



저작자표시-비영리-변경금지 2.0 대한민국

이용자는 아래의 조건을 따르는 경우에 한하여 자유롭게

- 이 저작물을 복제, 배포, 전송, 전시, 공연 및 방송할 수 있습니다.

다음과 같은 조건을 따라야 합니다:



저작자표시. 귀하는 원저작자를 표시하여야 합니다.



비영리. 귀하는 이 저작물을 영리 목적으로 이용할 수 없습니다.



변경금지. 귀하는 이 저작물을 개작, 변형 또는 가공할 수 없습니다.

- 귀하는, 이 저작물의 재이용이나 배포의 경우, 이 저작물에 적용된 이용허락조건을 명확하게 나타내어야 합니다.
- 저작권자로부터 별도의 허가를 받으면 이러한 조건들은 적용되지 않습니다.

저작권법에 따른 이용자의 권리는 위의 내용에 의하여 영향을 받지 않습니다.

이것은 [이용허락규약\(Legal Code\)](#)을 이해하기 쉽게 요약한 것입니다.

[Disclaimer](#)

석사학위논문

성인 경마장 이용객의 일상스트레스가  
도박행동에 미치는 영향  
: 기본심리욕구의 매개효과

제주대학교 교육대학원

상담심리전공

이 세 자

2017년 8월



성인 경마장 이용객의 일상스트레스가  
도박행동에 미치는 영향  
: 기본심리욕구의 매개효과

지도교수 김 성 봉

이 세 자

이 논문을 교육학 석사학위논문으로 제출함.

2017년 6월

이세자의 교육학 석사학위논문을 인준함.

심사위원장 \_\_\_\_\_인

위 원 \_\_\_\_\_인

위 원 \_\_\_\_\_인

제주대학교 교육대학원

2017년 8월

The Influence of Daily Stress of Adult  
Racecourse Visitors  
On Gambling Behaviors  
: Mediating Effect of  
Basic Psychological Needs

Lee, Se-ja  
(Supervised by Professor Kim, Sung Bong)

This thesis is submitted in partial fulfillment of the  
requirement for the degree of Master of Education

2017. 08.

Counselling Psychology  
Department of Education

GRADUATE SCHOOL OF EDUCATION

JEJU NATIONAL UNIVERSITY

<국문초록>

성인 경마장 이용객의 일상스트레스가 도박행동에 미치는 영향  
: 기본심리욕구의 매개효과

이 세 자

제주대학교 교육대학원 교육학과 상담심리전공

지도교수 김 성 봉

본 연구는 성인경마장 이용객을 대상으로 일상스트레스, 기본심리욕구, 도박행동의 상관관계를 알아보고 일상스트레스가 도박행동에 미치는 영향에서 기본심리욕구의 매개효과를 검증하고자 하였다. 이를 위해 제주 경마장 이용객 20세 이상 성인 600명을 대상으로 설문조사를 실시하였으며, 설문에 응답한 443명중 불성실하게 응답한 60부를 제외한 383부를 분석에 사용하였다.

측정도구는 일상스트레스를 측정하기 위해 이연숙(2010)이 개발한 스트레스 척도를 사용하였으며, 도박행동을 측정하기 위해 Ferris와 Wynne(2001)이 개발한 CPGI(Canadian Problem Gambling Index)척도를 김아영, 차정은, 권선중, 이순묵(2011)이 한국판으로 제작한 PGSI(Problem Gambling Severity Index)을 사용하였고, 기본심리욕구를 측정하기 위해 Ryan과 Deci(2002, 2004)가 개발한 기본심리욕구 척도(BPNS; Basic Psychological Need Scale)를 이명희와 김아영(2008)이 번안한 척도를 사용하였다. 수집된 자료는 SPSS 18.0을 사용하여 자료의 특

성을 알아보기 위한 기술통계를 실시하였고, 각 변인간의 관계를 알아보기 위해 상관분석을 실시하였다. 또한 성인 경마장 이용객의 일상스트레스가 도박행동에 미치는 영향에서 기본심리욕구의 매개효과를 검증하기 위해 Baron & Kenny (1986)의 매개효과 검증을 실시하였으며, 매개효과의 통계적 유의성을 검증하기 위해 Sobel Test를 실시하였다.

본 연구의 결과를 요약하면 다음과 같다.

첫째, 일상스트레스와 기본심리욕구, 도박행동은 유의미한 상관이 나타났다. 즉 일상스트레스와 도박행동은 정적상관이 나타났으며 일상스트레스와 기본심리욕구는 부적상관을 나타냈다. 또한 기본심리욕구와 도박행동은 부적상관이 나타났다.

둘째, 일상스트레스가 도박행동에 미치는 영향에서 기본심리욕구는 부분매개효과가 있는 것으로 나타났다.

이상의 연구 결과에서 일상스트레스가 도박행동에 직접적으로 영향을 미치기도 하지만 기본심리욕구를 통해서 간접적으로도 영향을 미친다는 것을 확인하였다. 이에 따라 도박행동에 영향을 미치는 다양한 요인들에 대한 기초 자료로써 도박행동의 예방 및 상담 개입 방안을 수립하고 기본심리욕구 충족과 일상스트레스를 탐색하는 근거자료로 활용되기를 기대한다.

**주요어 : 일상스트레스, 도박행동, 기본심리욕구, 자기결정성**

# 목 차

I. 서론	1
1. 연구의 필요성 및 목적	1
2. 연구문제 및 가설	5
3. 연구모형	5
II. 이론적 배경	6
1. 일상스트레스	6
가. 일상스트레스의 개념	6
나. 성인의 일상스트레스	9
다. 선행연구동향	10
2. 도박행동	11
가. 한국의 사행산업	11
나. 도박행동의 개념	11
1)도박행동의 특성	12
2)성인의 도박행동	14
3)선행연구동향	14
다. 일상스트레스와 도박행동과의 관계	15
라. 선행연구동향	18
3. 기본심리욕구	19
가. 자기결정성	19
나. 기본심리욕구의 개념	20
1)자율성에 대한 욕구	21
2)유능성에 대한 욕구	22
3)관계성에 대한 욕구	24
다. 선행연구동향	24
라. 일상스트레스와 기본심리욕구의 관계	25

마. 일상스트레스와 기본심리욕구, 도박행동 간의 관계 .....	26
<b>III. 연구방법 .....</b>	<b>28</b>
1. 연구대상 및 절차 .....	28
2. 측정도구 .....	31
가. 일상스트레스 척도 .....	31
나. 도박행동 척도 .....	31
다. 기본심리욕구 척도 .....	32
3. 자료처리 .....	33
<b>IV. 연구결과 .....</b>	<b>34</b>
1. 주요 변인의 기술통계 .....	34
2. 일상스트레스, 도박행동, 기본심리욕구의 상관관계 .....	35
3. 일상스트레스와 도박행동의 관계에서 기본심리욕구의 매개효과 .....	36
4. 일상스트레스와 도박행동의 관계에서 기본심리욕구 하위변인(자율성, 유능성, 관계성)의 매개효과 .....	36
가. 일상스트레스와 도박행동의 관계에서 자율성 욕구의 매개효과 .....	38
나. 일상스트레스가 도박행동에 관계에서 유능성 욕구의 매개효과 .....	39
다. 일상스트레스가 도박행동에 관계에서 관계성 욕구의 매개효과 .....	40
<b>V. 논의 및 결론 .....</b>	<b>42</b>
1. 연구결과에 대한 논의 .....	42
2. 연구의 의의 및 제언 .....	44
<b>VI. 참고문헌 .....</b>	<b>46</b>
<b>Abstract .....</b>	<b>60</b>



부    록.....	63
부록 1. 일상스트레스 척도.....	65
부록 2. 도박행동 척도.....	66
부록 3. 기본심리욕구 척도.....	67

## 표 목 차

표 III-1. 연구 대상자의 사회인구학적 특성 .....	28
표 III-2. 스트레스 척도의 문항 및 신뢰도 .....	31
표 III-3. 도박행동 척도의 문항 및 신뢰도 .....	32
표 III-4. 기본심리욕구 척도의 문항구성 및 신뢰도 .....	33
표 IV-1. 주요 변인의 기술통계량 .....	34
표 IV-2. 일상스트레스, 도박행동, 기본심리욕구의 상관분석 결과.....	35
표 IV-3. 일상스트레스와 도박행동의 관계에서 기본심리욕구의 매개효과 분석결과.....	36
표 IV-4. 일상스트레스와 도박행동의 관계에서 자율성의 매개효과 분석 결과 .....	38
표 IV-5. 일상스트레스와 도박행동의 관계에서 유능성의 매개효과 분석 결과 .....	40
표 IV-6. 일상스트레스와 도박행동의 관계에서 관계성의 매개효과 분석 결과 .....	41

## 그림 목 차

그림 I-1. 성인의 일상스트레스가 도박행동에 미치는 영향에서 기본심리욕구의 매개모형.....	5
그림 IV-1. 일상스트레스와 도박행동의 관계에서 기본심리욕구의 매개효과 .....	38
그림 IV-2. 일상스트레스와 도박행동의 관계에서 자율성욕구의 매개효과.....	39
그림 IV-3. 일상스트레스와 도박행동의 관계에서 유능성욕구의 매개효과.....	40
그림 IV-4. 일상스트레스와 도박행동의 관계에서 관계성요구의 매개효과.....	41

# I. 서론

## 1. 연구의 필요성 및 목적

우리나라의 합법적 사행산업은 1922년 경마의 도입을 시작으로 1947년 복권, 1994년 경륜, 2000년 카지노(강원랜드), 2001년 체육진흥투표권(스포츠 토토), 2002년 경정, 2011년에는 소싸움 경기까지 시행되는 등 그 규모가 지속적인 발전을 보이고 있다(사행산업통합감독위원회, 2016). 이러한 사행산업은 본연의 목적인 국민의 여가 선용과 지역경제 발전에 반하는 도박중독자의 양산, 도박으로 인한 스트레스 증가, 우울, 분노, 건강, 자살 등 정신건강의 문제 발생과 가정의 파탄, 실직, 근로 의욕 저하에 따른 사회적 문제 등의 부정적 효과를 가져 오게 되었다(임성범, 2012).

사행산업통합감독위원회(2016)에 따르면, 만20세 성인 남녀 사행활동 이용객 중 자신의 도박문제가 ‘심각하다’고 인식하는 경우는 10.8%에 불과한 반면, ‘심각하지 않다’고 인식하는 비중은 89.2%로 보고되었다. 또한 도박중독 수준별 문제성 이용자들의 37.2%만이 본인의 도박중독 수준을 심각하다고 인식했으며, 34.3%는 전혀 심각하지 않다고 응답하여 자신의 도박 수준에 대한 판단에 관대한 입장을 나타내고 있다.

이러한 도박 문제와 도박에 대한 개인의 인식은 사회 국가적 폐해로 이어져 이를 규제하기 위하여 형법 제246조에서 도박죄를 제정하였다. 이는 재물로서 도박한 자를 처벌하도록 하고 있으며, 정당한 근로에 의하지 아니한 재물의 취득을 처벌함으로써 경제에 관한 건전한 도덕법칙을 보호하는 데에 있다. 이러한 도박죄에서 말하는 ‘도박’이란, ‘재물을 걸고 우연에 의하여 재물의 득실을 결정하는 것’을 말한다(대법원 2002. 4. 12. 선고 2001도5802 판결 참조).

이렇듯 도박에 관한 형벌이 존재하는 것은 이에 반하는 행동이 곧 범죄이라는 의미를 갖는다. 도박에 관한 죄가 존재하고 위법임을 인식하면서도 반복적이고 지속적으로 범해지는 이러한 도박 행동의 원인은 중독성이라는 특성이 작용한다

고 볼 수 있다. 도박이 주는 쾌락으로 인해 중독에 이르고, 도박이 제공하는 보상들이 개인의 욕구 충족을 만족시킴으로써 중독에 이르게 된다고 할 수 있다. 도박행동으로 인해 현실에서 만족시키지 못하는 욕구를 충족시킬 수 있기 때문에 자가 통제가 어려운 문제 도박에 이르게 된다.

도박행동은 사회적 친밀감 형성을 이루며, 열광적이고 흥분되는 분위기와 금전적 행운을 동시에 제공하기 때문에 매우 매력적인 스트레스 대처 행동이 된다(이준호, 2001). 스트레스로부터의 심리적 회피로 도박행동을 선택하게 되며 우울하고 불쾌한 내면적 정서 상태를 변화시키려는 시도로써 도박행동을 하게 된다. 이는 마치 암페타민이나 아편을 복용한 것과 같이 교감신경계가 활성화되고 주관적 흥분감이 증가하여 기분이 좋아지고 피로감이 줄어들게 되므로 자신을 괴롭히는 고통스러운 부정적 정서 상태에서 벗어날 수 있다는 것으로(권석만, 2013), 도박행동을 스트레스로부터의 대처 방식으로 취하고 있음을 의미한다.

Goeders(2003)과 Mustafa al'Absi(2011), Sharpe와 Trarrier(1993)의 연구에서 일상 스트레스가 다양한 중독 문제에 선행하는 요인으로 나타났으며, 스트레스에 취약한 사람들은 일상의 다양한 스트레스와 정서적 고통을 경험할 때 이를 관리하거나 대처하기 위해 활용할 수 있는 기술이나 자원이 부족하여 도박행동을 하게 되고 이러한 과정이 반복되면 병리적 도박행동으로 발전하게 된다고 나타났다.

스트레스 주요 요인에 대한 선행연구에 따르면 남성의 경우 40대는 과도한 업무와 생활변화로 스트레스가 높고 우울, 불안 증가 등이 정신건강을 위협하며 성인 여성은 자녀교육 문제, 신체적 건강 변화, 가족스트레스가 주로 나타났다(한금선, 2007). 또한 중년기의 정체성, 삶의 의미나 행복, 노후와 질병 및 죽음에 대한 문제, 직장 및 사업에 대한 문제, 부부간의 문제, 부모 자녀 문제 등 다양한 이유로 일상스트레스를 겪는다(박중성, 정태연, 2011). 이러한 유사 스트레스 상황을 경험하였다고 해도 개인에 따라 스트레스를 자신의 생활에 긍정적이거나 자신을 자극할 수 있는 요소로 받아들여 생활을 진취적으로 이끌어 나가는 사람이 있는 반면, 스트레스 자체에 대하여 부정적인 요인으로만 인식하고 대처해 나가는 경우도 흔히 볼 수 있다(최정관, 2014).

이처럼 다양한 스트레스원에 대한 자기해결 능력의 부재나, 해결 방안 탐색에

대한 어려움, 현실 상황에 대한 부적응 등은 수용할 수 있는 스트레스의 범위를 넘어서게 되고, 이로 인한 다양한 스트레스 해소 방안을 모색하게 된다. 그리고 때로는 긍정적 방향에서의 스트레스 해결이 아닌 부정적 방향으로의 스트레스 해소의 방법으로 음주와 흡연, 게임, 도박 등의 일탈적인 행동을 통해 스트레스를 해소하려 하고, 이러한 경향이 강화되면 일탈행동에 대한 문제의 심각도를 높게 된다. 따라서 이러한 스트레스의 위험에 노출된 성인에 대해 심리적 안정 및 적응을 돕기 위해서는 개인들이 갖고 있는 스트레스에 대한 원인을 규명하고, 건강한 스트레스 노출을 위한 적절한 방법이 요구되어야 한다(장효강, 2015).

최근 스트레스와 관련된 많은 변인들이 연구되어 왔는데 자아탄력성(강남옥, 한상화, 2012), 자아존중감(김미정, 2005; 배정숙, 2006), 자율성(안정숙, 2004), 자기통제력(장효강, 2015) 그리고 기본심리욕구충족(옥가희, 2015; 최순홍, 2013) 등이 있다. 이 중 개인의 내적동기를 결정하는 기본심리욕구가 스트레스에 영향을 미치는 하나의 매개요인으로 연구되고 있다(최정관, 2014).

Ryan와 Deci(2000)의 기본심리욕구와 스트레스와 관련한 연구에서 기본심리욕구란 자신이 행동의 주체이고 조절자라는 느낌인 자율성, 자신이 환경과 효과적으로 상호작용할 수 있다는 느낌인 유능감, 사회적 맥락 속에서 타인과 연결되고 돌봄을 받는다는 느낌인 관계성에 대한 욕구를 말한다(이희은, 2012).

이러한 인간의 기본심리욕구를 충족시키는 것은 인간발달과 정신건강에 매우 중요하며(La Guardia, Ryan, Couchman & Deci, 2000; 오혜진), 이 세 가지 기본심리욕구의 충족과 안녕감의 관련성은 외국의 많은 경험적 연구에서 뒷받침되고 있다. Reis, Sheldon, Gable, Roscoe와 Ryan(2000)의 연구, Sheldon, Ryan과 Reis(1996)의 연구에서는 실험참가자의 기본심리욕구 충족 수준이 매일의 기분, 활력도, 자존감 등의 변화를 예언했고, Reinboth, Duda와 Ntoumanis(2004)의 연구에서는 자율성, 유능성, 관계성에 대한 욕구 충족이 심리적 안녕감에 유의한 영향을 미치는 예측변인임을 밝힘으로써 기본심리욕구의 중요성을 강조하였다. 또한 이 세 가지 기본 욕구가 충족될 때 개인은 가장 높은 동기 수준과 활동 참여, 높은 수행 수준을 나타냈다(Farkas & Grolnick, 2010; 권순홍, 2013). 정민선, 김현미, 권현용(2012)는 기본욕구충족과 인터넷 중독의 관계에서 스트레스를 매개효과로 연구하였고, 조희경와 최종옥(2014)은 기본심리욕구가 스마트폰 중독에

미치는 스트레스 매개효과를 연구하였으며 이민희, 정태연(2008)의 연구에서는 기본심리욕구가 충족되는 사회적 환경에서 성장한 사람들은 문화적 규범을 잘 수용하여 친사회적으로 건강하게 자라지만, 기본심리욕구가 좌절된 채 성장한 사람들은 정신적으로 건강하게 발달하지 못한다고 하였다. 따라서 욕구를 만족시키는 사회적 맥락이 인간발달과 정신건강에 매우 중요하고, 기본심리욕구 만족이 가정환경, 집단 사회생활, 상담 등의 다양한 장면에서 중요한 기제가 될 것으로 주장되었다(윤인호, 2011).

본 연구에서는 문제 도박행동은 성인들이 일상스트레스에 대한 심리적 회피 방식으로 선택하며 이러한 일상스트레스와 도박행동에 영향을 미치는 요인으로 기본심리욕구의 매개효과에 대하여 가설을 세우고 연구하고자 한다.

## 2. 연구문제

본 연구에서는 성인 경마장 이용객의 일상스트레스가 도박행동에 미치는 영향에서 기본심리욕구의 매개효과를 알아보고자 다음과 같은 연구문제를 설정하였다.

연구문제 1. 성인 경마장 이용객의 일상스트레스, 도박행동, 기본심리욕구는 유의미한 상관관계가 있는가?

연구문제 2. 일상스트레스와 도박행동의 관계에서 기본심리욕구는 매개효과가 있는가?

가설 2 - 1. 일상스트레스와 도박행동의 관계에서 자율성은 매개효과가 있을 것이다.

가설 2 - 2. 스트레스와 도박행위의 관계에서 유능성은 매개효과가 있을 것이다.

가설 2 - 3. 일상스트레스와 도박행동의 관계에서 관계성은 매개효과가 있을 것이다.

