

---

# 중학생의 스포츠 참가 정도와 스포츠 유능감 및 사회적 지지의 관계

## Relationships among Sports Participation Degree, Sports Competence, and Social Support for Middle School Students

---

박보현, 이연주  
서울대학교

Bo-Hyeon Park(turbo10@snu.ac.kr), Yeon-Ju Lee(sport-freeman@hanmail.net)

---

### 요약

본 연구는 중학생을 대상으로 스포츠 참가 정도와 스포츠 유능감 및 사회적 지지가 어떠한 관계에 있는지 살펴보기 위하여 서울시 지역에 소재하고 있는 중학생 41명을 대상으로 설문조사를 실시하였다. 가설 검증을 위한 통계분석 방법으로는 t-검정, 일원 변량분석, 상관분석, 다중회귀분석(multiple regression analysis)을 실시하였다. 통계분석을 통하여 얻어진 연구결과는 다음과 같다. 첫째, 남학생의 스포츠 참가 정도가 여자 중학생보다 높게 나타났다. 그러나 여학생이 남학생보다 동료지지에 있어서는 더 높게 나타났다. 학년에 따른 스포츠 참가 정도에 있어서는 1학년이 가장 높게 나타났으며, 2학년의 경우 스포츠 유능감과 교사지지가 높은 것으로 나타났다. 또한 성적이 높을수록 사회적 지지가 높은 것으로 나타났으며, 가계소득 정도가 높을수록 스포츠 참가 빈도, 그리고 스포츠 유능감, 동료지지가 높은 것으로 조사되었다. 둘째, 스포츠 참가 정도는 사회적 지지에 직접적으로 영향을 미치지 못하고, 스포츠 유능감을 매개로하여 간접적으로만 영향을 미치는 것으로 나타났다. 따라서 본 연구결과는 청소년들의 사회적 지지를 높이는 데 스포츠참가 유무보다는 스포츠 유능감 향상이 더 중요한 요인임이 밝혀졌는데 의의가 있다.

■ 중심어 : | 스포츠참가 정도 | 스포츠 유능감 | 사회적 지지 |

### Abstract

The research focus on participation degree and competence in sports and their social support. Moreover, it focus on how the sports participation degree and sports competence affect social support. For the research, 414 middle school students were collected and the t-test, one-way ANOVA, correlation analysis and the multiple regression analysis was carried on. As a result, boys participated in sports more than girls, but girls show more positive effect on social support from friends than boys. According to grade, the sophomores participated in sports highly, and juniors stronger than sophomores, seniors in case of sports competence and social support from teachers. Scholastic achievements show positive effects on all social support, Income show positive effects on participation frequency, sports competence and social support from friends. Secondly, sports participation degree did not affect the social support directly but affect indirectly through sports competence.

■ keyword : | Sport participation degree | Sports competence | Social support |

## I. 서론

### 1. 연구의 필요성

중학생 시기는 아동기에서 청소년기로 넘어가는 과도기로 많은 보호와 관심을 받아왔던 초등학교 시기와는 달리 학업 성취뿐만 아니라 자아를 확인하고 가치관을 정립하며 자율적인 의사결정과 사회적 행동양식의 습득을 통해 자신의 문제에 스스로 대처해 나갈 수 있는 사회적 적응력을 길러야만 하는 시기이다[8]. 이러한 중학생들의 능력과 인성의 형성은 본격적으로 가정을 벗어나 학교라는 또 다른 사회적 울타리 속에서 이루어지는데, 이 시기 습득해야만 하는 다양한 가치들은 가정에서의 부모와 더불어 교사, 또래를 중심으로 한 인간관계를 통해 형성되는 것이 그 특징이다.

특히 친구를 중심으로 한 또래관계는 청소년기를 얼마나 성공적으로 이끌어 나아가느냐 하는 것을 결정짓는 열쇠가 될 수 있다. 따라서 원만하지 못한 또래관계는 학교생활의 부적응을 초래할 수 있으며, 이러한 학교에서의 부적응은 청소년의 삶의 질을 저하시킬 뿐 아니라, 학업부진, 장기결석, 중단 등의 비행으로 이어질 우려가 있다. 이는 청소년 개인과 가정의 위기로 이어질 수 있으며, 장래에는 사회구성원으로서의 자립적인 성인으로 성장하는데 어려움을 가져오는 등의 부정적인 결과를 가져올 수 있다[4].

