

저소득층 아동·청소년의 체육활동 참여 실태 연구 콜로키움 자료집

저소득층 아동·청소년의 체육활동 실태 및 문제해결 프로그램 설계

일시 : 2011년 11월 02일(수)

15:30~17:30

장소 : 한국청소년정책연구원

세미나실(10층)

주최 : 한국청소년정책연구원

NATIONAL

YOUTH

POLICY

INSTITUTE



한국청소년정책연구원

National Youth Policy Institute

서울시 서초구 태봉로114 교총빌딩 9/10층

114 Taebongro, Seocho-Gu, Seoul 137-715 Korea

Tel. 02-2188-8800 Fax. 02-2188-8869

www.nypi.re.kr

저소득층 아동·청소년의 체육활동 참여 실태 연구 콜로키움 자료집 : 저소득층 아동·청소년의 체육활동 실태 및 문제해결 프로그램 설계

- ▶ 일 시 : 2011년 11월 2일(수) 오후 3:30~5:30
- ▶ 장 소 : 한국청소년정책연구원 10층 세미나실
- ▶ 주 최 : 한국청소년정책연구원

세 부 일 정

저소득층 아동·청소년의 체육활동 참여 실태 연구 콜로키움 자료집 : 저소득층 아동·청소년의 체육활동 실태 및 문제해결 프로그램 설계

시 간	내 용	비 고
15:30~16:00	등 록	
16:00~16:10	개회 및 발표자 소개	이기봉 부연구위원
16:10~16:40	〈발표1〉 저소득층 아동·청소년의 여가 및 체육활동 실태	임선정 (중구청소년수련관 특화사업팀장)
16:40~17:10	〈발표2〉 사회문제해결을 위한 스포츠여가 프로그램 설계	김남수 (한국외국어대학교 교수)
17:10~17:30	질의 / 응답	이기봉 부연구위원



목 차

- ◇ 저소득층 아동·청소년의 여가 및 체육활동 실태 1
임선정 팀장(중구청소년수련관 특화사업팀)
- ◇ 사회문제해결을 위한 스포츠여가 프로그램 설계 7
김남수 교수(한국외국어대학교)



주제발표 1

저소득층 아동·청소년의 여가 및 체육활동 실태

임선정 팀장(중구청소년수련관 특화사업팀)

저소득 아동·청소년의 여가 및 체육활동 실태

■ 저소득 아동·청소년의 생활 실태

수련관에서 활동 중인 저소득 청소년의 경우 청소년방과후아카데미 활동을 하기 전 생활체육 활동을 포함한 여가활동 시간과 비용이 충분하다는 친구는 응답자의 15%였으며, 여가활동이나 스포츠 동아리 활동의 경험이 있는지를 묻는 항목에서도 20%의 응답자만 “경험이 있다.” 라고 대답하였습니다.

스포츠 및 여가활동이 어려운 이유로는 시간부족과 비용부담이 가장 컸으며, 지역 내에 청소년 문화 및 체육 시설의 공간 부족과 정보의 부족이 가장 큰 요인이었습니다.

국민기초생활수급 가정 및 저소득 가정의 가장 큰 문제는 경제적 어려움과 자녀양육 및 교육문제, 생활환경, 교육환경이 상대적으로 열악한 상태에 놓여 있으며 아동기부터 교육 및 건전한 아동 청소년 문화, 체육활동의 기회에 제한되어 있습니다.

이와 같이 미비한 양육 및 교육, 스포츠 및 여가 생활의 여건은 저소득 가정 자녀들로 하여금 생활에 불만, 낮은 자아정체감 등으로 유해환경에 노출되거나 가출, 비행 등을 저지르기가 쉽습니다.

대부분의 저소득 가정 자녀들은 부모로부터 소외되고 방과 후에도 혼자 남겨져 안전사고의 위험에 노출되어 있습니다. 또한 과도한 TV 및 불량 비디오 시청, 각종 오락, 유흥문화에 노출되며 이는 곧 청소년 비행으로 이어지는 경우도 많습니다.

■ 아동·청소년의 생활체육의 필요성과 현실

체육활동 강화를 통한 건강 체력 증진 및 전인적 성장 증시는 전 세계적 추세입니다. 체육활동은 튼튼한 체력을 기를 뿐만 아니라, 스포츠맨십(예절)과 공동체 의식(배려) 등의 인성 함양 및 두뇌 발달에 기여하고, 신체활동은 뇌 혈류량과 신경 성장 유발 물질을 증가시킵니다.(존 레이티, 하버드대 교수)

규칙적인 운동 참여시 연간 2조 8,000억원 의료비 절감 효과가 있다는 연구 결과 발표도 있었습니다.('07.10월 / 국민체육진흥공단)

하지만 우리나라 현실은 청소년들은 운동부족으로 체력이 저하되고, 학습 부담, TV시청 및 컴퓨터 게임 등으로 운동량이 부족하여 비만은 증가하고 체력은 저하되고

있는 추세입니다.

■ 저소득 아동·청소년과 비만

한국비만학회의 자료에 의하면 최근 국민건강영양조사(1998년, 2007~2009년) 자료를 기초로 분석한 결과 2~18세 소아 청소년 비만이 지난 10년간 저소득층을 중심으로 급속히 증가했다고 합니다.

수련관에서 활동 중인 저소득 아동 청소년들은 대부분 맞벌이 부부나 한부모, 조손 가정의 아이들입니다. 수련관 청소년방과후아카데미나 지역아동센터, 방과후학교에서 보호를 받기 전에는 보호자가 아이들에게 직접 요리를 해주지 못해 패스트푸드로 해결하거나 채소나 과일을 섭취하지 못하고 끼니를 학교 급식이나 바우처, 라면으로 해결하는 경우가 많았습니다.

■ 저소득 아동·청소년과 운동

한국청소년정책연구원의 '한국 아동·청소년 비만실태 조사' 보고서를 분석한 결과, 경제수준이 '상'으로 분류된 아동·청소년이 '하'인 아동, 청소년에 비해 규칙적인 운동을 하고 있는 것으로 나타났다고 합니다.

운동을 매일 규칙적으로 하는지를 묻는 질문에 높은 경제수준의 아동·청소년 응답자 중 52.5%가 "그렇다"고 답한 반면, 낮은 경제수준의 아동, 청소년 응답자 중 "그렇다"는 답변은 31%에 불과했습니다.

또 권장 기본 운동량인 '일주일 3번 20분 운동' 여부에 대해 경제수준이 '상'인 아동, 청소년의 64.7%가, 경제수준 '하'인 아동, 청소년의 45.5%가 각각 "그렇다"고 답했습니다.

학교 체육시간 참여에 있어서도 경제적 수준이 높은 아동, 청소년의 긍정적 답변 비율(80.4%)이 경제적 수준이 낮은 아동, 청소년의 긍정적 답변 비율(66.1%)보다 많은 것으로 집계됐습니다.

■ 현재 실시중인 저소득 청소년 생활체육 활동 지원

수련관에서는 저소득 청소년의 생활체육 활성화를 위한 연계 활동으로 동국대학교 농구, 축구 선수단과의 자매결연 활동으로 분기별 1회 만남과 체육활동이 실시되었으며, 국민생활체육회에서 지원한 운동기구 등으로 청소년들이 배드민턴, 농구, 축구

등의 체육활동 도구로 활용하고 있습니다.

