



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](#)

2018년 2월

교육학석사(체육교육)학위청구논문

중학생 스포츠클럽 참여에 따른 재미요인이 자존감 형성과 대인관계에 미치는 영향

조선대학교 교육대학원

체육교육학과

김 광 욱

중학생 스포츠클럽 참여에 따른
재미요인이 자존감 형성과
대인관계에 미치는 영향

An Effect on Self-esteem Formation and Human
Relation of Interest Factor Depending on Middle
School Student's Participation in Sports Club

2018년 2월 23일

조선대학교 교육대학원

체육교육학과

김 광 욱

중학생 스포츠클럽 참여에 따른 재미요인이 자존감 형성과 대인관계에 미치는 영향

지도교수 김 옥 주

이 논문을 교육학(체육교육)석사학위 청구논문으로 제출함.

2017년 10월

조선대학교 교육대학원

체육교육학과

김 광 옥

김광욱의 교육학석사학위논문을 인준함

위원장 조선대학교 교수 서영환



위원 조선대학교 교수 박도현



위원 조선대학교 교수 김옥주



2017년 12월

조선대학교 교육대학원

목 차

ABSTRACT

I. 서 론	1
1. 연구의 필요성	1
2. 연구의 목적	4
3. 연구의 가설	4
4. 연구의 제한점	5
5. 용어의 정의	5
II. 이론적 배경	7
1. 학교스포츠클럽	7
2. 재미요인	9
3. 자존감형성	11
4. 대인관계	13
III. 연구방법	16
1. 연구대상 및 표집	16
2. 조사도구	17
3. 설문지의 타당도와 신뢰도	18
4. 자료처리	21
IV. 연구결과	22
1. 스포츠클럽의 재미요인이 자존감형성에 미치는 영향	23
2. 스포츠클럽의 재미요인이 대인관계에 미치는 영향	25

V. 논 의	29
1. 중학생 스포츠클럽의 재미요인이 자존감형성에 미치는 영향	29
2. 중학생 스포츠클럽의 재미요인이 대인관계에 미치는 영향	30
VI. 결론 및 제언	31
1. 결 론	31
2. 제 언	31
참고문헌	32
부 록(설문지)	37

표 목 차

표 1. 조사대상자에 따른 인구통계학적특성	16
표 2. 설문지의 구성 내용	18
표 3. 재미요인의 탐색적 요인분석 및 신뢰도	19
표 4. 자존감형성의 탐색적 요인 분석 및 신뢰도	20
표 5. 대인관계의 탐색적 요인분석 및 신뢰도	20
표 6. 변인 간의 상관관계	22
표 7. 재미요인이 긍정적 상태에 미치는 영향	23
표 8. 재미요인이 부정적 상태에 미치는 영향	24
표 9. 재미요인이 친구신뢰에 미치는 영향	25
표 10. 재미요인이 공동생활에 미치는 영향	26
표 11. 재미요인이 친구적응에 미치는 영향	27
표 12. 재미요인이 교체지속성에 미치는 영향	28

ABSTRACT

An Effect on Self-esteem Formation and Human Relation of Interest Factor Depending on Middle School Student's Participation in Sports Club

Kim, Kwang Wook

Advisor : Prof. Kim, Ok-Ju Ph. D.

Department of Physical Education,

Graduate School of Public Health,

Chosun University

This paper aims at grasping Interest factor depending on middle school student's participation in sports club and examining the effect on self-esteem formation and human relation of the interest factor.

So, this paper selected the subjects, 240 middle school students, the schools located at Gwangju Area.

This paper performed frequency analysis over demographic traits with a statistic program, SPSS for Win Version 18.0, and also performed Exploratory Factor Analysis (EFA) with Verimax Method, one of Orthogonal Rotation, to verify the validity of collected materials. For the purpose of examining reliability, this paper calculated Cronbach's α coefficient.

This paper performed Pearson's Correlation Analysis before relation

analysis among factors and performed Multiple Regression Analysis (MRA) to verify effects among interest factor, self-esteem formation, and human relation factors. This paper verified the effects under the statistic significance level, $\alpha=.05$. The results are as followings

First, as for the relationship between interest factor and self-esteem formation, human relation factor as an interest factor had a significant effect at the affirmative situation and negative situation of self-esteem formation.

The victory and competition factors as an interest factor had a significant effect at the affirmative situation of self-esteem formation.

Second, as for the relationship between interest factor and human relation factor, human relation factor as an interest factor had a significant effect on trust of friends and adaptation to friends

I. 서 론

1. 연구의 필요성

청소년 시기는 아동기를 벗어나 성인이 되어 가는 발달 과정의 중간에 위치하고 있으며, 부모님의 그늘에서 벗어나 독립하기 위하여 자신을 단련시키고 사회에 융화되어 살아가는 형식을 익히며 자신을 사회의 한 구성원과의 지속적인 관계를 맺음으로서 그 사회에서 요구되어지는 법칙과 규범을 알아가고 익히게 되는 시기가 청소년기이다. 하지만 청소년들이 가장 많은 시간을 보내게 되는 학교는 이러한 다양한 인간관계의 경험을 통해서 청소년의 사회화 과정을 긍정적으로 변화해나가기에는 학교에서의 교육활동이 너무 지적인 활동에만 치우쳐 있다. 입시위주의 교육으로 대변되는 오늘날의 우리 교육현실은 그 구조의 경쟁성 때문에 청소년의 삶을 종종 왜곡시키기도 하고, 청소년의 활동을 수동적인 것으로 규제하기도 한다(김종화, 2003).

이에 노동준(2011)은 청소년기의 신체활동에 대한 스포츠 참여는 개인의 앞으로의 성장과정에 있어서 성인이 되고난 뒤의 삶을 살아가는 데 있어 많은 변화가 일어날 수 있다고 하였다.

이필우(2005)는 스포츠 참여를 지속적으로 하게 하는 중요한 변인 중 하나가 재미요인이라고 할 수 있는데, 재미는 심리적인 안정감과 복지감이 포함 되어있고, 이때 신체와 마음이 편안해 지며, 즐거움을 느낄 수 있는 상태를 말한다고 하였다.

하지만 현실의 학생들은 입시위주의 교육현실의 벽 앞에서 지속적인 스포츠 활동을 이어 나갈 수 없는 것이 현실이다.

진광호(2010)는 스포츠에 참여하고 스포츠를 좋아하는 청소년들도 현실적

인 시간이 부족하여 직접 스포츠에 참여하진 못하고, 온라인 스포츠 게임을 통하여 간접적인 대리만족을 느끼고 있는 것이 오늘날의 현실이다. 청소년들이 직접 참여하는 스포츠 활동을 통해 건강을 유지하고 친구들과의 협동심, 페어플레이, 스포츠맨십, 올바른 사회성 성립 등을 배우도록 학교체육참여의 활성화와 청소년들의 건강증진에 대한 중요성이 강조되고 있다고 하였다.

그러나 현재 청소년들은 입시 및 평가 위주의 사회 속에서 낮은 자아존중감을 가지고 있고, 또래를 경쟁자로 인식하여 제대로 된 교우관계 역시 형성하지 못하고 있으며, 계속 늘어가는 따돌림 사례나 학원폭력 등의 수치가 이를 증명한다(김상훈, 2014).

이러한 문제점의 해결방안으로 떠오르는 것 중에 가장 실현가능성이 있는 것이 현재 중학교에서 시행되어지고 있는 창의적 체육활동인 학교스포츠클럽 실행 시간의 확대이다. 교육과학기술부는 2007년을 학교체육의 선진화를 원년으로 삼고 학교체육, 생활체육, 엘리트체육의 연계와 상호보완성을 유지하여, 조화로운 발전을 도모해 나아갈 목적으로 [학교스포츠클럽] 활성화 정책을 추진하였다. 학교스포츠클럽은 ‘보는 스포츠’에서 ‘하는 스포츠’로의 전환이라는 캐치프레이즈를 표방하며, 체육활동 내용의 다양화, 활동참여율 제고를 통해 학생들의 건강 체력을 증진하고, 스포츠 활동을 즐기는 저변을 확대함으로써 평생체육활동의 기반을 다짐과 동시에, 남다른 재능과 소질을 지닌 기능 우수자를 조기에 발굴·육성하여 스포츠국가경쟁력 상승을 이끄는 기회와 전환기가 될 것을 기대하고 있다(교육인적자원부, 2007). 그러나 이러한 방향으로 학교스포츠클럽이 시행되었지만, 학생들의 참여율과 참가시간의 부족으로 그 효율성이 떨어졌다. 이에 교육과학기술부에서는 2012년 1학기부터 중학교의 모든 학년에 대한 학교스포츠클럽과목 실행시간을 늘리고 정규 수업과정과 함께 연계하도록 하여 생활기록부 창의적 체험란에 기재하고 입시에 반영하도록 하였다. 학교폭력 근절의 종합대책으로 위에 언급한 문제점들의 보완책이다.

