[UCI]I804:24011-200000264517

2014년 2월

교육학석사(체육교육)학위논문

한국 태권도 선수들의 성취목표성향이 자기관리 전략 및 스포츠 자신감이 성패귀인에 미치는 영향

조선대학교 교육대학원

체육교육전공

김 종 민

한국 태권도 선수들의 성취목표성향이 자기관리 전략 및 스포츠 자신감이 성패귀인에 미치는 영향

The Effects of Achievement Goal Orientation on Success and Failure Attributions of Self-Management Strategy and Sport Confidence among Korean Taekwondo Players

2014년 2월

조선대학교 교육대학원

체육교육전공

김 종 민

한국 태권도 선수들의 성취목표성향이 자기관리 전략 및 스포츠 자신감이 성패귀인에 미치는 영향

지도교수 : 윤 오 남

이 논문을 교육학 석사(체육교육) 학위 청구논문으로 체출함

2014년 10월

조선대학교 교육대학원

체육교육전공

김 종 민

김종민의 교육학 석사학위 논문을 인준함

심사위원장 조선대학교 교수 이 계 행 인

심사위원 조선대학교 교수 정 재 환 인

심사위원 조선대학교 교수 윤 오 남 인

2013년 12월

조선대학교 교육대학원

목 차

ABSTRACT

Ⅰ. 서 론 ····· 1

1. 연구의 필요성 ····· 1
2. 연구의 목적 ····· 5
3. 연구가설 및 모형 ····· 6
4. 용어의 정의 ····· 9

Ⅱ. 이론적 배경 ····· 11

1. 성취목표성향 ····· 11
   1) 성취목표성향의 정의 ····· 12
   2) 성취목표성향의 구성요인 ····· 12
2. 자기관리 전략 ····· 14
   1) 자기관리의 정의 ····· 15
   2) 자기관리 전략의 구성요인 ····· 17
3. 스포츠 자신감 ····· 17
   1) 자신감의 정의 ····· 17
   2) 스포츠 자신감 ····· 18
4. 성패귀인 ····· 20
   1) 귀인의 정의 ····· 20
   2) 스포츠 귀인이론 ····· 20

5. 선행연구 ····· 29

Ⅲ. 연구방법 ····· 35
1. 연구대상 ····· 35
2. 조사도구 ····· 36
3. 설문지의 타당도와 신뢰도 ····· 38
4. 자료처리방법 ····· 44

Ⅳ. 연구결과 ····· 45
1. 한국 태권도 선수의 일반적 특성에 따른 성취목표성향, 자기관리 전략, 스포츠 자신감, 성패귀인의 차이 ····· 45
2. 한국 태권도 선수의 성취목표성향이 자기관리 전략에 미치는 영향 ····· 53
3. 한국 태권도 선수의 성취목표성향이 스포츠 자신감에 미치는 영향 ····· 55
4. 한국 태권도 선수의 성취목표성향이이 성패귀인에 미치는 영향 ····· 55
5. 한국 태권도 선수의 자기관리 전략이 성패귀인에 미치는 영향 ····· 59
6. 한국 태권도 선수의 스포츠 자신감이 성패귀인에 미치는 영향 ····· 63

Ⅴ. 논의 ····· 68
Ⅵ. 결론 및 제언 ····· 80

참고문헌 ····· 83

표목차

<표 1> 조사대상자의 일반적 특성 ····· 35
<표 2> 설문지 구성내용 ····· 36
<표 3> 성취목표성향의 요인분석 및 신뢰도 결과 ····· 39
<표 4> 자기관리 전략에 대한 요인분석 및 신뢰도 결과 ····· 40
<표 5> 스포츠 자신감에 대한 요인분석 및 신뢰도 결과 ····· 41
<표 6> 성공귀인에 대한 요인분석 및 신뢰도 결과 ····· 42
<표 7> 실패귀인에 대한 요인분석 및 신뢰도 결과 ····· 43
<표 8> 성별, 소속에 따른 성취목표성향의 차이 ····· 45
<표 9> 성별, 소속에 따른 자기관리 전략의 차이 ····· 46
<표 10> 성별, 소속에 따른 스포츠 자신감의 차이 ····· 47
<표 11> 성별, 소속에 따른 성공귀인의 차이 ····· 48
<표 12> 성별, 소속에 따른 실패귀인의 차이 ····· 49
<표 13> 성취목표성향이 신체관리에 미치는 영향 ····· 50
<표 14> 성취목표성향이 정신관리에 미치는 영향 ····· 51
<표 15> 성취목표성향이 훈련관리에 미치는 영향 ····· 52
<표 16> 성취목표성향이 대인관리에 미치는 영향 ····· 52
<표 17> 성취목표성향이 능력입증에 미치는 영향 ····· 53
<표 18> 성취목표성향이 코치지도력에 미치는 영향 ····· 54
<표 19> 성취목표성향이 신체, 정신준비에 미치는 영향 ····· 54
<표 20> 성취목표성향이 정신력에 미치는 영향 ····· 55
<표 21> 성취목표성향이 컨디션에 미치는 영향 ····· 56
<표 22> 성취목표성향이 시합운에 미치는 영향 ····· 56

<표 23> 성취목표성향이 자만심에 미치는 영향 ····· 57
<표 24> 성취목표성향이 정신력 저하에 미치는 영향 ····· 57
<표 25> 성취목표성향이 컨디션 난조에 미치는 영향 ····· 58
<표 26> 자기관리 전략이 정신력에 미치는 영향 ····· 59
<표 27> 자기관리 전략이 컨디션에 미치는 영향 ····· 60
<표 28> 자기관리 전략이 시합 운에 미치는 영향 ····· 60
<표 29> 자기관리 전략이 자만심에 미치는 영향 ····· 61
<표 30> 자기관리 전략이 정신력 저하에 미치는 영향 ····· 62
<표 31> 자기관리 전략이 컨디션 난조에 미치는 영향 ····· 62
<표 32> 스포츠 자신감이 정신력에 미치는 영향 ····· 63
<표 33> 스포츠 자신감이 컨디션에 미치는 영향 ····· 64
<표 34> 스포츠 자신감이 시합운에 미치는 영향 ····· 65
<표 35> 스포츠 자신감이 자만심에 미치는 영향 ····· 65
<표 36> 스포츠 자신감이 정신력 저하에 미치는 영향 ····· 66
<표 37> 스포츠 자신감이 컨디션 난조에 미치는 영향 ····· 67

그림목차

<그림 1> 연구모형 ····· 7
<그림 2> Heider의 인과귀인 모형 ····· 22
<그림 3> Weinet(1972)의 인과 귀인 2차원 분류도식 ····· 26
<그림 4> Weinet(1985)의 인과 귀인 3차원 분류도식 ····· 27

Abstract

The Effects of Achievement Goal Orientation on Success and Failure Attributions of Self-Management Strategy and Sport Confidence among Korean Taekwondo Players

Kim Jong-min

Advisor Prof. Yoon oh-nam

Major in Physical Education

Graduate School of Education Chosun University

This paper presents a systematic study to help to increase the efficiency of Taekwondo instructions and the game performance of players by investigating the connections between achievement goal orientation and the success and failure attributions of self-management strategy and sport confidence among Taekwondo players, analyzing psychological factors to predict the match results concerning success and failure, and providing both instructors and players with information appropriate for game situations in the field of Taekwondo. In an effort to fulfill the objectives, the investigator sampled total 1,013 male and female high school, college, and general Taekwondo players registered at game organizations under the Korea Taekwondo Association in 2013. Collected data were treated with reliability analysis, factor analysis, independent-sample t-test, one-way ANOVA,

Scheffe post-hoc test, and stepwise regression analysis. Those research procedures led to the following conclusions:

First, female Taekwondo players scored higher mean points on task goal orientation, one of the subfactors of achievement goal orientation, than their male counterparts with statistically significant differences between them.

Second, the analysis results of differences in self-management strategy according to gender and the team reveal statistically significant differences in all the subfactors of self-management strategy, which include body, mind, training, and interpersonal management, according to gender.

Third, there were statistically significant differences only in demonstration of competence, one of the subfactors of sport confidence, according to gender and the team.

Fourth, there were statistically significant differences in the condition and match luck, some of the subfactors of success attributions, according to gender and the team. Significant differences were found only in the bad condition, one of the subfactors of failure attributions, according to gender. There were statistically significant differences in conceit and mental power, some of the subfactors of failure attributions, according to the team but not in the bad condition.

Fifth, the stepwise regression analysis results of the impacts of achievement goal orientation on self-management strategy among Korean Taekwondo players show that achievement goal orientation had statistically significant impacts on all the subfactors of self-management strategy, namely, body, mind, training, and interpersonal management.

Sixth, the stepwise regression analysis results of the effects of

achievement goal orientation on sport confidence among Korean Taekwondo players show that achievement goal orientation had statistically significant effects on all the subfactors of sport confidence, namely, demonstration of competence, coaching instruction skills, and body and mind preparation.

Seventh, the stepwise regression analysis results of the influences of achievement goal orientation on the success attributions among Korean Taekwondo players indicate that achievement goal orientation had statistically significant influence on mental power, condition, and match luck among the subfactors of the success attributions. The stepwise regression analysis results of the influences of achievement goal orientation on the failure attributions indicate that achievement goal orientation had statistically significant influences on conceit, lower mental power, and bad condition among the subfactors of the failure attributions.

Eighth, the stepwise regression analysis results of the effects of self-management strategy on the success attributions among Korean Taekwondo players show that self-management strategy had statistically significant effects on mental power, condition, and match luck. The stepwise regression analysis results of the impacts of self-management strategy on the failure attributions among Korean Taekwondo players show that self-management strategy had statistically significant impacts on conceit, lower mental power, and bad condition.

Finally, the stepwise regression analysis results of the influences of sport confidence on the success attributions among Korean Taekwondo players show that sport confidence had statistically significant influences on mental power, condition, and match luck. The stepwise regression analysis results of the influences of sport confidence on the failure attributions among Korean Taekwondo players reveal that sport confidence had statistically significant influences on conceit, lower mental power, and bad condition.

Ⅰ. 서 론

1. 연구의 필요성

오늘날 스포츠 현장은 경쟁의 결과로 승리와 패배를 불러일으키는 본질적 특징이 갖고 있으며(이원익, 2009). 특히, 스포츠 경기에 참가하는 운동선수는 경쟁의 장뿐만 아니라 기능획득을 목적으로 한 승리의 욕구는 강렬하며, “각본 없는 드라마” 혹은 예측불허의 결과는 스포츠 현장에서 성공과 실패에 대한 경험은 지속적으로 이루어지고 있다(현숙희, 2007).

최근, 스포츠 심리학에서는 최상의 운동수행과 심리적 변인의 인과관계를 탐색하기 위한 연구는 1990년 후반을 기점으로 한국의 문화적 특성이나, 스포츠 경기종목의 특성을 반영하려는 연구(유진, 1996; 김병현, 이한규, 엄한주, 1998; 김병준, 1998; 김병준, 2001, 2003; 김원배 1999, 2002; 정용각, 1997; 홍준희, 2001; 허정훈, 2001, 2003, 2004; 김원배, 윤영길, 2003; 윤영길, 2004; 김의종, 2007)로서 자연스런 공감대를 형성하면서, 스포츠 종목의 특성과 운동선수의 심리적 변인에 대한 새로운 관점으로 연구가 이루어지고 있다. 이러한 선행연구는 운동선수의 능력을 겨루는 스포츠 현장에서 선수, 지도자, 스포츠 심리학자들은 경기력 향상과 관련되어 운동선수의 열악한 환경을 극복하는 탁월성의 본질이 무엇인지에 대하여 그 원인을 규명하고자 우수선수와 비우수 선수간의 심리적 특성의 차이를 분석하는데 지대한 관심을 가지고 있다(임낙철, 2009; 이동숙, 2010, 재인용). 스포츠 현장에서 운동선수들의 최고의 목표는 최상의 경기력을 이끌어 내어 성공적인 경기를 수행하는데 있다. 이러한 경기력은 운동선수들의 경기의 승패를 결정하는 종합적인 요인으로 선수들의 개인적 특성과 지도자의

역할이 매우 중요하게 작용을 하며, 우수한 경기력을 가지기 위해 체력과, 기술, 심리기술 및 전술운영능력 등 상호작용에 의해서 결정되어진다(Norton & Olds, 2000; 조현철, 김종식 2011, 재인용). 이처럼 경기력은 운동선수의 몇 가지 기능만으로 발휘될 수 없으며, 다양한 요소에 의해 상호작용을 통한 시너지 효과로서 경기순간의 최상의 경기력을 낼 수 있다는 것이다(김주연, 2012, 재인용).

한편, 스포츠나 신체활동은 일반적으로 성취지향적인 활동으로서 개인의 성취도가 평가되는 우수성을 기준이 있다. 인간은 기본적으로 성취를 위한 것이라고 가정 하에 성취상황 속에서 나타나는 인간행동의 동기, 즉 방향, 강도, 지속력은 성취행동에 의해 결정된다. 스포츠 상황은 성취지향적인 상황의 대표적이라 할 수 있으며, 스포츠 경기에 참가한 선수 개인의 성취목표의 방향과 강도에 따라 동기적 행동이 다르며, 그에 따른 수행결과도 다르게 나타났다

성취동기 연구가들은 이론적, 실증적 연구를 토대로 개인의 기대하는 목표에 도달하려는 경향은 성취목표성향이라고 주장하고 있다. 이런 성취목표성향 이론은 개인이 성취상황에서 성공과 실패를 평가하는 기준이 무엇이냐의 차이는 결국 수행결과에 영향을 미칠 것을 제안하고 있다(임종은, 2000). 따라서 성취목표성향은 성공과 실패는 객관적인 사건이 아닌 주관적인 인식으로 성공은 개인적으로 성격 혹은 단순한 목표 자체의 기능적 결과가 아니라 특정 상황에서 발휘할 수 있는 개인의 성취목표가 분석되어야 한다고 주장하고 있다(Ames, 1987; Duda, 1993; 임종은, 2000, 재인용). 이처럼, 스포츠 심리학분야에서 개인이 지향하는 목표와 개인차 연구를 고찰해 보면 대부분의 연구가 목표를 추구하면서 발생하는 개인차를 과제지향적 및 자아지향적 목표성향으로 구분하였다(Nicholls, 1984; Duda, 1986; 오정묵, 2008).

Nicholls(1984)는 과제지향적 목표성향은 특정운동 수행시 운동기술의 향상이나 주어진 과제의 해결 및 건강증진에 목표를 둔 수행으로 성공의 평가기준을 자신의 자아기준에 두고 성공의 원인을 노력에 귀인 한다고 주장하였고, 자아지

향적 목표성향은 특정 운동수행시 타인과의 경쟁이나 비교 등에 목적이 있기 때문에 평가기준을 경쟁자의 수행에 두며, 성공의 원인을 능력에 귀인하는 것으로 가정하고 있다(임종은, 2000, 재인용).

한편, 운동선수로서 성공적인 운동수행을 위해서는 심리적, 행동적인 자기관리가 요구된다. 자기관리는 자신이 원하는 목표를 달성하기 위하여 행동을 계획하고 환경을 조절하는 것을 의미하는데, 이는 자신이 어떤 행동을 변화시키기 위하여 기술이나 전략들을 사용하여 변화를 주도하는 과정으로. 자신이 어떤 행동을 변화시키기 위하여 기술이나 전략들을 사용하여 변화를 주도하는 과정으로, 개인이 변화하기 위한 노력으로 스스로 환경여건을 수정한 행동결과를 조절하여 관리하는 것이다(Jones, Davis, 1965). 특히, 스포츠 현장에서 자기관리는 개인 내적, 외적, 환경적 요인 등을 포괄하는 주제로서, 심리적, 행동적 전략의 하나로 개인의 목표를 달성하기 위해서 신체적, 정신적인 면뿐만 아니라 훈련과 사생활에 이르기까지 다양한 측면에서 스스로 철저해지는 것을 의미한다(유진, 1996; 허정훈, 2001).

이러한 자기관리는 다양한 관점에서 접근 할 수 있는데 보통 운동선수들의 자기관리라 함은 신체관리, 정신관리, 훈련관리, 대인관리 등으로 살펴볼 수 있는데, 자기관리는 운동선수들의 기량을 발휘하고 지속적인 운동 수행을 위해서 기본적인 체력이 있어야 한다. 체력관리는 선수생활을 지속적 연장하며 오랜 기간 훈련을 할 수 있는 기본바탕을 만들어 줄 수 있다. 정신관리는 극한 상황의 운동을 지속하기 위한 정신력과 경기의 승패에 대한 부담을 떨쳐낼 수 있는 강인한 정신력이 필요로 하기 때문에 중요하다 할 수 있다. 훈련관리는 실패가 반복되더라도 좌절하지 않고 꾸준한 훈련을 통하여 묵묵히 자신이 원하는 목적을 달성 할 수 있도록 철저한 준비와 자기 분석을 통하여 훈련과 경기에 임하는 것을 뜻하며, 마지막으로 대인관리는 선·후배 및 감독, 코치와의 원만한 관계를 유지하는 역할을 하면서 자신의 가치를 드높이는 선수로 발전하는 것을

의미하는 것이다(이영모, 2011, 재인용). 이와 같이 자기관리 전략은 선수 및 지도자 모두에게 목표설정, 의지력 등과 함께 중요한 요인으로 인식되고 있으며, 시합 상황에서 승패에 영향을 미치는 심리요인(엄성호, 2003)으로 크게 작용되는 것으로 운동선수들의 경기력에 매우 밀접한 관련이 있는 것으로 사료된다.

한편, 자신감은 어떤 일을 달성하기 위해 요구되는 여러 행위를 조직하고 실행할 수 있다는 자신의 능력에 대한 스스로의 믿음이다. Vealey(1986)가 처음 사용한 스포츠 자신감(Sport-confidence)이란 개인이 스포츠 경기에서 발휘하는 능력이 성공적이라는 확실성에 대한 신념 또는 정도이다(최영옥, 1988). Bandura(1990)는 자신감이 높은 선수라면 스포츠 참여와 성취활동에 적극적이며, 어려운 과제를 도전적으로 생각하여 자신이 정한 목표를 달성하는데 최선의 노력을 기울인다. 따라서 스포츠 자신감은 매우 폭넓기 때문에 학자들 간에 따른 부여하는 의미가 조금씩 다르고, 개념상의 특징으로 스포츠 심리학에서는 운동선수의 성공적인 수행에 대한 의미로 정의한다(현숙희, 2006).

김성옥(1998)은 테니스 선수인 Jimmy Corner의 인터뷰기사를 인용하여 " 확신 있는 경기에 임할 때는 경기가 잘 풀렸으나, 자신의 능력을 의심할 때는 경기가 잘 풀리지 않았다"고 기술함으로서에 선수 자신이 소유하고 있는 지식이나 기술을 성공적인 수행으로 연결하는 것은 이긴다는 확신 즉, 스포츠 자신감이라고 밝히고 있다. 이런 관점에서 성공적인 선수와 실패적인 선수들의 차이에서 가장 중요한 요인은 스포츠 자신감이라고 지적하며, 시합과 연습상황에서 운동선수들이 가장 필수적으로 겸비할 심리적 요인으로 자신감의 중요성을 스포츠 상황에서 엘리트 스포츠 선수에게만 강조하는 것이 아니라 어떠한 성취상황에서인간의 수행능력을 높여 좋은 결과로서, 개인의 능력을 믿음으로, 성공하는데 필요한 지식과 기술 그리고 전략인 것이다.

끝으로, 귀인이론에 관한 연구는 스포츠 경기분야에서 중요한 주제로서 운동선수의 승패에 대한 그 결과를 어디에 귀인하는가에 초점을 맞주고 있다

(Roberts, 1982). 일반적 개념에서 귀인(attribution)은 '원인을 되돌리다' 라는 사전적인 개념으로 인간행동의 원인에 대한 설명을 가지고 있다. 이는 사건 또는 현상이 발생하였을 때 그 원인을 추론하여 어느 특정 원인에 귀속시키는 것을 말한다. 즉 귀인이론은 행동의 지각된 원인과 의미에 대한 연구를 중요시하며, 자신의 행동이나 타인의 행동에 대하여 원인과 결과에 관한 논리적인 해석을 내리는 방법을 강조하는 개념이다(Weiner, 1986; 김원배, 윤영길, 2003 재인용). 이러한 귀인이론은 인간행동의 원인과 방향 및 강도 그리고 행동의 지속력을 설명하려는 동기이론 중 하나로서, 사건이나 행동의 결과를 높고 그 결과에 작용한 원인을 탐색하는 행위를 의미하며, 관찰된 행동의 원인을 규명함으로써, 이미 일어난 행동에 대한 원인으로 능력, 노력, 과제, 난이도, 내적동기, 타인의 도움, 운 등 이미 일어난 일의 원인을 분석하여 인간행동에 대한 설명과 예측을 가능케 하려는 이론적 체계이다(Roberts, Kleiber & Duda, 1981; Brewley & Roberts, 1984; 김성옥, 2003, 재인용).

국내에서 보고 한 귀인연구는 김원배, 윤영길(2003)의 한국형 스포츠 귀인측정도구 개발, 이지훈(2007)의 태권도 지도자를 대상으로 귀인 측정도구 개발, 송민규(2011) 한국 태권도 선수의 성패귀인의 측정도구개발에 의해 이루어졌으나 최근까지 국내 스포츠심리학 분야의 귀인연구 동향을 살펴보면(최종인, 2000; 임종은, 2000; 이상기, 2001; 김응수, 2001; 김원배・윤영길, 2003; 안희구, 2003; 홍재표, 차정훈, 전승훈, 2003; 천길영, 전기영, 2003; 김주희, 2004; 허정훈, 2004; 구본칠, 김찬주, 2005; 김한별, 2006; 현숙희, 2006; 이지훈, 2007; 장재근, 2008; 안주미, 2006; 최무현, 김신호, 2009; 안주미, 여인성, 2010) 등은 스포츠 심리학 분야의 귀인에 관한 다양한 연구가 진행되었다. 이와 같은 스포츠심리학 분야에서 귀인이론은 운동선수의 성취결과의 원인은 무엇으로 지각하느냐에 대한 운동선수들이 경험하는 성공과 실패에 대한 원인을 분석하는 연구로서, 한국 태권도 선수들에게 적용가능한 귀인유형의 연구는 부족한 실정이다.

본 연구는 한국 태권도 선수들의 성취목표성향이 자기관리 전략과 스포츠 자신감이 성패귀인에 미치는 영향을 규명하여, 태권도 선수들을 직접 지도하고 있는 지도자들에게 경기상황에 맞는 심리적 요인의 중요성과 다양한 정보제공과 태권도 선수들의 경기력 향상에 기여할 수 있는 기초자료를 제공하고자 한다.

2. 연구의 목적

본 연구는 한국 태권도 선수들의 경기력에 미치는 심리적 요인인 성취목표성향이 자기관리 전략 및 스포츠 자신감이 성패귀인에 어떠한 영향을 미치는가를 실증적으로 규명하는데 목적이 있다. 세부적으로 살펴보면, 일반적 특성으로 태권도 선수의 성별, 소속에 따른 성취목표성향, 자기관리 전략, 스포츠 자신감, 성패귀인에 관한 차이를 분석하고, 성취목표성향이 자기관리 전략, 스포츠 자신감, 성패귀인에 미치는 영향을 분석할 것이다. 이러한 분석을 통하여 태권도 지도자의 효율적인 지도를 위한 기초자료 제공과 한국 태권도 선수들의 경기력 향상에 기여하는데 그 목적을 두고 있다.

3. 연구모형 및 가설

본 연구는 한국 태권도 선수의 성취목표성향이 자기관리 전략 및 스포츠 자신감이 성패귀인의 관계를 규명하기 위해 <그림 1>의 연구모형을 토대로 하여 다음과 같은 연구가설을 설정하고자 한다.

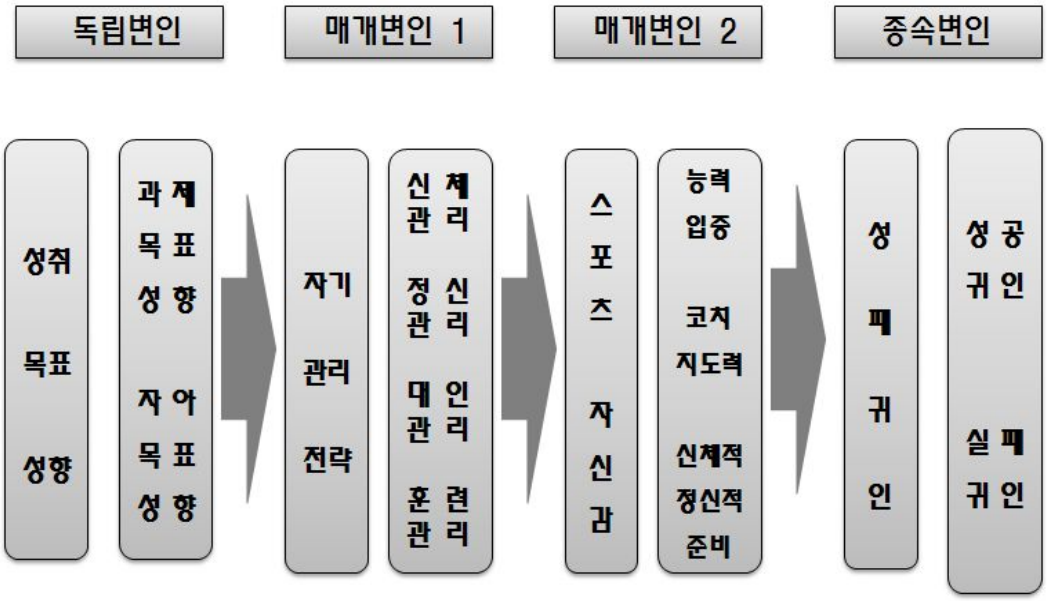

그림 1. 연구모형

가설 Ⅰ. 한국 태권도 선수의 일반적인 특성에 따른 성취목표성향, 자기관리 전략, 스포츠 자신감, 성패귀인에 차이가 있을 것이다.

