

융합 여가스포츠 활동에 참여하는 대학생들의 사회적 지지와 자아존중감 및 대학생활적응의 구조적 관계

한상준, 이상행
전주대학교 문화산업 예술체육대학

A Study on Structural Relations among the Social Support, Self-Esteem, and College Life Adjustment of College Students Participating in Convergence Leisure Sports Activities

Sang-Jun, Han, Sang-Heang, Lee
Jeonju university College of Arts and Athletics

요약 이 연구의 목적은 융합 여가스포츠 활동에 참여하는 대학생들의 사회적 지지가 자아존중감 및 대학생활적응에 미치는 인과관계를 규명하는 데 있다. 이 연구의 대상은 경기도, 충청도, 전라도에 위치한 대학교에서 실시하고 있는 여가스포츠 관련 교과를 수강한 수강생 300명이다. 이중 불성실한 응답으로 간주되는 59부를 제외하여 총 241부를 최종 유효표본으로 선정하였다. 이들을 대상으로 다음과 같은 결론이 도출되었다. 첫째, 사회적 지지의 하위요인인 가족의 지지와 타인의 지지 모두 자아 존중감의 긍정적 자아에는 정적인 영향을 미치는 것으로 나타났고, 부정적 자아에는 부적적인 영향을 미치는 것으로 확인되었다. 둘째, 여가스포츠 활동에 참여하는 대학생들의 자아존중감은 대학생활적응에 정적인 영향을 미치는 것으로 확인되었다. 셋째, 여가스포츠 활동에 참여하는 대학생들의 사회적 지지는 대학생활 적응에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다.

주제어 : 여가스포츠 활동, 사회적지지, 자아존중감, 대학생활적응

Abstract The purpose of this study was to investigate relations among the social support, self-esteem, and college life adjustment among college students participating in convergence leisure sports activities. Selected to attain the purpose were 300 college students that took a course on leisure sports at universities in Gyeonggi-do, Chungcheong-do, and Jeolla-do Provinces. After excluding 59 questionnaires that seemed to contain insincere answers from total 300 questionnaires, 241 were used in analysis as final valid samples. They were analyzed in frequency, reliability, and correlation analysis with the PASW Ver. 18.0 program and then confirmatory factor analysis and structural equation modeling analysis with the AMOS 18.0 program. The findings were as follows: First, support from family and support from others among the subfactors of social support had positive effects on positive ego, one of the subfactors of self-esteem, and negative ones on negative ego.

Secondly, positive ego, one of the subfactors of self-esteem, turned out to have positive impacts on academic adjustment and school life adjustment, two of the subfactors of college life adjustment, whereas negative ego had negative impacts on academic adjustment and school life adjustment.

Key Words : Convergence Leisure Sports Activities, Social Support, Self-Esteem, College Life Adjustment of College Students

Received 19 June 2015, Revised 22 July 2015
Accepted 20 August 2015
Corresponding Author: Han, Sang-Jun
(Jeonju university College of Arts and Athletics)
Email: event4572@hanmail.net

ISSN: 1738-1916

© The Society of Digital Policy & Management. All rights reserved. This is an open-access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution Non-Commercial License (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/3.0>), which permits unrestricted non-commercial use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

1. 서론

1.1 연구의 필요성

인간의 생활주기에 있어 대학생들은 정신적으로 자아 의식 및 가치판단의 기준이 설정되고 사회생활을 준비하는 시기라 할 수 있을 것이다. 아울러 중·고등학교 시기에 대학진학을 목표로 확고하고 수동적인 생활에 길들여져 오다가, 대학에 진학하면서 생활전반에 있어 자율적인 선택이 전제가 되는 다양한 환경에 노출되게 된다. 이와 같은 대학이라는 새로운 주변 환경에 대해 성공적으로 잘 적응하는가의 여부는 대학생활 뿐만 아니라 향후 사회생활에까지 중요한 영향을 미치게 된다[12]. 이에 대학생들의 학교생활 적응은 사회생활에 앞서 매우 중요하다 할 수 있다.

여기서 대학생활적응이란 대학생들이 대학이라는 환경 속에서 생활하면서 겪는 학업, 대인관계 및 정서적 측면에서 대학생활의 요구에 대처하는 적절한 반응을 의미한다. 대학생활에서 발생하는 적응의 문제들을 살펴보면, 학업과 진로, 취업, 대인관계, 건강, 경제, 가정, 가치관 등의 측면에 있어 다양한 적응의 문제를 호소하는 것으로 나타난다[20]. 이와 같이 심리적, 사회적으로 많은 문제에 노출돼있는 대학생들은 학교생활에 적응하지 못하면 즐거움이나 만족, 자긍심의 향상과 같은 긍정적인 사고 대신 불안, 긴장, 후회와 같은 부정적인 사고를 형성하게 된다.

