으로 적용될 수 있는 자기결정성 이론에 근거한 여가동기 척도가 매우 유용함에도 불구하고 아직까지 이 척도를 이용한 여가동기 연구는 부족한 실정이다. Vallerand와 O'Connor(1989)는 자기결정성 이론에 근거해 노인대상의 여가동기 척도(MES: Motivation in the Elderly Scale)를 개발하였는데, 이는 여가동기를 내재적-외재적 동기로 구분한 것으로 자기결정성 이론에 근거한 여가동기 척도는 노인들이 더욱 응답하기 쉽다고 알려져 있다(O'Connor & Vallerand, 1990).

따라서 노인을 대상으로 한 본 연구에서는 자기결정성 이론에 근거하여 여가동기를 내재적 동기, 자기결정적 외재적 동기, 비자기결정적 외재적 동기, 무동기로 구분하여 측정하고자 한다.

### 3. 여가제약, 여가동기, 여가참여의 관계

Jackson 등(1993)은 Crawford와 Godbey(1987), Crawford 등(1991)이 제안한 여가제약의 위계적 모형을 수정확대하여 제약의 타협과정(그림 2 참조)과 제약과 동기의 균형 모형(balance model)을 제안하였다. 그들은 여가참여는 “제약의 부재에 달려있는 것이 아니라 제약들의 타협에 달려있다. 그러한 타협은 참여를 중단시키기 보다는 수정하는 것이다”(p.4)라고 하였다. 이러한 제안은 제약과 참여 사이의 관련성에 관한 기존의 결과와 정반대로 나타난 결과들을 설명할 수 있다(Alexandris & Carroll, 1997; Kay & Jackson, 1991; Shaw et al., 1991). 또한 균형 모형은 Crawford 등(1991)의 위계적 모형과 달리 여가참여에 대한 동기의 역할을 소개하고 있다. 즉 동기는 제약과 상호작용하여 타협과정에 영향을 미치며, 또한 참여를 결정하는 것이라고 제안한다. Jackson 등(1993)이 제안한 균형 모형은 다음의 (그림 4)와 같다.



출처 : Jackson 등(1993). Negotiation of leisure constraints. *Leisure Sciences*, 15, p.9.

<그림 4> 균형 모형 : 여가제약, 동기, 참여의 관계

최근의 연구들은 균형 모형을 지지하는 결과들을 보여 주고 있으며(Frederick & Shaw, 1995; Henderson, Bedini, Hecht & Schuler, 1995), 제약에 대처해 개인이 선택하는 타협의 본질을 조사하는 연구들이 이루어지고 있다 (Jackson & Rucks, 1995; Samdahl & Jekunbovich, 1997).

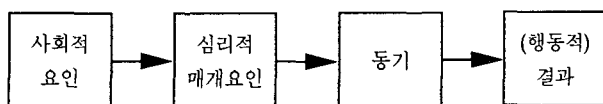
Losier 등(1993)의 연구는 최초로 동기와 제약의 관련성을 경험적으로 조사한 연구이다. 이들은 행동의 직접적인 추동이 되는 동기가 사회적 환경에 영향을 받는다는 이론적 근거를 적용하여 여가제약이 여가동기에 영향을 미침을 밝혀내었다. 반면 Carroll과 Alexandris(1997)는 동기와 제약의 부적 상관을 보인 결과에서 동기가 제약에 영향을 미친다는 결론을 유추하였다. 그러나 이번이 상관분석과 단일변량 분석은 이 연구의 제한점으로 이러한 결과로 동기와 제약의 인과관계를 논할 수는 없기 때문에, 동기가 제약에 부적으로 영향을 미치는지 또는 제약이 동기에 부적으로 영향을 미치는지에 대한 결과는 분명하지 않다.

Hubbard와 Mannell(2001)의 연구결과에서는 동기는 참여에 직접적이지는 않지만 타협과 상호작용하여 참여에 중요한 역할을 하는 것으로 나타났다. 또한 이들은 제약이 개인의 여가 의사결정과정에서 먼저 작용하고 이것이 동기에 영향을 미친다는 것을 시사하였다.

결론적으로 동기는 개인의 의사결정과정에서 중요한 요인이라는 것과 동기와 제약은 상호작용한다는 것은 폭넓게 지지되고 있다. 그러나 제약과 동기가 어떠한 인과관계를 통해 참여에 영향을 미치는지에 대한 경험적 연구는 여전히 미흡하다.

한편 자기결정성 이론(Deci & Ryan, 1985)에 따르면, 자율성(autonomy), 유능감(competence), 그리고 관계성(relatedness)의 3대 심리적인 요구가 인간행동의 출현에 중요한 것으로 보인다. 이들은 인지적 과정을 통해 동기에 영향을 미치는 것으로 제안되어온 심리적인 매개요인(mediators)이다(Iwasaki & Mannell, 1999). 자율성이란 개인의 행동을 자신이 주도적으로 규제하는 것을 말하며 이러한 자율성의 느낌이 있다면 내재적 동기는 높아진다고 할 수 있다. 유능감이란 개인이 환경과 상호작용을 효과적으로 하는 것을 의미하며, 어떤 활동에서 자신이 주위환경과 보조를 맞추고 있다는 유능감을 얻으면 내재적 동기는 높아진다. 관계성이란 다른 사람과 함께 한다는 느낌을 말하며 함께 하는 느낌이 들면 내재적 동기는 높아진다.

자기결정성 이론에서는 사회적 요인과 사회적 환경(다른 사람들의 행동, 사회적 가치, 문화 등)이 긍정적으로 또는 부정적으로 심리적 매개요인에 영향을 미친다고 제안한다. Vallerand와 Losier(1999)는 동기에 대한 경험적 연구결과들을 통찰하여 사회적 환경요인, 심리적 매개요인, 동기의 유형, 행동에 대한 인과관계를 제시하였다. 그들은 사회적 환경요인이 심리적 매개요인과 동기의 유형에 영향을 미친다고 결론내리고 다음의 (그림 5)와 같은 일련의 관계를 제안하였다.



출처 : Vallerand, R. J., & Losier, G.(1999). An integrative analysis of intrinsic and extrinsic motivation in sport. *Journal of Applied Sport Psychology*, 11, p.145.

<그림 5> 사회적 요인, 심리적 매개요인, 동기, 행동의 관계

이러한 동기의 연속적 흐름(sequence)은 제약연구에 유용한 틀을 제공할 수 있다. 동기의 연속적 흐름에서 첫 번째 단계인 사회적으로 관련된 요인들은 그동안 여가계약

연구에서 조사되어왔다고 볼 수 있다(Alexandris & Tsorbatzoudis, 2002). 즉 구조적, 대인적 여가계약에 관한 연구결과들은 여가행동에 대한 환경의 영향력에 대해 강한 증거를 제공한다고 할 수 있다. 그러나 사회적 환경과 관련한 제약과 동기의 직접적인 관련성을 경험적으로 연구한 것은 거의 전무한 실정이다.

두 번째 단계인 심리적 매개요인은 개인내적 제약에 해당하는 것으로 볼 수 있다(Alexandris & Tsorbatzoudis, 2002). 인지된 기술과 건강의 수준, 인지된 자기유능감, 기회의 적절성에 대한 주관적인 평가, 그리고 과거 경험과 관련한 부정적 태도는 모두 개인내적 제약으로 개념화된 예들이다(Crawford & Godbey, 1987). 이러한 제약의 대부분은 이론가와 연구자들이 제안한 심리적 매개요인의 개념화(Deci & Ryan, 1985; Iso-Ahola, 1989; Iwasaki & Mannell, 1999)와 일치한다.

이러한 논의에 근거하면 구조적, 대인적 제약 → 개인내적 제약 → 동기 → 참여행동이라는 인과관계를 제안할 수 있다. 이러한 흐름이 타당하다면, 제약은 정적 또는 부적으로 동기에 영향을 미쳐 간접적으로 참여의 수준에 영향을 미칠 것이다.

결론적으로 이상에서 살펴본 자기결정성 이론(Deci & Ryan, 1985)과 사회적 환경, 심리적 매개요인, 동기, 행동의 연속적인 관계(Vallerand & Losier, 1999)는 여가행동에 대한 연구에 이론적 틀로서 유용함을 보여준다. 이러한 이론적 틀은 다음에서 살펴볼 생태학적 이론과 같은 맥락을 보인다는 점에서 그 이론적 근거를 더욱 확고히 할 수 있다.

#### 4. 생태학적 관점에서 여가계약, 여가동기, 여가참여의 관계 설정

생태학적 이론의 기본 가정은 인간은 전체 생물체계의 한 부분으로서 개인은 자신을 둘러싼 환경과 다른 생물체로부터 분리되어 고려될 수 없다는 것이다. Bronfenbrenner(1979)는 개인의 행동은 인간의 특성 또는 능력에 의해 단독으로 설명될 수 없다고 주장하였다. 즉 인간의 행동과 발달은 개인적인 특성 이외에 다른 개인들과의 상호작용과 사회적 구조를 모두 통합한 상황적 이해로 해석될 수 있다.

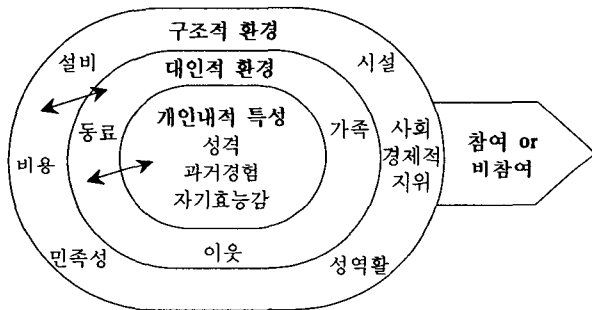
일찍이 Lewin(1935)은 이러한 생태학적 관점에서 B=f(P·E)<sup>1)</sup> 라는 발달에 대한 가장 일반적인 개념구조를 주창하였다. 즉 행동은 환경과 상호작용한 인간의 특성과 능력에 의해 이루어지는 것이다(오은순, 1997, 재인용). 이러한 Lewin의 개념구조는 여가행동에 대한 제약의 개념에도 나

1) B=Behavior(행동), P=Person(인간), E=Environment(환경)

타나 있는데(Crawford & Godbey, 1987, p.122 참조), 그는 여가제약은 개인의 내적인 심리상태나 특성 또는 성격과 외적인(대인적 및 상황적) 환경을 모두 포함한다고 하였다.

