[UCI]I804:24011-200000234843

2005년 2월

교육학석사(체육교육전공)학위논문

아동의 태권도 참여가 정서와 사회성에 미치는 영향

조선대학교 교육대학원

체 육 교 육 전 공

이 아 랑

아동의 태권도 참여가 정서와 사회성에 미치는 영향

The effects of Taekwondo training on emotion and sociality of the elementary school children

2005 년 2월

조선대학교 교육대학원

체 육 교 육 전 공

이 아 랑

아동의 태권도 참여가 정서와 사회성에 미치는 영향

지도교수 : 조 동 진

이 논문을 교육학 석사(체육교육전공)학위 청구 논문으로 제출합니다.

2005 년 2 월

조선대학교 교육대학원

체 육 교 육 전 공

이 아 랑

이아랑의 교육학 석사학위 논문을 인준합니다.

심사위원장 조선대학교 교수 이승두 인

심사위원 조선대학교 교수 윤오남 인

심사위원 조선대학교 교수 조동진 인

2004년 12월

조선대학교 교육대학원

목 차

표목차 ····· iv
그림목차 ····· v
ABSTRACT ····· vi

Ⅰ. 서 론 ····· 1
1. 연구의 필요성 ····· 1
2. 연구 목적 ····· 2
3. 연구가설 ····· 3
4. 연구의 제한점 ····· 3

Ⅱ. 이론적 배경 ····· 4
1. 태권도의 개념 ····· 4
1) 태권도의 정신의 의의 ····· 8
2) 태권도의 신체적 의의 ····· 8
3) 태권도의 사회적 의의 ····· 8
4)태권도의 수련의 목표 ····· 9
2. 태권도의 특성과 가치 ····· 10
1) 태권도의 특성 ····· 10
2) 태권도의 가치 ····· 11
3) 태권도의 효과 ····· 14
3. 아동의 특징과 태권도 ····· 15
1) 발달심리적 아동기의 특징 ····· 15
2) 아동들에 대한 태권도의 교육적 가치 ····· 16

4. 태권도 수련과 초등학생의 정서 발달 ····· 19
1) 정서발달의 개념 ····· 19
2) 정서반응과 태권도 ····· 21
(1) 공포 ····· 21
(2) 불안 ····· 22
(3) 분노 ····· 22
(4) 애정 ····· 23
(5) 정서의 부적응 ····· 23
5. 태권도 수련과 초등학생의 사회성 발달 ····· 25
1) 사회성의 개념 ····· 25
2) 사회성의 신장방법 ····· 27
(1) 행동조성 ····· 27
(2) 모방학습 ····· 28
(3) 지도 ····· 28
3) 태권도 수련에 의한 사회적 태도 ····· 29

Ⅲ. 연구방법 ····· 31
1. 연구대상 ····· 31
2. 조사도구 ····· 31
3. 조사절차 ····· 32
4. 자료처리 및 분석 ····· 33

Ⅳ. 연구결과 ····· 34
1. 태권도 참여자와 비참여자의 정서와 사회성의 비교 ····· 34
2. 일반적 특성에 따른 정서와 사회성 비교 ····· 35
3. 정서가 사회성에 미치는 영향 ····· 39
1) 모형의 설정 ····· 39

2) 모형의 적합도 검정 ····· 40

Ⅴ. 결 론 ····· **44**

참고문헌 ····· **46**

부 록 ····· **50**

표 목 차

<표1> 태권도 철자의 의미 ····· 5
<표2> 조사대상자의 일반적 특성 ····· 32
<표3> 태권도 참여아동과 일반학생의 정서와 사회성의 비교 ····· 34
<표4> 성별에 따른 정서와 사회성의 분석 ····· 35
<표5> 태권도 참여기간에 따른 정서와 사회성의 분석 ····· 36
<표6> 학년에 따른 정서와 사회성의 분석 ····· 37
<표7> 태권도 참여 동기에 따른 정서와 사회성의 분석 ····· 38
<표8> 적합도 통계량 ····· 41
<표9> 경로계수의 추정 ····· 42

그림목차

<그림1> 태권도 수련의 목적 및 목표 ····· 18
<그림2> 경로모형 ····· 40
<그림3> 추정된 경로그림 ····· 43

ABSTRACT

The Effects Of Taekwondo Training On Emotion And Sociality Of The Elementary School Children

A-Rang Lee

Advisor ; Prof. Dong-jin Cho, Ph.D.

Major in Physical Education

Graduate School of Education Chosun University

The purposes of this study are to analyze the influence of Taekwon-do training on elementary students' emotion and sociality and to show the importance of Taekwon-do training.

The subject for the study sample from Gwang-ju elementary school students, who are in the 4th grade through the 6th grade. 202 trained students and 146 untrained students were compared. The Questionnaire data was analyzed by SPSS program and AMOS program.

Result of analysis could be summarizes as the following.

1.Taekwon-do training difference

1)The group of trained students have showed a bit better level of patience.

2)The group of trained students have showed a bit better adaptability than the other group.

2.Specific character of trained students

1)Female trained students are more patient than male trained students.

2)Students who have longer training period have high level of patience.

3)The 6th grade students are the most patient in those groups.

4)The 6th grade students have showed better relationship of their families than other group.

3.Sociality is affected by emotion

1)The motivation is related to their patience and adaptability.

2)The adaptability of school is affected by self-confidence.

Ⅰ. 서 론

1. 연구의 필요성

우리나라에 있어서 태권도란 짧은 기간동안 세계화에 성공한 무도 혹은 무술로서 뿐만 아니라 경기 및 생활 스포츠로서 자리 잡고 있다. 태권도 수련은 신체활동 및 정신 수련을 통한 개인의 신체적, 사회적, 정신적 발달을 도모하는 것이다. 특히 아동기에 행해지는 태권도 수련은 신체적, 정신적, 사회적 발달에 지대한 영향을 미치는데, 신체적 측면에서는 근력 및 근지구력, 심폐지구력, 체지방의 적정수준 유지와 유연성, 순발력과 민첩성, 협응성, 교차성, 평형성 등의 체력요소가 발달하여 뼈와 관절 및 근육조직의 발달을 가져온다. 인지적인 측면에서도 지능발달을 촉진시키고, 상이한 생각이나 견해를 연관시킬 수 있는 능력을 습득하여 논리적 추론을 가능하게 한다(김기웅, 1992). 그리고 태권도는 초등학생들의 건전한 심리, 사회적 발달을 위한 최상의 도구이며 수단이 되는 운동이고, 초등학교 어린이에게 태권도 수련이 갖는 의미는 신체발달외적 측면에서 더욱 크게 나타나고, 신체외적 가치는 바로 도덕성, 건전한 정신, 사회성 등의 심리 사회적 면에 있다(송무근, 2003).

교육적인 측면에서 아동의 정서나 사회활동에 관한 교육은 교과서 교육만으로는 불충분하며, 이러한 요구를 해결해 줄 수 있는 좋은 방법으로 태권도 수련이 제시되고 있고(윤상화, 김갑수, 2000) 태권도 수련자라면 누구든 어느 정도는 교육적 관심과 심성을 지니지만, 수련을 통하여 나약함의 근본이나 자신감, 집중력 등을 얻고자 하는 동기를 가진 사람이 있다. 또한, 행동당시의 마음 상태에 따라 결과가 달라지는 정신력의 오묘함을 터득하고 활용하려는 사람도 있다고 하였다. 그러나 오늘날의 학교교육은 지식과 기능을 전수하는 획일적이고 서열화된 입시위주의 교육으로 억눌려 왔기 때문에 신체적, 정서적, 심리적, 행동적인 발달이 대부분 결정되는 초등학생의 활동은 매우 중요하다.

그리고 태권도는 초등학교 학생들이 도장 내에서 차지하는 비율이 70%이상이라는 높은 점유율에서 볼 수 있듯이 아동들이 주로 하는 운동으로써 초등학생의 성장발달에 또한 초등학생의 신체적, 정서적, 심리적 행동적인 발달을 긍정적으로 유도할 수 있는 다양한 신체활동의 참여, 특히 태권도 수련에의 참여가 신체의 발달뿐만 아니라 정신건강에 미치는 영향을 분석하는 것은 중요한 문제이다.

태권도 수련은 사회적으로 상대를 존중하고 규칙을 지키며 다른 사람과 잘 어울리는 등 사회에 잘 적응하는 방법을 배우게 되며, 아동기는 사회적 관계에 대한 태도 및 습관을 형성하는 중요한 시기여서 특히 사회적 주관자인 또래 집단에서 분배, 협동, 감정, 통제 등의 태도를 형성하게 되고 생활에서 성인기의 습관이나 생활태도가 형성되는 중요한 시기이다(박길준 외 2인, 1995).

따라서 본 연구는 초등학교 아동들을 대상으로 이들의 태권도 활동 참여가 정서, 사회성에 미치는 영향을 분석하여 태권도의 정서적인 역할과 태권도 수련이 갖는 의미의 중요성을 제시하며 태권도 지도자와 학부모에게 기초자료를 제공하고 태권도의 활성화를 갖는데 본 연구의 필요성이 있다.

2. 연구 목적

태권도는 초등학생에게 다른 어떤 스포츠 보다 많은 참여 인구를 가진 종목이다. 이러한 태권도 참여의 주목적과 관심은 신체 발달적 측면이 주된 관심이었고 연구 또한 신체적, 생리적 변화에 관심을 두었다. 그러나 아동기에는 신체적 발달 이외에 정신, 사회성, 도덕성 등이 형성되는 시기이다. 따라서 본 연구는 태권도를 주제로 아동기의 심리 사회적인 면을 분석하여 태권도 참여의 가치를 극대화하고 더 나아가 지속적인 태권도 참여와 이를 활성화하는데 본 연구의 목적이 있다.

3. 연구가설

1) 태권도 참여 집단과 비 참여 집단 간의 정서와 사회성은 차이가 있을 것이다.
2) 일반적 특성에 따라 정서와 사회성은 차이가 있을 것이다.
 2)-1. 성별에 따라 정서와 사회성은 차이가 있을 것이다.
 2)-2. 참여기간에 따라 정서와 사회성은 차이가 있을 것이다.
 2)-3. 학년에 따라 정서와 사회성은 차이가 있을 것이다.
 2)-4. 참여동기에 따라 정서와 사회성은 차이가 있을 것이다.
3) 정서는 사회성에 영향을 미칠 것이다.

4. 연구의 제한점

1) 본 연구는 광주 지역 아동만을 대상으로 선정하였다.
2) 본 연구에서 아동의 정서적인면과 사회적인면을 측정할 목적인데 태권도 지도자나 부모의 특성에 따라 아동의 정서나 사회성에 영향을 줄 수 있다. 그러나 본 연구에서는 그러한 외적 변인을 통제하지 못한 제한점이 있다.

Ⅱ. 이론적 배경

1. 태권도의 개념

국기이며 민족무예로서 태권도는 손, 발 그리고 전신을 움직여서 몸의 힘을 위력과 기술로 연결시키는 운동이다. 손과 발을 이용하는 전신운동이어서 신체를 강건하게 할 뿐만 아니라 심신 수련을 통한 인격도야와 기술단련을 통한 타인의 공격으로부터 자기의 몸을 방어하도록 도와주는 운동이다(강선장, 1992).

태권도는 방어와 공격의 기술로 구성되어 있지만 운동자체에 목적을 두기보다는 운동을 통해 사회가 요구하는 사람다운 사람으로 교육시키는 것을 중요하게 여긴다고 볼 수 있겠다(한상진, 1995).

태권도는 한자어로 '跆拳道'로 표기된다. 이 경우 '跆'는 '발로 뛰고 차고 밟는다'는 뜻이며 '拳'은 '주먹'을 의미하며, '道'는 '길 또는 정신수양'을 의미한다.(김경지, 1998). 태권도(TAE KWON DO)의 로마자 합성어를 풀이하면 'T'는 끈기 혹은 테크닉을 의미한다. 이는 무예를 수련하는데 있어서 끈기와 테크닉의 발전이 중요하기 때문이다. 또한 이성적으로 행동하면서 어떤 상황을 관리하는데 필요한 생각하다의 의미로도 강조되고 있다. 'A'는 행동을 의미한다. 행동은 태권도 수련자들이 깊이 생각한 뒤에 행동으로 옮기는 실천 영역에 해당된다. 그러므로 태권도는 매우 아름답고 우아하게 행해져야한다. 세 번째 단어 'E'는 기품을 의미하며, 네 번째 단어는 코리아가 된다. 또한 태권도 수련인들은 무예능력을 증진시키도록 계속 노력해야 하며 훈련은 고통스럽고 항상 엄격해야 한다. 이러한 훈련을 극복하기 위해서는 강인한 의지를 가져야 한다. 'W'의 의지는 태권도의 다섯 번째 단어가 된다. 태권도는 전통에 의지하고 있는 하나의 조직적인 무예로서 태권도의 역사, 철학, 테크닉이 지도자로부터 수련자에게로 전수된다. 이때 수련자는 마땅히 지도자에게 복종해야 한다. 복종은 질서의 한 부분이므로 여섯 번째 단어는 질서를 나타내는 'O'에 해당된다. 일곱 번째 단어는 자연스러움의 'N'이 된다.

태권도 동작은 일부러 꾸민 것 같이 부자연스러워서는 안되기 때문이다. 초보자로서는 그렇게 하는 것이 거의 불가능한 것 같지만, 오랜 수련으로 태권도는 자연스러운 제 2의 천성을 나타낼 수 있기 때문이다. 오랜 수련으로 태권도 철학에 있어서 중심을 이루는 단어로서 방어에 해당하는 'D'가 되겠다. 이는 심오함이나 예절있는 인격 수양과 같은 맥락에서 이해될 수 있다. 끝으로, 무예인은 주위 환경과의 일치를 추구한다. 일치 즉 'O'가 여기에 해당될 수 있겠다. 이상에서 살펴본 바와 같이 태권도(TAE KWON DO)는 생각, 행동, 기품, 한국, 의지, 질서, 자연, 방어, 일치로 요약될 수 있으며, 한국의 태권도는 우주와 일치의 일부분인 기품있는 의지의 방어를 목적으로 하는 극히 자연스러운 한국의 행동질서로 정의가 가능한 것이다.