가설Ⅰ-1. 한국 태권도 선수의 일반적인 특성에 따른 성취목표성향은 차이가 있을 것이다.

가설Ⅰ-2. 한국 태권도 선수의 일반적인 특성에 따른 자기관리 전략은 차이가 있을 것이다.

가설Ⅰ-3. 한국 태권도 선수의 일반적인 특성에 따른 스포츠 자신감은 차이가 있을 것이다.

가설Ⅰ-4. 한국 태권도 선수의 일반적인 특성에 따른 성패귀인은 차이가 있을 것이다.

가설 Ⅱ. 한국 태권도 선수의 성취목표성향이 자기관리 전략에 유의한 영향을 미칠 것이다.

가설 Ⅱ-1. 한국 태권도 선수의 과제목표성향이 자기관리 전략에 유의한 영향이 미칠 것이다.

가설 Ⅱ-2. 한국 태권도 선수의 자아목표성향이 자기관리 전략에 유의한 영향이 미칠 것이다.

가설 Ⅲ. 한국 태권도 선수의 성취목표성향이 스포츠 자신감에 유의한 영향을 미칠 것이다.

가설 Ⅲ -1. 한국 태권도 선수의 과제목표성향이 스포츠 자신감에 유의한 영향이 미칠 것이다.

가설 Ⅲ- 2. 한국 태권도 선수의 자아목표성향이 스포츠 자신감에 유의한 영향이 미칠 것이다.

가설 Ⅳ. 한국 태권도 선수의 성취목표성향이 성패귀인에 유의한 영향을 미칠 것이다

가설 Ⅳ-1. 한국 태권도 선수의 과제목표성향이 성패귀인에 유의한 영향을 미칠 것이다

가설 Ⅳ-2. 한국 태권도 선수의 자아목표성향이 성패귀인에 유의한 영향을 미칠 것이다

가설Ⅴ. 한국 태권도 선수의 자기관리 전략이 성패귀인에 유의한 영향을 미칠 것이다.

가설Ⅴ-1. 한국 태권도 선수의 신체관리가 성패귀인에 유의한 영향을 미칠 것이다.

가설Ⅴ-2. 한국 태권도 선수의 자기관리가 성패귀인에 유의한 영향을 미칠 것이다.

가설Ⅴ-3. 한국 태권도 선수의 대인관리가 성패귀인에 유의한 영향을 미칠 것이다.

가설Ⅴ-4. 한국 태권도 선수의 훈련관리가 성패귀인에 유의한 영향을 미칠 것이다.

가설 Ⅵ. 한국 태권도 선수의 스포츠 자신감이 성패귀인에 유의한 영향을 미칠 것이다.

가설Ⅵ-1. 한국 태권도 선수의 능력입증이 성패귀인에 유의한 영향을 미칠 것이다.

가설Ⅵ-1. 한국 태권도 선수의 코치지도력이 성패귀인에 유의한 영향을 미칠 것이다.

가설Ⅵ-1. 한국 태권도 선수의 신체, 정신준비가 성패귀인에 유의한 영향을 미칠 것이다.

4. 용어의 정의

본 연구에서 설정한 독립변인과 종속변인에 포함한 개념들에 관한 용어의 조작적 정의는 다음과 같다.

1) 성취목표성향

이 연구에서 제시된 성취목표성향의 조작적 정의는 개인이 성공하고자 하는 목표개념으로 성취상황에서 개인이 바람직하다고 생각하는 주관적 성공의 개념에 기초를 두고 지배적으로 채택하게 되며, 개인의 성취와 관련된 인지와 정서, 그리고 행동에서 기본적이라는 것을 강조한다(한국스포츠 심리학회, 2005). 이 연구에서는 성취목표성향을 자아목표성향과 과제목표성향으로 구분하였다.

2) 자기관리 전략

이 연구에서 사용된 자기관리의 조작적 정의는 개인 내적, 외적, 환경적 요인 등을 포괄하는 주제이며, 심리 행동적 전략의 하나로 개인의 목표를 달성하기 위해 신체적, 정신적인 면 뿐만아니라 훈련과 사생활에 이르기까지 다양한 측면에서 스스로 철저해 지는 것을 의미한다(유진, 1996). 이 연구에서 자기관리 전략의 하위요인은 대인관리, 훈련관리, 정신관리, 몸관리 등의 4개 요인으로 구분하였다.

3) 스포츠 자신감

이 연구에서 사용된 스포츠 자신감의 조작적 정의는 Vealey(1968)가 처음 사용한 용어로 기존의 자신감의 개념과 크게 다를 바는 없으나 스포츠라는 특수 상황 아래에서 갖게 되는 인지적 개념으로 스포츠 수행을 성공적으로 해낼 수 있는 능력에 대한 개인적 확실성의 정도 또는 믿음이다. 이 연구에서는 스포츠 자신감을 능력입증요인, 사회적 지지요인, 코치의 지도력으로 구분하였다.

4) 성패귀인

이 연구에서 사용된 성패귀인의 조작적 정의는 자신 또는 타인의 어떤 행동이나 사건을 일으킨 원인에 대한 설명이나 추론이며 성취동기에 대한 인지적 접근이다. 기존 귀인척도는 능력, 노력, 운, 과제의 난이도 등 4가지 귀인을 사용한 경우가 많으나, 우리나라의 스포츠 상황에 적합하도록 개발된 김원배, 윤영길(2003)의 한국형 스포츠 귀인척도(성공귀인 : 상대분석, 정신력, 지도력, 운, 팀웍, 노력, 컨디션 ; 실패귀인 : 자만심, 팀웍, 심리적 부담감, 컨디션, 정신력)를 구성하였다.

Ⅱ. 이론적 배경

1. 성취목표성향

1) 성취목표성향의 정의

일반적인 목표(goal)는 개인이 의식적으로 성취하고자 하는 것으로 정의된다. 목표라는 용어는 과제 수행시 개인이 달성할 수 있는 구체적인 기준(specific standard)으로, 특히, 제한된 시간내에 달성할 수 있는 기준로 사용되고 있다(Weinberg, 1992). 또한, 목표는 그 내용(content)과 강도(intensity)의 측면에서 두 가지의 중요한 속성을 갖는 것으로 보았다. 목표의 내용은 추구하는 목적이나 결과를 의미하며, 목표의 강도는 개인이 바람직한 결과를 얻기 위하여 얼마나 많은 시간과 에너지를 투입하느냐를 의미한다(Burton, 1993).

목표설정 이론(goal setting theory)을 최초로 체계화한 Locke, Shaw, Sarri, & Latham(1981)에 따르면 목표의 개념은 다음의 두 가지 측면에서 제시하고 있다. 첫째, 목표란 장차 얻고자 해서 바라고 있는 상태, 즉 개인이나 조직이 장래의 어떤 시점에 도달하고자 하는 상태이며, 둘째는 과거나 현재의 의사결정과 행동개입의 결과로 얻어지는 것으로서 현재나 미래의 행동에 가해지는 여러 가지 제약의 기준으로 제시하였다(Cyert & March, 1983; Simon, 1964). 또한, Locke & Latham(1982)은 목표에는 내용(Conetent)과 강도(intensity)의 측면에서 두 가지의 중요한 속성을 갖는 것으로 보고 있다. 여기에서 목표의 내용은 스포츠 현장에서 승리를 추구하는 목적이나 결과를 의미하며, 목표의 강도는 개인이 바람직한 결과를 얻기 위해 얼마나 많은 시간과 노력을 투입하느냐를 밝히고 있다(Buton,

1993 ; 오정묵, 2008 ; 추수진, 2011 재인용). 개인이 성취상황에서 성공과 실패를 지각하는 정도나 개념의 차이를 반영하는 성취목표성향 이론가들(Maehr & Nicholls, 1980; Dweck, 1986; Elliott & Dweck, 1986; Nicholls, 1984)은 목표를 구체적인 시간 내에 달성하고자 하는 특정 과제의 수행능력 수준 혹은 성취를 의미하며, 개인이 성취하거나 달성하고자 하는 근원적인 동기에 기초를 둔 개인의 인지적 특성으로 개념화하고 있다.

2) 성취목표성향의 구성요인

성취목표성향 이론에서 개인이 성취상황에서 성공과 실패를 평가하는 기준이 무엇이냐의 차이를 설명하고자 한다. 이러한 성취목표성향에서 성공과 실패는 객관적인 사건이 아닌 주관적인 인식으로 전제되며, 성공은 개인적으로 성격 혹은 단순한 목표 자체의 기능적 결과가 아니라 특정 상황에서 발휘할 수 있는 개인의 목표차이에 기인된다고 가정하고 있다(오정묵, 2008). 특히, 성취목표성향은 스포츠나 운동상황에서 운동학습자들이 운동학습을 하는 목표가 무엇이냐에 따라 운동수행자의 태도와 수행이 달라지며, 이는 운동수행의 성취에 영향을 미치는 결정적인 요인이라 할 수 있다. 이러한 차원에서 스포츠 심리학 분야에서 성취목표성향은 과제목표성향(task oriented goal)과 자아목표성향(ego oriented goal)으로 구분하고 있다(Duda, &Newton, 1990). 이러한 관점에서 과제목표성향은 개인의 성공과 실패에 대한 평가를 자신이 특정과제를 얼마나 잘 학습했는지 혹은 숙달했는지와 같은 개인적 숙련과 자기발전의 범주에서 정의한다. 또한 자아목표성향은 개인이 성취상황에서 성공과 실패의 평가를 객관적으로 나타난 승리와 패배의 범주에서 정의하며, 자신의 행위결과가 자신이 소유한 높은 능력에 의하여 일어났다고 귀인시키는 주관적 확률을 최대화하는 것이다.

1) 과제목표성향

과제목표성향은 일반적으로 과제 자체의 수련이나 새로운 운동기술을 습득에 초점을 두고 자신의 과제 수행을 비교하여 진보를 강조하는 목표이다. 이것은 비교의 준거가 자기 자신이 되는 것이다. 기록이 단축되었거나 기술이 향상되었을 때 자신이 노력을 많이 했다면 유능성 느낌이 들고 성공했다고 생각하는 것이다(정청희, 김병준, 1999 재인용). Ames(1984)에 따르면 과제목표성향은 두 가지로 나누어 볼 수 있으며, 첫째, 과제목표의 속성적 특성은 과제목표 유형의 개인차와 이러한 기질적인 과제목표를 독립적인 과거 사회와 결과로 보는 것이고, 둘째는 과제목표의 상황적 특성으로 부모, 교사, 코치, 지도자 등에 의해 이루어지는 상황적 분위기가 개인의 과제목표 형성에 영향을 미친다고 보고하였다.

Nicholls(1989)는 과제목표성향은 비교의 준거가 되는 기준이 자신이며, 이는 기술이 향상되거나 노력을 많이 하였을 때 유능한 느낌이 들고, 성공했다고 생각하는 개인의 특성이라고 설명하고 있다. 특히, 스포츠 활동에서 과제에 대한 숙련과 학습에 초점을 두고, 자기를 참고로 향상되었는가에 관심을 두는 것으로, 이들의 목표는 자신의 능력을 과시하기 보다는 문제를 해결하거나 자신이 설정한 적절한 기분을 달성하는 것이다(박철우, 2009 ; 추수진, 2011 재인용).

2) 자아목표성향

자아목표성향은 비교의 준거가 타인이 되는 것이다. 자신의 능력이 다른 선수들보다 우수하다는 것을 느끼기 위해서는 다른 선수들보다 더 잘해야 되며, 다른 선수들과 동일하게 잘 하였을 때에는 자신의 타고난 재능을 믿어 다른 선수들보다 노력을 덜 한다는 것이다(정청희, 김병준, 1999). Nicholls(1989)는 자아목표성향을 비교의 준거로 기준이 타인이 되는 것을 말하며, 다른 사람과 비교하여 능력을 보이는 데에 관심을 두고 것이다. 즉 능력에 대한 지각이 타른 사람과 비교된 기준

으로 주관적인 자기능력을 평가하고, 능력감이나 성공감을 느끼기 위해서는 남보다 노력을 더 해야 한다고 생각하는 특성이라고 설명하고 있다(배진희, 2010). Duda & Nicholls(1992)의 목표지향성과 성공에 대한 신념과의 연구에서 자아목표지향성 학생의 경우 능력 소유를 성공 원인으로 신념을 두고 있는 것으로서, 이는 개인이 성취상황에서 성공과 실패의 평가를 객관적으로 나타난 승리와 패배의 범주에서 정의하였으며, 자신의 행위 결과가 자신이 소유한 높은 능력에 의하여 귀인시키는 주관적 확률을 최대한 것으로 설명하고 있다(이왕성, 2007).

2. 자기관리 전략

1) 자기관리의 정의

자기관리란 용어는 자기란 인지 심리학에서의 의식적 자아를 의미한다. 관리란 행동주의 심리학에서의 인간행동을 변하게 하는 외적 환경자극 수단을 의미하는 것으로, 이 두 용어가 합쳐진 자기관리는 자신의 행동을 자기통제 수단에 의하여 스스로 관리하는 것을 말한다(정소연, 2006).

자기관리란 자신이 어떤 행동을 변화시키기 위하여 기술이나 전략들을 사용하여 변화를 주도하는 과정으로 개인이 변화하기 위한 노력으로 스스로 환경여건을 수정하고 행동결과를 조정하며 관리하는 것이다(Jones, 1977). 이러한 개념은 자기를 변화시키기 위한 방법으로 자기통제(Thoresen & Mahoney, 1974), 자기조절(Kanfer, 1970; 1971)과 같은 용어로 설명되고 있으며, 자기관리(self-management)는 자기통제(self-control), 자기조절(self-regulation)이라는 용어와 유사한 개념으로 서로 혼용되어져 왔다(서유진, 2005).

자기관리는 개인 내적, 외적, 환경적 요인 등을 포괄하는 주제이며 심리 행동적 전략의 하나로 개인의 목표를 달성하기 위해서 신체적, 정신적인 면뿐만 아니라 훈련과 사생활에 이르기까지 다양한 측면에서 스스로 절제를 통하여 정신적으로 준비하고 극복해 가는 과정이라고 밝히고 있으며(유진, 1996), 또한 스포츠 현장에서 자기관리는 성공적인 수행과 목표달성을 위해 신체적, 정신적인 면뿐만 아니라 훈련과 사생활에 이르기까지 철저해지는 것을 정의하고 있다(유진, 허정훈, 2001).

2) 자기관리 전략의 구성요인

스포츠 현장에서 자기관리는 성공적인 수행과 목표달성을 위해 선수들 스스로 문제행동을 수정하고, 새로운 행동 혹은 바람직한 행동을 강화하기 위해 이미 일상생활과 훈련 등 다양한 측면에서 지속적으로 이루어지고 있다. 자기관리 전략은 자신이 어떤 행동을 변화시키기 위하여 기술이나, 전략들을 이용하여 스스로 변화를 주도하는 과정을 의미한다.

허정훈(2001)한국의 운동선수들은 성공적인 선수생활과 최상의 운동수행을 위해 몸관리, 정신관리, 훈련관리, 생활관리의 4가지 영역에서 몸관리는 컨디션 조절, 웨이트트레이닝으로 최상의 경기력을 위한 선수들의 노력이며 일상적으로 사용하는 자기관리 전략이다. 훈련관리는 선수들이 연습에 최선을 다하는 것과 규칙적인 훈련과 부족한 개인연습으로 훈련에 집중하려는 노력을 의미한다. 정신관리는 평소연습과 시합상황에서 불안과 두려움 등 심리적 문제를 조절하고 힘든 훈련을 이겨내며, 자신감을 갖는 등의 자기관리 전략을 말한다. 대인관계관리는 팀 동료, 친구 등 주변 인물들과의 관계에서 나타나는 인간관계관리 측면으로 관계 중심적인 한국문화의 특수성을 내포하는 자기관리 전략을 의미한다. 이 연구에서는 허정훈(2001)의 연구를 바탕으로 자기관리를 몸관리, 정신관리, 훈련관리, 대인관리 등과 같이 제시하였다.

(1) 신체관리

몸관리는 컨디션 조절을 위해 스트레칭과 마사지, 부상 예방과 치료 등의 신체적인 면의 자기관리를 의미하며(허정훈, 2001), 김병준(2003)의 연구에서는 신체적 측면에서 몸 관리 영역은 선수들이 일상적으로 수행하는 자기관리 전략으로 마사지하기, 부상예방과 치료, 몸 컨디션 조절, 웨이트트레이닝으로 최상의 경기력을 위한 선수들의 노력이며 일상적으로 사용하는 자기관리 전략이라고 제시하였다.

(2) 정신관리

정신관리는 고도의 경쟁상황인 스포츠에서 긴장과 불안 혹은 부정적인 정서를 극복하고 성공적인 수행을 위해 긍정적인 사고와 자신감을 갖는 등의 자기관리를 의미하며(허정훈, 2001), 김병준(2003)의 연구에서는 심리·정신적 측면에서 정신관리는 힘들고 고된 훈련을 이겨내는 인내력과 자신감을 갖고 평소연습과 시합상황에서 불안과 두려움 등 심리적 문제를 조절하고 힘든 훈련을 이겨내며, 자신감을 갖는 등의 자기관리 전략을 말한다.

(3) 훈련관리

훈련관리는 평소 규칙적이고 계획적인 훈련과 부족한 개인연습 등을 통하여 체력과 기술을 향상시키려는 선수들의 훈련관리를 의미하며(허정훈, 2001), 김병준(2003)의 연구에서는 규칙적인 훈련과 부족한 개인연습으로 훈련에 집중하려는 노력을 의미한다.

(4) 대인관리

대인관리는 팀 동료, 친구, 주변 인물들과의 원만한 인간관계를 나타나는 측면으로 인간관계 중심적인 한국문화의 특수성을 내포하고 있다(허정훈, 2001).

3. 스포츠 자신감

1) 자신감의 정의

자신감은 개인들이 지니고 있는 기능을 말하는 것이 아니며, 개개인들이 기능을 가지고 무엇을 할 수 있는가에 대한 판단을 뜻한다. 즉, 자신감은 가장 상식적인 의미에서 어떤 일을 성공적으로 해낼 수 있다는 마음의 상태를 나타내는 것으로, 자신감은 성공에 대한 확신을 의미하는 것이다(Weinberg & Goud, 1996). 이러한 자신감은 어떤 개인이 특정한 결과를 낳기 위하여 요구되는 반응을 성공적으로 해낼 수 있1으리라는 확신의 강도라고 의미하며, 자신감은 원하는 결과를 얻는데 필요한 행동을 성공적으로 수행해 낼 수 있다는 믿음이다(Feltz, 1998). 따라서 자신감 이론은 동기에 대한 인지적 해석을 크게 의존하고 있으며, 그의 새로운 행동유형을 획득하고 유지하는데 인지적인 과정이 매우 중요한 역할을 한다고 주장하였다(최영옥, 1998: 임종은, 2000, 재인용).

자신감이란 용어는 매우 폭넓은 개념이기 때문에 학자에 따라 그에 부여하는 의미가 조금씩 다르고 사용하는 용어도 차이가 있다. 이러한 자신감은 자기효능감, 유능감과 함께 유사하게 사용되어 많은 연구의 관심이 되어왔다(Feltz, 1982; Vealey, 1986). 여기에서 자신감(confidence)과 자기효능감(self-efficacy)을 구분 지어 보면 자신감은 전반적인 수행에 대한 자신감을 의미하며, 구체적인 능력의 수준을 뜻하지 않는다. 반면에 자기효능감은 구체적인 것을 수행할 수 있다는 것보다는 어떤 상황에서의 수행할 수 있다는 믿음으로 자기효능감은 자신감에 포함된다고 할 수 있다. 그러나, Vealey(1986)는 자기효능감 이론과 유능성 동기이론을 기반으로 스포츠에 특유한 자신감이론을 발전시켰다. 자신감은 스포츠경쟁에서 성공 할 수 있는 능력이 있다는 개인의 확신으로, 스포츠 경기상황에서 목표를 성취하려는 경향을 나타내는 경쟁지향성(competitive orientation)을 포

함시키고 있다. 또한 스포츠 활동과 관련된 자신감을 나타내는 용어로 Vealey(1986)는 스포츠 자신감은 개인들이 경쟁상황에서 추구하는 목표에 토대로 둔 경기 정위라는 구성개념을 포함시키고 이를 개인이 스포츠 상황에서 어떤 형태의 목표를 성취하고자 노력하는 하나의 경향이라고 정의하였다. 이처럼 스포츠 경쟁에서 선수들은 훌륭한 수행과 성공이라는 목표를 동시에 추구하기 위해서, 어떤 선수에게는 수행하는 과정이 중요한데 비하여 어떤 선수에게는 어떤 결과를 얻었느냐가 더 중요하다. 선수가 어떠한 목표를 지향하든 목표를 달성하는 것은 곧 그들이 능력 있고 성공적이라는 것을 나타낸다.

2) 스포츠 자신감

성취동기를 연구를 위한 인지적 접근은 성취행동이 여러 인지적 기제를 통해 조정된다고 가정하고 있다. 이러한 가정들 중 가장 영향력 있는 가설은 개인들의 능력지각과 자신감이 성취행동의 조정하는 중심적 조정인자라는 것이다(Bandura, 1977). 스포츠 장면에서 스포츠 자신감은 운동경기 상황에서 성취와 밀접한 관계를 가진 심리적 요인으로 스포츠 자신감은 성공적으로 수행할 수 있다는 개인의 신념을 의미한다.

전선혜(1992)는 스포츠 자신감이란 스포츠 행동을 성공적으로 해낼 수 있는 자신의 능력에 관한 확실한 개인적 잠재적의 정도에 대한 믿음을 나타내는 용어로서, 성공적인 선수와 실패한 선수들의 차이점에서 가장 일관된 요인으로 자신감이라고 지적하고 있으며, 시합과 연습상황에서 운동선수들이 가장 필수적으로 갖추어여할 심리적 요인으로 인식되고 있다.

스포츠 자신감의 중요성은 엘리트 스포츠 선수에게 강조되는 것은 아니라 어떤 성취상황에서든 인간의 수행을 높여 좋은 결과를 나오게 한다. 자신감이 있는 사람은 자신의 능력을 믿으며, 성공하는데 필요한 지식과 기술을 소유하고 있으며,

이를 성공적으로 사용할 수 있다고 믿는다.

Vealey(1988)는 경쟁스포츠 상황에서 운동선수의 자신감을 형성하는 구성요인을 분석하기 위하여 개방형 질문지를 실시하여 9개의 구성요인으로 신체적, 정신적 준비, 사회적지지, 숙달, 능력입증, 운, 미신, 대리적인 경험, 신체적 자기표현, 코치의 지도력 그리고 환경적인 편안함을하위요인으로 43개 문항으로 스포츠 자신감 질문지(SSCQ)를 개발하였다.

스포츠 자신감은 스포츠 성격연구의 상호작용적 패러다임, 스포츠 특수성, 성격특성과 상태와의 차이, 개인차와 행동의 호환성에 바탕을 두었다. 이는 스포츠 현장에서 성공할 수 있다는 개인의 능력에 대한 확신 또는 정도, 신념으로 정의되는 스포츠 자신감은 성격의 특성스포츠 자신감과 상태스포츠 자신감으로 구분하였다. 전자는 개인이 스포츠 경기에서 성공할 수 있는 능력을 소유하고 있는 일반적인 지각이며, 후자는 특정 순간에 발생하는 것에 대한 지각을 의미한다. 그러나 Vealey(1988)에 의해 개발된 스포츠 자신감 질문지의 타당성과 신뢰성을 살펴본 결과, 통계적인 검증이 미흡한 상태이므로 김원배(1999)는 스포츠 자신감 질문지에 대한 신뢰도, 타당도, 탐색적 요인분석, 확인적 요인추출을 실시하여 추출된 질문지의 요구구조에 문항반응이론을 적용시켜 스포츠 자신감 질문지 문항들의 난이도를 검증하였다. 그 결과 스포츠 자신감은 4개의 요인으로 나타났으며, 고등학생을 대상으로 한 스포츠 자신감의 요인은 능력입증, 코치의 지도력, 신체적, 정신적 준비, 사회적지지 요인으로 나타났으며, 이에 반해 숙달요인, 운, 미신 요인, 대리적인 경험, 환경적 편안함 요인 등은 한국선수들에게 나타나지 않았음을 보여주었다(김원배, 1999). 또한 성장훈, 조정훈(1999)의 연구에서는 스포츠 자신감의 하위요인으로 사회적지지, 코치의 지도력, 신체적, 정신적 준비, 숙달요인으로 나타났다.

