

## 성인 입원환자의 운동 욕구에 관한 조사연구

최명애\* · 최스미\*\* · 임영미\*\*\*

### I. 서 론

#### 1. 필요성

현대인은 기계문명과 산업의 발달로 좌식(sedentary) 생활양식이 주가 되었으며 이로 인해 신체 활동 부족에 의한 체력 저하 및 심한 경우 건강의 위협까지 받고 있다. 규칙적인 운동으로 신체적성(physical fitness)을 강화시키면 질병을 예방할 수 있고 평균수명도 연장된다는 사실은 이미 널리 알려졌으나 실제 운동에 참여하는 사람은 많지 않은 것으로 보고되었다. 한국 보건사회연구원(1989)의 보건의식행태 조사에 의하면 어떤 형태이든 건강을 위해 운동을 하는 성인은 21%(도시 24%, 농촌 13%, 남자 28%, 여자 15%)에 불과하여 한국 성인의 경우 대다수가 운동량이 부족하고 특별히 운동프로그램에 참여할 기회도 없는 것으로 나타났다.

규칙적인 운동은 체중과 체지방의 감소, 안정시의 혈압과 심박동수감소, 최대산소 섭취량증가, 혈중콜레스테롤 농도감소, 근력과 작업수행능력의 증가등을 초래한다(최, 1988 ; 최 등, 1988 ; 최 등, 1989 ; 황 등, 1987). 활동저하후 회복기에 실시되는 규칙적인 운동이 위축 뒷다리근의 회복을 증가시키고(최, 1991 ; 최 등, 1992) 활동저하기간중에 규칙적인 운동의 수행이 뒷다리

근의 위축정도를 줄인다(최와 지, 1993 ; 최 등, 1994).

이와 같이 규칙적인 운동은 건강의 회복을 촉진시키며 건강을 유지시킨다. 또한 정신적 안녕에도 긍정적인 영향을 미쳐 정신적 기민성의 증가, 수면 습관 개선, 불안과 우울에 대한 민감도 개선등이 보고되었다(Shephard, 1983).

특히 당뇨병 환자, 고혈압 환자의 경우 규칙적인 일정한 운동을 통해 효과적인 자기 관리를 할 수 있는데 환자는 처방된 운동요법을 적절히 이행함으로써 자신의 질병을 관리하고 적절한 수준의 안녕상태에 도달할 수 있는 것이다. 그러나 운동은 규칙적으로 일정한 시간에 시행해야 하며 그 과정이 힘들고 지루하여 중간에 포기하는 경우가 많다. Dishman(1982)은 운동을 시작한 사람 중 50%이상이 6개월이후에 운동프로그램에서 탈락한다고 보고함으로써 건강증진행위의 내면화, 생활화가 중요한 문제임을 시사하였다. 또한 운동 자체도 개개인의 특성에 맞추기 보다는 일률적으로 단조로운 신체활동만을 요구하는 경우가 많아 환자가 지속적으로 운동을 계속하는데 어려움이 많다. 그러므로 환자에게 가장 적절한 운동 프로그램을 계획하여 지속적으로 실행하도록 하는 것이 간호중재의 중요한 당면과제라고 생각한다.

따라서 운동을 간호중재로 사용하는 경우 환자의 운동욕구에 관한 정확한 사정이 선행됨으로써 환자에게

\* 서울대학교 간호대학

\*\* 단국대학교 의과대학 간호학과

\*\*\* 관동대학교 간호학과

개인의 특성을 고려한 운동계획을 수립할 수 있으며 환자의 동기를 유발시킬 수 있으리라고 본다. 또한 장기 입원환자의 경우 환자의 운동욕구에 따라 다양한 형태의 운동을 집단으로 실시하는 것도 가능하리라고 생각한다. 그러나 현재까지 운동을 간호중재로 사용하기 전 입원환자의 내재적 운동욕구를 파악하고자 하는 노력이 미흡했고 입원환자의 운동 욕구를 조사하거나 운동 참여와 관련된 여러 요인을 분석, 평가한 선행연구가 저자들이 찾아본 바에 의하면 국내외적으로 전무하였다. 그러므로 운동을 간호중재로 효과적으로 이용하기 위해 환자들의 운동욕구와 이의 세부요인을 파악하는 일이 절대적으로 필요하다고 생각한다.

## 2. 연구목적

본 연구의 목적은 입원환자의 운동 욕구를 성별, 연령별, 직업별, 교육 수준별, 월수입별, 입원 병실별, 운동이 요구되는 군과 침상안정이 요구되는 군, 입원 전 규칙적인 운동수행 여부별로 파악하여 환자들의 운동에 대한 욕구를 규명함으로써 입원환자의 운동 간호중재를 위한 기초자료를 제공하는데 있다.

## 3. 연구의 제한점

본 연구의 대상이 3개 종합병원에 국한되어 있고 표본의 수가 작으며 표본이 임의추출로 수집, 분석되었으므로 결과를 일반화시킬 때에 신중한 고려를 할 필요가 있다.

# II. 연구방법

## 1. 연구대상

1992년 11월부터 1994년 12월까지 서울에 있는 2개 종합병원과 충남 천안시내 1개 종합병원에 입원한 성인 환자를 대상으로 질문지의 항목에 대답이 가능한 127명을 편의표집하였다.

## 2. 연구도구

### 1) 질문지

환자의 성별, 연령, 진단명, 입원기간, 직업, 월수

입, 교육수준 등의 일반적인 특성과, 입원 전 규칙적으로 운동을 하였는지를 묻는 내용의 질문지를 제작하여 이용하였다.

### 2) 운동욕구 측정도구

운동욕구를 측정하기 위한 도구는 이등(1989)이 정상 성인의 운동에 대한 욕구를 조사하기 위하여 제작한 도구를 사용하였다. 이 도구는 한국인의 운동욕구의 요인을 7개 영역으로 나누어 7개 요인에 대하여 영역별로 신뢰도를 측정하고 전문가 회의에서 최종 7개 요인 42문항으로 선별, 정리하여 완성되었다.

운동욕구 검사지의 내용은 항상성 욕구, 활동적 욕구, 정확욕구, 친애욕구, 과시욕구, 성취욕구, 자율욕구의 7개 요인을 포함하고 있으며 각 요인당 6개 문항으로 구성되어 있다. 각 문항은 내용에 대한 동의 및 반대의 정도에 따라 Likert형의 5점 척도로 되어 있다. 즉 '전혀 아니다' '아니다' '그저 그렇다' '그렇다' '매우 그렇다'로 각각 1점에서 5점까지 주었으며 각각의 하위 척도에서 얻어진 점수가 높을수록 측정하려는 성향이 높음을 나타낸다. 본 연구에서 이 도구의 신뢰도는  $\alpha=0.94$ 이었다.

## 3. 자료수집 방법

질문지와 운동욕구 측정도구를 사용하여 연구자가 환자로부터 자료를 수집하였고 환자의 의학적 정보는 환자의 병록지를 참조하였다. 자료 수집 방법은 연구자가 대상자에게 직접 연구의 목적과 내용, 설문작성법을 설명한 후 대상자가 작성하도록 하였으며 이해가 안되는 문항은 연구자의 설명을 듣고 작성하도록 하였다.

