



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](#)

2024년 2월

석사학위 논문

태권도 전국체전 대표선수들의
참여동기, 성취목표, 자기효능감에
관한 연구

조선대학교 대학원

체육학과

이 제 담

태권도 전국체전 대표선수들의
참여동기, 성취목표, 자기효능감에
관한 연구

A study on the Participation Motivation, Achievement
Goals, Self-Efficacy of Taekwondo National Sports
Festival Athletes

2024년 2월 23일

조선대학교 대학원

체육학과

이 제 담

태권도 전국체전 대표선수들의
참여동기, 성취목표, 자기효능감에
관한 연구

지도교수 윤 오 남

이 논문을 체육학 석사학위신청 논문으로 제출함

2023년 10월

조선대학교 대학원

체육학과

이 제 담

이제담의 석사학위논문을 인준함

위원장 이 계 행 (인)

위 원 정 재 환 (인)

위 원 윤 오 남 (인)

2023년 12월

조선대학교 대학원

목 차

ABSTRACT

I. 서 론	1
1. 연구의 필요성	1
2. 연구의 목적	3
3. 연구 가설	3
4. 연구의 제한점	4
II. 이론적 배경	5
1. 참여 동기	5
2. 성취목표	7
3. 자기효능감	10
III. 연구방법	12
1. 연구 대상	12
2. 조사 도구	13
3. 설문지의 타당도 및 신뢰도	15
4. 조사 절차	18
5. 자료처리	18

IV. 연구결과	19
1. 일반적 특성에 따른 차이	19
2. 각 세부요인 간 상관관계 분석	22
3. 태권도 전국체전 대표선수들의 참여동기, 성취목표, 자기효능감 간 영향	23
V. 논의	26
1. 일반적 특성의 차이	26
2. 태권도 전국체전 대표선수들의 참여동기, 성취목표, 자기효능감의 관계와 영향	27
VI. 결론 및 제언	28
1. 결론	28
2. 제언	28
참고문헌	30

표 목 차

표 1. 대상자의 일반적 특성	12
표 2. 설문지의 세부구성내용	13
표 3. 참여동기에 대한 타당도 및 신뢰도 분석	15
표 4. 성취목표성향에 대한 타당도 및 신뢰도 분석	16
표 5. 자기효능감에 대한 타당도 및 신뢰도 분석	17
표 6. 성별에 따른 차이	19
표 7. 연령에 따른 차이	20
표 8. 참여횟수에 따른 차이	21
표 9. 각 요인에 따른 상관관계 분석	22
표 10. 성취목표와 자기효능감이 내적동기에 미치는 영향	23
표 11. 성취목표와 자기효능감이 외적동기에 미치는 영향	24
표 12. 자기효능감이 자아성취에 미치는 영향	24
표 13. 자기효능감이 과제성취에 미치는 영향	25

ABSTRACT

A study on the Participation Motivation, Achievement Goals, Self-Efficacy of Taekwondo National Sports Festival Athletes

Lee, Je-Dam

Advisor : Yoon, Oh-Nam Ph.D.

Department of Physical Education,
Graduate School Chosun University

The purpose of this study is to present basic data on psychological factors for the group participating in the National Sports Festival through research on the participation motivation, achievement goals, and self-efficacy of Taekwondo National Sports Festival athletes.

This research method selected 176 athletes who had participated in the National Sports Festival over the past three years. The research was based on the survey results of 152 people, excluding 24 people who submitted surveys that were judged to have responded insincerely. Focusing on athletes from the Gwangju and Jeonnam regions, we identified athletes from other regions with the help of athletes with participation experience, explained the study, and expanded the survey. Players who participated in recent games had the highest response rate. SPSS 27.0 was used for data processing in this study, and the significance level was set at $p < .05$.

This study conducted a study on the participation motivation, achievement goals, and self-efficacy of representative athletes who participated in the Taekwondo National Sports Festival, drew results, and drew conclusions by comparing them with various previous studies.

First, among Taekwondo National Sports Festival representative athletes, male self-efficacy, perceived physical ability and physical self-expression were significantly higher depending on gender.

Second, it was found that there were no significant differences in participation motivation, achievement goals, and self-efficacy among Taekwondo National Sports Festival athletes depending on age and number of competition participation.

Third, Taekwondo National Sports Festival representative athletes showed no significant correlation or influence between participation motivation, achievement goals, and self-efficacy.

I. 서론

1. 연구의 필요성

전국체전은 일제 강점기 민족 독립의지를 표명할 수 있는 제1회 전조선야구대회를 시작으로 지금의 전국체전으로 발전해 왔다(김도희, 2019). 전국체전 참여 종목은 지속적으로 확대 되었으며, 1963년 제 44회 전국체전에서 태권도 겨루기는 정식종목으로 채택되어 운영되고 있다.

각 지역별 대표선수를 선발하기 위해 예선 경기를 진행하여 대표선수들을 선발하여 운영하는 방식이므로 참여 선수들의 기술적 수준이 높은 경기이다. 또한, 국가를 대표하는 선수들부터 새로운 우수선수를 찾고 양성하는데에도 기여하고 있다가 판단된다.

1973년 54회 대회부터는 전국의 지방자치단체를 순회하면서 개최를 실시하면서 지역적 균형발전을 이끌고 있으며, 개최지역의 지역사회에는 공동체 의식을 올려주고 생활스포츠에 편의를 제공할 수 있는 기반시설을 보급해주고 경제적 파급효과를 가져다 준다(김도희, 2019).

참여동기에 대한 세부적 요인에 대해 내적 동기는 선수가 특별한 보상보다는 운동에 대한 흥미를 느껴 좋아하는 형태라 하였으며, 외적 동기는 운동에 대한 순수한 흥미보다는 외적인 보상이나 타인의 압력에 의한 운동을 수행하는 것이고 무동기는 운동 지속의 이유도 모르고 보상에 대한 관심도 없는 상태이다(임영진, 송은섭, 2019). 태권도 전국체전에 참여한 선수들을 대상으로 참여동기가 어떠한 요인에 의한 참여동기인가를 확인하는 것은 지역대표선수들에 소속감을 높여줄 수 있는 방법을 제시할 수 있을 것으로 판단된다.

성취목표 지향의 중요 목표는 유능성 또는 우수한 자신의 능력을 보여주고 하려는 것이고 유능성에 대한 개인의 주관적 해석에 따라서 과제목표성향은 기술에 대한 숙련도와 학습하는 것이 중요하다 판단할 때 나타나며(Dura, 1993;

Dweck & Elliot, 1983), 기준 준거가 자신이 되어지는 것으로 운동 기술 및 자세가 향상되어 많은 노력을 통해 성공하게 되었다고 느껴 유능하다고 판단하는 것이다(정청희, 김병준, 2000).

자아목표성향은 타인과 비교하여 자신의 능력을 보이는데 관심을 두고 비교되는 기준을 사용해 주관적 자기 평가 능력이며(Dura, 1993; Dweck & Elliot, 1983), 기준 준거가 타인이 되는 경우로써 능력이나 성공감을 느끼기 위해서는 다른 사람보다 더욱 잘해야 하고 동일한 능력이라면 본인이 노력을 조금 덜해야 하는 의미이다(정청희, 김병준, 2000).