4. 성패귀인

1) 귀인의 정의

인간은 예상치 못했던 일이나 특이한 일, 즐거운 일보다는 고통스럽고 나쁘고 불쾌한 일이 일어날 경구 그 사건과 결과가 생긴 이유를 추론하려는 경향을 가진다.

귀인(歸因, Attribution)이란 어떤 결과의 원인을 귀속시킨다는 뜻으로서, 사건 또는 현상이 발생했을 때 그 원인을 추론하여 어느 특정 원인에 그 현상의 원인을 귀속시키는 것을 말한다. 따라서 '귀인한다' 는 것은 어떤 문제에 대한 결과에 대하여 개인의 원인 지각과 관련된 여러 현상의 인과 관계를 탐구하고 차후 미래의 상황에 대한 예측력과 통제력을 획득하는데 도움이 되는 것으로, 사회심리학자인 Heider(1958)는 대인관계 심리학(the psychology of interpersonal relation)에 의해 제안되었으며, 많은 이론가들은 개인이 외적인 요인을 근거로 행동 또는 자신의 내적인 상태에 관하여 추론하여, 인간 행동의 지각된 원인과 의미에 관한 연구라고 정의하고 있다(Brawley & Roberts, 1984; Freedman, Sears & Carlsmith. 1981).

2) 스포츠 귀인이론

스포츠 상황에서 승리와 패배 후의 인과 귀인 차원과 감정은 밀접하게 관련되어 있다(McAuley, Russell, & Gross, 1983). 성취상황에서 성공과 실패의 경험에 대한 원인을 분석한다는 것은 그것을 통해 개인의 미래 행동 예측이 가능하기 때문이다. 이러한 미래 행동 예측은 스포츠 성취상황에서 과제에 대한 개인의 동기와 수행과정 중에 경험하게 되는 정서의 대부분이 귀인에 의하여 영향을 받는다는 것을 제시한다. 스포츠 심리학에서 스포츠 귀인 연구의 대부분은 Heider(1958)의 환경적 범주인 '상황' 과 '역할'의 규범을 토대로 Jones와 Davis(1965)는 의도성에 따른

개인의 외적·내적 귀인요인에 중점을 두었으며, 환경과 기질에 초점을 두고 있는 Kelly(1967)의 타인귀인 뿐만 아니라 자기귀인이 포함되어 있다는 이론의 총체적인 모형이라 하겠다. 1970-1980년대 스포츠 상황은 귀인모델을 적용하려는 실험과 현장연구가 시도 되었으며, 현재 Weiner(1986)의 귀인모형을 중점으로 국내의 스포츠 귀인연구에 많이 활용되어지고 있다.

(1) Heider의 상식 심리학(Native Psychology)

Heider(1944)의 상식 심리학은 상치 못했던 일이나 특이한 일, 즐거운 일보다는 고통스럽고 나쁘고 불쾌한 일이 일어날 경우 그 사건의 원인을 찾는 것은 우리를 둘러싼 사회환경을 더 잘 이해하고, 예측하고 통제하기 위해, 주요 관심은 인간의 일상생활 행위를 어떻게 이해하는가에 있다. 인간의 행동을 설명하는 과정에서 행위원인은 행위자의 내적요인이 아니면 환경적 요인에 있으며, 이는 인간의 행동결과를 인지적인 힘과 환경적인 힘으로 일어난다고 주장하였다. 또한 Heieder(1944) "Social perception and phenomenal causality"란 논문을 발표하면서, 인간의 일상생활에서 접하는 정보들의 인과관계를 추론하는 본성적 경향을 있다고 주장했다. 그는 인간생활에서 습관적으로 사용하는 언어가 우리의 무의식을 반영하기 때문에 과학적이고 추상적인 개념보다는 행위에 관련된 순수하고 상식적인 개념이 사람의 대인행동을 이해하는 데 유용할 것이라 생각하였다.

Heider(1958)의 귀인이론은 개개인의 존재가 심리학 이론과 같은 과학적인 도구들 없이도 자신의 삶 가운데 겪어 왔던 일, 자신의 통합, 일상의 용어 등에서 얻은 지식과 정보를 토대로 전달하고 혹은 관찰된 현상의 원인이 체계적인 방법으로 규명한다는 ' Other Attribution'에 초점을 둔 이론으로, 그는 인간행위는 개인의 내적요소(능력, 동기)와 같은 환경적 요소가 의해 결정하며, 인간은 타인의 행위를 판단할 때 개인의 내적요소와 환경적 요소의 측면을 나름대로의 체계적인 방식을 동원하여 판단을 내린다고 보았다. 여기서 행위에 대한 근본적 인과관계

를 개인의 내적 요소에 두면 '내적 귀인'이고, 환경적 요소를 감안할 때 '외적 귀인'이다. 물론, 한 행동을 결정짓는 요인들이 개인의 내적요소와 환경적 요소 가운데 어느 한 쪽에만 있는 것은 아니다. 오히려 대부분 행위는 양자 요소가 복합적으로 작용한다. 그리고 개인의 내적 요소 혹은 환경적 요소 가운데 어느 한 쪽으로 행동을 결정하는 예가 있더라도, 세부적으로 살펴보면 해당 범주 안에 속한 여러 가지 하부 요소가 복합적으로 작용해서 행위가 이루어진 것이다. 하지만 주요한 인과요소는 존재하고 그것이 어떤 것인지를 사람들이 찾고자 하는 경향이 있는 것도 분명하다. Heider(1958)가 처음 제창된 귀인이론 모형은 행동 결과를 인적 효과(effective personal force)와 환경적 효과(effective environmental force)의 상호작용적인 경과로 귀인하였다. 다시 말해 결과(outcome)는 사람(personal force)이나 환경(environmental force) 또는 둘 모두에게 귀인하는 것으로서 <그림 2>과 같다.

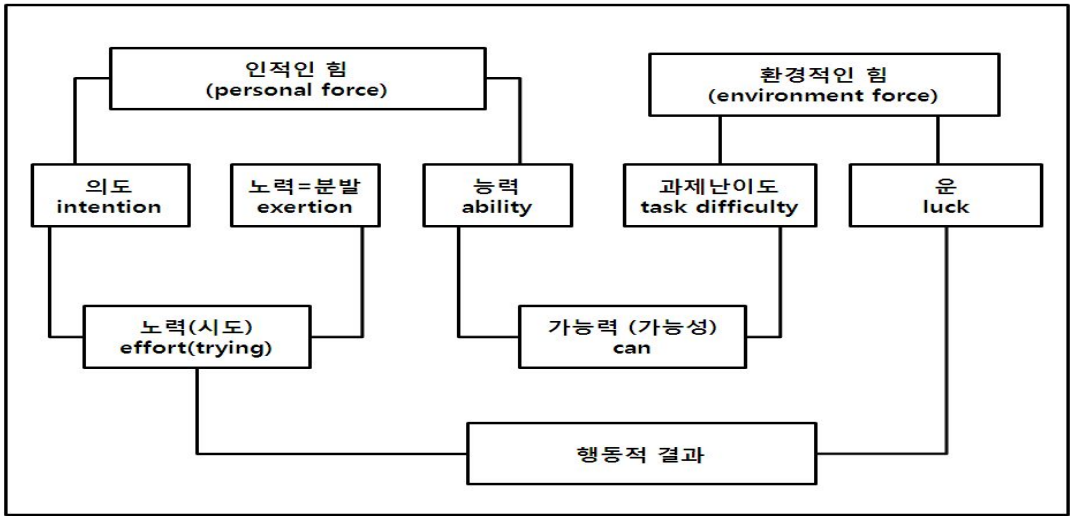

그림 2. Heider(1958)의 인과귀인 모형

Heider(1958)에 따르면 우리는 일어난 사건원인을 인과에 대한 단위구조(unitformation)를 활용하여 추론한다. 그는 사건을 일으키는 가장 보편적인 원인으로 능력, 노력, 과제의 난이도, 운을 들었고, 요인들은 사건과 하나의 단위를 형성하였다. 따라서 사건이 일어나면 원인으로 이들 요인을 무의식적으로 떠올린다.

Heider(1958)는 이들 요인 중 능력과 노력을 인적 요인으로 그리고 과제의 난이도와 운은 환경요인을 대표하는 원인으로 분류하였다. <그림 2>은 Heider(1958)가 행위에 영향을 미치는 인적 요소와 환경적 요소의 관계를 나타낸 것이다(스포츠 심리학 핸드북, 2005). 여기서 능력(ability)은 행위 수행에 필요한 정신적, 신체적 기술이나 힘이다. 행위자가 자신이 의도의 수행능력을 판단하려면 행위를 저지하는 것은 비교적 안정된 속성의 과제 난이도(task difficulty)이다.

행위자가 과제를 극복할 능력이면 "가능 상태" 이다. 그러나 반드시 능력이 과제 난이도를 능가한다고 해서 성공하거나, 능력이 부족하다고 해서 실패하는 것은 아니다. "운(luck)"이 일시적으로 행위자에게 유리하게 혹은 불리하게 작용한다. 행동이 가능하려면 인적 요인의 두 번째 요소인 시도(trying)가 필요하다. 시도란 행위를 촉진하고 이끌어가며 목적을 부여하는 동기다(Heider, 1958). 그러나 행위자의 시도만으로는 귀인이 이루어지지 않는다. 행위를 하다가 우연히 의도하지 않은 결과를 가져올 수도 있다. 이런 경우 결과가 인적 요인으로 일어난 것이라 볼 수 없다. 인적 요인의 귀인이 가능하려면 의도(intention)가 있어야 한다. 의도는 행위의 방향이다. 의도가 행위의 방향이면, 노력(effort)은 행위의 양적 측면이다. 노력은 과제 난이도가 높을수록 많이 들고 개인 능력이 클수록 적게 든다.

(2) Jones와 Davis의 대응추리이론

Jones와 Davis(1965)는 행위자의 행동에 대한 내적인 귀인 즉 개인적 측면에서 귀인에 중심을 두고 귀인이론을 발전시켰다. Jonse와 Davis(1965)는 사회적

지각자가 자신이 관찰하는 사건에서 이들 요인에 귀인하기 위한 단서를 어떻게 추출해 내고 분석하느냐에 관심을 두었다. 이 이론은 지각자로 하여금 행위의 결과를 행위자의 의도나 성향에 귀인하도록 하는 단서가 무엇인가를 분석하는 데 초점을 맞추었다. 이것은 행위를 일으킨 성향의 확신을 얻는 과정으로, 행위자가 그런 성향을 가질 가능성이나 강도에 관하여 얻어진 정보의 양과 관련되어 있다.

관찰된 행동과 성향이 대응한다는 판단을 어떻게 하는가? 이것은 Jones & Davis(1965)의 이론 초점이다. 대응추리이론에서 행위자의 성향이나 의도에 확신을 가지고 귀인하기 위해서는 몇 가지 전제가 필요하다. 첫째는 행위자가 자신의 행위가 어떤 결과를 가져올 지 사전에 알고 있어야 한다. 이런 결과를 가져오려는 의도와 있어야 하며, 자신의 의도를 성공적으로 수행하는 능력을 지녀야 한다. 둘째로 모든 행위는 여러 대안 중에서 하나의 선택이고 그런 행동의 유무 또한 자유로운 선택으로 의해 이루어져야 한다. 마지막으로 지각자가 행위와 성향의 대응에 대한 결론을 내리기 위해서는 사회적 기대감과 비공유 효과를 고려해야 한다(스포츠 심리학 핸드북. 2005). 이는 인간 행위자의 행동이 외부변인에 주된 영향을 받아서가 아니라 행위자 자신의 인간성, 가치관, 종교성 등과 같은 '기질'에 주된 영향으로 결정된다는 생각하는 경향이 있으며, 그런 경향에 따라서 판단 준거는 행위자의 내적 기질이 된다는 것이다. 그리고 Jones & Davis(1965)는 행위자의 행동 원인을 추론할 때, 행위자의 '의도성'을 중요한 판단 준거로 삼는다고 주장한다. 즉 행위자의 행동에 의도성이 있을 때 '내적 귀인'의 가능성이 높아지고 행위자의 행동에 의도성이 없을 경우 '외적 귀인'의 경향성이 있다. 그리고 행위자의 행위가 규범적 상황의 일탈 행위일수록 판단자는 행위자의 개인적 내적요소에 인과관계가 있는 것으로 주장하였다.

(3) Kelley의 공변이론

Kelley(1967)는 Heider(1958)가 이야기한 개인의 내적 요소와 환경적 요소 모두에 관심이 있어 합의성(Consensus), 특이성(Distinctiveness), 일관성(Consistency)을 각각 X축, Y축, Z축으로 제시하였다. 여기서 합의성은 모든 사람들이 해당 자극에 대해서 같은 반응을 보이는 정도이고, 특이성은 행위자가 해당 자극에 의해서만 반응을 보이는 것이다. 일관성은 행위자가 과거에도 특정 요소로 의해 같은 반응을 보였는가를 의미한다.

Kelley(1967)에 따르면 인간행동은 합의성, 특이성, 일관성의 정도를 알 경우 파악이 가능하며, 이 세가지 요소로 개개인은 귀인의 유형을 결정한다고 주장하였다. 그러나 Kelley(1967)는 외부에서 투입되는 자극이 없는 행위, 자발적인 행위에 대해서는 귀인 유형을 규정할 수 없다는 비판을 받았으며, 현실적으로 인간이 간주하는 것처럼 합의성, 특이성, 일관성 모두를 고려한 만큼 합리적이지도 않고 시간과 에너지가 풍족하지 않다는 점으로 볼 때, 이 이론에서는 사람들이 귀인을 행할 때 증대원리, 절감원리와 같은 분석원리를 사용하여 인과관계를 분석한다.

(4) Weiner의 성취귀인이론

Weiner(1972)는 성공과 실패에 대한 귀인과 성취동기가 어떤 상관관계가 있는지를 연구했다. 기존 귀인연구들이 행위의 판단이 행위의 인과관계를 판단자가 어떻게 생각하는지에만 초점을 뛰어넘어, 안정성(stability)과 통제성(controllability)이라는 또 다른 두 귀인의 요소를 제시했다. Weiner(1972)는 기본적으로 성취상황에서 성공과 실패의 가장 두드러진 원인은 능력, 노력, 과제의 난이도, 그리고 운이라는 요인을 '안정성(stability)'과 '통제의 소재(locus of control)' 차원으로 분류하였다.

통제의 소재 / 안정성	내 적	외 적
안정	능력	과제난이도
불안정	노력	운

그림 3. Weiner(1972)의 인과 귀인 2차원 분류 도식

<그림 3>에서 보는 것처럼 안정성 차원은 안정과 불안정으로 나눈다. 안정은 원인이 시간과 상황에 따라 변함없는 것으로 나타내고, 불안정은 변함을 나타낸다. 통제의 소재 차원은 사건을 일으킨 원인을 통제하는 주체에 대한 판단이다. 이 차원은 내적 통제와 외적 통제로 나눈다. 내적 통제는 사건의 원인을 행위자 스스로 통제하여 행위자도 결과가 나타났다는 것으로 나타보고, 외적 통제는 결과가 외부 힘으로 결정된다. Weiner(1972)는 Heider(1944)의 4개 주요 원인 요소(능력, 노력, 과제의 난이도, 운)를 자신의 인과 귀인 분류 도식으로 <그림 3>와 같이 분류하였다.

Weiner(1972)의 연구에서는 Heider(1958)가 이야기 했던 행위 결정 요인 가운데 능력, 노력, 과제 난이도, 운 이라는 네가지를 내적 요소(능력, 노력)와 외적 요소(고제의 난이도, 운)로 구분하는 것에 안정성(stability)척도를 도입했다. 이 안정성을 분류의 기준으로 보면 Heider(1958)의 행위 결정 요인들을 안정적인 요소(능력, 과제 난이도)와 불안정적인 요소(노력, 운)로도 구분할 수 있다. 이는 원인 위치와 안정성이라는 2차원의 인과도식 하에서 능력, 노력, 과제 난이도, 운이 두 가지가 아닌 네가지로 세분화 할 수 있다는 의미이다. 그 이후 Weiner(1972)는 2차원 분류체계를 이론적, 경험적 연구결과들을 바탕으로 자신의 3차원 인과도식을 확장시켜 3차원 분류체계를 발전시켰다. 이는 행동원인인 되

는 여러 원인들을 보다 명확하게 분류하기 위한 노력 가운데 만들어진 것으로, 기존 원인, 안정성의 2차원에 통제성이라는 새로운 차원을 결합한 것이다.

안정성		인과의 소재			
		내적		외적	
		안정	불안정	안정	불안정
통제성	통제 가능	일관된 노력	불안정한 노력	다른이의 일관된 도움	다른 이외 변덕스러운 도움
	통제불 가능	능력	기분	과제의 난이도	행운

그림 4. Weiner(1986)의 인과 귀인 3차원 분류 도식

<그림 4>에서 능력은 내적으로, 안정된 것이며, 통제 불가능으로 분류하였고, 과제 난이도는 외적으로, 안정적이며, 통제 불가능하다. 그러나 지각자가 원인을 Weiner(1985)의 3차원 분류 도식과 같은 범주로 해석하느냐가 문제이다(Russell, 1982). 같은 요인에 귀인한다고 할지라도 상황이나 지각자의 인식에 따라 3차원에서 해석이 달라질 수 있다. Weiner(1985)는 귀인의 각 차원을 하나의 연속체 상 개념으로 볼 것을 제안하였다. 연속체의 양극단은 각각 내적-외적, 안정-불안정, 통제가능-통제 불가능 상태를 나타내 특정원인은 지각자에 따라 연속체상의 어떤 상태로 지각한다는 것이다. 이렇게 함으로써 사건 원인을 분류도식에 따라 임의로 분류할 때 일어나는 문제를 지각자 자신이 연속체 상에 해석하였다. 이와 같이 Weiner(1985)는 원인을 그 속성에 따라 3차원으로 분류하고 이를 연속체 상에서 해석하도록 함으로써, 일정한 상황에서 사건 원인으로 귀인할 수 있는 수많은 요인을 한데 묶어 수량하는 귀인이론의 실증적 연구를 촉진시켰다.

Weiner(1972)의 3차원 도식에 대하여 구체적으로 살펴보면 다음과 같다.

첫째, 인과성 차원은 원인 소재에 따라 경기 결과에 대한 정보를 능동적으로 처리한 것을 말한다. 내적인(성격, 능력, 동기, 기분) 것에 귀인 하느냐 아니면 외적인(상황적 압력, 타인, 운, 과제난이도 등) 것에 귀인 하느냐에 따른 수행결과와 관련된 효과를 결정하게 되며, 특히 안정성 차원에 있어서 미래 수행에 대한 예측을 가능하게 한다. 운동수행에 있어 선수가 노력이나 능력에 관련된 성공을 경험한 경우 자신감과 만족감은 매우 높아질 것이다. 이러한 능력에 대한 성공적 경험은 미래 수행에 기내를 가지게 하는 반면 노력을 통한 성공 경험은 미래 수행에 영향을 미치지 않을 가능성이 높다. 가변성이 있기에 선수의 미래 수행의 긍정적인 영향을 미칠지는 불안정 할 수 있다. 따라서 내적 경험의 실패는 운동선수로 하여금 수치심과 죄의식, 포기와 같은 심리적 수축을 야기시키게 된다. 아울러 외적 요인 운과 과제 난이도에 대한 귀인의 경우 분노와 감정이 증대된다(Weiner, 1986).

둘째, 안정성 차원은 미래에 대한 기대와 밀접하게 관련 되어 있다. 성격, 능력, 지능, 재능에 관한 것으로 통제 가능 하느냐, 불가능 하느냐에 따라 성공에 대한 기대에 영향을 주게 되고 통제가능성이 없다고 인식되면 무기력한(helpless)양상이 나타난다. 능력, 과제 난이도는 안정적이고, 불안정은 노력, 운을 말한다. 운동 수행에 있어 실패의 경험은 노력과 능력의 실패로 수치심을 자극시킨다. 능력과 같은 안정적 차원과 실패는 미래에 주어질 상황에서 유사한 실패의 경험을 하게 하는 반면, 노력과 같은 불안정적 귀인과의 연관은 미래의 운동수행의 기대를 유발시킬 수도 있다. 능력을 통한 반복적인 실패의 경험은 자신감을 저하시키고 수치심을 증가시키면서 현실을 회피하려는 성향을 보이게 되지만 실패의 경험을 노력에 귀인한다면 오히려 운동 수행과정에 있어 목표 성향을 높임으로 다시 경험하게 된다. 따라서 능력에 비해 노력의 부족으로 실패를 귀인하는 것은 미래에도 실패할 것이라는 것을 의미하는 것이

아니다. 이러한 안정된 환경요인은 운동수행에 있어 능력과 노력의 내적인 요인과 상호작용하며 기회와 운 같은 불안정한 속성이 행위결과를 촉진하고 억제하기도 하는 것으로 스포츠 성패상황의 결과를 예측하고 추론하게 한다. 셋째, 통제가능성은 자신이 결과를 통제 할 수 있다는 믿음과 관련된다. 개인의 지각과 행동의 변화된 차이를 가져온다는 것으로 이를 통제의 소재(locus of control)라고 하였다. 인간 행동은 재현될 가능성에서 통제의 소재와 보상의 함수 관계에 있다는 것으로 환경적 귀인요인과 개인적 귀인요인의 관계성을 밝히고 있다.

5. 선행연구

허정훈, 김병준, 유진(2001)는 한국의 대학 및 실업선수 155명을 대상으로 평소훈련과정과 시합시 자기관리를 위해 어떠한 전략을 사용하고 있는지를 개방형 질문지를 사용하여 삼각검증(triangulation)방법을 이용해 귀납적 내용분석을 시행하여 한국운동선수들의 자기관리에 대한 개념 모형을 탐색한 결과 몸 관리, 정신관리, 훈련관리, 생활관리 등으로 구성하였다.

허정훈(2002)은 자기관리의 개념모형을 한국 운동선수들의 일상생활과 훈련 그리고 시합에 직면하였을 때 자기 스스로 조절을 통해 최상의 상태를 유지하기 위한 전략으로 구성되어 있으며, 운동선수들은 성공적인 선수생활과 최상의 운동수행을 위해 신체관리, 정신관리, 훈련관리, 생활관리의 4가지 영역에서 신체관리는 컨디션조절, 웨이트트레이닝으로 최상의 경기력을 위한 선수들의 노력이며 일상적으로 사용하는 자기관리 전략이다. 훈련관리는 선수들이 연습에 최선을 다하는 것과 규칙적인 훈련과 부족한 개인연습으로 훈련에 집중하려는 노력을 의미한다. 정신관리는 평소연습과 시합상황에서 불안과 두려움 등 심리

적 문제를 조절하고 힘든 훈련을 이겨내며, 자신감을 갖는 등의 자기관리 전략을 말한다. 생활관리는 평소 규칙적이고 절제된 생활을 의미하는 것으로 술·담배 자제, 수면관리, 대인관계관리 등의 자기관리 전략을 말한다. 특히, 대인관계관리는 팀 동료, 친구 등 주변 인물들과의 관계에서 나타나는 인간관계 관리 측면으로 관계 중심적인 한국문화의 특수성을 내포하고 있다.

김병준(2003)은 운동선수의 자기관리 문제가 학문적 연구의 대상에 충분한 가치가 있으며, 서구의 스포츠 과학에서 말하는 자기관리와 우리가 말하는 자기관리와는 다른 개념임을 강조하여, 자신이 공동연구자로 참여하여 제시한 보고서를 활용하여 자기관리 질문지를 개발하였다. 요인구조의 타당성과 신뢰성 검사결과 몸관리, 정신력관리, 훈련관리, 대인관계관리, 생활관리, 고유행동관리 등 6개 요인을 추출하였다. 우선 몸관리는 부상예방과 치료, 음식조절, 체중조절이며, 정신관리는 긍정적 사고, 목표를 위한 노력, 스트레스 관리, 의지력이다. 생활관리는 규칙적인 생활, 수면조절, 생활절제 등에서, 훈련관리는 개인보강훈련, 체력훈련, 기본과 과정에 충실 등으로 나타났다. 대인관계관리는 절제된 대인관계와 신경 안쓰기 등이고, 고유행동관리는 잘했을 때 행동하기와 따라 배우기다. 그러므로 자기관리는 심리기술, 정신력의 공통점인데도 신체적· 사회적 요인, 고유한 행동적 요인을 포함하는 보다 포괄적인 개념이다. 이런 관점에서 자기관리는 스스로 자신의 목표달성을 위해 행동조절에 초점을 맞추어 좀 더 구체적인 목표를 추구하고 달성하기까지의 전 과정으로 운동선수에게는 가장 기본이 되는 행동양식이며, 경기의 승패 및 선수생활의 성공과 실패에 밀접한 연관성이 있다(허정훈, 2001).