## 4. 자료분석

수집된 자료는 SPSS프로그램을 이용하여 분석하였다. 대상자의 인구사회학적 특성은 백분율을 구하였고 7개 운동욕구 요인에 대한 입원병동별, 성별, 연령별, 교육수준별, 직업별, 월수입별로 One-Way ANOVA분석을 실시하였으며, 집단간의 운동욕구차이를 규명하기 위하여 Schéffe검증에 의한 사후검증을 실시하였다.

### Ⅲ. 연구결과

#### 1. 대상자의 인구사회학적 특성

대상자의 인구사회학적 특성은 <표 1>에 제시되어 있다. 대상자의 입원기간은 2일에서 730일이었으며 평균 입원기간은 35일이었다.

대상자의 성별, 연령별 분포를 보면 전체 대상자 중 남자는 89명(70.1%), 여자 38명(29.9%)으로 남자가 70%를 차지하였고 연령별 분포는 20-29세가 22명(17.2%), 30-39세가 40명(31.5%), 40-49세가 26명(20.5%), 50-59세가 22명(17.3%), 60세 이상이 17명(13.4%)으로 대체로 고른 분포를 보였으나 이 중 30-39세가 가장 많았다.

입원 병동 별 분포를 보면 내과 32명(25.2%), 외과 17명(13.4%), 정형외과 33명(26%), 신경외과 12명(9.4%) 기타 33명(26%)으로 기타에는 이비인후과, 성형외과환자들이 포함되었다. 환자가 입원하고 있는 병실은 1-4인실이 76명으로 59.8%를 차지하였으며 5인실 이상도 49명으로 38.6%를 차지했다. 대상자의 교육 정도는 국졸이하가 13명(10.2%), 중학교 재학 또는 중졸이 15명(11.8%), 고졸이 56명(44.1%), 대졸이상이 42명(33.1%)으로 80%이상이 고졸이상의 학력을 가지고 있었다.

직업은 사무 기술직이 33명(26.0%), 자영업이 25명(19.7%), 다음이 가정주부 23명(18.1%)순이었으며 경영관리 및 전문직도 10명(7.9%)이었다.

대상자의 수입은 100-149만원이 40명(31.5%)으로 가장 많았고 150만원 이상은 37명(29.1%), 50-100만원은 31명(24.4%)으로 100만원 이상이 60%이상을 차지해 대상자의 대부분이 중류이상의 생활을 하고 있었다.

입원 전 규칙적인 운동을 하고 있었는지에 대해 91명(71.7%)이 그렇지 않다고 응답하여 대부분의 환자가 입원 전 규칙적인 운동을 하고 있지 않은 것으로 나타났다.

본 연구의 자료수집이 도시와 지방병원에 입원한 환자를 대상으로 이루어져 도시와 지방병원에 입원한 환자의 일반적 특성에 대한 동질성 검정 결과 교육 정도를 제외한 성별, 연령, 입원병실, 월수입면에서는 차이가 없었다.

교육정도는 지방병원의 경우 대졸이상이 26.2%인 반면 도시는 73.8%로 나타났고 고졸도 지방이 35.7%,

<표 1> 대상자의 인구사회학적 특성

|  |                | 빈도수<br>(N) | 백분율<br>(%) |
|--|----------------|------------|------------|
| 성별                                     | 남              | 89         | 70.1       |
|  | 여              | 38         | 29.9       |
| 연령                                     | 20~29세         | 22         | 17.2       |
|  | 30~39세         | 40         | 31.5       |
|  | 40~49세         | 26         | 20.5       |
|  | 50~59세         | 22         | 17.3       |
|  | 60세 이상         | 17         | 13.4       |
| 입원병동                                   | 내과             | 32         | 25.2       |
|  | 외과             | 17         | 13.4       |
|  | 정형외과           | 33         | 26.0       |
|  | 신경외과           | 12         | 9.4        |
|  | 기타             | 23         | 26.0       |
|  | 무응답            | 10         | 8.0        |
| 병실                                     | 1~4인 실         | 76         | 59.8       |
|  | 5~6인 실         | 49         | 38.6       |
|  | 무응답            | 2          | 1.6        |
| 교육정도                                   | 국졸이하           | 13         | 10.2       |
|  | 중졸             | 15         | 11.8       |
|  | 고졸             | 56         | 44.1       |
|  | 대졸이상           | 42         | 33.1       |
|  | 무응답            | 1          | 0.8        |
| 직업                                     | 자영업            | 25         | 19.7       |
|  | 판매서비스직 및 기능숙련공 | 17         | 13.4       |
|  | 사무기술직          | 33         | 26.0       |
|  | 경영관리 및 전문직     | 10         | 7.9        |
|  | 가정주부           | 23         | 18.1       |
|  | 학생             | 5          | 3.9        |
| 수입                                     | 기타             | 14         | 11.0       |
|  | 50만원 미만        | 9          | 7.1        |
|  | 50~100만원       | 31         | 24.4       |
|  | 100~149만원      | 40         | 31.5       |
|  | 150만원 이상       | 37         | 29.1       |
| 입원전<br>규칙적인<br>운동 :                    | 예              | 36         | 28.3       |
|  | 아니오            | 91         | 71.7       |
| 입원기간 : 2~730일 평균입원기간=35.38(표준편차=86.98) |                |            |            |
| 계                                      |                | 127        | 100.0      |

서울은 64.3%로, 서울에 있는 병원에 입원한 환자의 교육정도가 지방에 있는 병원에 입원한 환자의 교육정도보다 높은 것으로 나타났다.

## 2. 대상자의 운동욕구

### 1) 영역별 운동욕구

영역별 운동욕구는 <그림 1>에서 보는 바와 같이 운동 욕구 요인 중 항상성 욕구가 가장 높게 나타났으며, 다음으로는 성취욕구, 활동적 욕구로 나타났고 정화욕구, 자율욕구, 친애 욕구, 과시욕구 순이었다.

각 영역별 운동 욕구의 세부 요인은 <표 2>에서 보는 바와 같이 항상성 욕구에서는 체력을 유지하기 위해서는 평균 점수가 4.16으로 가장 높았고 다음은 신진대사를 촉진하기 위해서(3.60), 또 심폐기능을 향상시키고 싶어서(3.41), 소화가 잘 되게 하기 위해서(3.39), 오래 살기 위해서(2.94), 그리고 깊은 잠을 자기 위해서는 평균 점수는 2.59로 항상성 욕구의 세부 요인중 가장 낮은 점수를 기록하였다.

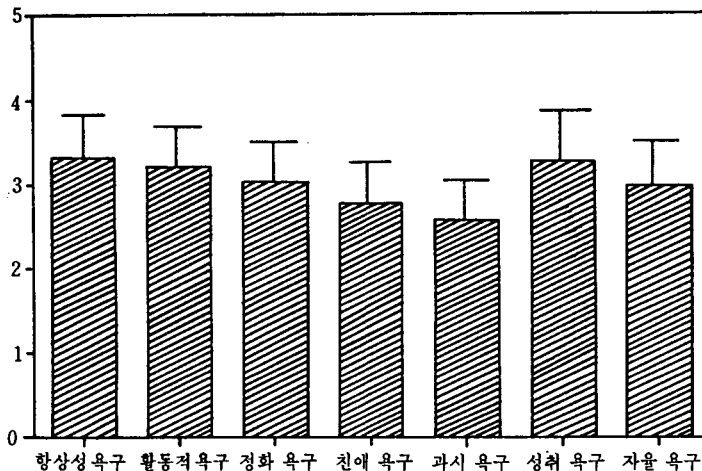
활동적 욕구의 세부 요인중 정신적, 신체적 무력감을 해소하기 위해서는 평균점수가 3.76으로 가장 높았으며 다음은 활기찬 생활을 위해서 운동을 하고 싶어하는 것으로 나타났고(3.69), 신체활동 하는 것 자체가 좋아서(3.44), 생활의 단조로움을 해소하기 위해서(2.95), 집안에만 틀어박혀 있기 싫어서(2.78), 땀을 내기 위해서(2.77)의 순으로 나타났다.