반대로 가정에서 부모로부터, 그리고 학교에서 친구들과 교사로부터 인정받는 학생들의 경우 원만한 학교생활을 바탕으로 학업성취는 물론 자기 자신에 대한 이미지 형성과 자아존중감이 있어 긍정적인 결과를 이끌어내는 것으로 보고되고 있다[1]. 이는 다시 말해서 중학교 시기 부모와 교사, 그리고 친구들과로부터의 사회적 지지의 정도가 학교생활은 물론 개인의 인성형성과 직결된다는 것을 의미한다[16]. 사회적 지지란 사회적 관계를 통해 개인이 타인들로부터 얻을 수 있는 모든 긍정적 자원을 의미하는 것으로 인간의 건강할 발달과 적응에 중요한 역할을 한다[15]. 성인의 경우 혈연위주의 관계에서 벗어나 보다 적극적으로 사회적 관계를 형성함으로써 비공식적지지 제공자 외에도 많은 공식적 제공자를 갖지만, 청소년의 경우에는 일반적으로 가족, 친

구, 교사 등이 사회적 지지를 제공하는 주요 사람들이라 할 수 있다[20].

청소년을 대상으로 한 사회적 지지에 관한 연구에 따르면 부모로부터의 지지는 청소년의 심리적·정서적 안정과 타인과의 신뢰와 긍정적인 관계형성에 도움을 주며[17], 교사로부터의 지지는 청소년의 사회기술 향상과 학교부적응을 감소시키며[16], 또래집단의 지지는 학업성취[18]는 물론 자아개념(self-concept)이나 적응기술 등의 자기능력감(competency)을 향상시켜주는 것으로 보고되고 있다[19].

이와 같이 중학생을 포함한 청소년기 학생들에게 중요한 영향을 미치는 사회적 지지에 관한 연구는 체육분야에서도 주요 연구대상으로, 그 내용은 청소년의 스포츠 참가가 사회적 지지에 긍정적인 영향을 미친다는 것이다[3][10][11][13]. 구체적으로 살펴보면, 스포츠에 참가한 학생참가한령치 않은 학생에 비해 보다 많은 사회적 지지를 얻는 것으로 나타났으며[3][10][13], 스포츠 참가 정도에 있어서 참가 빈도[3][11], 강도[3]가 높을수록 사회적 지지가 높게 나타났다.

그러나 이러한 선행연구들의 문제점은 스포츠 참가 자체가 청소년의 사회적 지지에 긍정적인 영향을 미친다고 해석하고 있다는 것이다. 이러한 설명은 단순히 스포츠에 참가만 하면 동료나 교사, 그리고 부모로부터 긍정적인 지지를 획득할 수 있다는 잘못된 일반화의 오류를 범할 수 있게 한다. 다시 말해서 운동을 좋아하는 남학생 일지라도 운동 기능이 떨어지는 경우 친구들과로부터 부정적 지지를 받을 가능성을 무시하게 된다.

몇몇 선행연구에서는 중학생의 스포츠참가 경험이 스포츠 유능감에 긍정적인 영향을 미치며[14][12], 스포츠 유능감은 체육수업에서의 동료관계에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이를 통해 우리는 중학생의 스포츠 참가가 스포츠 유능감을 매개로 하여 사회적 지지에 영향을 미칠 것이라는 가설을 세울 수 있다.

따라서 단순히 스포츠에 참가하느냐, 혹은 어느 정도 참가하느냐의 수준을 넘어 스포츠 참가가 무엇 때문에 청소년들의 사회적 지지에 긍정적으로 영향을 미치는지 규명해야 할 필요가 있다. 이에 본 연구는 청소년들은 자신 및 타인에게 보여 지는 신체이미지와 능력을

중요하게 생각하고 집착하는 사회심리적 특성[9]에 주목하고자 하였다.

이러한 문제의식을 바탕으로 본 연구는 기존 선행연구에서 주요 변인으로 설정한 스포츠 참가 정도와 스포츠 유능감, 그리고 사회적 지지가 어떠한 관계에 있는지를 규명하고자 한다. 이는 스포츠 참가가 사회적 지지에 영향을 미친다는 선행연구의 추상적인 결과의 한계를 극복하고 사회적 지지를 보다 세부적으로 설명할 수 있는 변인을 확인할 수 있는 기회가 될 것으로 판단된다.

## 2. 연구의 목적

본 연구는 중학생을 대상으로 스포츠 참가 정도 및 스포츠 유능감이 사회적 지지에 어떠한 영향을 미치는지 살펴보는 데 목적이 있다. 이를 위해 다음과 같은 구체적인 가설을 설정하고 이를 규명하고자 하였다.

- 가설 I. 중학생들은 개인적인 특성에 따라 스포츠 참가 정도와 스포츠 유능감 그리고 사회적 지지에 차이가 있을 것이다.
- 가설 II. 중학생들의 스포츠 참가 정도(빈도, 강도)와 스포츠 유능감은 사회적 지지에 직·간접적으로 영향을 미칠 것이다.

