

지역사회 자원을 활용한 장애인 신체활동 프로그램 참여증진 전략: 대구·경북지역 장애인복지관 프로그램을 중심으로

김가은*, 김영복**, 김완수**†

* 영천시 장애인복지관

** 대구대학교 건강증진학과

Strategies to Promote the Participation on Physical Activity Programs among the Disabled Using Community Resources: Focusing on the programs the Welfare Center for the Disabled in Daegu and Gyeongbuk Regions

Ga-eun Kim*, Young-Bok Kim**, Won Soo Kim**

* *Youngcheon-city Welfare Center for the Disabled*

***Department of Health Promotion, College of Humanities, Daegu University*

<Abstract>

Objectives: The aim of this study is to develop the strategy of promoting participation on physical activity programs among the disabled through analysis of satisfaction on the Welfare Center for the Disabled-based program. **Methods:** The subjects were 151 disabled people who had physical disability or brain disorder. They had participated on the physical activity programs which were opened in 13 welfare centers for the disabled of Daegu and Gyeongbuk. The data were collected by the survey for 2 weeks in May, 2011. **Results:** There were no differences in the satisfaction on physical activity programs by general characteristics and health status. As for cognitive factors, it were significantly different on the satisfaction by the importance of physical activity and the fitness maintenance factor ($p<0.05$, $p<0.01$). Significant differences were found in the satisfaction by the participating attitude and the participation motives, such as goal-oriented and activity-oriented motives. It were significantly different on the satisfaction by the duration, frequency per week, time per once, and components in terms of the physical activity program. **Conclusions:** To revitalize the physical activity-for-all project for the disabled, it needs to develop the strategy and to enhance the health education to improve their health status.

Key words: The disabled, Physical activity, Health education, Strategy of promoting participation

I. 서론

사회가 안정되고 교육기회의 균등, 사회참여 기회확대에 대한 관심이 증가됨에 따라 장애인의 신체적, 정신적, 사회적 건강에 관한 중요성 및 건강수준의 개선을 위한 다양한 요구가 제기되고 있다. 이미 선진국에서 장애인 복지향상을 위한 노력해 왔으며, 우리나라도 2007년부터 장애

인 차별금지법과 중증장애인 지원서비스를 법률적으로 제도화하여 장애인을 위한 복지환경을 변화시키고자 노력하고 있다(Ministry of Government Legislation, 2013).

장애인들의 욕구에 대한 내용도 다양해지고, 신체활동에 대한 관심이 커짐에 따라 장애인의 건강수준을 향상시키기 위한 신체활동증진방안이 장애인 복지서비스의 일환으로 강조되기 시작하였다(Cho, 2008). 장애인들은 비장애

Corresponding author : Young-Bok Kim

Department of Health Promotion, College of Humanities, Daegu University, 201 Daegudae-ro, Gyeongsan-si, Gyeongsangbuk-do, Korea
경북 경산시 진양 대구대로 201, 대구대학교 건강증진학과

Tel: 053-850-6093 Fax: 053-850-6099 E-mail: healthkyb@daegu.ac.kr

▪ 투고일: 2013.09.06

▪ 수정일: 2013.09.22

▪ 게재확정일: 2013.09.25

인들에 비하여 체력과 운동기능이 떨어지고 이로 인하여 비만, 심혈관질환 등 성인병의 위험이 매우 높기 때문에 건강 유지 및 증진 측면에서 신체활동이 반드시 필요하다 (Graham & Ride, 2000; Rimmer & Kelly, 1991). 특히 장애인은 1차 장애로 인해 2차 장애가 발생할 가능성이 더욱 높기 때문에 장애인들은 의학적, 신체적, 사회적, 감정적 측면 등 다양한 측면에서 장기적으로 건강증진에 대한 요구도가 높아지고 있다.

특히 건강을 유지하고 증진시킬 수 있는 방법 중 적절한 운동은 근육의 질적, 양적 변화를 일으키고 호흡 순환기능 및 신경기능의 향상을 통한 체력 증진의 효과가 있고, 스트레스 해소 및 정신적 만족감을 높이는 효과가 있다. 이를 통해 심장질환을 예방하고 체중을 조절하며 당뇨병, 심장병, 퇴행성관절염, 우울증, 불면증 등의 만성질환을 예방 및 관리에 도움을 얻게 된다(Lee & Lee, 2007). 이를 반영하듯 우리나라는 제3차 건강증진종합계획에서 장애인건강을 위한 중점과제를 신설하여 장애인 건강통계 산출, 장애예방 교육 및 홍보, 장애인 건강향태개선사업, 장애인 건강관련 프로그램 요구도 조사 및 건강기능지표 개발에 관한 계획을 수립하였다(Ministry of Health & Welfare, 2011).

장애인들에게 신체적 요구에 맞는 프로그램을 제공함으로써 장애인의 인내력, 결단력, 자신감을 높일 수 있을 뿐 아니라 체내 에너지를 발산시키고, 긴장, 불안, 피로 등을 해소하여 정서적, 정신적 안정과 사회적 적응력을 높일 수 있게 된다. 이처럼 장애인의 신체활동이 그들의 건강수준을 개선시키는데 기여하는 바가 크지만, 아직까지 우리나라에서는 장애인을 대상으로 신체활동 프로그램의 참여율을 높이기 위해 다양한 수행전략을 개발하고, 관련시설을 확충하며, 전문 인력을 양성하는 제도적 뒷받침이 부족한 실정이다.