정화욕구의 세부 요인 중 기분전환을 위해서와 정신적 안정을 취하기 위해서는 평균점수가 각각 3.29와 3.26으로 가장 높았고 다음은 피로감을 없애기 위해서(3.14), 적극적인 휴식을 취하기 위해서(2.98), 복잡한 문제를 떨쳐 버리기 위해서(2.88), 소외감을 해소시키기 위해서는 순으로 나타나 정화욕구는 주로 기분전환과 정신적 안정을 취하기 위해서 운동을 하고 싶어하는 것으로 나타났다.

친애욕구의 세부 요인중 가정의 화목을 위해서와 평균점수가 3.16으로 가장 높았고 원만한 인간 관계를 유지하기 위해서(3.06), 원만한 성생활을 위해서(2.74), 많은 사람이 활동하는 곳에 참여하고 싶어(2.67), 소속감을 갖기 위해서(2.58), 여러 분야의 사람을 사귀고 싶어서(2.56)의 순으로 나타났다.

과시욕구는 영역별 운동 욕구 중 가장 낮은 것으로 나타났는데 세부 요인을 살펴보면 균형있는 몸매를 유지하기 위해서는 평균점수가 2.80으로 과시욕구 중 가장 높은 것으로 나타났고 가족에게 나의 새로운 면을 보여주고 싶어(2.68), 남보다 무엇이든 잘 하고 싶어서(2.65), 남들에게 건강하게 보이고 싶어서(2.54), 살을 빼기 위해서(2.50), 더욱 매력적으로 보이고 싶어서(2.42)의 순으로 나타났다.

성취욕구의 세부요인을 살펴보면 계획성 있는 생활의 실천을 위해서는 평균점수가 3.38로 가장 높게 나타났고, 일의 능률을 높이기 위해서(3.36), 자신감을 키우기 위해서(3.36), 강인한 정신력을 기르고 운동



<그림 1> 대상자의 영역별 운동욕구

〈표 2〉 영역별 운동욕구의 세부요인

|                           | 평균(표준편차)   |
|---------------------------|------------|
| A. 항상성 욕구(homeostasis)    |            |
| 1. 체력을 유지하기 위해서           | 4.16(0.78) |
| 2. 깊은 잠을 자기 위해서           | 2.59(1.13) |
| 3. 신진대사를 촉진하기 위해서         | 3.60(1.04) |
| 4. 소화가 잘 되게 하기 위해서        | 3.39(1.02) |
| 5. 심폐기능을 향상시키고 싶어서        | 3.41(1.03) |
| 6. 오래 살기 위해서              | 2.94(1.15) |
| B. 활동적 욕구(activity)       |            |
| 1. 정신적, 신체적 무력감을 해소하기 위해  | 3.76(1.01) |
| 2. 생활의 단조로움을 해소하기 위해서     | 2.95(1.03) |
| 3. 신체활동 하는 것 자체가 좋아서      | 3.44(2.55) |
| 4. 활기찬 생활을 위해서            | 3.69(0.92) |
| 5. 집안에만 틀어박혀 있기 싫어서       | 2.78(1.15) |
| 6. 땀을 내기 위해서              | 2.77(1.07) |
| C. 정화욕구(catharsis)        |            |
| 1. 기분 전환을 위해서             | 3.29(1.12) |
| 2. 정신적 안정을 취하기 위해서        | 3.26(1.15) |
| 3. 복잡한 문제를 떨쳐 버리기 위해서     | 2.88(1.12) |
| 4. 적극적인 휴식을 취하기 위해서       | 2.98(1.12) |
| 5. 소외감을 해소시키기 위해서         | 2.69(1.04) |
| 6. 피로감을 없애기 위해서           | 3.14(1.11) |
| D. 친애욕구(affiliation)      |            |
| 1. 여러 분야의 사람을 사귀고 싶어서     | 2.56(1.16) |
| 2. 소속감을 갖기 위해서            | 2.58(1.04) |
| 3. 원만한 인간 관계를 유지하기 위해서    | 3.06(1.12) |
| 4. 가정의 화목을 위해서            | 3.16(1.11) |
| 5. 원만한 성생활을 위해서           | 2.74(1.09) |
| 6. 많은 사람이 활동하는 곳에 참여하고 싶어 | 2.67(1.04) |
| E. 과시욕구(exhibition)       |            |
| 1. 균형있는 몸매를 유지하기 위해서      | 2.80(1.15) |
| 2. 남들에게 건강하게 보이고 싶어서      | 2.54(1.10) |
| 3. 더욱 매력적으로 되고 싶어서        | 2.42(1.03) |
| 4. 가족에게 나의 새로운 면을 보여주고 싶어 | 2.68(1.05) |
| 5. 살을 빼기 위해서              | 2.50(1.23) |
| 6. 남보다 무엇이든 잘하고 싶어서       | 2.65(1.09) |
| F. 성취욕구(achievement)      |            |
| 1. 계획성 있는 생활의 실천을 위해서     | 3.38(1.08) |
| 2. 일의 능률을 높이기 위해서         | 3.36(1.14) |
| 3. 강인한 정신력을 기르기 위해서       | 3.33(1.14) |
| 4. 운동기능을 향상시키고 싶어서        | 3.33(1.08) |
| 5. 운동을 통해 만족감을 느끼고 싶어서    | 2.96(1.09) |
| 6. 자신감을 키우기 위해서           | 3.36(1.11) |
| G. 자율욕구(autonomy)         |            |
| 1. 노후의 여가에 대비하기 위해서       | 3.06(1.06) |
| 2. 새로운 것을 경험해 보고 싶어서      | 2.64(1.14) |
| 3. 여가 선용을 위해서             | 3.11(1.15) |
| 4. 자연을 즐기기 위해서            | 3.12(1.09) |
| 5. 자립심을 키우기 위해서           | 2.82(1.13) |
| 6. 위기 극복 능력을 기르기 위해서      | 3.24(1.12) |

기능을 향상시키기 위해서(3.33)의 순으로 나타났고 운동을 통해 만족감을 느끼고 싶어서는 2.96으로 성취욕구의 세부요인 중 가장 낮은 것으로 나타났다.

자율욕구는 세부요인 중 위기 극복 능력을 기르기 위해서(3.24)로 가장 높게 나타났으며(3.24), 자연을 즐기기 위해서(3.12), 여가 선용을 위해서(3.11), 노후의 여가에 대비하기 위해서(3.06), 자립심을 키우기 위해서(2.82), 새로운 것을 경험해 보고 싶어서(2.64)의 순으로 나타났다.