인간은 사회적 동물로 타인과의 진정한 소통의 기회를 가지지 못하는 현대 사회에서 만족스럽고 생산적인 대인관계를 발달시키지 못하여 스스로 좌절, 고민하고 있으며, 그러한 현대사회의 모순이 지금 우리 사회의 가정과 직장, 학교 등에서 많은 것이 타인과의 관계 속에서 생기고 있다(김현철 등, 2006).

대인관계의 문제는 상대방의 행동 자체보다는 그 행동을 받아들이고 해석하는 자신에게서 비롯되며 상대방의 행동을 해석하는 방법이 왜곡되어있으며 편협할수록 대인관계에서는 어려움을 겪게 되는 것이다. 이렇게 자아존중감은 개인의 전 생애에 걸쳐 대인관계에 지속적인 영향을 미친다. 또한 긍정적인 자아존중감은 원만한 대인관계형성에만 그치지 않고 개인의 학습 동기나 태도, 나아가서는 계속되는 학업성취에도 중요한 역할을 한다(지은숙, 2007).

박지연(2008)은 자아존중감과 대인관계 사이에 정적 상관이 유의미하게 나타났고 여학생보다 남학생의 자아존중감과 대인관계에 대한 상관관계가 높은 것으로 보여 졌다.

이용수(2012)는 스포츠클럽활동에 참여하는 학생들은 자아존중감이 스포츠클럽에 참여하지 않는 학생들보다 높고 학교생활에 더 적응을 잘 하는 것으로 나타났으며, 박현민(2013)은 학교체육 활동을 중요시하고 졸업 이후에 사회생활에서의 효율적인 여가활동에 참여할 수 있는 능력을 갖도록 해야 하며, 이러한 이유 때문에 적극적인 운동 참여는 사회생활을 할 때에 필요한 교양과 인격을 습득하고, 보다 행복한 학교생활을 할 수 있는 기회가 제공되어야 된다고 말했다.

스포츠 활동에 대한 사회적응력의 변화에서 자신감의 증가는 타인과의 관계에 있어서 보다 자주 사람들과 교류하게 하는 요인으로 작용할 것이라 사료된다. 또한, 질투, 미움, 공격성, 불안 등과 같은 부정적인 감정을 발산하여 마음을 정화시켜 정서적으로 안정을 이루고, 어려운 과정을 극복했을

때는 자신감과 성취감도 느껴 자신에 대한 긍정적인 자아상을 지니게 된다 (양성아, 1995).

이에 따라 본 연구는 중학생의 스포츠클럽 참여에 따른 재미요인이 자존감 형성 과 대인관계에 미치는 영향에 대해 분석하고 연구함으로써 스포츠클럽의 활성화와 중학생들의 자존감형성 및 대인관계에 대한 긍정적인 변화에 미치는 참여 동기에 대한 하위 요인을 규명하고자 한다.

2. 연구의 목적

본 연구의 목적에는 중학생의 스포츠클럽 참여자의 재미요인에 대해 파악하고 그 재미요인이 자존감형성, 대인관계에 미치는 영향에 대하여 규명하는데 있다.

3. 연구의 가설

본 연구에서는 스포츠클럽에 참여하는 중학생들의 재미요인이 자존감형성, 대인관계에 미치는 영향을 분석함에 있어 다음과 같은 연구가설을 설정하였다.

가설 I. 스포츠클럽에 참여하는 중학생들의 재미요인이 자존감형성에 영향을 미칠 것이다.

I-1. 재미요인이 긍정적 상태에 영향을 미칠 것이다.

I-2. 재미요인이 부정적 상태에 영향을 미칠 것이다.

가설 II. 스포츠클럽에 참여하는 중학생들의 재미요인이 대인관계형성에 영향을 미칠 것이다.

II-1. 재미요인이 친구신뢰에 영향을 미칠 것이다.

II-2. 재미요인이 공동생활에 영향을 미칠 것이다.

II-3. 재미요인이 친구적응에 영향을 미칠 것이다.

II-4. 재미요인이 교제지속성에 영향을 미칠 것이다.

4. 연구의 제한점

본 연구에서는 다음과 같은 제한점을 지닌다.

본 연구의 대상은 광주에 소재한 스포츠클럽에 참여하는 중학생들을 대상으로 연구를 진행하였으므로 연구결과를 전국적으로 일반화하기에는 다소 무리가 있다.

5. 용어의 정의

1) 재미요인

재미 요인은 학생들이 스포츠클럽에 참여하면서 수반 되는 외적 변인에 의해 즐거움, 좋아함, 흥미 등의 느낌에 대한 긍정적인 반응을 일으키는 요소로 정의된다(곽병화, 2009)

2) 자존감형성

자신의 존재에 대해 인지적으로 형성된 것은 자아개념이고, 자기 존재에 대한 느낌은 자존감이며, 이 자존감은 다른 사람과의 상호작용을 통해 형성된다(조수연, 2005).

3) 대인관계

대인관계란 사회구성원으로서 사람들 사이에서 2인 이상 다수의 타인들과 화합을 잘 이루어 낼 수 있는 능력이며, 타인과 사이좋은 상태를 지속시킬 수 있게 하는 기술을 의미한다(이주미, 2017).

II. 이론적 배경

1. 학교스포츠클럽

학교스포츠클럽이란 성, 인종, 능력, 경제적, 남·여 구분 없이 스포츠 활동에 취미를 가진 동일학교의 학생(순수한 아마추어로 대한체육회 등록선수를 제외한 학생 또는 팀)으로 구성, 교육 지원 청에 등록하여 학교 내에서 자율적으로 결성 및 운영되고 있는 체육 동아리 활동으로 체계화된 조직이며(교육인적자원부, 2007), 학교에서 일반학생들의 스포츠 활동 참여에 있어서 자발성과 자율성을 전제로 하여 ‘보는 스포츠’에서 ‘하는 스포츠’로의 전환을 꾀하고 건강과 체력의 향상, 운동부 문제 및 일반 학생들의 체육활동침체를 극복할 수 있는 대안으로 제시했다(교육인적자원부, 2007).

입시위주의 생활과 엘리트스포츠 선수 위주의 대회 개최로 인하여 일반 학생들의 신체활동이 감소하며 그로인한 체력저하 및 건강상태 악화 등을 이야기할 수 있다. 또한 학교스포츠클럽운영으로 학생들의 자발적 체육활동 참여를 활성화하여 체력증진 및 활기찬 학교생활을 형성하는데 있다(문화체육관광부, 2011).

‘학교체육 진흥법’의 스포츠클럽 관련 조항 제2조에 보면 학교스포츠클럽은 학교에서 운영되는 스포츠클럽으로서 체육활동에 관심이 있는 동학교 학생으로 구성된다. 초, 중, 고 재학생 중 체육활동을 취미로 가지는 학생들이 등록 대상이며 학생 선수의 경우 학교 스포츠클럽에 등록하여 활동하는 것이 가능한 하나 참가요망에 나와 있는 종목별 참가 요건에 따라 전국 학교스포츠클럽 대회에 참가할 수 있는 자격이 주어진다(학교스포츠클럽 리그운영지원센터 KSSLC, 2013).

학교스포츠클럽은 기존의 학교스포츠클럽의 개념을 학교현장에 도입한 것이다. 일선 학교에서 행해지고 있는 방과 후 체육활동, 과외체육활동, 방과 후 학교, 체육동아리 활동 등을 전부 포함하는 용어로서 학교 내에서 모두 일반학생들로만 이루어진 체육활동의 활성화를 위하여 재정적, 행정적 지원을 마련하여 운영하는 사업이다. 또한 학교스포츠클럽은 학교 내 모든 학생들이 자율적이고 자발적인 참여를 기본으로 하여 인종, 성별, 종교, 경제적 지위 등에 상관없이 스포츠 활동에 취미를 가진 학생들이 자발적으로 참여하는 활동이다(교육과학기술부, 2011).

이러한 자율적, 자발적인 참여는 수업의 일환으로 하는 스포츠 활동 이외의 활동에서는 참여 비율이 낮다. 사회적 측면으로 우리나라에서 일반 학생들의 스포츠 활동 참여비율이 낮은 이유는 입시위주의 교육체제로 인하여 입시관련 외 활동에는 무관심하고 있다(차영록, 2015).

