

플로깅 참여자들의 참여동기가 참여 효능감과 자아존중감 및 삶의 만족에 미치는 영향

채수원¹ · 김진국^{2*}

The Effects of Motivation of Plogging Participants on Participation
Efficacy, Self-Esteem and Life Satisfaction

Chae, Soo-Won¹ · Kim, Jin-Kook^{2*}

Abstract

The purpose of this study is to investigate the effects of participation motivation on participation efficacy, self-esteem and life satisfaction of participants in the plogging activities, and to help them expand and participate continuously as a volunteer activity in the future. For this purpose, the following conclusions were drawn by using correlation analysis and regression analysis among variables based on a total of 294 questionnaires using convenience sampling method. First, among the motivations of the participants in the plogging activity, the representative, self-development, and external motivation had a significant effect on the participation efficacy, and the leisure motivation did not have an effect. Second, the participation efficacy of the participants in the plogging activity had a positive effect on self-esteem. Third, participation efficacy of participants in the plogging activity had a positive effect on life satisfaction. Plogging activities are rapidly spreading around the younger generation, and companies are also doing a lot of activities as part of social contribution. In order for the plogging activity to be recognized as an eco-friendly behavior, it is necessary to promote the government and local governments and systematically manage volunteer activities. It is time for the government and local governments to make efforts to establish policies so that plogging can become a representative icon of service by combining various eco-friendly activities together.

Key words: Plogging, Motivation, Participation efficacy, Self-esteem, Life satisfaction

* navyjk@daum.net

1. 연세대학교(Yonsei University)/박사후 연구원

2. 남서울대학교(Namseoul University)/겸임교수

I. 서 론

1. 연구의 필요성

플로깅(plogging)은 조깅을 하면서 쓰레기를 줍는 운동을 말한다. ‘이삭을 줍는다.’는 뜻을 가진 스웨덴어 ‘plocka upp’과 영어 단어 ‘jogging(조깅)’을 합성한 단어로 2016년 스웨덴에서 처음 시작된 이 운동은 북유럽을 중심으로 빠르게 확산됐다(이승희, 2020). 플로깅은 쓰레기를 줍기 위해 앉았다 일어나는 동작이 하체 운동인 스쿼트 운동 자세와 유사한 등 단순 조깅보다 칼로리 소모가 많고, 환경 보호 측면이 강조된 환경 정화 봉사활동으로도 인식되어 MZ세를 중심으로 인기를 끌고 있다(이운청, 2022).

이와 같은 이유로 플로깅 활동이 사회관계망서비스(SNS)를 통해 빠르게 확산되고 있다. 2022년 5월 기준 인스타그램 게시물 통계를 집계한 결과 플로깅 관련 콘텐츠는 9만 8,000여 개에 달했다(한상현, 2022). 인증샷의 대부분은 쓰레기를 들고 있거나 쓰레기 줍기 봉사활동을 하고 있는 모습이다. 이 활동은 쓰레기봉투와 집계만 챙기면 되기 때문에 산책길이나 등산로 등 일상생활 곳곳에서 실천할 수 있다. 이와 함께 바다 표류물이나 쓰레기를 주워 재활용 작품을 만드는 환경보호 활동을 일컫는 ‘비치코밍’도 증가하고 있는 것으로 나타났다. 이 같은 활동이 확산하는 것은 사회적 거리두기가 해제되고 따뜻한 날이 지속되면서 외출이 늘어 쓰레기 또한 함께 증가하고 있기 때문이다.

서울시 한강사업본부에 따르면 서울시 소재의 11개 한강공원에서 2022년 4월에 배출된 음식물쓰레기는 20.7t으로 집계됐다. 전년(16.7t)보다 23% 증가한 수치다(김도균, 2022). 코로나19의 규제가 풀리면서 사람들의 야외활동이 점차 활발해져 활

기찬 공원의 모습을 기대할 수 있지만, 이면에는 이렇게 사람들이 배달음식 등을 먹고 무분별하게 방치해 놓은 쓰레기들이 넘쳐나고 있는 실정이다.

이러한 사회적 인식으로 인해 기업들 역시 사회 공헌 활동의 일환으로 플로깅 활동에 대한 기부 캠페인을 많이 실시하고 있다. 일례로 자동차 기업인 기아는 창립기념일을 맞이하여 임직원 봉사 주간(Kia Movement Week)으로 지정하여 플로깅 이벤트와 함께 걷기 기부 캠페인 및 모둠 3,500그룹을 기부하는 등 친환경 참여형 봉사활동 캠페인을 전개하였다(윤지현, 2022). 또한 유통업체인 세븐일레븐 역시 창립기념일을 맞아 플로깅 친환경 캠페인을 진행하였는데, 환경 보호의 중요성을 환기하고 친환경 ESG 경영을 실천하기 위한 기획이라고 밝혔다(유선준, 2022).

이처럼 플로깅 활동에 대한 참여가 고조되면서 환경 보존을 위한 많은 사람들의 인식이 달라지고 있다. 특히 MZ세대들이 추구하는 삶의 방식들이 가치 있는 삶에 대한 동경(김진국, 양성철, 2021)과 그 의미가 맞아떨어지면서 점차 건강과 봉사 활동의 의미로서 확산되고 있다. 그렇다면 플로깅 활동에 참여하는 사람들은 어떤 과정을 통해 무슨 가치를 추구하고 있는지 살펴볼 필요가 있다.

아직 국내 연구에서는 플로깅 활동에 대한 선행 연구가 존재하지 않는다. 그래서 봉사활동의 일환으로 전개되는 플로깅 활동의 참여 동기는 다른 영역의 봉사활동에 대한 연구를 바탕으로 그 의미를 해석하고자 한다. 자원봉사활동은 공동의 복지 향상을 위하여 특정한 보상을 기대하지 않고, 자발적으로 시간과 노력을 지속적으로 투입하는 활동으로 정의할 수 있다(강명례, 2019). 그러므로 자원봉사 참여자들의 동기를 파악하여 봉사활동에 지속적으로 몰입하게 참여할 수 있는 요인을 분석하고, 참여자들의 만족감을 파악하는 절차가 매우 중요

한 관건이라 할 수 있다(구혜영, 2007).

이러한 개념은 자원봉사자들의 활동유효성과 관련이 있는데 자신이나 조직이 세운 활동 목표의 성공 여부를 평가하면서 봉사활동의 욕구 충족을 의미하는 것이라 할 수 있다(정중녀, 2015). 또한 이은희(2010)의 연구 결과에 따르면 사회 심리적 참여동기가 활동유효성과 유의미한 상관관계가 있다고 하여 참여동기를 향상시키는 것은 매우 중요함을 시사하였다. 또한 김미령(2014)의 연구에서도 참여동기는 참여만족을 이끌어내는 원인 변수로 작용하였다고 하여 참여동기에 대한 분석은 매우 중요한 시작점이 될 수 있음을 강조하였다.

