

# 청소년의 여가활동유형, 사회적 관계, 주관적 행복감의 관계연구\*

A Study on the Correlations between Type of Leisure Activity, Social Relations,  
and Subjective Happiness of Youth People

이화여자대학교 소비자학과  
박 사 박 민 정\*\*  
한국문화관광연구원  
책임연구원 윤 소 영\*\*\*

Dept. of Consumer Studies, Ewha Womans University Graduate School  
*Doctorate, Bark, min-jeng*  
Center of Leisure Policy Research  
*Senior Researcher, Yoon, So-young*

## 〈목 차〉

- |                |             |
|----------------|-------------|
| I. 서론          | IV. 결론 및 제언 |
| II. 연구방법       | 참고문헌        |
| III. 연구결과 및 해석 |             |

## 〈Abstract〉

The purpose of this study is to determine which types of leisure activities promote happiness in young people. The ultimate goal of this study is to improve adolescents' levels of happiness and examine the academic and political challenges that occur in their social networks.

In this study, subjects as “more than 4th grade of elementary school to less than a high school students”. A sampling of the group was completed using a pre-percentage assignment and the data was analyzed according to gender and grade. The primary research method employed was internet research, and questionnaires were used as a secondary method of collecting information. The final analysis used 1.046 (final response rate 83.4%).

The results of the present study were classified into the following four parts: social

\* 본 논문은 2012년도 이화여자대학교 대학원 박사학위논문의 일부임.

\*\* 주저자: 박민정(park6981@familynet.or.kr)

\*\*\* 교신저자: 윤소영(soyoung@kcti.re.kr)

network and the characteristics of youths' subjective happiness; leisure activities according to the type of social network; differences in the level of subjective happiness organized according to the type of leisure activity; and the relative influence of variables that affect the level of subjective happiness. In conclusion, there is a strong correlation between social relationships, leisure activities, and youth's subjective happiness. An analysis of the difference in the level of subjective happiness according to the type of leisure activities of adolescents confirmed that the type of active participation in leisure and the type of indoor and outdoor activities variety were the highest in terms of contributing to the level of subjective happiness. Generally, a discussion of how the existing leisure life affects the subjective happiness of young people needs to be taken one step further. This difference was significant because the level of subjective happiness was confirmed according to the type of leisure activities. In addition, this study determined that leisure activities have an effect on subjective happiness and positively impact young people.

Key Words : 청소년(Youth-people), 여가활동(Leisure activities), 사회적 관계(Social network), 주관적 행복감(Subjective happiness)

## I. 서론

우리나라 청소년의 주관적 행복지수는 OECD 23개국 중 65.98점으로 3년 연속 최하위에 머물렀다(방정환재단-연세대학교연구소, 2011). 또한 한국청소년정책연구원의 한국아동청소년 인권실태 연구보고서(2012)에 따르면, 우리나라 아동·청소년 4명 중 1명은 행복하지 않다고 느끼는 것으로 나타났고, 그 이유로 학업부담(36.3%), 미래에 대한 고민(18.6%), 화목하지 않은 가정(11%) 등을 들었다. 또한 서울에 거주하는 학생의 행복지수는 5점 만점에 3.83점으로 나타났으며 학년이 올라갈수록 행복지수는 낮아지는 것으로 보고된 바 있다(서울시교육청, 2012).

이처럼 주관적 행복감이 낮은 것은 '덜 행복하다'는 심리적인 상태로만 나타나는 것이 아니라 청소년들의 사회적 적응문제나 위기상황으로 발전될 수 있다는 점에서 그 심각성은 더욱 강조된다. 따라서 이제 청소년의 행복에 대한 문제는

비단, 개인의 삶의 대한 만족 수준에서의 문제가 아닌 사회전체의 문제로써 인식되고 있으며, 국가에서도 여러 정책적 방법에서의 접근이 시도되고 있는 바이다.

하지만, 이와 관련된 정책들은 청소년의 여가생활의 질의 향상에 대한 고려는 하지 않고 자유시간의 증가에만 초점을 맞춰왔으며, 특히 학교별·학년별 상황에 맞는 점진적 제도개선이 아닌 급진적 방향전환으로 인해 학교 내의 운영자 및 선생님들과 학생들에게 혼란을 가중시키고 있는 것으로 보인다.

따라서 본 연구에서는 청소년의 주관적 행복감에 관여하는 청소년의 여가생활유형과 사회적 관계를 연구의 주요변수로 정하였으며, 이와 관련된 연구논문들로 선행연구를 분석하였다.

먼저 청소년의 여가생활과 관련된 연구를 살펴보면, 청소년들이 여가활동을 통해 느낄 수 있는 자신감, 자유 그리고 해방감과 같은 심리적 요인들은 스트레스로 인해 나타날 수 있는 부정

적인 결과들을 완충시켜 줌으로써 청소년들의 삶의 질에 긍정적인 영향을 줄 수 있다는 결과가 지속적으로 보고되고 있다(주현식, 2001; 이강우, 김석기, 2005; 이미리, 2003; 송영민, 이훈, 2006; 김동기 외, 2008; 송진숙, 이영관, 2008; 송영민, 이영진, 2011; 신규리, 전진영, 2011; Iso-Ahola & Park, 1996; Gerber & Pühse, 2008). 특히 야외에서 이루어지는 스포츠 활동은 왕성한 신체적, 정신적, 사회적 에너지를 흡수하고 청소년들의 문제해결능력을 훈련하여 비행행동을 감소시키는 데 기여하는 것으로 평가된다(이미정, 2006; 구현지 외, 2007).