<표 1>. 태권도 철자의 의미

의미 \ 구분	태(TAE)	권(KWON)	도(DO)
철자의 의미	T = Think A = Action E = Elegance	K = Korea W = Will O = Order N = Natural	D = Defence O = Oneness

(한국태권도사, 1998)

태권도는 무도로서 특히, 정신수양력을 바탕으로 인의와 예의, 관용과 겸손을 생명으로 하고 있으며 모든 무도인들은 이 점을 강조하여 가르치고 있다. 만약에 마음이 바르지 못한 사람이 무술을 갖춘다면 결국 그 무술은 사람을 해치는 흉기가 될 것이다. 태권도의 연마과정에서 얻어지는 인내력 및 이에 따른 극기력 또 信과 義에 기초를 둔 위협심 등이며 더 나아가 보통수준을 넘어서서 어느 경지에 이르면 뛰어난 무력을 지니게 되므로 약자에 대한 강자로서의 관용과 겸손이 생기게 된다. 그리하여 아무리 위급한 일을 당해도 당황하거나 흥분하지 않고 침착한 마음으로 당면한 일을 처리할 수 있는 인내력이 배양되어 또 어떤 일이든지 한번 하기로 마음먹으면 잡념 없이 밀고 나갈 수 있는 반격은 물론 많은 사람들을 통솔할 수 있는 능력을 얻게 되는 것이다.

이상과 같은 정신수양력을 얻게 되면 德이 갖추어지며 이는 곧 인격완성의 가장 중요한 영역을 담당하게 되는 것이다. 태권도는 만능 현대스포츠와는 달리 무도정신과 스포츠 정신이 함께 결정된 무도스포츠로서 하나의 인간을 다듬어 바르고 참된 인품을 만드는 근원이 되며, 인간이 희구하는 육체적 건강과 정신적 건강이 함께 하는 행복의 길잡이가 되는 것이다. 태권도의 승패를 궁극적으로 하는 무술이 아니라 유형·무형의 시련을 넘어서는 단련을 하여 심신의 수련과 인간완성을 위한 노력을 시도하는데 그 의의가 있다. 이런 측면에서 태권도는 옛날부터 군자의 무술로 불리워 왔다.

태권도는 무예적인 인간형성을 위한 정신교육인 동시에 체력단련을 위한 신체교육으로서 하나의 중요한 영역을 차지하고 있다. 즉 태권도는 신체를 단련하여 체력을 향상시키고 건강을 증진시키며, 자위를 위한 호신술로서도 그 가치를 인정받고 있는 것이다. 또한 태권도는 우리 민족 고유의 무예로서 계승되어 왔으며, 오늘날에는 과학적 기초 위에서 이론과 기술이 체계화되어 범세계적으로 성행하고 있는 만큼, 지금까지 '폭력'으로 연상했던 편견이나 오해로부터 벗어나 태권도가 참다운 우리 민족 고유의 무예사상으로 굳혀지고 있다.

태권도는 단순한 격투술이 아닌 무예(예술)로 규정하고 있는 몇 가지 예를 살펴보면, 첫째, 어떤 기술이 이미 획득되었거나 아니면 연습되고 있거나 간에 모든 기술은 무예라는 의미로 사용되는 경우이다. 그러나 예술은 이렇게 정의한다면 태권도가 예술이라는 의미는 그다지 큰 가치가 없는 것이 되고 만다.

둘째, 예술은 보다 높은 이상에 관한 것이라고 정의하는 경우이다. 예술을 이렇게 정의하면 조각가나 무용가가 일반 기술자와 구별될 수 있다. 마찬가지로 예술을 이렇게 정의 할 때만이 태권도가 왜 다른 격투술과는 달리 무예인가 하는 점이 밝혀지게 된다.

단순한 격투술과 무예의 차이점은, 무예는 수련생들에게 격투 이상의 그 어떤 것을 가르친다는 점에 있다. 태권도의 품새 수련은 격투술 뿐만 아니라 예술적 즐거움을 수련생에게 부여하며, 격투에 대한 관심을 예술에 의한 즐거움으로 승화시켜 주는 것이다. 태권도는 다른 격투술과 달리 하나의 예술형태로 존재하는 것이다.

태권도는 특별한 장소와 장비 없이 남녀노소 누구나 기술을 연마하여 심신을 단련할 수 있는 무도이며 스포츠기능을 가지고 있다(김길평, 1998).

태권도에서 태권은 기능적이고 형태적인 의미 곧 형이하의 의미를 지니는 데 반해 도는 본질적 의미인 형이상의 의미를 지니고 있다. 그러므로 태권도는 이론과 실천을 겸비한 운동이다. 도는 부단히 수련하는 과정에서 자기를 수양하고 극복하고 실현하며 끝내는 자기를 완성하는 길이다. 한마디로 표현하면 태권도는 호신적 심신 단련을 위한 신체 교육과 인간 형성을 위한 정신 교육이 함께 어우려져 실천 행동으로 나타나는 행위 철학이다. 또한 태권도를 통해 몸과 마음을 갈고 닦아 천·지·인의 삼재 사상을 구현하자는 것이 그 궁극적인 목표이다.

이때 天은 천인합일(天人合一) 곧 우주 자연의 섭리에 따르는 순응과 조화를 말하고, 地는 홍익인간 곧 박애와 평화사상을 뜻하며, 人은 심신일여(心身一如) 곧 몸과 마음이 하나라는 '한'의 행위철학을 말한다. 따라서 우리는 태권도 수련을 통해 덕성을 함양하고 인간완성을 위해 정진하여 참다운 무예인의 정신을 깨우칠 수 있는 것이다.

또한 태권도는 그 인구가 날로 증가함에 따라서 세계인의 스포츠로서 각광을 받으며 발전해 나가고 있다. 태권도는 승패를 목적으로 하는 무술이 아니라 유형, 무형의 시련을 넘어서는 단련을 기초로 하여 심신일체 주의의 화랑정신과 상통하여 건전한 민주시민으로서의 자질을 향상시키며, 인격형성과 정신수양에 그 의의가 있다.

태권도는 인간의 활동의욕을 유지시키고 개발하는 것과 연관 있으며 인체의 모든 기관에 에너지를 발생시켜주고 심신을 다져주며 정동뇌를 자극 발전시켜 힘차게 실행하는 의욕을 개발시켜주는 전신운동이다. 그러므로 태권도는 힘차고 의욕적인 삶을 희구하는 인간에게 智와 理를 활동력의 집합체로써 갖추도록 하는 의욕을 육성하여 민주사회 생활에 기여하게 된다는데 또 하나의 의의가 있다.

1) 태권도 정신의 의의

태권도 정신의 근원은 신라시대 화랑도 정신에서 볼 수 있다. 화랑도의 5계 즉 사군이충(事君以忠), 사친이효(事親以孝), 교우이신(交友以信), 임전무퇴(臨戰無退), 살생유택(殺生有擇)의 정신이 있는데 태권도가 곧 화랑정신이라 의의할 수 있다.

2) 태권도의 신체적 의의

모든 운동이나 스포츠 종목도 그렇듯이 신체활동이 주가 된다. 특히 태권도는 신체의 국한된 부분만을 이용한 운동이 아니고 지르기, 찌르기, 차기, 격파, 뛰기와 신속한 몸의 이동을 요하는 등 신체의 전 부위와 여러 가지 동작을 모두 필요로 하기 때문에 전신적인 신체활동을 경험하게 되므로 근력, 지구력, 민첩성, 유연성, 순발력, 균형성등 체력을 골고루 배양할 수 있고, 일격필도를 목표로 수련하는 운동이기 때문에 전신적인 근육과 관절활동이 복잡하고 신속 정확한 상황판단과 실천을 위한 뇌와 신경의 조화적인 기능이 요구되며, 호흡법을 통한 심폐기능을 촉진시킬 수 있으며, 상대방을 압도할 수 있는 순간적인 지적활동이 전개됨으로써 뇌와 신경계의 지적판단력과 응용발산력을 길러주게 된다. 그리고 태권도를 수련하게 됨으로써 억압된 욕구의 발산을 반사회적 비도덕적인 방법으로부터, 교육적이고 건전한 방향으로 유도함으로써 심리적인 안정을 기하고 생리적인 기능을 증진할 수 있다.

3) 태권도의 사회적 의의

인간은 사회적 동물이다. 그래서 여러 사람과 어울려 살며 서로가 영향을 주고받게 된다. 각박한 도시의 생활 속에서 체육활동은 서로 땀을 흘리며 친해지기도 하고 서로의 생활정보교환과 이웃간의 우애증진 등 절대적으로 필요한 사회적 요구이다. 현재의 태권도 도장에서는 수련생들 간에 서로를 존경하며, 서로의 예의를 갖추는 방식들이 실제로 행하여지는데 즉, 도장 내에서의 수련생들은 상급자 또는

수련생 상호간에 일정한 인사와 존경의 예를 지킨다. 격투와 같은 과격하고 격렬한 운동장면에서도 상호간의 사회적 약속에 의해 지켜지는 격식, 상급자에 대한 존경 그리고 하급자에 대한 예의 등은 고무적인 사회적 미덕이다.

그리고 미덕을 지니고 있다는 것은 태권도의 올바른 사회적, 도덕적 성격을 갖추고 있는 것이라고 말 할 수 있다.

4) 태권도 수련의 목표

태권도의 수련목적과 교육의 목적과는 상호 깊은 관련성이 있다고 할 수 있다. 태권도의 수련목적에서 말하는 전인적인 인격 완성을 포함하여 신체적, 정신적, 사회적으로도 건강하며 개인으로나 사회인으로서 훌륭하고 명랑한 생활을 영위해 나갈 수 있는 인간을 교육시키는 것이다. 그러므로 지금까지 우리 인간의 교육을 맡아왔던 사람들은 어느 분야를 막론하고 眞을 찾으며 善을 기르고 美를 가꾸는 방법을 가르쳐 왔다.

이와같이 참을 찾는 길이 곧 정신수양이며, 우리 삶의 근본이다. 태권도의 수련과정에서 쌓이는 정신수양을 바탕으로 한 인의와 예의, 관용과 생명, 인내력과 의협심 등은 어느 경지에 이르면 뛰어난 무력을 지니게 되므로 약자에 대한 강자로서의 관용과 겸손이 생긴다. 태권도를 통한 정신수양력을 얻게되면 덕(德)이 갖추어지며 이는 곧 인격완성의 가장 중요한 영역을 담당하게 되며, 우리에게 명석한 판단력과 모든 사람에게 너그러운 아량을 베풀수 있는 인격을 형성 하여 항상 그 주위를 밝고 아름답게 한다. 강인하고 용기있는 성품으로 변모시켜 매사에 주저 없이 앞장설 수 있는 통솔력을 길러준다. 통솔력과 강한 담력은 모든 일에 자신감을 갖게 하며, 자신감은 심리적인 안정성을 유지하도록 하여 의연함을 낳는다.

그러므로 태권도 수련을 통해 질서와 규칙을 지키고 예의와 복종, 극기, 관용 등의 태권도를 배우며 심신의 수련과 인내심, 겸양 등으로 인간 내부의 근원적인 파괴욕구를 순화시켜 나가는 것이다. 뿐만 아니라 체력 향상과 건전한 정신의 함양으로 작업 능률을 향상시키고, 강인한 체력과 정신력을 길러 훌륭한 인격체를 형성시킴으로써 민주적 사회활동에 최선을 다할 수 있는 이상적인 인간을 육성시켜 준다.

2. 태권도의 특성과 가치

1) 태권도의 특성

태권도는 종교와 동양의 심오한 철학사상을 받아들여 발전된 고차원적인 무도로서 가장 한국적이고 한국인의 긍지와 자부심을 갖게 하는 동시에 고유한 민족무예로서 전승되어 온 문화유산이다. 또한 자기 훈련을 통한 자아 극복의 수련과정을 거쳐 대아의 경지에 이르게 하는 행동철학을 갖고 있는 무도이다. 무도란 단어자체가 의미하는 바, 창과(戈)+ 멈출지(止)= (武)를 이루며 들어오는 창을 막아 그 찌르는 행위를 정지시키고 살생 아닌 평화를 유지함에 목적을 둔 기능이 武이다. 또한 道는 태권도가 추구하는 것으로 참된 인간의 길을 의미하는 것이다. 이처럼 고차원적 의미가 내포된 태권도를 단순히 일반 스포츠와 동일시해서는 안 될 것이다.

태권도의 특성은 '신체활동', '맨손투기', '교육성', '한국의 고유성'의 네 가지로 살펴 볼 수 있다. 이중 태권도가 지닌 교육성은 태권도 기술이 다른 사람을 제압하고 다치게 할 수 있는 맨손투기라는 점을 고려할 때 특히 중요해진다.

태권도는 결코 싸움을 목적으로 하는 것이 아니라 정신수련을 목적으로 한다는 점에서 이해되어져야 한다. 따라서 태권도와 같은 투기적이며 적극적인 심신병행을 규칙적으로 실행함으로써 현대 상황을 극복할 수 있는 정신과 신체적 에너지를 축적시켜, 강력히 단련된 수족과 우수한 공방기술로서 판자나 기와를 격파하며 비호같이 상대를 일격 일축으로서 살상하는 데 있는 것이 아니라 기술의 연마를 통해 신체를 단련하는 동시에 정신까지도 아울러 수련하여 덕을 배양하는 것이라 볼 수 있겠다.

진정한 의미에서 무도는 실행자가 세 가지 완전성 즉, 지적, 신체적, 정신적 완전성을 추구하게 된다. 태권도의 이 같은 교육성의 내포는 곧 태권도 교육으로 함축되기도 한다.

아동들에게 태권도를 지도함에 있어서 인격형성의 기초가 되는 신체적, 지적, 정서적, 사회적, 생활태도면 에서의 기능을 조화 있게 고루 발달시켜야 할 주된 목표를 살펴보면 다음과 같다.

즉, 아동의 신체적 운동 능력 발달 특징은 신장과 체중이 이 시기에 착실히 늘며 피로할 줄을 모른다. 원활한 활동과 경쟁하기를 즐기며 눈과 손의 조정력이 발달하고 운동기능이 현저한 향상을 보인다. 또한 지적 발달의 특징은 넓은 지식욕과 새로운 경험에 대한 욕구를 만족시키는 데에 연관이 된다. 또한 관심권은 어른과 비슷하나 그 정도가 알고 이론적으로 따지기 좋아하며 친구들끼리 논쟁이 많은 것이 이 시기의 특징이다. 정서적 발달의 특징은 자신의 안정감을 위해 남의 애정을 필요로 하게 된다. 또한 주의력이 발달하며 조금씩 침착하게 하나의 일을 상당히 오래 할 수 있게 된다. 계획을 세우고 실행할 수 있으나, 아직 충분하지 못하므로 좌절할 때가 많아 고민을 하게 된다. 또한 아동의 사회적 발달의 특징은 어른을 무시하는 경향이 생기며 친구의 소문이나 명예에 관심을 갖는다. 교우관계가 내면적인 애정, 동정, 존경에 의해 이루어지며 리더가 나타나고 그의 의견은 친구들 간에 놀랄 만큼의 영향력을 행사한다.

