

척수장애인의 여가활동 만족도가 삶의 만족도에 미치는 영향: 자립과 정서적 도움의 다중매개효과

유승모*, 차태현**, 김희**, 유두한**

*근로복지공단 대전병원 작업치료사

**건양대학교 작업치료학과 교수

국문초록

목적: 본 연구는 척수장애인의 여가활동 만족도가 삶의 만족도에 미치는 영향을 분석하고, 자립과 정서적 도움의 다중매개효과를 검증함으로써 여가활동의 중요성을 규명하는 데 목적이 있다. 이를 통해 척수장애인의 삶의 만족도 향상을 위한 실천적 방향과 정책적 근거를 제시하고자 한다.

방법: 2021년도 한국장애인개발원의 제4차 장애인 삶 패널 데이터를 활용하였다. 연구 대상은 척수장애인 298명으로, 주요 변수는 여가활동 만족도, 자립, 정서적 도움, 삶의 만족도이다. SPSS 21.0과 PROCESS MACRO를 이용하여 기술통계, 상관분석, 다중매개효과 분석을 실시하였다.

결과: 적극적 여가활동 집단의 삶의 만족도($M = 6.48$)는 소극적 여가활동 집단($M = 5.59$)과 여가활동이 없는 집단($M = 5.80$)보다 유의미하게 높았다. 상관분석 결과 자립과 정서적 도움을 제외한 모든 변수 간에 유의미한 상관관계가 나타났다. 여가활동 만족도는 정서적 도움을 매개로 삶의 만족도에 가장 큰 영향을 미쳤으며($\beta = 0.45, p < 0.01$), 자립 또한 여가활동 만족도와 삶의 만족도 간의 긍정적인 매개 역할을 하는 것으로 나타났다($\beta = 0.32, p < 0.01$).

결론: 본 연구는 여가활동이 척수장애인의 삶의 만족도 향상에 미치는 긍정적 영향을 강조하며, 자립과 정서적 도움을 강화하는 여가활동 프로그램의 필요성을 시사한다. 향후 척수장애인의 손상 수준과 개인적 특성을 고려한 맞춤형 여가활동 지원 정책을 구축하는 노력이 요구된다.

주제어: 매개효과, 삶의 만족도, 여가활동, 척수장애인

1. 서론

국내에서는 2020년 기준 100만 명당 26.4명의 척수 손상 환자가 발병하고 있으며(Choi et al., 2020) 척수 손상 발병률은 사회적 요인과 환경적 변화에 따라 함께 증가하고 있다. 대표적인 원인으로는 교통사고가 가장 많

으며 낙상, 폭력, 스포츠 관련 외상이 뒤를 잇는다(Chio et al., 2021). 척수손상 이후 운동, 감각, 자율신경 기능의 장애로 인해 대부분의 경우 비가역적 손상에 따라 평생 장애를 가지며 살아간다(Kennedy et al., 2009).

척수손상 장애인은 마비로 인해 사회적 참여와 직업, 여가활동, 외부활동의 참여기회가 현저히 줄어들며

ORCID: Yu, Seung Mo, <https://orcid.org/0009-0005-5318-1874>

Corresponding author: Cha, Tae Hyun (teahyun@konyang.ac.kr/Dept. of Occupational Therap, Konyang University)

Received 27 June 2025; Revised 14 July 2025; Accepted 15 July 2025

(Boop et al., 2020), 다른 장애유형에 비해 삶의 만족도도 낮다(Han, 2011). 이러한 삶의 만족도 저하는 우울감과 자살률 증가와 더불어 정서적 문제와 사회복귀의 어려움과 밀접한 관련이 있다(Gorzowski et al., 2010). 척수손상 장애인은 손상부위 이하의 운동 및 감각신경 외에도 자율신경계 손상으로 인해 일상생활을 스스로 유지하기 어려운 상태에 놓이고(Yoon et al., 2017), 이러한 자립능력의 저하는 타인의 도움이 필요하게 되며, 우울감을 증가시켜 전반적인 재활 과정에 부정적인 영향을 미친다(Yoo et al., 2001). 또한, 주위 사람에 대한 의존도가 증가하고 자아존중감이 낮아져 다양한 심리 정서적인 문제가 나타나게 된다(Jeon & Kim, 2007).

한편, 여가활동은 장애인의 삶의 만족도에 있어 긍정적인 영향을 미치는 요소로 사회적응기술을 획득하며 지역사회 참여에 긍정적인 기여를 할 뿐만 아니라(Park & Shim, 2013) 신체적, 정서적 건강과 삶의 만족도에 영향을 미친다(Gang et al., 2010). 하지만 실제 장애인의 대다수인 89.4%가 지난 1주일 동안 여가활동으로 'TV 시청'을 한 것으로 나타났으며, 32.4%의 '휴식'이 뒤를 이었다. 반면 '문화, 예술 활동', '취미, 자기계발활동', '스포츠' 등과 같은 여가활동은 매우 낮은 비율을 보이고 있는 것으로 나타났다(Kim et al., 2020). 이는 장애인의 건강상태, 경제적 상태, 사회적 편견, 물리적 환경 등 다양한 장애 요소가 여가활동 참여를 제한하기 때문이다. 따라서 척수손상 장애인의 여가활동 참여를 확대하고 삶의 만족도를 높이기 위해서는 장애를 고려한 다차원적인 접근이 필요하다.

