

골프운동이 장애자녀를 둔 어머니의 주관적 행복감에 미치는 융합 연구

윤선오¹, 김우호^{2*}

¹경운대학교 사회복지학부, ²경운대학교 사회복지학부

Convergent research on how golf affects the subjective happiness of mothers who have children with disabilities

Yoon seon-o¹, kim woo ho^{2*}

¹Associate Professor, Dept, of Social Welfare, Kyongwoon University

²Assistant Professor, Dept, of Social Welfare, Kyongwoon University

요약 본 연구는 골프운동이 장애자녀를 둔 어머니의 주관적 행복감에 미치는 융합연구를 어머니를 대상으로 조사하였다. SPSS WIN 18.0 프로그램을 이용하여 빈도, 기술통계 및 T-검정, Anova분석을 실시하였으며, 상관관계 및 회귀분석을 실시하였다. 연구결과 첫째, 조사 대상자의 인구 사회적 특성에서 연령 40대, 학력 대졸, 종교 불교, 무교, 직업 가사, 가정형편은 보통, 대부분이 건강하였다. 또한 골프구력, 골프타수, 필드, 연습빈도, 연습시간에서 기술통계 모두가 평균이상이다. 둘째, 변인간의 상관관계를 분석한 결과 골프운동에서 골프구력, 골프타수, 필드, 연습빈도, 연습시간에서 정적, 부적관계의 주관적 행복감에 유의미한 관계가 제시되었다. 셋째, 필드, 연습빈도, 연습시간이 주관적 행복감에 미치는 것으로 제시되었다.

• **Key Words** : 골프구력, 골프타수, 필드, 연습빈도, 연습시간, 주관적 행복감

Abstract This study was conducted an convergence research on 210 mothers in order to examine the effect of golf on subjective happiness of mothers who have children with disabilities. The factors were conducted surveys using SPSS WIN 18.0 program. Firstly, were mostly 40s, college graduates, Buddhists or had no religion, had housekeeping as occupation, had average household income, and most of them were healthy. In addition, descriptive statistics on their years of experience in golf, golf strokes, field, practice frequency, and practice hours were all above average. Secondly, significant correlations were suggested between experience in golf, golf strokes, field, practice frequency, silence during practice hours, and in the subjective happiness of negative correlation as a result of analysing the correlations between the factors. Thirdly, the field, practice frequency, and practice hours affected the subjective happiness.

• **Key Words** : Experience in golf, golf strokes, field, practice frequency, practice hours, subjective happiness

1. 서론

부모에게 자녀의 출생과 양육은 한 가정의 기쁨과 행

복을 의미함과 동시에 사회적, 개인적으로 새로운 역할을 수행하길 기대되어진다[1]. 일반적으로, 어머니는 자녀의 출산과 양육의 역할을 수행함으로써 심리적, 경제

*교신저자 : 김우호(hoo9614@ikw.ac.kr)

접수일 2015년 7월 2일

수정일 2015년 8월 18일

게재확정일 2015년 8월 20일

적 부담감, 자기시간의 부족, 사회적 고립감, 육체적 피로감 등을 느끼게 된다[2]. 특히 자녀의 양육에서 일차적인 책임을 지고 있는 어머니는 자녀가 장애를 가질 경우 타인과의 상호작용을 통하여 사회성을 가질 수 있도록 치료와 양육, 일상생활에서의 생활과정을 지켜봄으로써 겪는 스트레스와 미래에 대한 불안, 사회적 활동의 제한 사회적 고립감 등으로 인해 높은 수준의 육체적·정신적 양육스트레스를 경험한다[3,4]. 또한 장애자녀를 수용해야하는 동등한 스트레스 상황에서도 아버지에 비해 어머니가 받아들이는 스트레스의 수준이 높은 점을 [5,6,7] 고려해 본다면, 어머니의 갈등과 스트레스는 정신적, 신체적 건강의 위협뿐만 아니라, 그로 인한 우울감 형성 및 행복감 저하에 영향을 미치며, 이는 부정적인 태도 등으로 나타나 또 다른 위기가 될 수 있음을 짐작할 수 있다[8].

