

노인의 사회체육활동이 사회적 지지에 미치는 영향

The Relationship between Participation in Sport for All and Social Support among Older Person

강호정, 김정식*
배재대학교, 호서대학교*

Kang Ho-Jung, Kim Kyong-Sik*
Pai Chai Univ., Hoseo Univ.*

요약

이 연구는 노인의 사회체육활동 경험에 따라 사회적 지지의 차이를 규명한 다음, 참가정도가 사회적 지지에 미치는 영향을 분석하였다. 이를 위해 이 연구는 2006년 서울·경기 거주 65세 이상의 노인을 연구대상으로 설정하였으며, 집락무선표집법을 활용하여 300명을 추출하였다. 최종 자료 분석에 활용된 사례 수는 245명이었다. 이 연구에서 사용된 측정도구는 설문지이며, 설문지의 타당도 및 신뢰도는 요인분석과 신뢰도분석을 통하여 검증되었다. 특히, 설문지의 신뢰도는 분석결과, Cronbach's α 값이 .775이상으로 나타났다. 이 연구는 SPSSWIN 15.0 프로그램을 이용하여 공변량분석 및 회귀분석을 실시하였다. 결론은 다음과 같다. 첫째, 노인의 사회체육활동 경험에 따라 사회적 지지는 차이가 없다. 둘째, 노인의 사회체육활동 정도는 사회적 지지에 영향을 미친다. 즉, 사회체육활동 강도가 높을수록 물질적, 정서적 지지와 정보적 지지는 높다.

Abstract

The purposes of this study were to examine the relationship between participation in sport for all, social support among the aged. To attain the goal of the study described above paragraphs, the older person resided in Seoul and Gyonggi, 2006 year were set as a collected group. Then, using the cluster random sampling method, finally drew out and analyzed 245 people in total. The result of reliability check up was here below; over Chronbach's $\alpha=.775$. To analyze materials, factor analysis, ANCOVA, multiple regression analysis were used as statistic analysis techniques. The conclusion based on above study method and the result of material analysis are below. Based upon the result of the study, the conclusions are the followings; First, participation experience of sport for all don't influence on the social support. Second, participation degree of sport for all influence on the social support.

I. 서론

노인문제는 경제문제, 여가문제, 건강문제, 고독감·소외감 문제 등인데, 경제문제를 제외한 다른 문제들은 사회체육활동을 통해 해결이 가능한 것이다. 이들 문제들은 노년기의 무리한 여가에서 비롯된 것이라 할 수 있다. 노인의 여가활동은 중요한 의미를 지니게 되는데, 그 원인은 노인이 사회경제적 역할로부터 이탈하여 불가피성의 여가를 무료로 영위하고 있는 현실에서 찾을 수 있다. 노인의 여가는 자유 재량적 시간이나 인지도된 자유도의 개념으로서의 여가가 아닌 공식적인 역할을 부여받지 못한 채 소비해야 하는 만성적 무료함의 시간을 의미한다. 노년기에 여가활동으로서 사회체육활동에 적극적으로 참가하게 된다면, 여가문제, 건강문제, 고독감문제를 해결할 수 있을 것으로 보여 진다.

그동안 체육학 분야에서는 노인문제와 관련하여 사회체육활동의 가치 및 중요성을 검증하려는 노력을 기울여 왔다. 그 대표적인 예는 노인의 사회체육활동과 생활만족의 관계에 관한

연구이다. 이들 연구는 노인의 사회체육 참가가 생활만족 향상에 영향을 주어 노인의 고독감을 완화하는데 기여하는 것으로 보고하여 왔다[1][5][7][8][9]. 이는 보다 능동적이고 적극적으로 활동에 빈번하게 참가할수록 생활만족이 높다는 활동이론(activity theory)에 의해 더욱 설득력을 얻고 있다. 이에 따라 활동이론을 지지하는 다수의 학자들은 행복의 증진과 고독감 해소에 기여할 수 있는 효과적인 활동으로서, 특히 사회체육과 같은 여가활동을 강조하고 있다[2]. 노인의 고독감을 종속변수로 설정하여 심도 있게 다룬 경험적 연구는 극소수[2][3][4]에 불과한 실정이다. 고독감과 관련된 선행연구는 고독감에 영향을 미치는 결정적 설명변수로서, 주로 사회적 지지 변수를 보고하고 있다[2]. 노년기는 주변의 사회적 지지 자원이 감소하기 때문에 고독감이나 소외감을 크게 느낄 수밖에 없다. 반대로, 사회적 지지 자원을 향상시켜 주면 고독감을 감소시킬 수 있다는 반증이기도 하다. 노년기의 사회적 지지 자원 향상은 노인의 사회체육활동을 통해 가능하데, 이는 이미 여러 선행연구[2][6]를 통해 입증된 바 있다. 사회적 지지란 사회체육활동

참가자와의 상호작용을 통해 획득할 수 있는 유무형의 긍정적 자원을 말한다. 주지하는 바와 같이, 노인의 사회체육활동은 사회적 지지에 영향을 미치고 있음을 알 수 있다.