생활태도적 발달의 특징은 이기주의가 팽배해 공중질서 의식과 도덕의식이 상실되어가는 도시 속에서의 생활에 있어 자칫하면 협력, 권리존중, 규칙의 준수 등 사회적 자질을 발달시키는데 역행할 수 있는 것이 이 시기의 특징이다.

2) 태권도의 가치

(1) 무도로서의 가치

무는 타인과 자연의 위험으로부터 생존을 위하여 투쟁하는 과정에서 자연발생적으로 생겨난 것이다. 이러한 것이 시대적 상황변화에 따라 철학적 사고가 가중되어 무도로 정착하였다. 무도란 수련을 통하여 정신과 기술의 합일이 이루어져 모두와 더불어 하나의 존재하에 조화를 이루었음을 깨닫게 될 때 비로소 무도라 하며 이런 사람을 무도인이라 할 수 있다. 무도의 진정한 가치는 심신일여(心身一如) 즉, 動과 靜이 중용을 이루며 승부나 경쟁에 초탈하고 자기발전과 자아발전을 위해 심신을 연마함으로써 세상에 대한 바른자세, 바른마음을 가지고자 노력하는데 있다고 볼 수 있다.

(2) 스포츠로서의 가치

스포츠로서의 태권도는 상고 시대의 제천 행사에서 오락으로 시작되어 삼국시대, 고려시대를 거쳐서 1960년대 서구문화의 영향을 받아 경기화에 주력하면서 스포츠적인 차원에서 가치를 가지게 되었다. 이후 86아시안게임, 88서울올림픽 양개대회의 정식종목과 시범종목으로 채택된 태권도 경기가 현재 세계적인 스포츠가 되기까지는 많은 태권도인들이 그동안 국내외에서 흘린 땀의 결실이라고 할 수 있다. 이러한 태권도가 세계화에 힘써 지금은 완전한 스포츠로서의 자리를 굳혀 2000년 호주 시드니올림픽 정식종목으로 채택되어 이제는 학문적인 이론과 정신교육의 구체적인 방법이 실기교육과 병행함으로써 태권도의 교육적 효과를 기대할 수 있겠다고 하겠다. 특히, 스포츠로서의 가치관의 관점에서 보면 의무와 책임이 수반되는 것으로 정신적, 육체적 스트레스를 해소하기 위한 기능을 가지고 있다.

(3) 교육학적 가치

교육이란 바람직한 인간 행동의 변화이며, 장차 사회생활에 잘 적응할 수 있도록 도와주는 것이다. 태권도 교육을 통하여 이러한 교육의 목적을 실현하는데 그 의의가 있다. 교육의 궁극적인 목표를 실현 할 수 있는 요소를 태권도 교육의 가치에 비추어 살펴보면 다음과 같다.

첫째, 태권도는 신체훈련 뿐만 아니라 정신적 도야를 중요하게 여기는 무도로서 민주시민의 자질을 길러주며 인격완성 및 자기교육에 중점을 둔 교육적 효과 및 가치를 가진다. 따라서 정신수양이 전제되지 않은 태권도는 무도가 될 수 없다. 태권도의 목적도 교육의 목적과 같이 인격완성에 있기 때문에 문화적 산물이 될 수 있고 교과과목으로 채택될 수 있는 것이다.

둘째, 태권도는 지속적이고 반복적인 학습으로만 가능하며, 자발적인 학습이 필요하기 때문에 태권도 교육은 학습의 가치를 가진다.

셋째, 태권도는 선천적인 행동이 아니고 후천적인 행위에 속한다. 태어나면서 터득한 유전적 행동이나 원시적 본능이 아니며 세상에 태어난 후 인간으로 성장하는 과정에서 문화적 전달로서 환경에 의하여 배우고 이성적인 동기에 의하여 도야된 행동이기 때문이다.

(4) 운동생리학적 가치

태권도는 체육, 생물, 역학, 심리학적 신체의 모든 기능을 가지고 있으며 관리할 수 있다.

- 전신을 움직이는 신체활동을 경험한다. 근력, 지구력, 민첩성, 평형성, 안정성, 구심력, 타격력의 관계 등 체육적 기능을 배양하고 신체의 조직력과 이에 따르는 균형있는 신체발달을 유도한다.
- 신경계 근육 및 순환계의 생물학적 기능의 촉진을 가져온다.
- 욕구에 대한 정신적 만족 및 정서 안정, 심리적 기능을 조절할 수 있는 힘을 얻을 수 있다.
- 성장과 발달을 촉진시킨다.

태권도의 생리학적 가치는 위의 4가지 조항에 따른 태권도 수련을 통하여 간접적으로 이룰 수 있기 때문에 태권도는 매우 이상적인 운동이라 하겠다.

(5) 심리학적 가치

인간의 행동은 개체의 욕구와 환경 요소가 상호작용하여 이루어진다고 한다. 이러한 체육의 활동은 욕구 발로의 수단이며, 이를 충족시켜 줄 수 있는 역할을 한다. 욕구의 불충족은 정서불안과 심신장애 그리고 비행의 원인을 가져오기도 한다. 또한 사람은 소유욕 충족, 공격, 파괴 등의 근원적 경향을 잠재하고 있으며 자극에 의해 그러한 경향이 나타날 수 있다. 이로 인해 사회의 질서 파괴, 생활의 불안 초래, 반사회적 행동을 하게 된다. 그러나 태권도는, 발로 차고 주먹으로 지르고 손으로 찌르는 등의 난폭하고 원시적인 행동을 도장의 규칙, 지도자의 가르침, 자신의 수양과 인내심으로 정화시켜 인간 내부의 근원적 경향을 잘 다스려 준다. 또한 복잡한 기계문명 속에서 오는 스트레스를 운동을 통해 해소하고 긴장을 완화시켜 줌으로써 인간을 허탈감으로부터 벗어나게 해준다.

(6) 사회학적 가치

인간은 혼자 살 수 없으므로 다른 사람과 더불어 서로 도우면서, 복잡한 사회에 적응해 나간다. 그래서 사회에는 지도자가 있고 그를 따르는 사람이 있으며 협력과

노력, 설득과 이해로써 사회생활의 인간관계를 배워 나간다. 태권도 운동에는 사범이 있어, 규칙을 지키며 잘못한 경험을 통해 수정, 발전 시켜 나갈 수 있다. 운동에서 경쟁자는 적이 아닌 우리라는 개념속의 구성원이다. 그러므로 태권도를 통해 사회에서 요구하는 질서와 규칙, 예의, 극기, 자제, 관용, 시간엄수 등의 태도를 배우게 된다.

(7) 국방체육적 가치

태권도에 있어 국방체육과의 관계는 상고시대 이후 고대, 중세를 거치면서 계속되어온 것으로 국방을 튼튼히 할 수 있는 강인한 체력, 투철한 정신력과 화랑도의 세속오계에서 나오는 임전무퇴의 정신과 일격필살과 초전박살의 정신을 함양, 필승국군의 호국정신 을 갖게 하고자 함이며, 자유와 평화를 수호하고 나라의 안녕을 지키기 위한 수단으로서의 가치가 있다.

그 비슷한 예로서 1974년 월남에 국군을 파견하였을 당시 태권도 수련을 통한 훈련이 실전의 육박전에서 그 기술이 크게 활용되어 혁혁한 전과를 올릴 수 있었던 점을 생각해 보면 알 수 있겠다.

(8) 문화적 가치

태권도는 전통무예이며 상고시대 이후 계속된 무예로서 무형문화재로서의 가치가 있다. 또 태권도는 우리 민족의 얼과 정신을 대변할 수 있는 심신연마수단으로서 존재하였으므로 철학적, 정신적 의의와 더불어 전통무예로서 위의 두 가지 사항을 포괄할 수 있다는 점에서 문화적 가치가 있다.

오락화된 태권도는 통일신라 이후 불교의 사상적인 영향으로 자아극복과 자아수련의 방법으로 심신연마에 이용 되었으므로 전통무예로서 그 가치가 충분하다고 할 수 있겠다.

3) 태권도의 효과

태권도 수련을 통해 얻어질 수 있는 효과는 수련자에 따라 다르겠으나 보편적으로 얻을 수 있는 효과를 살펴보면 다음과 같다.

첫째, 신체적 효과로서 태권도는 유연하고 부드러운 기술과 강력하고 날카로운 기술을 동시에 사용하기 때문에 거의 몸의 모든 부분을 발달시켜 준다. 또한 힘의 정확성과 속도, 바른 자세 등 튼튼한 몸과 강인한 체력을 가능하게 해준다.

둘째, 심리적 효과로서 사람은 일정한 자극에 반응하는 근원적 경향성이 있다. 이 경향이 그대로 나타나면 사회의 질서를 파괴하고 생활안정을 얻기 어렵다. 즉 사람은 자기가 하고 싶은 대로 행동하면 반사회적 행동이 된다.

태권도에서는 발로 차고 주먹으로 지르고, 손으로 찌르는 등의 난폭하고 원시적인 행동을 도장의 규칙, 지도자의 가르침, 자기 자신의 수양과 인내심 등으로 정화시켜 인간 내부의 공격적 경향성을 잘 다스려 준다.

셋째, 사회적 효과로서 인간은 혼자 살 수 없으므로 다른 사람과 더불어 서로 도우면서 혼잡한 사회에 적응해 나아간다. 그래서 사회에는 지도자가 있고 그를 따르는 사람이 있으며 협력과 노력, 설득과 이해로써 사회생활의 인간관계를 배워 나아간다. 태권도 운동에는 사범이 있어 올바른 규칙을 익히고 잘못된 점은 경험을 통해 수련 발달시켜 나아갈 수 있다. 운동에서 경쟁자는 적이 아닌 우리라는 개념 속의 구성원이다. 그러므로 태권도를 통해 사회에서 요구하는 질서와 규칙, 예의, 극기, 자제, 포용, 시간엄수 등의 태도를 배우게 된다.

넷째, 도덕적 효과로서 태권도는 단순한 운동 또는 경쟁적 스포츠와는 달리 그 출발에 있어서 독특한 윤리적 본질을 갖는 것으로 신체단련 이전에 정신적 수양을 중시하고, 예의로 시작해서 예의로 끝나는 무도이자 스포츠이기 때문에 태권도를 정통으로 수련하는 사람은 예의범절을 잘 지키고 고상한 언행과 올바른 몸가짐을 갖는다.

3. 아동의 특징과 태권도

1) 발달심리적 아동기의 특징

아동기는 6, 7세부터 11, 12세에 이르는 시기를 말하는데, 이시기에는 생활의 중심이 가정에서 학교로 옮겨지게 되므로 「아동기」 또는 「또래시대」 라고도 부른다(서봉연, 이순형, 1993). Piaget는 이시기를 구체적 조작기(concrete operation stage)라고 부르고 있고, Freud는 잠복기(latency stage), Erikson은 근면성 내지 열등감이 형성되는 시기라고 한다(임규혁, 이차숙, 1987). 그리고 "인지적 변형"도 대단히 중요하고 실질적인 "발달적 경향"의 존재를 지지하고 주장하는 것이 더 쉽다(송명자, 서봉연 역, 1992)고 본다.

하지만 이전 단계(유아기)보다는 훨씬 덜 결정적인 단계라고도 보고 있다. 키가 자라고 몸무게가 늘어나고 더 강해지지만, 이미 이룩해 놓은 기초위에서 다져지고, 가다듬어지고, 강해지며 이미 획득한 운동기능을 더욱 기술적으로 사용할 수 있는 능력이 생기는 시기라고 한다. 그리고 여러 가지 성격적인 특성들도 새로이 획득되는 것이 아니라, 이미 획득된 특성들이 더욱더 부각되어 나타난다. 독립심이나 의존심, 공격심이나 협동심이 더욱 뚜렷하게 나타나고 여러 가지 상황에서 능동적인 자세가 되거나 수동적인 자세가 되는 것이 더욱 분형해지는 시기이다.

대체로 아동기의 특생은 초등학교 3학년까지는 별로 뚜렷하게 나타나질 않고 그 이상에서 여러 가지 특징이 보여진다. 그러나 아동기는 무한한 가능성(all possibility)의 시기이므로 절대로 소홀히 여겨서는 안된다.

아동기의 특징을 자세히 살펴보면(손치수, 김정규, 1987).

첫째, 신체적 발달 즉, 신장과 체중은 이 시기에 꾸준히 늘고 원활한 활동과 경쟁하기를 즐기며 눈과 손의 조정력이 발달하고 운동기능이 현저한 향상을 보인다.

둘째, 지적 발달이 현저하며 기억력이 증가함에 따라 지식욕이 강해진다.

셋째, 정서적으로는 유아기에 비해 안정된 편이나 어른에 비하면 일반적이며, 강열하다. 즉, 자신의 안정감을 위해 남의 애정을 필요로 하며, 주의력이 발달하며 조금씩 침착해져 하나의 일을 상당히 오래 할 수 있게 된다. 그리고 계획을 세우고

실행할 수 있으나 아직 충분하지 못하므로 좌절할 때가 많아 고민을 하게 된다.

넷째, 사회성은 현저하게 발달되며 유아기의 자기 중심성을 점차 극복하고 또래들과의 집단생활에 대한 요구가 발달하여 협동심이나 경쟁심이 강하게 작용하면서 어른을 무시하는 경향이 생기며 친구의 소문이나 명예에 관심을 갖는다.

다섯째, 아동기는 자아와 환경이 융합하여 자아가 환경에 종속하는 시기로서 객관화의 시대 또는 지식활동의 시대로써 특색지워지므로, 도시생활은 이기주의가 팽배해 공중질서의식과 도덕의식이 상실되어가는 현상에서 아동들이 협력, 권리존중, 규칙준수 등 사회적 자질과 성격형성발달에 역행할 수 있는 것이 이시기의 특징이다(유재원, 1996).