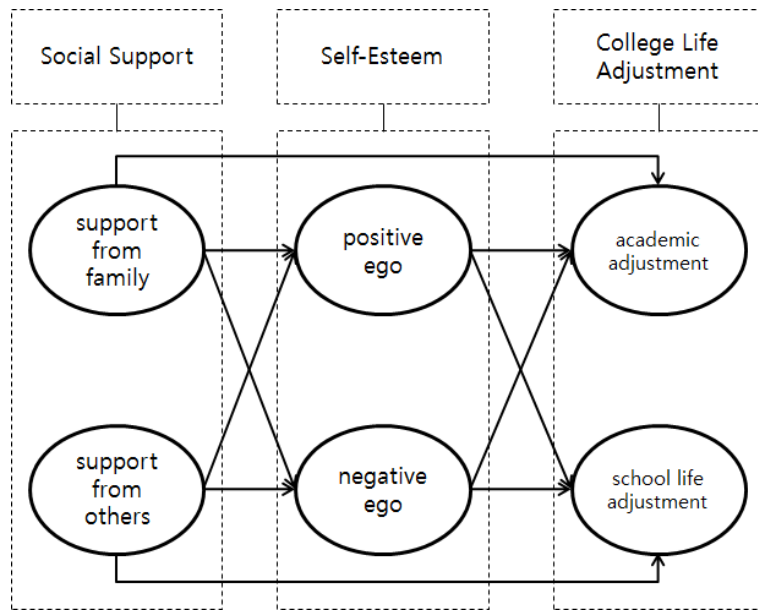
이러한 대학생활의 부적응 현상과 부정적 사고를 막기 위해 대학생들의 여가생활 관리는 성공적인 대학생활의 적응을 이끌어내는데 중요한 부분을 차지한다고 볼 수 있다[12]. 그러나 현재 대학생들은 청소년 시절 입시 위주의 교육으로 인해 여가시간의 부족 및 바람직하지 못한 여가교육의 부재로 올바른 여가활동의 방법조차 습득하지 못하고 대학에 진학하여 급작스럽게 늘어난 여가시간을 맞이하게 된다. 이러한 이유에서 대학생의 여가활동 유형 및 형태는 오락적이고 휴식적이며, 능동적이기 보다 수동적인 형태를 취하고 있으며, 음주와 게임과 같은 소비적 형태로 변질되어 있다[36]. 물론 모든 대학생들이 여가시간을 소극적이며, 정적인 여가를 보내는 것은 아니다. 전공에 대한 학업 및 졸업 후 취업에 대한 노력 그리고 학비를 벌기 위한 아르바이트 등 바쁘게 살고 있지만 여가시간을 적극적이며, 활동적인 여가를 보내는 이

는 많지 않은 실정이다.

이러한 문제점을 극복하기 위해서는 소극적이고 비활동적인 여가형태에서 벗어나 자기 개발과 삶의 질적 수준을 향상시키는 능동적이고 활동적인 여가형태로의 전환이 필요함으로 스포츠는 대학생에게 가장 유용한 여가 소비의 수단이라 할 수 있을 것이다. 특히 여가스포츠는 참여자의 정신적인 영역과 신체적인 영역을 융합한 형태로 이뤄진다고 볼 수 있어, 대학생들에게 여가스포츠 참여는 취업과 관련하여 긴장된 환경에서 벗어나 새로운 활력소를 얻고 체력향상과 스포츠에서의 새로운 기술습득으로 성취감을 갖게 할 뿐만 아니라 다양한 인간관계를 경험함으로써, 사회생활 및 학교생활에 있어 큰 영향을 미치게 된다. 아울러 캠퍼스에서의 동아리 활동이나 교양체육을 통해 캠퍼스 전반의 만족도를 높여 궁극적으로 대학생활만족도를 향상시킬 수 있다[2, 27, 36].

한편 대학생들의 지속적인 스포츠 참여를 위해서는 스포츠의 흥미가 중요한 요인으로 작용하는데, 그 흥미에 영향을 미치는 요인으로 가족의 태도가 큰 비중을 차지하는 것으로 나타났다[15]. 즉, 대학생이 마음 편히 스포츠를 참여하기 위해서는 가족과 관심과 지원 그리고 격려가 전제되어야 한다고 할 수 있는데, 이와 같이 사회적 관계를 통하여 개인이 타인으로부터 얻을 수 있는 모든 긍정적 자원을 사회적 지지라 할 수 있다[26].

