

석사학위논문

생활체육 참여자의 참여동기가  
직무만족도 및 생활만족도에 미치는 영향

지도교수 양 명 환



제주대학교 교육대학원

체육교육전공

이 창 기

2003년 8월

# 생활체육 참여자의 참여동기가 직무만족도 및 생활만족도에 미치는 영향

지도교수 양 명 환

위 논문을 교육학 석사학위 논문으로 제출함

2003년 5월 일

제주대학교 교육대학원 체육교육전공  
제주대학교 중앙도서관  
JEJU NATIONAL UNIVERSITY LIBRARY

제출자 이 창 기

이창기의 교육학 석사학위논문을 인준함.

2003년 7월 일

심사위원장 \_\_\_\_\_ (인)

심사위원 \_\_\_\_\_ (인)

심사위원 \_\_\_\_\_ (인)

<국문초록>

생활체육 참여자의 참여동기가 직무만족도 및  
생활만족도에 미치는 영향

이 창 기

제주대학교 교육대학원 체육교육전공  
지도교수 양 명 환

본 연구는 생활체육에 참여하는 참여동기의 인지적 요인에 따라 일의 영역과 생활의 영역에서 만족수준에 미치는 차이와 영향에 대한 인과관계를 분석하는 데 목적이 있다.

본 연구의 조사대상은 제주도내 생활체육에 참여하고 있는 직장인을 모집단으로 설정한 다음 유층집락무선표집법(stratified cluster random sampling)을 이용하여 표집하였다. 설문조사에 참여한 인원은 670명이었으며, 실제분석에 사용한 인원은 651명이었다. 본 연구에서 사용한 설문지는 요인분석을 통하여 구성타당도와 신뢰도 검증을 거친 표준화된 참여동기척도, 직무만족척도, 생활만족척도를 사용하였다. 자료분석을 위하여 사용한 통계분석 기법으로는 일원분산분석(one-way-ANOVA), 사후검정으로 Duncan 검정, 다중회귀분석(multiple regression analysis)과, 경로분석(path analysis)을 하였다.

이상과 같은 연구방법 및 분석결과를 토대로 하여 본 연구에서는 다음과 같은 결론을 도출하였다.

첫째, 인구사회학적 특성중 학력을 제외한 5개의 요인에서 참여동기에 유의한 차이를 보였으며, 참여동기 하위요인 중 건강·체력 동기는 연령, 월소득, 직업군에 따라 높은 점수를 보였다. 전체 직무만족도에서는 성별, 학력을 제외한 운동종목 유형, 연령, 월소득, 직업군에서 유의한 차이를 보였으며, 생활만족도에서는 성별을 제외한 나머지 요인들에서 유의한 차이를 보였다.

둘째, 운동 참여변인에 따라 참여기간을 제외한 운동지속시간, 운동강도, 운동빈도 변인에서 참여동기에 유의한 차이를 보였으며, 직무만족도 및 생활만족도에서도 운동 참여변인간에 유의한 차이가 있었다.

셋째, 생활체육 참여자의 참여동기중 사회성동기, 건강·체력동기, 정화·성취동기에서 직무만족도에 유의한 차이가 있고, 즐거움 동기는 유의한 차이가 없다. 생활만족도에서는 건강·체력, 정화·성취동기변인에서 유의한 차이가 있었다.

넷째, 생활체육 참여자의 참여동기중 건강·체력동기, 정화·성취동기는 생활만족에 직접적인 영향을, 사회성동기와 즐거움 동기는 생활만족을 매개하는 직무만족을 통하여 간접적인 영향을 미치고 있으며, 참여동기 4개변인의 영향을 받은 직무만족은 생활만족에 직접적인 영향을 미쳤다.

주요어 : 참여동기, 직무만족도, 생활만족도

※ 본 논문은 2003년 8월 제주대학교 교육대학원 위원회에 제출된 교육학 석사학위 논문임.

# 목 차

I. 서 론 .....	1
1. 연구의 필요성 및 목적 .....	1
2. 연구문제 .....	3
3. 연구의 범위 .....	4
4. 용어의 정의 .....	4
II. 이론적 배경 .....	6
1. 스포츠 참여동기 .....	6
2. 직무만족(Job Satisfaction) .....	16
3. 생활만족(Life Satisfaction) .....	23
III. 연구방법 .....	33
1. 조사대상 .....	33
2. 측정도구 .....	35
3. 연구절차 .....	38
4. 자료분석 및 처리 .....	39
IV. 연구결과 .....	40
1. 측정도구의 구성 타당도 및 신뢰도 검정결과 .....	40
2. 인구사회학적 특성에 따른 참여동기 차이와 직무만족도 및 생활만족도의 차이 .....	45
3. 운동 참여변인에 따른 참여동기 차이와 직무만족도 및 생활만족도의 차이 .....	54
4. 참여동기에 따른 직무만족도와 생활만족도 인과관계 .....	62



V. 논 의 .....	66
1. 측정도구의 구성 타당도 및 신뢰도 검정결과 .....	66
2. 인구사회학적 특성에 따른 참여동기 차이와 직무만족도 및 생활만족도 차이 .....	67
3. 운동 참여변인에 따른 참여동기 차이와 직무만족도 및 생활만족도 차이 .....	71
4. 참여동기에 따른 직무만족도와 생활만족도 인과관계 .....	73
 VI. 결론 및 제언 .....	 76
1. 결 론 .....	76
2. 제 언 .....	77
 참고문헌 .....	 79
Abstract .....	86
부 록 1. ....	88
부 록 2. ....	91



## <표 차례>

표 1. 참여동기 연구에서 확인된 요인들(외국), (양명환, 1994) .....	13
표1-2. 참여동기 연구에서 확인된 요인들(국내) .....	13
표 2. 조사대상자의 일반적 특성 .....	33
표2-2. 조사대상자의 생활체육 참여종목 .....	34
표 3. 설문지의 구성 .....	35
표 4. 참여동기 척도의 요인분석 및 신뢰도 검정결과 .....	42
표 5. 직무만족도 척도의 요인분석 및 신뢰도 검정결과 .....	44
표 6. 운동종목 유형에 따른 참여동기 차이 .....	45
표 7. 성별에 따른 참여동기 차이 .....	46
표 8. 연령에 따른 참여동기 차이 .....	47
표 9. 학력에 따른 참여동기 차이 .....	48
표10. 소득 유형에 따른 참여동기 차이 .....	48
표11. 직업군에 따른 참여동기 차이 .....	49
표12. 운동종목 유형에 따른 직무만족도와 생활만족도 차이 .....	50
표13. 성별에 따른 직무만족도와 생활만족도의 차이 .....	50
표14. 연령에 따른 직무만족도와 생활만족도의 차이 .....	51
표15. 학력에 따른 직무만족도와 생활만족도의 차이 .....	52
표16. 소득유형에 따른 직무만족도와 생활만족도의 차이 .....	52
표17. 직업군에 따른 직무만족도와 생활만족도의 차이 .....	53
표18. 운동 참여변인에 따른 정화·성취 동기요인에 대한 회귀분석 .....	54
표19. 운동 참여변인에 따른 건강·체력동기에 대한 회귀분석 .....	55
표20. 운동 참여변인에 따른 사회성 동기에 대한 회귀분석 .....	56
표21. 운동 참여변인에 따른 즐거움 동기에 대한 회귀분석 .....	57
표22. 운동 참여변인에 따른 내적 직무만족에 대한 회귀분석 .....	58
표23. 운동 참여변인에 따른 외적 직무만족에 대한 회귀분석 .....	59

표24. 운동 참여변인에 따른 생활만족도에 대한 회귀분석 .....	59
표25. 운동 참여변인과 직무만족도, 생활만족도에 대한 회귀분석 .....	61
표26. 참여동기가 직무만족도 및 생활만족에 미치는 영향에 대한 회귀분석 .....	62
표27. 6개의 변인으로 구성된 경로도형의 공변량 분해 결과 .....	65



## <그림 차례>

그림 1. 생활체육 참가자의 스포츠 참여동기, 여가만족, 생활만족간의 인과관계에 대한 경로분석(김옥태 등, 1999) .....	15
그림 2. 생활체육참여동기, 스포츠몰입, 여가만족간의 전반적 구조모델 (정용민, 2001) .....	16
그림 3. 직장동호인 생활체육활동정도와 조직분위기, 직무만족의 관계에 대한 경로도형(김강영, 2000) .....	22
그림 4. 사회체육활동과 생활만족의 관계에 관한 경로모형(이종길, 1992) .....	26
그림 5. 장애인의 생활체육 참가와 여가만족 및 생활만족의 관계에 대한 경로분석(노형규, 1998) .....	27
그림 6. 직장체육활동과 직장-가정갈등 및 생활만족간의 인과관계 (박종진등, 1998) .....	28
그림 7. 생활체육참여자의 참여동기, 직무만족도 및 생활만족도간의 경로도형 .....	32
그림 8. 본 연구의 분석 모형 .....	37
그림 9. 본 연구의 절차 .....	38
그림10. 운동 참여변인이 직무만족도 및 생활만족도에 미치는 영향에 대한 경로도형 .....	62
그림11. 참여동기가 직무만족도 및 생활만족도에 미치는 영향에 대한 경로도형 .....	64



# I. 서론

## 1. 연구의 필요성 및 목적

현대인들은 여가시간의 대부분을 스포츠 활동에 참여하고 있으며 참여를 통하여 고도성장으로 인한 물질문명의 팽배, 복잡한 도시 환경으로 인한 인간소외와 같은 환경속에서 스트레스, 성취욕구와 경쟁력, 환경의 부적응 등으로 심신의 쇠약 및 현대병을 유발하고 있는 부정적 영향을 해소함과 동시에 자신의 존재가치, 신체의 건강, 새로운 것에 대한 도전, 새로운 인간관계의 형성 등 풍요한 삶을 영위하는데 필요한 여러 경험을 터득하고 있다(문화체육부, 1994).

생활체육 활동이 건전한 여가문화의 창달과 국민의 총체적인 복지증진에 기여하는 효과적인 수단이 되고 있다는 것은 생활체육의 삶의 질, 더 나아가서는 복지사회 구현의 중요 지표임을 시사하는 것이다. 이러한 생활체육의 효과를 바탕으로 스포츠 활동에 능동적으로 참여하고 있는 대다수의 사람들은 신체의 건강, 생활에서의 만족 수준향상, 심리적 안녕 및 정신건강 등 자기실현을 촉진시키기 위해 여가시간의 대부분을 신체활동에 비중을 두고 투자하고 있다.

직무만족과 생활만족의 주요예측 변인으로서의 생활체육은 오늘날과 같은 복잡 다단한 정보화 사회에서 주로 실내에서만 근무하는 직장인들에게 있어서 스트레스를 말끔히 해소해 줄 뿐 만 아니라 건강은 물론 삶에 대한 의욕을 고취시킨다는 점에서 그 중요성이 증대되고 있다. 이렇듯이 생활체육의 참여는 여러 가지 목적과 이유로 수행되고 있으며 참여동기 또한 다양하게 나타나고 있는 데, 지금까지 밝혀진 성인을 대상으로 한 참여동기의 인지적 요인들은 일반적으로 신체적 건강, 사회적 친교를 통한 원만한 대인관계 유지, 자신감 및 성취감 등 자기개발, 즐거움과 같은 요인들이 내재되어 있는 것으로 파악되고 있다.

스포츠 참여를 결정하게 되고 그러한 행동을 지속하게 되는 것은 개인의 내적인 선

택에 의해 크게 좌우된다. 즉, 생활체육 참여동기의 문제는 사람들이 왜 그들이 원하는 방식으로 생활체육에 참여하는 지를 이해하고 분석하는데 도움을 줄 뿐만 아니라 생활체육 참여의 결과를 이해하는데 도움을 주기 때문이다(정용민,2001). 생활체육 참여동기 및 욕구는 참여자의 특성에 따라 다르고 생활체육 참여욕구에 대한 결정감은 개인의 욕구 성향에 따라 다양하게 나타날 수 있다. 자아향상, 자아표현, 문화적 교류의 동기화는 자아결정 후에 참여와 체험을 통하여 만족수준을 높여 나가며 생활체육 경험이 심리적 과정으로 형성된다(김기영, 2001).

국내외의 참여동기 연구에서 확인된 인지적 요인들을 살펴보면 양명환(1994)은 건강/체력, 정화, 모험추구, 신체조형, 사회적 동기, 희열추구 등 6가지 요인으로, 이철화(1995)는 건강지향, 자기개발, 사교지향, 가정지향, 취미·오락지향형 등 5가지 요인으로, 김나미(1997)는 지적요인, 사회적요인, 인지적 효능요인, 휴식적 요인으로, 정용각(1998)은 내적동기로 즐거움, 기술발달, 성취감·흥분감을 외적동기로는 컨디션, 사교, 건강·체력, 외적과시를 무동기로 무관심, 냉담 등의 요인으로 파악하고 있다. 또한 안창규(1999)는 참여동기의 인지적 요인으로 즐거움지향, 사교지향, 건강지향, 운동기술 지향 등 4가지 요인으로, Philip M. W., Wendy M. R. and Shawn N. F.(2002)는 유능감(능력)·도전, 외모, 사회성, 건강·체력, 즐거움·흥미 등 5가지 요인으로 파악하고 있다.

현재까지 스포츠 활동 참여와 관련된 참여동기, 직무만족도, 생활만족도 등을 연구한 최근의 결과들을 살펴보면 스포츠활동 참여동기(Iso Ahola and Allen, 1982 ; Mathes & Battista, 1985; Curry and Weiss, 1989 ;Philip M. W., Wendy M. R. and Shawn N. F., 2002 ; 양명환, 1994; 이철화, 1995; 김나미, 1997; 민병기,1997; 정용각, 1998; 안창규, 1999; 박의춘, 1999; 진운성, 2000) , 스포츠 활동 참여동기와 만족도(이철화, 1995; 정용각, 1997; 진종현·강효민, 1997; 진종현, 1998; 김옥태등, 1999; 김장환, 2001; 김철영, 2001; 이상일, 2001; 정용민, 2001; 조성희, 2001; 임금옥, 2002; 김금자, 2002), 스포츠 활동 참여와 생활만족도 (이종길, 1992; 공경호, 1997; 이기봉,1997; 노형규, 1998; 박종진·유재충, 1998; 이수완, 2000; 윤종효, 2000; 이종완, 2000;김성훈, 2000; 임명식, 2002), 스포츠 활동 참여와 직무만족도(김범식, 1989; 김양희, 1995; 박

경채, 1996; 정용승, 1998; 배상근, 2002; 오세효, 2002; 박인환, 2000; 김강영, 2000) 등이 요인별로 연구되어져 왔다.

대부분 이러한 선행 연구들은 생활체육 참여가 여가만족, 직무만족, 생활만족에 긍정적인 영향을 미친다는 결과를 지지하고 있다. 따라서 생활체육이나 스포츠 활동 참여가 생활의 질에 미치는 긍정적인 효과는 충분히 입증되고 있을 뿐만 아니라 여가 영역중에서 현대인들의 삶의 질을 결정하는 가장 핵심적인 활동으로 평가받는 당위성을 확보하게 되었다. 그러나 생활체육에 참여하는 참여자들의 동기 특성에 따라서 참여 후 결정되는 만족도 수준의 차이를 밝히려는 경험적 연구들은 활발하게 이루어지지 않고 있다. 또한 현재까지 생활체육 참여동기 유형에 따라서 직무만족과 생활만족에 미치는 영향에 대해서는 명확한 인과모형이 설정되어 있지 않기 때문에 이들 변인들간의 기본적인 연결 토대가 체계적으로 분석되지 못하고 있다. 따라서 본 연구는 개인생활과 직장에서 추구하는 욕구와 충족 결과간의 일치정도로 평가되는 생활만족과 직무만족이 인간의 행동을 활성화시키고 유지·지속시키는 동기에 의해서 영향을 받을 수 있다는 문제를 제기하고, 생활체육에 참여하는 참여자들의 동기유형이 직무만족 및 생활만족에 미치는 영향력을 실증적으로 분석하고자 한다.

## 2. 연구문제

본 연구의 목적을 달성하기 위하여 다음과 같은 연구문제를 설정하였다.

- 1) 인구사회학적 특성에 따라서 스포츠 참여동기, 직무만족도, 생활만족도는 어떠한 차이를 보이는가?
- 2) 운동 참여변인에 따라서 스포츠 참여동기, 직무만족도, 생활만족도는 어떠한 차이를 보이는가?
- 3) 스포츠 참여동기가 직무만족도 및 생활만족도에 미치는 영향은 어떠한가?
- 4) 스포츠 참여동기, 직무만족도 및 생활만족도 간에는 유의한 인과관계가 존재하는가?

### 3. 연구의 범위

본 연구는 연구 내용상 다음과 같은 범위로 한정하였다.

첫째, 본 연구는 생활체육에 참여하는 제주도내 직장인들로 한정하였다.

둘째, 본 연구를 조사하기 위한 방법으로 면담, 관찰 등 여러 가지 방법이 있으나 질문지 방법만을 이용하였다.

### 4. 용어의 정의

#### 1) 생활체육

생활체육이란 개인의 생활영역 안에서 각자의 취미와 여건 및 환경에 따라 여가 시간을 이용한 자발적 참여를 통하여 개인의 일상생활을 풍요롭게 하는 신체적 활동으로서 본 연구에서는 <표2-2>와 같이 생활체육 참여종목(27종목)을 개인종목, 대인종목, 단체종목의 3개 유형으로 구분하였다.

#### 2) 참여동기

참여동기란 개인의 경험이나 심리적 특성에 따라 다양하게 스포츠 활동에 참여하는 이유로서 본 연구에서는 정화·성취 동기, 건강·체력동기, 사회성 동기, 즐거움 동기 등 4개 하위요인으로 구성된 참여동기 척도의 측정값을 말한다.

#### 3) 직무만족도

직무만족도란 조직에서 구성원들이 직무를 수행하는 과정중 개인의 내재적 욕구가 어느 정도 충족되어 있는가에 대한 스스로 지각된 반응과 감정적 지향성으로 자신의 직무에 대한 평가정도로 정의할 수 있다. 본 연구에서는 내적 직무만족도, 외적 직무만족도 2개 영역의 측정값과 이들의 총합인 전체 직무만족도의 측정값을 의미한다.

#### 4) 생활만족도

생활만족도란 개인의 태도와 가치, 신념 및 욕구 등의 수준이나 차원에 따라 각 개인이 생활속에서 경험하는 바를 평가하여 얻는 유쾌한 감정의 상태로 본 연구에서는 생활만족 단일요인 8개의 문항으로 구성된 생활만족도의 측정값을 의미한다.



## II. 이론적 배경

### 1. 스포츠 참여동기

#### 1) 동기의 의미

동기라는 용어는 라틴어의 'movere'에서 유래한 것으로서 “움직이다”라는 의미를 지닌다. 이러한 의미로 볼 때 인간이 일정한 행동을 하도록 움직이게 하는 근원이 동기임을 알 수 있다. 인간이 운동을 하고 싶다는 생각을 하는 원동력은 여러 가지이다. 생리적 욕구로서 활동의 욕구, 애정의 욕구, 존경, 희구의 욕구, 자기실현의 욕구, 신기성의 욕구 등의 주된 것이라 할 수 있다. 이와 같은 동기(motive)에 대한 정의는 여러 학자마다 다양하게 나타나고 있다.

류정무(1981)는 동기관 “욕구를 만족시키는 것과 같은 활동을 하기까지 개인을 지배하는 방향성과 지속성을 가진 자극이다.” 또 어떤 목표를 자신의 욕구에 접근하여 그 흥미를 만족시키는 목표를 갖고 싶어할 때 동기유발이 되는 것이다.

이용걸(1973)은 동기는 “일정한 목표의 성취를 위하여 특정한 계열의 행동을 시동하여 지속시켜 나가는 내적 상태”이며 운동동기는 운동성취를 위한 노력 또는 활동을 시작하여 일정한 방향으로 지속시켜 나가는 데 필요한 에너지를 제고해주는 내적 상태이다. 일상적으로 이러한 내적 상태를 동기라는 말 이외에 의욕, 원망, 목적 및 의도 등으로 부르기도 한다.

Atkinson(1965)은 “동기는 활동의 방향강도 및 지속에 직접적인 영향을 미치며 한 가지 이상의 효과를 내는 활동경향성(action tendency)의 촉발을 뜻한다”고 하였으며, Alderman(1974)과 Cratty(1983)등은 “어떤 사람이 어떤 특정한 행동을 선택해서 지속적으로 계속하며 선택한 행동을 잘 할 수 있게 하는 힘”, Ross(1987)는 “동기관 개인이 목표를 향해 나아가도록 움직이게 하는 내적 심리상태”라고 하였다.

또한 Jones(1955)는 “동기관 행동이 시작되고, 활성화되고, 유지되고, 이끌리고, 정지되는 현상을 다루며, 또한 이러한 현상이 나타나는 동안에 인간내부에 어떤 종류의

주관적 반응이 나타나는 지를 다룬다고 했으며, Vroom(1964)은 “동기란 선택가능한 의도적인 활동 중에서 인간이나 하등동물이 결정하는 선택이 지배과정이라고 하였다 (임금옥,2002 재인용).

이러한 정의를 요약해 보면 동기란, “어떤 자극에 대한 반응을 용이하게 하는 동시에 유기체로 하여금 어떠한 특수한 행동 형태를 취하게끔 사전에 경향 지어주는 힘의 집합체”라고 할 수 있으며 동기유발이란, “개체가 동인을 가지고 일정한 행동을 일으키는 것”을 의미한다.

## 2) 동기의 분류

동기의 분류 기준이나 수에 있어서 학자간에 일치된 견해는 없으나 최근의 스포츠와 관련된 동기연구는 이론적 틀에 기초하여 인간의 행동을 내적동기, 외적동기, 무동기로 구분하여 스포츠 행동을 설명하고 있는데 최근까지 스포츠심리학 분야에서는 스포츠 행동에 대한 내적동기에 초점을 맞추어 왔지만 내적동기, 외적동기, 무동기를 다차원적으로 측정하는 도구가 개발되면서 스포츠 동기의 세가지 측면을 통합적으로 사용하고 있다.

외적동기는 운동참여의 원인이 스스로 하고 싶어서가 아닌 개인 및 사회적 성취나 주위환경에 의하여 결정되는 반면에 내적동기란 외적인 보상을 바라지 않고 운동자체가 좋아서 참여를 하는 경우로서 초창기의 동기 연구자들은 개인의 동기를 내적, 외적동기의 합으로 간주하였다. 이 관계에 따르면 동기는 외적으로나 내적으로 모두 높을 경우 강화된다고 주장하였다. 그러나 Deci와 Ryan(1985)은 원래 재미있는 활동을 하는데 외적보상(외적동기)을 제공하면 그 활동에 대한 내적동기는 외적보상의 통제적 측면 때문에 감소한다는 사실을 발견하여 초창기 연구들을 반박하였다. 실제로 외적동기와 내적동기는 정서, 인지, 행동의 측면에서 상당히 다른 결과를 초래하므로 동기를 단순히 내적동기와 외적동기의 가법관계로 보기에선 고려해야 할 측면이 너무 많다. 이제까지 동기에 대한 국내 연구의 대부분은 운동참여의 지속적인 측면에 초점을 두고 이루어져 처음 운동을 시작하게 된 동기에 대한 외적 및 내적동기에 따른 성취, 경기력, 연령차 등의 다양한 분석은 소수에 지나지 않는다. 또한 외국의 선행연구

(Gould, Feltz & Weiss, 1985; Morris, Clyton, Power & Han, 1995)는 개방형 설문지 보다는 신뢰도 및 타당도를 입증하여 척도화된 질문지로서 내적동기 요인을 중요 변인으로 초점을 맞추었기 때문에 외적동기가 더 많은 영향을 미치는 국내의 상황에 적용시키기에는 문제가 있다(구본철, 1998). 내적동기, 외적동기, 무동의 개념과 이를 구성하는 하위 영역은 다음과 같다.

### (1) 내적동기

일반적으로 내적동기는 외부의 보상없이 순수한 즐거움을 위해 스포츠 활동에 참여할 때 내적으로 동기화 되었다고 볼 수 있으며 내적동기는 단일개념보다는 다차원적인 개념으로 이해되고 있으나 일반적으로 내적동기를 토대로 나타나는 행동은 흥미, 노력, 지각된 유능감, 압력과 긴장 등 네가지 영역으로 대표될 수 있다.

최근에 Vallerand 등(1992)이 제시한 내적동기의 분류법은 새로운 개념적 틀을 제시하고 있다. 이 분류법에 따르면 내적동기는 세가지 형태가 있으며, 이러한 분류의 근거는 내적동기를 다룬 선행문헌을 기초로 하고 있다. 내적동기의 세가지 형태란 지식획득 내적동기, 성취 내적동기, 자극체험 내적동기이다.

첫째, 지식획득 내적동기란 “알고자 하는 동기”라고 할 수 있다. 즉 “어떤 사람이 새로운 무엇인가를 배우고, 탐색하며, 이해하고자 노력하면서 느끼는 재미나 즐거움을 위해서 어떤 활동을 하는 것”이라고 정의할 수 있다.

둘째, 성취 내적동기란 “어떤 사람이 자신의 최고기록에 도전하거나 무엇인가를 달성하면서 느끼는 기쁨과 만족감 때문에 어떤 활동을 하는 경우”를 의미한다. 즉 “무엇인가를 이룩하려는 동기”라고 할 수 있다.

셋째, 자극체험 내적동기란 “좋은 기분을 추구하는 동기”라고 간단히 설명할 수 있다. 즉, “기분좋은 감각을 느끼기 위해서 어떤 활동을 하는 것”이라 할 수 있다.

### (2) 외적동기

외적동기는 운동 참여의 원인이 스스로 하고 싶어서가 아닌 개인 및 사회적 성취나 주위환경에 의해 결정되는 것으로서 활동자체를 추구하는 것이 아니고 결과의 수단으로서 참여하는 다양한 인간행동을 말하는 데 대체적으로 내적동기가 아닌 어떤 동기



가 목적의 수단으로 이용되거나 외부의 압력과 간섭으로 이루어진 행동을 외적동기에 의한 행동이라고 볼 수 있으며, 외적동기는 인간의 사회화 현상에서 자연적 또는 내적동기가 아닌 것에서 요구되는 가치, 태도와 같은 많은 행동이라 할 수 있다.

외적동기는 전통적으로 외적 통제요인에 의해 나타나는 행동에만 해당하는 것으로 생각해 왔다. 하지만 최근 학자들은 외적동기는 여러 유형이 있으며, 그 중에서 자결성의 역할에 따라 정해질 수 있는 외적동기의 다른 유형을 제시하였다(Deci & Ryan, 1985)

Deci와Ryan(1985)은 외적동기를 외적조절, 내압적조절, 확인적조절로 분류하였다.

첫째, 외적조절은 우리가 상식적으로 알고 있는 외적동기의 개념에 가깝다. 즉 어떤 행동이 외적보상이나 타인의 강요에 의해 규제되는 것을 의미한다. 이 경우 재미있어서가 아니라 보상이나 칭찬을 얻거나 부정적인 결과를 회피하기 위한 목적으로 스포츠에 참여한다.

둘째, 내압적조절은 외적인 동기요인이 내적인 것으로 바뀌는 것으로 사람들이 어떤 행동을 하는 이유를 내면화시킴으로서 행동을 개시하는데 외적요인이 더 이상 필요없게 된다.

셋째, 확인적조절은 특정행동을 중요하다고 판단하고 자신이 선택에 따라 행동을 할 경우를 의미하며 스스로의 결정에 따른 행동은 확인규제의 외적동기에서 이루어진다고 할 수 있다.

### (3) 무동기

무동기는 학습에서의 무기력(무력감)의 개념과 매우 유사하다. Deci와Ryan(1985)은 무동기를 “개인의 행동이 바람직한 결과를 가져오는데 아무런 영향을 미치지 못한다는 믿음에 기인한 동기의 상실”이라고 정의하였다. 무동기 상태에서는 내적동기나 외적동기가 전혀 없다. 무동기에는 다음과 같은 네가지 유형이 있다.

