

성인들의 스포츠참여동기에 관한 연구

임 상 용*

목 차

- I. 서 론
- II. 연구방법
 - 1. 표 집
 - 2. 측정도구
 - 3. 조사절차 및 자료처리
- III. 연구결과
 - 1. 스포츠참여동기의 요인구조 분석 결과
 - 2. 스포츠참여동기들의 중요도 분석 결과
 - 3. 성, 운동참여지속도에 따른 참여동기의 차이
- IV. 논 의
- V. 결 론

I. 서 론

창밖의 화창한 날씨를 보고 순간적으로 친구들과 테니스를 치고 싶다가 등산을 하고 싶다는 즉흥적인 욕구에서부터 건강과 체력을 유지 또는 증진시킬 목적으로 계획적이고 지속적으로 운동을 하게 되는 동기까지 인간의 신체활동에 참여하게 되는 동기는 다양하다고 할 수 있다.

많은 요인들이 신체활동에 참여하고 싶은 인간의 욕망과 기회에 영향을 미칠 수 있다. 예를들면, 환경적 지지나 제약 또는 개인의 사회화 경험 등이 영향요인이 될 수 있다. Tinsley, Barrett 그리고 Kass는¹⁾ 운동에 참여하고 싶은 욕구 또는 동기는 선천적인 요인과 초기 사회화 경험 그리고 자신의 사회적 환경과 상황에 따라 영향을 받는다고 하였으며, Crandall은 운동참여

* 자연과학대학 체육학과(Dept. of Physical Education, Cheju Univ., Cheju-do, 690-756, Korea)

1) H. E. A. Tinsley, T. C. Barrett & R. R. Kass, Leisure activities and need satisfaction, *Journal of Leisure Research*, 1977, 9 : 110-120.

의 동기 및 그 유형은 연령과 사회환경 그리고 상황에 따라 변화된다고 보고하였다.²⁾

스포츠 및 신체활동 참여를 결정짓는 주요한 요인으로는 개인 내적인 욕구, 즉 내적동기 (intrinsic motivation)와 신체활동에 참여함으로써 부수적으로 얻어지는 각종 혜택이나 대가, 즉 외적동기 요인 그리고 시간, 경제적 여유 및 물리적 환경과 사회적 여건조성이라 할 수 있다. 그러나 그중 스포츠 참여의 가장 중요한 결정 요인은 스포츠에 참여하고자 하는 욕구, 즉 내적 참여동기이다. 시간과 경제적 여유와 환경적 여건이 모두 갖추어졌다 하더라도 모든 사람이 스포츠에 참여하지는 않는다는 사실이 이를 잘 입증해 주고 있다.

개인적인 관점에서 왜 인간이 스포츠 및 신체활동에 참여하는지 그 원인을 조사한 경험적 연구들은 크게 3가지 영역으로 대별할 수 있다. 즉, 태도측정지를 이용한 연구들³⁾, 만족도 질문지를 활용한 연구들⁴⁾, 참여동기 질문지를 이용한 연구⁵⁾로 나눌 수 있다. 본 연구는 이러한 방법론 중 마지막 방법을 채택하였다. 이 방법은 특정한 동기항목의 중요성을 리커트척도로 평정하도록 하여 개인이나 집단간의 동기의 차이나 참여유형을 비교 분석한다.

스포츠 참여동기를 조사한 선행연구들이 대부분 이 접근법을 채택하였는데, 초기연구들은 단일항목에 근거하여 신체활동 및 여가참여 동기를 기술하였다. Donald와 Havighurst⁶⁾는 자주 언급되는 8개의 여가동기를 발견하였다. 이러한 동기들을 중요한 순서로 나열해 보면, 참여의 즐거움, 일로부터의 해방감, 친구와의 접촉, 새로운 경험 제공, 무언가 성취할 수 있는 기회 부여, 창조감 획득, 사교적 혜택, 시간보내기 순이었다. 유사하게 Goodman⁷⁾은 스포츠/여가시간에 참여하는 가장 인기있는 이유들은 변화감, 즐거움과 휴식, 성취와 자기표현이라고 제안하였다.

이러한 초기 연구들에서 사용된 제한된 항목들은 인간동기의 복잡성을 충분히 반영하지 못하였다. 따라서 내용 타당도의 문제가 있었으며, 단일항목 측정치들의 신뢰도가 문제시되어 보

2) R. Crandall, Social interaction, affect and leisure, *Journal of Leisure Research*, 1978, 8 :

3) J. Neulinger & M. Breit, Attitude dimensions of leisure, *Journal of Leisure Research*, 1969, 1 : 255-261.

G.S. Kenyon, Six scales for assessing attitude toward physical activity : a longitudinal analysis. *Research Quarterly*, 1968, 39 : 566-574.

F.L. Smoll & R.W. Schultz, Children's attitudes toward physical activity : a longitudinal analysis. *Journal of Sport Psychology*, 1980, 2 : 147-149.

4) R.G. Pierce, Dimensions of leisure 1 : satisfactions, *Journal of Leisure Research*, 1980, 12 : 5-19.

5) A. Ewart, Why people climb : the relationship of participant motives and experience level to mountaineering, *Journal of Leisure Research*, 1985, 17 : 241-250.

Diane L. Gill, John B. Gross & Sharon Huddleston, Participation motivation in youth sports, *International Journal of Sport Psychology*, 1983, 14 : 1-14.

Peter Brodtkin & Maureen R. Weiss, Developmental differences in motivation for participating in competitive swimming, *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 1990, 12 : 248-263.

6) M.N. Donald & R.J. Havighurst, The meanings of leisure, *Social Forces*, 1959, 37 : 355-360.

