

체육과학연구소 논문집

SPORT SCIENCE

스포츠 사이언스

31권 2호
인문사회과학편

• 사회체육 전공대학생의 스포츠산업경영 전공교과과정 만족도와 개선방안 김병식	1
• 인지된 지도행동유형과 지도자-선수 교환관계의 질 및 선수의 운동성과 간의 관계 김병식 · 유종만 · 김영선	11
• 태권도 경기의 과학화와 국제대회 발전방향 김성희 · 안용규	25
• 도심지역 캠핑장의 물리적 서비스 환경과 고객만족 및 재방문의도에 미치는 영향 김수잔 · 김성덕	35
• 태권도 선수의 2×2 성취목표성향과 경쟁상태불안의 관계에서 자기관리의 매개효과 김주원	45
• 스포츠에서의 외상과 외상후성장 김현주 · 윤영길	55
• 안동시 스포츠문화의 세방화: 지역 스포츠문화의 세계화와 지역화 상호작용 백정민 · 이종영	67
• 태권도학과 전공생의 교육환경 및 전공만족에 따른 개선방안 안근아 · 이재봉 · 이석귀	77
• 대학생 초급수영참여자의 호흡방법에 따른 운동효율성의 차이 안성환 · 육현철 · 이훈강	85
• 수영종목의 활성화를 위한 방안 모색 육현철	93
• 조절초점이론의 스포츠현장 적용 이운식 · 윤영길	101
• 대학에서 학생운동선수의 삶을 위한 방향 이택균 · 안용규	111
• 볼링선수들의 수용전념훈련 과정의 서술적 분석 장덕선 · 정영희 · 정희령	123
• 한국 빙상경기 올림픽대회 참가사 전명규 · 백국군	137
• 태권도전공 대학생의 졸업 후 진로결정 정국현 · 정락희 · 장 권	147
• 모던발레의 실천적 대중화, 서울발레시어터의 'Being' 제임스 전	155
• 영어능력과 영어전용강의에 대한 인식: 한국체육대학교 영어전용강의 수강생을 대상으로 지인영 · 김소영	163
• 태극권 수련과 노인의 성공적 노화 희정정 · 이종영	171

-
- Satisfaction and Improvement Plan of the Sport Industry & Management Major Curriculum for Community Sport Major Undergraduate Students Kim, Byung-Shik 1
 - The Relations among Perceived Coaching Behaviors, Coach-Athlete Exchange Quality and Athletes' Performance Kim, Byung-Shik · Yoo, Jong-Man · Kim, Young-Sun 11
 - Scientific Systematization of Taekwondo Competition and Developmental Direction for International Tournaments Xing, Hui-Jin · Ahn, Yong-Kyu 25
 - The Affect of Physical Service Environment of Urban Camping Site on Customer Satisfaction and Revisit Intention Kim, Susan · Kim, Sung-Duck 35
 - 2x2 Achievement Goal Orientation for the Taewondo Player and Self Management's Mediating Effect in Competitive State Anxiety Kim, Joo-Won 45
 - The Posttraumatic Growth and Trauma in the Sport Kim, Hyeon-Ju · Yun, Young-Kil 55
 - Glocalization of Andong City's Sport Culture: Interaction between Globalization and Localization of Local Sport Culture Baek, Jung-Min · Lee, Joung-Young 67
 - Improvement Plan for Education Environment and Major Satisfaction for Students Majoring in Taekwondo An, Geun-A · Lee, Jae-Bong · Lee, Suck-Gui 77
 - Difference in Exercise Efficiency according to Breathing Methods of Beginner University-student Swimming Participants Ahn, Sung-Hwan · Youk, Hyeon-Chel · Lee, Hun-Kang 85
 - Exploration on Way for Revitalize of Swimming Youk, Hyeon-Chel 93
 - The Application of Regulatory Focus Theory on Sport Field Lee, Woon-Sik · Yun Young-Kil 101
 - Directions for lives of student Athletes in University Lee, Taek-Kyun · Ahn, Yong-Kyu 111
 - Bowling Players by ACT impact on Psychological Wellbeing Chang, Duk-Sun · Jung, Young-Hee · Jung, Huri-Ryeong 123
-

-
- The Olympic Games of Korean Skating Competition Jun, Myung-Gyu · Baek, Kuk-Kun 137

 - Career Decision for Students Majoring in Taekwondo after Graduation
Jeong, Kook-Hyun · Jeong, Rack-Hei · Jang, Kwon 147

 - The Impact of Seoul Ballet Theater's 'Existing(Being)' Work in Popularization of Dance James Jeon 155

 - College Students' English Competence and Their Attitudes to the English Medium Instruction
Jhee, In-Young · Kim, So-Young 163

 - Thi Chi Training and Successful Aging in Elderly Ji, Ji-Jing · Lee, Jong-Young 171
-
-

사회체육 전공대학생의 스포츠산업경영 전공교과과정 만족도와 개선방안

Satisfaction and Improvement Plan of the Sport Industry & Management Major Curriculum for Community Sport Major Undergraduate Students

김병식* 한국체육대학교

Kim, Byung-Shik Korea National Sport Univ.

요약

이 연구는 증폭되고 있는 스포츠산업·경영·마케팅 분야의 학문이 사회체육 전공대학생의 스포츠산업경영 전공교과과정으로써 활용되고 있는데 대하여 실제적인 만족도를 파악하고 이에 따른 개선방안을 제시하고자하였다. 요컨대 연구대상자의 인구통계학적 특성에 따라 사회체육전공 내에서 스포츠산업경영관련 과목을 수강하는데 교육서비스 환경요인에 대한 인식이 어떠한지를 알아본 결과는 다음과 같다. 첫째, 인구통계학적 특성에 따라 교육서비스 환경요인에 대한 만족도는 하위요인에 따라 통계적으로 유의한 차이가 나타났다. 둘째, 스포츠산업경영 교육과정의 사회체육전공 내 필요성 및 현 교육과정 개선과 보완의 필요성에 대하여 긍정적인 결과가 우세하였다. 셋째, 향후 스포츠산업경영관련 교육과정의 개선방향을 취업준비교육에 적합하도록 개선해 주기를 요구하였다. 이러한 결과를 살펴보면, 현대사회에서 스포츠의 가치가 증폭되고 있듯이 스포츠산업경영분야의 필요성이 함께 증가하면서 사회체육 전공대학생들에게 관련 교육과정의 보완 및 개선을 요구받고 있다. 따라서 앞으로 스포츠산업경영 전공교육과정의 발전과 개선을 위해서는 현장사례연구를 통한 경영이론을 실천·검증하고 학습시킬 수 있는 연구가 지속적으로 이루어져야 한다. 또한 취업 시 학생들의 사회적응력을 높여주기 위하여 세부적 선택교육과정의 개설을 늘리고 학생들의 요구에 따라 강의교과 선택의 폭을 넓혀주어야 할 것이다.

Abstract

The objective of this study was to apprehend the actual satisfaction and to investigate the improvement plan for the use of the sport industry & management major curriculum which includes academic areas of sport industry/business management/marketing for undergraduate students majoring in community sport. Among the total of 180 surveys that were distributed, excluding 33 surveys which were judged to lack credibility, a total of 147 (81.666%) surveys were used for the actual research and analysis. The specific results are stated below. First, according to demographic characteristics, the satisfaction about the education service environment showed a statistical difference depending on sub-factors. Second, there was a positive superiority in the need of the sport industry & management major curriculum within the community sport major and the improvement/supplementation of the curriculum. Third, there was a claim that the improvement direction of the sport industry & management major curriculum should be adequate for employment preparation education. Accordingly, as the value of sport in the contemporary world is substantially increasing, the need for education in the sport industry & management area has increased, leading to the claims to improve/supplement the education of the relevant area of students majoring in community sport. Thus, for the development and improvement of the curriculum of the sport industry & management major, studies for the practice, verification, and education of business administration theories through field case research must be continuously made. Moreover, to enhance the social adaptation ability when facing employment, diverse elective curriculums should be made and by the request of the students the college should offer a wide choice of lectures.

Key words: community sport, sport industry, management Major, major satisfaction, improvement plan

이 논문은 2012년도 한국체육대학교 자체학술지원을 받아 수행된 연구임.

* kbs@knsu.ac.kr

I. 서론

1. 연구의 필요성

국내의 사회상이 발달하면서, 즉 경제·문화가 급속도로 발전하고 사람들의 일상이 의식주 해결에서 개인의 자기계발과 여가선용에 목적을 둘 수 있도록 사회가 발달되면서 이러한 생활을 지속적으로 영유하기 위한 수단으로서 또는 그 정도의 측정도구로서 스포츠는 역할을 톡톡히 하고 있다. 이러한 시대적 흐름에 따라 국내의 스포츠는 학문으로서 가치를 인정받고 나날이 발전하기에 이르렀다.

특히 국내에서 스포츠산업경영분야가 학문으로서 위치를 자리하고 발전하기 시작한 것은 1997년 한국스포츠행정경영학회의 창립과 함께 라 할 수 있다. 그 후 한국스포츠산업경영학회로 개칭하고 이루어진 학회의 활발한 활동은 국내의 스포츠산업발전의 근간이 되어왔다. 학문의 태동과 발전과 함께 각 체육계열 대학들이 체육의 전통적인 학문분야와 아울러 스포츠산업경영 관련 과목을 개설하기 시작하여 이제는 스포츠산업경영학자가 별도로 개설되는 시점에까지 이르렀다.

하지만 지금에 이르기까지는 대학 내 정규교육과정 중 하나로서 스포츠교육에서의 실기와 이론이 비중적으로 지니는 상대적 특징으로 인해 스포츠산업경영학과 신규 개설하는 것보다 시대의 흐름에 맞추어 사회체육생활체육레저스포츠로 불리워지는 체육계열 전공학과 내 스포츠산업경영 관련 강의과목의 확대를 우선적으로 실시하였다. 이러한 방법은 실제로 전공생들의 졸업 후 사회적응 및 직무 적응에 도움이 되는 것으로 추측되고 있으며, “스포츠”와 “경영”이라는 응용사회과학이 융합하여 매우 실천적인 학문을 발생시켰다고 보여 진다.

스포츠산업경영분야는 다양한 응용학문이 접목되어 유행하는 사회현상에 쉽게 접목되는 특성을 보이고 있다. 이에 따라 세부영역을 가늠해보면 스포츠산업론, 스포츠경영학, 스포츠마케팅, 스포츠시설관리, 스포츠소비자행동론, 스포츠이벤트기획론 등으로 그 영역이 매우 다양하게 구분되어진다(방지선, 2007; Brassie, 1989a, 1989b). 이러한 세부영역화와 학문의 전문화는 이 학문들을 기반으로 하는 직업군이 다양하다는 것을 반증하는 것기도 하다. 즉 체육계열의 전공생들이 전공과정 중 위의 과목들을 접하였을 때 향후 관련 직종으로의 진출을 기대 할 수 있을 것이다.

한동안 체육계열은 스포츠지도자, 운동선수, 체육행정가, 사설시설 스포츠강사로 정형화된 직업에 그쳐있었으나 산업의 고도화·전문화·세분화로 인하여 스포츠연관직업군이 증가하게 되었다. 실제로 스포츠연관산업은 스포츠관련 직업을 풍부하게 해주는 모태로서 기능하는데 이 분류가 매우 다양하다. 스포츠관람산업, 스포츠참여서비스산업, 스포츠용품산업, 스포츠시설산업, 스포츠정보미디어산업, 스포츠복권게임산업, 스포츠관광산업, 스포츠경영서비스산업 등 그 운영의 주제, 목적, 방법에 따라 더욱 세부적으로 구분될 수 있으며 그 규모가 날로 발달하고 있다(강준호, 2004; 김병식, 2004).

그러나 대학으로부터 커지고 있는 체육계열의 규모에 비하여 국내 산업계의 스포츠시장은 성숙도가 미치지 못하고 있는 실정이며 이에 따라 전공생들에게 교육되고 있는 스포츠산업경영 교육과정에 대한 재고가 필요한 시점이다. 특히 새 정부의 체육정책의 기초가 “스포츠로 대한민국을 바꿨다.” 임을 상기할 때, 앞으로 진행될 중앙정부 주도 및 그에 따른 유관기관의 다양한 사업 활동의 전개가 예측되며, 이를 뒷받침하기 위한 우수하고 전문화된 체육인재의 양성은 매우 중요한 과업이 될 것이다(박영옥, 2013).

따라서 이 연구는 사회체육을 전공하여 사회전문인력으로서 성장하기 위한 대학생들이 실질적으로 요구하는 교육과정을 알아보는데 기초자료를 제공하는 것에 의의를 지닌다.

2. 연구의 목적 및 연구문제

이 연구의 목적은 사회체육 전공대학생의 스포츠산업경영 전공교과과정 만족도와 개선방안을 규명하는 것이다. 이를 달성하기 위한 구체적인 연구문제는 다음과 같다.

첫째, 사회체육전공 대학생의 인구통계학적 특성에 따라 스포츠산업경영 교육과정에 대한 교육서비스 환경요인에 대한 만족도 인식의 차이가 있는가?

둘째, 스포츠산업경영 교육과정 보완개편의 필요성에 대한 인식은 어떠한가?

셋째, 현 스포츠산업경영전공 관련 교육과정의 개선사항은 무엇인가?

넷째, 졸업 후 희망하는 스포츠산업관련 희망 직업군은 무엇인가?

다섯째, 스포츠산업경영관련 직업군 선택의 기준은 무엇인가?

II. 연구방법

1. 연구대상

이 연구는 서울소재 체육대학의 사회체육계열전공 관련학과에 재학 중인 전공생을 대상으로 2012년 9월에 실시되었으며, 연구대상에게 연구의 취지를 설명한 후, 협조를 얻어 설문문을 실시하였다. 총 배포된 설문지 180부 중, 신뢰성이 떨어진다고 판단되는 33부의 설문지를 제외하고 총 147부(81.6%)의 자료가 실제 조사 및 분석에 활용되었다. 서울소재의 단일대학을 연구대상으로 표본화한 이유는 첫째, 전문적인 전공생 집단의 표본이 필요시 되었으며, 특화된 전공과목이 다수 개설되어 있어 학생들의 응답에 현실적인 가치가 있어야 한다고 연구에 자문한 전문가들의 협의를 통하였기 때문이다.

둘째, 스포츠산업경영 전공교과과정에 대한 연구임에도 4학년 학생 표본집단의 자료를 수집하지 않은 것은 4학년 학생의 특성상 진로가 대체적으로 결정된 시기에 전공교과과정에 대한 평가를 이미 결정한 자신의 진로와 함께 이입하여 판단할 수 있다는 우려가 있어 교과과정 및 강의에 대한 일관된 응답을 받기 위하여 4학년은 배제하였다.

회수된 조사표본집단인 연구대상자의 인구통계학적 특성을 살펴보면 <표 1>과 같다. 조사결과 성별에 따른 분포는 남학생 115명(78.2%), 여학생 32명(21.8%)로 나타났다. 학년별로는 1학년 57명(38.8%), 2학년 51명(29%), 3학년 39명(26.5%)로 보였다. 휴·복학 경험유무에서는 일반재학생 92명(62.6%), 군휴학경험 52명(35.4%), 가사휴학경험 3명(2.0%)로 나타났으며, 자격증 보유 따른 집단 구분에서는 없다 32명(21.8%), 1~2개보유 75명(51.0%), 3개이상 보유 40명(27.2%)로 밝혀졌다.

표 1. 연구대상자의 인구통계학적 특성

	구분	빈도(명)	비율(%)
성별	남	115	78.2
	여	32	21.8
학년	1학년	57	38.8
	2학년	51	29
	3학년	39	39
휴·복학 경험	없음	92	62.6
	군휴학	52	35.4
	가사휴학	3	2.0
자격증보유	없음	32	21.8
	1~2개	75	51.0
	3개이상	40	27.2

2. 조사도구

이 연구에서는 사회체육 전공대학생의 스포츠산업경영 전공교과과정 만족도와 개선방안을 알아보기 위해 박근희(2010), 이인학(2007)이 사용한 설문지를 이 연구에 적합하도록 수정·보완하여 사용하였다. 설문지의 내용은 전공교육과정의 만족도를 6개의 하위요인화 하여 30개의 문항을 통해 측정하였으며, 스포츠산업경영 관련 교육과정의 사회체육계열 전공에 대한 확대·개선의 필요성에 대한 질문 5개, 실제 보안을 기대하거나 향후 진로에 대한 계획 3개, 연구대상자의 인구통계학적 특성을 확인하는 4개의 문항으로 구성하였다.

3. 자료처리

이 연구에서는 사회체육 전공대학생의 스포츠산업경영 전공교과과정 만족도와 개선방안을 알아보기 위해 서울 위치한 4년제 체육특성화 대학교의 사회체육계열 전공 대학생들을 표본 집단으로 설정하고 직접 방문하여 설문조사를 실시하였다. 보조연구원 2인과 함께 진행한 설문조사는 해당 학과 또는 전공부문의 조교와 사전협조에 의해 이루어졌다. 설문조사의 실시는 연구응답자에게 설문조사 응답 시 유의할 사항을 전달하고 사전숙지 후 실시하였다. 자기평가 기입법으로 작성된 설문지는 회수 후, 미응답 및 불성실 응답으로 인하여 신뢰성이 미흡한 설문지를 제외하고 통계분석을 위한 부호화를 실시하였다. 자료처리는 통계패키지 프로그램 PASW 18.0을 이용하였다. 이 연구에서는 연구결과를 검증하기 위하여 통계분석방법 중 빈도분석, 탐색적 요인분석, 독립 t검증, 일원분산분석, 다중응답분석을 사용하였다.

4. 타당도 및 신뢰도

사회체육 전공대학생의 스포츠산업경영 전공교육과정의 만족도에 대한 구성타당도를 검증하기 위해, 탐색적 요인분석(exploratory factor analysis)을 실시하였다. 탐색적 요인분석에서 표본의 적절성을 측정하는 KMO측정치는 .873, 변인들 간의 상관인 0인지를 검정하는 Bartlett의 구형성검정이 $\chi^2=2442.572$, $p<.001$ 로 나타나 요인분석에 적합한 것으로 나타났다. 따라서 본 연구에서는 각 개념들에 대한 구성타당도 검증으로 직각회전 방식(varimax)을 통한 탐색적 요인분석을 실시하였다. 분석결과, <표 2>에 제시된 바와 같

표 2. 사회체육 전공대학생의 전공교육과정 만족도요인의 탐색적 요인분석

		교육서비스환경요인					
		수업 만족	선진화	학교 생활	복지 환경	진로 지도	취업 가능
문항4	수업매체 활용 방법에 대한 만족	.783	.166	.011	.075	.154	.115
문항3	학생들과의 수업 중 상호 간 의사소통에 대한 만족	.755	.146	.106	.117	.175	.025
문항2	교수의 강의내용 전달방법에 대한 만족	.747	.237	.164	.232	-.037	.063
문항7	강의내용의 이해도를 높이기 위한 노하우에 대한 만족	.741	.286	.071	.040	.198	-.093
문항5	수업 참여를 확대하기 위한 방법 활용에 대한 만족	.728	.153	.132	.234	.033	.066
문항1	교수의 강의 내용에 대한 만족	.709	.183	.243	.175	.028	.150
문항6	수업 중 학생들과의 질의응답 대응력에 대한 만족	.671	.228	.005	.181	.294	-.097
문항10	스포츠 관련 수업 기자재의 구비 품목에 대한 만족	.222	.811	.183	.068	-.019	.051
문항11	스포츠 관련 수업 기자재의 구비 수량에 대한 만족	.214	.789	.061	.199	.222	.022
문항12	수업 관련 공간 활용에 대한 만족	.201	.784	-.041	.122	.065	-.065
문항13	항시 사용가능한 시청각 활용 기기의 구비에 대한 만족	.273	.629	.194	.189	.054	.005
문항8	수업 기자재의 최신형 유지	.314	.603	.076	.219	.303	.246
문항9	수업 기자재의 성능 만족	.305	.579	.001	.243	.218	.226
문항25	동일 전공 선후배와의 관계 유지에 대한 만족	.090	.035	.827	.017	.158	-.179
문항26	전반적인 학교생활에 대한 만족	.152	.176	.817	.004	.134	.091
문항24	동급생과의 관계 유지에 대한 만족	.144	-.084	.787	.027	.162	-.066
문항28	전반적인 학과 분위기에 대한 만족	.014	.086	.720	.133	.056	.208
문항27	학과 내 그룹형 단체 활동에 대한 만족	.136	.218	.685	-.082	.205	.360
문항17	교통여건에 대한 만족	.170	.127	-.022	.754	.110	.109
문항16	학생 편의시설에 대한 만족	.102	.247	.067	.727	.060	-.145
문항18	학생 복지시설에 대한 만족	.174	-.045	.109	.576	.189	.294
문항14	전반적인 행정서비스에 만족	.370	.205	.008	.546	-.022	.027
문항15	우리 대학 주변환경에 만족	.185	.287	-.002	.516	.269	-.021
문항21	나의 졸업 후 진로 계획	.125	-.049	.141	.108	.800	.161
문항22	학과 차원의 진로지원 프로그램 만족	.161	.304	.206	.105	.661	-.055
문항20	현재 전공분야의 졸업 후 전망에 대한 기대감	.310	.156	.317	.176	.586	-.039
문항23	대한 진로 지원 프로그램에 대한 만족	-.020	.386	.306	.322	.523	.153
문항19	전반적으로 현재의 전공에 만족	.172	.204	.406	.379	.452	-.157
문항29	선배들의 취업률을 바탕으로 한 기대	.259	.375	.225	-.011	.392	.866
문항30	스포츠가 아닌 다른 직업군으로 진출에 대한 기대	.049	.077	.070	.083	.032	.821
	고유값	4.724	4.038	3.653	2.722	2.663	1.406
	분산(%)	15.746	13.461	12.176	9.075	8.875	4.686
	누적(%)	15.746	29.207	41.383	50.458	59.334	64.019
	신뢰도	.903	.885	.859	.742	.808	.700

KMO = .873
Bartlett의 구형성 검정= 2442.572, p<.001

이 누적비율이 약 64%, 요인 적재치가 .452~.866으로 분포하는 것으로 나타나, 설문 문항의 내용이 비교적 타당한 것으로 밝혀졌으며, 신뢰성은 .700~.903으로 분포하여 비교적 높은 수준에서 신뢰도가 검증되었다.