한편 Bronfenbrenner(1986)는 생태학적 관점에서 인간의 행동과 발달에 영향을 미치는 환경을 크게 미시체계(microsystem)와 거시체계(macrosystem)로 제안하였다. 미시체계는 인간이 특수한 물리적 또는 물질적 특성을 지닌 주어진 환경에서 경험하게 되는 활동, 역할 그리고 대인관계를 포함한다. 반면 거시체계는 이보다 더 큰 환경으로 사회적 의식, 사회경제적 지위, 성역할, 사회적 구조, 시설 등이 포함된다. 이러한 환경체계는 겹겹이 포개어진 상호작용적 구조로 형상화되어 있고, 그 중심에 이들과 상호작용하는 개인유기체가 있다.

Raymore(2002)는 이러한 생태학적 관점에서의 여가연구의 유용성을 주장하면서 인간은 여가와 관련한 환경체계들과 상호작용을 통해 참여, 비참여의 행동을 하게 된다고 하였다. 또한 생태학적 관점에서 Crawford 등(1991)의 여가제약의 위계적 모형을 재구성하여 대인적, 구조적 제약요인들을 각각 미시체계와 거시체계로 배치하였다. 그리고 개인내적 제약요인들은 대인적, 구조적 제약요인들과의 맥락 내에서 이해될 수 있다고 하였다(그림 6 참조).



출처 : Raymore, L. A.(2002). Facilitators to leisure. *Journal of Leisure Research*, 34(1), p.43.

<그림 6> 생태학적 관점에서의 여가참여

실제 여가행동에 대한 생태학적 접근을 시도한 경험적 연구들(Caldwell & Darling, 1999; Meschke & Silbereisen, 1998)은 생태학적 관점이 개인의 여가행동을 더욱 포괄적이고 맥락적으로 이해할 수 있게 하며, 결과적으로 사후 행동개선 프로그램에 더욱 유용하고 효과적인 정보를 제공할 수 있음을 시사하고 있다. 이들 연구들은 생태학적 관점에서 자녀들의 여가행동이 부모와의 상호작용 또는 또래집단과의 상호작용과 매우 밀접한 관련이 있음을 밝혀냈다.

또한 강석희(1999)는 개인내적 제약과 구조적 제약은

상호 깊은 관련성을 가질 것이라는 가정하에 연구를 실시한 결과, 개인내적 제약은 구조적인 제약(시간, 비용, 접근성 등의 물리적 환경)에서 어려움을 겪는 사람들이 강하게 인식하고 있고, 대인적, 구조적 제약과 밀접한 관련성을 가지고 작용하고 있다고 결론내렸다. 이러한 결과는 외부에서 접근 가능하고 조력이 가능한 구조적, 대인적인 문제의 해결을 통해 개인내적 제약을 약화시킬 수 있고 동시에 대인적 제약과 구조적 제약이 해결됨으로써 여가참여를 높일 수 있음을 시사한다.

이상을 종합하여 생태학적 관점에서 Crawford 등(1991)이 제안한 구조적 여가제약은 환경체계에서 가장 큰 거시체계에 해당한다고 볼 수 있으며, 대인적 여가제약은 그보다 작은 미시체계에 해당한다고 볼 수 있다. 즉 생태학적 관점에서 이러한 두 가지 여가제약은 개인을 둘러싼 환경체계로서 개인내적인 여가제약에 영향을 미친다고 할 수 있다. 따라서 다음과 같은 가설을 설정할 수 있다.

<가설 1> 구조적 여가제약은 개인내적 여가제약에 정적인 영향을 미친다.

<가설 2> 대인적 여가제약은 개인내적 여가제약에 정적인 영향을 미친다.

한편 대인적, 구조적 여가제약은 개인내적 여가제약 뿐만 아니라 여가동기에도 직접적인 영향을 미칠 수 있다. 자기결정성 이론과 같은 맥락에서(Deci & Ryan, 1985) 자기결정성은 동기의 주요한 결정인자로 가정된다. 그런데 여가제약은 얼마나 자기 마음대로 여가를 선택하는 데에 제한을 느끼느냐의 문제이기 때문에 자기결정성 정도를 반영한다고 할 수 있다. 따라서 개인내적, 대인적, 구조적 여가제약 모두는 동기화 정도에 영향을 미칠 것이다. 자기결정성이 부족할 경우에 느끼게 되는 제약은 자기결정적 동기를 약화시키고 비자기결정적 동기를 촉진한다(Deci & Ryan, 1985). 즉 여가제약은 자기결정적 동기에 부적인 영향을 미칠 것이다.

내재적 동기와 자기결정적 외재적 동기를 강화하는 자기결정성에 대한 인지는 젊은이를 대상으로 한 다수의 연구에 의해 입증되었다(Deci & Ryan, 1985, 1991). 그리고 최근 노인을 대상으로 연구가 이루어지고 있다. Vallerand와 O'Connor(1991)는 요양원에 거주하는 노인을 대상으로 한 연구에서 환경적 제약이 많은 요양원에 거주하는 노인들보다 환경의 제약이 더욱 적은 요양원에 거주하는 노인들, 즉 자기결정성이 높은 노인들은 내재적 동기와 자기결정적 외재적 동기를 높게 그리고 비자기결정적 외재적 동기와 무동기는 낮게 보고하였다. 게다가 주거적 제약이 높다고 응답한 노인들은 이를 낮게 응답한(즉 자기결정성을



더욱 지지하는 주거환경에 거주하는) 노인들보다 내재적 동기와 자기결정적 외재적 동기를 낮게 그리고 비자기결정적 외재적 동기와 무동기는 높게 보고하였다(Vallerand & O'Connor, 1991). 이를 종합하면 다음과 같은 가설을 설정할 수 있다.

- <가설 3> 구조적 여가계약은 여가동기에 부적인 영향을 미친다.
- <가설 4> 대인적 여가계약은 여가동기에 부적인 영향을 미친다.

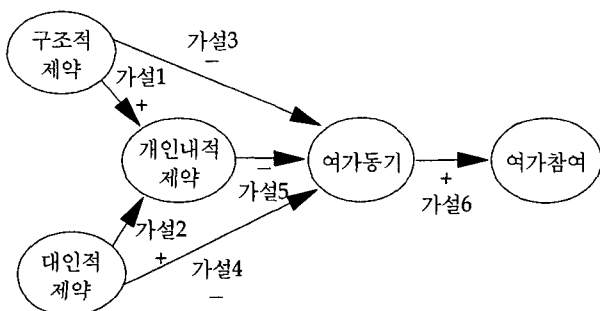
또한 자기결정성 이론에 근거해 개인내적 여가계약은 여가동기에 부적인 영향을 미친다고 할 수 있으며(Losier et al., 1993), 다음과 같은 가설을 세울 수 있다.

- <가설 5> 개인내적 여가계약은 여가동기에 부적인 영향을 미친다.

일반적으로 동기는 여가참여뿐만 아니라 모든 행동들에 있어서 선행해 직접적으로 영향을 미친다(Iso-Ahola, 1999; Mannell & Kleiber, 1997; Vallerand & Losier, 1999). 여가 경험에 영향을 미치는 수많은 요인들 중에서 가장 중요한 것은 동기이다. 동기는 여가경험에서 필수적인 영역으로 간주되며(Iso-Ahola, 1979; Neulinger, 1974), 행동의 초기에, 직접적으로 그리고 지속적으로 작용하는 것으로 정의된다(Petri, 1981). 또한 내재적인 자기결정성의 여가동기는 여가참여에 직접적으로 정적 영향을 미친다는 경험적 연구들이 다수 있다(Alexandris & Tsoaratzoudis, 2002; Graef et al., 1983; Losier et al., 1993; Mannell & Bradley, 1986; Tinsley & Tinsley, 1986). 따라서 본 연구에서는 여가동기를 자기결정에 의해 여가에 참여하는 동기라고 정의하고 있기 때문에 다음과 같은 가설을 세울 수 있다.

- <가설 6> 여가동기는 여가참여에 정적인 영향을 미친다.

이상의 가설들을 종합하여 본 연구의 이론 모형을 제시하면 다음의 (그림 7)과 같다.



<그림 7> 이론 모형

### III. 연구방법

#### 1. 연구절차 및 분석방법

본 연구의 조사대상은 서울시에 신고된 무료양로시설 4개 기관에 거주하는 노인으로 2005년 6월 20일부터 7월 5일에 걸쳐 본조사를 실시하였으며, 최종 301명의 응답결과가 분석대상으로 이용되었다. 조사방법은 설문지를 이용한 일대일 면접방식을 채택하였으며, 조사원은 노인을 대상으로 상담치료 훈련과정을 수행중인 심리학 전공생 2인, 노인교육론을 수강한 경험이 있는 가정학 전공생 2인, 그리고 본 연구의 연구자 1인을 포함한 총 5인이다. 조사 이전에 조사원들에게 본 연구의 목적과 노인면접시 유의사항 등에 대해 충분히 교육하였으며, 면접시간은 노인 1명당 약 1시간이 소요되었다.

