

국내 여가심리 연구의 내용분석: 관광학 분야 학술지 게재논문을 중심으로

Content Analysis of Domestic Leisure Psychology Research: Focusing on Articles Published in Tourism Journals

문상정¹

Sang-Jeong Moon¹

요 약

본 연구는 국내 관광학 분야 학술지에 게재된 여가심리(여가동기, 여가경험, 여가태도, 여가몰입, 여가중독)의 연구 동향을 파악하는 것을 목적으로 한다. 1993년부터 2025년까지 관광학 분야 등재(후보)학술지에 게재된 총 105편의 논문을 중심으로 내용분석을 실시하였다. 게재년도, 연구주제, 연구장면, 자료수집방법, 조사대상, 연구방법론, 통계분석, 조사지역 등 8개의 분석유목을 중심으로 연구동향을 파악하였다. 분석결과 2010년 이후부터 여가심리 관련 연구가 증가하였으며 연구주제와 조사대상 측면에서 높은 다양성을 나타내고 있다. 본 연구는 1993년부터 2025년까지 관광학 분야 학술지를 대상으로 여가심리의 연구동향을 체계적으로 분석하였다는 점에서 이론적으로 가치가 있을 것이다. 아울러 기존 여가심리 연구들이 개별 변인의 빈도나 단순 경향 파악에 그쳤던 것과 달리 여가심리의 다섯 가지 핵심 변수와 함께 연구되었던 독립변수, 조절변수, 매개변수, 종속변수를 구조화하여 분석하였다는 점에서 학문적 의의를 가진다. 분석결과를 바탕으로 여가심리 연구의 특성을 도출하고 향후 연구방향 및 연구의 한계점을 제안하였다.

핵심어 : 여가심리, 연구동향, 내용분석

Abstract

The purpose of this study is to understand the research trends on leisure psychology (leisure motivation, leisure experience, leisure attitude, leisure commitment, and leisure addiction) published in domestic tourism journals. From 1993 to 2025, a content analysis was conducted centering on a total of 105 papers published in the journal registered (candidate) in the field of tourism. Research trends were identified centering on eight analysis topics, including publication year, research topic, research scene, data collection methods, subject of investigation, research methodology, statistical analysis, and survey area. As a result of the analysis, research related to leisure psychology has increased since 2010, and shows high diversity in terms of research topics and survey subjects. This study will be of theoretical value in that it systematically analyzed the research trends of leisure psychology in journals in the field of tourism from 1993 to 2025. In addition, unlike previous studies on leisure psychology that were limited to identifying the frequency or simple trends of individual variables, this study holds academic significance in that it structured and

¹ Division of Liberal Arts, Gimcheon University, Gimcheon, Korea [Assistant Professor]
e-mail: sjmoon@gimcheon.ac.kr

Received(March 4, 2026), Review Result(1st: March 21, 2026), Accepted(June 13, 2026), Published(June 30, 2026)



© 2026 The Authors. Published by NCISS.
This is an open access article licensed under the Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License.
To view a copy of this license, visit <http://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>.

analyzed the independent, moderator, mediator, and dependent variables studied together with the five core variables of leisure psychology. Based on the analysis results, this study derived the characteristics of leisure psychology research and suggested future research directions and limitations.

Keyword : Leisure Psychology, Research Trends, Content Analysis

1. 서론

여가(leisure)를 연구하는 학문적 범위는 여가행동을 둘러싼 모든 현상이라고 할 수 있다. 즉, 개인의 여가활동을 결정하는 환경요소, 개인 특성, 여가 행동의 결과, 사회문제로서 여가문제 등 거의 모든 인간 행동이 여가를 연구하는 학문분야에 포함된다 [1]. 여가현상은 여가 참여자 개개인의 여가 행동을 기초로 하고 있기 때문에 개인적 수준의 여가 행동을 이해하는 것이 중요하다. 즉, 모든 여가현상은 그것이 개인적인 것이든 문화적인 것이든 혹은 산업적 특징이든 여가 행위자의 행동과 마음에서 출발하는 것을 부인하기 어렵다 [2]. 여가활동은 자발적인 선택의 경험이기 때문에 잠재된 여러 욕구를 실현하고 충족하는데 도움이 된다. 나아가 여가활동은 인간의 궁극적 가치인 행복(happiness)과 웰빙(well-being)에 긍정적 영향을 미친다는 점은 보편적으로 수용하는 사실이다.

한국의 관광학 분야에서 여가심리에 대한 연구는 1993년부터 여가태도 [3]에 관한 연구를 시작으로 여가경험 [4], 여가동기 [5] 등에 관한 연구가 시작되었다. 2010년 이후부터 점차 연구가 증가하여 2025년까지 총 105편의 여가심리 관련 연구논문이 게재되었으며, 연구주제는 여가몰입, 여가 중독으로 다양하게 연구가 수행되었다. 하지만, 여가심리 관련 연구는 지속적으로 증가하고 있음에도 불구하고 연구자들의 학술적 성과인 연구논문들에 대하여 체계적인 고찰을 통하여 연구동향을 검토한 연구는 찾아보기 어려운 실정이다. 그러므로 현재까지 연구되어온 여가심리 관련 연구들을 종합적으로 분석할 필요가 있다.

내용분석(content analysis)은 연구 자료로부터 반복가능하고도 타당한 추론을 이끌어내는데 필요한 연구기법으로서 장기간에 걸친 자료를 추적하고 비교할 수 있는 방법론이다 [6]. 내용분석은 오랜 기간 넓은 범위에 걸친 연구논문을 자유롭게 탐색할 수 있으며 이를 통해 현재적인 의미의 평가가 가능하다. 특히, 내용분석방법을 적용한 연구동향분석은 문헌에 대한 객관적이고 타당한 검토를 통해 연구의 주요 패턴을 발견하여 미흡한 연구영역을 보여준다 [7].