단일요인으로 설문지의 신뢰도를 검증한 스포츠산업경영 전공교육과정의 보완확대의 필요에 대한 문항 5개의 신뢰성은 .857로 나타나 비교적 높은 수준의 신뢰도 검증을 확인하였다.

III. 연구결과

1. 성별에 따른 교육서비스 환경요인 만족의 차이

연구대상자의 성별에 따라 교육서비스 환경요인에 대한 만족도 인식의 정도 차이를 분석한 결과 <표 3>과 같이 학과의 진로지도 요인이 $p<.05$ 의 유의수준에서 통계적으로 두 집단 간 차이가 나타났다. 학과의 진로지도 요인에서 남자($M=3.382$)가 여자($M=3.068$)보다 높은 것으로 나타났다.

표 3. 성별에 따른 교육서비스 환경요인 만족도 인식의 차이

	성별	N	M	SD	t	유의확률
수업 만족	남	115	3.4484	.77045	1.738	.084
	여	32	3.1875	.67635		
선진화	남	115	3.2174	.85361	1.170	.244
	여	32	3.0208	.78944		
복지 환경	남	115	2.9078	.79042	1.676	.096
	여	32	2.6438	.78162		
진로 지도	남	115	3.3826	.70764	2.214	.028*
	여	32	3.0688	.71592		
학교 생활	남	115	3.6174	.68753	.020	.984
	여	32	3.6146	.68055		
취업 가능	남	115	3.5043	.80703	1.122	.264
	여	32	3.3281	.70264		

2. 학년에 따른 교육서비스 환경요인 만족의 차이

<표 4>에서 제시한 바와 같이 학년에 따른 교육서비스 환경요인에 대한 만족도의 차이를 검증한 결과 학생복지환경 요인에서 $F(2, 146)=5.648$ 로 나타나 $p<.01$ 의 범위에서 통계적으로 유의한 차이가 있는 것으로 밝혀졌다. 사후비교분석 결과, 2학년학생과 3학년학생사이의 학생복지환경요인에 대한 인식의 차이는 평균차가 -.539이고 유의확률은 .005로 유의수준 0.1에서 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다.

표 4. 학년에 따른 교육서비스 환경요인 만족도 인식의 차이

		SS	df	MS	F	p	Scheffe
수업 만족	집단-간	.187	2	.093	.161	.851	
	집단-내	83.368	144	.579			
	합계	83.555	146				
선진화	집단-간	.704	2	.352	.494	.611	
	집단-내	102.648	144	.713			
	합계	103.352	146				
복지 환경	집단-간	6.685	2	3.342	5.648	.004**	B>C
	집단-내	85.223	144	.592			
	합계	91.907	146				
진로 지도	집단-간	.915	2	.457	.884	.415	
	집단-내	74.525	144	.518			
	합계	75.440	146				
학교 생활	집단-간	1.238	2	.619	1.330	.268	
	집단-내	67.008	144	.465			
	합계	68.245	146				
취업 가능	집단-간	1.912	2	.956	1.557	.214	
	집단-내	88.418	144	.614			
	합계	90.330	146				

**p<.01

B: 2학년, C: 3학년

3. 휴·복학 경험의 유무에 따른 교육환경 인식의 차이

<표 5>에서 제시한 바와 같이 휴·복학 경험의 유무에 따른 교육서비스 환경요인에 대한 만족도의 차이를 검증한 결과, 학과의 진로지도 요인에서 $F(2, 146)=3.664$ 로 나타나 $p<.05$ 의 범위에서 통계적으로 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 사후비교분석 결과, 휴학 경험이 없는 학생 집단과 군휴학 경험 학생사이의 학과의 진로지도 환경요인에 대한 인식의 차이는 평균차가 -.331이고 유의확률은 .028로 유의수준 0.5에서 유의한 차이가 있는 것으로 밝혀졌다.

표 5. 휴·복학에 따른 교육서비스 환경요인 만족도 인식의 차이

		SS	df	MS	F	p	Scheffe
수업 만족	집단-간	2.866	2	1.433	2.557	.081	
	집단-내	80.689	144	.560			
	합계	83.555	146				
선진화	집단-간	2.097	2	1.048	1.491	.229	
	집단-내	101.255	144	.703			
	합계	103.352	146				
복지 환경	집단-간	3.316	2	1.658	2.695	.071	
	집단-내	88.592	144	.615			
	합계	91.907	146				
진로 지도	집단-간	3.653	2	1.826	3.664	.028*	A>B
	집단-내	71.787	144	.499			
	합계	75.440	146				
학교 생활	집단-간	.251	2	.125	.265	.767	
	집단-내	67.995	144	.472			
	합계	68.245	146				
취업 가능	집단-간	1.592	2	.796	1.292	.278	
	집단-내	88.738	144	.616			
	합계	90.330	146				

**p<.05

A: 없음, B: 군휴학

4. 자격증 보유에 따른 교육환경 인식의 차이

<표 6>에서 제시한 바와 같이 자격증 보유에 따른 교육서비스 환경요인에 대한 만족도의 차이를 검증한 결과, 학과의 학교생활만족 요인에서 $F(2, 146)=3.837$ 로 나타나 $p<.05$ 의 범위에서 통계적으로 유의한 차이가 있는 것으로 밝혀졌다. 사후비교분석 결과, 자격증을 보유하지 못한 학생 집단과 3개 이상의 자격증을 보유한 학생사이의 학교생활 환경요인에 대한 인식의 차이는 평균차가 -.433이고 유의확률은 .031로 유의수준 0.5에서 유의한 차이가 있는 것으로 밝혀졌다.

표 6. 자격증 보유에 따른 교육서비스 환경요인 만족도 인식의 차이

		SS	df	MS	F	p	Scheffe
수업 만족	집단-간	.079	2	.040	.068	.934	
	집단-내	83.476	144	.580			
	합계	83.555	146				
선 진 화	집단-간	.629	2	.315	.441	.644	
	집단-내	102.723	144	.713			
	합계	103.352	146				
복지 환경	집단-간	.441	2	.220	.347	.707	
	집단-내	91.467	144	.635			
	합계	91.907	146				
진로 지도	집단-간	.334	2	.167	.320	.727	
	집단-내	75.106	144	.522			
	합계	75.440	146				
학교 생활	집단-간	3.453	2	1.726	3.837	.024*	A>C
	집단-내	64.793	144	.450			
	합계	68.245	146				
취업 가능	집단-간	.594	2	.297	.477	.622	
	집단-내	89.736	144	.623			
	합계	90.330	146				

**p<.05 A: 없음, C: 3개 이상

5. 스포츠산업경영 교육과정 보완개편의 필요성에 대한 인식

사회체육계열 전공대학생들에게 스포츠산업경영 관련 과목의 개설·보완, 개선의 필요성에 대하여 설문하여 <표 7~11>까지의 결과와 같이 모든 문항이 매우 긍정적인 답변을 획득하였다.

표 7. 전공학과 교육과정 중, 스포츠산업경영 관련 과목의 필요성

구분	빈도	퍼센트
전혀 필요없다.	2	1.4
필요없다.	5	3.4
보통이다.	51	34.7
필요하다.	60	40.8
매우 필요하다.	29	19.7
합계	147	100.0

표 8. 장래 직업선택을 위한 스포츠산업경영 관련 과목의 필요성

구분	빈도	퍼센트
전혀 필요없다.	3	2.0
필요없다.	5	3.4
보통이다.	50	34.0
필요하다.	63	42.9
매우 필요하다.	26	17.7
합계	147	100.0

표 9. 현대 스포츠현장의 이해를 위한 스포츠산업경영 관련 과목의 필요성

구분	빈도	퍼센트
전혀 필요없다.	1	0.7
필요없다.	9	6.1
보통이다.	47	32.0
필요하다.	65	44.7
매우 필요하다.	25	17.0
합계	147	100.0

표 10. 학과 또는 대학 내 정규과정 중, 스포츠산업경영 관련 과목 강의에 대한 보완의 필요성

구분	빈도	퍼센트
전혀 필요없다.	3	2.0
필요없다.	8	5.4
보통이다.	61	41.5
필요하다.	53	36.1
매우 필요하다.	22	15.0
합계	147	100.0

표 11. 학과 또는 대학 내 정규 과정의 스포츠산업경영관련 과목 강의에 대한 전반적인 만족

구분	빈도	퍼센트
전혀 그렇지않다.	4	2.7
그렇지않다.	12	8.2
보통이다.	66	44.9
그렇다.	49	33.3
매우 그렇다.	16	10.9
합계	147	100.0

6. 스포츠산업경영 전공관련 교육과정의 개선사항

스포츠산업경영 전공관련 교육과정의 향후 개선될 점에 대한 응답에 대해서는 유효응답수가 147명이었으며, 열%는 반응수를 기준으로 한 비율의 합은 100%이다. 전체 반응수의 34.8%는 스포츠산업경영 전공 관련 교육과정이 취업준비를 위한 교육에 있어서 보완될 필요가 있다고 밝혀졌다. 전체 응답 수에 대한 응답자의 비율은 59.8%로서 1인당 2개 이상의 응답에 반응하였다고 알 수 있다.

표 12 스포츠산업경영 전공 관련 교육과정에 대한 개선사항

		빈도	열 응답 %	열 빈도 % (기준: 응답)
스포츠 산업경영 관련교육 과정 중 보완될 부분	현장실무중심교육	48	19.7%	
	취업준비교육	85	34.8%	
	스포츠산업경영 이론교육	38	15.6%	
	산학협력 콘텐츠	11	4.5%	
	자격증 과정	63	25.4%	
합계	147	100.0%	59.8%	

7. 졸업 후 희망하는 스포츠산업관련 희망 직업군

학생들이 졸업 후 종사하기를 희망하는 직업군에 대하여 스포츠산업경영과 연관성이 높은 직업군을 중심으로 하여 실시된 응답에 대해서는 유효응답의 수가 147명이었으며, 열 %는 반응수를 기준으로 한, 비율의 합은 100%이다. 전체 반응수의 20.2%는 제시된 보기에 나타나지 않은 기타 스포츠 관련 산업에 종사하기를 희망하고 있다. 구체적인 직업을 예로 제시하기에는 어려우나 학생들 대다수인 88.7%가 스포츠산업경영 현장 또는 기타 연관산업에서 직업을 가지는 것을 희망하고 있다. 전체 응답 수에 대한 응답자의 비율은 69.0%로서 1인당 3개 이상의 응답에 반응하였다고 알 수 있다.

표 13. 졸업 후, 희망하는 직업군

	빈도	열 응답 %	열 빈도 % (기준: 응답)
스포츠전공교수	26	12.2%	
체육교사	29	13.6%	
스포츠 강사	24	11.3%	
스포츠용품판매업	4	1.9%	
스포츠기관 행정가	25	11.7%	
일반기업의 스포츠 관련 희망 직업군	38	17.8%	
스포츠비즈니스종사	38	17.8%	
기타 스포츠 관련 산업 종사	43	20.2%	
스포츠와 무관한 분야 종사	24	11.3%	
합계	147	100.0%	69.0%

8. 스포츠산업경영관련 직업군 선택의 동기

학생들이 졸업 후 장래에 스포츠산업경영과 관련된 직업을 선택하고자 할 때 그 선택의 기준은 어떤 것이 될 수 있는가에 대하여 실시된 응답에 대해서는 유효응답의 수가 147명이었으며, 열%는 반응수를 기준으로 한, 비율의 합은 100%이다. 전체 반응수의 38.2%는 제시된 바와 같이 내적 성과의 합치성이 좋아야 한다고 반응하고 있다. 전체 응답 수에 대한 응답자의 비율은 93%로서 1인당 4개 이상의 응답에 반응하였다고 알 수 있다.

표 14. 스포츠산업 직업군에 대한 직업선택의 기준

	빈도	열 응답 %	열 빈도 % (기준: 응답)
내 적성과의 합치	60	38.2%	
장래에 내 능력과의 합치	35	22.3%	
스포츠산업 장기적인 발전 가능성	31	19.7%	
과 관련된 직업군을 때 좋은 대우 및 보수	10	6.4%	
그 기준은 타 분야와의 연계성에 따른 직업의 효율성	21	13.4%	
합계	147	100.0%	93.0%

IV. 논의

이 연구는 나날이 증가하고 있는 스포츠산업·경영·마케팅 분야의 학문이 사회체육 전공대학생의 스포츠산업경영 전공교과과정으로써 활용되고 있는데 대하여 실제적인 만족도를 파악하고 이에 따른 개선방안을 제시하고자 하였다. 논의에 앞서 연구결과를 간단히 요약하면 먼저 연구대상자의 인구통계학적인 특성에 따라 사회체육전공 내에서 스포츠산업경영관련 과목을 수강하는데 교육서비스 환경요인에 대한 인식이 어떠한지를 알아보았다. 그에 따라 구체적인 결과는 다음과 같다.

첫째, 성별에 따른 교육서비스 환경요인 만족의 차이 인식 정도는 학과의 진로지도 요인에 대하여 남학생이 여학생보다 높게 인식하는 것으로 나타났다. 둘째, 학년에 따라서는 2학년과 3학년 사이에 학교의 복지환경요인에 대하여 유의한 차이가 있음을 확인하였다. 셋째, 휴복학 경험유무에 따라서 교육서비스 환경요인에 대한 만족도 인식의 차이를 검증한 결과 휴복학 경험이 없는 학생과 군 휴학경험이 있는 학생 집단 사이에서 학과 진로지도 환경요인에 대하여 유의한 차이가 나타났다. 넷째, 자격증 보유에 따른 교육서비스 환경요인에 대한 만족도 인식의 차이를 검증한 결과 자격증이 없는 학생과 자격증을 3개 이상 보유한 집단 간에 학교생활 만족에서 유의한 차이가 있음을 확인하였다.

다음으로 스포츠산업경영 교육과정의 사회체육전공 내 필요성 및 현 교육과정 개선과 보완의 필요성에 대하여 긍정적인 결과가 우세하게 나타났다.

마지막으로 스포츠산업경영 전공 관련 교육과정의 개선 사항에 대한 구체적인 질문에 대하여 첫째, 취업준비교육을 중점에 둔 스포츠산업경영 교육과정의 필요성을 요구하였다. 둘째, 졸업 후 희망하는 스포츠산업관련 직업군으로는

일반기업의 스포츠비즈니스 종사직을 우선시하는 것으로 밝혀졌다. 셋째, 스포츠산업경영 관련 직업군의 선택기준으로는 자신의 적성을 우선시 하였다.

이러한 결과를 살펴보면, 현대사회에서 스포츠의 가치가 남달리 증가하고 있듯이 스포츠산업경영분야의 필요성이 함께 증폭되면서 사회체육 전공대학생들에게 관련교육과정의 보완개선을 요구받고 있다.

특히 연구대상들의 응답을 분석해 보았을 때, 스포츠산업경영관련 전공교육과정이 학생들에게 취업과 밀접한 관련이 있음을 알 수 있다. 때문에 향후 개선 사항에서 취업준비교육과 연관성이 높은 스포츠산업경영관련 교육과정이 실시될 수 있기를 바라고 있었으며, 졸업 후 희망하는 직업에서도 일반기업의 스포츠비즈니스 종사자를 희망 직업 중 우선으로 선택한 것을 확인하였다.

이는 앞으로 사회체육전공 관련 학과들이 스포츠산업경영관련 전공교육과정에 실무교육을 중점으로 배치하고 실시해야 함을 반증한다. 실제로 방지선, 이정학(2007)의 연구에서도 스포츠산업경영 인력양성을 위한 교과과정에 대한 인식차이를 살펴본 결과, 필수과목에 대한 중요도에서 스포츠경영 현장실습이 큰 비중을 차지 차지할 수 있음을 보고 하였다. 또한 선택과목의 중요도 검증에서는 재무, 프로모션, 사례연구의 중요성을 가장 비중 있는 교육과정으로 인식하는 것으로 나타나. 스포츠산업경영분야의 교육과정은 이론을 바탕으로 하는 실무교육이 구조적으로 우선 구성되어야 함을 보고하고 있다.

강호정, 김경식(2004)의 연구에서는 향후 확대 개선이 필요한 교육내용으로 최신이론의 교육을 우선시 하는 것으로 보고되어 당시의 스포츠산업경영관련 전공교육의 흐름과 분위기를 짐작케 한다. 하지만 2순위는 역시 실무분야에 대한 교육의 중요성이 보고되어 있어 스포츠산업경영이 기본적으로 지니는 스포츠 현장과의 밀착형 특성이 중요한 요인으로 작용하는 것으로 분석된다. 하지만 지금과의 차이는 현재 스포츠산업경영이라는 전공교육과정은 체육계열 대학생들에게 일반적인 스포츠교육과정과는 다르게 일반 비즈니스에도 충분히 접목 가능한 융합형 학문으로서 가치를 인식하도록 하고 있다는 것이다.

따라서 앞으로 스포츠산업경영 전공교육과정의 발전과 개선을 위해서는 일반 경영학에서와 같이 이론과 실재를 모두 아우를 수 있도록 현장사례연구를 통한 경영이론의 실재를 검증하고 학습시킬 수 있는 연구가 지속적으로 이루어져야한다. 또한 취업 시 학생들의 사회적응력을 높여주

기 위하여 세부적 선택교육과정의 개설을 늘리고 학생들의 요구에 따라 강의 선택의 폭을 넓혀주어야 할 것이다.

V. 결론 및 제언

1. 결론

이 연구는 나날이 증폭되고 있는 스포츠산업·경영·마케팅 분야의 학문이 사회체육 전공대학생의 스포츠산업경영 전공교과과정으로써 활용되고 있는데 대하여 실제적인 만족도를 파악하고 이에 따른 개선방안을 제시하고자 하였다.

요컨대 연구대상자의 인구통계학적인 특성에 따라 사회체육전공 내에서 스포츠산업경영관련 과목을 수강하는데 교육서비스 환경요인에 대한 인식이 어떠한지는 다음과 같다.

첫째, 인구통계학적 특성에 따라 교육서비스 환경요인에 대한 만족도는 하위요인에 따라 통계적으로 유의한 차이가 나타났다. 둘째, 스포츠산업경영 교육과정의 사회체육전공 내 필요성 및 현 교육과정 개선·보완의 필요성에 대하여 긍정적인 결과가 우세하였다. 셋째, 향후 스포츠산업경영관련 교육과정의 개선방향을 취업준비교육에 적합하도록 개선해 주기를 요구하였다.

이러한 결과를 살펴보면, 현대사회에서 스포츠의 보편적 가치가 우세하듯이 스포츠산업경영분야의 필요성이 함께 증가하면서 사회체육 전공대학생들에게 관련 교육과정의 보완개선을 요구받고 있다.

따라서 앞으로 스포츠산업경영 전공교육과정의 발전과 개선을 위해서는 현장사례연구를 통한 경영이론을 실천·검증·학습시킬 수 있는 연구가 지속적으로 이루어져야 한다. 또한 취업 시 학생들의 사회적응력을 높여주기 위하여 세부적 선택교육과정의 개설을 늘리고 학생들의 요구에 따라 강의교과 선택의 폭을 넓혀주어야 할 것이다.

2. 제언

이 연구를 마치며 후속 연구를 위한 제언을 제시하면 다음과 같다.

첫째, 이 연구는 집단 간 차이검증을 통한 만족도를 검증하였다. 그러나 이 연구에서 검증한 변인간 관계성은 고려하지 않았다. 따라서 후속 연구에서는 사회체육계열학과의 전반적인 전공만족과 스포츠산업경영교과과정의 필요도

및 만족도에 대한 영향관계를 구체적으로 규명하는 연구가 필요할 것이다.

둘째, 국내 스포츠산업경영 교과과정의 지속을 보장하는데 필요한 연구동향 및 교과과정의 미래를 제시할 수 있는 교과과정 개편·보완을 규명할 수 있는 양적 연구가 필요하다.

참고문헌

- 강준호(2004). 스포츠산업의 비전과 과제. 제 42회 체육주간 기념 제23회 국민체육진흥세미나: 국민체육진흥의 새로운 지평(pp. 105-121). 서울: 숭실대학교 한경직 기념관.
- 김병식(2004). 스포츠경영학. 서울: 대경북스.
- 방지선, 이정학(2007). 스포츠산업경영 인력양성 교과과정에 대한 교육자와 현장실무자간의 중요도 인식차이 연구. *체육과학연구지*, 18(2), 32~39.
- 강호정, 김경식(2004). 직무분석을 이용한 스포츠시설업 경영 관리자 교육과정 개발. *한국스포츠리서치*, 16(4), 1057~1068.
- 이인학(2007). 한국 전문대학의 교육여건 및 발전방안에 대한 교수·학생 만족도와 인식분석. 미간행 박사학위논문, 계명대학교, 대구.
- 박근희(2010). 대학교육서비스의 질이 학습동기와 만족도에 미치는 영향. 미간행 박사학위논문, 계명대학교, 대구.
- 박영옥(2013). 복지사회 구현을 위한 스포츠의 역할과 정부정책. 한국리듬운동학회, 2013추계학술세미나.
- Brassie, P. S. (1989a). Guidelines for programs preparing undergraduate and graduate students for careers in sport management. *Journal of Sport Management*, 3(2), 158-164.
- Brassie, P. S. (1989b). A student buyer's guide to sport management programs. *Journal of Physical Education, Recreation, and Dance*, 60(9), 25-28.

인지된 지도행동유형과 지도자-선수 교환관계의 질 및 선수의 운동성과 간의 관계

The Relations among Perceived Coaching Behaviors, Coach-Athlete Exchange Quality and Athletes' Performance

김병식* · 유종만 · 김영선 한국체육대학교

Kim, Byung-Shik · Yoo, Jong-Man · Kim, Young-Sun Korea National Sport Univ.

요약

이 연구의 목적은 인지된 지도행동유형과 지도자-선수 교환관계의 질 및 선수의 운동성과의 인과적 관계를 규명하는 것이다. 조직 경영학에서의 리더-멤버 교환관계의 질이 조직 구성원의 성과에 긍정적 영향을 미치듯이 스포츠 팀 조직 내에서도 지도자-선수 교환관계의 질이 선수의 운동성과에도 긍정적 영향을 미치는 지를 검증함에 따라 스포츠 지도자들이 현장에서 지도하는 선수와의 교환관계를 개선시켜, 운동성과를 향상하는 데 있어 도움이 되고자 하는데 그 의의가 있다. 서울과 경기도에 위치하고 있는 K대학교와 Y대학교 학생선수들을 대상으로 250부의 설문지를 배포한 후, 7부를 제외한 총 243부(97.2%)를 유효 표본으로 사용하였으며, PASW 18.0과 AMOS 18.0을 이용하여 빈도분석, 탐색적 요인분석, 신뢰도분석, 확인적 요인분석, 판별타당도, 구조방정식모형분석을 실시하였다. 그 결과, 첫째, 인지된 지도행동유형은 지도자-선수 교환관계의 질에 유의한 영향을 미치는 것으로 밝혀졌다. 둘째, 인지된 지도행동유형은 선수의 운동성과에 유의한 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다. 하지만 지도행동유형과 운동성과 사이에서 교환관계의 질이 매개요인의 역할을 하는 것으로 나타났다. 셋째, 지도자-선수 교환관계의 질은 선수의 운동성과에 유의한 영향을 미치는 것으로 밝혀졌다.