가족주의와 집단주의가 지배적인 우리 사회에서 장애자녀 어머니는 자녀의 성장에 따라 일상생활의 적응과정에서 다양한 스트레스와 위기상황에 노출될 가능성이 높을 뿐만 아니라, 자녀의 발달단계상의 특성으로 인해 더욱 가중된 양육에서 부담을 경험할 수 있다. 즉 장애자녀가 건전한 성인으로 성장하기 위해서 어머니나 가족의 절대적 영향을 부정할 수 없는 사실이며, 이러한 측면에서 장애자녀의 복지증진은 장애어머니와 가족의 삶의 있어서 밀접한 연관성을 가진다[9].

최근 선행연구에 의하면 운동에 의한 효과가 다수 보고 되고 있다. 그 중 골프를 통한 운동은 근육의 이완으로 불안을 감소시키는데, 특히 주관적 불안은 훈련을 함에 따라 감소되고, 자신의 건강상태, 외모, 성격, 재능에 긍정적인 변화를 일으킴으로써 대인관계를 원만하게 유지하고 건전한 성격발달에 도움을 주며, 개인의 심리적 행복감을 향상시킨다[10]. 개인이 자신의 삶을 어떻게 평가하는지 또 개인이 자신의 삶에 얼마나 만족하는지를 측정하는 개인의 주관적 행복에 관한 연구가 최근 활발히 진행되고 있는데 이러한 연구들은 주관적 삶의 질, 주관적 안녕감, 삶의 만족도 주관적 행복감이라는 다양한 용어로 혼용되고 있으며, 개인이 자신의 삶 속에서 경험하는 총체적인 감정으로서 개인이 지각된 행복감을 말한다. 더불어 어머니가 직면할 수 있는 위기를 잘 극복할 수 있는 것에 대한 지표 중 하나인 개인의 주관적 행복감(subjective well-being)으로 다양한 삶의 영역에서 웰빙(well-being)의 지표로도 이용될 수 있다

[11].프리덕슨[12]의 연구에서 사람들은 행복이나 기쁨을 느낄 때 생각과 행동의 폭이 확장되고, 이와 같이 활성화된 생각과 행동은 신체적, 사회적 욕구를 충족시키며, 자신의 내면세계를 긍정적으로 바라볼 수 있게 하고, 이러한 긍정적인 관점이 인생전반에 대한 안정감을 갖게 하여 자신감을 준다고 하였으며, 우울, 자살과 같은 병리적인 증상을 완화시키고, 자기조절 능력과 대처 능력을 높여 건강한 삶을 영위할 수 있다고 하였다[13]. 또한 자신감은 자신의 인생을 전체적으로 얼마나 긍정적으로 평가하는지의 척도이면서, 영속적인 행복의 수준을 평가하여 개인이 주변의 동료들과 비교하여 자신과 세계에 대해서 얼마나 행복하게 느끼는지에 대한 정서적 판단이라고 하였다[14].주관적 행복감은 개인의 삶을 자신이 어떻게 평가하는지 그리고 자신의 삶에 얼마나 만족하는지를 측정하는 개념으로 사용되면서 장애자녀를 둔 어머니의 양육갈등과 스트레스 증가로 인한 심각한 불안이나 정서적 문제를 진단할 수 있으며 그 수준에 따라 적절한 대처방안을 마련할 수 있고 더 나아가 어머니의 정신적 신체적 건강에 기여할 수 있다는 점에서 그 의미가 중요하다고 볼 수 있다. 직장 내에서의 업무와 관련한 어려움으로 인한 이직의 위험을 비롯하여 특히 가정에서의 장애자녀 양육 및 며느리와 아내 역할을 안고 사는 장애 자녀를 둔 어머니의 다중역할의 고충과 피로를 감소시킬 수 있는 방안을 모색하는데 연구의 필요성이 제기되었다. 그 대처로서 스포츠 대중화에 있어서 가장 주목을 받는 운동이자 여가활동의 개념으로 나타나는 신체운동 활동 중의 하나가 골프를 통한 운동이다. 이 골프운동은 자연 친화적이고 개인 스포츠이면서 단체스포츠라는 장점을 갖추고 있으며, 각박한 도심에서만 생활하다 넓은 자연 속에서 남녀노소 관계없이 즐기며 신체적, 정신적으로 즐거운 영향을 주는 스포츠 활동이다. 즉 골프운동의 역할을 검토하게 되었으며, 골프운동에 참여하는 기혼여성에게 미치는 긍정적 영향을 보고하는 선행연구도 많아지고 있다[15].골프운동을 통한 장애자녀를 둔 어머니의 주관적 행복감에 미치는 영향을 파악하여, 장애자녀를 둔 어머니의 삶에 긍정적 영향을 미칠 수 있는 중재적 역할의 가능성을 알아보고자 하였다.