이러한 사회적 지지는 개인의 심리적·정신적 건강의 회복과 유지, 그리고 사회적 기능과 적응에 매우 필수적인 요소이며[9], 희망과 자신감 증가, 외로움, 그리고 스트레스에 대한 중요한 완충역할을 제공한다[38]. 또한 사회적 지지는 자기방어(self-defence)의 필요성을 줄이고, 상호간의 마찰에 대한 유연한 대처, 개인의 성장과 well-being을 촉진하는 인적교류 능력을 향상시킨다[30]. 그 동안 국내 체육학분야에서 사회적 지지와 관련하여 진행되어온 최근의 연구들을 살펴보면, 여가스포츠 참여자의 생활만족과 건강증진행위[33], 학교생활만족[36], 여가만족과 자아실현[16], 몰입과 여가만족[4], 동기조절과 건강행동[13], 심리육구와 운동만족[35] 등 다양한 요인과의 관련성이 보고되었다. 아울러 Krause(2006) [22]의 연구에서는 사회적 지지가 강화될 때 자아존중감이 증가한다고 보고하였고, 국내에서도 사회적 지지는 자아존중감에 중요한 역할을 한다는 연구[9, 15]가 보고되었다.



[Fig. 1] research model

자아존중감은 자신의 가치를 알고 소중하게 생각하는 것을 의미하며[29], 그 핵심요소는 자기가치와 자신감, 그리고 사랑받고 존중받을 가치가 있다고 생각하는 것이다 [14]. 자아존중감이 높은 사람은 자신과 타인의 능력을 잘 인식하며 긍정적인 태도를 갖고 있는 반면[5], 자아존중감이 낮은 사람은 자신에 대한 부정적인 태도를 지니며 의존심이 많아 스스로 문제를 해결하기가 어렵다[39]. 따라서 자아존중감은 학교생활의 적응 및 만족에 중요한 유인가로 작용할 수 있다[21]. 스포츠 활동은 체력의 향상 뿐 만 아니라 심리적인 측면에서 학생들의 자아형성과 정서 및 사회적 적응에 많은 변화를 가져오므로 자아존중감 형성에 중요한 역할을 한다. 그러나 앞서 서술한 바와 같이 사회적지지가 비롯될 때 지속적인 스포츠 참여가 가능한 대학생들에게는 사회적 지지가 무엇보다 중요하다고 할 수 있을 것이다. 그러나 지금까지의 선행연구의 대다수들은 노인과 여가스포츠 참여자들의 연구가 주를 이루었으며 대학생들의 사회적 지지와 자아존중감 및 학교생활적응에 관한 연구는 매우 미흡한 실정이다.

따라서 본 연구에서는 선행연구들의 결과에 기초하여 융합 여가스포츠 활동에 참여하는 대학생들의 사회적 지지와 자아존중감 및 대학생활적응의 구조적 관계를 규명하여 대학생들의 여가스포츠 참여를 활성화 시키고 대

학 현장에 필요한 기초자료를 제공하는데 연구의 의의를 두고 있다.

1.2 연구의 목적

이 연구의 목적은 융합 여가스포츠 활동에 참여하는 대학생들의 사회적 지지가 자아존중감 및 대학생활적응에 미치는 인과관계를 규명하는 데 있다. 구체적인 내용을 보면 다음과 같다. 첫째, 융합 여가스포츠 활동에 참여하는 대학생들의 사회적 지지와 자아존중감과의 관계를 규명한다. 둘째, 융합 여가스포츠 활동에 참여하는 대학생들의 자아존중감과 대학생활적응과의 관계를 규명한다. 셋째, 융합 여가스포츠 활동에 참여하는 대학생들의 사회적지지와 대학생활적응과의 관계를 규명한다.

이상의 연구목적을 규명하기 위하여 설정한 연구모형은 [Fig. 1]과 같다.

2. 연구방법

2.1 연구대상 및 표집방법

이 연구의 대상은 경기도 수원시, 충청남도 천안시, 전라북도 진주시에 위치한 대학교에서 실시하고 있는 여가

스포츠 관련 교과를 수강한 수강생 300명이다. 총 300부 중 불성실한 응답으로 간주되는 59부를 제외하여 총 241부를 최종 유효표본으로 선정하였다. 편의표본추출법을 통해 표집한 수강생들에게 설문지를 통하여 조사하였고, 설문지 작성은 자기평가기입법(self-administration)을 활용하였다.

조사대상자의 인구통계학적 특성을 살펴보면, 성별로는 남학생이 140명(58.1%), 여학생이 101명(41.9%)로 나타났고, 학년별로는 1학년이 65명(27%), 2학년이 75명(31.1%), 3학년이 63명(26.1%), 4학년이 38명(15.8%)로 나타났으며, 참여기간은 6개월 미만인 86명(35.7%), 6개월 ~ 1년 미만이 49명(20.3%), 1년 ~ 2년 미만이 41명(17%), 2년 ~ 3년 미만이 32명(13.3%), 3년 이상이 33명(13.7%)로 나타났다. 조사대상자의 구체적인 내용은 <Table 1>과 같다.