한편 봉사활동을 지속적으로 참여할 수 있게 만드는 원동력의 또 다른 관점은 참여 후 자신에게 돌아올 수 있는 가치가 중요하다. 봉사활동을 통해 스스로 즐거움과 보람을 느끼고, 참여에 대한 사회적 인정이 부가된다면 참여자들은 자신에 대한 자아존중감이 살아날 수 있다(정호순, 2013). 또한 많은 사람들과 함께 의미 있는 사회적 활동을 한다는 것은 결국 지역사회에 생산적 효과를 기대할 수 있고, 참여자들에게는 삶의 만족감을 높이는데 매우 효과적인 활동이 될 수 있음을 주목할 필요가 있다(나정애, 2010).

지금까지 진행된 선행 연구들을 살펴보면, 앞서 언급한 것처럼 플로깅 활동이 최근 국내에서 활성화되고 있는 관계로 선행연구는 아직 발견되고 있지 않다. 그러나 플로깅 활동은 일종의 봉사활동으로 접근할 수 있기 때문에 봉사활동의 참여동기를 중심으로 지속적 참여의 인과 관계를 다룬 연구들(류기형, 2013; 윤대균, 2012; 이금룡, 권기환, 2011; Daniels, 1985; Fox, & Wheeler, 2002; Gwinner, Gremler, & Bitner, 1998)은 국내외 다수가 발표되었기 때문에 이를 기반으로 본 연구를 진행하고자 한다.

따라서 본 연구는 플로깅 활동 참여자들이 인식하는 참여동기에 따라 참여효능감, 자아존중감 및 삶의 만족도의 인과관계를 분석하고자 한다. 이를 통해 환경 보존을 위한 범국민 캠페인의 지속적 전개를 위해 참여자들이 동기 요인을 분석하고, 그들이 추구하는 가치 체계에 대한 이해를 도모하는데 필요한 실효성 있는 기초자료를 제공하는데 그 목적이 있다.

2. 이론적 배경 및 연구 가설

1) 플로깅 참여자들의 참여동기와 참여효능감의 관계

플로깅에 참여하는 사람들은 개인의 건강을 위한 스포츠 활동과 환경보전을 위한 봉사활동을 동시에 수행한다. 그러므로 자원봉사의 개념이 포함된 건강지향의 신 개념 활동이라 볼 수 있다. 아직까지 플로깅과 같이 복합적인 목적의 유사 활동이 존재하지 않아 이론적 배경으로는 개인의 건강보다는 자원봉사의 개념으로 접근하는 것이 참여동기를 설명하는데 적합한 것으로 판단하였다.

그러므로 플로깅 참여자의 참여동기는 자원봉사의 참여동기로 설명이 가능한데, Jackson(1988)은 행동에 대한 원인에 있어 내적자극과 외적자극에 의해서 나타나는 의미로 이를 어떻게 지각하느냐 하는 것을 자원봉사의 참여동기로 설명하였다. 즉, 일종의 욕구와 유사한 개념으로 내적 상태에서 유발된 욕구가 목표지향적 행동을 유발하여 유지시키는 것으로 볼 수 있다. 따라서 개인의 내적 욕구와 목표지향적 행동 유발에는 여러 가지 요인이 작용할 수 있기 때문에 자원봉사자들의 참여동기 역시 다양한 형태로 분류할 수 있다.

대표적인 국내 사례로 김창석, 최수일(2012)은 자원봉사자의 참여동기를 개인의 성취, 자아실현,

사회적 활동과 책임감으로 분류하였고, 정중녀 (2015)는 자기개발적 참여동기, 대의적 참여동기, 외부적 참여동기, 여가적 참여동기로 구성하여 연구하였다. 또한 해외 사례로는 Strigas, & Jackson (2003)은 대의적 요인, 여가적 요인, 외부적 요인, 물질적 요인, 이기적 요인의 5개로 분류하였고, Clary, et al.(1998)는 자원봉사기능척도(VFI: Volunteer Functions Inventory)에서 가치 동기, 이해 동기, 강화 동기, 사회적 동기, 경력 동기, 보호적 동기 등 6개를 제시하였다. 이렇듯 다양한 봉사활동 형태와 봉사자들의 특성에 따라 조금은 그 영역이 다르지만, 플로깅의 특성상 젊은 사람들이 대부분이고 환경을 보전하는 공통적 목표를 감안하여 본 연구에서는 자기개발, 대의적, 외부적, 여가적 동기의 4가지 영역으로 구분하였다.

자기개발 동기는 특정한 목표추구 행위를 이끌어내는 원천적인 힘으로 자기개발을 통해 나타나는 학습행동이다(이종민, 이근모, 2016). 대의적 동기는 스스로 가치가 있다고 생각하고, 지역사회 발전에 기여함으로써 더 좋은 사회를 만들 수 있다는 신념이다(정중녀, 2015). 그리고 외부적 동기는 인간의 사회화 현상에서 자연적 또는 내적동기가 아닌 것에서 요구되는 가치나 태도와 같은 행동으로 설명된다(정주진, 2011). 아울러 여가적 동기는 개인의 발전을 도모할 수 있는 의미있는 여가활동으로서 플로깅 참여자들의 봉사활동 외에 개인적 참여동기 영역에 포함된다고 할 수 있다.

한편 참여효능감은 자신의 노력을 통해 누군가에게 혜택이 돌아가기를 기대하는 마음의 인식으로 봉사활동 본연의 지향성을 내포하고 있는 개념이다(Black, & DiNitto, 1994). 그러므로 개인이 참여하는 봉사활동에 대한 능력과 기대감의 표현이자 자신이 노력한 활동이 사회와 국가에 긍정적인 영향을 줄 수 있다는 자신감을 내포하고 있다. 그

리므로 참여효능감은 자원봉사자의 참여동기와 관련하여 봉사활동의 만족도를 높여 지속적으로 활동을 할 수 있게 만들어 주는 중요한 변인으로써 역할을 할 수 있다(이금룡, 권기환, 2011).

이는 윤남교(2020)의 최근 연구결과에서 확인할 수 있는데, 자원봉사자의 봉사참여동기와 봉사활동 만족도의 관계 중 외부적 동기와 자기개발 동기가 참가효능감에 긍정적인 영향을 주었다고 주장하였다. 또한 광미정, 김태동(2014)은 여성 노인의 봉사 참여동기와 자기 효능감의 관계를 규명하였는데, 자기개발 동기 및 주변 권유의 외부동기가 자기효능감의 정(+)의 영향을 주었다고 하였다. 따라서 상기와 같은 맥락에서 다음의 <가설 1>을 설정하였다.

H1: 플로깅 참여자들의 참여동기는 참여효능감에 긍정적인 영향을 미칠 것이다.