또한 사회 저소득층 아동, 청소년들에게 스포츠바우처(체육관련 강좌 및 용품 구입)를 지급하여 인근 체육시설이 제공하는 프로그램을 무상으로 이용할 수 있도록 지원하는 사업이 있습니다. 1년에 39억 2천만원으로 국민체육진흥기금 50%와 지자체 예산 50%가 지원되는 예산으로 월 6만원 지원, 스포츠용품 구입비는 연간 1인 1회 6만 5천원을 지급하는 제도입니다.(2010년 10월부터 시범사업 실시)

하지만 스포츠 바우처의 홍보 부족으로 좋은 제도가 있으나 저소득 계층과 스포츠 운영 기관에서 제대로 인식을 하지 못해 이용률이 높지 않다는 문제점이 있습니다. 적극적인 홍보를 통해 스포츠 바우처 제도가 이용될 수 있도록 홍보를 실시하고 인지도를 높이는 작업이 선행되어야 할 것입니다.

■ 저소득층을 위한 생활체육 활성화를 위한 방향 모색

저소득 계층 청소년의 건강한 성장과 지원을 위한 생활체육 실태 및 욕구 조사가 이루어져 현실성 있는 생활체육 제도 마련과 활성화를 위한 방향이 모색되어야 합니다.

저소득층 아동, 청소년을 위한 **지역단위 생활체육 프로그램의 발굴 및 체계적, 종합적인 정보제공**이 필요하며, 지역단위에서 저소득 청소년을 위한 생활체육 프로그램 활성화가 이루어질 수 있도록 인식 변화와 함께 할 수 있는 **물적, 인적자원의 네트워크 확보**가 이루어져야 합니다.

스포츠바우처 제도의 안정적인 예산 확보와 많은 사람들이 이용할 수 있는 환경 마련으로 스포츠 활동을 위한 참가비용 부담이 최소화 되어야 할 것입니다.

또한 대학생, 스포츠 스타, 지역인사 등이 참여하는 **스포츠 자원봉사제가 확대**되어 스포츠를 매개체로 한 저소득 청소년과의 멘토-멘티 연결로 스포츠 활동의 흥미 유발과 동기 형성을 시켜주는 프로그램도 필요할 것입니다.

학교와 공공기관에서 체육활동을 정상화해 아동, 청소년의 기초체력을 길러주는 동시에 체육활동을 통한 **사회성 강화**로 경제적 격차로 인한 사회적 소외도 방지해야 할 것입니다.



주제발표 2

사회문제해결을 위한 스포츠여가 프로그램 설계

김남수 교수(한국외국어대학교)

사회문제해결을 위한 스포츠여가프로그램 설계

(Designing Sport Program for Social Problem)

1. 청소년문제와 스포츠여가활동

1) 사회문제(social problem)

각종 언론 보도를 통해 접하는 많은 사건사고들은 우리 사회가 다양한 사회문제로 가득차 있다는 인상을 받게 된다. 매일같이 발생하는 폭력과 살인과 같은 문제로부터 공해, 환경, 노사갈등, 실업 등과 같은 다양한 문제들은 사회와 개인의 삶을 위협하는 사회문제로서 사회전체와 개인에게 심각한 피해를 주고 있다. 이러한 사회문제는 정보화와 세계화가 급속하게 진행되고 있는 현 시기에는 새로운 형태의 사회문제(예: 온라인 중독, 노인층의 자살증가)의 등장으로 새롭게 진화하고 있음을 알 수 있다.

일반적으로 사회문제는 대다수 사회 구성원이 자신들의 믿음과 동의에 근거하여 개선의 필요가 있다고 여기는 사회적 조건 (social condition)으로 정의될 수 있다 (Eitzen & Zinn, 1992). 사회학에서는 “사람에게 해를 끼치는 욕구를 유발시키는 불만족스러운 상태 또는 조건” (Anderson, 1979)을 ‘문제’로 정의하며 이러한 문제는 개인문제와 공공문제로 다시 구분되는 데 이 중 공공문제를 사회문제로 인식하고 있다 (Mills, 1962). 즉, 사회학에서 정의하는 사회문제는 문제의 분석단위를 개인 보다는 집단과 사회에 두어 사회문제를 해석하며 이의 해결 역시 법이나 정책, 또는 조직체계의 변화 같은 사회구조적 변화에 처방을 두고 있다고 할 수 있다. 다른 한편으로 심리학이나 정신의학에서는 이러한 사회문제를 사회문제의 주체인 개인의 사회심리적 요인에 초점을 두어 원인과 처치를 분석하고 있다고 보여진다.

2) 청소년과 문제행동(problem behavior)

세계보건기구(WHO)는 청소년 시기를 대략 10세에서 20세로 보고 있으며 Garrison(1965) 같은 학자들은 청소년 시기에 대해서 한 개인이 아동으로부터 성인으로 전환하는 시기로 생물학적, 사회적, 학습에 있어 다양한 변화가 일어난다고 설명하였다. 이러한 변화의 시기에 있어 비슷한 또래 그룹들은 개별 청소년의 자아형성에 중요한 영향을 끼치며 또한 자신에 대한 긍정적인 정체성을 형성하기 위해서 어른들이 도움이 필요한 때이기도

하다.

이러한 청소년 시기에는 청소년과 관련된 특수한 사회문제가 발생이 되고 있는데 이를 범죄학과 심리학 등 청소년 문제행동을 연구하는 학자들 내에서는 청소년의 문제행동(problem behavior)이란 용어로서 이를 설명하고 있다. 청소년의 문제행동(problem behavior)을 분류하는 데는 다양한 방법들이 있을 수 있다. 예를 들어, 청소년의 문제행동을 다루는 Jessor(1998)와 같은 연구자는 문제행동을 폭력과 범죄, 약물사용과 남용, 10대 임신과 위험한 성관계, 그리고 학교에서의 실패로 유형화하였다. 또한 이러한 문제행동을 반사회적 행동(anti-social behavior)이나 위험행동(at-risk behavior)으로 구분하여 부르기도 한다.

위에서 언급한 청소년들의 문제행동은 국내외적으로 심각한 사회문제로 지속적으로 부각되고 있다. 예를 들어, 미국이나 한국에서 연구된 폭력발생에 대한 통계를 보면 1990년대를 지나면서 그 추이가 줄어들고 있는 양상이지만 청소년의 폭력, 특히 미국 내에서 통계를 보면, 학교 등하교길 에서 발생하는 폭력의 수와 심각한 폭력의 형태는 그 수가 꾸준히 증가하는 모습을 보이고 있다(Small & Tetrick, 2001). 청소년 자살 또한 전 세계적으로 심각하게 증가하고 있으며(McWhiter, et al., 2004), 이러한 원인들의 하나인 집단따돌림 역시 사회적인 문제로 부상하고 있다(Olweus, Limber, & Mihalic, 1999).

이러한 문제들을 해결하기 위해 선진국을 중심으로 많은 연구와 현장중심의 실험들이 진행되고 있으며, 최근의 연구결과들은 이러한 문제행동을 해결하기 위해 보다 과학적인 사회중재프로그램(social intervention program)의 개발되고 있다. 대표적인 사회중재 프로그램으로 인정받는 프로그램으로서 미국의 폭력방지를 위한 블루우프린트 프로그램(Blueprint Model programs)이 그 대표적인 예라 할 수 있을 것이다.

Ferrer-Wreder와 그의 동료들(2004)은 여러 나라에서 진행된 문제행동을 줄이고자 시도했던 노력들을 평가하면서 문제행동을 예방하기 위한 프로그램 개발 시 대상과 관련된 위험요인(risk factor)들과 방어요인(protective factor)들을 그들의 발달단계(developmental stage)에 맞게 설계할 것을 제안하였으며 중재프로그램(intervention)이 조작되어지는 특수한 환경(context)을 고려할 것을 제안하였다. 학교폭력과 관련하여 오랫동안 연구해 온 학자들(예: Elliott, Humburg, & Williams, 1998)도 이러한 의견에 동의하면서 보다 과학적인 연구를 위하여 어느 한 시점에서 대상들에 연구가 아닌 대상들의 생애주기(life cycle)를 고려하면서 연구할 것을 제안하고 있다.

