

파크골프 참여자의 열정적 행동이 운동몰입 및 운동성과에 미치는 영향: 뉴실버세대 중심으로

이현서¹ · 김병윤^{2†}

¹한림대학교 글로벌학부, 겸임교수

²극동대학교 사회체육학과, 조교수

(2024년 3월 25일 접수: 2024년 4월 13일 수정: 2024년 4월 15일 채택)

Effects of Park Golf Participants' Passionate Behavior on Exercise Commitment and Performance

Hyun-Seo Lee¹ · Byung-Youn Kim^{2†}

¹*School of Global Studies, Adjunct Professor, Hallym University, Chuncheon City, Korea*

²*School of Leisure Sports, Assistant Professor, Far East University, Chungbuk, Korea*

(Received March 25, 2024; Revised April 13, 2024; Accepted April 15, 2024)

요약 : 파크골프는 실버세대들이 신체적, 비용적으로 부담 없이 즐길 수 있는 생활체육으로서 자리매김하고 있다. 이에 파크골프 참여자들의 열정적인 참여행동이 운동몰입 및 운동성과에 미치는 영향을 살펴보고자 하였다. 대상은 파크골프 참여자 243명을 대상으로 하였고, 자료처리는 SPSS 21.0 및 AMOS 18.0을 이용하였다. 또한, 빈도분석, 신뢰도, 확인적 요인분석 및 상관분석을 실시하였다. 그리고 SEM을 통해 경로분석을 실행하였고, 부트스트래핑을 활용하여 매개효과를 분석하였다. 첫째, 열정적 행동과 운동몰입의 관계는 조화열정은 운동몰입에 영향을 미치지 않았고, 강박열정은 정적인 영향을 미쳤다. 둘째, 열정은 운동성과에 정적인 영향을 미쳤다. 셋째, 운동몰입은 운동성과에 정적인 영향을 미쳤다. 넷째, 열정과 운동성과의 관계에서 운동몰입이 부분적 매개 역할을 하였다. 따라서 열정이 저하되지 않도록 파크골프장의 환경을 개선해 준다면 운동몰입 및 운동성과는 향상될 것이다.

주제어 : 파크골프, 열정, 운동몰입, 운동성과

Abstract : Park golf is establishing itself as a daily sport that the silver generation can enjoy physically and cost-free. Accordingly, we have examined the impact of park golf participants' passionate participation behavior on sports immersion and sports performance. The subjects were 243 park golf participants, and SPSS 21.0 and AMOS 18.0 were used for data processing. In addition, frequency analysis, reliability, confirmatory factor analysis, and correlation analysis were conducted. Path analysis was performed using SEM, and mediating effects were analyzed using bootstrapping.

[†]Corresponding author
(E-mail: wonphoto@hanmail.net)

First, regarding the relationship between passionate behavior and sports immersion, harmonious passion did not affect sports immersion, and obsessive passion had a positive effect. Second, passion had a positive effect on sports performance. Third, sports immersion had a positive effect on sports performance. Fourth, sports commitment played a partial mediating role in the relationship between passion and sports performance. Therefore, if the environment of the park golf course is improved so that passion does not decrease, exercise immersion and exercise performance will improve.

Keywords : Park Golf, Passion, Sports Immersion, Sports Performance

1. 서론

1.1. 연구의 필요성 및 목적

우리나라는 급속도로 고령화 시대에 접어들고 있으며, 그로 인하여 연간 의료비 또한 증가하고 있다. 이에 정부 및 지방자치단체 등은 의료비 절감을 위해 생활체육을 적극적으로 지원하고 있다. 특히, 파크골프는 참여만으로도 건강증진과 의료비를 현저히 낮출 수 있어 고령층의 동참을 적극적으로 권장하고 있다[1]. 이를 증명하듯 파크골프장은 2017년 137개에서 2023년 현재 361개로 2.5배 이상으로 증가하였다[2]. 이러한 파크골프가 뉴실버세대에게 주목받는 이유는 도시 생활의 답답함을 벗어나 자연에서 운동을 즐길 수 있으며, 저비용으로 유산소 운동을 즐길 수 있고, 기존의 골프 경기와 비슷한 맥락으로 진행되기 때문에 경기방법 및 규칙을 빠르게 이해할 수 있기 때문이다[3]. 또한, 파크골프는 도심 내에 위치하는 곳이 많으므로 접근성이 좋으며, 자연 친화적인 장소이기에 부상의 위험이 적고, 기술의 난이도가 낮은 이유로 고령층에서 폭발적인 인기의 얻고 있는 스포츠 활동이다[4]. 이와 같은 스포츠 활동을 꾸준히 참여하기 위한 결정적인 요소는 참여 동기이며, 참여 동기로 대표되는 요인이 바로 운동열정이다[5].

