

과정명	
04차시	여가 관리

1. 만족도 측정 및 여가 활동 계획 수립

여가는 일에 대치되는 개념으로 일에 비하여 임의적인 면이 강한 것으로 구분되지만 경제적 보상과 개인, 가족 및 사회적 의무감에서 하는 활동이 아니면서 자발적으로 선택하여 자유와 평화의 감정을 느낄 수 있는 활동의 시간이다.

① 여가의 의미

- 여가가 무엇인가를 알기 위해서는 다양성에 대한 인식의 전환이 필요하다. 고대 철학자 아리스토텔레스 이후에 많은 학자들이 여가의 의미에 대하여 제시하였다. 여러 학자들의 종합적인 견해는 시간, 활동, 경험, 전체론적인 견해에서 여가를 보고 있다는 점이다.
- 시간으로서 여가를 보는 견해는 가장 보편적인 접근으로, 여가를 노동과 의무적인 행위로부터의 자유로운 시간으로 접근하는 것을 말한다. 시간의 관점은 구체적으로 자유재량의 시간으로 표현될 수 있으며 여가 시간의 선택을 여가 참여자 본인이 할 수 있다는 것을 의미한다.
- 활동으로서 여가는 일과 연관된 행위나 기본적인 욕구와 관련된 행위에서 벗어나 자신의 의지에 따라 행동하는 것을 말한다.
- 경험으로서 여가는 마음의 작용에 따른 경험이 여가라고 보는 견해이다. 경험으로서의 여가는 경험적으로 형성된 개인의 정신 상태에 대한 측면을 강조한다.
- 전체론적인 접근에서의 여가는 여가를 하나의 요인이 아닌 다양한 요인과 흐름 속에서 형성된 것으로 보고 개인 생활의 전반적인 면을 의미한다.

1. 여가의 사회학적 이해

(1) 사회학적 접근 방향

(가) 여가와 사회 변화에 대하여 민감하게 조사

여가에 영향을 미치는 여가의 사회적인 지각정도, 일과 여가의 관계, 생활 환경과 여가, 여가 참여 변화에 대하여 다룬다. 이 중에서도 인구 변동은 여가 참여에 직접적으로 영향을 미치는데, 고령화 사회, 도시 인구 집중 현상 등으로 여가 참여의 형태를 바뀌게 한다. 또한, 사회적인 역할 변화 또는 여가 참여의 형태를 변화시켜 직업의 분포 현상, 조기 은퇴, 창업, 여성 인력의 증대 현상 등이 여가 참여의 형태에 영향을 미친다.

(나) 여가와 생활 만족

생활 만족은 상당히 보편적인 개념으로 안녕, 행복, 생활의 질 등이 생활 만족을 구성하는 요인으로 구성된다. 생활 만족은 주관적인 범주로 자아존중, 생활의 정도, 가족, 일, 정신적 그리고 신체적 건강, 지역사회와의 관계, 여가 참여가 있다.

(다) 시간과의 관계에서 해석 가능

사회의 도시화와 산업화에 따라 자유 시간과 여가 시간이 필연적으로 증대하기 때문에 시간은 중요한 여가 문제로 등장한다. 일반적인 사회화 과정은 어린이에서 청소년 기간 동안에 발생하는 일련의 사회 학습에 관한 기간을 말한다.

(2) 사회화 과정

어린이 시기에서부터 사회 생활에 필요한 무엇인가를 배우고 사회적인 인간으로 되어 가는 과정을 지칭한다.

(3) 여가의 사회화

재사회화와 탈사회화의 과정을 포함한다. 여가의 재사회화는 하나의 여가 활동에서 습득된 역할이 다른 여가 활동으로 전이되는 과정을 의미한다.

2. 여가의 사회심리적 이해

여가 사회심리학은 여가 행동을 가능하게 만드는 요인으로 여가를 지속적으로 참여하게 하는 심리적인 기제, 특정 행동의 성향을 만드는 제반 영향력에 대하여 접근한다.

(1) 일반적인 여가 사회심리학의 주제

① 여가와 성격 관계

여가 참여에서의 성격별 차이, 상황적이고 사회적인 영향력, 여가 참여의 형태와 정도 그리고 개인의 발달 국면을 다룬다.

② 여가와 요구

여가 행동을 유발시키는 원인의 집합체를 말하는 것으로 여가에 대한 수행 능력과 자기 결정력에 대한 면에 따라 정도가 나누어진다.