본 연구의 자료 분석은 SPSSWIN 12.0과 LISREL 8.0 프로그램을 이용하여 분석하였으며, 입력자료는 공분산행렬을 이용하였다. 공분산은 구조방정식모형 방법론의 가정을 만족시켜주며, 인과관계를 확보하기 위해 적합한 자료의 형태를 갖추고 있기 때문에 진실한 이론검증을 수행하고자 한다면 공분산을 이용할 것을 권장하고 있다(Joreskog & Sorbom, 1993; 배병렬, 2000).

한편 모형의 식별문제와 관련해서 모든 잠재변인은 결정된 척도를 가지고 있어야 한다. 이러한 전제조건은 잠재변인들은 직접적으로 관찰되지 않기 때문에 명확히 계량화된 척도를 가지지 못함에 기인한다(Joreskog & Sorbom, 1993). 이를 해결하기 위해서는 첫 번째, 요인적재모수 가운데 하나를 0.0이 아닌 값으로(전형적으로 1.0) 제약가 하는 방법과 두 번째, 잠재요인의 모집단 표준편차와 동일하도록 측정단위를 직접 표준화하는 방법이 사용된다. 그런데 8.0 version 이상의 LISREL 프로그램에서는 만약 첫 번째 방법을 이용하지 않으면 자동으로 독립 잠재요인과 종속 잠재요인들을 표준화해준다(김기영·강현철, 2001). Joreskog와 Sorbom(1996)은 잠재변인들의 표준화가 잠재변인들의 측정단위들을 할당하는 데 있어 보다 유용하고 편리한 방법이라고 제안하였다. 따라서 본 연구에서는 두 번째 방법을 이용하여 측정단위를 직접 표준화하였다. 또한 본 연구에서 결과분석은 완전표준화추정치들 통해 계수 값을 비교하였다.

이상의 절차를 통해 본 연구에서는 먼저 각 잠재변인들의 측정모형의 추정을 위해 확인적 요인분석(confirmatory factor analysis)을 실시하였다. 확인적 요인분석은 요인의 개수나 요인의 개념적 의미 등이 가정되어 있는 측정모형에 대한 추정의 타당도 및 신뢰도를 검토하고자 할 때 유

용한 도구로 사용될 수 있다. 측정모형의 타당성은 최우추정법(MLE; Maximum Likelihood Estimation)으로 추정하였으며 다음으로 본 연구의 이론 모형에 대한 구조방정식모형을 검증하였다.

2. 측정도구

1) 측정도구의 구성

본 연구의 이론 모형을 구성하고 있는 5개의 잠재변인, 즉 개인내적 여가계약, 대인적 여가계약, 구조적 여가계약, 여가동기, 여가참여를 측정하기 위해 기존의 척도와 본 연구의 예비조사를 통해 4점 척도의 다항목 문항들을 구성하였다(표 1 참조).

구체적으로 본 연구에서 여가계약이란 시설내 여가프로그램에 참여하는데 있어서 방해요인으로 지각하는 개인내적, 대인적, 구조적 제약요인들을 의미한다. 개인내적 여가계약은 신체적 측면에서 건강, 심리적 측면에서 여가태도와 관련해 겪는 제약요인이다. 대인적 여가계약은 여가프로그램 참여에 있어 대인관계에서 오는 부수적인 제약이나 동반한 참여자와의 상호작용으로 나타나는 제약으로 여가프로그램에 함께 참여할 수 있는 파트너나 여가활동을 도와줄 수 있는 사람의 부재, 여가와 관련해 동료와의 선호도나 수준 차이로 겪는 제약요인이다. 구조적 여가계약은

실제 여가활동에 참여함에 있어서 개인이 인지하는 시설 및 프로그램 차원의 제약으로 여가활동 장소의 설비 및 시설의 양적, 질적 결여와 여가프로그램 및 지도강사의전문성 및 서비스 등이 결여되었을 경우에 겪는 제약요인이다.

개인내적, 대인적, 구조적 여가계약 변인은 Crawford 등(1991)이 제시한 개인내적, 대인적, 구조적 3가지 하위영역, 총 21문항의 척도를 기준으로 본 연구의 대상인 무료양로시설 거주 노인을 고려하여 수정보완하였다. 최종적으로 3가지 하위영역 각각 4문항씩 총 12문항의 척도를 완성하였으며, 개인내적 여가계약은 신체적, 심리적 요인으로, 대인적 여가계약은 파트너의 부재와 동료와의 선호도 및 수준 차이 요인으로, 구조적 여가계약은 시설적, 프로그램적 요인으로 개념상 분류하여 측정하였다.

여가동기는 자기결정에 의해 여가에 참여하는 동기를 의미하며, 이를 측정하기 위해 자기결정성 이론(Deci & Ryan, 1985)에 근거하여 내재적, 자기결정적 외재적 동기, 비자기결정적 외재적 동기, 무동기로 구분하여 측정하였다. 세부문항은 Alexandris와 Tsobatzoudis(2002)와 Losier 등(1993)의 연구를 기초로 하여 각 하위영역 2문항씩 총 8문항으로 구성하였다. 내재적 동기는 여가활동을 통해 재미 또는 보람을 얻기 위해 참여하는 동기이며, 자기결정적 외재적 동기는 활동 그 자체보다는 참여를 통해 건강유지 또는 친목 등을 추구하기 위해 참여하는 동기이다. 비자기

<표 1> 변인명과 측정항목

잠재변인	측정변인	측정항목	척도
구조적 여가계약 (f1)	시설적 요인(X1)	여가프로그램 장소 또는 설비가 부족하다 여가프로그램 참여시 이용하는 시설이 불편하다	4점 리커트 (매우그렇다- 전혀그렇지않다)
	프로그램 요인(X2)	내 취향에 맞는 여가프로그램이 없다 여가프로그램 지도강사의 전문성과 서비스가 부족하다	
대인적 여가계약 (f2)	파트너 부재(X3)	여가프로그램에 같이 참여할 동료가 없다 참여하고 싶은 여가프로그램은 있으나 도와 줄 사람이 없다	
	선호도 및 수준 차이(X4)	내가 하고자 하는 여가프로그램을 동료가 좋아하지 않는다 같이 여가활동을 하기에는 동료들의 수준이 맞지 않는다	
개인내적 여가계약 (n1)	신체적 요인(Y1)	여가프로그램에 참여하기에는 체력이 약하다 신체적(청력/시력) 장애나 제약 때문에 참여하기 어렵다	
	심리적 요인(Y2)	여가프로그램에 참여할 의욕이 없다 새로운 여가활동을 이제 새롭게 시도하는 것은 귀찮다	
여가동기 (n2)	무동기 (Y3)	마땅히 할 일이 없기 때문에 참여한다 이것이라도 하지 않으면 다른 잡념이 생기기 때문이다	
	비자기결정적 외재적 동기(Y4)	다들 참여하는 시설의 단체활동이기 때문에 참여한다 시설직원들이 참여하기를 권하기 때문에 참여한다	
	자기결정적 외재적 동기(Y5)	동료들과 친목을 도모하기 위해 참여한다 건강유지 및 도움을 얻기 위해 참여한다	
	내재적 동기 (Y6)	재미있기 때문에 참여한다 보람을 얻기 때문에 참여한다	
여가참여 (n3)	여가프로그램 참여 (Y7)	시설내 (종류별) 여가프로그램에 어느 정도로 참여하십니까?	4점 리커트 (항상참여- 전혀참여하지않는다)

결정적 외재적 동기는 참여를 자기가 스스로 선택한 것이 아니라 제 3자에 의해 영향을 받은 것으로, 즉 시설규칙 때문에 또는 주위권유 때문에 참여하는 경우에 해당된다. 무동기는 특별히 참여하는 동기가 없는 경우로, 마땅히 할 일이 없어서 시간때우기 식으로 참여하는 경우가 이에 해당된다.

4가지 하위영역을 합산한 여가동기 값은 다른 연구들과 마찬가지로(Losier et al., 1993; Vallerand & O'Connor, 1989) 하위영역 각각의 값에 가중치를 두고 이를 합계하는 방법을 사용하였다. 즉 내재적 동기에는 +2의 가중치를 두고, 자기결정적 외재적 동기에는 +1, 비자기결정적 외재적 동기에는 -1, 무동기에는 -2의 가중치를 두었다. 이는 자기결정성 이론에 근거한 연속체선상에서 가운데 0을 기준으로 정적으로 높은 점수는 자기결정성의 높은 수준을 반영하며 반대로 부적으로 높은 점수는 비자기결정성의 높은 수준을 반영하는데 내재적 동기는 자기결정적 외재적 동기보다 2배로 자기결정성 정도가 더 높으며, 무동기는 비자기결정적 외재적 동기보다 2배로 비자기결정성 정도가 높다고 가정하는 것이다(Vallerand & O'Connor, 1989). 결과적으로 이의 합산 값이 여가동기의 값이 된다.

여가참여 변인은 시설에서 실시하는 여가프로그램에 어느 정도로 참여하느냐를 측정한 것으로 각 시설마다 실시하는 여가프로그램의 종류와 개수가 다르기 때문에 각 시설마다 해당하는 여가프로그램에 대해 해당시설 거주노인들이 어느 정도로 참여하는지를 4점 척도로 질문하고 합산한 평균값으로 측정하였다.

참고적으로 조사대상자의 일반적 특성을 파악하기 위해 성별, 연령, 학력, 종교유무, 시설입소기간을 각각 단일문항으로 측정하였다.

2) 측정도구의 타당도와 신뢰도

이상에서 개인내적, 대인적, 구조적 여가제약, 여가동기를 측정하기 위해 개념적 의미나 이론적 배경을 바탕으로 구성된 각각 척도문항의 경험적 타당도와 신뢰도를 측정하기 위하여 확인적 요인분석(confirmatory factor analysis)을 실시하였다.