최근의 대구·경북지역의 장애인 등록 현황을 살펴보면, 2004년에 대구지역 77,899명, 경북지역 108,654명이었던 것이 2009년에는 대구지역 113,509명, 경북지역 164,380명으로 지속적으로 증가하고 있다(Daegu Metropolitan City, 2009; Gyeongsangbuk-do, 2009). 반면 대한장애인체육회에서 조사한 장애인 신체활동 프로그램 참여율을 살펴보면 2006년에 4.4%, 2009년에 7%로 소폭 상승하였으나, 일반인의 참여율 62.8%를 비교할 때 매우 낮은 수준을 보이고 있다(Korea Sports Association for the Disabled, 2010; Ministry of Culture, Sports and Tourism, 2006; 2009; 2010).

이러한 저조한 참여율을 높이기 위해서는 장애인이 이용수준이 높은 지역사회 조조직과 시설을 파악하고, 장애 유형별로 신체활동 프로그램에 참여하는 목적 및 참여를 촉진하는 요인을 분석하는 것이 무엇보다 중요하다. 장애인을 지원하는 지역사회 자원에는 공공시설인 장애인복지관, 장애인자립생활센터, 장애인직업재활시설 등이 있고, 민간시설인 장애인 공동생활가정(그룹홈) 등이 있으나, 물적 및 인적 자원의 부족으로 인하여 장애 유형을 고려한 신체활동사업을 전개하지 못하고 있다. 특히 장애 유형별 특성에 맞는 신체활동 프로그램은 2차 장애를 예방하고, 개인의 건강 유지 및 증진을 도울 수 있는 중요한 요소가 되기 때문에 장애인을 위한 맞춤형 프로그램을 제공할 수 있는 지역사회 자원을 발굴하는 것이 시급한 실정이다(Cho, Yu, & Seo, 2008; Jeong, 2005; Min, 2007; Mun, 1998; Oh, 2001; Park & Shin, 2004, Seo, 2001; Son, 2001).

따라서 본 연구는 지역사회 자원 중 장애인 건강증진사업을 지원하고 있는 장애인복지관을 중심으로 장애인 신체활동 프로그램에 관한 만족도를 분석함으로써 향후 장애인들의 프로그램 참여수준을 높이기 위한 효과적인 참여증진 전략을 개발하고자 한다. 이를 위해 첫째, 장애인의 인구사회적 특성 및 신체활동에 관한 인지수준, 참여 동기, 신체활동 실천수준에 따른 만족도를 분석하고, 둘째, 장애인 신체활동사업의 문제점 및 개선방안을 파악하고, 셋째, 분석된 결과를 바탕으로 장애인 대상의 신체활동 프로그램 참여수준을 높이기 위한 수행 전략을 제안하고자 한다.

II. 연구방법

1. 연구 설계

본 연구는 대구·경북지역에 소재한 13개 장애인종합복지관에서 제공하는 신체활동 프로그램에 관한 만족도를 조사하기 위해 신체활동 프로그램의 참여수준이 높은 지체장애인과 뇌병변 장애인 151명을 대상으로 2011년 5월 16일부터 27일까지 2주간 신체활동 프로그램에 관한 만족도를 구조화된 설문지를 활용하여 조사하였다.

본 연구에서는 장애인복지법 제2조에 의거하여 장애인을 ‘신체적·정신적 장애로 오랫동안 일상생활이나 사회생활에서 상당한 제약을 받는 자’로 정의하였다(Ministry of

Government Legislation, 2013). 여기서 신체적 장애인 주요 외부 신체 기능의 장애, 내부기관의 장애 등을 말하며, 정신적 장애인 발달장애 또는 정신질환으로 발생하는 장애를 말한다. 이중 신체활동 프로그램의 참여수준이 높고, 설문조사를 통해 자료수집이 가능한 장애인은 신체적 장애 중 외부 신체기능의 장애에 속하는 지체장애인과 뇌병변 장애인이다. 따라서 본 연구는 조사대상자를 자발적 신체활동이 이루어질 수 있는 지체장애인과 뇌병변 장애인으로 한정하였다.

장애인의 신체활동 프로그램에 관한 만족도를 조사하기 위해 설문 문항은 인구사회적 특성 6문항, 주관적 건강인 지수준 1문항, 신체활동에 관한 인지수준 3문항, 참여 태도 1문항, 참여 동기 1문항, 신체활동 실천수준 4문항, 만족도 23문항, 문제점 및 개선방안 2문항으로 구성하였다. 이중 신체활동에 관한 인지적 수준에는 체력유지요인, 신체활동의 효과, 신체활동의 중요성을 포함하였고, 신체활동 프로그램의 참여 동기는 목표지향형, 활동지향형, 학습지향형으로 구분하였다(Hole, 1961; Kim et al., 1999; Park, 2001). 신체활동 실천수준은 운동기간, 운동 횟수, 운동시간, 운동 종목으로 구성하였다(Kim, 2003; Kim, 2004).

