creative commons

COMMONS DEED

저작자표시-비영리-변경금지 2.0 대한민국

이용자는 아래의 조건을 따르는 경우에 한하여 자유롭게

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

다음과 같은 조건을 따라야 합니다:

저작자표시. 귀하는 원저작자를 표시하여야 합니다.

비영리. 귀하는 이 저작물을 영리 목적으로 이용할 수 없습니다.

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

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

저작권법에 따른 이용자의 권리는 위의 내용에 의하여 영향을 받지 않습니다.

이것은 이용허락규약(Legal Code)을 이해하기 쉽게 요약한 것입니다.

Disclaimer

dCollection

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

[UCI]I804:24011-200000267155

2019년 2월
교육학석사(체육교육)학위논문

대학 태권도 품새선수와 겨루기선수의 경쟁상태불안과 심리적 방해요인 비교

조선대학교 교육대학원

체육교육전공

황 명 진

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

대학 태권도 품새선수와 겨루기선수의 경쟁상태불안과 심리적 방해요인 비교

The college taekwondo poom-sae athlete and Gyelugi athlete of Comparison of the Steady State of Competition and the Physiological Obstacles

2019년 2월

조선대학교 교육대학원

체육교육전공

황 명 진

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

대학 태권도 품새선수와 겨루기선수의 경쟁상태불안과 심리적 방해요인 비교

지도교수 윤 오 남

이 논문을 교육학석사(체육교육)학위 신청논문으로 제출함.

2018년 10월

조선대학교 교육대학원

체육교육전공

황 명 진

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

황명진의 교육학 석사학위 논문을 인준함

심사위원장 조선대학교 교수 김철주 인

심사위원 조선대학교 교수 이계쟁 인

심사위원 조선대학교 교수 윤오남 인

2018년 12월

조선대학교 교육대학

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

목 차

ABSTRACT

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

Ⅱ. 이론적 배경 ····· 5
1. 품새의 개념 ····· 5
2. 겨루기 ····· 6
3. 경쟁상태불안 ····· 8
4. 운동수행 심리요인 ····· 11

Ⅲ. 연구 방법 ····· 16
1. 연구대상 및 표집 ····· 16
2. 연구절차 ····· 16
3. 측정도구 ····· 17
4. 자료 처리 ····· 17

Ⅳ. 연구 결과 ····· 18
1. 집단 간 차이 ····· 18
2. 심판판정과 자기관리, 중도포기의도의 관계 ····· 23

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

Ⅴ. 논 의 ····· 30
1. 집단 간 차이 ····· 30
2. 심판판정과 자기관리, 중도포기의도의 관계 ····· 31

Ⅵ. 결 론 ····· 34
1. 집단 간 차이 ····· 34
2. 심판판정과 자기관리, 중도포기의도의 관계 ····· 34

참고문헌 ····· 36
부 록 ····· 41

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

표 목 차

표 1. 연구절차 및 시행일정 예상 ····· 16
표 2. 성별에 따른 심판판정 차이결과 ····· 18
표 3. 성별에 따른 자기관리 차이결과 ····· 19
표 4. 성별에 따른 중도포기의도 차이결과 ····· 19
표 5. 소속에 따른 심판판정 차이결과 ····· 20
표 6. 소속에 따른 자기관리 차이결과 ····· 21
표 7. 소속에 따른 중도포기의도 차이결과 ····· 22
표 8. 측정변인 간 상관분석 결과 ····· 23
표 9. 심판판정에 대한 인식이 중도포기의도에 미치는 영향 결과 ····· 24
표 10. 심판판정에 대한 인식이 몸관리에 미치는 영향 결과 ····· 25
표 11. 심판판정에 대한 인식이 대인관리에 미치는 영향 결과 ····· 26
표 12. 심판판정에 대한 인식이 훈련관리에 미치는 영향 결과 ····· 27
표 13. 심판판정에 대한 인식이 정신관리에 미치는 영향 결과 ····· 28
표 14. 자기관리과 중도포기의도에 미치는 영향 결과 ····· 29

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

ABSTRACT

The college taekwondo poom-sae athlete and Gyelugi athlete of Comparison of the Steady State of Competition and the Physiological Obstacles

Hwang, Myeong Jin
Advisor : Prof. O-Nam Yoon Ph.D.
Major in Physics Education
Graduate School of Education, Chosun University

This study conducted an open survey of 298 male and female college students who participated in Taekwondo competition and competition contest approved by the Korea Taekwondo Association in order to find out the competition status and psychological disturbance of Taekwondo's sportswear athletes.

The data processing of this study was analyzed according to the purpose of the study using the SPSS 22.0 program, and a factor analysis was conducted to verify the frequency analysis and the validity of the questionnaire to identify the personal characteristics of the survey subjects. The Cronbach's α coefficient was calculated to verify the confidence lines of the factors separated by the same group, the t-test and one-way ANOVA were performed to compare

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

the mean differences between the variables, and the post-test performed Duncan. The significance level of all statistics is p<.The following conclusions are summarized as a result of analysis at Level 05.

As a result of differences in gender and sports participation time

First, there were average differences in gender-specific state of competition, but there were no statistically significant differences.

Second, the analysis of the differences in the state of competition according to the hours of exercise showed statistically significant differences. The study found that athletes who did more than three hours of exercise compared to those who did less than one or two hours of exercise had positive results in cognitive, physical, and status.

The difference between the sex of the disturbed individual and the hours of his participation in sports,

First, the analysis of gender-related psychological interferences by dividing them into race management and psychological factors showed on average differences, but did not show any statistically significant differences.

Second, the analysis of the differences in sports participation time showed statistically significant differences in the operation of the competition and the psychological factors.

This contrasts with the results of the competition condition instability, which showed a significant difference in athletes participating in less than one or two hours of sports than those who did more than three hours of exercise.

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

Ⅰ. 서 론

1. 연구의 필요성 및 목적

태권도는 모든 신체 부위를 이용하며 특히 주먹과 발로 대표되어지는 공격과 방어를 할 수 있는 무술이지만 정신적 부분의 수련도 중요하게 강조하고 있어 단순한 신체 활동 영역으로 여겨지는 싸움의 기술과는 전혀 다른 그 이상을 전수하는데 목적을 두는 한국 전통무술이다(세계태권도연맹, 2013).

태권도의 겨루기 경기화는 1963년 전국체전을 시작으로 경기규칙과 보호장비의 발전과 더불어 활발하게 발전하여 1988년 제24회 서울올림픽에서 시범종목으로 채택 되는 쾌거를 얻었다. 2000년 제27회 시드니올림픽에서의 정식종목 채택을 시작으로 2020년 제32회 도쿄올림픽까지 정식종목으로 채택되기에 이르렀으며 전 세계 205개국에서 8000만 이상의 전세계 인구가 함께 하고 있는 운동이다(세계태권도연맹, 2013).

겨루기 분야에서는 최근 외국선수들의 기술이 날로 향상되면서 종주국의 위치와 권위 유지를 위해서는 우리나라 선수들의 경기력을 종합적으로 점검해야 할 시점에 이르렀다(김태호, 2013). 정찬모(1987)는 특히 선천적으로 뛰어난 체력을 소유한 외국선수들과의 경쟁에 있어서 우리나라 선수들은 기술적 우위만으로는 경기의 승리를 보장받을 수 없다고 하였다. 김태호(2013)는 득점 포인트에 대한 손기술과 발기술이 평준화 되었지만 외국선수들의 타고난 신체적 조건은 현실적으로 국내선수들에게 많은 어려움을 준다. 이러한 사실들은 선수들에게 심리적 불안을 초래할 것으로 사료되어진다.

품새의 경기화는 1992년 대한태권도협회에 의해 개최된 '태권도한마당대회'를 기점으로 시작 되었고, 1998년 용인대학교, 2000년 경희대학교, 2003년 한국체

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

육대학교에서 총장기타기 품새대회를 신설하여 매년 개최하고 있다(윤준영, 2014).

태권도 품새가 제 18회 자카르타-팔렘방 아시안게임(2018)에서 정식종목으로 채택되어지면서 겨루기와 더불어 국제대회 대비를 위한 전문성과 경기력 향상을 위한 연구가 많이 진행되어야 할 것으로 사료된다.

태권도 품새 경기규칙 개정에 따른 선수인식과 발전방향(안진영, 김두한, 안근아, 2011), 태권도 품새경기규칙의 공정성 재고방안(안진영 안근아 김두한 ,2013), 세계태권도품새대회 발전방안 모색을 위한 참가선수들의 대회 인지도조사(라정현, 조성균, 전익기, 2007), 태권도 품새 우수·비 우수선수 간 앞차고 몸돌아 옆차기의 성,패에 따른 균형성 비교(류시현, 2012)와 조슬기(2015)는 태권도 품새 선수 경쟁상태불안 검사지 개발 및 타당화 연구 등 많은 연구들이 활발히 이루어지고 있다.

경쟁상태불안은 경기상태에서 주관적으로 예상되는 위협에 대한 반응이며(고흥환, 김기웅, 장국진, 1994), 위험이 지각된 상황 속에서 즉각적으로 발생 되는 심리적 반응으로써 생리적 관점에서 각성과 같은 개념으로 정의된다(김병태, 2011). Passer(1983)는 운동선수들이 일반적으로 시합상황에서 경험하는 경쟁상태불안(competitiveanxiety)의 원인은 선수 개개인에 따라 다르게 나타나지만 경기자체가 주는 압박감, 각성상태의 부적절성, 주의산만, 자신감 결여, 코치나 부모들의 기대에 대한 두려움, 훈련에 대한 불안감 등으로 기술하였다(박종태, 2001).

