

## 여가와 삶의 질에 대한 비교문화 연구

김정운 이장주  
명지대학교

본 연구의 목적은 한국과 독일대학생들의 여가생활과 삶의 질에 대한 관련성을 비교분석하는데 있다. 구체적으로 한국대학생 368명, 독일대학생 348명을 대상으로 우선, 각 문화의 대학생들이 주로 하는 여가활동유형, 여가활동유형에 따른 여가만족도와 삶의 질과의 차이, 여가시간과 삶의 질의 관계에 대해 살펴보았다. 둘째, 여가동기, 여가태도에 있어 한국과 독일대학생 간에 차이를 비교하였다. 마지막으로 삶의 질과 여가동기, 여가태도, 여가만족도간의 관계를 살펴보았다. 본 연구의 주요 결과는 다음과 같다. 첫째, 한국대학생은 독일대학생에 비해 '놀이 및 오락'활동에 많이 참여하고 있지만, 이러한 여가활동에 대해 비교적 만족스러워하지 않는 경향이 있으며, 오히려 '관광 및 여행'활동과 '사교'활동 그리고 '스포츠 및 건강'활동을 하는 경우, 여가만족도와 삶의 질을 긍정적으로 평가하는 것으로 드러났다. 독일대학생들은 '스포츠와 건강'활동에 가장 많이 참여하고 있으며, 활동시간이 증가할수록 생활만족도가 높아지며, 삶에 대한 부정적인 정서경험을 덜 하는 것으로 나타났다. 둘째, 여가동기에 대한 두 집단 간 차이를 살펴본 결과, 한국대학생들의 경우 휴식을 취함으로써 일에 대한 에너지를 얻고, 기분 전환을 하고자 하는 동기(휴식동기)가 독일대학생들에 비해 강한 반면, 자신의 능력을 개선하거나 자랑하고 싶어하는 동기(유능동기)는 상대적으로 약한 것으로 나타났다. 셋째, 여가태도에 있어서도 한국대학생은 인지적, 정서적 요인이 높게 나타난 반면 독일 대학생은 행동적 측면에서 높게 나타났다.

**주요어 : 여가, 삶의 질, 여가활동, 생활만족도, 여가동기, 여가태도, 여가만족도**

행복의 추구가 삶의 궁극적인 목적이라고 가정할 때, 우리들이 일상에서 수행하는 많은 일들이 행복과 직결되지 못한다는 사실은 매우 불행한 일이다. 산업화가 가속화됨에 따라 노동 생산성과 효율성의 증대와 더불어 경제적 번영 또한 증가하였지만, 사람들이 일상에서 누리는 삶의 질은 그에 걸맞게 개선되지 못하였다. 이것은 고도의 경제적 성장을 구가하던 6-70년대의 미국 사회에

서 삶의 질을 연구하던 심리학자들이 공통적으로 보고한 충격적인 사실이었다. 생활수준의 향상과 개인의 자유 증가 이면에는 범죄와 마약 문제의 증가, 가족과 공동체의 해체, 공해와 정신병리의 증가라는 어두운 그림자가 드리워 있었던 것이다. 이에 따라 많은 심리학자들이 삶의 질을 개선하기 위한 노력의 일환으로 행복을 비롯하여 생활 만족감, 주관적 안녕감(subjective well-being)

김정운, 이장주는 명지대학교 여가정보학과에 재직하고 있음.

이 논문은 2002년도 한국학술진흥재단의 지원에 의하여 연구되었음(KRF-2002-072-BM2544).

교신저자 : 이장주, (120-728) 서울시 서대문구 남가좌동 50-3 명지대학교 기록과학대학원 여가정보학과, 전화 : (02) 300-1817,

E-mail : leejj@mju.ac.kr

같은 긍정적 측면에 관한 연구를 수행하기 시작하였다. 그 결과, Campbell(1981)은 건강, 재정, 가족관계, 우정, 주택, 생활의 동반자, 여가활동, 종교 등등 12개의 변인들이 생활 만족감에 기여하는 것으로 밝혀졌다고 보고하였다. 그런가 하면, Argyle(1987)은 지지적인 사회적 관계를 비롯해 긍정적 자기 존중감, 내적 통제, 소재, 외향성 등과 같은 심리적 특성들이 주관적 안녕감을 예언하는 변인이라고 보고하였다. Myers와 Diener(1995)는 행복이나 주관적 안녕감을 이해하기 위해서는 사람들이 맺고 있는 지지적인 관계망, 일과 여가활동에의 몰입, 개인적 목적이나 희망 등을 파악하는 것이 좀 더 나은 전략이라고 시사하고 있다.

한 때, ‘한강의 기적’이라는 칭송을 받을 정도로 놀라운 경제성장을 이룩했던 한국 사회는 지금 행복한가라는 질문에 과연 어떤 대답을 내놓을 것인가? 절대빈곤을 벗어나기 위해 뛰고 또 뛰었던 한국인의 놀라운 인내력 뒤에는 ‘사랑하는 가족’이 있었다. 사랑하는 가족을 위해 열심히 노력한 결과 오늘날의 경제적 수준에 도달하였지만, 역설적이게도 오늘의 한국 경제는 가족의 희생에 담고 서 있는 것이라 할 수 있다. 경제개발에 박차를 가하던 60년대 이후 일과 노동이 한국인의 삶을 지배하게 되면서 일에 치인 아버지들은 가족들과 함께 어울리는 방법은 고사하고 대화하는 방법조차 망각하게 되었다. 오늘날 우리 사회에서 급속하게 증가하고 있는 이혼율은 그만큼 많은 사람들이 자신의 삶에 만족하지 못하고 불행하다는 증거인 것이다. 위에서 언급한 미국 학자들의 연구에서도 공통적으로 가족관계와 중요한 타인들과의 대인관계가 삶의 질에 영향을 미치는 중요한 변인으로 강조되고 있는 점을 고려할 때, 한국 사회의 이혼율 증가는 한국인의 삶의 질에 적신호가 켜지고 있다는 뜻으로 해석해야 할 것이다(김정운, 2003).

가족을 비롯한 중요한 타인들과의 관계는 ‘일’을 중심으로 이루어지는 것이 아니라 상호간의 만족과 삶의 의미를 증진시킬 수 있는 ‘여가’를 통해 이루어지는 것이라 할 수 있다(김정운, 이장주, 2003). 뿐만 아니라 이제 여가는 단순히 노동 생산성과 효율성을 높이기 위한 보조적인 수단에 머무는 것이 아니라 그 자체로서 삶의 의미를 구성하는 중요한 요소로 인식되어지고 있다. 더구나 작년부터 주40시간 근무제가 본격적으로 도입된 시점에서 사람들

이 어떤 여가활동을 수행하고 있으며, 여가를 통해 어떤 의미를 추구하고 있는지가 중요한 이슈가 되었다. 이런 상황에서 다양한 여가활동들이 어떠한 경로를 통해 얼마만큼 삶의 질을 개선하는 데 이바지 할 수 있는지에 대한 학문적 노력이 절실히 필요한 상태이다. 따라서 본 연구는 ‘여가와 삶의 질’이 어떤 관계를 갖고 있는지를 다각도로 탐색하여 사람들이 자신의 삶에 좀더 만족하고 행복한 생활을 할 수 있는 실천적 방안을 모색할 필요성에 의해 제기되었다.

이러한 필요성에 부응하고자, 본 연구에서는 여가와 삶의 질 간의 관련성을 한국보다 앞서 산업화에 성공하고 다양한 사회적 문제들을 우리보다 먼저 극복한 경험이 있는 독일 사회와 비교 문화적인 측면에서 접근하고자 한다. 독일은 문화적 전통이나 역사적 경험에서 한국과 매우 상이한 나라이지만, 이차대전 이후의 최근세사는 우리와 비슷한 점들이 많은 나라이기도 하다. 독일은 이차대전 이후 동서독의 분단과 전쟁의 폐허 위에서 ‘라인강의 기적’이라는 경제부흥을 이룩하였다. 그 이후 여러 가지 어려운 국내외적인 문제들을 해결하여 결국 통일을 이룩하였으며, 국제사회에서 당당한 선진국의 일원으로 활동하고 있다. 한국 사회가 6·25 전쟁의 폐허 위에서 경제 재건에 힘쓰고 있을 때, 독일 역시 이차대전의 패전국이라는 불리한 입장에서 경제부흥에 몰두하였던 것이다. 우리는 오늘날 독일 사회가 누리고 있는 삶의 질과 여가의 관계를 연구함으로써 주5일근무제 시대가 자리잡아가고 있는 한국 사회에 시사점이 있으리라 사료된다.

