
중년층의 여가충족, 부부관계 및 노후준비행동의 관계

문현주¹·권순재²

¹용인대학교·²호남대학교

The relationships on Midlife's leisure sufficiency, conjugal Relationship and later life preparation behavior

Moon, Hyun-Ju¹ · Kwon, Soon-Jae²

¹Yongin University · ²Honam University

Abstract

This study aims to look into the later life preparation behavior and the influence of the leisure perception and conjugal relationship at present on the later life preparation behavior and thereby reveal that sound leisure patterns can lead to better later years. The study investigated the current state of late middle aged adults in regard to preparation for elderly years. The subjects of the study are composed of 244 men and women, who are between the ages of 40 and 59, and living in Seoul and Gyeonggi province. Data collected were encoded, and the validity and reliability of the data were analyzed. The correlation and coefficient and multiple regression analysis were carried out with variables. Here are the main conclusions. First, leisure perception of middle-aged people was found to influence shared leisure time, communication and affection between the husband and wife, commitment, and the sense of responsibility. However, it did not influence the division of household chores. In short, Leisure perception was found to encourage communication between the husband and wife and thus generate affection, commitment and a sense of responsibility. Second, conjugal relationships created a meaningful change to physical and psychological well-being and preparation behavior for later life from economic and leisure aspects, proving that affectionate couple relationships are critical in later life preparations.

Key words : leisure perception, conjugal Relationship, life preparation behavior

주요어 : 여가충족, 부부관계, 노후준비행동

Address reprint requests to : Moon, Hyun-Ju

Yongin University, Cheoin-gu 134, Yongin-si, Gyeonggi-do, Korea

Tel: +82-10-3035-0285, Fax:+82-00-000-0000, E-mail: hyun0392@hanmail.net

Received: Jan, 25, 2015 / Revised: Mar, 22, 2015 / Accepted: Mar, 24, 2015

This article is written modifying the dissertation of Hyun-joo Moon.

I. 서론

1. 연구의 필요성 및 목적

인간이 살아가면서 가장 중요하게 생각하는 것은 ‘행복’일 것이다. 행복하기 위한 조건으로 몇 가지의 선택의 조건이 있다면 행복한 가정(家庭)을 손꼽을 것이다.

Kim(2010)은 한국의 청소년과 부모를 대상으로 조사한 바에 따르면 청소년과 부모 모두 생활 목표로서 가정의 화목을 가장 중요하게 인식하는 것으로 나타났다. 하지만 개인주의와 평등주의적 가치관의 확산으로 한국사회의 전통적인 가족관이 변하고 있는(Kim, 2001) 실정으로 이러한 현상은 자녀가 성장하여 독립한 이후 가족 구성원의 부부 두 사람의 가정의 행복과 직결된다.

중년기를 맞이한 그들의 상황을 자세히 들여다보면, 중년기 여성의 경우 자녀의 독립과 갱년기를 경험하면서 ‘빈둥지’ 인식을 더 강하게 느끼며, 호르몬의 영향과 동시에 자신에 대해 재인식하게 되고, 중년기 남성은 가장이라는 책임감과 동시에 조기 퇴직과 지인의 사망 등을 경험하면서 중년기 스트레스를 느끼게 된다. 이러한 시기에 남성과 여성의 중년기 인식은 다르지만 이러한 변화를 반드시 인식하고 이해하는 것이 중요하다.

중년기의 중요성이 1900년대부터 사회 발달적 분야에서 강조되었는데 이는 인간의 평균수명의 연장과 남녀의 사회적 역할 발달, 가족관계에서 많은 변화를 경험하는 시기이기 때문이다. 그래서 이 시기를 제2의 사춘기, 또는 위로는 노부모와 아래로는 성인 자녀의 중간에서 역할을 수행하는 “양쪽에서 협공 받는 세대”(sandwich generation, caught generation)라는 용어로 표현하고 있으며, 자녀의 독립으로 인하여 부모역할이 감소하는 관점에서 빈 보금자리, 탈 부모기, 제 7의 심리학적위기 등 사회적 심리적 갈등을 경험하는 시기로 표현되기도 한다(Won, 1998;

Lee, 2007 재인용).

중년기는 생의 발달 단계에서 사춘기 이후에 다시 겪게 되는 신체 및 심리적인 변화들이 일어나기 시작하며, 이러한 현상으로 인하여 가족과 사회활동에 적지 않은 영향을 미치게 되는데 특히, 현대 가족에서는 부부간의 성생활기능과 자녀양육의 사회화 기능이 강화되고 정서적 유대기능과 동시에 여가 기능이 중시 되면서 가족 안에서 이러한 기능들을 수행하는 핵심요체로서 부부관계의 중요성이 증대되고 있다. 또한 평균수명이 길어지면서 가족생활주기 가운데 부부가 함께 해로할 수 있는 기간이 연장됨으로 인해 부부관계의 중요성이 새롭게 인식되고 있다.