입시 위주의 교육은 학생들을 과외 및 학원 등으로 내몰리게 되었고 이로 인하여 학생들은 신체활동에 필요한 심리적, 물리적 여건을 박탈당하며 신체 활동에 무관심하게 되었다(김영진, 2017).

또한 우리나라의 청소년들은 학교와 학교 밖 스포츠 활동에 제약을 가지고 있는데 학교운동부 중심의 전문체육과 성인중심의 생활체육 등으로 인하여 스포츠 활동이 소수에게 집중되어 일반 학생들이 신체활동을 할 수 있는 환경이 마련되지 못했기 때문이다.(김희진, 2014).

이를 해결하기 위해 방과 후에 진행되었던 학교스포츠클럽이 학생들의 자발적 선택으로 이루어져 참여도가 낮았던 문제점들을 보완하며, 학생들의 더욱 다양한 신체활동에 대한 기회를 제공하기 위해 도입되었다. 또한 최근 문제시되고 있는 학교폭력과 청소년 비행의 문제를 해결하고, '바른 인성'을 체득할 수 있도록 하며, 중학생들의 안정적인 체육활동 시간을 확보하고 학생들을 신체적, 심리적, 사회적으로 바르게 성장시키기 위해 도입된 활동이다.(교육과학기술부, 2012).

2012년에 의무 시행된 학교스포츠클럽은 2007년 도입된 학교스포츠클럽과 기본적인 개념은 동일하지만 수업 시수와 관련된 방법에 있어서 차이가 있다. 기존 학년별 체육교과 수업시수와 교육과정 내 학교스포츠클럽 시수의 합을 주당 4시간으로 확대 운영하고 있다(교육과학기술부, 2012).

2. 재미요인

스포츠에서 느끼는 재미란 일반적인 스포츠 참여의 긍정적 정서보다는 더욱 일반적인 개념으로서 스포츠 참여경험에서 느끼는 긍정적 정서반응으로 정의하고, 스포츠 몰입모형에 포함되어 있는 스포츠 재미라는 개념은 즐거움, 좋아함, 재미와 같은 일반적인 느낌을 나타내는 스포츠 체험에 대한 긍정적인 정서 반응으로 정의된다(Scanlan & Simons, 1992).

반면에 재미를 느끼지 못했을 경우 스포츠 중도에 포기하게 된다는 사실도 밝혀져 있다(Gould & Petlichoooff, 1988). 재미요소는 다양한 상황에서도 탐색할 수 있다. 일반적으로는 스포츠 장면에서 재미 또는 즐거움과 같이 긍정적인 정서를 다룬 연구들은 운동이 어떻게 지속되어지는지 신체활동에 대한 긍정적인 심리적 효과를 증진시키려고 하는데 가장 중요한 요인에는 어떠한 것이 있는가와 같은 문제를 규명하고자 하는 것에 일차적인 관심을 가져왔다. 아울러 이러한 연구들은 긍정적 정서를 포함하고 있는 내적 동기나 몰입체험 등 일반 사회심리학 분야에서 정립된 모형을 적용하여 스포츠에서의 재미를 설명하고 이해를 시도해 왔다(김병준, 성장훈, 1996).

Izard(1991)는 재미는 심리적인 안정감과 복지감이 포함되어 있다고 하였다. 이는 육체적, 심리적으로 편안하여지고 행복함을 느낄 수 있는 상태를 말한다. 재미있다는 것은 정신적, 신체적인 스트레스가 없고 느낌이 매우 편

안하며 이 느낌이 몸 전체와 마음으로 확산되어가며 움직임이 쉽게 느껴지고 그 자체로 행복해진다고 하였다. 즉 재미가 스포츠 참가의 큰 이유 중 하나라는 사실에는 스포츠 종목, 문화적 배경, 참여수준과는 관계없이 상당한 일관성을 보인다. 그에 반해 재미를 느끼지 못하였을 경우 스포츠를 중도에 포기한다는 사실도 밝혀져 있다. 이와 같이 재미는 감각자극에 있어서 직접적으로 나타나는 것은 아니라고 나타났지만, 그에 대한 느낌은 긍정적이고 행복하며 보람을 가져다주고 재미를 느낌으로서 사람들은 한층 더 높은 만족감을 경험한다. 또한 대인관계에서도 역시 중요한 역할을 한다. 그러나 재미는 어떤 행위에 대한 직접적인 결과로 나타나지 않을 수도 있다. 하지만 그 느낌은 긍정적이거나 즐겁거나 보람을 가져다주는 경우가 있으며, 재미를 느낌으로 사람들이 조금 더 심리적, 생리적으로 안정감을 느끼게 해준다. 즉, 재미는 신체활동이나 스포츠에서 하나의 ‘재미거리’라기 보다는 전반적인 재미의 체험이다(유정이, 2011).

동기문제를 다룬 스포츠 심리학 연구는 전통적으로 경쟁불안이 선수의 스트레스 같은 부정적인 정서에 많은 노력을 기울여 왔다. 하지만 최근의 연구들 특히 청소년 스포츠에 관한 연구는 스포츠를 통해 재미와 같은 긍정적인 정서를 이해하는 데로 관심이 전환되고 있다.(백성수, 1999).

스포츠 재미라는 개념은 긍정적 정서보다는 좀 더 세부적이고, 흥분과 같은 구체적인 정서보다는 더욱 일반화 된 개념으로 성취요인과 비성취 요인의 지향하는 관점 스포츠 관람과 참여, 승패와 기록 변인에 따라 재미의 정도가 달라질 수 있다.(강성일, 2010).

박규송(2009)은 스포츠의 재미에 대하여 정의를 내리기보다는 구성 요인에 게 초점을 두어야 하고 신체 활동에서 즐거움과 재미에 대한 분석은 장기적 목적과 단기적 목적으로 구분되어야 하며, 참가자들이 직접 필드 경험을 반복하도록 하는 자극적인 즐거움을 만들어 내는 것이 포함되어야 한다. 따라서 스포츠 재미라는 개념은 일반적인 긍정적 정서보다는 좀 더 세부적인 또한

흥분과 같은 구체적인 정서 보다는 더욱 일반적인 개념이다(최수혁, 2006).

그러므로 재미는 체육수업 뿐만 아니라 신체활동 일상에서 실현하고 있는 생활목표 등을 성공적으로 수행하기 위한 중요한 요인으로도 볼 수 있으며 재미를 통해서 좋은 결과를 가져올 수 있고, 이러한 재미를 느끼면서 모든 요구들을 긍정적으로 성공시킬 수 있으며, 좋은 결과를 얻음으로써 하는 것들을 자연스럽게 즐기게 된다(김보라미, 2015).

3. 자존감형성

이현석(2014)은 자아존중감이란 스스로를 가치가 있다고 생각하며 존중해주는 자신에 대한 태도로 자신의 성취와 타인의 대우 및 자신이 가지고 있는 신체적인 특성 같은 모든 종류의 영향력에 의하여 형성되는 개인적인 가치로 정의하였다. 또한 자아개념은 자아존중감과 자주 혼동되어 사용되는 개념으로 명백하게 구별하기는 힘든 일이지만 여러 학자들의 견해를 살펴보면 자아개념이란 일련의 기술적인 개념으로 자신이 가진 특성에 대한 긍정적인 또는 부정적인 감정이 전혀 포함되어지지 않는 반면에 자아존중감은 자신이 가진 특성에 대한 평가와 판단을 의미한다고 할 수 있다.

자아존중감(self-esteem)은 유사 개념으로 자아존중, 자아만족, 자기애, 자아개념, 자신감, 자기평가, 자기가치, 자아안정감 등으로 쓰이며 광범위한 연구주제로 경험적 연구가 양적으로는 풍부하지만 명확한 정의를 내리기 어렵다. 이중 자아개념(self-concept)은 특히 자아 존중감과 많이 혼동되는 개념이다(김순희, 2002).

또한 자기 자신에 대해 갖는 생각, 느낌, 태도 등이 상호작용하면서 개념화 된 심리구조이다. 이것은 자신의 행동에 결정적인 영향을 미치게 되고, 자신의

행동방식을 이해하는데 중요한 역할을 하게 된다. 이러한 자아존중감은 실체가 아니며 지각과 행동 간의 과정을 규명해주는 가상적 심리구조로 개인이 체험하는 경험의 지각에 구성되고, 행위에 영향을 주어 개인을 이해하는데 매우 중요한 역할을 하게 된다(양보람, 2011).