## II. 연구방법

### 1. 연구대상

본 연구는 2009년 5월 현재 서울시 지역에 소재하고 있는 중학교 재학생을 모집단으로 선정한 후, 층화표집법(stratified sampling)을 이용하여 표본을 추출하였다. 구체적인 표집 순서는 우선 서울을 크게 강남과 강북, 강동과 강서로 나누어 각각 1개교씩 총 4개교를 선택하였다. 학급선정은 해당학교에 근무하는 체육교사가 자신의 수업시간에 맞추어 각 학년 당 1개 학급씩 임의로 선정하였고, 선정된 학급의 모든 학생들로부터 설문지를 받았다. 이러한 표본추출 과정을 거쳐 총 12개 반에서 431명의 표본을 추출하였다. 이중 최종 분석에 사용된

설문지는 무기입 또는 불성실하게 응답한 설문지 17부를 제외한 414부였다.

표 1. 연구대상자의 일반적 특성

구분		빈도(명)	비율(%)
성별	남학생	214	51.7
	여학생	200	48.3
학년	1학년	106	25.6
	2학년	155	37.4
	3학년	153	37.0
성적	하위권	41	9.9
	중하위권	87	21.0
	중위권	143	34.5
	중상위권	102	24.6
	상위권	41	9.9
가계 소득	150만원 미만	31	7.5
	150-300만원 미만	121	29.2
	300-450만원 미만	140	33.8
	450-600만원 미만	56	13.5
	600만원 이상	66	15.9
전체		414	100

조사대상의 일반적 특성은 다음의 [표 1]과 같이 성별에 따라 남학생 214명(51.5%), 여학생 200명(48.3%)이었으며, 학년에 따라 1학년 106명(25.6%), 2학년 155명(37.4%), 3학년 153명(37.0%)이었고, 성적에 따라 하위권 41명(9.9%), 중하위권 87명(21.0%), 중위권 143명(34.5%), 중상위권 102명(24.6%), 상위권 41명(9.9%)로 나타났다. 가계소득에 따라서는 150만원 미만 31명(7.5%), 150-300만원 미만 121명(29.2%), 300-450만원 미만 140명(33.8%), 450-600만원 미만 56명(13.5%), 600만원 이상 66명(15.9%)로 나타났다.

### 2. 조사도구

설문지는 개인적 특성으로 성별, 학년, 학업성적, 가계소득이 포함되어 있다. 개인적 특성의 모든 문항은 폐쇄형으로 질문하였다. 특히 학업성적은 '하위권'부터 '상위권'까지 5단계로 질문하였고, 가계소득은 '150만원 미만'부터 '600만원 이상'까지 5단계로 질문하였다. 스포츠 참가 정도변인으로는 빈도와 강도를 측정하였다. 빈도는 1주일에 체육수업을 제외한 체육활동을 몇 회

나 실시하는지 조사하였고, 강도는 1차례 체육활동에 참가해서 몇 시간이나 지속하는지를 개방형 질문에 답하도록 하였다. 본 연구에서 참가정도 변인 중 기간을 제외한 이유는 모든 선행연구[3][11][14]에서 기간이 스포츠 유능감과 사회적 지지에 영향을 미치지 않는 것으로 나타났기 때문이다.

스포츠 유능감 척도는 김병준[2]이 개발한 한국판 신체적 자기개념 측정 도구의 하위 요인으로 포함되어 있는 스포츠 유능감 요인을 사용하였다. 이는 총 4개 문항으로 구성되어 있으며 6점 리커트 척도로 측정하였다. 구체적으로 '전혀 아니다'에 1점을 부여 했으며, '아니다' 2점, '아닌 편이다' 3점, '그런 편이다' 4점, '그렇다' 5점, 마지막으로 '매우 그렇다' 6점을 부여하였다. 이 척도의 Cronbach's Alpha 값은 .960으로 매우 높은 신뢰도를 보였다.

사회적 지지는 박지원[7]의 척도를 노경섭[5]이 수정한 것을 그대로 사용하였다. 이 척도는 총 25문항으로 모든 문항은 '전혀 그렇지 않다'부터 '매우 그렇다'까지 5점 리커트 척도로 측정되었다. 본 연구에서는 연구목적 상 하위요인들에 대한 분석은 실시하지 않고, 척도의 동일 문항에 대해 연구 대상자가 가족과 동료, 그리고 교사들로부터 각각 어느 정도나 지지를 받고 있는지 평가하도록 하였다. 이 척도의 Cronbach's Alpha 값은 가족지지 .971, 동료지지 .967, 교사지지 .971로 매우 높은 신뢰도를 보였다. 척도의 내용타당도를 높이기 위하여 중학교 교사와 스포츠 사회학을 전공한 체육학 박사 학위 소지자 1명, 그리고 여가학을 전공한 체육학 박사 학위 소지자 1명으로부터 설문지의 내용을 검토 받았고, 10명의 중학생들로부터 설문문항을 이해하는데 문제가 없는지 확인받았다.