<Table 1> Demographic characteristics of subjects

		Frequency	Percent
sex	male	140	58.1
	female	101	41.9
grade	year 1	65	27.0
	year 2	75	31.1
	year 3	63	26.1
	year 4	38	15.8
Participation Period	Less than 6 months	86	35.7
	6 months - 1 years	49	20.3
	1 years - 2 years	41	17.0
	2 years - 3 years	32	13.3
	More than 3 years	33	13.7

2.2 변수의 조작적 정의 및 조사도구

2.2.1 사회적 지지

사회적 지지에 대한 설문문항은 Zimet, Dahlem, Zimet 과 Farley(1988)[42]가 개발하고 신준섭과 이영분(1999)[39]이 번안한 지각된 사회적 지지 척도(Multi dimensional scale of perceived social support scale)를 이도형과 손은정(2013)[23]이 사용한 것을 수정 및 보완하여 가족의 지지와 타인의지지로 총 12문항으로 구성하였다.

2.2.2 자아존중감

자아존중감에 대한 설문문항은 Rosenberg(1965)[37]이 개발한 자아존중감 척도(SES)를 이나영(2012)[25]이 사용한 것을 수정 및 보완하여 긍정적 자아와 부정적 자

아로 총 10문항으로 구성하였다.

2.2.3 대학생활적응

학교생활 적응에 대한 설문문항은 Baker과 Strky(1984)[6]와 손은영(2010)[41]이 사용한 것을 수정 및 보완하여 학업에 대한 적응과 학교생활에 대한 적응으로 총 9문항으로 구성하였다.

2.3 자료처리 방법

수집된 표본 중 연구에 적절치 않은 자료를 제외한 241부를 최종 유효 표본으로 하였다. 이와 같은 최종자료를 가지고 SPSS 18.0과 AMOS 18.0을 활용하여 연구대상자의 일반적 특성을 알아보기 위해 빈도분석과 각 변인간의 상관성을 알아보기 위해 상관관계분석, 측정모형의 개념 신뢰도와 판별 타당도를 확인하기 위해 최대우도방식의 확인적 요인분석(Confirmatory Factor Analysis: CFA)과 가설검증을 위해 구조방정식모형분석(Structural Equation Model: SEM)을 실시하였다. 모든 검증의 유의수준은 $\alpha=.05$ 에서 검증되었다.

3. 결과 및 논의

3.1 측정모형 평가

전체 연구 단위들에 대하여 집중타당성(convergent validity)과 판별타당성(discriminant validity)을 검증하기 위해 확인적 요인분석을 실시하여 <Table 2>와 같은 결과를 얻었다. 확인적요인분석시 단일차원성을 저해시키거나 표준적제치의 기준치(5 이상)를 만족시키지 못하는 가족지지 1문항, 타인지지 2문항, 부정적 자아 1문항, 학업에 대한 적응 1문항 등 총 5문항을 제거하였다. 실질적인 분석은 다변량 정규성을 가정하는 최대우도법(Maximum Likelihood: ML)을 사용하였다.

구성개념과 변수구성의 최적상태 여부를 확인하기 위해서 적합도를 평가하였다. Netemeyer, Boles, McKee와 McMurrian(1997)[32]이 제시한 TLI, CFI 그리고 김계수(2010)[18]가 제시한 X^2/df 값(기준 3 이하), RMSEA를 통해 적합도를 검증하였다. 그 결과 $X^2/df=1.836$, TLI=.924, CFI=.936, RMSEA=.059로 나타나 비교적 적합도를 만족 시킬 수 있었다.

<Table 2> The concept of measurement model to determine the reliability and validity of results

	Concept confidence	AVE	correlation coefficient						
			1	2	3	4	5	6	
1. support from family	.826	.545	1						
2. support from others	.834	.628	.495**	1					
3. positive ego	.896	.633	.342**	.415	1				
4. negative ego	.801	.573	-.534**	-.417**	-.553**	1			
5. academic adjustment	.879	.594	.559**	.458**	.592**	-.709**	1		
6. school life adjustment	.864	.682	.438**	.458**	.544**	-.578**	.583**	1	

**p<.01

그리고 집중타당성을 검증하기 위해 개념 신뢰도, 평균분산추출(average variance extracted, AVE)값과 그리고 표준적재치를 비교해 보았다. 그 결과, 개념 신뢰도는 .801에서 .896까지로 기준치(.7 이상)를 충족시켰으며, AVE값도 .545에서 .682까지로 기준치(.5 이상)를 충족시켜 신뢰도가 확보되었다. 각 관측변수는 .627에서 .863까지의 계수를 보이고 있으며, 전반적인 개념 신뢰도와 AVE값도 양호하여 집중타당도가 존재함을 확인하였다. 아울러 6개의 변인들 간 상관관계도 .80 이하로 나타나 측정변인 간 관계에서 다중공선성의 존재 가능성이 낮아 측정변인은 확인적 요인분석을 실시하는데 적당한 관계성을 지닌 것으로 확인되었다. 상세한 결과는 <Table 2>에 제시하였다.