Abstract

The purpose of this study was to offer fundamental data helpful in improving coach-athlete exchange from sport scene as organizational management by investing the causal relationship among perceived coaching behaviors coach-athlete exchange quality and athlete's performance. For data collection, 250 university student athletes from K university in Seoul and Y university in Kyunggi-do were selected as subjects and with 7 sets inappropriate for this study were excluded, 243(97.2%) questionnaires were utilized as a final significant sample through purposeful convenience sampling method. For data analysis, frequency analysis, exploratory factor analysis, reliability analysis, confirmatory factor analysis, discriminant validity, structural equation modeling analysis with SPSS 18.0 and AMOS 18.0. were used. The results were as follows: First, perceived coaching behaviors showed significant effect on coach-athlete exchange quality. Second, perceived coaching behaviors had no effect on athletes' performance but coach-athlete exchange quality did function of mediator variable between perceived coaching behaviors and athletes' performance. Third, coach-athlete exchange quality showed significant effect on athletes' performance.

Key words: perceived coaching behaviors, coach-athlete exchange quality, athletes' performance

I. 서론

1. 연구의 필요성

오늘날의 스포츠지도자들은 자신이 지도하는 팀과 선수들의 경기력과 성과를 향상시키기 위해 다양한 지도행동을 보여준다. 일반적으로 한 조직의 리더들은 조직의 유효성을 증진시키기 위해서 팀을 구성하고, 개개의 조직 구성원들을 독려하여 조직에 기여할 수 있도록 돕는 등 여러 가지 행동에 관여하게 되는데(Hackman & Wageman, 2005), 이와 같이 리더가 개인·집단·조직 등의 성과에 영향을 미치는 과정을 하나의 리더십과정이라고 볼 수 있다. 따라서 어떠한 형태의 조직에서도 조직을 이끌어 가는 리더의 리더십과정은 리더를 따르는 조직 구성원의 변화를 통한 조직 전체 성공에 있어 중요한 요소 중 하나로 여겨진다(Zaccaro, Rittman, & Marks, 2001). 조직 내 리더의 중요성은 일반 경영 현장에서의 조직과 많은 유사점을 지니고 있는 스포츠 팀 상황에서도 적용될 수 있는데(Katz, 2001), 실제 스포츠 팀에서의 리더라고 할 수 있는 스포츠 지도자의 지도행동은 스포츠 팀 조직 내 구성원이라 할 수 있는 선수들의 운동수행 효율성에 긍정적 영향을 미치므로 리더 행동은 스포츠 팀 조직 환경에서도 목표 달성에 있어 중요 요소라 할 수 있다(Chelladurai, 1984).

조직의 형태와 관계없이 한 조직의 리더는 조직의 성공을 위해 조직 내 다양한 구성원과 상호작용을 하며 관계를 맺기 때문에 사회적 맥락에서 보면, 리더십은 리더와 조직 내 구성원 사이의 상호작용의 한 과정이라고도 볼 수 있다(Yukl, 2005). 따라서 리더가 보다 효과적인 리더십을 발휘하고 구성원의 긍정적 행동 변화를 이끌어 내기 위해서는 리더와 구성원 사이의 긍정적인 관계 형성이 중요하다. 조직 내 리더가 조직 구성원들과 좋은 관계를 형성할 경우 실제로 조직 유효성에 여러 가지 긍정적 영향을 미친다는 연구 결과가 이를 뒷받침 하고 있는데, 이에 따르면 리더와 구성원 사이의 좋은 직무 관계는 개별 구성원의 열정과 조직 전체의 응집력을 이끌어 더 나은 성과를 가능하게 하고(Gerstner & Day, 1997; Schriesheim, Castro, & Cogliser, 1999), 구성원들의 계약에 명시된 직무 이상의 활동으로의 자발적 관여를 촉진시켜 리더의 리더십 효율성을 증가시킬 수 있다(Liden & Graen, 1980; Settoon et al., 1996; Wayne & Green, 1993; Ilies, Nahrgang, & Morgeson, 2007, 재인용).

이와 같은 조직 내 리더와 구성원 사이의 상호 관계와

그에 따른 구성원의 행동 변화는 리더-멤버 교환(leader-member exchange) 이론에 의해 설명될 수 있다. 리더-멤버 교환 이론의 기본적 원리는 리더가 조직 구성원들과 각기 다른 교환 관계를 형성하고 그 교환관계의 질이 구성원의 행태에 영향을 미친다는 것이다(Gerstner & Day, 1997; Ilies, Nahrgang, & Morgeson, 2007, 재인용). 즉, 리더는 조직 내 개별 구성원들과 각기 다른 관계를 형성하고 이에 따라 개개의 구성원들은 스스로 인지하는 높거나 낮은 질의 리더-멤버 교환 관계를 경험할 것이며, 이것이 결과적으로 구성원의 행태에 영향을 미친다는 것이다. 이러한 이유로 조직 내에서 리더와 구성원의 교환 관계의 질은 구성원의 행동 이해에 있어 필수 요소로 간주되어 왔다(Napier & Ferris, 1993). 실제로 구성원이 인식하는 리더-멤버 교환 관계의 질에 따라 파생되는 결과 역시 다르게 나타난다는 여러 선행 연구 결과가 보고되고 있는데, 대체로 높은 질의 리더-멤버 교환 관계를 인식하는 조직 내 구성원들이 그렇지 않은 구성원들 보다 조직시민행동(Wang, Law, Hackett, Wang, & Chen, 2005), 직무성과(Bauer & Green, 1996; Gerstner & Day, 1997; Kraimer, Wayne, & Jaworski, 2001; Liden, Wayne, & Sparrowe, 2000)와 같은 조직성과에 기여할 수 있는 긍정적 행동들을 더 많이 보여준다.

조직 내 리더-멤버 교환 관계가 리더십 효율성의 지표가 될 수 있듯이, 스포츠 팀 조직 상황에서의 리더-멤버 교환 관계라 할 수 있는 지도자-선수 관계는 선수의 최적 기능 달성에 있어 중요한 선행요소이며(Jowett & Cockerill, 2003), 효과적이고 성공적인 스포츠 지도를 가능하게 해준다는 측면에서 중요한 의미를 지니고 있지만(Lyle, 2002), 리더-멤버 교환관계의 차원에서 지도자-선수 교환관계의 질과 선수의 운동성과에 영향을 미치는 스포츠 지도자의 지도행동을 파악하려는 노력은 거의 이루어지지 않고 있는 실정이다. 실제로 지도자의 지도행동과 관련된 선행연구들을 살펴보면, 지도행동과 선수만족도와 관계(김석호, 김영갑, 2010; 구건모, 2011; 남경완, 임승현, 2010; 박종진, 2007; 안경일, 2007; 어예든, 채재성, 2010; 하철수, 최명수, 김수연, 2009), 지도행동과 동기와의 관계(김광중, 윤용진, 2011; 김승연, 장덕선, 2009), 지도행동과 몰입과의 관계(함규환, 양명환, 2010) 등으로 국한되어 있어, 스포츠 팀 조직 상황에서 지도자와 선수의 리더-멤버 교환 관계의 질에 선행하는 지도행동을 파악하고 나아가 운동성과와의 총체적 관계를 규명하는 것은 스포츠 현장에서 지도자의 지도행동 과정의 이해를 위해 반드시 필요하다고 할 수 있다.

따라서 본 연구의 목적은 스포츠 지도자의 행동 요인에 따른 리더-멤버 교환관계의 질 및 선수의 운동성과의 관계를 규명하는 데 있다. 지도자와 선수 사이의 리더-멤버 교환관계의 질에 영향을 미치는 지도자 행동 유형을 규명하고, 조직 경영학에서의 리더-멤버 교환관계의 질이 조직 구성원의 성과에 긍정적 영향을 미치듯이 스포츠 팀 조직 내에서도 지도자-선수 교환관계의 질이 선수의 운동성과에도 긍정적 영향을 미치는 지를 검증함에 따라 스포츠 지도자들이 현장에서 지도하는 선수와의 교환관계를 개선시켜, 운동성과를 향상하는 데 있어 도움이 되고자 한다.

2. 연구가설의 설정 및 연구모형

이 연구에서는 인지된 지도행동유형과 지도자-선수 교환관계의 질 및 선수의 운동성과의 관계와 관련된 선행연구의 이론적 근거에 따라 다음과 같은 가설을 설정하였다.

1) 인지된 지도행동유형과 교환관계의 질의 관계

스포츠 팀의 경쟁력에 있어 지도자의 지도력은 팀을 효과적으로 운영하는데 중요한 요소라 할 수 있으며, 경기력에 직·간접적으로 영향을 미치게 된다. 이에 단체생활을 하게 되는 스포츠 팀에서 지도자의 지도행동유형은 지도자와 선수 간의 교환관계와 유의한 관계가 있을 것이라 판단된다. 김종철(2000)은 스포츠 집단의 지도자 행동유형과 집단 응집력이 팀 성과와 팀 만족도에 미치는 영향에 관한 연구에서 지도자의 행동유형과 집단응집력에 유의한 영향을 미친다고 보고하여 지도행동유형과 교환관계의 관계를 예측할 수 있으며, 최숙이(2006)의 유도지도자의 지도행동유형에 관한 연구에서도 지도행동유형이 집단응집력에 유의한 영향을 미친다고 하였고, 조성민(2012)의 태권도지도자의 지도행동유형이 집단응집력과 선수사기에 미치는 영향에 관한 연구에서 각 변인들의 유의한 관계를 검증하였다. 따라서 위와 같은 선행연구들을 바탕으로 다음과 같은 연구가설을 설정하였다.

가설 1. 인지된 지도행동유형은 지도자-선수 교환관계의 질에 영향을 미칠 것이다.

2) 인지된 지도행동유형과 운동성과의 관계

운동선수들이 훈련을 하는 목적은 개인의 경기력 향상을 위해서이며, 더 나아가 시합에서 승리를 거두기 위해서라고 할 수 있다. 이를 위하여 팀을 구성하고 과제를 수행하면서

경기력을 높일 수 있다. 이에 팀을 이끄는 지도자의 지도행동유형은 개인의 경기력과 팀의 운동성과에 직접적 영향을 미치는 중요한 요인이라는 것을 유추할 수 있을 것이다. 공성배와 이태현(2010)은 씨름지도행동유형과 인지된 경기력의 관계에 관한 연구에서 지도행동유형은 경기력에 유의한 영향을 미친다고 보고하였으며, 김석배(2013)는 배구지도자 리더십 행동과 팀 경기력과의 관계에 관한 연구에서 배구지도자의 리더십 행동이 경기력에 유의한 영향을 미친다고 보고하였다. 또한 이승은(2008)의 골프지도자의 리더십유형과 경기력과의 관계에 관한 연구에서 두 요인 간에 유의한 영향을 미친다고 보고하였다. 이는 개인 종목이나 단체 종목에 상관없이 지도행동유형은 운동성과에 유의한 영향을 미칠 것이라고 판단된다. 따라서 위와 같은 선행연구들을 바탕으로 다음과 같은 연구가설을 설정하였다.

가설 2. 인지된 지도행동유형은 선수의 운동성과에 영향을 미칠 것이다.

3) 지도자-선수 교환관계의 질과 운동성과의 관계

지도자와 선수의 교감은 서로에 대한 신뢰감과 팀 운영의 효율성 측면에서 중요한 요인이라 할 수 있다. 이러한 긍정적 신뢰감은 심리적 안정감과 함께 팀에 대한 헌신과 일체감 향상에 영향을 줄 수 있으며, 이를 위한 지도자와 선수의 교환관계의 질은 선수의 운동성과와 유의한 관계가 있을 것이라고 유추할 수 있다. 정지혜와 김미선(2009)은 지도자와 선수의 교환관계가 긍정적이면 내적 동기를 높여주어 수행만족도를 높여준다고 하였으며, 김현식(2007)은 지도자는 선수와의 유대관계를 통해 신뢰를 만드는 것이 경기력 향상과 성과를 위한 기본이 된다고 주장하였다. 홍명기(2012)도 고등학교 태권도 코치의 교환관계가 운동수행만족에 유의한 영향을 미친다고 보고하였다. 그리하여 위와 같은 선행연구들을 바탕으로 다음과 같은 연구가설을 설정하였다.

가설 3. 지도자-선수 교환관계의 질은 선수의 운동성과에 영향을 미칠 것이다.

이 연구에서는 위와 같이 인지된 지도행동유형, 지도자-선수 교환관계의 질, 선수의 운동성과와 관련된 선행연구의 결과에 기초하여 대학 운동선수들을 대상으로 각 변인들 간의 구조적 관계를 규명하는데 있어 어떠한 영향을 미치는지 알아보기 위해 <그림 1>과 같이 연구모형을 설정하였다.

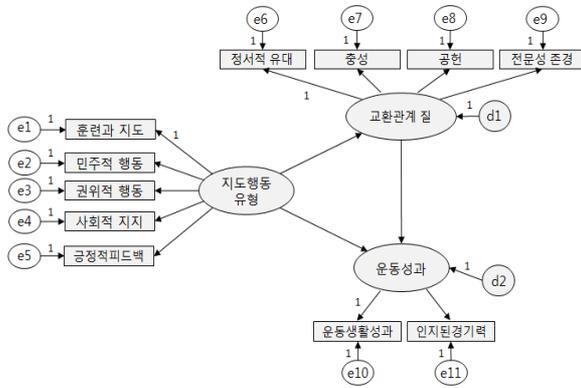


그림 1. 연구모형

II. 연구방법

1. 연구대상

이 연구에서는 현재 가맹경기단체에 선수등록이 되어 있는 대학 운동선수들을 모집단으로 설정하였고, 표집을 위해 대학스포츠 분야에서 지속적인 성적을 거두며 활발히 활동하고 있는 서울과 경기도에 위치한 K대학교와 Y대학교를 선정하였으며, 이들 대학교에서 체육특기자로 선수 생활을 하고 있는 대학생을 대상으로 하였다.

표집방법은 비확률 표집방법(non-probability sampling) 중 유목적무선표집법(purposive random sampling)을 이용하여 표본을 추출하였으며 2013년 8월부터 9월까지 2달 동안 연구자와 보조원이 직접 방문하여 지도자분들의 양해를 얻은 다음 이 연구의 취지를 설명한 후에 250부의 설문지를 배포하였다. 그리고 회수한 설문지 중 측정문항이 누락되었거나 불성실하게 대답하였다고 판단되는 7부를 제외한 243부(97.2%)를 유효 표본으로 사용하였다. 연구대상의 인구통계학적 특성은 <표 1>과 같다.

표 1. 연구대상의 인구통계학적 특성

구분		빈도(%)
성별	남자	129(53.1)
	여자	114(46.9)
연령	20대	240(98.8)
	30대	3(1.2)
운동경력	4년 미만	9(3.7)
	6년 미만	45(18.5)
	8년 미만	93(38.3)
	8년 이상	96(39.5)

지도기간	1년 미만	45(18.5)
	2년 미만	111(45.7)
	3년 미만	45(18.5)
	4년 미만	33(13.6)
	4년 이상	9(3.7)
입상경력	1-2회	75(30.9)
	3-4회	60(24.7)
	5-6회	39(16.0)
	7회 이상	69(28.4)
합계		243(100)

2. 조사도구

이 연구의 조사도구는 설문지를 이용하였으며, 연구대상의 인구통계학적 특성, 인지된 지도행동유형, 지도자-선수 교환관계의 질, 선수의 운동성과의 관계를 알아보기 위하여 관련 선행연구와 이론을 토대로 초안을 작성하였다. 그리고 전공교수 및 전문가의 자문과 회의를 통해 내적 타당도를 검증받은 후 설문문항을 구성하였고 대학 운동선수 50명을 대상으로 사전조사(pilot test)를 실시하여 탐색적 요인분석(exploratory factor analysis)을 이용하여 재구성하였다.

첫째, 인지된 지도행동유형은 지도자가 선수들을 지도하면서 지도자에 따라 다양하게 나타나는 지도유형의 유형으로써, 이와 관련된 문항은 Chelladurai와 그의 동료연구진(Chelladurai, 1990, Chelladurai & Saleh, 1980; Chelladurai & Carron, 1978)이 개발한 다차원 리더십 모형(multidimensional model of leadership)을 기초로 김진현(2005)과 이안호(2012)가 그의 연구에서 사용한 스포츠지도자행동척도(leadership scale for sport: LSS)를 이 연구의 목적에 맞도록 수정·보완하였다. 지도행동유형 척도는 훈련과 지도, 민주적 행동, 권위적 행동, 사회적지지, 긍정적 피드백 등의 하위요인을 총 25문항으로 구성하였다.

둘째, 지도자-선수 교환관계의 질은 팀 안에서 많은 시간을 함께 지내며 지도자와 선수로서 서로 느끼는 관계의 질을 의미하는데, 이와 관련된 문항은 Dienesch와 Liden(1986)이 개발한 LMX(leader-member exchange) 척도를 토대로 김일형(2009)과 이안호(2012)가 그의 연구에서 사용한 문항을 이 연구의 목적에 맞도록 수정·보완하여 사용하였다. 지도자-선수 교환관계 질은 정서적 유대, 충성, 공헌, 전문성 존경 등의 하위요인을 총 9문항으로 구성하였다.

셋째, 운동성과란 지도자의 지도를 통해 경기력이나 팀의 목표에서 전반적으로 향상된 성과를 나타내는 것을 의미하는데, 이와 관련된 문항은 Fiedler와 Billo(1973)와 김진표(2000)에 의해 개발되어 조병섭(2003)이 그의 연구에서 사

용한 문항들을 이 연구의 목적에 맞도록 수정 및 보완하여 사용하였다. 운동성과 척도는 운동생활성과와 인지된 경기력 등의 하위요인을 총 10문항으로 구성하였다. 이들 각 요인의 문항들은 '매우 그렇다(7점)'에서 '전혀 그렇지 않다(1점)'까지 7점 리커트(Likert) 척도로 구성하였다.

3. 자료처리

설문조사를 통해 회수된 설문지 중 문항이 누락되었거나 불성실하게 기재하였다고 판단된 자료를 제외하고 부호화(cording)하였다. 자료 분석을 위해 PASW Window Ver. 18.0 및 AMOS 18.0을 이용하여 연구대상의 인구통계학적 특성을 알아보기 위해 빈도분석(frequency analysis), 조사도구의 타당도와 신뢰도 검증을 위하여 탐색적 요인분석(exploratory factor analysis), 확인적 요인분석(confirmatory

factor analysis) 및 신뢰도분석(reliability analysis), 각 요인의 연관성을 분석하기 위해 상관관계분석(correlation analysis), 각 요인 간의 인과관계를 검증하기 위하여 구조방정식 모형(structural equation modeling: SEM)을 이용한 경로분석(path analysis)을 실시하였다.

4. 설문지의 타당도 및 신뢰도

이 연구에서는 요인들의 단일차원성 검증을 위해 탐색적 요인분석을 통해 타당성을 평가하였으며, Cronbach's α 값을 산출하여 신뢰도 검증을 실시하였다.

1) 탐색적 요인분석 및 신뢰도 분석

이 연구에서 조사도구의 타당도 검증을 위해 탐색적 요인분석을 이용하였다. 요인추출은 주성분분석(principal component

표 2 지도행동유형 측정도구의 탐색적 요인분석 결과

요인	문항	민주적	훈련지도	권위적	공정피드백	사회지지	공통성
지도행동유형	코칭관련 문제에 선수들의 의견을 물음	.841	.149	.032	-.020	.188	.747
	팀 목표를 선수들이 스스로 정하도록 함	.807	.053	-.056	.170	.125	.702
	연습에 대해 선수들의 의견을 받음	.780	.288	-.072	-.025	.268	.769
	의사결정에 선수들을 참여시킴	.749	.154	-.374	.168	.023	.754
	작전에 대해 선수들에게 의견을 물음	.639	.414	-.151	.250	.010	.665
	문제를 결정할 때 선수들의 동의를 구함	.609	.196	-.431	.057	-.003	.693
	실수를 하더라도 그 방식대로 해보도록 놔둠	.580	-.126	.440	.043	.137	.567
	시합에서 쓸 기술을 스스로 결정하도록 함	.559	.345	-.067	.069	.009	.441
	자신의 진도에 맞추어 훈련하게 함	.509	.300	.253	.370	-.002	.550
	선수 각자에게 경기기술과 전술을 설명해줌	.046	.851	-.107	.237	.006	.793
	모든 선수들이 자신의 능력을 잘 발휘하도록 지도	.148	.806	-.317	.055	.223	.825
	선수들의 실수를 고쳐주는데 특별한 관심	.015	.784	-.134	.304	.006	.725
	지도할 때 선수들이 확실히 이해하도록 말함	.348	.671	-.186	-.014	.277	.683
	운동기술을 선수들에게 개별적으로 지도	.292	.598	-.042	.284	-.012	.526
	해야 할 것을 미리 계획	.360	.550	-.067	.028	.158	.463
	어떤 문제에 대해 타협하지 않음	-.057	-.183	.869	-.158	-.034	.818
	선수와 상의하지 않고 독자적으로 일하는 편	-.121	-.066	.781	-.159	-.292	.739
	자신의 행동에 대해 설명해주지 않음	.031	-.244	.691	.014	-.278	.616
	선수들과 거리를 둠	-.078	-.055	.589	-.129	.173	.402
	특별히 잘 했을 때 잘 했다고 직접 말해줌	.053	.278	-.120	.846	.135	.829
	칭찬할만한 일은 반드시 칭찬해 줌	.209	.071	-.132	.836	.247	.826
	선수가 잘했을 때 잘 했다고 인정해 줌	.104	.300	-.221	.803	.181	.827
	선수들과 개인적인 친분관계를 가지려고 함	.147	.264	-.232	.324	.733	.788
	선수들에게 무엇이든 털어놓고 이야기하도록 함	.138	.257	-.278	.218	.732	.745
	선수들을 자신의 집으로 초대	.299	-.083	.295	.149	.600	.565
	고유치	4.788	4.060	3.375	2.802	2.032	
	분산(%)	19.152	16.240	13.498	11.209	8.126	
	누적(%)	19.152	35.393	48.891	60.099	68.225	
KMO			.822				
Bartlett		χ^2	4413.329				
		자유도	300				
		유의확률	.001				
Cronbach's α		.881	.906	.822	.801	.858	

analysis)과 요인회전은 직교회전(varimax) 방법을 이용하였다. 또한 요인의 고유치(eigen value)는 1 이상이고, 요인적재량이 0.5 이상인 요인들만 추출하였다. 신뢰도 검증은 Cronbach's α 계수를 산출하였다.

