

2005년 8 월  
박사 학위 신청 논문

청소년의 스포츠활동 참여가  
정신건강과 일탈행동에 미치는 영향

조선대학교 대학원

체 육 학 과

송 용 성

청소년의 스포츠활동 참여가

정신건강과 일탈행동에 미치는 영향

The Influence of Youths' Participation in Sport  
Activities on the Mental Health and Misdeeds

2005년 8 월 25 일

조선대학교 대학원

체 육 학 과

송 용 성

청소년의 스포츠활동 참여가  
정신건강과 일탈행동에 미치는 영향

지도교수 김 응 식

이 논문을 이학박사 학위 신청 논문으로 제출함.

2005년 8 월 25 일

조선대학교 대학원

체 육 학 과

송 용 성

## 송용성의 박사 학위논문을 인준함

위원장	성균관대학교	교수	김범식	인
위원	전남대학교	교수	윤이중	인
위원	조선대학교	교수	정명수	인
위원	조선대학교	교수	김홍남	인
위원	조선대학교	교수	김응식	인

2005년 6 월 일

조선대학교 대학원

# < 제 목 차 례 >

## ABSTRACT

<b>I. 서론</b> .....	1
1. 연구의 필요성 .....	1
2. 연구의 목적 .....	4
3. 연구의 제한점 .....	5
4. 용어의 정의 .....	5
<b>II. 이론적 배경</b> .....	7
1. 청소년의 정신건강 .....	7
1) 정신건강의 개념 .....	7
2) 스포츠활동과 정신건강 .....	8
3) 정신건강의 유형과 스포츠 .....	9
(1) 스트레스와 스포츠 .....	9
(2) 불안과 스포츠 .....	11
(3) 적대감과 스포츠 .....	13
(4) 자기효능감 .....	15
(5) 자아존중감과 스포츠 .....	17
(6) 자기통제와 스포츠 .....	20
(7) 우울과 스포츠 .....	22
2. 청소년의 일탈 행동 .....	23
1) 일탈행동의 개념 .....	23
2) 일탈행동과 스포츠활동 .....	25
3. 청소년의 일탈행동 유형 .....	26

1) 사이버 일탈 .....	26
2) 학교폭력 .....	27
3) 성적 일탈 .....	31
4) 가출 .....	33
5) 금지약물 남용 .....	34
<b>III. 스포츠활동 참여와 정신건강과 일탈행동간의 관계모형 .....</b>	<b>38</b>
1. 관계모형의 설정 .....	38
2. 관련 변인의 정의 .....	39
1) 정신건강요인 .....	39
2) 일탈행동요인 .....	40
3. 연구 가설 .....	41
<b>IV. 연구 방법 .....</b>	<b>43</b>
1. 조사 대상 .....	43
2. 조사 도구 .....	44
1) 예비조사 .....	44
2) 설문지의 구성 .....	44
3) 설문지의 타당도와 신뢰도 검사 .....	47
3. 연구 진행 절차 .....	51
1) 자료 수집 .....	51
2) 자료 분석 .....	51
<b>V. 연구 결과 .....</b>	<b>53</b>
1. 인구사회학적 특성에 따른 정신건강과 일탈행동 .....	53
1) 성별에 따른 정신건강과 일탈행동 .....	53
2) 학년에 따른 정신건강과 일탈행동 .....	54

3) 학교소재지에 따른 정신건강과 일탈행동 .....	57
4) 학교유형에 따른 정신건강과 일탈행동 .....	59
2. 스포츠활동 참여 형태에 따른 정신건강과 일탈행동 .....	61
1) 스포츠활동 참가유무에 따른 정신건강과 일탈행동 .....	61
2) 스포츠활동 참여유형에 따른 정신건강과 일탈행동 .....	63
3) 스포츠활동 참여수준에 따른 정신건강과 일탈행동 .....	65
4) 스포츠활동 참여강도에 따른 정신건강과 일탈행동 .....	66
5) 스포츠활동 참여빈도에 따른 정신건강과 일탈행동 .....	68
6) 스포츠활동 참여기간에 따른 정신건강과 일탈행동 .....	70
3. 스포츠활동 참여 정도와 정신건강 .....	73
4. 스포츠활동 참여 정도와 일탈행동 .....	77
5. 스포츠활동 참여 유무에 따른 정신건강과 일탈행동요인과의 상관관계 ·	79
<b>VI. 논의</b> .....	82
1. 인구사회학적 특성에 따른 정신건강과 일탈행동 .....	82
2. 스포츠활동 참여 형태에 따른 정신건강과 일탈행동 .....	84
3. 스포츠활동 참여 정도와 정신건강 .....	89
4. 스포츠활동 참여 정도와 일탈행동 .....	90
5. 스포츠활동 참여 유무에 따른 정신건강과 일탈행동요인과의 상관관계 ·	94
<b>VII. 결론 및 제언</b> .....	96
1. 결론 .....	96
2. 제언 .....	98
<b>참 고 문 헌</b> .....	99
<b>설 문 지</b>	

## < 표 목 차 >

표 1. 조사대상자의 인구 사회학적 특성 .....	43
표 2. 설문지의 구성 지표 및 내용 .....	45
표 3. 정신건강 요인 문항의 회전된 인자적재 행렬 .....	48
표 4. 일탈행동 요인 문항의 회전된 인자적재 행렬 .....	49
표 5. 설문지의 신뢰도 검증결과 .....	50
표 6. 성별에 따른 정신건강의 하위요인 비교 .....	53
표 7. 성별에 따른 일탈행동의 하위요인 비교 .....	54
표 8. 학년에 따른 정신건강의 하위요인 비교 .....	55
표 9. 학년에 따른 일탈행동의 하위요인 비교 .....	56
표 10. 학교 소재지에 따른 정신건강의 하위요인 비교 .....	57
표 11. 학교 소재지에 따른 일탈행동의 하위요인 비교 .....	58
표 12. 학교유형에 따른 정신건강의 하위요인 비교 .....	59
표 13. 학교유형에 따른 일탈행동의 하위요인 비교 .....	60
표 14. 스포츠활동 참가 유무에 따른 정신건강의 하위요인 비교 .....	61
표 15. 스포츠활동 참가 유무에 따른 일탈행동의 하위요인 비교 .....	62
표 16. 스포츠활동 참여유형에 따른 정신건강의 하위요인 비교 .....	63
표 17. 스포츠활동 참여유형에 따른 일탈행동의 하위요인 비교 .....	64
표 18. 스포츠활동의 참여수준에 따른 정신건강의 하위요인 비교 .....	65
표 19. 스포츠활동의 참여수준에 따른 일탈행동의 하위요인 비교 .....	66
표 20. 스포츠활동 참여강도에 따른 정신건강의 하위요인 비교 .....	67
표 21. 스포츠활동 참여강도에 따른 일탈행동의 하위요인 비교 .....	68
표 22. 스포츠활동 참여빈도에 따른 정신건강의 하위요인 비교 .....	69
표 23. 스포츠활동 참여빈도에 따른 일탈행동의 하위요인 비교 .....	70



표 24. 스포츠활동 참여기간에 따른 정신건강의 하위요인 비교 .....	71
표 25. 스포츠활동 참여기간에 따른 일탈행동의 하위요인 비교 .....	72
표 26. 정신건강에 대한 범주형 회귀분석(스트레스) .....	73
표 27. 정신건강에 대한 범주형 회귀분석(불안) .....	74
표 28. 정신건강에 대한 범주형 회귀분석(적대감) .....	74
표 29. 정신건강에 대한 범주형 회귀분석(자기효능감) .....	75
표 30. 정신건강에 대한 범주형 회귀분석(자아존중감) .....	75
표 31. 정신건강에 대한 범주형 회귀분석(자기통제) .....	76
표 32. 일탈행동에 대한 범주형 회귀분석(우울) .....	76
표 33. 일탈행동에 대한 범주형 회귀분석(사이버일탈) .....	77
표 34. 일탈행동에 대한 범주형 회귀분석(학교폭력) .....	77
표 35. 일탈행동에 대한 범주형 회귀분석(성적일탈) .....	78
표 36. 일탈행동에 대한 범주형 회귀분석(가출) .....	78
표 37. 일탈행동에 대한 범주형 회귀분석(금지약물) .....	79
표 38. 스포츠활동시 일탈행동과 정신건강의 하위요인간의 상관계수 .....	80
표 39. 스포츠 비 활동시 일탈행동과 정신건강의 하위요인간의 상관계수 .....	81

## < 그림 목 차 >

그림 1. 관계 모형 .....	38
그림 2. 연구 절차 .....	52

# *ABSTRACT*

## The Influence of Youths' Participation in Sport Activities on the Mental Health and Misdeeds

Song, yong-sung

Advisor : Professor. Kim, Eung-Shik

Department of Physical Education.

Graduate School of Chosun University

This study analyzed how youths' sports activities influence on their deviant behavior and mental health, demonstrated the effectiveness of sports activities, and furnishes useful information to promote to understand the value of sports education in educational institutions

This study conducted a survey of sports activities on sports-participants and non-sports-participants of 1,250 students attending high schools in Gwangju and Jeonnam region as of December, 2004.

The questionnaire in this study was made up on the basis of Kim Hyunsook's questionnaire(1998) which was based on YRBSS(Youth Risk Behavior Surveillance System)(kann. et al., 1993) designed by CDC(Centers for Disease Control and Prevention), "The Measure of Stress" by Yoo Anjin & Han Mihyun(1994), Han Jongwook's questionnaire on "The Measure of deviant behavior in the Internet"(2001), and Shin Younggyun's questionnaire on the sports activities(1998). To analyze the collected data for the aims of this study, this study adapted T-verification with statistical program SPSS 10.1, One-way ANOVA, Categorical regression, and Correlation analysis.

Through the above methods and procedure, this study came to the below conclusions.

1. Male students who are sports-participants show higher rate both in mental health and in deviant behaviors than female students. On the other hand, second graders who are sports-participants show higher rate of mental health, and third graders show higher rate of the deviant behaviors.

Sports-participant students living in smaller cities show higher rate both in mental health and in deviant behaviors. Students in coeducational schools show higher rate in anxiety and mental depression. Antagonism show higher rate in boys' high schools, and self-effectiveness show higher rate in girls' high schools. Deviant behaviors in the Internet and runaway from home show higher rate in boys' high schools, school violence shows higher rate in girls' high schools, and sexual deviant shows the highest rate in coeducational schools.

2. According to the type of sports-participation, 'personal sports' show higher deviation in stress, self-esteem, self-control, mental depression, and runaway from home than 'individual sports' and 'team sports'. According to the level of sports-participation, 'systematic participation' shows higher deviation in self-esteem, mental depression, deviant behaviors in the Internet, sexual deviant, and runaway from home. And 'non-systematic participation' shows higher deviation in stress, self-effectiveness, school violence, and taking prohibitive drug.

According to the strength of sports-participation, over 2 hours' participation shows higher deviation in anxiety, hostility, self-control, mental depression, deviant behaviors in the Internet, sexual deviant, runaway from home and taking prohibitive drug. And according to the frequency of sports-participation, over 5 days' participation shows higher deviation in anxiety, self-esteem, school violence and stress. According the period of sports-participation, the period of 1 year or less shows higher deviation in self-effectiveness, self-esteem, school violence and stress, and the period of 4 ~6 years shows higher deviation in anxiety, self-control, mental depression, and sexual deviant.

3. This study shows that sports-participation has meaningful influence on the factors of anxiety, hostility, self-effectiveness, self-esteem, self-control, and mental depression. In particular, the factors of self-effectiveness, self-control, and mental depression are meaningfully influenced by the level of sports-participation. The necessary time and days of sports-participation has meaningful influence on the factor of hostility and self-esteem. The necessary time and period of sports-participation has meaningful influence on the factor of anxiety.

4. The necessary time and period of sports-participation has meaningful influence on the factor of deviant behaviors in the Internet. The necessary time of sports-participation has the most meaningful influence on the factor of sexual deviant, and the level of sports-participation has meaningful influence on the factor of school violence, runaway from home and prohibitive drug.

5. Regardless of sports-participation, while deviant behaviors in the Internet increase, school violences decrease. And the increase of deviant behaviors in the Internet accompany the increase of sexual deviant, runaway from home, and taking prohibitive drug. Sports-participation has strong interrelation with the factors of self-effectiveness and self-esteem.

This study came to the conclusion that youths' sports-participation has great influence on the factors of mental health and deviant behaviors. And schools and the Ministry of Education should develop systematic and specific sports program for youths. Because sports-participation involves very important details to understand human behaviors and youths' socialization, and gives good opportunities to experience social order and value to youths.

# I. 서 론

## 1. 연구의 필요성

최근 들어 우리사회에서는 청소년 문제에 대한 관심과 우려의 소리가 점점 높아져 가고 있다. 청소년기가 짧고 성인사회와 단절 없이 역할을 배워왔던 과거에는 청소년기의 갈등과 좌절이 현재와 같이 극심하지는 않았다. 그러나 물질적 풍요와 기계 문명의 고도화, 사회, 문화 경제의 급속한 변화로 말미암아 스트레스, 허탈감, 긴장감, 소외감 등 정신적 불만뿐만 아니라 자아개념의 상실과 같은 탈 인간적인 정신 질환까지 발생하게 되는 이런 상황 속에서 고등학생들의 정신건강 문제는 매우 중요하다고 생각되어진다.

정신건강이란 개인이 자신의 삶에 있어서 기본적으로 행복하다고 느끼고, 정신적인 스트레스나 긴장을 잘 견디어 내어 정서적으로 안녕한 상태로서 자아존중감이 나 자기지각 등 긍정적인 자아상을 지니고 있으며, 현실 생활에서 독립적이고 건전하게 무엇이든지 잘 해결해 나아갈 수 있는 상태라고 할 수 있다(육영숙, 1994). 정신적인 면에 있어서 청소년기는 감수성이 예민하고 많은 스트레스로 인해 정서적으로 매우 불안정하여 생활에 적응하는데 어려움을 겪는 시기로서, 이러한 스트레스에서 오는 좌절, 갈등, 적응실패 등은 청소년 개인의 인격형성과 정신건강에 부정적인 영향을 미쳐 일탈행동과 청소년 범죄를 불러오는 원인이 되고 있다(이재창, 1998). 이와 같은 상황에서 청소년기의 스포츠활동의 참여는 운동부족으로 인하여 저하된 체력의 회복, 불안감과 긴장의 건전한 해소, 잠재 능력의 개발과 자아실현의 장으로서 그 필요성이 강조되고 있으며, 삶의 질을 향상시켜 줌으로써 학생들의 체력증진 및 정신건강의 향상을 위한 중요한 역할을 하게 된다.

스포츠활동과 정신건강에 대한 선행 연구들을 살펴보면, 대학생들의 체력과 심리적 특성에 대한 연구를 통해 대학생들의 체력이 향상 될수록 심리적으로 안정성을 보인다(김도연, 1996)고 주장해 스포츠활동과 정신적 건강과의 관계성에 대해서 긍정적인 결과를 제시하고 있다. 주부들을 대상으로 정신건강에 대한 자료를 분석한 결과 주 1회 이상 규칙적이고 지속적으로 운동에 참가한 주부들이 운동에 참가하

지 않는 주부들보다 스트레스 통제, 우울성, 특성 불안, 상태 불안이 낮은 것으로 나타났으며, 참가기간 역시 우울성과 특성 불안을 낮추는 것으로 보고하고 있다(강신욱, 1997).

성인의 스포츠활동과 정신 건강과의 관계의 대한 연구에서 스포츠활동에 참가하는 성인이 참가하지 않은 성인들보다 정신 건강에 있어 부정적인 측면인 불안과 우울을 낮게 지각하고 있으며, 긍정적인 측면인 자아 존중감과 생활 만족감의 대해서는 더욱 높게 지각하고 있다(육영숙, 1994). 또한, 중년의 남성을 대상으로 운동기간과 정신건강 지수의 변화를 비교 분석한 결과, 주 3회 이상 운동에 참가한 집단이 긍정적인 정신 건강 지수는 높게, 부정적인 정신건강 지수는 낮게 나타나고 있다(최중윤, 1998). 이 외에 규칙적인 스포츠활동이 정신건강에 미치는 연구들(김영미, 2003; 한이석, 2000; 김기성·김기진, 2004)이 활발히 수행되고 있으나 청소년을 대상으로 한 연구들은 아직 미흡한 실정이다.

한편 학교폭력, 가출, 성적일탈, 사이버일탈, 자살, 금지약물사용, 음주, 흡연, 학교중퇴 등으로 나타나고 있는 청소년 문제는 그 형태가 다양화되면서 더욱 심각해지고 있으며, 특히 학교폭력이나 사이버일탈, 가출 등은 언론 매체들에 의해 잇따라 보도되면서 청소년 일탈의 심각성에 대한 국민의 우려가 확산되고 있다.

청소년의 일탈행동은 그 유형이 지능화·과격화되는 양상이어서 중요한 사회문제로 대두되고 있는데 그 이유는 청소년기가 성인기의 건전한 적응과 성장에 심대한 영향을 끼칠 수 있는 중요한 시기로 주위 환경이나 특성들에 쉽게 영향을 받고 비행과 일탈행동으로 인하여 사회·심리적 부적응을 초래하기 때문이다(Young, 1999). 특히 고등학교 시기는 사춘기에서 성인기로 이행되는 과도기여서 신체적, 정신적, 사회적으로 건전한 성숙 및 발달이 요구된다. 그러나 오늘날 고등학생들은 입시위주의 교육정책에 따라 압박감과 일류주의에 정신적으로 가중된 스트레스를 받음으로써 건전한 사고와 정신 등의 조화로운 품성이나 인격, 도덕성 등이 형성되기에는 무리가 따른다(김영업, 1997). 이렇듯 입시위주의 교육은 고등학생들에게 체력, 건강과 같은 신체적인 문제뿐만 아니라 정신적인 부분까지 많은 문제화가 되고 있다.

청소년기에 있어서 스포츠활동은 인간의 기본 욕구를 충족시켜주는 신체활동으로 현대사회의 구조적·문화적인 변동으로 파생된 청소년 일탈을 예방하고 전인적·사회적 인간을 길러내는 유효한 수단으로서 그 가치가 있다고 생각되어 왔다. 이러한 스포츠가 지니는 기능 및 가치에 대한 인식이 제고되고 청소년 문제의 예

방 및 억제 기능으로 스포츠의 중요성이 강조됨에 따라 스포츠 참여가 청소년 일탈에 미치는 영향에 대한 학문적 관심이 스포츠 사회학 분야에서 점차 고조되고 있다(신영균, 1998).

스포츠활동과 청소년의 일탈에 관련된 선행 연구를 살펴보면, 스포츠 참여는 청소년 일탈을 예방하고 방지하는 수단으로서 그 역할에 대해 긍정적인 측면에서 연구가 활발히 진행되어 왔다. 이는 건전한 스포츠활동 참여가 신체기능, 정서발달 그리고 사회성과 도덕성 가치에 공헌하며 사회화의 기능으로 작용한다는 것이다.

임번장(1986)은 “청소년의 일상생활 속에서 경험하는 스포츠활동은 전체 사회의 축소판으로서 이들이 놀이 및 경기 경험을 통하여 획득한 공정성은 일반 사회의 합법성과 준법성을 수용하는 바탕이 된다. 따라서 스포츠활동은 신체활동에 대한 청소년의 기본적 욕구를 충족시켜 줌과 동시에 현대 사회의 구조적·문화적 변동으로 파생된 청소년 비행을 예방하고 치유할 수 있는 수단이 된다.”고 제안한 바 있다(임번장, 1993; 정영린, 1996).

Greets(1972)는 스포츠란 사회적으로 중요시되는 문화적 가치, 신분체계 및 기타 제 측면을 제공해 줄 수 있는 모체가 된다고 함으로써 스포츠가 중요한 사회체계임을 강조하였다. Stevenson 과 Nixon(1979)은 경쟁적인 스포츠활동에 참여함으로써 심리, 행동, 태도에 있어서 변화가 일어나는데 그 산물은 성격발달, 도덕심 배양, 경쟁심 및 협동심의 발달 등을 포함한다고 하였다. Leonard(1980)는 스포츠에 참가함으로써 인격형성, 선의의 경쟁, 도덕적 발달의 욕구, 바람직한 시민 정신 등이 배양된다고 하였으며, Banks(1983)는 운동경기라는 것은 인간의 가치가 구조적 경쟁을 통해 적나라하게 노출됨으로써 가치반영 및 가치전달체계로서의 스포츠 중요성을 강조하였다. Agnew와 Peterson(1989)은 스포츠활동은 청소년 비행을 감소시킬 수 있다고 주장하였다. 이는 스포츠활동이 긴장과 좌절의 배출구로서 기능한다는 Landers(1978)의 주장에 비추어 볼 때, 스포츠활동이 청소년 일탈행동의 적절한 대안 활동임을 주지시켜주고 있다.

청소년의 스포츠활동과 관련된 지금까지의 연구는 스포츠활동과 일탈행동 사이에 일반적인 상관관계를 수용하기에는 아직 이르다는 견해(Yiannakis, 1980)에도 불구하고 청소년의 스포츠활동 참여가 긍정적인 가치와 태도, 사회적 생활 기술을 습득케 하고 특히, 청소년 비행 및 범죄예방에 효과적이라는 연구들(구창모, 1991; 이선아, 1995; 이승훈, 1996; 정영린, 1987; Agnew & Peterson, 1989; Betts, 1974;



Coleman, 1965; Donnelly, 1981; Ferdinand, 1966; Glueck & Glueck, 1950; Lander & Lander 1978; Otto & Alwin, 1977; Schafer, 1969)이 주류를 이루고 수행되어 왔다. 그러나 청소년의 스포츠 참여와 비행에 관한 지금까지의 여러 연구들(강은숙, 1989; 강진홍, 1998; 김은실, 2001; 류무열, 신영균, 조만태, 2000; 정우석, 1993; 최상호, 2002 최영수, 1998)은 비행과의 의미 있는 상관관계를 보여주면서도 여전히 부분적으로는 부정적인 측면을 배제할 수 없음을 밝히고 있다. 이는 청소년기 스포츠참여의 효과에 대한 지속적인 연구와 실증적 증거가 추가적으로 필요함을 시사하고 있다. 따라서 청소년 일탈에 대한 사회적 관심과 스포츠활동의 사회적 기능에 대한 실증적 증거를 마련해야 하는 시점에서 청소년 스포츠참여와 일탈의 관계에 대한 연구의 필요성이 제기된다.

Craighead (1991)는 청소년 우울증 환자의 20-30%가 문제행동을 보인다고 하였고, Kaminer(1991)는 입원한 청소년 약물 남용자의 60-80%가 우울하다고 하였다. 이러한 불안과 우울한 정서는 청소년의 일탈에 가장 큰 원인으로 나타나고 있고, 고등학교 청소년들의 일탈은 정신건강과도 밀접한 관계를 갖고 있음을 알 수 있다.

그럼에도 불구하고 이상의 선행연구와 같이 스포츠활동과 정신건강과의 관계, 스포츠활동과 일탈행동과의 관계에 대해 각각 양분된 연구들이 있을 뿐, 고등학교 청소년을 대상으로 한 스포츠활동 참여가 정신건강·일탈행동과 어떤 관계가 있는지를 규명한 연구는 전무한 실정이다. 따라서 최근 청소년 일탈에 대한 사회적 관심과 정신건강에 대한 실증적 증거를 마련해야 하는 시점에서 청소년들의 스포츠 참여와 정신건강 및 일탈행동과의 관계에 대한 다차원적인 연구의 필요성이 요구된다 하겠다.

## 2. 연구의 목적

본 연구의 목적은 고등학교 청소년들의 스포츠활동 참여가 정신건강과 일탈행동에 어떠한 영향을 미치는지를 분석하여 스포츠활동의 효과를 제시함으로써 청소년의 교육현장에 있어 스포츠교육의 가치인식을 재고하는데 유용한 정보를 제공하고자 하였다.

### 3. 연구의 제한점

첫째, 연구에 사용된 설문지는 선행연구를 기초로 표준화를 했기 때문에 연구 목적의 달성을 위해 모든 변인을 충분히 고려하였다고 보기에는 다소 무리가 있을 수 있다.

둘째, 연구의 표집과 관련하여 본 연구의 대상은 광주, 전남지역 고등학교에 재학 중인 남녀 청소년으로 한정함에 따라 고등학생 전체집단에 관한 것으로 일반화 하기는 한계가 있다.

셋째, 일탈행동 하위 영역을 사이버일탈, 학교폭력, 성적일탈, 가출, 금지약물 등으로 한정하였다.

### 4. 용어의 정의

#### 1) 일탈행동(deviant behavior)

일탈행동은 사회체제 내에서 정당한 것으로 승인되는 가치와 사회적 행동규범, 사회적 기대 등으로부터 벗어나거나 위반하는 모든 행위이며 일탈행위(deviant act)는 해서는 안 되는 행동을 말한다(정상희, 1991).

#### 2) 청소년 비행

법률적으로 규정된 객관적 일탈 행동뿐만 아니라 공공의 사회적 가치 체계를 침범하거나 도덕적으로 바람직하지 못하다고 간주되는 부도덕 행위까지도 포함되는 광범위한 개념이다.(신영균, 1998).

#### 3) 사이버 일탈

사이버 일탈이란 네티즌들이 현실세계(offline)의 사회 공동체적 규범을 가상공간에 적용하여 가상공간에서의 규범으로 받아들이거나, 가상공간의 특성을 바탕으로 가상공간 공동체 구성원들이 새롭게 창출하고 있는 규범을 위반한 모든 행위를 일컫는다(백선복·성윤숙, 2002).

#### 4) 정신 건강(Mental Health)

정신건강은 인간의 사고기능과 정서기능이 원활하고 자유로우며 편안하게 유지되고, 주의환경에 적응하여 자기 자신을 긍정적으로 평가하고 여러 가지 어려움을 극복해 나갈 수 있는 건전하고 균형 잡힌 상태를 의미한다(강성구, 1999). 본 연구에서는 정신건강의 범주를 스트레스, 불안, 적대감, 자기효능, 자아존중감, 자기통제, 우울로 간주하였다.

#### 5) 자아존중감(self-esteem)

자아존중감은 자신에 대한 평가적 개념으로 자신에 대한 느낌, 감정, 동기, 가치관, 인지 등이 개인의 심리현상 속에서 수용되고 조직화되는 의미를 지닌다(Rosenberg, 1965). 본 연구에서는 자신에 관한 부정적 혹은 긍정적 평가와 관련되는 것으로 자신을 가치 있는 사람으로 생각하는 정도를 의미한다.

#### 6) 자기통제(Self-Control)

자기통제능력은 목표달성을 위해 일시적인 충동에 의하거나 즉각적인 만족을 주는 행동을 제지하고 인내할 수 있는 능력이다. 본 연구에서는 행위자가 직접적인 외적 영향이 없는 조건하에서 자신의 행동을 스스로 통제하는 행동통제이다(김남성, 1991).

## Ⅱ. 이론적 배경

### 1. 청소년의 정신건강

#### 1) 정신건강의 개념

현대사회는 갈수록 심화되어 가는 사회의 급변, 도시화, 사회 붕괴, 가족해체, 성의 상품화, 치열한 생존경쟁 등의 영향들로 인해 청소년들은 건전한 성장과 정서함양에 많은 장애를 받고 있다. 이렇게 급변한 사회변화 속에서 청소년들은 가치관 혼란에 의한 갈등을 겪으며, 이러한 갈등은 청소년의 정신건강형성에 막대한 악영향을 미친다.

그래서 현대의 청소년들은 심한 정신적·심리적 아노미를 겪고 있으며, 급변하는 사회변동과 가치관의 혼란은 극심한 정신적 일탈 감을 가져다주며 비행으로 이끄는 원인이 되기도 한다(진복선, 1997).

의학의 발전과 환경의 개선에 의해 사망률이 저하되고 수명이 연장되는 것에 반해 최근에는 질환이나 기능장애유무를 문제로 하는 신체적인 건강뿐만 아니라 정신적인 면의 건강도 중요시되고 있다. 특히 청소년의 정신건강은 매우 중요한 의미를 지니고 있다.

세계보건기구(WHO : World Health Organization)가 채택한 세계보건기구 헌장에 의하면 건강이란, “신체적·정신적·사회적으로 완전하고 좋은 상태를 의미하는 것으로 단순히 질병이나 허약하지 않는 상태를 의미하는 것은 아니다.”라고 지적하고 있다. 이 정의의 특색은 신체적 건강과 정신적 건강을 별개로 보지 않고, 건강이란 인간존재의 모든 것을 포함한 상태로서 그러한 상태의 기능이 잘 되는가 하는 관점에서 보고 있다는 데 있다(서울특별시 교육연구원, 1994).

정신건강에 관한 정의는 학자나 시대에 따라 다양하다. 현대의 정신건강에 관한 시각은 정신적으로 건강하지 못한 상태나 질병을 예방하고 치유를 목적으로 국한했던 과거와는 달리 적극적으로 정신적 건강을 유지하거나 계속하여 향상시키는 것까지를 포함하는 포괄적 의미를 지니고 있다.

Wills와 Campbell(1992)은 정신건강이 최고의 효율성과 행복감, 안정된 성미, 기민한 예지력, 사려 깊은 사회적 행동, 유쾌하고 활발한 기질로서 세상과 타인에 대한 적응을 포함하는 것으로 정의하고 있다. 또한 미국 정신위생위원회(National Committee for Mental Hygiene)의 보고에서는 정신건강이란 다만 정신적 질병에 걸려 있지 않은 상태만이 아니고 만족스러운 인간관계를 유지해 나갈 수 있는 능력을 의미한다.

위에서 살펴본 바와 같이 정신건강의 개념 정의는 학자마다 약간씩 다르지만 이들을 요약하면 개인의 처해진 환경과 상황에 대한 대처능력을 뜻하는 것으로 심리적 스트레스 불안, 우울, 긴장 등의 부정적인 정서를 적절히 조절하여 심리적 안녕(well-being)의 상태를 도모하는 것이라 할 수 있겠다(황명자, 2000).

## 2) 스포츠활동과 정신건강

정신건강과 스포츠활동에 관한 연구로 미국 국제 정신건강 연구소(American National Institute of Mental Health)에서 다음과 같은 일치된 성명을 Morgan과 Goldston(1987)은 발표하였다.

① 스포츠활동은 정신건강과 개인의 심리적 안녕(well-being)에 긍정적으로 연관되어 있다.

② 불안과 우울감은 정서적 스트레스의 일반적 증후군이며, 스포츠활동을 통하여 이러한 불안과 우울을 점차적으로 감소시킬 수 있다.

③ 장기적인 스포츠활동은 신경쇠약 혹은 불안 심리와 같은 상황을 줄이는데 도움을 준다.

④ 스포츠활동은 심각한 우울증 상태를 전문적으로 치료하는데 도움을 줄 수 있다.

⑤ 스포츠활동은 근 신경긴장, 휴식 시 심박 수의 증가 원인인 여러 가지 스트레스를 감소시킨다.

⑥ 최근 임상적으로 스포츠활동은 나이와 성별에 관계없이 정서에 좋은 영향을 준다. 이러한 진술들은 적절한 신체 활동으로 체력이 향상됨에 따라 개인의 정서가 향상되고, 스포츠활동이 정신건강에 유의한 효과가 있음을 뒷받침해 주고 있다.

윤이중(1985)은 스포츠활동은 자아정체감을 확립하고 자아를 실현하는 매우 중요

한 역할을 한다고 하였으며 정영린(1996)은 스포츠활동 참가는 청소년의 불안과 긴장을 건전하게 해소하고, 잠재능력을 개발할 수 있으며, 건강 및 체력 증진은 물론 심리적·정서적 안정에도 도움을 준다. 또한 정의적 인간관계를 유지하는데도 크게 기여할 수 있으며, 민주시민으로서의 생활기술 및 태도를 학습시키는 사회제도적 활동으로서 개인의 성장과 발달과정을 돕고 사회적응에 필요한 역할 및 태도와 공동체 의식을 학습시킬 수 있다고 하였다.

김민현(1998)은 주3회씩 4주간의 운동프로그램을 실시한 집단이 통제집단보다 정신지수가 향상되었다고 하였다. 그리고 운동실시집단 중에서도 강도로 운동을 실시한 집단의 정신지수가 더욱 향상되었다고 보고하였다. 이러한 선행연구들의 결과는 적극적인 스포츠활동이 정신건강의 향상에 긍정적인 영향을 미치고 있음을 보여주고 있다.

### 3) 정신건강의 유형과 스포츠

#### (1) 스트레스(Stress)와 스포츠

스트레스란 ‘천재지변, 생활변화, 잔일거리와 같은 개인에게 미치는 힘이 강하고 지속적이며 생소한 스트레스 유발자극, 그리고 유발자극과 스트레스 반응 사이의 바람직하지 않은 인지적 평가와 대처행동으로 인해 생리 및 심리적 항상성이 파괴되어 변화가 요구되는 상태에 대한 청소년들의 주관적 인식’ 이라고 정의 내릴 수 있다(고기홍, 2003).

스트레스는 학자마다 조금씩 다르게 정의하지만(김용복, 2001; Lazarus & Folkman, 1984) 대체로 반응으로서의 스트레스, 자극으로서의 스트레스, 상호작용으로서의 스트레스 세 가지 측면에서 정의되고 있다(Lazarus & Folkman, 1984; 김용복, 2001; 이민규, 2001; 고경봉, 2002).

반응으로서의 스트레스(Stress as a response)는 ‘내외적인 유발자극에 의해 생리 및 심리적 항상성이 파괴되어 새로운 적응이 요구되는 상태’로 정의된다(Selye, 1956).

자극으로서의 스트레스 (Stress as a stimulation)는 ‘개인에게 영향을 미치는 힘이 강하거나 약하더라도 장기간 지속되며, 익숙하지 않아서 생소한 자극’으로 정의

된다(Lazarus등, 1977).

상호작용으로서의 스트레스는 ‘자극과 반응, 그리고 이 둘 사이를 중재하는 요인들 간의 상호작용’으로 정의된다.

스트레스는 일정한 발달시기에 국한하지 않고 평생동안 경험되지만 청소년 시기는 다른 어떤 시기보다 생리, 심리, 사회적 발달과 관련된 스트레스를 많이 경험한다. 이 기간 동안 청소년들은 신장과 체중이 증가하고 2차 성징이 발현되는 것과 같은 급격한 신체 및 생리적 변화를 겪게 되고, 또 인지발달, 정체감 발달, 진로발달, 사회적 역할 학습 등과 관련된 심리·사회적 변화를 겪으면서 많은 스트레스를 경험하게 된다(김용복, 2001; 이유미, 1994; 최해림, 1986; Havighrst, 1953).

지각된 스트레스에 대한 실증적 연구결과도 청소년들이 스트레스를 많이 경험하고 있다는 사실을 뒷받침하고 있는데, 청소년들은 학업, 성적 및 시험, 진학 및 진로, 친구관계, 교사와의 관계, 부모와의 관계, 이성교제, 외모, 성격, 가정문제, 성문제 등과 관련된 스트레스를 많이 경험하고 있는 것으로 나타나고 있다(권혁호, 2003; 최호일, 2002; 김용복, 2001; 이경주, 1997; 윤호열, 1996; 이경희, 1996).

청소년들은 양적으로 많은 스트레스를 경험하고 있을 뿐만 아니라 질적으로도 높은 수준의 스트레스를 경험하고 있다. 이도영(1990)은 고등학교 학생들을 대상으로 스트레스 수준을 조사하여 조사대상자의 6.4%가 심각한 수준의 스트레스를 경험하고 있고, 14.1%는 중증 수준의 스트레스를 경험하고 있으며, 15.9%는 경증 수준의 스트레스를 경험하고 있어 전체 고등학생의 36.4%가 조력이 요구되는 수준의 스트레스를 경험하고 있다고 하였다.

청소년들은 비록 다양한 영역에서 양이나 질적으로 많은 스트레스를 경험하고 있다고 하더라도 모든 청소년들이 스트레스성 문제를 일으키는 것은 아니다. 왜냐하면 스트레스에 대한 개인적 취약성, 개인의 인지적 평가나 대처방식, 그리고 사회적 지지체제의 여부에 따라 스트레스에 대한 반응이 달라질 수 있기 때문이다(Lazarus & Folkman, 1984). 이 중에서도 특히 스트레스 대처방식은 적응과 부적응을 결정짓는 핵심요인이라 할 수 있는데, 청소년들은 소극적이고 부적응적인 대처방식을 사용함으로써 결과적으로 여러 가지 스트레스성 부적응 문제를 일으키는 경향이 있다(이경희, 1996).

