

자료번호 : A1-2011-0174

자 료 명 : 여가스포츠 참가자의 여가성향과 여가제약에 관한 조사, 2011

## 여가제약 및 전문화에 관한 연구



**서울시립대학교**  
UNIVERSITY OF SEOUL

본 연구는 여가 활동에 따른 여가 제약과 현재 참여하고 있는 여가활동의 전문화 정도를 알아보기 위한 연구입니다.

본 연구의 질문에는 옳고 그름의 정확한 답이 없습니다. 귀하에게 가장 적합한 항목을 선택해 주시면 됩니다. 또한 귀하께서 답하신 모든 문항과 귀하의 신상에 관련된 모든 사항은 이 연구를 위한 목적 외에 절대로 사용하지 않을 것을 약속드립니다.

마지막으로 한국 여가 및 스포츠 발전을 위해 귀한 시간을 할애해 주신 귀하께 진심으로 감사드립니다.

서울시립대학교 교수 황선환 (shhwang@uos.ac.kr)

귀하의 기본 인적 사항에 관한 질문입니다. 해당 번호에 ✓ 표 해 주십시오.

1. 귀하의 성별은 무엇입니까?

- ① 남                      ② 여

2. 귀하의 나이는 어떻게 되십니까? (만              세)

3. 귀하의 학력은 무엇입니까?

- ① 고졸 이하    ② 고졸    ③ 대학(전문대학 포함)졸    ④ 대학원졸    ⑤ 기타(              )

4. 귀하의 현재 직업은 무엇입니까 ? (                      )

5. 귀하의 월수입은 어느 정도 되십니까 ? (                      )

- ① 100만원 이하    ② 100-200만원    ③ 200-300만원    ④ 300-400만원    ⑤ 400-500만원  
⑥ 500-600만원    ⑦ 600만원 이상

6. 귀하의 혼인 여부는 무엇입니까?

- ① 미혼                      ② 기혼

귀하의 여가활동에 관한 질문입니다. 해당 번호에 ✓ 표 해 주십시오.

※ 아래의 문제는 7번에서 선택하신 활동을 기준으로 작성하시면 됩니다.

7. 귀하께서 주로 하시는 여가 활동은 무엇입니까?(                      )

- ① 개인종목 스포츠(골프, 스키, 댄스스포츠 등)    ② 대인종목 스포츠(테니스, 탁구, 배드민턴 등)  
③ 단체종목 스포츠(축구, 농구, 배구 등)    ④ 활발하지 않는 활동(바둑, 영화, TV, 여행, 독서 등)  
⑤ 기타(                      )

8. 귀하께서는 위의 선택하신 여가 활동을 얼마나 오랫동안하고 계십니까?

- ① 6개월 미만    ② 6-12개월    ③ 1-3년    ④ 3-5년    ⑤ 5-10년    ⑥ 10년 이상

9. 귀하께서는 위의 선택하신 여가 활동을 얼마나 자주하고 계십니까?

- ① 주 1회 이하    ② 주 2 - 3회    ③ 주 4 - 5회    ④ 주 6회 이상

10. 귀하께서는 위의 선택하신 여가 활동을 하실 때 한 번에 얼마나 오래하고 계십니까?

- ① 30분 이하    ② 30분~1시간    ③ 1시간~1시간 30분    ④ 1시간 30분~2시간    ⑤ 2시간 이상

11. 귀하께서는 위의 선택하신 여가 활동에 얼마나 많은 돈을 투자하십니까?

- ① 월 10만원 미만    ② 월 10만원~15만원    ③ 월 15만원~20만원    ④ 월 20만원 이상

아래 문항은 귀하의 여가활동과 관련된 것입니다. 자신이 주로 하고 있는 여가활동을 하는 데 있어서 참여하고 지속하는 데 있어서 여러 가지 제약을 받을 것입니다. 아래 문항을 잘 읽고 자신의 생각과 일치하는 해당 번호에 ✓ 표 해 주십시오.