이에 본 연구는 노인의 사회체육활동 경험에 따라 사회적 지지의 차이를 규명한 다음, 참가정도가 사회적 지지에 미치는 영향을 분석하고자 한다.

II. 연구방법

1. 연구대상

본 연구는 2006년 서울·경기 거주 65세 이상의 노인을 연구대상으로 설정하였으며, 집락무선표집법을 활용하여 표본을 추출하였다. 구체적인 표본 추출 절차는 서울·경기 소재 노인대학, 노인체육동호인집단(근린공원·등산로 배드민턴 모임, 게이트볼 모임), 노인복지회관, 노인정 현황을 토대로 하여 서울 지역에서 150명, 경기 지역에서 150명을 선정하였다. 응답이 부실한 설문지를 제외하고 최종분석에 사용된 사례수는 사회체육활동 참가 노인 116명, 비참가 노인 129명으로 총 245명이었다(표 1 참조).

2. 연구도구

조사 대상의 일반적인 성격을 파악하기 위하여 본 연구에서는 성, 연령, 학력, 배우자 유무, 건강정도 등을 질문하였다. 노인의 사회체육활동 참가는 노인이 주로 여가시간에 행하는 신체활동으로서, 주 2회 이상 신체활동에 참가하는 것을 의미한다. 노인의 사회체육활동은 주로 여가선용 차원에서 등산·조

깡·체조·게이트볼·배드민턴·골프 등의 운동종목에 참가하는 것을 말한다. 사회체육활동 경험은 활동빈도를 측정하는 문항에서 주1회 이하로 참가하는 경우 비참가집단으로, 주2회 이상 참가하는 경우 참가집단으로 범주화하였다. 사회체육활동 정도는 빈도, 기간, 강도 등 각 1문항씩으로 총 3개 문항으로 구성하였다.

[표 1] 조사대상자의 일반적 특성

구 분		빈도(%)
전 체		245(100)
성	남 자	129(47.3)
	여 자	116(52.7)
연령	65-69세	127(51.8)
	70-74세	49(20.0)
	75-79세	31(12.7)
	80세 이상	38(15.5)
배우자유무	유	192(78.4)
	무	53(21.6)
학력	무 학	20(8.2)
	초 졸	68(27.8)
	중 졸	49(20.0)
	고 졸	31(12.7)
	대졸이상	38(15.5)
건강정도	건강한편	91(37.1)
	보통	110(44.9)
	허약	44(18.0)

활동 빈도는 개방형 척도로 주 몇 회로 측정하였으며, 활동 기간 역시 몇 년 몇 개월로 구성하였다. 그리고 활동 강도는 몇 시간 몇 분으로 구성하였다.

사회적 지지는 사회체육활동에 의한 사회적 상호작용을 통해 함께 정보를 받는 정보적 지지, 물질적 도움을 받거나 일손

[표 2] 요인분석 결과

문항	사회적 지지	
	요인1	요인2
문항1. 내가 사회생활에 적응할 수 있게 충고해 준다.	.812	.115
문항2. 내가 합리적인 결정을 하도록 조언해 준다.	.783	.238
문항3. 내 문제의 원인을 찾도록 정보를 준다.	.770	.193
문항4. 어려울 때, 현명하게 문제를 해결할 방법을 가르쳐준다.	.756	.202
문항5. 내가 망설이고 결단을 못내릴 때 용기를 준다.	.708	.209
문항6. 내가 기분이 안 좋을 때는 나를 이해하고 기분을 좋게 해주려고 애쓴다.	.645	.320
문항7. 항상 내 일에 관심을 갖고 걱정해준다.	.609	.361
문항8. 내가 잘 했을 때는 칭찬을 아끼지 않는다.	.569	.321
문항9. 내가 아플 때 일을 대신해 준다.	.377	.317
문항10. 내가 마음 놓고 의지할 수 있는 사람들이다.	.186	.738
문항11. 자신이 직접 도움을 줄 수 없을 때는 다른 사람을 보내서라도 나를 돕는다.	.166	.711
문항12. 내가 필요로 하면 돈을 마련해 준다.	—	.611
문항13. 배울점이 많은 존경할만한 사람들이다.	.316	.546
문항14. 무슨일이건 대가를 바라지 않고 최선을 다해 나를 돕는다.	.370	.541
Rotation Sums of Squared Loadings		
Total	4.586	3.187
% of Variance	28.664	19.918
Cumulative %	28.664	48.581
Cronbach's α	.880	.893

이 필요한 도움을 받는 등의 물질적 지지, 개인적 문제에 대해 충고를 받거나 정신적 위안을 받는 등의 정서적 지지를 의미한다. 사회적 지지 척도는 [3][5][8] 등의 선행연구에서 사용된 질문지이다. 요인분석 결과, 사회적 지지의 하위영역은 정보적·정신적 지지 8문항, 물질적 지지 6문항으로 총 14개 문항으로 구성되어 있다. 본래는 16개의 문항이었으나, 요인분석 결과, 2문항이 삭제되었다. 신뢰도는 Cronbach's α 값이 .880, .893으로 나타났다(표 2 참조).