이러한 목적을 달성하기 위해 본 연구에서는 상대적으로 여가생활이 자유로운 한국과 독일대학생들의 여가활동유형을 살펴보고, 여가관련 변인들 간의 관계성을 비교·분석해봄으로써 독일의 여가문화에 대한 체계적인 지식 확보와 더불어 보다 나은 삶의 질을 위한 대안을 모색하는 우리의 여가문화의 개발에 기초자료를 제공하고 자 하였다.

## 이론적 배경

### 삶의 질/생활만족도/부적 정동

1960년대 이후 많은 심리학자들은 개개인 자신의 삶을 어떻게 평가하는지 또는 개개인이 자신의 삶에 얼마나 만족하는지를 측정함으로써 행복을 연구하기 시작했으며,

이러한 연구들은 주관적인 삶의 질(subjective quality of life), 주관적 안녕감(subjective well-being), 생활만족도(life satisfaction) 또는 행복(happiness) 등의 다양한 용어로 진행되어왔다. 이들에 대한 정의는 크게 세 가지 관점으로 살펴볼 수 있다. 첫째는 삶의 질이 외부의 객관적 기준이나 조건에 의해 정의될 수 있다는 입장으로, 한 개인의 삶의 질이 사회경제적 지표에 의해 주로 결정되기 때문에 소득, 교육수준, 여가시간, 건강상태 등에 의해 삶의 질을 평가할 수 있다고 한다(Diener, 1984). 두 번째 유형은 개인이 자신의 삶에 대하여 내리는 인지적 평가를 중시하는 입장으로, 생활만족감을 강조한다(Bryant & Veroff, 1982; Campbell, Converse, & Rodgers, 1976). 이는 소득, 건강과 같은 사회경제적 지위를 포함한 객관적 상황이 삶의 질에 직접적인 영향을 미치기보다는 생활에 대한 인지적 해석이라는 매개과정을 거쳐 간접적으로 삶의 질에 영향을 미치게 된다는 것이다. 마지막 유형은 개인의 정서적 측면을 강조하는 입장으로, 행복을 부정적인 감정보다는 긍정적인 감정이 우세한 심리상태라 주장하면서, 긍정적 감정과 부정적 감정은 서로 반대되는 것이 아니라 완만한 반비례를 이룬다는 것이다(Bradburn, 1969; Hull & Micheal, 1995; Seligman, 2002). 즉 이 말의 의미는 긍정적 정서가 많다는 의미는 불행과 정반대가 아니라 보통보다 약간 적다는 의미로 해석될 수 있다. 이런 점에서 행복은 긍정적 정서로만 설명될 수 있는 것이 아니라 부정적 정서의 부재 혹은 낮은 수준임을 함께 확인 할 필요가 있다(이수원, 1995 참조).

이상에서 살펴보았듯이, 삶의 질에 대한 개념규정은 여러 가지로 나타나고 있으나, 현대의 연구자들은 개인의 삶에 대한 주관적인 판단과 느낌을 강조하여 생활에 대한 만족도 및 긍정적 정서로 정의하는데 동의하고 있다(조명환, 차경호, 1998; Ryff & Keyes, 1995). 따라서 본 연구 역시 이들의 입장을 수용하여, 삶의 질이란 개인이 자신과 관련된 생활조건이나 생활 사건에 대해서 만족하게 느끼는 정도로 생활만족감과 상대적으로 작은 부정적 정서경험(부적 정동)을 포함한다(Diener, Diener, Diner, 1995).

#### 여가활동의 분류

여가를 연구하는 많은 학자들은 거시적인 측면에서 여가활동을 조사하거나, 미시적인 측면에서 바람직한 여

가활동을 규명하기 위해서 여가활동을 몇 개의 하위 유형들로 분류하려 하였다. 그 중 하나는 여가활동을 여가활동의 행위자 측면과 행위의 대상적 측면으로 구분하는 것이다. 전자는 행위자의 의도, 동기, 태도 등에 따른 분류로, Kaplan(1960)과 Nash(1960)의 여가활동분류가 대표적인 예이다. Kaplan(1960)은 여가의 유형을 가치지향형, 규율과 전통, 행동지향성 중시형으로 나누었고, Nash는 시간의 이용가치에 따라 고차원적 활동과 저차원적 활동까지 6개로 분류하였다. 또한 Tinsley와 Johnson(1984)은 어떤 활동이라 하더라도 개인이 여가활동에서 느낄 수 있는 측면들이 수반된다면 여가로 분류될 수 있다고 함으로써, 지적자극, 정화, 표현적 보상, 쾌락적 보상, 지리적 교체, 안전한 고독, 일상적 탐닉 등의 심리적 상태들도 주관적 욕구 충족이라는 측면에서 여가활동으로 분류하고 있다. 후자의 여가활동 분류방법은 객관적인 또는 외향적으로 관찰이 가능한 활동에 근거하거나, 활동의 소재, 소재를 다루는 방식 등에 의한 분류이다(Ragheb, 1980). 예를 들어 Ragheb(1980)는 대중매체소비(TV, 잡지, 영화), 스포츠(운동경기 관람, 개인운동, 단체운동 등), 사회적 활동(연애, 친구방문, 파티 등), 야외 활동(소풍, 낚시, 정원 가꾸기, 자전거 등), 문화적 활동(음악회, 발레, 오페라, 박물관 방문 등)과 취미(그림, 수집, 사진 등)로 여가활동을 분류하였다.

이상의 분류체계에서도 드러나듯이 사회가 복잡해지고 사람들의 행위양식도 다양해지면서 여가활동을 체계적으로 분류하기가 갈수록 어려워지고 있다. 특히 여가활동을 개인의 주관적인 내적 경험에 근거하는 것으로 정의할 경우, 이미 주어진 분류체계에 근거하여 무엇이 여가이고 무엇이 여가가 아니라고 규정하는 것도 논리적 타당성을 확보하기 힘들다. 또한 한국과 독일대학생의 여가활동에 대한 유형과 여가시간 등과 같은 기본적인 자료를 수집·비교하는데 있어 개인의 주관적 경험에 근거하여 여가유형을 분류할 경우, 그 객관적인 비교 역시 어려울 것이라 판단된다. 따라서 본 연구에서는 행위의 대상적 측면을 바탕으로 여가활동을 분류하고자 한다. 즉, 기본적으로 사람들이 스스로 여가라고 보고한 모든 활동들을 여가의 범주에 포함시킨 후, 김성희(2003)가 사용한 분류체계를 수정·사용하여 한국대학생과 독일대학생의 여가활동유형을 비교한다.

### 여가활동과 여가태도

여가활동을 결정짓는 여러 가지 요인들이 존재하는데, 그 중 하나로 여가태도를 들 수 있다. 여가태도에 대한 연구는 크게 두 가지로 구분해 볼 수 있는데, 그 첫 번째는 여가태도를 구성하고 있는 차원에 대한 연구이며, 두 번째는 여가활동과 여가태도와의 관련성에 관한 연구이다. 전자의 측면에서, 여가태도의 구성요소에 대한 주장은 다각도에서 이루어지고 있으나 일반적으로 태도는 인지적·감정적·행동적 요소로 구성되어있다고 보고 있으며, 여가연구에서도 이를 수용하고 있는 입장이다(노용구, 2002). 이밖에도 Neulinger와 Breit(1969)는 여가태도를 크게 5가지 차원으로 구성하였는데, 여가계획에 대한 사회의 역할, 여가와 일을 통한 자기 동질화, 지각된 여가의 양, 여가에 대한 친밀감, 희망하는 여가와 일의 양이 이에 해당한다.

여가활동과 여가태도와의 실제적인 관계를 밝힌 많은 연구들은 이들간의 정적인 상관관계가 있다는 점에 대해 어느 정도 일관된 결과들을 보고하고 있다(김경태, 1995; Christensen & Yoesting, 1973; Young & Smith, 1979). Christensen과 Yoesting(1973)은 야외레크리에이션 시설의 이용도가 높은 사람은 이용도가 낮은 사람보다 더 긍정적인 여가태도를 가진다고 보고하였으며, 김정근(1998)은 대학생들을 대상으로 한 연구에서 여가활동에 대해 높은 참여태도를 가지고 있을수록 TV 시청 등 대중매체의 존형보다는 야외활동형 여가에 더욱 참여하는 것으로 나타났다. 또한 여가에 대한 태도는 여가만족에도 영향을 미치는 것으로 나타났는데, 여가에 대해 높은 관심을 보이고 있거나 여가를 능력개발의 수단으로 인식하는 응답자들이 비교적 높은 여가만족을 보이고 있었다. 20세 이상의 성인을 대상으로 한 김경태(1995)의 연구에서도 여가활동유형에 따라 인지적·정의적·행동적 태도가 영향을 받음을 밝혀내었으며, 특히 스포츠 활동이 여가태도와 높은 상관을 갖는다고 하였다.

