creative commons

COMMONS DEED

저작자표시-동일조건변경허락 2.0 대한민국

이용자는 아래의 조건을 따르는 경우에 한하여 자유롭게

- 이 저작물을 복제, 배포, 전송, 전시, 공연 및 방송할 수 있습니다.
- 이차적 저작물을 작성할 수 있습니다.
- 이 저작물을 영리 목적으로 이용할 수 있습니다.

다음과 같은 조건을 따라야 합니다:

저작자표시. 귀하는 원저작자를 표시하여야 합니다.

동일조건변경허락. 귀하가 이 저작물을 개작, 변형 또는 가공했을 경우에는, 이 저작물과 동일한 이용허락조건하에서만 배포할 수 있습니다.

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

저작권법에 따른 이용자의 권리는 위의 내용에 의하여 영향을 받지 않습니다.

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

Disclaimer

dCollection

[UCI]I804:24011-200000256627

2012년 2월
석사학위논문

골프참여자의 재미요인과 운동중독이 심리적 행복감에 미치는 영향

조선대학교 대학원

사회체육학과

김 기 탁

골프참여자의 재미요인과 운동중독이 심리적 행복감에 미치는 영향

The effects of Enjoyment Factor and Exercise Dependence on Psychological Happiness in Golf participants

2011년 12월 24일

조선대학교 대학원

사회체육학과

김 기 탁

골프참여자의 재미요인과 운동중독이 심리적 행복감에 미치는 영향

The effects of Enjoyment Factor and Exercise Dependence on Psychological Happiness in Golf participants

지도교수 : 조 동 진

이 논문을 석사학위 신청 논문으로 제출함

2011년 12월

조선대학교 대학원

사회체육학과

김 기 탁

김기탁의 석사학위논문을 인준함

위원장 조선대학교 교수 정 명 수 인

위 원 조선대학교 교수 송 채 훈 인

위 원 조선대학교 교수 조 동 진 인

2011年 12月

조선대학교 대학원

목 차

I. 서 론 ····· **1**

1. 연구의 필요성 ····· 1
2. 연구목적 ····· 4
3. 연구가설 ····· 4
4. 연구의 제한점 ····· 4
5. 용어의 정의 ····· 5

II. 이론적 배경 ····· **6**

1. 골프의 특성 ····· 6
2. 골프참여의 특성 ····· 6
3. 재미요인 ····· 7
   1) 재미 ····· 7
   2) 재미요인과 스포츠 재미요인 ····· 8
   3) 내적 동기 접근 ····· 9
   4) 육감적 즐거움과 재미의 관계 ····· 10
4. 운동중독 ····· 11
   1) 중독의 개념 ····· 11
   2) 중독의 특성 ····· 12
   3) 운동중독의 개념 ····· 13
   4) 운동중독의 진단기준 ····· 15
5. 심리적 행복감 ····· 17

III. 연구방법 ····· **18**

1. 연구대상 ····· 18

2. 조사도구 및 조사방법 ····· 19
1) 재미 요인 ····· 20
2) 운동중독 ····· 20
3) 심리적 행복감 ····· 20
3. 타당도 및 신뢰도 검증 ····· 21
4. 자료처리 ····· 26

IV. 연구결과 ····· 27
1. 인구통계학적 특성에 따른 재미요인의 차이 ····· 27
2. 인구통계학적 특성에 따른 운동중독의 차이 ····· 35
3. 골프참여자의 재미요인이 심리적 행복감에 미치는 영향 ····· 42
4. 골프참여자의 운동중독이 심리적 행복감에 미치는 영향 ····· 46

V. 논 의 ····· 50

VI. 결론 및 제언 ····· 53
1. 결론 ····· 53
2. 제언 ····· 54

참고문헌
설문지

표 목 차

<표 1> 'enjoyment'와 'fun' 정의 ····· 8
<표 2> 운동중독의 진단 기준 ····· 16
<표 3> 연구 대상자의 일반적 특성 ····· 18
<표 4> 재미요인 요인분석 결과 ····· 22
<표 5> 운동중독 요인분석 결과 ····· 23
<표 6> 심리적 행복감의 요인분석 결과 ····· 24
<표 7> 스포츠재미, 운동중독, 심리적 행복감의 신뢰도분석 결과 ····· 25
<표 8> 성별에 따른 재미요인의 차이 ····· 27
<표 9> 연령에 따른 재미요인의 차이 ····· 28
<표 10> 경력에 따른 재미요인의 차이 ····· 30
<표 11> 연습장 참여빈도에 따른 재미요인의 차이 ····· 31
<표 12> 필드 참여빈도에 따른 재미요인의 차이 ····· 33
<표 13> 평균타수에 따른 재미요인의 차이 ····· 34
<표 14> 성별에 따른 운동중독의 차이 ····· 36
<표 15> 연령에 따른 운동중독의 차이 ····· 36
<표 16> 골프경력에 따른 운동중독의 차이 ····· 38
<표 17> 연습장 참여빈도에 따른 운동중독의 차이 ····· 39
<표 18> 필드 참여빈도에 따른 운동중독의 차이 ····· 40
<표 19> 평균타수에 따른 운동중독의 차이 ····· 41
<표 20> 재미요인이 심리적 행복감의 상관관계 ····· 42
<표 21> 재미요인이 자아실현에 미치는 영향 ····· 43
<표 22> 재미요인이 자신감에 미치는 영향 ····· 44
<표 23> 재미요인이 몰입감에 미치는 영향 ····· 45

<표 24> 재미요인이 즐거움에 미치는 영향 ····· 45
<표 25> 운동중독과 심리적 행복감의 상관관계 ····· 46
<표 26> 운동중독이 자아실현에 미치는 영향 ····· 47
<표 27> 운동중독이 자신감에 미치는 영향 ····· 47
<표 28> 운동중독이 몰입감에 미치는 영향 ····· 48
<표 29> 운동중독이 즐거움에 미치는 영향 ····· 49

ABSTRACT

The effects of Enjoyment Factor and Exercise Dependence on Psychological Happiness in Golf participants

Kim Gi-Tak
Adviser: Prof. Cho Dong-Jin. Ph.D.
Department of Social Physical Education.
Graduate School of Chosun University

This Study designed to examine the effects of enjoyment factor and exercise dependence on psychological happiness in golf participants. The participants were selected by systematic stratifies cluster random sampling method. They are composed 450 adults who had been participating in golf practice in golf ranges. the Questionnaire was given to 438 members of golf participants who are over 20 years old and engaging in the range activity from May 2011 to October 2011.

After collecting the questionnaires, I exclude 12 unreliable questionnaires which were incomplete, incorrectly marked or double marked, and used 438 questionnaires for the study. The data processing was done through frequency analysis, descriptive statistics, correlation analysis, and multiple regression analysis by using SPSS WIN ver 19.0.

The conclusion of this research was as follows: First, Enjoyment factor of demographic characteristics was statistically significant difference in golf participants.

Second, Exercise dependence of demographic characteristics was statistically significant difference in golf participants.

Third, Enjoyment factor had a positive effect on psychological happiness in golf participants.

Fourth, Exercise dependence had a positive effect on psychological happiness in golf participants.

Fifth, Relationship of enjoyment factor and psychological happiness demonstrated statistically significant correlation.

Sixth, Relationship of enjoyment factor and psychological happiness demonstrated statistically significant correlation.

I. 서 론

1. 연구의 필요성

운동을 하는데 이유를 크게 두 가지로 볼 수 있다. 하나는 질병 치유나 건강 유지 및 증진을 통하여 윤택하고 질적인 삶을 살기 위함과 다른 하나는 자신의 여가시간을 활용하여 재미있고 흥미로운 스포츠 활동을 즐기는데 있다(유기성, 2008). 현대인들은 국민생활과 문화수준의 향상에 따라 여가활동, 취미, 대인관계 그리고 사회생활에서 필요하다고 생각되는 생활체육에 관심을 갖게 되었고 직접적인 참가요구 또한 높아지고 있다(권석준, 김영갑, 최병학, 2011).

우리나라의 경우, 2004년 7월 1일부터 시행된 주 5일 근무제 도입으로 인한 여가시간의 증대에 따라 스포츠 대중화 현상에 있어서 가장 주목 받는 종목 중 하나가 골프이다(신승엽, 2010). 골프는 규칙을 준수하고 자연친화적인 운동(신은영, 2005)으로 게임성이 강하고, 대인관계 및 사회적 관계 증진에 적합하다는 점 등에 비추어 현대사회를 대표하는 스포츠라 할 수 있다(홍준희, 은종석, 김도훈, 2010).

문화체육관광부(2009)의 통계자료를 살펴보면, 전국의 골프연습장 수는 2007년 기준 약 4,900개소인데 반하여, 2008년 기준 약 6,350여개소로 실내연습장 약 5,140개소, 실외연습장 약 1,220개소로 약 29.7%가 증가하였다고 보고되어있다. 이러한 골프연습장의 증가는 골프연습장을 찾는 인구가 급증과 더불어, 골프가 대중스포츠 및 생활스포츠로서 자리잡아가고 있는 것을 단적으로 보여주고 있는 것이다.

골프를 통해 여가활동을 즐기는 사람들은 자신들의 스포츠 참여에 대해 다양한 특성을 가지고 있다. 실질적으로 운동에 오랜 기간 동안 참여한 사람들은 긍정적인 정서요인인 즐거움 때문(Wankel & Kreisel, 1985)이라는 연구결과가 있으며, 스포츠에서 즐거움을 느끼지 못하면 중도에 그만둘 가능성이 높다(Gould & Petlichoff, 1998)라는 연구 보고가 있다.

스포츠 및 체육활동에서 재미(enjoyment)란 즐거움, 행복감, 흥미 등의 긍정적인

정서반응을 뜻하며, 재미는 강한 동기부여적인 속성을 갖고 있으며(강유원, 진병권, 2003; 윤광선, 박세혁, 2005), 스포츠 재미(sport enjoyment)라는 개념은 즐거움, 좋아함, 재미와 같은 일반적인 느낌을 나타내는 스포츠 체험에 대한 긍정적인 정서반응이다(Scanlan & Simon, 1992).

김병준과 성창훈(1996)은 레저스포츠 기능에 있어서 지속적으로 참여하거나 포기하는 가장 중요한 이유 중 하나는 재미나 즐거움 요소라고 하였고, 스포츠 참여자들이 오랫동안 스포츠 활동을 하는 이유는 재미와 즐거움 때문이라고 보고하고 있다(이윤주, 2002). 김영미와 한혜원(2005)은 재미요인이 여가몰입과 여가만족감을 상승시킨다고 보고하였고, 심상신 등(2006)은 재미요인이 몰입경험에 영향을 미친다고 하였다.

한편 재미요인과 함께 운동중독(exercise dependence)은 스포츠 지속행동에 중요한 영향을 미치는 요인이라 할 수 있다. 운동중독은 과도하게 운동에 빠져있는 현상(강신욱, 2002; 안상한, 김병준, 2011) 혹은 운동에 과도하게 몰두한 나머지 자신의 조절능력을 상실한 상태(이혁, 이제홍, 2007; 전태준, 2005)라 정의하였으며, Sachs(1981)는 운동중독은 심리적, 생리적 특성으로 나타나고, 운동을 멈춘 다음 24-36시간이 흐른 후에 금단증세(withdrawal symptoms)를 나타나는 심리적·생리적 의존경향이라고 정의하였다. 또한 Adams(2009)는 운동중독을 개인의 신체적, 심리적 건강에 부정적인 영향을 줄 정도로 과도하게 운동하는 상태로 정의하였다. 운동중독이란 용어가 약물중독처럼 부정적인 것으로 인식되는 것에 대한 대안으로 과도한 운동, 강박적 운동, 의무적 운동 등의 용어가 사용되기도 한다.

일부 부정적인 사회·심리적 결과에도 불구하고 강신욱(2003)은 운동에 빠져 있고 몰입되어 있는 성인은 가정, 직장, 동료 관계 등 일상생활에 있어 다소의 손실을 감수하더라도 운동으로부터 자신의 신체적·정신적 행복을 추구하고 있다고 하였다. 운동중독에 있어 긍정적으로 운동에 몰두하는 것은 심리적·생리적으로 상당히 유익할 수 있다(엄대영, 2007; 김인형, 2008; 안상한, 김병준, 2011)고 보고하였으며, 박선기(2004)도 긍정적 운동중독은 건강에 많은 도움을 주고, 생활에 활력을 주며, 일상생활에서의 에너지 충만, 긴장해소 및 우울한 기분의 해소 등의 효과를 가져 온다고 운동중독의 긍정적인 측면을 부각시키고 있다.

이처럼 스포츠 참가자는 재미요인에 의해 참여하게 되어 즐거움을 느끼고 인지적인 몰두가 진전될수록 참여자 개인의 삶에서 중심적인 것으로 여겨져 긍정적인 운동중독과 심리적 안정, 행복감 등을 경험하게 되는 것이다(Mchlntyre, 1989). 또한, 양명환(1998)은 스포츠에서 나타나는 심리적 안정 측면을 긍정적인 인지적-정서적 상태로 욕구 충족에 수반되어 나타나는 유쾌한 감정, 도취감, 만족감 등을 심리적 행복감이라 하였다. 따라서 골프에서 재미요인은 긍정적인 정서반응으로 심리적 행복감과도 밀접한 관련이 있다고 할 수 있다. 따라서 현대사회에서 육체적·정신적 건강의 조화를 통해 행복하고 아름다운 삶을 영위하려는 사람들이 늘어나면서 자신의 건강한 삶의 질 개선을 위해 스포츠를 통해 여가활동을 한다는 점에서 운동중독의 긍정적 측면을 유발해 내어 그 효과를 이끌어 내기 위한 방법이 필요하다.

심리적 행복감은 여러 가지 다양한 요인들이 통합되어 나타나는 긍정적인 인지적· 정서적 상태로써 대개 능동적인 신체활동에 참여한 사람들이 운동 후에 반복적으로 보고하는 정서적 반응 중의 하나인 쾌락적 즐거움 또는 감정호전 현상이다(Wankel & Berger, 1990)라고 정의하였다. Ryff et al.(2006)은 심리적 행복과 불행의 척도가 다양한 호르몬과 심혈관계와 주목할 만하게 연결되어 있음을 발견하여 심리적 행복이 정신질환에 대한 새로운 치료방법이라고 제시하였고, 개인의 심리적 행복감이 정신건강에 대한 중요한 원인된다고 보고하였다(Hamdan-Mansour & Marmash, 2007).

이러한 심리적 행복감은 주관적인 판단 기준에 의해 결정되어지며, 인간의 삶의 모든 측면에 대한 전반적인 평가로서 생활만족의 성분도 함께 포함하고 있다(이혜경, 2008; Diener, 1984). 흥미로운 것은 심리적 행복에 스포츠 활동이 포함된 여가활동이 매우 의미 있게 기능한다는 것이다(민경훈, 김수겸, 2008; 송은주, 임수원, 김정자, 2006). Hassmén et al.(2000)은 일주일에 2회 이상 운동한 사람들은 더 높은 일치감과 더 강한 사회적 통합감이 나타난다고 하였으며, 규칙적인 신체운동과 심리적 행복감 향상 간에는 일관된 관계가 있다고 보고하였다.

따라서 본 연구에서는 골프참여자들이 골프를 통하여 나타나는 재미요인과 운동중독이 심리적 행복감에 미치는 영향과 재미요인, 운동중독 및 심리적 행복감과 어떠한 상관관계가 있는지를 종합적으로 규명하고자 한다.

2. 연구의 목적

골프 참여자들이 골프를 통하여 얻을 수 있는 재미요인과 운동중독의 다양한 변인들이 심리적 행복감에 어떠한 관계가 있는지를 종합적으로 규명한 연구가 미비한 실정이다. 따라서 본 연구의 목적은 골프 참여자들의 골프 참가에 따른 재미요인과 운동중독이 심리적 행복감에 미치는 영향을 규명하고, 상관관계를 통하여 이에 관련된 긍정적 또는 부정적 측면을 분석하여, 골프 참여 확산 및 활성화를 위한 기초자료를 제공하고자 하는데 목적이 있다.

3. 연구 가설

본 연구의 목적에 따라 다음과 같이 가설을 설정하였다.

첫째, 골프참여자들의 인구 통계학적 특성에 따라 재미요인에 차이가 있을 것이다.

둘째, 골프참여자들의 인구통계학적 특성에 따라 운동중독에 차이가 있을 것이다.

셋째, 골프참여자들의 재미요인이 심리적 행복감에 영향을 미칠 것이다.

넷째, 골프참여자들의 운동중독이 심리적 행복감에 영향을 미칠 것이다.

