creative commons

COMMONS DEED

저작자표시-비영리-변경금지 2.0 대한민국

이용자는 아래의 조건을 따르는 경우에 한하여 자유롭게

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

다음과 같은 조건을 따라야 합니다:

저작자표시. 귀하는 원저작자를 표시하여야 합니다.

비영리. 귀하는 이 저작물을 영리 목적으로 이용할 수 없습니다.

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

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

저작권법에 따른 이용자의 권리는 위의 내용에 의하여 영향을 받지 않습니다.

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

Disclaimer

dCollection

[UCI]I804:24011-200000256932

2012년 2월

석사학위논문

지체장애인의 생활체육 참여동기가 자아성취감과 사회적응에 미치는 영향

조선대학교 대학원

체 육 학 과

정 현 철

지체장애인의 생활체육 참여동기가 자아성취감과 사회적응에 미치는 영향

A Study on Effects of Participation Motivation of Sport for All on Self-Achievement and Social Adjustment in People with Physical Disabilities

2012년 2월 24일

조선대학교 대학원

체 육 학 과

정 현 철

지체장애인의 생활체육 참여동기가 자아성취감과 사회적응에 미치는 영향

A Study on Effects of Participation Motivation of Sport for All on Self-Achievement and Social Adjustment in People with Physical Disabilities

지도교수 : 송 채 훈

이 논문을 석사학위 신청 논문으로 제출함

2011년 10월

조선대학교 대학원

체 육 학 과

정 현 철

정현철의 석사학위논문을 인준함

위원장　조선대학교　정 명 수　　인

위　원　조선대학교　윤 오 남　　인

위　원　조선대학교　송 채 훈　　인

2011年　11月

조선대학교 대학원

목 차

I. 서 론 ····· **1**

1. 연구의 필요성 ····· 1
2. 연구목적 ····· 4
3. 연구가설 ····· 4
4. 연구의 제한점 ····· 6

II. 이론적 배경 ····· **7**

1. 생활체육 ····· 7
   1) 생활체육의 본질 및 특성 ····· 7
   2) 생활체육의 가치 및 역할 ····· 9
2. 참여동기 ····· 14
   1) 참여 동기의 개념 ····· 14
   2) 참여 동기의 분류 ····· 17
3. 자아성취감의 개념 및 정의 ····· 19
4. 사회적응의 개념 및 정의 ····· 21

III. 연구방법 ····· **23**

1. 연구대상 ····· 23
2. 연구도구 ····· 25
3. 설문지의 타당도와 신뢰도 ····· 26
   1) 타당도검증 ····· 26
   2) 신뢰도검증 ····· 31
4. 자료처리 ····· 32

IV. 연구결과 ····· **33**
1. 인구통계학적특성에 따른 참여동기의 차이 ····· 33
1) 성별에 따른 참여동기의 차이 ····· 33
2) 연령에 따른 참여동기의 차이 ····· 34
3) 학력 따른 참여동기의 차이 ····· 35
4) 참여기간에 따른 참여동기의 차이 ····· 36
5) 참여빈도에 따른 참여동기의 차이 ····· 38
6) 장애등급에 따른 참여동기의 차이 ····· 39
2. 참여동기가 자아성취감에 미치는 영향 ····· 41
1) 참여동기와 자아성취감 간의 상관관계 ····· 41
2) 참여동기가 자아성취감에 미치는 영향 ····· 42
3. 참여동기가 사회적응에 미치는 영향 ····· 45
1) 참여동기와 사회적응 간의 상관관계 ····· 45
2) 참여동기가 사회적응에 미치는 영향 ····· 46

V. 논 의 ····· **49**
1. 지체장애인의 인구통계학적 특성에 따른 참여동기의 차이 ····· 49
2. 지체장애인의 참여동기가 자아성취감에 미치는 영향 ····· 50
3. 지체장애인의 참여동기가 사회적응에 미치는 영향 ····· 52

VI. 결론 및 제언 ····· **55**
1. 결론 ····· 55
2. 제언 ····· 56

참고문헌

부 록

표 목 차

표 1. 연구대상자의 일반적 특성 ····· 23
표 2. 설문지의 주요 구성내용 ····· 25
표 3. 참여동기의 요인분석 결과 ····· 28
표 4. 자아성취감의 요인분석 결과 ····· 29
표 5 사회적응의 요인분석 결과 ····· 30
표 6. 참여동기, 자아성취감, 사회적응의 신뢰도 검증 결과 ····· 31
표 7. 성별에 따른 참여동기의 차이 ····· 33
표 8. 연령에 따른 참여동기의 차이 ····· 34
표 9. 학력에 따른 참여동기의 차이 ····· 35
표 10. 참여기간에 따른 참여동기의 차이 ····· 36
표 11. 참여빈도에 따른 참여동기의 차이 ····· 38
표 12. 장애등급에 따른 참여동기의 차이 ····· 40
표 13. 참여동기와 자아성취감 간의 상관관계 ····· 41
표 14. 참여동기가 능력개발에 미치는 영향 ····· 42
표 15. 참여동기가 능력발휘에 미치는 영향 ····· 43
표 16. 참여동기가 목적이상실현에 미치는 영향 ····· 44
표 17. 참여동기와 사회적응 간의 상관관계 ····· 45
표 18. 참여동기가 직장적응에 미치는 영향 ····· 46
표 19. 참여동기가 여가사회적응에 미치는 영향 ····· 47
표 20. 참여동기가 가정적응에 미치는 영향 ····· 48
표 21. 지체장애인의 인구통계학적 특성에 따른 참여동기 차이 결과 요약 ····· 50
표 22. 지체장애인의 참여동기가 자아성취감에 미치는 영향의 연구결과 요약 ····· 52
표 23. 지체장애인의 참여동기가 여가만족에 미치는 영향의 연구결과 요약 ····· 54

ABSTRACT

A Study on Effects of Participation Motivation of Sport for All on Self-Achievement and Social Adjustment in People with Physical Disabilities

Jung, Hyoun-chel
Adviser : Prof. Chae - Hun, Song Ph D.
Department of Physical Education.
Graduate School of Chosun University

This study selected a population identified from participants with physical disabilities in sport for all who resided in G Metropolitan City. For this, a questionnaire survey was conducted with 300 players and spectators with physical disabilities who participated in 'Gwangju Metropolitan City Mayor Cup Athletic Meeting for the People with Physical Disabilities'. Using a convenience sampling method, a self-administered questionnaire survey(a personal interview) was conducted. Of the total responses, 20 responses were excluded due to their insincerity or partial omission and a total of 280 were used for the actual analysis. Finally, the following conclusion was drawn.

First, a difference in participation motivation of sport for all was analyzed according to demographic characteristics in people with disabilities. As a result, a statistically significant difference was found in skill achievement for age; in health condition, sociality, skill achievement, and therapeutic use for participation period; conspicuousness, sociality, skill achievement, and therapeutic use for participation frequency; and enjoyment, health condition,

conspicuousness, sociality, and skill achievement for disability grade.

Second, for the effects of participation motivation of sport for all on self-achievement in people with physical disabilities, health condition, sociality, therapeutic use influenced positively ability utilization; conspicuousness, skill achievement influenced positively ability utilization; and health condition, skill achievement, and therapeutic use influenced positively ability goal realization.

Finally, for the effects of participation motivation of sport for all on social adjustment in people with physical disabilities, enjoyment, sociality, skill achievement, and therapeutic use influenced positively work adjustment; conspicuousness, sociality, and skill achievement influenced positively leisure and social adjustment; and enjoyment, sociality, and therapeutic use influenced positively home adjustment

I. 서 론

1. 연구의 필요성

현재 한국사회가 추구하는 여러 목표들 가운데 하나는 전체 구성원들의 삶의 질 향상과 사회통합을 통해 복지 사회를 구현하는데 있다. 이러한 목표를 달성하는데 있어 무엇보다도 사회적 소외 계층인 장애인들의 복지가 중요하다. 이를 위해서는 기본적으로 장애인들의 인권, 취업, 교육뿐만 아니라 그 동안 중시하지 않았던 체육, 여가 등 여러 가지 차원에서 이들의 삶의 질 향상을 모색해야 한다(정재이, 2010).

장애인이란 신체적·정신적 결함으로 장기간에 걸쳐 일상생활 및 사회생활에 상당한 제약을 받는 자로 신체적 장애라 함은 주요 외부 신체기능의 장애, 내부기관의 장애 등을 의미한다(장애인 복지법, 2조). 신체적 장애 중 지체기능이 부자연스러운 지체장애는 후천적인 원인으로 교통사고, 화재, 폭력, 안전불감증 사고 등에 의하여 지속적으로 증가하고 있는 실정이다. 이러한 지체장애인은 신체적 장애로 인한 사회적, 심리적 장애를 항상 동반하여, 지체장애인의 성공적인 재활을 위한 방안으로 음악, 미술, 스포츠 등 다양한 변인들을 프로그램화하여 재활을 돕고 있으며(최경훈, 김영갑, 2007), 그 중 스포츠 활동인 생활체육의 중요성을 빼 놓을 수 없다.

장애인에게 있어 생활체육은 건강관리의 측면뿐만 아니라 자아발전과 장애의 극복, 그리고 통합의 수단으로 이용되고 있다(Auxter & Pyfer, 1985; Sherrill, 2004). 또한 심리적 일체감과 행복감을 비롯한 자아실현과 사회적 자립의 수단으로서 강조되고 있다(이성규, 2003; Winnick, 2005).

현재 장애인 운동동우회(생활체육)들은 네트워크를 형성해 가면서 장애인들을 위한 삶의 질 향상과 사회적응을 돕는 데 앞장서고 있다(한국장애인복지진흥회, 2003). 장애인들의 신체활동은 그 자체가 삶의 요소이자 수단이며, 특히

거동이 불편한 지체장애들의 경우에는 건강증진과 재활 및 사회적응을 돕는 필수요소라고 할 수 있다(전혜자, 이미영, 김혜진, 2008).

이처럼 장애인에 있어 생활체육은 사회구성원의 일원으로서 활동하는 수단이며, 당연히 누려야 할 가치라고 할 수 있다. 그러나 지금까지의 연구는 장애인의 재활스포츠로서의 시대적 필요에 의해서만 그 가치를 입증하고자 하였다. 현대사회의 사회적 약자의 사회적응을 넘어 삶의 질 또는 사회적응의 시대적 요구에 다가설 필요가 있다.

운동을 지속하는 원인으로 내적인 즐거움이 중요한 요인으로 작용한다고 분석되어 왔는데(정용각, 1997), 개개인의 다양한 특성에 따라 운동에의 참가정도는 틀려질 것이다. '왜' 사람들이 운동에 참가하는지에 대한 것은 동기연구에서도 가장 중요한 주제의 하나이며, 운동행동과 참가를 지속하고자 하는 욕구나 결의를 이끌어 내는 결정요인을 명확한 규명을 위해서도 밝혀져야 할 부분(Biddle, Fox & Boucher, 2002)이다. 그러나 장애인을 대상으로 한 참여동기 연구의 접근은 전무한 실정이다.

스포츠에 있어서 참여동기에 대한 연구에서는 성취적 행동에 주된 관심을 두면서 최근 동기이론이 설명하는 성취행동은 행동 강도, 지속성, 활동 가능성, 선택, 수행(결과)으로써 정의되며, 성취행동의 결정요인은 접근, 회피동인, 기대, 성공에 대한 유무, 성공과 실패의 인지적 평가 등으로 가정되어지고 있다. 이러한 스포츠 참여 동기에 관한 연구들 또한 여가분야에서 폭넓게 진행되어지고 있다(정용민, 2001; 김정묵, 유희철, 2004; 박찬민, 2004; 이재형, 2005).

이처럼, 일반인뿐만 아니라 장애인에게 있어서도 운동을 통해 얻을 수 있는 만족감, 즐거움 등 무엇을 얻기 위해 즉, 어떤 필요에 의해서 참여하는가를 알아보는 연구는 매우 의미 있는 연구가 될 것이다. 또한, 지속적인 생활체육은 결국, 사회생활과도 연관성을 갖게 되어 사회적응의 합치 또는 불합치의 현상이 나타나게 된다(최태광, 2010).

사회적응이란 인간이 주어진 환경에 자신을 맞추는 과정과 자기 자신의 필요

와 욕구를 충족시키기 위해 환경을 적극적으로 변화시키는 과정 모두를 포함한다고 할 수 있으며, 개인이 속해 있는 사회 환경과 조화되어 어울리는 능력이며, 사회에 적응하는 방법을 습득하여 사회의 구성원으로 살아가는 능력(전미향. 1997; 이동준, 2007)으로 개체가 환경에 대하여 적합한 행동이나 태도를 취하는 것을 말하는 사회학 용어로서 인간의 경에는 사회생활을 영위해 나가는데 있어서 단지 자연환경에 적응할 뿐만 아니라, 집단 사회 시스템 인간관계 등의 사회적 환경, 나아가서는 그 산물로서의 문화 환경에도 적응해 나가는 것으로 정의하였다. 스포츠 활동 참여와 사회적응과의 관계 연구에서는 김기훈(2009). 테니스 동호회 활동 참여정도에 따른 사회생활 적응에 관한 연구, 곽호근(2006)의 생활체육 참여자의 여가만족과 자기 효능감 및 사회적응에 관계, 장진우(2005)의 청소년의 스포츠활동 참여와 자아정체감, 공동체의식 및 사회적응의 관계, 원관희(2002)의 청소년의 동아리 여가활동과 사회적 적응의 관계 연구 등이 제시되어 왔다.

문화관광부(2006)에 의하면 우리나라 국민의 44.1%가 생활체육에 참여하고 40%가 일주일에 2~3회 규칙적인 생활체육에 참여하는데, 장애인의 인구는 4.4%만이 생활체육에 참여하고 있어(대한장애인체육회, 2007), 장애인의 생활체육 참여가 절실히 요구되고 있는 시점에서, 장애인의 생활체육 참여동기가 자아성취감과 사회적응에 미치는 영향을 분석 규명하여, 생활체육을 참여 증진과 사회적 가치를 실현, 사회통합 그리고 개인의 풍요로운 삶을 증진시키는데 적용가능 한 기초적 자료를 제공하는데 연구의 필요성이 있다.

2. 연구목적

본 연구는 지체장애인의 생활체육 참여동기가 자아성취감과 사회적응에 미치는 영향을 규명하여, 장애인의 생활체육 참여 활성화를 위한 기초자료 제공과 이를 통한 지체장애인의 건강하고 행복한 삶을 영위할 수 있도록 하는데 목적이 있다.

연구의 목적 달성을 위한 구체적인 연구과제는 다음과 같다

첫째, 인구통계학적특성에 따른 참여동기의 차이를 규명한다.
둘째, 지체장애인의 생활체육 참여동기가 자아성취감에 미치는 영향을 규명한다.
셋째, 지체장애인의 생활체육 참여동기가 사회적응에 미치는 영향을 규명한다.

3. 연구가설

지체장애인의 생활체육 참여동기가 사회적응에 미치는 영향을 규명하기 위하여 이와 관련된 선행연구의 이론적 근거에 의해 다음과 같은 구체적인 연구가설을 설정하였다.

가설Ⅰ. 인구통계학적 특성에 따라 참여동기(즐거움, 건강/컨디션, 외적과시, 사교, 기술성취, 치료목적)는 차이가 있을 것이다.

가설Ⅰ-1. 성별에 따라 참여동기(즐거움, 건강/컨디션, 외적과시, 사교, 기술성취, 치료목적)는 차이가 있을 것이다.

가설Ⅰ-2. 연령에 따라 참여동기(즐거움, 건강/컨디션, 외적과시, 사교, 기술성취, 치료목적)는 차이가 있을 것이다.

