creative commons

COMMONS DEED

저작자표시-비영리-변경금지 2.0 대한민국

이용자는 아래의 조건을 따르는 경우에 한하여 자유롭게

- 이 저작물을 복제, 배포, 전송, 전시, 공연 및 방송할 수 있습니다.

다음과 같은 조건을 따라야 합니다:

저작자표시. 귀하는 원저작자를 표시하여야 합니다.

비영리. 귀하는 이 저작물을 영리 목적으로 이용할 수 없습니다.

변경금지. 귀하는 이 저작물을 개작, 변형 또는 가공할 수 없습니다.

- 귀하는, 이 저작물의 재이용이나 배포의 경우, 이 저작물에 적용된 이용허락조건을 명확하게 나타내어야 합니다.
- 저작권자로부터 별도의 허가를 받으면 이러한 조건들은 적용되지 않습니다.

저작권법에 따른 이용자의 권리는 위의 내용에 의하여 영향을 받지 않습니다.

이것은 이용허락규약(Legal Code)을 이해하기 쉽게 요약한 것입니다.

Disclaimer

dCollection

[UCI]I804:24011-200000234419

2007년 8월

교육학석사(체육)학위논문

여고생의 스포츠 동아리활동이 사회성과 정신건강에 미치는 효과

조선대학교 교육대학원

체 육 교 육 학 과

박 재 완

여고생의 스포츠 동아리활동이 사회성과 정신경강에 미치는 효과

Effects of Sports Club Activities of Female High School Students on their Sociability and Mental Health.

2007년 8월

조선대학교 교육대학원
체 육 교 육 학 과
박 재 완

여고생의 스포츠 동아리활동이 사회성과 정신건강에 미치는 효과

지 도 교 수　　김 응 식

이 논문을 교육학 석사학위 신청논문으로 제출함.

2007년　5월

조선대학교 교육대학원
체 육 교 육 학 과
박 재 완

박재완의 교육학석사학위 논문을 인준함.

위원장 조선대학교 교수 김 홍 남 인

위원 조선대학교 교수 김 응 식 인

위원 조선대학교 교수 송 채 훈 인

2007년 6월

조선대학교 대학원

목 차

Abstract
Ⅰ. 서론 1
1. 연구의 필요성 1
2. 연구의 목적 3
3. 연구의 가설 3
4. 연구 문제 4
5. 연구의 제한점 4
6. 용어의 정의 4

Ⅱ. 이론적 배경 6
1. 청소년기의 성장발달 특성 6
2. 사회성 발달 8
3. 운동과 정신건강 15
4. 동아리 활동 23
5. 선행연구 고찰 29

Ⅲ. 연구방법 33
1. 연구대상 33
2. 연구절차 34
3. 측정도구 35
4. 자료처리 38

Ⅳ. 연구결과 및 논의 39
1. 연구대상자의 일반적 특성 40
2. 여고생의 스포츠 동아리 활동 참여 여부와
사회성 발달, 정신건강의 관계 46
3. 여고생의 스포츠 동아리 활동 참여정도와
사회성 발달, 정신건강의 관계 47
4. 여고생의 스포츠 동아리 활동 참여종목와
사회성 발달, 정신건강의 관계 48

Ⅴ. 결론 및 제언 49
1. 결론 49
2. 제언 50

참고문헌 51
부록 57
국문초록 61

그림 목차

<그림 1> 사회화 과정의 3요소(Kenyon & McPherson, 1974)..... 12

<그림 2> 스포츠 참가를 통한 학업 기대 및
성취의정적관계(Coakley, 1986)..... 15

표 목차

<표 1> 임상/비임상인들에 대한 운동의 심리적 효과 22
<표 2> 동아리 활동 유형 25
<표 3> 학교 내 · 외의 청소년동아리 활동의 유사관련 개념 도식 26
<표 4> 표집현황 33
<표 5> 설문지 주요구성내용과 범위 37
<표 6> 연구대상자의 일반적 특성 40
<표 7> 참여여부에 대한 조사 41
<표 8> 참여정도에 대한 조사 42
<표 9> 참여종목에 대한 조사 43
<표 10> 배경변인에 따른 사회성 발달 차이 비교 44
<표 11> 배경변인에 따른 정신건강 차이 비교 45
<표 12> 스포츠 동아리 참여 여부에 따른 사회성 발달,
정신건강의 차이 비교 46
<표 13> 스포츠 동아리 활동 참여정도에 따른 사회성발달,
정신건강의 차이 비교 47
<표 14> 스포츠 동아리 활동 참여종목에 따른 사회성 발달,
정신건강의 차이 비교 48

ABSTRACT

Effects of Sports Club Activities of Female High School Students on their Sociability and Mental Health

Park Jae wan
Advisor: Prof. Eung sik, Kim
Major in Physics Education
Graduate School of Education, Chosun University

This study is designed to shed light on the relationship between sports club activities of female high school students and their social development and mental health.

In order to attain the goal above, the following relations are analyzed: first, the relation between participation in sports club activities and its influence on social development and mental health; second, the relation between the degree of participation in sports club activities and its influence on social development and mental health; and third, the relation between the kinds of sports club activities and their influence on social development and mental health.

The population of this study was chosen from students attending 4 girls' high schools in 2006 in Gwangju. Out of this population total 360 subjects (40 participants in sports club activities and 40 non-participants) were selected making use of the stratified cluster random sampling method.

A questionnaire made of 9 questions about social development and 13 questions about mental health was administered to collect data. The reliability levels of questions are as follows: as for the questions about social development the value of Cronbach's a is .69; as for the questions about mental health it is .72.

The statistical method of the SPSS 12.0 k program was used to conduct the analyses of frequency, crossing, independence, t-test and one-way ANOVA. And the Duncan method was used to perform a post-test.

The results obtained by data analysis taking advantage of these research

methods and procedures are as follows:

Ⅰ. regarding the relation between participation in sports club activities and its influence on social development and mental health, it was found that there was not any significant difference between participation in sports club activities and its influence on social development and mental health.

Ⅱ. regarding the degree of participation in sports club activities and its influence on social development and mental health, it was found that there was not any significant difference between the degree of participation in sports club activities and its influence on social development and mental health.

Ⅲ. in the matter of the relation between the kinds of sports club activities and their influence on social development and mental health, it was found that the kind of sports club activities did not have any statistically significant effect on social development. The influence exerted by sports dance on girl students' mental health registered the highest average and there were significant differences among kinds of sports club activities. These results indicate that some activities have positive effects and that more attention should be paid to follow-up research and further efficient operation of sports club activities.

Ⅰ.서론

1. 연구 필요성

현대사회는 국제화, 정보화 그리고, 새로운 시대에 서구화의 빠른 문명의 발달에 따라 핵가족, 결손가정, 부모의 무관심 등으로 인해 인간소외현상이 증가하여 인간성 파괴로 이어지는 상황이 많이 발생하고 있다. 이러한 시대상황과 급격한 사회변동 속에서 신체적으로 왕성한 성장과 사회성의 인식이 절실히 필요한 청소년들은 독립된 주체로서의 역할을 수행하기도 하며 다른 한편으로 명확한 가치관이 없이 주변적인 위치에서 방황하여 오래 머물면서 힘겨운 사회화의 학습을 강요받기도 한다.

특히 적응하지 못하는 청소년들에 의해 정신건강을 파괴하는 장애적 요인이 날로 심해지고 있으며, 최근 집단 따돌림, 집단폭행, 불신, 성범죄, 게임중독, 약물복용, 흡연, 절도, 일탈, 비행등 사회적 문제가 야기되고 있는 것도 사실이며, 이러한 사회병리현상은 선진국일수록 더 구체적으로 나타나고 있다.

우리나라의 교육현실은 결국 이러한 교육이 지나치게 입시경쟁과 지식편중교육을 중시하는 이유 등 이러한 열악한 교육환경에서 최근 청소년비행이 급증되어 가고 있다.

청소년기는 사춘기에서 성인기로 이행되는 과도기에 속하는 시기이며, 신체적, 정신적, 사회적으로 건전한 성숙과 발달이 요구된다. 따라서 미래사회에서 협력과 경쟁이 요구되는 교육에서도 더불어 사는 지혜로운 인간, 열린 인간을 목표로 하는 인간성회복을 위한 복합적이고 창의적인 다양한 활동의 기회와 장을 만들고, 청소년기의 사회성과 정신건강을 향상시키고 자신의 고유의 자아 정체감을 형성하는 중요한 전환기이다.

이를 위해 청소년시기에 대부분의 일과를 보내는 학교교육에서 그 해답을 얻고자 하는 시도가 진행되고 있으며, 학교체육에 관해서는 사회적 요구를 인식하여 “평생교육”의 과정에서 학교체육을 유도하고 있고, 다양한 체육프로그램의 제공이 시도 되고 있다. 이는 청소년기의 체육활동이 주의 집중력과 인지발달 그리고 스트레스를 해소시켜 건전한 정신건강 생활의 만족도를 효과적으로 높일 수 있고, 신체적 요소뿐만 아니라 지적, 정서적, 심리적으로 청소년기에는 사회적으로나 개인적으로 스포츠 활동이 가장 필요한 시기로서 규칙적이고 적극적이며 자발적인

체육활동 참가를 통해 신체 및 정신건강의 발달 그리고 사회성의 발달 등 전인적인 인간완성에 중요한 영향을 미치게 되는 것이다.

그러나 이러한 사회적 차원에서의 체육교육 목표는 학교에서 이루어지는 제한된 정규수업만으로 청소년기 학생들의 기본적인 욕구를 충족 하는데는 시간적으로나 공간적으로 많은 어려움을 안고 있는 것이 현실이며, 대부분의 학교에서는 스포츠동아리활동이 여러 방면에서 이루어지고 있지만, 학교차원의 체계적, 구체적 관리나 행정적 지원이 미흡한 실정이다. 이미 시행되고 있는 제7차 교육과정에 관련하여서는 학교 내 체육수업 시수의 감소에 따라 청소년기의 특히 시급한 것은 체육교육, 목표달성에 있어서 심신단련이 미흡한 대다수 학생들의 신체적 비만증해소에 적지 않은 문제점을 안고 있다고 할 수 있다.

따라서 이를 해결하는 방안으로 현행체육정책은 방과 후 학생들의 과외자율체육활동을 권장하고 있으나 아직까지 그에 대한 프로그램의 개발이나 경제성 및 효율성 등 기타 제반적인 문제에 대한 효과적인 흡족한 방안이 제시되지 못하고 있는 실정이다(이혜화, 2002).

이와 같이 청소년의 전인교육에 매우 중요한 역할을 담당하고 있는 체육이 오늘날 경제성장과 더불어 여가시간의 증대에 따라 그 요구가 날로 높아져 학교체육만으로 감당할 수 없기 때문에 사회체육 및 평생체육으로 연계가 가능한 방과 후 자율체육활동, 동아리 활동, 특기·적성교육 활동이 필연적으로 대두하기에 이르렀다.

본 연구에서 “동아리”란 사전적 의미는 “목적을 같이하는 패를 이룬 무리”이다. 이것의 의미를 풀이하면 공통된 집단의 이해를 목적으로 지속적이고 안정적인 활동을 하는 것이라고 할 수 있다(동아리 백서, 1996).

이러한 동아리 활동의 의의는 다음과 같이 여섯 가지로 요약할 수 있다.

첫째, 자주적, 합리적으로 사고하고 능동적으로 실천하여 모든 문제를 자율적으로 처리하는 성격을 형성한다. 둘째, 소질을 신장하고 창조력을 개발하여 개성 있는 개인 인격형성을 도모한다. 셋째, 사회내의 자주적 성원임을 지각하고 책임감과 사회성을 배양한다. 넷째, 단체생활을 통하여 준법정신을 함양하며 지도성, 협동성, 자치능력, 봉사정신 등의 지질을 기른다. 다섯째, 여가선용으로 다양하고 풍부한 흥미와 취미를 통하여 보다 폭넓은 생활태도를 함양한다. 여섯째, 건강한 정신과 몸으로 많은 직업적 경험의 기회를 가져 현명한

진로를 선택할 수 있는 능력을 배양한다(홍근하, 1998).

동아리활동은 학교교육이 미치지 못하는 부분을 보충하고 보안 할 수 있는 유일한 방법이 동아리 활동이라고 할 수 있다. 동아리활동종목으로 농구, 배구, 스포츠댄스 등 일반적인 등산, 자전거등과 같은 레저스포츠 종목을 학생들이 자발적으로 그룹단체를 형성하거나 프로그램에 참여하여 방과 후 일정한 시간에 모여 자율적, 또는 지도교사중심의 동아리활동의 공신적인 종목 및 유형과 다양한 청소년활동을 통하여 길러진 취미와 교양, 문화활동 등 소그룹의 자생적인 또래집단의 문제예방과 취미, 오락, 토론, 학교와 사회의 공동참여 등의 다양한 성격의 지속적 모임 그룹, 써클, 클럽의 모든 요소를 갖춘 통합적 개념의 두 가지 유형으로 볼 수 있다.

위에서 살펴 본과같이 스포츠동아리 제반활동이 효율적으로 극복하고 적응하는데, 도움을 줄 수 있도록 이를 검증하여 문제해결하기 위한 지속적인 방안의 연구가 필요하다.

2. 연구의 목적

본 연구에서는 고등학교 학생을 대상으로 학생의 흥미, 취미, 개성에 맞는 자발적인 스포츠동아리활동이 제7차 교육과정목표 아래 스포츠 동아리활동 학생들의 정신건강과 사회성 발달에 미치는 영향을 알아보는데 이론적 탐색과 학교현장 학습실태를 살펴보는데에 목적을 두었다.

3. 연구의 가설

고등학교 학생들의 방과 후 스포츠 동아리 활동이 사회성과 정신건강에 어떠한 영향을 미치는지를 알아보기 위하여 본 연구에서는 다음과 같은 가설을 설정하였다.

가설Ⅰ. 스포츠 동아리 활동의 참여여부에 따라 사회성에 차이가 있을 것이다.

가설 Ⅱ. 스포츠 동아리 활동 참여여부에 따라 정신건강에 차이가 있을 것이다.
가설 Ⅲ. 스포츠 동아리 활동 참여정도에 따라 사회성에 차이가 있을 것이다.
가설 Ⅳ. 스포츠 동아리 활동 참여정도에 따라 정신건강에 차이가 있을 것이다.
가설 Ⅴ. 스포츠 동아리 활동 참여종목에 따라 사회성에 차이가 있을 것이다.
가설 Ⅵ. 스포츠 동아리 활동 참여종목에 따라 정신건강에 차이가 있을 것이다.

4. 연구문제

스포츠 동아리 활동에 대한 참여여부에 따라 사회성과 정신건강에 미치는 효과.
스포츠 동아리 활동에 대한 참여정도에 따라 사회성과 정신건강에 미치는 효과.
스포츠 동아리 활동에 대한 참여종목에 따라 사회성과 정신건강에 어떤 영향을 미칠 것이다.

5. 연구의 제한점

본 연구의 대상자중 스포츠 동아리 참여대상자는 교내에서 이루어지는 각 동아리(배드민턴, 농구, 째즈댄스, 스포츠댄스, 허슬)종목으로 제한하여 실험집단으로 표집 하였다.

6. 용어의 정의

1) 스포츠 동아리 활동

과외자율체육을 영어로 (intramurals sports)라고 하며, “학교 울타리 안에서 소집단의 무리”라는 의미이다.

학교체육목표인 심신단련, 신체기능향상, 사회태도육성에 가치를 두고, 학생 개개인의 흥미와 개성에 맞는 각 종목의 주제를 설정하여 자발적 참여의 스포츠동아리활동이 이루어지며 학교 밖에서 활동하는 동아리와 사회연합적인 성격을 띠고 있다.

교내 특별활동의 영역으로 적성·특기 계발활동에 속하며 방과 후, 또는 자율적인 재량시간에서 연마하여 학교행사활동, 단체활동에서 다양한 스포츠경기 체험을 할 수 있도록 적극적 협동체제의 집단교육활동을 의미한다.

2) 사회성

사회성(sociability)의 개념은 “사람과 관계를 맺어 나가는 성질”, “사회를 형성하려는 인간의 특성, 남과 잘 사귀는 성질”로 정의될 수 있다. 즉 사회생활을 원하여 사회생활을 원활히 유지해 나아가는 능력이며, 심리적으로는 동정, 친애, 협동의 사회적 경향을 내포하고 있으며 대인 관계를 유지 발전시키는 기능이다(김충기, 1986).

3) 정신건강

우리는 흔히 정신적으로 건강하다는 것을 일상생활에 언제나 독립적, 자주적으로 처리해 나갈수 있는 상태 그리고 정신적으로 성숙한 상태를 말한다. 즉, 정신건강이란 신체적, 지적, 정서적인 측면에서 최적으로 발달된 상태라 할 수 있으며 심리적 안녕과 정신질환의 개념을 모두 내포하고 있다(김영수, 1992).