3.2 구조모델 평가

측정모델의 적합도와 신뢰도, 타당도가 확보되어 본 연구에서 설정된 구조모델이 평가되었다. 전체 표본을 이용하여 구조방정식모델 분석을 실시한 결과, $\chi^2/df=1.951$, TLI=.914, CFI=.926, RMSEA=.063으로 나타

나 비교적 적합도를 만족시킴을 알 수 있었다. 각 직접경로의 크기와 방향을 확인한 결과, <Table 3>에 제시된 바와 같이 전체 12개의 경로 모두 유의적인 것으로 나타났다(P<.05).

3.2 논의

본 연구의 주된 목적은 선행연구의 결과에 기초하여 융합 여가스포츠 활동에 참여하는 대학생들의 사회적 지지와 자아존중감 및 대학생생활만족의 구조적 관계를 알아보는 것이었다.

그 결과, 먼저 사회적 지지의 하위요인인 가족의 지지와 타인의 지지 모두 자아존중감의 긍정적 자아에는 정적인 영향을 미치는 것으로 나타났고, 부정적 자아에는 부정적인 영향을 미치는 것으로 확인되었다. 이러한 결과는 사회적 지지가 스포츠 참여자의 자아존중감에 긍정적인 영향을 미친다는 국내·외의 선행연구[3, 07, 15, 22, 28]와 일치하고 있다. 이는 사회적 지지가 여가스포츠 활동에 참여하는 대학생들의 자아존중감을 높여주는데 주요한 변수임을 시사하고 있다.

<Table 3> Structural Model Path

path	Estimate	S.E.	C.R.	P	Assessment
S. F. F → P. E	.198	.070	2.301	*	Adoption
S. F. F → N. E	-.523	.110	-4.755	***	Adoption
S. F. O → P. E	.215	.060	3.580	***	Adoption
S. F. O → N. E	-.175	.083	-2.100	*	Adoption
P. E → A. A	.491	.093	5.278	***	Adoption
P. E → S. L. A	.528	.111	4.771	***	Adoption
N. E → A. A	-.383	.067	-5.707	***	Adoption
N. E → S. L. A	-.372	.080	-4.680	***	Adoption
S. F. F → A. A	.206	.076	2.703	**	Adoption
S. F. F → S. L. A	.423	.093	4.398	***	Adoption
S. F. O → A. A	.312	.056	3.057	*	Adoption
S. F. O → S. L. A	.389	.070	4.130	***	Adoption

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

S. F. F = support from family, S. F. O = support from others, P. E = positive ego, N. E = negative ego,

A. A = academic adjustment, S. L. A = school life adjustment

Campbell(1981)[8]에 따르면 규칙적인 사회적 상호작용의 부재는 자아존중감을 약화시키고 스트레스 감정을 느끼게 하나 신체활동은 사회적 상호작용을 유도하며, 이러한 효과는 심리적 안녕에 긍정적인 영향을 미친다고 하였다. 이와 같이 대학생들에게 있어 부모와 친구(타인)가 주는 사회적 지지는 학생들 스스로 자신의 대인 가치를 소중하게 여기며, 자아존중감의 기본이 되는 자신감 형성에 중요한 역할을 하는 것을 알 수 있었다. 따라서 자립심이 강해지는 대학생들에게 자신감이 내포되어 있는 자아존중감의 긍정적인 형성은 매우 중요한 요인이 될 수 있으며, 사회적 지지는 자아존중감의 중요한 선행 변인임을 알 수 있다.

둘째, 융합 여가스포츠 활동에 참여하는 대학생들의 자아존중감은 대학생활적응에 정적인 영향을 미치는 것으로 확인되었다. 이러한 결과는 그 동안 수행되어온 선행연구와 일치한 결과를 보이고 있다. 먼저 최근에 수행된 김순영과 광재원(2014)[21]의 연구에서 체육활동에 참여하는 초등학생의 자아존중감은 학교생활적응에 유의한 영향을 미친다고 보고하였으며, 문한식과 김정완(2013)[31]의 연구에서도 스포츠에 참여하는 여학생들의 자아존중감은 학교적응에 유의한 영향을 미친다고 보고하였다.