인간의 행동을 결정짓고 수행하는데 중요한 요인으로 자기효능감을 제시하였다(Bandura, 1997). 행동을 변화시켜주는 중재의 공통적인 기제이고 개인이 갖는 기술을 의미하는 것이 아니라 개인마다 소유하고 있는 기술에 대해 어느 정도로 수행할 수 있는가를 판단하는 것이라 하였다(이동영, 1997). 이로 인해 행동과 환경을 효율적으로 선택하는데 자기효능감이 영향을 미치고 스스로 해결할 수 있는 능력이 있다고 느낄 때 나타난다(박홍찬, 2009). 자기 효능감이 강한 사람은 어려운 상황에 대해 더욱 노력을 지속적으로 강하게 투여하면서 성공하기 위해 포기하지 않지만 불안을 느끼는 사람은 노력을 줄이거나 완전히 포기한다(배정숙, 1998). Bandura의 자기효능감을 성공경험, 대리경험, 언어적 설득, 정서적 각성이라 정의했으며(Cox, 2007), 이러한 요인들에 대해 지역을 대표하는 선수들 중 태권도 선수들에게서 나타나는지는 전혀 연구가 이루어지지 않은 실정이다.

태권도 전국체전에 참여한 선수들은 겨루기와 품새 선수들로 구분되어지는데 겨루기와 다르게 품새경기는 최근 시범경기로 지정되어 운영되고 있다. 전국에서 각 지역을 대표하는 선수들을 대상으로 한 선수들에 대한 대표성이 강하였으나 실제 선수들이나 참여자들에 대한 선행 연구는 매우 미비한 실정으로 본 연구에서 대표선수들에 대한 참여동기와 성취목표 및 자기효능감에 대한 연구를 통해 지속적인 선수들과 우수집단이라 할 수 있는 선수들의 상태를 확인하여 제시하고자 한다.

2. 연구의 목적

본 연구는 태권도 전국체전 대표선수들에 대한 참여동기와 성취목표, 자기효능감에 대한 연구를 통해 전국체전 참여 집단에 대한 심리적 요인들에 대한 기초 자료로써 제시하는데 있다.

3. 연구 가설

태권도 전국체전 대표선수들의 참여동기, 성취목표, 자기효능감에 대해 다음과 같은 가설을 설정하였다.

가설 1. 태권도 전국체전 대표선수들의 참여동기, 성취목표, 자기효능감의 일반적 특성은 차이가 있을 것이다.

1-1. 태권도 전국체전 대표선수들의 참여동기, 성취목표, 자기효능감은 성별에 따른 차이가 있을 것이다.

1-2. 태권도 전국체전 대표선수들의 참여동기, 성취목표, 자기효능감은 연령에 따른 차이가 있을 것이다.

1-3. 태권도 전국체전 대표선수들의 참여동기, 성취목표, 자기효능감은 참여횟수에 따른 차이가 있을 것이다.

가설 2. 태권도 전국체전 대표선수들의 참여동기, 성취목표, 자기효능감은 정적상관이 있을 것이다.

2-1. 태권도 전국체전 대표선수들의 참여동기는 성취목표 및 자기효능감과 정적상관이 있을 것이다.

2-2. 태권도 전국체전 대표선수들의 성취목표는 참여동기 및 자기효능감과 정적상관이 있을 것이다.

2-3. 태권도 전국체전 대표선수들의 자기효능감은 참여동기 및 성취목표와 정적상관이 있을 것이다.

가설 3. 태권도 전국체전 대표선수들의 참여동기, 성취목표, 자기효능감은 영향을 미칠 것이다.

3-1. 태권도 전국체전 대표선수들의 참여동기는 성취목표 및 자기효능감에 영향을 미칠 것이다.

3-2. 태권도 전국체전 대표선수들의 성취목표는 참여동기 및 자기효능감에 영향을 미칠 것이다.

3-3. 태권도 전국체전 대표선수들의 자기효능감은 참여동기 및 성취목표에 영향을 미칠 것이다.

4. 연구의 제한점

본 연구를 진행하는데 있어 다음과 같은 제한점을 두었다.

첫째, 참여자들의 기준(최근 3년간 참여)을 제외한 대상자들에 대해 통제하지 못하였다.

둘째, 겨루기 및 품새 종목의 특성을 구분하지 못하였다.

셋째, 겨루기 참여자들의 체급에 따른 특성을 구분하지 못하였다.

II. 이론적 배경

1. 참여 동기

스포츠의 참여 여부는 본인 스스로가 결정하며, 참여를 통해 능력을 발휘하게 되는 기회가 된다. 스포츠 활동은 내적인 흥미를 유발한다. 동기는 행동에 대해 실행할 것인지 아닌지에 대한 스위치 기능이라 할 수 있으며, 목적이 없는 행동은 유발되지 않고, 행동은 일정한 목표를 추구하게 된다(박홍찬, 2009). 진중현(1988)에 의하면 동기는 행동을 취하게 하는 준비태세라 하였다. 이러한 상태를 개체로 인식해 목표를 위해 이끄는 에너지원이라 설명하였다. 노도엽(2019)은 동기를 인간이 어떠한 목표를 정하고 그를 위해 행동 및 태도를 가능하게 조절하는 근원적인 힘이라고 정리하였다.

1) 내적 동기

Csikszentmihalyi(1975)에 의하면 내적 동기는 어떠한 활동에 즐거움으로 몰입하는 것으로 개인의 내재적 경험이 내적 동기의 목적이며, 활동 그 자체에 완전히 몰입한 상태이다. Weiner(1982)는 내적 동기는 어떠한 외부의 보상을 바라지 않은 상태에서 동기가 유발된 것을 내적 동기화 되었다고 하였다. 활동을 통해 즐거움과 순수한 흥미, 재미가 나타나고 활동 자체나 목표를 이루었을 때 느끼는 성취감을 즐긴다고 하였다.

Deci(1975)는 내적 동기와 관련된 요소를 두 가지로 나뉘어 제안하였는데, 유능감(competence)과 자기결정감(selfdetermination)이다. 유능감(competence)은 어떠한 활동에 대해 능력이 있다고 느끼는 것으로 특정한 활동을 통해 본인 자신의 성장과 잠재력이 충분히 발휘되고 있음을 느낄수록 그 활동에 대한 내적 동기가 높아지게 된다. 자기결정감(selfdetermination)은 나 스스로가 결정하는 것을 말하는데, 특정한 활동에 대해 내가 스스로 선택에 의해 하는 활동인지 타인에

의해 하는 활동인지에 따라 내적 동기의 수준이 다르다. 즉, 내적 동기가 높은 활동은 자기결정감, 유능감을 경험할 수 있고, 유능감과 자기결정감이 낮은 활동에는 내적 동기가 발현되지 않는다. 자신의 선택 때문에 이루어진 활동을 통해 즐거움과 도전감, 자기 성장과 자기실현을 내적 동기를 통해 얻을 수 있다(권성호, 성장훈, 2008).

내적 동기의 유형을 지식획득 동기, 성취내적 동기, 자극체험 동기 세 가지로 분류한 Vallerand & Bissonnrtt(1992)에 의하면 지식획득 동기(IM: to know)는 탐색과 호기심을 통해 무엇에 대해 알고자 하는 내적 동기유형이라 하였다. 새로운 무엇에 대해 숙지하고 이해하기 위해서는 학습과 탐색을 시도하는데 그때 느끼는 흥미와 만족, 재미, 즐거움을 위하여 어떠한 활동을 하는 것이다.

성취내적 동기(IM:to accomplish things)는 어떠한 목표달성과 완벽한 기술 숙달을 통해 얻는 유형으로 목표에 달성하거나 기술을 완벽히 숙달하는 과정에서 얻는 성취감 및 재미를 느끼기 위한 활동이라 정의할 수 있다.

자극체험 동기(IM: to stimulation)은 재미와 즐거움을 통해서 느끼는 유형이다. 활동에 참여로 인해 파생된 감각자극이 만족이나 재미, 즐거움을 느끼기 위해 활동에 참여하는 것이라 할 수 있다.

위의 개념을 종합하여보면, 내적 동기는 활동 그 자체의 즐거움과 재미, 또는 목표를 달성하였을 때 얻어지는 성취감을 위해 스스로가 참여하는 특징을 갖는다(노도엽, 2019). 스포츠 활동에서 기술을 습득하기 위해 연습을 하고 이를 통해 얻는 만족감과 즐거움, 스포츠 활동 참여자가 설정한 목표를 달성하였을 때 얻는 성취감과 감각자극을 경험하기 위함이라 할 수 있다(노도엽, 2019).