열정(passion)은 추구하고자 하는 목표를 위하여 열의를 갖고 추진하는 태도로써[6], 개인의 내면화 과정에 따라서 조화열정(harmonious passion)과 강박열정(obsessive passion)으로 구분된다. 조화열정의 경우 자신이 좋아서 스포츠 활동에 참여하므로 활동 자체에 높은 가치를 두고 긍정적인 심리상태를 촉진시켜 동기 및 활력을 유지시키는 경향이 있다. 또한, 강박열정은 개인을 통제하며, 강한 동기적 영향을 받아 특정한 일에 참여하도록 만든다[7]. 이와 같은 열정은 자

신이 좋아하는 일에 많은 시간 및 에너지를 투입하여 활동하려는 강한 성향으로써[8], 운동을 수행하는 과정에서 나타날 수 있는 다양한 어려움을 끈기를 통해 극복해 나아가고, 지속적인 참여를 이끌어 내는 동기적 힘을 갖고 있다[9]. 즉, 적극적인 참여는 열정과 더불어 몰입으로 설명할 수 있는데, 스포츠를 참여하는 활동에서 자신이 열정적으로 참여한다는 것은 자신의 정체성 일부를 내면화하는 과정을 통해 스포츠와 동일시한다는 것이다[10]. 다시 말해 운동수행에 열정적으로 참여하게 되면 운동을 통하여 느낄 수 있는 운동 만족 및 행복감 등과 같은 긍정적 정서를 통하여 운동몰입의 단계를 경험하게 된다[11].

일반적으로 운동몰입(sports immersion)은 운동 상황에서 몰입의 상태로 빠져있는 것을 의미한다. 이러한 몰입을 경험하게 되면 자신의 행동을 완벽하게 제어하게 되거나 자신과 주변인 간의 구분이 사라지는 상태를 느끼게 되며[12], 내적 동기가 작용하여 운동에 집중하게 되고, 그로 인해 경기력 향상에 긍정적으로 작용하게 되므로 전체적인 운동성장에 영향을 미치게 된다[13].

운동성과는 목표를 위해 훈련하거나 경기를 하는 상황에서 시간과 노력 및 투자 등의 자원을 투입한 후 얻어지는 결과로써[14], 운동을 몰입하는 과정에서 끊임없이 순환되는 관계이다[15]. 운동성과와 관련된 선행연구들을 살펴보면 열정이 있어야 뛰어난 성과를 얻을 수 있다고 하였으며[16], 운동에 얼마나 열정적인 모습을 보이느냐에 따라서 운동에 몰입될 수 있다고 하였다. 그리고 자신의 성취 목표인 운동성과를 이루기 위해서는 끊임없이 노력하는 열정이 필요하며, 목표를 위해 집중해서 훈련하는 운동몰입 과정이 필요하다고 하였다[17]. 파크골프의 경우 여가활동 시간이 충분한 노령층이 참여하는 스포츠로서 동반자와 함께 파크골프 경기를 진행하게 된다. 파크골프를

참여하는 궁극적인 목적은 다를 수 있으나 경기를 통하여 얻는 성과는 누구나 향상되기를 바란다. 그러므로 본 연구는 파크골프 참여자의 열정적 행동과 운동몰입 및 운동성가의 인과 관계를 규명하여 파크골프의 저변확대 및 운동성과 향상을 위한 기초자료를 제공하고자 한다.

1.2. 연구가설

본 연구는 파크골프 참여자의 열정적 행동과 운동몰입 및 운동성과 간의 관계를 규명하기 위하여 다음과 같은 가설들을 설정하였다.

1.2.1. 열정과 운동몰입의 관계

자신이 좋아하는 스포츠 활동에 가치를 부여하고 많은 시간을 투자하는 성향이 높을수록 긍정적인 정서를 더 많이 경험하게 된다. 그리고 이러한 열정은 성공적으로 잘할 수 있다는 믿음을 유발하여 결국엔 몰입의 정도를 향상시킬 수 있다[18]. 이와 관련하여 선행연구를 살펴보면 운동열정을 향상시켜 줄 수 있는 다양한 사회적 지지기 형성되어 진다면 운동몰입을 효과적으로 끌어올릴 수 있다고 하였다[19]. 또한, 다수의 선행연구에서 운동열정이 운동몰입에 영향을 미친다고 언급하였다[20], [21]. 따라서 선행연구를 통해 다음과 같은 가설을 설정하였다.