한국법률가정상담소(2013)의 상담통계에 따르면 40대 남녀의 이혼상담 비율이 남성 35.4%(479건), 여성 34.1%(1,894건)으로 나타났다. 이러한 현상은 중년기에 부부관계에 어려움이 가장 많이 나타나는 시기로 볼 수 있다. 이렇듯 중년의 가족생활에서 갈등을 겪지 않기 위한 효과적인 대체방안이 필요할 것이다.

Park & Kim(2006)은 대한민국 남녀 초, 중, 고, 대학생 1,331명과 그들의 부모 및 교사 2,075명을 대상으로 삶의 질 향상을 위한 주요 요소를 분석했는데 그 결과 경제적 요인, 문화/여가생활, 원만한 인간관계, 올바른 정책, 교육 수준 등이 주요 요인인 것으로 나타났다. 이를 바탕으로 볼 때 여가생활은 삶의 질을 결정하는 주요 요인으로 자리 잡고 있다고 볼 수 있다. 이렇듯 여가의 중요성이 대두되면서 중년기에 수행해야 할 과업에 대해 Kwon & Kim(2005)은 신체적 변화에 대한 적응, 부부간의 애정을 재확립하고 중년기의 위기 극복으로 직업 활동에 대한 몰두와 여가선용 등이 중년기의 주요 발달과업이라 할 수 있다고 하였다.

중년기시기에 여가문화의 사회화가 원만히 이루어질 때 중년기의 삶을 보다 안정적으로 향유할 수 있다. 그러므로 중년기 삶의 질을 향상시키고, 또한 여가가 필요한 노년기의 만족스러

운 삶을 위해 중년기에 여가활동의 범위를 넓혀 주기 위한 여가 활동에 대한 훈련과 경험이 필요하다(Lee & Lee 1997; Cho, 2006; Jin, 2007 재인용).

Lee(2003)에 의하면 중년기 여가활동의 경험은 노년기에 증가한 여가시간을 노인 자신에게 보다 긍정적이고 효율적으로 보낼 수 있다고 하였다. 또한 Gould(1978)와 Levinson, Darrow, Klein, Lvinson & McKeef(1978)에 따르면 중년기의 올바른 사회활동과 함께 신체활동을 병행하는 것은 건전한 노후를 준비하는데 필수적이라고 하였다.

앞으로 노인의 여가는 개인적으로나 사회적으로나 매우 중요한 과제가 될 것이다. 특히 노년기의 삶은 경제활동 중단으로 인하여 그 어느 시기보다 노년기의 생활시간은 여가시간 전 부라고 해도 과언이 아닐 것이다. 중년기 이후의 생활시간 적응에 관한 문제는 현시점에서 체계적으로 다루어야 할 매우 중요한 당면과제이다. 이처럼 고령화 시대를 대비해 나가기 위해서는 노년기를 앞둔 중년기의 노후준비는 필수라고 볼 수 있다. 현재 중년층의 노후준비에 대한 여러 실태조사에 의하면 노후준비안함 53.7%, 어느정도 준비하고 있음 44.1%의 노후준비율을 보이고 있다(Ministry of Health & Welfare, 2011). 또한 자신의 노후준비가 연령에 비하여 충분하다고 인식하는 비율은 2.3%로 매우 낮아, 대부분이 불충분하다고 인식하고 있다.(Ministry of Health & Welfare, 2011).

일반적으로 노후준비란 노후의 안정적인 생활을 위해 예상되는 것을 미리 계획하고 준비하는 것을 말하는데, 그 동안의 노후준비에 대한 선행연구는 대부분 노후준비 실태조사를 통한 준비의식을 고취하기 위한 목적으로 진행되어 왔다. 요컨대 노년기를 앞둔 중년층을 대상으로 노년준비 의식정도와 노년에 대비하여 어떤 대책을 마련하고 있는가를 중점적으로 살펴보는 연구들이 대다수 이다(Song, 2002, Kang

2005). 또한 건강상태와 노후준비와의 상관관계를 파악한 연구(Lim, 2003), 노후준비와 생활만족도와의 관계규명 하기 위한 연구(Lim, 2002), 중년여성의 노후생활 준비에 관한연구(Kim, 2004)가 있으나 이처럼 노후생활준비와 관련된 연구들의 증가하고 있으나 중년층으로부터 시작하여 건강한 노년기 삶의 추구를 위한 연구는 부족한 실정이다.

따라서 본 연구는 중년층의 여가충족, 부부관계, 노후준비행동의 관계를 알아봄으로써 그에 따른 효과적인 방안을 모색하고자 한다.

II. 연구방법

1. 연구대상 및 자료수집방법

본 연구는 2014년 6월부터 10월까지 서울, 경기도 지역에 거주하는 40대 이상 중년층을 대상으로 실시하였다. 조사대상의 표집방법은 비확률 표본 추출법 중 편의추출법(convenience sampling method)을 사용하여 서울 지역 300명을 표집 하였다. 그 가운데 불성실하게 응답한 56명의 자료를 제외한 총 224부의 설문지를 최종분석에 사용하였다.

