

대전지역 중학생의 여가활동유형과 생활스트레스 및 학습몰입에 관한 연구

송진숙*·이영관**

배재대학교 가정교육과*·순천향대학교 관광경영학과**

A Study on Leisure Type, Daily Life Stress, and Studying Immersion of Middle School Students in DaeJeon

Song, Jin-Suk*·Lee, Young-Kwan**

*PaiChai Univ. Dept. of Home Economics Education**

*SoonChunHyang Univ. Dept. of Tourism Management***

Abstract

The purpose of this study was to analyze a relationship of adolescent's leisure's type, daily life stress, and studying immersion in middle school students. Subjects were 200 middle school students. Instrumentation were questionnaires from the leisure's type scale, daily life stress scale, and studying immersion scale.

Data analysis was by mean, percentile, oneway-ANOVA, Pearson correlation, and multiple regression. The major findings of this study were as follow; First, there was a significant difference between adolescent's leisure's type and daily life stress. Second, there was a significant difference between adolescent's leisure's type and studying immersion. Third, there was a positive or negative relation among adolescent's leisure's type, daily life stress, and studying immersion. Fourth, studying and family problem in daily life stress, and educational oriented leisure in adolescent's leisure type was the most predicting variable in adolescent's studying immersion.

Key Words: 청소년기(Adolescent), 여가유형(Leisure Type), 생활스트레스(Daily Life Stress), 학습몰입(Studying Immersion)

I. 서론

1. 연구목적 및 필요성

우리나라 청소년들은 과열된 입시경쟁으로 학업에 대한 스트레스가 가중되고 있으며, 건전한 여가문화의 미성숙에 따른 불안과 긴장감으로 인해 정서적 안정을 찾지 못하고 정체성 혼돈의 상태에 노출되어 있다. 특히 청소년 복지가 발달한 선진국의 청소년들에 비해 상대적으로 여가활동에 참여할 수 있는 시간이나 기회가 적은 현실적인 문제점을 안고 있다(송진숙·이영관, 2007). 실제로 많은 청소년들은 생활스트레스를 해소할 만한 탈출구를 찾지 못해 불건전한 유희주점이나 노래연습장 같은 유희환경 속에 노출되어 있다. 더욱이 최근 정보화의 흐름 속에서 많은 청소년들이 인터넷에 지나치게 몰입하고 있고 그에 따른 부작용 또한 심각한 수준이다(주현식, 2004).

2007년 개정된 기술·가정 교육과정에서도 언급되어지는 것처럼 청소년의 여가생활은 매우 중요한 부분임을 강조해야 한다. 청소년의 건전한 여가생활을 통하여 일상생활에서의 스트레스도 줄이고 그에 따라 연쇄적으로 학교생활에서도 학업에 몰입할 수 있는 여건을 조성하는 것이 중요한 과제이다. 그럼에도 불구하고 우리나라의 청소년들은 적절한 여가교육과 관련된 환경의 미성숙으로 인해 여가 본래의 목적이나 기능에 부합하지 못하는 여가행태를 보이고 있기 때문에 여가생활을 건전하고 교육적인 방향으로 이끌어 갈 수 있는 능력을 길러주는 것이 매우 중요하며, 청소년 비행을 차단하는 관련 프로그램 개발에도 많은 노력을 기울여야 한다(박미석·이정우·김명자·계신자·김경아·우이란, 2001).

더욱이 가족이 함께 할 수 있는 여가활동은 가족 구성원간의 대화 시간을 늘리고 서로를 이해할 수 있는 기회가 되며 가족구성원간의 친밀감과 응집력을 강화하는데 크게 기여하고 있다. 그러므로 가족과의 여가활동은 가족구성원의 결속을 강화시키는 효과와 함께 자기개발과 자아실현을 위한 능력 개발, 교육적 기능, 심리적 안정성을 제고하는 효과를 거둘 수 있기 때문에 청소년의 생활스트

레스를 감소시키는데도 중요한 역할을 하며, 그로 인해 청소년들이 학업에 몰입할 수 있는 여건을 형성할 수 있을 것으로 보인다.

특히 청소년기는 혼란스럽고 불안정한 특성들이 많이 나타나는 학생신분이기에 현실적으로 입시에 대한 부담과 시간부족으로 인해 인격과 정서의 균형 잡힌 성장이 이루어지기 힘들다. 그리고 특별한 대안도 없이 청소년들의 ‘노는 모습’과 문화에 대해 못마땅하게 여기는 사회적 통념으로 인해 청소년층을 중심으로 한 반문화(counter culture) 형성의 가능성이 증가하고 있다. 또한 청소년들은 학업으로 인한 스트레스와 장래의 진로 등의 문제로 인해 극심한 스트레스를 겪고 있으며, 작게는 불안이나 짜증에서부터 크게는 무력감과 정신질환으로 발전하기도 하고 극단적으로는 자살을 선택하기도 한다(주현식, 2004).

이에 우리나라도 노동중심 사회에서 여가중심사회로 변하고 있는 시대적인 흐름을 감안할 때 여가활동차원에서 학습몰입에 영향을 미칠 수 있는 다양한 관점의 연구가 확산되어야 한다. 지금까지 청소년들의 여가 관련 연구는 주로 생활만족도(모창배, 1993; 민기홍, 1996; 최미숙·최동숙, 2003), 여가만족도(곽혜숙, 1998; 한담석, 1998; 박미석 외, 2001; 송진숙·이영관, 2007) 등에 관심이 모아졌다. 이와는 달리 생활스트레스와 학업성취도의 관계에 대한 연구는 비교적 활발히 진행되어 왔지만(주현식, 2004; 박은영, 2005), 청소년의 여가활동유형과 생활스트레스, 그리고 학습몰입을 통합적으로 접근한 연구는 전무한 실정이다.

현대사회에서 가족은 중요한 여가집단으로서의 역할을 담당하고 있으며, 사람들은 행복한 가정과 건강을 중요시하고 있는 점에 주목해야 한다. 특히 가정과교육에서 청소년의 건전한 여가생활을 권장하여 청소년들이 건강한 심리적 안정을 도모하고 학교환경에서 학업에 몰입할 수 있도록 바람직한 교육적 환경을 조성해 주어야 한다(고갑준, 1998; 지영숙·이태진·최보라, 2002).

따라서 청소년의 여가활동유형과 생활스트레스 및 학습몰입을 연관지어 연구하는 것도 큰 의의가 있다고 볼 수 있다. 특히 건전한 여가활동 각각의 유형에 따라 세부적으로 생활스트레스와의 관련성을 규명하고, 어떤 유형의 여가활동이 어떤 영역의 학습몰입에 영향을 미치는지를

면밀히 검토할 필요가 있다.

본 연구는 청소년의 학업성취도와 밀접한 관련을 맺고 있는 학습몰입에 영향을 미칠 수 있는 여가활동유형과 생활스트레스와의 관련성을 분석하여 청소년의 학습몰입을 제고할 수 있는 구체적인 대안을 모색하고자 한다.

2. 연구문제

본 연구의 목적에 맞게 설정한 연구문제는 다음과 같다.

- <연구문제 1> 청소년의 여가활동유형에 따라 생활스트레스와 학습몰입에 차이가 있는가?
- <연구문제 2> 청소년의 여가활동유형, 생활스트레스, 학습몰입은 관련성이 있는가?
- <연구문제 3> 청소년의 학습몰입에 영향을 미치는 변인은 무엇인가?

II. 이론적 배경

1. 청소년과 여가활동

현대사회는 경제발전과 더불어 삶의 질을 중시하는 경향에 따라 주 5일 근무제가 확산되고 있으며, 노동 중심 사회에서 점차로 여가생활의 가치를 중시하는 여가중심 사회로 변모하고 있다(송진숙·이영관, 2007). 그에 따라 현대인들은 남녀노소를 막론하고 노동에서 축적된 스트레스를 여가활동 속에서 해결하고 있으며, 여가활동에 적절히 참여하지 못하면 노동의 질도 하락한다는 것이 여가학자들의 일관된 견해이다(김문경, 1993; 서태양·차석빈, 1999). 이는 적절한 여가활동의 참여가 생활에 활력을 주고 생활의 질을 향상시켜 생활스트레스를 감소시킬 뿐만 아니라 인간에게 최적의 생산적인 활동을 촉진시키는 촉매역할을 한다는 의미이기도 하다.