연구가설 1: 파크골프 참여자의 열정적 행동은 운동몰입에 정적인 영향을 미칠 것이다.

1.2.2. 열정과 운동성가의 관계

운동열정은 훈련 과정에서 시간과 노력을 투자하게 만드는 결정적인 요인으로 경쟁 상황에서 기능을 충분히 발휘하게 만들기 때문에 경기성과를 끌어올릴 수 있다[22]. 이와 관련하여 체조선수를 대상으로 연구한 결과를 살펴보면 긍정적인 운동성가는 운동열정을 높이는 계기가 된다고 보고한 바 있다. 또한, 이러한 운동열정은 운동성과를 향상시킨다고 언급하면서 변인들 간의 인과관계에 대하여 논의하였다[9]. 그리고 다양한 스포츠 분야에서 열정이 운동성과를 높이는데 중요한 역할을 한다고 주장한 바 있다[9], [14], [23], [24]. 따라서 선행연구를 통해 다음과 같은 가설을 설정하였다.

연구가설 2: 파크골프 참여자의 열정적 행동은 운동성가에 정적인 영향을 미칠 것이다.

1.2.3. 운동몰입과 운동성가의 관계

몰입(immersion)이란 특별한 활동에 깊이 몰두되어 있는 상태를 의미한다. 이러한 운동몰입은 만족이 충족될 경우 운동성가에 강력한 영향을 미치게 된다[15]. 운동성가에 대한 지표는 객관적인 경기력을 평가하는 지표로서[22], 운동에 몰입하게 되면 인지된 경기력 등의 운동성가에 유의한 영향을 미친다고 보고한 바 있다[25]. 또한, 상호 간의 관계를 살펴본 선행연구의 결과 운동몰입은 개인적인 과업을 성취할 뿐만 아니라 경기력에도 긍정적으로 작용한다고 언급하였다[26]. 그리고 다양한 스포츠 분야에서 운동몰입이 운동성과를 높이는 중요한 변인이 된다고 주장하였다[27], [28]. 따라서 선행연구를 통해 다음과 같은 가설을 설정하였다.

연구가설 3: 파크골프 참여자의 운동몰입은 운동성가에 정적인 영향을 미칠 것이다.

2. 연구방법

2.1. 조사대상

연구의 대상은 2023년 9월 21일부터 2024년 2월 2일까지 세종시와 대전 및 청주에 거주하면서 파크골프를 즐기고 있는 65세 이상의 뉴실버세대를 표본으로 선정하였다. 또한, 비확률 표본추출법(Non-probability Sampling Method)을 활용하여 총 243명의 특성을 분석하였고, 결과는 <Table 1>과 같다.

2.2. 조사도구

본 연구의 목적을 달성하기 위하여 설정한 요인들은 다음과 같다. 열정은 Vallerand, et al. (2003)[8]을 기초로 김병윤, 김우식[29]이 활용한 척도를 통하여 조화열정 7문항과 강박열정 6문항 요인으로 구성하였으며, 총 13항을 구성하였다. 또한, 운동몰입에 관한 척도는 정용각(1997)[30]이 번안하여 김병윤, 이현서, 김차용(2020)[31]이 사용한 척도에서 9문항을 구성하였다. 그리고 운

Table 1. Characteristics of the subject of investigation

Classification	Items	frequency(N)	percent(%)
Gender	Male	136	56.0
	Female	107	44.0
Number of park golf	Once a week	68	28.0
	2-3 times a week	112	46.1
	4-5 times a week	58	23.9
	6-7 times a week	5	2.1
	Less than 1 month	8	3.3
Park golf period	2-3 months	17	7.0
	3-6 months	71	29.2
	1-3 years	81	33.3
	More than 3 years	66	27.2
Sum		243	100.0

Table 2. Contents of the survey tool

Variables	Sub factor and contents	Question number
General Characteristics	Gender, Number of park golf, Period	3
Passion	Harmonious passion, Obsessive passion	13
	Exercise immersion	9
	Sports performance	5
Sum		30

동성과는 김대은, 남광우, 조건상(2019)[9]과 남광우, 임요준, 김병주(2018)[14]이 사용한 척도에서 5문항을 추출하였으며, 구체적인 내용은 <Table 2>와 같다.