지금까지의 척수손상 장애인의 삶의 만족도에 영향을 미치는 다양한 요인들을 주제로 척수손상 장애인의 일상생활 수행능력과 독립적인 생활이 삶의 만족도에 미치는 연구(Lee & Kang, 2021), 척수손상 장애인의 여가활동이 삶의 만족도에 미치는 연구(Lee et al., 2012), 정서적 도움이 척수손상 장애인의 삶의 만족도에 미치는 영향(Nam et al., 2011) 등 기존 연구들은 주로 여가활동, 자립, 정서적 도움 등 개별 요인의 영향력을 분석하거나 여가활동과 삶의 만족도 간의 단순한 관계성에 초점을 맞추는데 그쳤다. 그러나 이러한 접근은 척수손상 장애인의 삶의 만족도를 향상시키기 위한 통합적 관점을 제공하지 못하며, 자립과 정서적 도움이 여가활동과 삶의 만

족도 간의 관계에서 어떠한 매개 효과를 가지는지는 여전히 명확히 규명되지 않았다. 작업치료는 단순한 기능 회복을 넘어서 삶의 만족도 향상과 사회적 참여를 위한 포괄적 접근을 추구한다. 작업치료에서는 여가활동과 일상생활을 포함하고 있으며, 정서적 지지는 심리 사회적 안정성을 제공하는 중요한 환경적 요소로 간주된다.

따라서 본 연구는 척수장애인의 여가활동 만족도가 삶의 만족도에 미치는 영향을 분석하고, 자립과 정서적 도움이 가지는 다중매개효과를 규명하고자 한다. 이를 통해 척수장애인의 삶의 만족도에 어떠한 구조적 관계를 파악하고 척수손상 장애인을 위한 다각적인 치료 방향 설정과 여가활동 및 사회참여 프로그램 개발에 기여할 수 있을 것으로 기대된다.

II. 연구 방법

1. 연구 설계 및 연구 대상자

본 연구는 건양대학교 기관생명윤리 위원회 승인(KYU-2024-06-016)을 받은 후 실시되었다. 본 연구는 장애인 개발원의 2021년도 제4차 장애인 삶 패널 데이터를 활용하였다. 이 조사는 장애인의 삶의 변화를 파악하고, 일상생활, 소득 수준, 건강 상태, 복지 욕구, 사회참여 등을 분석하여 추후 정책 수립 및 지원에 필요한 기초자료를 제공하기 위해 실시되었다(Korea Disabled People's Development Institute, 2021). 본 연구에서는 이 중 여가활동, 정서적 도움, 자립, 현재 삶의 만족도의 네 가지 변수를 활용하였다. 조사의 모집단은 「장애인복지법」 제2조에 정의된 장애인으로, 2015년 1월 1일부터 2017년 12월 31일 사이에 보건복지부에 장애 등록을 완료한 등록장애인을 대상으로 한다. 본 연구의 연구대상자는 2021년도 제4차 장애인 삶 패널조사에 참여한 총 6,121명의 응답자를 대상으로 진행되었다. 이중, 주장에 유형이 지체장애로 보고된 828명을 선정하고 그 중에서 다시 지체장애 하위 분류에서 척수장애로 응답한 대상자를 2차로 추출하여, 최종적으로 298명의 척수장애인을 선정하였다.

2. 연구 도구

1) 종속변수: 삶의 만족도

삶의 만족도는 척수장애인이 현재 삶에 대해 느끼는 주관적 만족도를 측정하기 위해 활용되었다. 본 연구에서는 장애인 삶 패널조사의 현재 삶의 만족도를 묻는 항목 중 전반적 삶의 만족도에 대한 문항을 사용하였다. 응답은 10점 척도로 측정되었으며(1 = 매우 불만족, 10 = 매우 만족), 통계적 분석의 편의성을 위해 5점 척도로 변환하였다. 본 연구에서는 점수가 높을수록 삶의 만족도가 높다고 해석하였다.

2) 독립변수: 여가활동 만족도

본 연구에서는 장애인 삶 패널조사에 포함된 여가활동 항목의 하위문항인 여가활동 유형과 여가활동 만족도를 독립변수로 활용하였다. 선행연구에 따르면 장애인의 여가활동이 삶의 만족도에 미치는 영향을 파악하는 데 있어, 단순한 여가참여 빈도나 유형과 같은 객관적인 지표만으로는 그 영향을 충분히 설명하기 어렵기 때문에 개인이 여가활동에 부여하는 주관적 평가를 함께 고려해야 한다는 주장이 제기되어 왔다(Hammel et al., 2008). 특히 여가활동의 유형은 장애유형에 따라 사회적 배제의 양상이 다르므로, 활동의 특성에 따라 적극적, 소극적 여가활동으로 구분할 필요가 있으며(Lee & Choi, 2018), 이에 따라 본 연구에서는 여가활동의 유형을 기능적 기준으로 나눈 후, 4점 척도로 측정된 여가활동 만족도를 원자료 그대로 활용하여 독립변수로 설정하였다. 적극적 여가활동은 신체적, 정신적으로 활발히 참여하고 에너지를 소모하는 활동으로 운동(예: 헬스, 축구, 수영), 영화 및 연주회 관람, 예술 활동(예: 악기 연주, 글쓰기, 춤), 자원봉사 활동, 종교 활동, 친구 및 가족 모임, 바둑 및 장기, 집 주변 산책, 동식물 기르기에 해당하며, 소극적 여가활동은 신체 활동량이 적고 주거지 내에서 이루어지는 활동으로 TV 시청, 라디오 듣기, 컴퓨터 또는 인터넷 사용, 독서 및 학습, 휴식(낮잠, 목욕탕) 등이 이에 해당한다.