3. 조사절차 및 자료처리

본 연구에서는 설문지를 조사 대상에게 배부한 다음, 자기평가기입법과 면접법으로 설문내용에 대하여 응답하도록 하고 완성된 설문지를 회수하였다. 설문 조사는 본 연구자를 포함하여 사전에 설문에 관하여 교육을 받은 보조 조사원 약 10여명이 노인대학 등을 직접 방문해 협조를 받은 다음 실시하였다. 본 연구에서는 설문지의 응답결과를 기입한 자료를 회수한 후 응답 내용이 부실하거나 신뢰성이 없다고 판단되는 자료와 극단치를 분석대상에서 제외시켰다. 입력된 자료는 SPSSWIN 15.0 프로그램을 활용하여 자료분석의 목적에 따라 전산처리하였다. 자료분석을 위하여 본 연구에서 사용한 통계기법은 공변량분석, 다중다회귀분석이다.

III. 연구결과

1. 노인의 사회체육활동 경험과 사회적 지지

<표 3>은 노인의 사회체육활동 경험에 따른 사회적 지지의 차이에 대한 분석 결과이다.

[표 3] 사회체육활동 경험에 따른 사회적 지지의 차이에 대한 평균비교 및 공변량 분석

활동경험	사례수	평균	표준편차
사회체육활동 참가 노인	116	3.604	.459
사회체육활동 비참가 노인	129	3.526	.479
공변인의 F값			
성		1.542	
연령		.046	
학력		.925	
응답		.279	
건강 정도		2.234	
배우자유무		.493	
주효과와 F값			
사회체육활동 경험		.417	

<표 3>에 따르면 사회체육활동 참가 노인(M=3.604)은 비참가 노인(M=3.526)에 비해 사회적 지지가 높은 것으로 나타났다. 그러나 공변인과 주효과는 통계적으로 유의하지 않는 것으로 나타났다.

2. 노인의 사회체육활동 정도와 사회적 지지 및 고독감

<표 4>는 노인의 사회체육활동 정도가 사회적 지지에 미치는 영향에 대한 회귀분석 결과이다.

표 4. 노인의 사회체육활동 정도가 사회적 지지에 미치는 영향에 대한 회귀분석

독립변수	사회적 지지	
	정보적·정서적 지지	물질적 지지
활동빈도	.098	.077
활동기간	.091	.083
활동강도	.211***	.186*
R ²	.036	.028

<표 4>에 따르면 노인의 사회체육활동 강도(β =.211, .186)는 정보적, 정서적 지지와 물질적 지지에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 사회체육활동 정도는 물질적, 정서적 지지 전체 변량의 약 3.6%, 그리고 정보적 지지 전체 변량의 약 2.8%를 설명해 주고 있다.

IV. 결론

이와 같은 연구방법 및 절차를 통해 도출한 결론은 다음과 같다. 첫째, 노인의 사회체육활동 경험에 따라 사회적 지지는 차이가 없다. 둘째, 노인의 사회체육활동 정도는 사회적 지지에 영향을 미친다. 즉, 사회체육활동 강도가 높을수록 물질적, 정서적 지지와 정보적 지지는 높다.

■ 참고 문헌 ■

- [1] 김경식, “노인의 생활체육 참여와 여가만족 및 생활만족의 관계”, 석사학위논문, 서울대학교 대학원, 1996.
- [2] 김성복, “노인의 생활체육 참여와 사회적 지지 및 고독감의 관계”, 박사학위논문, 조선대학교 대학원, 2001.
- [3] 김양례, “노인의 여가활동유형과 건강평가 및 고독감의 관계”, 한국스포츠사회학회지, 제19권, 제2호, pp.237-248, 2006.
- [4] 이동수, 권관근, “노인의 여가활동유형과 여가만족, 여가몰입도 및 고독감간의 관계”, 한국체육학회지, 제42권, 제3호, pp.227-238, 2003.
- [5] 이성철, “노인의 생활체육 참가와 고독감, 여가만족, 생활만족의 관계”, 박사학위논문, 서울대학교 대학원, 2006.
- [6] 이흥구, “생활체육 참가와 사회연결망 및 사회적 지지의 관계”, 박사학위논문, 서울대학교 대학원, 1998.
- [7] Kelly, J., Steinkamp, M., & Kelly, J., “Later life satisfaction: Does leisure contribute?”, Leisure Survices, Vol.9, pp. 189-200, 1987.
- [8] Lemon, B. W., Bengston, W. L., & Peterson, J. A., “An exploration of the activity theory of aging: Activity types and life satisfaction among in movers to a retirement community”, Journal of Gerontology, Vol.27, pp.511-523, 1972.
- [9] Rapoport, R., & Rapoport, R. N., “Leisure and the family life cycle”, London: Routledge & Kegan Paul, 1975.