첫째, ‘능력부족’으로 인한 무동기이다. 이것은 특정행동을 수행할 능력이 없을 경우에 해당한다.

둘째, ‘전략미흡’으로 인한 무동기이다. 어떤 전략이 바람직한 결과를 이룩하는데 도

움이 안된다고 믿을 때 무동기 상태에 이른다.

셋째, '노력회피'에 의해 초래된다. 즉 특정행동이 너무 힘들기 때문에 어떠한 노력도 하지 않겠다고 생각할 때 나타나는 동기이다.

넷째, '무기력 신념'으로 성취해야 할 과제가 너무 벅차기 때문에 자신의 노력이 쓸모가 없다고 생각하는 것을 의미한다.

### 3) 동기의 특성

동기가 갖는 여러 가지 기능으로는 행동을 일으키는 시발기능, 맹목적인 행동이 아닌 특수한 반응을 선택하는 선택기능, 행동을 목표에 방향짓는 지향기능, 목표에 도달했을 때 그 행동의 재현 가능성을 높이려는 강화기능을 들 수 있다(류정무·이강현, 1990).

동기의 특성을 살펴보면 다음과 같다.

첫째, 동기는 행동의 원동력으로 작용한다. 동기는 욕구나 충동의 성질을 가지고 있기 때문에 유기체는 이러한 욕구를 감소하거나 제거하거나 강화시킬 수 있는 행동을 일으키게 된다. 욕구가 생기면 그것을 충족시킴으로서 유기체의 내적 균형을 유지해야 한다. 동기는 이와 같이 행동이 내적 동력으로서 에너지를 제공해 주기 때문에 행동의 강도를 올려 주기도 한다.

둘째, 동기는 정서적 흥분을 일으킨다. 어떤 욕구에서 동기가 형성되면 심리적인 긴장상태를 가져오게 된다. 이때의 감정상태를 여러 가지로 부르고 있으나 일반적으로 정서라고 부른다.

셋째, 동기는 목표의 선택과 결과에 작용한다. 동기유발이 된 사람은 내적인 에너지 변화에서 생기는 긴장을 감소시키기 위한 행동을 일으키게 된다.

또한 동기가 지니는 공통적 요소를 다음과 같이 3가지 측면에서 정의할 수 있는데 이 요소들은 동기의 기본적 속성이라고 할 수 있다.

첫째, 인간행동을 활성화시키는 측면, 즉 일정한 방식으로 행동하도록 촉발시키는 개인에의 활성화적인 힘을 말한다. 이 측면은 동기가 지니는 추동(drive) 또는 각성(arousal) 촉발을 가리킨다.

둘째, 인간행동의 방향을 설정하거나 또는 목표를 지향토록 방향을 설정시키는 측면, 즉 행동이 어떤 목표를 지향하여 이뤄지는 현상을 가르친다. 따라서 이 측면은 동기가 지니는 방향 또는 목표의 차원이다.

셋째, 인간행동을 유지시키거나 지속시키는 측면, 즉 추동의 강도와 에너지 방향을 지닌 행동을 계속에서 유지시키는 힘을 의미한다. 이 측면은 동기가 지니는 지속성 또는 행동적 차원을 말한다.

#### 4) 참여동기 선행연구

개인의 스포츠 활동에 참여하는 이유를 설명할 수 있는 참여동기는 개인의 경험이나 심리적 특성에 따라 다양하게 분류할 수 있는데 Curry & Weiss(1989)는 미국 대학의 운동선수와 오스트리아의 학생 스포츠 클럽회원을 대상으로 스포츠 활동 참여동기에 대한 조사를 하기 위하여 경쟁, 건강, 사교의 영역으로 구분하였으며, 또한 Mathes & Battista(1985)도 스포츠 참여의 동기를 조사하기 위하여 이 전의 연구에서 중요하다고 생각되는 9개 영역 즉 사회적 경험, 건강과 체력, 드릴과 위험, 움직임의 아름다움, 긴장완화, 지속적이고 고된 훈련, 승리의 추구, 능력의 과시, 경쟁 등을 주성분 인자분석을 통하여 경쟁, 건강과 체력, 사교의 3가지 요인으로 구분하였다. 그리고 Iso-Ahola & Allen(1982)은 60개의 교내 경기 농구팀 선수 438명을 대상으로 참여동기를 조사하고, 그 내용을 요인 분석한 결과 개인의 능력 요인, 지루한 일상 생활로부터의 탈출요인, 대인관계의 발달 요인, 긴장완화 요인, 개인간의 능력인지 요인 등으로 분류하였다(박인환, 2000 재인용).

양명환(1994)은 대학생들을 대상으로 운동의 참가가 어떠한 동기에 의해서 참가하는가의 연구에서 남, 녀 모두에게서 건강·체력요인이 높게 나타났으며, 즐거움, 활력있는 생활, 친화의 순으로 중요하게 평가되었다. 영향을 가장 적게 미치는 요인으로는 남자는 신체조형으로, 여자는 능력과시로 나타났다. 성차로는 남자가 여자보다 건강·체력요인과 사회적 요인이 높게 나타났으며, 여자는 남자보다 신체조형 요인에서 높게 나타났다.

이철화(1995)는 스포츠활동 참여동기 하위요인을 건강지향형, 자기개발형, 사교지향

형, 가정지향형, 취미·오락지향형 등 5개 참여동기 유형으로 구분 분석하였고 기혼여성의 스포츠 활동 참여동기가 각 하위요인에 미치는 직접효과의 순위는 가정지향형, 취미·오락지향형, 자기개발형, 사교지향형, 건강지향형으로 나타났으며, 스포츠활동 참여동기는 참여만족도와 유의한 관계가 있음을 제시하였다.

김나미(1997)는 참여동기를 지적, 사회적, 인지적효능 요인, 휴식적 요인으로 구분하여 연구하였으며, 참여동기 요인에 따라 만족도에 유의한 차를 보인다고 보고하였다.

민병기(1997)는 참여동기를 건강, 사교, 자기개발, 가정, 취미지향성으로 구분하여 연구하였는데, 남자가 여자보다 참여동기가 높게 나타났고, 고졸자가 대졸자 보다 높게 나타났으며, 연령, 직업, 수입, 성장지에 따른 차는 나타나지 않았다고 보고하고 있다

스포츠 참여동기의 탐색적 요인분석에서 정용각(1998)은 참여동기를 내적동기, 외적동기, 무동기의 3분류로 하였고 내적동기의 하위요인으로 즐거움, 기술발달, 성취감·흥분감의 3개요인으로, 외적동기는 컨디션, 건강·체력, 사교, 외적과시의 4개요인으로 분류하였으며, 무동기는 하나의 요인으로 분류하였다.

스포츠 소비자의 스포츠 참여동기와 스포츠관여와의 상호관계 연구에서 안창규(1999)는 참여동기의 하위요인을 즐거움 지향, 사교지향, 건강지향, 운동 기술지향 등 4개 요인으로 구분하여 두 변인간의 영향관계 검증에서 건강체력지향, 즐거움 지향이 강할수록 스포츠에 대한 관여가 높다는 사실을 확인하였고, 2개의 스포츠관여 그룹간의 판별분석에서 건강체력지향이 가장 영향력이 큰 변수임을 확인하였다. 즉, 스포츠 관여에 건강체력, 즐거움, 사교지향에서 두 집단간에 유의한 차이가 나타났다고 하는 것은 스포츠 참여에 대한 수단적 중요성(건강지향과 사교지향) 뿐만 아니라 지속적 중요성(즐거움지향)에도 영향을 미치고 있음을 확인하고 있다.

박의춘(1999)는 스포츠센터를 이용하고 있는 18세이상 성인을 대상으로 내적동기로서 기술발달, 즐거움, 성취감을 외적동기로서 컨디션, 사교, 건강, 건강·체력, 외적과시를, 그리고 무동기를 조사한 결과 성별, 연령별, 기간별, 빈도별, 시간대별, 학력별에 따라 외적과시, 기술발달, 즐거움, 성취감, 건강·체력 등의 요인에서 유의한 차이가 나타났다.

진윤성(2000)은 스포츠 참여동기 하위 요인으로 성취/지위, 체력/건강, 재미/즐거

움, 학업부진/특혜, 멋, 유능성 지각 요인등 6개 요인으로 분류하여 성별에 따라서 성취/지위요인이, 시작시기에 따라서는 학업부진/특혜, 재미/즐거움 요인에서 유의한 차이가 있었으며, 종목별에 따른 참여동기 차이에서 성취/지위, 재미, 유능성 요인에서 종목별 차이를 나타내었다.

이상의 참여동기 유형에 관한 선행연구에서 나타난 주요 요인들을 요약 정리해 보면 <표 1>, <표 1-2>와 같다.

<표 1 > 참여동기 연구에서 확인된 요인들(외국), (양명환, 1994)

Kenyon(1968)	Gill등(1983)	Klint&Weiss(1987)	Clough등(1990)	Brodkin&Weiss(1990)
사회적경험	성취/지위	기술개발	심리적 안녕	경쟁정 수영특성
건강/체력	팀지향성	친화-친구	사회적 동기	건강/체력
모험추구	체력	친화-팀분위기	도전	사회적 지위
미적추구	에너지기술	성공/지위	지위	친화
감정정화	기술개발	에너지배출	건강/체력	에너지 배출
고행의극복	우정	흥분	탐닉	주요타자
	즐거움	체력		즐거움
	상황적요인			

<표 1-2 > 참여동기 연구에서 확인된 요인들(국내)

양명환(1994)	이철화(1995)	김나미(1997)	정용각(1998)	안창규(1999)
건강/체력	건강지향형	지적요인	내적동기	즐거움지향
정화	자기개발형	사회적요인	즐거움, 기술발달	사교지향
모험추구	사교지향형	인지적효능요인	성취감 · 흥분감	건강지향
신체조형	가정지향형	휴식적요인	외적동기	운동기술지향
사회적동기	취미 · 오락지향형		컨디션, 사교	
희열추구			건강 · 체력	
			외적과시	
			무동기	
			무관심, 냉담등	

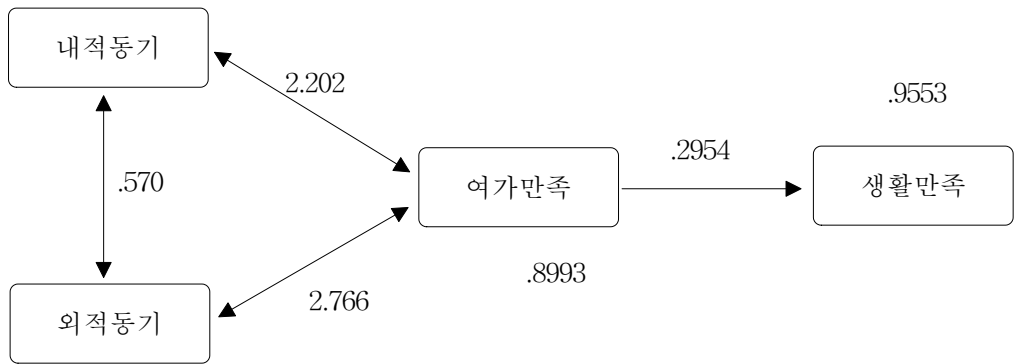
## 5) 참여동기와 여가·생활만족도에 대한 선행연구

정용각(1997)은 여가운동 참가자의 스포츠 참여동기, 각성추구, 정서의 요인이 스포츠 몰입행동에 미치는 영향에서 여가활동으로서 스포츠에 참여하는 사람들은 내적동기와 외적동기가 높을수록 스포츠 몰입도가 높았으며, 무동기는 저몰입자가 높은 것으로 보고하고 있다.

진종현 등(1997)은 생활체육참여자의 참여동기와 스포츠 활동만족도의 관계 연구에서 스포츠 참여동기는 활동만족도에 영향을 미치고, 심리적 활동만족도는 건강지향, 자기개발, 사교지향 그리고 여가선용 동기가 강할수록 높으며, 그리고 사회적 활동만족도는 자기개발, 사교지향, 가정지향, 여가선용 동기가 강할수록 높으며, 신체적 활동만족도는 건강지향, 자기개발, 가정지향, 여가선용 동기가 강할수록 높다, 또한 환경적 활동만족도는 건강지향, 자기개발, 사교지향 그리고 여가선용 동기가 강할수록 높다고 하였다.

김옥태 등(1999)은 생활체육참가자의 스포츠 참여동기, 여가만족, 생활만족과의 인과관계에 대한 연구결과 생활체육참가자의 내적동기와 외적동기는 여가만족 및 생활만족과 상관관계가 있으며, 생활체육 참가자의 내적동기와 외적동기는 여가만족에 직접적 영향을 미치고, 매개변인인 여가만족을 통하여 생활만족에 간접적인 인과효과가 있음을 규명하였다. <그림 1>에 나타난 바와 같이 내적동기는 여가만족에 직접적인 영향을 미치고 있으나, 생활만족에는 직접적인 영향을 미치지 않고 있는 것으로 나타났다. 또한 외적동기도 여가만족에 직접적인 영향을 미치고 있으나 생활만족에는 직접적인 영향을 미치지 않고 있다. 따라서 내적동기와 외적동기는 단지 여가만족과의 관계를 통하여 생활만족에 간접적인 영향을 미치고 있음을 보여 주고 있으며, 여가만족은 생활만족에 직접적인 영향을 미치는 것으로 나타나고 있다.

조성희(2001)는 도시주부의 댄스스포츠 참가동기와 참가정도 및 여가만족도에 관한 연구에서 댄스스포츠 참가동기에 따라 참가정도, 즉 참가빈도와 참가기간 및 참가강도에는 차이가 있는 것으로 나타났고, 참가동기에 따라 여가만족도, 즉 심리적, 교육적, 사회적, 휴식적, 생리적, 환경적 여가만족도에는 차이가 있는 것으로 나타났다.

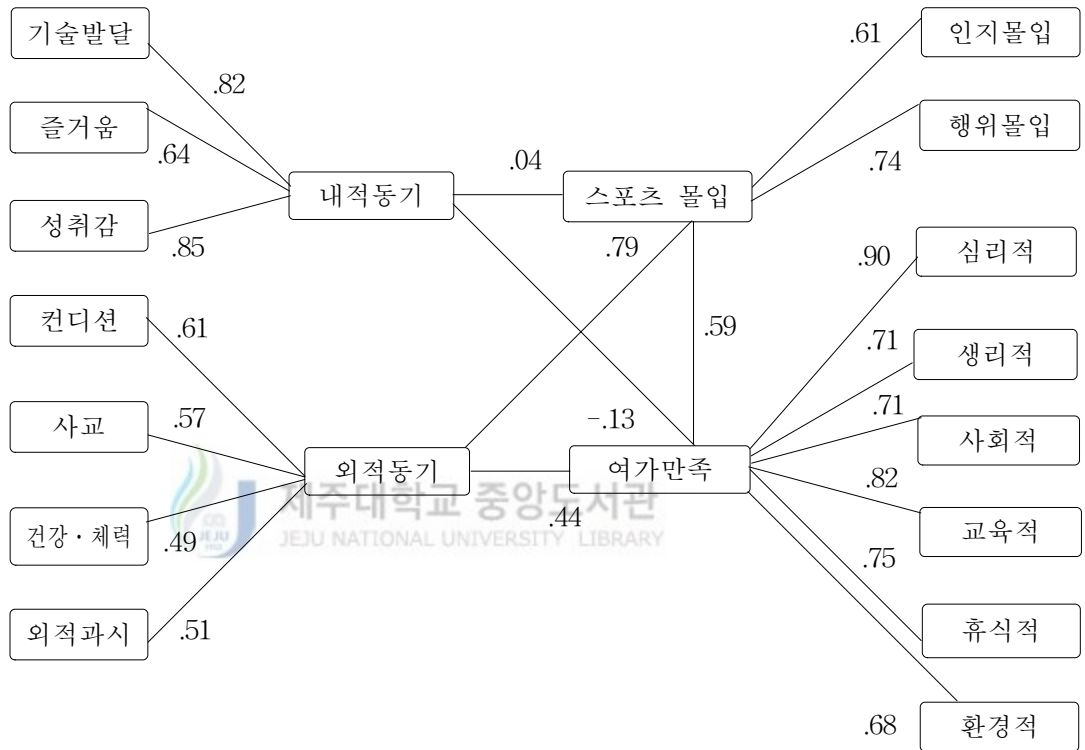


<그림 1> 생활체육 참가자의 스포츠 참여동기, 여가만족, 생활만족간의 인과관계에 대한 경로분석(김옥태 등, 1999)

이상일(2001)은 여자대학생들의 스포츠활동 참여동기와 만족이 생활만족에 미치는 영향에서 변인별에 따른 스포츠 활동 참여동기 분석에서 전공별에서는 자기개발형, 학년별에서는 자기개발형, 취미·오락지향형, 동기영향별에서는 자기개발형, 취미·오락지향형, 가정지향형에서 차이가 나타났으며, 스포츠 활동 참여동기와 스포츠 활동만족도간의 관계 분석에서는 스포츠 활동 참여동기의 취미·오락지향형(0.80), 사고지향형(0.50), 자기개발형(0.48)요인이 스포츠 활동 만족도의 심리적만족(0.67), 사회적만족(0.54), 신체적만족(0.36), 교육적 만족(0.12)과 밀접한 상관관계가 있음이 나타났다.

임금옥(2002)은 생활무용 참여자의 참여동기와 참여만족도에 미치는 영향을 분석한 결과, 성취성 변인이 모든 만족도 변인에 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 이외에도 신체적 만족에는 활동성과 정확성 변인이, 사회적 만족에는 친애성 변인이, 그리고 전체만족도에는 친애성 변인이 영향을 미치는 것으로 나타났다고 보고하고 있으며, 참여자들이 가장 실제적으로 만족을 느끼는 것은 건강유지, 체력유지와 관련된 신체적 만족임을 알 수가 있고, 여가활동을 통한 성취욕구가 클수록 만족정도가 높아지며, 신체활동의 욕구나 필요성 등을 통한 전체적인 참여동기가 참여만족에 큰 영향을 미치고 있는 것으로 제시하고 있다. 생활체육 참여동기, 스포츠 몰입, 여가만족간의 인과관계를 연구한 정용민(2001)은 <그림 2>에서 제시된 생활체육 참여동기, 스포츠 몰입, 여가만족 간의 전반적 구조 모델을 통하여 생활체육 참여동기의 외적동기와 스포츠

몰입, 여가만족 간에는 인과관계가 있으며, 생활체육 참여동기는 스포츠 몰입을 통해 여가만족에 간접적인 영향을 크게 미치고, 참여동기의 영향을 받은 스포츠 몰입은 여가만족에 직접적인 영향을 미쳤다.



<그림 2> 생활체육참여동기, 스포츠몰입, 여가만족간의 전반적 구조모델(정용민, 2001)

## 2. 직무만족(Job Satisfaction)

### 1) 직무만족의 개념

McCormick과 Ilgen(1980)은 직무만족을 태도의 한 범주로 보고 한 개인의 자신의



직무에 대하여 가지고 있는 한 태도라고 하였다. 직무만족에 대한 이러한 정의로부터 직무만족의 개념에 대한 두 가지 특징을 찾을 수 있다. 첫째, 만족은 직무에 대한 정서적 반응이다. 따라서 이것은 자기관찰을 통해서만 이해될 수 있다. 직무만족은 실제 관찰할 수 있는 것이 아니고 직원의 행위나 언어적 표현을 통해 유추할 수 있을 뿐이다. 둘째, 직무만족을 한 개인이 직무에서 원하는 것과 실제 얻는 것과의 비교를 나타내는 개념으로 파악하는 것으로 다분히 주관적인 개념이다(김강영, 2000 재인용).

Albanes와 Vanfleet(1983)는 다음 세 가지에 초점을 두어 직무만족을 정의하고 있다. 첫째, 직무만족이란 직무나 작업 조건에 대한 태도 또는 그러한 여러 태도들의 집합이다. 또한, 직무 만족은 직무의 다양한 차원에 대한 관련된 태도의 집합처럼 생각될 수 있다. 둘째, 직무만족은 종종 직무에 있어서 기대된 것과 실제로 경험된 것 간의 비교로 결정된다. 셋째, 직무만족은 다중 차원 즉, 임금, 직무 그 자체의 승진의 기회, 감독 및 동료와 같은 여러 가지 요소 등에 의해 결정된다. 이상의 국내·외의 많은 학자들의 정의를 볼 때 아주 다양한 개념들을 볼 수 있으나, 이와 같은 개념을 종합적으로 정리해 보면, 직무만족이란 조직에 대해 개인이 가지는 긍정적인 감정이나 정서상태이다. 즉, 각 개인이 자기가 속한 조직에서 누릴 수 있는 여가 활동, 연봉, 승진 등과 같은 조건에 대하여 만족하는 긍정적인 감정적 표현이라 할 수 있다(이종원, 1997 재인용).

직무만족이란 직무에 대한 개인의 일반적인 태도를 말하는 것으로 어떤 개인이 평상시의 직무나 직무경험 등의 평가에서 오는 유쾌하고 긍정적인 정서상태라고 정의할 수 있다. 또한 직무만족은 직무를 통해서 경험하거나 얻게 되는 욕구충족의 정도에 대한 함수라고 말할 수 있다(신철우, 1998). 박동우(1995)는 “직무만족은 개인의 태도와 가치, 신념 및 욕구 등의 수준이나 차원에 따라 구성원이 직무와 관련시켜 갖게 되는 감성적 태도”라고 하였다.

이런 관점에서 직무만족을 정의하면 직무만족이란 개인의 태도와 가치, 신념, 욕구 등의 수준에 따라 직무자체를 비롯한 직무환경에 대한 평가에서 얻어지는 유쾌한 감성적, 정서적인 만족상태를 말하며, 이는 직무수행에 영향을 미친다고 볼 수 있다.

## 2) 직무만족의 중요성

직무만족은 조직유효성 척도로서의 직무만족과 개인적 욕구만족의 척도로서의 직무만족으로 나눌 수 있는데, 직무만족이 높은 사람은 자신의 직무 환경에 대하여 매우 긍정적인 태도를 가지는 반면, 직무에 불만족한 사람은 직무환경에 대하여 부정적인 태도를 갖는다. 직무만족이 지니고 있는 중요성을 크게 조직 외적인 종업원의 측면과 조직 내적인 측면으로 나눌 수 있다.

조직외적 요인에 대한 세 가지 중요성을 살펴보면 첫째로, 정신 건강적 측면에서 볼 때 사람들은 자기 생활의 한 부분이 불만스러우면 그것이 전이효과를 가져와 그와 관련이 없는 다른 부분의 생활도 불만스럽게 보이는 경향이 있다고 하면서 직무 생활에서 만족을 느끼지 못하는 사람은 가정생활이나 여가생활 심지어 삶 자체에까지 불만을 느낄 수 있다고 하였다. 둘째, 가치 판단적인 측면에서 볼 때, 일반적으로 사람들은 직장에서 보내는 시간이 대부분이며, 그 직장은 단지 생계를 위한 소득을 얻는 곳만이 아닌 삶의 만족을 누리는 곳이라 할 수 있다. 이러한 측면에서 직장에 대한 직무만족은 조직이 사회에 대하여 갖는 사회적 책임의 한 범주로 강조되고 있다. 셋째, 직무만족은 신체건강에도 영향을 미치는데 직무에 대한 불만은 스트레스를 쌓이게 하여 인체에 해로운 영향을 미치는 것으로 보고하였다.

조직 내적인 측면에서 볼 때 직무만족의 가치는 두 가지가 있다. 첫째, 자신이 직장 생활에 긍정적인 감성을 지닌 사람은 외부 사회에 대하여 자기가 속해 있는 조직을 호의적으로 이야기하게 된다. 이와 같은 공중관계 기능은 신입사원의 충원을 원활하게 하고 일반대중으로 하여금 그 조직에 호감을 갖게 만들며, 조직 생활의 합법성과 목적을 고양시키게 된다. 둘째, 자신의 직무에 대하여 긍정적이거나 만족스러운 사람은 조직내의 인간관계도 원만하다. 따라서 직무만족은 인간관계를 원활하게 하고 조직의 생산성 향상이라는 측면에서 역시 직무만족의 중요성이 강조된다고 할 수 있다 (신유근, 1988).

결론적으로 조직은 개인들의 능력발휘와 성과를 통하여 조직목표를 추구하고 개인도 자신의 성취, 동기유발, 자아실현 등의 개인적 목표를 달성하기 위하여 조직생활을 영위하고 있다는 점을 상기한다면 조직 구성원들의 직무에서 만족이라는 것은 개인의

목표달성이라는 측면과 조직의 유효성 확보라는 측면 모두에게 큰 의미를 가지는 중요한 개념이라고 할 수 있다.

### 3) 직무만족의 요인

직무만족은 직무수행을 통해 얻어지는 전체적인 감정상태로서 이는 직무수행상의 각 요인별 만족의 총체적 개념이다. 직무만족을 결정하는 세부적 요인으로서는 여러 가지가 있겠으나 중요한 것은 일 자체에 대한 흥미와 성취감, 업무수행에 있어서의 참가 및 직무를 통해 자신의 능력을 최대한 발휘하고 있다는 자기 실현의 충족이라 할 수 있다(오현환, 1999).

Vroom(1964)은 직무만족의 요인으로 감독, 작업집단, 직무내용, 임금, 승진의 기회, 작업시간 등 여섯 가지 요인을 들고 있으며, Herzberg(1976)은 성취, 인정, 직무자체, 책임, 승진, 자아실현 등을 들고 있다.

그리고 Locke(1976)는 직무만족 결정요인을 작업(내재적 관심, 다양성, 학습기회, 난이도, 양, 성공 기회등), 임금(임금수준, 공정성 등), 승진(승진기회, 승진의 공정성 등), 인정(성취에 대한 칭찬, 신뢰, 비판 등), 복지(연금, 의료, 유급휴가, 연수 등), 작업조건(근무시간, 휴식, 설비, 온도, 인적 분위기, 위치, 시설배치 등), 감독(감독스타일, 영향, 기술적 인간관계 등), 동료 작업자(능력, 도움, 우정 등), 회사와 관리(보수와 편의 뿐만 아니라 종업원에 대한 관심도 등)로 들었다(오현환, 1999 재인용).

