



저작자표시-비영리-변경금지 2.0 대한민국

이용자는 아래의 조건을 따르는 경우에 한하여 자유롭게

- 이 저작물을 복제, 배포, 전송, 전시, 공연 및 방송할 수 있습니다.

다음과 같은 조건을 따라야 합니다:



저작자표시. 귀하는 원저작자를 표시하여야 합니다.



비영리. 귀하는 이 저작물을 영리 목적으로 이용할 수 없습니다.



변경금지. 귀하는 이 저작물을 개작, 변형 또는 가공할 수 없습니다.

- 귀하는, 이 저작물의 재이용이나 배포의 경우, 이 저작물에 적용된 이용허락조건을 명확하게 나타내어야 합니다.
- 저작권자로부터 별도의 허가를 받으면 이러한 조건들은 적용되지 않습니다.

저작권법에 따른 이용자의 권리는 위의 내용에 의하여 영향을 받지 않습니다.

이것은 [이용허락규약\(Legal Code\)](#)을 이해하기 쉽게 요약한 것입니다.

[Disclaimer](#)

석사학위청구논문

스쿠버 다이빙 참여자들의 참여정도,
애호도 및 심리적 웰빙 간의 관계

지도교수 남 사 응



제주대학교 교육대학원

체육교육전공

백 혜 경

2007년 8월

스쿠버 다이빙 참여자들의 참여정도, 애호도 및 심리적 웰빙 간의 관계

지도교수 남 사 응

이 논문을 교육학 석사학위논문으로 제출함.

2007년 4월

제주대학교 교육대학원 체육교육전공

제출자 백 혜 경

백혜경의 교육학 석사학위논문을 인준함.

2007년 6 월

심사위원장 _____(인)

심 사 위 원 _____ (인)

심 사 위 원 _____ (인)

스쿠버 다이빙 참여자들의 참여정도, 애호도 및 심리적 웰빙 간의 관계

백 혜 경

제주대학교 교육대학원 체육교육전공
지도교수 남 사 응

본 연구는 스쿠버 다이빙 참여자들의 참여정도, 애호도 및 심리적 웰빙 간의 관계를 분석 하는데 그 목적이 있다.

연구의 조사 대상은 스쿠버 다이빙 활동을 위해 제주도를 찾은 남녀 대학생 및 동호회 회원들을 모집단으로 설정한 다음 비확률적 표집방법중의 하나인 편의표본추출(convenience sampling)방법을 이용하여 표집 하였다. 설문조사에 참여한 인원은 440명이었으나, 이중으로 기입하거나 응답 내용이 불성실한 것으로 판단되는 설문지를 제외하고 실제분석에 사용한 인원은 265명이었다. 본 연구에서 사용한 설문지는 양명환(2000)이 레저스포츠 활동 상황에 맞도록 개정한 인지적-정서적 상태 측정지와 양명환(1998)의 테니스 애착 측정지를 본 연구의 목적에 맞도록 수정·보안 하여 사용 하였다. 자료 분석을 위하여 사용한 통계기법으로는 일원분산분석(one-way ANOVA), 사후 검증으로 Duncan 검증, 단순회귀분석 및 다중회귀분석(multiple regression analysis)을 실시하였다.

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

첫째, 배경변인 중 성별과 연령을 제외한 장비보유 유무와 자격수준에 따라 심리적 웰빙 간에 유의한 차이를 보였으며, 심리적 웰빙의 하위 요인 중 유능감을 제외한 쾌락적 즐거움, 몰입감, 자아실현감에서 장비를 보유하고 고급과정 자격수준을 가진 참여자들이 높게 지각하고 있었다.

둘째, 스쿠버 다이빙 참여정도에 따른 애호도는 통계적으로 유의한 차이를 보였으며, 참여기간이 1년 미만인 참여자들보다 1년~3년 미만, 3년 이상의 참여자들이 애호도를 높게 지각하고 있었으며 참여빈도는 월1회, 월2~3회 참여자들보다 월4회 이상의 참여자들이 애호도를 높게 지각하고 있었다.

셋째, 스쿠버 다이빙 참여정도 중 참여기간이 1년 미만인 참여자들보다 3년 이상의 참여자들이 심리적 웰빙의 하위 요인인 자아실현감, 쾌락적 즐거움, 몰입감 순으로 유의한 차이를 보였으며, 참여빈도는 월 1회의 참여자들보다 월 2~3회, 월4회 이상의 참여자들이 자아실현감, 유능감, 쾌락적 즐거움, 몰입감 순으로 심리적 웰빙 간에 유의한 차이를 보였다.

넷째, 스쿠버 다이빙 참여자의 애호도에 따라 심리적 웰빙 간에 유의한 차이를 보였으며 애호도가 높은 집단에서 모든 심리적 웰빙의 하위요인들을 높게 지각하는 것으로 나타났다.

다섯째, 스쿠버 다이빙 참여정도인 참여기간과 참여빈도는 애호도에 영향을 미치고 있으며 전체 심리적 웰빙에 애호도는 직접적인 영향을 미치고 있는 것으로 나타났다. 스쿠버 다이빙 참여기간과 참여빈도는 전체 심리적 웰빙에 직접적인 영향은 없으나 애호도를 매개 변인으로 전체 심리적 웰빙에 간접적인 영향을 미치는 것으로 나타났다.

목 차

I. 서론	
1. 연구의 필요성.....	1
2. 연구의 목적.....	2
3. 연구문제.....	3
4. 용어의 정의.....	3
II. 이론적 배경.....	5
1. 스쿠버 다이빙의 이해.....	5
2. 애호도.....	8
3. 심리적 웰빙.....	9
4. 선행연구의 고찰.....	11
III. 연구방법.....	15
1. 조사대상.....	15
2. 측정도구.....	15
3. 연구절차.....	16
4. 자료처리 및 분석.....	16
IV. 연구결과.....	18
1. 배경변인에 따른 심리적 웰빙간의 차이.....	18
2. 참여정도에 따른 애호도의 차이.....	20
3. 참여정도에 따른 심리적 웰빙간의 차이.....	20
4. 애호도에 따른 심리적 웰빙간의 차이.....	21
5. 참여수준, 애호도 및 심리적 웰빙의 관계.....	22
V. 논의.....	27
1. 배경변인에 따른 심리적 웰빙간의 차이.....	27
2. 참여정도에 따른 애호도의 차이.....	29
3. 참여정도에 따른 심리적 웰빙간의 차이.....	30
4. 애호도에 따른 심리적 웰빙간의 차이.....	31
5. 참여수준, 애호도 및 심리적 웰빙의 관계.....	32
VI. 결론 및 제언.....	36
1. 결론.....	36
2. 제언.....	37
참고문헌.....	38
부록.....	43

표 목차

표 1. 연구대상자의 일반적 특성.....	15
표 2. 설문지의 구성내용.....	15
표 3. 성별에 따른 심리적 웰빙간의 차이.....	18
표 4. 연령에 따른 심리적 웰빙간의 차이.....	18
표 5. 장비보유 유무에 따른 심리적 웰빙간의 차이.....	19
표 6. 자격수준에 따른 심리적 웰빙간의 차이.....	19
표 7. 참여기간에 따른 애호도의 차이.....	20
표 8. 참여빈도에 따른 애호도의 차이.....	20
표 9. 참여기간에 따른 심리적 웰빙간의 차이.....	20
표 10. 참여빈도에 따른 심리적 웰빙간의 차이.....	21
표 11. 애호도(높고,낮음)에 따른 심리적 웰빙간의 차이.....	21
표 12. 참여정도, 애호도, 심리적 웰빙간의 상관관계.....	22
표 13. 참여정도와 심리적 웰빙 하위요인에 대한 회귀분석.....	23
표 14. 애호도와 심리적 웰빙 하위요인에 대한 회귀분석.....	24
표 15. 참여정도, 애호도 및 전체 심리적 웰빙에 대한 회귀분석.....	25

그림 목차

그림 1. 스쿠버 다이빙 참여정도, 애호도 및 심리적 웰빙 간의 관계에 대한 경로도형.....	26
--	----

I. 서론

1. 연구의 필요성

현대인들의 여가에 대한 욕구 증대는 더 이상 여가스포츠 활동이 보는 활동이 아닌, 참여하고 행동하는 참여 활동으로의 모습으로 변모시켜 가고 있으며, 이러한 현대인들의 욕구를 만족시켜 줄 수 있는 많은 스포츠 중에서 특히 해양 레저스포츠는 자연을 대상으로 활동이 이루어지는 대표적인 레저 스포츠라고 할 수 있다.

동적이고 적극적인 야외활동을 즐기려는 사람들에게 해양 레저스포츠는 있는 그대로의 자연을 느끼고 즐길 수 있을 뿐만 아니라 인간이 자연의 일부임을 깨닫게 되는 계기를 마련해 주는 것과 동시에 높은 육체적, 정서적 효과를 비롯하여 자아실현, 환경과 생태, 삶의 질, 심미적 가치 등, 여러 가지 도움을 줄 수 있는 덕목을 두루 갖추고 있는 레저스포츠 이다(박명국, 윤영선, 2005).

이러한 해양 레저스포츠 종목 중, 자연을 느끼고 즐길 수 있는 활동에 참가하려는 사람들에게 특히 관심의 대상이 되고 있는 종목이 바로 스쿠버 다이빙이다(이종영, 1995). 스쿠버 다이빙은 수중 장비를 이용하여 바다 속의 숨겨진 신비로움과 아름다움을 만끽할 수 있는 대표적인 자연 친화적 해양 레저스포츠로서 삼면이 바다로 둘러싸인 우리나라는 해양 레저스포츠를 즐기기에 여러모로 좋은 조건을 갖추고 있다.

최근 국제스포츠 심리학회(ISSP, 1992)에서는 개인들에게 즐거움과 만족을 제공할 수 있고 운동지속에 도움을 줄 수 있는 활발하고 비경쟁적인 신체활동을 권장하고 있으며, 이러한 신체활동 중에는 스쿠버 다이빙 활동이 있을 수 있다. 스쿠버 다이빙에 대한 일반인들의 생각은 일반적으로 인간이 신비의 세계로만 생각하는 바다와 수중에서 활동이 이루어진다는 점에서 모험스포츠로서 가질 수 있는 부정적 영향만을 고려해 오히려 심리적 불안감과 스트레스를 유발할지도 모른다는 생각을 가질 수 있다. 그러나 스쿠버 다이빙 활동의 참가는 스트레스 해소, 체력향상 및 대인관계 등에 긍정적인 영향을 미칠 뿐만 아니라 참가수준이 높을수록 신체적 자아효능감과 사회적, 신체적 만족에 긍정적인 영향을 미친다고 보고되고 있다.(고형남, 1999, 남재화, 김건철, 1999; 윤상문, 2005) 또한 류재청(2005)은 스쿠버 다이빙 활동의 참여는 중년 여성의 정신건강에 긍정적인 영향을 미칠 뿐만 아니라 특히 정신건강상태를 개선 및 향상시킬 수 있는 효과적인 수단으로서, 스쿠버 다이빙 활동의 지속적인 참여는 육상이나 수면의 경우보다 더 긍정적인 효과를 보였다고 보고하고 있다.

마케팅 맥락에서 애호도(loyalty)의 개념은 소비자의 상품 선택-이용-만족에 이르는 심리 및 의사 결정 과정을 이해하는데 매우 유용한 개념(양명환, 2000)으로 고객이 서비스를 경험하여 지각한 성과가 기대보다 높게 나타나면 만족하게 되고 이러한 만족이 되풀이되면 고객은 이 서비스를 신뢰해서 반복적, 습관적으로 구매하려는 성향으로 정의되기도 한다(오준석, 2004).

특정 또는 몇몇 선택된 스포츠 활동을 선호하고 반복적으로 참여하는 개인들의 성향으로 정의되는 스포츠 활동 애호도(sport activity loyalty)는 개인들이 다른 것은 배제하고 선택된 활동에 시간과 돈, 에너지를 투자하는 것을 의미(Backman & Crompton, 1991)하는 것으로서 본 연구에서는 애호도의 높고 낮음에 따라서 심리적 웰빙 변인들이 영향을 받을 것이라 예측하였다. 실제로 양명환

(2000)은 교사들을 대상으로 스포츠 활동 애호도가 심리적 행복 변인들에 미치는 영향에 관해 분석한 결과 스포츠 활동 애호도 유형에 따라서 정서적-인지적 상태 요인들의 평균값이 모두 같지 않았으며 높은 애호도 집단이 심리적 웰빙의 모든 변인들을 높게 지각하는 것으로 보고하였다.

한편, 규칙적인 신체활동 참여가 심리적 행복과 정신건강에 긍정적인 영향을 미친다는 것은 스포츠 참여를 통해 얻을 수 있는 심리적 기능의 긍정적인 측면에 초점을 맞춘 최근의 연구들을 통해 입증되어 오고 있다. 김수겸·이후춘(2005)은 참여시간이 길수록 인지된 자유감이 커지고, 인지된 자유감의 하위 영역인 여가 자신감과 조절력이 클수록 심리적 행복감이 커진다고 보고하였으며 김덕진·양명환(2004)은 활동에 참여했을 때, 참여결과로부터 얻어지는 인지적-정서적 상태, 생활만족, 교육만족도의 심리적 행복 변인들이 긍정적으로 변화하였다고 보고하고 있다.

여기서 심리적 웰빙(Psychological well-being)이라는 용어는 전형적으로 개인 생활의 모든 영역에 대한 전반적인 생활의 질에 대한 만족정도로 정의되기도 하고, 일반적으로 쾌락적 행복, 즉 인간이 원하는 중요한 것을 얻었다는 믿음 뿐 만 아니라 이 믿음과 함께 수반되는 유쾌한 정서를 포함하는 주관적 경험을 일컫는 개념으로 간주되기도 한다(Yardley & Rice, 1991, 김덕진, 양명환, 2004 재인용). 그러나 본 연구에서의 심리적 웰빙(Psychological well-being)은 여러 가지 다양한 요인들이 통합되어 나타나는 긍정적인 인지적-정서적 상태라고 정의하여 삶의 질에 대한 전반적인 만족보다는 활발한 신체활동으로부터 경험할 수 있는 긍정적인 인지적-정서적 상태에 기초하여 정의(양명환, 1998)하는데 초점을 맞추었다. 그리고 이러한 변인들 간의 상관관계를 실증적으로 입증하기 위하여 최정도·문태영(2006)은 해양스포츠 참여정도에 따른 여가몰입과 생활만족 및 자아효능감의 관계를 분석한 결과 모든 요인 간의 관계는 유의한 수준으로 분석되었으며 이것은 해양스포츠 참여가 건장한 삶의 질적인 활력소 역할 뿐만 아니라 건전한 여가활동에 있어서 생활적인 만족은 물론 신체적, 사회일반적인 자아효능감을 높일 수 있는 요소라고 보고하고 있다.

이상 살펴본 바와 같이 스쿠버 다이빙활동과 관련해 몇몇 연구들에서 스쿠버 다이빙활동을 통해 얻을 수 있는 심리적 혜택과 활동의 지속적 참여로 인한 긍정적인 효과를 입증해 오고는 있으나 구체적으로 스쿠버 다이빙 활동의 참여와 애호도 및 심리적 웰빙 간에 어떠한 관계가 있는지에 대한 연구는 미흡한 실정이다. 또한 운동과 심리적 웰빙 간의 관계를 고찰할 때 종종 고려되는 운동들은 유산소성 운동으로서 개인이 운동과 관계하여 생리적·심리적 혜택을 보다 쉽게 경험할 수 있도록 해주는 연속적이고 율동적인 움직임이다.

따라서 본 연구는 신체활동이나 운동참여가 심리적 웰빙 변인들에 긍정적인 영향을 주고 선택한 스포츠의 애착수준에 따라 이러한 변인들의 효과가 달라진다는 선행연구를 바탕으로 탁월한 신체능력을 요구하지 않는 수중 레저스포츠 활동 동호인들을 대상으로 스쿠버 다이빙 참여자들의 참여정도, 애호도 및 심리적 웰빙 간에 어떠한 관계가 있는지를 규명하고 이러한 변인들 간의 인과관계에 관한 다양한 접근을 통해 스쿠버 다이빙 활동의 저변확대와 대중화를 위한 기초 자료 제공의 필요성을 인식하였다.

2. 연구의 목적

본 연구의 목적은 스쿠버 다이빙 참여정도, 애호도 및 심리적 웰빙 간의 관계를 분석하여 스쿠버 다이빙활동을 통해 얻을 수 있는 심리적 혜택을 부각시키고 각 변인간의 효과를 규명하여 스쿠버 다이빙 활동의 활성화와 대중화를 위한 기초 자료를 제공하는데 그 목적이 있다.

3. 연구 문제

본 연구의 목적을 달성하기 위하여 다음과 같은 연구 문제를 설정하였다.

- 1) 스쿠버 다이빙활동 참여자들의 배경변인(성별, 연령, 장비유무, 자격수준)에 따라 심리적 웰빙은 어떠한 차이가 있는가?
- 2) 스쿠버 다이빙활동 참여자들의 참여정도(기간, 빈도)에 따라 애호도는 어떠한 차이가 있는가?
- 3) 스쿠버 다이빙활동 참여자들의 참여정도(기간, 빈도)에 따라 심리적 웰빙은 어떠한 차이가 있는가?
- 4) 스쿠버 다이빙활동 참여자들의 애호도(높고, 낮음)에 따라 심리적 웰빙은 어떠한 차이가 있는가?
- 5) 스쿠버 다이빙활동 참여정도, 애호도 및 심리적 웰빙 간의 관계는 어떠한가?

4. 용어의 정의

1) 스쿠버 다이빙(SCUBA Diving)

SCUBA란 Self-Contained Underwater Breathing Apparatus의 약자이며 의미는 다이버가 수면 위에서 공기 공급을 받지 않고 물속에서 직접 가지고 다니면서 숨 쉴 수 있게 하는 장비 자체를 의미한다. 이 장비를 이용하여 물속에서 다이빙 하는 것을 스쿠버 다이빙이라고 하며 스쿠버 다이빙 활동은 수중에서 호흡할 수 있는 장비를 이용하여 수십 분 동안 바다 속을 여행하는 활동을 말한다.

2) 심리적 웰빙(psychological well-being)

심리적 웰빙이란 능동적으로 신체활동에 참여한 사람들이 참여 후 느끼는 즐거움이나 감정호전 현상으로 욕구가 충족되면서 나타나는 유쾌한 감정, 도취감, 만족감 등을 통합적으로 나타낼 수 있는 인지적-정서적 상태이다(김소연, 2006). 본 연구에서의 심리적 웰빙은 삶의 질에 대한 전반적인 만족보다는 활발한 신체활동으로부터 경험할 수 있는 긍정적인 인지적-정서적 상태를 말한다. 인지적-정서적 상태 척도는 쾌락적 즐거움, 몰입감, 유능감, 자아실현 4개의 하위척도로 구성(양명환, 1998)되어 있으며 개별 요인의 점수와 총합점수를 산출하여 심리적 웰빙 이라고 조작적 정의하였다.

3) 애호도(loyalty)

특정 또는 몇몇 선택된 여가활동을 선호하고 반복적으로 참여하는 개인들의 성향으로 정의되며 개인들이 다른 것은 배제하고 선택된 활동에 시간과 돈, 에너지를 투자하는 것을 의미한다 (Backman & Crompton, 1991, 양명환, 2000 재인용). 본 연구에서의 애호도는 활동에 대한 정의적 애착정도를 말하며 중앙치 반분법(median-splitmethod)을 기준으로 높은 점수를 얻은 집단을 애호도가 높은 집단으로, 낮은 점수를 얻은 집단은 애호도가 낮은 집단으로 조작적 정의하였다.

4) 참여정도

참여정도에서의 빈도는 한 달에 기록하는 다이빙 횟수(몇 탱크)를 의미하는 것이 아닌, 한 달에 다이빙을 목적으로 얼마나 자주 바다에 가는지에 대한 횟수를 의미하며 기간은 스쿠버 다이빙 활동에 참여한 경력(기간)으로 조작적 정의 하였다.

5) 자격수준

- ① 초급과정 수준 : Open water Diver와 같은 자격을 소지한 것을 말하며 최소 4회 이상의 해양실습 경험이 있으며 기초적인 지식과 기술을 습득하고 감독 없이 교육받은 장소와 유사한 지역에서 스쿠버 다이빙활동을 할 수 있는 능력을 갖추고 있는 수준.
- ② 중급과정 수준 : Advanced Scuba Diver와 같은 자격을 소지한 것을 말하며 최소 24회 이상의 해양실습 경험이 있으며 초급과정 수준보다 깊은 지식과 기술을 습득하고 다양한 지역에서 스쿠버 다이빙 활동을 할 수 있는 능력을 갖추고 있는 수준
- ③ 고급과정 자격수준 : Master Scuba Diver와 같은 자격을 소지한 것을 말하며 최소 50회 이상의 해양실습 경험이 있으며 스쿠버 다이빙에 대한 전문적이고 심화된 지식과 기술의 습득뿐만 아니라 지도자로서 나아갈 능력을 갖추고 있는 수준 또는 Instructor 이상.

