노인의 여가참여유형에 따른 생활만족도의 차이*

Differences in Life Satisfaction by Leisure Participation Types of the Elderly

한국방송통신대학교 가정학과
교 수 김 외 숙**

Dept. of Home Economics, Korea National Open Univ.
Professor Kim, Oi-Sook

〈목 차〉

Ⅰ. 서론
Ⅱ. 선행연구 고찰
Ⅲ. 연구방법
Ⅳ. 연구결과
Ⅴ. 결론 및 제언
참고문헌

〈Abstract〉

The purpose of this study was to explore a typology of leisure participation, investigate determinants of leisure participation types, and analyze differences in life satisfaction by the types of leisure participation of the elderly.

The data source for this research was the 2014 Time Use Survey conducted by the Korea National Statistical office (KNSO). The statistical methods for the analysis were mean, standard deviation, ANOVA, Duncan test, cluster analysis, and logistic regression analysis.

Leisure participation were classified into five types based on five categories; social activities, religious activities, media, sports, time-spending activity. The five types were named "general", "insufficient", "religious oriented", "media oriented", and sports oriented" type. Gender, health condition were identified as important determinants for the types. Life satisfaction was different according to leisure participation type of the elderly. Religious oriented type showed the highest score of life satisfaction and media oriented type showed the lowest.

Key Words : 노인(the elderly), 여가참여(leisure participation), 여가참여 유형(leisure participation typology), 생활만족도(life satisfaction)

* 본 논문은 2015학년도 전기 한국방송통신대학교 학술연구비 지원을 받아 작성된 것임.

** 주저자, 교신저자 : 김외숙(E-mail: kimos@knou.ac.kr)

I. 서론

여가의 기능이 단순히 휴식의 차원을 넘어 건강 증진 및 자아실현, 행복추구에 효과적으로 부응하는 역할을 담당하게 되면서 현대사회에서 여가생활은 생활의 질을 결정하는 중요한 요소로 인식되고 있다. 이에 따라 여가시간의 확보와 여가의 질적 향상에 대한 개인적, 사회적 관심이 증가하고 있다.

인간의 모든 생애주기에 걸쳐 여가가 중요한 역할을 담당하지만 노년기의 여가는 특별한 의미를 갖는다고 할 수 있다. 우선 노년기에는 직장에서의 은퇴와 자녀의 출가 등으로 다른 생애주기에 비하여 더 많은 여가시간을 갖게 된다. 뿐만 아니라 노년기의 여가생활은 사회적으로 소외되기 쉬운 노인들에게 사회적 소속감을 가지게 하고, 자기개발의 기회와 신체적・정신적 증진에 도움을 주며, 생활만족에 긍정적 역할을 한다는 점에서 다른 어느 시기에서보다 그 중요성이 크다. 이러한 생활주기의 측면과 함께 우리사회의 급속한 고령화 추세에 따라 노인의 삶의 질을 향상시킬 수 있는 여가생활에 대한 학문적, 정책적 관심이 더욱 높아지고 있다.

노인의 여가생활은 성별, 연령, 학력 등에 따라 차이가 있으나 평균적으로 하루의 1/4 이상을 차지하고 있으며, 그 시간을 대부분 TV시청・라디오 청취 등과 같은 소일활동이나 휴식, 낮잠 등으로 무료하게 보내고, 활동적이거나 생산적 특성이 결여된 정적여가활동을 많이 하는 특징이 있다. 이처럼 적극적인 여가활동이나 사회참여 없이 무료하게 시간을 보내는 것은 노인의 고독 문제뿐 아니라 자아상실감을 심화시키며 생활만족도를 감소시키는 결과를 초래할 수 있다.

노인의 생활에서 여가생활의 비중이 높은 점에 비하여 실제 이들의 여가생활에 많은 문제점이 있다는 점에서 노인을 대상으로 한 여가연구가 활발하게 진행되어 왔다. 노인의 여가와 관련된 연구는 여가활동참여의 실태 및 여가활동참여에 영향을 미치는 관련변수를 파악한 것이 주류를 이루어왔다(김애련・한내창, 1997; 홍성희・김성희, 1997; 홍성희, 1998; 김정옥・엄인숙, 2007; 박경란・이영숙, 2007; 임창희・한수진, 2008). 이들은 노인의 여가활동에 대한 일정기간 동안의 참여횟수나 참여정도를 빈도분석 등을 실시하여 여가활동참여를 파악하였다.

최근에는 노인의 여가행동에 대한 보다 정교한 이해를 위해 여가활동별 참여시간이나 인구통계학적 변수를 근거로 군집분석을 실시함으로써 여가활동참여를 유형화하는 연구가 이루어지고 있다. 황남희(2014)는 노인의 여가활동별 참여시간을 이용하여 여가활동을 유형화하였으며, 지현진(2012)은 노인의 여가활동과 밀접한 관련이 있는 것으로 밝혀진 성별, 연령, 교육수준, 배우자 유무 등 인구통계학적 특성을 토대로 군집분석을 실시하여 노인의 여가프로파일을 유형화한 후 유형별 여가활동시간을 분석함으로써 노인의 여가행동에 대한 이해를 심화시켰다. 이들 연구는 국가의 대규모 원자료를 활용하여 전국의 노년층을 대상으로 실증적 분석을 한 점에서 일반화가 가능한 의의가 있다. 그런데 황남희(2014)가 이용한 2012년 국민노후보장패널조사 제4차 자료에서는 여가활동에 대한 참여의 측정도구가 지난 일주일간 여가시간에 주로 어떠한 활동을 하였는지, 얼마나 시간을 소요하였는지를 질문지법을 통해 조사하였기 때문에 여가활동별 시간사용에 대한 구체적인 내용을 파악하기 어렵다. 지현진(2012)은 2일 동안의 시간사용을 10분 간격으로 기입하도록 설계된 시간일지를 통하여 조사한 통계청의 생활시간조사 자료를 활용하였으나 여가활동참여에 초점을 맞추기보다 노인의 인구통계학적 특성을 토대로 유형화한 후 유형별 여가시간을 분석함으로써 다양한 여가활동 중 어떠한 여가활동에 시간을 배분하는지에 대한 정보는 파악하지 못한 제한점이 있다.

개인의 여가생활에는 다양한 여가활동들이 포함되기 때문에 단순히 개별 여가활동별 참여실태를 파악하는 것보다 다양한 여가활동 중 어떠한 여가활동에 어느 정도 시간을 배분하는지의 특성을 유형화하여 여가활동 자체보다 여가생활을 하는 노인들의 삶을 조망해 볼 필요가 있다. 특히 삶의 질과 관련하여 중요한 점은 여가시간의 양보다는 여가활동의 내용이라는 점에서(김외숙, 2016) 노인의 여가활동별 참여시간을 유형화하여 유형별 특성을 분석함으로써 노인들의 여가생활을 보다 구체적으로 파악하여 이들의 노후생활을 향상시킬 수 있는 방안을 모색할 필요가 있다.

본 연구에서는 2014년 통계청에서 실시한 생활시간조사 원자료를 활용하여 교제, 미디어, 종교, 스포츠, 휴식에 사용한 시간을 중심으로 여가참여를 유형화하고, 여가참여유형별 영향변인을 파악한 후 여가참여 유형에 따른 생활만족도의 차이를 파악하고자 한다. 이러한 연구를 통하여 노인의 여가생활에 대한 이해를 심화시킬 수 있고 이들의 여가생활을 향상시키기 위한 여가정책 개발과 여가교육 및 프로그램 개발에 필요한 자료를 축적할 수 있다.

II. 선행연구 고찰

1. 노인의 여가참여유형

노인의 여가행동에 대한 연구는 여가참여 실태를 분석하거나 여가참여에 영향을 미치는 변수를 파악한 것이 대부분이고, 여가참여를 유형화한 연구는 지현진(2012)과 황남희(2014)의 연구를 들 수 있다. 1999년부터 5년 주기로 통계청에서 전 국민을 대상으로 생활시간조사를 실시하면서 이 자료를 사용한 연구가 활발하게 이루어지고 있는데 지현진(2012)은 2009년 생활시간조사를 자료를 사용하여 노년층의 여가프로파일을 파악하였다. 그는 여가활동은 행위자 스스로가 선택하는 자유행동인 만큼 개인이 처한 다양한 인구사회학적 요인들에 의한 영향이 큰 편인 점을 고려하여 노년층의 여가생활에 밀접한 관계가 있는 것으로 밝혀진 연령, 성별, 교육수준, 거주지역(광역시/비광역시), 배우자 유무, 경제활동 유무, 월평균 소득의 인구통계학적 변인들을 토대로 군집분석을 실시하여 유형화하였다. 그 결과 7개의 유형(‘아직은 일을’, ‘여가보단 일을’, ‘벗들과 취미생활을’, ‘도시에서 다양한 여가를’, ‘신앙 속에 우정과 취미생활을’, ‘일하며 짬짬이 여가를’, ‘변두리에서 여가를’)이 형성되었으며, 유형별 여가시간량의 차이를 살펴본 결과 이들 유형 중 ‘여가보다 일’은 여가시간소비가 가장 소극적이고, ‘일하며 짬짬이 여가를’ 유형이 경제활동을 하는 집단 중 여가시간소비가 적극적인 것으로 나타났다.