Ⅱ.이론적 배경

1. 청소년기의 성장발달 특성

청소년기의 신체발달에 대해 두 가지로 구분 할 수 있다.

양적성장과 질적성장으로 나눌수 있다. 양적성장은 신체크기의 성장이고 질적성장은 신체조절능력의 성장이라 할 수 있다.

양적성장의 신체성장은 적절한 영양, 적절한 휴식, 적절한 활동을 요구한다.

신체조절능력의 성장은 곧 나의 정신이 의도하는 신체를 움직이는 정신능력이다. 그 정신 활동의 결과는 모두 뇌세포들과 상호작용하여 정신작용의 성장이며 다양한 신체활동은 다양한 뇌세포의 정신 건강활동이다. 신체와 정신이 지속적인 어려운 활동으로 단계를 밟아가는 청소년기는 인간이 성장하면서 다양한 경험과 사회성을 빠르게 인식하면서, 자기 자신을 찾아가려는 가장 왕성한 과도기(transition period)이다(황용준, 2003).

청소년기의 불안, 초조, 저항, 걱정, 불안정 신체적 특성상 성장에서 오는 균형이 깨지며 이러한 행동의 원인에 대하여 그들이 속해있는 사회, 문화적 차이에 따라 달라 질수 있다.

우리나라 교육기간의 연장으로 청소년기의 연장이 지적, 정서적, 도덕적 발전의 기회를 제공하고 있다.

신체적 성장이나 생리적 변화, 성적기관의 발달 등의 급속 하에 여러 가지 혼란이 생긴다. 특히 신체적요인인 골격, 얼굴이나 용모, 운동능력의 발달에 따른 변화와 개인차는 청소년자아에 대한 자아 존중감과 관심을 높이게 하고, 또한 수용능력욕구로써 진지하게 받아드리고 싶은 욕구 자신의 흥미로운 것에 대한 욕구, 육체적 심리적 안녕의 욕구, 자신이 신뢰 할 수 있고 같이 뭔가 할 수 있는 강한 활동적 욕구 등을 알 수 가있다(황용준, 2003).

청소년기의 일반적인 특성을 신체적 특성, 심리적 특성, 사회적 특성, 지적 특성의 4가지로 나눌 수가 있다.

1) 신체적 특성

청소년기초기발달시기에는 자기정의(self-definition)와 통합적 발달과업을 완성하는 시기로서 자율성(autonomi)과 의존(dependency)을 함께 보여주는 시기이며 부모들을 혼란스럽게 하기도 한다. 신체발달과 자아의식(self consciousness)이 병행하여 발달을 촉진시켜주는 계기로써 중요한 역할을 하고 있다. 즉, 신체경험을 통해서 자신에 대한 관심과 타인과의 차이점 등을 인식하고 자기존재를 자각하게 되는데, 개인적으로 자신을 특별하게 느끼며 이러한 개인적인 우화(person fable)라고 한다. 청소년 초기인 중학생 시기에는 신체의 운동기능이 급속히 발달되는데, 골격, 근육 등의 발달의 균형이 깨어지게 되며, 내분비선의 발달은 제 2차성의 특징으로 나타나 남녀의 성적 차이가 명확해져서 성적욕구가 나타나고 지금까지 경험하지 못했던 새로운 세계에 눈을 뜨게 된다. 또한 골격의 형태와 체격도 남녀의 특징을 뚜렷하게 나타난다. 이러한 신체의 형태적 발달과 부조화 그리고 성적인 성숙은 자기 신체에 대한 관심과 행동의 변화를 가져온다.

2) 심리적 특성

특히 청소년시기에는 자기중심적 가치관이 정립되어 자기 스스로 견디기 어려운 경험이 없는 상황, 즉 고민, 갈등, 욕구불만, 무능력, 열등감, 불안정 등과 같은 상황에서는 사고력과 판단 적응력의 부족으로 공상을 한다든가 뜻하지 않은 공격형으로 변하여, 결국에는 믿지도 따르지도 않고 적대시하는 경향이 나타난다. 이 시기의 학생들은 교우관계, 종교문제, 학업성취성, 약물, 흡연 등에 친구들과 자기와의 매우 다른 견해를 지닌다는 것을 알게 된다.

3) 사회적 특성

청소년 중기의 발달시기는 독립성 성취감, 정체감을 찾는데 집착하여 혼자있는 시간이 많아지고, 인생신념, 방향을 진지하게 생각하며, 장기적인 결과까지 바라 볼 수 있는 사회적 행동발달은 부모, 교사, 동료들에 의해 많은 영향을 받는다. 특히 교사나 부모로부터 행동발달과 관련되는 지도를 받기도 하지만,

동료들과의 생활이 확대되기 때문에 교우관계가 더 많은 비중을 차지하게 된다. 이런 교우관계는 저학년에서는 상호접근인데 비하여 학년이 올라갈수록 애정이나 동정, 존경등 내면적인 것으로 이행한다.

4) 지적 · 정서적 특성

지적발달 역시 청소년기에 현저하며 사교에 있어 윤리성과 합리성, 추상성이 신장되어 진로, 정치적, 사회적, 도덕적, 종교적으로 생활을 찾는데 효과적 적응의 토대가 된다. 그러나 사고가 논리적, 합리적이라 하더라도 정서와 강하게 결부되고 있어, 현실과 다른 점이 많아 감정에 흐르기 쉽고 현실에 대하여 비판적이며, 자기주장에 집착되어 이상론에 빠지기 쉽다. 이들의 사고 수준이 성인 수준이라고 해도 아직은 자기중심적(ego-centrie) 이고 전망성이 부족하며, 어느 시기보다 자아존중감과 자기유능감이 높다. 한편으로는 자기통제력(self-control)이 발달하기 시작하여 욕구충족이 이루어지지 않아도 인내하며 자신이 무엇인가 해보려는 솔선적 행동이 눈에 띄게 된다. 이러한 경향은 신체운동 능력의 발달과 밀접한 관련이 있다. 이시기의 자아발달은 사고의 발달과 자존감발달을 통해야 이루어진다.

2. 사회성의 발달

사회적인 사람이란 사회집단 활동을 즐기며 친구가 많고, 인정이 많으며, 충돌이 적은 원만한 성격의 소유자라고 볼 수 가 있다.
또한 사회성 발달은 사회가 부합되도록 능력을 갖추어서 큰 역할을 행하여 가는 협동적 과정이며 자신에 소속한 사회의 사람과 사회적 행동과 태도를 발달시키는 과정을 포함한다.

Hurlock(1978)에 이러한 과정은 분리되어 있으나 상호연관을 지니면서 그 중 하나라도 실패하게 되면 개인의 사회화 수준은 낮아지게 된다.
사회성이란 사회적 요인에 의해서 영향을 받는 태도로서 아동이 접하고 있는 대인관계 속에서 긍정적으로 수용될 수 있는 태도를 습득했을 때 사회적 성숙을 이루었다고 할 수 있다(이상희, 1990).

따라서, 특정한 사회집단 내에서의 대인관계는 그 사람의 인성 발달에 결정적인 영향을 미치며, 한 사회집단의 성격, 수조, 기능 그리고 집단 성원의 인간관계도 이것에 의하여 좌우되는 것이다(오정봉, 1986).

앞의 견해들을 종합해 보면, 첫째 사회성이란 사회적 행동, 즉 타인 혹은 공공의 사물, 법률, 습관과 관계 속에서 행해지고 있는 행동이 사회화되는 정도를 의미한다. 다시 말해서 개인의 행동이 사회의 기준에 비추어서 그것이 승인되거나 혹은 비판 받는 것을 말한다. 둘째, 사회성은 사회집단에 참가 정도를 의미한다. 셋째, 사회성은 인성의 한 특성으로서 타인과 공동으로 사회생활을 훌륭하게 적응할 수 있는 심적 경향을 말한다. 다시 말해서, 속해 있는 환경에서 다른 사람과 상호 접촉할 때 그 환경에 적응시킬 수 있도록 하는 능력이며 이것은 환경에 의한 경험으로 얻어지는 것이다(정갑순, 1980).

박경수(1993)은 사회성의 특징을 여섯가지 하위영역으로 정리 하였다.

첫째, 활동성이다. 일상생활에서 정력적이고 생산적이며 민첩하고 부지런하며 일을 좋아하고 또한 많은 일을 해내는 특성을 말한다.

둘째, 안정성이다. 정서적 안정성(emotion stability)을 지칭하는 것으로 정서적으로 안정, 성숙되어 있고 극단적인 희노애락의 감정에 흐르지 않고 균형을 유지하고 침착하고 자아가 조절되며 유사시에도 비교적 마음의 동요가 적은 특성을 말한다.

셋째, 지배성이다. 지배성은 집단생활에서 통솔·지휘·감독하는 위치와 역할을 차지하기 좋아하고 자기주장을 내세우며, 고집이 세고 공격적이며, 대담하고, 권위주의적인 특성을 의미한다.

넷째, 사교성이다. 사교성은 집단 활동에 적극적으로 참여하기 좋아하며, 사교적이고 친절하며 협동적이고 인간관계가 원만하며 대인 적응성이 강한 특성을 말한다.

다섯째, 자율성이다. 자율성은 자기의 행동에 대한 책임을 중시하며 스스로 행위를 제어하고, 독립적, 자주적, 자발적이고 인습에 얽매이지 않으며, 자기 나름의 독특한 해결책을 모색하고자 하는 주체적인 특성을 말한다.

여섯째, 리더쉽이다. 리더십의 어원은 앵글로 색슨어의 “레단(Laedan)”에서 나온 것으로 ”간다“(to go)의 뜻을 가지고 있다. 따라서 리더십은 움직임을 나타내는 동적인 성격을 가진다(이영식, 2000).

사회성 발달과정 중 중요한 집단사회생활을 이끄는 지도자의 통솔력인 리더십(readership)에 관한 정의는 다음과 같은 것들이 있다.

Tannenbaum, Weschler 와 Massarik(1959)의 정의는 의사소통과정을 통해서 어떤 특정한 목표달성을 지향하고 있는 상황 속에서 행사되는 대 인간의 영향력이다.

이영식(2000)는 리더십이란 집단 목표를 위해 스스로 노력하도록 사람에게 영향력을 행사하는 활동이다.

Fiedler(1976)는 지도자가 그의 집단구성원에게 지시와 조정 등의 과정을 통하여 관계하게 되는 조직의 질서유지, 성원평가, 복지, 배려 등과 같은 특별한 행동이다.

Koontz 와 O´donnel(1980)은 리더십이란 공통된 목표달성을 지향하도록 사람에게 영향을 미치는 것이다.

즉, 리더쉽은 지도자가 학생들에게 자기통제훈련의 통솔력개념으로 자기를 통제한다는 의미이기도 하다.

리더쉽의 유형으로는 두 가지가 있다.

첫째: 과업지향형(task-oriented style) 리더쉽은 리더가 조직구성원들의 역할을 조직화하고 그 역할의 범위나 한계를 정하며 각 구성원이 무슨 업무를 언제, 어디서, 어떻게 수행해야 하는지에 대한 설명과 명확한 조직구조의 편성, 의사소통 통로를 관리하는 방법들을 확정해주는 행동형이며 과제에 대한 결과를 확인하며 그 결과에 대한 상벌이 엄격하며, 정서적, 인성적 발달보다는 학습목표 성취에 더 많은 관심을 갖고 지도하는 형태이다.

둘째: 인화지향형 (human-oriented style)리더쉽은 리더가 의사소통을 개방하고 사회, 정서적 지원과 심리적 위안을 제공하고 바람직한 행동을 조장함으로써 리더 자신과 구성원사이에 개인적 관계를 유지하려고 노력하는 행동을 의미하며 학생들과의 관계에서 상호신뢰, 인정을 바탕으로 정서적, 인성적 발달에 더 많은 관심을 갖고 지도하는 형태이다(이영식, 2000).

1) 스포츠 동아리참여와 사회화

(1) 스포츠 사회화의 개념

한 개인이 다른 사람과의 접촉을 통해서 사회적으로 적절한 행동 및 경험의 특유한 형식이 발달해 가듯이 스포츠에서의 사회화는 개인이 스포츠 동아리 활동에 참가하므로서, 스포츠 동아리라는 사회집단의 한 성원이 되어 스포츠

를 통해 특정 집단의 가치, 신념, 태도 등을 타인과의 상호작용에 의해 학습하면서 자신의 사회적 행동을 자신의 위치에 상응하는 많은 역할을 지니게 되는 과정이라고 할 수 있다(하지원, 1993).

여기에서 스포츠 사회화의 개념을 3가지로 나누어 살펴 볼 수 있는데, 첫째, 스포츠로의 사회화란 스포츠에 참가하는 그 자체를 말한다. 둘째, 스포츠를 통한 사회화란 스포츠 장면에서 학습된 기능, 특성, 가치, 태도, 지식 및 성향 등이 사회현상으로 전이 또는 일반화되는 과정이라 할 수 있다. 셋째, 탈 사회화란 생애주기의 특정 단계에 이르면 스포츠에 참가하던 개인이 필연적으로 경쟁적 운동경기에서 이탈하게 되는 과정을 말한다(임번장, 1993).

Leonard (1980) 사회화를 개인이 사회의 구성원으로 참가하는 일반적인 과정으로 보고 사회화의 심리적 과정, 즉 개인이 어떻게 사회적인 행동을 체득하고 또 형성해 나가느냐에 초점을 둔 그는 사회학습이론의 접근 방법으로 강화, 코칭, 관찰학습 등을 제시하였으며 이들은 역할학습을 설명하는데 기여한다고 하였다(임번장 1986).

강화(reinforcement)는 사회적 역할의 습득과 수행에 있어서 상과 벌의 역할을 강조한다. 즉, 직접적인 상과 벌은 행동의 학습과 수행에 영향을 미치게 된다는 관점으로서 행동이 벌에 의하여 부정적으로 강화되면 행동이 억제되고 행동이 상에 의하여 긍정적으로 강화되면 그 행동이 유발되는 경향이 높다는 것이다.

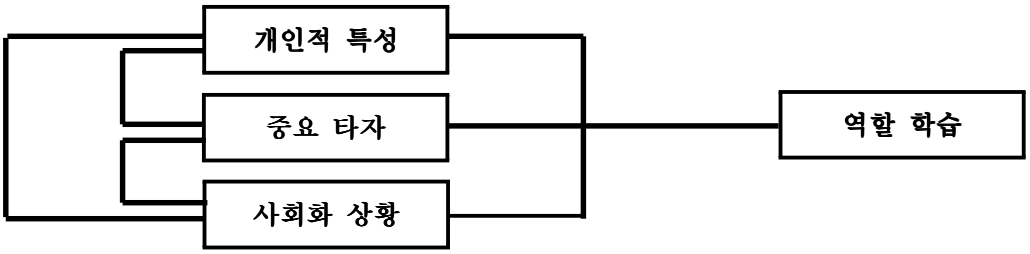
코칭은 피사회화자(socializee)가 사회화자에게 노출되거나 가르침을 받는 것을 말한다. 첫째, 코치가 적당하다고 생각하는 새로운 지식을 습득하게 되고, 둘째, 새로운 기술과 반응이 학습되며, 셋째, 학습자에게 동기를 부여할 수 있게 된다.

관찰학습은 한 개인이 어떤 행동을 배우는 방법으로서 자신의 행동이 모델과 행동과 비슷하게 되도록 애쓰는 것을 말한다. 특수한 사회적 역할의 학습을 포함해서 대부분의 사회적 행동은 관찰자가 바로 그 시점에서 관찰된 행동을 되풀이 하지 않더라도 중요한 타인의 행동을 관찰함으로써 얻어진다고 주장하였다(임번장, 1988).

사회역할 사회체계 이론에 의하면 주어진 사회적 역할을 학습하는 것은 학습자가 하나 또는 그 이상의 사회 체제(가족, 학교, 운동 단체)내의 중요타자들

에 의한 다양한 자극과 강화를 접하게 될 때 가능하다고 주장한다.

Mcpherson (1974) 은 Swell의 "사회역할-사회체계"의 접근방법에 있어 심리학적 변화를 종합한 것을 토대로 스포츠 소비자의 역할학습에 관련된 사회화과정의 3가지 요소를 다음<그림 1>과 같이 제시하고 있다.



<그림 1> 사회화 과정의 3요소(Kenyon & McPherson,1974)

(2) 역할이론

역할이론은 사회를 하나의 무대로 보고 개인을 무대 속의 배우로 비유하여 사회 속에서 각 개인은 자기 자신이 처해 있는 정확한 상황을 스스로 배우게 되며 상호작용을 통하여 자신의 연기를 완전하게 하려고 함으로써 사회화 과정이 진행된다고 설명한다.