따라서 본 연구에서는 장애자녀를 둔 어머니의 양육 스트레스와 대처방안, 그와 관련된 융합요인에 관한 것이 대부분이었다. 장애자녀를 둔 어머니의 복지 증진을

위한 정책 대안과 실천개입 전략을 모색하기 위해서는 먼저 구체적인 융합요인들을 규명하고 이에 대한 방안을 강구하는 것이 무엇보다 효과적이라고 할 수 있다. 이러한 측면에서, 장애자녀를 둔 어머니의 양육경험의 양육스트레스뿐만 아니라, 어머니의 주관적 행복감을 동시에 파악하며 이에 영향을 미치는 융합요인을 분석하는 것은 장애자녀와 그 가족의 복지를 향상시키는 지원방안을 모색하는데 있어서 매우 중요한 작업이라고 할 수 있다. 특히 장애자녀의 정서 행동발달과 어머니와 장애자녀와의 관계에 부정적인 영향을 감소 또는 예방하기 위한 측면에서 효과적인 대응방안으로 골프운동을 제시할 수 있다. 이러한 맥락에서 본 연구에서는 골프운동을 인식한 장애자녀를 둔 어머니의 주관적 행복감에서 어머니 개인변인뿐만 아니라 골프운동을 통한 나타내는 상대적 설명력을 파악하고자 하며, 나아가 장애자녀 어머니의 골프운동과 주관적 행복감의 관계를 보다 종합적으로 살펴보고자 한다.

구체적인 연구목적은 다음과 같다.

- 첫째, 골프운동을 인식한 장애자녀를 둔 어머니의 인구사회학적 특성은 어떠한가?
- 둘째, 골프운동을 인식한 장애자녀를 둔 어머니의 인구사회학적 특성과 주관적 행복감과의 상관관계는 어떠한가?
- 셋째, 골프운동을 인식한 장애자녀를 둔 어머니의 주관적 행복감에 미치는 영향은 어떠한가?

2. 연구 방법

2.1 연구 대상자

본 연구는 특별시 및 광역시 소재 특수학교 및 특수학급에 재학 중인 자녀를 둔 어머니 210명을 대상으로 골프운동이 주관적 행복감에 미치는 영향을 설문조사하였다. 2015년 2월 1일부터 3월 5일까지 설문지를 배포하여 작성하게 하고 다시 회수하는 방식으로 수집하였으며, 이메일, 우편 등을 이용하였다. 회수된 210부의 설문지 중 결측치를 포함하여 분석에 적합하지 않은 7부를 제외하고 총 203부를 분석에 사용하였다.

2.2 측정도구

본 연구에서는 주관적 행복감을 측정하기 위해 Hills

와 Argyle(2002)이 개발한 옥스퍼드 행복 검사지(Oxford Happiness Questionnaire) 척도를 번안하여 사용한 오혜경(2010)의 주관적 안녕 감(subjective well-being) 척도를 사용하였다. 척도의 문항은 긍정적인 행복감 18문항과 부정적인 행복감 11문항으로 총 29문항이며, 모든 문항은 5점 Likert 척도로 구성되어 있다. 본 연구에서의 신뢰도는 Cronbach's α 는 .784로 나타났다.

