

The relationship among Senior Dance participants' Fun, Leisure Constraints Negotiation and Intention to Continue Exercise of The Oldest Old

Moon-Sook Lee*

*Instructor, Dept. of Sports Science, Chungnam National University, Daejeon, Korea

[Abstract]

The purpose of this study was to examine the relationship among senior dance participants' fun, leisure constraints negotiation and intention to continue exercise of the oldest old. The questionnaires were analyzed 103 of the oldest old in D-city. The measurement tools used were fun, leisure constraints negotiation and intention to continue exercise. Amos 26.0 and SPSS WIN VER 26.0 program were used to analyze the data with correlation analysis, reliability analysis and structural equation model. the results of this study, First, it was showed that the fun of the oldest's old participation in senior dance had a significant effect on the intention to continue exercise. Second, it was showed that the fun of the oldest's old participation in senior dance had a significant effect on the leisure constraints negotiation. Third, it was showed that the leisure constraints negotiation of the oldest's old participation in senior dance had a significant effect on the intention to continue exercise. Fourth, it was showed that the leisure constraints negotiation of the oldest's old participation in senior dance had a partial mediation effect between fun and intention to continue exercise.

▶ **Key words:** Oldest old, Senior dance, Fun, Leisure constraints negotiation, Intention to continue exercise

[요 약]

본 연구는 실버댄스 참가에 따른 초고령 노인의 재미와 여가제약협상 및 운동지속의지 간의 구조적 관계를 검증하고자 하였으며, 여가제약협상의 매개효과를 분석하는데 있다. 현재 D시의 노인건강증진 댄스 프로그램에 참가하는 초고령 노인을 연구대상으로 선정하였다. 측정도구는 재미, 여가제약협상, 운동지속의지로 최종 103부의 설문지를 SPSS WIN VER 24.0과 Amos 26.0 프로그램을 이용하여 신뢰도, 상관관계, 확인적 요인분석 및 구조방정식모델 적용하고, 매개효과는 부트스트래핑 방법을 실시하였다. 연구결과 첫째, 첫째, 재미는 운동지속의지에 긍정적인 효과를 미치는 것으로 나타났다. 둘째, 재미는 여가제약협상에 긍정적인 효과를 미치는 것으로 나타났다. 셋째, 여가제약협상은 운동지속의지에 긍정적인 효과를 미치는 것으로 나타났다. 넷째, 재미와 운동지속의지의 관계에서 여가제약협상이 부분매개 역할을 하는 것으로 확인되었다.

▶ **주제어:** 초고령 노인, 실버댄스, 재미, 여가제약협상, 운동지속의지

- First Author: Moon-Sook Lee, Corresponding Author: Moon-Sook Lee
- *Moon-Sook Lee (fesaikho@hanmail.net), Dept. of Sports Science, Chungnam National University
- Received: 2024. 05. 08, Revised: 2024. 05. 16, Accepted: 2024. 05. 28.

I. Introduction

2024년 현재 한국은 80대 이상 노인 비중이 4.6%다. 기준을 65세 이상 '고령인구'로 늘리면 19.2%이며 2035년 쯤 국내 고령인구 비율이 30%를 넘길 것으로 추산했다[1].

이렇듯 한국의 전반적인 인구구조에 따른 고령화 현상 중에서 80세 이상 노인 인구의 증가는 '초고령 노인'이라고 하는 새로운 인구집단이 출현하였음을 확인할 수 있는 대목이다[2]. 이러한 노년기의 확장으로 노년기를 둘 또는 세 시기로 세분화하는 필요성이 제기되었으며 이러한 움직임을 반영한 노년기 관련 연구가 활발히 수행되고 있다[3]. 이와 같이 노인을 연령에 따라 집단으로 구분한 이유는 집단마다 거주 환경과 건강상태 및 교육 수준과 경제적 수준이 다르기 때문에 하나의 집단이 아닌 구분을 통하여 연구를 수행함이 적합하다고 주장하고 있다[4].

특히, 초고령 노년기에게서 나타나는 가장 큰 특징은 움직임과 같은 신체적 기능 면에서 연소 노인(65~79)과 비교했을 때 급격한 노쇠상태가 된다[5]. 이러한 신체적 건강문제가 발생하면 일상생활로부터 기능상의 제약을 겪게 되고, 우울 및 불안 등 정서적 건강의 어려움, 치매와 같은 인지기능상의 장애 등 많은 영역에서 취약성과 관련되며 결국 전반적인 삶의 질에 부정적인 영향을 미쳐 성공적인 노화로 발전하는 것이 어려워진다[6].

일찍이 외국에서는 노인문제를 해결하기 위한 방안으로 생활체육 참가를 적극적으로 활용해야 한다는 연구가 많이 이루어졌는데[7], 우리나라에서도 노인들의 복지 및 심리적, 신체적 건강을 도모하기 위한 생활체육 프로그램 및 공간 확대 등의 포괄적인 시스템을 구축하여 접근하고 있으며, 이러한 노인 생활체육 활성화 노력으로 인해 실제로 생활체육에 참여하는 노인들이 증가하고 있다.

그러나 현재 진행되고 있는 노인을 위한 다수의 신체활동 프로그램 참여는 건강상태가 양호한 60-70대 연령층이 대부분이고 초고령 노인 즉, 80대 이상의 노인성 질환을 앓고 있거나 신체활동에 제약을 가진 허약한 노인을 위한 개별적 프로그램이 적절히 적용되지 못해 많은 중도 포기를 하는 문제가 제기되고 있다[8].

결국, 이러한 결과는 노인들이 신체활동에 대한 중요성은 인식하고 있지만 스스로 신체능력을 낮게 평가하여 운동을 할 수 없다고 판단하면서 여가생활이 무의미해지고[9], 생활체육 프로그램에 참가했다 하더라도 신체능력의 한계와 인지능력의 문제로 재미를 느끼지 못하고 중도에 포기함으로써 지속적인 참가가 이루어지지 못하는 실정이기 때문에 이러한 문제를 해결하기 위해 그 원인을 찾아야

만 한다고 강조하고 있다[10]. 초고령 노인에게 적합한 프로그램을 적용하려는 이러한 일련의 노력을 통해 건강에 대한 인식 개선과 유익한 생활양식의 행동변화를 유도할 수 있다고 강조하였다[11].

II. Theoretical Background

1. Related works

노인을 위한 생활체육 프로그램은 재미거리를 제공하여 지속적 참여를 유도하기 위해 노력하고 있는데[12], 이는 여가활동 참가시에 재미를 경험하지 못하면 중도에 포기할 가능성이 높기 때문이다[13].

재미는 스포츠 참여 등 신체활동에 있어 매우 중요한 요인으로 작용하며, 다양한 체험에서 발생하는 구체적이고 내재적 동기의 감정으로써 자발적이고 지속적인 참여에 큰 영향을 미치는 흥미나 즐거움, 행복감과 같은 긍정적 정서 반응이다[14]. 따라서 스포츠 활동에 지속적으로 참여하거나, 이와는 역으로 참여를 중지하게 되는 중요한 이유 중의 하나는 재미와 즐거움일 것이다.

스포츠 종목의 다양성, 문화적 배경의 차이, 상이한 참여수준과 상관없이 재미와 즐거움은 스포츠에 참여하게 되는 가장 중요한 원인이며, 재미를 느끼지 못한다면 스포츠 참가 중도 포기에 영향을 미친다[14]. 이와는 달리, 재미를 가지게 되면 스포츠 활동 참여 과정에서 발생할 수 있는 어떠한 제약이 있더라도 극복하여 참여를 가능케 하는 긍정적인 요인이며, 스포츠 활동을 즐기고 지속적으로 참여토록 하는 근간이 된다[16].

따라서 운동을 수행하는 중에 그 과정들을 재미라는 긍정적인 요인으로 느낀다면 자아실현, 그리고 여가제약 극복의지 및 여가만족 등을 경험할 수 있으며[17], 운동에 대한 지속적인 참여를 이끌어 내어 긍정적인 결과를 얻게 된다고 하였다[18].