7) N.C. Goodman, Leisure, work, and the use of time : a study of adult style of time utilisation, childhood determinants and vocational implications, *Dissertation Abstracts International*, 1987, 30(4-B).

다 포괄적인 원인목록내에서 잠재적인 동기범주들을 확인해야 할 필요성이 대두되었다. 다변량통계기법의 등장으로 이러한 초기 연구들의 문제점이 보완되고 있다.

저명한 여가연구자들과 스포츠심리학자들이 제시하고 있는 주요 참여동기범주들로는 자연 즐기/문명으로부터의 도피, 일상생활이나 책무로부터의 회피, 창조적, 휴식, 사회적 접촉, 인정/지위, 사회적 권한, 이타주의, 자극추구, 자기실현, 성취/도전, 시간소비 등이 있다. Ewart는 등산의 동기를 조사한 결과⁸⁾, 도전, 정화, 사회적 승인, 창조의 기회, 통제소재(locus of control)와 물리적 상황을 중요하게 평가하였다.

Johnsgaard는 위락적 달리기(recreational running)를 계속하게 되는 주요 이유로서 도전, 체력, 런닝후에 느끼는 고양된 기분, 경쟁, 런닝의 즐거움, 체중조절, 사회적 이유, 명성과 행운순으로 중요성을 평가하였다.⁹⁾ 비슷하게 Carmack와 Martens¹⁰⁾는 체력유지, 즐거움, 경쟁, 체중조절, 고양된 감정을 달리기에 계속 참여하게 되는 주요 동기들로 확인하였다. Clough, Shepherd와 Maughan은 위락적 달리기에 참여하는 동기를 조사한 연구에서 6개의 동기범주를 '알아내었다.'¹¹⁾ 안녕(wellbeing), 사회적 동기, 도전, 지위(status), 체력/건강, 몰두(addiction) 동기가 바로 그것이다. Alderman과 Wood는 11세에서 14세의 청소년 아이스하키 선수 425명을 대상으로 스포츠에 참여하는 동기를 조사하였다. 그 결과 청소년이 스포츠에 참여하게 되는 주요인으로 확인된 동기들은 친화(affiliation), 탁월성 과시, 스트레스 해소, 힘(power), 독립성(independence), 성공 및 공격성(aggresion)이었다.

또한 Gill, Gross 및 Huddleston¹²⁾은 청소년스포츠에 참여하는 청소년들을 대상으로 스포츠에 참여하게 되는 가장 중요한 동기들을 질문한 결과, 기술발달, 즐거움, 새로운 기술 학습, 도전, 그리고 육체적으로 건강함을 유지하는 것 등의 순으로 중요성이 평가되었고, 30개의 개별 동기들을 요인분석한 결과, 성취/지위, 팀, 체력, 에너지 방출, 상황적 요인, 기술발달, 우정 그리고 즐거움의 7차원을 확인하였다. Broadkin과 Weiss는 경쟁적 수영에 참여하는 성인들의 동기의 발달적 차이를 규명한 연구에서 7개의 동기차원들을 발견하였다.¹³⁾ 즉, 경쟁적 수영의 특성, 건강/체력, 사회적 지위(social status), 친화(affiliation), 에너지 방출, 주요타자(significant others), 즐거움 요인이었다.

이병기는 성인들을 대상으로 운동욕구를 조사한 결과에서, 운동욕구의 요인을 7개 영역, 즉

8) A. Ewart, op. cit.

9) K. Johnsgaard, The motivation of the long distance runner : 1, *Journal of Sports Medicine*, 1985, 25 : 135-143.

10) M.A. Carmack & R. Martens, Measuring commitment to running : a survey of runners' attitudes and mental states, *Journal of Sport Psychology*, 1979, 1 : 25-42.

11) Peter Clough, John Shepherd & Ronald Maughan, Motives for participation in the recreational running, *Journal of Leisure Research*, 1989, 21 : 297-309.

12) Diane L. Gill, John B. Gross, Sharon Huddleston, op. cit.

13) Peter Brodtkin & Maureen R. Weiss, op. cit.

항상성욕구, 활동적 욕구, 정화욕구, 친애욕구, 과시욕구, 성취욕구, 자율욕구로 분류하였다.¹⁴⁾ 양명환과 임상용은 대학생들이 신체활동에 참여하게 되는 주요 동기차원으로 건강/체력, 정화, 육체미, 모험추구, 희열추구, 사회적 동기요인을 들었다.¹⁵⁾

일반적으로 국내에서는 스포츠 및 신체활동 참여동기에 대한 연구가 매우 부족한 실정이고 표준화된 측정지가 없다. 현존하는 국내의 몇몇 연구들이 제한된 정보를 제공해 주고는 있으나, 분명한 것은 종합적인 정보로서 간주할 수 없다는 점이다.

따라서 본 연구는 신체활동에 지속적으로 참여하는데 기초가 되는 동기에 대한 체계적인 연구를 하기 위한 시발단계로서 두가지의 연구목적에 갖고 있다. 본 연구의 목적은 첫째, 다양한 생활체육 및 운동프로그램 계획시에 활용할 수 있는 표준화된 스포츠참여동기질문지를 개발하는 것이며, 둘째, 이러한 동기요인들의 상대적 중요도를 기술적 수준에서 분석하고 성과 운동지속 정도에 따라서 참여동기요인들의 차이를 규명하고자 한다.