H1-1: 플로깅 참여자들의 자기개발 동기는 참여효능감에 긍정적인 영향을 미칠 것이다.

H1-2: 플로깅 참여자들의 대의적 동기는 참여효능감에 긍정적인 영향을 미칠 것이다.

H1-3: 플로깅 참여자들의 외부적 동기는 참여효능감에 긍정적인 영향을 미칠 것이다.

H1-4: 플로깅 참여자들의 여가적 동기는 참여효능감에 긍정적인 영향을 미칠 것이다.

2) 플로깅 참여자들의 참여효능감과 자아존중감의 관계

지속적인 봉사활동을 담보하기 위해서는 여러 가지 요인들이 작용하겠지만, 그 중에서 봉사활동 만족도를 높여주는 좋은 요인은 바로 참여 효능감이다(윤남교, 2020). 봉사활동은 반대급부를 바라고 노력하는 활동이 아니기 때문에 스스로 참여 선택에 대한 확신과 자신감 그리고 외부적 지지가 지

속적 봉사활동 참여의 근원이 될 수 있다는 의미가 된다.

그러므로 이러한 참여효능감은 바로 자기 스스로에 대한 질문과 답을 던지는 과정이 무한 반복될 가능성이 높다. 스스로 선택한 봉사활동이 개인적으로나 사회적으로 별 의미가 없는 활동이라고 판단되면 언제든지 봉사활동을 그만 둘 가능성이 높기 때문이다. 그러므로 봉사자들의 자아존중감의 개념을 주목할 필요가 있다. Coopersmith(1967)는 자아존중감은 효과적인 대인관계를 통하여 개인이 만들어 가는 것이며, 개인이 받는 존경심과 수용성의 정도와 환경과의 상호 작용에 의해 결정된다고 하였다.

그렇기 때문에 개인과 사회의 연결고리에서 평가가 주관적으로 이루어진다. 이런 과정은 Giarrusso, & Bengtson(1996)의 연구결과가 설명해 주고 있는데, 내적인 요인은 개인이 살아오면서 행위한 것들에 대한 성찰이고, 자신의 가치를 양심적 기준에 따라 평가하는 것이다. 반면, 외적인 요인은 가족이나 친구, 직장동료 등 주위사람들이 자신에게 대하는 반응으로 사회속에서의 자신의 가치를 평가하는 것이다. 따라서 자신의 가치를 부여하는 중요한 영역에 대한 열망을 성취하게 되면 자신의 수행에 대해 긍정적으로 평가하므로 자아존중감이 높아지게 되고, 반대로 이를 이루지 못할 때에는 자신을 낮게 평가하여 자아존중감의 감소를 가져온다.

봉사활동과 관련하여 참여효능감과 자아존중감의 관계를 규명한 대표 연구를 살펴보면, 조봉란(2014)은 노인의 지역사회 봉사활동이 자아존중감에 긍정적인 영향을 주었다고 하였고, 광미정, 김태동(2014)의 연구에서는 노인의 자원봉사 참여 효능감이 임파워먼트를 거쳐 자아통합감에 매개효과가 있다고 주장하였다. 또한 김주현, 한경혜(2001)의 연구에서도 노인의 자원봉사활동이 자아존중감에

도 긍정적 영향을 미치고 있는 것으로 나타났다. 그러므로 이러한 이론적 근거를 바탕으로 다음의 <가설 2>를 설정하였다.

H2: 플로깅 참여자들의 참여효능감은 자아존중감에 긍정적인 영향을 미칠 것이다.

3) 플로깅 참여자들의 참여효능감과 삶의 만족의 관계

장기간의 봉사활동은 신체적, 정신적 건강은 물론 심리적 행복감이나 장수 등 긍정적인 영향이 많다(Li, & Ferraro, 2006). 특히 이러한 영향은 개인의 삶에도 많은 영향을 주는데, 자부심과 자신감의 형성은 봉사 활동자들의 삶의 만족도를 높이면서 자존감을 갖는데 기여하기 때문에 사회적인 측면에서도 매우 바람직한 활동이라 할 수 있다. 삶의 질은 개인이 직접 체험하고, 느끼는 만족감으로 물질적인 풍요의 개념도 있겠지만, 삶에 대한 가치관의 다양성으로 인하여 일상생활의 객관적 조건과 주관적 심리상태를 모두 망라하는 복합적인 개념으로 인식되고 있다.

한편 Greenfield, & Marks(2004)는 자원봉사활동은 역할 정체성과 역할증진을 통해 심리적 행복감을 증진시키고, 기대효과에서 시간이 경과함에 따라 자아존중감과 생활 만족도를 향상시킨다고 하였다. 또한 박지현(2010)의 연구에서도 봉사활동에 대한 참여는 몰입이나 만족도 등의 선행변수들이 삶의 질에 긍정적인 영향을 주고 있다고 주장하였다. 아울러 강창범(2007)은 노인을 대상으로 봉사활동과 삶의 만족도의 관계를 규명하였는데, 현재 봉사활동 중인 집단이 가장 높은 삶의 만족도를 보였고, 그 다음으로 과거 봉사활동 경험이 있는 집단 그리고 경험이 전혀 없는 집단의 순으로 결과가 도출되었다고 하였다. 이러한 선행연구들의 결과

에 따라 다음과 같은 <가설 3>을 제안한다.

H3: 플로깅 참여자들의 참여효능감은 삶의 만족에 긍정적인 영향을 미칠 것이다.

상기와 같은 가설 설정에 따른 연구모형을 도식화하면 아래의 <그림 1>과 같다.

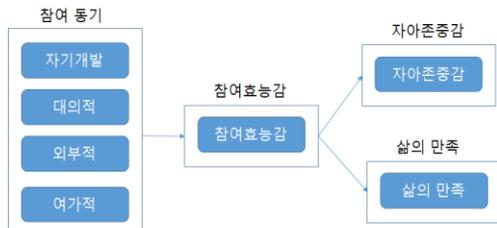


그림 1. 연구모형

II. 연구방법

1. 연구대상

본 연구의 조사대상은 원주시청과 투어비스 여행사가 주관한 ‘지구지킴 플로깅 캠페인’에 참여한 사람들을 대상으로 하였으며, 편의표본추출법을 이용하여 제1회 캠페인부터 6회까지 매주 회차별 50명씩 총 300명을 선정하였다.

설문 조사는 플로깅 활동을 마치고 각 회차별 참여자들에게 사전에 작성된 구글 설문지(<https://forms.gle/ZshrNnKhoL7nXLpW6>)를 휴대폰으로 배포하였다. 연구자들도 함께 캠페인에 참여하였고, 캠페인을 인솔하는 주관기관의 대표와 인솔자들이 참여자들에게 설문지의 취지를 미리 상세하게 설명하고, 주의사항을 공지한 후 바로 진행하였다.