③ 여가와 태도

여가와 연관이 있는 대상물에 대한 개인적인 관점이나 믿음을 말하는 것으로 개인적인 경험과 사회적인 영향력에 따라 형성된다.

② 여가 활동에 영향을 주는 요인

- 여가 프로그램을 진행함에 있어 여러 가지 영향을 주는 요인들이 있다. 이러한 요인들을 고려하고 적합한 프로그램을 진행할 때 프로그램의 참여율과 만족도는 높아질 것이다. 무엇보다 모든 대상자들이 일률적으로 같은 활동을 원하는 것은 아니며 다양한 대상자들이 다양한 여가 활동들을 진행하기를 원하므로 그것에 대한 요인들을 알아보고자 한다.

- 하나의 주어진 집단, 지역사회, 혹은 개인에 대한 여가 경험을 계획할 때에 고려되어야 할 수많은 인과관계 요인이 있다. 한 지역사회는 그 지역의 지리적 위치에 의해서 크게 영향을 받을 수 있는 반면 또 다른 지역사회는 경제적 한계를 가지고 있을 수 있다. 생활 주기 분야는 연령이라는 요인에 의해 기본적으로 형성되었다.

- 우리의 여가 활동에 영향을 미칠 수 있는 변수로는 사회경제적 인구통계학 변수인

연령, 교육, 수입, 성, 직업, 사회적 지위, 인종, 종교 그리고 거주 지역과 같은 변수들이 있다.

1. 직업

일과 여가는 밀접한 관계가 있다. 일은 금전적인 면, 시간의 여유, 여가에 대한 정보, 여가의 필요성 등이 어떠한 직종의 직업을 가지고 있느냐에 따라 달라진다. 최상의 직업이나 전문적인 직업에 종사하는 개인이 보다 다양한 활동을 보여 주고 더 많은 에너지 소비를 필요로 하는 활동에 더 자주 참가하며, 전문적인 직업에 종사하는 사람이 격렬한 운동에 참여하는 비율이 더 높다는 연구 결과들이 있다. 반면, 낮은 직업에 종사하는 개인들은 텔레비전 시청과 술집에서 보내는 시간이 많다는 연구 결과들이 있다. 사람의 직업에 요구되는 창조력의 정도와 양은 여가 유형과 관련이 있다. 능력의 적용을 요구하는 직업에 종사하는 근로자는 여가에서 지적으로 적극적인 사람들이다. 더욱 창조적인 직업에 종사하는 사람들은 인적이 드문 야외 캠핑을 선호하는 것으로도 드러났다.

2. 교육과 소득

소득처럼 교육은 여가 유형에서 분리하기가 어려운 요인이다. 사회 경제적 평가 척도는 직업, 교육과 소득을 결합하여 사회적 지위의 지표로 사용한다. 여가에 지출한 정확한 소득의 비율을 정하는 것은 어렵다. 이유는 사람들은 자신의 실제 소득 수준을 알리기를 주저하기 때문이다. 소득 수준은 사람들이 선택하는 주거 양식에 영향을 미치고, 주거 양식은 다시 여가 유형에 영향을 미친다. 주택에 사는 사람들은 아파트에서 거주하는 사람들보다 더 자주 취미 생활에 몰두한다. 그러나 가정이나 거주지 외에서의 활동은 보다 비용이 많이 든다. 저소득층의 개인 집은 공간이 부족해서 여가 시간을 보내기에 물리적으로 어려운 장소이다. 중간소득층의 가족과 고소득층의 가족은 가족 구성원외에 몇 명의 친구를 안락하게 환대하기에 충분한 공간을 가질 뿐만 아니라 개인에게 사적인 장소를 제공할 수 있다.

3. 거주 지역

대상자가 거주하고 있는 지역적 특성에 따라 여가 활동에 영향을 미친다. 여가 활동을 할 수 있는 기관이나 장소, 지역 자원 등이 부족한 지역의 경우에는 대부분 텔레비전, 라디오, 음주, 실내 활동 등의 활동 외에는 진행할 수 없다. 또 농어촌 지역, 산간 지역, 어촌지역, 도시 등에 따라 여가 활동의 종류도 달라진다. 바다가 가까운 어촌 지역과 강가 등의 지역은 수영, 수상스키 등의 여가 활동들이 진행 될 것이며 산과 겨울이 긴 지역의 경우 겨울 스포츠의 활동들이 주가 될 것이다.