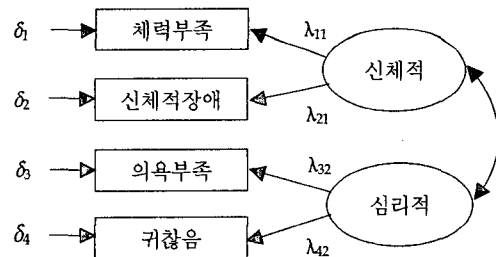
<표 2>는 각각의 측정모형에 대한 계수추정치들을 요약한 것이다. 구조방정식 모형의 경우 일반적으로 측정모형에서의 계수추정치를 경험적 타당도라 부르기도 하는데, 이는 측정변인과 잠재변인이 표준화되어 있을 경우의 계수추정치(즉 완전 표준화추정치)가 측정변인과 잠재변인간의 상관계수가 되기 때문이다. 또한 구조방정식 모형의 경우 보통 다중상관계수(R<sup>2</sup>)를 측정변인에 대한 잠재변인의 선형성의 정도를 나타내는 경험적 신뢰도로 사용하고 있

다. 즉, R<sup>2</sup>는 측정변인(지시자)의 변이 중 잠재변인에 의해 설명되는 비율이라고 할 수 있으며 이를 지시자 신뢰도(indicator reliability)라고도 한다(Long, 1983).

<표 2> 측정모형의 평가지표

잠재변인	측정변인	측정항목	완전 표준화 계수	T값	R <sup>2</sup>
개인내적 제약	신체적	체력부족 신체적장애	0.742 0.642	12.361 10.807	0.551 0.413
	심리적	의욕부족 귀찮음	0.747 0.758	13.110 13.307	0.558 0.574
대인적 제약	파트너부재	동료부재 도우미부재	0.626 0.692	10.005 10.872	0.392 0.479
	선호도 및 수준 차이	선호도차이 수준차이	0.687 0.692	11.133 11.195	0.472 0.478
구조적 제약	시설	장소설비부족 시설불편	0.665 0.785	10.905 12.611	0.442 0.616
	프로그램	프로그램종류 전문성,서비스	0.708 0.686	11.371 11.067	0.502 0.471
여가동기	무동기	할일이없어서 잡념이생겨서	0.659 0.855	11.705 15.450	0.434 0.731
	비자기결정	단체활동이라 권유때문에	0.703 0.794	12.474 14.176	0.495 0.631
	자기결정	친목도모 건강유지	0.806 0.623	14.328 10.969	0.650 0.389
	내재적	재미있어서 보람있어서	0.856 0.710	16.243 13.073	0.733 0.504

각각의 분석결과를 구체적으로 살펴보면 다음과 같다. 개인내적 여가제약 변인은 개념상 2개의 하위영역 즉 신체적, 심리적 요인으로 분류하여 총 4개의 항목으로 측정하였다. 이에 대한 확인적 요인분석 모형은 다음의 (그림 8)과 같으며,  $\chi^2$  통계량과 기타 적합지수를 통해 모형의 적합도를 살펴보면 모형이 자료에 의해 잘 지지됨을 알 수 있다.

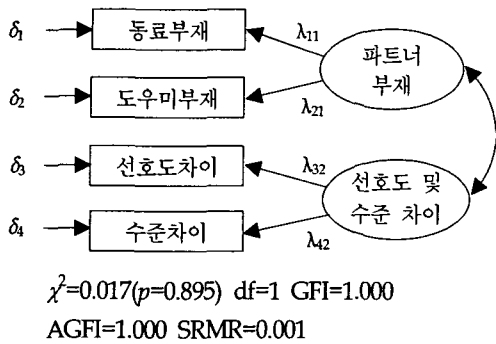


$\chi^2=0.585(p=0.445)$   $df=1$   $GFI=0.999$   
 $AGFI=0.990$   $SRMR=0.007$

<그림 8> 개인내적 여가제약에 대한 확인적 요인분석 모형

또한 <표 2>를 살펴보면 개인내적 여가제약 변인의 각 측정항목에 대한 모든 추정치의  $t$ -값이 1.96보다 크을 알 수 있다. 표준정규분포 하에서 유의수준 10%, 5%, 1%에 대응되는 기각역은 각각  $|t| \geq 1.64$ ,  $|t| \geq 1.96$ ,  $|t| \geq 2.58$ 이다. 따라서 통계적으로 유의하다는 것을 알 수 있으며, 측정의 타당성에 문제가 없는 것으로 판단할 수 있다.  $R^2$ 는 .41~.57로 전반적으로 측정의 신뢰도는 만족스럽다고 할 수 있다(표 2 참조).

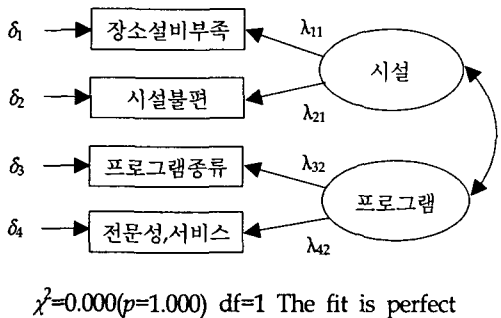
대인적 여가제약 변인은 개념상 2개의 하위영역 즉 파트너 부재, 선호도 및 수준 차이 요인으로 분류하여 총 4개의 항목으로 측정하였다. 이에 대한 확인적 요인분석 모형은 다음의 (그림 9)와 같다.



<그림 9> 대인적 여가제약에 대한 확인적 요인분석 모형

모형의 적합도를 살펴보면  $\chi^2$  통계량에 대한  $p$ -값이 0.895로써 모형이 자료에 의해 잘 지지된다고 할 수 있으며, 기타 적합지수들도 모형이 자료와 잘 부합함을 나타내고 있다. 또한 각 측정항목에 대한 모든 추정치의  $t$ -값이 1.96보다 커서 통계적으로 유의하다는 것을 알 수 있으며, 측정의 타당성에 큰 문제가 없는 것으로 판단할 수 있다.  $R^2$ 는 전반적으로 약 .39이상으로 측정의 신뢰도는 만족스럽다고 할 수 있다(표 2 참조).

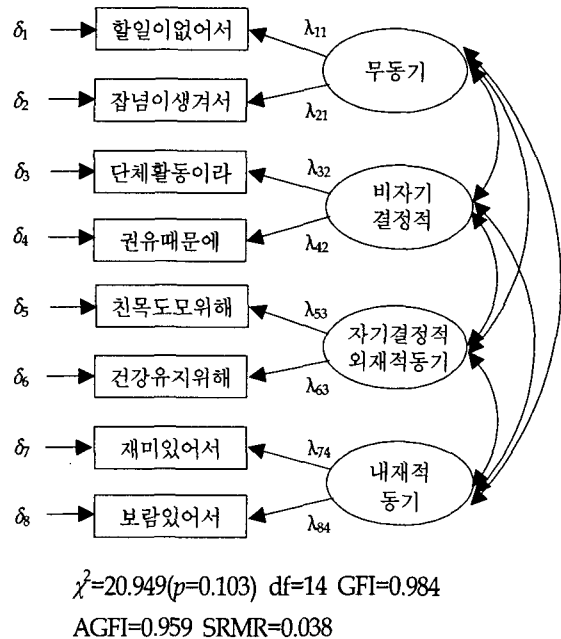
구조적 여가제약 변인은 개념상 2개의 하위영역, 즉 시설과 프로그램 요인으로 분류하여 총 4개 항목으로 측정하였다. 이에 대한 확인적 요인분석 모형은 다음의 (그림 10)과 같다.



<그림 10> 구조적 여가제약에 대한 확인적 요인분석 모형

모형의 적합도를 살펴보면,  $\chi^2$  통계량에 대한  $p$ -값이 1.000으로써 모형이 자료에 의해 완벽하게 지지되는 것으로 나타났다. 각 측정항목에 대한 모든 추정치는 유의수준 1% 하에서 통계적으로 유의함을 나타내고 있다. 따라서 측정의 타당성에 큰 문제가 없는 것으로 판단할 수 있으며, 측정의 신뢰도는  $R^2$ 가 .44~.62로 전반적으로 만족스럽다고 할 수 있다(표 2 참조).

여가동기 변인은 개념상 4개의 하위영역 즉 무동기, 자기결정적 외재적 동기, 비자기결정적 외재적 동기, 내재적 동기 요인으로 분류하여 총 8개의 항목으로 측정하였다. 이에 대한 확인적 요인분석 모형은 다음의 (그림 11)과 같으며,  $\chi^2$  통계량과 기타 적합지수를 살펴보면 모형이 자료에 의해 잘 지지되는 것으로 나타났다. 또한 <표 2>에 제시한 바와 같이 여가동기의 각 측정항목에 대한 모든 추정치의  $t$ -값이 1.96보다 커서 통계적으로 유의하다고 할 수 있으며, 측정의 타당성에 큰 문제가 없는 것으로 판단할 수 있다. 측정의 신뢰도는  $R^2$ 가 .43~.73으로 전반적으로 만족스럽다고 할 수 있다.



<그림 11> 여가동기에 대한 확인적 요인분석 모형

한편 여가참여 변인은 각 시설에서 실시하고 있는 여가 프로그램에 대해 참여하는 정도를 조사한 것으로 하나의 측정변인으로 구성하였기 때문에 단일지시자(single indicator) 문제가 발생할 수 있다. 이러한 경우 보통 오차변수의 분산을 특정 값으로 고정하여 식별문제를 해결하는 방법이 사용된다(김기영, 강현철, 2001). 따라서 본 연구에서는 불가피하게 여가참여에 대한 측정변인과 잠재변인이 실제

동일한 것으로 간주하여 측정오차가 0.00이라고 가정하였다. 즉 이 변인의 신뢰도는 1.00이다.