가설Ⅰ-3. 교육수준에 따라 참여동기(즐거움, 건강/컨디션, 외적과시, 사교, 기술성취, 치료목적)는 차이가 있을 것이다.

가설Ⅰ-4. 참여기간에 따라 참여동기(즐거움, 건강/컨디션, 외적과시, 사교, 기술성취, 치료목적)는 차이가 있을 것이다.

가설Ⅰ-5. 참여빈도에 따라 참여동기(즐거움, 건강/컨디션, 외적과시, 사교, 기술성취, 치료목적)는 차이가 있을 것이다.

가설Ⅰ-6. 장애등급에 따라 참여동기(즐거움, 건강/컨디션, 외적과시, 사교, 기술성취, 치료목적)는 차이가 있을 것이다.

가설Ⅱ. 지체장애인의 생활체육 참여동기(즐거움, 건강/컨디션, 외적과시, 사교, 기술성취, 치료목적)가 자아성취감(능력개발, 능력발휘, 목적이상실현)에 영향을 미칠 것이다.

가설Ⅱ-1. 지체장애인의 생활체육 참여동기(즐거움, 건강/컨디션, 외적과시, 사교, 기술성취, 치료목적)가 능력개발에 영향을 미칠 것이다.

가설Ⅱ-2. 지체장애인의 생활체육 참여동기(즐거움, 건강/컨디션, 외적과시, 사교, 기술성취, 치료목적)가 능력개발에 영향을 미칠 것이다.

가설Ⅱ-3. 지체장애인의 생활체육 참여동기(즐거움, 건강/컨디션, 외적과시, 사교, 기술성취, 치료목적)가 능력개발에 영향을 미칠 것이다.

가설Ⅲ. 참여동기(즐거움, 건강/컨디션, 외적과시, 사교, 기술성취, 치료목적)는 사회적응(직장적응, 사회적응, 가정적응)에 영향을 미칠 것이다.

가설Ⅲ-1. 참여동기(즐거움, 건강/컨디션, 외적과시, 사교, 기술성취, 치료목적)는 직장적응에 영향을 미칠 것이다.

가설Ⅲ-2. 참여동기(즐거움, 건강/컨디션, 외적과시, 사교, 기술성취, 치료목적)는 사회적응에 영향을 미칠 것이다.

가설Ⅲ-3. 참여동기(즐거움, 건강/컨디션, 외적과시, 사교, 기술성취, 치료목적)는 가정적응에 영향을 미칠 것이다.

4. 연구의 제한점

본 연구는 인구통계학적 변인, 연구대상, 조사도구, 관계모형 설정 등에서 나타나는 문제들로 인하여 다음과 같은 제한점이 발생할 수 있다.

첫째, 표집 대상의 대표성과 관련된 문제로서 연구대상을 지체장애인으로 한정하였기 때문에 연구결과를 장애인 전체로 해석하여 일반화 하기에는 제한적 이해와 해석이 요구될 수 있다.

둘째, 조사대상자들의 인구통계학적 특성 외의 변인은 통제하지 못하였다.

II. 이론적 배경

1. 생활체육

1) 생활체육의 본질 및 특성

생활체육이란 의미의 용어가 처음 사용된 것은 1934년 영국의 산업협회에서 영국실업자에 대한 신체훈련을 실시하며 'Physical Recreation'이라는 용어를 사용하면서부터 이다(양성종, 1987). 우리나라에서의 생활체육이라는 용어는 1985년을 전·후로 해서 행정부처에서 복지사회 실현이라는 이념을 구현하기 위한 국민체육진흥정책시행의 추진내용을 개념화한 것으로서, 정부가 국민의 체육에 대한 욕구 및 수요에 대응하고 그 활동을 국가적인 차원에서 보장해주기 위한 정책을 수립하여 그것을 시행하는 내용을 모두 포괄하고 있다는 점에서 사회 복지적 측면의 성격이 강하게 들어나는데 다 음과 같은 개념적 본질을 지니고 있다(임번장, 1995).

이와 같이 생활체육의 기본개념은 정부나 기관에서 인위적으로 국민들의 체육활동을 유도하거나 강제하는 것이라기보다는, 국민 개개인이 자발적으로 자기 자신의 건강유지와 삶을 향유하기 위해서 행하는 신체적 노력이라 할 수 있다(신운하, 2010). 따라서 생활체육이란 지방 자치 단체가 해당 지역 주민이 체육에 대한 욕구 및 수용에 대응하고 그 활동을 사회적인 차원에서 보장해 주기 위한 정책을 수립하여 그것을 시행하는 내용을 모두 포괄하는 개념으로 규정할 수 있다(노민규, 2011 재인용).

첫째 생활체육은 국민 누구나가 사회적으로 차별받지 않고 평등하게 체육을 일상생활의 일과로 실천함으로써 생활화하는 체육으로 규정할 수 있다. 과거에는 특정계층이나 선수에 속하는 일부 사람만이 체육참여 기회와 시설 프로그램의 혜택을 누리는 선택적 불확정적인 체육이었지만, 오늘날의 체육은 모든 국

민이 일상생활 가운데 자율적으로 체육활동의 기회를 누리고 이를 하나의 생활양식으로 보편화하는 의미를 지닌다는 것이다.

둘째 생활체육은 기본적으로 보편적 욕구에 대응하는 신체활동으로서 인간의 기본적 사회적 욕구를 충족시켜주는 인간 서비스적 활동이다. 생활체육은 신체활동의 욕구 자기표현의 욕구 건강의 욕구 자아실현의 욕구 등을 바람직한 방향으로 해결해주는 효과적 수단이 된다. 인간의 성장과 발달 건강과 체력증진 자아실현과 행복추구는 평생을 통하여 추구되고 성취되기를 갈망하는 인간의 기본적 욕구이다.

생활체육은 참여자로 하여금 건강한 신체를 소유하고 삶을 즐길 수 있으며 인간생활에 지속적인 삶의 의미를 부각함으로써 삶의 질을 제고시키는 중요한 사회활동의 하나로 간주되고 있다.

셋째 생활체육은 개인이 전 생애를 통하여 능동적으로 지속적인 체육활동 참여의 기회를 향유함으로써 신체적, 정신적, 사회적 발달을 촉진하고 급격한 현대사회의 변동에 슬기롭게 대처하며 다른 사람과 더불어 공동체의식을 제고시켜 나가는 사회제도적 활동을 의미한다. 즉 개인의 성장과 발달과정을 돕고 사회적응에 필요한 역할 및 태도를 사회화시키며, 사회 안정과 통합에 요구되는 공동체의식을 강조함으로써 민주시민으로서의 생활기술 및 태도를 학습시키는 사회제도적 활동이다.

넷째 생활체육이란 미래지향적이고 사회 정책적인 의미를 내포하고 있다. 다시 말해서 미래에 있어서 경제성장으로 인한 고소득사회가 도래하면 국민의 복지에 모든 사회적인 노력이 집중될 것이며, 이에 따라 국민복지증진의 일환으로서 체육의 시책을 전개해 나아가야겠다는 사회 정책적 의지를 내포하고 있는 것이다.

즉 생활체육이란 개인의 생활영역 안에서 각자의 취미와 여건 및 환경에 따라 여가시간을 이용한 자발적인 참가를 통하여 개인의 일상생활을 풍요롭게 하는 신체적 활동을 의미하는 것으로서 다음과 같은 네 가지 특징을 지닌다.

생활체육은 상대방의 도전에 대한 대응과 규칙의 수응을 형태로 하는 경쟁적 스포츠 활동, 참가자의 생활환경과 다소 차이가 나는 자연의 특수한지형·지물의 극복을 추구하는 야외활동, 자신의 내면이나 유형화 된 신체적 움직임의 감성적 만족에 대응하는 것에 관심을 갖는 심리적 리듬운동 그리고 체력단련 운동, 즉 운동을 통한 신체활동 능력의 유지 및 증진이나 총체적인 건강을 가져오는 장기효과를 추구하기 위하여 행하는 건강 운동으로 그 참가의 목적에 따라 참가태도를 달리하고 있다(임번장, 1995).

2) 생활체육의 가치 및 역할

생활체육은 단순한 신체적 활동이 아니라 심리적, 사회적 건강을 통하여 행복을 추구하려는 현대인에게 있어서 생활의 핵심적 요소가 되며 활력있는 생활양식을 제공하는 가치와 역할을 지닌다는 점에 대하여 생활체육 관련 학자들은 거의 일치된 견해를 보이고 있다.

생활체육은 신체적 가치는 물론 정신적, 사회문화적 가치를 지니고 있는 유용한 여가활동으로서 개인의 생활양식을 풍요롭게 할 수 있는 다양한 기회와 환경을 제공하고 있다. 따라서 생활체육은 자아실현 및 자기계발, 삶의 질 향상 그리고 건강 및 행복의 추구에 효과적으로 부응하는 역할을 담당한다고 하겠다.

스포츠 및 운동활동이 주요 활동인 생활체육은 현대인의 여가활동으로서 그 가치가 크다 할 것이다. 생활체육은 엘리트체육이나 학교체육과는 달리 개인의 생활영역 안에서 각자의 취미 및 여건에 따라 여가시간을 활용하여 자발적으로 참여하는 신체활동으로서 현대인의 생활을 풍요롭게 하는 매우 바람직한 여가활동으로 인식되고 있다. 이러한 생활체육의 가치는 크게 내재적, 생리적, 심리적, 사회적 가치들로 나누어 살펴 볼 수 있다(강완길, 2011).

(1) 내재적 가치

일반적으로 생활체육은 운동기능 습득 및 향상, 건강 및 체력증진, 그리고 사

회성 함양 및 대인관계 개선 등의 수단으로 인식되어 왔다. 즉 생활체육에 대한 일반적인 가치인식은 주로 그 외재적 가치에 초점을 두어 왔으나 본질적으로 생활체육은 그 활동에 내재된 본원적 가치 또는 내재적 가치를 지니고 있다.

생활체육의 내재적 가치는 지금까지 논의 되어왔던 체육 또는 운동과 관련한 내재적 가치 즉 체육활동을 통한 체험 및 체육적 앎의 획득을 중심으로 살펴볼 수 있다. 먼저 체육활동을 통한 체험과 관련하여 정응근(1990)은 메를로퐁띠의 실존현상학을 기반으로 체육활동에서 가능한 체험을 다음과 같이 구체화 하고 있다. 즉 운동은 신체발달이나 기능습득 이상의 가치가 내재된 의미 있는 인간 움직임이다. 둘째 운동은 행위자와 관람자 모두에게 극정체험(peak experience)적 순간을 제공해 줄 수 있다. 셋째 운동은 지속적인 자아 혁신과정(self-renewal process)이다.

한편 체육활동과 앎을 관련시키고자 하는 논의도 매우 활발하게 이루어지고 있으며, 많은 호응을 받고 있다. 오정석(1994)은 체육적 앎에 이르는 길이란 '인간의 움직임 그 자체의 실천이며, 그 움직임이 이루고자 하는 궁극적인 목적과 목표가 바로 체육적 앎일 것이다' 라고 함으로써 체육에 내재하는 지식적 가치를 재발견 할 수 있는 기반을 제공 하였다.

따라서 운동수행은 지적이든 정서적이든 운동하는 사람으로 하여금 그 자신의 행동에 관한 앎을 제공해주며, 이를 통해 자기자신의 현재성을 파악하고 자기를 이해 할 수 있도록 해준다(오정석, 1994). 이러한 맥락에서 볼 때 체육의 내재적 가치의 핵심에는 체험과 앎이 자리하고 있으며 양자는 밀접한 연관속에서 상호작용 한다고 할 수 있다.

결국 체육은 근본적으로 자신의 몸을 움직임으로써 갖는 체험을 통해 스스로 깨닫는 것에 그 본질이 있다고 하겠다. 스스로 깨닫는 것은 존재하는 것에서 '초월'을 직관하는 것이며, 여기서 초월이란 현존재의 어떤 주어진 상황이나 구체성을 무한히 극복하는 체험을 가리킨다. 이러한 초월적 자아에로의 지향행위는 그 자체가 하나의 자아표현인 것이다.

이와 같은 관점에서 볼 때 각 개인이 추구하고자 하는 바가 무엇이든 간에 기본적으로 자유성과 자발성을 전제로 하여 이루어지는 생활체육은 자아표현, 자아실현을 추구할 수 있게 해 주는 하나의 사회 문화적 양식으로 간주 될 수 있다. 왜냐하면 생활체육은 체육활동에 자발적으로 참여 할 수 있는 기회를 부여함으로써 살아있는 자신의 움직임을 체험하고 이를 강화 내지승화 시킬 수 있는 체육활동이기 때문이다.

(2) 생리적 가치

현대인은 기계문명이 고도로 발달한 현대사회에서 안락하고 편안한 문화생활을 영위하고 있는 반면에 교통수단의 발달로 인하여 걷기와 같은 기본적인 신체활동의 기회마저 줄어들게 되었으며, 일과의 대부분이 좌업 중심적으로 이루어짐에 따라 신체활동량이 극히 부족하게 되었다.

또한 도시의 과밀화 현상으로 인하여 가벼운 산책이나 신체활동을 할 수 있는 공간이 부족하여 휴식시간의 대부분을 잡담과 소일거리로 보내고 있다. 이러한 기계문명과 산업발달의 사회에서 인간은 제한된 신체활동으로 인하여 생활을 유지하는데 필요한 최소한의 체력만을 유지하고 있으며, 시간이 경과함에 따라 체력은 쇠퇴·저하되고 있다. 이에 더하여 작업의 수행과정에서 발생하는 스트레스와 불균형적인 식사 및 영양공급과 신체활동의 불균형 등은 체력의 저하와 밀접하게 관련되어 있다.

그리고 이러한 요인들의 복합적인 작용으로 인해 성인병과 같은 질병에 노출됨으로써 평상시에 인식하지 못하였던 건강과 운동의 중요성을 절감하게 된다. 많은 의학적 보고에서는 현대인들은 과거에 비해 심장병·당뇨병·신경과민·비만·요통은 성인병에 걸릴 확률이 높다고 지적하고 있으며, 그에 대한 예방책과 치유책으로 적절한 운동과 신체활동을 강조하고 있다. 인간의 신체는 적당히 사용하면 그 기능이 향상되지만, 사용하지 않거나 지나치게 사용하면 그 기능이 저하된다. 따라서 적절한 운동을 규칙적으로 행하는 것은 근육·뇌·호흡·심장·순환계 등에 자극을 주어 그 기능을 향상시킴과 동시에 신진대사를

원활하게 한다. 즉 규칙화된 운동의 수행은 혈압을 낮게 해주고 콜레스테롤과 같은 혈액 내 지방성분을 배출시킴으로써 동맥경화증을 막아주며, 체중이 증가하거나 지방질이 축적되는 것을 예방하여 준다. 또한 규칙적인 운동은 근육강화, 신체적 행복감, 에너지의 충만감을 제공함으로써 일상생활에 필요한 생활체력을 구비하는 등 건강한 생활을 영위 할 수 있도록 도와준다(임번장, 1993).

따라서 현대인들은 신체의 건강을 유지하기 위해서는 적당한 신체활동과 운동을 규칙적으로 수행하는 것이 절대적으로 필요하며, 이는 곧 체육의 생활화를 의미하는 것이다. 게 임·스포츠·댄스·산책 등과 변형된 운동과 같은 생활체육의 형태는 신체적 건강에 매우 효과가 있다. 달리기에 흥미를 가지고 길가나 공원길을 달리는 것은 비경쟁적이며 자기 자신의 활동증진을 위하여 즐기는 형태의 생활체육이다. 이는 건강유지 및 체력증진에 그 목적이 있을 뿐만 아니라 뛰고 싶어 하는 본원적 욕구를 충족시키는 신체적 활동이다.