II. 연구 방법

1. 표 집

본 연구의 조사 대상자는 제주도에 거주하는 성인 남·여를 대상으로 하였다. 조사 대상자의 표집은 모집단을 가장 대표한다고 생각되는 일부 지역만을 표집하는 유목적적 표집법(purposive sampling)을 이용하였다. 운동종목별로 표본을 추출한 결과, 수영(79명), 에어로빅(167명), 볼링(53명), 테니스(45명), 배드민턴(42명), 육체미(27명), 축구(52명) 조깅(19명)으로 총 483명이었다. 그리고 성별에 따른 유효표본은 남자 200명, 여자 283명이었다.

2. 측정도구

스포츠참여동기를 측정하기 위한 설문문항은 학술지에 발표된 여가/스포츠 문헌고찰과 선행연구에서 얻은 자료를 토대로 선정되었다. 좀 더 구체적으로, Gill, Gross, 및 Huddleston의 스포츠참여동기질문지, Rudiman¹⁶⁾의 질문문항과 본 연구자의 선행연구에서 발췌한 40문항과 Clough, Shepherd와 Maughan의 연구에서 발췌한 20문항들을 토대로 총 60문항을 작성하였다. 이 중 중복되는 원인을 기술하고 있는 문항들을 제외시키는 문항수정 과정과 전문가 협의의 통해 47문항으로 질문지를 완성하였다. 질문지는 각 문항에 대하여 중요하다고 생각하는 정도를 "전혀 아니다(1점)에서 매우 그렇다(5점)"의 5점 리커크 척도로 반응하도록 제작되었다.

14) 이병기, 성인의 운동욕구에 관한 연구, 한국체육과학연구원 연구과제 보고서, 1989.

15) 양명환·임상용, 남녀대학생의 스포츠참여동기에 관한 연구, 한국스포츠심리학회 춘계학술세미나 초록집, pp. 33-39.

16) Williams J. Rudman, Age and involvement in sport and physical activity, *Sociology of Sport Journal*, 1989, 6 : 228-246.

한편, 각 피험자들의 운동지속행동을 측정하고, 운동지속성 정도를 구분하기 위하여 운동참여 지속 정도, 운동프로그램에 참여하는 빈도(출석률), 강도, 1회 지속시간을 고려한 질문문항을 포함시켰다. 이 질문들은 5점 리커트 척도로 응답하도록 되어 있으며, 운동참여성에 대한 문항중 전혀 그렇지않다, 그렇지않다, 보통이다에 응답한 피험자를 운동비지속자, 그렇다, 아주 그렇다에 응답한 피험자를 운동지속자로 분류하였다.

3. 조사절차 및 자료처리

본 연구의 자료는 본 연구자와 조사원으로 선정된 학생들에 의해 개별적으로 수집되었다. 제주도내에 소재하고 있는 공원, 체육관, 학교운동장 및 상업체육시설에서 운동에 참여하고 있는 성인들을 개별적으로 접촉하여 연구의 취지와 응답요령을 설명한 후 질문을 완성토록하였다. 질문지는 총 700명을 대상으로 조사되었으나, 응답을 거부하거나 불성실하게 응답한 질문지를 제외시키는 자료 선별과정을 거쳐 438부를 분석 가능한 자료로 정리하였다. 분석대상으로 선별된 자료는 SPSS/PC+ (Version 3.0) 통계패키지를 이용하여 통계분석을 하였다. 각 사례를 개별 입력한 후 자료분석의 목적에 따라 다음과 같은 분석방법과 절차를 적용하였다.

1) 스포츠에 참여하는 동기들의 요인구조를 알아보기 위하여 주성분분석방법과 Verimax 직교회전을 이용한 요인분석(Factor Anaysis)을 실시하였고, 각 하위요인들의 타당도와 신뢰도를 검증하기 위하여 Item-total Correlation, Cronbach's Alpha 값을 구하였다.

2) 성과 운동참여지속도에 따른 참여동기요인들의 차이를 분석하기 위하여 일원배치 다변량 분산분석(One-way Multivariate Analysis of Variance)을 실시하였다.

Ⅲ. 연구 결과

1. 스포츠참여동기의 요인구조 분석 결과

각 문항에 대하여 문항분석을 실시하여 47문항의 평균, 표준편차 및 상대도수를 구하여 지나치게 양극단으로 치우친 문항들을 제외시켰고, 요인추출은 고유치(eigenvalue)가 최소한 1보다 커야 한다는 Kaiser의 기준과 Scree-test의 2가지 기준을 함께 적용하여 결정하였다.

주성분 분석방법(principal components analysis)과 Varimax 직각회전법을 이용하여 요인분석한 결과 고유치가 1.0이상인 11개의 요인이 추출되었다. 이에 대하여 Scree-test를 실시하여 공통요인이 포함될 가능성이 높은 요인들의 수를 6개로 결정하고, 재차 요인분석을 하였다. 표-2는 회전후의 요인행렬표를 나타내고 있다. 또한 요인과 각 문항간의 상관을 높이기 위하여 문항의 요인적재치(factor loadings)가 40이상인 문항만을 유의한 것으로 보았으며, 아울러 2개 요인이상에서 30이상의 적재량을 보이는 문항도 삭제하였다. 이러한 선별과정을 거쳐 최종적으로 6개 요