2) 외적 동기

외적 동기는 타인이나 외부에 의해 물질적 보상, 규제와 같은 외적 자원에 의해 조절된 행동으로 정의한다(Deci, Ryan, 1987). 인간의 사회화 현상이나 내적 동기가 아닌 외부에서 욕되는 가치와 태도, 행동으로 내적 동기와 반대로 활동 자체 추구가 아닌 결과 수단으로 참여하는 행동을 말한다(Deci & Ryan, 1995).

Deci & Ryan(1985)은 외적 동기를 외적조절(external regulation), 내적조절(introjected regulation), 확인조절(identified regulation), 세 가지 유형으로 분류하였다.

외적조절(external regulation)은 타인에 의해서 물질적 보상 또는 강조된 제약 등 외적 자원에 의해서 조절된 행동을 일컫는다. 어떠한 행동을 하는 데 있어서 타인이나 외적 보상 때문에 규제되며, 보상이나 칭찬을 얻기 위한 목적이나 부정적인 결과를 회피하기 위해 참여한다. 내적조절(introjected regulation)은 죄책감이나 불안 등 내적인 압력을 통해 행동하는 이유를 내면화하여 행동에 참여하는 것을 의미한다. 죄책감이나 불안 등 내적인 압력을 통해 행동하는 이유를 내면화하는 것으로 행동의 가책이나 불안과 같은 형태의 내부압력으로 강화되며, 의무감 규제라고도 한다. 외적 보상이 내면화되어 행동하였으나 이후 보상의 가치가 없어져 내면화가 일어나지 않게 된다(장석준, 2017).

확인조절(identified regulation)은 인간이 특정 행동에 대해 중요한 가치가 있다고 판단하여 스스로 선택하고 결정에 따라 행동하는 것이다. 이때 개인이 결정에 따라 행동한 것은 확인규제의 외적 동기, 즉 외적인 이유에 의해 일어나지만, 자신이 내적으로 규제되고 자신에 의해 결정되는 것은 다르다 할 수 있다. 개인이 행동 목표를 자신이 완전히 내재화하여 그 가치를 인정, 수용하여 성장 및 발달, 목표를 달성하기 위해 본인의 의지로 행동하기 때문이다. 참여자의 선택으로 인해 활동을 참여하였지만, 목표 성취와 다양한 외부적 요인에 의해 행동하는 것을 의미한다(장서준, 2017).

2. 성취목표

스포츠 활동에 참여하는 참여자는 연습과 훈련, 대회 등 자신이 설정한 목표에 달성하기 위해 노력하는데 목표는 개인이 성취하고자 하는 욕구라 할 수 있다. 행위의 목표 또는 목적이라고 하며(김순식, 1996), 과제 수행 시 제한된 시간 내

에서 개인이 달성 가능한 기준으로 정의한다(정청희, 2000).

초기의 성취목표이론에서는 ‘성취목표 경향성’이라는 용어를 통해 성취목표를 타고난 개인의 성향으로 보았고(Ames & Archer, 1988; Nicholls, 1984), 최근에는 최근의 상황에 맞게 추구하는 이유 또는 목표로 범위를 좁혀 정의한다(Elliot, 1999). 성취목표(achievement goal)는 참여자가 자신이 설정한 목표에 대해 어떠한 의미를 부여하고 있는지, 즉 참여하는 이유를 뜻하며(한소희, 임효진, 2019; Elliot, 1999), 성취목표이론에서 참여자가 과제를 수행하는 이유에 대하여 가지는 생각에 초점을 맞춘다(박병기, 이종욱, 2005).

성취목표는 참여자가 활동에 어떻게 참여하고 접근하는지 결정하는 행동적 의도로(Mecce, Blumenfeld & Hoyle, 1988) 정봉해(2006)은 개인이 어떠한 목표를 설정하며 생기는 흥미와 관심의 준거로 정의적 측면과 인지적 측면을 통합하여 성취 지향적 행동의 인지 과정을 동기화하는 중요한 요소라고 하였다.

Nicholls(1989)는 성취목표의 성향을 과제 지향적 목표성향과 자아 지향적 목표성향 두 가지로 나누었으며 살펴보면 다음과 같다.

1) 과제 지향성

과제 지향적 목표성향(Task goal orientation)은 준거가 자신이 되는 것으로 개인이 스포츠 활동에서 새로운 기술이나 자세가 향상되거나 노력을 많이 했을 때 성공했다고 느끼는 개인의 특성을 말한다(정청희, 김병준, 2000). 개인이 스포츠 활동을 위한 연습이나 훈련시간의 내적 과정을 중시하는 경향이 있으며(Dweck, 1986; Nicholls, 1989), 새로운 기술의 습득, 기술의 향상, 기술 향상을 위한 노력 자체에 유능성을 느껴 성공했다고 생각하는 개인의 특성으로 학습 자체의 의미를 중요시 생각한다.

심자인(2014)은 과제 지향적 목표성향의 스포츠 활동 참여자는 자신과의 비교 및 평가를 통해 성공 여부를 정하기에 스스로가 정한 기준이 바탕이 되어 수행 향상 및 기술 숙달에 목표를 두는데, 대회에서 상대에게 패했을 때 자신의 실력을 실망하지 않고 내적 동기를 향상해 지속적인 노력을 통해 재도전하고, 최초의

동기 수준을 유지하는 등 스포츠 활동에 꾸준히 참여하는 긍정적인 모습을 보인다고 하였다.

Ames(1984)는 과제 지향성의 특성을 두 가지로 나누었는데, 과제목표의 속성적 특성과 상황적 특성이다. 속성적 특성은 과제목표 유형의 개인차와 기질적 과제목표를 독립적인 과거 사회와 결과는 보는 것이다. 상황적 특성은 부모 및 초기 등에 의해 이루어지는 상황적 분위기가 개인 과제목표 형성에 영향을 미치는 것을 말한다.

2) 자아 지향성

자아 지향적 목표성향은 (Ego goal orientation) 목표 성취의 상황에서 개인의 성공, 실패 여부를 객관적 범위에서 정의해 타인과 비교하였을 때 우월성과 재능을 증명하는 것에 관심을 두는 목표성향이라 할 수 있다(최정일, 2018).

Nichols(1989)는 자아 지향적 목표성향은 개인이 타인과 능력 및 성공 요인을 비교했을 때 다른 경쟁자보다 자신이 우위에 있어야 성공했다고 느끼는 개인의 특성으로 자아 지향성의 준거가 타인이 되는 경우를 말한다.

Ames(1984)는 자아 지향성의 요인으로 개인 간의 경쟁과 대중의 평가, 표준적 피드백이 있다고 하였으며, 자아 지향적 목표성향이 높은 스포츠 활동의 참여자는 경쟁자와 비교하여 자신의 유능감 수준이 적절한지에 대해 관심을 가지고(정봉해, 2005), 성공 여부가 의심스러울 때 노력이 저하되 활동 시 크게 노력하지 않는다. 심자인(2014)은 자아 지향성의 개인이 아주 어려운 과제를 선택하거나 반대로 아주 쉬운 과제를 선택하는 등 극과 극의 난이도의 과제를 선택해 자신의 재능만으로 해결하려는 경향이 있다고 하였다. -노도엽

과제 지향성, 자아 지향성 목표성향은 개인이 가지는 성격의 특성이나 환경의 영향을 받기도 한다(박홍찬, 2009),.