재미와 즐거움과 같은 내재적 동기가 높은 사람들은 스포츠 활동 참여 제약을 낮게 인지하고 설령 여가활동 참가 제약에 직면한다 해도 쉽게 극복할 수 있으며, 여가스포츠 활동에 지속적으로 참여할 행동의지가 높다고 하였으며[19], 여가제약은 여가활동 참여를 제한하지만 여가활동 참여에 대한 재미와 강한 욕구는 여가제약도 불구하고 그 활동에 대한 지속적 참여가 이루어질 것이라 하였다[20].

이와 같이 여가활동에 있어 따르게 되는 제약에 대해 극복하고자 하는 의지를 여가제약협상이라고 하였으며[21], 여가제약이 존재한다고 할지라도 여가참여를 촉진시킬 수

있는 행동적, 인지적 전략을 사용하는 개인의 노력이라고 하였다[22]. 여가제약을 극복하지 못하는 사람은 여가활동을 중단하거나 다른 활동으로 전환하지만, 여가제약을 잘 극복하는 사람은 여가활동을 지속한다고 하였다[23]. 다시 말해서 여가의 제약을 극복하는 것은 참여라는 행동과 그 행동을 지속하고자 하는 의도에 긍정적인 영향을 미친다고 할 수 있다. 그러나 이러한 제약과 제약협상이 모든 여가 참여자들에게 일정한 수준으로 인지되는 것은 아니다.

참가자들의 개인적 특성에 따라서 여가에 대한 제약수준이 낮거나 높게 인지될 수 있고, 이러한 여가제약을 극복하려는 노력도 강하거나 약하게 나타날 수 있다. 그러므로 여가참여자인 초고령 노인들의 제약과 참여지속의 관계를 살펴보기 위해서는, 초고령 노인의 특성을 나타내는 다양한 요인들을 먼저 살펴봐야 한다. 그 중 여가제약을 약화시키고 협상을 강화시키는데 유의한 영향을 미치는 요인을 도출하고, 운동지속의도와와의 관계를 검증할 필요가 있다.

2. The value of silver dance for the oldest old

초고령 노인의 실버댄스 참가는 웰빙추구성향 속에 여가선용 뿐만 아니라 건강유지와 체력관리의 측면에서 그 중요성이 부각되고 있다[24]. 실버댄스는 다양한 동작과 음악과의 일체감, 몰입을 통한 극적인 재미를 경험함으로써 자신감, 자아존중감 등이 높아지고[25], 다양한 음악과 신체 움직임을 통해 자기표현의 기회를 가질 수 있으며, 지속적인 두뇌와 근육 사용으로 신체 만족과 즐거움을 가질 수 있다[26].

무엇보다 무용프로그램은 노인의 건강상태와 환경에 따른 매우 정교한 접근이 가능함으로 초고령 노인을 위한 프로그램으로서의 활용이 높다고 할 것이다[27]. 세계보건기구(World Health Organization, WHO)에서도 이미 비약물요법의 중요성을 강조하고 있고 우리나라의 경우, 중앙치매센터에서 다양한 비약물요법을 치료로 규정하고 있다. 이러한 흐름에 따라, 다양한 노인 건강증진 무용프로그램이 개발되고 있고[28][29], 무용프로그램을 적용하기 위한 적절한 환경의 개선과 새로운 방향성이 제시되어야 한다고 하였다[30].

3. Research necessity and theoretical model

앞서 제시한 선행연구들의 결과를 종합해서 정리하자면, 여가활동에 참여하면서 재미를 느끼게 되면[31], 여가활동 자체에 대해 새로운 흥미와 적극적 참가 동기유발을 가져오게 되고 여가제약에 대한 극복의지로 협상이 이루어지면 궁극적으로 운동 참가가 지속될 것이라는 가정이

성립되며, 재미와 운동지속의 관계에서 여가제약협상의 매개효과를 가정한 관계모형이 성립된다.

그러나 이와 같은 선행연구들은 대부분 노인을 대상으로 연구가 진행되어왔으며, 초고령 노인을 대상으로 한 여가활동 참가 재미와 정서적 영역 간의 관계를 분석한 연구는 상당히 미흡한 실정이라 하겠다.

따라서 본 연구는 실버댄스 프로그램 참가 초고령 노인의 재미가 여가제약협상과 운동지속에 미치는 영향을 규명함과 동시에 여가제약협상이 재미와 운동지속 간의 관계를 어떻게 매개하는지 검증하고자 한다. 이와 같은 연구 결과는 초고령 노인에게 있어 재미있는 여가활동은 여가제약을 극복하고 지속적인 운동참가가 가능토록 하여 신체적 건강은 물론 심리적 만족감을 획득하고 궁극적으로 성공적 노화를 이끌어낼 수 있다는 점에서 중요한 가치를 가진다고 할 수 있다.

본 연구에서는 초고령 노인의 여가제약협상 전략모형을 구축하여, 각 변인간의 인과 관계 및 매개 효과를 분석하고자 재미와 여가제약협상의 관계(H1), 재미와 참여지속의지의 관계(H2), 그리고 여가제약협상과 참여지속의지의 관계(H3)를 인과구조로 설정하였다. 또한 초고령 노인에 대한 위의 선행연구들에서 제시하지 않은 여가제약협상의 매개효과가 설정될 필요가 있다고 판단하여, 재미요인-여가제약협상-참여지속의지로 이어지는 간접효과 관계(H4)를 설정하였다.

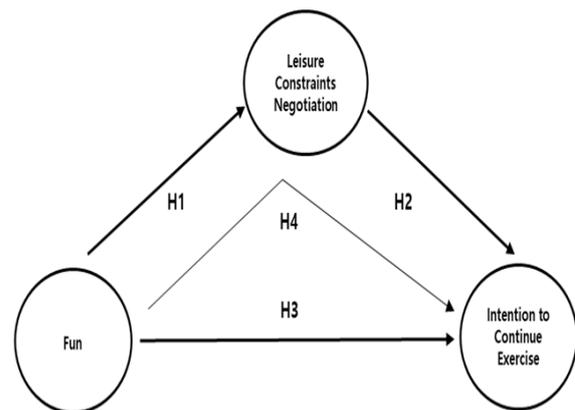


Fig. 1. Theoretical Model of the Study

III. Research Design

1. Target of study

연구의 대상으로는 현재 D시의 노인복지관, 노인대학, 주민자치단체, 평생학습원, 시·구 체육회에서 운영하는 노

인건강증진 댄스 프로그램(라인댄스, 건강체조, 댄스스포츠, 한국무용)에 참가하는 노인을 대상으로, 운동경험은 6개월 이상으로 연령이 80세 이상(만78세)이다. 표집방법으로 비확률 표본추출방법 중에서 유목적표집법을 사용하였다. 연구대상자는 최초 114명을 선정하여 설문지를 배포, 수집하였다. 다소 많은 문항과 가독의 문제에 따른 자기평가기입이 어려움이 있는 14명의 대상자는 도움을 요청해 연구원들이 문항마다 설명하고 응답하는 방법으로 진행하였다.

이와 같은 과정을 통해 수집된 자료들 중에서 성실하지 못한 응답으로 신뢰하기 어렵다고 판단되는 11부의 설문은 분석에서 제외하고 최종 103부의 설문지를 분석에 사용하였다. 연구대상자의 특성별 분포는 다음 Table 1.과 같다.