2. 측정 도구

신체활동 프로그램 만족도를 조사하기 위해 Parasuraman, Zeithaml, & Berry (1988)이 제시한 SERVQUAL 모형을 적용하였다. 만족도는 유형성 5문항(Cronbach' $\alpha=0.80$), 신뢰성 4문항(Cronbach' $\alpha=0.73$), 응답성 5문항(Cronbach' $\alpha=0.87$), 보증성 4문항(Cronbach' $\alpha=0.85$), 공감성 5문항(Cronbach' $\alpha=0.84$)이며, 영역별 내적신뢰도는 0.7이상이었다. 유형성(Tangible)은 물리적인 시설과 장비, 서비스 요원의 용모 및 복장에 관한 사항을 말하며, 신뢰성(Reliability)은 믿을 수 있고 정확하게 서비스를 이행할 수 있는 능력을 말한다. 응답성(Responsiveness)은 고객을 돕고 서비스를 제공하려는 적극적인 자세이며, 보증성(Assurance)은 서비스 요원의 지식과 정중한 예절 및 신뢰와 확신을 주는 능력이고, 공감성(Empathy)은 서비스 조직이 고객에게 제공하는 배려와 개인적인 관심을 말한다(Parasuraman et al., 1988; Park, 2008). 본 연구에서는 프로그램 만족도를 물리적 자원(유형성) 및 제공자의 수행능력(신뢰성), 제공 조직의 적극적인 자세(응답성), 제공자의 직무능력(보증성), 장애인에 대한 배려 및 관심(공감성)으로 구분하여 분석하였다.

3. 자료 분석

본 연구는 신체활동 프로그램에 관한 만족도에 영향을 미치는 요인을 분석하기 위해 SAS 8.2 version을 활용하였다. 장애인의 인구사회학적 특성, 주관적 건강수준, 신체활동의 인지적 수준, 참여 태도, 참여 동기, 신체활동 실천수준에 따른 프로그램 만족도의 차이를 분석하기 위해 t-검정 및 분산분석(ANOVA)을 수행하였다.

Ⅲ. 연구 결과

1. 인구사회학적 특성에 따른 프로그램 만족도

조사대상자의 성별의 분포는 남자가 72.2%, 여자는 27.8%이었고, 연령은 40대가 31.1%로 가장 많았고, 다음으로 50대 27.8%, 60대 이상 18.5%, 30대 15.2%, 29세 이하 7.3% 순이었다. 장애유형은 지체장애가 72.8%, 뇌병변 장애는 27.2%이었고, 학력 분포는 고졸이 46.4%로 가장 많았고, 다음으로 대학교이상 22.5%, 중졸 16.5%, 초졸 이하 14.6% 순이었다. 직업은 무직인 장애인이 68.2%이었고, 직업이 있는 장애인이 16.6%, 주부가 13.9%, 학생이 1.3%이었다. 가구 월수입의 분포는 100만원 미만이 62.2%로 가장 많았고, 다음으로 100-200만원이 20.5%, 301만원 이상이 11.2%, 201-300만원이 6.0% 순이었다. 일반적 특성에 따른 신체활동 프로그램에 관한 만족도에는 통계적으로 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다<Table 1>. 또한 <Table 2>와 같이 주관적 건강수준에 따른 신체활동 프로그램에 관한 만족도는 통계적으로 유의한 차이는 나타나지 않았고, 세부 영역별 차이도 없었다.

2. 신체활동에 관한 인지수준에 따른 프로그램 만족도

신체활동에 대한 인지적 수준을 살펴보기 위해 신체활동의 중요성, 체력유지요인, 신체활동의 효과에 대해 분석한 결과, 신체활동이 중요하다고 생각할수록 프로그램에 관한 만족도가 높았다($p<0.01$). 만족도의 세부 영역별 차이는 응답성과 공감대 형성 영역에서 통계적으로 유의한 차이를 나타내었다($p<0.01$).

<Table 1> Socio-demographic characteristics

Classification	N (%)	Satisfaction	t/F	
		mean±SD		
Gender	Male	109 (72.2)	81.4±10.98	0.29
	Female	42 (27.8)	82.1±15.02	
Age	Less than 30 years	11 (7.3)	81.9± 6.92	1.70
	30-39 years	23 (15.2)	83.2± 9.35	
	40-49 years	47 (31.1)	83.0±13.20	
	50-59 years	42 (27.8)	77.6±13.07	
	More than 60 years	28 (18.5)	83.9±11.97	
Types of disability	Physical disability	110 (72.8)	82.0±11.98	0.55
	Brain disorder	41 (27.2)	80.7±12.84	
Educational level	Under middle school	22 (14.6)	82.3±15.34	0.62
	Middle school	25 (16.5)	82.3±12.01	
	High school	70 (46.4)	80.2±12.75	
	Above university	34 (22.5)	83.5± 8.52	
Occupation	Unemployed	103 (68.2)	81.4±11.69	0.22
	Employed	25 (16.6)	82.7±14.43	
	Housewife	21 (13.9)	81.1±12.58	
	Student	2 (1.3)	87.0± 8.49	
Household income	Under 1,000,000won	94 (62.2)	80.5±13.33	0.86
	1,000,001-2,000,000won	31 (20.5)	83.0±10.81	
	2,000,001-3,000,000won	9 (6.0)	86.4±11.15	
	3,000,001won over	17 (11.2)	82.5± 7.36	
Total	151 (100.0)			

체력유지요인에 따른 프로그램 만족도를 살펴보면, 체력유지요인이 규칙적인 운동 또는 균형 잡힌 식습관이라고 생각하는 장애인의 프로그램에 관한 만족도가 높은 반면 휴식 또는 건강검진이라고 생각하는 장애인의 프로그램에 관한 만족도가 낮았다. 세부 영역별로는 응답성과 공감대 형성 영역에서 통계적으로 유의한 차이를 보였다($p<0.05$, $p<0.01$). 신체활동의 효과적 측면에서는 신체활동을 증진시킴으로써 신체적 건강증진, 정신적 건강증진, 사회적 건강

증진, 재활의 효과가 있다고 생각하는 집단 간의 차이가 통계적으로 유의하지 않은 것으로 나타났다.