이러한 제안점이 함의하는 바는 위에서 제시한 사회문제(social problem)들은 사회문제의 원인규명과 해결에 있어 구조적인 접근(예: 법, 정책) 외에도 사회문제와 관련 있는 개인들과 이에 영향을 주는 환경적인 요인 양자를 고려하여 해결해야 한다는 생태주의적 관점(social ecology perspective)과 관련이 있음을 알 수 있다. 이러한 생태주의적 접근법은 최근 선진국에서 폭넓게 연구되고 있는 건강관련 분야(예: Health promotion)의 주된 접근법으로서의 사회중재프로그램의 기본원리로 그 중요성을 인정받고 있다고 할 수 있다 (Bartholomew, Parcel, Kok, & Gottlieb, 2001). 그러므로 청소년들의 문제행동을 예방하기 위해 프로그램을 설계하고자 할 때는 이러한 청소년시기의 개인적 특성과 이들에게 영향을 주는 환경적 요소들을 동시에 고려하는 것이 과학적인 사회중재프로그램의 출발점이라 할 수 있을 것이다.

3) 문제행동과 스포츠(sport)

스포츠(이 글에서는 스포츠를 정의함에 있어 신체활동을 매개로 한 인간의 모든 행위를 뜻한다: 임변장, 2007)의 유의미한 역할 중 청소년들의 문제행동을 긍정적인 방향으로 변화시킬 수 있는 중요한 수단이라는 점이 학자들내에서 꾸준히 제기되어 왔다 (Collins, 2003; Hellison & Walsh, 2002). 일탈 행동을 감소시킬 수 있는 스포츠의 잠재력에 대해 주목해 온 연구들은, 스포츠를 통해 청소년들이 사회 보편적 가치와 윤리의식을 습득하고 자기 자신을 규제할 수 있는 훈련 과정을 경험함으로써 바람직한 인격형성(character building)에 도달할 수 있다고 주장해 왔다(Hellison & Walsh, 2002; Hellison & Wright, 2003; Watson, Newton, & Kim, 2003).

예를 들어, 미국에서는 비행 경험이 있는 히스패닉 청소년들을 대상으로 격투기의 일종인 유도 수련을 실시함으로써 문제 행동을 줄이고 학교 적응력을 현저하게 향상시키는 등의 긍정적인 결과를 얻은 바 있다(Fleisher & Avelar, 1995). 또한, 1970년대부터 헬리슨과 그의 동료들에 의해 지속적으로 제기되었던 개인-사회 책임모형(the personal-social responsibility model)은 스포츠 참여자들이 체육 활동을 경험함으로써 삶의 기술과 사회적 가치를 획득해 나갈 수 있음을 주장하였다. 이러한 연구들은 모두 스포츠가 청소년들의 일탈 행동을 줄일 수 있는 도구로서 유용성(utility)을 강조한다고 볼 수 있다(Danish, Petitpas, & Hale, 1995).

하지만, 이와는 대조적으로 스포츠를 이용한 중재프로그램에 대한 효과에 대한 의문을 제시하는 의견들(Farrington, 1998; Gottfredson & Gottfredson, 2001)과 스포츠

가 오히려 사회문제를 더욱더 악화시킨다는 주장도 경험적으로 꾸준히 입증되고 있다(Garry & Morrissey, 2000). 이러한 주장들이 나오게 된 근본적인 원인은 스포츠와 관련한 기존의 사회중재프로그램들이 그 효과들을 증명함에 있어서 적합한 이론들과 경험적 지식들을 제시해오지 못한 것이 그 한 원인이라고 할 수 있다(Hartmann, 2003). 예컨대, 전문 운동선수들의 범죄율은 일반인들의 그것보다 높으며 스포츠 활동에 참여하는 학생들이 총기나 무기 소지의 빈도가 높고 신체적 폭력에 연루될 가능성도 높다는 것이다(Garry & Morrissey, 2000). 또 다른 스포츠 사회학 관련 연구들은 스포츠 내에 존재하는 하위문화가 참여자들의 일탈 행동을 촉진할 수 있다고 주장한다(Cense & Brackenridge, 2001; Croseet, 1999; Hoover, 1999). 이러한 예로서 스포츠 경기 이후 과도한 음주가 조장되거나 스포츠클럽 가입 시 통과의례로 신체적 폭력이 당연시되는 사례 등을 꼽을 수 있을 것이다(King, 2000).

스포츠가 보호 요인(protective factor)으로 작동되기 위해서는 이론적 근거(theory-based)와 스포츠중재프로그램의 경험적 연구에 기반한 스포츠활동의 전략적 활용이 필요하다고 볼 수 있다(Coakley, 2002; Harmann, 2003). 예를 들어, 성인 운영자의 리더십 아래 잘 계획되고 구조화된 스포츠 프로그램이 청소년들의 비행을 줄이는데 훨씬 효과적이라 알려져 있다(Crabbe, 2000; Mahoney & Stattin, 2000). 반면에 청소년들 사이에서 자발적이고 비체계적으로 이루어지는 스포츠 활동은 오히려 또래들 간의 상호작용을 증가시키고 집단행동에 연루될 기회를 제공하기 때문에 위험 요인으로 작용할 수도 있다(Kim, 2007).

이처럼 스포츠와 반사회적 문제 행동 간의 관계는 복잡하며 논쟁적인 만큼 더 엄밀한 연구가 뒤따라야 한다(Brewer, Hawkins, Catalano, & Neckerman, 1995; Hartmann, 2003; Smith & Waddington, 2004). 청소년들의 문제행동 해결을 위한 스포츠를 이용한 프로그램을 개발한다고 했을 때, 위에서도 언급하였지만, 무엇보다도 중요한 것은 그 프로그램이 올바른 사회-자연과학적 이론들과 경험적 지식들에 의해 뒷받침 되어 있어야 하며 프로그램의 효과 역시 과학적으로 예측 가능해야 할 것이다.

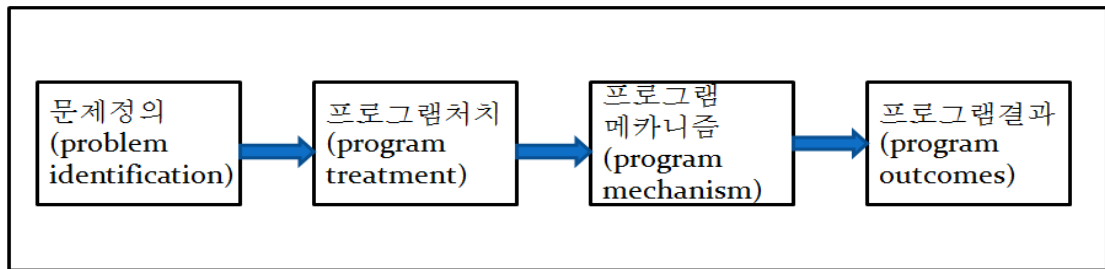
2. 스포츠를 이용한 문제행동 예방프로그램 모델

1) 프로그램 변화이론

스포츠를 이용한 문제행동 예방프로그램의 기획 시 가장 먼저 고려해야 하는 점은 프로

그램을 설명할 수 있는 모델 또는 개념적 틀이다. 이러한 모델은 프로그램 설계 시 과학적인 프로그램의 기본 구성요인이 되므로 각 단계들과 과정들에 대한 이해가 선행되어야 한다. 아래 그림에 있는 프로그램 모델은 Lipsey(1993)가 제안한 이론에 기초한 프로그램 평가 틀로서 대부분의 사회중재프로그램이 가지고 있는 기본요소로 이해될 수 있다.