## 3. 연구모형

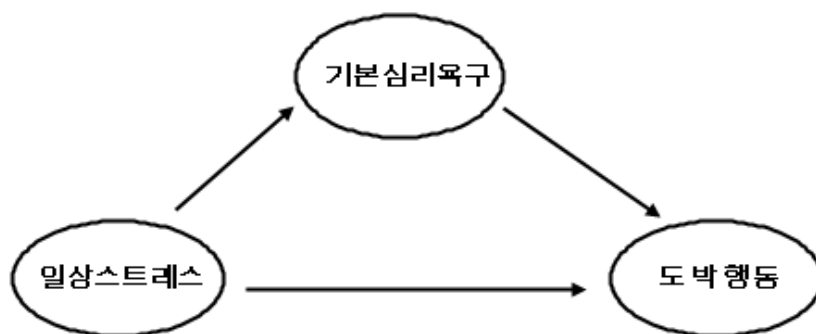


그림 I-1. 성인의 일상스트레스가 도박행동에 미치는 영향에서 기본심리욕구의 매개 연구 모형



## Ⅱ. 이론적 배경

### 1. 일상스트레스

#### 가. 일상스트레스의 개념

스트레스(stress)라는 용어가 처음 학문적으로 사용된 것은 물리학 분야로 라틴어인 stringer(양 쪽을 단단히 당겨서 줄이 팽팽하게 늘어지게 하다, 긴장)로부터 시작되었다. 영어권에서 15세기경부터 압력 또는 물리적 압력의 의미로 쓰이다가 17세기에 와서 어려움, 곤란, 역경, 고생으로 받아들이기 시작했으며, 20세기에 와서는 질병이나 정신질환의 의미를 가지게 되었고(조장원, 2001), 1920대 중반 캐나다의 내분비학자 Hans Selye(1956)가 지금의 스트레스 개념을 현대 의학에 도입하면서 시작되었다(옥가희, 2016).

스트레스의 사전 상 정의는 ‘인간이 적응하기 어려운 환경에 처할 때 느끼는 심리적, 신체적 긴장 상태’이다(김진희, 2012). Lazarus와 Folkman(1984)은 스트레스를 ‘개인이 가진 자원을 초과하여 개인의 안녕상태를 위협한다고 평가되는 개인과 환경 간의 특별한 관계’로 규정하였고(윤석주, 2014), 한금선(2005)은 스트레스를 마음의 안정이나 다른 사람들과 함께 지내는 데 있어서 큰 불편을 주는 신체적, 정신적 긴장 또는 그러한 긴장을 유발하는 요소로 보았다(장정임, 윤인노, 김성봉, 2014). 최혜림(1986)은 스트레스를 인간이 살아가는 데 있어 외적·내적 요구가 개인의 작용 자원을 능가할 때 경험하게 되는 것으로 개인의 신체적, 심리적 안녕 상태를 위태롭게 하는 자극 조건인 동시에 개인의 정서체계, 행동체계, 생리체계에 변화를 가져오게 하는 것으로 인간의 성장에 필수적인 요인이 되기도 하며(최정관, 2014), Cox(1991)는 스트레스란 개인과 환경간의 특정한 관계에서 비롯된 것으로 환경적 요구와 개인의 반응능력, 그리고 지각된 요구와 지각된 반응능력 간에 불균형이 있을 때 일어난다고 보았다. 김정희(1987)는 개인이 스트레스를 스트레스라고 인지하지 않으면 스트레스가 아니라고 하였다.

스트레스의 개념은 세 가지 관점으로 정의되고 있다.

첫째, Selye(1984)에 의해 제시된 ‘반응으로서의 스트레스’의 개념은 생물학이나 의학에서 광범위하게 사용되고 있다. 이는 스트레스를 신체적, 생리적, 정서적 또는 행동적 평형 상태의 붕괴나 변화에 대해 항상성을 유지하려는 반응으로서의 정의이다(장효강, 2015). 생활 사건에서 발생하는 적정 수준의 스트레스 압박감은 생활의 효율성을 주는 자극으로 작용되기도 하는데 이러한 자극이 어떠한 해소도 없이 유지된다면 생리적이고 심리적인 손상을 야기할 수 있다고 본다(Selye, 1936, 1976; 정애리, 2009). 이러한 관점은 다양한 스트레스 요인들이 유사한 반응을 유발한다는 점을 밝혀내긴 했지만 스트레스의 원인 자체를 설명하지 못하는 한계를 가지고 있다(강정삼, 1993).

둘째, ‘자극으로서의 스트레스’ 개념은 스트레스를 심리·신체적 반응을 발생시키는 외부의 잠재적·실재적 ‘자극’자체로 보고 있으며, 주로 자연재해, 해로운 조건, 질병, 사고 등의 생활사건(life event)에 초점을 두고 있다. 그러나 이 자극에는 외적인 환경 조건에서부터 생리적 현상까지의 다양한 자극이 포함되며(Holmes & Rahe, 1967; 손인수, 2013), 개인에게 긍정적인 영향을 미치는 자극 유스트레스(eustress)와 개인에게 부정적인 영향을 미치는 디스트레스(distress)로 구분된다(Wanger & Hollenbeck, 1992; 송인수, 2013). 이 관점은 어떠한 요인들이 스트레스를 유발하는지에 대해 밝힘으로써 스트레스를 이해하는 데 기여하였지만 반응에 대한 개인의 차를 고려하지 않아서 동일한 자극에 다른 반응이 나타난다는 것을 설명하지 못하는 점이 문제점으로 제시되었다(강정삼, 1993).

셋째, ‘상호작용으로서의 스트레스’ 개념은 스트레스를 단지 자극이나 반응 그 자체로 해석하기보다는 개인과 환경 간의 역동적인 상호작용으로 보아 개인이 외적 자극을 어떻게 해석하고 평가하는가를 중시한다(장효강, 2015). 이 개념은 스트레스에 대한 개인의 인지적 평가와 스트레스 대처 연구에서 매우 중요한 역할을 하며, 스트레스가 스트레스로서 작용하고 있는지를 판단하는 근거가 일반적으로 알려진 객관적인 사건자체가 아니라 주어진 사건에 대해 개인의 판단에 따른 주관적 평가라고 보고 있다. 이는 각 개인이 자신에게 주어진 스트레스 상황에 대한 판단에 따라서 스트레스의 양적인 측면뿐만 아니라 질적인 측면에서도 스트레스 인식 정도가 달라지기 때문이다. 즉 동일한 환경에서 객관적으로 동일한 수준의 스트레스원에 노출되더라도 각 개인은 서로 다른 수준의 스트레스를

지각하며 지각된 스트레스가 어떤 사람에게는 스트레스로 지각되지 않는 반면에, 상대적으로 스트레스에 취약한 사람이 적절한 대처를 하지 못할 경우 탈진, 불안, 기분장애 심지어 자살 등의 병리적 수준에까지 이르게 할 수 있다는 것이다(김나영, 2011). 이와 같이 객관적인 관점을 취하느냐 주관적인 관점을 취하느냐에 따라 스트레스의 정의가 조금씩 달라지지만, 일반적인 관점에서의 스트레스란 ‘개인이 가진 자원을 초과하여 안녕상태를 위협한다고 평가되는, 개인과 환경간의 특별한 관계’로 정의된다(현지현, 2015).

Lazarus와 Folkman(1984)의 연구에 따르면 스트레스를 사건의 빈도와 자극 정도를 기준으로 하여 ‘중대한 생활사건’과 ‘일상적 스트레스’로 분류할 수 있는데, ‘중대한 생활사건’이란 가까운 사람의 죽음, 이혼, 심각한 질병, 실직 등 자주 일어나는 사건은 아니지만 개인에게 큰 변화를 일으키는 생활사건을 의미하며, ‘일상적 스트레스’는 일상생활에서 개인이 경험하는 사소한 문제들을 의미한다. 중대한 생활사건의 경우 특정한 사건이 어떠한 과정을 통하여 개인의 심리적 안정과 만족감의 변화에 영향을 미치는지를 설명하는 데에는 개인에 따른 인지적 해석과 평가가 각기 다르다는 한계가 있기 때문에 개인의 심리적 안정과 만족감에 대한 스트레스의 영향을 보다 잘 이해하기 위해서는 주요한 생활 사건보다 일상적 스트레스를 측정하는 것이 타당하다고 본다.

생활 스트레스에 관심이 있는 연구자들은 스트레스를 6개월 혹은 일년 단위로 그 기간 내에 일어난 주요 생활 사건의 합으로 보는 입장에서부터(Holmes & Rahe, 1967; 홍강의, 정도연, 1982), 일상생활에서 일어나는 사소한 사건을 중심으로 스트레스를 측정하려는 입장(DeLongis, Coyne, Dakof, Folkman & Lazarus, 1982; DeLongis, Folkman & Lazarus, 1988; 김정희, 1995), 그리고 이들을 종합하려는 시도를 하는 입장(Rohde, Lewinsohan, Tilson & Seeley, 1990; 김정희, 1995)까지 매우 다양 하다. 이 방법들은 각기 특유의 장단점을 지니고 있으므로 어떤 접근법이 가장 좋은 것이라고 단정적으로 언급하기에는 어렵다. 그러나 스트레스 연구에서 한 가지 주의를 기울여야 할 것은 각 개념들의 차원이 같아야 한다는 점이다. 다시 말하자면, 장기간의 생활 변화 점수로 스트레스를 측정하였을 때는 스트레스와 관련되는 변인들은 비교적 안정적인 차원의 변인들이어야

하며, 일상 생활의 스트레스를 측정하였을 때는 그와 관련되는 변인들을 상황 관련적 맥락에서 다루어질 필요가 있다는 것이다(김정희, 1995).

본 연구에서는 일상적 사건에 대하여 각 개인의 주관적 평가에 의한 디스트레스(distress)의 관점으로 그 개념을 세우고 연구하고자 한다.

#### 나. 성인의 일상스트레스

현대인에게 있어서 스트레스는 일상생활의 한 부분이라 생각될 만큼 보편적이다. 사람에 따라 정도의 차이는 있지만, 현대인들은 스트레스로 인해 심리적 부적응 상태를 경험한다(장정임, 윤인노, 김성봉, 2014).

일상생활에서 경험하는 생활스트레스(life-stress)는 여러 세대 중에서도 특히, 중년기에 두드러진다(Perrig-Chiello et al., 2005; Oh MJ et al., 2008; Lee YD, 2009). 중년기는 발달 단계로는 성인기의 중간단계로 40세~60세에 해당하며 우리나라 전체인구의 33.3%에 해당된다(행정자치부, 2017).

개인발달의 관점에서 중년기는 생물학적 그리고 개인적 관점에서 신체적 노화가 시작되는 시기로 인생의 유한성에 직면하여 삶의 의미에 대한 자기 성찰을 시작하는 시기이다. 사회적 관점에서는 사회 경제생활에서의 여러 어려움을 극복하고 대인관계 및 사회 경제적 지위 등에 있어 절정기에 달하였으나 더 이상의 성취보다는 하강과 은퇴에 대한 고민을 시작하는 시기이기도 하다(김명자, 1998).

이들은 가정적으로나 사회적으로 중요한 책임이 부과되며 특히 여성의 경우 육체적, 정신사회적으로 다양한 변화를 경험하게 된다. 일반적으로 중년기 여성은 신체적 관점에서 발달위기 과정을 경험하게 되며, 사회 심리적 관점에서는 사회와 가족 내에서의 역할과 관련된 압박감과 공허함, 죄책감, 소외감 등의 심리적 갈등을 경험하게 된다. 또한 가족 주기 면으로 볼 때 가족체계와 역할 변화가 초래되어 부부생활의 재 적응기를 맞게 되며 이는 중년기여성에게 하나의 스트레스가 될 수 있다(한금선, 2007). 중년 남성의 경우 신체적, 사회 심리적 관점에서 신체 변화로 인한 체력저하와 함께 다양한 역할 수행으로부터 발생하는 여러 종류의 스트레스를 경험하게 된다. 중년기는 독립하지 못한 자녀의 요구와 노부모의 경제, 심리, 사회적 부양의 요구, 자신의 노화과정에 적응해야하는 등 다양

한 가족스트레스를 경험하게 된다. 이와 더불어 남성에게 있어 직업은 매우 중요한 영역으로서 중년기는 자신의 직업에서 성취가 절정에 달하는 시기이다. 일에 대한 압박감의 증가, 제한된 직업선택, 반복 되는 일에 대한 권태, 언제 닥칠지 모르는 은퇴에 대한 불안감, 직장 내 평가에서 겪는 두려움 등으로 위기감을 느끼게 되고, 직장에서의 승진, 좌천 등으로 민감하게 되며 일에 대한 긴장과 부담을 경험하게 됨으로써 스트레스를 경험하게 된다(한금선, 2007).

이로 인해 인생주기에 있는 중년기는 발달적, 사회문화적, 심리적으로 다양한 스트레스에 직면하게 되는 시기로 본 연구와 관련하여 연구대상으로 정하였다.

#### 다. 선행연구동향

일상스트레스는 선행연구들을 통해 성인의 삶에 부정적인 영향을 미치는 것으로 밝혀져 있으며, 인간은 스트레스에 직면하면 각기 다양한 자원으로 대처하여 스트레스를 방어하고 변동하며 조정한다(정영미, 2011; 김명자, 1998).

전경구와 김교현(1991)의 연구에서 생활스트레스 사건을 자주 경험할수록 생활스트레스의 강도가 높다고 나타냈으며, 공마리아와 강윤주(2012)의 연구에서도 대학생의 생활스트레스는 정신건강에 부정적인 영향을 미치는 것으로 나타냈고, 생활스트레스는 불안(최미경, 조용래, 2005), 자살생각(노상선, 조용래, 최미경, 2014)을 나타내는 것으로 보고하였다(이진영, 2016). 이인혜(1999)는 스트레스 원인으로 재난적 사건과 주요 생활사건 뿐만 아니라 사소한 생활사건도 원인으로 거론하였다. Crnic와 Greenberg(1990)는 일상적 스트레스가 개인과 환경과의 일상적 교류의 결과로 경험하게 되는 성급함, 당황, 좌절감 등을 포함한다고 하였으며 국내 연구자들(김기현, 강희경, 1997; 민하영, 1998; 권순홍, 2013)도 일상적 스트레스를 개인과 환경과의 일상적 교류의 결과로 경험하게 되는 성급함, 당황, 좌절감 등으로 개념화하거나 외로움, 소중한 물건의 분실, 가족원간의 다툼, 친구들의 따돌림, 떨어진 성적 등 대부분의 사람들이 일상적인 생활에서 흔히 경험하는 생활사건이라고 설명하였다(권순홍, 2013).

## 2. 도박행동

### 가. 한국의 사행산업

한국의 합법적 사행산업은 국가의 주도하에 국민의 여가활용을 위하여 1922년에 경마의 도입을 시작으로 1947년 복권, 1994년 경륜, 2000년 카지노(강원랜드), 2001년 체육진흥투표권(스포츠 토토), 2002년 경정, 2011년에는 소싸움 경기까지 시행되는 등 그 규모가 지속적으로 확대성장하고 있다(사행산업통합감독위원회, 2016).

도박 산업의 총 매출은 2000년 6조6천9백억원으로 2005년 11조8천억원 대비 78.7%증가, 2010년 17조3천억원에서 2015년 20조5천억원은 18.4%증가 되었으며, 복권과 체육진흥투표권을 제외한 도박사업 이용객은 2000년 1천6백만명으로 2015년 이용객 2천7백만명 대비 68.7% 증가했다. 2015년 우리나라 인구 5천1백만명 기준 52.9%의 인구가 도박 업종(카지노, 경마, 경륜, 경정, 소싸움)을 이용을 하였는데(사행산업통합감독위원회, 2010, 2016), 이는 한국 사회의 합법적 도박 시장이 지속적이고 급속하게 성장해오고 있음을 의미한다.

합법적 사행산업의 증가는 세수 확대를 통한 국가 재정 확충, 국민의 건전한 여가생활 지원, 인간의 기본적인 욕구를 사행행동을 통해 충족한다는 순기능적인 측면과 생산력 하락, 근로의욕 저하로 인한 국가 경쟁력 약화, 도박중독자 치료 비용, 관리 감독비용, 예방 시스템 구축비용 지출 등의 사회적 비용의 급증 등의 부정적 측면도 나타내고 있다.

### 나. 도박행동의 개념

사행산업통합감독위원회(2016)에서 도박을 ‘자신에게 가치가 있는 무엇을 그보다 더 큰 가치가 있는 무엇과 교환될 것으로 기대하며, 운이 개재되어 그 결과가 불확실한 게임에 내기를 거는 것’으로 정의하였다(김교헌, 2006). 사전적 정의로는 국어대사전(이희승, 1982)에서 ‘요행수를 바라고 위험한 일이나 가능성 없는 일에 손을 대는 일’, ‘어떤 위험 부담이 있는 일에 희생을 감수하고 도전하는 것을 비유적으로 이르는 말’, ‘돈이나 재물을 걸고 서로 따먹기를 다투는 것’을 뜻



한다. 또한 장정임, 김성봉(2014)은 ‘자신의 원하는 바를 얻기 위하여 돈 뿐만 아니라 개인적 가치를 가지는 물건을 거는 모든 활동으로서 이후 문제성 도박중독으로 발전할 수 있는 행동’으로 정의하였다.

도박과 도박행동은 일반적으로 거의 유사하게 사용되기도 하지만 엄밀하게 구분하면, 도박은 도박행동을 바탕으로 추상화된 명사적 개념에 해당한다(강성균, 2010). 도박은 ‘불확실한 미래의 특정 결과를 기대하며 금전을 포함한 가치 있는 어떤 것을 지불하는 활동’으로 정의할 수 있으며, 도박행동은 도박을 행위 또는 행동으로 나타내는 것을 의미한다(김교현, 권선중, 2003). 도박행동이 곧 도박중독을 의미하는 것은 아니지만, 김교현과 권선중(2003)은 도박행동이 조절 불가능한 상태로 지속되면서 개인적·사회적으로 부적응을 일으키는 경우를 병적 도박이라 정의하였다.

1980년대 사전에서의 도박은 불확실하거나 위험한 일에 금전이나 유형의 가치를 내거는 행동으로 정의되었고 1990년대에 ‘우연’ 또는 ‘우연성’이라는 용어를 포함하기도 했다. 2000년대에 와서는 도박을 경쟁자간 게임으로 보았고 어느 한 쪽에 득이 있고 다른 쪽에는 실이 있는 영합게임(zero-sum game)의 관점과 의식적이고 자발적인 특성이 추가되었다(이순목 외, 2009).

따라서 본 연구에서는 다양한 선행연구들의 도박행동에 대한 정의에 관련하여 불확실한 미래의 특정 결과를 기대하고 자발적으로 금전을 비롯하여 자신의 가치 있는 재화를 내거는 행동으로 개념화하여 도박행동을 연구하고자 한다.

### 1) 도박행동의 특성

도박행동의 주요 특성으로 첫째, 경쟁을 포함하는 놀이이고, 둘째, 금전을 추구하는 행위이며, 셋째, 그 결과가 언제나 불확실한 상황에서 내기를 거는 것. 즉, 도박에 참여하는 것은 인간 내면에 잠재하고 있는 자극추구 욕구를 충족시켜 주는 기능을 할 뿐만 아니라, 게임에서 이겼을 경우 즉각적인 보상이 이루어지는 특성이 있는데, 이는 다른 놀이에 비해 태생적으로 중독성을 나타내고 있다는 것을 의미한다(이인혜, 2004). 이러한 도박 행동은 비교적 젊은 나이에 시작되며, 대부분의 사람들은 시간적 차이가 있지만, 처음에는 친목 목적을 위한 사교성 도박에서 시작하여 문제성 도박, 병적 도박으로 발전하는 과정을 볼 수 있다(이홍

표, 2002).