본 연구에서는 여가태도가 인지적·정의적·행동적 측면으로 구성되어있다는 기존의 관점을 수용하여, 한국 대학생과 독일대학생들의 여가활동유형에 따른 여가태도를 살펴보고, 그 연구결과를 바탕으로 한국대학생과 독일대학생 간의 여가활동과 여가태도와의 관계를 살펴보고자 한다.

### 여가활동과 여가만족, 그리고 삶의 질

많은 연구자들은 여가활동의 다양한 신체적, 심리적, 사회적, 경제적 결과를 연구함으로써 여가활동이 삶의 질에 미칠 수 있는 영향력에 대해 피력하였다. 여가활동과 삶의 질에 관한 연구는 크게 두 가지 이론적 접근을 취하고 있다. 그 첫째는 여가활동을 수행함으로써 자신의 욕구/동기가 충족되어지고, 이로 인해 여가만족/행복감과 같은 긍정적인 심리를 경험하게 된다는 것이다. 두 번째 관점은 어떠한 활동에 참여하는 것만으로도 의도하지 않아도 행복은 느껴진다는 것이다(Diener, 1984). 지금까지의 연구들은 주로 두 번째 관점을 중심으로 진행되어졌는데, 특정의 여가활동에 참여하는 것은 긍정적인 심리를 경험하며, 이것들이 개인의 삶의 질을 향상시킨다고 일관되게 보고하고 있다. 연구를 살펴보면, 원형중(1994)은 수도권 거주 노인의 고독감과 여가만족 및 생활만족의 관계를 살펴본 연구에서 노인의 고독감은 생활만족에 결정적인 요인으로 작용하며, 고독감의 해소는 여가활동에서 오는 여가만족의 영향을 받는다고 하였다. Flanagan(1978)는 능동적 여가가 수동적 여가보다 총체적인 삶의 질과 상관관계가 높다고 보고하면서 적당한 수준의 신체적 각성을 유발시키는 여가활동은 삶의 질과 유의미한 상관이 있다고 하였다(Iso-Ahola, 1980). 유사한 맥락에서 신체적 여가활동에 참여하는 것이 TV시청과 같은 활동에 참여하는 것보다 자기정체감 발달에 더 긍정적인 영향을 주며(Shaw, Kleiber & Caldwell, 1995), 레크리에이션 활동에 많이 참가할수록 학문적 스트레스는 감소하고, 여가에 대한 만족이 클수록 대학 스트레스는 낮아진다고 하였다(Ragheb & Mckinney, 1993). 국내의 연구에서도 문화활동과 스포츠 활동 및 야외활동 같은 동적 여가활동에 참여하는 학생일수록 대학만족도가 높다고 보고하였다(강경빈, 최용빈, 1999; 박영숙, 1999).

첫 번째 관점을 바탕으로 한 여가활동과 삶의 질에 대한 연구에서는 ‘여가동기’의 개념을 연구의 초창기부터 중요하게 다루어왔다. 이는 동일한 활동이라 하더라도 사람에 따라 여가가 되기도 하고 그렇지 않을 수 있다는 심리학적 관점에서 비롯된 것이다. 즉, 외현적인 특징에 의해 여가활동의 여부가 결정되는 것이 아니며, 여가행동과 다른 행동을 구분하는 일차적인 차원은 바로 동기

적 측면, ‘어떤 동기를 가지고 사람들이 활동을 하느냐’에 달려있음을 의미한다(성영신, 고동우, 정준호, 1996, Mannell & Kleiber, 1997).

Neulinger(1981)는 여가의 조건으로서 ‘지각된 자유감’과 ‘내재적 동기 여부’에 및 ‘활동의 목표’를 설정하는 여가 패러다임 모형을 제안함으로써 여가에 있어 ‘내재적 동기’의 중요성을 강조하였다(노용구, 2002). Deci(1975)는 사람들은 종종 주위환경에 대한 통제력을 효과적으로 발휘할 수 있는 능력을 스스로 확인하고 싶기 때문에 어떤 활동에 참여하려고 동기화된다고 주장함으로써 내재적 동기와 활동간의 관련성을 언급하였다. 고동우(2002) 역시 지각된 자유감과 내재적 동기를 여가행동의 결정적 요소로 간주하고, 하나의 구체적인 활동을 여가인가 일인가로 구분하는 이분법적인 여가기준은 적합하지 않다는 의견을 제시하였다.

이처럼 여가동기가 여가연구의 초창기부터 주목받아 왔음에도 불구하고 국내 여가연구는 여가활동과 여가태도, 여가만족도에 주로 관심을 기울여왔으며, 여가행동의 심리적인 세력인 여가동기에 대해서는 그다지 주목하지 않은 것이 사실이다. 몇몇 연구들이 여가동기를 주제로 다루었으므로 여가활동에 있어서 내재적 동기가 중요하다는 점을 인정하고 있지만(서태양, 차석빈, 1996), 여가동기와 여가만족도 및 삶의 질간의 관계를 다루는 실증적 연구는 많이 이루어지지 않았다. 최근, 채선애와 한성열(2002)이 여가동기와 주관적 만족감과의 관계를 연구함으로써 여가활동에 있어 여가동기의 중요성을 강조하였으나, 이 두 변인간의 상관만을 살펴봄으로써 주관적 만족감에 영향을 미칠 수 있는 다른 변인들에 대한 상대적인 영향력을 설명하지 못하였다는 아쉬움이 있다.

결국, 본 연구에서는 여가활동과 여가만족, 그리고 삶의 질에 대한 이들 두 가지 관점을 모두 수용하여, 한국대학생과 독일대학생간의 여가활동의 유형을 살펴보고, 유형에 따른 여가만족도 그리고 삶의 질(생활만족도와 부정 정동)간의 관계를 살펴본다. 그리고 두 집단 간 여가동기의 차이를 살펴보고, 여가동기가 여가만족과 삶의 질에 미치는 영향력을 살펴봄으로써 두 문화권의 여가문화에 대한 이해의 폭을 넓히고자 한다.

## 방법 및 절차

조사대상 : 본 연구는 2003년 5월부터 8월까지 3개월 동안 서울과 경기도 소재 한국대학생 372명과 독일대학생 350명을 대상으로 실시되었다. 이중 성실하지 못한 응답을 보인 설문지 6부(한국대학생 4부, 독일대학생 2부)를 제외하고 최종적으로 한국대학생 368명(남 : 188, 여 : 180), 독일대학생 348명(남 : 168, 여 : 180)의 자료를 분석에 사용하였다. 조사대상자들의 연령과 용돈 그리고 학기에 대한 인구통계학적 자료는 다음의 표 1과 같다.

표 1. 한국대학생과 독일대학생의 기술통계치

	한 국		독 일	
	평균	표준편차	평균	표준편차
연 령	21.14	2.73	24.78	3.10
용돈(원)	30.14	14.35	64.16	26.63
학 기	3.49	2.15	6.97	4.03

측정도구 및 절차 : 한국과 독일 대학생들의 여가생활을 비교연구하기 위해, 크게 세 부분으로 설문지를 구성되었다. 우선, 인구통계학적 자료를 얻기 위해, 성별, 나이, 학년, 한달 용돈에 대한 간략한 질문이 제시되었다. 다음으로, 주로 즐기는 여가활동을 3가지 적고, 최근 일주일동안 이들 여가활동에 사용한 시간을 기술하도록 하였다. 마지막으로, 본 연구의 측정변인들을 묻는 문항들이 제시되었다. 이들 변인을 측정하기 위한 도구들을 구체적으로 살펴보면 다음과 같다.

여가동기 : 여가동기는 Beard & Ragheb(1983)가 최초로 개발하고, 원형중(1998)이 번안한 총 32문항의 척도(LMS : Leisure Motivation Scale)를 사용하였다. 이들 문항 모두는 ‘전혀 그렇지 않다(1점)’에서 ‘매우 그렇다(5점)’의 5점 척도 상에서 평정하였다. 동기 척도 문항들의 전체적인 신뢰도(Cronbach  $\alpha$ )는 .83이었으며, 하부 척도들의 신뢰도는 지적동기 .72, 유능동기 .71, 사회적 동기 .78, 휴식동기, .78로 나타났다.