2022년 4월 9일부터 5월 14일까지 6회차에 걸쳐 참여한 사람들에게 각 회차별 자기평가기입법

(self-administration method)으로 진행하였다. 설문지의 실제 분석 자료는 불성실한 응답으로 누락된 6부를 제외한 총 294부의 자료를 사용하였다. 본 연구의 조사대상자의 인구통계학적 특성은 아래의 <표 1>과 같다.

표 1. 연구대상자의 일반적 특성

특성	구분	빈도(n)	비율(%)
성별	남자	149	50.5
	여자	145	49.5
연령대	10대	5	1.7
	20대	102	34.7
	30대	118	40.1
	40대	56	19.0
	50대	10	3.4
	60대 이상	3	1.0
참여 경력	1년 이하	109	37.1
	1-2년 미만	94	32.0
	2-3년 미만	49	16.7
	3-4년 미만	25	8.5
	4-5년 미만	10	3.4
	5년 이상	7	2.4

2. 조사도구 및 방법

플로깅 참여자들의 참여동기가 참여효능감과 자아존중감 및 삶의 만족도의 인과관계를 규명하기 위한 자료수집 방법은 설문지가 사용되었으며, 설문 문항의 내용은 아래의 <표 2>와 같다.

먼저 선행연구를 통해 타당도와 신뢰도가 검증된 설문도구를 바탕으로 본 연구의 취지에 맞게 관련 전문가들과 함께 내용타당도를 고려하여 수정·보완하였다. 먼저 플로깅 참여동기 요인은 Farrell, Barnes, & Melnick(1999)과 Strigas, & Jackson(2003)이 개발 및 사용한 척도를 이부영(2013)이 변안한 문항을 수정·보완하였다. 또한 참여효능감

표 2. 설문 문항 구성

구성지표	내 용	문항
참여동기	자기개발 1. 다른 사람과 교류, 2. 새로운 관심사 발견, 3. 발전적 기회 생성	3
	대의적 1. 지역사회 발전 도움, 2. 봉사활동으로 가치 존재, 3. 더 좋은 사회 건설	3
	외부적 1. 자원봉사 실적 쌓는 계기, 2. 주변인들의 긍정 인식, 3. 사회적 평판 긍정, 4. 주변인들에게 인정	4
	여가적 1. 보람찬 여가시간, 2. 내 삶의 여유, 3. 일상의 스트레스 해소, 4. 기분전환	4
참여효능감	1. 누구보다 잘 할 자신감, 2. 의미 있는 기여, 3. 노력한 만큼의 결과 생성, 4. 새로운 활동에 대한 자신감	4
자아존중감	1. 자신에게 긍정적 태도, 2. 진심으로 나를 좋아함, 3. 타인만큼 일을 잘 할 수 있음, 4. 가치 있는 사람	4
삶의 만족	1. 현재 건강상태 만족, 2. 현재 심리상태 만족, 3. 나의 삶에 대체로 만족, 4. 주변인들과의 관계 만족	4
인구통계학적변인	성별, 연령대, 참여경력	3
총 문항 수		29

요인은 Galindo, & Guzley(2001)가 개발한 설문지를 김준목(2012)이 사용한 내용 일부를 발췌하여 본 연구의 취지에 맞게 수정, 보완하였다. 아울러 자아존중감 요인은 조봉란(2014)과 김기호(2008)가 사용한 의 측정도구를 수정·보완하여 사용하였고, 삶의 만족 요인은 이형만(2011)과 나정애(2010)가 사용한 척도를 본 연구의 의도에 맞게 재구성하여 사용하였다(표 2 참조).

구체적으로 참여동기 요인은 자기개발 3문항, 대의적 3문항, 외부적 4문항, 여가적 4문항 등 14문항으로 구성하였고, 참여효능감 요인 4문항, 자아존중감 4문항, 삶의 만족 4문항 등 총 25문항으로 구성되었다. 아울러 인구통계학 변인 3문항 등 전체 설문 문항은 총 29문항으로 구성되었으며, 각 문항은 '매우 그렇다'에서 '전혀 그렇지 않다'까지의 리커트 5점 척도로 구성었다.

3. 조사도구의 타당도와 신뢰도

우선 조사도구의 내용타당도를 검증은 스포츠경영학과 스포츠여가학 박사학위소지자 각 2인씩 총

4인에게 설문지 내용에 대한 내용을 확인하여 타당도를 확보하였고, 다음 탐색적 요인분석을 이용해 구인타당도를 검증하였다.

구인타당도의 요인추출 방법은 공통요인분석 방법 중 하나인 최대우도법(maximum likelihood method)을 활용하였고, 회전방법은 변인간의 상관관계를 고려하여 사각회전 방식 중 하나인 직접 오블리민(oblimin)방법을 사용하였으며, 고유값(eigenvalue) 1.0을 기준으로 그 이상인 값들만 요인으로 추출하였다.

이러한 방식으로 추출된 결과는 원자료 변량의 60% 이상이면 설명력을 갖게 되는데, 참여동기

표 3. 참여효능감 요인의 타당도 및 신뢰도 검증 결과

변수명	참여효능감	Cronbach's α
효능감2	.853	.788
효능감1	.846	
효능감3	.819	
효능감4	.796	
고유값	2.115	
분산(%)	70.509	
누적분산(%)	70.509	

72.8%, 참여효능감 70.5%, 자아존중감 67.5%, 삶의 만족 68.2%의 결과를 보여 주었다. 요인 추출은 요인 적재치(factor loading)가 .40 이상이면 통계적으로 유의미하고, .50 이상이면 매우 유의한 것

표 4. 자아존중감 요인의 타당도 및 신뢰도 검증 결과

변수명	자아존중감	Cronbach's α
존중감4	.850	.836
존중감2	.820	
존중감1	.815	
존중감3	.800	
고유값	2.700	
분산(%)	67.508	
누적분산(%)	67.508	

표 5. 참여동기 요인의 탐색적 요인분석 결과 및 신뢰도 분석 결과

변수명	외부적	대의적	여가적	자기 개발	Cronbach's α
외부3	.924	.278	-.227	-.202	.901
외부2	.889	.259	-.307	-.137	
외부4	.877	.078	-.445	-.205	
외부1	.817	.227	-.231	-.046	
대의2	.260	.844	-.059	-.280	.759
대의3	.164	.831	-.305	-.219	
대의1	.250	.829	-.185	-.141	
여가4	.415	.183	-.804	.044	.793
여가1	.314	.320	-.794	-.361	
여가2	.233	.294	-.747	-.560	
여가3	.259	-.024	-.744	-.569	.781
개발2	.206	.294	-.322	-.873	
개발3	.314	.268	-.356	-.715	
개발1	.455	.445	-.345	-.527	
고유값	4.957	1.968	1.704	1.148	
분산(%)	38.130	15.138	13.106	6.525	
누적 분산(%)	38.130	53.267	66.373	72.898	

표 6. 삶의 만족 요인의 타당도 및 신뢰도 검증 결과

변수명	삶의 만족	Cronbach's α
만족2	.845	.845
만족3	.845	
만족4	.810	
만족1	.804	
고유값	2.731	
분산(%)	68.285	
누적분산(%)	68.285	

(노경섭, 2015)으로 판단하였다. 각 변수들이 서로 기준에 맞게 요인이 설명되고 있어 구인타당성은 확보한 것으로 확인되었다(표 3~6 참조).