이흥표(2000)는 도박행동을 분류함에 있어 도박에 개입된 정도에 따라 사교성 도박, 문제성도박, 병적도박의 세 단계로 구분하고 있다. 먼저 사교성도박은 제한된 시간 동안 서로 받아들일 수 있는 손실액을 미리 정해놓고 친구나 동료들 사이에서 이루어지는 도박행동을 말하며, 일반적으로 가장 많이 나타나는 도박행동이다. 이는 도박의 목적이 금전적 추구나 승리의 목적보다는 즐거움이나 여흥 혹은 친목을 목적으로 돈과 상관없이 언제든 도박 행동을 중지할 수 있음을 의미한다. 문제성 도박은 습관성 도박으로도 불리며 사회생활에 대한 부정적 영향을 미치며 개인이 통제할 수 없는 도박행동으로 병적도박보다는 그 증상이 다소 약한 것을 말한다(이흥표,2002). 또한 DSM-V 진단기준에 충족되지 않으며, 금단 증상이나 내성과 같이 병적 도박에서 경험하는 심각한 증상들은 경험하지 않는다(최정관, 2014). 병적도박은 가장 심각한 수준의 도박문제를 의미하며 ‘강박적 도박’이라고도 한다. 내성, 금단증상, 통제력의 감소 등을 포함하는 DSM-V 진단기준을 반드시 충족시켜야 하며, 통제력의 장애로 인하여 도박 행동이 해로운 줄 알면서도 유혹 및 충동을 이겨내지 못하고 실패하며, 이를 통해 가족 및 직업에 막대한 피해를 입히는 부적응적인 도박 행동을 말하는 것이다(김영호, 2010). 그리고 심리적 우울이나 불안 상태의 빈도가 높고 자존감이 낮으며, 도박을 통해 금전적 이익을 취하려는 동기 및 자신이 경험한 부정적인 감정을 도박을 통해 회피하려는 동기가 높다.

이렇듯 도박행동은 사교성 도박에서 시작하여 문제성 도박을 거쳐 병적 도박으로 발전하게 되는 ‘진행성 질병’이다. 그러므로 도박문제의 위험성은 유혹이나 친목을 목적으로 하는 사교성 도박단계에서도 존재할 수 있음을 암시하며, 이는 아직 도박에 대한 문제를 보이지 않은 일반인이라 할지라도 잠재적으로 도박문제로 발전시킬 위험성을 내포하고 있음을 의미한다(이흥표, 2002).

반면 도박행위를 자발적으로 통제하거나 조절할 수 있을 경우는 책임도박 또는 조절도박이라고 하여 건전한 여가활동의 일부로 인정하는 경우가 있으나, 반복, 지속되는 도박행위로 인한 재정적 손실이나 도박중독으로 심각한 폐해 현상으로 나타내기도 한다(장효강, 2015). 따라서 다양한 관점에서 도박행동, 도박중독에 대하여 접근하고 이와 관련된 부정적 문제점을 최소화해야만 개인, 가족 및



사회에서 발생할 수 있는 부정적 영향을 최소화할 수 있다.

## 2) 성인의 도박 행동

2016년 사행산업통합감독위원회는 격년제로 전 국민 대상 사행산업이용실태 조사를 통하여, 지난 1년 동안 합법 또는 사설, 레크리에이션성 사행활동 중 하나라도 경험이 있는지 조사한 결과, 2015년 1년 기준으로 응답자 10명 중 6명 정도(61.7%)가 ‘경험이 있다’고 응답하였으며 만 20세 이상 전체 인구를 기준으로 약2,409만명(46.9%)이 경험한 것으로 추정하였다. 40대가 69.1%의 경험률을 보여 상대적으로 다른 연령별에서 가장 높게 나타났다(사행산업통합감독위원회, 2016).

우리나라 성인들이 복권, 경마, 친목목적게임(화투 등) 등의 활동에 어느 정도 중독되었는지 도박중독 수준 측정 도구인 CPGI를 활용하여 2015년도를 기준으로 조사한 결과, 우리나라 만20세 이상 전체인구를 기준으로 보면, 약3,904만명 중 197만명(5.1%) 정도가 도박중독 유병자로 집계되었으며, 이 중 중위험은 148만명(3.8%), 문제성은 약 49만명(1.3%) 으로 나타났다(사행산업통합감독위원회, 2016). 연령에서는 사회경제적 활동이 활발한 30(5.5%)~40대(5.8%)에서 유병률이 상대적으로 높게 나타났으며), 20대(4.5%) 및 50대(4.3%)에서 상대적으로 낮게 조사되었고, 평생 및 지난 1년 기준 사행활동별 40대는 복권(79.9%), 경마(6.4%), 경륜(2.3%), 경정(1.1%)의 경험률이, 다른 연령대보다 높게 나타났으며, 경마 이용객들이 경마를 하는 이유 중 ‘복잡한 일들에서 잠시 벗어나고 싶어서’에 10%의 비율을 보였다(사행산업통합감독위원회, 2016).

이러한 결과는 심각한 도박행동이 도박중독이라는 부정적 영향을 초래함으로써 도박중독자의 치료나 범죄예방을 위한 사회적 비용 부담을 증가시키는 등 개인을 비롯하여 지역사회에도 심각한 악영향을 끼치는 것으로 밝혀져 왔다(김교현, 조성겸, 2009; Grant, 2009).

## 3) 선행연구동향

국내에서 도박과 관련하여 주로 연구되어 온 요인들을 살펴보면 도박동기, 성격, 충동성, 스트레스, 도박신념, 우울, 불안 등 심리학 분야를 중심으로 한 도박중독과 관련한 연구(김영훈, 신영철, 최삼욱, 2007; 박재욱, 이인혜, 2006; 김민경,

2006, 김교현, 성한기, 이민규, 2004; 이흥표, 2003)들이 있다. 또한 도박행동에 영향을 미치는 요인들로는 심리 성격적 요인으로 자극추구적인 여가활동을 즐기려는 성향(김석준, 강세현, 1996), 충동성(김민경, 2006; 박재옥, 이인혜, 2006; 송주연, 연구월, 이태경, 2005; 이인혜, 2004; 황현국, 이인혜, 2009), 자기중심성(신영철, 2002)등이 보고되고 있으며 문제도박자들의 비합리적 도박신념(권선중, 김교현, 성한기, 이민규, 강성균, 2007; 최경수, 2005; 이인혜, 2004; 이흥표 2003; 황의룡, 함경수, 2006)이 도박행동과 문제도박의 상관요인으로 작용하는 것으로 나타났다(이경희 외, 2011). 이 외에도 심리 상태와 스트레스의 양과 질 등이 도박행동에 영향을 미친다는 사실이 여러 연구에서 밝혀지고 있다.

이와 같이 도박행동에 관련한 다양한 선행 연구들은 도박 중독문제에 대한 저항력을 기르기 위한 연구들로 본 연구에서도 도박행동에 영향을 미칠 수 있는 다양한 연구의 확장에 대응하는 매개변인에 대하여 연구하고자 한다.

#### 다. 일상스트레스와 도박행동과의 관계

Hans Selye는 스트레스를 ‘정신적 육체적 균형과 안정을 깨뜨리려고 하는 자극에 대하여 자신이 있던 안정 상태를 유지하기 위해 변화에 저항하는 반응’으로 발전시켜 정의하였고, 더 나아가 스트레스를 경보반응(alarm) → 대응·저항반응(resistance) → 탈진반응(exhaustion)의 3단계로 나누었는데, 스트레스 요인이 오랫동안 지속되어 마지막 단계인 탈진반응에 빠지게 되면, 신체적 정신적 질병으로 발전할 수 있다는 이론을 함께 제시하였다(박정석, 2016).

스트레스-취약성 모델 (vulnerability- stress model)에서 개인의 이상행동은 신체적, 심리적, 사회적 측면의 다양한 요인에 의해서 유발될 수 있다는 이론이며 대부분의 이상행동은 개인이 삶의 과정에서 겪게 되는 불행한 사건이 계기가 되어 나타나는 경우가 많은데, 이를 다르게 표현하면 심리 사회적 스트레스가 이상행동을 촉발하는 한 원인이 된다는 것이다(권석만, 2013). 그러나 똑같은 불행한 사건을 경험한 사람들이 모두 동일한 이상행동을 나타내는 것은 아니며, 그 이유는 개인마다 성격이나 심리적 특성이 달라서 불행한 사건이나 대처하는 방식이 각기 다르고 그 심리적 결과도 다르기 때문이다(권석만, 2013).

Jacob(1986)은 중독의 일반이론에서 신체적, 심리적 특성으로 인해 발생하는 일상생활의 스트레스에 대한 긴장해소욕구가 중독행동에 이르게 한다고 보고 있는데, 스트레스 상황에서 인간은 고위험의 반복적이거나 ‘탈출’적인 행동을 추구하면서, 신체적, 심리적 고통해서 벗어나려고 하는 특성을 갖는다고 하였다. Getty 외(2000)의 연구에서도 문제도박을 보이는 청소년들이 문제를 회피하거나 탈출하기 위한 수단으로, 지루함을 제거하기 위해서, 흥분을 만들어내기 위한 수단으로 도박행동을 한다는 결과가 있다(장수미, 2013).

이러한 중독행동의 과정을 설명하는 Jacob의 이론과 선행연구를 통하여 신체적, 심리적 취약성으로 인한 스트레스 해소 욕구는 문제도박에 영향을 미치는 것으로 확인할 수 있다. 한편 Wood와 Griffiths(2007)는 도박자의 삶의 맥락에서 문제도박에 빠지는 과정을 살펴 보기 위해, 18-63세의 문제도박자 50명을 인터뷰한 자료를 근거이론 방법으로 분석하였는데, 문제도박자들은 도박을 복잡한 현실과 지루함에서 벗어나고 기분상태를 바꾸기 위한 ‘탈출을 위한 도박(gambling to escape)’으로 인식하고 있었다. 따라서 이러한 질적 탐색을 통해서도 신체적, 심리적으로 취약한 상태 즉, 높은 스트레스상태로부터의 ‘탈출을 위한 욕구’가 문제도박에 이르는 경로임을 알 수 있다(장수미, 2013). 이는 사람들이 긴장상태와 같은 스트레스 상황에 처하게 되면 자신을 지키기 위해서 나름대로의 방어대책을 모색하다 문제도박에 이를 수 있음을 의미한다.

Young & Rogers(1998)는 중독적으로 몰두하는 문제행동은 심리적인 스트레스가 한 요인으로 지목된다고 했다(조혜영, 2016).

이홍표(2002)는 도박에 접할 수 있는 사회적 요인만으로 도박중독이 유발되는 것은 아니며, 심리적 요인이 무엇보다 습관적인 도박을 지속하게 하는 요인이라고 하였다. 이와 같이 심리적인 요인 중 스트레스가 도박행동의 요인이라는 관점에서 수행된 선행연구는 도박행위의 심리적 특성(김민우, 2004; 김영훈, 2005; 최우림, 2007; 김경훈, 2013)을 반영하고 있다(장효강, 2015).

이준호(2001)의 연구에서 도박은 사회적 친밀감을 형성하며 나아가 경제적 문제로 겪고 있는 심리적 어려움에 대해 열광적이고 흥분되는 분위기와 금전적인 행운을 동시에 제공해 줄 수 있기 때문에 매우 매력적인 스트레스 대처 행동이 된다고 하였다.

Turner, Zangeneh & Littman-Sharp(2006)은 스트레스가 문제성 도박으로 발전하는 데 주요한 역할을 하는 것으로 보고하였고, Steinberga, Tremblaya, Zaka, Bustoa & Zawertailoa(2011)도 스트레스가 문제성 도박에 영향을 미칠 뿐 아니라 재발에 있어서 주요한 예측요인임을 보고하였다(현지현, 2015). 대학생들 대상으로 한 장정임, 윤인노, 김성봉(2014)의 연구에서는 스트레스와 도박중독은 유의미한 정적상관을 보였다.

스트레스와 도박과의 관계에 있어, 스트레스가 문제도박을 일으키는 직접적인 원인으로 작용하는지에 대해서는 많은 논란이 있어왔다. 왜냐하면 도박행동을 하는 이유가 스트레스를 대처하는 다양한 방법 중 하나라고 할 수 있기 때문이다. 그럼에도 스트레스가 도박행동의 원인으로 설명할 수 있는 선행연구들이 있다. Coman et al.(1997)의 연구에서 대체로 스트레스를 많이 지각하는 사람들이 그렇지 않은 집단보다 문제도박으로 인한 문제를 더 많이 가지고 있는 것으로 나타났다는데 이는 도박이용자들이 도박을 자신의 심리적 불편감, 즉 스트레스를 감소시키기 위한 동기의 대상으로 선택한다는 것이다. 즉 도박행동으로 인한 흥분이나 도박행동자체가 무료하거나 참기 어려운 심리적 어려움을 감소시켜 줄 수 있는 내적 동기에 적합하다고 느끼기 때문이다(장효강, 2012).

Addiction Research Institute(ARI)에서 연구한 결과에 따르면, 도박자들에게 있어서 스트레스 감소를 위한 도박행동의 선택이 매우 중요한 동기이며, 스트레스를 감소시키기 위해서 도박에 매달리게 되는 행동이 문제도박자가 되는데 상당한 영향을 미치고 있다고 하였다(Coman et al., 1997).

이러한 연구들은 스트레스를 받을 경우, 스트레스를 직면하기 보다는 회피하려는 경향을 보이거나, 이를 해소하는 방식이 외향적이기 보다는 회피적이고 내향적인 해결책을 선택할 수 있음을 보여준다. 스트레스가 높은 자본 경제성과 연결된 현대사회에서 가장 접근이 용이하며 자기 기대적 착각에 믿음을 가지는 도박에 스트레스 해소방식으로 행해짐을 예측할 수 있다(조혜영, 2016).

따라서 본 연구에서는 도박 행동에 영향을 미치는 요인에 대하여 일상스트레스를 선택하였으며 일상 스트레스는 도박행동에 선행하는 요인으로 선행연구들에서 연구된 바 있다.

## 라. 선행연구동향

스트레스 해소 이론(Stress-reduction theory)에 따르면, 중독자들은 일상생활의 스트레스를 감소시키기 위해 인터넷, 게임, 도박, 알코올, 마약 등 특정 대상에 집착하게 된다(김영경, 2013). 스트레스는 중독의 주요한 위험요인으로(Tschibelu & Elman, 2011), 중독자들은 스트레스로 인한 부정적인 정서를 감소시키고 문제로부터 회피하기 위한 수단으로 도박과 같은 특정 대상에 몰두하는 것으로 나타났다(Douglas et al., 2008; Durak, Senol-Durak & Gencoz, 2010). 이처럼 중독자들은 스트레스를 적절하게 해소하지 못하고 문제로부터 회피하기 위해 특정 대상이나 행동에 집착하므로, 중독 연구에서 스트레스를 중점적으로 다룰 필요가 있다(이진영, 2016).

생활스트레스는 스마트폰 중독(김남선, 이규은, 2012; 정세롭, 2014), 인터넷 중독(김민수, 2015; 손인수, 2013), 도박행동(최정관, 2014) 등의 중독 수준을 높이는 것으로 나타났다(이진영, 2016).

외국 사례를 보면 Jacobs(1989)은 청소년들이 도박행동을 하는 이유를 만성적인 스트레스에서 찾았으며, Sharp & Tarrier(1993)는 스트레스에 취약한 사람들이 문제 상황에 적절히 대처하지 못하고 도박행동을 선택하게 되며 이런 행동이 병적 도박 행동의 악순환을 야기한다고 보았다. Berge, Pietrzak & Petry(2006)는 도박을 하지 않는 청소년이나 사교성 도박 청소년에 비해 문제성 도박 청소년은 스트레스 상황 및 부정적 사건에 노출된 경험이 많고, 도박 문제의 수준이 높은 청소년일수록 스트레스에 감정적이고 회피적으로 대처하는 등의 비효율적인 대처방식을 보였다(현지현, 2015).

강선자(2014)는 도박중독과 유사한 행위중독인 스마트폰 중독과 스트레스와의 관련 연구에서 스트레스는 스마트폰 중독에 정적인 영향을 미쳐 스트레스가 높을수록 스마트폰 중독이 높게 나타났다고 하였다. 즉 초기에는 일상에서 받는 스트레스를 해소하는데 쉬운 방법으로 스마트폰을 이용하지만, 결국 과도한 사용으로 인한 부정적인 영향들을 간과해서는 안 된다는 것이다. 이러한 결과는 스트레스와 도박행동에서 나타나는 현상과 같다고 볼 수 있다.

스트레스와 도박중독의 관계를 보다 잘 이해하기 위해 꾸준한 연구(Jacobs, 1989; Sharp & Tarrier, 1993; Berge, Pietrzak & Petry, 2006; Turner, Zangeneh

& Littman-Sharp, 2006; Steinberga, Tremblaya, Zacka, Bustoa & Zawertailoa, 2011; 현지현, 2015)가 진행되어 왔는데, 국내 연구에서도 스트레스와 도박중독의 관계가 유의미하다는 결과들이 보고되고 있다. 남전아, 채규만(2012)의 연구에서는 스트레스와 도박행동은 유의미한 정적 상관이 있는 것으로 스트레스는 도박에 몰입하는 데 직접적으로 영향을 주며 스트레스를 도박행동을 촉진하는 주요 요인으로 보았다. 김영경(2012)은 스트레스, 인터넷 중독, 비합리적 도박신념, 현재 도박행동, 미래 도박행동 가능성의 관계를 살펴본 결과, 스트레스는 현재 도박행동, 미래 도박행동의 가능성과 정적 상관이 있는 것으로 나타났으며, 장정임과 윤인노, 김성봉(2014)의 연구에서도 스트레스와 도박중독, 자기 통제력은 유의미한 상관을 보였다.

### 3. 기본심리욕구

#### 가. 자기 결정성

Ryan과 Deci(2002)가 정립한 자기결정성 이론 체계에는 인지평가이론, 유기적 통합 이론, 인과지향성 이론, 기본심리욕구 이론(Basic Psychological Needs Theory; BPNT)의 네 개의 미니 이론들로 구성된 매크로 이론으로, 각각의 미니 이론들은 자기결정성과 관련된 현상들의 특정부분을 설명하기 위해 만들어진 것이다(김경미, 2012).

자기결정성이론(Self-Determination Theory: SDT)은 개인의 의지를 사용하여 자신이 있는 환경에서 보상이나 외부 압력 등에 의해서 강요된 것이 아니라 스스로 선택하여 결정하고, 욕구를 충족하기 위한 방법을 자신이 스스로 결정하는 것을 말한다. 개인이 자신의 환경에서 어떤 행동을 스스로 결정하는 기능을 나타내는 정도를 내면적 동기와 외부적 조절 동기로 유형화(Deci & Ryan, 1985)하였으며 인간이 자기 스스로 결정하는 기능을 잘 나타낸 것을 내면적 동기라고 보았다. 인간이 자신이 가지고 있는 기능을 잘 발휘하기 위해서는 기본심리욕구가 중요한 기초자료가 된다고 보았으며(Deci & Ryan, 1985), 자율성(autonomy), 유능감(competence), 관계성(relatedness)으로 구분하였다(Deci & Ryan, 1985;



Ryan & Deci, 2000). 이렇게 구분한 기본심리욕구의 세 가지 요인은 안녕감에 직접적인 영향을 미친다고 보았다(Deci, & Ryan, 2000).

따라서 자기결정성 이론에서는 개인이 속한 환경에서 기본심리욕구가 충족이 되면, 개인의 사회적 환경에서 활동에 대한 참여가 자발적이고 적극적이며, 이로 인해 성장하고, 더 나은 행복과 만족을 가지게 되지만, 기본심리욕구가 방해되면 개인의 동기, 성장, 존엄성과 삶의 질은 떨어진다고 보고 있다(Ryan & Deci, 2002; 옥가희, 2005).

#### 나. 기본심리 욕구의 개념

기본심리욕구이론은 개인의 가치형태와 조절양식을 심리적 건강과 연결시켜 기술함으로써 개인의 건강이나 심리적 안녕, 동기, 목표 간의 관련성을 시대와 성별, 상황, 문화적 다양성을 넘어서서 설명하기 위해 도입되었다. 그러므로 개인의 안녕(well-being)은 기본심리욕구에 대한 충족이 기초가 되므로 삶의 목표의 내용을 탐색할 때도 기본심리욕구와 관련시켜 개인의 물리적, 사회적 환경 내의 다양한 내적, 외적 목표에 대한 탐색이 필요하다는 주장이 대두된 것이다(Grouzet, 2010). 따라서 인간의 기본 심리적 욕구는 삶의 만족도 향상을 위해 필수적인 것이라고 주장되기도 한다(김주환, 김은주, 홍세희, 2006; Deci & Ryan, 2000; 오혜진, 2011).