4. 사회 집단

여가 행위에 영향을 미치는 또 다른 변수는 사회 집단이다. 가족, 동료 혹은 직장 동료가 될 수 있는 사회적 집단은 여가 선택 결정에 있어서 우선 사항이 될 수 있다. 사적인 공동 생활체의 이론이 출현할 정도로 사회 집단 변수는 매우 중요하다.

이 이론은 인간의 여가 형태가 직장, 동료, 친구, 부모와 배우자에 의한 사회화와 관계를 통해 크게 발달될 것이라는 가정에 기초를 두었다.

③ 노인의 여가 활동 내용

1. 노인의 여가 활동

연령이 증가할수록 여가 시간은 많아지지만 여가 활동의 범위는 좁아지고 움직이는 활동보다는 앉아서 하는 활동이 많아진다. 또한, 가정 외 활동보다는 가정 내 활동이 증가하는 경향이 있다.

2. 특징

노년기 여가 활동에서는 경제적 사정, 건강 상태, 주거 환경 변화 등이 영향을 미치게 되며, 여가 시설 현황으로는 경로당, 노인복지관, 노인교실, 노인학교, 노인편의 시설 및 여가 시설 등이 있다. 젊은 시절 경제활동만 했던 대상자가 노인이 되었을 경우 여가 시간 활용에 더 큰 어려움을 겪고 있다. 또한, 사회의 변화, 개인의 변화, 노년기에 대한 인식의 변화, 의료 기술 발달 등의 여건으로 운동, 사교 모임, 교육 활동, 문화 활동 등의 노인의 여가 활동들이 늘어나고 있는 추세인 반면 다양한 여가 활동이 이루어지지 못하고 시설의 부족, 예산의 부족, 여가에 대한 잘못된 인식으로 인하여 아직 여가 활동이 부족한 상태이다. 따라서 올바른 여가 활동에 대한 교육 및 여가와 삶의 질 만족과의 상관관계의 인식이 고취되어야 한다. 무엇보다 경제적 부담과 건강상에 무리가 되지 않는 프로그램 개발이 필요하다.

2. 자원 개발 관리 및 정보 제공

- 여가 프로그램이란 여가 참여자가 여가 활동을 통해 만족할 수 있는 가능성을 최적화하도록 여가 환경을 조성하고 기획하는 것을 말한다.
- 올바른 여가 경험 형성을 위해서는 사회적, 신체적 그리고 자연적인 여건을 조성해 줄 수 있는 여가 프로그램을 계획, 조직해야 한다. 그리고 평가의 단계를 거쳐 적절한 여가 시설과 환경이 정비되어야 한다.
- 여가 프로그램의 정체성은 다음과 같은 세 가지 요인을 고려해야 이해가 가능하다. 첫째, 여가 프로그램은 여가 소비자의 행동을 분석하는 데에서 시작한다. 둘째, 프로그램이 나아갈 목표와 목적에 대한 설정이 프로그램 내에 포함되어야 한다. 셋째, 제공되어지는 프로그램 영역, 포맷, 홍보 전략, 예산 기획, 여가 자원 관리 등에 대하여 구체적인 계획과 실천이 프로그램 작업에 들어가야 한다.

① 여가 프로그램 구성 요인

1. 프로그램 영역

프로그램 영역이란 여러 가지 여가 활동들을 공통된 특성에 따라 범주화하고, 차이점에 따라 구분해 놓은 것을 말한다. 우리가 흔히 접하는 여가 프로그램 영역은 다

음과 같다.

- 예술 활동: 노래, 연기, 춤, 그림, 조각, 사진 등
- 문학 활동: 창작, 독서 등
- 수상 활동: 수영, 수상스키, 다이빙, 카누 등
- 스포츠와 게임: 각종 스포츠 게임
- 야외 활동: 낚시, 캠핑, 등산 등
- 사회적 활동: 사교 모임, 동호회 등
- 자기 발전 및 교육 활동: 봉사, 사회 모임, 공부 등
- 건강 증진 활동: 금연 모임, 다이어트 등
- 취미 활동: 수집, 옷 만들기 등
- 여행

2. 프로그램 포맷

프로그램 포맷이란 여가 참여자에게 프로그램이 제대로 제공되기 위하여 조직화되고 구조화되어지는 활동 방식을 말한다. 포맷 방식에는 스포츠나 게임에서 많이 사용되는 리그전 등의 경쟁 방식, 일정한 틀에 구애받지 않는 독서토론회, 수영처럼 자유로이 참여하는 방식, 참여자의 의사보다는 진행자의 일방적인 프로그램 진행인 강의, 회원제, 워크샵 등의 방식이 있다.