### 4) 직무만족의 이론

Maslow(1943)는 인간의 욕구를 생리적, 안전, 사랑, 자존감, 자아실현의 욕구의 5단계를 제시하였다. 이것은 하위욕구에서 만족한 사람은 점차 상위계층의 욕구를 갈구하게 되고 상위욕구는 하위욕구가 만족되어야만 가능하다. 이러한 욕구계층 이론의 영향으로 직무만족은 개인이 직무로부터 욕구충족에 필요한 보상을 얼마나 받았느냐에 의해 결정된다고 보는 것이 욕구충족 이론이다. 그러나 이 이론은 보상의 절대량만을 기준으로 직무만족이 결정된다고 보기 때문에 만족에 대한 개인의 차이를 설명할 수 없고 실제 인간 행동에는 이런 계층적 연결을 찾아볼 수 없다는 사실이 비판의

요점이 된다. 하지만 Maslow의 욕구계층 이론은 인간 행동의 결정변수인 욕구의 다양성을 잘 설명해 주고 있다. McCormick과 Ilgen(1980)이 제시한 비교이론은 직무만족에 관한 이론 중에서 가장 인정을 받고 있는 이론으로 욕구충족 이론의 결점을 보완하고 있다. 이 이론에 의하면 직무만족은 개인이 직무로부터 실제 받은 보상과 그가 받게 될 것이라고 기대했거나 마땅히 받아야 한다고 생각했거나, 혹은 받고 싶어 하는 보상과의 차이에서 결정되면 그 차이가 적을수록 직무만족이 커진다고 보는 것이다. Katzell(1961)에 의하면 직무만족은 실제로 받는 보상과 자신이 받고 싶어했던 보상과의 차이에서 결정된다고 하였다. 그러나 이 차이 값은 만족이나 불만족의 수준을 뜻하는 것이 아니라 이 차이 값을 받고 싶어했던 보상과 나눈 것이 만족수준이 되는 것이다. Locke(1969)는 직무만족 자체가 개인의 주관적인 상태를 나타냈기 때문에 Katzell(1961)의 실제 차이보다 지각된 차이를 더 중요하다고 강조하고 있다. 또한 직무만족은 개인이 직무로부터 바라는 보상과 직무에 의해 제공되는 보상을 지각한 것과의 단순한 차이에 의해서 결정된다고 주장하고 있다. 이와 같은 차이이론은 직무만족을 수동적으로 주어진 보상의 절대량에 의해 결정된다고 하는 욕구충족 이론과는 다르게 개인의 능동적인 평가와 지각을 강조하고 있다. Adams(1965)의 공정성 이론은 작업동기 이론이다. 여기서는 상대적 박탈감이라는 개념을 이용하여 개인은 투입-산출의 균형점을 지각하고 공정한 균형이 이루어지는 정도에 따라 직무만족이 결정된다고 한다. 이때 공정의 균형점은 사회적 비교(Social comparison)에 의해 형성된다. Herzberg(1966)는 인간중심의 관리방법이 아닌 직무중심의 관리방법을 전개하였다. 그 내용으로 직무만족 상태는 직무 불만족과 서로 전혀 다른 원인에서 나타난다고 주장하고 있다. 즉, 성취감, 인정감, 책임감, 성장과 발전, 자아실현 등의 만족요인(satisfiers)은 직무자체와 관련성을 갖고 있고 오직 직무만족에만 영향을 미칠 뿐 직무 불만족에는 아무런 영향을 미치지 않는다고 한다. 반면에 임금, 보수, 감독, 작업조건, 기업정책 등의 불만족요인(dissatisfiers)은 환경조건과 밀접한 관련성을 맺고 있다고 한다. 이에 대해 Herzberg(1966)는 직무에 만족을 주는 요인을 동기요인이라 하고, 불만족을 초래하는 요인을 위생요인이라 가정하였다. 그러나 위의 내용과는 달리 이 요인은 모두 만족과 불만족에 실제적으로 영향을 미치고 있기 때문에 이 이론은 직무만

족을 충분히 설명하지 못한다고 할 수 있다(한영민, 1998 재인용).

## 5) 직무만족도 선행연구

이호대(1986)는 운동참여에 따른 직무만족도의 관계연구에서 운동 참여빈도가 높은 집단이 보다 높은 직무만족을 느끼며, 운동참여 지속기간이 길수록 보다 높은 직무만족을 느끼게 되고 운동참여 지속기간과 직무만족도 간에는 높은 상관관계가 존재한다고 보고하고 있다.

김범식(1989)은 스포츠의 직접 참여가 직장인의 직무 만족에 미치는 효과 연구에서 생활체육 참여가 직무만족에 미치는 영향으로 ① 스포츠, 레저활동 참여집단이 비참여집단에 비하여 직무만족도에서 높은 경향을 보이고 있으며, 이는 생활체육 경험이 직무만족의 향상에 중요한 요인임을 의미한다. ② 스포츠, 레저활동 참여시 성, 연령, 거주지, 직위, 봉급 등의 변인도 부분적으로 직무만족에서 독립적인 영향을 미친다고 하여 생활체육 참여를 통해 직무만족이 향상됨을 제시하고 있다.

김양희(1995)는 직장 체육동호인 활동과 여가만족 및 직무만족의 관계연구에서 직장인의 체육동호인 활동 참여집단이 비 참여집단에 비해 직무만족도가 높은 것으로 나타났다, 직무만족도와 여가만족도 간에는 정적인 상관관계가 있는 것으로 보고하였으며, 직장인의 체육동호인 활동은 직장인들의 직무만족과 여가만족에 직접적인 영향을 미침으로써, 직장인의 삶의 질 향상에 크게 기여한다고 하였다.

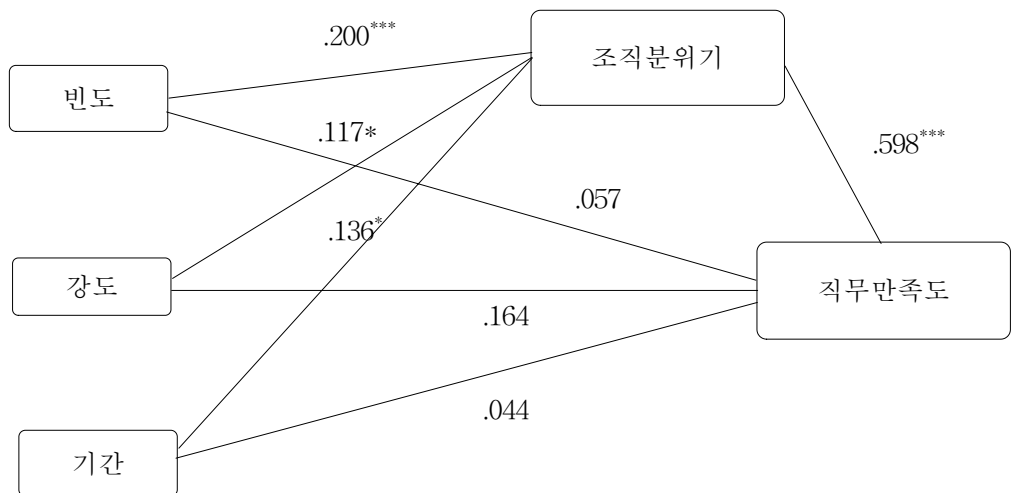
박경채(1996)는 직장인의 생활체육참여와 직무만족도의 관계에서 생활체육 참가 직장인이 비참가 직장인에 비하여 전반적 직무만족, 구체적 직무만족, 직무몰입, 이직성향, 자기평정성과 전체적 직무만족도 모두 높게 나타났다.

정용승(1998)은 직장인의 생활체육 참가와 의사소통만족 및 조직효과성의 관계에서 직장인의 의사소통만족은 대인스포츠에 참가하는 직장인이 개인이나 단체스포츠에 참가하는 직장인 보다 높으며, 생활체육에 참가하는 빈도가 높을수록, 참가하는 기간이 길수록 높았으며, 참가의 강도에 따라서는 차이가 없다. 또한 직장인의 조직효과성은 대인스포츠에 참가하는 직장인이 개인이나 단체스포츠에 참가하는 직장인보다 높으며, 생활체육에 참가하는 빈도가 높을수록, 참가하는 기간이 길수록 높았으며, 참가의

강도에 따라서는 차이가 없음을 보고하고 있다. 이러한 결과는 직장동호인의 생활체육 활동은 조직효과성에 직접적으로 영향을 미치기도 하나 생활체육 참가자들의 의사소통을 증가시킴으로서 조직효과성에 더욱 큰 영향을 미치고 있음을 보고하고 있다.

박인환(2000)은 도시 근로자의 스포츠 참여와 사회적 태도 및 직무만족에 관한 연구 결과 스포츠 활동에 지속적으로 참여하는 도시근로자는 자신이 수행하고 있는 업무의 계획과 목표를 명확히 알고 자신의 직무에 대해 보람과 긍지, 그리고 자신의 일에 대해 흥미를 느낄수록 직무만족도가 높은 것으로 나타났으며, 사내의 새로운 직무로의 이동 가능성이 많거나 일을 할 때, 정신적, 육체적으로 상당한 스트레스 또는 자신의 일 때문에 상당한 스트레스를 받는 경우에는 직무만족도가 낮아지는 것으로 나타났다.

<그림 3>은 직장동호인 생활체육활동과 조직분위기 및 직무만족의 관계에 대한 경로 모형으로서 김강영(2000)은 직장내 동호인 생활체육활동 참가 집단일수록 조직분위기, 직무만족이 높으며, 조직분위기는 직무만족에 영향을 미치고 특히, 직장 동호인 생활체육활동 참가는 직무만족에 직접영향을 미치는 효과보다 조직분위기를 매개로 하여 직무만족에 미치는 영향이 크다고 보고하고 있다.



<그림 3> 직장동호인 생활체육활동정도와 조직분위기, 직무만족의 관계에 대한 경로도형  
(김강영, 2000)

김종달·남덕현·이한경·반종진(2000)은 경찰관의 운동참여에 따른 직무만족도의 차이를 연구한 결과 운동에 참여하고 있는 집단이 참여하지 않는 집단에 비해 보상체계, 인간관계, 근무여건, 안정성, 안정감, 직무자세, 장래성, 성취감, 내재적 요소, 외재적 요소 모두 높다는 것을 제시하면서 경찰공무원의 직무만족을 위해서는 운동 시간의 증진과 보다 많은 운동참여의 기회를 제공하는 것이 직무만족도를 높일 수 있다고 밝히고 있다.

배상근(2002)은 여가활동이 교사들의 직무만족도에 미치는 영향에 관한 연구에서 여가활동 종류와 내용의 인지정도에 따라 직무만족도 차이 검증에서는 인간관계 만족 영역에서만 통계적으로 유의한 차이를 보였으며, 여가활동 종류와 내용에 대해 긍정적인 인식을 갖고 있는 교사들의 만족도가 높게 나타났다.

이상의 국내외의 많은 연구 결과들을 종합해 볼 때 스포츠 활동이 직무만족에 영향을 미치고 있음이 입증되고 있으며, 직무만족 자체는 직무에 대한 내적동기 유발과 외적보상이 주 요인에 의해 결정되지만 능동적인 생활체육 참여를 통해서도 개인의 행복과 조직의 효율성을 기할 수 있다는 사실을 알 수 있다.

### 3. 생활만족(Life Satisfaction)

#### 1) 생활만족의 개념

생활만족도라는 개념을 최초로 사용한 Neugarten·Havighurst·Tobin(1961)에 의하면 매일의 생활을 구성하는 활동으로부터 기쁨을 느끼면, 자신의 생활에 대해 의미와 책임감을 느끼며, 효율적으로 주위환경에 잘 대응해 나가 정서적으로나 사회적으로 어려움을 겪지 않고도 개인의 욕구를 충족시킬 수 있는 정도라고 정의하였다. 한편, Medley(1976)는 생활만족도를 개인의 정신 건강을 결정짓는 중요한 요소로 파악하고 개인의 기대 수준이 합리적으로 충족되었는가에 대한 평가라고 보았다(노형규, 1998 재인용). 최성재(1986)의 경우는 다른 정의들과는 달리 생활만족도를 “과거 및 현재의

삶과 활동의 전반적인 전망에 대한 긍정적인 정도"라고 정의하여 과거와 현재, 미래까지 포함하는 시간적 차원을 보다 폭넓게 수용하려고 하였다.

이와 같이 여러 학자들이 생활만족도라는 용어를 관점에 따라 다양하게 정의하고 사용하고 있으나, 다음과 같은 세 가지 유형으로 나누어 볼 수 있다.

첫째는, 몇 가지의 심리적이고 주관적인 감정을 표현하는 보다 복합적인 개념으로서 생활만족도를 정의하려는 유형으로 Neugarten 등(1961)과 Kalish(1975)의 정의를 들 수 있는데, Neugarten 등(1961)은 생활만족도를 "매일의 생활에 대한 의미와 책임감을 느끼고, 자신의 목적을 성취하였다고 느끼며, 긍정적인 자아상을 지니고, 자신이 가치롭다고 여기며, 낙천적 태도와 감정을 유지"하는 다섯 가지 요소로 구성되어 있는 복합적인 개념으로 정의하였다. 또한 Kalish(1975)도 생활만족도를 "자신의 생애를 의미있게 받아들이고, 적어도 주요 목표를 성취하였다고 느끼며, 효율적으로 주위의 환경과 잘 대응해 나가 정서적으로나 사회적으로 어려움을 겪지 않고도 개인의 욕구를 충족시킬 수 있는 정도"라고 정의를 내렸다. 둘째는, Neugarten 등(1961)과 Kalish(1975)와는 달리 생활만족도를 개인의 정신 건강을 결정짓는 중요한 요소로 보고, 여러 가지의 다른 측면 보다도 개인의 목적이나 목표에 대한 성취 또는 충족되었는가에 정도를 더 강조하는 입장이 있다. 이러한 입장을 대표하는 학자로는 Medley(1976)를 들 수 있으며, 생활만족도를 "개인의 기대 수준이 합리적으로 충족되었는가에 대한 평가"라고 정의하였다. 또한 생활만족도를 "근심(anxiety)으로 부터의 해방과 상대적 만족을 반영한 마음의 지각 상태"라고 정의하였다(공경호, 1997 재인용).

## 2) 생활만족도 이론

생활만족도에 관련된 주요 이론으로는 활동이론, 목적이론, 상황 대 하향이론, 판단이론이 있는데, 이에 대해 구체적으로 살펴보면 다음과 같다.

첫째, 활동이론에서는 행복이 목적 달성이나 욕구 충족보다는 인간 활동의 과정에서 발생하는 부산물이라고 주장한다. 이 접근방법은 개인이 의미있는 활동자체에 몰



두한다면 행복은 의도하지 않은 부산물로서 얻어진다는 것이다. 둘째, 목적이론은 행복이 특정목적이나 욕구가 성취되었을 때 얻어지는 것이라는 견해이다. 행복에 관련된 많은 연구들이 욕구와 목적에 관한 이론 모형에 기초를 두고 있음에도 불구하고 어떤 이론적인 정형화가 이루어진 것은 아니다. 목적이론에서 중요시하고 있는 문제는 행복이 이전에 충족된 욕구에서 오는가 아니면 당시에 충족된 욕구에서 오는가 혹은 욕구를 충족해 가는 과정에서 오는가 라는 것이다. 목적이나 욕망은 기초적인 욕구에 비하여 보다 의식적인 것이라 할 수 있다. 대부분의 사람들은 중요한 목적을 달성했을 때 행복한 감정을 경험한다. 그러나 핵심적인 것은 목적 달성이 단시간의 감정적인 상승을 일으키는 효과보다 장기적인 생활만족도의 향상에 기여하는 가라는 것이다. 셋째, 상향이론과 하향이론에서 상향이론은 사람들은 자신이 행복한가 불행한가를 판단할 때 일시적인 유쾌함과 고통의 경험을 합한 정신적 계산과정을 거친다고 한다. 이러한 관점에서 보면 행복은 단지 행복한 순간들의 축적이라 할 수 있다. 이에 반해 하향이론은 사람에게서는 자신의 경험을 긍정적인 방향으로 유도하려는 성향이 있으며, 이러한 성향은 개인의 상호작용에 영향을 미친다고 한다. 즉 행복을 경험하는 사람은 자신이 행복하기 때문이라는 것이다.

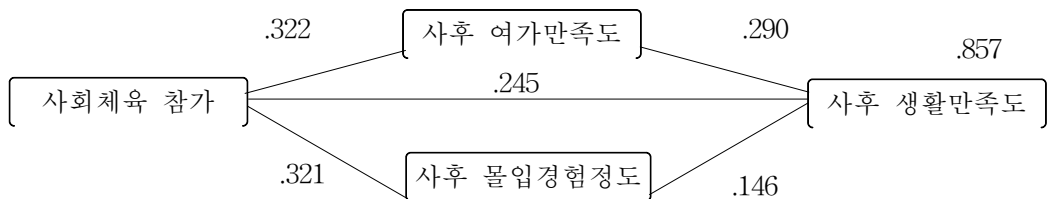
이와 같은 상향이론과 하향이론은 생활만족도와와의 관계에서 두 가지 차이점을 가지고 있는데, 첫째는 행복을 특성으로 보느냐 상황으로 보느냐에 관한 차이이다. 행복의 특성론자들은 행복은 본질적으로 행복한 감정이 아니라 행복한 방향으로 반응하는 성향이라고 주장한다. 이러한 상향이론적 접근방법에 의하면 행복한 사람이라도 지금은 행복하지 않을 수 있다는 것이다. 이에 반해 하향이론과 행복의 상황적 접근방법에서는 행복한 사람은 행복의 순간과 경험이 많은 사람이라고 주장한다. 둘째는 행복을 일으키는 긍정적인 사건들의 역할에 관한 것이다. Lewinson과 Amenson(1978)의 연구는 즐거운 활동의 기여가 생활에 대한 불만과 부정적 감정을 초래한다는 결과를 제시하면서 상향이론의 접근방법을 지지하였다. 이에 반해 Sweeny(1982)는 하향이론의 관점에서, 즐거운 공식적 활동에 참여한 경우에도 우울한 상태에서 긍정적 감정을 경험할 수 없었다고 보고하였다. 이러한 이론의 실제적 차이는 경험의 기여가 우울한 상태를 야기하는지 우울한 상태에 의해 즐거움의 기여가 나타나는 지를 규명하는 연구

의 필요성을 제기하고 있다.

판단이론은 생활만족도에 관한 많은 연구들이 생활에 대한 만족 정도는 특정기준과 실제 상태간의 비교에 기인한다고 보는 관점이다. 만일 자신의 실제 상태가 기준 이상이라면 행복감을 느끼게 되는데, 생활만족도의 경우에는 이런 비교가 더 의식적이라고 한다. 그러나 생활감정의 경우에는 무의식적인 형태로 비교가 이루어지게 된다. 판단이론에서는 어떤 경험이 긍정적 감정 또는 부정적 감정의 정도를 예측할 수 있다. 만일 개인의 현재 생활이 기준이 되는 과거의 생활보다 더 나은 것이라면 그 사람은 생활에 만족해 할 것이다(이종길, 1992).

### 3) 생활만족도 선행연구

이종길(1992)은 사회체육과 생활만족간의 관계에 관한 연구에서 여가만족과 여가몰입의 변인을 통해 생활만족을 측정하였는데 <그림4 >의 경로모형과 같이 사회체육참가집단이 비참가자 집단에 비해 사후 여가만족도, 사후 몰입경험정도, 사후 생활만족도가 유의하게 나타났다. 또한, 사회체육 참가와 여가만족 및 여가몰입은 생활만족과 유의한 인과관계가 있었으며, 사회체육 참가는 생활만족에 대해 여가만족과 몰입경험을 통한 간접효과뿐만 아니라 직접적인 효과를 갖고 있어 매우 높은 관계를 보이고 있다.

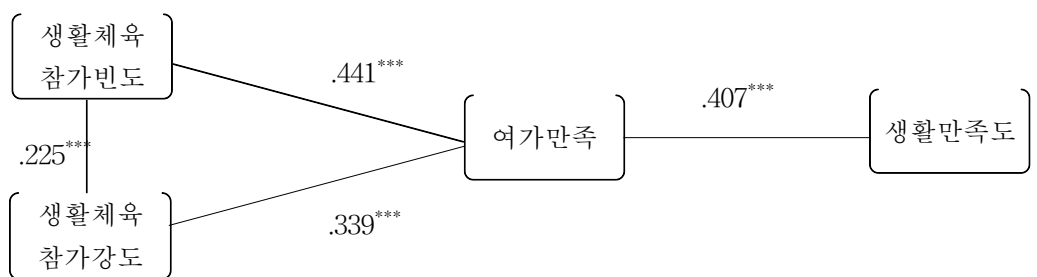


<그림4 > 사회체육활동과 생활만족의 관계에 관한 경로모형(이종길, 1992)

이기봉(1997)은 레저스포츠 활동참여와 생활만족도 연구에서 스포츠 활동 참여효과 요인과 생활만족도는 스포츠 활동 참여효과 요인 중에서 건강효과, 자기개발효과, 사교효과, 가정화목효과가 높을수록 생활만족도가 높은 것으로 나타났으며, 건강효과, 자기개발효과, 사교효과, 가정화목효과 순으로 높은 영향력이 있는 것으로 나타났다.

공경호(1997)는 성인의 스포츠 참가요인이 생활만족도에 미치는 영향에서 스포츠 참가 만족도 및 장애요인과 생활만족도의 인과관계를 규명한 연구에서 스포츠 참가 만족도와 생활만족도의 관계를 보면 전체 평균차이 검정에서 유의한 차가 나타나고 있으며 하부요인의 경우 심리적, 사회적 요인은 1% 수준에서 생리적, 환경적, 교육적, 휴식적 요인은 1% 수준과 5% 수준에서 생활만족도에 유의한 영향을 미치고 있으며, 따라서 스포츠 참가 만족도는 생활만족도에 많은 영향을 미치는 것으로 나타났다.

노형규(1998)는 장애인의 생활체육참가와 여가만족 및 생활만족의 관계 연구에서 생활체육 활동의 참가자는 생활만족도에서 비참가자보다 유의하게 높은 생활만족도를 나타내었으며, 생활체육 참가정도(참가기간, 참가빈도)는 참가자의 생활만족에 유의한 영향을 미치고, 생활체육 참가는 여가만족에 직접적 영향을 주며, 여가만족을 통해 생활만족에 간접적으로 영향을 주어 그림에서 보는 바와 같이 유의한 인과관계가 있음을 보여주고 있다.

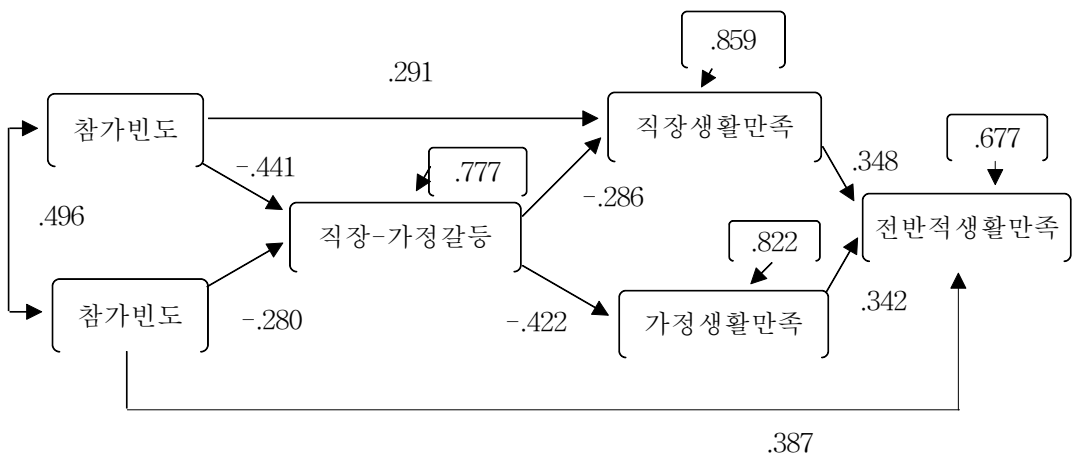


<그림 5> 장애인의 생활체육 참가와 여가만족 및 생활만족의 관계에 대한 경로분석  
(노형규, 1998)

박종진 등(1998)은 <그림 6>에서 제시된 바와 같이 직장-가정 갈등을 매개변인으로

참가빈도·시간과 직장생활, 가정생활 그리고 전반적인 생활만족의 인과관계를 알아보기 위해 경로분석결과 그림과 같이 참가빈도는 직장-가정갈등과 직접적인 부적(-) 영향을 미치고 있으며, 직장생활 만족에도 직접, 간접적으로 영향을 미치고 있다. 참가시간은 직장-가정 갈등에 직접적인 부적(-) 영향을 미치고 있으며, 직장생활만족과 가정생활만족에는 간접적으로 영향을 미치고 있는 것으로 나타났으나, 참가 기간은 직장-가정갈등과 생활만족에 아무런 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다. 이러한 연구결과는 직장 체육활동이 조직 구성원의 직무스트레스를 줄여주며 아울러 직장동료나 상사와의 관계를 개선하고, 갈등의 원인이 될 수 있는 요인을 해소할 수 있는 기회를 제공하며 직장, 가정의 생활만족과 전반적인 생활만족에 기여하는 중요한 변인임을 증명하고 있다.

이수완(2000)은 교사의 여가활동참여유형, 직무스트레스 및 생활만족도의 관계 분석에서 건강·스포츠활동, 취미·교양활동, 관람·감상활동, 오락·사교활동, 봉사·종교활동의 유형중 건강·스포츠 활동과 취미·교양활동의 참여는 직무스트레스를 감소시킴으로써 생활만족도가 향상된다고 하였다.



<그림6 > 직장체육활동과 직장-가정갈등 및 생활만족간의 인과관계(박종진등, 1998)

윤종효(2000)는 청소년의 여가활동 참여만족도 및 여가장애와 생활만족도의 인과관계

를 규명한 결과, 여가활동 참가 만족도는 생활만족도에 정적인 영향을 미치며, 여가장애는 생활만족도에 부적(-)인 영향을 미쳤으며, 각 평균에서 여가활동 참가만족도가 3.3538, 여가 장애가 2.5851, 생활만족도가 3.7939로 나타났으며, 여가활동 참가만족도와 생활만족도가 여가 장애에 비해 상대적으로 높게 나타났다. 이러한 연구결과는 여가활동 참여가 생활만족의 근원이 될 수 있다는 점에서 중요한 의미를 지닌다. 즉, 여가활동의 참여는 여가활동 참가만족도를 증가시킴으로서 생활만족도의 향상에 기여하는 인과관계가 있음을 밝히고 있다.

이종완(2000)은 베드민턴 참여정도에 따른 여가만족 및 생활만족요인 분석에서 참여기간에 따른 여가만족 생활만족은 신체적 만족요인, 사회·교육적 만족요인, 환경적 만족요인, 휴식적 만족요인에서 유의한 차가 나타났으며, 참여기간이 길수록 높게 나타났다, 참여빈도와 시간에 따른 여가만족 및 생활만족은 신체적 만족요인, 사회·교육적 만족요인, 환경적 만족요인, 휴식적 만족요인, 생활만족요인 다섯 가지 모든 요인에서 유의한 차가 나타났으며, 참여빈도가 많을수록, 참여시간이 길수록 높게 나타나고 있다.

임명식(2002)은 스포츠활동 참여동기 요인과 생활만족도 분석에서 자기개발형, 건강지향과 생활만족도 간은 통계적으로 유의한 차이가 있으며, 이러한 동기요인이 높을수록 생활만족도가 높으며, 스포츠 활동 참여효과 요인 중에서 건강효과, 자기개발효과, 취미오락효과가 높을수록 생활만족도가 높은 것으로 나타났다.

#### 4) 직무만족도와 생활만족도의 상호관계

직무만족도와 생활만족도간의 상호관계와 관련하여 Kabanoff(1980)는 세 가지 이론을 제시하고 있다. 첫째는 보상(compensation)이론이다. 즉 한 영역(일)에서의 높은 만족도는 다른 영역(생활)에서의 낮은 만족도를 보상해 준다는 것이다. 둘째는 파급효과(spillover)이론이다. 즉 한 영역에서의 만족(혹은 불만족)은 다른 영역으로 파급효과가 있다는 것이다(Orepen, 1978). 따라서 두 영역에서의 만족도는 균형을 이루며 비슷한 수준을 이루게 된다는 것이다. 셋째는 단절(segmentation)이론이다. 즉 각기 다른 삶의 영역에서의 사회적 경험은 단절되어 있으며 따라서 서로 영향을 미치지 않는다

는 것이다. 그러나 다수의 연구결과들은 두 영역에서의 만족도 간에는 서로 상호작용 효과가 있음을 보여주고 있다(Schmitt & Bedeian, 1982). 따라서 단절이론은 현실과 맞지 않는다고 보는 경향이 지배적이다. 이상의 일반론적 논의와는 달리 일과 생활의 영역에서의 만족도 간의 상호관계는 개인의 성향, 특히 일의 세계에 대하여 가지고 있는 개인의 태도에 따라서 다를 수 있을 것이다. 이와 관련하여 Dubin(1956)은 '생의 주된 관심'(Central life interest)이라는 개념을 이용하여 개인들을 일이 생의 주된 관심사인 일 중심형(job-oriented), 일보다는 개인의 사적인 여가를 보다 중요시하는 생활중심형(non-job oriented), 두 영역 가운데 특별한 선호가 없는 유연형(flexible focus)으로 나누고 있다. 첫째 유형의 경우 생활보다는 일에서 보람과 만족을 느끼는 것이 보다 중요할 것이며, 따라서 직무만족도가 생활만족도에 미치는 영향이 그 반대보다 더 클 것이다. 둘째 유형의 경우 그와는 반대로 생활에서 느끼는 보람과 만족도가 상대적으로 더 중요할 것이며 그 결과 생활만족도가 직무만족도에 미치는 영향이 더 클 것이다. 셋째 유형의 경우 두 영역에서의 만족도 간에 일 방향의 지배적인 관계가 존재하지 않고 서로 미치는 영향이 비슷할 것이다(방하남, 2000, 재인용).