국내의 경우 김외숙과 이기춘(1993)은 여가활동유형을

여가활동에 대한 참여빈도, 여가활동을 통해 충족되는 욕구의 특성, 여가활동의 성격을 판단하는 인식의 차원에 근거한 방법, 상호작용 정도와 공유시간 등으로 분류하였다. 성미경(1993)은 여가활동을 인간의 자발성에 기초하여 인간의 욕구와 밀접한 관련이 있는 동기에 의해 추진되는 활동으로 규정하며, 연속적인 행동이 발생하는 동태적인 행위로서 여가주체인 방문자가 시간과 비용 등의 여가동기가 충족되는 여건 하에서 여가욕구를 실현하기 위해 자발적으로 참여하는 과정으로 인식하였다. 이처럼 여가활동 유형은 각각 유사한 특성을 지니고 있으며, 분류기준과 방법에 따라 여가시간의 활용목적, 시설사용정도, 참가자수에 따라 차이가 나타날 수 있다고 본다. 국외의 경우 Gold(1980)는 여가행동을 활동경험에 근거하여 육체적 여가, 사회적 여가, 인지적 여가, 환경 관련적인 여가 등으로 구분하였다(곽혜숙, 1998 재인용).

청소년기는 신체적·생리적·사회심리적으로 혼란스럽고 불안정한 특성들이 많이 나타나는 시기로서 건강한 사회인으로 성장하기 위한 사회적·정서적 발달을 경험하게 되는 중요한 시기이다. 그러나 현실적으로 가정의 교육적 기능이 약화되고 전통적 가치관의 붕괴와 입시과열 및 시간부족으로 인해 인격과 정서의 균형 잡힌 성장을 유지하는 것이 쉽지 않은 실정이며 청소년들에 대한 올바른 이해와 현실적 지도가 미미한 실정이다(한국청소년개발원, 1993).

여가활동을 제약하는 요인과 관련하여 박미석 외(2001)는 청소년들의 여가행동을 방해하는 핵심적인 요인으로 학업으로 인한 시간 부족, 여가활동 비용에 대한 부담으로 인한 경제적 장애, 근린 여가시설의 부족으로 인한 사회적 장애를 지적하였다(문숙재·윤소영·차경옥·천혜정, 2005 재인용). 이철원과 조상온(2001)의 연구에 의하면, 중학생들은 “여가활동에 기본적으로 방해가 되는 요인은 무엇인가?”라는 질문에 대해 시간부족을 가장 많이 언급했다. 즉 일상시간의 대부분을 학교에서 보내고 방과 후에는 다시 보충학습과 자율학습 및 학원 수강 등이 이어지는 생활패턴에서 시간문제는 여가 제약의 중심적인 요인이 확인되었다.

또한 이재형·김찬룡·박상철(2003)은 청소년의 여가활동 장애요인에 관한 연구에서 중학생들은 시간부족(35.89%),

학업에 대한 부담(17.74%), 여가시설이나 환경부족(13.31%), 경제적인 문제(10.08%), 부모와 가족의 반대(5.65%) 순으로 인식했다. 인문계 고등학생들은 학업에 대한 부담(20.92%), 시간부족(17.99%), 여가시설이나 환경부족(17.57%), 경제적인 문제(15.90%), 마음의 여유부족(6.28%) 순으로 응답했으며, 실업계 고등학생들은 여가시설이나 환경부족(25.53%), 경제적인 문제(25.18%), 시간부족(16.31%), 학업에 대한 부담(7.8%), 여가프로그램의 부족(4.61%) 순으로 응답하였다(조선화 외, 2005). 즉 대부분의 청소년들이 여가활동을 하는데 있어 방해요인으로 시간부족과 학업에 대한 부담을 지적함으로써 청소년의 건전한 여가활동을 통해 생활스트레스의 감소를 도모하고 그에 따라 학업에 좀 더 적극적으로 몰입할 수 있도록 장려하는 것이 절대적으로 필요하다고 본다.

무엇보다도 청소년은 미래의 주역이 될 연령층으로서 아동기에서 성인기로 접어드는 과도기에 있는 세대이므로 이들에 대한 올바른 지도와 편달이 중요하다. 최근 급변하고 있는 사회 환경 속에서 청소년들은 가치관의 혼란과 정신적 스트레스가 가중되고 있어 이들의 학교생활에 도움을 주고 활기찬 생활을 도모할 수 있는 청소년의 여가 문화 전반에 대한 관리가 시급한 과제이다(박미석 외, 2001; KNP, 2000).

2. 여가활동, 생활스트레스 및 학습몰입의 관계

생활스트레스에 관한 학문적 접근은 가족스트레스 이론에서부터 실마리를 찾을 수 있으며, 특히 청소년의 스트레스 대처방법에 관한 연구로 청소년의 스트레스 수준과 스트레스원을 극복하기 위해 사용할 수 있는 대처자원의 유형이 어떤 방식으로 청소년의 가족생활 만족도에 영향을 미치는지를 분석한 Plomkett와 Henry(1999)의 연구가 있다. 연구결과 청소년들에게 스트레스를 일으키는 여러 요인들을 조사하고 스트레스원을 어떻게 지각하고 있는지를 분석하여 청소년들이 위기상황에 이르지 않도록 도와주는 긍정적인 대처전략을 사용해야 한다는 점을 부각시켰다. 그러므로 본 연구결과로 미루어 청소년들이 겪는

스트레스를 감소시키기 위하여 여가활동을 장려함으로써 긍정적인 대처전략을 모색하여 학습몰입에 기여하는 것도 하나의 방안으로 볼 수 있다는 점을 시사한다.

또한 생활스트레스는 가족생활사건 속에서 그 원인을 찾아볼 수 있다. 많은 연구들(김경신·김오남, 1997, 1998; 김태현·조희선, 1991; 최연실, 1996; Lavee, McCubbin, & Olson, 1987)에 의하면 가족생활사건이란 가족체계가 현 상태를 유지하기 어렵게 만들거나 기존 가족체계에 변화를 일으킬 잠재력을 지니는 스트레스 원인으로 취급되고 있다. 특히 가족생활사건은 생활스트레스와 직접적으로 관련을 맺고 있는 생활만족도의 중요한 예측변수이기 때문에 스트레스를 야기하는 생활사건의 부정적 경험은 생활스트레스 연구에서 중심적인 이슈로 인식되고 있다. 따라서 스트레스를 가중시키는 가족생활사건을 감소시키는데 도움을 줄 수 있는 여가활동을 활성화시키는 노력이 뒷받침되어야 한다.

그리고 정우식(1986)의 연구에 의하면 청소년들은 신체적·성적·인지적 기능에 변화가 있고 사회적 요구의 확대에 따라 독립하려는 욕구가 강해질 뿐 아니라 성적 적응과 교육 및 직업에 대해 준비하는 과정에서 많은 스트레스를 받게 된다는 점을 확인시켜 주었으며, 이경희(1995)는 중·고등학생들이 일상생활에서 겪고 있는 스트레스를 조사한 결과, 중학생은 학업성적, 부모와의 관계, 본인의 심리 및 성격문제 순으로, 고등학생은 학업성적, 성격 및 심리문제 순으로 어려움을 겪고 있는 것으로 나타나 이 둘 집단 모두 학업에 대하여 스트레스를 받고 있는 것으로 나타났다.

몰입에 대한 연구는 무엇인가에 깊이 빠지는 인간의 심리현상을 파악하기 위해 시작되었다. 몰입이라는 개념을 연구대상으로 처음 다루었던 Csikszentmihalyi(1975)는 몰입이란 어떤 활동에 집중할 때 일어나는 최적의 심리 현상이라고 정의하였다(Csikszentmihalyi, 1990, 재인용). Jackson과 March(1996)는 Csikszentmihalyi의 몰입 개념에 근거하여 학습몰입이란 수행자가 자신이 수행하고 있는 것과 완전히 연계된 상태로 정의하면서 학습몰입을 최고 수준의 수행과 비슷한 개념으로 보았다.