선수들의 최상 운동수행을 위해서는 체력과 기술이 바탕이 되어야 하겠지만 선수들의 심리적 요인이 경기결과를 좌우한다는 연구(김규석, 남종웅, 2004)결과와 같이 심리적 요인이 경기력 결정요인으로써의 중요성이 부각되고 있다(윤준영, 2014).

태권도 품새와 겨루기 종목 특성에 따른 선수들의 경쟁상태불안을 느끼게 되는 시점들과 상황들이 다르다. 사실적 경기상황을 생각해보면 품새 선수의

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

지정된 품새를 시합 중 실시할 때의 상황과 정해지지 않은 여러 변수의 상황 발생이 우려되는 겨루기와는 많이 다르다. 이러한 상황들을 생각해볼 때 종목 간의 특성에 맞춘 경쟁상태불안과 심리적 방해요인들을 비교해본다면 선수들을 육성하는 지도자를 비롯한 참여하고 있는 선수들도 자신들의 상황에 맞춘 심리적 상황에 대한 정의를 내릴 수 있고 그에 따라 대비하고 준비하여 경기력의 향상에 기여할 수 있었으면 하는 바람이며, 상대적 요인들을 분석하여 보고 품새와 겨루기의 특성에 따른 경쟁상태불안과 심리적 방해요인들을 비교하여 태권도 선수 지도자들의 전문성 향상에도 기여하고자 한다.

2. 연구문제

본 연구의 구체적인 연구문제는 다음과 같이 나열하였다.

1) 태권도 품새 선수의 경쟁상태불안 요인을 분석한다.
2) 태권도 겨루기 선수의 경쟁상태불안 요인을 분석한다.
3) 태권도 품새 선수의 심리적 방해요인을 분석한다.
4) 태권도 겨루기 선수의 심리적 방해요인을 분석한다.
5) 태권도 품새 선수와 겨루기 선수의 경쟁상태불안 요인을 비교한다.
6) 태권도 품새 선수와 겨루기 선수의 심리적 방해요인을 비교한다.

3. 연구가설

가설Ⅰ) 태권도 품새 선수의 경쟁상태불안 요인의 영향을 받을 것이다.

가설Ⅱ) 태권도 겨루기 선수의 경쟁상태불안 요인의 영향을 받을 것이다.

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

가설Ⅲ) 태권도 품새 선수의 심리적 방해요인의 영향을 받을 것이다.

가설Ⅳ) 태권도 겨루기 선수의 심리적 방해요인의 영향을 받을 것이다.

가설Ⅴ) 태권도 품새 선수와 겨루기 선수의 경쟁상태불안 요인은 차이가 있을 것이다.

가설Ⅵ) 태권도 품새 선수와 겨루기 선수의 심리적 방해요인은 차이가 있을 것이다.

4. 연구의 제한점

본 연구를 진행 하는데 다음과 같은 제한 점이 있었다.

1) 조사대상자의 태권도 수련 기간 이외의 요인은 고려하지 못하였다.

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

Ⅱ. 이론적 배경

1. 품새의 개념

태권도의 품새는 우리나라 전통 무예로 공격과 방어 수단으로서의 인간의 인지능력의 발달과 사회가 조직화됨에 따라 싸우는 양상이 집단적 공동대처현상으로 바뀌면서 형성되었다. 즉 구성원들을 대상으로 기술 수련과 전수의 편의를 위해 수많은 복잡하고 다양한 기술들을 체계적으로 정리하고 통일한 것이라고 할 수 있는 것이다. 이러한 원시형태의 품새가 실전 경험을 통한 기술의 발전과 전통사상 및 의학적인 요소가 첨가되어 점차적인 체계화 과정을 거쳐 초기의 태권도 품새와 같은 형태가 완성된 것으로 볼 수 있다(국기원, 2006).

품새의 명칭은 1987년 2월 22일 국기원 기술심의회의 한글 학회의 자문을 받아 애초품세(品勢)라는 명칭에서 다시 품새로 수정되었다. 기존의 품세(品勢)라는 한자어는 중국 무술 등에서도 사용되기에 이와 차별화를 위해 수정하게된 것이다(안용규, 2006). 품새는 모양을 뜻하는 '품'과 기운을 뜻하는 '새'의 두 글자를 합친 단어이다. 태권도에서 '품'이라 하는 것은 '품'과 품행(品行), 품성(品性), 기품(氣品) 등을 뜻하는 '품'을 의미 한다고 알려져 있으며, 품새라고 할 때는 후자의 의미를 지닌 것으로 보아야 할 것이다. '새'는 세련된 모양이라는 의미와 함께 '기운', '됨됨이' 등의 의미가 내포되어 있다. 따라서 품새는 '모양과 기운', '모양의 됨됨이'라는 뜻으로 해석 될 수 있겠다(안용규, 1998).

품새란 태권도의 방어와 공격기술을 하나의 프레임 형식에 맞춰 지도자 없이도 수련할 수 있도록 구성한 움직임이다. 수련자는 품새 수련을 통해 태권도의 기본 동작들을 연결하여 수련할 수 있고 이는 태권도 기본동작과 품새의 실전에

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

적용되는 응용동작으로 겨루기 기술도 수련 할 수 있으며, 특수기술의 연마(숙달)를 할 수 있는 장점이 있다(국기원. 2006). 태권도의 개념과 가치를 살펴보면 많은 태권도 교본이 태권도의 기술체계가 품새, 겨루기, 격파로 이루어져 있다고 정의하고 있으나 오늘날에는 겨루기, 품새, 시범으로 재 설명 할 수 있을 것으로 사료된다. 3대 기술요소 중 품새에는 태권도의 기술이 포괄적으로 포함되어 있을 뿐만 아니라 기술적 진수와 극치를 모두 담고 있다. 따라서 품새 수련으로 태권도의 기술을 다 익힐 수 있다(양진방, 2011).

특히 품새는 겨루기보다 태권도 기술들을 상대 없이 혼자서도 겨루기를 할 수 있도록 이어놓은 동작이며, 이러한 수련을 통하여 상대에게 직접 수행할 수 없는 특수적인 기술들까지 수련이 가능하다고 할 수 있으며, 품새는 신체적인 요소뿐만 아니라 정신적인 요소까지 단련시킬 수 있는 무예라고 정의할 수 있다.

2. 겨루기

겨루기는 상대방과 대립된 상황에서 힘과 기술을 겨루는 투기 종목으로서, 서양 스포츠의 격투기 경기방식을 적용하면서 올림픽 스포츠로 자리매김하였다. 이와 같이 격투기 형식에서 스포츠 경기로 변형된 종목에는 유도, 레슬링, 복싱 등이 있으며, 중국의 전통무술인 우슈 역시 1990년 북경 아시안 게임을 계기로 경기화의 길을 걷게 되었다(임신자, 1993). 겨루기는 투기적 스포츠로. 경쟁의 주체가 되어 자신의 역량을 발휘하고 경쟁을 통해 승패를 가르는 것이며, 태권도의 겨루기는 상호 공평한 조건에서 경기가 이루어 질 수 있도록 체급을 구분하여 경기를 진행하고 있다. 또한, 다른 무술과 달리 태권도는 예를 중시한 무도이며 하나의 스포츠로 스포츠맨십에 입각하여 상대를 적대적인 관계가 아닌 선의의 경쟁자로서 인식하고 자신이 가진 기술을 발휘하기 위한 파트너로 인식

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

하며 수련한다. 일반적으로 경기는 스포츠의 하나의 범주에 속하는 것으로 개인과 단체가 일정한 규칙 안에서 기술을 발휘하여 승패를 가리는 종목이이라고 할 수 있다. 이러한 관점에서 경기 겨루기는 “합리적이고 조직화된 규칙에 의해 고도의 전략적 지식체계를 통해 개인의 기술과 전술을 겨루는 경기(임신자, 2005)라고 정의 할 수 있다.

스포츠 종목에서 운동기술이란 학자들의 정의에 따라 여러 가지 의미로 해석될 수 있으며, 운동기술이란 어떤 종목에 있어서 과제를 보다 합리적으로(합목적적, 경제성의 원리에 합치되게)해결하는 운동의 방법이다(김문준, 1996). 운동기술은 전술 구조를 구성하는 하나의 단위로서 일련의 처리방식, 목적달성을 위한 방법이이며 또한 문제를 분석하고 해결하는 방법이라고 할 수 있다. 이처럼 운동기술 구조는 신체운동을 설명하기 위해 운동기술 체계로 사용되고 있는 실정이다. 일반적으로 기술이란 어떠한 기술을 구사하거나 수행하는 데 있어서 효과적이고 쉽게 지식을 활용할 수 있는 능력을 말하는데, 이러한 능력이 운동이라는 특수한 상황에서는 특수한 행동양식을 수반하고 적절하게 목적에 맞게 성취해 나가는 구체적이고 일관된 수행력을 보여줌에 따라서 일관된 수행력이란 겨루기에서 선수가 득점을 얻기 위해 기술 발차기로 어떻게 대응하고 수행할 것인가를 결정한다.

운동을 구성하고 있는 기술요소는 선수들이 수행하고자 하는 과제를 얼마나 효율적으로 수행하였는지, 사실과 밀접한 관계를 맺고 있다. 이렇듯 선수들이 경험을 통하여 학습하는 기술적인 대응방식으로 축적된다. 기술적 대응방식은 스포츠 경기기술 안에서 생성되는 것으로 선수가 가지는 운동기술 능력이라 할 수 있다.