지도행동유형 요인에 대한 탐색적 요인분석과 신뢰도분석을 실시한 결과는 <표 2>와 같다. 지도행동유형 하위요인의 요인적재량은 민주적 행동 .841~.509, 혼련과 지도 .851~.550, 권위적 행동 .869~.589, 긍정적 피드백 .846~.803, 사회적지지 .733~.600으로 나타났고, Cronbach's α 값은 .906~.801로 나타나 구성타당도와 신뢰도를 확보한 것으로 밝혀졌다.

지도자-선수 교환관계의 질 요인에 대한 탐색적 요인분석 결과는 <표 3>과 같으며, 교환관계의 질 하위요인의 요인적재량은 전문성 존경 .860~.744, 공헌 .813~.676, 충성 .780~.619, 정서적 유대 .866~.778로 나타났고, Cronbach's α 값은 .926~.833으로 나타나 구성타당도와 신뢰도를 확보한 것으로 나타났다.

끝으로 운동성과 요인의 탐색적 요인분석 결과는 <표 4>에 나타난 것처럼, 인지된 경기력 .913~.625, 운동생활성과 .773~.566으로 나타났고, Cronbach's α 값은 .877~.817로 나타나 구성타당도와 신뢰도를 확보한 것으로 밝혀졌다.

표 3. 교환관계의 질 측정도구의 탐색적 요인분석 결과

요인	문항	전문성존경	공헌	충성	정서적유대	공통성
교환관계의 질	전문적인 기술 지도방식에 감명을 받음	.860	.218	.196	.261	.893
	지도자의 능력과 지식을 존중함	.845	.343	.243	.082	.898
	지도자의 지식에 감명을 받음	.744	.380	.305	.250	.853
	팀과 지도자를 위해 최선을 다해 일을 함	.273	.813	.192	.297	.861
	팀을 위해 더 많은 노력을 기꺼이 기울임	.389	.676	.250	.393	.825
	지도자는 다른 사람의 공격에 나를 방어할 것임	.208	.358	.780	.240	.831
	지도자는 나의 일처리 사항에 대해 옹호해줌	.433	.408	.619	-.038	.838
	지도자와 운동을 배우는 것이 재미있음	.182	.198	.224	.866	.890
	지도자는 친구로 사귀고 싶은 사람 중 하나임	.281	.146	.331	.778	.872
고유치		3.165	2.692	2.554	1.753	
분산(%)		26.374	22.436	21.284	14.612	
누적(%)		26.374	48.809	70.093	84.705	
KMO		.921				
Bartlett		χ^2		2682.951		
		자유도		66		
		유의확률		.001		
Cronbach's α		.926	.888	.882	.833	

표 4. 운동성과 측정도구의 탐색적 요인분석 결과

요인	문항	인지된 경기력	운동생활성과	공통성
운동성과	난 정상급의 선수임	.913	-.034	.835
	난 정상급의 경기력을 가졌음	.904	-.001	.817
	항상 좋은 경기를 할 수 있을 것이라고 확신함	.756	.352	.696
	나의 경기력은 만족할 만함	.714	.464	.725
	나의 경기력은 상승세임	.625	.352	.514
	기량 향상을 위해 지도자와 잘 협조함	.229	.773	.649
	평소 계획에 따라 운동을 잘 실천함	.080	.744	.560
	동료들과 친밀한 관계를 유지하고 있음	-.050	.683	.569
	운동과 관련된 문제에 부딪혔을 때 잘 극복함	.426	.595	.636
	행하는 운동방법이 적합함	.290	.565	.504
고유치		3.450	2.755	
분산(%)		34.503	27.548	
누적(%)		34.503	62.051	
KMO		.772		
Bartlett		χ^2		1297.576
		자유도		45
		유의확률		.001
Cronbach's α		.877	.817	

2) 확인적 요인분석

탐색적 요인분석과 신뢰도분석에 이어서 전체적인 요인들에 대해 확인적 요인분석을 실시하였다. 이 연구에서는 모형의 적합도 평가를 위해 χ^2 통계량, $Q(\chi^2/df)$, 적합지수(goodness of fit index: GFI), 잔차평균자승이중근(root mean square residual: RMR), 터커-루이스지수(Turker-Lewis index: TLI), 증분적합지수(incremental fit index: IFI), 비교적합지수(comparative fit index:CFI), 모집단 원소간 평균차이(root mean square error of approximation: RMSEA)를 적합도 기준으로 선정하여 분석하였고, χ^2 값과 GFI는 표본의 크기와 모형의 복잡성 및 자유도에 민감하게 반응하므로 상대적으로 안정적인 기준인 RMR, TLI, IFI, CFI, RMSEA 지수를 함께 검증하여 제시하였다. 이와 같이 확인적 요인분석을 실시한 결과, <그림 2>, <표 5>, <표 6>과 같이 나타났으며, 김계수(2007)와 Bagozzi와 Dholakia(2002)가 제시한 적합도 기준을 만족시키고 있어 구성타당도가 있는 것으로 확인되었다.

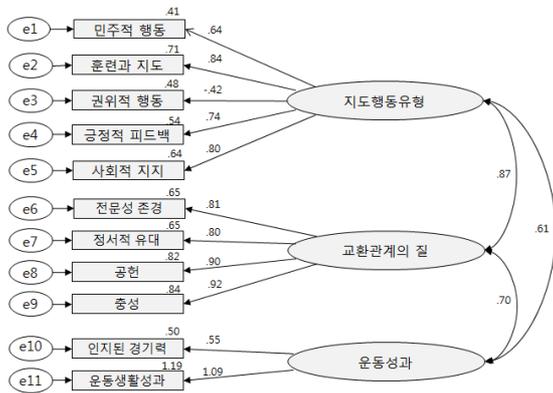


그림 2 확인적 요인분석 결과

표 6. 측정모형의 경로계수

잠재변수	관측변수	표준화계수	CR(t)	SMC	개념신뢰도	평균분산추출
지도행동유형	→ 사회적 지지	.798	준거지표	.637	.955	.886
	→ 긍정적 피드백	.735	12.064***	.541		
	→ 권위적 행동	-.419	-6.383***	.476		
	→ 훈련과 지도	.840	14.193***	.706		
	→ 민주적 행동	.640	10.216***	.409		
교환관계	→ 충성	.916	준거지표	.839	.988	.954
	→ 공헌	.905	22.609***	.818		
	→ 정서적 유대	.804	17.284***	.646		
	→ 전문성 존경	.807	17.411***	.651		
운동성과	→ 운동생활성과	1.093	준거지표	1.194	.964	.936
	→ 인지된 경기력	.548	7.187***	.503		

***, p<.001

표 5. 확인적 요인분석 적합지수 결과

적합지수 결과	χ^2	$Q(\chi^2/df)$	GFI	RMR
적합지수 결과	248.914(df=41), p=.001	6.071	.932	.062
적합지수 결과	RMSEA	IFI	CFI	TLI
적합지수 결과	.045	.989	.986	.951

또한 집중타당성을 검증하기 위하여 평균분산추출(AVE) 값과 개념신뢰도의 추정치를 비교하였다. 그 결과, 인지된 지도행동유형의 하위요인인 민주적 행동, 훈련과 지도, 권위적 행동, 긍정적 피드백, 사회적 지지와 교환관계의 질 하위요인인 전문성 존경, 공헌, 충성, 정서적 유대 그리고 운동성과의 하위요인인 인지된 경기력, 운동생활성과에 대한 AVE 값이 .886~.954로 나타나 .5 이상으로 하는 기준치를 충족하는 것으로 나타났으며, 개념신뢰도 값도 .955~.988로 나타나 .7 이상으로 하는 기준치를 충족하므로 모든 요인들의 집중타당성이 있는 것으로 확인되었다.

판별타당도는 서로 다른 개념을 측정할 때 동일한 측정 방법을 실시하더라도 측정값에는 차이가 나타나야 한다는 의미로서, 잠재요인 사이의 상관계수 제곱값(결정계수, γ^2) 보다 각각의 AVE 값이 높은 지를 비교하는 것으로 AVE 값이 결정계수 값보다 크면 두 잠재요인 간에는 판별타당도가 성립된다고 볼 수 있다(김계수, 2007; Fornell & Larcker, 1981). 위와 같은 방법으로 잠재요인 간의 판별타당도를 검증한 결과는 <표 7>과 같다. 다음과 같이 잠재요인의 AVE 값이 결정계수(γ^2) 값보다 높게 나타났으므로 이 측정모형은 판별타당도를 확보한 것으로 밝혀졌다. 따라서 위와 같은 검증을 토대로, 이 연구에서 사용한 조사도구는 타당도와 신뢰도를 충족하는 것으로 나타났다.

표 7. 판별타당도 검증 결과

잠재요인 간의 관계		γ	γ^2	잠재요인의 AVE		판별타당도 여부		
지도행동유형	↔ 교환관계 질	.869	.755	지도행동유형	.886	교환관계 질	.954	○
지도행동유형	↔ 운동성과	.615	.378	지도행동유형	.886	운동성과	.936	○
교환관계 질	↔ 운동성과	.702	.493	교환관계 질	.954	운동성과	.936	○

표 8. 인지된 지도행동유형과 지도자-선수 교환관계의 질 및 선수의 운동성과 간의 상관관계 분석 결과

	요인 1	요인 2	요인 3	요인 4	요인 5	요인 6	요인 7	요인 8	요인 9	요인 10	요인 11
민주적 행동	1										
훈련과 지도	.502**	1									
권위적 행동	-.200**	-.398**	1								
긍정적 피드백	.358**	.492**	-.364**	1							
사회적 지지	.437**	.378**	-.238**	.472**	1						
전문성 존경	.318**	.497**	-.195**	.504**	.362**	1					
정서적 유대	.483**	.579**	-.268**	.334**	.411**	.599**	1				
공헌	.456**	.595**	-.211**	.512**	.354**	.717**	.628**	1			
충성	.547**	.675**	-.296**	.669**	.478**	.712**	.671**	.758**	1		
인지된 경기력	.181**	.259**	.220**	.246**	.219**	.387**	.305**	.499**	.326**	1	
운동생활성과	.309**	.629**	-.216**	.561**	.259**	.590**	.513**	.691**	.670**	.498**	1
M	4.278	4.767	3.996	4.876	3.617	4.794	3.963	4.746	4.555	4.296	4.795
SD	.926	.875	1.006	1.045	1.125	1.184	1.153	1.108	1.090	1.059	.726
n	243	243	243	243	243	243	243	243	243	243	243

** $p < .01$

3) 상관관계 분석

단일차원성이 입증된 지도행동유형, 교환관계의 질, 운동성과의 하위요인에 대해 상관관계 분석을 실시한 결과, <표 8>과 같이 각 하위요인 간에는 정(+)의 상관관계를 보이고 있으며, 상관계수들이 .8보다 낮게 나타나 다중공선성에는 문제가 없는 것으로 밝혀졌다(Challagalla & Shervani, 1996).

수준을 충족하고 있으므로 이 연구에서 설정한 연구모형은 적합한 것으로 나타났다. 구조모형 검증 결과는 <그림 3>과 같다.

표 9. 구조방정식 모형 적합지수 결과

적합지수	χ^2	$Q(\chi^2/df)$	GFI	RMR
결과	248.914(df=41), p=.001	6.071	.932	.062
적합지수	RMSEA	IFI	CFI	TLI
결과	.045	.989	.986	.951

III. 연구결과

1. 연구모형의 적합도 평가

이 연구에서 구조방정식 모형을 통해 인지된 지도행동유형과 지도자-선수 교환관계의 질 및 선수의 운동성과의 모형을 분석한 결과, 적합도 지수가 <표 9>와 같이 나타났다. 아래의 적합도 지수에서 확인할 수 있듯이 이 연구에서 설정한 모형은 등가모형(equivalent model)이 발생하여 확인적 요인분석의 적합도 지수와 똑같이 밝혀졌으나 이는 통계적으로 구분이 안 되며, 이론적 또는 해석적 측면에서만만 구분되는 모형이다. 하지만 결과 해석에는 아무런 문제가 되지 않음에 χ^2 와 Q값을 제외한 모든 적합지수 값이 수용

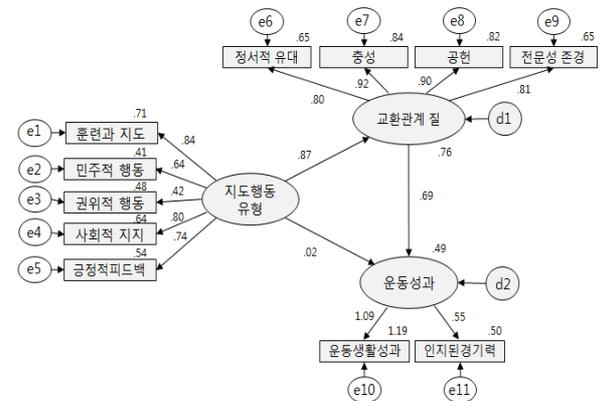


그림 3. 지도행동유형, 교환관계의 질, 운동성과의 구조적 관계 모형

표 10. 가설검증 결과

가설	경로	표준화계수	표준오차	t-값	결과
H1	지도행동유형 → 교환관계의 질	.869	.098	11.892***	채택
H2	지도행동유형 → 운동성과	.018	.121	.169	기각
H3	교환관계의 질 → 운동성과	.686	.092	6.138***	채택

***p<.001

2 가설검증 결과

이 연구에서 설정한 연구모형에 대해 가설을 검증한 결과, <표 10>과 같이 나타났다.

첫째, 가설 1의 검증 결과 두 요인 간의 경로계수 값이 .869($t=11.892, p<.001$)로 유의한 것으로 나타나 인지된 지도행동유형은 지도자-선수 교환관계의 질에 영향을 미칠 것이라는 가설 1은 채택되었다. 둘째, 가설 2의 검증 결과 두 요인 간의 경로계수 값이 .018($t=.169, p=.866$)으로 나타나 인지된 지도행동유형은 선수의 운동성과에 영향을 미칠 것이라는 가설 2는 기각되었다. 셋째, 가설 3의 검증 결과 두 요인 간의 경로계수 값이 .686($t=6.138, p<.001$)로 나타나 지도자-선수 교환관계의 질은 선수의 운동성과에 영향을 미칠 것이라는 가설 3은 채택되었다.

IV. 논의

이 연구에서 설정한 인지된 지도행동유형과 지도자-선수 교환관계의 질 및 선수의 운동성과 간의 관계를 검증하여 도출된 결과를 바탕으로 다음과 같은 논의를 하고자 한다.

첫째, 인지된 지도행동유형과 지도자-선수 교환관계의 질의 관계에서 지도행동유형은 교환관계의 질에 유의한 영향을 미치는 것으로 밝혀졌다. 하지만 지도행동유형의 하위요인 중 권위적 행동은 부(-)적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 박진영(2003)은 중학교 축구지도자의 리더십유형이 집단응집력에 미치는 영향에 관한 연구에서 리더십유형 중 훈련과 지시행동, 사회적 지지는 집단응집력에 정(+)적인 영향을 미치고, 권위적 행동은 (-)적인 영향을 주거나 영향을 미치지 않는다고 하여 연구결과와 일치하고 있으며, 양궁지도자의 지도행동유형을 연구한 조은신(2010)의 연구에서도 민주적 행동, 긍정적 피드백이 집단응집력에 긍정적 영향을 미친다고 하여 이 연구결과를 지지하여 주고 있다. 또한 고등학교 및 대학교 럭비선수를 대상으로 지도행동유형과 집단응집력의 관계를 검증한 장문성(2009)의 연구에서

도 지도행동유형이 집단응집력에 유의한 영향을 미친다고 보고하여 이 연구결과를 부분적으로 지지하여 주고 있으며, 이규리(2013)의 스포츠 지도자의 리더십 행동유형이 여자 농구선수들의 자신감과 집단응집력에 미치는 영향에 관한 연구에서 리더십 행동유형이 집단응집력에 유의한 영향을 미친다고 보고하여 이 연구결과와 일맥상통하다고 할 수 있다. 골프지도자의 리더십유형을 연구한 이승은(2008)의 연구에서도 리더십유형이 경기력에 유의한 영향을 미친다고 하여 이 연구결과를 뒷받침하여 주고 있다.

지도자의 지도행동유형은 연습 시 팀의 분위기부터 시작해서 팀 생활에 전반적인 영향을 끼칠 수 있는 중요한 사항이다. 지도행동유형은 선수들이 보고 배워 그대로 답습(踏襲)할 수도 있으며, 이러한 영향으로 인해 학생선수들이 운동에 흥미를 잃고 중도 포기하는 사례도 생기고 있다. 이처럼 중요한 지도행동요인이 지도자와 선수의 관계의 질에 미치는 영향에 대해서 권위적 행동을 제외하고 모두 정(+)적인 영향을 미친 이 연구의 결과처럼 운동부라고 해서 강압적으로 운동을 시키기 보다는 학생선수들의 의견도 존중해주고 체계적이고 효율적인 프로그램을 통해 선수들이 연습에 흥미가 높아지고 실력이 향상되는 것을 느끼며 성공적인 운동선수 생활을 할 수 있도록 도와야 할 것이다.

둘째, 인지된 지도행동유형과 선수의 운동성과의 관계에서 지도행동유형은 운동성과에 유의한 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다. 하지만 이 연구에서 설정한 지도행동유형이 운동성과에 직접적인 영향을 미치기 보다는 지도자-선수 교환관계의 질 요인을 매개요인으로 거쳐 선수의 운동성과에 영향을 미치는 것으로 판단된다. Cohen과 Cohen (1983)이 제시한 잠재변수 동시투입 전·후의 경로계수 값의 차이로 매개효과의 유무를 살펴본 결과, 동시투입 전 지도행동유형과 운동성과의 표준화계수는 .463($t=10.223, p<.001$)로 나타나 교환관계의 질 요인은 매개역할을 하는 것으로 밝혀졌다.

안준호(2003)는 농구지도자의 리더십 행동유형에 따른 응집성 및 인지된 경기력의 관계에 관한 연구에서 농구지도자의 지도유형은 인지된 경기력에 영향을 미치지 않는다고 보고하여 이 연구결과를 지지하여 주고 있으며, 이연미(2009)의 레슬링지도자의 지도유형에 따른 운동의욕과 인지

된 경기력과의 관계에 관한 연구에서도 지도유형이 인지된 경기력에 영향을 미치지 않는다고 보고하여 이 연구결과를 부분적으로 지지하여 주고 있다.

정용안(2009)은 축구지도자의 지도행동유형에 따른 선수 만족 및 경기력의 관계에 관한 연구에서 선수들마다 선호하는 지도행동유형이 다르고 연구결과도 다르게 나타나는 이유를 대상자가 다르고 단체 및 개인 종목의 특성이 다르기 때문이라고 지적하였다. 이러한 이유도 있겠지만 요인들의 관계를 생각하면 지도자의 지도행동유형은 선수들의 만족 등을 통한 관계의 질을 강화하고, 이것은 다시 경기력 향상에 긍정적인 기초가 된다는 시각으로 볼 수도 있을 것이다. 따라서 지도자는 강압적으로 선수들을 압박하여 눈앞에서의 성적에만 연연하지 말고 인간 대 인간으로서 선수들을 지도하고 운동의 효율성을 위해 전문성을 키우려고 노력하는 것이 팀과 개인을 위해 윈-윈(win-win) 하는 전략이라고 판단된다.

셋째, 지도자-선수 교환관계의 질과 선수의 운동성과의 관계에서 교환관계의 질은 운동성장에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이운주(2012)는 리더-구성원교환관계가 조직몰입과 직무성장에 미치는 영향에 관한 연구에서 교환관계가 직무성장에 유의한 영향을 미친다고 보고하여 이 연구결과를 부분적으로 지지하여 주고 있으며, 강영순, 김희철, 강문실(2006)의 LMX와 팔로어십, 그리고 리더십 유형 간의 관계에 관한 연구에서도 교환관계가 조직성장에 유의한 영향을 미친다고 보고하였고, 오선균(2010)의 사회복지기관의 교환관계와 조직성장에 관한 연구에서도 교환관계가 조직성장에 유의한 영향을 미친다고 보고하여 이 연구결과를 지지하여 주고 있다. 또한 김성혁, 황수영, 양현교(2009)는 호텔기업의 리더-멤버 교환관계와 조직몰입에 미치는 영향에 관한 연구에서 교환관계가 조직몰입에 영향을 미친다고 보고하여 이 연구결과를 부분적으로 지지하여 주고 있으며, 이화(2012)의 한국과 중국 무용단의 LMX와 조직성과성 및 고객지향성에 관한 연구에서 교환관계가 조직성과성과 고객지향성에 유의한 영향을 미친다고 보고하여 이 연구결과를 지지하여 주고 있다.

따라서 지도자는 권위적이고 강압적으로 상하관계를 앞세우기만 하기 보다는 학생선수들을 하나의 인격체로서 대해주고 선수들의 기량 향상과 팀 생활에 만족할 수 있도록 훈련 방법이나 프로그램을 개선해 나가도록 노력하고 선수들의 의견에도 주의를 기울여야 할 것이다. 선수들이 자신의 팀이나 지도자들에 대해 어느 정도 긍정적인 마음을 가

지고 있는지는 팀 내에서 그만큼 적극적으로 활동할 가능성이 높고 이는 다시 팀의 성과나 개인의 성과로 나타날 수 있다는 것을 숙지해야 할 것이다.