여가 제약	① 전혀 그렇지 않다	② 그렇지 않다	③ 보통 이다	④ 그렇다	⑤ 매우 그렇다
1. 나는 수줍음을 잘 타기 때문에 새로운 여가활동을 시작하기가 부담스럽다.					
2. 나에게 불편한 느낌이 드는 여가활동을 새롭게 시작하고 싶지 않다.					
3. 내가 만약 새로운 여가활동을 시작한다면, 나의 생활신조와 일치 될 수 있는 여가활동을 하고 싶다.					
4. 요즘같이 어려운 시기에 여가활동을 하는 것이 미안하다.					
5. 새로운 여가활동에 참여하고 싶지만 신앙생활에 지장을 준다.					
6. 나는 새로운 여가활동을 시작하는 것이 귀찮게 느껴진다.					
7. 누군가에게 여가활동을 배우는 것이 자존심 상한다.					
8. 여가활동을 하다가 다칠까 걱정이 된다.					
9. 여가활동을 하고 싶지만 그 여가활동에 대해 좌절한 경험이나 나쁜 기억이 있다.					
10. 나는 고소 공포증이나 패쇄 공포증이 있어 하고 싶은 여가활동을 하기가 어렵다.					
11. 평소 가족과 시간을 못 보내는 것에 대한 죄책감 때문에 나만의 여가활동을 할 수가 없다.					
12. 다른 일에 얽매어 있을 때 새로운 여가활동을 하고 싶은 생각이 들지 않는다.					
13. 여가활동은 내 취향에 부합되는 것 같지 않다.					
14. 여가활동이 일상생활을 방해한다는 생각이 든다.					
15. 여가활동을 하다가 실수하거나 다칠 생각을 하면 두렵다.					
16. 여가활동을 하는데 있어서 너무 많은 결정을 해야 한다.					
17. 여가활동을 하는 것이 사회 일탈 행동이라고 생각한다.					
18. 새로운 여가활동을 하는데 있어서 자기 확신이 부족하다.					
19. 여가활동을 하는 데 성적 차별을 받는다.					
20. 여가활동을 하는 데 나만 불이익을 받고 있다고 생각한다.					
21. 여가활동 자체는 즐겁지만 그 이외 사회적인 다른 활동이 부담스럽다.					
22. 여가활동을 통하여 만족감, 행복감, 즐거움을 느끼지 못한다.					
23. 여가활동이 나에게 크게 중요하지 않다.					
24. 내 사회 상황이 여가를 즐길만한 상태가 아니다.					
25. 내가 만약 새로운 여가활동을 시작한다면, 친구들이 괜찮다고 생각하는 여가활동을 선택할 것이다.					
26. 내가 만약 새로운 여가활동을 시작한다면, 남의 눈치를 보지 않아도 되는 여가활동을 하고 싶다.					