이와 같은 역할이론의 관점에서 볼 때 학습 과정이란 사회체계 내에서 확립된 성원(중요타자, 준거집단, 역할 모형들에 의해 수행되는 사회화 주관자(socializer)의 역할과 피사회화자(socializee)의 역할간의 상호작용 및 모방의 과정을 의미한다고 볼 수 있다(임번장, 1986).

이와같이 스포츠 사회화의 과정에 있어서 대부분의 사회화는 가족, 이웃, 동년배집단, 지역사회의 자생적 스포츠 집단에서 전개된다. 그러나 중·고등학교 수준에서의 스포츠는 청년기 하위문화의 일부가 되어 학교 경영자뿐만 아니라, 학생·학부모 등 모두에게 매우 가치로운 활동으로 인정된다. 그리하여 학생들은 스포츠에 참가 할 수 있는 기회와 이를 높이 평가하는 중요타자에게 빈번히 노출되어 접하게 된다. 또한 교내의 운동부를 통해 스포츠 참가에 대한 흥미가 자극·강화됨과 아울러 애교심과 소속감이 촉진되기도 한다. 역할 사회화의 측면에서 보면 초등시절 경험하지 못했던 특정 스포츠의 역할 학습

이 중·고등학교에서 이루어진다. 하키, 럭비, 복싱, 골프 등과 같은 비인기 또는 특수 종목의 경우가 좋은 예이며, 그리고 올림픽 체조선수(Roethlisberger, 1970)와 육상선수(Kenyon & Pherson, 1973)는 초등학교 시절 팀 스포츠에 참가한 경험이 있기도 하였으나 대부분 현재 자신이 참가하고 있는 종목에 대한 최초의 흥미는 중·고등학교 시절에 유발되었다고 한다.

대학 수준에서의 스포츠 사회화 과정은 거의 대부분 엘리트 운동선수들만이 경험한다. 이와 함께 대학에서의 운동부와 교양 체육 등은 고등학교 시기와 거의 마찬가지로 일반학생을 스포츠 간접 참가자로 사회화시킨다.

이와 같이 학교는 개인의 미래 여가 활동 내용에 지대한 영향을 미치게 된다.

결론적으로 청소년기의 사회성발달에 영향을 미치는 스포츠 동아리 활동 집단은 가족이나 동년배 집단 대중매체·지역사회와 함께 학교는 스포츠 역할의 사회화 과정에 있어서 매우 영향력 있는 활동이다. 그러나 타 사회 체계와 마찬가지로 사회화 과정 내에서 학교의 역할은 스포츠 종목, 스포츠 내에서의 역할, 성, 생애주기 등에 따라 상이하다(임번장, 1998).

(3) 학업성취와 스포츠

학생은 교사 및 학부모 못지않게 교육에 대한 관심과 목표가 높으며 이러한 목표의 실현을 위해 나름대로 최선을 다하고 있다. 운동선수든 일반학생이든 이러한 교육기대감은 거의 비슷하나 사회 계층적 배경, 지적 능력, 학업 수행, 부모의 격려 등과 같은 변인을 통제한 다수의 연구 결과는 운동선수가 일반학생에 비해 좀 더 높은 기대감을 가지고 있다는 것이 밝혀졌다.

예컨대 미국의 Bend (1968), Rehberg와 Schafer(1968), Spreitzer와 Pugh(1973), Otto와 Alwin(1977)등은 고등학교 남자 운동선수가 일반학생에 비해 대학진학을 보다 많이 희망하고 있는 것으로 보고한 바 있다. 특히 Otto와 Alwin(1977)은 스포츠 참가가 직업기대와 성취 그리고 수업에 대해 긍정적 효과를 지니고 있다고 주장하였다. 여성 스포츠를 주제로 한 연구 중의 하나인 Snyder와 Spreitzer(1970)의 연구는 남학생과 마찬가지로 여학생도 스포츠 참가와 교육기대 사이에 긍정적인 관계가 있다고 보고하고 있다.

이외에도 스포츠에서 형성되는 승리에 대한 성취 욕구가 스포츠 참가와 교육기대 사이의 긍정적 관계를 설명하는 요인이 된다는 해석 (Rehberg, 1978)도 있으나 558

명의 남자고등학생을 대상으로한 실험적 연구 (Birrel, 1978)결과, 성취·동기는 스포츠 참가와 교육기대 사이의 관계에 개입하는 매개변인이 아니며 스포츠 참가 및 성취·동기가 교육기대에 영향을 미치는 것으로 나타났다(임번장, 1986).

스포츠 참가와 학업성취 간의 관계는 그동안 여러 나라에서 수없이 많은 연구를 거듭하여 나름대로의 연구결과를 축적하여 왔다. 미국의 경우만 보더라도 임번장(1998)가 1903년부터 1932년까지 수행된 41편의 연구를 고찰한 결과 일반학생이 운동선수에 비해 학업면에서 약간 우수하다는 사실을 보고하고 있으나, Eidsmore(1961, 1963)는 그와 반대의 결과 즉, 운동선수가 일반학생에 비해 학업성적의 평점(grade point average)이 더 높은 "똑똑한 학생들"이라는 사실을 주장하였다. Eidsmore의 연구 결과는 결국 스포츠 참가가 더 높은 학업성취를 유발한다는 사실을 시사한 셈이며 그 이후 미국에서 계속된 연구들은 이와 유사한 결과를 보고하고 있다. 영국(McIntosh, 1966; Start, 1967)의 경우도 스포츠 참가와 학업성취 사이의 정적인 관계를 밝힌 바 있다. 그러나 Jerome과 Phillps(1971)의 연구에서 지적하고 있듯이 캐나다의 경우는 이와 상반된 결과를 나타내 시간적, 문화적 차이를 추정케 하고 있다.

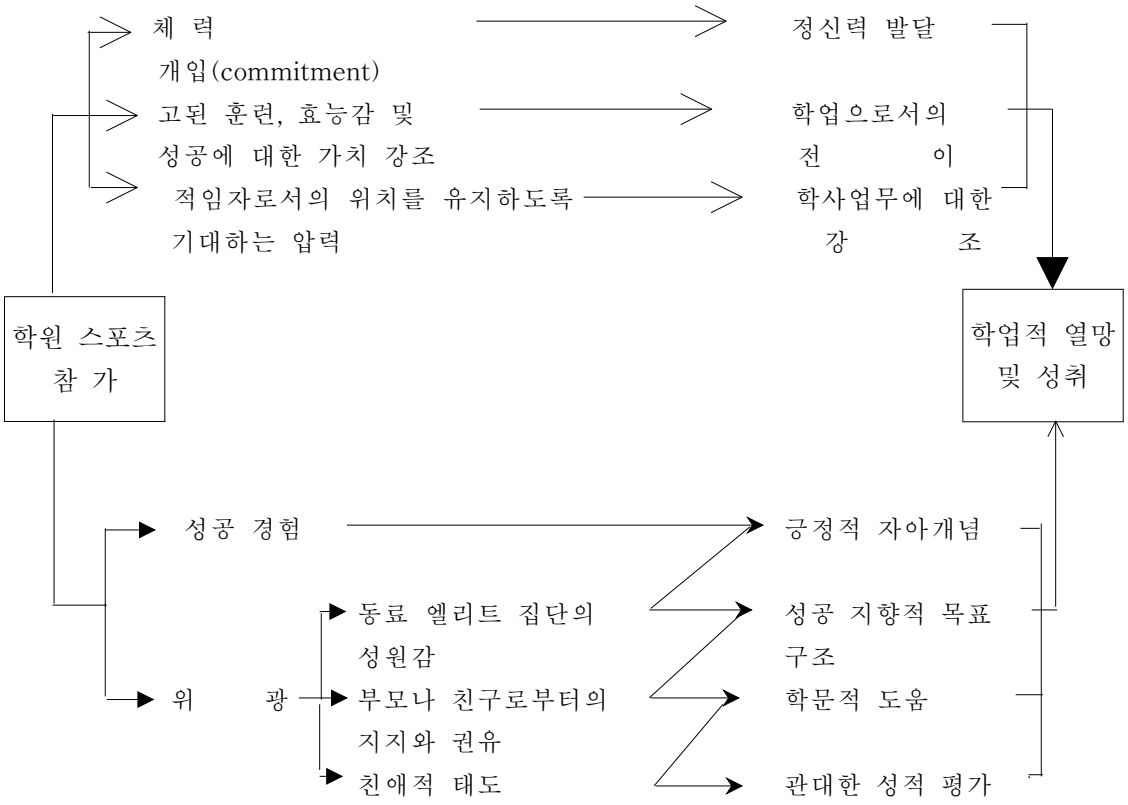
우리나라의 경우 강신욱(1990)은 운동선수와 일반학생의 학업성취를 비교한 연구에서 현실적으로 그 귀결이 명백히 예측된다고 전제하면서 운동선수 집단 내에서 학업성취의 격차를 유발하는 요인을 조사한 결과 사회·경제적 배경과 같은 교육 투입 요인이 교사-학생(teacher-student)상호작용이나 학교 풍토 인지와 같은 교육과정 요인보다는 상대적으로 영향력이 더욱 크다는 사실을 발견한 바 있다.

미국의 Rehberg(1978)는 위와 같은 해석과 비교적 유사한 다음과 같은 요인들을 제시함으로써 운동선수의 높은 학업성취를 분석하였다.

첫째, 성취 지향이 높은 동료와의 관계, 둘째, 스포츠에서 학업 환경으로 전이되는 성취 가치, 셋째, 다른 분야에서 더욱 높은 수준의 포부를 창출하는 높은 자기 평가, 넷째, 모든 분야에서 성공적인 학생으로 자신의 이미지를 계속 유지하고자 하는 내·외적인 압력, 다섯째, 학교내 중요타자(주로 성인)로부터의 학사 지도.

결론적으로 학교 운동부가 교육적 적합성(relevance)을 잃지 않고 또한 학교교육의 연장선상에서 스포츠 프로그램이 유지된다면 스포츠는 학업성취면에서 매우 유익한 수단이 된다(임번장, 1986).

스포츠 참가를 통한 학문적기대 및 성취의 정적관계를 도표로 나타낸<그림 2>에 나타내고 있다.



<그림 2> 스포츠 참가를 통한 학업 기대 및 성취의 정적 관계 *(Coakley, 1986)*

3. 운동과 정신건강

1974년 WHO에 의해 소개된 건강의 개념으로 “건강이란 육체적, 정신적, 사회적으로 완전한 상태를 말하며 단순히 병이 없는 상태를 의미하는 것은 아니다”라고 말하고 있다. 이러한 개념은 여러 형태로 다양하게 변화하게 되었다(안병철, 1992).

사전적 의미로 “정신”이란 사고나 감정의 작용을 다스리는 인간의 마음이라 하여 통상적으로 사람의 순수한 대뇌기능 이상을 의미하며, 미국 정신 위생 위원회 NCMH(National Committee for Mental Hygiene)의 보고에 의하면, 건강한 육체는 건전한 정신과 건전한 육체(a sound mind should be In a sound body)를 수반하는 것이 보통이지만 육체는 건강하나 정신이 불건전하여 불행을 초래하는 일이 허다하기 때문에 육체의 건강과 정신의 건강은 다르게 취급하고 있다.

정신건강이란 사람이 환경을 바람직하게 조성하고 잘 적응하며 만족과 성공과 능률과 행복을 누릴 수 있는 능력이라고 하였고, 개인의 물리적, 사회적, 심리적 환경을 처리함에 있어 개인의 성격의 탄력성과 원상으로 회복할 수 있는 능력이라고 보고 있다. 즉, 정신건강은 최대한으로 발휘하고 환경에 대한 적응력과 독립적·건설적·자주적으로 자기 생활을 처리해 나아갈 수 있는 건전한 성격체를 의미하고 있다(문재홍, 1997).
종합적 의미에서 정신건강은 심리적인 스트레스나 긴장을 잘 견디어 내어 정서적으로 안녕한 상태로써 욕구불만과 갈등, 불안 등의 감성적인 문제를 적당히 처리하는 힘있는 능력으로 사회생활을 건강하게 영위해 나가는 능력을 말한다.

이러한 정신건강은 규칙적인 운동을 통해 불안감을 해소시킬 뿐만 아니라 인내력을 발달시켜 정서적 건강에 유익하며 우울증의 감소, 긴장감이나 스트레스와 같은 부정적 정신건강을 개선시키는데 도움을 주는 역할을 한다고 보고되고 있다(김인배, 1995).
또한, 특성 대상에 따라 특수한 형태의 운동으로 얻을 수 있는 정신건강혜택은 자연적, 인위적, 복합적인 상호관계 속에서 얻어진다고 할 수 있다(이혜화, 2002).

1) 운동과 정서

(1) 운동과 우울

우울증세에는 삶에 대한 관심과, 동기의 결여, 활력의 상실, 절망감 및 자살에 대한 생각 등으로 나타나는 기분이나 감정이 임상적으로 우울증상과 일치

되는 증세이다.

최근은 우리나라에서 여성을 대상으로 한 연구들이 많이 보고되고 있다. 40대 이상의 주부들을 대상으로 연구한 Farmer 등(1988)은 운동과 우울증의 관계에 있어서, 적당량 또는 그 이상의 신체 활동에 참여한 여성들이 신체활동에 거의 참여하지 않은 때보다 약 2배의 우울증 감소 현상을 보인 것으로 보고하였다.

국내에서도 운동과 우울증과의 관계를 연구한 결과들이 보고되고 있다. 즉, 임상적으로 우울증을 보이는 40명의 여성을 대상으로 12개월 동안 달리기, 웨이트 트레이닝, 그리고 통제 집단으로 나누어 실험한 결과, 우울증 감소 현상과 자기 개념(self concept)은 달리기 및 웨이트 트레이닝 집단이 통제 집단보다 상대적으로 유의한 효과가 있을 것으로 나타났다(윤재량, 1993).

그러나 어느 정도 강도있는 유산소성 운동은 활동 후 2~5시간 동안 상태불안, 근육 긴장, 그리고 혈압을 감소시키지만, 너무 낮은 수준의 운동 강도나 단기간의 운동은 이러한 정서적 반응을 감소시키지 않는다는 연구(Dishman, 1988) 결과처럼, 운동 참여에 따른 우울증 감소는 우울증 증상의 상태 정도와 운동 참여 형태 및 정도, 유형 등에 따라 다소 상이한 결과를 미칠 수 있으므로 이에 대한 다각적인 연구가 시도되어야 할 것이다(이창호등, 2005).

*(2)*운동과 스트레스

스트레스(stress)는 외부로부터의 위협이 반응 능력의 수준을 넘어서거나 혹은 일정하게 유지하고 있는 각 개인들의 자원에 위협을 가하게 됨으로써 발생되는 심리적 상태로서, 특히 외부의 환경적 요인에 의해 영향을 받아 나타나는 인간의 갈등상태를 말한다.

운동은 그 자체가 하나의 스트레스와 자극으로서 신체적, 정신적 피로를 초래함에도 불구하고 일상생활에서 축적된 신체적, 정신적 스트레스를 해소시켜 주는 효과적인 방법으로 이용되고 있다. 이는 생리적인 효과뿐만 아니라 심리적인 안정과 만족으로 제공하여 심신의 조화를 촉진시키는 효과가 크기 때문이다. 따라서 스트레스에 대한 운동 참여의 직접적인 효과는 신체 활동

을 통해 에너지를 발산시킴으로써 인간의 기본적 활동 욕구를 충족시키며, 심신의 정화를 경험하게 한다(김의수, 1993).

이러한 신체활동과 스트레스와의 관계에 대하여 Grews와 Landers(1987)의 연구 결과에서도 보고되고 있으며, 10주 동안 유산소성 운동에 참여한 집단이 스트레스에 대하여 심리적, 생리적으로 강한 지각된 대처 능력을 보인다는 Steptoe 등 (1998) 의 연구 결과와 일맥상통하고 있다. 최근에는 체력과 만성적 운동(chronic exercise)에 따른 집단 분류 대신 즉각적인 운동 부화와 회복기를 거친 후 사회심리적 스트레스에 대한 반응을 측정하는 연구가 시도되고 있다.

훈련 프로그램을 실행하여 훈련 전, 후를 측정하여 비교한 연구 역시 이와 비슷한 연구 결과를 나타내고 있다. Keller 와 Seraganian(1983)의 연구에서 체력훈련을 한 참여자들이 훈련되지 않은 참여자들보다 단지 사전 검사기간(훈련 3주 후)에서 스트레스로부터 빠른 자율신경계의 회복을 보였으나, 사후 검사기간에서는 훈련후 두 집단간에 유의있는 차이를 보이지 않았다.