또한 심리적인 관점에서 학습몰입은 여러 가지 차원에

서 구성되는 복잡한 개념이다. 대부분의 사람들은 몰입상태에 있을 때 학습몰입의 여러 가지 구성요소 중 한 가지 이상의 감정을 느낄 수 있다. Csikszentmihalyi(1990)는 학습몰입의 구성요소로서 도전과 기술의 균형감(challenges-skills balance), 분명한 목적(clear goals), 명확한 피드백(unambiguous feedback), 수행중인 과제에 대한 집중(concentration on task at hand), 통제감(sense of control), 행위와 인식의 일체감(action-awareness merging), 자의식의 상실(loss of self-control), 양적 시간개념의 상실(transformation of time) 등을 제시하였다. 최적의 결합상태인 학습몰입은 한 가지 차원의 경험이 아니라 여러 요인들이 복합적으로 결합하여 형성되는 심리적 경험이다.

최근에 우리나라에서 수행된 학습몰입에 관한 연구로서 이은주(2001)는 자기결정감 이론에 근거하여 대학교 2학년 학생들을 대상으로 학습동기와 학습몰입과의 관계를 조사한 결과, 학습몰입은 내재적 동기 및 자율적-외재적 동기와의 정적인 상관관계를 보인 반면, 타율적-외재적 동기와 무동기와의 부적 상관관계를 보였으며, 자기결정감이 높을수록 높은 수준의 학습몰입을 경험하는 것으로 조사되었다. 이는 청소년 스스로가 하고자할 때 학습에 몰입하는 경향을 보인다는 것을 알 수 있다.

청소년의 학습몰입에 영향을 미치는 요인은 다양하다. 이순영(2006)은 학생의 독서 동기와 몰입을 증진시키기 위한 대안 중 하나로 가족 구성원의 학생에 대한 관심과 지원의 중요성을 확인시켜 주었다. 백영균과 김향희(2005)는 여가활동인 온라인 게임을 활용하여 학습몰입을 증진시키는 연구를 시도한 결과, 학습자들이 즐겁고 재미를 느낄수록 몰입이 증가한다는 점과 자신에게 실질적으로 필요한 내용일수록 몰입경험을 많이 하게 된다는 점을 파악하였다.

궁극적으로 청소년의 학습몰입의 중요성은 학업성취도를 높여주기 때문에 학습결과와 질과 내용을 개선할 수 있다는 점에서도 그 의의를 찾을 수 있다. 박성익과 김연경(2006)은 온라인 학습에서 학습몰입요인과 학업성취간의 관련성을 분석하여 학습몰입이 높을수록 학업성취도가 높게 나타나고 있다는 점을 확인시켜 주었다. 또한 장은정(2002)은 e-learning 공동체에서 학습몰입이 학습결과에

미치는 영향요인을 연구하였는데 학습자가 학습공동체에 몰입할수록 스스로에 대한 평가와 팀 동료에 대한 평가가 높게 나타났다. 즉, 학습자의 학습몰입도가 높을수록 자신뿐만 아니라 팀 동료에 대한 평가에 있어서도 긍정적으로 인식하는 견해를 보여주어 일상생활에서의 자심감과 함께 스트레스의 감소로 이어져 학습의 효과를 증진시킬 수 있다는 것을 알 수 있다. 그러므로 위의 연구들을 기초로 살펴볼 때, 청소년들에게 있어 여가활동이 일상생활의 즐거움을 추구하는 활동으로서 생활스트레스를 해소할 뿐만 아니라 학습몰입에도 크게 기여한다는 것을 알 수 있다.

III. 연구방법

1. 연구대상 및 연구절차

청소년들의 여가유형, 생활스트레스 및 학습몰입에 관련된 기준에 존재하는 측정도구를 사용하여 두 번의 예비조사를 실시하였다. 첫 번째 예비조사는 기준에 존재하는 여가유형, 생활스트레스, 학습몰입에 관련된 설문지를 교육과 여가관련 교수 4인이 각각의 영역에서 설문내용을 일차로 검토하여 이해하기 어려운 설문문항을 수정하여 2007년 5월 10일부터 20일까지 대전광역시에 재학하고 있는 남녀 중학생 20명을 대상으로 심층면접법으로 실시하였다. 두 번째 예비조사는 첫 번째 예비조사 결과에서 도출된 문제점을 보완하여 설문문항의 난이도와 내용타당성 등을 검토하여 설문지를 재구성하였으며, 2007년 6월 5일부터 15일까지 대전광역시에 거주하는 남녀 중학생 30명을 대상으로 설문조사를 실시하였다.

본 조사는 대전광역시에 소재하고 있는 5곳의 중학교에 재학 중인 학생 총 222명이 참여하였으며, 교사들에게 본 연구의 목적과 방법을 설명한 뒤 협조를 얻어 교사의 감독 아래 설문지 작성과 회수가 이루어질 수 있도록 요청하였다. 설문지 조사방법을 사용하여 2007년 7월 9일부터 2007년 7월 20일까지 중학생들에게 설문지 250부를 배포

하여 230부가 회수되었고, 그 중 불성실한 응답을 제외한 222부의 설문지만을 분석에 사용하였다.

본 연구대상자의 일반적 특성은 <표 1>에서 보는 바와 같다.

<표 1> 연구대상자의 일반적 특성

하위요인	내용	빈도	백분율(%)
성별	남	88	39.6
	여	134	60.4
학년	중학교 1학년	67	30.2
	중학교 2학년	82	36.9
	중학교 3학년	73	32.9
부모님 직장 유무	예	217	98.0
	아니오	5	2.0
부모님 직장 주5일제	예	95	42.8
	아니오	122	55.0
월수입	200만원 미만	27	12.2
	201~300만원	63	28.4
	301~400만원	56	25.2
	401~500만원	28	12.6
	500이상	31	14.0

2. 측정도구

1) 여가활동유형

지영숙 외(2002)가 개발한 여가활동의 유형척도를 사용하여 연구자가 수정·보완하였다. 본 측정도구는 여가 참여정도를 교육체험지향 활동 7문항(문화재·여행, 박물관·미술관, 놀이동산, 동화책, 산책·나들이, 각종 운동하기, 글쓰기·문학 활동 등), 취미지향 활동 9문항(낚시, 노래방, 음식 만들기, 독서, 주말농장, 장기·바둑 등), 사회친목지향 활동 6문항(봉사활동, 스포츠 관람, 종교활동, 음악감상, 영화감상, 짬짬방 등), 가정지향 활동 8문항(드라이브·여행, 대화·토론, 외식, TV·비디오·컴퓨터 오락, 장보기·쇼핑, 친구·친척 방문, 휴식 등)으로 총 30문항으로 구성되어 있으며, 각각의 여가활동유형별 Cronbach'a 값은 각

각 .77, .66, .65, .59로 나타났다. 각각의 하위 문항은 5점 Likert 척도를 사용하여 '매주 하는 편' 5점, '1달에 1~2번' 4점, '2~3달에 1~2번' 3점, '6개월에 1~2번' 2점, '거의 하지 않음' 1점으로 측정하였다.

2) 생활스트레스

백양희와 최외선(1996)과 신효식과 이경주(1997)의 연구를 기초로 생활스트레스의 척도를 사용하여 연구자가 수정·보완하였다. 본 측정도구의 총 문항은 30문항으로 각각의 하위영역은 장래문제(6), 자신감문제(7), 학업문제(5), 생활태도문제(4), 가족문제(4), 교우문제(4)로 구성되어 있으며 점수는 Likert식 5점 척도로서 점수가 높을수록 스트레스도 높은 것으로 설명된다. 「전혀 그렇지 않다」 1점, 「대체로 그렇지 않다」 2점, 「보통이다」 3점, 「대체로 그렇다」 4점, 「매우 그렇다」 5점으로 처리하였다. 전체 척도의 Cronbach'a 값은 .93이며, 각 영역별 Cronbach'a 값은 장래문제 .86, 자신감문제 .81, 학업문제 .77, 생활태도문제 .81, 가족문제 .82, 교우문제 .72로 나타났다.