Ryan과 Deci(2008)는 기본심리욕구를 인간이 가지고 있는 최고의 기능을 발휘할 수 있게 하는 것으로, 인격적인 성장과 통합, 웰빙과 사회적 발전을 가능하게 해주는 보편적이고 선천적인 영향소라고 정의 하였다(오혜진, 2011). Baard, Deci와 Ryan(2004)의 연구에서는 직장인들이 기본심리욕구의 충족을 더 많이 경험을 할수록 활력을 더 많이 느끼며, 불안은 적게 경험하는 것으로 나타났다(황혜원, 2014). 이와 같이 욕구의 충족을 통해서 개인의 건설적인 사회성 발달과 개인 내적인 안녕감과 같은 성장하고 통합하는 자연적 성향을 촉진할 수 있다(Ryan & Deci, 2002).

Reis(2000)의 연구에서는 기본심리욕구의 충족은 내재동기를 성취하는 경험을 하고, 욕구가 충족되지 못할 때에는 일상생활에서 안녕감을 느끼지 못하는 것으로 나타났다. 따라서 기본심리욕구의 자율성, 유능감, 관계성 모두 안녕감과 유의

미한 관계가 있는 것으로 나타났다(황혜원, 2014).

자기결정성에 영향을 미치는 기본 심리적 욕구인 자율성(autonomy), 유능성(competence), 관계성(relatedness)은 자기결정성을 통한 내재적 동기의 발생을 자극하여 학습, 성장, 발달을 위한 자연적 동기를 제공하게 된다. 또한 인간이 독립적으로 목표를 향해 행동하고, 자신을 향한 우월감을 통해 자기 확장이나 개인적 유능성을 가질 수 있도록 한다(Deci & Ryan, 1985; 옥가희 2015). 즉 인간은 태어나면서부터 성장하고 통합하고자 하는 경향을 가지고 있으며, 이 세 가지 유기적인 심리적 욕구를 지지하고 만족시키는 경험을 지속적으로 제공해주는 사회적 환경에서는 개인의 학습, 성장, 발달에 대한 선천적으로 주어진 내재적 동기가 자연스럽게 발현되어, 자신의 행동을 스스로 통제하고 조절하는 자기결정이 이루어지게 된다고 본다(옥가희, 2015). 또한 이 세 가지 욕구들은 개인의 심리적 성장과 발달에 필요한 특성을 설명하는 데 중요할 뿐만 아니라, 이러한 성장과 발달을 지원하거나 방해하는 환경적 특성을 이해하는 데도 필수적인 요소이며 인간이 독립심이나 개인적 통제를 얻으려는 목표를 가지고 있고, 개인이 우월감을 가지고 있다는 것은 자기확장, 자기고양(self-enhancement), 개인적 유능감을 가지고 있음을 시사한다(김아영 2010).

기본심리적 욕구의 하위요인인 자율성욕구, 유능성욕구, 관계성욕구에 대해서 살펴 보면 다음과 같다.

### 1) 자율성에 대한 욕구(need for autonomy; 자율성욕구)

자율성의 욕구는 기본심리욕구에서 가장 핵심적인 욕구로서 자신이 선택하고 결정하여 행동하며, 자신의 감정을 자유롭게 표현하는 개인적인 욕구로 정의한다(Deci & Ryan, 2002). ‘자율적으로 행동한다’라는 의미는 누군가에 대한 압력에 영향을 받지 않고, 어떤 것에 대한 흥미와 필요 등을 스스로 느끼고 선택하여 행동하는 것이다. 다시 말해서 모든 행동의 근원은 자신이라고 생각하며, 모든 것에 있어서 스스로 행동한 주체자로 생각하여 행동하는 것을 의미한다. 자율성이 높은 사람은 동기부여와 책임감이 높게 나타났으며(Grolnick & Ryan, 1989; Vallerand et al, 1997; 신종호 외, 2010), 이와 반대로 자율성이 아닌 통제성으로 자신의 선택의 제한을 받으면, 자신에 대한 불안감이 높아지며 스스로 하고 있는 의욕이 낮아지고 개인의 정서적, 인지적 적응에 부정적인 영향을 주는 것으로 나



타났다(김아영 외, 2008). Thomas와 Tymon(1994)는 자율적으로 선택할 수 있는 상황에서 내적 동기가 부여되고 이것이 직무 만족과 높은 관련성이 있다고 하였다(황혜원, 2014)

deCharms(1976)는 자율성 욕구에 대하여 개인적 인과이론에서 유래된 개념으로 사람들은 행동의 원인이나 주체가 자신에게 있다고 느끼기를 원하고, 스스로 목표를 세우고 행동하는 조절자라고 믿고 자기에게 중요한 것과 가치 있는 것이 무엇인가를 결정할 수 있는 자유를 원한다는 것이다(Deci & Ryan, 2002; 김아영, 2010). 또한 자율성 욕구는 어떤 일을 할 때 선택이나 의사결정의 유연성을 원하는 것으로, 외부로부터의 통제나 압력에 상관없이 자신이 스스로 행동을 결정할 수 있는 자유로움을 추구하는 욕구이다(Deci & Ryan, 1985). 즉 개인이 자신의 목표를 스스로 설정하고 무엇이 중요하고 무엇이 의미 있는 지를 스스로 결정하며, 자신의 행동의 주체가 바로 자신임을 느낄 때 자율성에 대한 욕구가 충족된다고 본다.

흔히 자율성과 독립성을 같은 개념으로 오해하기도 하나 Ryan과 Deci(2002)는 별개의 독립된 개념으로 정의한다. 독립성은 타인의 지원이나 안내에 의존하지 않는 것 즉, 개인에 의존적이지 않다는 것을 의미한다. 반면에 자율성은 통제당하고 있고 조종당하고 있다는 느낌을 경험하는 타율성(heteronomy)에 대비되는 개념 즉 스스로 선택하고 결정한다는 의미이므로 독립성과 자율성은 자기 결정성이론에서 대체로 직교적인 개념으로 본다. 따라서 자율성이 항상 다른 사람에게 의존하는 것을 부정하고 다른 사람과의 관계로부터의 분리를 의미하는 것은 아니다. 예를 들어 다른 사람에게 의존하기로 스스로 선택한다면 그것은 자율적인 행동인 것이다(Ryan & Deci, 2002).

## 2) 유능성에 대한 욕구(need for competence; 유능성 욕구)

유능감은 환경에 상호작용을 통해서 원하는 결과에 도달하려는 개인의 욕구이다(Deci & Ryan, 1985). 유능감은 기술과 능력을 획득하기보다는 어떤 일을 최선을 다해 수행하여 목적을 달성하면서 느껴지는 자신감과 효율성을 느끼는 것이라고 할 수 있다(Ryan & Deci, 2002). 이러한 유능감의 욕구는 능력을 발휘할 수 있는 최적의 조건을 찾게 하고 활동을 통해 기술과 능력을 유지하고 발전시키려는 시도를 하게 한다(이명희, 김아영, 2008). 유능감은 현재의 기술과 재능에

맞는 수준보다 어렵고 복잡한 과제에 참여할 때 강한 흥미를 느끼게 한다. 이로 인해 현재 가지고 있는 기술이나 능력이 향상되고 있다고 느낄 때, 유능감에 대한 욕구는 충족되어지며 만족감을 강하게 느낀다(Reeve, 1996). 이렇게 형성된 유능감에 대한 욕구충족과 만족은 내적 동기에 영향을 미치고 업무결과에 긍정적인 결과를 나타낸다(Maarten et al, 2007). 그러나 개인이 가지고 있는 유능감보다 과소평가된 경우에는 성공에 대해서 큰 기대를 하지 않으며, 자신의 능력을 높이 평가하지 않는다는 믿음으로 인해 주어진 일을 계속해서 하지 않는다는 것을 발견하게 된다(Ilardi, Leone, Kasses & Ryan, 2006).

Broeck 등(2008)은 유능감과 자기 효능감(self-efficacy)이 유사한 개념이지만, 중요한 부분에서 다르다고 하였다. 자기 효능감은 특정 활동을 성공적으로 할 수 있다는 개인의 인지적 기대(Cognitive expectancies)이지만, 유능감은 자기 효능감보다 단기적이고 일반적으로 현재 자신의 일에서 최선을 다하면 원하는 목표와 결과를 획득할 수 있다는 자신에 대한 믿음이라고 할 수 있다. 그러므로 유능감은 자기 효능감과 달리 어떤 일을 잘 해낼 수 있다는 자신감으로 행동하고, 이를 자신의 것으로 내면화하여 목적을 향해 최적의 행동을 할 수 있도록 하는 인간의 기본심리욕구이다.

유능성은 초기 Deci(1972)의 내재동기이론에서 핵심적인 기능을 하였다. 유능성 욕구는 개인으로 하여금 자신의 능력에 비추어서 최적의 도전을 추구하고, 행위를 통해서 이러한 기술과 역량을 유지하고 향상시키려고 끊임없이 노력하게 한다. 따라서 유능성 욕구는 획득한 기술이나 역량자체라기보다 개인이 자신의 유능하다고 느끼고 싶어 하는 지각에 대한 것이기 때문에 맥락에 따라 유능감(perceived competence)으로 표현되기도 한다. 유능성 욕구는 사회적 환경과 지속적이고 효과적으로 상호작용할 기회가 주어질 때 충족되는데, 긍정적 피드백과 자율성 지지는 유능성 욕구를 충족시키고 결과적으로 내재동기를 증진시킨다는 것이 확인되었다(Deci & Cascio, 1972; Vallerand & Reid, 1984; 김아영, 2010).

이런 유능감에 대한 지지는 동기의 내재화를 촉진하고 외적으로 동기화된 행동의 자기조절을 촉진하는 데 기여한다고 주장한다(Deci & Ryan, 2000; 오혜진, 2011). Ryan와 Deci(2002)는 유능감은 기술과 능력을 획득하는 것이라기보다는 행동을 통해 자신감과 효율성을 느끼도록 하는 것임을 보여주는 것이며, 유능감

에 대한 지지는 동기의 내재화를 촉진하고 외적으로 동기화된 행동의 자기조절을 촉진하는 데 기여한다고 주장한다. 다시 말해, 목표행동 수행에서 유능감을 느끼지 못하면 행동의 조절을 내재화할 수 없다는 것이다.

### 3) 관계성에 대한 욕구(need for relatedness; 관계성욕구)

Deci와 Ryan(2000)은 사람들은 타인과 관계를 맺고 연결되어 있다고 느끼고 타인에게 관심을 갖고 타인이 자신을 배려한다고 느끼며 자신이 소속된 사회 환경에 속해 있다는 느낌을 받고 싶은 욕구를 가지고 있다고 하였다.

관계성 욕구는 사람들이 자신이 속한 집단이나 지역 사회에 소속되어 있다고 느끼기를 원하는 소속감에 대한 욕구(need for belongingness)나 친애의 욕구(need for affiliation)와 비슷한 개념으로 볼 수 있다. 또한 타인으로부터 어떤 특정한 결과를 얻거나 공식적인 지휘를 획득하는 것에 대한 관심이 아니라 타인과 안정적인 조화를 이르거나 교제를 하고 있다는 심리적인 지각에 관한 것이다(Ryan & Deci, 2002). 관계성은 유능감의 영향을 받으며(김아영, 2007), 관계성을 통해서 무언가를 획득하고자 하기 보다는 다른 사람들의 관계와 소속감을 통해서 심리적인 안정을 얻고자 하는 것이다.

관계성 욕구는 자율성과 유능감 욕구처럼 내재적 동기를 내면화 하는 데 직접적인 영향을 주는 욕구는 아니지만, 다른 사람들과 정서적인 관계와 지지를 통해서 심리적인 어려움에서 회복할 수 있는 힘을 갖게 하고, 의미 있는 대상을 통해서 어떤 일을 시작하거나 유지할 수 있는 간접적인 역할을 하게 한다. 최근의 연구를 살펴보면, 관계성 욕구가 만족될수록 내재적 동기 수준이 높고, 과제에 더욱 잘 참여하고, 생활 만족도가 높은 것으로 나타났다(김은주, 2007; 도승이, 2009; 황혜원, 2014).

#### 다. 선행연구동향

Ryan& Deci(2002)의 연구에서 기본심리욕구를 통하여 개인의 건설적인 사회성 발달과 개인내적인 주관적 안녕감이 성장하고 통합하여 개인의 자연적 성장을 촉진할 수 있다고 나타났다.

최근 국내 연구에서 대학생과 및 청소년의 기본 심리욕구의 만족 수준은 안녕감이나 진로 및 학업 관련 행동, 성취도 등에 유의미한 영향을 미친다는 것을 확

인했다(김아영, 이명희, 2008; 김은영, 2007; 김주환, 김은주, 홍세희, 2006; 한소영, 신희천, 2009; 김경희, 2011).

#### 라. 일상스트레스와 기본심리욕구의 관계

일상적 생활사건 스트레스는 중대한 생활사건 스트레스보다 개인에게 미치는 영향력은 약하지만 훨씬 자주 발생하기 때문에 오랫동안 누적될 경우 개인의 적응 및 건강에 더 강력하게 영향을 미칠 수 있다(Felsten, 2004; Larzarus & Folkman, 1984). 또 이러한 일상스트레스는 생활환경에서의 혼란으로 개인의 항상성 유지를 위협하고 이러한 위협을 충분히 대처하지 못할 때 발생한다(전경구, 김교현, 1991).

일상스트레스와 기본심리욕구의 관계에 대하여 살펴보면 기본심리욕구는 스트레스 사건에 대처하는 방식에도 영향을 미치는데 심리적 욕구충족이 충분하고 자기결정성이 높은 사람은 자신의 목적과 의도가 분명하며 자신의 자발적인 동기에 따라 행동할 수 있기 때문에 스트레스 사건에 대한 외부 압력에 대해 어떻게 반응할 것인지 의지적으로 결정할 수 있고 심리적 거리를 유지할 수 있다(곽소영, 손은정, 2008). 또한 기본심리욕구(자율성, 유능성, 관계성)가 충족되면 스트레스 사건에 압박을 덜 느끼고 갈등을 위협보다는 도전으로 본다. 이와 반대로 기본 심리욕구가 충족되지 않으면 자신의 목적과 선호에 대해 분명하지 못하기 때문에 외부의 스트레스와 압박감, 그리고 부담감을 더 많이 느끼게 된다는 것이다. 즉, 일상스트레스가 높을수록 기본심리욕구(자율성, 유능성, 관계성)과 부적상관으로 나타나는데 이는 결국 성인의 일상스트레스가 높을수록 기본심리욕구(자율성, 유능성, 관계성)에 영향을 주어 스트레스의 긍정적 해소 및 완화에 어려움을 겪는다(최정관, 2014). 따라서 기본심리욕구는 생물이 생존하기 위해 영양분이 필수적이듯 인간이 심리적으로 제대로 기능하기 위해서 필수적으로 충족되어야 하는 영양소이기 때문에 이것들이 충족되지 않으면 성격과 인지구조에서의 성장과 안녕에 문제가 생긴다고 본다(Ryan& Deci,2002).

일상스트레스와 기본심리욕구의 선행연구에 따르면 권순홍(2013)은 기본심리욕구 만족과 스트레스간의 관계를 분석하여 둘 사이의 부적 상관관계를 도출해내었으며, 기본 심리욕구의 하위 변인인 자율성, 유능감, 관계성과 스트레스 간에

모두 유의한 부적 상관을 보인다고 하였다. 이와 같은 결과는 일상스트레스와 직접적으로 연관된 기본심리욕구의 중요성을 예측할 수 있다. 하지만 성인의 일상스트레스와 기본심리욕구의 관계를 탐색한 연구는 많지 않았다. 따라서 기본심리욕구는 내적, 외적인 긴장에 대응하면서 개인이 가지고 있는 능력으로 일상스트레스에 긍정적인 역할을 할 것으로 예측하며 일상스트레스에 충족된 기본심리욕구는 삶에 긍정적 영향을 주는 기능을 할 것으로 본다.

자기결정성 이론에서 제시하는 기본심리욕구 만족 정도가 경마장 이용자의 일상스트레스와 어떤 관계인지 살펴보는 것은 일상스트레스로 인한 부정적 요인과의 관계를 탐색할 뿐만 아니라 나아가 기본심리욕구가 충족된 well-being에 도움을 줄 수 있을 것이다.

이에 본 연구에서는 성인 경마장 이용자의 자율성, 유능감, 관계성에 따른 기본심리욕구 만족이 일상스트레스와 어떤 관계에 있는지를 확인하고자 한다.

#### **마. 일상스트레스, 기본심리욕구, 도박행동의 관계**

개인은 기본심리욕구 충족을 통해서 효율성과 관계형성 그리고 내재동기를 성취하는 경험을 하게 되고, 욕구가 좌절되는 경험을 할 때 일상생활에서 개인의 안녕감을 느끼지 못하게 된다(La Guardia, Ryan, Couchman, & Deci, 2000; Reis, Sheldon, Gable, Roscoe & Ryan, 2000; 오혜진, 2011),

Reis et al.(2000)은 기본심리욕구의 만족은 삶의 질적 성장을 이끌어낸다고 하였고 기본심리욕구는 개인마다 다르게 지각되지만 매일의 일상과 일상의 진행과정, 행복한 삶을 예측하는 데 기본심리욕구가 영향을 미친다고 밝혀냈다. 따라서 일상생활에서 도박행동을 기본심리욕구를 통해 스트레스나 심리적 안정을 다룰 수 있다면 그리고 기본심리욕구 충족으로 스트레스 대처가 가능하다면 특별히 도박 행동을 대상으로 자기-처방을 할 필요가 줄기 때문에 스트레스와 도박문제 사이의 관계에 영향을 미칠 것이라고 예측 할 수 있다.

한기홍(2008)은 인터넷의 익명성, 네트워크라는 요소가 인간의 안전의 욕구, 소속 및 애정의 욕구를 충족시킨다는 연구 결과들을 통해 현실에서 충족하지 못하는 욕구들을 인터넷 공간에서 대리만족의 욕구충족이 인터넷 중독 행동을 강화시키고, 욕구충족이 될수록 인터넷 중독이 감소될 것이라고 하였다. 이는 일상

현실에 기본 심리적 욕구가 충족되지 못하며 그 대리 만족을 위해 도박과 같은 행위 중독에 노출될 수 있다는 가설이 가능하다. 이에슬 외(2015)의 연구에서 스트레스 사건과 관련하여 관계성, 유능성, 자율성의 기본심리욕구 충족을 저하시키고 도박중독을 증가시킨다고 보고하였으며, 정다희 외(2016)의 연구에서도 도박부채가 있으면 자율성, 유능성, 관계성과 같은 기본심리욕구가 감소되고 이것은 도박중독을 증가시킨다고 나타났다.

스트레스가 다양한 중독 문제의 촉진 요인인 점을 감안할 때(Goeders, 2003) 기본심리욕구의 충족은 스트레스와 관련이 있으며 이를 통해 도박행동 문제로부터 개인을 보호하는 기능을 할 수 있다(최정현 외, 2014). 따라서 본 연구에서는 도박중독 문제에 대한 심리적 저항력을 기르기 위해 어떠한 요인들이 영향을 미치는지 탐색하기 위해 ‘기본심리욕구’를 매개요인으로 선정하고, 자기결정성이론에 근거하여 기본적인 심리적 욕구가 충족되면 자기결정성이 높아지고, 스트레스에 보다 적응적으로 대처할 수 있으므로 문제 도박행동의 감소에 영향을 미칠 수 있다고 가정하고 이를 검증하고자 한다.

### Ⅲ. 연구방법

#### 1. 연구대상 및 절차

본 연구는 자료 수집을 위하여 2017년 3월 25일 제주특별자치도에 위치한 제주 경마장 이용객을 대상으로 하였다. 표본추출방법은 비확률 추출 방법 중 임의적 편의추출방법을 활용하여 20세 이상의 성인 600명을 조사 대상자를 선정하였다. 조사과정에서 443명이 설문에 응답했으나 그 중 불성실하게 응답한 것으로 판단되는 60명을 제외하고 383명(86.5%)의 자료를 최종 분석에 활용하였다.

연구 대상자의 사회 인구학적 특성을 보면 표Ⅲ-1과 같다.