자기 자신에 대하여 인식하고 있는 가치의 판단이며, 자아존중감이 높은 아동은 자신에 대하여 긍정적인 태도를 갖고 있어 스스로를 가치 있는 사람으로 여긴다. 자아존중감이 낮은 아동은 자신에 대하여 부정적인 태도를 가지고 있어 자신의 가치가 낮고 스스로 문제를 해결하는 능력도 낮다고 여긴다. 그래서 능동적으로 또래관계를 형성하거나 타인을 수용하는 면이 부족하며 자신을 약하다고 생각하여 열등감을 갖는 경우도 있다(도수정, 2010).

따라서 자신이 능력이 있고, 성공적이며, 중요하고 가치 있는 사람이라고 믿는 정도를 가리키며 이를 어느 정도 인정하느냐의 태도를 가리킨다. 다시 말하면 자아존중감은 한 개인이 스스로를 얼마나 가치 있는 존재로 생각하고 있느냐 하는 것이다(윤성욱, 2006).

Rosenberg(1979)는 자아존중감은 자신이 유능하며, 소중한 존재이고, 성공할 수 있으며, 가치 있는 인간으로서 인지되는 정도라고 하였다. 즉, 자기 자신에 대한 부정적인 혹은 긍정적인 평가와 관련된 것으로 자기 존경에 대한 정도와 자기 자신이 가치 있는 사람으로 생각하고 있는 정도라고 하였다. 또한 낮은 자아개념을 지닌 사람은 대부분 불안, 우울, 낮은 성취수준을 보였지만 높은 자아존중감을 갖은 사람은 높은 자기표현 능력, 재주, 인내, 자기확신, 높은 숙련도와 지능, 실용적인 지식 등에 대한 특징을 보인다고 하였다.

이윤희(2013)는 자아존중감이란 개인이 평소에 자기 자신에게 내리는 평가를 의미하는 것으로 자기 자신이 능력 있고, 의미 있는 사람이며, 가치가 높고, 성공적인 사람이라고 믿는 정도를 나타낸다고 하였다. 또한 자아존중감의 주요 기준을 중요도, 능력, 영향력, 미덕으로 보며 중요도는 자기가 중요하다고 생각하는 사람으로부터 인정과 사랑을 받고 있다고 느끼는 정도이고,

능력은 스스로 중요하다고 느끼는 작업을 하면서 성취감을 느낄 수 있는 실력을 의미한다. 영향력은 다른 사람에게 긍정적인 영향을 미치고 상호작용할 수 있는 능력의 정도를 의미하며 미덕은 도덕성과 윤리 규범의 이행 정도를 의미한다.

Trzesniewski, Donnellan과 Robins는 50개의 자아존중감에 대한 연구를 메타분석을 통하여 설명하였는데 이에 따르면, 청소년 시기는 갑작스럽게 주변 환경이나 성장으로 인하여 변화에 직면하는 때이고 다양한 사회적, 신체적 변화를 겪어 가며 인지적 능력의 성장과 새로운 사회적 정체성에 대한 역할이요구되는 시기이며 자아존중감이 안정적이기 어려운 시기라고 하였다. 그러면서 이러한 이유로 초기 청소년기에 자아존중감이 감소하다가 변화에 적응하지 못하면서 자아존중감이 낮아지고 후기 청소년기에 접어들수록 이러한 변화에 적응하고 안정되면서 자아존중감도 증가하는 경향이 나타나는 것으로 추정하였다(양희원 외, 2011).

4. 대인관계

대인관계란 사회조직 내에서 두 사람 이상이 상호 접촉하는 관계로서 '타인에 대해 어떻게 생각하고 느끼며, 타인의 행동에 어떻게 반응 하는가'하는, 사람을 대하는 개개인의 보편적인 심리적 지향성이며, 개인의 내적 성격과 외적 행동 간의 관계를 의미한다(Heider, 1964).

따라서 사람이 행동하는 것은 자기가 소속되어진 집단의 사회적인 상호작용에 의해 상대방이 어떻게 행동을 하는가, 즉 타인이 자기에게 어떻게 행동하는가에 따라 달라진다고 할 수 있다. 타인에 대한 자기 자신의 태도는 타인에 대한 정보의 정도와 접촉하는 작용의 정도, 상호간의 정의적 우대관계

의 정도에 따라 다르게 형성된다.

Sullivan(1953)에 의하면 인간은 대인관계의 애착과 대인관계 안에서 자기가치를 유지하는 핵심적인 동기를 가지고 있고 인간의 성격은 인간 교류와 상호작용에 대한 일이 반복해서 일어나는 비교적 지속적인 유형이다. 개인의 가치체계는 중요한 타인의 반응이 적용되어 있다는 것에서 대인관계 적이고, 대인관계에 따른 태도는 다른 사람들과 관계를 유지하면서 자신이 어떤 사람인가에 대해 내적인평가가 적용된 자기상으로 이루어진다는 것이다.

즉, 인간은 살아남기 위해서 타인의 도움이 필요하고 타인과 관계는 생존을 위하여 필수적인 요소이다. 이것만이 아니라 인간은 타인과의 관계 속에서만 만족할 수 있는 여러 가지 욕구를 지니고 있다. 타인으로부터의 사랑과 애정을 받으며 성취를 함으로 인해 인정과 존경을 받으려는 인간에 대한 여러 가지 욕구 속에는 타인과의 관계가 없이는 만족할 수 없는 것이다. 이처럼 대인관계는 우리 인간 존재의 본질적인 한 측면인 동시에 하나의 필연적인 사실로서, 우리는 타인과의 관계를 떠나서는 잠시도 살아갈 수가 없는 것이다. (김상훈, 2014)

하지만 현실적으로 대학입시를 위해 지식전달 중심의 교육만 받고 있는 우리나라 학생들의 경우에는 타인에 대한 무관심과 이기주의 그리고 자기중심적인 태도가 심화되어 실제로 다른 나라의 청소년들에 비해서 대인관계에 대한 만족도가 현저히 낮다고 하는데 이는 대인관계 능력의 부족 때문일 것이다.

따라서 대인관계는 개인의 삶의 질을 결정하는 것에 있어서 중요한 요소인 것이다. 원활한 대인관계를 형성할 때 이루어지는 건전한 성격발달, 정체성 확립, 행복감, 자아성취감, 인간의 욕구만족감이 이루어지긴 하지만 대인관계에 대한 욕구가 충족되지 않으면 우울, 불안, 소외, 욕구좌절 등 정서적으로 어려움을 겪게 되어 심리적인 병리로 이어질 수 있다.

이를 볼 때 대인관계는 인지적인 발달 측면만이 아니라 공격성이나 반사회적 행동, 위축과 불안한 행동의 발달에서도 중요한 영향을 미친다는 것을 생각해

볼 수 있다(고형규, 2013).

이것만이 아니라 학교폭력 및 청소년의 비행문제로도 드러나는 학교문제의 심각성과 다발성은 개인의 문제가 아니라 그가 속해있는 집단의 문제로서 그 집단이 속해있는 사회의 문제로 확산되어 진다는 것에서 문제의 심각성을 갖고 있다. 청소년 대인관계에서 발생하는 문제 중에 따돌림 피해 학생들은 공통적으로 부정적인 사고, 정서, 행동특성과 관련된 부적절한 대인신념, 대인지각, 의사소통으로 인하여 대인관계에서 어려움을 겪는다고 한다(강진령, 2000).

이러한 관점에서 청소년기의 발달과제인 보다 건설적이고 경험적인 대인관계의 확립과 사회적 기술의 효과적인 달성을 위해서 체계적인 절차에 따라 서로의 생각과 가치관의 차이를 수용하고, 타인에 대한 공감적 이해와 상호관계에서 발생할 수 있는 문제와 갈등을 원만하게 해결할 수 있도록 학교장면에서 대인관계증진을 위한 프로그램의 제공은 가치 있는 개입이 될 것이다(이황은, 2009).

Ⅲ. 연구방법

1. 연구대상 및 표집

본 연구의 조사대상은 2017년 9월 현재 광주에 소재한 중학생들을 모집단으로 선정하였다. 표본추출은 무작위표본추출(Random Sampling Method)을 사용하였으며, 설문조사는 본 연구자와 설문지 조사경험이 있고, 사전에 교육 받은 연구보조자 5명이 본 연구의 목적과 조사에 따른 취지를 설명한 후, 자기평가기입법(Self-Administrated Method)으로 설문조사에 응하도록 하였으며, 그 자리에서 회수하였다. 이와 같은 과정을 통하여 총 240(100%)명의 자료를 최종 분석 자료로 사용하였다. 본 연구에 사용된 조사대상자의 인구통계학적특성은 다음의 <표 1>과 같다.