따라서 생활체육은 운동량이 부족한 도시 산업사회의 현대인에게 생존에 필요한 적정량의 신체활동 무대를 제공함으로써 건강 유지뿐만 아니라 튼튼한 체력을 육성하고 신체를 움직이고 싶어 하는 생리적 욕구를 충족시키는데 그 가치가 크다 하겠다.

(3) 심리적 가치

현대사회에서 대부분의 사람들은 업무 혹은 다른 어떤 일과 관련된 스트레스와 중압감을 경험하게 된다. 근로자에게는 작업장에서의 사고에 대비한 긴장의 연속, 주부에게는 과다한 가사일, 학생에게는 과중한 학업의 부담 등에 대한 불안과 초조 그리고 만성적인 피로감이 뒤따르게 된다. 이러한 스트레스의 누적은 질병을 야기할 가능성이 있으며, 정서 불안으로 인하여 일에 대한 의욕을 상실함으로써 사회생활을 원만히 영위하는데 큰 지장을 초래 할 수 있다.

오늘날 이러한 정서적인 긴장을 해소하기 위하여 알코올·진정제나 다른 약물을 사용하고 있는 것을 엿볼 수 있다. 과도한 약물의 사용과 음주는 중독성을 가져오며, 이러한 문제는 개인적인 차원을 넘어서 사회적인 문제가 되고 있

다. 따라서 이러한 스트레스와 욕구 불만이 배출구로서 규칙적이고 적당한 신체활동이 요구된다. 즉 규칙적인 신체활동은 근심 및 걱정의 완화, 공격성의 억제, 죄의식의 경감, 열등감 해소 등의 효과적인 배출구로 그 역할을 수행한다는 점에서 심리적 가치가 크다 하겠다(임번장, 1993).

실제로 규칙적인 신체활동을 통하여 얻는 정서적인 이득은 정신과 의사 Illiam(1948)에 의하여 잘 설명 되고 있다. 그는 "정서적으로 안정된 사람은 요구 되는 일상생활을 보충하기 위하여 어떤 의욕적인 활동형태에 참가 한다. 이러한 활동은 피상적인 즐거움 이상으로 심오한 심리적 욕구를 만족시킨다. 건전한 성격을 지닌 사람은 놀이를 할 뿐만 아니라, 자신의 놀이를 진지하게 생각하는 사람이다. 그리고 놀이를 할 줄 모르고 이를 기피하는 사람은 불안하고 혼란한 사람이다" 라고 하였다. 따라서 적당한 신체활동은 사람들이 긴장으로부터 벗어나고 정서적인 안정을 취함으로써 일상생활을 의욕적으로 영위 할 수 있게 해 준다.

이와 같이 신체활동을 중심으로 이루어지고 있는 생활체육은 일상생활 중 기쁨과 즐거움을 만끽 할 수 있는 기회를 제공하여, 긍정적이며 적극적인 자아개념을 형성·강화시키고, 궁극적으로는 심리적, 정서적 복리를 증진시키는데 매우 가치 있는 활동으로 인식되고 있다.

(4) 사회적 가치

생활체육은 오늘날 대다수의 성인은 근무하는 작업현장에서 보다 여가나 신체적 활동을 매개로 한 자발적 집단관계를 통하여 사회적 접촉과 중요한 인간관계를 형성하려고 한다. 따라서 생활체육은 특별한 프로그램 집단을 형성하여 활동하게 함으로써 사람들에게 대인관계증진, 사회성함양, 공통된 관심사에 대한 상호작용 등의 기회를 제공하여 준다(임번장, 1993).

특히 생활체육프로그램은 아동들에게 협동과 경쟁을 위한 실제적인 훈련 현장을 제공한다. 청소년에게는 방과 후 체육활동, 여름캠프활동을 위한 프로그램을 제공함으로써 청소년 자신의 사회적 역할을 시험 해보고 성인기를 준비하는

예비적 활동을 경험하도록 하는 기회를 제공 한다.

청소년뿐만 아니라 성인들 역시 집단적 참가를 통하여 타인과 상호작용하는 사회관계를 유지하며 집단규칙을 받아들이고 필요시에는 자신의 주장인 희망을 집단 참가자에게 피력함으로써 자신의 존재를 부각시킨다. Hovde(1967)에 따르면 "스포츠는 특별히 성격 발달에 중요한 역할을 하는 놀이로서 간주된다. 스포츠는 사회적 적응과 리더십을 갖게 해주며 경쟁적인 팀 스포츠는 구성원간의 협동심 및 연대감의 형성을 제공한다. 리더십은 오직 개인의 모든 능력을 발휘함으로써 스스로 학습되어 발현 될 수 있다"는 것이다. 이와 같이 생활체육은 팀워크·탁월성·단련·근접·절제 그리고 적자생존의 생활원리를 터득케 하여 이를 일상생활에 전이함으로써 원만한 사회생활을 영위 할 수 있도록 돕는다.

2. 참여동기

1) 참여 동기의 개념

동기(Motive)의 어원을 움직이다(to move)는 뜻으로 목표를 지향하여 행위를 조정하고 에너지의 일부를 이들 목표 도달에 투입시키는 것이며, 행동을 활성화 시키거나 작동시키는 내적인 상태를 말하며(Ross, 1987), 인간의 행동을 제기시키고, 지속시키고, 활성화시키거나 제지시키는 힘을 뜻한다(이세중, 한우진, 2006). 또한 Jackson & Burton(1989)은 어떤 이유 때문에 특정한 행동을 선택하며, 일정한 방향과 강도를 가지고 지속적으로 문제를 수행하기 위한 심리학적인 개념이라고 할 수 있을 것이다. 즉, 동기란 인간의 행동을 제기, 지속, 활성화시키거나 제지시키는 힘을 뜻하며, 동기라는 용어에는 개인의 성격특성과 행동의 이유, 외부의 영향, 행동의 결과나 지체를 설명하는 경우 등에 쓰일 수 있다.

Atkinson(1958)은 동기란 활동의 방향과 강도 및 지속에 직접적으로 영향을 미치며 한 가지 이상의 효과를 나타내는 활동경향성의 최종 강도가 초점이 되고 순간적인 상태에서의 동기 목표는 상태에 따라서 정의된다고 하였다.

참여동기란, 일반적으로 어떤 목표나 목적을 향해 행동을 취하게 하는 준비태세로 유기체로 움직이게 하는 활성화된 조건으로 정의할 수 있으며, 목표로 이끌어 가게하는 에너지원이라고 할 수 있다. 인간은 목적 지향적이고 끊임없이 학습하는 존재로 특히 어떤 과업이나 업무에 직면했을 때 학습하기 위해 동기화 된다(전형구, 2009).

동기란 내적으로는 활동 그 자체가 목적이 되는 행동을 말하며 외적으로는 일정한 목적을 달성하기 위한 수단으로 보상의 획들 및 처벌의 회유와 같은 것을 말한다. 대부분의 심리학자들은 동기를 개인에게 가치가 있다고 생각되는 목표에 도달하고자하는 욕망이라고 정의 하고 있다(정용각, 1997). 즉, 동기(Motive)란 모든 행동에 대하여 실행할 것이냐 하지 않을 것이냐를 결정하는 것을 의미하는데 개체의 행동은 언제나 일정한 목표를 추구하게 된다. 그러나 동기의 양상은 매우 다양하여 시간과 공간 그치고 생리적인 제반 측면에서 볼 때 다양한 성질을 지니고 있기 때문에 동기 자체의 명확한 개념을 결정짓는다는 것은 쉽지 않다(진종현, 강효민, 1997).

동기가 갖는 여러 가지 기능으로는 행동을 일으키는 시발기능, 맹목적인 행동이 아닌 특수한 반응을 선택하는 선택기능, 행동을 목표에 방향 짓는 지향기능, 목표에 도달했을 때 그 행동의 재현가능성을 높이려는 강화기능을 들 수 있다(류정무, 이강헌, 1990). 내적인 기능을 제공해 기대적 방향을 제시해 주는 동기의 기능을 살펴보면 다음과 같다.

첫째, 동기는 행동의 원동력으로서 작용한다. 동기는 욕구나 충동의 성질을 가지고 있기 때문에, 유기체는 이러한 욕구를 감소하거나 제거하거나 강화시킬 수 있는 행동을 일으키게 된다. 욕구가 생기면 그것을 충족시킴으로서 유기체의 내적 균형을 유지해야 한다. 동기는 이와 같은 행동의 내적 동력으로서 에

너지를 제공해 주기 때문에 행동의 강도를 올려주기도 하고 내려 주기도 한다.

둘째, 동기는 정서적 흥분을 일으킨다. 어떤 욕구에서 동기가 형성되면 심리적인 긴장상태를 가져오게 된다. 이때의 감정 상태를 여러 가지로 부르고 있으나 일반적으로 정서라고 부른다.

셋째, 동기는 목표의 선택과 결과에 작용한다. 동기유발이 된 사람은 내적인 에너지 변화에서 생기는 긴장을 감소시키기 위한 행동을 일으키게 된다. 즉 목표지향적 반응을 일으키게 된다.

또한 동기가 지니는 요소를 다음과 같이 3가지 측면에서 정의할 수 있는데, 동기는 다음과 같은 특성을 가지고 있다.

첫째, 인간행동을 활성화 시키는 측면, 즉 일정한 방식으로 행동하도록 촉발시키는 개인에의 활성적인 힘을 말한다. 이 측면은 동기가 지니는 욕구 또는 각성촉발을 가리킨다.

둘째, 인간 행동의 방향을 설정하거나 또는 목표를 지향토록 방향을 설정시키는 측면, 즉 행동이 어떤 목표를 지향하여 이루어지는 현상을 가리킨다. 따라서 이 측면은 동기가 지니는 방향 또는 목표의 차원이다.

셋째, 인간 행동을 유지시키거나 지속시키는 측면, 즉 욕구의 강도와 에너지의 방향을 지닌 행동을 계속해서 유지시키려는 힘을 의미한다. 이 측면은 동기가 지니는 지속성 또는 행동적 차원을 말한다(류정무, 이강헌, 1990).

참여 동기란 일반적으로 어떤 목표나 목적을 향해 행동을 취하게 하는 준비태세이며 유기체를 움직이게 하는 활성화된 조건으로 정의 할 수 있으며, 목표로 이끌어 가게 하는 에너지원이라고 할 수 있다. 그러나 개인마다 지니고 있는 동기의 양상은 매우 다양하여 시간과 공간 그리고 생리적인 제반 측면에서 볼 때 다양한 성질을 지니고 있기 때문에 동기 자체의 명확한 개념을 결정짓는다는 것은 쉽지 않다(진종현, 1997).

2) 참여 동기의 분류

평생교육에 참여하는 학습자의 참여유형을 알아보기 위한 이론적인 틀을 처음으로 구축한 사람은 Houle(1961)로 평생교육 참여 동기 유형의 분류는 사실상 모든 교육 참여 동기 연구의 기본이 되고 있다. Houle은 성인교육에 대한 참여의식과 가치 및 신념에 초점을 두고 평생교육에 참여하는 학습자의 참여동기를 '목표지향형(goal-oriented)', '활동지향형(activity-oriented)', 학습지향형(learning-oriented)'으로 구분하였다.

첫째, 목표지향형은 학습 참여 동기가 개인적으로 전문적인 지식, 기술의 습득, 직업상의 향상 등을 목적으로 참여하는 유형으로 구체적이고 명확한 모교를 지니는 경우이다. 이 유형에 속하는 사람들은 현실적인 이익이나 필요 등 이해관계에 의해 이를 충족시키려는 욕구로 학습에 참여하며, 지속적인 참여를 하는 것이 아니라 일단 원하는 학습목표가 달성되면 쉽게 학습을 중단한다.

둘째, 학습지향형은 학습 참여 동기가 학습 그 자체나 학습내용에 목적이 있는 것이 아니라 학습에 참여하는 행위나 활동 그 자체에 의미나 만족을 둔다, 학습자들은 학습 활동의 참여를 통해 얻게 되는 인간관계유형이나 양 등에 비중을 둔다, 학습자들은 일상생활의 단조로움이나 지루함, 고독함, 소외의식 등으로부터 벗어나 변화를 추구하기 위해, 또는 가정이나 직장생활에 오는 스트레스 등에서 잠시라도 벗어나고자 평생교육에 참여하기도 한다,

셋째, 학습지향형은 지식이나 배움 그 자체를 좋아하며 지적 호기심이나 근본적으로 알고자 하는 욕구를 충족하기 위하여 교육에 참여한다, 학습자들에게 있어서의 교육은 매우 일상적인 일 중의 하나이다.

성인학습자의 평생교육 참여 동기에 대한 실태조사 분석을 한 권두승(1999)은 평생교육참여의 주된 동기로 첫 번째는 배움 그 자체가 즐거워서, 폭넓은 교양을 쌓고 싶어서, 탐구심을 충족하기 위해, 성인학습자의 생활을 유용하게

보내려고, 지식이나 기술획득 자체에 대한 보람, 미래의 인생을 보람 있게 보내기 위해 등의 학습지향성의 요인이 가장 강하게 나타나는 것을 밝히고 있다. 두 번째는 필요한지식이나 기술 습득 및 자격증 획득, 전문적인 직무수행, 사회경쟁에서 지지 않기 위해서 등의 학습활동을 통해 어떤 목적을 달성하기 위한 목적지향성 요인으로 나타났다. 세 번째는 여럿이 모여 하는 활동에의 참여, 새로운 사람을 사귀고 싶어서 및 좋은 인간관계를 맺기, 비슷한 상황의 사람들과 어울리고 싶어서 등의 학습활동을 통한 인간관계를 넓히려는 활동지향성 동기로 나타났다. 네 번째는 다른 사람들의 요청 및 권유, 사회적으로 명예 높이기 등의 타인기대요인으로 나타났고, 다섯 번째 요인으로는 일상의 스트레스 해소, 일상적인 생활에서 벗어나고자, 단조로운 사람이 되는 것을 막기 위해서 등 일상생활에서 벗어나 휴식을 얻기 위해서 평생교육에 참여하는 것으로 참여동기를 추출하였다.

최근에 스포츠와 관련된 동기 연구는 이론적 틀에 기초하여 인간의 행동을 내적동기와 외적동기로 분류하여 연구되어져 왔으나 최근까지 스포츠 심리학 분야에서는 스포츠 행동에 대한 내적동기에 초점을 맞춰 왔으며, 최근에 내적동기, 외적동기, 무동기를 다차원적으로 측정하는 도구가 개발되면서 스포츠 동기의 세 가지 측면을 통합으로 사용하고 있다. 참여동기는 내적동기(Intrinsic Motivation), 외적동기(Extrinsic Motivation), 무동기(Amotivation Motivation)등으로 나눈다(Vallerand, Bissonnet, 1992; Pelletier et al, 1985).

3. 자아성취감의 개념 및 정의

자아성취란 자아를 성취한다는 의미로 해석할 수 있다. 자아란 특정한 상황과 결부되어 있는 이성적인 자아를 의미하고 특정한 상황이란 조직이나 직업·소속 등을 갖고 있는 사람에게 있어 조직, 직업, 소속 그 자체를 의미하는 것으로 이상적인 자아는 그 안에서 조직이나 직업을 통하여 자기의 목표, 꿈, 이상 등을 성취한 자아를 일컫는다. 자아성취는 이상적인 자기를 자신이 행하고 있는 행동을 통하여 실현하거나 달성하는 것으로 보기도 하고 이상적인 자아 또는 자기의 이상 상태를 자아성취로 표현하기도 한다.