즉 스포츠 활동은 청소년의 비일상적 활동 추구를 바람직한 방향으로 유도할 뿐만 아니라 자발적 참여를 통해 즐거움, 정서순환, 심리적 성취감 등을 경험하게 하고 생활에너지를 재창조할 수 있도록 함으로써 일상생활에서의 스트레스를 해소해 줄 뿐만 아니라 학교에서는 교우관계 형성, 원만한 학생생활, 그리고 교사와의 관계 형성 등 학교생활적응에 도움을 준다고 할 수 있다(김재운, 2003).

다음으로 사회적 관계에 있어서 청소년기는 부모는 물론 친구, 교사 등의 사회적 관계가 중요해지는 시기로 청소년의 삶의 질을 논의하기 위해서는 반드시 고려되어야 하는 요인이라 할 수 있다. 더욱이 청소년기에는 많은 시간을 또래나 학급친구들과 보내는 과정에서 한두 명 혹은 몇 명의 친구들과의 특별한 관계를 발전시키게 되는데 이 친구관계는 청소년의 사회적 관계를 형성하는 주요 영역으로 큰 의미를 지닌다(석윤희, 2003). 따라서 친구에게서 지지를 많이 받는 청소년이 학교생활에 잘 적응하며 정서적 측면에도 긍정적인 영향을 주는 것으로 나타났다(구자은, 2000; 이호선, 2000; 임유진, 2001). 또한 친구관계 못지않게 우리나라 청소년의 일상생활에 긍정적, 부정적으로 영향을 미치는 관계는 부모와 교사집단이라고 할 수 있으며 부모나 교사집

단과의 긍정적 관계는 청소년들의 학교적응이나 심리적 안정감에 긍정적인 영향을 미친다는 것은 여러 실증적 연구에서 이미 검증되었다(구자은, 2000; 문은식, 2001; 배숙진, 1998; 최지은, 신용주, 2002).

종합적으로 정리하면, 청소년의 건강하고 행복한 삶을 위해 여가활동을 활성화하는 방안이 제시되고 있으나, 청소년들의 현재 생활은 여전히 학업중심이거나 인터넷공간에 한정되어 시간을 보내는 것으로 보인다. 이에 본 연구는 청소년들의 주관적 행복증진을 위해 여가시간의 증가는 물론 구체적으로 어떠한 여가활동을 활성화시킬 것인가에 대한 문제의식으로부터 출발한다. 특히 청소년의 경우 이러한 여가활동이 친구와의 관계, 교사와의 관계, 부모와의 관계 등 사회적 관계와 어떠한 관계를 보이는 지에 대한 분석을 통해 궁극적으로 청소년의 행복수준을 향상시키는 방안을 모색하고 청소년의 행복수준과 관련된 여가활동 및 사회적 관계와 관련된 분야의 학문적·정책적 과제를 도출하고자 하였다.

## II. 연구방법

### 1. 연구대상 및 방법

연구수행 및 연구결과분석 및 적용을 위해 연구대상이 되는 청소년의 범위를 ‘초등학교 4학년 이상 고등학교 이하의 청소년’으로 한정하였으며, 집단의 표집은 성별, 학년별 사전비율 할당에 근거하여 이루어졌다. 조사방법은 2011년 10월 15일부터 10월 31일까지 600명을 대상으로 1차 인터넷조사를 실시하여, 성별 및 학년별 비율을 할당하고 문항의 신뢰도를 높이는 사전조사를 실시하였다.

이후 2011년 11월 1일부터 12월 2일까지 학교

방문을 통한 설문지 수거방식으로 2차 조사를 실시하여 1,046부(최종응답률 83.4%)를 최종분석에 이용하였다. 최종 분석에 사용된 성별 비율은 남성 530명(50.7%), 여성 516명(49.3%)이었으며, 초등학교 345명(33.0%), 중학생 346명(33.1%), 고등학교 355명(33.9%)으로 할당되었다.

## 2. 자료분석 방법

수집된 자료의 분석은 SPSS WIN 18.0 프로그램을 사용하였다. 분석방법은 우선 조사대상자의 일반적 특성은 빈도분석(Frequency Analysis)을 통해, 그리고 조사대상자의 여가활동시간, 사회관계, 그리고 주관적 행복감의 특성은 기술통계(Descriptive Statistics)를 사용하여 분석하였다. 또한, 본 연구의 주요변수인 청소년의 사회관계, 여가활동, 주관적 행복감 등 척도의 신뢰성과 타당성을 검증하기 위해서 신뢰도 분석과 '요인분석(Factor Analysis)'을 실시하였다.

유사성 측정치로는 유클리드 거리를 제공하는 것을 선택하였으며, 결과로 나온 응집계수와 덴드로그램을 검토하여 더욱 정교화된 결과를 얻기 위해 비계층적 분석으로 이월하여 'K-군집 분석(K-means Clustering)'을 적용하였다. 또한 주관적 행복수준에 영향을 미치는 변인들의 영향력을 살펴보기 위해 회귀분석(Regression analysis)을 실시하였다.

여가활동유형별 각 군집에 따른 일반적 특성과 사회관계 분포를 파악하기 위해 교차분석(Cross-Analysis)를 실시하고, 그 차이의 유의미성을 확인하기 위해  $X^2$ 검증을 실시하였다. 그리고 각 여가활동유형별 사용한 여가시간, 사회관계 점수, 그리고 주관적 행복도의 차이를 분석하기 위해 일원변량분석(one-way ANOVA)를 실시하였으며, 사후 검증으로 Duncan-test를 실시하였다.