3) 학습몰입도

신정순(2006)이 사용한 학습에 대한 몰입경험을 묻는 내용으로 연구자가 수정·보완하여 총 36문항으로 9개의 하위영역이 각각 4문항으로 구성되어 있다. 각각 9개의 하위영역은 도전과 기술의 균형감(예를 들어, 나는 공부를 잘할 수 있다), 행동과 인식의 일체감(예를 들어, 공부하는 동안 다른 사람을 의식하지 않는다), 분명한 목적(예를 들어, 공부는 내가 원하는 것이다), 명확한 피드백(예를 들어, 공부하면서 어떤 성적을 받을까하는 걱정은 별로 안한다), 수행중인 과제에 대한 집중(예를 들어, 공부하다 보면 시간에 대한 감각을 잃어버릴 때가 있다), 통제감(예를 들어, 공부에 관한 한 내 자신이 모든 것을 알아서 통제해 나간다), 자의식의 상실(예를 들어, 공부하는 동안 다른 사람을 의식하지 않는다), 양적 시간개념의 상실(예를 들어, 과제에 초점을 맞추고 다른 잡념에 빠지지 않는다),

자기목적성(예를 들어, 공부할 때 느끼는 경험들은 그럴만한 가치가 있다)으로 점수는 Likert식 5점 척도로서 점수가 높을수록 학습에 대한 몰입도가 높은 것으로 설명된다. 「전혀 그렇지 않다」 1점, 「대체로 그렇지 않다」 2점, 「보통이다」 3점, 「대체로 그렇다」 4점, 「매우 그렇다」 5점으로 처리하였다. 각각의 하위영역별 신뢰도 계수 Cronbach' α 는 .84, .80, .78, .70, .73, .81, .63, .68, .82이고, 전체 신뢰도 계수 Cronbach' α 는 .94로 나타났다.

알아보기 위하여 일원변량분석을 실시하였다. 여가활동유형과 생활스트레스, 학습몰입도와와의 관련성을 알아보기 위하여 상관관계를 알아보았고, 청소년의 학습몰입도에 가장 많이 영향을 미치는 변인을 알아보기 위하여 중다회귀분석을 실시하였다.

IV. 연구결과

3. 자료 분석

본 연구에서 수집된 자료를 처리하기 위하여 SPSS 통계프로그램을 사용하였다. 연구대상자의 일반적 특성을 알아보기 위하여 빈도와 백분율을 사용하였고, 여가활동유형에 따른 청소년의 생활스트레스와 학습몰입도의 차이를

1. 청소년의 여가활동유형에 따른 생활스트레스와 학습몰입도

청소년의 여가활동유형에 따른 생활스트레스는 <표 2>와 같다. 청소년의 여가활동 유형을 상·중·하로 구분한

<표 2> 청소년의 여가활동유형에 따른 생활스트레스

여가활동유형		생활스트레스													
		장래문제		자신감		학업		생활태도		가족문제		교우문제		전체	
		M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD
교육 체험 지향	상	16.94	5.85	15.39	5.21	15.33	5.01	9.83	4.10	7.26	3.11	9.10	3.00	73.89	20.43
	중	17.59	4.97	16.35	4.45	14.90	4.39	10.12	3.30	8.03	3.30	9.78	3.67	76.79	17.76
	하	18.22	5.33	16.90	5.13	16.40	4.29	10.98	3.73	8.86	4.00	10.15	3.62	81.55	19.44
	F	.97		1.58		2.39		1.93		3.48* abb		1.50		2.88	
취미 지향	상	18.31	5.41	16.27	4.61	16.26	4.74	10.06	3.45	7.91	3.20	9.76	3.33	78.60	17.78
	중	16.66	4.87	15.68	4.40	14.98	4.28	10.28	3.69	7.78	3.35	9.31	3.31	74.71	17.96
	하	17.81	5.54	16.78	5.49	15.42	4.55	10.69	3.90	8.60	3.99	10.03	3.77	79.35	21.16
	F	1.63		.89		1.39		.59		1.17		.74		1.11	
사회 친목	상	17.25	6.13	16.05	4.54	15.23	4.57	9.73	3.64	7.55	3.43	8.95	3.35	74.76	18.77
	중	17.50	4.95	16.25	5.04	16.01	4.59	10.67	3.79	8.52	3.76	10.40	3.51	79.37	18.82
	하	18.05	5.09	16.53	5.11	15.48	4.53	10.57	3.64	8.27	3.52	9.79	3.53	78.72	19.85
	F	.45		.18		.49		1.25		1.26		2.77		1.07	
가정 지향	상	17.52	5.57	15.92	5.05	15.90	4.83	9.95	3.89	7.15	3.11	9.09	3.32	75.55	19.86
	중	17.30	5.27	16.28	4.94	15.07	4.00	10.23	3.31	8.18	3.39	9.69	3.56	76.76	18.65
	하	18.18	5.24	16.68	4.84	15.85	4.86	10.88	3.90	8.94	3.95	10.35	3.53	80.90	19.27
	F	.56		.41		.80		1.18		4.43* abc		2.26		1.54	
전체	상	17.83	5.70	16.25	4.76	16.10	4.89	9.91	3.60	7.55	3.31	9.37	3.35	77.05	19.06
	중	17.38	5.01	16.00	4.47	14.88	4.17	10.11	3.61	8.02	3.14	9.77	3.54	76.18	18.26
	하	17.76	5.33	16.66	5.48	15.70	4.51	11.05	3.80	8.84	4.08	10.09	3.62	80.11	20.34
	F	.14		.33		1.34		2.04		2.54		.77		.85	

*p<.05

배경은 여가활동 유형에 따라 어떤 특정 여가활동을 많이 하는 집단과 적게 하는 집단간의 생활스트레스와 학습몰입의 차이를 보기 위하여 실시하였다. 먼저 본 여가활동 유형의 자료가 정상분포(normal distribution)임을 확인한 후 정상분포를 나타내었고, 정상분포를 기초로 백분위 값을 산출하였다. 백분위 값을 보고 세 집단으로 분류하였으며 그 분류의 기준은 백분위 33%에 해당하는 값으로 결정하였다.

청소년의 여가활동유형에 따른 생활스트레스는 여가활동 유형 중 교육체험지향 활동의 정도에 따라 생활스트레스의 가족문제(p<.05)에서 통계적인 유의한 차이를 나타낸다. 즉 여가활동 중에서 교육체험지향활동을 많이 하는 집단의 청소년들이 생활스트레스의 가족문제를 적게 인지하고 있는 것으로 나타났다. 그리고 여가활동유형 중 가정지향활동이 생활스트레스의 가족문제(p<.05)에서 통계적인 유의한 차이를 나타낸다. 즉 가정지향활동을 많이 하는 집단의 청소년들이 생활스트레스의 가족문제를 적게

인지하는 것으로 나타났다. 그 밖에 변인들은 다소의 평균의 차이는 있으나 통계적인 유의한 차이를 나타내지는 못했다.

청소년의 여가활동유형에 따른 학습몰입도는 <표 3>과 같다. 여가활동유형 중 교육체험지향활동은 학습몰입도의 각각의 하위변인들, 즉 기술의 균형감(p<.001), 분명한 목적(p<.01), 명확한 피드백(p<.01), 수행중인 과제에 대한 집중(p<.001), 통제감(p<.001), 양적시간 개념의 상실(p<.001), 자기목적성(p<.05), 전체(p<.001)에서 통계적인 유의한 차이를 나타낸다. 즉 전반적으로 교육체험지향 활동을 많이 하는 집단의 청소년들이 학습에 몰입하고 있는 것으로 나타났다. 그리고 취미지향활동은 양적시간개념의 상실(p<.05)과 수행 중인 과제에 대한 집중(p<.01)에서 통계적인 유의한 차이를 나타낸다. 즉 취미지향활동을 많이 하는 집단의 청소년들이 과제에 대한 집중을 잘 하고 있는 것으로 나타났다.