지금까지 관광학 분야 학술지를 대상으로 여가연구 분야를 내용분석한 연구는 [8]의 연구가 유일하다. 이들은 국내 관광학 분야 학술지에 게재된 여가논문을 대상으로 연구주제, 자료수집방법, 조사대상, 분석방법과 같은 여러 기준을 사용하여 총 146편의 논문을 분류하고 연구동향을 파악하였다. 본 연구는 [8]의 연구를 바탕으로 여가연구에서 핵심주제로 인정받는 여가심리 연구동향에 대한 종합적인 검토를 바탕으로 여가심리에 대한 지식 확장 및 연구의 추세와 변화를 다양하게 분석하고자 한다. 따라서 본 연구는 1993년~2025년에 게재된 국내 관광학 분야 등재(후보) 학술지에 게재된 여가심리와 관련된 논문들을 대상으로 연구논문의 게재년도, 연구주제, 연구장면, 자료수집

방법, 조사대상, 연구방법론, 통계분석, 조사지역으로 분석유목을 설정하여 파악하고자 한다. 본 연구결과를 통해 여가심리의 학문분야가 체계적으로 연구·분석하여 이루어놓은 학문적 성취와 새로운 지식의 창출 그리고 연구동향을 논의하는데 의의가 있다. 아울러 본 연구의 결과는 여가심리 학문분야가 지니는 한계에 대하여 살펴보고 후속 연구에 대한 방향을 제시하는데 기초자료로 활용될 수 있을 것이다.

2. 연구방법

2.1 분석대상 연구논문

본 연구는 여가심리에 대한 연구동향 및 특성을 이해하기 위하여 한국연구재단의 관광학 분야 등재(후보)학술지를 대상으로 자료수집을 수행하였다. 국내 학술지 검색 사이트인 한국학술지 인용색인(Korea Citation Index, KCI: <https://www.kci.go.kr/>)과 한국교육학술정보원(Research Information Service System, RISS: <https://www.riss.kr/>), 한국학술정보(Korean Studies Information Service System, KISS: <https://kiss.kstudy.com/>), 누리미디어(DBPIA: <https://www.dbpia.co.kr/>)에서 키워드로 ‘여가심리(여가동기, 여가경험, 여가태도, 여가몰입, 여가중독)’를 입력한 후 검색된 연구논문들을 분석대상으로 선정하였다. 검색 결과 120편이 검색되었으며 제목과 키워드 확인을 통해 분석에 부적합한 15편 논문을 제외하고 최종적으로 105편의 논문을 분석대상으로 선정한 결과는 [표 1]과 같다.

[표 1] 분석대상 학술지 게재논문 수 (N=105)

[Table 1] Number of Articles Published in the Analyzed Journals (N=105)

학술지명	논문편수	백분율(%)	학술지명	논문편수	백분율(%)
관광레저연구	30	28.6	호텔리조트연구	5	4.8
관광학연구	16	15.2	해양관광학연구	4	3.8
관광연구저널	12	11.4	동북아관광연구	3	2.9
호텔관광연구	8	7.6	관광연구논총	2	1.9
Tourism Research	8	7.6	여가관광연구	2	1.9
관광경영연구	7	6.7	호텔경영학연구	2	1.9
관광연구	5	4.8	MICE관광연구	1	0.9
합계	105				

2.2 분석유목선정 및 분석방법

본 연구는 국내 관광학 분야 14개 학술지에 출판된 여가심리논문의 연구동향을 파악하기 위한 분석방법으로 내용분석을 활용하였다. 내용분석은 자료에서 단어의 빈도를 계량화하고, 단어를 대

표하는 범주를 추출하여 범주 간의 관련성을 확인하는 것으로 [9] 연구주제와 연구문제에 적절한 분석유목을 선정하는 것이 중요하다. 본 연구에서는 연구절차와 결론의 타당성 확보를 위해 학술 연구를 대상으로 내용분석을 실시한 선행연구들을 검토하였다 [10][11]. 선행연구를 바탕으로 국내 학술지에 게재된 여가심리 관련 연구논문의 연구동향 및 특성을 파악하기 위하여 [표 2]와 같이 8개 분석 유목을 설정하였다. 분석유목에 따라 빈도분석을 이용하여 양적자료로 변환하는 방식으로 내용분석을 실시하였다. 분석자료의 코딩은 분석유목에 대한 체크리스트를 작성하고 엑셀을 사용하여 연구대상 논문들을 코딩하였다. 자료의 분석은 SPSS 27.0 프로그램을 이용하여 분석하였다.

[표 2] 본 연구의 분석유목

[Table 2] Categories of Analysis in the Present Study

분석유목	하위분석단위	선행연구
게재년도	1993년~2025년	[8], [10]
연구주제	여가동기, 여가경험, 여가태도, 여가몰입, 여가중독	[8]
연구장면	실제 현장, 실험실, 문헌	[11]
자료수집방법	조사연구(면접), 조사연구(설문지-온라인설문, 오프라인 설문, 혼합(온라인+오프라인 설문), 실험(실험실), 문헌연구	[11]
조사대상	노인, 성인, 대학생, 청소년, 장애인, 지역주민, 다문화가정, 탈북대학생, 외국인(유학생 포함)	분석논문을 바탕으로 연구자 작성
연구방법론	양적, 질적, 혼합	[10]
통계분석	T-TEST, ANOVA, MANOVA, EEG(뇌파분석), 대응일치분석, 정준상관분석, 표준화상관계수분석, 군집분석, 회귀분석, 구조방정식모형분석	[11]
조사지역	전국, 서울·경기, 부산·경남, 대구·경북, 대전·충청, 광주·전라, 강원도, 제주도, 중국, 일본	분석논문을 바탕으로 연구자 작성

3. 분석결과

3.1 논문 게재년도

1993년부터 2025년까지 국내 관광학 분야 14개 학술지의 여가심리 관련 연구논문의 게재현황을 살펴보면 [표 3]과 같다. 1993년에 여가심리에 대한 연구가 처음 등장하였으며, 1993년부터 2009년까지 게재된 논문은 11편(10.5%)에 불과하였으나, 2010년부터 2014년까지 총 36편(34.3%)이 게재되었다. 그리고 2015년부터 2019년까지는 총 33편(31.4%)이 게재되었으며 2020년부터 2025년까지 총 25편(23.8%)이 게재되었다. 총 105편 중 2011년에 가장 많은 연구(11편)가 게재되었으며 2010년 이후 부터 연구논문 편수가 양적으로 많은 성장이 이루어졌다.