이상을 종합하면 개인내적, 대인적, 구조적 여가제약과 여가동기에 대한 측정모형들은 모두 타당하고 신뢰할 수 있다고 판단되므로 그 다음단계로 이들 잠재변인들간의 인과관계를 검증하고자 하며 이에 대한 구조방정식 모형은 아래의 (그림 12)와 같다.

IV. 연구결과 및 해석

1. 조사대상자의 일반적 특성

조사대상자의 일반적 특성은 다음의 <표 3>과 같다.

<표 3> 조사대상자의 일반적 특성 N=301

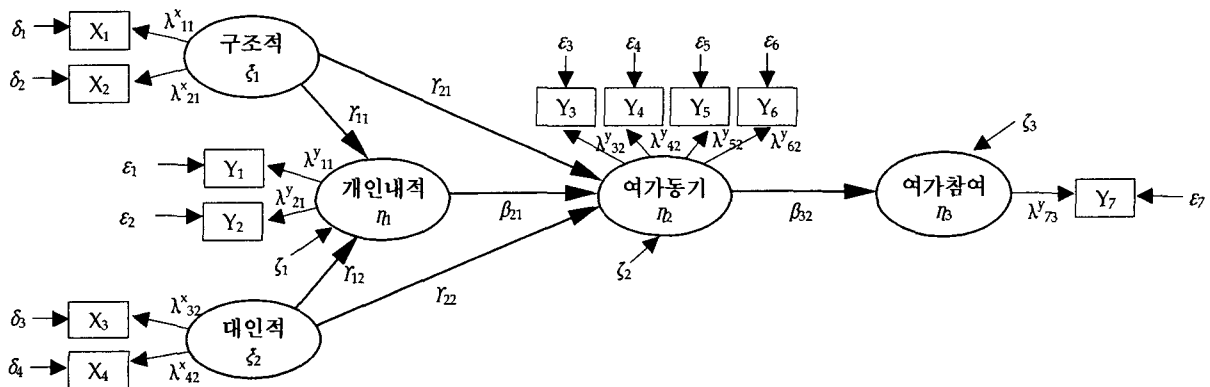
변인	구분	명(%)
성별	남	112(37.1)
	여	189(62.9)
연령	65~69세	14( 4.7)
	70~74세	45(15.0)
	75~79세	78(25.9)
	80~84세	80(26.6)
	85~89세	61(20.3)
	90세 이상	23( 7.6)
학력	무학	106(35.2)
	초등졸	96(31.9)
	중졸	45(15.0)
	고졸	36(12.0)
	초대졸이상	18( 6.0)
종교 유무	유	255(84.7)
	무	46(15.3)
시설 입소기간	1년 미만	34(11.3)
	1년 이상~3년 미만	62(20.6)
	3년 이상~6년 미만	86(28.6)
	6년 이상~10년 미만	52(17.3)
	10년 이상	67(22.3)

구체적으로 조사대상자 중 여자노인이 약 63%로 남자노인에 비해 많았으며 시설거주노인의 평균 연령은 79.3세로 75세~84세 노인이 약 53%로 과반수를 차지하고 있었다. 학력은 무학인 노인이 약 35%로 가장 많았으며, 고졸 이상의 노인은 약 18%로 전반적으로 학력은 낮은 편이었다. 대부분의 노인이 종교를 갖고 있었으며(약 85%), 평균 시설입소기간은 약 6년으로 1년 미만의 노인이 약 11% 정도였으며, 약 22%가 시설에 입소한 지 10년이 넘는 상태이었다.

2. 일반적 경향

무료양로시설 거주 노인들의 여가제약, 여가동기, 여가참여의 일반적인 경향을 분석한 결과는 다음의 <표 4>와 같다. 구체적으로 개인내적, 대인적, 구조적 여가제약과 각각의 세부적인 하위영역들 그리고 무동기, 비자기결정적 외재적 동기, 자기결정적 외재적 동기, 내재적 동기의 평균값과 표준편차를 중심으로 살펴보았다.

시설거주노인들이 지각하는 여가제약 정도는 전체적으로 4점 만점에 2.55점으로 나타났다. 하위영역별로 살펴보면 개인내적 여가제약은 2.65점, 대인적 여가제약과 구조적 여가제약은 각각 2.50점으로, 시설거주노인들은 개인내적 여가제약을 가장 많이 인지하는 것으로 나타났다. 또한 각각의 세부적인 하위영역별로 살펴본 결과 신체적 요인(2.71), 심리적 요인(2.58), 프로그램적 요인(2.54), 파트너 부재(2.51), 동료와의 선호도 및 수준 차이(2.50), 시설적 요인(2.47)으로 나타났다. 이러한 결과는 노인들의 가장 큰 여가제약은 건강상태라고 보고한 선행연구(김명자, 1994)와 동일한 결과이다. 이상을 종합하면 무료양로시설에 거주하는 노인들은 연령이 전반적으로 높으므로 신체적 건강에서 더욱 많은 어려움을 느끼며, 여가보다는 일에 가치를 두던 세대로서 심리적인 측면에서 여가태도나 여가의



<그림 12> 구조방정식모형

식이 소극적인 것이라 할 수 있다.

한편 구조적 여가계약 중에서는 물리적인 측면의 시설 보다는 프로그램의 종류와 지도강사의 전문성 및 서비스 등의 내용적인 측면에서 더 많은 여가제약을 보고하고 있다. 따라서 시설에서는 외형적인 여가프로그램의 실시 장소나 설비를 갖추는 것도 중요하지만 노인들의 적성에 맞는 여가프로그램 개발과 실시에 있어서 지도강사의 전문성 및 서비스를 신장해야 할 필요가 있음을 알 수 있다.

여가동기는 전체적으로 -2.23점으로 나타나 시설거주노인들의 여가동기는 매우 낮다고 할 수 있다. 여가동기의 값은 각 하위영역에 가중치를 적용하여 합산한 점수로 자기결정성 이론에 근거한 연속체선상에서 가운데 0을 기준으로 정적으로 높은 점수는 자기결정성의 높은 수준을 반영하며 반대로 부적으로 높은 점수는 비자기결정성의 높은 수준을 반영하는데 시설거주노인들은 전체적으로 비자기결정적 동기에 의해 여가에 참여하는 경우가 많다고 해석할 수 있다. 하위영역별 동기수준도 이와 같은 맥락의 결과를 보여주고 있는데, 4점 만점에서 무동기가 가장 높으며(3.24), 비자기결정적 외재적 동기(2.94), 자기결정적 외재적 동기(2.58), 내재적 동기(2.30)의 순으로 나타나 시설거주노인들은 여가프로그램 자체의 재미 또는 보람보다는 할일이 없어서 시간때우기식으로 참여하고 있는 경우가 많다고 할 수 있다. 한편 여가참여 정도는 4점 만점에서 2.31점으로 나타났다.

<표 4> 여가계약, 여가동기, 여가참여의 일반적 경향  
N=301

전체	변인(4점 만점)		M(SD)
여가계약 2.55(0.63)	개인내적 제약 2.65(0.78)	신체적 요인	2.71(0.86)
		심리적 요인	2.58(0.86)
	대인적 제약 2.50(0.92)	파트너 부재	2.51(0.98)
		선호도 및 수준 차이	2.50(1.09)
구조적 제약 2.50(0.78)	시설적 요인	2.47(0.90)	
	프로그램적 요인	2.54(0.86)	
여가동기* -2.23(4.08)	무동기		3.24(0.86)
	비자기결정적 외재적 동기		2.94(0.84)
	자기결정적 외재적 동기		2.58(0.85)
	내재적 동기		2.30(0.94)
여가참여	여가참여		2.31(0.68)

\* 여가동기는 각 하위영역의 동기에 가중치를 두어 합산한 점수이며, -9~9의 값의 범위를 갖는다.

### 3. 구조방정식 모형 검증

본 연구에서 제시한 구조방정식 모형(그림 12 참조)에 대한 부합도는 전반적으로 적합한 것으로 나타났다.  $\chi^2$  값은 유의적인 차이가 있는 것( $p=.000$ )으로 나타났으나 그 외의 적합지수를 확인한 결과,  $\chi^2$  통계량의 한계를 수정하기 위하여 개발된 측정치수 RMSEA(근사오차자승평균의 이중근)는 0.071로 일반적인 수용수준인 0.05~0.08의 범위에 해당한다. GFI는 0.95로 권장수용수준인 0.90을 상회하고 있으며, AGFI도 0.90으로 권장수용수준에 해당한다. 최악의 모형으로부터 연구모형이 얼마나 멀리 떨어져 있는가를 보여주는 수치인(이순목, 1990) NFI와 NNFI는 각각 0.93, 0.93으로 모형이 자료와 잘 부합함을 나타내고 있다. 또한 분석자료와 모형에 의한 재생산자료를 비교하여 각 측정치의 평균적 차이를 보여주는 SRMR은 0.049로 측정모형이 자료를 잘 설명해주고 있음을 나타내고 있다(표 5 참조).

### 4. 가설 검증

이상과 같이 본 연구에서 제안한 구조방정식 모형은 타당한 것으로 입증되었으며, 구조적인 가설들을 검증한 결과는 다음과 같다(표 5 참조).

<표 5> 가설검증 결과

가설	특징수	완전 표준화 계수	T값	표준오차	결과
가설 1	$\gamma_{11}$	0.442	5.154	0.086	채택
가설 2	$\gamma_{12}$	0.286	3.901	0.073	채택
가설 3	$\gamma_{21}$	-0.373	-4.135	0.090	채택
가설 4	$\gamma_{22}$	-0.224	-3.436	0.065	채택
가설 5	$\beta_{21}$	-0.460	-4.757	0.097	채택
가설 6	$\beta_{32}$	0.397	5.137	0.077	채택

모형의 부합도

$$\chi^2=93.69(p=0.0) \text{ df}=39 \text{ RMSEA}=0.071 \text{ SRMR}=0.049$$

$$\text{GFI}=0.95 \text{ AGFI}=0.90 \text{ NFI}=0.93 \text{ NNFI}=0.93$$

우선, 구조적 여가계약은 개인내적 여가계약에 정적인 영향을 미칠 것이라는 <가설 1>은 지지되었다( $\gamma_{11}=0.442$   $t=5.154$ ). 즉 구조적 여가계약이 많을수록 개인내적 여가제약을 더욱 많이 인지한다고 할 수 있다. 여가시설 및 프로그램과 관련하여 제약이 많다고 느낄수록 개인내적 여가계약이 높아지는 것으로 나타난 것이다.