3. 프로그램 내용

프로그램 내용을 결정하는 기준은 계획의 설정된 기간이다. 프로그램 내용은 크게 장기간 계획, 단기간 계획으로 나뉜다.

(1) 프로그램 내용 계획 고려사항

(가) 대상자의 특성을 정확하게 고려

같은 여가 프로그램이라도 청소년과 노년층을 대상으로 하는 프로그램의 내용은 달라진다. 대상자의 특성에 따라 프로그램의 강약 조절 그리고 음악, 춤 등의 여가 자원에 대한 변화를 추구해야 한다.

(나) 프로그램에 맞는 적절한 인력 배치

프로그램을 올바르게 이끌어 갈 강사와 시설 지원팀을 구분해서 프로그램 내용에 따라 인력을 배치해야 한다.

(다) 내용선정 고려

여가 프로그램을 기획하는 기획자는 프로그램의 내용을 선정하는 데 있어서 참여 대상자들과의 욕구와 관심, 수준에 따라 내용을 정해야 한다.

4. 시간 요인

프로그램에서 시간 요인은 크게 두 부분으로 나뉜다.

- (1) 여가 활동이나 행사 전에 성공적으로 여가 참여자들에게 제공해 주기 위한 준비 시간이다.
- (2) 여가 활동이 효과적으로 적용되는 시간대를 설정하는 일이다. 시간대 요인에 따라 참여 대상자들과 내용이 바뀌게 된다.

5. 여가 시설

여가 시설은 여가가 발생하는 건물과 대지 등의 환경을 의미한다. 여가 활동의 특성에 따라 장소는 여러 군데로 나누어진다. 스포츠나 게임을 통해서 경쟁 방식을 적용할 경우 운동장이나 체육관이 확보되어야 한다. 회원제 방식에 따라 회원들에게 문화 강좌를 할 경우에는 쾌적한 강의실을 준비해야 한다.

6. 환경

여기서 말하는 환경이란 건물과 대지 등의 유형적인 차원의 물리적 시설 외에도 사회적 그리고 무형적인 제반 사항까지를 포함한다. 물리적 환경은 비단 여가 활용 건물과 시설이 구비된 것으로 끝나는 것이 아니라 그 시설물을 어떻게 관리하는가 또는 어떻게 정비하는가의 문제까지 포함한다.

7. 장비와 공급물

대체로 장비는 영구적으로 사용되거나 재사용되는 것을 말하며, 공급품은 여가 활동이나 행사 후에는 사용이 불가능한 물품을 말한다. 따라서 장비는 보통 오디오, 텔레비전, 라켓, 배구 네트 등을 말하고 공급물은 수영장 정제 화학품, 초, 트로피 등을 말한다. 여가 활동이 발생할 때 비용 문제를 고려해야 하기 때문에 장비가 어느 정도 필요한지 그리고 공급품은 어느 정도 소모되는지에 대하여 정확한 예측이 필요하다.

8. 인력 배치

인력 배치란 프로그램이 올바르게 실행되도록 인력을 관리하고 사용하는 것을 말한다. 여가 분야에서 일하는 인력을 배치하기 위해서 현장에서 지도하는 사람이 지닌 지식, 기능과 경력 등을 고려해야 한다.

9. 비용

프로그램을 구성할 때 비용은 사용되는 범위와 예상되는 수입에 근거해서 프로그램을 구성해야 한다. 지출되는 분야는 급여, 장비와 공급 물량, 시설비, 홍보비 등을 세부적으로 구상해야 한다.

10. 홍보

홍보는 기관이 대상자에게 행하는 의사소통 방식을 의미한다. 아무리 좋은 프로그램을 설정했다라도 대상자에게 효과적으로 홍보되고 전달되지 않으면 소용이 없다. 어떠한 홍보 방법으로 최대한의 효과성과 효율성을 높일 수 있을지 고민해야 한다.

② 대상자별 여가 활동

여가 프로그램은 잠재적인 참가자의 범위를 만족시키기 위해 다양한 경험을 제공할 필요가 있다. 단지 기회를 제공하는 것만으로 충분치 않다. 즉, 각자에게 필요한 기술과 지식을 가르치는 교육적 대응물이 있어야 한다. 프로그램 제공은 부분적으로 성

장과 발달 단계에 관련하여 고안되어야 한다.

1. 아동

세련된 운동 활동 대신에 근육 활동과 기초적인 운동이 필요하다. 아동이 TV를 너무 많이 시청하고 있고, 너무 오래 앉아 있는 생활을 하고 있으며, 먹는 식사가 형편없다면 경고 신호가 들어왔다고 볼 수 있다.