한편 내적일관성에 대한 신뢰도 검사는 Cronbach's α 계수를 이용하였다. 참여동기 하위요인의 신뢰도 계수는 0.759-.901, 참여효능감 .788, 자아존중감 .836, 삶의 만족 .845로 나타나 모든 구성개념은 Nunnally & Bernstein(1994)가 제시한 적합 기준인 .70을 충족하였다.

4. 자료처리

본 연구의 목적을 달성하기 위하여 유효하게 수집된 294개의 자료를 바탕으로 SPSS 22.0 통계프로그램을 이용하여 분석하였다. 조사대상자의 특성은 기술통계 분석을 이용하였고, 조사도구의 타당도와 신뢰도는 탐색적 요인분석과 cronbach's α 계수를 활용하였으며, 변수 간의 상관관계분석을 실시하였다. 또한 플로깅 참여자들의 참여동기가 참여효능감과 자아존중감 및 삶의 만족도에 미치는 영향을 분석하기 위해 다중회귀분석 및 단일회귀분석을 실시하였고, 모든 유의수준은 $p < .05$ 로 설정하였다.

Ⅲ. 결 과

1. 플로깅 참여동기, 참여효능감, 자아존중감 및 삶의 만족도 간의 상관관계분석 결과

설정된 변인들의 상호관련성을 검증을 위한 상관관계분석 결과는 다음의 <표 7>과 같다. 상관관계의 계수가 .2 이하이면 약한 양의 상관관계이고, .4 정도이면 보통 상관관계, .4 이상이면 조금 강한 상관관계라 하고, .7 이상이면 매우 강한 상관성이 있다고 볼 수 있다(노경섭, 2015). 도출된 각 요인들 간의 상관계수는 .194-.789로 나타나 모두 통계적으로 유의한 양의 상관관계가 있었으며, 도출된 모든 상관계수의 값은 다중공선성의 기준치인 .8보다 낮은 값이 나와 다중공선성에는 문제가 없는 것으로 나타났다(김계수, 2011).

표 7. 변인 간의 상관관계분석 결과

	1	2	3	4	5	6	7
1. 자기개발	1						
2. 대의적	.580**	1					
3. 외부적	.401**	.550**	1				
4. 여가적	.564**	.377**	.362**	1			
5. 참여 효능감	.645**	.707**	.312**	.409**	1		
6. 자아 존중감	.477**	.578**	.306**	.262**	.694**	1	
7. 삶의 만족	.378**	.538**	.334**	.194**	.646**	.789**	1

** $p < .01$

표 8. 참여동기와 참여효능감의 다중회귀분석 결과

모형	B	SD	β	t	p
(상수)	.709	.190		3.729	.000
자기 개발	.306	.046	.345	6.723	.000
대의적	.623	.054	.576	11.437	.000
외부적	.105	.029	.164	3.610	.000
여가적	.050	.041	.056	1.233	.219

$F=109.065, p=.000, R^2=.596$

2. 플로깅 참여자의 참여동기와 참여효능감의 관계

플로깅 참여자들의 참여동기와 참여효능감의 관계를 규명하기 위해 다중회귀분석을 실시한 결과는 아래의 <표 8>과 같다.

분석 결과 우선 참여동기의 하위요인 중 자기개발($\beta=.345, t=6.723$), 대의적($\beta=.576, t=11.437$) 그리고 외부적($\beta=.164, t=3.610$) 요인이 참여효능감에 정(+)적으로 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 또한 β 값의 크기에 따라 영향력을 비교할 수 있는데, 대의적 동기가 가장 높았고, 그 다음은 자기개발 동기, 외부적 동기 순으로 확인되었다. 따라서 <가설 1>은 부분 채택 되었다.

3. 플로깅 참여자의 참여효능감과 자아존중감의 관계

플로깅 참여자들의 참여효능감과 자아존중감의 관계를 규명하기 위해 단일회귀분석을 실시한 결과는 <표 9>와 같다.

표 9. 참여효능감과 자아존중감의 단일회귀분석 결과

모형	B	SD	β	t	p
(상수)	1.803	.168		10.760	.000
참여효능감	.616	.037	.694	16.480	.000

$F=271.578, p=.000, R^2=.482$

분석 결과 참여효능감($\beta=.694, t=16.480$) 요인은 자아존중감에 정(+)적으로 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 따라서 <가설 2>는 채택되었다.

4. 플로깅 참여자의 참여효능감과 삶의 만족도의 관계

플로깅 참여자들의 참여효능감과 삶의 만족도의 관계를 규명하기 위해 단일회귀분석을 실시한 결과는 <표 10>과 같다. 분석 결과 참여효능감($\beta=.646, t=14.462$) 요인은 삶의 만족에 정(+)적으로 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 따라서 <가설 3>은 채택되었다.

표 10. 참여효능감과 삶의 만족도의 단일회귀분석 결과

모형	B	SD	β	t	p
(상수)	1.764	.190		9.284	.000
삶의 만족도	.613	.042	.646	14.462	.000

$F=209.144, p=.000, R^2=.417$

IV. 논 의

본 연구는 플로깅 활동을 하는 참여자들을 대상으로 참여동기에 따른 참여 효능감과 자아존중감 및 삶의 만족의 관계를 규명하고자 진행하였다. 이를 통해 개인과 사회에 모두 도움이 되는 플로깅 활동의 확산과 더불어 지속적으로 활동을 하는데 어떤 변수들이 긍정적인 역할을 하는지를 알아보는 것이 목적이다. 연구결과에 따른 논의는 다음과 같다.

첫째, 플로깅 활동 참여자들의 참여 동기 중 여가적 동기 요인을 뺀 나머지 3개의 동기는 참여 효능감에 유의미한 영향을 미친 것으로 나타났다. 3개의 동기 요인 중 대의적 동기가 가장 높은 영향력을 보였고, 그 다음으로 자기개발 동기, 외부적 동기 순이었다. 즉, 플로깅 활동에 참여하는 사람들은 본연의 목적인 더 좋은 사회 건립을 위한 봉사활동으로써의 가치를 매우 중요하게 생각하고 있었다. 그리고 자기개발의 의미로서 새로운 관심 영역을 통해 본인의 발전을 이끄는 동기도 주요 이유가 되었고, 주변 사람들에게 긍정적인 모습을 보여줌으로써 얻을 수 있는 동기 역시 참여 효능감을 높이는 데 영향을 주고 있었다. 그러나 여가적 동기는 영향이 없는 것으로 나타나 단순히 여가 운동의 의미로써 플로깅에 참여하고 있지 않다는 것을 보여주는 중요한 결과라 할 수 있겠다.