표-2 스포츠 참여동기에 대한 요인분석

하위 요인/항목	요 인 적 재 치					
	1	2	3	4	5	6
성취동기(요인 1)						
다른 사람보다 뛰어나다는 우월감을 맛보기 위하여	.689	.156	.071	.271	.226	.165
남보다 무엇이든 잘하고 싶어서	.653	.156	.183	.196	.159	.203
이기는 재미를 맛보기 위하여	.642	.185	.039	.366	-.003	.053
나의 능력을 보여주기 위하여	.589	.305	.072	.247	.171	.278
주위 사람에게 인정받고 싶어서	.548	.219	.055	.297	.268	.200
흥미로운 무엇인가 하고 싶어서	.533	.213	.289	.144	.071	.018
극기/도전(요인 2)						
강인한 정신력을 기르기 위해서	-.045	.742	.079	.206	.151	.003
인내력을 기르기 위해서	.211	.741	.072	-.004	.034	.085
위기 극복능력을 기르기 위해서	.237	.699	.117	.206	.018	.039
불굴의 투지를 얻기 위하여	.384	.606	.168	.086	-.045	.060
운동/스포츠기능을 향상시키기 위하여	.068	.571	.266	.164	.210	.105
자신의 능력한계를 확인하고 싶어서	.294	.521	-.110	.159	-.050	.310
도전적인 무엇인가를 즐기기 위하여	.220	.494	.316	.195	-.003	.020
나자신이 능력있기 위해서	.203	.404	.299	.065	.126	.346
정확(요인 3)						
생활의 단조로움을 해소하기 위하여	.023	.019	.689	.243	.047	.019
정신적인 안정을 취하기 위하여	.035	.196	.649	.115	.099	-.067
일의 능률을 높이기 위하여	.054	.159	.629	.108	.170	.188
여가를 유익하게 보내기 위하여	.207	.094	.599	.108	-.036	.204
새로운 것을 경험해보기 위하여	.359	.114	.501	.243	.155	-.165
복잡한 문제를 떨쳐버리기 위하여	.190	.396	.462	-.054	.141	.164
사회적 동기(요인 4)						
여러사람과 사귀고 싶어서	.184	.003	.227	.767	-.040	.061
원만한 인간관계를 유지하기 위하여	.067	.214	.221	.719	-.030	.057
친구들과 함께 어울리기 위하여	.284	.103	.158	.633	-.099	-.116
새로운 친구를 사귀고 싶어서	.212	.217	.198	.559	.126	.123
소외감을 해소하기 위해서	.334	.139	.035	.519	.237	.122
건강/신체조형(요인 5)						
체형을 스마트하게 유지하기 위하여	.210	.139	.087	-.017	.809	.097
노쇠현상을 방지하기 위하여	.103	.182	.140	-.046	.801	.124
체중을 줄이기 위하여	.171	-.145	.031	.034	.739	.009
건강을 유지하기 위하여	-.151	.259	.221	.156	.554	-.311
운동탐닉(요인 6)						
운동을 그만두면 신체적으로 불편하기 때문에	.198	.067	.102	.035	.237	.708
운동을 해야만 한다고 느끼기 때문에	.124	.013	.265	-.057	.122	.628
운동이 습관이 되어버렸기 때문에	.087	.225	-.197	.326	-.028	.626
Eigenvalue	9.48	2.46	1.99	1.84	1.27	1.18
% Variance	29.6	7.7	6.2	5.8	4.0	3.7
Cum. % Varince	29.6	37.3	43.6	49.3	53.3	57.0

표-2-1. 참여동기 요인들의 타당도와 신뢰도 검정 결과

하 위 요인/항목	Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha Coefficient
성취동기(요인 1)		.85
다른 사람보다 뛰어나다는 우월감을 맛보기 위하여	.74	
남보다 무엇이든 잘하고 싶어서	.68	
이기는 재미를 맛보기 위하여	.60	
나의 능력을 보여주기 위하여	.68	
주위사람에게 인정받고 싶어서	.66	
흥미로운 무엇인가 하고 싶어서	.45	
극기/도전(요인 2)		.85
강인한 정신력을 기르기 위해서	.55	
인내력을 기르기 위해서	.64	
위기 극복능력을 기르기 위해서	.65	
불굴의 투지를 얻기 위하여	.64	
운동/스포츠기능을 향상시키기 위하여	.54	
자신의 능력한계를 확인하고 싶어서	.59	
도전적인 무엇인가를 즐기기 위하여	.60	
나자신이 능력있기 위해서	.50	
정화(요인 3)		.75
생활의 단조로움을 해소하기 위하여	.51	
정신적인 안정을 취하기 위하여	.54	
일의 능률을 높이기 위하여	.54	
여가를 유익하게 보내기 위하여	.49	
새로운 것을 경험해보기 위하여	.40	
복잡한 문제를 떨쳐버리기 위하여	.43	
사회적 동기(요인 4)		.80
여러사람과 사귀고 싶어서	.65	
원만한 인간관계를 유지하기 위하여	.58	
친구들과 함께 어울리고 위하여	.61	
새로운 친구를 사귀고 싶어서	.62	
소외감을 해소하기 위해서	.48	
건강/신체조형(요인 5)		.78
체형을 스마트하게 유지하기 위하여	.71	
노쇠현상을 방지하기 위하여	.70	
체중을 줄이기 위하여	.50	
건강을 유지하기 위하여	.46	
운동탐닉(요인 6)		.58
운동을 그만두면 신체적으로 불편하기 때문에	.50	
운동을 해야만 한다고 느끼기 때문에	.31	
운동이 습관이 되어버렸기 때문에	.34	

인에 포함된 항목들은 32문항이었다. 6가지 요인들을 전체변량의 57%를 설명하였다.

최종적으로 확정된 6개 요인들을 구체적으로 설명하면 다음과 같다. 요인 1은 능력을 과시하고 사회적 승인을 얻고자하는 성취동기를 대표하는 6문항들로 구성되어 있다. 구체적으로 탁월성 과시, 능력인정, 승리의 기쁨을 추구하는 항목들이 포함되었다. 따라서 이 요인은 “성취 동기” 요인으로 명명하였고, 전체변량의 29.6%를 설명하고 있으며, 아이겐값(eigenvalue)이 9.48로서 총분산중 최대부분을 나타내고 있다.