[표 3] 국내 관광학술지 여가심리 논문의 게재현황 (N=105)

[Table 3] Publication Status of Leisure Psychology Papers in Domestic Tourism Journals (N=105)

게재년도	1993	1998	2003	2006	2007	2008	2009	2010
빈도(%)	1(0.9)	1(0.9)	1(0.9)	1(0.9)	1(0.9)	4(3.8)	2(1.9)	7(6.7)
게재년도	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018
빈도(%)	11(10.4)	8(7.7)	5(4.8)	5(4.8)	9(8.6)	6(5.7)	8(7.7)	7(6.7)
게재년도	2019	2020	2021	2022	2023	2024	2025	합계
빈도(%)	3(2.9)	5(4.8)	4(3.8)	6(5.7)	3(2.9)	6(5.7)	1(0.9)	105(100)

3.2 연구주제

지난 30여년 동안 총 105편의 분석대상 여가심리논문의 연구주제를 구분하여 [표 4]에 제시하였다. 105편의 논문 내용을 대표할 수 있는 주제단어를 바탕으로 여가심리에서 다루는 5가지 연구 주제로 분류하였다. 여가동기는 26편(24.8%), 여가경험은 33편(31.4%), 여가태도는 27편(25.7%), 여가몰입은 15편(14.3%), 여가중독은 4편(3.8%)으로 나타났다. 먼저, 여가동기 분야에서 독립변수로는 여가제약, 진지한 여가, 조절조점, 그리고 여가체험의 연구가 이루어졌고, 매개변수로는 여가만족과 여가몰입 그리고 여가제약의 순으로 연구가 진행되었으며, 종속변수로는 많은 변수들이 등장하였지만 가장 많이 연구된 변수는 생활만족으로 나타났다. 여가동기에 대한 주요 논문으로 [12]은 한국인 대학생과 중국인 유학생을 대상으로 여가활동 동기, 제약, 만족 및 대학생활만족에 대한 비교 연구를 진행한 결과, 대학생들의 국적에 따라 여가동기의 하위요인 중 사회적 요인과 교육적 요인에서 유의미한 차이가 있는 것을 밝혀냈다. [13]은 중년여성들의 진지한 여가활동을 대상으로 심층면접을 통하여 일상적 여가활동 선택 동기가 진지한 여가로 발전하는 단계적 현상들을 근거이론에 기초한 패러다임 모형을 제시하였다.

둘째, 여가경험 분야에서 독립변수로는 부부갈등과 가부장적갈등과 같은 새로운 주제가 등장하였으며, 조절변수로는 여가정체성과 성별, 성격이 중요한 변수로 나타났다. 그리고 매개변수로는 여가만족을 포함하여 재미인식, 회복경험과 같은 개인의 심리적 상태를 나타내는 변수들이 나타나면서 연구의 영역이 확장되었으며, 종속변수는 심리적행복감과 삶의질과 같은 개인적 요인을 나타내는 변수와 사회적 관계를 파악하는 변수인 사회성이 새롭게 연구의 주제로 등장하였다. 여가경험에 대한 주요 논문으로 [14]는 부부갈등을 주제로 한 연구에서 여가경험 유형을 4가지(해방감, 규범일탈, 저항, 조화추구)로 구분하여 부부갈등과 여가경험의 관계를 검증한 결과, 부부갈등은 성별과 여가정체성의 수준에 따라 다르며 부부갈등이 클수록 4가지 여가경험의 추구가 높은 것을 밝혀냈다. 최근에는 TV미디어 화면경험을 통하여 화면치료(Screen in Therapy)의 가능성을 확인하고자 한 연구들이 나타나고 있다. [15]는 우울증상을 보이는 성인 중 약물을 복용하지 않은 피험자를 대

상으로 TV영상을 통한 자연경관 노출이 정서적 개선효과가 있는 것을 밝혀냈다. 사회적 약자인 장애인을 대상으로 한 연구에서 [16]은 청각장애인 청년을 대상으로 심층인터뷰를 통하여 여가생활의 방해는 의사소통 제한, 물리적 제한, 문화적 소외, 그리고 사회적·제도적 요인이 있는 것을 밝혀냈으며, 청각장애인들은 여가활동을 통해 자신의 존재 의미를 찾아가는 과정임을 밝혀냈다. 노인의 여가경험에 대한 연구에서 [17]은 노인의 여가경험이 죽음불안과 우울의 관계에서 죽음불안을 완충하는 효과가 있는 것을 검증하였다.