2) 아동들에 대한 태권도의 교육적 가치

일반적으로 교육의 제일 목적에서 아동의 경우를 살펴보면 그들로 하여금 자신이 가지고 있는 잠재능력을 개발하도록 도와주는데 있다. 잠재능력은 아동이 사고 하는 것을 배우며 사상이나 이념을 전달하는 인지적인 기능을 개발하는 것을 말한다. 또한 그것은 아동이 자신이나 타인에 대한 태도나 사고를 형성하는데 필요하며 밀접하게 연관된 여러 가지 기능을 개발하는 것도 포함되어있다(김기웅, 1986).

최근의 교육철학은 바람직한 교육프로그램을 통해 아동의 전인적 발달의 중요성을 강조한다. 아동들이 지닌 움직임에 대한 능력을 끌어올리고 신체적 수준을 향상시켜야 한다. 반면에 잘 조직화되고 학습화되는 적절한 움직임과 경험을 아들들의 전인적 발달영역에 포함시킬 수 있도록 노력해야 한다. 이와 같이 전인교육의 목적에 부응하여 체육학자들이 제시한 구체적으로 실천 가능한 체육의 목표들은 크게 네가지 영역으로 분류된다. 첫째, 신체적 발달, 둘째, 운동과 동작의 발달, 셋째, 정신적 발달, 넷째, 사회적 발달 들이 그것이다(강신복, 오학수, 1990).

이러한 점들은 태권도의 교육적인 견지에서 보면 신체적발달, 운동과 동작의 발달, 정신발달, 사회적발달 등에 함양되는 지능을 포함한 올바른 인격과 태도의 육성이라고 볼 수 있다. 그리고 태권도가 지닌 교육성은 신체활동성과 직접적으로 관련되는 교육 및 체육이론에서 찾을 수 있다. 태권도는 신체활동을 통한 교육이라는

점에서 체육의 범주에 포괄되기도 한다.

특히 행위자의 목적, 목표 등의 이념에서 체육은 태권도와 거의 유사한 점을 보여준다. 체육에서 신체활동의 교육적 측면이 부각되면 체육목적 또한 교육목적과 동일시된다. 계획적인 변화가 교육이니만큼 궁극적으로 볼 때 체육의 목적과 교육 목적도 일치 할 수 있다. 따라서 체육은 일반목적을 달성하는데 그 목적을 두어야 한다. 그리고 체육이 신체적 활동을 통한 전인적 인간을 형성한다는 교육적 이면에 비추어 볼 때 신체적인 측면뿐만 아니라, 지적, 정서적, 사회적, 발달 등을 포함한 성격 형성도 간과해서는 안 될 중요한 목표인 것이다(김정호, 1990).

이에 태권도 수련의 궁극적인 목적은 자기 인격완성이며 이를 위해서 신체조건을 형성하기 위한 외적, 동적 수련과 정신단련을 위한 내적, 정적 수행을 동시에 이루어 나가는 자기 교육에 있다. 태권도에서 '도(道)'란 말이 나타내듯이 자기 방어로서 투기의 폭력성을 초월하고, 궁극적 목적은 바로 인간성의 완성에 두어 변화시키는 것이다. 진정한 의미에서의 무도는 실행자의 세 가지 완전성 즉, 정신적 완전성을 추구하게 된다. 태권도의 이 같은 교육성의 내포는 곧바로 "태권도 교육"이란 말로 함축되기도 한다. 그 교육성이 지향하는 목적은 실제 태권도 지도에서 <그림-1>의 수련목표로 구체화 된다(김철, 1986).

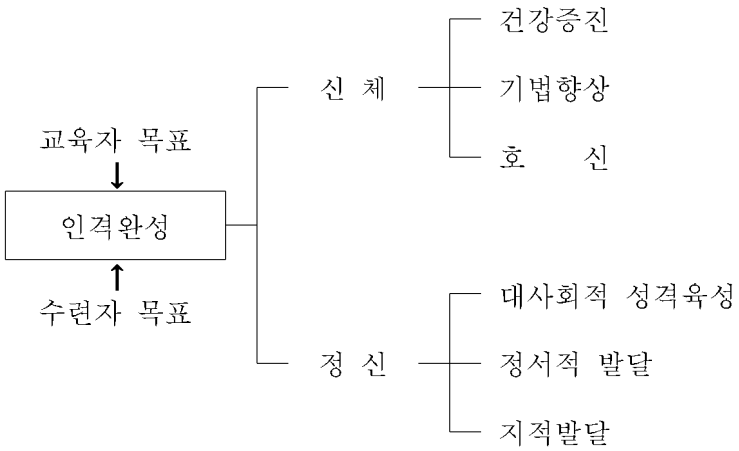

그림1. 태권도 수련의 목적 및 목표

이처럼 한국 고유의 무도인 태권도는 한국의 민족정신과 전통사상 속에 체육교육과 부합되는 신체 활동을 통한 자아실현으로 올바른 인간완성을 그 목표로 하였다. 태권도에서의 심신수련은 전통사상에 깊이 내재되어 있는 지·덕·체의 삼위 일체의 한 요소로서 인식되어 태권도 교육이 근대 교육의 필수과목으로 인정받을 수 있을 것이다. 이러한 점에서 태권도의 학문적 가치를 위한 여러 학자들의 연구가 진행되고 체계화되고 있다. 그리고 태권도 수련이 아동들의 심신발달에 미치는 영향에 관한 연구 또한 활발히 이루어져 많은 논문들이 발표되었다. 고려대학교 선병기 교수는 "태권도 수련이 어린이 심신발달에 미치는 영향"에서 3세대의 교육은 중요하며 그 교육의 책임은 어른들에게 있다고 강조하였다. 그리고 서울대학교 강신목 교수는 "어린이 태권도 프로그램의 구성원리와 지도방법"에서 태권도의 목적은 교육의 일반 목적과도 일치한다고(최병호, 1993) 하였으며, 이규형(1987)은 "태권도 수련이 어린이 정신교육에 미치는 효과"란 석사논문에서 태권도의 교육가치성에 따른 효과를 강조하였다.

이와 같이 선행연구에서 보면 아동들의 태권도수련이 정서, 사회성, 행동발달 등의 논문들이 많이 발표되었으나, 태권도 수련으로 인해 나타나는 단편적인 특성에만 제한되어 있다. 성격특성에 대하여서는 이규철(1986), 강경래(1987), 서화수(1990), 김재영(1992), 김강인(1995) 등의 논문들이 있지만, 태권도선수와 일반학생 또는 태권도 선수와 타종목 선수와 성격특성 비교분석이 대부분이다. 이 같은 연구실적은 시대적 요청에 비해 현저히 부족하므로, 태권도 수련이 아동의 성격특성 요인들에 미치는 영향을 세부적으로 파악하여 태권도 교육의 가치를 제고할 필요가 있다.

4. 태권도 수련과 초등학생의 정서 발달

1) 정서발달의 개념

정서는 주관적인 감정, 적응행동과 공개된 생리적 변화, 도구적이고 표출적 속성을 가지고 있는 충동적 행동의 특성을 포함하는 심리상태이다(Lazarus, 1969). 의식

적인 경험이나 감정이 신체 내에 생리적 변화를 발생시키는 결과로 나타나는 정서는 감정의 동요를 의미한다.

이는 기쁨, 쾌감, 두려움, 화냄, 우울 등의 느낌이나 감정의 표정, 태도나 행동으로 나타나는 것을 말한다.

정서는 영어의 'emotion', 라틴어인 'emotus'에서 나온 것으로 운동이라는 뜻을 가지고 있으며, 내적 욕구에서 생긴 외부의 행동, 행동 경향을 의미한다. 정서에는 네 가지 면이 있는데 첫째, 유기체 내부의 생리적 동요로서 이것은 정서 표출호흡, 맥박, 내분비, 안정표정 등의 변화를 말한다. 둘째, 자극대상이 물체뿐만 아니라 기호, 언어문장, 사회조건, 관념, 기억 등이 포함되며, 셋째는 자극으로서 자극의 대상이 유기체 내부에 유발하는 감정 체험이다. 넷째는 정서에 수반되어 나타나는 행동으로서 이에는 공격적 파괴행동, 분노와 같은 행동, 연애, 기쁨과 같은 정서표출에 나타나는 정서 등이 있다.

정서발달은 성숙과 학습에 의해 이루어지는데 특히 학습이 중요하다. 성숙요인으로 내분비성, 상상력과 이해력, 기억력과 예측력이 발달 정서에 영향을 미치며, 시행착오(trial and error), 모방(imotion), 동일시(identification), 조건화(conditioning), 훈련(training)의 학습요인에 의해 정서 발달이 이루어진다(Hurlock, 1978).

Mandler & Johnson(1977)은 개인에게 있어서 현재 진행중인 생각이나 행동의 흐름이 간섭 또는 차단되며 교감신경계가 활성화되고 이것이 생리학적 촉발 즉, 흥분상태를 발생시키며 이러한 촉발을 평가, 해석하여 우울이나 기쁨과 같은 정서를 경험한다고 하였다.

아동후기 9-12세 정서적 발달의 특징은 첫째, 주의력이 발달해 오래 할 수 있다. 둘째, 자신의 안정감을 위해서 남의 애정을 필요로 하게 된다. 셋째, 겁쟁이나 수줍어하는 사람이 줄어든다. 넷째, 정서적 생활은 더욱 복잡하게 된다(청소년백서, 1996).

아동의 정서발달은 사회로는 상대를 존중하고 규칙을 지키며 다른 사람과 잘 어울리는 등 사회에 잘 적응하는 방법을 배우게 된다. 아동기는 사회적 관계에 대한 태도 및 습관을 형성하는 중요한 시기로서 특히 중요사회적 주관자인 또래집단에

서 분배, 협동, 감정 통제 등의 태도를 형성하게 되는데(박길준 외 2인, 1995), 이 시기의 태권도 수련은 이 같은 태도형성에 많은 영향을 미친다.

또한 아동기는 자아개념이 형성되기 시작하는 시기로서 태권도를 수련하는 과정에서 경험과 함께 습득되는 다양한 기술들이 결국에는 자신에 대한 성취감과 만족감으로 연결됨으로서 안정적이고 긍정적인 정서의 발달이 이루어지고 이 시기의 정서발달은 성인이 되었을 때의 심리적, 정서적 건강상태에 많은 영향을 미친다고 할 수 있다.

특히 고난도의 태권도 기술을 습득하는 과정은 공포심을 해소하고, 수줍음이나 일에 대해 회피하려는 비적극성을 감소시키면서, 도덕심을 배워, 질투나 복수심, 도벽, 비행, 속임수 등을 극복하게 함으로써 아동기의 여러 측면의 성장발달에 영향을 미친다고 하겠다.

2) 정서반응과 태권도

Watson(1954)은 유아에게서부터 발생하게되는 주어진 선천적인 정서로 공포와 분노 그리고 사랑의 세 가지를 규정하였는데 공포는 갑작스런 큰 소리에 의한 자극 또는 신체 유지 상태와 균형유지 감각 등이 갑자기 변할 때 나타나고 분노는 신체 자유를 구속할 때 나타나며 사랑은 유아의 몸을 쓰다듬어 줄 때나 요람에 넣어 흔들어 줄 때 또는 따뜻하게 끌어안아 줄 때 나타난다고 하였다.

또한 정서에 대한 연구에서 Cannon(1939)은 분노는 불쾌자의 강도가 강렬할 때의 반응현상이며, 사랑은 homeostasis의 일종으로서 선천적 정서는 아니라고 하였다. 즉 출생 당시 유아에게는 특별한 정서를 찾을 수가 없을 뿐 아니라 정서 변화도 없으며, 다만 흥분이 있을 뿐인데, 이 흥분은 약 3개월이 지나면 불쾌로 인한 흥분과 쾌로 인한 흥분으로 갈라진다고 주장하고 있다. Hurlock(1978)은 주요한 정서의 발달 과정을 다음과 같이 설명하고 있다.

(1) 공포

공포는 자신의 안전에 어떤 위협을 느낄 때나 외부적인 자극에 적응 할만한 준비

가 되어 있지 않았을 때 또는 행동의 균형을 잃고 불안정한 상태에 직면하게 되는 경우를 말하는 일종의 부정적 정서로서 위기를 예감하는 감정상태라 정의하였다. 공포는 위험으로부터 도망하고자 하는 도피 정서로서 공포 유발은 위험대상이나 위협적인 조건의 인식이며 일상적인 주위 환경에 예기치 못했던 변화가 일어날 경우에 유발되며 이러한 공포는 지각 능력과 운동능력 자율신경계통의 발달과 성장기간의 학습에 의해서 발달된다고 설명하고 있다.

아동기를 거치면서 형성 된 공포는 청년기가 되면서 지적 능력과 신체적 성숙, 경험 등을 통하여 자의식이 발달하게 되고 공포를 따르는 신체 내부 기능의 변화를 감각하는 힘이 능숙해져 공포를 처리하고 통제하는 힘이 증가되며 당면한 공포를 자위와 합리적인 방법을 통하여 해결하려는 의지가 강해진다.

(2) 불안

불안은 장래에 발생할지도 모르는 부정적인 상황에 대한 근심이 오랜 기간 지속적으로 습관화하여 막연히 걱정하는 것을 말한다. 불안은 대상이 없이 막연하며 비합리적 이어서 정상적인 생활 적응을 방해하며 활동에 장애를 가져오기도 한다.

Freud(1900)는 불안을 심적 내부로부터 오는 위험신호를 보고, 외계로부터 어떤 위험을 지각하는 데서 생기는 현실불안과, 좌절된 본능적 욕구 충동에서 발생하는 위험 지각에서 생기는 신경병적 불안 그리고 도덕적 가치판단으로부터 오는 위험의 지각에서 발생하는 도덕적 불안의 세 가지로 나누어 설명하고 있다.

현실적 불안에 대한 정서 반응의 영향은 정서의 강도와 과제의 난이도에 따라 개인에게 미치는 효과가 달라질 수 있다. Cronbach(1958)는 적절한 불안은 부적응 행동에 대한 흥미와 주의를 일으켜서 능률을 증가시키나 강렬한 정서는 오히려 능률이 떨어지는 경향이 있다고 하였다.