2.3. 신뢰도 및 타당도 검증

본 연구에서는 선행연구를 기반으로 설정된 이론적 모델의 타당성을 검증하기 위해 측정변수와 추출한 요인의 수에 대해 확인적 요인분석(CFA)을 실시하였고, 내용은 <Table 3>과 같다. 조화열정과 강박열정, 운동몰입, 운동성가를 통한 측정모형의 적합도를 분석한 결과 $CMIN=551.957$ ($df=315$, $p=.000$), $CMIN/df=1.752$, $RMR=.040$, $GFI=.860$, $AGFI=.832$, $CFI=.946$, $NFI=.883$, $TLI=.0940$, $RMSEA=.056$ 으로 나타나 만족할 만한 수준인 것으로 확인되었으며, 조화열정과 강박열정, 운동몰입, 운동성가의 잠재변수에서 측정변수에 이르는 경로는 유의 수준 .001에서 모두 유의한 것으로 확인되었다.

또한 집중타당성을 검증하기 위해 개념신뢰도를 나타내는 CCR값은 .70 이상, 평균분산추출값을 나타내는 AVE값이 .50 이상일 경우 집중타당성이 있다고 판단하는데, 분석결과 AVE값은 조화열정 .631, 강박열정 .673, 운동몰입 .801, 운동성과 .662로서 모두 .50 이상으로 나타났고, CCR값은 조화열정 .922, 강박열정 .924, 운동몰입 .973, 운동성과 .906으로 나타나 집중타당성이 확보되었다.

또한, 확인적 요인분석을 통해 도출된 각 요인들의 AVE값의 제곱근 값이 해당 구성요인들의 상관계수 값보다 클 경우 판별타당성이 존재하는 것으로 간주한다. AVE값의 제곱근 값을 구성요인들 간의 상관계수 값과 비교한 결과, 상관계수 값이 각 요인들의 AVE값의 제곱근 값보다 작게 나타나 판별타당성이 충족되었다. 내용의 결과는 내용은 <Table 4>와 같다.

Table 3. Results of confirmatory factor analysis

	Items	Estimate	S.E	C.R.	CCR	AVE	Cronbach's α
Harmonious passion	Variety of experiences	.701					
	New value experience	.671	.094	9.373***			
	Memories of enjoyable experiences	.517	.098	7.315***			
	Satisfaction with oneself	.717	.101	9.953***	.922	.631	.835
	Harmony with life	.583	.095	8.207***			
	Control of self-enthusiasm	.691	.092	9.624***			
	Addicted to park golf	.657	.101	9.186***			
Obsessive passion	Strong impulse toward park golf	.748					
	Strong emotional dependence	.922	.085	15.210***			
	Impossibility of controlling desires	.903	.088	14.875***	.924	.673	.924
	think only about park golf	.823	.089	13.368***			
	You must only play park golf.	.858	.090	14.024***			
	Park golf affects my mood.	.652	.084	10.304***			
Sports Immersion	I am proud of this sport.	.806					
	I will continue playing this sport.	.830	.057	18.092***			
	I always look forward to this sport.	.891	.069	16.924***			
	an important part of life	.826	.068	15.114***			
	I feel happy.	.849	.069	15.719***	.973	.801	.960
	Search for technical information.	.867	.071	16.241***			
	Search for related media.	.859	.071	16.214***			
	I am addicted to park golf.	.898	.071	17.140***			
Sports performance	I imagine playing park golf.	.814	.069	14.816***			
	I am satisfied with my performance.	.593					
	Performance has increased.	.700	.142	8.055***			
	Exercise condition is maintained.	.779	.132	8.539***	.906	.662	.803
	Maintain close relationships with colleagues.	.659	.142	7.750***			
Good at solving problems during games	.657	.132	7.734***				

CMIN=551.957($df=315$, $p=.000$), CMIN/ $df=1.752$, RMR=.040, GFI=.860, AGFI=.832, CFI=.946, NFI=.883, TLI=.940, RMSEA=.056

*** $p < .001$

Table 4. Results of correlation

Factor	M±SD	1	2	3	4
1. Harmonious passion	4.46±.466	<u>.631^a</u>			
2. Obsessive passion	4.03±.926	.336 ^{***}	<u>.673</u>		
3. Sports immersion	4.49±.473	.225 ^{***}	.331 ^{***}	<u>.801</u>	
4. Sports performance	4.49±.441	.299 ^{***}	.327 ^{***}	.361 ^{***}	<u>.662</u>

a : AVE

*** $p < .001$

Table 5. Results of structural equation model

CMIN(p)	df	CMIN/ df	RMR	GFI	AGFI	CFI	NFI	TLI	RMSEA
582.874 (.000)	317	1.839	.041	.851	.822	.939	.877	.933	.059

2.4. 자료처리 방법

자료는 SPSS 21.0와 AMOS를 활용하였다. 분석절차는 표본의 일반적 특성을 파악하기 위하여 빈도분석을 실시하였다. 또한 측정도구의 타당도 및 신뢰도 검증을 위해 확인적 요인분석과 상관관계분석을 실시하고 Cronbach's α 를 검증하였다. 마지막으로 구조모형 적합도 측정 및 가설의 검증을 위해 구조방정식 모형을 사용하였고, 직, 간접효과 및 총효과를 알아보기 위하여 부트스트랩핑(bootstrapping)을 실시하였다.