V. 결론 및 제언

1. 결론

이 연구는 인지된 지도행동유형과 지도자-선수 교환관계의 질 및 선수의 운동성과의 관계를 분석하고 검증하여, 조직영역학에서 리더-멤버 교환관계의 질이 조직 구성원의 성과에 긍정적 영향을 미치듯이 스포츠 팀 내에서도 지도자-선수 교환관계의 질이 운동성장에 긍정적인 영향을 미치는지를 규명하는데 목적이 있으며, 스포츠 지도자들이 현장에서 지도하는 선수와의 교환관계를 개선시켜, 운동성장을 향상하는데 있어 기초자료를 제공하는데 의의가 있다. 따라서 앞서 기술한 연구방법과 절차를 통해 다음과 같은 결론을 도출하였다.

첫째, 인지된 지도행동유형은 지도자-선수 교환관계의 질에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 둘째, 인지된 지도행동유형은 선수의 운동성장에 유의한 영향을 미치지 않는 것으로 밝혀졌다. 하지만 교환관계의 질 요인이 지도행동유형과 운동성과 사이에서 매개요인의 역할을 하는 것으로 나타났다. 셋째, 지도자-선수 교환관계의 질은 선수의 운동성장에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다.

위와 같은 결과를 토대로 결론을 제시하면, 그동안 우리나라 엘리트 스포츠는 상명하복의 분위기에서 대수롭지 않게 열차려나 구타가 유독 많았었다. 하지만 이제는 시대가 바뀌고 있고 무조건 강압적으로 밀어부친다고 해서 성과가 나타나지 않는다. 이제는 지도자들도 선진적인 코칭 기술을 습득하고 이를 선수들에게 활용함으로써 선수들이 지도자들을 신뢰할 수 있도록 관계를 형성해야 하며, 경직된 분위기를 유도하기 보다는 지도자가 상담을 해준다든지 서로 교감할 수 있는 기회를 늘려 궁극적으로 운동성과뿐만 아니라 팀 생활에서도 유익하도록 해야 할 것이다.

2. 제언

이 연구에서는 운동성장에 영향을 미치는 지도행동유형을 파악하고 교환관계의 질의 역할에 대한 기초 자료를 제

공하였다. 점에서 그 의의를 찾을 수 있다. 하지만 좀 더 다각적이고 심도 높은 연구를 위해 향후의 연구방향에 대해 제언하고자 한다.

첫째, 지도행동유형 및 교환관계에 대해 좀 더 심층적으로 연구하여 우리나라 현실 및 문화에 맞는 측정도구를 개발할 필요가 있다. 둘째, 지도행동유형 및 교환관계와 관련된 연구에서 좀 더 다양한 요인들과의 관계를 검증한다면 더욱 의미 있는 연구가 될 것이다. 셋째, 이 연구의 범위를 서울 및 경기로 한정하였기 때문에 연구결과를 전국적으로 일반화하는데 주의가 요구되며 향후 연구에서는 연구범위를 더욱 넓혀 지역별로 할당하여 시행한다면 좀 더 타당한 연구가 될 수 있을 것이다.

참고문헌

- 강영순, 김희철, 강문실(2006). LMX와 팔로어십, 그리고 리더십 유형간의 관계. **인적자원관리연구**, 13(1), 53-55.
- 공성배, 이태현(2010). 씨름지도행동유형이 선수만족과 인지된 경기력에 미치는 영향. **무도연구소지**, 21(1), 137-148.
- 구건모(2011). 고등학교 농구선수의 일탈행동이 팀 분위기와 팀 응집력에 미치는 영향. **한국스포츠사회학회지**, 24(2), 25-48.
- 김계수(2007). 서비스 조직에서의 프로세스품질에 대한 이해와 6시그마 모형개발: 구조방정식 모형분석 이용. **품질경영학회지**, 35(2), 84-99.
- 김광중, 윤용진(2011). 레슬링선수가 인지한 지도자행동유형에 따른 내적동기 및 스포츠자신감의 관계. **한국사회체육학회지**, 46(1), 761-772.
- 김석배(2013). 배구지도자 리더십 행동이 고등학교 선수들의 성원만족과 팀 경기력에 미치는 영향. 미간행 석사학위논문, 용인대학교, 경기.
- 김석호, 김영갑(2010). 대학 태권도선수들이 인지한 지도자행동유형과 선수만족도 및 지도효율성의 관계. **한국사회체육학회지**, 40(1), 21-30.
- 김성혁, 황수영, 양현교(2009). 호텔기업의 리더십유형이 LMX(리더-멤버 교환관계)와 조직몰입에 미치는 영향: 특1급 식음료직원을 대상으로. **외식경영학회지**, 12(1), 179-193.
- 김승연, 장덕선(2009). 육상 지도자 행동유형과 선수의 내적동기. **체육과학연구**, 20(1), 178-191.
- 김일형(2009). 학교장의 감성지능 및 직무역량이 리더-구성원 교환관계(LMX)를 매개로 직무만족과 조직몰입에 미치는 영향. 미간행 박사학위논문, 홍익대학교, 서울.
- 김종철(2000). 스포츠 집단의 지도자 행동유형과 집단 응집력이 팀 성과와 팀 만족도에 미치는 영향. 미간행 석사학위논문, 제주대학교, 제주.
- 김진표(2000). 코치의 변환적·상동적 리더십이 지도효율성에 미치는 영향. 미간행 박사학위논문, 한국체육대학교, 서울.
- 김진현(2005). 지도자의 리더십 유형과 팀 분위기가 프로야구 선수들의 직무만족에 미치는 영향. 미간행 석사학위논문, 연세대학교, 서울.
- 김현식(2007). 스포츠지도자의 리더십과 지도자 신뢰 및 선수만족의 관계. **한국사회체육학회지**, 29, 45-55.
- 남경완, 임승현(2010). 지도자의 행동유형이 청소년 남자 검도 선수들의 만족도와 선수-지도자의 행동일치에 미치는 영향. **한국사회체육학회지**, 42(2), 1331-1341.
- 박종진(2007). 레슬링 지도자의 지도행동 유형과 선수만족도에 관한 연구. **한국스포츠리서치**, 18(4), 249-260.
- 박진영(2003). 중학교 축구지도자의 리더십유형이 집단응집력에 미치는 영향. 미간행 석사학위논문, 호남대학교, 광주.
- 안경일(2007). 유도 지도자의 지도행동 유형과 선수만족에 관한 연구. **한국스포츠리서치**, 18(6), 639-651.
- 안준호(2003). 농구지도자의 리더십 행동유형에 따른 응집성 및 인지된 경기력의 관계. 미간행 석사학위논문, 한국체육대학교, 서울.
- 어예든, 채재성(2010). 조정지도자의 리더십 행동유형과 성원만족도, 응집성 및 자신감과 관계. **한국사회체육학회지**, 41(1), 147-157.
- 오선균(2010). 사회복지기관의 리더-구성원 교환관계(LMX)가 조직성과에 미치는 영향: 조직신뢰의 매개효과와 조직풍토의 조절효과를 중심으로. 미간행 박사학위논문, 청주대학교, 충북.
- 이규리(2013). 스포츠 지도자의 리더십 행동유형이 여자 농구 선수들의 자신감과 집단 응집력에 미치는 영향. 미간행 석사학위논문, 숙명여자대학교, 서울.
- 이승은(2008). 골프지도자의 리더십유형이 선수만족 및 경기력에 미치는 영향. 미간행 박사학위논문, 경기대학교, 경기.
- 이승은(2008). 골프지도자의 리더십유형이 선수만족 및 경기력에 미치는 영향. 미간행 박사학위논문, 경기대학교, 경기.

- 이안호(2012). 태권도지도자의 스포츠리더십(LSS)이 조직문화와 조직유효성에 미치는 영향: LMX의 조절효과와 매개효과를 중심으로. 미간행 박사학위논문, 경희대학교, 경기.
- 이연미(2009). 레슬링지도자의 지도유형에 따른 운동의욕과 인지된 경기력과의 관계. 미간행 석사학위논문, 한국체육대학교, 서울.
- 이윤주(2012). 리더-구성원교환관계가 조직몰입과 직무성공에 미치는 영향: 서울시내 특1급 호텔을 중심으로. 미간행 석사학위논문, 세종대학교, 서울.
- 이화(2012). 한국과 중국 무용단의 서비스지향성과 LMX가 조직성과성 및 고객지향성에 미치는 영향. 미간행 박사학위논문, 세종대학교, 서울.
- 장문성(2009). 럭비지도자의 지도행동 유형이 집단응집력에 미치는 영향. 미간행 석사학위논문, 대구카톨릭대학교, 대구.
- 정용안(2009). 축구선수들이 선호하는 지도행동유형에 따른 선수만족 및 경기력의 관계. *한국사회체육학회지*, 38, 1413-1423.
- 정지혜, 김미선(2009). 여자프로농구선수들이 인식하는 코치-선수의 상호작용. *한국체육과학회지*, 18(1), 425-436.
- 조병섭(2003). 골프지도자의 카리스마 리더십에 따른 리더동일시 및 신뢰, 운동몰입이 지도효율성에 미치는 영향. 미간행 박사학위논문, 단국대학교, 충남.
- 조성민(2012). 태권도지도자의 지도행동유형이 집단응집력과 선수사기에 미치는 영향. 미간행 석사학위논문, 단국대학교, 충남.
- 조은신(2010). 양궁지도자의 리더십과 지도자 신뢰 및 팀 응집력에 관한 연구. 미간행 석사학위논문, 경희대학교, 경기.
- 최숙이(2006). 유도지도자의 지도행동유형이 집단응집력 및 성원만족에 미치는 영향. 미간행 석사학위논문, 용인대학교, 경기.
- 하철수, 최명수, 김수연(2009). 태권도 선수들이 선호하는 지도행동유형에 따른 만족 및 경기력의 관계. *대한무도학회지*, 11(1), 119-130.
- 함규환, 양명환(2010). 운동선수들이 지각한 지도자의 리더십 유형이 스포츠몰입 결정요인에 미치는 영향: 심리적 욕구만족의 매개효과 분석. *한국체육교육학회지*, 15(4), 117-137.
- 홍명기(2012). 고등학교 태권도 코치의 서번트 리더십, 코치-선수 교환관계(LMX) 및 운동수행만족의 관계. 미간행 석사학위논문, 단국대학교, 경기.
- Bagozzi, R. P., & Dholakia, U. M. (2002). Intentional social action in virtual communities. *Journal of Interactive Marketing*, 16(2), 2-21.
- Bauer, T. N., & Green, S. G. (1996). Development of leader-member exchange: A longitudinal test. *Academy of Management Journal*, 39, 1538-1567.
- Challagalla, G. N., & Shervani, T. A. (1996). Dimensions and types of supervisory control: Effects on salesperson performance and satisfaction. *Journal of Marketing*, 60(January), 89-105.
- Chelladurai, P. (1984). Discrepancy between preference and perceptions of leadership behavior and satisfaction of athletes on varying sports. *Journal of Sport Psychology*, 6, 27-41.
- Chelladurai, P. (1990). Leadership in sports: A review. *International Journal of Sport Psychology*, 21, 328-354.
- Chelladurai, P., & Carron, A. V. (1978). Athletic maturity and preferred leadership. *Journal of Sport Psychology*, 5, 371-380.
- Chelladurai, P., & Saleh, S. D. (1980). Dimensions of leader behavior in sports: Development of a leader scale. *Journal of Sport Psychology*, 2, 34-45.
- Cohen, J., & Cohen, P. (1983). *Applied multiple regression: Correlation analysis for the behavioral science* (2nd ed.). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Dienesch, R., & Liden, R. (1986). Leader-member exchange model of leadership: A critique and further development. *Academy of Management Review*, 11, 618-634.
- Fiedler, F. E., & Billo, M. W. (1973). *Correlates of performance in community collage*: Technical report. University of Washington.
- Fornell, C., & Larcker, D. F. (1981). Evaluation structural equation models with unobservable variables and measurement error. *Journal of Marketing Research*, 18(1), 39-50.
- Gerstner, C. R., & Day, D. V. (1997). Meta-analytic review of leader-member exchange theory: Correlates and construct issues. *Journal of Applied Psychology*, 82, 827-844.

- Hackman, J. R., & Wageman, R. (2005). A theory of team coaching. *Academy of Management Review*, 30, 269-287.
- Ilies, R., Nahrgang, J. D., & Morgeson, F. P. (2007). Leader-member exchange and citizenship behaviors: A meta-analysis. *Journal of Applied Psychology*, 92, 269-277.
- Jowett, S., & Cockerill, I. M. (2003). Olympic medalists' perspective of the athlete-coach relationship. *Psychology of Sport and Exercise*, 4, 313-331.
- Katz, N. (2001). Sports teams as a model for workplace teams: Lessons and liabilities. *Academy of Management Executive*, 15, 56-67.
- Kraimer, M. L., Wayne, S. J., & Jaworski, R. A. (2001). Sources of support and expatriate performance: The mediating role of expatriate adjustment. *Personal Psychology*, 54, 71-100.
- Liden, R. C., & Graen, G. (1980). Generalizability of the vertical dyad linkage model of leadership. *Academy of Management Journal*, 23, 451-465.
- Liden, R. C., Wayne, S. J., & Sparrowe, R. T. (2000). An examination of the mediating role of psychological empowerment on the relations between the Job, Interpersonal relationships, and work outcomes. *Journal of Applied Psychology*, 85(3), 407-416.
- Lyle, J. (2002). *Sports coaching concepts: A framework for coaches' behavior*. London: Routledge.
- Napier, B. J., & Ferris, G. R. (1993). Distance in organizations. *Human Resources Management Review*, 3, 321-357.
- Schriesheim, C. A., Castro, S. L., & Cogliser, C. C. (1999). Leader-member exchange(LMX) research: A comprehensive review of theory, measurement, and data-analytic practices. *Leadership Quarterly*, 10, 63-113.
- Settoon, R. P., Bennett, N., & Liden, R. C. (1996). Social exchange in organizations: Perceived organizational support, leader-member exchange, and employee reciprocity. *Journal of Applied Psychology*, 81, 219-227.
- Wang, H., Law, K. S., Hackett, R. D., Wang, K., & Chen, Z. X. (2005). Leader-member exchange as a mediator of the Relationship between transformational leadership and followers' performance and organizational citizenship behavior. *Academy of Management Journal*, 48, 420-432.
- Wayne, S. J., & Green, S. A. (1993). The effect of leader-member exchange on employee citizenship and impression management behavior. *Human Relations*, 46, 1431-1440.
- Yukl, G. A. (2005). *Leadership in organizations*(6th ed). Upper Saddle River, NJ: Prentice-Hall.
- Zaccaro, S. J., Rittman, A. L., & Marks, M. A. (2001). Team leadership. *The Leadership Quarterly*, 12, 451-483.

태권도 경기의 과학화와 국제대회 발전방향

Scientific Systematization of Taekwondo Competition and Developmental Direction for International Tournaments

김성휘 · 안용규* 한국체육대학교

Xing, Hui-Jin · Ahn, Yong-Kyu Korea National Sport Univ.

요약

스포츠 현장에서 많은 종목들이 과학적 조력을 통해 발전하고 있지만 아직도 인간 행위의 결과를 판단하는 능력에서만은 인간을 능가하는 기계적 장치를 발견할 수 없다. 따라서 우리는 과학화에 노력을 기울이는 만큼 심판이나 선수 및 지도자의 윤리교육 정례화를 통해 보다 바람직한 태권도경기를 위한 노력을 해야만 한다. 우리는 스포츠로서 태권도경기기술의 우월성을 강조하기보다는 무도스포츠로서 정신적 가치의 함양에 힘을 쏟아야 한다. 안용규는 태권도의 대표적 정신을 극기정신, 예의정신, 평화정신, 조화정신으로 제시하였다. 우리는 이러한 태권도의 정신적 가치를 토대로 현재 발생되고 있는 비윤리적 상황의 수정변화를 위해 노력해야만 할 것이다. 현재 시행되고 있는 전자호구, 비디오판독제의 수정보완 문제, 얼굴보호대의 과학화 노력은 국제대회 발전을 위해서 매우 중요한 과제이지만 심판의 공정한 판정을 위한 윤리교육 강화, 경기현장에서 무도스포츠로서 태권도의 성숙된 모습을 위한 선수 및 지도자를 위한 윤리교육을 강화시켜야만 할 것이다. 태권도는 스포츠의 기술성 강조를 위한 과학화와 무도로서 정신성 강조를 위한 철학화의 길을 모두 가야만 한다. 즉 우리는 태권도 모국으로서 태권도 과학화를 통해 신뢰성을 부여하고, 변화하는 세계의 적응하기 위한 태권도의 대표적 정신성을 강조하면서 이러한 태권도 수련의 가치를 바탕으로 미래를 향해 나아가야 할 것이다.

Abstract

Although many sport events have developed with the help of cutting-edge technology, no machine was good enough when it came to judgment compared to human referees. Therefore, efforts for a desirable sport tournament are required through established usage of ethics education for referees and coaches. Korea especially is the mother country of Taekwondo, and needs extra efforts to secure fairness through ethics education for restoration of human nature of Taekwondo. Ahn(2006) suggested self-restraint, respect, peacefulness, and harmony as representing spirits of Taekwondo. Such spirits do not exist as separate ones, but have close and mutual relationships, and they need to be used as educational virtues. These spirits of Taekwondo could be the goal to obtain globalization and educational basis for Taekwondo. Hence, we must make efforts to rectify unethical situations of present day Taekwondo based on the spirits of Taekwondo mentioned above. Coming up with technological supplement for electronic protector and headgear is important for development of international tournaments, but fortifying ethics education for coaches, athletes, and referees is also important for fair judgment and maturity of Taekwondo as a martial art. Taekwondo must have both scientific and philosophical effects to have technological emphasis and spirits as a martial art and a sport. That is, we need to provide the reliability of Taekwondo through scientific systematization and value of Taekwondo through spiritual aspect to adapt to the changing world of today and tomorrow.

Key words: scientific systematization, spiritual value, ethics education, Taekwondo as martial art-sport

이 논문은 2012학년도 한국체육대학교 자체학술지원을 받아 수행된 연구임.

* ayk@knsu.ac.kr

I. 서론

2013년 9월 9일 국제올림픽위원회(IOC)에 따르면, 아르헨티나 부에노스아이레스에서 열린 제125차 IOC 총회에서 레슬링을 2020년 도쿄올림픽의 정식종목으로 다시 채택함으로써 퇴출 7개월 만에 레슬링이 올림픽 정식종목으로 복귀하게 되었다. 올해 2월 IOC 집행위원회에서 발표한 25개 핵심 종목에서 탈락했던 레슬링은 2020년 도쿄올림픽의 28개 종목으로 다시 회생하게 된 것이다. 올림픽 종목으로써 레슬링은 고대 올림픽부터 이어져 근대 올림픽에서도 2회 대회를 제외하고 한 번도 빠지지 않고 열린 몇 안 되는 종목으로써 그 역사는 3,000년 이상이 된다. 하지만 레슬링 경기가 재미가 없으며 판정에 대한 논란이 끊이지 않았기 때문에 정식종목 퇴출이라는 풍파를 겪어야만 했다.

최근 IOC는 올림픽 종목으로서 끊임없이 레슬링계의 개혁과 변화를 요구했지만 수용의 노력이 없었다. 뿐만 아니라 국제레슬링연맹(FILA) 내부의 갈등도 문제가 되어 왔다. 그렇지만 올림픽 퇴출이라는 과정은 레슬링의 기반을 새로 만드는 좋은 계기가 되었다. 즉 국제레슬링연맹에서는 조직을 개편하고 경기 방식을 기존의 세트제에서 포인트제로 바꾸는 등 올림픽 재진입을 위한 노력을 하였던 것이다.

태권도 역시 지속적으로 올림픽 정식종목의 퇴출 대상으로 오르내림으로써 위기를 맞이하곤 하였다. 특히 태권도경기는 심판 판정의 문제와 함께 지루하고 재미가 없다는 논란이 있었다. 따라서 세계태권도연맹(WTF)에서는 경기규칙을 재정비하고 차등점수제와 비디오판독제와 전자호구 제도를 마련하는 등의 개혁을 통해 올림픽 정식종목으로 잔류할 수 있었다. 결국 태권도경기의 객관성 확보를 위한 과학화에 의해 태권도가 정식종목으로 잔류할 수 있었다는 후문이다.

그러나 과연 태권도경기의 과학화가 올림픽 종목으로 잔류하게 되었던 이유였는가에 대해서는 의문이다. 예를 들어 유도경기는 과학적 방법의 지원없이 지속적으로 올림픽 정식종목의 자리를 차지하고 있으며, IOC에서의 퇴출에 대한 논란조차 없는 것이 사실이다. 유도경기는 어떠한 경우라도 심판판정을 신뢰하는 무도의 범주 안에 존재하는 경기로서 더불어 성장해왔기 때문에 정식종목 퇴출의 대상에서 제외되곤 하였다는 점에 주목해볼 필요가 있다.

과학문명이 인간 삶의 질을 향상시켰다고는 하지만 아직 인간 이상의 능력을 가진 과학적 발견이 있다고 단정 지을 수는 없다. 즉 아무리 훌륭한 과학적 방법일지라도 인간의

인지능력은 따라잡을 수가 없다. 그렇다면 태권도의 과학화 외에 다른 방법으로 태권도경기의 발전을 가져올 수는 없었을까 라는 의문점이 생긴다. 그러한 의문은 스포츠 경기의 과학화가 반드시 태권도 경기발전에 크게 기여하였다고 볼 수만은 없다는 것에 기인하고 있다.

안용규(1994)는 그의 박사학위 논문에서 “문화의 발달과 자동화기계화의 생활 속에서 문명적 이기없이 맨몸만의 움직임인 뛰고, 달리고, 밀고, 당기는 근원적이고 강력한 신체 움직임의 의미와 가치가 높아질 것”이라고 예견하였다. 즉 현대에 이르러 개인의 풍요로운 삶, 건강의 증진, 그리고 생활인의 능력과 자질 향상의 측면에서 체육 및 스포츠의 가치가 증폭되고 있으나, 스포츠의 과학화가 과연 인간 삶의 가치 확대를 위한 동인이 되고 있는가에 대한 논의가 필요한 시점이다.

따라서 이 연구는 안용규(2013)의 ‘세계화를 위한 태권도 경기의 발전방향’의 후속 연구로서 다른 스포츠 종목의 과학화와 더불어 발전하고 있는 태권도경기의 과학화에 대한 문제점을 도출하고 미래성을 전망하며 국제경기로서 태권도의 발전방향을 모색하고자 한다.