이러한 연구 결과들은 스트레스 일반화 가설을 명확히 증명해 주지 못하고 있으며(유진, 1993), 인간의 잠재능력에 긍정적인 기대를 갖는 인본주의 심리학의 영향으로 스트레스를 단순히 외부적인 것이나 혹은 이에 대한 개인의 반응으로만 보는 경향이 강하기 때문에 연구 결과를 일반화시키기에는 문제가 있다. 따라서 좀더 운동 참여와 스트레스의 관계를 명확히 규명하기 위해서는 개인의 스트레스에 대한 반응과 환경적 요구 그리고 유기체의 반응 능력 요인과의 상호작용 측면에 중점을 둔 종합적인 연구가 이루어져야 할 것이다(김정윤, 2005).

2) 여자고등학생의 특성과 정신건강 심리상태

청소년기의 신체적 성장, 호르몬의 분비로 인한 성적 변화, 인지능력의 발달 등 생리학적으로 커다란 변화의 시기이다. 동시에 심리적으로 자아의식이 발달하면서 부모로부터의 독립과 권위자와 기성세대에 대한 비판과 반항적인 태도를 보이게 되고 이를 통해 자아정체감을 형성하게 된다. 또한 아동기에 비해 지적, 감정적 작용이 복잡하고 다양해져 공상이 많고 자신에 대한 과대평가와 가소평가가 교차하는 경우가 많다(한국청소년연구원, 1992). 이밖에

친구관계의 의존성이 높아지며, 자신 및 타인에게 보여 지는 신체이미지에 집착하고 이를 중요하게 생각한다. 정인숙(1989)은 청소년기의 발달적 특성으로 인해 나타날 수 있는 정신건강의 문제를 주체성 문제와 정서적 문제로 구분하였다. 정체성 문제는 주체성 장애와 위축 및 자살기도가 있다. 이러한 주체성 장애는 청소년기에 흔히 볼 수 있는 문제로 이로 인해 생활에서의 위축현상과 함께 현실로부터의 도피수단으로 약물 복용, 학교 결석과 중도탈락, 자살이 나타난다.

정서적 문제로는 친구들과의 관계가 안 좋아지는 경우 나타나는 우울, 또한 월경의 시작과 함께 나타날 수 있는 신경성 식욕부진증을 들 수 있다. 이와 같이 청소년기의 정신건강 문제가 나타나는 양상은 다양하며 일상생활에서 심각한 지장을 초래하는 심리적 장애의 형태로 나타날 수 있다(Ebata, 1990).

지금까지 알려진 청소년기의 대표적인 정신병으로는 청소년 우울증, 정신적 장애, 행동장애, 물질남용 장애등을 들 수 있다. 또한 매사에 흥미가 없어지고 식욕감퇴와 체중감소, 체중증가, 불면 혹은 수면과다 등 기본적인 신체기능의 변화로 쉽게 피로해지고, 사고나 주의집중력의 감퇴 등과 함께 스스로를 무가치하게 느끼고, 죽음과 자살에 대하여 생각하기도한다(이시형, 1997). 특히 자살충동은 청소년들이 심한 정서적 혼란과 심리적 고통에서 도피하는 방법으로 나타나는 경우가 많으며, 심각한 후유증을 가지게 된다(최옥숙, 2004).

인간의 발달단계에서 심리내적인 변화와 환경적인 변화로 인해 다양한 문제들이 발생하는 위기 단계이다. 특히 청소년기는 아동기에서 성인기로의 발달하는 전환기로 다양한 변화와 이에 따른 스트레스를 동반하게 됨으로 정신집중적 문제가 가장 많이 발생하는 시기이기도 하다. 민성길(1992)은 이 시기에 나타나는 정신증적 문제를 다섯가지로 구분하였다.

첫째, 신체화 장애를 들 수 있다. 이는 청소년의 심리적 갈등이나 스트레스가 신체의 증상으로 나타나는 것으로 신경계 증상, 위장과 심폐, 여성 생식기의 기능 장애 등 다양한 신체적 증상을 보이나 의학적 및 신경학적 원인을 보이지 않는다. 이러한 증상의 원인은 도리어 심리내적인 원인, 가족 요인, 환경적 영향과도 관련 깊은 것으로 볼 수 있다.

둘째, 우리나라 청소년에게 많이 나타나는 정신증적 문제로는 강박장애를 들 수있다. 흔히 이러한 장애가 우리나라의 경우 빈번히 나타나는 것은 학업

성취에 대한 부담감과 실수에 대한 불안 등이 복합적으로 작용한 결과라 할 수 있다(한국청소년개발원, 1992).

셋째, 기분장애 중 우울증은 특히 청소년기에 보편적으로 경험하는 심리적 장애로 보았다. 흔히 청소년기에 나타나는 우울증은 비행, 알콜남용, 무단결석, 분노발작, 성적 문란들의 형태를 띠기도 한다.

넷째, 청소년기에 나타나는 불안장애로는 학교 공포증, 등교거부증, 시험공포증 등을 들 수 있다. 이밖에 정신분열증과 우리나라 청소년들에게 나타나는 "고3 병"으로 알려진 입시를 앞둔 청소년에게 보이는 증상은 일종의 반응성 정신증이라 할 수 있다(한국청소년개발원, 1992).

마지막으로 청소년의 정신건강은 문제는 심리내적인 문제뿐만이 아니라 사회적인 문제로 인식되고 있다. 최근에 더욱 그 양상이 심각해지고 있는 학교폭력 문제의 경우 단순한 신체적 폭행에서부터 금품 강탈, 따돌림, 괴롭힘 등에 이르기까지 다양한 사회문제 형태로 나타나며, 이는 피해 학생들에게 신체적 피해뿐만이 아니라 우울증이나 등교거부, 자살 등의 심각한 심리적 피해와 서로 배려하지 않고 폭력이 주도하는 사회적 분위기가 형성될 수 있다는 우려를 낳게 한다.

이러한 연구결과들은 성인범죄를 방지하거나 감소시키기 위해서는 아동이나 청소년들을 대상으로 가능한 조기에 문제 행동을 발전시키지 않도록 예방하는 노력이 필요함을 보여준다.

정신건강 문제는 성별에 따라 차이를 보이는데 전체적으로 여학생 보다는 남학생이 정신건강이 양호한 것으로 나타났다(황정규, 1980; 김광일, 원호택, 김이영, 김영정, 1993; 박소영, 2000; 장봉우, 김태완, 조경욱, 김용인 1997; 윤진, 최정훈, 1999).

그러나 초등학생을 대상으로 한 연구에서는 남학생에 비해 여학생의 정신건강이 좋은 것으로 나타났다(김봉은, 1988; 왕일 1997; 이신동, 2000). 정신건강 문제가 나타나는 증상에 있어서는 여학생이 우울 증상을 더 많이 호소하며(조수철, 이영식, 1990; 이현만, 한성희, 1996; 박명희, 1988)또한 여학생이 남학생에 비해 불안, 공포증, 정신증에 더 예민한 것으로 나타났다(장봉우, 1997), 이외 Nada-Raja, McGee, Williams(1994)의 청소년들의 정신건강에 대한 연구에서 여자 청소년들은 그들 자신의 정신건강을 유지하기 위해서는 의사의 권유나 가족, 친구 등이 중요하다고 생각하는 반면 남자 청소년의 경우

에는 정신건강은 자신의 의지나 태도에 의해 결정되어진다고 생각하는 것으로 나타났다.

친구는 청소년기의 정신건강에 매우 큰 영향을 미치는 요인으로, 많은 연구에서 친구관계가 원만하지 않거나 따돌림을 당하는 경우에는 학교생활의 적응이 어렵고, 우울증이 나타나는 것으로 보고하였다(한국청소년개발원, 1992)이외에 최근에 청소년이 있어서 인터넷을 통한 게임이나 채팅이 청소년의 정신건강에 미치는 영향에 대한 관심이 증가하고 있는 것으로 나타났다.

김세영(1999)의 연구에서는 PC방 이용 횟수와 이용시간은 인터넷 중독과 밀접한 관련이 있으며, 인터넷 중독으로 보이는 청소년의 경우 낮은 자아정체감을 지니고 있는 것으로 나타났다. 인터넷에서 이루어지는 게임은 강한 시각적 자극을 제공하며, 현실과는 다른 가상의 세계에 더 깊숙이 빠져들게 된다.

정유연(2001)은 남자 청소년의 경우 컴퓨터 게임 이용과 게임 중독성 및 공격성 연구에서 게임 중독성이 청소년의 공격성에 영향을 미치는 중요한 변인임이 밝혀졌다. 이와 같이 컴퓨터 게임은 청소년을 폭력적으로 만들고 학습장애를 가져온다. 또한 타인에 대한 배려가 없어 사회성 발달에 장애가 되며, 부정적 감정을 조절하는 능력을 저하시켜 정신건강 면에서 부정적 영향을 미치는 것으로 나타났다(신의진, 2002).

이상과 같이 운동이 정신건강의 과정을 돕는 심리적 접근으로서의 효과에 대한 학설을 몇가지 종합해서 살펴보면, 발달심리학적 측면으로는 생애초기경험이 운동기술향상에 어떤 영향을 주는지, 운동종목기능과 연령 및 환경적 요인, 남・여 연령차이, 운동수행능력은 어떠한지에 대하여 성격심리학적인 측면으로 같은 상황에서 어떻게 사람들이 서로 다른 행동을 보이게 되는지 뿐만아니라 시간에 따른 개인행동의 일관성과 변화를 설명하고자 하는 분야로서 미치는 효과와 건강심리학적 측면으로 심리적인 요인과 신체적인 고통 및 질병이 어떻게 관련되어 있는가를 연구하는 분야로써 예를 들어 장기적인 스트레스가 미치는 심리적요인이 신체건강에 미치는 효과와 임상심리학적 측면으로 비정상적인 행동의 연구진단 및 치료에 종사하는 분야로써 주로 정신적인 질병의 치료 및 예방으로 일상생활의 위기, 현실감의 상실과 같은 심각한 증상에 이르며 문제를 치료하도록 하는 훈련으로서의 효과에 대하여 스포츠심리학의 측면으로 첫번째로는 운동선수의 경기력 향상을 위하여 심리적불안감극복, 자신감을 키우기 위한 극기훈련, 동료와의 협동과 단결, 정신집중훈련에 관하여, 두번째는 스포츠를 통하여 스트레스 및 공격행동을 감소시킴으로써 정신건강을

유지하도록 하고 스포츠 매개로 심신훈련, 소속감, 만족감, 애국심, 애향심, 애교심같은 일체감과 자부심을 키우는데 관하여, 셋째 팀원간 경쟁과 협동, 코치, 팀리더의 리더쉽, 팀원들의 응집력 등에 관하여 스포츠심리에 어떻게 응용되어 효과를 미치는가에 대해 구별 할 수가 있다(황상민외 7명 공저, 1999).

현재 국내외 일부 연구자들에 의해 정서와 인지에 영향을 미치는 성격발달의 핵심요인, 즉, 자기개념/자아 존중감(self-concept/self-esteem)에 대한 운동효과를 밝히려는 노력을 지속하고 있다(유진, 1993; Morggan & O′Connor, 1988; Sonstreom, 1984; W i l l i s & Campbell, 1992). 이들은 일반적으로 운동과 정신건강에 관한 많은 연구에서 주로 불안, 우울, 자아존중감에 관하여 연구가 주로 이루어져 왔으며 학자들의 의견을 종합해보면 운동은 자기 지각과 행복에의 긍정적인 변화, 자신감과 인지의 향상, 정서의 긍정적 변화, 긴장의 제거, 우울과 불안과 같은 감정의 제거, 증가된 심적 행복, 증가된 민첩성과 맑은 사고력, 증가된 힘과 매일의 활동에 대처하는 능력, 증가된 사회적 접촉과 즐거움 등에 관해 긍정적 효과가 있다고 하고 있다.

Taylor, Dallis & Needle(1985)는 운동에의 참가를 통하여 얻게되는 심리적 효과를 요약하여 <표 1>과 같이 제시하고 있다(이혜화, 2002).

<표 *1*> 임상/비임상인들에 대한 운동의 심리적 효과

증 가		감 소	
학문적 성취 자신감 정서적 안정감 독립성 기억력 자기조정력	무드 지각 긍정적인 신체이미지 자기통제 성적만족 행복감 작업능률	공허감 흡연남용 혼란 우울 월경불순 화 두통	공포증 정신병적 행동 스트레스 반응 긴장 충동성 행동 작업실수 적대감

운동과 정신건강과의 관계는 매우 까다롭고 복잡하기는 하나 이용 가능한 여러 가지의 수준 높은 연구를 토대로 다음과 같은 결론을 끌어 낼 수 있다. 습관적인 운동은 임상인이나 비임상인 모두에게 정신적인 행복을 가져다 줄

수 있다. 왜! 자아개념의 변화 높아진 자아 존중감과 자부심, 심리적 안녕감, 그리고 낮아진 불안과 우울증 등이다. 그러나 이러한 관계는 특정대상에 따라 혹은 특수한 형태의 운동과정에 따라 달라질 수 있다. 운동으로 얻을 수 있는 정신건강의 혜택은 자연적으로 오는 것이 아니며 복잡한 상호작용 속에서 얻어진다고 할 수 있다.

4. 동아리 활동

1) 청소년 동아리활동 개념

"동아리"란 순 우리말로 바뀌면서 "비슷한것끼리 작게 뭉치는것"의 의미로 Circle 이라는 외래어를 대신한 이 말은 대학가에서 널리 쓰이다가 클럽활동, 그룹활동으로 고등학교학생들까지 폭넓게 쓰이고 있으며(이인규, 1992), "동아리"란 순 우리말로 학생들의 친목, 단체활동의 자주적 의지가 담겨 있는 개념이다.

따라서 상호간의 신뢰를 바탕으로 올바른 가치관과 개방적 태도와 자아실현을 할 수 있는 공간이라 정의하며, 소속감을 지닌 동호인들의 집합으로 그 집합속에서 공동 목표를 지니고 있는 단체라고 한다(청소년프로그램연구, 1999).

자발적 참여를 강조하며 입시위주의 위축된 청소년들의 자아실현욕구를 충족시켜주는 정책대안이라고 볼수 있다.

고교동아리연합회는 집단적 목표를 개인의 목표와 조화시키는 과정을 학생들에게 하도록 하는 특성(이인규, 1992)과 자발적인 참여의 자율적이며 협동적 행동으로 이루어진 동아리활동의 성격을 접목한 형태로서 대학 및 여러 동아리와 연합을 하여 연합켐프, 체육대회, 자매결연연합행사를 집행하여 조직적으로 활동·관리하고 있다.

이와같은 청소년동아리활동을 청소년들에게 사회적기술과 재능을 발전시키는 기회인 동시에 자신과 일상의 삶에 적극적인 성격을 갖도록 발전시키는 역할이다(Renny, 1979).

또한 활동자체가 청소년들의 관심에서 자생적으로 출발하여 활동계획과 운영이 청소년들로 이루어진다는 큰 장점을 가지고 있다.

2) 동아리활동의 유형

청소년동아리활동의 유형으로는 전문적분야에 대한 지식의 확대를 꾀하는 학술동아리·봉사동아리 리더쉽을 체득한 스포츠동아리, 인간적대화의 유대와 친목을 도모하는 교양친목동아리, 연극, 문학, 미술, 음악, 춤등 각종문화활동을 목표로하는 문학동아리로 나눌수 있다.

이런 스포츠동아리란 축구, 농구, 같은 일반적 스포츠종목이나 등산같은 레저스포츠, 댄스스포츠종목등의 프로그램에 2~4일정도 방과후 일정한 시간에 장소에서 2종목이상의 기능과 문화체험학습을 하는 제반활동을 말한다.

동아리 활동 기반을 학교기반동아리와 학교밖 지역사회기반동아리로 분류되는데 <표 2>과 같다.