요인 2는 강인한 정신력과 극기력을 배양하는 것을 목적으로 하는 8문항으로 구성되어 있다. 이 요인은 강인한 정신력, 인내력, 위기극복능력, 투지배양, 스포츠 기술향상, 도전추구, 능력배양 동기들이 포함되었다. 따라서 이 요인은 “극기/도전” 요인으로 명명하였으며, 이 요인은 전체변량의 7.7%를 설명하였고, 아이겐값은 2.46으로 나타났다.

요인 3은 일상생활에서 오는 문제로부터 해방되고 심신의 안정을 찾고 계획적인 생활을 추구하려는 동기들로 구성되어 있는 “자극추구” 요인이다. 이 요인에 단조로움 해소, 정신적 안정, 일의 능률, 계획성 있는 생활, 여가선용, 새로움 추구, 복잡한 문제에서 도피 항목이 포함되었다. 이 요인은 아이겐값이 1.99%이고 전체변량의 6.2%를 점유하고 있다.

요인 4는 운동을 통하여 원만한 인간관계를 유지 개선하고 소외감을 극복하려는 친화동기들이 포함된 “사회적 동기” 요인이다. 이 요인은 4문항으로 구성되어 있고, 전체변량의 5.8%를 설명하고 있으며, 아이겐값은 1.84%였다.

요인 5는 균형잡힌 몸매, 스마트하고 유연한 몸, 체중조절을 통하여 신체적으로 노화를 방지하여 건강을 추구하고자 하는 4문항으로 구성된 “건강/신체조형” 동기이다. 이 요인은 아이겐값이 1.27%이고 전체변량이 4.0%를 설명해 주고 있다.

요인 6은 운동을 즐겨 참여하고, 여러가지 여건이 좋지 않더라도 습관적으로 운동에 몰두하는 항목으로 구성된 “운동탐닉” 동기이다. 이 요인은 전체분산의 3.7%를 설명하고 있으며, 아이겐값이 1.18%이다.

한편 참여동기 요인들의 타당도와 신뢰도를 분석한 결과가 표-3에 제시되어 있다. 우선 모든 요인들에 대하여 개별항목-전체점수 상관계수(item-total correlation coefficients)를 구하여 문항의 동질성 정도를 알아보았다. 표-3에서 보는 바와 같이 모든 항목들의 합과 개별항목들간의 상관을 나타내는 상관계수가 대부분 양호하기 때문에 각 요인들내의 문항 동질성은 높은 것으로 나타났다. 이는 모든 항목들이 서로 효과적으로 작용하고 있음을 시사하는 것으로서 본 도구의 구성타당도(construct validity)는 높은 것으로 나타났다. 이어서 측정도구의 신뢰성을 입증하기 위하여, 즉 각 요인별 내적 일관성(internal consistency)을 알아보기 위하여 6개 요인에 대하여 Cronbach's Alpha값을 구한 결과, 모든 요인들의 내적 일관성은 아주 양호하게 나타났다. 신뢰도 계수의 범위는 .58-.85로서 요인 1이 가장 높고, 요인 6이 가장 낮았다. 따라서 본 도구의 타당도와 신뢰도는 양호한 것으로 입증되었다.

2. 스포츠 참여동기들의 중요도 분석 결과

표-3 스포츠 참여동기문항의 상대적 중요도

항 목	중요도 평균					
	남 자		여 자		혼 합	
	M	SD	M	SD	M	SD
다른 사람보다 뛰어나다는 우월감을 맛보기 위하여	2.32	1.04	2.13	.94	2.21	.99
남보다 무엇이든 잘하고 싶어서	2.73	1.11	2.51	1.08	2.61	1.10
이기는 재미를 맛보기 위하여	2.76	1.02	2.26	1.01	2.47	1.04
나의 능력을 보여주기 위하여	2.67	1.05	2.52	1.00	2.58	1.02
주위 사람에게 인정받고 싶어서	2.38	1.03	2.27	.97	2.32	1.00
흥미로운 무엇인가 하고 싶어서	3.13	1.05	3.30	1.01	3.23	1.03
강인한 정신력을 기르기 위해서	3.56	.96	3.53	.92	3.55	.93
인내력을 기르기 위해서	3.48	.99	3.40	.99	3.43	.99
위기 극복능력을 기르기 위해서	2.95	1.01	2.79	1.06	2.86	1.04
불굴의 투지를 얻기 위하여	3.01	1.08	2.60	1.09	2.77	1.10
운동/스포츠기능을 향상시키기 위하여	3.44	.99	3.37	1.02	3.40	1.01
자신의 능력한계를 확인하고 싶어서	3.13	1.11	2.67	1.03	2.86	1.09
도전적인 무엇인가를 즐기 위하여	3.06	1.08	2.84	1.07	2.94	1.08
나자신이 능력있기 위해서	3.15	.97	2.97	1.05	3.05	1.02
생활의 단조로움을 해소하기 위하여	3.39	.94	3.51	.95	3.46	.95
정신적인 안정을 취하기 위하여	3.52	.89	3.56	.96	3.54	.93
일의 능률을 높이기 위하여	3.44	.98	3.43	.97	3.44	.97
여가를 유익하게 보내기 위하여	3.52	.96	3.44	.99	3.47	.98
새로운 것을 경험해보기 위하여	3.01	1.13	3.18	1.05	3.11	1.08
복잡한 문제를 떨쳐버리기 위하여	3.06	1.09	2.95	1.11	2.99	1.10
여러사람과 사귀고 싶어서	3.26	.98	2.82	1.06	3.00	1.05
원만한 인간관계를 유지하기 위하여	3.35	.98	3.11	.94	3.21	.97
친구들과 함께 어울리기 위하여	3.10	.95	2.67	.96	2.85	.98
새로운 친구를 사귀고 싶어서	2.87	1.03	2.57	.99	2.70	1.02
소외감을 해소하기 위해서	2.57	1.11	2.44	1.00	2.50	1.05
체형을 스마트하게 유지하기 위하여	2.80	1.09	3.62	.96	3.28	1.09
노쇠현상을 방지하기 위하여	2.87	1.13	3.56	1.01	3.27	1.11
체중을 줄이기 위하여	2.49	1.19	3.30	1.12	2.96	1.22
건강을 유지하기 위하여	3.73	.93	3.92	.73	3.84	.82
운동을 그만두면 신체적으로 불편하기 때문에	3.01	1.13	3.24	1.12	3.15	1.13
운동을 해야만 한다고 느끼기 때문에	3.29	.99	3.50	1.07	3.41	1.04
운동이 습관이 되어버렸기 때문에	3.40	1.06	3.12	1.13	3.23	1.11