여가 제약	① 전혀 그렇지 않다	② 그렇지 않다	③ 보통 이다	④ 그렇다	⑤ 매우 그렇다
27. 새로운 여가활동을 하고 싶지만 외모에 대한 자신이 없다.(예: 수영, 에어로빅 등 몸매가 드러나는 활동)					
28. 여가활동이 내 나이에 부합되는 것 같지 않다.					
29. 여가활동을 하기에는 남의 시선이 부담스럽다.					
30. 내가 하고 싶은 여가활동이 요즘 유행하는 활동이 아니다.					
31. 내가 하고 싶은 활동이 남에게 우쭐할 수 있는 활동이 아니다.					
32. 나는 하고 싶은 여가활동을 하기에 기초체력이 약하다.					
33. 신체적으로 장애가 있다.					
34. 여가활동을 하면 몸이 너무 피곤하다는 생각이 든다.					
35. 새로운 여가활동을 시작한다면 그다지 많은 기술을 요구하지 않는 활동을 하고 싶다.					
36. 내가 하고 싶은 여가활동에 필요한 기술이 부족하다.					
37. 나는 여가활동 기술 수준이 낮다고 생각한다.					
38. 직장일이나 가사일 때문에 피곤해서 여가활동을 할 수 없다.					
39. 취업불안이나 실업으로 인해 여가를 즐길 마음의 여유가 없다.					
40. 직장이나 가사일 때문에 여가활동을 할 만한 시간이 부족하다.					
41. 친지, 부모님 등을 방문하거나 돌봐 드려야 하므로 여가활동을 할 만한 시간이 부족하다.					
42. 휴일에는 경조사 등에 참여해야 하므로 여가활동을 할 만한 시간이 부족하다.					
43. 마음은 있으나 실천력이 부족하다.					
44. 게으름 때문에 여가활동에 참여하지 못한다.					
45. 여가활동을 통하여 성취감을 느끼지 못한다.					
46. 새로운 여가활동을 배우기에는 정열이 부족하다.					
47. 내가 참여하는 여가활동의 지도자는 친절하지 않다.					
48. 여가활동을 배우고 싶지만 주변에 지도자가 없다.					
49. 친한 사람들이 함께 여가활동을 할 수 없다면 하고 싶지 않다.					
50. 친한 사람들이 가족을 돌보아야 할 일이 많아서 나와 함께 새로운 여가활동을 시작하기 어렵다.					
51. 내가 참여하는 여가활동의 다른 사람들과의 관계가 불편하다.					
52. 내가 참여하는 여가활동을 위해 다른 사람들과 같이 하고 싶지 않다.					
53. 여가활동을 함께할 친구나 동료는 가정일이나 직장일 때문에 시간이 없다.					
54. 여가활동을 함께할 친구나 동료가 멀리 떨어져 있다.					
55. 여가활동을 함께할 친구나 동료는 여가활동을 하기에는 몸이 약하다.					
56. 내 친구나 동료는 관심 있는 여가활동이 나와 다르다.					
57. 내 친구나 동료는 여가활동을 함께 하기에는 여가활동에 대한 기술이 부족하다.					
58. 여가활동을 하는 데 있어서 동료들이나 가족들이 방해로 한다.					

여가 제약	① 전혀 그렇지 않다	② 그렇지 않다	③ 보통 이다	④ 그렇다	⑤ 매우 그렇다
59. 가족들의 시간이 부족해서 나와 함께 여가활동을 할 수가 없다.					
60. 가족이 좋아하는 여가활동이 나와 다르다.					
61. 가족은 나와는 독립적으로 여가활동을 하고 싶어 한다.					
62. 내가 새로운 여가활동을 시작하는 것에 대해 가족이 반대한다.					
63. 내가하고 싶은 여가활동을 함께 하기에는 가족이 어리거나 몸이 약하다.					
64. 가족과 함께 여가활동을 하는 것은 불편하다.					
65. 가족은 여가활동에 대한 기술이 부족하다.					
66. 가족이 함께 할 수 있는 여가시설이 없다.					
67. 새로운 여가활동을 시작한다면, 이용시설에 사람이 너무 많지 않았으면 좋겠다.					
68. 사용하게 될 여가활동 시설이 편리하지 않다면, 새롭게 여가활동을 시작하지 않을 것이다.					
69. 집근처나 직장 근처에 이용할 수 있는 여가시설이나 장소가 없다.					
70. 여가시설의 수준이 낮다.					
71. 여가시설을 이용하는 사람이 너무 많아 복잡하다.					
72. 내가 편한 시간에 이용할 수 있는 여가 시설이나 공간이 없다.					
73. 여가활동을 즐기기에는 안전시설이나 환경이 부족하다.					
74. 내주위의 가까운 곳에서 여가활동을 즐길만한 곳이 없다.					
75. 내가 좋아하는 여가활동은 날씨에 제약을 많이 받는다.					
76. 나와 친한 사람들은 교통편이 좋지 않아 나와 함께 새로운 여가활동을 하기 어렵다.					
77. 친구나 동료와 여가활동을 함께하기에는 교통이 불편하다.					
78. 교통편이 좋다면, 나는 더 많은 여가활동을 시작할 것이다.					
79. 적당한 교통편이 없거나 접근이 불편하다.					
80. 활용할 수 있는 정보와 자원을 알고 있다면, 나는 새로운 여가활동을 더 많이 할 것 같다.					
81. 여가활동을 할 만한 시설이 어디에 있는지 모른다.					
82. 여가활동에 대한 정보가 부족하다.					