황남희(2014)는 국민노후보장패널의 원자료 중 65세 이상 노인을 대상으로 여가활동별 참여시간을 이용하여 노년층의 여가활동을 유형화하였다. 분석 결과에 따르면 여가부족형, 정적놀이형, 운동참여형, 자연친화형, 친목교류형의 다섯 가지 유형이 확인되었고, 여가활동 유형 중 여가부족형은 주당 여가활동참여시간이 다른 유형에 비해 1/4-1/7수준으로 저조하고 두드러진 여가활동 패턴이 나타나지 않은 특징이 있으며, 전체 노년층의 약 72%가 이 유형에 속하는 것으로 나타났다. 여가활동 유형별 인구사회학적특성을 보면 친목교류형은 건강수준이 양호하고, 자연친화형은 취업활동에 종사하는 노년층이 많으며, 정적놀이형은 가족자원 및 경제수준이 가장 낮은 특징을 보였다. 운동참여형은 경제수준이 가장 좋고, 여가부족형은 건강수준이 가장 낮았다. 또한 성별, 연령, 가구의 경제수준은 여가활동 유형에 영향을 미치는 주요 요인으로, 연령이 증가할수록 그리고 여성일 경우 여가부족형에 속할 가능

성이 증가한 반면 가구의 경제수준이 좋을 경우 여가부족형에 속할 가능성이 감소하는 것으로 나타났다. 따라서 노년층의 여가활동지원은 건강수준이 좋지 않은 저소득 여성노인이 노년층 여가정책의 최우선대상으로 선정되어야 하고, 이들의 여가활동 활성화를 위해서는 일정수준의 소득지원이 이루어져야 함을 강조하였다.

이 외에 박미석과 이유리(2003), 이윤정과 정순희(2004)는 1999년 통계청에서 조사한 생활시간 원자료를 활용하여 노인이 하루 중 여가시간을 어떻게 보내는지 여가활동별 시간사용을 구체적으로 파악하였다. 분석 결과 노인은 하루 여가시간 중 대중매체 이용과 교제활동에 많은 시간을 보내는 데 비해 참여봉사활동, 학습활동, 문화관람활동 시간은 적은 것으로 나타났다.

대규모 원자료를 이용한 연구와 달리 연구자가 개별적으로 자료를 수집하여 노인의 여가활동 참여를 파악한 연구(최인석, 2002; 방흥복, 2005; 임창희・한수진, 2008; 이갑숙・임왕규, 2012)도 있다. 이들은 여가활동에 대한 일정기간의 참여횟수 및 참여정도를 조사하는 방법으로 노인의 여가활동 참여를 파악하였다.

임창희와 한수진(2008)은 여가활동의 성격을 기준으로 여가활동을 자기개발, 가족중심, 종교 및 사회참여, 사교오락, 소일, 스포츠 및 건강 여가활동의 여섯 가지 활동으로 구분하여 여가활동 참여를 분석하였다. 그 결과 매일 가장 많이 하는 여가는 소일활동으로 TV시청 및 라디오 청취(97.0%)가 가장 많았으며, 가족과의 대화(38.6%)와 집 근처 공원에서 무료한 시간보내기(22.3%)의 참여율이 높게 나타난 반면 자기개발활동 참여율은 가장 낮게 나타났다.

이갑숙과 임왕규(2012)는 생산적 여가활동과 소비적 여가활동으로 구분하여 노인의 여가활동 참여를 분석하였다. 생산적 여가활동은 건강・스포츠 활동, 취미활동, 학습활동, 종교・사회참여활동 형태이고, 소비적 여가활동은 TV시청, 라디오청취, 휴식 등과 같은 소일활동이나 바둑, 장기, 경로당 등에서 친구들과의 대화 등과 같은 오락・사교활동을 의미한다. 이들의 분석에 의하면, 노인의 여가활동 참여는 생산적 여가활동보다 소비적 여가활동이 더 높은 것으로 나타났고, 생산적 여가활동이 노인의 심리적 복지감 증진에 더 많은 영향을 미치므로 생산적 여가활동 참여를 촉진하고, 확대하기 위한 정책적 노력이 필요하다고 강조하였다.

최인석(2002)은 자기개발활동, 가족중심활동, 종교・사회참여활동, 사교・오락활동, 소일활동으로 분류한 후 실태를 조사한 결과 휴식이나 낮잠, TV시청과 같은 소일활동참여가 높은데 비해 활동적이거나 생산적 활동에 대한 참여는 낮다고 보고하였다. 방흥복(2005)도 노인의 여가활동을 소일활동, 취미・문화활동, 우인교류, 사회단체활동 네 가지로 구분하여 분석한 결과 노인은 대부분 소일활동의 참여가 주류를 이루고 있는데 비해 사회봉사활동의 참여가 특히 낮다고 보고하였다.

그동안 노인을 대상으로 한 여가연구에서는 주로 여가활동에 대한 참여횟수 및 참여정도에 대한 빈도분석을 통해 여가참여의 실태를 개별적으로 조사하거나 대규모 원자료를 이용하여 노인의 여가활동 참여시간을 실증적으로 분석한 것을 알 수 있다. 최근 여가활동에 대한 유형화 연구(황남희, 2014; 지현진, 2012)가 이루어졌으나 지현진(2012)은 노인의 인구통계학적 변인(성별, 연령, 교육수준, 배우자 유무 등)을 중심으로 유형화한 후 유형별 여가활동 참여시간을 분석하였고, 황남희(2014)는 지난 일주일간 여가시간에 주로 한 활동에 대한 소요시간을 토대로 유형화하여 노인의 하루 여가활동 참여에 대한 정확한 시간을 객관적으로 수량화하여 유형화하지 못하였다. 본 연구에서는 개인의 여가생활에는 다양한 여가활동들이 포함되기 때문에 단순히 개별 여가활동별 참여실태를 파악하는 것보다 다양한 여가활동 중 어떠한 여가활동에 어느 정도 시간

을 배분하는지의 특성을 나타내는 여가참여유형을 파악함으로써 노인들의 여가생활을 좀 더 깊이 조망할 수 있다는 점에서 2014년 통계청에서 전 국민을 대상으로 실시한 생활시간조사 원자료를 활용하여 노인의 여가참여유형을 파악하고자 한다.

2. 노인의 여가참여에 영향을 미치는 변수

노인의 여가참여는 관련변수에 따라 차이를 보이는데 성별, 연령, 교육수준, 경제활동상태, 소득, 배우자 유무, 건강상태 등이 있다. 성별은 노인의 여가활동참여에 영향을 미치는 대표적인 변수인데 다수의 연구에서 성별에 따라 여가활동의 종류나 활동별 참여빈도는 상이하게 나타나는 것으로 보고되고 있다. 김애련과 한내창(1997)의 연구에서 남자노인들은 교양활동, 취미활동, 관람·청취 등을 즐기는 반면 여자노인들은 집안일, 가족중심활동, 부업활동을 많이 하고 있는 것으로 나타났다. 임창희와 한수진(2008)의 연구에서는 여자노인이 남자노인보다 자기개발, 가족중심, 종교 및 사회, 건강관련 여가에 더 많이 참여하는 것으로 나타났는데 즉 남자노인은 소일활동을, 여자노인은 가족중심적 여가활동을 많이 참여하는 것으로 밝혀졌다. 김정옥과 엄인숙(2007)의 연구에서 여자가 남자보다 관광활동과 관람감상의 참여도가 높았고, 박경란과 이영숙(2007)의 연구에서도 성별은 여가활동참여의 영향변인이며, 여자노인들이 남자노인들보다 여가활동 참여도가 높은 것으로 보고되었다. 신상식(2011)의 연구에서는 여자노인이 남성노인보다 쇼핑, 시장보기, 연극 및 영화관람, 사우나, 찜질방 등의 외향소비적 여가활동을 많이 하는 것으로 나타났다. 이윤희 외(2012)의 연구에서도 65세 이상 남성노인은 미디어이용, 스포츠 및 레저, 취미 및 여가활동 시간이 많았고, 여성노인은 참여 및 봉사활동, 교제활동, 종교활동 시간이 더 많은 것으로 나타나 성별에 따라 노인의 여가활동 참여가 상이한 것을 알 수 있다. 그러나 이러한 연구들과 달리 홍성희와 김성희(1997), 홍성희(1998), 김영길(2008)의 연구에서는 성별에 따라 여가활동참여 정도는 차이가 없는 것으로 보고되었다.

연령에 따라서도 여가활동의 종류나 활동별 참여에서 차이를 보인다는 연구가 다수이다. 김정옥과 엄인숙(2007)의 연구에서 연령에 따른 여가활동별 차이를 보이는데, 관광활동은 74세까지는 점차적으로 증가하다가 75세이상되면 관광활동이 위축되는 경향으로 나타났으며, 놀이오락은 연령이 증가할수록 참여를 많이 하는 여가유형으로 밝혀졌다. 스포츠는 전 연령층에서 낮은 평균점을 보이며, 관람감상활동의 경우에는 연령이 증가하여도 유사한 평균점수를 보였다. 임창희와 한수진(2008)은 유배우자 노인들을 대상으로 연령을 60대, 70대, 80대 세 집단으로 구분하여 여가활동 참여도 차이를 검증하였다. 60대에 가까운 노인일수록 가족중심의 여가활동과 건강관련 여가활동이 활발한 것으로 나타났으며 연령이 높을수록 소일활동의 참여가 특히 높다고 밝혔다. 이들은 연령이 높을수록 여가시간은 더 많아지지만 여가활동의 범위가 좁아지고, 고령이 됨에 따라 기력의 약화로 인하여 소극적인 활동을 하게 되는 것으로 보고하였다. 황남희(2014)는 노년층을 65-74세의 전기노인과 75세 이상 후기노인으로 구분하여 여가활동 참여실태를 살펴본 결과 전기노인이 후기노인에 비해 여가활동 참여시간이 더 많고, 후기노인이 전기노인에 비해 TV시청 및 라디오 청취에 1시간, 친목활동과 인터넷 활동에 2시간, 여행에 3시간을 더 소비하는 것으로 나타났다.