[그림 1] 프로그램변화이론



간단하게 각각의 단계에 대해 설명한다면, 첫째, 문제정의(problem definition)란 프로그램 대상들의 특징, 문제행동의 기원, 양, 결과, 그리고 처치 가능하고 중요한 요인들에 대해 정의하는 것이다. 둘째, 프로그램 처치(program treatment)란 프로그램 활동들과 목표, 속성, 정도 등을 정의하는 것이다. 셋째, 프로그램 메커니즘(program mechanism)이란 프로그램 대상들의 문제들의 변화과정을 설명하는 단계나 프로그램의 초기효과를 설명할 수 있는 특징들에 대한 정의를 의미한다. 프로그램 활동들에서 나타날 수 있는 부정적 효과들을 예측해 볼 필요도 있다. 마지막으로 프로그램 결과(program treatment)는 프로그램 처치로 인해 기대할 수 있는 효과를 의미한다.

이러한 프로그램 변화이론의 보다 정확한 이해를 위해 청소년들 사이에 만연해 있는 폭력문제 해결을 위한 프로그램을 개발한다고 가정해 보자.

(1) 문제정의(problem identification)

청소년 폭력의 원인들은 다양하게 설명될 수 있겠지만 본 단계에서는, 대상 집단에 내제되어 있는 개인차원의 특성들과 여타 사회 환경적 차원으로 나누어 구분하여 설명해 볼 필요가 있다. 먼저 개인차원의 요인들로서는 학교나 교사에 대한 부정적인 태도, 폭력에 대한 긍정적 태도, 정서적인 불안정성과 충동성, 무기력감이 주요한 요인들로 문헌연구를 통해 밝혀 내었다. 반면에 청소년들의 폭력행동과 관련한 사회환경적 요인으로서 일탈행동을 하는 또래친구들의 영향성과 학교 내의 통제의 부재가 주요인으

로 고려되었다. 따라서 효과적인 폭력예방프로그램의 개발에 있어서는 목표 집단인 청소년 개개인에게 나타나는 이러한 내적인 위험요인들과 사회 환경적 위험요인들을 동시에 고려하여 프로그램의 목표들이 설정되어야 하며 스포츠활동이 그 요인들을 해소할 수 있게 기획될 필요가 있다.

(2) 프로그램 처치(program treatment)

위에서 언급한 요인들을 처치하기 위한 스포츠활동은 다음과 같은 처치방법과 프로그램 내용 구성이 가능할 것이다.

[표 1] 청소년폭력예방 프로그램 개발원리

폭력관련 개인/환경변인	스포츠 활동 프로그램 처치방법	스포츠 활동 프로그램 내용
일상생활에서 무력감, 학업관련 학교생활에 낮은 자신감	1. 대상학생들이 관심과 자신감을 가질 수 있는 스포츠 활동을 선택하라.	대상학생들이 선호하는 구기종목(축구 등)을 선택
학교에 대한 부정적인 태도, 학업관련 학교생활에 낮은 자신감	2. 대상학생들이 프로그램 참여에 가진 거부감과 라벨 효과를 제거하는데 스포츠를 이용하라.	스포츠를 좋아하는 일반학생들을 스포츠 팀에 적극적으로 유인하여 함께 활동
일상생활에서 무력감, 우울감, 자기통제감 부족	3. 스포츠 활동의 참여를 막는 장애요인들을 줄이고 스포츠 활동에 내재되어 있는 가치와 효용성을 대상학생들이 스스로 느낄 수 있게 프로그램을 운영하라.	스포츠의 기초기능외에도 전술적 능력과 경기능력을 향상시킬 수 있는 전략필요
학교에 대한 부정적 태도, 학교생활에 낮은 자신감	4. 스포츠 관련 활동을 다른 활동에 앞서 진행한다.	스포츠팀 활동을 중심으로 팀정체성을 형성한 후에는 학교의 대표 선수로서 책임감을 가질 수 있는 봉사활동을 적극적으로 실천함
일상생활에서 무력감, 우울감, 자기통제감 부족	5. 대상학생들이 스포츠 활동을 통해 자신감을 갖도록 긍정적 피드백을 제공하라.	훈련일지 등을 통해 담당교사와의 커뮤니케이션 강화, 자존감을 강화시킴
학교에 대한 부정적인 태도, 학업관련 학교생활에 낮은 자신감, 교사에 대한 부정적 태도	6. 다양한 학교구성원을 스포츠 프로그램으로 참여 하게끔 하라.	스포츠팀에 다양한 학교구성원을 참여시켜 건전한 사회관계망을 형성시킴

학교에 대한 부정적인 태도, 학업관련 학교생활에 낮은 자신감, 교사에 대한 부정적 태도	7.일반 선생님들과 학생들, 그리고 대상학생들이 교류할 수 있는 다양한 활동들을 스포츠를 통해 제공하라.	스포츠팀에 다양한 학교구성원을 참여시켜 건전한 사회관계망을 형성시킴
학교에 대한 부정적인 태도	8.스포츠 활동은 문제행동이 발생할 수 있는 시간에 맞추어, 그리고 다른 일반 학생들이 볼 수 있는 장소에서 진행하라.	등교나 하교시간에 스포츠활동을 운영함으로써 폭력발생 가능성을 줄이고 건전한 학교생활을 유지함으로써 대상학생들에게 존재하는 부정적 인상을 제거
일진그룹의 영향력, 폭력에 대한 관대한 태도, 일탈행동에 대한 관대한 태도	9.새롭고 긍정적인 집단의 규범과 가치를 확립하고 대상학생들이 이를 자연스럽게 따를 수 있도록 스포츠 활동을 운영해라.	스포츠팀 규칙과 활동을 통해 부정적 그룹의 영향력을 약화시키고 올바른 사회규범을 획득할 수 있는 계기제공
일상생활에서 무기력감, 학업관련 학교생활에 낮은 자신감	10.스포츠 프로그램 운영 시 스포츠 활동들의 참여횟수 등 스포츠 활동들의 처치정도를 고려하여 대상학생들이 느낄 지 모르는 지루함이나 무기력을 제거하라. 이때 스포츠활동을 통한 스포츠수행능력의 지속적 발전 역시 중요하다.	스포츠의 기초기능외에도 전술적 능력과 경기능력을 향상시킬 수 있는 전략필요

(3) 프로그램 메카니즘(program mechanism)

프로그램변화이론의 첫 단계에서 제시된 개인차원의 요인들과 환경적 요인들이 두 번째 단계인 프로그램 처치에서 효과적으로 대상들에게 전달된다면 세 번째 단계는 다음과 같은 프로그램 중재변인(intermediate results of program)에 주목하는 것이다. 본 프로그램이 성공적으로 수행되었다고 가정할 때 일차적인 프로그램의 효과로서 다음의 현상들을 발견할 수 있을 것이다.

- 긍정적 자아감
- 부정적 감정의 해소
- 학교와 교사에 대한 긍정적 태도
- 대인관계능력증진 등 사회성의 강화
- 폭력에 대한 부정적 태도강화
- 스포츠 팀에 대한 새로운 규범과 정체성 확립
- 폭력성향의 친구들의 부정적 영향감소

- 학교 내 사회적 환경개선

(4) 프로그램 효과(program outcomes)

마지막으로 본 프로그램은 프로그램 메카니즘을 통해 2차적인 프로그램 효과를 얻을 것으로 예상 할 수 있을 것이다. 이러한 효과들은 청소년들의 폭력문제가 해결되었다고 가정했을 때 청소년 개별 주체에게 나타나는 효과로서 프로그램이 궁극적으로 달성하고자 하는 효과들로 구성이 된다. 청소년 폭력과 관련한 프로그램이 성공적으로 수행했을 때 다음과 같은 효과들을 예상해 볼 수 있을 것이다.