조사에 투입된 인원은 사전에 본 연구의 목적과 설문내용에 대하여 충분히 숙지한 보조인원 5명을 통하여 자기평가기입법(self-administration method)으로 응답하도록 한 후 회수 하였다. 전체적인 조사대상의 구성은 다음의 Table 1과 같다. 연구대상자 중 남성이 115명(47.1%), 여성이 129명(52.9%)이 연령은 40-44세가 82명(33.6%)으로 근소하게 높게 나타났다.

Table 1. questionnaire survey target general characteristic

		n	%
gender	male	115	47.1
	female	129	52.9
age	40-44 year	82	33.6
	45-50 year	51	20.9
	51-54 year	50	20.5
	55-59 year	61	25.0

2. 연구도구

본 연구에서 사용된 여가충족 척도는 Park(2007)에 의하여 개발된 설문지를 사용하였으며, 17문항 5개 요인으로 사회친목여가, 가족친목여가, 교양교육여가, 놀이오락여가, 단순휴식여가로 5점 리커트 척도방식으로 측정하였으며, 설명된 총분산은 62.649%로 나타났다. KMO 검정값은 .802, 유의확률은 .000으로 나타났다으며, 신뢰도는 .614~.772로 나타났다.

다음으로 부부관계 척도는 Cho(2012)에 의하여 개발된 설문지를 사용하였으며, 26문항 5개 요인으로 헌신 및 책임, 애정관계, 여가공유, 부부간 의사소통, 가사분담 인식으로 5점 리커트 척도방식으로 측정하였으며, 설명된 총분산은 70.609%로 나타났다. KMO 검정값은 .924, 유의확률은 .000으로 나타났으며, 신뢰도는 .875~.936으로 나타났다.

마지막으로 노후준비행동 척도는 Sin & Jeon(2008)의 설문지를 이용하여 33문항 4개 요인으로 신체적 준비, 정서적 준비, 경제적 준비, 여가 준비로 5점 리커트 척도방식으로 측정하였으며, 설명된 총분산은 58.488%로 나타났다. KMO 검정값은 .859, 유의확률은 .000으로 나타났으며, 신뢰도는 .744~.904로 나타났다.

Table 2. leisure sufficiency validity and reliability

	play pleasure leisure	social friendship leisure	family friendship leisure	cultured friendship leisure	rest leisure
card game	.858	.138	-.016	.157	.099
computer game	.808	.296	-.039	-.014	.030
chess game	.784	-.036	.134	.309	.016
tv, radio	.472	.303	.259	-.097	-.274
friend	.117	.761	.099	-.083	.052
reunion	.085	.744	.056	.319	.080
club	.145	.628	.162	.211	.267
cousin	.187	.591	.152	.213	.169
eat out	.009	.110	.790	-.139	.086
family outing	.066	.179	.758	.159	.295
travel	.084	.105	.757	.267	.104
meet friend	.099	.211	.166	.700	.051
language	.008	.144	.162	.700	.057
make flower	.262	.046	-.168	.692	.171
yoga	-.015	.190	.017	-.051	.799
new paper	.072	.090	.207	.194	.728
camping	-.011	.134	.358	.167	.592
Eigenvalue	4.691	2.173	1.450	1.258	1.084
% of Variance	27.595	12.781	8.532	7.402	6.377
Cumulative %	27.595	40.376	48.908	56.310	62.649
Cronbach's α	.772	.737	.757	.614	.663
Kaiser-Meyer-Olkin = .802					
Bartlett's test of sphericity= 1284.787 df= 136, Sig = .000					

Table 3. conjugal relationship validity and reliability

	love relation	devotion & responsibility	leisure sharing	domestic division of labor cognition	conjugal communication
express affection	.819	.105	.164	.103	.144
honest	.817	.166	.172	.084	.274
say love	.808	.148	.132	.064	.261
talk sex	.752	.144	.269	.086	.110
spouse voice	.749	.225	.149	.098	.191
like sex	.530	.304	.267	.162	.186
forever	.198	.808	.210	.135	.286
responsibility	.274	.795	.273	.173	.147
principle	.107	.781	.151	.290	.207
undying love	.210	.780	.213	.252	.237
marital maintenance	.227	.742	.243	.157	.252
with sport	.207	.128	.698	-.001	.162
with travel	.299	.283	.695	.106	.237
with TV	-.049	.273	.660	.026	.003
with shopping	.351	.072	.591	.142	.198
with eat out	.257	.253	.591	.114	.376
with movie	.394	.093	.575	.083	.130
house work	.069	.070	.031	.889	.114
help each other	.050	.146	.105	.858	.112
love is house work	.092	.304	-.009	.795	.141
best way	.242	.255	.174	.688	.139
opinion respecting	.298	.286	.168	.148	.755
listening courteously	.268	.310	.224	.157	.745
sincere response	.302	.259	.159	.164	.736
see and feel	.197	.177	.229	.163	.696
Eigenvalue	10.959	2.547	1.742	1.274	1.130
% of Variance	43.835	10.187	6.969	5.097	4.521
Cumulative %	43.835	54.022	60.991	66.088	70.609
Cronbach's α	.907	.936	.887	.875	.887
Kaiser-Meyer-Olkin = .924					
Bartlett's test of sphericity= 4376.491 df= 300, Sig = .000					