경기상황에서 상대선수가 공격을 할 때 적절하게 대응하는 방식으로 기술적 적합성을 말하는 것으로 상대의 공격을 전제로 했을 때만이 반격이 이루어질 수 있고, 이를 통해 겨루기의 공방적 기술구조가 성립되기 때문이다. 겨루기의 기술은 기술구조를 이루는 토대가 되며, 겨루기에서의 기술은 그 기술이 완벽하게

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

성공했을 때 선수는 그 기술을 완벽하게 구사하고 있음을 인식할 수 있다. 겨루기에서의 기술은 고정된 목표물을 가격하여 그 기술의 목적을 성취하는 것이 아닌 움직이는 상대를 목표를 두고 그에 합당한 기술을 사용하여 정확하게 그 목적한 바를 이루었을 때 겨루기의 기술이 이루어졌다고 말할 수 있다. 하나의 예로, A라는 선수와 B라는 선수가 경기를 하고 중에 A선수가 B선수에게 공격기술을 시도하려고 할 때, A선수는 B선수에게 자신의 공격에 대한 일체의 반격을 받지 않고, 공격기술을 사용하여 득점을 이루어 내어야 A선수가 목적하는 그 기술의 목적을 이루었다 할 수 있다. 반면에 B선수가 A선수의 공격기술에 대해 정확한 반격기술을 구사하여 A선수의 공격 기술을 회피하고 반격기술이 득점으로 인정 되었을 때 그 기술을 완벽하게 성취했다고 할 수 있다.

3. 경쟁상태불안

모든 스포츠 경기에서는 경쟁과정이 필수적이고, 선수들은 이러한 경쟁 관점으로부터 경쟁 상태불안이 끊임없이 이어지고 있다. 시합상황에서 선수들은 심리적 부담을 자주 느끼며 이를 극복하지 못하면 심한 갈등으로 시합에서 걱정 또는 초조해지고 경기력에도 영향을 끼친다. 이처럼 선수 자기 자신의 내적 요인은 외부의 자극을 어떻게 받아 들이냐에 의해 결정되는데, 경쟁 자극과 반응간의 상황을 어떻게 받아들이느냐에 따라 개인의 주관적 인식이 달라지며 그에 따라 경쟁 상태불안 수준이 달라지는 것으로 보고되고 있다(정구인,1995; 오준석, 2013).

일반적으로 불안이란 욕구와 능력사이에 지각된 불균형(McGrath,1970), 상상적인 위협에 대한 주관적인 느낌(subjectivefeeling)으로 불쾌감 또는 짜증을 동반하는 우울, 긴장, 흥분(과도한 각성)상태로 정의되고 있으며(Levitt,1980;

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

Martens, Vealey & Burton,1990), 불안에 관한 연구에서 Freud(1949)는 객관적인 불안과 신경증적 불안으로 구분하였다. 객관적인 불안은 지각에 대한 현실적 반응으로서 공포와 동의어로 보았으며, 신경증적 불안은 개인내부에 있는 무의식적 갈등에서 나오는 것으로 보았다(김소라, 1998).

자율신경계의 과도한 각성 또는 활성상태로부터 비롯되는 불쾌감 또는 과도한 근심 상태를 뜻한다고 하였다(Landers, 1980). 보다 진보된 개념으로 Spidlberger(1966)는 불안을 크게 특성불안과 상태불안 두 가지로 구분하였다(박종태, 2001).

여기서 특성불안은 개인의 성격적으로 성향에 따라 다르며(남정훈,2008), 상황에 관계없이 불안해 질 수 있는 기본적인 성향이다. 상태불안은 환경적 요인에서 시작되어 외적인 상황에 의해서 나타나는 불안이라 할 수 있으며, 상황을 인지하고 신체적, 심리적으로 발생하는 감정들을 상황적 불안이라고 할 수 있다.

상태불안을 선수들은 경기 중에 시합중심으로 느끼는 불안을 동기적 요인에 의한 것으로, 활성화, 각성 등과 같은 용어를 혼용해서 사용하고 있다(Cratty,1983; Fuoss& Troppman,1981).

1) 경쟁상태불안의 개념

시합상황에서 경쟁은 필수적인 요소로 가장 뚜렷하게 나타나는 특징이라고 볼 수 있으며, 상태불안은 경쟁상황에서 수행자가 느끼는 상황에 대한 반응으로서 자율신경계의 활성 또는 각성을 수반하는 의식적으로 지각한 우려와 긴장의 감정이라고 할 수 있겠다. 따라서 상태불안은 경기상황에 따라 다르게 나타나는 일시적인 근심, 걱정, 우려, 긴장 등의 감정이다(김진환, 남운모, 2005).

따라서 상태불안은 상황과 시간에 따라 유동적으로 그 강도와 방향이 변화되

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

는 당장의 일시적인 자신의 상태인 것이다(Spielberger, 1972).

일반적으로 경쟁 상태불안이란, 첫째, 직접적인 외부의 위협이 존재하지 않지만 공포가 많을 때 둘째, 신경조직 자체 내의 어떤 혼란의 공포가 발생하였을 때 셋째, 외적 위협을 피할 수 없을 때 나타나는 심리적 동요라고 할 수 있다(정해상, 2011). 또한 불안은 높은 수준의 신체적 각성이 동반된 걱정, 우울 등의 주관적인 정서라고 할 수 있다.

2) 경쟁상태불안의 원인

경쟁 상태불안의 기본적인 이유는 개인적, 규범적 기준에 도달함과 동시에 타인과 경쟁하게 되는 경기상황이 특수성에서 비롯되어 경기상황이 포함하고 있는 경쟁과정을 위협적인 것으로 지각하기 때문이다(박승수, 2006).

운동수행 상황에서 불안의 정도는 제반 상황적 요구에 의해 발생되는 실패와 두려움, 경기결과에 대한 불확실성, 자신감 결여 등으로 말할 수 있으며, 선수에게 영향을 끼칠 수 있는 것은 사람들의 기대 또는 선수 자신이 갖고 있는 성격적 특성도 관계가 있다. 즉, 신체적 불만(somaticcomplaints), 부적합한 느낌(feelingsofinadequacy), 심판의 불공정한 판정과 시설조건 등이 경기상황에서 직접적인 불안의 원인이 된다고 볼 수 있다. 경기에 임하는 선수에게 불안의 원인이 되는 또 다른 요인으로는 소위 통제상실(lossofcontrol)로 경기에 앞서 내적으로 경기가 실패로 끝났을 경우를 연상 하거나, 학부모와 지도자, 관중 동료들이게 기대를 부응하지 못했을 경우, 자신에게 가해질 비판이 있고, 외적으로 많은 사람으로부터 질문과 격려, 박수, 예상하지 못한 사건의 목격으로 경기에 집중·몰두하지 못하게 만드는 불안 요소로 작용 할 수도 있다. 이렇게 인지적 통제 및 불안을 조절하지 못해서 행동을 분열 또는 혼란시키며 지각적 효율성의 감소를 초래하게 된다(박종태, 2001).

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

정리하면 경기 불안요인은 선수 자신의 의지나 정서 상태와 같은 주위상황이 원인으로 작용하여 운동 수행에 많은 영향을 미칠 수 있는 것으로 보여 진다(박승수, 2006).

4. 운동수행 심리요인

모든 스포츠 선수들과 지도자들은 경기에서의 승리를 위하여 기술훈련, 체력훈련, 심리조절훈련 등에 많은 노력을 기울이고 있다. 스포츠 과학이 발달하게 되면서 더욱더 체계적이고 과학적인 훈련 프로그램이 개발되고 선수들의 기능수준 또한 향상되고 있다. 따라서 스포츠경쟁 상황에서 다양하게 발생하는 심리적 방해요인은 승패를 좌우하는 중요한 요인이다(남궁설, 2012).

스포츠 현장에 있는 선수들과 지도자 및 스포츠심리학자들은 경기력 향상을 위한 우수선수와 일반선수의 심리적 특성에 대해 지대한 관심을 갖고, 심리적으로 어떠한 요인들이 경기력을 상승 시키고 저하시키는지에 대한 많은 연구를 하였다(박정근, 문익수, 최만식, 1995; 김병현, 1995; Gould, Weiss & Weinberg, 1981).

시합상황에서 선수의 수행능력은 체력과 기술, 심리요인의 복합적 상호작용에 의해 결정되는 것으로서 최상의 운동수행을 위해 신체적, 정신적, 심리적 요인이 적절히 조화되어야 하지만 과거와 현재에도 스포츠현장에서 체력과 기술훈련에만 치중되어 있으며 심리적 문제의 해결에는 방관했던 것이 사실이다. 최상의 수행을 위해서는 개인의 인성특성, 심리적 기술과 전략을 구사하기 위한 신체적, 심리적, 사회적 환경은 물론 역경에 대처하기 위한 전략 등 최상수행을 위한 부단한 준비가 전제되어야 하는 것으로 보인다(김종수, 2010).

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

1) 자신감

자신감은 본인이 원하는 결과를 달성하는데 필요한 행동을 성공적으로 수행할 수 있다는 믿음이며, 우리가 행하는 제반 행동에 영향을 미친다. 어떤 일을 수행하기로 마음먹고 이를 성취하기 위한 여러 가지 방법 중 선택에 따라, 노력의 정도에 따라 대부분 자신감에 의해서 결정된다. 자신감은 성공에 대한 높은 기대감으로 특정 지어지게 되면서 지나치게 높거나 낮은 자신감은 운동수행을 방해 한다(Bandura, 1977).

자신감은 운동수행결과에 중대한 영향을 미치는 중요한 요인으로, 궁극적으로 높은 수행력과 자신감을 향상시키기 위해서는 긍정적으로 생각이 가장 중요하고, 이미지트레이닝, 생리적인 신체 조절, 자기 최면, 적절한 심상 훈련이 활용되어야 할 것으로 판단된다.

2) 불안

불안이란 일상생활에서도 적용되며 사전인 의미로는 마음이 편하지 아니하고 조마조마함, 분위기 따위가 술렁거리어 뒤숭숭함을 의미하는 것이라 한다.