우선 스포츠 참여동기요인들에 따른 자료분석에 앞서 32개의 참여원인들의 상대적인 중요도를 분석하였다. 표-3은 각 항목에 대한 성별, 결합표집에 대한 중요도 평균 평정치이다. 중요하다

고 여기는 원인들을 상위 5위까지 살펴보면, 남자인 경우는 "육체적인 건강을 유지하기 위해서"가 운동에 참여하게 되는 가장 큰 이유로 들었고, "강한 정신력을 기르기", "정신적인 안정을 취하기 위해서", "여가를 유익하게 보내기 위하여", "인내력을 기르기 위하여", "운동/스포츠 기능을 향상시키기 위하여", 일의 능률을 높이기 위해서" 순으로 나타났다.

여자인 경우는 "육체적인 건강을 유지하기 위하여"가 역시 가장 중요한 참여원인으로 나타났고, 그 다음으로 "체형을 스마트하게 유지하기 위하여", "노쇠현상을 방지하기 위하여" "정신적인 안정을 취하기 위하여", "강인한 정신력을 기르기 위하여" 생활의 단조로움을 해소하기 위하여"의 순으로 중요도를 평가하였다.

3. 성, 운동참여지속도에 따른 참여동기의 차이

스포츠참여동기 요인들이 성별에 따라서 유의한 차이가 나는지를 알아보기 위하여 일원배치 다변량분산분석(one-way MANOVA)을 실시하였다. 표-4에서 보는바와 같이, 성별에 다른 전체적인 다변량 효과가 유의한 것으로 나타났다(Wilks' lambda=.739, Approximate F(6,405)=23.73, p<.00). 다변량 효과가 유의함으로 전체적인 다변량 효과에 유의하게 기여하는 변인들을 알아내기 위하여 6개의 종속변인들 각각에 대해 단변량분산분석(Univariate F-test)을 실시하였다. 단변량 분산분석을 실시한 결과 극기/도전(F(1,410)=7.81, p<.005), 사회적 동기(F(1,410)=16.69, p<.000), 건강/신체조형 [F(1,410)=65.98, p<.000)요인에서 통계적으로 유의한 차이를 나타냈다. 그러나 성취동기, 정화, 운동탐닉 요인에서는 집단간의 유의한 차이가 없었다. 한편, 각 종속변인들이 성별집단을 판별한데 미치는 상대적 기여도 지표인 표준화 판별계수(standardized discriminant coefficient)와 구조상관계수(structure correlation coefficients)를 살펴보면, 역시 단변량분석의 경우와 일치하고 있다. 즉, 건강/신체조형 요인이 다변량 효과에 가장 큰 영향을 미치는 종속변인임을 알 수 있다. 표-4에서 보는 바와같이, 극기/도전 동기는 남자가 여자보다 높게 나타나고 있으며, 사회적 동기 또는 남자가 여자보다 높게 나타나고 있다. 그러나 건강/신체조형 동기는 여자가 남자보다 높게 나타나고 있다.

표-4. 성별에 따른 참여동기요인들의 다변량분산분석 결과

변 인	남		여		다변량		표준화 판별계수	구조상관계수
	M	SD	M	SD	F	P		
성취동기	2.68	.81	2.53	.75	3.59	.059	.14	.16
극기/도전	3.23	.73	3.04	.68	7.81	.005	.47	.23
정화	3.33	.66	3.38	.64	.56	.455	-.34	-.06
사회적 동기	3.05	.74	2.75	.72	16.69	.000	.55	.34
건강/신체조형	3.07	.73	3.61	.63	65.98	.000	-.97	-.68
운동몰두	3.27	.78	3.43	.79	.76	.383	-.03	-.07

MANOVA(Wilks' lambda=.739, F(6,405)=23.73, p<.000)

단변량 F검증의 자유도(1,410)

운동참여지속성 정도에 따라서 스포츠참여동기 요인들의 차이가 유의한지를 알아보기 위하여 다변량분산분석을 실시한 결과 운동지속정도에 대한 전체적인 다변량효과가 유의한 것으로 나타났다. [Wilks' lambda=.909, $F(6, 405) = 23.73$, $p < .000$. 다변량효과가 유의함으로 전체적인 다변량 효과에 기여하는 변인들을 알아내기 위하여 6개의 종속변인들에 대하여 단변량분석을 실시한 결과, 건강/신체조형($F(1, 410) = 5.29$, $p < .022$), 운동탐닉($F(1, 410) = 28.77$, $p < .000$)요인에서 지속정도에 따라 통계적으로 유의한 차이를 나타내었고, 나머지 요인에서는 유의한 차이가 없었다. 한편, 판별함수계수와 구조상관계수로 종속변인들이 운동지속정도를 판별하는 상대적 기여도를 분석한 결과, 운동탐닉 요인의 기여도가 가장 높게 나타났다. 따라서 운동탐닉 요인이 다변량 효과에 가장 큰 기여를 하는 변인임을 알 수 있었다. 표-5에서 보는 바와같이, 운동지속자가 비지속자에 비해 건강/신체조형 동기 및 운동탐닉 동기에서 높은 점수를 나타내고 있다.