II. 이론적 배경

1. 스쿠버 다이빙의 이해

1) 스쿠버다이빙

여가활동으로서 스포츠의 활용이 보편화되고 다양해지면서 자연을 느끼고 즐길 수 있는 활동에 참가하려는 사람들이 증가하고, 이러한 흐름에 편승하여 관심의 대상이 되고 있는 대표적인 종목이 바로 스쿠버 다이빙(SCUBA Diving)이다.

스쿠버 다이빙은 수면에서의 호흡만을 이용해 수중세계를 경험하는 스노클링(Snorkeling)과 인위적인 호흡장치를 이용해 수중에서의 호흡이 가능한 상태로 장시간 체류하며 수중세계를 즐기는 스쿠버 다이빙(Scuba Diving)으로 구분할 수 있다.

먼저 스킨 다이빙(Skin Diving)은 마스크(Mask), 핀(Fins), 스노클(Snorkel)등의 장비만을 이용하여 수중에서 잠시 호흡을 중단하고 자신의 숨이 허락되는 범위 안에서 물속을 유영하고 즐기는 잠수를 말하며, 스노클(Snorkel)을 이용하기 때문에 스노클링(Snorkeling)이라고도 한다. 반면 스쿠버 다이빙(SCUBA Diving)은 Self Contained Underwater Breathing Apparatus의 약자로서 용어의 의미는 '수중자가호흡장치' 라는 말이다. 즉, 수중에서 호흡할 기체를 넣어두는 기구라고 해석할 수 있다. 따라서 스쿠버 다이빙(SCUBA Diving)이란 호흡에 이용되는 기체를 인위적으로 공급받을 수 있도록 고안된 여러 장비를 이용해 인간이 수중에서 활동하는 것을 뜻하는 말이며 일반적으로 잠강 직전까지 스노클링을 이용하여 이동하기 때문에 스킨 스쿠버 다이빙이라고 불리어 진다.

스쿠버 다이빙은 탱크(tank), 혹은 실린더(cylinder)라고 부르는 금속으로 된 통속에 대기 중의 공기를 압축해 넣어 등에 짊어지고 다니면서 호흡을 하는데 탱크 속 고압의 공기는 탱크에 부착된 레귤레이터에 의해 호흡하기 적당하도록 주위압력과 동일하게 조절된다. 스쿠버 장비는 최초로 레귤레이터가 개발된 이후에 많은 발전을 거듭해 현재는 혼합기체를 이용한 폐쇄형 장비까지 보급되어 이용되고 있으며 혼합기체나 폐쇄형 장비(리브리더)들은 초기에는 모험과 탐험을 쫓는 일부에게만 이용되어 왔으나 여러 단계의 검증과 체계화를 거쳐 현재는 일반 레저다이버에게까지도 어느 정도 보급되고 있는 실정이다.

스쿠버 다이빙은 인위적인 장비에 의존해야 하는 스포츠인 만큼 장비를 사용하고 관리하는 요령이나 수중에서의 활동을 위한 기술들이 중요한 부분을 차지하는 스포츠 이다. 또한 다이빙이란 것 자체가 인간이 생소한 환경에 적응해야 하는 도전적인 활동인 만큼 자신과 타인의 안전을 위해서는 이런 기술이나 요령뿐만 아니라 그에 따른 이론적 지식 또한 매우 중요한 부분이라는 것을 잊어서는 안되는 스포츠이기도 하다(www.bsac.co.kr). 따라서 요즘은 수많은 교육 단체들 가운데 교육 프로그램의 안전성과 체계적인 프로그램, 시스템을 갖춘 지도단체들이 세계적으로 인정을 받아 현재 국제적인 지부를 가진 단체로 발전하고 있으며 안전하고 즐거운 다이빙을 위한 연구를 계속하고 있다.

한편 그 외에도 광범위한 분야에 종사하는 다음의 인력은 스쿠버 다이빙을 좋아했던 사람들 속에서 나온다. 해양생물학자, 해양공학자, 해양 고고학자, 잠수의학자 등등 다양한 분야의 학자, 군대와

경찰의 해양관련 특수 임무 요원, 해저유전 개발과 유지에 필요한 인력, 해저 통신 케이블, 송유관 등의 공사와 유지관리 인력, 일반인들의 상상보다 훨씬 큰 수중공사의 규모 및 기술 인력, 성수대교 붕괴 같은 참사를 일으킬 수 있는 위험한 수중 구조물을 목격, 신고할 수 있는 스포츠 дай버들, 전국에 산재한 중요한 수중 구조물의 안전 실태를 수중 촬영해 내는 인력, 해양학자들에게 크게 이바지 하고 있는 수많은 아마추어 수중사진가들, 내셔널지오그래픽, BBC 방송을 비롯한 모든 매체들이 경쟁하고 있는 수중 다큐멘터리 산업 전문가들, 물속의 문제를 고발하는 카메라 기자, 바다나 담수에서 대소참사가 발생했을 때 동원되는 봉사인력, 유원지의 라이프 가드, 어촌이나 어업에서 물속에 들어가 해결해야 하는 수많은 종류의 문제 해결사(www.scuba-diver.net) 등등 스쿠버 다이빙으로 인한 다양한 분야로의 파생이 헤아릴 수 없이 많다.

2) 스쿠버 다이빙 참여정도

최근 보고에 따르면 1년에 우리나라에서는 체험다이버를 포함하여 5만명 이상이 다이빙에 새로 입문하고 있으며(수중세계, 2006) CMAS(Confederation Mondiale des Activites Scubaquatiques) Korea(2005)에 의하면 다이빙 라이선스를 보유한 국내의 11개 정식교육단체를 통해 현재까지 배출된 дай버 수만 2005년까지 약 257,200명으로 추정되고 2004년 한 해 동안 약17,960명이었다고 한다(최청락, 2006). 본 연구에서의 측정 지역인 제주도는 사면이 바다로 이루어진 화산섬으로써 연중 수온이 15°이상의 온난한 기후로 국내 유일의 아열대 동·식물을 볼 수 있는 우수한 자연환경을 갖추고 있는 곳이다. 화산섬의 독특한 해저는 아름다운 산호, 물고기들이 많아서 우리나라에서는 스쿠버 다이빙 활동을 하기에 가장 적합한 여건을 갖추고 있는 곳으로 꼽히고 있으며 특히 서귀포 앞바다 문섬과 범섬일대, 사계리 형제섬 부근, 차귀도, 우도 등은 그 중에서도 해저경관이 수려해도·내외 관광객뿐만 아니라 외국에서도 많이 찾는 곳 중에 하나인 곳이다(김세민, 2004). 이에 김덕진(2007)은 제주 방문 관광객을 중심으로 해양레저스포츠 관광 활성화에 관한 연구를 위해 지난 1년간 해양레저스포츠에 참여한 경험이 있는지를 분석한 결과 32.4%가 참여 경험이 있는 것으로 나타났다며 참여 경험이 있는 관광객들만을 대상으로 참여종목을 분석한 결과 스킨 스쿠버가 27.2%로 가장 높게 나타났다고 보고하고 있다.

이처럼 스쿠버 다이빙에 입문하는 소비자들의 수가 매년 증가하고 있는 이유는 다른 레저스포츠들과는 달리 수중, 즉 공기가 없는 공간에서 활동이 이루어진다는 스쿠버 다이빙만의 특수한 매력 때문으로 사료된다. 스쿠버 다이빙은 수영을 잘 하지 못하는 사람일지라도 배우기 쉽고 안전하게 접할 수 있는 과학적인 스포츠이다. 스쿠버 다이빙은 활동자체가 바다와 수중에서 행해진다는 점에서 일반적으로 수영을 꼭 잘해야만 배울 수 있는 스포츠로 생각하는 경우가 많은데 스쿠버 다이빙은 장비로 하는 스포츠라고 해도 과언이 아닌 스포츠인 만큼 어떻게 장비를 사용하고 이용하는지에 대한 교육과 전혀 다른 환경에 대한 이론교육과정이 더 중요한 부분을 차지하는 스포츠이다.

본 연구에서는 이러한 스쿠버 다이빙의 참여정도를 참여기간과 참여빈도로 측정하였다. 먼저 참여기간은 스쿠버 다이빙 활동에 얼마나 오랫동안 참여해 왔는지를 나타내는 것으로서 스쿠버 다이빙은 교육과 경험이 결합되어야만 하는 스포츠이다. 따라서 프로그램의 교육 필요조건이 다 충족되었다 하더라도 다이버는 일정한 총 다이빙의 횟수를 기록함으로써 경험의 단계를 획득해야만 하며 경험의 요구 사항은 다이버에게 일주일, 한달, 혹은 심지어 일년이 걸릴 수도 있지만 시간제한이

있는 것은 아니다. 또한 스쿠버 다이빙은 육상에서 행해지는 다른 스포츠들과는 달리 바다상황에 따라 활동의 가능여부가 판가름 나게 되므로 아무리 오래전에 계획을 하고 시간을 내서 바다에 간다 하더라도 바다날씨가 적절치 못하면 현장에서 포기해야 하는 경우가 종종 발생하게 되기도 한다. 이러한 참여기간과 관련하여 윤상문(2005)은 스쿠버 다이빙 참여활동에 따른 소비자 만족도에 관한 연구에서 만족을 사회적 만족, 심리적 만족, 시설만족, 신체적 만족으로 분류하여 참여 경력에 따른 만족도의 차이를 분석한 결과 경력이 11년 이상, 7년~11년 미만, 3년 미만 순으로 사회적 만족을 높게 경험하고 있었으며 신체적 만족은 11년 이상, 3년 미만, 7~11년 미만의 순으로 높게 나타났다고 보고하고 있다. 또한 최정도·문태영(2006)은 해양스포츠 참여정도에 따른 여가몰입과 생활만족 및 자아효능감의 관계에 관한 연구에서 스킨스쿠버 집단이 여가몰입, 생활만족, 신체적 자아효능감, 사회일반적 자아효능감을 타 집단보다 높게 경험하고 있으며 참여기간이 6-8년 및 8년 이상 집단이 여가몰입을 높게 경험하고 있다고 보고하였다. 즉 참여기간이 길수록 몰입이나 만족감이 높다고 보고하고 있다.

참여 빈도는 한 달에 몇 번이나 스쿠버 다이빙 활동을 하는지를 나타내는 것이다. 일반적으로 한 번 활동 현장에 나가게 되면 2회~3회의 다이빙을 하게 되는데 하루에 몇 회의 다이빙을 할 수 있는지에 대한 기준은 다이브 테이블이라는 표를 기준으로 적절한 계획을 세웠을 때 개인의 능력에 따라 정할 수 있다. 각각 입출수 및 스쿠버 장비의 탈착 등을 포함하여 최소 15분 이상의 다이빙 시간을 충족했을 때(SSIT레이닝기준) 1회 다이빙이라고 하며 본 연구에서는 다이빙 횟수가 아닌 활동 현장에 나가는 횟수를 의미한다. 이에 백혜경·남사옹(2005)은 스쿠버 다이빙활동 참여정도에 따른 여가만족에 관한 연구에서 여가만족을 심리적, 교육적, 사회적, 휴식적, 생리적, 환경적의 6가지로 분류하고 참여빈도에 따른 여가만족을 분석한 결과 심리적 요인에서 월1회 미만보다 월 2-3회 및 주1회 이상의 참여자들이 더 높게 지각하고 있는 것으로 보고하였다. 즉 참여빈도가 높을수록 만족도를 높게 지각하고 있는 것으로 보고하고 있다.

그 외에도 배경변인으로서의 자격수준은, 활동 자체가 전혀 다른 환경에서 이루어진다는 특수성 때문에 스쿠버 다이빙은 전문적으로 다이빙 교육을 실시하는 단체에 소속된 강사에게 일정한 기준의 강습을 받고 자격증을 발급받아야만 한다.

각 단체들은 저마다 정해진 이론과 기술수준에 따라 몇 개의 등급으로 나누어지게 되는데 본 연구에서는 크게 3단계로 구분하였다. 먼저 초급과정 또는 입문과정인 Scuba Diver 혹은 Openwater Diver 과정에서는 다이빙활동에 꼭 필요한 이론과 기술을 배우게 된다. 이 과정의 자격증을 받은 사람은 자기가 받았던 유사한 환경에서 활동할 수 있고 훈련받은 수준의 활동들만 할 수 있다는 사실을 알고 있어야 한다. 단체마다의 차이는 조금씩 있으나 최소 바다에서 4회~5회 이상의 다이빙 경험을 한 다이버이다. 두 번째 중급과정은 보통 Advanced Scuba Diver 과정이라 하며 특별히 어떤 분야에 대해 초점을 맞춰 집중적으로 훈련을 받는 과정을 특수과정(specialty course)이라고 부른다. 이 과정의 자격증을 받은 사람은 최소 24회 이상의 다이빙 경험을 한 다이버로서 초급과정에 비해 좀더 심도 있는 지식과 수중능력을 갖추고 있는 다이버이다. 초급 및 중급과정을 거치는 동안 다이빙 능력은 한층 증진되고 다이빙활동의 여러 분야에서 전문가가 되고 싶어 하는 다이버들은 세 번째 고급과정인 Master Scuba Diver 과정에 도전할 수 있다. 여기서는 다이빙 기술뿐만 아니라 지도자로서의 역할에 대해서도 배우게 되며 최소 50회 이상의 다이빙 경험을 가지고 있는 다이버이다. 이 외에도 리더(leader) 과정인 강사(instructor)와 강사의 교육을 돕는 보조강사(assistant

instructor), 강사를 교육하는 트레이너(trainer) 과정 등이 있다.

모든 교육과정은 보통 이론교육, 실기교육, 현장적응의 3단계로 구분된다. 먼저 이론교육에서 필요한 지식을 습득한 다음 수영장과 유사한 제한수역에서 다이빙 기술이 교육되고 실기연습을 할 기회를 갖게 되며 제한수역에서 배운 기술을 잔잔한 바다나 강과 같은 실제 현장수역에서 그대로 실습 해보는 적응단계를 거친다. 물론 이러한 과정이 진행되는 동안 이론에 대한 필기시험과 강사의 기술평가가 함께 진행되며 강사의 판단에 의하여 해당 단체의 자격증이 발급되는 것이다(최정도, 2004).

2. 애호도

본 연구에서 애호도란 원어로 'loyalty' 이다. loyalty를 번역함에 있어서 안정기(1999)는 '애호도'로 사용하였으며, 조광행·박봉규(1999)는 '충성도'로, 방신웅(2002)은 '애착도'로 사용한 바 있다. loyalty의 의미는 하나의 제품 또는 서비스에 대한 고객의 관계지속성을 의미하며, 학자의 주관적인 판단에 의해 다양하게 불리어져(조송현, 2002) 왔는데 본 연구에서는 loyalty를 '애호도'로 사용하였다.

애호도의 개념에 관한 연구는 지난 수 십년 동안 많은 학자들의 관심을 끌어들였고, 그 개념에 관한 연구가 계속되고 있으나 아직도 명확한 정의는 내려지지 않고 있다. 그동안의 연구들을 정리해보면 애호도의 정의는 크게 세 가지 관점에서 살펴볼 수 있다. 첫째, 특정 대상에 대해 소비자가 지니는 호의적 태도의 관점에서, 둘째 특정 대상을 지속적으로 구매하는 소비자들의 행동적 관점에서, 그리고 셋째, 태도적 관점과 행동적 관점의 복합적 관점에서 애호도를 정의할 수 있다(최소영, 1995).

오준석·노동연(2004)은 애호도란 고객이 서비스를 경험하여 지각한 성과가 기대보다 높게 나타나면 만족하게 되고 이러한 만족이 되풀이되면 고객은 이 서비스를 신뢰해서 반복적 습관적으로 구매하려는 성향을 의미한다고 하였다.

Oliver(1989)는 소비자 애호도란 선호하는 제품이나 서비스를 지속적으로 구매하게 만드는 해당 브랜드에 대한 깊은 몰입으로 정의하고 애호고객은 잠재적으로 상표 전환을 야기할 수 있는 상황이나 마케팅 시도에도 불구하고 동일한 브랜드를 재구매하는 것이라고 설명하고 있다. 또한 Jacoby & Chestnut(1978)의 브랜드 애호도 정의에 따르면 어떤 구매의사 결정 주체가 여러 대안적 브랜드 중에 하나 혹은 특정 몇 개의 브랜드에 대하여 지속적으로 보이는 무작위적이 아닌 행동적 반응으로 그 브랜드에 대한 강한 선호도라고 하였다(임현정, 2005 재인용).

마케팅 맥락에서 애호도(loyalty)의 개념은 소비자의 상품 선택-이용-만족에 이르는 심리 및 의사 결정 과정을 이해하는데 매우 유용한 개념이며, 일반적으로 소비자들의 특정 브랜드에 대한 헌신을 묘사하기 위하여 사용되는 개념이다(Assael, 1984; Aaker, 1991, 양명환, 2000재인용).

Buchanan(1985)은 선택된 여가 활동에의 지속적 참여는 헌신의 개념과 관계가 있으며, 특정 여가 활동에의 헌신 또는 충성도는 어떤 개인에게는 계속적으로 참여하는 데 영향을 미칠 수 있고, 다른 사람들에게는 참여를 중단하도록 작용한다고 가정(양명환, 이창준, 남사용, 1997) 하였으며 Crompton & Lamb(1986)는 개인들의 공약 또는 헌신의 수준이 개인들의 장래의 여가활동 참여에 영향을 미친다고 가정하였다(양명환, 2000).

특정 또는 몇몇 선택된 스포츠 활동을 선호하고 반복적으로 참여하는 개인들의 성향으로 정의되는 스포츠 활동 애호도(sport activity loyalty)는 개인들이 다른 것은 배제하고 선택된 활동에 시간

과 돈, 에너지를 투자하는 것을 의미한다. 많은 레저스포츠 학자들은 활동 또는 제품에 대한 애호도가 단순한 반복 사용보다 더 많은 것을 포함하고 있다는데 동의하고 있으며 레저와 소비자 행동 영역 모두에서 애호도를 평가하기 위하여 행동적 측정치에만 의존하는 것은 그릇된 결론을 유도할 수 있다고 결론짓고 있다(Backman & Crompton, 1991; Buchanan, 1985, 양명환, 2000 재인용).

이에 양명환(2000)은 스포츠 상황에서의 애호도란 특정 스포츠 활동에 대한 개인들의 과거 경험에 대한 정의적, 행동적 개념이 모두 통합된 것이라고 하였으며 이러한 이차원적 정의를 가정하면 애호도가 높은 사람은 특정 활동에 강한 애착과 행동적으로 충실한 개인으로 묘사할 수 있고, 가식적인 애호도는 행동적 참여는 높으나 활동에 대한 애착이 낮은 것으로 묘사할 수 있다고 하였다. 또한 그는 그의 연구에서 스포츠 활동 애호도 수준에 따라서 활동참여시 수반되는 인지적-정서적 상태, 생활만족 및 자아존중감이 다르게 나타날 것인지 여부를 검정한 결과, 정서적 애착수준이 높은 개인들이 행동적 참여가 높은 개인들보다 몰입경험이나 자기표현의 경험인 자아실현감을 더 높게 경험하는 것으로 보고하였으며, 높은 애호도 집단과 잠재적 애호도 집단이 낮은 애호도 집단보다 생활만족도가 유의하게 높은 것으로 나타났다고 보고하였다.

따라서 본 연구에서의 애호도는 특정 스포츠 활동에 대한 개인들의 과거 경험에 대한 정의적, 행동적 개념이 모두 통합된 개념으로서 스쿠버 다이빙 활동에 대한 애호도가 높은 사람은 스쿠버 다이빙활동에 대한 강한 애착이 있는 사람이며 애호도가 낮은 사람은 활동에 대한 애착수준이 낮은 것을 말한다.

3. 심리적 웰빙

웰빙(well-being)이라는 말의 학술적인 근원은 세계보건기구(World Health Organization)의 건강에 대한 공식 정의에서부터 찾아볼 수 있다. 세계보건기구는 1974년 건강을 “단순히 질환의 부재상태가 아니라 신체적, 정신적, 영성적 및 사회적 전반에 걸친 안녕상태를 의미하는 것(WHO, 1974)이라고 발표하였다. 이와 같은 건강에 대한 새로운 정의는 개인의 건강을 더 이상 질환의 여부가 아닌, 보다 광범위한 차원에서의 통합된 안녕(Complete Well-being)으로 보는 관점으로 확산되고, 이것이 오늘날의 웰빙(Well-being)이라는 개념을 만들어 낸 것이라 할 수 있다(김선규, 2005).