교육수준에 따라 노인의 여가욕구 및 여가기능이 달라질 수 있으며, 이는 여가활동 참여도에 영향을 줄 수 있다. 교육수준이 노인의 여가활동 참여를 증가시키는 경향이 있음을 다수의 연구에서 확인되고 있다(홍성희, 1998; 김성연·박미석,

2000; 박경란・이영숙, 2007; 김영길, 2008; 임창희・한수진, 2008; 신상식, 2011). 홍성희(1998), 김성연과 박미석(2000), 박경란과 이영숙(2007), 김영길(2008)의 연구에서 교육수준은 여가활동 참여의 결정요인이며, 교육수준이 높은 노인일수록 여가활동 참여도가 높은 것으로 밝혀졌다. 또한 교육수준에 따라 여가활동의 종류나 활동별 참여빈도에도 차이를 보이는 것으로 보고되고 있다(임창희・한수진, 2008; 신상식, 2011). 임창희와 한수진(2008)은 교육수준을 고졸미만과 고졸이상의 두 집단으로 구분하여 분석하였다. 그 결과 자기개발, 가족중심, 종교 및 사회, 사교오락, 소일, 건강활동 6개 모든 영역에서 고졸이상집단의 여가활동 참여도가 높은 것으로 나타났는데, 이는 개인의 교육수준이 여가활동 참여 기회에 대한 정보 및 지식을 탐색하는 능력을 향상시키고, 보다 적극적이고 다양한 여가활동에 참여할 수 있게 하는 변인이라고 보고하였다. 신상식(2011)은 55세 장・노년층을 대상으로 교육수준에 따른 여가활동 차이를 조사한 결과 고학력 노인은 건강・스포츠 활동, 자기 계발을 위한 생산적 여가활동 및 쇼핑이나 시장보기, 영화 및 연극관람 등의 외향적 여가활동에 많이 참여하고, 저학력 노인은 TV나 라디오 듣기, 공원, 경로당, 노인회관 등에서 소일활동 등의 참여가 높다고 밝혔다.

경제활동상태가 여가활동참여에 영향을 미친다는 점은 대부분의 연구에서 일치한다. 김은경과 김응렬(2002), 박미석과 이유리(2003)는 취업한 노인은 비취업 노인보다 여가시간이 짧다고 보고하였고, 김외숙(2015)은 노인의 취업여부는 시간배분 유형에 영향을 미치는 결정요인으로 노동시간의 증가는 여가시간을 감소시키는 결과를 초래할 수 있다고 밝혔으며 비취업자는 취업자보다 여가중심형에 속할 가능성이 크다고 밝혀 경제활동상태와 여가활동 참여는 밀접한 관련성이 있음을 확인하였다. 황남희(2014)는 노인의 취업 유무별 여가활동 참여실태를 분석한 결과 비취업자가 취업자에 비해 전반적으로 여가활동유형별 참여율이 높다고 보고하였고, 여가활동유형별 참여시간 또한 비취업자가 취업자에 비해 더 많은 편이지만, 종교활동과 화초·정원가꾸기 등의 활동은 취업자가 비취업자보다 약 1시간가량 더 많다고 보고하였다.

소득과 용돈도 여가활동 참여에 영향을 미치는 중요한 요인으로 확인되고 있다. 황남희(2014)는 가구소득이 최저생계비보다 낮으면 빈곤, 가구소득이 최저생계비보다 높으면 비빈곤으로 분류하여 빈곤여부별 여가활동의 참여실태를 분석하였다. 분석결과에 의하면, 비비곤가구 노인의 여가활동 참여비율이 약간 높은 편이지만 참여시간은 활동유형별로 차이가 있었고, TV시청 및 라디오 청취, 운동참여, 종교활동, 화초·정원손질, 화투·장기 등은 빈곤가구에서 참여시간이 더 많은데 비해 자기개발, 사회봉사 및 단체활동, 인터넷, 문화예술관람 및 창조적 활동, 여행 등은 비빈곤가구에서 참여시간이 더 많은 것으로 나타나 소득은 여가활동에 영향을 미치는 변수임을 알 수 있다. 은퇴한 노인을 대상으로 연구한 이신숙(2011)은 월 생활비가 많고, 경제상태가 좋을수록 여가생활시간이 길다고 밝혔으며 여가생활과 경제적인 측면은 밀접한 관련성이 있기 때문에 은퇴한 노인의 경우에 성공적인 노후 생활을 위해 충분한 수입과 신체적인 기동성을 갖는다면 시간활동을 더 용이하게 할 수 있다고 보고하였다. 홍성희와 송정선(1997)은 여가활동 참여에 미치는 영향을 분석한 결과 용돈은 유의한 영향을 미친다고 밝혔으며, 용돈이 많을수록 여가활동을 많이 참여한다고 밝히고 있다. 홍성희(1998)도 노인의 용돈에 따른 여가활동 참여 차이를 분석한 결과 용돈이 가장 많은 집단이 다른 집단에 비해 여가활동 참여도가 가장 높은 것으로 나타나 용돈이 여가활동 참여를 위해 직접적으로 활용될 수 있으며 여가활동의 범위와 참여빈도에도 영향

을 미친다고 보고하였다. 김성연과 박미석(2000)의 연구에서 용돈이 적을수록 소일활동을 많이 하는 것으로 나타났고, 방흥복(2005)의 연구에서는 용돈이 충분할수록 술·차 마시기, 취미활동, 운동, 친구·이웃 만남의 참여도가 높은 것으로 나타났다.

배우자 유무도 여가활동참여에 영향을 미치는 변수로 보고되고 있다. 임창희와 한수진(2008)은 노인의 경우 배우자의 사별은 노년기에 경험해야 하는 규범적인 사건일지라도 상대 배우자에게 생활의 중대한 변화를 가져오는 사건으로 배우자 유무가 노인의 여가활동에 중요한 영향을 미친다는 점에서 배우자 유무에 따른 여가활동을 분석하였다. 그 결과 여가활동 참여도는 무배우자 노인의 경우 소일 여가활동에서만 유배우자 노인보다 높은 점수를 보였고, 자기개발, 가족중심, 종교 및 사회, 사교오락, 건강의 모든 활동에서 유배우자 노인이 적극적으로 참여하고 있는 것으로 나타났으며, 이는 배우자 상실로 인한 의욕상실로 무료한 여가활동을 하는 것으로 보인다고 해석하였다. 이신숙(2011)은 배우자가 없는 노인이 있는 노인에 비해 참여봉사활동시간이 많다고 밝혔다. 채화영 외(2011)는 55세 중·고령자 남녀를 대상으로 생활시간을 유형화한 결과 남성의 경우 유배우자가 여가형에 속하는 분포가 더 많은 반면 여성의 경우에는 무배우자가 여가형에 속하는 분포가 더 많았다고 보고함으로써 배우자 유무의 영향이 성별에 따라 차이가 있음을 밝혔다.

건강상태의 경우 노인의 여가와 관련되어 중요한 변수로 다루어져 왔다. 이는 노인이 되면 신체적, 정신적 기능이 쇠퇴하게 되어 여가역량이 감소하기 때문이다. 좋은 건강상태와 기동력은 노인들에게 여가활동의 폭을 넓게 해주고 여가활동 참여를 용이하게 해준다. 홍성희와 김성희(1997), 김성연과 박미석(2000)의 연구에서 건강상태는 여가활동 참여의 결정요인으로 밝혀졌으며, 건강한 노인일수록 여가활동 참여가 높게 나타났다. 홍성희(1998)의 연구에서도 노인의 건강상태에 따른 여가활동 참여는 유의한 차이를 보였다. 건강상태가 나쁜 집단과 보통 이상인 집단 간에 유의한 차이를 보여, 보통 이상의 건강상태가 노년기 여가활동의 폭을 넓게 유지시키며 여가참여도를 높여주는 것으로 밝혀졌다. 여가활동별 참여빈도에 있어서도 노인의 건강상태에 따라 차이를 보이는데, 김애련과 한내창(1997)의 연구에서 건강상태를 상, 중, 하 세 집단으로 구분하여 조사한 결과 건강이 좋은 집단은 교양활동, 집안일, 취미활동, 종교활동을 적극적으로 하는 반면 건강이 좋지 않은 사람들은 정서활동을 다소 더 하고 있는 것으로 나타났다. 신상식(2011)의 연구에서도 건강상태에 따라 생산적 여가활동과 외향소비적 여가활동 참여에 차이를 보였다. 건강상태가 좋을수록 취미활동이나 건강·스포츠활동, 자기계발 학습활동 등의 생산적 여가활동과 쇼핑이나 시장보기, 영화 및 연극, 스포츠관람 등의 외향소비적 여가활동에 많이 참여하는 것으로 보고되었다. 정유리와 이신숙(2013)도 건강정도에 따른 여가활동별 참여를 분석한 결과 오락·사교활동, 가족중심활동, 종교·사회·봉사활동, 자기개발활동에서 유의한 차이를 보여 노인들이 건강하다고 생각할수록 이들 여가활동에 참여하는 정도가 높다고 밝혔다.