아래 문항은 귀하의 여가활동 참여를 시작할 때 느꼈던 여가제약(장애요소)을 극복하기 위하여 어떠한 노력을 하였는지, 그리고 현재 참여하고 있는 중에 느끼는 여가제약(장애요소)을 어떻게 극복하여 현재 그 활동을 지속하고 있는지에 관한 문항입니다. 아래 문항을 잘 읽고 자신의 생각과 일치하는 해당 번호에 ✓ 표 해 주십시오.

여가제약 극복 방법	① 전혀 그렇지 않다	② 그렇지 않다	③ 보통 이다	④ 그렇다	⑤ 매우 그렇다
1. 나는 함께 여가 활동에 참가할 사람을 찾으려고 노력한다.					
2. 나는 나와 동일한 여가활동에 대한 관심을 갖고 있는 사람들을 만나려고 노력한다.					
3. 나는 동성의 사람들과 함께 여가 활동에 참여하려고 노력한다.					
4. 나는 같은 환경에 있는 사람들과 함께 여가 활동에 참가하려고 노력한다.					
5. 나는 같은 연령대의 사람들과 함께 여가 활동에 참가하려고 노력한다.					
6. 나는 사람들을 설득하여 여가 활동에 같이 참여하려고 노력한다.					
7. 나는 여가 활동 시간을 더 많이 갖기 위해 더욱 열심히 일을 한다.					
8. 나는 여가 활동을 위해 저축하려고 노력한다.					
9. 나는 여가 활동의 비용을 별도로 책정하려고 노력한다.					
10. 나는 내가 좋아하는 여가 활동을 하기에 더욱 적절한 직장을 찾으려고 노력한다.					
11. 나는 여가 활동을 위한 시간을 늘리기 위해 일찍 일어나거나 늦게 잔다.					
12. 나는 여가 활동을 미리 계획하고 체계화하려고 노력한다.					
13. 나는 나의 수입 내에서 여가 활동에 참여하려고 노력한다.					
14. 나는 신체적, 심리적 상태에 따라 여가 활동의 강도를 조절한다.					
15. 나는 스스로 여가 활동의 강도를 조절한다.					
16. 나는 여가 활동 전에 스트레칭을 하려고 노력한다.					
17. 나는 여가 활동을 위해 레슨을 받는다.					
18. 나는 여가 활동을 지도해 줄 사람을 찾으려고 노력한다.					
19. 나는 창피함을 무릅쓰고 최선을 다해 여가 활동을 배우려고 한다.					
20. 나는 여가 활동을 위해 충분한 휴식을 취하려고 노력한다.					
21. 나는 여가 활동을 위해 에너지를 아끼려고 노력한다.					
22. 나는 사람들이 붐비지 않는 시간을 선택해서 참여하려고 노력한다.					
23. 나는 여가활동을 할 수 없는 상황이 되면 유사한 종목으로 대체하려고 노력한다.					
24. 나는 여가 활동 장소 사용이 어려울 경우 장소를 옮겨서 참가하려고 노력한다.					

아래 문항은 귀하의 여가활동과 관련하여 진지한 여가 참여 정도를 알아보기 위한 것입니다. 아래 문항을 잘 읽고 자신의 생각과 일치하는 해당 번호에 ✓ 표 해 주십시오.