<표 3> 청소년의 여가활동유형에 따른 학습몰입도

여가 활동 유형		학습몰입도																			
		도전과 기술의 균형감		행동과 인식의 일체감		분명한 목적		명확한 피드백		수행중인 과제에 대한 집중		통제감		자의식의 상실		양적시간 개념의 상실		자기 목적성		전체	
		M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD
교육 체험 지향	상	13.42	3.20	13.19	3.17	11.62	3.23	12.16	2.67	13.01	2.85	12.94	2.88	11.33	2.81	13.16	2.89	13.21	2.42	114.08	19.62
	중	13.34	2.80	12.46	2.85	10.90	3.15	11.51	3.03	11.19	3.16	11.60	3.42	10.82	3.11	11.69	3.06	12.19	2.57	105.74	21.85
	하	11.16	3.13	11.97	3.54	9.83	3.57	10.44	3.34	10.16	3.43	10.00	3.23	10.33	3.30	10.10	3.56	11.95	3.19	95.98	24.98
	F	13.71***	abc	2.42	5.10**	abc	5.59**	abc	13.34***	abc	14.43***	abc	1.74	15.28***	abc	3.65*	abb	11.06***	abc		
취미 지향	상	12.73	2.87	12.52	3.11	10.76	3.11	11.67	2.56	12.04	3.08	11.82	3.03	11.02	3.01	12.19	3.08	12.63	2.42	107.41	20.27
	중	12.75	3.09	12.98	2.99	10.90	2.94	11.28	3.24	11.48	3.15	11.58	3.12	10.66	2.72	11.83	2.74	12.28	2.61	105.76	21.19
	하	12.25	3.53	12.06	3.44	10.46	3.90	10.94	3.47	10.48	3.59	10.78	3.82	10.63	3.47	10.62	3.93	12.19	3.25	100.45	27.14
	F	.62	1.45	.32	1.07	4.54*	aab	2.06	.35	4.78**	abb	.50	1.93								
사회 친목	상	13.13	3.33	12.50	3.52	10.66	3.28	11.73	2.99	11.68	3.18	12.26	3.49	10.90	3.16	12.33	3.58	12.41	2.93	107.63	24.01
	중	12.56	3.15	12.70	3.25	10.77	3.74	11.35	3.36	11.31	3.80	11.22	3.50	11.20	3.17	11.40	3.08	12.71	2.32	105.26	23.99
	하	12.15	3.13	12.27	3.02	10.62	3.24	10.92	3.04	10.97	3.14	10.84	3.20	10.38	3.05	10.96	3.49	12.07	3.06	101.23	22.88
	F	1.70	.34	.03	1.25	.80	.32	1.43	2.97	1.02	1.45										
가정 지향	상	13.06	3.37	12.65	3.50	10.57	3.64	11.66	2.94	11.73	3.59	11.66	3.67	10.57	3.24	11.85	3.65	12.46	2.51	106.23	24.82
	중	12.63	2.50	12.75	2.84	11.10	3.03	11.48	2.83	11.50	2.99	11.46	3.14	11.07	2.78	11.67	2.71	12.59	2.45	106.29	18.65
	하	12.02	3.67	12.00	3.35	10.31	3.54	10.72	3.53	10.64	3.49	10.94	3.47	10.61	3.38	10.93	3.87	12.02	3.38	100.23	26.85
	F	1.86	1.23	1.12	1.86	2.11	.84	.59	1.47	.85	1.64										
전체	상	12.98	3.03	12.67	3.27	10.74	3.24	11.83	2.78	12.17	3.15	12.22	3.22	10.94	2.96	12.47	3.17	12.77	2.46	108.83	21.74
	중	12.98	2.85	12.54	2.86	11.08	3.27	11.38	2.96	11.47	3.32	11.38	3.20	10.88	2.96	11.48	2.82	12.47	2.58	105.70	20.90
	하	11.72	3.53	12.19	3.49	10.25	3.64	10.63	3.50	10.22	3.36	10.45	3.58	10.50	3.42	10.49	3.89	11.87	3.28	98.36	26.47
	F	3.96*	aab	.44	1.10	2.88	6.88***	abc	5.31**	abb	.43	6.60**	abb	2.01	4.04*	abb					

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

2. 청소년의 여가활동유형, 생활스트레스와 학습몰입도와와의 관련성

<표 4>와 같이 청소년의 여가활동유형, 생활스트레스, 학습몰입도와와의 상관관계는 학습몰입도의 하위변인들과 정적 또는 부적으로 통계적인 유의한 차이를 나타낸다. 즉 청소년의 여가활동유형과 생활스트레스는 청소년의 학습몰입도와 관련성이 있는 것으로 나타났다. 청소년의 여가활동유형의 하위영역인 교육체험지향활동은 도전과 기술의 균형감(p<.001), 행동과 인식의 일체감(p<.05), 분명한 목적(p<.001), 명확한 피드백(p<.001), 수행중인 과제에 대한 집중(p<.001), 통제감(p<.001), 자의식의 상실(p<.05), 양적 시간 개념의 상실(p<.001), 자기목적성(p<.01)과 통계적으로 유의한 정적인 상관을 나타내고, 취미지향활동은 수행중인 과제에 대한 집중(p<.01), 양적 시간개념의 상실(p<.01)과 정적인 상관을 나타낸다. 사회친목활동은 도전과 기술의 균형감(p<.05), 명확한 피드백(p<.05), 수행중인 과제에 대한 집중(p<.05), 통제감(p<.01), 자의식의 상실(p<.05), 양적 시간개념의 상실(p<.01)과 정적인 상관을 나타내고, 가정지향활동은 도전과 기술의 균형감(p<.05), 행동과 인식의 일체감(p<.05), 명확한 피드백(p<.05), 양적 시간개념의 상실(p<.05)과 정적인 상관을 나타낸다. 즉 청

소년들의 다양한 여가활동유형과 학습몰입과는 매우 밀접한 관련성이 있는 것으로 나타난다.

청소년의 생활스트레스 중 장래문제는 도전과 기술의 균형감(p<.001), 행동과 인식의 일체감(p<.01), 분명한 목적(p<.001), 명확한 피드백(p<.05), 통제감(p<.001), 자의식의 상실(p<.001), 양적 시간개념의 상실(p<.001), 자기 목적성(p<.01)과 부적인 상관을 나타내고, 자신감은 도전과 기술의 균형감(p<.001), 행동과 인식의 일체감(p<.001), 명확한 피드백(p<.01), 통제감(p<.01), 양적 시간개념의 상실(p<.001), 자기 목적성(p<.01)과 부적인 상관을 나타낸다. 학업은 도전과 기술의 균형감(p<.001), 행동과 인식의 일체감(p<.001), 분명한 목적(p<.001), 명확한 피드백(p<.001), 수행중인 과제에 대한 집중(p<.001), 통제감(p<.001), 자의식의 상실(p<.001), 양적 시간개념의 상실(p<.001), 자기목적성(p<.001)과 부적인 상관을 나타내고, 생활태도는 도전과 기술의 균형감(p<.001), 행동과 인식의 일체감(p<.01), 분명한 목적(p<.01), 명확한 피드백(p<.01), 수행중인 과제에 대한 집중(p<.05), 통제감(p<.001), 양적 시간개념의 상실(p<.001), 자기 목적성(p<.05)과 부적인 상관을 나타낸다. 가족문제는 도전과 기술의 균형감(p<.001), 행동과 인식의 일체감(p<.001), 분명한 목적(p<.05), 명확한 피드백(p<.001), 수행중인 과제에 대한 집중(p<.001), 통제감(p<.001), 자의식의 상실(p<.01), 양적 시간