또한 대인적 여가계약은 개인내적 여가계약에 정적인 영향을 미칠 것이라는 <가설 2>도 지지되었다( $\gamma_{12}=0.286$

$t=3.901$ ). 즉 대인적 여가계약이 많을수록 개인내적 여가제약을 더욱 많이 인지한다고 할 수 있다. 구체적으로 여가참여를 함께 할 동료나 여가활동을 도와줄 사람이 없다고 인지하거나 동료와 여가에 대한 선호도나 수준이 맞지 않다고 느낄수록 개인내적 여가계약도 높게 인지하는 것으로 나타났다. 이상의 결과는 대인적, 구조적 제약은 개인내적 제약과 밀접한 관련성을 갖는다는 강석희(1999)의 결과를 지지하는 것이다. 이는 또한 개인은 환경과의 상호작용을 통해 영향을 받는다는 생태학적 이론을 강력하게 입증하는 결과라 할 수 있다.

구조적 여가계약은 여가동기에 부적인 영향을 미칠 것이라는 <가설 3>도 지지되었다( $\gamma_{21}=-0.373$   $t=-4.135$ ). 즉 구조적인 여가계약이 많을수록 자기결정에 의거해 여가에 참여하고자 하는 여가동기는 낮아진다고 할 수 있다. 이러한 결과는 자기결정성 이론을 강력히 입증하는 것으로 개인이 여가를 선택하고 참여함에 있어서 시설 및 프로그램 등의 외부적인 구조적 요인에 의해 자기결정성에 제한을 주는 것이기 때문에 결국 이러한 개인들은 자기결정적인 동기를 가지지 못하는 것이라 해석할 수 있다.

마찬가지로 대인적 여가계약은 여가동기에 부적인 영향을 미칠 것이라는 <가설 4>도 지지되었다( $\gamma_{22}=-0.224$   $t=-3.436$ ). 즉 여가에 같이 참여할 파트너나 여가활동을 도와줄 사람이 부재할 경우 그리고 여가와 관련해 동료와의 선호도 차이나 수준 차이로 인해 여가선택과 참여에 제약을 겪는 경우에 이러한 개인들은 자기결정적인 동기가 낮다고 할 수 있다.

종합하면 외부적인 구조적, 대인적 여가환경의 조건이 개인내적인 여가동기에 직접적으로 영향을 미친다고 할 수 있으며 이는 개인은 외부환경과 끊임없이 상호작용하며 영향을 받는다는 생태학적 이론의 기본전제와 일치하는 것이다.

또한 개인내적 여가계약은 여가동기에 부적인 영향을 미칠 것이라는 <가설 5>도 지지되었다( $\beta_{21}=-0.460$   $t=-4.757$ ). 즉 체력부족이나 신체적 장애로 인해, 또는 의욕부족이나 귀찮음 등의 소극적인 여가태도로 인한 심리적 제약은 자기결정적인 여가동기를 낮추는 것으로 나타났다. 이상의 결과는 자기결정성 이론에 근거해 여가계약과 여가동기의 인과관계를 연구했던 Alexandris와 Tsorbatzoudis(2002), Losier 등(1993)의 연구결과와 일치하는 결과라 할 수 있다.

그리고 본 연구의 결과변인인 여가참여는 여가동기에 의해 직접적으로 영향을 받는 것으로 나타났다. 즉 여가동기가 높을수록 여가참여의 정도가 높아지는 것으로 나타나 <가설 6>도 지지되었다( $\beta_{32}=0.397$   $t=5.137$ ). 이는 동기는 행동들에 있어서 선행해 직접적으로 영향을 미친다(Iso-

Ahola, 1999; Mannell & Kleiber, 1997; Vallerand & Losier, 1999)는 기존의 이론을 입증하는 결과이며 내재적인 자기결정성의 여가동기는 여가참여에 직접적으로 정적 영향을 미친다는 선행연구들(Alexandris & Tsorbatzoudis, 2002; Graef et al., 1983; Losier et al., 1993; Mannell & Bradley, 1986; Tinsley & Tinsley, 1986)을 지지하는 결과이다.

한편 이상의 결과를 종합하여 개인내적 여가계약, 여가동기, 여가참여에 영향을 미치는 원인변인들의 직·간접효과를 분석하면 다음의 <표 6>과 같다.

먼저 개인내적 여가계약에는 구조적 여가계약과 대인적 여가계약이 직접적으로 영향을 미치며 대인적 여가계약(0.286)보다 구조적 여가계약(0.442)이 더 많은 영향을 미치는 것을 알 수 있다. 여가동기에는 구조적, 대인적, 개인내적 여가계약 요인이 모두 직접적으로 영향을 미치며, 구조적, 대인적 여가계약은 개인내적 여가계약을 통해 간접적으로도 여가동기에 부적인 영향을 미친다. 직접적으로는 개인내적 여가계약(-0.460)이 가장 큰 영향을 미치지만, 직·간접적으로는 구조적 여가계약(-0.576)이 가장 큰 영향을 미치는 것으로 나타났다. 여가참여에는 여가동기가 직접적으로 정적 영향을 미치며, 간접적으로는 구조적, 대인적, 개인내적 여가계약이 부적으로 영향을 미치고 있음을 볼 수 있다. 총효과로 보았을 때, 여가동기(0.397)가 여가참여에 가장 영향력이 크며 그 다음으로 구조적 여가계약(-0.229)의 영향력이 큼을 알 수 있다.

<표 6> 변인간의 직·간접효과 및 총효과(표준화계수)

결과변인	원인변인	직접효과	간접효과	총효과
개인내적 여가계약	구조적 여가계약	0.442	-	0.442
	대인적 여가계약	0.286	-	0.286
여가동기	구조적 여가계약	-0.373	-0.203	-0.576
	대인적 여가계약	-0.223	-0.132	-0.355
	개인내적 여가계약	-0.460	-	-0.460
여가참여	구조적 여가계약	-	-0.229	-0.229
	대인적 여가계약	-	-0.141	-0.141
	개인내적 여가계약	-	-0.183	-0.183
	여가동기	0.397	-	0.397

이상을 종합하면 대인적, 구조적 여가계약은 개인내적 여가계약에 직접적으로, 여가동기에 직·간접적으로, 여가참여에 간접적으로 영향을 미치고 있다. 다시 말해 대인적, 구조적 여가계약은 여가참여를 이끄는 직접적인 동인인 여가동기와 심리적 매개요인이라 볼 수 있는 개인내적 여가계약에 영향을 미침으로써 여가참여에 간접적으로 영향을 미친다고 할 수 있다. 이는 본 연구의 이론적 틀인

자기결정성 이론(Deci & Ryan, 1985)과 외부적인 환경(대인적, 구조적 여가제약)이 개인의 내적인 제약과 동기에 영향을 미쳐 결국 개인의 행동(여가참여)에 영향을 미친다는 생태학적 이론(Bronfenbrenner, 1979, 1986)을 입증하는 결과이다.

## V. 결론 및 제언

본 연구는 생태학적 이론과 자기결정성 이론에 근거해 구조적, 대인적 여가제약은 개인내적 여가제약과 여가동기에 직접적으로 영향을 미치는 여가환경이라 할 수 있으며, 여가동기는 여가참여에 직접적인 영향을 미치는 동인임을 구조방정식 모형을 통해 검증하고자 하였다.

공변량구조분석 결과, 본 연구에서 설정한 구조방정식 모형은 매우 타당한 것으로 분석되었으며, 여가제약, 여가동기, 여가참여의 인과관계에 대한 6개의 가설들도 모두 채택되었다. 이상의 결과들을 종합하여 다음과 같은 결론을 내릴 수 있다.

첫째, 구조적 여가제약(가설 1 채택), 대인적 여가제약(가설 2 채택)은 개인내적 여가제약에 각각 직접적으로 정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 또한 구조적 여가제약(가설 3 채택), 대인적 여가제약(가설 4 채택), 개인내적 여가제약(가설 5 채택)은 각각 여가동기에 직접적으로 부적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 즉 대인적, 구조적 여가제약은 개인내적 여가제약과 여가동기에 모두 직접적으로 영향을 주는 것으로 나타났다. 이는 여가환경계획을 수립하는데 여러 가지 시사점을 제공하는데, 제약이라는 것은 주관적 인지수준으로 개인내적인 신체적, 심리적 제약수준은 구조적 제약요인인 물리적 환경과 대인적인 여가환경을 개선함으로써 감소시킬 수 있음을 보여준다. 마찬가지로 동기도 비물리적인 개인의 심리적 요인이지만 외부적인 구조적, 대인적 여가환경을 개선함으로써 여가에 대한 선택가능성과 유능감, 관계성 요구의 충족을 통해 자기결정적 여가동기를 향상시킬 수 있음을 시사한다. 즉 여가동기를 높이기 위해서는 자율성, 유능감, 관계성의 심리적 요구(Deci & Ryan, 1985)를 충족시켜야 하며 이는 외부적인 환경의 개선으로 가능하다(Vallerand & Losier, 1999).