첫째, 폭력행동의 감소 (개인폭력과 집단 내 동조폭력)

둘째, 기타 일탈행위들의 감소

셋째, 학교적응력의 강화를 통한 성적향상과 학교에 대한 애착증대

2) 프로그램 개발 시 고려사항

위의 프로그램 변화이론을 적용하여 스포츠 관련 사회중재프로그램을 개발하고자 한다면 다음의 사항들을 보다 면밀하게 검토해 볼 필요가 있을 것이다.

(1) 문제행동을 정의하기 위해 목표집단들의 개인요인과 이에 영향을 미치는 환경요인들을 검토한다. 이에 대한 검토 시 위험요인과 방어요인 그리고 목표대상의 발달단계에서 보일 수 있는 특성들을 고려한다.

① 목표집단의 행동적 특성들(behavioral characteristic)과 심리사회적 특성들(psycho-social characteristics)을 검토한다.

② 목표집단의 문제행동에 영향을 미치는 환경적 요인들을 검토한다.

③ 중요하고 해결 가능한 개인적-환경적 요인들을 결정하고 이러한 요인들을 처치하기 위해 스포츠가 유의미한지 검토한다.

(2) 프로그램 처치활동들을 선택한다.

① 중요하고 해결 가능한 개인적-환경적 요인을 해결할 수 있는 처치 목표들을 결정한다. 목표수립시 목표집단들의 참여를 막는 장애요인(constraint)들과 목표를 결정함에 있어서 나타날 수 있는 위험요인들(risk factors)을 줄이고 방어요인들(protective factors)을 증진시킬 방안들을 고려해라.

- ② 위에서 정의된 처치목표들을 달성하기 위한 스포츠 활동들을 구체화하라.
- ③ 스포츠 활동들과 다른 프로그램 활동들의 연관관계를 고려하라.
- ④ 프로그램 활동의 정도와 강도(intensity)들 수준을 검토하라.

(3) 매개변인들(예: 프로그램 초기효과)과 부정적 효과들을 검토하라.

- ① 매개변인들을 예측하라.
- ② 부정적인 효과(예: 의사효과(iatrogenic effect))들을 예측하라.

(4) 프로그램 활동 결과를 목표집단들의 행동적, 심리사회적 특징 면에서 예측하고 정의하라.

(5) 스포츠 관련 중재프로그램의 결과들을 각각의 단계에서 기대했던 결과나 실제 결과들을 비교하여 평가하라.

3) 프로그램 설계와 평가 시 적용될 수 있는 이론들

위에서도 언급했듯이 프로그램을 기획하고 평가하는 데 있어 이론에 기초한(theory-based) 방법론은 최근 많은 사회중재 프로그램 학자들에 의해 그 유효성을 지지받고 있다(예: Bartholomew, Parcel, Kok, & Gottlieb, 2001). 즉, 이론들에 기반하여 프로그램을 개발하고 평가한다면 프로그램의 성공 가능성을 높일 수 있고 시행착오를 줄일 수 있기 때문이다. 따라서 문제행동 프로그램을 개발하는데 있어서는 프로그램의 구성원리와 목표한 결과를 성취할 수 있는 중요한 이론들을 이해하고 적절하게 적용할 필요가 있는 것이다. 문제행동을 설명하고 해결하기 위해서는 다양한 이론이 있을 수 있지만 대상들의 행동변화를 설명할 수 있는 이론들이 특히 중요한데 이 글에서는 몇 가지 대표적인 이론들에 대해 간단히 소개하고자 한다.

(1) 개인의 변화와 관련한 이론

목표집단의 문제행동을 변화시키기 위해서는 그들 개개인의 행동의 변화에 대한 예측을 해볼 수 있는 이론들을 프로그램의 구성에 적용해 볼 필요가 있다. 예를 들어, 이성적 행위모형(Fishbein & Ajzen, 1975)에서는 사람들의 행위를 행위의도에 의해서 설명하는데 이러한 행위 의도는 행위에 대한 태도와 주관적 사회규범에 의해 결정

된다고 설명한다. 예컨대, 기존 연구결과를 본다면 폭력을 사용자와 사용하는 자의 가장 큰 차이는 폭력에 대한 관대한 태도라는 결론이 있다. 그렇다면 학생들의 폭력을 예방하기 위한 프로그램 설계 시 대상학생들에 대한 폭력에 대한 호의적인 태도를 바꿀 필요가 있다. 따라서 그들의 폭력을 사용했을 때의 부정적인 결과들을 보여주면서 이러한 문제의 심각성을 일깨워 줄 필요가 있을 것이다.

(2) 대인간/그룹 내 변화와 관련한 이론들

목표집단의 문제행동은 개인적인 특성 때문에 발생하기도 하지만 그들이 속해 있는 집단의 영향을 받을 수 있다. 따라서 문제행동 프로그램들은 이러한 개인과 개인이 속해있는 집단의 부정적인 영향을 바꾸어 낼 수 있는 전략들이 요구된다. 그룹의 변화에 대한 이론으로는 Brown(2000)이 제안한 그룹정체성변화과정을 프로그램에 적용할 수 있을 것이다. Brown은 한 그룹이 가진 중요한 정체성을 바꾸기 위해서 세 가지 전략들—기존범주화해체 (decategorization), 재범주화(recategorization) 그리고, 범주화(categorization)—을 제안했다. 예를 들어, 청소년들의 일탈행위는 소위 일진으로 일컬어지는 그룹들의 집단행동과 집단 내에 존재하는 부정적인 영향력으로 발생하고 있다고 볼 수 있다. 이러한 문제를 해결하기 위해 Brown이 제안한 전략을 문제행동예방 프로그램에 적용시킨다면 대상학생들이 기존에 속해 있는 문제그룹들내의 강한 정체성을 약화 시킬 방안을 고민해야 한다. 그리고 그들을 현재 그들이 속해 있는 부정적 그룹과는 다른 새로운 그룹에 속하게 하여 긍정적인 정체성을 체험하고 이 안에서 성장할 수 있도록 그들을 돕게 하는 것이 중요함을 제안하고 있는 것이다. 이러한 긍정적 집단의 변화를 위해 스포츠 팀을 조직화하여 일진그룹의 부정적 정체성을 긍정적인 스포츠팀 문화로 대체할 수 있는 전략이 필요할 것이다.

더하여, 청소년들의 폭력행동과 관련해서는 청소년들과 학교구성원들과의 원만하지 못한 관계의 형성 때문에 나타나기도 한다. 따라서 대상학생들과 다른 학교구성원간의 원만한 관계를 만들기 위해 프로그램을 기획할 필요가 있을 것이다. 사회지지이론(social support theory)에서는 문제행동을 보이는 학생들에게는 일반 동료 학생들과의 관계를 회복할 필요가 있으며 존경할만한 어른들 (예를 들어 선생님)과의 관계가 형성되는 것에 대한 중요성을 시사한다.

(3) 기타 중요 이론들

기타 학생들의 문제행동을 설명할 수 있는 이론들로 중요한 것에는 사회인지이론 (social cognition theory), 임파워먼트(Empowerment), 일반적 긴장이론 (General Strain Theory) 등이 있을 것이다.

Bandura(1986)의 사회인지이론은 인간 행동을 설명하는데 결과에 대한 기대(outcome expectation), 자기 효능감(self-efficacy), 행위능력(behavioral capability), 타인에 의해 지각된 행동 (perceived behaviors of others), 그리고 환경(environment)에 의한 상호작용으로 설명하였다. 따라서 대상학생들의 폭력행동을 이해하는데 사회인지이론을 프로그램의 모델링에 적용할 수가 있을 것이다. 예를 들어, 대상들이 폭력행위를 범하였을 때를 가정하여 그것이 초래하는 심각한 결과를 이해시킬 필요가 있다. 폭력이 발생할 수 있는 환경에서 스스로를 통제할 수 있는 능력을 키워주고 또한, 그들의 폭력행위에 영향을 주는 여타 환경적 요인들(예: 학교근처 위락시설 점검)을 제어할 필요가 있을 것이다.