여가태도 : 여가태도에 대한 질문문항은 Ragheb과 Beard(1982)가 개발한 12문항으로 구성된 여가태도 척도

를 사용하였다(1점 : 전혀 그렇지 않다~ 5점 : 매우 그렇다). 점수가 높을수록 긍정적인 여가태도를 갖는 것으로 해석하며, 인지적 태도를 묻는 문항의 신뢰도(Cronbach  $\alpha$ )는 .60, 행동적 태도를 묻는 문항의 신뢰도는 .65이다. 정서적 태도를 묻는 문항의 신뢰도는 .69이다.

생활만족도 : Diener, Emmons, Larsen 및 Griffin (1985)이 개발한 생활만족도 척도(Satisfaction with life scale)를 번안하여 사용했으며, 5점 척도(1점 : 그렇지 않다, 5점 : 매우 그렇다)로 평가하게 하였다. 점수가 높을수록 생활만족도가 높다. 이들 문항의 신뢰도(Cronbach  $\alpha$ )는 .81이다.

부적 정동 : 부정적 정서를 측정하기 위해, Agho, Price 및 Mueller(1992)가 구성하였고, 김정인(1997)이 번안한 부적 정동척도를 사용하였다. 이것은 전체 11문항으로 5점 척도(1점 : 전혀 그렇지 않다~ 5점 : 매우 그렇다)로 구성되었으며, 점수가 낮을수록 부정적인 정서를 덜 경험하는 것이다. 각 문항들의 신뢰도(Cronbach  $\alpha$ )는 .83이다.

이러한 내용을 담은 설문지는 우선 한국어로 작성되었으며, 독일어 설문지는 앞선 한국어 설문지를 바탕으로 한국어와 독일어 모두에 능통한 2인이 참여하였다. 우선 한 사람은 한국어 설문지를 독일어로 번역을 하였고, 다른 한사람은 번역된 독일어 설문지를 한국어로 번역하여 번역의 오류여부를 점검하였다.

#### 자료분석

여가활동의 유형화 : 개방형 질문을 통해 학생들이 참여하고 있는 여가활동에 대한 응답을 수집한 후, 여가활동을 크게 6가지로 구분하였는 바, 조깅, 헬스와 같은 '스포츠와 건강분야', 사진찍기, 악기연주 등과 같은 '취미와 교양분야', 영화감상, 연극감상과 같은 '관람 및 감상분야', 친구만나기, 이성교제와 같은 '사교분야', 드라이브, 여행과 같은 '관광 및 여행 분야', 마지막으로 바둑, 당구, 화투와 같은 '놀이와 오락 분야'가 그것이다. 한국과 독일 대학생간 여가활동에서의 차이<sup>1)</sup>를 살펴보기 위해 조사대상자가 기술한 모든 여가활동내용에 대한

교차분할분석과 카이 검증을 실시하였다.

여가활동, 여가동기, 여가태도에 대한 두 집단 간 차이검증 : 이들 변인에 대한 한국과 독일대학생들간의 차이를 살펴보기 위해, 평균차이검증을 실시하였다. 각각의 변인들에 대한 두 집단 간 차이에 영향을 미칠 수 있는 가외변인들을 통제하기 위해 연령, 학기, 용돈과의<sup>2)</sup> 상관을 살펴보았으며, 이러한 가외변인과 유의미한 상관을 보이는 문항들에 대해서는 추후 가외변인을 공변량으로 삼아 공변량 분석을 실시하였다.

## 결 과

### 여가활동유형에 대한 한국과 독일대학생간 비교

한국과 독일대학생들이 주로 하는 여가활동유형을 살펴보고, 두 집단 간에 여가활동유형에 유의한 차이가 있는지 살펴본 결과는 표 2와 같다. 우선, 두 문화 대학생들이 주로 하는 여가활동유형을 살펴본 결과, 한국 대학생들은 주로 관람 및 감상(27.2%), 취미 및 교양(21.6%), 놀이 및 오락(20.2%), 스포츠 및 건강(17%) 등의 순으로 나타났다. 그리고 독일 대학생들은 스포츠 및 건강이 29.2%를 차지하고 있어 가장 많은 비율을 차지하고 있으며, 취미 및 교양(27.1%), 관람 및 감상(17.3%), 사교(15.3%) 등이 그 뒤를 잇고 있다. 이들 두 집단 간 여가활동 유형에 대한 차이를 살펴본 결과  $\chi^2=122.964$ ,  $p<.001$ 이었다. 구체적으로, 한국 대학생들은 독일대학생들에 비해 컴퓨터게임, 채팅, 웹서핑과 같은 인터넷 관련 활동, 당구/포켓볼, 화투와 같은 '놀이 및 오락'을 더 많이 하는 것으로 나타났다(한국 : 20.2% vs 독일 : 7.2%). 그리고 영화·연극관람, TV/비디오 시청 등과 같은 '관람 및 감상' 활동 역시 독일대학생들에 비해 더 많이 참여하는 것으로 나타났다(한국 : 27.2% vs 독일 : 17.3%). 이에 반해, 독일 대학생들은 한국대학생들에 비해 조깅, 헬스, 수영 등과 같

1) 성별에 따른 분석은 중요하면서도 의미있는 작업이기는 하지만, 분석의 양 자체가 문화별 분석과 비교는 양이 될 뿐 아니라 성별에 따른 여가활동이라는 독자적인 주제가 될 수 있기 때문에 이 내용은 추후 별도의 논문으로 발표할 계획이다.

2) 한국과 독일 대학생들의 용돈규모에 있어 차이가 크게 나타났다. 이 결과에 대해 독일문화전문가 2인과 독일에서 10년 이상 생활한 심리학자 1인의 토론과정을 거친 바, 이러한 차이는 두 가지 원인에서 비롯된 것으로 합의하였다. 즉, 한국과 독일의 물가가 다르다는 것과 독일 대학생들의 상당수는 부모로부터 독립하여 살기 때문에 용돈 속에 생활비가 포함될 가능성이 높다는 것이다. 따라서 본 연구에서는 용돈에 대한 통계분석을 실시할 때 이를 z 점수화하여 사용하였다.

표 2. 한국과 독일대학생 여가활동유형

여가활동유형	한 국(%)	독 일(%)	전 체(%)
1. 스포츠·건강	169(17.0)	245(29.2)	414(22.6)
2. 취미·교양	214(21.6)	227(27.1)	441(24.1)
3. 관람·감상	270(27.2)	145(17.3)	415(22.7)
4. 사 교	93( 9.4)	128(15.3)	221(12.1)
5. 관광·여행	46( 4.6)	33( 3.9)	79( 4.3)
6. 놀이·오락	200(20.2)	60( 7.2)	260(14.2)
전 체	992(100)	838(100)	1830(100)

은 건강과 관련된 스포츠 활동들을 더 많이 하는 것으로 나타났다(한국 : 17.0% vs 독일 : 29.2%).

한국과 독일대학생의 여가활동유형에 따른 여가태도와 여가활동 만족도

여가활동유형에 따른 여가태도를 살펴보기 위해 나이, 용돈, 학기를 공변량으로 삼아 변량분석을 실시한 결과 표 3을 보면, 한국과 독일대학생 모두 여가태도의 행동적 측면에 대해서만 유의미한 통계적 차이가 있는 것으로 나타났다. 이와 같은 통계적 유의미성을 여가태도의 평균점수와 종합하여 살펴보면, 한국대학생들의 경우 ‘관광 및 여행’ 활동 집단의 경우 평균 3.46으로 ‘관람 및 감상’ 활동 집단(평균2.91)에 비해 여가활동을 하는데 돈과 시간을 들이는 것을 아까워하지 않는 경향이 있으며, 일이 바쁠 때라도 여가활동을 희생하지 않는 등 여가활동을 위한 물질적 투자를 아끼지 않는 경향이 있다. 독일 대학생은 ‘스포츠 및 건강’ 활동 집단(평균 3.17)의 경우 ‘관람 및 감상’ 활동 집단(평균 2.81)에 비해 그러한 것으로 해석해 볼 수 있다.

표 4는 여가활동유형에 따른 여가활동 만족도의 차이를 살펴보기 위해, 용돈, 나이, 학년을 공변량으로 삼아 변량분석을 실시한 결과이다. 구체적으로, 한국대학생들의 여가활동유형에 따른 여가활동 만족도는  $F=6.343$   $p<.001$  수준에서 유의미한 것으로 나타난 반면, 독일대학생들의 여가활동유형에 따른 여가활동 만족도 간에는 유의미한 차이가 없는 것으로 나타났다.