## III. 연구결과 및 해석

### 1. 청소년의 사회관계 특성과 주관적 행복감 특성

#### 1) 조사 대상자의 일반적 특성

본 연구의 최종 연구대상자는 초등학교 4학년 이상 고등학교 이하의 청소년 1046명으로 일반적 특성을 요약하면 다음과 같다(<표 1> 참고).

우선, 성별 비율과 학년별 비율은 사전비율 할당에 근거하여 이루어졌으므로 성별의 경우 남성은 530명(50.7%), 여성은 516명(49.3%)로 비슷한 비율로 구성하고 있으며, 학년비율 역시 초등학교 345명(33.0%), 중학생 346명(33.1%), 고등학교 355명(33.9%)으로 균등한 비율로 구성하였다.

연구대상자의 가정경제수준은 상-중-하로 분류하였으며, 가정경제수준이 '중(中)'에 속한다는 응답이 848명(81.1%)으로 응답자의 대다수를 차지했다. 아버지(64.1%)와 어머니(66.3%)의 최종학력은 대졸이 가장 많은 것으로 나타났다. 아버지의 직업은 사무/전문/관리직이 345명(33.0%)으로 가장 많았고, 어머니의 직업은 주부가 475명(45.4%)으로 가장 많았다.

#### 2) 조사대상자의 여가활동시간

연구대상자의 평일 여가활동시간과 휴일 여가활동 시간은 모두 TV시청이 가장 많았으며, 구기종목의 운동이나 야외스포츠활동 등의 실외여가활동에 보내는 시간은 실내활동에 비해 낮은 것으로 조사되었다(<표 2> 참고). 이는 청소년들의 평일 및 휴일 여가활동이 실내활동에 지나치게 편중되어 있는 것으로 보인다.

〈표 1〉 조사대상자의 일반적 특성

(N=1,046, 단위:명)

특성	구분	N (%)	
성별	남자	530	(50.7)
	여자	516	(49.3)
학년	초등학생	345	(33.0)
	중학생	346	(33.1)
	고등학생	355	(33.9)
가정경제수준	상	122	(11.7)
	중	848	(81.1)
	하	76	(7.3)
아버지 최종학력 #	고졸이하	170	(16.3)
	대졸	671	(64.1)
	대학원이상	191	(18.3)
어머니 최종학력 #	고졸이하	169	(16.2)
	대졸	694	(66.3)
	대학원이상	167	(16.0)
아버지 직업 #	사무/전문/관리직	345	(33.0)
	판매/서비스/영업직	251	(24.0)
	생산/기술/노무직	131	(12.5)
	자영업/농어업/기타	309	(29.5)
어머니 직업 #	사무/전문/관리직	146	(14.0)
	판매/서비스/영업직	195	(18.6)
	생산/기술/노무직	54	(5.2)
	자영업/농어업	162	(15.5)
	주부/무직/기타	475	(45.4)

# 결측치 포함

### 3) 조사 대상자의 사회관계 특성과 주관적 행복감

조사대상자의 사회적 관계의 경우 친구와의 관계에서 가장 높은 평균값(3.72)을 나타내어, 청소년들은 친구와의 친밀도나 이해도가 가장 높은 것으로 나타났다(<표 3> 참고).

다음으로 조사대상자의 주관적 행복감에 대한 조사결과를 살펴보면, ‘매우 행복하다’가 10점, ‘매우 불행하다’가 1점을 기준으로 할 때 조사대상자의 주관적 행복감 점수가 7.20점으로 나타나

대체로 행복한 편으로 나타났다.

### 2. 여가활동 유형에 따른 사회적 관계

#### 1) 여가활동유형에 따른 사회관계의 차이

청소년의 공간별 여가활동 유형에 따른 사회관계 점수 차이를 분석한 결과, 친구와의 관계를 제외한 학교 선생님, 학원 선생님, 어머니, 아버지와의 관계에서 유형별로 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다(<표 4> 참고). Duncan 사후검증

〈표 2〉 조사대상자의 여가활동시간

(N=1,046, 단위:분)

	구분	평균	표준편차
평일	웹커뮤니티 활동	20.29	42.80
	온라인 게임 및 오락활동	62.47	61.57
	인터넷 정보검색	41.25	50.17
	구기종목의 운동	26.13	42.73
	야외스포츠활동	15.17	38.54
	여행 및 등산활동	4.13	25.58
	예술창작활동	10.41	44.72
	문화관람활동	7.11	37.61
	기타 취미오락활동	13.72	51.01
	TV 시청	70.13	74.38
휴일	웹커뮤니티 활동	30.27	59.98
	온라인 게임 및 오락활동	89.28	104.20
	인터넷 정보검색	55.24	70.47
	구기종목의 운동	43.03	63.62
	야외스포츠활동	28.05	55.79
	여행 및 등산활동	15.11	56.78
	예술창작활동	9.69	43.49
	문화관람활동	15.36	52.46
	기타 취미오락활동	22.77	61.61
	TV 시청	141.48	124.32

〈표 3〉 조사대상자의 사회관계도와 주관적 행복 수준

(N=1,046)

특성	구분	평균	표준편차
사회적 관계 (점)	친구와 관계	3.72	.51
	학교선생님과 관계	3.22	.76
	학원선생님과 관계	2.60	.97
	아버지와 관계	3.20	.79
	어머니와 관계	3.40	.89
주관적 행복감 (점)	주관적 건강	3.88	.73
	학교생활만족	3.64	.79
	삶의 만족	3.47	.75
	소속감	3.38	.81
	어울림	3.59	.81
	외로움	2.45	.94