3) 매개변수

(1) 자립

자립 변수는 장애인의 일상생활 수행능력을 측정하기 위해 사용되었으며, 장애인 삶 패널조사에서 자립 항목의 하위 문항을 활용하였다. 본 연구에서는 원자료의 '귀하가 도움이 필요한 일상생활' 항목을 자립으로 변경하여 사용하였다. 문항은 (1) 전반적 일상생활, (2) 세면 및 개인위생 관리(목욕, 대소변, 손/발톱 관리 등), (3) 이동(휠체어 밀어주기, 길 안내하기, 버스 타고 내리기), (4) 의사소통(대화하기, 전화하기, 문자 쓰기 등), (5) 집 안전초 및 관리, (6) 건강관리(약 챙겨 먹기, 상처치료, 운동 등), (7) 학습활동(언어배우기, 쓰기, 말하기 등), (8) 금전관리(저축, 가계부 쓰기 등), (9) 여가 및 사회참여(여행, 쇼핑 등), (10) 식사(식사준비, 먹기, 치우기), (11) 옷 입고 벗기, (12) 기타로 구성되어있다. 본 연구에서는 '(12) 기타 문항'을 제외한 11개 문항의 합산 점수를 활용하였다. 4점 척도로 구성되어있으며(1 = 전혀 도움받지 않음, 4 = 전적으로 도움받음), 본 연구에서는 자립의 점수가 높을수록 일상생활에서 필요한 도움의 양이 많다고 해석하였으며, 본 연구에서 신뢰도 Cronbach's α 값은 0.934이었다.

(2) 정서적 도움

정서적 도움은 장애인이 사회적 관계에서 느끼는 정서적 지원 수준을 측정하기 위해 사용되었다. 본 연구에서는 장애인 삶 패널조사에서 사회관계의 하위항목인 정서적 도움 및 지지 문항을 사용하였으며 원자료의 정서적 도움 및 지지를 정서적 도움으로 변경하여 사용하였다. 세부문항은 (1) 나는 가족으로부터 정서적 도움과 지지를 받고 있다, (2) 나는 주변 사람들로 부터 정서적 도움과 지지를 받고 있다, (3) 나는 사회복지시설 종사자로부터 정서적 도움과 지지를 받고 있다고 구성되어있다. 4점 척도로 구성되어 있으며(1 = 전혀 그렇지 않다, 4 = 매우 그렇다), '9 = 해당없음'은 결측값으로 처리되었다. 본 연구에서는 점수가 높을수록 받고 있는 정서적 도움이 많다고 해석하였으며, 본 연구에서 신뢰도 Cronbach's α 값은 0.626이었다.

3. 분석도구

본 연구는 척수장애인의 여가활동이 삶의 만족도에 미치는 영향에서 자립과 정서적 도움의 매개효과를 검증하기 위하여 '2021년 장애인 삶 패널조사' 데이터를 활용하였다. 통계 분석은 SPSS 21.0과 PROCESS Macro Ver. 4.2를 사용하였으며, 통계적 유의수준은 0.05로 설정하였다. 척수장애인의 일반적 특성과 여가활동의 특성을 파악하기 위해 빈도분석과 기술통계를 실시하였다. 척수장애인의 여가활동 유형에 따른 자립 수준, 정서적 도움, 삶의 만족도 등의 차이를 분석하기 위해 t -test 및 One-way ANOVA를 활용하였다. ANOVA 분석에서 집단 간 평균 차이가 통계적으로 유의한 경우, Scheffé 사후검정을 실시하여 집단 간 차이를 확인하였다. 변수 간 상관관계를 파악하기 위해 Pearson의 상관분석을 수행하였으며, 여가활동 만족도가 삶의 만족도에 미치는 영향에서 자립과 정서적 도움의 매개효과를 검증하기 위해 매개변수가 2개인 직렬 다중매개모형(serial multiple mediation model)을 사용하였다. 해당 모형은 독립변수(X)가 첫 번째 매개변수(M1)에 영향을 미치고, 첫 번째 매개변수(M1)가 다시 두 번째 매개변수(M2)에 영향을 준 뒤, 최종적으로 종속변수(Y)에 영향을 미치는 순차적인 경로로 포함하는 분석 방법으로, 변수 간 직접효과와 간접효과를 동시에 분석할 수 있다(Hayes, 2013). 매개효과 검증은 PROCESS Macro의 Model 6을 활용하여 수행하였으며, 5,000번의 부트스트래핑을 통해 95% 신뢰구간을 산출하였다. 이때, 부트스트랩 신뢰구간에 0이 포함되지 않을 경우 매개효과는 통계적으로 유의한 것으로 해석하였다.

III. 연구 결과

1. 척수장애인의 일반적 특성과 여가활동의 특성

본 연구 대상자의 일반적 특성을 살펴보면, 여성(54.4%)이 남성(45.6%)보다 많았으며, 50세 이상(79.9%)이 대

다수를 차지했다. 학력은 중졸 이하(43.3%)가 가장 많았고, 결혼여부는 기혼(60.1%)이 가장 많았다. 장애 정도는 경증 장애(84.9%)가 대부분을 차지했다.

여가활동에서는 텔레비전 시청(62.1%)이 대부분을 차지하였으며, 그 외 컴퓨터 및 인터넷 이용(7.7%), 운동(6.4%), 친구 및 가족 모임, 휴식(낮잠, 목욕탕 가기), 집 주변 산책이 각각 14명(4.7%)으로 같은 비율을 보였다. 기능적 여가활동 유형은 소극적 여가활동(76.8%)이 가장 많았으며, 적극적 여가활동(18.5%), 여가활동 없음(4.7%) 순이었다. 여가활동 동반자는 혼자(59.4%)가 가장 많았고, 가족(21.8%)과 친구(12.4%)순으로 나타났다(Table 1).

2. 기능적 여가활동 집단 간 주요변수 차이검정

기능적 여가활동 유형에 따른 주요 변수들의 평균 차이를 분석한 결과는 다음과 같다(Table 2). 자립은 통계적으로 유의한 차이를 보이지 않았다($p > 0.05$). 여가활동 만족도와 정서적 도움은 집단 간 유의한 차이를 보였으며($p < 0.05$), 적극적 여가활동 집단이 가장 높은 평균을 보였다. 사후검정 결과 정서적 도움은(적극적 > 소극적 > 여가없음) 순으로 나타났다. 삶의 만족도는 집단 간 매우 유의한 차이를 보였으며($p < 0.001$), 사후검정 결과(적극적 > 여가 없음 > 소극적) 순으로 나타났다.