한국대학생들의 여가활동유형과 그에 따른 만족도를 표 2의 결과의 결부시켜 해석해보면, ‘관광과 여행’ 활동, ‘사교’ 활동은 그 빈도가 적다 하더라도 활동에 대해

표 3. 여가활동유형에 따른 여가태도의 차이검증

여가태도	여가활동유형	평 균 (표준편차)	자유도	F
여가태도의 인지적 측면	1. 스포츠·건강	4.37(.54)	5	1.336
	2. 취미·교양	4.30(.68)		
	3. 관람·감상	4.18(.57)		
	4. 사교	4.43(.74)		
	5. 관광·여행	4.45(.44)		
	6. 놀이·오락	4.24(.75)		
한국 대학생 여가태도의 행동적 측면	1. 스포츠·건강	3.14(.56)	5	2.394*
	2. 취미·교양	3.11(.61)		
	3. 관람·감상	2.91(.50)		
	4. 사교	3.08(.71)		
	5. 관광·여행	3.46(.55)		
	6. 놀이·오락	2.96(.55)		
여가태도의 정서적 측면	1. 스포츠·건강	4.30(.54)	5	.992
	2. 취미·교양	4.11(.73)		
	3. 관람·감상	4.15(.58)		
	4. 사교	4.25(.63)		
	5. 관광·여행	4.10(.80)		
	6. 놀이·오락	4.09(.71)		
여가태도의 인지적 측면	1. 스포츠·건강	3.78(.79)	5	1.635
	2. 취미·교양	3.53(.73)		
	3. 관람·감상	3.69(.79)		
	4. 사교	3.86(.81)		
	5. 관광·여행	3.75(.98)		
	6. 놀이·오락	4.11(.86)		
독일 대학생 여가태도의 행동적 측면	1. 스포츠·건강	3.17(.68)	5	2.326*
	2. 취미·교양	3.01(.59)		
	3. 관람·감상	2.81(.54)		
	4. 사교	3.07(.59)		
	5. 관광·여행	2.82(.58)		
	6. 놀이·오락	2.98(.88)		
여가태도의 정서적 측면	1. 스포츠·건강	3.93(.80)	5	1.118
	2. 취미·교양	3.78(.69)		
	3. 관람·감상	3.62(.75)		
	4. 사교	3.80(.79)		
	5. 관광·여행	4.00(.93)		
	6. 놀이·오락	3.89(.62)		

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

매우 만족스러워 하는 것으로 나타난 반면, 컴퓨터 게임, 채팅, 웹서핑과 같은 인터넷 관련 활동, 당구/포켓볼, 화투와 같은 ‘놀이 및 오락’ 활동은 6가지 유형의 여가활동 중 2순위로 많은 빈도를 보이고 있지만, 그다지 만족스러운 활동으로 경험하지는 않는 것으로 나타났다.

표 4. 한국과 독일대학생의 여가활동유형에 따른 여가활동만족도

	여가활동유형	평균 (표준편차)	자유도	F
한국 대학생들의 여가활동 만족도	1. 스포츠·건강	4.01(.94)	5	6.343***
	2. 취미·교양	3.82(.99)		
	3. 관람·감상	3.95(.92)		
	4. 사교	4.06(.83)		
	5. 관광·여행	4.29(.81)		
	6. 놀이·오락	3.65(.90)		
독일 대학생들의 여가활동 만족도	1. 스포츠·건강	4.05(1.02)	5	.693
	2. 취미·교양	3.94(1.02)		
	3. 관람·감상	3.89(.94)		
	4. 사교	3.98(1.07)		
	5. 관광·여행	3.93(1.31)		
	6. 놀이·오락	3.82(.92)		

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

한국과 독일대학생의 여가활동유형과 여가시간 그리고 삶의 질 : 생활만족도, 부적 정동

한국과 독일대학생의 여가활동유형과 삶의 질 : 한국과 독일대학생의 여가활동유형에 따른 생활만족도와 부적 정동을 살펴보기 위해 용돈, 나이, 학기를 공변량으로 삼아 공변량분석을 실시한 결과, 한국대학생들의 경우 여가활동유형에 따른 부적 정동에 유의미한 차이를 보이는 것으로 나타났다( $F=4.006, p<.001$ ). 부적 정동에 대한 평균을 바탕으로 집단 간 차이를 추론해보면, ‘스포츠 및 건강’ 활동집단의 경우, 부적정동의 평균이 2.73으로 삶에 대해 부정적인 정서를 가장 적게 경험하는 집단으로 나타났으며, ‘취미 및 교양’ 활동 집단의 경우, 부적정동의 평균이 3.07로 나타나 삶에 대해 부정적인 정서를 상당히 경험하는 집단으로 나타났다. 한국대학생들과 달리 독일대학생들의 경우, 여가활동에 따른 생활만족도와 부적정동에 유의미한 차이가 없는 것으로 나타났다.

한국과 독일대학생의 여가활동유형에 따른 여가시간과 삶의 질 : 표 6은 여가시간과 생활만족도 및 부적 정동의 관계를 조절하는 여가활동유형의 효과를 알아보기 위해 이들의 상관관계를 분석하였다. 표 6에서 제시된 바와 같이, 여가활동 유형에 따라 여가시간과 생활만족도, 부적정동의 관계가 조절되는 것을 확인할 수 있다. 즉, 여가시간이 많다고 해서 반드시 생활만족도가 높아지고, 부정적인 정서경험이 감소하는 것이 아니라 여가활동 유형에 따

표 5. 여가활동유형과 생활만족도, 부적 정동에서의 차이검증

	여가활동유형	평균 (표준편차)	자유도	F
생활만족도	1. 스포츠·건강	2.97(.71)	5	1.628
	2. 취미·교양	2.83(.82)		
	3. 관람·감상	2.92(.74)		
	4. 사교	3.00(.73)		
	5. 관광·여행	3.19(.71)		
	6. 놀이·오락	2.91(.77)		
한국 대학생	1. 스포츠·건강	2.73(.65)	5	4.006***
	2. 취미·교양	3.07(.69)		
	3. 관람·감상	2.95(.66)		
	4. 사교	2.96(.71)		
	5. 관광·여행	2.91(.70)		
	6. 놀이·오락	2.93(.69)		
부적 정동	1. 스포츠·건강	3.48(.72)	5	.523
	2. 취미·교양	3.43(.69)		
	3. 관람·감상	3.40(.77)		
	4. 사교	3.54(.68)		
	5. 관광·여행	3.46(.82)		
	6. 놀이·오락	3.46(.72)		
독일 대학생	1. 스포츠·건강	2.71(.68)	5	1.007
	2. 취미·교양	2.86(.70)		
	3. 관람·감상	2.77(.72)		
	4. 사교	2.80(.72)		
	5. 관광·여행	2.86(.67)		
	6. 놀이·오락	2.74(.70)		

주. \* $p<.05$

라 다른 것으로 나타났다. 한국대학생들의 경우 ‘사교’ 활동에 참가하는 시간과 생활만족도가 유의미한 정적 상관관계를 보이고 있는 반면( $r=.247, p<.05$ ), 그 외 다른 여가활동들은 생활만족도 및 부적 정동과 상관이 없었다. 독일대학생들의 경우, ‘스포츠 및 건강’ 활동에 참가하는 시간이 많을수록 생활만족도( $r=.164, p<.05$ )가 높고, 부정적인 정서경험( $r=-.200, p<.05$ )이 적은 것으로 나타났으며, ‘관광 및 여행’ 활동에 참가하는 시간이 많을수록 부정적인 정서를 덜 경험하는 것으로 나타났다( $r=-.399, p<.05$ ). 이와 달리 다른 여가활동들은 생활만족도 및 부적 정동과 상관이 없었다.

위의 연구결과는 단순한 여가생활의 양적 증대가 반드시 삶의 질 향상에 연결되지는 않는다는 것을 보여준다. 즉, 여가활동을 많은 시간 수행한다고 해서 삶의 질



표 6. 여가생활유형에 따른 여가시간과 생활만족도 및 부적 정동 간의 상관관계

여가유형	한 국		독 일	
	생활만족도	부적 정동	생활만족도	부적 정동
1. 스포츠·건강	.067	-.024	.164*	-.200**
2. 취미·교양	-.044	-.005	-.013	-.032
3. 관람·감상	.035	.016	-.074	-.146
4. 사교	.247*	.026	.031	-.170
5. 관광·여행	.012	-.041	.066	-.399*
6. 놀이·오락	.037	.046	.251	.018

주. \* $p < .05$ , \*\* $p < .01$

이 향상되는 것이 아니라 여가활동을 통해 경험하는 내용이 긍정적인 것이면 여가시간이 많을수록 삶의 질이 높아질 수 있지만 그렇지 않을 경우에는 여가시간과 삶의 질은 별로 상관이 없을 수도 있으며, 심지어 부적 상관을 보일 수도 있다는 것이다.