〈표 4〉 여가활동 유형에 따른 사회관계 점수 차이

(N=1,046)

여가활동유형		사이버여가과 몰입형	실외활동 부족형	소극적 여가참여형	적극적 여가참여형	실내외 활동다양형	F
친구와의 관계	M (SD)	3.70 (.58)	3.67 (.52)	3.75 (.49)	3.65 (.46)	3.75 (.51)	1.400
학교선생님과 의 관계	M (SD)	2.84 a (.80)	3.07 b (.69)	3.29 c (.67)	3.23 c (.73)	3.50 d (.71)	26.976***
학원선생님과 의 관계	M (SD)	2.22 a (1.16)	2.64 b (1.04)	2.66 b (.77)	2.60 b (1.08)	2.80 b (.84)	11.983***
어머니와의 관계	M (SD)	3.23 a (1.09)	3.46 bc (.75)	3.31 ab (.84)	3.53 c (.84)	3.57 c (.79)	6.380***
아버지와의 관계	M (SD)	3.04 a (.88)	3.18 a (.74)	3.20 ab (.69)	3.12 a (.95)	3.36 b (.74)	5.555***

\*\*\* p<.001

주: Duncan test : 같은 문자로 표기된 집단간에는 통계적으로 유의한 차이가 없음.

〈표 5〉 여가활동 유형과 사회관계 유형 분포

단위 : N(%)

빈도(%)	여가활동유형						X <sup>2</sup>
	사이버여가 과몰입형	실외활동 부족형	소극적 여가 참여형	적극적 여가 참여형	실내외 활동 다양형	전체	
어머니관계 갈등형	15(40.5)	4(10.8)	10(27.0)	3(8.1)	5(13.5)	37(100)	76.984***
사회 소극적 관계형	35(32.4)	12(11.1)	22(20.4)	19(17.6)	20(18.5)	108(100)	
적 관계확장형	78(17.7)	46(10.4)	135(30.6)	41(9.3)	141(32.0)	441(100)	
관계 유형 친구-어머니 관계부재형	28(10.4)	36(13.4)	84(31.2)	41(15.2)	80(29.7)	269(100)	
갈등 잠재형	60(31.4)	21(11.0)	51(26.7)	31(16.2)	28(14.7)	191(100)	
전체	216(20.7)	119(11.4)	302(28.9)	135(12.9)	274(26.2)	1046(100)	

\*\*\* p<.001

결과, 친구 이외의 사회적 관계(학교-학원선생님/ 아버지/어머니)에서는 실내외활동다양형의 관계점수가 가장 높았으며, 사이버여가과몰입형의 관계점수가 가장 낮은 것으로 나타났다.

2) 여가활동유형과 사회관계 유형 분포

청소년의 공간별 여가활동유형에 따라 사회관계는 어떠한가를 밝히기 위해 교차분석과 X<sup>2</sup> 검증을 통해 사회관계 유형 분포와의 관계성을 파악하고, 일원변량분석과 Duncan-test를 통해 각

〈표 6〉 여가활동 유형에 따른 주관적 행복수준 차이

(N=1,046)

여가활동 유형	사이버여가과 몰입형	실외활동 부족형	소극적 여가참여형	적극적 여가참여형	실내외 활동다양형	F
주관적 행복수준						
M	3.28 a	3.37 ab	3.40 bc	3.44 c	3.50 c	5.240 ***
(SD)	(.59)	(.64)	(.51)	(.58)	(.53)	

\*\*\* p<.001

주: Duncan test 결과 포함

사회관계의 점수 차이를 분석하였다. 우선, 사이버여가과몰입형의 경우 어머니관계갈등형, 소극적관계형, 갈등잠재형에서 30%이상의 높은 분포를 보인 반면 실내외활동다양형은 관계 확장형이 32%로 높은 분포를 나타냈다. 이는 여가활동 유형에 따라 사회관계에 차이가 있음을 확인 할 수 있는 결과로 여가활동 유형과 사회적 관계간의 상관관계를 분명히 하는 결과로 해석할 수 있다.

### 3. 여가활동 유형에 따른 주관적 행복수준 차이

청소년의 공간별 여가활동 유형에 따른 주관적 행복수준의 차이를 분석한 결과, 통계적으로 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다(p<0.001). Duncan 사후검증 결과, 사이버여가과몰입형의 주관적 행복수준이 3.28점으로 가장 낮았으며, 그 다음으로는 실외활동부족형과 소극적 여가참여형의 주관적 행복수준이 각각 3.37점, 3.40점으로 나타났고, 적극적여가참여형과 실내외활동다양형이 각각 3.44점, 3.50점으로 가장 높은 것으로 나타났다.

이는 여가활동 유형별로 청소년의 주관적 행복수준에 차이를 보이는지에 대한 연구 결과로써 기존의 양철호(2001)의 연구에서처럼 청소년들이 여가활동을 통해서 일상생활에서의 스트레스, 갈등, 정서적 긴장 등을 해소하고, 생활의 활력을

제공받음으로써 청소년의 주관적 행복증진에 영향을 준다는 일반적인 논의에서 나아가 여가활동 유형에 따른 주관적 행복 수준의 차이를 확인했다는 점에서 의의가 있다. 특히 스포츠활동과 사회봉사활동을 능동적 여가활동으로, TV시청 및 인터넷사용을 수동적 여가활동으로 규정하여 아버지와의 관계에 미치는 영향력을 살펴본 김예성(2011)의 연구에서 발견된 결과로써 능동적 여가활동이 주는 긍정적 영향력의 구체적인 결과로써 청소년의 주관적 행복감증진을 논의하였다는 점에서도 의의를 가진다.