바람직하지 않은 대처방식으로 인한 부적응 문제에는 두통, 피로감, 불면증, 시체형 장애와 같은 정신 생리적 문제(고경봉, 2002), 우울이나 불안과 같은 정신과적

문제(고경봉, 2002; 석민현, 2000; 윤희열, 1996), 학습장애, 등교거부, 학업포기, 가출, 비행, 약물남용과 같은 문제행동(정현희, 1997; 원호택 & 이민규, 1987), 교우나 교사와의 갈등, 가족갈등과 같은 다양한 인간관계 문제 등이 포함되는데(Bedell 외 1명, 1977; Seefeldt, 1984) 이러한 여러 가지 문제들 중에서도 우울은 스트레스와 가장 밀접한 것으로 나타나고 있다(석민현, 2000; 윤희열, 1996; Billings & Moos, 1984).

이상의 선행연구를 중심으로 본 청소년의 스트레스는 여전히 학업, 진학 및 진로, 자신과 관련된 문제, 친구관계 등으로 고민하고 있는 것으로 나타났으며 또한 청소년이 가진 스트레스는 하나의 단일 원인이라기보다는 다양하고 복잡한 요인들이 함께 작용하고 있어 다각적인 노력이 수반되어야함을 확인할 수 있다.

그렇다면 스포츠활동과 스트레스는 어떤 관련성이 있을까? 스트레스에 대한 운동 참여의 직접적인 효과는 신체활동을 통해 에너지를 발산시킴으로써 인간의 기본적인 욕구인 활동 욕구를 충족시키며, 심신의 정화를 경험하게 한다(김의수 등, 1993). 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 만족을 제공하여 심신의 조화를 촉진시키는 효과가 크기 때문이다. 따라서 청소년기의 스포츠활동에의 참여는 스트레스 해소에 많은 도움이 되리라 생각한다.

## (2) 불안(Anxiety)과 스포츠

불안(Anxiety)은 의식세계의 혼란상태를 말하며, 이 혼란상태는 심리적 또는 정신적 위협의 결과로 발생하는 것이다. 불안은 인간으로 하여금 갈등에 빠지게도 하고, 우리의 의식을 높은 차원의 관념 복합체로 발달하도록 한다. 즉, 불안은 불특정 또는 알지 못하는 위협(threat)에 대한 기본적인 정서반응으로 공포(fear)와는 다르게 취급되며 지각된 위협과 각성이라는 요소를 동시에 가진다(김청자, 1996).

불안이란 생체가 친숙하지 않은 환경에 적응하고자 할 때 가장 기본적인 반응양상으로 일어난다. 정상인도 위협이나 고통이 예견될 때 또는 예기치 않은 상황에 직면했을 때 불안현상을 경험하게 된다. 정신분석 이론에 의하면 불안은 매우 중요시 되는데 공포(fear)와 불안을 명확히 구분한다. 공포는 특정한 대상에 대한 해로운



정서상태를 말하며 대상이나 상황에 결부된 불안이지만 실제의 위협보다 과장되고 비현실적인 불안을 말하며 이에 비해 불안은 그 대상이 구체화되지 못한 상태를 말하며 좀 더 만성적이고 특정한 대상에 구애받지 않는 것을 말한다.

정신분석학에서 보는 불안은 무엇인가를 하도록 동기를 유발하게 하는 긴장상태이다. 이것은 이용 가능한 심적 에너지의 통제에 대한 이드, 자아(ego), 초자아간의 갈등에서 발전한다. 그 기능은 절박한 위협을 경고하는 것이다. 즉 적절한 대책이 취해지지 않으면 자아가 전복될 때까지 위협이 증가되리라는 것을 경고하는 것이다. 자아가 합리적이고 직접적인 방법으로 불안을 제어할 수 없을 때 자아는 비현실적인 방법 즉 자아방어기제에 의존하게 된다(Corey, 1992').

적절한 수준의 불안은 개인을 활성화시키고 곤란을 극복하게 하며, 적응을 가능케 하여 더욱 높은 수준으로 성숙하게 한다. 바꾸어 말하면 개체의 적응과 생존, 그리고 성숙과 발전을 위해 적정수준의 불안이 필요한 것이다. 이 같은 불안은 대개 어릴 때 부모나 주위사람들과의 관계에서 사랑과 인정을 받지 못하고 거부와 비난을 받을 때 나타나는 정서적 증상이라고 할 수 있다. 모든 불안의 근본적인 문제는 안전을 추구하는 욕구좌절상태에서 이루어진다고 볼 수 있다. 사랑과 안정을 찾기 위하여 항상 불안하고 이것이 성장하면서 성격 속에 고정화될 가능성이 많다.

불안에 대한 연구에서 Spielberger(1972)는 불안을 크게 상태불안과 특성불안으로 구분하면서 불안은 위협에 대한 신호로써 긴박한 행동에 준비되는 행동의 본성으로 내적으로 관계되는 일군의 신체상의 과정에 의해 야기되는 것으로 설명하고 있으며, STAI(State-Trait Anxiety Inventory)와 같은 자기보고형의 불안검사 측정의 유용한 도구를 제시하고 있다. Endler(1982)등은 스트레스와 불안의 관계에서 스트레스에 대한 지각은 어느 정도의 불안을 갖고 스트레스에 반응하는 개인의 성향에 따라 차이가 있고, 불안상태가 클수록 개인의 스트레스에 대한 지각은 더욱 증가한다고 하였다. Fawcett(1983)등은 불안은 생리적 각성, 회피행동, 위협된 사고와 과잉걱정 등의 증상을 나타내고, 우울은 정신운동지체, 슬픔, 무감동, 흥미나 즐거움의 상실, 절망감, 자살사고 등의 증상을 나타내나 이 두 가지 증상들 자체는 유사하다고 하였으며, Lessess(1982)는 스트레스는 불안 및 우울로 이어지는 질환의 연속성을 주장하여 스트레스, 불안 및 우울은 서로 연관성이 있는 정신, 심리적 현상이라고 하였다.

최근 몇 년 동안 상태 불안, 우울에 대한 단기간, 장기간 운동의 효과에 대한 실

험적, 임상적 연구가 있어 왔고, 운동이 우울 치료나 불안감소를 위한 처치로써 상당히 제공되어져 왔다. 운동에 참여함으로써 불안정한 심리적 상태인 불안을 감소시켜 안정적인 정서 상태로 변화된다는 연구 결과들이 많이 보고되고 있는데, Blumenthal 등(1982)은 10주간 운동 프로그램에 참여한 집단과 좌업성 활동 집단의 사전·사후 정서 상태를 검사한 결과 실험 집단이 통제 집단에 비해 부정적인 요인인 특성 및 상태불안이 유의하게 감소된 경향을 나타냈다고 보고하였다. 또한 Pauley 등(1982) 역시 운동 프로그램에 참여한 남녀 피험자를 대상으로 14주간 연구한 결과 불안 수준이 운동 프로그램이 진행되는 동안 서서히 감소된다고 보고하였다. 이와 같이 규칙적이고 지속적인 운동 참여는 불안을 감소시키며 불안에 대한 정신적 장애를 치료하는데 큰 효과가 있음을 알 수 있다.

우리나라의 경우 청소년의 불안에 관한 연구는 주로 대학입시에 따른 불안 정도를 보고하였을 뿐, 가정 및 학교생활이나 건강문제, 신체적인 현상 등의 생활환경과 관련된 연구는 대단히 미흡한 실정이다. 따라서 청소년들의 가정과 학교생활 환경에 대한 사고방식과 행동양상을 이해하고 그들에게서 발생할 수 있는 불안 요인을 파악하여 스스로 대처할 수 있는 방안을 제시하는 것이 중요하리라 생각된다.

### (3) 적대감(*Hostility*)과 스포츠

적대감은 타인이 나쁜 속성과 의도를 가졌다고 해석하는 개인의 성격으로서, 다른 사람을 향한 부정적 태도가 비교적 지속적으로 오랜 기간 유지되며, 인지적 신념이 바탕이 되는 태도적 성분이다(Smith, 1992; Spielberger et al., 1985).

적대감을 가진 사람은 많은 사람과 원수 관계를 맺으며 어떤 사람들에 대해서는 분명한 증오심을 드러낸다. ‘대항하는 심정’ 또는 ‘적으로 맞서는 감정’ 등으로 국어사전에서는 정의되고 있는 적대감은 좋지 않은 것으로 흔히 사회의 비난을 받는다. 그리고 그 결과 우리는 적대감을 억압한다. 억압된 적대감은 무의식적인 적의로 유출되어 기대하지 않는 해독을 끼치는 수가 있다. 우리가 적대감을 갖게 되는 경우를 살펴보면 첫째는 목표 지향적 행동이 방해받을 때, 둘째로 바라던 욕구대상을 못 갖게 될 때, 셋째로 자기 생각과 위배되는 사회 규범을 강요당할 때 등이 있다(서봉연 외, 1984).

적대감은 불쾌한 상황에 대한 반응으로 갑자기 발생하는 감정의 결과가 아니며

삶이나 사람들에 대한 태도이다. 적대감은 용서할 수 없는 분노 감정에 집착할 때 생긴다. 적대감을 품은 사람들은 원래 그렇게 태어난 것이 아니라 분노를 건설적으로 다루지 못하기 때문에 사람들과 사건들에 대해서 점차 더욱 부정적인 태도를 취하게 되어 적대적이게 되는 것이다.

적대감의 표출이 지나치든가 부당한 대상이나 상황에 적대감을 보일 경우, 우리는 부적절한 적대감이라고 하고, 그렇지 않고 그럴만한 이유가 있을 경우에는 적절한 적대감이라고 본다.

서봉연(1984)은 적절한 적대감을 갖는 데는 자기의 적대감을 인식하고 경험하여야 한다는 점과, 자기가 가지고 있는 적대감이 사실 근거가 있는가를 알아보는, 소위 현실검토가 필요하다는 점의 두 단계가 있다고 지적한다. 적대감을 오래 눌러둔다는 것은 그것이 의식적이든 무의식적이든, 적절하든 부적절하든, 결코 불건전한 징표라고 할 수 있고 그러므로 적대감은 적절한 방법으로 노출·해소되어야 한다고 말하고 있다.

적대감의 유형으로 Anna Freud(1949)는 적대감을 늑대와 양의유형, 불만에 의한 적대감, 부주의한 적대감, 고의적인 적대감 등 네 가지 유형으로 구분한다.

첫째, 늑대와 양의유형(wolf vs. sheep pattern) 늑대가 양을 잡아먹을 목적으로 적대감을 가지고 행동한다. 그러나 고기를 먹는 사람은 동물을 증오하는 것이 아니고 살기 위해서 대상을 죽일 뿐이다. 생존하기 위해 증오를 나타내는 것은 자기애적인 사랑과 적대감이 내재되어 있다.

둘째, 불만에 의한 적대감(frustration-caused hostility) 사람이 뱀을 보면 적대감을 드러내고 아동이 소지품을 뺏는 아동에게 적대감을 가지는 것처럼 안전을 해치는 대상을 없애버리려고 한다. 즉 위협을 주는 상대에 증오를 가지게 된다.

셋째, 부주의한 적대감(careless hostility) 적대감은 없는데 결과는 해를 준 것이 된다. 그러나 살기 위한 것도 아니다. 앞뒤를 생각하지 않고 힘을 사용하고 세상에 대해 부드러운 마음을 지니지 않기 때문에 강성의 이미지를 보인다.

넷째, 고의적인 적대감(intentional hostility) 타나토스가 의도와 가해를 다 가지고 공격한다. 때로는 불특정의 대상에도 화살을 돌리기도 한다. 타나토스가 실제의 세상만을 겨누는 것이 아니라 죄 없는 제3자를 희생양으로 삼고 적의를 표출한다.

박정용·이종영(2001)은 스포츠활동과 적대감과 의 상관에서 청소년의 방과 후 농구 활동에 참가하는 학생이 농구 활동에 참가하지 않는 학생보다 정신적으로 건강

하다 즉, 농구활동에 참가하는 학생집단에서 정신건강의 하위변인인 적대감이 참가하지 않는 집단보다 낮게 나타났다고 하여 스포츠활동의 중요성을 강조하였다.

#### (4) 자기효능감(*self-efficacy*)

개인의 행동을 결정하고 예언해주는 요인에 대한 설명은 크게 행동의 원인을 유기체 외의 환경적 요인에 두는 행동주의 이론과 유기체 내에 두는 인지이론으로 발전되어 왔다. 최근에는 이 두 가지 관점만으로 인간의 행동을 설명하기는 다소 불충분하다는 지적과 함께 새로운 관점에서 인간의 행동을 이해하고자 하는 시도가 진행되고 있다. 사회학습 이론가들은 행동주의 입장과 인지론적 입장을 조화·적용하여 인간의 행동방식을 개인적 요인과 환경적 요인이 함께 상호작용하는 결정요인으로 설명한다. 인간은 자기 자신에 대한 주관적인 개념에 의해 환경을 선택적으로 지각하고 경험하는데, 이 때, 개인이 가지고 있는 자아개념, 자기존중, 지각된 능력, 자기효능감 등과 같은 개인 내적 요인이 선택과정에 영향을 미친다는 것이다(문영애, 2001)

자기효능 이론은 Bandura(1977)에 의해 사회학습이론에서 파생된 이론으로 특정한 상황에서 특정한 행위를 수행하는 개인의 믿음과 자신감으로 정의할 수 있다. 이 이론에 의하면 자기효능감과 결과 기대감이 행위를 결정하는데 중요한 역할을 한다. 사회학습 이론에 의하면 자신이 대처할 능력이 있다고 믿고, 이 행위가 긍정적인 결과를 가져올 것이라고 생각하면 그 행위를 하게 되는 것이다. 어떠한 유형의 활동에서든지 확신과 수행 간에는 인과관계가 있다고 주장한다. 한편 자기효능은 개인의 행동이 어떤 결과를 초래할 것인지에 대한 개인적 확신인 결과 기대와는 다르며, 상황에 따라 달라질 수 있다(Strtecher, et al., 1986). 또한 새로운 행위의 습득, 습관적 행위의 중단, 중단한 행위의 재개 등에 영향을 주며 성공 기대감으로 인해 대처능력에도 영향을 주지만, 자기효능 자체만으로 바람직한 행위를 나타내지는 못하고 건강행위에 중요한 결정 요인이 되는 데는 적절한 동기와 기술이 관련된다고 하였다(Bandura, 1977).

자기효능감의 특성을 살펴보면, 자기효능감을 높게 지각하는 사람은 강한 집중력을 가짐으로써 어려움의 극복을 위한 노력을 하고, 실패의 원인을 자기의 노력부족으로 인식한다. 반면에 효능감을 낮게 지각하는 사람은 어려움을 실제 이상으로 두

려워하여, 스트레스의 강도가 높아지고 자기능력을 최대한 발휘하기가 어려울 뿐만 아니라 실패의 원인을 자기의 능력부족으로 여긴다(김의철, 박영신 1997)는 것이다. 사회인지 이론가들은 자기효능감이 인간의 노력 및 도전적인 상황에서 얼마나 오래 지속할 수 있는지에 강한 영향을 주며 행동과 사고 유형, 정서 등에도 영향을 준다고 주장한다. 즉 자기효능감은 행동에 투입되는 노력의 양, 장애나 혐오적인 경험을 무릎 쓰고 행동을 지속하는 정도에 영향을 미친다. 즉 자기효능감이 강하면 강할수록 노력을 많이 하게 되고 또 오래 할 것이지만, 약하면 약할수록 노력은 적게 할 것이고 결국에는 아예 노력을 포기한다는 것이다.

Bandura(1986)는 자기효능 측정 시 특정성을 제시하였는데 일반적 자기효능은 특정자기효능 도구보다 민감성이 떨어지리라 보았다. Bandura의 사회인지 이론에 바탕을 두는 자기효능감 이론은 인간의 정신적 건강을 위한 하나의 중요한 개념인 자기효능감을 통해 삶이 질적으로 혁신되고 창조적인 거듭남이 가능함을 시사한다. 즉 인간의 좌절과 고통을 극복하고 새로운 희망의 가능성과 구체적 방식을 제시하고 있다는 점에서 그 가치가 높다(김의철, 박영신 1999, 박영신, 김의철, 2001)

자기효능은 행동수행에 대한 자신감으로 인간행동의 중심역할로 건강행위의 중요한 예측요인으로 연구되고 있다. Strtecher등(1986)은 자기효능이 금연, 금주, 운동, 체중조절, 피임 등의 행위를 수행하는데 중요한 영향요인임을 밝혔다.

Weitzel(1989)은 사무직 노동자 대상의 연구에서 자기효능을 특정하여 건강증진 행위에의 영향을 설명하였고, Pender(1990)는 근로자 대상 건강행위연구에서 자기효능과의 관련성을 보고하였다. McCuster 등(1992)의 연구에서는 약물남용자에게 약물해독 프로그램의 정보중재와 에이즈 예방행위에 대한 강화중재를 한 후 일부 예방행위에 대한 자기효능이 증진되었고 약물사용 행위가 감소되었다고 하였다. Janz등(1987)은 금연행위 특정에서 자기효능 강화 프로그램을 실시한 후 실험군과 대조군 중에서 실험군에서 금연자수가 더 많아졌다.

국내 연구에서 자기효능감은 생활만족도, 학업성취, 일탈행동 등 다양한 행동특성과도 관련되어 있는 것으로 나타나고 있다(박영신, 1997; 김의철, 박영신, 1999). 중학생을 대상으로 한 김의철, 박영신과 곽금주(1998)의 연구 결과 청소년의 관계효능감은 전반적인 생활만족도를 약 25% 설명하는 가장 예언력 있는 변인으로 확인되었으며, 가정 생활만족도 및 학교 생활만족도에게 대해서도 유의미한 예언변인으로 포함되었다. 관계효능감이 높을수록 생활만족도가 높다는 사실은 만족스러운

생활과 성공적인 인간관계가 밀접히 관련되어 있음을 의미한다.

이상에서 살펴본 바와 같이 자기효능감은 직접적 또는 매개적인 과정을 통하여 청소년들의 생활만족도 형성 및 학업성취, 이탈행동, 그리고 우울증 등 다양한 행동 및 심리적 특성들에 영향을 미치며 후속하는 대처행동에 결정적인 역할을 한다. 또한 자기효능감은 행동과 환경의 선택, 노력의 정도나 행동의 지속성 여부, 그리고 미래의 행동에도 영향을 미치는 것으로 확인되었다.

### (5) 자아존중감(*self-esteem*)과 스포츠

자아존중감은 최근에 성격심리학과 상담심리학, 그리고 임상장면에서 개인의 성격과 행동을 이해하는데 따른 중요한 심리적 개념으로서 여러 학자들에 따라 매우 다양하게 정의되고 있다.

자아존중감에 대한 여러 학자들의 견해를 살펴보면 Coopersmith(1967)는 자아존중감이란 개인이 자기 자신에 대해 형성하고 유지하는 평가로서, 긍정적이거나 부정적인 태도로 표현된다. 자신이 중요하고 유능하며, 성공적이고 가치롭다고 보는 정도를 나타낸다. 즉 자아존중감은 개인이 자기 자신에 대해 갖는 태도 속에 나타나는 자신에 대한 가치의 판단이다.

Coopersmith(1959)는 자아존중감은 자아이론에서 개인이 자기 자신에 대해 인지적 평가적 수준을 나타내는 심리적 경향으로 인생의 경험에서 얻어진 느낌이나 가치에 의해 형성된다고 하였다. Rosenberg(1965)는 자아존중감은 자신에 대한 평가적 개념으로 자신에 대한 느낌, 감정, 동기, 가치관, 인지 등이 개인의 심리현상 속에서 수용되고 조직화되는 의미를 지니고 있다고 하였다.

자존감(*self-esteem*)은 전반적인 자기 가치관으로서 자신에 대해 자기 스스로가 얼마나 긍정적으로 느끼고 있는가를 나타내는 성격변인으로 높은 자존감은 심리적 적응도의 지표로서 여러 가지 긍정적인 심리적 특질과 상관을 보이는 반면, 낮은 자존감은 우울증과 같은 여러 가지 심리적 장애와 높은 상관을 갖고 있다. 자존감은 개인을 이해하는데 있어 단일변인으로서 뿐만 아니라, 다른 심리적 변인들과 의미 있는 관계들을 맺고 있는 변인으로서 중요한 위치를 차지하고 있다. 자존감이 높은 사람일수록 자신의 여러 가지 속성 중에서 긍정적인 속성에 대해 부정적인 속성보다 더 중요성을 부여하는 자기 개념의 구조를 가지게 된다(Pelham,1989).

자아존중감은 자아개념(self-concept)의 일부라고 볼 수 있다. 자아개념은 자신을 대상으로 볼 때 자신에 대해 갖는 개인의 인지와 감정의 총체이므로 자아존중감보다는 포괄적인 개념으로 사용되고 있다. 자아존중감과 자아개념이 혼용되어 사용되기도 하는데, 이는 자아개념에 자아존중감(self-esteem)과 자아상(self-image)의 개념을 포함하고 있다. 자아존중감이란 자신에 대해 자기 스스로 내린 평가의 개념을 말하고 자아상은 자신에 대한 스스로의 묘사의 개념을 의미한다. 자아존중감이 높을수록 긍정적인 정서를 경험하는 반면, 자아존중감이 낮을수록 부정적인 정서를 경험한다.

이러한 자아존중감은 특히 청소년기에 중요한 역할을 하는데 청소년기는 신체적 성숙, 교육적 환경의 변화, 친구관계에서의 변화 등이 사회에서 그들의 가치나 지위에 관한 자기 판단을 설정하는 단계에서 새롭게 발달된 인지적 능력을 이용할 기회가 나타나므로, 이 시기의 자아존중감은 사회의 중요한 표시가 될 수 있다 (Barber, Chadwick & Oerter, 1992).

자아존중감은 최근에 건강행위와 관련되어 행동의 주체로서 많이 이용되고 있으며 적응이나 스트레스, 불안 등에 영향을 미치며 자아존중감은 행위의 결정인자로서 건강행위에 영향을 미쳐, 건강행위를 설명하고 예측하는데 중요한 변수로 작용한다고 볼 수 있다.

낮은 자아존중감이 개인에게 비행에 개입한 소지를 준다는 Kaplan과 Robbins(1983)의 연구에서 일반적인 자아존중감이 낮을수록 비행에 개입하는 빈도가 높았다. Leung과 Drasgow(1986)와 Kaplan, Martin과 Johnson(1986)의 연구에서도 자아존중감이 낮을수록 비행정도가 높았다.

심응철(1992)의 자아개념과 비행과의 연구에서 자아개념은 종합적 척도로 신체적, 도덕적, 성격적, 가정적, 사회적, 자아수용, 자아평가 등 8개 변인으로 구성된 척도를 사용하였다. 그 결과 자아개념 점수가 높은 집단은 낮은 집단에 비해 비행을 적게 저지르며, 이는 자아개념과 비행 간의 서로 부의 상관성이 있음을 보여주었다.

한편 비행과 자아존중감과는 관계가 없음을 밝힌 연구도 있는데, Bynner(1981)는 자아존중감이 차후의 비행에 영향을 미친다는 견해를 지지하지 못하였다. Stanger(1983)도 일탈집단에 속한 청소년 등의 자아존중감이 비행 소년들에게서 필연적인 것은 아니라고 밝히고 있다. Wells(1983)는 다른 변인들을 통제한 후에 자아존중감은 비행에 대하여 거의 영향을 미치지 않는다고 하였다. McCarthy(1984)

의 연구에서는 비행 이후 자아존중감을 낮춘다는 인과관계가 있기는 하지만 자아존중감이 비행행동에 미치는 영향은 미미한 것으로 나타났다.

그러므로 자아존중감이 비행과의 관계가 일정하지 않게 나타나므로, 이를 다차원적으로 측정함이 필요하다.

Rosenberg(1965)는 낮은 자아존중감을 가진 청소년들은 우울하고 불안하며 낮은 성취 수준을 보였고, 높은 이상을 가지고는 있으나 그들이 선택한 분야에서 성공하기에 필수적인 재능이 부족한 것으로 자신을 보기 때문에 결코 그들이 원했던 성공이나 더 좋은 직업을 얻으려고 하지 않는다고 보고하였으며 사회적인 고립감이 두드러지게 나타난다고 하였다.

반면에 자아존중감이 높은 청소년들은 자기표현을 잘하며, 자기 확신, 인내, 잠재적인 지도력, 재주, 좋은 인상을 주는 능력, 사회적인 기술, 실용적인 지식 등의 특성을 보였다(윤정혜, 1992)

여러 연구에서 자아존중감이 높은 청소년일수록 자신을 긍정적으로 수용하고 인식하는 정신건강지수가 높은 것으로 나타났으며 자아존중감은 인간의 행동 양식에 커다란 영향을 미치고 있음이 분명하다.

이러한 자아존중감은 스포츠활동에의 참여를 통해서 증대시킬 수 있다고 한다. Sonstroen(1978)은 운동 참여와 이에 따른 체력향상이 자아 존중감의 증대와 같은 심리적 이익을 가져온다는 심리적 모델을 제시하였다. 지속적인 운동에의 참여는 개인의 신체 이미지가 변화하게 되고, 이러한 신체 능력에 대한 자기 지각의 변화는 자아존중감의 변화와 밀접한 상관관계를 갖는 것으로 나타났다.

Collingwood(1972)는 25명의 성인남자 재활 환자들에게 4주간 유산소 훈련 프로그램을 시켰는데 실험집단은 통제집단과 비교할 때 체력, 신체에 대한 태도, 전체적인 자아 존중감 등에서 유의한 긍정적 변화가 나타났음을 보고하고 있다.

Tucker(1987)는 고등학생을 대상으로 체력과 정신건강의 다차원적 측정간의 관계에 대한 연구에서 3등급으로 나뉜 체력그룹의 소년들 간에 가장 중요한 심리적 차이점은 자아 존중감이었다고 말하고 있다. 즉 근력과 지구력이 증가함에 따라 청소년들은 명백하게 자신감이 증가되고 자신에 대하여 더 많이 느끼게 되는 경향이 있다는 것이다.

따라서 청소년기의 스포츠활동에의 참여는 자아존중감을 증대시키는 데 매우 효과적이다.



## (6) 자기통제(Self Control)와 스포츠

자기통제(Self Control)는 자신이 자신의 인지나 정서, 행동을 원하는 대로 조절할 수 있음을 의미한다. 통제 능력은 보다 크고 장기적인 목표달성을 위해 일시적인 충동에 의하거나 즉각적인 만족을 주는 행동을 제지하고 인내할 수 있는 능력이다. 이런 자기통제 능력은 청소년이 자신의 잠재력을 충분히 발휘시키고 학교와 사회에서 바람직한 적응을 할 수 있도록 하는데 중요한 의미가 있다. 청소년의 사회적 적응과 성공적 학업 성취, 정서, 도덕성 등을 비롯한 여러 정신 발달에 중요한 능력의 하나가 자기통제로 지적되고 있다(Rohrbeck, Azar & Wagner, 1991). 자기통제 능력이 개인의 성공적인 성취나 바람직한 사회적, 정서적 발달 및 적응에 중요한 요인으로 부각되어, 자기통제 훈련에 대한 연구가 활발하다. 자기통제란 행위자가 직접적인 외적 영향이 없는 조건하에서 자신의 행동을 스스로 통제하는 행동통제이다. 이는 자극과 반응이 직접적으로 연결되는 것이 아니라 행위자 자신의 자극에 대한 인지적 경향이 행동 결정 과정에 영향을 미치게 된다. 이는 인지적 행동주의로 Lovitt 등의 연구에서는 자기통제가 외적 통제보다 행동수정의 효과 면에서 우위에 있다고 하였다(김윤숙, 2004). 즉 행동주의는 인지와 함께 다루어야 하며 자기통제가 그런 전개 과정에서 나온 것이다. 자기통제능력이 떨어지는 경우 인지적 문제해결에서 산만하며 낮은 학업성취를 보일 뿐만 아니라 대인간 문제에서도 충동적이고 공격적이다. 또한 정서적, 사회적 적응에 어려움을 겪고 나아가 폭력이나 파괴의 반사회적 행동과도 관련성을 보일 수 있으며 이런 성향은 성인기까지 계속 될 수 있다(Mischel, Shoda & Peake, 1988). 자기통제는 개인의 가능성 있는 많은 반응 중에서 반응의 선택과 관련된 것으로, 이는 개인이 자기의 행동을 변화시키는데 있어 변화의 행위자가 자기 자신이라는데 특징을 두고 있다(김윤숙, 2004).

상호작용적 결정주의에 의하면 개인의 환경과 인지는 상호작용 하여 환경을 능동적으로 통제할 수 있으며 이러한 환경의 통제는 외형적 행동뿐만 아니라 개인의 내적 요인도 통제할 수 있다고 본다. 인지, 행동 및 환경의 상호작용론은 최근 20여 년 동안 인지 행동적 접근으로 자기통제 연구의 기본적 개념으로 받아들여지고 있으며 가장 큰 영향을 미치고 있다. 그리하여 자기통제에서의 인지적 요인의 중요성을 강조하는 관련 학자들에 따라 사려성과 충동통제의 결핍에 초점을 맞추어 자

기통제에 대한 연구가 이루어지고 있다(이경임, 1996)

자기통제에 영향을 주는 주요 독립변인으로 연령, 성, 통제신념, 자아존중감 등이 많이 연구되었는데 자아통제능력은 연령의 증가와 더불어 발달한다(Mischel, Shoda & Peake, 1988). 성은 자기통제 능력과 관계가 있고, 여자가 남자보다 자기통제능력이 높은 것(Mischel & Underwood, 1974; 민수홍, 1995)으로 나타났으나 일관성은 없다. 자기통제와 밀접한 관련을 가지는 특성은 학업성취, 정서적 적응, 도덕발달, 공격성, 반사회적 행동의 사회적 적응으로 자기통제 능력이 낮은 청소년은 인지적 문제해결에 낮은 성취를 보이며 정서적 적응이나 사회적 적응에도 어려움을 겪고 있었다.

한편 충동에 대한 자기통제 능력이 부족한 경우 인지적 사고의 결핍은 타인의 의도에 대해 잘못 알거나, 다른 사람의 지각을 공감하는데 실패할 수 있다. 대인관계의 문제 해결에도 어려워하며 문제를 해결하는 능력의 부족을 야기한다. 대인관계에 대한 문제 해결 능력의 부족은 대인관계에서 위축되거나 공격적 행동으로 나타난다. 이로 인해 교사나 또래로부터 거부되는 등 대인관계의 부적응 행동과 밀접한 관련을 가지게 된다(Asarnow & Callen, 1985).

Hirschi와 Gottfredson(1993)은 자기통제력이 부족한 사람의 특징은 즉각적이며 간단하고 손쉬운 욕구충족, 흥분되거나 위험한 스릴(thrill)있는 행동선호, 장기적인 이익에의 무관심과 준비부족, 지식습득을 위한 기술과 계획을 가지고 있지 못하고 자기중심적인 경향이 강하다고 하였다. 자기 통제력이 높은 사람은 반대로 이치적이고, 조심성이 많으며, 말로 자기 자신을 표현하고 타인의 이해와 고통에 민감하다.

민수홍(1995)의 낮은 자기 통제력의 원인과 결과의 보고서에 의하면, 자기 통제력이 낮은 청소년들이 다른 청소년보다 작은 규모, 중간 규모, 큰 규모의 절도와 자동차 절도, 공공기물 파괴와 싸움을 하기 쉽다고 하였다. 뿐만 아니라 시험 부정행위와 같은 학교에서의 비행행위도 범하기 쉬웠으며, 다른 소년들 보다 학교당국, 경찰, 그리고 법률체제와 말썽을 일으키기 쉬웠다. 공식 자료를 이용한 검사 결과 또한 자기 통제력이 결핍된 청소년들이 다른 청소년들에 비해 공식적인 범죄기록을 가지기 쉽다는 것도 입증되었다. 결론적으로 자기 통제력이 다양한 종류의 범죄와 비행을 설명할 수 있었다.

## (7) 우울(Depression)과 스포츠

청소년기에 흔히 나타날 수 있는 심리 장애 중 청소년 우울 증상은 임상적 우울을 가진 청소년뿐만 아니라 일반 청소년들도 일상생활을 통해서 보편적으로 경험할 수 있는 감정이다(양돈규, 1997). 우리나라의 경우 청소년들에게 많은 고통과 스트레스가 되고 있는 학업성적 및 입시중심의 교육환경 등을 고려할 때 많은 일반 청소년들이 우울을 겪고 있을 것으로 추정된다.

청소년 우울증은 성인과 그 진단 기준이 같다. 짜증스러운 기분을 주로 보이는 아동기 우울에 비해, 청소년기의 우울증의 주요 특징은 저하된 기분, 즐거움의 결여, 에너지 저하이고, 미래에 대한 절망감, 과거에 대한 죄책감과 낮은 자존감을 포함한 비관적 생각들이다. 또한 수면장애, 식욕과 체중저하, 정신운동성 지연과 같은 생물학적 증상들도 자주 나타난다(Harrington, 1995; McWhirter, McWhirter, Hart & Gat, 2001).

청소년들의 우울증을 진단하는데 특히 유의하여야 할 것은 우울 증상이 겉으로 보기에는 전혀 성질이 다른 듯한 여러 가지 문제 행동들과 함께 뒤섞여 나타날 때가 많다는 점이다. 가만히 혼자 있지 못하고 안절부절 하며, 늘 새로운 자극을 찾아다닌다든가 무단결석, 음주, 약물사용 등의 비행에 속하는 행동들, 무례하고 반항적 행동이나 공격적 행동 등 우울증과는 상당히 거리가 있는 문제행동들이 우울증상과 뒤섞여 나타날 수 있다. 그밖에는 두통, 복통, 극심한 피로감, 권태, 무력증 등의 신체적 증상이 두드러지게 나타나기도 한다.

청소년의 우울은 가정생활과 학교생활에서의 부적응, 자살, 문제행동을 일으키며, 차후 성인기의 우울증의 원인이 될 수 있다. 선행연구들(Hollis, 1996; Lewinsohn et al., 2001; Roberts & Chen, 1995; Roberts et al., 1998)에서도 우울과 자살행동간에 강한 상관성을 확인하였고, 우울한 청소년들이 성인이 되었을 때 우울증의 위험이 증가하는 것을 발견하였다(Lewinsohn et al., 1999; Rao et al., 1999; Weissman et al., 1999). 청소년의 우울은 이처럼 심각한 문제들과 관련되는 연속체로 이해할 수 있다(Harrington, 2001).

이처럼 우울감정은 매우 복합적인 현상으로 진행을 예측하기 어려우며 다양한 문제행동을 일으킬 수 있지만, 청소년의 우울 증상은 스포츠활동에의 참여를 통해서 극복될 수 있다. 운동 기간과는 관계없이 모든 운동 프로그램은 우울증 치료에

긍정적인 효과를 보인다고 한다. Greist(1984)는 우울증 환자들에게 유산소성 운동, 긴장 이완 훈련을 실시한 결과 우울증이 현저히 감소하였음을 보고하였고, McCullagh 등(1988)은 운동과 우울증에 관련된 261개의 연구들을 메타 분석한 결과, 운동이 우울증을 상당히 감소시킬 뿐만 아니라 모든 연령에 있어서 그리고 초기 증상의 우울증이나 약한 정도의 우울증 대상자에게 모두 효과적인 치료법임을 제시하였다.

이처럼 우울감정은 청소년에게 보편적인 증상이지만 스포츠활동에 참여함으로써 충분히 극복될 수 있다.

## 2. 청소년의 일탈 행동

### 1) 일탈 행동의 개념

모든 사회는 사회질서와 존속을 위해서 관습적, 제도적으로 규제되고 있는 행동의 규범 체계를 따르도록 요구하고 있다. 그러나 사회질서를 유지하기 위한 규범은 이상적인 행동유형을 요구하기 때문에 어느 사회에서든 사회가 일반적으로 기대하는 규범에서 벗어난 행동이 발생하기 마련이다. 현대를 일탈행동의 다발화의 시대라고 말할 정도로 여러 유형의 일탈행동이 도처에서 빈번하게 발생하고 있다. 학교교육분야에서는 등교거부나 자퇴, 흡연, 학교폭력, 금지약물남용, 성적일탈, 사이버일탈 등이 사회문제화 될 정도로 다양하게 발생하고 있으며, 가정교육 분야 역시 가출, 가정폭력, 정서장애 등이 빈번히 일어나고 있다. 또한 일탈 청소년들의 범죄나 자살 등의 증가가 눈에 띄게 두드러진 것이 오늘날의 현실이다.