일반적으로 운동경기에서 발생하는 불안은 경쟁이라는 특수한 상황적 요인을 위협적인 요소로 지각하는 것에서 비롯되며, 이때 불안을 느끼게 되면 가슴이 두근거리고 마음이 조급해지며 식은땀이 나는 등의 신체적인 변화 현상을 경험한다. 불안은 경기나 운동수행에 앞서 선수들이 경험하는 가장 강력한 심리적인 문제라 할 수 있으며 이로 인해 평소의 기량을 충분히 발휘하지 못하고 허무하게 경기에서 패하는 경우가 많다(김종수, 2010).

불안은 선수가 자신에 대한 확신이 없을 때 나타나며 대부분 부정적인 느낌을 경험하게 되는데, 불안의 효과로는 스포츠 수행력을 방해할 수도 있고 방해하지 않을 수 도 있지만 확실한 것은 경쟁상황을 인지하는 것으로부터 시작된다.

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

3) 동기

스포츠를 비롯해 우리 인간이 행동을 하려고 할 때 “해보고 싶다”라던가 “열심히 하자” 등 개개인의 생체 내에는 한가지의 심리적 에너지가 생겨난다. 이 에너지를 동인 또는 동기라 칭한다(오영숙, 2006).

동기는 내적요인에 의해 발생되기도 하고 외적요인의 영향을 받기도 하는데, 내적으로 동기화된 선수들은 참가에 대한 즐거움과 성취감을 느끼며 활동 자체가 목적이 되나, 외적으로 동기화된 선수는 스포츠를 어떤 목적을 이루기 위한 수단으로 생각하여 사회적인 것과 물질적인 것에 의해 동기화 된다. 따라서 선수들의 성취동기를 높이기 위해서는 내적으로 동기화시키는 것이 선결 과제라고 할 수 있을 것이다(김종수, 2010).

4) 목표설정

목표설정이란 선수 스스로가 달성하고자 하는 것이며 또는 어떠한 행동을 통해 도달하려는 대상으로, 목표에는 내용과 강도의 중요한 두 가지 속성이 있다. 내용은 공격성공률을 상승시킨다거나 기록을 단축하겠다는 것과 같이 추구하는 목적이나 결과를 의미함으로써 이를 달성하기 위하여 얼마나 많은 시간과 에너지를 투입하는가를 의미한다(정청희,2000). 목표(goal)와 목적(objectives)의 차이는 분명히 구분 지어야 할 것으로, 목적은 어떤 것이 계속적으로 발전되거나 극대화 되는 것으로 연속적인 차원이고, 목표는 목적적인 연속체 위해서의 과정으로 과제의 달성 여부와 상관없이 성취를 위한 특정한 행동이라 할 수 있다. 목표는 목적에 비해 보다 구체적이며 특수한 것으로 예를 들면 ‘보다 빨리, 보다 높이, 보다 힘차게’라는 올림픽 시조는 하나의 목적이고 역도에서 200kg를 들어 올리거나 높이뛰기에서 2m 30cm를 넘는다는 것은 목표이며, 이러한

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

목표와 목적의 차이는 단순히 어휘상의 차이만이 아니다. 정확하게 목표설정 법칙에 적용하는 것이 중요한 맥락이다(Martens, 1987).

목표설정의 기술은 자연적으로 생기는 것이 아니다. 지도를 받아야하고 구체적이고 명확한 행동지침이 필요하며, 상황에 맞는 목표를 설정하고 이를 달성하기 위해서는 지속적으로 노력을 기울이는 자세가 필수적인 요소라 할 수 있다(Cox, 1990).

5) 심상

선수들은 여러 감각을 통해 과거의 감각 경험을 회상해 내어 실제로는 수행하지 않으면서 간접적으로 수행의 효과를 얻을 수 있으며, 심상은 인간이 실질적으로 보고, 듣고, 느끼는 것 등의 감각적 경험과 매우 유사하다. 하지만 경험을 일으키는 자극이 외부에서 시작되는 것이 아니라 인간의 내부에서 시작한다. 내적 심상은 자신의 관점에서 다양한 감각기관을 통하여 동작을 상상하는 것이고, 외적 심상은 비디오에 찍힌 자신의 모습을 보는 것처럼 시각을 주로 활용된다. 선수들은 외적 심상보다 내적심상을 활용 할 때 근육과 신경의 활동이 더 활발해 지기 때문에 내적 심상을 선호한다고 한다고 하였지만 심상조절능력을 향상시키기 위해서는 이 두 가지의 심상을 상황에 맞게 적적히 이용하는 것이 중요하다고 볼 수 있다(김종수, 2010).

6) 주의 집중

주의(Attention)란 동시에 입력되고 있는 수 많은 정보 가운데 소수만 포착하는 것으로 그 본질은 주의 초점과 집중력이다. 집중력은 어떠한 것을 효과적으로 다루기 위해서 다른 것과 분리시키는 것을 뜻하며 따라서 집중력은 선택된

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

주의력이라 해도 무방하다(신동성, 1999).

스포츠에서 주의 집중의 유형은 크게 두 가지로 나눌 수 있다(Nideffer, 1976). 즉 주의의 폭(width)과 방향(direction)이다. 주의의 폭은 한 순간에 다루려는 지각적 장(field)이 얼마나 확대되어 있으며, 얼마나 많은 정보와 관련되어 있느냐를 의미하는 것으로 방향은 주의가 내적이냐 외적이냐를 의미한다. 스포츠에서도 구기종목과 같이 단체종목일 때에는 넓은 주의의 초점이 요구되고 사격이나 양궁 등과 같은 개인종목의 스포츠 종목의 선수들은 표적 중앙에만 주의를 기울여야 하므로 좁은 초점의 주의가 요망된다.

7) 스트레스

스트레스란 사람과 환경의 작용적 관계를 말하며 적응하기 어려운 환경에 처할 때 느끼는 심리적인 상태와 신체적 긴장상태를 의미한다. 스트레스에 오랜 기간 지속적으로 노출 되면 만성적 스트레스이고 짧은 시간제한적으로 받으면 일시적 스트레스로 정의한다.

선행 연구 결과를 살펴보면 스트레스로 인한 탈진증후군과 관련하여 스트레스 상황에 노출된 선수의 탈진은 정신적으로 주어진 상황의 과대평가로 이어지며 피로함, 지루함, 무기력감을 갖게 되고 자신을 과소평가하게 된다. 신체적으로는 불면증, 불안, 피로 등을 유발하고 행동적으로 경직되어 부적절한 행동이 나타나는 것으로 보고되었다(Smith, 1986).

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

Ⅲ. 연구 방법

1. 연구대상 및 표집

본 연구는 태권도 품새 선수들의 경쟁상태불안과 심리적 방해요인을 탐색하기 위해 대한태권도협회에서 승인한 태권도 품새대회 및 겨루기 대회에 참가한 경험이 있는 남·여 대학생 태권도 선수들을 대상으로 개방형 설문을 실시할 예정이다. 품새선수와 겨루기 선수 각각 150명을 대상으로 설문을 실시할 예정이다.

2. 연구절차

본 연구의 구체적인 연구절차 및 시행일자 예상은 <표 1>과 같다.

표 1. 연구절차 및 시행일정 예상

연구절차	시행일자
연구주체 설정	2017. 08
자료수집 및 문헌연구	2017. 10. 01 ~ 2017. 11. 30
논문계획서 작성	2017. 12. 01 ~ 2018. 01. 31
설문지 작성	2018. 02. 01 ~
설문지 배부 및 회수	2018. 03. 01 ~
결과처리 및 논문작성	2018. 07. 01 ~

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

3. 측정도구

첫째, 경쟁상태불안에 관한 설문 검사지는 조슬기(2014)가 개발한 것을 설문 내용에 맞춰 수정하여 사용할 예정이다. 경쟁상태불안 검사지 하위요인은 인지불안, 신체불안, 상태자신감, 환경불안의 4가지 요인 21문항으로 구성할 예정이다.

둘째, 심리적 방해요인 탐색 설문 검사지는 윤준영(2014)의 선행 연구에서 탐색되어진 내용들을 설문지로 재구성할 예정이다. 경기운영, 경기장 환경, 심리요인의 3가지 요인 17문항으로 구성할 예정이다.

본 연구에 사용된 설문지의 척도화 구성은 '전혀 아니다 = 1점', '조금 아니다 = 2점', '아니다 = 3점', '그렇다 = 4점', '조금 그렇다 = 5점', '아주 그렇다 = 6점' 6단계 Likert 척도를 이용할 것이다.

4. 자료처리

본 연구의 자료처리는 SPSS 22.0 프로그램을 이용하여 연구의 목적에 따라 분석할 것이다.

첫째, 조사대상자의 개인적 특성을 알아보기 위하여 빈도분석(Frequency analysis)을 실시할 것이다.

둘째, 설문지의 구성타당도 검증을 위하여 요인분석(Factor analysis)을 실시할 것이며 동일한 집단으로 분리된 요인들의 신뢰선 검증을 위하여 Cronbach's α 계수를 산출할 것이다.

셋째, 각 변인들 간의 평균차이를 비교하기 위해 t-test와 일원변량분석(One-way ANOVA)을 실시하고, 사후검증은 Duncan을 실시할 것이다.

모든 통계치의 유의수준은 $p<.05$ 수준으로 설정할 것이다.

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

Ⅳ. 연구 결과

1. 집단 간 차이

1) 성별에 따른 차이

(1) 심판판정

성별에 따른 심판판정 차이를 보면, 신속성에서 유의한 차이를 보이지 않았고, 공정성과 일관성, 신뢰성 요인에서 유의한 차이를 보였다. 구체적으로 공정성의 t값은 3.221(p<.001), 일관성 t값 2.002(p<.05), 신뢰성 t값 2.559(p<.05)로 모든 요인에서 남자선수들이 여자선수들보다 높게 인식하는 것으로 나타났다.