표 Ⅲ-1. 연구 대상자의 사회인구학적 특성 (N=383)

변인	구분	빈도(명)	백분율(%)
성별	남	295	77.0
	여	70	18.3
	무응답	18	4.7
연령	20대	2	.5
	30대	22	5.7
	40대	63	16.4
	50대	180	47.0
	60대	87	22.7
	70대	19	5.0
	80대이상	4	1.0
	무응답	6	1.6
학력	초졸	5	1.3
	중졸	35	9.1
	고졸	198	51.7
	대졸	107	27.9
	대학원(재학)졸	9	2.3
	기타	10	2.6
	무응답	19	5.0



표 III-1. 연구 대상자의 인구사회학적 특성

(N=383)

변인	구분	빈도(명)	백분율(%)
직업	경영/관리직	9	2.3
	전문/자유직	66	17.2
	판매/서비스직	31	8.1
	농업, 어업, 축산업	46	12.0
	일용직 노무	56	14.6
	자영업	88	23.0
	학생	1	.3
	전업주부	26	6.8
	무직 및 기타	50	13.1
	무응답	10	2.6
월 총수입	없음	25	6.5
	100만원 미만	36	9.4
	100~200만원 미만	63	16.4
	200~300만원 미만	96	25.1
	300~400만원 미만	82	21.4
	400~500만원 미만	35	9.1
	500~600만원 미만	17	4.4
	600~700만원 미만	9	2.3
	800만원 이상	18	4.7
	무응답	2	.5
첫 방문 계기	혹시 돈을 따지 않을까 싶어서	72	18.8
	사람들과 친목을 도모하기 위해서	29	7.6
	짜릿한 흥분과 쾌감을 맛보고 싶어서	30	7.8
	여가생활이나 레저목적에서	110	28.7
	복잡한 일들에서 잠시 벗어나고 싶어서	95	24.8
	기타	46	12.0
	무응답	1	.3
현재 방문 목적	혹시 돈을 따지 않을까 싶어서	96	25.1
	사람들과 친목을 도모하기 위해서	17	4.4
	짜릿한 흥분과 쾌감을 맛보고 싶어서	53	13.8
	여가생활이나 레저목적에서	92	24.0
	복잡한 일들에서 잠시 벗어나고 싶어서	98	25.6
	기타	27	7.0



본 연구의 대상은 383명이며 남성 295명(77.0%), 여성 70명(18.3%), 무응답 18명(4.7%)이다. 연령에 따른 결과 50대 180명(47.0%), 60대 87명(22.7%), 40대 63명(16.4%), 30대 22명(5.7%), 70대 19명(5.0%), 무응답 6명(1.6%), 80대 이상 4명(1.0%), 20대 2명(0.5%) 순 이고, 학력에 따른 결과 고졸 198명(51.7%), 대졸 107명(27.9%), 중졸 35명(9.1%), 무응답 19명(5.0%), 대학원(재학)졸 9명(2.3%), 기타 10명(2.6%), 초졸 5명(1.3%) 순이다. 직업에 따른 결과 자영업 88명(23.0%), 전문/자유직 66명(17.2%), 일용직 56명(14.6%), 농업 어업 축산업 46명(12.0%), 무직 및 기타 50명(13.1%), 판매/서비스직 31명(8.1%), 전업주부 26명(6.8%), 무응답 10명(2.6%), 경영/관리직 9명(2.3%), 학생 1명(0.3%) 순 이고, 월 총수입 200~300만원 미만 96명(25.1%), 300~400만원 미만 82명(21.4%), 100~200만원 미만 63명(16.4%), 100만원 미만 36명(9.4%), 400~400만원 미만 35명(9.1%), 없음 25명(6.5%), 500~600만원 미만 17명(4.4%), 600~700만원 미만 9명(2.3%), 무응답 2명(0.5%) 순 이다. 첫 방문계기에 따른 결과 ‘여가생활이나 레저목적에서’ 110명(28.7%), ‘복잡한 일들에서 잠시 벗어나고 싶어서’ 95명(24.8%), ‘혹시 돈을 따지 않을까 싶어서’ 72명(18.8%), ‘기타’ 46명(12.0%), ‘짜릿한 흥분과 쾌감을 맛보고 싶어서’ 30명(7.8%), ‘사람들과 친목을 도모하기 위해서’ 29명(7.6%), 무응답 1명(0.3%)이고 현재 방문목적에 따른 결과는 ‘복잡한 일들에서 잠시 벗어나고 싶어서’ 98명(25.6%), ‘혹시 돈을 따지 않을까 싶어서’ 96명(25.1%), ‘여가생활이나 레저목적에서’ 92명(24.0%), ‘짜릿한 흥분과 쾌감을 맛보고 싶어서’ 53명(13.8%), ‘기타’ 27명(7.0%), ‘사람들과 친목을 도모하기 위해서’ 17명(4.4%) 순 이다.

## 2. 측정 도구

본 연구에서 독립변수인 일상스트레스, 종속변수 경마장 이용객의 도박행동, 매개변수인 기본심리욕구를 알아보기 위하여 다음과 같이 각각의 검사 도구를 사용하였다.

### 가. 일상스트레스 척도

일상 스트레스를 측정하기 위해 이연숙(2010)이 개발한 스트레스 설문을 사용하였으며, 경마장이라는 장소 특성상 적은 문항 수로 스트레스를 평가해야 함에 있어서 본 척도를 사용하였다.

스트레스에 대한 평가 점수는 Likert scale은 5점 척도로 평가하도록 구성되어 있다. ‘전혀 그렇지 않다(1점)’, ‘약간 그렇다(2점)’, ‘웬만큼 그렇다(3점)’, ‘상당히 그렇다(4점)’, ‘아주 그렇다(5점)’으로 20개 모든 문항에서 스트레스 증상이 전혀 없는 경우 20점이며 모든 항목에서 ‘아주 그렇다’는 100점에 해당 된다. 20개의 문항 스트레스 설문에 대한 Cronbach’s  $\alpha$  값은 0.966이다.

본 연구에서 신뢰도 검증을 실시한 결과 Cronbach’s  $\alpha$ 는 .943으로 표Ⅲ-1과 같다.

표Ⅲ-2. 스트레스 척도의 문항 및 신뢰도

척도	문항수	Chronbach's $\alpha$
스트레스	20	.943

### 나. 도박행동 척도

본 연구에서는 성인 경마장 이용객의 도박행동을 측정하기 위해 Ferris와 Wynne(2001)이 개발한 CPGI(Canadian Problem Gambling Index)척도 31문항 중 이경희(2009)가 번안한 ‘문제도박 심각도 척도’를 김아영, 차정은, 권선중, 이순묵(2011)이 한국판으로 제작한 PGSI(Problem Gambling Severity Index)척도 9 문항을 사용하였다. PGSI(CPGI)는 지역사회 일반 인구를 대상으로 도박중독 유

병률을 조사하기 위해서 개발 되었는데 한 개인의 평생 도박경험이 아닌, 조사 시점을 기준으로 지난 1년간의 도박행동에 대해서 측정할 수 있도록 되어 있으며, 조사 대상자의 현재 도박 유병률을 측정할 수 있다.

PGSI는 ‘아니다(0점)’에서 ‘거의 항상 그렇다(3점)’ 사이의 4점 Likert 척도로 총점에 따라 비도박(0점), 저위험도박(1-2점), 중위험도박(3-7점), 문제 도박(8-27점)으로 분류된다.

본 연구에서 신뢰도 검증을 실시한 결과 9개 문항 전체의 Cronbach's  $\alpha$ 는 .903으로 신뢰할 수준으로 표Ⅲ-3과 같다.

표Ⅲ-3. 도박행위 척도의 문항 및 신뢰도

척도	문항수	Cronbach's $\alpha$
도박행위	9	.903

#### 다. 기본심리욕구 척도

기본심리욕구를 측정하기 위해 자기결정성이론에 근거하여 Ryan과 Deci(2002, 2004)가 개발한 기본심리욕구 척도(BPNS; Basic Psychological Need Scale)를 이명희와 김아영(2008)이 번안하고 타당화한 척도를 사용하였다. 하위요인은 자율성, 유능성, 관계성 3개의 요인으로 각 6문항으로 총18문항으로 구성되어있으며, ‘전혀 아니다’에서 ‘매우 아니다’의 5점 Likert 척도이다. 각 영역에서 점수가 높을수록 기본심리욕구가 충족되었음을 나타낸다. 이명희와 김아영(2008)의 연구에서 Chronbach's  $\alpha$ 는 자율성 .70, 유능성 .75, 관계성 .78로 나타났으며, 최희철 외(2009)의 연구에서는 자율성 .77, 유능성 .80, 관계성 .82로 나타났다.

본 연구의 기본심리적욕구 18문항 전체의 Cronbach's  $\alpha$ 는 .876으로 나타났으며, 하위요인인 자율성 .613, 유능 .878, 관계성 .817를 나타냈다.

표Ⅲ-4. 기본심리욕구 척도의 문항구성 및 신뢰도

하위요인	문항번호	문항수	Chronbach's α
자율성	1*, 2*, 3*, 4, 5, 6*	6	.613
유능성	7, 8, 9, 10, 11, 12	6	.878
관계성	13, 14*, 15, 16, 17, 18	6	.817
전 체		18	.876

\*역산문항

### 3. 자료처리

본 연구에서 수집된 자료는 통계분석 프로그램인 SPSS 18.0 program을 활용하여 다음과 같이 분석하였다.

첫째, 연구 대상의 인구사회학적 특성을 알아보기 위해 빈도와 백분율을 살펴 보았다.

둘째, 측정도구의 신뢰도를 알아보기 위해 Cronbach's α 계수를 산출하였다.

셋째, 측정변인들의 기술적 특성을 파악하기 위해 변인들의 평균, 표준편차, 왜도, 첨도를 산출하였다.

넷째, 일상스트레스, 도박행동, 기본심리욕구의 상관관계를 알아보기 위해 Pearson 상관분석을 실시하였다.

다섯째, 스트레스와 도박행위 간의 관계에서 심리욕구가 매개효과를 보이는지 를 알아보기 위해 Baron & Kenny(1986)의 매개효과 검증절차를 실시하였다.

여섯째, 매개효과의 통계적 유의성을 검증하기 위해 Sobel test(Sobel, 1982) 실 시하였다.

## IV. 연구결과

### 1. 주요 변인의 기술 통계

본 연구의 주요 변인인 일상스트레스, 도박행동, 기본심리욕구에 대한 기술 통계분석 결과는 표 IV-1과 같다.

표 IV-1. 주요 변인의 기술통계량 (N=383)

측정 변인	평균	표준편차	왜도	첨도	반응척도	
일상스트레스	2.068	.837	.923	.551	1-5	
도박행동	.772	.686	.965	.447	0-3	
기본심리욕구	자율성	2.299	.613	.011	-.082	1-5
	유능성	2.821	.906	.290	-.235	1-5
	관계성	2.629	.814	.081	-.577	1-5
	전체	2.552	.649	-.008	-.378	1-5

위 표에서 보는 바와 같이, 독립변인인 일상스트레스의 평균은 2.068로서 평균값 3보다 다소 낮으며, 종속변인인 도박행동의 평균은 .772로서 평균값 1.5보다 낮다. 매개변인인 기본심리욕구의 전체평균은 2.552로서 평균값 3보다 낮으며, 하위영역 자율성의 평균 2.299, 유능성의 평균 2.821, 관계성의 평균 2.629로 평균 3보다 낮은 수치를 보이고 있다. 스트레스, 도박행동, 기본심리욕구는 평균보다 낮게 나타났다. 연구 대상자들은 스트레스를 평균보다 낮은 정도의 스트레스를 받으며 낮은 도박행동을 보인다. 기본심리욕구에 대해서는 낮은 충족감을 경험하는 것으로 볼 수 있다.

자료의 정규성을 만족시키기 위해서는 왜도의 절대값이 3미만, 첨도의 절대값이 10미만이어야 하는데(Kline, 1998), 본 연구의 왜도 절대치는 .008~.923의 범위에 있으며 첨도인 경우 .082~.577의 범위에 있어 정규분포의 가정을 충족시키고 있다.

## 2. 일상스트레스, 도박행동, 기본심리욕구의 상관관계

본 연구의 주요 변인들 간의 상관관계를 알아보기 위해 Pearson 상관분석을 실시하였다. 일상스트레스, 도박행동, 기본심리욕구 간의 상관분석 결과는 표 IV-2와 같다.

표 IV-2. 일상스트레스, 도박행동, 기본심리욕구의 상관분석 결과 (N=383)

구분	1	2	3	3-1	3-2	3-3
1. 일상스트레스	1					
2. 도박행위	.540**	1				
3. 기본심리욕구	-.215**	-.231**	1			
3-1. 자율성	-.397**	-.310**	.687**	1		
3-2. 유능성	-.035	-.130*	.861**	.402**	1	
3-3. 관계성	-.196**	-.219**	.858**	.474**	.650**	1

\* $p < .05$     \*\* $p < .01$

Rea와 Parker(2005)가 제시한 상관계수 해석기준에 따르면 0.0~0.1 거의 관계 없음, 0.1~0.2 약한 양의 상관관계, 0.2~0.4 보통의 양의 상관관계, 0.4~0.6 비교적 강한 양의 상관관계, 0.6~0.8 강한 양의 관계, 0.8~1.0 매우 강한 양의 상관관계를 나타낸다고 하였다.

이일현(2014)에 의하면 상관계수가  $0.46 \leq |r|$  이면 효과 크기는 0.8로 효과가 크며,  $0.29 \leq |r| < 0.46$ 이면 0.5로 중간정도,  $0.10 \leq |r| < 0.29$ 이면 0.2로 낮은 상관을 갖는다. 이 기준에 비추어 볼 때 일상스트레스와 도박행동 간의 상관계수인 .540\*\* 은 ' $0.46 \leq |r|$ ' 에 해당하여 효과 크기는 0.8의 범주로 효과가 큰 정적 상관을 보이고 있다( $r=.540, p<.01$ ). 일상스트레스와 기본심리욕구의 상관계수는 -.215\*\*으로  $0.10 \leq |r| < 0.29$ 에 해당하며 0.2로 낮은 부적상관을 나타냈다( $r=-.215, p<.01$ ). 또한 도박행동과 기본심리욕구의 상관계수는 -.231\*\*이며  $0.29 \leq |r| < 0.46$ 으로 0.5의 중간정도의 범주로 부적상관을 보이고 있다( $r=-.231, p<.01$ ).

일상스트레스와 도박행동 두 변인 간의 높은 정적 상관관계는 일상스트레스가 증가함에 따라 도박행동 또한 증가하는 상관의 정도가 높음을 의미한다.

일상스트레스와 기본심리욕구 변인 간에는 낮은 부적 상관관계를 보였다. 일상스트레스가 증가하면 기본심리욕구는 충족되지 않음을 나타낸 것으로 낮은 상관관계를 나타낸 것은 기본심리욕구의 하위요인인 유능성욕구가 유의한 상관이 나타나지 않았기 때문이다. 옥가희(2015)의 직무스트레스와 기본심리욕구의 연구에서도 하위변인인 유능성욕구가 상관성이 없는 것으로 나타났다.

도박행동과 기본심리욕구의 관계에서는 중간 정도의 부적상관관계로 도박행동이 증가하면 기본심리욕구는 충족되지 않았음을 의미한다.

이상과 같이 일상스트레스, 도박행동, 기본심리욕구 간에 유의한 상관을 보여 매개효과 분석의 기본 요건을 갖추고 있어 다음과 같이 매개효과를 분석절차를 수행하였다.

### 3. 일상스트레스와 도박행동의 관계에서 기본심리욕구의 매개효과

#### 가설1.

일상스트레스와 도박행동의 관계에서 기본심리욕구는 매개효과가 있을 것이다.

가설1을 검증하기 위해 Baron & Kenny(1986)의 매개효과 검증절차에 따라 회귀분석을 실시한 결과는 표 IV-3, 그림 IV-1과 같다.

표 IV-3. 일상스트레스와 도박행동의 관계에서 기본심리욕구의 매개효과 분석결과(N=383)

단계	독립변인	종속변인	B	SE	$\beta$	t	R <sup>2</sup>	F
1	스트레스	→ 기본심리욕구	.167	.039	-.215	-4.302***	.046	18.510***
2	스트레스	→ 도박행위	.443	.035	.540	12.537***	.292	157.183***
3	스트레스 심리적욕구	→ 도박행위	.421	.036	.515	11.757***	.306	83.722***
			.127	.046	-.120	-2.749**		

\* $p < .05$     \*\* $p < .01$     \*\*\* $p < .001$

기본심리욕구가 일상스트레스와 도박행동과의 관계에서 매개 효과를 나타내는지 검증하기 위해 Baron과 Kenny(1986)의 3단계 회귀분석 검증 절차를 실시하였다. 1단계에서 독립변인인 일상스트레스가 매개변인 기본심리욕구에 유의미한 영향을 미쳐야 하며, 2단계에서 독립변인인 일상스트레스가 종속변인인 도박행동에 유의미한 영향을 미쳐야 한다. 3단계에서 매개변인인 기본심리욕구가 종속변인인 도박행동에 유의미한 영향을 미쳐야 한다. 이때 3단계에서 독립변인 일상스트레스가 종속변인 도박행동에 대한 효과가 유의하지 않으면 독립변인인 일상스트레스가 매개변인 기본심리욕구를 통해서만 영향을 주는 것이므로 완전매개효과(perfect mediating effect)가 있다. 반면, 3단계에서 종속변수 도박행동에 대한 독립변수 일상스트레스의 효과가 유의하고 2단계에서의 종속변수 도박행동에 대한 독립변수 일상스트레스의 효과보다 작게 되면 독립변수 일상스트레스가 종속변수 도박행동에 직접적인 영향과 매개변수 기본심리욕구를 통한 간접적인 영향을 모두 미치는 것이므로 부분매개효과(partial mediating effect)를 갖게 된다.

본 연구의 1단계에서 독립변인인 일상스트레스가 매개변인인 기본심리욕구에 유의미한 부적영향을 주었으며( $\beta = -.215, p < .001$ ), 2단계에서 독립변인인 일상스트레스가 종속변인인 도박행동에 유의미한 정적영향을 주었다( $\beta = .540, p < .001$ ). 3단계에서 매개변인인 기본심리욕구가 종속변인인 도박행동에 유의미한 부적영향을 미쳤으며( $\beta = -.120, p < .01$ ), 일상스트레스가 도박행동에 영향력( $\beta = .515, p < .001$ )은 유의미하였지만 2단계에서의 영향력( $\beta = .540, p < .001$ )보다 감소하였다. 따라서 기본심리욕구는 일상스트레스와 도박행동과의 관계에서 부분매개효과를 갖는다고 할 수 있다. 이는 일상스트레스가 도박행동에 정적영향을 미치고 기본심리욕구가 부분 매개하여 도박행동을 감소시키는 간접효과를 의미한다.

이러한 기본심리욕구의 부분매개효과가 통계적으로 유의한지를 검증하기 위해 Sobel Test를 실시하였다. Sobel test에서 Z점수의 절대값이 1.96 이상일 경우  $p < .05$ 수준, 2.58 이상인 경우  $p < .01$ 수준, 3.30 이상일 경우  $p < .001$ 수준에서 매개효과가 유의한 것으로 본다(Sobel, 1982). 본 연구의 Z값은  $p < .01$ 수준에서 유의하였다(Sobel test statistic: 2.68700397). 따라서 가설1은 수용되었다.

이상의 매개효과 분석결과를 그림으로 요약하면 그림 IV-1과 같다.



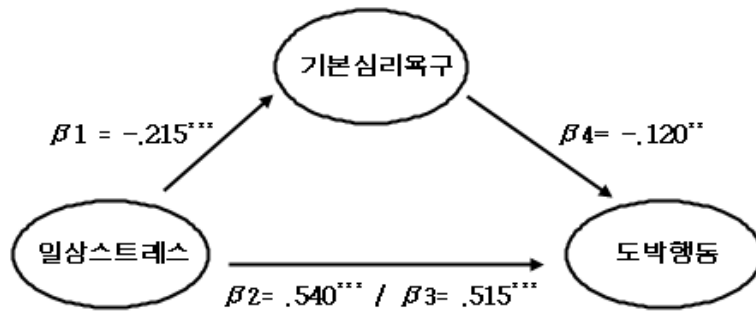


그림 IV-1. 일상스트레스와 도박행동의 관계에서 기본심리욕구의 매개효과

### 가. 일상스트레스와 도박행동의 관계에서 기본심리욕구의 하위요인인 자율성욕구의 매개효과

#### 가설1-1.

일상스트레스와 도박행동의 관계에서 자율성욕구는 매개효과가 있을 것이다.