일탈행동(deviant behavior)은 사회체제의 규범적인 규칙과 기대를 위반하는 행동이며, 일탈행위(deviant act)는 해서는 안 되는 행동을 말한다(장상희, 1991). 일탈 행동에 대한 여러 학자의 견해를 살펴보면, Dinitz, Dynes & Clark(1969)는 행동의 구체적 내용을 불문하고 일탈의 근본적 본질은 어떤 유형의 행동이 특정 시대, 특정 사회의 규범에서 벗어났는가에 있다고 하였으며 Leonard(1980)는 특정집단이나 사회의 행위기준, 사회적 기대에 반대되는 사고나 감정 및 행동을 일탈행동이라 규정하면서 비록 용인되는 행동의 범주가 존재하기는 하나, 규칙을 위반하는 행위 그

자체는 일탈행동이라고 정의하였다. 또한 Horton과 Hunt(1980)는 일탈행동을 특정 집단이나 사회의 관습적 규범에 순응하지 못하는 행동이라고 주장하였다. 사회학적으로 일탈행위는 어떻게 정의되는가를 알아보면, 파슨즈(T. Parsons 1951)의 입장은, “행위자가 하나 혹은 그 이상의 제도화된 규범적 양식을 이해하여 행동하려는 동기 부여된 경향”을 일탈이라 정의하고 있다.

파슨즈는 행위가 일탈적인 것이 되기 위해서는 구체적인 일차 일탈이어야 한다는 것이다. 파슨즈의 견해는 일탈이란 어떤 특정한 종류의 행위가 아닌 어떤 규범적인 준거점(normative reference point)에 관련지어 평가되는 행위라는 것을 강조한다.

코헨(A. K. Cohen 1975)의 입장은 “사회 체계 내에서 정당하다고 인정되는 제도화된 기대를 위반하는 행위를 일탈행위”라고 주장한다.

존슨(H. M. Johnson)의 입장은 “일탈행위는 단순히 규범을 위반하는 행위가 아니라 그것은 행위자가 행위시에 지향되고 있는 규범을 위반하는 행위이며 그것은 동기 부여된 행위”라고 강조하고 있다.

이상의 논의한 학자들의 정의규정에서 일반적으로 합의된 점을 요약해 보면 다음과 같다.

첫째, 사회학자들의 일탈행위의 개념규정에 있어 공통된 점은 행위와 퍼스널리티의 구조와의 상관성에서가 아니라 행위와 제도화된 기대 혹은 규범과의 관련성이라는 관점에서 일탈행위를 파악하려고 하는데 있다. 이것은 퍼스널리티의 병리현상을 그 자체로는 모두 일탈행위로 간주될 수 없다는 것이다.

둘째, 일탈행동은 역할, 규범, 제도적인 기대 등의 사회적, 구조적 특성과 관련지어 파악되어야 한다.

셋째, 특정행위의 일탈성 여부를 규명할 때는 반드시 어느 사회체제 또는 집단의 규범 내지는 규범적 기대를 준거로 삼고 있는가를 규명해야 한다.

이상의 개념들을 종합해 보면 일탈행동이란 일반적으로 사회구성원들에게 지켜져야 한다고 믿는 사회적 가치나 규범 또는 제도화된 기대에서 벗어나는 행위를 지칭하는 것이다.

그러므로 본 연구에서는 고등학생들의 일탈행동은 사이버일탈, 학교 폭력, 성적 일탈, 가출, 금지약물남용 등의 범주 내에서 이론적 근거를 고찰하고자 한다.

## 2) 일탈행동과 스포츠활동

청소년의 일탈수준은 꾸준히 증가추세를 보이고 있으며, 양적으로 뿐만 아니라 그 수준에 있어서도 강도, 폭력, 약물복용, 불건전한 성행위 등에 있어서 그 수위가 점점 악화되어 가는 성향을 보여 심각한 사회문제로 제기되고 있다. 이러한 청소년들의 비행이나 범죄가 사회문제화 되고 있는 현대사회에서 청소년들의 스포츠활동과 일탈행동과의 관계를 규명해 보는 것은 인간의 사회화과정의 중요한 한 부분을 밝혀보는 일이 될 것이다.

스포츠 참여와 청소년 일탈행동의 관계에 대하여 오래 전부터 논의되어 왔다. 20세기 초반에 이르러 체육교사, 교육자, 교육 사회학자 및 교도관들에 의해 스포츠 활동을 이용하여 일탈행동을 통제할 수 있다는 주장이 대두되어 이에 대한 연구가 활발하게 진행되고 있다. 즉 개인이 지닌 활동의 내재된 요인을 스포츠에 전이시킴으로써 범죄 행위로 일탈하는 위험성을 줄일 수 있다는 것이다. 이러한 내용에 관한 사례는 19세기 중엽 스포츠가 사회적 통제 형태를 취하게 되면서 영국 공립학교에서 실현되었으며, 이와 같은 스포츠활동을 통하여 청소년들의 여가 시간을 지배하고 있는 소매치기, 건달패 근성, 문화 파괴 행위, 음주벽 같은 행위를 교정할 수 있도록 유도하였다. Betts(1977)는 “일탈행위자의 스포츠 참여가 인간 상호간의 연결망, 접촉 그리고 성공에 유익한 정보 경로를 제공해 주며 직업적인 기대와 성취 그리고 소득에 결정적인 영향을 미친다.”고 주장하였다. Metza(1964), Schafer(1969), Renberg(1968) 등은 스포츠활동 참여자는 교육적인 태도, 기대, 행동 면에서 스포츠활동 비 참가자보다 더욱 적극적인 성향을 지니도록 한다는 사실을 발견하였다. 최병철(1998)은 “고등학교 축구선수와 일반학생 간의 일탈행동에 관한 연구에서 축구선수가 일반학생에 비해 일탈행동 수준이 낮았다고 말하고 있다. 최용진(1995)은 “고등학교 럭비선수와 일반학생 간의 일탈행동에 관한 연구”에서 스포츠활동이 바람직한 가치와 태도 및 행동을 학습시킴으로써 일탈행동을 예방 및 선도하는 역할을 수행하고 있다고 하였다. 이처럼 스포츠에 참여하는 사람은 참여하지 않은 사람에 비해 일탈행위 정도가 낮으며, 참여자의 가치, 태도, 사회적 행동 등에 긍정적인 특성을 갖게 함으로써 청소년 일탈행동의 발생을 예방하고 방지한다. 그러나 스포츠 안에 구조적, 문화적으로 제도화되어 있는 일탈행동을 습득하고 내면화한다는 부정적인 측면의 연구들도 있다.

따라서 스포츠활동이 긍정적인 기능을 할 수 있도록 지도하여 청소년들의 일탈 예방과 선도에 스포츠가 기여하도록 연구하고 지도해야 할 필요성이 있다고 하겠다.

### 3. 청소년의 일탈 유형

#### 1) 사이버 일탈

사이버 일탈이란 네티즌들이 현실세계(offline)의 사회 공동체적 규범을 가상공간에 적용하여 가상공간에서의 규범으로 받아들이거나, 가상공간의 특성을 바탕으로 가상공간 공동체 구성원들이 새롭게 창출하고 있는 규범을 위반한 모든 행위를 일컫는다(백선복·성윤숙, 2002).

사이버 일탈행위를 다음과 같이 크게 두 가지로 나눌 수 있다. 첫째, 사이버공간에서 발생하는 인간행위들 가운데 범죄행위를 구성하는 일탈행위로서, 이것은 정보사회의 심각한 문제로 자주 논의되는 현상들이다. 둘째, 범죄를 구성하지는 않지만 정보사회의 사회적 문제점으로 새롭게 부상하여 논의되는 비범죄적 일탈현상들이다(성윤숙, 2002).

사이버 일탈유형으로는 해킹이나 바이러스 유포 및 음란물 접속과 같이 성인들이 가상공간에서 나타내는 일탈행위는 물론이거니와, 청소년들 나름대로 특히 심하게 일삼는 사이버 일탈행위는 해킹, 게임, 아이템 교환·판매, 사이버 스토킹 등이다.

이러한 청소년들의 사이버 일탈행위의 빈도는 다른 연령층보다 더 높은 것으로 나타나고 있다. 즉, 2000년 한 해 동안 발생한 사이버 범죄의 연령별 통계를 살펴보면, 전체 2,190건 가운데 가장 많은 비중을 차지하는 것은 10대 청소년들로서 30.8%(675건)를 차지하고 있다.

특히 인터넷이 확산되면서 사회적 문제로 가장 크게 부상한 것은 청소년들의 음란물 접촉과 게임중독현상이다. 이에 따라 청소년의 음란표현물 접촉 및 음란채팅에 관한 조사가 이루어지고 있다. 이소희·성윤숙(2001)은 서울, 부산, 대전 지역의 2400명의 청소년들을 대상으로 연구한 결과 PC통신과 인터넷 이용 동기는 이들의 사이버 포르노그래피 노출에 상당한 영향을 미치는 것으로 드러났다.

사이버 공간에서 나타나는 일탈행위는 현실세계에서의 일탈행위와 밀접한 관련을

맺고 있는 것도 있고, 사이버 공간의 특성을 바탕으로 새롭게 출현하는 것들도 있다. 그리고 사이버 공간에서 발생한 일탈행위들은 현실세계로 전이되어 나타나기도 한다.

사이버 일탈행위는 인터넷이 지니는 기술적 특성, 사이버 공간에서의 커뮤니케이션 특성, 그리고 그것을 이용하는 인간들의 심리적 특성들이 어우러져 나타나는 정보사회의 독특한 행위양상이다(백선복·성운숙, 2002).

천장용(2000)은 사이버 범죄, 부적절한 문제행동, 인터넷중독 등을 사이버 일탈로 유형화하고 있다. 그는 컴퓨터 해킹, 바이러스 유포, 아이디(ID) 도용, 사이버 성폭력, 사이버 스토킹(stalking), 인터넷 매매춘 알선, 인터넷 도박을 사이버 범죄에 포함시키고 있다. 그리고 부적절한 문제행동으로는 유언비어와 언어폭력, 음란폭력물의 접촉, 게재와 배포 등을 들고 있다.

김옥순(2000)은 인터넷을 이용한 음란, 복제물 판매와 사이버 성폭력으로 나타나는 성관련 일탈행위와 해킹, 바이러스 유포, 허위정보의 유포라는 컴퓨터 범죄로 나타나는 사회규범 해체적 일탈행위, 몰래카메라를 통한 개인의 프라이버시를 침해하는 개인권리 침해의 일탈행위로 유형화하고 있다.

한편, 정보통신윤리위원회(2002)는 저작권 침해, 명예훼손/사생활 침해, 사행심조장/피라미드, 유언비어, 반국가 정보유포행위, 부당광고, 음란/폭력, 문자/음성, 음란/폭력물 판매/구매/교환, 불건전 만남 유도, 불건전 대화, 음란물 소개 안내, 폭력매춘, 음란 정지영상, 폭력 정지영상, 음란 동영상, 폭력 동영상, 음란 게임, 폭력 게임, 기타/분류 외로 구분하여 사이버 일탈행위를 유형화하고 있다.

대검찰청 인터넷범죄수사센터(2002)는 컴퓨터 범죄유형을 공용전자기록손상 등 전자문서 관련 죄, 전산업무방해, 전자기록비밀침해, 컴퓨터 사용사기, 전자기록과괴, 정보통신망법위반, 기타 특별법 위반행위로 유형화하고 있다.

청소년들의 호기심을 바탕으로 하는 사이버비행은 더욱 청소년들을 유혹하고 있으며, 심지어 선생님에게 음란 E-mail을 보낸 초등학생들까지 발생하고 있는 것이 현실 실정이다.

## 2) 학교폭력

학교 폭력은 학교 내외에서 학생 간에 발생한 폭행·협박·따돌림 등에 의하여 신체·정신 또는 재산의 피해를 수반하는 행위로서 대통령령이 정하는 행위로 정



의하고 있으며(2003년 12월 29일 학교폭력 예방 및 대책에 관한 법률안), 학교 폭력은 주로 학교와 직접적으로 관련이 있는 장소 즉, 학교 내에서의 폭력과 등·하교 길에서 발생하는 폭력이며, 학생들 간의 폭력과 교사에 대한 학생의 폭력을 의미한다(임영식, 1998). 그러므로 청소년 폭력은 학교와 등·하교 길은 물론이고 가정을 비롯한 그 밖의 장소에서 청소년이 대상자가 되는 모든 형태의 폭력을 포함하는 광의의 개념이다.

학교폭력은 유형, 무형의 폭력행위로 정의하고 있으며 (청소년폭력예방재단, 1998), 힘의 체계적인 남용 (Smith & Sharp, 1994), 학교환경에서 타인에 대한 힘의 활동 (Henry, 2000)이라고 광의의 정의를 내렸다.

또한 Olweus (1993)는 한사람이 개인이나 그 이상의 학생에 의해 지속적으로 반복하여 부정적인 행위에 노출되어 있는 경우라 했으며, 부정적 행위란 의도적으로 상처를 입히거나 불편하게 하거나 또는 그렇게 하려고 시도하는 경우를 말하며, 가해자와 피해자간의 관계가 반드시 힘의 불균형 상태에 있어야함을 강조하였다. Elliott, Hamberg와 Williams(1998)는 타인에게 의도적으로 신체적인 상해, 손상이나 위협을 가할 의도로 위협하거나 신체적인 힘을 사용하는 행위로 정의했다.

박영신과 김의철(2001) 학교폭력을 교내외에서 발생하는 학생간의 폭력행동으로 제한하였으며, 류세홍(1999)은 학교폭력이란 주로 같은 학교 및 그 주변에서 같은 학교학생들 상호간에 발생하는 폭력으로서 힘에 있어서 우위에 있는 한사람 또는 그 이상의 학생들이 열세에 있는 한사람 또는 그 이상의 학생들에게 직접적 또는 간접적인 방법으로 유형·무형의 힘을 동원하여 의도적으로 육체적·정신적인 괴롭힘이나 피해를 입히는 모든 행위라고 하였다.

이상의 정의를 살펴보면 가해자, 피해자 모두 학생의 신분이며, 이들 대부분 생활이 학교라는 장소에서 이루어지고 있는 점을 감안하면 학교폭력으로 개념화하는 것이 합당하다고 사료된다.

청소년 폭력은 원인에 따라 네 가지 형태로 분류할 수 있다(청소년보호위원회, 2002; Borum, 2000). ① 상황적 폭력은 특수한 상황 또는 맥락에서 발생한 폭력이며, ② 대인 관계적 폭력은 대부분의 청소년 폭력은 기존 대인관계에서 발생한다. 대인관계의 갈등이나 보복으로부터 나타날 수 있으며 종종 가족이나 친구와 관련된다.

③ 약탈적 폭력은 전형적으로 어떤 유형의 이익을 얻기 위한 것이다. 폭력 청소년

년들은 희생자를 지배하려는 욕구를 지니고 있다. 이것은 종종 범죄적 또는 반사회적 성격을 갖는다.

④ 정신병적 폭력은 주로 망상과 같은 정신적 또는 정서적 혼란에 의해 야기된다. 청소년들의 정신병적 폭력은 흔하지 않지만, 예측이 매우 곤란하다. 그러나 최근 컴퓨터 몰입 또는 중독과 관련하여 청소년의 망상 및 정서적 혼란이 증가되고 있음을 고려할 때 앞으로 정신병적 폭력 또한 계속 늘어날 것으로 예상된다.

우리나라에서 조사된 학교폭력 실태를 살펴보면 박상도(2001)의 연구에서 학생의 45.8%가, 이상균(1999)의 연구에서는 67.8%가, 김명자(2002)의 연구에서는 84.4%가 청소년 폭력 예방 재단(1996)에서는 중·고등생 4명 중 1명꼴에 해당하는 학생들이 또래폭력의 피해경험이 있는 것으로 나타나 피해경험이 심각한 것으로 보이고 있다.

학교폭력예방재단 상담센터(2004)의 통계를 살펴보면 “1학기에는 증가하다가 2학기에는 다소 감소하는 경향을 보인다.”고 분석했다.

청소년폭력예방재단의 학교폭력 전화상담은 2004년 1월 31건, 2월 41건, 3월 54건, 4월 71건, 5월 68건, 6월 75건, 7월 67건, 8월 40건, 9월 41건, 10월 45건, 11월 48건, 12월 54건으로 나타났다.

학교폭력 유형은 신체적 폭력이 43.6%로 가장 많았고 괴롭힘 13.6%, 따돌림 11.3%, 위협 및 협박 8.9%, 금품갈취 8.5%, 등으로 나타났다. 연령별 학교폭력 전화상담 통계를 살펴보면 중학생이 전체 상담의 절반가량을 차지해 중학교에서 학교폭력이 가장 많이 발생하는 것으로 나타났다.

한국·중국·일본 3개국을 조사한 바에 따르면, 교내에서 폭력행위가 있다고 응답한 비율은 한국 49%, 중국 38%, 일본 28%의 순으로 나타났고 (이상균, 1999). 언어폭력은 한국 67.6%, 중국 68.1%, 일본 54.0%, 따돌리기는 한국 66.0%, 중국 28.0%, 일본 29.5%이었으며, 신체적 폭력은 한국 47.5%, 중국 36.4%, 일본 22.6%이었고, 금품탈취는 한국 65.5%, 중국 26.6%, 일본 10.9%로 나타났다(정희옥, 전경숙과 권오실, 1997). 이러한 조사 결과들을 종합해볼 때 이는 한국에서 학교폭력의 문제가 중국과 일본에 비해 더 심각하게 발생하고 있음을 알 수 있다.

미국의 실태를 살펴보면 청소년의 경우 지난 12개월 동안 1회 이상 학교에서 신체적인 싸움에 참여한 경우 14.2%, 병원에서 치료받을 정도의 신체적인 싸움에 참여한 경우 3.5%, 다른 사람에게서 흥기로 위협을 받거나 손상을 받은 경우가 7.7%

로 나타났다(CDC, 2002).

노르웨이 학생들의 폭력행위를 조사한 Olweus의 연구(1993)를 보면, 9%가 피해자, 7%가 가해자, 1.6%가 피해자이면서 가해자라고 보고하고 있으며, Baldry와 Farrington(1999)은 로마의 중학생을 대상으로 조사한 결과 약 50%가 가해자 경험이 있고, 50%가 피해경험이 있다고 보고하였으며, Nansel 등(2001)은 미국의 공립 학교와 사립학교 6학년에서 10학년 15,686명 학생을 대상으로 조사한 결과 가해가 13.0%, 피해가 10.6%, 가해와 피해를 동시에 경험한 학생이 6.3%라고 제시하였다.

이상의 조사 결과를 종합해 볼 때 한국의 경우 학교 폭력의 발생률은 대체적으로 10~75% 정도, 외국의 경우는 10~50%로 추정해 볼 수 있는데 한국의 학교 폭력 발생률이 더 높게 나타났다. 이는 학교폭력이 문화의 차이, 연구대상, 조사방법, 연구도구의 차이에 따라 외국과 한국의 발생률이 상이한 것으로 추론된다.

청소년 학교폭력의 원인은 매우 다양하며, 다차원적이다. 가해·피해학생뿐만 아니라 가정, 학교 그리고 지역사회에 이르기까지 모두가 일정한 역할을 가지고 있다. 가정에서는 주말이나 휴가시간을 이용한 가족동반 여행 및 견학이나 등산, 야외캠핑, 스키, 테니스와 같은 가족여가활동 및 스포츠활동을 통하여 대화 및 화목의 계기를 마련함으로써 가족 간의 정신적 긴장 및 갈등을 해소할 수 있도록 노력해야 한다. 학교에서는 청소년 체육의 활성화를 위해서 청소년들에게 적합한 효율성, 흥미성, 지역성, 능률성들을 고려한 프로그램을 개발하여야 한다. 그리고 체육시설을 중심으로 한 기존의 여가시설 및 공간을 효과적으로 활용하여야 할 뿐만 아니라 체육환경의 개선 차원에서 청소년 문화 및 체육시설을 확충하고 질적 향상을 도모함으로써 미래의 건전한 여가 생활의 예비훈련의 장소가 될 수 있도록 다각적인 노력을 기울여야 한다. 이에 발맞추어 사회에서는 건전한 스포츠활동 여건을 조성해주어야 한다. ‘주 5일 근무제’ 시대를 대비해 우선 청소년들이 운동할 수 있는 시설을 많이 만들어야 하고, 청소년 스포츠 전담기구를 설치하여 조직·운영함으로써 비행청소년들과도 밀접하게 접할 수 있도록 강구해야 할 것이다. 이와 같이 청소년 학교폭력의 문제를 해결하기 위해서는 일차적인 책임이 학교에 있다고 할 수 있으나, 학교나 교육당국의 노력만으로는 소기의 목표를 원활하게 달성할 수 없다. 따라서 학생·가정·학교·지역사회의 각 방면에서 청소년문제나 학교폭력에 대한 관심을 갖고 상호 협력하면서 지속적인 대책방안을 강구해 나가야 할 것이며, 학생폭력을 최소화하기 위하여 대근활동이 가장 활발한 그들에게 각각의

수준에 맞는 스포츠를 보급, 장려함으로써 학교생활에서 흥미를 느끼고 바람직하게 활동할 수 있도록 기틀을 마련해 주어야 할 것이다.

### 3) 성적 일탈

청소년들의 성적 일탈이라 함은 가벼운 언어적인 것부터 강간에 이르기까지 다양한 유형이 있다. 성을 전제로 한 심한욕설, 음란전화, 희롱, 강제적인 신체접촉, 키스 및 직접적인 성관계, 강간 등이 포함한다.

최근 10대들의 성의식은 어른의 상상을 넘어설 정도로 개방되어 있고 적극적인 것으로 나타나고 있다. 그들은 과거에 성은 “어렵고 비밀스러운 것”이라고 여긴 것과는 달리 “내가 책임지고 즐기는 것”이라는 생각을 하는 경향이다. 이러한 청소년의 달라진 성의식은 청소년 상담실의 성상담 전화내용 분석에서 잘 나타나고 있는데 그 결과에 따르면(주간조선, 1996), 전체 청소년 가운데 이성 친구 문제로 고민하는 경우는 91년 16%에서 95년 9%로 격감한 반면 성충동과 자위행위에 관한 상담은 23%에서 32%로 늘어났고 성교육과 관련된 문의도 2%에서 6%로 급증하여 청소년의 성에 대한 인식과 행동양상이 급속히 변화하는 모습을 보여주고 있다. 상담의뢰 내용은 남녀청소년에 따라 약간씩 다르게 나타나는 경향으로, 여학생의 경우는 성폭행과 이성교제 등으로 빚어진 ‘원치 않는 임신’에 대해 물어온 경우가 18%를 차지하여 상담사례 중 가장 많은 것으로 나타났다. 특히 임신문제로 상담을 해온 10대 소녀의 경우, 16~20세가 27%에 이르고 15세 이하도 3%를 차지하여 미성년자 임신이 심각한 수준에 이르렀음을 보여 주고 있다. 또 이성문제를 묻거나 성문제와 관련된 건강을 문의하는 경우도 각각 11%, 8%에 달했으며 미혼모 입양문제와 피임방법, 성충동에 관한 고민을 털어놓는 경우도 각각 3%에 달했다. 반면 남자 청소년의 경우는 주로 성충동(24%), 자위행위(20%), 성문제와 관련된 건강(14%), 이성문제(8%), 성격문제(5%), 성교육(4%) 등 순으로 상담을 해왔다. 상담을 의뢰한 15세 이하 남자 청소년 가운데 성충동에 대해 문의한 경우가 28%, 15세 이하 소녀중 이성문제로 고민하는 경우가 14%여서 성문제로 고민하는 10대 초반 청소년들도 상당수였다.

10대들의 성의식과 행동을 이해하기 위해서는 그들이 무슨 이유로 성행위를 하는지에 대한 이해가 선행되어야 할 것이다. 문인옥(1997)은 이에 대해 5가지 이유

를 들어 설명하고 있는데 첫째는 가족 간의 대화단절로 인한 외로움으로 청소년의 과중한 입시부담은 그들의 외로움을 가중 시키고 있다. 둘째는 이성 친구에게 인기를 얻고 싶어서이며, 셋째는 친구들의 권유이다. 10대들의 행동결정은 부모보다는 친구에게 더 의존하는 경향이라 심리적으로 볼 때 또래집단의 동조를 얻는다는 안정감 때문에 성행동을 하기도 한다. 따라서 청소년에게 자신이 어떤 행위의 참여여부를 선택할 때 결정할 권리는 본인자신에게 있으며 그 결과도 자신이 책임져야 함을 주지시켜야 할 필요가 있다. 넷째는 섹스가 사랑을 검증하는 것이라는 사고로 자신을 정말로 사랑한다면 그 증거로 섹스를 해야 한다고 생각하는 경향 때문이다. 또 다른 이유로 자기만족과 부모로부터의 독립을 나타내기 위해 또는 사랑하는 사람의 인기를 갖거나 사랑하는 사람과 결혼해 가정을 꾸미고 싶어 하는 이유이다(문인옥, 1997). 실제 청소년 성경험자 중 32.3%가 사랑하기 때문이라는 이유(주간조선, 1998; 동아일보, 1997)를 들고 있는데, 이것은 청소년자신의 현실을 외면한 경우이다. 과거와는 달리 현대사회에서 10대 부모는 학교를 중퇴할 수밖에 없고 경제적 능력이 부족해 독립할 형편도 못되며 육체적으로, 성적으로 성숙했다고 해도 청소년은 인기를 돌볼 만큼 충분히 성장했다고 볼 수 없고 아직 자기 자신도 책임지기에 부족한 나이이기 때문이다.

우리나라의 성문화는 전통적 유교적 성문화가 주류를 형성하고 있는바, 철저한 남존여비의 성 가치관과 성을 남성만의 유희 수단으로 고정시키고 여성과 청소년은 성을 알아서는 안 되고 만약 알게 되면 탈선의 원인이 되기 때문에 기초적인 성 지식마저 차단시키는 이른바 “백치적 성문화”가 가정과 학교에 뿌리내리고 있다. 이러한 성향은 국민소득이 향상되고 사회 문화적 형태가 현저하게 변화된 오늘날에도 그 근원적인 의식구조는 변화되지 않고 있는 것이 현실이다.

청소년 성문제의 해소 및 건전 성 문화 정착을 위한 가정·학교·사회(정부와 사회단체)의 역할이 무엇보다 중요하며 특히 중요한 것은 우리 청소년의 성 문제 해소와 건전한 성 문화 조성을 위한 정부 정책담당자의 일관된 실천 의지와 노력, 그리고 교육부와 각급 교육청 관계자 및 학교장 등의 사명 의식과 일선 학교 교사들의 실천적 노력이야말로 문제해결의 관건이 될 것이다. 또한 앞으로의 성교육은 변화하는 청소년의 성 의식에 맞춰 이뤄져야 할 필요가 있으며 금지와 훈계조의 교육방법 보다는 오히려 현명한 성 행동 선택에 대한 교육이 강조되어야 할 것이다.

#### 4) 가출

가출에 대한 학자들의 정의는 보는 시각에 따라 차이가 있다. 장인협(1981)은 가출은 정신적 갈등이 평소 무의식속에 잠재해 있다가 억압상태로부터 벗어나려 할 때 나타나는 일탈행동이라 하였고, 최재석(1982), 이소희·주정일(1981)은 정신적 갈등의 해결이나 생활목표의 달성을 위하여 가족을 떠나 안주의 장소를 구하려는 일종의 도피행위로 정의하였다.

결론적으로 청소년 가출이란 보호자의 동의 없이 집을 떠나서 24시간 이상 집에 들어가지 않은 18세 이하의 청소년을 말한다.

국내의 가출청소년의 가출의 횟수에 따른 가출유형을 살펴보면 첫째, 일과성 가출로서 한번쯤 부모의 보호와 감독에서 벗어나 자유로운 생활을 영위하여 보고자 하는 욕망에서 비롯되는 가출유형이다. 둘째, 만성가출로 그 원인이 내적 요인이 되었든 아니면 외적 요인이 되었든 간에 반복적으로 집을 나가는 경우를 말한다.

유성경 외(2000)는 가출의 유형을 좀 더 자세하게 분류하고 있는데 시위형 가출, 도피형 가출, 탈출형 가출, 탐험적 가출, 유희추구형 가출, 자아상실형 가출 등이 그것이다.

첫째, 시위형 가출로, 부모와의 갈등 등을 해결하기 위한 목적으로 가출을 감행한 경우인데 단독적이며 가출일수도 짧다.

둘째, 도피형 가출로 부모의 과도한 통제나 기대, 부모로부터의 벌 등으로부터 일시적으로 피난하기 위해 가출을 선택한 경우, 또래 집단의 영향력이 작용할 가능성이 있으며 가정 복귀에 대한 긍정적인 분위기가 조성되지 않을 때 장기적인 가출이 될 수도 있다.

셋째, 탈출형 가출로 가정 내 폭력, 즉 양부모의 학대나 부모의 알코올중독 등으로부터 자신을 보호하기 위해 가출을 선택한 경우. 이들은 가정의 심리적 지원 체계가 붕괴된 상태이므로 장기가출과 비행집단과의 접촉으로 빠질 가능성이 많다.

넷째, 탐험적 가출로 자신의 발전욕구를 가정 내에서 충족하기 어렵다고 판단하여 가출한 경우. 이러한 가출을 한 경우는 독립심이 강하며 자기완성의 욕구가 강한 편이어서 상대적으로 가출 상황이 선택되기 쉬운 편이지만, 안심할 수 없는 상황이다.

다섯째, 유희 추구형 가출로 유희추구의 일환으로 가정으로부터의 간섭과 억제를

벗어나기 위하여 가출을 감행한 경우. 또래집단으로부터의 영향력이 매우 강하며 장기가출보다는 단기적이면서도 반복적인 가출이 되기 쉽다.

여섯째, 자아상실형가출로 지속적인 좌절로 인해 자아정체성을 상실하여 부평초처럼 떠다니기 위해 가출을 택한 경우. 이러한 목적성이 결여된 가출로 인해 오히려 비행청소년에게 동화될 가능성이 많으며, 특히 가출 청소년에게는 윤락 등에 빠질 가능성으로 이어지기 쉽다.

청소년 가출은 유해한 환경에 그들을 노출시킴으로써 비행의 유발자로 혹은 비행의 희생자가 되도록 상승효과를 불러일으키고 청소년기에 수행해야 할 정상적인 발달과업을 제대로 수행하지 못하는 위험에 놓이게 된다.

최근 가출청소년들이“성적 서비스산업의 취업 예비군”을 형성하고 있다는 주장이 제기되었다. 가출 청소년들은 ,주점, 찻집, 원조교제, 전화방, 이벤트 회사 등의 업소를 통해 자연스럽게 윤락에 빠져들면서 성적 서비스산업의 취업예비군을 형성하고 있으며 성적 서비스산업의 현장 경험을 한 청소년의 60%정도가 돈을 벌기위해 스스로 선택했고 음주, 흡연, 낭비, 왜곡된 성의식, 낮은 자존감 등에 빠져있어 이들에 대해 특별한 관심과 프로그램이 마련되어야 하며 청소년의 성적 서비스산업이 워낙 광범위하기 때문에 단속만이 아닌 수요자에 대한 처벌강화와 청소년에 대한 인성교육 등 근본적인 조치가 필요하다.

가출청소년의 대처 행동으로서의 연구로 나동석·이용교(1991), Roberts(1982)도 많은 청소년들이 가출충동을 느끼지만 이를 실행하지 않는 이유로서 대초행동의 차이를 설명하고 있다. 비 가출청소년은 가출청소년과는 대조적으로 가출하기 전에 가출의 결과를 현실적이고 논리적으로 판단하여 가출과 같은 충동적이고 위험한 행동의 부정적인 결과를 예견하고 대안적 행동을 함으로써 글들의 욕망을 통제하는 능력을 보인 반면 많은 가출청소년들은 어려운 문제를 해결하려고 할 때 대부분이 부모의 도움을 구하지 않을 뿐 아니라 도리어 그들을 스트레스 원천이라고 생각하고 약물사용이나 음주와 같은 부정적인 대처방법을 사용했다.

## 5) 금지약물 남용

청소년 약물남용의 과정은 성인에게만 합법적으로 허용되는 담배와 술로 시작하여 본드, 가스, 마리화나와 같은 약물에 점차로 관여를 하게 되고 이는 또 다른 불

법 약물사용으로 발전한다. 이러한 약물남용 과정에서 담배, 술과 같은 약물사용이 다른 불법 약물 사용으로 반드시 이어지는 것은 아니지만 대부분의 불법 약물사용은 담배와 술등의 약물사용의 단계를 반드시 거친다(Newcomb & Bentler, 1989).

청소년의 합법적인 약물에서 불법적인 약물을 함께 사용하며 약물사용시기도 10-12세로 더 낮아지고 있다(Noll, Zucker, Fitzgerald, & Curtis, 1992; Yamaguchi & Kandel, 1984). 이러한 청소년의 약물사용 특징은 이들이 성인까지 약물을 사용할 가능성을 증가시키고 있으며(Botvin, Baker, Dusenbury, Botvin, & Diaz, 1995), 개인의 신체, 정서, 사고, 행동을 비롯한 생활 전체에 영향을 주어 개인은 물론 그가 속한 가족과 지역 사회에 해로운 영향을 미치게 된다. 따라서 약물 남용을 예방하기 위해서는 술, 담배, 마리화나 등의 출입구(gateway) 약물을 사용하는 단계부터 개입하는 것이 필요하다.

청소년의 약물남용은 다양한 사회적 요인과 개인적 요인, 그리고 생리학적 요인 간의 복잡한 상호작용의 결과이며 사회적으로 학습된 목적적이고 기능적 행동이라고 할 수 있다.

약물남용과 관련된 위험요인들은 약물남용에 관한 시대적, 사회적 기준이 변하여도 약물남용을 비교적 일관성이 있게 예언해 주고, 약물예방이나 상담의 잠재적인 목표를 알려준다(박중규, 1989; Elmquist, 1995; Hawkins등, 1992).

약물남용과 관련된 위험요인들은 크게 개인적인 요인, 가족요인, 학교 및 동료요인, 기타 사회 환경적인 요인으로 나누어 볼 수 있다. 이러한 요인들은 엄격하게 구분되기보다는 서로 상호 작용하여 약물남용에 관여하는 것으로 보인다. 이러한 요인들을 구체적으로 살펴보면 다음과 같다.

우선 개인적 측면에서 위험 요인으로는 생리적 요인과 심리적인 요인들이 있는데 생리적 요인은 태내기 때에 약물에 노출된 경험, 부적절한 환경적 자극을 동반한 저체중 출생, 성장실패와 같은 요인들이다. 심리적인 요인들은 비교적 다양하며 개인의 성격특징, 인지, 기대 및 행동 등을 포함한다. 예를 들면 성격적인 측면에서 부정적인 자아개념과 낮은 자존심(Botvin, 1992; Baker, Dusenbury, Tortu, & Botvin, 1990)을 가진 것으로 보고되고 있고, 개인의 정서적인 문제 특히 우울, 고립, 소외감 등이 약물남용을 예언해 주는 것으로 밝혀졌다. (Botvin 등, 1990)에 따르면 약물남용을 하는 사람들은 정서조절에 어려움을 갖고 있으며, 분노나 부정적인 정서를 피하기 위해 약물을 사용한다. Oetting, Edwards, Kelly 및 Beauvais(1997)의 연구



에서도 우울과 낮은 자존감이 약물사용과 상관이 높은 것으로 보고하였다.

약물남용 원인연구들은 가족문제와 약물사용간의 관계를 일관성 있게 보여주었다(Hawkins 등, 1992; Jacobs & Ghodse, 1988). 가족과 관련된 위험요인은 부모의 부적절한 양육태도와 지속적인 가족 간의 갈등을 포함한다(Hawkins 등, 1992). Hawkins 등(1992)은 부모의 부적절한 양육태도로 부모의 거부, 지나친 허용, 적극적인 지도부족, 학대 혹은 방임, 비일관적인 훈육 등을 언급하였으며, 이러한 환경에서 자란 아동들의 경우 약물에 더 취약한 것으로 보고하고 있다. 지속적인 가족 간의 갈등은 가족 간의 애착이나 유대부족을 가져오고 가족 간의 의사소통 장애 등으로 인한 정서적 지지의 부족으로 청소년 약물사용 가능성을 증가시키는 것으로 알려졌다(Oetting 등, 1997). 가족과 관련된 다른 변인으로 약물남용 경력이 있는 가족, 약물사용에 대한 긍정적인 태도를 가진 가족을 들 수 있다. (Hawkins 등, 1992; Peterson, Hawkins, Abbott 및 Catalano(1994)는 약물남용을 하는 부모를 둔 청소년의 경우 일반 청소년들보다 약물남용 가능성이 더 높다고 주장하고 있다.