김원배, 윤영길(2003)은 한국 운동선수들의 스포츠 결과에 대한 귀인유형을 측정할 수 있는 귀인측정 도구의 필요성에 대한 제시는 외국의 귀인유형에 대한 질문지 사용과정이 통계적 검증작업을 실시하지 않고 무분별하게 번안하여 사용하는 오류를 범하였다고 지적을 하면서, 한국 선수들의 스포츠 유형에 적합한 측

정도구를 개발하여 통계적으로 검증하고자 시도하였다. 이는 한국 운동선수들이 시합결과에 대해 어떻게 귀인하는지를 측정할 수 있는 한국형 스포츠 측정도구를 개발하기 위해 운동선수들의 성공과 실패의 원인을 개방형 질문지를 통해 그 원인을 탐색 분류한 후 이를 바탕으로 성공귀인 측정 질문지와 패배 귀인 측정 질문지를 개발하였다. 이들 질문지는 확인적 요인분석과 수렵타당도 분석을 통해 설문지의 신뢰성과 타당성을 확보하였으며, 판별분석을 통해 운동유형에 따른 성공과 패배귀인의 판별정도를 검증하였다. 그 결과 성공과 패배귀인유형인 노력, 능력, 운, 과제 난이도의 4가지 유형 이외 스포츠 상황의 특성을 반영하는 성공귀인으로 능력, 정신력, 지도력, 상대수준, 노력, 컨디션, 자신감, 집중력이 있었으며, 실패귀인으로는 노력부족, 컨디션 난조, 자만심, 집중력 저하, 심리적 부담감, 능력부족, 정신력 저하, 체력부족, 지도력, 상대수준, 팀웍, 운 등으로 성공과 실패에 대한 귀인유형을 구분하여 제시하고 있다.

최종인(2000)은 태권도 경기에서의 승패와 성별이 귀인에 미치는 영향에 관한 연구로서, 첫째, 태권도 선수의 승패결과에 있어 귀인의 차이를 분석한 결과, 승리한 선수들의 경우 자신의 결과를 노력에 귀인하는 경향이 높게 나타났으며, 그 다음으로 능력, 과제의 난이도, 운의 순으로 귀인하는 것으로 나타났다. 패배한 선수들의 경우는 자신의 결과를 노력에 귀인하는 경향이 높았으며, 과제의 난이도, 능력, 운의 순으로 귀인하는 것으로 나타났다. 둘째, 태권도 경기에서 성별에 대한 차이를 분석한 결과, 남자선수, 여자선수 모두 자신의 결과를 노력에 귀인하는 경향으로 나타났으며, 능력, 과제의 난이도, 운의 순으로 귀인하는 것으로 나타났으며, 또한 승리한 남자선수는 노력, 능력, 과제의 난이도, 운의 순으로 승리한 여자선수는 능력, 노력, 운, 과제의 난이도 순으로 귀인하는 것으로 나타났다. 그리고 패배한 남자선수는 노력, 과제의 난이도, 능력, 운의 순으로 귀인하는 것으로 나타났으며, 패배한 여자선수는 과제의 난이도와 노력요인으로 귀인하는 경향이 높은 것으로 나타났으며, 그 다음 순으로 능력, 운 요인으로 귀인하는 것

으로 나타났다.

셋째, 태권도 선수의 승패와 성별에 따른 귀인의 상호작용 효과에 대한 분석한 결과, 내적이며, 안정적이고 통제 불가능한 능력 요인이 승리한 선수들보다 패배한 선수들이 점수보다 높은 것으로, 통계적으로 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 승패와 성별에 따른 상호작용효과가 있는 것으로 이러한 연구결과를 살펴볼 때 승리한 선수들과 여자선수들은 자신의 결과를 능력에 귀인하는 것으로 제시하고 있다. 외적이며, 안정적인 과제의 난이도 요인에서는 승패에 따라 패배한 선수들이 승리한 선수들보다 점수가 높게 나타난 것으로 패배한 선수들이 자신의 결과를 과제의 난이도에 귀인하는 경향이 높은 것으로 나타났다. 성별에서 여자선수들이 남자선수들보다 점수가 높게 나타났으나 집단간에 차이는 통계적으로 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다. 또한 승패와 성별에 따른 집단간의 상호작용 효과는 역시 없는 것으로 나타났다.

외적이며 불안정한 운 요인에서는 패배한 선수들이 자신의 결과를 운에 귀인하는 경향이 높은 것으로 나타났으며, 집단간에는 의미 있는 차이가 없는 것으로 나타났다. 성별에 따라 여자선수들이 남자선수들보다 자신의 결과를 운에 귀인하는 경향이 높았으며, 집단간의 차이는 통계적으로 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 승패와 성별에 따른 집단간 상호작용 효과는 없는 것으로 나타났다. 내적이며, 불안정한 노력요인에서는 승리한 선수들이 자신의 결과를 노력에 귀인하는 경향이 높은 것으로 통계적으로 유의한 차이가 없는 것으로 나타났으며, 성별과 집단간 상호작용 효과 역시 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다.

김응수(2001)는 사격 선수의 경기 성패와 귀인특성에 대한 연구결과 첫째, 사격선수의 경기성패와 귀인요인의 특성에 대한 차이를 분석한 결과, 성별에서 여자가 남자보다 높은 것으로 나타났으며, 귀인특성에서는 운 귀인요인이 남자가 여자보다 높은 것으로 나타났다. 종목별(권총과 소총)과 경기참여 횟수에서는 경기성패와 귀인요인의 특성에서 유의한 차이는 없는 것으로 나타났다. 또한 사

격선수의 경기성패와 귀인요인의 특성에서는 과거경기 성패 기억간의 차이에서 성공기억 집단이 실패기억 집단보다 경기성패, 능력, 도구 운 귀인요인이 인식률이 높게 나타났다. 둘째, 사격선수의 경기성패에 대한 귀인요인의 차이를 분석한 결과 전체 사격선수들이 경기 성패에 가장 높게 인식하고 있는 귀인요인은 노력요인으로 나타났다, 첫째, 사격선수의 경기 성패와 귀인요인의 특성에서 경력간의 차이에 대한 분석결과, 사격 경력이 29개월 이상의 선수집단이 28개월 이하인 선수집단보다 높은 인식율을 나타났으며, 종목간의 차이에서는 소총종목의 선수에게서 동료 귀인요인을 가장 높게 인식하는 것으로 나타났다.

김찬주(2005)가 운동선수의 성취목표성향과 성패귀인에 미치는 영향을 분석한 결과, 첫째로 볼때 남자 개인종목 선수일 경우 과제지향적 성취목표성향은 성공귀인의 하위요인 정신력과, 과제지향 및 자아지향적 성취목표성향도 성공귀인의 하위요인인 컨디션에서 유의한 정적상관관계가 있었다. 남자 대인종목 선수일 경우 과제지향 및 자아지향적 성취목표성향은 성공귀인의 하위요인인 정신력과 컨디션에서 유의한 정적 상관관계가 있는 것으로 나타났으며, 팀워크 경우는 과제지향적 성취목표성향에서 낮은 정적상관관계가 있었다.

둘째, 여자 개인종목 선수일 때 과제지향적 성취목표 성향은 성공귀인의 하위요인인 컨디션, 팀워크, 정신력 귀인에서 유의한 정적상관계가 있었으면, 대인종목 선수이면 과제지향 및 자아지향적 성취목표성향이 성공귀인의 하위요인인 정신력, 컨디션, 팀워크, 지도력 귀인에 유의한 상관관계가 나타났다.

셋째, 남자 개인종목 선수이면 자아지향적 성취목표성향이 실패귀인의 하위요인인 컨디션 난조에서 부적상관 관계를 나타낸 반면, 컨디션 난조와 자만심이 과제지향 및 자아지향적 성취목표성향과 정적 상관관계가 있었다. 남자 대인종목 선수이면 팀워크부족 귀인은 자아지향적 성취목표성향과 낮은 정적 상관관계가 있었지만 컨디션 난조, 자만심, 심리적 부담 귀인은 과제지향 및 자아지향적 성취목표성향에서 유의한 정적상관관계가 나타났다.

넷째, 여자 개인종목 선수이면 경우 팀워크 부족, 정신력 저하, 컨디션 난조, 자만심 귀인이 성취목표성향에서는 상관관계가 없었지만 대인종목 선수의 경우 팀웍크부족, 정신력 저하, 컨디션 난조, 자만심, 심리적 부담은 과제지향적 성취목표성향에서 정적상관관계가 있었다.

장재근(2008)은 성취목표성향과 귀인유형에 미치는 영향을 성취목표 성향의 하위요인인 성공귀인과 실패귀인으로 구분하여 회귀분석을 이용한 결과, 과제성향과 자기성향이 성공귀인에 통계적으로 유의하다고 보았는데, 이는 고교 육상선수들의 과제성향 요인이 성공귀인을 향상시키는데 도움을 준다는 것이다. 반면 실패귀인에서는 살펴보면 과제 및 자기성향 모두 실패귀인에 통계적으로 유의하게 영향을 주는 것으로 나타났는데, 이는 고교 육상선수들이 가지고 있는 성취목표성향 모두 실패귀인에 영향을 미치기 때문이다.

Ⅲ. 연구방법

1. 연구대상

본 연구는 2013년 대한태권도협회 경기단체 등록한 남, 여 태권도 겨루기 선수들을 모집단으로 선정한 다음 집락무선표집법(culster random sampling method)을 이용하여 표본을 추출하였다.

구체적인 표본추출은 제39회 전국대학개인선수권대회, 제42회 협회장기 전국단체대항 태권도대회, 제47회 대통령기 전국단체대항 태권도대회, 제35회 한국대학연맹 전국태권도대회, 2013년도 전국종별태권도선수권대회, 제7회 한국실업연맹회장기 전국태권도대회, 제15회 광주5. 18기념시장기 전국남여중고태권도대회, 제12회 여성가족부장관기 전국여성태권도대회에 참가한 남, 여 대학 태권도 선수들을 대상으로 하였다. 설문지는 각 대회장마다 230부씩 배부하였다. 설문지 배부는 총 1.150명을 표집 대상으로 설정하였으며, 설문지 중 응답이 불성실하거나 결측치가 있는 137부의 자료는 제외하였으며 본 연구에 사용된 최종 사례수는 총 1,013명 이었다. <표-1>은 조사대상자의 일반적 특성을 나타낸 것이다.

표1. 조사 대상자들의 일반적인 특성

구분		빈도(N)	백분율(%)
성별	남자	624	61.6
	여자	389	38.4
대상 소속	고등부	461	45.5
	대학부	333	32.9
	실업부	219	21.6
합계		1013	100

2. 조사도구

한국 태권도 선수의 성취목표성향이 자기관리전략 및 스포츠 자신감이 성패귀인에 미치는 영향을 알아보기 위하여 사용할 조사도구는 설문지이다. 이 연구에서 사용할 설문지는 국내·외의 선행연구를 통해 설문문항의 신뢰도 및 타당도 검증을 실시하여 사용했던 도구 가운데 이 연구의 과제에 적절한 설문지를 선별하여 수정·보완하여 이 연구의 조사도구로 사용하였다.

표 2. 설문지의 구성내용 및 문항 수

구성 지표	구성내용	문항 수
성취목표성향	과제목표성향	5
	자아목표성향	5
자기관리 전략	신체관리	4
	정신관리	3
	훈련관리	3
	대인관리	3
스포츠 자신감	능력입증	4
	코치지도력	3
	신체, 정신준비	3
성공귀인	정신력	4
	컨디션	3
	시합운	3
실패귀인	자만심	4
	정신력저하	3
	컨디션난조	3
사회인구학적 특성	성별, 소속	2

1) 성취목표성향

성취목표성향의 측정은 Duda와 Nicholls(1989)가 개발한 성취목표 검사지(TEOSQ : Task and Ego Orientation in Sport Questionnaire)를 변영신(1993), 성창훈(1995)이 번안한 것을 본 연구의 목적에 맞게 수정·보안하여 사용하였다. 이 질문지는 서로 독립적인 과제관련 목표지향을 묻는 7개의 문항과 자아관련 목표지향을 묻는 6개 문항으로 총 13개의 문항으로 구성되어 있으나, 본 연구에서는 과제성향 2문항, 자기성향 1문항이 삭제되어 총 10문항으로 구성하였다. 이를 측정하기 위하여 '매우 그렇지 않다(1점)'에서 '매우 그렇다(5점)'까지 리커트 5점 척도로 구성되어 있다.

2) 자기관리 전략

자기관리전략은 운동선수들의 자기관리를 측정하기 위하여 허정훈(2001)의 연구에서 사용된 척도를 본 연구의 목적에 맞게 수정·보완하여 사용하였다. 자기관리 전략의 하위요인으로 몸관리(5문항), 정신관리(4문항), 훈련관리(4문항), 대인관리(5문항) 등 총 18문항으로 구성되어 있으며, 본 연구에서는 몸관리 1문항, 정신관리 1문항, 신체관리 1문항, 대인관리 2문항이 삭제되어 총 13문항의 매우 그렇지 않다(1)에서 매우 그렇다(5)까지 5점 리커트 척도로 구성하였다.

3) 스포츠 자신감

스포츠 자신감 검지사는 김원배(1999)가 개발한 스포츠 자신감 검사지(SSCQ)를 수정·보완하여 사용하였다. 스포츠 자신감의 문항은 능력입증(4문항), 사회적 지지(3문항), 코치 지도력(4문항), 신체적, 정신적 준비(4문항), 15문항으로 구성되어 있으나 본 연구에서는 하위요인으로 구성되어지지 않는 사회적 지지와 코치지도력 1문항, 신체, 정신준비 1문항이 삭제되어 총 10문항 3개의 하위

요인으로 구성되었다. 모든 문항은 매우 그렇지 않다(1)에서 매우 그렇다(5)까지 5점 리커트 척도를 통해 측정 하였다.

4) 성패귀인

성패귀인 검사지는 김원배, 윤영길(2003)의 한국형 스포츠 귀인도구를 개발한 측정문항을 사용하였다. 성패귀인의 문항(성공귀인 : 상대분석, 정신력, 지도력, 운, 팀웍, 노력, 컨디션 ; 실패귀인 : 자만심, 팀웍, 심리적 부담감, 컨디션, 정신력)은 구성되어 있으나 본 연구에서는 요인적재량이 낮은 하위요인을 제외한 성공요인의 정신력 4문항, 컨디션 3문항, 시합 운 3문항과 실패요인의 자만심 4문항, 정신력저하 3문항, 컨디션 난조 3문항으로 구성하였다. 또한 모든 문항은 매우 그렇지 않다(1)에서 매우 그렇다(5)까지 5점 리커트 척도를 통해 측정하였다.

5) 사회인구학적 특성

본 연구에서는 성별, 소속 등 총 2개 문항으로 구성하였다.

3. 설문지의 타당도와 신뢰도

1) 성취목표성향의 탐색적 요인분석과 신뢰도

본 연구의 타당도 검증하기 위하여 탐색적 요인분석을 실시하였다. 모든 측정변수는 구성요인을 추출하기 위해서 주성분 분석(principle component analysis)을 사용하였으며, 요인 적재치의 단순화를 위하여 직교회전방식(varimax)을 채택하였다.

표 3. 성취목표성향에 대한 요인분석 및 신뢰도 결과

설문문항	과제목표 성향	자아목표 성향	h^2
문항12	**.814**	.159	.688
문항5	**.778**	.176	.637
문항13	**.757**	.161	.599
문항10	**.739**	.205	.588
문항7	**.602**	.241	.421
문항6	.247	**.793**	.690
문항1	.223	**.779**	.656
문항3	.175	**.738**	.575
문항4	.067	**.681**	.469
문항11	.272	**.643**	.488
고유값	4.311	1.499	
분산(%)	43.106	14.911	
누적(%)	43.106	58.991	
신뢰도	.821	.809	

<표3>에 나타난 바와 같이, 성취목표성향에 대한 개념 타당도 분석을 위해 주성분 분석, 직교회전방식(Verimax)의 요인 분석을 실시한 결과, 고유값이 1이상인 요인이 2개로 추출되었으며, 전체 설명량은 58.991로 나타났다. 요인1은 문항 5, 7, 10, 12, 13번 문항 등 총 5개의 문항으로 구성되었으며, '과제목표성향'으로 명명하였다. 요인2은 문항 1, 3, 4, 6, 11번 등 총 5개의 문항으로 구성되었으며, '자아목표성향'으로 명명하였다. 이들 요인의 신뢰도 분석결과 '과제목표성향 α=.821, 자아목표성향 α=.809로 나타나 모든 문항에 신뢰도가 있는 것으로 나타났다.

2) 자기관리전략에 대한 탐색적 요인분석과 신뢰도

본 연구의 타당도 검증하기 위하여 탐색적 요인분석을 실시하였다. 모든 측정변수는 구성요인을 추출하기 위해서 주성분 분석(principle component analysis)을 사용하였으며, 요인 적재치의 단순화를 위하여 직교회전방식(varimax)을 채택하였다.

표 4. 자기관리전략에 대한 요인분석 및 신뢰도 결과

설문문항	신체관리	정신관리	훈련관리	대인관리	h^2
자기5	**.798**	.145	.120	.141	.692
자기9	**.782**	.239	.078	.036	.676
자기11	**.686**	.218	.110	.087	.538
자기16	**.610**	.084	.277	.342	.573
자기4	.145	**.872**	.079	.059	.791
자기7	.164	**.783**	.187	.183	.709
자기14	.189	**.742**	.171	.052	.618
자기1	.122	.195	**.864**	.118	.814
자기6	.181	.066	**.787**	.218	.704
자기18	.130	.184	**.759**	.137	.646
자기10	.138	.134	.163	**.801**	.705
자기15	.082	.266	.107	**.801**	.730
자기17	.198	.258	.212	**.638**	.558
고유값	4.670	1.603	1.344	1.138	
분산(%)	35.921	12.330	10.340	8.756	
누적(%)	35.91	48.25	58.59	67.34	
신뢰도	.758	.805	.802	.706	

<표4>에 나타난 바와 같이, 자기관리 전략에 대한 개념 타당도 분석을 위해 주성분 분석, 직교회전방식(Verimax)의 요인 분석을 실시한 결과, 고유값이 1이상인 요인이 4개로 추출되었으며, 전체 설명량은 67.34%로 나타났다. 요인1은 문항 5, 9, 11, 16번 등 4개의 문항으로 구성되었으며, '신체관리'으로 명명하였다. 요인2은 문항 4, 7, 14번 문항 등 3개의 문항으로 구성되었으며, '정신관리'으로 명명하였다. 요인3은 문항 1, 6, 18번에서 문항 등 3개의 문항으로 구성되었으며, '훈련관리'으로 명명하였다. 요인4는 문항 10, 15, 17번에서 문항 등 3개의 문항으로 구성되었으며, '대인관리'으로 명명하였다. 이들 요인의 신뢰도 분석결과 몸관리 .758, 정신관리 .805, 훈련관리 .802, 대인관리 .706으로 나타나 모든 문항에 신뢰도가 있는 것으로 나타났다.

3) 스포츠 자신감 요인분석과 신뢰도

본 연구의 타당도 검증하기 위하여 탐색적 요인분석을 실시하였다. 모든 측정변수는 구성요인을 추출하기 위해서 주성분 분석(principle component analysis)을 사용하였으며, 요인 적재치의 단순화를 위하여 직교회전방식(varimax)을 채택하였다.

표 5. 스포츠 자신감에 대한 요인분석 및 신뢰도 결과

설문 문항	능력입증	코치지도력	신체적, 정신적준비	h^2
문항4	**.802**	.146	.114	.677
문항7	**.797**	.105	.137	.665
문항9	**.748**	.106	.143	.591
문항13	**.701**	.076	.129	.513
문항3	.067	**.865**	.131	.769
문항12	.198	**.863**	.083	.791
문항8	.123	**.691**	.275	.568
문항10	.166	.190	**.816**	.729
문항6	.052	.240	**.757**	.629
문항14	.245	.038	**.699**	.551
고유값	3.714	1.603	1.167	
% 분산	37.138	53.168	11.667	
% 누적	37.138	53.168	64.835	
Cronbach's α	.786	.783	.700	

<표5>에 나타난 바와 같이, 스포츠 자신감에 대한 개념 타당도 분석을 위해 주성분 분석, 직교회전방식(Verimax)의 요인 분석을 실시한 결과, 고유값이 1이상인 요인이 3개로 추출되었으며, 전체 설명량은 64.835%로 나타났다. 요인1은 문항 4, 7, 9, 13번 문항 등 4개의 문항으로 구성되었으며 '능력입증'으로 명명하였다. 요인2는 문항 3, 8. 12번 문항 등 3개의 문항으로 구성되었으며, '코치

지도력'로 명명하였다. 요인3은 문항 6, 10, 14번 문항 등 3개의 문항으로 구성되었으며, '신체, 정신 준비로 명명하였다. 이들 요인의 신뢰도 분석결과 능력입증 α=.786, 코치의 지도록 α=.783, 신체, 정신준비 α=.700으로 나타나 모든 문항에 신뢰도가 있는 것으로 나타났다.

4) 성패귀인의 탐색적 요인분석과 신뢰도

(1) 성공귀인에 대한 탐색적 요인분석 및 신뢰도

본 연구의 타당도 검증하기 위하여 탐색적 요인분석을 실시하였다. 모든 측정변수는 구성요인을 추출하기 위해서 주성분 분석(principle component analysis)을 사용하였으며, 요인 적재치의 단순화를 위하여 직교회전방식(varimax)을 채택하였다.

표 6. 성공귀인에 대한 요인분석 및 신뢰도 결과

문항	정신력	컨디션	시합 운	h^2
문항24	**848**	143	180	773
문항25	**812**	120	143	694
문항14	**752**	141	190	622
문항23	**736**	217	288	672
문항2	180	**887**	135	838
문항8	171	**867**	148	803
문항15	147	**803**	213	712
문항5	224	186	**819**	756
문항11	213	169	**790**	697
문항17	198	137	**783**	671
고유값	4.553	1.515	1.170	
분산(%)	45.534	15.152	11.704	
누적(%)	45.534	60.686	72.390	
Cronbach's α	846	859	795	

<표 6>에 나타난 바와 같이, 성공귀인에 대한 개념 타당도 분석을 위해 주성분 분석, 직교회전방식(Verimax)의 요인 분석을 실시한 결과, 고유값이 1이상인 요인이 3개로 등 4개의 문항으로 구성되었으며, '정신력'으로 명명하였다. 요인2는 문항 2, 8, 15번 문항 등 3개의 문항으로 구성되었으며, '컨디션'으로 명명하였다. 요인3은 문항 5, 11, 17번 문항 등 3개의 문항으로 구성되었으며, '시합 운'으로 명명하였다. 이들 요인의 신뢰도 분석결과 정신력 α=.846, 컨디션 α=.859, 시합 운 α=.795로 나타나 모든 문항에 신뢰도가 있는 것으로 나타났다.

(2) 실패귀인에 대한 탐색적 요인분석 및 신뢰도

본 연구의 타당도 검증하기 위하여 탐색적 요인분석을 실시하였다. 모든 측정변수는 구성요인을 추출하기 위해서 주성분 분석(principle component analysis)을 사용하였으며, 요인 적재치의 단순화를 위하여 직교회전방식(varimax)을 채택하였다.

표 7. 실패귀인에 대한 요인 및 신뢰도 분석

문항	자만심	정신력저하	컨디션난조	h^2
문항5	**.842**	.124	.093	.733
문항11	**.826**	.138	.133	.719
문항13	**.675**	.195	.213	.538
문항20	**.665**	.225	.211	.538
문항1	.185	**.854**	.073	.769
문항10	.245	**.804**	.080	.713
문항17	.127	**.736**	.150	.581
문항2	.181	.098	**.853**	.770
문항14	.222	.009	**.833**	.743
문항18	.130	.319	**.611**	.566
고유값	4.048	1.394	1.228	
분산(%)	40.479	13.942	12.280	
누적(%)	40.479	54.421	66.700	
Cronbach's α	.799	.781	.737	

<표 7>에 나타난 바와 같이, 실패귀인에 대한 개념 타당도 분석을 위해 주성분 분석, 직교회전방식(Verimax)의 요인 분석을 실시한 결과, 고유값이 1이상인 요인이 3개로 추출되었으며, 전체 설명량은 66.7%로 나타났다. 요인1은 문항 5, 11, 13, 20번 문항 등 4개의 문항으로 구성되었으며, '자만심'으로 명명하였다. 요인2는 문항 1, 10, 17번 문항 등 3개의 문항으로 구성되었으며, '정신력 저하'로 명명하였다. 요인3은 문항2, 14, 18번 문항 등 3개의 문항으로 구성되었으며, '컨디션난조'로 명명하였다. 신뢰도는 자만심 α=.799, 정신력저하 α=.781, 팀웍부족 α=.737로 나타났다.