3. 연구결과 및 고찰

3.1. 구조모형의 적합도 평가

본 구조모형의 적합도 평가결과, <Table 5>와 같이 CMIN=582.874($df=317$, $p=.000$), CMIN/ $df=1.839$, RMR=.041, GFI=.851, AGFI=.822, CFI=.939, NFI=.877, TLI=.933, RMSEA=.059로 나타나 적합성이 확보되었다.

3.2. 연구가설 검증결과

구조모형이 적합한 것으로 나타나 가설 검증을 실시한 결과는 <Table 6>과 같다.

H1. “파크골프의 열정은 운동몰입에 유의한 정(+)의 영향을 미칠 것이다.”의 분석결과, 강박열정의 표준화된 경로계수가 .228(C.R=3.087,

$p < .01$)로 나타나 운동몰입에 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 확인되었다. 반면 조화열정의 표준화된 경로계수는 .082(C.R=1.074, $p>.05$)로 나타나 운동몰입에 유의한 영향을 미치지 못하는 확인되었다. 이에 따라 가설 1은 부분적으로 채택되었다.

H2. “파크골프의 열정은 운동성가에 유의한 정(+)의 영향을 미칠 것이다.”의 분석결과, 조화열정의 표준화된 경로계수가 .169(C.R=2.138, $p < .05$), 강박열정의 표준화된 경로계수가 .222(C.R=2.847, $p < .01$)로 나타나 운동성가에 유의한 정(+)의 영향을 미치는 확인되었다. 이에 따라 가설 H2는 채택되었다.

H3. “운동몰입은 운동성가에 유의한 정(+)의 영향을 미칠 것이다.”의 분석결과, 운동몰입의 표준화된 경로계수가 .293(C.R=3.940, $p < .001$)로 나타나 운동성가에 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 확인되었다. 이에 따라 가설 H3은 채택되었다.

3.3. 직, 간접효과 및 총 효과 검증

파크골프의 열정과 운동성가의 관계에서 운동몰입의 직, 간접효과 및 총효과를 산출하였다. <Table 7>과 같이 조화열정 → 운동몰입 → 운동성가의 간접효과 계수가 .024, 95% 신뢰구간에서 .001-.107로 하한값, 상한값이 나타나 0을 포함하지 않는 것으로 볼 수 있고, 강박열정 →

Table 6. Results of hypothesis test

Route	Estimate	S.E	C.R.	Hypothesis
H1-1 Harmonious Passion → Sports Immersion	.082	.099	1.074	기각
H1-2 Obsessive Passion → Sports Immersion	.228	.064	3.087**	채택
H2-1 Harmonious Passion → Sports Performance	.169	.068	2.138*	채택
H2-2 Obsessive Passion → Sports Performance	.222	.044	2.847**	채택
H3 Sports Immersion → Sports Performance	.293	.049	3.940***	채택

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .00$

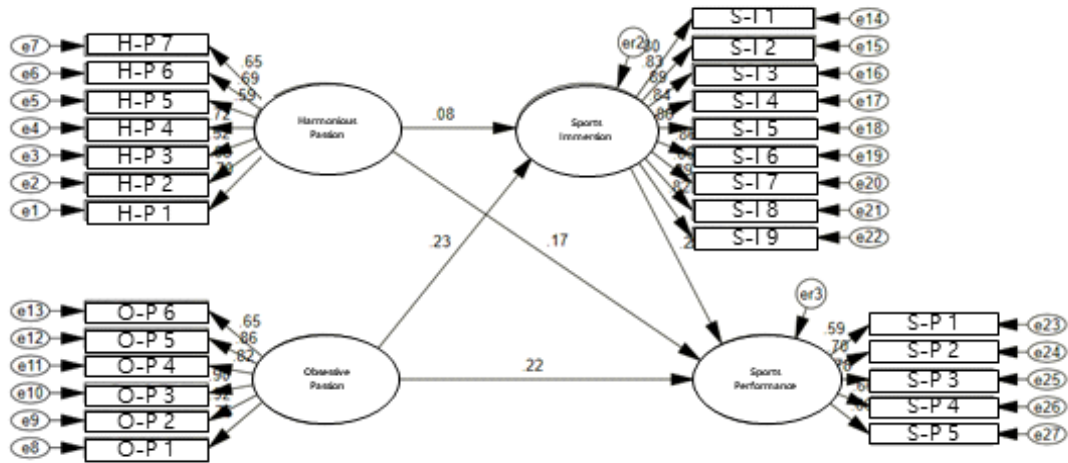


Table 7. Results of standardized total effect

Route	direct	indirect	total effects	BC 95% CI	
				Lower	Upper
Harmonious passion → Sports immersion → Sports performance	.169	.024	.193	.001	.107
Obsessive passion → Sports immersion → Sports performance	.222	.067	.289	.016	.188