<표 2> 동아리 활동 유형(정건희, 2003)

분류 / 활동기반	청소년시설동아리	청소년단체동아리	기타기관 동아리	시민사회단체 동아리
학교기반 동아리 (School-based)	▶학교에 기반을 두어 조직하는 경우는 많지 않으나 학교에서의 시설 이용이나 위탁의 경우에 해당. ▶지도자의 역할은 시설관리 및 동아리 활동 지원	▶학교를 근간으로 조직하는 것이 대부분, 일상활동을 지원하고 동아리 특정 활동은 자율적으로 진행. ▶학교 지도교사, 자원 지도자, 단체 실무지도자가 네트워크를 형성하여 지원.	▶지역사회를 근간으로 하는 동아리 조직이 원칙이나 설립의 시기가 최근인 관계로 학교에 조직되어 있는 동아리를 연합동아리 형식으로 조직. ▶협력 동아리형태로 컨소시옴을 구성하여 재정과 공간 등을 지원 ▶지도자의 역할을 시설 지원 및 연합행사 지원	▶학교를 기반으로 한 동아리는 없음. ▶지도자도 없음.
학교 밖 지역사회기반 동아리 (Community-based)	▶다양한 활동영역에 대한 동아리 활동이 지역사회 시설을 기반으로 조직되어 짐. 따라서 활동 내용별에 따라 선택가능. ▶학교제한 없음.	▶전문적인 기술이 필요한 동아리일 경우, 지역을 중심으로 한 청소년 단체의 지역사회의 요구를 수용하여 센터의 성격을 가진 동아리로 조직. 단체의 정체성에 따른 일상동보다는 자체적인 활동에 주력 ▶학교제한 없음.	▶연합동아리를 내용별로 묶어서 기관동아리로 구성하여 진행. ▶학교제한 없음.	▶시민단체활동에 관심 있는 회원들이 개별적으로 활동을 하다가 관심영역별로 묶여 동아리 조직을 하여 활동함. ▶학교제한 없음/ 시민단체실무자들이 활동의 최소한을 지원하는 체제, 매우 자율적임.

지금까지 학교내기반 동아리와 학교외 기반동아리 활동유형으로 실태를 비교해 왔다. 과외스포츠동아리교육활동은 정과체육, 과외자율체육활동, 스포츠경기로 구별 할 수 있다.

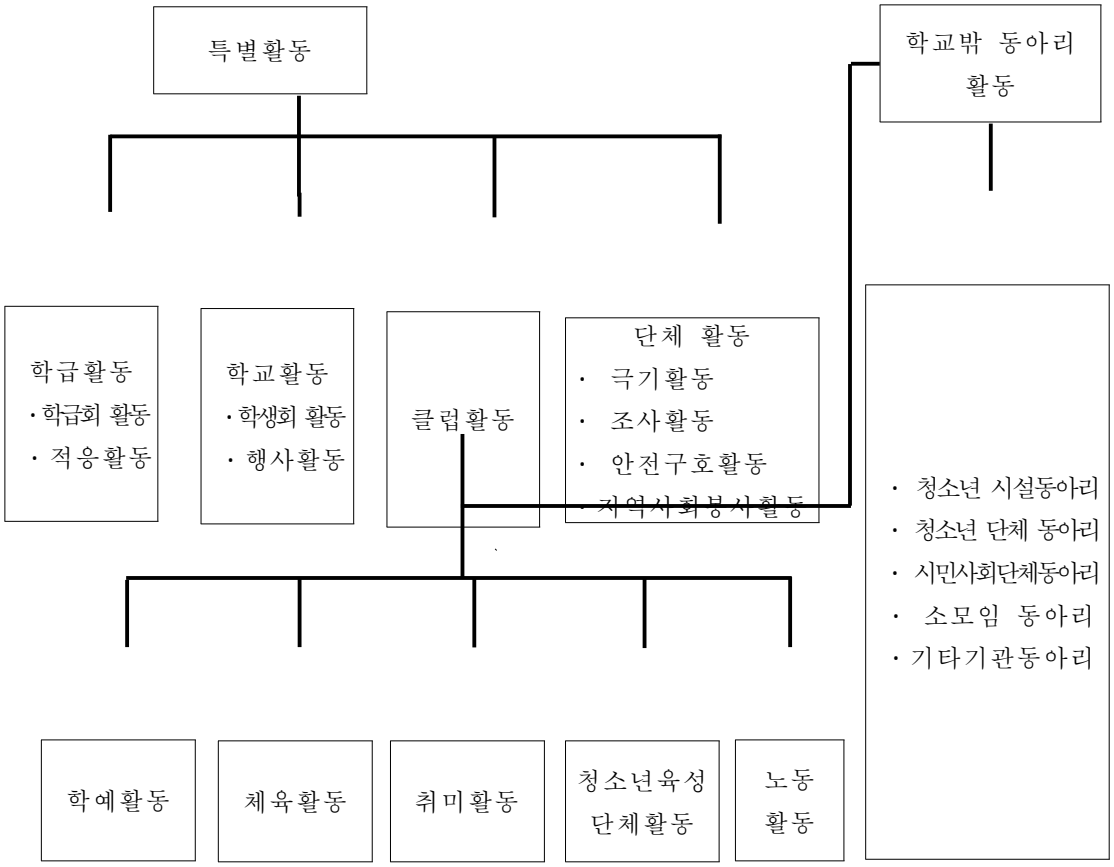
정과체육은 일정한 시간과 정해진 내용을 가지고 모든 학생들에게 공식적으로 학교중심으로 실시되는 체육활동이며, 반면 과외 자율체육활동은 학생들의 필요와 요구에 의해 자발적인 비공식으로 자유롭게 학교밖에서 실시되는 활동이다.

과외자율체육활동에는 여가시간에 자신이 택한 자체활동에 참가함으로써 자기만족을 얻으려는 활동이다.

여기서의 신체활동은 적극적인 레크리에이션활동의 유형을 의미한다.

다음은 학교 내·외의 청소년 동아리 활동의 유사관련<표 3>는 다음과 같다.

<표 3> 학교 내·외의 청소년동아리 활동의 유사관련 개념 도식



3) 다음은 동아리 활동 분야를 살펴보면

(1) 자치활동으로서의 동아리 활동

청소년들 스스로가 자신의 조직을 구성하여 전개함으로서 청소년의 권리를 옹호하고 민주시민으로 성장하기 위한 자질을 키워 나가며, 건강한 삶을 체득해 나가도록 하는 활동을 자치활동이라 정의할 수 있다.

청소년 동아리활동은 자발적인 참여에 의해 이루어진다. 학교의 특별활동과 같이 의무적으로 참여하는 경우도 있지만, 대부분의 청소년 동아리 활동은 참여자의 자유의사에 의하여 가입하고 탈퇴할 수 있으며, 대부분의 청소년 동아리는 집단으로서 자체적인 목적과 조직구조(회장, 회원 등)을 가지고 특정한 활동을 전개하며, 조직구성원들 사이에 활발한 상호작용이 전개된다.

(2) 또래집단으로서의 동아리 활동

청소년들은 학교활동이나 가족활동으로 보내는 시간보다 또래규범에 순응하고 또래들과 더 많은 시간을 보내며 상당히 강한 또래압력을 받는다. 청소년 시기에는 또래집단에 의해 받아들여지는 것, 그리고 특히 한 명 또는 그 이상의 가까운 친구를 갖는 것이 그들의 삶에 매우 중요한 의미를 준다. 청소년 동아리 활동은 이러한 또래집단으로서 특성을 갖는다.

청소년들이 동아리에 속함으로써 새로운 대인관계를 형성하고, 새로운 지위와 역할을 담당하게 된다. 따라서 청소년동아리는 또래집단으로서의 기능을 수행할 수 있다. 또한 청소년기는 직접적인 참여의 주체로서 스포츠 경기, 연극제, 음악회, 축제, 발표회 등의 공연을 하고자 하는 자아실현의 요구가 강한 시기이다.

(3) 사회적 집단 활동으로서의 동아리활동

청소년 동아리활동은 청소년들에게 사회성의 총체적이라고 할 만큼 집단 역동활동의 기회를 제공한다. 특히 동아리 구성원간의 다변적 접촉이 있고, 그들 간의 상호작용이 행하여지며, 타성원들을 식별할 수 있을 만큼 성원 상호간의 개인적 인상과 지각을 가질 것 등의 특징을 갖춘 집단이다.

청소년 동아리활동은 또래중심의 집단 활동으로서 남녀 혼합그룹으로 공동의 목적, 관심사, 가치관, 비밀, 취미방향, 소속감, 감탄 등을 가지고 개인적으로 여가시간을 운영하는 집단이다. 동아리라는 집단을 통하여 집단구성원으로서 서로가 책임을 나누어 가지고 협동하는 민주적 과정을 통해 단체생활을 발전함에 일익에 담당한다. 이러한 집단경험을 통해 개인이 성장하고 책임 있는 리더와 시민이 되는 기회를 가지게 된다(정건희, 2003).

동아리활동은 집단 구성원으로서 공통된 목적달성과 함께 개개인의 필요와 욕구를 충족시키기 위한 수단으로서의 활동이며, 집단 성원의 공통적인 요구에서 출발한 집단목표 또는 과제를 집단구성원들이 스스로 합리적이고 과학적인 방법으로 해결하게 된다.

(4) 진로탐색 및 특기·적성개발의 수단으로서 동아리활동

청소년동아리활동을 통하여 길러진 취미와 교양, 기술 및 생활태도 등은 문화활동과 친교활동 뿐만 아니라 진로와 직업선택에 까지도 큰 영향을 끼칠 수 있는 중요한 활동이다(정건희, 2003).

청소년들이 자신이 관심을 갖고 있는 취미나 특기활동을 중심으로 록밴드, 연극동아리, 방송동아리, 컴퓨터 동아리, 신문기자단, 자원봉사 동아리 등 대부분의 동아리들은 청소년들의 자발적인 참여로 구성된다. 지속적인 동아리활동을 통한 구성원들 간의 인간관계의 형성과 이로 인한 집단 응집력이나 집단의 매력 등이 소속감을 강화시킬 수 있다. 이들의 활동내용은 향후 청소년들의 진로선택을 위한 하나의 대안으로서 중요한 의미를 갖는다. 청소년 자신이 관심을 갖는 만화나 영상매체, 방송, 음악, 스포츠 등을 특정 영역을 중심으로 하는 동아리활동을 통하여 그 분야의 전문성과 직업적 특성을 탐색할 수 있고, 관련된 전문가들과 접촉하는 기회를 갖게 됨으로 인해서 향후자신의 진로를 결정하는데 영향을 받을 수 있다(정건희, 2003).

(5) 청소년 지역사회의 연계적 동아리 활동

청소년은 가정, 학교, 지역사회 등의 사회화 환경과의 지속적인 상호작용을 통해 발달하고 성인으로 성장한다는 점에서 지역사회는 청소년의 발달 욕구를 충족시켜 주고 교육적 기능을 회복하고 청소년에게 다양한 경험의 기회를 제공할 수 있는 여건을 조성해야 할 필요성이 더욱 커지고 있다. 지역사회의 기능 강화를 위해서는 청소년을 지역사회 공동체에 참여시키는 노력과 함께 청소년참여를 핵심개념으로 하는 적극적 청소년육성 의지가 필요하다는 점에 유의할 필요가 있다(천정웅, 2000).

특히 참여의 정의는 가족활동, 스포츠클럽, 봉사활동을 하기 위한 청소년에게 유익한 모임으로 조직된 활동에 참여하는 것에서는 분담된 책임 적극적 관여이다.

청소년참여에 대한 개념규정을 몇 가지 살펴보면 Winter(1997)는 “청소년들이 능동적으로 자신의 생활환경에 참여하는 기회”라고 정의하였으며, Hart(1997)는 청소년참여를 기본권리라고 하고, “자신의 삶에 영향을 주는 그리고 자신이 살고 있는 지역사회에 영향을 주는 의사결정을 공유하는 과정”으로 정의하였다. 이러한 청소년참여 확산을 위한 방안으로 기회프로그램을 제공(정건희, 2003)하는 것이 있다. 청소년들 자신들의 기술, 지식기반, 리더십 능력 등을 개발하는 경험(Experience)이 필요하다. 즉 기회 프로그램의 한 부분으로 자신들의 문화적 활동뿐만 아니라 사회적인 참여활동을 위한 동아리 활동이 필요한 것이다.

5. 선행연구고찰

청소년동아리활동에 대한 선행연구동향은 학문적관심의 부재와 환경적, 제정적으로 실제 매우낮은 수준에 머물러있다.

근대에 이르러 몇몇 연구가 진행되고 있지만 대부분 수도권 대상으로 이루어지고 있으며 일부지역 중에서는 아직도 미숙한 수준에 있다고 본다.

이혜화*(2002)* “고등학교스포츠동아리활동이 학생들의 정신건강에 미치는 영향” 연구에서 동아리활동을 함으로써 G 고등학교학생들을 대상으로 축구, 농구, 배드민턴 종목 활동대상으로 분석한 결과 동아리집단과 일반학생집단의 정신건강의 차이에서는 설문항목(신체화, 강박증, 대인예민, 우울, 불안, 적대감, 공포불안, 편집증, 정신증) 중 스포츠 동아리집단이 일반학생집단에 비해 강박증과 대인예민에 관한 항목에서 통계적으로 유의한 차이로 학생들의 정신건강에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 그 밖의 항목에 있어서도 부정적인 요인이 낮은 것으로 나타나 방과후 스포츠 동아리 활동이 학생들의 정신건강에 영향을 미치는 것으로 나타났다.

스포츠 참여강도에 따른 정신건강의 내용에서 동일 설문항목에 대해 일반학생의 경우 신체화, 불안, 우울증, 적대감의 순으로 통계적 유의차를 보였으며, 정신건강에 관한 세부분석에서는 신체화, 불안, 우울, 적대감 항목 등에서 참여강도가 높을수록 부정적 정신건강 수치가 높은 것으로 나타났다. 스포츠 동아리집단의 경우에는 강박증, 불안, 대인예민의 항목 순으로 유의한 차이를 나타내었으며, 정신건강에 관한 세부분석에서는 강박증, 불안 대인예민 항목 등에서 참여강도가 낮을수록 부정적 정신건강 수치가 높은 것으로 나타났다. 이러한 결과는 스포츠 동아리 활동이 학생들의 정신건강에 긍정적 영향을 미칠 수 있는 가능성을 시사하였다.

스포츠참여 동기에 따른 정신건강 분석에서는 일반학생의 정신건강항목에서 신체화, 정신증, 강박증, 항목 순으로 통계적 유의한 차이를 나타내었으며, 정신건강에 대한 세부분석에서 작용하고 있음을 알 수 있었다.

일반학생 집단과 동아리 학생집단의 스포츠참여자에 대하여 종교와 정신건강의 관계에서는 일반학생의 경우 정신증, 신체화, 불안, 편집증, 우울, 적대감, 대인예민, 공포불안, 강박증의 순으로 유의한 차이를 나타내 학생들의 자율적인 스포츠 동아리 활동은 성장하고 있는 청소년기의 학생들의 정신건강에 긍정적인 효과를 가져올 수 있을 것으로 나타났다.

정건희*(2003)*“학교내・외의 청소년 동아리 활동 비교연구”에서 분석결과 청소년들의 일반적인 동아리 활동에 대한 이론적인 배경을 고찰하고, 군산시를 중심으로 한 지역 중・소도시에서 동아리 활동의 경험이 있는 청소년들과 지도(교사)자들의 동아리에 대한 전반적인 인식에 대해 살펴보았으며, 학교 내와 학교 외에서 이루어지는 동아리 활동을 비교 분석하고 실태를 파악하여 개선방안을 제시하는 것을 목적으로 하였다.

동아리 활동의 참여에 대한 필요성은 학교내의 동아리가 학교 밖보다 더욱 높게

인식하고 있는 것으로 나타났다.

동아리 활동을 청소년(39.9%)보다도 지도교사(54.5%)들이 더 크게 선호하였고, 학교 내가 안정성과 재정지원도에서 더 높은 것으로 확인되었다. 또한 청소년 동아리 활동 공간 및 시설여건, 자율성과 기능도 개발, 동아리 활동을 통한 친구관계의 교재의 폭이 큰 곳이 전체적으로 학교 밖이 높게 나타났으며, 동아리 정보는 대다수(60.7%)청소년들이 학교의 친구들을 통해서 알아가고 있었다.

동아리 지도에 있어서 지도교사들의 동아리 활동 중에 학교 내에서는 지도교사의 중요성을 좀더 높게 인식하고 있으며 학교 밖은 지도교사의 역할보다는 청소년들의 자율성에 더 중요성을 두고 있는 것으로 확인되었다.

전반적으로 효과 및 만족도의 모든 문항이 청소년이 지도교사에 비해 높게 나타났으며, 지역사회의 기여, 교과학습이외의 다양한 경험, 지도력 향상에 대한 부분에서 학교 내가 학교 밖보다도 더 높게 나타났다.

차명신*(1999)*"고교생의 동아리농구 참가요인에 관한 사회학습 이론적 분석"연구에서 동아리농구 참가에 대한 사회학습 이론적 관점은 개인적 속성과 사회화 주관자, 그리고 사회화 상황 등 사회화의 세가지 요인을 강조하며, 이들 사회화 요인이 특정 개인의 동아리농구 참가에 미치는 영향을 규명하였다. 즉, 사회학습 이론에 의하면 개인이 생활체육 활동에 참가하게 되는 과정은 생활체육의 적합한 적성과 소질을 소유한 개인에게 영향력 있는 주위 사람이 생활체육 참가에 적합한 사회적 상황에서 생활체육 참가에 대한 긍정적인 영향을 주었을 때 효과적인 참가가 이루어진다고 설명하고 있다. 이론적 경험적 준거 및 연구결과에 기초하여 분석하였다.