가설1-1을 검증하기 위해 Baron & Kenny(1986)의 매개효과 검증절차에 따라 회귀분석을 실시한 결과는 표IV-4, 그림 IV-2와 같다.

표IV-4. 일상스트레스와 도박행위의 관계에서 자율성의 매개효과 분석결과 (N=383)

단계	독립변인	종속변인	B	SE	$\beta$	t	R <sup>2</sup>	F
1	일상스트레스	→ 자율성욕구	.291	.034	-.397	-8.439***	.157	71.222***
2	일상스트레스	→ 도박행동	.443	.035	.540	12.537***	.292	157.183***
3	일상스트레스 자율성욕구	→ 도박행동	.406	.038	.495	10.615***	.303	82.583***
			.127	.052	-.114	-2.438*		

\*  $p < .05$     \*\*  $p < .01$     \*\*\*  $p < .001$

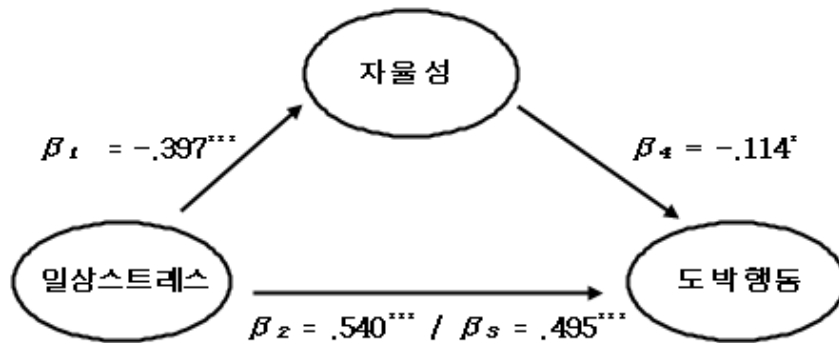


그림 IV-2. 일상스트레스와 도박행동의 관계에서 자율성의 매개효과

1단계에서 일상스트레스가 기본심리욕구의 하위요인인 자율성욕구에 유의한 부적영향을 주었으며( $\beta = -.397, p < .001$ ), 2단계에서 일상스트레스가 도박행동에 유의한 정적영향을 주었다( $\beta = .540, p < .001$ ). 3단계에서 기본심리욕구의 하위변인 자율성욕구가 도박행동에 유의한 부적영향을 미쳤고( $\beta = -.114, p < .05$ ), 일상스트레스가 도박행동에 정적영향력( $\beta = .495, p < .001$ )이 유의하며 2단계에서의 영향력보다 감소되었다. 따라서 자율성욕구는 일상스트레스와 도박행동과의 관계에서 부분매개효과를 갖는다고 할 수 있다. 즉 일상스트레스가 도박행동에 정적영향을 미치고 자율성욕구에 부분 매개하여 도박행동을 감소시키는 간접효과를 의미한다. 또한 매개효과가 통계적으로 유의한지 검증하기 위해 Sobel Test를 실시한 결과 Z값은  $p < .01$ 수준에서 유의하였다(Sobel test statistic: 2.38089463). 이는 따라서 가설1-1은 수용되었다.

#### 나. 일상스트레스와 도박행동의 관계에서 기본심리욕구의 하위요인인 유능성욕구의 매개효과

##### 가설1-2.

일상스트레스와 도박행동의 관계에서 유능성욕구는 매개효과가 있을 것이다.

가설1-2을 검증하기 위해 Baron & Kenny(1986)의 매개효과 검증절차에 따라

회귀분석을 실시하였으나 일상스트레스, 도박행동과의 상관분석에서와 같이 부분매개효과를 보이지 않았으므로 매개효과 분석의 의미는 없지만 분석결과는 표 IV-5, 그림 IV-3와 같다. 이는 추후 논의의 필요성이 요구된다.

표IV-5. 일상스트레스와 도박행동의 관계에서 유능성의 매개효과 분석결과 (N=383)

단계	독립변인	종속변인	B	SE	$\beta$	t	R <sup>2</sup>	F
1	스트레스	→ 유능성욕구	.038	.055	-.035	.683	.001	.467
2	스트레스	→ 도박행동	.443	.035	.540	12.537***	.292	157.183***
3	스트레스 유능성욕구	→ 도박행동	.439 .084	.035 .032	.537 -.112	12.533*** 2.607*	.304	83.184***

\* $p < .05$  \*\* $p < .01$  \*\*\* $p < .001$

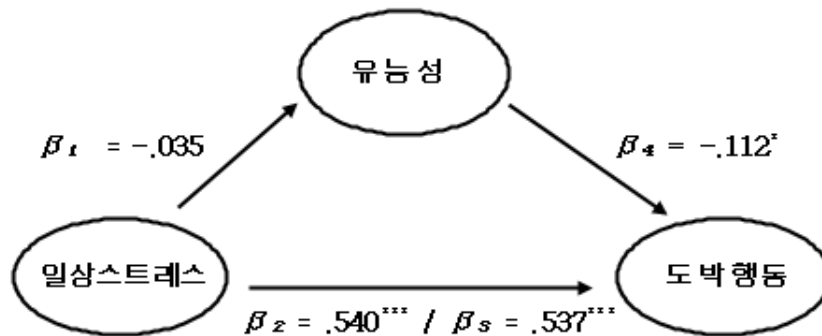


그림 IV-3. 스트레스와 도박행위의 관계에서 자율성의 매개효과

#### 다. 일상스트레스와 도박행동의 관계에서 기본심리욕구의 하위요인인 관계성의 매개효과

##### 가설1-3.

일상스트레스와 도박행동의 관계에서 관계성욕구는 매개효과가 있을 것이다.

가설1-3을 검증하기 위해 Baron & Kenny(1986)의 매개효과 검증절차에 따라 회귀분석을 실시한 결과는 표IV-6, 그림 IV-4과 같다.

표IV-6. 스트레스와 도박행위의 관계에서 관계성의 매개효과 분석결과 (N=383)

단계	독립변인	종속변인	B	SE	$\beta$	t	R <sup>2</sup>	F
1	일상스트레스	→ 관계성욕구	.190	.049	-.196	3.896***	.038	15.177***
2	일상스트레스	→ 도박행동	.443	.035	.540	12.537***	.292	157.183***
3	일상스트레스 관계성욕구	→ 도박행동	.424	.036	.517	11.867***	.305	83.555***
			.099	.037	-.118	2.706**		

\* $p < .05$  \*\* $p < .01$  \*\*\* $p < .001$

1단계에서 일상스트레스가 관계성에 유의미한 부적영향을 주었으며( $\beta = -.196$ ,  $p < .001$ ), 2단계에서 일상스트레스가 도박행동에 유의미한 정적영향을 주었다( $\beta = .540$ ,  $p < .001$ ). 3단계에서 관계성이 도박행동에 유의미한 정적영향을 미쳤고( $\beta = .517$ ,  $p < .001$ ), 일상스트레스가 도박행동에의 영향력( $\beta = .517$ ,  $p < .001$ )은 유의미하며 2단계( $\beta = .540$ ,  $p < .001$ )에서의 영향력보다 감소하였다. 따라서 관계성은 일상스트레스와 도박행동과의 관계에서 부분매개효과를 갖는다고 할 수 있다. 매개효과가 통계적으로 유의한지 검증하기 위해 Sobel Test를 실시한 결과, Z값은  $p < .01$ 수준에서 유의하였다(Sobel test statistic: 2.60919153). 따라서 가설1-3은 수용되었다.

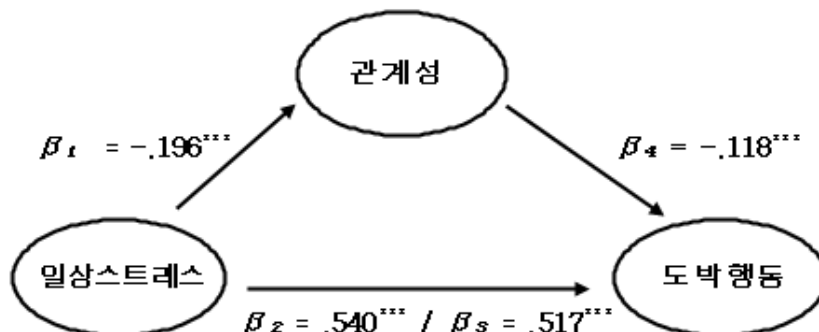


그림 IV-4. 일상스트레스와 도박행동의 관계에서 관계성의 매개효과

## V. 논의 및 결론

### 1. 연구결과에 대한 논의

본 연구는 성인을 대상으로 경마장 이용객의 일상스트레스, 기본심리욕구, 도박행동의 상관관계를 알아보고 일상스트레스가 도박행동에 미치는 영향에서 기본심리욕구의 매개효과를 검증하고자 하였다. 이를 통해 성인 경마장 이용객의 일상스트레스와 도박행동에 대한 이해와 역기능적 일상스트레스와 문제도박행동의 예방 경로인 기본심리욕구에 대해 탐색하고자 했다.

본 연구에 대한 주요 결과를 중심으로 한 논의는 다음과 같다.

첫째, 일상스트레스, 도박행동, 기본심리욕구의 상관분석을 실시한 결과 유의미한 상관관계가 나타났다.

일상스트레스와 도박행동 간에 유의미한 정적상관이 나타났다. 이러한 결과는 장효강(2015)의 생활 스트레스가 증가하면 도박행동을 높아진다는 연구결과와 일치하며 최정관(2015)의 일상적 생활스트레스는 대학생의 도박행동과의 관계에서 통계적으로 유의한 정적상관을 보인 결과는 본 연구와 맥을 같이 한다. 이는 일상스트레스의 수준이 높을수록 도박행동이 높아질 수 있음을 의미한다.

일상스트레스와 기본심리욕구 간에 유의미한 부적상관이 나타났다. 장은숙(2012)의 양육스트레스와 기본심리욕구 만족의 연구에서 부적상관을 나타낸 결과와 권순홍(2013)의 아동의 기본심리욕구가 충족될수록 일상스트레스가 낮아진다는 부적상관의 연구결과를 비롯하여, 옥가희(2015)의 중등 교사의 기본심리욕구가 높을수록 직무 스트레스는 감소함을 나타낸 연구결과는 본 연구의 결과와 부분 일치하였다. 이는 일상스트레스가 높을수록 기본심리욕구가 충족되지 않았음을 의미한다.

기본심리욕구와 도박행동에 유의미한 부적상관이 나타났다. 정민선, 김현미, 권현용(2012)의 기본욕구충족과 중독, 스트레스의 연구에서 부적상관을 나타냈으며, 장선희(2015)의 자기결정성과 스마트폰 중독과의 상관관계에서 자율성, 유능성,

관계성이 부적상관을 나타냈고, 조영선(2014)의 인터넷 중독과 기본심리욕구의 매개효과 연구에서 부적상관을 보였다. 이러한 결과들은 본 연구의 기본심리욕구와 도박행동이 부적상관을 나타낸 결과와 부분 일치하였다. 또한 기본심리욕구가 충족되면 도박행동이 낮아짐을 의미한다.

둘째, 일상스트레스가 도박행동에 미치는 영향에서 기본심리욕구의 매개효과를 검증하였다.

기본심리욕구는 일상스트레스와 도박행동 간의 관계에서 부분매개 효과를 나타냈다. 일상스트레스가 도박행동에 직접적으로 영향을 미치기도 하지만 매개변인인 기본심리욕구를 통해서 간접적으로도 영향을 미칠 수 있음을 의미한다. 즉 일상스트레스가 직접적으로 도박행동에 영향을 미치는 것과 동시에 매개변인인 기본심리욕구의 간접적인 경로를 통하여 추가적인 영향을 미치고 있는 것이다. 이는 매개변인인 기본심리욕구가 도박행동에 부정적인 영향을 미치는 일상스트레스를 감소시키는 데 영향을 주는 변인으로서의 의미가 있다.

일상스트레스가 도박행동에 미치는 영향에서 기본심리욕구의 하위요인인 자율성과 유능성, 관계성의 매개효과 검증을 하였다. 일상스트레스가 도박행동에 미치는 영향에서 기본심리적 욕구의 하위요인 중 자율성과 관계성은 매개효과를 나타냈으나 유능성은 매개효과를 보이지 않았다. 결과의 유능성은 환경과의 상호작용을 통하여 원하는 결과에 도달하려는 개인적 욕구로 자신의 역량과 표출기회가 낮고 자신이 유능하다는 느낌의 부족을 의미할 수 있다. 유능성 욕구를 충족시키는 핵심적인 환경조건은 긍정적인 피드백을 제공하고 최적의 도전이 주는 기쁨을 즐길 수 있는 기회를 마련해 주는 것이다. 유능성에 대한 심리적 욕구를 만족시켜주는 정적인 피드백은 개인의 수준에 맞는 적절한 난이도의 과제와 숙달에 의해 달성될 수 있다. 현대를 살면서 개인의 행복한 삶에 있어서 일상스트레스를 경험하지 않거나 완전 소거는 불가능한 일이다. 다양한 일상 스트레스로부터 개인의 대처능력은 내적 동기를 강화시키는 기본심리적욕구의 충족 여부에 영향을 받을 것이다.

기본심리욕구의 매개 효과를 검증하는 것은 성인 경마장 이용자의 도박 행동을 함에 있어서 건전한 도박 행동을 위한 다양한 도박 문제 요인으로부터 긍정적인 방향성 제시를 제공하기 위함이다.

도박중독, 도박문제, 도박심각도 이런 중독성 도박행동에 대한 규제가 있음에도 불구하고 단도박이 되지 않는 것은 도박이 주는 특수성이 있을 것이다. 도박에 대한 많은 선행연구들에서 그 원인의 경로를 찾기 위한 연구들이 진행되었지만 명확한 규명이나 이론의 정립은 쉽지 않다. 이러한 도박에 대한 심각도, 문제, 중독에 대한 수적 정도인 유병률을 낮추기 위해 ‘도박중독 예방치유 센터’, ‘한국도박문제관리센터’등을 비롯해 국가에서도 그 노력을 하고 있지만 지역별 제한된 기관의 수는 도박 문제를 가지고 있는 사람들에게 자유로운 접근성을 가지고 있지 않다고 본다. 또한 이러한 기관의 영향은 도박이 주는 특수성, 원인은 개인의 내적 외적 욕구까지 영향력을 미치지 못하고 있다. 외적인 욕구에 대해서는 국가, 사회, 경제, 복지 등 조직적 방안의 거시적 관점이 필요하겠으나 미시적 관점에서 개인, 어떠한 심리적 문제를 경험하고 있는 개인으로서 문제에 대한 대처력을 키울 수 있는 내적동기에 대한 강화가 필요하다고 본다. 이는 본 연구에서 다루고자한 도박에 대한 예방과 개인의 심리적 안녕을 위한 요인으로 일상스트레스 완화와 기본심리욕구의 충족을 위한 대안 마련이기도 하다.

## 2. 연구의 의의 및 제언

위에 대한 연구 결과에 대한 의의는 다음과 같다

첫째, 스트레스와 도박행동 및 도박중독, 도박문제 간의 기본심리욕구에 대한 매개변인에 대한 연구가 드물다는 점을 고려할 때, 본 연구는 도박 관련 변인들에 대한 이해와 연구의 확장에 의의가 있다.

둘째, 다수의 선행 연구에서 도박중독자나 문제성 도박자들에 치중되어 있는 반면 도박행동에 대한 연구는 예방적인 접근의 연구로 의의가 있다.

셋째, 스트레스에 대한 선행 연구 직무스트레스, 학업에 관한 스트레스, 중년 여성을 대상으로 한 특정 대상으로 한 연구들의 한정된 범위를 벗어나 도박행동과의 예방 차원에 접목할 수 있는 포괄적 범위의 일상스트레스를 연구한 것에 의의가 있다.

넷째, 도박연구에 관하여 대학생을 비롯해 학교현장에 있는 재학생을 대상으로 한 다수의 선행연구의 범위에서 벗어나 성인을 대상으로 한 연구에 의의가 있다.

본 연구는 다음과 같이 제언을 하고자 한다.

첫째, 본 연구는 전국 3곳의 경마 본장 중 제주 경마장을 대상으로 연구가 진행되었다. 향후 서울, 부산의 경마 본장을 대상으로 추가 보완적 연구가 이루어지면 전국적으로 일반화할 수 있는 연구가 될 것이다.

둘째, ‘일상스트레스’척도를 사용하면서 신뢰도를 검증하였으나 일상스트레스에 관련한 포괄적인 척도의 선택에 있어서 폭넓은 척도 선택에 제한성이 있었다. 한국 문화와 사회적 실정에 맞는 다양한 일상적 스트레스 척도 개발 및 연구의 이론적 확장이 요구된다.

셋째, 연구 대상에 있어서 대학생에 대한 다수 연구가 존재하는 반면 성인 도박에 대한 연구가 부족한 실정이며 이에 대한 폭넓은 연구를 위해 제주라는 지역적, 문화적 특성을 고려한 다각적인 관점에서의 연구가 요구된다.

넷째, 본 연구는 스트레스와 기본심리욕구 도박행동에 관련한 상관 및 영향을 연구하였다. 추후 성인을 대상으로 스트레스 완화 및 기본심리욕구의 충족을 위한 프로그램 개발은 도박문제에 관련하여 예방적인 측면을 기대할 수 있을 것으로 본다.



## VI. 참고문헌

- 강남욱 (2012). 회복탄력성, 스트레스, 스트레스 대처양식의 상관성 연구.  
인제대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 강선자 (2014). 울산시 대학생의 스마트폰 이용형태, 스트레스, 자기통제력,  
가족의사소통에 따른 스마트폰 중독 연구. 울산대학교 대학원 석사학위  
논문.
- 강성군 (2010). 도박행동과 문제의 성차: 내국인 카지노 출입자들 중심으로.  
충남대학교 대학원 박사학위 논문.
- 강정삼 (1993). 교사의 직무스트레스와 예방관리전략. 교육학연구, 30(3),  
151-173
- 공마리아, 강윤주 (2012). 대학생의 대학생활 스트레스가 정신건강에 미치는  
영향: 경기도 P시에 소재한 대학을 중심으로. 재활심리연구, 19(1),  
1-22.
- 곽소영, 손은정 (2008). 이성관계에서 심리적 욕구충족이 관계만족에 미치는  
영향. 한국심리학회지: 여성, 13(2), 177-195.
- 권선중, 김교현, 성한기, 이민규, 강성군 (2007). 성인과 남자 청소년의 불법  
인터넷 도박문제와 위험요인 그리고 예방 전략. 한국심리학회지: 건강,  
12(1), 1-19.
- 권선중, 김교현, 최지욱 (2006). 아동의 성인도박 인식실태와 도박성 게임행동  
예측요인. 한국심리학회, 11, 147-162.
- 권선중, 이재갑, 서현경, 최정현 (2014). 스트레스와 도박문제의 관계: 여가활  
동과 행복경험의 조절효과. 한국심리학회지: 건강, 19(3), 851-863
- 권순홍 (2013). 아동의 기본심리욕구 충족 및 일상적 스트레스와 안녕감 간  
의 관계. 서울여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 김경미 (2012). 빈곤아동이 자기결정성이 심리적 복지감에 미치는 영향. 대  
전대학교 대학원 박사학위논문.