3. 자기효능감

자기효능감은 성취목표를 이루기 위해 요구되는 행동 과정을 조직화나 실행하기 위한 개인의 능력에 대한 믿음으로(Bandura, 1997) 인간의 행동을 결정짓는 가장 중요한 변인이다(Bandura, 1977). 이동영(1997)은 자기효능감은 개인이 지닌 기술이 아니라 기술을 어느 정도 행할 수 있는지에 대한 판단이며, 행동 변화를 중재하는 공통적 인지 기제라 하였다. 즉 성공적이니 수행 결과를 얻기 위한 개인의 능력에 대한 신념이라 할 수 있다.

개인이 어떠한 상황에서 대처능력이 없다고 느끼면 주어진 상황을 회피하나, 대처할 수 있는 능력이 있다고 느끼면 자신감을 갖고 대처 행동을 수행한다. 즉 자기효능감은 행동 및 환경을 효율적으로 선택하는데 영향을 준다(박홍찬, 2009).

배정숙(1998)에 의하면 자기효능감이 낮은 사람은 어려움에 처했을 때 자신의 능력에 대해 불안을 느껴 노력을 줄이거나 포기하지만, 자기효능감이 높은 사람은 노력의 약과 지속성을 증가하여 더 많은 노력을 투여한다고 하였다.

Bandura(1997)는 자기효능감을 효능기대와(efficacy expectancy) 결과기대(outcome expectancy)로 구분하였는데, 효능기대는 어떤 결과를 얻고자 할 때 필요로 하는 행동을 개인이 성공적인 수행에 대한 자신 능력에 대한 신념과 기대이고, 결과기대는 어떤 행동이 어떤 성과를 유도한다는 개인의 추정과 기대로 정의한다.

자기효능감의 인지는 행동을 수행할 것인가에 대한 개인의 내적 선택을 하게 하고, 노력하는 동시에 지속시키는 역할을 하기에 행동 변화의 결정요인으로 본다. 효능감의 인지가 높은 사람일수록 어려운 상황에서 많은 노력을 하는데(박홍찬, 2009), 이런 의미에서 자기효능감은 개인이 상황에 대처하기 위해 요구되는 행동에 대해 조직화와 수행 능력에 관한 판단과 관계를 맺는다(김홍원, 1983).

Bandura(1997)는 자기효능감의 기초적 요소로 성공적 수행과 대리경험, 언어적 설득, 정서적 각성이 있으며, cox(2007)는 이와 같은 요인들이 자기효능감을 발달시키는 데 영향을 미친다고 하였다.

성공적 수행은 자기효능감 기초적 요소 중에서 가장 중요한 요인으로 과거 행동의 성공 경험에 기초한다. 이와 같은 경험들은 정보의 인지적 과정을 통해 자기효능감 판단에 영향을 주고, 반복된 성공의 경험이 개인의 자기효능감을 높인다. 실패의 경험은 반대로 낮은 효능감을 가지게 하나, 노력에 의해 극복이 되었다면 자기효능감도 높일 수 있다(Bandura, 1977, Bandura와 1980).

대리경험은 개인의 능력에 대한 직접적 지식이 부족하여 사건 경험을 통해 성공한 모델, 모델의 지시와 모델의 분명한 행동의 관찰을 통해 향상된다. 성공의 대리경험은 개인이 성공을 경험하는데 좋은 바탕을 제공하며(cox, 2007), 반복되는 성공의 결과로 자기효능감이 증가 될 수 있다(유진 외, 2005)

언어적 설득은 인간의 행동에 영향을 주는 시도 중에서 손쉽고 쉽기에 많이 사용되고 있는 방법으로 결과 기대감을 일으키며 주로 부모와 동료, 코치에게서 온다. 경험적 근거 없어 직접적인 성공과 실패의 경험보다 자기효능감을 갖게 하는 효과가 약하며, 언어적 설득의 피 설득자가 설득자의 숙련성과 권위, 신뢰성을 어떻게 평가하는지에 따라 달라진다(Bandura etc, 1980).

정서적 각성은 개인이 목표 설정을 준비하는 데 영향을 끼칠 수 있는 요인으로 주의 집중하기 위해 정서적으로 준비하는 것과 최적의 각성상태로 만드는 것을 이해하는 것이 중요하다(박홍찬, 2009). 높은 수준의 각성은 수행을 약화시키기에 긴장이나 흥분된 감정보다 불쾌한 각성 없이 적당할 때 성공할 가능성이 높다고 할 수 있다(Bandura, 1997).

효과적 행동 유발은 충분한 성과와 특정 행동을 잘 수행할 수 있다는 기대로 자기효능감의 높이에 의해 좌우된다. 개인의 자기효능감을 인지하는 것이 행동 유발의 중요한 요인이 되며 직, 간접적인 성공과 실패의 경험에 따른 자신의 능력에 대한 인식에 기초한다. 이러한 개인의 능력 지각은 자기효능감을 변화하는 기제로 간주된다(박홍찬, 2009).

Ⅲ. 연구방법

1. 연구 대상

본 연구에서는 최근 3년간 전국체전에 참여한 경험이 있는 선수들을 대상으로 176명을 대상으로 선정하였다. 대상자에게 본 연구에 대해 이해할 수 있도록 충분히 설명하고 참여할 수 있도록 했으며, 불성실하게 응답한 것으로 판단된 설문지를 제출한 24명을 제외한 152명의 설문 결과를 토대로 연구에 활용하였다. 대상자들의 일반적 특성은 <표 1>과 같다.

표 1. 대상자의 일반적 특성

		빈도(명)	비율(%)
성별	남성	96	63.2
	여성	56	36.8
연령	고등부	51	33.6
	대학부	93	61.2
	일반부	8	5.3
참여횟수	1회	24	15.8
	2회	34	22.4
	3회	41	27.0
	4회 이상	53	34.9

2. 조사 도구

본 연구에서는 태권도 전국체전에 참여한 대표선수들을 대상으로 하여 참여동기와 성취목표 및 자기효능감에 대한 연구를 위해 설문지를 구성하여 연구를 실시하였다.

설문지는 일반적 특성을 성별, 연령, 참여횟수로 구분하여 3문항으로 구성하였으며, 참여동기는 내적동기와 외적동기를 구분하였다.

성취목표는 자아목표성향과 과제목표성향을 구분하였으며, 자기효능감은 인지된 신체능력과 신체적 자기표현으로 구분하여 전체 61문항으로 <표 2>와 같다.

표 2. 설문지의 세부구성내용

구 분	내 용	문항수
일반적 특성	성별, 연령, 참여횟수	3
참여동기	내적동기, 외적동기	23
성취목표	자아목표성향, 과제목표성향	13
자기효능감	인지된 신체능력, 신체적 자기표현	22
	합계	61

1) 참여동기

본 연구를 위해 참여동기는 문창일, 김병준, 최만식, 문익수(2005)가 한국형 스포츠동기 척도로 개발한(Korea Sports Motivation Scale-27: KSMS-27)에서 무동기를 제외하고 본 연구에 맞추어 수정 및 보완하여 사용했다.

각 문항은 5점 Likert척도로 구성하여 사용했다.

2) 성취목표성향

본 연구를 위해 성취목표성향 설문지는 Duda&Nicholls(1992)가 개발한 스포츠 성취목표성향 검사지(TEOSQ: Task & Ego Orientation in Sport Questionnaire)를 성창훈(1995)이 번안하고 노도엽(2019)이 사용했던 검사지를 본 연구에 맞추어 수정 및 보완하여 사용했다.

각 문항은 5점 Likert척도로 구성하여 사용했다.

3) 자기효능감

본 연구를 위해 자기효능감을 확인하기 위한 설문지는 Ryckman, Robbins, Thornton & Cantrell(1982)가 제작한 것을 한국형 설문으로 재구성한 홍선욱(1996)의 번안 이후 박홍찬(2009)이 보완하여 사용한 신체적 자기효능감 질문지를 사용했다. 각 문항은 5점 Likert척도로 구성하여 사용했다.