<표 4> 여가활동유형, 생활스트레스와 학습몰입도의 관련성

변인	하위영역	학습몰입도									
		도전과 기술의 균형감	행동과 인식의 일체감	분명한 목적	명확한 피드백	수행중인 과제에 대한 집중	통제감	자의식의 상실	양적 시간 개념의 상실	자기 목적성	전체
여가 활동 유형	교육체험	.31***	.17*	.24***	.22***	.32***	.33***	.16*	.34***	.17**	.32***
	취미지향	.04	.07	.05	.12	.18**	.11	.09	.18**	.04	.10
	사회친목	.13*	.12	.08	.17*	.13*	.18**	.13*	.19**	.11	.12
	가정지향	.15*	.14*	.07	.16*	.12	.11	.04	.14*	.09	.15*
생활 스트레스	장래문제	-.47***	-.20**	-.21***	-.15*	-.11	-.26***	-.21***	-.34***	-.19**	-.20**
	자신감	-.35***	-.25***	-.11	-.20**	-.11	-.17**	-.06	-.28***	-.19**	-.25***
	학업	-.52***	-.37***	-.51***	-.34***	-.38***	-.41***	-.32***	-.35***	-.24***	-.42***
	생활태도	-.31***	-.19**	-.18**	-.20**	-.14*	-.26***	-.11	-.29***	-.15*	-.25***
	가족문제	-.34***	-.25***	-.14*	-.24***	-.21***	-.36***	-.17**	-.37***	-.28***	-.30***
	교우문제	-.29***	-.19**	-.10	-.20**	-.11	-.24***	-.04	-.27***	-.14*	-.26***

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

개념의 상실(p<.001), 자기 목적성(p<.001)과 부적인 상관을 나타내고, 교우문제는 도전과 기술의 균형감(p<.001), 행동과 인식의 일체감(p<.01), 명확한 피드백(p<.01), 통제감(p<.001), 양적 시간개념의 상실(p<.001), 자기 목적성(p<.05). 즉 전반적으로 청소년들이 느끼는 생활스트레스의 수준과 청소년의 학습몰입과는 매우 밀접하게 부적으로 관련성을 나타낸다.

3. 청소년의 학습몰입도에 영향을 미치는 변인들

청소년의 학습몰입에 영향을 미치는 변인을 검증하기 위하여 중다회귀분석을 실시한 것은 <표 5>와 같다. 청소년의 생활스트레스 중 학업(β=-.45)과 가족문제(β=-.28) 그리고 여가활동유형 중 교육체험지향활동(β=.24)은 청소년의 학습몰입을 예측하는 유의미한 변인들이었다. 하위영역 중에서는 장래문제(β=-.20), 학업(β=-.33), 가족문제(β=-.14) 및 교육체험지향활동(β=.27)이 청소년의 학습몰입 중 도전

<표 5> 청소년의 학습몰입에 대한 여가활동유형과 생활스트레스의 중다회귀분석

종속변인	독립변인(하위영역)		비표준화 회귀계수(b)	표준화 회귀계수(β)	t	
도전과 기술의 균형감	생활 스트레스	장래문제	-.12	-.20	-2.98**	F(10, 211)=14.71*** R ² =.41 Adjusted R ² =.42
		자신감	.00	.00	.02	
		학업	-.23	-.33	-5.04***	
		생활태도	-.04	-.05	-.69	
		가족문제	-.12	-.14	-2.00*	
		교우문제	.05	.05	.74	
	여가활동 유형	교육체험지향	.16	.27	3.82***	
		취미지향	-.05	-.10	-.13	
		사회지향	.01	.02	.36	
		가정지향	.00	.01	.15	
행동과 인식의 일체감	생활 스트레스	장래문제	.05	.08	1.01	F(10, 211)=5.07*** R ² =.19 Adjusted R ² =.19
		자신감	-.05	-.08	-.89	
		학업	-.25	-.36	-4.71***	
		생활태도	.00	.00	.00	
		가족문제	-.17	-.19	-2.33*	
		교우문제	.93	.10	1.08	
	여가활동 유형	교육체험지향	.02	.03	.40	
		취미지향	.01	.01	.20	
		사회지향	.02	.32	.40	
		가정지향	.04	.08	1.03	
분명한 목적	생활 스트레스	장래문제	.04	.06	.90	F(10, 211)=10.66*** R ² =.33 Adjusted R ² =.35
		자신감	.13	.19	2.25*	
		학업	-.42	-.57	-8.16***	
		생활태도	-.10	-.11	-1.49	
		가족문제	-.12	-.13	-1.76	
		교우문제	.12	.12	1.50	
	여가활동 유형	교육체험지향	.13	.21	2.82**	
		취미지향	.00	.01	.12	
		사회지향	-.01	-.01	-.23	
		가정지향	-.02	-.04	-.56	

<표 계속>

종속변인	독립변인(하위영역)		비표준화 회귀계수(b)	표준화 회귀계수(β)	t	
명확한 피드백	생활 스트레스	장래문제	.07	.13	1.60	F(10, 211)=5.02*** R ² =.19 Adjusted R ² =.20
		자신감	.00	.01	.14	
		학업	-.24	-.35	-4.57***	
		생활태도	-.04	-.05	-.59	
		가족문제	-.16	-.18	-2.27*	
	여가활동 유형	교육체험지향	.03	.03	.41	
		취미지향	.05	.09	1.11	
		사회지향	.01	.03	.34	
수행중인 과제에 대한 집중	생활 스트레스	장래문제	.12	.19	2.51*	F(10, 211)=8.81*** R ² =.29 Adjusted R ² =.29
		자신감	.08	.12	1.45	
		학업	-.34	-.47	-6.53***	
		생활태도	-.04	-.04	-.55	
		가족문제	-.23	-.25	-3.25**	
	여가활동 유형	교육체험지향	.08	.08	.99	
		취미지향	.17	.27	3.45***	
		사회지향	.08	.14	1.70	
통제감	생활 스트레스	장래문제	.03	.05	.68	F(10, 211)=12.08*** R ² =.36 Adjusted R ² =.37
		자신감	.18	.26	3.13**	
		학업	-.27	-.37	-5.42***	
		생활태도	-.15	-.16	-2.16*	
		가족문제	-.33	-.35	-4.81***	
	여가활동 유형	교육체험지향	.04	.04	.55	
		취미지향	.20	.32	4.25***	
		사회지향	-.02	-.03	-.48	
자의식의 상실	생활 스트레스	장래문제	-.03	-.05	-.65	F(10, 211)=4.77*** R ² =.18 Adjusted R ² =.18
		자신감	.12	.19	2.00*	
		학업	-.23	-.35	-4.47***	
		생활태도	-.06	-.07	-.86	
		가족문제	-.19	-.22	-2.68**	
	여가활동 유형	교육체험지향	.15	.17	1.86	
		취미지향	.05	.09	1.15	
		사회지향	.02	.04	.55	
		가정지향	.06	.08	1.07	
		가정지향	-.03	-.07	-.91	
		가정지향				

<표 계속>

종속변인	독립변인(하위영역)		비표준화 회귀계수(b)	표준화 회귀계수(β)	t	
양적시간 개념의 상실	생활 스트레스	장래문제	-.06	-.09	-1.26	F(10, 211)=9.49*** R ² =.31 Adjusted R ² =.32
		자신감	.05	.07	.85	
		학업	-.16	-.21	-3.02**	
		생활태도	-.10	-.10	-1.36	
		가족문제	-.25	-.27	-3.51**	
	교우문제	.04	.04	.50		
	여가활동 유형	교육체험지향	.17	.27	3.48***	
취미지향		.04	.07	.88		
사회지향		.02	.03	.39		
자기 목적성	생활 스트레스	장래문제	.00	.01	.19	F(10, 211)=3.44*** R ² =.14 Adjusted R ² =.14
		자신감	-.01	-.03	-.32	
		학업	-.11	-.18	-2.27*	
		생활태도	-.02	-.03	-.38	
		가족문제	-.22	-.28	-3.35**	
	교우문제	.12	.15	1.62		
	여가활동 유형	교육체험지향	.06	.12	1.44	
취미지향		-.03	-.07	-.79		
사회지향		.05	.07	.94		
전체	생활 스트레스	장래문제	.11	.02	.34	F(10, 211)=11.65*** R ² =.35 Adjusted R ² =.37
		자신감	.51	.10	1.27	
		학업	-2.30	-.45	-6.45***	
		생활태도	-.58	-.09	-1.18	
		가족문제	-1.84	-.28	-3.79***	
	교우문제	.75	.11	1.35		
	여가활동 유형	교육체험지향	1.05	.24	3.16**	
취미지향		.06	.01	.21		
사회지향		.25	.04	.65		
		가정지향	-.17	-.04	-.62	