표 1. 조사대상자에 따른 인구통계학적특성

요인	구분	빈도(명)	구성비(%)
성별	남자	145	60.4
	여자	95	39.6
학년	1학년	142	59.2
	2학년	47	19.6
	3학년	51	21.3
참여경험	있다	112	46.7
	없다	128	53.3

참여횟수	5회 이상	33	13.8
	2-4회	42	17.5
	1회	165	68.8
대회참여횟수	1회	127	52.9
	2회	77	32.1
	3회	29	12.1
	4회 이상	7	2.9
기간	1년 미만	92	38.3
	1-2년	123	51.3
	3년 이상	25	10.4
합계		240	100

2. 조사도구

본 연구의 목적에 따라 변수들 간의 관계를 규명하기 위해 설문지를 측정 도구로 활용하였으며, 설문지 모든 문항들은 연구의 목적에 부합되는 선행연구와 이론에 근거하여 구성하였고, 재미요인, 자존감형성, 대인관계 변인들 모두 ‘전혀 그렇지 않다 1점’, ‘그렇지 않다 2점’, ‘보통이다 3점’, ‘그렇다 4점’, ‘매우 그렇다 5점’의 5단계 Likert 척도를 사용하였다.

표 2. 설문지의 구성 내용

구성지표	구성 내용(문항 수)	문항수
인구통계학적특성	성별, 학년, 참가경험, 참가횟수, 참여빈도, 참여기간	6
재미요인	일상탈출(6문항), 체력 및 건강(4문항), 대인관계(6문항), 승리 및 경쟁(5문항)	21
자존감형성	긍정적상태(5문항), 부정적상태(5문항)	10
대인관계	친구신뢰(6문항), 교체지속성(6문항), 친구적응(5문항), 공동생활(3문항)	20
합계		57

3. 설문지의 타당도와 신뢰도

요인분석의 타당도 검증은 변수들이 각각 분리되어 고유한 특성을 측정하고 있는지를 파악하는 것으로, 측정변수와 관련된 항목들이 잘 묶여있는지를 검증하기 위한 분석이다. <표 3>, <표 4>, <표 5>에서 나타난 바와 같이 측정도구의 타당도 검증을 위하여 각 항목들에 대한 구성타당도 검증으로 탐색적 요인분석(Exploratory Factor Analysis)을 실시하였고, 요인추출 방법으로는 주성분분석(Principle Component Analysis)을 실시하였으며, 요인의 연관성을 보다 더 효과적으로 규명하기 위하여 베리맥스(Varimax) 방식을 이용하였다. 통계상 유의성 확보를 위하여 요인분석에 의하여 추출된 요인행렬을 설명하는데, 요인 적재치의 기준은 .50 이상인 항목으로 설정하였으며,

고유치는 1.0 이상의 요인들로 구성하였다. 또한, 신뢰도 검증을 위해 Cronbach's α 계수를 산출하였다.

표 3. 재미요인의 탐색적 요인분석 및 신뢰도

요인	문항	성분		
		1	2	3
대인 관계	03. 친구들과의 사이를 더 친하게 하였다.	.796	.300	.263
	04. 스포츠클럽에 참여함으로 사교성이 좋아졌다.	.789	.322	.236
	02. 친구들과 어울릴 수 있어 좋다.	.746	.309	.316
	01. 많은 친구를 사귀었다.	.742	.176	.258
	05. 친구들과 대화하는데 자신감이 생겼다.	.734	.371	.218
	06. 스포츠클럽에 참여함으로 협동심이 길러졌다.	.694	.393	.270
일상 탈출	01. 스포츠클럽참여는 스트레스가 해소 된다.	.202	.805	.189
	02. 스포츠클럽참여는 일상에서 해방감을 준다.	.229	.796	.126
	03. 스포츠클럽참여는 자유로움을 준다.	.352	.731	.137
	04. 스포츠클럽참여는 즐거움을 준다.	.374	.686	.264
	05. 땀 흘리며 스포츠클럽에 참여하는 것이 좋다.	.347	.658	.298
	06. 참여 하고나면 기분이 상쾌해진다.	.481	.566	.325
승리 경쟁	04. 시합(게임)에 나가서 상 받는 것이 좋다.	.281	.180	.840
	05. 관중 앞에서 시합(게임)하는 것이 좋다.	.385	.157	.757
	03. 스포츠클럽에 참여해서 승리하면 기쁘다.	.226	.470	.554
	02. 참여해서 하는 시합(게임)은 재미있다.	.263	.483	.531
Cronbach's α		.925	.902	.816

표 4. 자존감형성의 탐색적 요인분석 및 신뢰도

요인	문항	성분	
		1	2
긍정 상태	04. 나는 좋은 점을 많이 가지고 있다고 느낀다.	.827	-.158
	05. 나는 남들만큼 가치가 있는 사람이라고 느낀다.	.817	-.086
	03. 대체로 나는 나 자신에 만족한다.	.807	-.204
	01. 나는 나 자신을 긍정적으로 (좋게) 생각한다.	.804	-.220
	02. 나도 다른 사람만큼 일을 잘 해낼 수 있다.	.794	-.230
부정 상태	04. 때때로 나는 전혀 좋은 사람이 아니라고 느낀다.	-.173	.836
	05. 나는 내가 대체로 실패자라고 느낀다.	-.095	.813
	02. 나의 삶은 크게 쓸모 있는 것은 아니다.	-.163	.801
	01. 나는 자랑거리를 많이 가지고 있지 않다.	-.290	.723
Cronbach's α		.887	.826

표 5. 대인관계의 탐색적 요인분석 및 신뢰도

요인	문항	성분			
		1	2	3	4
친구 신뢰	01. 나는 주변에 사귀만한 친구가 별로 없다.	.848	-.115	.201	.121
	03. 나와 마음이 통할 친구가 없어 늘 외롭다.	.841	.030	.073	-.074
	02. 나는 친구를 쉽게 사귀지 못한다.	.836	-.102	.072	.008
	06. 나를 진실로 이해해 주는 친구가 별로 없다.	.814	-.027	.173	.009
	04. 나의 친구들은 내 말을 잘 믿어 주지 않는다.	.808	.025	.105	-.092
	05. 혼자 있을 때가 더 편하다.	.775	-.052	.163	-.120
공동 생활	03. 친구들의 어려움을 보면 잘 도와주는 편이다.	-.079	.899	.035	-.042
	02. 친구들과 사귀어 나의 성장에 도움이 된다.	-.041	.791	.003	.055

친구 적용	02. 내 마음을 몰라주어서 안타까울 때가 있다.	.383	-.114	.768	.072
	04. 나는 친구들 사이에서 인기가 높은 편이다.	-.009	.364	.712	.199
지속 성	01. 나는 친구를 대할 때 경계하는 편이다.	.557	-.207	.622	-.030
	02. 나는 좋은 친구들이 많다.	-.151	-.155	-.007	.894
	06. 나는 친구를 잘 다루는 편이다.	.058	.210	.210	.844
Cronbach's α		.908	.701	.664	.712

4. 자료처리

본 연구의 목적 달성을 위하여 수집된 자료 중 응답내용이 불성실하거나, 연구 목적에 적절치 않은 자료와 신뢰성이 떨어지는 자료를 제외한 분석이 가능한 자료는 SPSS for Win Version 18.0 통계프로그램을 이용하였다.

조사대상자의 인구통계학적특성은 빈도분석(Frequency Analysis)을 실시하였고, 수집된 자료의 타당도를 검증하기 위해서 직교회전 방식 중 베리맥스(Varimax) 방식을 사용하여 탐색적 요인분석(Exploratory Factor Analysis: EFA)을 실시하였으며, 신뢰도를 검증하기 위하여 Cronbach's α 계수를 산출하였다.

다음으로는 각 변인들 간의 관계분석에 앞서 Pearson's 상관관계분석(Correlation Analysis)을 실시하였으며, 재미요인, 자존감형성, 대인관계 변인 간의 영향력을 검증하기 위해 다중회귀분석(Multiple Regression Analysis: MRA)을 실시하였다. 통계적 유의수준은 $\alpha=.05$ 수준에서 검증하였다.

IV. 연구 결과

중학생의 스포츠클럽 재미요인이 자존감형성, 대인관계에 변인들 간의 관련 정보와 방향성을 알아보기 위해서 Pearson의 적률 상관관계를 산출한 결과는 <표 6>과 같다.