### 4. 주관적 행복수준에 영향을 미치는 변인들의 상대적 영향력

청소년의 일반적 특성, 사회적 관계, 여가활동 유형이 주관적 행복수준에 미치는 상대적 영향력을 알아보기 위해 위계적 중회귀분석을 실시하였으며, 그 결과는 <표 7>과 같다. 분석을 위해 독립변수 중 성별, 학년, 아버지교육수준, 아버지직업은 가변수 처리하였으며 성별은 여자, 학년은 초등학생, 아버지교육수준은 고졸이하, 아버지직업은 자영업 및 기타를 기준으로 하였다. 주관적 행복수준에 미치는 제 변인들의 상대적 영향력을 살펴본 결과, 다중공선성을 판단하는 VIF(분산팽창요인)은 모두 10이하(1.14~1.94)로 다중공선성

에는 문제가 없는 것으로 나타났다.

모델 1에서는 통제변인인 일반적 특성을 동시 투입한 결과, 청소년의 주관적 행복수준에 영향을 미치는 요인은 성별( $\beta=-.066, p<.05$ ), 중학생( $\beta=-.205, p<.001$ ), 고등학생( $\beta=-.265, p<.001$ ), 아버지교육수준 대졸( $\beta=-.082, p<.05$ )으로 나타나, 남학생보다 여학생이, 중학생과 고등학생보다 초등학생이, 아버지가 대졸인 경우보다 고등학생

졸업인 경우의 청소년들의 주관적 행복수준이 더 높았다. 이에 대한 설명력은 7.3%로 나타났다.

모델 2는 모델1에 사회적 관계를 추가한 후에 설명력이 7.3%에서 33.1%로 25.8%증가하였다. 즉 청소년들이 친구와의 관계( $\beta=.066, p<.05$ ), 학교선생님과의 관계( $\beta=.280, p<.001$ ), 어머니와의 관계( $\beta=.180, p<.001$ ), 아버지와의 관계( $\beta=.198, p<.001$ )가 친밀할수록 더 높은 행복수준을 나타

〈표 7〉 주관적 행복감에 영향을 미치는 요인들의 상대적 영향력

(N=1,046)

독립변인		중속변인		주관적 행복수준					
				Model 1		Model 2		Model 3	
		B	$\beta$	B	$\beta$	B	$\beta$		
성별(남자)		-.167	-.066 *	.087	.034	.096	.038		
학년 (초등)	중학생	-.550	-.205 ***	-.254	-.095 **	-.255	-.095 **		
	고등학생	-.707	-.265 ***	-.388	-.146 ***	-.376	-.141 ***		
아버지 교육수준 (고졸 이하)	대졸	-.218	-.082 *	-.258	-.097 **	-.262	-.099 **		
	대학원이상	.056	.017	-.214	-.066	-.198	-.061		
아버지 직업 (자영업 · 기타)	사무/전문/관리직	.151	.057	.060	.022	.056	.021		
	판매/서비스/영업직	.169	.057	.059	.020	.062	.021		
	생산/기술/노무직	-.009	-.002	.057	.015	.071	.018		
사회적 관계 (정도)	친구와의 관계			.164	.066 *	.177	.072 **		
	학교선생님과의 관계			.471	.280 ***	.437	.259 ***		
	학원선생님과의 관계			.057	.044	.045	.034		
	어머니와의 관계			.258	.180 ***	.253	.177 ***		
여가활동 유형 (소극적 여가형)	아버지와의 관계			.329	.198 ***	.332	.199 ***		
	사이버여가과몰입형					-.241	-.078 *		
	실외활동부족형					-.015	-.004		
	적극적여가참여형					.030	.010		
	실내외활동다양형					.100	.026		
상수항				7.760 ***		3.339 ***		3.460 ***	
F				10.124 ***		38.714 ***		30.452 ***	
R <sup>2</sup>				.073		.331		.338	

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

# Dummy : 성별, 학년, 아버지교육수준, 아버지직업, 여가활동유형

내는 것으로 밝혀졌다.

마지막으로 모델 3은 일반적 특성과 사회적 관계에 여가활동유형을 추가하였는데, R2는 0.7% 증가하여 모델의 설명력이 33.8%로 나타났다. 즉 일반적 특성 변인은 학년(중학생과 고등학생,  $\beta = -.095$ 와  $\beta = -.141$ ), 아버지 교육수준(대졸,  $\beta = .099$ ) 등만 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다는데, 즉 중학생과 고등학생에 비해 초등학생의 주관적 행복수준이 더 높았으며, 아버지가 대졸인 경우보다 고등학교 졸업인 경우의 청소년들의 주관적 행복수준이 더 높게 나타났다. 그리고 사회적 관계 변인의 영향력은 학교선생님과의 관계( $\beta = .259$ )가 가장 높은 것으로 나타나, 청소년의 주관적 행복수준에 학교선생님과의 관계가 큰 영향을 미치는 것으로 분석된다. 한편, 여가활동유형 변인 가운데는 사이버여가과몰입형( $\beta = .078$ )의 영향력만 유의하게 나타났는데, 이는 사이버여가과몰입형에 속하는 청소년에 비해 소극적여가참여형에 속하는 청소년들의 주관적 행복수준이 더 높은 것으로 분석된다.