3. 영향요인에 따른 종속변수의 상관분석

여가활동 만족도, 자립, 정서적 도움, 삶의 만족도 간의 상관분석 결과는 다음과 같다(Table 3).

여가활동 만족도는 자립과 부적 상관관계를, 정서적 도움 및 삶의 만족도와는 정적 상관관계를 보였다. 자립은 삶의 만족도와 부적 상관관계를 나타냈으며, 정서적 도움은 삶의 만족도와 정적 상관관계를 보였다. 반면, 자립과 정서적 도움 간에는 유의한 상관관계가 나타나지 않았다.

Table 1. General Characteristics of Subjects

(N = 298)

		<i>n</i>	%
Sex	Male	136	45.6
	Female	162	54.4
Age group	Under 18 years old	15	5.0
	19-49	45	15.1
	Over 50	238	79.9
Education	Preschool and unschooled	25	8.4
	Middle school or lower	129	43.3
	High school	107	35.9
	College graduate or higher	37	12.4
Marital status	Unmarried	32	10.7
	Married	179	60.1
	Divorced/separated/widowed	87	29.2
Degree of disability	Severe disability	45	15.1
	Mild disability	253	84.9
Leisure activity	None	14	4.7
	Watching television	185	62.1
	Listening to the radio	5	1.7
	Watching movies, plays, concerts	1	0.3
	Using computer or internet	23	7.7
	Exercising	19	6.4
	Engaging in artistic activities	1	0.3
	Reading, studying	2	0.7
	Resting	14	4.7
	Gathering with friends and family	14	4.7
	Participating in religious activities	2	0.7
	Walking around the neighborhood	14	4.7
	Raising plants or animals	4	1.3
Functional leisure activities	No leisure activities	14	4.7
	Active leisure activities	55	18.5
	Passive leisure activities	229	76.8
Leisure activity companions	Alone	177	59.4
	Family	65	21.8
	Friends	37	12.4
	Others	19	6.4

4. 여가활동 만족이 삶의 만족에 미치는 영향과 자립과 정서적 도움의 다중매개효과 분석

본 연구는 PROCESS MACRO Model 6을 활용하여 여가활동 만족도가 척수장애인의 삶의 만족도에 미치는

영향에서 자립과 정서적 도움의 다중매개효과를 검증하였다(Table 4, Figure 1). 분석 결과, 일부 경로에서 유의미한 영향을 보였으나, 자립과 정서적 도움의 매개효과는 유의하지 않았다. 여가활동 만족도는 자립에 부정적 영향을 미쳤으며($B = -0.248, p < 0.05$), 이는 여가활

Table 2. Difference in Key Variables According to Functional Leisure Activities

		<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>t</i> / <i>F</i>	<i>p</i>	Post-hoc
Independent living	No leisure activities	1.90	0.87	1.413	0.245	-
	Active leisure activities	1.56	0.72			
	Passive leisure activities	1.59	0.67			
Leisure activity satisfaction	No leisure activities	-	-	6.551	0.011*	-
	Active leisure activities	2.87	0.55			
	Passive leisure activities	2.67	0.51			
Emotional support	No leisure activities ^a	2.57	0.80	3.438	0.033*	b > c > a
	Active leisure activities ^b	3.01	0.63			
	Passive leisure activities ^c	2.82	0.61			
Life satisfaction	No leisure activities ^a	5.80	1.15	8.417	0.000***	b > a > c
	Active leisure activities ^b	6.48	1.44			
	Passive leisure activities ^c	5.59	1.47			

-: Not Applicable, *M*: Mean, *SD*: Standard Deviation.

^aNo leisure activities, ^bActive leisure activities, ^cPassive leisure activities.

* $p < 0.05$, *** $p < 0.001$.

Table 3. Correlation Between Variables

	Leisure activity satisfaction	Independent living	Emotional support	Life satisfaction
Leisure activity satisfaction	1			
Independent living	-0.194**	1		
Emotional support	0.168*	0.056	1	
Life satisfaction	0.365***	-0.232***	0.390***	1

* $p < 0.05$, ** $p < 0.01$, *** $p < 0.001$.

Table 4. Multiple Mediation Effect Verification

X	Y	B	SE	<i>t</i>	<i>p</i>	Boot LLCI	Boot ULCI
Leisure activity satisfaction	Independent living	-0.248	0.075	-3.291	0.011*	-0.396	-0.010
Leisure activity satisfaction	Emotional support	0.215	0.070	3.046	0.003**	0.076	0.354
Independent living		0.068	0.055	1.244	0.214	-0.040	0.177
Leisure activity satisfaction	Life satisfaction	0.743	0.148	5.020	0.000***	0.452	1.034
Independent living		-0.461	0.114	-4.049	0.000***	-0.685	-0.237
Emotional support		0.919	0.124	7.431	0.000***	0.675	1.162
Leisure activity satisfaction	Life satisfaction	1.039	0.159	6.546	0.000***	0.726	1.351

Boot LLCI: Bootstrap Lower Level Confidence Interval, Boot ULCI: Bootstrap Upper Level Confidence Interval, X: Independent Variable, Y: Dependent Variable.

* $p < 0.05$, ** $p < 0.01$, *** $p < 0.001$.