표 6. 변인 간의 상관관계

변인	요인	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	IX
	관계	1								
재미 요인	일상	.740**	1							
	탈출									
	승리 경쟁	.717**	.684**	1						
자존 감형 성	긍정 상태	.603**	.534**	.593**	1					
	부정 상태	-.292**	-.236**	-.224**	-.432**	1				
	친구 신뢰	-.367**	-.319**	-.232**	-.440**	.697**	1			
대인 관계	공동 생활	.290**	.239**	.245**	.213**	-.062	-.125	1		
	친구 적응	-.203**	-.149*	-.078	-.113	.479**	.500**	.051	1	
	교제 지속	.101	.155*	.163*	.146*	.023	-.070	.044	.201**	1

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

1. 스포츠클럽의 재미요인이 자존감형성에 미치는 영향

재미요인이 자존감형성에 미치는 영향력을 검증하기 위해서 다중회귀분석(Multiple Regression Analysis)을 실시 한 결과, <표 7>, <표 8>과 같다.

1) 재미요인과 긍정적 상태

표 7. 재미요인이 긍정적 상태에 미치는 영향

모형	긍정적 상태			t(p)	
	비표준화 계수		표준화 계수		
	B	표준오차	베타		
(상수)	1.968	.201	-	9.795***	
재미 요인	대인관계	.248	.063	.320	3.923***
	일상탈출	.080	.068	.091	1.162
	승리 및 경쟁	.259	.065	.301	4.004***
$R^2 = .648$ $adj.R^2 = .420$ $F = 56.991^{***}$					

*** $p < .001$

재미요인과 긍정적 상태의 관계에서는 재미요인의 대인관계($t = 3.923$ / $p < .001$ / $\beta = .248$), 승리 및 경쟁($t = 4.004$ / $p < .001$ / $\beta = .259$)에 통계적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다.

2) 재미요인과 부정적 상태

표 8. 재미요인이 부정적 상태에 미치는 영향

모형	부정적 상태			t(p)	
	비표준화 계수		표준화 계수		
	B	표준오차	베타		
(상수)	3.026	.337	-	8.968***	
재미 요인	대인관계	-.261	.106	-.251	-2.454*
	일상탈출	-.044	.115	-.037	-.380
	승리 및 경쟁	-.021	.108	-.018	-.195
$R^2 = .294$ $adj.R^2 = .086$ $F = 7.437^{***}$					

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

재미요인과 부정적 상태의 관계에서는 재미요인의 대인관계($t = -2.454$ / $p < .05$ / $\beta = -.261$)에 통계적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다.

2. 스포츠클럽의 재미요인이 대인관계에 미치는 영향

진로신념이 진로태도성숙에 미치는 영향력을 검증하기 위해 다중회귀분석(Multiple Regression Analysis)을 실시한 결과, <표 9> <표 10> <표 11>, <표 12>와 같다.

1) 재미요인과 친구신뢰

표 9. 재미요인이 친구신뢰에 미치는 영향

모형	친구신뢰			t(p)	
	비표준화 계수		표준화 계수		
	B	표준오차	베타		
(상수)	2.848	.265	-	10.748***	
재미 요인	대인관계	-.288	.083	-.341	-3.445**
	일상탈출	-.134	.090	-.141	-1.486
	승리 및 경쟁	.102	.085	.109	1.193
$R^2 = .381$ $adj.R^2 = .145$ $F = 13.349^{***}$					

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

재미요인과 친구신뢰의 관계에서는 재미요인의 대인관계($t = -3.445$ / $p < .01$ / $\beta = -.288$)에 통계적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다.

2) 재미요인과 공동생활

표 10. 재미요인이 공동생활에 미치는 영향

모형	공동생활			t(p)	
	비표준화 계수		표준화 계수		
	B	표준오차	베타		
(상수)	2.427	.347	-	7.004***	
재미 요인	대인관계	.235	.109	.220	2.153
	일상탈출	.038	.118	.031	.321
	승리 및 경쟁	.077	.111	.065	.689
$R^2 = .296$ $adj.R^2 = .087$ $F = 7.533^{***}$					

*** $p < .001$

재미요인과 공동생활의 관계에서는 통계적으로 유의한 영향이 미치지 않는 것으로 나타났다.

3) 재미요인과 친구적응

표 11. 재미요인이 친구적응에 미치는 영향

모형	친구적응			t(p)	
	비표준화 계수		표준화 계수		
	B	표준오차	베타		
(상수)	2.841	.378	-	7.521***	
대인관계	-.316	.119	-.277	-2.655**	
재미요인	일상탈출	-.063	.129	-.049	-.492
	승리 및 경쟁	.195	.121	.154	1.606
$R^2 = .227$ $adj.R^2 = .051$ $F=4.269^{**}$					

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

재미요인과 친구적응의 관계에서는 재미요인의 대인관계($t = -2.655$ / $p < .01$ / $\beta = -.316$)에 통계적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다.

4) 재미요인과 교제지속성

표 12. 재미요인이 교제지속성에 미치는 영향

모형	교제지속성			t(p)	
	비표준화 계수		표준화 계수		
	B	표준오차	베타		
(상수)	2.108	.505	-	4.176***	
재미요인	대인관계	-.148	.159	-.098	-.928
	일상탈출	.217	.172	.127	1.260
	승리 및 경쟁	.245	.162	.147	1.512
$R^2 = .184$ $adj.R^2 = .034$ $F = 2.748^*$					

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

재미요인과 교제지속성의 관계에서는 통계적으로 유의한 영향이 미치지 않는 것으로 나타났다.

V. 논 의

본 연구에서는 중학생 스포츠클럽의 재미요인이 자존감형성, 대인관계에 미치는 영향에 대한 결과를 토대로 가설에 따른 논의를 전개하고자 한다.

1. 중학생 스포츠클럽의 재미요인이 자존감형성에 미치는 영향

재미요인과 자존감형성의 관계를 살펴보면, 재미요인의 대인관계 요인이 자존감형성의 긍정적 상태, 부정적 상태에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다, 재미요인의 승리 및 경쟁 요인이 자존감형성의 긍정적 상태에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다.

이러한 연구결과를 살펴보면, 서영건(2011)의 연구결과에서 체육수업의 재미요인이 자기효능감에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타나 본 연구를 부분적으로 지지해 주고 있고, 박규송(2009)의 연구결과에서 체육수업의 재미요인이 자기효능감의 하위요인인 긍정적인 상태에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타나 본 연구를 지지해주고 있다.

이는 중학생들의 스포츠클럽 즉, 스포츠 속에서의 재미요인이 중학생들의 외적 내적 모두 긍정적인 영향이 미치므로 스포츠의 재미 정도의 따라 학생들의 자존감은 더욱 증가 될 것을 시사한다. 더 나아가 스포츠클럽을 지도하는 지도자들은 많은 인식 전환이 필요하며, 여러 지도자들과 많은 의사소통을 통해 수업의 질을 향상 시키고 노력해야 될 것이라 사료된다.

2. 중학생 스포츠클럽의 재미요인이 대인관계에 미치는 영향

재미요인과 대인관계의 관계를 살펴보면, 재미요인의 대인관계 요인이 대인관계의 친구신뢰, 친구적응에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다.

이러한 연구결과를 살펴보면, 배진선(2015)의 연구결과에서 노인들의 생활체육의 재미요인이 대인관계에 통계적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타나 본 연구를 부분적으로 지지해주고 있고, 박준형(2017)의 연구에서 중학생 뉴스포츠의 재미요인이 또래관계에 통계적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타나 본 연구를 지지해주고 있다.

이는 경쟁 위주의 스포츠클럽이 아니라 스포츠 속에 참여한다는 즐거움 자체만으로 자신이 세운 목표를 달성한다고 볼 수 있으며, 스포츠클럽 활동을 함으로써 정신적 스트레스 해소는 물론 자아를 형성 시키고 자존감형성에 도움이 된다고 사료된다. 결국 스포츠로 인해 자신감이 증대 되고 스포츠 속에서 단체 활동을 함으로써 원활한 대인관계 형성에 많은 도움이 되는 것은 주지 사실임을 알 수 있다.

VI. 결론 및 제언

1. 결 론

본 연구에서는 중학생 스포츠클럽의 재미요인이 자존감형성, 대인관계에 미치는 영향에 대하여 규명하고자 하며, 다음과 같은 결론을 도출하였다.

첫째, 재미요인과 자존감형성의 관계를 살펴보면, 재미요인의 대인관계요인이 자존감형성의 긍정적 상태, 부정적 상태에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났고, 재미요인의 승리 및 경쟁 요인이 자존감형성의 긍정적 상태에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다.

둘째, 재미요인과 대인관계의 관계를 살펴보면, 재미요인의 대인관계요인이 대인관계의 친구신뢰, 친구적응에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다.