참여 효능감은 자신의 노력을 통해 누군가에게 혜택이 돌아가기를 원하는 기대감을 의미하기 때문에 자원봉사활동 본연의 목적이 될 수 있다한다(Black, & DiNitto, 1994). 그렇기 때문에 플로깅 활동에 참여하는 사람들의 참여동기와 결부하여 그 관계를 입증하는 것은 매우 기본적인 접근이자 중요한 단서가 될 수 있다. 우선 윤남교(2020)의 최근 연구에서 여성 노인 자원봉사자들의 참여동기

와 참가효능감의 관계를 규명한 결과 자기개발과 외부적 동기는 참가효능감에 정적 영향을 주었지만, 대의적 동기와 여가적 동기는 유의미한 영향이 없었다고 하였다. 또한 콰미정, 김태동(2014)의 연구에서도 자기개발 동기와 외부적 동기가 자기 효능감에 긍정적인 영향을 주었다고 하였고, 이정미, 조영주(2017)의 연구결과에서도 대학생들의 자원 봉사 참여동기는 자기효능감에 정적 영향을 미치는 선행변수로 역할을 한다고 주장하여 본 연구의 결과와 그 맥을 같이 하고 있다.

봉사활동의 특성상 참여 효능감은 매우 중요한 요인이 된다. 지속적인 봉사활동을 수행하기 위해서 참여 효능감을 높여주는 것이 매우 중요하다(Lopes, 2011). 플로깅 활동 참여자들의 경우 대의적 동기가 가장 크기 때문에 국가나 지자체에서 플로깅 활동에 대한 장점을 지속적으로 홍보하고, 활동자들이 훌륭한 봉사활동을 하고 있음을 대중들에게 알려주는 것이 우선 중요할 것으로 보인다. 또한 스스로의 발전을 기대하는 차원에서도 중요한 역할을 하기 때문에 봉사활동으로써 인증제를 운영한다든지 지자체와 협업을 통해 혜택을 늘려 나가는 방안을 모색할 필요도 있을 것이다. 헌혈 활동을 오랫동안 해 오신 분들에게 수여하는 금장, 은장 등 봉사활동 증명서와 같은 활동 기록을 부여 해 주면 우수한 봉사활동자로 사회적 인식이 생겨 자기개발을 목적으로 참여하는 사람들도 많이 늘어날 수 있을 것으로 보인다.

이에 대한 근거는 봉사활동 조직과 활동자의 관계혜택의 개념에서 찾을 수 있는데, 사회적 혜택, 심리적 혜택, 고객화 혜택은 자원봉사의 만족도와 지속의지를 높여주는 요인이 되기 때문이다(강대선, 류기형, 손지현, 2015). 즉, 개인적 활동보다는 조직적 활동으로써 봉사활동에 참여할 경우 책임감, 헌신 등으로 이어질 가능성이 높고, 지역 사회

입장에서도 꾸준히 봉사 활동자들에 대한 관리를 통해 지역 발전에 도움을 주는 구조로 구축할 수 있기 때문에(Randle, Grun, & Dolnicar, 2007) 이에 대한 정책적 접근이 필요한 시점이라 하겠다.

둘째, 플로깅 활동 참여자들의 참여 효능감은 자아존중감에 유의미한 영향을 주는 것으로 나타났다. 어떠한 참여동기로 플로깅 활동을 선택했는지와 관계없이 봉사활동으로 인하여 얻을 수 있는 타인에 대한 배려는 자기 스스로에 대한 존중감으로도 표출이 되는 결과라 할 수 있다. 현대사회는 점점 개인화되어 가고 있어서 자아존중감의 상실로 이어지는 경우가 점차 늘어나고 있다(조봉란, 2014). 자아존중감을 형성하는 외적 요인은 주위 사람들이 자신에 대한 반응을 접하면서 사회속의 자신의 가치를 느끼는 것으로 이해할 수 있는데(Giarrusso, Silverstein, & Bengtson, 1996), 플로깅 활동 참여자들은 바로 이러한 내적 요인의 과정을 통해 자아존중감을 높일 수 있다는 것이다.

이러한 결과는 김기호(2008)의 연구에서도 확인할 수 있는데, 노인의 자원봉사활동은 자신의 정체성 확립은 물론 자아정체감에 긍정적인 영향을 주기 때문에 결국 자아존중감으로 형성된다고 주장하였다. 또한 이형만(2011)의 연구에서도 노인의 자원봉사활동은 일상과 결부되어 사회생활 속에서 타인과의 관계, 보람 등의 요인이 자아존중감을 높이고, 결국 삶의 질을 높여주는 원동력이 된다고 하여 본 연구의 결과를 지지하고 있다. 따라서 봉사활동은 개인과 사회의 활기찬 에너지를 공급해 주는 공급원이 된다고 할 수 있다. 타인과 지역사회에 대한 배려를 통해 개인의 자아존중감을 높여 개인도 사회도 결국 건강한 상태를 유지할 수 있기 때문에 이를 장려하고, 체계적인 활동을 도모하기 위한 정책적 방안이 모색될 필요가 있다 하겠다(조봉란, 2014).

셋째, 플로깅 활동 참여자들의 참여 효능감은 삶의 만족에 유의미한 영향을 주는 것으로 나타났다. 삶의 만족의 개념에 대하여 Tobin, & Neugarten (1961)는 성공적인 노화의 귀결로 얻어지는 심리적 안정 상태로 정의하고 있다. 즉, 일상생활의 활동에서 기쁨을 느끼고, 자신을 가치있는 사람으로 여기며, 낙천적인 태도와 감정을 유지하려는 것이라 설명하고 있다. 따라서 삶의 만족에 영향을 주는 변수들은 매우 다양하겠지만, 봉사활동의 측면에서 참여 효능감 역시 삶의 만족을 이끌어 내는 주요 변수라 할 수 있다.

이러한 결과는 이필호(2011)의 연구에서 확인할 수 있는데, 노인의 생활 만족도는 건강상태, 생활수준, 가족 등과 함께 자원봉사와 여가활동에 모두 참여하는 것 역시 중요 변수라고 주장하였다. 또한 조영아, 이재은(2017)의 연구에서도 자원봉사의 소명과 삶의 만족의 관계에서 경력몰입을 통해 일에 헌신하도록 만드는 목적의식을 형성하여 삶의 만족도가 높아진다고 주장하여 본 연구의 결과를 간접적으로 지지하고 있다. 아울러 Hagmaier, & Abele(2012)의 연구결과에서도 자원봉사의 소명을 일의 의미와 가치추구 행동에서 구현할 경우 삶의 만족에 가장 큰 영향을 줄 수 있다고 하였다.