종합적으로 살펴보면, 학년이 증가할수록 행복감이 낮아지며, 사회적 관계는 전반적으로 주관적 행복감에 긍정적으로 영향을 미치는 것으로 나타났다. 특히 학교선생님과 아버지와의 관계가 상대적 영향력이 높은 것으로 나타났다는 점이 흥미로운 결과라 할 수 있다. 또한 여가활동 유형에서는 사이버여가과몰입 현상만 유의한 변수로 나타났으며, 소극적여가형에 비해 사이버여가과몰입형 집단의 주관적 행복감이 유의하게 낮은 것으로 나타났다. 이는 중요한 결과로 사이버 여가에 지나치게 몰입하는 경우 주관적 만족감이 낮아진다는 것을 알 수 있다. 따라서 청소년의 주관적 만족감을 증진시키고 궁극적으로 삶의 질을 높이기 위해서는 여가유형에 초점을 맞춘 청소년 여가프로그램 개발이 요구되는 바이다.

#### IV. 결론 및 제언

본 연구는 여가활동유형과 사회관계를 청소년들의 행복수준 증진에 영향을 미치는 주요변인으로 선정하고 이러한 변인에 따른 청소년의 주관적 행복 수준에 관한 논의를 진행하였다. 또한 이러한 논의를 통해서 청소년의 주관적 행복수준을 증가시킬 수 있는 여가활동유형을 알아보고 청소년들에게 그러한 여가활동에 대한 접근성을 높일 수 있는 방안을 모색하였다. 특히 청소년기에 많은 영향을 주는 사회적 관계를 부/모-친구-학교/학원 선생님으로 규정하고 청소년의 주관적 행복감증진을 위해 고려되어야 하는 그들의 사회적 관계에 대한 논의도 진행하였다.

본 연구의 분석대상은 정책적 실효성을 뒷받침 할 수 있도록 청소년 집단을 성별, 학년별 사전비율 할당에 근거하여 총 1300명을 표집하였으며, 조사방법은 인터넷조사와 설문지 수거방식을 병행하였다. 1차-2차 조사를 통해 배포된 설문지 1300부 가운데 결측치를 포함하여 문항에 대한 이해도가 낮다고 판단된 254부를 제외한 1046부를 최종분석에 이용하였으며, 연구대상의 성별 비율은 남성 530명(50.7%), 여성 516명(49.3%)이었으며, 초등학생 345명(33.0%), 중학생 346명(33.1%), 고등학생 355명(33.9%)으로 최종할당되었다.

조사대상자의 가정경제수준은 ‘중(中)’에 속한다는 응답이 848명(81.1%)으로 응답자의 대다수를 차지했으며, 부모의 최종학력수준은 대졸이 과반 이상인 것으로 나타났다. 아버지의 직업은 사무/전문/관리직이 345명(33.0%)으로 가장 많았고, 어머니의 직업은 주부가 475명(45.4%)으로 가장 많은 것으로 나타났다.

조사대상자의 여가활동시간은 평일(70.13분), 휴일(141.48분) 모두 TV시청이 가장 많은 것으로 나타났다. 이는 청소년들의 여가활동이 수동적이고 단편적이며, 평일과 주말 여가활동이 큰 차이

를 보이지 않는다는 점에서 청소년의 여가선용에 있어 자유시간 자체의 증가보다는 여가선용의 다양성과 능동적 여가활동이 이루어질 수 있도록 선도하는 방안이 모색되어야 할 것이다.

또한 조사대상자의 사회적 관계의 경우 친구와의 관계에서 가장 높은 평균값(3.72)을 보였으며, 아버지와의 관계에서는 가장 낮은 평균값(3.20)으로 나타났다. 이는 청소년들은 친구와의 친밀도나 이해도가 가장 높은 반면, 아버지와의 관계에서는 학교선생님과의 관계(3.22) 보다 낮은 것으로 나타나 기존의 부모와 청소년의 사회적 관계의 중요성에 대한 논문(최지은·신용주, 2002; 배숙진, 1998; 박소혜, 1995; 정규석, 2004)에서 보다 나아가 청소년과 아버지와의 사회적 관계에 대한 보다 심층적인 연구가 진행되어야 할 것으로 보인다.

다음으로 청소년의 공간별 여가활동 유형에 따른 사회관계 점수 차이를 분석한 결과, 친구와의 관계를 제외한 학교 선생님, 학원 선생님, 어머니, 아버지와의 관계에서 유형별로 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다.

Duncan 사후검증 결과, 실내외활동다양형의 경우, 부모 및 선생님과의 관계에서 높은 관계점수를 나타낸 반면 사이버여가과몰입형의 경우 부모 및 선생님과의 관계점수가 낮은 것을 알 수 있다. 이는 여가활동 유형에 따라서 청소년의 부모 및 선생님과의 사회적 관계에서 차이가 있음을 알 수 있다.

또한 청소년의 공간별 여가활동유형에 따른 사회관계 유형을 분석하기 위해 사회적 관계를 군집 분석한 결과 어머니관계갈등형/소극적관계형/관계확장형/친구-어머니관계부재형/갈등잠재형으로 분석 가능하였으며, 구체적인 분석결과 어머니관계갈등형(40.5%), 갈등잠재형(31.4%), 소극적관계형(32.4%)의 경우 사이버여가과몰입이 가장 많은 것으로 나타났다. 한편, 관계확장형은 실내외활동다양형(32.0%)의 유형에 속하는 경우가

가장 많았으며, 친구-어머니관계부재형은 소극적 여가참여형(31.2%)이 많은 것으로 나타났다. 이는 여가활동유형에 따라서 청소년의 사회적 관계에 확연한 차이가 있음을 알 수 있다.