II. 연구방법

이 연구의 방법은 선행연구 탐색을 통한 귀납적 연구방법을 활용하였다. 먼저 철학적 연구방법으로써 귀납적 연구방법은 연구의 주제인 태권도 과학화에 대한 논리가 스포츠로서 태권도경기에 가장 적합한 것인가에 대해 탐색하였다. 귀납적 연구방법은 일반적인 현상을 토대로 탐구함으로써 결론에 이르는 방법이므로 이 연구에서는 각 스포츠종목의 과학화 경향에 따른 태권도경기의 과학화에 대한 요구와 현실에 대해 탐색할 것이다. 그리고 태권도경기의 과학화 결과로써 현재 활용하고 있는 전자호구와 전광판, 그리고 비디오판독과 같은 전자 용구에 대한 비판적 논의를 진행할 것이다.

따라서 태권도경기의 과학화를 위한 노력이 왜 필요했으며, 어떻게 발전되어 왔는가? 그리고 그러한 발전에 대한 폐해는 없는가? 또한 태권도 과학화에 대한 정당성과 그에 대한 비판과 태권도경기의 발전을 위한 대안, 즉 올림픽 정식종목의 잔류를 위한 방법이 오직 태권도 과학화 외에는 다른 방법이 없는가에 대해 탐색하고자 하는 것이다.

즉 현재 태권도의 국내 및 국제대회에서 활용하고 있는 전자용구들에 대한 문제점을 확인하고 이를 토대로 국제대

회의 발전방향을 도출하고자 한다. 결국 태권도경기의 과학화가 태권도경기발전에 얼마나 기여를 하였는가를 확인할 것이며, 그것이 최선의 방법이었는가? 그렇다면 태권도경기의 과학화와 함께 스포츠의 본질에 충실하면서도 태권도가 지니고 있는 무도성을 유지하며 세계인의 사랑을 받을 수 있는 발전적 방안이 무엇인가를 찾아내는 것이 이 연구의 초점과제이다.

Ⅲ. 태권도경기의 현황과 변화 추세

태권도는 본래 무술·무예·무도로서 국민들에게 사랑을 받아오다가 처음으로 1962년 제43회 전국체육대회의 시범종목으로 실시되었고, 1963년 대한체육회 정식경기단체로 승인되면서 스포츠 경기로서 길을 걷기 시작했다. 태권도경기가 자리를 잡으면서 1968년에 이르러 제1회 주한외국인태권도선수권대회를 개최하였고, 이 대회를 출발점으로 세계화의 기초를 세우기 시작하였다.

1973년에는 국제화의 기틀을 마련하기 위한 세계태권도연맹(WTF)이 창설되었으며, 1975년에는 국제경기연맹총연합회(GAISF)에 가입, 1980년 7월 17일에 국제올림픽위원회(IOC)로부터 공식경기로서 승인을 받게 됨에 따라 이후 1988년 서울올림픽과 1992년 바르셀로나올림픽에서 시범종목으로 채택되기에 이르렀다. 그리고 태권도가 2000년 시드니올림픽 정식종목에 선정됨에 따라 2004년 아테네올림픽, 2008년 북경올림픽, 2012년 런던올림픽까지 치르게 된 것이다.

이처럼 태권도가 세계화 되어 올림픽 정식종목으로 채택되기까지는 무도로서 출발한 태권도의 경기화가 가장 큰 역할을 하였다. 아울러 태권도가 스포츠를 수단으로 성장하지 않았더라면 도장 수련에만 전념하는 무도적 측면으로서만 존재했을 것이며, 일본의 가라테나 중국의 유수한 무술들을 능가하는 스포츠로서의 가치를 자랑으로 삼지 못했을 것이다(안용규, 2006).

그러나 무술의 성격이 강한 태권도를 경기로 만드는 과정에서 가장 중요한 요건은 합리적인 경기규칙을 제정하는 일이었다. 경기규칙은 일반적으로 경기가 공정하게 이루어질 수 있도록 경쟁조건을 보장해 주고, 경기자의 안전을 보장해주며, 경기운영을 효율적으로 만들어 주어 경기를 지루하지 않고 흥미롭게 만들어 줄 수 있어야 했기 때문이다(송형석, 2005; 안용규, 2013 재인용).

이에 최초의 태권도 경기규칙이 제정된 것은 1962년 11월 3일 대한태수도협회(현 대한태권도협회)에서 처음으로 제정된 이후 총 19회의 경기규칙 개정을 통해 태권도경기에 적용하여 시행되고 있다(김지혁, 2010; 안용규, 2013 참조). 즉 19차례에 걸쳐 개정된 태권도 경기규칙은 스포츠로 발전하는 과정에 있어 필수적인 토대로 작용하였으며, 오늘의 태권도경기가 있기까지 절대적인 역할을 해온 것임에 틀림이 없다.

이와 같은 결과로 태권도경기는 세계 속의 스포츠로서 괄목할 만한 성장을 이루었으며, 앞으로도 그러한 발전적 추세는 지속될 것이다. 특히 올림픽 등의 국제경기에서 심판판정에 대한 부분이나 스포츠로서 재미있는 경기를 위한 과학화의 노력과 함께 그에 따르는 경기규칙의 개정은 지속될 것으로 전망된다.

Ⅳ. 태권도경기의 과학화와 그 문제점

1. 태권도경기의 과학화

스포츠종목의 과학화는 심판판정의 신뢰성을 부여하는데 크게 기여하였다. 그러나 문명의 기계화와 자동화에 따른 스포츠의 과학화는 자연훼손과 함께 인간 삶의 폐해를 가져다 주기도 하였다. 즉 스포츠의 과학화는 인간의 근원적 경향(original tendency)을 구체화 시켜주는 심리학적 가치를 충족시키기에 커다란 역할을 한 반면, 스포츠의 과학화는 소음공해나 공기오염 등으로 인한 폐해를 통해 인간 삶에 긍정적인 결과를 가져다준 것만은 아니다. 따라서 언젠가는 문명적 이기없이 맨몸만의 움직임을 통한 근원적이고 강력한 신체 움직임의 의미와 가치가 높아짐에 따라 맨몸만으로 즐기는 스포츠 형태로의 환원이 될 것임에 분명하다.

태권도는 전 세계 200여 개국의 가맹국과 약 8천만명의 수련인구를 자랑하는 무도스포츠임에도 불구하고 항상 IOC의 올림픽종목을 선정하는 과정에서 퇴출의 위협성이 논의되곤 하였다. 이러한 원인은 태권도경기가 박진감이 떨어지고 재미가 없다는 경기운영의 문제와 편파판정과 같은 비윤리적인 문제가 핵심적인 원인이었다. 따라서 세계태권도연맹과 국내 태권도관련기관에서는 이러한 문제를 해결하기 위한 해결방안과 자구책을 강구해 왔다. 특히 경기운영면에서는 차등점수제를 통해 박진감이 넘치는 경기를 유도하고 있으며, 과학적 힘을 빌어 전자호수와 비디오판독제

등을 도입함으로써 판정에 대한 공정성과 신뢰성을 찾고자 하였으나 아직도 그에 대한 문제점이 노출되고 있어 국제 대회에서 지속적인 어려움을 겪고 있다. 특히 레슬링 종목의 올림픽 퇴출과 회생의 상황을 돌아보면서 최근 대두되고 있는 태권도경기의 과학화에 따른 여러 가지 문제점을 살펴보고자 한다.

2. 전자용구 활용과 문제점

오늘날 일상생활은 물론 체육스포츠 현장에서의 과학화 경향은 스포츠 장비의 발전은 물론 명확한 판정을 위해 커다란 역할을 담당하고 있는데, 최근 태권도경기에서도 장비의 과학화에 따른 경기규칙의 개정을 통해 지속적인 경기발전을 꾀하고 있다. 특히 2012년 런던올림픽 태권도경기에서는 올림픽 사상 최초로 전자호구를 도입하였으며, 이를 통해 심판 판정에 대한 부정적인 시각을 탈피하고자 노력하였다.

전자호구는 투명성과 신뢰성을 바탕으로 판정에 대한 공정성을 회복하고 객관적 시스템으로 판정시비를 최소화하기 위한 방안으로 시작된 태권도 과학화의 하나이다. 이를 위해 세계태권도연맹(WTF)에서는 전자호구특별위원회를 구성하여 전자호구에 대한 실용성 여부에 대해 연구를 시작해 왔으며, 현재 전자호구 생산업체인 라저스트사, KP&P사, 대도사 등에서 지속적인 연구를 진행하고 있다. 그러나 아직까지도 전자호구 생산 회사에 따라 센서의 오작동이나 득점의 일관성 면, 그리고 착용감의 불편함 등이 단점이 지적되고 있으며, 태권도 관련기관마다 각기 다른 회사의 제품을 공식용구로 사용하는 등 일관성이 없는 현실을 보이고 있다. 즉 처음으로 사용되었던 라저스트사의 전자호구는 센서감지방법을 이용한 것이었다. 이후 강도측정법으로 점수가 표출되는 KP&P사의 전자호구는 현재 대한태권도협회(KTA)의 각종 대회에서 사용하고 있으며, 같은 유형의 방법을 활용하고 있는 대도사의 전자호구는 런던올림픽에서 처음 사용되어 세계태권도연맹(WTF)에서 실시하고 있는 각종 국제대회에서 사용되고 있는 실정이다.

태권도경기의 공정성 문제, 즉 편파판정의 해소를 위해 도입된 전자호구는 전자 감응장치 또는 전자감응장치를 머리보호구와 몸통보호구에 부착해 타격시 센서의 반응이나 충격량을 판별하여 득점여부를 무선으로 전광판에 자동으로 표시하는 장치이다. 전자호구는 태권도경기에서 상대방을 가격했을 때 센서나 충격감응장치가 이를 인식하여 점수를 측정하도록 개발되어 있는 장비로써 몸통호구와 머리

보호대로 구분하지만 현재까지는 몸통호구만을 사용하는 단계까지 활용되고 있으며, 머리보호대에 센서나 충격감응장치 부착을 위한 연구가 지속적으로 진행되고 있다.

전자호구의 도입에 대해 언론에서는 '태권도경기의 문제점 중 하나로 지적되어 온 심판판정 시비를 최소화 할 수 있으며, 득점과 판정결과가 관중에게 즉시 전달됨에 따라 재미있고 박진감 넘치는 경기가 될 것'이라는 긍정적인 반응과 함께 '전자호구 문제는 실전에 나타날 수 있는 사소한 문제를 주의 깊게 관찰하고 지속적으로 개선하는 주의와 노력이 필요하다'는 등의 전자호구 도입의 신중론이 제기되고 있다. 특히 전자호구의 부정확한 판정으로 인해 태권도경기의 결과에 영향을 미치는 등의 문제점들은 앞으로 필히 보완해결해야 할 문제이며, 경기운영에 있어 심판의 역할 및 전자호구 의존도를 보다 명확하게 설정해야 할 필요성이 있다. 즉 전자호구 도입은 태권도경기에서 문제가 되고 있는 심판판정의 공정성을 해결함으로써 지속적인 올림픽종목 존속을 위한 해결과제 중의 하나임에는 틀림없다. 그러나 한편으로는 태권도가 우리나라 고유의 맨손무술무예무도임에도 불구하고 스포츠로써 발전을 하면서 기계화되고 있는 현실 속에서 경기규칙 개정을 통한 전자호구의 도입은 스포츠 과학화라는 명제 아래 결정하기 보다는 신중을 기함으로써 태권도경기의 본질적인 문제를 개선하는 방안을 모색하여야 할 것이다. 이처럼 전자호구 도입을 통한 태권도경기의 과학화가 긍정적이지만은 않다(김지혁, 2010; 안용규, 2013 재인용).

특히 전자호구의 도입으로 인해 선수들이 단순한 득점위주의 기술연습을 진행함으로써 화려한 태권도 경기기술의 발전에 저해가 되고 있다. 즉 현재 태권도경기에서 승리하기 위해서는 역습을 당할 확률이 높은 동작이 크고 화려한 기술을 사용하기 보다는 전자호구에 접촉되어 득점이 될 수 있는 단순기술들을 활용하는 사례가 확대되고 있다. 이러한 결과는 세계인에게 사랑받았던 무도스포츠로서 태권도가 승리지상주의를 표방하는 스포츠 경기로서 변모하면서 오히려 태권도 수련의 가치가 축소되고 있는 결과를 안겨주고 있다. 또한 얼굴득점에 해당하는 머리보호대의 과학화를 위한 연구가 진행되고 있지만 아직도 신뢰성 있는 제품을 선보이기에에는 이른 것 같다.

3. 비디오판독제와 그 문제점

비디오판독제는 경기 중 코치가 요청하면 현장에서 즉시 녹화된 장면을 확인해 볼 수 있는 시스템으로써 태권도경

기 화면을 기록하여 판정에 이용하는 제도다. 태권도경기에서 각 선수는 토너먼트를 통틀어 1번의 판독요청 기회를 갖게 되며 결승전 및 동메달 결정전에는 각각 1번의 판독요청 기회가 새로 주어진다. 이 시스템은 국내에서는 처음으로 2009년 4월 1일~4일 제3회 한국실업연맹회장기 전국대회에서 시행한 바 있으며, 세계태권도연맹에서는 2009년 6월 10일~14일 아제르바이젠 바쿠에서 열린 제1회 WTF 세계장애인태권도선수권대회 및 2009 WTF 월드컵태권도대회에서 처음으로 도입(안용규, 2013 재인용)하여 이후부터는 지속적으로 각 국제대회에서 활용되고 있다.

비디오판독제는 경기규칙상 비디오판독관만 확인할 수 있었지만 지난 2012년 런던올림픽에서는 일반 관중에게까지 비디오판독 화면을 공개함으로써 긍정적인 평가를 받고 있다. 이러한 결과는 경기규칙의 변화와 질적 개선에 성공하였다는 호평과 함께 아쉽게도 비디오판독의 과정이 복잡하고 시간이 많이 소요됨에 따라 경기의 흐름이 끊긴다는 부정적인 견해들이 제시되기에 이르렀다. 또한 비디오 판독의 자료에 나타나지 않는 사각지대가 있으며 비디오판독을 위한 카메라와 방송을 위한 카메라의 위치에 따라 서로 다른 결과를 보여줄 수 있으므로 이것 역시 완벽한 제도가 될 수는 없다는 비판이 제기되기도 하였다(안용규, 2013).

비디오판독 과정에 대한 비판적 시각은 다음과 같은 복잡한 절차들 때문이다. 비디오판독의 시작은 해당 선수의 코치가 점수 판정에 이의를 제기하게 될 경우에는 경기가 중단되고, 주심이 코치에게 예를 하고 코치가 답례를 하며 비디오판독 카드를 전해주며 주심은 경기장 중앙으로 돌아와 카드를 들어 상대편 코치에게 알리고 카드를 비디오판독관에게 제시하면 판독을 시작하게 된다. 그 동안 선수, 코치, 관중들은 비디오판독관의 결정을 기다리게 된다. 비디오판독관으로부터 결정이 나면 주심은 다시 중앙으로 돌아와 선수 및 코치에게 그 결정을 알리고 경기를 지속하게 된다. 이러한 절차들로 인해 경기가 지연되고 있으며 이것은 경기의 흐름을 단절하는 결과를 초래하고 있다.

태권도경기 이외에 비디오판독에 관한 비판적 논의로서 서경화(2011)는 '스포츠경기에서 판정의 정정을 위해 활용되고 있는 비디오판독에 대한 철학적 논의를 통해 오늘날 스포츠에서 비디오 판독은 과학기술의 발달에 기대어 만들어진 규정으로서 첨단과학 기술이 집약된 고성능장비를 갖추어야 만이 시행할 수 있는 종합적 요소를 가지고 있는 경기규칙의 도구라고 명명하면서 비디오판독이라는 규정이 스포츠의 접목에 있어서 빚어낸 효과와 갈등에 대해 다시

한 번 깊이 있는 검토와 반성을 요구하게 한다'고 하였다. 그리고 '기술에 의한 비디오판독이 보조 장치로서의 기능적 요소에 포괄적인 공감대와 필요성이 인정되어지고 있는가에 대하여 심판의 의도적 오심의 발생방지를 위한 안전장치 역할에 대해, 양 팀이 오용하지 않는 도덕적 책임이 전제할 때 비로소 역할을 감당할 수 있다'고 언급하였다. 또한 '빠르게 변화하는 물질문화의 이기와 인간소외의 위기를 어떻게 극복할 것인가에 대해, 효율적인 제도 보완과 상호간 협의로 사용의 틀을 재구성하고자 하는 노력을 기울여야 한다'고 하였다. 그리고 '지나친 승부욕에 의한 심판의 불신을 해소시킬 수 있는 훌륭한 도구인가에 대한 비디오 판독은 마치 양날의 검과 같으며, 따라서 치열한 경쟁에서도 암묵적으로 지켜야 할 상호질서와 스포츠맨십이 우선되어야 할 것'이라는 지적을 하였다. 그러한 결론에 이어 '반드시 철학적 사고의 전제가 동반되어야 또 다른 기술적 부작용을 제어할 수 있다'고 제언하였다. 이와 같은 선행연구와 같이 경기현장에서의 비디오판독제는 아직도 수정보완해야 할 많은 문제들을 안고 있다.

올해 한 태권도 지도자가 본인의 아들이 참여한 경기의 편파판정에 항의하며 유서를 남긴 채 자살한 사건이 있었다. 이와 같은 사건의 진위는 유보하고라도 태권도 경기규칙의 허상과 아직도 태권도경기장에는 비윤리적인 상황이 존재함을 짐작케 한다. 이와 같은 상황들에 대한 대안책으로서 비디오판독이라는 제도를 시행하고 있지만 과연 완벽한 제도적 장치가 될 수 있을지는 의문이다. 물론 태권도경기가 비디오판독제 도입으로 판정논란이 수그러들긴 하였으나 여전히 사각지대 해결과 경기시간 지연 등에 대한 보완책을 마련해야만 할 것이다.

4. 차등점수제와 그 문제점

실제로 차등점수제는 태권도경기의 과학화와 직접적인 상관은 없다. 하지만 전자호구 도입 등으로 인해 발생되고 있는 태권도경기의 단순성 극복과 재미를 더해주기 위한 방안으로 차등점수제가 활용되고 있다. 이러한 차등점수제에 대한 선행연구는 안용규(1996)의 '태권도 경기규칙의 개정 방안'과 안용규, 이재봉(1998)의 '태권도 경기규칙 개선을 위한 제언'을 통해 동기가 마련되었으며, 이러한 선행연구는 태권도경기에 차등점수제를 도입하는 선도적 역할을 하였다. 연구자는 이러한 연구에서 사각경기장에 대한 철학적 무의미성과 사각지대가 많다는 점을 지적하며 철학적

근거가 분명한 원형경기장을 제안하였다. 특히 경기의 재미와 역전이 가능한 태권도경기를 위해 득점의 차이를 1, 2, 3점으로 구분하고 선수가 다운되어 심판이 카운트를 하는 경우에 1점을 더 부여하는 '덤점수' 방안을 제시(안용규, 1996)하였고, 이러한 제안은 1999년 한국체육대학교 태권도 겨루기왕선발대회에서 직접적으로 경기에 활용하여 승패를 결정하는 시범대회를 개최하였으며, 이러한 행사에 동아대학교, 청주대학교, 한국체육대학교 선수들이 시범대회에 참여하였으며, 이 행사를 YTN 뉴스에서 '차등점수제 수용'이라는 주제로 방영을 하게 되었고, 당시 세계태권도연맹 임원이 참석하여 다양한 점수차를 고려하는 경기규칙 개선을 하겠다는 인터뷰를 함으로써 그 이후 경기규칙 개정을 촉발시킴으로써 오늘날의 차등점수제로 자리 잡게 된 것이다.

이러한 차등점수제로의 경기규칙 변화는 선수와 지도자에게 훈련방법의 변화를 가져오게 하였다. 최근 승리가 목적이거나 승리지상주의 관점에서 태권도경기에 임하는 선수 및 지도자는 전자호구 도입으로 인해 득점이 잘 나오는 앞발 돌려차기 또는 밀어차기 등의 연습을 하게 되었다. 이것은 화려한 태권도 경기기술의 퇴보를 가져오게 하고 재미가 없는 태권도경기로 변질될 수 있었다. 그러나 차등점수제는 이러한 단순성을 탈피할 수 있는 가장 적절한 제도로 정착하게 되었다. 즉 차등점수제로 인해 몸통공격은 1점, 회전이 가미된 몸통공격은 2점, 얼굴득점은 3점, 주심이 카운트를 할 경우에는 1점을 추가로 총 4점까지 부여하게 됨으로써 역전의 묘미를 살릴 수 있는 커다란 기술동작의 연습을 하게 되었고, 이러한 결과로 태권도경기의 총득점이 10점을 넘는 재미있는 태권도경기로 도약할 수 있는 발판이 되었다.

그러나 이러한 차등점수제와 함께 진행되고 있는 전자호구의 과학화 상태는 미진한 상태이다. 즉 얼굴득점 3점을 측정할 수 있는 머리보호대(헤드기어)는 몸통 전자호구의 과학화에 미치지 못하고 아직도 갈 길이 멀기만 하다. 즉 몸통 전자호구와는 달리 얼굴보호대는 센서감지법이나 강도측정법으로 만족할만한 결과를 내어놓지 못하고 있다. 따라서 현재 얼굴득점의 경우는 과학적 방법의 측정치가 아닌 심판의 시각적 판단에 의존하고 있다. 이에 따라 태권도경기에서는 기계의 오작동이나 센서 등의 결함으로 인한 전자호구의 판정불복 경우보다는 얼굴득점의 판정에 대한 불만이 증가하고 있고 이것에 대한 시시비비는 단지 비디오판독에 의존하고 있으므로 이에 대한 보완책이 시급한 실정이다. 또한 얼굴득점의 경우 머리보호대를 제외한 쇄골

위의 목 부분은 보호용구를 착용할 수 없으므로 단지 심판의 시각에 의존할 수밖에 없다. 차등점수제 중 가장 높은 득점인 머리부분의 3득점 판단은 아직도 종종 판정시비의 상황에 놓여져 있다.

이러한 결과는 과연 태권도경기에서 과학적 용구와 그에 따르는 경기규칙 개선으로 모든 문제점을 해결할 수 있는 가라는 의문을 남기게 된다. 따라서 태권도경기의 과학화에 대한 부정적 시각과 함께 인간을 대상으로 행하는 스포츠의 인본주의적 논의가 필요한 시점에 봉착해 있으며, 차등점수제의 최고점수인 얼굴득점을 위한 머리보호대의 과학적 연구는 태권도경기의 발전을 위한 선결과제이다.