- 김경훈 (2013). 문제도박자의 단도박변화단와 단계별 단도박변화동기, 도박 인지요류, 도박거절 자기효능감. 대구대학교 대학원 박사학위논문.
- 김경희 (2011). 긍정정서와 자기결정성 요인이 삶의 의미에 미치는 영향. 가톨릭대학 상담심리대학원 석사학위논문.
- 김교현 (2006). 도박행동의 자기조절모형: 상식모형의 확장. 한국심리학회지: 건강, 11(2), 243-274
- 김교현, 권선중 (2003). 병적 도박자의 심리적 특성 및 예측요인. 한국심리학회지 건강, 8(2). 261-277.
- 김교현, 성한기, 이민규 (2004). 도박성 게임 이용자의 심리사회적 특성과 문제성 및 병적 도박의 예측요인. 한국심리학회지 건강, 9(2). 285-320.
- 김교현, 조성겸 (2009). 한국 도박중독 유병률 추정의 쟁점과 대책: 무엇을 어떤 도구로 어떻게 조사하나?. 한국심리학회지: 건강, 14(3), 481-495.
- 김기현, 강희경 (1997). 양육스트레스 척도의 개발. 대한가정학회지, 35(5), 141-150
- 김나영 (2011). 대학생의 스트레스, 사회적 지지, 대학생활 만족도의 관계에 관한 연구. 건국대학교 대학원 석사학위논문.
- 김남선, 이규은 (2012). 대학생의 자기통제력과 생활스트레스가 스마트폰 중독에 미치는 영향. 한국보건정보통계학회지, 37, 72-83.
- 김명자 (1998). 중년기 발달. 서울; 교문사.
- 김민경 (2006). 병적도박의 위험요인 탐색: 성격과 동기를 중심으로. 중앙대학교 대학원 박사학위논문
- 김민경 (2013). 대학생의 취업스트레스 및 문제음주가 자살생각에 미치는 영향: 회복탄력성의 조절효과. 청소년시설환경, 11(2). 29-38.
- 김민수 (2015). 대학생의 부모 애착과 생활 스트레스가 인터넷 중독에 미치는 영향. 대구대학교 석사학위논문.
- 김민우 (2004). 문제 도박 청소년의 심리적 특성. 성신여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 김민정 (2006). 스트레스, 사회적지지 및 자아존중감과 남성 화병간의 관계. 중앙대학교 대학원 석사학위논문.

- 김석준, 강세현 (1996). 도박의 실태와 의식에 관한 연구: 제주지역을 대상으로. 한국형사정책연구원.
- 김아영 (2010). 자기결정성이론과 현장 적용 연구. 한국교육심리학회.
- 김아영, 차정은, 권선중, 이순묵 (2011). CPGI의 한국판 제작 및 타당화. 한국심리학회지, 30(4), 1011-1038.
- 김아영, 이명희 (2008). 자기결정성이론에 근거한 한국형 기본 심리 욕구 척도 개발 및 타당화. 한국심리학회지:사회 및 성격, 22(4), 157-174
- 김애순 (1993). 중년기 위기감. 한국노년학회지, 13(2),1-14.
- 김양희, 김진희, 박정윤 (2001). 중년기 남성이 경험하는 스트레스원과 대처행동에 관한 연구. 한국가정관리학회지, 19(6), 157-172.
- 김영경 (2012). 청소년의 스트레스가 현재 도박 행동과 미래 도박행동 가능성에 미치는 영향: 인터넷중독과 비합리적 도박신념의 매개효과. 한국심리학회: 상
- 김영호 (2010). 도박심각도에 영향을 미치는 위험요인에 관한 연구. 대구대학교 대학원 박사학위논문.
- 김영훈 (2005). 병적 도박자의 단도박에 영향을 미치는 심리적 요인. 가톨릭대학교 대학원 박사학위 논문.
- 김영훈, 신영철, 최삼욱 (2007). 병적 도박자의 스트레스 대처방식 및 우울증에 관한 연구. 대한신경정신의학회, 46(2). 171-178.
- 김유진 (2013). 삶의 의미추구 및 발견, 기본심리욕구와 안녕감의 관계. 이화여자대학교 대학원 심리학과 석사학위논문.
- 김은영 (2007). 남녀 대학생의 자율성, 유능감, 관계성이 진로미결정에 미치는 영향. 한국심리학회지:상담 및 심리치료, 19(4), 1079-1100.
- 김정희 (1987). 지각된 스트레스, 인지세트 및 대처방식의 우울에 대한 작용: 대학신입생의 스트레스 경험을 중심으로. 서울대학교 박사학위논문.
- 김정희 (1995). 스트레스 평가와 대처의 정서적 경험에 대한 관계. 한국심리학회, 7(1), 44-69
- 김주환, 김은주,홍세희 (2006). 한국 남녀 중학생 집단에서 자기결정성이 학업성취도에 주는 영향. 교육심리연구, 20(1), 243-264

- 김진희 (2012). **대학생의 스트레스와 대학생활 적응 간의 관계에서 자기 통제력과 건강증진 생활양식의 매개효과**. 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 김철환 (2006). **스트레스 설문지 평가**. 성균관대학교 의과대학 강북삼성병원 가정의학과.
- 김희진, 전희정 (2014). **성인 남녀의 스트레스와 자살생각의 관계에서 음주형태의 매개효과**. 한국위기관리논집.
- 남전아, 채규만 (2012). **스트레스와 청소년 도박행동의 관계: 충동성의 매개효과와 모 애착의 중재효과**. 한국심리학회지: 건강, 17(3), 643-657.
- 노상선, 조용래, 최미경 (2014). **대학생의 자기 자비와 생활 스트레스가 자살생각에 미치는 영향**. 한국심리학회지: 임상, 33(4), 735-757.
- 대법원 2002.4.12. 선고 2001도5802 판결.
- 민하영 (1998). **스트레스 상황에 대한 지각된 통제감과 내외 통제소재가 아동의 스트레스 대처행동에 미치는 영향**. 서울대학교 대학원 박사학위논문
- 박재욱, 이인혜 (2006). **비임상 집단에서 충동성과 불안이 도박 행동에 미치는 효과 : Corr의 결합하위체계 가설을 중심으로**. 한국심리학회지: 건강, 11(4). 853-870
- 박정석 (2016). **스트레스 대처방식과 신체화증상의 관계에서 신체증상귀인의 조절효과**. 고려대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 박준성, 정태연 (2011). **중·년기 사람들의 생활스트레스와 행복의 관계: 낙관성, 자기조절, 신앙심의 중재효과**. 대한 스트레스학회, 19(1), 31-38.
- 배정숙 (2006). **스트레스, 자아존중감, 사회적 지지가 우울에 미치는 영향: 농어촌 청소년을 중심으로**. 전남대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 사행산업통합감독위원회 (2010). 2016년 사행산업 이용실태 조사.
- 사행산업통합감독위원회 (2016). 2016년 사행산업 이용실태 조사.
- 손인수 (2013). **대학생의 생활스트레스가 인터넷 중독에 미치는 영향 :충동성의 조절효과 검증**. 대구가톨릭대학교 대학원 석사학위논문.
- 송주연, 연구월, 이태경 (2005). **여성 도박자의 임상적 특성: 카지노 출입자를**

- 대상으로. 대한신경정신의학, 44(6).676-681
- 신영철 (2002). 병적도박의 신경생물학 및 약물치료. 생물치료정신의학, 8(1), 27-33
- 신영철 (2005). 스트레스와 도박중독. 대한스트레스학회, 13(2), 73-76
- 안정숙 (2005). 스트레스, 성격특성과 우울증간의 관계에 관한 연구. 성신여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 양정남, 최은정, 김화선 (2011). 일반성인의 문제도박에 영향을 미치는 요인에 관한 연구. 한국정신보건사회복지학회.
- 오혜진 (2011). 기본심리욕구가 심리적 안녕감에 미치는 영향: 삶의 의미의 매개효과. 명지대학교 사회교육대학원 석사학위논문.
- 옥가희 (2015). 중등 교사의 직무 스트레스와 직무 만족도와의 관계에서 기본심리욕구가 조절효과. 경남대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 유인호 (2011). 청소년의 기본심리욕구만족과 정서조절양식이 우울과 자살생각에 미치는 영향. 서강대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 윤석주 (2014). 전문대학생의 스트레스와 자살생각의 관계에서 자아존중감의 매개효과와 부모양육태도의 조절효과. 단국대학교 대학원 박사학위논문.
- 이경미 (2009). 자아존중감과 일상적 스트레스가 보상소비성향에 미치는 영향에 관한 연구. 한양대학교 대학원 교육대학원 석사학위논문.
- 이경미 (2009). 중년기 부부의 일상스트레스와 가족응집력, 적응력 및 복지감 연구. 숙명여자대학교 가정대 가정관리학과 교수 학술저널.
- 이경희, 도승이, 김종남, 이순목 (2011). 도박이용자의 도박중독과정에 대한 질적 연구. 한국심리학회지: 건강, 16(1), 189-213.
- 이명희, 김아영 (2008). 자기결정성이론에 근거한 한국형 기본 심리 욕구 척도 개발 및 타당화. 한국심리학회: 사회 및 성격, 22(4), 157-174.
- 이민희, 정태연 (2008). 자기결정성이론을 토대로 한 학습동기 경로 모형 검증. 한국심리학회지; 문화 및 사회문제, 14(1), 77-99
- 이순목, 김종남, 최삼욱, 현명호, 김수진 (2009). 도박의 정의와 범주화에 대한 개념의 명확성. 한국심리학회지: 일반, 28(1), 1-27.

- 이언숙 (2010). 국민건강영양조사 스트레스 측정도구 개발 및 Validity 조사. 인제대학교 연구보고서.
- 이영희 (1999). 중년 남성의 건강증진행위에 영향을 미치는 요인 분석. 성인간호학회지.
- 이우현 (2004). 인터넷중독, 비중독 집단간의 자존감 및 스트레스 대처양식의 차이분석, 이화여자 대학교 교육대학원 석사학위논문
- 이은희 (2012). 학령기 아동의 안녕감과 관련변인들 간의 관계 구조분석. 대구가톨릭대학교 대학원 박사학위논문.
- 이인혜 (1999). 스트레스 및 대처가 신체지각에 미치는 영향. 한국심리학회지: 건강. 4(1), 80-93.
- 이인혜 (2004). 카지도게임 선호 유형, 성별, 도박 심각성과 심리적 특성간의 관계: 비합리적 도박신념과 충동성을 중심으로. 한국심리학회지, 9(2), 351-378.
- 이준호 (2001). 카지노에 대한 인식과 동기가 선택행동에 미치는 영향에 관한 연구. 동아대학교 대학원 석사학위논문.
- 이지홍(2015). 자아분화 수준이 관계중독에 미치는 영향: 기본심리욕구의 매개효과. 가톨릭대학교 상담심리대학원 석사학위논문.
- 이진영 (2016). 대학생의 생활스트레스가 스마트폰 중독에 미치는 영향: 인지적 유연성의 매개효과 및 부정적 기분조절 기대치의 조절효과. 서울여자대학교
- 이평숙 (1984). 생활사건과 관련된 스트레스량 측정에 관한 방법론적 연구. 연세대학교.
- 이혜수 (2011). 초심상담자의 성인애착과 심리적 소진의 관계: 기본 심리적 욕구 만족의 매개효과. 가톨릭대학교 상담심리대학원 석사학위논문.
- 이흥표 (2002). 비합리적 도박신념, 도박동기 및 위험감수 성향과 병적 도박의 관계. 고려대학교 일반대학원 박사학위논문.
- 이흥표 (2003). 도박동기와 병적 도박의 관계. 한국심리학회지 건강, 8(1).169-189.
- 이희승 (1982). 한국어 대사전. 서울 : 민중서림.

- 임성범 (2013). **대학생의 도박중독 요인에 관한 연구-자기조절 상식모형의 적용을 중심으로**. 대구대학교 대학원 박사학위논문.
- 장 훈, 윤상연, 허태균 (2010). **도박유형에 따른 도박행동과 도박문제의 차이**. 한국심리학회지
- 장동석 (2011). **대학생의 성인도박 실태 및 도박의사와 도박심각도 영향요인에 관한 연구**. 동북아관광학회.
- 장선희 (2015). **대학생의 자기결정성, 우울, 자기존중감, 충동성이 스마트폰 중독에 미치는 영향**. 경상대학교 간호학과.
- 장수미 (2013). **대학생의 문제도박 발달경로 구조분석 -Jacob의 중독의 일반이론 적용**. 한국사회복지학, 65(2), 231-254.
- 장은숙 (2012). **어머니의 성인애착과 양육행동, 양육스트레스의 관계: 기본심리적 욕구 만족의 매개효과**. 가톨릭대학원 상담심리 석사학위논문
- 장정임, 김성봉 (2014). **제주지역 청소년의 도박행동 특성 및 도박중독 수준에 관한 조사연구**. 청소년학연구, 21(3), 113-139.
- 장정임, 윤인노, 김성봉 (2014). **대학생의 스트레스와 도박중독과의 관계: 자기통제력의 조절효과 검증**. 청소년학연구, 21(11), 101-123.
- 장효강 (2015). **대학생의 생활스트레스가 도박행동에 미치는 영향: 자기통제력의 조절효과를 중심으로**. 부산디지털대학교 휴먼서비스대학원 석사학위논문.
- 전경구, 김교현 (1991). **대학생용 생활 스트레스 척도의 개발-제어이론적 접근**. 한국심리학회지, 10(1), 137-158.
- 정다희, 신현지, 상재훈, 김교현 (2016). **도박부채에 따른 기본심리욕구 충족 결핍이 도박 중독에 미치는 영향**. 한국심리학회.
- 정동화 (1995). **아동의 학교 스트레스와 그에 따른 부적응에 대한 사회적 지지의 완충 효과**. 고려대학교 일반대학원 박사학위논문.
- 정민선, 김현미, 권현용 (2012). **청소년의 기본욕구충족과 인터넷 중독의 관계에 대한 스트레스대처의 매개효과 검증**. 한국청소년상담복지개발원 학술논문, 20(1), 159-174,
- 정새롬 (2014). **여대생의 대학생활스트레스가 스마트폰 중독에 미치는 영향**.



- 서울여자대학교 특수치료전문대학원 석사학위논문.
- 정애리 (2009). **고등학생이 지각한 스트레스와 자아탄력성이 대인관계에 미치는 영향**. 부산대학교 대학원 교육학과 석사학위논문.
- 정영미 (2011). **중년기 성인의 생활스트레스, 대처행동 및 생활만족도**, 한국자료분석학회, 13(3), 1279-1291(13쪽).
- 정영수 (2010). **생활체육참여자의 기본심리욕구와 감각추구성향, 몰입경험, 운동중독의 관계**. 성균관대학교 스포츠심리 박사학위논문.
- 조영선 (2014). **중학생의 애착과 인터넷 중독과의 관련성: 기본심리적 욕구 만족의 매개효과**. 성산여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 조장원 (2001). **예·체능 계열 대학생들의 스트레스 유형과 대처방식에 관한 연구**. 목원대학교 대학원 석사학위논문.
- 조혜영 (2016). **스트레스가 성인의 스마트폰 중독에 미치는 영향: 자기통제력, 신경증과 외향성의 매개효과**. 한국상담대학원 석사학위논문.
- 조희경, 최종옥 (2014). **기본심리욕구가 청소년 스마트폰 중독에 미치는 영향: 스트레스 대처의 매개효과**. 한국심리학회 논문집, 2014년 제1호, 253-253.
- 최경수 (2005). **인지적 편향, 왜곡, 감각추구성, 도박열망이 경마도박에 미치는 영향**. 가톨릭대학교 대학원 석사논문.
- 최미경, 조용래 (2005). **생활 스트레스와 지각된 불안 통제감 및 대처양식이 대학생의 불안에 미치는 영향**. 한국심리학회지: 임상, 24(2), 281-298.
- 최승혁, 홍문기, 권지혜 (2010). **도박중독 유병률 매타분석: 진단척도, 표집방법, 면접방법, 동·서양 간 비교**. 한국심리학회.
- 최우림 (2007). **스트레스 및 대처가 도박 행위에 미치는 영향 : 도박 위험성과 손실만회 행동을 중심으로**. 강원대학교 대학원. 석사학위 논문.
- 최정관 (2014). **대학생의 일상적 생활스트레스가 도박행동에 미치는 영향에 관한 연구: 자아탄력성의 조절효과를 중심으로**. 대구대학교 사회복지대학원 석사학위논문.
- 최혜림 (1986). **한국대학생의 스트레스 현황과 인지: 행동적 상담의 효과**. 이화여자대학교 일반대학원 박사학위논문.



- 한금선 (2005). **대학생의 자기효능감, 건강증진 행위와 스트레스 증상과의 상관관계**. 대한간호학회지, 35(3), 585-592
- 한금선 (2007). **중년기 스트레스**. 스트레스학회, 15(4), 263-270.
- 한기흥 (2008). **인터넷중독에 영향을 미치는 요인에 관한 연구**. 한서대학교대학원 박사학위논문.
- 한상화 (2012). **자아탄력성이 스트레스 지각에 미치는 영향에 대한 연구: 삶의 의미를 매개변인으로**. 명지대학교 사회교육대학원 석사학위논문.
- 한소영, 신희천 (2009). **대학생이 지각한 부모-자녀 관계에서의 기본 심리적 욕구 만족감이 주관적 안녕감에 미치는 영향**. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 21(2), 439-464.
- 행정자치부, 주민등록 인구통계 (2017)
- 현지현 (2015). **대학생의 스트레스와 도박중독과의 관계: 비합리적 도박신념의 조절효과**. 제주대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 홍강의, 정도연 (1982). **사회재적용 평가 척도 제작**. 신경 정신의학, 21, 123-136
- 황현국, 이인혜 (2009). **도박게임의 승·패에 따른 각성수준과 베타액의 변화: 충동성의 중재효과를 중심으로**. 한국심리학회지: 건강, 14(2), 235-253.
- 황혜원 (2014). **직무만족 수준에 따른 기본심리욕구와 주관적 안녕감의 관계에서 일동기의 매개효과 검증**. 숙명여자대학교 대학원 박사학위논문.
- 황희룡, 함경수 (2006). **경륜참여자의 도박동기와 도박중독성향과의 관계**. 한국체육과학회지, 15(4), 61-71.
- 형법 제246조 2항.
- Baard, P. P., Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2004). *Intrinsic need satisfaction: A motivational basic of performance and well-being in the work settings*. Journal of Applied Social Psychology, 34, 2045-2068.
- Baron, R. M., & Kenny, D. A. (1986). *The Moderator-Mediator Variable Distinction in Social Psychological Research: Conceptual, Strategic, and Statistical Considerations*, Journal of Personality and Social Psychology, Vol. 51, No. 6, pp.1173-1182.