Ryan과 Deci(2001)는 웰빙 연구를 개관하며 웰빙 연구의 두 가지 관점에 대해 기술하였다. 하나는 쾌락주의적(hedonic) 관점이고 다른 하나는 자기실현적(eudaimonic)관점이다. 쾌락주의적 관점의 웰빙은 주로 행복에 초점을 두고 웰빙을 쾌락획득과 고통회피로 규정하며 이런 관점에서의 웰빙은 주관적 웰빙(subjective well-being: SWB)으로 평가되어 왔다. 또 하나의 관점은 자기실현적인 것으로 의미와 자기실현에 초점을 두고 웰빙을 한 개인이 충분히 기능하는 정도로 규정한다. 웰빙을 자신의 진정한 본성(daimon)을 깨닫고 발휘하는 것으로 개인적 성장과 발달, 도전하고 노력하는 것과 관련된다고 보았다. Ryff(1989)는 이러한 자기실현적 웰빙 개념에 기초하여 다양한 이론에 기반을 둔 다차원적인 웰빙 모델을 제안하였는데 이를 심리적 웰빙(psychological well-being:PWB)이라 규정하였다(Waterman, 1993; Ryan & Deci, 2001, 원두리, 김교현, 2006 재인용).

이에 김덕진·양명환(2006)은 웰빙(well-being)에 대한 현대의 연구는 즐거움 추구하고 고통의 회피로 정의하는 쾌락적 웰빙(hedonic well-being)과 인간의 최적의 기능 수행과 참된 자아실현으로 정의하는 자기실현적 웰빙(eudaimonic well-being)에 초점을 두고 있다고 하였다. 먼저, 쾌락적 웰빙은

주관적 웰빙(subjective well-being)으로 간주되며, 행복(happiness)과 유사한 개념으로 설명하고 이 개념의 측정은 긍정적 정서, 부정적 정서, 생활만족을 포함하며 이 세 가지 성분의 합으로 측정될 수 있다고 제안하였다. 반면 자아실현적 접근은 웰빙이 단지 행복(happiness)만을 의미하지 않는다고 가정한다. 실제로 행복을 유발하지 않는 활동에서도 개인의 성장이나 발달, 또는 자아실현에 이를 수 있다는 것이다.

최근 신체활동이 정서적인 안정에 도움을 주며 자신감을 높여줌으로써 심리적 웰빙을 증진시킨다는(Diener & Suh, 1998) 많은 연구들이 수행되고 있으며 이들 연구자들은 대부분 웰빙을 정신건강의 관점에서 생활만족 및 삶의 질 등을 통해서 측정하는 개인의 주관적 웰빙(subjective well-being)으로 정의하고 있다(박유진, 2002).

그러나 Ryff(1989)는 이러한 주관적 웰빙 개념이 심리학적인 이론적 특성을 고려하지 못할 뿐 아니라 개인의 삶의 질에 대한 폭 넓은 의미를 담고 있지 못하다는 점을 비판하면서 행복하다는 것 이외에 개인이 가지고 있는 인생의 목적이나 방향의 정도, 대인관계에서의 만족도, 그리고 자기실현의 정도와 같이 개인이 얼마나 잘 기능하고 있는지를 다룰 수 있는 심리적 웰빙(psychological well-being)에 대한 개념의 필요성을 제기하였다(염계화, 2005).

Diener(1994)는 인간의 삶의 질 차원에서의 행복감은 삶의 질을 '주관적 행복감' 또는 '생활만족'과 같은 개념으로 보는 것이며 이러한 형태의 행복을 학자들에 따라 개인이 선택한 기준에서 이루어지는 자신의 삶의 질에 대한 전반적인 평가로 정의(Chekola, 1978) 하기도 하며 심리적 행복은 개인의 경험의 인지적 측면과 정의적 측면 모두를 포함하는 주관적 개념(Inglehart, 1990) 이라고 정의하였다.

또한 전영자(1991)는 심리적 웰빙이란 한 개인의 심리적 건강상태를 측정해주는 지표로서 다양한 집단에 대해서 다양한 방법으로 측정되었던 생활만족도와 행복감등의 개념 중 가장 중심적인 개념으로 여러 가지 다양한 요인들이 통합되어 나타나는 긍정적인 인지적, 정서적 상태(염계화, 2005 재인용)라고 하였으며 Bryant & Veroff (1982), Campbell(1981)은 심리적 웰빙이란 생활경험에 대한 반응과 정신 건강에 대한 자기지각으로서, 정서적 차원에다 인지적인 차원의 평가를 추가하여 생활에 대한 주관적 평가라고 정의하기도 하였다.

이윤주(2002)는 심리적 행복감을 개인의 행복도나 생활의 만족도라고 설명할 수 있으며, 규칙적인 운동습관을 가진 사람들이 긍정적인 사고와 삶의 자세를 가지고 있어 더 높은 심리적 행복감을 느끼고 있다고 하였다.

양명환(2004)은 행복(well-being)이라는 용어는 전형적으로 개인생활의 모든 영역에 대한 전반적인 생활의 질에 대한 만족정도로 정의되기도 하고, 일반적으로 쾌락적 행복, 즉 인간이 원하는 중요한 것을 얻었다는 믿음뿐만 아니라 이 믿음과 함께 수반되는 유쾌한 정서를 포함하는 주관적 경험을 일컫는 개념으로 간주되기도 한다고 보고하였다. 또한 그는 심리적 행복감을 여러 가지 다양한 요인들이 통합되어 나타나는 긍정적인 인지적-정서적 상태로 정의하고 능동적인 신체활동에 참여한 사람들이 운동 후에 반복적으로 보고하는 정서적 반응 중의 하나가 쾌락적 즐거움 또는 감전 호전현상으로서 활발한 신체활동으로부터 경험되는 긍정적인 인지적-정서적 상태를 묘사하는 것으로는 Maslow(1964)의 절정경험(peak experience),과 Csikszentmihalyi(1975)의 몰입경험이 있다고 보고하였다(양명환, 2004 재인용).

이렇듯 심리적 행복과 관련하여 학자들은 다양하게 정의하고 있으나 '개인 생활의 전반적인 영역

에 대한 만족'이라는 의미로 인간이 생활하는데 있어 심리에 작용하는 인지된 삶의 질의 정도라는 공통점을 갖으며 스포츠 활동 참여에 있어서 심리적 행복도 넓게는 스포츠 참여로 인하여 파생되는 삶의 질에 대한 만족정도로 정의될 수 있으며, 스포츠에 참여하게 되면서 참여자체에서 오는 긍정적인 정서 상태라고 할 수 있다(김소연, 2006).

이에 본 연구에서는 심리적 웰빙을 활발한 신체활동으로부터 경험할 수 있는 긍정적인 인지적-정서적 상태로 정의하여 이를 정량적으로 측정할 수 있는 객관적인 측정도구를 개발한 양명환(2000)의 측정도구를 이용하여 심리적 웰빙을 즐거움, 몰입감, 자아실현감, 유능감 요인으로 측정되는 개념이라고 가정하였다.

4. 선행연구의 고찰

최근 들어 활발한 신체활동과 주관적 행복간의 관계규명은 운동 과학자들에게 매우 중요하고 흥미를 끄는 연구 영역이 되고 있다. 왜 활발한 신체활동이 심리적 행복감을 향상시키는 데 잠재적인 도움을 주는가? 활발한 신체활동이 긴장이완, 우울증 감소, 불안 및 스트레스 해소, 자신감, 통제력, 상상력, 그리고 자기충만감 고양 등의 심리적 행복감에 기여한다는 결과는 여러 학자들에 의해서 입증되어 오고 있다(Berger & Owen,1998; Dishiman,1985; Martisen,1990; Raglin & Morgan,1987; Sachs & Buffone,1984; 백원칠·김수겸, 2004 재인용).

여가와 관련된 연구 분야에서는 여가참여가 개인의 심리적 안녕(well-being)에 긍정적인 효과를 가진다는 가정을 빈번하게 제기하고 있고(박유진, 2002), 심리적 웰빙이 신체활동의 상호작용과 관련 있으며(Campell, 1981; Tesch, Whit bourne & Nehrke, 1981; Thoite, 1983; Turner, 1981;김석일, 2004b, 재인용), 특히 스포츠 활동 및 신체적 활동참여는 더 높은 수준의 심리적 웰빙을 이끌어 낼 수 있는 중요한 요인이 될 수 있다(Huger, 1984; 김석일, 2004 재인용)고 보고 된 바 있다(송은주·임수원·김정자, 2006).

이와 관련된 연구들을 살펴보면 박상욱·김목수·송우엽(1998)은 여가 활동 참가 여부에 따른 심리적 행복감은 여가 활동에 참가한 학생들이 참가하지 않은 학생들에 비해 심리적인 행복감을 다소 높게 평가하고 있다고 하였으며 참가 유형에 따라서는 능동적이고 사회적인 활동의 참가자들이 높은 생활만족도를 보인다고 보고하였다.

이윤주(2002)는 스포츠 활동이 사회적 상호작용을 유도하고, 행복에 대한 긍정적인 영향을 미치며 스포츠에 참여하는 것과 이로 인해 심리적인 행복감을 느끼는 것과는 긍정적인 상관관계가 있다고 하였다(박상욱 등, 1998; 양명환, 1998). 따라서 심리적 행복감이란 개인의 행복도나 생활의 만족도라고 설명할 수 있으며, 규칙적인 운동습관을 가진 사람들이 긍정적인 사고와 삶의 자세를 가지고 있어 더 높은 심리적 행복감을 느끼고 있다고 보고하였다(김우현, 2003).

백원칠·김수겸(2004)은 성인여성의 스포츠참여는 건강상태와 자아존중감 및 주관적 행복감에 긍정적인 인과관계를 갖는 것으로 보고하였으며 스포츠참여의 빈도와 기간 및 시간이 많을수록 주관적 행복감 수준은 높고, 주변의 의미 있는 타인들로부터 사회적 지원을 많이 받을수록 주관적 행복감이 높다고 보고하였다. 또한 본인 스스로가 자신이 건강하다는 믿음이 강할수록 주관적 행복감도 강하게 나타나고, 자아존중감이 높을수록 주관적 행복감 수준역시 높다고 하였다.

김덕진·양명환(2004)은 해양레저스포츠 교육프로그램에 참여한 학생들을 대상으로 교육참여 전·후

의 심리적 기능의 변화를 측정된 결과, 모든 요인에서 뚜렷한 차이가 있었으며 특히 윈드서핑 교육 프로그램의 경우 만족감, 행복한 감정 등 즐거운 감정을 강하게 느끼고 있었으며 자기표현, 자기발전 등의 자아실현에 대한 지각이 긍정적으로 변했다고 보고하였다. 또한 생활만족은 윈드서핑과 스쿠버다이빙 교육 프로그램 참여자 모두 참여 전보다 참여 후에 긍정적으로 변하고 있었으며 이것은 스포츠 활동 참가가 생활만족을 향상시킨다는 선행연구(김경식, 1996; 박종민, 2002; 임상용, 1995)의 결과를 지지하는 결과라고 보고하였다.

송은주 등(2006)은 댄스스포츠 참가자의 몰입경험이 여가정체성 및 심리적 웰빙에 미치는 영향에 관한 연구에서 댄스스포츠 참가자의 행동적 몰입은 심리적 웰빙에 영향을 미치고 있으며 여가정체성의 하위변인 중 동일시가 심리적 웰빙에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 보고하였다.

마석렬(2001)은 노인의 스포츠 참여는 자아존중감과 심리적 행복감을 향상시켜주고 고독감은 완화시켜주며 노인의 자아존중감은 심리적 행복감과 긍정적인 인과관계가 있다고 보고하였다.

김석일(2004a)은 신체활동 및 신체적 활동 참여는 더 높은 수준의 심리적 웰빙 수준을 이끌 수 있으며 특정 개인의 심리적 웰빙은 여가활동중의 스포츠 활동과 신체 활동참여 뿐만 아니라 교육, 소득, 직업, 종교, 민족성, 연령 그리고 결혼 상태와 같은 사회 인구학적 변인에 따라서 심리적 웰빙에 영향을 미친다는 선행연구를 바탕으로 생활체육 활동 참가자들의 심리적 웰빙 프로파일을 분석한 결과 성별, 연령 및 기간에 따라 생활체육 참여 집단의 심리적 웰빙 수준은 유의한 차이가 있다고 보고하였다.

염계화(2006)는 생활무용 참여자의 성역할 정체감과 심리적 웰빙 프로파일 분석 연구에서 참여기간에 따른 심리적 웰빙의 분석결과 생활무용 참여기간(비참여, 단기, 장기)이 긴 장기참여 집단에서 전체 심리적 웰빙 요인의 높은 평균값을 보였으며 이러한 결과는 김석일(2004b)의 생활무용 장기참여자의 심리적 웰빙이 단기참여자의 심리적 웰빙보다 높다는 선행연구 결과와 일치한다고 보고하였다.

강현숙·김백윤·박미진·신영호(2005)는 중년여성을 대상으로 태극권 수련 전-후의 심리적 행복감에 대한 변화 수준을 분석한 결과 중년여성의 태극권 수련에 따른 심리적 행복감은 사전검사에 비해 수련후의 사후검사에서 높게 나타났으며 수련에 의해 인지적, 정서적 상태가 변화하면서 고조된 행복감을 느끼게 되는 것으로 판단되며 태극권 수련을 통하여 얻어지는 인지적 정서적 변화들은 정서와 감정 변화에 긍정적인 영향을 미침으로써 개인의 심리적 행복감을 향상시켜줄 수 있는 중요한 요인으로 간주할 수 있다고 보고하였다.

추혜연(2004)은 무용 전공별 심리적 행복감의 차이비교에 관한 연구에서 무용 전공에 다른 무용 활동은 인간의 인지적-정서적 영역의 행복감을 향상시키고 이러한 활동들을 통하여 실패와 성공들을 병행해 가는 경험의 결과로 심리적 안정감이 향상 될 것으로 기대된다고 보고하였다.

이처럼 신체활동 참여가 심리적 웰빙에 긍정적인 영향을 미치고 있으며 참여 기간이나 빈도가 심리적 웰빙과 정적 상관관계가 있다는 연구들은 많이 보고되고 있으나 선택한 스포츠 활동에 대한 정서적 애착수준의 차이에 따라서 이러한 변인들의 효과가 달라질 수 있다는 정보는 거의 알려진 것이 없다(양명환, 2000). 기존의 애호도와 관련된 연구들을 살펴보면 조송현·이정훈(2005)은 애호도(loyalty)는 학자에 따라 재구매의도 또는 구전의도로 측정되기도 하였으며, 행동적 애호도, 태도적 애호도, 인지적 애호도의 총합으로 보는 관점으로 연구되기도 하지만 서비스 품질은 고객만족에 긍정적인 영향을 미칠 뿐만 아니라 애호도에도 직접적으로 긍정적인 정적관계가 있다는 선행연구를 바탕으로 교양체육의 서비스 품질과 학생만족 및 애호도의 관계를 분석하였다. 분석결과 서비스품질

질과 만족 그리고 애호도의 관계는 서비스품질이 만족에 직접적인 영향을 미치고, 만족이 애호도에 직접적인 영향을 미치는 관계로 볼 수 있으며 만족은 서비스 품질과 애호도를 연결하는 중요한 매개변인이라고 보고하였다.

오준석·노동연(2005)은 애호도(loyalty)를 고객이 서비스를 경험하여 지각한 성과가 기대보다 높게 나타나면 만족하게 되고 이러한 만족이 되풀이되면 고객은 이 서비스를 신뢰해서 반복적 습관적으로 구매하려는 성향으로 정의하고 스포츠 센터의 서비스 품질이 고객의 태도와 만족도 및 애호도에 미치는 영향을 분석한 결과 양질의 서비스 제공이 고객의 태도와 만족 및 애호도에 정(+의 영향을 미치며 고객 애호도를 향상시켜 재구매로 연결시키기 위해서는 서비스 품질 강화를 위한 고객의 편리성과 프로그램의 다양화를 위한 연구와 노력이 요구된다고 보고하였다.

또한 조송현(2002)은 참여스포츠의 서비스 품질, 고객만족, 인지적 애호도, 태도적 애호도의 인과 관계를 분석한 결과 참여스포츠 서비스 품질과 고객만족은 각각 독립적인 변인이며 프로그램, 상호작용, 물리적 환경, 성과로 구성되는 참여스포츠의 서비스품질은 고객만족이라는 매개변인을 통하여 인지적 애호도와 태도적 애호도를 강화하고 있으며, 고객만족은 독립변인과 종속변인과의 관계에 내재된 중요한 매개변인 이라고 하였다.

양명환(2000)은 이처럼 애호도가 주로 고객애호도, 상표나 브랜드 애호도 개념으로 연구되어지는 시점에서 선택한 스포츠 활동에 대한 정서적 애착수준의 차이에 따라 심리적 행복 변인들의 효과가 달라질 수 있다는 정보는 거의 없다는 점을 지적하고 205명의 교사들을 대상으로 스포츠 활동 애호도가 심리적 행복 변인들에 미치는 영향에 관해 연구하였다. 분석결과 특정한 스포츠 활동을 선호하고 지속적으로 참여하는 성향인 스포츠 활동 애호도(sport activity loyalty)는 사람들이 다른 대안 활동들을 배제하고 선택된 활동에 시간과 노력, 에너지를 투자하는 헌신 행위이기 때문에 활동참여에서 느끼는 심리적 행복 변인들도 활동 애호도에 따라서 다르게 나타났으며 높은 애호도 집단에서 활동참여시 수반되는 인지적-정서적 상태, 생활만족 및 자아존중감을 높게 지각하는 것으로 보고하였다. 또한 정서적 애착수준이 높은 개인들이 행동적 참여가 높은 개인들보다 몰입경험이나 자기표현의 경험인 자아실현감을 더 높게 경험하는 것으로 나타났으며 높은 애호도 집단과 잠재적 애호도 집단이 낮은 애호도 집단보다 생활만족도가 높은 것으로 나타났다고 보고하였다. 그는 이러한 결과는 결국 스포츠에 대한 심리적 애착이나 헌신이 없이 단순하게 반복적으로 행동적인 참여만 하는 것은 개인의 심리적인 기능을 향상시키기에 충분치 못하다는 것을 입증하는 결과라고 보고하였다.

한편 스쿠버 다이빙 활동 참여와 관련하여 선행연구들을 살펴보면 남재화·김건철(1999)은 서울, 경기·강원지역의 스쿠버 다이빙 사설단체 및 동호인 256명을 대상으로 스킨 스쿠버 참가수준과 참가형태 및 신체적 자아효능감의 관계를 분석한 결과 참가수준이 높을수록 신체적 자아효능감에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 보고하였으며 이은석·이종영(2000)은 스킨 스쿠버 다이빙 참가자의 몰입경험이 높을수록 참가자가 인식하는 자유감과 신체적 자아효능감에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 보고하였다.

윤상문(2005)은 스쿠버 다이빙 참여활동에 따른 소비자 만족도에 관한 연구에서 참가 빈도가 높을수록 사회적 만족과 신체적 만족이 높게 나타난다고 보고하였으며 스쿠버 다이빙 참가 빈도와 경력에 따른 라이프스타일과 만족도의 관계에서는 참가 빈도가 높을수록 건강 추구형과 시설만족, 혁신 추구형과 신체적 만족, 건강 추구형과 심리적 만족 순으로 상관성이 높게 나타났다고 보고하였다.

박명국·김기호(2002)는 스킨스쿠버 소비자의 참여형태 및 만족도에 관한 연구에서 참여 형태에 따른 소비자 만족도의 차이는 전체적으로 참여빈도와 참여기간이 높을수록 소비자의 만족도 역시 높다고 보고하였다.

최정도·문태영(2006)은 스킨스쿠버, 요트, 윈드서핑을 해양스포츠 종목의 하위요인으로 두고 해양스포츠 참여정도에 따른 여가몰입과 생활만족 및 자아효능감에 관해 분석한 결과 종목에 따른 여가몰입, 생활만족, 신체적자아효능감, 사회일반적 자아효능감 모두에서 통계적으로 유의한 차이가 나타났으며 스킨스쿠버 집단이 타 집단보다 높은 것으로 나타났다고 보고하였다. 또한 참여기간이 긴 집단에서 여가몰입을 높게 지각하는 것으로 나타났으며 주 1회 이상의 잦은 빈도의 집단이 여가몰입, 생활만족, 신체적 자아효능감, 사회 일반적 자아효능감에서 월1회, 월 2-3회 집단보다 높은 것으로 나타났다고 보고하였다.

최청락(2006)은 Iwasaki와 Havitz(1998)에 의하면 스포츠를 포함한 여가활동에 있어서 관여도는 참가자들의 참가 강도, 빈도, 기간 등의 참가정도에 결정적인 영향을 미칠 뿐만 아니라 참가자들의 행동적 특성들을 결정하고 참가자들의 계속적인 참가를 위한 통제력 또는 의사결정력 등에 큰 영향을 미친다는 이론을 바탕으로 스쿠버다이빙의 관여도수준과 다이빙횟수에 따른 교육만족도와 참여의도의 차이에 관해 연구하였다. 연구결과 스쿠버다이빙의 참여의도에 관여도 수준과 다이빙 횟수가 적지 않은 영향을 미치는 것으로 나타났으며 교육에 대한 만족도는 향후 지속적으로 참여하고자 하는 의사결정에 중요한 요인이 되는 것으로 나타났다고 보고하였다.