한국과 독일대학생의 여가동기와 여가태도에서의 차이

한국과 독일대학생의 여가동기에서의 차이 : 한국과 독일대학생 간에 여가동기에 있어 차이가 있는지를 비교해본 결과, 유능동기와 휴식동기에서 유의미한 차이를 보여주었다. 우선, 유능 동기에 있어, 독일대학생(평균 3.03)은 한국대학생(평균 2.88)들에 비해 ‘신체적인 기량과 능력을 개선하고 싶어서’, ‘나의 능력을 시험해보기 위해서’와 같이 자신의 능력을 개선하거나 자랑하고 싶어하는 동기에 근거해 더욱 여가활동을 하는 것으로 나타났다. 이에 반해 한국대학생들은 독일대학생들에 비해 ‘여유를 찾고 싶어서’, ‘휴식과 안정을 취하고 싶어서’, ‘분주한 일상으로부터 벗어나고 싶어서’와 같이 휴식을 취함으로써 일에 대한 에너지를 얻고, 기분전환을 하고자 하는 동기(휴식 동기) 때문에 여가활동을 하고 싶어하는 것으로 해석해 볼 수 있다. 한국 대학생들의 이와 같은 여가동기는 정서적, 심리적 안정추구요인이 한국대학생들의 여가활동선택에 중요한 영향을 미친다고 보고한 채선애와 한성열(2002)의 연구결과와 동일하다.

이상의 결과는 독일대학생에 비해 한국대학생들에게 ‘여가’라는 것이 자신의 능력과 인성을 개발할 수 있는 활동이라기보다는 ‘일’을 보다 더 효율적으로 하기 위한 ‘휴식’활동으로 인식하고 있음을 보여준다고 하겠다.

한국과 독일대학생의 여가태도에서의 차이 : 여가태도에 대한 한국과 독일대학생들 간 평균을 비교해본 결과가 표 8에 제시되었다. 우선, 여가태도의 인지적 측면을 측정한 대표적인 문항을 살펴보면 ‘놀이는 살아가는데 중요한 것이다’, ‘인간은 생활에서 가능한 한 많은 여가를 찾아야 한다’ 등이었으며, 한국학생들이 독일 학생들보다 여가태도의 인지적 측면에서 유의미하게 높게 보고되었다( $t = -10.96, p < .001$ ). 인지적 측면과는 달리 ‘여가에 돈과 시간을 들이는 것을 아깝지 않게 생각한다’, ‘휴가를 얻는데 주변사람의 신경을 쓰지 않는 편이다’ 등의 문항으로 측정된 여가태도의 행동적 측면에서는 독일대학생이 한국대학생들보다 유의미하게 높게 나타났다. ( $t = 4.113, p < .01$ ). 이에 반해 한국대학생이 독일대학생에 비해 여가에 대해 더욱 긍정적인 정서를 경험하는 것으

표 7. 여가동기에 대한 한국과 독일대학생간 차이검증

동기유형	집 단	평균 (표준편차)	t
지적 동기	독 일	3.06 (.86)	-1.131
	한 국	3.13 (.80)	
유능 동기	독 일	3.03 (.80)	2.318*
	한 국	2.88 (.86)	
사회적 동기	독 일	2.90 (.87)	1.327
	한 국	2.81 (.87)	
휴식 동기	독 일	3.85 (.83)	-2.138*
	한 국	4.00 (.70)	
전 체	독 일	3.21 (.53)	.327
	한 국	3.20 (.55)	

주. \* $p < .05$

표 8. 한국과 독일대학생의 여가태도에 대한 차이검증

여가태도	집 단	평균 (표준편차)	t
인지적 요인	독 일	3.68 (.83)	-10.96***
	한 국	4.29 (.65)	
행동적 요인	독 일	3.08 (.63)	4.113**
	한 국	2.89 (.58)	
정서적 요인	독 일	3.81 (.75)	-6.703***
	한 국	4.16 (.65)	
전 체	독 일	3.40 (.52)	-6.00***
	한 국	3.63 (.48)	

주. \*\* $p < .01$ , \*\*\* $p < .001$

표 9. 한국과 독일대학생들의 여가만족도와 여가동기, 여가태도와의 상관분석

여가만족도	여 가 동 기				여 가 태 도		
	지적동기	유능동기	사회적동기	휴식동기	인 지	행 동	정 서
한 국	.166**	.160**	.129*	.214***	.188***	.227***	.212***
독 일	.087	.066	-.052	.044	.162**	.098	.248***

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

로 나타났다. 즉, 한국대학생이 독일대학생들에 비해 휴일에 대한 기대도 크고, 여가활동을 즐긴 후에 더욱 기분이 상쾌하다고 평가하는 정서적 측면에서 한국대학생이 유의미하게 높게 나타났다( $t = -6.703, p < .001$ ). 이들을 모두 통합한 여가태도 전체 점수에서는 한국대학생들이 독일의 대학생들보다 높게 나타났다( $t = -6.00, p < .001$ ).

#### 한국과 독일대학생의 여가만족도와 여가동기, 여가태도와의 상관관계

여가만족도와 여가동기, 여가태도와의 상관관계를 살펴본 결과는 표 9와 같다. 한국대학생의 경우, 모든 여가동기와 여가만족도와의 정적인 상관관계를 보이고 있으며, 특히 휴식동기와 여가만족도 간 유의미한 정적 상관관계를 보고하고 있다. 이에 반해 독일대학생들의 여가동기와 여가만족도와는 통계적으로 유의미한 상관관계를 보이지 않았다. 이를 두 집단간 여가동기의 차이를 검증하였던 표 7과 결부시켜 살펴보면, 독일대학생들이 한국대학생들에 비해 유능동기가 높고, 휴식동기가 낮아 하더라도 이러한 동기의 차이가 여가만족도와 상관이 없음을 보여주며, 한국대학생들의 경우 독일대학생들에 비해 여가활동을 수행하더라도 ‘동기로 인해 유발된 활동이냐’에 따라 그리고 ‘어떤 동기를 가지고 하느냐’에 따라 여가활동에 대한 만족정도가 달라질 수 있음을 의미한다.

여가태도와 여가만족도와의 관계를 보면, 한국대학생의 경우 여가태도와 여가만족도간에 유의미한 정적 상관관계를 보이며, 독일대학생은 여가태도의 인지와 정서적 측면과 여가태도와의 정적 상관관계를 보여주고 있다. 이를 두 집단간 여가태도의 차이를 검증하였던 표 8과 결부시켜 살펴보면, 독일대학생이 한국대학생에 비해 여가활동에 대한 물질적 투자를 아끼지 않으며, 남의 시선을 의

식하지 않고 여가활동을 하는 경향이 있다하더라도 이것과 여가만족도와는 유의미한 상관이 없음을 의미한다.

#### 논의 및 결론

본 연구의 목적은 한국과 독일대학생들을 대상으로 여가관련 변인들간의 관계성을 전반적으로 비교·분석해봄으로써 독일의 여가문화에 대한 체계적인 지식 확보와 더불어 보다 나은 삶의 질을 위한 대안을 모색하는 우리의 여가문화의 개발에 기초자료를 제공하기 위해 진행되었다. 이를 위한 세부연구목적은 살펴보면 다음과 같다. 1) 여가활동유형에서 두 집단 간 차이가 있는지를 살펴보았다. 2) 두 집단의 여가활동유형에 따른 여가활동만족도를 살펴보았다. 3) 두 집단의 여가활동유형에 따른 여가태도를 살펴보았다. 4) 두 집단의 여가활동유형에 따른 생활만족도와 부정 정동(삶에 대한 부정적 정서경험)을 살펴보았다. 5) 두 집단의 여가활동유형에 따른 여가시간과 생활만족도 및 부정 정동간의 관계를 살펴보았다. 6) 여가동기와 여가태도에 있어서 두 집단 간 차이를 살펴보았다. 7) 두 집단의 여가만족도와 여가동기, 여가태도와의 상관을 보았다. 여기서는 본 연구의 주된 결과를 요약하고 그 의미에 대해 논의하고자 한다.