Winters(1973)는 뉴욕 서부지역에 있는 사업체 및 산업체에서 근무하는 348명의 근로자를 대상으로 직무만족과 여가만족간의 상관관계를 조사한 결과, 직무와 여가만족 간에는 대부분 사람들에게서 융합현상이 존재한다고 결론 지었다. 다시 말해서 자신의 직업에서 만족을 얻는 개인은 여가활동으로부터 만족을 얻을 가능성이 높고, 역으로 자기직업에서 만족을 얻지 못하는 사람은 여가활동에서도 만족을 얻지 못할 가능성이 크다고 하였다.

London, Crandall 및 Seals(1977)는 생활의 질에 미치는 여가와 직무만족의 기여도를 조사한 결과, 피험자들은 가족활동과 타인들과의 사회 활동에서 가장 큰 만족을 느끼고 있었으며, 레크리에이션 시설, 여흥, 봉급, 상여금, 안전 등에서 불만족하고 있는 것으로 나타났다. 주요 결과로 첫째, 중간계층의 개인들이 여가만족이 가장 낮고, 노인 집단에서 만족이 가장 높았다. 둘째, 사무직이 직무만족 점수가 가장 낮고, 대졸자와 미망인, 독신자 집단이 가장 높았다. 셋째, 다른 집단들에게서는 직무·여가만족이 생활의 질에 미치는 영향은 유의하지 않았다.

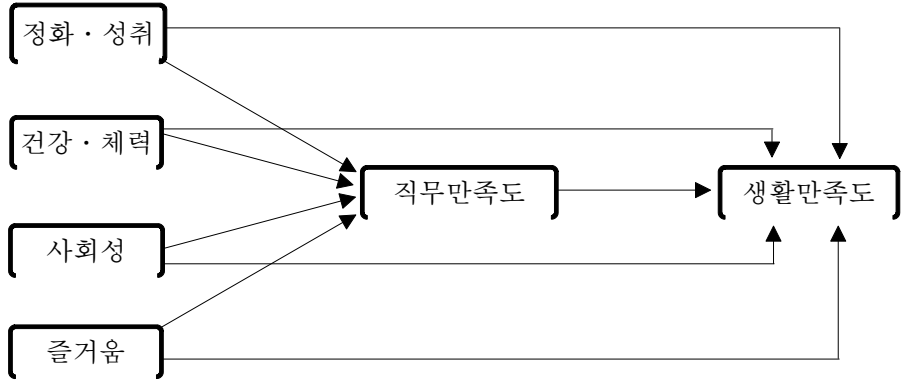
Vaughan(1980)는 주나 연방 직업재활원에 근무하는 335명의 재활카운슬러들을 대상으로 생활만족, 직무 및 여가만족 간의 관계를 조사하였다. 또 연령, 성, 교육, 결혼 여부, 봉급, 재직기간, 성공적인 카운셀링 및 고객의 부류 등 독립변인들이 만족도의 변량을 어느 정도 설명하는 지를 알아보았다. 연구결과에 따르면, 생활만족과 직무만족간에는 유의한 관계가 존재하고, 또 생활과 여가만족 간에도 상관관계가 유의했다. 그러나 여가만족과 직무만족 간의 상관은 유의한 관계가 없다고 결론지었다.

이와 같은 고찰을 통하여 직무만족과 생활만족 간에는 유의한 관계가 존재하며, 직무에 대한 만족수준이 높을수록 직무수행에도 정적인 영향을 미치고, 생활전반의 만족에도 영향을 미칠 수 있음을 알 수 있다. 또한, 생활에 대해 만족을 느끼는 사람은 직장에서의 직무만족도 높다고 간주할 수 있으나, 이러한 인과성의 문제는 여러 개의 변인들이 미치는 효과로 인해 결정적으로 단정하기는 어렵다고 본다(박무철, 1991 재 인용).



##### 5) 본 연구에서의 경로도형 설정

위와 같은 선행연구들을 개괄적으로 고찰한 결과 참여동기를 독립변인으로 하고, 직무만족을 매개변인으로 하여 생활만족에 유의한 영향을 줄 수 있다는 가설에 도달할 수가 있었다. 현재까지 국내의 선행 연구중 참여동기와 활동만족 또는 여가만족, 생활만족간의 관계를 규명하려는 시도가 있어 왔으나, 참여동기에 따라서 직무만족 및 생활만족간에 미치는 영향을 인과관계 중심으로 연구한 시도는 전무한 실정이다. 이에 본 연구에서는 위와 같은 선행 연구들의 관계 모형을 참고로 하여 생활체육 참여자의 참여동기가 직무만족도 및 생활만족도에 미치는 영향에 관한 경로 모형을 <그림 7>과 설정하여 인과관계를 규명해 보고자 한다.



<그림 7> 생활체육참여자의 참여동기, 직무만족도 및 생활만족도간의 경로 도형



### Ⅲ. 연구방법

#### 1. 조사대상

본 연구의 조사대상은 제주도내 생활체육에 참여하고 있는 직장인을 모집단으로 설정한 다음 제주도를 4개의 행정구역(제주시, 서귀포시, 북제주군, 남제주군)으로 분할하여 일차표집단위를 설정하고, 직업 유형별로 경찰, 교사, 일반사무직군의 동질적인 하위집단으로 층화한 후 직장인 비율에 따라서 유층집락무선표집법(stratified cluster random sampling)을 이용하여 총 700명을 표집하였다. 표집된 700명중 설문조사에 참가한 인원은 670명이었으나 회수된 자료중에서 불성실하게 응답했다고 판단되거나 무기입된 자료를 제외한 651명을 실제분석에 사용하였다. 조사대상자의 일반적 특성은 <표 2>, 생활체육 참여 종목은 <표 2-2>와 같다.

<표 2> 조사대상자의 일반적 특성

변 인	구 분	사례수(%)	계
성 별	남 성	427(65.6)	651(100)
	여 성	224(34.4)	
결혼여부	미 혼	200(30.7)	651(100)
	기 혼	451(69.3)	
연 령	20대이하	150(23)	651(100)
	30대	264(40.6)	
	40대이상	237(36.4)	
학 력	고졸이하	133(20.4)	651(100)
	대졸	429(65.9)	
	대학원이상	89(13.7)	
월소득	150만원미만	189(29)	651(100)
	150만원~250만원미만	313(48.1)	
	250만원이상	149(22.9)	
직업군별	경찰군	109(16.7)	651(100)
	교사군	156(24)	
	일반사무직군	386(59.3)	

<표 2-2> 조사대상자의 생활체육 참여종목

구 분	종 목	사 례 수(%)	누적퍼센트
개인종목(17)	골프	24(3.7)	
	등산	24(3.7)	
	마라톤	6(9)	
	볼링	27(4.1)	
	수영	28(4.3)	
	스쿼시	5(8)	
	요가	15(2.3)	
	조깅	105(16.1)	
	줄넘기	8(1.2)	
	윈드서핑	3(5)	
	에어로빅	11(1.7)	
	자전거	6(9)	
	헬스	56(8.6)	
	당구	4(6)	
	트라이애슬론	1(2)	
인라인스케이트	5(8)		
견기	84(12.9)	412(63.3)	
대인종목(7)	검도	6(9)	
	베드민턴	113(17.4)	
	탁구	14(2.2)	
	테니스	9(1.4)	
	태권도	3(5)	
	유도	1(2)	
	킥복싱	1(2)	147(22.6)
단체종목(3)	농구	8(1.2)	
	족구	5(8)	
	축구	79(12.1)	92(14.1)
계	27	651(100)	651(100)

## 2. 측정도구

본 연구에서 쓰인 설문지는 크게 I. 생활체육 참여실태, II. 운동에 참여하게 된 동기, III. 직장에서의 만족도 변화, IV. 생활만족도 변화, V. 활동의지, VI. 인구사회학적 특성을 측정하는 6부분 59문항으로 구성되어 있으며, 설문항목은 각 측정 변수 내에서 무작위로 배열하였다. 인구사회학적 변수를 설문지 마지막에 두었으며 이를 제외한 나머지 모든 항목은 Likert식 5점 척도를 사용하였다. 자세한 설문문항은 <표 3>과 같다.

<표 3> 설문지의 구성

설문 구역	변 수 명	문 항 번 호	문항수 계	
I	생활체육참여정도	종목(1),기간(2),횟수(3),시간(4),강도(5)	5	5
II	참여동기	성취동기: 6, 11, 20, 21 즐거움: 5, 12, 16, 18	8	21
		사회성: 1, 7, 13 건강체력: 2, 8, 14, 17 여가선용: 3, 9, 15 정화: 4, 10, 19	13	
III	직무만족	내적 만족 1, 2, 3, 4, 6, 7, 8, 12, 13, 14	10	15
		외적 만족 5, 9, 10, 11, 15	5	
IV	생활만족	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8	8	8
V	활동의지	1, 2, 3, 4,	4	4
VI	인구사회학적특성	성(1), 결혼여부(2), 연령(3), 학력(4), 월수입(5),직업(6)	6	6
계			59	59

### 1) 참여동기 척도

생활체육 참여자의 참여동기의 측정은 생활체육 참여자의 특성을 감안하여 제주도내 생활체육 참여자 58명을 대상으로 개방형 설문조사를 실시하여 원자료를 구하고 부록1과 같이 귀납적 내용분석을 실시하고, 선행문헌에 대한 자료를 참고하여 25 문항의 예비설문지를 제작하였다. 예비설문지에 대한 전문가 회합을 거쳐 최종적으로 21문항으로 구성된 참여동기 척도를 제작하였다. 제주도내 생활체육 참여자 43명을 대상으로 사전조사(pilot study)를 실시하여 5점 Likert식 척도로 구성된 참여동기 척도를 제작 사용하였다.

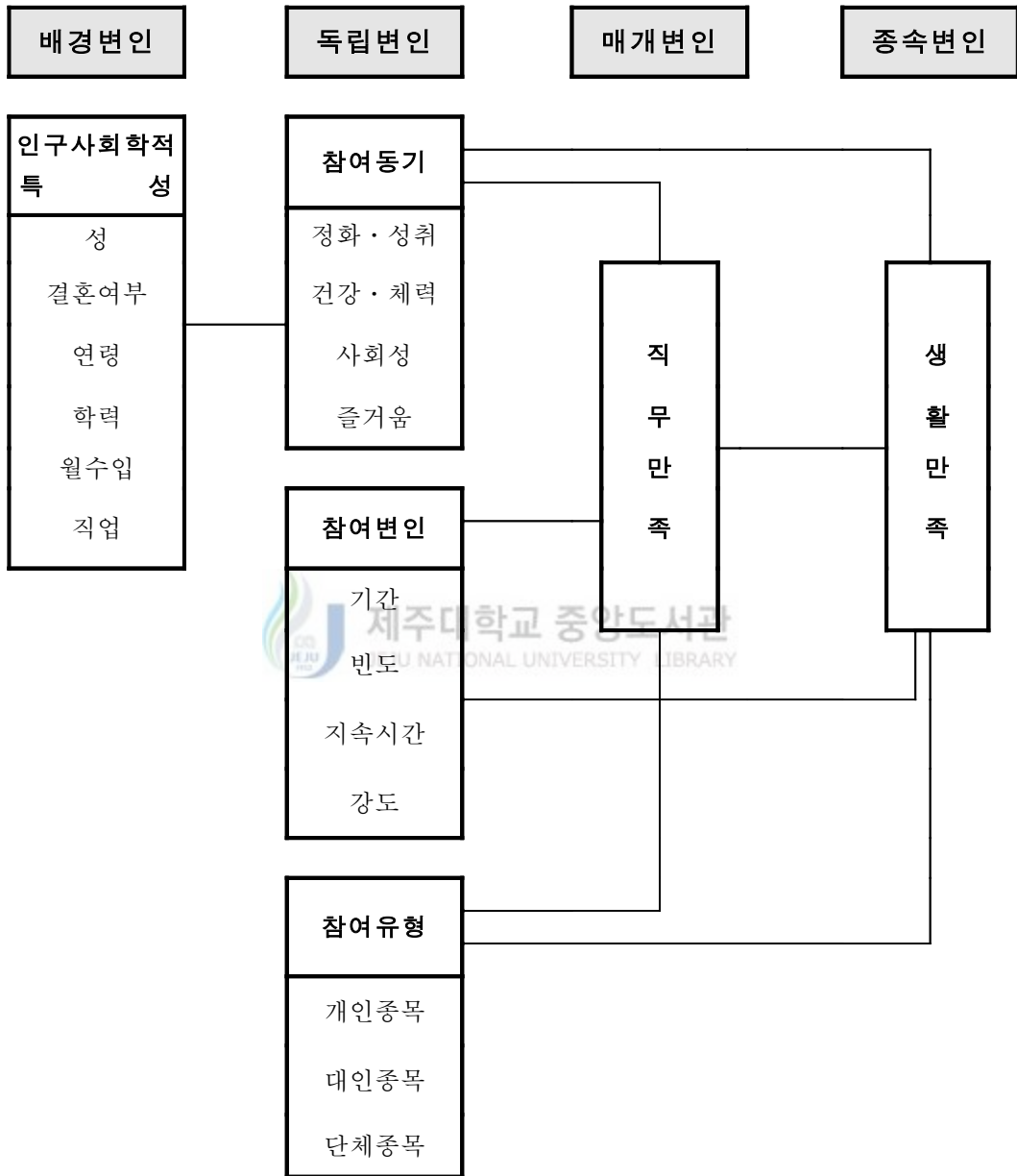
### 2) 직무만족도 척도

직무만족척도는 Weiss, Dawis, England, Lofquist(1967)가 제작한 MSQ(The Minnesota Satisfaction Questionnaire)를 유성식(1991)이 한국어로 번안하여 표준화한 척도 11문항과 선행 연구에서 발췌한 내적만족 3문항, 외적만족 1문항을 추가하여 총 15문항 5점 Likert식 척도로 구성된 직무만족척도를 사용하였다.

### 3) 생활만족도 척도

생활만족도는 Medley(1976)가 개발하고 Ragheb와 Griffith(1982), Vaughan(1980)등에 의해 신뢰도와 타당도가 검증된 Life Satisfaction Index(LSI)를 김승곤과 양명환(1995)에 의해서 5점 Likert식 척도로 재구성하여 요인분석과 신뢰도 검증을 거쳐 신뢰도(Cronbach's Alpha= .90)를 입증한 척도이다. 본 척도는 생활만족도 단일요인 8문항으로 구성되어 있으며, 요인분석 결과 고유치가 5.431이고 전체분산이 67.89를 설명하고 있다. 본 표본의 신뢰도 계수(Cronbach's Alpha)는 .93으로 높게 나타났다.

위의 설문지 구성과 관련된 변인들을 기초로 하여 생활체육 참여자의 참여동기가 직무만족 및 생활만족도에 미치는 영향을 규명하기 위하여 설정한 분석모형은 <그림 8 >과 같다.

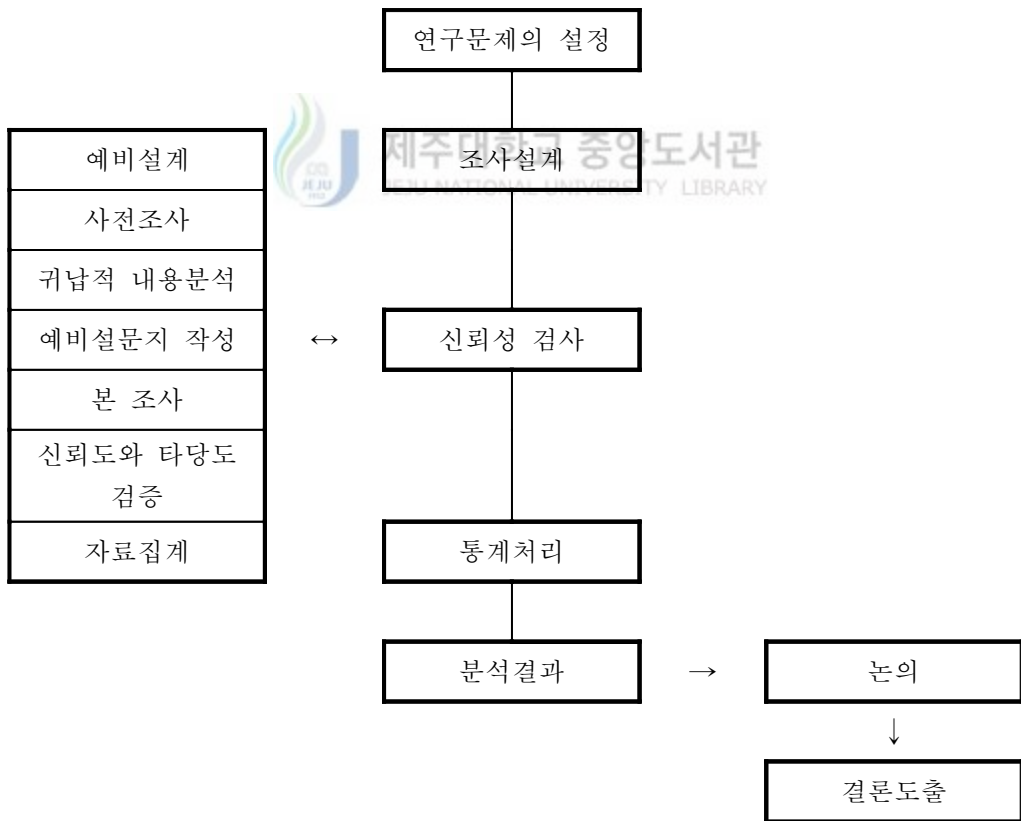


<그림 8 > 본 연구의 분석모형

### 3. 연구절차

스포츠 참여동기와 직무만족도·생활만족도의 인과관계를 규명하기 위하여 인구 통계학적 특성을 고려하여 작성된 스포츠 참여동기와 직무·생활만족도 설문지를 연구대상자에게 배포한 후 설문지에 대해 자기평가 기입법(self-administrated)으로 설문 내용에 작성하도록 한 후 완성된 설문지를 회수하였다.

생활체육 참여자의 참여동기가 직무만족도 및 생활만족도에 미치는 영향을 규명하기 위한 연구의 절차는 <그림 9>와 같다.



<그림 9> 본 연구의 절차

#### 4. 자료분석 및 처리

회수된 자료중 내용이 불성실하여 응답 내용에 대해 신뢰성이 없다고 판단되는 자료와 이중기입, 무기입 자료 등은 분석에서 제외시킨 후 분석 가능한 자료를 통계패키지 프로그램인 SPSS Win 10.0 버전을 활용하여 통계처리 하였으며, 분석 목적에 따라 다음과 같은 분석 절차를 거쳤다.

1) 참여동기, 직무만족도, 생활만족도의 요인 구조를 확인하기 위하여 공통 요인분석의 주축분해법(Principal Axis Factoring)과 Direct Oblimin Rotation을 이용한 요인분석을 실시하였다. 그리고 내적일관성을 기준으로 신뢰도를 검증하기 위하여 item-total correlation과 Cronbach's Alpha값을 구하였다.

2) 배경변인에 따른 참여동기, 직무만족도, 생활만족도 간의 차이를 분석하기 위하여 일원분산분석(one-way-ANOVA)을 실시하였고 사후검정으로 Duncan 검증을 실시하였다.

3) 생활체육참여자의 참여변인에 따른 참여동기, 직무만족도, 생활만족도간의 차이를 분석하기 위하여 다중회귀분석(multiple regression analysis)을 실시하였다.

4) 생활체육 참여자의 참여동기, 직무만족도, 생활만족도 간의 인과관계를 분석하기 위하여 다중회귀분석(multiple regression analysis)과 경로분석(path analysis)을 실시하였다.

## IV. 연구결과

본 연구는 생활체육 참여자의 참여동기 요인이 직무만족도 및 생활만족도에 미치는 영향을 실증적으로 분석하기 위하여 생활체육 참여자의 특성에 맞는 참여동기 척도를 개발하고자 하였다. 먼저, 참여동기 측정도구가 적합한지를 판단하기 위하여 타당도와 신뢰도 검증을 실시하였으며, 자체 제작한 참여동기 척도와 직무만족척도, 생활만족척도를 이용하여 설정된 연구문제를 중심으로 첫째, 인구사회학적 특성에 따른 참여동기와 직무만족도, 생활만족도의 차이를 분석하였다. 둘째, 운동 참여변인에 따른 참여동기와 직무만족도, 생활만족도의 차이를 분석하였으며, 셋째로 참여동기가 직무만족도 및 생활만족도에 미치는 영향을 분석하였으며, 마지막으로 참여동기가 직무만족도 및 생활만족도 간에 유의한 인과관계가 존재하는지를 분석하였다.

### 1. 측정도구의 구성 타당도 및 신뢰도 검증결과

#### 1) 참여동기 척도

탐색적 요인분석으로 구성 타당도를 분석하는 주된 관심사는 생활체육 참여동기 질문지가 어떠한 다차원적 구조를 가지고 있는지를 확인하는 것이다. 요인분석을 하기전에 Bartlett의 단위행렬점검[Approximate  $\chi^2= 4350.096$ ,  $df=136$ ,  $p<.000$ ]과 KMO(Kaiser-Meyer-Olkin) 표본적합 검증(.874)을 실시한 결과 요인분석 적용이 타당한 것으로 나타났다. 21문항 중에 하위 척도에 기능적으로 작용하지 못하는 4개의 문항을 제거하고 최종 17개 문항으로 요인구조를 확정하였다. 주축분해법(Principal Axis Factoring)과 Direct Oblimin 방식의 사각회전방식을 이용하여 요인분석을 한 결과는 <표 4>와 같다. <표 4>는 구조행렬계수(factor structure matrices)를 나타내고 있으며, ‘요인1’은 생활의 활력소, 스트레스 해소, 여가시간의 효과적 활용, 자신감, 성취감을 느낄 수 가 있어서의 6문항으로 구성되어 있으므로 “정화·성취”동기로 명명하였



다. 이 요인은 고유치가 5.121이고 전체분산이 30.16%를 설명하고 있는 요인으로서 총 분산중 최대부분을 나타내는 선형조합이다. ‘요인2’는 운동을 통한 건강유지, 체력 증진, 운동 필요성 지각, 체중조절, 규칙적인 생활 등 5문항으로 구성되어 있으므로 “건강·체력” 동기 요인으로 명명하였으며, 고유치가 2.048이고 전체분산이 12.05%를 설명하고 있다. ‘요인3’은 “사회성 동기”로 명명하였으며 문항 내용으로는 다른 사람과 친해지기 위해서, 원만한 인간관계 형성, 새로운 사람을 만날 수 있어서 등 3문항으로 구성되어 있으며, 고유치가 .813이고 전체분산이 4.78%를 설명하고 있다. ‘요인4’는 스포츠 활동에 참여하는 자체가 좋아서, 흥미와 관심 때문에, 운동을 하는 것이 즐거워서 등 3문항으로 구성되어 “즐거움” 요인 동기로 명명하였다. 이 요인은 고유치가 .601이고 전체분산이 3.53%를 설명하고 있다.

한편, 생활체육 참여자의 참여동기 척도의 신뢰도를 검정하기 위하여 문항-전체 상관계수 및 내적 일관성 계수를 산출하였다. <표 4>에서 보는 바와 같이 문항-전체 상관계수들의 범위는 .36~.78로 나타나 특정 요인내의 동질성이 양호한 편에 속한다. 전체 신뢰도 계수는 Cronbach's Alpha = .87이고 하위 요인별 계수는 .75~.87로 양호하게 나타났다.

<표 4 > 참여동기 척도의 요인분석 및 신뢰도 검정결과

문항	요인				공통성	문항-전체 상관계수
	1	2	3	4		
PM19. 직장생활을 하면서 생활의 활력소가 되기 때문에	.774	.365	.285	-.424	.620	.6539
PM20. 자신감을 심어주기 때문에	.670	.298	.306	-.385	.462	.5668
PM10. 직장생활에서 오는 스트레스를 해소하기 위하여	.665	.357	.273	-.275	.450	.4903
PM11. 성취감을 느낄수 있어서	.659	.266	.369	-.465	.477	.5744
PM3. 여가시간을 효과적으로 활용하기 위하여	.526	.209	.402	-.319	.316	.5755
PM4. 일상생활에서 탈피하고 싶어서	.482	.133	.319	-.172	.253	.4399
PM8. 운동을 통한 건강유지를 위하여	.263	.822	-8.5E-03	-.155	.696	.6377
PM14. 체력을 증진시키기기 위하여	.305	.713	8.607E-02	-.187	.525	.5818
PM17. 건강상의 이유로 운동의 필요성을 느껴서	.276	.589	-.104	-6.4E-03	.373	.4909
PM9. 규칙적인 생활에 도움이 되기 때문에	.432	.583	.111	-.189	.386	.4831
PM2. 체중조절을 위하여	.191	.413	3.694E-02	8.852E-02	.199	.3614
PM7. 다른사람과 친해지기 위해서	.415	4.260E-02	.877	-.350	.770	.7870
PM1. 원만한 인간관계를 형성하기 위하여	.357	-1.3E-02	.812	-.340	.661	.7301
PM13. 운동을 통해서 새로운 사람을 만날 수 있기 때문에	.443	7.491E-02	.785	-.406	.634	.7244
PM5. 스포츠활동에 참여하는 자체가 좋아서	.445	.147	.425	-.754	.599	.6641
PM12. 스포츠에 대한 흥미와 관심 때문에	.447	.108	.436	-.732	.573	.6408
PM16. 운동을 하는 것이 즐거워서	.534	.234	.381	-.723	.589	.6568
고유치	5.121	2.048	.813	.601		
공통분산 %	30.162	12.047	4.780	3.534		
누적분산 %	30.126	42.172	46.952	50.486		
Cronbach's Alpha	.80	.75	.87	.81		

## 2) 직무만족 척도

이 척도는 기존의 연구(유성식, 1991)에서부터 2개의 요인으로 구체화 할 수 있는 이론적 근거를 가지고 있으나 관련 변인들간의 상관관계를 고려하여 주축분해법(Principal Axis Factoring)과 Direct Oblimin 방식의 사각회전방식을 이용하여 요인분석을 실시하였다. 그 결과 <표 5>에서 보는 바와 같이 두 개의 요인으로 요인구조가 확정되었다. ‘요인1’은 “내적 직무만족” 요인 10문항으로 구성되어 있으며 고유치가 4.033이고 전체분산이 26.89%를 설명하고 있는 요인으로서 총 분산 중 최대부분을 나타내는 선형조합이다. ‘요인2’는 “외적 직무만족”을 설명하는 요인으로서 총 5문항으로 구성하였으며 고유치가 1.241 전체분산이 8.27%를 설명하고 있다. 문항-전체 상관계수는 .21~.60이며, 전체 신뢰도 계수는 Cronbach’s Alpha = .82 (내적만족 .83, 외적만족 .66)로 나타나 유성식의 사용한 직무만족 척도 신뢰도[신뢰도 계수 Cronbach’s Alpha = .88(내적만족), .57(외적만족)] 수준과 비교할 때 양호한 수준을 보이고 있다.