신체활동 프로그램의 참여 태도에 따른 만족도는 적극적인 참여 태도를 가질수록 프로그램 만족도가 높았고, 세부 영역별로는 유형성, 신뢰성, 응답성 영역에서 적극적인 참여태도를 가질수록 프로그램 만족도가 높은 것으로 나타났다($p<0.01$).

<Table 2> Satisfaction on physical activity program by cognitive factors

Classification	Tangible	Reliability	Respon- siveness	Assurance	Empathy	Total
	mean±SD	mean±SD	mean±SD	mean±SD	mean±SD	mean±SD
Health Status						
Good	16.7±4.01	13.2±2.89	19.7±3.81	14.2±2.70	17.5±2.64	81.4±13.32
So-so	17.1±3.53	13.6±2.66	19.3±3.22	14.3±2.87	17.5±2.95	81.8±11.99
Poor	16.9±3.35	13.5±2.85	18.8±2.98	14.4±2.54	17.9±3.47	81.5±11.93
F	0.13	0.20	0.82	0.02	0.36	0.10
Importance of PA ¹⁾						
High	17.1±3.40	13.7±2.67	20.0±2.68	14.6±2.51	18.1±2.83	83.4±10.53
Median	16.7±4.00	13.0±2.82	17.5±3.59	13.6±3.07	16.9±2.67	77.7±13.95
Low	15.5±6.36	10.5±4.95	10.5±4.95	11.5±4.95	8.0±4.24	56.0±25.46
F	0.30	2.33	18.54**	2.82	14.50**	8.30**
Fitness maintenance Factors						
Exercise	17.1±3.42	13.5±2.47	19.5±2.70	14.4±2.62	17.7±2.72	82.3±10.59
Rest	15.9±4.63	13.1±3.27	18.3±3.49	13.7±2.93	17.4±2.77	78.4±13.66
Dietary	17.9±2.67	14.1±3.61	20.4±4.48	15.1±2.61	18.9±3.78	86.3±15.03
Health Screening	16.6±3.58	13.3±3.37	15.8±4.89	12.4±2.97	14.6±4.72	72.6±17.59
F	1.01	0.43	4.90**	2.28	3.68*	2.94*
Effectiveness of PA ¹⁾						
Physical Health	17.1±3.49	13.5±2.71	19.5±2.98	14.6±2.65	17.9±2.79	82.6±11.48
Mental Health	16.2±4.43	12.8±2.91	18.7±3.72	13.1±2.84	17.2±3.27	77.8±13.19
Social Health	16.8±3.46	13.4±2.38	18.3±2.98	14.3±2.39	17.1±2.81	80.0±11.49
Rehabilitation	17.8±2.86	14.6±3.50	19.7±5.03	14.3±3.39	17.6±4.83	83.8±16.67
F	0.58	1.06	1.21	1.71	0.65	1.14
Participating Attitude						
Active	17.6±3.58	14.1±2.75	20.1±3.08	14.7±2.76	18.1±3.05	84.6±11.78
In-between	16.3±2.74	13.0±2.12	18.5±2.80	13.8±2.28	16.9±2.30	78.5±9.27
Passive	14.6±5.32	11.3±3.90	15.6±3.93	13.4±3.70	17.0±5.12	71.9±18.54
F	5.11**	6.97**	12.54**	2.71	2.66	8.67**

Note: ¹⁾PA: Physical Activity
*p<0.05, **p<0.01

3. 참여 동기에 따른 프로그램 만족도

신체활동 프로그램의 참여 동기에 따른 만족도를 살펴 보면, <Table 3>과 같이 목표 지향적 동기를 가진 집단이 목표 지향적 동기를 갖고 있지 않은 집단보다 프로그램 만족도가 높았고, 세부 영역별로는 보증성, 공감대 형성 영역에서 통계적으로 유의한 차이를 보였다(p<0.05, p<0.01). 활

동 지향적 동기의 유무에 따른 프로그램 만족도는 통계적으로 유의한 차이를 보이지 않았으나, 세부 영역 중 공감대 형성에서는 활동 지향적 동기를 갖춘 집단이 활동 지향적 동기를 갖고 있지 않은 집단보다 공감대 형성에 관한 만족도가 높았다(p<0.05). 학습 지향적 동기의 유무에 따른 프로그램 만족도는 통계적으로 유의한 차이를 보이지 않았다.

<Table 3> Satisfaction on physical activity program by participation motive

Classification	Tangible	Reliability	Respon- siveness	Assurance	Empathy	Total
	mean±SD	mean±SD	mean±SD	mean±SD	mean±SD	mean±SD
Goal-oriented						
Yes	17.0±3.56	13.5±2.68	19.3±3.10	14.4±2.64	17.7±2.87	81.9±11.69
No	14.7±3.51	13.0±6.56	15.7±9.02	9.3±2.31	13.7±8.08	66.3±27.10
t	1.12	0.32	1.92	3.30**	2.31*	2.22*
Activity-oriented						
Yes	17.1±3.65	13.6±2.73	19.3±3.16	14.4±2.75	17.8±2.92	82.2±11.90
No	15.9±2.50	12.5±2.90	18.5±4.40	13.4±2.24	16.0±3.82	76.4±14.13
t	1.13	1.43	0.87	1.25	2.12*	1.70
Learning-oriented						
Yes	17.3±3.39	13.6±2.81	19.5±3.09	14.4±2.66	17.8±2.73	82.5±11.51
No	16.0±3.95	13.3±2.63	18.4±3.72	14.1±2.90	17.2±3.86	79.0±13.85
t	1.92	0.62	1.77	0.49	0.98	1.53