### 3. 조사과정 및 절차

본 연구의 설문조사는 2009년 5월 6일부터 15일까지 이루어졌다. 본 연구자는 조사대상 지역 학교를 직접 방문하여 연구의 목적과 의미를 담당교사에게 설명한 후 협조를 구한 다음 설문조사를 실시하였다. 설문지는 체육교사가 자신의 담당 수업시간이 시작할 때 연구의 목적과 중요성을 학생들에게 강조하고 배포한 후, 자기

평가기입법으로 작성하였고 완성된 설문지는 그 자리에서 회수하였다.

### 4. 자료처리

회수한 설문지 가운데 응답내용이 부실하거나 신뢰성이 없다고 판단되는 자료는 분석대상에서 제외시키고 분석 가능한 자료를 컴퓨터에 개별 입력시킨 후 통계프로그램인 윈도우용 SPSS V. 12.0을 이용하여 자료 분석의 목적에 맞게 전산처리 하였다. 성적과 가계소득은 변량분석을 위해 중위 집단만을 그대로 두고, 하위 두 집단과, 상위 두 집단을 각각 묶어 3개의 집단으로 통계처리 하였다. 스포츠 참가정도 중 강도는 시간을 분으로 환산하여 통계처리 하였다.

자료처리를 위한 통계분석 방법으로는 신뢰도 분석, t-검정, 일원 변량분석(one-way ANOVA), 상관분석, 다중회귀분석(multiple regression analysis)을 실시하였다. 구체적으로 가설 I을 검증하기 위하여 t-검정과 일원 변량분석을 실시하였으며, 가설 II를 검증하기 위하여 상관분석과 다중 회귀분석을 실시하였다. 모든 유의 수준은  $p < .05$ 로 설정하였다.

## III. 연구 결과

### 1. 개인적 특성에 따른 참가정도, 스포츠유능감, 사회적지지의 차이

중학생들의 개인적 특성(성별, 학년, 성적, 가계소득)에 따라 스포츠 활동 참가정도(빈도, 강도), 스포츠 유능감, 그리고 사회적 지지(가족, 동료, 교사)간의 차이를 살펴보기 위해 t-검정과 일원변량분석을 실시하였다. 일원변량분석의 결과를 세부적으로 살펴보기 위하여 Scheffe의 사후분석 방법을 사용하였다.

그 결과는 [표 4]에서 보는 바와 같이 성별에 따라 참가 정도 중 빈도와 강도, 그리고 사회적 지지 중 동료지지에서 통계적으로 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 스포츠 참가에 있어서는 빈도와 강도 모두 남학생이 높은 것으로 나타났고, 동료지지는 여학생이 높은 것으로 나타났다. 학년에 따라서는 참가 정도 중 빈도

표 2. 개인적 특성에 따른 참가정도, 스포츠 유능감, 사회적 지지의 차이

변인		참가정도		스포츠 유능감	사회적 지지		
		빈도	강도		가족지지	동료지지	교사지지
성별	남학생	2.92±1.93	75.67±54.38	3.19±1.34	4.11±.77	3.60±.80	3.51±.85
	여학생	1.82±1.62	52.16±47.30	2.97±1.20	4.19±.73	3.95±.73	3.50±.88
	t	6.285***	4.680***	1.800	-1.094	-4.546***	.217
학년	①1학년	2.97±1.99	73.45±50.18	3.10±1.22	4.18±.79	3.72±.82	3.36±.87
	②2학년	2.15±1.69	65.01±57.05	3.26±1.33	4.20±.72	3.84±.82	3.68±.84
	③3학년	2.22±1.87	57.28±48.00	2.89±1.24	4.08±.76	3.73±.71	3.42±.84
	F	7.251***	3.038*	3.248*	1.089	.912	5.664**
	Scheffe	①)②,③	①)③	②)③			②)①,③
성적	①하위권	2.40±1.98	66.34±55.42	2.95±1.34	4.00±.80	3.62±.84	3.35±.82
	②중위권	2.37±1.65	63.64±45.35	3.05±1.22	4.13±.72	3.73±.68	3.42±.87
	③상위권	2.39±1.97	63.17±56.26	3.23±1.27	4.31±.72	3.94±.78	3.72±.84
	F	.008	.141	1.764	6.016**	6.284**	7.498***
	Scheffe			③)①	③)①		③)①,②
가계 소득	①300만원미만	2.18±1.78	60.18±52.15	2.88±1.22	4.09±.75	3.63±.82	3.48±.82
	②300-500미만	2.23±1.68	66.24±53.76	3.13±1.18	4.19±.71	3.80±.78	3.49±.86
	③500만원이상	2.82±2.09	67.25±51.08	3.28±1.42	4.18±.81	3.90±.71	3.55±.91
	F	4.747**	.758	3.417*	.744	4.326*	.221
	Scheffe	③)①,②		③)①		③)①	