본 연구에서는 노인의 여가활동참여에 영향을 미치는 중요한 변수로 밝혀진 이상의 성별, 연령, 교육수준, 경제활동상태, 소득, 배우자 유무, 건강상태가 여가참여유형에 어떠한 영향을 미치는지 분석하고자 한다.

3. 노인의 여가참여에 따른 생활만족도

노인의 여가활동참여는 생활만족도 또는 삶의 질과 직결되는 중요한 영역이다. 성공적인 노화는 노인의 심리적 복지감과 관련이 되는데, 노인의 적극적인 사회참여와 활동은 이들의 생활만족도

또는 심리적복지감에 영향을 미친다(Neugarten, Havighurst & Tobin, 1961). 1960년대에 성공적 노화에 대한 두 가지 이론 중 하나로 제시된 사회활동이론(social activity theory)은 노인이 여러 가지 사회활동이나 책임에서 벗어나기보다 계속적으로 사회활동에 참여하는 것이 노화에 잘 적응하며 생활만족도가 높다고 본다. 이는 노년기에 여러 가지 사회활동이나 직업적 책임에서 벗어나서 조용히 은둔생활을 즐기는 것이 심리적 적응을 잘하며 만족한 노화과정이라고 보는 사회유리설(social disengagement theory)과 대비된다(이순형・성미애, 2012). Knapp(1976)도 생활만족도 차원의 예측변인을 활동이론의 관점에서 보았는데, 그는 개인이 활동에 많이 참여하고, 친밀한 활동에 참여하는 노인일수록 생활만족도가 높다고 보고하였다. 즉 노인의 생활의 질 추구는 여가와 밀접한 관련성이 있으며 사회활동, 스포츠, 댄스, 운동, 자원봉사 활동 등의 적극적인 여가활동 참여가 필요하다(Leitner & Leitner, 2012).

노인의 여가활동참여와 생활만족도에 대한 연구를 보면, 전반적인 여가활동참여와 생활만족도의 관련성을 살펴보거나 여가활동유형을 구분하여 유형별로 생활만족도에 미치는 상대적 영향력을 분석한 연구가 주로 이루어진 것을 알 수 있다. 노인의 여가활동참여와 생활만족도는 다수의 연구에서 정적 관계를 보이는 것으로 확인되고 있다. Cheung, Ting, Chan, Ho와 Chan(2009)은 노인의 인지적 및 사회적 활동참여는 육체적·정신적 건강에 긍정적 영향을 미칠 뿐 아니라 삶의 질에도 영향을 미친다고 보고하였고, Silverstein과 Parker(2009)도 여가활동참여는 삶의 질을 증진시키는 중요한 요소임을 밝혔다. Leitner와 Leitner(2012)도 적극적 여가활동 참여는 신체적·정신적 안녕을 증진시킬 수 있다고 보고하였다. 이는 국내의 연구에서도 볼 수 있는데, 백경숙과 권용신(2007)은 55세 이상 남녀노인을 대상으로 한 연구에서 노인의 여가활동참여가 생활만족도뿐만 아니라 심리적 복지감을 높여준다고 밝혔고, 김영길(2008)도 여가활동참여도가 높은 노인들이 참여도가 낮은 노인들보다 생활만족도가 높은 것을 밝혀 여가활동참여는 생활만족도에 중요한 요인임을 확인하였다. 정유리와 이신숙(2013)은 노후생활을 즐기는 여가생활을 할수록 생활만족도가 높으며 노인 스스로가 만족스러운 노년기를 보내기 위해서는 무엇보다도 활발한 여가활동을 해야함을 강조하였다. Ra, An과 Rhee(2013)도 여가참여가 생활만족도에 영향을 미친다는 서구의 연구결과가 한국에서도 지지된다고 밝혔다.

전반적인 여가활동참여에서 나아가 여가활동을 몇 가지 유형으로 세분하고 각 유형에 따른 생활만족도를 분석한 연구에서는 활동유형에 따라 생활만족도에 미치는 영향에 차이가 있는 것으로 보고되고 있다. 이영숙과 박경란(2009)은 노인의 여가활동참여와 생활만족도의 관련성을 분석한 결과 수동적 여가활동을 제외한 취미활동, 사회활동, 교제활동, 단독활동이 생활만족도와 정적 상관성을 보인다고 밝혔다. 노인의 여가활동참여와 생활만족도간의 관련성 및 영향력을 조사한 이갑숙과 임왕규(2012)는 생산적 여가활동 및 소비적 여가활동은 모두 생활만족도와 유의미한 정적 상관성을 보이지만 건강·스포츠활동, 취미활동, 학습활동, 종교·사회참여활동과 같은 생산적 여가활동이 소일활동, 오락·사교활동과 같은 소비적 여가활동보다 정적 영향력이 더 크다고 밝혔다. 이봉진과 홍상욱(2012)은 여가활동을 사회문화활동, 자기개발활동, 고독무위해소활동, 가족중심활동, 소일활동 등 다섯 가지로 구분하고, 노인들의 여가활동과 생활만족도의 상관성을 분석한 결과 모두 유의한 정적 상관관계가 있고, 여가활동이 생활만족도에 미치는 영향을 살펴본 결과에서는 남자노인의 경우 자기개발활동이 영향을 미쳤고, 여자노인의 경우에는 사회문화활동이 영향을 미치는 것으로 밝혔다. 성별에 따라 생활만족도에 영향을 미치는 여가활동에 차이가

있으나 남녀노인 모두 적극적인 여가활동이 생활만족도에 영향을 미친다고 할 수 있다. 여가활동유형이 만족도에 미치는 영향을 살펴본 연구(황남희, 2014)에서 운동참여형은 다른 유형에 비하여 여가활동만족도 및 생활전반만족에 미치는 영향이 높고, 여가활동부족형이 그 영향력이 가장 낮은 것으로 나타났다. 캐나다 노인을 대상으로 연구한 Witcher, Holt, Spence와 Cousins(2007)는 노인의 사회참여 및 생산적 여가활동이 건강과 노후생활을 증진시키기 때문에 이들 활동에 대한 참여의 중요성을 강조하였고, Nimrod(2007)는 이스라엘의 50세 이상 은퇴자를 중심으로 여가활동과 생활만족도를 분석한 결과 문화활동, 종교활동, 실외활동에 대한 참여가 은퇴자의 생활만족도에 정적 영향을 미친다고 밝혔다. 그는 은퇴자들의 여가활동참여는 직업적 책임에서 벗어난 후에도 지속적인 사회참여가 이루어지도록 하는 것으로 은퇴자의 생활만족도를 증진시켜주는 활동이론이 뒷받침된다고 보고하였다.

이상과 같이 노인의 여가활동은 생활만족도에 정적 영향을 미치지만 여가활동유형에 따라 생활만족도에 미치는 영향은 상이하게 나타나는 것을 알 수 있다. 대부분의 연구가 노인을 대상으로 여가활동전반 또는 여가활동유형에 따른 생활만족도를 분석한 것이고, 여가활동참여를 유형화하여 참여유형별 생활만족도를 분석한 연구(황남희, 2014)가 있으나 노인의 여가활동 참여에 대한 조사가 질문지법을 통해 이루어져 노인의 여가활동별 참여시간을 정확하게 수량화한 자료를 사용하지 못한 제한점이 있다. 따라서 본 연구에서는 2일 동안의 시간사용을 시간일지를 통해 정확하게 조사한 통계청의 국민생활시간조사 자료를 이용하여 일별 여가활동시간을 토대로 여가참여를 유형화한 후 여가참여유형의 영향변인을 밝히고 유형별 생활만족도의 차이를 분석하고자 한다.

III. 연구방법

1. 연구문제

본 연구는 노인의 여가생활에는 다양한 여가활동들이 포함된다는 점에서 다양한 여가활동 중 어떠한 여가활동에 어느 정도 시간을 배분하는지 유형화하고, 여가참여 유형별 영향변인을 파악한 후 여가참여 유형에 따른 생활만족도의 차이를 파악하고자 한다. 구체적인 연구문제는 다음과 같다.

[연구문제 1] 노인의 여가참여는 어떻게 유형화되는가?

[연구문제 2] 노인의 여가참여유형의 영향변인은 무엇인가?

[연구문제 3] 노인의 여가참여유형에 따른 생활만족도의 차이는 어떠한가?

2. 분석자료

본 연구의 분석자료는 통계청의 2014년 생활시간조사 원자료 중 65세 이상 비농가 노인 3,767명의 질문지 및 2일간의 시간일지 7,534부이다. 분석대상행동은 동시행동을 제외한 '주행동'으로서의 교제, 미디어, 종교, 스포츠, 휴식활동이다.