<표 5> 직무만족도 척도의 요인분석 및 신뢰도 검정결과

문항	요인		공통성	문항-전체 상관계수
	1	2		
JS7. 내가 맡은 일은 내 자신의 능력개발에 많은 도움을 준다	.680	.130	.463	.6059
JS14. 나는 직장에 애착을 느끼는 편이다	.654	.357	.484	.5970
JS8. 나는 대체로 나의 업무에 대해 만족한다	.653	.271	.449	.5895
JS3. 나의 일은 직장 내에서 매우 중요하다	.626	-6.9E-02	.429	.5435
JS6. 내가 맡은 일을 잘 해나갈 때 만족감과 성취감을 느낀다	.574	-5.1E-02	.355	.4907
JS13. 나는 직장상사와의 관계가 원만하 편이다	.569	.314	.368	.5373
JS4. 나는 나의 일이 직장내의 다른 일들과 어떤 관계가 있는 지 알고 있다	.559	-8.3E-02	.634	.4686
JS1. 나는 정말로 가치있는 일을 하고 있다	.524	7.902E-02	.275	.4727
JS12. 나는 직장 동료들과 관계가 원만한 편이다	.511	.257	.287	.4831
JS21. 나의 일은 내게 능력발휘의 기회를 거의주지 않는다.	.324	.140	.111	.3229
JS10. 나의 근무환경은 만족스럽다	.396	.664	.517	.5743
JS15. 나의 근무시간, 업무량등 근무조건은 좋은 편이다	.446	.633	.510	.5366
JS11. 우리 직장의 복리후생제도는 만족할 만한 편이다	.340	.575	.386	.4981
JS51. 나는 업무 때문에 과도하게 스트레스를 받는 경우가 많다	-7.4E-02	.392	.176	.2186
JS91. 내가 하고 있는 일에 비해 나의 급여수준은 낮다	1.1129E-02	.335	.115	.2591
고유치	4.033	1.241		
공통분산 %	26.888	8.272		
누적분산 %	26.888	35.161		
Cronbach's Alpha	.83	.66		

## 2. 인구사회학적 특성에 따른 참여동기 차이와 직무만족도 및 생활만족도의 차이

### 1) 인구사회학적 특성에 따른 참여동기 차이

#### (1) 운동종목 유형에 따른 참여동기 차이

<표 6>운동종목 유형에 따른 참여동기 차이

종속변인	운동종목			F (df=2, 648)	p
	개인(n=412)	대인(n=147)	단체(n=92)		
정화·성취	3.67±.67 <sub>a</sub>	3.87±.67 <sub>b</sub>	3.72±.64 <sub>ab</sub>	5.01	.007
건강·체력	4.00±.59 <sub>b</sub>	4.05±.59 <sub>b</sub>	3.72±.62 <sub>a</sub>	10.08	.000
사회성	2.88±.87 <sub>a</sub>	3.55±.67 <sub>b</sub>	3.70±.63 <sub>b</sub>	64.81	.000
즐거움	3.47±.77 <sub>a</sub>	3.98±.63 <sub>b</sub>	4.09±.55 <sub>b</sub>	46.08	.000

\* 평균±표준편차 : 이하 동일

\* abc는 Duncan 사후검정 결과로서 문자가 서로 다르면 집단간 차이가 있음을 의미 : 이하 동일

<표 6>은 4개의 참여동기 하위 요인을 종속변인으로 하고 운동종목 유형을 독립변인으로 하여 일원분산 분석을 실시한 결과를 보여 주고 있다. <표 6>의 결과를 보면, 정화·성취, 건강·체력, 사회성, 즐거움 등 모든 참여 동기요인들은 운동 종목 유형에 따라서 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 구체적인 종목 유형간 차이의 소재를 파악하기 위하여 Duncan의 사후검증을 실시하였다. 첫째로 정화·성취동기에서 사후검증을 실시한 결과 대인종목 참여자들이 개인종목 참여자보다 정화·성취동기에서 높은 수치를 나타냈으며, 단체종목은 개인종목과 대인종목간에 유의한 차이가 없었다. 둘째로 건강·체력 동기 요인에 대한 사후검증 결과 개인종목 참여자 및 대인종목 참여자가 단체종목 참여자보다 높게 나타났으나, 개인종목, 대인종목간에는 유의한 차가 없었다. 셋째로 사회성 동기요인에서는 단체종목과 대인종목 참여자들이 개인종목 참여자에 비하여 사회성 동기 점수가 높게 나타나고 있다. 넷째로 즐거움 동

기 요인에서는 단체종목 참여자들이 개인종목 참여자보다 높은 수치를 보이고 있고 단체종목 및 대인종목 참여자간에는 유의한 차이가 없었다. 결론적으로 개인종목 참여자들은 대인종목 및 단체종목 참여자 보다 건강·체력요인이 주된 참여동기 이유로, 대인종목 참여자들은 개인종목 참여자에 비하여 정화·성취, 사회성, 즐거움 요인 등이 높은 수치를 보이고 있으며, 단체종목 참여자들은 개인종목 참여자에 비하여 사회성, 즐거움 요인 동기가 주된 참여동기 요인으로 내재되어 있다고 해석할 수 있다.

(2) 성별에 따른 참여동기 차이

<표 7> 성별에 따른 참여동기 차이

종속변인	성 별		F (df=1, 649)	p
	남성(n=427)	여성(n=224)		
정화·성취	3.78±.63	3.61±.73	9.77	.002
건강·체력	3.97±.62	3.97±.57	.00	.986
사회성	3.26±.86	2.92±.87	23.81	.000
즐거움	3.80±.69	3.44±.83	34.50	.000

<표 7>은 성별에 따른 참여동기 요인들의 평균과 표준편차 및 그에 따른 일원분산 분석 결과를 함께 나타내고 있다. <표 7>의 결과를 보면, 정화·성취, 사회성, 즐거움 동기 요인에서 성별에 따른 유의한 차이가 나타났다. 구체적으로 살펴보면 정화·성취 동기 요인에서는 남성이 여성보다 높은 점수를 얻고 있으며[F(1,649)=9.77 P<.002], 사회성[F(1,649)=23.81 P<.000] 및 즐거움[F(1,649)=34.50 P<.000] 동기 요인에서도 남성이 여성보다 높은 것으로 나타났다. 그러나 건강·체력요인에서는 성별에 따른 유의한 차이가 없는 것으로 나타나, 남녀 모두 건강 문제를 중요시 하는 것으로 해석할 수 있다.

(3) 연령에 따른 참여동기 차이

<표 8> 연령에 따른 참여동기 차이

종속변인	연 령			F (df=2, 648)	p
	20대이하 (n=150)	30대 (n=264)	40대이상 (n=237)		
정화·성취	3.57±.70 <sub>a</sub>	3.77±.65 <sub>b</sub>	3.76±.66 <sub>b</sub>	5.17	.006
건강·체력	3.78±.65 <sub>a</sub>	3.95±.58 <sub>b</sub>	4.11±.55 <sub>c</sub>	14.20	.000
사회성	3.07±.90 <sub>a</sub>	3.26±.86 <sub>b</sub>	3.07±.86 <sub>a</sub>	3.59	.028
즐거움	3.61±.81 <sub>a</sub>	3.72±.76 <sub>a</sub>	3.67±.72 <sub>a</sub>	1.09	.338

<표 8>은 4개의 운동 참여동기를 종속변인으로 하고 연령을 독립변인으로 하여 일원분산분석을 실시한 결과이다. <표 8>의 결과를 보면, 정화·성취 동기요인은 연령층 간에 유의한 차이가 있다[F(2,648)=5.17 P<.006]. 사후검증을 실시한 결과 30대와 40대 이상 참여자들이 20대 이하의 참여자들 보다 정화·성취 동기 점수가 더 높게 나타나고 있다. 건강·체력 동기 요인에서도 연령층간 유의한 차이를 보였다 [F(2,648)=14.20 P<.000]. 사후검증을 실시한 결과, 40대 이상, 30대, 20대 이하 순으로 유의한 차이가 있어 연령 증가와 함께 운동 참여동기로 건강·체력을 중요시하는 것으로 해석할 수 있다. 사회성 동기 요인에서도 연령간 참여동기 요인에 유의한 차이가 있다[F(2,648)=3.59 P<.028]. 사후검증을 실시한 결과 20대 이하나 40대 이상 보다 30대 참여자들이 사회성 요인에서 더 높은 점수를 얻는 것은 직장의 중추적인 연령계층으로 활발한 사회활동을 하는 것과 생활체육 참여동기 요인과 무관하지 않음을 알 수 있다. 그러나 즐거움 요인에서는 연령집단간에 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다.

#### (4) 학력에 따른 참여동기 차이

<표 9>는 4개의 운동 참여동기를 종속변인으로 하고 학력을 독립변인으로 하여 일원분산분석을 실시한 결과이다. <표 9>의 결과를 보면 운동 참여동기는 학력에 따라 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다. 그러나 건강·체력 요인인 경우는 5% 수준에서 통계적으로 유의한 차이는 없으나, 학력이 높을수록 건강·체력의 요인을 중요하게 생각하고 있는 경향성을 보였다.

<표 9> 학력에 따른 참여동기 차이

종속변인	학 력			F (df=2, 648)	p
	고졸이하 (n=133)	대졸 (n=429)	대학원이상 (n=89)		
정화·성취	3.68±.80 <sub>a</sub>	3.73±.65 <sub>a</sub>	3.72±.56 <sub>a</sub>	.358	.700
건강·체력	3.89±.64 <sub>a</sub>	3.97±.60 <sub>ab</sub>	4.08±.53 <sub>b</sub>	2.73	.066
사회성	3.18±.91 <sub>a</sub>	3.13±.86 <sub>a</sub>	3.15±.92 <sub>a</sub>	.161	.852
즐거움	3.70±.75 <sub>a</sub>	3.66±.78 <sub>a</sub>	3.72±.68 <sub>a</sub>	.234	.791

(5) 소득 유형에 따른 참여동기 차이

<표 10> 소득 유형에 따른 참여동기 차이

종속변인	월 소 득			F (df=2, 648)	p
	150만원 미만 (n=189)	150~250만원미만 (n=313)	250만원 이상 (n=149)		
정화·성취	3.58±.71 <sub>a</sub>	3.80±.64 <sub>b</sub>	3.74±.67 <sub>b</sub>	6.603	.001
건강·체력	3.86±.57 <sub>a</sub>	3.98±.61 <sub>b</sub>	4.09±.60 <sub>b</sub>	6.321	.002
사회성	3.07±.88 <sub>a</sub>	3.23±.86 <sub>a</sub>	3.05±.88 <sub>a</sub>	3.069	.047
즐거움	3.60±.79 <sub>a</sub>	3.72±.75 <sub>a</sub>	3.69±.72 <sub>a</sub>	1.340	.263

<표 10>은 4개의 운동 참여동기를 종속변인으로 하고 월수입을 독립변인으로 하여 일원분산분석을 실시한 결과이다. <표 10>의 결과를 보면, 정화·성취 동기 요인에서 월소득에 따라 유의한 차이가 있었다[F(2,648)=6.603 P<.001]. 사후검증을 실시한 결과, 월소득이 150~250만원 미만, 250만원 이상 집단이 150만원 미만 집단보다 정화·성취 동기 요인의 점수가 높게 나타났다. 건강·체력 동기 요인에서도 월 소득에 따라 유의한 차이가 있었다. 사후검증을 실시한 결과, 월소득이 150~250만원 미만, 250만원 이상 집단이 150만원 미만 집단보다 건강·체력 동기 요인에서 점수가 높게 나타났다. 결론적으로 월소득 수준에 따라 정화·성취 동기요인과 건강·체력요인에서는 유의한 차이를 나타내나, 사회성과 즐거움 동기요인은 월소득에 따라서 유의한 차이를 보이지 않고 있다.



(6) 직업군에 따른 참여동기 차이

<표 11> 직업군에 따른 참여동기 차이

종속변인	직업군			F (df=2, 648)	p
	경찰군 (n=109)	교사군 (n=156)	일반사무직군 (n=386)		
정화·성취	3.38±.75 <sub>a</sub>	3.72±.60 <sub>a</sub>	3.73±.68 <sub>a</sub>	.232	.793
건강·체력	3.86±.67 <sub>a</sub>	4.10±.56 <sub>b</sub>	3.95±.59 <sub>a</sub>	5.837	.003
사회성	2.94±.79 <sub>a</sub>	3.06±.87 <sub>ab</sub>	3.24±.89 <sub>b</sub>	5.831	.003
즐거움	3.69±.70 <sub>a</sub>	3.64±.78 <sub>a</sub>	3.69±.77 <sub>a</sub>	.231	.794

\* 일반사무직군 : 공무원, 은행원, 대학교직원, 회사원 등

<표 11>은 직업군에 따른 참여동기 요인들의 평균과 표준편차 및 그에 따른 일원분산분석 결과를 함께 나타내고 있다. <표 11>의 결과를 보면, 정화·성취 동기요인과 즐거움 동기 요인은 직업군에 따라 유의한 차이가 없으나, 건강·체력 동기 요인에서는 직업군에 따라 유의한 차이가 있었다[F(2,648)=5.837 P<.003]. 사후검증을 실시한 결과, 교사군이 경찰군, 일반사무직군 보다 높은 점수를 나타내고 있다. 사회성 요인에서도 직업군에 따라 유의한 차이가 있었다[F(2,648)=5.831 P<.003]. 사후검증을 실시한 결과, 일반 사무직군이 경찰군보다 높은 수준을 보이고 있으며, 교사군은 경찰군과 일반 사무직군에 비하여 유의한 차이가 없었다.

2) 인구사회학적 특성에 따른 직무만족도와 생활만족도의 차이

(1) 운동종목 유형에 따른 직무만족도와 생활만족도의 차이

<표 12> 운동종목 유형에 따른 직무만족도와 생활만족도 차이

종속변인	운동종목			F (df=2, 648)	p
	개인(n=412)	대인(n=147)	단체(n=92)		
직무만족	3.42±.42 <sub>a</sub>	3.52±.39 <sub>b</sub>	3.42±.40 <sub>a</sub>	3.255	.039
내적만족	3.65±.47 <sub>a</sub>	3.72±.44 <sub>a</sub>	3.65±.42 <sub>a</sub>	1.426	.241
외적만족	2.95±.58 <sub>a</sub>	3.10±.56 <sub>b</sub>	2.97±.58 <sub>a</sub>	3.892	.021
생활만족	3.61±.59 <sub>ab</sub>	3.71±.56 <sub>b</sub>	3.56±.55 <sub>a</sub>	2.223	.109

생활체육 참여자의 운동종목 유형에 따른 직무만족도와 생활만족도 차이를 분석한 결과는 <표 12>와 같다. <표 12>의 결과를 보면, 내적 직무만족에서는 운동종목별 유의한 차이가 없으며, 외적만족에서는 대인종목 참가자들이 개인, 단체종목 참가자보다 높은 수준을 보이고 있으며, 전체 직무만족도에서도 외적 직무만족과 같은 결과를 보여주고 있다. 생활만족도에서는 대인종목 참가자들이 단체종목 참가자들 보다 점수가 높게 나타났으나, 개인종목과 단체종목, 대인종목과 개인종목간의 생활만족도는 유의한 차이가 없었다.

(2) 성별에 따른 직무만족도와 생활만족도의 차이

<표 13> 성별에 따른 직무만족도와 생활만족도의 차이

종속변인	성 별		F (df=1, 649)	p
	남성(n=427)	여성(n=224)		
직무만족도	3.45±.40	3.42±.43	.092	.346
내적만족	3.69±.44	3.63±.49	2.194	.139
외적만족	2.98±.59	3.00±.54	.108	.743
생활만족도	3.62±.57	3.63±.60	.891	.762

생활체육 참여자의 성별에 따른 만족도 차이를 분석한 결과는 <표 13>과 같다. <표 13>의 결과를 보면, 직무만족도(내적, 외적만족)와 생활만족도는 모두 성별에 따라서는 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다.

### (3) 연령에 따른 만족도 차이

<표 14> 연령에 따른 직무만족도와 생활만족도의 차이

종속변인	연령			F (df=2, 648)	p
	20대이하 (n=150)	30대 (n=264)	40대이상 (n=237)		
직무만족도	3.36±.46 <sub>a</sub>	3.44±.40 <sub>ab</sub>	3.50±.38 <sub>b</sub>	5.253	.007
내적만족	3.55±.50 <sub>a</sub>	3.67±.44 <sub>b</sub>	3.74±.43 <sub>b</sub>	7.930	.000
외적만족	2.99±.59 <sub>a</sub>	2.96±.59 <sub>a</sub>	3.01±.55 <sub>a</sub>	.479	.620
생활만족도	3.50±.59 <sub>a</sub>	3.63±.59 <sub>b</sub>	3.70±.55 <sub>b</sub>	4.934	.005

<표 14>는 4개의 직무·생활만족도 변인을 종속변인으로 하고 연령을 독립변인으로 하여 일원분산분석을 실시한 결과이다. <표 14>의 결과를 보면 연령에 따라 내적 직무만족 요인에서 유의한 차이가 나타났다[F(2,648)=7.930 P<.000]. 사후검증을 실시한 결과, 30대와 40대 이상 참여자들이 20대 이하 참여자들 보다 높은 내적 직무만족 수준을 보이고 있다. 외적 직무만족에서는 연령간 유의한 차이가 없었다. 전체 직무만족도에서는 연령간 유의한 차이가 있었다[F(2,648)=5.253 P<.007]. 사후검증을 실시한 결과, 40대 이상 참여자들이 20대 이하 참여자보다 높은 직무만족도 수준을 보이고 있으며, 30대에서는 20대 이하와 40대 이상과 유의한 차이가 나타나지 않았다. 생활만족도 요인도 연령층간 유의한 차이가 있었다[F(2,648)=4.934 P<.005]. 사후검증을 실시한 결과, 30대 참여자와 40대 이상 참여자에서 20대 이하 참여자보다 생활만족도에서 유의한 차이를 나타내고 있다.

### (4) 학력에 따른 직무만족도와 생활만족도의 차이

<표 15>는 4개의 직무·생활만족도 요인을 종속변인으로 하고 학력을 독립변인으로 하여 일원분산분석을 실시한 결과이다. <표 15>의 결과를 보면 직무만족도와 내적·외적만족도는 학력에 따라 유의한 차이는 없었다. 생활만족도 요인에서는 대학원 이상인 경우에서 고졸 이하인 경우보다 생활만족도가 높게 나타났다.

<표 15> 학력에 따른 직무만족도와 생활만족도의 차이

종속변인	학 력			F (df=2, 648)	p
	고졸이하 (n=133)	대졸 (n=429)	대학원이상 (n=89)		
직무만족도	3.42±.45 <sub>a</sub>	3.45±.41 <sub>a</sub>	3.45±.34 <sub>a</sub>	.162	.851
내적만족	3.64±.50 <sub>a</sub>	3.67±.45 <sub>a</sub>	3.70±.40 <sub>a</sub>	.459	.610
외적만족	2.99±.59 <sub>a</sub>	2.99±.59 <sub>a</sub>	2.95±.52 <sub>a</sub>	.249	.780
생활만족도	3.55±.63 <sub>a</sub>	3.63±.59 <sub>ab</sub>	3.72±.45 <sub>b</sub>	2.377	.094

(5) 소득유형에 따른 직무만족도와 생활만족도의 차이

<표 16> 소득유형에 따른 직무만족도와 생활만족도의 차이

종속변인	월 소 득			F (df=2, 648)	p
	150만원 미만 (n=189)	150~250만원미만 (n=313)	250만원 이상 (n=149)		
직무만족도	3.34±.40 <sub>a</sub>	3.44±.41 <sub>b</sub>	3.57±.39 <sub>c</sub>	13.594	.000
내적만족	3.56±.45 <sub>a</sub>	3.68±.45 <sub>b</sub>	3.79±.45 <sub>c</sub>	10.600	.000
외적만족	2.91±.54 <sub>a</sub>	2.95±.60 <sub>a</sub>	3.15±.54 <sub>b</sub>	8.227	.000
생활만족도	3.46±.58 <sub>a</sub>	3.63±.57 <sub>b</sub>	3.81±.54 <sub>c</sub>	15.770	.000

생활체육 참여자의 소득수준에 따른 직무만족도와 생활만족도의 차이를 분석한 결과는 <표 16>과 같다. <표 16>의 결과를 보면, 내적 직무만족 요인에서는 월소득에 따라서 유의한 차이를 나타내고 있다[F(2,648)=10.6 P<.000]. 사후검증을 실시한 결과 월소득이 250만원 이상, 150~250만원미만, 150만원 미만인 순으로 내적 직무만족에 미치는 영향이 큰 것을 알 수 있는데, 결과적으로 월소득 수준이 높을수록 내적 직무만족 요인에 유의한 차이를 나타내고 있다. 외적 직무만족 요인에서도 월소득 수준에 따라 유의한 차이가 있었다[F(2,648)=8.227 P<.000]. 사후검증을 실시한 결과는 월소득이 250만원 이상인 경우가 250만원 미만인 사람들보다 높은 만족 수준을 보여주고 있다. 전체 직무만족 요인에서도 월소득 수준에 따라 유의한 차이를 보여주고 있다.

[F(2,548)=13.594 P<.000]. 사후검증을 실시한 결과는 내적만족 요인과 같은 결과를 보여주고 있다. 생활만족도 요인에서도 월소득 수준에 따라 유의한 차이가 나타났다 [F(2,648)=15.770 P<.000]. 사후검증을 실시한 결과, 월 소득 수준이 높아질수록 생활만족도도 높아지는 것으로 나타났으며, 이것은 생활만족도가 경제적 수준에 따라서 영향을 받는다고 해석할 수 있다.

(6) 직업군에 따른 직무만족도와 생활만족도의 차이

<표 17> 직업군에 따른 직무만족도와 생활만족도의 차이

종속변인	직업군			F (df=2, 648)	p
	경찰군 (n=109)	교사군 (n=156)	일반사무직군 (n=386)		
직무만족도	3.34±.41 <sub>a</sub>	3.48±.38 <sub>b</sub>	3.45±.42 <sub>b</sub>	4.304	.014
내적만족	3.62±.45 <sub>a</sub>	3.75±.45 <sub>b</sub>	3.65±.46 <sub>a</sub>	3.242	.040
외적만족	2.77±.64 <sub>a</sub>	2.95±.51 <sub>b</sub>	3.06±.57 <sub>b</sub>	11.919	.000
생활만족도	3.45±.64 <sub>a</sub>	3.73±.47 <sub>b</sub>	3.63±.59 <sub>b</sub>	7.296	.001

\* 일반사무직군 : 공무원, 은행원, 대학교직원, 회사원 등

<표 17>은 직업에 따른 만족도 요인들의 평균과 표준편차 및 그에 따른 일원분산 분석 결과를 함께 나타내고 있다. <표 17>의 결과를 보면, 내적 직무만족 요인은 직업군에 따라 유의한 차이를 보여주고 있으며 교사군이 경찰군이나 일반 사무직군에 비하여 유의하게 높게 나타나고 있다. 외적 직무만족 요인도 직업군에 따라 유의한 차이가 있었다[F(2,648)=11.919 P<.000]. 사후검증을 실시한 결과, 교사군이나 일반사무직군에 비하여 경찰군이 낮은 점수를 보이고 있다. 이것은 직무만족의 외적요인 즉, 급여나 근무환경, 복리후생제도 등 외적직무 만족요인에 따른 것으로 해석할 수 있다. 전체 직무만족도 직업군에 따라 유의한 차이가 있었다[F(2,648)=4.304 P<.014]. 사후검증 결과는 외적만족 요인과 동일한 수준으로 나타났다. 생활만족도에서도 직업군에 따라 유의한 차이가 있었다[F(2,648)=7.296 P<.001]. 사후검증을 실시한 결과, 교사군과 일반사무직군의 경찰군에 비하여 높은 수준을 보이고 있는데 이러한 결과는 전체 직

무만족도 결과와 같은 맥락에서 이해할 수 있다. 결론적으로 월소득 유형에 따라 직무만족도와 생활만족도에 미치는 영향과 직업군별 수입은 상관관계에 있음을 알 수 있다.

### 3. 운동 참여변인에 따른 참여동기 차이와 직무만족도 및 생활만족도의 차이

#### 1) 운동 참여변인에 따른 참여동기의 차이

##### (1) 운동 참여변인에 따른 정화·성취 동기 차이

<표18> 운동 참여변인에 따른 정화·성취 동기요인에 대한 회귀분석

종속변인	독립변인	비표준화계수		표준화계수 (Beta)	t	p
		B	표준오차			
정화·성취	참여기간	2.4672	.018	.055	1.353	.177
	운동지속시간	.157	.035	.197	4.426	.000
	운동강도	8.572	.039	.097	2.226	.026
	운동빈도	7.422	.021	.136	3.578	.000
	상 수	2.572	.132			
$R=.335$ , $R^2= .112$ , $F(4, 646) = 20.431$ , $p <.000$						

<표 18>은 정화·성취동기 요인에 대한 운동 참여변인들의 상대적인 영향력을 다중회귀분석한 결과이다. 잔차분석을 이용하여 회귀모형의 기본 가정에 대한 검증을 실시한 결과, 다중공선성의 문제나 정규분포성 등 기본 가정에 위배되는 사항은 없는 것으로 판단되었다. 모든 변인들간이 상관계수는 .168~.281 수준으로 통계적으로 유의하게 나타났다. <표 18>의 결과를 보면 종속변인의 전체 설명력은 11.2%로 나타났

으며, 회귀식은 통계적으로 유의하게 나타났다[F(4, 646) = 20.431, P<.000]. 참여기간 변인을 제외한 모든 변인이 정화·성취동기에 직접적 영향을 미치고 있는 것을 알 수 있다. 표준화 회귀계수를 기준으로 독립변인들의 상대적 중요도를 살펴보면 1회 운동 지속시간(Beta=.197)이 가장 설명력이 높은 변인으로 확인되었고, 운동빈도(Beta=.136), 운동강도(Beta=.097), 참여기간(Beta=.055) 순으로 나타났다. 이것은 1회 운동시간이 많을수록, 운동빈도가 높을수록 정화·성취동기 때문에 운동에 참여하는 정도가 높다고 말할 수 있다.

(2) 운동 참여변인에 따른 건강·체력 동기 차이

<표 19> 운동 참여정도에 따른 건강·체력동기에 대한 회귀분석

종속변인	독립변인	비표준화계수		표준화계수 (Beta)	t	p
		B	표준오차			
건강·체력	참여기간	-2.62	.016	-.064	-1.597	.111
	운동지속시간	2.052	.032	.029	.650	.516
	운동강도	.127	.034	.161	3.176	.000
	운동빈도	.132	.018	.271	7.154	.000
	상 수	3.117	.118			
R=.346 , R <sup>2</sup> = .120 , F(4, 646) = 21.937 , p <.000						

<표 19>는 건강·체력 동기 요인에 대한 운동 참여변인들의 상대적인 영향력을 다중회귀분석한 결과이다. 잔차분석을 이용하여 회귀모형의 기본 가정에 대한 검증을 실시한 결과, 다중공선성의 문제나 정규분포성 등 기본 가정에 위배되는 사항은 없는 것으로 판단되었다. 참여기간과 건강·체력의 상관계수(r=.011)만 통계적으로 유의하지 못하고 나머지 변인간의 상관계수는 .011~.305 수준으로 유의하게 나타났다. <표 19>의 결과를 보면 종속변인의 전체 설명력은 12%로 나타났으며, 회귀식은 통계적으로 유의하게 나타났다[F(4, 646) = 21.937, P<.000]. 표준화 회귀계수 기준으로 독립변인들의 상대적 중요도를 살펴보면 주당 운동빈도(Beta=.271)가 가장 설명력이 높은 변인으

로 확인되었고, 운동강도(Beta=.161), 운동지속시간(Beta=.029) 순으로 나타났다. 참여기간은 건강·체력 동기에 유의한 차이가 없었다. 이러한 결과는 건강·체력 동기요인은 참여기간이나 장시간 운동여부에 달려 있는 것이 아니라, 지속적인 운동 참여횟수와 운동참여시 개인이 느끼는 주관적인 운동 강도가 높을수록 건강·체력동기에 영향이 있는 것으로 해석할 수 있다.