### 3) 성별에 따른 운동욕구

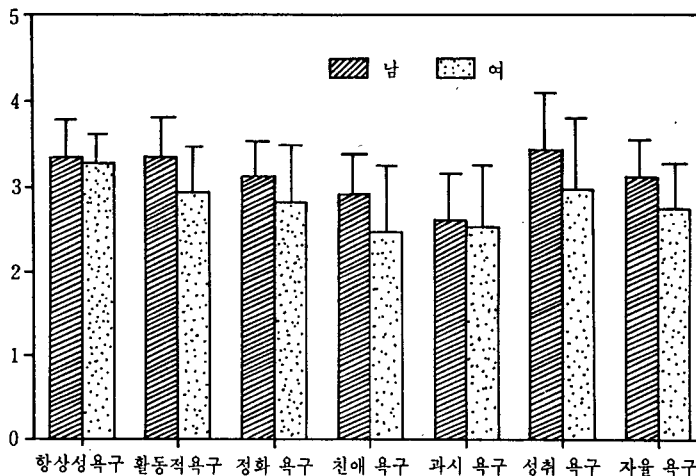
성별에 따른 운동욕구를 보면 전체 욕구의 평균 점수가 남자의 경우 3.13, 여자는 2.79로 남자가 여자보다 높았으며( $t=2.59, p=0.011$ ), 7개 운동욕구 요인중 항상성 욕구와 과시욕구를 제외한 5개 요인의 평균점수가 남자환자군에서 여자환자군에 비해 통계적으로 유의하게 높게 나타났다(그림 2). 즉 여자환자의 경우 항상성 욕구가 가장 높아(3.29), 남자 환자(3.35)와 차이가 없는 것으로 나타났으며 과시욕구의 평균점수는 남자환자군과 여자환자군 모두에서 각각 2.60, 2.53으로 가장 낮게 나타났다. 남자환자의 경우 운동욕구요인 중 성취욕구가 가장 높게 나타났으며, 다음으로는 항상성 욕구와 활동적 욕구가 동일한 수준에서 비교적 높은 운동욕구요인으로 나타났고, 정확욕구, 자율욕구, 친애욕구, 과시

욕구의 순으로 나타났다. 한편 여자환자의 경우 항상성 욕구가 가장 높았으며 성취욕구, 활동적 욕구, 정확욕구, 자율욕구, 과시욕구, 친애욕구의 순으로 나타났다.

### 4) 연령별 운동욕구

연령별 운동욕구는 <표 3>에서 보는 바와 같이 전체 운동욕구는 30대에서 평균 3.16점으로 가장 높게 나타났으며 다음은 60세 이상과 20대가 각각 3.12, 3.08로 3.0이상이었으며 40대, 50대는 각각 2.86, 2.89로 나타나 운동욕구가 비교적 높지 않은 경향을 나타냈다. 60세 이상에서 40대, 50대보다 운동욕구가 증가하는 것으로 나타났는데 이는 노화로 인한 신체 능력의 감소를 보상하기 위한 항상성 욕구의 증가에 의한 것으로 보인다. 또한 운동을 통해 자신감을 키우기 위한 성취욕구와 자립심을 키우고 위기 극복 능력을 기르며 새로운 것을 경험해 보고 싶은 자율욕구가 높은 것도 운동 욕구를 증가시킨 요인이 되었던 것으로 생각된다.

연령별 주요 운동욕구를 살펴보면 20대에서는 성취욕구의 평균점수가 3.57로 가장 높게 나타나 운동을 통해 계획성 있는 생활을 실천하고 일의 능률을 높이며 강인한 정신력을 키우고 자신감을 키우고 싶어하는 것으로 나타났으며 그 다음으로는 신체를 활발하게 움직여 무료함에서 자극을 구하고 싶어하는 활동



<그림 2> 성별에 따른 운동욕구

〈표 3〉 연령별 운동욕구

|                     | 20~29세    | 30~39세    | 40~49세    | 50~59세    | 60세 이상     | F(p)      |
|---------------------|-----------|-----------|-----------|-----------|------------|-----------|
| 항상성 욕구(homeostasis) | 3.16(.46) | 3.37(.57) | 3.37(.66) | 3.23(.36) | 3.58(.85)  | 1.25(.29) |
| 활동적 욕구(activity)    | 3.41(.69) | 3.36(.53) | 3.03(.68) | 3.09(.45) | 3.08(1.02) | 1.72(.15) |
| 정화 욕구(Catharsis)    | 3.18(.52) | 3.14(.71) | 2.93(.76) | 2.91(.55) | 2.95(1.23) | .67(.61)  |
| 친애 욕구(Affiliation)  | 2.91(.59) | 2.79(.69) | 2.54(.84) | 2.68(.54) | 3.21(1.19) | 1.77(.14) |
| 과시 욕구(Exhibition)   | 2.67(.60) | 2.69(.82) | 2.40(.62) | 2.41(.55) | 2.62(1.23) | .83(.51)  |
| 성취 욕구(Achievement)  | 3.57(.59) | 3.26(.76) | 3.22(.85) | 3.06(.67) | 3.32(1.35) | 1.06(.38) |
| 자율 욕구(Autonomy)     | 3.12(.59) | 3.08(.69) | 2.74(.65) | 2.79(.59) | 3.26(.99)  | 1.85(.12) |
| 전체 욕구               | 3.08(.44) | 3.16(.55) | 2.86(.56) | 2.89(.40) | 3.12(1.09) | 1.03(.39) |

표안의 수치는 평균(표준편차)

적 욕구, 정화욕구, 항상성 욕구, 자율욕구의 순으로 나타났다.

30대 이상에서는 항상성 욕구가 가장 높게 나타나 연령의 증가와 함께 항상성 욕구가 높아지고 있어 성취욕구보다는 건강의 유지와 증진을 위해 또 심폐기능의 향상과 신진대사를 촉진하기 위해 운동을 하고자 하는 욕구가 강했던 것으로 해석된다.

성취욕구, 활동적 욕구도 30대 이상의 모든 연령에서 평균 3.0점 이상으로 나타났는데 이는 연령이 증가해도 계획성 있는 생활의 실천을 위해, 일의 능력을 높이기 위해, 강인한 정신력을 기르기 위해 운동을 하고 싶어하는 성취욕구와 강인한 정신력을 기르고 정신적, 신체적 무력감과 생활의 단조로움을 해소하며 활기찬 생활을 위해 운동을 하고 싶어하는 활동적 욕구가 높았음을 알 수 있다.

#### 5) 직업별 운동욕구

직업에 따른 운동욕구 요인은 전체욕구와 활동적

욕구, 친애욕구, 성취욕구, 그리고 자율욕구에서 직종 간에 유의한 차이를 보이고 있었다. 〈표 4〉에서 보는 바와 같이 전체욕구는 경영관리 및 전문직이 평균 3.29점으로 가장 높았으며 서비스직 및 기능숙련직(3.14), 자영업(3.12), 사무기술직(2.89), 가정주부(2.67) 순이었다.