V. 태권도경기의 국제화 발전방향

전술한 바와 같이 연구자는 문화의 발달과 자동화·기계화의 생활 속에서 문명적 이기없이 맨몸만의 움직임인 뛰고, 달리고, 밀고, 당기는 근원적이고 강력한 신체 움직임의 의미와 가치가 높아질 것이라고 예견하고 있기에, 과연 태권도경기의 발전을 위한 과학화 노력은 어떻게 진행되어야 할 것인가 또는 태권도의 과학화가 스포츠로서 태권도의 가치 확대를 위한 동인이 될 수 있을 것인가에 대한 근본 논의가 시작되어야 할 것으로 생각한다.

1991년 10월 전국체전 태권도경기에서 심판의 체점기계 방식이 처음으로 도입되었고, 최근 올림픽 잔류를 위한 노력으로 전자호구가 개발되어 2012년 런던올림픽에서 활용됨에 따라 태권도의 과학화는 성공적인 제도로 자리잡고 있는 듯하다.

그러나 모든 스포츠가 과학화에 주력하고 있는 것만은 아니다. 전세계의 모든 사람들이 관심을 집중하고 있는 올림픽의 100m 결승이나 마라톤경기, 그리고 유도경기 등은 기록이나 체점의 방식을 제외하고 행위 자체의 과학화와는 관련이 없는 종목들로서 많은 관심과 사랑을 받고 있다. 그것은 인간만의 달리는 속도이고 또한 인간만의 동작(human movement)으로써 경쟁성, 도전성 등의 특성을 만족할만한 스포츠 종목이기 때문에 그러한 것이다.

스포츠는 인간이 행하는 경기이다. 따라서 스포츠 세계에서 인간화 회복은 가장 큰 과제이다. 인간이 행하는 행위에는 인간의 냄새가 나야 한다. 인간의 행위 자체는 기계가 행하는 것이 아니라 인간이 행하는 것에 보다 큰 가치를 두고 있다. 따라서 기계 등의 과학화에 의존도가 큰 스포츠

는 그만큼 인간 능력의 한계 극복에 따르는 만족도를 감소시킬 것이다. 많은 스포츠가 환경이나 제도 등으로 형식화되어 있는 상황에서 그 필요성에 따라 과학화가 필요하다면, 인간의 판단능력을 100% 대신할 정도의 과학적 조력이 되어야 할 것이다. 그러므로 태권도경기의 과학화는 미래의 국제대회를 대비해서 보다 세심한 연구와 그에 따르는 다각적인 노력을 필요로 한다. 인간을 대상으로 하는 스포츠가 과학적 도움을 받는다고 하더라도 인간 능력을 대신할 수 있는 최적의 방법을 모색해야만 한다.

현대에 이르러 과학적 조력 없이 인간의 능력만으로 행하고 판단을 내리는 스포츠로 회귀하기 위해서 근본적으로 우선되어야 하는 것은 스포츠윤리학적 노력이다. 스포츠 현장에서 많은 종목들이 과학적 조력을 통해 발전하고 있지만 아직도 인간 행위의 결과를 판단하는 능력에서만은 인간을 능가하는 기계적 장치를 발견할 수는 없다. 따라서 우리는 심판이나 선수 및 지도자의 윤리교육 정례화를 통해 보다 바람직한 태권도경기를 위한 노력을 해야만 한다. 특히 우리나라는 태권도 모국으로서 공정성 확보를 위해 태권도 과학화에 노력하는 이상으로 윤리학적 교육을 통해 인간성 회복과 함께 신뢰성을 확보해야만 한다.

스포츠가 계획적인 신체활동을 통한 유희성, 규칙성, 도전성, 경쟁성, 역사성을 지닌 운동경기로서 그 가치를 공고히 할 때에 여러 사람으로부터 사랑을 받게 될 것이다. 따라서 우리는 가능하다면 과학화의 최소화 노력과 함께 그를 뒷받침할 수 있는 인간교육, 즉 윤리교육에 보다 큰 노력을 기울여야 할 것이다. 특히 태권도 세계에서 우리는 스포츠의 목적으로 언급되고 있는 승리, 즉 승리지상주의를 탈피하고 순수한 인간의 움직임 속에서 경쟁성과 도전성을 구체화 시켜주는 동시에 경기장 어느 곳에도 무도성이 잠재되어 있는 무도스포츠로 변화되어야만 한다.

그러기 위해서 태권도 경기장은 철학적 의미가 담겨 있는 장으로 변화되어야 한다. 특히 우리나라 전통의 오방정색이 잔존하는 태권도 경기장 문화를 존속시켜 나아가야 한다. 여기서 오방정색이란 흰색, 노랑색, 청색, 빨강색, 검은색을 말한다. 따라서 태권도 경기장에는 흰색의 도복과 검은색의 띠, 청색과 빨강색의 몸통보호대, 노랑색의 심판복이 있다. 즉 태권도 경기장은 우리 전통의 오정색이 모두 나타나 있는 장소이다. 그러나 노랑색의 심판복이 어느날 갑자기 특별한 원인도 없이 아무런 의미가 없는 옅은 청색으로 바뀌어 버렸다. 따라서 연구자는 심판의 복장이 노랑색으로 다시 바뀌어야 한다고 생각한다. 중앙의 색이고 왕

의 색을 의미하는 노랑색으로 심판복이 환원되어야 한다. 노랑색 심판복은 권위와 근엄의 상징이 되는 색채이며, 심판 스스로나 선수, 지도자 및 관중들에게 색채심리학적 차원에서 판정관으로서의 상징성 있는 이미지를 제공해줄 것이다. 이와 같이 우리는 스포츠와 무도의 성격이 공유되어 있는 태권도 경기장의 구성에서부터 관심을 가져야 한다. 그렇게 되면 태권도 경기장은 철학적 의미를 공유하는 무도스포츠로서 지속적으로 성장할 수 있는 근원적 발판을 만들어주는 것이며, 그러한 작은 변화가 스포츠윤리의 확보를 위한 첫걸음이 될 수 있을 것이기 때문이다.

2008년 북경올림픽의 태권도 남자 +80kg급 준결승 경기에서 쿠바선수가 심판에게 폭력을 행하는 사건이 벌어져 선수와 코치가 영구제명 당하는 사태가 있었다. 그것은 쿠바선수가 경기 중에 부상을 입었고, 치료를 위해 시간을 요청하였는데, 경기규정상 1분의 치료시간을 주고 시간이 더 필요한 경우에는 1분의 추가시간을 요구할 수 있다. 그러나 정해진 시간이 지났음에도 불구하고 선수 측에서 추가요청을 하지 않자, 심판이 기권패를 선언하게 된 것이다. 이것은 선수 측에 추가시간의 여부를 묻지 않은 심판의 미숙함과 경기규정을 숙지하지 못한 선수나 지도자의 문제로써 항의 및 이의신청이 받아들여지지 않자 쿠바선수가 주심의 얼굴을 발차기로 가격한 사건이었다.

이러한 비윤리적인 상황들은 태권도 종목에 국한된 것이 아니다. 현재 각 체육단체에서 발생되고 있는 문제점들은 스포츠윤리의 부재에서 나타나는 결과이며, 이러한 내용들은 체육계를 병들게 하고 있다. 즉 판정에서부터 승부조작에 이르기까지 그리고 학부모가 지도자에게 폭언을 행하는 등의 상황들은 체육계가 해결해야만 하는 중대한 과제이다.

모든 교육의 현장에서 발생되고 있는 비윤리적 상황들이 서서히 체육계에도 밀려오고 있다. 선수들과 함께 땀흘리고 부딪히며 고통을 이겨내던 지도자들에게 감사와 은혜는 뒤로한 채 반목이 생기고 그러한 행위의 뒤에는 자신의 영리를 위해 음해하며 이를 조장하는 지도자들도 있었다. 그러한 지도자는 도덕적인 차원에서뿐만 아니라 윤리적 차원에서 영원히 도태되어야 할 것이다.

이 외에도 선수의 승리를 위해 금지약물복용을 복용하거나 중용하는 선수와 지도자, 경기결과에 대해 상대를 비하하는 행위 등은 현실의 스포츠 세계에서 근절되어야 하는 문제이다. 올해 월드컵 예선 축구경기에서 한국팀에게 승리한 이란의 감독이 주먹감자를 날려서 문제가 된 사례가 있었다. 이러한 사례는 2005년 스페인 세계태권도대회에서 호

주의 태권도코치가 주먹감자를 날린 경우와 유사하다. 한국의 여자 라이트급 경기에서 유럽심판들의 편파판정으로 승리한 호주의 코치가 허탈해하고 있는 우리 선수단을 향해 주먹감자를 날려서 공식사과를 받았던 적이 있었다.

이러한 사례들은 누구를 탓할 일이 아니다. 현재 각 국제태권도대회에서 유럽의 태권도 심판들이 단합하여 아시아권 선수들에게 편파판정의 전횡을 저지르는 결과를 보면서 과거 우리가 그들에게 보여준 것이 무엇이었는가를 생각해볼 필요가 있다. 이제 태권도는 한국의 것만이 아니다. 태권도는 전세계인이 즐기는 무도이자 스포츠인 것이다. 따라서 세계화에 발맞추어 우리가 태권도 모국으로서 그들에게 어떤 발전방향을 제시하며 모범적인 역할을 수행해 나아가야 할 것인지에 대해 생각해보아야 한다.

이미 성공적인 세계화의 길을 걷고 있는 태권도는 우선적으로 스포츠로서 태권도 경기기술의 우월성을 토대로 무도로서 정신적 가치의 함양에 힘을 쏟아야 한다. 안용규(1998)는 '태권도 정신을 평화정신, 애국정신, 예의정신, 충효정신, 부동심, 호연지기, 극기정신, 정신집중, 준법정신으로 설정'하였다. 그러나 이후 세계화를 위한 태권도 정신성은 변화를 거듭하며 새롭게 제시되기에 이르렀다. 이러한 변화는 태권도계에서 공인된 정신의 요청에 부응하기 위해서, 그리고 태권도의 외현적 발전과 더불어 그를 이끌어 갈 수 있는 목표를 설정해주기 위한 확고한 가치의 설정을 위해서, 그리고 태권도의 교육교재로서 그 근거를 제공하기 위해 태권도정신 항목을 주장하기에 이르렀다. 따라서 태권도 정신은 안용규(1998)의 연구를 포함하는 '태권도의 대표적 정신을 극기정신, 예의정신, 평화정신, 조화정신'(안용규 외, 2006)으로 제시하였다. 특히 태권도 정신이 각기 분리되어 존재하는 것이 아니며 상호 밀접한 관련성을 가지고 있음을 주장하면서 태권도 정신을 교육적 덕목으로 세분하여 활용하고자 하였다. 즉 태권도 동작과 기상에 나타나는 정신으로는 정직정신·극기정신·신동정신·중절정신·정의정신, 태권도 예절과 규칙에서 나타나는 정신으로는 애국정신·충효정신·예의정신·준법정신·평등정신, 태권도 도복과 상징에 나타나는 정신으로는 평화정신·조화정신·합일정신·창조정신·약속정신으로 세분(안용규 외, 2006) 하기에 이르렀다. 이러한 선행연구는 태권도 세계화를 위한 목표 또는 교육근거를 제공하기 위한 근본 연구라고 할 수 있다.

따라서 우리는 이러한 태권도의 정신적 가치를 토대로 현재 발생되고 있는 비윤리적 상황의 수정변화를 위해 노력을 해야만 한다. 특히 전술한 바와 같이 태권도가 세계의

무도스포츠로서 성장하기 위해서는 과학화 노력을 지속하되 선수, 지도자, 심판의 지속적인 윤리교육을 통해 인간성 회복에 전념해야 할 것이다. 현행되고 있는 전자호구의 수정보완 문제, 얼굴보호대의 과학화 노력은 국제대회 발전을 위해서 매우 중요한 과제이지만 심판의 공정한 판정을 위한 윤리교육 강화, 경기현장에서 무도스포츠로서 태권도의 성숙된 모습을 위한 선수 및 지도자를 위한 윤리교육이 강화되어야 할 것이다.

철학과 과학은 형제간이며 동반자이다. 철학과 과학은 양 수레바퀴와 같다. 어느 한쪽만 강조한다면 계속 한쪽으로만 돌고 있을 뿐 앞으로 진행할 수가 없다. 따라서 철학과 과학의 양 수레바퀴가 같이 맞물려 돌아가야만 수레가 앞으로 진행할 수 있는 것이다.

이와 같이 태권도경기는 태동 자체가 무도로서 출발되었기에 무도로서 그리고 스포츠로서 양자의 길을 가야만 하는 운명이다. 현재의 태권도경기는 어느 한쪽만 강조하여 발전시킬 수 없다. 스포츠의 기술성 강조를 위한 과학화와 무도로서 정신성 강조를 위한 철학화의 길을 모두 가야만 한다. 즉 우리는 태권도 모국으로서 태권도 과학화를 통해 신뢰성을 부여하고, 변화하는 세계의 적응하기 위한 태권도의 대표적 정신성을 강조하면서 이러한 태권도 수련의 무도적 가치를 바탕으로 미래로 나아가야 할 것이다.

참고문헌

- 강원식, 이경명 (2002). **우리 태권도의 역사**. 서울: 상아기획.
- 김지혁 (2010). **태권도경기의 변화에 대한 현상학적 논의**. 미간행 박사학위논문. 한국체육대학교 대학원.
- 나영일, 노영구, 안근아, 안용규, 이규석, 이승환, 한형조 (2006). **태권도 역사 및 정신 연구**. 국기원 태권도연구소. 태권도진흥재단 연구비 지원에 의한 연구.
- 서경화 (2011). 농구경기의 공정성과 비디오판독. **한국체육철학회지**, 제19권 제2호, 37-52.
- 송형석 (2005). **태권도사 강의**. 서울: 이문출판사.
- 안용규 (1994). **중등학교 체육과 목표비교를 통한 체육교육의 발전방향**. 미간행 한국체육대학교 박사학위논문.
- 안용규 (1996). **태권도 경기규칙의 개정 방안**. 대한태권도협회 태권도발전대토론회 세미나.
- 안용규 (1998). **태권도 정신에 관한 연구**. 미간행 대한태권도협회 연구개발특별위원회 연구보고서.

안용규 (2000). 태권도(역사·정신·철학). 서울: 21세기교육사.
안용규 (2006). 태권도 탐구논리. 서울: 21세기교육사.
안용규 (2006). 태권도 탐구논리. 서울: 대한미디어.
안용규 (2013). 세계화를 위한 태권도경기의 발전방향. 한국
체육대학교 스포츠 사이언스, 제31권 제1호.

안용규, 이재봉 (1998). 태권도 경기규칙 개선을 위한 제언. 한
국체육학회 제79회 전국체육대회기념 학술세미나.
정재환 (2008). 태권도 전자호구 도입의 신중론. 움직임의 철
학: 한국체육철학회지, 16(1).
www.wtf.org (2013). 세계태권도연맹 홈페이지.

도심지역 캠핑장의 물리적 서비스 환경과 고객만족 및 재방문의도에 미치는 영향

The Affect of Physical Service Environment of Urban Camping Site on Customer Satisfaction and Revisit Intention

김수잔* · 김성덕 한국체육대학교

Kim, Susan · Kim, Sung-Duck Korea National Sport Univ.

요약

이 연구는 서울지역 도심 캠핑장의 물리적 서비스 환경과 고객만족 및 재방문의도의 관계를 규명하는데 그 목적이 있다. 이러한 연구목적을 달성하기 위하여 서울 소재 4곳, 서울과 경기도에 소재한 1곳의 캠핑장을 추가하여 총 5곳을 도심지역 캠핑장 이용객을 연구의 모집단으로 선정하여 편의표본추출법을 이용하여 표집 하였다. 측정도구는 설문지를 사용했으며 그 가운데 불성실한 자료 12부를 제외한 총 238명의 자료를 활용하였다. 해당 조사도구의 신뢰도는 최소 .722 ~ .912로 충분히 신뢰할 만한 것으로 판단되며 회수된 자료는 PASW 18.0 버전의 통계패키지 프로그램을 이용하여 기술통계분석, 탐색적 및 확인적 요인분석, 신뢰도분석, 상관관계분석과 다중회귀분석을 실시하였다. 그 결과 서울지역 도심 캠핑장의 물리적 서비스 환경은 고객만족 및 재방문의도에 부분적으로 영향을 미쳤고, 도심 캠핑장 이용 고객의 만족은 재방문의도에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다.

Abstract

The purpose of this study was to identify the affect of physical service environment of urban camping site on customers' satisfaction and revisit intention. In order to achieve this goal, a total of 250 visitors from 5 urban camping site in Seoul were selected as participants by the convenience sampling method, but only 238 visitors were accepted after screening their data for reliability. Frequency analysis, exploratory factor analysis, correlations analysis and regression analysis were executed using SPSS Window 18.0 Version programs. As a result, physical service environment of urban camping site partially and significantly affects both customer's satisfaction & revisit intention. Also, customer's satisfaction significantly affect revisit intention.

Key words : Physical Service Environment, Camp site, Customer Satisfaction, Revisit Intent.

I. 서론

2013년, 아웃도어 레크리에이션(outdoor recreation)에 있어 가장 주목받은 분야는 바로 캠핑이었다. 특히 시간과 비용적인 측면에서 다른 활동보다 상대적으로 효율적인 캠핑은 방송매체의 홍보로 인하여 더욱 각광을 받고 있다. 이미 2009년 기준 캠핑 인구가 약 25만 명 이상으로 추정되며(유용석 등, 2009), 이와 같은 캠핑인구의 빠른 증가는 캠핑 용품은 물론 캠핑장의 양적 증가를 유발하였다.

사전적으로 캠핑은 “산이나 들, 혹은 바닷가 따위에서 텐트를 치고 야영하다” 라고 정의되고(네이버 어학사전), 또한 “인위적인 구조물이 없이 숙식하는 야외 활동”이라고 해석된다. 과거 캠핑은 자제적이기 보다는 등산, 낚시 등의 여가활동과 MTB 등의 스포츠 야외 활동을 할 수 있게 하는 것에서 비롯되었다(구경모, 2006). 그러나 최근 들어 다른 야외 활동 없이 캠핑만을 독자적으로 즐기는 인구가 늘어나고 있다. 올해 120만 명, 내년에는 200만 명까지 증가할 것으로 예측되어 인기 있는 여가활동으로 자리매김 하였다(이천열, 2012, 11, 22). 특히, 국내의 캠핑열풍은 인터넷 중심의 동호회를 시작으로 그 효과가 확산되었고(김범진, 2012), 더불어 각 지역의 지방자치단체와 다양한 영역에서 캠핑장 조성의 붐이 일어났다. 무엇보다 이러한 배경에는 급변하는 현대사회에서 풍경 좋은 자연환경의 캠핑활동이 일상탈출은 물론, 자연과의 동화, 가족 및 동료와의 유대감 강화 및 즐거움 등, 캠핑의 참여로 얻게 되는 긍정적인 영향에서 그 의미를 찾을 수 있다(고종보, 2011).

위와 같은 이유에서 일반 캠핑장은 물론, 전국 단위의 지방자치단체는 해당지역의 고유함을 상품화하기 위해 차별화된 전략으로 캠핑장을 적극 활용하고 있다(이태희, 2001). 그러나 이러한 노력에도 불구하고 이용객의 만족감이나 해당 캠핑장에 대한 서비스 품질에 대한 평가가 방문객을 다시금 찾아오게 하는 것에는 여전히 부족하다. 특히 도심지역에 위치한 캠핑장의 경우 자연환경의 특성을 반영하는 주변부 지역 즉, 지방의 자연환경을 활용한 캠핑장과 달리 고객을 유인하는 요소가 상이할 수밖에 없고, 때문에 인위적인 환경 조성을 통해 고객을 유치하는 노력을 기울이고 있다(김재학 등, 2009).

결국, 캠핑장도 기본적으로 제공되는 자연환경, 그리고 이에 대한 정서적 만족감 이외의 다양한 서비스 환경이 고객에게 중요하게 다가움을 유추할 수 있다. 이러한 의미에서 Binter(1992)는 고객들이 서비스 상품을 소비하는데 있어

기업이 보유한 환경, 특히 서비스 기업의 물리적 환경이 매우 중요함을 강조하였는데, 이를 흔히 물리적 환경이라 칭한다. 물리적 환경이 중요한 이유는 고객이 상품에 대한 소비경험, 혹은 인지 등을 통해 얻게 되는 혜택이 감각적인 요인을 통해 영향을 받는 특성이 존재하기 때문이다(이유재 등, 1998). 구체적으로 다양한 형태의 시설물, 조명, 색상과 각종 조형물, 로고 및 음향의 물리적 요인들은 인간 고유의 감각, 즉 시각, 청각, 후각, 촉각 등의 의식을 자극하기 때문인 것이다(류을순 등, 2010).

더불어 Kotler(1973)는 유형적 상품, 혹은 서비스 이외에 장소와 물리적 환경이 고객의 의사결정에 있어 매우 중요함을 강조하였는데, 이는 소비자가 의사결정 이전 잠시 동안 머무르는 시간이 곧 서비스를 탐색하는 유용한 시기로 활동된다는 측면에서의 중요함을 의미하며(Baker 등, 1988), 이는 서비스 소비에 있어 장소에 영향을 받는 호텔, 외식업장, 그리고 지역축제 및 각종 관광지와 스포츠 시설 등의 영역에서 중요하게 다뤄지고 있다. 따라서 도심 캠핑장 역시 캠핑장이라는 장소를 고려하여 방문객의 의사결정에 영향을 줄 수 있는 적합한 마케팅 활동이 필요하고, 더불어 캠핑장이 도심에 위치한 경우 차별화된 전략이 필요하다.

기업에 있어 물리적 서비스 환경은 고객에게 서비스 수준을 예상하게 하므로(김성혁 등, 2009), 서비스가 창출되고 소비되는 기업과 고객 사이의 상호작용이 발생하는 환경이다(박재환, 2011). 그러므로 기업의 이미지에 주로 영향을 받는 호텔, 레스토랑 등의 분위기를 고려한 영역에서 연구들이 진행되어 고객의사결정에 중요한 요인임을 확인하였고(김태희 등, 2008; 정효선 등, 2010), 또한 스포츠영역에 있어서는 해양스포츠(문선호, 2009)와 태권도장(문재성, 2001), 골프연습장(김기환, 2009)과 같은 시설과 환경적 요인이 중요시 하는 분야에서 연구되어지고 있다. 더불어 서비스 물리적 환경의 역할은 기업의 외형적인 형상임으로 고객의 최초 인지와 기대를 형성하는데(Zeithaml & Binter, 1996), 선행 연구에 따라 다소 차이가 있지만, 대부분 장소이용에 대한 편의성과 접근성, 특정장소 및 부대시설과 업장에 위치한 사물에 대한 매력적인 요소를 나타내는 매력성, 그리고 진행요원, 심판진, 다양한 인력의 서비스 수준과 해당 시설과 장비의 청결한 정도 등과 같은 요인으로 분류된다(박재환, 2011).