3. 설문지의 타당도 및 신뢰도

본 설문지 각 문항의 탐색적 요인분석을 통해 타당도검증과 Cronbach' α 를 통해 신뢰도검증을 실시했다. 참여동기에 따른 타당도 및 신뢰도검증의 결과 <표 3>과 같이 나타났으며, .50 이상의 절대값을 타당성 성립기준으로 설정하였다. 성립 요인들의 신뢰도 분석을 실시한 결과 내적동기는 .950로 높게 나타났으며, 외적동기는 .983으로 나타났다.

표 3. 참여동기에 대한 타당도 및 신뢰도 분석

문항	내적동기	외적동기
내 4	.922	.058
내 10	.910	.047
내 3	.907	-.071
내 5	.893	.227
내 1	.892	.070
내 2	.851	.190
내 11	.723	.403
외 9	.147	.976
외 6	.138	.971
외 10	.112	.961
외 4	.062	.959
외 3	.102	.935
전체	5.409	4.877
분산(%)	45.075	40.645
누적(%)	45.075	85.720
신뢰도	.950	.983

KMO = .808, $X^2 = 3221.974$, df = 66, sig=.000

성취목표성향에 따른 타당도 및 신뢰도검증의 결과 <표 4>와 같이 나타났으며, .50 이상의 절대값을 타당성 성립기준으로 설정하였다. 성립 요인들의 신뢰도 분석을 실시한 결과 과제성취목표는 .954로 높게 나타났으며, 자아성취목표 성향은 .949으로 나타났다.

표 4. 성취목표성향에 대한 타당도 및 신뢰도 분석

문항	과제성취목표	자아성취목표
과제성취7	.897	.291
과제성취2	.860	.176
과제성취3	.854	.268
과제성취1	.851	.288
과제성취6	.820	.297
과제성취5	.801	.418
과제성취4	.771	.268
자아성취3	.128	.945
자아성취4	.262	.903
자아성취5	.394	.839
자아성취6	.476	.797
자아성취2	.316	.792
전체	5.475	4.281
분산(%)	45.626	35.673
누적(%)	45.626	81.299
신뢰도	.954	.949
KMO = .719, $X^2 = 2608.910$, df = 66, sig=.000		

자기효능감에 따른 타당도 및 신뢰도검증의 결과 <표 5>와 같이 나타났으며, .50 이상의 절대값을 타당성 성립기준으로 설정하였다. 성립 요인들의 신뢰도 분석을 실시한 결과 인지된 신체능력은 .957로 높게 나타났으며, 신체적 자기표현은 .941로 나타났다.

표 5. 자기효능감에 대한 타당도 및 신뢰도 분석

문항	인지된 신체능력	신체적 자기표현
인지능력4	.924	.042
인지능력7	.910	.063
인지능력3	.906	.311
인지능력9	.894	-.025
인지능력8	.879	.272
인지능력6	.854	.289
인지능력2	.721	.441
인지능력1	.711	.424
신체적표현6	.094	.902
신체적표현5	.084	.889
신체적표현9	.096	.878
신체적표현4	.169	.855
신체적표현3	.206	.838
신체적표현10	.346	.766
신체적표현8	.280	.733
전체	6.125	5.565
분산(%)	40.836	37.101
누적(%)	40.836	77.937
신뢰도	.957	.941

KMO = .800, $X^2 = 3012.784$, df = 105, sig=.000

4. 조사 절차

본 연구 대상자는 최근 3년간 태권도 전국체전에 선수로써 참여한 경험이 있는 대상자 176명을 대상으로 설문을 자기평가기입법을 이용해 조사했다. 데이터를 정리하면서 불성실하게 응답되어 오류가 나타났던 24명의 설문을 제외한 152명을 대상으로 실시하였다.

광주, 전남 지역 선수들을 중심으로 하여 참가경험이 있는 선수들의 도움을 받아 다른지역 선수들을 파악하여 연구에 대해 설명하고 설문을 확장했다. 최근 경기에 참여했던 선수들의 응답률이 가장 높게 나타났다.

5. 자료처리

본 연구의 자료처리 및 검증은 통계프로그램 SPSS 27.0을 사용하였다. 일반적인 특성은 빈도분석(Frequency analysis)을 사용하였으며, 설문지의 구성타당도를 검증하기 위해 요인분석(Factor analysis)을 사용하고, 동일한 집단으로 구성된 요인들은 Cronbach's α 계수 산출을 통해 신뢰도를 검증하였다. 각 요인들의 차이를 비교, 분석하기 위해 독립표본 t-test 분석과 일원분산분석(one-way ANOVA)을 사용했다. Pearson의 상관관계분석을 실시하여 요인 사이에 유의한 부분에 대해 다중회귀 분석을 실시하였다. 유의수준은 모두 $p < .05$ 로 설정하였다.

IV. 연구결과

태권도 전국체전 대표선수들의 참여동기, 성취목표, 자기효능감에 대한 설문을 정리하여 다음과 같은 결과를 확인하였다.

1. 일반적 특성에 따른 차이

태권도 전국체전 대표선수들의 성별에 따른 차이를 확인한 결과 참여동기의 내적동기는 여성이 높게 나타났고 외적동기는 남성이 높게 나타났으나 통계적 유의미한 차이가 나타나지 않았다.

성취목표성향의 자아성취는 남성이 높게 나타났고 과제성취는 여성이 높게 나타났으나 통계적 유의미한 차이가 나타나지 않았다.

자기효능감의 인지된 신체능력은 남성이 높게 나타났으며, 통계적 유의한 차이를 확인하였다($p<.05$). 신체적 자기표현도 남성이 높게 나타내며 통계적 유의한 차이를 확인하였다($p<.05$).

표 6. 성별에 따른 차이

변인		성별	N	M±SD	t	p
참여 동기	내적동기	남자	96	3.43±.69	-.934	.352
		여자	56	3.54±.73		
	외적동기	남자	96	3.18±.56	.180	.857
		여자	56	3.16±.55		
성취 목표	자아성취	남자	96	3.58±.83	.167	.868
		여자	56	3.56±1.01		
	과제성취	남자	96	3.64±.77	-.737	.462
		여자	56	3.74±.84		
자기 효능감	인지된 신체능력	남자	96	3.70±.79	2.463	.015*
		여자	56	3.38±.71		
	신체적 자기표현	남자	96	4.03±.78	2.171	.031*
		여자	56	3.74±.83		

* $p<.05$

태권도 전국체전 대표선수들의 연령에 따른 차이를 확인한 결과 참여동기의 내적동기는 대학부가 높게 나타났고 외적동기는 고등부가 높게 나타났으나 통계적 유의미한 차이가 나타나지 않았다.

성취목표성향의 자아성취는 대학부 선수들이 높게 나타났고 과제성취는 고등부가 높게 나타났으나 통계적 유의미한 차이가 나타나지 않았다.

자기효능감의 인지된 신체능력은 고등부가 높게 나타났으며, 신체적 자기표현은 대학부가 높게 나타났으나 통계적 유의미한 차이가 나타나지 않았다.

표 7. 연령에 따른 차이

변인	연령	N	M±SD	F	p	
참여 동기	내적동기	고등	51	3.47±.71	.387	.680
		대학	93	3.49±.69		
		일반	8	3.26±.81		
	외적동기	고등	51	3.22±.58	.547	.580
		대학	93	3.15±.53		
		일반	8	3.02±.72		
성취 목표	자아성취	고등	51	3.54±.91	.925	.399
		대학	93	3.56±.89		
		일반	8	4.00±.80		
	과제성취	고등	51	3.70±.85	.519	.596
		대학	93	3.64±.78		
		일반	8	3.92±.69		
자기 효능감	인지된 신체능력	고등	51	3.63±.80	.246	.782
		대학	93	3.54±.77		
		일반	8	3.67±.74		
	신체적 자기표현	고등	51	3.80±.81	1.165	.315
		대학	93	4.00±.79		
		일반	8	3.76±.80		

* $p < .05$

태권도 전국체전 대표선수들의 참여횟수에 따른 차이를 확인한 결과 참여동기의 내적동기는 1회 참여자가 높게 나타났고 외적동기는 1회,3회 참여자가 높게 나타났으나 통계적 유의미한 차이가 나타나지 않았다.