활동적 욕구(F=3.13, p=0.02)는 전문직종인 경영관리 및 전문직에서 평균 3.52점으로 가장 높게 나타났고 가정 주부는 평균 2.79점으로 가장 낮게 나타났으며, 사후검정결과 각 군간의 차이는 유의하지 않은 것으로 나타났다. 또한 친애욕구는 자영업에 종사하는 대상자에서 가장 높게 나타났고(3.07), 가정주부에서 2.30으로 가장 낮았으며, 사후검정결과 가정주부와 자영업에 종사하는 대상자에서 유의한 차이를 보였다. 성취욕구는 자영업에 종사하는 군이 타직종에 비해 가장 높은 것으로 나타났으며 자율욕구는 경영관리 및 전문직에 종사하는 대상자에서 가장 높은 것(3.33)으로 나타났다.

〈표 4〉 직업별 운동욕구

|                     | 자영업       | 서비스직 및<br>기능숙련직 | 사무기술직     | 경영관리 및<br>전문직 | 가정주부      | F(p)        |
|---------------------|-----------|-----------------|-----------|---------------|-----------|-------------|
| 항상성 욕구(homeostasis) | 3.43(.35) | 3.21(.52)       | 3.22(.59) | 3.71(.56)     | 3.22(.65) | 1.80(.14)   |
| 활동적 욕구(activity)    | 3.17(.29) | 3.37(.59)       | 3.26(.63) | 3.52(.48)     | 2.79(.83) | 3.13(.02)*  |
| 정화 욕구(Catharsis)    | 3.18(.68) | 3.06(.61)       | 2.97(.69) | 3.31(.47)     | 2.69(.92) | 1.70(.16)   |
| 친애 욕구(Affiliation)  | 3.07(.69) | 2.94(.53)       | 2.57(.67) | 2.75(.57)     | 2.30(.77) | 4.35(.003)* |
| 과시 욕구(Exhibition)   | 2.55(.69) | 2.68(.72)       | 2.42(.68) | 2.52(.47)     | 2.43(.84) | 0.42(.79)   |
| 성취 욕구(Achievement)  | 3.49(.55) | 3.34(.65)       | 3.25(.76) | 3.38(.64)     | 2.71(.94) | 3.31(.014)* |
| 자율 욕구(Autonomy)     | 3.11(.72) | 3.10(.60)       | 2.89(.59) | 3.33(.59)     | 2.52(.65) | 3.53(.01)*  |
| 전체욕구                | 3.12(.37) | 3.14(.47)       | 2.89(.51) | 3.29(.28)     | 2.67(.68) | 2.59(.04)*  |

표안의 수치는 평균(표준편차)

\* p<.05

6) 교육수준에 따른 운동욕구

대상자의 교육수준에 따른 운동욕구는 <표 5>에서 보는 바와 같이 활동적인 욕구에서 유의한 차이가 있었다. 교육수준별로 욕구요인간에 차이가 있는가를 알기 위해 사후 검증한 결과 국졸이하 군과 고졸 군, 또한 국졸이하 군과 대졸이상 군에서의 활동적 욕구는 통계적으로 유의한 차이가 있음을 보여주어 학력이 높을수록 활동적 욕구가 높은 것으로 나타났다(F=4.16, p=0.008). 즉 교육수준이 높을수록 활기찬 생활을 위해 또는 정신적, 신체적 무력감의 해소를 위해서 운동을 하는 것으로 나타났고 생활의 단조로움을 피하고 신체활동을 하는 것 자체가 좋아서 운동을 하고자 하는 것으로 나타났다. 대상자의 교육수준에 따른 전체 욕구는 국졸 이하가 평균 2.69점으로 가장 낮았고 대졸 이상(2.97), 고졸(3.11), 중졸(3.16)로 중졸의 교육수준을 가진 대상자의 전체 운동욕구가 가장 높았으나 통계적으로 유의하지 않았다.

도시와 지방병원에 입원한 환자의 교육수준에 차이가 있었으므로 운동욕구 유형을 도시와 지방병원에 입원한 환자별로 구분하여 분석한 결과 도시에 입원

한 환자는 교육수준에 따라 전체 욕구와 욕구 유형별 차이가 없었으며 지방에 입원한 환자의 경우 정화 욕구와 활동적 욕구에서 국졸이하의 군과 대졸이상의 군에서 유의한 차이를 보였다. 대졸이상이 정화 욕구와 활동적 욕구가 모두 높은 것으로 나타나 학력이 높을수록 스트레스의 해소를 위해, 기분 전환을 위해 운동을 하고 싶어하며 정신적, 신체적 무력감을 해소하기 위해 운동을 하고자 하는 욕구가 높게 나타난 것으로 생각된다.

7) 월 수입별 운동욕구

월 수입을 100만원 이하, 100만~150만원, 150만원 이상의 3군으로 분류하여 운동욕구를 분석한 결과 전체 욕구와 각 요인별 운동욕구에서 유의한 차이가 없었다(<표 6>). 3군에서 운동욕구 유형이 모두 유사한 경향을 나타내고 있어 항상성 욕구와 성취욕구, 활동적 욕구가 대체로 높은 것으로 나타났다. 또한 월 수입이 150만원 이상인 군에서는 전체 욕구가 평균 2.87점으로 나타나 3군중 가장 낮았으나 통계적 유의성이 없었다.

<표 5> 교육수준별 운동욕구

|                     | 국졸이하       | 중졸        | 고졸        | 대졸이상      | F(p)        |
|---------------------|------------|-----------|-----------|-----------|-------------|
| 항상성 욕구(homeostasis) | 3.18(.69)  | 3.53(.59) | 3.32(.59) | 3.31(.53) | .91(.44)    |
| 활동적 욕구(activity)    | 2.65(.73)  | 3.22(.56) | 3.26(.64) | 3.37(.61) | 4.16(.008)* |
| 정화 욕구(Catharsis)    | 2.56(.88)  | 3.21(.66) | 3.06(.71) | 3.11(.72) | 2.13(.10)   |
| 친애 욕구(Affiliation)  | 2.46(.87)  | 2.97(.72) | 2.87(.81) | 2.72(.64) | 1.34(.26)   |
| 과시 욕구(Exhibition)   | 2.19(1.01) | 2.60(.53) | 2.64(.83) | 2.62(.60) | 1.26(.29)   |
| 성취 욕구(Achievement)  | 2.82(1.00) | 3.45(.83) | 3.31(.79) | 3.35(.76) | 1.67(.18)   |
| 자율 욕구(Autonomy)     | 2.71(.76)  | 2.87(.61) | 3.05(.75) | 3.05(.62) | .97(.41)    |
| 전체욕구                | 2.69(.72)  | 3.16(.53) | 3.11(.64) | 2.97(.46) | 1.74(.17)   |

표안의 수치는 평균(표준편차) \* p<.05

<표 6> 월수입별 운동욕구

|                     | 100만원이하   | 100~149만원 | 150만원 이상  | F(p)      |
|---------------------|-----------|-----------|-----------|-----------|
| 항상성 욕구(homeostasis) | 3.28(.62) | 3.37(.66) | 3.35(.45) | .26(.77)  |
| 활동적 욕구(activity)    | 3.23(.67) | 3.37(.71) | 3.09(.57) | 1.58(.21) |
| 정화 욕구(Catharsis)    | 3.14(.70) | 3.11(.78) | 2.86(.69) | 1.46(.24) |
| 친애 욕구(Affiliation)  | 2.90(.81) | 2.87(.76) | 2.66(.61) | 1.11(.33) |
| 과시 욕구(Exhibition)   | 2.62(.74) | 2.71(.78) | 2.34(.69) | 2.29(.11) |
| 성취 욕구(Achievement)  | 3.43(.84) | 3.30(.94) | 3.18(.64) | .74(.48)  |
| 자율 욕구(Autonomy)     | 3.09(.62) | 3.03(.74) | 2.89(.63) | .65(.53)  |
| 전체욕구                | 3.10(.59) | 3.12(.67) | 2.87(.42) | 1.48(.23) |

표안의 수치는 평균(표준편차)



8) 입원 병실에 따른 운동욕구

입원 병실을 1-4인용과 5-7인용으로 분류하여 이 두군의 운동욕구를 비교한 결과 두군의 전체욕구와 각 요인별 운동욕구는 <표 7>에서 보는 바와 같이 유의한 차이가 없었으며 두군의 운동욕구의 차례도 항상성 욕구, 성취욕구, 활동적 욕구의 순으로 나타났다. 두군의 전체 운동욕구는 5-7인용 병실에 입원한 환자의 경우 평균 3.12점으로 1-4인용 병실에 입원한 환자의 평균 2.95점보다 약간 높았으나 통계적 유의성은 없었다.