3. 분석방법

분석대상자의 일반적 특성을 살펴보기 위하여 빈도와 백분율을 구하였고, 여가활동참여의 유형화를 위해 교제, 미디어, 종교, 스포츠, 휴식 활동의 다섯 차원을 기준으로 군집분석(K-Means Cluster Analysis)을 실시하였으며 군집간의 차이 검증을 위해 일원분산분석 및 Duncan의 사후검증을 실시하였다. 노인의 여가참여 유형 영향변

〈표 1〉 분석대상자의 일반적 특성

(N=3,767)

변수	구분	빈도	%
성별	남성	1,508	40.0
	여성	2,259	60.0
연령 (평균: 73.8세)	60대	1,159	30.8
	70대	1,863	49.5
	80대 이상	745	19.8
학력[a] (평균: 7.2년)	초졸이하	2,141	56.8
	중졸	607	16.1
	고졸이상	1,019	27.1
취업여부	취업	775	20.6
	비취업	2,992	79.4
개인 월평균소득[a] (평균: 71.7만원)	없음	642	17.0
	50만원 미만	1,436	38.1
	100만원 미만	835	22.2
	100만원 이상	854	22.7
배우자 유무	유	2,161	57.4
	무	1,606	42.6
건강상태	상	994	26.4
	중	1,725	45.8
	하	1,048	27.8

a = 학력과 개인 월평균소득은 범주형 변수로 측정되어 있으나 자료의 정보를 충분히 반영하기 위해 연속형 변수로 전환하여 평균을 계산하였다. 학력의 경우 미졸업은 중앙값 연도를 부여하였고, 개인 월평균소득은 50만원 단위의 범주에서 중앙값을 사용하여 환산하였다.

인을 파악하기 위해 다항로지스틱 회귀분석(Multinominal Logistic Regression)을 실시하였다. 마지막으로 여가참여유형에 따른 생활만족도의 차이를 파악하기 위해 일원분산분석 및 Duncan의 사후검증을 이용하였다.

4. 분석대상자의 일반적 특성

분석대상자의 일반적 특성은 <표 1>과 같다. 성별을 보면 3/5이 여성으로 남성보다 1.5배 더 많다. 연령은 70대가 절반정도(49.5%)를 차지하고, 60대가 30.8%, 80대 이상이 19.8%를 차지하였으며 평균 연령은 73.8세로 나타났다. 학력은 초등학교 졸업이하가 절반이상(56.8%)으로 가장 높은 분포를 보였고, 다음으로 고졸이상이 27.1%, 중졸이 16.1% 순이며 평균 학년연한은 7.2년으로 나타났다. 취업한 노인은 20.6%로 비취업 노인이 약 4배의 수준을 보였다. 개인 월평균소득은 50만원 미만이 38.1%로 가장 많은 분포를 보이며 100만원 미만과 100만원 이상 집단이 각각 2할대의 분포를 보였으며 개인 월평균소득 평균액은 71.7만원으로 나타났다. 배우자가 있는 노인은 57.4%로 약 6할이며, 노인의 건강상태는 45.8%가 보통으로 지각하고 있는 것으로 나타났다.

IV. 연구결과

1. 노인의 여가참여유형

군집분석의 기준이 되는 교제, 미디어, 종교, 스포츠, 휴식 활동의 참여시간을 분석한 결과 교제활동은 일평균 53분이고 미디어활동은 일평균 4시간 11분이다. 종교활동의 경우 평균이 23분이고 표준편차가 1시간 7분으로 평균값의 약 3배로 나타나 종교활동시간의 편차는 개인별로 상당히 큰 점을 알 수 있다. 스포츠 및 휴식활동은 평균이 각각 50분, 24분이고 표준편차는 67분, 39분으로 나타났다. 전체여가활동 중 미디어를 이용한 여가활동에 소비하는 시간의 비중이 62.5%로 가장 높았다.

이러한 기초정보를 바탕으로 노인의 여가참여를 유형화하였다. 교제, 미디어, 종교, 스포츠, 휴식의 다섯 차원을 기준으로 군집분석(K-Means Cluster Analysis)을 실시한 결과 <표 3>과 같이 다섯 개의 집단으로 유형화할 수 있었다.

유형 1을 보면 <표 2>에서 제시된 각 활동영역의 평균점수와 비교할 때 교제, 미디어, 휴식활동은 평균값보다 다소 많은 반면 종교와 스포츠 활동은 적은 값을 보인다. 교제와 휴식활동시간은 각각 63분, 28분으로 다섯 유형 중 가장 많은 특징이 있고, 미디어활동시간은 274분으로 평균보다 23분 많으며 총여가시간은 396분으로 평균인 402분과 유사한 수준이다. 따라서 유형 1을 "일반형"으로 명명하였다. 이 유형에는 28.5%의 응답자가 포함된다.

유형 2는 교제와 휴식시간은 평균보다 많은데 비해 미디어, 종교, 스포츠시간은 평균보다 적다. 특히 총여가시간이 235분으로 평균인 402분보다 167분 적을 뿐만 아니라 다른 유형들과 비교할 때도 매우 적은 특징이 있다. 따라서 이 유형을 "여가부족형"으로 명명하였다. 전체 분석대상자의 31.6%가 이 유형에 속하며 다섯 유형 중 가장 많은 분포를 보인다.

유형 3은 교제와 종교활동시간은 평균보다 많고, 미디어, 스포츠, 휴식활동은 평균보다 적다.

〈표 2〉 노인의 여가시간 기초통계량

활동영역	평균	표준편차	중앙값
교제	53.21	60.15	40.00
미디어	251.00	147.78	230.00
종교	23.16	66.74	.00
스포츠	50.45	67.27	20.00
휴식	24.08	39.40	10.00
총여가	401.90	169.73	400.00

〈표 3〉 노인의 여가참여유형별 평균 참여시간

유형	N(%)	교제	미디어	종교	스포츠	휴식	총여가	점수부호
1	2,150(28.5)	63.05	273.80	9.65	21.54	28.17	396.21	+ + - - +
2	2,377(31.6)	61.64	105.42	10.81	32.30	24.39	234.56	+ - - - +
3	461(6.1)	56.27	150.12	241.41	26.03	21.58	495.44	+ - + - -
4	1,495(19.8)	33.12	475.69	6.52	48.18	19.42	582.92	- + - - -
5	1,051(14.0)	41.27	258.22	6.65	164.59	22.73	493.45	- + - + -

특히 종교활동이 241분으로 <표 2>에 제시된 평균(23분)보다 10배 이상 많은 특징이 있다. 따라서 유형 3을 "종교중심형"으로 명명하였다. 이 유형에서는 전체여가시간 중 종교활동에 참여하는 시간이 절반정도(48.7%)를 차지한다. 전체 분석대상자 중 6.1%가 이 유형에 속하여 다섯 유형 중 가장 적은 분포를 보인다.

유형 4는 미디어활동시간만 평균보다 특히 많고, 교제, 종교, 스포츠, 휴식의 나머지 활동시간은 평균보다 적은 특징이 있다. 미디어시간은 여

〈표 4〉 노인의 여가참여유형별 다섯 차원점수의 분산분석 결과 및 사후분석 결과

활동	유형	평균	F
교제	일반형	63.05a+	81.783***
	여가부족형	61.64a+	
	종교중심형	56.27b+	
	미디어중심형	33.12d+	
	스포츠중심형	41.27c+	
미디어	일반형	273.80b	7559.187***
	여가부족형	105.42e	
	종교중심형	150.12d	
	미디어중심형	475.69a	
	스포츠중심형	258.22c	
종교	일반형	9.65bc	4345.436***
	여가부족형	10.81b	
	종교중심형	241.41a	
	미디어중심형	6.52c	
	스포츠중심형	6.65c	
스포츠	일반형	21.54e	1777.465***
	여가부족형	32.30c	
	종교중심형	26.03d	
	미디어중심형	48.18b	
	스포츠중심형	164.59a	
휴식	일반형	28.17a	11.894***
	여가부족형	24.39b	
	종교중심형	21.58bc	
	미디어중심형	19.42c	
	스포츠중심형	22.73bc	
총여가시간	일반형	396.21c	2730.520***
	여가부족형	234.56d	
	종교중심형	495.44b	
	미디어중심형	582.92a	
	스포츠중심형	493.45b	

***p<.001 +Duncan's Multiple Range Test

가시간 중 81.6%(476분)로 대부분의 여가를 미디어와 관련된 활동에 사용하고 있다. 따라서 이 유형을 "미디어중심형"으로 명명하였고, 이 유형에는 전체 분석대상자 중 약 1/5(19.8%)이 속한다.

마지막으로 유형 5는 미디어와 스포츠활동시간은 평균보다 많은 반면 교제, 종교, 휴식활동은 평균보다 적다. 특히 스포츠활동시간은 165분으로 평균(50분)보다 3배 이상 많은 특징이 있다. 따라서 유형 5를 "스포츠중심형"으로 명명하였다. 전체 분석대상자 중 14.0%가 이 유형에 속한다.

<표 4>는 5개의 여가참여유형이 활동별로 차이가 있는지를 살펴보기 위해 ANOVA분석 및 Duncan의 사후검증을 실시한 결과이다. 교제활동시간은 일반형과 여가부족형은 서로 차이를 보이지 않았고, 이들 두 유형과 종교중심형, 스포츠중심형, 미디어중심형은 서로 차이를 보였다. 미디어관련활동과 스포츠활동시간은 다섯 유형 모두에서 차이를 보였다. 종교활동의 경우 일반형은 여가부족형과 집단간 차이를 보이지 않았고, 스포츠중심형 및 미디어중심형과도 집단간 차이를 보이지 않았으며, 스포츠중심형은 미디어중심형과 서로 차이를 보이지 않았으나 이들 두 유형과 여가부족형, 종교중심형은 서로 차이를 보였다. 휴식활동의 경우에는 스포츠중심형과 종교중심형 사이에는 집단간 차이를 보이지 않았고, 이들 두 유형과 여가부족형, 미디어중심형과도 서로 차이를 보이지 않았으나 일반형, 여가부족형, 미디어중심형은 서로 차이를 나타내었다. 마지막으로 총여가시간은 종교중심형과 스포츠중심형 사이에는 집단간 차이를 보이지 않았으나 이들 두 유형과 미디어중심형, 일반형, 여가부족형은 서로 차이를 나타내었다.