청소년 약물사용과 학교부적응은 높은 상관관계가 있는 것으로 밝혀졌다(Hawkins 등, 1992). 학교부적응 문제는 대인관계 어려움, 학교에 대한 애착부족, 낮은 학업성적 등으로 인한 무단결석, 학업중퇴 등과 관련이 있다(Hawkins 등, 1992; Horn, 1997). 이러한 학교 부적응 문제는 또래집단의 특성과 서로 상호 작용하는 것으로 보인다. 예컨대, Oetting 등 (1997)은 학교중퇴자들이 약물사용을 많이 하고, 친구들이 약물을 사용할 경우 약물사용 가능성이 더 높다고 주장하고 있다. 또한 또래의 압력에 민감하고 또래집단의 규범이나 가치에 무조건 수용하는 청소년들은 그렇지 않은 청소년들보다 약물사용 가능성이 더 높다. Dinges와 Oetting(1993)은 약물을 하는 청소년들의 90%가 약물을 하는 친구들이 있다는 것을 발견했다. Oetting 등 (1997)도 약물을 사용하는 청소년들은 약물을 사용하지 않는 청소년들보다 약물사용과 약물에 대한 태도가 호의적인 친구들이 많다고 보고하고 있다.

환경과 관련된 위험요인 또한 다양하다. 예컨대 빈곤지역에 살거나 약물을 쉽게 구입할 수 있는 환경에 사는 경우, 약물사용에 대한 법적인 규제가 느슨한 경우, 약물사용에 대한 호의적인 사회적 분위기가 있는 곳에 사는 경우에는 그렇지 않은 환경에 처했을 때보다 약물사용 가능성이 더 높은 것으로 보고되고 있다(박현선, 1998; Compas, Hinden, & Gerhardt, 1995; Hawkins 등, 1992).

이상에서 살펴 본 바와 같이 약물남용에는 다양한 사회적 요인과 심리적인 복잡한 상호 작용을 통해 발생한다. 약물예방의 효과를 고려한다면 성인층 보다는 청소년층에 대한 교육에 치중하는 것이 훨씬 더 효과가 클 것이며, 약물남용 예방교육 중에서도 약물남용 초기단계의 청소년을 보호하고 교육하는 부분의 연구가 무엇보다도 더 시급한 과제 중의 하나이다. 또한 현재는 약물을 남용하지 않지만 장래에 남용할 소지가 있는 청소년에 대한 계몽과 교육이 절대적으로 필요하다.

### Ⅲ. 스포츠활동참여와 정신건강과 일탈행동 간의 관계모형

#### 1. 관계모형의 설정

고등학교 청소년들의 스포츠활동 참여가 정신건강과 일탈행동에 미치는 영향을 알아보기 위해 사용할 개념에 대한 관계모형의 구성은 자료선정의 신뢰성과 타당성을 확보하기 위하여 다각적인 측면에서의 접근을 시도하였다.

일탈행동과 정신건강에 대해서 국·내외의 문헌조사와 선행연구를 고찰하고 전문가의 의견을 수렴한 후 개념의 내용과 그 구성요소를 선정하였다. 이러한 절차를 통해 본 연구의 목적을 달성하기 위하여 고등학생들의 스포츠활동 참여요인과 일탈행동요인 그리고 정신건강요인에 미치는 영향에 대한 관계를 규명하기 위해 다음의 (그림 1)과 같은 관계 모형과 연구모형을 설정하였다.

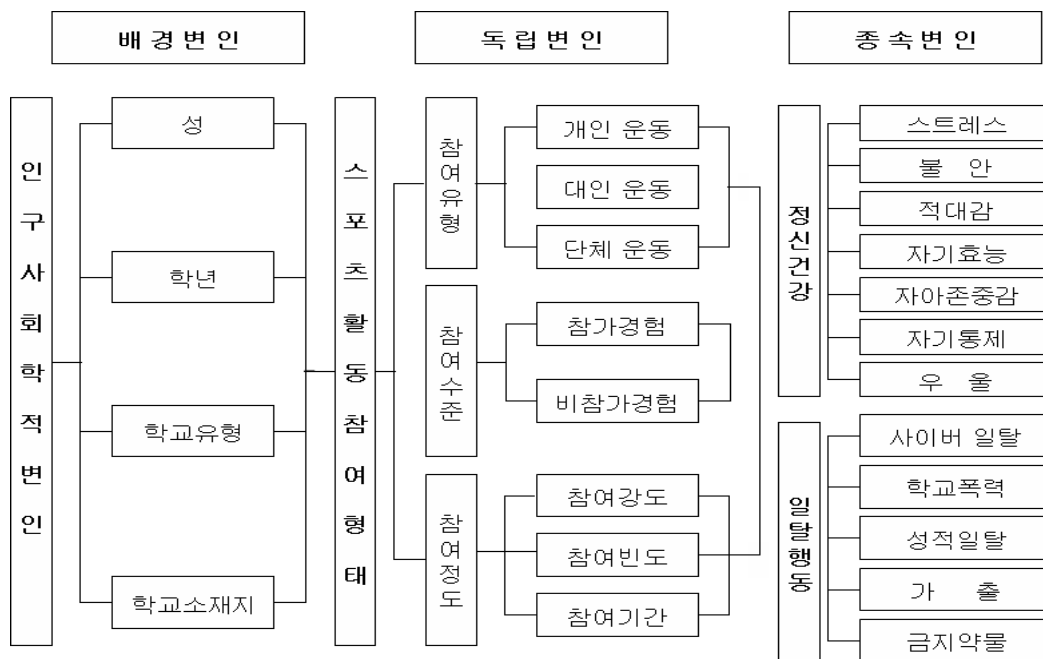


그림 1. 관계모형

## 2. 관련 변인의 정의

본 연구는 고등학교 청소년들의 스포츠활동 참여가 정신건강과 일탈행동의 관계를 규명하기 위해 다음과 같이 변인을 설정하였다.

첫째, 연구 대상자의 인구 사회학적 특성을 배경 변인으로 설정 하였으며 그 내용은 성, 학년, 학교유형, 학교소재지 등이 포함되었다.

둘째, 독립변인으로 스포츠활동 참여 형태를 설정하였으며, 하위 변인으로 참여 유형은 개인운동, 대인운동, 단체운동으로 하였고 참여 수준은 참가경험, 비참가경험으로 구분하였으며 참여정도는 참여강도, 참여빈도, 참여기간으로 설정하였다.

셋째, 종속변인으로서는 정신건강과 일탈행동으로 설정하였는데 정신건강변인은 스트레스, 불안, 적대감, 자기효능감, 자아존중감, 자기통제, 우울로 하였으며 일탈행동 변인은 사이버 일탈, 학교 폭력, 성적 일탈, 가출, 금지 약물로 구분하여 설정하였다.

이상의 변인들 가운데 배경 변인인 인구 사회학적 특성에 관하여는 사회 과학 분야에서 빈번하게 사용되고 있어 개념상의 문제가 발생되지 않을 것이므로 본 장에서는 종속변인 정신건강과 일탈행동을 중심으로 개념을 정의하였다.

### 1) 정신 건강 요인

지금까지 연구되어온 정신건강에 영향을 미치는 요인으로 정신증, 편집증, 적대감, 신체화, 강박증, 대인예민성, 우울, 공포불안 등의 요인과 관계가 있음을 밝히고 있다(Palmer, 1996; Harrington, 1995).

본 연구에서는 이러한 다양한 변인 가운데 대표적으로 정신건강에 영향을 미치는 변인으로 간주되는 스트레스, 불안, 적대감, 자기효능감, 자아존중감, 자기통제, 우울 요인을 정신건강 요인으로 설정하였다.

#### (1) 자아존중감 요인

자아존중감은 자신의 능력, 성공여부, 중요성 등 자신의 가치에 대한 개인적 판단으로 얼마나 자신의 기준에 잘 부합했는가를 분석하고 타인과 비교하여 자신의 수행이 얼마나 훌륭했는가를 분석함으로써 얻어질 수 있다. 따라서 자아존중감은

자아개념의 평가적 측면이고 개인 스스로 판단하는 주관적인 평가로서 자신을 긍정적으로 수용하고 존중하며 자신이 능력 있고 가치 있다고 믿는 정도를 의미하는 것이다(홍주우, 1999).

이 연구에서는 자신에 관한 부정적 혹은 긍정적 평가와 관련되는 것으로 자신을 가치 있는 사람으로 생각하는 정도를 의미한다.

## (2) 자기통제 요인

자기통제는 자신이 자신의 인지나 정서, 행동을 원하는 대로 조절할 수 있음을 의미하는데 본 연구에서는 행위자가 직접적인 외적 영향이 없는 조건하에서 자신의 행동을 스스로 통제하는 행동통제이다.

## 2) 일탈 행동 요인

지금까지 연구되어온 일탈행동에 영향을 미치는 요인으로 풍기문란행위(미성년 출입금지구역 출입, 유흥업소출입, 불량서클 가입, 노름), 절도 및 강도행위, 징계, 가출, 약물남용, 무단결석, 자살, 불경한 행위 등의 요인과 관계가 있음을 밝히고 있다(김윤상, 2003; 이정래, 1999). 이 연구에서는 이러한 다양한 변인가운데 청소년들에게 대표적으로 영향을 미치는 변인으로 간주되는 사이버일탈, 학교폭력, 성적일탈, 가출, 금지약물요인으로 설정하였다.

### (1) 사이버 일탈 요인

사이버일탈이란 네티즌들이 현실세계(offline)의 사회 공동체적 규범으로 받아들인 것을 위반하거나, 가상공간에서의 규범으로 받아들인 것을 위반하거나, 가상공간의 특성을 바탕으로 가상공간 공동체 구성원들이 새롭게 창출하고 있는 규범을 위반한 모든 행위를 일컫는다(성윤숙, 2002).

이 연구에서는 인터넷게임중독, 음란물 접촉, 해킹과 바이러스 유포 등 사이버 공간에서의 일탈행위와 관련한 게임 아이템 교환 및 판매, 폭행, 등 현실공간에서의 일탈행위를 사이버일탈 요인이라 규정한다.

## (2) 금지약물남용 요인

향정신성 약물의 비의학적 사용 즉 의학적인 사용과는 상관없이 약물을 지속적으로 또는 빈번히 대량 사용하는 것을 말하며(민영숙, 1999), 본 연구에서는 청소년이 흔히 사용하고 있는 술, 담배, 흡입제를 지속적으로 또는 산발적으로 사용하여 당사자의 건강, 가정, 사회 기능 등에 지장을 초래하게 하는 상태를 의미한다.

## 3. 연구가설

고등학교 청소년들의 스포츠활동 참여가 정신건강과 일탈행동에 미치는 영향을 규명하기 위하여 다음과 같은 구체적인 연구가설을 설정하였다.

### 가설 I. 인구사회학적 특성에 따라 정신건강과 일탈행동에 차이가 있을 것이다

- I-1. 성별에 따라 정신건강과 일탈행동에 차이가 있을 것이다.
- I-2. 학년에 따라 정신건강과 일탈행동에 차이가 있을 것이다
- I-3. 학교소재지에 따라 정신건강과 일탈행동에 차이가 있을 것이다
- I-4. 학교유형에 따라 정신건강과 일탈행동에 차이가 있을 것이다.

### 가설 II. 스포츠활동 참여 형태에 따라 정신건강과 일탈행동은 차이가 있을 것이다.

- II-1. 스포츠활동 참여 유형에 따라 정신건강과 일탈행동에 차이가 있을 것이다.
- II-2. 스포츠활동 참여 수준에 따라 정신건강과 일탈행동에 차이가 있을 것이다.
- II-3. 스포츠활동 참여 정도에 따라 정신건강과 일탈행동에 차이가 있을 것이다.

### 가설 III. 스포츠활동 참여는 정신건강에 영향을 미칠 것이다.

- III-1. 스포츠활동 참여는 스트레스에 영향을 미칠 것이다.
- III-2. 스포츠활동 참여는 불안에 영향을 미칠 것이다.

- Ⅲ-3. 스포츠활동 참여는 적대감에 영향을 미칠 것이다.
- Ⅲ-4. 스포츠활동 참여는 자기효능감에 영향을 미칠 것이다.
- Ⅲ-5. 스포츠활동 참여는 자아존중감에 영향을 미칠 것이다.
- Ⅲ-6. 스포츠활동 참여는 자기통제에 영향을 미칠 것이다.
- Ⅲ-7. 스포츠활동 참여는 우울에 영향을 미칠 것이다.

**가설Ⅳ. 스포츠활동 참여는 일탈행동에 영향을 미친다.**

- Ⅳ-1. 스포츠활동 참여는 사이버 일탈에 영향을 미칠 것이다.
- Ⅳ-2. 스포츠활동 참여는 학교폭력에 영향을 미칠 것이다.
- Ⅳ-3. 스포츠활동 참여는 성적 일탈에 영향을 미칠 것이다.
- Ⅳ-4. 스포츠활동 참여는 가출에 영향을 미칠 것이다.
- Ⅳ-5. 스포츠활동 참여는 금지약물에 영향을 미칠 것이다.

**가설Ⅴ. 스포츠활동 유무에 따라 정신건강과 일탈행동요인 간에는 상관관계가 있을 것이다.**

## VI. 연구 방법

### 1. 조사 대상

본 연구의 조사대상은 2004년 12월 현재 광주·전남지역 고등학교에 재학 중인 청소년을 모집단으로 선정하였다. 조사대상자의 표집방법은 유층집락무선표집법(Stratified Cluster Random Sampling Method)을 이용하였는데 대도시(광주광역시), 중소도시,(여수시, 순천시, 목포시) 군 지역(무안군, 함평군, 보성군, 화순군)을 구분하여 광주지역 3개교, 여수지역 1개교, 순천지역 1개교 목포지역 2개교, 무안 2개교, 함평 1개교, 보성 1개교, 화순 1개교 총 12개교를 추출한 다음, 스포츠활동 참여 학생 690명과 비참여 학생 560명 등 전체 1250명을 표집 하였다. 고등학교에 재학 중인 청소년을 모집단으로 설정한 이유는 최근에 학교에서 발생하는 청소년의 문제가 주로 고등학교에 재학 중인 청소년에게서 일어날 뿐만 아니라 이들의 문제가 사회문제로 확대되는 경향이 있기 때문이다. 이와 같은 방법에 의해 조사된 설문결과는 자료의 코딩과정을 통해서 불성실하게 응답한 자료로 판단되거나 조사내용의 일부 누락된 설문지 39부를 제외한 총 1211부를 표본으로 사용하였다. 조사대상자의 인구 통계학적 특성은 아래의 <표 1>과 같다.

표 1. 조사대상자의 인구 사회학적 특성

변 인	구분	빈도수(N)	백분율(%)
성 별	남 자	635	52.4
	여 자	576	47.6
학 년	1 학년	393	32.5
	2 학년	524	43.3
	3 학년	294	24.3
학 교 유 형	남자고등학교	169	14.0
	여자고등학교	410	33.9
	남녀공학	632	52.2
학교소재지	대도시	409	33.8
	중소도시	385	31.8
	군 지역	417	34.4
계		1211	100



## 2. 조사 도구

본 연구에서는 고등학교 청소년들의 스포츠활동 참여가 정신건강과 일탈행동에 미치는 영향을 알아보기 위하여 조사도구로 설문지를 사용하였다. 설문지의 내용은 정신건강요인으로 자기효능, 자아존중감, 자기통제, 우울, 불안, 적대감, 스트레스 문항으로 구성되어 있고, 일탈행동은 금지약물, 학교폭력, 가출, 성적일탈, 사이버일탈에 관한 문항으로 구성되었다.

조사도구는 본 연구의 목적에 부합된 미국의 CDC(Centers for Disease Control and Prevention)에 의해 개발된 YRBSS(Youth Risk Behavior Surveillance System)(Kann, et al., 1993)를 번안하여 사용한 김현숙(1998)의 설문지, 유안진·한미현(1994)의 스트레스 척도, 한종욱(2001)의 사이버일탈 척도의 설문지, 신영균(1998)의 스포츠활동 설문지 등을 수정 보완하여 타당도 및 신뢰도를 검증하였다.

### 1) 예비조사

예비조사의 목적은 설문내용의 적합성과 설문문항이 조사대상자들의 특성을 적용 가능한 내용인지를 파악하는데 있다. 조사도구 개발을 위한 예비조사(pilot survey)는 광주지역 고등학교 2개교를 선정하여 스포츠활동 참여 학생 100명, 스포츠활동 비참여 학생 100명 등 총 200명을 대상으로 예비조사를 실시하였다.

### 2) 설문지의 구성

본 연구에 사용된 설문지의 주요 구성은 <표 2>와 같이 배경변인 인구 통계학적 특성에 관한 4개 문항, 종속변인인 정신건강에 관한 39문항, 일탈행동요인에 관한 20개 문항, 독립변인인 스포츠활동 참여요인 12문항 등 총 75개 문항으로 구성하였다.

표 2. 설문지의 구성 지표 및 내용

구성지표	구 성 내 용	문 항 수
인구사회학적 특성	성별, 학년, 학교유형, 월 평균용돈, 학교소재지	4
일탈행동 요인	금지약물, 학교폭력, 가출, 성적일탈, 사이버 일탈	20
정신건강 요인	자기효능, 자아존중감, 자기통제, 우울, 불안, 적대감, 스트레스	39
스포츠활동참여 요인	참여유형, 참여수준, 참여정도, 참여종목	12
총 문 항 수		75

### (1) 인구사회학적 특성 요인

조사대상의 인구통계학적 특성으로는 성별, 학년, 학교유형, 학교소재지 등 4개 질문문항으로 구성하였다( 표2 ).

### (2) 일탈행동 요인

일탈행동 요인은 금지약물, 학교폭력, 가출, 성적일탈, 사이버일탈 등 총 20개 문항으로 구성하였고 측정척도는 Likert 5점 척도로 1. “전혀 없다” 에서 5. “매우 자주 있다” 까지 5단계로 구분하였다.

### (3) 정신건강 변인

정신건강 변인은 자기효능요인(계획을 세우면 반드시 실행할 수 있다, 하기 싫은 일이라도 마칠 때까지 매달린다, 실패한 일에 대해서는 더욱 열심히 노력한다, 일

에 자신이 있다, 실패하면 성공할 때까지 노력한다, 내가 세운 목표를 달성할 수 있다) 6개 문항, 자아존중감요인(실패자로 생각하는 경향이 있다, 자신에 대해 긍정적인 생각을 가지고 있다, 자신에 대해 만족하고 있다, 쓸모없는 사람이라고 느낀다, 좋은 점이라곤 전혀 없다는 생각이 든다) 5개 문항, 자기통제요인(다른 친구들의 놀이나 활동에 끼어들어 참견한다, 일을 성급히 한다, 활동을 할 때 산만해진다, 의견이 다를 때 다투거나 잘 싸운다) 4개 문항, 불안 요인(신경이 예민하고 마음의 안정이 안 된다, 별 이유 없이 깜짝 놀란다, 두려운 느낌이 든다, 가슴이 마구 뛰는, 긴장이 된다, 무슨 일이든지 조급해서 안절부절 한다) 6개 문항으로 구성되었다.

적대감요인은(사소한 일에도 짜증이 난다, 울화가 터진다, 누구를 때리거나 해치고 싶은 충동이 생긴다, 잘 다룬다, 고함을 지르거나 물건을 던지는 일이 있다) 5개 문항이며 우울 요인으로는(의욕이 없고 침울하거나 슬플 때가 있다, 울고 싶을 때가 있다, 안절부절 해서 진정할 수가 없다, 전보다 더 안절부절 한다) 4개 문항, 스트레스요인은(나를 따돌리는 것 같아 속상하다, 무시하는 것 같다, 친구들과 어울리지 못한다, 친구가 나보다는 다른 친구를 좋아해서 속상하다, 친구들과 이야기가 잘 통하지 않는다, 친구들이 나를 놀려 화가 난다, 학원이나 과외활동이 많아 힘들다, 내가 장차 어떤 일을 할 수 있을지 고민이다) 8개 문항으로 총 39개 문항으로 구성되었다. 측정척도는 Likert 5점 척도로 1. “매우 그렇다” 에서 5. “전혀 그렇지 않다” 까지 5단계로 구분하였다.

#### (4) 스포츠활동 참여 요인

스포츠활동 참여 요인은 스포츠활동에 따라 참여유형, 참여수준, 스포츠활동 1회 운동 시 평균 소요시간, 주당 스포츠활동 참여 일수, 하루 중 참여시간, 스포츠활동을 본격적으로 시작한 기간, 현재 참가하고 있는 스포츠활동 종목, 평소 가장 하고 싶은 스포츠 종목, 스포츠활동의 도움여부, 스포츠활동의 도움측면 등 12개 문항으로 구성되어 있다.

### 3) 설문지의 타당도와 신뢰도 검사

#### (1) 설문지의 타당도

본 연구에서 설문내용의 타당성을 제고하기 위하여 적용된 것은 내용 타당도(content validity) 및 구성 타당도(construct validity)로 확인하였다. 내용 타당도는 설문지가 갖추어야 할 기본적인 최소한의 타당도로서, 본 연구자는 관련 연구 분야의 전문가들과 협의를 통해 그 타당성을 확보하였다. 구성 타당도는 측정하고자 하는 속성에 관심을 두고 논리적인 분석과 이론적 체제하에서 가설적 개념들을 평가할 수 있는 적합성에 의해 결정된다. 이러한 구성 타당도를 검증하기 위해 본 연구에서는 탐색적 요인 분석(exploratory factor analysis)을 실시하였다. 아래의 <표 3> 과 <표 4> 는 일탈행동요인, 정신건강요인 문항에 대한 요인분석 결과이다. 요인추출은 주축요인 추출방법을 이용하여 베리맥스(varimax)방법을 사용하여 회전하였다.

<표 3> 은 정신건강 요인에 대한 39문항을 인자 분석하여 인자적재 계수가 0.4 이하인 문항을 제외한 결과 7개 요인에 36개 문항이 채택되었다. 이들의 설명변량은 62.92%로 나타났다. 따라서 7개의 하위요인을 다음과 같이 명명하였다. 요인 1은 문항번호 II-32, 33, 34, 35, 36, 37, 38로 스트레스, 요인 2는 문항번호 II-16, 17, 18, 19, 20, 21로 불안, 요인3은 문항번호 II-22, 23, 24, 25, 26, 27로 적대감, 요인 4는 문항번호 II-1, 2, 3, 4, 5, 6으로 자기효능감, 요인5는 문항번호 II-7, 10, 11로 자아존중감, 요인 6은 문항번호 II-12, 13, 14, 15로 자기 통제, 요인 7은 문항번호 II-28, 29, 30, 31로 우울로 명명하였다.

표 3. 정신건강 요인 문항의 회전된 인자적재 행렬

문항 번호	정신건강 요인						
	스트레스	불안	적대감	자기효능감	자아존중감	자기 통제	우울
II-32	<b>.848</b>	-.083	.151	.075	.098	-.001	-.051
II-33	<b>.819</b>	-.117	.138	.072	.107	-.043	-.057
II-34	<b>.813</b>	-.091	.122	.073	.071	.007	-.031
II-36	<b>.762</b>	-.093	.168	.055	.048	-.045	-.056
II-35	<b>.724</b>	-.089	.117	.035	.049	-.056	-.016
II-37	<b>.685</b>	-.075	.150	.041	.051	-.077	-.051
II-38	<b>.548</b>	.094	.120	-.035	-.053	-.050	-.092
II-20	-.091	<b>.792</b>	-.056	.003	-.070	.084	.109
II-19	-.079	<b>.788</b>	-.017	.013	-.062	.117	.122
II-18	-.090	<b>.745</b>	-.008	-.042	-.129	.164	.112
II-21	-.114	<b>.680</b>	-.052	-.035	-.166	.128	.216
II-17	-.061	<b>.607</b>	-.008	-.043	-.052	.210	.129
II-16	-.054	<b>.524</b>	-.056	.015	-.185	.270	.168
II-25	.116	-.065	<b>.831</b>	.016	.002	-.017	-.014
II-24	.152	-.073	<b>.807</b>	.017	.011	.004	-.023
II-27	.149	-.021	<b>.750</b>	-.013	-.045	-.027	-.105
II-26	.175	.036	<b>.742</b>	.022	-.019	-.071	-.042
II-23	.131	-.052	<b>.740</b>	.021	.058	-.035	-.048
II-22	.158	-.017	<b>.572</b>	.058	.063	-.036	.001
II- 5	.074	-.002	.047	<b>.753</b>	.062	-.014	.025
II- 6	.053	-.043	-.009	<b>.733</b>	.168	.065	-.038
II- 1	.025	-.014	.025	<b>.712</b>	.088	.026	.009
II- 4	.031	-.029	-.008	<b>.685</b>	.196	.061	-.075
II- 3	.032	-.012	.018	<b>.629</b>	.026	-.093	-.010
II- 2	.023	.011	.035	<b>.569</b>	-.078	-.069	.005
II-10	.068	-.180	.063	.116	<b>.755</b>	-.135	-.142
II-11	.119	-.133	-.001	.148	<b>.670</b>	-.138	-.133
II- 7	.067	-.215	-.002	.171	<b>.606</b>	-.133	-.124
II-13	-.038	.212	-.003	-.046	-.162	<b>.627</b>	.048
II-14	-.011	.155	-.056	-.094	-.081	<b>.626</b>	.068
II-12	-.075	.114	-.036	.015	-.053	<b>.525</b>	.104
II-15	-.051	.204	-.041	.069	-.063	<b>.521</b>	.092
II-30	-.128	.407	-.098	-.038	-.124	.156	<b>.751</b>
II-31	-.137	.366	-.116	.021	-.151	.126	<b>.651</b>
II-29	-.090	.307	-.063	-.038	-.211	.180	.495
II-28	-.119	.296	-.034	-.067	-.306	.207	.475
고유값	7.865	4.373	3.429	2.714	1.620	1.525	1.126
분산설명력	21.846	12.148	9.526	7.538	4.500	4.237	3.127
총분산설명력	21.846	33.994	43.521	51.058	55.558	59.794	62.921

〈표 4〉은 일탈행동 요인에 대한 20문항을 인자분석한 결과 인자적재 계수가 0.4 이하인 문항을 제외한 결과 5개 요인에 15문항이 채택되었다. 이들의 설명변량은 63.91%로 나타났다. 따라서 5개의 하위요인을 다음과 같이 명명하였다. 요인 1은 문항번호 1-17, 18, 19, 20으로 사이버 일탈, 요인 2는 문항번호 1-6, 7, 8로 학교 폭력, 요인 3은 문항번호 1-9, 10으로 성적 일탈, 요인 4는 문항번호 1-11, 15, 16으로 가출, 요인 5는 문항번호 1-3, 4, 5로 금지 약물로 명명하였다.

표 4. 일탈행동 요인 문항의 회전된 인자적재 행렬

문항번호	일탈 행동 요인				
	사이버 일탈	학교 폭력	성적 일탈	가 출	금지 약물
I-19	<b>.614</b>	-.160	.161	.077	.041
I-18	<b>.579</b>	-.152	.054	.213	.165
I-17	<b>.510</b>	-.066	.150	.199	.055
I-20	<b>.489</b>	-.093	.020	-.013	-.053
I- 7	-.184	<b>.777</b>	-.127	-.061	-.024
I- 6	-.243	<b>.619</b>	-.148	.047	.011
I- 8	-.062	<b>.541</b>	-.087	-.231	-.009
I-10	.117	-.185	<b>.903</b>	.199	.032
I- 9	.272	-.189	<b>.673</b>	.067	.086
I-16	.208	-.073	.114	<b>.852</b>	.020
I-15	.397	-.087	.081	<b>.503</b>	.027
I-11	-.024	-.284	.274	<b>.465</b>	.317
I- 4	.048	.018	.029	.038	<b>.707</b>
I- 3	.092	-.038	.040	.016	<b>.648</b>
I- 5	-.016	.002	.020	.036	<b>.498</b>
고유값	3.932	1.816	1.451	1.269	1.119
분산설명력	26.216	12.104	9.675	8.457	7.458
총분산설명력	26.216	38.320	47.995	56.452	63.911

## (2) 설문지의 신뢰도

신뢰도는 연구방법을 확립하는데 있어서 고려하여야 할 가장 중요한 요인 중의 하나이다. 따라서 조사대상의 인지적 경험을 측정하는 설문지 조사는 비체계적이고 임의적인 오차를 유발할 여지가 많기 때문에 조사대상자의 인지적 경험에 의존하여 연구의 정보를 얻는 본 연구에서는 설문지의 신뢰도를 검사하는 것이 매우 중요하다. 본 연구에서는 설문지의 신뢰도를 검증하기 위하여 Cronbach  $\alpha$  방법을 이용하였다. <표 7>의 결과에 의하면 본 설문지를 구성하고 있는 변인의 문항간 신뢰도는 각각 .81~.95로 나타나 문항의 신뢰도는 매우 높은 것으로 나타났다.

표 5. 설문지의 신뢰도 검증결과

요 인	하위요인	Cronbach $\alpha$	전체 Cronbach $\alpha$
일탈행동 요인	사이버 일탈	0.90	0.85
	학교폭력	0.85	
	성적일탈	0.81	
	가출	0.80	
	금지약물 복용	0.81	
정신건강 요인	스트레스	0.95	0.91
	불안	0.92	
	적대감	0.91	
	자기 효능	0.91	
	자아존중	0.86	
	자기 통제	0.89	
	우울	0.89	

### 3. 연구 진행 절차

#### 1) 자료 수집

고등학교 청소년들의 스포츠활동 참여가 정신건강과 일탈행동과의 관계를 실증적으로 규명하기 위하여 광주, 전남 지역에 위치한 대도시, 중소도시, 군 지역으로 구분하여 해당 지역 고등학교를 직접 방문하여 연구의 취지를 충분히 설명한 후 교사들의 협조를 받아 실시하였다. 조사대상자인 스포츠활동 참여자와 비참여 고등학교 청소년에게 본 논문에 대한 연구를 하기 위한 동기를 설명하고 질문문항에 대한 내용과 질문의 목적 그리고 기입요령을 설명한 뒤 자기평가기입법(self-administration method)으로 응답하도록 협조를 구한 후 완성된 설문지를 현장에서 회수하였다.

#### 2) 자료 분석

설문지의 응답이 완성된 자료를 회수하여 응답내용이 부실하거나 신뢰도가 없다고 판단되는 자료는 분석 대상에서 제외한 후 분석이 가능하고 유용한 자료를 컴퓨터에 입력시켜 SPSS 10.1 프로그램을 이용하여 다음과 같은 분석방법으로 자료를 분석 처리하였다.

첫째, 조사대상자의 인구사회학적 특성에 따라 스포츠활동 참여 요인, 정신건강 요인 그리고 일탈행동요인에 통계적으로 유의한 차이가 있는가를 분석하기 위해서 t-검정과 일원분산분석(one-way ANOVA)을 실시하였다.

둘째, 스포츠활동 참여 요인이 정신건강요인, 일탈행동 요인에 미치는 영향력을 분석하기 위해서 범주형회귀분석(categorical regression analysis)을 실시하였다.

셋째, 스포츠활동 참가유무에 따른 정신건강 하위요인과 일탈행동 하위요인간의 상관관계를 분석하기 위해서 상관분석(correlation analysis)을 실시하였다.



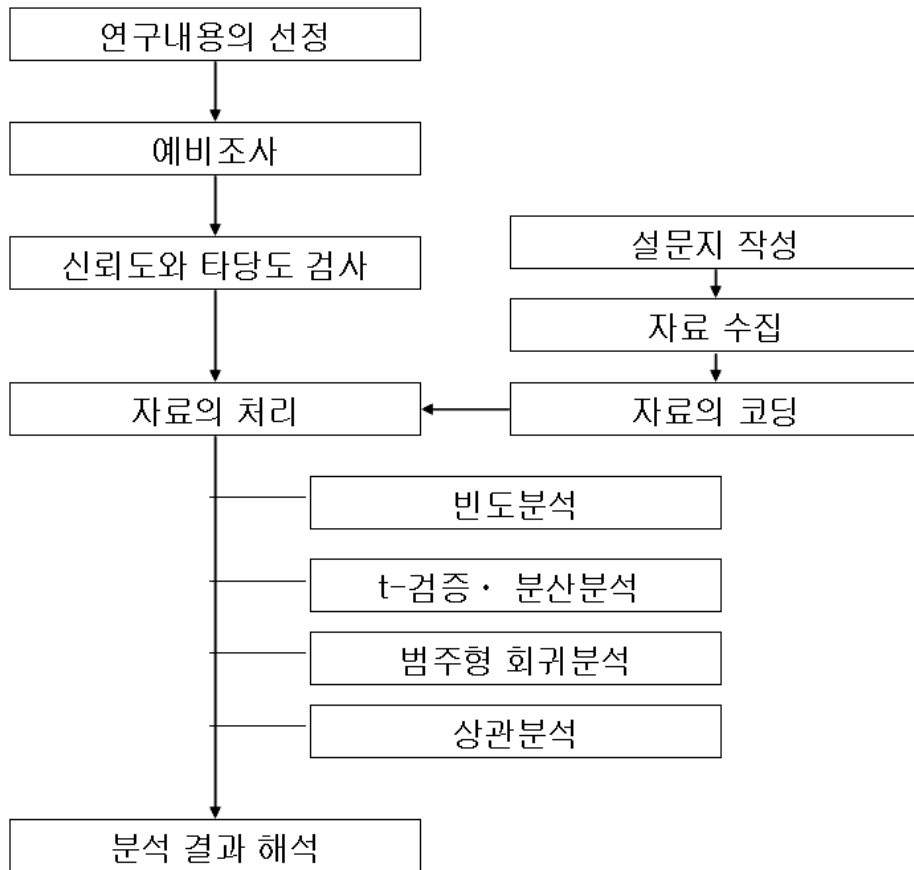


그림 2. 연구절차

## V. 연구 결과

### 1. 인구사회학적 특성에 따른 정신건강과 일탈행동

#### 1) 성별에 따른 정신건강과 일탈행동

아래<표 6>의 고등학교 청소년들의 성별에 따른 정신건강요인에 유의한 차이가 있는가를 알아보기 위해 t-검증을 실시한 결과이다. 정신건강 하위요인의 성별비교에 의하면 적대감, 자기효능, 우울요인 그리고 불안요인에서 유의한 차이가 있었지만 스트레스, 자아존중, 자기통제에서는 차이가 없는 것으로 나타났다.

불안의 경우 남자(M =3.66)가 여자(M =3.55)보다 평균이 높게 나타났고 적대감에서도 남자(M=2.62)가 여자(M=2.35)보다 평균이 높게 나타났다. 자기효능에서는 여자(M=2.93)가 남자(M=2.60)보다 평균이 높게 나타났으며 우울에서는 남자(M=4.06)가 여자(M=3.93)보다 평균이 상대적으로 높게 나타났다. 전반적으로 남학생이 여학생보다 불안, 적대감, 우울 증상이 상대적으로 더 심한 것으로 볼 수 있다.

표 6. 성별에 따른 정신건강의 하위요인 비교

정신건강 하위요인	구분	빈도수 (N)	평균 (M)	표준편차 (S.D)	t 값	p 값
스트레스	남자	635	2.11	1.068	-.165	.869
	여자	576	2.12	.959		
불안	남자	635	3.66	.911	2.199*	.029
	여자	576	3.55	.840		
적대감	남자	635	2.62	1.066	4.558***	.000
	여자	576	2.35	.974		
자기효능	남자	635	2.60	.751	-7.926***	.000
	여자	576	2.93	.685		
자아존중	남자	635	2.38	1.000	-1.783	.075
	여자	576	2.48	.944		
자기통제	남자	635	3.32	.749	-.035	.972
	여자	576	3.32	.691		
우울	남자	635	4.06	.889	2.677**	.008
	여자	576	3.93	.805		

\*\* p < .01, \*\*\* p < .001

아래<표 7>은 고등학교 청소년들의 성별에 따른 일탈행동요인에 유의한 차이가 있는가를 알아보기 위해 t-검증을 실시한 결과이다. 성별비교에 의하면 일탈행동요인 5개의 하위요인 중에서 사이버일탈, 학교폭력, 성적일탈, 가출요인에서 통계적으로 유의한 차이가 나타났으나 금지약물에서는 유의한 차이가 나타나지 않았다.

사이버 일탈의 경우 남자(M =2.57)가 여자(M =1.86)보다 평균이 높게 나타났고, 성적일탈도 남자(M=1.32)가 여자(M=1.09)보다 높으며, 가출에서도 남자(M=1.16)가 여자(M=1.08)보다 평균이 높게 나타났다. 학교폭력의 경우는 반대로 여자(M=4.84)가 남자(M=4.67)보다 평균이 높게 나타나는 특징을 보였다. 전반적으로 여자보다는 남자가 더 높은 평균을 나타내고 있다.