- Berge A. N., Pietrzak, R. H., & Petry N. M. (2006). *Pre/early adolescent onset of gambling and Psychosocial problem in treatment-seeking pathological gamblers*, Journal of Gambling Studies, 22(3), 263-274.
- Coman, Burrows & Evans, (1997). *Stress and anxiety as factors in the onset of problem gambling: Implications for treatment*. Stress Medicine, 13, 235-244.
- Cox, T. (1991). *Stress(9th ed.)*. London :MacCmillan.
- Crnicek, K. A. and Greenberg, M. T. (1990). *Minor Parenting Stresses with Young Children*. Child Development. 61(5). 1628-1637.
- deCharms, R. (1976). *Enhancing motivation; Change in the classroom*. New York; Irvington
- Deci, E. L, & Ryan, R. M. (1985). *Intrinsic Motivation and Self-determination in Human Behavior*. New York: Plenum Press.
- Deci, E. L, & Ryan, R. M. (2000). *"The "what" and "why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior."* Psychological Inquiry, 11: 227-268.
- Deci, E. L, & Ryan, R. M. (2002). *Reflection and Future direction*. In Deci and Ryan(Eds), Handbook of Self-determination(431-441). Rochester, NY: The University of Rochester Press.
- Deci, E. L. (1975). *Intrinsic motivation*. New York; Plenum.
- Deci, E. L.& Ryan, R. M. (2008). *Hedonia, eudaimonia, and well-being: An introduction*. Journal of Happiness studies, 9(1), 1-11.
- Deci, E. L., & Casio, W. F. (1972). *Changes in intrinsic motivation as a function of negative feedback and threats*. Presented at the meeting of the Eastern Psychological Association, Boston.
- DeLongis, A., Coyne, J. C., Dakof, G., Folkman. S., & Lazarus, R. S. (1982). *Relationship of daily hassles, uplifts, and major life events to health status*. Health Psychology, 1, 119-136.
- DeLongis, A., Folkman, S., & Lazarus, R. S. (1988). *The impact of daily stress on health and mood: Psychological and social resources as mediators*. Journal of Personality and Social Psychology. 54. 486-496.
- Douglas, A. C., Mills, J. E., Niang, M., Stepchenkova, S., Byun, S., Ruffini, C., Lee, S. K., Loutfi, J., Lee, J., & Atallah, M. (2008). *Internet addiction: Meta-synthesis of qualitative research for the decade*

- 1996 - 2006. *Computers in Human Behavior*, 24, 3027-3044.
- Durak, M., Senol-Durak, E., & Gencoz, T. (2010). *Psychometric properties of the satisfaction with life scale among turkish university students, correctional officers, and elderly adults*. *Social Indicators Research*, 99, 413-429.
- Farkas, M. S., & Grolnick, W. S. (2010). *Examining the components and concomitant of parental structure in the academic domain*. *Motivation and Emotion*, 34(3), 266-279.
- Ferris, J., & Wynne, H. (2001). *The Canadian problem gambling index: Final report. Toronto, ON: Canadian Centre on Substance Abuse*
- Getty, H., Watson, J., and Frisch, G. (2000.) *“A comparison of depression and styles of coping in male and female GA members and controls”*, *Journal of Gambling Studies*, 16: 377-391.
- Goeders, N.E. (2003) *The impact of stress on addiction*. *European Neuropsychopharmacology*, 13, 435 - 441
- Grant, J. E. (2009). *Problem gambling and its treatment: Understanding social and personal responsibility*. 제3회 도박중독 예방치유 국제 컨퍼런스 자료집, 83-166
- Grouzet, F. (2010) *.On the origin of goal content*. Paper presented at The 4th International Conference on SDT, Ghent, Belgium.
- Guardia L., Jennifer G., Ryan, R. M., Couchman, C. E., Deci, E. L. (2000). *Within-person variation in security of attachment: A self-determination theory perspective on attachment, need fulfillment, and well-being*. *Journal of Personality and Social Psychology*, 79(3), 367-384.
- Holmes, T. H., & Rahe, R. H. (1967). *The social readjustment rating scale*, *Journal of Psychosomatic Research* 11, 213-218
- Jacob, D. (1986). *“A general theory of addictions: A new theoretical model”*, *Journal of Gambling Behavior*, 2(1): 15-31.
- Jacobs, D. F. (1989). *A Review of Teenage Gambling and The Plight of Children of Problem Gamblers in America*. In H. J. Shaffer, S. A. Stein, & B. Gambino (Eds.), *Compulsive Gambling: Theory, Research, and Practice*. Toronto: Lexington Books.
- Keyes, C. L. M., Ryff, C. D. (1999). *Psychological well-being in midlife*, In S. L. Willis & J. D. Reid (Ed), *Middle aging:*

- Development in the third quarter of life (pp. 161-180, Orland, FL: Academic Press.
- Kline, R. B.(1998), *Structural Equation Modeling*, New York, London: Guilford Press.
- La Guardia, J., Ryan, R. M., Couchman, C, & Deci, E. L. (2000). *Within-person variation in security of attachment: A self-determination theory perspective on attachment, need fulfillment, and well-being.* Journal of personality and social Psychology. 79, 367-384
- Lazarus, R. S., & Folkman, S.(1984). *Stress, appraisal, and coping.* New York: Springer Publishing.
- Lee YD (2006). *Investigating the mind.* Wisdomhouse, Seoul.
- Maarten Vansteenkiste1, Bart Neyrinck, Christopher P. Niemiec, Bart Soenens1, Hans De Witte & Anja Van den Broec. (2007), *On the relations among work value orientations, psychological need satisfaction and job outcomes: A self-determination theory approach,* Journal of Occupational and Organizational Psychology, 80, 251 - 277
- Mustafa al'Absi. (2011). *Stress and addiction: biological and psychological mechanisms.* New York: Academic Press.
- Oh MJ, Kim BU, Kim MR. (2008). *The relationship between housewives' life-stress and coping style of middle-aged women: the moderating effects of social support.* The Korean J. of Woman Psychology, 13(4), 499-520.
- Perrig-Chiello P, Perren S. (2005). *Impact of past transitions on well-being in middle age.* 1st ed. In: Willis, Sherry L., Martin M(Eds.), Middle adulthood. P143-178. CA: Sage Publications, Inc.
- Rea, L. M., &Parker, R.A. (2005). *Designing & Conducting Survey Research A Comprehensive Guide* (3rd Edition). San Francisco, CA: Jossey-Bass.
- Reeve,J., & Deci, E. L. (1996). *Elements of the competitive situation that affect intrinsic motivation,* Personality and Social Psychology Bulletin, 22, 24-33
- Reinboth, M., Duda, J. L., & Ntoumanis, N. (2004). *Dimensions of coaching behavior, need satisfaction, and thepsychological and physical welfare of young athletes.* Motivation and Emotion, 28,

297-313.

- Reis, H. T., Sheldon, K. M., Gable, S. L., Roscoe, J., & Ryan, R. M. (2000). *Daily well-being: The role of autonomy, competence, and relatedness*. Personality and Social Psychology Bulletin, 26, 419-435.
- Rohde, P., Lewinsohn, P. M., Tilson, M., & Seeley, J. R. (1990). *Dimensionality of coping and its relation to depression*. Journal of Personality and Social Psychology, 58, 499-511.
- Ryan, R. M. & Deci, E. L. (2002). *Overview of self-determination theory: An organismic dialectical perspective*. In Deci, E.L., & Ryan, R. M. eds., Handbook of self-determination research (pp 3-33). Rochester, NY: The University of Rochester Press.
- Ryan, R.M., & Deci, E. L. (2004). *Avoiding death or engaging life as accounts of meaning and culture: A comment on Pyszczynski, Greenberg, Solomon, Arndt, and Schimel*, Psychological Bulletin 130, 473-477.
- Selye, H. (1984). *The stress of life. revised edition*. New York : McGraw-Hill. Inc.
- Selye, H. (1936). *Asyndrome produced by diverse noxious agents*. Nature. 138.32.
- Selye, H. (1976). *The stress of life*, New York : McGraw Hill Co, 1956
- Ivanchevich, J. M., & Matteson, M. T. (1980). Stress and work : A managerial perspective. Scott, Foresman and company.
- Sharpe, L., & Trarrier, N. (1993). *Towards a cognitive-behavioral theory of problem gambling*. British Journal of Psychiatry, 162, 407-412
- Sheldon, K. M., Ryan, R. M., & Reis, H. T. (1996). *What makes for a good day? Competence and autonomy in the day and in the person*. Personality and Social Psychology Bulletin, 22, 1270-1279.
- Sobel, M, E. (1982). *Asymptotic intervals for indirect effects in structural equations model*. In S. Leinhardt (Ed.), Sociological Methodology. 1982, (pp.290-312). San Francisco: Jossey-Bass.
- Tschibelu, E., & I. Elman. (2011). *Gender differences in psychosocial stress and its relationship to gambling urges in individuals with pathological gambling*. Journal of Addictive Disease, 30(1), 81-87.
- Turner, Nigel E.1; Zangeneh, Masood1; Littman-Sharp, Nina2. (2006). *International Gambling Studies*, 6(2), 237-266.
- Vallerand, R. J. (1997). *Toward a hierarchical model of intrinsic and*

- extrinsic motivation*. In M.Zanna (Ed.), *Advances in 85 experimental social psychology*(pp.271-360). New York: Academic Press.
- Vallerand, R. J., & Reid, G. (1984). *On the causal effects of perceived competence on intrinsic motivation: A test of cognitive evaluation theory*. *Journal of Sport Psychology*, 6, 94-102
- Wagner, A., & Hollenbeck, J. R. (1992). *Management of organizational behavior*. New Jersey: Prentice-Hall. Inc.
- Wood, R, and Griffiths, M. (2007). *"A qualitative investigation of problem gambling as an escape-based coping strategies"*, *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 80: 107-125.
- Young, K. & Rogers, R. C. (1998). *The Relationship Between Depression and Internet Addiction*. *CyberPsychology & Behavior*, 1(1), 25-28.

<Abstract>

**The Influence of Daily Stress of Adult Racecourse Visitors  
On Gambling Behaviors  
: Mediating Effect of Basic Psychological Needs**

Lee, Se Ja

Counselling Psychology  
Department of Education  
Graduate School of Education  
Jeju National University

Supervised by Professor Kim, Sung Bong

This study aims to identify the relationships between daily stress, basic psychological needs and gambling behaviors among adult visitors to a horse-racing course and, furthermore, to prove the mediating effect of basic psychological needs in the influence of daily stress on gambling behaviors. In order to conduct this study, the research tool of questionnaire surveyed 600 adults over 20 years old visiting the Jeju horse-racing course named as "Let's Run Park Jeju". Among the 443 respondents to the questionnaire, 60 questionnaires were excluded due to lack of sincerity, leaving the remaining



383 analyzed in this study.

The Stress Scale developed by Lee, Eun-sook(2009) was applied for the purpose of measuring the daily stress level. By employing PSGI(Problem Gambling Severity Index) revised for Koreans by Kim, Ah-young et al (2011), whose original version was CPGI(Canadian Problem Gambling Index) developed by Ferris and Wynne(2001), the severity of gambling was diagnosed. In order to measure basic psychological needs, the Korean version of BPNS(Basic Psychological Need Scale) was implemented, which was translated by Lee, Myung-hee et al(2008). The BPNS was originally developed by Ryan and Deci(2002, 2004).

The collected data was processed through the statistical software of SPSS 18.0. The correlation analysis was also conducted to identify the relationships between the variables. With a view to proving the mediating effect of basic psychological needs in the influence of daily stress of the adult visitors to the racing course, the four-step mediation effect test developed by Baron & Kenny(1986) was conducted together with Sobel test, whose aim was to prove statistical significance.

The research results are summarized as follows.

First, it is proved that there are significant correlation between daily stress, basic psychological needs and gambling behaviors. In other words, daily stress and gambling behaviors shows positive relationship while daily stress and basic psychological needs showing negative relationship.

Second, in the influence of daily stress on gambling behaviors, it is proved that basic psychological needs function as a partial mediator.

In conclusion, although daily stress has a direct influence on gambling behaviors, it also do this in the an indirect way basic psychological needs plays a role of a mediator. I hope this study, as basis materials for investigating various elements relate to gambling behaviors, will be useful in establishing practical measures for the prevention of gambling behaviors and



setting up related counselling strategies. My another hope is that this study will be applied as evidentiary material for exploring basic psychological needs and daily stress.

**key words: daily stress, gambling behaviors, basic psychological needs, self-determination**

## 부 록 목 차

부록 1. 일상스트레스 척도.....	65
부록 2. 도박행동 척도.....	66
부록 3. 기본심리욕구 척도.....	67

## 설 문 지

안녕하십니까?

먼저 본 설문에 참여해 주셔서 진심으로 감사드립니다.

본 설문지는 일상생활에서 경험하는 스트레스, 기본심리적욕구, 도박에 관한 내용으로 구성되어 습니다.

귀하께서 응답해 주신 설문 결과는 순수한 연구목적으로만 사용될 것입니다. 또한 귀하께서 응답해 주신 내용은 통계법 제33조(비밀의 보호)에 의거하여 절대적으로 비밀이 보장됨을 알려드립니다.

귀하의 성의 있고 진솔한 응답이 본 연구의 귀중한 자료로 활용될 것입니다.

지도교수: 김 성 봉

연구자: 이 세 자

■ 해당되는 사항에 **√표시**를 해 주십시오.

1. 성 별      ①남      ②여
2. 연 령      ①20대    ②30대    ③40대    ④50대    ⑤60대    ⑥70대    ⑦80대 이상
3. 학 령      ①초졸    ②중졸    ③고졸    ④대졸    ⑤대학원(재학)졸    ⑥기타 \_\_\_\_\_
4. 직    업      ①경영/관리직      ②전문/자유직      ③판매/서비스직  
                  ④농업, 어업, 축산업    ⑤일용직 노무      ⑥자영업                    ⑦학생  
                  ⑧전업주부              ⑨무직                    ⑩기타 \_\_\_\_\_
5. 귀하의 한 달 총수입은 얼마나 됩니까?  
    ① 없음                      ② 100만원 미만                      ③ 100~200만원 미만  
    ④ 200~300만원 미만      ⑤ 300~400만원 미만      ⑥ 400~500만원 미만  
    ⑦ 500~600만원 미만      ⑧ 600~700만원 미만      ⑨ 800만원 이상
6. 처음 경마장을 방문하게 된 계기는?  
    ① 혹시 돈을 따지 않을까 싶어서                      ②사람들과 친목을 도모하기위해서  
    ③ 짜릿한 흥분과 쾌감을 맛보고 싶어서              ④ 여가생활이나 레저목적에서  
    ⑤ 복잡한 일들에서 잠시 벗어나고 싶어              ⑥ 기타 \_\_\_\_\_
7. 지금 경마장 방문 목적은?  
    ① 혹시 돈을 따지 않을까 싶어서                      ②사람들과 친목을 도모하기위해서  
    ③ 짜릿한 흥분과 쾌감을 맛보고 싶어서              ④ 여가생활이나 레저목적에서  
    ⑤ 복잡한 일들에서 잠시 벗어나고 싶어              ⑥ 기타 \_\_\_\_\_

■ 귀하는 지난 한 달 동안 당신이 스트레스를 받았다면 어떤 문제로 인해 가장 큰 영향을 받았습니까? 중요하다고 생각되는 것을 하나만 선택하여 V표시를 해 주십시오.

- ① (스스로 원하던 원치 않던 간에) 일, 직업 및 학교와 관련된 일
- ② 대인관계 (가족 및 기타 중요한 사람들과의 관계)
- ③ 대인관계의 변화 (사망, 출생, 이혼, 결혼 등)
- ④ 자신 혹은 타인의 병이나 상해
- ⑤ 금전적인 문제
- ⑥ 일상적인 것이 아닌 사건들 (범죄, 자연재해, 우발사고, 이사 등)
- ⑦ 일상생활의 변화 혹은 변화가 없기 때문에

■ 다음 문항들은 여러분이 경험했던 사건들을 생각하면서 각 항목의 느낌이 지난 한 달간 어느 정도로 경험했는지를 해당되는 빈칸에 V표를 하십시오.

오래 생각하지 말고 최대한 빨리 응답해 주세요. 그리고 문항을 하나도 빠뜨리지 말고 반드시 한 곳에만 표시하십시오.

	문 항	전 혀 그 렇 지 않 다	약 간 그 렇 다	웬 만 큼 그 렇 다	상 당 히 그 렇 다	아 주 그 렇 다
1	마음이 편안하지 않다.	1	2	3	4	5
2	나의 목표를 달성하지 못할까 두렵다.	1	2	3	4	5
3	문제들이 풀리지 않고 계속 쌓이는 느낌 이다.	1	2	3	4	5
4	걱정이 많다	1	2	3	4	5
5	내게 닥쳐 올 미래가 두렵다.	1	2	3	4	5
6	다른 사람으로부터 비난받거나 심판받는 다고 느껴진다.	1	2	3	4	5
7	정신적으로 지친다.	1	2	3	4	5
8	긴장을 풀기 어렵다.	1	2	3	4	5
9	화가 난다.	1	2	3	4	5

10	한숨이 나온다.	1	2	3	4	5
11	자신감을 잃었다.	1	2	3	4	5
12	의욕이 떨어진다.	1	2	3	4	5
13	신경이 날카로워졌다.	1	2	3	4	5
14	행동이 거칠어졌다 (난폭운전, 욕설, 몸싸움 등)	1	2	3	4	5
15	무언가를 부수고 싶다	1	2	3	4	5
16	참여성이 없다	1	2	3	4	5
17	나는 아무 쓸모없는 사람이다	1	2	3	4	5
18	움직이기 싫다	1	2	3	4	5
19	아무런 생각을 하고 싶지 않다	1	2	3	4	5
20	내 자신이 싫다	1	2	3	4	5

■ 지난 1년 동안에 대해 생각해 보고, 해당하는 번호에 √표시를 해 주십시오.

문 항	없음	가끔	때때로	거의 항상
1. 귀하는 도박에서 잃어도 크게 상관없는 금액 이상으로 도박을 한 적이 있습니까?	0	1	2	3
2. 귀하는 도박에서 이전과 같은 흥분감을 느끼기 위해 더 많은 돈을 걸어야 했던 적이 있습니까?	0	1	2	3
3. 귀하는 도박으로 잃은 돈을 만회하기 위해 다른 날 다시 도박을 한 적이 있습니까?	0	1	2	3
4. 귀하는 도박자금을 마련하기 위해 돈을 빌리거나 무엇인가를 판 적이 있습니까?	0	1	2	3
5. 귀하는 자신의 도박행위가 문제가 될 만한 수준이라고 느낀 적이 있습니까?	0	1	2	3

6. 귀하는 도박으로 인해 스트레스나 불안 등을 포함한 어떤 건강상의 문제를 겪은 적이 있습니까?	0	1	2	3
7. 귀하는 사실여부에 상관없이 다른 사람으로부터 도박행위를 비난 받거나 도박문제가 있다는 얘기를 들은 적이 있습니까?	0	1	2	3
8. 귀하의 도박행위로 인해 본인이나 가정에 재정적인 문제가 발생한 적이 있습니까?	0	1	2	3
9. 귀하는 자신의 도박하는 방식이나 도박을 해서 발생한 일에 대해 죄책감을 느낀 적이 있습니까?	0	1	2	3

■ 다음 문항을 자세히 읽고 자신의 생각과 가장 일치하는 부분에 **V**를 표시해 주십시오.

문 항	전혀 아니 다	거 의 아 니 다	중 간	조 금 그 렇 다	매 우 그 렇 다
1. 나는 다른 사람들에 의해 통제받고 억압을 받는다고 느낀다.	1	2	3	4	5
2. 내 일을 진행하는 방법을 스스로 결정할 기회가 많지 않다.	1	2	3	4	5
3. 일상생활에서 나는 자주 남이 시키는 대로 해야만 한다.	1	2	3	4	5
4. 나는 대체로 내 생각과 의견을 자유롭게 표현할 수 있다고 느낀다.	1	2	3	4	5
5. 나는 내가 내 인생을 어떻게 살아갈지 스스로 결정할 수 있다고 느낀다.	1	2	3	4	5
6. 어떤 일을 할 때 내 생각대로 일을 처리하기보다는 다른 사람의 생각이나 처리 방식을 따를 때가 많다.	1	2	3	4	5
7. 나는 내 자신이 매우 효율적이라고 느낀다.	1	2	3	4	5
8. 나는 대부분 내가 하는 일들로부터 성취감을 느낀다.	1	2	3	4	5
9. 나를 아는 사람은 내가 일을 잘 한다고 말한다.	1	2	3	4	5
10. 나는 내게 주어진 일을 잘 해결할 능력이 있다고 느낀다.	1	2	3	4	5

11. 나는 내가 아는 것을 다른 사람에게 가르칠 수 있다고 느낀다.	1	2	3	4	5
12. 나는 다른 사람보다 잘 하는 것이 많다고 느낀다.	1	2	3	4	5
13. 나는 주변 사람으로부터 사랑과 관심을 받는 것을 느낀다.	1	2	3	4	5
14. 나와 정기적으로 만나는 사람들은 나를 별로 좋아하지 않는 것 같다.	1	2	3	4	5
15. 나는 내가 만나는 사람들과 잘 지낸다.	1	2	3	4	5
16. 나는 내 주변 사람들을 정말 좋아한다.	1	2	3	4	5
17. 내 주변 사람들과 나는 평소에 서로 도움을 주고받는다.	1	2	3	4	5
18. 내 주변 사람들은 평소에 나와 감정을 공유할 때가 많다.	1	2	3	4	5