또한, 자아성취의 유사 개념으로 많이 언급되는 자아실현(self-fulfillment)은 개념적으로 명확한 선을 긋기 어렵다. 그 이유는 두 개념 모두 심리적으로 건강한 성격을 갖는 사람들을 대상으로 하기 때문인데, 굳이 개념적인 구분을 한다면, 자아성취는 심리적으로 건강한 사람의 성취욕구가 개인이 행하는 활동 내에서 어느 정도 달성 되었는가 하는 것이며, 자아실현은 심리적으로 건강한 사람의 행동이 자아 실현하려는 성격적 특성과 어느 정도 일치 되었는가를 나타내는 것이라고 할 수 있을 것이다. 그러므로 자아성취는 달성정도를 의미하고, 자아실현은 실현 가능케 하는 성격을 나타내는 것이다(신창주, 2010).

민진(1986)은 개인들의 자아성취 정도를 능력발휘도, 능력개발도, 목적이상실현도로 구분하였는데, 첫째, 능력발휘는 자기가 배운 지식이나 기술이 직무수행 과정에서 이용되는 것, 과거에 익힌 경험이 활용되는 것, 타고난 재질이 이용되며 적성에 맞는 일을 하고 있는 것 등으로 보았다. 둘째, 능력개발은 현재의 능력 개발 가능성이나 기회의 정도를 의미하는 것으로 활동 수행 과정에서 지식과 기술, 혹은 행동수행방법 등을 배우는 것, 상황에 적응할 수 있는 문제 해결 능력이나 인간, 물질관리 능력을 배울 수 있는 것 등이다. 셋째, 목적이상실현은 자기의 꿈, 이상, 인생의 목표 등을 실현할 수 있는 것으로서, 자기의 인생관이나 가치관을 바꾸지 않고 활동을 수행할 수 있는 것과 인생에 있어서

의미와 보람을 느끼는 것 등을 의미한다고 구분하였다(최창석, 2001).

자아성취(self-actualization)란 용어를 가장 먼저 사용한 Goldstein(1939)은 인간의 성격의 중심이 되는 선천적인 잠재력과 이를 실현시키는 자아실현의 경향성을 강조하였고, Maslow(1963)도 선천적인 잠재력의 실현을 향한 추진력을 성격중심의 경향성으로 보고 이러한 실현적인 경향이란 성취동기들이 충족된 후에 나타난다고 하였다. 그리고 완전한 자아서취란 거의 불가능하여 인간은 완전함, 성숙함을 위해 그리고 참된 자기가 되기 위해 계속하여 노력할 뿐이라고 하여 인간이 지니는 자아성취의 욕구를 삶의 과정적 특성으로 보았다. 이렇게 자아개념에 대한 견해는 학자마다 다르기에 그 개념을 단정 지어 말하기에 어려움이 있다. 여러 학자의 견해를 종합하여 자아성취의 개념을 보면, 자아성취란 육체적. 정신적으로 건전한 인간에게 내재하는 재능, 능력 및 잠재력을 최대로 발휘하거나 이용하여 개인이 추구하는 이상적인 자기를 성취하는 것으로서 창조적이며 가치 있는 목표에 대한 끊임없는 도전이라고 정의할 수 있을 것이다(박양우, 1993). (이중화, 2009 재인용).

Maslow(1971)는 자아성취에 이르는 8가지 행동과 방법을 첫째, 자아성취는 생생하게 무아의 경지에서 완전히 집중, 흡수하는 상태로 경험하는 것, 둘째, 인간의 삶을 선택의 과정이라고 생각한다면 자아성취는 각각의 선택을 성장을 위해서 하는 것, 셋째, 자아성취가 된다는 것은 진실로 존재한다는 것이지 잠재능력 속에 그대로 있는 것을 의미하는 것은 아니다. 넷째, 자신의 행동에 대해 정직하고 책임지는 일은 자아성취에 필수 불가결한 요소 이며, 다섯째, 자신의 판단과 본능을 알아서 그에 대응하는 반응을 보이게 되는 것, 여섯째, 자아성취는 개인의 잠재능력을 개발시키는 계속적인 과정이라고 할 수 있고, 일곱째, 절정경험은 자아성취가 이루어지는 순간이며 전체적, 통합적인 인식을 하게 되고, 여덟째, 자아성취에 대한 더 높은 차원은 자신의 방어기제를 인식하고 그것을 없애려고 노력하는 것이라고 하였다. 또한 권혁희(1999)는 자아실현은 육체적, 정신적으로 건강한 인간에게 내재하는 재능 능력 및 잠재력을 최대로 발휘하거

나 이용하여 개인이 추구하는 이상적인 자기를 성취하는 것으로서, 창조적이며 가치 있는 목표를 향한 끊임없는 도전이라고 하였다.

4. 사회적응의 개념 및 정의

인간은 생활하고 있는 전 영역에 있어서 적절한 적응이 이루어져야 만족과 안정을 유지할 수 있는데, 적응이란 인간과 환경과의 관계를 나타내는 개념으로서 일률적으로 정의하기는 어렵다. 그러나 개인이 대인 관계에서 사회의 규범에 대하여 적절하고 조화 있는 행동을 하며 정상적인 생활을 하고 자기 자신도 만족하는 경우로 정의할 수 있다. 즉, 인간이 환경에 적응하고 환경을 통제하여 조화를 이루는 과정, 개체와 환경 간에 균형 있고 조화로운 관계를 유지해나가는 행동과정이라 할 수 있다(이정화, 2003). 인간의 적응은 인간이 사회에 적응할 수 있도록 하기 위한 생물학적 적응뿐만 아니라 인지적, 심리적, 사회적 및 직업적 적응을 포함하는 개념으로 볼 수 있다(간호옥,2003).

일반적으로 인간의 적응에 대한 개념은 신체적, 심리적, 사회적으로 통합된 개념으로 이해되고 특히 사회적 적응은 사회에 대한 소속감과 사회화 욕구를 반영하여 사회규범, 역할인식, 윤리적 가치 등을 내포하는 것으로 사회적 활동의 회복과 활성화를 의미하며 어떠한 스트레스 하에서도 자신의 다양한 역할을 충분히 인식하고 일상의 일을 관리하는 능력에 대한 개념이다(곽호근 2007)

사회적응은 인간이 주어진 환경에 자신을 맞추는 과정과 자기 자신의 필요와 욕구를 충족시키기 위해 환경을 적극적으로 변화시키는 과정 모두를 포함한다고 할 수 있다. 즉 그가 속해 있는 사회 환경과 조화되어 어울리는 능력이며, 그가 속해있는 사회에 적응하는 방법을 습득하여 사회의 구성원으로 살아가는 능력(전미향. 1997; 이동준, 2007)으로 개체가 환경에 대하여 적합한 행동이나 태도를 취하는 것을 말하는 사회학 용어로서 인간의 경에는 사회생활을 영위해

나가는 데 있어서 단지 자연환경에 적응할 뿐만 아니라, 집단 사회 시스템 인간관계 등의 사회적 환, 나아가서는 그 산물로서의 문화 환경에도 적응해 나가는 것으로 정의하였다.

Weissman(1974)에 의하면 넓은 의미에서 사회적응(Social Adjustment)이란 개인과 사회 환경과의 상호작용이라 정의 할 수 있으며(노정숙, 2001; 이동준, 2007), 사회적 적응이라고 하는 것은 기본적으로는 한 사회와 그 사회의 개인 사회의 관계이며, 그 상호적용의 과정이기도 하다고 하였다(곽호근 2007). 따라서 사회에 적응적인 사람은 자기통제와 자발성, 순응과 비순응 간의 균형을 맞출 줄 아는 사람이며, 자기의 감정을 억제만 하지 않고 해방시킬 줄도 알며, 충동적인 행동이 비생산적이고 해로울 때는 그 충동을 억제할 줄도 아는 사람이다. 또한 사회적응력이 높은 사람은 자기의 욕구, 능력, 생활 장면에 대한 현실적인 평가를 할 수 있기 때문에, 내면적 욕구와 적절히 조화가 되는 사회적 역할을 선택하며 자기에 대한 신뢰가 있기 때문에 지나친 불안 없이 갈등과 위협적 상황에 직면할 수 있을 뿐 아니라 자기에게 주어진 일을 신중하고도 자발적으로 처리하며 맡은 일을 끈기 있게 완수할 수 있다(전미향, 1997).

이에 사회적응력의 특징은 자신과 자신을 둘러싼 사회환경에 대한 올바른 이해를 바탕으로 사회환경의 변화에 잘 적응해 나가는 사회적 기술을 배워나가며 자신의 욕구충족을 위해서 변화시킬 수 있으며, 자신의 감정을 자유롭게 표현하면서 충동적인 행동이 주위에 피해를 줄 수 있을 때에는 잘 억제하고 사회 안에서 자신에게 주어진 역할을 신중하게 끝까지 수행할 수 있는 책임감을 갖고 원만한 대인관계를 형성해 나갈 수 있는 능력이다(이동준, 2007).

III. 연구방법

1. 연구대상

본 연구는 2011년 현재 G광역시에서 거주하는 지체장애인 중 생활체육 참여자를 모집단으로 설정하였다. 이를 위해 2011년 6월 2일부터 6월 4일까지 개최되는 '광주광역시 시장배 장애인 체육대회'에 참가자 또는 관람자를 대상자 중 지체장애인 300명을 대상으로 설문을 실시하였다.

표본추출절차는 편의표본추출법(convenience sampling method)를 이용하여, 300명을 대상으로 개별면접조사(Personal Interview)인 자기평가기입법에 의해 설문응답을 실시하였다. 표집 대상의 실제 사용된 자료는 회수된 자료 중에서 불성실하게 응답했다고 판단되거나 조사내용의 일부가 누락된 20부의 자료를 제외한 총 280명의 자료를 이용하였으며, 본 연구에 이용된 조사대상자의 인구통계학적 특성에 따른 일반적인 특성은 <표 1>과 같다.

표 1. 연구대상자의 일반적 특성

구분		빈도	퍼센트
성별	남자	165	58.9
	여자	115	41.1
	합계	280	100.0
연령	20-29세	17	6.1
	30-39세	39	13.9
	40-49세	107	38.2
	50세이상	117	41.8
	합계	280	100.0

학력	고졸이하	59	21.1
	대졸	133	47.5
	대학원이상	88	31.4
	합계	280	100.0
참여기간	1년미만	42	15.0
	1년-2년미만	33	11.8
	2년-3년미만	39	13.9
	3년-4년미만	38	13.6
	4년이상	128	45.7
	합계	280	100.0
참여빈도	주1회	35	12.5
	주2-3회	123	43.9
	주4-5회	101	36.1
	기타	21	7.5
	합계	280	100.0
장애등급	1급	92	32.9
	2급	78	27.9
	3급	71	25.4
	4급	20	7.1
	5급	8	2.9
	6급	11	3.9
	합계	280	100.0

2. 연구도구

지체장애인의 생활체육 참여동기가 사회적응에 미치는 영향을 규명하기 위하여 사용한 도구는 설문지법을 이용할 것이다. 본 연구에 사용된 설문지는 선행연구를 통해 타당도와 신뢰도가 확보된 문항을 선별하여 예비조사를 실시한 후 본 연구의 목적에 맞게 수정·보완 후 사용할 것이다.

설문지는 유용식(2008), 최병열(2008)의 인구통계학적 특성 6문항, 양은정(2007), 이동섭(2008), 이충헌(2008)의 참여동기 30문항, 김유진(2009), 신창주(2010)의 자아성취감 15문항, 곽호근(2006), 김기훈(2009), 장진우(2005)의 사회적응 14문항, 총 65문항을 기초로 하여 설문내용의 적합성과 적용가능성을 전문가회의를 통해 내용타당도를 확보하고 예비검사를 실시하여 신뢰도(Cronbach's a)와 타당도검증(Varimax)을 실시한 후 본 연구의 측정도구로 사용할 것이다. 설문지의 주요구성 내용은 다음과 같다.

표 2. 설문지의 주요 구성내용

항 목		세부항목	문항수	
인구사회학적특성		성, 연령, 학력, 참여기간, 참여빈도, 장애등급	6	6
참여동기	즐거움	재미, 쾌감, 기쁨, 상쾌함	4	30
	건강/ 컨디션	체력향상, 컨디션, 체중조절, 체력증진을 통한 생활도움 몸이 개운, 규칙적 운동을 통한 건강회복	6	
	외적과시	관심, 알릴기회, 멋진 몸매, 자랑, 명성	5	
	사교	만남기회, 어울림, 사교, 동료들과 시간 보냄	4	
	기술성취	기술만족, 성취감, 새로운 운동기술수행 기술습득에 대한 재미, 흥분감, 기술향상	6	
	치료목적	신체활동범위 완화, 치료목적, 근육통 완화, 신체적 불편함 개선, 정서적 안정 위해	5	

자아성취감	능력개발	지식/기술 습득 도움, 정보획득을 위해 매체활용, 대인관계을 위한 방법 도움, 스트레스해소를 위한 방법 도움, 정신적 안정을 위한 도움	5	15
	능력발휘	자신의 생각을 발휘, 지식표현의 발휘, 소질을 발휘, 능력발휘, 사회생활에서의 능력발휘	5	
	목적 이상 실현	인생관유지 도움, 삶의 질 향상 도움, 삶에 중요한 위치 차지, 소신을 갖고 행함, 이상실현에 도움	5	
사회적응	직장적응	일에 대한 관심/흥미, 일과 후 직장 사람과 만남, 즐거움/흥미, 동료관계 원만	4	14
	여가사회적응	취미/레저활동, 사회활동을 위한 정도습득, 모임 참여, 만남에 대한 즐거움, 자유시간 즐김	5	
	가정적응	어려운 일 발생시 가족 생각, 가족과 시간 보냄, 가사일 도움 가족관계 좋음, 생활체육/문화활동 가족과 동반	5	
총 문항			65	

3. 설문지의 타당도와 신뢰도

1) 타당도검증

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

<표 3>의 지체장애인의 생활체육 참여동기의 분석 결과를 보면 추출된 22개의 문항은 6개의 하위요인으로 분류되었으며, 치료, 기술성취, 즐거움, 건강/컨디션, 사교, 외적과시 요인으로 명명하였다.

본 연구에 활용된 참여동기 요인 변수들과 연구모형에 대한 요인분석을 수행한 결과, 타당성과 적절성면에서 통계적으로 유의(KMO = .916, BTS = 5234.927, 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 = .916 으로 높은 표본의 적절성을 보이고 있다. 또한 상관행렬내의 변수들이 의미 있는 상관관계를 가질 확률을 나타내는 Bartlett Test of Sphericity = 5234.927 로 본 연구의 상관행렬 변수들이 큰 의미를 갖는 것으로 나타났으며, 유의수준은 p<.000으로 본 요인분석이 타당성과 적절성면에서 통계적으로 유의한 것으로 나타났다. 또한 설명력은 81.039%로 나타나 참여동기 요인으로 설문에 적용하는데 높은 설명력을 확보하였다.