4. 연구의 제한점

본 연구의 제한점은 다음과 같다.

첫째, 본 연구의 대상자는 G시, S시, Y시, G시의 골프연습장을 이용하는 골프참여자로 제한하였다.

둘째, 본 연구의 대상자는 20세 이상의 성인 남, 여로 제한하였다.

5. 용어의 정의

본 연구의 용어의 정의는 다음과 같다.

1) 재미요인

재미(enjoyment)는 '즐거움', '좋아함', '재미(fun)'와 같은 일반적인 느낌을 나타내는 행동, 경험에 대한 긍정적인 정서 반응이다(Scanlan & Simons, 1992). 따라서 재미요인(sources of enjoyment)이란 재미의 동기요인이 되는 구성요소인 유능성 지각, 팀 분위기, 승리와 경쟁, 연습과 혜택, 가족의 지원으로서의 재미거리를 말한다.

2) 운동 중독

운동을 멈춘 다음 24-36시간이 흐른 후에 나타나는 금단증상으로 특징지을 수 있는 의존성이다(Sachs, 1981). 가장 보편적으로 드러나는 금단증세들은 불안, 긴장, 죄의식, 나태함, 화, 강박적 참여, 약속불이행, 불안감, 성급함, 신경과민, 근육경련 등이다. 또한 운동중독은 운동을 개인의 심리적, 육체적 활력을 증가시키며 개인의 안녕과 기능 상태를 개선시키는 삶의 보완재(Sachs, 1984)로 보는 '긍정적인 중독'과 참여자의 삶 전체를 통제하고 인생의 다른 선택권을 제거시키는 '부정적인 중독'의 두 가지의 측면으로 구분 될 수 있다(Morgan, 1979).

3) 심리적 행복감

심리적 행복감이란 매일의 생활을 구성하는 활동으로부터 기쁨과 자신의 생활에 대한 의미와 책임감, 목적의 성취 등을 느끼며, 긍정적 자아상을 지니고 자신을 가치 있다고 여겨 낙천적인 태도와 감정을 유지하는 것이다(김우현, 2003; 이혜경, 2008; 한상덕과 이상덕, 2010).

Ⅱ. 이론적 배경

1. 골프의 특성

송윤경(2002)에 의하면 골프는 적당한 긴장 속에서 이루어지는 전신운동이며 동시에 참여자의 흥미를 쉽게 유발시키는 오락성도 갖춘 스포츠로서 일반인이 라운딩(rounding)하는 동안에는 심판이 존재하지 않아 참여자 개개인이 스스로를 통제하여야하는 운동이다. 따라서 예의범절을 지키며 참여해야하는 운동이며 경기 중에 참여자들이 자유롭게 대화를 나눌 수 있는 운동으로 그 특성이 있다.

2. 골프참여의 특성

현대사회의 다양하고 복잡한 사회에서 벗어나 아름다운 자연 속에서 신선한 공기와 푸른 잔디가 넓게 깔린 그린을 걷는 것은 현대인들에게 흥미와 도전을 불러일으키기에 충분하며 골프는 이를 충족시켜주는 미래 지향적인 스포츠라 하겠다.

국내에 골프 붐이 일기 시작한 것은 박세리 선수를 시작으로 김미현, 박지은, 한희원, 미쉘 위, 그리고 최경주 등 국제무대에서 한국선수들의 선전은 일반 국민들에게 골프에 대한 인식을 전환시키는데 크게 기여했다. 많은 골퍼들은 일반적으로 골프를 인생의 축소판이라고 하며 남녀노소 불문하고 평생을 즐길 수 있는 자연적인 스포츠로서 규칙에 의한 매우 신사적이고 페어플레이 정신을 강조하며 정신적인 양심을 존중하는 인격수양이 필요한 스포츠이다. 이러한 준법정신과 자기통제능력 함양 등은 사회·교육적 기능은 물론 삶의 질을 향상시키는 만족의 척도이며 때로는 목적 사업 해결의 장이나 사교의 장(신은영, 2005)으로도 훌륭한 기능을 하고 있을 뿐 아니라 스포츠산업에도 부가가치가 매우 높은 종목으로 알려지고 있다.

자연과 함께 호흡하며 가족, 친구 및 동료와 대화를 하면서 건강을 증진시키고

게임을 통해 자신과의 경쟁심 고취 및 인생을 배울 수 있는 등 많은 장점이 있다. 따라서 향후 더 많은 사람들이 골프를 즐긴다고 가정할 때 이들이 골프에 대해 바람직하고 긍정적인 감정을 갖기 위해서는 현재 골프에 참여하고 있는 사람들은 골프 활동에서 얻는 개인적 경험과 긍정적 요인이 중요하다.

3. 재미요인

1) 재미

대부분의 연구에서 재미는 'enjoyment' 또는 'fun'으로 사용되면서 개념상 명확히 구분되어 있지는 않았다. 스포츠 참여가 재미와 밀접한 관계를 맺고 몰입이 높을수록 재미 정도가 높아져 동기가 된다고 주장(강형길, 2003; 김형룡, 박순문, 2005)하면서, enjoyment와 fun을 가까운 개념으로 취급하고 있다. 그러나 김병준과 성창훈(1996)은 "사람들은 enjoyment와 fun에 대하여 각각을 명확히 정의내리기는 어렵지만, 그 실체에 대해서는 누구나 알고 있다"라고 하였고, 이민학(2006)과 Scanlan et al.(1993)도 fun은 정의하기 어렵다고 하면서 새롭거나 평소와 다른 감정으로 만족감, enjoyment와는 다른 것으로 설명하고 있다.

Enjoyment와 fun의 사전적 정의를 각각 살펴보면, enjoyment는 좋아하는 것을 하거나 경험할 때 느끼는 기쁨과 만족감, fun은 기쁘고, 즐겁고, 행복한 행동이나 상태라는 의미를 지닌다(Scanlan & Simons, 1992).

한편, 윤형섭(2009)은 enjoyment와 fun의 정의를 구분하여 살펴보면서enjoyment가 행동의 목적이나 보상을 기대하는 적극적인 감정 상태로 진귀함, 목표, 통제, 성취감, 자의식 등과 연관되어 있는 반면, fun은 특별한 목적이나 보상을 기대하지 않고, 행동 결과에 관계없이 느낄 수 있는 상태를 의미한다고 하였다 <표 1>.

표 1. ‘enjoyment'와 ’fun' 정의

구 분	enjoyment	fun
Podilchak (1985)	목적이나 보상을 기대하는 적극적인 감정 상태	목적이나 보상을 기대하지 않는 적극적인 감정상태
Izard (1991)	감각적 자극에 기초한 자극의 직접적인 결과	추상적인 존재로 느낌이 즐거우며, 보람된 상태
Henderson et all (1999)	진귀함(novelty), 목표(gaols), 통제(control), 성취(accomplishment) 자의식(self-awareness)	좋은 시간을 보내고 있다는 긍정적인 감각
김학진 외 (2007)	즐거움이나 만족감(pleasure)으로 자신이 원하던 것을 노력하여 성취했거나 얻었을 때 느끼는 감정	목표 성취와는 상관없이 그 과정에서 다양한 활동 자체를 즐김으로써 느낄 수 있음

즉, ‘enjoyment'는 행동이나 경험의 동기로서, 도는 결과로 발생하는 재미이고, ‘fun'은 행동이나 경험을 포함하는, 좀 더 포괄적인 상황에서 발생할 수 있는 재미를 뜻한다고 볼 수 있다. 따라서 본 연구에서 살펴보고자 하는 재미요인은 스포츠에서의 행동이나 경험 즉, 구체적인 재미의 개념인 ‘enjoyment'와 보다 관련되었다고 할 수 있다.

2) 재미요인과 스포츠 재미요인

‘재미요인(sources of enjoyment)'은 재미라는 느낌이 어떤 활동에서의 내적-외적 차원과 성취-비 성취 차원에서 도출되는데, 각각의 차원에 해당되는 재미의 동기요인이 되는 구성요소를 말한다(Scanlan & Simons, 1992).

Scanlan et al.(1993)은 연구의 상당부분을 스포츠 재미에 집중시켜왔다. 스포츠

개입모형에 포함되어 있는 스포츠 재미(Sports enjoyment)라는 개념은 '즐거움, 좋아함, 재미와 같은 일반적인 느낌을 나타내는 스포츠 체험에 대한 긍정적인 정서반응'으로 정의 된다(Scanlan & Simons, 1992).

국내의 선행연구를 살펴보면, 김병준과 성창훈(1996)은 스포츠의 동기요인으로서 재미의 개념과 관련연구를 고찰한 것으로, 스포츠 재미를 구성하는 요소는 다양하며, 상당수의 재미요인들이 선행연구에서 스포츠 종목, 참여수준, 문화적 배경에 관계없이 일관성 있게 나타난다고 하였다.

김병준과 성창훈(1997)은 국내 중학교 운동선수를 대상으로 수행된 스포츠에서의 10개의 재미요인을 도출하였고, 이 후의 연구에서 세부영역을 포함하고 있는 6영역, '유능성 지각, 연습과 혜택, 팀 분위기, 상급학교 진학, 승리와 경쟁, 부모의 지원'이 스포츠 재미요인을 나타내는 데 보다 구체적이라고 판단하여 재미요인으로 도출하였다(김병준, 1999).

따라서 스포츠 재미라는 개념은 일반적인 긍정적 정서보다는 좀 더 세부적이며 또한 흥분과 같은 구체적인 정서 보다는 더욱 일반적인 개념이다.

3) 내적 동기 접근

Deci & Ryan(1985)의 인지평가이론에 따르면 과제에 대한 내적 동기는 개인의 유능성과 자결성에 대한 욕구에 기초를 두고 있다. 스포츠는 참가자들에게 자신의 능력을 최대한으로 시험해 보고 도전해 볼 수 있는 기회를 제공함으로서 개인이 유능감을 경험할 수 있게 해 주며, 또한 다양한 활동 속에서 의사결정과 선택을 할 수 있게 해준다. 이러한 내적 통제의 느낌은 긍정적으로 과제에 대한 내적 동기를 높이게 된다. 따라서 개인의 유능감이나 자결성에 영향을 미치는 어떠한 행동이나 사건은 개인의 내적 동기 수준에 영향을 미친다.

운동참가자들에게 자신들이 운동을 선택하고 목표를 스스로 설정하게 했을 경우 운동 프로그램에 대한 내적 동기가 높아졌다(Thompson & Wankle, 1980). 인지평가이론이 제시한 이러한 내적 동기 가설들은 일반 심리학과 스포츠 분야에서 많은 연구들에 의하여 검증되어졌다.

최근 내적 동기는 다차원적으로 개념화되며, 내적 동기란 '재미, 지각된 유능성, 노력, 긴장 등의 하위차원들의 총합'으로 정의된다(McAuley et al., 1989). 이러한 다차원적 접근에서 보면 재미는 전반적인 내적 동기의 하위 차원 중의 하나이다. 이러한 다차원적 접근에서 보면 재미는 전반적인 내적 동기의 하위차원 중의 하나이다. 즉 재미는 주로 내적인 요소와 연관되어 있으며 내적 동기 보다는 협소한 개념이 된다. 하지만 Deci & Ryan(1985)이 지적 한 대로 재미는 외적으로 만족감을 주는 다른 요소도 포함할 수 있다. 스포츠 재미(sport enjoyment)라는 개념을 도입한 Scanlan & Simons(1992) 역시 재미의 요소들은 내회차원과 성취와 비 성취 차원 모두에 의해 경험된다고 제안함으로써 이러한 주장을 뒷받침하고 있다.

4) 육감적 즐거움과 재미의 관계

Izard(1991)는 재미를 촉감이나 미감과 같은 감각에 기초를 둔 즐거움과는 구분하고 있다. 이러한 감각적 즐거움은 일반적으로 직접적인 자극이 존재한다. 감각적 즐거움의 경우 즐거움과는 구분된다. 감각적 즐거움의 경우 자극과 즐거움 사이에 직접적인 관계가 형성된다.

반면 재미는 어떤 행동에 대한 직접적인 결과로 나타나지 않을 수 있다. 재미가 비록 감각자극의 직접적인 결과로 나타나는 것은 아니지만 그 느낌은 긍정적이고 즐거우며 보람을 가져다준다. 또한 재미를 느낌으로써 사람들은 한층 더 심리적, 생리적 행복감을 경험한다(백성수, 1999).

재미가 비록 감각 자극의 직접적인 결과로 나타나는 것은 아니지만 그 느낌은 긍정적이고, 즐거우며 보람을 가져다준다. 또한 재미를 느낌으로써 사람들은 한 층 더 만족감을 경험한다. 재미는 또한 강한 동기유발적인 속성을 갖고 있다. 즉, 사람들이 어떤 일을 좋아하면 그 일에 대한 자신감이 길러진다. 삶 속에서 재미는 힘든 경험이나 도전을 이겨낼 수 있다는 믿음을 길러 준다. 재미는 또한 대인관계에서도 중요한 역할을 한다. 지속적인 재미의 체험은 사회 집단 형성의 기초가 된다. 친구를 사귀는 것과 재미 때문에 스포츠에 참가한다는 참가동기의 연구결과는 이러한 재미의 동기유발적인 특성을 잘 나타내 주고 있다.

4. 운동중독

1) 중독의 개념

중독(addiction)은 1980년대 이후 의학과 소비자학 분야에서 통용된 용어로써, 학자들에 따라 그 개념 정의가 다양하다.

Robbins와 Joseph(1985)은 중독을 내성(tolerance), 금단증세(withdrawal), 갈망(craving)으로 정의하였으며, Insel & Roth(1993)는 물질과 활동에 대한 욕망에 길들여진 사람들, 그 사용의 단절 때문에 고통 받는 사람들, 활동 또는 물질을 마음껏 즐기려고 자기 파괴의 희생을 자진하는 사람들로써 중독을 설명하였다. 한편, 유기성(2008)에 따르면, 중독이란 사람들의 반향이 무엇이든 간에 계속적으로 체험하려고 갈망하는 어떠한 활동이나 물질이라 하였다. 또한, 김경빈과 정은기(1993)는 중독이란 물질의 사용에 대한 강박적 집착, 일단 사용하기 시작하면 끝을 보고야 마는 조절불능, 해로운 결과가 있으리라는 것을 알면서도 사용하는 강박적 사용 등의 상태라고 하였다. 양명환(1998)은 중독을 어떤 것에 집착하는 이유가 무엇이든 간에 자신의 요구(need)와 욕구(want)를 쫓아서 저항할 수 없는 충동에 빠져든 상태라고 정의하였다. 이와 같은 개념 정의로 중독을 이해하게 되면 사람들은 알코올, 담배, 음식, 약물이나 일, 게임, 관계, 사랑, 혹은 운동 어느 것에나 중독 될 수 있음을 보여준다.

한편, 정신의학적인 중독증의 진단은 단순히 어떤 대상을 탐닉하는 것만으로는 부족하며, 의존성, 내성, 금단증상의 발현을 필요조건으로 한다(Kerr et al. 2007). 이처럼 중독에 관한 연구물들을 보면 중독을 의미하는 개념으로써 다양한 용어들이 사용됨을 알 수 있다. 그 용어들을 구체적으로 살펴보면 다음과 같다.

첫째, 의존성(dependence)은 건설적인 활동들을 소홀히 하고 사회에 반대되는 결과를 초래하는 물질 또는 활동에의 강압적인 사용으로 정의 내려진다. 의존은 신체적, 심리적학적인 두 가지 유형으로 분류될 수 있으며, 중독자 중 일부는 두 가지 유형 모두에 의존하는 경향이 있다. 심리학적인 의존(psychological dependence)은 특수한 물질이 공급해주는 분위기와 기분의 변화를 위한 강한 지속적인 욕구로 또는 갈망으로 정의된다.

둘째, 신체적인 의존(psychological dependence)은 어떠한 물질을 처음 사용할 때보다 두 번 세 번 사용할 때 그 효과가 감소하는 현상을 말한다. 즉, 반복해서 사용할 수 있도록 원하는 동일한 효과를 얻기 위해 필요한 물질의 사용량이 늘어나게 되거나, 용량이 줄어들게 되는 경우(역 내성)를 말한다. 운동에 지속적으로 참여, 몰두하는 시간이 길어지고, 운동을 끝마치기가 점점 힘들어지며, 오랫동안 참여하고 있어도 오히려 그 효율은 떨어지는 현상을 예로 들 수 있겠다.