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

와 강도 모두에서 집단 간 차이가 있는 것으로 나타났고, 스포츠 유능감과 사회적 지지 중 교사지지에서 집단 간 차이가 있는 것으로 나타났다. 참가 빈도는 1학년이 2학년과 3학년보다 높은 것으로 나타났고, 강도는 1학년이 3학년보다 높은 것으로 나타났으며, 스포츠 유능감은 2학년이 3학년보다 높게 나타났으며, 교사지지는 2학년이 1학년과 3학년보다 높게 나타났다. 성적에 따라서는 참가 정도와 스포츠 유능감에서는 유의한 차이가 나타나지 않았으며, 사회적 지지에서는 유의한 차이가 나타났다. 부모지지와 동료지지는 상위권 학생들이 하위권 학생보다 높은 것으로 나타났고, 교사지지는 상위권 학생들이 중위권 학생들과 하위권 학생들보다 높은 것으로 나타났다. 가계소득에 따라서는 참가 정도 중 빈도가 집단 간 유의한 차이를 보였으며, 스포츠 유능감과 사회적 지지 중 동료지지에서 집단 간 유의한 차이를 보였다. 참가 빈도는 가계소득이 500만원 이상인 학생들이 300만원 미만과 300-500만원 미만의 학생들보다 높은 것으로 나타났으며, 스포츠 유능감과 동료지지는 가계소득이 500만원 이상인 학생들이 300만원 미만의 학생들보다 높은 것으로 나타났다.

2. 회귀분석을 위한 변인들 간의 상관관계

회귀분석을 위한 변인인 성적, 스포츠 참가정도(빈도, 강도), 스포츠 유능감, 그리고 사회적 지지(가족, 동료, 교사) 간의 상관관계를 확인하기 위하여 Pearson의 상관분석을 실시하였다. 그 결과 [표 3]에서 보는 바와 같이 독립 변인인 빈도, 강도, 스포츠 유능감은 종속변인인 사회적 지지(가족, 동료, 교사)의 요인들과 부분적으로 유의한 상관을 보였다. 참가 정도 중 빈도 및 강도와 사회적 지지와의 상관에서는 빈도만이 가족지지와 p<.05수준에서 유의한 관계에 있는 것으로 나타났다. 그 외의 모든 변인들은 p<.001수준에서 서로 유의한 상관 관계가 있는 것으로 나타났다. 또한 모든 변인들의 상관 계수 값이 .564이하로 다중공선성(collinearity)에 문제가 없는 것으로 나타났다.

표 3. 회귀분석을 위한 변인들 간의 상관관계

	1	2	3	4	5	6
1 빈도	1					
2 강도	.404***	1				
3 스포츠유능감	.303***	.240***	1			
4 가족지지	.098*	.086	.238***	1		
5 동료지지	.018	.028	.296***	.559***	1	
6 교사지지	.016	.072	.250***	.564***	.498***	1

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

3. 참가정도와 스포츠 유능감 및 사회적지지의 관계

중학생들의 스포츠 참가정도(빈도, 강도)와 스포츠 유능감 및 사회적 지지(가족, 동료, 교사)의 관계를 알아보기 위하여 스포츠 유능감을 매개변인으로 하여 중다회귀분석을 실시하였다. 그 결과는 [표 4]와 [표 5], 그리고 [그림 1]에서 보는 바 같이, 참가 정도의 빈도( $\beta = .246$ )와 강도( $\beta = .141$ ) 모두는 스포츠 유능감에 직접적으로 영향을 미치는 것으로 나타난 반면 모든 사회적 지지(가족, 동료, 교사)에는 직접적으로 영향을 미치지 않는 것을 나타냈다. 반면, 스포츠 유능감은 모든 사회적 지지(가족  $\beta = .226$ , 동료  $\beta = .323$ , 교사  $\beta = .265$ )에 통계적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 스포츠 유능감은 사회적지지 중 동료지지에 미치는 영향력이 가장 큰 것으로 나타났다.

표 4. 참가정도가 스포츠 유능감에 미치는 영향

독립변수	B	SE	$\beta$	t
빈도	.169	.035	.246	4.838***
강도	.003	.001	.141	2.766**
스포츠유능감 $R^2 = .109$				

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

표 5. 참가정도 및 스포츠 유능감이 사회적 지지에 미치는 영향

독립변수	B	SE	$\beta$	t
빈도	.008	.022	.019	.355
강도	.000	.001	.024	.457
스포츠유능감	.134	.030	.226	4.461***
가족지지 $R^2 = .058$				
빈도	-.030	.022	-.071	-1.351
강도	.000	.001	-.020	-.391
스포츠유능감	.198	.031	.323	6.483***
동료지지 $R^2 = .094$				
빈도	-.037	.025	-.081	-1.512
강도	.001	.001	.041	.788
스포츠유능감	.179	.034	.265	5.243***
교사지지 $R^2 = .068$				