BC : Bias Corrected, CI : Confidence Interval

운동몰입 → 운동성과의 간접효과 계수가 .067, 95% 신뢰구간에서 .016-.188로 하한값, 상한값이 나타나 0을 포함하지 않는 것으로 볼 수 있다. 이에 따라 열정과 운동성과의 관계에서 운동몰입의 간접효과는 통계적으로 유의하다고 볼 수 있다.

4. 결론

본 연구는 파크골프 참여자의 열정적 행동과 운동몰입 및 운동성과의 관계를 규명하고자 한다. 이에 파크골프를 하고 있는 참여자를 대상으로 조사를 진행하였고, 연구를 통해 추출된 결과를 다음과 같이 논의를 하고자 한다.

첫째, 파크골프 참여자의 열정적 행동 중 강박 열정은 운동몰입에 정적인 영향을 미친다는 결과를 확인하였다. 이를 지지하는 선행연구를 살펴보면 레슬링 선수를 대상으로 연구한 결과 운동열정이 운동몰입에 유의한 영향을 미친다고 보고한 바 있으며[20], 태권도 전공생을 대상으로 한 연구에서도 운동열정이 운동몰입에 영향을 미친다고 언급한 바 있다[19]. 물론, 스포츠 영역의 차이와 세대 차이는 다를 수 있으나 공통적인 열정에 대한 심리적 마음은 같다고 해석할 수 있다. 따라서 열정적으로 참여할 수 있는 환경을 만들어 주고, 내적 동기를 자극할 수 있는 방안을 모색할 필요가 있는 것이다[17]. 즉, 파크골프장은 일반 골프장보다 단순로운 운동 규칙을 적용하고 있지만, 환경에 따라 이벤트 홀을 만들어 새로운 경험을 하게 만들어 준다면 파크골프의 가치를 높일 수 있을 것이다. 또한, 그로 인해 운동에 대한 재미 및 만족감을 향상시키는 계기가 되어 운동에 몰두하게 될 것이다. 반면, 조화열정은 운동몰입에 영향을 미치지 않는 것으로 확인되었다. 강박열정의 경우 스포츠 중독과 유사한 열정으로서 파크골프 경기에 대한 의존성이 높으며, 욕구 및 충동이 강한 열정이기 때문에 경기에 대한 몰입이 강하게 나타나게 된다. 그러나 고연령층인 뉴실버세대들이 생각하는 심리적 조화열정의 경우 좋아하는 스포츠 또는 기억에 남을만한 경험으로 인식하기 때문에 운동에 대한 몰입보다는 스포츠를 즐긴다는 재미 정도의 열정으로 인식하는 것으로 판단된다.

둘째, 열정과 운동성과의 관계를 확인한 결과 파크골프 참여자의 열정적 행동이 운동성가에 유의한 영향을 미치는 것으로 확인되었다. 이는 자발적인 운동참여가 될 수 있는 조화열정과 강박 열정이 훈련을 통해 경험하게 되는 성과를 고양한다는 의미이다[14]. 즉, 열정은 자발적인 참여 행동을 이끌어 내며, 그로 인해 운동 행동에 도움을 주므로 성과에 직접적인 영향을 준다는 의미로 해석할 수 있다. 다시 말해 운동에 대한 열정은 훈련을 하는 과정에서 발생될 수 있는 문제를 해결하게 만들며, 그에 따른 만족감이 향상되므로 성과를 높이는 결과를 얻을 수 있다는 것이다[22]. 따라서 파크골프 관계자는 참여자들의 운동성가를 향상시킬 수 있는 방안으로 지도 또는 전문지식을 전달해 줄 수 있는 커뮤니티 채널을 만들어 준다면 운동성가를 높이기 위한 열정적 행동이 저하되지 않을 것이며, 이는 경기성가를

높이는 중요한 계기가 될 것으로 판단한다.