Table 4. later life preparation behavior validity and reliability

	physical preparation	economy preparation	emotion preparation	leisure preparation
exercise	.759	.080	.013	.205
regular life	.753	.054	.199	.012
prevent	.743	.077	.173	.059
no overeating	.730	.044	.181	.075
weight control	.710	.049	.066	.141
health food	.699	-.019	.119	.130
checkup	.619	.103	.198	-.001
no smooking	.583	.119	.121	.164
leisure time	-.054	.837	.062	.096
hiking	.150	.836	.036	.172
leisure activity	.080	.799	-.045	.228
hobby	.148	.792	.145	.185
religious	.073	.789	.062	.028
voluntary	.086	.776	.068	.066
cost of living	.035	.058	.755	.120
few expense	.224	.027	.743	.213
retired life	.147	-.017	.731	.129
property	.264	.059	.712	.013
saving	.217	.177	.702	.070
economical	.128	.032	.700	.359
development	.039	.184	.274	.704
talk family	.140	.126	.160	.670
talk friend	.374	.063	.038	.608
feel at home	.427	.178	.092	.596
happy future	-.005	.200	.188	.578
Eigenvalue	7.289	3.513	2.393	1.427
% of Variance	29.156	14.052	9.570	5.710
Cumulative %	29.156	43.208	52.778	58.488
Cronbach's α	.872	.856	.744	.904
Kaiser-Meyer-Olkin = .859				
Bartlett's test of sphericity= 3051.804 df= 300, Sig = .000				

Table 5. factor correlation analysis

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
social(1)	1													
friend(2)	.379**	1												
cultured(3)	.404**	.240**	1											
play(4)	.399**	.185**	.312**	1										
rest(5)	.387**	.419**	.300**	.088	1									
leisure(6)	.185**	.488**	.163*	.033	.245**	1								
communication(7)	.140*	.326**	.139*	-.078	.190**	.595**	1							
love(8)	.148*	.300**	.196**	.003	.167**	.621**	.621**	1						
devotion(9)	.128*	.300**	.056	-.012	.173**	.594**	.639**	.538**	1					
division(10)	.116	.166**	.109	.074	.149*	.314**	.429**	.340**	.499**	1				
physical(11)	.297**	.252**	.210**	-.045	.319**	.235**	.280**	.194**	.209**	.288**	1			
emotion(12)	.329**	.339**	.273**	-.045	.351**	.353**	.480**	.340**	.347**	.348**	.438**	1		
economic(13)	.188**	.173**	.226**	-.042	.214**	.203**	.261**	.222**	.180**	.169**	.418**	.448**	1	
leisure(14)	.287**	.201**	.152*	.000	.194**	.148*	.209**	.100	.198**	.209**	.216**	.388**	.190**	1

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

Ⅲ. 결과

1. 상관관계분석

본 연구에서는 단일차원성이 확인된 요인들의 적합도를 검증하기에 앞서 각 요인들 간의 판별타당성을 확인하기 위하여 각 요인들 간의 상관관계를 분석하였다. 그 결과 다음의 <Table 5>에서 보는 바와 같이 각 요인간의 관계가 모두 거설에서 설정한 바와 같은 정(+)방향으로 나타나고 있음을 알 수 있다.

각 요인 사이에 분산추출지수인 대각선 행력의 수치가 각 요인의 상관계수의 제곱보다 크기 때문에 요인 사이에는 판별타당성이 확보 되었다고 할 수 있다. 그러나 그 수치상으로 유의하지 않은 관계를 보이고 있는 변수가 발견되고 있으나 전체적으로 .8의 수치를 나타내는 상관계수는 발견되지 않아 다중공선성에 문제가 제기 되지 않을 것으로 예측된다.

2. 각 변인간 인과관계 검증

1) 여가충족이 부부관계에 미치는 영향

여가충족의 하위요인 즉, 사회친목여가, 가족친목여가, 교양교육여가, 놀이오락여가를 독립변수로 설정하고 부부관계의 하위요인인 여가공유와 부부의사소통 요인을 종속변수로 설정하여 다중회귀분석을 실시한 결과는 <Table 6>와 같다. 여가공유의 결정계수는 R²의 값이 .231로 회귀식은 약 23.1%의 설명력을 가지고 있으며 검정통계량 F값이 15.581로 유의확률(p값)이 .000으로 나타나 회귀모형은 타당한 것으로 나타났다.

부부의사소통의 결정계수는 R²의 값이 .122로 회귀식은 약 12.2%의 설명력을 가지고 있으며 검정통계량 F값이 7.764로 유의확률(p값)이 .000으로 나타나 회귀모형은 타당한 것으로 나타났다.