셋째, 금단현상(withdrawal symptoms)은 어떠한 물질을 상습적으로 사용하다가 중단하였을 때 이로 인해 발생되는 증상이나 현상으로, 불쾌하고 괴로운 신체현상이나 심리현상 등을 수반하는 특징을 갖는다. 심리적 금단과 신체적 금단의 두 가지가 존재한다. 운동 상황에서 떠나 있으면 왠지 초조하고 불안해하는 현상을 예로 들 수 있는데, 이는 마치 알코올 중독자가 술이 떨어졌을 때 손을 떨거나 극도의 불안, 초조에 시달리는 등의 금단증상을 보이는 것과 같은 맥락에서 설명될 수 있을 것이다. 특징적으로 이들은 다시 운동을 하게 되며, 긴장이 해소되고 금단증상들이 씻은 듯이 사라지는 안도감을 느끼며, 생리적인 현상에 의해 심지어는 쾌감을 느끼기도 한다.

2) 중독의 특성

음식이나, 알코올, 또는 과도한 운동이던 간에 모든 중독에 적용할 수 있는 몇 명 특성들이 있다. 중독의 본질에 의해 모든 중독들은 비슷한 특성들을 보인다(임금선, 1994).

첫 번째 공통적인 특성은 '강박관념(obsession)'이다. 중독적인 물질이나 행동에 대한 강박관념이나 몰입은 중독적인 행동에 대한 반복되는 사고로 특징 지워질 수 있다. 중독이 사고에 얼마만큼 강한 변화를 나타내던 간에 중독적인 물질이나 활동들에 대한 사고는 항상 지배적이다. 그들의 욕망이나 강한 충동은 그들을 어떠한 활동으로 몰아넣는 강한 힘이 된다.

두 번째 특성은 '통제적 상실(loss of control)'이나 '강제성(compulsion)'이다. 이는 중독적인 행동을 그만두려고 하거나 절제하는 데에 대한 무력감으로 특징 지워질 수 있다. 예를 들면, 음식중독의 경우에 잠자리에 들어서도 음식을 먹게 되는

것을 그만둘 수 없는 무력감이 있을 수 있다.

세 번째 특성은 중독에 대한 '부인(denial)'이다. 이는 자신의 중독은 모두 괜찮으며 전혀 문제가 되지 않는다고 생각하는 정신적인 과정이다.

네 번째 특성은 '내성(tolerance)'이다. 내성은 중독적인 물질이나 활동과의 접촉을 계속해서 지속하려는 신체적 능력이다. 즉, 중독물질에 대한 신체의 내성 정도가 커지기 시작하면 결국에는 자신이 원하는 효과를 얻기 위해서 더 많은 양을 요구하게 된다. 반면, 알코올 중독과 같은 일부의 중독들은 이와는 반대되는 역 내성을 경험할 수 있다.

다섯 번째의 공통된 특성은 '금단증세(withdrawal symptoms)'이다. 모든 종류의 중독은 중독적인 물질이 제거되었을 때 금단증세를 경험하게 된다. 금단과정동안 중독은 중독적인 물질이나 활동으로 되돌아가려는 경향을 보일 것이며, 이러한 활동이나 물질이 제거되면 금단증세로 인해 발현된 증상들이 없어지는 특징을 갖는다.

3) 운동중독의 개념

운동중독 현상은 Baekeland(1970)가 운동박탈이 수면에 미치는 영향을 연구하기 위한 피험자 선정과정에서 발견하여 최초로 학계에 보고하였다. 규칙적으로 운동에 참여하는 많은 예비 피험자들이 실험에 참여하는 대가로 돈을 제공하는데도 불구하고 실험을 위하여 자신의 운동 프로그램을 그만두는 것에 저항감을 보이는 것이 발견됨으로써 이 현상은 점차 보편화 되었다(Hailey & Bailey, 1982). 이와 같은 견지에서 볼 때, '중독적인 운동행동'이란 지나치게 운동에 이끌리고 이러한 욕구를 억제하지 못하는 특성을 가진 행동이라 할 수 있다(Sachs, 1981). Sachs(1981)는 이러한 심리적, 생리적 특성의 운동중독(exercise addiction)은 운동을 멈춘 다음 24-36시간이 흐른 후에 나타나는 금단증세(withdrawal symptoms)로 특징지을 수 있는 규칙적인 운동섭생에의 의존성이라고 한다. 가장 보편적으로 주목되는 금단증세들을 불안, 긴장, 죄의식, 나태한 감정, 강박적 참여, 약속불이행, 불안감, 성급함, 신경과민, 근육경련 등으로 압축될 수 있으며(Sachs, 1981; Sachs, 1984) 이러한 금단증세들은 운동중독의 존재와 그 수준을 결정하는데 중요한 요인으로 활용되어 왔다.

이러한 중독적인 운동행동에는 운동을 개인의 심리적·육체적 활력을 증가시키며 개인의 안녕과 기능 상태를 개선시키는 삶의 보완제로 보는 긍정적 중독(Sachs, 1984)과 참여자의 삶 전체를 통제하고 인생의 다른 선택권을 제거시키는 부정적인 중독(Morgan, 1979)의 두 가지의 측면으로 구분될 수 있다. 그 내용을 구체적으로 살펴보면 다음과 같다.

(1) 긍정적 중독

긍정적인 운동중독의 개념은 중독적인 운동행동의 개념을 대중화시킨 William Glasser(1976)의 저서 긍정적 중독(Positive Addiction)에 의해 일반화되었는데 그에 의하며, 운동하는 사람들은 약물 남용자가 약물에 중독되는 것과 동일한 방식으로 운동에 중독된다고 주장하였으며, 운동과 약물은 모두 중독자들이 자제하지 않는다면 금단증세를 유발하지만, 운동중독은 중독의 결과가 이롭기 때문에 긍정적인 중독인 반면, 약물중독은 약물의 효과가 중독자에게 해를 주기 때문에 부정적인 중독이라고 하였다.

한편, Kostrubala(1976)의 저서 '달리는 즐거움'은 러닝의 긍정적인 중독의 측면을 언급하고 있는데, 이는 운동은 심리, 생리적으로 다양한 이점이 규칙적인 신체활동에 지속적으로 참가할 때 생길 수 있음을 의미한다.

이와 같은 운동에 대한 긍정적인 중독은 운동을 자신의 존재의 중요한 국면으로 간주하고 더 나아가 일, 가정, 가족 및 친구들에 대한 책무와 조화를 잘 이루고 운동을 이러한 측면의 삶의 보완제로서 간주한다는 것을 의미한다(Sachs, 1984).

(2) 부정적 중독

이처럼 대다수의 사람들이 건전한 습관으로써의 규칙적인 운동 참여를 보여주고 있으나 일부의 참여자들은 운동이 그들의 삶을 지배하게 된다(Morgan 1979). 그렇게 되면 운동은 생활에서 다른 선택을 할 수 없게 만들어 부정적인 중독으로 된다. Morgan(1979)은 사람들이 일상생활을 대처해 나가는데 운동이 반드시 필요하다고 느껴야 하며, 운동이 중지되었을 때 반드시 우울, 불안 및 화와 같은 금단증세를 경험해야 한다는 두 가지 전제조건이 충족되었을 때 이와 같은 부정적인 중독이 존재한다고 가정하였다. 이렇게 부정적으로 중독된 선수들에게는 운동이 그들의 삶

을 통제하고 인생의 다른 선택권을 제거시키게 된다. 그들의 삶은 규칙적으로 운동을 하려는 욕구 주변에서 조직될 것이 분명하며, 심지어 피로, 나른함, 집중력 저하와 같은 부차적인 금단증세를 경험할 수 도 있다.

이와 같이 운동중독에는 동전의 양면과도 같이 긍정적인 면과 부정적인 면이 모두 나타날 수 있다. 따라서 운동중독현상을 연구하는데 있어 지속적인 스포츠 참가자에게서 나타나는 중독적인 행동은 처음에는 기쁘게 받아들여지지만 압도적이기 때문에 통제가 매우 어려우며, 심하면 자신의 의지와 상반되는 불쾌한 압력에 의해서 통제되는 강박적 행동을 보인다는 점에 주목해야 한다(양명환, 1998). 즉, 운동이 항상 참가자들에게 긍정적인 혜택만을 주는 것이 아니라 극히 일부이긴 하지만 주정적인 중독증을 유발할 수 있다는 점을 올바르게 인식하여야 한다. 이는 운동에 중독된 많은 사람들이 그들 스스로 자신의 부정적인 탐닉 증상을 올바르게 인식하지 못하고 있다는 점에서 더욱 더 중요하다고 할 수 있겠다.

4) 운동중독의 진단기준

운동에 중독된 사람은 잠시 동안 운동을 그만두게 되면 때때로 우울증이나 불안, 초초해지게 된다. 가정이나 직장에서 불편, 불만, 그리고 일반적인 피로를 동반하면서 사회에서 대인관계가 소원해진다. 심한 운동중독의 경우에는 의료적 측면에서나, 직업적, 재정적, 그리고 사회적 측면에서 운동을 금지해야 할 때조차도 계속 한다(Morgan, 1979). 운동중독 진단에 대한 기준들은 학자 간에 조금씩 상이하나, Pierce(1994)가 제시한 진단기준이 여러 학자들의 제시 기준을 광범위하게 포괄하고 있어, Pierce(1994)의 진단기준을 보면 <표 2>과 같다.

Pierce(1994)는 운동 의존성(exercise dependence)라는 유사개념을 통해 그 기준은 제시하였는데, 그가 제시한 운동 의존성의 진단은 두 가지로 구분될 수 있다. 첫 번째 운동의존은 운동 그 자체가 개인의 기본적인 동기에 의해 일어날 때이다. 예를 들면 운동기록 향상과 같은 운동 그 자체에 동기를 부여한 경우이다. 두 번째 운동에의 의존성은 운동을 위한 동기가 신체조절과 같은 부차적인 것들일 때이다. 예를 들면 댄서로써의 직무수행과 역할을 위해 몸매를 유지해야하는 전문 댄서들

을 들 수 있겠다. 예를 들면 댄서로써의 직무수행과 역할을 위해 몸매를 유지해야 하는 전문 댄서들을 들 수 있겠다. <표 2>에 제시된 운동의존의 진단기준들은 앞서 서술한 중독의 특징과 잘 부합된다. 모든 중독을 수반시키는 첫 번째 범주는 특정 활동이나 물질에의 욕망 또는 강박감이다. 운동중독자들은 적어도 하루에 한번 2-3시간 이상의 시간을 운동에 할애한다.(Pierce,1994). 두 번째 공통적인 범주는 중독에 대한 과도함이다. 이는 대학생들 간의 운동참가 빈도와 중독정도를 연구한 Kagan과 Squiers(1985)의 연구 운동의 빈도수와 기간에 따라 중독 점수가 증가되었다고 보고하고 있다.

세 번째 공통적인 기준은 부정적 감정의 발현이다. 실제로 지나친 운동중독자들은 운동이 그들 자신의 개인적인 삶이나 경력을 침해할 지라도 그들 자신은 이러한 문제점들을 잘 인식하지 못한다. 활동에 대한 통제가 아니라, 중독은 활동이 그들 자신을 통제하도록 만든다(Pierce, 1994).

네 번째 기준으로는 모든 중독으로부터 일어나는 내성의 문제를 들을 수 있다. 운동에 중독된 사람은 신체적응에 대한 욕망의 결과를 얻기 위해 계속적으로 운동수준과 빈도를 증가시켜야만 한다(Hauck, 1992).

표 2. 운동중독의 진단 기준

운동중독의 기준
1. 하루에 한번 도는 그 이상 규칙적인 스케줄에 맞춰진 정형화된 운동형태에 참여한다.
2. 운동형태를 유지하기 위해 다른 활동보다 우선권을 두는 어떤 활동이 있다.
3. 운동수행에 대한 내성이 점차적으로 증가된다.
4. 운동중단에 의해 정신상태의 혼란과 관련된 금단증세가 발현된다.
5. 다시 재개된 운동으로 인하여 금단증세가 경감된다.
6. 억제하기 어려운 운동에 대한 강렬한 욕망에 대하여 자각한다.

자료: Pierce,(1994) 『Exercise dependence syndrome in runners』

중독의 마지막 기준은 어떤 활동이 중단 되었을 때 일어나는 금단증세의 발현이다. Mondin et al.(1996)의 연구에 의하면, 습관적으로 운동에 참가하는 사람에게서 3일간의 운동 박탈기간 동안, 정서적 혼란이 증가되었으며, 이 기간이 끝나고 일상적 활동으로 돌아갔을 때에 기분이 향상된 것으로 나타났다. 또한 운동박탈 기간 동안에 참가자들의 우울감이 증가했을 뿐만 아니라 긴장이나 불안감의 정도가 증가되었다고 발표하였다.

비록 규칙적인 신체운동의 혜택의 중요성을 인식하는 것이 중요하기는 하지만, 그들의 신체적 심리적 건강을 위협하는 정도로 운동에 부정적으로 의존되거나 중독될 위험이 있을 수 있다는 사실을 간과해서는 안 된다. 따라서 부정적 중독으로써의 운동의 문제점들은 앞으로 보다 면밀히 연구되어져야 할 것이다.

5. 심리적 행복감

심리적 행복감은 여러 가지 다양한 요인들이 통합되어 나타나는 긍정적인 인지적, 정서적 상태이다. 대개 능동적인 신체활동에 참여한 사람들이 운동 후에 반복적으로 보고하는 정서적 반응 중의 하나가 쾌락적 즐거움 또는 감전호전형사이다. 즉 욕구 충족에 수반되어 나타나는 유쾌한 감정, 도취감. 만족감 등이다(양명환, 1988). 또한 신체활동으로부터 경험되는 긍정적인 인지적, 정서적 상태를 묘사하는 개념으로서 공포, 억압, 불안이 제거되는 최상의 행복과 충족의 찰나를 나타내는 것이며, 한정된 자극에 대한 주의 집중, 개인적 자아의 실현, 성취감, 몰입으로 인한 시간감각의 상실이라 표현하였다(Maslow, 1968).

이윤주(2002)의 연구에 의하면 스포츠에 참여하는 것과 이로 인해 심리적인 행복감을 느끼는 것과는 긍정적인 상관관계가 있으며, 여자보다도 남자에게서 더 높은 상관도를 보인다 뿐만 아니라 심폐지구력 훈련을 실시 한 사람은 심리적 행복감을 훨씬 더 높게 느낀다고 보고하여 스포츠 참가가 심리적 행복감 증진에 도움을 준다고 하였다. 스포츠 활동 참가에 있어서 심리적 행복감은 넓게 스포츠 참여로 인하여 파생되는 삶의 질에 대한 만족정도로 정의될 수 있으며 스포츠에 참여하게 되면서 참여자체에서 오는 긍정적인 정서 상태라고 할 수 있다.

Ⅲ. 연구 방법

1. 연구 대상

본 연구에서는 G시, S시, Y시, G시의 4개 권역으로 구분하여 총 9개의 골프연습장에 유층집락무선표집법(systematic stratifies cluster random sampling method)을 사용하여 표본을 추출하였다. 골프연습장 참여자 중 만 20세 이상의 성인 남 녀 450명의 표집인원 중 설문지에 성실하게 응답한 인원인 438명의 설문지를 실제 분석하였다. 연구대상의 인구통계학적 특성은 <표 3>과 같다.

표 3. 연구대상자의 일반적 특성

구 분		빈 도	퍼 센 트
성별	남자	283	64.6
	여자	155	35.4
연령	20-29세	76	17.4
	30-39세	114	26.0
	40-49세	166	37.9
	50-59세	66	15.1
	60세 이상	16	3.7
골프 경력	3개월 이하	31	7.1
	4-6개월	38	8.7
	7-12개월	56	12.8
	13개월-2년 이하	47	10.7
	3년-5년 이하	126	28.8
	6-10년 이하	80	18.3
	11년 이상	60	13.7

일일 연습 시간	30분	103	23.5
	1시간	87	19.9
	1시간30분	90	20.5
	2시간	87	19.9
	2시간30분	19	4.3
	3시간이상	52	11.9
주당 연습 빈도	1회 이하	96	21.9
	2회	75	17.1
	3회	92	21.0
	4-5회	102	23.3
	6회 이상	73	16.7
월 필드 회수	1회 이하	138	31.5
	2회	113	25.8
	3회	71	16.2
	4-5회	64	14.6
	6회 이상	52	11.9
평균 타수	79타 이하	64	14.6
	80-84타	68	15.5
	85-89타	78	17.8
	90-94타	72	16.4
	95-99타	56	12.8
	100타 이상	100	22.8

2. 조사도구 및 조사방법

본 연구는 설문지를 통한 조사방법을 이용하였으며 구체적인 내용은 다음과 같다. 조사 기간은 2011년 5월부터 2011년 10월까지 약 5개월에 걸쳐 진행되었다.