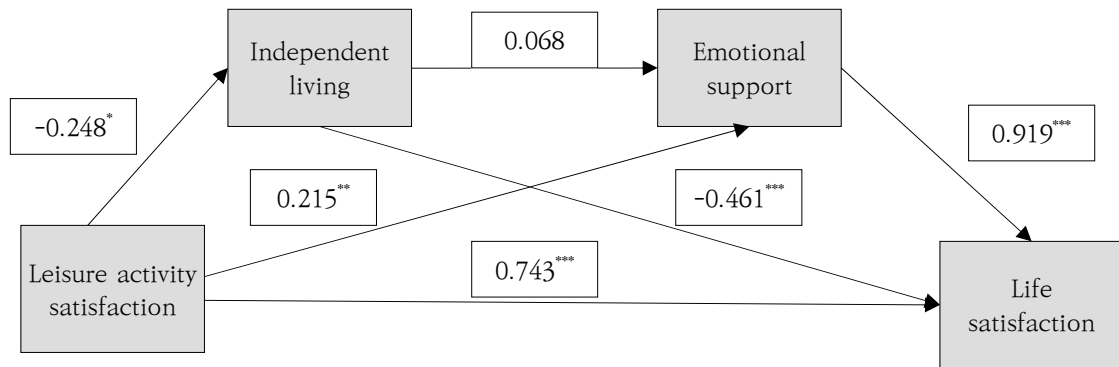


Figure 1. Validation of Mediator Model 6
^{*} $p < 0.05$, ^{**} $p < 0.01$, ^{***} $p < 0.001$.

Table 5. Significance Test of Mediation Effects

	Path	Effect	Boot SE	Boot LLCI	Boot ULCI
Mediation effect	X → M1 → Y	0.1141	0.0563	0.0253	0.2449
	X → M2 → Y	0.1973	0.0755	0.0569	0.3562
	X → M1 → M2 → Y	-0.0156	0.0131	-0.0430	0.0085

Boot LLCI: Bootstrap Lower Level Confidence Interval, Boot SE = Bootstrap Standard Error, Boot ULCI: Bootstrap Upper Level Confidence Interval, M1: Independent Living, M2: Emotional Support, X: Leisure Activity Satisfaction, Y: Life Satisfaction.

동 만족도가 높을수록 자립에 필요한 도움의 정도가 감소함을 의미한다. 또한, 정서적 도움에도 긍정적인 영향을 미쳤다($B = 0.215$, $p < 0.01$), 즉, 여가활동 만족도가 높을수록 정서적 도움을 더 많이 받는 경향이 나타났다. 반면, 자립과 정서적 도움 간의 관계는 통계적으로 유의하지 않았으며($B = 0.068$, $p > 0.05$), 부트스트래핑 신뢰구간(Boot LLCI = -0.040, Boot ULCI = 0.177)에 0을 포함하여 매개효과가 없음을 확인하였다. 여가활동 만족도는 삶의 만족도에 긍정적인 영향을 미쳤으며($B = 0.743$, $p < 0.001$), 자립은 삶의 만족도에 부정적 영향을 미쳤다($B = -0.461$, $p < 0.001$). 즉, 자립 생활에서 도움이 많이 필요할수록 삶의 만족도가 낮아지는 결과를 의미하며, 정서적 도움은 삶의 만족도를 높이는 요인으로 작용하였다($B = 0.919$, $p < 0.001$).

5. 여가활동 만족도가 삶의 만족도에 미치는 영향에서 자립과 정서적 도움의 매개경로 분석

본 연구는 PROCESS MACRO Model 6을 활용하여

여가활동 만족도가 척수장애인의 삶의 만족도에 미치는 경로에서 자립과 정서적 도움의 매개경로를 분석하였다(Table 5).

자립을 통한 매개경로($X \rightarrow M1 \rightarrow Y$), 여가활동 만족도가 자립을 경유하여 삶의 만족도에 미치는 간접효과는 유의미하였다($B = 0.1141$). 이는 여가활동 만족도가 높을수록 자립에 대한 도움의 필요성이 감소하고, 이를 통해 삶의 만족도가 증가함을 의미한다.

정서적 도움을 통한 매개경로($X \rightarrow M2 \rightarrow Y$), 여가활동 만족도가 정서적 도움을 경유하여 삶의 만족도에 미치는 간접효과 역시 유의미하였다($B = 0.1973$). 즉, 여가활동 만족도가 높을수록 정서적 도움을 더 많이 받아 삶의 만족도가 증가하는 경향을 보였다.

자립과 정서적 도움을 경유하는 순차적 매개경로($X \rightarrow M1 \rightarrow M2 \rightarrow Y$), 여가활동 만족도가 자립과 정서적 도움을 순차적으로 경유하여 삶의 만족도에 미치는 경로는 통계적으로 유의하지 않았다($B = -0.0156$). 이는 자립과 정서적 도움의 매개효과가 제한적인 것으로 나타났다.

Ⅳ. 고 찰

본 연구는 척수장애인의 여가활동이 삶의 만족도에 미치는 영향에서 자립과 정서적 도움의 매개효과를 확인하고 경로를 분석하여, 척수장애인의 삶의 만족도 향상을 위한 여가활동의 중요성을 규명하고자 하였다. 분석 결과, 적극적 여가활동 집단은 소극적 활동이나 비활동 집단보다 삶의 만족도와 정서적 도움 수준이 높았으며, 여가활동 만족도는 삶의 만족도에 유의미한 긍정적 영향을 미쳤다. 특히 여가활동 만족도는 정서적 도움을 통해 삶의 만족도에 가장 큰 영향을 주었고, 자립 또한 유의미한 매개효과를 가지는 것으로 나타났다. 반면, 자립과 정서적 도움 간의 직접적인 관계는 유의하지 않았다.