Table 1. Distribution by sociodemographic characteristics

Division	Dtail	N	%
Gender	man	31	30.1
	women	72	69.9
Education	uneducated	14	13.6
	elementary school	57	55.3
	middle school	22	21.4
	high school	6	5.8
	college	4	3.9
Age	over 80 years old	71	68.9
	over 83 years old	27	26.2
	over 85 years old	5	4.9
Income level (million won)	less than 1.5	19	18.5
	less than 2	21	20.4
	less than 2.5	57	55.3
	over than 2.5	6	5.8
Spouse	yes	41	39.8
	not	62	60.2
Participating events	line dance	11	10.7
	wellbeing dance	49	47.6
	dancesports	33	32.0
	korean dance	10	9.7
participation level (a week)	Once	59	57.3
	two	33	32.0
	over three	11	10.7

2. Measurement Tools

실버댄스 참가 초고령 노인의 재미요인과 여가제약협상 및 운동지속의지와와의 관계를 검증하기 위한 측정도구는 자가기입 설문지이다. 본 연구를 위한 설문지는 선행연구들에서 타당도 및 신뢰도가 확보된 문항을 선택하였으며 예비조사를 거쳐 최종 자료수집에 사용하였다.

설문지는 사회인구학적 요인 7문항과 재미는 [31]의 연구에서 사용한 6개 하위요인의 5점 리커트 척도를 사용하였다. 여가제약협상(negotiation strategy)은 [22]가 개발

한 협상전략 척도를 기초로 [32]가 국내 실정에 맞게 개발한 협상전략 척도의 설문 문항을 토대로 하여 [33]가 여성 고령자를 대상으로 재구성하여 사용한 척도를 사용하였다. 여가제약협상은 4개의 하위영역 총 16문항으로 구성되었으며 Likert 5점 척도로 점수가 높을수록 여가활동 제약요인에 대해 제약 극복의지가 높다는 것을 의미한다.

마지막으로, 운동지속의지 척도는 [34]가 댄스스포츠 참가 노인을 대상으로 운동지속의사를 묻는 질문지로 사용한 설문지로 3개의 하위요인 총 10문항으로 구성되어 있다. 응답형태는 5점 리커트 척도이며 3개의 전체 설문지 내용은 Table 2.에 제시된 바와 같다.

Table 2. Structure of the questionnaire

Composition		Q
Fun	motivation	3
	positiveness	3
	belonging	3
	immersion	3
	positive thinking	3
	sympathy	3
Leisure Constraints Negotiation	time management	4
	skill acquisition	4
	relationships	4
	money management	4
Intention to Continue Exercise	tendency	4
	possibility	3
	enforce	3
Sociodemographic characteristics	sex, age, education, spouse or not, Participating events, incom, participation level	7
Total		50

3. Factor analysis and reliability verification

본 연구에서는 수집된 측정도구의 신뢰도 및 타당도를 검증하기 위해서 구조적인 모형이론을 통해 문항 간 관계를 검증하였고, 구조모형이 적합한 정도를 살펴보기 위해서는 확인적 요인분석을 실시하였다. 모델 적합지수는 절대적합지수 중에서 χ^2 , RMR, GFI, CFI, RMSEA를 함께 활용하였으며, Table 3.과 같이 나타났다.

우선, 재미 영역의 모형 적합도는 $\chi^2=99.781(df=45, p<.01)$, GFI=.911(≥ 0.9), TLI=.934(≥ 0.9), CFI=.930(≥ 0.9), RMSEA=.077($\leq 0.05\sim 0.1$)로 나타나 기준을 모두 만족할만한 수준이다. 또한, 평균분산추출(AVE), 개념신뢰도(CR) 및 표준적재치를 활용하여 집중타당성을 확보하였다. 분석 결과 AVE의 경우 .5이상, 개념신뢰도는 .7이상, 표준적재량은 .5이상의 기준을 모두 충족하는 것으로 수렴타당도(Convergent Validity)가 확보되었다. 구체적으로 AVE 값은 .836으로 나타났고, 개념신뢰도 값은 .948이며, 표준적재량은 .624~.791로 나타났다.

Table 3. Confirmatory Factor Analysis Results of Measurement Variables

Factor	Questionnaire		Standard load	Standard error	AVE	C.R.
Fun	motivation	1	.624	.012	.824	.922
		2	.644	.113		
		3	.720	.103		
	positiveness	1	.689	.092	.831	.931
		2	.712	.121		
		3	.703	.089		
	belonging	1	.694	.102	.828	.953
		2	.791	.076		
		3	.699	.023		
	immersion	1	.721	.132	.836	.948
		2	.711	.104		
		3	.687	.073		
	positive thinking	1	.677	.102	.849	.961
		2	.682	.044		
		3	.703	.056		
sympathy	1	.679	.041	.822	.942	
	2	.691	.036			
	3	.714	.051			
$\chi^2=99.781, df=45, GFI=.914, TLI=.923, CFI=.930, RMSEA=.077$						
Leisure Constraints Negotiation	time management	1	.694	.023	.822	.918
		2	.786	.004		
		3	.761	.031		
		4	.759	.092		
	skill acquisition	1	.697	.042	.836	.936
		2	.701	.124		
		3	.723	.175		
		4	.699	.091		
	relationships	1	.756	.101	.858	.927
		2	.729	.134		
		3	.744	.201		
		4	.781	.173		
	money management	1	.671	.066	.819	.922
		2	.665	.042		
		3	.691	.131		
		4	.702	.106		
$\chi^2=78.694, df=37, GFI=.924, TLI=.929, CFI=.928, RMSEA=.081$						
Intention to Continue Exercise	tendency	1	.763	.067	.765	.821
		2	.801	.104		
		3	.814	.126		
		4	.792	.108		
	possibility	1	.783	.077	.813	.884
		2	.805	.115		
		3	.811	.118		
	enforce	1	.775	.004	.827	.861
		2	.769	.102		
		3	.801	.095		
$\chi^2=89.354, df=41, GFI=.923, TLI=.919, CFI=.928, RMSEA=.083$						

다음으로, 여가제약 협상의 모형 적합도는 $\chi^2=78.694(df=37, p<.01)$, $GFI=.918(\geq 0.9)$, $TLI=.929(\geq 0.9)$, $CFI=.926(\geq 0.9)$, $RMSEA=.083(\leq 0.05\sim 0.1)$ 의 만족된 수준으로 나타났다. 집중타당도에서는 구체적으로 AVE 값은 .831로 나타났고, 개념신뢰도 값은 .927이며, 표준적재량은 .671~.786으로 나타났다.

마지막, 운동지속의지 모형의 적합도는 $\chi^2=89.354(df=41, p<.01)$, $GFI=.923(\geq 0.9)$, $TLI=.919(\geq$

$0.9)$, $CFI=.928(\geq 0.9)$, $RMSEA=.077(\leq 0.05\sim 0.1)$ 으로 만족할만한 수준으로 나타났다. 집중타당도에서는 구체적으로 AVE 값은 .827로 나타났고, 개념신뢰도 값은 .884이며, 표준적재량은 .763~.814로 나타났다.

4. Data Analysis

본 연구의 수집된 설문지 자료는 SPSS version 26.0 및 Amos 26.0 프로그램을 활용하여 통계분석을 실시하였

다. 구체적으로 먼저, 연구대상자들의 일반적 특성은 빈도 분석을 활용하였고, 측정도구에 대한 신뢰도와 타당도 검증 위해 신뢰도 분석과 더불어 확인적 요인분석을 실시하였다.

또한, 다중공선성은 적률상관계수를 산출하여 상관관계 분석을 통해 검증하였고, 변인과의 내재된 인과관계를 규명하기 위해 구조방정식 모형분석을 실시하였으며, 재미요인과 운동지속의지 간의 관계에서 여가제약협상의 매개효과 분석은 부트스트래핑(bootstrapping) 방법을 실시하였다.

IV. Results

1. Correlations between Variables

실버댄스 참가 초고령 노인의 재미와 여가제약협상 및 운동지속의지와와의 관계를 규명하기 위한 상관관계를 분석을 위해 Pearson의 적률상관계수를 산출하였다. Table 4.와 같이 상관계수 값이 .6이상 상관관계를 보여주는 변수가 없어 다중공선성 문제는 없는 것으로 분석되었다.

2. Structural Relations between Variable

다음은 실버댄스 참가 초고령 노인의 재미요인과 여가 제약협상 및 운동지속의지와와의 관계를 규명하기 위한 인과구조 관계를 분석한 결과이다.