표 2. 성별에 따른 심판판정 차이결과

변인		남녀 차이				
		남(n=117)	여(n=101)	df	t	p
심판판정	공정성	3.59±.73	3.25±.82	216	3.221	.001
	신속성	3.60±.63	3.56±.68	216	.354	.724
	일관성	3.48±.69	3.27±.80	216	2.002	.047
	신뢰성	3.41±.79	3.14±.77	216	2.559	.011

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

(2) 자기관리

성별에 따른 자기관리의 차이는 <표 3>과 같이 몸관리, 대인관리, 훈련관리 및 정신관리의 모든 요인에서 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다(p>.05). 즉 태권도 남녀선수들의 자기관리 행동의 차이는 없다고 볼 수 있다.

표 3. 성별에 따른 자기관리 차이결과

변인		남녀 차이				
		남(n=117)	여(n=101)	df	t	p
자기관리	몸관리	3.52±.63	3.54±.54	216	−.231	.818
	대인관리	3.92±.70	4.02±.61	216	−1.075	.283
	훈련관리	3.54±.59	3.39±.62	216	1.818	.071
	정신관리	2.77±.91	2.49±.82	216	1.429	.154

(3) 중도포기의도

성별에 따른 중도포기의도의 차이는 <표 4>에 나타난 바와 같이 t값이 2.386(p<.05)으로 유의한 차이를 보였다. 즉 여자선수들(M=2.77)이 남자선수들(M=2.49)보다 중도포기의도가 높은 것을 확인할 수 있다.

표 4. 성별에 따른 중도포기의도 차이결과

변인	남녀 차이				
	남(n=117)	여(n=101)	df	t	p
중도포기의도	2.49±.82	2.77±.91	216	2.386	.018

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

2) 소속에 따른 차이

(1) 심판판정

소속에 따른 심판판정 차이의 결과는 <표 5>와 같다. 구체적으로, 심판판정의 공정성, 신속성, 그리고 일관성 요인에서는 소속에 따라 유의한 차이가 나타나지 않았고, 신뢰성 요인에서만 유의한 차이를 보였다($p<.05$). 신뢰성의 F값을 보면, 4.613으로 고등부와 대학부의 선수들이 일반부 소속의 선수들보다 높은 신뢰도를 보였다.

표 5. 소속에 따른 심판판정 차이결과

변인		소속	n	M±SD	df	F	p	post-hoc (Scheffe)
심판판정	공정성	고등학교(A)	99	3.47±.79	2/215	2.694	.070	
		대학교(B)	80	3.51±.81				
		일반부(C)	39	3.17±.73				
	신속성	고등학교(A)	99	3.59±.70	2/215	.556	.575	
		대학교(B)	80	3.62±.69				
		일반부(C)	39	3.48±.40				
	일관성	고등학교(A)	99	3.34±.82	2/215	1.712	.183	
		대학교(B)	80	3.50±.73				
		일반부(C)	39	3.26±.55				
	신뢰성	고등학교(A)	99	3.33±.76	2/215	4.613	.011	C<A,B
		대학교(B)	80	3.40±.86				
		일반부(C)	39	2.95±.60				

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

(2) 자기관리

소속에 따른 자기관리의 차이는 <표 6>에 나타난 바와 같이 몸 관리, 훈련관리 및 정신 관리에서는 유의한 차이를 보이지 않았고(p>.05), 대인관리에서만 통계적으로 유의한 차이를 보였다(F=4.119, p<.05). 사후검증을 보면, 고등부(M=3.84)보다 일반부(M=4.21)의 선수들이 대인관리 수준이 높은 것으로 나타났다.

표 6. 소속에 따른 자기관리 차이결과

변인		소속	n	M±SD	df	F	p	post-hoc (Scheffe)
자기관리	몸관리	고등학교(A)	99	3.55±.58	2/215	.979	.377	
		대학교(B)	80	3.46±.61				
		일반부(C)	39	3.60±.54				
	대인관리	고등학교(A)	99	3.98±.64	2/215	4.119	.018	B<C
		대학교(B)	80	3.84±.68				
		일반부(C)	39	4.21±.62				
	훈련관리	고등학교(A)	99	3.41±.57	2/215	.951	.388	
		대학교(B)	80	3.53±.64				
		일반부(C)	39	3.52±.63				
	정신관리	고등학교(A)	99	3.62±.66	2/215	1.397	.250	
		대학교(B)	80	3.59±.72				
		일반부(C)	39	3.81±.69				

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

(3) 중도포기의도

소속에 따른 중도포기의도의 차이는 <표 7>과 같이 통계적으로 유의한 차이를 보였다(F=3.579, p<.05). 사후검증 차이를 보면, 일반부(M=2.45)의 선수들보다 대학부(M=2.84)의 선수들이 중도포기의도를 높게 지각하는 것으로 나타났다.

표 7. 소속에 따른 중도포기의도 차이결과

변인	소속	n	M±SD	df	F	p	post-hoc (Scheffe)
중도포기의도	고등학교(A)	99	2.55±.82	2/215	3.579	.030	C<B
	대학교(B)	80	2.84±.93				
	일반부(C)	39	2.45±.85				

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

2. 심판판정과 자기관리, 중도포기의도의 관계

1) 변인 간 상관관계

(1) 측정변인 간 상관분석 결과

태권도 겨루기 선수들이 지각하는 심판판정과 자기관리, 중도포기의도의 영향관계를 분석하기에 앞서 측정변인 간 상호 관련성을 알아보기 위하여 Pearson의 상관분석을 실시하였고, 결과는 <표 8>과 같이 나타났다.

표 8. 측정변인 간 상관분석 결과

	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1	1	.640**	.688**	.742**	.181*	.337**	.317**	.322**	-.169*
2		1	.654**	.678**	.244**	.384**	.278**	.254**	-.136*
3			1	.719**	.342**	.413**	.357**	.376**	-.240**
4				1	.249**	.313**	.333**	.317**	-.146*
5					1	.412**	.416**	.443**	-.158*
6						1	.498**	.548**	-.309**
7							1	.564**	-.178*
8								1	-.303**
9									1
M	3.45	3.58	3.38	3.29	3.53	3.97	3.47	3.64	2.64
SD	.79	.65	.75	.79	.59	.66	.61	.69	.88

1=공정성, 2=신속성, 3=일관성, 4=신뢰성, 5=몸관리, 6=대인관리, 7=훈련관리, 8=정신관리, 9=중도포기의도/ *p<.05, **p<.01

먼저 본 연구에서 설정한 독립변수들(심판판정) 간의 상관계수를 보면, r=.640에서 r=.742까지의 정(+)의 방향으로 유의한 높은 상관이 있고(p<.01), 매개변수로 설정한 자기관리의 측정변인 간 상관계수 r=.412에서 r=.564까지

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

유의한 상관을 보였다(p<.05). 그리고 독립변수와 중도포기의도의 상관계수 r=-.136에서 r=-.240까지의 부적(-) 상관이 있고, 매개변수와 중도포기의도의 상관계수 r=-.158에서 -.309까지 부적(-) 상관을 보였다. 아울러 본 연구의 측정변수들 간의 자료를 보면 .8이하의 상관계수를 보임에 따라 다중공선성(Multicollinearity) 문제는 해소되었으며, 측정변수들은 상호 독립적인 개념으로 인과관계 분석을 실시함에 있어 적합한 자료임을 확인하였다.

2) 심판판정과 중도포기의도

(1) 심판판정에 대한 인식이 중도포기의도에 미치는 영향

변인들 간의 영향관계를 규명하기에 앞서, 독립변수들이 기본가정에 충족하는지의 여부를 확인하였다. 그 결과 공선성 통계량의 공차 값은 .340에서 .465까지 .1에서 1까지의 사이로 분포되어 있었고, 분산팽창지수(VIF) 값 또한 10이하로 기본 가정에 충족하였다. 아울러 독립변인 간 자기상관의 존재여부를 확인하는 Durbin-Watson 값도 1.722로 비교적 2에 근접하게 나타나 자기상관이 없이 독립적임을 확인하였다.

표 9. 심판판정에 대한 인식이 중도포기의도에 미치는 영향 결과

종속변수	독립변수	B	SE	β	t	p
중도포기의도	상수	3.535	.335		10.551	.000
	공정성	-.055	.118	-.050	-.466	.642
	신속성	.037	.131	.027	.280	.780
	일관성	-.320	.123	-.272	-2.597	.010
	신뢰성	.076	.127	.069	.601	.548
	R2(adj. R2)=.060(.042), F=3.397**			Durbin-Watson= 1.722		

**p<.01

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

이에 따라 입력방법에 의해 다중회구분석을 실시하였고, <표 9>와 같은 결과를 보였다. 먼저, 독립변수가 종속변수를 설명하는 전체 모형의 설명력은 6%(R^2: .042)의 수준으로 확인하였고, F값은 3.397(p<.01)로 통계적 유의성이 검증되었다. 세부적인 인과관계에서는 종속변인의 중도포기의도에서 일관성 요인이 유의한 영향을 미치는 것으로 분석되었으며, 표준화된 베타 값은 −.272(t=−2.597, p<.05)로 유의한 부(−)의 영향을 미치는 것으로 나타났다.

3) 심판판정과 자기관리

(1) 심판판정에 대한 인식이 몸관리에 미치는 영향

몸관리에 대한 심판판정의 영향력을 규명하기 위한 다중회귀분석 결과는 <표 10>과 같이 나타났다. 그 결과, 독립변수는 종속변수를 12.7%(R^2: .11)를 설명하고 있으며 F값 7.735로 유의확률 p<.001의 수준에서 유의미하였다. 구체적으로 공정성과 신속성, 그리고 신뢰성의 변수는 몸관리에 유의한 영향력이 없으나 일관성에 대한 변수의 정(+)의 방향으로 유의한 영향력을 보였다(β=.364, p<.001).