임파워먼트는 대상학생들을 프로그램의 객체가 아닌 주체로서 그들의 자발성을 이용하여 프로그램을 개발하는 것인데 학생들이 문제행동 예방프로그램에 적극적으로 참여할 수 있도록 프로그램 활동들을 개발하는 것이 필요할 것이다. 예를 들어, 개개 학생들에게 학교나 지역사회를 위해 봉사할 기회를 마련해주고 책임감을 높일 만한 일거리를 주어 학생들 스스로 자신의 가치를 깨닫고 문제점을 해결할 수 있는 힘을 길러주는 것이 필요할 것이다. 일반적 긴장이론을 문제행동에 적용시킨다면 사람들의 문제행동은 부정적인 정서들 즉 긴장들이 축적되어 결국에는 문제행동으로 나타난다고 주장한다. 따라서 대상학생들의 문제행동의 원인들을 분석한다면 이들의 행동이 있기 전에 다양한 불안, 불안 등 부정적인 감정들이 쌓여와서 결국에는 폭발한 것으로 볼 수 있으므로 이러한 문제를 해결하기 위해 그들의 스트레스를 적당하게 해결하고 부정적 감정들을 해소하기 위한 방안들을 프로그램 활동 내에 만들 필요가 있을 것이다.

마지막으로 청소년들의 문제행동에 영향을 주는 환경과 관련하여 경험적으로 발견된 사실은 비윤리적 풍토가 만연된 학교(demoralized school), 약한 리더십(weak leadership), 무관심한 학교 구성원이 공통적 요인으로 발견되었다(Gottfredson, Gottfredson, & Skroban, 1998). 즉, 문제행동에 대해서 학교가 일관되지 못한 정책을 가지고 있으며 다수의 학교 선생님들도 학생들의 문제행동에 대해 무관심할 때 이러한 행동들이 발생할 확률이 증가된다고 할 수 있을 것이다. 이러한 문제를 해결하고자 할 때 일반적인 조직이론에서 주장하는 조직 내의 보상체계를 바꾸거나 문제행동

발생 등을 신속하게 알 수 있는 정보시스템을 구축할 필요도 있을 것이다. 더하여 학생들의 문제행동을 예방하기 위해서는 그들의 행동을 일관되게 제어할 수 있는 학교 내 효율적인 시스템을 구축하는 것이 필요할 것이다.

3. 스포츠를 이용한 문제행동 예방프로그램 효과분석

문제행동 예방프로그램을 실행하면서 또는 실행한 이후에는 다양한 방법으로 그 효과를 분석할 수가 있다. 우선, 프로그램에서 정의된 다양한 목표들을 중심으로 평가를 진행할 수 있다. 두 가지 방향으로 평가가 가능할 것이다. 하나는, 프로그램의 과정을 평가해 볼 수 있다. 문제행동 예방프로그램의 각 단계에서 설정된 목표들이 실제로 달성되었는지를 평가해 볼 수 있을 것이다. 즉, 수행과정에 대해 진술된 목표들에 대한 데이터를 수집하여 실제 수행과정에서 발생한 결과들과 비교해 보는 것이다. 다른 하나는, 프로그램의 최종 효과를 분석하는 것인데 결과론적으로 이 프로그램이 목표한 효과들을 실제로 달성하였는지 평가 해볼 수 있을 것이다. 예를 들어, 대상학생들의 폭력행위를 줄이기 위해 프로그램을 운영하였다면 프로그램 활동들-스포츠 프로그램이 일반학생들과 다른 교사들을 프로그램에 참여시켰는가-이 실제 설정한 과정상의 목표를 이루었는가 분석해 볼 수 있을 것이다. 프로그램의 최종결과에 영향을 주는 다른 매개변인들(예, 자기 효능감의 증가, 사회적 관계의 증진, 부정적 그룹으로부터의 영향력 감소 등)의 변화에 대해서도 평가가 가능할 것이다.

더하여, 프로그램의 최종결과에 대해서도 분석 가능하다. 학교 내에서 폭력행위를 줄이고자 프로그램을 진행하였으므로 프로그램이 시작한 전후 시점에서 폭력행위들의 빈도와 정도의 차이가 다른가에 대해서도 분석을 하여 실제 이 프로그램이 학교에서 발생한 폭력을 줄이는데 기여를 했는가에 대해서도 평가를 해볼 수 있을 것이다.

4. 마치며

스포츠가 문제행동 등 사회문제를 해결할 수 있는 유의미한 도구라는 것이 국내외의 많은 연구에서 제기되었으나 사실 스포츠가 왜 그러한 역할을 수행 할 수 있는지에 대해서는 경험적으로나 이론적으로 증명되고 있지 못하다. 그러므로 대다수의 스포츠 관련 문제행동 예방프로그램들이 개발자의 주관적 직관이나 경험에 의해서만 개발되고 있는

실정이다. 이러한 점에서 본 논문은 청소년들의 문제행동프로그램들을 학교 현장에서 개발하고자 할 때 이용할 수 있는 방법론적 틀과 이론적 지식들을 제공하는 것에 그 의의가 있다고 하겠다. 즉, 문제행동 프로그램을 구성하는데 있어 일반적으로 필요한 단계(문제 정의-프로그램 처치-프로그램 메카니즘-프로그램 결과)를 이해하고 프로그램 각 단계를 기획하는데 도움을 줄 수 있는 중요한 이론들에 대한 소개하였고 평가의 방법에 대해 설명하였다.

마지막으로, 본 논문에서는 다루고 있지 않지만 스포츠관련 문제행동 예방프로그램을 운영하는데 반드시 고려되어야 하는 사항이 있다. 스포츠를 이용하여 사회문제를 해결할 수 있는 과학적 실천 프로그램의 개발과 평가도 중요하지만 무엇보다도 이러한 프로그램을 현장에서 실천할 수 있는 리더는 프로그램의 운영자들이다. 사실 이들의 노력과 헌신이 없이 어떤 효과적인 스포츠관련 문제행동프로그램도 그 결실을 맺기 어려울 것이다. 따라서 프로그램을 현장에서 실천하는 프로그램 운영자들의 의지와 노력들이 프로그램에 앞서 늘 준비되어야 할 것이다.

보론

청소년 온라인 게임중독방지를 위한 가족 스포츠여가프로그램¹⁾

1) 문제정의(problem identification)

청소년들의 게임중독의 원인들은 다양하게 설명될 수 있겠지만 본 연구에서는, 그 원인들의 분석을 위해 대상 집단에 내제되어 있는 개인차원의 특성들과 여타 사회 환경적 차원으로 나누어 구분 하였다.

먼저 청소년들의 게임중독의 원인들 가운데 목표 집단에서 나타나는 개인차원의 요인들로서는 자기통제능력의 부재, 일상생활에서 무력감, 우울증, 낮은 자아존중감, 높은 스트레스, 낮은 대인관계능력, 폭력에 대한 호의적 태도가 주원인들로 지적되었다. 청소년들의 게임중독의 원인들 가운데 사회 환경적 요인으로는 부모/자녀 간 소통부재, 낮은 가족응집력, 부모의 게임중독에 대한 이해부족, 교사나 친구의 사회지지부족, 온라인 게임을 하는 친구들의 부정적 영향, 온라인게임의 용이한 접근성, 온라인 게임의 폭력성과 선정성 규제방안미비, 게임업체의 경제적 유인책, 게임을 대체할 수 있는 활동프로그램 부재가 지적되었다.