표 3. 참여동기의 요인분석 결과

	성 분					
	치료	기술성취	즐거움	건강/컨디션	사교	외적과시
치료3	.869	.115	.134	.106	.164	.109
치료4	.855	.098	.134	.161	.086	.131
치료2	.843	.167	.022	.211	.140	.065
치료5	.773	.196	.155	.134	.210	.123
치료1	.731	.270	-.003	.264	.190	.128
기술성취5	.256	.773	.260	.048	.094	.227
기술성취4	.239	.733	.319	.199	.236	.201
기술성취2	.197	.727	.232	.223	.344	.031
기술성취3	.209	.725	.178	.253	.224	.233
즐거움4	.129	.202	.827	.313	.132	.049
즐거움2	.101	.317	.806	.303	.181	.058
즐거움3	.086	.293	.788	.319	.205	.028
건강컨디션3	.233	.154	.200	.765	.063	.232
건강컨디션2	.270	.166	.390	.723	.227	-.022
건강컨디션4	.225	.221	.368	.681	.189	.057
건강컨디션1	.303	.162	.426	.665	.157	.078
사교1	.183	.209	.180	.128	.836	.246
사교2	.237	.242	.127	.175	.835	.185
사교3	.269	.203	.199	.145	.791	.117
외적과시4	.134	.151	.031	.001	.113	.897
외적과시3	.181	.085	-.056	.259	.095	.821
외적과시5	.080	.206	.142	.005	.242	.805
전체	4.057	2.920	2.891	2.764	2.678	2.518
분산	18.441	13.275	13.139	12.566	12.174	11.445
누적	18.441	31.715	44.854	57.419	69.594	81.039
Kaiser-Meyer-Olkin Measure of Sampling Adequacy=.916						
Bartlett Test of Sphericity=5234.927, Significance= .000						

<표 4>의 자아성취감에 대해 요인분석 결과를 보면, 추출된 11개의 문항은 3개의 하위요인으로 분류되었으며, 이상실현, 능력발휘, 능력개발로 명명하였다. 본 연구에 활용된 자아성취감 변수들에 대한 요인분석을 수행한 결과, 타당성과 적절성면에서 통계적으로 유의(KMO = .921, BTS = 2815.614, p<.000)한 것으로 검증되었으며, 자아성취감의 하위요인으로 적절한 것으로 나타났다. 또한 설명력은 81.717%로 나타나 자아성취감 요인으로 설문에 적용하는데 높은 설명력을 확보하였다.

표 4. 자아성취감의 요인분석 결과

구분	성분		
	이상실현	능력발휘	능력개발
이상실현5	.841	.282	.204
이상실현4	.809	.317	.335
이상실현3	.779	.403	.269
이상실현2	.759	.325	.342
능력발휘2	.326	.806	.268
능력발휘1	.254	.801	.346
능력발휘4	.366	.790	.253
능력발휘3	.400	.746	.315
능력개발4	.280	.245	.833
능력개발3	.225	.348	.759
능력개발5	.435	.337	.691
전체	3.327	3.215	2.447
분산	30.245	29.230	22.242
누적	30.245	59.476	81.717
Kaiser-Meyer-Olkin Measure of Sampling Adequacy=.921 Bartlett Test of Sphericity=2815.614, Significance= .000			

<표 5>의 사회적응에 대해 요인분석 결과를 보면, 추출된 13개의 문항은 3개의 하위요인으로 분류되었으며, 여가사회적응, 직장적응, 가정적응으로 명명하였다. 본 연구에 활용된 사회적응 변수들에 대한 요인분석을 수행한 결과, 타당성과 적절성면에서 통계적으로 유의(KMO = .925, BTS = 2555.961, p<.000)한 것으로 검증되었으며, 사회적응의 하위요인으로 적절한 것으로 나타났다. 또한 설명력은 73.956%로 나타나 사회적응 요인으로 설문에 적용하는데 높은 설명력을 확보하였다.

표 5 사회적응의 요인분석 결과

구분	성분		
	여가사회적응	직장적응	가정적응
여가사회적응5	.781	.251	.291
여가사회적응1	.777	.226	.060
여가사회적응3	.775	.238	.288
여가사회적응4	.752	.289	.340
여가사회적응2	.731	.329	.228
직장적응2	.274	.849	.244
직장적응1	.231	.812	.250
직장적응3	.451	.721	.282
직장적응4	.435	.698	.306
가정적응2	.135	.169	.786
가정적응4	.304	.210	.777
가정적응5	.153	.377	.744
가정적응1	.330	.202	.723
전체	3.678	3.004	2.933
분산	28.290	23.108	22.558
누적	28.290	51.397	73.956
Kaiser-Meyer-Olkin Measure of Sampling Adequacy=.925 Bartlett Test of Sphericity=2555.961, Significance= .000			

2) 신뢰도검증

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 6>의 결과에 의하면 본 설문지를 구성하고 있는 변인의 문항 간 참여동기는 .859~.929, 자아성취감은 .856~.932, 사회적응은 .848~.911 로 나타나 본 연구의 데이터는 신뢰성이 있으며, 연구문제에 답하는데 있어 적합다다고 할 수 있다. 본 연구에서 이용된 설문 내용의 구성지표별 신뢰도는 <표 6>과 같다.

표 6. 참여동기, 자아성취감, 사회적응의 신뢰도 검증 결과

요인		항목		Cronbach's α	
		요인추출항목	삭제문항		
참여동기	즐거움	a2, a3, a4	a1	.929	.943
	건강/컨디션	a1, a2, a3, a4	a5, a6	.895	
	외적과시	a3, a4, a5	a1, a2	.859	
	사교	a1, a2, a3	a4	.920	
	기술성취	a2, a3, a4, a5	a1, a6	.902	
	치료목적	a1, a2, a3, a4, a5	a1	.925	
자아성취감	능력개발	b3, b4, b5	b1, b2	.856	.949
	능력발휘	b1, b2, b3, b4	b5	.927	
	목적이상실현	b2, b3, b4, b5	b1	.932	
사회적응	직장적응	c1, c2, c3, c4		.911	.934
	여가사회적응	c1, c2, c3, c4, c5		.899	
	가정적응	c1, c2, c4, c5	c3	.848	

4. 자료처리

양적조사에 사용된 설문지의 회수한 자료중 불량한 응답, 신뢰성이 없다고 판단되는 자료와 이중기입, 무기입 등의 불성실한 자료는 분석대상에서 제외시킬 것이며, 분석 가능한 자료는 코딩의 지침에 따라 부호화할 것이며, 부호화된 자료를 컴퓨터에 개별 입력시킨 후 통계프로그램인 SPSS WIN Ver. 17.0을 이용하여 전산처리할 것이다. 조사대상자의 일반적 특성을 알아보기 위해 사용한 통계기법은 빈도분석(frequency analysis)을 실시할 것이며, 연구의 목적에 맞게 설계된 연구변인들의 신뢰도검사(Cronbach's α)와 요인분석(Varimax)을 실시할 것이다.

첫째. 인구통계학적 특성(성, 연령, 학력, 참여기간, 참여빈도, 장애등급)에 따른 참여동기(즐거움, 건강/컨디션, 외적과시, 사교, 기술성취, 치료목적)의 차이를 분석하기 위하여, t-test와 일원분산분석(one-way ANOVA) 실시와 유의한 차이가 있을 시 scheffe를 이용하여 사후검증을 실시하였다.

둘째. 참여동기(즐거움, 건강/컨디션, 외적과시, 사교, 기술성취, 치료목적)가 자아성취감(능력개발, 능력발휘, 목적이상실현)에 미치는 영향을 분석하기 위하여, 상관관계분석과 다중회귀분석을 실시하였다.

셋째, 참여동기(즐거움, 건강/컨디션, 외적과시, 사교, 기술성취)가 사회적응(직장적응, 사회적응, 가정적응)에 미치는 영향을 분석하기 위하여, 상관관계분석과 다중회귀분석을 실시하였다.

유의수준은 α=.05로 설정 할 것이다.

IV. 연구결과

1. 인구통계학적특성에 따른 참여동기의 차이

1) 성별에 따른 참여동기의 차이

성별에 따른 참여동기의 차이를 분석한 결과, 참여동기의 모든 하위요인에서 통계적으로 유의한($p<.05$) 차이가 나타나지 않았다. 그러나 성별에 따른 참여동기의 차이를 분석한 결과의 특징은 즐거움을 제외한 모든 요인에서 남자가 여자보다 높은 평균값이 나타났다.

표 7. 성별에 따른 참여동기의 차이

구분		N	평균	표준편차	t	p
즐거움	남자	165	3.853	0.945	-.250	.803
	여자	115	3.881	0.937		
건강컨디션	남자	165	3.811	0.825	.768	.443
	여자	115	3.728	0.961		
외적과시	남자	165	2.747	0.946	.138	.890
	여자	115	2.730	1.104		
사교	남자	165	3.679	0.852	1.138	.256
	여자	115	3.539	1.107		
기술성취	남자	165	3.514	0.789	.469	.639
	여자	115	3.461	1.010		
치료목적	남자	165	3.548	0.828	.835	.405
	여자	115	3.459	0.940		

2) 연령에 따른 참여동기의 차이

지체장애인의 생활체육 참여자의 연령에 따른 참여동기의 차이를 분석한 결과, 참여동기의 하위요인인 기술성취(F=5.424***)에서만 통계적으로 유의한 (p<.01) 차이가 나타났다. 연령에 따른 참여동기의 차이를 분석한 결과, 통계적으로 유의한 결과를 나타낸 기술성취에 대한 사후검증(scheffe)을 실시한 결과 40-49세 집단과 20-29세, 50세 이상의 집단 간에 두드러진 차이가 나타났다.

표 8. 연령에 따른 참여동기의 차이

구분		N	평균	표준편차	F	p	post-hoc
즐거움	20-29세(a)	17	3.686	.845	3.067	.028	
	30-39세(b)	39	3.923	.747			
	40-49세(c)	107	4.056	.826			
	50세이상(d)	117	3.695	1.074			
건강 컨디션	20-29세(a)	17	3.750	.395	.238	.870	
	30-39세(b)	39	3.853	.718			
	40-49세(c)	107	3.804	.869			
	50세이상(d)	117	3.731	.994			
외적 과시	20-29세(a)	17	2.765	.695	.198	.898	
	30-39세(b)	39	2.846	.920			
	40-49세(c)	107	2.701	.955			
	50세이상(d)	117	2.738	1.131			
사교	20-29세(a)	17	3.333	1.047	2.616	.051	
	30-39세(b)	39	3.778	.754			
	40-49세(c)	107	3.769	.955			
	50세이상(d)	117	3.476	1.004			
기술 성취	20-29세(a)	17	3.029	.770	5.424***	.001	c-a,d
	30-39세(b)	39	3.583	.779			
	40-49세(c)	107	3.710	.780			
	50세이상(d)	117	3.329	.971			
치료 목적	20-29세	17	3.518	.625	.231	.875	
	30-39세	39	3.610	.642			
	40-49세	107	3.514	.848			
	50세이상	117	3.475	.995			

3) 학력 따른 참여동기의 차이

지체장애인의 생활체육 참여자의 학력에 따른 참여동기의 차이를 분석한 결과, 참여동기의 하위요인인 즐거움, 건강컨디션, 외적과시, 사교, 기술성취, 치료목적의 모든 요인에서 통계적으로 유의한(p<.05) 차이가 나타나지 않았다.

표 9. 학력에 따른 참여동기의 차이

구분		N	평균	표준편차	F	p	post-hoc
즐거움	고졸이하(a)	59	3.797	1.086	.880	.416	
	대졸(b)	133	3.822	.868			
	대학원이상(c)	88	3.973	.942			
건강컨디션	고졸이하	59	3.852	.945	.846	.430	
	대졸	133	3.705	.836			
	대학원이상	88	3.835	.909			
외적과시	고졸이하	59	2.904	1.189	1.026	.360	
	대졸	133	2.714	.995			
	대학원이상	88	2.670	.902			
사교	고졸이하	59	3.746	1.083	.996	.371	
	대졸	133	3.634	.884			
	대학원이상	88	3.519	1.000			
기술성취	고졸이하	59	3.449	.964	.089	.915	
	대졸	133	3.500	.909			
	대학원이상	88	3.509	.798			
치료목적	고졸이하	59	3.610	1.019	1.368	.256	
	대졸	133	3.549	.827			
	대학원이상	88	3.389	.837			

4) 참여기간에 따른 참여동기의 차이

지체장애인의 생활체육 참여자의 참여기간에 따른 참여동기의 차이를 분석한 결과, 참여동기의 하위요인인 건강컨디션(F=3.162*), 사교(F=5.069***), 기술성취(F=3.026*), 치료목적(F=2.697*)에서 통계적으로 유의한(p<.05, p<.001) 차이가 나타났다.

참여기간에 따른 참여동기의 차이를 분석한 결과, 통계적으로 유의한 결과를 나타낸 건강컨디션, 사교, 기술성취, 치료목적을 사후검증(scheffe)을 실시한 결과, 건강컨디션은 1년미만 집단, 3년-4년미만의 집단과 4년이상의 집단 간에 두드러진 차이가 나타났으며, 사교는 1년미만의 집단과 1년-2년미만, 4년이상의 집단 간에 두드러진 차이가 나타났으며, 기술성취는 1년미만 집단과 4년이상의 집단 간에 두드러진 차이가 나타났으며, 치료목적은 1년미만 집단, 3년-4년미만의 집단과 4년이상의 집단 간에 두드러진 차이가 나타났다.

표 10. 참여기간에 따른 참여동기의 차이

구분		N	평균	표준편차	F	p	post-hoc
즐거움	1년미만(a)	42	3.675	.897	.945	.439	
	1년-2년미만(b)	33	3.848	0.925			
	2년-3년미만(c)	39	3.949	0.699			
	3년-4년미만(d)	38	3.728	1.210			
	4년이상(e)	128	3.945	0.931			
건강컨디션	1년미만(a)	42	3.560	0.956	3.162*	.015	d-e
	1년-2년미만(b)	33	3.909	0.793			
	2년-3년미만(c)	39	3.705	0.769			
	3년-4년미만(d)	38	3.461	1.137			
	4년이상(e)	128	3.930	0.793			

외적 과시	1년미만(a)	42	2.516	0.790	1.620	.169	
	1년-2년미만(b)	33	2.687	0.950			
	2년-3년미만(c)	39	2.521	1.062			
	3년-4년미만(d)	38	2.912	1.027			
	4년이상(e)	128	2.844	1.060			
사교	1년미만(a)	42	3.167	0.814	5.069**	.001	a-b,e
	1년-2년미만(b)	33	3.909	0.713			
	2년-3년미만(c)	39	3.564	0.849			
	3년-4년미만(d)	38	3.360	1.148			
	4년이상(e)	128	3.792	0.983			
기술 성취	1년미만(a)	42	3.119	0.825	3.026*	.018	a-e
	1년-2년미만(b)	33	3.379	0.850			
	2년-3년미만(c)	39	3.571	0.807			
	3년-4년미만(d)	38	3.441	1.151			
	4년이상(e)	128	3.635	0.816			
치료 목적	1년미만(a)	42	3.295	0.689	2.697*	.031	d-e
	1년-2년미만(b)	33	3.576	0.724			
	2년-3년미만(c)	39	3.492	0.737			
	3년-4년미만(d)	38	3.221	1.151			
	4년이상(e)	128	3.658	0.886			

5) 참여빈도에 따른 참여동기의 차이

지체장애인의 생활체육 참여자의 참여빈도에 따른 참여동기의 차이를 분석한 결과, 참여동기의 하위요인인 외적과시(F=3.843**), 사교(F=3.385*), 기술성취(F=4.128**), 치료목적(F=7.015***)에서 통계적으로 유의한(p<.05, p<.01, p<.001) 차이가 나타났다.

참여빈도에 따른 참여동기의 차이를 분석한 결과, 통계적으로 유의한 결과를 나타낸 외적과시, 사교, 기술성취, 치료목적을 사후검증(scheffe)을 실시한 결과 외적과시는 주1회 참여와 주 4-5회 집단 간에 두드러진 차이가 나타났으며, 사교와 기술성취는 주 1회, 기타의 집단과 주 4-5회 참여 집단 간에 두드러진 차이가 나타났으며, 치료목적은 주 2-3회 집단과 주 4-5회 집단 간에 두드러진 차이가 나타났다.