2. 노인의 여가참여 유형 영향변인

노인의 여가참여 유형의 영향변인을 살펴보기 위해 일반형을 기준집단으로 인구사회학적 특성을 독립변수로 하는 다항로지스틱 회귀분석을 실시한 결과는 <표 5>와 같다. 독립변수에 포함된 변수는 성별, 연령, 학력, 취업여부, 개인 월평균 소득, 배우자 유무, 건강상태이다.

먼저 일반형에 비해 여가부족형에 속할 가능

〈표 5〉 노인의 여가참여 유형 영향변인

구분		여가부족형		종교중심형		미디어중심형		스포츠중심형	
		B	S.E.	B	S.E.	B	S.E.	B	S.E.
상수		1.878***	.459	-3.240***	.739	-1.592**	.477	.155	.558
성별(기준: 여)	남자	-.689***	.083	-1.107***	.154	1.007***	.087	.889***	.097
연령(연속변수)		-.035***	.006	.008	.009	.018**	.006	-.032***	.007
학력(연속변수)		.012	.008	.102***	.013	.021*	.009	.046***	.010
취업여부(기준: 비취업)	취업	1.212***	.082	-.049	.163	-.917***	.121	-.807***	.121
ln(개인 평균소득)(연속변수)		.052*	.021	.022	.032	-.011	.022	.021	.025
배우자 유무(기준: 무)	유	.217**	.075	-.459***	.125	-.183*	.083	.063	.095
건강상태(연속변수)		.100**	.037	.283***	.062	-.157***	.041	.239***	.047
-2 log likelihood		1.559E3							
Chi-Square		1.831E3							

주. 종속변수의 준거집단은 "일반형"임.

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

성에는 학력을 제외한 성별, 연령, 취업여부, 개인 월평균소득, 배우자 유무, 건강상태가 영향을 미쳤다. 남자보다는 여자가 여가부족형일 가능성이 큰 것으로 나타났으며, 연령이 적을수록, 비취업자보다 취업한 집단, 개인 월평균소득이 많을수록, 유배우자가 무배우자보다, 건강상태가 좋을수록 여가부족형일 가능성이 유의미하게 높았다.

일반형과 비교하여 종교중심형에 속할 가능성은 성별, 학력, 배우자 유무, 건강상태의 영향을 받은데 비해 연령, 취업여부, 개인 월평균소득의 영향을 받지 않았다. 남자보다 여자, 학력이 높을수록, 무배우자와 건강상태가 좋을수록 종교중심형일 확률이 높게 나타났다.

준거집단인 일반형에 비하여 미디어중심형에 속할 가능성에는 개인 월평균소득을 제외한 성별, 연령, 취업여부, 배우자 유무, 건강상태가 영향을 미치는 것으로 나타났다. 남자가 여자보다 미디어중심형일 가능성이 높았으며 연령이 많을수록, 취업자보다 비취업자, 배우자가 없으며 건강상태가 나쁠수록 미디어중심형일 가능성이 유의미하게 높은 것으로 나타났다.

마지막으로 일반형에 비해 스포츠중심형이 될 확률에 영향을 미치는 요인은 성별, 연령, 학력, 취업여부, 건강상태가 영향을 미치는 요인으로 나타났다. 성별의 경우 여성보다 남성이 스포츠중심형에 속할 확률이 유의미하게 높았고, 연령이 적을수록, 학력이 높을수록, 건강상태가 좋을수록 스포츠중심형에 속할 가능성이 높았다.

노인의 여가참여 유형 영향변인 중 성별과 건강상태는 네 유형 모두에 영향을 미치는 요인으로 밝혀졌다. 즉 남성노인은 일반형에 비해 미디어중심형과 스포츠중심형에 속할 가능성이 유의미하게 높았고, 여성노인은 교제중심형과 종교중심형에 속할 가능성이 높았다. 건강상태가 좋을수록 여가부족형, 종교중심형, 스포츠중심형일 가능성이 높은데 비해 건강상태가 나쁠수록 미디어중심형일 가능성이 높은 것을 알 수 있다.

3. 노인의 여가참여유형에 따른 생활만족도의 차이

노인의 여가참여유형별 생활만족도의 차이를 살펴보기 위해 일원분산분석 및 Duncan의 사후검증을 분석한 결과 <표 6>과 같이 여가참여유형에 따라 생활만족도에 차이가 있었다. 종교중심형(3.28)의 생활만족도가 가장 높고, 다음으로 높은 유형은 스포츠중심형(3.07)과 여가부족형(3.02)이며, 일반형(2.92)이 그 다음이고, 미디어중심형(2.82)의 생활만족도가 가장 낮았다. Duncan의 사후분석 결과 여가부족형과 스포츠중심형은 서로 차이를 보이지 않았고, 이들 두 유형과 종교중심형, 일반형, 미디어중심형은 서로 통계적으로 유의한 차이를 보였다.

〈표 6〉 노인의 여가참여 유형별 생활만족도

	일반형	여가부족형	종교중심형	미디어중심형	스포츠중심형	F
생활만족도	2.92c+	3.02b+	3.28a+	2.82d+	3.07b+	29.146***

***p<.001
+Duncan's Multiple Range Test

Ⅴ. 결론 및 제언

본 연구는 통계청의 2014년 생활시간조사 원자료 중 65세 이상 비농가 노인을 대상으로 교제, 미디어, 종교, 스포츠, 휴식 활동시간의 다섯 차원을 기준으로 여가참여를 유형화한 후 유형의 영향변인을 파악하고, 유형별 생활만족도의 차이를 분석한 결과 다음과 같은 결과를 얻었다.

첫째, 노인의 여가참여유형은 일반형, 여가부족형, 종교중심형, 미디어중심형, 스포츠중심형의 다섯 가지로 분류된다. 노인의 여가참여유형 중 여가부족형(31.6%)이 가장 많은 분포를 보이고, 다음으로 많은 유형은 일반형(28.5%)이며, 미디어

중심형(19.8%), 스포츠중심형(14.0%), 종교중심형(6.1%) 순으로 나타난다.

둘째, 일반형을 기준으로 다른 유형에 속할 가능성에 영향을 미치는 변수를 보면 여가부족형에 속할 가능성에는 성별, 연령, 취업여부, 개인 월평균소득, 배우자 유무, 건강상태가 영향을 미친다. 일반형과 비교하여 종교중심형에 속할 가능성은 성별, 학력, 배우자 유무, 건강상태의 영향을 받고, 미디어중심형에 속할 가능성에는 성별, 연령, 학력, 취업여부, 배우자 유무, 건강상태가, 스포츠중심형에는 성별, 연령, 학력, 취업여부, 건강상태가 영향을 미치는 요인이다. 성별과 건강상태는 노인의 여가참여유형의 대표적인 영향변인이다.

셋째, 여가참여유형에 따라 생활만족도는 차이가 있다. 종교중심형의 생활만족도가 가장 높고, 다음으로 높은 유형은 스포츠중심형과 여가부족형이며, 일반형이 그 다음이고, 미디어중심형의 생활만족도가 가장 낮다.

이상의 연구결과를 토대로 논의 및 제언을 하면 다음과 같다.

첫째, 전체 분석대상 중 20%가 생활만족도가 가장 낮은 미디어중심형에 속하는데 80대 이상의 비취업 남성 집단과 배우자가 없으며 건강상태가 낮은 집단이 이 유형에 속할 가능성이 높다. 이 유형은 평균적으로 전체여가시간 중 80%이상을 미디어 이용에 소비하고 있는 점을 고려해 볼 때 미디어 이용 이외의 여가활동참여가 극히 제한적임을 알 수 있다. 또한 무배우자와 건강상태가 낮을수록 미디어중심형에 속할 가능성이 큰 점과 관련해서 보면 노인의 경우 배우자와의 사별은 노인에게 우울을 유발시키는 가장 큰 요인이고, 배우자가 없는 노인은 배우자가 있는 노인에 비해 외로움, 고립감, 경제적 어려움을 더 느낄 수 있다는 점에서 정신건강에 부정적인 영향을 미칠 수 있는데 이러한 영향은 여자노인보다 남자노인에게 더 큰 것으로 밝혀졌다(박형수, 정미화, 유진호, 2012). 박순미(2011)의 연구에서도 노인의 건강상태가 생활만족도에 유의미한 영향을 미치고, 주관적 건강상태와 삶의 만족도 사이의 관계에서 사회활동 참여가 유의미한 매개효과가 있는 것으로 나타난 기존결과를 토대로 볼 때 무배우자 남성의 경우 배우자 상실과 낮은 건강상태는 우울, 무료감 등에 영향을 미칠 수 있고, 낮은 건강상태는 미디어와 관련된 소극적인 여가활동참여의 한정된 여가생활로 이어져 생활만족도에 영향을 미친 것으로 사료된다.