셋째, 여가태도 분야에서 독립변수로는 여가와 관련된 여가인지, 여가만족, 여가관여, 여가선택속성, 진지한 여가들로 연구가 진행되었으며, 조절변수로는 그릿, 관여도 변수가 새로운 주제로 등장하였다. 매개변수로는 다양한 변수들이 등장하면서 연구의 영역이 크게 확장되는데 기여하였으며, 종속변수는 대표적으로 삶의 질, 여가만족, 생활만족이 연구되었으며 여가를 통하여 직무에 긍정적 영향을 미치는 관계를 나타내는 직무만족도 함께 연구가 진행되었다. 여가태도에 대한 주요 논문으로 [18]은 대학 교과과정 내 여가교육 이수자와 비이수자간 여가태도의 차이검증을 한 결과 인지적 태도, 정의적 태도, 활동적 태도에서 모두 유의미한 차이가 있는 것을 보고하였으며, 여가 교과목을 수강한 경험이 있는 대학생 집단이 비수강 집단보다 여가태도에 관한 인식수준이 높게 나타나는 것을 밝혀냈다. 다문화가정을 주제로 한 연구에서 [19]는 다문화가정 구성원의 여가태도가 긍정적 자아존중감과 결혼만족도에 긍정적 영향을 미치는 것을 보고하였다.

넷째, 여가몰입 분야에서 여가활동을 독립변수로 하여 가장 많은 연구가 수행되었고, 조절변수로는 방문경험과 인구통계적특성 변수를 적용하여 연구가 진행되었다. 매개변수로는 여가만족이 가장 많이 연구가 이루어졌으며, 종속변수로는 생활만족이 가장 많이 연구가 이루어졌으며 사회적 행복감, 자기효능감, 자아실현, 심리적 안녕감과 같은 여가의 궁극적 가치를 나타내는 변수들이 등장하면서 연구의 영역이 확장되는데 기여하였다. 여가몰입에 대한 주요 논문으로 [20]은 메가 스포츠 이벤트인 F1경기 관람객의 여가몰입은 여가만족도에 긍정적 영향을 미치는 것을 보고하였다. 수도권 Z세대를 중심으로 한 연구에서 [21]은 여가태도를 구성하는 정서적 태도와 행동적 태도는 여가몰입인 인지몰입과 행위몰입에 긍정적 영향을 미치는 것으로 보고하였으며, 인지몰입과 행위몰입은 행동의도에 긍정적 영향을 미치는 것을 밝혀냈다. 마지막으로 여가중독 분야에서 여가특성과 놀이성이 독립변수로 연구가 진행되었으며, 매개변수로는 도박행동이 연구로 보고되었다. 여가중독에 관한 연구는 아직 충분히 축적되지 않았으나, 여가심리 분야에서 중요한 연구주제로 인식되고 있다. [22]은 여가로서 승마활동을 하고 있는 일반인을 대상으로 진지한 여가특성이 여가중독에 미치는 영향 관계를 연구한 결과, 진지한 여가를 구성하고 있는 인내, 동일시는 여가중독의 3개 요인(내성, 집착, 금단)에게 유의미한 영향을 미치는 것을 밝혀냈다. 도박을 여가활동으로 보고 연구를 진행한 [23]은 놀이성의 3개 요인 중 충동적 놀이성이 도박중독에 중요한 원인변수임을 밝혀냈으며, 도박행동은 도박중독에 긍정적 영향을 미치는 것을 보고하였다.

[표 4] 연구주제 (N=105)

[Table 4] Research Topics (N=105)

구분	독립변수	빈도	조절변수	빈도	매개변수	빈도	종속변수	빈도	합계
여가 동기 (N=26)	여가제약 진지한 여가 조절초점 여가체험	1 1 1 1	여가몰입	1	여가만족 여가몰입 여가태도 여가제약 쇼핑즐거움 여가체험 직무만족	5 3 1 2 1 1 1	직무만족 여가지속 여가만족 심리적웰빙 생활만족 삶의질 전환의도 여가협상 행복수준 행복 재방문의도 충성도	1 2 2 1 6 1 1 1 1 1 1 1	38 (100)
합계		4 (15.4%)		1 (2.6%)		14 (36.9%)		19 (50.0%)	
여가 경험 (N=33)	놀이성 부부갈등 가부장적갈등 심리적위기감 SNS정보탐색 죽음불안	1 2 2 1 1 1	여가정체성 성별 성격	1 1 1	여가만족 몰입 재미인식 자기긍정 자아통제 재미 회복경험 우울 웰빙인식	3 1 1 1 1 1 1 1 1	긍정심리자본 여가만족 심리적행복감 죽음불안 심리적웰빙 속박감 가족탄력성 삶의질 우울 생활만족 자아실현 사회성 심리적탄력성	1 2 3 1 1 1 1 2 1 1 1 1 1	39 (100)
합계		8 (20.5%)		3 (7.7%)		11 (28.2%)		17 (43.6%)	
여가 태도 (N=27)	여가활동관여 웰빙지향행동 골프장선택성 여가인지 개인가치 여가만족 여가관여 여가유용인식 몰입체험 치유관광동기 여가선택속성 진지한여가 생활스트레스	1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	그릿 관여도 소득	1 1 1	웰에이징 관여도 행동의사 여가활동 여가소비 여가몰입 생활만족 여가유능감 자아존중감 삶의질 활동애착 심리적행복감 여가만족 정서적요인	1 1 1 1 1 3 1 1 1 1 1 1 1 1	여가참여 삶의질 행동 여가만족 행동의도 생활만족 심리적웰빙 다문화만족도 대중문화만족도 결혼만족도 진로성숙 직무만족	1 3 1 3 3 3 1 1 1 1 1 1 2	52 (100)
합계		13 (25.0%)		3 (5.8%)		16 (30.7%)		20 (38.5%)	

여가 몰입 (N=15)	자기오락화 여가참여동기 여가태도 여가활동 여가활동동기 여가기능 레크레이션 전문화 승마체험관광	1 1 1 3 1 1 1 1 1	방문경험 인구통계적 특성	1 1	여가만족 직장만족 생활만족 여가열의 심리적안녕감	3 1 1 1 1	사회적행복감 여가지속 고객지향성 경영성과 생활만족 삶의질 직무만족 자기효능감 여가만족 행동의도 자아실현 체험만족 심리적안녕감	1 1 1 1 5 1 1 1 1 1 1 1 1	36 (100)
합계		10 (27.8%)		2 (5.6%)		7 (19.4%)		17 (47.2%)	
여가 중독 (N=4)	여가특성 놀이성	1 1	-		도박행동	1	-		3 (100)
합계		2 (6.7%)				1 (3.3%)			

3.3 연구장면

지난 30여년 동안 여가심리 연구에서 연구장면에 따라 논문을 분류한 결과는 [표 5]와 같다. 여가장소, 산업체, 대학교 등의 실제 현장에서 이루어진 연구가 99편으로 전체의 94.3%로 가장 많았고, 그 다음이 실험실, 문헌 순이었다. 실험실의 경우에는 여가경험의 연구에서 4편(3.8%)이 진행되었으며, 문헌연구는 여가중독에서 2편(1.9%)이 연구로 수행되었다.