표 11. 참여빈도에 따른 참여동기의 차이

구분		N	평균	표준편차	F	p	post-hoc
즐거움	주1회(a)	35	4.086	.826	1.311	.271	
	주2-3회(b)	123	3.835	1.032			
	주4-5회(c)	101	3.881	0.874			
	기타(d)	21	3.587	0.829			
건강 컨디션	주1회	35	3.979	0.744	2.286	.079	
	주2-3회	123	3.689	0.912			
	주4-5회	101	3.876	0.805			
	기타	21	3.476	1.159			
외적 과시	주1회	35	2.295	0.666	3.843**	.010	a-c
	주2-3회	123	2.705	1.008			
	주4-5회	101	2.947	1.067			
	기타	21	2.698	1.027			

사교	주1회	35	3.438	0.812	3.385*	.019	b-c
	주2-3회	123	3.504	1.045			
	주4-5회	101	3.861	0.872			
	기타	21	3.460	0.980			
기술 성취	주1회	35	3.379	0.763	4.128**	.007	b-c
	주2-3회	123	3.386	0.922			
	주4-5회	101	3.725	0.822			
	기타	21	3.179	0.949			
치료 목적	주1회	35	3.446	0.802	7.015***	.000	b-c
	주2-3회	123	3.314	0.896			
	주4-5회	101	3.816	0.808			
	기타	21	3.314	0.819			

6) 장애등급에 따른 참여동기의 차이

지체장애인의 생활체육 참여자의 장애등급에 따른 참여동기의 차이를 분석한 결과, 참여동기의 하위요인인 치료목적을 제외한 모든 요인인 즐거움(F=5.814***), 건강, 컨디션(F=5.157***), 외적과시(F=3.133**), 사교(F=4.798***), 기술성취(F=6.414***)에서 통계적으로 유의한(p<.01, p<.001) 차이가 나타났다.

장애등급에 따른 참여동기의 차이를 분석한 결과, 통계적으로 유의한 결과를 나타낸 즐거움, 건강컨디션, 외적과시, 사교, 기술성취을 사후검증(scheffe)을 실시한 결과 즐거움과 건강컨디션은 2급 집단과 3급, 4급, 5급 집단 간에 두드러진 차이가 나타났으며, 외적과시는 2급 집단과 3급 집단 간에, 사교와 기술성취는 2급 집단과 5급 집단 간에 두드러진 차이가 나타났다.

표 12. 장애등급에 따른 참여동기의 차이

구분		N	평균	표준편차	F	p	post-hoc
즐거움	1급(a)	92	3.804	.944	5.814***	.000	b-c
	2급(b)	78	3.526	1.044			
	3급(c)	71	4.155	.743			
	4급(d)	20	4.283	.522			
	5급(e)	8	4.583	.463			
	6급(f)	11	3.606	1.124			
건강 컨디션	1급(a)	92	3.856	.852	5.157***	.000	b-c
	2급(b)	78	3.449	1.077			
	3급(c)	71	4.021	.621			
	4급(d)	20	4.037	.527			
	5급(e)	8	4.031	.818			
	6급(f)	11	3.205	.797			
외적 과시	1급(a)	92	2.866	.960	3.133**	.009	b-c
	2급(b)	78	2.385	1.017			
	3급(c)	71	2.967	1.060			
	4급(d)	20	2.700	.948			
	5급(e)	8	2.958	.628			
	6급(f)	11	2.667	.907			
사교	1급(a)	92	3.757	.857	4.798***	.000	b-e
	2급(b)	78	3.218	1.161			
	3급(c)	71	3.836	.762			
	4급(d)	20	3.617	.811			
	5급(e)	8	4.250	.556			
	6급(f)	11	3.515	1.149			
기술 성취	1급(a)	92	3.734	.825	6.414***	.000	b-e
	2급(b)	78	3.077	.991			
	3급(c)	71	3.623	.746			
	4급(d)	20	3.563	.716			
	5급(e)	8	3.906	.516			
	6급(f)	11	3.136	.861			
치료 목적	1급(a)	92	3.711	.833	1.919	.091	
	2급(b)	78	3.367	.962			
	3급(c)	71	3.515	.879			
	4급(d)	20	3.320	.718			
	5급(e)	8	3.525	.555			
	6급(f)	11	3.182	.772			

2. 참여동기가 자아성취감에 미치는 영향

1) 참여동기와 자아성취감 간의 상관관계

본 연구에서는 회귀분석에 앞서 변수들 간의 상관관계를 확인하기 위해 피어슨의 상관관계를 실시하여 <표 13>와 같이 결과를 도출하였다.

지체장애인 생활체육 참여자의 참여동기와 자아성취감의 상관관계를 분석한 결과, 참여동기의 하위요인인 즐거움, 건강컨디션, 외적과시, 사교, 기술성취, 치료목적과 자아성취감의 하위요인인 능력개발, 능력발휘, 목적이상실현 간 에는 통계적으로 유의한(p<.001) 상관관계가 있는 것으로 나타났다. 또한 연구변인 간 상관관계가 모든 변인에서 .80보다 낮게 나타나 다중공선성의 문제도 없는 것으로 나타났다.

표 13. 참여동기와 자아성취감 간의 상관관계

	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1.즐거움	1								
2.건강 컨디션	.731***	1							
3.외적 과시	.213***	.303***	1						
4.사교	.477***	.503***	.437***	1					
5.기술 성취	.634***	.589***	.445***	.608***	1				
6.치료 목적	.355***	.559***	.344***	.506***	.537***	1			
7.능력 개발	.450***	.525***	.278***	.541***	.510***	.488***	1		
8.능력 발휘	.474***	.504***	.427***	.489***	.576***	.456***	.717***	1	
9.목적이상 실현	.466***	.552***	.312***	.426***	.544***	.534***	.706***	.742***	1

***p<.001

2) 참여동기가 자아성취감에 미치는 영향

(1) 참여동기가 능력개발에 미치는 영향

지체장애인의 참여동기가 자아성취감의 하위요인인 능력개발에 미치는 영향을 분석한 결과, 참여동기의 하위요인인 건강컨디션(t=2.550*), 사교(t=4.288***), 치료목적(t=2.672**)이 능력개발에 정(+)적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 건강컨디션, 사교, 치료목적이 능력개발에 영향을 미치는 주요 변수임을 알 수 있으며, 건강컨디션, 사교, 치료목적을 높게 인식 할수록 능력개발이 높아진다는 것을 알 수 있다. 참여동기는 능력개발 전체변량의 약 40.8%를 설명해 주고 있다.

표 14. 참여동기가 능력개발에 미치는 영향

구분	B	표준오차	베타	t	유의확률
(상수)	1.197	.194		6.173	.000
즐거움	.038	.065	.045	.593	.554
건강컨디션	.179	.070	.198	2.550*	.011
외적과시	-.017	.043	-.021	-.392	.695
사교	.224	.052	.271	4.288***	.000
기술성취	.107	.066	.120	1.635	.103
치료목적	.152	.057	.167	2.672**	.008
R^2=.408, F=31.304***					
종속변수 : 능력개발					

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

(2) 참여동기가 능력발휘에 미치는 영향

지체장애인의 참여동기가 자아성취감의 하위요인인 능력발휘에 미치는 영향을 분석한 결과, 참여동기의 하위요인인 외적과시(t=3.400***), 기술성취(t=3.244***)가 능력발휘에 정(+)적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 외적과시와 기술성취가 능력발휘에 영향을 미치는 주요 변수임을 알 수 있으며, 외적과시와 기술성취를 높게 인식 할수록 능력발휘가 높아진다는 것을 알 수 있다. 참여동기는 능력발휘 전체변량의 약 42.4%를 설명해 주고 있다.

표 15. 참여동기가 능력발휘에 미치는 영향

구분	B	표준오차	베타	t	유의확률
(상수)	.593	.211		2.806	.005
즐거움	.110	.071	.118	1.559	.120
건강컨디션	.114	.076	.114	1.487	.138
외적과시	.158	.047	.182	3.400***	.001
사교	.088	.057	.096	1.542	.124
기술성취	.232	.072	.234	3.244***	.001
치료목적	.114	.062	.113	1.844	.066
R^2=.424, F=33.546***					
종속변수 : 능력발휘					

***p<.001

(3) 참여동기가 목적이상실현에 미치는 영향

지체장애인의 참여동기가 자아성취감의 하위요인인 목적이상실현에 미치는 영향을 분석한 결과, 참여동기의 하위요인인 건강컨디션(t=2.819**), 기술성취(t=2.897**), 치료목적(t=4.171***)이 목적이상실현에 정(+)적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 건강컨디션, 기술성취, 치료목적이 목적이상실현에 영향을 미치는 주요 변수임을 알 수 있으며, 건강컨디션, 기술성취, 치료목적을 높게 인식 할수록 목적이상실현이 높아진다는 것을 알 수 있다. 참여동기는 목적이상실현 전체변량의 약 42.1%를 설명해 주고 있다.

표 16. 참여동기가 목적이상실현에 미치는 영향

구분	B	표준오차	베타	t	유의확률
(상수)	.952	.200		4.773	.000
즐거움	.063	.067	.072	.943	.347
건강컨디션	.203	.072	.217	2.819**	.005
외적과시	.039	.044	.048	.898	.370
사교	.004	.054	.004	.066	.948
기술성취	.196	.068	.209	2.897**	.004
치료목적	.243	.058	.257	4.171***	.000
R^2=.421, F=33.102***					
종속변수 : 목적이상실현					

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

3. 참여동기가 사회적응에 미치는 영향

1) 참여동기와 사회적응 간의 상관관계

본 연구에서는 회귀분석에 앞서 변수들 간의 상관관계를 확인하기 위해 피어슨의 상관관계를 실시하여 <표 17>과 같이 결과를 도출하였다.

지체장애인 생활체육 참여자의 참여동기와 사회적응의 상관관계를 분석한 결과, 참여동기의 하위요인인 즐거움, 건강컨디션, 외적과시, 사교, 기술성취, 치료목적과 사회적응의 하위요인인 직장적응, 여가사회적응, 가정적응 간 에는 통계적으로 유의한(p<.001) 상관관계가 있는 것으로 나타났다. 또한 연구변인 간 상관관계가 모든 변인에서 .80보다 낮게 나타나 다중공선성의 문제도 없는 것으로 나타났다.

표 17. 참여동기와 사회적응 간의 상관관계

	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1.즐거움	1								
2.건강 컨디션	.731***	1							
3.외적 과시	.213***	.303***	1						
4.사교	.477***	.503***	.437***	1					
5.기술 성취	.634***	.589***	.445***	.608***	1				
6.치료 목적	.355***	.559***	.344***	.506***	.537***	1			
7.직장 적응	.441***	.435***	.286***	.460***	.497***	.408***	1		
8.여가 사회적응	.452***	.488***	.421***	.521***	.627***	.458***	.708***	1	
9.가정 적응	.456***	.476***	.201***	.498***	.496***	.514***	.634***	.598***	1

***p<.001

2) 참여동기가 사회적응에 미치는 영향

(1) 참여동기가 직장적응에 미치는 영향

지체장애인의 참여동기가 사회적응의 하위요인인 직장적응에 미치는 영향을 분석한 결과, 참여동기의 하위요인인 즐거움(t=1.977*), 사교(t=2.496*), 기술성취(t=2.271*), 치료목적(t=1.987*)이 직장적응에 정(+)적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 즐거움, 사교, 기술성취, 치료목적이 직장적응에 영향을 미치는 주요 변수임을 알 수 있으며, 즐거움, 사교, 기술성취, 치료목적을 높게 인식 할수록 직장적응이 높아진다는 것을 알 수 있다. 참여동기는 직장적응 전체변량의 약 32.1%를 설명해 주고 있다.

표 18. 참여동기가 직장적응에 미치는 영향

구분	B	표준오차	베타	t	유의확률
(상수)	1.173	.222		5.291	.000
즐거움	.147	.074	.162	1.977*	.049
건강컨디션	.039	.080	.041	.489	.625
외적과시	.034	.049	.040	.692	.489
사교	.149	.060	.169	2.496*	.013
기술성취	.171	.075	.178	2.271*	.024
치료목적	.129	.065	.133	1.987*	.048
R^2=.321%, F=21.518***					
종속변수 : 직장적응					

*p<.05

(2) 참여동기가 여가사회적응에 미치는 영향

지체장애인의 참여동기가 사회적응의 하위요인인 여가사회적응에 미치는 영향을 분석한 결과, 참여동기의 하위요인인 외적과시(t=2.597**), 사교(t=2.222*), 기술성취(t=5.238***)가 여가사회적응에 정(+)적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 외적과시, 사교, 기술성취가 직장적응에 영향을 미치는 주요 변수임을 알 수 있으며, 외적과시, 사교, 기술성취를 높게 인식 할수록 여가사회적응이 높아진다는 것을 알 수 있다. 참여동기는 여가사회적응 전체변량의 약 45.5%를 설명해 주고 있다.

표 19. 참여동기가 여가사회적응에 미치는 영향

구분	B	표준오차	베타	t	유의확률
(상수)	.924	.195		4.736	.000
즐거움	.020	.065	.023	.312	.755
건강컨디션	.095	.070	.101	1.350	.178
외적과시	.112	.043	.135	2.597**	.010
사교	.117	.052	.135	2.222*	.027
기술성취	.346	.066	.367	5.238***	.000
치료목적	.078	.057	.082	1.371	.171
R^2=.455, F=37.968***					
종속변수 : 여가사회적응					

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

(3) 참여동기가 가정적응에 미치는 영향

지체장애인의 참여동기가 사회적응의 하위요인인 가정적응에 미치는 영향을 분석한 결과, 참여동기의 하위요인인 즐거움(t=2.007*), 사교(t=3.479***), 치료목적(t=4.541***)이 가정적응 정(+)적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 즐거움, 사교, 치료목적이 가정적응에 영향을 미치는 주요 변수임을 알 수 있으며, 즐거움, 사교, 치료목적을 높게 인식 할수록 가정적응이 높아진다는 것을 알 수 있다. 참여동기는 가정적응 전체변량의 약 39.4%를 설명해 주고 있다.

표 20. 참여동기가 가정적응에 미치는 영향

구분	B	표준오차	베타	t	유의확률
(상수)	1.257	.197		6.370	.000
즐거움	.133	.066	.156	2.007*	.046
건강컨디션	.043	.071	.047	.597	.551
외적과시	-.078	.044	-.098	-1.786	.075
사교	.185	.053	.223	3.479***	.001
기술성취	.112	.067	.124	1.680	.094
치료목적	.262	.058	.286	4.541***	.000
R^2=.394%, F=29.527***					
종속변수 : 가정적응					

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

V. 논 의

1. 지체장애인의 인구통계학적 특성에 따른 참여동기의 차이

첫째, 지체장애인의 인구통계학적 특성에 따른 생활체육 참여동기의 차이를 분석한 결과, 연령에 따라서는 기술성취에서, 참여기간에 따라서는 건강컨디션, 사교, 기술성취, 치료목적에서, 참여빈도에 따라서는 외적과시, 사교, 기술성취, 치료목적에서, 장애등급에 따라서는 즐거움, 건강, 컨디션, 외적과시, 사교, 기술성취에서 통계적으로 유의한 차이가 나타났다.

이와 관련하여, 김창균, 최소연, 오아라(2011)의 생활체육 참여 장애인들의 참여동기 분석에서 장애유형별 신체활동 참여동기의 연구결과 장애인들은 신체건강(35.6%), 신체적 재활(7.7%), 정신건강(5.1%) 등 운동을 통해 건강이나 재활적인 외적보상을 받기 위해 운동에 참여한다는 결과를 도출하였다.