셋째, 운동몰입과 운동성과의 관계를 살펴본 결과 파크골프 참여자의 운동몰입은 운동성가에 긍정적인 영향을 미친다는 결론을 도출하였다. 이는 운동에 몰입할 수 있는 분위기 조성과 더불어 운동의 즐거움과 성취감을 획득할 수 있도록 돕는다면 운동성가를 향상시킬 수 있다는 의미이다[26]. 즉, 운동성가를 향상시키기 위해서는 운동수행에 관련된 몰입의 경험 및 수준을 높이기 위한 다각적인 접근 방법이 필요하다고 볼 수 있다[27]. 파크골프를 즐기는 대상자는 대부분 실버세대들이 참여하고 있으므로 사람들과의 친밀감이 많은 부분에서 성과에 영향을 미치게 된다. 즉, 파크골프는 혼자서 플레이하는 운동이 아닌 다른 사람들과 경쟁 또는 친목을 도모하기 위한 운동으로서 대인관계는 필수적인 요소가 된다. 그러나 경기력에서 동반자와 많은 차이가 난다면 내적 동기가 저하되어 운동에 몰입이 되지 않을 것이며, 경기성과 또한 낮아질 것이다. 그러므로 파크골프와 관련된 경험 및 운동 수준을 높일 수 있는 팁을 공유할 수 있는 커뮤니티 장소를 제공해 준다면 운동 전, 후 경기력을 향상시킬 수 있는 방법들을 공유하는 시간을 보낼 것으로 판단한다. 끝으로 본 연구 과정에서 미흡하였던 부분에 관하여 다음과 같은 제언을 한다. 첫째, 열정은 참여 기간 및 빈도에 따라 다르게 나타날 수 있으므로 차후 연구에서는 대상의 인구통계학적 특성에 따른 차이 검증에 대한 필요성이 있다고 판단한다. 둘째, 본 연구에서는 운동몰입 및 운동성가를 단일 요인으로 연구를 진행하였으나, 차후 연구에서는 다양한 요인들을 설정하여 구체적인 연구가 진행될 필요가 있음을 제언한다.

References

1. J. W. Yoo, Park golf is in the spotlight for 'enhancing senior vitality'...the whole country is in excitement[Internet], sports korea, <https://sports.hankooki.com/news/articleView.html?idxno=6830265>, November 2023
2. Status of park golf courses nationwide in 2023, Korea Park Golf Association, <http://www.kpga7330.com/data/info.php>, November 2023

3. J. H. Jang, J. T. Lim, J. E. Lee, "The Effects of Park Golf Participants' Health Care Leisure on Mental Health and Psychological Happiness", *Journal of Golf Studies*, Vol.14, No.2 pp. 143-153, (2020).
4. H. J. Lee, R. B. Lee, J. M. Heo, "The Meaning of Park-Golf Experience as Serious Leisure of Older Adults", *The Korean Journal of Physical Education*, Vol.61, No.3 pp. 177-192, (2022).
5. Y. S. Kim, *Effects of guiding types of Middle School Sports lecturers on Student's sports passion and social techniques*, Unpublished master's thesis, Graduate School of Education, Chungnam National University, (2014).
6. C. Peterson, M. E. P. Seligman, "Character strengths and virtues: A handbook and classification". NY: Oxford University Press. DC: American Psychological Association, (2004).
7. R. J. Vallerand, F. L. Rousseau, F. M. E. Grouzet, A. Dumais, S. Grenier, & C. M. Blanchard, "Passion in sport: A look at determinants and affective experiences", *Journal of Sport & Exercise Psychology*, Vol.28, pp. 454-478, (2006).
8. R. J. Vallerand, C. M. Blanchard, G. A. Mageau, R. Koestner, C. F. Ratelle, M. Leonard, M. Gagne, J. Marsolais, "On obsessive and harmonious passion". *Journal of Personality and Social Psychology*. Vol.85, No.4 pp. 756-767, (2003).
9. D. E. Kim, K. W. Nam, G. S. Cho, "The Relationship among Instructor's Trust, Athletic Performance and Exercise Passion of Gymnasts", *The Korean Journal of Sport*, Vol.17, No.4 pp. 1329-1337, (2019).
10. H. W. Kim, K. H. Lee, "The Effects of Sport Passion on Sport Commitment and Exercise Adherence in University Soccer Club Players", *Korean Society For The Study Of Physical Education*, Vol.19, No.3 pp. 85-100, (2014).
11. J. Y. Kim, "The effect of bungee fly exercise on elementary school students' health fitness, exercise passion and exercise immersion", *JKSSPE*, Vol.24, No.3 pp. 97-110, (2019).
12. L. F. Campbell, J. D. Will, *Exercise psychology*. Champaign, IL: *Human kinetics*, (1995).
13. K. W. Chun, *Structural Relationship among Mentor Role of Sports Center Instructor, Achievement Goal Orientation, Confidence, Exercise Flow and Exercise Adherence Intention of Participant*, Unpublished doctoral thesis, Dankook University, (2020).
14. K. W. Nam, Y. J. Lim, B. J. Kim, "The Relationship among Instructor's Communication Types, Exercise Passion and Athletics Performance in Judoka ", *The Journal of Korean Alliance of Martial Arts*, Vol.20, No.4 pp. 89-101, (2018).
15. D. H. Hong, J. U. Jung, "The Effects of Self-Leadership of Secondary School Soccer Players on Sport Commitment Behavior and Athletic Outcomes", *The Korea Journal of Sports Science*, Vol.30, No.5 pp. 29-41, (2021).
16. R. J. Vallerand, "On the psychology of passion: In search of what makes people's lives most worth living", *Psychologie canadienne*, Vol.49, No.1 pp. 1-13, (2008).
17. K. S. Heo, B. K. Kim, K. Y. Kim, S. B. Kong, "The Relationship between University Taekwondo Players' Achievement Goal Orientation, Passion, and Exercise Flow", *Journal of Coaching Development*, Vol.24, No.2 pp. 131-139. (2020).
18. I. H. Kim, "The Mediating Effects of Exercise Emotion between Passion and Sport Commitment of Middle Schooler Participating in School Sports Club", *The Korean Journal of Physical Education*, Vol.61, No.6 pp. 31-43, (2022).
19. S. U. Park, K. S. Moon, "Effects of Exercise Passion and Exercise flow on the