성취목표성향의 자아성취는 4회이상 참여자가 높게 나타났고 과제성취는 1회 참여자가 높게 나타났으나 통계적 유의미한 차이가 나타나지 않았다.

자기효능감의 인지된 신체능력은 2회 참여자가 높게 나타났으며, 신체적 자기표현은 2회, 3회 참여자가 높게 나타났으나 통계적 유의미한 차이가 나타나지 않았다.

표 8. 참여횟수에 따른 차이

변인	참여횟수	N	M±SD	F	p	
참여 동기	내적동기	1회	24	3.63±.77	.854	.467
		2회	34	3.33±.59		
		3회	41	3.47±.62		
		4회이상	53	3.50±.79		
	외적동기	1회	24	3.29±.53	1.729	.164
		2회	34	3.11±.59		
		3회	41	3.29±.49		
		4회이상	53	3.07±.57		
성취 목표	자아성취	1회	24	3.62±.97	.337	.798
		2회	34	3.50±.83		
		3회	41	3.51±1.05		
		4회이상	53	3.66±.79		
	과제성취	1회	24	3.86±.90	.525	.666
		2회	34	3.60±.73		
		3회	41	3.65±.89		
		4회이상	53	3.66±.72		
자기 효능감	인지된 신체능력	1회	24	3.55±.87	1.488	.220
		2회	34	3.72±.77		
		3회	41	3.69±.73		
		4회이상	53	3.41±.76		
	신체적 자기표현	1회	24	3.77±.96	.551	.648
		2회	34	4.00±.67		
		3회	41	4.00±.80		
		4회이상	53	3.88±.82		

* $p < .05$

2. 각 세부요인 간 상관관계 분석

요인간의 구조적 관계 검증을 위해 Pearson's의 상관관계 분석을 실시하였으며, 결과는 <표 9>와 같이 나타났다.

참여동기의 내적동기와 외적동기는 외적동기와 유의미한 정적상관이 나타났으며, 성취목표성향의 자아성취와 과제성취도 서로 간의 정적상관이 나타났다. 자기효능감의 인지된 신체능력과 신체적 자기표현간의 유의미한 정적 상관이 있는 것으로 나타났다. 요인별로 최소 27~63%의 정적상관이 있는 것을 확인했다.

표 9. 각 요인에 따른 상관관계 분석

	a	b	c	d	e	f
a	1					
b	.273**	1				
c	-.142	.060	1			
d	-.143	.067	.631**	1		
e	.057	.066	-.051	.037	1	
f	-.026	-.002	-.058	.028	.445**	1

** $p < .01$

a=내적동기, b=외적동기, c=자아성취, d=과제성취, e=인지된 신체능력, f=신체적 자기표현

3. 태권도 전국체전 대표선수들의 참여동기, 성취목표, 자기효능감 간 영향

태권도 전국체전 대표선수들의 참여동기 중 내적동기에 성취목표와 자기효능감에 미치는 영향에 대해 회귀분석을 실시한 결과에 대한 모형은 유의하지 않게 나타났으며($F=1.201, p>.05$), 회귀선의 설명력 R^2 은 .032으로 3.2%의 설명력으로 낮게 나타났다<표 10>. 성취목표와 자기효능감의 세부요인에는 유의미한 설명력을 갖지 않는 것으로 나타났다($p>.05$).

표 10. 성취목표와 자기효능감이 내적동기에 미치는 영향

변인	종속변수 : 내적동기				F
	비		표준화		
	표준화 계수	계수	계수	t	
	b	SE	β		
자아성취	-.066	.083	-.085	-.804	1.201
과제성취	-.080	.093	-.090	-.860	
인지된 신체능력	.078	.082	.086	.949	
신체적 자기표현	-.059	.079	-.067	-.740	
$R^2 = .032, \text{adj } R^2 = .005$					

* $p<.05$

태권도 전국체전 대표선수들의 참여동기 중 외적동기에 성취목표와 자기효능감에 미치는 영향에 대해 회귀분석을 실시한 결과에 대한 모형은 유의하지 않게 나타났으며($F=.392, p>.05$), 회귀선의 설명력 R^2 은 .016으로 1.6%의 설명력으로 매우 낮게 나타났다<표 11>. 성취목표와 자기효능감의 세부요인에는 유의미한 설명력을 갖지 않는 것으로 나타났다($p>.05$).

표 11. 성취목표와 자기효능감이 외적동기에 미치는 영향

변인	종속변수 : 외적동기				F
	비 표준화		표준화	t	
	계수	SE	계수		
b	SE	β			
자아성취	.022	.066	.036	.334	.392
과제성취	.029	.074	.042	.396	
인지된 신체능력	.060	.066	.084	.910	
신체적 자기표현	-.027	.063	-.039	-.422	
$R^2 = .011, \text{adj } R^2 = -.016$					

* $p < .05$

태권도 전국체전 대표선수들의 성취목표의 자아성취는 자기효능감에 미치는 영향에 대해 회귀분석을 실시한 결과에 대한 모형은 유의하지 않게 나타났으며 ($F = .307, p > .05$), 회귀선의 설명력 R^2 은 .004으로 0.4%의 설명력으로 매우 낮게 나타났다<표 12>. 자기효능감의 세부요인에는 유의미한 설명력을 갖지 않는 것으로 나타났다($p > .05$).

표 12. 자기효능감이 자아성취에 미치는 영향

변인	종속변수 : 자아성취				F
	비 표준화		표준화	t	
	계수	SE	계수		
b	SE	β			
인지된 신체능력	-.036	.105	-.031	-.342	.307
신체적 자기표현	-.049	.102	-.044	-.479	
$R^2 = .004, \text{adj } R^2 = -.009$					

* $p < .05$

태권도 전국체전 대표선수들의 성취목표의 과제성취는 자기효능감에 미치는 영향에 대해 회귀분석을 실시한 결과에 대한 모형은 유의하지 않게 나타났으며 ($F=.112, p>.05$), 회귀선의 설명력 R^2 은 .002으로 0.2%의 설명력으로 매우 낮게 나타났다<표 13>. 자기효능감의 세부요인에는 유의미한 설명력을 갖지 않는 것으로 나타났다($p>.05$).

표 13. 자기효능감이 과제성취에 미치는 영향

변인	종속변수 : 과제성취				F
	비		표준화		
	표준화 계수	계수	계수	t	
	b	SE	β		
인지된 신체능력	.031	.094	.030	.329	.112
신체적 자기표현	.014	.090	.015	.159	
$R^2 = .002, \text{adj } R^2 = -.012$					

* $p<.05$

V. 논 의

태권도 전국체전에 참여한 경험이 있는 대표선수들의 운동 참여동기와 성취목표 및 자기효능감에 대한 연구를 통해 차이와 미치는 영향들을 확인하였으며, 선행 연구들과 특성을 확인하고 비교한 것을 다음과 같이 제시하였다.