2. 제 언

본 연구에서는 후속연구를 위해 다음과 같이 제언하고자 한다.

첫째, 연구대상이 광주 지역소재 스포츠클럽에 참여하는 중학교 학생 240명으로 한정되어 있기에 연구결과를 전국적으로 일반화하기는 다소 어려운 점이 있으므로 연구대상을 광범위하게 모색해야 할 것이다.

둘째, 본 연구에서는 대상을 스포츠클럽에 참여하는 중학생으로 하였지만 후속 연구에서는 스포츠클럽에 참여하는 초등학생과 고등학생 그리고 스포츠클럽에 참여하는 일반 성인을 대상으로 하여서 각 각의 특성을 알아볼 수 있는 심도 깊은 연구가 필요하다.

셋째, 본 연구에서는 설문지를 통한 양적연구 방법을 사용하였으니, 향후 연구에서는 연구변인의 관계에 대해 보다 심층적이고 구체적으로 접근함으로써 인터뷰 등과 같은 기법을 사용하는 질적 연구 방법을 병행하여 연구를 진행할 필요가 있다고 판단된다.

참 고 문 헌

- 강성일(2010). 익스트림 스포츠 참여자의 몰입경험에 따른 재미요인과 여가 만족 및 자아실현의 관계. 한국체육대학교 박사학위논문.
- 고형규(2013). 중학생의 학교스포츠클럽 참여정도가 대인관계형성 및 학습 태도에 미치는 영향. 전남대학교 교육대학원
- 곽병화(2009). 대학생의 평생스포츠 수업재미요인이 운동지속성에 미치는 영향. 단국대학교 석사학위논문.
- 교육인적자원부(2007). 학교스포츠클럽 운영의 발전방안에 관한 연구. 서울: 교육인적자원부.
- 교육과학기술부(2011). 학생 체육활동 활성화 방안 보도자료.
- 교육과학기술부(2012). 모든 중학교에서 「학교스포츠클럽」 활동실시.
<https://www.moe.go.kr>
- 김보라미(2015). 여자 중학생의 체육수업 재미요인이 스트레스해소 및 수업 참여도에 미치는 영향. 미간행 석사학위논문. 경희대학교 교육대학원.
- 김병준, 성창훈(1996). 스포츠 동기요인으로서의 재미 : 개념 및 관련연구. 한국스포츠교육학회지, 3(2), 99-122
- 김상훈(2014). 학교스포츠클럽 참여 동기가 중학생의 자아존중감 및 대인관계에 미치는 영향. 경희대학교 대학원 석사학위논문.
- 김순희(2002). 일반계 고등학교 학생의 자아존중감과 학교생활적응에 관한 연구. 미간행석사학위논문. 인제대학교 교육대학원.
- 김영진(2017). 스포츠클럽 활동 참여가 여자중학생의 스포츠 가치관 및 학교체육수업 태도에 미치는 영향. 국민대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 김중화(2003). 중학생의 생활체육 참가가 사회성 발달에 미치는 영향. 국민대학교 대학원 석사학위논문

- 김현철, 김은정, 손승영, 이기재, 박현주, 신정민, 최현주(2006). 청소년 사회화과정의 국제비교 연구 I:한국·일본·미국·독일·스웨덴의 가족 내 자녀사회화과정 비교를 중심으로. 한국청소년개발원연구보고서, 12, 1-524.
- 김희진(2014). 학교스포츠클럽 무용활동이 여중생의 사회성 및 정서지능에 미치는 영향. 미간행 석사학위논문, 이화여자대학교 교육대학원.
- 노동준(2011). 스포츠클럽활동 참여에 따른 학교생활만족도 조사. 한국체육대학교 석사학위논문.
- 도수정(2010). 아동의 자아존중감 및 또래관계가 배려에 미치는 영향. 동아대학교 석사학위논문.
- 문화체육관광부(2011). 학교스포츠클럽 육성 계획. 문화체육관광부 내부자료.
- 박규송(2009). 체육수업의 재미요인과 스트레스요인이 참여 동기와 자기효능감 간의 관계연구. 전남대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 박지연(2008). 자아존중감이 청소년의 대인관계에 미치는 영향. 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 박현민(2013). 외상 후 스트레스 장애(PTSD) 치유를 위한 영성적 접근. 미간행석사학위논문. 서울대학교 대학원
- 백성수(1999). 체육수업 상황에서의 재미촉진 및 저해요인. 인천대학교 석사학위논문.
- 양보람(2011). 초등학교 고학년 학생의 계발활동 무용수업 참여정도가 자아존중감 및 사회성에 미치는 영향. 원광대학교 석사학위논문.
- 양성아(1995). 주부의 생활체육 참여가 사회관계에 미치는 영향. 미간행석사학위논문. 서울대학교.
- 양희원, 강현욱, 안동수(2011). 학업성취, 심리사회적, 여가적 변인들이 미국 대학생들의 자기존중감에 미치는 영향. 한국여가레크리에이션학회지, 35, 117-133.

- 유정이(2011). 여성 생활무용 참여의 재미요인, 운동몰입 및 참여지속도의 관계 미간행 석사학위논문, 경희대학교 교육대학원.
- 윤성욱(2006). 초등학생의 주말체육활동 참여가 자아존중감 및 생활만족도에 미치는 영향. 단국대학교 석사학위논문.
- 이용수(2012). 중학생의 학교스포츠클럽 참여 동기가 자아존중감 및 학교생활적응에 미치는 영향. 연세대학교 대학원 석사학위논문.
- 이주미(2017). 중년남성의 미용건강관리행동이 신체매력지각, 자아존중감 및 대인관계성향에 미치는 영향. 성신여자대학교 대학원 박사학위논문.
- 이필우(2005). 헬스클럽 이용자의 몰입경험이 스포츠재미요인에 미치는 영향. 단국대학교 대학원 석사학위논문.
- 이황은(2009). 또래집단미술치료 프로그램이 고등학생의 의사소통기술과 대인관계에 미치는 효과. 영남대학교 대학원 석사학위논문.
- 이현석(2014). 학교스포츠클럽 주말리그 참여 동기가 자아존중감 및 심리적 행복감에 미치는 영향. 한국교원대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 조수연(2004). 니키드 생활의 작품 감상수업을 통한 청소년의 자존감형성에 관한 연구. 국민대학교 대학원 석사학위논문.
- 지은숙(2007). 자아존중감 증진 프로그램이 초등 특수학급 아동의 자아존중감과 학교생활적응에 미치는 효과. 미간행석사학위논문. 이화여자대학교 교육대학원.
- 진광호(2010). 학교스포츠클럽 활동에 따른 청소년의 사회성 발달 차이에 관한 연구. 경희대학교 대학원 석사학위논문.
- 차영록(2015). 여중생의 토요일스포츠클럽 참여가 사회성과 학교생활 만족도에 미치는 영향. 순천대학교 교육대학원 미간행 석사학위논문.
- 최수혁(2006). 스쿼시 마니아의 재미요인과 운동중독의 관계분석. 미간행 석사학위논문. 단국대학교 대학원.
- 학교스포츠클럽 리그운영 지원센터(2013).<https://www.ksslc.or.kr/front/ssc/intro>

- Gould, D, Petlichoooff, L.(1988). Partipation motivation and attrition in youngathletes. In F. L. Smoll, R. A. MaGill, M. j. Ash(Eds.), Children in Sport(3rd ed., 161-178). Champign L: Human Kinetiscs.
- Heider, F.(1964). The psychology of Interpersonal Relation. New York: John Wiley & Sons, Inc.
- Izaed. C. D.(1991). The psychology of emotion. New York : Plenum
- Rosenberg, M.(1979). Conceiving The Self. New York: Basic books.
- Scanlan, T. K. & Simons, J. P.(1992). The construct of sport enjoyment. In G. C. Roberts(ED), Motivation in Spot and Exercise(199-215).

부 록(설문지)

ID			
----	--	--	--

설 문 지

안녕하십니까?

귀하의 소중한 시간을 할애해 주셔서 감사합니다.

본 설문지는 “**중학생 스포츠클럽 참여에 따른 재미요인이 자존감 형성과 대인관계에 미치는 영향**”을 분석하기 위한 설문지입니다.

본 설문지를 통해 얻어진 자료는 통계법 제8조 및 제9조의 규정에 의하여 오직 학문적인 연구목적으로만 사용될 것이며, 응답에는 맞고 틀리는 것이 없으므로 귀하가 생각하시는 의견을 솔직하게 표시하여 주십시오.