조사지역은 G, Y, S, G시의 골프연습장을 이용하는 참여자로 하였으며, 조사대상자들은 설문 내용에 대하여 자기 평가 기입법(self-administration method)으로 응답하도록 하였다. 본 연구에서의 재미요인, 운동중독, 심리적 행복감과 관련한 모든 설문지의 응답형태는 '매우 그렇다(5점)', '그렇다(4점)', '보통이다(3점)', '그렇지 않다(2점)', '전혀 그렇지 않다(1점)'의 Likert 5점 척도로 구성하였다.

1) 재미 요인

재미요인은 Scanlan et al.(1992)의 청소년 운동선수들의 재미요인 척도로 개발한 것을 유효준(2001), 김영미, 한혜원(2005), 임우택, 김영재(2006), 최수혁(2006) 등의 선행연구에서 사용한 설문지를 예비조사와 내용타당도 검증을 거쳐 본 연구의 목적에 맞게 수정, 보완하여 유능성지각(5문항), 체력 및 정신건강(7문항), 대인관계(5문항), 가족지원(2문항), 자기과시(3문항)의 5개 하위요인 총 22문항으로 최종 재구성하여 사용하였다.

2) 운동중독

운동중독은 신규리(2000)가 개발하여 여가스포츠 참가자의 운동중독 척도를 엄대영(2007), 김인형(2008), 김재훈, 유진(2009) 등의 선행연구에서 사용한 설문지를 예비조사와 내용타당도 검증을 거쳐 본 연구의 목적에 맞게 수정, 보완하여 운동욕구(5문항), 금단증상(10문항), 감정애착(5문항)의 3개 하위요인 총 20문항으로 재구성하여 사용하였다.

3) 심리적 행복감

심리적 행복감은 양명환(1998)이 개발하고, 오제권(2007) 등의 선행연구에서 사용한 설문지를 예비조사와 내용타당도 검증을 거쳐 본 연구의 목적에 맞게 수정, 보완하여 자아실현(5문항), 자신감(5문항), 몰입감(5문항), 즐거움(5문항)의 4개 하위요인 총 20문항으로 재구성하여 사용하였다.

3. 타당도 및 신뢰도 검증

1) 타당도 검증

본 연구는 예비조사를 실시 한 후 본 설문조사를 실시하였으며, 요인분석은 Varimax방식을 이용한 주축요인분석을 실시하여 요인분석 결과 값이 .5 이상인 요인들만 가설검증 변수로 활용하였다.

<표 4>의 골프참여자의 재미요인의 분석 결과를 보면 추출된 14개의 문항은 5개의 하위요인으로 분류되었으며, 유능성지각, 체력 및 정신건강, 대인관계, 가족지원, 자기과시 요인으로 명명하였다.

본 연구에 활용된 재미요인 변수들과 연구모형에 대한 요인분석을 수행한 결과, 타당성과 적절성면에서 통계적으로 유의(KMO=.865, BTS=2897.869, p<.000)한 것으로 검증되었다. KMO는 요인분석 문항의 상관계수의 크기를 비교하여 표본의 적절성을 결정하는 측정치이다. Kaiser-Meyer-Olkin Measure of Sampling Adequacy(KMO)는 요인분석 문항의 상관계수의 크기를 비교하여 표본의 적절성을 결정하는 측정치이다. KMO의 범위는 0과 1사이인데 1에 가까울수록 바람직하고 최소한 .5이상이면 요인분석을 하기에 적합하다고 판단할 수 있다. 본 연구에서는 Kaiser-Meyer-Olkin Measure of Sampling Adequacy=.865 로 높은 표본의 적절성을 보이고 있다. 또한 상관행렬내의 변수들이 의미 있는 상관관계를 가질 확률을 나타내는 Bartlett Test of Sphericity=2897.869로 본 연구의 상관행렬 변수들이 큰 의미를 갖는 것으로 나타났으며, 유의수준은 p<.000으로 본 요인분석이 타당성과 적절성면에서 통계적으로 유의한 것으로 나타났다. 또한 설명력은 75.157%로 나타나 재미 요인으로 설문에 적용하는데 매우 높은 설명력을 확보하였다.

표 4. 재미요인의 분석 결과

	성 분				
	유능성 지각	체력 및 정신건강	대인관계	가족지원	자기과시
재미2	.856	.304	.006	.103	.086
재미1	.850	.188	.059	.101	.087
재미15	.688	.135	.313	.178	.210
재미22	.681	.112	.290	.076	.266
재미3	.251	.818	.054	.033	.188
재미5	.163	.800	.285	.179	.000
재미4	.203	.795	.237	.135	.023
재미17	.135	.254	.792	.042	.109
재미11	.126	.314	.746	.112	.171
재미16	.191	.011	.693	.281	.267
재미7	.196	.132	.168	.843	.007
재미13	.083	.137	.114	.838	.228
재미18	.144	.090	.204	.062	.872
재미19	.328	.086	.234	.223	.742
전체	2.768	2.316	2.127	1.669	1.642
분산	19.774	16.540	15.194	11.919	11.730
누적	19.774	36.314	51.508	63.427	75.157
Kaiser-Meyer-Olkin Measure of Sampling Adequacy=.865 Bartlett Test of Sphericity=2897.869, Significance= .000					

<표 5>의 골프참여자의 운동중독 요인분석 결과를 보면, 추출된 18개의 문항은 3개의 하위요인으로 분류되었으며, 금단증상, 감정애착, 운동욕구로 명명하였다. 본 연구에 활용된 운동중독 변수들과 연구모형에 대한 요인분석을 수행한 결과, 타당성과 적절성면에서 통계적으로 유의(KMO=.956, BTS=7312.682, p<.000)한 것으로 검증되었으며, 운동중독의 하위요인으로 적절한 것으로 나타났다. 또한

설명력은 75.638%로 나타나 운동중독 요인으로 설문에 적용하는데 매우 높은 설명력을 확보하였다.

표 5. 운동중독의 요인분석 결과

	성 분		
	금단증상	감정애착	운동욕구
중독3	.860	.219	.144
중독4	.833	.250	.255
중독6	.823	.250	.268
중독8	.821	.291	.245
중독5	.806	.253	.251
중독7	.795	.178	.166
중독2	.776	.224	.198
중독9	.766	.212	.269
중독17	.181	.850	.290
중독18	.276	.837	.205
중독19	.244	.803	.290
중독20	.319	.766	.267
중독16	.307	.754	.360
중독14	.169	.363	.760
중독11	.252	.377	.726
중독13	.377	.226	.720
중독12	.425	.413	.571
중독10	.438	.432	.501
전체	6.228	4.355	3.031
분산	34.601	24.195	16.841
누적	34.601	58.797	75.638
Kaiser-Meyer-Olkin Measure of Sampling Adequacy=.956 Bartlett Test of Sphericity=7312.682, Significance= .000			

<표 6>의 심리적 행복감의 요인분석 결과를 보면, 추출된 19개의 문항은 4개의 하위요인으로 분류되었으며, 자아실현, 자신감, 몰입감, 즐거움으로 명명하였다. 본 연구에 활용된 심리적 행복감 변수들과 연구모형에 대한 요인분석을 수행한 결과, 타당성과 적절성면에서 통계적으로 유의(KMO=.942, BTS=4551.279, p<.000)한 것으로 검증되었으며, 심리적 행복감의 하위요인으로 적절한 것으로 나타났다. 또한 설명력은 83.837%로 나타나 심리적 행복감 요인으로 설문에 적용하는데 매우 높은 설명력을 확보하였다.

표 6. 심리적 행복감의 요인분석 결과

	성 분			
	자아실현	자신감	몰입감	즐거움
행복1	.843	.252	.194	.194
행복2	.822	.306	.293	.188
행복3	.799	.298	.273	.212
행복4	.709	.257	.368	.182
행복8	.300	.792	.239	.221
행복9	.297	.787	.298	.143
행복10	.337	.706	.326	.251
행복17	.293	.316	.762	.284
행복18	.388	.343	.753	.223
행복19	.489	.347	.645	.225
행복13	.236	.113	.354	.838
행복12	.244	.481	.115	.745
전체	3.412	2.641	2.287	1.720
분산	28.434	22.006	19.060	14.337
누적	28.434	50.440	69.500	83.837
Kaiser-Meyer-Olkin Measure of Sampling Adequacy=.942				
Bartlett Test of Sphericity=4551.279, Significance= .000				

2) 신뢰도 검증

신뢰도는 측정도구의 안정성(stability) 및 일관성(consistency) 등과 관계가 있으며, 동일한 개념에 대해 다시 반복하여 측정할 때 동일한 결과를 얻을 수 있는 정도를 말한다. 본 연구에서는 내적 일관성을 추정할 수 있는 Cronbach α 계수를 이용하여 신뢰성을 측정하였다. <표 7>의 결과에 의하면 본 설문지를 구성하고 있는 변인의 문항 간 재미요인은 .730~.885, 운동중독은 .861~.953, 심리적 행복감은 .794~.930 로 나타나 본 연구의 데이터는 신뢰성이 있으며, 연구문제에 답하는데 있어 적합다다고 할 수 있다. 본 연구에서 이용된 설문내용의 구성지표별 신뢰도는 <표 7>과 같다.

표 7. 스포츠재미, 운동중독, 심리적 행복감의 신뢰도분석 결과

요 인		항 목	제거문항	Cronbach's α	
재미 요인	유능성지각	a1, a2, a15, a22	a8	.885	.880
	체력 및 정신건강	a3, a4, a5	a9, a10, a14, a20	.828	
	대인관계	a11, a16, a17	a6, a21	.768	
	가족지원	a7, a13		.730	
	자기과시	a18, a19	a12	.750	
운동중독	금단증상	b2, b3, b4, b5, b6, b7, b8, b9, b10	b1	.953	.959
	운동욕구	b11, b12, b13, b14	b15	.861	
	감정적애착	b16 b17, b18, b19, b20		.935	
심리적 행복감	자아실현	c1, c2, c3, c4	c5	.930	.950
	자신감	c6, c7, c8, c9, c10		.883	
	몰입감	c11, c12, c13, c14, c15		.794	
	즐거움	c16, c17, c18, c19, c20		.913	

4. 자료처리

양적조사에 사용된 설문지의 회수한 자료 중 불량한 응답, 신뢰성이 없다고 판단되는 자료와 이중기입, 무 기입 등의 불성실한 12부의 자료는 분석대상에서 제외시키고, 분석 가능한 부호화된 자료 438부를 컴퓨터에 개별 입력시킨 후 통계 프로그램인 SPSS Windows 19.0을 이용하여 전산처리 하였다. 조사대상자의 일반적 특성을 알아보기 위해 사용한 통계기법은 빈도분석(frequency analysis)과 연구의 목적에 맞게 설계된 연구변인들의 신뢰도검사(Cronbach's α)와 요인분석(Varimax)을 실시하였으며, 연구목적 달성을 위한 구체적인 자료처리 방법은 다음과 같다.

첫째, 인구통계학적 특성(성별, 연령, 골프경력, 연습장 참여빈도, 필드 참여빈도, 평균타수)에 따른 재미요인 간의 차이를 분석하기 위하여, t-test와 일원분산분석(one-way ANOVA)을 실시하였으며, 집단 간 유의한 차이가 있을 시 사후검증(scheffe)을 실시하였다.

둘째, 인구통계학적 특성(성별, 연령, 골프경력, 연습장 참여빈도, 필드 참여빈도, 평균타수)에 따른 운동중독 간의 차이를 분석하기 위하여, t-test와 일원분산분석(one-way ANOVA)을 실시하였으며, 집단 간 유의한 차이가 있을 시 사후검증(scheffe)을 실시하였다.

셋째, 골프참여자의 재미요인이 심리적 행복감에 미치는 영향을 분석하기 위하여, 다중 상관관계 분석과 다중 회귀분석을 실시하였다.

넷째, 골프참여자의 운동중독이 심리적 행복감에 미치는 영향을 분석하기 위하여 다중 상관관계 분석과 다중 회귀분석을 실시하였다.

유의수준은 $\alpha<.05$로 설정하였다.

Ⅳ. 연구 결과

1. 인구통계학적 특성에 따른 재미요인의 차이

1) 성별에 따른 재미요인의 차이

골프참여자의 성별에 따른 재미요인 차이를 분석한 결과, 재미요인의 하위요인 중 유능성지각(t=5.244***), 체력 및 정신건강 증진(t=3.634***), 자기과시(t=2.682**) 요인에서 통계적으로 유의한 차이가 나타났다.

특히, 통계적으로 유의한 차이가 나타난 유능성지각, 체력 및 정신건강 증진, 자기과시 모든 요인에서는 남성이 여성보다 높은 평균값을 나타냈다.

표 8. 성별에 따른 재미요인의 차이

	성별	N	평균	t	p
유능성지각	남자	283	4.322	5.244***	.000
	여자	155	3.868		
체력 및 정신건강	남자	283	4.656	3.634***	.000
	여자	155	4.342		
대인관계	남자	283	4.455	.576	.565
	여자	155	4.411		
가족지원	남자	283	4.207	-1.303	.193
	여자	155	4.316		
자기과시	남자	283	4.329	2.682**	.008
	여자	155	4.077		

2) 연령에 따른 재미요인의 차이

골프참여자의 연령에 따른 재미요인 차이를 분석한 결과, 재미요인의 하위요인 중 유능성지각을 제외한 체력 및 정신건강 증진(F=5.025***), 대인관계(F=3.362**), 가족지원(F=4.728***), 자기과시(F=5.150***) 요인에서 통계적으로 유의한 차이가 나타났다.

특히, 통계적으로 유의한 차이가 나타난 체력 및 정신건강 증진, 대인관계, 가족지원, 자기과시 중 자기과시를 제외한 모든 요인에서 연령이 높아질수록 높게 높은 평균값을 나타내고 있었으며, 자기과시는 연령이 낮은 20-29세, 30-39세 집단이 가장 높은 평균값을 나타내고 있었다.

연령에 따른 재미요인의 차이를 분석한 결과, 통계적으로 유의한 차이가 나타난 체력 및 정신건강 증진은 20-29세, 30-39세 집단과 60세 이상의 집단간에 두드러진 차이가 나타났으며, 대인관계는 20-29세, 30-39세, 40-49세 집단과 60세 이상의 집단 간에 두드러진 차이가 나타났으며, 가족지은 30-39세, 40-49세 집단과 60세 이상의 집단 간에 두드러진 차이가 나타났으며, 자기과시는 20-29세 집단과 40-49세, 60세 이상의 집단 간에 두드러진 차이가 나타났다.

표 9. 연령에 따른 재미요인의 차이

구분		N	평균	표준편차	F	p	post-hoc
유능성지각	20-29세(a)	76	4.155	.942	1.152	.332	
	30-39세(b)	114	4.107	.884			
	40-49세(c)	166	4.166	.744			
	50-59세(d)	66	4.148	.782			
	60세 이상(e)	16	4.578	.740			
체력 및 정신건강	20-29세(a)	76	4.360	.832	5.025***	.001	a,b-e
	30-39세(b)	114	4.360	.965			
	40-49세(c)	166	4.657	.748			
	50-59세(d)	66	4.697	.572			
	60세 이상(e)	16	4.958	.643			

대인관계	20-29세(a)	76	4.259	.975	3.362**	.010	a,b,c-e
	30-39세(b)	114	4.421	.696			
	40-49세(c)	166	4.440	.706			
	50-59세(d)	66	4.551	.724			
	60세 이상(e)	16	4.958	.500			
가족지원	20-29세(a)	76	4.349	.860	4.728***	.001	b,c-e
	30-39세(b)	114	4.088	.876			
	40-49세(c)	166	4.163	.771			
	50-59세(d)	66	4.477	.852			
	60세 이상(e)	16	4.781	.752			
자기과시	20-29세(a)	76	4.553	1.073	5.150***	.000	a-c,e
	30-39세(b)	114	4.377	.805			
	40-49세(c)	166	4.024	.958			
	50-59세(d)	66	4.220	.760			
	60세 이상(e)	16	4.094	1.241			

3) 경력에 따른 재미요인의 차이

골프참여자의 참여 경력에 따른 재미요인 차이를 분석한 결과, 재미요인의 하위요인 중 유능성지각(F=3.447**), 대인관계(F=2.483*) 요인에서 통계적으로 유의한 차이가 나타났다.

특히, 통계적으로 유의한 차이가 나타난 유능성지각과 대인관계에서는 골프경력이 높아질수록 높은 평균값을 나타냈다.