Table 6. leisure sufficiency to conjugal relationship effect

Independent	dependent	β	SE	Beta	t	R ²	F-value
constant		1.905	.199		9.581***		
social friendship leisure		-.004	.061	-.004	-.064		
family friendship leisure		.417	.057	.473	7.350***		
cultured friendship leisure	leisure sharing	.065	.065	.064	.997	.247	15.581***
play pleasure leisure		-.066	.055	-.076	-1.203		
rest leisure		.031	.055	.036	.556		
Durbin-Watson= 1.735, 수정된 R ² = .231							
constant		2.670	.210		12.726***		
social friendship leisure		.041	.065	.048	.641		
family friendship leisure	conjugal	.267	.060	.307	4.465***		
cultured friendship leisure	communication	.096	.068	.095	1.400	.140	7.764***
play pleasure leisure		-.161	.058	-.186	-2.770**		
rest leisure		.026	.059	.031	.436		
Durbin-Watson= 2.074, 수정된 R ² = .122							

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

여가충족의 하위요인 즉, 사회친목여가, 가족친목여가, 교양교육여가, 놀이오락여가를 독립변수로 설정하고 부부관계의 하위요인인 애정관계와 헌신과 책임, 가사분담 요인을 종속변수로 설정하여 다중회귀분석을 실시한 결과는 <Table 7>과 같다. 애정관계의 결정계수는 R²의 값이 .097로 회귀식은 약 9.7%의 설명력을 가지고 있으며 검정통계량 F값이 6.206으로 유의확률(p값)이 .000으로 나타나 회귀모형은 타당한 것으로 나타났다.

Table 7. leisure sufficiency to conjugal relationship effect

Independent	dependent	β	SE	Beta	t	R ²	F-value
constant		2.535	.276		9.187***		
social friendship leisure		.025	.085	.022	.293		
family friendship leisure		.306	.079	.271	3.882***		
cultured friendship leisure	love relation	.198	.090	.152	2.207*	.115	6.206***
play pleasure leisure		-.117	.076	-.105	-1.538		
rest leisure		.009	.077	.008	.114		
Durbin-Watson= 2.060, 수정된 R ² = .097							
constant		3.070	.227		13.511***		
social friendship leisure		.036	.070	.039	.510		
family friendship leisure	devotion & responsibility	.261	.065	.283	4.020***		
cultured friendship leisure		-.020	.074	-.018	-.265	.099	5.214***
play pleasure leisure		-.071	.063	-.078	-1.139		
rest leisure		.046	.063	.052	.720		
Durbin-Watson= 1.979, 수정된 R ² = .080							
constant		3.130	.212		14.775***		
social friendship leisure		.012	.065	.014	.179		
family friendship leisure	domestic division of labor cognition	.092	.060	.111	1.523		
cultured friendship leisure		.041	.069	.043	.601	.039	1.921
play pleasure leisure		.023	.058	.027	.387		
rest leisure		.065	.059	.081	1.099		
Durbin-Watson= 2.038, 수정된 R ² = .019							

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

헌신과 책임의 결정계수는 R²의 값이 .080으로 회귀식은 약 8.0%의 설명력을 가지고 있으며 검정통계량 F값이 5.214로 유의확률(p값)이 .000으로 나타나 회귀모형은 타당한 것으로 나타났다.

가사분담의 결정계수는 R²의 값이 .019로 회귀식은 약 1.9%의 설명력을 가지고 있으며 검정통계량 F값이 1.921로 유의확률(p값)이 나타나지 않아 회귀모형은 타당하지 않은 것으로 나타났다.

2) 부부관계가 노후준비행동에 미치는 영향

부부관계의 하위요인 즉, 애정관계, 헌신과 책임, 가사분담인식, 여가공유, 부부의사소통을 독립변수로 설정하고 노후준비행동의 하위요인인 신체적 준비, 감성적 준비 요인을 종속변수로 설정하여 다중회귀분석을 실시한 결과는 <Table 8>과 같다. 신체적 준비의 결정계수는 R²의 값이 .102로 회귀식은 약 10.2%의 설명력을 가지고 있으며 검정통계량 F값이 6.549로 유의확률(p값)이 .000으로 나타나 회귀모형은 타당한 것으로 나타났다.

감성적 준비의 결정계수는 R²의 값이 .246으로 회귀식은 약 24.6%의 설명력을 가지고 있으며 검정통계량 F값이 16.824로 유의확률(p값)이 .000으로 나타나 회귀모형은 타당한 것으로 나타났다.

부부관계의 하위요인 즉, 애정관계, 헌신과 책임, 가사분담인식, 여가공유, 부부의사소통을 독립변수로 설정하고 노후준비행동의 하위요인인 경제적 준비, 여가 준비 요인을 종속변수로 설정하여 다중회귀분석을 실시한 결과는 <Table 9>와 같다.

경제적 준비의 결정계수는 R²의 값이 .059로 회귀식은 약 5.9%의 설명력을 가지고 있으며 검정통계량 F값이 4.075로 유의확률(p값)이 .01으로 나타나 회귀모형은 타당한 것으로 나타났다.