2.3 자료 분석

본 연구에서 통계처리는 SPSS WIN Version 18.0 프로그램을 활용하여 다음과 같이 분석하였다. 첫째, 장애자녀를 둔 어머니의 인구사회학적 특성을 살펴보기 위해 빈도분석과 기술통계를 실시하였다. 둘째, 어머니의 인구사회학적 특성에 따른 주관적 행복감에 대한 차이 검정은 독립표본 t-검증과 ANOVA 분석틀을 이용하여 분석을 실시한다. 셋째, 어머니의 인구사회학적 특성, 골프운동, 주관적 행복감과 상관관계를 파악하기 위해서 Pearson의 상관관계 분석을 실시한다. 넷째, 골프운동이 어머니의 주관적 행복감에 대한 영향 관계를 파악하기 위해서 회귀분석을 실시한다.

3. 연구결과

3.1 조사대상자의 특성과 각 변인의 수준

조사대상자의 인구사회학적 특성을 분석한 <Table 1>의 결과는 어머니의 연령층은 40대가 51.2%(n=104)로 가장 많았고, 다음으로 50대가 37.9%(n=77), 30대 10.8%(n=22)순으로 분포하였으며, 학력은 대졸이 51.2%(n=104)로 가장 많았고 고등학교 졸업 39.9%(n=81), 대학원 졸업 8.9%(n=18)로 각각 분포하였다. 종교는 불교 36.0%(n=73), 기독교 6.4%(n=13), 천주교 21.2%(n=43), 무교 31.0%(n=63), 기타 5.4%(n=11)로 나타났다. 직업은 가사 52.2%(n=106)가 가장 많았고 다음으로 자영업 19.7%(n=40), 서비스직 17.7%(n=36), 전문직 10.3%(n=21)로 나타났다. 가정형편은 보통이다 47.8%(n=97), 여유 있는 편이다 37.9%(n=77), 매우 여유가 있다 14.3%(n=29)로 나타났으며, 건강상태는 건강한 편이다 65.0%(n=132), 보통이다 23.2%(n=47), 매우 건강한 편이다 11.8%(n=24)순으로 확인되었다.

본 연구 각 변인의 수준을 살펴본 <Table 2> 결과는,

골프운동에서 골프구력의 평균은 중앙치 값보다 조금 높은 것으로 나타나 높게 인지하는 것으로 나타났다. 골프 타수, 필드, 연습빈도, 연습시간 또한, 평균값이 중앙치 값보다 높은 것으로 나타났다. 주관적 행복감의 평균도 중앙치 값보다 조금 높게 나타났다.

<Table 1> Socio demographic characteristics of subjects (n=203)

Variables	Classification	Frequency (%)	Variables	Classification	Frequency (%)
Age	30	10.8%	Religion	Buddhist	36.0%
	40	51.2%		Christian	6.4%
				Catholic	21.2%
	50	37.9%		No Religion	31.0%
Education	High School Graduate	39.9%	Occupation	Housekeeping	52.2%
				Self-employed	19.7%
				Service	17.7%
				Professional	10.3%
	Graduate	51.2%	Household Income	Very High	14.3%
				High	37.9%
				Average	47.8%
	Postgraduate	8.9%	Health	Very Healthy	11.8%
Healthy				65.0%	
Average				23.2%	

<Table 2> The level of each variable (n=203)

Variables	Average	Standard Deviation	Minimum value	Maximum value
experience in golf	1.80	.760	1	3
Golf strokes	2.83	.874	1	4
Fields	1.73	.730	1	3
Practice frequency	1.87	.753	1	3
Practice hours	1.52	.501	1	2
Subjective happiness	88.18	6.384	72	109

3.2 골프구력에 따른 어머니의 주관적 행복감

<Table 3>는 어머니의 골프구력에 따른 주관적 행복감을 알아보기 위한 일 변량분산분석 결과이다. 골프구력

에 따른 1~5년(a=83), 6년~12년(b=78), 13년 이상(c=42)에서 주관적 행복감은 평균값이 비슷하게 나타났다.