최근 우리사회에서도 고령화가 급속히 진행되면서 노년기를 활기차고 건강하게 보낼 수 있도록 지원하는 정책들이 개발되고 있는데 노인의 여가를 지원하는 정책이 단순히 여가참여의 활성화 방안에 초점이 맞추어지기보다 노인의 인구사회학적 특성에 맞춘 세분화된 정책적 방안이 필요하다. 동일한 노인이라도 노인의 전기(65~74세)와 후기(75세 이상)를 구분하거나 배우자가 있는 집단과 없는 집단을 구분하는 등 노인의 구체적인 상황에 맞춘 여가지원책이 마련되어야 할 것이다. 또한 건강상태에 따라 여가활동 참여의 종류 및 소요시간이 상이할 수 있기 때문에 노인의 건강상태에 맞춘 여가지원 정책이 필요하다. 특히 거동이 불편한 고령 노인들의 경우, 자신에게 적합한 여가를 개발하거나 참여하는데 한계가 있다. 거동불편 노인을 위한 재활 레크리에이션 체조 프로그램을 개발하여 적용하는 것이 이들의 여가생활과 생활만족도를 증진시킬 수 있다(이필영, 2012)고 할 때 노인의 건강상태를 세분화하여 노인의 여가활동을 위한 지원과 함께 건강을 위한 재활 프로그램 적용을 복합한 교육 등 구체적이고 전문적인 프로그램의 개발과 실행이 필요하다. 여러 가지 점에서 여가취약계층이라고 할 수 있는 미디어중심형을 대상으로 이들이 여가시간의 8할 이상을 미디어 이용에만 한정하지 않도록 방문프로그램 등을 개발하여 이들의 여가생활이 다양성과 적극성을 강화할 수 있도록 지

원해야 할 것이다.

둘째, 여가참여유형에 따라 생활만족도의 차이가 밝혀진 본 연구결과를 통해 여가활동의 선택이 중요함을 알 수 있다. 노인의 여가참여 유형 중 종교중심형(6.1%)이 차지하는 비율은 낮으나 이들 집단의 생활만족도가 가장 높은 점은 노인에 있어서 종교활동의 중요성을 확인할 수 있다. 이러한 결과는 노인의 종교활동은 정보적 지지, 정서적 지지에 도움을 주고, 정신건강에 정적 영향을 미치며 생활만족도 및 삶의 만족도에 긍정적 영향을 미친다고 밝힌 선행연구결과(김철진, 2011; 김사랑, 2012; 송병숙, 2012; 조영주, 2013)와 일맥상통한다. 또한 홍현방(2002), 윤정원과 엄기욱(2015)은 종교는 노인의 성공적 노화에 긍정적 영향을 미치는데, 이는 나이가 들수록 어려운 상황에 부딪혔을 때 가족이나 친구에게 의지하기보다 종교적 신념을 더 많이 사용하는 것과 종교유무는 노인의 성공적 노화수준과 사회적 관계망에 영향을 미치는 점과 관련해 볼 때, 종교참여는 종교단체 집단구성원과의 상호작용을 하는 토대가 되기 때문에 사회적 관계망의 확대와 더불어 다양한 정보 및 정서적 지지, 전반적인 생활만족도에 긍정적 영향을 미치는 것으로 사료된다.

따라서 종교단체와 지역사회단체 및 노인복지관들이 연계하여 노인의 여가와 관련된 교육 및 활동프로그램을 개발하고 시행할 필요성이 크다. 종교단체에서 노인의 여가교육 및 프로그램을 개발, 시행할 때에는 종교적 믿음에만 초점을 맞추기보다 일반 노인에게 여가경험을 제공해주고 노인이 자발적으로 종교를 갖게 하는 기회를 제공한다면 노인의 생활의 질 향상에 큰 역할을 하게 될 것이다.

셋째, 전체 분석대상 중 약 1/3(31.6%)이 여가부족형인 점이다. 이 유형의 평균여가시간은 235분으로 노인 평균여가시간(402분)의 58.4%로 일평균 4시간이 되지 못한다. 일반형에 비교할 때 남성보다는 여성이, 연령이 적을수록, 비취업자보다 취업자가, 개인 월평균소득이 많을수록, 무배우자보다 유배우자가, 건강상태가 좋을수록 여가부족형에 속할 가능성이 높다는 점에서 이들은 취업노동이나 가사노동 때문에 여가시간이 적은 것을 알 수 있다. 노인의 시간배분유형에 따른 생활만족도의 차이를 비교한 연구(김외숙, 2015)에서 취업노동을 하는 유형의 생활만족도가 전반적으로 높고 본 연구결과에서도 이 유형의 생활만족도가 종교중심형보다는 낮지만 일반형과 미디어중심형보다는 높은 점에서 노인의 일이 사회적으로 소속감과 경제적 안정 등에 긍정적 영향을 미친 결과 생활만족도에도 긍정적으로 연결될 수 있음을 추론할 수 있다. 다만 다수의 노인들이 장시간 근로시간 및 낮은 임금 등의 열악한 노동환경에 시달리고 있는(윤민석, 2015) 현실을 고려할 때 노인의 일-생활 균형을 담보할 수 있는 노동정책이 필요함을 알 수 있다. 노인의 경우 여가시간의 양 자체가 생활만족도에 긍정적인 영향을 미친다고 할 수는 없으나 여가시간의 부족은 생활만족도에 부정적인 영향을 미칠 수 있다는 점에서 적정수준의 여가시간 확보가 긴요하다. OECD 회원국 중 멕시코 다음으로 긴 노동시간을 보이는(2014년 기준) 우리사회의 장시간노동문제가 노인세대에도 그대로 나타나고 있다는 점에서 우리 사회 전반에 걸친 노동시간단축이 급선무라고 할 수 있다. 노동시간 감소를 통한 적정여가시간의 확보는 장기적으로 볼 때 노인관련 복지비용을 저하시키고 성공적인 노화를 촉진하는 효과를 거둘 수 있다.

넷째, 인구사회학적 변수 중 성별과 건강상태가 여가참여유형에 영향을 미치는 중요한 요인으로 밝혀진 점이다. 여가활동참여에 있어서 성별에 따른 차이는 이윤희 외(2012)의 연구에서 여자노인은 교제와 종교활동에, 남자노인은 미디어 이용과 스포츠 및 레저활동 참여시간이 많은 것으로 나타났고, 임창희와 한수진(2008)은 남성노

인의 경우 소일활동을 많이 참여하는데 비해 여성노인의 경우에는 가족중심적 여가활동을 많이 참여한다고 보고하였으며, 황남희(2014)의 연구에서 남성은 여가활동 유형 중 운동참여형에 속할 가능성이 큰 것으로 밝힌 선행연구결과와 같은 맥락에서 이해될 수 있다.

건강상태는 여가활동참여를 통해서뿐만 아니라 다양한 활동에 대한 참여에 직접 영향을 미치고 생활만족도를 결정하는 중요한 요인(박순미, 2011; Blace, 2012)인데 정유리와 이신숙(2013)은 건강정도는 여가활동참여에 차이를 보여 대부분의 노인들이 건강하다고 생각할수록 오락사교활동, 가족중심활동, 종교·사회·봉사활동, 자기개발활동에 참여하는 정도가 높아 건강정도와 여가활동별 참여정도는 관련성이 높다고 보고하였다. 만성질환이 있는 경우와 일상활동에 제한이 있는 변수를 측정도구로 사용한 황남희(2014)는 만성질환이 있는 경우와 일상활동에 제한이 있는 경우 운동참여형에 속할 가능성이 감소하였고, 일상활동에 제한이 있는 경우 여가활동부족형에 속할 가능성이 10.5% 증가한다고 밝힌 기존결과를 지지한다. 노인의 건강은 여가활동의 폭을 넓게 해주고 여가활동참여를 용이하게 해주는 중요한 변인으로 건강상태가 나쁜 경우 집밖의 다양한 활동보다 미디어와 관련된 활동에 참여할 가능성이 높다고 해석할 수 있다.

따라서 다양한 요인들이 노인의 여가활동참여에 영향을 미치는데 특히 성별과 건강상태가 중요한 요인이라는 점에서 노인의 여가교육 및 활동프로그램의 개발과 실행에서 이들 요인을 특별히 고려할 필요가 있다. 또한 여가활동참여에서 사회적 지지와 자기효능감이 중요한 역할을 수행하는 점에서(Orsega-Smith, Payne, Mowen, Ho, & Godbey, 2007; Peterson, Lowe, Peterson, Nothwehr, Janz, & Lobas, 2008) 건강하지 못한 노인을 대상으로 이들의 여가활동참여를 지지하는 사회관계망을 강화하고 자기효능감을 강화할 수 있는 방안이 필요하다고 할 수 있다. 노인의 건강상태에 따른 운동강도와 빈도를 고려하여 개인에게 맞는 여가활동참여를 지원하는 여가전문가를 배치하거나 노인 스스로 자신에게 맞는 여가활동 종류를 선택하여 참여하는 여가역량을 키울 수 있도록 지원하는 여가교육이 그러한 방안 중의 하나가 될 것이다. 특히 노인의 여가활동참여를 지원하는 여가전문가 배치에 있어서는 그 수와 질에도 관심을 기울여야 한다. 노인 개인에게 맞춤형 여가활동참여를 지원하고 관리하기 위해서는 여가전문가의 수를 늘릴 뿐 아니라 여가전문가가 전문성을 갖추고 효과적으로 이들의 여가생활을 지원할 수 있도록 여가전문가 질에 대한 지속적인 교육과 관리가 이루어져야 할 것이다.