(3) 운동 참여변인에 따른 사회적 동기 차이

<표 20> 운동 참여변인에 따른 사회적 동기에 대한 회귀분석

종속변인	독립변인	비표준화계수		표준화계수 (Beta)	t	p
		B	표준오차			
사회성	참여기간	5.682	.024	.097	2.380	.018
	운동지속시간	.174	.046	.167	3.748	.000
	운동강도	.181	.050	.156	3.584	.000
	운동빈도	.132	.027	-.065	-1.705	.089
	상 수	1.933	.173			

R=.324 , R<sup>2</sup>= .105 , F(4, 646) = 18.917 , p< .000

<표 20>은 사회적 동기 요인에 대한 운동 참여변인들의 상대적인 영향력을 다중 회귀분석한 결과이다. 잔차분석을 이용하여 회귀모형의 기본 가정에 대한 검증을 실시한 결과, 다중공선성의 문제나 정규 분포성 등 기본 가정에 위배되는 사항은 없는 것으로 판단되었다. 운동빈도와 사회적 동기는 역의 상관( $r=-.005$ )을 보이고 있으며 통계적인 유의성은 없었고, 나머지 변인들간이 상관계수는  $-.005 \sim .273$  수준으로 유의하게 나타났다. <표 20>의 결과를 보면 종속변인의 전체 설명력은 10.5%로 나타났다. 회귀식은 통계적으로 유의하게 나타났다[F(4, 646) = 18.917, P<.000]. 표준화 회귀계수를 기준으로 독립변인들의 상대적 중요도를 살펴보면 1회 운동 지속시간(Beta=.167)이 가장 설명력이 높은 변인으로 확인되었고, 운동강도(Beta=.156), 참여기간(Beta=.097) 순으로 나타났다. 이것은 1회 운동시간이 많을수록, 운동강도가 높을수록 사회적 동기 때문에 운동에 참여하는 정도가 높다고 말할 수 있다.



(4) 운동 참여변인에 따른 즐거움 동기 차이

<표 21> 운동 참여변인에 따른 즐거움 동기에 대한 회귀분석

종속변인	독립변인	비표준화계수		표준화계수 (Beta)	t	p
		B	표준오차			
즐거움	참여기간	7.973	.020	.157	4.012	.000
	운동지속시간	.166	.039	.184	4.298	.000
	운동강도	.176	.042	.177	4.206	.000
	운동빈도	3.728	.023	.061	1.6495	.100
	상 수	2.121	.144			
R=.415 , R <sup>2</sup> = .172 , F(4, 646) = 33.548 , p< .000						

<표 21>은 즐거움 동기 요인에 대한 운동 참여변인들의 상대적인 영향력을 다중 회귀분석한 결과이다. 잔차분석을 이용하여 회귀모형의 기본 가정에 대한 검증을 실시한 결과, 다중공선성의 문제나 정규 분포성 등 기본 가정에 위배되는 사항은 없는 것으로 판단되었다. 모든 변인들간이 상관계수는 .131~.338 수준으로 통계적으로 유의하게 나타났다. <표 21>의 결과를 보면 종속변인의 전체 설명력은 17.2%로 나타났으며, 회귀식은 통계적으로 유의하게 나타났다[F(4, 646) = 33.548, P<.000]. 표준화 회귀계수를 기준으로 독립변인들의 상대적 중요도를 살펴보면 운동지속시간(Beta=.184)이 가장 설명력이 높은 변인으로 확인되었고, 운동강도(Beta=.177), 참여기간(Beta=.157), 운동빈도(Beta=.061) 순으로 나타났다. 이러한 결과는 정화·성취동기나 사회성 동기에서 운동시간이 가장 설명력이 높은 것과도 일치하고 있으며, 1회 운동 지속시간이 많을수록 운동강도가 높을수록 즐거움동기 때문에 운동에 참여하는 정도가 높다고 할 수 있다.

2) 운동 참여변인에 따른 직무만족도와 생활만족도의 차이

(1) 운동 참여변인에 따른 내적 직무만족도의 차이

<표 22> 운동 참여변인에 따른 내적 직무만족에 대한 회귀분석

종속변인	독립변인	비표준화계수		표준화계수 (Beta)	t	p
		B	표준오차			
	참여기간	2.851	.013	.093	2.244	.025
내 적	운동지속시간	7.030	.025	.129	2.848	.005
직무만족	운동강도	5.750	.027	.095	2.143	.032
	운동빈도	2.486	.014	.067	1.720	.086
	상 수	3.054	.092			
R=.266 , R <sup>2</sup> = .071 , F(4, 646) = 12.340 , p< .000						

<표 22>는 내적 직무만족 요인에 대한 운동 참여변인들의 상대적인 영향력을 다중회귀분석한 결과이다. 잔차분석을 이용하여 회귀모형의 기본 가정에 대한 검증을 실시한 결과, 다중공선성의 문제나 정규 분포성 등 기본 가정에 위배되는 사항은 없는 것으로 판단되었다. 모든 변인들간이 상관계수는 .109~.220 수준으로 통계적으로 유의하게 나타났다. <표 22>의 결과를 보면 내적 직무만족 변인의 전체 설명력은 7.1%로 나타났으며, 회귀식은 통계적으로 유의하게 나타났다[F(4, 646) = 12.340, P<.000]. 표준화 회귀계수를 기준으로 독립변인들의 상대적 중요도를 살펴보면 운동지속시간(Beta=.177)이 가장 설명력이 높은 변인으로 확인되었고, 운동강도(Beta=.095), 참여기간(Beta=.093), 운동빈도(Beta=.067) 순으로 나타났다. 이것은 운동시간이 많을수록 운동강도가 높을수록 내적 직무만족 때문에 운동에 참여하는 정도가 높다고 말할 수 있다.

## (2) 운동 참여변인에 따른 외적 직무만족도의 차이

<표 23>은 내적 직무만족 요인에 대한 운동 참여변인들의 상대적인 영향력을 다중회귀분석한 결과이다. 잔차분석을 이용하여 회귀모형의 기본 가정에 대한 검증을 실시한 결과, 다중공선성의 문제나 정규 분포성 등 기본 가정에 위배되는 사항은 없는 것으로 판단되었다. 모든 변인들간이 상관계수는 .067~.141 수준으로 통계적으로 유의하게 나타났다.

<표 23> 운동 참여변인에 따른 외적 직무만족에 대한 회귀분석

종속변인	독립변인	비표준화계수		표준화계수 (Beta)	t	p
		B	표준오차			
	참여기간	5.910	.016	.015	.3614	.718
외 적	운동지속시간	3.428	.032	.050	1.077	.282
직무만족	운동강도	7.211	.035	.095	2.085	.037
	운동빈도	3.707	.019	.079	1.989	.047
	상 수	2.484	.119			
R=.266 , R <sup>2</sup> = .071 , F(4, 646) = 12.340 , p< .000						

<표 23>의 결과를 보면 종속변인의 전체 설명력은 7.1%로 나타났으며, 회귀식은 통계적으로 유의하게 나타났다[F(4, 646) = 12.340, P<.000]. 표준화 회귀계수 기준으로 독립변인들의 상대적 중요도를 살펴보면 운동강도(Beta=.095), 운동빈도(Beta=.079), 운동지속시간(Beta=.050), 참여기간(Beta=.015) 순으로 나타났으며, 외적 직무만족을 종속변인으로 한 운동 참여변인에 대한 영향력은 그다지 크게 나타나지 않았다.

(3) 운동 참여변인에 따른 생활만족도의 차이

<표 24> 운동 참여변인에 따른 생활만족도에 대한 회귀분석

종속변인	독립변인	비표준화계수		표준화계수 (Beta)	t	p
		B	표준오차			
	참여기간	1.104	.016	.028	.680	.497
생 활	운동지속시간	8.445	.032	.122	2.678	.008
만족도	운동강도	6.776	.034	.088	1.977	.048
	운동빈도	5.433	.018	.115	2.943	.003
	상 수	2.892	.118			
R=.244 , R <sup>2</sup> = .060 , F(4, 646) = 10.242 , p< .000						

<표 24>는 생활만족도 요인에 대한 운동 참여변인들의 상대적인 영향력을 다중회귀분석한 결과이다. 잔차분석을 이용하여 회귀모형의 기본 가정에 대한 검증을 실시

한 결과, 다중공선성의 문제나 정규 분포성 등 기본 가정에 위배되는 사항은 없는 것으로 판단되었다. 모든 변인들간이 상관계수는 .109~.181 수준으로 통계적으로 유의하게 나타났다. <표 24>의 결과를 보면 종속변인의 전체 설명력은 6%로 나타났으며, 회귀식은 통계적으로 유의하게 나타났다[F(4, 646) = 10.242, P<.000]. 운동시간(Beta=.122)이 가장 설명력이 높은 변인으로 확인되었고, 운동빈도(Beta=.115), 운동강도(Beta=.088), 참여기간(Beta=.028) 순으로 나타났다. 이것은 1회 운동시간이 많을수록, 운동빈도가 높을수록 생활만족 때문에 운동에 참여하는 정도가 높다고 말할 수 있다.

#### (4) 운동 참여변인에 따른 직무만족도와 생활만족도 인과적 관계

<표 25>는 생활만족도 요인에 대한 운동 참여변인과 직무만족도가 상대적인 영향력을 다중회귀분석한 결과이다. 잔차분석을 이용하여 회귀모형의 기본 가정에 대한 검증은 실시한 결과, 다중공선성의 문제나 정규 분포성 등 기본 가정에 위배되는 사항은 없는 것으로 판단되었다. 모든 변인들간이 상관계수는 .109~.635 수준으로 통계적으로 유의하게 나타났다.

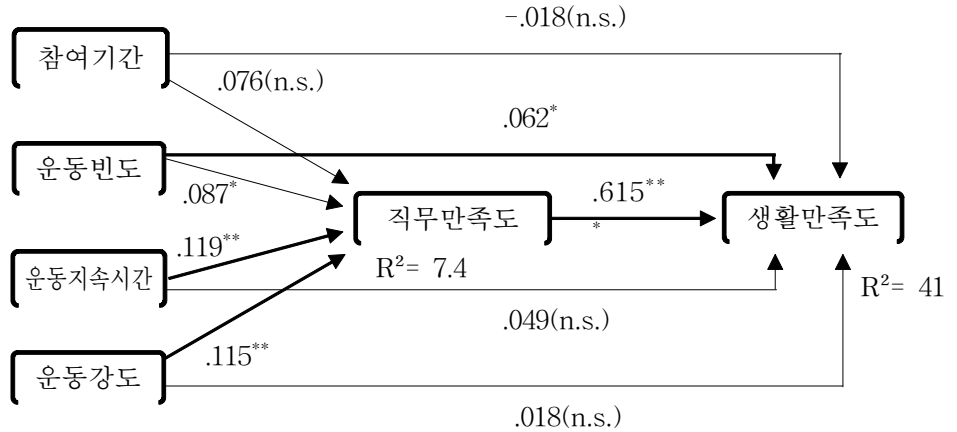
<표 25>의 결과를 보면 종속변인의 전체 설명력은 7.4%로 나타났으며, 회귀식은 통계적으로 유의하게 나타났다[F(4, 646) = 12.865, P<.000]. 전체 직무만족도를 종속변인으로 하고 운동 참여변인 4개를 독립변인으로 하여 표준화 회귀계수 기준으로 독립변인들의 상대적 중요도를 살펴보면 운동지속시간(Beta=.119), 운동강도(Beta=.115), 운동빈도(Beta=.087), 참여기간(Beta=.076) 순으로 나타났으며, 참여기간은 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다.

둘째로 생활만족도를 종속변인으로 하고 운동 참여정도를 독립변인으로, 직무만족도를 매개변인으로 하여 회귀분석을 실시한 결과, 종속변인의 전체 설명력은 41%로 나타났고, 회귀식은 통계적으로 유의한 차이를 보였다[ F(5, 645) = 89.797, P<.000]. 표준화 회귀계수로 독립변인들의 상대적 중요도를 파악한 결과, 운동참여 변인중 운동빈도(Beta=.062)만이 생활만족도에 직접적인 영향을 주고 있으나, 참여기간(Beta=-.018), 운동지속시간(Beta=.049), 운동강도(Beta=.018) 등은 생활만족도에 직접적으로 유의한 차가 없었으며, 직무만족(Beta=.615)변인인 경우에는 생활만족도에 직접적인 영향을 주고 있는 것으로 나타났다.

<표 25> 운동 참여변인과 직무만족도, 생활만족도에 대한 회귀분석

종속변인	독립변인	비표준화계수		표준화계수 (Beta)	t	p
		B	표준오차			
	참여기간	2.098	.011	.076	1.839	.066
전체 직무 만족도	운동지속시간	5.829	.022	.119	2.631	.009
	운동강도	6.237	.024	.115	2.590	.010
	운동빈도	2.893	.013	.087	2.230	.026
	상 수	2.864	.083			
R=.272 , R <sup>2</sup> = .074 , F(4, 646) = 12.865 , p< .000						
	참여기간	-7.2	.013	-.018	-.558	.577
생 활 만족도	운동지속시간	3.378	.025	.049	1.345	.179
	운동강도	1.355	.027	.018	.496	.620
	운동빈도	2.918	.015	.062	1.987	.047
	직무만족도	.869	.044	.615	19.589	.000
	상 수	.403	.158			
R=.641 , R <sup>2</sup> = .410 , F(5, 645) = 89.797 , p< .000						

<그림 10>은 회귀분석에서 얻은 표준화회귀계수를(Beta)를 이용하여 경로도형을 설정한 것이다. <그림 10>에서 보는 바와 같이 생활체육참여자의 운동 참여정도가 직무만족도에 미치는 영향은 운동지속시간(Beta=.119)이 가장 높고, 운동강도(Beta=.115), 운동빈도(Beta=.087) 순으로 나타났고, 참여기간은 영향력이 미미함을 알 수 있다. 운동 참여변인이 생활만족도에 미치는 영향을 살펴보면, 운동빈도(Beta=.062)만이 직접적인 영향을 주고 있을 뿐 나머지 3개 변인은 생활만족에 직접적인 영향이 없는 것을 알 수 있다. 그러나 운동참여 변인이 직무만족도(Beta=.615)를 매개변인으로 하면서 생활만족도에 미치는 영향은 41% 설명력을 보이고 있는데, 운동참여 변인은 생활만족도에 직접적인 효과보다는 직무만족도를 매개변인으로 하여 생활만족도에 간접적인 효과를 미치고 있는 것으로 해석할 수 있다.



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

<그림 10> 운동 참여변인이 직무만족도 및 생활만족도에 미치는 영향에 대한 경로도형



#### 4. 참여동기에 따른 직무만족도와 생활만족도의 인과관계

<표 26> 참여동기가 직무만족도 및 생활만족에 미치는 영향에 대한 회귀분석

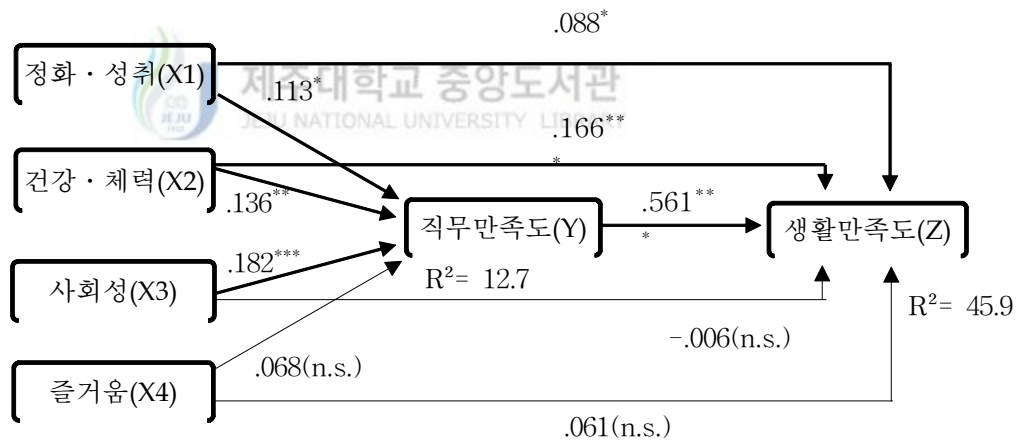
종속변인	독립변인	비표준화계수		표준화계수	t	p
		B	표준오차	(Beta)		
직무만족도	정화·성취	6.929	.030	.113	2.307	.021
	건강·체력	9.311	.028	.136	3.316	.001
	사회성	8.558	.020	.182	4.177	.000
	즐거움	3.672	.026	.068	1.418	.157
	상수	2.409	.118			
R=.356, R <sup>2</sup> = .127, F(4, 646) = 23.457, p< .000						
생활만족도	정화·성취	7.637	.034	.088	2.276	.023
	건강·체력	.161	.032	.166	5.098	.000
	사회성	-3.8	.023	-.006	-.167	.868
	즐거움	4.685	.029	.061	1.624	.105
	직무만족도	.792	.044	.561	18.102	.000
상수	-.185	.168				
R=.678, R <sup>2</sup> = .459, F(5, 645) = 109.461, p< .000						

<표 26>은 전체 직무만족도 요인에 대한 운동 참여동기 변인들과, 생활만족도 변인에 대한 참여동기 변인 및 직무만족도의 상대적인 영향력을 알아보기 위해 다중회귀 분석한 결과이다. 잔차분석을 이용하여 회귀모형의 기본 가정에 대한 검증을 실시한 결과, 다중공선성의 문제나 정규 분포성 등 기본 가정에 위배되는 사항은 없는 것으로 판단되었다. 사회성과 전체 직무만족도의 상관계수( $r=.052$ )만 통계적으로 유의하지 못하고 나머지 변인은 .209~.284으로 수준으로 통계적으로 유의하게 나타났으며, 생활만족도 요인에 대한 참여동기 변인 및 직무만족도 변인에서도 사회성 동기에서만 상관계수( $r=.052$ )가 통계적으로 유의하지 못하고 나머지 변인은 .221~.635 수준으로 통계적으로 유의하게 나타났다. <표 26>의 결과를 보면, 4개의 독립변인을 동시에 투입한 결과 종속변인의 전체 설명력은 12.7%로 나타났으며, 회귀식은 통계적으로 유의하게 나타났다[ $F(4, 646) = 23.457, P<.000$ ]. 4개의 독립변인 모두 직무만족에 직접적 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 표준화 회귀계수 기준으로 독립변인들의 상대적 중요도를 살펴보면 사회성 동기( $Beta=.182$ )가 가장 높은 변인으로 확인되었고, 다음으로 건강·체력동기( $Beta=.136$ ), 정화·성취동기( $Beta=.113$ ), 즐거움 동기( $Beta=.068$ ) 순으로 나타났다. 이것은 사회성 동기가 높을수록, 건강·체력 동기가 높을수록 직무만족도에 미치는 영향이 높다고 말할 수 있다.

둘째로, 생활만족도를 종속변인으로 하고 운동 참여동기 변인과, 직무만족도 독립변인을 동시에 투입하여 상대적인 영향력을 다중회귀분석한 결과, 종속변인의 전체 설명력은 45.9%로 나타났고, 회귀식은 통계적으로 유의한 차이를 보였다[  $F(5, 645) = 109.461, P<.000$ ]. 표준화 회귀계수로 독립변인들의 상대적 중요도를 파악한 결과, 직무만족도( $Beta=.561$ )가 가장 영향력이 큰 변인으로 확인되었고, 다음으로 건강·체력동기( $Beta=.166$ ), 정화·성취동기( $Beta=.088$ ) 순으로 나타났으며, 사회성 동기( $Beta=-.167$ )나 즐거움 동기( $Beta=.061$ )는 생활만족도에 유의한 영향은 없는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 참여동기 변인 중 건강·체력동기 및 정화·성취동기 만이 생활만족도에 직접적인 영향을 미치고, 사회성 동기나 즐거움 동기는 생활만족도에 직접적인 영향은 없으나 직무만족도를 매개변인으로 하였을 경우 간접적인 효과로 생활만족도 종속변인이 설명력은 45.9%로 높아짐을 알 수 있다.

<그림 11>은 다중회귀분석에서 얻은 표준화회귀계수를( $Beta$ )를 이용하여 경로도형을 설정한 것이다. <그림 11>에서 보는 바와 같이 생활체육참여자의 참여동기가 직무만

족도에 미치는 영향은 사회성동기(Beta=.182), 건강·체력동기(Beta=.136), 정화·성취동기(Beta=.113)순으로 직무만족도에 직접적인 영향을 미치고 있으나, 즐거움 동기는 (Beta=.068) 다른 동기 변인에 비하여 직무만족도에 미치는 영향은 약하게 나타났다. 생활만족도에 미치는 영향을 살펴보면, 직무만족도(Beta=.561)와 건강·체력(Beta=.166) 동기, 정화·성취동기(Beta=.088)순으로 직접적인 영향을 미치고 있으나, 사회성 동기 변인은 직무만족도에 미치는 영향과는 반대로 생활만족도에는 역의 상관을 보이고 있으며, 즐거움 동기변인은 직무만족과 마찬가지로 생활만족에도 직접적인 효과는 없는 것으로 나타나고 있다. 그러나 참여동기 4개 요인이 직무만족도 변인을 매개변인으로 하여 생활만족도에 미치는 간접적인 효과는 45.9% 설명력을 보임으로서 생활체육 참여자의 참여동기는 직무만족도를 매개변인으로 생활만족도에 간접적인 영향을 미치고 있다고 해석할 수 있다.



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

<그림 11> 참여동기가 직무만족도 및 생활만족도에 미치는 영향에 대한 경로도형

<표 27>은 생활체육 참여자의 직무만족도 및 생활만족도와 관련 변인간의 인과관계를 구체적으로 파악하기 위하여 인과관계를 직접효과와 간접효과를 분해하여 총효과를 살펴본 결과이다.



<표 27> 6개의 변인으로 구성된 경로도형의 공변량 분해 결과

	X1→Y	X2→Y	X3→Y	X4→Y	X1→Z	X2→Z	X3→Z	X4→Z	Y→Z
총효과	0.117	0.140	0.188	0.070	0.159	0.253	0.101	0.103	0.569
직접효과	0.117	0.140	0.188	0.070	0.093	0.173	-0.006	0.063	0.569
간접효과	0.000	0.000	0.000	0.000	0.066	0.080	0.107	0.040	0.000

<표 27>에서 제시된 바와 같이 정화·성취동기는 직무만족도에 0.117의 직접효과를 나타내고 있으며 직무만족도를 매개변인으로 하였을 경우 생활만족도에 미치는 0.066의 간접효과와 0.093 직접효과를 합한 총 0.159의 인과효과를 나타내고 있음을 알 수 있다.

건강·체력동기 변인인 경우 직무만족도에 0.140의 직접효과를 미치고 있으며 직무만족도를 매개변인으로 한 간접효과는 0.080, 직접효과 0.173을 합한 총 0.253의 인과효과를 보여 비교적 높은 수치로 생활만족도에 직접적인 영향을 미치는 변인임을 알 수 있다. 사회성동기 요인인 경우 0.188로 참여동기 변인중 직무만족도에 가장 높게 영향을 미치고 있는 것으로 나타나고 있으나, 직무만족도를 매개변인으로 한 생활만족도에 미치는 0.107의 간접효과와 -0.006 직접효과를 합한 총인과효과는 0.101을 보이고 있어 직무만족도를 매개하였을 경우에 생활만족도에도 간접적인 영향을 미치는 것을 알 수 있다.

즐거움 동기변인인 경우 직무만족도와 생활만족도에 미치는 효과는 거의 없으나 직무만족을 매개변인으로 한 생활만족에 미치는 총효과는 0.103으로서 직무만족변인을 매개변인으로 생활만족도에 간접적인 영향을 미치고 있는 것을 알 수 있다.

직무만족도 변인은 생활만족도에 0.569의 직접효과를 보임으로서 45.9%의 생활만족도를 설명하는 주요 변인으로 나타나 직장에서의 만족수준이 가정에서의 생활만족 수준을 결정짓는 하나의 중요한 변인임을 시사해 주고 있다.

## V. 논 의

본 연구는 생활체육 참여자의 참여동기에 따른 직무만족도 및 생활만족도에 미치는 영향을 실증적으로 파악하는 데에 그 목적이 있다. 이러한 연구목적을 달성하기 위해 제주도내 생활체육에 참여하고 있는 직장인 651명을 대상으로 한 설문조사 결과를 SPSS Win 10.0 프로그램을 이용하여 분석하였다.

분석기법으로는 배경변인에 따른 참여동기, 직무만족도(내적·외적만족 포함), 생활만족도 차이를 분석하기 위하여 일원분산분석(one-way-ANOVA)을 실시하였고, 운동참여변인에 따른 참여동기, 직무만족도(내적·외적만족 포함), 생활만족도를 분석하기 위하여 다중회귀분석(multiple regression analysis) 및 경로분석(path analysis)을 실시하였으며, 사후 검증으로는 Duncan 다중범위 검증을 실시하였다.

한편, 생활체육참여자의 참여동기 척도에 대해서는 외국의 몇 가지 척도가 인용되어 사용되고 있으나, 표준화시켜 생활체육참여자의 개별적 특성에 부합되는 표준화된 분석 척도가 없어 기존의 국내외 참여동기 연구에서 확인된 요인들 내에서 하위요인을 자체 개발하여 신뢰도 및 타당도를 검증하였다.

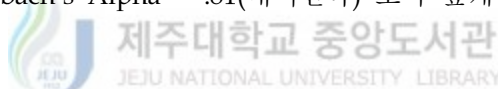
이러한 연구방법을 통해 밝혀진 결과를 중심으로 생활체육 참여자의 참여동기가 직무만족도 및 생활만족도에 미치는 영향을 규명하고, 이러한 요인 상호간에 어떠한 인과관계가 있는지를 중심으로 논의하면 다음과 같다.

### 1. 측정도구의 요인분석 및 신뢰도 검증결과

생활체육 참여자의 참여동기 측정도구의 구성타당도와 신뢰도 검증을 위하여 요인 분석을 실시한 결과, 4개의 참여동기 요인으로 분류되었다. 본 연구에서 확인된 참여동기 요인들은 Brodtkin & Weiss(1990), 양명환(1994), 안창규(1999) 등이 제시한 참여동기 요인들과 유사한 구조를 가지고 있다. 이러한 과정을 거쳐 참여동기의 하위요인으로 설정한 정화·성취, 건강·체력, 사회성, 즐거움 등 4개 참여동기 요인 구조의 전체 신뢰도 계수 Cronbach's Alpha = .87이고 하위 요인별 계수는 .75~.87로 양

호하게 나타났다.

직무만족도 측정도구의 신뢰도 계수는 Cronbach's Alpha = .82(내적만족 .83, 외적만족 .66)로 나타났다. 이러한 신뢰도 계수는 유성식(1991) 사용한 직무만족척도 신뢰도 계수 Cronbach's Alpha = .88(내적만족), .57(외적만족)과 유사한 수준으로 나타났다. 직무만족도에서 내적 직무만족은 .83의 양호한 신뢰도를 보이고 있으나, 외적 직무만족은 .66으로 다른 항목에 비해서 낮은 신뢰도를 보이고 있다. 이는 직무외적 요인들 임금, 복리 후생, 근무환경, 직무스트레스 등 서로 상이한 개념들이 집합으로 동 개념들에 대한 태도가 각각 상이할 수 있기 때문에 신뢰도가 다소 낮게 나타날 수 있으므로 본 연구에서 상대적으로 신뢰도가 조금 떨어지기는 하지만 분석에서 제거하지 않고 사용하였다. 유성식의 척도를 사용한 김강영(2000)의 연구에서 내적직무만족도의 신뢰도 계수 Cronbach's Alpha = .81(내적만족) 보다 높게 나타났다.