귀하의 솔직한 응답은 본 연구 목적을 달성하는데 커다란 도움이 될 것입니다. 다시 한 번 설문에 응해 주신데 대하여 깊은 감사를 드립니다.

2017년 9월

연 구 자 : 조선대학교 교육대학원 체육교육학과 석사과정

지도교수 : 김 옥 주 / 연 구 자 : 김 광 옥

■ 다음은 귀하의 “재미요인”에 관한 질문입니다. 각 질문의 내용에 대해 자신이 느끼는 정도와 가장 가깝다고 생각되는 곳에 “V”표 해주십시오.

문항	매우 그렇지 않다	그렇지 않다	보통이다	그렇다	매우 그렇다	
1. 스포츠클럽참여는 스트레스가 해소 된다.	①	②	③	④	⑤	
2. 스포츠클럽참여는 일상에서 해방감을 준다.	①	②	③	④	⑤	
일상탈출	3. 스포츠클럽참여는 자유로움을 준다.	①	②	③	④	⑤
	4. 스포츠클럽참여는 즐거움을 준다.	①	②	③	④	⑤
	5. 땀 흘리며 스포츠클럽에 참여하는 것이 좋다.	①	②	③	④	⑤
	6. 스포츠클럽에 참여 하고나면 기분이 상쾌해진다.	①	②	③	④	⑤

문항	매우 그렇지 않다	그렇지 않다	보통이다	그렇다	매우 그렇다	
7. 스포츠클럽에 참여함으로 몸이 건강해진다.	①	②	③	④	⑤	
체력및건강	8. 스포츠클럽에 참여함으로 정신적으로 건강해진다.	①	②	③	④	⑤
	9. 스포츠클럽에 참여함으로 몸이 튼튼해진다.	①	②	③	④	⑤
	10. 스포츠클럽에 참여함으로 피곤함을 덜 느낀다.	①	②	③	④	⑤

문항		매우 그렇지 않다	그렇지 않다	보통 이다	그렇다	매우 그렇다
	11. 스포츠클럽에 참여함으로 많은 친구를 사귀었다.	①	②	③	④	⑤
	12. 스포츠클럽에 참여함으로 친구들과 어울릴 수 있어 좋다.	①	②	③	④	⑤
대인 관계	13. 스포츠클럽에 참여는 친구들과의 사이를 더 친하게 하였다.	①	②	③	④	⑤
	14. 스포츠클럽에 참여함으로 사교성이 좋아졌다.	①	②	③	④	⑤
	15. 친구들과 대화하는데 자신감이 생겼다.	①	②	③	④	⑤
	16. 스포츠클럽에 참여함으로 협동심이 길러졌다.	①	②	③	④	⑤

문항		매우 그렇지 않다	그렇지 않다	보통 이다	그렇다	매우 그렇다
	17. 스포츠클럽 참여는 운동능력을 향상시킨다.	①	②	③	④	⑤
승리 및 경쟁	18. 스포츠클럽에 참여해서 하는 시합(게임)은 재미있다.	①	②	③	④	⑤
	19. 스포츠클럽에 참여해서 승리하면 기쁘다.	①	②	③	④	⑤
	20. 시합(게임)에 나가서 상 받는 것이 좋다.	①	②	③	④	⑤
	21. 관중 앞에서 시합(게임)하는 것이 좋다.	①	②	③	④	⑤

■ 다음은 “자존감형성”에 관한 질문입니다. 각 질문의 내용에 대해 자신이 느끼는 정도와 가장 가깝다고 생각되는 곳에 “V”표 해주십시오.

문	항	매우 그렇지 않다	그렇지 않다	보통 이다	그렇다	매우 그렇다
자 신 에 대 한 긍 정 적 상 태	1. 나는 나 자신을 긍정적으로 (좋게) 생각 한다.	①	②	③	④	⑤
	2. 나도 다른 사람만큼 일을 잘 해낼 수 있다.	①	②	③	④	⑤
	3. 대체로 나는 나 자신에 만족한다.	①	②	③	④	⑤
	4. 나는 좋은 점을 많이 가지고 있다고 느 낀다.	①	②	③	④	⑤
	5. 나는 내가 남들만큼 가치가 있는 사람 이라고 느낀다.	①	②	③	④	⑤

문	항	매우 그렇지 않다	그렇지 않다	보통 이다	그렇다	매우 그렇다
자 신 에 대 한 부 정 적 상 태	6. 나는 자랑거리를 많이 가지고 있지 않다.	①	②	③	④	⑤
	7. 나의 삶은 크게 쓸모 있는 것은 아니다.	①	②	③	④	⑤
	8. 나는 나 자신을 존중하는 마음이 좀 더 있었으면 한다.	①	②	③	④	⑤
	9. 때때로 나는 전혀 좋은 사람이 아니라고 느낀다.	①	②	③	④	⑤
	10. 나는 내가 대체로 실패자라고 느낀다.	①	②	③	④	⑤

■ 다음은 “대인관계”에 관한 질문입니다. 각 질문의 내용에 대해 자신이 느끼는 정도와 가장 가깝다고 생각되는 곳에 “V”표 해주십시오.

문	항	매우 그렇지 않다	그렇지 않다	보통 이다	그렇다	매우 그렇다
	1. 나는 주변에 사귀기만한 친구가 별로 없다.	①	②	③	④	⑤
	2. 나는 친구를 쉽게 사귀지 못한다.	①	②	③	④	⑤
친 구 신 뢰	3. 나와 마음이 통할 친구가 없어 늘 외롭다.	①	②	③	④	⑤
	4. 나의 친구들은 내말을 잘 믿어 주지 않는다.	①	②	③	④	⑤
	5. 친구들과 어울릴 때 보다 혼자 있을 때가 더 편하다.	①	②	③	④	⑤
	6. 나를 진실로 이해해 주는 친구가 별로 없다.	①	②	③	④	⑤

문	항	매우 그렇지 않다	그렇지 않다	보통 이다	그렇다	매우 그렇다
	7. 나는 친구들과 쉽게 사이가 벌어지는 편이다.	①	②	③	④	⑤
	8. 나는 좋은 친구들이 많다.	①	②	③	④	⑤
교 제 지 속 성	9. 나는 교제를 끊고 싶은 친구가 있는데 잘 안되서 고민한 적이 있다.	①	②	③	④	⑤
	10. 좋아하는 친구가 자주 바뀌는 편이다.	①	②	③	④	⑤
	11. 나는 친구를 대할 때 자연스럽게 대하지 못한다.	①	②	③	④	⑤
	12. 나는 친구를 잘 다루는 편이다.	①	②	③	④	⑤

문 항		매우 그렇지 않다	그렇지 않다	보통 이다	그렇다	매우 그렇다
친 구 적 응	13. 나는 친구를 대할 때 경계하는 편이다.	①	②	③	④	⑤
	14. 친구가 내 마음을 몰라주어서 안타까울 때가 있다.	①	②	③	④	⑤
	15. 나보다 유능한 친구를 보면 시기와 질투가 일어난다.	①	②	③	④	⑤
	16. 나는 친구들 사이에서 인기가 높은 편이다.	①	②	③	④	⑤
	17. 친구들은 나를 가까이 대하려 하지 않는다.	①	②	③	④	⑤

문 항		매우 그렇지 않다	그렇지 않다	보통 이다	그렇다	매우 그렇다
공 동 생 활	18. 이성 교제로 인하여 공부가 방해가 된 적이 있다.	①	②	③	④	⑤
	19. 친구들과 사귀이 나의 성장에 도움이 된다.	①	②	③	④	⑤
	20. 나는 친구들의 어려움을 보면 잘 도와주는 편이다.	①	②	③	④	⑤

■ 다음은 귀하의 “인구통계학적특성”에 관련된 질문입니다.
 해당되는 번호에 “V”표 해주십시오.

1. 귀하의 성별은?

- ① 남자 ② 여자

2. 귀하의 학년은?

- ① 1학년 ② 2학년 ③ 3학년

3. 귀하가 스포츠클럽대회에 대표로 참가한 경험이 있습니까?

- ① 있다 ② 없다

4. 스포츠클럽 대회에 대표로 참가한 경험이 있다면 그 횟수는 몇 회입니까?

- ① 상(5회 이상) ② 중(2회~4회) ③ 하(0회~1회)

5. 스포츠클럽에 일주일의 참여빈도는?

- ① 1일/주 ② 2일/주 ③ 3~4일/주 ④ 5일 이상/주

6. 스포츠클럽에 참여기간은 얼마나 되셨습니까?

- ① 6개월 미만 ② 1년 ③ 1~2년 이상

☺ 끝까지 답변해 주셔서 감사합니다 ☺