2.1. Verification of Goodness-of-Fit of the Research Mode

실버댄스 참가 초고령 노인의 재미요인과 여가제약협상 및 운동지속의지와와의 관계를 규명하기 위해 구조적 인과관

계 모형 적합도에 대한 검증결과는 다음 Table 5.와 같다.

본 연구의 연구모형에 대한 적합도 분석은 χ^2 -검증, 적합도지수 TLI, CFI, RMSEA 지수를 활용하였다.

Table 5. Index of goodness-of-fit test for the research model

Overall Index	χ^2	$\chi^2/df(35)$	sig	TLI	CFI	RMSEA
Research Model	68.594	1.960	.000	.918	.927	.085
Fit Index Standard		<3.0	>0.05	≥0.9	≥0.9	≤0.05~0.1

Table 5.에 나타난 바와 같이 전체적인 구조모형 검증 결과, $\chi^2=68.594$, TLI=.918(≥0.9), CFI=.927(≥0.9), RMSEA=.085(≤0.05~0.1)로 나타나 연구에서 설정했던 연구모형은 적합 수준을 모두 만족하는 것으로 나타났다.

2.2. Verification of Structural Model Path

실버댄스 참가에 따른 재미와 여가제약협상 및 운동지속의지와의 연구모형 경로를 분석하였다. 연구모형의 구조적 관계를 분석한 결과는 Table 6.과 같다.

Table 6. Results of analysis on path coefficient of structural model

Structural path	estimate	t	p
Fun → Intention to Continue Exercise	.527	6.753	.000***
Fun → Leisure Constraints Negotiation	.452	5.166	.004**
Leisure Constraints Negotiation → Intention to Continue Exercise	.395	3.879	.017*

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

Table 4. Results of analysis on correlations between variables

Factor	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
	Fun						Leisure Constraints Negotiation			Intention to Continue Exercise			
motivation(1)	1												
positiveness(2)	.412*	1											
belonging(3)	.404*	.311**	1										
immersion(4)	.312**	.298**	.265**	1									
positive thinking(5)	.414*	.301**	.279**	.193***	1								
sympathy(6)	.201**	.276**	.314**	.423*	.303**	1							
time management(7)	.210**	.321**	.404*	.332**	.311**	.362**	1						
skill acquisition(8)	.453*	.339**	.417*	.227**	.332**	.326**	.321**	1					
relationships(9)	.134***	.223**	.268**	.242**	.287**	.351**	.128***	.386**	1				
money management(10)	.221**	.331**	.341**	.325**	.318**	.382**	.416*	.396*	.347**	1			
tendency(11)	.311**	.235**	.413*	.243**	.339**	.284**	.364**	.161***	.361**	.329**	1		
possibility(12)	.422*	.377**	.325**	.141***	.332**	.151***	.421*	.399*	.411*	.321*	.412*	1	
enforce(13)	.245**	.348**	.307**	.332**	.386**	.325**	.248**	.312**	.320**	.317**	.322**	.297**	1

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

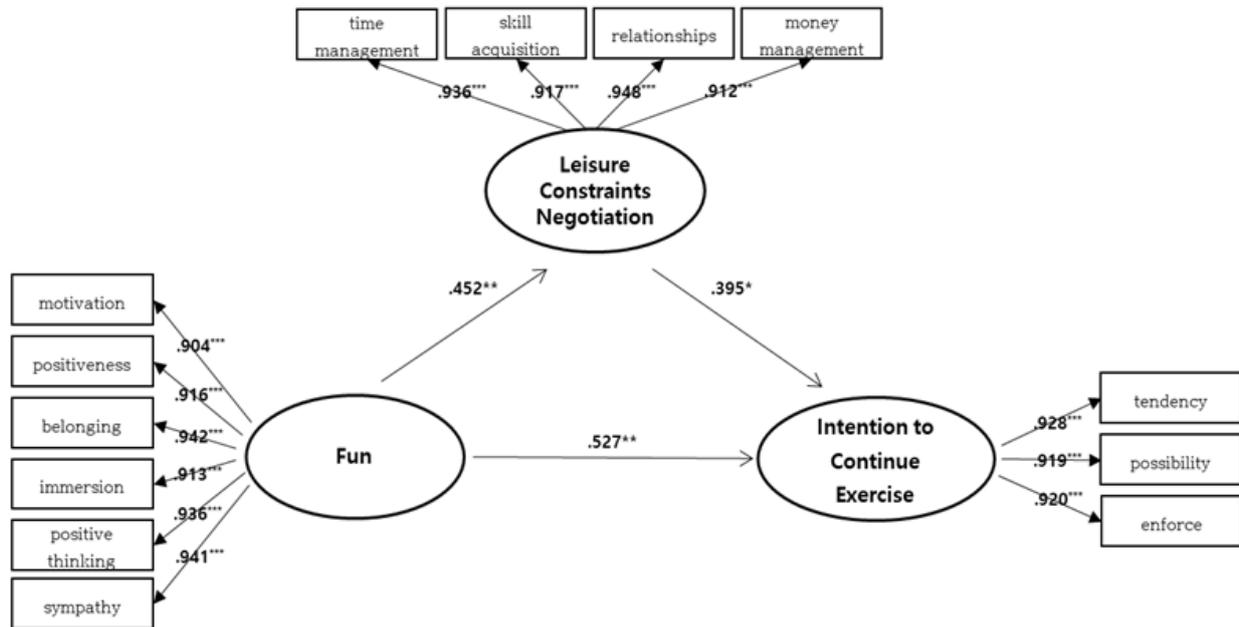


Fig. 2. Verification of structural relations of Fun, Leisure Constraints Negotiation and Intention to Continue Exercise

이상과 같이 연구모형을 바탕으로 경로분석을 한 결과는 첫째, 재미는 운동지속의지에 통계적으로 유의하게 영향을 미치는 것으로 나타났다($\beta=.527, t=6.753, p<.001$). 둘째, 재미는 여가제약협상에 통계적으로 유의미하게 영향을 미치는 것으로 나타났다($\beta=.452, t=5.166, p<.01$). 셋째, 여가제약협상은 운동지속의지에 통계적으로 유의미하게 영향을 미치는 것으로 나타났다($\beta=.395, t=3.879, p<.05$).

다음 Fig. 2.는 이와 같은 연구모형의 경로 검증결과에 대한 구조모형이다.

3. Verification of mediation effect

3.1. Verification of mediation effect

재미와 운동지속의지와 관계에서 여가제약협상이 매개변인으로서의 효과가 어떠한지를 확인하기 위해 매개효과를 분석하였다. 본 연구에서는 부트스트래핑(bootstrapping) 방법을 이용하였으며, 95% 신뢰구간에서 매개효과를 검증하였다. Table 7.에 제시된 것과 같이, 95% CI(.013, .205)는 0을 포함하지 않고 있으며, p 값은 .014로 우월의 매개효과가 유의하다는 것을 보여주는 결과라고 할 수 있다.

Table 7. Decomposition of the mediating effect of leisure-constraint negotiations

Effect	Estimate	SE	95%CI (Bias-corrected)	p
a	.527	.046	(.121, .197)	.002
b	.452	.036	(.116, .213)	.008
c	.395	.025	(.073, .169)	.012
b×c	.179	.019	(.013, .205)	.014
Total effect	1.553	.030		

- a. Fun → Intention to Continue Exercise
- b. Fun → Leisure Constraints Negotiation
- c. Negotiation → Intention to Continue Exercise
- b×c Fun → Leisure Constraints Negotiation → Intention to Continue Exercise

3.2. Comparison of competitive models

여가제약협상이 재미와 운동지속의지와 관계에서 매개하는 것으로 확인된 결과를 바탕으로 여가제약협상이 독립변수인 재미와 종속변수인 운동지속의지를 부분매개 또는 완전매개인지에 대한 검증을 위해 경쟁모형으로 부분매개모형과 완전매개모형을 설정하여 χ^2 차이 검증을 실시하였다. 검증결과에 따르면, 자유도 1이 증가함에 따른 χ^2 증가 값이 5.667로 임계비 값이 3.84를 초과하므로 부분매개모형이 채택되었다. 경쟁모형을 비교한 검증결과 Table 8.과 같다.