생활만족도 측정도구의 신뢰도 계수 Cronbach's Alpha는 .93으로 높게 나타났으며, 이수완(2000)이 사용한 생활만족척도의 신뢰도 계수 Cronbach's Alpha= .94와 유사한 수치로 신뢰도가 입증된 척도라 할 수 있다.

## 2. 인구사회학적 특성에 따른 참여동기 차이와 직무만족도 및 생활만족도 차이

### 1) 인구사회학적 특성에 따른 참여동기 차이

운동종목 유형에 따라 참여동기의 차이를 분석한 결과 개인종목에서는 건강·체력요인이 주된 참여동기 이유로, 대인종목에서는 정화·성취, 건강·체력과 사회성, 즐거움요인 등 전 요인이 높은 수치를 보이고 있으며, 단체종목에서는 사회성, 즐거움요인 동기가 주된 참여동기 요인으로 내재되어 있다고 해석할 수 있다. 이러한 연구

결과는 진운성(2000)의 운동종목에 따른 스포츠 참여동기 영역에서, 개인운동 종목인 경우 유능성지각 동기가, 단체종목인 경우 성취·지위, 재미·즐거움 동기가, 대인종목인 경우 건강·체력 영역에서 높게 나타나고 있는 사실은 본 연구의 결과 단체종목의 사회성, 즐거움 동기요인이 높은 수치를 보이는 것과 부분적으로 일치하고 있으나, 개인 및 대인종목인 경우는 참여동기 하위 요인 항목의 상이와 연구 대상자(중·고등학교 운동선수)가 다름으로 인하여 참여동기가 다소 상이하게 나타난 것으로 판단된다.

성별에 따른 참여동기의 차이를 분석한 결과, 정화·성취, 사회성, 즐거움 동기요인에서 남성이 여성보다 유의한 차이를 보이고 있으며, 건강·체력요인에서는 성별에 따른 유의한 차이가 없는 것으로 나타나고 있다. 이러한 결과는 남녀 모두 건강문제를 중요하게 받아들이는 것으로 해석할 수 있으며, 본 연구의 결과는 정용각(1997) 연구결과 성별 스포츠 참여동기의 차이에서 즐거움 요인에서 남자(M=3.8424)가 여자(M=3.6678)보다 약간 더 높은 통계적으로 유의(P<.05)한 차이를 보이고, 사교 요인에서도 남자(M=3.4049)가 여자(M=3.0124)보다 더 높은 통계적으로 유의(P<.001)한 차이를 보인 연구결과와 일치한다.

연령에 따른 참여동기의 차이도 즐거움 동기를 제외한 다른 요인에서는 연령 집단 간 유의한 차이가 있는데, 정화·성취동기에서는 30대와 40대 이상의 참여자들이 20대 이하의 참여자들 보다 더 높게 나타나고 있으며, 연령 증가와 함께 건강·체력이 주된 참여동기로서, 사회성 동기 요인에서는 30대의 참여자들이 더 높은 점수를 얻는 것은 왕성한 사회활동과 무관치 않은 것으로 해석할 수 있다. 이러한 연구결과는 정용각(1997)연구결과 건강과 체력요인은 30,40대(M=3.4697)가 10,20대(M=3.1972)보다 통계적으로 유의한(P<.001) 차이를 보인 연구결과와 일치한다.

학력에 따른 참여동기의 차이를 분석한 결과, 운동 참여동기는 학력에 따라 유의한 차이가 없는 것으로 나타났으나, 학력이 높을수록 건강·체력 요인을 중요하게 생각하고 있는 경향성을 보였다. 소득 유형에 따른 참여동기의 차이는 사회성이나 즐거움 동기요인에서는 월소득에 따라 유의한 차이가 없었으나, 정화·성취, 건강·체력 동기 요인에서는 소득수준이 높을수록 점수가 높게 나타났다. 참여동기 유형 분류는

다르지만 박경호(2002)의 연구에서는 대학원졸업 이상인 경우 자기개발동기가 높은 것이 다른 집단들과 비교되고 있으며, 월수입에서는 소득이 많을수록 건강지향형에서 유의한 차이를 나타내고 있는 사실은 본 연구결과와 일치하고 있다.

직업군에 따른 참여동기의 차이는 정화·성취, 즐거움 동기 요인에서는 직업군에 따라 유의한 차이가 없었으나, 건강·체력요인에서는 교사군이 경찰군, 일반사무직군에 비하여 유의한 차이가 있었다. 사회성 요인에서도 일반사무직군이 경찰군보다 높은 수준을 보였으며, 교사군은 경찰군과 일반사무직군에 비하여 유의한 차이가 없었다.

이상의 연구결과를 종합해 보면, 첫째로, 정화·성취동기에서는 남성이 여성보다, 연령에 따라서는 30대 이상 참여자들이 20대이하 참여자보다, 소득수준이 높을수록 높은 점수를 얻고 있으나 학력 및 직업군에 따라서는 차이가 없었다. 둘째로, 건강·체력동기에서는 연령증가에 따라, 학력과 소득수준이 높을수록, 직업군에 따라 높은 점수를 얻고 있으며 성별에 따른 차이는 없는 것으로 나타났다. 셋째로, 사회성 동기에서는 남성이 여성보다, 30대 참여자들이, 직업군에 따라 차이가 있었으며, 학력과 소득수준은 사회성동기에 영향이 없었다. 마지막으로 즐거움 동기에서는 남성이 여성보다 유의한 차이가 있었으나 나머지 다른 배경에서는 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다.

## 2) 인구사회학적 특성에 따른 전체 직무만족도와 생활만족도의 차이

운동 종목 유형에 따른 전체 직무만족도 및 생활만족도의 차이를 분석한 결과, 전체 직무만족도에서는 대인종목 참여자들이 개인, 단체종목 참여자보다 높은 수준을 보이고 있으며, 생활만족도에서는 대인종목 참가자들이 단체종목 참가자보다 유의한 차이를 보였으나, 개인종목과 단체종목, 개인종목과 대인종목 간에는 유의한 차이가 없었다.

성별에 따른 만족도는 유의한 차이가 없는 것으로 나타났으며, 연령에 따른 전체 직무만족도 차이는 40대 이상에서 20대 이하보다 높은 직무만족을 보이고 있으며, 생

활만족도에서는 30대와 40대 이상에서 20대 이하보다 높게 나타나고 있다. 그러나 주부의 생활체육활동이 생활만족도에 미치는 영향을 연구한 임동일(2001)의 연구에서는 연령간 생활만족도에 유의한 차이가 없는 것으로 나타나, 본 연구와 비교할 때 이러한 결과는 연구대상자의 단일성 문제에 따른 것으로 판단된다.

학력에 따른 만족도 차이를 분석한 결과, 직무만족도에서는 유의한 차이가 없었으나, 학력이 높을수록 생활만족도가 높게 나타났다. 소득수준에 따른 만족도 차이는 소득수준에 따라 직무만족도나 생활만족도 모두 영향을 미치고 있다. 즉 경제적 소득수준에 따라 만족도에 미치는 영향이 크다고 해석할 수 있다. 이러한 결과는 김강영(2000)의 연구결과 직무만족도는 소득수준에 따라 유의한 차이가 있는 것으로 나타났으며 300만원 이상의 급여를 받는 집단이 직무만족도가 높게 나타난 결과와 일치한다. 그러나 이수완(2000)의 연구결과는 소득수준에 따라 생활만족도에 유의한 차이가 없었다는 연구결과는 본 연구의 결과와 다소 다르게 나타나고 있지만, 이것은 조사대상자이 단일 특성(교사) 때문인 것으로 생각된다. 또한 임동일(2001)의 연구결과 학력수준과 가계수입 수준이 높을수록 생활만족도가 높게 나타난 것은 본 연구 결과와도 일치하고 있다.

직업군에 따른 직무만족도 차이는 내적 직무만족도에서 교사군이 경찰군이나 일반사무직군 보다 높으며, 전체 및 외적 직무만족도에서는 경찰군이 교사군이나 일반사무직군에 비해서 낮은 직무 만족수준을 보이고 있는데, 이것은 직무만족의 외적요인으로 급여나 근무환경 등에 따른 결과로 유추 해석할 수 있다. 생활만족도에서도 전체 직무만족도에서 나타난 결과와 동일하게 나타났다.

이상의 연구결과를 종합해 볼 때, 전체 직무만족도에 영향을 미치는 배경변인으로는 연령, 소득수준, 직업군에 따라 유의한 차이가 있었으며, 생활만족도에서는 연령, 학력, 소득수준, 직업군에 따라 유의한 차이를 보였으나, 성별은 직무만족도와 생활만족도에 미치는 영향이 없었다.

### 3. 운동 참여변인에 따른 참여동기 차이와 직무만족도 및 생활만족도의 차이

#### 1) 운동 참여변인에 따른 참여동기 차이

운동 참여변인에 따른 참여동기의 차이를 분석한 결과 참여기간은 정화·성취동기에 유의한 차이가 없으나, 운동지속시간과 운동빈도 순으로 유의한 영향을 미치고 있다. 건강·체력 동기 요인에서는 참여기간과 운동지속시간은 유의한 차이가 없으나 운동빈도와 운동강도 순으로 유의한 영향을 미치고 있다. 이러한 결과는 지속적인 운동참여와 운동 참여시 개인이 느끼는 주관적인 운동강도가 건강·체력 동기에 직접적인 영향을 미치고 있는 것으로 해석할 수 있다. 사회성 동기 요인에서는 운동빈도는 영향이 없으나, 운동지속시간과 운동강도, 참여기간 순으로 유의한 영향을 미치고 있다. 마지막으로 즐거움 동기 요인에서는 운동지속시간, 운동강도, 참여기간 순으로 유의한 영향을 미치고 있다. 조성희(2001)는 댄스스포츠 참가동기에 따라 참가정도 즉, 참가빈도와 참가기간 및 참가강도에는 차이가 있다는 연구결과를 제시함으로써 본 연구의 결과를 일부 지지하고 있다.

이러한 연구 결과를 종합해 보면, 운동참여 변인에 따른 참여동기 차이는 참여기간은 정화·성취 요인에, 운동빈도는 사회성 요인에, 운동지속시간은 건강·체력 요인에, 운동강도는 정화·성취 요인에 각각 영향이 없는 것으로 나타났으나, 이러한 변인을 제외한 기타 다른 참여동기 변인에서는 운동 참여변인에 따라 전반적으로 유의한 차이를 보임으로써 참여동기에 유의한 영향을 미치고 있는 것으로 해석할 수 있다.

#### 2) 운동 참여변인에 따른 전체 직무만족도와 생활만족도 차이

운동 참여변인에 따른 전체 직무만족도 차이를 분석한 결과 참여기간( $\beta=.076$ )은 유의한 차이가 없으며, 운동지속시간( $\beta=.119$ ), 운동강도( $\beta=.115$ ), 운동빈도( $\beta=.$

087) 순으로 영향을 미치고 있다. 생활만족도에서는 운동빈도(Beta=.062)만이 직접적인 효과가 나타났으나, 운동지속시간(Beta=.049), 운동강도(Beta=.018), 참여기간(Beta=-.018) 등은 영향을 주지 않았다. 이러한 연구결과는 박종진 등(1998)이 직장체육활동 참가와 직장-가정갈등 및 생활만족의 관계 연구에서 참가빈도와 참가시간은 직장생활만족에 정적인 영향과 가정생활만족에도 간접효과를 미치고 있다는 연구결과는 본 연구의 결과와 부분적으로 일치하고 있다. 또한, 본 연구의 연구대상과 생활만족 하위요인은 다르지만 이상일(2001)은 스포츠 참여정도가 스포츠 활동만족도에 미치는 영향 분석에서 스포츠 참여정도가(빈도, 강도, 기간) 스포츠 활동 만족의 심리적·교육적 만족요인(빈도, 강도, 기간), 사회적 만족요인(강도,기간), 신체적 만족요인(기간)에서 유의한 영향력을 미치고 있음을 제시하고 있는 사실은 운동 참여변인이 직무만족과 생활만족에 영향을 미친다는 본 연구 결과와도 일치하고 있음을 알 수 있다.

생활만족도를 종속변인으로 하고 운동 참여변인 4요인과, 직무만족도를 독립변인으로 하여 차이를 분석한 결과, 종속변인의 전체 설명력은 41%로 나타났다. 직무만족도(Beta=.615)변인만이 생활만족도에 유의한 영향을 미치고 있으며, 운동참여 변인중 운동빈도(Beta=.062)가 직접적인 영향을 미칠 뿐 참여기간(Beta=-.018), 운동지속시간(Beta=.049), 운동강도(Beta=.018)등은 생활만족도에 유의한 영향이 없는 것으로 나타나, 직무만족을 매개변인으로 하였을 때에만 생활만족에 간접적인 영향을 미치는 것으로 해석할 수 있다. 또한 노형규(1998)의 장애인의 생활체육 참가와 여가만족과 생활만족의 관계 연구에서 생활체육 참가정도의 변인중 참가빈도와 참가강도는 여가만족에 직접적인 영향을 미치고, 참가기간은 영향을 미치지 않는다는 연구결과는 본 연구의 결과와 일치하고 있다.

박종진등(1998)이 연구결과 직장생활만족, 가정생활만족, 참가시간이 전반적 생활만족에 직접적인 영향을 미치며, 참가빈도는 전반적 생활만족에 간접적인 영향이 있다는 연구결과는 본 연구의 결과를 부분적으로 뒷받침하고 있다. 한편 이종완(2000)은 배드민턴 동호인들의 참가정도에 따른 여가만족 및 생활만족에 관한 연구결과, 운동빈도에 따른 여가만족 및 생활만족은 신체적, 사회·교육적, 환경적, 휴식적, 생활만족요인 등 모든 요인에서 유의한 차이가 나타났으며, 운동빈도가 많으면 많을수록 여가



만족 및 생활만족이 높게 나타났으며, 운동시간에 따른 여가만족 및 생활만족도 모든 요인에서 유의한 차이가 나타났으며, 운동시간이 길면 길수록 여가만족 및 생활만족도가 높게 나타난 연구결과는 본 연구에서 운동지속시간이 직무만족도에 직접적인 영향을 미치고, 운동빈도 또한 생활만족에 직접적인 영향을 미치고 있다는 연구결과와 일치하고 있음을 알 수 있다.

이상의 연구결과를 종합해 볼 때 직무만족 및 생활만족도에 영향을 미치는 주요 운동 참여변인은 대체적으로 운동지속시간과 운동빈도가 중요한 변인으로 나타나는데, 이러한 사실은 운동자체에 대한 즐거움, 사회적 친교, 정화·성취감 요인 등이 상승작용으로 운동참여시 자연적으로 운동시간 증가와 운동 횟수에 영향을 줌으로써 결과적으로 직무만족도와 생활만족도를 높이는 요인으로 영향을 미치고 있는 것으로 해석할 수 있다.



#### 4. 참여동기에 따른 직무만족도와 생활만족도 인과관계

생활체육참여자의 참여동기 변인이 직무만족도에 미치는 영향을 분석한 결과, 사회성동기(Beta=.182), 건강·체력동기(Beta=.136), 정화·성취동기(Beta=.113) 순으로 직무만족에 영향을 미치고 있으나, 즐거움 동기(Beta=.068)는 다른 동기 변인에 비하여 직무만족에 미치는 영향은 적은 것을 보여주고 있다. 참여동기 변인이 생활만족도에 미치는 영향을 살펴보면 건강·체력 동기변인(Beta=.166)과 정화·성취 동기변인(Beta=.088)이 직접적인 영향을 미치고 있을 뿐 나머지 2개의 참여동기 변인은 생활만족도에는 직접적인 영향이 없는 것으로 나타났다. 따라서 참여동기 변인중 즐거움 동기변인과 사회성 동기변인은 생활만족에 직접적인 효과보다는 직무만족과의 관계를 통하여 생활만족도에 간접적인 영향을 미치고 있다. 이러한 연구결과는 스포츠와 같은 사회체육 활동이 장기간에 걸쳐 생활만족에 지속적인 영향을 미친다는 이종길(1992)의 연구결과와 일치하고 있다. 그러나, 김옥태등(1999)이 연구결과 내적동기와 외적동기는 여가만족에 직접적인 영향을 미치고 있으나 생활만족에는 직접적인 영향

을 미치지 않으며, 생활만족을 매개하는 여가만족을 통하여 간접적인 인과효과가 있다는 연구결과는 본 연구의 결과를 뒷받침 해주고 있으나, 본 연구는 더 나아가 참여 동기 요인중 건강·체력 동기 변인인 경우 직무만족을 매개로 하지 않고도 생활만족에도 직접적인 영향을 미치고 있다는 사실을 보여 주고 있다. 또한 본 연구와 비교하여 대상과 생활만족도 하위요인 설정과는 상이하지만 이상일(2001) 연구결과 스포츠 활동 참여동기와 스포츠 활동 만족도 간의 관계 분석에서 두 변인간에는 상관관계가 있다는 연구결과도 본 연구결과를 뒷받침 해주고 있다. 정용민(2001)은 생활체육 참여 동기, 스포츠 몰입, 여가만족간의 인과관계를 규명한 연구에서 생활체육 참여동기의 외적동기와 스포츠몰입간, 여가만족간에 인과관계가 있음을 제시하고 있으며, 생활체육 참여동기는 스포츠 몰입을 통해 여가만족에 간접적인 영향을 미치고, 참여동기의 영향을 받은 스포츠 몰입은 여가만족에 직접적인 영향을 미쳤다는 연구결과를 함께 제시하고 있다. 이러한 연구결과는 본 연구에서 참여동기 요인에 영향을 받은 직무만족은 생활만족에 직접적인 영향을 미치고 있는 인과관계 유형과 궤를 같이 하고 있음을 보여주고 있다. 김기영(2001)은 도시주부의 생활체육 참여동기 요인중 인간관계 및 친목도모가 여가만족과 가족만족에 가장 높게 나타났으며, 가사만족에는 기분전환 및 스트레스 해소가 가장 높게 나타났으나 통계적인 유의성은 보이지 않았다는 연구결과를 제시하고 있다. 이러한 연구결과는 본 연구결과 참여동기 변인들이 통계적으로 유의하게 직무만족에 영향을 미치고, 생활만족에도 건강·체력동기 변인과 직무만족도 변인들은 직접적인 영향을 미치고 통계적으로 유의한 차이를 보이는 것과 비교되고 있다.

이러한 연구결과를 종합해 보면 운동참여 동기는 참여 요인 및 유형 구분이 상이함과 그에 따른 다양한 만족도(직무만족, 생활만족, 가사만족, 참여만족, 활동만족 등) 요인에도 불구하고 참여동기에 따라 직·간접적으로 만족도에 영향을 미치고 있다는 사실을 증명하고 있다. 결론적으로 선행 문헌들의 연구 결과는 그 유형과 만족도 요인이 상이함에도 불구하고 참여동기에 따라 직무만족과 생활만족에 영향을 미치고 있다는 본 연구 결과와 궤를 같이하고 있다고 해석할 수 있으며, 더 나아가 생활체육 참여동기변인과 직무만족 및 생활만족간에 인과관계가 성립하고 있는 사실과, 이러한

변인간에 통계적으로 유의한 차이가 있다는 사실은 기존의 연구에서 접근하지 못했던 연구모형을 제시했다는 점에서 시사하는 바가 크다고 할 수 있다.



## VI. 결론 및 제언

### 1. 결 론

본 연구에서는 생활체육 참여자의 참여동기를 통하여 직무만족 및 생활만족에 미치는 인과관계를 규명하는 데 그 목적이 있었다. 이러한 연구목적에 달성하기 위하여 인구사회학적 특성에 따른 참여동기, 직무만족도 및 생활만족도 차이와 운동 참여 변인에 따른 참여동기, 직무만족도 및 생활만족도 차이를, 그리고 참여동기가 직무만족 및 생활만족도에 미치는 영향을 마지막으로 참여동기가 직무만족도 및 생활만족도에 유의한 인과관계가 있는지를 분석하였다.

조사대상은 생활체육에 참여하고 있는 제주도내 직장인을 모집단으로 설정한 다음 유층집락무선표집법(stratified cluster random sampling)을 이용하여 표집하였다. 설문 조사에 참여한 인원은 670명이었으며, 실제분석에 사용한 인원은 651명이었다.

자료수집을 위한 측정도구는 ‘생활체육 참여자의 참여동기, 직무만족도, 생활만족도 관계분석’을 위한 설문지이다. 본 설문지에서 사용된 각 변인별 측정도구의 요인 분석을 위해 구성 타당도와 신뢰도를 검증한 결과 신뢰도 계수는 만족할 만한 수준으로 나타났다. 또한 수집된 자료를 분석하기 위하여 적용된 통계기법은 일원분산분석, 다중회귀분석, Duncan 다중 범위 검증 및 경로분석이었다.

이와 같은 연구방법과 절차에 따라 자료분석을 통한 연구 결과는 다음과 같다.

첫째, 인구사회학적 특성중 학력을 제외한 5개의 요인에서 참여동기에 유의한 차이를 보였으며, 참여동기 하위요인 중 건강·체력 동기는 연령, 월소득, 직업군에 따라 높은 점수를 보였다. 전체 직무만족도에서는 성별, 학력을 제외한 운동종목 유형, 연령, 월소득, 직업군에서 유의한 차이를 보였으며, 생활만족도에서는 성별을 제외한 나머지 요인들에서 유의한 차이를 보였다.

둘째, 운동 참여변인에 따라 참여기간을 제외한 운동지속시간, 운동강도, 운동빈도 변인에서 참여동기에 유의한 차이를 보였으며, 직무만족도 및 생활만족도에서도 운동

참여 변인간에 유의한 차이가 있었다.

셋째, 생활체육 참여자의 참여동기중 사회성동기, 건강·체력동기, 정화·성취동기에서 직무만족도에 유의한 차이가 있고, 즐거움 동기는 유의한 차이가 없다. 생활만족도에서는 건강·체력, 정화·성취동기변인에서 유의한 차이가 있었다.

넷째, 생활체육 참여자의 참여동기중 건강·체력동기, 정화·성취동기는 생활만족에 직접적인 영향을, 사회성동기와 즐거움 동기는 생활만족을 매개하는 직무만족을 통하여 간접적인 영향을 미치고 있으며, 참여동기 4개변인의 영향을 받은 직무만족은 생활만족에 직접적인 영향을 미쳤다.

이상의 결론을 종합해 보면, 참여동기 변인 중 사회성 동기변인이 직무만족도에 직접적으로 영향을 미치고 있는 사실은 일반적인 사회통념상 직장에서의 사교, 친화 동기 등 사회적 활동성이 높은 사람이 직장에서의 만족도 높다는 사실과 일치하고 있지만 이러한 요인이 생활만족에도 직접적인 영향을 미치고 있지는 않으며, 직무만족을 매개변인으로 간접적인 영향을 미치고 있는 것을 알 수 있다. 생활만족도에서는 건강·체력동기 변인이 직접적으로 영향을 미치고 있는데 이러한 사실은 건강에 대한 관심과 체력이 뒷받침된 생활만이 생활만족 수준을 향상시킬수 있다는 일반적으로 인정되는 사실과 일치하고 있다. 생활만족도에 직접적인 영향을 미치고 있는 직무만족도는 참여동기 변인들이 12.7%의 설명력을 갖고 이러한 참여동기 변인을 매개로 한 생활만족도에 미치는 영향에서는 45.9%의 설명력을 나타내고 있는 사실은 본 연구의 궁극적 연구문제인 생활체육 참여자의 참여동기가 직무만족도 및 생활만족도에 유의한 인과관계가 존재하는 지를 밝히기 위한 연구문제를 실증적으로 입증하고 있다고 할 수 있다.

## 2. 제 언

본 연구는 생활체육 참여자의 인구사회학적 특성이 참여동기 및 직무만족도·생활만족도에 미치는 영향, 운동참여 변인에 따른 참여동기 및 직무만족도·생활만족도에 미치는 영향 및 생활체육 참여동기가 직무만족도·생활만족도에 미치는 인과관계등을 분석·규명함으로써 운동 참여동기를 통하여 개인의 삶의 두 영역 즉, 일과

생활에서 추구하는 욕구와 충족 결과간의 일치 정도로 평가되는 직무만족과 생활만족이 개인의 삶의 질을 향상시킨다는 관점에서의 그 이론적·경험적 자료를 제공하고자 하는 데 그 목적이 있었다.

본 연구에서 제시된 바와 같이 생활체육 참여자의 참여동기에 따라 직무만족 및 생활만족은 의미있는 인과관계로 나타났기 때문에 향후 그와 관련된 부수적 연구문제들을 제기함으로써 계속적인 후속 연구 필요성을 제기하고자 한다.

첫째, 본 연구의 표집 대상을 제주도에 한정하였기 때문에 연구결과를 전국으로 일반화시키기 어렵다. 향후 연구에서는 생활체육 참여자의 표집 대상을 전국으로 확대하는 연구가 이루어져야 할 것이다.

둘째, 본 연구에서는 운동참여 종목에 따라 응답자의 수에 차이가 있어서 전체적으로 개인, 대인, 단체 종목으로 유목화시켜 비교하였기 때문에 향후 생활체육 종목의 다양화와 활성화에 비추어 참여동기 요인별로 단일 종목 또는 종목간 비교 연구도 필요할 것이다.

셋째, 본 연구에서는 직업군간 비교에 있어서 지역적 제한으로 일반사무직군을 통합하여 경찰군과 교사군을 비교하였기 때문에 향후 연구에서는 직업군을 세분화한 비교연구도 가능할 것이다.

넷째, 본 연구에서는 참여동기가 직무만족 및 생활만족도에 미치는 인과관계 규명이 주가 되었으나, 후속 연구에서는 참여자의 운동 참여의지를 매개변인으로 한 후속 연구도 병행될 필요가 있다고 사료된다.

■ 참고문헌

- 공경호(1997). 성인의 스포츠 참가 요인이 생활만족도에 미치는 영향. 동아대학교. 박사학위논문.
- 구본철(1998). 육상경기 꿈나무 선수의 스포츠 참여동기. 교육이론과실천. 제8권,제2호. 289-301.
- 김강영(2000). 직장 동호인 생활체육활동과 조직분위기 및 직무만족의 관계. 한국체육대학교 대학원 석사학위논문.
- 김금자(2002). 여성들의 휘트니스 클럽 참여동기와 만족도 조사. 고려대학교 교육대학원. 석사학위논문.
- 김기영(2001). 도시주부의 생활체육 참여동기와 여가·가사·가족만족의 관계. 한국체육학회지. 제40권, 제4호,361-370.
- 김나미(1997). 청소년의 생활체육 참여와 참여동기 및 참여만족도의 관계. 이화여자대학교 사회복지대학원. 석사학위논문.
- 김명언(1992). 한국무용 참가주부의 생활만족에 관한 조사연구.성균관대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 김범식(1989). 스포츠의 직접 참여가 직장인의 직무만족에 미치는 효과. 한국체육학회지 제28권, 제1호. 103-127
- 김성훈(2000). 직장인들의 생활체육 참여도와 생활만족도. 한남대학교 지역개발대학원. 석사학위논문.
- 김승곤·양명환(1995). 여가활동 유형과 여가만족 및 생활만족의 관계. 제주대학교 체육과학연구. 창간호. 71-87.
- 김양희(1995). 직장체육동호인 활동과 여가만족 및 직무만족의 관계. 이화여자대학교 사회복지대학원. 석사학위논문.
- 김옥태·정용승·최재성(1999). 생활체육참가자의 스포츠 참여동기가 여가만족과 생활만족에 미치는 영향. 한국체육학회지. 제38권 제3호. 87-95.
- 김종달·남덕현·이한경·반종진(2000). 경찰관의 운동참여에 따른 직무 스트레스와

- 직무만족에 관한 연구. 용인대학교 체육과학연구논총. 제10집,제1호. 11-29.
- 김철영(2001). 인라인스케이트 선수들의 참여동기와 활동 만족도에 관한 연구. 계명대학교 교육대학원 석사학위 논문.
- 노형규(1998). 장애인의 생활체육 참가와 여가만족 및 생활만족의 관계. 서울대학교 석사학위논문.
- 류정무 · 정행도 · 최창국(1981). 운동행동의 심리학적 연구. 서울:명지출판사.
- 류정무 · 이강현(1990). 스포츠심리학. 서울 : 민음사.
- 문화체육부(1994). 국민생활체육활동 참여실태조사. 한국체육과학연구원.
- 민병기(1997). 성인의 스포츠 활동 참여동기와 만족도. 한국교원대학교 대학원. 석사학위논문.
- 박경호(2002). 스포츠 활동 참가자들의 참여동기와 만족도에 관한 연구. 세종대학교 교육대학원. 석사학위논문.
- 박경채(1996). 직장인의 생활체육참여와 직무만족도의 관계. 조선대학교 교육대학원. 석사학위논문.
- 박동우(1995). 음악교사들의 직업만족에 관한 조사연구. 경희대학교 교육대학원. 석사학위논문
- 박무철(1991). 여가활동 참여가 직무만족 및 생활만족에 미치는 영향. 단국대학교 대학원. 박사학위논문.
- 박의춘(1999). 성인 수영 참가자의 참여동기 분석. 부산대학교 대학원 석사학위논문.
- 박인환(2000). 도시 근로자의 스포츠 참여와 사회적 태도 및 직무만족에 관한 연구. 원광대학교 대학원. 박사학위논문.
- 박종진 · 유재충(1998). 직장체육활동 참가와 직장-가정갈등 및 생활만족의 관계. 한국스포츠사회학지 제9호. 129-146.
- 방하남(2000). 직무만족도와 생활만족도의 결정요인과 상호작용효과에 관한 연구. 노동경제논집 제23권. 133-154.
- 배상근(2002). 여가활동이 교사들의 직무만족도에 미치는 영향에 관한 연구. 계명대학교 교육대학원. 석사학위논문.