Jersild(1964)는 불안은 개인이 처하여 있는 사회나 문화가 지니고 있는 갈등에 따라 일어난다고 하였는데, 경쟁하지 않고는 살 수 없는 사회 문화적 갈등이 개인으로 하여금 불안 속에 빠지게 한다는 것이다. 현대의 인간은 많은 갈등과 고독과 욕구불만 속에서 생활하고 있으며 항상 생존을 위한 시달림을 받고 있어 불안을 경험하지 않을 수 없는 상태로 되어 가고 있다. 불안이라는 정서를 극복하고 건전한

정신생활을 유지하기 위해서는 사회의 안정성이 필요하며, 특히 아동기의 불안 정서 극복을 위해 부모나 교사들의 특별한 주의가 요망되며, 충분한 휴식과 즐거운 생활 가족들의 따뜻한 환경제공 등이 필요하다.

(3) 분노

욕구가 저지되거나 소유물에 대한 부당한 간섭을 받거나 남에게 부당한 모욕을 당했을 때 일어나는 정신적 긴장을 분노라고 하며 성장에 따라 그 정도나 표현형식이 변화되어 간다.

유아기에는 주로 신체의 자유를 구속하여 행동이 제한을 받는다든지, 원하는 것이 이루어지지 않거나 자기의 소유물이 침해를 받았을 때 일어난다. 아동기에는 외부의 간섭으로 인하여 의지가 제지당하거나, 열등의식을 느낄 때 혹은 상대방으로부터 무시나 모욕적인 행동을 당하였을 때 주로 나타난다. 청년기가 되면 자기의 주장이 무시당하거나 모욕적 대우를 받거나 습관적 행동을 방해받았을 때, 자기의 권리를 무시당하거나 남으로부터 뜻하지 않는 배신을 당하였을 때, 또는 사회적 불합리나 부정을 볼 때 분노를 느끼게 된다.

이러한 분노를 표현하는 방식도 개체의 성장 정도에 따라 다양하게 나타나는데, 반항을 분노의 정서를 중심으로 일어나는 것으로서 일반적으로 제1반항기는 유아기로 제2반항기는 청년기로 나누어 설명된다.

유아기나 아동기에는 물건을 집어던진다든지 폭행을 한다든지 하는 신체적인 공격적 행동이 대부분인데 대하여, 성장함에 따라 사회적, 정신적인 면이 차츰 많아져 청년기가 되면 소극적 반항이나 음모의 형태로 발전되기도 한다. 이러한 분노의 표현은 정당하고 적절한 경우 필요하기도 하지만 지나친 분노의 표현은 삼갈 수 있도록 지도되어야 한다. 타인의 자존심을 손상시키는 행위를 삼가고 정당한 자기주장의 기회를 부여한다든가 하여 분노를 일으키는 여러 조건을 제거하도록 하는 것이다.

(4) 애정

애정은 사람이나 물건을 통하여 만족을 추구하려는 정서이다. 사람은 출생과 동시

에 남의 보호에 의하지 아니하고서는 생존할 수 없다. 사회 생활을 통하여 사회의 구성원으로서 남의 보호를 받고 안정감을 얻으려는 욕구가 발생하며 애정이라는 정서를 경험하게 된다. 최초에는 부모가 유아의 생리적 욕구를 충족시켜 주기 때문에 애정의 대상은 부모가 되고 차츰 장난감 인형 등으로 옮겨져 부모 이외의 남이나 다른 대상으로 애정이 옮겨가게 된다.

(5) 정서의 부적응

정서는 지식이나 감각보다 더 중요한 위치를 점하고 있으며 정신 생활과 신체적 활동에 직접적 영향을 미치고 있음으로 생명 보존에 더 직접적 의미를 갖고 있다고 볼 수 있다. 그러므로 원만하고 올바른 정서의 발달은 사람의 인격형성에 있어서 불가결한 요소이다.

부당하고 미숙한 정서상태는 당면 사태에 부적응한 상황을 일으킬 뿐만이 아니라, 이러한 정서가 장시간 지속되면 정서적 부적응 상태는 물론 생리적 균형도 깨어져 사회 생활에 지장을 가져오게 된다. 연령과 신체적 성장, 경험의 다양성으로 인하여 그 수준에 맞는 적응과 반응을 보이는데, 이러한 반응이 올바른 사회적 행동을 영위하지 못할 때 이를 정서적 미숙이라 하며 정서적 미숙으로 인하여 자기가 처해 있는 환경과 조화적(調和的)인 관계를 이루지 못하여 초래되는 부당한 열등감, 불안, 성숙적 불균형 상태를 정서적 부적응이라 한다.

인간은 개인이 가지고 있는 욕구를 충족시키지 못할 때 발생하는 긴장을 해소시키려고 하는 여러 가지 비합리적인 반응이 나타나게 되는데 적응기제(適應機制 : adjustment mechanism)라고 한다. 즉 욕구를 만족시킬 수 없을 때 적극적으로 난관을 극복하려고 하지 않고 도피해 버림으로써 현실에서 겪는 압력을 피해 자기의 안정을 유지하려 하는 자기도피 기제(自己逃避機制)나 합리화나 대상(代償)에 의하여 자기의 가치가 떨어지는 것을 막는다 자기방어기제(自己逃避機制), 혹은 자기의 요구를 방해하는 것에 대하여 화를 내면서 적극적인 공격태도를 보이는 공격기제(攻擊機制) 등이 여기에 포함된다. 이와 같은 적응기제는 긴장을 경감시키거나 자존심을 유지하며 요구의 간접적 만족을 달성하려고 하는 것으로서 매우 보편적인 반응이다. 보통사람의 경우에는 일시적으로 부적응 현상이 발생되더라도 적극적인

노력으로서 부적응 행동을 극복할 수 있지만 장기적인 부적응자들은 부적응이 인격구조의 불균형을 가져와 부적응 행동이 고정화된다는 것에 문제의 심각성이 있다. 그러므로 부적응자에 대한 교육이나 심리요법은 현실의 생활환경 요구에 순응뿐만이 아니라 자기의 생활환경에 능동적으로 참여시켜 자기행동에 자신과 책임을 지도록 하고 자기가 속해 있는 집단의 일원으로서 그에 부응하는 행동을 취할 수 있는 인격을 형성시키는데 있다. 이러한 부적응행동을 많이 나타내는 어린이가 문제아이다. 종종 자기도피적 행동은 자기방어적 행동이나 공격적 행동에 비해서, 표면상 크게 사회질서를 파괴하는 일이 적기 때문에 교사나 부모가 문제되는 행동으로 알아채지 못하는 일이 있다. 그러나 장차 건강한 인격발달에 중대한 지장을 가져오게 할 염려가 있으므로 주의하여야 한다(야후백과사전, 2003).

이러한 정서적 지장은 주로 성장간 학교나 가정, 또래 집단에서의 순조롭지 못한 정서경험이나 휴식과 수면의 부족 그리고 건강의 불량이나 신체적 결함 등의 생리적 신체적 조건으로 인한 욕구불만과 갈등을 지속적으로 경험하고 올바로 해결 못할 때 나타나게 되는 것이며 그것은 성격의 일부가 되기도 하며 심하면 정신병으로 발전하게 되기도 한다.

아동기의 정서적 부적응을 제거하고 효과적인 정서 반응을 유도하기 위해서는 개인의 정서 반응 경향을 이해하고, 일상 생활에 있어서의 정서 반응과 적응을 연령과 지식, 경험의 정도에 맞도록 조정해 주어야 한다. 안정된 정서적 상태를 가지고 여유 있고 원만한 인간관계를 맺음으로써 올바른 정서와 건전하고 조화있는 인격을 이루어 스스로 행동을 통제하고 합리적으로 해결할 수 있도록 교육하여야 한다.

또한 개인이 가지는 정서적 긴장과 갈등은 스스로 본인이 그 근본적인 원인에대한 통찰과 이해를 함으로써 해소하도록 도와주어야 하겠지만, 긴장과 갈등의 내용에 따라 적절한 운동이나 휴식, 오락 등을 통한 해결도 하나의 필요한 방법이다. 아동기의 태권도 교육과 이것이 성격에 미치는 영향에 대한 최근의 연구(문대선, 2002; 연정호, 2002; 조병연, 2001; 지광현, 2001; 윤지희, 2001; 이명기, 2000; 고재용, 1999)들은 아동기의 태권도 수련이 아동기의 정서 반응에 지극히 긍정적인 역할을 수행하고 있음을 보여주고 있어 아동기 태권도 수련의 필요성을 뒷받침하고 있다.

5. 태권도 수련과 초등학생의 사회성 발달

1) 사회성의 개념

인간의 출생과 동시에 사회라는 환경을 부여받으며 누구든지 사회성을 가지고 다른 사람과 관계를 맺으며 살아간다. 출생 시 아무것도 모르는 어린아이가 그가 속한 사회에 어울려 살아갈 수 있도록 행동 가치관, 지식 들을 습득하게 되는 과정을 사회화(Socialization)라고 한다(박용헌, 1987). 다시 말해서 사회화한 개인으로 하여금 그 사회에서 공인되고 요구되는 언어, 사고, 감전, 행동의 제 양식을 습득하게 하여 건전한 사회생활을 할 수 있게 하는 교육의 과정(Educational process)이라고 하였다.

이중석(1992)은 태어나서 사회인의 하나가 되기까지는 가정(부모), 친구, 학교를 통해서 그 사회에 동화(enculturation), 다시 말하면 사회화 과정을 밟아야만 가능하게 되어 있다. 사회화는 다른 사람과 관계(地位)에서 어떤 행동을, 어떻게 행동해야 하는가(役割, 規範)를 학습하는 과정이라고 정의하였다.

사회화는 그 사회 가치에 타당한 행동양식을 배워 가는 과정으로 일생을 통하여 여러 가지 복잡한 과정을 밟아 사회적으로 성장해 가면서 그 사회에 어울려 살아갈 수 있도록 행동 가치 지식을 습득케 하는 것을 말하며 사회화의 조건으로 첫째, 인간은 이미 존재하고 있는 세계속에서 태어나기 때문에 이미 진행되고 있는 그 세계 속으로 사회화되어야 한다는 점. 둘째, 사회화 기능을 수행할 수 있는 필수적인 유전 자질을 갖추고 있어야 하는 점. 셋째, 사람들과 정서적 관계를 확립할 수 있고 사랑, 동정, 창피, 시기, 두려움 등과 같은 감정을 경험할 수 있는 능력이 있어야 함을 지적하고 있다(이동원, 1970).

사회성에는 다음 세가지의 의미가 포함되어 있다. 첫째, 사회성은 사회적 행동, 즉 타인 혹은 집단, 공공의 사물, 사건, 법률이나 습관과의 관계 속에서 이루어지는 행동이 사회화 되어 있는 정도를 의미한다. 둘째, 사회성은 사회적 참가의 정도를 의미한다. 셋째, 사회성은 인격의 특성을 의미한다. 요약하면, 사회성은 다른 사람들과 사귈 수 있는 개인의 능력 또는 개인의 사회적응성, 대인관계의 원만성이라고

말할 수 있다. 그리고 이러한 사회성은 인간관계를 통하여 나타나고 발달하는 것인데 어린이가 점점 성장할수록 자기중심적 사고에서 탈피하여 자기 자신 뿐 아니라 자신을 둘러싼 외부의 사람, 사건에 관심을 가짐으로써 더욱 발달하게 된다.

이처럼 사회적으로 승인된 행동을 하고 승인된 역할을 잘 감당함으로써 집단의 다른 구성원들에게 인정이 되며 수용이 되고 자신도 또한 다른 사람들을 인정하고 받아들이며 좋은 관계를 가지고 살아가는 사람을 우리는 사회화된 사람 혹은 사회성 발달이 잘 된 사람이라 한다.

2) 사회성 신장 방법

사회성이 부족하여 또래집단과의 관계에 어려움을 겪는 아동은 성인이 되어 더 많은 문제를 경험하게 된다는 조사 결과에 의하여 아동의 사회적 적응에 대한 관심은 더욱 촉진되고 있다.

즉, 사회적으로 미숙한 아동은 학교 생활에 적응을 하지 못하고 문제아, 사회적 부적응아, 비행청소년이 되는 경우가 많으며, 단체 생활에 적응을 하지 못해 군대에서 불명예 제대를 하고 또 성인이 되어 정신 질환을 겪는 경우가 높은 것으로 보고되었으며, 협동 및 또래와의 긍정적 상호작용 같은 다양한 사회적 행동에서도 결함을 나타내었다(권영심, 1982).

White(1975)의 연구에 의하면, 초등학교 2학년 이후의 모든 교사들은 인정하는 말 대신에 비난하는 언사들을 사용하고, 일 처리를 잘 하고 있는 행동에 대해서는 거의 칭찬하는 경우가 드물다는 것이다. 학생이 칭찬을 받는 경우가 흔히 학습에 관련된 일이었다고 한다. 여기서 사회성 발달을 돕는 사회적 기능 훈련 방법의 절차 및 성과를 알아보자고 한다.

(1) 행동조성(shaping)

행동의 변화를 위하여 정적 강화를 이용하는 방법으로 이러한 과정은 목표 행동이 학습 될 때까지 계속된다. 이중석(1992)은 아동에게 어떤것을 주는 순간에 눈맞춤(eye-contact)을 하는 것으로 이것이 되면 그로 하여금 '고맙다'를 모방하게 된다

는 것이다. 우선 교사나 훈련자는 대상 아동이 학습해야 할 행동과 어느 정도 유사한 행동이 나타날 때까지 기다린 후 유사행동이 나타나면 강화하고 학습되어야 할 행동과 유사해질 때까지 그 행동을 강화한다.

행동조성(shaping)의 효과는 Allen 등에 의하여 처음으로 확인되었으며(Allen, Hart, Buell, Marris, & Wolf, 1964), 이 연구에 의하면 강화가 아동에게 미치는 영향력이 밝혀졌으며, 강화가 종결되면 다시 원래의 상태로 돌아간다는 것도 밝혀졌다.

그러므로 강화를 갑자기 종결하는 것보다는 점차적으로 줄여 나가는 방법이 아동으로 하여금 사회적 기능을 더 오래 배우고 연습할 수 있게 그 효과를 오래 지속할 수 있다.

또한 Purkey(1970)는 긍정적으로 자아개념을 가진 아동은 자존심이 생기고, 행동에 안정감과 자신감이 있으며, 효과적인 사회적 접촉이 가능하다고 하였다(이달석, 1999).