다음으로 여가활동유형에 따라 청소년의 주관적 행복수준의 차이를 알아보기 위한 것으로, Duncan 사후검증 결과, 사이버여가과몰입형의 주관적 행복수준이 3.28점으로 가장 낮았으며, 실내외활동다양형이 3.50점으로 가장 높은 것으로 나타났다. 이는 여가활동 유형에 따라서 청소년의 주관적 행복수준에 차이를 나타낼 것이라는 본 연구의 가설과 일치하는 결과로써 청소년의 주관적 행복수준을 높이기 위해서는 청소년의 여가활동유형에 보다 심층적인 연구가 필요할 것으로 보인다. 또한 그러한 연구를 바탕으로 자유시간의 증대에서 머물러 있는 정책적 한계에서 벗어나서 청소년들의 행복수준을 증진시킬 수 있는 다양한 여가활동유형을 제안하는 것이 필요하다.

끝으로 청소년의 일반적 특성, 사회적 관계, 여가활동유형이 주관적 행복수준에 미치는 상대적 영향력을 알아보기 위해 위계적 중회귀분석을 시도하였다. 먼저 통제변인인 일반적 특성을 동시 투입한 결과, 남학생보다 여학생이, 중학생과 고등학생보다 초등학생이, 아버지가 대졸인 경우보다 고등학생 졸업인 경우의 청소년들의 주관적 행복수준이 더 높았다.

다음으로 일반적 특성과 사회적 관계에 여가활동유형을 추가한 결과, 일반적 특성은 동일한 결과였으며, 사회적 관계의 경우 예상대로 사회적 관계와의 관계가 좋을수록 청소년의 주관적 행복수준은 높게 나타났으며, 특히 학교 선생님과 관계가 큰 영향을 미치는 것으로 분석되었다. 이러한 분석결과는 사회적 관계에 청소년의 주관적 행복수준에 영향을 미친다는 대부분의 선행연구를 확인하는 것을 넘어서 사회적 관계와 주관적 행복수준에 있어서 청소년의 여가유형이라는 변수가 설명력을 가진다는 것을 확인하는

연구결과라 할 수 있다. 특히 극명하게 대비되는 사이버여가과몰입형과 실내외활동다양형의 경우 청소년의 사회적 관계와 주관적 행복도간의 매개적 역할을 하는 것을 본 연구결과 확인할 수 있었다.

본 연구에서는 기존에 여가활동이 청소년에게 주는 긍정적 영향력에 대한 구체적인 결과로써 청소년의 주관적 행복감 증진에 영향을 준다는 것을 확인하였다는 것은 물론, 더 나아가 여가활동 유형에 따른 주관적 행복 수준의 차이를 확인했다는 점에서 연구의 의의가 있다.

따라서 청소년의 주관적 행복감을 증진시키기 위한 여가정책 방안으로써 여가시간의 양을 늘리는 것은 물론 능동적이고 적극적인 여가생활을 지속할 수 있도록 여가활동의 다양성에 정책의 핵심에 두고 청소년의 여가활동의 질 개선을 위한 프로그램 마련이 필요할 것이다.

특히 프로그램의 내용에 있어서는 청소년의 학년차이에 따라 다른 여가행태를 보이고 있다는 점을 고려하여 학년별로 또 청소년의 성향별로 다양한 여가프로그램의 구성을 물론이고, 공교육을 통해서도 지속적인 여가훈련이 가능하도록 단계적인 여가프로그램을 구성하여야 할 것이다.

또한 여가프로그램을 통해서 나타나는 청소년들의 변화에도 관심을 가지고 프로그램 주기별로 만족도 평가 및 요구도분석을 실시하여 전문가의 의견은 물론 청소년의 의견 수렴을 통해 지속적으로 발전가능한 시스템을 구축하는 것이 바람직할 것이다.

무엇보다 건강한 여가생활에 대한 인식고취를 위해서 여가교육이 필요하며, 여가교육 시에는 학생 및 학부모 그리고 선생님들에 대한 대상별 맞춤형 교육프로그램이 개발되어야 할 것이다. 이는 여가활동을 통해서 서로의 관계에서 소통하고 이해하는 기회를 가짐으로써 청소년들의 사회적 관계를 견고히 하는 매개체가 될 수 있을 것으로 기대해 본다.

다음으로는 청소년들이 다양한 여가생활을 경험하고 선택할 수 있도록 여가에 대한 정보를 제공하고 체험학습 차원에서 여가에 대한 접근성을 증진시킬 필요가 있다. 그런데 청소년의 여가유형의 경우, 사회통계학적 변인(부-모의 직업, 학력)에 따른 청소년의 여가유형의 차이가 두드러지게 나타났다는 점에서 여가계층화에 따른 여가소외현상이 발생하지 않도록 사회적 개입이 요구되는 바이다. 따라서 청소년들이 다양한 여가생활을 경험할 수 있도록 정부의 정책적 접근의 필요성이 제기되는 바이다.

물론 모든 여가생활을 청소년들에게 제공해 준다는 것은 현실적으로 어려운 일이다. 따라서 여가생활의 접근성을 현실성 있게 증진시키기 위해서는 우선 여가에 대한 다양한 정보를 제공하여 청소년들의 관심을 유도하고 여가생활의 선택에 있어서 제약을 줄여주는 것이 필요하다. 그러기 위해서는 한 학교에서 몇 가지의 여가활동을 선택하게 하는 것보다는 지역단위로 여가프로그램을 마련해서 학생들의 선택의 폭을 넓히는 것이 바람직할 것이다. 이는 지역내 학생들간의 교류를 증진하는 것은 물론 한 학교에서 제공할 수 있는 프로그램의 수의 한계를 보완할 수 있고 차후, 다른 지역과의 협력을 통하여 여가생활에 대한 스스로의 평가 및 삶에 대한 의욕을 고취시킬 수 있는 여가관련 경연대회를 개최할 수도 있을 것이다.