황용준*(2003)* "청소년기의 스포츠 동아리 활동참여와 사회성 발달의 관계" 연구에서 스포츠 동아리 활동 참여 유무와 사회성발달의 관계에 대한 검증결과에 의하면 스포츠활동 참여자가 비 참여자보다 활동성·안정성·사교성·지배성·자율성에서 높게 나타나 스포츠 동아리 활동이 청소년기의 사회성 발달에 긍정적 영향을 주고 있었다.

스포츠 동아리 조직유형과 사회성발달의 관계에 대한 검증결과 조직유형 중 학생중심의 스포츠 동아리 집단이 활동성에서 유의한 차이가 있는 것으로 나타났고, 안정성·지배성·사교성·자율성등에서 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다.

스포츠 동아리 활동 종목과 사회성교인 발달의 관계에 대한 검증결과 활동 종목 중 단체종목의 스포츠동아리집단이 활동성과 안정성에서 유의한 차이가 있는 것으로 나타났고, 지배성·사교성·자율성등에서 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다.

조규청*(2004)*"댄스스포츠심리학" 연구에서 청소년들의 고된 학교생활에서 신체활동의 부재라는 이유로 정신건강에 미치는 심리적 요인과 문제들을 비만증에 두고 댄스스포츠사회교육과 활성화로 사회성과 정신건강의 심리적 접근으로 동기유

발하여 스트레스해소의 정신건강에 대해 시사하였다.

수성고등학교*(2003)*연구에서 “체육동아리활동 학습프로그램과정안 및 활동일지” 동아리 교수·학습과정안 새로운 프로그램을 개발하여 연구하였다.

광주시교육청*(2005)*고등학교 특별활동지도자료 등을 선행연구 하여“ 본연구는 교내·외 스포츠 동아리 활동이 연계성있는 진로탐색이나 단체활동, 행사 활동의 극대화로 사회성과 정신건강에 미치는 효과에 대해 연구·조사 하였다.

이상과 같은 이론적 배경을 바탕으로 본 연구자는 현재 논문외에 일선 학교현장중심으로 선행연구하여 고찰한 결과는 최근 한국교육신문(2007)의 통계자료에 의하면 방과후 동아리 활동 참여율이 종목에따라 비교적 차이는 있지만 전반적으로 상당히 저조하였고, 제 7차 교육과정의 목표가 미흡한 상태로 청소년활동의 만족도와 관련되는 국제교류와의 활동이 제일 높았으며 그 다음으로는 축제나 단체 행사시에 댄스 스포츠·체육경기·전시 순위로 나타났으며 자치활동이나 체험학습 동아리 활동이 가장 저조하게 나타났다.

학교 내·외의 동아리 활동이 더욱 개선되어 심신단련과 정신건강으로 학업성취와 진로탐색에도 도움을 줄 수 있는 다각적인 방안을 마련해야 할 시사점을 얻을 수 있다고 판단된다.

Ⅲ. 연구방법

1. 연구대상

본 연구대상자는 광주시내에 소재하고 있는 4개와 여자고등학교를 대상으로 방과 후 스포츠 동아리 활동참여집단 1, 2학년 여학생 총 160명과 동아리 비 활동참여집단 총 160명인 4개의 여자고등학교를 총 320명을 대상으로 표집하였다.

각 실험집단에서 개인적 사정이나 부실한 응답하는 학생은 연구대상에서 제외하였다.

본 연구에서 동아리 활동에 미치는 사회성과 정신건강에 대한 효과정도를 알아보기위해 조사분석과정은 자기평가 기입법(self-admistrated method)으로 질문응답지로 사용하여 설문조사하였다.

<표 4> 표집현황

구분	스포츠 동아리 활동 참여자	스포츠 동아리 활동 비참여자
인원	160	160
성별	여학생	여학생
학년	1 , 2학년	1 , 2학년
스포츠 동아리 활동 종목	배드민턴, 농구 째즈댄스, 스포츠댄스,허슬	·
장소	교내	교내

2. 연구절차

청소년기의 스포츠 동아리활동 참여와 사회성 발달과 정신건강의 관계를 규명하기 위하여 “청소년기의 스포츠 동아리 활동참여와 사회성 발달 및 정신건강 관계에 관한 조사” 설문지를 조사 대상에게 배포한 다음 자기평가기입법으로 설문 내용에 대하여 응답하도록 지시하였고, 설문지 조사는 2007년 3월 중순에 이루어졌으며 본 연구자가 각 학교의 표집 대상학교를 방문하여 담당교사의 협조를 받아 수업시간 및 특기·적성 교육시간을 이용하여 설문지를 회수하여 자료를 수집하였다.

스포츠 동아리 활동 참여자 중 1학년 80명, 2학년 80명 등 160명과 스포츠 동아리 비참여자 160명, 총 320명을 설문조사하여 무응답 처리한 3부을 제외한 317부를 본 연구 자료로 사용하였다.

1) 연구기간

연 구 계 획

↓

목 표 설 정

↓

자 료 수 집

↓

검사지 배부 및 회수

↓

결과 처리 및 분석

↓

논 문 작 성

3. 측정도구

본 연구에서는 고등학생의 스포츠 동아리 활동 참여와 사회성발달의 관계와 정신건강의 관계를 규명하기위하여 자료수집 도구로 신뢰도와 타당도에 중점을 두고 설문지 내용을 질문지로 총 30문항으로 조사하였다.

변인통제 조사도구를 투입함에 있어서 다음과 같은 사항에 유의하였다.

참여자가 불확실하지 않고 솔직하게 대답하도록 주지시켰다. 참여자가 왜곡된 자세이거나 사정이 있는 학생은 제한하였다. 학생들이 응답후 질문지는 모두 회수하였다.

1) 스포츠 동아리 활동척도

정의적 특성 측정도구 편람(1988)에서 개발한 설문지를 참고로 하여 연구에 필요한 변인들을 묻는 내용을 표준화시킨 질문지를 활용하였고, 임성모(2006)의 연구에서 표준화시킨 검사지를 수정・보완하여 신뢰도와 일관성에 중점을 두고 5문항은 배경변인을 묻는 스포츠 동아리 제반활동 참여의 학교환경실태조사와 독립변인으로 스포츠 동아리 활동 참여여부, 참여정도, 참여종목에 미치는 반응을 알아보기 위해 선택형의 척도로된 리커트 형태로 “아주 그렇다”, “그렇다”, “보통이다”, “그렇지 않다”, “전혀 그렇지 않다”의 5문항인 선택형의 문항을 사용하였다. 질문지로 구성 하였다.

2) 사회성 발달척도

사회성 발달 측정도구는 정의적특성 측정도구 편람(1988)가 제작하여 황용준(2003)의 연구에서 표준화된 검사지와 수정・보완한 검사지를 사용하였다.

조사도구에 대해 보다 구체적으로 이 검사지를 기초이론을 종합한 신뢰도가 있는 종속변인으로, 활동성, 안정성, 지배성, 사교성, 자율성요인이 미치는 사회성 발달효과의 관계를 묻는 총5문항으로 구성 하였다.

오하이오대학에서 개발한 사회성 발달 특성인 리더쉽 척도의 측정도구는 학교현장에

맞게 참고하여 수정보완한 정건희 (2003) 리더쉽과 종속변인(성취, 친화, 극복)요소를 지닌 학급분위기가 미치는 만족도의 교육효과의 관계를 분석하고 측정 검사지를 사용하여 4문항으로 구성하였다.

사회성 발달 척도의 신뢰도는 Cronbach's α계수가 0.6997이고 표본화 적합도 계수는 0.625~0.744로 신뢰성을 보이는 도구이다.

3) 정신건강척도

조규청(2004)연구에서의 도구는 집단응집성과 정신건강과의 관계를 측정하기위해 Slott와 Rowland의 의미분석법을 개발측정한 도구를 참고하여 사용하였다.
댄스스포츠 집단 단결력에 대한 측정도구는 단결력의 다차원적인 특성을 고려한 타당도가 높은 질문지로 단결력을 결정하는 관련된 변인요인인 신체적인 흡연, 비만, 우울증, 불안, 스트레스, 긴장, 심신훈련, 신체기술발달, 집단단결력, 일체감, 응집력, 소속감, 만족감요인을 묻는 13문항과 스포츠 동아리 활동 참여 종목인 댄스스포츠가 정신건강의 미치는 만족도가 어느 정도인가에 대하여 질문지와 검사지로 조사하였다.

정신건강 척도의 신뢰도는 Cronbach's α계수가 0.7244이고 표본화 적합도 계수는 0.564~0.839로 신뢰성을 보이는 도구이다.

지금까지 도구 측정과정을 주요 구성내용으로 정리해보면 <표 5>와 같다.
본 연구의 기본변인은 스포츠 동아리 활동, 사회성, 정신건강이다.

<표 5> 설문지 주요구성내용과 범위

구성지표		문항수	구성내용	문항번호
배경변인	실태정도	5	*성별 *학교 *학년 *성적 *환경	1 2 3 4 5
독립변인	스포츠 동아리 활동에 따른 참여 실태	3	*참여여부(유・무) *참여정도(강도) *참여종목(종류)	6 7 8
종속변인	사회성	9	*활동성 *안정성 *지배성 *사교성 *자율성 *리더쉽 *성취 *친화 *극복	9 10 11 12 13 14 15 16 17
	정신건강	13	*흡연 *비만 *우울증 *불안 *스트레스 *긴장 *심신훈련 *신체기술발달 *집단단결력 *일체감 *응집력 *소속감	18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29

			*만족감	30
합 계	30문항			

4. 자료처리

본 연구의 조사절차는 먼저 구체적인 연구절차 계획을 설계한 다음, 본 연구의 목적에 맞도록 설문지를 작성하였다. 조사는 본 연구자가 표본으로 추출된 학생들에게 본 연구의 목적을 설명하고 설문지를 배포한 다음, 설문내용에 대하여 응답하도록 하였다. 설문지의 응답이 완성된 자료를 회수하여 응답내용이 부실하거나 신뢰도가 낮은 것으로 판정된 자료는 자료검색과정을 거쳐 분석 대상에서 제외시켰다. 분석 가능한 자료는 자료 분석의 목적에 따라 통계 프로그램인 SPSS 12.0 k를 이용하여 다음과 같이 분석을 실시하였다.

첫째, 조사대상자의 일반적인 특성에 따라 독립변인인 참여여부, 참여정도, 활동종목에 통계적으로 유의한 차이가 있는지를 분석하기 위하여 χ^2-검정을 실시하였다.

둘째, 조사대상자의 일반적인 특성에 따라 종속변인인 , 사회성, 정신건강에 통계적으로 유의한 차이가 있는지를 분석하기 위하여 t-검정과 일원변량 분산분석(One-way ANOVA)을 실시하였으며, Duncan방법을 이용하여 사후검정을 실시하였다.

셋째, 스포츠 동아리 활동 참여여부, 참여정도, 참여종목에 따라 사회성 및 정신건강에 통계적으로 유의한 차이가 있는지를 분석하기 위하여 t-검정과 일원변량 분산분석(One-way ANOVA)을 실시하였으며, Duncan방법을 이용하여 사후검정을 실시하였다.

Ⅳ. 연구결과 및 논의

본 연구는 청소년기의 스포츠동아리 활동참여와 사회성과 정신건강에 관하여 연구 대상자들의 특성을 파악하고, 스포츠 동아리 활동 참여여부에 따른 사회성 발달, 정신건강의 차이, 스포츠 동아리 활동 참여정도에 따른 사회성 발달, 정신건강의 차이, 스포츠 동아리 참여종목에 따른 사회성 발달, 정신건강의 차이를 알아보기 위한 목적으로 수행되었다. 또한 가설을 검증하기 위하여 빈도분석, 교차분석, 독립 t-test, 분산분석(one-way ANOVA)을 실시하여 다음과 같은 결과를 얻었다.

1. 연구대상자의 일반적 특성

1) 연구대상자의 일반적 특성 분석 결과

본 대상자의 일반적 특성을 빈도분석 한 결과는 <표 6>와 같다.

<표 6> 연구대상자의 일반적 특성

일반적인 특성		빈도	%
학교	인문계	238	74.8
	실업계	80	25.2
학년	1학년	159	50.0
	2학년	159	50.0
학업성적	상위권	103	32.4
	중위권	166	52.2
	하위권	49	15.4
학교환경	매우 미흡하다	98	30.8
	미흡하다	73	23.0
	보통이다	15	4.7
	만족한다	112	35.2
	매우 만족한다	20	6.3
동아리 참여 여부	참여	157	49.4
	미참여	161	50.6
참여정도	소극적	5	3.2
	보통이다	12	7.6
	적극적	140	89.2
참여종목	배드민턴	56	35.7
	농구	11	7.0
	째즈댄스	38	24.2
	스포츠댄스	39	24.8
	허슬	13	8.3

단, 참여정도와 참여종목은 동아리 참여집단으로 제한.

2) 스포츠 동아리 참여여부(참여, 비참여)에 대한 조사

여고생들의 일반적인 특성에 따른 참여여부에 대한 차이를 비교하기 위해 χ^2-검정을 실시하였으며, 비교 결과는 <표 7>과 같다.

<표 7> 참여여부에 대한 조사

구분		참여여부		χ^2	유의확률
		참여	비참여		
학교	인문계	117(49.2)	121(50.8)	0.017	0.897
	실업계	40(50.0)	40(50.0)		
학년	1학년	78(49.1)	81(50.9)	0.013	0.911
	2학년	79(49.7)	80(50.3)		
학업성적	상위권	79(76.7)	24(23.3)	50.373	0.000***
	중위권	67(40.4)	99(59.6)		
	하위권	11(22.4)	38(77.6)		
학교환경	매우 미흡하다	12(12.2)	86(87.8)	185.949	0.000***
	미흡하다	14(19.2)	59(80.8)		
	보통이다	7(46.7)	8(53.3)		
	만족한다	104(92.9)	8(7.1)		
	매우 만족한다	20(100.0)	0(0.0)		

*** $p<0.001$

위와 같이 일반적인 특성에 따른 스포츠 동아리 참여 여부에 대한 차이를 비교해 본 결과 학업성적, 학교환경에서 통계적으로 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 학업성적에 대해서 살펴보면 상위권의 학생들의 동아리 참여는 79.7%로 높게 나타났으나, 중위권과 하위권의 학생들은 동아리 참여율이 40.4%, 22.4%로 낮게 나타남을 알 수 있다. 학교환경에서는 '매우 미흡하다', '미흡하다', '보통이다'의 스포츠 동아리 참여는 12.2%, 19.2%, 46.7%로 낮게 나타났으나, '만족한다'와 '매우 만족한다'의 스포츠 동아리 참여는 92.9%, 100.0%로 매우 높게 나타났다.

3) 스포츠 동아리 참여정도에 대한 조사

여고생들의 일반적인 특성에 따른 참여정도에 대한 차이를 비교하기 위해 χ^2-검정을 실시하였으며, 비교 결과는 <표 8>과 같다.

<표 8> 참여정도에 대한 조사

구분		참여정도			χ^2	유의확률
		소극적	보통이다	적극적		
학교	인문계	5(4.3)	12(10.3)	100(85.5)	6.518	0.038*
	실업계	0(0.0)	0(0.0)	40(100.0)		
학년	1학년	3(3.8)	6(7.7)	69(88.5)	0.222	0.895
	2학년	2(2.5)	6(7.6)	71(89.9)		
학업성적	상위권	2(2.5)	2(2.5)	75(94.9)	7.152	0.128
	중위권	3(4.5)	9(13.4)	55(82.1)		
	하위권	0(0.0)	1(9.1)	10(90.9)		
학교환경	매우미흡하다	1(8.3)	5(41.7)	6(50.0)	56.481	0.000***
	미흡하다	3(21.4)	2(14.3)	9(64.3)		
	보통이다	1(14.3)	2(28.6)	4(57.1)		
	만족한다	0(0.0)	1(1.0)	103(99.0)		
	매우만족한다	0(0.0)	2(10.0)	18(90.0)		

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

위와 같이 일반적인 특성에 따른 스포츠 동아리 참여정도에 대한 차이를 비교해 본 결과 학교, 학교환경에서 통계적으로 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 학교에 대해서 살펴보면 인문계와 실업계 모두 참여정도가 '적극적'에서 85.5%, 100.0%로 높게 나타났다. 학교환경에서는 '매우 미흡하다'~'매우 만족한다' 모두 '적극적'에서 50.0%, 64.3%, 57.1%, 99.0%, 90.0%로 높게 나타남을 알 수 있다.