(2) 모방학습(modeling)

인간은 다른 사람의 행동을 지켜봄으로써 그 행동을 배울 수 있다. 모든 문화권에서 한 세대에서 다음 세대로 전달되는 많은 양의 정보 중 상당 부분이 관찰을 통해 획득되며, 실제로 아동은 부모의 행동을 보고 배운다. 그러므로 교사가 능숙하게 수행한 어떤 개인의 기술에 학급의 주의를 모으는 것은 쉬운 일이다. 몇몇 교사들은 그 순간에 잘 활용하고 있는 개인이나 집단을 언급하는 것이 전체 학급을 순조롭게 활용시키는 최선의 방법임을 발견한다(이중석, 1992). 이처럼 아동이 타인을 관찰하면서 배운다면 정서 부적응아에서 사회적으로 성숙하고 유능한 행동을 보여줌으로써 그 아동이 사회적 참여도를 높일 수 있다.

Bandure(1969)은 인간은 개인에게 제시된 한 모델 인물을 관찰을 통하여 모방과 동시에 과정을 거쳐 어떤 태도를 형성하게 된다고 하면서 다음과 같은 점을 부각시키고 있다(한정환, 1996).

첫째, 학습의 많은 경우는 타인의 행동 관찰을 통해 이루어지고 둘째, 강화를 받음으로써 모방학습을 하고 계속적 강화를 통해서 모방행동이 일어나며 셋째, 모방이나 관찰학습은 작동적 학습원리로도 설명된다.

(3) 지도(coaching)

언어발달은 중요한 교육 잠재력의 하나이다. 아동이 언어를 이해할 수 있게 되면 직접적인 가르침을 통하여 새로운 행동을 획득할 수 있고, 이때 교사와 급우는 사회적 행동의 규율을 언어로 전달하는 코치가 되며, 코칭은 다음 3가지로 이루어진다(O´Connor, 1969).

첫째, 아동에게 간단한 용어로 행동 규범이나 행동 기준이 가르쳐진다.

둘째, 행동을 연습하거나 실천할 기회를 준다.

셋째, 실천 후에 피드백을 통하여 아동의 성취 정도 및 개선점이 논의된다.

아동을 교육함에 있어 체벌보다는 언어의 가르침에 의한 사회적 행동을 야기 시키는 것이 더욱 효과적이므로 코칭의 효과는 오래 지속되며, 또한 아동이 언어에 의한 지시와 행동 연습으로부터 배울 수 있는 능력만 갖춘다면 코칭은 언제나 강하고 효과적이며, 좋은 결과를 기대할 수 있는 사회적 행동 기능 훈련 방법이 될 수 있다.

3) 태권도 수련에 의한 사회적 태도

아동의 전인교육적 측면에서 관련된 체육 교육가는 체육철학을 통해 자신의 신념을 명확히 해야한다고 서술하였다. Webster는 “체육의 목표에 대하여 신체를 통한 인간의 경험은 전체로서의 인간을 신체적 및 정신적, 도덕적, 사회적으로 발달시키는 것” 이라고 말한 바 있다.

개인의 행동방식은 정서발달과 마찬가지로 주로 유년기에 형성되므로, 어릴 때의 사회 경험의 내용은 어린이의 사회성 발달에 크게 영향을 미친다. 즉, 어릴 때 형성된 행동방식은 후에 수정될 수도 있으나 자랄수록 바꾸기가 어려워진다. 그러므로 어느 나이에 있어서도 불행한 사회적 경험은 이롭지 못하지만 특히, 기본적인 사회적 태도가 형성되는 유년기에 있어서는 그것이 더욱 해롭다. 사회성 발달이 정서발달과 밀접한 관계에 있다는 것은 잘 알려진 사실이다. 정서적 불안감이 있는 어린이가 건전한 사회적 태도를 취한다는 것은 불가능한 일이며, 사회적 욕구불만이나 강한 열등의식 등도 어린이의 사회화를 방해한다.

사회화 과정에서 인간은 행동의 특성이 나타난다. 따라서 사회적 태도란 사회적, 대상, 또는 생각에 대하여 개인이 사회적으로 부여하는 의식을 말하며, 이것은 개인이 그 대상을 어떻게 받아들이느냐에 좌우한다고 하겠다. 태도는 주로 소년기에서부터 그 이후 개개의 경험이나 지식을 통해서 형성되나 습성처럼 고정된 것은 아니다. 그러므로 사회적 역할이 발생해 감에 따라 구조는 조직화되고 개인의 집단을 조직하고 적응하고 개선해 가는 사회적 기술을 획득하는 능력이 높아져 사회성이 발달된다.

Weitman은 "사회성이 발달된 사람의 특징은 독립심, 조정능력, 책임완수, 전망의 능력, 중용지도, 적극적인 방법, 감각이 풍부한 유모어가 있다."고 한다.

정범모는 "이러한 사회성을 남과 쉽게 사귀고 집단생활이나 사회적 활동을 즐기며, 이웃과 잘 협동하고 인정이 많아 남과 의견이 잘 일치되며, 기질이 까다롭지 않고 원만하여 남과 충돌하지 않고 우호적이며, 비교적 친구가 많게 된다." 라고 말하고 있다.

그러므로 학동기가 되면 어린이는 가정을 떠나서 생활하는 시간이 많아지고 친구와 교사의 영향을 많이 받게 된다. 이 때에 학교에만 어린이 교육을 맡길 것이 아니라 가정과 사회가 학교와 긴밀히 협조하여, 어린이의 제반문제, 특히, 교우관계에 깊은 관심을 가지고 지도해야한다.

L. P. Thorpe는 사회성의 지도방안으로서 첫째, 어린이에게 변함없는 안정감을 줄 것, 둘째, 친구들과 협동함으로써 만족을 얻을 수 있는 기회를 마련해 줄 것, 셋째, 다른 어린이에게도 모두 장점이 있다는 것과, 다른 어린이와 함께 있는 것이 즐겁다는 것을 체험하도록 할 것 등을 들었으며, 이를 위해 경기의 기회를 많이 주도록 권장하고 있다.

그렇다면 이러한 사회적 태도를 우리나라 체육교육의 목표나 내용에서 살펴보아 그 공통점을 찾아보려 한다. 체육교육이 공헌해야 할 중요한 목표의 하나로 현 사회에 있어서 가장 필요한 조건은 사회적 발달 특히, 민주적 생활태도의 형성이다.

따라서 신체활동에 관련되는 모든 경험과 행동을 이 방향으로 이끌어 나감으로써 사회적 자질을 발달시키는데 큰 보탬이 될 것이다. 이 방향에 따른 체육교육에서

바라는 사회적 태도의 내용은 협력, 승패에 대한 올바른 태도, 자주적 태도, 권리 존중, 규칙의 준수, 자주성과 계획성 등으로 이는 행동의 경향성으로 행동을 통해서만 발달할 수 있다. 이상에서 비추어 볼 때 태권도의 정신은 매우 유사한 사회성을 기를 수 있다고 보겠다. 즉, 태권도 정신은 '예의바른 태도', '정의감', '희생정신', '책임완수', '솔선수범' 등을 들 수 있기 때문이다. 이상에서 기술된 바와 같이 사회성이 후천적 영향에 의한다면 연령수준에 따른 사회적 태도의 성숙도에서 어느 정도의 표준을 찾아볼 수 있다고 생각되어 진다.

Ⅲ. 연구방법

1. 연구대상

본 연구의 대상자는 현재 광주지역에서 다른 스포츠 종목에 참여하지 않고 태권도 활동 참여를 하고 있는 초등학교 4, 5, 6학년 아동을 선정하였다. 표집 방법은 유층집락무선표집법을 이용하여 광주 지역 태권도장에서 태권도 참여를 하고 있는 246명을 표집 하였으나 잘못 응답하거나 내용이 누락된 것을 제외하고 실제 연구에 사용한 자료는 4학년 83명, 5학년 67명, 6학년 52명 총 202명이다. 또한 태권도를 포함하여 모든 스포츠 활동을 하지 않는 4, 5, 6학년 146명을 비교대상으로 선정하였다. 일반적인 특성은 <표 2>과 같다.

2. 조사도구

아동의 태권도 참여가 정서와 사회성에 미치는 영향을 분석하기 위하여 본 연구에서 사용한 도구는 설문지이다. 설문문항은 이명기(2000)와 이재만(2003)의 연구에서 사용했던 설문지를 본 연구의 목적에 맞게 수정, 보완하여 사용하였다. 본 연구에서 사용한 설문문항은 일반적 특성에 관한 4문항, 정서에 관한 11문항, 사회성에 관한 9문항, 총 24문항으로 구성하였다. 일반적 특성에 관한 문항으로는 성별, 참여기간, 학년, 참여동기를 묻는 문항으로 구성되었고 정서요인은 자신감, 침착성, 인내력의 3가지 요인으로 구성되었으며 사회성은 교우관계, 가족관계, 생활태도, 학교적응력의 4가지 요인으로 구성되었다. 설문문항에 대한 신뢰도 검증결과, 정서요인 측정문항의 Cronbach's α계수는 .724 - .818, 사회성 요인에서는 .753 - .797로 나타나 신뢰성이 있는 것으로 나타났다.

<표 2> 조사대상자의 일반적 특성

변 인	구 분	빈도수(N)	백분율(%)
성 별	남 자	136	67.3
	여 자	66	33.7
참여기간	1년 미만	64	31.7
	1~2년 미만	85	42.1
	2년 이상	53	26.2
학 년	4학년	83	41.1
	5학년	67	33.2
	6학년	52	25.7
참여동기	부모권유	107	52.9
	친구권유	52	25.7
	본인의지	43	21.4

3. 조사절차

본 연구의 조사절차는 먼저 구체적인 연구절차 계획을 설계한 다음, 본 연구의 목적에 맞도록 설문지를 작성하여 본 연구자와 보조연구자가 표본으로 추출된 태권도장을 직접 방문하여 조사대상자에게 본 연구의 목적을 설명하고 설문지를 배포한 다음, 자기평가 기입법(self-administration)으로 설문 내용에 대하여 응답하도록 할 계획이다.

4. 자료처리 및 분석

설문지의 응답이 완성된 자료를 회수하여 응답내용이 부실하거나 신뢰도가 낮은 것으로 판정된 자료는 자료검색과정을 거쳐 분석대상에서 제외시키고 분석 가능한 자료는 자료분석의 목적에 따라 통계 프로그램인 SPSS10.1과 AMOS 5.0을 이용하여 다음과 같은 분석을 실시하였다.

첫째, 태권도 참여자와 비 참여자간의 정서와 사회성의 차이를 분석하기 위하여 T 검정을 실시한다.

둘째, 태권도 참여자의 일반적인 특성에 따라 정서와 사회성이 통계적으로 유의한 차이가 있는가를 분석하기 위해서 T 검정과 일원분산분석을 실시하였다

셋째, 정서와 사회성간의 관계를 분석하기 위하여 공분산 구조모형분석을 실시하였다.

Ⅳ. 연구결과

1. 태권도 참여자와 비 참여자의 정서와 사회성의 비교

<표 3>의 결과는 연구가설 1을 검증하기 위하여 태권도 참여아동과 비 참여아동간의 정서와 사회성을 비교한 것이다. 정서는 자신감, 침착성, 인내력의 3가지 요인 중 인내력만 유의한 차이가 있는 것으로 나타났는데 참여아동(M=2.86)이 비 참여아동(M=2.50)보다 높은 것으로 나타났다. 사회성은 교우관계, 가족관계, 생활태도, 학교적응력의 4가지 요인 중 학교적응력만 유의한 차가 있는 것으로 나타났다. 학교적응력은 참여아동(M=2.72)이 비 참여아동(M=2.51)보다 높은 것으로 나타났다. 이와 같은 결과는 태권도 참여가 아동에게 정서 중 인내력을 향상시키고 사회성 중 학교적응력을 향상시킨다는 결과를 알 수 있다.

<표 3> 태권도 참여아동과 일반학생의 정서와 사회성의 비교

하위요인		참여아동		비 참여아동		t 값
		평균	표준편차	평균	표준편차	
정서	자신감	2.78	.52	2.69	.41	1.147
	침착성	2.40	.56	2.50	.53	-1.103
	인내력	2.86	.58	2.50	.60	-3.744**
사회성	교우관계	2.78	.40	2.78	.74	.030
	가족관계	2.49	.61	2.63	.56	-1.451
	생활태도	3.69	.59	3.54	.76	1.296
	학교적응력	2.72	.47	2.51	.47	-2.650**

2. 일반적 특성에 따른 정서와 사회성 비교

<표 4>의 결과는 연구가설 2-1를 검증하기 위하여 태권도 참여아동의 성별에 따라 정서의 3요인과 사회성의 4요인을 분석한 것이다. 정서요인의 자신감, 침착성, 인내력의 3요인 중 인내력만 유의차가 나타났는데 여자(M=2.70)가 남자(M=2.49)보다 높게 나타났다. 이와 같은 결과는 태권도 참여가 남자보다 여자아동에게 정서에 효과적임을 나타내며 특히 인내력을 향상시킨다고 볼 수 있다. 사회성은 교우관계, 가족관계, 생활태도, 학교적응력의 4요인 모두 근소하게 여자가 남자보다 높게 나타났으나 통계적으로 유의한 차가 없었다.

<표 4> 성별에 따른 정서와 사회성의 분석

하위요인		남자		여자		t 값
		평균	표준편차	평균	표준편차	
정서	자신감	2.76	.53	2.74	.47	.287
	침착성	2.46	.43	2.43	.59	.282
	인내력	2.49	.51	2.70	.64	-2.019*
사회성	교우관계	2.73	.43	2.80	.60	- .663
	가족관계	2.44	.60	2.59	.59	-1.407
	생활태도	3.48	.65	3.60	.66	-1.886
	학교적응력	2.58	.42	2.59	.50	-.156

<표 5>의 결과는 연구가설 2-2를 검증하기 위하여 태권도 참여기간에 따라 정서와 사회성을 분석한 결과이다. 이 결과에 의하면 정서는 3요인 중 인내력만 유의차가 있는 것으로 나타났는데 2년이상(M=2.89), 1~2년 미만(M=2.56), 1년 미만(M=2.41) 순으로 나타나 참여기간이 오래될수록 인내력이 높아지는 것으로 나타났다. 사회성은 4가지 요인 중 가족관계, 학교적응력의 두 요인만 유의차가 나타났는데 가족관계는, 1~2년 미만(M=2.67), 2년이상(M=2.61) 1년 미만(M=2.39) 순으로 나타났고 학교적응력은 2년이상(M=2.71), 1~2년 미만(M=2.60), 1년 미만(M=2.45) 순으로 나타나 태권도 참여가 오래될수록 가족관계와 학교적응력이 향상되는 것으로 나타났다.