두 문화의 대학생들이 주로 하는 여가활동유형을 살펴본 결과, 한국대학생들은 독일대학생들에 비해 컴퓨터 게임, 채팅, 당구/포켓볼 등과 같은 ‘놀이 및 오락’ 활동과 영화·연극관람, TV/비디오 시청과 같은 ‘관람 및 감상’ 활동을 더 많이 참여하는 것으로 나타난 반면, 독일대학생들은 조깅, 헬스, 수영 등과 같은 건강과 관련된 스포츠 활동을 한국대학생들에 비해 더 많은 수가 참여하는 것으로 나타났다.

두 집단 간에 여가활동유형에 따른 여가활동만족도를

비교해본 결과, 한국대학생들은 ‘놀이 및 오락’ 활동에 참여한 집단이 ‘관광 및 여행’ 활동과 ‘사교’ 활동에 참여한 집단에 비해 여가활동만족도가 낮은 것으로 나타났다. 이에 반해 독일대학생들은 여가활동유형에 따른 여가활동만족도에 통계적으로 유의미한 차이가 없이, 어느 여가활동을 하더라도 전반적으로 만족도 수준이 높음으로 드러났으며, 특히 ‘스포츠 및 건강’ 활동이 평균 4.05로 가장 높은 만족도를 보여주고 있다.

두 집단 간에 여가활동유형에 따른 생활만족도 및 부적 정동을 비교한 결과, 한국대학생들의 경우 ‘스포츠 및 건강’ 활동에 참여하고 있는 한국대학생들의 경우 ‘취미 및 교양’ 활동에 참여하는 학생들에 비해 삶에 대한 부정적인 정서를 덜 경험하는 경향이 있는 것으로 나타났으며, 특히 ‘스포츠 및 건강’ 활동을 하는 한국 대학생들의 부적 정동 점수가 다른 활동집단에 비해 평균 2.73으로 가장 낮게 나타났다.

두 집단 간 여가시간과 생활만족도 및 부적 정동에 미치는 여가생활유형의 조절효과를 살펴본 결과, 한국대학생들의 경우 사교활동을 하는 시간이 증가할수록 생활만족도가 높아지는 것으로 나타났다. 이에 반해 독일대학생들의 경우 ‘스포츠 및 건강’ 활동에 참여하는 시간이 많을수록 생활만족도는 높아지며, 부적 정동을 덜 경험하는 것으로 나타났다. 그리고 ‘관광 및 여행’ 활동은 부적 정동과 부적 상관관계를 보이고 있다.

이상의 연구결과들을 서로 중첩시켜 해석해보면, 한국과 독일대학생들의 여가활동유형 및 그것이 여가만족도와 삶의 질에 미치는 영향을 살펴볼 수 있다. 즉, 한국대학생들은 실제 여가활동으로 컴퓨터게임과 인터넷 관련 활동(채팅, 인터넷 검색 등), 당구/포켓볼, 화투와 같은 ‘놀이 및 오락’ 활동에 많이 참여하고 있지만, 이러한 여가활동에 대해 비교적 만족스러워하지 않는 경향이 있으며, 오히려 ‘관광 및 여행’ 활동과 ‘사교’ 활동 그리고 ‘스포츠 및 건강’ 활동을 하는 경우, 여가만족도와 삶의 질을 긍정적으로 평가하는 것으로 드러났다. 이는 실제 한국대학생들이 주로 참여하는 여가활동이 여가만족도와 삶의 질과 그다지 높은 관련성이 없으며, 현재 참여하는 여가활동과 그들이 긍정적인 심리경험을 할 수 있는 여가활동 간에 서로 차이가 있다는 것을 의미한다. 이에 반해 독일대학생들은 ‘스포츠와 건강’ 활동에 가장 많이

참여하고 있으며, 여가활동유형별 만족도에 유의미한 통계적 차이는 없지만 이 활동에 대한 만족도 수준이 평균 4.05로 가장 높았다. 또한 이 활동에 참여하는 시간이 증가할수록 생활만족도는 높아지며, 삶에 대한 부정적인 정서경험을 덜 하는 것으로 나타나고 있다. 이것은 한국대학생들과 달리 독일대학생들의 경우 그들이 주로 참여하는 여가활동이 여가만족도와 생활만족도 그리고 부적 정동과 밀접한 관련성이 있어, 그들이 현재 참여하는 여가활동과 긍정적인 심리경험을 할 수 있는 여가활동이 서로 일치하고 있음을 의미한다. 이상의 연구결과는 한국대학생들이 그들의 여가만족도와 삶의 질과는 그다지 상관이 없는 여가활동을 하는 심리적·사회문화적 이유를 밝혀냄으로써 만족스러운 여가생활을 영위하고 더 나아가 삶의 질을 향상시킬 수 있는 방안을 모색해야 할 필요성을 제기한다.

한국과 독일대학생들의 여가동기에서의 차이를 검증한 결과, 유능동기와 휴식동기에서 통계적으로 유의미한 차이를 보였다. 채선애와 한성열(2002)은 한국의 여가 서구의 여가처럼 활동을 통한 인격완성, 성숙한 인간향의 지향을 위한 기회로 인식하고 있다기보다는 마음의 편안함, 정서적인 안정을 추구할 수 있는 기회로 보는 경향이 있다고 보고함으로써 문화에 따라 유발되는 여가동기가 다를 수 있음을 주장하였다. 본 연구 역시 이들의 연구결과와 동일하게 문화에 따른 여가동기의 상이성을 보여주고 있다. 즉, 한국대학생들의 경우 휴식을 취함으로써 일에 대한 에너지를 얻고, 기분 전환을 하고자 하는 동기(휴식동기)가 독일대학생들에 비해 강한 반면, 자신의 능력을 개선하거나 자랑하고 싶어하는 동기(유능동기)는 상대적으로 약한 것으로 나타났다.

여가태도를 인지·정서·행동적 측면으로 구분한 후, 두 문화의 대학생들 간에 차이가 있는지를 살펴본 결과, 한국대학생들이 독일대학생들에 비해 ‘놀이는 살아가는데 있어 중요하며, 생활에서 가능한 한 많은 여가를 찾아야 한다’고 생각하는 것으로 드러나, 여가를 더욱 중요하게 인식하고 있었다. 그러나 여가활동에 대한 행동적 측면을 살펴보면, 독일대학생들에 비해 여가활동을 위해 장기휴가를 얻을 때 주변사람들을 더욱 신경쓰는 경향이 있으며, 여가활동을 위해 돈과 시간을 들이는 것을 더욱 아까워하는 것으로 나타났다. 이와 같은 결과는

한국대학생이 독일대학생에 비해 여가활동이 삶에 있어 중요한 측면이라고 인식하지만, 실제 여가행동은 그들의 인식에 미치지 못함을 보여주는 것으로, 독일에 비해 한국의 경우 여가활동을 즐기는 주변 동료가 많지 않다는 점과 활동을 함에 있어 주변사람의 시선을 의식하게 되는 등과 같은 문화적 차이가 영향을 미친 것으로 해석해 볼 수 있다.

지금까지 연구결과를 종합함으로써 그것이 갖는 함의를 논의하였다. 본 연구는 여가와 삶의 질에 대해 수행한 국내 연구들에서 거의 이루어지지 않았던 비교문화연구를 실시함으로써 다른 문화와의 비교작업을 통해 한국의 여가에 대한 현 상황을 보다 명료하게 볼 수 있었다. 그리고 한국의 특성 및 여가문화가 앞으로 나아가야 할 바에 대한 정보를 얻을 수 있었다는 점에서 그 의의가 있다. 그러나 연구에 대해 몇 가지 제한점이 남는데, 우선, 여가동기에 따라 동일한 여가활동도 어떤 심리적 경험을 하게 되는지에 대한 역학적 관계에 대한 연구가 비교문화적 관점에서 수행되었다면, 여가활동에 대한 여가동기의 중요성이 보다 명료하게 드러났으리라 판단된다. 둘째, 기존 연구들은 여가태도와 여가동기가 여가만족도 및 자아개념에 영향을 미치고, 이것이 삶의 질에 영향을 미친다고 하였다. 본 연구에서는 문화에 따라 삶의 질에 대한 각 변인들의 설명력이 다를 수 있다는 점을 보여준 바 있었으나 각 변인들과 삶의 질간에 직접적인 관계성만을 보았을 뿐 기존 연구들이 제시한 조절효과에 대해서는 살펴볼지 못하였다는 한계는 추후 연구에서 극복해야 할 과제이다.