또한 Paradise와 Kernis(2002)[34]의 연구에서도 자아존중감이 심리적 안녕감의 하위영역인 자율성, 환경통제성, 삶의 목적, 자기수용, 개인 성장과 정적인 관계를 가지고 있다고 보고하여 본 연구의 결과를 부분적으로 지지해주고 있다. 이처럼 높은 자아존중감을 지닌 학생은 본인 생활에 자신감이 넘치고 긍정적이고, 적극적이며, 창의적이기 때문에 자신의 능력에 대한 도전과 믿음에 대한 신념이 확고하여 학교생활에 있어 전반적인 스스로의 역할을 충실히 해나가는 것으로 해석할 수 있을 것이다. 따라서 긍정적인 자아존중감의 형성은 대학생들의 대학생활적응에 중요한 선행변인임을 알 수 있다.

셋째, 융합 여가스포츠 활동에 참여하는 대학생들의 사회적 지지는 대학생활적응에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 가족이나 친구들부터 지지를 받고 있다고 믿는 학생은 문제 상황에서 높은 자아개념으로 더 적절한 대처행동을 보이며[1], 타인의 적절한 이해와 평가, 적합한 지지와 승인 등의 대인관계는 학교생활에 흥미를 높이고[19], 학교생활 적응 및 심리적 안녕감이

높다는 연구결과[17, 24]와 일치한다. 따라서 대학생들의 사회적 지지는 대학생활적응에 중요한 선행변인임을 알 수 있다.

이러한 결과들을 종합해보면, 사회적 지지가 높은 대학생들은 학교생활에 잘 적응하는 것을 의미하는 것으로 친구와 고민이나 개인적 문제를 서로 의논하고, 타인으로부터 객관적이고, 긍정적인 평가를 받으며, 지식이나 정보를 서로 공유하고, 물질적 도움을 주고받는 등의 사회적지지 자원을 많이 있는 학생일수록 학교생활에 조화로운 관계를 유지할 수 있다고 보여 진다.

또한, 수업시간 뿐 만 아니라 학교생활의 여러 장면에서 자신을 통제하며 올바르게 행동하여 결국 교수, 선배, 친구 등의 관계에서 더 많은 행복감을 느끼며 대학생활을 한다고 할 수 있다. 즉, 사회적 지지에 대한 높은 지각은 인간의 기본적인 욕구를 충족시켜주고, 환경에 대한 통제감을 제공해 줌으로써 인간의 건강한 발달과 적응에 중요한 역할을 한다고 할 수 있다.

4. 결론

4.1 요약

본 연구는 융합 여가스포츠 활동에 참여하는 대학생들의 사회적 지지와 자아 존중감 및 대학생활적응의 구조적 관계를 분석함으로써 다음과 같은 결론이 도출되었다.

첫째, 사회적 지지의 하위요인인 가족의 지지와 타인의 지지 모두 자아 존중감의 긍정적 자아에는 정적인 영향을 미치는 것으로 나타났고, 부정적 자아에는 부적인 영향을 미치는 것으로 확인되었다.

둘째, 융합 여가스포츠 활동에 참여하는 대학생들의 자아존중감은 대학생활적응에 정적인 영향을 미치는 것으로 확인되었다.

셋째, 융합 여가스포츠 활동에 참여하는 대학생들의 사회적 지지는 대학생활적응에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다.

이상의 결과를 종합하면, 원만한 대학생활적응을 위해서는 가족 및 타인(친구)의 지지가 필요하며, 나아가 자아 존중감 형성에 유인가로 작용할 수 있다는 측면에서 사회적 지지는 대학생들에게 중요하다고 할 수 있을 것이다.

4.2 연구의 한계점 및 후속연구에 대한 제언

연구의 목적에 따라 연구를 수행하여 각 변수들 간의 관계를 규명하기는 하였으나 이 연구가 가지고 있는 한계점과 그에 따른 후속연구에 대한 방향을 제시해 보면 다음과 같다.

아울러 본 연구의 결과를 해석하는 데 있어 사회적 지지와 자아존중감이 여가스포츠 참여를 통해 형성되는 것 인지에 대한 실증적인 자료를 제시하는 데는 한계가 있다. 따라서 향후 연구에서는 비참여자와 참여자들을 대상으로 비교 분석을 하는 연구가 이루어질 필요가 있으며, 참여수준에 따른 주요변인과의 관계를 검증할 필요가 있다.