표 10. 심판판정에 대한 인식이 몸관리에 미치는 영향 결과

종속변수	독립변수	B	SE	β	t	p
몸관리	상수	2.603	.216		12.041	.000
	공정성	−.114	.076	−.154	−1.490	.138
	신속성	.059	.084	.066	.702	.484
	일관성	.286	.079	.364	3.600	.000
	신뢰성	.042	.082	.057	.516	.607
	R2(adj. R2)=.127(.110), F=7.735***			Durbin−Watson= 2.007		

***p<.001

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

(2) 심판판정에 대한 인식이 대인관리에 미치는 영향

태권도 겨루기 선수들이 인식하는 심판판정에 대인관계에 미치는 영향력을 규명하기 위한 다중회귀분석을 실시한 결과는 <표 11>과 같이 나타났다. 구체적으로 심판판정은 대인관리에 19.6%(R^2: .181)의 설명력을 보이고, F값 13.018(p<.001)로써 유의미한 것으로 나타났다. 대인관리에 영향을 미치는 변수로는 신속성과 일관성이 모형에 포함되었으며, 각 변수의 베타 값은 .211과 .294로 나타났다.

표 11. 심판판정에 대한 인식이 대인관리에 미치는 영향 결과

종속변수	독립변수	B	SE	β	t	p
대인관리	상수	2.382	.234		10.181	.000
	공정성	.056	.083	.067	.674	.501
	신속성	.214	.091	.211	2.339	.020
	일관성	.261	.086	.294	3.035	.003
	신뢰성	−.076	.088	−.091	−.861	.390
R2(adj. R2)=.196(.181), F=13.018*** Durbin−Watson= 1.720						

***p<.001

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

(3) 심판판정에 대한 인식이 훈련관리에 미치는 영향

심판판정에 대한 인식이 훈련관리에 미치는 영향력의 결과는 <표 12>와 같이 독립변수는 종속변수를 14.2%(R^2: .126)의 수준으로 설명하고, F값 8.822로 유의미하였다. 세부적인 인과관계를 보면, 일관성에 대한 변수만 베타값 .214로 정(+)의 방향으로 유의한 영향관계를 보였다.

표 12. 심판판정에 대한 인식이 훈련관리에 미치는 영향 결과

종속변수	독립변수	B	SE	β	t	p
훈련관리	상수	2.352	.223		10.560	.000
	공정성	.060	.079	.078	.759	.449
	신속성	.009	.087	.010	.106	.916
	일관성	.175	.082	.214	2.139	.034
	신뢰성	.089	.084	.115	1.057	.292
	R2(adj. R2)=.142(.126), F=8.822*** Durbin-Watson= 2.028					

***p<.001

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

(4) 심판판정에 대한 인식이 정신관리에 미치는 영향

정신관리에 미치는 심판판정의 영향변수를 확인하기 위한 다중회귀분석 결과는 <표 13>과 같이 전체 모형은 15.1%(R^2: .126)의 설명력을 보이고, F값 9.438로 유의미하였다(p<.001). 아울러 영향을 미치는 변수로는 일관성이 모형에 포함되었으며, 베타 값은 .286으로 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 확인되었다.

표 13. 심판판정에 대한 인식이 정신관리에 미치는 영향 결과

종속변수	독립변수	B	SE	β	t	p
정신관리	상수	2.414	.252		9.594	.000
	공정성	.094	.089	.107	1.055	.293
	신속성	−.047	.098	−.045	−.482	.630
	일관성	.265	.092	.286	2.871	.005
	신뢰성	.055	.095	.062	.576	.565
	R2(adj. R2)=.151(.135), F=9.438***			Durbin-Watson= 1.942		

***p<.001

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

4) 자기관리와 중도포기의도

(1) 자기관리가 중도포기의도에 미치는 영향

자기관리가 중도포기의도에 미치는 영향력을 규명하기 위한 결과는 <표 14>와 같이 나타났다. 독립변수 자기관리는 중도포기의도를 12.3%(R^2: .106)를 설명하고 있으며, F값 7.444로 유의하였다(p<.001). 세부적으로 영향을 미치는 변수로는 대인관리와 정신관리가 중도포기의도에 부(−)의 방향으로 유의한 영향을 미치는 것으로 확인되었고, 대인관리의 베타 값은 −.219(p<.01), 정신관리의 베타 값 −.213(p<.05)으로 유의한 영향관계를 보였다.

표 14. 자기관리과 중도포기의도에 미치는 영향 결과

종속변수	독립변수	B	SE	β	t	p
중도 포기의도	상수	4.504	.425		10.588	.000
	몸관리	.010	.111	.007	.087	.930
	대인관리	−.291	.107	−.219	−2.707	.007
	훈련관리	.069	.118	.048	.588	.557
	정신관리	−.269	.108	−.213	−2.487	.014
R2(adj. R2)=.123(.106), F=7.444*** Durbin-Watson= 1.876						

***p<.001

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

V. 논 의

A. 집단 간 차이

태권도 겨루기 선수들이 지각하는 심판판정과 자기관리, 중도포기의도에 대한 차이를 분석하기 위해 t-검정 및 일원분산분석을 실시하였고, 의미 있는 결과를 도출하였다. 도출된 결과를 중심으로 논의하면 다음과 같다.

먼저 성별에 따른 집단 간 차이를 보면, 심판판정은 공정성과 일관성 및 신뢰성에서 통계적으로 유의한 차이를 보였다. 구체적으로 남자선수들이 여자선수들보다 심판판정에 대해 더욱 높게 지각하는 것으로 여자선수들이 상대적으로 심판을 불신한다고 볼 수 있다. 그리고 중도포기의도는 남자선수들이 여자선수들보다 낮게 지각하는 것으로 나타났다. 이러한 결과를 토대로 선행연구와 비교해보면, 하키종목의 선수들을 대상으로 수행된 정청희와 홍길동(2002)의 일치된 결과를 보이고, 태권도 선수들을 대상으로 수행된 윤병인(2014), 임근석(2016)의 연구와 일맥상통한다. 특히 오준석과 윤기운(2015)의 연구에서는 심판판정의 일관성 부분을 지적하였고, 일관되지 못한 판정은 다음 수행을 위한 피드백을 제공하는데 많은 제약이 따른다며, 판정결과로 인한 경기력저하를 우려했다. 중도포기의도는 체조선수들을 대상으로 수행된 오준석(2016a)의 연구결과를 간접적으로 지지하고, 이는 중도포기의도를 예방하는 차원에서 지도자의 역할이 매우 중요하다고 강조하였다. 이에 김용규(2007)는 목표와 비전을 제시할 수 있는 지도자의 세심한 배려가 중도포기의도를 예방할 수 있다고 하였다. 그리고 김정훈(2010)은 고교 태권도선수들을 대상으로 운동스트레스에 따른 운동지속의사를 조사하였는데, 여자선수들이 운동에 대한 스트레스를 높게 지각하고 있기 때문에 지속의도가 낮다고 보고하여 본 연구를 간접적으로 지지한다.

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

본 연구의 소속에 따른 차이는 심판판정의 신뢰성 요인에서 일반부 선수들이 가장 낮게 지각하는 것으로 나타났고, 자기관리는 대인관리 요인에서 대학부보다 일반부 선수들이 높게 나타났다.

그리고 중도포기의도는 일반부보다 대학부 선수들이 높은 것으로 나타났다. 이 같은 결과를 토대로 선행연구와 비교하면, 임근석(2016)의 연구와 다소 차이를 보이지만, 오준석과 윤기운(2015)의 연구와 일관된 결과를 보였다. 이들은 소속이 높은 집단일수록 경기경험이 많고, 객관적 관점에서 평가할 수 있는 역량이 갖추어졌기 때문에, 심판판정에 대해 보다 냉정하게 평가한다고 주장하였다. 운동선수들의 자기관리는 성공과 실패를 결정하는 가장 기본적인 역할을 하며(오준석, 2016a), 대인관리가 자신을 둘러싼 주요타자와의 인간관계 전략이라고 할 때, 태권도경기는 심판의 주관적 관점에 따라 판정되는 사례가 많기 때문에 평소 대인관리에 집중하는 것으로 판단된다. 중도포기의도에서 나타난 결과는 성창훈(2002)이 주장한 우리나라 학교체육제도의 문제점이라고 제기하였는데, 이는 우리나라 운동선수들은 운동과 학업을 병행할 수 있는 구조가 미흡하기 때문에 결국, 대학교 졸업 후에 실업팀에 입단하여 운동을 지속할 수 있는 여건이 마련되지 않는 한 취업에 대한 걱정이 다른 집단보다 높은 것으로 생각된다.