이와 같이 선행연구들을 고찰한 결과 규칙적인 스포츠 활동 참여는 외형적인 신체적 건강뿐만 아니라, 자아존중감 및 심리적 웰빙(psychological well-being)을 향상시키는 중요한 활동이라는 사실을 입증하고 있으며 참여하는 활동에 대한 애호도는 활동 참여시 수반되는 인지적-정서적 상태에 영향을 미칠 수 있다는 결론을 도출할 수 있었다. 또한 선행 연구들은 스포츠 활동 참여는 활동 참여자들의 인지적-정서적 심리상태를 긍정적으로 변화시켜주는 역할을 하며 스쿠버 다이빙 활동의 지속적인 참여는 몰입감, 자아효능감등 심리적 기능에 긍정적인 영향을 미치고 있다고 보고하고 있다.

그러나 신체활동과 관련하여 심리적 혜택에 관한 연구들이 점차 증가 추세에 있다고는 하나 스쿠버 다이빙 활동과 관련하여 이러한 변인들 간의 인과관계를 규명하려는 시도는 전무한 실정이다. 따라서 본 연구는 위와 같은 선행연구들을 바탕으로 스쿠버 다이빙 참여정도, 애호도 및 심리적 웰빙 간에 구체적으로 어떠한 관계가 있는지를 규명해 보고자 한다.

Ⅲ. 연구방법

1. 조사대상

본 연구는 스쿠버 다이빙 참여정도, 애호도 및 심리적 웰빙 간의 관계를 규명하기 위하여 스쿠버 다이빙 활동을 위해 제주도를 찾은 스쿠버 다이빙 동호회 회원 및 대학생들을 대상으로 비확률적 표집방법중의 하나인 편의표본추출(convenience sampling)방법을 사용하여 남·여 440명을 조사 대상으로 선정하였다. 회수된 설문지중 불성실하게 응답했다고 판단되거나 조사내용의 일부가 누락된 자료를 제외한 총 265명의 자료만을 유효 표본으로 선정하여 최종 분석에 활용하였으며 연구 대상자의 특성은 다음 <표 1>과 같다.

표 1. 연구대상자의 일반적 특성

변인	구분	사례수	계
성별	남	190(71.7%)	265(100%)
	여	75(28.3%)	
연령	20대	73(27.5%)	265(100%)
	30대	132(49.8%)	
	40대이상	60(22.6%)	
자격수준	오픈워터(초급)	117(44.2%)	265(100%)
	어드밴스(중급)	73(27.5%)	
	마스터이상(고급)	75(28.3%)	
장비보유	유	184(69.4%)	265(100%)
	무	81(30.6%)	

2. 측정도구

본 연구에서 사용한 측정도구는 설문지이다. 설문지의 구성내용은 스쿠버 다이빙 참여자의 배경변인에 관한 항목 4문항, 참여정도에 관한 항목 2문항, 애호도에 관한 항목 10문항, 심리적 웰빙에 관한 항목 20문항으로 총 36문항으로 구성하였다. 본 연구에서 사용한 설문지의 구성내용과 문항수는 다음 <표 2>와 같다.

표 2. 설문지의 구성내용

구성지표	구성내용	문항수
참여자 배경변인	성별(1), 연령(1), 자격수준(1), 장비보유 유무(1)	4
참여수준	기간(1), 빈도(1),	2
애호도	애호도(10)	10
심리적 웰빙	자아실현(5), 몰입감(5), 쾌락적즐거움(5), 유능감(5)	20
총 문항		36

1) 애호도

애호도에 대한 측정은 Siegenthaler와 Lam(1992), Carmack과 Martens(1979)의 질문지를 기초로 양명환(1998)에 의해 개발된 테니스 애착 측정지를 본 연구의 목적에 맞도록 수정·보안 하여 사용하였다. 이 측정지는 선행연구에서 활동 충성도 측정에 있어서 활동에 대한 정의적 애착수준을 측정하기 위하여 개발된 측정지로 참여의도, 매력, 활동의 가치, 몰두, 즐거움, 친밀감, 선호도등 공약과 애착수준을 측정할 수 있는 10문항으로 구성되어있다. 응답형태는 1)“전혀 그렇지 않다” ~ 5)“매우 그렇다”의 5점 Likert 척도로 평가되었으며 선행연구에서의 척도의 신뢰도는 항목-전체 척도 간의 상관계수가 .55~.73으로 나타났고 Cronbach’s Alpha 값이 .91로 나타났다. 본 연구에서의 신뢰도 계수는 Cronbach’s Alpha = .88로 비교적 높은 값을 나타냈다.

측정된 점수들은 합하여 중앙치 반분법(median-splitmethod)을 기준으로 높은 점수를 얻은 집단과 낮은 점수를 얻은 집단으로 구분하였다. 높은 점수, 즉 중앙치 이상의 득점자는 스쿠버 다이빙 활동에 대한 애호도가 높은 것을 나타내며 중앙치 이하의 득점자는 스쿠버 다이빙 활동에 대한 애호도가 낮은 것으로 해석하였다.

2) 심리적 웰빙

심리적 웰빙을 측정하기 위하여 양명환(2000)이 레저스포츠 활동 상황에 맞도록 개정한 인지적-정서적 상태 측정지를 본 연구의 목적에 맞도록 수정·보안 후 사용하였다. 인지적-정서적 상태 척도는 자아실현, 유능감, 몰입감, 쾌락적 즐거움 4개의 하위척도로 구성되어 있으며 각 요인별 5문항씩 총 20문항이다. 선행연구에서 이미 타당도와 신뢰도가 입증된 척도이므로 별도의 타당도 검증은 실시하지 않았으며 응답의 형태는 1)“전혀 아니다” ~5)“매우그렇다”의 5점 리커트 척도를 사용하여 측정하였다. 요인별 신뢰도 계수는 자아실현 $\alpha=.80$, 쾌락적 즐거움 $\alpha=.81$, 몰입감 $\alpha=.70$, 유능감 $\alpha=.85$ 로 양호하게 나타났으며, 전체 신뢰도 계수는 Cronbach’s Alpha = .92로 매우 높게 나타났다.

3. 연구절차

본 연구의 목적을 달성하기 위하여 연구자는 절기상 성수기라고 할 수 있는 2006년 6월~9월에 걸쳐 제주도 일대의 다이빙 포인트 및 리조트, 교육장에 방문하였다. 다이빙이 종료되는 시점이나 휴식시간을 이용, 본 연구자가 직접 현장에서 조사 대상자들에게 연구의 취지를 설명하고 사전 동의를 얻은 뒤, 자기기입 방식(self-administration method)으로 기입하도록 한 후 회수하였다.

4. 자료처리 및 분석방법

배부된 설문지는 총440부 였으나 불성실하게 응답하였다고 판단되었거나 항목이 빠지거나 무기입된 자료를 제거한 후 최종적으로 265부가 자료 분석에 활용되었다. 분석 가능한 자료를 Windows 용 SPSS 12.0 통계 패키지를 이용하여 본 연구의 목적에 맞게 분석하였다.

첫째, 측정의 신뢰도 검증을 위해 Cronbach's Alpha을 산출하였다.

둘째, 스쿠버 다이빙 참여자의 배경변인, 참여정도, 애호도에 따른 심리적 웰빙 간의 차이를 알아보기 위하여 일원분산분석(one-way ANOVA)을 실시하였고 사후검증은 Duncan방법을 이용하여 분석하였다.

셋째, 스쿠버 다이빙 참여자의 참여정도, 애호도 및 심리적 웰빙 간의 관계를 분석하기 위하여 상관분석(correlation analysis)과 단순회귀분석 및 다중회귀분석(multiple regression)을 실시하였다.



IV. 연구 결과

본 연구에서 스쿠버 다이빙 참여자의 배경변인, 참여정도, 애호도에 따른 심리적 웰빙간의 차이를 분석하고 참여정도, 애호도 및 심리적 웰빙 간의 관계 등을 분석한 구체적인 연구 결과는 다음과 같다.

1. 배경변인에 따른 심리적 웰빙 간의 차이

표 3. 성별에 따른 심리적 웰빙 간의 차이

변인	성별		F (df=1, 263)	P
	남(n=190)	여(n=75)		
쾌락적즐거움	4.17±.58	4.17±.50	.015	.902
몰입감	4.12±.54	4.11±.51	.059	.809
유능감	3.87±.68	3.76±.68	1.574	.211
자아실현감	3.91±.63	3.77±.57	2.798	.096

<표 3>은 심리적 웰빙의 하위요인들을 종속변인으로 하고 성별을 독립변인으로 하여 일원분산분석(one-way ANOVA)을 실시한 결과이다. 분석결과 성별에 따라 심리적 웰빙의 하위요인인 쾌락적 즐거움, 몰입감, 유능감, 자아실현감 모두에서 통계적으로 유의한 차이가 나타나지 않았다. 그러나 남, 여 모두 모든 변인에서 평균값이 높은 점수를 보이고 있는 것으로 나타났다.

표 4. 연령에 따른 심리적 웰빙 간의 차이

변인	연령			F (df=2, 262)	P
	20대(n=73)	30대(n=132)	40대이상(n=60)		
쾌락적즐거움	4.15±.57	4.19±.55	4.16±.59	.125	.882
몰입감	4.11±.52	4.13±.52	4.10±.56	.106	.899
유능감	3.90±.65	3.77±.72	3.93±.63	1.466	.233
자아실현감	3.76±.65	3.91±.60	3.90±.60	1.370	.256

<표 4>는 심리적 웰빙의 하위요인을 종속변인으로 하고 연령을 독립변인으로 하여 일원분산분석(one-way ANOVA)을 실시한 결과이다. 분석결과 연령에 따라서 심리적 웰빙의 하위요인인 쾌락적 즐거움, 몰입감, 유능감, 자아실현감 모든 변인에서 통계적으로 유의한 차이가 나타나지 않았다. 그러나 20대보다 30대와 40대가 모든 변인에서 평균 값이 높은 점수를 보이고 있는 것으로 나타났다.

표 5. 장비보유 유무에 따른 심리적 웰빙 간의 차이

변인	장비보유		F (df=1, 263)	P
	유(n=184)	무(n=81)		
쾌락적즐거움	4.25±.55	3.99±.54	13.600	.000
몰입감	4.18±.54	3.98±.48	8.831	.003
유능감	3.89±.69	3.73±.64	3.063	.081
자아실현감	3.96±.63	3.66±.53	13.752	.000

<표 5>는 심리적 웰빙의 하위요인을 종속변인으로 하고 장비보유 유무를 독립변인으로 하여 일원분산분석(one-way ANOVA)을 실시한 결과이다. 분석결과 유능감을 제외한 쾌락적 즐거움, 몰입감, 자아실현에서 통계적으로 유의한 차이가 있는 것으로 나타났으며 특히 자아실현감과 쾌락적 즐거움 요인이 통계적으로 유의한 차이가 큰 것으로 나타났다. 그러나 유능감은 유의수준 .081 수준으로서 본 연구에서는 유의한 차이가 없으나 90%신뢰구간에서는 통계적으로 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다.

표 6. 자격수준에 따른 심리적 웰빙 간의 차이

변인	자격수준			F (df=2, 262)	P
	오픈워터(n=117)	어드밴스(n=73)	마스터이상(n=75)		
쾌락적즐거움	4.06±.52a	4.21±.59ab	4.31±.56b	5.158	.006
몰입감	4.01±.47a	4.17±.60b	4.24±.53b	5.178	.006
유능감	3.75±.67	3.88±.69	3.93±.69	1.812	.165
자아실현감	3.72±.53a	3.89±.64ab	4.07±.65b	7.740	.001

* abc 문자는 Duncan사후검증 결과로서 문자가 서로 다르면 집단간 차이가 있음을 의미함: 이하동일

<표 6>은 심리적 웰빙의 하위요인을 종속변인으로 하고 자격수준을 독립변인으로 하여 일원분산 분석(one-way ANOVA)을 실시한 결과이다. 분석결과 유능감을 제외한 모든 요인에서 자격수준에 따른 심리적 웰빙의 하위요인인 쾌락적 즐거움, 몰입감, 자아실현감이 통계적으로 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 따라서 구체적인 요인간의 차이를 파악하기 위하여 Duncan의 사후검증을 실시한 결과 쾌락적 즐거움과 자아실현은 오픈워터 자격수준의 초급과정 자격수준을 가진 참여자보다 마스터이상의 고급과정 자격수준을 가진 참여자들이 더 높게 지각하고 있으며 몰입감에서는 초급과정의 오픈워터 수준의 참여자보다 중급과정의 어드밴스, 고급과정의 마스터이상의 자격수준을 가진 참여자가 몰입감을 더 높게 지각하는 것으로 나타났다.

2. 참여정도에 따른 애호도의 차이

표 7. 참여기간에 따른 애호도

변인	참여기간			F (df=2, 262)	P
	1년미만(n=101)	1년~3년미만(n=61)	3년이상(n=103)		
애호도	3.82±.54a	4.12±.56b	4.23±.57b	14.571	.000

<표 7>은 애호도를 종속변인으로 하고 참여기간을 독립변인으로 하여 일원분산분석(one-way ANOVA)을 실시한 결과이다. 분석결과 참여기간에 따른 애호도는 통계적으로 유의한 차이가 있는 것으로 나타나 Duncan의 사후분석을 실시하였다. 사후분석 결과 참여기간이 1년 미만보다 1년~3년 미만, 3년 이상의 참여자들이 애호도를 더 높게 지각하고 있는 것으로 나타났다.

표 8. 참여빈도에 따른 애호도

변인	참여빈도			F (df=2, 262)	P
	월1회(n=117)	월2~3회(n=87)	월4회이상(n=61)		
애호도	3.91±.50a	4.05±.65a	4.30±.58b	9.540	.000

<표 8>은 애호도를 종속변인으로 하고 참여빈도를 독립변인으로 하여 일원분산분석(one-way ANOVA)을 실시한 결과이다. 분석결과 참여빈도에 따른 애호도는 통계적으로 유의한 차이가 있는 것으로 나타나 Duncan의 사후분석을 실시하였다. 사후분석결과 월1회, 월2~3회의 참여자들 보다 월 4회 이상의 참여자들이 애호도를 더 높게 지각하고 있는 것으로 나타났다.

3. 참여정도에 따른 심리적 웰빙 간의 차이

표 9. 참여기간에 따른 심리적 웰빙 간의 차이

변인	참여기간			F (df=2, 262)	P
	1년미만(n=101)	1년~3년미만(n=61)	3년이상(n=103)		
쾌락적즐거움	4.05±.53a	4.15±.53ab	4.30±.58b	5.469	.005
몰입감	4.01±.50a	4.10±.50ab	4.24±.56b	5.017	.007
유능감	3.73±.68	3.82±.57	3.96±.72	2.847	.060
자아실현감	3.70±.54a	3.86±.59ab	4.03±.66b	7.813	.001

<표 9>는 심리적 웰빙을 종속변인으로 하고 참여기간을 독립변인으로 하여 일원분산분석

(one-way ANOVA)을 실시한 결과이다. 분석결과 유능감을 제외한 쾌락적즐거움, 몰입감, 자아실현에서 통계적으로 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 따라서 구체적인 요인간의 차이를 알아보기 위하여 Duncan의 사후분석을 실시한 결과 쾌락적 즐거움, 몰입감, 자아실현감 요인 모두 1년 미만의 참여자들 보다 3년 이상의 참여자들이 높게 지각하고 있는 것으로 나타났다.

표 10. 참여빈도에 따른 심리적 웰빙 간의 차이

변인	참여빈도			F (df=2, 262)	P
	월1회(n=117)	월2~3회(n=87)	월4회이상(n=61)		
쾌락적즐거움	4.04±.51a	4.23±.59b	4.34±.56b	6.984	.001
몰입감	4.02±.47a	4.19±.60b	4.22±.52b	4.018	.019
유능감	3.68±.67a	3.90±.68b	4.07±.63b	7.588	.001
자아실현감	3.68±.55a	3.97±.63b	4.08±.62b	10.966	.000

<표 10>은 심리적 웰빙을 종속변인으로 하고 참여빈도를 독립변인으로 하여 일원분산분석(one-way ANOVA)을 실시한 결과이다. 분석결과 모든 요인에서 통계적으로 유의한 차이가 있는 것으로 나타나 Duncan의 사후분석을 실시하였다. 사후분석결과 쾌락적 즐거움, 몰입감, 유능감, 자아실현감 모든 요인에서 월 1회 참여자들보다 월 2~3회, 월 4회 이상의 참여자들이 심리적 웰빙의 하위요인들을 더 높게 지각하고 있는 것으로 나타났다.

4. 애호도(높고, 낮음)에 따른 심리적 웰빙 간의 차이

표 11. 애호도에 따른 심리적 웰빙 간의 차이

변인	애호도		F (df=1, 263)	P
	높음(n=148)	낮음(n=117)		
쾌락적즐거움	4.47±.43	3.79±.46	151.972	.000
몰입감	4.37±.44	3.80±.46	102.732	.000
유능감	4.14±.62	3.46±.55	87.980	.000
자아실현감	4.19±.52	3.46±.47	140.303	.000

<표 11>은 심리적 웰빙을 종속변인으로 하고 애호도를 독립변인으로 하여 일원분산분석을 실시한 결과이다. 분석결과 애호도의 높고 낮음에 따라서 심리적 웰빙의 하위요인 모두에서 통계적으로 유의한 차이가 있는 것으로 나타났으며 애호도가 높을수록 쾌락적 즐거움, 몰입감, 유능감, 자아실현감을 더 높게 지각하는 것으로 나타났다.

5. 참여수준, 애호도 및 심리적 웰빙의 관계

1) 참여정도, 애호도, 심리적 웰빙 간의 상관관계

표 12. 참여정도, 애호도, 심리적 웰빙 간의 상관관계

변인	기간	빈도	애호도	쾌락적 즐거움	몰입감	유능감	자아 실현감	전체심리 적웰빙	M±SD
기간	1.000	.252**	.308**	.199**	.191**	.145*	.254**	.222**	2.01±.88
빈도		1.000	.257**	.222**	.161**	.233**	.269**	.259**	1.79±.79
애호도			1.000	.714**	.650**	.545**	.695**	.750**	4.04±.58
쾌락적즐거움				1.000	.747**	.573**	.745**	.877**	4.17±.56
몰입감					1.000	.550**	.698**	.852**	4.12±.53
유능감						1.000	.656**	.825**	3.84±.68
자아실현감							1.000	.899**	3.87±.62
심리적웰빙								1.000	4.00±.51

*p<.05, **p<.01

<표 12>는 변인들간의 관계를 알아보기 위하여 상관계수를 산출하였으며, 분석결과에 의해 나타난 변인간의 상관행렬표이다. 보는 바와 같이 스쿠버 다이빙 참여기간, 참여빈도, 애호도, 심리적 웰빙 간에는 정적인 상관관계를 보였으며 참여기간만 유능감에서 유의수준 .05의 상관을 보이고 그 외 나머지 요인들에서는 유의수준 .01의 정적 상관을 보이고 있다. 요인들 중 특히 애호도는 심리적 웰빙의 하위요인들과 전체 심리적 웰빙에 .545~.750의 높은 정적 상관관계를 보이고 있다.

그러나 이러한 변인들 간의 상관계수만으로는 변인들 간의 인과관계를 추론할 수 없기 때문에 변인들 간의 인과성을 알아보기 위하여 다중회귀분석을 실시하였다.

아래의 표들은 참여정도, 애호도, 심리적 웰빙 간의 제 변인들의 영향력을 파악하고 이들 변인들의 상대적 중요도를 알아보기 위하여 다중회귀분석을 실시한 결과이다.