Note: *p<0.05, **p<0.01

4. 신체활동 실천수준에 따른 프로그램 만족도

신체활동 프로그램의 구성요소는 운동기간, 운동 횟수, 운동시간, 운동종목으로 구분하여 프로그램 만족도를 살펴 보았다<Table 4>. 운동기간에 따른 신체활동 프로그램에 관한 만족도에는 통계적으로 유의한 차이가 없었으나, 세부영역 중 응답성 영역은 운동기간이 13-30개월인 경우 가장 높고 6-12개월인 경우가 가장 낮았다(p<0.05). 운동 횟수에 따른 프로그램 만족도는 1주일에 3-4회 참여할 때 만족도가 높았고, 다음이 5회 이상, 1-2회이었다(p<0.05). 세부영역별로는 유형성, 대응성에서 통계적으로 유의한 차이를

보였다(p<0.05, p<0.01). 운동시간에 따른 프로그램 만족도는 통계적으로 유의한 차이를 보이지 않았으나, 세부영역 중 신뢰성과 응답성 영역에서 차이가 있었다(p<0.05, p<0.01). 운동종목에 따른 프로그램 만족도는 차이가 없었으나, 세부영역 중 응답성에서 탁구에 참여한 경우 만족도가 가장 높았고, 다음이 기타, 보치아, 수영 순이었다(p<0.01). 이중 보치아는 운동성 장애를 가진 지체장애인과 뇌병변 장애인들이 참여가 가능한 종목으로써 공을 던져 표적구에 가까운 공의 점수를 합하여 승패를 겨루는 경기이다.

<Table 4> Satisfaction on physical activity program by components

Classification	Tangible	Reliability	Respon- siveness	Assurance	Empathy	Total
	mean±SD	mean±SD	mean±SD	mean±SD	mean±SD	mean±SD
Participation duration						
Under 6 months	17.7±3.18	12.9±3.40	18.0±3.81	14.0±3.01	17.0±3.96	79.6±14.99
6-12 months	16.8±3.64	13.2±2.46	18.2±2.83	13.8±2.61	17.5±2.40	79.5±12.01
13-30 months	17.4±3.53	14.2±2.60	20.3±2.86	14.9±3.03	18.6±3.04	85.3±10.90
30 months over	16.5±3.71	13.5±2.63	19.6±3.25	14.3±2.42	17.3±2.79	81.1±11.48
F	0.92	1.36	3.74*	1.01	1.79	1.69

Classification	Tangible	Reliability	Respon- siveness	Assurance	Empathy	Total
	mean±SD	mean±SD	mean±SD	mean±SD	mean±SD	mean±SD
Frequency per week						
1-2	16.5±3.75	12.7±3.34	17.7±3.97	14.0±2.88	17.1±3.79	78.0±14.77
3-4	17.8±3.60	14.0±2.20	19.7±2.65	14.7±2.69	17.8±2.71	84.0±10.83
5+	16.1±3.06	13.6±2.75	20.2±2.80	14.0±2.55	17.9±2.63	81.8±10.24
F	3.34 [*]	2.88	8.24 ^{**}	1.18	0.93	3.34 [*]
Time per once						
Under 1 hour	16.1±4.40	12.1±3.25	17.0±4.16	13.9±3.05	17.2±4.35	76.2±16.62
1-2 hours	17.8±2.83	13.9±2.69	19.4±3.24	14.5±2.71	17.7±3.30	83.3±11.41
2-3 hours	16.9±4.26	14.1±2.37	19.8±2.43	14.8±2.82	17.5±2.51	83.1±11.63
3 hours over	16.2±3.31	13.2±2.67	19.7±3.09	13.8±2.44	17.9±2.32	80.8±10.71
F	2.13	2.99 [*]	4.09 ^{**}	1.20	0.25	1.94
Type of PA ¹⁾						
Table tennis	17.0±3.80	13.7±2.94	20.1±2.76	14.5±2.76	18.0±3.07	83.4±12.00
Boccia	17.9±2.71	13.4±1.91	18.3±2.42	14.7±2.00	17.8±2.78	82.0± 7.88
Swimming	15.4±4.03	12.4±3.63	17.1±4.77	12.6±2.82	16.4±2.37	73.9±15.04
Miscellaneous	16.5±3.43	13.6±2.65	19.0±3.89	14.1±3.07	17.1±3.45	80.2±14.19
F	1.90	0.88	4.97 ^{**}	2.40	1.58	2.67

5. 장애인 신체활동사업의 문제점 및 개선방안

장애인 신체활동사업의 문제점은 정부의 지원 부족(84.8%), 다양한 프로그램 제공 미흡(78.8%), 전문 인력 부족(73.5%), 필요정보 제공 미흡(72.8%), 인식개선을 위한 홍보활동 부족(72.8%), 필요시설 미비(69.5%) 순이었으며, 이 중 정부의 적극적인 지원이 필요하다고 응답하였다. 이러한 문제점을 해결하기 위한 효과적인 방안으로는 첫째, 정부의 법적 및 제도적 지원체제 강화, 둘째, 장애인 신체활동 활성화를 위한 프로그램 개발 및 보급, 셋째, 전문 인력 양성 및 자질 함양, 넷째, 시설 확충 및 관련시설 개방, 용품 구입비 지원 및 장애인 편의시설 확충, 시설 사용료의 조절 등의 필요 자원 지원, 다섯째, 관련 프로그램 및 자원 활용에 관한 적극적인 홍보 등을 제시하였다.