4. 자료처리방법

본 연구는 설문지의 응답결과를 기재한 자료를 회수한 다음 응답내용이 불성실하거나 이중기재 또는 신뢰성이 없다고 판단되는 자료는 분석대상에서 제외시킨 후, 분석 가능한 유효 표본만을 대상으로 PASW 18.0을 활용하여 자료 분석의 목적에 따라 전산처리하였다. 이상의 모든 통계처리는 a<.05 수준에서 검증하였다. 자료처리 방법은 신뢰도분석, 요인분석, 독립표본 t-검증, 일원변량분석, Scheffe 사후검증, 단계적 회귀분석 등을 사용하였다.

Ⅳ. 연구결과

1. 한국 태권도 선수의 일반적인 특성에 따른 성취목표성향, 자기관리 전략, 스포츠 자신감, 성패귀인의 차이

1) 성별, 소속에 따른 성취목표 성향의 차이

한국태권도 선수들의 성별, 소속에 따른 성취목표 성향의 차이를 알아보기 위해 t-test, one-way ANOVA를 실시하였으며, 구체적인 결과는 <표 8>과 같다.

표8. 성별, 소속에 따른 성취목표성향의 차이

구 분		성취목표성향	
		과제목표성향	자아목표성향
성별	남자(624)	3.08(.60)	3.50(.56)
	여자(389)	3.21(.64)	3.55(.56)
	t값	2.973	1.099
	p	.003	.272
소속	고등부(641)	3.14(.72)	3.55(.78)
	대학부(333)	3.12(.62)	3.50(.72)
	일반부(219)	3.13(.68)	3.48(.78)
	F값	.163	.841
	p	.849	.431
	Post-hoc	-	-

<표8>에 제시된 바와 같이 성별에 따른 성취목표 성향의 하위요인 중 과제목표성향은 여자(M=3.21)가 남자(3.08)보다 평균점수가 높았으며, 통계적으로 유의한 차이가 있었다(t=2.973, p=.003). 반면, 자기목표성향과 소속에 따른 성취목표 성향의 하위요인인 자기목표 성향과 과제목표 성향은 유의한 차이가 나타나지 않았다.

2) 성별, 소속에 따른 자기관리 전략의 차이

한국태권도 선수들의 성별, 소속에 따른 자기관리 전략의 차이를 알아보기 위해 t-test, one-way ANOVA를 실시하였으며, 구체적인 결과는 <표 9>과 같다.

표9. 성별, 소속에 따른 자기관리 전략의 차이

구 분		자기관리			
		신체관리	정신관리	훈련관리	대인관리
성별	남자(675)	3.04(.81)	3.13(.76)	3.36(.82)	3.38(.85)
	여자(402)	3.25(.75)	3.40(.66)	3.48(.75)	3.59(.71)
	t값	4.154	5.911	2.420	4.182
	p	.000	.000	.016	.000
소속	고등부(502)	3.16(.83)	3.20(.75)	3.34(.87)	3.48(.87)
	대학부(342)	3.14(.70)	3.32(.61)	3.50(.66)	3.47(.65)
	일반부(231)	3.00(.84)	3.15(.85)	3.43(.82)	3.41(.88)
	F값	3.692	4.465	3.705	.657
	p	.025	.012	.025	.519
	Post-hoc	a>c	b>a,c	b>a	-

<표9>에 제시된 바와 같이 성별에 따른 자기관리 전략의 차이는 신체관리(t=4.154, p=.000), 정신관리(t=5.911, p=.000), 훈련관리(t=2.420, p=.016), 대인관리(t=4.182, p=.000)의 모든 하위요인에서 통계적으로 유의한 차이가 있는 것으

로 나타났으며, 소속에 따른 자기관리 전략의 차이는 신체관리(F=3.692, p=.025), 정신관리(F=4.465, p=.012), 훈련관리(F=3.705, p=.025)에서 통계적으로 유의한 차이가 나타났다. 집단 간의 유의한 차이를 확인하기 위하여 사후검증인 Scheffe 분석을 실시한 결과 신체관리에서 고등부 집단과 일반부집단간에 유의한 차이가 있었으며, 정신관리는 대학부 집단과 고등부, 일반부 집단간에 유의한 차이가 있었고, 훈련관리는 대학부 집단과 고등부 집단에서 유의한 차이가 있었다.

3) 성별, 소속에 따른 스포츠 자신감의 차이

한국태권도 선수들의 성별, 소속에 따른 스포츠 자신감의 차이를 알아보기 위해 t-test, one-way ANOVA를 실시하였으며, 구체적인 결과는 <표 10>과 같다.

표10. 성별, 소속에 따른 스포츠 자신감의 차이

구 분		스포츠 자심감		
		능력입증	코치지도력	신체, 정신준비
성별	남자(675)	3.46(.85)	3.59(.81)	3.61(.77)
	여자(402)	3.35(.76)	3.62(.76)	3.52(.81)
	t값	2.228	.613	1.771
	p	.026	.540	.077
소속	고등부(502)	3.47(.83)	3.59(.85)	3.61(.86)
	대학부(342)	3.30(.73)	3.56(.70)	3.52(.62)
	일반부(231)	3.48(.87)	3.69(.80)	3.62(.85)
	F값	5.505	1.898	1.580
	p	.004	.150	.206
	Post-hoc	a,c>b	-	-

a=고등부, b=대학부, c=일반부

<표10>에 제시된 바와 같이 성별에 따른 스포츠 자신감의 차이는 능력입증(t=2.228, p=.026)에서만 유의한 차이가 있었으며, 코치지도력과 신체, 정신준비는 통계적으로 유의한 차이가 없었다. 소속에 따른 스포츠 자신감의 차이 역시 능력입증(F=5.505, p=.004)에서만 유의한 차이가 나타났으며, 집단 간의 유의한 차이를 확인하기 위하여 사후검증인 Scheffe 분석을 실시한 결과 대학부 집단과 고등부, 일반부 집단에서 유의한 차이가 있었다.

4) 성별, 소속에 따른 성패귀인의 차이

(1) 성별, 소속에 따른 성공귀인의 차이

한국태권도 선수들의 성별, 소속에 따른 성공귀인의 차이를 알아보기 위해 t-test, one-way ANOVA를 실시하였으며, 구체적인 결과는 <표 11>과 같다.

표 11. 성별에 따른 성공귀인의 차이

구 분		성공귀인		
		정신력	컨디션	시합운
성별	남자(675)	2.64(.62)	3.34(.87)	3.46(.83)
	여자(402)	2.66(.60)	3.45(.81)	3.58(.81)
	t값	.570	2.199	2.251
	p	.569	.028	.025
소속	고등부(502)	2.66(.59)	3.37(.84)	3.44(.81)
	대학부(342)	2.67(.56)	3.64(.79)	3.67(.76)
	일반부(231)	2.60(.72)	3.03(.82)	3.50(.82)
	F값	.849	37.690	11.723
	p	.428	.000	.000
	Post-hoc	-	b>a,c , a>c	b>a , b>c

a=고등부, b=대학부, c=일반부

<표11>에 제시된 바와 같이 성별에 따른 성공귀인의 차이는 하위요인의 정신력을 제외한 컨디션(t=2.199, p=.028), 시합운(t=2.251, p=.025)에서 통계적으로 유의한 차이가 있었으며, 소속에 따른 성공귀인의 차이에서도 정신력을 제외한 컨디션(F=37.690, p=.000), 시합운(F=11.723, p=.000)에서 유의한 차이가 나타났다. 집단 간의 유의한 차이를 확인하기 위하여 사후검증인 Scheffe 분석을 실시한 결과 컨디션은 대학부 집단과 일반부, 고등부 집단에서 유의한 차이가 있었으며, 고등부와 일반부 집단에서도 유의한 차이가 나타났다. 또한 컨디션은 대학부 집단과 고등부, 대학부 집단과 일반부 집단에서 유의한 차이가 있었다.

(2) 성별, 소속에 따른 실패귀인의 차이

한국태권도 선수들의 성별, 소속에 따른 실패귀인의 차이를 알아보기 위해 t-test, one-way ANOVA를 실시하였으며, 구체적인 결과는 <표 12>와 같다.

표12. 성별에 따른 실패귀인의 차이

구 분		실패귀인		
		자만심	정신력 저하	컨디션 난조
성별	남자(675)	3.31(.83)	3.30(.90)	3.31(.75)
	여자(402)	3.38(.80)	3.33(.88)	3.43(.74)
	t값	1.429	.496	2.592
	p	.153	.620	.010
소속	고등부(502)	3.29(.82)	3.34(.91)	3.33(.77)
	대학부(342)	3.43(.80)	3.19(.79)	3.41(.68)
	일반부(231)	3.31(.85)	3.46(.99)	3.31(.76)
	F값	3.298	6.335	1.687
	p	.037	.002	.186
	Post-hoc	b>a	c>b	-

a=고등부, b=대학부, c=일반부

<표12>에 제시된 바와 같이 성별에 따른 실패귀인의 차이는 컨디션 난조(t=2.592, p=.010)에서만 유의한 차이가 있었으며, 자만심, 정신력저하는 유의한 차이가 나타나지 않았다. 반면, 소속에 따른 실패귀인의 차이는 컨디션 난조를 제외한 자만심(F=3.298, p=.037), 정신력저하(F=6.335, p=.002)에서 유의한 차이가 나타났다. 집단 간의 유의한 차이를 확인하기 위하여 사후검증인 Scheffe 분석을 실시한 결과 자만심은 대학부 집단과 고등부 집단에서 유의한 차이가 있었으며, 정신력저하는 일반부 집단과 대학부 집단에서 유의한 차이가 있었다.

2. 한국 태권도 선수의 성취목표성향이 자기관리 전략에 미치는 영향

1) 성취목표 성향이 자기관리 전략에 미치는 영향

(1) 성취목표 성향이 신체관리에 미치는 영향

표13. 성취목표 성향이 신체관리에 미치는 영향

종속변수	신체관리	2	B	β	t	ΔR^2	F
(상수)			.764		6.915***		
1.과제목표	.563		.570	.484	16.360***	.316	254.717***
2.자아목표	.339	.497	.164	.158	5.349***	.019	

***$p < .001$, R^2(adj. R^2)= .335(.334)

<표 13>은 자기관리 전략의 하위요인 중 신체관리에 영향을 주는 과제목표의 성향의 단계적 회귀분석의 결과이다. 신체관리에 대한 회귀 모형은 $R^{2=}$.335로 약 33.5%의 설명력을 보였으며, 통계적으로 유의미한 모형이었다(F=254.71, p=.000). 몸관리에 영향을 미치는 예측요인 중 과제목표 성향은 31.6%(β=.484, p=.000)의 설명량을 나타냈으며, 자아목표 성향은 1.9%(β=.158, p=.000)의 설명량을 나타냈다.

(2) 성취목표 성향이 정신관리에 미치는 영향

표 14. 성취목표 성향이 정신관리에 미치는 영향

종속변수	정신관리	2	B	β	t	ΔR^2	F
(상수)			1.704		14.901***		
1.자아목표	.303		.292	.307	9.235***	.145	97.888***
2.과제목표	.381	.497	.163	.150	4.524***	.017	

***p < .001, R^2(adj. R^2)= .162(.161)

<표 14>는 자기관리 전략의 하위요인 중 정신관리에 영향을 주는 과제목표의 성향의 단계적 회귀분석의 결과이다. 정신관리에 대한 회귀 모형은 $R^{2=}$.162로 약 16.2%의 설명력을 보였으며, 통계적으로 유의미한 모형이었다(F=97.88, p=.000). 정신관리에 영향을 미치는 예측요인 중 자아목표 성향은 14.5%(β=.307, p=.000)의 설명량을 나타냈으며, 과제목표 성향은 1.7%(β=.150, p=.000)의 설명량을 나타냈다.

(3) 성취목표 성향이 훈련관리에 미치는 영향

표15. 성취목표 성향이 훈련관리에 미치는 영향

종속변수	훈련관리	2	B	β	t	ΔR^2	F
(상수)			1.707		13.829***		
1.자아목표	.335		.278	.270	8.143***	.136	101.083***
2.과제목표	.369	.497	.236	.201	6.060***	.030	

***$p < .001$, R^2(adj. R^2)= .167(.165)

<표 15>는 자기관리 전략의 하위요인 중 훈련관리에 영향을 주는 과제목표의 성향의 단계적 회귀분석의 결과이다. 훈련관리에 대한 회귀 모형은 $R^{2=}$.167으로 약 16.7%의 설명력을 보였으며, 통계적으로 유의미한 모형이었다(F=101.083, p=.000). 훈련관리에 영향을 미치는 예측요인 중 자아목표 성향은 13.6%(β=.270, p=.000)의 설명량을 나타냈으며, 과제목표 성향은 3%(β=.201, p=.000)의 설명량을 나타냈다.

(4) 성취목표 성향이 대인관리에 미치는 영향

표16. 성취목표 성향이 대인관리에 미치는 영향

종속변수	대인관리	2	B	β	t	ΔR^2	F
(상수)			1.392		11.674***		
1.자아목표	.390		.356	.341	10.791***	.203	159.354***
2.과제목표	.451	.497	.262	.220	6.970***	.037	

***$p < .001$, R^2(adj. R^2)= .240(.238)

<표 16>은 자기관리 전략의 하위요인 중 대인관리에 영향을 주는 과제목표의 성향의 단계적 회귀분석의 결과이다. 대인관리에 대한 회귀 모형은 $R^{2=}$.240으로 약 24%의 설명력을 보였으며, 통계적으로 유의미한 모형이었다(F=159.354, p=.000). 대인관리에 영향을 미치는 예측요인 중 자아목표 성향은 20.3%(β=.341, p=.000)의 설명량을 나타냈으며, 과제목표 성향은 3.7%(β=.220, p=.000)의 설명량을 나타냈다.

3. 한국 태권도 선수의 성취목표성향이 스포츠 자신감에 미치는 영향

(1) 성취목표 성향이 능력입증에 미치는 영향

표17. 성취목표 성향이 능력입증에 미치는 영향

종속변수	능력입증	2	B	β	t	ΔR^2	F
(상수)			1.229		10.342***		
1.과제목표	.453		.388	.324	10.346***	.205	174.031***
2.자아목표	.421	.497	.274	.260	8.320***	.051	

***p < .001, R^2(adj. R^2)= .256(.255)

<표 17>은 스포츠 자신감의 하위요인 중 능력입증에 영향을 주는 성취목표성향의 단계적 회귀분석의 결과이다. 능력입증에 대한 회귀 모형은 $R^{2=}$.256로 약 25.6%의 설명력을 보였으며, 통계적으로 유의미한 모형이었다(F=174.031, p=.000). 능력입증에 영향을 미치는 예측요인 중 과제목표 성향은 20.5%(β=.324, p=.000)의 설명량을 나타냈으며, 자아목표 성향은 5.1%(β=.260, p=.000)의 설명량을 나타냈다.

(2) 성취목표 성향이 코치지도력에 미치는 영향

표18. 성취목표 성향이 코치지도력에 미치는 영향

종속변수 :	코치지도력	2	B	β	t	ΔR^2	F
(상수)			1.869		15.153***		
1.자아목표	.339		.279	.270	8.179***	.138	103.289***
2.과제목표	.372	.497	.241	.204	6.184***	.031	

***p < .001, R^2(adj. R^2)= .170(.168)

<표 18>은 스포츠 자신감의 하위요인 중 코치지도력에 영향을 주는 성취목표성향의 단계적 회귀분석의 결과이다. 코치지도력에 대한 회귀 모형은 $R^{2=}$.170로 약 17%의 설명력을 보였으며, 통계적으로 유의미한 모형이었다(F=103.289, p=.000). 코치지도력에 영향을 미치는 예측요인 중 자아목표 성향은 13.8%(β=.270, p=.000)의 설명량을 나타냈으며, 과제목표 성향은 3.1%(β=.204, p=.000)의 설명량을 나타냈다.

(3) 성취목표 성향이 신체, 정신준비에 미치는 영향

표19. 성취목표성향이 신체, 정신준비에 미치는 영향

종속변수	신체적,정신적준비	2	B	β	t	ΔR^2	F
(상수)			1.939		15.532***		
1.자아목표	.324		.254	.245	7.333***	.122	89.218***
2.과제목표	.346	.497	.238	.202	6.038***	.037	

***p < .001, R^2(adj. R^2)= .150(.148)

<표 19>는 스포츠 자신감의 하위요인 중 신체, 정신준비에 영향을 주는 성취목표성향의 단계적 회귀분석의 결과이다. 신체, 정신준비에 대한 회귀 모형은 $R^{2=}$.150으로 약 15%의 설명력을 보였으며, 통계적으로 유의미한 모형이었다

(F=89.218, p=.000). 신체, 정신준비에 영향을 미치는 예측요인 중 자아목표성향은 12.2%(β=.245, p=.000)의 설명량을 나타냈으며, 과제목표 성향은 3.7%(β=.202, p=.000)의 설명량을 나타냈다.

4. 한국 태권도 선수의 성취목표성향이 성패귀인에 미치는 영향

1) 성취목표 성향이 성공귀인에 미치는 영향

(1) 성취목표성향이 정신력에 미치는 영향

표20. 성취목표성향이 정신력에 미치는 영향

종속변수 :	정신력	2	B	β	t	ΔR^2	F
(상수)			1.881		15.024***		
1.자아목표	.235		.252	.250	7.273***	.093	89.218***
2.과제목표	.305	.497	.127	.111	3.221***	.009	

***$p < .001$, R^2(adj. R^2)= .102(.100)

<표 20>은 성공귀인의 하위요인 중 정신력에 영향을 주는 성취목표성향의 단계적 회귀분석의 결과이다. 정신력에 대한 회귀 모형은 $R^{2=}$.102로 약 10.2%의 설명력을 보였으며, 통계적으로 유의미한 모형이었다(F=89.218, p=.000). 정신력에 영향을 미치는 예측요인 중 자아목표 성향은 9.3%(β=.250, p=.000)의 설명량을 나타냈으며, 과제목표 성향은 0.9%(β=.202, p=.000)의 미약한 설명량을 나타냈다.

(2) 성취목표 성향이 컨디션에 미치는 영향

표21. 성취목표성향이 컨디션에 미치는 영향

종속변수 :	컨디션	2	B	β	t	ΔR^2	F
(상수)			1.718		13.966***		
1.과제목표	.356		.282	.241	7.274***	.126	100.790***
2.자아목표	.350	.497	.237	.230	6.958***	.040	

***p < .001, R^2(adj. R^2)= .166(.165)

<표 21>은 성공귀인의 하위요인 중 컨디션에 영향을 주는 성취목표성향의 단계적 회귀분석의 결과이다. 컨디션에 대한 회귀 모형은 R^2=.162로 약 16.2%의 설명력을 보였으며, 통계적으로 유의미한 모형이었다(F=100.790, p=.000). 컨디션에 영향을 미치는 예측요인 중 과제목표성향은 12.6%(β=.241, p=.000)의 설명량을 나타냈으며, 자아목표성향은 4%(β=.230, p=.000)의 설명량을 나타냈다.

(3) 성취목표 성향이 시합 운에 미치는 영향

표22. 성취목표성향이 시합 운에 미치는 영향

종속변수	시합 운	2	B	β	t	ΔR^2	F
(상수)			2.265		18.179***		
1.자아목표	.222		.188	.190	5.447***	.064	41.808***
2.과제목표	.253	.497	.144	.128	3.662***	.012	

***p < .001, R^2(adj. R^2)= .076(.075)

<표 22>는 성공귀인의 하위요인 중 시합 운에 영향을 주는 과제목표의 성향의 단계적 회귀분석의 결과이다. 컨디션에 대한 회귀 모형은 R^2=.076로 약 7.6%의 설명력을 보였으며, 통계적으로 유의미한 모형이었다(F=41.808, p=.000). 시합 운에 영향을 미치는 예측요인 중 자기목표 성향은 6.4%(β=.190, p=.000)의 설명량을 나타냈으며, 과제목표 성향은 1.2%(β=.128, p=.000)의 미약한 설명량을 나타냈다.

2) 성취목표 성향이 실패귀인에 미치는 영향

(1) 성취목표 성향이 자만심에 미치는 영향

표23. 성취목표성향의 자만심에 미치는 영향

종속변인		B	β	t	ΔR^2	F
자만심	(상수)	2.678		21.932***		20.914***
	자아목표	.155	.142	4.573***	.020	

***$p < .001$, R^2(adj. R^2)= .020(.019)

<표 23>은 패배귀인의 하위요인 중 자만심에 영향을 주는 성취목표성향의 다중 회귀분석의 결과이다. 자만심에 대한 회귀 모형은 $R^{2=}$.020으로 약 2%의 설명력을 보였으며, 통계적으로 유의미한 모형이었다(F=20.914, p=.000). 자만심에 영향을 미치는 예측요인 중 과제목표 성향은 통계적으로 유의하지 않아 분석에서 제외됐으며, 자아목표성향 만이 2%(β=.142, p=.000)의 미약한 설명력을 보이는 것으로 나타났다.

(2) 성취목표 성향이 정신력 저하에 미치는 영향

표 24. 성취목표성향이 정신력 저하에 미치는 영향

종속변수 :	정신력저하	2	B	β	t	ΔR^2	F
(상수)			2.018		15.322***		
1.과제목표	.274		.242	.201	5.813***	.075	50.613***
2.자아목표	.246	.497	.154	.146	4.232***	.016	

***$p < .001$, R^2(adj. R^2)= .091(.089)

<표 24>는 패배귀인의 하위요인 중 정신력 저하에 영향을 주는 성취목표성향의 다중 회귀분석의 결과이다. 정신력 저하에 대한 회귀 모형은 $R^{2=}$.091로 약 9.1%의 설명력을 보였으며, 통계적으로 유의미한 모형이었다(F=50.613, p=.000). 정신력 저하에 영향을 미치는 예측요인 중 과제목표 성향은 7.5%(β=.201, p=.000)의 설명량을 나타냈으며, 자아목표 성향은 1.6%(β=.146, p=.000)의 미약한 설명량을 나타냈다.

(3) 성취목표성향이 컨디션 난조에 미치는 영향

표 25. 성취목표성향이 컨디션 난조에 미치는 영향

종속변인		B	β	t	ΔR^2	F
컨디션난조	(상수)	2.518		23.147***		64.554***
	자아목표	.243	.245	8.035***	.060	

***p < .001, R^2(adj. R^2)= .060(.059)

<표 25>는 패배귀인의 하위요인 중 컨디션 난조에 영향을 주는 성취목표성향의 다중 회귀분석의 결과이다. 컨디션 난조에 대한 회귀 모형은$R^{2=}$.060으로 약 6%의 설명력을 보였으며, 통계적으로 유의미한 모형이었다(F=64.554, p=.000). 컨디션난조에 영향을 미치는 예측요인 중 과제목표 성향은 통계적으로 유의하지 않아 분석에서 제외됐으며, 자아목표성향 만이 6%(β=.142, p=.000)의 설명력을 보이는 것으로 나타났다.

5. 한국 태권도 선수의 자기관리전략이 성패귀인에 미치는 영향

1) 자기관리 전략이 성공귀인에 미치는 영향

(1) 자기관리 전략이 정신력에 미치는 영향

표26. 자기관리 전략이 정신력에 미치는 영향

종속변수 :	정신력	1	2	B	β	t	ΔR^2	F
(상수)				2.033		15.526***		
1. 정신관리	.213			.132	.125	3.600***	.045	
2. 훈련관리	.207	.424		.111	.114	3.279**	.017	25.748***
3. 신체관리	.197	.379	.384	.103	.106	3.111**	.009	

$^{***}p < .001$, $^{**}p < .01$, $^{*}p < .05$, R^2(adj. R^2)= .071(.068)

<표 26>은 성공귀인의 하위요인 중 정신력에 영향을 주는 자기관리 전략의 단계적 회귀분석의 결과이다. 정신력에 대한 회귀 모형은 $R^{2=}$.071로 약 7.1%의 설명력을 보였으며, 통계적으로 유의미한 모형이었다(F=25.748, p=.000). 정신력에 영향을 미치는 예측요인 중 대인관리는 통계적으로 유의미하지 않아(p >.05) 분석에서 제외됐으며, 정신관리는 4.5%(β=.125, p=.000)의 설명력을 나타냈으며, 훈련관리 1.7%(β=.114, p=.001)와 신체관리가 0.9%(β=.106, p=.002)의 미약한 설명량을 나타냈다.