본 연구는 최근 통계청에서 실시한 2014년 생활시간조사 원자료를 활용하여 65세 이상 비농가노인이 다양한 여가활동 중 어떠한 여가활동에 어느 정도 시간을 배분하는지를 기준으로 여가참여를 유형화한 후 유형별 영향변인을 파악하고, 유형에 따른 생활만족도의 차이를 분석함으로써 노인의 여가생활에 대한 이해를 심화시키고 이들의 여가생활을 향상시키기 위한 여가정책 개발과 여가교육 및 프로그램 개발에 대해 논의한 점에 의의가 있다. 차후의 연구에서는 여가참여에 영향을 미치는 성별, 건강상태 등 인구사회학적 요인에 따라 분석대상을 세분화한 연구가 필요하다고 본다. 또한 본 연구는 비농가노인만을 분석대상으로 국한하여 농가노인의 여가참여 유형 및 유형에 따른 차이를 파악하지 못한 제한점이 있는데 농촌의 경우 고령인구 비율이 높은 점을 고려할 때 농가노인을 대상으로 한 여가참여유형의 연구가 요청된다. 앞으로 여가참여유형이 생활만족도에 미치는 영향에 대한 연구가 노인뿐 아니라 다양한 인구집단을 대상으로 심층적으로 이루어지기를 기대한다.

【참 고 문 헌】

1) 김사랑(2012). 노인의 종교유무 및 종교활동에 따른 정신건강의 차이 : 희망, 감사, 죽음불안, 우울감을 중심으로. 한서대학교 석사학위논문.
2) 김성연・박미석(2000). 도시노인의 여가생활 만족도에 관한 연구. 한국가정관리학회지, 12(2), 90-105.
3) 김영길(2008). 노인의 여가활동과 생활만족도가 자아존중감에 미치는 영향. 동서간호학연구지, 14(1), 44-55.
4) 김애련・한내창(1997). 노인의 여가활동 유형과 여가활동이 생애만족도에 미치는 효과에 관한 연구. 대한가정학회지, 35(6), 275-288.
5) 김외숙(2015). 노인의 시간배분 유형에 따른 시간사용만족도의 차이. 한국가족자원경영학회지, 19(1), 163-180.
6) 김외숙(2016). 여가관리. 서울 : 방송대출판부.
7) 김외숙・박은정(2012). 기혼취업자의 여가제약유형에 따른 여가활동참여의 차이. 한국가족자원경영학회지, 17(1), 241-263.
8) 김은경・김응렬(2002). 노인의 생활시간 구조분석. 한국학연구, 17, 145-175.
9) 김정옥・엄인숙(2007). 노인의 여가유형과 사회적 지지가 우울에 미치는 영향. 대한가정학회지, 45(4), 29-42.
10) 김철진(2011). 종교생활의 효과가 노인생활 만족도에 미치는 영향. 한국자치행정학보, 25(1), 281-301.
11) 박경란・이영숙(2007). 노인의 여가활동참여 결정요인에 관한 연구. 한국생활과학회지, 16(3), 465-477.
12) 박미석・이유리(2003). 한국 노인의 여가활동시간에 관한 연구. 한국가정관리학회지, 21(1), 37-48.
13) 박순미(2011). 노인의 건강상태가 삶의 만족도에 미치는 영향: 사회참여와 경제활동의 매개효과와 조절효과를 중심으로. 노인복지연구, 53, 305-332.
14) 박형수・정미화・유진호(2012). 우리나라 노인의 배우자 유무와 우울과의 관련성. 한국전자통신학회논문지, 7(5), 1181-1187.
15) 방흥복(2005). 도시노인의 여가관련 요인과 여가활동 참여와의 관계. 경기대학교 사회복지대학원 석사학위논문.
16) 백경숙・권용신(2007). 노년기 경제활동과 여가활동 유형에 따른 심리적 복지감 연구. 노인복지연구, 35, 87-106.
17) 송병숙(2012). 노인의 종교활동, 삶의 만족도 및 죽음불안과의 관계. 대구가톨릭대학교 보건의료과학대학원 석사학위논문.
18) 신상식(2011). 노년기 여가활동과 사회자본이 삶의 만족도에 미치는 영향. 호서대학교 박사학위논문.
19) 이갑숙・임왕규(2012). 노인의 여가활동과 사회적 지지가 심리적 복지감에 미치는 영향. 한국콘텐츠학회논문지, 12(10), 291-306.
20) 이봉진・홍상욱(2012). 노인의 여가활동이 자아존중감과 생활만족도에 미치는 영향. 동북아관광연구, 8(2), 139-156.
21) 이신숙(2011). 은퇴한 노인의 생활시간 사용에 관한 연구. 한국생활과학회지, 20(2), 311-325.
22) 이순형・성미애(2012). 인간발달. 서울 : 방송대출판부.
23) 이영숙・박경란(2009). 노인의 여가제약, 여가활동참여와 생활만족도의 관계 분석. 한국생활과학회지, 18(1), 1-12.
24) 이윤정・정순희(2004). 노인의 여가생활시간 소비패턴분석. 한국가족자원경영학회지, 8(1), 101-116.
25) 이윤희・배연정・이지민・이정재・서교(2012). 생활시간 분석을 통한 고령 농가의 정주활동 구조 연구. 농촌계획, 18(4), 91-101.
26) 이필영(2012). 거동불편 노인을 위한 재활레크리에이션체조 프로그램 개발 및 적용효

과 검증. 한국운동재활학회지, 8(1), 27-36.
27) 임창희・한수진(2008). 배우자 유무에 따른 노인의 여가활동 및 생활만족도에 관한 연구. 한국가족자원경영학회지, 12(3), 23-43.
28) 윤민석(2015). 서울시 일하는 노인 근로특성과 정책과제 연구보고서. 서울연구원.
29) 윤정원・엄기욱(2015). 여성노인의 긍정적 사회관계망 기능이 사회적 관계망 접촉빈도와 성공적 노화 관계에 미치는 조절효과 연구. 노인복지연구, 69, 171-192.
30) 정유리・이신숙(2013). 노년기 여가활동 활성화 교육을 위한 기초 연구 : 노인의 여가활동과 생활만족도간의 관계를 중심으로. 한국가정교육학회지, 25(2), 49-63.
31) 지현진(2012). 2009생활시간조사자료를 근거로 한 노년층의 여가프로파일. 한국노년학, 32(3), 675-687.
32) 조영주(2013). 성별에 따른 지지체로서 종교와 노인의 우울 간의 관계. 교회사회사업, 23, 43-73.
33) 채화영・김주희・이기영(2011). 중・고령자의 생활시간 유형화 연구. 한국가족자원경영학회지, 15(2), 129-146.
34) 최인석(2002). 청주시 노인의 여가활동 실태 및 활성화 방안. 청주대학교 석사학위논문.
35) 황남희(2014). 한국 노년층의 여가활동 유형화 및 영향요인 분석. 보건사회연구, 34(2), 37-69.
36) 홍성희(1998). 노인의 여가활동참여와 여가만족이 생활만족에 미치는 영향. 한국가정관리학회지, 16(1), 107-123.
37) 홍성희・김성희(1997). 노인의 여가태도 및 여가제약유형에 따른 여가활동 참여도. 한국가정관리학회지, 15(4), 253-267.
38) 홍성희・송정선(1997). 노인의 여가활동이 생활만족도에 미치는 영향. 계명대학교생활과학연구소 과학논집, 23, 25-44.
39) 홍현방(2002). 성공적인 노화와 노인의 종교성 관계연구. 한국노년학, 22(3), 245-259.
40) Blace, N. P.(2012). Functional ability, participation in activities and life satisfaction of the older people. Asian Social Science, 8(3), 75-86.
41) Cheung, M. C., Ting, W., Chan, L. Y., Ho, K. S. & Chan, W. M.(2009). Leisure participation and health-related quality of life of com munity- dwelling elders in Hong Kong. Asian Journal Gerontol Geriatr, 4, 15-23.
42) Knapp, M. R. J.(1976). Predicting the dimen sions of life satisfaction. Journal of Gerontol ogy, 31(5), 595-604.
43) Leitner, M. J. & Leitner, S. F.(2012). Leisure in later life (4th ed.). Champaign, IL : Sagamore Publishing.
44) Neugarten, B. L., Havighurst, R. J. & Tobin, S. S.(1961). The measurement of life satisfa ction, Journal of Gerontology, 16, 134-143.
45) Nimrod, G.(2007). Retirees' leisure : Activ ities, benefits, and their contribution to life satisfaction. Leisure Studies, 26(1), 65-80.
46) Orsega-Smith, E. M., Payne, L. L., Mowen, A. J., Ho, C. & Godbey, G. C.(2007). The role of social support and self-efficacy in sh aping the leisure time physical activity of older adults. Journal of Leisure Research, 39(4), 705-727.
47) Peterson, J. J., Lowe, J. B., Peterson, N. A., Nothwehr, F. K., Janz, K. F. & Lobas, J. G. (2008). Paths to leisure physical activity am ong adults with intellectual disabilities : Se lf-efficacy and social support. American Jo urnal of Health Promotion, 23(1), 35-42.
48) Ra, J., An, S. & Rhee, K.(2013). The relati onship between psychosocial effect and life satisfaction of the Korean Elderly : Moderat

ing and mediating effects of leisure activity. Journal of Arts & Humanities, 2(11), 21-35.
49) Silverstein, M. & Parker, M. G.(2009). Leisure activities and quality of life among the oldest old in Sweden. Research on Aging, 528-547.
50) Witcher, C. S., Holt, N. L., Spence, J. C. & Cousins, S. O.(2007). A case study of physical activity among older adults in rural Newfoundland, Canada. Journal of Aging and Physical Activity, 15(2), 166-183.

■ 투 고 일 : 2015년 12월 30일
■ 심 사 일 : 2016년 1월 29일
■ 게재확정일 : 2016년 2월 22일