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

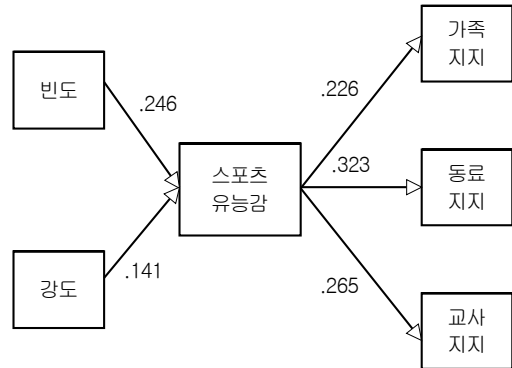


그림 1. 참가정도와 스포츠 유능감 및 사회적 지지의 관계

IV. 논의 및 결론

1. 논의

본 연구는 중학생을 대상으로 스포츠 참가 정도 및 스포츠 유능감이 사회적 지지에 어떠한 영향을 미치는지 살펴보기 위하여 먼저, 중학생들의 개인적인 특성에 따라 스포츠 참가정도와 스포츠 유능감 그리고 사회적 지지에 차이가 있는지 조사하였다. 연구결과에 따르면 성별의 차이에 있어서는 남학생의 스포츠 참가 정도가 여학생보다 높게 나타났다. 그러나 사회적지지 중 동료 지지에 있어서는 남학생보다 여학생이 더 높게 나타났다. 이러한 결과는 윤만수 등[10], 최충식[13]의 연구결과와 일치하는 것으로 남학생이 여학생보다 신체활동에 보다 적극적인 특성이 반영된 결과라 할 수 있다. 또한 여학생들의 동료 지지가 남학생들보다 높은 이유는 남학생들보다 여학생들의 경우 사교성이 상대적으로 높고 평상시 전화연락 및 직접 만남 회수, 그리고 동료들 간의 물질적 도움이나 개인적 문제를 의논하는 등 친밀한 유대관계 형성에 보다 높은 경향을 보이기 때문으로 판단된다. 학년에 따른 스포츠 참가 정도에 있어서는 1학년이 가장 높은 것으로 조사되었으나 스포츠 유능감에 있어서는 2학년이 가장 높은 것으로 조사되었다. 또한 교사지지에 있어서는 2학년이 가장 높게 나타났다. 이러한 결과는 1학년 학생들의 스포츠 참가 시간이 상대적으로 많은 반면 1학년 시기보다 2학년 시기

에 근력의 형성과 민첩성 등 운동능력과 직접적으로 관련된 신체의 변화가 더욱 더 뚜렷이 나타나기 때문에 자신들의 운동능력에 대한 인식이 더 긍정적이기 때문으로 판단된다. 또한 2학년의 경우 교사들로부터 상대적으로 더 많은 지지를 받는 이유는 새로운 교육과정에 적응해야 하는 1학년 시기를 거쳐 중학교 교육과정에 적응하여 교사들과 보다 친밀한 인간관계가 형성되기 때문으로 판단된다. 3학년의 경우 자신의 진로 문제, 학업성적 등과 함께 점점 더 독립적 성향이 발달함으로써 교사와의 갈등이 상대적으로 강하게 나타나는 시기이기 때문에 교사지지가 상대적으로 낮게 나타난 것으로 추론된다. 성적에 따른 차이에 있어서는 상위권 학생일수록 가족, 동료, 교사 모두의 사회적 지지가 높은 것으로 나타났다. 이는 학생에 대한 평가에 있어서 학업성취도가 매우 중요한 판단의 근거가 되는 우리나라의 교육 현실이 그대로 반영된 결과라 할 수 있으며, 이는 최충식[13]의 연구 결과와 일치하며, 성적이 교사 지지에만 영향을 미친다는 윤만수 등[10]의 연구 결과와 부분적으로 일치한다. 마지막으로 가계소득 정도가 높을수록 스포츠 참가 빈도와 스포츠 유능감, 그리고 동료 지지가 높은 것으로 조사되었다. 이는 가계소득에 따라 스포츠 참가 빈도에 차이가 있다는 최충식[13]의 연구와 일치한다. 그러나 가계소득이 사회적 지지에 영향을 미치지 않는다는 최충식[13]의 결과와는 부분적으로 상반된 결과이기도 하다.

둘째, 중학생들의 스포츠 참가정도 와 스포츠 유능감 및 사회적 지지가 어떠한 관계에 있는지 살펴보았다. 그 결과 스포츠 참가정도는 사회적 지지에 어떠한 영향도 미치지 못하는 것으로 나타난 반면, 스포츠 유능감은 가족, 동료, 교사 모두의 지지에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 스포츠 참가가 사회적 지지에 영향을 미치는데 스포츠 유능감이 매우 중요한 매개변인임을 입증하는 결과이다.