연령에 따른 재미요인의 차이를 분석한 결과, 통계적으로 유의한 차이가 나타난 유능성지각과 대인관계에 대해 사후검증을 실시한 결과 3개월, 4-6개월 집단과 6-10년 이하, 11년 이상의 집단 간에 두드러진 차이가 나타났으며, 3개월 집단과 4-6개월, 7-12개월, 13개월-2년, 3년-5년 이하, 6-10년 이하, 11년 이상의 집단 간에 두드러진 차이가 나타났다.

표 10. 경력에 따른 재미요인의 차이

구분		N	평균	표준편차	F	p	post-hoc
유능성 지각	3개월 이하(a)	31	3.895	1.012	3.447**	.002	a,b-f,g
	4-6개월(b)	38	3.875	.721			
	7-12개월(c)	56	3.942	.599			
	13개월-2년 이하(d)	47	4.144	.907			
	3년-5년 이하(e)	126	4.220	.813			
	6-10년 이하(f)	80	4.272	.863			
	11년 이상(g)	60	4.425	.766			
체력 및 정신 건강	3개월 이하(a)	31	4.161	1.057	2.042	.059	
	4-6개월(b)	38	4.579	.893			
	7-12개월(c)	56	4.494	.661			
	13개월-2년 이하(d)	47	4.369	.907			
	3년-5년 이하(e)	126	4.616	.724			
	6-10년 이하(f)	80	4.638	.783			
	11년 이상(g)	60	4.633	.852			
대인관계	3개월 이하(a)	31	4.022	.852	2.483*	.023	a-b,c,d, e,f,g
	4-6개월(b)	38	4.246	.705			
	7-12개월(c)	56	4.506	.664			
	13개월-2년 이하(d)	47	4.504	.882			
	3년-5년 이하(e)	126	4.532	.719			
	6-10년 이하(f)	80	4.475	.775			
	11년 이상(g)	60	4.422	.746			
가족 지원	3개월 이하(a)	31	4.081	1.065	.733	.624	
	4-6개월(b)	38	4.132	.803			
	7-12개월(c)	56	4.143	.779			
	13개월-2년 이하(d)	47	4.245	.800			
	3년-5년 이하(e)	126	4.266	.880			
	6-10년 이하(f)	80	4.338	.779			
	11년 이상(g)	60	4.333	.827			
자기 과시	3개월 이하(a)	31	3.968	.921	1.963	.070	
	4-6개월(b)	38	3.934	.902			
	7-12개월(c)	56	4.071	.771			
	13개월-2년 이하(d)	47	4.340	1.123			
	3년-5년 이하(e)	126	4.357	.953			
	6-10년 이하(f)	80	4.319	.894			
	11년 이상(g)	60	4.300	.975			

4) 연습장 참여빈도에 따른 재미요인의 차이

골프참여자의 연습장 참여빈도에 따른 재미요인 차이를 분석한 결과, 재미요인의 하위요인 중 유능성지각(F=4.044**), 체력 및 정신건강 증진(F=4.339**), 대인관계(F=4.443**), 가족지원(F=7.963***), 자기과시(F=4.034**) 요인에서 통계적으로 유의한 차이가 나타났다.

특히, 통계적으로 유의한 차이가 나타난 유능성지각, 체력 및 정신건강 증진, 대인관계, 가족지원, 자기과시에서는 골프연습 참여빈도가 1회, 2회의 집단이 가장 낮은 평균값을 나타냈다.

참여빈도에 따른 재미요인의 차이를 분석한 결과, 통계적으로 유의한 차이가 나타난 재미요인의 모든 하위요인에 대해 사후검증을 실시한 결과 유능성지각은 1회 집단과 6회 이상의 집단 간에 두드러진 차이가 나타났으며, 체력 및 정신건강 증진과 대인관계는 1회 이하의 집단과 3회, 4-5회의 집단 간에 두드러진 차이가 나타났으며, 가족지원은 1회 집단과 3회, 4-5회, 6회 이상의 집단 간에 두드러진 차이가 나타났으며, 자기과시는 1회, 2회 집단과 6회 이상의 집단 간에 두드러진 차이가 나타났다.

표 11. 연습장 참여빈도에 따른 재미요인의 차이

구분		N	평균	표준편차	F	p	post-hoc
유능성지각	1회이하(a)	96	3.896	.966	4.044**	.003	a-e
	2회(b)	75	4.153	.739			
	3회(c)	92	4.247	.710			
	4-5회(d)	102	4.189	.680			
	6회이상(e)	73	4.370	.949			
체력 및 정신건강	1회이하(a)	96	4.278	.939	4.339**	.002	a-c,d
	2회(b)	75	4.489	.884			
	3회(c)	92	4.685	.654			
	4-5회(d)	102	4.693	.629			
	6회이상(e)	73	4.571	.898			

대인관계	1회이하(a)	96	4.201	.773	4.443**	.002	a-c,d
	2회(b)	75	4.329	.866			
	3회(c)	92	4.547	.584			
	4-5회(d)	102	4.572	.649			
	6회이상(e)	73	4.543	.897			
가족지원	1회이하(a)	96	3.859	.934	7.963***	.000	a-c,d,e
	2회(b)	75	4.220	.732			
	3회(c)	92	4.310	.838			
	4-5회(d)	102	4.407	.750			
	6회이상(e)	73	4.473	.786			
자기과시	1회이하(a)	96	4.094	.919	4.034**	.003	a,b-e
	2회(b)	75	4.120	.850			
	3회(c)	92	4.168	.872			
	4-5회(d)	102	4.260	.959			
	6회이상(e)	73	4.616	1.053			

5) 필드 참여빈도에 따른 재미요인의 차이

골프참여자의 월 평균 필드 참여빈도에 따른 재미요인 차이를 분석한 결과, 재미요인의 하위요인 중 유능성지각(F=8.633***), 체력 및 정신건강 증진(F=4.035**), 대인관계(F=10.574***), 가족지원(F=4.488***), 자기과시(F=8.269***) 요인에서 통계적으로 유의한 차이가 나타났다.

특히, 통계적으로 유의한 차이가 나타난 유능성지각, 체력 및 정신건강 증진, 대인관계, 가족지원, 자기과시에서는 월 평균 필드 참여빈도가 1회 집단이 가장 낮은 평균값을 나타냈다. 월 평균 필드 참여빈도에 따른 재미요인의 차이를 분석한 결과, 통계적으로 유의한 차이가 나타난 재미요인의 모든 하위요인에 대해 사후검증을 실시한 결과 유능성지각은 1회 이하 집단과 2회, 3회, 4-5회, 6회 이상의 집단 간에 두드러진 차이가 나타났으며, 체력 및 정신건강 증진은 1회 이하의 집단과 3

회의 집단 간에 두드러진 차이가 나타났으며, 대인관계는 1회 이하의 집단과 2회, 3회, 4-5회의 집단 간에 두드러진 차이가 나타났으며, 가족지원은 1회 이하의 집단과 6회 이상의 집단 간에 두드러진 차이가 나타났으며, 자기과시는 1회 이하의 집단과 2회, 3회, 4-5회, 6회 이상의 집단 간에 두드러진 차이가 나타났다.

표 12. 필드 참여빈도에 따른 재미요인의 차이

구분		N	평균	표준편차	F	p	post-hoc
유능성 지각	1회 이하(a)	138	3.848	.879	8.633***	.000	a-b,c,d,e
	2회(b)	113	4.199	.710			
	3회(c)	71	4.363	.732			
	4-5회(d)	64	4.340	.708			
	6회 이상(e)	52	4.413	.927			
체력 및 정신 건강	1회 이하(a)	138	4.384	.844	4.035**	.003	a-c
	2회(b)	113	4.469	.826			
	3회(c)	71	4.808	.644			
	4-5회(d)	64	4.635	.642			
	6회 이상(e)	52	4.667	.995			
대인 관계	1회 이하(a)	138	4.130	.727	10.574***	.000	a-b,c,d
	2회(b)	113	4.531	.688			
	3회(c)	71	4.770	.749			
	4-5회(d)	64	4.531	.714			
	6회 이상(e)	52	4.494	.820			
가족 지원	1회 이하(a)	138	4.036	.749	4.488***	.001	a-e
	2회(b)	113	4.217	.829			
	3회(c)	71	4.366	1.085			
	4-5회(d)	64	4.398	.680			
	6회 이상(e)	52	4.510	.783			
자기 과시	1회 이하(a)	138	3.891	.918	8.269***	.000	a-b,c,d,e
	2회(b)	113	4.323	.796			
	3회(c)	71	4.577	.928			
	4-5회(d)	64	4.336	1.091			
	6회 이상(e)	52	4.404	.886			

6) 평균타수에 따른 재미요인의 차이

골프참여자의 평균타수에 따른 재미요인 차이를 분석한 결과, 재미요인의 하위요인 중 유능성지각(F=18.242***), 체력 및 정신건강 증진(F=5.738***), 대인관계(F=6.091***), 가족지원(F=4.941***), 자기과시(F=12.433***) 요인에서 통계적으로 유의한 차이가 나타났다.

특히, 통계적으로 유의한 차이가 나타난 재미요인의 모든 하위요인에서는 평균타수가 낮을수록 재미요인에 대해 높은 인식을 하고 있는 것으로 나타났다.

평균타수에 따른 재미요인의 차이를 분석한 결과, 통계적으로 유의한 차이가 나타난 재미요인의 모든 하위요인에 대해 사후검증을 실시한 결과 유능성지각은 79타 이하, 80-84타의 집단과 90-94타, 95-99타, 100타 이상의 집단 간, 85-89타 집단과 100타 이상의 집단 간에 두드러진 차이가 나타났으며, 체력 및 정신건강에서는 79타 이하, 80-84타, 85-89타 집단과 100타 이상의 집단 간에 두드러진 차이가 나타났으며, 가족지원은 79타 이하의 집단과 100타 이상의 집단 간에, 자기과시는 79타 이하의 집단과 85-89타, 90-94타, 95-99타, 100타 이상의 집단 간에 두드러진 차이가 나타났다.

표 13. 평균타수에 따른 재미요인의 차이

구 분		N	평균	표준편차	F	p	post-hoc
유능성지각	79타 이하(a)	64	4.688	.788	18.242***	.000	a,b-d,e,f c-f
	80-84타(b)	68	4.493	.687			
	85-89타(c)	78	4.330	.653			
	90-94타(d)	72	3.962	.723			
	95-99타(e)	56	3.960	.726			
	100타 이상(f)	100	3.723	.875			
체력 및 정신건강	79타 이하(a)	64	4.740	.784	5.738***	.000	a,b,c-f
	80-84타(b)	68	4.725	.742			
	85-89타(c)	78	4.628	.638			
	90-94타(d)	72	4.551	.638			
	95-99타(e)	56	4.613	.699			
	100타 이상(f)	100	4.190	1.049			

대인관계	79타 이하(a)	64	4.630	.823	6.091***	.000	a,b,c,e-f
	80-84타(b)	68	4.534	.817			
	85-89타(c)	78	4.560	.609			
	90-94타(d)	72	4.472	.806			
	95-99타(e)	56	4.518	.705			
	100타 이상(f)	100	4.090	.693			
가족지원	79타 이하(a)	64	4.555	.850	4.941***	.000	a-f
	80-84타(b)	68	4.360	.800			
	85-89타(c)	78	4.276	.687			
	90-94타(d)	72	4.208	.879			
	95-99타(e)	56	4.304	.767			
	100타 이상(f)	100	3.940	.900			
자기과시	79타 이하(a)	64	4.859	.936	12.433***	.000	a-c,d,e,f
	80-84타(b)	68	4.426	.947			
	85-89타(c)	78	4.205	.854			
	90-94타(d)	72	4.146	.958			
	95-99타(e)	56	4.295	.679			
	100타 이상(f)	100	3.780	.889			

2. 인구통계학적 특성에 따른 운동중독의 차이

1) 성별에 따른 운동중독의 차이

골프참여자의 성별에 따른 운동중독 차이를 분석한 결과, 운동중독의 하위요인 중 금단증상(t=3.668***), 운동욕구(t=3.093**), 감정애착(t=2.536*) 요인에서 통계적으로 유의한 차이가 나타났다.

특히, 통계적으로 유의한 차이가 나타난 금단증상, 운동욕구, 감정애착 모든 요인에서는 남성이 여성보다 높은 평균값을 나타냈다.

표 14. 성별에 따른 운동중독의 차이

구 분	성별	N	평균	표준편차	t	p
금단증상	남자	283	3.819	0.929	3.668***	.000
	여자	155	3.469	1.004		
운동욕구	남자	283	4.492	0.873	3.093**	.002
	여자	155	4.216	0.928		
감정애착	남자	283	4.419	0.888	2.536*	.012
	여자	155	4.191	0.922		

2) 연령에 따른 운동중독의 차이

골프참여자의 연령에 따른 운동중독 차이를 분석한 결과, 운동중독의 하위요인 중 금단증상(t=6.618***), 운동욕구(t=3.565**), 감정애착(t=3.180*) 요인에서 통계적으로 유의한 차이가 나타났다.

연령에 따른 운동중독의 차이를 분석한 결과, 통계적으로 유의한 차이가 나타난 금단증상, 운동욕구, 감정애착에 대해 사후검증을 실시한 결과, 금단증상은 20-29세, 60세 이상의 집단과 40-49세 집단 간에 두드러진 차이가 나타났으며, 운동욕구는 20-29세의 집단과 40-49세 집단 간에, 감정애착은 20-29세, 40-49세, 50-59세 집단과 60세 이상의 집단 간에 두드러진 차이가 나타났다.

표 15. 연령에 따른 운동중독의 차이

구 분		N	평균	표준편차	F	p	post-hoc
금단증상	20-29세(a)	76	3.993	.866	6.618***	.000	a,e-c
	30-39세(b)	114	3.775	.898			
	40-49세(c)	166	3.424	1.040			
	50-59세(d)	66	3.786	.901			
	60세 이상(e)	16	4.160	.767			

운동욕구	20-29세(a)	76	4.586	.925	3.565**	.007	a-c
	30-39세(b)	114	4.522	.762			
	40-49세(c)	166	4.197	.981			
	50-59세(d)	66	4.455	.855			
	60세 이상(e)	16	4.375	.725			
감정애착	20-29세(a)	76	4.358	.964	3.180*	.014	a,c,d-e
	30-39세(b)	114	4.475	.758			
	40-49세(c)	166	4.182	.978			
	50-59세(d)	66	4.352	.862			
	60세 이상(e)	16	4.837	.713			

3) 골프경력에 따른 운동중독의 차이

골프참여자의 골프경력에 따른 운동중독 차이를 분석한 결과, 운동중독의 하위요인 중 금단증상(t=2.150*), 운동욕구(t=3.691***), 감정애착(t=2.633*) 요인에서 통계적으로 유의한 차이가 나타났다.

특히, 통계적으로 유의한 차이가 나타난 금단증상, 운동욕구, 감정애착에서는 골프경력이 가장 낮은 3개월 이하의 집단에서 가장 낮은 평균값을 나타냈다.

골프경력에 따른 운동중독의 차이를 분석한 결과, 통계적으로 유의한 차이가 나타난 금단증상, 운동욕구, 감정애착에 대해 사후검증을 실시한 결과, 금단증상은 3개월 이하의 집단과 13개월-2년 이하의 집단 간에, 운동욕구는 3개월 이하의 집단과 3년-5년 이하의 집단 간에, 20-29세, 60세 이상의 집단과 40-49세 집단 간에 두드러진 차이가 나타났으며, 운동욕구와 감정애착은 20-29세의 집단과 40-49세 집단 간에 두드러진 차이가 나타났다.

표 16. 골프경력에 따른 운동중독의 차이

구분		N	평균	표준편차	F	p	post-hoc
금단증상	3개월 이하(a)	31	3.197	.940	2.150*	.047	a-d
	4-6개월(b)	38	3.608	.854			
	7-12개월(c)	56	3.685	.690			
	13개월-2년 이하(d)	47	3.927	1.031			
	3년-5년 이하(e)	126	3.789	.984			
	6-10년 이하(f)	80	3.635	1.120			
	11년 이상(g)	60	3.720	.925			
운동욕구	3개월 이하(a)	31	3.903	.833	3.691***	.001	a-e
	4-6개월(b)	38	4.375	.885			
	7-12개월(c)	56	4.464	.672			
	13개월-2년 이하(d)	47	4.527	1.049			
	3년-5년 이하(e)	126	4.583	.864			
	6-10년 이하(f)	80	4.369	.953			
	11년 이상(g)	60	4.129	.897			
감정애착	3개월 이하(a)	31	3.774	.922	2.633*	.016	a-e
	4-6개월(b)	38	4.237	.776			
	7-12개월(c)	56	4.386	.588			
	13개월-2년 이하(d)	47	4.417	1.079			
	3년-5년 이하(e)	126	4.460	.933			
	6-10년 이하(f)	80	4.310	.902			
	11년 이상(g)	60	4.370	.941			

4) 연습장 참여빈도에 따른 운동중독의 차이

골프참여자의 연습장 참여빈도에 따른 운동중독 차이를 분석한 결과, 운동중독의 하위요인 중 금단증상(t=16.659***), 운동욕구(t=15.497***), 감정애착(t=5.890***) 요인에서 통계적으로 유의한 차이가 나타났다.