(2) 자기관리 전략이 컨디션에 미치는 영향

표 27. 자기관리 전략이 컨디션에 미치는 영향

종속변수 :	컨디션	1	2	B	β	t	ΔR^2	F
(상수)				2.045		15.999***		
1. 신체관리	.280			.181	.182	5.364***	.079	
2 .정신관리	.249	.379		.136	.126	3.637***	.024	42.042***
3. 대인관리	.155	..449	.484	.110	.112	3.122**	.009	

***$p < .001$, **$p < .01$, R^2(adj. R^2)= .111(.108)

<표 27>은 성공귀인의 하위요인 중 컨디션에 영향을 주는 자기관리 전략의 단계적 회귀분석의 결과이다. 컨디션에 대한 회귀 모형은 $R^{2=}$.111로 약 11.1%의 설명력을 보였으며, 통계적으로 유의미한 모형이었다(F=40.042, p=.000). 컨디션에 영향을 미치는 예측요인 중 훈련관리는 통계적으로 유의미하지 않아(p >.05) 분석에서 제외됐으며, 신체관리가 7.9%(β=.182, p=.000)의 설명량을 나타냈으며, 정신관리는 2.4%(β=.126, p=.000), 대인관리는 0.9%(β=.112, p=.002)의 미약한 설명력을 나타냈다.

(3) 자기관리 전략이 시합 운에 미치는 영향

표28. 자기관리 전략이 시합 운에 미치는 영향

종속변수 :	시합 운	2	B	β	t	ΔR^2	F
(상수)			1.841		16.488***		
1. 정신관리	.416		.401	.387	12.543***	.173	109.783***
2. 신체관리	.225	.379	.075	.078	2.543*	.005	

***$p < .001$, *$p < .05$, R^2(adj. R^2)= .179(.179)

<표 28>은 성공귀인의 하위요인 중 시합 운에 영향을 주는 자기관리 전략의 단계적 회귀분석의 결과이다. 시합 운에 대한 회귀 모형은 $R^{2=}$.179로 약 17.9%의 설명력을 보였으며, 통계적으로 유의미한 모형이었다(F=109.783, p=.000). 시합 운에 영향을 미치는 예측요인 중 훈련관리, 대인관리는 통계적으로 유의미하지 않아(p >.05) 분석에서 제외됐으며, 정신관리가 17.3%(β=.387, p=.000)의 설명력을 나타냈으며, 신체관리는 0.5%(β=.078, p=.011)의 미약한 설명력을 나타냈다.

2) 자기관리 전략이 실패귀인에 미치는 영향

(1) 자기관리 전략이 자만심에 미치는 영향

표29. 자기관리 전략이 자만심에 미치는 영향

종속변인		B	β	t	ΔR^2	ΔF
자만심	(상수)	2.605		22.646***		30.435***
	훈련관리	.181	.171	5.517***	.029	

***p < .001, R^2(adj. R^2)= .029(.028)

<표 29>는 실패귀인의 하위요인 중 자만심에 영향을 주는 자기관리 전략의 단계적 회귀분석의 결과이다. 자만심에 대한 회귀 모형은 $R^{2=}$.029로 약 2.9%의 설명력을 보였으며, 통계적으로 유의미한 모형이었다(F=30.435, p=.000). 자만심에 영향을 미치는 예측요인 중 정신관리, 대인관리, 신체관리는 통계적으로 유의미하지 않아(p >.05) 분석에서 제외됐으며, 훈련관리만이 2.9%(β=.124, p=.000)의 설명력을 나타냈다.

(2) 자기관리 전략이 정신력 저하에 미치는 영향

표 30. 자기관리 전략이 정신력 저하에 미치는 영향

종속변수 : 정신력저하	2		B	β	t	ΔR^2	F
(상수)			2.275		18.228***		
1.훈련관리	.236		.195	.191	5.797***	.056	36.499***
2.신체관리	.191	.384	.120	.117	3.568***	.012	

***$p < .001$, R^2(adj. R^2)= .067(.066)

<표 30>은 실패귀인의 하위요인 중 정신력 저하에 영향을 주는 자기관리 전략의 단계적 회귀분석의 결과이다. 정신력 저하에 대한 회귀 모형은 R^2=.067로 약 6.7%의 설명력을 보였으며, 통계적으로 유의미한 모형이었다(F=36.499, p=.000). 정신력 저하에 영향을 미치는 예측요인 중 정신관리, 대인관리는 통계적으로 유의미하지 않아(p >.05) 분석에서 제외됐으며, 훈련관리가 5.6%(β=.191, p=.000)의 설명력을 나타냈으며, 몸관리는 1.2%(β=.117, p=.000)의 미약한 설명량을 나타냈다.

(3) 자기관리 전략이 컨디션 난조에 미치는 영향

표 31. 자기관리 전략이 컨디션 난조에 미치는 영향

종속변수 : 컨디션난조	2		B	β	t	ΔR^2	F
(상수)			2.130		17.798***		
1. 훈련관리	.308		.248	.258	7.861***	.095	59.707***
2. 신체관리	.181	.384	.121	.116	3.564***	.011	

***$p < .001$, R^2(adj. R^2)= .106(.104)

<표 31>은 실패귀인의 하위요인 중 컨디션 난조에 영향을 주는 자기관리 전략의 단계적 회귀분석의 결과이다. 컨디션 난조에 대한 회귀 모형은 $R^{2=}$.106으로 약 10.6%의 설명력을 보였으며, 통계적으로 유의미한 모형이었다(F=59.707, p=.000). 컨디션 난조에 영향을 미치는 예측요인 중 대인관리, 신체관리는 통계적으로 유의미하지 않아(p >.05) 분석에서 제외됐으며, 훈련관리가 9.5%(β=.258, p=.000)의 설명력 나타냈으며, 정신관리가 1.1%(β=.116, p=.000)의 미약한 설명력 나타냈다.

6. 한국 태권도 선수의 스포츠 자신감이 성패귀인에 미치는 영향

1) 스포츠 자신감이 성공귀인에 미치는 영향

(1) 스포츠 자신감이 정신력에 미치는 영향

표32. 스포츠 자신감이 정신력에 미치는 영향

종속변수 :	정신력	2	B	β	t	ΔR^2	F
(상수)			1.768		14.132***		
1.신체,정신준비	.336		.297	.304	9.810***	.113	70.521***
2.능력입증	.197	.311	.098	.103	3.311**	.010	

***p < .001, **p < .01, R^2(adj. R^2)= .123(.121)

<표 32>는 성공귀인의 하위요인 중 정신력에 영향을 주는 스포츠 자신감의 단계적 회귀분석의 결과이다. 정신력에 대한 회귀 모형은 $R^{2=}$.123으로 약 12.3%의 설명력을 보였으며, 통계적으로 유의미한 모형이었다(F=70.521, p=.000). 정신력에

영향을 미치는 예측요인 중 코치지도력은 통계적으로 유의미하지 않아(p >.05) 분석에서 제외됐으며, 신체, 정신준비가 11.3%(β=.304, p=.000)의 설명력을 나타냈으며, 다음으로 능력입증이 1%(β=.103, p=.001)의 미약한 설명력을 나타냈다.

(2) 스포츠 자신감이 컨디션에 미치는 영향

표33. 스포츠 자신감이 컨디션에 미치는 영향

종속변수 :	컨디션	1	2	B	β	t	ΔR^2	F
(상수)				2.235		15.729***		
1.코치지도력	.223			.144	.145	4.184***	.050	
2.능력입증	.205	.407		.119	.122	3.537***	.016	25.372***
3.신체,정신준비	.168	.367	.311	.077	.077	2.327*	.005	

***p < .001, *p < .05, R^2(adj. R^2)= .070(.067)

<표 33>은 성공귀인의 하위요인 중 컨디션에 영향을 주는 스포츠 자신감의 단계적 회귀분석의 결과이다. 컨디션에 대한 회귀 모형은 $R^{2=}$.070로 약 7%의 설명력을 보였으며, 통계적으로 유의미한 모형이었다(F=25.372, p=.000). 컨디션에 영향을 미치는 예측요인 중 코치지도력은 5%(β=.145, p=.000)의 설명력을 나타냈으며, 능력입증이 1.6%(β=.122, p=.000), 신체, 정신준비가 0.5%(β=.077, p=.020)의 미약한 설명력을 나타냈다.

(3) 스포츠 자신감이 시합 운에 미치는 영향

표34. 스포츠 자신감이 시합 운에 미치는 영향

종속변수 : 시합 운	2		B	β	t	ΔR^2	F
(상수)			2.218		17.373***		
1.신체,정신준비	.246		.185	.193	5.940***	.060	42.971***
2.코치지도력	.215	.367	.138	.144	4.442***	.018	

***p < .001, R^2(adj. R^2)= .078(.077)

<표 34>는 성공귀인의 하위요인 중 시합 운에 영향을 주는 스포츠 자신감의 단계적 회귀분석의 결과이다. 시합 운에 대한 회귀 모형은 $R^{2=}$.078로 약 7.8%의 설명력을 보였으며, 통계적으로 유의미한 모형이었다(F=42.971, p=.000). 시합 운에 영향을 미치는 예측요인 중 능력입증은 통계적으로 유의미하지 않아(p >.05) 분석에서 제외됐으며, 신체, 정신준비만가 6%(β=.193, p=.000)의 설명력을 나타냈으며, 코치지도력이 1.8%(β=.144, p=.000)의 미약한 설명력을 나타냈다.

2) 스포츠 자신감이 실패귀인에 미치는 영향

(1) 스포츠 자신감이 자만심에 미치는 영향

표 35. 스포츠 자신감이 자만심에 미치는 영향

종속변인		B	β	t	ΔR^2	F
자만심	(상수)	2.086		19.311***		117.162***
	신체,정신준비	.334	.322	10.824***	.104	

***p < .001, R^2(adj. R^2)= .104(.103)

<표 35>는 실패귀인의 하위요인 중 자만심에 영향을 주는 스포츠 자신감의 단계적 회귀분석의 결과이다. 자만심에 대한 회귀 모형은 $R^{2=}$.104로 약 10.4%의 설명력을 보였으며, 통계적으로 유의미한 모형이었다(F=117.162, p=.000). 자만심에 영향을 미치는 예측요인 중 코치 지도력과 신체, 정신준비는 통계적으로 유의하지 않아(p >.05) 분석에서 제외 됐으며, 능력입증만이 10.4%(β=.322, p=.000)의 설명력을 나타냈다.

(2) 스포츠 자신감이 정신력 저하에 미치는 영향

표 36. 스포츠 자신감이 정신력 저하에 미치는 영향

종속변수 :	정신력저하	2	B	β	t	ΔR^2	F
(상수)			2.064		15.974***		
1.코치지도력	.295		.264	.259	7.895***	.087	51.982***
2.능력입증	.193	.407	.088	.088	2.683**	.006	

***p < .001, **p < .01, R^2(adj. R^2)= .093(.092)

<표 36>은 패배귀인의 하위요인 중 정신력 저하에 영향을 주는 스포츠 자신감의 단계적 회귀분석의 결과이다. 정신력 저하에 대한 회귀 모형은 $R^{2=}$.093으로 약 9.3%의 설명력을 보였으며, 통계적으로 유의미한 모형이었다(F=51.982, p=.000). 정신력 저하에 영향을 미치는 예측요인 중 신체, 정신준비는 통계적으로 유의미하지 않아 분석에서 제외됐으며, 코치지도력이 8.7%(β=.259, p=.000)의 설명력을 나타냈고 능력입증이 0.6%(β=.088, p=.007)의 미약한 설명력을 나타냈다.

(3) 스포츠 자신감이 컨디션 난조에 미치는 영향

표 37. 스포츠 자신감이 컨디션 난조에 미치는 영향

종속변수 :	컨디션난조	2	B	β	t	ΔR^2	F
(상수)			3.014		16.882***		
1.신체,정신준비	.291		.241	.251	7.811***	.084	52.535***
2.코치지도력	.199	.367	.102	.107	3.310**	.010	

***$p < .001$, **$p < .01$, R^2(adj. R^2)= .094(.092)

<표 37>은 패배귀인의 하위요인 중 컨디션 난조에 영향을 주는 스포츠 자신감의 단계적 회귀분석의 결과이다. 컨디션 난조에 대한 회귀 모형은 $R^{2=}$.094로 약 9.4%의 설명력을 보였으며, 통계적으로 유의미한 모형이었다(F=52.535, p=.000). 컨디션 난조에 영향을 미치는 예측요인 중 능력입증은 통계적으로 유의미하지 않아(p >.05) 분석에서 제외됐으며, 신체, 정신준비가 8.4%(β=.251, p=.000)의 설명력을 나타냈으며, 코치 지도력이 1%(β=.107, p=.001)의 미약한 설명력을 나타냈다.

Ⅴ. 논 의

1. 한국 태권도 선수의 일반적인 특성에 따른 성취목표성향, 자기관리 전략, 스포츠 자신감, 성패귀인의 차이

첫째, 성별에 따른 성취목표성향의 하위요인 중 과제목표성향에서만 통계적으로 유의한 차이가 나타났다.

김병훈(2013)은 대학운동선수를 대상으로 성별에 따른 성취목표성향은 과제지향요인에서 통계적으로 유의한 차이가 있는 것으로 나타났으며, 정두리(2011)는 고교 태권도 선수들의 인구학적 특성에 따른 성취목표성향의 차이를 분석한 결과 성별에 따른 성취목표성향의 하위요인인 자아지향적 성향과 과제지향적 성향은 통계적으로 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 그리고, 추수진(2011)은 성별에 따른 성취목표성향의 차이에서는 자아성향과 과제성향은 통계적으로 유의한 차이가 있는 것으로 나타나 본 연구의 결과를 부분적으로 지지해주고 있다.

둘째, 성별에 따른 자기관리 전략의 차이는 신체관리, 정신관리, 훈련관리, 대인관리의 모든 하위요인에서 통계적으로 유의한 차이가 있는 것으로 나타났으며, 소속에 따른 자기관리 전략의 차이는 신체관리, 정신관리, 훈련 관리에서 통계적으로 유의한 차이가 나타났다.

이유미(2009)는 여자농구선수들의 수준별에 따른 자기관리에 차이를 알아보기 위해 고교, 실업, 프로를 독립변인으로 자기관리 요인은 종속변인으로 분석한 결과, 정신력관리, 훈련관리, 생활관리, 고유행동관리, 대인관계관리, 몸관리에서 수준에 따라 통계적으로 유의한 차이가 있는 것으로 나타났으며, 최유리,

김현식(2012)은 태권도 선수의 멘토링과 자리관리 및 자신감의 관계에서 성별에 따라 신체관리, 정신관리, 훈련관리, 대인관리에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타나 본 연구의 결과를 지지해주고 있다. 그리고 임재혁(2013)은 성별에 따른 자기관리의 하위요인인 대인관리, 정신관리로 통계적으로 유의한 차이가 있는 것으로 나타났으며, 고은철(2013)는 고등학교 태권도 선수의 성별에 따라 통계적으로 유의미한 차이를 보이는 자기관리 하위요인으로는 몸관리, 정신관리인 것으로 나타나 본 연구의 결과를 부분적으로 지지해주고 있다. 그리고 이만옥(2010)은 태권도 선수의 연령에 따른 자기관리의 차이를 분석한 결과 자기관리의 하위요인 중 정신력 관리, 생활관리, 대인관계관리, 고유행동관리, 몸관리 요인에서 집단 간에 통계적으로 유의한 차이가 있는 것으로 나타났으며, 최종학력에 따른 자기관리의 하위요인 중 대인관리 관계와 고유행동 관리에서 집단 간에 통계적으로 유의한 차이가 있는 것으로, 김대은(2010)은 체조선수를 대상으로 소속별에 따른 자기관리를 분석한 결과, 소속별에 따른 자기관리의 하위요인 중 몸관리, 정신관리, 대인관리, 훈련관리 등에서 모두 통계적으로 유의한 차이가 있는 것으로 나타났으며, 김종이(2012)는 하키선수를 대상으로 연령별에 따른 자기관리행동에서는 정신력 요인, 대인관리요인, 몸관리 요인은 통계적으로 유의한 차이가 있는 것으로 나타나 본 연구의 결과를 지지해주고 있다.

셋째, 성별, 소속별에 따른 스포츠 자신감의 차이는 능력입증에서만 유의한 차이가 나타났다.

임광열(2011)은 대학, 실업 태권도 선수를 대상으로 성별에 따른 스포츠 자신감의 하위요인인 능력입증, 사회적지지, 코치 지도력, 신제적 정신적 준비 등에서 남자가 여자보다 높은 것으로 나타났으며, 김종이(2012)는 하키선수를 대상으로 성별에 따른 스포츠 자신감의 차이를 분석한 결과, 스포츠 자신감의 하위요인인 능력입증에서 여자가 남자보다 높게 나타나 통계적으로 유의한 수준에서 차

이가 있는 것으로 나타나 본 연구의 결과를 지지해주고 있다. 그리고 정재희(2011)는 배드민턴 선수의 대상으로 소속별에 따른 스포츠 자신감의 차이를 분석한 결과, 스포츠 자신감의 하위요인인 능력입증, 사회적지지, 신체적, 정신적 준비요인에서 통계적으로 유의한 수준으로 차이가 있는 것으로 나타나 본 연구의 결과를 지지해주고 있다.

넷째, 성별, 소속에 따른 성공귀인의 차이는 하위요인의 컨디션, 시합운에서 통계적으로 유의한 차이가 나타났으며, 성별에 따른 실패귀인의 차이는 컨디션 난조에서만 유의한 차이가 있었으며, 소속에 따른 실패귀인의 차이는 자만심, 정신력 저하에서 통계적으로 유의한 차이가 나타났다.

김응수(2001)는 사격선수를 대상으로 성별에 따른 귀인특성을 분석한 결과, 운요인에 대한 인식은 남자집단이 여자집단 보다 높은 것으로 통계적으로 유의한 것으로 나타났으며, 송민규(2011)는 태권도 선수를 대상으로 소속별로 고등부는 정신력부족・자기관리실패・부상에서, 대학부는 경기운영부족・자기관리실패・코치지도력부족・부상에, 일반부는 정신력부족과 경기운영부족・자만심・자기관리실패에서 통계적으로 유의한 차이가 있는 것으로 나타나 본 연구의 결과를 부분적으로 지지해주고 있다.

2. 한국 태권도 선수의 성취목표성향이 자기관리 전략에 미치는 영향

성취목표성향이 자기관리 전략에 미치는 영향을 단계적 회귀분석을 실시한 결과, 신체관리에 영향을 미치는 예측요인으로 성취목표성향의 하위요인인 과제목표성향은 통계적으로 유의한 차이를 나타났으며, 정신관리, 훈련관리, 대인관리

에 영향을 미치는 예측요인 중 자아목표성향은 통계적으로 유의한 차이를 나타났다.

김미량, 이동현(2009)은 복싱선수를 대상으로 성취목표성향이 자기관리에 미치는 영향으로 과제목표성향은 자기관리 하위요인 중 정신관리, 대인관리, 훈련관리에 의미 있는 영향력을 미치는 것으로, 이유미(2009)는 여자농구선수들의 성취목표성향과 자기관리의 관계를 분석한 결과, 자기관리의 하위요인인 정신력관리, 훈련관리, 생활관리, 고유행동관리, 대인관계관리를 예측 분석한 결과 과제목표성향이 정적인 영향을 미치는 것으로 나타나 본 연구의 결과를 부분적으로 지지해 주고 있다. 또한 이영환(2009)은 체육계열 지망생의 성취목표성향이 자기관리에 미치는 영향을 분석한 결과에서는 과제목표성향이 자기관리의 하위요인인 몸관리, 대인관리, 훈련관리, 정신관리에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 김주연(2012)은 고등학교 태권도 선수를 대상으로 성취목표성향과 자기관리 전략의 하위요인인 신체관리, 정신관리, 훈련관리, 대인관리 등 통계적으로 유의한 차이가 있는 것으로 나타나 본 연구의 결과를 부분적으로 지지해주고 있다.

3. 한국 태권도 선수의 성취목표성향이 스포츠 자신감에 미치는 영향

성취목표성향이 스포츠 자신감에 미치는 영향을 단계적 회귀분석을 실시한 결과, 능력입증에 영향을 미치는 예측요인으로 성취목표성향의 하위요인인 과제목표성향은 통계적으로 유의한 차이를 나타났으며, 코치지도력, 신체적, 정신준비에 영향을 미치는 예측요인으로 성취목표성향의 하위요인인 자아목표성향은 통계적으로 유의한 차이를 나타났다.

이영환(2009)은 체육계열 지망생의 성취목표성향이 스포츠 자신감에 미치는 영향을 분석한 결과, 성취목표성향이 스포츠 자신감의 하위요인인 신체적, 정신적 준

비, 사회적지지, 코치지도력, 능력입증에서 통계적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 또한 김병태(2011)는 태권도 선수의 성취목표성향 하위요인 중 자아지향적 요인, 과제지향적 요인 모두 스포츠 자신감에 통계적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 구제적으로 살펴보면, 자아지향적 요인에서는 신체적, 정신적준비, 코치지도력, 사회적지지, 능력입증에서 통계적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 과제지향적요인은 사회적지지, 능력입증에서 통계적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 최상준(2010)은 태권도 지도자의 멘토링이 선수의 성취목표지향성, 스포츠 자신감 및 자기관리에 미치는 영향을 분석한 결과, 성취목표성향의 하위요인인 과제목표지향성은 신체적, 정신적 준비에 통계적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 성취목표성향의 하위요인인 자아목표지향성은 코치의 지도력에 통계적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 본 연구의 결과를 부분적으로 지지해주고 있다. 이러한 연구결과는 과제지향성은 운동선수들은 자신이 설정한 목표를 달성하기 위해 선수 개인의 능력향상이나 시합의 준비상태가 잘 되었을 때 자신감을 높게 지각하며, 자아지향성은 비교의 준거가 타인에게 있기 때문에 자신의 능력이 상대선수보다 높은 것으로 지각하게 되면 자신감은 갖게 되는 것으로 사료된다.

4. 한국 태권도 선수의 성취목표성향이 성패귀인에 미치는 영향

첫째, 성취목표성향이 성공귀인에 미치는 영향을 단계적 회귀분석을 실시한 결과, 정신력과 시합운에 영향을 미치는 예측요인으로 성취목표성향의 하위요인인 자아목표성향에서 통계적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 컨디션에 영향을 미치는 예측요인으로 성취목표성향의 하위요인인 과제목표성향에서 통계적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다.

김찬주(2006)는 운동종목선수의 성취목표성향이 성패귀인에 미치는 영향을 분석한 결과, 남자 개인종목 선수들의 경우 성취목표성향과 성공귀인에 미치는 영향을 분석한 결과, 정신력은 과제지향적 성취목표성향은 유의한 정적상관 관계가 있는 것으로 나타났으며, 컨디션 귀인, 지도력 귀인은 과제지향적 성취목표성향 및 자아지향적 성취목표 성향과 유의한 정적상관 관계가 있는 것으로 나타났다. 그리고 남자 대인종목 선수의 경우 정신력, 컨디션, 지도자 귀인은 과제지향적 및 자아지향적 성취목표성향과 유의한 정적상관 관계가 있는 것으로 나타났다. 반면에 여자 개인종목 선수의 경우 정신력 귀인, 컨디션 귀인, 팀웍 귀인, 운 귀인은 과제지향적 성취목표성향과는 정적상관 관계가 있는 것으로 나타났으며, 여자 대인종목 선수의 경우 정신력 귀인, 컨디션 귀인, 팀웍 귀인, 지도력 귀인은 과제지향 및 자아지향적 성취목표성향과 유의한 정적상관 관계가 있는 것으로 나타나 본 연구의 결과를 부분적으로 지지해주고 있다. 다음은 배영훈, 김창문, 한태준(2006)의 연구에서는 경기력 수준별에 따른 성공귀인의 하위요인인 능력요인, 컨디션 요인, 운 요인, 과제난이도 요인에서 통계적으로 유의한 차이가 있는 것으로 나타났으며, 경기력 수준에서 남자골퍼와 여자골퍼에서는 경기력 수준이 높을수록 성공귀인에 높게 영향을 미치는 것을 나타내고 있으며, 이주연(2012)은 고등학교 태권도 선수를 대상으로 성취목표성향이 성공귀인에 미치는 영향을 분석한 결과, 정신력, 지도력은 성취목표성향의 하위요인인 과제지향적 목표과 자아지향적 목표에 통계적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타나 본 연구의 결과를 부분적으로 지지해 주고 있다.

이와 같이 우수한 태권도 선수의 경우 시합에 대한 목표를 세우고 그 목표를 달성하기 위해 열심히 노력한다. 특히, 시합을 준비하는 선수들은 지속적인 훈련과정을 통해 자신이 열심히 노력하여 신체적, 정신적으로 잘 준비하느냐를 판단할 수 있으며, 이러한 판단과 결과는 지도자에 의해 이루어질 수 있으나, 정확한 평가는 선수 자신이 직접 느끼고 평가할 수 있 것이다. 따라서, 태권도

선수들이 자신의 경기수행능력과 신체적, 정신적 준비를 철저히 하였을 때 성공적인 경기결과를 얻을수 있는 것으로 사료된다.