그러므로 플로깅 활동에 대한 범위를 단순히 조깅을 하면서 쓰레기를 줍는 행위로 국한할 것이 아니라 참여자들의 삶의 만족에도 유의미한 영향을 미치기 때문에 확대해 나갈 필요가 있다. 즉, 최근 친환경 활동에 대한 사회적 인식이 매우 높은 상황에 개인과 기업 그리고 국가적 차원에서 다양한 활동들을 하고 있다. 에너지 절약, 일회용품 줄이기, 배달음식 줄이기, 플로깅 활동 등은 친환경 태도 및 행동을 통한 세계 시민성에 의미있는 영향 요소라 할 수 있다(이숙정, 김혜영, 유지현, 2022). 따라서 이러한 인식들은 대중들 모두가 인지하고, 행동할

수 있는 좋은 프로그램을 만드는 것도 도움을 줄 것이다.

V. 결론 및 제언

본 연구는 플로깅 활동 참여자를 대상으로 참여동기가 참여 효능감과 자아존중감 및 삶의 만족에 미치는 영향을 규명하여 향후 봉사활동으로써 플로깅 활동 참여자의 확대와 지속적 참여에 도움을 주는데 그 목적이 있다. 이를 위해 편의표본추출법을 활용하여 총 294부의 설문지를 바탕으로 변수 간의 상관관계분석 및 회귀분석을 이용하여 다음과 같은 결론을 도출하였다.

첫째, 플로깅 활동 참여자의 동기 중 대의적, 자기개발적, 외부적 동기는 참여 효능감에 유의미한 영향을 주었고, 여가적 동기는 영향을 주지 않는 것으로 나타났다. 둘째, 플로깅 활동 참여자의 참여 효능감은 자아존중감에 긍정적인 영향을 주는 것으로 나타났다. 셋째, 플로깅 활동 참여자의 참여 효능감은 삶의 만족에 긍정적인 영향을 주는 것으로 나타났다.

플로깅 활동은 젊은 세대를 중심으로 빠르게 확산이 되어가고 있고, 기업들 역시 사회공헌의 일환으로 많은 활동을 하고 있다. 플로깅 활동이 친환경 행동으로 인식되기 위해서는 정부와 지자체의 홍보활동 및 체계적인 봉사활동 관리 시스템이 필요할 것으로 보인다. 다양한 친환경 활동들을 함께 결합하여 플로깅이 봉사의 대표 아이콘이 될 수 있도록 정부와 지자체의 정책 수립 노력이 필요한 시점이다.

한편 후속연구를 위한 제언을 해보면, 우선 본 연구는 플로깅 활동 참여자들을 대상으로 진행하였는데, 아직까지 국내에서 선행연구가 없어서 봉

사활동 측면에 초점을 맞춰 진행하였다. 여가적 의미로서도 플로깅을 하는 참여자들도 있기 때문에 이에 대한 구분을 통해 보다 심도 있는 연구가 진행되어야 할 것이다. 또한 설문에 참여한 대상자들은 특정 플로깅 이벤트에 참여하신 분들로 일상에서 참여하신 분들과 참여동기에 있어 다소 차이가 있을 수도 있기 때문에 개인적 참여를 주로 하고 있는 분들에 대한 조사 역시 병행할 필요가 있다 하겠다.

참고문헌

1. 강대선, 류기형, 손지현(2015). 지역사회복지조직의 관계혜택이 노인자원봉사활동만족도와 지속의지에 미치는 영향. 한국지역사회복지학, 제52호, 199-224.
2. 강명례(2019). 청소년 자원봉사활동의 지속성 요인에 관한 연구. 미간행 박사학위논문, 협성대학교 대학원.
3. 강창범(2007). 노인의 자원봉사활동이 생활만족도에 미치는 영향에 관한 연구. 미간행 박사학위논문, 원광대학교 대학원.
4. 광미정, 김태동(2014). 자원봉사활동이 노인의 자아통합감에 미치는 영향: 임파워먼트의 매개효과를 중심으로. 지역과 세계, 제38권 제1호, 45-74.
5. 구혜영 (2007). 자원봉사자의 임파워먼트가 활동유효성에 미치는 영향. 한국비영리연구, 제6호, 3-39.
6. 김계수(2011). 사회과학 통계분석. 한나래 출판사.
7. 김기호(2008). 노인의 자원봉사활동이 자아 정체감 및 생활만족도에 미치는 영향. 미간행 석사학위논문, 가야대학교 행정대학원.
8. 김도균(2022, 5월 21일). “차라리 보이는데 버리지”...새벽 한강공원은 ‘음식쓰레기’ 천국. 머니투데이. <https://news.mt.co.kr/mtview.php?no=2022052014393975995&outlink=1&ref=https%3A%2F%2Fsearch.daum.net>
9. 김미령(2014). 베이비부머의 자원봉사활동 특성 및 참여동기가 자원봉사 역할정체성 및 자원봉사 만족도에 미치는 영향. 노인복지연구, 제64호, 79-103.
10. 김주현, 한경혜(2001). 노년기 자원봉사활동과 자아존중감. 한국노년학, 제21권 제2호, 217-219.
11. 김준목(2012). 자원봉사자의 활동 지속의지와 친사회적 행위에 영향을 미치는 요인 연구: 자원봉사활동 만족도의 매개효과 중심. 미간행 박사학위논문, 영남대학교 대학원.
12. 김진국, 양성철(2021). MZ세대가 인식하는 레저스포츠관광 만족과 지속참여의사에서 관광가치의 매개효과 연구. 관광진흥연구, 제9권 제4호, 129-147.
13. 김창석, 최수일(2012). 노인의 자원봉사활동 참여동기와 활동만족도 간의 영향 관계. 한국콘텐츠학회논문지, 제12권 제4호, 315-326.
14. 나정애(2010). 자원봉사가 노인의 삶의 질에 미치는 영향에 관한 연구. 미간행 석사학위논문, 서울시립대학교 대학원.
15. 노경섭(2015). 제대로 알고 쓰는 논문 통계분석. 한빛아카데미출판사.
16. 류기형(2013). 노인의 자원봉사참여 동기충족이 생활만족 및 지속의지에 미치는 영향 연구. 한국사회복지행정학, 제15권 제2호, 145-172.
17. 박지현(2010). 노년층 기독교인의 자원봉사활동 참여가 교회 생활만족과 삶의 질에 미치는 영향. 미간행 박사학위논문, 한영신학대학교 대학원.
18. 유선준(2022, 5월 18일). 세븐일레븐, 창립기념일 맞아 플로깅 친환경 캠페인. 파이낸셜뉴스.
19. 윤남교(2020). 자원봉사자의 봉사참여동기와 봉사활동만족도가 활동유효성에 미치는 영향. 미간행 박사학위논문, 동방문화대학원대학교.
20. 윤대균(2012). 카지노 이용고객의 관계혜택, 신