2. 심판판정과 자기관리, 중도포기의도의 관계

태권도 겨루기 선수들은 심판판정을 높게 지각할수록 중도포기의도는 낮아진다고 설정한 가설에 대한 결과에서는 심판판정의 일관성 요인이 유의한 부(−)의 영향을 미치는 것으로 확인되었다. 이는 선수들이 심판들의 일관성을 높게 지각하게 될 때 중도포기의도를 감소할 수 있다는 점을 시사한다. 태권도 경기

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

에서 심판 간 판정은 어떠한 비슷한 상황에서도 일관되어야 하며 일관되지 못할 경우 심판의 능력을 불신할 뿐만 아니라, 동기저하, 의욕상실 등 부정적인 영향을 미치게 된다. 즉 심판들의 일관된 판정이 결여될 때, 선수들의 심리상태는 위축되거나 동요, 그리고 시합상황에서 중요한 단서를 놓치게 된다. 이는 결국 경기결과에도 부정적 영향을 미치게 된다는 오준석과 윤기운(2015)의 연구결과를 지지하며, 심판들의 불신은 중도포기의도를 가중시킨다는 오준석(2016b)의 연구결과와 일맥상통한다. 임근석(2016)의 연구와 유사한 결과로 이는 태권도 선수들이 판정의 일관성을 높게 지각할수록 운동을 지속적으로 수행하고자 하는 의지가 강화됨에 따라 태권도 경기에서 일관성과 관련된 제도방안이 마련되어야 한다고 주장하였다. 그리고 김윤상(2015)은 태권도 경기에서 판정의 정확성을 강조하며 선수들의 지속의도를 높이기 위한 대안이라고 하였다. 뿐만 아니라 윤병인(2014)은 태권도 경기에서 판정에 대한 높은 수준의 인식은 운동에 대한 몰입수준을 높이는 등, 동기적 측면에서 선수들의 긍정적인 정서를 촉진시키기 때문에 운동에 대한 중도포기의도는 감소하고 지속력을 높일 수 있다고 하였다.

아울러 임근석(2016)은 태권도 선수들의 운동 지속의도를 높이기 위한 방안 가운데 심판의 정확한 판정을 요구하며, 심판이 오심이라고 판단될 경우, 심판으로서의 권위에 연연하지 않으면서 자신의 실수를 인정하고 선수 및 지도자들과의 의사소통을 통해 심판으로서의 신뢰를 회복해야 한다고 주장하였다. 뿐만 아니라, 윤병인(2014)의 연구에서는 심판판정 인식이 태권도 선수들의 몰입 및 자신감, 경기력에 부정적인 영향을 미친다고 보고하며, 태권도 심판들은 꾸준히 경기규정에 대한 지식과 개인적 자질, 정확한 판단으로 선수와의 신뢰회복이 이루어져야 한다고 하였다.

태권도 겨루기 선수들이 지각하는 심판의 일관성은 몸관리, 대인관리, 훈련관리 및 정신관리에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 확인되었다. 아울러, 선수들의 긍정적인 자기관리 행동 중에서 대인관리와 정신관리는 중도포기의도를 감소시킬 수 있다고 본 연구를 통해 확인되었다. 이와 같이 본 연구를 통해 선수들

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

이 지각하는 심판판정 요인 중에서 일관성이 가장 중요한 요인이 되며, 자기관리 행동 중에서는 대인관리와 정신관리가 중도포기의도를 감소시킬 수 있는 방안이 된다는 점을 본 연구를 통해 알 수 있었다.

심판판정의 일관성은 태권도 종목뿐만 아니라 하키, 핸드볼, 쇼트트랙, 체조 등 많은 종목에서도 문제점으로 지적하였다(김희중, 2000; 박천조 등, 2004; 정창우, 2002; 오준석, 윤기운, 2015; 이재경, 이주형, 2008; 한기훈, 이진성, 2004). 판정의 일관성에 대하여 이들의 공통된 주장은 경쟁스포츠에서 일관된 판정이 결여될 때 지도자 및 선수는 다음수행에 대해 무엇을 하고, 하지 말아야 할지 정확하게 판단이 어렵다는 점을 강조하였다. 즉 일관된 판정에 의한 정확한 피드백 정보를 얻을 수 없게 됨으로 운동선수들은 자기관리 행동에 어려움을 겪게 되는 것으로 생각된다. 오준석(2016b)은 운동선수들의 중도포기의도를 해결하는 방안 가운데 지도자의 역할이 가장 중요한 변수라고 지목하였다. 실제 운동선수들이 운동을 중단하게 될 때, 선수 스스로 결정하는 비율이 73.8%이며, 25.8%는 상의할 사람이 없었다고 하였다. 상담사례를 보더라도 부모 상담이 49.3%의 비율인 반면, 스포츠현장에서 가장 밀접한 관계를 유지해야 하는 지도자의 상담은 10%에 불과하다는 분석결과만 보더라도 지도자와 선수 간의 소통이 부족하다는 점을 단적으로 보여준다(이규일, 허창혁, 류태호, 2011). 본 연구에서도 운동선수의 자기관리 행동 중에서 대인관리와 정신관리 수준을 높여주는 것이 중도포기의도가 감소된다는 결과와 같이, 지도자의 소통을 가장 시급하게 개선해야 할 문제점으로 지적하고 싶다. 즉 지도자와 선수의 관계가 상호 협력적 관계에서 열린 마음으로 소통하고, 개인차를 고려한 맞춤형 훈련방법을 제시할 때 선수들의 중도포기 사례를 예방할 수 있을 것이다.

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

Ⅵ. 결 론

본 연구는 태권도 겨루기 선수들이 지각하는 심판판정과 자기관리 및 중도포기의도의 관계를 구명하고, 동기화 측면에서 지속적인 수행을 위한 목적에 따라 다음과 같은 결론을 얻었다.

1. 집단 간 차이

첫째, 성별에 따른 차이에서는 남자선수들이 여자선수들보다 심판판정의 공정성과 일관성, 신뢰성을 높게 지각하고, 중도포기의도는 여자선수들이 높게 지각하였다.

둘째, 소속에 따른 차이는 심판판정의 신뢰성 요인에서 일반부 선수보다 고등부와 대학부 선수들이 높게 지각하고, 자기관리는 대인관리 요인에서 대학부 선수보다 일반부 선수들이 높은 것으로 나타났다. 중도포기의도는 일반부 선수보다 대학부가 높게 지각하는 것으로 나타났다.

2. 심판판정과 자기관리, 중도포기의도의 관계

첫째, 태권도 겨루기 선수들은 심판판정의 일관성을 높게 지각할수록 중도포기의도를 감소할 수 있는 것으로 나타났다.

둘째, 태권도 겨루기 선수들은 심판판정의 일관성을 높게 지각할수록 자기관리의 몸관리, 대인관리, 훈련관리 및 정신관리를 높일 수 있는 것으로 나타났고,

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

신속성을 높게 지각하게 될 때 대인관리를 높일 수 있다는 결과를 보였다.

셋째, 태권도 겨루기 선수들의 자기관리 행동 중에서 대인관리와 정신관리를 높일수록 중도포기의도를 감소시킬 수 있는 것으로 나타났다.

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

참 고 문 헌

고흥환, 김기웅, 장국진(1994). 運動行動의 心理學. 보경문화사.

김규석, 남중웅(2004). 대학 볼링선수들의 경기력 수준과 성에 따른 경기전 심리요인 분석. 한국스포츠리서치, 15(5), 257-265.

김문준(1996). 운동학 강의. 태근문화사.

김병태(2011). 태권도선수의 성취목표성향이 스포츠자신감 및 경쟁상태 불안에 미치는 영향. 박사학위논문. 대구가톨릭대학교.

김병현(1995). 운동경기 상황과 스포츠심리학, 한국체육과학연구원, 스포츠과학 52호.

김상태, 설정덕(2001). 골프선수들의 심리기술훈련 효과. 한국체육학회지, 40(1), 129-146.

김소라(1998). 여자유도선수의 경쟁불안과 경기력과의 관계분석. 석사학위논문. 국민대학교 교육대학원.

김종수(2010). 태권도 시범기술 수행에 영향을 미치는 심리요인 탐색. 미간행 석사학위논문. 한국체육대학교 대학원.

김진환(1999). 태권도 선수를 위한 경쟁상태불안 규준개발. 한국스포츠심리학회, 10(1), 57-72.

김진환, 남운모(2005). 탁구선수의 경쟁불안이 운동수행에 미치는 영향. 한국스포츠리서치. 16(3), 835-842.

김충태, 박영희, 송유진(1977). 체조선수의 심리적 기능과 역할에 관한 이론적 고찰. 한국체육대학교 체육과학연구소, 16(1), 55-61.

김태호(2013). 대학 태권도 선수들의 경쟁상태불안과 경기력과의 관계. 석사학위논문. 강릉원주대학교.

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

김호신(2006). 체조선수들의 경기력수준에 따른 심리기술능력에 관한 연구. 박사학위논문. 한국체육대학교 대학원.

남궁설(2012). 골프선수들의 심리적 방해요인과 대처방안에 관한 연구. 미간행 박사학위논문. 원광대학교 교육대학원.

남정훈(2008). 이침요법이 경쟁상태 불안과 골프퍼팅 수행에 미치는 영향. 박사학위논문. 한국체육대학교 교육대학원.

대한태권도협회(2017). 태권도 품새 경기규칙.

라정현, 조성균, 전익기(2007). 세계태권도품새대회 발전방안 모색을 위한 참가선수들의 대회인지 조사. 한국체육과학회지, 16(1), 29-35.

류시현(2012). 태권도 앞차고 몸돌아 옆차기의 균형성. 미간행 석사학위 논문. 한국체육대학교 대학원.

박경태(2001). 역도선수의 경쟁상태불안과 경기력과의 관계분석. 석사학위논문. 서원대학교 교육대학원.

박승수(2006). 남자 중·고 축구선수의 스포츠 경쟁상태 불안에 관한 연구. 석사학위논문. 목포대학교 교육대학원.

박정근, 문익수, 최만식(1995). 국가대표 선수들의 심리적 방해요인과 대처방안에 관한 연구. 한국스포츠심리학회 학술발표논문집, 1995(2), 115-128.

세계태권도연맹 홈페이지(2017).

신동성(1999). 집중력향상을 위한 훈련방법. 스포츠과학정보. 봄호.

안용규(1998). 태권도 사관정립과 태권도 정신에 관한 연구. 미간행 대한태권도협회 연구개발특별위원회 연구보고서.

안용규(2006). 태권도 탐구논리. 대한미디어.

안진영, 김두한, 안근아(2011). 태권도 품새경기규칙 개정에 따른 선수인식과 발전방향. 한국스포츠학회지, 9(4), 89-98.