[표 5] 연구장면 (N=105)

[Table 5] Research Setting (N=105)

구분	여가동기	여가경험	여가태도	여가몰입	여가중독	합계(%)
실제 현장	26(100)	29(87.9)	27(100)	15(100)	2(50)	99(94.3)
실험실	-	4(12.1)	-	-	-	4(3.8)
문헌	-	-	-	-	2(50)	2(1.9)
합계	26(100)	33(100)	27(100)	15(100)	4(100)	105(100)

3.4 자료수집방법

여가심리 연구에서 자료수집방법에 따라 논문을 분류한 결과는 [표 6]과 같다. 자료수집방법의 경우, 설문지를 통한 연구가 90편으로 전체의 85.7%로 가장 많은 것으로 나타났다. 반면, 면접은 9편(8.6%), 실험(실험실)은 4편(3.8%), 문헌연구는 2편(1.9%)으로 전체적인 자료수집방법에서 차지하는 비중은 낮은 것으로 나타났다. 이러한 결과는 여가심리 관련 논문들이 대부분 양적 접근의 연구방법을 사용하여 연구를 수행하였기 때문이다.

[표 6] 자료수집 방법 (N=105)

[Table 6] Data Collection Methods (N=105)

구분	여가동기	여가경험	여가태도	여가몰입	여가중독	합계(%)
면접	1(3.8)	8(24.3)	-	-	-	9(8.6)
설문지(온라인)	-	7(21.2)	2(7.4)	3(20.0)	1(50.0)	13(12.4)
설문지(오프라인)	24(92.4)	14(42.4)	25(92.6)	12(80.0)	1(50.0)	76(72.4)
혼합(온라인+오프라인)	1(3.8)	-	-	-	-	1(0.9)
실험(실험실)	-	4(12.1)	-	-	-	4(3.8)
문헌연구	-	-	-	-	2(1.9)	2(1.9)
합계	26(100)	33(100)	27(100)	15(100)	4(100)	105(100)

3.5 조사대상

여가심리 연구에서 조사대상을 분석한 결과는 [표 7]과 같다. 조사대상은 성인을 대상으로 한 연구 논문이 63편으로 전체의 59.5%로 가장 많은 것으로 나타났다. 다음으로는 대학생은 20편(18.9%), 노인은 9편(8.5%), 외국인(유학생 포함)은 5편(4.7%)으로 연구가 수행되었다. 한편, 장애인과 다문화 가정, 지역주민 그리고 탈북대학생을 대상으로 한 연구는 매우 부족한 것으로 나타났다.

[표 7] 조사대상 (N=106)

[Table 7] Subject of Investigation (N=106)

구분	여가동기	여가경험	여가태도	여가몰입	여가중독	합계(%)
노인	2(7.4)	3(9.1)	-	2(12.5)	2(100)	9(8.5)
성인	17(63.0)	21(63.6)	15(53.5)	10(62.5)	-	63(59.5)
대학생	4(14.8)	3(9.1)	10(35.7)	3(18.8)	-	20(18.9)
청소년	1(3.7)	2(6.1)	-	-	-	3(2.8)
장애인	-	2(6.1)	-	-	-	2(1.9)
지역주민	1(3.7)	-	-	-	-	1(0.9)
다문화가정	-	-	2(7.2)	-	-	2(1.9)
탈북대학생	-	1(3.0)	-	-	-	1(0.9)
외국인 (유학생 포함)	2(7.4)	1(3.0)	1(3.6)	1(6.2)	-	5(4.7)
합계	27(100)	33(100)	28(100)	16(100)	2(100)	106(100)

주1. 연구에서 조사대상을 비교분석한 경우에는 중복코딩함

주2. 연구에서 문헌연구를 수행한 경우에는 조사대상에 포함되지 않음

3.6 연구방법론

여가심리 연구에서 연구 방법론에 따라 논문을 분류한 결과는 [표 8]과 같다. 여가심리 관련 연

구방법은 양적 연구가 93편으로 전체의 88.6%로 가장 많은 것으로 나타났다. 다음으로는 질적 연구가 11편(10.5%), 혼합연구가 1편(0.9%)으로 나타났다. 연구방법론에 따른 동향을 살펴본 결과 전체적으로 양적 연구중심으로 연구가 수행되었다.

[표 8] 연구방법론 (N=105)

[Table 8] Research Methodology (N=105)

구분	여가동기	여가경험	여가태도	여가몰입	여가중독	합계(%)
양적 연구	25(96.2)	24(72.7)	27(100)	15(100)	2(50.0)	93(88.6)
질적 연구	1(3.8)	8(24.3)	-	-	2(50.0)	11(10.5)
혼합 연구	-	1(3.0)	-	-	-	1(0.9)
합계	26(100)	33(100)	27(100)	15(100)	4(100)	105(100)

3.7 통계분석

여가심리 연구에서 통계분석에 따라 논문을 분류한 결과는 [표 9]와 같다. 여가심리 관련 통계분석은 회귀분석이 55편으로 전체의 44.0%로 가장 많은 것으로 나타났다. 다음으로는 구조방정식모형분석이 28편(22.4%), T-TEST가 18편(14.4%), ANOVA가 10편(8.0%)으로 나타났다. 아울러 통계분석 기법의 활용은 연구방법의 변화 추세와 어느 정도 방향을 같이 하는 것으로 보인다. 한편, 3편(2.4%)의 EEG(뇌파분석방법)를 활용하여 여가경험 연구에 적용한 부분은 주목할 만한 것으로 판단된다.