진지한 여가	① 전혀 그렇지 않다	② 그렇지 않다	③ 보통 이다	④ 그렇다	⑤ 매우 그렇다
1. 내가 여가활동을 할 때 제약에 부딪히면 그것을 극복할 때까지 지속할 것이다.					
2. 나는 여가활동에서 기술을 향상시키기 위하여 연습을 한다.					
3. 나는 여가활동을 시작한 이후로 기술이나 능력이 향상되었다.					
4. 나의 경우, 그 활동의 몰입에 영향을 준 사건과 연관된 어떤 일이 있었다.					
5. 여가활동은 나의 인생을 풍요롭게 만들었다.					
6. 나는 여가활동에서 나의 잠재력을 발견한다.					
7. 나는 여가활동을 할 때 나의 기술과 능력을 보여준다.					
8. 여가활동은 내가 누구인지 표현하게 한다.					
9. 내가 여가활동을 시작한 이후 자아이미지(자아상)가 향상되었다.					
10. 여가활동은 나에게 큰 만족감을 제공한다.					
11. 여가활동은 나에게 즐겁다.					
12. 나는 여가활동시간 이후 활력을 느낀다.					
13. 나는 나의 여가활동에 대한 노력의 결과로서 금전적 이익을 얻었다.					
14. 나는 여가활동에 열중하는 사람들과 교제하는 것을 좋아한다.					
15. 여가활동에 참여하고 있는 나에게 집단 성취감을 중요하다.					
16. 여가활동 집단의 통합을 위한 나의 의무를 수행하는 것은 중요하다.					
17. 나는 여가활동 집단의 열성 동료들이 지니고 있는 정서의 많은 부분을 공유한다.					
18. 나를 알고 있는 다른 사람들은 여가활동이 나의 일부라는 것을 이해한다.					

아래 문항은 귀하의 여가활동과 관련하여 전문화 정도를 알아보기 위한 것입니다.  
귀하께서 주로 참여하고 있는 여가활동의 전문화 수준이 어느 정도인지 아래 문항을 잘 읽고 자신의 생각과 일치하는 해당 번호에 ✓ 표 해 주십시오.

전문화 정도	① 전혀 그렇지 않다	② 그렇지 않다	③ 보통 이다	④ 그렇다	⑤ 매우 그렇다
1. 나는 현재 참여하고 있는 여가활동 관련 대회나 시합에 대한 정보를 많이 알고 있다.					
2. 나는 현재 참여하고 있는 여가활동 관련 지식이 풍부하다.					
3. 나는 현재 참여하고 있는 여가활동에서 유명한 선수에 대해 잘 알고 있다.					
4. 나는 현재 참여하고 있는 여가활동 기술이나 목적에 따라 적절한 장비를 선택한다.					
5. 나는 다른 사람의 현재 참여하고 있는 여가활동 기술을 보고 문제점을 파악할 수 있다.					
6. 나는 현재 참여하고 있는 여가활동 기술의 원리를 설명할 수 있다.					
7. 나는 (다른 참가자들에 비해) 오랜 기간 현재 참여하고 있는 여가활동에 참여했다.					
8. 나는 (다른 참가자들에 비해) 자주 현재 참여하고 있는 여가활동에 참가한다.					
9. 나는 (다른 참가자들에 비해) 평생 현재 참여하고 있는 여가활동 활동 횟수가 많은 편이다.					
10. 나의 현재 참여하고 있는 여가활동 능력은 뛰어나다.					
11. 현재 참여하고 있는 여가활동과 관련한 나의 기술수준은 상당히 높다.					
12. 나는 다른 사람들보다 현재 참여하고 있는 여가활동을 잘한다.					
13. 현재 참여하고 있는 여가활동은 내게 많은 의미가 있다.					
14. 현재 참여하고 있는 여가활동은 나에게 매우 중요하다.					
15. 나는 현재 참여하고 있는 여가활동을 특별히 좋아한다.					
16. 나의 삶은 현재 참여하고 있는 여가활동을 중심으로 되어 있다.					
17. 대부분의 나의 친구들은 현재 참여하고 있는 여가활동과 연관되어 있다.					
18. 나는 현재 참여하고 있는 여가활동 관련 여러 클럽(동호회)에서 활동하고 있다.					
19. 나는 (다른 참가자들에 비해) 현재 참여하고 있는 여가활동과 관련된 지출을 많이 하는 편이다.					
20. 나는 (다른 참가자들에 비해) 현재 참여하고 있는 여가활동 장비의 개수가 많은 편이다.					
21. 나는 (다른 참가자들에 비해) 현재 참여하고 있는 여가활동 장비에 투자를 많이 하는 편이다.					