2) 참여정도가 심리적 웰빙에 미치는 영향

표 13. 참여정도와 심리적 웰빙 하위요인에 대한 회귀분석

종속변인	독립변인	비표준화계수		표준화계수	t	p
		B	표준편차	(Beta)		
쾌락적즐거움	기간	.097	.039	.153	2.480	.014
	빈도	.130	.043	.183	2.980	.003
	상수	3.689	.112			
R=.267, $R^2=.071$, F(2, 262)=10.018, p<.000						
몰입감	기간	.097	.038	.161	2.587	.010
	빈도	.080	.042	.120	1.932	.054
	상수	3.715	.107			
R=.224, $R^2=.050$, F(2, 262)=6.911, p<.001						
유능감	기간	.071	.048	.092	1.487	.138
	빈도	.180	.053	.210	3.400	.001
	상수	3.333	.136			
R=.250, $R^2=.062$, F(2, 262)=8.721, p<.000						
자아실현감	기간	.127	.042	.181	2.990	.003
	빈도	.173	.047	.223	3.695	.000
	상수	3.202	.120			
R=.321, $R^2=.103$, F(2, 262)=15.036, p<.000						

<표 13>은 심리적 웰빙의 하위 요인들에 대한 참여정도의 상대적인 영향력을 다중회귀분석한 결과이다. 보는 바와 같이 각 변인간의 경로계수는 표준화 계수(Beta)를 사용하였고 모든 변인들간의 상관계수는 .145~.269 수준으로 통계적으로 유의하게 나타났다. 심리적 웰빙의 하위 요인을 종속변인으로 하고 참여기간과 빈도를 독립변인으로 하여 분석한 결과, 먼저 자아실현감 요인에 대한 전체 설명력은 10.3%로 나타났으며 회귀식은 통계적으로 유의하게 나타났다[F(2, 262)=15.036, p<.000]. 표준화 회귀계수 기준으로 독립변인들의 상대적 중요도를 살펴보면 참여빈도(Beta=.223)가 참여기간(Beta=.181)보다 설명력이 높은 변인으로 확인되었다. 쾌락적 즐거움 요인에 대한 전체 설명력은 7.1%로 나타났으며 회귀식은 통계적으로 유의하게 나타났다[F(2, 262)=10.018, p<.000]. 표준화 회귀계수를 기준으로 독립변인들의 상대적 중요도를 살펴보면 참여빈도(Beta=.183)가 참여기간(Beta=.153)보다 설명력이 높은 변인으로 확인되었다. 몰입감 요인에 대한 전체 설명력은 5.0%로 나타났으며 회귀식은 통계적으로 유의하게 나타났다[F(2, 262)=6.911, p<.001]. 표준화 회귀계수를 기본으로 독립변인들의 상대적 중요도를 살펴보면 몰입감 요인에는 참여기간(Beta=.161)만이 영향을 미치는 변인으로 확인되었다. 유능감 요인에 대한 전체 설명력은 6.2%로 나타났으며 회귀식은 통계적으로 유의하게 나타났다[F(2, 262)=8.721, p<.000]. 표준화 회귀계수를 기준으로 독립변인들의 상대적 중요도를 살펴보면 참여빈도(Beta=.210)만이 유능감에 영향을 미치는 변인으로 확인되었다. 이러한 결과는 스쿠버 다이빙 참여자들의 참여기간 보다는 참여빈도가 심리적 웰빙의 하위요인들에 더 직접적인 영향을 미치고 있다고 말할 수 있다.

3) 애호도가 심리적 웰빙에 미치는 영향

표 14. 애호도와 심리적 웰빙 하위요인에 대한 회귀분석

종속변인	독립변인	비표준화계수		표준화계수 (Beta)	t	p
		B	표준편차			
쾌락적즐거움	애호도	.743	.045	.714	16.534	.000
	상수	.944	.189			
R=.714, $R^2=.510$, F(1, 263)=273.370, p<.000						
몰입감	애호도	.714	.052	.650	13.857	.000
	상수	1.105	.214			
R=.650, $R^2=.422$, F(1, 263)=192.029, p<.000						
유능감	애호도	.467	.044	.545	10.547	.000
	상수	2.251	.173			
R=.545, $R^2=.297$, F(1, 263)=111.243, p<.000						
자아실현감	애호도	.658	.042	.695	15.670	.000
	상수	1.499	.164			
R=.695, $R^2=.483$, F(1, 263)=245.541, p<.000						

<표 14>는 심리적 웰빙의 하위 요인들에 대한 애호도의 상대적인 영향력을 단순회귀분석한 결과이다. 보는 바와 같이 각 변인간의 경로계수는 표준화 계수(Beta)를 사용하였고 모든 변인들 간의 상관계수는 .545~.714 수준으로 통계적으로 유의하게 나타났다. 분석결과, 각각의 요인들에 대한 전체 설명력과 회귀식의 통계수준은, 먼저 쾌락적 즐거움요인에 대한 전체 설명력은 51%로 나타났으며 회귀식은 통계적으로 유의하게 나타났다[F(1, 263)=273.370, p<.000]. 자아실현감 요인에 전체 설명력은 48.3%로 나타났으며 회귀식은 통계적으로 유의[F(1, 263)=245.541, p<.000]하게 나타났고, 몰입감에 대한 전체 설명력은 42.2%로 나타났으며 회귀식은 통계적으로 유의하게 나타났[F(1, 263)=192.029, p<.000]. 유능감 요인에 대한 전체 설명력은 54.5%로 나타났으며 회귀식은 통계적으로 유의하게 나타났[F(1, 263)=111.243, p<.000]. 표준화 회귀계수 기준으로 애호도가 심리적 웰빙의 하위요인들에 미치는 상대적 중요도를 살펴보면 모든 요인에 애호도가 높은 직접적 영향을 미치고 있으며 쾌락적 즐거움(Beta=.714), 자아실현감(Beta=.695), 몰입감(Beta=.650), 유능감(Beta=.545) 순으로 나타났다. 이러한 결과는 스쿠버 다이빙 활동에 대한 정서적 애착 수준이 심리적 웰빙의 하위요인들에 높은 기여를 하고 있음을 알 수 있다.

4) 참여정도, 애호도 및 전체 심리적 웰빙의 관계

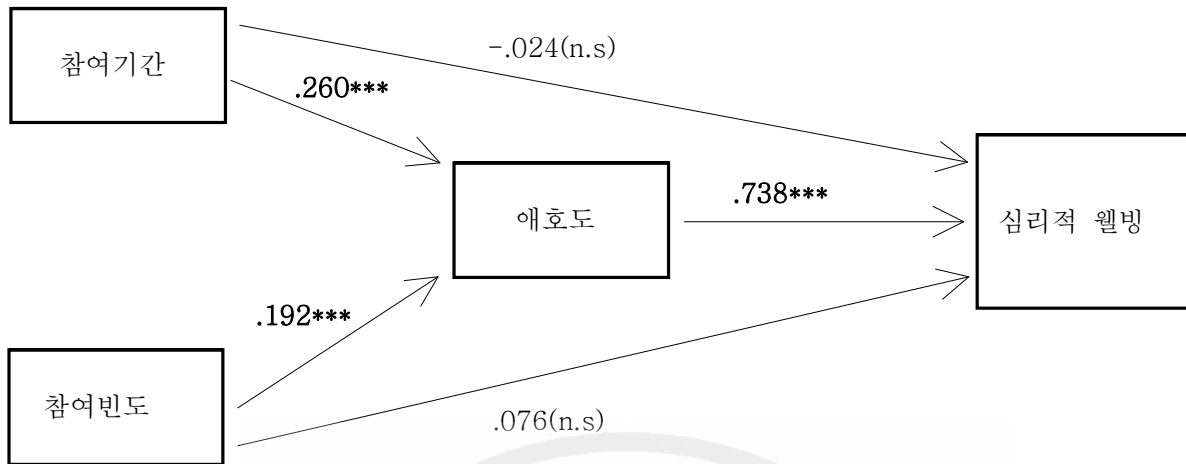
표 15. 참여정도, 애호도 및 전체 심리적 웰빙에 대한 회귀분석

종속변인	독립변인	비표준화계수		표준화계수 (Beta)	t	p
		B	표준편차			
애호도	기간	.172	.040	.260	4.362	.000
	빈도	.141	.044	.192	3.217	.001
	상수	3.447	.102			
R=.360, $R^2=.129$, F(2,262)=19.462, p<.000						
심리적 웰빙	기간	-.014	.025	-.024	-.555	.579
	빈도	.049	.028	.076	1.769	.078
	애호도	.651	.038	.738	16.919	.000
	상수	1.307	.147			
R=.753, $R^2=.568$, F(3, 261)=114.259, p<.000						

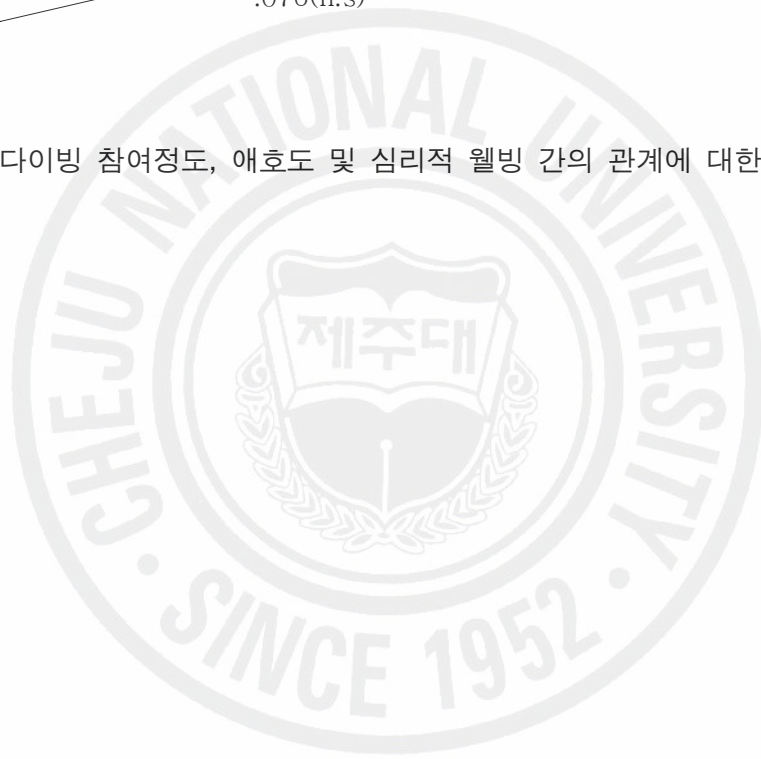
<표 15>는 전체 심리적 웰빙에 대한 애호도와 참여정도 변인들의 상대적인 영향력을 알아보기 위해 다중회귀분석한 결과이다. <표 15>에서 보는 바와 같이 각 변인간의 경로계수는 표준화 계수(Beta)를 사용하였으며 모든 변인들 간의 상관계수는 .145~.899 수준으로 통계적으로 유의하게 나타났다. 애호도를 종속변인으로 하고 참여기간과 참여빈도를 독립변인으로 하여 분석한 결과, 종속변인의 전체 설명력은 12.9%로 나타났으며, 회귀식은 통계적으로 유의하게 나타났다[F(2, 262)=19.462, p<.000]. 참여기간과 참여빈도는 애호도에 직접적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 표준화 회귀계수 기준으로 독립변인들의 상대적 중요도를 살펴보면 참여기간(Beta=.260)이 애호도에 유의한 영향을 미치고 있으며, 참여빈도(Beta=.192)도 애호도에 유의한 영향을 미치고 있다. 즉, 참여기간이 길고 참여빈도가 높은 참여자들이 스쿠버 다이빙 활동에 대한 애호도가 높다고 말할 수 있다.

이어서 전체 심리적 웰빙을 종속변인으로 하고 참여기간, 참여빈도, 애호도를 독립변인으로 하여 회귀분석을 실시한 결과 종속변인의 전체 설명력은 56.8%로 나타났으며, 회귀식은 통계적으로 유의하게 나타났다[F(3, 261)=114.259, p<.000]. 표준화 회귀계수로 독립변인들의 상대적 중요도를 파악한 결과, 애호도(Beta=.738)만이 전체 심리적 웰빙에 유의한 영향을 미치고 있었으며 참여기간(Beta=-.024), 참여빈도(Beta=.076)는 전체 심리적 웰빙에 직접적으로 유의한 차이가 없었다. 이러한 결과는 참여빈도와 참여기간 보다는 애호도가 심리적 웰빙에 상대적으로 높게 기여하는 것으로 해석할 수 있다.

<그림 1>은 회귀분석에서 얻은 표준화회귀계수(Beta)를 이용하여 경로도형을 설정한 것이다. <그림 1>에서 보는 바와 같이 스쿠버 다이빙 참여기간과 참여빈도는 심리적 웰빙에 직접적인 영향을 미치고 있지는 않지만 애호도를 매개 변인으로 하여 심리적 웰빙에 간접적인 영향을 미친다는 것을 보여주고 있다.



<그림 1> 스쿠버 다이빙 참여정도, 애호도 및 심리적 웰빙 간의 관계에 대한 경로도형



V. 논의

본 연구는 스쿠버 다이빙 참여자들의 참여정도, 애호도 및 심리적 웰빙의 관계를 실증적으로 파악하는 데에 그 목적이 있다. 이러한 연구목적을 달성하기 위하여 스쿠버 다이빙 활동을 위해 제주도를 찾은 대학생 및 동호회 회원 265명을 대상으로 한 설문조사 결과를 SPSS Win 12.0 프로그램을 이용하여 분석하였다.

분석기법으로는 배경변인에 따른 심리적 웰빙 간의 차이와 참여정도에 따른 애호도의 차이, 참여정도에 따른 심리적 웰빙 간의 차이, 애호도의 높고 낮음에 따라 심리적 웰빙 간의 차이를 분석하기 위하여 일원분산분석(one-way ANOVA)을 실시하였고, 참여정도, 애호도 및 심리적 웰빙 간의 관계를 분석하기 위하여 단순회귀분석 및 다중회귀분석(multiple regression analysis)을 실시하였으며 사후 검증으로는 Duncan 다중범위 검증을 실시하였다.

이러한 연구방법을 통해 밝혀진 결과를 중심으로 스쿠버 다이빙 참여정도, 애호도 및 심리적 웰빙 간의 관계를 규명하고 이러한 요인 상호간에 어떠한 관계가 있는지를 논의하면 다음과 같다.

1. 배경 변인에 따른 심리적 웰빙 간의 차이

배경 변인에 따른 심리적 웰빙 간의 차이를 분석한 결과, 먼저 성별에 따른 심리적 웰빙의 하위요인들 간에는 통계적으로는 유의한 차이가 없는 것으로 나타났으나 모든 요인에서 남녀 모두 높은 평균값을 보이는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 이윤주(2002)가 스포츠 참여와 심리적인 행복감과의 긍정적인 상관관계를 규명하면서 여자보다도 남자에게서 더 높은 상관도를 보인다고 보고한 결과와는 상반되는 결과이나 김진욱(2004), 박종민(2002), 문영희(2003), 백혜경·남사웅(2005) 등의 연구결과와는 일치하고 있다. 이것은 여성의 사회진출현상이 두드러지면서 스포츠 활동에 참여하는 여성들도 늘어나고 더구나 스쿠버 다이빙은 경쟁적이거나 탁월한 신체능력을 요구하는 스포츠가 아니기 때문에 이러한 스포츠 참여를 통해 느끼게 되는 만족의 느낌에서 심리적 웰빙 간에도 남녀 간에 유의한 차이를 보이지 않는 것으로 사료된다.

연령에 따른 심리적 웰빙의 하위요인들 간에는 통계적으로 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 전매희·윤지희(2006)의 생활체육 참여동기와 생활만족도의 관계에 관한 연구에서 연령에 따라 생활만족도에 유의한 차이가 없는 것으로 보고해 본 연구의 결과를 부분적으로 지지해주고 있으며 최정도·문태영(2006)은 해양스포츠 참여자들을 대상으로 인구통계학적 변인에 따른 여가몰입, 생활만족, 자아효능감의 차이에서 연령에 따른 차이를 살펴본 결과 사회일반적 자아효능감에서만 20대 이하가 30대보다 높은 것으로 나타나고 여가몰입, 생활만족, 신체적 자아효능감에서는 연령 간에 유의한 차이가 없었다고 보고해 본 연구결과와 부분적으로 일치하고 있다. 또한 박영숙(2005)은 종목의 상이함은 있으나 댄스스포츠 참여에 따른 몰입경험 및 삶의 질의 관계에 관한 연구에서 연령에 따라 몰입경험에 유의한 차이가 없는 것으로 보고하였으며, 임성호·정기채·이기봉(2003)은 패러글라이딩 동호인들을 대상으로 참여동기와 만족도에 관해 분석한 결과 연령에 따른 만족도에 차이가 없는 것으로 보고해 모험스포츠 맥락에서의 본 연구의 결과를 뒷받침 해주고 있다. 이것은 스쿠버 다이빙 활동은 종목의 특성상 탁월한 신체능력을 요구하는 스포츠가 아니며 인

간이 미지의 세계로 생각하는 수중에서의 활동이기 때문에 그 행동 자체에 몰입하거나 도취되는데 있어 연령간의 차이는 없는 것으로 사료되며 어떠한 스포츠이든 참여하는 활동에 대한 즐거움을 찾기 위해서는 극복해야 할 일련의 과정이 있기 마련이고 이러한 일련의 과정이 개인의 차이는 있지만 연령이 높다고 해서, 또는 낮다고 해서 자신이 도전하고 참여하는 활동 후 느끼게 되는 유능감, 자아실현감등 심리적 웰빙의 하위 요인 간에는 유의미한 차이를 보이지 않는 것으로 사료된다.

장비보유 유무에 따른 심리적 웰빙의 하위요인들 간에는 유능감을 제외한 쾌락적 즐거움, 몰입감, 자아실현에서 모두 통계적으로 유의한 차이가 있는 것으로 나타났으며 장비를 보유하고 있는 참여자들이 심리적 웰빙의 하위요인을 높게 지각하고 있는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 백혜경·남사용(2005)의 스쿠버 다이빙 참여자들을 대상으로 장비보유 유무에 따른 여가만족도의 차이를 분석한 결과 장비를 보유하고 있는 참여자들이 여가만족도의 하위요인인 환경적 요인만을 제외한 모든 요인에서 장비를 보유하지 않은 참여자들보다 여가만족도를 더 높게 지각하는 것으로 보고해 본 연구의 결과를 부분적으로 지지하고 있으며 고흥남(1999)의 연구에서도 공용 및 대여 장비를 사용하는 참여자보다 개인장비를 소유하고 활동에 참여하는 집단이 몰입정도가 높게 나타났다고 보고해 본 연구의 결과를 뒷받침 해주고 있다. 스쿠버 다이빙은 활동 공간의 특수성으로 인해 장비로 하는 스포츠라고 해도 과언이 아닌 레저 스포츠이다. 따라서 몸에 맞춰져 있지 않은 새로운 장비를 계속해서 렌트해 쓰기보다는 자신의 장비를 보유함으로써 장비에 새로 적응해야 하는 부담감이 없는 참여자들이 즐거움이나 만족의 느낌에서 심리적 웰빙 요인들을 더 높게 지각하고 있는 것으로 사료된다.

자격수준에 따른 심리적 웰빙의 하위요인 간에는 유능감을 제외한 쾌락적 즐거움, 몰입감, 자아실현에서 모두 통계적으로 유의한 차이가 있는 것으로 나타났으며 자격수준이 높은 참여자들이 심리적 웰빙의 하위요인들을 높게 지각하고 있는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 스쿠버 다이빙 자격수준이 높은 고급과정 수준의 참여자들이 사회, 심리적 만족을 높게 지각하는 것으로 보고한 윤상문(2005)의 연구결과와 부분적으로 일치하고 있으며 최정도(2004)는 사회, 심리, 신체적 만족에서 스쿠버 다이빙 초급과정 수준보다 고급과정 수준에서 만족도를 높게 지각하고 있다고 보고해 본 연구의 결과를 부분적으로 뒷받침 해주고 있다. 또한 남재화·김건철(1999)은 스쿠버 다이빙 동호인 211명을 대상으로 스쿠버 다이빙 참가수준과 참가형태 및 신체적 자아효능감의 관계에 대해 분석한 결과 스쿠버 다이빙 자격수준이 높은 단계에서 신체적 자아효능감을 느끼는 것으로 보고해 본 연구의 결과와 부분적으로 일치하고 있다. 스쿠버 다이빙은 교육과 경험이 결합되어야만 하는 레저 스포츠로서 참여자의 자격수준이 높다는 것은 그만큼 활동에 대한 즐거움이나 몰입이 강하다는 것을 의미하는 것이라 할 수 있다. 따라서 자격수준이 낮은 참여자 보다 고급과정 수준의 참여자들이 쾌락적 즐거움이나 몰입감 등 심리적 웰빙의 하위요인을 높게 지각하는 것으로 사료되며 유능감 요인에서 차이가 없는 것은, 스쿠버 다이빙은 활동의 특성상 수중에서 이루어지는 활동이기 때문에 자격수준이 높아짐에 따라 수중이라는 공간에 대한 이론적인 지식과 경험이 늘어나게 되고, 이것은 활동에 대한 자신감 상승을 가져올 수 있다. 하지만 상대적으로 알고 경험할수록 바다와 대자연이라는 곳에 대한 경외감이 참여자들에게 자연을 받아들이고 수공하게 함으로써 활동 후 느끼는 유능감이 평균적으로 자격수준이 높아짐에 따라 높은 평균값을 보이고는 있으나 통계적으로 의미 있는 차이는 보이지 않는 것으로 사료된다.