끝으로 청소년의 사회적 관계와 여가활동유형에 대한 분석에서는 상호관련성이 있으며 여가활동유형별로 사회적 관계와의 관계점수에 차이가 있음을 확인할 수 있었다. 청소년의 행복감에 사회적 관계와 여가활동유형이 영향력이 있다는 점에서 청소년의 사회적 관계에 대한 사회적 관심이 필요하며, 더불어 청소년의 사회적 관계를 통해서 청소년의 주관적 행복감 증진을 할 수 있는 방안에 대한 보다 심도 깊은 학문적 연구가 뒷받침되어야 할 것으로 보인다.

## 【참 고 문 헌】

- 1) 구자은 (2000). “자아탄력성, 긍정적 정서 및 사회적 지지와 청소년의 가정생활적응 및 학교생활적응과의 관계”, 부산대학교 대학원 석사학위논문.
- 2) 구현지·문경주·오경자 (2007). “문제해결기술 훈련의 비행 감소 효과: 경미한 비행 청소년을 대상으로”, 한국심리학회지: 임상, 26(2), 345-364.
- 3) 김동기·전지영·이선주 (2008). “청소년의 여가제약과 사이버비행과의 관계에서 스트레스와 공격성의 매개효과 검증”, 청소년학연구, 15(5), 157-179.
- 4) 김예성 (2011). “청소년의 여가활동유형과 개인 및 가족 관련 특성 연구”, 청소년학연구, 18(7), 155-138.
- 5) 김재운 (2003). “청소년의 레저 스포츠 참가와 스트레스 및 학교생활적응의 관계”, 한국사회체육학회지, 20(1), 633-644.
- 6) 문은식 (2001). “청소년의 학교생활 적응행동에 관련되는 사회·심리적 변인들의 구조적 분석”, 충남대학교 대학원 박사학위논문.
- 7) 박소혜 (1995). “국민학교 아동의 가정환경과 학교생활 적응 및 만족도의 관계 : 가정의 심리적 환경을 중심으로”, 건국대학교 대학원 석사학위논문.
- 8) 배숙진 (1998). “청소년에게 지각된 부모의 양육태도, 자아개념, 학교적응간의 관계”, 연세대학교 대학원 석사학위논문.
- 9) 서울시교육청 (2012). 『서울시 학생 행복지수』
- 10) 석윤희 (2003). “유아의 친구관계와 또래지위 및 사회적 능력에 관한 연구”, 성신여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 11) 송영민·이영진 (2011). “청소년 스트레스 완화요인으로써 여가민족의 영향”, 청소년학연구, 18(12), 609-634.
- 12) 송영민·이훈 (2006). “여가촉진요인의 구조 모형 분석”, 관광·레저연구, 18(2), 7-24.
- 13) 송진숙·이영관 (2008). “대전지역 중학생의 여가활동유형과 생활스트레스 및 학습몰입에 관한 연구”, 한국가정교육학회지, 20(4), 43-57.
- 14) 신규리·정진영 (2011). “청소년의 지각된 여가인지와 자기효능감 및 스트레스 대처행동의 관계”, 한국체육과학회지, 20(3), 455-467.
- 15) 양철호 (2001). “청소년의 여가 인식도를 통한 바람직한 여가관 연구”, 경희대학교 대학원 석사학위 논문.
- 16) 이강우·김석기 (2005). “청소년의 여가활동 유형이 스트레스 해소 및 학업성취도에 미치는 영향”, 한국스포츠리서치, 16(4), 755-783.
- 17) 이미리 (2003). “청소년기 행복감 수준의 일상 맥락 변화에 따른 다양성”, 한국심리학회지: 발달, 16(4), 193-209.
- 18) 이미정 (2006). “청소년의 비행경험 수준에 따른 사회적 문제해결 훈련 효과”, 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 18(1), 71-91.
- 19) 이호선 (2000). “아동의 또래관계가 학교생활 적응에 미치는 영향”, 충남대학교 대학원 석사학위논문.
- 20) 임유진 (2001). “청소년이 지각한 사회적 지지와 자기효능감 및 학교생활 적응간의 관계”, 전북대학교 대학원 석사학위논문.
- 21) 정규석 (2004). “사회적 관계요인이 청소년의 학교적응에 미치는 영향”, 한국사회복지학회, 56(1), 235-252.
- 22) 주현식 (2001). “청소년의 여가활동이 스트레스 해소 및 학업 성취도에 미치는 영향에 관한 연구”, 관광·레저연구, 13(1), 81-97.
- 23) 최지은·신용주 (2002). “서울시 남녀 청소년이 지각한 부모-자녀 관계가 또래관계에 미치는 영향에 관한 연구”, 생활과학연구, 7, 180-192.

- 24) 한국방정환재단·연세대 사회발전연구소 (2011). 『2011 한국 어린이-청소년 행복지수의 국제 비교』
- 25) Gerber, M. & Pühse, U. (2008). "Don't crack under pressure!"—Do leisure time physical activity and self-esteem moderate the relationship between school-based stress and psychosomatic complaints?", *Journal of Psychosomatic Research*, 65(4):363-369.
- 26) Iso-Ahola, S. E. & Park, C. J. (1996). "Leisure-related social support and self-determination as buffers of stress-illness relationship", *Journal of Leisure Research*, 28(3):169-187.

- 투 고 일 : 2012년 12월 28일
- 심 사 일 : 2013년 1월 11일
- 심사완료일 : 2013년 2월 10일