Table 8. Comparison of competitive model models for leisure pharmaceutical negotiations

Model	χ^2	df
Partial mediation effect	68.594	35
Full mediation effect	74.261	36

V. Discussion

재미는 인간에 있어 행동과 삶에 영향을 가장 강력하게 미치는 동기의 하나로 스포츠에 참가하게 되는 가장 큰 요인이 되며, 행복감과 같은 심리적 만족을 강화시키는 내재적 동기로 다양한 활동에 반복적으로 참여하게 하는 매우 중요한 변수라는 것이 확인되었다[35].

이 연구에서는 초고령 노인에게 가장 적절한 신체활동으로 실버댄스 프로그램 참가에 주목하여 재미 및 여가제약협상과 운동지속의지 간의 관계에 대해 선행연구에서 제시한 결과와 구조적 모형을 기초로 하여 각 변인들과의 구조적 관계를 실증적으로 규명하였다. 이를 통해 건강한 노년을 위한 프로그램으로써의 지속적 가능성을 제고하고자 하였으며, 이에 구조모형 검증결과에 기초하여 각각의 가설을 중심으로 논의하자면 다음과 같다.

먼저, 실버댄스 프로그램 참가에 따른 재미는 운동지속의지에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다(H1).

선행연구에 따르면, 재미는 스포츠에 참가하게 되는 가장 큰 요인으로 나타났고, 스포츠에 참가하면서 느끼는 재미는 몰입을 자주 경험하여 행복감을 획득하고 지속적인 스포츠 참가가 가능하다고 하였다[36]. 여가활동 참가를 통해 재미 하위요인인 긍정적 사고, 적극성과 몰입 및 친밀감을 가지게 되고[30], 이는 여가활동에 대한 흥미와 적극적 참가를 위한 동기유발을 불러일으키는 가장 강력한 장점이 되고, 긍정적인 결과를 가져오게 하는 평가를 받게 됨으로써 결국 지속적인 참여가 이루어질 것이다[37].

생활무용 참여의 재미요인과 참여지속의도의 관계에서 재미는 참여지속의도에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다[38]고 보고하였으며, [39]의 대학생을 대상으로 한 연구에서 교양무용수업 참여 재미를 높게 느낄수록 지속적으로 신체활동에 참여하려는 지속의도가 높아지고, 스포츠활동 참가를 중단하게 되는 결정적인 요인이 재미라고 하여[40] 본 연구결과를 지지하고 있다.

또한, 스포츠참가 노인의 재미거리가 긍정적 만족상태를 경험케 하고 나아가 남는 시간을 지속적으로 여가활동에 소비함으로써 건강의 증진과 삶의 질 향상에 기여한다

고 하였고[41], 사실상 댄스스포츠 등 모든 스포츠에서 가지는 재미나 즐거움은 참여자들이 지속적으로 그 활동에 참여하거나 그만두게 하는 이유 중의 하나이므로 운동의 지속적인 참가 동기로서 재미요인을 중요하게 다루고 있다[42]. 그리고 [43]는 스포츠 참여자가 즐거움과 재미를 느끼면 운동 몰입이 증가하고 이러한 몰입의 정도가 운동 지속을 높인다는 영향을 미친다고 보고하였으며, [44]의 연구에서도 운동참가 재미는 운동지속의지를 높인다는 긍정적인 것으로 나타났다.

이처럼, 노인들이 건강 유지를 위해 시작한 스포츠 참여에서 흥미와 즐거움을 가지게 되면 지속적인 참여가 이루어지면서 성공적인 노화로로의 전개가 가능할 것이다. 따라서, 초고령 노인의 다양성을 반영한 재미있는 운동프로그램을 개발하고 적용하는 노력들을 실천함으로써 노인의 운동지속의지 뿐 아니라 건강한 수명 연장과 성공적인 노후에 일조해야 할 것이다.

둘째, 실버댄스 참가에 따른 재미는 여가제약협상에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다(H2).

스포츠에서의 감정 반응인 재미와 즐거움 및 활력과 같은 긍정적 운동정서에 대한 높은 지각은 참가자들의 참여활동에 상당한 영향을 미친다[45]. 특히 재미는 스포츠 참여의 강력한 내재적 동기의 차원으로 만족, 기쁨, 즐거움 등으로 나타나며[46], 재미의 강한 동기적 속성으로 인해 사람들은 어떤 일을 좋아하면 심리적, 생리적으로 안정감을 느끼게 된다[38].

본 연구 결과 위와 같은 내재적 여가동기 차원에서의 재미는 여가제약협상에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다는데, 이러한 결과는 여가동기와 극복노력의 관계모형에서 여가동기는 여가제약을 극복하려는 노력을 촉진시키는 중요한 설명변수라고 확인한 [47]의 결과와 부분적으로 일치하고 있으며 높은 여가동기 수준일수록 여가제약 협상이 높아진다는 많은 선행연구[48-50]도 본 연구의 결과와 맥을 같이 한다고 할 수 있다.

이러한 선행연구들과 일치되는 연구결과는 실버무용과 같이 초고령 노인들의 수준에 적합한 여가활동 환경을 제공하게 되면, 참여 활동에 대해 재미를 느끼고 운동참여시 발생하는 제약에 대해 극복의지를 가지는 역할을 할 것으로 판단된다.

협상전략 모형에서는 대상들의 다양한 행동과정을 협상과 제약극복 및 참여라는 기본 변인들 속에서 성격 요소와 긍정적 생각 등의 심리적인 배경들을 이론적 모형에 추가하여 적용의 범위를 넓혀 가고 있다[51]. 본 연구에서 재미는 협상전략의 모형구축에 있어 중요한 심리적 배경요인

으로 작용하며, 참여동기 중 재미가 가지는 역할에 대해 파악하는 작업이 지속적으로 이루어져야만 한다는 결론을 제시할 수 있다. 이러한 과학적 이론 구조의 적용은 초고령 노인들의 신체적 여가활동 프로그램 설계와 개선방향을 제시하고 설정함에 유용한 자료로 활용되어질 것이라고 사료된다.

셋째, 실버댄스 참가에 따른 여가제약협상은 운동지속 의지에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다(H3).

실제 선행연구에 의하면, 야외 여가활동 참여자의 여가 제약협상이 지속적 참여의도에 미치는 영향을 검증한 결과, 여가제약 협상의 모든 하위요인이 지속적 참여의도에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났고[52], 여가제약협상과 지속적 참여의도 역시 정적인 관계가 있는 것으로 나타났으며, 여가제약협상의 수준이 높을수록 지속적 참여의지 또한 높아진다[53][54]는 결과는 본 연구의 결과는 물론 앞선 이론적 모형에 경험적 근거를 제시하고 있다.

초기의 연구들로, 제약은 여가 활동의 참여와 즐거움을 방해하거나 억제하는 것으로 정의했지만[55], 최근의 연구에서는 여가제약은 극복이 가능한 요인이며, 여가참여는 여가제약의 유무보다는 여가제약 협상 또는 극복 과정에 의하여 결정된다고 하였다[56]. 즉, 여가제약의 약화나 여가제약협상의 강화가 여가참여에 긍정적 영향을 미친다고 해석될 수 있으며 여가참여에 긍정적 영향을 미치는 요인은 여가참여를 지속적으로 이끌어 내는 것에도 유의한 영향을 미치게 된다.

[57]은 여가제약을 극복하지 못하는 사람은 여가활동을 중단하거나 다른 활동으로 전환하지만, 여가제약을 잘 극복하는 사람은 여가활동을 지속한다고 하였다[23].