여가 준비의 결정계수는 R²의 값이 .048로 회귀식은 약 4.8%의 설명력을 가지고 있으며 검정통계량 F값이 3.454로 유의확률(p값)이 .01으로 나타나 회귀모형은 타당한 것으로 나타났다.

Table 8. Iconjugal relationship to later life preparation behavior effect

Independent	dependent	B	SE	Beta	t	R ²	F-value
constant		1.960	.247		7.925***		
love relation		.103	.074	.120	1.390		
devotion & responsibility		.154	.079	.176	1.951		
leisure sharing	physical preparation	-.018	.057	-.027	-.312	.121	6.549***
domestic division of labor cognition		-.057	.074	-.069	-.775		
conjugal communication		.201	.065	.219	3.074**		
Durbin-Watson= 2.002, 수정된 R ² = .102							
constant		2.067	.190		10.887***		
social friendship leisure		.069	.057	.095	1.205		
family friendship leisure		.265	.060	.362	4.383***		
cultured friendship leisure	emotion preparation	.009	.044	.016	.204	.261	16.824***
play pleasure leisure		-.025	.057	-.037	-.449		
rest leisure		.135	.050	.176	2.691**		
Durbin-Watson= 1.885, 수정된 R ² = .246							

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

Table 9. conjugal relationship to later life preparation behavior effect

Independent	dependent	β	SE	Beta	t	R ²	F-value
constant		2.234	.261		8.559***		
love relation		.046	.078	.051	.580		
devotion & responsibility		.162	.083	.180	1.949		
leisure sharing	economy preparation	.054	.061	.077	.887	.079	4.075**
domestic division of labor cognition		-.036	.078	-.042	-.459		
conjugal communication		.066	.069	.070	.961		
Durbin-Watson= 1.959, 수정된 R ² = .059							
constant		2.499	.271		9.204***		
social friendship leisure		.037	.082	.040	.452		
family friendship leisure	leisure	.135	.086	.145	1.560		
cultured friendship leisure	preparation	-.070	.063	-.097	-1.102	.068	3.454**
play pleasure leisure		.060	.081	.068	.738		
rest leisure		.130	.072	.133	1.813		
Durbin-Watson= 1.746, 수정된 R ² = .048							

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

IV. 논의

여가충족과 부부관계의 영향력 관계를 검증한 결과 가족친목여가는 부부관계의 모든 하위요인 즉, 애정관계, 헌신과 책임, 여가공유, 부부의사소통, 가사분담 인식 요인에 유의한 정(+)적 영향을 미치는 것으로 나타났다.

위의 연구결과에 Choi(2010)는 여가활동 참여는 개인의 선호 양식보다 동기나, 선배, 가족, 부부간의 참여 형태에 주의를 기울여야 하는데 이는 여가활동 중에 발생하는 대인관계적 특성

과 외부요소들이 복합적으로 작용하고 있기 때문이라고 주장하였다. 때문에 부부가 서로 지지하는 여가활동에 참여하거나 동반 참여 하는 경우 여가활동의 상호작용 효과는 크게 증대된다고 하였다. 또한 부부 상호간의 여가활동지지는 높은 만족감과 충족감을 형성하고 이는 부부생활만족으로 피드백 된다고 하여 여가충족이 부부관계에 영향을 미친다는 본 연구결과를 지지하고 있으며, Kim(1994)의 연구에서도 신체적 여가활동을 통해 상대 배우자에 대한 이해도와 신뢰도가 높아지면서 부부 간의 갈등과 충돌의 기회가 감소되고 스포츠 참여 활동 가운데 가정 문제에 대해 의견을 교환하는 시간도 많이 갖게 되는 긍정적인 역할을 한다고 하였다.

가족친목의 여행과 관련하여 Ko, Lim, Yu, & Seo(2011)은 가족이 관광활동을 통해 부부의 긍정적인 효과를 나타내고 갈등을 정화시키는데 도움이 된다고 하였다.

Kim(2013)의 연구에서는 가벼운 산책과 휴식 등을 함께 하면서 휴식 등을 함께 하면서 대화를 지속하는 여가경험을 나누는 가운데 결과적으로 결혼만족도를 높일 수 있다는 결과를 나타내어 부부관계의 긍정적 효과가 있음을 검증하였다. 이렇듯 현시대는 핵가족화로 인하여 부부관계, 가족관계의 중요성이 부각되어 가족과의 여행이나 모임, 스포츠활동 및 휴식 등의 여가활동에 대한 충족이 부부관계를 긍정적인 방향으로 이끌어 갈 수 있다는 본 연구의 결과는 그 의미가 크다고 할 수 있다.

따라서 중년기에는 동반자와 가족이 함께 할 수 있는 가족여행, 가족나들이, 캠핑 등의 가족친목형 여가, 등산과 낚시 등의 스포츠를 함께 즐길 수 있는 사회친목형 여가에 참여함으로써 부부관계의 향상을 도모하여야 할 것이다.