REFERENCES

- [1] C. R. Ahrons, Family ties after divorce: Long-term implications for children. *Family Process*, Vol. 46, No. 1, pp. 53-65, 2007.
- [2] D. Alfemmann, & O. Stoll, Effects physical exercise on self-concept and well-being. *International Journal of Sport Psychology*, Vol. 32, pp. 47-65, 2000.
- [3] D. S. An, & H. W. Yang, The Contribution of Social Support and Leisure Behavior Support to Self-esteem of University Students with Disabilities. *The Korean Journal of Physical Education*, Vol. 51 No. 5, pp. 569-577, 2012.
- [4] S. W. An, & C. H. Lee, Structural relationship between social support and exercise commitment and satisfaction of leisure badminton enthusiasts. *Korean Society of sport and Leisure Studies*, Vol. 53, No. 1, pp. 401-411, 2013.
- [5] J. H. Bae, The effects of physical activity participation on health fitness variable and physical self description for elderly people. *The Korean Journal of School Physical Education*, Vol. 14, No. 2, pp. 13-23, 2004.
- [6] R. W. Baker, & B. Siryk, Measuring adjustment to college. *Journal of Conseling Psychology*, Vol. 31, No. 2, pp. 179-189, 1989.
- [7] M. K. Baldwin, & K. S. Courneya, Exercise and self-esteem in breast cancer survivor: An application of the exercise and self-esteem model. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, Vol. 19, pp. 347-358, 1997.
- [8] A. Campbell, *The sence of well being in Amercian*. NY: McGraw Hill, 1981.
- [9] S. B. Choi, The effect of social support, self-esteem and psychological wellbeing of sports participant in elderly. *The Korean Journal of Physical Education*, Vol. 46, No. 3, pp. 339-350, 2007.
- [10] M. S. Chung, & Y. S. Kim, The factors deciding to collegians' sport in terest- analysis of element by quantification theory 2. *Korean Society of sport and Leisure Studies*, Vol. 2, pp. 151-158, 1994.
- [11] S. W. Ha, The relationships among leisure motivation, leisure involvement and the university life adjustment in leisure activities of university students. *The Korean Journal of Physical Education*, Vol. 49, No. 2, pp. 331-342, 2010.
- [12] S. W. Ha, & Y. S. Nam, The relationships among leisure involvement, leisure boredom and the university life adjustment in leisure activities of university students. *The Korean Journal of Physical Education*, Vol. 49, No. 3, pp. 293-301, 2010.
- [13] J. Y. Huh, & K. H. Song, Social support sport participation motivation and control of women, the relationship between the degree of behavioral health and sustainability. *Korean Society of sport and Leisure Studies*, Vol. 45, No. 1, pp. 531-543, 2011.
- [14] I. S. Im, The influence of the sports participation on the self-esteem, loneliness and psychological well-being of elders. *Journal of Korean Sociology*, Vol. 14, No. 2, pp. 385-398, 2001.
- [15] M. S. Jung, J. W. Kim, & H. S. Kim, The relationships among social supports, self-esteem and leisure satisfaction of dance sports participant. *The Korean Journal of Physical Education*, Vol. 45, No. 3, pp. 141-150, 2006.
- [16] D. K. Kim, *The Relationship among Leisure*

- Participant's Social Support, Leisure Satisfaction and Self-Actualization. *Journal of Leisure and Recreation Studies*, Vol. 34, No. 1, pp. 147-159, 2010.
- [17] K. O. Kim, & J. K. Seo, The Relationships between Leisure Sports Participation, Social Support, and Adjustment to School Life of High School Students. *Korean Journal of Sociology of Sport*, Vol. 22, No. 3, pp. 125-140, 2009.
- [18] K. S. Kim, Amos 18.0 Structural equation modeling analysis. Seoul: Hannarea, 2010.
- [19] M. R. Kim, The Relationships between ego-state, stroke and school adjustment in early adolescence based on the theory of transactional analysis. *The Korean Journal of Counseling and Psychotherapy*, Vol. 20, No. 2, pp. 183-200, 2008.
- [20] S. K. Kim, Life stress in freshman and adjustment to college. *Korena Journal of Youth Studies*. Vol. 10, No. 2, pp. 215-237, 2003.
- [21] S. Y. Kim, & J. W. Kwak, The Effects of Sports Participation Motive on Self-esteem, Self-expression and School Life Satisfaction in Elementary Students. *The Korean Journal of Physical Education*, Vol. 53, No. 1, pp. 105-116, 2014.
- [22] N. Krause, Exploring the stress-buffering effects of church-based social support and secular social support on health in late life. *Journal of Gerontology: Social Sciences* Vol. 61, No. B, pp. 35-43, 2006.
- [23] D. H. Lee, & E. J. Son, The mediating effects of preference for online social interaction on the relation between social skills, social support, loneliness and problematic internet use. *Korean Journal of Counseling*, Vol. 14, No. 5, pp. 3105-3123, 2013.
- [24] J. Y. Lee, & W. Y. Choi, The Mediating Effects of Cognitive Emotion Regulation Strategies in the Relation between College Students Social Supports and Psychological Well-Being. *Korean Journal of Counseling*, Vol. 13, No. 3, pp. 1481-1499, 2012.
- [25] N. Y. Lee, The mediating effects of self-esteem in the relationship between meaning in life and subjective well-being in college student Unpublished Master's Thesis. Department of Education Graduate School Hongik University, 2013.
- [26] S. H. Lee, The relationships among leisure perception and social support of leisure sports activity participation. *The Korean Journal of Physical Education*, Vol. 38, No. 2, pp. 224-234, 1999.
- [27] H. N. Lim, The Study on the Physical Self-Concept and Satisfaction of University Life in the Female University Students Participating in Physical education Class. *Journal of Korean Physical Education Association for Girls and Women*, Vol. 27, No. 3, pp. 71-82, 2013.
- [28] J. G. Lim, & J. G. Lee, Social support of the elderly leisure sports participation, leisure satisfaction and impact on self-esteem. *Korean Society of sport and Leisure Studies*, Vol. 42, No. 1, pp. 707-718, 2010.
- [29] M. Manfreda, & B. L. Driver, Measuring leisure motivations: A Meta-analysis of the recreation experience preference scales. *Journal of Leisure Research*, Vol. 28, No. 3, pp. 188-213, 1996.
- [30] M. Mikulincer, & P. R. Shaver, A behavioral systems perspective on the psychodynamics of attachment and sexuality. In D. Diamond, S. J. Blatt, & J. D. Lichtenberg(Eds.), *Attadment and sexuality* (pp.51-78). New York, NY: Analytic Press, 2007.
- [31] H. S. Moon, & J. W. Kim, The Effects of Sports Participation on Psychological Well-Being, Self-Esteem and School Adjustment of Korean Female Middle-School Students Studying in Australia. *The Korean Society for the Study of Physical Education*, Vol. 18, No. 1, pp. 29-52, 2013.
- [32] R. G. Netemeyer, J. S. Boles, D. O. Mckee, & R. McMurrin, An investigation into the antecedents of organizational citizenship behaviors in a personal selling context. *Journal of Marketing*, Vol. 61, No. 3, pp. 85-98, 1997.