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

과 기술의 균형감과, 학업(β=-.36)과 가족문제(β=-.19)는 행동과 인식의 일체감과, 자신감(β=-.19), 학업(β=-.57) 및 교육체험지향활동(β=.21)은 분명한 목적과, 학업(β=-.35)과 가족문제(β=-.18)는 명확한 피드백을 예언하는 변인으로 나타났다. 그리고 장래문제(β=.19), 학업(β=-.47), 가족문제(β=-.25) 및 교육체험지향활동(β=.27)은 수행중인 과제에 대한 집중과, 자신감(β=.26), 학업(β=-.37), 생활태도(β=-.16), 가족문제(β=-.35)와 교육체험지향활동(β=.32)은 통제감과, 자신감(β=.19), 학업(β=-.35)과 가족문제(β=-.22)는 자의식의 상실과, 학업(β=-.21), 가족문제(β=-.27) 및 교육 체험지향활동(β=.27)은 양적시간개념의 상실과, 학업(β

=-.18)과 가족문제(β=-.28)는 자기목적성을 각각 예언하는 변인으로 나타났다. 도전과 기술의 균형감의 경우는 이들 변인들의 수정된 설명력이 42% 이었으며, 행동과 인식의 일체감 19%, 분명한 목적 35%, 명확한 피드백 20%, 수행 중인 과제에 대한 집중 29%, 통제감 37%, 자의식의 상실 18%, 양적시간개념의 상실 32%, 자기목적성이 14% 이었으며, 청소년의 학습몰입 전체의 경우는 37%로 사회과학에서 일반적으로 보이는 설명력에 비해 높은 설명력을 보였다.

V. 논의 및 제언

중학생들은 학업과 정체성의 혼란 등으로 어려움을 겪고 있으며, 신체적·정신적으로도 불안정한 특성들을 극복해야 하는 현실적인 과제를 안고 있다. 따라서 청소년들이 당면하고 있는 생활스트레스의 원인과 대응책을 살펴보는 것은 시기적으로 중요한 의미를 담고 있다. 무엇보다도 청소년들의 학업성취에 영향을 미치는 다양한 요인 중에서 여가활동유형과 생활스트레스를 함께 고려하여 학습몰입도를 제고하는 해법을 제시하고 있는 본 연구는 청소년의 여가활동이 학습몰입을 방해하는 요인으로 작용할 수 있다는 사회적 통념을 극복할 수 있는 대안을 제시하고 있다는 점에서 연구의 의의를 찾을 수 있다.

본 연구의 대상으로는 대전광역시에 소재하고 있는 5곳의 중학교에 재학 중인 학생 총 222명이었다. 본 연구의 결과를 요약하고 논의하면 다음과 같다.

첫째, 교육체험지향과 가정지향의 여가활동을 많이 하는 집단의 청소년들이 생활스트레스가 적은 것으로 나타났다. 교육체험지향활동과 가정지향활동 모두 생활스트레스의 가족문제와 통계적으로 유의한 차이를 보여 청소년들은 생활스트레스 중 교육체험과 가정지향활동을 통하여 생활스트레스를 감소시키며, 여가활동을 통해 생활스트레스의 가족문제가 해결될 수 있다는 것을 제시해 주었다. 이러한 연구결과는 기존의 가족체계 내에 변화를 일으키거나 일으킬 잠재력을 지니고 있는 가족생활사건 속에서 생활스트레스의 원인을 살펴 본 김태현와 조희선(1991), 최연실(1996), 김경신과 김오남(1997, 1998)의 연구결과와는 다르게 만일 청소년들이 여가활동에 효과적으로 참여하지 못하면 일상생활 속에서 스트레스가 발생할 수 있다는 점을 시사한다. 그러므로 청소년의 건전한 여가활동을 통해 생활스트레스를 감소시키는 것이 청소년기에 절대적으로 필요하다고 본다.

교육체험지향활동과 취미지향활동을 많이 하는 집단의 청소년들이 학습몰입을 잘 하는 것으로 나타났다. 취미지향의 여가활동은 수행중인 과제에 대한 집중과 양적 시간 개념의 상실에서 차이를 보였지만, 교육체험지향의 여가활동은

분명한 목적, 명확한 피드백, 수행중인 과제에 대한 집중, 양적 시간개념의 상실에서 차이를 보였다. 따라서 청소년들이 다양한 여가활동에 효과적으로 참여하게 되면 긍정적으로 학습에 몰입할 수 있는 것으로 보인다. 그리고 몰입이 학습자 활동에 참가하여 즐거움과 창조성을 경험하는 순간에 관찰된다고 강조한 Csikszentmihalyi(1975)와 학습몰입을 최고 수준의 수행과 비슷한 개념이라고 주장한 Jackson과 March(1996)의 견해에 근거하여 여가활동유형과 학습몰입간의 관계를 세부적으로 살펴보면, 학습몰입을 도모하기 위한 여가활동은 가능한 교육체험을 중심으로 전개하는 것이 바람직하다고 볼 수 있다. 왜냐하면 취미지향의 여가활동도 학습몰입에 부분적인 영향을 미쳤지만 교육체험지향활동보다 상대적인 영향력이 미약하기 때문이다.

둘째, 청소년들의 여가활동유형과 생활스트레스는 학습몰입과 관련성이 있는 것으로 나타났다. 여가활동의 하위변인 중 교육체험지향의 여가활동이 학습몰입과의 관련성이 가장 높게 나타나 여가활동유형과 학습몰입간의 관련성이 밀접함을 시사한다. 그러나 취미지향·사회친목·가정지향의 여가활동에서도 학습몰입에 부분적으로 관련성이 있는 것으로 나타났으며, 양적 시간개념의 상실과는 가족여가활동의 모든 영역에서 관련성이 높게 나타났다. 반면 생활스트레스의 모든 하위변인들은 학습몰입과의 관련성이 전체적으로 높게 나타나 학습몰입을 증진시키기 위해서는 여가활동이 우선 생활스트레스를 감소시키는 효과를 가지고 있고 이에 따라 생활스트레스의 감소는 연쇄적으로 청소년의 학습몰입에 긍정적인 관련성을 가지게 된다는 것을 알 수 있다. 이러한 연구결과는 청소년의 여가활동을 제약하는 요인을 중심으로 연구한 이철원과 조상은(2001), 그리고 박미석 외(2001)의 연구에서 보인 결과와는 상이하게 여가활동의 긍정적 효과인 학습몰입과의 관계를 다룬 점은 여가활동의 역기능보다 순기능의 효과가 더 크다는 점을 상기시켜 주었다.

셋째, 청소년의 학습몰입에 영향을 미치는 변인은 생활스트레스 중 학업과 가족문제였고, 여가활동유형 중에서는 교육체험지향활동으로 밝혀졌다. 따라서 청소년의 학습몰입도를 높이기 위해서는 우선적으로 학업과 가족문제와 관

런된 생활스트레스를 줄여야 하고, 교육체험지향적인 여가 활동을 실천해야 한다는 점을 확인시켜 주었다. 궁극적으로 청소년들의 학습몰입을 방해하는 다양한 활동을 차단하여 교육적 효과를 높이는 소극적인 전략도 나름대로의 효과를 거둘 수 있겠지만, 청소년의 학업 및 다양한 환경요인 때문에 발생하는 스트레스를 슬기롭게 극복하지 못하면, 질적인 학습효과를 거둘 수 없다는 점에서 학습몰입의 질을 개선하기 위해 교육체험지향적인 여가활동을 장려하고 학업과 가족문제 중심의 생활스트레스를 우선적으로 감소시키는 관점에서의 새로운 접근이 필요해 보인다.