표 7. 성별에 따른 일탈행동의 하위요인 비교

일탈행동 하위요인	구분	빈도수 (N)	평균 (M)	표준편차 (S.D)	t 값	p 값
사이버 일탈	남자	635	2.57	.768	18.273***	.000
	여자	576	1.86	.585		
학교폭력	남자	635	4.67	.570	-5.822***	.000
	여자	576	4.84	.447		
성적일탈	남자	635	1.32	.731	7.502***	.000
	여자	576	1.09	.278		
가출	남자	635	1.16	.427	4.215***	.000
	여자	576	1.08	.246		
금지약물 복용	남자	635	1.04	.255	2.096*	.036
	여자	576	1.02	.103		

\* p < .05, \*\*\* p< .001

## 2) 학년에 따른 정신건강과 일탈행동

아래<표 8 >은 학년에 따른 정신건강에 유의한 차이가 있는가를 검증한 일분산분석 결과이다. 이 결과에 의하면 자기효능감, 자아존중감 요인(p< .001)에서 유의한 차이가 나타났고 스트레스, 불안, 적대감, 자기통제, 우울에서는 유의한 차

이가 나타나지 않는 특징을 보였다.

자기효능요인에서는 2학년의 평균(M=2.84)이 가장 높고 자아존중에서도 2학년의 평균(M=2.52)이 1학년, 3학년 보다 상대적으로 더 높게 나타났다.

표 8. 학년에 따른 정신건강의 하위요인 비교

정신건강 하위요인	구분	빈도수 (N)	평균 (M)	표준편차 (S.D)	F 값	p 값	사후검정 (Tukey)
스트레스	1 학년	393	2.14	.960			
	2 학년	524	2.10	1.043			
	3 학년	294	2.09	1.046			
	합계	1211	2.11	1.017			
불안	1 학년	393	3.62	.863			
	2 학년	524	3.60	.893			
	3 학년	294	3.60	.880			
	합계	1211	3.61	.879			
적대감	1 학년	393	2.47	1.032			
	2 학년	524	2.47	1.022			
	3 학년	294	2.56	1.050			
	합계	1211	2.49	1.032			
자기효능	1 학년	393	2.80	.716	14.128***	.000	1학년, 2학년 ↔ 3학년*
	2 학년	524	2.84	.751			
	3 학년	294	2.57	.713			
	합계	1211	2.76	.738			
자아존중	1 학년	393	2.47	.961	9.775***	.000	1학년, 2학년 ↔ 3학년*
	2 학년	524	2.52	.981			
	3 학년	294	2.22	.950			
	합계	1211	2.43	.974			
자기통제	1 학년	393	3.29	.740	2.482	.084	
	2 학년	524	3.30	.717			
	3 학년	294	3.40	.700			
	합계	1211	3.32	.721			
우울	1 학년	393	3.99	.819			
	2 학년	524	4.00	.898			
	3 학년	294	4.02	.814			
	합계	1211	4.00	.852			

\*\*\* p < .001

아래 <표 9>는 학년에 따른 일탈행동의 하위요인에 유의한 차이가 있는가를 검증한 일원 분산분석 결과이다. 이 결과에 의하면 학교폭력( $p < .05$ ), 사이버 일탈( $p < .001$ ), 성적일탈( $p < .001$ )에서 통계적으로 유의한 차이가 나타났지만 가출과 금지약물복용에서 통계적으로 유의한 차이가 나타나지 않았다.

사이버 일탈에서 3학년( $M=2.36$ )이 평균이 가장 높고, 학교폭력도 3학년( $M=4.82$ )이 평균이 가장 높게 나타났다. 성적일탈의 경우에는 2학년( $M=1.27$ )이 3학년( $M=1.22$ )보다 높게 나타났다. 전체적으로 1학년과 2학년보다 상대적으로 3학년이 일탈행동율이 더 높은 것으로 나타났다.

표 9. 학년에 따른 일탈행동의 하위요인 비교

일탈행동 하위요인	구분	빈도수 (N)	평균 (M)	표준편차 (S.D)	F 값	p 값	사후검정 (Tukey)
사이버 일탈	1 학년	393	2.13	.724	7.400***	.001	1학년, 2학년 ↔ 3학년*
	2 학년	524	2.24	.786			
	3 학년	294	2.36	.798			
	합계	1211	2.23	.774			
학교폭력	1 학년	393	4.75	.538	4.010*	.018	1학년, 2학년 ↔ 3학년*
	2 학년	524	4.71	.558			
	3 학년	294	4.82	.420			
	합계	1211	4.75	.522			
성적일탈	1 학년	393	1.13	.424	7.047***	.001	1학년↔2학년, 3학년*
	2 학년	524	1.27	.645			
	3 학년	294	1.22	.604			
	합계	1211	1.21	.575			
가출	1 학년	393	1.12	.299	.055	.947	
	2 학년	524	1.13	.379			
	3 학년	294	1.12	.379			
	합계	1211	1.12	.355			
금지약물복용	1 학년	393	1.02	.120	1.018	.362	
	2 학년	524	1.04	.268			
	3 학년	294	1.02	.121			
	합계	1211	1.03	.198			

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

### 3) 학교 소재지에 따른 정신건강과 일탈행동

아래<표 10>의 고등학교 소재지에 따른 정신건강 요인에 유의한 차이가 있는가를 알아보기 위한 일원 분산분석 결과이다. 소재지에 따른 정신 건강 요인의 비교에 의하면 적대감, 자아존중(p<.01)에서 통계적으로 유의한 차이가 나타났고 스트레스, 불안, 자기효능, 자기통제, 우울에서는 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다. 적대감과 자아존중에서 중소도시(M=2.62), (M=2.55)등으로 평균이 가장 높게 나타났다.

표 10. 학교 소재지에 따른 정신건강의 하위요인 비교

정신건강 하위요인	구분	빈도수 (N)	평균 (M)	표준편차 (S.D)	F 값	p 값	사후검정 (Tukey)
스트레스	대 도시	409	2.07	1.028	1.462	.232	
	중소도시	385	2.18	1.046			
	군 지역	417	2.09	.977			
	합계	1211	2.11	1.017			
불안	대 도시	409	3.65	.903	1.852	.157	
	중소도시	385	3.54	.896			
	군 지역	417	3.63	.838			
	합계	1211	3.61	.879			
적대감	대 도시	409	2.36	1.010	6.149**	.002	대도시 ↔ 중소도시, 군지역*
	중소도시	385	2.62	1.035			
	군 지역	417	2.50	1.037			
	합계	1211	2.49	1.032			
자기효능	대 도시	409	2.77	.774	1.087	.338	
	중소도시	385	2.79	.696			
	군 지역	417	2.72	.741			
	합계	1211	2.76	.738			
자아존중	대 도시	409	2.33	1.009	5.211**	.006	대도시,군지역 ↔ 중소도시*
	중소도시	385	2.55	.931			
	군 지역	417	2.42	.969			
	합계	1211	2.43	.974			
자기통제	대 도시	409	3.36	.712	1.273	.280	
	중소도시	385	3.33	.702			
	군 지역	417	3.28	.748			
	합계	1211	3.32	.721			
우울	대 도시	409	4.05	.853	2.565	.077	
	중소도시	385	3.92	.875			
	군 지역	417	4.03	.827			
	합계	1211	4.00	.852			

\*\* p< .01

아래<표 11>은 고등학교 소재지에 따른 일탈행동 요인에 유의한 차이가 있는가를 알아보기 위한 일원 분산분석 결과이다. 소재지에 따른 비교에 의하면 일탈행동 5개의 하위요인 중에서 사이버 일탈( $p<.05$ ) 학교폭력( $p<.01$ ), 성적일탈( $p<.001$ )요인에서 유의한 차이가 나타났다. 사이버일탈에서는 중소도시( $M=2.31$ )가 학교폭력에서는 중소도시( $M=4.78$ ), 군 지역( $M=4.78$ ), 성적일탈에서는 중소도시( $M=1.28$ )에서 평균이 가장 높게 나타났다. 가출과 금지약물에서는 소재지에 따라 일탈행동에 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다. 사이버일탈과 학교폭력, 성적일탈에서 중소도시가 대도시, 군 지역보다 평균이 더 높은 것으로 나타났다.

표 11. 학교 소재지에 따른 일탈행동의 하위요인 비교

일탈행동 하위요인	구분	빈도수 (N)	평균 (M)	표준편차 (S.D)	F 값	p 값	사후검정 (Tukey)
사이버 일탈	대 도시	409	2.24	.798	4.302*	.014	대도시, 군지역 ↔ 중소도시*
	중소도시	385	2.31	.792			
	군 지역	417	2.15	.726			
	합계	1211	2.23	.774			
학교폭력	대 도시	409	4.69	.611	4.646**	.010	대도시↔ 군지역, 중소도시*
	중소도시	385	4.78	.460			
	군 지역	417	4.78	.476			
	합계	1211	4.75	.522			
성적일탈	대 도시	409	1.25	.602	10.253***	.000	대도시, 중소도시 ↔ 군지역*
	중소도시	385	1.28	.689			
	군 지역	417	1.11	.388			
	합계	1211	1.21	.575			
가출	대 도시	409	1.14	.371	2.380	.093	
	중소도시	385	1.14	.408			
	군 지역	417	1.09	.275			
	합계	1211	1.12	.355			
금지약물 복용	대 도시	409	1.02	.184	.471	.625	
	중소도시	385	1.03	.241			
	군 지역	417	1.03	.166			
	합계	1211	1.03	.198			

\*  $p < .05$ , \*\*  $p < .01$ , \*\*\*  $p < .001$

#### 4) 학교 유형에 따른 정신건강과 일탈행동

아래<표 12>는 학교유형에 따른 정신건강에 유의한 차이가 있는가를 검증한 일원 분산분석 결과이다. 이 결과에 의하면 스트레스, 자아존중, 자기통제를 제외한 불안, 적대감, 자기효능, 우울에서 통계적으로 유의한 차이가 나타났다. 불안에서는 남녀공학(M=3.66)이 상대적 평균이 가장 높게 나타났고, 적대감은 남자고등학교(M=2.77)에서 자기효능은 여자고등학교(M=2.92), 우울에서는 남녀공학(M=4.06)이 평균이 가장 높게 나타났다.

표 12. 학교유형에 따른 정신건강의 하위요인 비교

정신건강 하위요인	구분	빈도수 (N)	평균 (M)	표준편차 (S.D)	F 값	p 값	사후검정 (Tukey)
스트레스	남자고등학교	169	2.25	1.142	1.904	.149	
	여자고등학교	410	2.09	.956			
	남녀공학	632	2.09	1.019			
	합계	1211	2.11	1.017			
불안	남자고등학교	169	3.63	.901	5.517**	.004	남자고등학교, 남녀공학 ↔ 여자고등학교*
	여자고등학교	410	3.49	.850			
	남녀공학	632	3.66	.886			
	합계	1211	3.61	.879			
적대감	남자고등학교	169	2.77	1.065	13.791***	.000	남자고등학교 ↔ 남녀공학, 여자고등학교*
	여자고등학교	410	2.31	.894			
	남녀공학	632	2.54	1.084			
	합계	1211	2.49	1.032			
자기효능	남자고등학교	169	2.59	.703	16.322***	.000	여자고등학교, 남녀공학 ↔ 남자고등학교*
	여자고등학교	410	2.92	.659			
	남녀공학	632	2.71	.778			
	합계	1211	2.76	.738			
자아존중	남자고등학교	169	2.35	.988	1.524	.218	
	여자고등학교	410	2.49	.953			
	남녀공학	632	2.41	.984			
	합계	1211	2.43	.974			
자기통제	남자고등학교	169	3.32	.715	.038	.963	
	여자고등학교	410	3.31	.650			
	남녀공학	632	3.32	.767			
	합계	1211	3.32	.721			
우울	남자고등학교	169	4.04	.866	4.936**	.007	남자고등학교, 남녀공학 ↔ 여자고등학교*
	여자고등학교	410	3.90	.798			
	남녀공학	632	4.06	.877			
	합계	1211	4.00	.852			

\*\* p< .01, \*\*\* p< .00



아래<표 13>은 학교유형에 따른 일탈행동에 유의한 차이가 있는가를 검증한 일원 분산분석 결과이다. 이 결과에 의하면 일탈행동의 하위요인 중에서 금지약물 복용을 제외한 사이버일탈(  $p < .001$ ), 학교폭력(  $p < .001$ ), 성적일탈(  $p < .001$ ), 가출(  $p < .05$ )요인에서 유의한 차이가 나타났고, 사이버일탈은 남자고등학교(M=2.65), 학교폭력은 여자고등학교(M=4.84), 성적일탈은 남녀공학(M=1.27), 가출은 남자고등학교(M=1.17)에서 평균이 가장 높게 나타났다.

표 13. 학교유형에 따른 일탈행동의 하위요인 비교

일탈행동 하위요인	구분	빈도수 (N)	평균 (M)	표준편차 (S.D)	F 값	p 값	사후검정 (Tukey)
사이버 일탈	남자고등학교	169	2.65	.750	71.471***	.000	남자고등학교, 남녀공학 ↔ 여자고등학교*
	여자고등학교	410	1.91	.586			
	남녀공학	632	2.33	.809			
	합계	1211	2.23	.774			
학교폭력	남자고등학교	169	4.75	.442	10.063***	.000	남자고등학교, 여자고등학교 ↔ 남녀공학*
	여자고등학교	410	4.84	.446			
	남녀공학	632	4.69	.578			
	합계	1211	4.75	.522			
성적일탈	남자고등학교	169	1.24	.713	11.395***	.000	남자고등학교, 남녀공학 ↔ 여자고등학교*
	여자고등학교	410	1.10	.310			
	남녀공학	632	1.27	.651			
	합계	1211	1.21	.575			
가출	남자고등학교	169	1.17	.362	3.520*	.030	남자고등학교, 남녀공학 ↔ 여자고등학교*
	여자고등학교	410	1.09	.275			
	남녀공학	632	1.13	.395			
	합계	1211	1.12	.355			
금지약물 복용	남자고등학교	169	1.03	.165	1.814	.163	
	여자고등학교	410	1.01	.087			
	남녀공학	632	1.04	.251			
	합계	1211	1.02	.198			

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

## 2. 스포츠활동 참여 형태에 따른 정신건강과 일탈행동 요인간의 차이

### 1) 스포츠활동 참가유무에 따른 정신건강과 일탈행동

아래 <표 14> 는 스포츠활동 참가 유무에 따라 정신건강에 유의한 차이가 있는  
가를 알아보기 위한 t-검정을 실시한 결과이다. 이 결과에 의하면 자기효능, 자아존  
중감 요인에서 통계적으로 유의한 차이가 나타났고 스트레스, 불안, 적대감, 자기통  
제, 우울에서는 유의한 차이가 나타나지 않았다.

표 14. 스포츠활동 참가 유무에 따른 정신건강의 하위요인 비교

정신건강하 위요인	구분	빈도수 (N)	평균 (M)	표준편차 (S.D)	t 값	p 값
스트레스	예	679	2.07	1.012	-1.711	.087
	아니오	532	2.17	1.021		
불안	예	679	3.63	.887	1.036	.300
	아니오	532	3.58	.870		
적대감	예	679	2.49	1.001	-.227	.821
	아니오	532	2.50	1.071		
자기효능	예	679	2.65	.722	-5.857***	.000
	아니오	532	2.90	.737		
자아존중	예	679	2.35	.979	-3.325***	.001
	아니오	532	2.53	.959		
자기통제	예	679	3.32	.717	.059	.953
	아니오	532	3.32	.728		
우울	예	679	4.04	.847	1.733	.083
	아니오	532	3.95	.857		

\*\*\* p < .001

아래 <표 15> 는 스포츠활동 참가 유무에 따라 일탈행동에 유의한 차이가 있는가를 알아보기 위한 t-검정을 실시한 결과이다. 이 결과에 의하면 단지 사이버일탈 ( $p < .001$ )에서 통계적으로 유의한 차이가 나타났고 이를 제외한 4개의 하위요인 모두에서 통계적으로 유의한 차이가 나타나지 않는 특징을 보였다.

표 15. 스포츠활동 참가 유무에 따른 일탈행동의 하위요인 비교

일탈행동하 위요인	구분	빈도수 (N)	평균 (M)	표준편차 (S.D)	t 값	p 값
사이버 일탈	예	679	2.34	.764	5.331***	.000
	아니오	532	2.10	.767		
학교폭력	예	679	4.74	.508	-.662	.508
	아니오	532	4.76	.540		
성적일탈	예	679	1.23	.590	1.066	.287
	아니오	532	1.19	.555		
가출	예	679	1.13	.344	1.114	.266
	아니오	532	1.11	.368		
금지약물 복용	예	679	1.03	.221	-.182	.856
	아니오	532	1.03	.165		

\*\*\*  $p < .001$

## 2) 스포츠활동 참여 유형에 따른 정신건강과 일탈행동

아래 <표 16> 은 스포츠활동 참여 유형에 따른 정신건강에 유의한 차이가 있는가를 검증한 일원 분산분석 결과이다. 이 결과에 의하면 우울에서만 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 우울에서 스포츠활동 참여 유형 “대인“ 일 때 상대적으로 평균(M=4.23)이 가장 높게 나타나는 특징을 보였다.

표 16. 스포츠활동 참여 유형에 따른 정신건강의 하위요인 비교

정신건강 하위요인	구 분	빈도수 (N)	평균 (M)	표준편차 (S.D)	F 값	p 값	사후검정 (Tukey)
스트레스	개인	367	2.11	.995	1.474	.230	
	대인	60	2.17	1.113			
	단체	254	1.98	1.009			
	합계	681	2.07	1.012			
불안	개인	367	3.60	.883	.778	.460	
	대인	60	3.75	.871			
	단체	254	3.64	.894			
	합계	681	3.63	.886			
적대감	개인	367	2.50	.978	.394	.674	
	대인	60	2.38	1.049			
	단체	254	2.50	1.021			
	합계	681	2.49	1.000			
자기 효능	개인	367	2.69	.739	.881	.415	
	대인	60	2.66	.816			
	단체	254	2.67	.674			
	합계	681	2.65	.723			
자아존중	개인	367	2.35	.999	.013	.987	
	대인	60	2.36	1.021			
	단체	254	2.34	.942			
	합계	681	2.35	.979			
자기 통제	개인	367	3.31	.704	.571	.565	
	대인	60	3.41	.760			
	단체	254	3.32	.723			
	합계	681	3.32	.716			
우울	개인	367	3.97	.876	3.462*	.032	대인 ↔ 개인, 단체*
	대인	60	4.23	.704			
	단체	254	4.10	.824			
	합계	681	4.04	.846			

\* p < .05

아래 <표 17> 은 스포츠활동 참여 유형에 따른 일탈행동에 유의한 차이가 있는가를 검증한 일원 분산분석 결과이다. 이 결과에 의하면 3개의 집단 즉, “개인”, “대인”, “단체”의 형태로 구분하여 검증한 결과 사이버일탈( $p < .001$ )과 학교폭력( $p < .05$ )에서 유의한 차이가 나타났다. 그러나 성적일탈, 가출, 금지약물복용에서는 유의한 차이가 나타나지 않았다. 사이버일탈 요인에서 스포츠활동 참여 유형 “단체” 일 때 상대적으로 평균( $M=2.47$ )이 높게 나타나는 특징을 보였다. 학교폭력에서는 “개인” 일 때 평균( $M=4.79$ )이 가장 높게 나타났다.

표 17. 스포츠활동 참여 유형에 따른 일탈행동의 하위요인 비교

일탈행동 하위요인	구분	빈도수 (N)	평균 (M)	표준편차 (S.D)	F 값	p 값	사후검정 (Tukey)
사이버 일탈	개인	367	2.24	.744	7.264***	.001	개인 ↔ 대인, 단체*
	대인	60	2.41	.810			
	단체	254	2.47	.763			
	합계	681	2.34	.764			
학교폭력	개인	367	4.79	.454	3.546*	.029	개인 ↔ 대인, 단체*
	대인	60	4.66	.619			
	단체	254	4.70	.546			
	합계	681	4.74	.508			
성적일탈	개인	367	1.19	.508	1.976	.139	
	대인	60	1.22	.599			
	단체	254	1.29	.707			
	합계	681	1.23	.598			
가출	개인	367	1.13	.343	.524	.592	
	대인	60	1.18	.461			
	단체	254	1.13	.319			
	합계	681	1.13	.346			
금지약물 복용	개인	367	1.04	.291	1.605	.202	
	대인	60	1.01	.043			
	단체	254	1.01	.082			
	합계	681	1.03	.220			

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

### 3) 스포츠활동 참여 수준에 따른 정신건강과 일탈행동

아래 <표 18> 은 스포츠활동 참여 수준에 따라 정신건강에 유의한 차이가 있는가를 알아보기 위한 t-검증을 실시한 결과이다. 이 결과에 의하면 모든 하위요인에서 통계적으로 유의한 차이가 나타나지 않는 특징을 보였다.

표 18. 스포츠활동 참여 수준에 따른 정신건강의 하위요인 비교

정신건강 하위요인	구 분	빈도 (N)	평균 (M)	표준편차 (S.D)	t 값	p 값
스트레스	조직적	154	1.99	1.037	1.057	.304
	비조직적	527	2.09	1.004		
	합계	681	2.07	1.012		
불안	조직적	154	3.63	.941	.000	.996
	비조직적	527	3.63	.870		
	합계	681	3.63	.886		
적대감	조직적	154	2.49	.976	.004	.948
	비조직적	527	2.49	1.008		
	합계	681	2.49	1.000		
자기 효능	조직적	154	2.62	.709	.575	.449
	비조직적	527	2.67	.727		
	합계	681	2.65	.723		
자아존중	조직적	154	2.36	.995	.005	.943
	비조직적	527	2.35	.975		
	합계	681	2.35	.979		
자기 통제	조직적	154	3.29	.819	.459	.498
	비조직적	527	3.33	.683		
	합계	681	3.32	.716		
우울	조직적	154	4.12	.894	1.954	.163
	비조직적	527	4.02	.831		
	합계	681	4.04	.846		

아래 <표 19> 는 스포츠활동 참여 수준(조직적 참여, 비조직적 참여)에 따라 일탈행동에 유의한 차이가 있는가를 알아보기 위한 t-검증을 실시한 결과이다. 이 결과에 의하면 단지 사이버일탈(p < .05)과, 성적일탈(p < .01)에서 통계적으로 유의한 차이가 나타났고 이를 제외한 3개의 하위요인에서는 통계적으로 유의한 차이가 나타나지 않았다. 사이버일탈과 성적일탈에서 “참가경험” 일 때 대체적으로 평균이 높게 나타났다.

표 19. 스포츠활동 참여 수준에 따른 일탈행동의 하위요인 비교

일탈행동 하위요인	구 분	빈도수 (N)	평균 (M)	표준편차 (S.D)	t 값	p 값
사이버 일탈	조직적	154	2.455	.868	4.614*	.032
	비조직적	527	2.304	.728		
	합계	681	2.34	.764		
학교폭력	조직적	154	4.71	.592	.808	.369
	비조직적	527	4.75	.480		
	합계	681	4.74	.508		
성적일탈	조직적	154	1.34	.782	7.421**	.007
	비조직적	527	1.20	.529		
	합계	681	1.23	.598		
가 출	조직적	154	1.17	.423	2.529	.112
	비조직적	527	1.12	.320		
	합계	681	1.13	.346		
금지약물 복용	조직적	154	1.02	.115	.068	.794
	비조직적	527	1.03	.243		
	합계	681	1.03	.220		

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

#### 4) 스포츠활동 참여 강도에 따른 정신건강과 일탈행동

아래 <표 20> 은 스포츠활동 참여 강도에 따라 정신건강의 하위요인에 유의한 차이가 있는가를 검증한 일원 분산분석 결과이다. 이 결과에 의하면 불안과 자아존중감이 ( $p < .05$ ) 수준에서 유의한 차이가 나타났으며 자기효능감과 우울에서는 ( $p < .01$ ) 수준에서 유의한 차이가 나타났다. 불안에서는 스포츠활동소요시간이 2시간 이상 일 때 평균( $M=3.81$ )이 가장 높게 나타났고 자기효능감에서는 30분미만 일 때 ( $M=2.87$ ), 자아존중감에서도 30분미만 일 때 평균( $M=2.52$ )이 가장 높게 나타났다. 우울에서는 2시간 이상 일 때 평균( $M=4.14$ )이 가장 높게 나타났다.

표 20. 스포츠활동 참여 강도에 따른 정신건강의 하위요인 비교

정신건강 하위요인	구 분	빈도수 (N)	평균 (M)	표준편차 (S.D)	F 값	p 값	사후검정 (Tukey)
스트레스	30분 미만	126	2.13	.964	.492	.688	
	30분이상~1시간미만	279	2.10	1.028			
	1시간이상~2시간미만	203	2.01	1.010			
	2시간 이상	73	2.02	1.043			
	합계	681	2.07	1.012			
불안	30분 미만	126	3.42	.853	3.584*	.014	①,②,③ ↔ ④
	30분이상~1시간미만	279	3.63	.899			
	1시간이상~2시간미만	203	3.69	.828			
	2시간 이상	73	3.81	.996			
	합계	681	3.63	.886			
적대감	30분 미만	126	2.61	.989	2.083	.101	
	30분이상~1시간미만	279	2.39	.945			
	1시간이상~2시간미만	203	2.48	1.012			
	2시간 이상	73	2.65	1.157			
	합계	681	2.49	1.000			
자기효능	30분 미만	126	2.87	.776	9.433***	.000	①, ② ↔ ③, ④
	30분이상~1시간미만	279	2.71	.693			
	1시간이상~2시간미만	203	2.54	.671			
	2시간 이상	73	2.40	.758			
	합계	681	2.65	.723			
자아존중	30분 미만	126	2.52	.960	2.850*	.037	① ↔ ②,③,④
	30분이상~1시간미만	279	2.38	.973			
	1시간이상~2시간미만	203	2.21	.962			
	2시간 이상	73	2.30	1.041			
	합계	681	2.35	.979			
자기통제	30분 미만	126	3.28	.637	1.608	.186	
	30분이상~1시간미만	279	3.29	.723			
	1시간이상~2시간미만	203	3.34	.695			
	2시간 이상	73	3.47	.852			
	합계	681	3.32	.716			
우울	30분 미만	126	3.78	.890	5.227***	.001	① ↔ ②,③,④
	30분이상~1시간미만	279	4.07	.815			
	1시간이상~2시간미만	203	4.12	.792			
	2시간 이상	73	4.14	.954			
	합계	681	4.04	.846			

\* p < .05, \*\*\* p < .001, ①: 30분미만, ② : 30분이상 ~ 1시간미만,  
③ : 1 ~2시간미만, ④ : 2시간 이상

아래<표 21>은 스포츠활동 참여 정도 중 참여 강도에 따른 일탈행동에 유의한 차이가 있는가를 검증한 일원 분산분석 결과이다. 이 결과에 의하면 스포츠활동 참여강도에 따른 비교에서 사이버일탈(p < .001), 성적일탈(p < .001), 가출(p < .05) 에



서 유의한 차이가 나타났으며 스포츠활동 참여 강도는 소요시간이 2시간 이상일 때 평균이 가장 높게 나타나는 특징을 보였다.

표 21. 스포츠활동 참여 강도에 따른 일탈행동의 하위요인 비교

일탈행동 하위요인	구분	빈도수 (N)	평균 (M)	표준편차 (S.D)	F 값	p 값	사후검정 (Tukey)
사이버 일탈	30분 미만	126	2.21	.747	7.820***	.000	①,②↔ ③,④
	30분이상~1시간미만	279	2.25	.717			
	1시간이상~2시간미만	203	2.43	.777			
	2시간 이상	73	2.65	.823			
	합계	681	2.34	.764			
학교폭력	30분 미만	126	4.77	.485	2.240	.082	
	30분이상~1시간미만	279	4.91	.485			
	1시간이상~2시간미만	203	4.71	.513			
	2시간 이상	73	4.63	.594			
	합계	681	4.74	.508			
성적일탈	30분 미만	126	1.15	.425	6.032***	.000	↔ ①,②,③ ④
	30분이상~1시간미만	279	1.18	.541			
	1시간이상~2시간미만	203	1.25	.635			
	2시간 이상	73	1.49	.845			
	합계	681	1.23	.598			
가출	30분 미만	126	1.10	.242	2.675*	.046	↔ ①,②,③ ④
	30분이상~1시간미만	279	1.14	.320			
	1시간이상~2시간미만	203	1.11	.305			
	2시간 이상	73	1.23	.600			
	합계	681	1.13	.346			
금지약물 복용	30분 미만	126	1.03	.123	.948	.417	
	30분이상~1시간미만	279	1.02	.213			
	1시간이상~2시간미만	203	1.02	.103			
	2시간 이상	73	1.07	.474			
	합계	681	1.03	.220			

\* p < .05, \*\*\* p < .001, ①: 30분미만, ② : 30분이상~1시간미만,  
③ : 1 ~2시간미만, ④ : 2시간 이상

### 5) 스포츠활동 참여 빈도에 따른 정신건강과 일탈행동

아래 <표 22> 는 스포츠활동 참여 빈도에 따라 정신건강에 유의한 차이가 있는가를 검증한 일원 분산분석 결과이다. 이 결과에 의하면 스포츠활동 참여빈도에 따

른 정신건강에서는 자기효능과 자아존중에서만 유의한 차이가 나타났다. 이를 제외한 스트레스, 불안, 적대감, 자기통제, 우울의 하위요인 모두에서 통계적으로 유의한 차이가 나타나지 않는 특징을 보였다.

표 22. 스포츠활동 참여 빈도에 따른 정신건강의 하위요인 비교

정신건강 하위요인	구 분	빈도수 (N)	평균 (M)	표준편차 (S.D)	F 값	p 값	사후검정 (Tukey)
스트레스	1 일	127	2.00	.912	.797	.496	
	2 일	173	2.14	1.091			
	3 ~ 4일	192	2.11	1.069			
	5일 이상	189	2.01	.939			
	합계	681	2.07	1.012			
불안	1 일	127	3.56	.885	1.250	.291	
	2 일	173	3.59	.870			
	3 ~ 4일	192	3.61	.855			
	5일 이상	189	3.73	.929			
	합계	681	3.63	.886			
적대감	1 일	127	2.59	1.058	.725	.537	
	2 일	173	2.49	.977			
	3 ~ 4일	192	2.48	.947			
	5일 이상	189	2.43	1.035			
	합계	681	2.49	1.000			
자기효능	1 일	127	2.80	.741	3.888**	.009	1일, 2일 ↔ 3~4일, 5일 이상*
	2 일	173	2.70	.695			
	3 ~ 4일	192	2.65	.733			
	5일 이상	189	2.53	.708			
	합계	681	2.65	.723			
자아존중	1 일	127	2.59	.926	4.592**	.003	1일 ↔ 2일, 3~4일, 5일 이상*
	2 일	173	2.41	.961			
	3 ~ 4일	192	2.28	1.034			
	5일 이상	189	2.20	.944			
	합계	681	2.35	.979			
자기통제	1 일	127	3.32	.680	1.185	.314	
	2 일	173	3.26	.683			
	3 ~ 4일	192	3.39	.694			
	5일 이상	189	3.30	.786			
	합계	681	3.32	.716			
우울	1 일	127	3.90	.903	1.549	.201	
	2 일	173	4.04	.843			
	3 ~ 4일	192	4.10	.826			
	5일 이상	189	4.07	.827			
	합계	681	4.04	.846			

\*\* p < .01

아래 <표 23> 은 스포츠활동 참여 빈도에 따라 일탈행동에 유의한 차이가 있는가를 검증한 일원 분산분석 결과이다. 이 결과에 의하면 참여빈도에 따른 일탈행동은 가출에서만 유의한 차이가 나타났으며, 사이버 일탈, 학교폭력, 성적일탈, 금지약물 복용의 하위요인 모두에서 통계적으로 유의한 차이가 나타나지 않은 특징을 보였다.

표 23. 스포츠활동 참여 빈도에 따른 일탈행동의 하위요인 비교

일탈행동 하위요인	구 분	빈도수 (N)	평균 (M)	표준편차 (S.D)	F 값	p 값	사후검정 (Tukey)
사이버 일탈	1 일	127	2.32	.866	.393	.758	
	2 일	173	2.31	.691			
	3 ~ 4일	192	2.33	.720			
	5일 이상	189	2.39	.800			
	합계	681	2.34	.764			
학교폭력	1 일	127	4.79	.453	.987	.398	
	2 일	173	4.73	.554			
	3 ~ 4일	192	4.77	.487			
	5일 이상	189	4.70	.518			
	합계	681	4.74	.508			
성적일탈	1 일	127	1.18	.544	.566	.638	
	2 일	173	1.24	.564			
	3 ~ 4일	192	1.22	.564			
	5일 이상	189	1.27	.692			
	합계	681	1.23	.598			
가출	1 일	127	1.18	.489	2.671*	.047	1일, 5일 이상 ↔ 2일, 3~4일*
	2 일	173	1.08	.176			
	3 ~ 4일	192	1.12	.248			
	5일 이상	189	1.16	.421			
	합계	681	1.13	.346			
금지약물 복용	1 일	127	1.02	.105	.767	.513	
	2 일	173	1.012	.079			
	3 ~ 4일	192	1.03	.256			
	5일 이상	189	1.04	.309			
	합계	681	1.03	.220			

\* p < .05

## 6) 스포츠활동 참여 기간에 따른 정신건강과 일탈행동

아래 <표 24> 는 스포츠활동 참여 기간에 따라 정신건강에 유의한 차이가 있는가를 검증한 일원 분산분석 결과이다. 이 결과에 6개의 하위요인을 제외하고 자기

효능에서만 통계적으로 유의한 차이가 나타났으며 참여 기간이 1년 이하 일때 가장 높은 평균(M=2.77)이 나타나고 있다.

표 24. 스포츠활동 참여 기간에 따른 정신건강의 하위요인 비교

정신건강 하위요인	구 분	빈도수 (N)	평균 (M)	표준편차 (S.D)	F 값	p 값	사후검정 (Tukey)
스트레스	1년 이하	357	2.11	1.027	.768	.512	
	2 ~ 3년	113	2.05	1.019			
	4 ~ 6년	105	1.94	1.004			
	7 ~ 8년	106	2.09	.960			
	합계	681	2.07	1.012			
불안	1년 이하	357	3.66	.835	.828	.478	
	2 ~ 3년	113	3.58	.857			
	4 ~ 6년	105	3.69	.978			
	7 ~ 8년	106	3.53	.984			
	합계	681	3.63	.886			
적대감	1년 이하	357	2.46	1.011	.969	.407	
	2 ~ 3년	113	2.63	.989			
	4 ~ 6년	105	2.49	.995			
	7 ~ 8년	106	2.42	.979			
	합계	681	2.49	1.000			
자기효능	1년 이하	357	2.77	.718	6.344***	.000	1년 이하 ↔ 2~3년, 4~6년, 7~8년*
	2 ~ 3년	113	2.57	.686			
	4 ~ 6년	105	2.50	.653			
	7 ~ 8년	106	2.52	.787			
	합계	681	2.65	.723			
자아존중	1년 이하	357	2.37	.964	.070	.976	
	2 ~ 3년	113	2.34	1.031			
	4 ~ 6년	105	2.33	.969			
	7 ~ 8년	106	2.33	.995			
	합계	681	2.35	.979			
자기통제	1년 이하	357	3.32	.703	1.279	.281	
	2 ~ 3년	113	3.25	.706			
	4 ~ 6년	105	3.43	.664			
	7 ~ 8년	106	3.28	.808			
	합계	681	3.32	.716			
우울	1년 이하	357	4.04	.797	1.786	.148	
	2 ~ 3년	113	4.07	.823			
	4 ~ 6년	105	4.16	.897			
	7 ~ 8년	106	3.89	.964			
	합계	681	4.04	.846			

\*\*\* p < .001

아래 <표 25> 는 스포츠활동 참여 기간에 따라 일탈행동에 유의한 차이가 있는가를 검증한 일원 분산분석 결과이다. 이 결과에 의하면 사이버일탈과 학교폭력에 서만 유의한 차이가 나타났을 뿐 성적일탈, 가출, 금지약물복용에 대해서는 유의한 차이가 나타나지 않는 특징을 보였다.