이러한 결과는 여가제약협상이 여가참여의도와 정적인 관계에 놓여있다고 보고한 선행연구들[58-61]이 지지하고 있으며, 이를 토대로 여가제약협상을 통해 여가활동 참가를 지속할 가능성이 높아진다는 해석이 가능하다. 또한 여가제약협상은 여가참여 수준에 긍정적인 영향을 미친다고 제시한 선행연구들[62-64]을 근거로 여가제약협상은 여가활동 중 마주하게 되는 방해요인을 극복하기 위해 사용하는 전략이라고 할 수 있다.

이러한 전략 사용의 궁극적 목적은 여가활동에 참여하는 것이기 때문에, 이러한 전략을 적극적으로 사용하여 제약극복에 노력을 기울이는 여가참여자는 지속적으로 참여하고자 하는 의도 또한 높을 것이라고 유추할 수 있다.

이러한 관점에서, 초고령 노인의 여가활동 참가 특성상 신체적 측면의 제약을 높게 인식할 수 있기 때문에 이를 극복하고 여가활동에 지속적으로 참여할 수 있도록 하기

위해서는 여가제약협상 전략을 적극적으로 사용하여 제약을 극복할 수 있도록 하는 노력이 요구된다고 판단된다.

넷째, 실버댄스 참가에 따른 재미와 여가제약협상 및 운동지속의지의 관계에서 여가제약협상이 부분 매개역할을 하는 것으로 나타났다(H4).

재미나 즐거움과 같은 내재적 동기가 높은 참가자들은 참여제약을 낮게 지각을 하여 여가참가에 제약이 있더라도 쉽게 극복할 수 있어 여가스포츠 활동에 지속적으로 참여할 행동의지가 높다고 보고[19]하여 본 연구 결과와 같은 맥락으로 분석된다.

또한, 여가제약은 여가활동참여를 제한하지만 여가활동 참여에 대한 재미와 강한 욕구는 여가제약도 불구하고 그 활동에 대한 지속적 참여가 이루어질 것이라 하였으며 [20], 여가제약은 여가활동 참여를 제한하는 결정적 요소가 아닌 영향을 미칠 수 있는 변수이고[65], 여가활동 참여에 대한 강한 재미와 같은 동기는 여가제약에도 불구하고 극복을 통해 그 활동에 대한 지속적 참여가 이루어질 수 있다고 하였다.

무엇보다도, 개인이 강하게 지각한 여가스포츠 참여를 통한 재미는 제약요인을 감소시킬 뿐만 아니라 특정한 여가행동의 방향 강도와 지속성을 결정짓는 가장 중요한 요인이 된다고 하였다[66]. 그리고 스포츠 참가를 통해 획득하게 되는 재미와 즐거움은 운동몰입을 가능케하고 행복감을 주어 스포츠 참가를 지속하게 한다는 연구결과[36]는 재미로 인해 참가제약을 극복하고 활동 그 자체에 몰입함으로써 긍정적인 정서를 수반하여 운동을 지속할 수 있는 원동력이 될 수 있다는 것으로 해석된다.

결과적으로 여가활동 참가에 따른 내재적 참가 동기인 재미를 강하게 경험할수록 여가제약에 직면하더라도 이를 극복하려는 노력이 높게 나타나며, 이를 통해 여가활동에 지속적으로 참가할 의지가 높아진다는 것을 확인할 수 있다. 따라서 초고령 노인의 여가활동 참가를 활성화시키기 위해서는 일차적으로 재미와 같은 강한 동기부여가 주어 져야 하며 지속적 참가를 위해 여가제약을 극복할 수 있는 효과적인 방안을 마련해야만 할 것이다.

본 연구의 대상으로 선정된 초고령 노인의 경우, 제약요인들이 참여의지를 줄이지만 참가 재미는 협상노력을 통해 참여지속의지의 발생으로 이어질 수 있다는 기본적인 구도가 증명되었다. 이러한 결과를 토대로 향후 초고령 노인을 위한 개별화된 여가활동 프로그램을 계획하고 실천함으로써 특정 계층의 노인들만이 아닌 모든 노인들이 재미를 경험하며 지속적인 여가참여가 이루어질 수 있도록 하는 여가환경 조성이 필요하다 판단된다.

VI. Conclusions and Recommendations

본 연구는 실버댄스 참가에 따른 초고령 노인의 재미와 여가제약협상 및 운동지속의지 간의 구조적 관계를 검증하고자 하였으며, 앞선 연구절차 및 방법을 활용하여 다음과 같은 결론을 도출해 냈다.

첫째, 초고령 노인의 실버댄스 참가에 따른 재미는 운동지속의지에 긍정적인 효과를 미치는 것으로 나타났다. 즉, 실버댄스 참가로 인한 재미는 운동지속의지를 강화시키는 것으로 해석할 수 있다.

둘째, 초고령 노인의 실버댄스 참가에 따른 재미는 여가제약협상에 긍정적인 효과를 미치는 것으로 나타났다. 즉, 실버댄스 참가에 따른 재미는 여가제약을 긍정적으로 대처함으로 나타난 결과로 해석된다.

셋째, 초고령 노인의 실버댄스 참가에 따른 여가제약협상은 운동지속의지에 긍정적인 효과를 미치는 것으로 나타났다. 즉, 실버댄스 참가로 획득한 여가제약협상은 운동지속의지를 향상시킨다고 할 수 있다.

넷째, 초고령 노인의 실버댄스 참가에 따른 재미와 운동지속의지의 관계에서 여가제약협상이 부분매개 역할을 하는 것으로 확인되었다. 즉, 재미는 여가제약협상을 통해 운동지속의지에 직, 간접적으로 영향을 미치는 것을 알 수 있다.

본 연구의 결과를 바탕으로 한 후속연구에 대한 제언은 다음과 같다.

첫째, 이 연구는 초고령 노인을 대상으로 구조화된 척도를 활용하여 설문을 진행하였으나, 앞으로 내적 경험에 대한 면담이 이루어진다면 보다 심층적인 운동지속에 영향을 미치는 요인들을 검증하는데 도움이 될 것이다.

둘째, 본 연구는 실버댄스 참가 경험이 있는 초고령 노인들을 표집하였으나 이후 실시되는 연구에서는 초고령 노인들의 운동 기능수준 차이나 배경변인 등에 따라 개별화된 프로그램을 적용한다면 건강증진과 성공적 노화를 가능케 하는 참여를 이끌고 참가를 활성화시킬 수 있는 방안이 마련될 수 있을 것이다.