이러한 결과를 종합해 보면 성별과 연령에서는 차이를 보이지 않았으나 장비보유 유무와 자격수

준에서는 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 이것은 스쿠버 다이빙 활동은 장비를 사용하는 것이 필수불가결한 레저 스포츠라고 해도 과언이 아니며 몸에 맞지 않는 새로운 장비를 계속해서 렌트해 쓰기보다는 자신의 장비를 보유하고 익숙해져 있는 장비를 사용함으로써, 수중이라는 공간에 대한 심리적 부담감을 낮추고 활동 후 느끼게 되는 심리적 웰빙 요인들을 높일 수 있다는 점을 시사하고 있다. 또한 자격수준이 높은 참여자들이 쾌락적 즐거움, 몰입감, 자아실현감을 높게 지각하고 있다는 결과는 추후 스쿠버 다이빙 시장의 활성화를 위해서는 다이빙 장비의 다양화는 물론, 지속적으로 자신의 자격수준을 높일 수 있는 다양한 각도에서의 동기 부여를 위한 교육 프로그램의 개발이 필요하다고 사료되며 이를 위해서는 스쿠버 дай빙들의 욕구와 특성을 파악하기 위한 구체적인 노력과 지속적인 연구가 필요하다고 사료된다. 한편, 성별과 연령에서는 유의한 차이는 없었으나 남녀모두 심리적 웰빙의 하위요인들을 높게 지각하고 있고 연령이 많을수록 높은 점수를 가지는 경향을 보인다. 이러한 현상은 스쿠버 다이빙이 더 이상 젊고 건강한 남성들만이 향유하는 레저 스포츠가 아닌 남녀노소 누구나 즐길 수 있는 레저 스포츠로서의 의미하는 바가 크다고 할 수 있으며, 무중력 상태를 경험할 수 있는 중성부력 상황에서의 활동이 가능한 레저 스포츠라는 점은 오히려 연령이 많은 참여자들에게 권고할 만한 레저 스포츠라 사료된다.

2. 참여정도에 따른 애호도의 차이

참여정도에 따른 애호도의 차이를 분석한 결과 참여기간과 참여빈도에 따른 애호도는 통계적으로 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 분석결과 참여기간이 긴 참여자 일수록 스쿠버 다이빙 활동에 대한 애호도를 더 높게 지각하고 있는 것으로 나타났으며 월 4회 이상의 높은 참여빈도를 나타내는 참여자들이 애호도를 더 높게 지각하고 있는 것으로 나타났다.

이러한 결과는 측정의 목적이 다르고 맥락의 차이는 있으나 박재환(2006)의 휘트니스클럽 서비스 품질과 서비스가치, 고객만족 및 고객충성도의 관계에 관한 연구에서 이용 빈도와 이용기간에 따라 고객 충성도에 유의한 차이가 나타나지 않았다는 결과와는 상반되는 결과이나 홍석표(2006)의 스포츠 참가자의 로열티 발달과정에 관한 연구에서 행동적 로열티를 설명하는데 있어 참여빈도와 강도는 확인적 요인분석 결과 비교적 양호한 요인 부하량을 나타내고 있다고 보고해 본 연구의 결과를 부분적으로 뒷받침 해주고 있다. 또한 김문선(2005)의 생활체육 참여만족도가 스포츠관여도와 고객태도에 미치는 영향에 관한 연구에서 생활체육 참여정도의 하위요인을 빈도, 기간, 강도로 하고 고객태도를 이용시설에 대한 충성도로 분석한 결과 생활체육 참여 정도의 빈도와 강도가 높을수록 이용시설 충성도가 높다고 보고해 본 연구의 결과를 부분적으로 지지해 주고 있다.

이러한 결과를 종합해 보면 참여정도는 애호도에 긍정적인 영향을 미치고 있으며 스쿠버 다이빙 활동으로의 참여 기간이 길고 참여 빈도가 높은 참여자 일수록 활동에 대한 애호도가 높다는 것을 알 수 있다. 이것은 레저 스포츠 활동으로의 규칙적이고 지속적인 참여는 참여하는 활동에 대한 정서적 애착수준을 높여준다는 점을 시사하고 있다. 따라서 스쿠버 다이빙 활동 참여자들에게 단순히 반복적인 활동 참여로의 유도보다는 활동에 대한 애호도를 형성시킬 수 있는 다양한 각도에서의 노력이 필요할 것으로 사료되며 스쿠버 다이빙 활동에 대한 애호도 형성을 위한 노력은 반대로 스쿠버 다이빙 활동으로의 참여를 유도할 수 있는 방안을 제시함과 동시에 활동에 대한 동기부여의 효과까지 기대 할 수 있을 것으로 사료된다.

3. 참여정도(기간, 빈도)에 따른 심리적 웰빙 간의 차이

스쿠버 다이빙 참여 기간에 따른 심리적 웰빙 간의 차이에서는 유능감을 제외한 쾌락적즐거움, 몰입감, 자아실현에서 통계적으로 유의한 차이를 보였다. 사후분석 결과 1년 미만의 참여자들보다 3년 이상의 참여자들이 쾌락적즐거움, 몰입감, 자아실현감을 높게 지각하고 있는 것으로 나타났다. 즉, 참여기간이 길수록 심리적 웰빙에 영향을 미치는 것으로 해석할 수 있다. 이러한 결과는 최정도·문태영(2006)의 해양스포츠 참여자들의 참여기간이 6-8년 이상 집단이 4-6년 집단보다 여가몰입을 높게 지각하는 것으로 보고한 연구 결과를 뒷받침 해주는 결과이며 참여정도가 높을수록 몰입 수준이 높다는 연구(이광수, 2003; 이상구, 임준택, 2003; 이재형, 2005)결과에 의해 지지되고 있다. 또한 윤상문(2005)의 연구에서 만족도의 하위 요인을 사회적, 심리적, 신체적, 시설만족 요인으로 보고 스쿠버 다이빙 소비자들을 대상으로 경력에 따른 만족도의 차이를 분석한 결과 사회적 만족과 신체적 만족에서 경력 집단간 유의한 차이가 있는 것으로 나타났으며, 참여경력이 가장 높은 집단에서 만족도를 높게 지각하는 것으로 보고해 본 연구의 결과를 부분적으로 뒷받침 해주고 있다. 또한 김덕진·양명환(2004)은 대상이 기존에 스쿠버 다이빙활동에 참여해왔던 스쿠버 дай버들을 대상으로 측정된 것은 아니지만 스쿠버 다이빙 교육프로그램에 참여한 학생들을 대상으로 참여 전과 후의 두 차례에 걸쳐서 측정된 인지적-정서적 상태 변인들과 생활만족의 평균점수와 측정시기에 따른 차이 검증을 실시한 결과 스쿠버 다이빙 교육프로그램에 참여한 학생들은 참여하기 전보다 참여 후에 자아실현, 유능감 및 몰입감 요인에서 유의하게 더 높은 점수를 보였다고 보고해 본 연구의 결과를 부분적으로 지지해 주고 있다. 이것은 스쿠버 다이빙 활동은 활동 자체가 자연을 대상으로 하는데 바다에 직접 들어가서 행해지는 활동이기 때문에 그 활동 자체에 몰입하거나 도취되어 즐거움을 추구하며, 자기 목표를 달성하기 위한 수단으로서 자신의 능력을 강하게 지각함으로써 자기표현, 자기발견 등과 같은 자아실현의 욕구를 강하게 느끼고(김덕진, 양명환, 2004)있기 때문이며 이러한 활동을 통한 경험의 결과로서 심리적 웰빙 요인들이 향상 될 것으로 사료된다. 그러나 유능감 요인에서 차이가 없는 것은 스쿠버 다이빙은 참여기간과 활동 후 기록하는 다이빙 횟수가 직선 비례적이기 않고 개인마다의 차이가 있기 때문에 이러한 특성과 변수를 통제하지 못해 스쿠버 다이빙 참여기간이 유능감에 유의미한 차이를 보이지 않는 것으로 사료된다.

참여 빈도에 따른 심리적 웰빙의 차이에서는 모든 요인에서 통계적으로 유의한 차이가 있었으며 사후분석결과 월1회보다 월2~3회 이상의 참여자들이 쾌락적 즐거움, 몰입감, 유능감, 자아실현감 모든 요인에서 더 높게 지각하고 있는 것으로 나타났다. 즉, 참여빈도가 높을수록 심리적 웰빙에 영향을 미치는 것으로 해석할 수 있다. 이러한 결과는 최정도(2004)의 스쿠버 다이빙의 효율적인 마케팅을 위한 소비자 세분화에 관한 연구에서 참가 빈도간 만족도의 차이를 분석한 결과 만족도의 하위 요인인 사회적 만족, 심리적 만족, 시설만족, 신체적 만족요인 모두에서 참여빈도가 주4회 이상의 참여자들이 만족도를 높게 지각하는 것으로 보고해 본 연구의 결과를 부분적으로 지지해 주고 있으며 최정도·문태영(2006)의 해양스포츠 참여정도에 따른 여가몰입과 생활만족 및 자아효능감의 관계에 관한 연구에서 주1회 이상 집단이 월1회, 월2-3회 집단보다 여가몰입, 생활만족, 신체적 자아효능감, 사회 일반적 자아효능감 모두에서 통계적으로 유의한 차이가 나타났다고 보고해 본 연구의 결과를 부분적으로 뒷받침 해주고 있다. 백원칠·김수겸(2004)의 연구에서도 성인여성을 대상으로 스포츠참여변인과 자아존중감 및 주관적 행복감간의 인과분석에 관한 연구에서 스포츠참여 빈도와

기간 및 시간이 많을수록 주관적 행복감 수준이 높다고 보고해 본 연구의 결과를 부분적으로 지지해 주고 있다. 이러한 결과는 스쿠버 다이빙 활동으로의 지속적인 참여는 심리적 웰빙의 하위요인에 유의한 영향을 미치며 참여빈도가 높을수록 참여자들이 지각하는 심리적 웰빙 요인이 높다는 것을 시사하고 있다. 이것은 스쿠버 다이빙 동호회 회원 및 지도자들에게 적극적인 스쿠버 다이빙 활동으로의 참여를 권장할 수 있는 의미 있는 결과라 사료된다.

전체적으로 스쿠버 다이빙 참여기간은 심리적 웰빙의 하위요인 중 유능감을 제외한 모든 심리적 웰빙의 하위요인에 유의하게 영향을 미치고 있으며 참여빈도는 모든 심리적 웰빙의 하위요인에 유의한 영향을 미치고 있는 것으로 나타났다. 특히 참여기간과 빈도가 높을수록 자아실현감을 높게 지각하는 것은 기량이나 수준에 따라 다를 수는 있으나 수준이라는 새로운 세계를 통한 자연과의 완벽한 일체감은 새로운 공간을 통해 느낄 수 있는 자아성취감이나 자아실현에 긍정적인 영향을 미치고 있는 것으로 사료된다. 그리고 스쿠버 다이빙은 자연과 직접적인 관련이 있는 레저 스포츠이므로 환경의 영향이나 그 외적인 변수로 인해 타 레저 스포츠에 비해 현저히 낮은 참여빈도를 보이고 있다. 이것은 스쿠버 다이빙 활동으로의 적극적인 참여유도를 위해서는 기상조건에 관계없이 교육과 활동이 이루어 질수 있는 실내 풀(pool) 설치와 같은 제반 여건의 필요성과 고질병 같은 지역 내 어촌계와의 원만한 협상을 통해 어느 지역에서든 스쿠버 다이빙 활동을 할 수 있는 여건 조성의 필요성을 시사하고 있다 사료된다.

4. 애호도(높고, 낮음)에 따른 심리적 웰빙 간의 차이

애호도의 높고 낮음에 따른 심리적 웰빙의 차이에서는 애호도가 높은 참여자들에게서 유의하게 높은 점수를 보였으며 쾌락적 즐거움, 자아실현감, 몰입감, 유능감 순으로 높은 점수를 나타냈다. 이러한 결과는 측정의 목적이나 맥락의 차이는 있으나 오준석·노동연(2005)은 스포츠 센터의 서비스 품질이 고객 애호도에 미치는 영향에 관한 연구에서 고객만족은 고객애호도에 긍정적인 영향을 미친다고 보고하였고 조송현·이정훈(2005)은 대학생 180명을 대상으로 교양체육의 서비스품질과 학생만족 및 애호도의 관계를 분석한 결과 학생만족은 애호도에 직접적인 영향을 미치는 것으로 보고해 본 연구의 결과를 부분적으로 뒷받침 해주고 있다. 또한 종목의 상이함은 있으나 양명환(1998)은 제주도에 거주하는 440명의 성인을 대상으로 여가스포츠 활동 애호도와 심리적 행복감간의 관계를 분석한 연구에서 쾌락적 즐거움, 자아실현감, 유능감 요인 순으로 애호도가 행동적 참여 상, 하 집단을 판별하는 것으로 나타났다고 보고해 본 연구의 결과와 부분적으로 일치하고 있으며 교사들을 대상으로 스포츠 활동애호도가 심리적 행복변인들에 미치는 영향(양명환, 2000)에 관한 연구에서 스포츠 활동에 대한 애호도가 높은 집단이 쾌락적 즐거움, 자아실현감, 몰입감, 유능감 요인에서 유의하게 높은 점수를 보였다고 보고해 본 연구의 결과를 부분적으로 뒷받침 해주고 있다.

이러한 결과는 정서적 애착수준이 특정한 일에 각별하게 강한 참여가 있을 때, 활동 참여 중에 충만감을 느끼거나 진실한 자기 자신이 누구인지에 대한 느낌을 받았을 때 가장 많은 영향을 받는다는 것을 시사해 주는 것이며 한정된 자극으로의 주의집중, 시간감각 상실 등의 몰입경험도 정서적 애착에 영향을 미칠 뿐만 아니라 Assael(1984)의 애호도가 소비자의 의도, 즉 심리적 애착에 영향을 미친다는 점을 강조한 주장과, 개인들의 헌신(commitment)또는 애착수준이 개인들이 참여하게 될 레저 스포츠 활동에 영향을 미친다고 주장한 Crompton & Lamb(1986)의 결과를 지지해 주

는 것이다(양명환, 2000).

또한 본 연구에서 스쿠버 다이빙 활동 참여자들의 정서적 애착수준인 애호도가 높을수록 심리적 웰빙의 하위요인들을 높게 지각한다는 것은 애호도가 스쿠버 다이빙 활동을 통해 느낄 수 있는 심리적 웰빙 요인들에 매개역할을 하는 중요한 변수로 작용하고 있음을 시사하고 있으며 여러 가지 제약 조건을 극복하면서 지속적으로 참여했을 때 활동에 참여하는 사람들의 행동적 참여수준이 높고 애호도 수준도 높았을 것으로 추측할 수 있다. 이것은 활동에 대한 애착이 없이 단순히 주변 상황들로 인한 반복적인 참여 보다는 참여하는 활동에 대한 애호도가 중요한 요인이라는 것을 나타내고 있으며 참여정도도 중요하지만 활동에 대한 애호도 수준의 증대가 보다 더 중요한 요인임을 시사하고 있다. 따라서, 스쿠버 다이빙 활동에 대한 애호도의 측정은 참여자들의 스쿠버 다이빙 활동을 중단하는 상황에 대한 예측이 가능할 것으로 사료되며 이것은 스쿠버 дай버들이 느끼는 애호도를 보다 심층적으로 분석하여 스쿠버 다이버들의 타 레저 스포츠 종목으로의 이탈율을 저하시키고 나아가서는 애호도 수준을 높이기 위한 노력의 한 자료로서 의미하는 바가 크다고 사료된다.

5. 참여수준, 애호도, 심리적 웰빙의 관계

1) 참여정도, 애호도, 심리적 웰빙 간의 상관관계

스쿠버 다이빙 참여정도, 애호도가 심리적 웰빙에 미치는 세 변인들의 영향력을 파악하고 이들 변인의 상대적 중요도를 알아보기 위하여 상관계수를 산출하였으며 다중회귀분석을 이용하여 분석한 결과, 스쿠버 다이빙 참여정도, 애호도, 심리적 웰빙 간에는 정적인 상관관계를 보였으며 참여정도의 하위요인인 참여기간만 유능감에서 유의수준 .05의 상관을 보이고 그 외 나머지 모든 요인들은 유의수준 .01의 정적 상관관계를 보였다.

기간과 빈도는 애호도와 심리적 웰빙의 하위요인 및 전체 심리적 웰빙에 통계적으로 유의한 상관관계($p < .01$)를 보이고 있지만 상대적으로 낮은 상관관계를 보이고 있다. 애호도는 심리적 웰빙의 하위요인과 전체 심리적 웰빙에 상대적으로 높은 정적 상관관계를 보였다. 참여정도(기간, 빈도)와 애호도 및 심리적 웰빙이 이러한 상관관계를 나타내는 것은 참여정도(기간, 빈도)가 높고 활동에 대한 애호도가 높을수록 심리적 웰빙이 높은 것으로 사료된다.

2) 참여정도가 심리적 웰빙에 미치는 영향

심리적 웰빙의 하위 요인을 종속변인으로 하고 참여기간과 빈도를 독립변인으로 하여 분석한 결과, 회귀식은 통계적으로 유의하게 나타났다. 유능감만을 제외한 모든 변인에서 참여기간과 빈도가 심리적 웰빙의 하위 요인들에 직접적 영향을 미치는 것으로 나타났으며 유능감에는 참여 빈도만 직접적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 표준화 회귀 계수 기준으로 독립변인들의 상대적 중요도를 살펴보면 참여빈도가 참여기간에 비해서 쾌락적 즐거움, 유능감, 자아실현감에 더 영향을 미치고 있으며 참여기간은 유능감 요인에는 영향을 미치지 못하고 있으나 몰입감 요인에는 참여빈도보다 더 유의한 영향을 미치고 있는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 최정도·문태영(2006)의 연구에서 해양스포츠 참여정도와 자아효능감 간에는 의미 있는 관계가 있으며 해양스포츠 참여가 건강한

삶의 질적인 활력소 역할 뿐만 아니라 건전한 여가활동에 있어서 생활적인 만족은 물론 신체적, 사회일반적인 자아효능감을 높일 수 있는 요소라고 보고해 본 연구의 결과를 뒷받침 해주고 있으며 종목의 상이함은 있으나 이덕성·박말분·석강훈(2006)의 탁구동호인들을 대상으로 참여정도와 여가만족간의 관계를 분석한 연구, 박병훈·임상용(2005)의 대학 검도동아리 학생의 라이프스타일과 참여정도 및 여가만족간의 관계를 분석한 연구에서 참여정도는 여가만족에 유의한 영향을 미치고 있으며 특히 참여빈도가 높을수록 여가만족을 높게 인식하는 것으로 보고해 본 연구의 결과를 부분적으로 지지해 주고 있다. 또한 정용각·김윤정(2005)의 에어로빅스 참가자의 참여정도, 신체적 자기개념 및 심리적 행복감의 관계모형 분석에 관한 연구에서 운동참여 정도는 신체적 자기개념에 긍정적인 영향을 미치며 참가기간, 빈도, 시간 중 운동참여 기간이 가장 높은 관계를 보였다고 보고한 결과는 본 연구에서 참여빈도가 기간보다 자아실현감, 유능감, 쾌락적 즐거움에 더 높은 관계를 보인다는 결과와는 차이가 있으나 유진·김석일(2004)의 운동 참여자들의 신체적 자기개념이 심리적 웰빙에 미치는 영향에 관한 연구에서 기간별에 따른 심리적 웰빙과의 상관관계 분석결과 장기집단이 단기집단보다 대체적으로 더 높고 유의미한 상관을 보였다고 보고해 본 연구의 결과를 부분적으로 뒷받침 해주고 있다.

이러한 결과를 종합해 볼 때 본 연구에서는 스쿠버 다이빙 참여기간과 빈도는 심리적 웰빙의 하위요인에 유의한 영향을 미치고 있다는 결론을 도출할 수 있었다. 이것은 스쿠버 다이빙활동의 참여빈도가 적거나 한번 참여할 때 얼마나 많은 시간을 활동에 참여 하는가에 의해 심리적 웰빙의 하위요인들이 영향을 받는다는 것 보다는 얼마나 꾸준히 지속적으로 활동에 참여하였는가에 의해 심리적 웰빙의 하위요인들이 보다 많은 영향을 받고 있다는 것을 시사하고 있으며 이것은 심리적 웰빙 요인을 증진시키기 위해서는 규칙적이고 지속적인 활동 참여로의 유도가 중요한 요인이라 사료된다.

3) 애호도가 심리적 웰빙에 미치는 영향

심리적 웰빙의 하위 요인들에 대한 애호도의 상대적인 영향력은 분석결과 회귀식은 통계적으로 유의한 차이가 나타났다. 표준화 회귀계수 기준으로 애호도가 심리적 웰빙의 하위요인들에 미치는 상대적 중요도를 살펴보면 모든 요인에 애호도가 직접적으로 영향을 미치고 있으며 쾌락적 즐거움, 자아실현감, 몰입감, 유능감 순으로 나타났다.