9) 침상안정을 요하는 환자군과 운동이 요구되는 환자의 운동욕구

운동이 건강에 좋다고 해서 질병이 있는 환자의 경우 모든 운동이 항상 좋은 것은 아니며 질환에 따라 운동이 금기가 되는 경우도 있다. 즉 심혈관계 질환에 이환되었거나 급성감염이 진행중인 경우, 심한 정신과적 질환이 있는 경우, 안정시 심전도상에 이상이 나타나는 경우등은 운동욕구가 있다하더라도 운동을 해서는 안된다(김, 1992). 그러므로 본 연구에서는

대상자를 침상안정(bed rest)을 요하는 환자군과 운동(exercise)이 요구되는 환자군으로 나누어 침상안정을 요하는 환자군에는 급성감염, 결핵, 신경외과, 심혈관계 질환을 가진 환자를 포함시키고 운동이 요구되는 환자군에는 정형외과, 일반외과 환자, 당뇨병 환자등을 포함시켰다.

운동이 요구되는 환자군과 침상안정을 요하는 환자군의 전체운동욕구는 <표 8>에서 보는 바와 같이 각각 평균 3.12점, 평균 2.99점으로 운동이 요구되는 환자군의 전체 운동욕구가 침상안정이 요구되는 환자군의 운동욕구보다 높았으나 통계적으로 유의하지 않았다. 또한 두 군의 운동욕구 요인의 순서는 거의 일치했는데 운동이 요구되는 환자군의 경우 항상성 욕구(3.30)와 성취욕구(3.30)가 가장 높았고 다음이 활동적 욕구, 정화욕구, 자율욕구, 친애 욕구, 과시욕구 순이었으며 침상 안정을 요하는 환자군의 경우는 항상성 욕구의 평균점수가 3.41로 성취욕구(3.32)보다 더 높았고, 성취욕구 다음의 욕구순서는 운동이 요구되는 환자군의 욕구순서와 일치했다.

<표 7> 입원병실에 따른 운동욕구

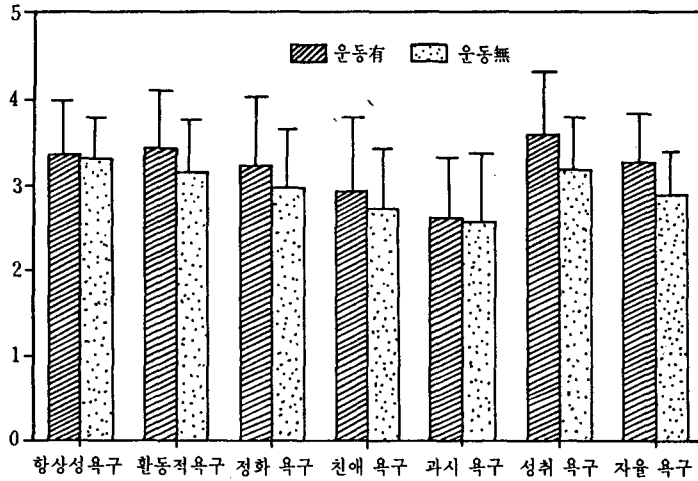
|                     | 1-4인 병실   | 5-7인 병실   | t(p)       |
|---------------------|-----------|-----------|------------|
| 항상성 욕구(homeostasis) | 3.27(.61) | 3.42(.54) | -1.34(.18) |
| 활동적 욕구(activity)    | 3.16(.69) | 3.31(.63) | -1.23(.22) |
| 정화 욕구(Catharsis)    | 2.97(.80) | 3.17(.64) | -1.20(.23) |
| 친애 욕구(Affiliation)  | 2.69(.77) | 2.90(.73) | -1.44(.15) |
| 과시 욕구(Exhibition)   | 2.49(.81) | 2.68(.72) | -1.23(.22) |
| 성취 욕구(Achievement)  | 3.17(.90) | 3.41(.68) | -1.51(.14) |
| 자율 욕구(Autonomy)     | 2.89(.72) | 3.10(.66) | -1.52(.13) |
| 전체욕구                | 2.95(.66) | 3.12(.52) | -1.29(.20) |

표안의 수치는 평균(표준편차)

<표 8> 침상안정을 요하는 환자군과 운동이 요구되는 환자군의 운동욕구

|                     | 침상안정을 요하는 환자군 | 운동이 요구되는 환자군 | t(p)      |
|---------------------|---------------|--------------|-----------|
| 항상성 욕구(homeostasis) | 3.41(.58)     | 3.30(.58)    | -.87(.39) |
| 활동적 욕구(activity)    | 3.21(.71)     | 3.25(.59)    | -.24(.81) |
| 정화 욕구(Catharsis)    | 3.06(.76)     | 3.18(.61)    | .79(.43)  |
| 친애 욕구(Affiliation)  | 2.81(.85)     | 2.83(.68)    | .13(.89)  |
| 과시 욕구(Exhibition)   | 2.59(.79)     | 2.62(.76)    | .21(.84)  |
| 성취 욕구(Achievement)  | 3.32(.82)     | 3.30(.79)    | -.07(.94) |
| 자율 욕구(Autonomy)     | 2.99(.70)     | 3.05(.69)    | .38(.71)  |
| 전체욕구                | 2.99(.64)     | 3.12(.57)    | 0.78(.44) |

표안의 수치는 평균(표준편차)



〈그림 3〉 입원전 규칙적인 운동수행여부에 따른 운동욕구

10) 입원전 규칙적 운동수행여부에 따른 운동욕구

입원 전 운동 수행여부에 따른 운동욕구를 살펴 본 결과는 그림 3에 제시되어 있다. 입원 전 운동을 한 군에서 전체 운동욕구의 평균점수가 3.27로 입원전 운동을 하지 않은 군(2.95)보다 유의하게 높았으며 ( $p=0.032$ ) 두군의 운동욕구중 활동적 욕구, 성취욕구, 자율욕구에서 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다(그림 3). 즉 입원 전 규칙적인 운동을 한 군이 규칙적으로 운동을 하지 않은 군보다 활동적 욕구 ( $p=0.047$ )와 성취욕구( $p=0.023$ ), 자율 욕구( $p=0.022$ )가 높았다.