REFERENCES

- [1] Statistical Office, "Korean Statistical Information Service", 2024. <https://kosis.kr/index/index.do>
- [2] S. Lee, and J. Choi, "Life Changes and Subjective Well-being among the Oldest Old", Korean Journal of Gerontological Social Welfare, vol. 73, No. 1, pp. 81-109, March. 2018. <http://dx.doi.org/10.21194/kjgsw.73.1.201803.81>
- [3] C. Aldwin, K. Sutton, G. Chiara, & A. spiro, "Age differences in stress, coping, and appraisal", Journal of Gerontology : Psychological Science, Vol. 51, No. 4, pp. 179-188, 1996. DOI: 10.1093/geronb/51b.4.p179
- [4] N. Yasuda, S. Zimmerman, W. Hawkes, L. Fredman, J. Richard Hebel, & J. Magaziner, "Relation of Social Network Characteristics to 5-Year Mortality among Young-Old versus Old-Old White Women in an Urban Community", American Journal of Epidemiology, Vol. 145, No. 6, pp. 516-523, 1997. DOI: 10.1093/oxfordjournals.aje.a009139
- [5] U.S. Bureau of the Census, "Population Profile of the United States. Current Population Reports", Series 23-185. U.S. Government Printing Office, Washington, D.C. 1993.
- [6] K. Kim, N. Hwang, J. Jeong, C. Yang, and S. Lee, "Policy Support for the Last Phase of Life for Oldest-Older People in a Post-Aged Korea(research report 2016-39)", Korea Institute for Health and Social Affairs, 2016. <https://www.kihasa.re.kr/publish/report/view?seq=27791>
- [7] Giddens, A., "Introduction to sociology", NY: W. W. Norton, 2000.
- [8] J. Kim, "Effect of National Health Gymnastics II(Easy Gymnastics) on Elderly People's Stress, Interpersonal Relationship, Loneliness and Dropout", Korean society for Wellness, Vol. 7, No. 3, pp. 1-12. 2012. <https://www.riss.kr/link?id=A101763013>
- [9] C. Song "(A) study of literature on older people trait, health sickness, exerciseexamination, and exercise programs", Master's Dissertation, Hanyang University, 1994. <https://www.riss.kr/link?id=T7275426>
- [10] C. Yang, "The Effect of The Sociodemographic Background and Participation Motive on The Dropout Factor of Sports for All Participation of The Elder", Asian Journal of Kinesiology, Vol. 12, No. 3, pp. 1-11, 2010. <https://www.riss.kr/link?id=A10477840>
- [11] S. Hyun, "Effect of Health-Related Behaviors on Quality of Life in the Elderly", Doctor's Dissertation. Hanyang University. 2004. <https://www.riss.kr/link?id=T9304281>
- [12] J. Bae, "Elderly Sport for All's Enjoyment Factor Influences on Personal Relations and Leisure Satisfaction". Master's Dissertation, Chosun University, 2015. <https://www.riss.kr/link?id=T13843616>
- [13] D. Gould, & L. Petlichkoff, "Participation motivation and attribution in young athletes", In F. L. Smoll, R. A. & MaGill, M. J. Ash(Eds), Children in Sports. 3. Champaign, IL: Human Kinetics, 1998.
- [14] J. Lee, "The Influence of Fun Factors of Middle School Students' After School Sports Activities on Physical Self-Efficacy and Exercise Continuation", Master's Dissertation, Woosuk University. 2021. <https://www.riss.kr/link?id=T15841628>.
- [15] Y. Lee, "Relation of Enjoyment Factors, Participation Satisfaction, and Exercise Adherence of Snowboarding Park Users", Master's

- Dissertation, Chung-Ang University, 2020. <https://www.riss.kr/link?id=T15510030>
- [16] T. Kwon, and S. Jung, "The Effect of Table Tennis Club Member's Sports Fun Factor on, Leisure Satisfaction and Commitment Sustained Exercise", *The Korean Journal of Sport*, Vol. 19, No. 1, pp. 271-281, 2021. <https://www.earticle.net/Article/A392301>
- [17] H. Choi, "Effects of Leader Trust on Enjoyment Factor and Exercise Adherence Intention of Taekwondo Trainees in Elementary School", Master's Dissertation, Dankook University, 2018. <https://www.riss.kr/link?id=T14943723>
- [18] M. Kim, "A study on the influence of enjoyment factors in school sports club on school life stress", Master's Dissertation, Ewha Womans University, 2017. <https://www.riss.kr/link?id=T14390707>
- [19] M. Yang, "The Relationship Between Participation Motivation for Exercise, Perceived Constraints, Adherence Intention and Participation Level of Exercise in Work Population", *Korean Society of Sport Psychology*, Vol. 17, No. 2, pp. 33-52, 2006. <https://www.riss.kr/link?id=A75484099>
- [20] S. Yun, "Study on the leisure participation and constraints of nurses", Master's Dissertation, Korea National Open University, 2006. <https://www.riss.kr/link?id=T10840654>
- [21] Y. Mannell, & D. Kleiber, "A Social Psychology of Leisure", PA: Venture, 1997.
- [22] A. Loucks-Atkinson, & R. Mannell, "Role of Self-efficacy in the Constraints Negotiation Process: The Case of individuals with Fibromyalgia Syndrome", *Leisure Sciences*, Vol. 29, No. 1, pp. 19-36, 2007.
- [23] J. Baek, "effects of the restriction of leisure activity on leisure compromise, recreation specialization", Doctor's Dissertation, Kyonggi University, 2012. <https://www.riss.kr/link?id=T12719667>
- [24] H. Seo, "The effect on elderly people's dancesport participation on physical efficiency and psychological wellbeing, Master's Dissertation, Myongji University, 2011. <https://www.riss.kr/link?id=T12530050>
- [25] H. Sin, and S. Oh, "The Relationship of Participation Satisfaction, Leisure Flow and Life Satisfaction according to Participation in Life Dance", *Journal of Sport and Leisure Studies*, Vol. 30, pp. 951-304, 2007. <https://www.riss.kr/link?id=A100580218>
- [26] E. Lee, "The role and necessity of Elderly dance according to the Super-aged society", Master's Dissertation, Sookmyung Women's University, 2017. <https://www.riss.kr/link?id=T14712259>
- [27] J. Kim, and E. Cha, "Analysis of the Present Status of Elderly Health-Related Dance Programs and Contents", *The Korean Journal of Sport*, Vol. 17, No. 4, pp. 593-609, 2019. <https://www.riss.kr/link?id=A106498887>
- [28] N. Kim, and S. Lee, "Effects of Korea Dance Program for the Elderly with Mild Cognitive Impairment", *The Korean Society of Sports Science*, Vol. 28, No. 2, pp. 955-965, 2019. <https://www.riss.kr/link?id=A106179697>
- [29] H. Bae, Y. Kwak, and K. Kim, "Effects of Dance Therapy by Ganggangsullae on Emotion and Communication in the Elderly people with Mild Dementia", *Journal of coaching development*, Vol. 20, No 1, pp. 64-72, 2018. DOI : 10.47684/jcd.2018.03.20.1.64
- [30] E. Cha, and J. Kim, "Multisensory Environments in Community Dance for the Prevention of Dementia", *Korean National Research Center for the Arts*, Vol. 25, pp. 283-305, 2019. <http://dx.doi.org/10.20976/kjas.2019..25.013>
- [31] I. Park, and C. Youn, "Verification Research on Factors Affecting the Concept of Jaemi". *The Journal of Humanities and Social science*, Vol. 10, No. 5, pp. 101-115, 2019. <http://dx.doi.org/10.22143/HSS21.10.5.8>
- [32] K. Kim, S. Hwang, and D. Won, "Leisure constraints negotiation measurement scale development and application", *Korean journal of physical education*, Vol. 47, No. 3, pp. 365-376, 2008. <https://www.riss.kr/link?id=A106546618>
- [33] E. Kang, Y. Kim, and H. Lee, "The Effect of Elderly Women's Leisure Constraints on the Leisure Satisfaction: Focused on the Mediating Effect of Negotiation Strategies", *Korean Public Management Review*. Vol. 29, No. 4, pp. 87-116, 2015. <https://www.riss.kr/link?id=A101733974>
- [34] S. Jang, "Relationship with the enjoyment source, involvement, leisure satisfaction and intention to exercise adherence of the old participants in dancesports", Doctor's Dissertation, Dongduk Women's University. 2007. <https://www.riss.kr/link?id=T11152915>.
- [35] C. Park, Y. Sohn, and C. Kim, "Development and Validation of a Fun Perception Scale for the Korean Employees", *Korean Psychological Journal of Culture and Social Issues*, Vol. 17, No. 2, pp. 241-260, 2011. <https://www.riss.kr/link?id=A104103313>
- [36] J. Chung, and J. Kim, "Relationship between Enjoyment of University Students' Sports Circle Member and Exercise Commitment", *Journal of Sport and Leisure Studies*, Vol. 40, pp. 821-831, 2010. <https://www.riss.kr/link?id=A100580775>
- [37] M. Roh, "effect of enjoyment factor and commitment experience on the mental health of the elderly participating in leisure activities", Doctor's Dissertation, YongIn University, 2008. <https://www.riss.kr/link?id=T11264298>
- [38] J. Yoo, "The Relationship among enjoyment, flow experience and continuous intention of women's participation in dance for all", Master's Dissertation, Kyunghee University, 2011. <https://www.riss.kr/link?id=T12312207>
- [39] H. Lee, "The relationship between fun factors, class satisfaction and continuous participation intention of university students