<표 5> 태권도 참여기간에 따른 정서와 사회성의 분석

하위요인		1년 미만		1~2년 미만		2년 이상		F 값
		평균	표준편차	평균	표준편차	평균	표준편차	
정서	자신감	2.69	.43	2.79	.49	2.78	.53	.634
	침착성	2.47	.52	2.51	.65	2.38	.51	.750
	인내력	2.41	.58	2.56	.60	2.89	.56	11.110**
사회성	교우관계	2.69	.33	2.96	.94	2.76	.41	2.698
	가족관계	2.39	.53	2.67	.71	2.61	.56	3.135*
	생활태도	3.61	.71	3.70	.64	3.62	.63	.219
	학교적응력	2.45	.45	2.60	.54	2.71	.43	5.000**

<표 6>의 결과는 연구가설 2-3를 검증하기 위하여 태권도 참여아동의 학년에 따라 정서와 사회성을 분석한 결과이다. 이 결과에 의하면 정서의 3요인 중 인내력만 유의차가 있었는데 6학년(M=2.97)이 가장 높은 것으로 나타났고 5학년, 4학년 순으로 나타나 학년이 높을수록 인내력이 높은 것을 알 수 있다. 사회성은 4가지 요인 중 가족관계만 유의차가 있었는데 6학년(M=2.74)이 가장 높은 것으로 나타났고 5학년, 4학년 순으로 나타나 학년이 높을수록 가족관계가 높은 것을 알 수 있다.

<표 6> 학년에 따른 정서와 사회성의 분석

하위요인		4학년		5학년		6학년		F 값
		평균	표준편차	평균	표준편차	평균	표준편차	
정서	자신감	2.68	.42	2.69	.49	2.72	.60	.036
	침착성	2.54	.63	2.41	.48	2.24	.64	1.740
	인내력	2.34	.68	2.65	.56	2.97	.42	7.556**
사회성	교우관계	2.77	.36	2.68	.41	2.78	.42	.711
	가족관계	2.28	.56	2.57	.64	2.74	.53	3.798*
	생활태도	3.51	.65	3.65	.69	3.45	.73	.774
	학교적응력	2.48	.57	2.63	.48	2.63	.48	1.514

<표 7>의 결과는 연구가설 2-4를 검증하기 위하여 태권도 참여아동의 참여동기에 따라 정서와 사회성을 분석한 결과이다. 이 결과에 의하면 정서의 3요인 중 인내력만 유의차가 있었는데 본인이 원함(M=2.82) 일 때 가장 높게 나타났고 부모권유, 친구권유 순으로 나타나 참여동기 중 본인의 의지에 의해 참여했을 때 인내력이 가장 높은 것을 알 수 있다. 사회성은 학교적응력 요인만 유의차가 나타났는데 친구권유(M=2.70)가 가장 높은 것으로 나타나 태권도 참여가 친구와의 관계 및 학교 적응력을 향상시킨다는 결과를 알 수 있다.

<표 7> 태권도 참여동기에 따른 정서와 사회성의 분석

하위요인		부모권유		친구권유		본인이 원함		F 값
		평균	표준편차	평균	표준편차	평균	표준편차	
정서	자신감	2.58	.33	2.69	.44	2.82	.53	1.932
	침착성	2.35	.57	2.49	.54	2.41	.56	.590
	인내력	2.77	.42	2.45	.60	2.82	.59	7.761**
사회성	교우관계	2.52	.34	2.80	.69	2.80	.41	1.455
	가족관계	2.52	.57	2.60	.58	2.49	.61	.670
	생활태도	3.22	.93	3.70	.66	3.64	.60	2.781
	학교적응력	2.52	.41	2.70	.49	2.50	.46	3.567*

3. 정서가 사회성에 미치는 영향

연구가설 3의 정서가 사회성에 미치는 영향력을 분석하기 위해서 공분산 구조모형분석을 실시하였는데 그 과정은 다음과 같다.

1) 모형의 설정

본 연구에서 설정한 정서의 하위요인(자신감, 침착성, 인내력)과 사회성의 하위요인(교우관계, 가족관계, 생활태도, 학교적응력)간의 공분산 구조모형 분석에서 이용된 변인에 대한 정의는 다음과 같다.

ξ_1(잠재 외생변수) : 자신감

ξ_2(잠재 외생변수) : 침착성

ξ_3(잠재 외생변수) : 인내력

η_1(잠재 내생변수) : 교우관계

η_2(잠재 내생변수) : 가족관계

η_3(잠재 내생변수) : 생활태도

η_4 (잠재 내생변수) : 학교적응력

인과관계를 구조방정식 모형과 경로그림으로 나타내면 다음과 같다.

$\eta_1 = \gamma_{11} \cdot \xi_1 + \gamma_{12} \cdot \xi_2 + \gamma_{13} \cdot \xi_3 + \zeta_1,$

$\eta_2 = \gamma_{21} \cdot \xi_1 + \gamma_{22} \cdot \xi_2 + \gamma_{23} \cdot \xi_3 + \zeta_2,$

$\eta_3 = \gamma_{31} \cdot \xi_1 + \gamma_{32} \cdot \xi_2 + \gamma_{33} \cdot \xi_3 + \zeta_3,$

$\eta_4 = \gamma_{41} \cdot \xi_1 + \gamma_{42} \cdot \xi_2 + \gamma_{43} \cdot \xi_3 + \zeta_4$

2) 모형의 적합도 검정

모형의 적합도 검정을 위한 적합도 지수로 몇 가지가 제안되고 있으나, 본 연구에서는 χ^2, Goodness of Fit Index (GFI), GFI Adjusted for Degrees of Freedom (AGFI), Root Mean Square Residual (RMR) 지수를 이용하였다. χ^2 값에 근거한 모형의 적합도 검정은 표본의 크기에 민감하여 표본의 크기가 큰 경우 자료가 모형에 적합하다는 가설이 기각될 가능성이 매우 크게 나타난다. 따라서 연구모형의 적합도를 검정하는데 결정적인 지수가 될 수 없음을 고려하여 표본크기의 변화나 자료가 다변량 정규분포를 따르지 않는 경우에도 영향을 받지 않는 GFI, AGFI, RMR을 연구모형의 적합지수로 사용하였다.

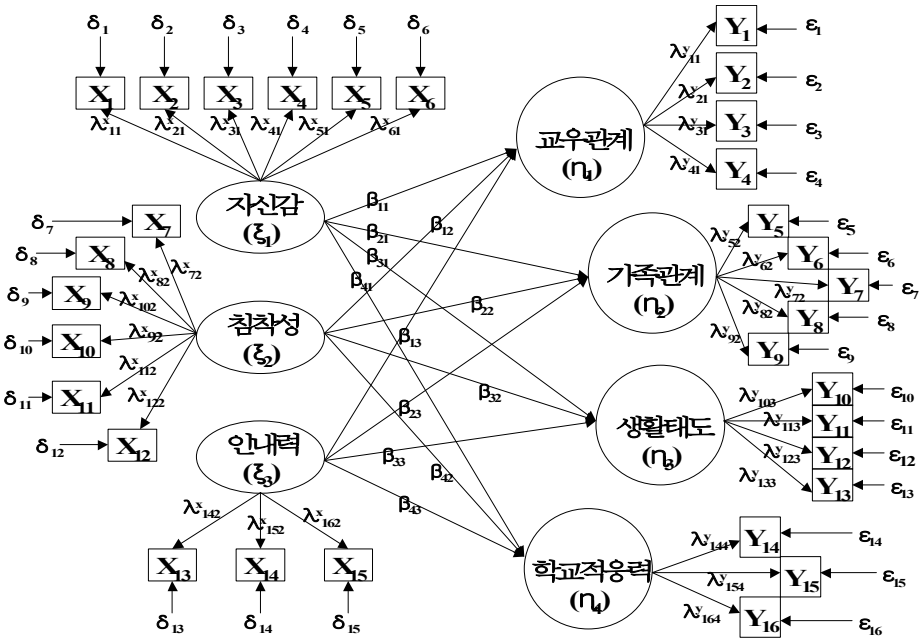

그림2. 경로모형

<표 8>의 결과에 의하면 X^2 값에 대응하는 p값은 0.0001이지만 GFI=0.912, AGFI=0.883 그리고 RMR=0.049으로 나타나 전체적으로 자료가 모형에 적합한 것으로 볼 수 있다.

<표 8> 적합도 통계량

Goodness of Fit Index (GFI)	0.912
GFI Adjusted for Degrees of Freedom (AGFI). . . .	0.883
Root Mean Square Residual (RMR)	0.049
Chi-square = 1281.625 df = 236 Prob>chi**2 = 0.0001	

<표 9>은 구조방정식 모형에서의 경로계수를 추정한 결과이다. 이 결과에 의하면 정서의 하위요인과 사회성의 하위요인에 있어서 자신감과 교우관계, 자신감과 생활태도, 침착성과 가족관계 그리고 침착성과 학교적응력간의 경로계수는 통계적으로 유의하지 않는 것으로 나타났고, 이를 제외한 다른 하위요인간에는 경로계수가 유의하게 나타났다. 정서의 자신감은 사회성의 학교적응력(경로계수=.250)에 가장 큰 영향을 미치는 것으로 나타났고 정서의 침착성과 인내력 모두는 사회성의 교우관계에 가장 큰 영향을 미치는 것으로 나타났다.

<표 9> 경로계수의 추정

가설 경로	경로계수	표준오차	t 값	p 값
교우관계 <- 자신감	.020	.056	.172	.864
가족관계 <- 자신감	.128	.054	2.330	.035*
생활태도 <- 자신감	.051	.055	1.247	.216
학교적응력 <- 자신감	.250	.048	5.131	.000**
교우관계 <- 침착성	.253	.036	4.603	.000**
가족관계 <- 침착성	.052	.054	.789	.434
생활태도 <- 침착성	.014	.027	7.967	.000**
학교적응력 <- 침착성	.012	.043	.415	.686
교우관계 <- 인내력	.307	.013	4.180	.000**
가족관계 <- 인내력	.210	.065	2.970	.006**
생활태도 <- 인내력	.142	.067	2.121	.036*
학교적응력 <- 인내력	.157	.017	2.281	.017*

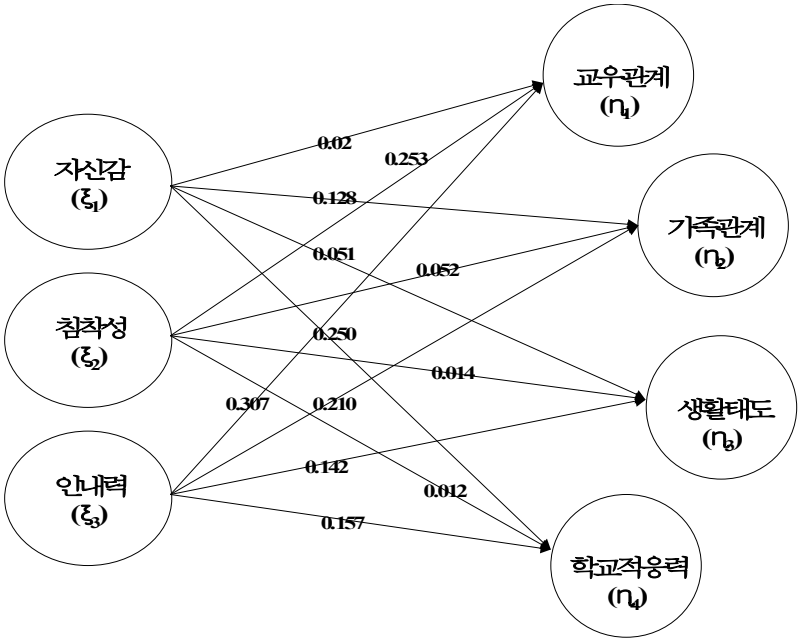
교우관계
(η1)
자신감
(ξ1)
0.02
0.253
0.128
가족관계
(η2)
0.051
0.052
침착성
(ξ2)
0.250
0.014
생활태도
(η3)
0.307
0.210
0.142
0.012
안내력
(ξ3)
0.157
학교적응력
(η4)

그림3. 추정된 경로그림

V. 결론

본 연구는 초등학교 아동들을 대상으로 이들의 태권도 활동 참여가 정서, 사회성에 미치는 영향을 분석하여 태권도의 정서적인 역할과 태권도 수련이 갖는 의미의 중요성을 제시하며 태권도 지도자와 학부모에게 기초자료를 제공하고 태권도의 활성화를 갖는데 본 연구의 필요성이 있다. 이와 같은 목적을 달성하기 위하여 연구의 대상자는 현재 광주지역에서 다른 스포츠 종목에 참여하지 않고 태권도 활동 참여를 하고 있는 초등학교 4, 5, 6학년 202명과 태권도를 포함하여 모든 스포츠 활동을 하지 않는 4, 5, 6학년 146명을 선정하여 비교대상으로 선정하였다. 본 연구에서 사용한 도구는 설문지이며 설문문항은 이명기(2000)와 이재만(2003)의 연구에서 사용했던 설문지를 본 연구의 목적에 맞게 수정, 보완하여 일반적 특성에 관하여 성별, 참여기간, 학년, 참여동기 4문항, 정서에 관하여 자신감, 침착성, 인내력의 3가지 요인으로 구성된 11문항, 사회성에 관하여 교우관계, 가족관계, 생활태도, 학교적응력의 4가지 요인 9문항, 총 24문항으로 구성된 설문지를 사용하였다. 자료처리는 설문지의 응답이 완성된 자료를 회수하여 응답내용이 부실하거나 신뢰도가 낮은 것으로 판정된 자료는 자료검색과정을 거쳐 분석대상에서 제외시키고 분석가능한 자료는 자료분석의 목적에 따라 통계 프로그램인 SPSS10.1과 AMOS 5.0을을 이용하여 태권도 참여자와 비 참여자간의 정서와 사회성의 차이를 분석하기 위하여 T 검정을 실시하였고 태권도 참여자의 일반적인 특성에 따라 정서와 사회성이 통계적으로 유의한 차이가 있는가를 분석하기 위해서 T 검정과 일원분산분석을 실시하였으며 정서와 사회성간의 관계를 분석하기 위하여 공분산 구조모형분석을 실시한 결과 다음과 같은 결론을 얻었다.