표 25. 스포츠활동 참여 기간에 따른 일탈행동의 하위요인 비교

일탈행동 하위요인	구 분	빈도수 (N)	평균 (M)	표준편차 (S.D)	F 값	p 값	사후검정 (Tukey)
사이버 일 탈	1년 이하	357	2.24	.723	6.073***	.000	1년 이하 , 2~3년, 4~6년 ↔ 7~8년*
	2 ~ 3년	113	2.37	.808			
	4 ~ 6년	105	2.40	.772			
	7 ~ 8년	106	2.58	.787			
	합계	681	2.34	.764			
학교폭력	1년 이하	357	4.80	.459	3.065*	.027	1년 이하 , 2~3년, 4~6년 ↔ 7~8년*
	2 ~ 3년	113	4.71	.526			
	4 ~ 6년	105	4.65	.567			
	7 ~ 8년	106	4.69	.565			
	합계	681	4.74	.508			
성적일탈	1년 이하	357	1.18	.491	1.689	.168	
	2 ~ 3년	113	1.29	.731			
	4 ~ 6년	105	1.30	.656			
	7 ~ 8년	106	1.25	.697			
	합계	681	1.23	.598			
가 출	1년 이하	357	1.12	.316	1.614	.185	
	2 ~ 3년	113	1.16	.372			
	4 ~ 6년	105	1.11	.255			
	7 ~ 8년	106	1.19	.469			
	합계	681	1.13	.346			
금지약물 복 용	1년 이하	357	1.01	.085	1.425	.234	
	2 ~ 3년	113	1.05	.326			
	4 ~ 6년	105	1.03	.123			
	7 ~ 8년	106	1.06	.399			
	합계	681	1.03	.220			

\* p < .05, \*\*\* p < .001

### 3. 스포츠활동 참여 정도와 정신건강

아래의 <표 26> - <표 37>는 고등학교 청소년들의 스포츠활동 참여 정도에 따른 범주형 회귀분석(categorical regression analysis) 결과이다. 범주형 회귀분석은 독립변수들이 연속형이 아니라 범주형일 때 종속변수를 독립변수로 설명하고 예측하기 위한 분석방법이다. 이 결과는 정신건강의 하위요인과 일탈행동의 하위요인 각각을 종속변수로 스포츠활동을 독립변수로 간주하였다.

아래의 표 26 - 표 32 결과에 의하면 정신건강의 하위요인 중에서 스트레스와 적대감을 제외한 불안, 자기효능, 자아존중 자기통제 그리고 우울요인은 소요시간, 참여일수, 참여 기간에 통계적으로 유의한 영향을 받는 것으로 나타났다.

불안에서는 소요시간과 참여 기간이 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났는데 특히, 소요시간은 불안에 가장 큰 영향을 미치는 것으로 나타났다.

아래의<표 26>은 스포츠활동 참여 정도에 따른 정신건강의 하위요인인 스트레스에 대한 범주형 회귀분석을 실시한 결과이다. 이 결과에 의하면 소요시간, 참여일수 그리고 참여 기간은 유의한 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다.

표 26. 정신건강에 대한 범주형 회귀분석 (스트레스)

	표준화 계수		F	중요도	공차한계	
	B	표준오차			변환 후	변환 전
소요시간	-.033	.041	.657	.478	.866	.849
참여일수	-.029	.040	.543	.328	.910	.899
참여기간	-.025	.040	.376	.224	.920	.935

**F 값=.740, p 값 =.528, R 제곱 = .057**

아래의<표 27>은 스포츠활동 참여 정도에 따른 정신건강의 하위요인인 불안에 대한 범주형 회귀분석을 실시한 결과이다. 이 결과에 의하면 소요시간과 참여기간이 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 특히, 소요시간이 불안에 가장 큰 영향

을 미치는 것으로 볼 수 있다.

표 27. 정신건강에 대한 범주형 회귀분석 (불안)

	표준화 계수		F	중요도	공차한계	
	B	표준오차			변환 후	변환 전
소요시간	-.110	.040	7.553	.807	.903	.849
참여일수	-.015	.040	.142	.050	.914	.899
참여기간	-.052	.039	1.828	.138	.968	.935
<i>F</i> 값=3.363, <i>p</i> 값 =.018, R 제곱 = .121						

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

아래의<표 28>은 스포츠활동 참여 정도에 따른 정신건강의 하위요인인 적대감에 대한 범주형 회귀분석을 실시한 결과이다. 이 결과에 의하면 소요시간, 참여 일수가 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났으며 참여 기간은 유의한 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다.

표 28. 정신건강에 대한 범주형 회귀분석 (적대감)

	표준화 계수		F	중요도	공차한계	
	B	표준오차			변환 후	변환 전
소요시간	-.060	.040	2.332	.514	.933	.849
참여일수	-.054	.039	1.885	.414	.951	.899
참여기간	-.018	.039	.214	.057	.981	.935
<i>F</i> 값=2.011, <i>p</i> 값 =.111, R 제곱 = .094						

\*  $p < .05$

아래의<표 29>는 스포츠활동 참여 정도에 따른 정신건강의 하위요인인 자기효

능감에 대한 범주형 회귀분석을 실시한 결과이다. 이 결과에 의하면 소요시간, 참여일수, 참여 기간 모두가 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났고 소요시간이 자기효능감에 가장 큰 영향을 미치는 것으로 나타났다.

표 29. 정신건강에 대한 범주형 회귀분석 (자기효능감)

	표준화 계수		F	중요도	공차한계	
	B	표준오차			변환 후	변환 전
소요시간	.136	.040	11.251	.468	.850	.849
참여일수	.093	.039	5.613	.212	.904	.899
참여기간	.120	.039	9.572	.323	.925	.935
<i>F 값=13.332, p 값 =.000, R 제곱 = .236</i>						

\*\* p < .01, \*\*\* p< .001

아래의<표 30>은 스포츠활동 참여정도에 따른 정신건강의 하위요인인 자아존중감에 대한 범주형 회귀분석을 실시한 결과이다. 이 결과에 의하면 참여기간을 제외한 소요시간과 참여 일수가 자아존중감에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났는데 그 중 참여 일수가 가장 큰 영향을 미치는 것으로 나타났다.

표 30. 정신건강에 대한 범주형 회귀분석 (자아존중감)

	표준화 계수		F	중요도	공차한계	
	B	표준오차			변환 후	변환 전
소요시간	.083	.041	4.186	.340	.876	.849
참여일수	.120	.039	9.188	.641	.924	.899
참여기간	.033	.039	.728	.014	.945	.935
<i>F 값=6.110, p 값 =.000, R 제곱 = .162</i>						

\* p < .05, \*\* p< .01



아래의<표 31>는 스포츠활동 참여 정도에 따른 정신건강의 하위요인인 자기통제에 대한 범주형 회귀분석을 실시한 결과이다. 이 결과에 의하면 소요시간, 참여일수, 참여 기간이 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 특히, 소요시간이 자기통제에 가장 큰 영향을 미치는 것으로 나타났다.

표 31 정신건강에 대한 범주형 회귀분석 (자기통제)

	표준화 계수		F	중요도	공차한계	
	B	표준오차			변환 후	변환 전
소요시간	.108	.041	7.041	.774	.889	.849
참여일수	.046	.040	1.314	.048	.910	.899
참여기간	.055	.039	1.958	.151	.954	.935
<i>F</i> 값=2.724, <i>p</i> 값 =.043, R 제곱 = .109						

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

아래의<표 32>는 스포츠활동 참여 정도에 따른 정신건강의 하위요인인 우울에 대한 범주형 회귀분석을 실시한 결과이다. 이 결과에 의하면 소요시간, 참여 일수, 참여 기간 모두에서 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났는데 특히, 소요시간이 우울에 가장 큰 영향을 미치는 것으로 볼 수 있다.

표 32. 정신건강에 대한 범주형 회귀분석 (우울)

	표준화 계수		F	중요도	공차한계	
	B	표준오차			변환 후	변환 전
소요시간	-.152	.039	15.344	.655	.953	.849
참여일수	-.041	.039	1.132	.085	.959	.899
참여기간	-.101	.038	7.168	.259	.992	.935
<i>F</i> 값=8.172, <i>p</i> 값 =.000, R 제곱 = .187						

\*  $p < .05$ , \*\*  $p < .01$ , \*\*\*  $p < .001$

#### 4. 스포츠활동 참여 정도와 일탈행동

아래의<표 33>은 고등학교 청소년들의 스포츠활동 참여 정도에 따른 일탈행동의 하위요인인 사이버 일탈에 대한 범주형 회귀분석을 실시한 결과이다. 이 결과에 의하면 소요시간과 참여 기간이 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났는데 특히, 소요시간은 사이버 일탈의 가장 큰 영향을 미치는 것으로 나타났다.

표 33. 일탈행동에 대한 범주형 회귀분석 (사이버 일탈)

	표준화 계수		F	중요도	공차한계	
	B	표준오차			변환 후	변환 전
소요시간	-.153	.039	15.693	.567	.938	.849
참여일수	-.014	.038	.135	.011	.981	.899
참여기간	-.129	.038	11.317	.422	.956	.935
<i>F 값</i> =11.698, <i>p 값</i> =.000, R 제곱 = .222						

\*\*\*  $p < .001$

아래의<표 34>는 스포츠활동 참여정도에 따른 일탈행동의 하위요인인 학교폭력에 대한 범주형 회귀분석을 실시한 결과이다. 이 결과에 의하면 학교폭력에서는 소요시간, 참여 일수, 참여 기간이 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났는데 특히, 스포츠 참여 기간은 학교폭력에 가장 큰 영향을 미치는 것으로 나타났다.

표 34. 일탈행동에 대한 범주형 회귀분석 (학교폭력)

	표준화 계수		F	중요도	공차한계	
	B	표준오차			변환 후	변환 전
소요시간	-.097	.040	5.801	.458	.891	.849
참여일수	-.041	.039	1.114	.096	.933	.899
참여기간	-.101	.039	6.744	.450	.948	.935
<i>F 값</i> =6.299, <i>p 값</i> =.000, R 제곱 = .165						

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

아래의<표 35>는 스포츠활동 참여 정도에 따른 일탈행동의 하위요인인 성적일탈에 대한 범주형 회귀분석을 실시한 결과이다. 이 결과에 의하면 소요시간과 참여 기간이 유의한 영향을 미치는 특징을 보였다. 특히, 성적일탈에 가장 큰 영향을 미치는 것은 소요시간으로 나타났다.

표 35. 일탈행동에 대한 범주형 회귀분석 (성적일탈)

	표준화 계수		F	중요도	공차한계	
	B	표준오차			변환 후	변환 전
소요시간	-.149	.039	14.625	.820	.941	.849
참여일수	-.005	.038	.019	.005	.982	.899
참여기간	-.058	.039	2.250	.177	.954	.935
<i>F 값=6.867, p 값 =.000, R 제곱 = .172</i>						

\*\* p < .01, \*\*\* p< .001

아래의<표 36>은 스포츠활동 참여 정도에 따른 일탈행동의 하위요인인 가출에 대한 범주형 회귀분석을 실시한 결과이다. 이 결과에 의하면 소요시간, 참여 일수, 참여 기간이 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 성적일탈에서와 마찬가지로 소요시간이 가장 큰 영향을 미치는 것으로 나타났다.

표 36. 일탈행동에 대한 범주형 회귀분석 (가출)

	표준화 계수		F	중요도	공차한계	
	B	표준오차			변환 후	변환 전
소요시간	-.131	.038	11.667	.523	.974	.849
참여일수	-.119	.038	9.672	.402	.986	.899
참여기간	-.039	.038	1.074	.071	.987	.935
<i>F 값=7.087, p 값 =.000, R 제곱 = .174</i>						

\*\* p < .01, \*\*\* p< .001

아래의 <표 37>은 스포츠활동 참여 정도에 따른 일탈행동의 하위요인인 금지약물복용에 대한 범주형 회귀분석을 실시한 결과이다. 이 결과에 의하면 소요시간, 참여일수, 참여 기간이 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났고 소요시간이 금지약물 복용에 가장 큰 영향을 미치는 것으로 나타났다.

표 37 일탈행동에 대한 범주형 회귀분석 (금지약물)

	표준화 계수		F	중요도	공차한계	
	B	표준오차			변환 후	변환 전
소요시간	-.065	.039	2.734	.450	.953	.849
참여일수	-.041	.039	1.119	.184	.969	.899
참여기간	-.061	.039	2.501	.365	.982	.935
<b>F 값=2.619, p 값 =.050, R 제곱 = .107</b>						

\*\* p < .01

## 5. 스포츠활동 유무에 따른 정신건강과 일탈행동의 상관관계

아래의 <표 38>—<표 39>는 고등학교 청소년들의 스포츠활동유무에 따라 일탈행동요인의 하위요인과 정신건강 요인의 하위요인간의 상관관계를 분석한 결과이다.

일탈행동의 하위요인간의 상관관계에서는 스포츠활동보다는 스포츠 비 활동에서 대체적으로 인과관계가 상대적으로 강하게 나타났는데 이는 고등학생의 스포츠활동이 일탈행동에 영향을 미치는 것으로 볼 수 있다. 사이버 일탈과 다른 하위 일탈행동과의 상관관계에서는 스포츠활동의 유무에 관계없이 모두 통계적으로 유의한 관계를 나타냈는데 사이버 일탈 - 학교폭력 간에는 음의 상관관계, 사이버 일탈 - 성적일탈, 사이버 일탈 - 가출, 사이버 일탈 - 금지약물 복용 간에는 양의 상관관계를 나타내는 특징을 보였다. 이는 스포츠활동의 유무에 관계없이 사이버 일탈이 많을수록 학교폭력을 행사한 경험은 적은 반면, 성적일탈, 가출 그리고 금지약물복용 횟수는 보다 많은 것으로 볼 수 있다. 특히, 사이버 일탈과 가출 간에는 가장 강한 상관관계가 나타나는 특징을 보였는데(스포츠활동의 상관계수=.375, 스포츠

비 활동의 상관계수 =.462) 이는, 고등학생들이 가출을 하는 경우 다른 일탈행동보다 사이버 일탈을 가장 많이 행하는 것으로 볼 수 있다.

정신건강의 하위요인간의 상관관계에서는 스포츠활동과 스포츠 비 활동인 경우에서 대체적으로 비슷한 상관관계가 나타났지만 자기 효능감과 자아존중에서는 다른 하위요인과의 관계에서 스포츠 비 활동인 경우보다 스포츠활동인 경우에서 상대적으로 강한 상관관계를 나타냈다. 이는 스포츠활동을 통한 자기 효능감과 자아 존중감의 향상은 정신건강의 향상에 도움이 되는 것을 의미하는 것으로 볼 수 있다.

표 38. 스포츠활동 참가시 일탈행동과 정신건강의 하위요인간의 상관계수

	사이버 일탈	학교 폭력	성적 일탈	가 출	금지 약물	스트 레스	불 안	적대감	자기 효능	자아 존중	자기 통제	우 울
사이버 일탈	1	-.274**	.281**	.375**	.087*	.067	-.072	.203**	-.180**	.029	-.197**	-.054
학교 폭력		1	-.360**	-.188**	-.025	-.070	.039	-.114**	.125**	-.044	.179**	.052
성적 일탈			1	.276**	.166**	-.047	-.053	.084*	-.142**	-.006	-.092*	-.062
가 출				1	.169**	.057	-.105**	.096*	-.100**	.029	-.137**	-.137**
금지 약물					1	.021	-.026	.017	-.001	-.025	-.009	-.032
스트 레스						1	-.224**	.339**	.140**	.230**	-.152**	-.218**
불 안							1	-.132**	-.085*	-.401**	.398**	.607**
적대감								1	.056	.111**	-.138**	-.164**
자기 효능									1	.258**	-.080*	-.138**
자아 존중										1	-.298**	-.475**
자기 통제											1	.350**
우 울												1

\* p < 0.05, \*\* p < 0.01

표 39. 스포츠활동 비참가시 일탈행동과 정신건강의 하위요인간의 상관계수

	사이버 일탈	학교 폭력	성적 일탈	가출	금지 약물	스트 레스	불안	적대감	자기 효 능	자아 존중	자기 통제	우울
사이버 일탈	1	-.407**	.419**	.462**	.139**	.055	-.063	.175**	-.035	.031	-.173**	-.103*
학교 폭력		1	-.355**	-.335**	-.068	.018	.054	-.097*	.020	-.023	.179**	.075
성적 일탈			1	.396**	.006	-.017	.001	.069	-.085	-.043	-.020	-.051
가출				1	.059	.069	-.061	.060	-.086*	.002	-.088*	-.141**
금지 약물					1	-.022	-.136**	.021	-.058	.083	-.201**	-.138**
스트 레스						1	-.216**	.335**	.069	.155**	-.123**	-.316**
불안							1	-.089*	-.020	-.336**	.435**	.584**
적대감								1	.059	.033	-.058	-.196**
자기 효능									1	.222**	-.009	-.026
자아 존중										1	-.312**	-.420**
자기 통제											1	.420**
우울												1

\* p < 0.05, \*\* p < 0.01

## VI. 논 의

이 연구에서는 고등학교 청소년들의 스포츠활동 참여가 정신건강과 일탈행동에 미치는 영향 요인에 관한 선행 연구결과와 가설적 연구 모형을 기초로 하여 스포츠활동 참여에 따른 정신건강과 일탈행동의 관계를 실증적으로 규명하는데 목적을 두고 있다.

앞장에서 분석한 결과를 중심으로 첫째, 인구사회학적 특성에 따른 정신건강과 일탈행동과의 차이, 둘째, 스포츠활동 참여 형태에 따른 정신건강과 일탈행동과의 차이, 셋째, 스포츠활동 참여에 따른 정신건강과의 관계, 넷째, 스포츠활동 참여에 따른 일탈행동과의 관계, 다섯째, 고등학교 청소년들의 스포츠활동 유무에 따라 정신건강과 일탈행동 하위요인에서 상관관계 등에 대한 논의는 다음과 같다.

### 1. 인구사회학적 특성에 따른 정신건강과 일탈행동

본 연구에서 설정한 가설 I의 검증결과에 의하면 고등학교 청소년들의 스포츠활동 참여에 따른 정신건강과 일탈행동은 성별, 학년, 학교소재지, 학교형태 등의 선행변인에 각 집단 간 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 보다 구체적으로 <표 6>-<표 13>에서 보는 바와 같이 중요타자와 함께 스포츠활동에 참가하는 남자 고등학생들이 정신건강이나 일탈행동에 여자 고등학생들 보다 더 높은 영향을 보이는 것으로 나타났다. 그러나 정신건강 하위요인에서 스트레스, 자아존중, 자기통제에서는 스포츠활동에 참가하는 남녀 모두에서 영향을 받지 않은 것으로 나타났다.

한편 학년에 따른 정신건강의 경우 자기효능과 자아존중에서  $p < .000$ 에서 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 일탈행동의 경우 가출과 금지약물 복용 요인을 제외한 사이버일탈, 학교폭력, 성적일탈 요인에서 일탈행동에 영향을 받은 것으로 나타났다. 특이하게 학년이 높을수록 일탈행동이 높은 것으로 나타났는데 이는 3학년이 입시에 대한 부담감 그리고 실업계 고등학생들의 경우 취업에 대한 부담감이 가중되어 이를 극복하지 못하고 일탈행동으로 표출되는 것으로 사료된다. 이처럼 중요타자와 함께 스포츠활동에 참가하는 고등학생들의 정신건강과 일탈행동이 독자적으로 참가하는 고등학생들에 비해 일탈행동이 적은 이유는 많은 학생들이 가

족이나 친구와 스포츠활동에 참가하여 서로에게 대화의 장이나 정신적으로 불안감이나 심리적 부적응 등에 효과적으로 대처하고 있기 때문인 것으로 사료된다.

한편 고등학교 청소년들의 스포츠활동 참가 정도는 정신건강과 일탈행동에 긍정적인 관계가 있는 것으로 나타났다. 즉 고등학생들이 스포츠활동에 참여한 기간이 오래되었다 하더라도 참가자가 해당 스포츠활동에 매력이나 적극성을 띠지 못하고 수동적 혹은 소극적으로 참가하는 경우에는 스포츠활동 참가의 효과를 극대화할 수 없음을 의미한다.

홍성도·김지혜(2004)는 남녀별로 일탈행동을 하게 되는 원인이 다른 이유로 남학생의 경우, 불안감 등 부정적 정서를 해소하기 위해 일시적인 일탈행동을 표출하는 경우가 많은 반면 여학생들은 자신에 대한 부정적인 평가 및 사고가 일탈행동을 일으키는 주요한 요인으로 조사됐다. 구체적인 성별 특징을 보면, 남학생은 일탈행동을 직접 행동으로 옮기는 점수가 여학생에 비해 월등히 높다는 것이다. 예를 들어 고교 2년생의 경우, 남학생 비행 평균점수가 25.49점인데 비해 여학생은 9.43점으로 남학생이 실제로 행동하는 비율이 여학생에 비해 약 1.7배나 높은 것으로 조사됐다. 남학생의 경우, 가벼운 일탈행동에 대해서는 사회적으로 관대한 것도 일탈행동을 증가시키는 요인이고, 이와 비교해 여학생의 경우 일탈행동은 남학생에 비해 사회적으로 제재를 많이 받기 때문에 횡수는 남학생에 비해 절대적으로 적은 것으로 나타나 본 연구의 결과를 지지해 주고 있다.

성별에 따른 정신건강요인에서는 남학생이 여학생보다 높게 나타났으며 불안, 적대감, 우울에서 남자가 평균이 높게 나타났고, 자기효능감에서만 여자가 남자보다 평균이 높게 나타났다. 유의수준은 적대감, 자기효능, 우울, 불안 요인에서 유의한 차이가 나타났다. 전체적인 정신건강요인의 평균에 있어서 여학생보다는 남학생이 상대적으로 더 높은 평균을 나타내고 있어 불안, 적대감, 우울 증상이 상대적으로 더 심한 영향을 받는 것으로 볼 수 있다. 이는 성별에 따른 정신건강요인의 차이를 명확하게 구분하여 제시하기는 쉽지 않지만 남자와 여자는 정신건강요인에 대한 발달과제를 각기 다르게 수행해 나가는 것으로 생각된다.

청소년들의 성적일탈의 원인은 기성사회의 성문화 자체가 공식적으로는 성에 대하여 이야기하거나 다루는 것을 터부시하고 꺼리는 금기 문화적 성격을 띠고 있고, 비공식적으로는 매매춘 등 음성적인 퇴폐향락적인 탐닉문화가 자리 잡고 있는 등 기성사회 성문화의 이중구조로부터 청소년들이 직접적인 영향을 받는데 있다고 볼



수 있다. 이러한 상황 아래서 청소년들에게 적절한 성교육이 제대로 이루어지고 있지 못하며, 성충동을 자극하는 입시 스트레스의 증가와 성적 음란물의 접촉기회 증가 현상과 또 성적 욕구와 충동을 건전하게 해소할 수 있는 다양한 취미활동 및 스포츠활동의 시간과 기회의 부족 등이 오늘날 청소년들의 건강하고 생산적인 성문화의 조성을 어렵게 하고 있다(최윤진, 2000).

가출은 남자고등학교에서 평균이 높게 나타났다. 가출은 해마다 증가추세에 있는데 이러한 가출이나 비행 등으로 지난 2004년 한 해 동안 학교를 떠난 광주·전남 지역 중·고등학생들이 모두 1900명에 이르고 있다. 이들 가운데 65% 가량은 끝내 학교에 돌아가지 않는 것으로 전망되고 있어 대책마련이 필요하다 할 수 있다(광주일보 2005. 1. 26). 가출은 그 자체가 문제행동이기도 하지만 가출로 인한 제 2차적인 문제행동이 발생할 수 있는 가능성이 크므로 그에 대한 대책 또한 중요하다고 생각된다.

결론적으로 스포츠활동에 참가한 정도가 높은 학년일수록 적극적이고 활동적인 신체활동을 통하여 정신건강과 일탈행동에서 오는 고립감이나 단절감을 극복할 수 있을 뿐만 아니라 생활 외적 활동에 집중적으로 시간과 노력을 투자함으로써 학교 생활에 적응할 수 있는 심리적, 신체적 준비를 하는 기회를 마련할 수 있다.

## 2. 스포츠활동 참여 형태에 따른 정신건강과 일탈행동

본 연구에서 설정한 가설Ⅱ의 검증결과에 의하면 “스포츠활동 참여 형태에 따른 정신건강과 일탈행동 요인과의 차이가 있을 것이다”의 검증 결과에 의하면 스포츠활동 참여 유형과 참여수준 그리고 참여정도에서 각 요인 간에 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 보다 구체적으로 <표 16>-<표 25>에서 보는 바와 같이

스포츠활동 참여 유형에 따른 정신건강 요인에서는 우울에서 스포츠활동 참여유형이 ‘대인’일 때 평균이 높게 나타났으며 7개의 하위 요인 중에서 우울에서만 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다.

Berger & Owen(1998)은 스포츠활동에 참여함으로써 원만한 인간관계를 형성하고 긍정적인 사회관을 함양하여 보다 심리·정서적으로 안정된 생활을 영위해 나갈 수 있다고 하였으며, 친밀감·자기수용성·감정적 유대증진·우울증 감소와 밀접한 관련이 있다고 하여 본 연구의 결과를 직·간접적으로 지지해 주고 있다.

스포츠활동 참여 수준에 따른 정신건강 요인에서는 모든 하위 요인에서 유의한 차이가 나타나지 않는 특징을 보였다. 이는 참여 수준에 따라서는 정신건강에 영향을 크게 받지 않는다는 것을 의미한다고 여겨진다.

스포츠활동 참여 수준에 따른 일탈행동 요인에서는 사이버일탈과 성적일탈에서 스포츠활동 참여가 '참가경험'일 때 대체적으로 평균이 높게 나타났다.

스포츠활동 참여 유형에 따른 일탈행동요인에서의 사이버일탈은 스포츠활동 참여유형이 '단체'일 때, 학교폭력에서는 '개인'일 때 평균이 높게 나타나는 특징을 보였으며 사이버일탈과 학교폭력에서만 유의한 차이를 보였다.

사이버일탈에서 스포츠활동 참여유형이 '단체'일 때 유의한 영향을 미치는데 이에 대해 Fox(1988)는 스포츠활동에 참여함으로써 자신의 체력이 좋아졌다고 생각하거나 스포츠활동을 통해 단체의 소속감 및 대인관계의 형성이 좋아졌다는 결과를 도출하였고, 이철화(1995)는 단체 스포츠활동 참여는 동료들 간의 우의증진과 단체 활동을 통한 소속감을 형성한다고 하여 본 연구의 결과를 지지해 주고 있다. 청소년들은 단체운동을 통하여 구성원들 간의 친밀성과 목표지향성을 높이고 사회적 지지를 통하여 미래의 자기 가치를 추구해야 할 것이라고 생각된다.

학교폭력에서 스포츠활동 참여 유형이 '개인'일 때 유의한 차이를 보이는데 이에 대해 염두승(2003)은 개인 스포츠활동에 참여하는 청소년들이 개인운동을 통해 자신의 의지, 능력, 재능 등을 표출한다고 하여 본 연구에서 나타난 결과를 지지해 주고 있다.

위와 같은 내용을 고찰해 볼 때 고등학교 청소년들이 스포츠활동에 참여할 때 체계적이고 교육적인 지도에 의한 참여가 이루어진다면 청소년의 일탈수준도 낮아지고, 심신이 건강한 청소년으로 성장하게 될 것이라고 생각된다.

스포츠활동 참여 강도에 따른 정신건강 요인에서는 불안, 자아존중감, 자기효능감, 우울에서 유의한 차이를 보였으며 불안과 우울에서는 소요시간이 2시간 이상일 때, 자기효능감과 자아존중감에서는 30분 미만일 때 평균이 높게 나타났다.

청소년들이 스포츠활동과 같은 신체활동을 통하여 육체의 동적인 움직임을 경험한다는 것은 그 자체가 억압으로부터 탈출한다는 상징적인 의미를 갖게 되는데, 스포츠활동이 바로 정신적 억압인 불안과 우울로부터 벗어나는 공간을 제공해 주는 것이다. 따라서 청소년들을 위한 건전한 스포츠활동 참여의 기회 제공은 그들의 활동 상황에 있어서 중요한 영역을 차지하고 있는 것으로 여겨진다.

스포츠활동 참여 빈도에 따른 일탈행동의 하위요인 검증 결과 가출에서 유의한 차이가 나타났지만 사이버일탈, 학교폭력, 성적일탈, 금지약물복용에서는 유의한 차이가 나타나지 않는 특징을 보였다.

스포츠활동 참여 강도에 따른 일탈행동 요인에서는 소요시간이 2시간 이상일 때 높은 평균을 나타냈고, 일탈행동 하위 요인 중에서의 사이버일탈, 성적일탈, 가출이 유의한 차이를 보였다.

스포츠활동 참여의 강도는 특정 개인이 스포츠활동에 직접 참여한 개입 또는 몰입의 정도를 알아보는 변인으로 응답자가 1회 스포츠활동 참여에 소요되는 시간(분)을 의미한다(강진홍, 1997). 일탈행동요인에서 스포츠활동에 참여한 소요시간이 2시간 이상일 때 평균이 높게 나타나는 것으로 보아 청소년들의 일탈행동을 억제하는데 스포츠활동이 대안적인 행동임을 알 수 있다. 스포츠활동은 발달시기에 있는 청소년기에 다양한 신체적·정신적·사회적 발달을 촉진시키는 역할을 수행한다고 할 수 있다. 즉, 스포츠활동은 현대사회에서 사회 문제화 되고 있는 청소년 일탈행동을 예방하고, 방지하는데 효과적인 활동으로 인정됨으로써 교육현장에서 뿐만 아니라 사회전반에 걸쳐 정책적으로 장려되어야 할 것으로 생각된다.

스포츠활동 참여 빈도는 응답자가 현재 스포츠활동에 얼마나 자주 참여하고 있는가를 의미한다(임변장, 1995). 정신건강 요인에서는 자기효능감과 자아존중감에서 유의한 차이를 보였다. 자기효능감은 직접적 또는 매개적인 과정을 통하여 청소년들의 생활만족도 형성 및 학업성취, 일탈행동, 그리고 우울증 등 다양한 행동 및 심리적 특성들에 영향을 미치며 후속하는 대처행동에 결정적인 역할을 한다(문병기2002). 또한 자아존중감은 자신이 어떤 것을 할 수 있고, 중요하며, 성공할 수 있고, 가치 있다고 믿는 정도를 나타내며 자기가 자기 자신을 가치로운 한 개인으로서 공경하는 마음을 갖는 동시에 자기를 긍정적으로 수용하는 것을 의미한다(이경숙, 1991).

표내숙(1998)은 신체적 자기효능감이 높은 여고생은 신체적 자기 효능감이 낮은 여고생에 비해 자아존중감이 높다고 밝혔다. 신체적 자기효능감이 높은 자는 운동과제와 관련하여 불안 정도가 낮은 반면에 자아 개념이 높다고 주장하여 본 연구의 결과를 직·간접적으로 지지해 주고 있다.

청소년들이 범하게 되는 많은 반사회적 행위 가운데 최근에 이르러 자주 거론되는 것 중 하나가 가출이다. 청소년 가출은 청소년의 특성상 일시적이고 우발적으로

발생할 수 있는 문제라기보다는 성장하는 청소년 자신의 장래와 관련된 것으로 여러 요인이 복합적으로 작용하여 발생한다고 볼 수 있다. 스포츠활동 참여가 가출에 영향을 미치는 것으로 나타났는데 지속적으로 스포츠에 참가할 경우, 스포츠 자체가 내포하고 있는 유익한 성과를 얻을 수 있다. Curtis, McTeer 및 White(1999)가 제안한 것처럼 청소년의 스포츠 참가는 청소년기 일탈행동인 가출뿐만 아니라, 성인의 일탈 및 범죄를 예방하는 사회 안전관 기능을 담당한다고 할 수 있다.

스포츠활동 참여기간에 따른 정신건강 요인에 있어서 자기효능감에서만 유의한 차이를 보였는데 이에 대해 윤제량(1992)은 규칙적인 스포츠활동은 불안감을 감소시킬 뿐만 아니라 인내력을 발달시키며 자기효능감을 증진시켜 정신적 건강에 유익하다고 하여 본 연구의 결과를 뒷받침해 주고 있음을 알 수 있다.

스포츠활동 참여 기간에 따른 일탈행동의 하위 요인 검증 결과 사이버일탈과 학교폭력에서 유의한 차이를 보였으며 성적일탈, 가출, 금지약물복용에서는 유의한 차이가 나타나지 않는 특징을 보였다. 이에 대해 서희진(2003)은 “청소년의 스포츠 참여와 또래관계 및 일탈행동의 관계”의 연구에서 스포츠활동에 일정 시간 꾸준히 참여하는 경우가 또래관계 개선에 긍정적인 영향을 미치고 있음을 나타내었다. 또한 특정 스포츠활동에 참여 기간이 길수록 성인행동의 조기 모방, 기존사회의 가치에 대한 저항, 왜곡된 성행동, 잠재적 일탈행동 억제에 긍정적인 영향을 미친다고 하여 본 연구의 결과를 지지해 주고 있다.

### 3. 스포츠활동 참여 정도와 정신건강

<가설Ⅳ> “스포츠활동 참여는 정신건강에 영향을 미칠 것이다”의 검증결과 스트레스요인을 제외한 불안, 적대감, 자기효능, 자아존중감, 자기통제, 우울 요인에서 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다.

스트레스 요인에서는 스포츠활동 참여정도 모두가 유의한 영향이 미치지 않는 특징을 보였다. 선행연구 결과 권이중(1992)은 오늘날 청소년은 자주 변화하는 교육정책, 입시위주의 교육제도, 높은 경쟁률, 고학력위주의 사회풍토, 지나친 교육열과 가족의 과잉기대 등으로 인해 과도한 입시 스트레스를 받고 있다고 하였다. 김용복(2001)의 연구에서는 청소년들은 성적과 시험에서 가장 많은 스트레스를 받는 것으로 보인다고 하였다.

이경희(1996)는 청소년의 스트레스 극복 및 완화 방법으로 소극적 대처방법이 아닌 스포츠활동과 같은 적극적인 대처 방법이 활용되어야 한다고 제안하였다. 또한 김의수(1993)는 스포츠활동은 그 자체가 하나의 스트레스와 자극으로서 신체적, 정신적 피로를 초래함에도 불구하고 일상생활에서 축적된 신체적, 정신적 스트레스를 해소시켜 주는 효과적인 방법으로 이용되고 있으며 이는 생리적인 효과뿐만 아니라 심리적인 만족을 제공하여 심신의 조화를 촉진시키는 효과가 크다. 따라서 스트레스에 대한 스포츠활동 참여의 직접적인 효과는 신체활동을 통해 에너지를 발산 시킴으로써 인간의 기본적 욕구인 활동 욕구를 충족시키며, 심신의 정화(카타르시스)를 경험하게 한다고 하였으나 본 연구결과에서는 그 영향력이 미미한 것으로 나타났다.

불안요인에서는 스포츠활동 소요시간과 참여기간에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났는데 특히 소요시간에서 정신건강의 하위 요인 중 가장 큰 영향을 미치는 것으로 나타났다.

Blumenthal(1982)은 10주간 스포츠활동 프로그램에 참여한 집단과 좌업성 활동 집단의 사전·사후 정서 상태를 검사한 결과 실험 집단이 통제 집단에 비해 부정적인 요인인 특성 및 상태불안이 유의하게 감소된 경향을 나타냈다고 보고하였다. 또한 Pauley(1982)역시 스포츠활동 프로그램에 참여한 남녀 피험자를 대상으로 14주간 연구한 결과 불안 수준이 스포츠활동 프로그램이 진행되는 동안 서서히 감소된다고 보고하였다. 규칙적이고 지속적인 스포츠활동 참여는 불안을 감소시키며 불안에 대한 정신적 장애를 치료하는데 큰 효과가 있다는 연구 결과들이 많이 보고되고 있다. 신영균(1998)은 스포츠 참가를 통해 신체활동의 욕구와 정신적인 스트레스를 해소하기 때문에 스포츠활동 참여에 적극적일수록 불안해소가 높으며, 스포츠활동 참여가 많을수록 불안해소가 높다고 하여 본 연구에서 나타난 결과를 지지해 주고 있다.

적대감 요인에서는 소요시간과 참여일수에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 최근 우리 사회에서는 청소년의 폭력, 충동살인 등이 부모나 친구 등 주변사람들을 대상으로 빈번히 발생하고 있으며 청소년의 타인에 대한 적대적 행동이 급속하게 증가되고 흉포화 되고 있는 추세이다.

변보기, 강석기(2002)는 적대감을 가진 사람은 상대방과 나쁜 관계를 맺으며 냉소와 공격성을 드러내고, 자신의 분노를 잘 처리하지 못하며, 이러한 감정들이 점

점 더 거듭되거나 지속된다면 상대적으로 공격적인 행동으로 나타나게 된다고 하였다.

서봉연(1984)은 적절한 적대감을 갖는 데는 자기의 적대감을 인식하고 경험하여야 한다는 점과, 자기가 가지고 있는 적대감이 사실 근거가 있는가를 알아보는, 소위 현실검토가 필요하다는 점의 두 단계가 있다고 지적한다. 적대감을 오래 눌러둔다는 것은 그것이 의식적이든 무의식적이든, 적절하든 부적절하든, 결코 건전한 증표라고 할 수 없으므로 적대감은 적절한 방법으로 노출·해소되어야 한다고 말하고 있다.