둘째, 여가동기는 여가참여에 정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다(가설 6 채택). 또한 여가참여에 대한 원인변인들의 총효과를 살펴보면 여가동기(0.397)가 가장 강력하게 영향을 미침을 알 수 있다. 이는 동기는 여가경험에 필수적인 영역으로(Iso-Ahola, 1979; Neulinger, 1974) 여가연구에서 중심요소로(Iso-Ahola, 1980) 고려된다는 학계의

기존입장을 다시한번 검증하는 결과이다. 참여와 동기의 관련성은 다른 영역의 경험적 연구에서도 보고되어 왔다(Deci & Ryan, 1985, 1991).

셋째, 본 연구의 여가참여에 대한 총효과를 살펴보면 여가제약은 여가참여에 여가동기를 통해 간접적으로 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 여가제약이 여가참여를 직접적으로 그리고 필수적으로 제한하는 요소가 아닐 수 있는 최근의 연구결과들(Kay & Jackson, 1991; Samdahl & Jekubovich, 1997; Scott, 1991; Shaw et al., 1991)과 여가참여는 여가제약과 여가동기의 상대적 크기와 상호작용에 의해 영향을 받는다는 최근의 주장들(Alexandris & Tsozbatzoudis, 2002; Jackson et al., 1993; Losier et al., 1993)을 입증하는 결과이다. 따라서 여가행동에 대한 후속 연구들은 여가제약과 함께 여가동기 변인을 모두 포함하는 것이 더욱 정확하고 포괄적인 결과를 제시해 줄 수 있을 것이다.

넷째, 구조적 여가제약은 여가동기 다음으로 여가참여에 가장 많은 영향력을 행사하는 것으로 나타났다. 또한 구조적 여가제약은 총효과 측면에서 개인내적 여가제약과 여가동기에 가장 크게 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 여가와 관련한 시설 및 프로그램 등의 구조적인 환경을 개선하는 것이 여가활동에 대한 선호, 태도, 자기결정성 그리고 결과적으로 참여를 높일 수 있는 가장 효과적인 방안을 시사하고 있다.

다섯째, 본 연구의 결과는 자기결정성 이론(Deci & Ryan, 1985)이 여가동기 연구를 위한 유용한 이론적 틀을 제공함을 입증하고 있다. 즉 기존의 여가육구 나열방식의 동기적 접근보다 자기결정성 이론에 근거한 여가동기 척도는 여가참여를 높이기 위한 여가연구에서 더욱 유용한 정보를 제공해 줄 수 있다.

여섯째, 본 연구의 결과는 개인은 환경과의 상호작용을 통해 영향을 받는다는 생태학적 이론을 강력하게 입증하고 있다. 이는 그동안 다양한 생활영역에서 그 현상을 체계적, 맥락적으로 이해하는데 매우 효과적인 것(김리진·윤종희, 2000; 박미석, 2003; 손화희·정옥분, 1999; 오은순, 1997; 유영주·손정영, 1998)으로 각광받던 생태학적 이론이 여가연구에서도 매우 유용한 이론임을 시사하는 것이다. 이에 향후 연구에서는 생태학적 관점에서 여가만족에 영향을 미치는 여가관련 변인들을 구조적 인과관계로 분석해 볼 가치가 있다. 이러한 연구결과는 여가향유를 통한 삶의 질 향상을 위한 방안 마련에 많은 정보를 제공해 줄 수 있을 것이다.

이상과 같이 본 연구는 생태학적 관점에서 여가제약, 여가동기, 여가참여 간의 구조방정식 모형을 분석함으로



써, 이들의 구조적 관계에 대한 입증은 통해 향후 연구를 위한 여러 가지 시사점을 제공하고 있다. 한편 본 연구의 결과는 무료양로시설 거주노인을 대상으로 하였기 때문에 일반인에 대한 결과로 확대해석하는 데에 무리가 따를 수도 있다. 그러나 여가동기에 대한 자기결정성 이론의 틀을 소개하고 생태학적 이론이 여가연구에 매우 유용함을 구조방정식 모형을 통해 검증했다는 점은 본 연구의 큰 의의라고 할 수 있다. 이러한 두 가지 전제를 바탕으로 이를 일반화하는 경험적 연구의 축적을 통해 여가행동의 연구에 있어서 더욱 정교한 모형이 개발되기를 요망한다.

- 접수일 : 2005년 09월 15일
- 심사일 : 2005년 09월 27일
- 심사완료일 : 2005년 12월 02일

**【참 고 문 헌】**

강길현(2003). 청소년 여가활동 참여정도와 여가계약 요인에 관한 분석. *한국사회체육학회지*, 19, 851-865.

강석희(1999). 여가활동의 제약요인에 관한 연구. 성균관대학교 대학원 박사학위논문.

고동우(2002). 여가 동기와 체험의 이해: 이중추동 모형과 이중통로 여가체험 모형. *한국심리학회지*, 3(2), 1-23.

김기영 · 강현철(2001). 구조방정식모형의 분석. 자유아카데미.

김명자(1994). 여가활동과 행복한 노후생활의 향유에 관한 연구: 서울시 거주 노인을 중심으로. 한양대학교 대학원 박사학위논문.

김리진 · 윤종희(2000). 직장보육시설을 이용하는 취업모의 양육스트레스에 관한 생태학적 연구: 만 6 세 이하 자녀를 둔 전문직, 사무직 및 생산직 여성을 중심으로. *대한가정학회지*, 38(12), 47-58.

김성희 · 이철원(2003). 도시근로자의 여가동기에 따른 여가계약에 관한 연구. *한국체육학회지*, 42(3), 391-400.

김의숙(1991). 도시기혼여성의 여가활동참여와 여가장애. 서울대학교 대학원 박사학위논문.

김정근(1998). 여가태도, 여가활동이 여가만족에 미치는 영향-레깅의 연구모형 적용을 중심으로-. *관광학연구*, 12(2), 222-236.

박미석(2003). 인간생태학 이론. 이소희 · 손홍숙 · 홍숙자 · 송순 · 이명옥 · 이규미 · 강란혜 · 박미석 · 백경숙 · 조성연 · 도미향 · 강기정 · 임원신 · 김민정(2003). *인간행동과 사회환경*, 3장(pp.71-90), 현학사.

배병렬(2000). 구조방정식모형 이해와 활용. 대경.

손화희 · 정옥분(1999). 재가복지 수혜노인의 주관적 안녕감에 대한 생태학적 접근. *한국노년학*, 19(1), 83-103.

오세이 · 오세숙(2002). Intrinsic motivation and flow experience in recreational leisure activity. *한국체육학회지*, 41(5), 345-353.

오은순(1997). 이혼가정 아동의 적응에 영향을 미치는 생태학적 변인들의 구조 분석. 이화여자대학교 대학원 박사학위논문.

원형중(1998). 성인근로자의 여가활동 참여동기와 제약요인에 관한 기본 연구. *한국체육학회지*, 37(2), 369-386.

유영주 · 손정영(1998). 아내학대의 원인에 대한 생태학적 연구-도시 중산층 부부를 중심으로-. *대한가정학회지*, 36(12), 145-160.

이순목(1990). 공변량구조분석. 성원사.

장윤희(1991). 도시주부의 여가활동 동기에 관한 연구. 서울대학교 대학원 석사학위논문.

전태준 · 이철원(2003). 도시 여성근로자의 여가계약형태가 생활만족에 미치는 영향. *한국체육학회지*, 42(4), 411-420.

정용각(1997). 여가운동 참가자의 스포츠 참여동기, 각성추구, 정서의 요인이 스포츠 몰입행동에 미치는 영향. 부산대학교 대학원 박사학위논문.

조아미(2003). 청소년 여가동기 척도의 신뢰도와 타당도. *청소년학 연구*, 10(4), 381-401.

채선애 · 한성열(2002). 여가활동, 여가동기, 자기효능감 및 주관적 안녕감간의 관계. *한국심리학회지*, 8(2), 17-31.

Alexandris, K. & Carroll, B.(1997). An analysis of leisure constraints based on different recreational sport participation levels: Results from a study in Greece. *Leisure Sciences*, 19, 1-15.

Alexandris, K. & Tsorbatzoudis, C.(2002). Perceived constraints on recreational sport participation: Investigating their relationship with intrinsic motivation, extrinsic motivation and amotivation. *Journal of Leisure Research*, 34(3), 233-252.

Beard, J. G. & Ragheb, M. G.(1983). Measuring leisure motivation. *Journal of Leisure Research*, 15(3), 219-228.