[표 9] 통계분석 (N=125)

[Table 9] Statistical Analysis (N=125)

구분	여가동기	여가경험	여가태도	여가몰입	여가중독	합계(%)
T-TEST	5(13.9)	7(19.4)	4(12.9)	2(10.0)	-	18(14.4)
ANOVA	5(13.9)	3(8.3)	1(3.2)	1(5.0)	-	10(8.0)
MANOVA	1(2.8)	-	-	-	-	1(0.8)
EEG(뇌파분석)	-	3(8.3)	-	-	-	3(2.4)
대응일치분석	-	-	1(3.2)	-	-	1(0.8)
정준상관분석	3(8.3)	-	-	-	-	3(2.4)
표준화상관계수분석	-	2(5.6)	-	-	-	2(1.6)
군집분석	1(2.8)	2(5.6)	-	1(5.0)	-	4(3.2)
회귀분석	13(36.1)	10(27.8)	18(58.1)	12(60.0)	2(100)	55(44.0)
구조방정식모형분석	8(22.2)	9(25.0)	7(22.6)	4(20.0)	-	28(22.4)
합계	36(100)	36(100)	31(100)	20(100)	2(100)	125(100)

주1. 연구에서 통계분석방법이 다수인 경우 중복코딩함

3.8 조사지역

여가심리 연구에서 조사지역에 따라 논문을 분류한 결과는 [표 10]과 같다. 전체 연구의 지역별 분포를 살펴보면, 서울·경기가 67편(39.4%)으로 가장 높은 비율을 차지하고 있는 것으로 나타났고, 부산·경남은 34편(20.0%), 대구·경북은 26편(15.3%), 대전·충청은 12편(7.0%)으로 나타났다. 또한, 전국을 조사지역으로 한 연구는 17편(10.0%)으로 나타났으며 해외를 조사지역으로 한 연구는 중국과 일본이 각각 1편(0.6%)으로 연구가 진행되었다.

[표 10] 조사지역 (N=170)

[Table 10] Survey Area (N=170)

구분	여가동기	여가경험	여가태도	여가몰입	여가중독	합계(%)
전국	1(2.8)	7(10.4)	5(11.6)	2(9.1)	2(100)	17(10.0)
서울·경기	15(41.6)	23(34.3)	16(37.2)	13(59.1)	-	67(39.4)
부산·경남	6(16.6)	16(23.9)	10(23.3)	2(9.1)	-	34(20.0)
대구·경북	2(5.6)	19(28.4)	4(9.3)	1(4.5)	-	26(15.3)
대전·충청	5(13.9)	-	4(9.3)	3(13.7)	-	12(7.0)
광주·전라	4(11.1)	-	1(2.3)	1(4.5)	-	6(3.5)
강원도	1(2.8)	1(1.5)	2(4.7)	-	-	4(2.4)
제주도	2(5.6)	-	-	-	-	2(1.2)
중국	-	1(1.5)	-	-	-	1(0.6)
일본	-	-	1(2.3)	-	-	1(0.6)
합계	36(100)	67(100)	43(100)	22(100)	2(100)	170(100)

주1. 연구에서 조사지역이 다수인 경우 중복코딩함

4. 결론

본 연구는 국내 관광학 분야 학술지에 게재된 여가심리(여가동기, 여가경험, 여가태도, 여가몰입, 여가중독)의 연구동향을 파악하기 위해 내용분석방법을 활용하여 연구를 진행하였다. 연구의 목적을 달성하기 위하여 1993년~2025년까지 국내 관광학 분야 14개 학술지에 게재된 연구논문 105편을 대상으로 게재년도, 연구주제, 연구장면, 자료수집방법, 조사대상, 연구방법론, 통계분석, 조사지역 등 8개의 분석유목에 따라 빈도분석을 이용하여 양적자료로 변화하는 방식으로 내용분석을 실시하였다.

첫째, 여가심리 연구는 1993년부터 2025년까지 총 105편으로 평균 3.18편으로 나타났다. 1993년부터 2007년 사이의 게재 편수는 총 5편에 불과하여 해당 기간에는 관련 연구가 상대적으로 활성화되지 않았다. 하지만, 2008년 이후에 매년 평균적으로 5.5편 논문이 발표되어 연구가 꾸준히 수행되었다. 둘째, 연구주제를 기준으로 논문을 분류하면, 여가심리를 구성하는 5가지 연구분야에서 여가동기와 여가경험 그리고 여가태도가 전체 연구의 81.9%를 차지하는 것으로 나타났다. 먼저,