기능적 여가활동 집단 간 주요 변수의 차이를 분석한 결과, 적극적 여가활동 집단이 소극적 여가활동 집단과 여가활동을 하지 않는 집단보다 삶의 만족도와 정서적 도움에서 유의미하게 높은 점수를 보였다. 적극적 여가활동 집단의 삶의 만족도($M = 6.48$)가 소극적 여가활동 집단($M = 5.59$)과 여가활동이 없는 집단($M = 5.80$)보다 유의미하게 높았다. 이는 적극적인 여가활동이 삶의 만족도를 높이는 주요 요인임을 시사한다. Badia 등(2013)의 연구에서는 장애인이 타인과 함께 적극적인 스포츠 활동에 참여할 때 삶의 만족도가 높아지고 이는 단순히 여가활동을 소비하는 것이 아니라 사회적 관계 형성과 심리적 만족도를 동시에 충족하기 때문이라고 보고하였다. 또한, 집단별 여가활동 만족도를 분석한 결과 적극적 여가활동 집단의 여가활동 만족도에서 적극적 여가활동 집단($M = 2.87$)이 소극적 여가활동 집단($M = 2.67$)보다 높은 여가활동 만족감을 보였다. 정서적 도움 측면에서는 적극적 여가활동 집단($M = 3.01$)이 소극적 여가활동 집단($M = 2.82$) 및 여가활동이 없는 집단($M = 2.57$)보다 높은 점수를 나타냈다. 이는 여가활동이 단순히 개인적 활동에 그치지 않고 사회적 관계 형성과 정서적 안정감을 제공한다는 점을 보여준다. Martínez Ayanore과 Amu의 연구(Han et al., 2025에 인용됨)에 의하면 장애인의 여가활동은 심리적 안정에 긍정적 영향을 미쳐 사회적 관계형성에 영향을 준다고 보고하였으며 이는 본 연구 결과를 지지한다. 자립 수준에서는 세 집단 간 유의미한

차이가 없었으나, 여가활동이 없는 집단($M = 1.90$)이 가장 낮은 평균을 기록했다. 이는 여가활동의 유형이 자립 수준과 직접적으로 연결되지 않았음을 의미한다. 그러나 Shin과 Kim (2012)의 연구에서는 척수손상 운동선수가 비운동선수에 비해 일상생활 기능이 높다고 보고되었다. 이러한 결과는 운동과 같은 신체적 활동이 척수장애인의 자립을 촉진하고 일상생활 기능을 향상시키는 데 중요한 역할을 할 수 있음을 보여준다.

여가활동 만족이 삶의 만족에 미치는 영향과 그 과정에서 자립과 정서적 도움의 매개효과를 분석한 결과, 여러 유의미한 관계가 나타났다. 여가활동 만족이 자립에 미치는 영향은 유의미했으며, 이는 여가활동 만족도가 높을수록 일상생활에서 도움을 덜 필요로 한다는 것을 의미한다. 이는 Hong (2015)의 연구에서 장애인의 신체 활동량이 일상생활 수행능력에 긍정적인 영향을 미친다는 결과와 일치한다. 또한, 본 연구는 자립도가 높아질수록 삶의 만족도가 증가함을 확인했으며, 여가활동 참여가 척수장애인의 신체적 기능 향상과 자립성을 증진시켜 삶의 만족도를 높이는 주요 방법임을 보여준다. 여가활동 만족은 정서적 도움에도 유의미한 영향을 미쳤다. 이는 여가활동을 통해 정서적 도움과 지지를 받으면서 더 적극적으로 여가활동에 참여할 수 있음을 나타낸다. Song (2021)의 연구에서 장애인의 여가활동이 심리적 안정과 정서적 도움을 제공한다고 보고된 바 있으며, 이는 본 연구의 결과를 지지한다. 이러한 결과는 여가활동을 통해 사회적 지지체계를 강화하며 정서적인 지지를 받는 것이 척수장애인에게 중요한 요소가 될 수 있음을 보여준다. 여가활동 만족은 삶의 만족도에 매우 유의미한 긍정적 영향을 미쳤다. 이는 여가활동 만족도가 높을수록 삶의 만족도도 증가할 수 있음을 보여준다. Nam과 Lee (2017)의 연구에서도 장애인의 여가활동이 삶의 만족도에 긍정적인 영향을 미친다고 하였다. 자립과 삶의 만족도 간에는 유의미한 부적 관계가 나타났다. 이는 일상생활에서 도움이 많이 필요할수록 삶의 만족도가 감소할 수 있음을 의미한다. Kim 등(2013)의 연구에서 일상생활 수행능력이 높아질수록 삶의 만족도가 증가한다고 보고하였으며, 이는 본 연구의 결과를 뒷받침한다. 정서적 도움은 삶의 만족도에 매우 유의미한 긍정적 영향을 미쳤다. Nam 등(2011)의 연구에서도 정서적 도움이 장

애인의 삶의 만족도 증진에 기여한다고 밝혔다.

여가활동 만족도가 자립과 정서적 도움을 순차적으로 매개하여 삶의 만족도에 미치는 경로를 분석한 결과 여가활동 만족도가 자립을 거쳐 삶의 만족도에 미치는 경로는 유의미하게 나타났으며, 이는 여가활동이 척수장애인의 독립적인 자립을 강화하고 이를 통하여 삶의 만족도를 향상시킬 수 있음을 의미한다. 여가활동 만족도가 정서적 도움을 거쳐 삶의 만족도에 미치는 경로는 가장 높은 효과를 보였으며, 이는 척수장애인의 여가활동을 통하여 사회적 및 정서적인 지지와 도움을 받아 삶의 만족도를 증진시키는 중요한 요소임을 알 수 있다. 마지막으로 여가활동 만족도가 자립과 정서적 도움을 순차적으로 매개하여 삶의 만족도에 미치는 경로는 유의하지 않았다. 본 연구에서도 자립과 정서적 도움의 상관관계는 유의미하지 않았다.