- 신유근(1988). 조직행위론. 서울 : 다산출판사.
- 신철우(1998). 조직행동론. 서울:문영사.
- 안창규(1999). 스포츠 소비자의 스포츠 참여동기와 스포츠 관여와의 상호관계 연구.  
한국체육학회지. 제38권, 제3호. 846-856.
- 양명환(1994). 대학생들의 신체활동 참여동기에 관한 연구. 한국스포츠심리학회지. 제5권, 제2호. 107-122.
- 오세효(2002). 중등교사들의 생활체육 참여유무가 직무만족도에 미치는 영향. 계명대학교 교육대학원. 석사학위논문.
- 오현환(1999). 스포츠센터 종사자들의 동기수준과 직무만족이 조직몰입에 미치는 영향. 건국대학교 대학원 박사학위 논문.
- 이기봉(1997). 레저 스포츠활동 참여와 생활만족도. 한국교원대학교 대학원. 석사학위 논문.
- 이상일(2001). 여자대학생들의 스포츠활동 참여동기와 만족이 생활만족에 미치는 영향. 한국사회체육학회지, 제16호, 1081-1095.
- 이수완(2000). 교사의 여가활동 참여유형, 직무스트레스 및 생활만족도의 관계분석.  
제주대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 이종원(1997). 사립대학 교직원의 생활체육 활동참가와 직무만족의 관계. 서강대학교 석사학위논문.
- 이종완(2000). 배드민턴 동호인들의 참가정도에 따른 여가만족및생활만족에 관한 연구.  
계명대학교 스포츠산업대학원. 석사학위논문.
- 이용걸(1973). 학습의 기초. 서울 : 배영사.
- 이종길(1992). 사회체육활동과 생활만족의 관계. 서울대학교 대학원. 교육학 박사학위 논문.
- 이철화(1995). 도시 기혼여성의 스포츠 활동 참여동기와 만족도에 관한 연구. 고려대학교. 박사학위논문.
- 이호대(1986). 운동참여에 따른 직무만족도의 관계 연구. 서울대학교대학원 교육학석사 학위 논문.

- 임금옥(2002). 생활무용 참여자의 참여동기와 참여만족에 관한 연구. 한양대학교 교육대학원. 교육학석사 학위논문.
- 임동일(2001). 주부의 생활체육활동이 생활만족에 미치는 영향. 용인대학교 교육대학원. 석사학위논문.
- 임명식(2002). 대학생의 레서 스포츠 활동 참여와 생활만족와의 관계. 강릉대학교 석사학위논문
- 임번장(1993). 생활체육개론. 서울대학교 체육연구소.
- 유성식(1991). 커뮤니케이션만족이 직무만족·조직몰입에 미치는 영향에 관한 연구. 서울대학교 대학원. 석사학위논문.
- 윤종효(2000). 청소년의 여가활동 참여 요인과 생활만족도에 관한 연구. 동아대학교 교육대학원. 석사학위논문.
- 조성희(2001). 도시 주부의 댄스스포츠 참가동기와 참가정도 및 여가만족도에 관한 연구. 경희대학교 체육과학대학원. 석사학위논문.
- 정용각(1997). 여가운동 참가자의 스포츠 참여동기, 각성추구, 정서의 요인이 스포츠 몰입행동에 미치는 영향. 부산대학교 대학원. 박사학위 논문.
- 정용각(1998). 스포츠 참여동기의 탐색적 요인분석. 한국스포츠심리학회지. 제9권, 제1호. 113-132.
- 정용민(2001). 생활체육 참여동기, 스포츠몰입, 여가만족간의 인과관계. 한국체육학회지, 제40권, 제1호, 749-760
- 정용승(1998). 직장인의 생활체육 참가와 의사소통 만족 및 조직효과성의 관계. 경기대학교 대학원. 박사학위논문.
- 진윤성(2000). 제주도 중·고등학교 운동선수들의 스포츠 참여동기에 대한 분석. 제주대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 진종현·강효민(1997). 생활체육참여자의 참여동기와 스포츠 활동만족도의 관계. 한국스포츠사회학회지 제8호. 165-176.
- 진종현(1998). 스포츠센터 회원의 참여동기와 활동만족도 연구. 평택대학교 논문집 제10집, 제1호. 533-545.

- 최성재(1986). 노인의 생활만족도 척도 개발에 관한 연구, 이화여자대학교 한국문화연구원.
- 한영민(1998). 행정직원의 스트레스 대처방식과 직무만족의 관계. 서강대학교 석사학위논문.

▶ 외국 참고문헌

- Adams, J. S.(1965). Inequity in Social Exchange, in Berkowita, L(eds.), Advanced in Experimental Social psychology, New York : Academic press, pp. 276-229.
- Albanes, R., & Vanfleet, D. D.(1983). Organization Behavior : A Managerial Viewpoint, Orlando : Dryden Press, 244
- Alderman, R.B.(1974). Psychological behavior in sport. Philadelphia : Saunders.
- Atkinson(1965). A theory of achievement motivation. N.Y. : John wiley and sons.
- Cratty(1983). Psychology in contemporary sport. Englwoos cliffs. N.J. : prentice-hall.
- Curry, T. J., & Weiss, O.(1989). Sport Identity and Motivation for Sport Participation: A Comparison Between American College Athletes and Austrian Student Sport Club Members, Sociology of Sport Journal 6: 257-268.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M(1985). Intrinsic motivation and self-determination in human behavior. New York: Plenum Press.
- Dubin, R. (1956). "Industrial Works' Worlds: A study of 'Central Life Interests' of Industrial Works". Social Problems 3 :131-142
- Herzberg, F.(1966). Work and The Nature of Man. New York : The Mentor Executive Library.
- Herzberg, F.(1976). The managerial Choice: To be efficient and to be human, Homewood, IL: Dow Jones-Iwin, Inc.
- Iso-Ahola, S.E. & J.R. Allen(1982). The dynamics of leisure motivation: The effects of outcome on leisure needs, Research Quarterly for Exercise and Sport 53(2):141-149.
- Kabanoff, B.(1980). "Work and Nonwork: A Review of Models, Methods, and Findings", psychological Bulletin, Vol 88.

- Kalish, R.L., Late Adulthood(1975). Perspective on Human Development, Berkeley, Calif : Cole Publishing Co.
- Katzell, R. A.(1961). Job Satisfaction, Job performance and Situational Characteristics, Journal of Applied psychology, Vol. 45.
- Locke, E. A.(1969). "What is Job Satisfaction?", Organizational Behavior and Human performance, Vol. 4, p. 316.
- Locke, E. A.(1976). "The nature and causes of job satisfaction." In M. D. Dunnette(Ed), Handbook of industrial and organizational psychology. Skokie, IL: Rand McNally.
- Maslow, A. H.(1943). A Theory of Human Motivation, psychological Review, Vol. 50, pp. 255-276.
- Mathes, S. A. & Battista, R.(1985). College Men's and Women's Motive for Participation in Physical Education, Perceptual and Motor Skill61: 719-726.
- Medley, M. L.(1976). Satisfaction with life among persons sixty-five years and older : a casual model. Journal of Gerontology, 31, 448-455.
- McCormick, E. J., & Ilgen, D. R.(1980) Industrial psychology(7th ed). Englewood Cliffs, NJ : Prentice-Hall.
- Medley, M. L.(1976). Satisfaction with life among persons sixty-five years and older : a casual model. Journal of Gerontology, 31, 448-455.
- Neugarten, B. L., Havighurst, J. & Tobin, S. S.(1979). The Measurement of Life Satisfaction. Journal of Gerontology, ed. C. Cedder: Charles C, Thomas. Publisher.
- Orepen, C.(1978). " Work and nonwork satisfaction: A causal-correlation analysis". Journal of Applied Psychology 63:530-532.
- Philip M. Wilson, Wendy M. Rodgers, and Shawn N. Fraser(2002). Research Quarterly for Exercise and Sport. 2002 by the American Alliance for Health, Physical Education, Recreation and Dance. Vol. 73, No.4, pp. 471-477
- Ragheb. M. G., & Griffith C. A, (1982). The contribution of leisure participation and leisure satisfaction to life satisfaction of older persons. Journal of Leisure research, 14(2).295-306.

- Ross, A. O.(1987). Personality. N. Y. : Holt, Rhinehart and winston.
- R. Winters, "Relationship Between Job Satisfaction and Leisure Satisfaction",  
Dissertation Abstracts International
- Vallerand, R.J., Pelletier, L. G., Blais, N. M., Senecal, C., Valliers, E. F.(1992). The  
academic motivation scale : A measure of intrinsic, extrinsic and motivation in  
education. Education and Psychological Measurement, 52, 1003-1017.
- Vaughan, J. L.(1980). Life satisfaction, work satisfaction and leisure satisfaction  
among state/federal rehabilitation counselors. Unpubished Doctoral Dissertation,  
Florida State University, Tallahassee. FL.
- Vaughan, J. L.(1980). Life satisfaction, work satisfaction and leisure satisfaction  
among state/federal rehabilitation counselors. Unpubished Doctoral Dissertation,  
Florida State University, Tallahassee. FL.
- Vroom, V. H.(1964). Work and motivation. New York: John Wiley & Sons.
- Weiss, D. J., Dawis, R. V., Englan, G. W. & Lofguist, L. H.(1967). Manual for the  
Minnesota Satisfaction Questionnaire( Minnesota Studies in Vocational Rehabilita  
tion:XX11), University of Minnesota.

<Abstract>

## The Influence of Sport Participation Motivation on Job Satisfaction and Life Satisfaction of Leisure Sports Activity Participants

Lee, Chang-Ki

Major in Physical Education  
Graduate School of Education, cheju National University  
Jeju, Korea

Supervised by Professor Yang, Myung-Hwan

The purpose of this study was to analyze whether the cognitive factors for participation motivation by leisure sports participants affect the job satisfaction and life satisfaction. Empirical tests in this study were based on the sample of 651 people who were participating in leisure sports activities in Jeju. Stratified cluster random sampling technique was used to select the sample. Various statistical methods such as one-way ANOVA, Duncan test, multiple regression analysis and path analysis were utilized to conduct empirical tests.

Major findings from the analyses are as follows:

First, participation motivation was different in socio-demographic characteristics except educational level. Fitness-health in a lower level factors of participation motivation was higher depending on age, monthly income and types of job. Job satisfaction was affected by the type of sports, age, monthly income and types of job, while life satisfaction was affected by all the factors except gender.

Second, participation motivation was different by all the variables of exercise participation such as duration, intensity and frequency of exercise except sports career. Also, These factors had significant influence on both job satisfaction and life satisfaction.

Third, except enjoyment factor, all the factors for participation motivation such as social, fitness-health and catharsis-achievement significantly affected job satisfaction. Fitness-health and catharsis-achievement were important factors affecting life satisfaction.

Finally and most importantly, fitness-health and catharsis-achievement had direct influence on life satisfaction, while social and enjoyment affected life satisfaction indirectly through job satisfaction. Job satisfaction, which was affected by most factors for participation motivation, had direct influence on life satisfaction.

Key words : Participation Motivation, Job Satisfaction , Life Satisfaction

---

\* A thesis submitted to the Committee of the Graduate School of Education, Cheju National University in partial fulfillment of the requirements for the degree of Master of Education in 2003. 8.

부록 1.

생활체육 참여자의 참여동기 원자료에 대한 귀납적 내용분석 결과

원 자 료	반응 빈도	1차주제	2차주제
직장에서 쌓인 스트레스를 오름산행을 통해서 해소	1	정화	정화/성취
반복되는 현실에서 탈피하고 싶어서	1		
여행효과(경관의수려함,스트레스 해소)	1		
단순히 직장생활만으로는 생활에 활력소를 찾을 수 없어서	1		
스트레스 해소	1		
정상에 오르면 이 세상이 모두 내것인양 마음 풍성함을 느낄 수 있어서	1		
잡념을 줄일 수 있어서	1		
정신이 맑고 산뜻해짐을 느낄 수 때문에	1		
운동을 하면 직장,가정생활에 충실할 수 있어서	1		
아침에 땀 흘리고 난 뒤 느끼는 개운함	1		
절제된 가정생활을 할수 있게됨	1		
건강한 생활	1		
매사에 적극적인 사고로 가정과 사회활동 기여	1		
성취감을 느낌	1	성취감	
운동 성취감에 따라 업무에도 충실해짐	1		
만족감과 자신감을 동시에 얻을 수 있어서	1		
자신감 형성	1	자신감	
건강에 대한 자신감 형성	1		
재미있고 땀을 흘리고 난 다음 뭐라고 표현할 수 없는 기분을 느껴서	1	희열감	
운동을 하고 나면 기분이 상쾌하며 스트레스가 풀림	1		
산행을 하고나면 정신적 피로가 풀리고, 맑아짐	1		
땀을 흘려 상쾌한 기분을 유지할 수 있고, 생활의 활력소가 됨	1		
직장생활에 활력소가 됨	1		
기분이 상쾌해짐	1		
체력이 많이 향상되어 아침 출근시 상쾌함을 느낌	1		
오름산행을 통해 허허벌판과 드넓은 바다를 만났을 때 마음이 너그러워지고 넓어지기 때문에	1		
스트레스해소	1		
제주도의 오름이 너무 아름다워 오르고 싶은 충동때문에	1	자연친화	
자연을 통해 항상 겸허한 마음으로 인간적인 삶을 바라보기 위해	1		



원 자 료	반응 빈도	1차주제	2차주제
여가선용	3	여가선용	정화/성취
취미생활	2		
여가선용 및 활용	1		
여가시간을 잘 활용하기 위해서	2		
규칙적인 생활에 도움이 됨	1		
여가시간의 적극적 활용	2		
주기적으로 운동을 할 수 있게됨	1		
자가용이용으로 점점 운동할 기회가 없어서	1		
나이가 들면서 운동이 필요하다고 느껴서	1		
늦기전에 운동을 한가지 짚을 배워야겠다는 생각이 들어서	1		
체중이 늘어나자 체중을 조절하려고	1	건강관리	
과체중을 줄이기 위한 운동의 일환으로	1		
똥똥해진 살을 빼어 건강한 삶을 유지하려고	1		
적성에 맞는 취미활동으로 정신적, 육체적 건강을 위해서	1		
자기 건강관리(육체건강, 정신건강)	2		
건강관리 및 유지	30		
건강상의이유	3		
정신적, 육체적건강으로 매사 활력에 넘치는 삶을 찾을 수 있음	1		
몸무게를 빼는데 도움이 됨	1		
체력증진 및 배살이 두꺼워져 줄이기 위해서	1	체력증진	
체력단련	1		즐거움
체력강화 및 건강증진	1		
튼튼한 몸을 위하여	1		
체력증진 및 건강유지	1		
몸의 유연성 확보	1		
스포츠의 즐거움때문에	1		
스포츠 활동(운동)에 참여하는 것 자체가 좋아서	5		
그냥 좋아서	1	즐거움	
운동 자체의 매력때문에(축구,배드민턴)	1		
운동에 흥미가 있어서	1		
스포츠에 대한 흥미	1		
취미가 있어서	2	흥 미	즐거움
자연과 대화하며 호흡을 같이하고 싶어서	1		
운동을 통하여 자기개발에 도움이 될 것 같아서	1		
자연과 대화하며 호흡을 같이하고 싶어서	1		

원 자 료	반응 빈도	1차주제	2차주제		
직원간의 화합 및 친분관계 유지	1	친목도모			
회원간의 친목화합	1				
친목도모	18				
동호회활동을 통한 친목도모 및 스트레스 해소	1				
직장생활에서 동호회활동을 통한 뜻있는 사람끼리 친목활동	1				
스포츠를 통한 직원간의 친선도모	1				
친목 및 동료의식과 사회적인 조직생활	1				
친목을 도모하고 심신을 단련할 수 있어서	1				
상부상조	1				
동료교직원들과 업무외적인 친목도모	1				
동료들의 집안 주요행사에 참여하여 동료애를 더욱 많이 느낌	1				
직장동료들과 사회인들과의 원만한 인간관계 유지	1			대인관계	사 회 성
대외적인 활동(게임)을 통해서 타기관과의 사회성 인간관계 형성	1				
직원간의 원만한 인간관계 형성	5				
직원상호간의 우호증진에 도움이 됨	1				
대인관계가 폭넓게 형성됨	1				
조직 구성원간의 인화	1				
운동을 통한 대인관계 유지 및 지역사회활동에 참여	2				
대인관계가 확대되고, 인간관계가 유연해짐	1				
다양한 인간관계 형성	1				
대인관계를 통해서 자기정체성 확인	1				
사회활동영역(대인관계등) 확대	1	사 교			
직원간의 대인관계를 통한 일을 처리하는데 도움이 되기 때문에	1				
직원들과 함께하는 시간과 여유를 갖기 위하여	4				
친분관계 유지	1				
동료들과 많은 대화를 통하여 서로를 이해하는 계기가 됨	1				
단체생활의 유익함때문에	2				
동호회활동을 통한 상호간에 유대강화로 업무의 질 향상	1				
조직 구성원 상호간의 친밀감 및 신뢰감을 얻을 수 있음	1				
오름산행동호인들과 시간공유로 상호 새로운 정보 취득, 교환	1				
업무적 이해관계 해소	1				
폭넓은 대화와 정보를 교환할 수 있음	1				

부록 2.

## 설 문 지

본 설문지는 “생활체육 참여자의 참여동기, 직무만족도 및 생활만족도”를 조사하기 위한 목적으로 만든 것입니다. 본 설문지에서 얻은 자료는 학문적 연구목적 외에는 사용되지 않으며, 통계적인 자료처리에만 이용됩니다.

설문내용에는 옳고·그른 답이 없기 때문에 가능한 있는 그대로 사실적으로 답해 주시면 연구에 큰 도움이 될 것으로 사료됩니다.

연구의 취지를 이해하시고 응답에 적극적으로 협조해 주실 것을 부탁드립니다. 저는 귀하의 건강과 발전을 진심으로 기원합니다.

감사합니다.

2003. 2.

제주대학교 교육대학원 체육교육전공 석사과정 이 창 기  
지도교수 양 명 환

I. 먼저 귀하의 생활체육 참여실태에 관한 사항을 질문하도록 하겠습니다. 해당되는 내용에 “√”표하거나, ( )안에 자유롭게 적어 주십시오.

1. 현재 귀하가 자유시간이나 여가시간에 주로 참여하고 있는 운동종목 한가지만 적어 주십시오. ( )

※ 연구목적상 필요하오니 반드시 적어 주십시오.

2. 위 운동을 시작한지는 얼마나 되었습니까?

① 1개월이하 ② 1~3개월 ③ 3~6개월 ④ 6개월~1년미만 ⑤ 1년 이상

3. 위 운동에 참여하는 횟수는 어느 정도입니까?

① 주4회이상 ② 주2~3회 ③ 주1회 ④ 한달에 2~3회 ⑤ 한달에 1회이하

4. 그러면 1회 참여하는 시간은 얼마나 되십니까?

① 15분이하 ② 15~30분 ③ 30분~1시간 ④ 1시간이상

5. 위 운동을 할 때 전반적으로 느끼는 운동의 강도는 어느 정도입니까?

① 매우 약함 ② 약함 ③ 보통 ④ 강함 ⑤ 매우 강함

II. 다음 문항들은 귀하께서 운동에 참여하게 되는 동기를 알아보기 위한 내용입니다. 귀하가 동의하는 정도에 "✓"표하여 주십시오.

문항	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	그저 그렇다	그렇다	매우 그렇다
1. 원만한 인간관계를 형성하기 위하여	①	②	③	④	⑤
2. 체중조절을 위하여	①	②	③	④	⑤
3. 여가시간을 효과적으로 활용하기 위하여	①	②	③	④	⑤
4. 일상생활에서 탈피하고 싶어서	①	②	③	④	⑤
5. 스포츠활동에 참여하는 자체가 좋아서	①	②	③	④	⑤
6. 자기개발에 도움이 되기 때문에	①	②	③	④	⑤
7. 다른 사람과 친해지기 위해서	①	②	③	④	⑤
8. 운동을 통한 건강유지를 위하여	①	②	③	④	⑤
9. 규칙적인 생활에 도움이 되기 때문에	①	②	③	④	⑤
10. 직장생활에서 오는 스트레스를 해소하기 위하여	①	②	③	④	⑤
11. 성취감을 느낄 수 있어서	①	②	③	④	⑤
12. 스포츠에 대한 흥미와 관심 때문에	①	②	③	④	⑤
13. 운동을 통해서 새로운 사람을 만날 수 있기 때문에	①	②	③	④	⑤
14. 체력을 증진시키기 위하여	①	②	③	④	⑤
15. 취미생활을 하고자	①	②	③	④	⑤
16. 운동을 하는 것이 즐거워서	①	②	③	④	⑤
17. 건강상의 이유로 운동의 필요성을 느껴서	①	②	③	④	⑤
18. 운동을 하고 나면 기분이 상쾌해지기 때문에	①	②	③	④	⑤
19. 직장생활을 하면서 생활의 활력소가 되기 때문에	①	②	③	④	⑤
20. 자신감을 심어주기 때문에	①	②	③	④	⑤
21. 운동습관(하루라도 하지 않으면 안되기) 때문에	①	②	③	④	⑤

Ⅲ. 다음 문항들은 귀하께서 운동에 지속적으로 참여한 이후에 직장에서의 만족에 어떤 변화가 있는 지를 알아보기 위한 내용입니다. 귀하가 동의하는 정도에 "✓"표 하여 주십시오.

문항	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	그저 그렇다	그렇다	매우 그렇다
1. 나는 정말로 가치있는 일을 하고 있다	①	②	③	④	⑤
2. 나의 일은 내게 능력발휘의 기회를 거의 주지 않는다	①	②	③	④	⑤
3. 나의 일은 직장 내에서 매우 중요하다	①	②	③	④	⑤
4. 나는 나의 일이 직장내의 다른 일들과 어떤 관계가 있는지 알고 있다	①	②	③	④	⑤
5. 나는 업무 때문에 과도하게 스트레스를 받는 경우가 많다	①	②	③	④	⑤
6. 내가 맡은 일을 잘해 나갈 때 만족감과 성취감을 느낀다	①	②	③	④	⑤
7. 내가 맡은 일은 내 자신의 능력개발에 많은 도움을 준다	①	②	③	④	⑤
8. 나는 대체로 나의 업무에 대해 만족한다	①	②	③	④	⑤
9. 내가 하고 있는 일에 비해 나의 급여 수준은 낮다	①	②	③	④	⑤
10. 나의 근무환경은 만족스럽다	①	②	③	④	⑤
11. 우리 직장의 복리후생제도는 만족할 만한 편이다	①	②	③	④	⑤
12. 나는 직장동료들과의 관계가 원만한 편이다	①	②	③	④	⑤
13. 나는 직장 상사와의 관계가 원만한 편이다	①	②	③	④	⑤
14. 나는 직장에 애착을 느끼는 편이다	①	②	③	④	⑤
15. 나의 근무시간,업무량등 근무조건은 좋은 편이다	①	②	③	④	⑤

IV. 다음 문항은 귀하께서 운동에 지속적으로 참여한 이후에 생활만족에 어떤 변화가 있는 지를 알아보기 위한 내용입니다. 귀하가 동의하는 정도에 "✓"표 하여 주십시오.

문항	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	그저 그렇다	그렇다	매우 그렇다
1. 현재 나의 생활은 흥미롭다	①	②	③	④	⑤
2. 현재 나의 생활은 즐겁다	①	②	③	④	⑤
3. 현재 나의 생활은 보람이 있다	①	②	③	④	⑤
4. 현재 나의 생활은 충만하다	①	②	③	④	⑤
5. 현재 나의 생활은 희망적이다	①	②	③	④	⑤
6. 현재 나의 생활은 가치가 있다	①	②	③	④	⑤
7. 현재 나의 생활은 만족하다	①	②	③	④	⑤
8. 현재 나의 생활은 행복하다	①	②	③	④	⑤

V. 다음 문항은 귀하께서 현재 참여하고 있는 스포츠 활동에 계속 참여할 활동의 지가 있는 지를 알아보기 위한 내용입니다. 귀하가 동의하는 정도에 "✓"표 하여 주십시오.

문항	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	그저 그렇다	그렇다	매우 그렇다
1. 업무가 바쁘더라도 운동을 계속할 자신이 있다	①	②	③	④	⑤
2. 나는 피곤하더라도 운동을 계속할 자신이 있다	①	②	③	④	⑤
3. 시간적 여유가 없더라도 운동을 계속할 자신이 있다	①	②	③	④	⑤
4. 날씨가 좋지 않더라도 운동을 계속할 자신이 있다	①	②	③	④	⑤

Ⅵ. 마지막으로 통계적인 분류 목적을 위한 질문을 드리겠습니다. 해당되는 내용에 "√"표하여 주십시오.

1. 성별     \_\_\_ ① 남                    \_\_\_ ② 여
2. 결혼여부   \_\_\_ ① 미혼                    \_\_\_ ② 기혼
3. 연령        \_\_\_ ① 20세미만    \_\_\_ ② 20~29세        \_\_\_ ③ 30~39세  
                 \_\_\_ ④ 40~49세    \_\_\_ ⑤ 50~59세    \_\_\_ ⑥ 60세 이상
4. 학력    \_\_\_ ① 고졸이하    \_\_\_ ② 대학교재학    \_\_\_ ③ 대학교 졸업  
                 \_\_\_ ④ 대학원 이상
5. 월수입     \_\_\_ ① 150만원미만 \_\_\_ ② 150~200만원 \_\_\_ ③ 200~250만원  
                 \_\_\_ ④ 250~300만원 \_\_\_ ⑤ 300~350만원 \_\_\_ ⑥ 350~400만원 \_\_\_ ⑦ 400만원이상
6. 직업       \_\_\_ ① 경찰       \_\_\_ ② 교사       \_\_\_ ③ 대학교직원    \_\_\_ ④ 은행원  
                 \_\_\_ ⑤ 공무원     \_\_\_ ⑥ 회사원     \_\_\_ ⑦ 기타(            )

◎ 바쁜 시간에 끝까지 응답해주셔서 거듭 감사드립니다.