따라서 효과적인 게임중독 예방프로그램의 개발에 있어서는 목표 집단인 청소년 개개인에게 나타나는 내적인 위험요인들과 사회 환경적 위험요인들을 동시에 고려할 필요가 있다. 예를 들어, 개인차원의 자기통제능력의 향상을 위한 프로그램 내용들이 기획되어야 하며 또한 부모와 자녀간의 상호관계(interpersonal relationship)를 증진시킬 가족관련 중재프로그램의 프로그램 내용들도 동시에 검토 되어야 한다는 것이다.

2) 프로그램 처치(program treatment)

청소년들의 게임중독에 관한 연구들은 최근에야 이루어지기 시작했기 때문에 ‘블루프린트’ (미국 내에 검증된 폭력방지 사회중재프로그램) 같은 현장에서 검증된 프로그램을 발견하는 것은 쉽지 않다. 다만 청소년들의 게임중독은 인터넷 중독의 하위현상이며 보다 넓은 범위에서는 약물중독 등 중독(addiction) 현상의 처치 프로그램 원리들과 관련이 있으므로, 본 논문에서는 온라인 게임중독 예방 프로그램 뿐만 아니라 인터넷 중독이나 약물중독 등과 같은 중독현상들을 해결하기 위해 시도되었던 기존 프로그램들의 처

1) 본 논문은 청소년의 게임중독 예방을 위한 가족단위 여가프로그램 활성화 방안 (이기봉 외, 2009년)에서 인용되었다.

치 원리들을 검토해 보고자 한다. 더하여 국내외에 존재하는 가족단위 여가프로그램들의 처치원리들에 대한 검토를 통해 프로그램변화이론의 첫 단계에서 지적되었던 문제점들의 해결 가능성을 논의해보자 한다.

먼저 Young(2009)의 온라인 게임중독에 대한 최근연구에 의하면 게임중독문제의 해결을 위한 부모의 역할로서 다음과 같은 처치들을 제안하고 있다.

- 게임시간의 제한을 분명하게 한다.
- 피곤해진 눈과 근육을 쉬게 한다(20분사용 후 휴식)
- 게임대신 다른 교육관련 프로그램을 제공한다.
- 아이들과 함께 할 수 있는 스포츠 활동, 악기, 보드게임 등에 참여하여 만족을 준다.
- 학교와 연계하여 문제를 해결한다.
- 형식적 가족관계와 억압적인 양육태도를 벗어날 수 있는 건강한 가족관계를 구축한다.

더하여 온라인 중독 문제해결을 위한 기존에 존재하는 중재프로그램에서 사용한 가족상담과 또래지지그룹에서 채택한 프로그램 처치내용으로서 건전한 통제 가능한 인터넷 사용의 강조, 인터넷 중독행동의 단계별 변화전략에 대한 관심, 인터넷 중독 해결을 위한 대상자들의 책임감과 변화를 주도할 수 있는 능력강화, 부정적 가족관계의 극복, 복합적 상담처치의 이용, 그룹 내 존재하는 영향력과 사회적 지지를 이용한 프로그램 처치를 제안하고 있다(Galanter & Brook, 2001; Shek, Tang, & Lo, 2009).

결론적으로, 국내외적으로 청소년들의 게임중독에 대한 원인들에 대한 연구는 지속되고 있지만 그 원인들에 대한 효과적인 처치에 관한 검증연구는 미비한 실정이다. 다만, 최근 연구들은 청소년들의 인터넷 중독과 게임중독에서 벗어날 수 있는 프로그램 내용들을 제시하고 있으며 특히 건전한 가족관계의 중요성에 대해 강조하고 있다.

3) 프로그램 메카니즘(program mechanism)

프로그램변화이론의 첫 단계에서 제시된 개인차원의 요인들 (자기통제능력의 부재, 일상생활에서 무력감, 우울감, 낮은 자아존중감, 높은 스트레스, 낮은 대인관계능력, 폭력에 대한 호의적 태도)과 환경적 요인들 (부모/자녀 간 소통부재, 낮은가족응집력, 부모의 게임중독 이해부족, 교사나 친구의 사회지지부족, 온라인 게임을 하는 친구들의 부정적 영향, 온라인게임의 접근성 용이, 온라인 게임의 폭력성과 선정성 규제방안미비, 게임업체의 경제적 유인책, 게임을 대체할 수 있는 활동프로그램부재)이 두 번째 단계인 프로그램 처치에서 프로그램의 내용들이 효과적으로 대상들에게 전달된다면 다음과 같은 프로

그럼 중재변인(intermediate results of program)이 도출될 수 있을 것이다.

- 자기통제능력의 강화
- 일상생활에서의 자신감
- 높은 자아존중감
- 스트레스의 해소
- 대인관계능력증진
- 폭력에 대한 부정적 태도강화
- 부모 자녀 간 소통강화
- 높은 가족응집력
- 부모의 게임중독 현상에 대한 이해
- 교사나 친구의 사회지지증대
- 온라인 게임을 하는 친구들의 부정적 영향감소
- 온라인게임의 접근성용이
- 온라인 게임의 폭력성과 선정성 규제
- 게임업체의 경제적 유인책 제거
- 게임을 대체할 수 있는 활동프로그램증가

4) 프로그램 효과(program outcomes)

마지막으로 청소년 게임중독 예방을 위해 제안된 가족단위여가프로그램의 궁극적인 결과로서 다음의 기대효과들이 예상된다.

- 첫째, 대상학생들의 향상된 학업능력이 기대된다.
- 둘째, 대상학생들의 교사나 또래와의 증진된 사회관계를 발견할 수 있을 것이다.
- 셋째, 대상학생들의 건강한 가족관계가 확립될 수 있다.
- 넷째, 대상학생들의 건강(신체적 측면, 정신적 측면)이 증진될 수 있을 것이다.

5) 청소년 게임중독 여가프로그램 방법과 전략

위와 같은 전제들을 반영하여 제안된 청소년 게임중독을 위한 여가프로그램의 방법과 전략은 다음과 같다(그림5-1참고).

- (1) 먼저, 게임중독에 노출된 청소년들에게 나타나는 주요원인으로서 자기통제력의 부

재와 과도한 충동성은 목표설정, 사회영향 확대, 대체행동의 처치방법을 통해 부모, 교사, 친구와 합의하는 인터넷 정보이용계획표 수립(다이어리), 인터넷 사용관련 자기행동규제목표설정, 자기에게 적합한 여가활동들의 채택 전략을 통해 해결하고자 한다.

- (2) 일상생활에서 무력감(boredom), 우울감의 문제들은 Shifting Focus, 대체행동, 강화의 이론적 방법론을 채택하여 학교 내 온라인-오프라인 장기, 바둑, 체스 리그 조직화 운영의 전략을 수행한다.
- (3) 자아존중감 부족은 책임감 증진, 긍정적 피드백을 통해 가족여가프로그램의 기획자로서 책임감 부여, 가족여가프로그램의 기획자로 월단위, 주단위 가족단위 여가프로그램 개발자로 자신의 존재에 대한 자긍심을 높일 수 있는 기회를 제공한다.
- (4) 대상들에게 존재하는 부정적 스트레스는 Shifting Focus, 대체행동 방법론을 통해 구체적 전략으로는 가족스포츠활동을 통한 부모와 개방적 소통강화, 일상적 활동으로 줄넘기, 배드민턴 (실외), 탁구 (실내), 가족신문, 가족 홈페이지, 가족 블로그 등 제작, 일회적 활동으로 낚시 등을 제공한다.
- (5) 대인관계 능력(자기중심적 성격이 강하게 나타남) 부재의 문제는 대인사회기술 증진 시키고자 가족스포츠활동을 통한 부모와 개방적 소통강화, 일상적 활동으로 줄넘기, 배드민턴 (실외), 탁구 (실내), 가족신문, 가족 홈페이지, 가족 블로그 등 제작, 일회적 활동으로 낚시 등을 기획한다.
- (6) 폭력에 대한 호의적 태도가 존재하는 대상들에게는 폭력결과에 대한 위험지각을 높이기 위해 전문상담을 통한 폭력에 대한 태도변화를 유도할 필요가 있다.