IV. 논의

대구·경북지역에 위치한 장애인종합복지관에서 제공하는 신체활동 프로그램은 대부분이 탁구, 보치아, 수영으로 한정되어 있었고, 프로그램에 관한 만족도는 사회 인구학적 특성 또는 주관적 건강인지수준에 따라 차이가 없는 것으로 나타났다. 반면 신체활동의 중요성, 체력유지 요인, 신체활동 프로그램의 참여 태도 및 참여 동기에 따른 프로그램 만족도는 통계적으로 유의한 차이를 보였다($p<0.01$, $p<0.05$). 또한 신체활동프로그램의 참여기간, 참여시간, 프로그램 유형에 따른 프로그램 만족도는 차이가 없었으나, 참여횟수에 따른 프로그램 만족도는 통계적으로 유의한 차이가 있었다($p<0.05$). 이러한 결과에 기초하여 장애인 신체활동 프로그램에 관한 참여전략 개발을 위한 프로그램 참여 특성을 세분화하여 살펴보고자 한다.

첫째, 장애인 신체활동 프로그램의 만족도가 높은 집단은 지체장애인, 여성 장애인, 60대 이상의 장애인, 대학교 이상의 학력을 가진 장애인, 가구 월수입이 201-300만원인

장애인으로 나타났다. 이는 신체활동 참여전략을 개발할 때는 장애유형, 성, 연령, 학력, 가구 월수입 등을 고려한 대상자 특성 분석을 수행해야 하고, 특히 연령층을 세분화한 접근방안을 모색해야 함을 강조하고 있다(Back, 1999).

둘째, 신체활동의 중요성을 인식하고 있는 경우에, 규칙적인 운동과 균형 잡힌 식사를 체력 유지 요인으로 인지하고 있는 경우에 만족도가 높았다. 특히 서비스 제공 조직의 적극적인 자세(응답성)와 장애인에 대한 배려 및 관심(공감성)에 관한 만족도가 높았다. 즉 장애인의 신체활동 참여수준을 높이기 위해서는 신체활동과 식생활, 수면, 건강검진 등의 건강생활실천요인 간의 연관성을 교육하는 것이 필요함을 입증하고 있다(Chun, Lee, & Hong, 2008; Lee, 2007; Lee, Choi, & Lee, 2006).

셋째, 재활을 목적으로 신체활동 프로그램의 참여한 장애인들의 프로그램 만족도가 가장 높았고, 다음이 건강 및 체력증진, 체중조절을 목적으로 참여한 경우이었다. 반면 스트레스 해소와 희열감 등 정신적 효과를 위해 참여한 경우에 프로그램 만족도가 가장 낮았다. 장애인의 경우 재활을 기반으로 한 신체활동이 체력증진 및 사회활동 참여증진에 기여함을 고려할 때, 정신적 건강보다는 신체적, 사회적 건강에 미치는 효과를 강조하는 것이 참여수준을 높일 수 있는 방안이 된다(Cho, 2006; Kim, 2010; Lee, 2007).

넷째, 신체활동 프로그램에 적극적으로 참여하는 태도를 가진 경우 프로그램의 만족도가 높았다. 이 중 물리적 자원(유형성) 및 제공자의 수행능력(신뢰성), 제공 조직의 적극적인 자세(응답성)에 관한 만족도가 높았다. 이는 운동시설 및 장비, 강사의 용모, 편의시설, 월 이용료, 운영횟수, 교육방법, 자신감, 스트레스 해소 등이 프로그램 만족도에 영향을 미치는 것을 의미한다. 이러한 이유로 장애인들의 신체활동 프로그램의 참여수준을 높이기 위해서는 물리적 자원 및 인적 자원의 질적 수준이 중요하며, 이를 관리할 수 있는 관련시설의 기준 마련 및 전문 인력 양성방안이 수립되어야 한다.

다섯째, 목표 지향적 동기를 갖고 신체활동 프로그램에 참여한 장애인의 만족도가 높았다. 특히 제공자의 직무능력(보증성)과 장애인에 대한 배려 및 관심(공감성)에 관한 만족도가 높았다. 신체활동 참여의 목표 설정을 통해 강한 실천의지를 갖고 있는 경우 제공자의 전문성 및 배려가 참여수준에 영향을 미칠 수 있는 것으로 나타났다. 이는 제공자의 전문성 향상과 함께 참여자의 목표 설정, 실천 의지,

목표 성취를 위한 동기화가 중요함을 강조하고 있다.

여섯째, 신체활동 실천수준에서 운동 기간이 12-30개월인 경우, 운동 횟수가 주 3-4회인 경우, 운동시간이 1-3시간인 경우, 운동종목이 탁구인 경우에 프로그램 만족도가 가장 높았다. 장애인의 경우 신체활동의 지속성이 중요하고, 이동의 어려움으로 인하여 참여 빈도가 높은 것보다는 1회 참여 시간이 긴 프로그램을 선호하는 것으로 나타났고, 움직임이 크지 않은 유산소운동을 제공하는 것이 참여수준을 높일 수 있는 방안이 된다.