VI. 논 의

전체 대상자의 영역별 운동 욕구중 항상성 욕구가 가장 높게 나타났으며 이는 대상자가 모두 병원에 입원한 환자로 건강의 중요성을 최우선 순으로 생각하는 집단이기 때문인 것으로 당연한 결과로 받아들여진다.

성별에 따라 운동을 하고 싶어하는 운동욕구의 수준과 형태는 전체 욕구 수준의 경우 남자가 여자보다 높아( $t=2.59, p=0.011$ ), 이등(1989)의 정상 성인을 대상으로 한 결과와 유사하게 나타났다. 이는 선천적인 요인, 초기 사회화 경험, 주위의 역할기대 및 한국 사회의 여성에 대한 고정관념등을 통해 성장과정에서 남성보다 여성이 운동에 대한 욕구 수준이 낮아진 것으로 설명될 수 있다.

성별에 따른 운동욕구의 형태를 보면 7개 운동욕구 요인중 항상성 욕구와 과시욕구를 제외하고 남자가 모두 높게 나타난 반면, 여자환자의 경우 건강한 신체의 유지와 체력단련을 위한 항상성 욕구가 가장 높았다. 이는 이등(1989)의 남, 녀 모두에서 과시욕구를 제외한 모든 운동욕구가 높았다는 결과와 부합하지 않았다. 이러한 불일치는 본 연구의 대상이 건강한 성인이 아닌 병원에 입원한 환자이었기 때문으로 생각된다. 여성 입원환자의 경우 정상 성인 여성이 과시욕구를 위해 운동을 하는 것과는 달리 과시욕구는 없는 것으로 나타났다.

연령차에 따른 운동욕구 유형을 조사한 결과 20대를 제외하고 모든 연령에서 항상성 욕구가 가장 높았다. 이는 우리나라 정상성인의 경우 20대와 30대에서는 성취욕구가 높았고 40대와 50대에서는 활동욕구, 정화욕구, 60대에서는 항상성 욕구가 가장 높았다는 보고와 차이가 있는데 이는 본 연구의 대상자들이 입원생활을 하는 환자들이므로 체력을 유지하고 건강한 신체의 유지를 위해 운동을 하고자 하는 항상성 욕구가 증대된 것으로 생각된다. 이는 Crandall(1978)이 보고한 운동욕구의 정도 및 유형은 상황에 따라 변화된다는 보고와 일치함을 볼 수 있다.

직업에 따른 운동욕구는 경영직, 전문직에 종사하였던 사람의 경우 가장 높아 사회환경도 운동욕구에 영향을 미친다는 보고(Crandall, 1978)와 일치하였다. 직종별 운동욕구 유형을 살펴보면 친애욕구는 자

영업에 종사하는 사람의 경우 가장 높게 나타나 운동을 통해 인간관계를 원만히 하려는 욕구가 높은 것으로 설명될 수 있다. 경영관리 및 전문직은 다른 직종에 비해 활동적 욕구와 자율 욕구가 높았으며 직종의 특성에 의해 운동을 하고자 하는 욕구도 달라짐을 알 수 있었다. 가정 주부의 경우 향상성 욕구를 제외한 나머지 운동욕구는 전반적으로 낮아 우리나라의 대부분의 여성이 가정주부임을 감안할 때 간호중재시 이를 고려하여 간호계획을 세워야 하리라고 생각된다.

대상자의 교육수준에 따른 운동욕구에서 학력이 높을수록 활동적 욕구가 높은 것으로 나타났는데 이는 교육수준이 높을수록 정신노동에 종사하는 사람이 많아 신체적인 움직임이 부족하므로 생활의 단조로움을 해소하고 활기찬 생활을 위해서 운동의 필요성을 더욱 느끼는 것으로 해석된다.

월수입에 따른 운동 욕구에서 월수입별 전체 운동 욕구와 운동욕구 유형은 유의한 차이가 없었다. 이는 이등(1989)이 소득이 높을수록 운동을 통하여 여러 분야의 사람과 친교하며 인간관계를 원만히 하려는 친애욕구와 성취욕구가 강한 반면, 소득이 낮은 계층에서는 운동을 주로 건강과 체력의 유지 및 증진에만 국한지어 생각하려는 향상성 욕구가 높다는 보고와는 상반되었다. 본 연구 결과 질병이나 사고등으로 건강의 위협을 당하여 입원한 환자의 경우 월수입에 관계없이 대체로 향상성 욕구가 높은 것은 당연한 결과로 받아들여지며 이를 간호계획서에 고려해야하리라고 본다.

입원한 병실을 4인용 이상과 이하로 나누고 이에 따른 운동욕구 유형과 운동욕구 수준을 살펴본 결과 병실의 크기에 따라 운동욕구 유형과 수준은 차이가 없는 것으로 나타났다. 입원한 병실에 따라 항목별 운동욕구를 분석한 결과 '새로운 것을 경험해보고 싶어서', '운동기능을 향상시키고 싶어서', '원만한 성생활을 위해서', '운동을 통해 만족감을 느끼고 싶어서'의 항목에서 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 즉 4인용 이상의 경우 병실에서 오는 지루함과 답답함을 해소하기 위해 새로운 것을 경험하고자 하는 욕구와 입원생활로 인해 축적된 스트레스의 해소를 위해 운동을 하고자 하는 것으로 설명될 수 있다.

침상안정을 요하는 환자군과 운동이 요구되는 환자군의 운동욕구 중 두군 모두 향상성 욕구가 높게 나타났다. 이러한 결과를 통해 침상안정을 요하는 환자의 경우에도 운동을 하고 싶은 욕구가 운동을 요하는

환자군과 거의 유사하게 내재함을 알 수 있었다.

본 연구 대상자들의 28%만이 입원전 규칙적인 운동을 하고 있는 것으로 나타나 한국 보건사회연구원(1989)에서 조사한 21%보다 운동 참여도가 높았는데 최근 스포츠의 대중화와 함께 사회경제적 수준의 향상으로 건강에 대한 관심이 고조되어 일반인의 운동 참여도가 더 높아졌기 때문으로 보인다.

입원 전 규칙적인 운동 수행 여부에 따라 운동욕구도 다르게 나타났는데 입원 전 규칙적인 운동을 수행한 군에서 전체 운동욕구가 높았으며 7개 운동 욕구 유형 중에는 활동적 욕구( $p=0.047$ ), 성취욕구( $p=0.023$ ), 자율욕구( $p=0.022$ )가 높아, 운동을 간호중재로 계획할 때 환자의 입원 전 규칙적인 운동 수행 여부를 고려해야 할 것으로 보인다.

자료수집 과정에서 환자 대부분이 운동에 대한 욕구가 있음이 밝혀졌으나 간호계획에 이러한 욕구가 전혀 반영되지 않고 있었으며 또한 운동을 할 수 있는 공간확보는 물론 시설도 갖추어지지 않아 환자들이 복도를 서성이는 모습을 자주 볼 수 있었다.

본 연구 결과는 입원환자 나아가서는 퇴원 후 지역사회에서 운동이 요구되는 대상자에게 운동을 간호중재로 이용하는 경우 간호계획단계에서 기초자료로 이용될 수 있을 것으로 생각된다.

## VI. 결 론

본 연구는 신체활동의 실천에 기초가 되는 운동욕구와 이의 세부요인을 파악하여 운동을 간호중재에 효과적으로 이용하기 위한 기초자료를 제공하는데 그 목적을 두었다.