그러나 본 연구의 결과에서는 선행연구의 연구결과와는 상반된 외적과시, 사교, 기술성취 등의 자신을 알리고 사회적 친목, 기술의 발달과 이를 통한 성취감, 만족을 얻기 위한 도구로 인식되고 있음을 알 수 있다. 이러한 상반된 결과의 도출은 김창균 등(2011)의 연구는 연구대상의 장애인 전체 대상의 참여동기의 조사로서 지체장애인, 지적장애인을 모두 포함하고 있기 때문이라고 판단된다. 반면, 김창균 등(2011)의 연구에서 장애유형에 따라 구분하여, 지체장애인들의 참여동기를 조사한 결과 신체, 심리, 사회적 요인의 순으로 참여동기가 작용하는 것으로 나타나 본 연구의 결과를 부분적으로 지지해 주고 있다.

또한, 진동준(2010)의 론볼 동호인들을 대상으로 참여동기를 알아본 연구결과에서는 참여기간에 따라 즐거움, 성취감, 컨디션, 사교, 건강체력, 외적과시에서 통계적으로 유의한 차이가 있는 것으로 나타났으며, 본 연구의 결과를 지지해

주고 있다. 또한 본 연구에서는 지체장애인이 참여동기의 높은 인식수준을 통해 욕구충족을 일으키기 위해서, 지도자의 조사 및 설계 기준을 어디에 두어야 할 것인지 시사하는 바가 크다. 즉, 지체장애인을 지도하는 지도자가 프로그램을 계획, 선정, 수행시 기준을 생활체육 참여정도인 참여기간, 빈도, 장애등급에 따라 이루어져야 함을 알 수 있다.

표 21. 지체장애인의 인구통계학적 특성에 따른 참여동기 차이 결과 요약

	즐거움	건강/컨디션	외적과시	사교	기술성취	치료목적
성						
연령					o	
학력						
참여기간		o		o	o	o
참여빈도			o	o	o	o
장애등급	o	o	o	o	o	

2. 지체장애인의 참여동기가 자아성취감에 미치는 영향

지체장애인의 생활체육 참여동기가 자아성취감에 미치는 영향을 분석한 결과, 참여동기의 하위요인인 건강컨디션, 사교, 치료목적이 능력개발에, 외적과시, 기술성취가 능력발휘에, 건강컨디션, 기술성취, 치료목적이 목적이상실현에 정(+)적 영향을 미치는 것으로 나타났다.

지체장애인의 생활체육 참여를 통한 능력개발, 즉 생활체육 참여를 통해 새로운 정보를 획득하고 대인관계, 정신적 안정, 스트레스 해소 등의 성취감을 높이기 위해서는, 사교, 치료목적, 건강 및 컨디션의 참여동기를 높여 주어야 함

을 알 수 있다. 또한, 지체장애인의 좋은 생각, 지식발휘, 소질발휘, 능력발휘 등의 성취감을 높이기 위해서는, 외적과시, 기술성취의 참여동기를 높여주어야 함을 알 수 있으며, 삶의 질 향상, 생활체육 참여가 삶에 중요한 위치 차지, 참여자의 이상실현을 위한 도구로서 인식 등의 성취감을 높이기 위해서는, 치료목적, 기술성취, 건강 및 컨디션을 높여주어야 함을 알 있다.

이와 관련하여, 지금까지 장애인을 대상으로 생활체육 참여동기와 자아성취감의 관계를 밝히고자 하는 연구는 전무한 실정이며, 비 장애인을 대상으로 요가수련자의 참여동기와 자아성취감의 관계를 연구한 이덕성, 김유진, 김주호, 석강훈(2010)의 연구에서는 자아성취감의 능력개발에 영향을 미치는 요인으로 참여동기의 건강증진과 사교, 즐거움 및 성취감으로 나타났으며, 외적동기인 건강증진과 사교가 높을수록 능력개발의 가능성이나 기회의 정도가 높아진다고 하였다. 목적이상실현에 영향을 미치는 요인으로 즐거움 및 성취감, 기술발달 요인과 컨디셔닝 요인으로 나타났으며, 내적동기인 즐거움 및 성취감, 기술발달이 높을수록 자신이 갈망하던 목표나 꿈, 이상 실현이 높아진다는 결과를 도출하여, 본 연구결과를 부분적으로 지지해 주고 있다. 또한 김종욱, 김현식과 박경석(2005)의 연구에서 자아성취감의 능력개발과 목적이상실현 요인은 참여동기의 내적동기와 외적동기에 정적 영향을 받고 있다는 결과를 부분적으로 일치한다.

이러한 결과는 지체장애인을 지도하는 지도자가 생활체육 참여를 통해 얻고자 하는 지체장애 개개인의 성취욕구가 어디에 초점이 맞추어져 있느냐를 정확히 파악하고, 지도자의 보다 세분화된 동기부여의 접근을 통해 목표를 설정 및 재설정 해 주는 연속적 활동이 이루어져야 함을 나타내는 결과라고 할 수 있다.

표 22. 지체장애인의 참여동기가 자아성취감에 미치는 영향의 연구결과 요약

	능력개발	능력발휘	목적이상실현
즐거움			
건강컨디션	o(3)		o(3)
외적과시		o(1)	
사교	o(1)		
기술성취		o(2)	o(2)
치료목적	o(2)		o(1)
	( ) : 영향을 미치는 정도의 순위		

3. 지체장애인의 참여동기가 사회적응에 미치는 영향

지체장애인의 생활체육 참여동기가 사회적응에 미치는 영향을 분석한 결과, 참여동기의 하위요인인 즐거움, 사교, 기술성취, 치료목적이 직장적응에, 외적과시, 사교, 기술성취가 여가사회적응에, 즐거움, 사교, 치료목적이 가정적응 정(+)적 영향을 미치는 것으로 나타났다.

지체장애인의 생활체육 참여를 통한 직장적응, 즉 생활체육 참여를 통해 직장에 대한 관심과 흥미, 즐거움, 동료들과의 원만한 관계 등의 직장적응을 높이기 위해서는 사교, 기술성취, 치료목적, 즐거움의 생활체육 참여동기를 높여 주어야 함을 알 수 있다. 또한, 사회활동 및 다른 사람들과의 만남을 즐거운 시간으로 보내며, 지역사회활동 등과 같은 모임에 참여하고, 사회활동을 통해 타인의 도움을 받거나 필요한 정보를 얻기 위한 활동 등의 여가 및 사회적응을 높이기 위해서는 생활체육 현장에서의 기술성취, 외적과시, 사교의 참여동기를 높여주어야 할 것이다.

가족들과의 관계개선, 가족들과의 생활체육 및 문화활동 참여, 가족들과의 행

복 등의 가정적응을 높이기 위해서는 치료, 사교, 즐거움의 참여동기를 높여주어야 할 것이다. 이와 관련하여, 윤은경(2007)은 성인 장애인을 대상으로 여가만족의 하위요인인 심신, 환경적, 사회적, 휴식적, 교육적 요인이 생활만족인 의식주, 신체·정신 건강, 일·경제, 사회생활, 행복감, 자아감에 미치는 영향을 분석한 결과 심신만족이 생활만족에 유의한 차이를 나타내고 있어 본 연구의 결과를 부분적으로 지지해 주고 있다. 또한 오봉근(2011)은 지체장애인을 대상으로 건강증진행동의 하위요인인 건강관리, 대내외적관계, 신체활동이 삶의 질의 하위요인인 생활환경, 가족/친척, 친구/대인, 신체/정신, 의식/경제, 직업/일과에 유의한 차이가 나타났다. 이러한 결과는 하위요인의 명칭은 다르지만 의미적 측면에서 대내외적관계를 사교의 의미, 건강관리를 건강 및 컨디션의 의미로 보고, 삶의 질의 하위요인인 가족/친척을 가정적응, 직업/일과를 직장적응, 의식/경제를 여가사회적응으로 볼 때, 본 연구의 결과를 부분적으로 지지해 주고 있다.

지체장애인에 있어 사회적응은 대인 관계에서의 사회 규범에 대하여 적절하고 조화 있는 행동을 하며, 정상적인 생활을 하고 자기 자신도 만족하는 경우로서 인간이 환경에 적응하고 환경을 통제하여, 조화를 이루는 과정으로서 개체와 환경 간에 균형 있고 조화로운 관계를 유지해 나가는 행동과정으로서(이정화, 2003) 장애인 뿐만 아니라 비장애인의 경우에도 사회적 활동의 회복과 활성화를 위해 반드시 갖추어야 할 일상생활의 관리능력(곽호근, 2007)이라고 할 수 있다. 이러한 측면에서 볼 때, 지체장애인의 사회환경과의 상호작용은 생활체육의 궁극적 목적인 생활체육을 통한 삶의 질 추구, 즉 전 생애 주기에 걸쳐 삶의 즐거움을 추구하고자 한다는 데 있어, 중요한 도구가 될 것으로 판단된다.

매개체로서의 생활체육 도구는 지체장애인들의 효율적이고, 효과적인 사회환경과의 상호작용을 이끌어 낼 수 있을 것이며, 나아가 삶의 질을 향상시키고자 하는 목적달성을 실현하는데 이바지 할 것이다. 그러므로 이러한 목적달성을

위해 생활체육의 참여가 시작되고 방향이 설정되며 지속되는 일련의 과정인 참여동기는 중요한 변수로서 역할을 할 것이며, 목표를 향하여 행동하도록 작용하는 심리적 과정으로서 만족을 이끌어 낼 수 있는 구체적인 변수라고 판단된다.

표 23. 지체장애인의 참여동기가 여가만족에 미치는 영향의 연구결과 요약

	직장적응	여가사회적응	가정적응
즐거움	o(4)		o(3)
건강컨디션			
외적과시		o(2)	
사교	o(1)	o(3)	o(2)
기술성취	o(2)	o(1)	
치료목적	o(3)		o(1)
( ) : 영향을 미치는 정도의 순위			

VI. 결론 및 제언

1. 결 론

본 연구는 2011년 현재 G광역시에서 거주하는 지체장애인 중 생활체육 참여자를 모집단으로 설정하였다. 이를 위해 2011년 6월 2일부터 6월 4일까지 개최되는 '광주광역시 시장배 장애인 체육대회'에 참가자 또는 관람자를 대상자 중 지체장애인 300명을 대상으로 설문을 실시하였다. 표본추출절차는 편의표본추출법(convenience sampling method)를 이용하여, 개별면접조사(Personal Interview)인 자기평가기입법에 의해 설문응답을 실시하였다. 표집 대상의 실제 사용된 자료는 회수된 자료 중에서 불성실하게 응답했다고 판단되거나 조사내용의 일부가 누락된 20부의 자료를 제외한 총 280명의 자료를 실제 분석에 사용하여 다음과 같은 결론을 얻었다.

첫째, 지체장애인의 인구통계학적 특성에 따른 생활체육 참여동기의 차이를 분석한 결과, 연령에 따라서는 기술성취에서, 참여기간에 따라서는 건강컨디션, 사교, 기술성취, 치료목적에서, 참여빈도에 따라서는 외적과시, 사교, 기술성취, 치료목적에서, 장애등급에 따라서는 즐거움, 건강, 컨디션, 외적과시, 사교, 기술성취에서 통계적으로 유의한 차이가 나타났다.

둘째, 지체장애인의 생활체육 참여동기가 자아성취감에 미치는 영향을 분석한 결과, 참여동기의 하위요인인 건강컨디션, 사교, 치료목적이 능력발휘에, 외적과시, 기술성취가 능력발휘에, 건강컨디션, 기술성취, 치료목적이 목적이상실현에 정(+)적 영향을 미치는 것으로 나타났다.

셋째, 지체장애인의 생활체육 참여동기가 사회적응에 미치는 영향을 분석한 결과, 참여동기의 하위요인인 즐거움, 사교, 기술성취, 치료목적이 직장적응에, 외적과시, 사교, 기술성취가 여가사회적응에, 즐거움, 사교, 치료목적이

가정적응 정(+)적 영향을 미치는 것으로 나타났다.

2. 제 언

본 연구에서는 지체장애인의 생활체육 참여동기가 자아성취감과 사회적응에 미치는 영향을 연구·분석하였다. 이러한 결과를 근거로 향후 연구되어야 할 내용에 대해 제언하고자 한다.

첫째, 본 연구는 연구범위가 G광역시로 한정하였기에 연구결과의 일반화에 대한 제한적 이해와 해석이 요구될 수 있다. 그러므로 후속연구에서는 이러한 대표성의 한계를 극복하기 위해 전국단위의 표본집단의 선정이 요구된다.

둘째, 본 연구는 지체장애인의 생활체육을 통한 자아성취감과 사회적응에 영향을 미치는 요인을 참여동기로 제한하였으나, 연구내용의 확장을 위해 자아성취감과 사회적응에 영향을 미칠 수 있는 다각적인 척도개발과 분석기법의 적용이 필요할 것으로 판단된다. 또한, 장애 영역별 확장을 통해 생활체육의 효과성 검증의 다각적 방법론적 접근이 필요할 것으로 판단된다.

참 고 문 헌

강완길(2011). 생활체육지도자의 전문성인식과 직무특성이 조직헌신도와 조직유효성에 미치는 영향. 미간행 석사학위논문. 조선대학교 대학원.

곽호근(2007). 생활체육 참여자의 여가만족과 자기효능감 및 사회적응의 관계. 미간행 석사학위논문. 인하대학교 대학원.

권두승(1999). 일본의 지역사회 여성교육 요구변화 동향과 사회교육 프로그램 사례분석. 여성사회교육, 4(2). 한국여성사회교육회, 24-60.

권두승, 조아미(2005). 성인학습 및 상담. 서울:교육과학사.

권혁희(1999). 골프지도자의 자격유형과 역할지각 및 자기실현의 관계. 미간행 석사학위논문. 한국체육대학교 사회체육대학원.

김경란(2001). 주부의 댄스스포츠 참가와 부부의사소동, 부부갈등해소 및 결혼생활만족의 관계. 미간행 박사학위논문. 인하대학교 대학원.

김기훈(2009). 테니스 동호회 활동 참여정도에 따른 사회생활적응에 관한 연구. 미간행 석사학위논문. 단국대학교 교육대학원.

김범, 백현(2008). 수영참가자의 스포츠 참여동기와 참여몰입 간의 관계. 한국여가레크리에이션학회지, 32(4), 189-197.

김유진(2009). 요가수련자의 참여동기와 자아성취감의 관계. 미간행 석사학위논문. 동국대학교 사회과학대학원.

김정묵, 유희철(2004). 레저스포츠 참가자의 참여동기와 인지된 자유감의 관계. 한국사회체육학회지, 22(0), 811-819.

김종욱, 김현식, 박경석(2005). 스포츠센터 회원의 운동참여동기와 자아. 한국사회체육학회지, 25, 613-624.

김창균, 최소연, 오아라(2011). 생활체육 참여 장애인들의 참여동기 분석. 한국사회체육학회지, 44(1), 545-553.

노민규(2011). 생활체육 참여자의 참여동기가 여가몰입과 여가유능감에 미치는 영향. 미간행 석사학위논문. 조선대학교 교육대학원.

대한장애인체육회(2007). 장애인 생활체육 실태조사 최종 보고서. 서울 : 대한장애인체육회.

류정무, 이강헌(1990). 스포츠심리학. 서울: 민음사.

문화관광부(2006). 2005 체육백서. 서울 : 계문사.