2. 청소년

성인들은 청소년들을 이해하기 어려울 수 있으며 청소년 자신조차 자신이 기분을 이해하기 어려울 때가 있다. 청소년기는 급속한 해부적, 생리적인 변화의 시기이다. 또래들은 가장 영향력 있는 집단이다. 아동기에서 성인기로의 과도기적 기간은 아주 불안정하고 불안감을 일으킬 수 있다. 또래 집단은 지지와 이해를 제공한다.

3. 성인

성인들을 위해 여가를 계획하는 것은 가장 쉽지만 실제로 성인들은 가장 적은 서비스를 받는다. 여가 상담은 성인들의 자유재량 시간을 계획하도록 돕기 위하여 개발되었다. 어떤 개인은 테니스를 할 시간과 하고 싶은 성향을 가지지만 게임하는 방법을 알지 못하며 개인 레슨이나 개인적인 클럽 회원이 될 여유가 없을 수 있다.

4. 고령자

- 기대 수명은 계속 증가되지만 많은 사람에게 있어, 노년기의 삶의 질은 감소되어 왔다. 그러므로 은퇴 계획은 재정적, 정신적 안정을 보장하기 위해서 은퇴 전의 기간 동안 계획되어질 필요가 있다. 사회는 노인의 자원과 기술을 이용함으로써 보다 적절하게 그들의 욕구를 충족시킬 수 있고 사회로 크게 혜택을 받을 것이다.

- 노인의 경우 기존의 사회적 위치, 건강, 학력 수준, 경제 수준, 가정 환경 등의 요인들에 많은 영향을 받는다. 하지만 예전에 비해 노인의 여가에 대한 인식이 많이 바뀌고 여가활동에 대한 교육들도 많이 진행되고 있다. 또한, 대기업이나 사회단체 기관들에서 은퇴 교육 등으로 인하여 노년의 여가 활동에 대해서 준비하는 노인들이 늘어나고 있다. 하지만 여전히 공원, 역 부근 등에서 시간을 보내고 잘못된 여가 활동(음주 등) 등으로 시간을 보내는 경우들이 많다. 특히 경제적 어려움, 정보의 부족 등으로 인하여 여가 활동을 참여하지 못하는 경우들이 있다.

- 사회복지기관에서 이루어지는 노인의 여가 활동은 단순히 남은 시간을 보내는 것이 아니라 삶의 질을 높이며 노인 정신 건강의 문제를 예방하는 활동이다.

5. 연령별 여가 활동 표

연령	스포츠	사회화	문화
10대	적극적, 실내외 활동 형태의 레크리에이션 활동 참여	춤과 10대들의 만남, 장소 사회화는 흥미 있고, 가장 관련성 있는 것이 중심생활이 됨.	춤, 노래, 노래방, 게임
20대	옥외 활동의 적극적인 참여	외식, 바, 클럽, 가장 중요	대중 오락, 게임, 영화, 문화

	여, 야외 배낭여행, 카누 타기 등	한 동료 집단과의 사회화	활동
30대	옥외 레크리에이션의 참여 빈도가 적고, 덜 적극적임.	집에서 식사, 가족 파티, 친척과 다른 친구들과의 만남	극장, 예술, 박물관, 책
40대	덜 적극적인 참여, 구경꾼이 됨	가족 지향적	여행, 자녀들이 집을 떠남에 따라 다른 주요 문화 중심지와 활동들이 매력을 끌게 됨.
50대	대다수는 구경하는 데 더 강조를 둠.	가족, 손자, 옛친구 방문	여행이 줄어들면서 TV가 중심적인 문화적자원이 됨.
60대	활동의 신체적 특성은 감소하며 구경함.	가족 중심적, 자녀들과 손자들, 옛친구	TV

6. 노인의 여가 활동 목록

여가 활동 유형	세부적 여가 활동
건강 및 스포츠 활동	자전거, 요가, 수영, 체조, 기 체조, 골프, 테니스, 배드민턴, 자전거, 게이트볼 등
취미 및 교양 활동	독서, 글짓기, 서예, 악기 연주, 화단 가꾸기, 요리 등
관람 및 감상 활동	TV 시청, 영화 감상, 음악 감상, 여행, 연극 감상 등
오락 및 사교 활동	장기, 바둑, 화투 등
봉사 및 종교 활동	지역사회 활동 참여, 종교 활동 등