- Bello, D. C. & Etzel, M. J.(1985). The role of novelty in the pleasure travel experience. *Journal of Travel Research*, 24(1), 20-26.
- Blais, M. R., Sabourin, S., Boucher, C. & Vallerand, R. J.(1990). Toward a motivational model of couple happiness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59, 1021-1031.
- Bronfenbrenner, U.(1979). *The ecology of human development: Experiments by nature and design*. MA: Harvard University Press.
- Bronfenbrenner, U.(1986). Recent advances in research on the ecology of human development. In R. K. Sibereisen, K. Eyferth, & G. Rudinger(Eds.), *Development as action in context: Problem behavior and normal youth development*(pp.287-309). New York: Springer.
- Caldwell, L. L. & Darling, N.(1999). Leisure context, parental control, and resistance to peer pressure as predictors of adolescent partying and substance use: An ecological perspective. *Journal of Leisure Research*, 31 (1), 57-77.
- Carroll, B. & Alexandris, K.(1997). Perception of constraints and strength of motivation: Their relationship to recreational sport participation in Greece. *Journal of Leisure Research*, 29(3), 279-299.
- Cohen, E.(1972). Toward a sociology of international tourism. *Social Research*, 39(1), 164-189.
- Crawford, D. W. & Godbey, G.(1991). Reconceptualizing barriers to family leisure. *Leisure Sciences*, 9(2), 119-127.
- Crawford, D. W., Jackson, E. L. & Godbey, G.(1991). A hierarchical model of leisure constraints. *Leisure Sciences*, 13, 309-320.
- Csikszentmihalyi, M.(1975). *Beyond boredom and anxiety*. SF: Jossey-Bass.
- Csikszentmihalyi, M.(1990). *Flow: The psychology of optimal experience*. NY: Harper & Row.
- Deci, E. M. & Ryan, R. L.(1985). *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. NY: Plenum Press.
- Deci, E. M. & Ryan, R. L.(1987). The support of autonomy and the control of behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*, 53, 1024-1037.
- Deci, E. M. & Ryan, R. L.(1991). A motivational approach to self: Integration in personality. In R. Dienstbier(Ed.), *Nebraska Symposium on Motivation*, 38, 237-288. Lincoln : University of Nebraska Press.
- Dunn, E.(1987). *Recreation research consultant*. Edmonton. Alberta: Personal Communication.
- Frederick, C. J. & Shaw, S. M.(1995). Body image as a leisure constraint: Examining the experience of aerobic classes for young women. *Leisure Sciences*, 17, 57-73.
- Goodale, T. L. & Witt, P. A.(1989). Recreation non-participation and barriers to leisure. In E. L. Jackson and T. L. Burton(Eds.), *Understanding leisure and recreation: Mapping the past, charting the future*(pp. 421-449). State College, PA: Venture Publishing, Inc.
- Graef, R., Csikszentmihalyi, M. & Gianinno, I.(1983). Measuring intrinsic motivation in everyday life. *Leisure Studies*, 2, 155-168.
- Henderson, K. A., Bedini, L. A., Hecht, L. & Schuler, R.(1995). Women with physical disabilities and the negotiation of leisure constraints. *Leisure Studies*, 14, 17-31.
- Henderson, K. A., Stalnaker, D. & Taylor, G.(1988). The relationship between barriers to recreation and gender-role personality traits for women. *Journal of Leisure Research*, 20, 69-80.
- Hubbard, J. & Mannell, R. C.(2001). Testing competing models of the leisure constraint negotiation process in a corporate employee recreation setting. *Leisure Sciences*, 23(3), 145-163.
- Hultsman, W.(1995). Recognizing Patterns of Leisure Constraints: An extension of the exploration of dimensionality. *Journal of Leisure Research*, 27(3), 228-244.
- Iso-Ahola, S. E.(1979). Basic dimensions of definitions of leisure. *Journal of Leisure Research*, 15, 28-39.
- Iso-Ahola, S. E.(1980). *The social psychology of leisure and recreation*. Dubuque, Iowa: Wm. C. Brown.
- Iso-Ahola, S. E.(1982). Toward a social psychology of recreation travel. *Leisure Science*, 2, 45-56.
- Iso-Ahola, S. E.(1989). Motivation for leisure. In E. L. Jackson & T. L. Burton(Eds.), *Understanding leisure and recreation: Mapping the past, charting the future*(pp. 421-449). State College, PA: Venture Publishing, Inc.
- Iwasaki, Y. & Mannell, R.(1999). Situational and personality influences on intrinsically motivated leisure behavior: Interaction effects and cognitive processes. *Leisure Sciences*, 21, 287-306.

- Jackson, E. L.(1983). Activity-specific barriers to recreation participation. *Leisure Sciences*, 6, 47-60.
- Jackson, E. L.(1988). Leisure constraints : A survey of past research. *Leisure Sciences*, 10, 203-215.
- Jackson, E. L.(1991). Leisure constraints/constrained leisure: Special issue introduction. *Journal of Leisure Research*, 23, 279-285.
- Jackson, E. L.(1993). Recognizing patterns of leisure constraints: Results from alternative analyses. *Journal of Leisure Research*, 25, 129-149.
- Jackson, E. L.(2000). Will research on leisure constraints still be relevant in the twenty-first century?. *Journal of Leisure Research*, 32(1), 62-68.
- Jackson, E. L. & Rucks, V. C.(1995). Negotiation of leisure constraints by junior-high and high-school students: An exploratory study. *Journal of Leisure Research*, 27, 85-105.
- Jackson, E. L. & Scott, D.(1999). Constraints to leisure. In E. L. Jackson and T. L. Burton(Eds.), *Leisure studies: Prospects for the twenty-first century*(pp. 299-321). State College, PA: Venture Publishing, Inc.
- Jackson, E. L., Crawford, D. W. & Godbey, G.(1993). Negotiation of leisure constraints. *Leisure Sciences*, 15, 1-11.
- Joreskog, K. G. & Sorbom, D.(1993). *LISREL 8: Structural equation modeling with the SIMPLIS command language*. Chicago: Scientific Software International.
- Joreskog, K. G. & Sorbom, D.(1996). *LISREL 8: User's reference guide*. Chicago: Scientific Software International.
- Kay, T. & Jackson, G.(1991). Leisure despite constraint: The impact of leisure constraints on leisure participation. *Journal of Leisure Research*, 23, 301-313.
- Lewin, K.(1935). *A dynamic theory of personality*, trans by D. K. Adams & K. E. Zener. NY: McGraw-Hill.
- Lewin, K.(1951). *Field theory in social sciences*. New York: Harper.
- London, M., Crandall, R. & Fitzgibbons, D.(1977). The psychological structure of leisure: Activities, needs, people. *Journal of Leisure Research*, 9, 252-263.
- Long, J. S.(1983). *Confirmatory factor analysis: A preface to LISREL*. Sage University Paper Series on Quantitative Application in the Social Sciences, 07-033, Beverly Hills: Sage.
- Losier, G. F., Bourque, P. E. & Vallerand, R. J.(1993). A motivational model of leisure participation in the elderly. *Journal of Psychology*, 127(2), 153-170.
- Lounsbury, J. W. & Polik, J. R.(1992). Leisure needs and vacation satisfaction. *Leisure Science*, 14, 105-119.
- Manfredo, M. J., Driver, B. L. & Tarrant, M. A.(1996). Measuring leisure motivation: A meta-analysis of the recreation experience preference scales, *Journal of Leisure Research*, 28(3), 188-213.
- Mannell, R. C. & Bradley, W.(1986). Does greater freedom always lead to greater leisure? Testing a person × environment model of freedom and leisure. *Journal of Leisure Research*, 18(4), 215-230.
- Mannell, Y. & Kleiber, D. A.(1997). *A social psychology of leisure*. PA: Venture.
- McGuire, F. A.(1984). A factor analytic study of leisure constraints in advanced adulthood. *Leisure Sciences*, 6, 313-326.
- McGuire, F. A. & O'Leary, J. T.(1992). The implications of leisure constraint research for the delivery of leisure services. *Journal of Park and Recreation Administration*, 10, 31-40.
- Meschke, L. L. & Silbereisen, R. K.(1998). The association of childhood play and adolescent-parent interactions with German adolescent leisure participation. *Journal of Adolescent Research*, 13(4), 458-486.
- Neulinger, J.(1974). *The psychology of leisure: Research approaches to the study of leisure*. Springfield, IL: Charles C. Thomas.
- Neulinger, J.(1981). *The psychology of leisure*. Springfield, IL: C.C. Thomas.
- O'Connor, B. P. & Vallerand, R. J.(1990). Religious motivation in the elderly: A French-Canadian replication and an extension. *Journal of Social Psychology*, 130, 53-59.
- Pelletier, L., Fortier, M., Vallerand, R., Tuson, K., Briere, N. & Blais, M.(1995). Toward a new measure of intrinsic motivation, extrinsic motivation, and a motivation in sports: The sport motivation scale(SMS). *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 17, 35-53.
- Petri, H. L.(1981). *Motivation: Theory and research*. Belmont, CA: Wadsworth.
- Raymore, L. A.(2002). Facilitators to leisure. *Journal of Leisure Research*, 34(1), 37-51.
- Samdahl, D. M. & Jekunbovich, N. J.(1997). A critique of

- leisure constraints: Comparative analyses and understandings. *Journal of Leisure Research*, 29, 430-452.
- Scott, D.(1991). The problematic nature of participation in contract bridge: A qualitative study of group-related constraints. *Leisure Sciences*, 13, 321-336.
- Searle, M. S. & Jackson, E. L.(1985). Recreation non-participation and barriers to participation: Considerations for the management of recreation delivery systems. *Journal of Park and Recreation Administration*, 3, 23-36.
- Shaw, S. M., Bonen, A. & McCabe, J. F.(1991). Do more constraints mean less leisure? Examining the relationship between constraints and participation. *Journal of Leisure Research*, 23, 286-300.
- Stodolska, M.(2000). Changes in leisure participation patterns after immigration. *Leisure Sciences*, 22, 39-63.
- Tinsley, H. E. & Tinsley, D. J.(1986). A theory of the attributes, benefits and causes of leisure experience. *Leisure Sciences*, 8, 1-45.
- Tinsley, H. E., Barrett, T. C. & Kass, R. A.(1977). Leisure activities and need satisfaction. *Journal of Leisure Research*, 9, 110-120.
- Vallerand, R. J.(1987). A translation of Rosenberg's self-esteem scale. Unpublished manuscript, University of Quebec Montreal.
- Vallerand, R. J. & Losier, G.(1999). An integrative analysis of intrinsic and extrinsic motivation in sport. *Journal of Applied Sport Psychology*, 11, 142-169.
- Vallerand, R. J. & O'Connor, B. P.(1989). Motivation in the elderly: A theoretical framework and some promising findings. *Canadian Psychology*, 30(3), 538-550.
- Vallerand, R. J. & O'Connor, B. P.(1991). Construction and validation of the motivation in the elderly scale(MES). *Journal International of Psychology*, 26(2), 219-240.
- Wessinger, E. & Bandalos, D.(1995). Development, reliability and validity of a scale to measure intrinsic motivation in leisure. *Journal of Leisure Research*, 27, 379-400.
- Witt, P. A. & Goodale, T. L.(1981). The relationship between barriers and leisure enjoyment and family stages. *Leisure Sciences*, 4, 29-49.