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

안진영, 안근아, 김두한(2013). 태권도 품새경기규칙의 공정성 재고 방안. 한국스포츠학회지, 11(1), 169-178.

양진방(2011). 품새의 발생 기원과 품새 개념의 확장 가능성 모색. 한국체육사학회지, 16(2), 15-27.

오영숙(2006). 양국 국가대표 선수들의 심리적 방해요인에 대한 대처방안 연구. 미간행 박사학위논문. 상지대학교 일반대학원.

오준석(2013). 남자 기계체조경기의 경쟁상태불안 개념 구조 탐색 및 검사지 개발. 박사학위논문. 조선대학교 일반대학원.

윤준영(2014). 태권도 품새선수의 심리적 방해요인 탐색. 석사학위논문. 한국체육대학교 사회체육대학원.

이윤철(2009). 국가대표 체조선수의 경기수행에 영향을 미치는 심리적 방해요인과 대처방안. 미간행 박사학위논문. 경희대학교 체육대학원.

임신자(1993). 태권도 경기 기술의 구조에 관한 연구. 석사학위논문, 상명여자대학교 대학원.

임신자(2005). 태권도 경기기술 유형 및 모형 개발. 박사학위논문. 성균관대학교 대학원.

장덕선, 원신희(2008). 우수 역도선수들의 집중력 단서와 방해요인 탐색. 한국스포츠심리학회지, 19(3), 179-195.

정구인(1995). 기계체조 선수들의 기능수준과 대상별 정신력과 경쟁불안. 박사학위논문. 세종대학교 대학원.

정찬모(1987). 정상적인 노력의 씨를 뿌린다. 體育, 221, 30-33.

정청희(2000). 골프경기를 위한 심리기술 훈련. 무지개사. 서울.

정해상(2011). 포지션과 경력에 따른 대학축구선수의 경기 전 경쟁 상태불안과 자신감 및 심리적 요인과의 관계. 박사학위논문. 서남대학교 대학원.

조슬기(2015). 태권도 품새 선수 경쟁상태불안 검사지 개발 및 타당화 연구. 석사학위논문. 동의대학교.

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

조은정, 박범영(2013). 국가대표 리듬체조 선수의 심리적 방해요인 탐색. 한국스포츠심리학회지, 54, 715-733.

Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral cange. psychological Review, 84(2), 191-215.

Cratty, Bryant J(1983). Psychology in contemporary sport : guidelines for coaches and athletes. Englewood Cliffs.

Cox, R. H. (1990). Sport Psychology: concept and application. LA : Wm. c. Brown Publishers.

Freud Sigmund(1949). An Outline of Psychoanaiysis. W.W.Norton & Company.

Fuoss, Donald E, Troppmann, Robert(1981). Effective coaching : a psychological approach. Wiley.

Gould D. Weiss & Weinberg, R. S.(1981). Psychological Characteristics of Successful and Nonsuccessful Big Ten Wrestlers. Journal of Sport Psychology, 3, 69-81.

Landers, Daniel M(1980). Stress Management Techniques for Sport and Physical Education. Journal of Physical Education, Recreation and Dance. 51(2), 41-43.

Levitt, Eugene E(1980). The psychology of anxiety. Hillsdale : Lawrence Erlbaum Associates.

Martens, Rainer(1987). Coaches guiede to sport psychology. Human Kinetics.

Nideffer, Robert M(1976). The inner athlete : mind plus muscle for winning. Crowell.

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

Passer, M. W.(1983). Fear of failure, fear of evaluation, perceived competence,and self-esteem in competitive traitanxious children. Journal of Sport Psychology,5, 172-189.

Robin, S. Vealey(1990). Advancements in competitive anxiety research: Use of the sport competition anxiety test and the competitive state anxiety inventory-2. 2(4), 243-261.

Smith. R .E., & Smoll. F. L.(1990). Sportperformance anxiety. In H. Leitenberg(eds), Handbookof Socialand EvaluationAnxiety 417-454.

Spielberger, C. D.(1966). Anxietyandbehavior. New York: Academic Press.

Spielberger, C. D.(1972). Anxiety. Current Trendsin theory and Research (Vol.1).New York: AcademicPress.

Swain,A.,& Jones, G.(1993). Intensity and frequency dimensions of competitive state anxiety. Journal of SportSciences, 11, 533-542.

Vandenberg, R. J., & Lanve, C.(2000). A review and sysnthesis of the measurement invariance literature: Suggestions, Practices, and recommendations for organization alresearch. Organization alresearch Methods,3(1),4-70.

Watson, D., Clark, L. A., & Tellegen, A.(1988). Development and Validation of Brief Measures of Positiveand Negative Affect: The PANAS Scales. Journal of Personality and Social Psychology, 54, 1063-1070.

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

<부 록>

설 문 지

안녕하십니까?

귀중한 시간을 할애하여 주셔서 감사합니다.

본 설문지를 통해 얻어진 자료는 통계법 제8조 및 제9조의 규정에 의하여 오직 학문적인 연구목적으로만 사용될 것이며, 응답에는 맞고 틀리는 것이 없으므로 귀하가 생각하시는 의견을 솔직하게 표시해 주십시오.

귀하의 솔직한 응답은 본 연구 목적을 달성하는데 커다란 도움이 될 것입니다.

다시 한번 설문에 응해 주신데 대하여 깊은 감사를 드립니다.

2018년 07월

연구자 : 조선대학교 교육대학원 석사과정 황 명 진
E-MAIL : jeon0503@naver.com
연락처 / FAX : 010 - 6336 - 9439

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

※ 다음은 **인구통계학적특성**에 관한 질문입니다.
해당되는 번호에 표시(√)를 해 주십시오.

1. 귀하의 성별은?

① 남자 ② 여자

2. 귀하의 일주일에 운동 참여 시간은?

① 없음 ② 1시간 ③ 2시간 ④ 3시간 이상

※ 다음은 **경쟁상태불안** 에 관한 질문입니다.
해당되는 번호에 표시(√)를 해 주십시오.

① 전혀 그렇지 않다 ② 그렇지 않다 ③ 보통이다 ④ 그렇다 ⑤ 매우 그렇다

1. 나는 지금 이번 시합에 질까봐 걱정이 된다.	①	②	③	④	⑤
2. 나는 지금 시합 점수가 잘 안나올까봐 걱정이 된다.	①	②	③	④	⑤
3. 나는 지금 내가 세운 목표를 달성 할지 걱정이 된다.	①	②	③	④	⑤
4. 나는 지금 내가 한 시합을 보고 실망 할 것 같다.	①	②	③	④	⑤
5. 나는 지금 원하는 점수를 받을 수 있을지 걱정된다.	①	②	③	④	⑤
6. 나는 지금 몸이 뻣뻣하게 굳어진다.	①	②	③	④	⑤
7. 나는 지금 갈증을 느낀다.	①	②	③	④	⑤
8. 나는 지금 속이 텅 빈 것 같다.	①	②	③	④	⑤
9. 나는 지금 소변이 마렵다.	①	②	③	④	⑤
10. 나는 지금 얼굴이 달아오른다.	①	②	③	④	⑤

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

11. 나는 지금 시합에 자신이 있다.	①	②	③	④	⑤
12. 나는 상대선수 보다 완벽하게 잘 할 자신이 있다.	①	②	③	④	⑤
13. 나는 평소 자신이 없던 품새/겨루기발차기도 잘 할 수 있다.	①	②	③	④	⑤
14. 나는 실수했던 동작들을 잘 발휘할 수 있다.	①	②	③	④	⑤
15. 나는 지금 도복이 내 몸에 안 맞는 것 같다.	①	②	③	④	⑤
16. 나는 지금 시합에 내가 어려워하는 품새/겨루기 상대 선수만 나올 것 같다.	①	②	③	④	⑤
17. 나는 지금 시합 중 세컨이 하는 말에 집중을 못한다.	①	②	③	④	⑤
18. 나는 지금 외부의 소리가 다 들린다.	①	②	③	④	⑤

dCollection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

※ 다음은 **심리적 방해요인** 에 관한 질문입니다.
해당되는 번호에 표시(√)를 해 주십시오.

① 전혀 그렇지 않다 ② 그렇지 않다 ③ 보통이다 ④ 그렇다 ⑤매 우 그렇다

경기운영	1. 나는 운동반사 능력이 뛰어나다.	①	②	③	④	⑤
	2. 나는 신체적 움직임이 민첩하고 세련되어 있다.	①	②	③	④	⑤
	3. 나는 달리기에 자신이 있다.	①	②	③	④	⑤
	4. 나는 신체의 숙련성과 관련된 테스트를 받을 때 자신이 있다.	①	②	③	④	⑤
	5. 나는 근육이 강하다.	①	②	③	④	⑤
	6. 나는 스포츠(운동)활동에 자신이 있다.	①	②	③	④	⑤
심리요인	7. 사람들은 바른 나의 자세 때문에 나를 긍정적으로 생각한다.	①	②	③	④	⑤
	8. 나는 나보다 체격이 더 좋은 사람을 보더라도 서로 체격이 다르다는 사실을 인정한다	①	②	③	④	⑤
	9. 나는 다른 사람보다 더 많은 매력을 갖고 있다.	①	②	③	④	⑤
	10. 나는 나보다 잘생긴 사람들을 보더라도 부러워 하지 않는다.	①	②	③	④	⑤
	11. 나의 웃음은 스스로를 즐겁게(기쁘게) 한다.	①	②	③	④	⑤
	12. 나는 나의 손이 따뜻하고 편안하기 때문에 악수하는 것을 좋아한다.	①	②	③	④	⑤

★ 끝까지 답변해 주셔서 감사 합니다 ★

Collection @ chosun