특히, 통계적으로 유의한 차이가 나타난 금단증상, 운동욕구, 감정애착에서는 참여빈도가 높아질수록 운동중독에 높은 평균값을 나타냈다.

연습장 참여빈도에 따른 운동중독의 차이를 분석한 결과, 통계적으로 유의한 차이가 나타난 금단증상, 운동욕구, 감정애착에 대해 사후검증을 실시한 결과, 금단증상은 1회 이하의 집단과 3회, 4-5회, 6회 이상의 집단, 2회의 집단과 6회 이상의 집단 간에 두드러진 차이가 나타났으며, 운동욕구는 1회 이하의 집단과 3회, 4-5회 6회 이상의 집단, 2회의 집단과 4-5회, 6회 이상의 집단 간에 간에, 감정애착은 1회 이하의 집단과 3회, 4-5회, 6회 이상의 집단 간에 두드러진 차이가 나타났다.

표 17. 연습장 참여빈도에 따른 운동중독의 차이

		N	평균	표준편차	F	p	post-hoc
금단증상	1회 이하(a)	96	3.110	1.030	16.659***	.000	a-c,d,e b-,e
	2회(b)	75	3.631	.914			
	3회(c)	92	3.714	.767			
	4-5회(d)	102	3.956	.784			
	6회 이상(e)	73	4.143	1.042			
운동욕구	1회 이하(a)	96	3.875	.965	15.497***	.000	a-c,d,e b-d,e
	2회(b)	75	4.250	.795			
	3회(c)	92	4.473	.780			
	4-5회(d)	102	4.679	.739			
	6회 이상(e)	73	4.729	.951			
감정애착	1회 이하(a)	96	3.967	1.031	5.890***	.000	a-c,d,e
	2회(b)	75	4.336	.759			
	3회(c)	92	4.422	.692			
	4-5회(d)	102	4.484	.865			
	6회 이상(e)	73	4.521	1.035			

5) 필드 참여빈도에 따른 운동중독의 차이

골프참여자의 필드 참여빈도에 따른 운동중독 차이를 분석한 결과, 운동중독의 하위요인 중 금단증상(t=12.332***), 운동욕구(t=5.868***), 감정애착(t=7.061***) 요인에서 통계적으로 유의한 차이가 나타났다.

특히, 통계적으로 유의한 차이가 나타난 금단증상, 운동욕구, 감정애착에서는 참여빈도가 낮아질수록 운동중독에 낮은 평균값을 나타냈다.

필드 참여빈도에 따른 운동중독의 차이를 분석한 결과, 통계적으로 유의한 차이가 나타난 금단증상, 운동욕구, 감정애착에 대해 사후검증을 실시한 결과, 금단증상은 1회 이하의 집단과 2회, 3회, 4-5회, 6회 이상의 집단 간에 두드러진 차이가 나타났으며, 운동욕구는 1회의 집단과 3회, 4-5회의 집단 간에 간에, 감정애착은 1회의 집단과 2회, 3회, 4-5회의 집단 간에 두드러진 차이가 나타났다.

표 18. 필드 참여빈도에 따른 운동중독의 차이

		N	평균	표준편차	F	p	post-hoc
금단증상	1회 이하(a)	138	3.276	.953	12.332***	.000	a-b,c,d,e
	2회(b)	113	3.697	.824			
	3회(c)	71	3.991	.980			
	4-5회(d)	64	4.019	.990			
	6회 이상(e)	52	4.002	.882			
운동욕구	1회 이하(a)	138	4.111	.932	5.868***	.000	a-c,d
	2회(b)	113	4.456	.758			
	3회(c)	71	4.585	.950			
	4-5회(d)	64	4.645	.844			
	6회 이상(e)	52	4.447	.946			
감정애착	1회 이하(a)	138	4.019	.919	7.061***	.000	a-b,c,d
	2회(b)	113	4.450	.737			
	3회(c)	71	4.558	.932			
	4-5회(d)	64	4.553	.889			
	6회 이상(e)	52	4.381	.984			

6) 평균타수에 따른 운동중독의 차이

골프참여자의 평균타수에 따른 운동중독 차이를 분석한 결과, 운동중독의 하위요인 중 금단증상(t=13.705***), 운동욕구(t=5.471***), 감정애착(t=6.779***) 요인에서 통계적으로 유의한 차이가 나타났다.

특히, 통계적으로 유의한 차이가 나타난 금단증상, 운동욕구, 감정애착에서는 79타 이하의 집단이 가장 높은 평균값을 나타냈으며, 100타 이상의 집단이 가장 낮은 평균값을 나타냈다.

평균타수에 따른 운동중독의 차이를 분석한 결과, 통계적으로 유의한 차이가 나타난 금단증상, 운동욕구, 감정애착에 대해 사후검증을 실시한 결과, 금단증상은 79타 이하의 집단과 80-84타, 90-94타, 95-99타, 100타 이상의 집단 간, 79타이하, 80-84타, 85-89타, 90-94타의 집단과 100타 이상의 집단 간에 두드러진 차이가 나타났다. 운동욕구는 79타 이하, 80-84타, 85-59타의 집단과 100타 이상의 집단 간에 두드러진 차이가 나타났다.

표 19. 평균타수에 따른 운동중독의 차이

구분		N	평균	표준편차	F	p	post-hoc
금단증상	79타 이하(a)	64	4.313	.955	13.705***	.000	a-b.d,e,f a,b,c,d,-f
	80-84타(b)	68	3.668	1.082			
	85-89타(c)	78	3.942	.697			
	90-94타(d)	72	3.684	.953			
	95-99타(e)	56	3.619	.771			
	100타 이상(f)	100	3.178	.923			
운동욕구	79타 이하(a)	64	4.676	.993	5.471***	.000	a,b,c-f
	80-84타(b)	68	4.496	.999			
	85-89타(c)	78	4.487	.785			
	90-94타(d)	72	4.382	.871			
	95-99타(e)	56	4.504	.722			
	100타 이상(f)	100	4.020	.871			

감정 애착	79타 이하(a)	64	4.638	1.012	6.779***	.000	a,b,c-f
	80-84타(b)	68	4.485	.980			
	85-89타(c)	78	4.467	.693			
	90-94타(d)	72	4.375	.873			
	95-99타(e)	56	4.339	.754			
	100타 이상(f)	100	3.920	.905			

3. 골프참여자의 재미요인이 심리적 행복감에 미치는 영향

1) 재미요인과 심리적 행복감의 상관관계

본 연구에서는 회귀분석에 앞서 변수들 간의 상관관계를 확인하기 위해 피어슨의 적률상관분석(Pearson′ correlation coefficient)를 실시하여 다음과 같이 결과를 도출하였다.

재미요인과 심리적 행복감의 상관관계를 분석한 결과, 재미요인의 하위요인인 유능성지각, 체력 및 정신건강 증진, 대인관계, 가족지원, 자기과시와 심리적 행복감의 하위요인인 자아실현, 자신감, 몰입감, 즐거움 간에는 모든 요인 간에 통계적으로 유의한($p<.001$) 상관관계가 있는 것으로 나타났다. 또한 연구변인 간 상관관계가 모든 변인에서 .80보다 낮게 나타나 다중공선성의 문제도 없는 것으로 나타났다.

표 20. 재미요인과 심리적 행복감의 상관관계

	1	2	3	4	5	6	7	8	9
유능성 지각	1								
체력 및 정신건강	.504***	1							
대인관계	.456***	.491***	1						
가족지원	.368***	.337***	.404***	1					
자기과시	.499***	.301***	.515***	.361***	1				
자아실현	.431***	.265***	.530***	.336***	.593***	1			

자신감	.471***	.263***	.518***	.355***	.522***	.708***	1		
몰입감	.387***	.294***	.486***	.256***	.419***	.595***	.641***	1	
즐거움	.411***	.349***	.600***	.287***	.527***	.775***	.754***	.663***	1

****p<.001*

2) 재미요인이 심리적 행복감(자아실현)에 미치는 영향

골프참여자의 재미요인이 심리적 행복감의 하위요인인 자아실현에 미치는 영향을 분석한 결과, 재미요인의 하위요인인 유능성지각(t=2.629**), 대인관계(t=6.105***), 자기과시(t=8.419***)가 자아실현에 정적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 유능성지각, 대인관계, 자기과시가 높을수록 자아실현이 높아진다는 것을 알 수 있으며, 재미요인은 자아실현 전체변량의 약 43.4%를 설명해 주고 있다.

표 21. 재미요인이 자아실현에 미치는 영향

구분	B	표준오차	베타	t	유의확률
(상수)	.554	.241		2.300	.022
유능성지각	.137	.052	.123	2.629**	.009
체력 및 정신건강	-.085	.051	-.075	-1.671	.095
대인관계	.348	.057	.289	6.105***	.000
가족지원	.066	.045	.060	1.466	.143
자기과시	.372	.044	.383	8.419***	.000
R^2=43.4%, F=66.261 종속변수 : 자아실현					

3) 재미요인이 심리적 행복감(자신감)에 미치는 영향

골프참여자의 재미요인이 심리적 행복감의 하위요인인 자신감에 미치는 영향을 분석한 결과, 재미요인의 하위요인인 유능성지각(t=4.707***), 대인관계(t=6.113***), 가족지원(t=2.265*), 자기과시(t=5.373***)가 자신감에 정적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 유능성지각, 대인관계, 가족지원, 자기과시가 높을수록 자신감이 높아진다는 것을 알 수 있으며, 재미요인은 자신감 전체변량의 약 39.9%를 설명해 주고 있다.

표 22. 재미요인이 자신감에 미치는 영향

구분	B	표준오차	베타	t	유의확률
(상수)	1.092	.227		4.808	.000
유능성지각	.231	.049	.227	4.707***	.000
체력 및 정신건강	-.109	.048	-.106	-2.292	.059
대인관계	.328	.054	.298	6.113***	.000
가족지원	.096	.042	.096	2.265*	.024
자기과시	.224	.042	.252	5.373***	.000
R^2=39.9%, F=57.452 종속변수 : 자신감					

4) 재미요인이 심리적 행복감(몰입감)에 미치는 영향

골프참여자의 재미요인이 심리적 행복감의 하위요인인 몰입감에 미치는 영향을 분석한 결과, 재미요인의 하위요인인 유능성지각(t=2.789**), 대인관계(t=6.089***), 자기과시(t=3.446***)가 몰입감에 정적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 유능성지각, 대인관계, 가족지원, 자기과시가 높을수록 몰입감이 높아진다는 것을 알 수 있으며, 재미요인은 몰입감 전체변량의 약 29.0%를 설명해 주고 있다.

표 23. 재미요인이 몰입감에 미치는 영향

구분	B	표준 오차	베타	t	유의확률
(상수)	1.337	.258		5.188	.000
유능성지각	.155	.056	.146	2.789**	.006
체력 및 정신건강	.007	.054	.006	.128	.898
대인관계	.371	.061	.323	6.089***	.000
가족지원	.006	.048	.006	.135	.893
자기과시	.163	.047	.176	3.446***	.001
R^2=29.0%, F=35.373					
종속변수 : 몰입감					

5) 재미요인이 심리적 행복감(즐거움)에 미치는 영향

골프참여자의 재미요인이 심리적 행복감의 하위요인인 즐거움에 미치는 영향을 분석한 결과, 재미요인의 하위요인인 대인관계(t=8.807***), 자기과시(t=5.940***)가 즐거움에 정적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 대인관계, 자기과시가 높을수록 즐거움이 높아진다는 것을 알 수 있으며, 재미요인은 즐거움 전체변량의 약 43.1%를 설명해 주고 있다.

표 24. 재미요인이 즐거움에 미치는 영향

구분	B	표준 오차	베타	t	유의확률
(상수)	.770	.233		3.304	.001
유능성지각	.083	.050	.077	1.640	.102
체력및정신건강	.032	.049	.029	.651	.516
대인관계	.485	.055	.418	8.807***	.000
가족지원	-.019	.043	-.018	-.443	.658
자기과시	.254	.043	.271	5.940***	.000
R^2=43.1%, F=65.342					
종속변수 : 즐거움					

4. 골프참여자의 운동중독이 심리적 행복감에 미치는 영향

1) 운동중독과 심리적 행복감의 상관관계

회귀분석에 앞서 변수들 간의 상관관계를 확인하기 위해 피어슨의 상관관계를 실시하여 다음과 같이 결과를 도출하였다.

운동중독과 심리적 행복감의 상관관계를 분석한 결과, 운동중독의 하위요인인 금단증상, 운동욕구, 감정애착과 심리적 행복감의 하위요인인 자아실현, 자신감, 몰입감, 즐거움 간에는 모든 요인 간에 통계적으로 유의한(p<.001) 상관관계가 있는 것으로 나타났다. 또한 연구변인 간 상관관계가 모든 변인에서 .80보다 낮게 나타나 다중공선성의 문제도 없는 것으로 나타났다.

표 25. 운동중독과 심리적 행복감의 상관관계

	금단증상	운동욕구	감정애착	자아실현	자신감	몰입감	즐거움
금단증상	1						
운동욕구	.692***	1					
감정애착	.633***	.742***	1				
자아실현	.617***	.648***	.705***	1			
자신감	.522***	.545***	.663***	.708***	1		
몰입감	.453***	.525***	.621***	.595***	.641***	1	
즐거움	.589***	.654***	.798***	.775***	.754***	.663***	1

****p<.001*

2) 운동중독이 심리적 행복감(자아실현)에 미치는 영향

골프참여자의 운동중독이 심리적 행복감의 하위요인인 자아실현에 미치는 영향을 분석한 결과, 운동중독의 하위요인인 금단증상(t=4.259***), 감정애착(t=15.897***)이 자아실현에 정적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 금단증상과 감정애착은 자아

실현에 영향을 미치는 중요 요인임을 나타내고 있으며, 운동중독은 자아실현 전체 변량의 약 66.8%를 설명해 주고 있다.

표 26. 운동중독이 자아실현에 미치는 영향

	B	표준오차	베타	t	유의확률
(상수)	.453	.134		3.383	.001
금단증상	.159	.037	.169	4.259***	.000
운동욕구	.029	.046	.028	.616	.538
감정애착	.686	.043	.678	15.897***	.000
R^2=66.8%, F=290.749 종속변수 : 자아실현					

3) 운동중독이 심리적 행복감(자신감)에 미치는 영향

골프참여자의 운동중독이 심리적 행복감의 하위요인인 자신감에 미치는 영향을 분석한 결과, 운동중독의 하위요인인 금단증상(t=3.055**), 감정애착(t=9.812***)이 자신감에 정적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 금단증상과 감정애착은 자신감에 영향을 미치는 중요 요인임을 나타내고 있으며, 운동중독은 자신감 전체변량의 약 45.8%를 설명해 주고 있다.

표 27. 운동중독이 자신감에 미치는 영향

	B	표준오차	베타	t	유의확률
(상수)	1.559	.156		9.971	.000
금단증상	.133	.044	.154	3.055**	.002
운동욕구	.039	.054	.042	.719	.473
감정애착	.494	.050	.534	9.812***	.000
R^2=45.8% F=122.122 종속변수 : 자신감					

4) 운동중독이 심리적 행복감(몰입감)에 미치는 영향

골프참여자의 운동중독이 심리적 행복감의 하위요인인 몰입감에 미치는 영향을 분석한 결과, 운동중독의 하위요인인 감정애착(t=8.691***)이 몰입감에 정적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 감정애착은 몰입감에 영향을 미치는 중요 요인임을 나타내고 있으며, 운동중독은 몰입감 전체변량의 약 39.6%를 설명해 주고 있다.