그렇지만 윤만수 등[10]과 표내숙 등[14]은 강도가 그리고 이홍구[3]는 빈도가 사회적 지지에 직접적으로 영향을 미치는 것으로 나타나 본 연구결과를 부분적으로 지지하고 있다. 따라서 좀 더 명확한 결과를 도출하기 위하여 추가적인 연구가 진행되어야 할 것으로 보여진

다.

본 연구에서 처음으로 매개변인으로 설정한 스포츠 유능감은 가족, 동료, 교사 모두로부터 지지를 얻는데 결정적인 역할을 하는 것으로 나타났다. 이는 스포츠 유능감이 높은 학생들이 체육수업 중에 친구들로부터 소외되지 않는다는 문호준[6]의 연구결과와도 일치한다.

선행연구에서는 스포츠 참가 자체가 가족, 동료, 교사 등의 사회적 지지의 주요 제공자들과 친밀한 유대관계를 유지하는데 기여한다고 설명하고 있다. 그러나 이러한 선행연구의 설명은 스포츠 참가자의 특성을 반영할 수 없는 한계가 있다. 다시 말해서 스포츠 참가자의 동기나 능력 등의 다양한 변수가 갖는 의미를 설명할 수 없다는 것이다. 즉, 자신의 의지와 상관없이 스포츠 활동에 참가하는 사람과, 운동에 참가하지만 능력이 부족해 참가자의 중심부가 아닌 주변부에 머물러 있는 사람들의 사회적 지지를 설명하는데 한계가 있을 수 있다는 것이다. 이는 본 연구의 결과에서 나타난 바와 같이 스포츠 유능감이 사회적 지지에 큰 영향을 미친다는 결과에서도 확인할 수 있다. 본 연구결과에서 나타난 스포츠 유능감은 사회적 인간관계를 통해 습득 가능한 변수가 아닌 개인의 능력과 관련된 변인이라는 점에서 주요한 의미가 있다. 이는 청소년들의 경우 자신 및 타인에게 보여 지는 신체이미지와 능력을 중요하게 생각하고 집착하는 사회심리적 특성[9]이 반영된 결과로, 이러한 특성이 중학생들의 사회적 지지의 중요한 변인이라는 것을 의미하는 것이라 할 수 있다.

이상의 본 연구 결과는 스포츠 참가가 사회적 지지에 영향을 미친다는 선행연구 결과의 추상적인 설명을 보다 구체화 시킬 수 있는 단서가 될 수 있을 것으로 판단된다. 다시 말해서 단순한 스포츠 참가가 사회적 지지에 긍정적인 영향을 미친다기보다 스포츠 참가가 개인의 운동능력에 영향을 미치게 되고, 이러한 결과가 사회적 지지에 영향을 미치는 것으로 추정할 수 있다. 따라서 기존의 스포츠 참가만을 강조하는 것에서 벗어나 스포츠 참가와 더불어 개인의 능력 및 기량 향상의 중요성을 인식할 때, 본 연구결과는 학교생활 적응과 스트레스 해소, 정신건강 등에 취약한 우리 청소년의 사

회적 지지를 높이는데 기여할 수 있을 것이다.

## 2. 결론

본 연구는 중학생을 대상으로 스포츠 참가 정도 및 스포츠 유능감이 사회적 지지에 어떠한 영향을 미치는지 살펴보고자 하였다. 연구결과를 요약하면 다음과 같다.

첫째, 남자 중학생의 스포츠 참가 정도가 여자 중학생보다 높게 나타났다. 그러나 동료지지에 있어서는 남자 중학생보다 여자 중학생이 더 높게 나타났다. 학년에 따른 스포츠 참가 정도에 있어서는 1학년이 가장 높은 것으로 조사되었으나 스포츠 유능감에 있어서는 2학년이 가장 높은 것으로 조사되었다. 또한 교사지지에 있어서는 2학년이 가장 높게 나타났다. 성적은 상위권 학생일수록 가족, 동료, 교사 모두의 사회적 지지가 높은 것으로 나타났으며, 가계소득 정도가 높을수록 스포츠 참가 빈도, 그리고 스포츠 유능감, 동료지지가 높게 조사되었다.

둘째, 스포츠 참가 정도가 중학생의 사회적 지지에 직접적으로는 영향을 미치지 못한 반면, 스포츠 유능감은 가족, 동료, 교사 모두의 지지에 직접적으로 영향을 미치는 것으로 나타났다. 특히, 스포츠 참가정도(빈도, 강도)는 스포츠 유능감을 매개로하였을 때만 간접적으로 사회적 지지에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 스포츠 참가 그 자체가 사회적 지지로 이어진다는 기존의 연구결과를 보다 구체화 시켰다는데 의의가 있다.