부부관계와 노후준비행동의 영향력 관계를 검증한 결과 부부관계의 모든 하위변인(헌신 및 책임, 애정관계, 여가공유, 부부간 의사소통, 가사분담)에 유의한 정(+)적 영향을 미치는 것은

로 나타났다. 이러한 연구결과에 Choi(2003)는 중년기의 부부관계, 부양의식과 노후준비의 관계에 관한 연구에서 남편과 아내의 부양의식과 노후준비에 차이가 있으며 부부관계와 노후준비행동은 상당히 밀접한 관계가 있다고 주장하였다. 특히 부부간의 의사소통과 가사분담에 대한 부분을 강조하여 본 연구의 결과와 일부 일치하고 있다.

부부간의 인식차이에 Chang(2005)의 연구에서도 은퇴 후 가족관계의 변화가 올 수 있으며 인식차이의 해소가 노후준비의 선행과제라고 주장한 바 있어 본 연구의 결과를 일부 지지하고 있다.

Sin(2009)은 노인의 여가활동 실태를 조사하고 개선방안을 제시하여 노년기의 삶에 대한 질적 향상을 도모하고 노년기에 접어들 세대에 준비항목을 제시하였으며, 노인의 여가활동에 대한 중요성을 인식하고 노인시설의 확보와 충족감을 높일 수 있는 교육프로그램의 개발을 강조하고 있다. 또한 이러한 여가문화의 인프라를 구축하여 아동, 장애인, 주부, 노년기를 준비하는 대상에게 전파될 수 있도록 정부차원의 지원을 촉구하였다.

여성결혼이민자의 부부관계와 노후준비행동을 연구한 Son(2012)의 연구에서는 부부관계의 부부가 취미를 공유하고, 건강을 챙겨주고, 많은 대화를 통해서 부부의 관계가 좋아지면 서로에게 의지하여 노후를 준비하는 과정에서의 긍정적 효과를 나타낸다고 하였다.

현재 우리나라는 고령화 사회로 접어들고 있는 과정에서 부부 간 함께 신체활동과 친목활동 함께 새로운 것을 배우는 교육활동, 휴식을 즐기는 활동을 통해 부부관계를 증진시킬 수 있으며, 이러한 긍정적 부부관계는 서로에게 헌신하며 함께 하는 시간이 길어질수록 많은 대화를 통해 서로에 대한 애정이 높아지고 일방적 가사업무를 벗어나 함께 공유함으로써 중년의 성공적 노후세대 진입을 통해 확고한 부부관계의 형

성이 되어간다는 것을 연구결과를 통해 알 수 있었다.

본 연구는 일부 중년기에 접어든 연구대상자였으나 앞으로 모든 중년부부가 여가활동을 함께하여 배우자에게 충실하고, 가사분담과 배우자의 의견을 상호 존중하고 이해하려는 노력이 필요할 것이다. 또한 배우자에 대한 애정표현과 부부가 함께 공유할 수 있는 여가활동을 개발하여 돈독한 부부관계를 유지하는 것이 노후준비의 최우선 과제를 잊지 말아야 할 것이다.

V. 결론

본 연구는 서울, 경기지역의 만 40세 이상, 59세 이하의 중년기 남녀 244명을 대상으로 조사하였다. 수집된 자료는 부호화 작업을 거쳐 타당도, 신뢰도를 검증하고 추출된 요인의 값을 구하여 상관관계, 다중회귀분석을 도출하였으며 최종 결론은 다음과 같다.

첫째, 중년의 여가충족을 통하여 여가공유와 부부의사소통, 애정관계, 헌신과 책임에는 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 가사분담에는 영향을 미치지 않는 것으로 나타나 여가의 충족을 통해 부부간의 대화를 통해 애정, 헌신과 책임이 생겨나는 것으로 밝혀졌다.

둘째, 부부관계를 통하여 신체와 감성, 경제와 여가의 노후준비행동에 유의한 결과가 나타나 원만한 부부관계가 노후를 준비하는 결정적 근거임을 나타내고 있다.

참고문헌

- Back, J. H. (1989). Study on the Leisure Choice Behavior Influencing The Family Life Satisfaction. Unpublished master's Dissertation. Ehwa Women university.
- Chang, E. J. (2005). *A Study on the Recognition Difference between Couples about the*