이러한 결과는 본 연구와 비교하여 대상이나 스포츠 참여 유형 설정과는 상이하지만 양명환(2000)이 스포츠 활동의 정서적 애착에 미치는 인지적-정서적 상태 요인들의 상대적 영향력을 분석한 결과 종속변인의 전체 설명력이 48%로 나타났으며 독립변인들의 상대적인 중요도가 자아실현감(Beta=.328), 쾌락적 즐거움(Beta=.265), 몰입감(Beta=.250)순으로 나타났다고 보고해 본 연구의 결과와 일치하고 있으며 조송현·이정훈(2005)은 학생만족은 애호도(Beta=.745)에 높은 영향을 미친다는 연구결과를 제시함으로써 대상과 종목의 차이는 있으나 본 연구의 결과를 부분적으로 뒷받침 해주고 있다. 또한 박재환(2006)의 휘트니스클럽 서비스품질과 서비스가치, 고객만족 및 고객충성도의 관계를 분석한 연구에서 참여하는 활동에 대한 애호도는 아니지만 휘트니스클럽 회원의 고객만족과 고객충성도 간에는 유의한 인과관계가 있다고 보고해 본 연구의 결과를 부분적으로 지지하고 있으며 김광기(2005)는 레저스포츠시설 이용자들의 서비스만족, 몰입, 충성도의 관계에 관한 연구에

서 레저스포츠시설 이용자들의 서비스 만족이 높을수록 충성도가 높게 나타난다고 보고하여 본 연구의 결과를 부분적으로 뒷받침 해주고 있다.

이러한 연구 결과를 종합해 보면 애호도와 만족의 개념은 밀접한 상관관계가 있으며 특히 활동에 대한 애호도 수준은 활동을 통해 느끼게 되는 심리적 웰빙의 하위 요인들에도 높은 직접적인 영향을 미치고 있다는 것을 나타내고 있다. 이것은 참여하는 활동에 대한 애호도 수준에 따라서 참여활동을 통해 느끼게 되는 심리적 웰빙 변인들도 다르게 나타날 것을 예측 할 수 있으며 이러한 애호도를 측정함으로써 활동을 중지하게 되는 상황에 대한 예측도 가능할 것으로 사료된다. 그러므로 본 연구에서는 스쿠버 다이빙 전문점 및 리조트의 지도자들에게 단순히 스쿠버 다이빙 활동으로의 참여만을 유도하기 보다는 스쿠버 다이빙 활동에 대한 애착을 가질 수 있는 다양한 프로그램이나 교육과정, 세분화된 프로그램의 개발 등의 필요성을 시사하고 있다.

4) 참여정도, 애호도 및 전체 심리적 웰빙의 관계

애호도를 종속변인으로 하고 참여기간과 참여빈도를 독립변인으로 하여 분석한 결과, 회귀식은 통계적으로 유의하게 나타났으며 참여기간과 참여빈도는 애호도에 유의한 영향을 미치고 있었다. 이어서 전체 심리적 웰빙을 종속변인으로 하고 참여기간, 참여빈도, 애호도를 독립변인으로 하여 회귀분석을 실시한 결과 애호도만이 전체 심리적 웰빙에 유의한 영향을 미치고 있었으며 참여기간, 참여빈도는 전체 심리적 웰빙에 유의한 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다.

이것은 스쿠버 다이빙 참여기간과 빈도보다는 애호도가 심리적 웰빙에 상대적으로 높게 기여하는 것으로 해석할 수 있다. 이러한 결과는 종목의 상이함은 있으나 정용각·김윤정(2005)의 연구에서 에어로빅에 참가하는 여성 참가자들을 대상으로 참여정도, 신체적 자기개념 및 심리적 행복감의 관계 모형을 분석한 결과 운동참여 정도는 심리적 행복감에 간접효과로(Beta=.25)의 정적관계가 있으며 운동참여는 신체적 자기개념을 증진시킴으로써 심리적 행복감을 증진시키는데 영향을 미침을 알 수 있다고 보고, 운동을 하면 심리적 행복감이 증진되는 것은 신체적 자기개념 같은 다른 심리적 구조가 개선됨으로써 행복감이 향상된다고 볼 수 있다고 보고해 본 연구의 결과와 부분적으로 일치하고 있다. 또한 최정도·문태영(2006)은 해양스포츠 참여정도에 따른 여가몰입과 생활만족 및 자아효능감의 관계를 분석한 결과 해양스포츠 참여정도에 따른 여가몰입과 생활만족 및 자아효능감의 관계가 유의한 수준으로 분석되었으며 이것은 생활체육을 통한 여가몰입경험은 만족과 매우 높은 인과적 관계가 있음을 밝히고, 여가몰입을 빈번하게 경험할수록 여가활동에 대한 만족을 보다 많이 경험할 수 있다고 주장한 원형중(1995), 정영린(1997)의 연구와도 일치하는 결과라고 보고해 본 연구의 결과를 부분적으로 지지하고 있다. 또한 백원철·김수겸(2004)의 연구에서도 대상이나 요인의 차이는 있으나 성인여성을 대상으로 스포츠참여변인과 자아존중감 및 주관적 행복감간의 인과분석에 관한 연구에서 성인여성의 주관적 행복감은 스포츠참여, 사회적 지원, 건강상태 및 자아존중감과 정적인 인과관계가 있으며 본인 스스로가 자신이 건강하다는 믿음이 강할수록 주관적 행복감도 강하게 나타나고, 자아존중감이 높을수록 주관적 행복감 수준이 높다고 보고해 본 연구의 결과를 부분적으로 지지해 주고 있다.

이러한 연구 결과를 종합해 보면 스쿠버 다이빙 참여 정도는 심리적 웰빙에 직접적인 효과보다는 애호도가 높아짐으로써 심리적 웰빙에 간접적으로 영향을 미치고 있는 것으로 나타났으며 활동에

대한 애호도가 높을수록 심리적 웰빙도 높게 나타나고 있었다. 이것은 스쿠버 다이빙 참여정도와 애호도는 심리적 웰빙을 구성하는 독립적이면서도 유관한 관계를 가지고 있는 변인들이며 애호도와 심리적 웰빙 간의 관계가 매우 높다는 것을 시사하고 있다. 따라서 단순히 스쿠버 다이빙 활동에 참여만 한다고 해서 심리적 웰빙을 높게 지각하는 것은 아니며 참여하는 활동에 대한 정서적 애착수준이 높았을 때 심리적 웰빙을 상승 시킬 수 있는 것으로 사료된다. 이것은 스쿠버 다이빙 전문점 및 리조트 지도자들에게 스쿠버 다이빙 활동으로의 참여 유도도 중요하지만 참여하는 활동에 대한 정서적 애착을 형성시킬 수 있는 프로그램 개발이나 특수 다이빙 같은, 다양한 각도에서의 노력이 필요함을 시사하고 있으며 이를 위해서는 지상에 존재하는 어떠한 레저 스포츠도 공기가 없는 공간에서 활동하는 레저 스포츠는 스쿠버 다이빙 뿐이라는 점이나, 부력 조절을 통해 무중력 상태의 느낌을 경험해 볼 수 있는 유일한 레저 스포츠라는 스쿠버 다이빙만의 장점을 부각시키는 것은 참여자들에게 스쿠버 다이빙 활동에 대한 애착을 갖도록 할 수 있는 노력의 한 일부분이라 사료된다. 또한 스쿠버 다이버들이 느끼는 심리적 웰빙에 대하여 개개인의 특성과 욕구에 부응할 수 있는 구체적이고 실질적인 방안과 전략을 위해 보다 심층적인 분석을 위한 연구들이 지속적으로 이루어져야 할 것으로 사료되며 새로 입문하는 스쿠버 다이버들로 인한 스쿠버 다이빙 시장의 양적 증가의 유도도 중요하지만 기존에 활동에 참여했으나 타 종목으로 이탈하거나 중단한 다이버들에 대한 심층적인 분석을 통하여 규칙적이고 지속적인 참여를 유지할 수 있는 질적 증가의 유도를 위한 노력도 절실히 필요한 것으로 사료된다.

VI. 결론 및 제언

1. 결론

본 연구에서는 스쿠버 다이빙 참여자들의 참여정도, 애호도 및 심리적 웰빙 간의 인과관계를 규명하는데 그 목적이 있었다. 이러한 연구목적을 달성하기 위하여 배경변인에 따른 심리적 웰빙, 참여정도에 따른 애호도, 참여정도에 따른 심리적 웰빙, 애호도에 따른 심리적 웰빙 간의 차이, 그리고 참여정도와 애호도 및 심리적 웰빙 간에 유의한 인과관계가 있는지를 분석하였다.

조사대상은 스쿠버 다이빙 활동을 위해 제주도를 찾은 대학생 및 동호회 회원들을 모집단으로 설정한 다음 비확률적 표집방법중의 하나인 편의표본추출(convenience sampling)방법을 이용하여 표집 하였으며 설문조사에 참여한 인원은 440명이었으나, 실제 분석에 사용한 인원은 265명이었다.

자료 수집을 위한 측정도구는 양명환(2000)이 레저스포츠 활동 상황에 맞도록 개정한 인지적-정서적 상태 측정지와 양명환(1998)의 테니스 애착 측정지를 본 연구의 목적에 맞도록 수정·보안 하여 사용하였다. 본 설문지에서 사용된 각 변인별 측정도구는 선행연구에서 이미 타당도와 신뢰도가 입증된 척도이므로 별도의 타당도 검증은 실시하지 않았으며 신뢰도 검증결과 신뢰도 계수는 만족할 만한 수준으로 나타났다. 수집된 자료를 분석하기 위하여 사용한 통계기법으로는 일원분산분석(one-way ANOVA), 사후 검증으로 Duncan 검증, 단순회귀분석 및 다중회귀분석(multiple regression analysis)을 사용하였다.

이와 같은 연구방법과 절차에 따라 자료 분석을 통한 연구 결과는 다음과 같다.

첫째, 배경변인 중 성별과 연령을 제외한 장비보유 유무와 자격수준에 따라 심리적 웰빙 간에 유의한 차이를 보였으며, 심리적 웰빙의 하위 요인 중 유능감을 제외한 쾌락적 즐거움, 몰입감, 자아실현감에서 장비를 보유하고 고급과정 자격수준을 가진 참여자들이 높게 지각하고 있었다.

둘째, 스쿠버 다이빙 참여정도에 따른 애호도는 통계적으로 유의한 차이를 보였으며, 참여기간이 1년 미만인 참여자들보다 1년~3년 미만, 3년 이상의 참여자들이 애호도를 높게 지각하고 있었으며 참여빈도는 월1회, 월2~3회 참여자들보다 월4회 이상의 참여자들이 애호도를 높게 지각하고 있었다.

셋째, 스쿠버 다이빙 참여정도 중 참여기간이 1년 미만인 참여자들보다 3년 이상의 참여자들이 심리적 웰빙의 하위 요인인 자아실현감, 쾌락적 즐거움, 몰입감 순으로 유의한 차이를 보였으며, 참여빈도는 월 1회의 참여자들보다 월 2~3회, 월4회 이상의 참여자들이 자아실현감, 유능감, 쾌락적 즐거움, 몰입감 순으로 심리적 웰빙 간에 유의한 차이를 보였다.

넷째, 스쿠버 다이빙 참여자의 애호도에 따라 심리적 웰빙 간에 유의한 차이를 보였으며 애호도가 높은 집단에서 모든 심리적 웰빙의 하위요인들을 높게 지각하는 것으로 나타났다.

다섯째, 스쿠버 다이빙 참여정도인 참여기간과 참여빈도는 애호도에 영향을 미치고 있으며 전체 심리적 웰빙에 애호도는 직접적인 영향을 미치고 있는 것으로 나타났다. 또한 스쿠버 다이빙 참여기간과 참여빈도는 전체 심리적 웰빙에 직접적인 영향은 없으나 애호도를 매개 변인으로 전체 심리적 웰빙에 간접적인 영향을 미치는 것으로 나타났다.

이상의 결과를 종합해 보면 스쿠버 다이빙 활동에 참여만 한다고 해서 심리적 웰빙 요인이 높아지는 것은 아니며 스쿠버 다이빙 활동에 대한 애호도가 높았을 때 심리적 웰빙 요인들도 높아진다

는 것을 알 수 있다. 이러한 사실은 본 연구의 궁극적 연구문제인 참여정도, 애호도 및 심리적 웰빙간에 유의한 인과관계가 존재하는 지를 밝히기 위한 연구문제를 실증적으로 입증하고 있다고 할 수 있다.

2. 제언

본 연구는 스쿠버 다이빙 활동 참여자의 참여정도가 애호도에 미치는 영향, 참여정도가 심리적 웰빙에 미치는 영향, 애호도가 심리적 웰빙 간에 미치는 영향, 참여정도, 애호도 및 심리적 웰빙 간의 인과 관계 등을 규명함으로써 스쿠버 다이빙 활동의 저변확대와 대중화는 물론 스쿠버 다이빙에 대한 다양하고 복잡한 심리적 요인을 이해할 수 있는 이론적, 경험적 자료를 제공하고자 하는데 그 목적이 있다.

본 연구에서 제시된 바와 같이 스쿠버 다이빙 참여정도, 애호도 및 심리적 웰빙 간에 유의한 인과관계가 존재하는 것으로 나타났기 때문에 그와 관련된 부수적 연구문제들을 제기하여 지속적인 후속 연구들의 필요성을 제기하고자 한다.

첫째, 본 연구의 표집 대상을 제주도에 방문한 사람으로 한정하였기 때문에 연구결과를 전국으로 일반화시키기는 어려우며 향후 연구에서는 스쿠버 다이빙 참여자의 표집 대상을 전국으로 확대하는 연구가 필요하다.

둘째, 본 연구에서는 연구 대상자 선정에 있어 대학생과 일반인을 통합하여 비교하였으나 근래 들어 각 대학마다 스쿠버 다이빙 교과목 개설이 눈에 띄게 늘어나고 있어 연구 대상자의 세분화를 통한 연구도 가치가 있을 것으로 판단된다.

셋째, 본 연구에서는 참여정도, 애호도 및 심리적 웰빙 간의 관계분석이 주가 되었으나 후속 연구에서는 참여 동기를 매개변인으로 한 연구도 병행될 필요가 있다고 사료된다.

【참 고 문 헌】

- 강현숙·김백윤·박미진·신영호(2005). 태극권 수련이 중년여성의 심리적 행복감에 미치는 영향. **한국스포츠리서치**, 16(2), 869-876.
- 고형남(1999). 스킨 스쿠버 참가수준과 몰입경험 및 건강증진 생활양식의 관계. 미간행 석사학위논문, 한국체육대학교 사회체육대학원.
- 김광기(2005). 레저스포츠시설 이용자들의 서비스만족, 몰입, 충성도의 관계. **한국사회체육학회지**, 23, 509-517.
- 김경식(1996). 대도시 노인의 생활체육 참가와 여가만족 및 생활만족의 관계. 미간행 석사학위 논문, 서울대학교 대학원.
- 김덕진(2002). 대학생의 동아리 활동유형과 활동만족, 활동제약 및 대학생활만족간의 관계. 제주대학교 대학원 석사학위 논문.
- 김덕진·양명환(2004) 해양레저스포츠 교육프로그램 참여가 심리적 행복 변인들에 미치는 영향. **한국체육교육학회지**, 8(4), 157-169.
- 김덕진·양명환(2006). 체육수업 상황에서 기본적 욕구, 동기 유형 및 심리적 웰빙간의 관계모형 검증. **한국스포츠심리학회**, 17(1), 25-45.
- 김문선(2005). 생활체육 참여만족도가 스포츠관여도와 고객태도에 미치는 영향. 국민대학교 스포츠산업대학원 석사학위 논문.
- 김석일(2004) 건강인지와 운동참여에 따른 신체적 자기개념. **한국스포츠리서치**, 15(5), 3-18.
- 김석일(2004). 생활체육 활동 참여자들의 심리적 웰빙 프로파일 분석. **한국체육학회지**, 43(6), 193-203.
- 김선규(2005). 웰빙(Well-being)문화와 관련한 신개념 김치냉장고 디자인에 관한 연구. 미간행 석사학위논문, 중앙대학교 대학원.
- 김소연(2006). 대학생의 스포츠 활동 참여동기, 심리적 웰빙 및 행동의도간의 관계 분석. 제주대학교 교육대학원 석사학위 논문.
- 김수겸·이후춘(2005) 볼링참여자의 인지된 자유감 및 심리적 행복감의 관계. **한국스포츠리서치**, 15(4), 323-335.
- 김우현(2003). 보디빌딩 참가자의 신체적 자기개념이 심리적 행복감에 미치는 영향. 부산외국어대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 김진욱(2004). 생활체육 테니스 동호인의 참여정도에 따른 여가만족도 연구. 국민대학교 스포츠산업대학원 석사학위논문.
- 남재화·김건철(1999). 스킨 스쿠버 참가수준과 참가형태 및 신체적 자아효능감의 관계. **한국레크리에이션교육학회지**, 1(1), 109-122.
- 류재청(2005). 스쿠버다이빙활동이 중년여성의 정신건강과 유산소성 운동능력변화에 미치는 영향. **한국스포츠리서치**, 16(4), 265-278.
- 마석렬(2001). 노인의 스포츠참여와 자아존중감, 고독감 및 심리적 행복감간의 인과 분석. **한국스포츠심리학회지**, 12(1), 51-64.
- 문영희(2003). 볼링참가자의 참여동기가 몰입경험과 생활만족에 미치는 영향. 용인대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 박명국(2001). 레저스포츠 소비자 행동분석을 통한 마케팅 전략: 해양 레저 스포츠를 중심으로. 고려대학교 대학원 석사학위 논문.

- 박명국·김기호(2002). 스킨스쿠버 소비자의 참여형태 및 만족도. **한국여가레크리에이션 학회지**, **22**(1), 127-139.
- 박명국·윤영선(2005). 레크리에이션 스쿠버다이빙 리조트의 마케팅믹스 요인이 충성도 및 재구매에 미치는 영향. **한국여가레크리에이션학회지**, **29**, 95-108.
- 박병훈·임상용(2005). 대학 검도동아리 학생의 라이프스타일과 참여정도 및 여가만족간의 관계. **한국체육교육학회지**, **10**(1), 51-68.
- 박상욱·김목수·송우엽(1998). 청소년의 여가 활동이 심리적 행복감에 미치는 영향. **스포츠과학논집**, **3**, No-.
- 박재환(2006). 휘트니스클럽 서비스품질과 서비스가치, 고객만족 및 고객충성도의 관계. **한국체육학회지 인문·사회과학편**, **45**(5), 301-311
- 방신웅(2002). **스포츠 센터의 서비스품질과 애착도의 관계**. 서울대학교 대학원 석사학위논문.
- 박영숙(2005). 댄스스포츠 참여에 따른 몰입경험 및 삶의 질의 관계. **한국사회체육학회지**, **23**, 551-559.
- 박유진(2002). **여가경험과 여가정체성 현출성이 여가 및 생활만족에 미치는 영향**. 미간행 박사학위논문, 중앙대학교 대학원.
- 박종민(2002). **대학생의 생활체육 참여와 여가 및 생활만족의 관계**. 국민대학교 석사학위논문.
- 백원철·김수겸(2004). 성인여성의 스포츠참여변인과 자아존중감 및 주관적 행복감간의 인과분석. **한국체육학회지**, **43**(6), 249-260.
- 백혜경, 남사웅(2005). 스쿠버 다이빙 활동참여정도가 여가만족에 미치는 영향. **제주대학교 체육과학 연구**, **11**, 65-76.
- 송은주·임수원·김정자(2006). 댄스스포츠 몰입경험이 여가 정체성 및 심리적 웰빙에 미치는 영향. **한국사회체육학회지**, **28**, 581-590.
- 수중세계(2006). **수중세계 1-2월호**. No. 104, 152-155.
- 안정기(1999). **서비스애호도와 재구매 의도의 관계에 관한 연구**. 서울대학교 대학원 석사학위논문.
- 양명환(1998) 신체활동과 심리적 행복감: 인지적-정서적 상태 측정지 개발. **한국스포츠심리학회지**, **9**(2), 113-124.
- 양명환(2000) 교사들의 스포츠 활동 애호도가 심리적 행복 변인들에 미치는 영향. **한국체육교육학회지**, **4**(2), 182-199.
- 양명환, 이창준, 남사웅(1997) 테니스 활동 충성도와 제약 지각간의 관계. **제주대학교 체육과학연구소**, **3**.
- 양명환(2004). 직장인들의 운동 참여동기, 참여수준 및 지속의도간의 관계. **한국체육교육학회지**, **8**(4), 197-215.
- 오준석·노동연(2004). 타이틀 스폰서십 활동에 따른 브랜드 이미지가 브랜드 인지도 및 브랜드충성도에 미치는 영향. **용인대학교 체육과학 연구 논총**, **14**(1), 41-52.
- 오준석·노동연(2005). 스포츠 센터의 서비스 품질이 고객 애호도에 미치는 영향. **한국사회체육학회지**, **23**, 175-184.
- 원두리·김교현(2006). 심리적 웰빙을 어떻게 추구할 것인가: 웰빙에 영향을 주는 요소들에 대한 탐색. **한국심리학회지: 건강**, **11**(1), 125-145
- 원형중(1995). 청소년의 중독성 물질남용, 여가참여, 여가권태, 여가만족의 인과적 모형설정을 위한 연구. **한국여가레크리에이션학회지**, **12**, 46-57.
- 유진·김석일(2004). 운동 참여자들의 신체적 자기개념이 심리적 웰빙에 미치는 영향. **한국스포츠심리학**