여가동기 분야에서 독립변수로는 여가제약과 진지한 여가 그리고 조절초점을 적용하여 연구주제가 다양해지고 전문화되는 모습을 보였으며 종속변수로는 다양한 변수들이 연구에 사용되었지만 여가의 궁극적 가치를 추구하는 생활만족, 심리적 웰빙, 삶의 질을 다룬 연구가 많았다. 여가경험 분야에서 독립변수로는 부부갈등과 가부장적 갈등과 같은 새로운 연구가 등장하였으며, 매개변수로는 재미인식, 회복경험과 같은 개인의 심리적 상태를 다룬 연구들이 나타났다. 종속변수로는 일반적으로 심리적 행복감과 삶의 질과 같은 개인적 요인을 다룬 연구가 수행되었지만, 여가경험과 사회성 그리고 죽음불안을 연구하는 새로운 주제들이 나타났다. 여가태도 분야에서 독립변수로는 COVID-19시기에 연구된 감염병위험인식이 주목할만하며, 진지한여가 및 개인가치 등에 관한 연구도 게재되었다. 한편, 조절변수로는 그릿, 관여도 변수가 새로운 주제로 등장하였다. 매개변수로는 개인의 가치와 삶의 가치를 측정하는 자아존중감과 삶의 질 그리고 심리적 행복감을 주제로 한 연구가 수행되었다. 종속변수로는 대학생과 여가의 관계를 중심으로 한 대학생생활만족도, 진로성숙 등과 같은 새로운 연구들이 나타났다. 여가몰입 분야에서 독립변수로는 여가활동을 중심으로 여가태도, 여가기능 등에 관한 연구가 나타났다. 매개변수로는 여가만족이 가장 많이 게재되었으며 종속변수로는 생활만족이 가장 많이 연구되었으며 사회적 행복감, 자기효능감, 자아실현, 심리적 안녕감과 같은 여가의 가치를 나타내는 변수들이 게재되었다. 마지막으로 여가중독 분야에서 독립변수로는 여가특성과 놀이성의 연구가 수행되었으며 매개변수로는 도박행동이 보고되었다. 셋째, 연구가 수행된 장면의 경우에는 실제현장 연구의 비중이 94.3%로 매우 높게 나타났으며, 실험실과 문헌에서 연구가 이루어진 경우는 모두 합해 5.7%로 나타났다. 연구의 결과에서 실험실을 통한 연구를 진행한 것은 학제간의 융복합연구를 바탕으로 여가심리 연구에 새로운 방향을 제시한 사례가 될 수 있다. 이러한 접근은 여가심리 분야의 독자적 연구 수행과는 다른 것이며, 다양한 학문과의 공동연구가 가능하다는 사실을 알려준다.

넷째, 자료수집방법을 살펴보면 설문지를 통한 연구가 85.7%로 가장 많았으며, 면접이 8.6%, 실험실이 3.8%, 문헌연구가 1.9%를 차지하였다. 다섯째, 조사대상은 성인이 59.5%로 가장 많았으며, 대학생 18.9%, 노인 8.5%, 외국인 4.7%를 대상으로 연구수행되었다. 여섯째, 연구방법론은 양적연구가 88.6%로 질적연구와 혼합연구보다 높은 비율을 차지하고 있는 것으로 분석되었다. 일곱째, 통계분석을 살펴보면 회귀분석(44.0%)과 구조방정식모형분석(22.4%)의 활용도가 높게 나타났다. 이는 연구자들이 수집된 자료를 바탕으로 변인간의 이론적 주장을 검증하는데 엄격하고 정교한 통계기법을 사용한 것으로 판단된다. 아울러 연구 주제가 다양해지면서 연구의 맥락에 부합되는 새로운 분석기법인 EEG(뇌파분석)를 활용하는 연구도 게재되었다. 마지막으로 조사지역은 서울·경기(39.4%), 부산·경남(20.0%), 대구·경북(15.3%), 전국(10.0%)으로 나타났으며 해외를 조사지역으로 한 연구는 중국과 일본이 각각 1편(0.6%)으로 연구가 수행되었다.

아울러 본 연구는 학문적으로 실제적으로 여러 가지 시사점을 제공한다. 첫째, 본 연구는 1993

년부터 2025년까지 관광학 분야 학술지를 대상으로 여가심리의 연구동향을 체계적으로 분석하였다는 점에서 이론적으로 가치가 있을 것이다. 둘째, 본 연구는 기존 여가심리 연구들이 개별 변인의 빈도나 단순 경향 파악에 그쳤던 것과 달리 여가동기, 여가경험, 여가태도, 여가몰입, 여가중독의 다섯 가지 핵심 변수와 함께 연구되었던 독립변수, 조절변수, 매개변수, 종속변수를 구조화하여 분석하였다는 점에서 차별성을 갖는다. 이는 파편화되어 있던 여가심리 변인들 간의 역동적인 관계성을 체계적인 틀(Framework)로 재구성하여 제시했다는 점에서 중요한 학술적 의의가 있다. 그럼에도 불구하고 본 연구의 한계점을 지적하지 않을 수 없다. 첫째, 본 연구에서는 분석논문 대상을 관광학 분야 학술지 논문으로 한정하여 분석하였으므로 국내외 여가 심리 연구의 전체적인 지형을 일반화하여 설명하기에는 어려움이 있다. 특히, 여가 경험의 질적 측면을 탐구한 연구들의 경우 이를 수량화된 유목으로 분류하는 과정에서 연구자의 주관적 해석이 개입될 여지가 있었음을 밝힌다. 둘째, 본 연구에서는 선행연구를 바탕으로 게재년도, 연구주제, 연구장면, 자료수집방법, 조사대상, 연구방법론, 통계분석, 조사지역 등 8개의 분석유목을 설정하여 여가심리 연구동향을 분석하였으므로 제시된 정보의 범주가 특정 영역에 국한 될 수 있다는 한계가 존재한다. 따라서 향후 연구에서는 관광학 분야 학술지 뿐만 아니라 다학제적 접근을 통하여 여가심리 연구동향을 포괄적으로 분석할 필요가 있다.