이상의 결과에서 볼 수 있듯이 향후 장애인의 신체활동 프로그램의 참여율을 높이기 위한 양질의 서비스를 개발하는 것이 중요하다. 특히 장애인종합복지관을 중심으로 신체활동 프로그램을 제공하고자 할 때에는 장애인의 특성을 고려한 목표집단의 세분화, 건강생활실천교육 강화, 신체활동의 신체적 및 사회적 건강효과 강조, 신체활동 프로그램의 참여 목적 확인, 적극적인 참여태도 형성, 목표 설정에 따른 실천 의지 강화, 장애 유형을 고려한 유산소운동 제공, 참여 시간과 시설이용의 편리성 증대, 물리적 및 인적 자원의 질 관리 등을 위한 수행전략 수립이 선행되어야 한다.

따라서 향후 장애인을 위한 신체활동사업을 활성화시키기 위해서는 신체활동의 건강효과 및 건강생활실천의 중요성을 강조하는 보건교육과 함께 신체활동 프로그램에 관한 긍정적 태도와 참여 촉진을 유도할 수 있는 동기화 전략을 제공해야 한다. 이러한 노력은 인적 및 물적 자원의 질 관리를 통해 강화될 수 있으며, 정부의 적극적인 관심과 지원, 지역사회 자원 활용을 위한 연계 구축 및 적극적인 홍보활동을 통해 지속될 수 있다.

본 연구의 제한점은 다음과 같다. 첫째, 연구대상자의 범위를 대구·경북지역으로 제한하였기 때문에 장애인의 특성으로 일반화하는데 어려움이 있다. 둘째, 분석대상을 장애인복지관의 신체활동 프로그램에 참여하고 있는 지체장애자와 뇌병변장애자로 한정하였으므로 향후 장애 유형에 따른 차이를 분석하는 것이 필요하다. 셋째, 본 연구에서 수행한 신체활동 프로그램에 관한 만족도 분석은 대상자의 만족도에 국한된 것으로 신체활동 프로그램 제공자의 만족도를 포함하지 못하였다. 넷째, 설문문항이 신체활동과 관련된 인지적 요인과 행동적 요인으로 제한되어 프로그램 만족도에 영향을 미치는 다양한 주관적 의견을 반영하지 못하였다.

V. 결론

최근 들어 전국적인 장애인 지원시설인 장애인종합복지관에서 장애인을 위한 생활지원과 함께 건강수준을 향상시키기 위한 다양한 건강증진 프로그램이 제공되고 있다. 그러나 장애인 건강증진사업이 활성화되기 위해서는 무엇보다 장애인들의 특성을 고려한 프로그램이 제공되어야 하고, 그들의 참여를 적극 유도할 수 있는 전략 개발이 선행되어야 하나, 아직까지 장애인을 대상으로 한 사업전략을 분석한 연구는 부족한 실정이다.

이러한 이유로 본 연구는 기존의 지역사회 자원을 활용할 수 있는 방안을 모색하기 위해 대구·경북지역의 13개 장애인종합복지관에서 제공하는 신체활동 프로그램에 관한 만족도를 분석하여 향후 신체활동 프로그램의 참여수준을 높일 수 있는 수행전략을 제공하고자 하였다. 장애인 건강증진을 위한 건강생활실천 및 사전 예방적 건강관리사업을 활성화시키기 위해서는 장애 유형별 건강증진 프로그램의 개발과 프로그램의 참여 유도를 위한 동기유발전략을 우선적으로 요구하기 때문이다.

반면 현재 우리나라에서 제공되는 장애인 대상의 신체활동사업은 대상자의 특성을 고려한 맞춤형 프로그램이 아닌 생활체육사업의 일환으로 제공되고 있다. 장애인은 2차 장애 예방 및 장애로 인한 체력저하를 예방하기 위해 신체활동 프로그램에 참여하는 목적이 있으나, 현장의 프로그램은 이를 적극적으로 반영하지 못하고 있다.

따라서 지역사회에서 장애인의 이용수준이 높은 장애인복지관을 활용하여 장애인의 특성을 고려한 맞춤형 건강증진 프로그램을 제공함으로써 장애인의 활동능력을 높이고, 사회생활의 참여도를 높일 뿐 만 아니라 건강수준 개선 및 삶의 질 향상에도 기여하게 될 것이다. 이를 위해 장애인 참여수준을 높이기 위한 전략으로 효과적인 장애인 신체활동 교육, 장애 유형별 맞춤형 중재방안, 전문 인력과 시설의 질 관리, 장애인 신체활동사업의 적극적인 홍보활동이 제공되어야 하고, 정부의 장애인 건강지원체계 수립 및 국민적 공감대 형성이 뒷받침되어야 한다. 이와 함께 지역사회 건강증진사업과 장애인 건강관리사업을 연계하여 활성화시키는 것이 중요하며, 체계적인 수행을 위한 장애인 건강증진 정책 개발 및 장애인을 위한 건강서비스 확대, 환경적 지원, 관련 자원의 효율성 제고, 사업의 지속성 보장을 추진해야 한다.