둘째, 성취목표성향이 실패귀인에 미치는 영향을 단계적 회귀분석을 실시한 결과, 실패귀인의 하위요인인 자만심, 정신력 저하, 컨디션 난조에 영향이 미치는 예측요인으로 성취목표성향의 하위요인인 과제목표성향에서 통계적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다.

김찬주(2006)는 운동종목선수의 성취목표성향이 실패귀인에 미치는 영향을 분석한 결과, 남자 개인종목 선수들의 경우 정신력 저하, 심리적 부담 귀인은 자아지향적 성취목표성향과 정적 상관관계가 있는 것으로, 컨디션 난조, 자만심 귀인은 과제지향 및 자아지향적 성취목표성향과 정적 상관관계가 있는 것으로 나타났으며, 남자 대인종목 선수의 경우 팀웍부족 귀인은 자아지향적 성취목표성향과 낮은 정적 상관관계가 있는 것으로, 정신력 저하 귀인, 컨디션 난조 귀인, 자만심 귀인, 심리적 부담 귀인은 과제지향적 및 자아지향적 성취목표성향은 유의한 정적 상관관계가 있는 것으로 나타났다. 그리고 여자 개인종목 선수의 경우 팀웍 부족 귀인, 정신력 저하 귀인, 컨디션 난조 귀인, 자만심 귀인은 성취목표성향과 유의한 상관관계가 없는 것으로 나타났으며, 여자 대인종목 경우 팀웍 부족 귀인, 정신력 귀인, 컨디션 난조 귀인은 과제지향 및 자아지향적 성취목표성향과 정적 상관관계가 있는 것으로 나타났으며, 심리적 부담 귀인은 과제지향적 성취목표성향과 정적 상관관계가 있는 것으로 나타났으며, 이주연(2012)은 고등학교 태권도 선수의 성취목표성향이 실패귀인에 미치는 영향을 분석한 결과, 정신력 저하, 심리적 부담에 성취목표성향의 하위요인인 과제지향적 목표과 자아지향적 목표에 통계적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타나 본 연구를 부분적으로 지지해주고 있다.

5. 한국 태권도 선수의 자기관리전략이 성패귀인에 미치는 영향

첫째, 자기관리 전략이 성공귀인에 미치는 영향을 단계적 회귀분석을 실시한 결과, 성공귀인의 하위요인 중 정신력에 영향을 미치는 예측요인 중 정신관리, 훈련관리, 신체관리는 통계적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 컨디션에 영향을 미치는 예측요인 중 신체관리, 정신관리, 대인관리는 통계적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 다음은 시합 운에 영향을 미치는 예측요인 중 정신관리, 신체관리는 통계적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다.

김종욱, 조민선, 김현식(2007)은 유도선수를 대상으로 한 연구에서 자기관리 전략 요인 중 정신력 관리와 몸관리가 승리의지와 기량발휘에 가장 큰 직접적인 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 곽한병, 송민규(2011)은 태권도 선수를 대상으로 자기관리 전략의 하위요인인 대인관계, 몸관리 요인에서 코치 지도력, 자신감, 동료격려, 시합운에 매우 유의한 영향을 미치는 것으로 밝히고 있으며, 훈련계획관리, 개인생활관리는 코치지도력, 자신감, 동료격려에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 김주연(2012)은 고등학교 태권도 선수의 자기관리 전략이 성패귀인에 미치는 영향으로 정신관리, 대인관리는 정신력, 지도력에서 통계적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타나 본 연구의 결과를 지지해주고 있다.

이와 같이 자기관리는 개인 내적, 외적, 환경적 요인 등을 포괄하는 주제이며, 심리 행동적 전략의 하나로 개인의 목표를 달성하기 위해 신체적, 정신적인 면 뿐만 아니라 훈련과 사생활에 이르기까지 다양한 측면에서 스스로 철저해지는 것을 의미한다(유진 1996). 이러한 관점에서 자기관리는 스스로 자신의 목표달성을 위해 행동조절에 초점을 맞추어 좀 더 구체적인 목표를 추구하고 달성하기까지의 전 과정으로 운동선수에게 있어서는 가장 기본이 되는 행동양식이며, 스포츠 현장에서 자기관리는 경기력과 수행의 향상을 위해서 운동선수가 자신

을 통제하면서 개발 및 관리해 나아가는 과정으로, 운동선수에게는 경기결과의 승패와 선수생활의 성공과 실패에 밀접한 연관성을 두고 있다(허정훈, 2000).

둘째, 자기관리 전략이 실패귀인에 미치는 영향을 단계적 회귀분석을 실시한 결과, 실패귀인의 하위요인 중 자만심에 영향을 미치는 예측요인으로 훈련관리에서 통계적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 정신력 저하에 영향을 미치는 예측요인 중 훈련관리, 몸관리는 통계적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 다음은 컨디션 난조에 영향을 미치는 예측요인으로 자기관리전략 하위요인인 훈련관리, 정신관리가 통계적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이인화(2003)는 승패의 원인을 양적연구의 결과를 설명하기 위한 목적으로 질적연구에 수행되는 순차적 양적-질적 통합방법의 연구로서 패배한 선수는 대체로 지도자의 반응에 선수의 운동정서에 영향을 주고 있으며, 또한 시합 내용 및 상대실력의 영향은 컨디션이 좋지 않은 상태로 시합을 임했을 때, 득점이 안 되는 상황, 시합 중 실수를 했을때, 자신보다 실력이 안 좋은 상대와 경기를 했어 이겼을때는 힘이 빠진다고 응답하고 있어, 패배에 대한 원인으로 제시하고 있다. 다음으로 현숙희(2006)은 유도선수의 특성불안과 귀인형태와의 관계에서는 실패의 경우는 운귀인을 결과 변인으로 설정하여 분석한 결과 귀인형태의 하위변인인 운귀인에 정적인 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 곽한병, 송민규(2010)는 태권도 선수의 자기관리전략이 성패귀인에 미치는 영향에서는 자기관리전략에 따른 실패귀인의 하위요인인 컨디션조절미흡, 정신력미흡, 격려미흡에 매우 유의한 영향을 미치는 것으로 나타나 본 연구의 결과를 지지해 주고 있다.

6. 한국 태권도 선수의 스포츠 자신감이 성패귀인에 미치는 영향

첫째, 성공귀인에 영향을 주는 스포츠 자신감의 단계적 회귀분석의 결과, 정신력에 영향을 미치는 예측요인 중 신체적, 정신적 준비, 능력입증은 통계적으로 유의한 영향이 미치는 것으로, 성공귀인의 하위요인 중 컨디션에 영향을 주는 스포츠 자신감의 단계적 회귀분석의 결과, 컨디션에 영향을 미치는 예측요인 중 코치지도력, 능력입증, 신체적, 정신적 준비는 통계적으로 유의한 영향이 미치는 것으로 나타났으며, 성공귀인의 하위요인 중 시합 운에 영향을 주는 스포츠 자신감의 하위요인인 신체적, 정신적 준비, 코치지도력이 통계적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다.

신동성(1998)은 경기 전 최상의 컨디션을 유지하는 방법을 다음 네 가지로 기술한다. 첫째, 경기장소로 이동할 때 마음의 준비성이다. 현지에 가서 사용할 물건이나 상황을 사전에 준비함으로써 당황하지 않고 시합을 준비함으로써 컨디션을 유지하였다.

둘째, 현지 적응으로 시차, 온도, 습도, 고도 등으로 구분하여 환경 변화에 따른 다양한 불안 요인에 대비해야 한다. 셋째, 시합을 대비한 준비로 경기 전후의 음식섭취, 수면, 목욕방법 등을 설명했다. 넷째, 기타 요소로 효과적인 수분과 염분섭취와 비타민과 무기질, 알콜, 그리고 부부관계 등에 대해 경기전 최상의 컨디션 유지 방법을 설명한다. 고등학교 운동선수 162명에게 컨디션이란 무엇인가에 대한 개념을 개방형 설문지로 확인한 결과 운동선수들이 컨디션을 몸과 기분상태로 인지하며, 그 외에도 자신감, 리듬, 느낌, 정신력으로 표현하였다. 컨디션이 좋다는 것과 나쁘다는 것이 어떤 상태를 말하는지에 대한 결과는 컨디션이 좋다는 것은 신체, 정신, 사회, 기타의 일반 영역에 신체적 안정감, 피로 회복, 자신감, 적정 수준의 긴장감, 심리적 안정감, 승리 예감, 기

분 성취감, 가족과 동료 친화, 날씨, 기록 상승, 규칙적 생활, 경기력, 적정량의 운동 등이였으며, 컨디션이 나쁘다는 것은 신체, 정신, 사회, 기타의 일반 영역에서 신체적 불안정감, 피로 누적, 자신감 결여, 과도한 긴장, 불안, 기분, 의욕 저하, 부담감, 스트레스, 주의 분산, 성취 좌절, 심리적 중압감, 동료와 가족 불화, 날씨, 불규칙한 생활 등으로 나타났다. 또한, 컨디션을 좋게 하기 위해 어떤 방법을 사용하는가라는 질문에 선수들은 음식 조절, 몸관리, 휴식, 자기 조절, 긍정적 심상, 음악 감상, 긍정적 행동, 적당량의 운동, 일상적 생활, 오락, 동료와 이성 교제 등의 컨디션 조절 방법을 사용하였다. 마지막으로 운동선수들은 컨디션이 경기 승패에 많은 영향을 미친다는 생각에 컨디션을 자신의 힘과 기량을 최대한 낼 수 있는 몸과 기분상태라고 제시하였다.

임종은(2000)은 남녀 테니스 선수를 대상으로 성별에서 성공시 능력귀인에 통계적으로 유의한 영향을 미쳤으며, 경기력 수준에서 능력요인, 노력요인, 과제난이도는 통계적으로 유의한 영향이 있으며, 배영훈, 김창문, 한태준(2006)은 경기력 수준별에 따른 성공귀인의 하위요인인 능력요인, 컨디션요인, 운요인, 과제난이도 요인에서 통계적으로 유의한 차이가 있는 것으로,

둘째, 실패귀인에 영향을 주는 스포츠 자신감의 단계적 회귀분석의 결과, 실패귀인의 하위요인 중 자만심에 영향을 주는 스포츠 자신감의 하위요인인 능력입증만이 통계적으로 유의한 영향이 미치는 것으로, 정신력 저하에 영향을 주는 스포츠 자신감의 하위요인인 코치지도력, 능력입증이 통계적으로 유의한 영향이 미치는 것으로 나타났다.

김원배, 윤영길(2003)은 한국형 스포츠 귀인 측정도구 개발에서 패배귀인요인 중 컨디션 난조와 체력저하의 원자료를 분석한 결과로 컨디션 조절실패, 당일날 몸상태가 나쁘기 때문에, 몸이 잘 안 풀려서, 체력이 부족했기 때문에, 체력이 저하 등으로 밝혀, 본 연구결과에서 자기관리실패와 컨디션조절실패의 원자료를 분석결과 실패귀인의 원인인 시합전 충분한 스트레칭을 하지 못하였을 때,

몸을 잘 풀지 않고 경기를 임하였을 때, 평상시 자기관리를 못하였기 때문에, 무리한 체중감량을 컨디션 조절을 실패하였기 때문에, 컨디션 조절실패로 일어나는 체력저하 등은 경기력 저하 혹은 경기에서 패배의 원인을 제시하였으며, 이경원(2006)은 배드민턴 선수를 대상으로 경기승패 및 귀인형태의 차이를 분석한 결과 귀인형태에서 노력, 난이도, 도구요인에서 입상선수가 높았으며, 운, 능력 동료요인에서 비입상선수가 높게 지각하여 통계적으로 유의한 차이가 있어 본 연구의 결과를 부분적으로 지지하고 있다.

김원배, 윤영길(2003)은 한국형 스포츠 귀인 측정도구 개발에서 패배귀인요인 중 능력부족의 원자료를 분석한 결과, 실력이 부족했어, 기술이 부족했기 때문, 실전 경험이 부족, 기량발휘를 못했어 등은 실패귀인의 원인으로 밝혀, 장은숙(2009)은 여자 선수를 대상으로 훈련을 임하거나 경기를 운영할 때 지도자의 역할이 중요한 하다. 특히 여자 선수들의 경우 스파르타식 지도법과 강압적인 지도자는 경기에 임하는 선수에게 심리적 부담으로 경기에서 좋은 성과를 거두지 못한다. 이를 지도결과의 실패원인으로 가져오는 요인으로 제시하여 본 연구의 결과를 부분적으로 지지해주고 있다.

Ⅵ. 결론 및 제언

1. 결 론

본 연구는 한국 태권도 선수의 성취목표성향이 자기관리전략과 스포츠 자신감이 성패귀인의 관계를 규명하여, 성공과 실패에 대한 경기결과를 예측할 수 있는 심리적 요인을 분석하여 실제 태권도 현장에서 지도자 및 선수들에게 경기상황에 맞는 정보를 제공하여 태권도 지도의 효율성과 경기력 향상을 도모하기 위한 체계적인 연구를 수행하였다. 이러한 목적을 달성하기 위해 2013년 대한태권도협회 경기단체 등록한 고등부, 대학부, 일반부 남녀 태권도 선수를 연구대상으로 총 1,013명을 선정하였다. 자료처리 방법은 신뢰도분석, 요인분석, 독립표본 t-검증, 일원변량분석, Scheffe 사후검증, 단계적 회귀분석 등을 사용하였다. 이상과 같은 연구절차를 통해 나타난 결론은 다음과 같다.

첫째, 성별에 따른 성취목표성향의 하위요인 중 과제목표성향은 여자가 남자보다 평균점수가 높았으며, 통계적으로 유의한 차이가 있었다.

둘째 성별, 소속에 따른 자기관리 전략의 차이를 분석한 결과는 성별에 따른 자기관리 전략의 차이는 신체관리, 정신관리, 훈련관리, 대인관리의 모든 하위요인에서 통계적으로 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다.

셋째, 성별, 소속에 따른 스포츠 자신감의 차이는 능력입증에서만 통계적으로 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다.

넷째, 성별과 소속별에 따른 성공귀인의 차이는 하위요인의 컨디션, 시합운에서 통계적으로 유의미한 차이가 나타났으며, 성별에 따른 실패귀인의 차이는 컨디션 난조에서만 유의한 차이가 있었으며, 소속에 따른 실패귀인의 차이는 컨디션 난조를 제외한 자만심, 정신력저하에서 통계적으로 유의한 차이가 나타났다.

다섯째, 한국 태권도 선수들의 성취목표성향이 자기관리 전략에 미치는 영향을 단계적 회귀분석을 실시한 결과는 성취목표성향은 자기관리 전략의 하위요인 중 신체관리, 정신관리, 훈련관리, 대인관리 모두 통계적으로 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다.

여섯째, 한국 태권도 선수들의 성취목표성향이 스포츠 자신감에 미치는 영향을 단계적 회귀분석을 실시한 결과는 스포츠 자신감의 하위요인인 능력입증, 코치지도력, 신체, 정신준비 모두 통계적으로 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다.

일곱째, 한국 태권도 선수들의 성취목표성향이 성공귀인에 미치는 영향을 단계적 회귀분석을 실시한 결과, 성공귀인의 하위요인 중 정신력, 컨디션, 시합운에서 통계적으로 유의미한 영향이 미치는 것으로 나타났으며, 한국 태권도 선수들의 성취목표성향이 실패귀인에 미치는 영향을 단계적 회귀분석을 실시한 결과는 실패귀인의 하위요인 중 자만심, 정신력 저하. 컨디션 난조에서 통계적으로 유의미한 영향이 미치는 것으로 나타났다.

여덟째, 한국 태권도 선수들의 자기관리전략이 성공귀인에 미치는 영향을 단계적 회귀분석을 실시한 결과는 정신력, 컨디션, 시합 운에서 통계적으로 유의미한 영향이 미치는 것으로 나타났으며, 한국 태권도 선수들의 자기관리전략이 실패귀인에 미치는 영향을 단계적 회귀분석을 실시한 결과는 자만심, 정신력 저하, 컨디션 난

조에서 통계적으로 유의미한 영향이 미치는 것으로 나타났다.

아홉째, 한국 태권도 선수들의 스포츠 자신감이 성공귀인에 미치는 영향을 단계적 회귀분석을 실시한 결과는 정신력, 컨디션, 시합 운에서 통계적으로 유의미한 영향이 미치는 것으로 나타났으며, 한국 태권도 선수들의 스포츠 자신감이 실패귀인에 미치는 영향을 단계적 회귀분석을 실시한 결과는 자만심, 정신력 저하, 컨디션 난조에서 통계적으로 유의미한 영향이 미치는 것으로 나타났다.

2. 제 언

본 연구는 한국 태권도 선수들의 성취목표성향, 자기관리 전략, 스포츠 자신감, 성패귀인와의 관계를 규명하기 위하여 실시하였다. 따라서 이에 대한 후속 연구가 지속적으로 진행되어야 할 것으로 판단하여 후속연구에 대한 제언은 다음과 같다.

첫째, 본 연구는 태권도 경기겨루기 선수를 대상으로 분석이 이루어졌으며, 사후연구에서는 태권도 경기종목으로 실행되고 있는 경기품새 및 시범종목 태권도 선수를 대상으로 총체적인 연구가 이루어져야 할 것이다.

둘째, 본 연구는한국 태권도 선수의 심리적 변인과 함께 성패귀인에 대한 연구가 진행되었지만, 사후연구에서는 경기력을 예측할 수 있는 다각적인 연구가 지속적으로 이루어져야 하겠다.

참고문헌

고은철(2013). 고등학교 태권도 선수의 자기관리와 심리기술 및 인지된 수행의 관계. 단국대학교 대학원 석사학위논문.

구본칠, 김찬주(2005). 고등학교 선수의 성격특성과 귀인과의 관계. 한국스포츠리서치, 제16권, 제6호. pp. 51-61.

곽한병, 송민규(2010). 한국 태권도 선수의 자기관리 전략이 성패귀인에 미치는 영향. 한국체육과학회지, 19(2), pp. 3-13.

김대은(2010). 체조선수의 자기관리와 체조경기 상황 대처의 관계. 한국체육대학교 체육대학원 석사학위논문.

김미량, 이동현(2009). 복싱선수의 성취목표성향과 자기관리 및 스포츠대처 전략의 관계. 한국체육학회지-인문사회과학. pp. 139-148

김병준(1998). 스포츠심리학에서 비교문화 연구전략. 한국스포츠심리학회지, 제9권 2호, pp. 63-81.

김병준(2003). 운동선수의 자기관리 행동의 측정. 체육과학연구, 제14호, 제4호. pp. 125-140.

김병현, 이한규, 엄한주(1998). 한국형 정신력 검사지 개발(Ⅰ), 한국체육과학연구원, 체육과학연구과제 종합보고서.

김병준, 유 진, 허정훈(2001). 대학운동 선수들의 자기관리 전략 : 평소연습과 시합상황의 비교. 한국체육학회지, pp. 187-198.

김병준(2001). 한국판 신체적 자기개념 측정도구 개발. 한국스포츠심리학회지, 12(2), pp. 69-90.

김병준(2003). 운동선수의 자기관리 행동의 측정. 체육과학연구, 제14호, 제4호. pp. 125-140.

김병훈(2013). 대학운동선수의 스포츠 능력믿음이 성취목표성향과 내적동기에

미치는 영향.

경희대학교 교육대학원 석사학위논문.

김병태(2011). 태권도 선수의 성취목표성향이 스포츠 자신감 및 경쟁상태불안에 미치는 영향. 대구카톨릭대학교 대학원 박사학위논문.

김성은(2005). 여자 프로농구선수들의 성취목표지향성과 내적동기가 스포츠 자신감에 미치는 영향. 용인대학교 교육대학원 석사학위논문.

김성옥(1998). 스포츠심리학. 서울: 태근문화사

김성옥(2003). 귀인 스포츠 행동. 스포츠 행동의 심리학적 기초. 태근문화사.

김성준(2012). 기계체조지도자의 변혁적 리더쉬과 성취목표성향 및 인지된 경기력의 관계. 단국대학교 교육대학원 석사학위논문.

김원배(1999). 스포츠 자신감 질문지(SSCQ)의 타당성 검증. 한국스포츠심리학회지, 제10권, 제2호, pp. 107-122.

김원배(2001). 투기종목 선수의 정신력 개념구조 탐색 및 측정도구 개발. 서울대학교 대학원 박사학위논문.

김원배(2002). 스포츠 정신력 개념 구조 탐색 및 측정도구 개발. 한국스포츠심리학회지 13(3), pp. 21-41.

김원배, 윤영길(2003). 한국형 스포츠 귀인 측정도구 개밸, 한국스포츠심리학회지, 14(1), pp. 27-49.

김응수(2001). 사격선수의 경기성패에 대한 귀인특성 연구. 서울여자대학교 교육대학원 석사학위논문.

김의종(2007). 스포츠컨디션의 심리학적 개념구조 및 타당성 검증. 국민대학교 대학원 박사학위논문.

김주연(2012). 고등학교 태권도 선수의 성취목표성향이 자기관리 전략과 성패귀인에 미치는 영향. 관동대학교 교육대학원 석사하위논문.

김주희(2004). 청소년 골프선수들의 지각된 성공과 실패에 대한 귀인형태와

정서에 관한 연구. 한국스포츠리서치, 15(4), pp. 1125-1136.
김종이(2012). 하키선수들의 자기관리 행동과 심리적 기술이 스포츠 자신감에 미치는 영향. 조선대학교 대학원 박사학위논문
김종욱, 조민선, 김현식(2007). 스포츠 지도자의 리더쉽과 선수의 자기관리 및 경기력의 관계. 한국체육학회지-인문사회과학. 46권 6호, pp.335-343
김재철(2011). 복싱선수의 성취목표성향과 자기관리 및 경기력의 관계. 한국체육대학교 대학원 석사학위논문.
김찬주(2005). 운동선수의 성격과 성취목표성향 및 경쟁불안이 성패귀인에 미치는 영향. 경남대 학교 대학원 박사학위논문.
김찬주(2006). 종목별 운동선수의 성격과 성취목표성향 및 경쟁불안이 성패귀인에 미치는 영향. 한국스포츠리서치, 제17, 통권95호, pp. 511-520.
김한별(2006). 골프선수들의 스포츠자신감이 귀인지각에 미치는 영향. 한국체육대학교육대학원 석사학위논문.
박철우(2009). 고교야구선수들의 성취목표성향이 내적동기와 스포츠자신감에 미치는 영향. 경성대학교 교육대학원 석사학위논문.
배영훈(2004). 일반 골퍼의 성취목표성향과 스포츠 참여 동기 및 몰입과 귀인유형의 관계. 경성대학교 대학원 박사학위논문.
배영훈, 김창문, 한태준(2005). 일반골퍼의 성취목표성향과 경쟁상태불안이 경기력에 미치는 영향. 한국스포츠리서치, 제16권, 제4호, pp. 645-654.
변영신(1993). 운동경쟁상황에서의 동기적 분위기가 성취목표지향성 및 지각된 유능감에 미치는 영향. 이화여자대학교 대학원 박사학위논문.
안주미(2006). 에어로빅체조 선수의 스포츠자신감이 귀인유형, 지속과 탈퇴에 미치는 영향. 연세대학교 대학원 박사학위 논문.
안주미, 여인성(2010). 에어로빅체조선수의 스포츠자신감이 귀인유형, 지속과 탈퇴에 미치는 영향. 한국사회체육학회지, 제39권 제2호, pp. 787-800.

안희구(2003). 고교 조정선수들의 성공과 실패, 목표성향이 귀인유형에 미치는 영향. 한국체육과학회지, 42(5), pp. 161-170.

오정묵(2008). 음악줄넘기 운동이 중학생들의 성취목표성향 및 내적동기에 미치는 영향. 전남대학교 대학원 석사학위논문.

유 진(1996). 운동선수들의 심리적 기술 검사지 개발, 한국체육학회지, 35(3). pp. 107-124.

유 진, 허정훈(2001). 체육성취목표지향성과 동기분위기가 지각이 내적동기와 운동수행에 미치는 효과. 한국스포츠심리학회지. 12(1), pp. 109-123.

유 진, 허정훈(2002). 스포츠심리학: 스포츠 심리기술 질문지 개발의 타당화. 한국체육학회지-인문사회과학. 제4권, 제3호, pp. 41-40.

유 진, 허정훈(2004). 국가대표선수들의 자기관리 전략. 한국스포츠심리학회, 제15권, 제3호, pp. 27-52.

윤영길(2004). 축구 경기력 결정 심리요인의 위계적 중요도. 서울대학교 대학원 박사학위논문.

임광열(2011). 대학, 실업 태권도 선수들의 성취목표지향성과 스포츠자신감의 관계. 경원대학교 교육대학원 석사학위논문.

임종은(2000). 성취목표성향과 내적동기가 스포츠 자신감과 귀인형태에 미치는 효과. 한국체육대학교 대학원 박사학위논문.

엄성호(2003). 우수 양궁선수의 시합집중을 위한 인지행동 전략. 한국스포츠심리학회지 14(1). pp. 51-68.