민진(1986). 조직의 관료제적 특징과 자기성취. 미간행 석사학위논문. 서울대학교 대학원.

박찬민(1998). 요가프로그램 참여자의 라이프스타일 유형에 따른 참여동기. 미간행 석사학위논문. 연세대학교 대학원.

송채훈, 오봉근(2010). 지체장애인의 생활체육 참여유형에 따른 신체적 자기개념과 생활체육 참여 만족도 비교. 한국사회체육학회지, 39(1), 499-509.

신윤하(2010). 생활체육 참가자의 운동내기 중독, 운동중독, 사회심리행동과 삶의 질의 관계, 미간행 박사학위논문. 용인대학교 대학원.

신창주(2010). 중학생의 마라톤 참여가 자아성취감에 미치는 영향. 미간행 석사학위논문. 한국교원대학교 교육대학원.

양성종(1987). 우리나라 사회체육 활성화를 위한 관심도, 미간행 석사학위논문. 성균관대학교.

양은정(2007). 테니스 동호인의 참여동기와 운동중독의 관계분석. 미간행 석사학위논문. 영남대학교 교육대학원.

오봉근(2011). 지체장애인의 생활체육 참여에 따른 신체적 자기개념과 건강증진 행동 및 삶의 질의 관계. 미간행 박사학위논문. 조선대학교 대학원.

와 운동중독의 관계분석. 미간행 석사학위논문. 영남대학교 교육대학원.

원관희(2002). 청소년의 동아리 여가 활동과 사회적 적응의 관계 연구. 미간행 석사학위논문. 경희대학교 교육대학원.

유용식(2008). 배드민턴 부부동호인들의 활동실태와 가정생활 만족도 비교. 미간행 석사학위논문. 경상대학교 교육대학원.

윤은경(2007). 성인 장애인 여가활동 참여가 생활만족에 미치는 영향 : 지체 및 뇌병변 장애인을 대상으로. 미간행 석사학위논문. 가톨릭대학교 대학원.

이덕성, 김유진, 김주호, 석강훈(2010). 요가수련자의 참여동기와 자아성취감의 관계. 한국사회체육학회지, 39(2), 953-962.

이동섭(2008). 배드민턴 동호인의 참여동기 및 스포츠몰입정도가 생활만족도에 미치는 영향. 미간행 석사학위논문. 공주대학교 교육대학원.

이동준(2007). 경주스포츠 참가자의 도박동기와 비합리적 도박신념, 도박중독 성향 및 사회 적응의 관계. 미간행 박사학위논문. 성균관대학교 대학원.

이성규(2003). 장애인 스포츠활동의 현황과 인식에 기초한 장애인스포츠 지원 체계 개선방안. 사회복지정책, 17. 133-153.

이세중, 한우진(2006). 고등학생의 라이프스타일이 스포츠 참여동기에 미치는 영향. 한국사회체육학회지, 20(1), 227-234.

이재형(2005). 모험스포츠 참가자들의 라이프스타일 및 참여동기가 몰입도에 미치는 영향. 한국체육학회지, 44(4), 207-217.

이정화(2003). 정신장애인의 사회적응에 영향을 미치는 환경적 요인에 관한 연구 : 지역사회 정신보건서비스시관 이용자를 중심으로. 미간행 석사학위논문. 충남대학교 행정대학원..

이중화(2009). 생활체육 골프참가들의 참가동기에 따른 자아성취 및 생활만족에 관한 연구. 미간행 석사학위논문. 중부대학교 인문산업대학원.

이철화(1995). 도시 기혼여성의 스포츠 활동 참여동기와 만족도에 관한 연구. 미간행. 박사학위논문. 고려대학교 대학원.

이충현(2008). 여가스포츠 참여동기와 여가만족 및 운동지속의 관계. 미간행 석사학위 논문. 경상대학교 대학원.

임번장(1993). 생활체육 개론. 서울: 서울대학교 체육연구소.

임번장(1995). 국민생활체육 : 생활체육프로그램 순회지도 사업운영지침서. 국민생활체육협의회.

장진우(2005). 청소년의 스포츠활동 참여와 자아정체감, 공동체의식 및 사회적응의 관계. 미간행 박사학위논문. 강릉대학교 대학원.

전미향(1997). 집단미술치료가 청소년의 자기 존중감과 사회적응력에 미치는 효과. 미간행 석사학위논문. 영남대학교 대학원.

전형구(2009). 댄스스포츠 참여동기가 효능감 성취감 및 행복감에 미치는 영향. 미간행 박사학위논문. 서남대학교 대학원.

전혜자, 이미영, 김혜진(2008). 지적 장애인과 휠체어 장애인의 신체활동 검사타당도. 한국여성체육학회지, 22(2), 203-214.

정용각(1997). 여가운동 참가자의 스포츠 참여 동기, 각성추구, 정서의 요인이 스포츠 몰입행동에 미치는 영향. 미간행 박사학위논문. 부산대학교 대학원.

정용민(2001). 생활체육 참여동기, 스포츠몰입, 여가만족간의 인과관계. 한국체육학회지, 40(1), 749-760.

정재이(2010). 장애인의 생활체육 참여가 생활만족에 미치는 영향 : 서울·경기지역 장애인복지관 및 장애인단체를 중심으로. 미간행 석사학위논문. 서강대학교 공공정책대학원.

진동준(2010). Lawnbowl 동호인들의 참여동기와 운동중독 성향의 관계. 미간행 석사학위논문. 서강대학교 교육대학원.

진종현(1997). 사회계층과 스포츠 참여동기 및 활동만족도의 관계. 미간행 박사학위논문. 건국대학교 대학원.

진종현, 강효민(1997). 생활체육 참여자의 참여동기와 스포츠 활동만족도의 관계. 한국스포츠 사회학회지. 18, 165-176.

최경훈, 김영갑(2007). 지체장애 운동선수의 신체적 자기개념과 대인관계성향의 관계. 한국사회체육학회지, 29, 693-704.

최병열(2008). 생활체육 참여동기가 여가만족도 미치는 영향. 미간행 석사학위논문. 순천향대학교 교육대학원.

최창석(2001). 청소년의 여가스포츠 참가와 자아효능감 및 자아성취감의 관계.

미간행 석사학위논문. 계명대학교 스포츠산업대학원.

최태광(2010). 배드민턴 동호인의 운동몰입이 사회적응과 운동중독에 미치는 영향. 미간행 석사학위논문. 조선대학교 대학원.

한국장애인 복지진흥회(2003). http://www. kowpad.or.kr/krowpad2/menu02_01.html.

현대전(2005). 생활체육 참여 실태와 여가만족 및 생활만족의 관계분석. 미간행 석사학위논문. 제주교육대학교 교육대학원.

황문수(1999). 정년퇴직 교육공무원들의 여가 활동과 생활만족도. 미간행. 석사학위논문. 한국교육대학교 대학원.

Atkinson, J. W. (1958). Motives in fantasy, action and society: A method of assessment and study. Princeton, NJ: Van Nostrand.

Auxter, D., & Pyfer, J. (1985). Principles and Methods of Adapted Physical Education and Recreation. SL: Times Millor/Mosby College Publishing.

Biddle, S. J. H., Fox K. R., & Boucher, S. H.(2002). Physical activity and psychological well-being, London: Routledge.

Dumazedier, J. (1974). Sociology of Leisure. New York: Elsevier.

Houle, C. O. (1961). The Inquiring Mind. Medison: The University of Wisconsin Press.

Jackson. E. L., & Burton. T. L.(1989). Understanding Leisure and Recreation Mapping the past, Charting the Future, Venture Pcblishing. Inc, State College, PA 16803.

Maslow, A. H. (1963). Toward a psychology of being. NEW YORK: Van Nostrand.

Pelletier, L. G. Fortier, M. S. Vallerand, R. J. Tuson, K. M. & Briere, N. M.(1985). Toward a new measure of intrinsic motivation, extrinsic motivation, and amotivation in sport : The sport motivation scale(SMS). Journal of sport & Exercise Psychology, 17, 35-53.

Ross. A. O.(1987). Personality. N. Y. : Holt, Rhinehart and winston. R. Winters, "Relationship Between Job Satisfaction and Leisure SatisFaction" , Dissertation Adatracts International.

Sherrill, C. (2004). Adapted Physical Activity, Recreation and Sport: Crossdisciplinary and Lifespan (6th ed.). Boston, Massachusetts: McGraw-Hill.

Vallerand, R. J. & Bissonnet, R.(1992). Intrinsic, extrinsic, and motivational styoes as predicators of behavior: A prospective study. Journal of Personality and social psychology, 60, 599-620.

weissman, M. M, & Paykel , E.s.(1974), The depressed woman : a study of social relationship. chicago, IL : University of Chicago Press.

Winnick, J. P. (2005). Adapted Physical Education and Sport (4th ed.). Champaign, IL: Human Kinetics.

부 록(설문지)

안녕하십니까?

이 설문은 **지체장애인의 생활체육 참여동기가 사회적응에 미치는 영향을** 규명하기 위한 설문지입니다.

본 설문지의 질문에는 정답이 없습니다.

질문 내용을 잘 읽으신 후 검사에 동의하시면 한 문항도 빠짐없이 느끼신 대로 솔직하게 대답해 주십시오.

귀하께서 응답하신 내용은 연구목적 이외의 다른 용도로는 절대로 사용하지 않을 것을 약속드립니다.

바쁘신 시간에도 불구하고 설문에 답해주셔서 진심으로 감사드리며 늘 건강하시고 행복하시길 바랍니다.

감사합니다.

2011년 05월

조선대학교 대학원

석사과정 정 현 철

1. 지체장애인의 생활체육 참여동기를 묻는 문항들입니다.

항 목		매우 그렇지않다	그렇지 않 다	보통이다	그렇다	매우 그렇다
즐거움	1.무엇보다 운동을 하면 재미있기 때문에	①	②	③	④	⑤
	2.운동을 할때 느끼는 쾌감 때문에	①	②	③	④	⑤
	3.운동을 하면 활기찬 기쁨을 느낄 수 있기 때문에	①	②	③	④	⑤
	4.운동 후 느끼는 상쾌함 때문에	①	②	③	④	⑤
건강/컨디션	1.체력이 향상되는 느낌이 좋아서	①	②	③	④	⑤
	2.운동을 하면 컨디션이 좋아지므로	①	②	③	④	⑤
	3.체중조절에 도움이 되기 때문에	①	②	③	④	⑤
	4.체력이 증진되어 생활하는데 도움이 되므로	①	②	③	④	⑤
	5.땀을 흘리고 나면 몸이 개운하기 때문에	①	②	③	④	⑤
	6.규칙적인 운동을 해야 건강해지니까	①	②	③	④	⑤
외적과시	1.운동을 잘하면 다른 사람의 관심을 받을 수 있으므로	①	②	③	④	⑤
	2.나를 알릴 수 있는 좋은 기회이기 때문에	①	②	③	④	⑤
	3.멋진 몸매를 만들고 싶어서	①	②	③	④	⑤
	4.운동을 통해 다른 사람에게 자랑하고 싶어서	①	②	③	④	⑤
	5.운동으로 명예 또는 명성을 얻을 수 있기 때문에	①	②	③	④	⑤
사교	1.다른 사람을 사귈 수 있는 좋은 기회가 되기 때문에	①	②	③	④	⑤
	2.다른 사람들과 편하게 어울릴 수 있기 때문에	①	②	③	④	⑤
	3.운동 후 사람들과 사교할 수 있는 시간을 쉽게 가질 수 있으므로	①	②	③	④	⑤
	4.친구들과 보낼 수 있는 좋은 방법이므로	①	②	③	④	⑤
기술성취	1.운동기술을 완벽하게 수행했을 때 오는 만족감 때문에	①	②	③	④	⑤
	2.어려운 운동기술을 해냈을 때 느끼는 성취감 때문에	①	②	③	④	⑤
	3.전에는 경험해보지 못했던 운동기술을 배우는 것이 재미있어서	①	②	③	④	⑤
	4.운동시 어려운 기술을 익혀 가는 것이 재미있기 때문에	①	②	③	④	⑤
	5.기대한 이상의 운동기술을 수행해 냈을 때 오는 흥분감 때문에	①	②	③	④	⑤
	6.운동기술이 점차 발달되는 느낌이 즐거워서	①	②	③	④	⑤
치료목적	1.운동을 통한 신체활동범위의 완화를 위해	①	②	③	④	⑤
	2.운동을 통한 치료의 목적으로	①	②	③	④	⑤
	3.운동을 통한 활동 근육통의 완화를 위해	①	②	③	④	⑤
	4.신체적 불편함의 개선을 위해	①	②	③	④	⑤

2. 다음은 사회적응에 관한 문항입니다. 현재 하고 계신일(직장, 학교, 가사일 등)에 알맞게 선택하시어 응답 해 주시기 바랍니다.

항 목		매우 그렇지 않다	그렇지 않다	보통이다	그렇다	매우 그렇다
직장적응	1.직장(학교, 가사, 직장 등) 일에 대해 관심과 흥미가 높은 편이다	①	②	③	④	⑤
	2.직장(학교, 가사, 직장 등)에서의 일과 후 직장(이웃) 사람들과의 만남은 가치가 있다	①	②	③	④	⑤
	3.직장(학교, 가사, 직장 등)에서 일을 할 때, 즐거움 또는 흥미가 있다	①	②	③	④	⑤
	4.직장(학교, 가사, 직장 등) 동료들과의 관계가 원만한 편이다	①	②	③	④	⑤
여가사회적응	1.현재하고 있는 생활체육 이외에 다른 취미생활이나 레저활동을 즐긴다	①	②	③	④	⑤
	2.직장(학교, 가사, 직장 등)이나 가정을 제외한 사회활동을 통해 타인의 도움을 받거나 필요한 정보를 찾기 위해 노력하는 편이다	①	②	③	④	⑤
	3.지역사회활동이나 동창회 혹은 친목회 같은 모임에 자주 참여하는 편이다	①	②	③	④	⑤
	4.사회활동 및 다른 사람들과의 만남은 반갑고 즐거운 시간이다	①	②	③	④	⑤
	5.일 외에 자유시간을 활기차게 즐기는 편이다	①	②	③	④	⑤
가정적응	1.어려운 일이 생기면 가족과 함께하거나 심리적으로 먼저 생각난다	①	②	③	④	⑤
	2.가족들과 함께 보내는 시간이 많은 편이다	①	②	③	④	⑤
	3.직장생활을 마치고 집에서 가사일을 하거나 도울 때 즐거운 마음으로 한다	①	②	③	④	⑤
	4.가족들과의 관계가 좋은 편이다	①	②	③	④	⑤
	5.현재 활동하고 있는 생활체육 또는 문화활동들을 가족과 함께하고 싶다	①	②	③	④	⑤

3. 다음은 귀하의 인구통계학적 특성에 관한 것입니다.

1. 귀하의 성별은? ① 남( ), ② 여( )

2. 귀하의 연령은 ? ( )
   ① 19세 이하 ② 20 - 29 ③ 30 - 39세
   ④ 40 - 49세 ⑤ 50세 이상

3. 귀하의 학력은? ( )
   ① 고졸이하 ② 대졸(전문대포함) ③ 대학원이상

4. 귀하의 생활체육 참여기간은? ( )
   ① 1년 미만 ② 1년 ~ 2년 미만 ③ 2년 ~ 3년 미만
   ④ 3년 ~ 4년 미만 ⑤ 4년 이상

5. 일주일 동안 생활체육의 참여빈도는? ( )
   ① 주 1회 ② 주 2-3회 ③ 주 4-5회 ④ 기타( )

6. 현재 귀하의 장애등급은?( )급

- 귀하의 귀중한 답변에 감사드립니다 -