표 28. 운동중독이 몰입감에 미치는 영향

	B	표준오차	베타	t	유의확률
(상수)	1.604	.172		9.312	.000
금단증상	.052	.048	.057	1.078	.282
운동욕구	.112	.060	.115	1.866	.063
감정애착	.483	.056	.499	8.691***	.000
R^2=39.6% F=95.016 종속변수 : 몰입감					

5) 운동중독이 심리적 행복감(즐거움)에 미치는 영향

골프참여자의 운동중독이 심리적 행복감의 하위요인인 즐거움에 미치는 영향을 분석한 결과, 운동중독의 하위요인인 금단증상(t=2.694**), 감정애착(t=15.284***)이 즐거움에 정적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 금단증상, 감정애착은 즐거움에 영향을 미치는 중요 요인임을 나타내고 있으며, 운동중독은 즐거움 전체변량의 약 65.1%를 설명해 주고 있다.

표 29. 운동중독이 즐거움에 미치는 영향

	B	표준오차	베타	t	유의확률
(상수)	.857	.132		6.483	.000
금단증상	.100	.037	.109	2.694**	.007
운동욕구	.081	.046	.083	1.766	.078
감정애착	.651	.043	.667	15.284***	.000
R^2=65.1% F=270.006 종속변수 : 즐거움					

V. 논 의

본 연구는 골프참여자를 대상으로 재미요인과 운동중독이 심리적 행복감에 어떠한 영향을 미치는지를 규명하고 이들 요인간의 인과관계를 알아보는데 목적이 있다. 이를 위해 연구모형을 설정하고 경로분석을 실시하였으며, 그 결과를 바탕으로 다음과 같이 논의하고자 한다.

첫째, 본 연구에서 설정한 첫 번째와 두 번째의 가설은 골프참여자의 인구통계학적 특성에 따른 재미요인과 운동중독의 차이를 분석한 결과 모든 변인에서 통계적으로 유의한 차이가 나타났다.

김준 등(2007)은 해양스포츠 참여자를 대상으로 한 연구에서 재미요인이 몰입도에 긍정적인 영향을 미친다고 보고하였으며, 봉성용과 전선혜(2010)은 농구동호회 참여자를 대상으로 한 연구에서 재미요인이 스포츠 몰입에 영행을 미치는 것으로 나타났다. 손원일 등(2011)은 스크린골프 참여자들의 참여요인 중 재미요인이 운동지속의도 경향성에 유의한 정적인 영향을 미친다고 보고하였다.

이준우 등(2007)은 아마추어 여성 골퍼들을 대상으로 운동중독 성향을 분석한 결과 연령, 경기력 수준, 직업 유형에 따라 운동중독 성향에 차이가 나타났고, 긍정적 운동중독 성향인 운동욕구와 감정적 애착은 30대 골퍼에서, 부정적 운동중독 성향인 금단증세는 20대 골퍼에서 높은 경향이 나타났다고 하였으며, 유기성(2008)은 라켓스포츠 참여자들을 대상으로 운동중독이 관여도에 미치는 영향에 관한 연구에서 남녀 모두 즐거움 요인이 가장 많은 영향을 나타냈고, 금단증세는 부적 영향을 미쳤다고 보고하였다. 권석준 등(2011)은 볼링선수들을 대상으로 한 연구에서 여가만족과 운동중독의 관계에서 교육적 여가만족과 환경적 여가만족은 금단증세와 운동욕구에 긍정적인 영향을 미치고, 심리적 여가만족, 휴양적 여가만족은 감정적 애착에 긍정적인 영향을 미친다고 하였다.

엄대영(2007)은 축구선수들 대상으로 한 연구에서 재미요인이 운동중독에 영향을 미치는 것으로 보고하였고, 김인형(2008)은 댄스스포츠 매니아들을 대상으로 한 연구에서 재미요인 중 유능성 재미는 운동욕구에 직접적 영향을 감정적 애착과 금

단현상에는 간접적으로 영향을 미친다고 하였다. 이계윤과 김두기(2010)는 골프 참여자들을 대상으로 한 연구에서 재미요인은 운동몰입과 관련이 있고, 그 외 운동중독 간에 인과성을 보이지 않았으나 스트레스 요인은 운동몰입과 운동중독 간에 인과성을 나타낸다고 보고하였으며, 한상덕 등(2010)은 MTB 마니아들을 대상으로 재미요인과 운동중독간의 긍정적인 상관관계가 있다고 보고하였다.

둘째, 본 연구에서 설정한 세 번째 가설은 골프참여자들의 재미요인이 심리적 행복감에 영향을 미칠 것이다. 본 연구결과에서 골프참여자의 재미요인이 심리적 행복감에 미치는 영향을 분석한 결과, 유능성지각(t=2.629**), 대인관계(t=6.105***), 자기과시(t=8.419***)가 자아실현에, 유능성지각(t=4.707***), 대인관계(t=6.113***), 가족지원(t=2.265*), 자기과시(t=5.373***)가 자신감에, 유능성지각(t=2.789**), 대인관계(t=6.089***), 자기과시(t=3.446***)가 몰입감에, 대인관계(t=8.807***), 자기과시(t=5.940***)가 즐거움에 영향을 미치는 것으로 나타났다.

이혜경(2008)은 운동참가자들을 대상으로 신체적 자기개념과 심리적 행복감의 관계에 관한 연구에서 심리적 행복감은 운동 참여기간, 운동 횟수에 따라 유의한 차이가 나타났으나, 성별, 연령, 시간 및 운동강도에는 유의한 차이가 나타나지 않았다고 하였고, 또한 심리적 행복감은 신체적 자기개념에 따라 통계적으로 유의한 차이가 나타났다고 보고하였다.

한상덕과 이상덕(2010)은 등산에 참여하는 노인들을 대상으로 한 연구에서, 기간, 빈도, 강도의 참여정도가 심리적 행복감에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타나 활동적인 노인들은 개인적 욕구가 충족됨으로 인행 심리적 행복감이 향상되며 지속적인 등산 활동의 참여로 이어진다고 보고하였다. 또한 이상덕(2010)은 축구동호인들을 대상으로 한 연구에서, 축구 참여의 재미요인은 심리적 행복감에 간접적, 전체적으로 정적인 영향을 미치는 것으로 나타나 본 연구 결과와 동일한 결과를 나타내고 있다. 즉 골프 활동의 재미요인이 심리적으로 긍정적사고와 긍정적 과정을 가지고 자연스럽게 만족감이나 성취감 등의 심리적 행복감에 직접적인 영향을 미치는 것으로 사료된다.

셋째, 본 연구에서 설정한 두 번째 가설은 골프참여자들의 운동중독이 심리적 행복감에 영향을 미칠 것이다. 본 연구결과에서 골프참여자의 운동중독이 심리적 행

복감에 미치는 영향을 분석한 결과, 금단증상(t=4.259***), 감정애착(t=15.897***)이 자아실현에, 금단증상(t=3.055**), 감정애착(t=9.812***)이 자신감에, 감정애착(t=8.691***)이 몰입감에, 금단증상(t=2.694**), 감정애착(t=15.284***)이 즐거움에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 신승엽(2010)이 골프연습장 참여자를 대상으로 한 연구에서, 운동중독의 감정적 애착용인이 심리적 행복의 성취감, 만족감, 즐거움 요인에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 또한 볼링중독성향과 심리적 행복감에 관한 양명환(1998)의 연구에서 볼링중독성향은 심리적 행복감에 영향을 미친다는 연구결과와 이병유와 황향의(2008)의 연구에서 나타난 수상스키 마니아의 운동중독 중 감정적 애착과 운동욕구는 심리적 행복감에 미친다는 연구와 본 연구의 결과는 일치한다고 볼 수 있다. 그러나 이상덕(2010)은 축구동호인들을 대상으로 한 연구에서, 축구 참여의 운동중독은 심리적 행복감에 직접적으로 영향을 미치지 않는 것으로 나타나 본 연구결과와는 상반된 결과이다.

본 연구에서처럼 골프라는 종목의 특성상 재미요인과 운동중독의 성향은 차이가 있으며 심리적 행복감은 재미요인과 운동중독에 의해 영향을 받는다고 할 수 있다. 결국 골프 종목에 있어서 운동중독은 시간적, 공간적, 환경적, 기타요인 등의 제약으로 인하여 중독성향이 달라지며 이러 성향으로 인하여 심리적 행복감에 긍정적, 부정적 영향을 미칠 수 있는 요인이라 판단된다.

이상의 결과를 종합해 보면, 재미요인과 운동중독이 심리적 행복감에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이러한 원인은 골프참여자 스스로의 적절한 운동참여와 신체적, 정신적 능력에 적합한 운동 강도의 조절을 통해 진정한 스포츠 재미를 경험할 때와 긍정적인 생리적, 심리적 상태의 운동중독은 심리적 행복감으로 이어질 수 있을 것이라 사료된다.

Ⅵ. 결론 및 제언

1. 결 론

본 연구는 골프참여자의 재미요인과 운동중독이 심리적 행복감에 어떠한 영향을 미치는지를 알아보는데 그 목적이 있다. G시, S시, Y시, G시의 4개 권역으로 구분하여 골프연습장 참여자 중 만 20세 이상의 성인 남 녀 450명의 표집인원 중 설문지에 성실하게 응답한 인원인 438명의 설문지를 실제 분석하여 다음과 같은 결론을 얻었다.

첫째, 골프참여자의 인구통계학적 특성에 따른 재미요인 차이를 분석한 결과, 성별에 따라서는 유능성지각($t=5.244^{***}$), 체력 및 정신건강 증진($t=3.634^{***}$), 자기과시($t=2.682^{**}$), 연령에 따라서는 체력 및 정신건강 증진($F=5.025^{***}$), 대인관계($F=3.362^{**}$), 가족지원($F=4.728^{***}$), 자기과시($F=5.150^{***}$), 골프경력에 따라서는 유능성지각($F=3.447^{**}$), 대인관계($F=2.483^{*}$), 연습장 참여빈도에 따라서는 유능성지각($F=4.044^{**}$), 체력 및 정신건강 증진($F=4.339^{**}$), 대인관계($F=4.443^{**}$), 가족지원($F=7.963^{***}$), 자기과시($F=4.034^{**}$), 필드 참여빈도에 따라서는 유능성지각($F=8.633^{***}$), 체력 및 정신건강 증진($F=4.035^{**}$), 대인관계($F=10.574^{***}$), 가족지원($F=4.488^{***}$), 자기과시($F=8.269^{***}$), 평균타수에 따라서는 유능성지각($F=18.242^{***}$), 체력 및 정신건강 증진($F=5.738^{***}$), 대인관계($F=6.091^{***}$), 가족지원($F=4.941^{***}$), 자기과시($F=12.433^{***}$) 요인에서 통계적으로 유의한 차이가 나타났다.

둘째, 골프참여자의 인구통계학적 특성에 따른 운동중독의 차이를 분석한 결과, 성별에 따라서는 금단증상($t=3.668^{***}$), 운동욕구($t=3.093^{**}$), 감정애착($t=2.536^{*}$), 연령에 따라서는 금단증상($t=6.618^{***}$), 운동욕구($t=3.565^{**}$), 감정애착($t=3.180^{*}$), 골프경력에 따라서는 금단증상($t=2.150^{*}$), 운동욕구($t=3.691^{***}$), 감정애착($t=2.633^{*}$), 연습장 참여빈도에 따라서는 금단증상($t=16.659^{***}$), 운동욕구

(t=15.497***), 감정애착(t=5.890***), 필드 참여빈도에 따라서는 금단증상(t=12.332***), 운동욕구(t=5.868***), 감정애착(t=7.061***), 평균타수에 따라서는 금단증상(t=13.705***), 운동욕구(t=5.471***), 감정애착(t=6.779***) 요인에서 통계적으로 유의한 차이가 나타났다.

셋째, 골프참여자의 재미요인이 심리적 행복감에 미치는 영향을 분석한 결과, 유능성지각(t=2.629**), 대인관계(t=6.105***), 자기과시(t=8.419***)가 자아실현에, 유능성지각(t=4.707***), 대인관계(t=6.113***), 가족지원(t=2.265*), 자기과시(t=5.373***)가 자신감에, 유능성지각(t=2.789**), 대인관계(t=6.089***), 자기과시(t=3.446***)가 몰입감에, 대인관계(t=8.807***), 자기과시(t=5.940***)가 즐거움에 영향을 미치는 중요한 변수임을 알 수 있다.

넷째, 골프참여자의 운동중독이 심리적 행복감에 미치는 영향을 분석한 결과, 금단증상(t=4.259***), 감정애착(t=15.897***)이 자아실현에, 금단증상(t=3.055**), 감정애착(t=9.812***)이 자신감에, 감정애착(t=8.691***)이 몰입감에, 금단증상(t=2.694**), 감정애착(t=15.284***)이 즐거움에 영향을 미치는 중요한 변수임을 알 수 있다.

2. 제 언

이상의 결론을 통하여 향후 연구와 관련하여 제언한다면, 기존의 연구의 특징을 발레, 볼링, 역도, 수상스포츠 등의 종목을 개별적으로 분석하여 재미요인, 운동중독, 심리적 행복감 등의 각각의 성향을 규명하였지만, 운동 종목의 특성에 따라, 운동 강도에 따라, 운동 빈도 및 운동량에 따라, 분석한 연구가 미비한 실정이며, 운동참여자를 대상으로 한 연구 또한 미비한 실정이다.

또한 골프와 관련하여 사회, 심리적 분야 이외에도 다양한 분야에서 폭넓은 연구를 통하여 골프과학을 발전시키는 것과 더불어 운동참여를 보다 더 활성화 시킬 수 있는 과학적 접근도 병행하여야 할 것이다.

참 고 문 헌

강신욱(2002). 생활체육참가자의 운동중독과 주관적 삶의 질에 관한 연구. 한국체육학회지, 41(4), 59-70.

강신욱(2003). 생활체육참가자의 운동중독과 자기의식 및 사회적응의 관계. 한국체육학회지, 42(5), 91-99.

강유원, 진병권(2003). 스쿼시 운동 참가자들의 참여동기와 만족도에 관한 연구. 한국체육학회지, 42(6), 379-389.

강형길(2003). 생활체육 참여율 향상을 위한 정책연구. 미간행석사학위논문. 연세대학교 행정대학원.

김경빈, 정은기(1993). 한국형 약물중독 선별검사표 제작에 관한 연구. 서울대학교병원 임상연구논문집, 1, 258-270.

김병준(1999). 청소년 운동선수들의 재미 및 스트레스 요인. 한국스포츠심리학회지, 10(2), 193-210.

김병준, 성창훈(1996). 스포츠 동기요인으로서의 재미. 한국스포츠교육학회지, 3(2), 99-122.

김병준, 성창훈(1997). 청소년 스포츠 참가자 심층이해. 한국스포츠심리학회지, 8(2), 43-60.

김영미, 한혜원(2005). 댄스스포츠의 재미요인과 여가몰입, 여가만족의 관계. 한국체육학회지, 44(6), 193-202.

김우현(2003). 보디빌딩참가자의 신체적 자기개념이 심리적 행복감에 미치는 영향. 미간행석사학위논문. 부산외국어대학교 교육대학원.

김인형(2008). 댄스스포츠 매니아의 재미요인과 몰입경험 및 댄스스포츠 중독과의 관계. 한국스포츠사회학회지, 21(1), 129-149.

김재훈, 유진(2009). 생활체육참여자들의 지속행동이 운동중독에 미치는 영향. 한국스포츠심리학회지, 20(1), 153-164.

김준, 이근모, 김인형(2007). 해양스포츠 참여자의 재미요인과 참여제약이 몰입도

에 미치는 영향. 한국스포츠사회학회지, 20(2), 217-231.

김형룡, 박순문(2005). 레저스포츠 참여 동기와 재미의 관계. 한국사회체육학회지, 24, 517-528.

권석준, 김영갑, 최병학(2011). 볼링참가자의 참여동기와 여가만족 및 운동중독의 관계. 한국사회체육학회지, 43, 87-99.

문화체육관광부(2009). 전국 등록신고 체육시설업 현황.

민경훈, 김수겸(2008). 직업군인의 여가활동 참여와 여가만족 및 심리적 행복감의 인과 분석. 한국여가레크리에이션학회지, 32(4), 21-32.

박선기(2004). 모험스포츠 참가자의 운동중독에 관한 질적 연구. 미간행박사학위논문. 단국대학교 대학원.

봉성용, 전선혜(2010). 농구 동호회 참여자의 재미요인과 참여정도가 스포츠 몰입에 미치는 영향. 한국여성체육학회지, 24(4), 117-130.

백성수(2000). 체육수업 상황에서의 재미 촉진 및 저해요인. 미간행석사학위논문. 인천대학교 교육대학원.

송윤경(2002). 골프대중화를 위한 정책개선 방향. 미간행석사학위논문. 용인대학교 대학원.