<Table 3> Mother of subjective happiness of the experience in golf (n=203)

Variables	experience in golf				F	Post-hoc
	1~5	6~12	over 13			
Subjective happiness	3.07 ±.24	3.03 ±.21	3.07 ±.30	.435	a=c>b	

*p<.05

3.3 골프타수에 따른 어머니의 주관적 행복감

<Table 4>는 어머니의 골프타수에 따른 주관적 행복감을 알아보기 위한 일 변량분산분석 결과이다. 주관적 행복감은 골프타수 72~82타(a=23), 83~88타(b=28), 89~99타(c=112), 100타 이상(d=40) 나타났다.

<Table 4> Mother of subjective happiness of the golf strokes (n=203)

Variables	Golf strokes				F	Post-hoc
	72~82	83~88	89~99	over 100		
Subjective happiness	3.04 ±.27	3.09 ±.29	3.04 ±.21	3.07 ±.28	.440	a=c<d<b

*p<.05

3.4 필드에 따른 어머니의 주관적 행복감

<Table 5>는 필드에 따른 어머니의 주관적 행복감을 알아보기 위한 일 변량분산분석 결과이다. 주관적 행복감은 골프타수 0~2(a=116), 3~4(b=108), 5이상(c=56) 나타났다.

<Table 5> Mother of subjective happiness of the field (n=203)

Variables	Field			F	Post-hoc
	0~2	3~4	5~		
Subjective happiness	3.00 ±.20	3.09 ±.29	3.10 ±.19	3.663*	a<b<c

*p<.05

3.5 연습빈도에 따른 어머니의 주관적 행복감

<Table 6>는 연습빈도에 따른 어머니의 주관적 행복감을 알아보기 위한 일 변량분산분석 결과이다. 주관

적 행복감은 연습빈도 1시간 이하(a=72), 2~3시간 (b=85), 4시간 이상(c=46) 나타났다.

<Table 6> Mother of subjective happiness of the practice frequency (n=203)

Variables	Practice frequency				F	Post-hoc
	1 hours or less	2~3 hours	4 hours~			
Subjective happiness	3.02 ±.27	3.04 ±.19	3.13 ±.26		3.019*	a<b<c

*p<.05

3.6 연습시간에 따른 어머니의 주관적 행복감

<Table 7>는 연습시간에 따른 어머니의 주관적 행복감을 알아보기 위한 독립표본t검증 결과이다. 주관적 행복감은 연습시간 1시간 이하(a=97), 1시간(b=106)나타났다.

<Table 7> Mother of subjective happiness of the practice hours (n=203)

Variables	Practice hours			Post-hoc
	1 hours or less	1 hours	t	
Subjective happiness	3.01 ±.20	3.10 ±.26	-2.703*	a<b

*p<.05

3.7 각 변인간의 상관관계

각 변인간의 관련성과 다중공선성을 파악하기 위해 상관관계분석을 실시하였다. 다중공선성의 문제가 발생하면 회귀분석에 대한 추정이나 가설검증이 무의미해지기 때문에 상관관계를 확인하는 것이 필요하다. 두 변인간의 상관계수가 .9이상이면 매우 높은 상관관계를 가진 것으로 다중공선성을 의심해볼 수 있다(송기준, 2011). 연구모형에 포함된 주요 변인들의 상관관계를 분석한 결과는 <Table 8>과 같다. 각 변인들은 r=-.007에서 r=.27의 상관정도(p<.01)를 보였으며 대부분 분석한 결과 건강상태와 골프타수(r=.281, p<.01), 골프구력과 필드(r=.206, p<.01), 필드와 연습빈도(r=.145, p<.05), 필드와 연습시간(r=.138, p<.05), 필드와 주관적 행복감(r=.173, p<.05), 연습빈도와 연습시간(r=.270, p<.001) 연습빈도와 주관적 행복감(r=.157, p<.05), 연습시간과 주관적 행복감(r=.187, p<.001) 변인 간에 통계적으로 유

의한 정적 상관관계를 가지는 것으로 나타났다. 반면, 연령과 연습빈도(r=-.203, p<.001), 연습시간(r=-.302, p<.001), 건강상태와 골프타수(r=-.337, p<.05), 연습시간(r=.153, p<.05), 주관적 행복감(r=.216, p<.001), 골프구력과 골프타수(r=-.550, p<.05), 연습빈도(r=-.434, p<.001), 골프타수와 필드(r=-.427, p<.001), 연습시간(r=-.263, p<.05) 변인 간에 통계적으로 유의한 부적 상관관계를 보였으나 다중공선성의 위험 수준인 .90에는 미치지 않아 다중공선성에는 문제가 없는 것으로 판단하였다.