적대감의 해소책은 규칙적인 스포츠활동 참여라 생각된다. 스포츠활동은 개인의 신체적 건강뿐만 아니라 스트레스를 해소시키고 우울증이나 불안감을 감소시키며 정신적인 안정을 도모하여 정신 건강의 변화에 긍정적으로 영향을 주기 때문에 적대감 역시도 스포츠활동을 통해서 해소되리라 여겨진다.

자기효능감 요인에서는 스포츠활동 참여정도 모두에서 유의한 영향을 미치며 소요시간에서 가장 큰 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이에 대해 홍선옥(1996)은 수영프로그램에 참가한 여학생이 참가하지 않은 일반학생들보다 신체적 자기효능감이 높았다고 보고하였으며, 표내숙과 한남익(1998)은 뽀름을 성공적으로 넘은 경험을 가진 학생들이 넘지 못한 학생들보다 신체적 자기효능감이 높았다고 보고하였다.

청소년의 스포츠활동 참여는 긍정적인 가치와 태도, 사회적 생활 기술을 습득케 하고, 개인의 객관적 신체능력을 높임으로써 신체능력에 대한 자기지각에 긍정적 변화를 일으켜 이것이 이차적인 자기능력 평가인 주관적 신체능력 감을 상승시킨다(Sallo et al., 1997; Sonstroem, 1978). 따라서 신체적·정신적 발육발달이 왕성한 시기인 청소년기의 스포츠활동 참여는 건전한 자아정체감 및 자기효능감 확립에 중요한 역할을 하며, 자신의 신체능력을 긍정적으로 평가하게 함으로서 신체적 자기효능감을 향상시키는 데 중요한 역할을 한다(이충섭, 1999; Hills, Argyle, & Reeves, 2000)고 하여 본 연구의 결과를 뒷받침해 주고 있음을 알 수 있다.

자아존중감 요인에서는 스포츠활동 소요시간과 참여일수에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이에 대해 Folkins 과 Sime(1981)은 스포츠활동이 수반되는 동안에 인지적 기능이 향상될 뿐만 아니라 정서 및 자아존중감이 향상된다고 하면서 직접 스포츠활동 참여를 강조하였으며, 김선애(2001)는 고등학생이 일상적인 스포

츠활동 참가를 통하여 자아존중감이 높아진다고 하여 본 연구에서 나타난 결과를 직·간접적으로 지지하고 있다.

자기통제 요인에서는 스포츠활동 참여 정도 모두에서 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이에 대해 임번장(1995)은 스포츠활동의 경험에서 얻어지는 규칙의 준수와 스포츠맨십 등은 자기통제 및 자기수양을 유도하며, 경기상황에서 필요로 하는 협동과 역할분담은 자신과 타인을 존중할 줄 아는 가치와 태도를 형성시킴으로써 도덕성을 함양한다고 함으로 본 연구에서 나타난 결과를 지지해 주고 있다.

우울 요인에서는 스포츠활동 참여 정도 모두에서 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났는데 특히 소요시간이 가장 큰 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이에 대해 McCullagh(1988)는 스포츠활동과 우울증에 관련된 261개의 연구들을 메타 분석한 결과, 스포츠활동이 우울증을 상당히 감소시킬 뿐만 아니라 모든 연령에 있어서 그리고 초기 증상의 우울증이나 약한 정도의 우울증 대상자에게 모두 효과적인 치료법임을 제시하였다. 이와 함께 유산소성 운동뿐만 아니라 무산소성 운동도 우울증 감소에 관련이 있으며, 운동 프로그램의 기간에 따른 효과는 운동 기간과는 관계없이 모든 스포츠활동 프로그램이 우울증 치료에 긍정적인 효과를 보인다고 보고하였다.

North(1990)는 우울증 환자들을 대상으로 시행된 임상학적 연구들은 유산소 운동 또는 무산소 운동이 심리 치료와, 마찬가지로 우울증을 격감시키는데 효과적이라고 밝힘으로써 본 연구에서 나타난 결과를 지지해 주고 있다.

#### 4. 스포츠활동 참여 정도와 일탈행동

<가설Ⅲ> “스포츠활동 참여는 일탈행동에 영향을 미칠 것이다”의 검증결과 사이버일탈, 학교폭력, 성적일탈, 가출, 금지약물남용에서 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다.

사이버일탈 요인에서는 스포츠활동 소요시간도 가장 큰 영향을 미치는 것으로 나타났으며 참여기간 또한 높은 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이에 대해 선행연구결과 청소년은 정보통신 활용능력이 다른 어떤 세대보다 뛰어난 집단으로 사이버공간의 활용성도 가장 높은 계층이며 정보매체의 영향 또한 가장 많이 받는 세

대로서의 특성을 갖는다(Tapscott, 1998). 이 점에서 인터넷의 비중이 커지고 있는 것과 함께 최근 컴퓨터게임 몰두, 음란물 접촉, 해킹과 바이러스 유포 등 청소년에 의한 컴퓨터 관련 일탈행동과 범죄가 크게 사회문제화 되면서 청소년 관련 현안으로 새롭게 논의되고 있어 주목할 필요가 있다(천정웅, 2000).

청소년들은 인터넷 중독, 온라인게임 중독, 음란물 접촉, 음란성 채팅, 해킹과 바이러스 유포 등 사이버공간에서 일탈행위를 보일 뿐만 아니라, 이와 관련하여 게임 아이템 교환 및 판매, 폭행, 성매매 등 현실공간에서의 일탈행위를 나타내고 있는 것이 현실이다(성윤숙, 2002).

청소년의 사이버 일탈행위를 방지하기 위해서 가정에서는 부모가 자녀의 게임행위에 대하여 약간은 허용적(이시형, 2000; Lin & Tsai, 2002)일 필요가 있다.

학교에서는 청소년들의 게임방 출입에 대하여 보다 더 관심을 기울여야 하며 게임문화에 대한 이해가 필요하다(이해경, 2002; 방희성; 2002, Swickert et. al., 2002). 그리고 사회적 지지 망을 활용하여 건전한 청소년 사이버 문화를 추구해야 한다.

사회에서는 청소년들이 스트레스를 풀고 여가를 건전하게 활용할 수 있는 사회복지 시설인 체육시설을 확충할 필요가 있다(성윤숙, 2002; 안동근, 2000).

많은 학자들이 증가되고 있는 청소년 일탈행동에 대하여 스포츠활동이 일탈행동을 통제할 수 있고 일탈을 감소시키는데 중요한 기능을 발휘할 수 있을 것이라는 주장을 피력하고 있다. Donnelly(1981)에 의하면 운동선수 자신이 자서전과 인터뷰를 통하여 그들이 운동에 참가하지 않았더라면 아마도 일탈행동이나 범죄에 관련될 가능성이 높았을 것이라고 강조함으로써 스포츠활동 참여가 청소년 일탈행동 사이버 일탈을 억제한다는 견해에 대하여 신뢰성을 더해주고 있어 본 연구의 결과를 지지해 주고 있다.

학교폭력 요인에서는 스포츠활동 소요시간과 참여기간에 영향을 미치는데 특히 소요시간에 가장 큰 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 선행연구결과에서도 스포츠활동에 참여함으로써 학교폭력과 비행의 정도가 낮다고 주장하였고(김은실, 2000), 청소년의 스포츠활동이 집단따돌림과 폭력을 예방하는데 좋은 효과를 가져온다고 하였다(지상봉, 2000).

서희진(2003)은 청소년의 스포츠활동은 그들에게 긍정적인 가치관, 태도, 사회적 기능을 전달하여 주는 사회제도이며, 성숙한 인격으로서의 성장과 발달에 필수적으



로 전제되어야 할 요소로서 청소년 비행과 폭력 예방의 일환으로서 스포츠활동이 도움을 준다는 인식변화를 위한 직접적인 스포츠활동 참여에 대한 적극적인 권장과 배려가 중요하다고 하여 본 연구의 결과를 지지해 주고 있음을 말하고 있다.

성적 일탈요인에서는 스포츠활동 소요시간과 참여기간에 영향을 미치는데 특히 소요시간에 가장 큰 영향을 미치는 것으로 나타났다. 박석정(2002)에 따르면 청소년들의 성적일탈의 주요원인은 청소년의 성을 매수한 범죄자의 문제가 아닌 우리 사회가 안고 있는 병리 현상이라고 하였다. 외적으로는 엄격한 성도덕을 강조하면서도 뒤로는 한없이 자유로운 이중적 성문화를 지니고 있고, 성적 욕구를 해결할 수 있는 건전한 통로는 열려있지 않으면서 다른 한편으로는 성매매를 자유롭게 인정하고 있으며, 청소년을 한 인간으로 대우하는 것이 아니라 입시에 전념하는 공부기계가 되기를 요구하는 기성세대의 이기심으로 인해 상당수의 청소년들이 일탈할 수밖에 없는 사회분위기도 청소년의 성적 일탈의 중요한 원인이라고 하였다.

2001년 호서대학교 김혜원 교수팀에 연구 의뢰한 ‘국내 고교생의 성의식과 성교육 실태’ 조사결과에 따르면, 전국의 고등학교 학생 1~3학년 남학생 1005명, 여학생 1043명 등 2048명 가운데 남학생 응답자(9653명)의 13.5%(130명), 여학생 응답자(987명)의 8.1% 등 평균 10.7%가 ‘성교경험이 있다’고 답했다(한겨레, 2001. 2. 7). 이처럼 청소년의 성적일탈은 사회의 성적 개방화에 따라서 같이 개방적으로 변화하고 있는데, 가정과 학교에서 대비책이 강구되어야 할 것이다.

서희진(2003)은 청소년의 스포츠활동 참여는 일탈행동에 부분적으로 영향을 미치는데 또래관계가 개선되며 왜곡된 성행동과 일탈정도가 낮다고 하여 본 연구의 결과를 지지해 주고 있다. 성적일탈은 결코 성이라는 단일한 문제만으로 그치는 것이 아니다. 이것은 인격형성에도 직접적인 영향을 주어 그 개인의 인생에 영향을 미치게 된다. 이러한 성적 일탈행동은 본성적인 측면 못지않게 학습적인 측면이 많으며, 또 개인적인 측면보다 사회적인 측면이 많기 때문에 성교육이 필요한 것이다. 즉 성에 대한 가치나 신념, 성행동, 성적 규정, 성적 표현 등은 사회 문화적인 맥락에서 학습되고 전달되며 인간 생활 속에 규정되고 표현되는 것이므로 올바른 성에 대한 훈련과 교육이 필요하다고 여겨진다.

가출요인에서는 스포츠활동 소요시간, 참여일수, 참여기간 모두 유의한 영향을 미치는데 특히 소요시간에 가장 큰 영향을 미치는 것으로 나타났다. 청소년 가출이란 보호자의 동의 없이 집을 떠나서 24시간 이상 집에 들어가지 않은 18세 이하의

청소년을 말한다(현은문, 2000).

가출의 원인으로서는 가족적인 특성, 학교환경 특성, 또래 관계적 특성으로 구분되는데 가족적인 특성으로 남영옥(1998)은 가족 적응성 평가가 낮은 청소년 집단이 가출충동 정도가 높은 것으로 나타나 가족적응성이 높으면 가출충동이 낮아진다고 하였다. 학교 환경적 특성으로 이광호(1993)는 입시 위주의 교육풍토나 지나친 경쟁, 학벌 지향적 배분과 가치지향성을 ‘청소년의 제도적 유해환경’ 이라고 지적하고 있고, 청소년의 가장 큰 고민거리로 진로 및 진학 문제가 68.7%로 가장 큰 비중을 차지하고 있다고 하였다.

또래 관계적 특성으로 한국 청소년 선도위원회(1990)의 가출청소년 찾기 본부가 구출한 가출청소년의 경우 가출 동기는 불량친구가 41.9%로 가장 많아서 청소년의 가출이 단독으로 이루어지기 보다는 또래끼리 집단적으로 이루어지고 있음을 보여준다.

가출 문제의 해결방안으로서는 가족 기능을 강화하는 다양한 스포츠활동 프로그램을 통해 가족공동체 회복운동을 전개할 필요가 있다. 또한 청소년들의 건강하고 건전한 발전을 위해 민주적인 학교 교육풍토를 조성하여 학교 내에서 전인교육이 이루어질 수 있도록 해야 하며 특히 스포츠활동 참여기회를 확대하여 일탈행동을 예방하고, 도덕심 배양, 경쟁심 및 협동심 그리고 건전한 놀이문화를 형성할 수 있도록 더욱 스포츠활동을 장려해야 할 것으로 여겨진다.

금지약물요인에서는 스포츠활동 참여정도 모두에서 유의한 영향을 미치는 것으로 나타나는 특징을 보였다. 청소년기의 금지약물 남용문제는 그들의 일상생활에 심각한 지장을 초래하여 신체·심리장애 등 여러가지 결과로 나타난다. 약물사용은 뇌기능에 영향을 미치고, 주의집중력과 기억력 같은 인지과정을 방해하여 학습기능과 능력을 저하시키며, 학교 중퇴 등의 다양한 학교 부적응 문제를 초래한다(Scheier & Botvin, 1999).

환각효과를 얻기 위해 약물을 남용했던 청소년들의 경험을 살펴보면, 일차적으로 음주나 흡연을 경험하고, 이어서 본드나 부탄가스와 같은 유해 화학물질을 흡입하고, 약물남용의 단계가 심화됨에 따라 점차 일반의약품, 대마초, 히로뽕 등과 같은 마약류로 남용하는 약물을 대처하여 간다는 사실을 확인할 수 있다(김상희, 최영신, 신선미, 1990). 이와 같은 청소년의 금지약물 남용은 약물남용을 하는 청소년이 직접적으로 육체적, 정신적인 손상을 입게 된다는 문제뿐 아니라, 청소년의 금지약물

남용이 직·간접적으로 일탈행동을 촉진하고 이후 성인기에 이르러서도 지속적으로 마약류 남용의 유혹을 받게 되므로 부정적인 파급효과가 장기간에 걸쳐 나타난다고 할 수 있다(최영신, 2004).

청소년들이 약물로부터 유혹 당하지 않도록 하기 위해서는 그 원인이 되는 요인들을 사전에 제거함과 동시에 청소년들이 건전하게 활동할 수 있도록 유해한 환경을 정비하고 건전한 성장을 할 수 있도록 놀이시설과 체육프로그램을 개발하고 확대 보급하여야 하며, 스포츠활동을 통해서 청소년들이 사회적 질서와 가치를 접할 수 있는 기회를 마련해 주어야 한다고 생각된다.

## 5. 스포츠활동 참여 유무에 따른 정신건강과 일탈행동

### 요인과의 상관관계

<가설 V> “스포츠활동 유무에 따라 정신건강과 일탈행동요인 간에는 상관관계가 있을 것이다”의 검증결과 정신건강의 하위 요인에서 상관관계가 스포츠활동에 참여한 학생과 스포츠활동에 참여하지 않는 학생이 대체적으로 비슷한 상관관계가 나타났지만, 자기효능감과 자아존중에서는 다른 하위요인과의 관계에서 스포츠활동에 참가하지 않는 경우보다 스포츠활동에 참여한 경우에서 상대적으로 강한 상관관계를 나타냈다.

이에 대해 Gruber(1986)는 스포츠활동과 자아존중감에 관한 메타분석(Meta-Analysis)에서 스포츠활동이 자아존중감에 긍정적인 영향을 미친다고 하였으며, 윤재량(1992)은 규칙적인 스포츠활동은 자기효능감을 증진시켜 정신적 건강에 유익하다고 하였고, 육영숙(1994)은 스포츠활동을 통한 긍정적인 정서반응은 다른 사람들 보다 세상을 다소 긍정적으로 바라보는 경향이 있어 개인의 행복감 즉 생활만족감을 높이고 자기효능감과 자아존중감을 고양시킨다고 하여 본 연구의 결과를 지지해 주고 있다.

일탈행동 하위요인간의 상관관계에서는 스포츠활동에 참가 한 학생보다는 참가하지 않는 학생들이 상대적으로 더 강하게 나타났다. 이는 고등학생들의 스포츠활동 참여가 일탈행동에 매우 큰 영향을 미치는 것으로 볼 수 있다.

사이버 일탈 외에 다른 일탈행동 요인과의 상관관계에서는 스포츠활동 유무에 관계없이 모두 통계적으로 유의한 관계가 나타났는데 사이버일탈과 학교폭력 간에

는 음의 상관관계가 나타났다. 이는 사이버일탈이 많을수록 학교폭력을 행사한 경험이 적다는 것이다. 반면 사이버일탈과 성적일탈, 사이버일탈과 가출, 사이버일탈과 금지약물복용 간에는 양의 상관관계가 나타났는데 이는 사이버일탈이 많을수록 성적일탈, 가출, 금지약물복용 횟수는 보다 많은 것으로 볼 수 있다. 특히 사이버일탈과 가출 간에는 가장 강한 상관관계가 나타났다.

청소년의 사이버 일탈은 다른 일탈행동요인과 상관관계가 높기 때문에 사이버 일탈을 사전에 예방할 필요성이 있다고 생각된다.

청소년들의 컴퓨터몰입과 사이버일탈을 방지하고 예방하기 위한 방안들이 다양하게 제시되고 있지만 보다 근본적인 대안을 마련하기 위해서는 무조건 잘못된 점만 문제 삼고 부정적인 영향을 부각시키기보다는 청소년들이 사이버공간을 창조적이고 발전적으로 활용할 수 있도록 적극적으로 기회를 제공하고 방법을 제시하며 훈련시키는 일이 필요할 것이다. 사이버일탈을 극복하는 일은 청소년 스스로가 주체가 되어 사이버 공간을 자신들의 자질과 역량을 키워갈 수 있는 곳으로 활용될 수 있도록 하는 일과 가정과 사회의 정보 접근 노력을 강화하는 청소년 참여적 접근이 필요할 것이라 여겨진다.

## VII. 결론 및 제언

### 1. 결 론

본 연구는 고등학교 청소년들의 스포츠활동 참여가 정신건강과 일탈행동에 어떠한 영향을 미치는지를 분석하여 스포츠활동의 효과를 제시함으로써 청소년의 교육현장에 있어 스포츠교육의 가치인식을 재고하는데 유용한 정보를 제공하는데 목적이 있다.

연구의 대상은 2004년 12월 현재 광주, 전남지역 고등학교에 재학 중인 청소년을 스포츠활동 참여자와 스포츠활동 비 참여 학생을 모집단으로 설정하였다. 조사대상자의 표집은 유층집락무선표집법을 이용하였고 총 1,250명의 남녀 고등학교 청소년을 표집 하였다.

본 연구의 조사도구인 설문지는 미국의 CDC(Centers for Disease Control and Prevention)에 의해 개발된 YRBSS(Youth Risk Behavior Surveillance System) (Kann, et al., 1993)를 번안하여 사용한 김현숙(1998)의 설문지, 유안진·한미현(1994)의 스트레스 척도, 한종욱(2001)의 사이버일탈 척도의 설문지, 신영균(1998)의 스포츠활동 설문지 등을 기초로 하여 설문내용의 적합성과 적용가능성을 검토한 다음 작성하였다. 수집된 자료를 연구 목적에 따라 분석하기 위하여 적용된 통계기법은 통계 프로그램 SPSS 10.1 을 이용하여 t-검증, 일원분산분석, 범주형회귀분석, 그리고 상관분석 이었다.

이와 같은 방법과 절차를 통하여 본 연구에서 얻어진 결과는 다음과 같다.

첫째, 고등학교 청소년들의 인구사회학적 특성에 따른 정신건강요인과 일탈행동요인은 성별, 학년, 학교소재지, 학교유형 등의 선행변인에서 성별은 스포츠활동에 참가한 남학생들이 여학생 보다 정신건강과 일탈행동이 높게 나타났다. 반면에 학년에는 스포츠활동에 참가한 2학년 학생들이 정신건강이 높았으며 일탈행동에서는 3학년 학생들이 일탈행동이 높게 나타났다.

학교소재지에서는 중소도시에서 스포츠활동에 참가한 학생들이 정신건강과 일탈행동이 높게 나타났으며, 학교유형에 따른 정신건강 요인의 경우 불안과 우울에서

는 남녀공학인 학교가 높게 나타났고, 적대감은 남자 고등학교에서, 자기효능감은 여자고등학교에서 평균이 높게 나타났다. 일탈행동에서는 사이버일탈과 가출에서 남자고등학교가, 학교폭력은 여자고등학교에서 그리고 성적 일탈에서는 남녀공학인 학교가 평균이 가장 높았다.

둘째, 스포츠활동 참여 형태에 따라 정신건강과 일탈행동 요인과의 차이에서 스포츠활동 참여유형에서는 ‘대인운동’이 스트레스, 자아존중감, 자기통제, 우울 가출에서 ‘개인운동’이나 ‘단체운동’보다 높은 차이가 나타났다. 스포츠활동 참여 수준에서는 ‘참가경험’에서 자아존중감, 우울 사이버일탈, 성적일탈, 가출에서 높게 나타났으며, ‘비참가 경험’에서는 스트레스, 자기효능감, 자기통제, 학교폭력, 금지약물복용에서 높은 차이가 나타났다.

스포츠활동 참여 정도 중 참여강도에서는 2시간 이상이(불안, 적대감, 자기통제, 우울, 사이버일탈, 성적일탈, 가출, 금지약물복용)높게 나타났으며 참여빈도의 경우 5일 이상(불안, 사이버일탈, 성적일탈, 금지약물복용)이 높게 나타났다. 참여기간에서는 1년 이하(자기효능, 자아존중 학교폭력, 스트레스)와 4~6년(불안, 자기통제, 우울, 성적일탈)에서 높은 차이가 나타났다.

셋째, 스포츠활동 참여에 따른 정신건강과의 관계에서는 스트레스를 제외한 불안, 적대감, 자기효능감, 자아존중감, 자기통제, 우울요인에서 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 특히 자기효능감, 자기통제, 우울요인에서는 스포츠활동 참여정도 모두에서 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났고, 적대감과, 자아존중감 요인에서는 소요시간과 참여일수에서 그리고 불안에서는 소요시간과 참여기간에서 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다.

넷째, 스포츠활동 참여에 따른 일탈행동과의 관계에서는 사이버 일탈이 스포츠활동 소요시간과 참여기간에서 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났고, 성적일탈에서는 소요시간에서 가장 큰 영향을 미치며 학교폭력, 가출, 금지약물에서는 참여 정도 모두에서 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다.

다섯째, 스포츠활동 유무에 따라 정신건강과 일탈행동 요인간의 상관관계는 스포츠활동 유무에 관계없이 사이버일탈이 많을수록 학교폭력은 작고, 사이버일탈이 많을수록 성적일탈, 가출, 금지약물복용에 상관관계가 높게 나타났다. 또한 정신건강 요인에서는 스포츠활동에 참여함으로써 자기효능감과 자아존중감에 강한 상관관계가 나타나는 결론을 얻었다.

이상의 연구결과에서 청소년의 스포츠활동 참여가 정신건강요인과 일탈행동요인에 많은 영향을 미치므로 청소년들에게 청소년문제해결 차원과 건전한 정신을 배양시키기 위한 노력으로 학교나 교육부는 체계적이고 구체적인 청소년 스포츠 참여로의 운동을 발전시켜야 할 것이다. 왜냐하면 스포츠활동 참여는 인간의 행동과 청소년들의 사회화 과정을 이해하기 위한 필수적인 국면을 내포하고 있고, 스포츠활동은 청소년들에게 사회적 질서와 가치를 접할 수 있는 바람직한 기회를 마련해 주기 때문이다.

## 2. 제 언

본 연구는 조사연구로서 고등학교 청소년들의 스포츠활동 참여가 일탈행동과 정신건강에 미치는 영향에 대해 분석하였으며, 연구과정에서 나타난 문제점을 기초로 후속 연구를 위하여 다음과 같이 제안하고자 한다.

첫째, 본 연구에서는 전남·광주지역에 재학 중인 고등학교 청소년으로 한정하였는데 후속 연구에서는 중학교에서부터 고등학교까지 범위를 확대하여 종단적인 연구가 시도되어야 할 것이다.

둘째, 본 연구에서는 전남·광주지역 고등학교 청소년들을 연구 대상으로 하였으나 후속연구에서는 전국을 대상으로 하여 보다 세심한 연구가 시도되어야 할 것이다.

셋째, 본 연구에서는 일탈행동 요인을 5개의 하위 요인으로 설정하였으나 차후 연구에서는 각 일탈행동 요인을 세분화하고 구체화하여 보다 폭 넓은 연구가 이루어져야 할 것이다.

## 참 고 문 헌

- 강성구(1999). 수영프로그램이 비만 청소년의 정신건강에 미치는 효과 : 사례연구. 박사학위논문. 국민대학교 대학원.
- 강신욱(1997). 생활체육 참가와 주부의 정신건강의 관계. 한국체육학회지, 36(3), 63-76.
- 강은숙(1989). 운동경기참가와 청소년 비행의 관계에 관한 연구. 석사학위논문. 이화여자대학교 대학원.
- 강진홍(1997). 스포츠참가와 청소년 비행의 관계. 박사학위논문. 단국대학교 대학원.
- 고경봉(2002). 스트레스와 정신신체의학. 서울: 일조각.
- 고기홍(2003). 청소년 스트레스 관리 프로그램 개발에 관한 연구. 박사학위논문. 동아대학교 대학원.
- 광주일보(2005. 1. 26. 사회면). 광주·전남지역 중·고생 작년 1,900명 중도탈락
- 구창모(1991). 체육환경이 청소년의 비행에 미치는 영향. 박사학위논문. 서울대학교 대학원.
- 권이중(1992). 청소년과 교육병리. 서울 : 양서원.
- 권혁호(2003). 청소년의 스트레스 경험과 대처에 관한 종단 적 연구, 사회적 지원과 자기효능감을 중심으로. 박사학위논문, 인하대학교 대학원
- 김관훈(1987). 운동선수의 비행 요인에 관한 경로 분석적 연구. 서울대학교 대학원. 석사학위 논문.
- 김기성, 김기진(2003). 특기·적성 교육활동이 남자 중학생의 체력 및 정신건강에 미치는 영향, 한국체육학회지: 제 42권, 제1호, 573-582.
- 김도연(1996). 대학생의 건강관련 체력과 심리적 특성간의 관계. 한국체육학회지, 35(2), 134-145.
- 김명자(2002). 청소년의 학교폭력행위 예측모형 구축. 박사학위논문. 전남대학교 대학원.
- 김민현(1998). 강도별 운동이 정신건강에 미치는 양향. 한국체육학회지, 37(2). 142-150
- 김상희, 최영신, 신선미(1990). 청소년의 약물남용과정에 관한 연구. 연구보고서 90-11, 한국 형사정책연구원.
- 김선애, 윤민수, 강진홍(2001). 고등학생의 스포츠감가가 자아개념에 미치는 영향, 한국스포츠사회학회지 제14권 제2호, 525-537.
- 김영미(2003). 성인 여성의 댄스스포츠 참가가 스트레스와 불안 및 우울증에 미치는 영향. 한국체육학회지, 42(5), 109-119.
- 김영업(1997). 청소년들의 스포츠활동에 관한 조사연구. 석사학위논문. 수원대 대학원.
- 김옥순(2000). 정보사회와 청소년 자아정체성. 한국청소년개발원 주최 세미나 발표 논문집, “인터넷 문화: 청소년참여와 사이버일탈,”



- 김용복(2001). 청소년 스트레스 대처를 위한 프로그램의 개발과 적용. 박사학위논문, 경성대학교 대학원.
- 김윤상(2003). 중학교 운동선수와 일반학생 간의 일탈행동에 관한 비교 연구. 석사학위 논문, 전북대학교 교육대학원.
- 김윤숙(2004). 자기통제 훈련이 초등학생의 인터넷 게임 중독에 미치는 효과. 석사학위 논문, 대구교육대학교 교육대학원.
- 김은실(2000). 스포츠활동 참가와 청소년 비행의 관계, 미간행 석사학위논문, 동국대학교 행정대학원
- 김은실(2001). 스포츠활동 참가와 청소년 비행의 관계. 석사학위논문. 동국대학교 대학원.
- 김의수(1993). 건강과 삶 성인병과 운동, 서울, 태근 문화사.
- 김의철, 박영신(1997). 스트레스 경험, 대처와 적응결과: 토착 심리적 접근. 한국심리학회지: 건강, 2(1). 96-126.
- 김의철, 박영신, 광금주(1998). 한국 청소년의 생활만족도와 스트레스 형성요인: 도시와 농촌 청소년을 중심으로. 한국 심리학회지: 사회문제, 3(1), 79-101.
- 김의철, 박영신(1999). 한국청소년의 심리, 행동특성의 형성 : 가정, 학교, 친구, 사회영향을 중심으로. 한국교육심리학회, 교육심리연구, 13(1), 99-142.
- 김청자(1996). 불안의 심리학적 원인과 치료대책. 교육연구 14('96.12), 67-95. 상명대학교 교육문제연구소.
- 김현숙(1998). 청소년의 '건강행위와 비행의 영향요인에 관한 모형 구축. 박사학위논문 서울대학교 보건대학원.
- 나동석, 이용교(1991). 가출 청소년 연구. 한국 청소년 연구원.
- 남영옥(1998). 가족의 심리 역동적 환경이 청소년의 생존전략적 가출에 미치는 영향. 대구대학교 박사학위 논문.
- 류무열, 신영균, 조만태(2000). 사회구조지향이론에 따른 스포츠 환경과 청소년 비행. 한국사회체육학회지, 13, 165-175.
- 류세홍(1999). 학교폭력에 관한 연구-도시와 농촌지역을 중심으로. 석사학위논문 한국교원대학교 대학원.
- 문병기(2002). 청소년의 생활만족도 형성에 관한 연구. 석사학위논문 인하대학교 대학원.
- 문영애(2001). 자아개념과 자아효능감 및 학교적응간의 관계. 석사학위논문 홍익대학교 교육대학원.
- 문화관광부(2003). 청소년백서. 서울: 문화관광부
- 민수홍(1995). 낮은 자기통제력의 원인과 결과 : 범죄의 일반이론에 대한 경험적 연구. 형사정책 연구, 6(1).

- 민영숙(1999). 청소년의 약물남용예방을 위한 웹 활용학습 프로그램 개발 및 효과. 박사학위논문 연세대학교 대학원.
- 박상도(2001). 청소년 학교폭력의 원인과 대처방안에 관한 연구. 박사학위논문 대전대학교 대학원.
- 박석정(2002). 청소년대상 성범죄에 관한 연구. 박사학위논문 한양대학교 대학원.
- 박영신(1997). 청소년 자기효능감과 통제부위신념의 형성요인. 안귀덕, 황정규, 김의철, 박영신. 한국청소년문화: 심리-사회적 형성요인. 연구논총 97-8, 한국정신문화연구원. 41-174
- 박영신, 김의철 역 (2001). 자기효능감과 삶의 질; 교육, 건강, 운동, 조직에서의 성취. 문화심리학 총서 3, 서울: 교육과학사
- 박정용 · 이종영(2001). 청소년의 방과 후 농구 활동 참가와 정신건강의 관계. 한국 스포츠사회학회지, 제14권 제2호, 361-370
- 박준규(1989). 약물남용 청소년의 심리적 특성. 석사학위논문 연세대학교 대학원.
- 박현선(1998). 빈곤청소년의 학교 적응 유연성. 박사학위논문 서울대학교 대학원.
- 백선복 · 성운숙(2002). “정보사회문제: 사이버일탈.” 김근홍 외. 『한국의 사회문제』. 561-584. 서울: 양지
- 변보기 · 강석기(2002). 청소년의 자아존중감과 적대감에 관한 연구. 청소년학연구, 제 9권 3호 pp, 269-291
- 서봉연 외(1984). 정신위생, 서울 : 교육과학사, 26-30, 54-55, 98.
- 서울특별시 교육연구원(1994). 『학생정신건강지도자료』, 서울: 태극문화사, p.10.
- 사회진(2003). 청소년의 스포츠참가와 또래관계 및 일탈행동의 관계. 한국체육학회지, 42(3), pp 143-152.
- 석민현(2000). 지시적 심상요법이 청소년의 심리적 자원과 스트레스 반응에 미치는 효과. 박사학위논문, 연세대학교 대학원.
- 성운숙(2002). 게임방 청소년의 사이버일탈과정과 사회복지적 함의. 박사학위논문. 숙명여자대학교 대학원.
- 신영균(1998). 스포츠 사회화와 청소년 비행에 관한 연구. 박사학위 논문. 동아대학교 대학원.
- 양돈규(1997). 부모갈등과 사회적 지지가 청소년의 우울과 비행에 미치는 영향. 박사학위논문. 중앙대학교 대학원.
- 염두승(2003). 청소년 후기 스포츠활동 참여에 따른 자아정체감 및 사회적 관계. 박사학위 논문. 경희대학교 대학원.
- 원호택 · 이민규(1987). 고등학교 재학생들의 스트레스. 한국임상심리학회지, 6(1), 22-23
- 유안진 · 한미현(1994). “한국아동의 일상적 스트레스 척도개발”, 대한가정학회지, 33(4).
- 육영숙(1994). 지속적인 운동이 성인의 정신건강에 미치는 영향. 박사학위논문. 성균관대학교 대

학원.

윤이중(1985). 전남대학교 부설 스포츠 과학연구소 제 2집, 12-34.

윤재량(1992). 운동강도에 따른 달리기 운동이 호르몬 반응 및 무드변화에 미치는 영향. 박사학위 논문. 서울대학교.

윤정혜(1992). 자아존중감 · 성역할 정체감 · 진로의식 성숙과의 관계. 석사학위논문. 숙명여자대학교 대학원.

윤희열(1996). 스트레스 관리훈련과 통제소재가 지각된 스트레스 및 우울에 미치는 영향. 박사학위논문, 영남대학교 대학원.

이경숙(1991). 자아존중감: 간호사들의 문제, 대한간호학회지, 30(1), 46-50.

이경임(1996). 인지적-행동적 자기통제 훈련이 아동의 자기통제능력, 과제수행능력 및 대인간 문제해결능력에 미치는 효과. 박사학위논문 경상대학교 대학원.

이경주(1997). 청소년의 스트레스와 사회적지지 및 행동문제. 박사학위논문, 전남대학교 대학원.

이경희(1996). 청소년의 스트레스에 관한 연구. 박사논문, 숙명여자대학교 대학원.

이광호(1992). 지방자치제하 청소년 행정체계의 활성화 방안연구. 한국청소년개발원.

이도영(1990). 고등학생들의 스트레스 수준과 대응에 관한 연구. 석사학위논문, 인하대학교 대학원.

이민규(2001). 현대생활의 적응과 정신건강. 서울: 교육과학사.

이상균(1999). 학교에서의 또래폭력에 영향을 미치는 요인. 박사학위논문 서울대학교대학원.

이선아(1995). 여가활동참여여부 및 유형과 청소년비행의 관계. 석사학위논문. 이화여자대학교 대학원.

이소희 · 성윤숙(2001). 인터넷유희물과 청소년의 사이버일탈, 한국청소년복지학, 3(1), 111-124,

이소희 · 주정일(1981). 아동복지학. 교문사.

이승훈(1996). 청소년의 여가생활양식과 비행의 관계. 석사학위논문. 서울대학교 대학원.

이시형(2000). 청소년의 인터넷 중독과 자녀교육. 서울 : 삼성생명공익재단 사회정신건강 연구소.

이유미(1994). 청소년의 스트레스와 인지적 평가에 관한 연구: 광주직할시 중 · 고등학생을 중심으로. 석사학위논문, 숙명여자대학교 대학원.

이재창(1998). 청소년범죄의 심리학적 이해. 홍익대학교 교육연구소, 교육연구논집, 65-81.

이정래(1999). 스포츠 일탈행동의 특성과 원인 및 자아통제 요인. 석사학위논문. 경북대학교 대학원.

이철화(1989). 스포츠 참여가 청소년 비행에 미치는 영향. 충청체육학회지. 제9권, 제1호, 123-133.

이충섭(1999). 방과 후 자율체육활동이 청소년의 심리적 안녕감에 미치는 영향. 한국체육학회지, 38, 3, 260-271.