표-4. 운동지속정도에 따른 참여동기요인들의 다변량분산분석 결과

변 인	비지속자		지속자		단변량		표준화 판별계수	구조상관 계 수
	M	SD	M	SD	F	P		
성취동기	2.59	.75	2.61	.81	.03	.854	-.46	.03
극기/도전	3.06	.66	3.20	.75	3.78	.052	.36	.31
정화	3.35	.63	3.37	.68	.08	.781	-.08	.04
사회적 동기	2.90	.71	2.85	.78	.45	.501	-.29	-.11
건강/신체조형	3.31	.73	3.48	.72	5.29	.022	.18	.36
운동탐닉	3.12	.74	3.53	.78	28.77	.000	.96	.84

MANOVA(Wilks' lambda=.909, $F(6, 405) = 6.68$, $p < .000$)

단변량 F검증의 자유도(1, 410)

IV. 논 의

본 연구의 주 목적은 성인의 스포츠 및 신체활동 참여에 기초가 되는 동기차원들을 확인하고 표준화된 질문지 개발 검증의 초기화 작업을 수행하는데 있다.

일반적으로 본 요인분석의 결과는 개별항목들이 논리적인 요인형태로 집단을 이루었다. 요인적재치는 비교적 명확하고 분명한 요인들임을 나타내주고 있으며, 도구의 신뢰도와 타당도가 양호한 것으로 나타났다. 본 연구에서 확인된 참여동기요인은 성취, 극기/도전, 정화, 사회적 동기, 건강/신체조형, 운동탐닉 요인이다.

이 결과는 대학생들을 대상으로 스포츠참여동기를 조사한 선행논문¹⁷⁾의 요인분석 결과와 매우 유사하게 나타났다. 선행연구의 건강/체력, 정화, 모험추구, 육체미, 사회적 동기, 희열추구 요인들은 본 연구의 5, 3, 2, 4요인과 일치하고 있다. 선행연구와 차이를 보이는 요인들은 습관적으

17) 양명환·임상용, op. cit.

로 운동에 참여하고 즐기는 운동탐닉요인과 능력과사 및 사회적 승인의 욕구를 나타내는 성취동기 요인이다.

또한 본 논문에서 확인된 동기범주들은 Gould등¹⁸⁾의 요인구조와 유사하다. Gould등은 수영에 참여하는 성인들을 대상으로 7가지 요인을 추출하였다. 그들이 확인한 성취/지위, 팀지향성, 체력, 에너지 방출, 우정/친화, 도전, 기술발달 요인들중 5개 요인이 본 연구의 요인구조와 유사한 항목들을 함유하고 있다. 위락적 달리기에 참여하는 700여명의 성인들 대상으로 달리기에 참여하는 동기를 조사한 Clough, Shepherd와 Maughan의 결과¹⁹⁾와도 유사한 요인구조를 보이고 있다. 그들은 러너의 스포츠 참여에 기초가 되는 6개의 동기요인들이 있음을 확인하였는데, 복지/안녕, 사회적 동기, 도전, 지위, 체력/건강, 탐닉/몰두요인이었다. 여기에서 복지안녕은 본 연구의 정화요인과 유사하며, 지위요인을 제외하고는 매우 유사한 요인구조를 나타내고 있다.

요인구조에 대한 추가 지지는 여가활동에 기저가 되는 일반적인 동기요인들과 유사성이 높다는데서 알 수 있다. 예를들면, 일반적인 여가범주에 기초가 되는 동기들을 조사한 Beard와 Ragheb의 연구²⁰⁾에서 확인된 4개의 동기범주중 3개는 친화동기, 능력/숙달, 자극회피로서 본 연구의 사회적 동기, 극기/도전, 정화요인과 매우 유사하다. 또 본 논문에서 확인된 동기요인들은 Kenyon의 제안한 신체활동의 태도요인과의 유사하다. 즉, Kenyon 사회적, 건강/체력, 정화, 고행과 유사한 특성을 보였다.²¹⁾

따라서 본 연구의 결과들은 스포츠와 관련된 참여동기 뿐만 아니라 여가활동에 기저되는 일반적인 동기요인들을 상당수 공유하고 있다는 것을 시사해주고 있다.

한편, 기술적 수준에서 참여동기들의 상대적 중요성을 분석한 결과에서 보면, 성인남여 참여자 모두 육체적인 건강에 중요성을 가장 높게 두고 있는 것으로 나타났다. 그 다음으로 남자는 강한 정신력, 인내심 배양, 정신적 안정, 운동기술 향상, 일의 능률 향상 등의 원인을 중요하게 평가하였고, 여자는 스마트한 육체미, 노화방지, 정신적 안정, 단조로움으로부터의 해방, 강인한 정신력 배양 등의 원인을 중요하게 고려하였다. 이 결과는 성인기(23세~59세) 해당하는 수영 참여자들은 건강체력 요인을 가장 중요하게 평가하고, 그 다음 즐거움, 좌절해소, 친화, 도전, 기능발달 동기순으로 중요성을 평가하였다는 Brodikin과 Weiss의 결과²²⁾와 일치하고 있다.