<Table 8> The correlation between variables (n=203)

	1	2	3	4	5	6	7	8
1	1							
2	-.043	1						
3	.092	-.049	1					
4	-.007	.281**	-.550**	1				
5	.038	-.337**	.206**	-.427**	1			
6	-.203**	-.102	-.434**	.125	.145*	1		
7	-.302**	-.153*	.018	-.263**	.138*	.270**	1	
8	-.011	-.216**	-.011	.011	.173*	.157*	.187**	1

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

1. Age, 2. Health state, 3. Experience in golf
4. Golf strokes 5. Field 6. Practice frequency
7. Practice hours, 8. Subjective happiness

3.8 골프운동이 어머니의 주관적 행복감에 미치는 영향

<Table 9>의 회귀분석결과에 의하면 먼저 모형1은 필드가 주관적 행복감에 미치는 영향을 파악했다. 그 결과 필드(β=.173, p<.05)가 주관적 행복감에 유의미한 영향을 미치고 있었고, 3%(R²=.030)의 설명력을 가졌다. 모형2는 연습빈도를 모형1에 추가로 투입한 모형으로 모형1보다 18% 향상된 4.8%(R²=.048)의 설명력을 보였다. 모형2에서는 필드(β=.153, p<.01.) 연습빈도(β=.135, p<.01.)가 주관적 행복감에 유의미한 영향을 미쳤다. 모형3은 연습빈도, 연습시간을 모형1에 추가로 투입한 모형으로 모형1보다 36%향상된 6.6%(R²=.066)의 설명력을 보였다. 모형3에서는 필드(β=.139, p<.01.), 연습빈도(β=.099, p<.01.), 연습시간(β=.141, p<.01.)이 주관적 행복감에 유의미한 영향을 미쳤다.

(Table 9) Regression analysis on the subjective happiness of golf exercise mother (n= 203)

Model	B	β	t	R^2	F
1. Fields	.058	.173	2.490	.030	6.198*
2. Fields Practice frequency	.052 .044	.153 .135	2.201 1.931	.048	5.006**
3. Fields Practice frequency Practice hours	.047 .032 .069	.139 .099 .141	1.999 1.376 1.977	.066	4.689**

* $p < .05$, ** $p < .01$.

필드횟수와 연습빈도 및 연습시간은 어머니의 주관적 행복감에 영향력을 미치는 것으로 나타나고 있다. 즉, 필드횟수는 어머니의 주관적 행복감에 61.98%, 연습빈도 50.06%, 연습시간 46.89%를 설명하고 있다. 이러한 결과에 의하면 장애자녀 둔 어머니의 주관적 행복감은 골프운동에서 필드횟수와 연습빈도, 연습시간이 영향을 미치는 요인으로 나타남으로써, 장애자녀 둔 어머니의 골프운동의 필요성이 강조되고 있다.

4. 논의 및 제언

본 연구는 특수학교, 학급에 재학 중인 장애자녀 둔 어머니를 대상으로 골프운동이 주관적 행복감에 미치는 영향을 알아보고자 하였다. 본 연구결과를 토대로 기존 연구 결과를 종합하여 논의하면 다음과 같다.

첫째, 장애자녀를 둔 어머니들의 인구 사회적 특성에서 연령이 40대, 학력은 대졸여성으로서 대부분이 건강하였다. 골프운동에서 수준은 골프구력, 골프타수, 필드, 연습빈도, 연습시간의 변인에서는 모두 평균 이상으로 나타났다.