본 연구에서 사용된 운동욕구검사지는 이등(1989)이 제작하여 정상 성인에서 사용한 42문항, 7개 욕구요인으로 구성된 것으로 신뢰도가  $\alpha=0.94$ 이었다.

연구의 대상은 서울시 2개 종합병원과 충남 D병원에 입원한 총 127명의 성인 환자를 대상으로 하였다. 자료의 분석은 욕구의 7개 영역을 성별, 연령, 직업, 교육수준 및 월수입별, 입원 병실별, 침상안정을 요하는 환자군과 운동이 요구되는 환자군, 입원 전 운동수행 여부별로 One-way ANOVA분석을 실시하였으며 유의수준이 0.05에서 유의한 결과에 대해 Scheffe방법에 의한 사후검증을 한 결과 다음과 같은 결론을 얻었다.

1. 전체 대상자의 영역별 운동욕구 요인중 향상성

욕구가 가장 높게 나타났으며 다음은 성취욕구, 활동적 욕구, 정화욕구, 자율욕구, 친애욕구, 과시욕구의 순이었다.

2. 영역별 운동욕구의 세부요인을 살펴보면 항상성 욕구는 체력을 유지하기 위해서가 가장 높았고 활동적 욕구는 정신적, 신체적 무력감을 해소하기 위해서, 정화욕구는 기분전환을 위해서, 친애욕구는 가정의 화목을 위해서, 과시욕구는 균형있는 몸매의 유지를 위해서 성취욕구는 계획성 있는 생활의 실천을 위해서, 자율 욕구는 위기 극복 능력을 기르기 위해서가 가장 높은 것으로 나타났다.

3. 남자환자가 여자환자보다 항상성 욕구와 과시욕구를 제외한 기타 욕구가 모두 높게 나타났다.

4. 연령, 직업, 월 수입 및 입원병실에 따른 운동욕구 유형은 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다.

5. 남, 여환자 모두 학력이 높을수록 활동적 욕구가 높은 것으로 나타났다.

6. 입원 전 규칙적인 운동을 수행한 환자군에서 수행하지 않은 환자군에 비해 활동적 욕구, 성취욕구, 자율욕구가 높았다.

7. 침상안정을 요하는 환자군과 운동이 요구되는 환자군간에 운동욕구유형은 유의한 차이가 없었으나 두 군에서 모두 항상성 욕구가 가장 높게 나타났다.

이러한 연구결과는 운동을 간호중재로 효과적으로 이용하기 위해 간호계획수립전에 환자의 운동욕구에 관한 사정이 선행되어야 함을 시사한다.

## 참 고 문 헌

김철준(1992). 운동처방의 실제. 가정의학회지, 13(1), 2-9.  
이병기, 김문화, 이종영, 이한규, 임번장, 곽은정 (1989). 성인의 운동욕구에 관한 연구, 체육과학논총, 1(2) : 1-22.  
최명애(1988). 젊은 여성에서 8주간의 aerobic dance

훈련이 체구성, 심폐기능, 혈중 콜레스테롤 농도에 미치는 효과, 대한간호학회지, 19(2) : 105-117.

최명애(1991). 운동이 위축 가자미근의 질량과 상대근 가자미근 무게에 미치는 영향, 간호학회지, 21(3) : 281-294.

최명애, 유정희, 안경애(1988). 젊은 여성에서 9주간의 계단운동훈련이 심폐기능에 미치는 효과, 간호학논문집, 3(1) : 11-25.

최명애, 윤봉자, 김철준, 유정희, 전명희(1989). 여대생에게 8주간의 aerobic dance 훈련이 신체능력, 혈액의 특성, 신체수행에 미치는 효과, 대한스포츠의학회지, 7(1) : 75-85.

최명애, 박상철, 고창순(1992). 지구력 훈련이 위축 골격근과 그 산화능력(oxidative capacity)에 미치는 영향, 대한스포츠의학회지, 10(2) : 151-162.

최명애, 지제근(1993). 주기적인 체중지지가 발달중인 뒷다리부유 쥐의 Type I 근육에 미치는 효과, 대한간호학회지, 23(2) : 207-223.

최명애, 박상철, 고창순(1994). 주기적인 낮은 강도의 운동부하가 뒷다리부유쥐의 Type I, II 근육에 미치는 영향, 대한스포츠의학회지, 12(1) : 182-196.

한국보건사회연구원(1989). 보건의식형태조사.

황상익, 최명애, 고창순(1987). 장기간의 계단운동훈련이 심폐기능과 혈액 화학상에 미치는 영향, 대한생리학회지, 21(2) : 305-311.

Crandall, R.(1978). Social interaction, affect and Leisure. Journal of Leisure Research, 11, 165-181.

Dishman, R. K.(1982). Prediction of adherence to habitual physical activity, In F. Nagle & H. Montoye(Eds.), Exercise in health and disease [chapter 21]. Springfield, IL : Charles C. Thomas, Publisher.

Shephard, R. H.(1983). Physical activity and health mind. Van Med Asso, 128, 525-525.

— Abstract —

Key words : Exercise needs of inpatients

## An investigational study about the needs for exercise of adult inpatients

*Choe, MyoungAe\* · Choi-Kwon, Smi\*\*  
Lim, YoungMi\*\*\**

The purpose of this study was to investigate the needs for exercise of adult inpatients and ultimately to provide basic data for planning nursing intervention of patients who need exercise.

The tool used for this study was a structured questionnaire which consisted of 42 items. The test items were classified into seven factors. The seven factors of the needs for exercise were need for achievement, need for activity, need for affiliation, need for autonomy, need for catharsis, need for homeostasis, and need for exhibition. Subjects of this study were 127 patients in two general hospitals in Seoul, and one general hospital in Chun Ann City.

The needs of exercise were identified and the data were analyzed by gender, age, occupation, education level, monthly income, size of patient room, patient group who requires exercise and the other patient group who requires bed rest, using one-way ANOVA and Scheffe test as post-hoc.

The findings of this study were as follows ;

1) Among the needs for exercise of adult

patients, the highest level of the needs was the need for homeostasis. The next highest was the need for achievement, then need for activity, need for catharsis, need for autonomy, need for affiliation, and the lowest was the need for exhibition.

2) Maintaining physical fitness stood first in the need for homeostasis, relieving psychological and physical powerlessness in the need for activity, mood diversion in the need for catharsis, happiness of the family in the need for affiliation, maintaining the balanced body figure in the need for exhibition, practicing planned life in the need for achievement, and improving the ability to overcome the crisis in the need for autonomy.

3) Male patients exhibited the higher level of the needs than female patients in all factors except the need for exhibition and homeostasis.

4) There was no statistical difference in the needs between age, occupation, monthly income, and the size of patient room.

5) The need for achievement was high as the level of education goes higher.

6) The patients who performed regular exercise before admission had higher needs for activity, achievement, and autonomy, compared with the patients who did not perform the regular exercise before admission.

7) There was no statistical difference in the needs between patient group who requires exercise and the other patient group who requires bed rest. The need for homeostasis was the highest in both groups.

The results from this study suggest that the need for exercise of adult inpatients should be assessed before planning exercise intervention.

\* College of Nursing, Seoul National University

\*\* Department of Nursing, Danguk University

\*\*\* Department of Nursing, Kwangdong University