### 참 고 문 헌

- 강경빈, 최용민 (1999). 대학생의 여가활동 참여와 대학만족간의 관계. 한국스포츠티서치, 10(4), 1-12.
- 고동우 (2002). 여가동기, 여가체험 및 관광행동 : 이중추동 모형과 이중틀로 여가체험 모형. 2002년도 한국심리학회 춘계 심포지움 발표논문집, 115-149.
- 김경태 (1995). 여가활동유형과 여가태도의 관계. 한국스포츠포츠사회학회지, 제4호, 211-224.
- 김상무, 박정아 (1998). 여가활동이 생활의 질에 미치는 영향에 관한 연구. 대한관광경영학회 논문집, 5-23.
- 김성희 (2003). 라이프스타일에 따른 레저활동의 심리적 특성. 전북대학교 대학원 박사학위논문.
- 김정근 (1998). 여가태도, 여가활동이 여가만족에 미치는 영향 : 레깅의 연구모형 적용을 중심으로. 한국관광학회, 21(2), 222-236.
- 김정운 (2003). 휴테크 성공학. 서울 : 명진출판.
- 김정운, 이장주 (2003). 중년의 위기와 부부여가. 한국어가문학회 2003년도 연차학술대회 학술발표 논문집, 37-45.
- 김정인 (1997). 부적 정동과 사회적 기대가 직무 스트레스와 그 결과에 미치는 영향. 중앙대학교 박사학위논문.
- 노용구 (2002). 인간의 자유확보와 삶의 질 향상을 위한 실천 학문 : 여가학. 서울 : 대경북스.
- 박영숙 (1999). 대학생의 여가활동유형과 생활만족도에 대한 분석. 한국여가레크리에이션학회지, 17, 71-82.
- 박유진 (2002). 여가경험과 여가정체성 현출성이 여가 및 생활만족에 미치는 영향 : 적극형 여가를 중심으로. 중앙대학교 박사학위논문.
- 성영신, 고동우, 정준호 (1996). 여가의 심리적 의미. 한국심리학회지 : 산업 및 조직, 9(2), 17-40.
- 서태양, 차석빈 (1999). 여가론. 서울 : 대왕사.
- 이수원 (1995). 양극구조에서 이원구조로 : 개인 내 태도구조의 발달. 한국심리학회지 : 일반, 14(1), 1-32.
- 원형중 (1994). 여가활동 참여가 수도권 거주 노인의 고독감, 여가만족, 생활만족에 미치는 영향. 한국노년학, 14(2), 90-104.
- 원형중 (1998). 성인근로자의 여가활동 참여동기와 제약요인에 관한 기본 연구. 한국체육학회지, 37(2), 369-386.
- 채선애, 한성열 (2002). 여가활동, 여가동기, 자기효능감 및 주관적 안녕감과의 관계. 한국심리학회지 : 사회문제, 8(2), 17-31.
- Agho, A. O., Price, J. L., & Mueller, C. W. (1992). Discriminant Validity of Measures of Job Satisfaction, Positive Affectivity, and Negative Affectivity. *Journal of Occupational and Organizational Psychology*, 65, 185-196.
- Argyle, M. (1987). *The Psychology of Happiness*. Methuen

- & Co. Ltd.
- Beard, J., & Ragheb, M. (1980). Measuring leisure satisfaction. *Journal of Leisure Research*, 12, 20-30.
- Beard, J., & Ragheb, M. (1983). Measuring leisure motivation. *Journal of Leisure Research*, 15(3), 219-228.
- Bradburn, N. M. (1969). *The structure of psychological well-being*. Chicago : Aldine.
- Bryant, F. B., & Veroff, J. (1982). The structure of psychological well-being : A sociohistorical analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 43, 653-673.
- Campbell, A. (1981). The sense of well-being. *American Psychologist*, 31, 117-124.
- Campbell, A., Converse, P. E., & Rodgers, W. L. (1976). *The quality of American life*. New York : McGraw-Hill.
- Christensen, J., & Yoesting, D. (1973). Social and attitudinal variants in high and low use of outdoor recreational facilities. *Journal of Leisure Research*, 5(2), 6-15.
- Christopher, R. E., Debra, J. J., Donald, G. D., & Susan, R. E. (1995). *Leisure and life satisfaction : Foundational perspectives*. Madison, WI : Brown & Benchmark.
- Dattilo, J., Dattilo, A. M., Samdahl, D. M., & Kleiber, D. A. (1994). Leisure orientations and self-esteem in women with low incomes who are overweight. *Journal of Leisure Research*, 26, 23-38.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1985). *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. NY : Plenum Press.
- Diener, E. (1984). Assessing subjective well-being : Progress and opportunities. *Social Indicators Research*, 31, 103-157.
- Diener, E., Diener, M., & Diener, C. (1995). Factors Predicting the Subjective Well-Being of Nations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69, 851-864.
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. L., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale : A measure of global life satisfaction. *Journal of Personality and Assessment*, 49, 71-75.
- Flanagan, J. C. (1978). A research approach to improving our quality of life. *American Psychology*, 33, 138-147.
- Iso-Ahola, S. E. (1980). *The social psychology of leisure and recreation*. Dubuque, IA : W. C. Brown.
- Iso-Ahola, S. E. (1984). Social psychological foundations of leisure and resultant implications for leisure counseling. In E. T. Dowd(Ed.), *Leisure Counseling : Concepts and applications*(pp. 97-125). Springfield, IL : Charles C. Thomas.
- Kaplan, M. (1960). *Leisure in America*. NY : John Wiley & Sons.
- Mannell, R. C., & Kieber, D. A. (1997). *A Social Psychology of Leisure*. Venture Publishing, Inc.
- Nash, J. B. (1960). *Philosophy of Recreation and Leisure*. Iowa : William Brown.
- Neulinger, J. (1981). *The psychology of leisure*. Springfield, IL : Charles C. Thomas, Publisher.
- Neulinger, J., & Breit, M. (1969). Attitude Dimensions of Leisure : a Replication Study. *Journal of Leisure Research*, 1(1), 255-261.
- Ragheb, M. (1980). Interrelationships among leisure participation, leisure satisfaction, and leisure attitudes. *Journal of Leisure Research*, 12, 138-149.
- Ragheb, M., & Beard, J. (1982). Measuring leisure attitude. *Journal of Leisure Research*, 14(2), 155-167.
- Ragheb, M. G., & McKinney, J. (1993). Campus recreation and perceived academic stress. *Journal of College Student Development*, 34, 5-10.
- Ryff, C. D., & Keyes M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69, 719-727.
- Seligman, M. E. P. (2002). *Authentic happiness : Using the new positive psychology to realize your potential for lasting fulfillment*. Free Press : NY.

- Shaw, S. M., Kleiber, D. A., & Caldwell, L. L. (1995). Leisure and identity formation in male and female adolescents : A preliminary examination. *Journal of Leisure Research, 27*(3), 245-263.
- Tinsley, H. E. A., & Johnson, T. L. (1984). A preliminary taxonomy of leisure activities. *Journal of Leisure Research, 16*, 234-244.
- Young, C. W., & Smith, R. V. (1979). Aggregated and disaggregated outdoor recreation participation models. *Leisure Sciences, 4*, 1-26.

K C I

## **Cross-cultural Study of the Relationship between Leisure and Quality of Life**

**Chung-Woon Kim      Jangju Lee**

**Myongji University**

The purpose of this study was to examine cultural differences of relationship between leisure life and quality of life. For this goal, 368 Korean and 348 German university students completed a questionnaire measuring relationship between leisure life(leisure activities, leisure motivation, leisure attitude and leisure satisfaction) and quality of life(life satisfaction and negative affectivity). Based on analyzing these data, We found 4 prominent results; First, there were cultural differences between leisure activity and leisure satisfaction and quality of life. Specifically, although many of the Korean students were usually participating an 'indoor activities' such as internet surfing, card game, billiard etc, they were unlikely to satisfy those activities. On the other hand, majority of German students(29.2%) were participating sports activities, which was positively related with leisure satisfaction and quality of life. Second, the result showed that Korean students were to have a stronger 'psychological rest motivation' in leisure life than German students. While German students were to have a stronger 'competent motivation' than Korean students. Third, Korean students showed discrepancy between cognition and behavior of leisure attitude. When it comes to the cognitive aspects of leisure attitude, Korean students were more likely to consider leisure as a valuable activity than German students. In that the behavioral aspects, German students were more willing to participate leisure activity and consume time and money than Korean students.

**Key words : leisure, leisure motivation, leisure attitude, leisure satisfaction, quality of life, life satisfaction**

원고접수 : 2005년 3월 10일

심사통과 : 2005년 4월 5일