4) 스포츠 동아리 참여종목에 대한 조사

여고생들의 일반적인 특성에 따른 참여종목에 대한 차이를 비교하기 위해 χ^2-검정을 실시하였으며, 비교 결과는 <표 9>과 같다.

<표 9> 참여종목에 대한 조사

구분		참여종목					χ^2	유의확률
		배드민턴	농구	째즈댄스	스포츠 댄스	허슬		
학교	인문계	36(30.8)	11(9.4)	28(23.9)	29(24.8)	13(11.1)	11.310	0.023*
	실업계	20(50.0)	0(0.0)	10(25.0)	10(25.0)	0(0.0)		
학년	1학년	27(34.6)	5(6.4)	19(24.4)	20(25.6)	7(9.0)	0.259	0.992
	2학년	29(36.7)	6(7.6)	19(24.1)	19(24.1)	6(7.6)		
학업 성적	상위권	31(39.2)	2(2.5)	19(24.1)	17(21.5)	10(12.7)	19.228	0.014*
	중위권	18(26.7)	9(13.4)	19(28.4)	18(26.9)	3(4.5)		
	하위권	7(63.6)	0(0.0)	0(0.0)	4(36.4)	0(0.0)		
학교 환경	매우미흡하다	9(75.0)	3(25.0)	0(0.0)	0(0.0)	0(0.0)	59.335	0.000***
	미흡하다	6(42.9)	5(35.7)	2(14.3)	1(7.1)	0(0.0)		
	보통이다	0(0.0)	2(28.6)	3(42.9)	1(14.3)	1(14.3)		
	만족한다	31(29.8)	1(1.0)	30(28.8)	31(29.8)	11(10.6)		
	매우만족한다	10(50.0)	0(0.0)	3(15.0)	6(30.0)	1(5.0)		

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

위와 같이 일반적인 특성에 따른 참여종목에 대한 차이를 비교해 본 결과 학교, 학업성적, 학교환경에서 통계적으로 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 학교에 대해서 살펴보면 인문계에서 배드민턴, 스포츠댄스, 째즈댄스가 30.8%, 24.8%, 23.9%순으로 높게 나타났고, 실업계에서도 배드민턴, 스포츠댄스, 째즈댄스가 50.0%, 25.0%, 25.0%로 나타났다. 학업성적에서는 상위권과 하위권에서는 배드민턴이 39.2%, 63.6%로 가장 높게 나타났으나, 중위권에서는 째즈댄스가 28.4%로 가장 높게 나타났다. 학교환경에서는 '매우 미흡하다'와 '미흡하다'에서 배드민턴이 75.0%, 42.9%로 가장 높게 나타났으나, '만족한다'와 '매우 만족한다'에서도 배드민턴이 29.8%, 50%로 높게 나타났다. '보통이다'에서는 째즈댄스가 42.9%로 높게 나타났다.

5) 배경변인에 따른 사회성 발달, 정신건강의 관계

배경변인으로 설정한 학교, 학년, 학업성적, 학교환경에 따라 사회성 발달, 정신건강의 관계를 알아보기 위하여 학교, 학년간에는 독립 t-test을 하였으며, 학업성적, 학교환경간에는 분산분석(one-way ANOVA)을 실시하였다. 분석한 결과는 <표 10>, <표 11>와 같다.

<표 10> 배경변인에 따른 사회성 발달 차이 비교

변인	특성	구분	평균	표준편차	t값 또는 F값	유의확률
사회성 발달	학교	인문계	3.25	0.528	0.406	0.685
		실업계	3.22	0.633		
	학년	1학년	3.28	0.512	1.083	0.280
		2학년	3.21	0.595		
	학업성적	상위권	3.31	0.612	2.707	0.068
		중위권	3.24	0.496		
		하위권	3.09	0.602		
	학교환경	매우미흡하다	3.29	0.586	0.519	0.722
		미흡하다	3.18	0.542		
		보통이다	3.19	0.682		
		만족한다	3.24	0.545		
		매우만족한다	3.33	0.408		

위와 같이 배경변인에 따라 사회성 발달에 대한 차이를 비교해 본 결과, 학교, 학년, 학업성적, 학교환경 모두 통계적으로 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다.

<표 *11*> 배경 변인에 따른 정신건강 차이 비교

변인	특성	구분	평균	표준편차	t값 또는 F값	유의확률
정신건강	학교	인문계	3.34	0.506	-1.060	0.290
		실업계	3.41	0.537		
	학년	1학년	3.39	0.472	1.104	0.270
		2학년	3.33	0.552		
	학업성적	상위권	3.41	0.595	0.951	0.388
		중위권	3.32	0.463		
		하위권	3.36	0.496		
	학교환경	매우미흡하다	3.45	0.525	1.678	0.155
		미흡하다	3.28	0.433		
		보통이다	3.27	0.716		
		만족한다	3.32	0.514		
		매우만족한다	3.48	0.520		

위와 같이 배경변인에 따라 정신건강에 대한 차이를 비교해 본 결과, 학교, 학년, 학업성적, 학교환경 모두 통계적으로 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다.

2. 여고생의 스포츠 동아리 활동 참여 여부와 사회성 발달, 정신건강의 관계

본 연구의 가설 Ⅰ과 Ⅱ는 '스포츠 동아리 활동 참여여부에 따라 사회성에 차이가 있을 것이다.', '스포츠 동아리 활동 참여여부에 따라 정신건강에 차이가 있을 것이다.'이다. 이와 같은 가설을 검증하기 위하여 본 연구에서 독립변인으로 설정한 스포츠 동아리 활동 참여여부와 사회성 발달, 정신건강을 독립 t-test로 분석한 결과는 <표 12>와 같다.

<표 *12*> 스포츠 동아리 참여 여부에 따른 사회성 발달, 정신건강의 차이 비교

변인	참여여부	평균	표준편차	t값	유의확률
사회성발달	참여	3.26	0.501	0.573	0.567
	미참여	3.22	0.605		
정신건강	참여	3.33	0.535	-0.958	0.339
	미참여	3.39	0.492		

위와 같이 동아리 참여여부에 따라 사회성 발달과 정신건강의 차이를 비교해 본 결과, 사회성 발달과 정신건강 모두 통계적으로 유의한 차이가 없음을 알 수 있다.

3. 여고생의 스포츠 동아리 활동 참여정도와 사회성 발달, 정신건강의 관계

본 연구의 가설 Ⅲ과 Ⅳ는 '스포츠 동아리 활동 참여정도에 따라 사회성에 차이가 있을 것이다.', '스포츠 동아리 활동 참여정도에 따라 정신건강에 차이가 있을 것이다.'이다. 이와 같은 가설을 검증하기 위하여 본 연구에서 독립변인으로 설정한 스포츠 동아리 활동 참여정도와 사회성 발달, 정신건강을 분산분석(one-way ANOVA)한 결과는 <표 13>와 같다.

<표 *13*> 스포츠 동아리 활동 참여정도에 따른 사회성발달, 정신건강 차이 비교

변인	참여정도	평균	표준편차	F값	유의확률
사회성발달	소극적	3.09	1.129	1.172	0.313
	보통이다	3.45	0.397		
	적극적	3.25	0.478		
정신건강	소극적	2.83	1.154	2.348	0.099
	보통이다	3.40	0.530		
	적극적	3.34	0.501		

위와 같이 동아리 활동 참여정도에 따라 사회성 발달과 정신건강의 차이를 비교해 본 결과, 사회성 발달과 정신건강 모두 통계적으로 유의한 차이가 없음을 알 수 있다.

4. 여고생의 스포츠 동아리 활동 참여종목와 사회성 발달, 정신건강의 관계

본 연구의 가설 Ⅴ과 Ⅵ는 '스포츠 동아리 활동 참여종목에 따라 사회성에 차이가 있을 것이다.', '스포츠 동아리 활동 참여종목에 따라 정신건강에 차이가 있을 것이다.'이다. 이와 같은 가설을 검증하기 위하여 본 연구에서 독립변인으로 설정한 스포츠 동아리 활동 참여종목과 사회성 발달, 정신건강을 분산분석(one-way ANOVA)한 결과는 <표 14>와 같다.

<표 *14*> 스포츠 동아리 활동 참여종목에 따른 사회성 발달, 정신건강 차이 비교

변인	참여종목	평균	표준편차	F값	유의확률
사회성발달	배드민턴	3.34	0.408	0.650	0.628
	농구	3.32	0.377		
	째즈댄스	3.20	0.599		
	스포츠댄스	3.20	0.601		
	허슬	3.23	0.289		
정신건강	배드민턴[ab]	3.43	0.475	3.479	0.009**
	농구[a]	3.13	0.401		
	째즈댄스[ab]	3.16	0.607		
	스포츠댄스[b]	3.49	0.514		
	허슬[a]	3.10	0.518		

** $p<0.01$, a, b : Duncan의 동일집단군

위와 같이 동아리 활동 참여종목에 따라 사회성 발달과 정신건강의 차이를 비교해 본 결과, 정신건강에서 통계적으로 유의한 차이가 있음을 알 수 있다. 정신건강에서 스포츠댄스의 평균이 가장 높게 나타났으며, 허슬이 가장낮은 평균으로 나타났다. Duncan의 사후분석 결과, 배드민턴, 째즈댄스, 농구, 허슬과 스포츠댄스간에 통계적으로 유의한 차이를 보였다.

V. 결론 및 제언

1. 결론

본 연구는 여고생의 스포츠 동아리 참여여부, 활동 참여정도, 활동 참여 종목 등이 사회성 발달 및 정신건강에 어떠한 관계가 있는가를 실증적으로 규명하는데 그 목적이 있다. 연구대상으로는 2006년 광주지역에 소재하는 여자 고등학교에 재학중인 학생들을 모집단으로 선정하여 조사하였다.

연구대상의 표집은 유층집락표출방법(stratified cluster random sampling)을 이용하여 표본을 추출하였다. 표본추출은 광주지역 4개 여자 고등학교에서 스포츠 동아리 활동 참여자 중 1학년 80명, 2학년 80명 등 160명과 스포츠 동아리 비참여자 160명, 총 320명을 설문조사하여 무응답 처리한 3부을 제외한 317부를 본 연구 자료로 사용하였다.

자료수집을 위한 측정도구로 설문지를 사용하였으며, 사회성 발달은 9문항으로, 정신건강은 13문항으로 설문지를 작성하였다. 본 연구에서 이용된 설문문항에 대한 신뢰도 검증결과, 사회성 발달에 관한 측정문항의 Cronbach's α 계수는 0.6997, 정신건강에 관한 측정문항의 Cronbach's α 계수는 0.7244로 나타나 신뢰성이 있는 것으로 나타났다. 사회성 발달에 관한 측정문항의 표준화 적합도 계수는 0.625~0.744, 정신건강에 관한 측정문항의 표준화 적합도 계수는 0.564~0.839로 나타나 신뢰성이 있는 것으로 나타났다.

자료분석에 사용된 구체적인 통계방법은 빈도분석, 교차분석, 독립 t-test, 분산분석(one-way ANOVA)을 실시하였다. 통계분석을 위한 유의수준 α =0.05로 하였다.

위와 같은 연구에서 여고생의 스포츠 동아리 활동 참여와 사회성 발달, 정신건강의 관계를 분석한 결과 다음과 같은 결론을 얻었다.

첫째, 스포츠 동아리 활동 참여 여부와 사회성 발달, 정신건강의 관계에

대한 검증 결과에 의하면 스포츠 동아리 활동 참여 여부에 따라 사회성발달, 정신건강 모두 통계적으로 유의한 차이가 없음을 알 수 있다.

둘째, 스포츠 동아리 활동 참여 정도와 사회성 발달, 정신건강의 관계에 대한 검증 결과에 의하면 스포츠 동아리 활동 참여정도에 따라 사회성발달, 정신건강 모두 통계적으로 유의한 차이가 없음을 알 수 있다.

셋째, 스포츠 동아리 활동 참여 종목과 사회성 발달, 정신건강의 관계에 대한 검증 결과에 의하면 스포츠 동아리 활동 참여종목에 따라 사회성발달은 통계적으로 유의한 차이가 없는 것으로 나타났고, 정신건강은 통계적으로 유의한 차이가 있음을 알 수 있다.

2. 제언

본 연구는 여고생의 스포츠동아리 활동 참여여부, 참여정도, 참여종목과 사회성 발달, 정신건강의 관계를 구명하는 그 목적이 있다. 그러나 본 연구를 수행하면서 스포츠 동아리 활동이 지속적으로 운영하는데는 제반 여건이 미흡한 실정이었다. 이는 입시위주의 교육행정과 학생들의 자치 및 특별활동의 여건 조성에 대한 열의와 행정적 지원이 미흡하고, 학생 및 학부모들의 동아리 활동에 대한 인식 부족에서 오는 문제점이 있었다. 이러한 연구결과와 결론을 토대로 본 연구의 수행과정에서 나타난 문제점과 후속연구를 위한 앞으로의 연구과제에 대하여 다음과 같은 제언을 하고자 한다.

첫째, 본 연구는 스포츠 동아리 활동에 한정하여 이루어졌으므로 다른 분야의 동아리 활동 참여와 사회성 발달, 정신건강에 대한 연구가 이루어져야 할 것으로 본다.

둘째, 본 연구에서는 여고생만을 대상으로 스포츠 동아리 활동참여와 사회성 발달, 정신건강과의 관계를 알아보았으므로 연구의 내실화를 위하여 남·여 모두를 대상으로 한 연구가 필요하다고 판단된다. 또한 광주지역에 한정되어 이루어졌으므로 사회적 환경이 다른 지방 학생들

을 포함한 연구가 이루어져야 할 것이다.

셋째, 본 연구는 스포츠 동아리만을 대상으로 이루어졌으므로 다른 분야의 동아리 활동 참여와 사회성 발달, 정신건강에 대한 연구가 이루어져야 할 것이다.

참 고 문 헌

김충기(1986). 청년발달심리학 . 서울: 세광출판사.

강신욱(1990). 운동선수의 학업성취 격차 요인에 관한 연구. 서울대학교 체육연구소 논집 제11권 2호.

김영수(1992). 운동선수와 비운동선수의 정신건강에 대한 효과. 국민대학교 일반대학원, 석사학위논문.

김의수(1993). 건강과 삶, 성인병과 운동. 서울 태근문화사.

김광일, 원호택, 김이영, 김영정(1993). 고등학교 재학생의 정신건강 실태조사. Ⅲ. 정신건강연구 1, P41-50.

김인배(1995). 건강학. 대한미디어.

김봉은(1998). 아동의 정신건강과의 관계연구-국민 학생을 중심 교육연구소논문집으로. 고려대학교 교육대학원, 석사학위논문.

김세영(1999). 통신중독이 청소년의 자아 정체감에 미치는 영향-P C게임방에 출입하는 청소년을 중심으로. 경기대학교 교육대학원, 석사학위논문.

광주시교육청(2005). 고등학교 특별활동 지도자료.

김정윤(2005). 축구클럽활동이 신체적, 정신적, 사회적, 건강에 미치는 영향. 호남대학교 일반대학원, 석사학위논문.

동아리 백서(1996). 서강대학교 14대 동아리 협회.

민성길(1992). 청소년기의 스포츠와 정신장애해소의 관계. 연구보고서 교총.

민성길(1992). 청소년기의 발달 특성과 정신건강. 연구보고서 교총.

문재홍(1997). 청소년기의 스포츠 동아리 활동 참여가 정신건강에 미치는 영향. 국민대학교 일반대학원, 석사학위논문.

박명희(1988). 청소년이 지각한 가족지지와 우울과의 상관관계. 학교보건학회지.

박경수(1993). 청소년 단체활동과 사회성 형성관계에 관한 연구. 경기대학교 교육대학원, 석사학위논문.

박소영(2000). 청소년이 정신건강이 학업성취에 미치는 영향. 숙명여자대학교 일반대학원, 석사학위논문.