다음으로 게임중독의 주요원인(Causes)으로서 사회환경의 개선 과제로서,

- (1) 부모/자녀 간 소통부재는 부모 자녀간 개방적 소통강화 프레임을 형성하여 서로간의 속마음을 이해할 수 있는 계기로 삼기 위하여 가족스포츠활동을 통한 부모와 개

방적 소통강화, 일상적 활동으로 줄넘기, 배드민턴 (실외), 탁구 (실내), 가족신문, 가족 홈페이지, 가족 블로그 등 제작, 일회적 활동으로 낚시 등을 제공한다.

- (2) 가족응집력이 낮은 문제역시 부모 자녀간 개방적 소통강화를 이루어 낼 수 있는 가족스포츠활동을 통한 부모와 개방적 소통강화, 일상적 활동으로 줄넘기, 배드민턴 (실외), 탁구 (실내), 가족신문, 가족 홈페이지, 가족 블로그 등 제작, 일회적 활동으로 낚시 등을 이용한다.
- (3) 부모의 게임중독 이해부족은 게임중독에 대한 정보제공과 위험지각 높이기 위해 게임중독 탈피를 위한 부모교육과 가족관계증진을 위한 교육강화에 힘쓴다.
- (4) 교사나 친구의 사회지지부족은 교사, 친구들과 산행, 캠프 등 여가활동을 통한 관계증진을 도모한다.
- (5) 온라인 게임을 하는 친구들의 영향을 극복하기 위해 새로운 건전한 친구관계를 구축하는 데 있어 교사, 친구들과 산행, 캠프 등 여가활동을 통한 관계증진 프로그램을 제공한다.
- (6) 컴퓨터/온라인게임에 용이한 접근성은 가정 내 컴퓨터 설비배치전환, 가족 인터넷 시간 종량제 등 집안의 환경변화를 통해 컴퓨터와 인터넷 제한을 할 수 있는 가족의 자율적 규제가 이루어 져야 한다. 무엇보다도 여가활동 소비시간을 컴퓨터 사용 시간과 연동하여 현실 삶에서의 활동시간을 증가함과 동시에 컴퓨터 등의 비활동 시간을 줄이는 것을 목표로 해야 한다.
- (7) 온라인 게임에서 제공하는 선정성과 폭력성의문제와 게임업체의 게임머니에 대한 경제적 유인책 등은 특정심야시간대 아동청소년 게임사용 제한과 같은 정부규제정책이 필요하다.
- (8) 게임을 대체시킬 수 있는 여가프로그램 부족현상은 체험적 여가선용 활동을 촉진할 수 있는 정부와 지자체에서 제공하는 여가선용프로그램의 데이터베이스화가 필요하다.

위와 같은 프로그램이론을 적용한 청소년 게임중독 예방프로그램으로서 “TIE 프로그램”을 제안할 수 있을 것이다. 프로그램 명칭에서 확인할 수 있듯이 가족단위프로그램으로서 여가프로그램은 대상고객들의 가족과 새로운 관계의 질을 확립하는 프로그램으로서 의의를 가진다(T: Tighten family bonding), 또한 이 프로그램은 게임에 몰입되어 자신의 현실처지를 직시하지 못한 청소년들에게 자신의 존재가치에 대한 중요성과 자긍심을 일깨워 주는 자아정체성을 확립하게 해 줄 수 있는 프로그램이어야 한다(I: Identify your identity). 마지막으로 청소년들은 본 프로그램을 통하여 현실에서 중요한 자신의 목표를 설정하고 추진할 수 있는 기회가 마련되어야 한다(E: Establish your goals in real life).

청소년 게임중독 예방을 위한 가족여가프로그램 구성

대상학생 게임중독 주요원인(Causes)	치지방법(Treatment Methods)	전략(Strategies)
자기통제력 부재	Goal Setting, Social Influence, 대체 행동	부모, 교사, 친구와 협의하는 인터넷 정보이용계 획표 수립(다이어리), 인터넷 사용관련 자기행동-규제목표 설정
일상생활에서 무력감(boredom), 우울감	Shifting Focus, 대체행동, 강화	학교 내 온라인-오프라인 장기, 바둑, 체스 리그 조직화 운영
자이존증감 부족	책임감 증진, 긍정적 피드백	가족여가프로그램의 기획자로서 책임감 부여, 가족여가프로그램의 기획자로 월단위, 주단위 가족단위 여가프로그램 개발자
부정적 스트레스	Shifting Focus, 대체행동	가족스포츠클럽을 통한 부모와 개방적 소통강화, 일상적 활동으로 줄넘기, 배드민턴 (실외), 탁구 (실내), 가족신문, 가족 홈페이지, 가족 블로그 등 제작, 일회적 활동으로 낚시 등
낮은 대인관계 능력(자기중심적 성격이 강하게 나타남)	대인사회기술 증진	가족스포츠클럽을 통한 부모와 개방적 소통강화, 일상적 활동으로 줄넘기, 배드민턴 (실외), 탁구 (실내), 가족신문, 가족 홈페이지, 가족 블로그 등 제작, 일회적 활동으로 낚시 등
폭력에 대한 호의적 태도	폭력결과에 대한 위험지각 높임	전문상담을 통한 폭력에 대한 태도변화유도
사회환경 게임중독 주요원인(Causes)	치지방법(Treatment Methods)	전략(Strategies)
부모/자녀 간 소통부재	부모 자녀 간 개방적 소통강화 프레임 (자기침투이론, 다 보여주기, 속마음을 이해할 수 있는 계기)	가족스포츠클럽을 통한 부모와 개방적 소통강화, 일상적 활동으로 줄넘기, 배드민턴 (실외), 탁구 (실내), 가족신문, 가족 홈페이지, 가족 블로그 등 제작, 일회적 활동으로 낚시 등
가족응집력 낮음	부모 자녀 간 개방적 소통강화	가족스포츠클럽을 통한 부모와 개방적 소통강화, 일상적 활동으로 줄넘기, 배드민턴 (실외), 탁구 (실내), 가족신문, 가족 홈페이지, 가족 블로그 등 제작, 일회적 활동으로 낚시 등

부모의 게임중독 이해부족	게임중독에 대한 정보제공과 위험지각 높임	게임중독 탈피를 위한 부모교육과 가족관계증진을 위한 교육강화
교사나 친구의 사회지지부족	교사와 친구들과의 관계증진	교사, 친구들과 산행, 캠프 등 여가활동을 통한 관계증진
온라인 게임을 하는 친구들의 영향	Linking members to new networks	교사, 친구들과 산행, 캠프 등 여가활동을 통한 관계증진
컴퓨터/온라인게임에 용이한 접근성	Facilitation (환경의 변화), 조건강화	가정 내 컴퓨터 설비배치전환, 가족 인터넷 시간 총량제, 여가활동과 컴퓨터 사용 연동하기
온라인 게임에서 제공하는 선정성과 폭력성의 규제적용	청소년들에게 제공하는 게임 등의 정부 규제정책필요	특정심야시간대 아동청소년 게임사용 제한
게임업체 등의 경제적 유인책 (게임머니)	청소년들에게 제공하는 게임 등의 정부 규제정책필요	아동청소년 대상 게임사용 시 경제적 유인책 규제
게임 대체 여가프로그램 부재	체험적 여가선용 프로그램 정보제공	정부와 지자체에서 제공하는 여가선용프로그램의 데이터베이스화를 통한 정보제공