- attending required physical education class”, Korean Society For Early Childhood Physical Education, Vol.15, No.2, pp. 55-67, 2014. <https://www.riss.kr/link?id=A100425032>
- [40] S. Kim, and E. Cho, “The Relationship among Dancesports Players’ Stress Coping Strategy and Enjoyment and Life Satisfaction”, *Journal of Sport and Leisure Studies*, Vol. 34, pp. 1421-1438, 2008. DOI: 10.51979/KSSLS.2008.11.34.1421
- [41] J. Hwang, “Constructive relationships among Sport Enjoyment Source, Participation’s Motivation, Leisure Satisfaction and Exercise Consistent Intention of The Old Participants in Physical Fitness”, *The Korean Society of Sports Science*, Vol. 22, No. 5, pp. 825-836, 2013. <https://www.riss.kr/link?id=A99821428>
- [42] J. Kim, “The effect of Marine Sports participant's enjoyment and perceived constraints on flow degree and Continuous Behavior after participation”, Master’s Dissertation, Pusan National University, 2007.
- [43] J. Park, and S. Jung, “Participant Sport Swimming Fun Factor and Exercise Commitment, Lasting Relationships and Exercise(Variables among the Latent Mean Analysis)”, *Journal of Sport and Leisure Studies*, Vol. 59, No. 1, pp. 423-435, 2015. <https://www.riss.kr/link?id=A100578087>
- [44] W. Kim, and W. Kim, “Effect Of Swimming Participation’s Enjoyment Factors on Exercise Adherence and Life Satisfaction”, *Journal of Sport and Leisure Studies*, Vol. 5, pp. 319-328, 2014. DOI : 10.51979/KSSLS.2014.05.56.319
- [45] S. Kim, “Analysing Factors of among Psychological Variables on Marine Sports Participants”, *The Korean Journal of Sport*, Vol. 18, No. 1, pp. 99-110, 2020. <https://www.riss.kr/link?id=A106624892>
- [46] T. Scanlan, & J. Simons, “The construct of sport enjoyment”, In G. C. Roberts(Ed), *Motivation in sport and exercise*(pp. 199-215). Champaign, IL: Human Kinetics, 1992.
- [47] J. Hubbard, & R. Mannell, “Testing competing models of the leisure constraint negotiation process in a corporate employee recreation setting”, *Leisure Sciences*. Vol. 23, pp. 145-163, 2001.
- [48] K. Kim, E. Jin, K. Koo, “Influence of Leisure Motivation on the Negotiation of Leisure Constraints and Leisure Sports Participation”, *Journal of leisure and recreation studies*, Vol. 33, No. 3, pp. 153-162, September, 2009.<https://www.riss.kr/link?id=A106100585>
- [49] B. Koh, “Testing Leisure Motivation and Leisure Constraints Negotiation Model for Pre-elder people”, Doctor’s Dissertation, Jeju National University, 2010. <https://www.riss.kr/link?id=T12261192>
- [50] S. Hwang “Effects of the Levels of Participation of Skiers in Leisure Activity on Recreation Specialization and Serious Leisure”, *Journal of Sport and Leisure Studies*, Vol. 40, No. 2, pp. 811-819, 2010. DOI : 10.51979/KSSLS.2010.05.40.811
- [51] G. Kwon, “The Relationship among Motivation, Constraint, Negotiation, and Intention to Continue Sport Participation of the Deaf”, Doctor’s Dissertation, Yonsei University, 2016. <https://www.riss.kr/link?id=A100580774>
- [52] N. Kim, Y. Choi, and C. Oh, “A Study on the Cyclical Relationships Among Continuous Participation Intention, Leisure Constraints, Constraint Negotiation, Negotiation Efficacy and Leisure Identity: Focused on Bicycle Riders”, *Journal of Leisure Studies*, Vol. 17, No. 4, pp. 57-76, 2019. <http://dx.doi.org/10.22879/slos.2019.17.4.57>
- [53] B. Kim, J. Park, and S. Lee, “The Relationship between Basic Psychological Needs in Leisure Activity, Leisure Identity, and Leisure Adherence Intention among University Students”, *The Korean Society of Sports Science*, Vol. 25, No. 3, pp. 43-53, 2016. <https://www.riss.kr/link?id=A101991619>
- [54] H. Park, “The Effects of Flow Experience on Leisure Identity and Leisure Continuation in Winter Sports Participants”, *Journal of leisure and recreation studies*, Vol. 38, No. 2, pp. 63-73, 2014. <https://www.riss.kr/link?id=A106100376>
- [55] E. Jackson, “Leisure constraints : A survey of past research”, *Leisure Science*, Vol. 10, pp. 203-249, 1988. <https://doi.org/10.1080/01490408809512190>
- [56] E. Jackson, D. Crawford, and G. Godbey, "Negotiation of leisure constraints", *Leisure Sciences*, Vol. 15, pp. 1-11, 1993. <https://doi.org/10.1080/01490409309513182>
- [57] E. Jackson, and D. Scott, “Constraints to leisure”, PA: Venture Publishing, Inc, March, 2005.
- [58] K. Hung, and J. Petrick, “Testing the effects of congruity, travel constraints, and self-efficacy on travel intentions: An alternative decision-making model”, *Tourism Management*, Vol. 33, No. 4, pp. 855-867, 2012. <https://doi.org/10.1016/j.tourman.2011.09.007>
- [59] J. Im, and C. Lee, “A Study on the Constraints and Decision-Making Process of Scuba Diving Participants : Applying Model of Goal-directed Behavior and Leisure Constraints Negotiation Model”, *Journal of Tourism and Leisure Research*, Vol. 31, No. 12, pp. 423-444, 2019. <https://www.riss.kr/link?id=A106509190>
- [60] K. Kim, and M. Yoon, “Leisure Constraint and Dance Adherence Among Life Dance Participants: Testing Mediating Effect of Leisure Constraint Negotiation”, *Korean journal of physical education*, Vol. 51, No. 5, pp. 579-589, 2012. <https://www.riss.kr/link?id=A106549743>
- [61] S. Son, and B. Kim, “An Examination of Model Among Leisure Constraint, Leisure Constraint Negotiation and Participation Intention of Participants in Winter Sports”, *Korean journal of physical education*, Vol. 53, No. 2, pp. 395-406, 2014. <https://www.riss.kr/link?id=A106547953>
- [62] J. Son, A. Mowen, and D. Kerstetter, “Testing alternative leisure constraint negotiation models : An extension of Hubbard and Mannell's study”, *Leisure Sciences*, Vol. 30, pp. 198-216, 2008.

<https://doi.org/10.1080/01490400802017308>

- [63] S. Ma, and S. Ma, "Testing a Structural Model of Psychological Well-Being and Constraints Negotiation in Recreational Sports Participation in Individuals with Type 2 Diabetes", *Leisure Sciences*, Vol. 36, pp. 268-292, 2014. <https://doi.org/10.1080/01490400.2014.885857>
- [64] K. Kim, "Structural Equation Modeling Analysis of the Negotiation Process of Leisure Constraints among Leisure and Sports' Participants", *Korean Society for the Sociology of Sport*, Vol. 22, No. 1, pp. 61-76, 2009. <https://www.riss.kr/link?id=A104418595>
- [65] W. Song, "influence of participation patterns and constraints on urban workers' leisure and life satisfaction", Doctor's Dissertation, Yonsei University, Jun, 2004. <https://www.riss.kr/link?id=T9252542>
- [66] R. Kanfer, "Motivation in N. Nicholson(ED.) *The blackwell dictionary of organizational behavior*", Oxford, Uk: Blackwell Publisher, 1994.

Authors



Moon-Sook Lee received the B.S., M.S. and Ph.D. degrees in Physical Education and Sport Science from Chungnam National University, Korea, in 1997, 1999 and 2005, respectively.

Dr. Lee joined the Instructor of the Department of Sport Science at Chungnam National University, Daejeon, Korea in 1999. She is interested in Leisure & Recreation and Therapeutic Recreation.