## 참고 문헌

- [1] 김관희, 이경희, “중학생의 사회적 지지와 학교생활 적응에 관한 연구”, 한국가족복지학, 제2권, 제2호, pp.145-165, 1997.
- [2] 김병준, “한국판 신체적 자기개념 측정도구 개발”, 한국스포츠심리학회지, 제12권, 제2호, pp.69-90, 2001.
- [3] 김찬규, “청소년의 스포츠활동 참가와 사회적 지

지 및 스트레스의 관계”, 서울대학교 대학원 석사학위논문, 2001.

- [4] 김혜성, 김혜련, 박수경, “개인적 특성과 사회적 지지가 청소년 학교 부적응에 미치는 영향에 관한 연구: 부모로부터의 학대를 경험한 청소년 집단과 경험하지 않은 청소년 집단비교를 통하여”, 한국아동복지학, 제21호, pp.207-232, 2006.
- [5] 노경섭, “청소년의 사회적 지지가 약물사용에 미치는 영향에 관한 연구”, 미간행 석사학위논문, 한일장신대학교 대학원, 2004.
- [6] 문호준, “중학생의 내적동기와 신체적 자기개념 및 체육수업소외의 관계”, 한국체육학회지, 제48권, 제4호, pp.177-188, 2009.
- [7] 박지원, “사회적 지지척도 개발을 위한 일 연구”, 미간행 박사학위논문, 연세대학교 대학원, 1985.
- [8] 배정미, “중학생의 학교적응 관련요인의 인과적 구조분석”, 대한간호학회지, 제38권, 제3호, pp.454-464, 2008.
- [9] 양미진, 이은경, 이희우, “청소년의 심리내적 요인과 환경적 요인이 정신건강에 미치는 영향”, 청소년상담연구, 제14권, 제1호, pp.63-76, 2006.
- [10] 윤만수, 최창식, 강진홍, “PC게임 몰입 청소년의 스포츠 참가와 사회적지지 및 사회성의 관계”, 한국스포츠사회학회지, 제16권, 제2호, pp.327-343, 2003.
- [11] 이흥구, “청소년의 스포츠 참가와 스트레스 및 사회적 지지의 관계”, 한국체육학회지, 제42권, 제5호, pp.147-157, 2003.
- [12] 정동균, “중학생의 태권도 특기·정성교육활동 경험이 신체적 자기개념 및 지속적 참여의지에 미치는 영향”, 한국체육학회지, 제45권, 제2호, pp.125-135, 2006.
- [13] 최충식, “청소년의 스포츠활동 참가와 사회적 지지 및 학교생활 적응의 관계”, 미간행 박사학위논문, 한국교원대학교 대학원, 2006.
- [14] 표내숙, 정상훈, 박철용, “중학생의 방과 후 스포츠 활동 참여가 신체적 자기개념 및 정서에 미치는 영향”, 한국체육학회지, 제48권, 제3호,



pp.359-374, 2009.

- [15] 한미현, “아동의 스트레스 및 사회적 지지 지각과 행동문제”, 서울대학교 대학원박사학위논문, 1996.
- [16] C. K. Malecki and M. K. Demaray, “What type of support do they need? Investigating student adjustment as related to emotional, informational, appraisal, and instrumental support,” *School Psychology Quarterly*, Vol.18, No.3, pp.231-252, 2003.
- [17] K. J. Sternberg, M. E. Lamb, E. Guterman, C. B. Abbott, and S. Dawud-Noursi, “Adolescents’ perceptions of attachments to their mothers and fathers in families with histories of domestic violence: A longitudinal perspective,” *Child Abuse & Neglect*, Vol.29, pp.853-869, 2005.
- [18] R. Crosnoe and Cavanagh, “Adolescent friendships as academic resources: The intersection of friendship, race, and school disadvantage,” *Sociological Perspective*, Vol.46, No.3, pp.331-352, 2003.
- [19] M. K. Demaray and C. K. Malecki, “Critical levels of perceived social support associated with student adjustment,” *School Psychology Quarterly*, Vol.17, No.3, pp.213-241, 2002.
- [20] W. Furman and D. Buhrmester, “Children’s perceptions of the personal relationships in their social networks,” *Developmental Psychology*, Vol.21, pp.1016-1024, 1985.

저 자 소 개

박 보 현(Bo-Hyeon Park)

정회원



- 2008년 2월 : 서울대학교 체육교육과 졸업(체육학 박사)
  - 2006년 11월 ~ 현재 : 서울대학교 체육교육과 시간강사
- <관심분야> : 여가 및 스포츠사회학

이 연 주(Yeon-Ju Lee)

정회원



- 2006년 8월 : 서울대학교 체육교육과 졸업(체육학 박사)
- 2009년 11월 ~ 현재 : 서울대학교, 한림대학교, 서원대학교, 경인교육대학교 시간강사

<관심분야> : 여가·레크리에이션, 스포츠사회학