이해경(2002). 인터넷상에서 청소년들의 폭력게임 중독을 예측하는 사회심리적 변인들. 한국심리

- 학회지 : 발달, 14(4), 55-79.
- 임변장(1986). 청소년 비행과 스포츠. 김종선 외 편, 청소년과 사회체육. 한국사회체육진흥회.
- 임변장(1993). 국민생활체육: 생활체육 프로그램 순회지도 사업 운영 지침서. 국민생활체육협의회.
- 임변장(1995). 스포츠사회학개론, 서울:동화문화사.
- 임영식(1998). 학교폭력에 영향을 미치는 요인. 청소년학 연구, 5(3), 한국청소년학회, 1-26.
- 장상희 외 2인(1991). 「일탈의 사회학」 경 문사, P. 1.
- 장인협(1981). 아동복지론. 서울대학교출판부.
- 정영린(1987). 스포츠참가와 청소년 비행의 관계에 관한 연구. 석사학위논문. 서울대학교 대학원.
- 정영린(1996). 생활체육 참가와 여가만족의 관계. 석사학위 논문. 서울대학교 대학원.
- 정우석(1993). 스포츠활동 참가와 청소년 비행의 관계에 대한 연구. 석사학위논문. 국민대학교 대학원.
- 정현희(1997). 스트레스와 인지, 그리고 건강. 서울: 시그마프레스
- 정희욱, 전경숙, 권오실(1997). 한·중·일 청소년 의식 비교연구. 한국청소년개발원. 연구보고서 97-09.
- 조선일보(1998.11.11). 가출 청소년, 성 산업 취업 예비군.
- 지상봉(2000). 스포츠활동이 집단따돌림(왕따)예방에 미치는 효과 연구, 미간행 석사학위논문, 경희대학교 체육대학원.
- 진복선(1997). 사회관계적 맥락이 청소년의 일탈행동과 심리적 안정에 미치는 영향. 박사학위논문. 세종대학교 대학원.
- 천장용(2000). N세대의 컴퓨터 몰입과 사이버일탈. 한국청소년개발원 주최 세미나 발표논문집, “인터넷 문화: 청소년참여와 사이버일탈,” 76-98
- 천정용(2000). 청소년 사이버일탈의 특성과 유형에 관한 연구. 청소년학 연구, 7(2), 한국청소년학회, 97-116.
- 청소년보호위원회(2002). 학교폭력 근절을 위한 국민 대토론회 - 학교폭력에 대하여 학교는 준비되어 있는가?
- 청소년폭력예방재단(1998). 한국사회의 폭력실태. 청소년폭력예방재단.
- 청소년폭력예방재단(2002). 폭력 없는 우리학교를 위하여.
- 청소년폭력예방재단(2004). 학교폭력 전화상담 통계.
- 최상호(2002). 청소년의 스포츠참가와 자아개념 및 비행에 미치는 영향. 석사학위논문. 용인대학교 대학원.
- 최승숙(1992). 실업계 여자고등학생들의 흡연 실태와 태도 및 지식에 관한 연구, 석사학위논문 연세대학교 교육대학원. 유형에 관한 연구.

- 최영수(1998). 청소년의 스포츠참가와 비행의 관계. 석사학위논문. 전주대학교 대학원.
- 최영신(2004). 청소년 약물남용 실태의 추이 분석: 청소년 문화와 정책적 의미. 청소년학 연구, 제11권 제3호 pp 1-22
- 최종윤(1998). 운동이 정신건강에 미치는 영향. 석사학위논문. 경희대학교 대학원.
- 최해림(1986). 한국대학생의 스트레스 현황과 인지-행동적 상담의 효과. 박사학위논문, 이화여자대학교 대학원.
- 최호일(2002). 청소년의 스트레스, 자아존중감 및 외적 통제감이 신체증상에 미치는 영향: 중학생을 중심으로. 박사학위논문, 전남대학교 대학원.
- 표내숙, 한남익 외 2인(1998). 신체적 자기효능감을 높이기 위한 체육학습지도의 현장 실험. '99 춘계학술발표회 논문집, 한국스포츠심리학회, 47-58.
- 한겨레신문(2001.2.7 사회면). 국내 고교생의 정의식과 성교육실태.
- 한이석(2000). 여가스포츠활동 참가자의 목표지향과 사회적지지 및 정신건강의 관계. 한국스포츠 사회학회지. 13(1). 175-190.
- 한종욱(2001). 청소년 사이버 비행에 관한 연구. 박사학위 논문. 동국대학교 대학원.
- 현은문(2000). 청소년의 가출: 가족적, 개인적 요인 및 대처행동의 영향. 대한 가정학회지, 제 38권 2호, pp, 41-55.
- 홍선옥(1996). 운동참여가 신체적 자기효능감과 성역할 유형 변화에 미치는 영향. 박사학위논문. 부산대학교 대학원.
- 홍성도·김지혜(2004). 파이네션 뉴스신문(2004. 3. 11) 청소년 탈선이유 성 따라 차이난다.
- 홍주우(1999). 노인의 자아존중감 및 사회적 지지가 정신건강에 미치는 영향 연구. 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 황명자(2000). 심리기법을 적용한 생활무용프로그램이 정신건강에 미치는 효과. 박사학위논문. 성균관대학교 대학원.
- Agnew, R., & Peterson, D. M. (1989). Leisure and delinquency. *Social Problems*, 36(4), 332-350.
- A.K.Cohen, "Reference group Identification and Deviant Behavior" in "Social Deviance" R.A. Farrel and V. L. Swigert.(de), New York : Company, 1975, p.167
- Asarnow, J. R., & Callen, J. W. (1985). Boys with Peer Adjustment Problem: Social Cognitive Processes. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 53(1), 80-87.
- Baldry, A. C., & Farrington, D. P. (1999). Brief report : *Types of bullying among Italian schoolchildren*. *Journal of Adolescence*, 22(3), 423-426
- Bandura, A. (1977). Self efficacy, Toward a Unifying Theory of Behavioral Change.

*Psychological Review*, 84(2), 191-215.

- Bandura, A. A. (1986). *Social foundations of thought and action*. N. J.: Englewood Cliffs, Prentice-Hall.
- Banks, S. (1983). Sport : Academic stepchild., *Journal of popular culture*, 16(4), 90-100,
- Barber, B. K., Chadwick, B. A. & Oerter, R. (1992). parental behaviors and adolescent self-esteem in United states and Germany. *Journal of marriage and the family*, 54.
- Bedell, J., Giordani, B., Amour, Tavormina, J., & Boll, T. (1977). Life stress and the psychological and medical adjustment of chronically ill children. *Journal of Psychosomatic Research*, 21, 237-242.
- Berger, B. F & Owen. D. R.(1988). Stress reduction and mood enhancement in four exercise modes: swimming, body conditioning, hatha yoga, and fencing. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 59, 148-159.
- Betts, J. R. (1974). *America's sporting heritage*. 1850-1950. Reading, MA: Addison-Wesley.
- Biddle, S. (1995). Exercise and psycho-social health. *Research Quarterly for Exercise and sport*, 66(4) 39-52.
- Billings, A. G., & Moos, R. H. (1984). Coping, stress, and social resources among adult with unipolar depress. *Journal of Personality and social Psychology*, 46(4), 877-891.
- Blumenthal, J. A, Williams, R. S., Wallace, A, G, Williams, R. B., & Needles, T. L.(1982). Physiological an psychological variables predict compliance to prescribed exercise therapy in patients recovering from myocardial infarction. *psychosomatic Medicine*, 44(6), 519-527
- Borum, R. (2000). Assessing violence risk among youth. *Journal of Clinical Psychology*, 56(10), 1263-1288.
- Botvin, G. J., Baker, E., Dusenbury, L., Tortu, S., & Botvin, E. M. (1990). Preventing adolescent drug abuse through a multimodal cognitive-behavioral approach: results of 3-year study. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 58, 437-446.
- Botvin, G. J. (1992). Adolescent tobacco, alcohol and drug abuse: prevention strategies, empirical findings, and assessment issues. *Developmental and Behavioral Pediatrics*, 13 (4). 290-301.
- Botvin, G. J., Baker, E. M., Dusenbury, L., Cardwell, J. & Diaz, T. (1993). Factor Promoting Cigarette Smoking Among Black Youth : A Causal Modeling Approach. *Addictive Behavior*, 18, 397-405.

- Botvin, G. J. (1995). Drug abuse prevention in school settings. *Drug abuse prevention with multi-ethnic youth* (pp. 169-192). Sage.
- Bynner, J. M., O'Malley, P. P., and Bachman, J. G. (1981). Self-esteem and delinquent revisited. *Journal of Youth and Adolescence, 10*, 407-444.
- Centers for Disease Control and Prevention (CDC). (2002). Youth risk behavior trends. Atlanta, GA : U. S. Department of Health and Human Services. Available from <http://www.cdc.gov/nccdphp/dash/yrbs/trend.htm>.
- Coleman, J. S. (1965). Adolescents and the schools. New York: Basic Books.
- Colongwood, J. R. (1972). The effects of physical training upon behavior and self attitudes. *Journal of Clinical Psychology, 28*, 583-585
- Compas, B. E., Hiden, B. R., & Gerhardt, C. A. (1995). *Adolescent development: pathways and processes of risk and resilience*. In J. T. Spence, J. M. Darley, & D. J. Foss (Eds.). *Annual Review of Psychology, 46*. Palo Alto, CA: Annual Review Inc.
- Coopersmith, S. (1959). A Method for determining types of self esteem. *J. of Abnormal and Social Psychology, 59*, 171-180.
- Coopersmith, S. (1967). *The antecedents of self-esteem*, San Francisco : W. H. Freeman.
- Corey, G. *Groups process and Practice (4th Ed.)*. Brooks/Cole, 1992.
- Coser, L. A. (1962)., "Functions of Deviant Behavior". *American journal of sociology* 68(sept)
- Cowdery, J. E., Fitzhugh, E. C. & Gibertini, M. (1985). Sociobehavioral Influence on Smoking Initiation of Hispanic Adolescents, *Journal. of Adolescent Health, 29(1)*,46-50
- Craighead, W. E. (1991). Cognitive factors and classification issues in Adolescent depression *Journal of Youth and Adolescence, 20(2)*. 311-326.
- Dinges, M., & Oetting, E. R. (1993) Similarity in drug use patterns among friends. *Adolescence, 28(110)*, 253-266.
- Dinitz, S. Dynes, R. R. & Clark, A. C. *Deviance : Studies in the process of stigmatization and social reaction*. New York : Oxford University Press, 1969.
- Elliott, D. S., & Hamberg, B. A., & Williams, K. R. (1998). *Violence in American schools : new perspectives*. New York : Cambridge University Press.
- Elmqvist, D. L. (1995). A systematic review of parent-oriented programs to prevent children's use of alcohol and other drugs. *Journal of Drug Education, 25(3)*, 251-279.
- Endler NS, Edward J (1982). Stress and personality. Hand book of stress, edited by Goldberger and Breznitz, NY, *The Free Press* 36-48

- Farrington, D. P., & Loeber, R. (2000). Epidemiology of juvenile violence. *Child and Adolescent Psychiatric Clinics of North America*, 9(4), 733-748.
- Fawcett J, Kravitz HM. Anxiety syndromes and their relationship to depress illness. *J Clin Psychiatry* 1983, 44:8-12
- Ferdinand, T. (1966). *Typologies of delinquency: A critical analysis*. New York: The Free Press.
- Folkin, C.H & Sime,W.F.(1984), Physical Fitness Training and Mental Health, *Perspective Psychologist*, 35,373-385.
- Fox, K. R.(1988). The self-esteem complex and youth fitness. *Quest*, 40, 230-246.
- Glueck, S., & Glueck, E. (1950). *Unraveling juvenile delinquency*. New York: The Commonwealth Fund.
- Greetz, C. (1972). *Deep play: Notes on the balinese Cockfigth*, Daedalus, 1-35.
- Greist, J. H., Klein, M. H., Eischen, R. R., & Faris, S, T.(1984). Running ou of depression. *Physician and Sports Medicine*. 6(12), 49-51
- Gruber, J. J.(1986). Physical activity and self-esteem development in children: A meta-analysis. *American Academy of Physical Education Papers*, 19, 30-48.
- Harrington, R. (1995). Depressive disorder in adolescence. *Archives of Disease in Childhood*, 72(3), 193-195.
- Harrington, R, (2001). adolescent Depression: Same or Different? *Archives of General Psychiatry*, 58(1), 21-22
- Harry M. Johnson. *Sociology : A Systematic Introduction*, New York : Harcourt, Brace & world, 1960, p.552
- Havighrst, R. J. (1953). *Human Development and Education*. New York: Longmans, Green.
- Hawkins, D. J., Catalano, R. F., & Miller, J. Y. (1992). Risk and protective factors for alcohol and other drug problems in adolescence and early adulthood: Implications for substance abuse prevention. *Psychological Bulletin*, 112 (1), 64-105.
- Henry, S. (2000). What is school violence? An integrated definition. *Annals of the American Academy of Political and Social Science*, 567, 16-29.
- Hills, Argyle, & Reeves, R.(2000). Individual difference in jeisure satisfactions: an irrvestigation of four thecries of leisure motivation. *Personality and individual Differences*. 28, 763-779.
- Hirschi, Travis and Michael Gottfredson(1993). *Commentary: Testing The General Theory of*



- Crime., *Journal of Research in Crime and Delinquency* 30:47-54.
- Hollis, C. (1996). Depression, Family Environment, and Adolescent Suicidal Behavior. *J Am Acad Child Adolesce Psychiatry*, 35(5), 622-630.
- Horn, K. A. (1997). *Examination of a cumulative strategies model for drug abuse prevention: risk factor reduction in high risk children (children of alcoholics)*. West Virginia University.
- Horton, P. B., & Hunt, C. I., (1980). *Sociology*. New York : McGraw-Hill.
- Jacobs, A. M., & Ghodse, A. H. (1988). Delinquency and regular solvent abuse: An unfavorable combination?. *British Journal of addict*, 83, 965-968.
- Janz, N., Becker, M. H., Kirscht, J. P., Eraker, S. A., Bili, J. F. Woolliscroft, J. Q. (1987). Evaluation of a minimal contact smoking cessation intervention in an outpatient setting, *AJPH*, 77(7), 805.
- Kaminer, Y. (1991). *Adolescent Substance abuse*. In R. J. France, S. I. Miller (Eds), *Clinical Textbook of Additive Disorders*. New York: Guilford Press.
- Kann L., Kolbe L. J, Collins J. L, eds. (1993). Measuring the health behavior of adolescents : The Youth Risk Behavior Surveillance System and recent reports on high risk adolescents. *Public Health Reports*. 108(Suppl 1):1-67.
- Kaplan, H. B., and Robbins, C. (1983). Testing a general theory of deviant behavior in longitudinal perspective. In Van Dusen, K, T., and Mednick, S. A.(eds.), *Prospective Studies of Crime and Delinquency*. Kluwer -Nijhoff, Boston
- Kaplan, H. B., Martin, S. S., Johnson, R. J. (1986). Self-rejection and the explanation of deviance: Specification of the structure among latent constructs. *American Journal of Sociology*, 92, 384-411.
- Landers, D. M., & Landers, D. M. (1978). Socialization via inter-scholastic athletics: Its effect on delinquency and educational attainment. *Sociology of Education*, 51, 229-303.
- Lazarus, R. S., & Cohen J. B. (1977). Environmental Stress. In I. Altman & J. F. Wohlwill (Eds.), *Human Behavior and the environment: Current theory and research*, New York: Plenum.
- Lazarus RS Folkman (1984) *S. Stress, appraisal and coping*. New York, Springer.
- Leonard, W. M. A. (1980). *Sociological perspective of sport (1sted.)*, Minneapolis, MN :Burgess Publishing Company, 109-111.
- Leonard, II, W. M. (1980). *A sociological perspective of sport*. Minneapolis. Burgess

Publishing Co.

- Lesses S. (1982) the relationship of anxiety to depression. *Am J Psychotherapy* 36:332-338
- Leung, K., and Dragow, F. (1986). Relation between self-esteem and delinquent behavior in three ethnic groups: An application of item response theory, *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 17, 151-167.
- Lewinsohn, P. M., Rhode, P., Klein, D. N., & Seely, J. B. (1999). Natural course of adolescent major depressive disorder I: Continuity into young adult good. *J Am Acad Child Adolesce Psychiatry*, 38,56-63.
- Lewinsohn, P. M., Rhode, P., Seeley, J. R., & Baldwin, C. L. (2001). Gender Different in suicide Attempts From Adolescence to Young Adulthood. *J Am Acad Child Adolesce Psychiatry*, 40(4), 427-434.
- Lin, S. S. J., & Tsai, C.(2002). Sensation seeking and internet dependence of Taiwaness high school adolescents. *Com-puters in Human Behavior*, 18, 411-426.
- McCarthy, J. D., and Hoge, D. R. (1984). The dynamics of self-esteem and delinquency. *American Journal of Sociology*, 90, 396-410.
- McCuster, J., Stoddard, A. M., Zapka, J. G., Morrison, C. S., Zorn, M. and Lewis, B. F. (1992). AIDS education for drug abusers: Evaluation of short-term effectiveness. *American Journal of Public Health*, 82(4), 533-540.
- McWhirter, B. T., McWhirter, J. J., Hart, R. S., & Gat, I. (2001). Preventing and treating depression in children and adolescents. In Capuzzi, D., & Gross, D. R.(3rd Eds.) *Youth at Risk*. American Counseling Association.
- Merton, R. K. (1968)., "Social Theory and Social Structure", N. Y. :Macmillan Publishing co.
- Mischel, W., & Underwood, B. (1974). International ideation in delay of gratification, *Child Development*, 45, 1083-1088.
- Mischel, W., Shoda, Y., & Peake, P. K. (1988). The nature of adolescent competencies predicted by preschool delay of gratification, *Journal of Personality and Social Psychology*, 54, 687-696.
- Morgan, W. P., & Goldston, s. e. (1987). Exercise and Mental Health. In Biddle, S. H.& Fox, K. R. (1989). Exercise and health psychology: Emerging relationships. *British Journal of Medical Psychology*, 62(3), 205-216.
- Nansel, T. R., Overpeck, M., Pilla, R. S., Ruan, W. J., Simons-Morton, B., & Scheidt, P. (2001). *Bullying behavior among U. S. youth*. Prevalence and association with

- psycho-social adjustment. *JAMA*, 285(16), 2094-2100.석
- Newcomb, M. D. & Bentler, P. M. (1989). Substance use and abuse among teenagers. *American Psychologist*, Vol 44, 242-248
- Noll, R. B., Zucker, R. A., Fitzgerald, H. E., Curtis, W. J. (1992). Cognitive and motofic functioning of sons alcoholic fathers and controls: The early child years. *Developmental Psychology*, Vol. 28(4), 665-675
- Oetting, E. R., Edwards, R. W., Kelly, K., & Beauvais, F. (1997). Risk and protective factors for drug use among rural american youth. In E. B. Robertson, Z. Sloboda, G. M. Boyd, & N. J. Kozel(Eds.), *Rural substance abuse : state of knowledge and issues*(90-130). NIDA Research Monograph, 168.
- Olweus, D. (1993). *Bullying at school : What we know and what we can do*. Oxford: Black well Publishers.
- Otto, L. B., & Alwin, D. F. (1977). Athletics, aspiration and attainments. *Sociology of Education*, 42. 102-113.
- Palmer, L. K. (1996). Effects of a walking program on attributional style, depression, and self-esteem in women. *perceptual ad motor skills*, 81, 98-112.
- Pauley, J. T., Palner, . A., Wright, C. C., & Pfeiffer, G. J(1982). The effects of a 14 weeks employes fitness program on elected physiological and psychological parameter. *Journal of Occupational*
- Pelham. B. W., & Swann, W. B., Jr. (1989). From self-conceptions to self-worth: On the sources and structure of global self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 672-680.
- Pender, N. J., Walker, S. N., Sechrists, K. R., & Stromborg, M. F (1990). Predicting Health Promoting Lifestyles in the Workplace. *Nursing Research*, 39(6), 326-331.
- Peterson, P. L., Hawkins, J. D., Abbott, R. D., & Catalano, R. F. (1994) Disentangling the effects of parental drinking, family management, and parental alcohol norms on current drinking by Black and White adolescents. *Journal of Research Adolescents*, 4(2), 203-227.
- Prochaska, J. O, & Diclimente, C. C. (1983). Stages and Process of Self-change of Smoking: Toward an Integrative Model of Change, *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 51(3), 390-395.
- Rao, U., Hammen, C., & Daley, S. E. (1999). Continuity of depression during the transition to

- adulthood: A 5-year longitudinal study of young women. *J Am Acad Child Adolesce Psychiatry*, 38(7), 908-915.
- Roberts, A. R., (1982). Stress and coping patterns among adolescent runaways. *Journal of Clinical Psychological*, 23, 156-163.
- Roberts, R. E., & Chen, Y. R. (1995). Depressive symptoms and suicidal ideation among Mexican-Origin and anglo adolescents. *J Am Acad Child Adolesce Psychiatry*, 37(12), 1294-1300.
- Roberts, R. E., Roberts, C. R., & Chen, Y. R. (1998). suicidal thinking among adolescents with a history of attempted suicide. *J Am Acad Child Adolesce Psychiatry*, 37(12), 1294-1300.
- Rohrbeck, C. A., Azar, S. T., Wagner, P. E. (1991). Child Self-Control Rating Scale: Validation of a Child Self Report Measure. *Journal of Clinical Child Psychology*, Vol 20(2), 179-183.
- Rosenberg, M. (1965). *Society and adolescent self image*. Princeton, NJ: Princeton University Press
- Sallo, M, Riman, H, Harro, J., Karelaon, K., & Viru, A, M. (1997). Personality characteristics, coping, and mood in youn men with physically active or sedentary lifestyles. *Biological Psychiatry*, 42(1), *Suppiement 1*.
- Schafer, W. E. (1969). *Participation in inter scholastic athletics and delinquency: A preliminary study*. *social Problems*, 17. 40-47.
- Seefeldt, C. (1984). Growth and development a source of stress. In J. H. Humphrey.(Eds), *Stress in Childhoods*.
- Selye, H. (1956). *The Stress of Life*. *New York: Mcgraw-Hill*.
- Smith, T. (1992). Hostility and health: current status of a psychosomatic hypothesis. *Health Psychology*, 11, 139 - 150.
- Smith, P., & Sharp, S. (1994). *School bullying : Insights and perspectives*. London: Rout ledge.
- Sonstroem, R. J. (1978). Physical estimation and attraction scales: Rationale and research. *Medicine and science in Sports*, 8, 126-132
- Spielvberger C. D., Gorsuch R. C, Lushene R E. (1972) *Manual for the state-Trait Anxiety, inventory, consulting psychologists*. Palo Alto.
- Spielvberger, C. D., Johnson, E. H., Russell, S. F., Crane, R. j., Jacobs, G. A., & Worden, T. J. (1985). The experience and expression of anger: Construction and validation of an

- anger expression of scale. In. M. A. Chesney & R. H. Rosenman(Eds.). *Anger and hostility in cardiovascular and behavioral disorders*. Washington, DC: Hemisphere.
- Stanger, S. F., Chassin, L., & Young, R. D. (1983). Determinants of self-esteem among labeled adolescents. *Social Psychology Quarterly*, *46*, 3-10.
- Stevenson, C. L., & Nixon, J. E. (1979), A conceptual social functions of sports. In A Yiannakis, T. D. Thomas, M. J. Melnick, & D.P. Hart (Eds). *Sport sociology (1979). contemporary themes*(2nd ed). Dubuque, IW : Kendall/Hunt Publishing Company. 120~122,
- Strtecher, V. J., Devillis, B. M., Becker, M. h., & Rosenstock, I. M., (1986), The Role of Self Efficacy in Achieving Health Behavior Change. *Health Education Quarterly*, *13(1)*. 73-9
- Swickert, R. J., Hittner, J. L. & Herring, J. A.(2002). Relationships among Internet use, personality, and social support. *Computers in Human Behavior*, *18*. 437~451.
- Tal cott Parsons, The Social System(Clencoe. Ill: The Free Press.1951), P.250
- Tapscott, Don,(1998) *Growing up Digital: the Rise of Net Generation*, McGraw-Hill
- Tucker, L. A. (1987). Mental health and Physical Fitness, *Journal of Human Movement Studies*, *13*, 267-273
- Weissman, M. M., Wolk, S., Goldstein, R. B. et al. (1999). Depressed adolescents grown up. *JAMA*, *281* : 1727-1713.
- Weitzel, M. H., (1989). A Test of the Health Promotion Model with Blue Collar Workers. *Nursing Research*, *38(2)*, 99-104.
- Wells, L. E., and Rankin, J. H. (1983). Self-concept as a mediating factor in delinquency. *Social Psychology Quarterly*, *46*, 11-22.
- Wheeler, G. (1967)., "Deviant Behavior N. J", Smelser(ed) *Sociology*, N. Y. : Wiley
- Willis and Campbell. *Exercise Psychology*. Champaign, IL : Human Kinetics Publishers. Yoo, J. (1992). The physiological reactivity to exercise and competitive stress of Type-A/B behavior patterns : A test of the suppression hypothesis. *Proceeding in the '92 International Sport Science Congress (Seoul, Korea : 1992 p.122-128)*
- Yamaguchi, K., & Kandel, D. B. (1984). Patterns of drug use from adolescence to young adulthood:II. Sequences of progression. *American Journal public Health*, Vol. 74, 668-672
- Yiannakis, A. (1980). *Sport and deviance*. A review and reappraisal. *Motor Skill*, *4*. 59-64.
- Young. C. Z. (1999). *Preventing addiction among adjudicated adolescents*. The california school of Professional Psychology.

## 청소년의 스포츠활동 참여가 정신건강과 일탈행동에 미치는 영향

안녕하십니까?

본 조사는 고등학생들의 스포츠활동 참여가 일탈행동과 정신건강에 미치는 영향을 알아보기 위한 것입니다. 여러분이 응답하신 내용은 비밀이 철저히 보장되며 연구목적 이외의 다른 어떤 용도로도 사용하지 않을 것을 약속드리오니 느끼시는 대로 솔직하게 응답하여 주시면 감사하겠습니다.

귀하의 의견은 통계법 제8조 및 제9조의 규정에 의하여 고등학생들의 스포츠활동참여가 일탈행동과 정신건강에 미치는 영향의 파악을 위한 목적 이외에는 절대로 사용되지 않으며, 개인에 대한 사항은 절대 비밀이 보장됩니다.

본 설문지에서 묻는 질문에는 맞고 틀리는 것이 없사오니 여러분의 개인적인 생각을 솔직하게 대답하여 주시면 감사하겠습니다.

2005

조선대학교 대학원 박사과정

체육학과 송용성



<p>II. 다음의 항목은 일탈행동에 대하여 묻는 것입니다.            귀하의 생각과 일치하는 난에 v 혹은 O표하여 주십시오.            오.</p>	5 매우 자주 있다	4 자주 있다	3 가끔 있다	2 한두 번 있다	1 전혀 없다
	↓	↓	↓	↓	↓
10. 이성과 성적인 관계를 맺은 적이 있습니까?	5	4	3	2	1
11. 부모님의 허락 없이 외박한 적이 있습니까?	5	4	3	2	1
12. 부모님에게 거친 반항을 해본 적이 있습니까?	5	4	3	2	1
13. 수업을 빼먹거나 학교에 무단 결석한 적이 있습니까?	5	4	3	2	1
14. 평소에 pc통신이나 인터넷을 사용합니까?	5	4	3	2	1
15. 가출을 하려고 계획한 적이 있습니까?	5	4	3	2	1
16. 가출해 본 적이 있습니까?	5	4	3	2	1
17. 사이버 도박을 한 적이 있습니까?	5	4	3	2	1
18. 인터넷 대화방에서 음란·폭력대화를 시도한 적이 있습니까?	5	4	3	2	1
19. 음란물 검색을 한 적이 있습니까?	5	4	3	2	1
20. 인터넷게임을 한 적이 있습니까?	5	4	3	2	1



<b>Ⅲ. 다음의 항목은 정신건강에 대하여 묻는 것입니다. 귀하는 다음의 행위를 얼마나 성공적으로 수행할 수 있는지 자신감의 정도를 표시하십시오. 귀하의 생각과 일치하는 난에 V 혹은 O표하여 주십시오.</b>	<b>5 전혀 그렇지 않다</b>	<b>4 그렇지 않다</b>	<b>3 보통 이다</b>	<b>2 그런 편이다</b>	<b>1 매우 그렇다</b>
	↓	↓	↓	↓	↓
1. 나는 계획을 세우면 반드시 실행할 수 있다고 확신 한다.	5	4	3	2	1
2. 나는 하기 싫은 일이라도 마칠 때까지 매달린다.	5	4	3	2	1
3. 나는 실패한 일에 대해서는 더욱 열심히 노력한다.	5	4	3	2	1
4. 나는 일에 자신 있는 사람이다.	5	4	3	2	1
5. 나는 작업 목표를 세운 후 실패하면 성공할 때까지 노력한다.	5	4	3	2	1
6. 나는 내가 세운 목표를 달성할 수 있다.	5	4	3	2	1
7. 대체로 나는 내가 실패자라고 생각하는 경향이 있다.	5	4	3	2	1
8. 나는 나 자신에 대해 긍정적인 태도를 가지고 있다.	5	4	3	2	1
9. 대체로 나는 나 자신에 대해 만족하고 있다.	5	4	3	2	1
10. 나는 때때로 내가 정말 쓸모없는 사람이라고 느낀다.	5	4	3	2	1
11. 때때로 나에게 좋은 점이라곤 전혀 없다는 생각이 든다.	5	4	3	2	1
12. 다른 친구들이 하는 놀이나 활동에 불쑥 끼어들어 참견하거나 방해합니까?	5	4	3	2	1
13. 일을 성급히 하다 부주의한 실수를 많이 합니까?	5	4	3	2	1
14. 자신이 맡은 작업이나 활동을 할 때 쉽게 산만해집니까?	5	4	3	2	1
15. 친구들과 같이 놀거나 공동 작업을 하다가 의견이 다르거나 좋지 않은 일이 있을 때 다투거나 잘 싸웁니까?	5	4	3	2	1
16. 신경이 예민하고 마음의 안정이 안된다.	5	4	3	2	1
17. 별 이유 없이 깜짝 놀란다.	5	4	3	2	1
18. 두려운 느낌이 든다.	5	4	3	2	1
19. 가슴 (심장)이 마구 뛰다.	5	4	3	2	1
20. 긴장이 된다.	5	4	3	2	1
21. 무슨 일이든지 조급해서 안절부절 한다.	5	4	3	2	1

22. 사소한 일에도 짜증이 난다.	5	4	3	2	1
23. 나 자신도 걸잡을 수 없이 울화가 터진다.	5	4	3	2	1
24. 누구를 때리거나 해치고 싶은 충동이 생긴다.	5	4	3	2	1
25. 무엇을 때려 부수고 싶은 충동이 생긴다.	5	4	3	2	1
26. 잘 다룬다.	5	4	3	2	1
27. 고향을 지르거나 물건을 던지는 일이 있다.	5	4	3	2	1
28. 나는 매사에 의욕이 없고 침울하거나 슬플 때가 있다.	5	4	3	2	1
29. 나는 갑자기 얼마동안 울음을 터트리거나 울고 싶을 때가 있다.	5	4	3	2	1
30. 나는 안절부절해서 진정할 수가 없다.	5	4	3	2	1
31. 나는 전보다 더 안절부절한다.	5	4	3	2	1
32. 나는 친구들이 나를 따돌리는 것 같아 속상하다.	5	4	3	2	1
33. 나는 친구들이 나를 무시하는 것 같아 속상하다.	5	4	3	2	1
34. 나는 친구들과 마음껏 어울리지 못해 불만이다.	5	4	3	2	1
35. 내가 좋아하는 친구가 나보다 다른 아이를 좋아해 속상하다.	5	4	3	2	1
36. 나는 친구들과 이야기가 잘 통하지 않아 불만이다.	5	4	3	2	1
37. 나는 친구들이 나를 놀려 화가 난다.	5	4	3	2	1
38. 나는 다니고 있는 학원이나 과외활동이 많아 힘들다.	5	4	3	2	1
39. 나는 내가 장차 어떤 일을 할 수 있을지 고민이다.	5	4	3	2	1



## 저작물 이용 허락서

학 과	체육	학 번	10341092	과 정	박사
성 명	한글: 송 용 성    한문 : 宋 鎰 性    영문 : Song Yong Sung				
주 소	광주 광역시 남구 진월동 삼익세라믹 3차 302동 902호				
연락처	E-MAIL : dreamsong77 @ hanmail.net				
논문제목	한글 : 청소년의 스포츠활동 참여가 정신건강과 일탈행동에 미치는 영향 영문 : The Influence of Youths' Participation in Sport Activities on the Mental Health and Misdeeds				

본인이 저작한 위의 저작물에 대하여 다음과 같은 조건아래 조선대학교가 저작물을 이용할 수 있도록 허락하고 동의합니다.

- 다                    음 -

1. 저작물의 DB구축 및 인터넷을 포함한 정보통신망에의 공개를 위한 저작물의 복제, 기억장치에의 저장, 전송 등을 허락함
2. 위의 목적을 위하여 필요한 범위 내에서의 편집·형식상의 변경을 허락함. 다만, 저작물의 내용변경은 금지함.
3. 배포·전송된 저작물의 영리적 목적을 위한 복제, 저장, 전송 등은 금지함.
4. 저작물에 대한 이용기간은 5년으로 하고, 기간종료 3개월 이내에 별도의 의사 표시가 없을 경우에는 저작물의 이용기간을 계속 연장함.
5. 해당 저작물의 저작권을 타인에게 양도하거나 또는 출판을 허락을 하였을 경우에는 1개월 이내에 대학에 이를 통보함.
6. 조선대학교는 저작물의 이용허락 이후 해당 저작물로 인하여 발생하는 타인에 의한 권리 침해에 대하여 일체의 법적 책임을 지지 않음
7. 소속대학의 협정기관에 저작물의 제공 및 인터넷 등 정보통신망을 이용한 저작물의 전송·출력을 허락함.

동의여부 : 동의( ○ ) 조건부 동의(        ) 반대(        )

2005년 8 월 일

저작자:    송 용 성    (서명 또는 인)

**조선대학교 총장 귀하**

## 감사의 글

시작이 늦었다고 해서 끝이 없는 것은 아닌가 봅니다. 혼자였다면 결코 할 수 없는 일이었겠지만 고마우신 분들의 사랑의 눈동자에 기대어 지내다 보니, 어느덧 제 손 안에서 만져지는 기쁨과 마주치게 됩니다.

목적지에 도착한 것이 끝이 아니라는 것도 잘 알고 있습니다. 잠시 머물면서 가쁜 숨을 진정시킨 후엔 또 다른 길을 향해 떠나야 됩니다. 하지만 지금까지 저에게 힘을 나눠주신 분들이 변함없이 저와 함께 걸어주실 것이기에 설레는 마음으로 짧지만 긴 감사를 전하고자 합니다.

먼저 답답하고 힘들 때 마다 기도하게 하시고 힘과 용기와 인내심을 불어 넣어 주신 주님께 찬미와 감사를 드립니다.

본 논문이 완성되기까지 지도해주시고 학문의 길잡이가 되어주신 김응식 지도교수님께 진심으로 깊은 감사를 드립니다. 심사과정에서 논문의 틀과 내용을 바르게 지적해 주신 심사위원장 김범식 박사님, 윤이중 박사님, 정명수 박사님, 김홍남 교수님께 진심으로 감사를 드립니다.

학위과정 중에 격려해 주시고 열과 성을 다해 지도해주신 노형철 교수님, 김주훈 총장님, 원영두 학장님, 조동진 교수님, 위승두 교수님, 송채훈 교수님, 김철주 교수님, 윤오남 교수님, 이경일 교수님께 감사를 드립니다.

학위과정 중 늘 염려해 주시고 도움주신 송의중학교, 정규태 교장선생님과 교직원여러분, 그리고 송신공고 선생님들께 머리 숙여 감사드립니다. 그리고 늘 학급 운영에 고심하며 연구하는 「फल 들여」 회원님과 최영택, 나숙영, 오안나, 김진호, 박성우 선생님과 이 영광을 함께 나누고 싶습니다.

“생각은 깊게, 행동은 올바르게”란 급훈으로 항상 노력하는 사랑하는 2학년1반 학생여러분과 졸업한 제자들에게도 고마움을 전합니다.

언제나 변함없이 사랑으로 지켜주셨고, 무엇을 하여도 믿어주셨던 아버지, 어머니께, 언제나 지지해 주신 장인·장모님, 사랑과 격려를 주신 매형과 누나, 그리고 형님을 비롯한 가족들에게 작은 결실을 보여드리게 되어 정말 기쁩니다.

끝으로 항상 옆에서 인내하며 지켜봐주고 용기를 주었던 사랑하는 아내와 딸 수연, 하연, 그리고 늘 든든한 아들 창훈에게 미안한 마음과 사랑의 마음으로 이 논문을 바칩니다.

2005년 8월

송 용 성