송은주, 임수원, 김정자(2006). 댄스스포츠 몰입경험이 여가정체성 및 심리적 웰빙에 미치는 영향. 한국사회체육학회지, 28, 581-590.

손원일, 윤상문, 김성문(2011). 스크린골프 참여자의 참여요인(재미, 교육, 도움, 실제감)이 운동지속의도에 미치는 영향. 한국사회체육학회지, 43, 101-110.

신규리(2000). 여가스포츠 참가자의 운동중독 척도개발. 미간행석사학위논문. 이화여자대학교 대학원.

신승엽(2010). 골프연습장 참여자의 여가몰입, 운동중독 및 심리적 행복감의 관계. 한국여가레크리에이션학회지, 34(1), 19-31.

신은영(2005). 한국 골프 대중화 과정과 골퍼의 생활세계에 관한 연구. 미간행 박사학위논문. 명지대학교 대학원.

심상신, 이필우, 조명숙(2006). 헬스클럽 이용자의 몰입경험이 스포츠 재미요인에 미치는 영향. 한국여가학회지, 7(1), 13-27.

안상한. 김병준(2011). 운동 중독자의 운동 전중후 감정변화 양상. 체육과학연구, 22(1), 1725-1738.

양명환(1998). 볼링중독성향과 심리적 행복감. 한국체육학회지, 37(4), 304-309.

엄대영(2007). 축구동호인의 재미요인이 운동중독에 미치는 영향. 한국체육학회지, 46(4), 285-293.

오제권(2007). 생활체육참여자들의 운동 몰입이 운동중독, 심리적 행복감에 미치는 영향. 미간행석사학위논문. 전남대학교 교육대학원.

유기성(2008). 라켓 스포츠 참여자의 운동중독이 관여도에 미치는 영향. 한국사회체육학회지, 33, 1245-1256.

유효준(2001). 중고등학교 체육수업의 재미요인 분석. 미간행석사학위논문. 인천대학교 대학원.

윤광선, 박세혁(2005). 골프연습장 참가 여성들의 참여동기와 생활만족의 관계. 한국여가레크리에이션학회지, 28, 17-29.

윤형섭(2009). MMORPG의 재미평가 모델에 관한 연구. 미간행박사학위논문. 상명대학교 대학원.

이계윤, 김두기(2010). 골프 참여자들의 재미요인과 스트레스요인이 운동몰입, 운동중독, 운동탈진에 미치는 영향. 한국스포츠심리학회지, 21(4), 241-252.

이민학(2006). 인간성능의 계층적 분석을 이용한 재미의 분석. 미간행석사학위논문. 서울대학교 대학원.

이병유, 황양희(2008). 수상스키 마니아 수준이 운동중독 및 심리적 웰빙에 미치는 영향. 한국여가레크리에이션학회지, 32(4), 177-187.

이상덕(2010). 축구 참여의 재미요인, 운동지속, 운동중독, 심리적 행복감간의 관계. 한국사회체육학회지, 39, 811-822.

이윤주(2002). 신체적 자기개념에 따른 자긍심, 심리적 행복감, 생활만족도의 관계. 미간행석사학위논문. 전남대학교 대학원.

이준우, 형구암, 최재일(2007). 아마추어 여성 골퍼의 개인적 특성에 따른 운동중독 성향 분석. 한국여가레크리에이션학회지, 31(2), 5-18.

이혜경(2008). 운동참가자의 신체적 자기개념과 심리적 행복감의 관계. 정신간호학회지, 17(3), 265-272.

이혁, 이제홍(2007). 생활체육 참여자의 운동중독 정도와 삶의 질과의 관계. 한국사회체육학회지, 31, 691-702.

임금선(1994). 좋은 것도 중독이 될 수 있다. 서울: 생명의 말씀사.

임우택, 김영재(2006). 대학 스포츠 동아리 학생들의 재미요인이 활동태도에 미치는 영향. 한국체육학회지, 45(3), 265-272.

전태준(2005). 생활체육참가자의 자기효능감과 운동중독의 관계. 한국체육학회지, 44(6), 267-277.

최수혁(2006). 스쿼시 마니아의 재미요인과 운동중독의 관계 분석. 미간행석사학위논문. 계명대학교 스포츠산업대학원.

한상덕, 이상덕(2010). 노년기여가로서 등산참여정도가 심리적 행복감과 참가지속에 미치는 영향. 한국사회체육학회지, 40, 369-381.

한상덕, 이상덕, 구창모(2010). MTB 마니아의 대회참가를 통한 스포츠재미와 몰입경험, 운동중독과의 인과관계. 한국체육학회지, 49(5), 25-36.

홍준희, 은희석, 김도훈(2010). 국내 아마추어 골퍼들의 내기골프의 재미요인과 스트레스요인 분석. 한국체육학회지, 49(2), 103-111.

Adam, J.(2009). Understanding exercise dependence. Journal of comtemporary Psychotherapy, 39, 231-240.

Baekeland, F.(1970). Exercise deprivation: Sleep and Psychological reaction. Archives of General Psychiatry, 22, 365-369.

Diener, E.(1984). Subjective well-being. Psychological Bulletin, 95, 542-575.

Deci, E. L. & Ryan, R. M.(1985). Intrinsic motivation and self-determination in human behavior. Plenum: New York, NY.

Gloud, D. & Petlichoff, L(1998). Participation motivation and attraction in young athletes. Human Kinetics: Champaign, IL.

Hailey, B. J. & Bailey, L. A.(1982). Negative addiction in runner's: A quantitative approach. Journal of Sport Behavior, 5, 150-154.

Hamdan-Mansour, A. M. & Marmash, L. R.(2007). Psychological well-being and general health of Jouranian University Students. Journal of Psychosocial Nursing & Mental Health Services.

Hassmén N, P., Koivula, N. & Uutela, A.(2000). Physical exercise and psychological well-being: a population study in Finland. Preventive Medicine, 30(1), 17-25.

Hauck, E. R. & Blumenthal, J. A.(1992). Obsessive compulsive traits in athletes. Sports Medicine, 14, 215-227.

Insel, P. M. & Roth, W. T.(1993). Core concepts of health. Mayield Publishing Company: London.

Izard, C. E.(1991). The psychology of emotions. Plenum: New York, NY.

Kagan, D. M. & Squires, R. L.(1985). Addictive aspects of physical exercise. Journal of Sports Medicine, 25, 227-238.

Kerr, J. H., Lindner, K. J. & Blaydon, M.(2007). Exercise dependence. Routledge: New York, NY.

Kostrubala, T.(1976). The joy of running. J. B. Lippincott: Philadelphia.

Maslow, A. H.(1968). Toward a psychology of being. Van Nostrand: Princeton, NJ.

McAuley, E., Duncan, E. T. & Tammence, V. V.(1989). Psychometric properties of the Intrinsic Motivation Inventory in psychometric properties of the Intrinsic Motivation Inventory in a competitive sport setting: A confirmatory factor analysis. Research Quarterly for Exercise and Sport, 60, 48-58.

Mchlntyre, N.(1989). The personal meaning of participation: Enduring involvement. Journal of Leisure Research, 21, 167-179.

Morgan, W. P.(1979). Negative addiction in runners. The Physical and Sport Medicine, 7(2), 56-63.

Mondin, G. W., Morgan, W. P., Peiring, P. N., Stegner, C. L., Trine, M. R. & Wu, M.(1996). Psychological consequences of exercise deprivation in habitual exercise. Medicine and Science in Sport and Exercise, 28, 1199-1203.

Pierce, E. F.(1994). Exercise dependence syndrome in runners. Sports Medicine, 18, 149-154.

Robbins, J. M. & Joseph, P.(1985). Experiencing exercise withdrawal: possible consequences of therapeutic and mastery running. Journal of Sport Psychology, 7, 23-39.

Ryff, C. D., Dienberg L. G., Urry, H. L., Muller, D., Rosenkranz, M. A. Friedman, E. M., Davidson, R. J. & Singer, B.(2006). Psychological well-being and ill-being: Do they have distinct or mirrored biological correlates? Psychotherapy and Psychosomatics, 75, 85-95.

Sachs, M. L.(1981). Running addiction. The psychology of running. Human Kinetics: Champaign, IL.

Sachs, M. L.(1984). Psychological well-being and vigorous physical activity. Psychological foundations of sport, 435-444. Human Kinetics: Champaign, IL.

Scanlan, T. K. & Simons, J. P.(1992). The construct of sport enjoyment. Motivation in sport and exercise, Human Kinetics: Champaign, IL.

Scanlan, T. K,, Carpenter, P. J., Schmidt, G. W. & Simons, J. P.(1993). The sport commitment model: Measurement development for the youth -sport domain. Journal of Sport & Exercise Psychology, 15, 16-38.

Thompson, C. E. & Wankel, L. M.(1980). The effect of perceived activity choice upon frequency of exercise behavior. Journal of Applied Social Psychology, 10, 436-443.

Wankel, L, M. & Berger, B. G.(1990). The psychological and social benefits of sport and physical activity. Journal of Leisure Research, 22(2), 167-182.

Wankel, L, M. & Kreisel, P. S.(1985). Factor underlying enjoyment in youth sport and age group differences. Journal of Sport Psychology, 17, 51-64.

William Glasser(1976). Positive Addiction. Haper & Row: New York, NY.

<부록>

설 문 지

안녕하십니까?

먼저 본 연구에 협조하여 주신 점에 진심으로 감사드립니다.

이 설문지는 골프참여자의 '재미요인과 운동중독이 심리적 행복감에 미치는 영향'을 분석하기 위해 실시하는 것입니다.

귀하께서 작성해 주시는 이 설문지의 내용은 통계법 제13조(비밀의 보호) 규정에 의하여 학문적 연구목적 이외의 다른 용도로는 절대 사용되지 않으며, 통계적인 자료처리에만 이용될 것이며, 개인에 대한 사항은 절대 비밀이 보장됩니다.

본 설문지에 대한 응답에는 맞고 틀리는 것이 없습니다. 가능한 설문내용에 자세하고 사실적으로 답해 주시면 본 연구에 결정적인 도움이 될 것입니다.

다시 한번 이 조사에 참여해 주신 여러분께 진심으로 감사드립니다.

2011년 8월

연구자 : 김기탁 (조선대학교 일반대학원 체육학 전공)

1. 귀하의 성별은?

① 남 ② 여

2. 귀하의 연령은?

① 20~29세 ② 30~39세 ③ 40~49세 ④ 50~59세 ⑤ 60세 이상

3. 귀하께서는 골프를 시작하신지 얼마나 되셨습니까?

① 3개월 이하 ② 4~6개월 ③ 7개월~12개월 ④ 13개월 ⑤ 3~5년
⑥ 6~10년 ⑦ 11년 이상

4. 귀하께서는 일주일에 몇 회나 골프 연습을 하십니까?

① 1회 이하 ② 2회 ③ 3회 ④ 4~5회 ⑤ 6회 이상

5. 귀하께서는 평균 한 달에 몇 회 필드에 나가십니까?

① 1회 이하 ② 2회 ③ 3회 ④ 4~5회 ⑤ 6회 이상

6. 귀하의 현재 타수(핸디캡)가 얼마나 되십니까?

① 79타 이하 ② 80~84타 ③ 85~89타 ④ 90~94타
⑤ 95~99타 ⑥ 100타 이상

재미요인

재미요인에 관한 물음입니다. 각 문항을 읽어보시고 귀하께서 느끼신 것과 가장 가까운 번호에 '√', '○'표시를 하여 주십시오.

항목		전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	보통이다	그렇다	매우 그렇다
		1	3	4	5	6
1.	운동을 잘한다고 지도자가 칭찬하는 편이다.					
2.	주위에서 운동을 잘한다고 한다					
3.	땀 흘리며 운동을 하는 것을 좋아 한다.					
4.	운동을 한 후에 몸이 튼튼해졌다.					
5.	운동을 하고 나면 기분이 상쾌해진다.					
6.	골프 동호회 및 연습장에서 새 친구를 사귀었다.					
7.	가족들이 골프 하는 것을 좋아한다.					
8.	매일매일 새로운 기술을 배운다고 생각한다.					
9.	남보다 체력이 좋아졌다.					
10.	골프를 하게 되면 스트레스가 풀린다.					
11.	연습장 내의 회원들과 어울려서 운동할 수 있는 것이 좋다.					
12.	골프 잘 치는 사람을 보면 멋있어 보인다.					
13.	가족들이 골프하는 것에 도움을 준다.					
14.	골프를 통하여 운동능력이 점점 향상된다.					
15.	다른 회원들에 비해 운동을 잘하는 편이다.					
16.	골프를 하면 협동심이 길러진다.					
17.	골프를 하면서 회원들과 어울릴 수 있어서 좋다.					
18.	골프로 유명해 질 수 있다면 좋겠다.					
19.	골프를 하는 것은 남들에 비해 특별하다.					
20.	골프를 하면 집중력과 끈기가 좋아진다.					
21.	골프장 회원들이 도움을 준다.					
22.	골프를 다른 사람에 비해 잘 치는 편이다.					

운동중독

운동중독에 관한 물음입니다. 각 문항을 읽어보시고 귀하께서 느끼신 것과 가장 가까운 번호에 '√', '○'표시를 하여 주십시오.

항목		전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	보통이다	그렇다	매우 그렇다
		1	3	4	5	6
1.	나는 하루라도 골프를 하지 않으면 몸이 근질거린다.					
2.	나는 골프를 하지 못한 날은 허탈감에 빠진다.					
3.	골프를 하지 못한 날은 안절부절 못한다.					
4.	다른 할 일이 있어도 골프는 꼭 해야 한다.					
5.	골프를 하지 않은 날은 뭐가 할 일을 안한 것 같은 기분이 든다.					
6.	매일매일 좋아하는 골프를 해야만 한다.					
7.	나는 정해진 시간에 골프를 해야만 한다.					
8.	골프를 하지 못한 날은 몸이 개운하지 않다.					
9.	골프를 하기에 어려운 제약이 있어도 골프를 꼭 한다.					
10.	여행을 가서도 나는 골프를 하고 싶다는 생각이 든다.					
11.	나보다 골프를 더 잘하는 사람을 보면 부럽고, 꼭 더 잘 해야겠다는 생각을 한다.					
12.	할 수만 있다면 하루에도 몇 번씩 골프장에 가고 싶다고 느낀다.					
13.	예정했던 시간에 비해, 막상 운동을 시작하면 시간이 길어질 경우가 있다.					
14.	나는 필드에서 최고의 기량을 발휘하고 싶다.					
15.	골프에 지속적으로 참여, 몰두하는 시간이 점차 길어진다.					
16.	골프는 내가 할 수 있는 가장 재미있는 일 중의 하나이다.					
17.	골프를 하면 기분이 좋아지고 즐겁다.					
18.	골프를 하면 마음이 편해진다.					
19.	골프를 함으로써 다른 운동에 참여할 때보다 더 강한 참여의식을 느낀다.					
20.	나는 골프를 할 때 대부분 최고의 기분을 경험한다.					

심리적 행복감

심리적 행복감에 관한 물음입니다. 각 문항을 읽어보시고 귀하께서는 느끼신 것과 가장 가까운 번호에 '√', '○'표시를 하여 주십시오.

항목		전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	보통이다	그렇다	매우 그렇다
		1	3	4	5	6
1.	내가 하려는 것이 '바로 이것이구나' 하는 느낌이 든다.					
2.	다른 활동에 참여 할 때보다 더 큰 성취감을 느낀다.					
3.	내 자신을 마음껏 표현 할 수 있다고 느낀다.					
4.	골프를 함으로써 참된 내 자신을 발견할 수 있다.					
5.	실제로 살아있다는 감정을 강하게 느낀다.					
6.	내 자신이 유능하다고 느낀다.					
7.	내 자신을 자랑스럽다고 느낀다.					
8.	내 자신을 긍정적으로 생각한다.					
9.	내 자신이 능력있다고 느낀다.					
10.	무엇인가 잘 할 수 있다는 자신감이 생긴다.					
11.	활동자체에 완전히 몰두한다.					
12.	정신집중이 잘 된다.					
13.	골프를 함으로써 일상적인 복잡한 문제를 잊어버린다.					
14.	골프장에서는 시간이 어떻게 지났는지 모른다.					
15.	내 주변과 일치되고 조화된 느낌이 든다.					
16.	골프하는 내 자신을 보면 행복한 감정을 느낀다.					
17.	골프장에 있을 때에는 마음이 편해진다.					
18.	골프는 내게 있어 매우 강한 즐거움을 느낀다.					
19.	다른 운동을 할 때 보다 더 큰 만족을 느낀다.					
20.	다른 운동에 참여할 때보다 흥에 더 도취된다.					