둘째, 변인간의 상관관계를 분석한 결과, 골프운동이 장애자녀를 둔 어머니의 건강상태와 골프타수, 골프구력과 필드, 필드와 연습빈도, 연습시간, 연습빈도와 연습시간에서 주관적 행복감은 정적(+)유의미한 관계가 있는 것으로 나타났으며, 연령과 연습빈도, 연습시간, 건강상태와 골프타수, 연습시간, 골프구력과 골프타수, 연습빈도, 골프타수와 필드, 연습시간에서도 주관적 행복감은 부적(-)유의미한 관계가 나타났다. 이러한 결과는 궁극적으로 연령과 건강상태에 따른 골프운동이 주관적 행복감에 부정적 영향을 미칠 수 있다. 기혼여성들에게

골프참여가 주관적 행복감 선행연구 결과[16] 지지하고 있다. 또한 연구대상자는 다르지만 여성 노인에게 관한 장기간의 댄스스포츠 활동 선행연구 결과와 일치한다[17]. 일반적으로 장애자녀를 둔 어머니에게 골프운동이 주관적 행복감에 영향을 미치는 것으로 해석된다.

셋째, 골프운동이 장애자녀를 둔 어머니의 주관적 행복감에 미치는 영향에서는 골프운동에서 필드횟수, 연습빈도, 연습시간이 주관적 행복감에 유의미한 영향을 미치는 것으로 제시되었다 (필드 $\beta = .139$, 연습빈도 $\beta = .099$ 연습시간 $\beta = .141$). 이러한 연구결과는 연구대상자는 다르지만 걷기, 배드민턴, 게이트볼, 요가, 등산, 자전거 타기와 같은 스포츠 활동에 참여를 많이 할수록 노인들의 정서적 행복감이 높게 나타난다고 보고한 선행연구 결과[18] 뒷받침하는 것으로 나타내고 있으며, [19]는 중년여성들의 댄스활동 참여가 행복감에 긍정적인 영향을 미치는 연구. 또한 파크골프 참여가 지체장애인의 심리적 웰빙과 주관적 행복감을 가져온다는 연구들이[20] 본 연구의 결과를 지지하고 있다.

마지막으로 본 연구를 통하여 골프운동이 장애자녀를 둔 어머니의 주관적 행복감과 관련된 요인을 효과적으로 관리하기 위한 이론적, 실천적 함의를 다음과 같이 제언을 하고자 한다. 골프운동이 장애자녀 둔 어머니의 주관적 행복감에 관한 연구가 전혀 없는 상황에서 스포츠 운동 중 골프운동이 미치는 요인을 규명하여 장애자녀를 양육하는 어머니의 주관적 행복감에 미치는 중요성을 확인할 수 있었다. 골프운동이 장애자녀 어머니의 주관적 행복감에 미치는 영향에 대한 과정연구로, 설문조사를 통한 횡단연구의 자료를 분석하고 일반화하는데 한계성을 지니고 있다. 특히, 자녀가 장애를 가지고 있다는 측면에서 어머니가 경험하는 양육은 만성적이라고 할 수 있으나, 그 외, 다양한 가족들을 대상으로 신체 활동이 주관적 행복감에 미치는 영향을 분석해 볼 필요가 있다. 또한 양적연구의 한계를 넘어 질적 연구 접근을 통하여 연구 참여자들의 특성과 심리적 변화들을 심층적으로 분석하는 노력도 필요할 것으로 사료된다.

REFERENCES

- [1] S. R. Oh, "Research on the Stress of Mothers of Disabled Children", Korean journal of social welfare, Vol. 46. pp. 263-289, 2001.