- Change of Family Relation after Retirement.* Unpublished doctoral Dissertation. Ewha Women University.
- Cho, H. S. (2012). The Effects of the Conjugal Relationship on the Marital Satisfaction and Ego-Resilience's Moderating Role of the Middle and Old Aged People. Unpublished doctoral Dissertation. Hoseo university.
- Cho, S. J. (2006). *The Effect of Dance Sports Participation on Leisure Satisfaction of the Middle Aged.* Unpublished doctoral Dissertation. Sookmyung Women's University.
- Choi, J. Y. (2010). *The effects of individual leisure preference on marital leisure satisfaction : Focus on the partner's supportiveness and sexual and sexual difference.* Unpublished master's Dissertation. Korea University.
- Choi, Y. H. (2003). *Study on the Conjugal Relations of Middle-Aged Couples and the Relation with the Old Age Preparation.* Unpublished master's Dissertation. Hanseo University.
- Hong, J. W., Park, S. K., & Chon, T. J. (2009). The Effects of Among College Students Leisure Participation Motivation and Physical Self-Concept. *Journal of leisure and recreation studies*, 33(1) 53-62.
- Jin, M. H. (2007). *A Study on the Effect of Middle-aged men's Leisure Activity Types and Characteristics of the Sociology of Population on Life Satisfaction.* Unpublished master's Dissertation. Kyonggi University.
- Kang, Y. S. (2005). *A Study on the Middle-aged People's Preparation for Old Age : Focused on Gun-po city.* Unpublished master's Dissertation. Konkuk University.
- Kim, E. J. (2013). *The Relationship between Marital conflict, Leisure Experience and Marital Satisfaction in Middle Aged Couples.* Unpublished doctoral Dissertation. Ewha Women University.
- Kim, H. Y. (2001). The Changes in The Familism of Korean College Students : Focusing on the Gender Differences. *Journal of Studies on Korean Youth*, 12(1), 79-105.
- Kim, I. S. (2004). *A Study on Middle-Aged Women's Provisions for their Old Age.* Unpublished master's Dissertation. Kyung Hee University.
- Kim, J. H. (1994). *The effects of participation in leisure sport program on marital satisfaction among adults.* Unpublished master's Dissertation. Seoul University.
- Ko, D. W., Lim, Y. J., Ryu, Y. C., & Seo, I. K. (2011). The Effects of Travel Experience on Marital Discords of the Retired Elderly : Focusing on Development of Tourism Products for the Elderly. *Korea Journal of Business Administration*, 24(1), 115-136.
- Kwon, J. D., & Kim, D. B. (2006). *Human Activity and Social Environment.* Seoul: Hakjisa
- Lee, H. J. (2003). A Study The Relationship between Old People's Leisure Activities and their Leisure Experiences during the Middle and Prime Years of their Lives. Unpublished master's Dissertation. Sejong University.
- Lee, J. H. (2007). *The Effect of Middle-aged person's leisure lifestyle on family function and life satisfaction.* Unpublished Doctoral

- Dissertation. Sejong university.
- Lee, J. W., & Lee, Y. M. (2007). The Leisure Attitude and the Participation Level of Leisure Activities of Middle-and Ole-aged Married Women. *Journal of Korean Family Resource Management Association*, 1(1), 1-15.
- Lim, H. J. (2003). *The correlation between health condition and preparation for the old-aged in the middle-aged*. Unpublished master's Dissertation. Yonsei University.
- Lim, K. J. (2002). *Effect of the Middle Aged Preparation for Old Age on Their Middle Age Life's Crisis-Consciousness and Satisfaction*. Unpublished master's Dissertation. Chonnam National University.
- Ministry of Health & Welfare.
<http://www.mw.go.kr>
- Park, J. S. (2007). *relationship among leisure constraints, leisure sufficiency, and life satisfaction of the Late-Middle aged adults*. Unpublished master's Dissertation. Inje university.
- Park, Y. K., Park, Y. S., & Kim, U. C. (2010). A Comparative Analysis of Generational and Psychological Differences between Korean Adolescents and their Parents : With a Specific focus on Life-goals, Family Values, Academic Aspirations and Self-efficacy. *Journal of Studies on Korean Youth*, 21(4), 79-133.
- Park, Y. S., & Kim, U. C. (2006). Factors influencing quality of life for individuals and Korean society: Indigenous psychological analysis across different generations. *Korean Journal of Psychological and Social Issues*, 12(1), 161-195.
- Sin, H. J., & Jeon, K. Y. (2008). The factor effecting the marital satisfaction of working fathers with a infant. *Journal of family relations*, 13(2), 195-227.
- Sin, J. E. (2010). *A Study on Elderly Leisure Activity and Way to Improve the Situation*. Unpublished master's Dissertation, Kookmin University.
- Sin, J. A. (2008). *Analysis of the Aged characteristic of Selection about participation in Activity of their Spare Time and the Major Factor Deciding Demand of Expenses for Their Off Time*. Unpublished master's Dissertation. Sejong university.
- Son, H. R. (2012). *A Study on The Married Female Immigrants' Life Style and Marriage Satisfaction on The Perception of Preparing Their Old Age*. Unpublished Doctoral Dissertation. Hoseo University.
- Song, M. S. (2002). *A Study on Relation between the Counter-Plan for Old Age Life and Charateristics of Middle Aged Women*. Unpublished master's Dissertation. Kyonggi University.
- Won, Y. B. (1998). *The Effects of the Leisure Sports Participation Experience Health of the Middle-aged Women*. Unpublished Doctoral Dissertation. SungKyunkwan university.
- Korea Legal Aid Center for Family Relations(2013). www.lawhome.or.kr
- Gould, P. R. (1978). *Transformations: Growth and Change in Adult Life*, New York: Simon & Schuster.
- Levinson, D. J., Darrow, C. N., Klein, E. B., Levinson, M. H., & McKee, B. (1978). *The season of a man's life*. N.Y. : Knopf.