결론적으로 본 연구의 의의는 장애인의 여가활동을 단순 참여 수준이 아닌 주관적 만족도를 중심으로 분석하였다는 점, 그리고 자립과 정서적 도움의 다중매개 효과를 통해 여가활동이 삶의 만족도에 미치는 경로를 구조적으로 분석했다는 데 있다. 특히 척수장애인을 대상으로 여가활동의 유형에 따른 만족도 및 심리사회적 요인과 자립을 함께 분석한 연구는 제한적이기에 본 연구의 차별점이 존재한다. 그러나 본 연구는 장애인 삶 패널조사에 참여한 척수장애인 298명을 대상으로 분석하였기에 척수손상의 정도, 병변 부위, 발병 원인 등 세부 특성이 반영되지 못했다는 제한점이 있다. 또한, 횡단적 자료를 사용하였기에 인과관계를 명확히 규명하는 데 한계가 있었다. 향후 연구에서는 손상 수준, 병변 특성, 여가 접근성 등의 변수를 포함한 세분화된 분석이 필요할 것으로 사료된다.

V. 결 론

본 연구는 척수장애인의 여가활동 만족도가 삶의 만족도에 미치는 영향을 분석하고, 이 과정에서 자립과 정서적 도움의 매개효과를 검증하였다. 분석 결과 여가활동 만족도는 삶의 만족도에 정적인 유의미한 영향을 미쳤으며, 자립과 정서적 도움은 이 관계에서 중요한 매개변수

로 작용하였다. 특히, 적극적 여가활동 집단은 소극적 활동 및 여가 비참여 집단에 비해 삶의 만족도와 정서적 도움 수준에서 유의하게 높은 점수를 나타냈다. 이러한 결과는 척수장애인의 삶의 만족도를 향상시키기 위해 단순한 여가 참여가 아닌 적극적 여가활동의 제공이 필요함을 시사한다. 여가활동은 단순히 시간을 보내는 행위를 넘어, 정서적 안정감, 사회적 상호작용, 신체적 기능을 향상하는 중요한 요인으로 작용할 수 있다. 이를 바탕으로 척수장애인의 여가 참여를 확대하기 위해 신체 기능에 적합한 보조기기 지원 확대, 여가시설 및 접근성 개선, 정서적 지원과 지역사회 네트워크 구축, 경제적 부담 완화를 위한 제도 개선을 요구한다. 본 연구는 척수장애인의 삶의 만족도 향상을 위한 여가활동의 중요성을 규명함으로써, 향후 작업치료 및 지역사회 중재 프로그램 설계에 활용 가능한 기초자료로 활용될 수 있다.

References

- Badia, M., Orgaz, M. B., Verdugo, M. Á., Ullán, A. M., & Martínez, M. (2013). Relationships between leisure participation and quality of life of people with developmental disabilities. *Journal of Applied Research in Intellectual Disabilities*, 26(6), 533-545. <https://doi.org/10.1111/jar.12052>
- Boop, C., Cahill, S. M., Davis, C., Dorsey, J., Gibbs, V., & Herr, B. (2020). Occupational therapy practice framework: Domain and process-fourth edition. *American Journal of Occupational Therapy*, 74(S2), 7412410010p1-7412410010p87. <https://doi.org/10.5014/ajot.2020.74S2001>
- Chio, J. C. T., Xu, K. J., Popovich, P., David, S., & Fehlings, M. G. (2021). Neuroimmunological therapies for treating spinal cord injury: Evidence and future perspectives. *Experimental Neurology*, 341, 113704. <https://doi.org/10.1016/j.expneurol.2021.113704>

- Choi, S. H., Sung, C. H., Heo, D. R., Jeong, S. Y., & Kang, C. N. (2020). Incidence of acute spinal cord injury and associated complications of methylprednisolone therapy: A national population-based study in South Korea. *Spinal Cord*, 58, 232-237. <https://doi.org/10.1038/s41393-019-0357-2>
- Gang, M. K., Lee, D. J., & Yoo, K. H. (2010). Effects of participation of the handicapped in leisure activities upon their life satisfaction depending on disability type. *Korean Journal of Child and Family Welfare*, 15(4), 137-155. <https://www.kci.go.kr/kciportal/ci/sereArticleSearch/ciSereArtiView.kci?sereArticleSearchBean.artiId=ART001508949>
- Gorzkowski, J. A., Kelly, E. H., Klaas, S. J., & Vogel, L. C. (2010). Girls with spinal cord injury: Social and job-related participation and psychosocial outcomes. *Rehabilitation Psychology*, 55(1), 58-67. <https://doi.org/10.1037/a0018275>
- Hammel, J., Magasi, S., Heinemann, A., Whiteneck, G., Bogner, J., & Rodriguez, E. (2008). What does participation mean? An insider perspective from people with disabilities. *Disability and Rehabilitation*, 30(19), 1445-1460. <https://doi.org/10.1080/09638280701625534>
- Han, A., Park, S. H., & Seo, H. J. (2025). Exploring the impact of disability acceptance and leisure experiences on the quality of life in individuals with spinal cord injuries during the COVID-19 pandemic. *Korean Journal of Leisure, Recreation & Park*, 49(1), 1-14. <https://doi.org/10.26446/kjlrp.2025.3.49.1.1>
- Han, J. H. (2011). *The effect of activities of daily living performance of patients with spinal cord injury on the quality of life* (Doctoral dissertation). Inje University.
- Hayes, A. F. (2013). *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A regression-based approach*. Guilford Press.
- Hong, H. H. (2015). The relationship among participation in habitual physical activities, ADLs, upper body skinfold in wheelchair users. *Journal of Rehabilitation Research*, 19(3), 159-173. <https://www.kci.go.kr/kciportal/ci/sereArticleSearch/ciSereArtiView.kci?sereArticleSearchBean.artiId=ART002038349>
- Jeon, B. J., & Kim, S. G. (2007). A biographical study on the adaptation to everyday life of a person with a 5th cervical spinal cord injury. *Korean Journal of Occupational Therapy*, 15(3), 105-116. <https://www.kci.go.kr/kciportal/ci/sereArticleSearch/ciSereArtiView.kci?sereArticleSearchBean.artiId=ART001209748>
- Kennedy, P., Evans, M., & Sandhu, N. (2009). Psychological adjustment to spinal cord injury: The contribution of coping, hope and cognitive appraisals. *Psychology, Health & Medicine*, 14(1), 17-33. <https://doi.org/10.1080/13548500802001801>
- Kim, J. W., Oh, M. H., Baek, J. Y., & Lee, J. S. (2013). The effects of activities of daily living and living satisfaction of the physical disabled at home. *Korean Journal of Occupational Therapy*, 21(1), 15-26. <https://www.kci.go.kr/kciportal/ci/sereArticleSearch/ciSereArtiView.kci?sereArticleSearchBean.artiId=ART001753706>
- Kim, S., Lee, M., Oh, W., Oh, D., Hwang, J., Oh, M., Kim, J., Lee, Y., Kang, D., Kwon, S., Baek, E., Yoon, S., & Lee, S. (2020). *2020 survey on the living conditions of persons with disabilities*. Korea Institute for Health and Social Affairs. <https://www.prism.go.kr/homepage/asmt/popup/1351000-202000241>
- Korea Disabled People's Development Institute. (2021). *Disability and life dynamics panel*. <https://www.koddi.or.kr>