참고문헌

- Back, C. M. (1999). *The effect of the current factors of the sport-socialization on the participation of the disabled in physical education*. Graduate School of Keimyung University, Daegu, Korea
- Cho, C. O., Yu, S. J., & Seo, E. C. (2008). Analysis of the participants' satisfaction about Eoulim and preferences of inclusive sports and leisure according to their motivation for Eoulim. *Journal of Sport and Leisure Studies*, 34, 789-800.
- Cho, K. J. (2008). The reality and the future of physical education for the disabled. *Journal of the Industrial Technology Honam University*, 14, 149-159.
- Cho, K. W. (2006). *A survey on the actual condition of the lifetime sports of people with visual impairment in Kyunggi province*. Graduate School of Education Yong-In University, Yong-In, Korea
- Chun, H. J., Lee, S. H., & Hong, Y. J. (2008). A survey on the current status of participation of lifetime sports for women with disabilities. *Journal of Korean Physical Education Association for Women*, 22(1), 191-204.
- Daegu Metropolitan City. (2009). *Statistical yearbook*. Daegu, Korea: Author.
- Graham, A., & Reid, G. (2000). Physical fitness of adults with an intellectual disability: A 13-year follow-up study. *Research Quarterly for Exercise & Sport*, 71, 152-161.
- Gyeongsangbuk-do. (2009). *Statistical yearbook*. Daegu, Korea: Author.
- Hole, C. O. (1961). *The Importance of adult education, in study-discussion group techniques for parent education leader*. Chicago, IL: National Congress of Parents and Teacher.
- Jeong, B. J. (2005). The Effect of sports activity on life satisfaction and obesity for individuals of disabilities. *Journal of Korean Physical Education Association for Women*, 19(5), 121-130.
- Kim, D. I. (2003). *The effects of participation frequency in tennis community clubs on satisfaction level of leisure*. Graduate School of Yeungnam University, Kyungsan, Korea.
- Kim, H. S. (2004). *The relationship between participation and satisfaction in dance sports of the housewife*. Graduate School of Education Dankook University, Seoul, Korea
- Kim, J. H., Jin, Y. S., Park, J. T., Jee, Y. S., Kim, K. S., Lee, H., & Bae, K. T. (1999). The Relationship between health related physical fitness and self-perceived health status. *Journal of Korean Society for Health Education and Promotion*, 16(1), 1-232.
- Kim, J. S. (2010). *A survey of the actual condition for participation of persons with disabilities in lifetime sport in Yangju city*. Graduate School of Sports Science Yong-In University, Yong-in, Korea.

- Korea Sports Association for the Disabled. (2010). *Disabled sports and information (2006-2009)*. Seoul, Korea: Author.
- Lee, H., & Lee, J. H. (2007). The Relationships between quality of life and grade of exercise addiction in participants' of life sports. *Journal of Sport and Leisure Studies* 31, 691-702.
- Lee, I. K., Choi, S. G., & Lee, J. W. (2006). A survey on the current status of participation of lifetime sports for persons with disabilities in Kyungin area. *Journal of Adapted Physical Education*, 14(1), 37-60.
- Lee, K. H. (2007). *A survey of actual condition of the lifetime sports of people with hearing impairments in the metropolitan area*. Graduate School of Education Yong-In University, Yong-in, Korea.
- Min, J. H. (2007). *The analysis on satisfaction and preference of the elderly with disabilities and the elderly without disabilities in sport for all*. Graduate School of Sport and Leisure Studies Korea National Sport University, Seoul, Korea.
- Ministry of Culture, Sports and Tourism. (2006). *National Sport Participation Survey in Korea*. Seoul, Korea: Author.
- Ministry of Culture, Sports and Tourism. (2009). *Survey of the actual condition for participation of persons with disabilities in lifetime sport*. Seoul, Korea: Author.
- Ministry of Culture, Sports and Tourism. (2010). *Current status of public sport facilities in South Korea*. Seoul, Korea: Author.
- Ministry of Government Legislation. (2013). *Welfare of disabled persons act*. Retrieved from <http://www.moleg.go.kr>
- Ministry of Health & Welfare. (2011). *The 3rd health plan for health promotion(2011-2020)*. Retrieved from <http://www.mw.go.kr>
- Mun, J. H. (1998). *The effectiveness and satisfaction through participation in sports activities for people with physical disability*. Graduate School of Education Kon-Kuk University, Seoul, Korea.
- Oh, K. J. (2001). The Relationships among perceived competence, exercise and life satisfaction in persons with orthopedic imp. *The Korean Journal of Physical Education*, 40(3), 1073-1082.
- Parasuraman, A., Zeithaml, V. A., & Berry, L. L. (1988). SERVQUAL: A multiple item scale for measuring consumer perceptions of service quality. *Journal of Retailing*, 64(1), 12-40.
- Park, J. D., & Shin, D. C. (2004). Social science: Effects of daily life physical activities on the disabled attitude and satisfaction. *Journal of Korea Sport Research*, 15(6), 777-789.
- Park, M. G. (2001). *A study on the motivation to participate in, and the level of satisfaction with, the social education programs of community welfare center*. Graduate School of Sungkyunkwan National University, Suwon, Korea.
- Park, S. J. (2008). *An analysis on factors to influence services satisfaction of parents with handicapped children at of occupational therapy*. Graduate School of Rehabilitation Science Daegu University, Daegu, Korea.
- Rimmer, J. H., & Kelly, L. E. (1991). Effects of a resistance training program on adults with mental retardation. *Physical Activity Quarterly*, 8, 146-153.
- Seo, H. O. (2001). *The effectiveness and satisfaction through participation in sports activities for people with disabilities*. Graduate School of Wonkwang University, Iksan, Korea.
- Son, I. K. (2001). *A study on activation plan of the leisure sports activities to improvement in the quality of life for the physically handicapped*. Graduate School of Education Dong-A University, Busan, Korea.