신의진(2002). 신체적인 문제를 가진 청소년의 정신건강. 간호학탐구.
수성고등학교(2003). 체육동아리활동. 학습프로그램 과정안 학교체육길라잡이.
오정봉(1986). 아동기의 인기 요인으로서의 학업성적과 운동능력에 관한연구. 청주대학논문집 제23호.
임번장(1986). 청소년스포츠 사회화과정에 관한 경로분석 연구. 1986학년도 스포츠과학 학술대회.
임번장(1988). 청소년스포츠 차여에 영향을 미치는 요인. 한국체육학회지논문.
이상희(1990). 형제간 및 또래간 사회성에 영향을 주는 가족 인구학의 변인. 이화여자대학교 일반대학원, 박사학위논문.
이인규(1992). 고등학교 동아리 문화의 현실과 과제. 한국청소년 제8호.
안병철(1992). 운동과정신건강. 서울 태근문화사.
윤재량(1993). 운동강도에 따른 달리기 운동이 호르몬 반응 및 무드변화에 미치는 영향. 서울대학교 일반대학원, 박사학위 논문.
유진(1993). 운동과 정신건강."93 한국스포츠 심리학회 정기 심포지엄자료집" 1-39.
임번장(1993). 국민생활체육 프로그램 순회지도 사업운영 지침서. 국민생활체육협의회.
이현만, 한성희(1996). 부모의 양육태도가 중학생의 우울성향에 미치는 영향. 청소년정신의학.
이시형(1997). 외톨이 청소년의 심리 사회적 특성과 부적응, 청소년 정신건강지수 개발연구. 서울: 삼성생명 사회정신건강연구소.
왕일(1997). 초등학생의 사회성과 정신건강과의 관계연구. 전북대학교 일반대학원, 석사학위논문.
임번장(1998). 청소년스포츠 참여에 영향을 미치는 요인. 한국체육학회지논문.
윤진, 최정훈(1999). 청소년기의 정신건강문제와 그 대처행동양식. 한국심리학회지.
이신동(2000). 초등학생의 정신건강에 관찰연구. 사회교육과학연구, 4(1), PP. 131—148.
이영식(2000). 체육교사의 리더쉽유형과 학급분위기 학생만족도에 미치는영향. 전남대학교 일반대학원, 석사학위논문.
이영식(2000). 리더쉽. 서울, 학지사.
이혜화(2002). 고등학교 스포츠 동아리활동이 학생들의 정신건강에 미치는 영향. 대구대학교 교육대학원, 석사학위논문.
이창호외 3명공저(2005). 청소년 정신건강 관련요구 연구. 한국청소년상담원.
임성모(2006). 다양한 동아리 활동참여를 통한 학교축제 활성화 방안연구. 현장

교육연구보고 대천여자중학교.
정갑순(1980). 또래집단에서의 어린이 사회성발달에 관한 연구. 중앙대학교 일반대학원, 석사학위논문.

정의적 특성 측정도구 편람(1988). 태도. 가치관검사, 중앙교육평가 연구보고 88-15.
정인숙(1989). 청소년기의 심리적 발달관계. 연구보고서 교총.
조수철, 이영식(1990). 한국형 소아우울 척도의 개발. 신경정신의학.
장봉우, 김태완, 조경욱, 김용인(1997). 농촌지역 중학생들의 체력과 정신건강에 관한연구. 평생교육연구소논문집.
장봉우(1997). 농촌지역 중학생들의 체력과 정신건강에 관한연구. 평생교육연구소논문집.
정의적 특성 측정도구 편람(1998). 성격, 검사 및 태도 기타 검사 88-16.
정유연(2001). 남자청소년 컴퓨터 게임 이용과 게임 중독성 및 공격성. 전남대학교 일반대학원, 석사학위논문.
정건희(2003). 학교내・외의 청소년 동아리활동 비교연구. 중앙대학교 일반대학원, 석사학위논문.
조규청(2004). 댄스스포츠심리학. 서울: 도서출판사.
차명신(1999). 고교생의 동아리농구 참가요인에 관한 사회학습 이론적 분석. 경성대학교 일반대학원, 석사학위논문.
청소년프로그램연구(1999). 광주시 교육청.
천정웅(2000). 지역에서의 청소년 자율참여 방안 모색. 서울: 천운청소년 육성회.
최옥숙(2004). 중학생의 개인적 특성, 가정 및 학교환경과 정신건강의 관계. 단국대학교 일반대학원, 박사학위논문.
황정규(1980). 한국학생의 의식구조. 서울: 고려대학교 교육문제 연구소.
한국청소년개발원(1992). 광주시 교육청.
한국청소년연구원(1992). 청소년심리학. 서울: 한국청소년연구원.
하지원(1993). 아동의 스포츠활동 참가경험과 사회성발달관계. 서울대학교 일반대학원, 석사학위논문.
홍근하(1998). 동아리유형별 여가만족 및 대학생활 만족도. 고려대학교 일반대학원, 석사학위논.
황상민외(7)명. 공저(1999). 심리학, 학지사.
황용준(2003). 청소년기의 스포츠 동아리활동참여와 사회성의발달의관계. 전

남대학교 교육대학원, 석사학위논문.
한국교육신문(2007). 한국교원단체총연합회.

Birrel, S. (1978). An analysis of interrelationships among achivement and educational aspirations. International Journal of Sport Psychology 8.

Bend, E. (1968). The impact of athletic participation on a cademic and career aspiration and achievement. New Brunswick, NJ: National Football Foundation and Hall of Fame.

Coakley, J. J. (1986). Sport in society: Issues and controversies. St. Louis, MI: Times Mirror Mosby College Publishing.

Dishman, R. K. (1988). Exercise adherenc: Its impact on public health. Champaign, IL: Human Kinetics.

Ebata, A. T. (1990). The development of psychopathology in adolescence. In J. Rolf, A. S. Mosten, D. Cicchetti, K. H. Nuechter Iein, S. Weintraub, Risk and protective factors in the development of psychopathology (308-333). NY: Cambridg University Press.

Eonard, W. M. (1980). Asociological perspecitive of sport. Mineapolis, MN: Burgess Publishing Company.

Eidsmore, R. M. (1963). High school athletes are brighter. school Activities, 35, 75-77.

Eidsmore, R. M. (1961). The academic performance of brighter. school Activities, 32, 105-107.

Famer, (1988). Physical activity and depressive symptoms: the Nhanesiepise miologic follow-up study. Am. J. Epidemiology.

Fiedler, F. E. (1976). A Theory of Leadership Effectiveness. N. Y: Mcgraw-Hill.

Grews & Landers. (1987). A sociological perspective of sport Minea polis, MN: Burgess Publishing Company.

Hurlock, E. B. (1978). Child Development, 6th ed. Tokyo: McGrew Hill.

Hart. (1977). Children′s Participation: The Theory and Practice of Invoving Young Citizens in Community Development and

Enviromenta 1C are New York: UNICEF.

Icha de Winter. (1997). Children as Fellow Citizens. New York: Radcliffe Medical Press Oxford.

Jerome, W. C & Phillps, J. C. (1971). The relationahip between academic achievement and interscholastic participation: Acomparison of Canadian and American high schools. Journal of the Canadian Association for High, Physical Education and Recreation, 37.

Keller, S. & Seraganian, P. (1983). Physical fitness level and autonomic reactivity to psycholocial Stress. Journal of Psychosomatic Research, 28, 279-287.

Koontz, H. & O′donnell. C (1980). H. Management, 7th ed, Megraw-Hill Kogakusha, Ltd.

Kenyon, G. S. & McPherson, B. D. (1974). Becoming involved in physical activity and sport: A process of socislization, In. G. L, Rarick (Ed), physical activity: Human growth and development. NY: Academic Press.

Morrggan, W. P. & O. Connor, P. J. (1988). Exercise and Mental Health. In R. K. Kishman, Exercise ad herence. IL: Human Kinetics Publishers, 91-121.

Mcpherson, B. D. (1974). The social milieu of minor hockey in Canada. Paper prepared for the Technical Advisory Committee, Canadian Amateur Hockey Association.

McIntosh, P. C. (1966). Metal ability and success in school sport. Research and physical Education 1 (1).

Nada-Raja, S, McGee, R. & Williams, S. (1994). Health beliefs among New Zealand Adolescents. Joumal of Pediatric of Child Health, 30, 523-529.

Otto, L. B. & Alwin, D. F. (1977). Athletics, aspiration and attainments. Sociology of Education, 42, 102-103.

Rehberg, R. A. (1978). Behavioral and attitudinal cons equences of high school interscholastic sports: A speculative consideration. Adoles cence 4. Renny. j. Myers. (1979). "Referral Handbook of

Community Services", Blacksburg, VA: Virginia Polytechnic Institute and State University, ED 179 839, 1979.

Rehberg, R. A, & Schafer, W. E. (1968). Participation in interscholastic athletics and college expectations American Journal of Sociology, 73, 732-740.

Steptoe, A. (1998). Acute Effects of Aerobic Exercise on mood Health Psychology, 7, 329-340.

Sonstreom, R. J. (1984). Ewercise and selfesteem in R. KL. Terjung (Ed), Exercise and sport sciencereviews, Toronto: Collare, 123-155.

Spreitzer, E. E. & Pugh, M (1973). Family influence and involvementin sport, Research Quarterly, 49.

Snyder, E. E. & Spreitzer, E. (1970). Family influence and involvementin sport, Research Quarterly, 49.

Start, K. B. (1967). Sporting and intellectual success among English secondary school children International Review for the Sociology of sport, 2.

Tannenbaum, R. & Weschler & Massarik. (1959). "Leadership and Organization", A Behavioral Science Approach, N. Y: Mcgraw-Hill, Book Co. PP. 132-170.

Willis & Compbell. (1992). Exercise Psychology. Chmpaign, IL: Human Kineics Publishers. 38-58

설 문 지

여고생의 스포츠 동아리 활동참여가 사회성과 정신건강에 미치는 효과에 대한 설문지.

안녕하십니까?

본 설문지는 여고생의 스포츠 동아리 활동참여가 사회성과 정신건강에 어떤 영향을 주는 가에 관하여 실증적조사를 하기위해 작성되었습니다.

본 조사연구는 응답자의 개인의 비밀을 철저히 보장하기위해 무기명으로 조사되며, 연구목적이외의 어떤 용도로도 사용하지 않을 것을 약속드립니다.

따라서 약속드리오니 느끼시는 대로 정확하고 솔직하게 기입해 주시면 감사하겠습니다. 바쁘신 중에도 설문지에 답해주시면 본 연구에 많은 도움이 되리라 생각됩니다.

2007년 월

조선대학교 교육대학원 체육교육전공

석사과정 박재완

A. 귀하의 일반적 사항 및 동아리 활동 참여실태에 대한 부분입니다.
해당하는 곳에 번호를 써주시거나 가로 안에 답해주십시요.

1. 당신의 성별은? ( )
① 남 ② 여

2. 현재 다니고 있는 학교는? ( )
① 인문계고교 ② 실업계고교

3. 본인은 현재 몇 학년입니까?( )
① 1학년　　② 2학년

4. 본인은 학업성적은 전체 학생중에서 어느 정도인가요?( )
① 상위권　　② 중위권　　③ 하위권

5. 본인이 현재 스포츠 동아리 활동하는데 학교의 환경은?( )
① 매우미흡하다 ② 미흡하다 ③보통이다 ④ 만족한다 ⑤ 매우만족한다

6. 본인은 스포츠 동아리 활동에 참여 하고 있습니까?( )
① 하고 있다　　② 하고 있지 않다

7. 동아리 활동에 참여하고 있다면 본인의 참여 정도는 어느 정도입니까?( )
① 매우소극적　② 소극적　③ 보통이다　④ 적극적　⑤ 매우적극적

8. 동아리 활동에 참여하고 있다면 어느 종목에 참여하고 있습니까?( )
① 배드민턴　② 농구　③ 째즈댄스　④ 스포츠댄스　⑤ 허슬

B. 다음은 귀하의 사회성의 측정도구로 이 검사지는 좋고 나쁜답이 없으며, 다만 여러분의 생각대로 답하면 됩니다.
다음의 각 문항에 대하여 귀하에 해당되는 문항에 V표를 해주십시요.

번호	문 제	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	보통 이다	그렇다	아주 그렇다.
9	주위사람들은 나를 적극적인 활동가라고 말한다.					
10	나는 평상시에 친구들이 나를 보고 편안하다고 말한다.					
11	나는 친구와 대화할 때 나의 주장이 강하여 상대방의 의견을 듣지 않으려 한다.					
12	나는 연령 차이에 상관없이 처음 만난 사람과도 대화를 교환한다.					
13	나는 무슨 일이든지 계획을 잘 짜고 자유롭게 실천 하려고 한다.					
14	나는 어떤 일이든지 그 일에 사명감을 갖고 이끌어가고 싶어 한다.					
15	어떤 목표를 한 번 정한후 반드시 꼭 실천하고야 만다.					
16	누구에게나 배려하는 맘이 생기며 친근함이 있다.					
17	어떤 힘든 일에도 화를 내지 않고 후회하지 않는다.					

C. 다음은 귀하의 정신건강의 측정도구로 이 검사지는 좋고 나쁜답이 없으며, 다만 여러분의 생각대로 답하면 됩니다.
다음의 각 문항에 대하여 귀하에 해당되는 문항에 V표를 해주십시오.

번호	문 제	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	보통 이다	그렇다	아주 그렇다.
18	나는 흡연이 정신건강을 해치는 것을 알면서도 호기심이 있다.					
19	나는 잘 움직이는 것이 싫어지고 매사에 권태롭다.					
20	나는 기분이 자주 침울하게 바뀌며 감정이 변덕스럽다.					
21	항상 초조하며 스포츠경기 때에는 더욱 빠지고 싶다.					
22	매사에 시험 때에는 강박감에 시달린다.					
23	매사에 사람을 만나면 긴장되는 성격이 있다.					
24	항상 마음과 몸에 신경 쓰며 여가를 즐기는 것을 좋아 한다.					
25	나는 자주 움직이는 것을 좋아하며 전신근력 운동을 좋아한다.					
26	항상 그룹이 모이는 것을 좋아하고 단체적인 일에 협력적이다.					
27	남의 의견에 귀를 잘 기울이며 합심하기를 좋아 한다.					
28	친구끼리 잘 붙어다니며 남이 친구 흠을 보는 것을 보지 못한다.					
29	나는 단체 활동에서 맴버쉽으로 잘 적응한다.					
30	스포츠 활동 후 최고의 쾌감과 휴식을 자주 갖는다.					

국문초록

여고생의 스포츠 동아리활동이 사회성과 정신건강에 미치는 효과.

박 재 완
지도교수: 김 응 식.
체육교육전공
조선대학교 교육대학원.

본 연구는 여고생의 스포츠 동아리활동이 사회성발달과 정신건강의 관계를 규명하는데 그 목적이 있다.

이러한 목적을 달성하기 위하여 첫째, 스포츠 동아리 활동참여 여부와 사회성요인발달, 정신건강의 관계, 둘째, 스포츠 동아리 활동참여 정도와 사회성요인발달, 정신건강의 관계, 셋째, 스포츠 동아리 활동참여 종목과 사회성요인발달, 정신건강의 관계를 분석하였다.

본 연구 대상은 2006년 광주지역 소재하는 4개의 여자고등학교에 재학중에 있는 학생을 모집단으로 체계적 유층 집락 표출방법(stratified cluster random sampling)을 이용하여 스포츠 동아리 활동 참여자 180명 비 참여자 180명 총 360명으로 하였다.

자료수집을 위한 측정도구는 사회성발달에 대한 9문항과 정신건강에 대한 13문항 설문지를 사용하였으며, 본 연구에서 설문문항에 대한 신뢰도는 사회성발달의 측정문항의 Cronbach's a값이 .69의 신뢰성을 보이는 도구이며, 정신건강의 Cronbach's a값이 .72의 신뢰성을 보이는 도구이다.

수집된 자료를 분석하기 위해 적용된 통계기법은 통계 program인 Spss 12.0 k를 이용하여 빈도분석, 교차분석, 독립분석, t-검정과 일변량 분산분석(One way ANOVA) 을 실시하였으며, Duncan방법을이용하여 사후검정을 실시하였다.

이와 같이 연구방법과 절차에 따른 자료분석 결과를 통하여 얻어진 연구결론은 다음과 같다.

첫째, 스포츠 동아리 활동 참여 여부와 사회성요인의 발달, 정신건강의 관계는 스포츠 동아리 활동 참여 여부에 따라 사회성발달, 정신건강 모두 통계적으로 유의한 차이가 없음을 알수 있다.

둘째, 스포츠 동아리 활동 참여 정도와 사회성요인의 발달, 정신건강의 관계는 스포츠 동아리 활동 참여정도에 따라 사회성 발달, 정신건강 모두 통계적으로 유의한 차이가 없음을 알수 있다.

셋째, 스포츠 동아리 활동 참여 종목과 사회성요인의 발달, 정신건강의 관계는 스포츠 동아리 활동 참여종목에 따라 사회성 발달은 통계적으로 유의한 차이가 없는 것으로 나타났고, 정신건강은 통계적으로 여고생이 선호하는 스포츠댄스 종목의 평균이 가장 높았으며 종목간에 유의한 차이가 나타나 스포츠 동아리 활동 참여종목에 따라 긍정적인 효과가 있으며, 지속적으로 후속연구와 운영에 관심을 시사해주고 있다.