- Grit of University Taekwondo Students”, *Korea Society for Martial Arts : Journal of Martial Arts*, Vol.14. No.2 pp. 225-243, (2020).
20. J. W. Lee, Y. H. Kim, “The Effects of Tenacity on Exercise Enthusiasm and Exercise Flow of Wrestlers”, *Korea Society for Martial Arts : Journal of Martial Arts*, Vol.11, No.4 pp. 85-105, (2017).
 21. Y. K. Kim, K. H. Choi, “Relationships among Passion, Exercise Emotion, and Sport Commitment of Student-athletes”, *Journal of Coaching Development*, Vol.18, No.2 pp. 77-84, (2016).
 22. J. H. Won, “Relationships among Exercise Enthusiasm, Exercise Performance and Satisfaction in Weightlifters”, *Sports Science*, Vol.39, No.2 pp. 167-173, (2021).
 23. N. J. Song, “Effects of Poomsae Athlete’s Sports Confidence on Exercise Passion, Exercise Commitment, Perceived Performance”, *Korea Society for Martial Arts : Journal of Martial Arts*, Vol.13, No.3 pp. 203-222, (2019).
 24. S. B. Son, G. S. Cho, “Verification of Relationship Model among Exercise Passion, Self-Management, and Exercise Performance of Secondary School Athletes”, *The Korean Journal of Sport*, Vol.18, No.1, pp. 563-572, (2020).
 25. Y. D. Jeong, “Examining the Relationships among Goal Orientation, Flow, Perceived Athletic Performance, and Psychological Well-Being in Amateur Soccer Participants”, *Journal of Sport and Leisure Studies*, Vol.80, pp. 335-347, (2020).
 26. D. J. Lee, J. H. Hwang, “Structural Relationships among Charismatic Leadership, Leader Trust, Exercise Commitment and Exercise Performance of Taekwondo Instructor”, *Taekwondo Journal of Kukkiwon*, Vol.9, No.1 pp. 121-140, (2018).
 27. S. Y. Park, J. S. Lee, “The Influence of Positive Psychological Capital of University Team Sports Athletes on Exercise Immersion and Exercise Performance”, *Journal of Sport and Leisure Studies*, Vol.81, pp. 229-239, (2020).
 28. J. Y. Kim, “The Influence of the Univ. Women Athletes’ Emotional Intelligence on Exercise Flow and Athletic Life Performance”, *Sports Science*, Vol.30, No.2 pp. 53-61, (2013).
 29. B. Y. Kim, W. S. Kim, “The relationship between passionate behavior, psychological well-being, and intention to continue exercise of Pilates class participants”, *Journal of the Korean Applied Science and Technology*, Vol.39, No.2 pp. 233-245, (2022).
 30. Y. G. Jeong, *influence of sport participation motivation, arousal seeking and affects on the behavior of sport commitment*, Unpublished doctoral thesis, Busan University, (1997).
 31. B. Y. Kim, H. S. Lee, C. Y. Kim, “The Relationships between Personal Trainer’s Transformational Leadership, PT”, *The Korean Journal of Sport*, Vol.18 No.3 pp. 427-437, (2020).