- [33] E. T. Oh, S. J. Kim, & Y. K. Yang, Relationship Among Social Support, Life Satisfaction and Health Promotion Behavior of Leisure Sport Participants. *The Korean Journal of Physical Education*, Vol. 51, No. 2, pp. 179-188, 2012.
- [34] A. W. Paradise, & M. H. Kernis, Self-esteem and psychological welling of fragile self-esteem. *Journal of Social and Clinical Psychology*, Vol. 21, No. 4, pp. 345-361, 2002.
- [35] B. K. Park, & D. S. Kang, Social support and psychological needs and satisfy structural relationship of the movement of golf enthusiasts. *Korean Society of sport and Leisure Studies*, Vol. 48, No. 1, pp. 433-446, 2012.
- [36] J. A. Park, & M. H. Cho, Analysis of the relationship among social support, sport participation and school life satisfaction. *Journal of Leisure and Recreation Studies*, Vol. 35, No. 1, pp. 17-28, 2011.
- [37] M. Rosenberg, *Society and the adolescent self-image*, Princeton University Press, 1965.
- [38] I. G. Sarason, & B. R. Sarason, Social support: Mapping the construct. *Journal of Social and Personal Relationship*, Vol. 2, pp. 113-120, 2009.
- [39] J. S. Shin, & M. H. Kim, Influence of dance sports participation in old age on emotional health perception. *The Korean Journal of Physical Education*, Vol. 45, No. 3, pp. 151-158, 2006.
- [40] J. S. Shin, & Y. B. Lee, The effects of social supports on psychosocial well-being of the unemployed. *Korean Academy of Social Welfare*, Vol. 37, pp. 241-269, 1999.
- [41] E. Y. Son, The effects of hotel and tourism major students' perceived performance of educational service on adaptation to college life. Unpublished Master's Thesis. The Graduate School of Tourism Sejong University, 2010.
- [42] G. D. Zimet, N. W. Dahlem, S. G. Zimet, & G. K. Farley, The multidimensional scale of perceived social support. *Journal of Personality Assessment*, Vol. 52, No. 1, pp. 30-41, 1988.

한 상 준(Han, Sang Jun)



- 2003년 8월 : 전주대학교 생활체육학과(체육학석사)
- 2015년 6월 : 전주대학교 생활체육학과(체육학박사과정)
- 관심분야 : 스포츠사회학/여가/레크리에이션
- E-Mail : event4572@hanmail.net

이 상 행(Lee, Sang Heang)



- 1991년 2월 : 전북대학교 생활체육학과(체육학석사)
- 1997년 2월 : 한양대학교 생활체육학과(체육학박사)
- 1998년 3월 ~ 현재 : 전주대학교 생활체육학과 교수
- 관심분야 : 스포츠사회학/골프/통계
- E-Mail : shlee@jj.ac.kr