첫째, 태권도 참여아동과 비 참여아동간의 정서와 사회성을 비교한 결과 정서는 자신감, 침착성, 인내력의 3가지 요인 중 인내력만 유의한 차이가 있는 것으로 나타났는데 참여아동이 비 참여아동보다 높은 것으로 나타났고. 사회성은 교우관계, 가족관계, 생활태도, 학교적응력의 4가지 요인 중 학교적응력만 유의한 차가 있는

것으로 나타났는데 참여아동이 비 참여아동보다 높은 것으로 나타났다.

둘째, 태권도 참여아동의 일반적 특성에 따라 분석한 결과 성별에 따라서는 정서 요인의 자신감, 침착성, 인내력의 3요인 중 인내력만 유의차가 나타났는데 여자가 남자보다 높게 나타났고 사회성은 유의한 차가 없었다. 태권도 참여기간에 따라 정서와 사회성을 분석한 결과 정서는 3요인 중 인내력만 유의차가 있는 것으로 나타났는데 2년이상, 1~2년 미만, 1년 미만 순으로 나타나 참여기간이 오래될수록 인내력이 높아지는 것으로 나타났다. 사회성은 가족관계, 학교적응력의 두 요인만 유의차가 나타났는데 가족관계는, 1~2년 미만, 2년이상, 1년 미만 순으로 나타났고 학교적응력은 2년이상, 1~2년 미만, 1년 미만순으로 나타나 태권도 참여가 오래될수록 가족관계와 학교적응력이 향상되는 것으로 나타났다. 태권도 참여아동의 학년에 따라 정서와 사회성을 분석한 결과 정서의 3요인 중 인내력만 유의차가 있었는데 6학년이 가장 높은 것으로 나타났고 5학년, 4학년 순으로 나타나 학년이 높을수록 인내력이 높은 것을 알 수 있다. 사회성은 4가지 요인 중 가족관계만 유의차가 있었는데 6학년이 가장 높은 것으로 나타났고 5학년, 4학년 순으로 나타나 학년이 높을수록 가족관계가 높은 것을 알 수 있다. 태권도 참여아동의 참여동기에 따라 정서와 사회성을 분석한 결과 정서의 3요인 중 인내력만 유의차가 있었는데 본인이 원함일 때 가장 높게 나타났고 부모권유, 친구권유 순으로 나타나 참여동기 중 본인의 의지에 의해 참여했을 때 인내력이 가장 높은 것을 알 수 있다. 사회성은 학교적응력 요인만 유의차가 나타났는데 친구권유가 가장 높은 것으로 나타나 태권도 참여가 친구와의 관계 및 학교 적응력을 향상 시킨다는 결과를 알 수 있다.

셋째, 정서가 사회성에 미치는 영향을 분석한 결과 정서의 하위요인과 사회성의 하위요인에 있어서 자신감과 교우관계, 자신감과 생활태도, 침착성과 가족관계 그리고 침착성과 학교적응력간의 경로계수는 통계적으로 유의하지 않는 것으로 나타났고, 이를 제외한 다른 하위요인간에는 경로계수가 유의하게 나타났다. 정서의 자신감은 사회성의 학교적응력에 가장 큰 영향을 미치는 것으로 나타났고 정서의 침착성과 인내력 모두는 사회성의 교우관계에 가장 큰 영향을 미치는 것으로 나타났다.

참고문헌

강경래(1987). 태권도 선수와 일반학생의 성격특성에 관한 비교연구. 청주대학교 대학원 석사학위논문.

강구상(1998). 초등학교 학생의 스포츠 참여와 교우관계에 관한 연구. 한국교원대학교.

강선장(1992). 태권도를 수련하는 유아들의 행동발달에 관한 연구. 한양대학교 교육대학원 석사학위논문.

강신복(1985). 지성인의 체육. 서울: 지학사.

강한경(1996). 태권도 수련이 아동의 정서발달에 미치는 영향. 한국체육대학교 사회체육대학원 석사학위논문.

고재용(1998). 초등학교 태권도 수련생이 정서에 관한 조사 조사연구. 용인대학교 체육과학대학원 석사학위논문.

고창현(1999). 태권도 수련이 아동 정신건강에 미치는 영향. 조선대학교 교육대학원 석사학위논문.

김강인(1995). 태권도 선수들의 성격특성과 심리기술에 관한 연구. 청주대학교 대학원 석사학위논문.

김경지(1993). 태권도학 개론. 경훈출판사.

김경지, 김광성(1989). 한국태권도사. 경문출판사.

김기웅(1992). 태권도 수련과 아동의 성장 발달. 대한태권도협회. 여름 81호.

김길평(1998). 아동의 태권도 수련 경험과 무도 정신력 성취의 관계. 전남대학교 대학원 박사학위논문.

김두원(1996). 태권도가 성장기 어린이에게 미치는 영향. 조선대학교 교육대학원 석사학위논문.

김영선(1987). 태권도가 지닌 스포츠적 성격에 관한 고찰. 연세대학교 대학원 석사학위논문.

김영선(1987). 태권도의 개념과 정신. 계간 태권도 제 92호, 대한태권도협회.

김용태(2003). 태권도 수련이 초등학생의 정서발달에 미치는 영향. 원광대학교 교육대학원 석사학위논문.

김용태, 박한새, 조은경(1997). 비행청소년 부모교육 프로그램. 청소년대화의 광장, 서울 : 청소년대화의 광장.

김재영(1992). 대학생 태권도선수와 일반학생간의 성격특성 비교연구. 성균관대학교 교육대학원 석사학위논문.
김재현(1997). 아동 스프츠 활동이 생활성취도에 미치는 영향. 조선대 대학교 석사학위논문.
김정호(1990). 태권도 수련이 어린이 정신교유에 미치는 효과. 영남대학교 교육대학원 석사학위논문.
김종덕(1997). 태권도 수련이 아동의 성격특성에 미치는 영향. 계명대 대학원 석사학위논문.
김찬우(2003). 태권도 수련생의 정서반응에 대한 연구. 계명대 스포츠산업대학원. 석사학위논문.
노재성(2002). 청소년의 태권도 수련이 정신교육에 미치는 영향. 선무학술논집, 제 12집.
문대선(2002). 초등학교 태권도 수련유무에 따른 정서반응의 차이. 국민대학교 교육대학원 석사학위논문.
박길준 외 2인(1995). 성장단계별 신체의 발육발달론. 서울 : 상조사.
박상민(2000). 태권도 수련이 어린이 정신교육에 미치는 영향. 우석대학교 교육대학원 석사학위논문.
박은주(1999). 태권도 수련이 정신건강에 미치는 영향에 관한 연구. 조선대학교 대학원. 석사학위논문.
박자선(2000). 태권도 수련과 성장기 아동의 성장발달간의 관계. 조선대 대학원 석사학위논문.
박태섭(1988). 아동의 태권도 수련과 역량지각의 관계. 국민대학교 교육대학원 석사학위논문.
백승구(1985). 태권도 수련이 어린이 정신안정에 미치는 효과. 경희대학교 대학원 석사학위논문.
백용구(1985). 태권도 수련이 어린이 정신안정에 미치는 효과. 연세대학교 대학원.
변민희(1998). 중학생의 교우관계 형성 요인에 관한 연구. 부산대학교 교육대학원 석사학위논문.
서화수(1990). 태권도 선수들의 남녀별 Personality특성에 관한연구. 동아대학교 대학원 석사학위논문.
송무근(2003). 초등학생의 태권도 수련과 지적, 정서적, 사회적 발달의 관계. 수원대학교 대학원 석사학위논문.
안명일(1997). 태권도 수련 아동의 리더쉽과 사회성. 한국교원대 대학원 석사학위논문.
여경구(2003). 태권도 수련이 초등학생 인성에 미치는 영향. 조선대학교 교육대학원 석사학위논문.

연세대학교 사회교육원(1998). 태권도 지도자 연수교재.
연정호(2002). 태권도 수련정도에 따른 초등학생들의 정서 및 사회성 경향. 공주대학교 교육대학원 석사학위논문.
유재원(1996). 태권도 수련이 아동의 사회성 발달에 미치는 영향. 계명대학교 교육대학원 석사학위논문.
윤상화, 김갑수(2000). 태권도 교육프로그램이 아동의 사회활동성 변화에 미치는 영향. 용인대학교 대학원 석사학위논문.
윤지희(2001). 태권도 교육 프로그램이 유아의 정서 발달에 미치는 영향. 용인대학교 교육대학원 석사학위논문.
윤채중(2001). 태권도 수련이 초등학교 아동들의 교우관계에 미치는 영향. 경희대학교 체육대학원 석사학위논문.
이광수(2001). 태권도 참여와 도덕성 발달과의 관계. 계명대학교 대학원 석사학위논문.
이규철(1986). 태권도 선수의 성격 특성에 관한 연구. 경희대학교 교육대학원.
이규형(1987). 태권도 수련이 어린이 정신교육에 미치는 효과. 연세대학교 대학원 석사학위논문.
이대훈(1997). 초등학교 태권도 수련이 아동의 성격형성에 미치는 영향. 국민대 대학원 석사학위논문.
이명기(2000). 태권도 수련이 남·여 초등학생의 정서, 사회성 및 생활태도에 미치는 영향. 원광대학교 대학원 석사학위논문.
이미선(2001). 초등학생의 태권도 수련이 자아개념에 미치는 영향. 용인대학교 체육과학대학원 석사학위논문.
이재만(2003). 태권도 수련이 초등학교 아동들에게 지적·정서 및 교우관계에 미치는 영향. 제주대학교 교육대학원 석사학위논문.
이재우(1992). 국민학교 아동의 교우관계에 관한 연구. 단국대학교 교육대학원.
이정덕(1987). 유아발달학. 서울 : 전수당.
이철호(1996). 태권도 수련이 초등학교학생들의 정서, 사회성 및 생활태도에 미치는 영향. 제주대학교 교육대학원 석사학위논문.
전현미(2001). 태권도 수련이 아동기 생활습관 변화에 미치는 영향. 용인대학교 교육대학원. 석사학위논문.
정택주(1992). 태권도 수련이 어린이 정신발달 및 사회성에 미치는 영향. 조선대 대학원 석사학위논문.
정해용(2003). 아동의 태권도 참여가 도덕성과 사회성에 미치는 영향. 조선대 대학원 석사학위논문.

조병연(2001). 태권도 수련이 아동기의 정서발달에 미치는 영향. 용인대학교 교육대학원. 석사학위논문.

지광현(2001). 태권도 수련이 아동의 정서발달에 미치는 영향. 용인대학교 교육대학원 석사학위논문.

진의중(1990). 태권도 교육의 가치에 관한 연구. 대한체육과학대학교 논문집 제6집. 석사학위논문.

최병호(1993). 국민학생들의 태권도 수련이 정신교육에 미치는 영향. 명지대학교 대학원 석사학위논문.

한상진(1995). 태권도 심판론. 서울 : 서림문화사.

허재일(2000). 태권도 수련이 초등학생 인성에 미치는 영향. 원광대 대학원 석사학위논문.

허재호(1996). 태권도 교육이 유아의 행동발달에 미치는 영향. 조선대학교 교육대학원 석사학위논문.

Bahrke, M.S., & Morgan, W. P.(1978) anxiety reduction following exercise and meditation. Cognitive Therapy and Reserarch, 2, 323-333.

Boutcher, S. H., & Landers, D. M.(1986). anxiety reduction in conditioned and unconditioned subjects following vugorous exercise(abstract). Medicine and Science in sports and Exercise. 18:S18.

부 록

아래의 문항은 정서적 변화에 대한문항입니다.

		매우 그렇다	그렇다	보통 이다	그렇지 않다	매우 그렇지않다
1	태권도를 배우고 난 후 덜렁이지 않고 침착해 졌다.	①	②	③	④	⑤
2	태권도를 배우고 난 후 씩씩해졌다.	①	②	③	④	⑤
3	태권도를 배우고 난 후 자신감이 생겼다.	①	②	③	④	⑤
4	태권도를 배우고 난 후 다른 운동을 잘 할 수 있는 자신감이 생겼다.	①	②	③	④	⑤
5	태권도를 배우고 난 후 혼자 있어도 무섭지 않다	①	②	③	④	⑤
6	태권도를 배우고 난 후 쉽게 당황하지 않는다.	①	②	③	④	⑤
7	태권도를 배우고 난 후 인내력이 생겼다.	①	②	③	④	⑤
8	태권도를 배우고 난 후 강인한 정신력이 길러졌다.	①	②	③	④	⑤
9	태권도를 배우고 난 후 많이 참고 잘 싸우지 않는다.	①	②	③	④	⑤
10	태권도를 배우고 난 후 자기감정을 스스로 억제하는 능력이 생겼다.	①	②	③	④	⑤
11	태권도를 배우고 난 후 차분하고 침착해 졌다.	①	②	③	④	⑤

아래의 문항은 사회성의 변화에 대한 문항입니다.

		매우 그렇다	그렇다	보통 이다	그렇지 않다	매우 그렇지않다
1	태권도를 배우고 난 후 친구들과 잘 어울린다.	①	②	③	④	⑤
2	태권도를 배우고 난 후 부모님 말씀을 잘 듣는다..	①	②	③	④	⑤
3	태권도를 배우고 난 후 친구들과 함께 지내는 것이 즐겁다.	①	②	③	④	⑤
4	태권도를 배우고 난 후 가족의 중요성을 알게되었다.	①	②	③	④	⑤
5	태권도를 배우고 난 후 책임감이 생겼다.	①	②	③	④	⑤
6	태권도를 배우고 난 후 공정하고 올바른 마음이 생겼다.	①	②	③	④	⑤
7	태권도를 배우고 난 후 학교생활이 즐겁다..	①	②	③	④	⑤
8	태권도를 배우고 난 후 남에게 의지하지 않고 스스로 하려는 습관이 생겼다.	①	②	③	④	⑤
9	태권도를 배우고 난 후 학교에서 친구들과 믿음과 의리가 생겼다.	①	②	③	④	⑤

아래의 문항은 일반적 특성에 대한 문항입니다.

1. 성별은 무엇입니까?

① 남자 ② 여자

2. 몇 학년 입니까?

① 4학년 ② 5학년 ③ 6학년

3. 참여기간은 얼마나 됐습니까?

① 1년 미만 ② 1년 ~ 2년 ③ 2년 이상

4. 참여동기는 무엇입니까?

① 부모의 권유 ② 친구의 권유 ③ 기타( )