References

- [1] D. W. Ko, *Understanding of Leisure Studies*, The Second Edition, SerimBook Public, 2020.
- [2] D. W. Ko, *The Psychology of Tourist Behavior*, The Second Edition, Daewangsa, Public, 2022.
- [3] M. H. Cho and J. D. Ahn, "The Cross-National Study on the Leisure Attitude: Focused on the Comparison of Leisure Attitude in Pusan and Osaka Citizens," *Journal of Tourism Sciences*, vol. 17, no. 1, pp. 343-352, Aug. 1993.
- [4] C. W. Kim and J. H. Lee, "Leisure Experience Revisited Samdahl's Leisure Model," *Journal of Tourism Sciences*, vol. 26, no. 4, pp. 111-128, Feb. 2003.
- [5] Y. K. Lee, "Adolescent's Life Satisfaction on Leisure Motivation and Leisure Type," *Journal of Tourism and Leisure Research*, vol. 19, no. 4, pp. 343-359, Nov. 2007.
- [6] K. Krippendorff, *Content analysis: An introduction to its methodology*, The Fourth Edition, Sage publications, 2018.
- [7] M. A. Mody, L. Hanks, and M. Cheng, "Sharing economy research in hospitality and tourism: a critical review using bibliometric analysis, content analysis and a quantitative systematic literature review," *International Journal of Contemporary Hospitality Management*, vol. 33, no. 5, pp. 1711-1745, May 2021, doi: 10.1108/IJCHM-12-2020-1457.
- [8] S. H. Oh and M. Y. Ko, "Content Analysis of Leisure Research Trend in Korea: Focused on the Tourism Journals," *Journal of Tourism Studies*, vol. 21, no. 2, pp. 3-20, Dec. 2009.

- [9] S. H. Choi, J. H. Jung, and S. W. Jung, "Concept and Procedures of Qualitative Content Analysis," *Journal of Qualitative Inquiry*, vol. 2, no. 1, pp. 127-155, Apr. 2016.
- [10] N. H. Lee, "Research trends in perception of crowding and suggestions for future research directions: Focusing on Korean tourism journals," *Journal of Kyonggi Tourism Research*, vol. 26, no. 1, pp. 67-85, Apr. 2024, doi: 10.22959/jltr.2024.26.1.67.
- [11] T. Y. Yoo et al., "The content analysis of the Korean Journal of Industrial and Organizational Psychology from 1988 to 2018 and future suggestions," *The Korean Journal of Industrial and Organizational Psychology*, vol. 32, no. 3, pp. 297-362, Aug. 2019, doi: 10.24230/kjiop.v32i3.297-362.
- [12] H. R. Kim, "Comparative Study on the Relationships among Leisure Motivation, Leisure Constraints, Leisure Satisfaction, and University Life Satisfaction: Focus on Korean and Chinese Students," *International Journal of Tourism and Hospitality Research*, vol. 25, no. 2, pp. 89-104, Apr. 2011.
- [13] H. A. Rim, "Alternation and Understanding of Participation Motive for the Serious Leisure Activity (Line Dance) of the Middle Aged Women: Based on Ground Theory," *Journal of Tourism and Leisure Research*, vol. 30, no. 8, pp. 399-417, Aug. 2018, doi: 10.31336/JTLR.2018.08.31.8.399.
- [14] D. W. Ko, "Relationships of Marital Discords and Leisure Experience: Sexual Difference? or Personality's Difference?," *Journal of Tourism Sciences*, vol. 35, no. 10, pp. 201-222, Dec. 2011.
- [15] S. J. Moon, Y. J. Choi, K. S. Kim, C. H. Kim, H. S. Joo, and Y. J. Han, "Does natural landscape image on screen have therapeutic effect?," *Tourism Research*, vol. 46, no. 4, pp. 99-123, Dec. 2021, doi: 10.32780/ktidoi.2020.45.3.77.
- [16] J. Y. Park, "A Hermeneutic Study on the Experience of Leisure Life: Focusing on Young Deaf People," *Journal of Tourism and Leisure Research*, vol. 31, no. 11, pp. 435-454, Nov. 2019, doi: 10.31336/JTLR.2019.11.31.11.435.
- [17] S. J. Moon and S. H. Park, "The Structural Relationship among Death Anxiety, Depression, and Quality of Life of the Elderly People: Does Leisure Experiences have a buffering effect of Death Anxiety?," *Journal of Marine Tourism Research*, vol. 18, no. 4, pp. 351-369, Dec. 2025, doi: 10.22929/jmtr.2025.18.4.019.
- [18] M. H. Cho and H. J. Kim, "An Effect of The Leisure Education in The University Curriculum on The Student's Leisure Attitude and The Life Satisfaction," *Journal of Tourism and Leisure Research*, vol. 24, no. 1, pp. 257-272, Jan. 2012.
- [19] Y. J. Park and J. Y. Yang, "The Relationship Between Leisure Attitudes of Multicultural Families and Positive Self-Esteem and Marriage Satisfaction," *Journal of Hospitality and Tourism Studies*, vol. 17, no. 6, pp. 386-402, Nov. 2015.
- [20] K. Y. Kil, I. S. Choi, and G. Y. Kim, "The Influence of Recreation Specialization of F1 Spectators on Leisure Commitment and Satisfaction," *Journal of Tourism and Leisure Research*, vol. 26, no. 2, pp. 319-336, Feb. 2014.
- [21] J. W. Lee, "The Impact of Leisure Attitude on Leisure Involvement and Behavioral Intention -A Study on Generation Z in the Metropolitan Area," *Journal of Hotel & Resort*, vol. 23, no. 6, pp. 213-228, Dec. 2024, doi: 10.62532/khrc.2024.12.23.6.213.
- [22] Y. S. Park and D. J. Kang, "The Influence of Serious Leisure Characteristics on Leisure Addiction: Focused on Horseback Riding," *Journal of Kyonggi Tourism Research*, vol. 24, no. 1, pp. 51-72, Apr. 2022, doi: 10.22959/jltr.2022.24.1.51.
- [23] Y. S. Seo and Y. A. Kang, "The Effect of Playfulness on Gambling Behavior and Addiction," *Journal of Tourism Studies*, vol. 33, no. 2, pp. 93-112, May 2021, doi: 10.21581/jts.2021.5.33.2.93..93.