성과 운동지속정도에 따라서 참여동기요인들이 차이를 분석한 결과 극기/도전요인과 사회적 요인에서 남자가 여자보다 높은 점수를 나타냈으며, 건강/신체조형 요인에서는 여자가 남자보다 높게 평가하고 있었다. 또한 운동지속여부에 따라서 참여동기요인을 분석한 결과는 건강/신체상

18) D. Gould, D. Feltz & M. Weiss, Motives for participation in competitive youth swimming. *International Journal of Sport Psychology*, 1985, 16 : 126-140.

19) Peter Clough, Hohn Shepherd & Ronald Maughan, op. cit.

20) J.G. Beard & M.G. Gagheb, Measuring leisure motivations. *Journal of Leisure Research*, 1983, 15 : 219-228.

21) G.S. Kenyon, 1968(b), op. cit.

22) P. Brodikin & M.R. Weiss, op. cit.

요인과 운동탐닉 요인에서 운동지속자가 비지속자 보다 높은 점수를 나타냈다. 이 결과에서 보면, 건강/신체조형 요인이 성과 운동지속 정도를 판별해낼 수 있는 중요한 변수가 된다는 것을 알 수 있다. 이는 청소년을 대상으로 한 선행연구²³⁾에서 건강/체력요인이 성별을 가장 높게 판별해 주는 변인이라는 결과와 일치하고 있다. 또 건강/체력요인은 23세에서 39세의 남녀 성인들에게서 가장 중요한 요인으로 평가되었다는 Brodikin과 Weiss의 결과²⁴⁾와도 일치하고 있다. 특히 이러한 점이 여러 상이한 활동에 참여하는 30~40대의 성인들에게서 나왔다는 데 주목할 필요가 있다. 따라서 미래의 연구는 생의 발달주기 모형에 입각한 연구들이 많이 이루어져야 하겠으며, 스포츠 및 운동유형에 따라서 참여동기 요인들의 차이가 있느지를 규명해야 한다고 사료된다.

본 질문지는 참여동기질문지 개발에 예비단계로 간주해야만 한다. 본 연구에서 사용한 질문지는 질문지 구성이나 사실상의 문제가 없었고, 피험자들이 항목을 이해하거나 반응하는데 어려움이 없었으며, 개인차가 관찰되었다는 사실을 보여주고 있다. 일부 항목이 제외되고 수정이 이루어졌으나 요인분석의 결과들은 항목들이 논리적으로 집단화되고 있고, 뚜렷한 요인구조를 보였다는 점에서 매우 고무적이라고 판단된다. 본 질문지에서 얻은 초기의 정보가 고무적이긴 하나 신뢰롭고 타당한 포괄적인 참여동기질문지로 인정받기 전에 여러가지 심리측정상의 검증작업이 선행되어야 한다고 생각한다.

V. 결 론

본 연구의 목적은 성인의 스포츠 및 신체활동 참여에 기초가 되는 동기차원들을 확인하고 표준화된 질문지 개발 검증의 초기화 작업을 수행하는데 있으며, 이러한 동기요인들의 상대적 중요도를 기술적 수준에서 분석하고 성과 운동지속정도에 따라서 참여동기요인들의 차이를 규명하고자 한다. 스포츠참여동기는 제주도에서 거주하는 남녀 성인을 대상으로 조사하였다. 요인분석결과 스포츠 참여에 기초가 되는 6개의 동기범주가 있음이 확인되었다. 즉, 성취동기, 극기/도전, 정화, 사회적 동기, 건강/신체조형, 운동탐닉 요인으로 확인되었다. 또한 도구의 타당도와 신뢰도는 양호한 것으로 입증되었다.

기술적 수준에서 참여원인들의 상대적 중요성을 분석한 결과 육체적 건강, 정신적 안정, 인내 심배양, 노화방지, 운동기술발달 동기들을 가장 중요하게 평가하였다. 성별과 운동지속여부에 따른 스포츠참여동기 요인들의 차이를 개별분석 한 결과, 남자가 여자보다 극기/도전, 사회적 동기 요인에서 높은 점수를 얻었고, 여자는 건강/신체조형 요인에서 남자보다 높은 점수를 얻고 있다. 또 운동지속자가 비지속자보다 건강/신체조형, 운동탐닉 요인에서 높은 점수를 나타내고 있다.

23) 양명환·임상용, op. cit.

24) P. Brodikin & M. R. Weiss, op. cit.

Summary

A Study on Sport Participation Motivation in Adults

Sang-Young Ihm

This study was designed as an initial step in the systematic investigation of participation motivation in adults sport. The purpose was twofold. First, the study served as the first step in the development of a standard measure of participation motivation in physical activity. Second, motives underlying a continuing involvement in sport and physical activities were examined at the descriptive level and inferential level. A total of males and females were asked to endorse each item as to its important for participating in their sport. Factor analyses suggested achievement, self-denial/challenge, catharsis, social, health/body image, and addiction as dimensions of participation motivation. Both males and females gave to be physically health the highest rating. In the combined sample the reasons with the next highest ratings were to get mental security, to get a tough spirit, improve my patience, escape from routine. Males scored higher than females on self-denial/challenge and social motivation, and females scored higher than males on health/body image dimension.

Exercise adherers scored higher than non-adherers on health/body image and addiction.