- 되, 고객만족, 관계유지의도와의 관계 연구. 대한 경영학회지, 제94호, 2413-2432.
21. 윤지현(2022, 5월 25일). 기사, “건고 플로깅하고” ‘Kia Movement Week’ 운영. The Drive.
 22. 이금룡, 권기환(2011). 자원봉사 동기와 동기충족 및 자원봉사활동 만족도와의 관계에 관한 연구. 한국지역사회복지학, 제37호, 83-111.
 23. 이부영(2013). 대학생의 자원봉사 참여 동기와 몰입경험이 복지인식 형성에 미치는 영향. 미간행 박사학위논문, 한양대학교 대학원.
 24. 이숙정, 김혜영, 유지현(2022). 여대생의 친환경 태도, 친환경 행동, 세계시민성의 관계 분석. 한국 산학기술학회지, 제23권 제4호, 276-283.
 25. 이승희(2022, 5월 30일). 지구를 지키기 위한 한 걸음, 데이터 플로깅을 아시나요? 헤드라인제주.
 26. 이윤청(2022, 5월 27일). 산책하며 쓰레기 줍기… 어린이부터 직장인까지 ‘플로깅’ 인기. 뉴시스.
 27. 이은희(2010). 노인대상 자원봉사자의 활동유효성에 영향을 미치는 관련요인. 한국비교정부학보, 제14권 제2호, 263-280.
 28. 이정미, 조영주(2017). 대학생 자원봉사 참여동기가 자기효능감, 리더십생활 기술을 이중매개로 자원봉사 지속의지에 미치는 영향. 교양교육연구, 제11권 제3호, 429-458.
 29. 이종민, 이근모(2016). 한국과학영재학교 체육교사의 체육평가 경험에 대한 내러티브 탐구. 한국 체육학회지, 제55권 제3호, 43-57.
 30. 이필호(2011). 노인의 여가활동과 자원봉사활동 및 생활만족에 관한 연구. 미간행 박사학위논문, 동아대학교 대학원.
 31. 이형만(2011). 노인의 자원봉사활동이 삶의 질에 미치는 영향 연구. 미간행 박사학위논문, 경원대학교 대학원.
 32. 정종녀(2013). 자원봉사 캠프상담가 활동 활성화 방안 연구. 한영연구논문, 제5호, 171-184.
 33. 정종녀(2015). 자원봉사 참여동기와 활동유효성의 관계에서 인정·보상 매개효과. 미간행 박사학위논문, 한영신학대학교 대학원.
 34. 정주진(2011). 생활체육 골프참여자의 참여동기가 참여만족 및 건강에 미치는 영향. 미간행 박사학위논문, 목포대학교 대학원.
 35. 정호순(2013). 노인자원봉사활동이 자아존중감 및 삶의 만족도에 미치는 영향. 미간행 석사학위논문, 숙명여자대학교 대학원.
 36. 조봉란(2014). 노인의 지역사회 자원봉사활동이 자아존중감과 삶의 만족도에 미치는 요인. 미간행 박사학위논문, 대구한의대학교 대학원.
 37. 조영아, 이재은(2017). 자원봉사 관리자의 소명과 삶의 만족의 관계. 농업교육과 인적자원개발, 제49권 제2호, 111-135.
 38. 한상현(2022, 5월 25일). 건강·지구 함께 지켜요…MZ세대 ‘플로깅’ 열풍. 매일경제.
 39. Black, B., & DiNitto, D.(1994). Volunteers who work with survivors of rape and battering: Motivations, acceptance, satisfaction, length, of service, and gender differences. Journal of Social Service Research, 20(1/2), 73-97.
 40. Clary, E. G., Snyder, M., Ridge, R. D., Copeland, J., Stukas, A. A., Haugen, J., & Miene, P.(1998). Understanding and assessing the motivations of volunteers: a functional approach. Journal of personality and social psychology, 74(6), 1516.
 41. Coopersmith, S.(1967). The Antecedents of self-esteem. San Francisco: W. H. Freeman & Co.
 42. Daniels, A. K.(1985). Good times and good worker. Social Problems, 32, 363-374.
 43. Farrell, Barnes, G. M., & Melnick, M. J.(1999). Sports, sexual behavior, contraceptive use, and pregnancy among female and male high school students: testing cultural resource theory.

- Sociology of Sport Journal, 16(4), 366-387.
44. Fox, J., & Wheeler, D.(2002). Add volunteering to the mix of balancing work and family. The Journal of Volunteer Administration, 20(4), 27-34.
 45. Galindo, K. R., & Guzley, R. M.(2001). The volunteer satisfaction index: Construct definition, measurement, development, and validation. Journal of Social Service Research, 28(1), 45-68.
 46. Giarrusso, R., & Bengtson, V.(1996). Self-esteem. NY: Academic Press.
 47. Giarrusso, R., Silverstein, M., & Bengtson, V. L.(1996). Family complexity and the grandparent role. Generations: Journal of the American Society on Aging, 20(1), 17-23.
 48. Greenfield, E. A., & Marks, N.(2004). Formal volunteering as a protective factor for older adGerontology: ults psychological well-being. Journal of Social Sciences, 59(5), 258-264.
 49. Gwinner, K. P., Grembler, D. D., & Bitner, M. J.(1998). Relational benefits in services industries. Journal of Services Marketing, 17(3), 226-242.
 50. Hagmaier, T., & Abele, A. E. (2012). The multidimensionality of calling: Conceptualization, measurement and a bicultural perspective. Journal of Vocational Behavior, 81(1), 39-51.
 51. Jackson, E. L.(1988). Leisure constraints: A survey of past research. Leisure Sciences, 10, 203-215.
 52. Li, Y., & Ferraro, K. F.(2006). Volunteering in middle and later life: Is health a benefit, barrier or both?. Social Forces, 85, 497-519.
 53. Lopes, A.(2011). Volunteer work and aging. Tokyo: Institute of developing economics-Japan external trade organization.
 54. Nunnally, J. C., & Bernstein, I. H.(1994). Psychometric theory(3rd ed.). NY: McGraw-Hill.
 55. Randle, M., Grun, B., & Dolincar, S.(2007). Segmenting the volunteer market: Learnings from an Australian study. The European Marketing Academy Conference. Reykjavic, Iceland.
 56. Strigas, A. D., & Jackson, E. N. Jr.(2003). Motivating volunteers to serve and succeed: Design and results of a pilot study that explores demographics and motivational factors in sport volunteerism. International Sports Journal, 7(1), 111-123.
 57. Tobin, S. S., & Neugarten, B. L.(1961). Life satisfaction and social interaction in the aging. Journal of Gerontology, 16, 344-346.

논문투고일 : 2022. 10. 17

논문심사일 : 2022. 11. 22

심사완료일 : 2022. 11. 30