- Lee, G. H., & Choi, I. C. (2018). Effects of social exclusion on intention, meaning, and pleasure in leisure. *Journal of Social Science*, 29(4), 41-59. <https://doi.org/10.16881/jss.2018.10.29.4.41>
- Lee, J. H., & Kang, B. R. (2021). A study on the correlation between upper limb pain, daily life activities and quality of life in spinal cord injury. *Journal of Korean Academy of Medicine & Therapy Science*, 13(2), 33-41. <https://doi.org/10.31321/kmts.2021.13.2.33>
- Lee, W. W., Kim, H. J., & Kwon, H. C. (2012). Influence of leisure activity by the spinal cord injury on quality of life. *Journal of Korean Society of Community Based Occupational Therapy*, 2(1), 97-104. <https://scienceon.kisti.re.kr/commons/util/originalView.do?cn=JAKO201209550650500&oCn=JAKO201209550650500&dbt=JAKO&journal=566750>
- Nam, H. J., & Lee, H. J. (2017). Correlates of the participation of leisure activities, leisure satisfaction, and quality of life among disabled people. *Journal of Rehabilitation & Inclusion Research*, 21(1), 121-140. <https://doi.org/10.16884/JRR.2017.21.1.121>
- Nam, Y. H., Chae, I. S., Lee, S. J., Cheon, D. H., & Kim, Y. S. (2011). A study of social support and life satisfaction of those with disability owing to spinal cord injury: Focusing on mediatory effects of self-efficacy. *Journal of Social Science*, 37(2), 1-22. <https://doi.org/10.15820/khjss.2011.37.2.001>
- Park, Y. J., & Shim, K. S. (2013). The analysis on the causal model social skill ability of those with mental disorder disability. *Journal of Rehabilitation Research*, 17(1), 137-162. <http://www.kci.go.kr/kciportal/ci/sereArticleSearch/ciSereArtiView.kci?sereArticleSearchBean.artiId=ART001760068>
- Shin, H. K., & Kim, Y. J. (2012). The study of functional independence and bone mineral density in athletes with spinal cord injury. *Journal of the Korean Society of Physical Medicine*, 7(1), 119-124. <https://doi.org/10.13066/kspm.2012.7.1.119>
- Song, J. Y. (2021). The effect of leisure activity participation of persons with disabilities on life satisfaction: Based on the mediating effects of disability acceptance. *Health and Social Welfare Review*, 41(1), 146-159. <https://doi.org/10.15709/hswr.2021.41.1.146>
- Yoo, S. J., Kim, H. S., Kim, K. S., & Baek, H. G. (2001). The effects of community-Based self-help management program by strengthening self-efficacy of post stroke elderly patients. *Korean Journal of Rehabilitation Nursing*, 4(2), 187-197. <http://www.kci.go.kr/kciportal/ci/sereArticleSearch/ciSereArtiView.kci?sereArticleSearchBean.artiId=ART002088019>
- Yoon, H. S., Park, H. H., Lee, C. W., & Choi, S. S. (2017). The analysis of inactive people with spinal cord injury. *Legislation and Policy Studies*, 9(1), 395-419. <https://doi.org/10.22809/nars.2017.9.1.016>

Abstract

Effects of Leisure Activity Satisfaction on Life Satisfaction in Individuals With Spinal Cord Injury: Multiple Mediating Effects of Independent Living and Emotional Support

Yu, Seung Mo*, M.S., O.T., Cha, Tae Hyun**, Ph.D., O.T., Kim, Hee**, Ph.D., O.T.,
Yoo, Doo-Han**, Ph.D., O.T.

*Workers' Compensation and Welfare Service Daejeon Hospital, Occupational Therapist

**Dept. of Occupational Therap, Konyang University, Professor

Objective: This study examined the effect of leisure activity satisfaction on life satisfaction among individuals with spinal cord injury and verified the multiple mediating effects of independence and emotional support, highlighting the role of leisure in enhancing life satisfaction.

Methods: Data were obtained from the 4th Panel Survey on the Life of People with Disabilities (2021) conducted by the Korea Disabled People's Development Institute. Participants included 298 individuals with spinal cord injury. Descriptive statistics, correlation, and multiple mediation analyses were conducted using SPSS 21.0 and PROCESS.

Results: Life satisfaction was significantly higher in the active leisure group ($M = 6.48$) than in the passive ($M = 5.59$) and no-activity ($M = 5.80$) groups. Leisure activity satisfaction significantly predicted life satisfaction, with indirect effects through emotional support ($\beta = 0.45$, $p < 0.01$) and independence ($\beta = 0.32$, $p < 0.01$).

Conclusion: Leisure activity satisfaction enhances life satisfaction in patients with spinal cord injury, supporting the need for tailored leisure interventions.

Key words: Leisure activity satisfaction, Life satisfaction, Mediation effect, Spinal cord injury