1. 일반적 특성의 차이

태권도 전국체전에 참여한 각 지역 대표선수들의 성별에 따른 차이를 확인한 결과 참여동기의 유의미한 차이가 나타나지 않았으나 성장훈, 김병준(1996)의 청소년 운동선수들은 여성들이 낮게 나타났고, 김상현(2004)은 참여동기의 외적동기가 여자선수들이 높게 나타났다. 또한, 선행 연구들에서 성별에 따른 참여동기의 차이가 나타났으나(정성현, 조건상, 2008; 김준희, 이무연, 2009; 정희정, 2012) 본 연구에서는 지지하지 않는 것으로 나타났다. 선행 연구들과 가장 큰 차이점이 본 연구의 집단은 각 지역을 대표하는 우수선수들이라는 특성으로 성별의 유의한 차이보다는 선수들이 상향 평준화 되어진 수준에 따른 것이라 판단된다.

박홍찬(2009)은 수영참여자들의 성별에 따라 남성들이 과제지향적 성취목표 성향이 높게 나타났으며, 문윤제(2005), 이재호(2006)에서도 남성들이 과제지향적 목표성향이 높다고 하였다. 그러나 육동원, 신정택(2003)과 김정숙, 표내숙(2006)은 성별에 따른 성취목표성향의 차이가 나타나지 않았으며, 본 연구에서도 유의한 차이가 나타나지 않은 것을 지지하게 나타났다. 선행 연구들에 따른 성취목표 성향에 대한 선수들과 참여자 특성이 있으므로 본 연구의 대상자들의 특성에 따른 차이로 판단된다.

자기효능감의 인지된 신체능력과 신체적 자기표현은 남자선수들이 유의미하게 높은 것으로 나타났으며, 배병석(2003)은 수준별 수영 참여자들의 대상으로 남성이 여성보다 자기효능감이 높게 나타났고 이미란(2012)은 태권도 고등학교 겨루

기 선수들의 남성들이 신체적 자기효능감이 높게 나타난 것을 본 연구에서도 지지하게 나타났다.

고등부, 대학부, 일반부로 구분한 연령에 따른 차이에서는 참여동기와 성취목표, 자기효능감의 유의미한 차이가 나타나지 않았으며, 선행연구들에서도 유의한 차이가 나타난 것과 나타나지 않은 것이 공존하여 하나의 특성으로 정의되지 않았다. 또한, 참여횟수에 따른 차이에서도 유의한 차이가 나타나지 않아 태권도 전국체전 대표선수로 참가를 하는 것의 영향이 더 큰 것이라고 판단된다.

2. 태권도 전국체전 대표선수들의 참여동기, 성취목표, 자기효능감의 관계와 영향

태권도 전국체전 대표선수들의 참여동기와 성취목표, 자기효능감의 요인 간의 상관관계 분석을 실시한 결과 동일 세부요인 간에는 유의한 상관이 나타났으나 다른 요인 간에서는 유의미한 상관이 나타나지 않았다.

생활체육 축구동호인들의 동기유형이 신체적 자기효능감과 관계에서 정적인 상관을 나타낸 연구와(조호민, 2008) 생활체육 참여자들의 참여동기가 자기효능감과 운동지속 관계에 영향을 미치는 결과(최정웅, 2010), 태권도 겨루기 선수들의 참여동기가 신체적 자기효능감과 정적인 상관을 나타낸 결과(이미란, 2012)를 본 연구의 결과에서는 지지하지 않게 나타났다. 본 연구에서 요인 간 상관이 유의하게 나타나지 않아 세부적 요인 간의 영향에 대한 회귀결과에서도 유의한 영향성이 없게 나타나 내적인 동기가 자기효능감에 영향을 미치게 나타난 신종철(2008)과 배병석(2003), 정윤선(2003), 문진(2008)등의 선행연구 결과를 본 연구에서는 지지하지 않게 나타났다. 참여자들의 참여동기 평균은 확인한 선행연구들과의 차이는 크지 않았으나 서로 간의 상관이 나타나지 않은 것은 전국체전에 참여한 대표선수들의 참여동기와 성취목표 및 자기효능감에 대한 성공경험에 따른 결과로써 본 연구의 대상자인 대표선수라는 집단의 특성이라고 판단된다.

VI. 결론 및 제언

1. 결론

본 연구는 태권도 전국체전에 참여한 대표선수들의 참여동기, 성취목표, 자기효능감에 관한 연구를 실시해 결과를 도출하여 다양한 선행연구들과 비교하면서 논의를 통해 다음과 같은 결론을 도출했다.

첫째, 태권도 전국체전 대표선수들은 성별에 따라 자기효능감의 인지된 신체능력과 신체적 자기표현이 남성들이 유의하게 높게 나타났다.

둘째, 태권도 전국체전 대표선수들은 연령과 대회 참여횟수에 따라 참여동기, 성취목표, 자기효능감의 유의미한 차이가 없는 것으로 나타났다.

셋째, 태권도 전국체전 대표선수들은 참여동기, 성취목표, 자기효능감 간 유의한 상관과 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다.

2. 제언

본 연구의 결론을 통해 본 연구에서 보완하고 더욱 다양한 사례에 대한 연구의 필요성에 대해 다음과 같이 제언하고자 한다.

첫째, 본 연구는 태권도 전국체전 대표선수들을 대상으로 하였으나 종목을 구분하지 못하였다. 현재 태권도 겨루기와 품세가 구분되어 진행되고 있기 때문에 이에 따른 차이가 있을 수 있어 태권도 세부종목을 구분하여 확인하는 것이 필요하다 판단된다.

둘째, 본 연구에서 설계한 참여동기와 성취목표 자기효능감의 세부적 요인 이외의 대표선수들에게 영향을 미칠 수 있는 다양한 심리적 요인들을 적용하여 파악하여 우수선수들의 특성을 찾아 제시한다면 지속성 있고 우수한 사례에 대한 도출도 가능할 것이라 판단된다.

셋째, 본 연구를 참여한 대상자들에 대해 서로 간 상관성이 나타나지 않은 것을 기초하여 인터뷰 등을 통한 선수들의 경험과 심리적 요인들을 도출해내는 것이 필요할 것으로 판단된다.

참고문헌

- 권성호, 성창훈(2008). 심리기술훈련을 통한 육상수업의 재미 및 내적동기 변화. **한국스포츠심리학회지**, 19(2), 97-113.
- 김도희(2019). 전국체전 개최에 따른 경기장시설의 적정수요에 대한 연구. 미간행 석사학위논문, 동신대학교 대학원.
- 김상현(2004). 스포츠에어로빅스 선수의 참여동기가 생활만족도 및 무드, 스트레스에 미치는 영향. 미간행 석사학위논문, 상명대학교 대학원.
- 김순식(1996). 성취목표지향성이 자기효능감, 불안 및 운동수행에 미치는 영향. 미간행 박사학위논문, 성균관대학교 대학원.
- 김유상(2020). 골프 참여동기에 따른 골프 참여자의 소평성향 세분화에 관한 연구. 미간행 석사학위논문, 성균관대학교 대학원.
- 김정숙, 표내숙(2006). 대학생의 운동 목표성향과 신체적 자기 효능감. **한국여성체육학회지**, 20(4), 111-120.
- 김준희, 이무연(2009). 레저스포츠 참여자들의 참여동기와 스포츠 몰입이 심리적 행복감에 미치는 영향. **한국여가레크리에이션학회지**, 33(4), 101-112.
- 김홍원(1983). 자기효력감과 학업성취와의 관계분석. 미간행 석사학위논문, 성균관대학교 대학원.
- 노도엽(2019). 중학교 태권도 겨루기선수의 운동참여 동기가 성취목표성향 및 자기관리 행동에 미치는 영향. 미간행 석사학위논문, 경희대학교 대학원.
- 문윤제(2005). 성취목표성향에 따른 불안, 자기 효능감 및 운동수행. **한국체육교육학회지**, 5(2), 106-115.
- 문진(2008). 중학생의 신체적 자기 효능감과 체육내적동기와 체육실기 수행성취도와의 관계. 미간행 석사학위논문, 이화여자대학교 대학원.
- 문창일, 김병준, 최만식, 문익수(2005). 한국판 스포츠동기 척도(KSMS-27)의 타당도 점검. **한국스포츠심리학회지**, 16(2), 49-70.
- 박병기, 이종욱(2005). 2X2성취목표지향성 척도의 개발 및 타당화. **교육심리연구**,