- [2] G. H. Kim, "A Study of Sociality and Life Satisfaction of Women Elderly participated in the Korean Dance, Kyonggi University, Master Thesis, 2010.
- [3] Y. I. KIM, "A Comparative Study On Rearing Attitudes And Parenting Stress Of The Parents Of Children With And Without Disabilities", Graduate school of Dongguk University, Master Thesis, 2002.
- [4] H. J. Lee & H. J. Woo, "Parental Burden and Family Adaptation among Parents with Disabled Infants" *journal of Rehabilitation Research*, Vol. 17, No. 1, pp. 189-207, 2013.
- [5] S. M. Park, "The Effect of Middle-Aged Women's Social Support Life Stresses and Self-Esteem on Depression" Graduate school of Dong-A University Master Thesis, 2009.
- [6] H. S. Shin, "Middle-age Crisis and Stress in Family Relations" *Dongduk journal of life science studies*, Vol. 11. pp.84-90, 2006.
- [7] H. J. Jung & S. S. Kim, "A Study on the Effect of Parenting Stress and Family Communication on Disability Acceptance in Mothers of Children with Developmental Disabilities - The Moderating Effects of Social Support -" *journal of Rehabilitation Research*, Vol. 17, No. 2, pp. 66-95, 2013.
- [8] S. S. Kim, "Influence of Middle-Aged Women's Participation in Sports Activities on Stress and Life Satisfaction" Graduate school of Dongshin University Master Thesis, 2008.
- [9] H. J. Lee, "Parental Stress and Satisfaction of Mothers of Children with Disability Testing the Stress Process Model," *journal of Emotional & Behavioral Disorders*, Vol, 21, No, 4, pp. 87-109, 2005.
- [10] J. H. Shin & H. M. Cho, "The Effect of Senior Citizens' Participation in Leisure Activities on Wellness and Subjective Happiness" *The Korean Journal of Physical Education*, Vol .20, No.3, pp.877-887, 2011.
- [11] H. Y. Jeong, "Influencing Factors on Subjective Happiness of Middle-aged Women" Graduate school of Seonam University Doctoral Dissertation, 2013.
- [12] D. J. Fredrickson, "A conception of adult development. *American Psychologist*", Vol. 41, pp .3-13, 2000.
- [13] R. Keyes, & C. D. Ryff, "Relationship between self-esteem and depression .Peort", Vol .20, No.3, pp. 456, 1999.
- [14] S. Lyubomirsky, & H. S. Lepper, "A measure of subjective happiness: Prelimina rreliability and construct validation. *Social Indicators Research*, Vol, 46, pp.137-155, 1999.
- [15] K. S. Yoo & W. Y. Ryu, "Effects of Golf Participants Involment, Exercise Addiction, Life Satisfactions on Exercise Adherence" *The Korean Journal of Physical Education*, Vol. 19, No.1, pp.165-177, 2010.
- [16] H. K. Kim, "Effect of Golf Activity on Ego-Resilience and Subjective Wellbeing in Married Women" Graduate school of Yeung Nam University, Master Thesis, 2015.
- [17] Y. C. Byun & D. H. Lee & H. S. Yoo, " Effect of Chronic Dance Sports Activity on Ego-resilience, Subjective Happiness and Balance in Elderly Women" *Korean Society of Sport Psychology*, Vol.25, No.1, pp. 39-50, 2014.
- [18] Y. J. Lee, "The relation ship with physical self-conceptofthe self-esteem, psychological well-being and life satisfaction. Unpublished master's thesis", Chonnam National University, Gwangju, 2002.
- [19] W. M. Choi, "The Effect of the levels of participation in Dance Movenent for Middle-aged Women on a Sense of Happiness and the Satisfacton of Family Life" Graduate school of Youn-in University. 2008
- [20] D. W. Kim, "Park Goif Participation of Physically Disabled Impact on Psychological Well-being

anSubjective Happiness" journal of Rehabilitation
Research, Vol,18, No, 4, pp. 187-205, 2014.

저자소개

윤 선 오(Yoon seon-o)

[정회원]



- 1994년 7월 : Dortmund 대학교
사회과학부(노년학 석사)
- 1997년 7월 : Dortmund 대학교
사회과학부(노년학 박사)
- 2000년 3월 ~ 현재 : 경운대학교
사회과학대학 사회복지학부 학부장

<관심분야> : 사회복지, 노인복지, 장애인복지

김 우 호(Kim Woo Ho)

[정회원]



- 1989년 2월 : 대구대학교 초등특
수교육학과 (학사)
- 2008년 2월 : 경운대학교 대학원
사회복지학과(석사)
- 2010년 8월 : 대구가톨릭대학교
대학원 사회복지학(박사수료)

· 2008년 3월 ~ 현재 : 경운대학교 사회과학대학
사회복지학부 조교수

<관심분야> : 사회복지, 장애인복지, 노인복지