- 회지, 15(4), 85-106.
- 윤상문(2005). 스쿠버다이빙 참여활동에 따른 소비자 만족도에 관한 연구. **한국스포츠리서치**, 16(2), 413-422.
- 염계화(2005). **댄스스포츠 참여자의 성역할 정체감에 따른 생성감과 심리적 웰빙**. 중앙대학교 대학원 박사학위 논문.
- 이기화(2005). 스쿼시 운동의 참여동기와 참여정도가 여가만족에 미치는 영향. 단국대학교 스포츠과학대학원 석사학위 논문.
- 이광수(2003). **모험스포츠 참가자의 참여동기, 스포츠 몰입, 참여 후 행동과의 관계**. 미간행 박사학위 논문, 건국대학교 대학원.
- 이덕성·박달분·석강훈(2006). 탁구동호인들의 탁구참여정도가 여가만족에 미치는 영향. **한국사회체육학회지**, 28, 603-615.
- 이상구, 임준택(2003). 성인의 익스트림 스포츠 참가정도가 몰입 및 자아실현에 미치는 영향. **한국사회체육학회지**, 19, 1373-1384.
- 이성철(1996). **노인의 사회체육활동과 생활만족의 관계**. 미간행 박사학위논문. 서울대학교 대학원.
- 이영우(1998). **상표 애호도의 유형구분에 따른 스포츠마케팅에 관한 연구**. 경기대학교 대학원 박사학위 논문.
- 이윤주(2002). **신체적 자기개념에 따른 자긍심, 심리적 행복감, 생활만족도의 관계**. 전남대학교 대학원 석사학위논문.
- 이은석·이종영(2002). 스킨·스쿠버 다이빙 참가자의 몰입경험이 인지된 자유감과 신체적 자아효능감에 미치는 영향. **한국스포츠사회학회지**, 15(2), 337-348.
- 이재형(2005). 모험스포츠 참가자들의 라이프스타일 및 참여동기가 몰입도에 미치는 영향. **한국체육학회지**, 44(4), 207-217.
- 이종영(1995). 사회체육과 스쿠버다이빙. **제4회 한국체육대학교 잠수학술 발표회 자료집**. 서울 : 한국체육대학교 합동강의실.
- 이창기(2003). **생활체육 참여자의 참여동기가 직무만족도 및 생활만족도에 미치는 영향**. 제주대학교 교육대학원 석사학위 논문.
- 이혁(2006). 여성노인의 생활체육참여정도가 자아개념에 미치는 영향. **한국스포츠리서치** 17(1), 425-438
- 임상용(1995). 스포츠 활동참여와 생활만족 및 우울성향 간의 관계. **제주대학교 체육과학연구 창간호**, 174-183.
- 임성호·정기채·이기봉(2003). 패러글라이딩 동호인들의 참여 동기와 만족도. **한국사회체육학회지**, 20, 893-903.
- 임현정(2005). **소비자 만족도와 애호도의 관계에 대한 연구**. 연세대학교 대학원 석사학위 논문.
- 전매희·윤지희(2006). 생활체육 참여 동기와 생활만족도의 관계. **한국스포츠리서치**, 17(1), 299-308.
- 전영린(1997). **생활체육참가와 여가만족의 관계**. 미간행 박사학위논문. 서울대학교 대학원.
- 전영자(1991). 전문직 취업주부의 스트레스와 대처방안 및 심리적 복지에 관한 연구. **한국가정관리학회지**, 9(2), 323-343.
- 정용각·김윤정(2005). 에어로빅스 참가자의 참여정도, 신체적 자기개념 및 심리적 행복감의 관계모형 분석. **한국스포츠심리학회**, 16(1), 47-62.
- 조광행·박봉규(1999). 점포충성도에 대한 전환장벽과 고객만족의 영향력에 관한 실증적 연구. **경영학연구**, 28(1), 127-149.

- 조송현(2002) **참여스포츠의 서비스품질과 고객애호도의 관계**. 서울대학교 대학원 박사학위 논문.
- 조송현·이정훈(2005). 교양체육의 서비스품질과 학생만족 및 애호도의 관계. **한국스포츠산업경영학회지**, **10**(1), 35-49.
- 최소영(1995). **서비스 애호도에 영향을 미치는 요인에 관한 실증적 연구**. 이화여자대학교 대학원 석사학위 논문.
- 최정도(2004) **스쿠버다이빙의 효율적인 마케팅을 위한 소비자 세분화에 관한 연구**. 경성대학교 대학원 박사학위 논문.
- 최정도, 문태영(2006). 해양스포츠 참여정도에 따른 여가몰입과 생활만족 및 자아효능감의 관계. **한국체육학회지 인문·사회과학편**, **45**(3), 191-202.
- 최청락(2006) 스쿠버다이빙의 관여도수준과 다이빙횟수에 따른 교육만족도와 참여의도의 차이. **한국스포츠산업·경영학회지**, **11**(1), 65-75.
- 추혜연(2004) 무용 전공별 심리적 행복감의 차이비교. **한국체육학회지**, **43**(2), 425-431.
- 하지선(2005). **공공스포츠시설의 서비스품질과 고객만족 및 고객애호도의 관계**. 경기대학교 스포츠과학대학원 석사학위 논문.
- 홍석표(2006). 스포츠 참가자의 로열티 발달과정에 관한 연구. **한국체육학회지 인문·사회과학편**, **45**(6), 409-418.
- Aaker, D.(1991). *Managing brand equity: Capitalizing on the value of a brand name*. New York, N.Y.: The Free Press.
- Assael. H.(1984). *consumer behavior and marketing action*. Boston, M.A.:Kent Publishing.
- Backman, S. J., & Crompton, J. L.(1991) Differentiating high, spurious, latent, and low loyalty participants in two leisure activities. *Journal of park and Recreation Administration*, *9*, 1-12.
- Berger, B.G., & Owen, D.R.(1988). Stress reduction and mood enhancement in four exercise models: Swimming, body conditioning, hatha yoga, and fencing. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, *59*, 148-159.
- Bryant, F, B., & Veroff, J. (1982). The structure of psychological well-being: A socio historical analysis. *Journal of Personality & Social Psychology*, *43*(4), 653-673.
- Buchanan, T.(1985). Commitment and leisure behavior: A theoretical perspective. *Leisure Sciences*, *7*, 401-420.
- Campbell, A. (1981). The sense of well-being. *American Psychologist*, *31*, 117-124.
- Chekola, M. G. (1975). The concept of happiness. *University of Michigan*.
- Crompton, J., & Lamb, C.(1986). *Marketing government and social services*. New York, NY: John Wiley and Sons.
- Diener, E. (1994). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*.
- Diener, E. Larsen, R. J., Levine, S, & Emmons, R. A. (1985). An evaluation of subjective well-being measures. *Social Indicators Research*, *17*.
- Dishman, R, K. (1985). *Medical psychology in exercise and Sport Medical Clinics of North America*, *69*, 123-143
- Dishman, R, K, & Guttman, L. R. (1980). Psychobiologic Influence on Exercise adherence. *Journal of Sport Psychology*, *2*, 295-310.
- Inglehart, R. (1990). *The social psychology of leisure and recreation*. Springfield, IL: Charles C.

Thomas.

- ISSP(1992). International Social of Sport Psychology: A position statement. *The Sport Psychologist*, 6, 199-203
- Martisen, E, W. (1990). *Benefits of exercise for the treatment of depression Sport Medicine*, 9, 380-389.
- Oliver, Richard L(1989). "Processing of the satisfaction reponse in consumption: A suggested framework and research propositions" , *Journal of Consumer Satisfaction, Dissatisfaction and Complaining Behavior*, 2, 1-16.
- Raglin, J.S. & Morgan, W. P.(1987). Influence of exercise and blood pressure. *Medicine and Science in sport and Exercise*, 19, 456-463
- Ryan, R. M. & Deci, E. L.(2001). On happiness & human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual Review of Psychology*, 52, 141-166
- Ryff, C. D.(1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological welling-being. *Journal of personality and Social Psychology*, 57, 1069-1081.
- Sachs, M. L., & Buffone, G. W.(1984). *Running as therapy : An intergrates approach*. Lincoln: University of Nebraska Press.
- Tesch, S. Whitbourne, S. K., & Nehrke, M. F.(1981). Friendship, social interaction and subjective well being of older men in an institutional setting. *International Journal on Aging and Human Development*, 13, 317-327.
- Thoits, P. A.(1983). Multiple identities and psychological well being. *Journal of Health and Social Behavior*, 22, 357-367.
- Turner, R. J.(1981). Social support as a contingency in psychological well being. *Journal of Health and Social Behavior*, 22, 357-367.
- WHO Official Definition of Health(1974): Health is notmerely the absence of disease, but a sate of complete physic, mintal, spiritual and social well-being.
- Yardley, J. K., & Rice, R. W(1991). The relationship between mood and subjective well-being. *Social Indicators Research*, 24, 101-111
- <http://www.bsac.co.kr/>
- www.cmaskorea.com
- www.scuba-diver.net

<Abstract>

The connection of scuba diving participants' frequency of participation, loyalty, and psychological wellbeing.

Beak Hye-Kyung

**Physical Education Major, The Graduate School of Education,
Cheju National University**

Academic Advisor: Professor Nam Sa Woong

The purpose of this study is to investigate the connection of scuba diving participants' frequency of participation, loyalty, and psychological wellbeing. The subjects of this study were male and female university students and club members who visited Jeju to do scuba diving. And then by setting them as population, I sampled with convenience sampling which is one of non-probability sampling. Four hundred forty subjects participated the survey but two hundred sixty five were used in actual analyzation excluding those who filled survey twice or submitted insufficiently. The survey forms used for this paper were cognitive and emotional condition test form from the Yang Meyong Whan's reformed survey form (2000) to be suitable to the situation of leisure sports activities and his test form on fondness degree of tennis(1998) was used by adjustment and complement to be suitable to this study. Used statistical measures to analyze materials was one-way ANOVA, and Duncan certification, Simple linear regression analysis and Multiple regression analysis were used for after certification.

This study come to the following conclusions on the basis of above investigation and analysis results.

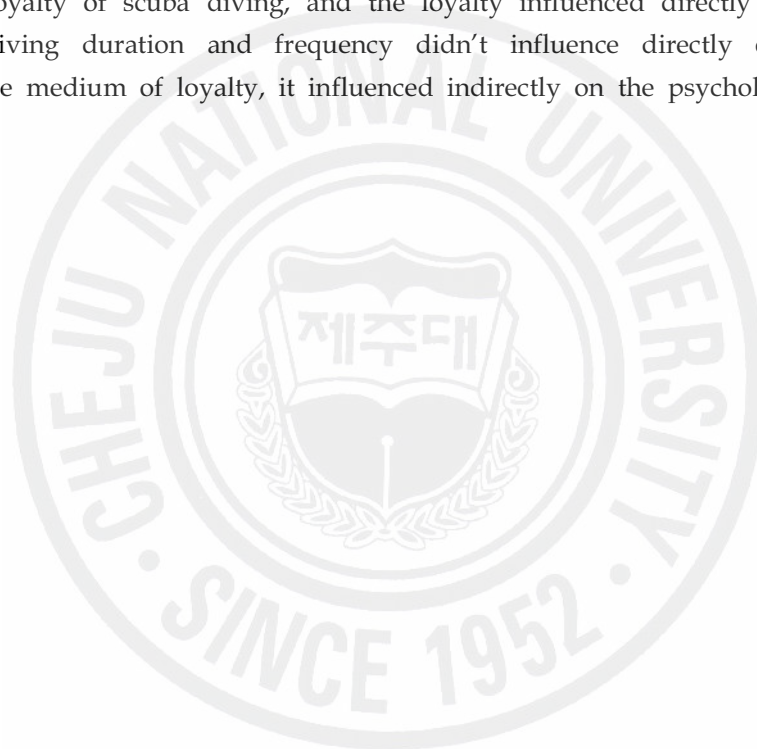
First, in background variables, participants' psychological wellbeing showed meaningful differences according to equipment possession or none possession and certificate of qualification levels -excluded gender and age. And participants who possessed equipments or high quality certificate of qualification showed higher recognition in pleasure, concentration and self-realization out of subordinate factors of psychological wellbeing excluding feeling of capability.

Second, the loyalty according to scuba diving participation degree showed meaningful difference statistically, the participants who participated for one year to less than three year and more than three year showed higher recognition on loyalty than less than one year. In participation frequency, participants who participated more than four times a month recognized loyalty better than who participated one or two to three times per month.

Third, in scuba diving participation degree, the participants who participated more than three years showed meaningful differences in subordinate factors of psychological wellbeing in the order of feeling of self-realization, pleasure, and feeling of concentration than the participants who participated less than one year. And in participation frequency, the participants who participated two to three per month or more than four times a month showed meaningful differences in psychological wellbeing in the order of feeling of self-realization, pleasure, and feeling of concentration than the participants who participated once a month.

Fourth, there was meaningful difference in psychological wellbeing according to the loyalty of scuba diving participants. The group who had higher loyalty recognized all subordinate factors of psychological wellbeing better.

Fifth, duration and frequency of participation, which are the degree of scuba diving participation, influenced on the loyalty of scuba diving, and the loyalty influenced directly on the psychological wellbeing. Scuba diving duration and frequency didn't influence directly on the psychological wellbeing, but by the medium of loyalty, it influenced indirectly on the psychological wellbeing.



스쿠버다이빙 활동과 심리적 웰빙에 관한 설문지

NO.

안녕하십니까?

이 조사의 목적은 스쿠버 다이빙 활동과 관련된 의견을 수렴하여 보다 나은 스쿠버 다이빙 환경을 조성하는데 기초 자료로 활용하기 위함입니다.

본 설문지에는 옳고 그름이 없으며 응답하신 내용은 연구목적 이외의 다른 용도로는 절대 사용되지 않습니다.

바쁘신 시간에도 불구하고 본 조사에 협조해 주심을 진심으로 감사드리며 각사항마다 한 문항도 빠짐없이 성의 있게 응답해 주시길 간절히 부탁드립니다.

다시 한번 설문에 응해 주신 여러분께 깊은 감사를 드리며 앞날에 행운이 함께 하시길 기원하겠습니다.

2006년 6월
제주대학교 교육대학원 체육교육전공
연구자 : 백혜경 지도교수: 남사용

E-mail: ssi14381@nate.com H.P: 010-6712-3085

응답요령

※ 다음 문항을 읽으시고 자신이 느끼는 정도와 가장 가깝다고 생각되는 것에 “√”로 표시해 주십시오. 응답 요령은 다음과 같습니다.

	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	보통 이다	그렇다.	매우 그렇다
1) “전혀 그렇지 않다”고 생각되면 1에.....	√	2	3	4	5
2) “그렇지 않다” 고 생각되면 2에.....	1	√	3	4	5
3) “보통이다” 라고 생각되면 3에.....	1	2	√	4	5
4) “그렇다”고 생각되면 4에.....	1	2	3	√	5
5) “매우 그렇다”고 생각되면 5에.....	1	2	3	4	√

I. 다음 문항들은 이번 스쿠버 다이빙활동에 참여하면서 경험할 수 있는 느낌이나 감정을 기술하고 있습니다. 각 문항들을 주의 깊게 읽으신 후 현재의 상태와 일치하는 정도를 나타내고 있는 숫자에 “√” 표로 표기하여 주시기 바랍니다.

▷ 지시문 : 현재 나는 “다음과 같은 느낌을 받는다.”

문 항	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	보통 이다	그렇다	매우 그렇다
1. 실제로 살아있다는 감정을 강하게 느낀다.	①	②	③	④	⑤
2. 매우 강한 즐거움을 느낀다	①	②	③	④	⑤
3. 활동 자체에 완전히 빠져든다.	①	②	③	④	⑤
4. 다른 활동에 참여할 때보다 더 큰 성취감을 느낀다.	①	②	③	④	⑤
5. 무엇인가 잘 할 수 있다는 자신감이 생긴다.	①	②	③	④	⑤
6. 다른 활동에 참여할 때보다 더 흥에 도취된다.	①	②	③	④	⑤
7. 정신집중이 잘 된다.	①	②	③	④	⑤
8. 내 자신을 마음껏 표현할 수 있다고 느낀다.	①	②	③	④	⑤
9. 내 자신이 자랑스럽게 느껴진다.	①	②	③	④	⑤
10. 내가 하려는 것이 바로 이것이구나 하는 느낌이 든다.	①	②	③	④	⑤
11. 내 주변과 일치되고 조화된 느낌을 받는다.	①	②	③	④	⑤
12. 다른 활동에 참여할 때보다 더 큰 만족감을 느낀다.	①	②	③	④	⑤
13. 내 자신이 능력이 있다고 느낀다.	①	②	③	④	⑤
14. 일상의 복잡한 문제들을 잊을 수 있다.	①	②	③	④	⑤
15. 마음이 편안해진다.	①	②	③	④	⑤
16. 참된 내 자신을 발견할 수 있다.	①	②	③	④	⑤
17. 시간이 어떻게 지나갔는지 모르겠다.	①	②	③	④	⑤
18. 내 자신을 긍정적으로 생각하게 된다.	①	②	③	④	⑤
19. 행복한 감정을 느낀다.	①	②	③	④	⑤
20. 내 자신이 유능하다고 느낀다.	①	②	③	④	⑤

II. 다음 문항들은 귀하가 현재 참여하고 있는 스쿠버 다이빙 활동에 대해 가지고 있는 애호도를 기술하고 있습니다. 각 문항을 잘 읽으시고 귀하의 견해를 가장 잘 반영하고 있다고 생각하는 번호에 “√” 표로 표기하여 주시기 바랍니다.

문항	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	보통이다	그렇다	매우 그렇다
1. 스쿠버 다이빙활동은 매우 매력적인 운동이다.	①	②	③	④	⑤
2. 스쿠버 다이빙활동은 여가시간을 선용하는데 도움을 준다.	①	②	③	④	⑤
3. 내가 좋아하는 스쿠버 다이빙활동을 다른 사람에게도 권장하고 싶다.	①	②	③	④	⑤
4. 스쿠버 다이빙활동은 심신의 건강을 유지하는데 가장 좋은 스포츠이다.	①	②	③	④	⑤
5. 나는 다른 부분의 생활만큼이나 스쿠버 다이빙활동에 헌신한다.	①	②	③	④	⑤
6. 스쿠버 다이빙활동은 나의 모든 관심을 몰두하도록 한다.	①	②	③	④	⑤
7. 스쿠버 다이빙활동은 내 생활의 중요한 일부분이다.	①	②	③	④	⑤
8. 여가시간에 참여하는 활동의 절반은 스쿠버 다이빙활동이다.	①	②	③	④	⑤
9. 스쿠버 다이빙활동은 타인과의 친화관계를 향상시켜준다.	①	②	③	④	⑤
10. 스쿠버 다이빙 활동은 즐거움을 가져다준다.	①	②	③	④	⑤

II. 다음 질문은 기초 자료로 활용하기 위함입니다. 있는 그대로 솔직한 응답을 부탁드립니다. 해당사항에 “√” 로 표시해 주십시오.

1. 성별 ① 남 ② 여

2. 연령

① 20대 ② 30대 ③ 40대 ④ 50대 ⑤ 60대이상

3. 귀하께서는 스쿠버다이빙 장비를 보유하고 계십니까?

- ① 예 ② 아니오
③ 3점세트 ④ 렌트 - 유료 ()From_____

- 무료 ()From_____

4. 귀하의 스쿠버 다이빙 자격수준은 어느 정도 되십니까?

- ① 오픈워터 다이버 ② 어드밴스 다이버 ③ 마스터 다이버
④ 인스트럭터 이상 ⑤ 기타 ()

5. 귀하께서 스쿠버다이빙 활동을 하신 기간은 어느 정도 되십니까?

- ① 6개월 미만 ② 6개월 ~1년 미만 ③ 1년~3년 미만
④ 3년~5년 미만 ⑤ 5년 이상

6. 귀하께서는 스쿠버 다이빙 활동에 얼마나 자주 참여하고 계십니까?

[바다(수영장)에 가시는 횟수를 의미합니다]

- ① 월 1회 ② 월 2회 ③ 월 3회
④ 월 4회 ⑤ 월 5회 이상

- 성심 성의껏 응답해 주셔서 감사합니다. -