- 19(1), 327-352.
- 박홍찬(2009). **수영참가자의 성취목표성향이 내적동기 및 신체적 자기 효능감에 미치는 영향**. 미간행 석사학위논문, 부산대학교 대학원.
- 배병석(2003). **수준별 수영 참가자의 동기유형과 자기효능감의 관계**. 미간행 석사학위논문, 연세대학교 대학원.
- 배정숙(1998). **자아개념 및 자기 효능감, 학업성적간의 관계**. 미간행 석사학위논문, 이화여자대학교 교육대학원.
- 성창훈(1995). **성취목표성향과 목표설정유형이 동기적 행동 및 운동수행에 미치는 영향**. 미간행 박사학위논문, 서울대학교 대학원.
- 성창훈, 김병준(1996). 청소년 운동선수의 스포츠 참가동기 심층분석. **한국스포츠심리학회**, 7(1), 153-171.
- 신중철(2008). **무용전공 고등학생의 목표성향, 자기 효능감 및 학습동기의 관계 검증**. 미간행 박사학위논문, 한양대학교 대학원.
- 심자인(2014). **대학골프선수들의 성취목표성향이 경쟁특성불안과 운동몰입에 미치는 영향**. 미간행 석사학위논문, 중앙대학교 대학원.
- 유진 외(2005). **스포츠심리학 핸드북**. 서울:무지개출판사
- 육동원, 신정택(2003). 성취목표성향과 신체적 자기 효능감 관계분석. **한국체육학회지**, 42(5), 171-180.
- 이동영(1997). **부모의 양육태도와 자기 효능감 및 학업 성취와의 관계**. 미간행 석사학위논문, 한국교원대학교 교육대학원.
- 이미란(2012). **태권도 선수들의 참여동기가 자기효능감과 운동몰입에 미치는 영향**. 미간행 석사학위논문, 경원대학교 대학원.
- 이재호(2006). **배드민턴 선수와 동호인의 유능감, 성취목표성향과 참여동기의 관계**. 미간행 석사학위논문, 부산외국어대학교 대학원.
- 임영진, 송은섭(2019). 태권도선수의 참여동기와 성취목표지향성이 성취행동에 미치는 영향. **한국콘텐츠학회지**, 19(2), 525-538.
- 장석준(2017). **댄스스포츠 참여 동기에 따른 참여만족 및 운동지속에 관한연**

- 구. 미간행 석사학위논문, 순천향대학교 대학원.
- 정봉해(2005). 청소년 스포츠 참가자의 성취목표성향과 스포츠맨십 관계. **한국스포츠심리학회지**, 16(3), 173-186.
- 정봉해(2006). 성취목표지향에 따른 여고생의 체육수업 재미와 내적동기. **한국체육학회지**, 45(5), 149-159.
- 정성현, 조건상(2008). 수상스키 참여동기에 따른 몰입경험과 운동지속의사의 관계. **한국체육과학회지**. 17(4), 527-538.
- 정윤선(2003). 자기효능감, 목표지향성, 내·외통제소재간의 관계. 미간행 석사학위논문, 숙명여자대학교 대학원.
- 정청희(2000). **골프 경기를 위한 심리기술 훈련**. 서울: 무지개사.
- 정청희, 김병준(2000). **스포츠 심리학의 이해**. 서울:금광출판사
- 정희정(2012). 무용전공대학생의 무용참여동기와 성취목표성향의 관계. 미간행 석사학위논문, 전북대학교 대학원.
- 조호민(2008). 생활체육 축구 참여자의 동기유형과 신체적 자기효능감에 관한 연구. 미간행 석사학위논문, 연세대학교 대학원.
- 진종현(1988). 사회계층과 스포츠 참여동기 및 활동만족도의 관계. 미간행 박사학위논문, 건국대학교 대학원.
- 최정일(2018). 대학 태권도 품새선수들의 성취목표성향이 운동몰입 및운동스트레스에 미치는 영향. 미간행 석사학위논문, 경희대학교 대학원.
- 한소희, 임효진(2019). 그릿과 학업성취의 관계에서 성취목표의 매개효과. **교육혁신연구**, 29(3), 97-118.
- 홍선옥(1996). 운동참여가 신체적 자기 효능감과 성역할 유형 변화에 미치는 영향. 미간행 박사학위논문, 부산대학교 대학원.
- Ames, C.(1984). Competitive, cooperative, and individualistic goalstructures : A cognitive-motivational analysis. *Research on motivation in education*, 1, 177-207
- Ames, C.(1984). Competitive, cooperative, and individualistic goalstructures : A

- cognitive-motivational analysis. *Research on motivation in education*, 1, 177-207.
- Ames, C., & Archer, J.(1988). Achievement goals in the classroom: Students' learning strategies and motivation processes. *Journal of educational psychology*, 80(3), 260.
- Bandura, A, Adams, N., Handy, A., & Howells, G. (1980). Tests of the generality of self-efficacy theory. *Cognitive Therapy and Research*, 7, 39-66.
- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84(2), 191-215.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise control*. New York: W. H. Freeman.
- Cox, R, H. (2007). *Sport Psychology*. New York : McGraw-Hill.
- Csikszentmihalyi, M.(1975). *Beyond boredom anxiety* : The experience of flow in work and play. San Francisco : Jossey-Bass.
- Deci, E. L.(1975). *Intrinsic Motivation*. New York : Plenum Press.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M.(1985). The general causality orientation scale: Self-determination in personality. *Journal of research in personality*, 19(2), 109-134.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M.(1987). The support of autonomy and the control of behavior. *Journal of personality and Social Psychology*, 53, 1024-1037.
- Deci, E.L., & Ryan, R.M.(1995). *Intrinsic Motivation and Self-Determination in Human Behavior*. New York: Plenum Press.
- Duda, J. (1993). Goals: A social cognitive approach to the study of motivation in sport. *In Handbook on research in sport psychology*. 421-436. New York: Macmillan.
- Duda, J. L., & Nicholls, J. G.(1992). Dimensions of achievement motivation in

- schoolwork and sport. *Journal of educational psychology*, 84(3), 290.
- Dweck, C. S.(1986). Motivational processes affecting learning. *American Psychologist*, 41, 1040-1048.
- Dweck, C. S. & Elliot, E. S. (1983) Achievement motivation. in P. H. Mussen & E. M. Hetherington (Eds), *Handbook of child psychology*, 643-691, New York: Wiley.
- Elliot, A. J. (1999). Approach and avoidance motivation and achievement goals. *Educational Psychologist*, 34(3), 169-189.
- Meece, J. L., Blumenfeld, P. C., & Hoyle, R. H.(1988). Students' goal orientations and cognitive engagement in classroom activities. *Journal of educational psychology*, 80(4), 514.
- Nicholls, J. G. (1984). Achievement motivation: Conceptions of ability, subjective experience, task choice, and performance. *Psychologica Review*, 91(3), 328-346
- Nicholls, J. G.(1989). *The competitive ethos and democratic education*. Harvard University Press.
- Ryckman, R. M., Robbins, M. A., Thornton B., & Cantrell, P. (1982). Development and validation of a physicalself-efficacy scale. *Journal of Personality and SocialPsychology*, 42(5), 891-900.
- Vallerand, R. J. & Blssonnette, R.(1992). Intrinsic, extrinsic, and amotivational styles as predictors of behavior: A prospective study. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60, 599-620.
- Weiner, B.(1982). An attribution theory of motivation and emotion. *Series in Clinical & Community Psychology: Achievement, Stress, & Anxiety*, 223-245.