하지만 본 연구는 청소년의 여가활동을 장려하고 생활스트레스를 감소시키면 학습몰입도를 제고할 수 있다는 점을 확인하였지만 보다 세부적인 실천방법을 제시하는 차원에서의 대안은 미흡하다. 따라서 향후 청소년의 학습몰입도를 증진시킬 수 있는 세부적인 여가활동에 대한 연구와 학습몰입을 방해하는 생활스트레스의 진단과 처방에 관련된 후속연구가 필요하다고 본다.

참고문헌

고갑준(1998). **가족여가활동을 통한 가족복지 증진방안에 관한 연구**. 한남대학교 석사학위논문.
 락혜숙(1998). **고등학생의 여가활동유형에 따른 여가만족, 여가권태의 차이**. 이화여자대학교 석사학위논문.
 김경신·김오남(1997). 편모가족의 가족자원, 대처와 스트레스. **대한가정학회지**, 35(4), 211-228.
 김경신·김오남(1998). 편모의 스트레스와 심리적 복지. **대한가정학회지**, 36(2), 19-34.
 김문겸(1993). **여가의 사회학**. 서울: 한울아카데미.
 김태현·조희선(1991). 모자가족과 부부가족간의 가족스트레스 관련변인에 관한 비교연구. **가족학논문**, 3, 99-129.
 김외숙·이기춘(1993). 도시 기혼여성의 여가장애지각과 여가활동 참여와의 관계. **한국가정관리학회지**, 11(2), 208-218.
 모창배(1993). **여가활동 참여유형과 생활만족도에 관한 실증적 연구**. 국민대학교 박사학위논문.
 문숙재·윤소영·차경옥·천혜정(2005). **여가문화와 가족**. 서울: 신정.

민기홍(1996). **고교생의 여가활동 참여도와 생활만족도에 관한 실증적 연구**. 상지대학교 석사학위논문.
 박미석·이정우·김명자·계선자·김경아·우이란(2001). 새 밀레니엄에서의 청소년 문화창조를 위한 생태학적 지원체계(VI): 청소년의 여가문화 실태 및 여가만족도. **대한가정학회지**, 39(4), 61-78.
 박성희·김연경(2006). 온라인 학습에서 학습몰입요인, 몰입수준, 학업성취 간의 관련성 탐구. **열린교육연구**, 14(1), 93-115.
 박은영(1995). **고등학교 청소년들의 스트레스 원인과 그 대체 행동에 관한 연구**. 이화여자대학교 교육대학원 석사학위논문.
 백양희·최외선(1996). 농촌 고등학생들의 스트레스. **대한가정학회지**, 34(1), 33-47.
 백영균·김향희(2005). 교육용 온라인 게임에서 몰입과 게임행동의도에 영향을 미치는 주요 요인에 대한 연구. **교육공학연구**, 21(3), 1-32.
 서태양·차석빈(1999). **여가론**. 서울: 대왕사.
 성미경(1993). **직장여성의 여가활동에 관한 연구**. 경희대학교 석사학위논문.
 송진숙·이영관(2007) 대전지역 중학생이 지각한 가족의 건강성 및 가족여가 태도에 따른 청소년의 가족여가만족도. **한국가정과교육학회지**, 19(2), 183-194.
 신정순(2006). **학습몰입, 자기조절학습과 학업성취와의 관계 연구**. 경희대학교 박사학위논문.
 신효식·이경주(1997). 심대 자녀가 지각한 일상적 스트레스와 부적응. **대한가정학회지**, 35(5), 131-140.
 이경희(1995). **청소년의 스트레스에 관한 연구**. 숙명여자대학교 박사학위논문.
 이순영(2006). 독서 동기와 몰입에 영향을 주는 요인에 관한 이론적 고찰. **독서연구**, 16, 359-381.
 이재형·김찬룡·박상철(2003) 청소년의 여가활동 활성화방안. **한국스포츠리서치**, 14, 35-48.
 이은주(2001). 몰입에 대한 학습동기와 인지전략과 관계. **교육심리연구**, 19(3), 199-216.
 이철원·조상은(2001). 청소년의 여가만족과 제약에 관한 질적 분석. **한국여가레크레이션학회지**, 21, 179-194.
 조선희·강명숙·김혜진·류진아·박희연(2005). **청소년복지론**. 서울: 교문사.

- 주현식(2004). 청소년의 여가활동이 스트레스 해소 및 학습성취도에 미치는 영향에 관한 연구. 부산외국어대학교, **아시아지역연구**, 7, 105-134.
- 장은정(2002). e-Learning 공동체에서 학습 전략과 몰입이 학습 결과에 미치는 영향. **교육공학연구**, 18(3), 27-54.
- 정우식(1986). **청소년 문제 그 실상과 대책**. 서울: 삼성출판사.
- 지영숙·이태진·최보라(2002). 가족여가 유형이 가족체계 역동에 미치는 영향 연구. **한국가정관리학회지**, 20(4), 189-196.
- 최미숙·최동숙 (2003). 중학생의 여가활동유형과 생활만족도 간의 관계 연구. **한국가정교육학회지**, 15(1), 1-13.
- 최연실(1996). **청소년자녀기 가족의 가족스트레스에 관한 연구**. 서울대학교 박사학위논문.
- 한국청소년개발원(1993). **청소년 활동론**.
- 한담석(1998). **청소년의 여가활동유형이 여가만족에 미치는 영향**. 건국대학교 석사학위논문.
- Csikszentmihalyi, M.(1975). Play and intrinsic rewards. *Journal of Humanistic Psychology*, 15(3), 41-63.
- Csikszentmihalyi, M.(1990). *Flow: The psychology of optimal experience*. New York: Harper Collins.
- Gold, M. S.(1980). *Recreation planning and development*. New York: McGraw-Hill Book Co.
- Jackson, S. & Marsh, H(1996). Development and validation of a scale to measure optimal experience: The Flow State. *Journal of Sport and Exercise psychology*, 18, 17-35.
- Kaplan, M.(1960). *Leisure in America*. New York: John Wiley & Sons.
- KNP(2000). *2000 Fall KNP seminar*. Korea Netizen Profile.
- Lavee, Y., McCubbin, H. & Olson, D.(1987). The effect of stressful life events and transitions on family functioning and well-being. *Journal of Marriage and the Family*, 49, 857-873.

<국문요약>

본 연구는 청소년의 학업성취도와 밀접한 관련을 맺고 있는 학습몰입에 영향을 미칠 수 있는 여가활동유형과 생활스트레스와의 관련성을 분석하여 청소년의 학습몰입을 제고할 수 있는 구체적인 대안을 모색하고자 하였다. 본 연구는 SPSS 통계프로그램을 사용하여 빈도와 백분율, 일원변량분석, 상관관계분석, 중다회귀분석을 실시하였다. 연구결과는 첫째, 청소년들이 교육체험지향과 가정지향 여가활동에 따라 생활스트레스에서 유의한 차이가 나타났고, 교육체험지향과 가정지향 여가활동을 많이 하는 집단의 생활스트레스 수준이 낮았다. 둘째, 청소년들이 교육체험지향과 취미지향 여가활동에 따라 학습몰입에서 유의한 차이가 나타났고, 교육체험지향과 취미지향 여가활동을 많이 하는 집단의 학습몰입도가 높았다. 셋째, 청소년들의 여가활동유형과 생활스트레스는 학습몰입과 관련성이 있는 것으로 나타났다. 넷째, 청소년의 학습몰입에 영향을 미치는 변인은 생활스트레스 중 학업과 가족문제였고, 여가활동유형 중에서는 교육체험지향활동으로 나타났다.

■ 논문접수일자: 2008년 5월 11일, 논문심사일자: 2008년 5월 13일, 게재확정일자: 2008년 11월 24일