이만옥(2010). 태권도 선수의 시합 전 자기관리와 경쟁불안이 신체적 자기개념 및 경기수행 성취목표성향에 미치는 영향. 경희대학교 체육대학원 박사학위논문.

이경원(2006). 실업 배드민턴 선수의 경기승패 요인이 귀인형태에 미치는 영향. 용인대학교 교육대학원 석사학위논문.

이상기(2001). 펜싱선수들의 스포츠자신감 수준이 귀인지각에 미치는 영향. 한국체육대학교 대학원 석사학위논문.

이동숙(2010). 무용열정의 심리적 개념 구조. 세종대학교 대학원 박사학위논문.

이영모(2012). 대학 태권도 선수의 자기관리 전략이 운동열정, 운동정서, 인지된 경기력에 미치는 영향. 단국대학교 교육대학원 석사학위논문.

이원익(2009). 유도 엘리트 선수와 지도자 간의 상호작용에 대한 질적 연구. 용인대학교 대학원 박사학위논문. pp.1

이왕성(2007). 고교 운동선수들의 성취목표성향이 진로결정유형에 미치는 영향. 단국대학교 교육대학원 석사학위논문

이지훈(2007). 한국 태권도 지도자의 귀인 측정도구 개발. 고려대학교 대학원 박사학위논문.

이유미(2009). 여자농구선수들의 성취목표성향과 자기관리의 관계. 숙명여자대학교 교육대학원 석사학위논문.

이영환(2009). 체육계열 지망생의 성취목표성향이 자기관리와 스포츠 자신감에 미치는 영향. 부산대학교 교육대학원 석사학위논문

임낙철 (2008). 지체장애선수의 정서, 열정, 생활만족, 시합전략. 성균관대학교 대학원 박사학위논문.

임종은(2002). 성취목표성향과 내적동기가 스포츠 자신감 및 귀인형태에 미치는 효과. 한국체육 대학교 대학원 박사학위논문.

서유진(2005). 직업무용수의 자기관리 개념 구조. 서울대학교 대학원 석사학위논문.

성장훈(1995). 성취목표성향과 목표설정 유형이 동기적 행동 및 운동수행에 미치는 영향. 서울대학교 대학원 박사학위논문.

성장훈, 조정훈(1999). 청소년의 신체적 자기-지각 구성요인 탐색. 한국스포츠심리학회지, 10권 2호, pp. 171-191

송민규(2011). 한국 태권도 선수의 성패귀인 측정도구 개발. 경기대학교 일반대학원 박사학위논문.

전선혜(1992). 자기효능감 및 불안과 스포츠 수행과 구조적 관계. 이화여자대학교 대학원 박사학위논문.

장재근(2008). 고교 육상선수들의 성취목표성향과 귀인유형이 내적동기에 미치는 영향. 성균관대학교 대학원 박사학위논문.

장은숙(2009). 국가대표 여자태권도 선수의 경기력 요인분석. 한국체육대학교 대학원 석사학위 논문. pp. 7.

정두리(2011). 고교 태권도 선수들의 성취목표성향이 자신감에 미치는 영향. 청주대학교 교육대학원 석사학위논문.

정소연(2006). 프로 무용수의 자기관리 인식에 따른 공연성패분석. 중앙대학교 교육대학원 석사학위논문.

정용각(1997). 여가운동참가자의 스포츠 참여 동기, 각성추구, 정서의 요인이 스포츠 몰입에 미치는 영향. 부산대학교 대학원 박사학위논문.

정재희(2011). 스포츠 자신감이 배드민턴 선수의 경기력에 미치는 영향. 대구카톨릭대학교 석사학위논문.

정청희, 김병준(1999). 스포츠심리학의 이해. 도서출판 금강.

천길영, 전기영(2003). 중, 고등학교 유도선수들의 성취목표성향이 귀인유형에 미치는 영향. 한국스포츠리서치, 제14권 제4호. pp. 653-662.

조현철, 김종식(2011). 대학 유도선수 성별과 운동경력에 따른 경쟁상태 불안이 경기력의 관계분석. 대한무도학회지, 13(3). pp. 151-159.

최무현, 김신호(2009). 고등부 유도선수의 일반적 성격특성이 성패귀인에 미치는 영향. 한국스포츠리서치, 제20권, 제2호, pp. 3-11.

최상준(2010). 태권도 지도자의 멘토링이 선수의 성취목표지향성, 스포츠 자신감 및 자기관리행동에 미치는 영향. 경희대학교 체육대학원 박사학위논문.

최유리, 김현식(2001). 태권도 선수의 멘토링과 자기관리 및 자신감의 관계. 한국스포츠학회. 10권, 2호, pp. 77-88.

최영옥(1988). 결과정위, 특성스포츠자신감, 상태스포츠 자신감이 경기결과와 귀인형태에 미치는 영향. 한국체육학회, 26, pp. 145-149.

최종인(2000). 태권도 경기에서의 승패와 성별이 귀인에 미치는 영향. 창원대학교 교육대학원 석사학위논문.

추수진(2011). 대학운동선수의 성취목표성향이 승부근성 및 운동몰입에 미치는 영향. 경희대학교 교육대학원 석사학위논문.

허정훈, 김병준, 유 진(2001). 대학운동선수들의 자기관리 전략 : 평소 연습과 시합 상황의 비교. 한국체육학회지, 40(1), pp. 187-198.

허정훈(2001). 운동선수 자기관리 측정도구의 구조적 타당화와 인과모형 검증. 중앙대학교 대학원 박사학위논문.

허정훈(2004). 스포츠 귀인측정 : 방법론적 쟁점과 미래연구 방향. 한국스포츠리서치, 제15권, 제5호, pp. 589-560.

현숙희(2006). 유도선수들의 심리적 요인과 귀인유형과의 관계. 용인대학교 대학원 박사학위논문.

홍재표, 차정훈, 전승훈(2005). 유도선수들의 스포츠 자신감 수준이 귀인형태에 미치는 영향. 한국스포츠리서치 제16권 제2호, pp. 597-605.

홍준희(2001). 스포츠 상황에서 자기조절 초점과 목표추구 행동 간의 관계. 서울대학교 대학원 박사학위논문.

스포츠 심리학 핸드북(2005). 한국스포츠 심리학회편. pp. 170-178.

Ames, C.(1984). *Achievement attributions and self instruction competitive and individualistic goal structures.* Journal of Educational Psychology,

76, pp. 478-487.

Ames, C.(1987). *Competitive, cooperative & individualistic goal structures : A motivational analysis.* In R. Ames& C.Ames(Eds). NY: Academic Press

Ames, C.(1992). Classrooms; Goals, structures, and student motivation. *Journal of Educational Psychology*, 84, pp. 261-271.

Bandura, A. (1990). Perceived self-efficacy in the exercise of personal agency. *Journal of Applied Sport psychology, 2, pp. 128-163.*

Brawlely, L. R., & Roberts, G. C.(1984). Attributions in sport: Research fo undations, characteristics, and limitations. In John M. Silva & Weinber(Eds.). Psychological foundations of sport. Champaign IL.: Human Kinetics.

Burton, D.(1993). *Goal setting in sport. In R. N. Singer, M, Murphy, & L. K. Tennant(Eds.), Handbook on research in sport psychology(pp. 467-481).* NY : Macmillan Publishing Company.

Cyert, R, & March, J. G.(1983). A behavioral theory of the firm. Engleewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.

Duda, J. L.(1992). The relationship between task and ego orientation the perceived purpose of sport among high school athletics. Journal of Sport and Exercise Psychology, 11, pp. 318-335.

Duda, J. L.(1993). A goal perspective theory of meaning and motivation in sport. In the 8th World congress of sport psychology proceeding, Lisborn, Portugal, 65-81.

Duda, J. L. & Nicholls, J. G.(1989). The task and ego orientation in sport questionnaire: Psychometric Properties. Unpublished manuscript.

Duda, J. L. & Nicholls, J. G.(1992). The task and ego orientation in sport questionnaire: Psychometric Properties. Unpublished manuscript.

Duda, J. L., Chi, I., & Newton, M.(1990). Psychometric characteristics of the TEOSQ. Paper resented at the Annual Meeting of the North American Society for the Psychology of Sport & Physical Activity, University of Houston, TX.

Dweck, C. S. (1986). *Motivational processes affecting learning.* American Psychologist,41(10), pp. 1040-1048. Edwardsville, IL : Southern Illinois University Press.

Elliot, A. J., & Dweck, C. S.(1986). Goal; An approach to motivation and achievement, Journal of Personality and Social Psychology, 54, pp. 5-12

Feltz, D. L.(1982). *Path analysis of the causal in Bandura's theory ofself-efficacy and anxiety-based model of avoidance behavior.* Journal of Personality and Social Psychology, 42, 774-781.

Freedman, J. L. Sears, D. O. & Carlsmith, J. M.(1981). Socia lO sychology. Englewood Cliffs, N.J.: Prentic-Hall.

Locke, E. A., Shaw, K. N., Sarri, L. M., & Latham, G. P.(1981). Goal setting and task performance. Psychological Bulletin, 90, pp. 125-152.

Locke, E. A., & Latham, G. P.(1982). The application of goalsetting to sports. Journal of sport psychology. 7. pp. 205-222.

Loehr, J.(1982). Athletic Excellence: Mental Toughness Training for Sports, Forum Publishing Company, Denver.

Heider, F.(1944). Scoial perceptions and phenomenal causality. Psychological Review, 51, pp. 358-374.

Heider, F.(1958). The Psychology of Interpersonal Relatiosns. N.Y.: *John Wiley & Academic press, pp. 115-144.*

Kelley, H. H. (1967). Attribution theory in social psychology. In Nebraska sy mposium on motivation, David Levinc, Lincoln(ed.), N. B,; University of Nebraska Press.

Kanfer, F. H. (1970). Self Regulation: Research, issues,and speculation. In C. Neckinger and H, L. Michael(Eds), Behavior modification in elliptical psychology. New York: Appleton-Century-Crofts.

Kanfer, F. H.(1971). The maintenance pfbehaviorby self-generated stimuli and foinfor cement. In A. JacobsandL. B. Sachs(Eds). The psychology of presents. New York; Academic Press.

Jones, E. E. (1977). *From acts to dispositions; The attribution process in person perception. in L.* Berkowits(ed), *Advances in Experimental Social Psychology, 2, N. Y,.; cademic press, pp. 219-266.*

Jones, E. E. & Davis. K. E. (1965). From acts to dispositions; The attribution process in person perception. in L. Berkowits(ed), *Advances in Experimental Social Psychology, 2, N. Y,.; Academic press, pp. 219-266.*

Nicholls, J. G.(1984). Achievement motivation: Conception of ability, subjective experience, task choice, and performance. Psychological Review, 91, pp. 328-346.

Nicholls, J. G. (1989). The competitive ethos and democratic education. cambridge, M. A.: Harvard University Press.

Nicholls, J. G.(1992). The general and the specific in the development and expression of achievement motivation. In G. Roberts(Ed.). IL:

Human Kinetics, pp. 31-56.

McAuley, E. Russell, D., & Gross, J. B. (1983). Affective consequences of winning and losing: An attributional analysis. Journal of Sport Psychology, 5, pp. 278-287.

Maehr, M. L., & Nicholls, J. L.(1980). Culture and achievement motivatio: Asecond look. In N. Warren(E.D.), Studies in cross-cultural psychology. New York: Academic Press.

Roberts, G. C., & Kleiber, D. A., & Duda, J. L.(1981). An analysis of motivation in children's sport : *The role of perceived competence in particpation. Journal of Sport Psychology, 3, pp. 206-216.*

Roberts, G. C.(1982). *Motivation in sport & exercise: Conceptual constraints & conceptual convergence. In* G. C. Roberts (Ed). Champaign, IL: Human Kinetics, pp. 3-30.

Russell, D. (1982). The causal dimension scale: A measure of how indivdual sperceive uses. Journal of Personality and Psychology, 42, 6, pp. 1137-1145.

Simon, H. A. (1964). On the concept of organizational goal. Administrative Science Quarterly, 9, pp. 1-22.

Thoresen, C. E., & Mahoney, M. J.(1974). Behavioral self control. New York: Holt, Rinehartand Winson.

Vealey, R. S.(1986). *Conceptualization of sport-confidence and competitive orientation: Preliminary investigation and instrument development.* Journal of Sport Psychology, 8, pp. 221-246.

Vealey, R. S.(1988). *Future directions in psychological skill training.* The sport Psychologist, 2, pp. 318-336.

Weinberg, R. S.(1992). Goal setting and motor performance: A review and critique. In G. C. Roberts(Ed.), Motivation in sport and exercise(pp. 177-197). Champaign, IL: Human Kinetics.

Weiner, B. (1972). Thories of motivation : From Mechanism to cognition. Chicago Ⅲ:Rand McNally.

Weiner, B. (1986). An attributon theory of motivation and emotion. *ychological Reciew, 92, 4, pp. 548-573.*

Weinberg, R. S.(1992). Goal setting and motor performance: A review and critique. In G. C. Roberts(Ed.), Motivation in sport and exercise(pp. 177-197). Champaign, IL: Human Kinetics.

Weinberg, R. S., & Gould, D.(1996). *Foundations of sport and exercise psycholgy. Champaign, Ⅱ: Human Kinetice.*

<부 록>

설 문 지

귀중한 시간 내주셔서 감사합니다.

본 연구는 한국 태권도 선수의 성취목표성향, 자기관리, 스포츠 자신감, 성패귀인에 미치는 영향이라는 주제로 연구를 수행하게 되었습니다.

본 연구는 학위논문 준비를 위한 연구과정의 일환으로 수행되는 것으로써 귀하의 답변은 소중한 기초자료로 사용될 것입니다. 본 설문지의 각 문항에는 정답이나 오답이 없으며 응답하신 개인의 신상에 관한 정보는 연구목적 이외에는 사용되지 않습니다. 귀하의 성실하고 적극적인 답변은 본 연구에서 중요한 연구 자료의 기초가 되오니 한 문항이라도 빠짐없이 응답하여 주시기 바랍니다. 본 연구조사에 협조해 주셔서 진심으로 감사드리며, 귀하의 발전과 행운을 기원합니다.

연구자 : 조선대학교 교육대학원 김종민

1. 다음은 귀하의 일반적인 특성에 관한 질문입니다. 각 문항을 읽어보신 후 적합하다고 생각되는 번호에 체크(✓)해 주시기 바랍니다.

성별	**① 남 자< > ② 여 자 < >**
소속	**① 고등부< > ② 대학부< > ③ 일반부 < >**

2. 다음은 귀하의 성취목표성향(TEOSQ)에 관한 질문입니다. 각 문항을 읽으신 후

적합하다고 생각하는 번호에 체크(✓)를 해주시기 바랍니다.

문항	내용	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	보통이다	그렇다	매우 그렇다
1	나는 나 혼자만이 어떤 플레이나 운동기술을 할 수 있을 때 가장 잘했다는 느낌이 든다.	①	②	③	④	⑤
2	나는 새로운 기술을 배우고 더 많이 연습 할 때 가장 잘했다는 느낌이 든다.	①	②	③	④	⑤
3	나는 내 동료보다 더 잘할 때 가장 잘했다는 느낌이 든다.	①	②	③	④	⑤
4	나는 남들이 나 만큼 못할 때 가장 잘했다는 느낌이 든다.	①	②	③	④	⑤
5	나는 재미있는 무엇인가를 배울 때 가장 잘했다는 느낌이 든다.	①	②	③	④	⑤
6	나는 다른 선수들은 실수를 하지만, 나는 그렇지 않을 때 가장 잘했다는 느낌이 든다.	①	②	③	④	⑤
7	나는 땀 흘려 노력해서 새로운 기술을 배울 때 가장 잘했다는 느낌이 든다.	①	②	③	④	⑤
8	나는 정말로 열심히 연습할 때 가장 잘했다는 느낌이 든다.	①	②	③	④	⑤
9	나는 나 혼자서 득점을 거의 다 할 때 가장 잘했다는 느낌이 든다.	①	②	③	④	⑤
10	나는 무엇인가를 배우고 좀 더 많이 연습을 할 때 가장 잘했다는 느낌이 든다.	①	②	③	④	⑤
11	나는 내가 일들을 하거나 제일 잘 할 때 가장 잘했다는 느낌이 든다.	①	②	③	④	⑤
12	나는 배운 운동 기술을 제대로 했다고 여겨질 때 가장 잘했다는 느낌이 든다.	①	②	③	④	⑤
13	나는 최선을 다 할 때 가장 잘했다는 느낌이 든다.	①	②	③	④	⑤

3. 다음은 귀하의 자기관리에 관한 질문입니다. 각 문항을 읽어보신 후 적합하다고 생각되는 번호에 체크(✓)해 주시기 바랍니다.

문항	내용	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	보통이다	그렇다	매우 그렇다
1	나는 부족한 점을 개인 연습한다.	①	②	③	④	⑤
2	나는 동료와 원만한 관계를 유지한다.	①	②	③	④	⑤
3	나는 규칙적인 훈련을 한다.	①	②	③	④	⑤
4	나는 훈련일지를 쓴다.	①	②	③	④	⑤
5	나는 항상 긍정적으로 생각한다.	①	②	③	④	⑤
6	나는 평소 몸을 아낀다.	①	②	③	④	⑤
7	나는 개인훈련을 한다.	①	②	③	④	⑤
8	나는 자신감을 가지고 훈련한다.	①	②	③	④	⑤
9	나는 평소 음식을 가려서 먹는다.	①	②	③	④	⑤
10	나는 다른 선수들보다 더 열심히 훈련한다.	①	②	③	④	⑤
11	나는 무엇이든 할 수 있다는 생각을 가지고 있다.	①	②	③	④	⑤
12	나는 평소 체중을 관리한다.	①	②	③	④	⑤
13	나는 선·후배에게 잘한다.	①	②	③	④	⑤
14	나는 수면을 조절한다.	①	②	③	④	⑤
15	나는 윗사람들에게 예의를 갖춘다.	①	②	③	④	⑤
16	나는 시합 전에 음식을 조절한다.	①	②	③	④	⑤
17	나는 내 자신을 믿는다.	①	②	③	④	⑤
18	나는 다치지 않으려고 신경을 쓴다.	①	②	③	④	⑤
19	나는 동료들과 사이좋게 지낸다.	①	②	③	④	⑤
20	나는 잠을 충분히 잔다.	①	②	③	④	⑤
21	나는 항상 좋은 인상을 주려고 노력한다.	①	②	③	④	⑤
22	나는 열심히 하면 좋은 결과가 있을 것이라 생각한다.	①	②	③	④	⑤
23	나는 시합이 다가오면 행동을 자제한다.	①	②	③	④	⑤
24	나는 즐거운 마음으로 훈련한다.	①	②	③	④	⑤

25	나는 체력훈련을 열심히 한다.	①	②	③	④	⑤

4. 다음은 귀하의 스포츠 자신감에 관한 질문입니다. 적합하다고 생각하는 번호에 체크(✓)를 해주시기 바랍니다.

문항	내 용	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	보통이다	그렇다	매우 그렇다
1	나는 운동하는 것에 집중이 잘 될 때 자신감이 생긴다.	①	②	③	④	⑤
2	나는 팀 동료로부터 격려나 칭찬을 받았을 때 자신감이 생긴다.	①	②	③	④	⑤
3	나는 유능한 지도자 밑에서 운동할 때 자신감이 생긴다.	①	②	③	④	⑤
4	나는 다른 선수보다 운동을 잘했을 때 자신감이 생긴다.	①	②	③	④	⑤
5	나는 지도자의 예측이 믿을 만할 때 자신감이 생긴다.	①	②	③	④	⑤
6	나는 운동 기술을 향상시켰을 때 자신감이 생긴다.	①	②	③	④	⑤
7	나는 사람들이 나를 보고 믿음직한 선수라고 말할 때 자신감이 생긴다.	①	②	③	④	⑤
8	나는 지도자가 훌륭한 사람이라고 느껴질 때 자신감이 생긴다.	①	②	③	④	⑤
9	나는 상대편보다 경기를 더 잘했을 때 자신감이 생긴다.	①	②	③	④	⑤
10	나는 나의 목표에 집중이 잘 될 때 자신감이 생긴다.	①	②	③	④	⑤
11	나는 코치와 가족이 격려해 줄 때 자신감이 생긴다.	①	②	③	④	⑤
12	나는 지도자의 결정에 믿음이 갈 때 자신감이 생긴다.	①	②	③	④	⑤
13	나는 상대방보다 더 우수하다는 것을 보여 주었을 때 자신감이 생긴다.	①	②	③	④	⑤
14	나는 신체적·정신적으로 시합을 잘 준비하였을 때 자신감이 생긴다.	①	②	③	④	⑤
15	나는 코치로부터 칭찬을 받았을 때 자신감이 생긴다.	①	②	③	④	⑤

5. 다음은 귀하의 성공귀인에 관한 질문입니다. 각 문항을 읽어보신 후 적합하다고

생각되는 번호에 체크(✓)해 주시기 바랍니다.

문항	내용	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	보통이다	그렇다	매우 그렇다
1	상대방을 잘 분석하였기 때문이다.	①	②	③	④	⑤
2	상대방을 잘 알았기 때문이다.	①	②	③	④	⑤
3	승부욕이 강했기 때문이다.	①	②	③	④	⑤
4	남에게 뒤지지 않는 자신감을 가졌기 때문이다.	①	②	③	④	⑤
5	이기겠다는 마음가짐이 강했기 때문이다.	①	②	③	④	⑤
6	패기가 좋았기 때문이다.	①	②	③	④	⑤
7	자기자신을 믿었기 때문이다.	①	②	③	④	⑤
8	의지력이 강했기 때문이다.	①	②	③	④	⑤
9	코치 선생님이 잘 지도했기 때문이다.	①	②	③	④	⑤
10	지도자가 잘 가르쳤기 때문이다.	①	②	③	④	⑤
11	지도자의 말을 잘 들었기 때문이다.	①	②	③	④	⑤
12	재수가 좋았기 때문이다.	①	②	③	④	⑤
13	시합날 운이 좋았기 때문이다.	①	②	③	④	⑤
14	상대방이 못했기 때문이다.	①	②	③	④	⑤
15	대진 운이 좋았기 때문이다.	①	②	③	④	⑤
16	팀웍이 좋았기 때문이다.	①	②	③	④	⑤
17	동료들과 하나된 마음을 가졌기 때문이다.	①	②	③	④	⑤
18	단합을 잘 했기 때문이다.	①	②	③	④	⑤
19	팀 분위기가 좋았기 때문이다.	①	②	③	④	⑤
20	운동을 열심히 했기 때문이다.	①	②	③	④	⑤
21	꾸준히 노력하였기 때문이다.	①	②	③	④	⑤
22	시합날의 컨디션이 좋았기 때문이다.	①	②	③	④	⑤
23	평소 컨디션이 좋았기 때문이다.	①	②	③	④	⑤

24	시합 내내 집중을 잘 했기 때문이다.	①	②	③	④	⑤
25	몸 관리를 잘 했기 때문이다.	①	②	③	④	⑤

6. 다음은 귀하의 실패귀인에 관한 질문입니다. 각 문항을 읽어보신 후 적합하다고 생각되는 번호에 체크(✓)해 주시기 바랍니다.

문항	내용	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	보통이다	그렇다	매우 그렇다
1	너무 자만했기 때문이다.	①	②	③	④	⑤
2	방심하고 집중하지 않았기 때문이다.	①	②	③	④	⑤
3	상대방을 얕보았기 때문이다.	①	②	③	④	⑤
4	끝까지 노력하지 않았기 때문이다.	①	②	③	④	⑤
5	방심했기 때문이다.	①	②	③	④	⑤
6	선수들과의 마음이 안 맞았기 때문이다.	①	②	③	④	⑤
7	팀웍이 부족했기 때문이다.	①	②	③	④	⑤
8	서로가 격려해주지 못했기 때문이다.	①	②	③	④	⑤
9	단합이 안됐기 때문이다.	①	②	③	④	⑤
10	선수들이 개인플레이를 했기 때문이다.	①	②	③	④	⑤
11	팀이 열심히 하지 않았기 때문이다.	①	②	③	④	⑤
12	지나친 긴장 때문이다.	①	②	③	④	⑤
13	상대에게 너무 긴장했기 때문이다.	①	②	③	④	⑤
14	부담을 갖고 경기를 했기 때문이다.	①	②	③	④	⑤
15	시합날 컨디션이 좋지 않았기 때문이다.	①	②	③	④	⑤
16	정신적, 육체적, 컨디션 조절에 실패했기 때문이다.	①	②	③	④	⑤

17	몸 상태가 좋지 않았기 때문이다.	①	②	③	④	⑤
18	컨디션이 나쁘기 때문이다.	①	②	③	④	⑤
19	끈기가 부족하기 때문이다.	①	②	③	④	⑤
20	집중력이 약하기 때문이다.	①	②	③	④	⑤
21	경기를 끝까지 하지 않고 포기했기 때문이다.	①	②	③	④	⑤
22	집중력이 떨어졌기 때문이다.	①	②	③	④	⑤