한편, 고객만족은 지속적인 기업의 성장과 수익을 위한 필수 요인으로 긍정적인 정서 혹은 감정 상태로 서비스에 대한 긍정적 태도를 형성하도록 유도한다(Taylor & Baker,

1994). 더불어 만족은 재구매 및 재방문과 같은 다시 소비하는 차원의 선행요인으로서 부가적으로 타인에게 긍정적인 구전, 구매량 증가 등과 같은 효과차원에서의 긍정성을 유발한다(Oliver, 1980). 그러므로 일반기업은 물론 서비스 기업에 있어 해당고객의 만족은 기업의 성과 향상을 위한 기본적인 요소임을 확인할 수 있다. 또한 재방문은 소비의 또 다른 형태인 방문의 개념으로 해당 소비자가 서비스 소비로 인해 형성되는 태도(만족)가 선행되었을 때 실제로 나타나는 의도(재방문)로 마케팅 차원에서 중요한 요소이다. 왜냐하면 기업 입장에서 고객이 어떻게 혹은 얼마나 만족하느냐가 결국 행동의도 혹은 행동정도를 나타나기 때문이다(Yang & Peterson, 2004).

본 연구에서 제시된 물리적 서비스 환경과 만족 및 재방문 의도와 관련하여 김호(2007)는 지역축제의 환경요인이 관광객만족과 행동의도에 부분적으로 영향을 미친다고 보고하였고, 이강익(2004)도 스쿼시 이벤트의 환경요인이 만족에 영향을 미친다고 보고하였다. 또한 대다수의 외식(커피전문점, 레스토랑, 호텔 등)산업의 물리적 서비스 환경요인이 고객만족 및 재구매의도에 정적 영향관계가 있다고 보고되어(김성혁 등, 2009; 김학재, 2005; 이형주 등, 2012), 분위기나 장소 등을 고려한 기업에서 물리적 서비스 환경이 고객의 태도와 행동에 주요한 요소임을 확인할 수 있었다. 더불어 여가 및 레저와 관련하여 리조트의 물리적 환경(조성길, 2010), 여가공간의 물리적 환경(김홍렬, 2011)이 고객만족에 영향을 미친다고 보고하여 여가 및 레크리에이션 기업에 있어서 물리적 서비스 환경의 중요성을 입증하였다.

그러므로 이상과 같은 맥락에서 본 연구는 도심캠핑장을 찾는 고객들이 캠핑장의 물리적 서비스 환경에 대한 만족 및 재방문 의도와 의 관계를 규명하여 최근 각광받고 다양하게 진화하는 캠핑장 조성에 차별적 전략을 제시하고 더불어 캠핑의 활성화를 위한 기초자료를 제공하는데 의의가 있다. 이와 같은 연구목적 달성을 위한 연구가설은 다음과 같다.

가설 1. 도심 캠핑장의 물리적 서비스 환경은 고객만족에 영향을 미칠 것이다.

가설 2. 도심 캠핑장의 물리적 서비스 환경은 재방문의도에 영향을 미칠 것이다.

가설 3. 도심 캠핑장 방문자의 만족은 재방문의도에 영향을 미칠 것이다.

II. 연구방법

1. 연구대상

본 연구에서는 인터넷 포털사이트에 접속하여, '서울 캠핑', '서울 지역 캠핑장'의 키워드 검색을 통해 서울의 4개의 캠핑장과 서울 및 경기도 권역에 위치한 서울대공원 캠핑장을 추가하여 총 5개의 도심 캠핑장을 조사 대상으로 선정하였다. 조사 시기는 2012년 9월 ~ 10월, 본 연구자와 연구보조원 4명이 직접 캠핑을 수행하거나 방문하여 연구의 목적을 설명하고 방문객을 대상으로 편의표본추출법(convenience sampling method)을 이용하여 수집하였다.

총 250명을 설문대상자로 선정하였으나 그 중에서 무기입, 이중기입, 일관된 점수를 부여하여 응답이 불신실하다고 판단된 자료(12부)를 제외한 총 238명의 자료를 최종유효표본(95.2%)으로 활용하였다.

조사대상의 일반적 특성은 <표 1>에서 보는 바와 같이 성별은 남성이 112명(47.1%), 여성이 126명(52.9%)으로 나타났다. 연령별로는 20대 89명(37.4%), 30대 85명(35.7%), 40대 이상 64명(26.9%)으로 나타났다. 또한 직업별로 학생 58명(24.4%), 회사원 75명(31.5%), 자영업 19명(8%), 주부 43명(18.1%), 기타 43명(18.1%)으로 나타났고, 결혼여부는 미혼 집단 91명(38.2%), 기혼집단 147명(61.8%)으로 나타났다.

표 1. 도심 캠핑장 이용객의 일반적 특성 (n=238)

구성지표	내용	빈도(명)	백분율(%)
성별	남성	112	47.1
	여성	126	52.9
연령	20대	89	37.4
	30대	85	35.7
	40대 이상	64	26.9
	학생	58	24.4
직업	회사원	75	31.5
	자영업	19	8.0
	주부	43	18.1
	기타	43	18.1
	결혼여부	미혼	91
	기혼	147	61.8
방문횟수	1회 방문	96	40.3
	2회~3회	68	28.6
	4회~5회	44	18.5
	6회 이상	30	12.6

더불어 캠핑장 이용객의 40.3%에 해당되는 96명이 처음 도심 캠핑장을 방문하는 것으로 나타났고, 2회~3회가 68명 (28.6%), 4회~5회가 44명(18.5%), 그리고 6회~12회 이상이 30명(12.6%)으로 나타났다.

이상의 내용을 종합해보면 성별, 연령 및 직업에서는 뚜렷하게 구분하기가 어렵지만, 미혼보다는 기혼집단의 참가가 좀 더 많고, 도심지역 캠핑장의 경우 처음 방문하거나 방문횟수가 3회 미만(약 70%)의 집단이 주를 이루는 것을 확인할 수 있었다.

2 조사도구

자료수집도구로는 설문지를 사용하였으며, 설문지는 앞에서 제시한 5개의 인구통계학적 특성에 관한 문항과 함께 독립변인인 물리적 서비스 환경에 관한 19개 문항, 매개변인인 방문만족에 관한 4개 문항, 그리고 종속변인인 재방문의도에 관한 4개 문항 등 총 32개 문항으로 구성하였다.

1) 물리적 서비스 환경

물리적 서비스 환경이란 물리적 자극으로 시각, 청각, 후각, 촉각의 의식을 포함하는 개념이다(Kotler, 1973). 본 연구에서는 최승만(2008)의 물리적환경요인 중 편의성, 청결성, 매력성과 최진영(2012)의 서비스 물리적 환경 중 인적 서비스와 접근성을 토대로 총 19개의 문항을 선정하였으며, 각각의 항목에 대한 문항은 5점 유형으로 '전혀 그렇지 않다'에 1점, '그렇지 않다'에 2점, '보통이다'에 3점, '그렇다'에 4점, 그리고 '매우 그렇다'에 5점을 부여하였다.

적도의 타당도는 설문지 배포 전 전문가 집단(스포츠 경영학 교수 2명, 전문캠퍼 2명)의 주관적 판단에 의해 검증되었으며, 배포 후 탐색적 요인분석을 통해 재검증되었다. 탐색적 요인분석으로는 주성분분석과 직각회전방식인 베리맥스(varimax) 방법을 적용한 요인분석(factor analysis)을 실시하였으며, 요인의 추출은 고유치(eigen value) 1.0이상을 기준으로 하였으며 요인분석결과는 <표 2>와 같다.

구체적으로 도심캠핑장의 물리적 서비스 환경요인은 청결성, 인적서비스, 매력성, 접근성, 편의성으로 추출되었고 요인들의 총 설명력은 72.468%로 나타났다. 이어 각 요인별 적재치가 0.5이상(편의성 표지요인 .45제외)인 항목들의 내적일관성을 검증하기 위해 Cronbach's alpha 값을 산출한 결과 .722~.912로 측정척도는 신뢰할만한 것으로 판단된다.

구체적으로 도심캠핑장의 물리적 서비스 환경요인은 청결성, 인적서비스, 매력성, 접근성, 편의성으로 추출되었고 요인들의 총 설명력은 72.468%로 나타났다. 이어 각 요인별 적재치가 0.5이상(편의성 표지요인 .45제외)인 항목들의 내적일관성을 검증하기 위해 Cronbach's alpha 값을 산출한 결과 .722~.912로 측정척도는 신뢰할만한 것으로 판단된다.

구체적으로 도심캠핑장의 물리적 서비스 환경요인은 청결성, 인적서비스, 매력성, 접근성, 편의성으로 추출되었고 요인들의 총 설명력은 72.468%로 나타났다. 이어 각 요인별 적재치가 0.5이상(편의성 표지요인 .45제외)인 항목들의 내적일관성을 검증하기 위해 Cronbach's alpha 값을 산출한 결과 .722~.912로 측정척도는 신뢰할만한 것으로 판단된다.

표 2 도심 캠핑장의 서비스 물리적 환경 요인분석 및 신뢰도 검증결과

구분	청결성	인적서비스	매력성	접근성	편의성
샤워(탈의)장 청결	.870	.192	.134	.093	.099
화장실 청결	.850	.095	.115	.148	.201
시설전체 청결	.808	.112	.109	.201	.207
휴게 공간 청결	.794	.168	.178	.172	.201
적당한 직원인원	.122	.828	.105	.197	.082
직원의 용모 복장	.079	.805	.118	.051	-.087
직원의 서비스수준	.144	.783	.117	.236	.166
친절한 직원	.200	.760	.044	.221	.172
인테리어의 특이성	.161	.085	.807	.093	.018
매력적인 시설	.162	.073	.804	.116	.058
최신유형만형	.161	.121	.780	.070	.024
시설의 독특함	-.023	.090	.653	.048	.393
대중교통이용편리	.167	.184	.095	.868	.050
연계교통수단제공	.223	.183	.124	.865	.083
시설의 접근이유	.138	.262	.107	.799	.090
자리배치확보편리	.304	-.028	.039	.111	.810
전체시설이용편리	.226	.210	.156	.037	.794
각종 안내표지판	.433	.113	.173	.115	.450
고유치	3.352	2.839	2.541	2.442	1.870
분산	18.623	15.774	14.114	13.567	10.390
누적	18.623	34.397	48.512	62.078	72.468
신뢰도	.912	.855	.801	.881	.722

2) 고객만족

고객만족은 고객이 구매과정에서 지불한 비용이 구매 이후에 발생하는 결과에 보상을 비교함으로써 얻어지는 반응을 의미한다(이형주, 서지연, 2012). 이러한 결과에 대한 만족은 구매 후 태도와 행동에 영향을 미치는 것으로 캠핑장에 대한 고객만족은 Oliver(1980)의 관광만족을 토대로 김오성(2010)이 스포츠관광 참여에 대한 긍정적 감정상태 및 전반적인 만족감을 측정하는 설문지를 토대로 본 연구의 목적에 맞게 수정하여 총 4개의 문항으로 재구성하였다. 본 연구에서 측정척도 신뢰도는 .862로 신뢰할 수 있는 수준으로 판단된다(Nunnally, 1978).

3) 재방문의도

재방문의도는 태도변수인 만족의 후속변수로 정서 혹은 감정적으로 만족한 태도에 이어 유발되는 행동요소로 본 연구에서는 스포츠관광 및 물리적환경요인과 소비자반응에 대한 연구(이상호, 2007; 최승만, 2008)에서 사용된 재방문의도를 본 연구에 목적에 맞게 수정하여 총 4문항으로 재구성하였다. 본 연구에서의 측정척도 신뢰도는 .863으로 신뢰할 수 있는 수준으로 판단된다.

3. 조사절차 및 자료처리

도심캠핑장의 물리적 서비스 환경과 만족 및 재방문의도의 관계를 규명하기 위해 본 연구자와 보조 연구원은 서울 지역 도심 캠핑장을 직접 방문하여 설문조사를 실시하였다. 먼저 조사대상인 캠핑객을 대상으로 조사의 내용과 목적을 설명하고, 설문작성의 협조를 구한 후에 자기평가기입법(self-administration method)으로 응답하게 하였으며 일정시간이 지난 후 그 자리에서 설문지를 회수하였다.

회수된 자료 중 이중 기입되었거나 설문자료가 불성실하게 응답되었다고 판단된 자료를 제외시킨 후 윈도우용 통계 패키지 프로그램인 SPSS 18.0 version을 이용하여 조사대상의 인구통계학적 특성을 분석하기 위하여 빈도분석(frequencies analysis), 조사도구의 구성타당도를 검증하기 위해 탐색적 요인분석(exploratory factor analysis)을 실시하였고, 각 요인의 기술통계분석과 판별타당도 검증을 위해 상관관계분석(Pearson's correlation analysis)을 실시하였다. 또한 해당 요인의 영향관계 규명을 위해 단순회귀분석과 다중회귀분석(multiple regression analysis)을 실시하였다.

III. 연구결과

1. 일반적 성향에 대한 기술통계분석

다음의 <표 3>은 캠핑장의 물리적 서비스 환경 및 만족, 재방문의도의 평균과 표준편차를 산출한 결과이다. <표 3>과 같이 물리적 서비스 환경은 청결성(M=3.92, SD=.918), 편의성(M=3.79, SD=.786), 접근성(M=3.40, SD=1.18), 인적서비스(M=3.39, SD=.859), 매력성(M=3.28, SD=.853) 순으로 인식하는 것으로 나타났고 고객만족(M=4.06, SD=.706), 재방문의도(M=3.60, SD=.827)순으로 나타났다.

표 3. 하위변인의 기술통계 분석

변수	평균	표준편차
청결성	3.92	.918
인적서비스	3.39	.859
매력성	3.28	.835
접근성	3.40	1.18
편의성	3.79	.786
만족	4.06	.706
재방문	3.60	.827

2. 상관관계분석

각 척도들에 대하여 상관관계를 분석하여 판별타당성(discriminant validity)을 확인한 결과, <표 4>와 같이 캠핑 참여자가 인식한 서비스 물리적환경과 만족 및 재방문의도의 요인들은 모든 요인에서 95% 신뢰 수준에서 정(+)적인 상관관계를 보이고 있다. 또한 모든 상관계수들이 .80보다 낮은 것으로 나타나 회귀분석의 선행조건인 다중공선성의 문제가 없음을 확인되었다(김계수, 2007).

표 4. 하위변인 간의 상관관계 분석 결과

변수	1	2	3	4	5	6	7
청결성	1						
접근성	.416**	1					
인적서비스	.373**	.468**	1				
매력성	.353**	.281**	.283**	1			
편의성	.580**	.303**	.303**	.350**	1		
만족	.409**	.188**	.246**	.318**	.432**	1	
재방문	.292**	.286**	.375**	.337**	.393**	.686**	1

**p<.01

레스토랑(최승만, 2008)의 청결성 물리적 환경이 고객만족에 정적 영향을 미친다고 보고하여 본 연구의 결과를 지지해 주었다. 뿐만 아니라 안순영(2008)은 무예도장의 매력적인 물리적 환경이 고객만족에 정적 영향을 미친다고 하였고, 이형주 등(2012)은 커피전문점의 디자인 및 매력적인 시설이 고객만족에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 보고되어 본 연구 결과와 동일하게 해석할 수 있다. 이는 서비스 기업에 있어서 물리적 환경이 고객만족에 영향을 주는 것은 물론, 직접적인 인과관계가 존재함을 반증하는 것을 의미한다(Baker, 1987).

반면 도심 캠핑장의 인적서비스와 접근성과 같은 서비스 물리적 환경은 고객만족에 영향을 미치지 않았다. 이는 대부분의 레저 및 여가 레크리에이션 현장과 관련하여 진행된 신명수(2013)의 스키리조트 서비스 물리적 환경(이용편의성, 공간쾌적성, 심미성, 직원서비스)과 강선희(2011)의 스키 리조트의 물리적 환경(편의시설, 안전 및 청결, 분위기, 인적 유형성, 물적 유형성)이 고객만족에 영향을 미친다고 보고된 결과와 상반되는 것으로 해석된다.

이와 같은 이유는 다른 여가, 레크리에이션과 달리 캠핑이라는 여가, 레크리에이션의 특성을 고려해서 접근할 필요가 있다. 고종보(2011)는 캠핑은 다양한 여가활동에 있어 자연체험을 통해 일상생활에서 벗어나 상반되는 활동을 추구할 기회를 제공하는 활동으로 보상이론(Compensatory Theory)을 통해 설명하였다. 즉 캠핑은 지인과의 친목도모 및 가족에 증진이라는 효과와 가치 이외에 개인의 정서적 안정과 일상탈출이라는 보상적의미를 내포하여 지나친 간섭이나 서비스가 오히려 만족감을 저하시키는 것으로 판단되며, 더불어 도심속에 있는 캠핑장은 대부분 대형공원 및 도심운영 공원속에 존재하고 대중교통 등의 접근성 부분이 상대적으로 높아 해당 고객에게 있어 도심속 캠핑장의 접근성은 당연하게 인지되는 것으로 판단된다.

이와 같은 결과를 종합해보면 대중의 인기와 더불어 증가한 캠핑장이 무분별하게 공급이 늘어나는 차원을 떠나 차별화된 전략으로 입점위치, 지역 환경과 조화, 분위기 등을 고려하여 다양한 서비스 물리적 환경이 필요함을 알 수 있다. 이러한 서비스 환경을 통해 경쟁 환경에서 생존하고 경쟁 우위 할 수 있는 방안임을 고려해야 할 것이다. 구체적으로 도심속 캠핑장은 주변부(지방)에 위치한 우수한 자연환경을 고려하여 입지한 시설과는 차별적으로 인위적이거나 지역을 연상하는 대표 시설, 혹은 부대환경 등을 조성하여 이용객으로 하여 특색 있는 이미지로 인식될 필요가

있을 것이다. 그러면서도 캠핑이 정적이면서 “쉽”이라는 슬로우 생활패턴을 찾고자 하는 소비자의 욕구를 반영할 수 있는 관리, 운영전략들이 수반되어야 할 것이다.

둘째, 도심 캠핑장의 물리적 서비스 환경은 재방문의도에 부분적으로 영향을 미쳤다. 구체적으로 도심캠핑장의 편의성($\beta=0.263$), 인적서비스($\beta=0.228$), 매력성($\beta=0.175$)과 같은 물리적 서비스 환경이 영향을 미쳤다. 이와 관련하여 이형주 등(2012)은 커피전문점의 매력성, 공간배치 기능성이 재방문의도에 영향을 미친다고 보고하여 본 연구에 있어 매력적인 시설과 공간배치와 같은 편의성부분이 동일한 맥락에서 재방문의도에 영향을 미치는 것으로 판단된다. 또한 태권도(김기환, 2008), 스포츠시설(김기성, 2005), 골프장(여인혁, 2004)의 물리적 서비스 환경 역시 재방문의도에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 보고되어 본 연구의 결과를 지지해 주었다. 즉, 서비스 기업을 이용하는 고객이 해당 시설에 대한 물리적 환경, 구체적으로 공간배치, 편리한 시설과 매력적이고 해당시설 고유의 이미지를 부각시킬 수 있는 요소들이 고객들로 하여금 다시금 찾게 하는 중요한 요소로 작용됨을 알 수 있다. 본 연구에서는 편의성 요인이 재방문의도에 가장 높게 영향을 미치는 것으로 나타났는데 이는 캠핑 자리(사이트)확보의 편리성과 시설이용의 편리성, 그리고 각종 시설 이용 안내 등의 하위변인을 의미하고 이러한 요소들이 캠핑장을 이용하는 고객들에게 가장 먼저 인식되는 요소임을 확인 할 수 있다. 더불어 도심 캠핑장을 이용하는 고객들을 응대하는 직원, 혹은 운영진의 친절성과 인적서비스 역시 재방문하고자 하는 의도에 긍정적인 영향을 미치는 것을 알 수 있다. 그러므로 캠핑장 고객이 가장 기본적으로 인지할 수 있는 차원의 서비스 제공이 중요하다. 다시 말해 캠핑장 자리배치, 각종 시설에 대한 안내와 편리성 등이 고려될 때 고객 만족 및 재방문에 긍정적일 수 있으며, 독특하고 고유한 시설, 혹은 상징물 등을 마련하는 것 역시 다시금 방문하는데 있어 유용함을 알 수 있다. 끝으로 이러한 시설적 요소와 더불어 인위적인 인적서비스에 해당되는 복장, 친절성 등도 고객유지와 확장 측면에서 중요하게 적용됨을 상기해야 할 것이다.

끝으로, 도심 캠핑장 이용 고객의 만족은 재방문의도에 정(+)적 영향을 미쳤다. 만족과 재방문의도의 정적 영향 관계에 대해 문선호(2009)는 해양스포츠 활동 만족이 재참여에 긍정적으로 영향을 미친다고 하였고, 최규철(2009)도 스포츠시설에 대한 고객만족이 높을수록 충성적인 태도가 높아진다고 보고되어 본 연구결과를 지지해 주었다. 즉 고객

들의 만족 수준이 높을수록 재방문율도 높아진다는 것을 알 수 있다. 그러므로 도심 캠핑장에서는 고객이 만족할 수 있는 다양한 요소를 확인함으로써 단순히 자연환경에 캠핑장을 조성하는 수준을 넘어 차별적이고 고유의 테마, 혹은 매력적인 이미지를 제시할 수 있는 차별화된 캠핑장 조성을 통해 신규 고객 유치는 물론 기존 고객을 유지를 위한 전략 수립이 필요할 것이다.

V. 결론 및 제언

1. 결론

이 연구는 서울지역 도심 캠핑장의 물리적 서비스 환경과 고객만족 및 재방문의도와 관계를 규명하는 것으로 다음과 같은 결론을 얻었다.

첫째, 서울지역 도심 캠핑장의 청결성, 매력성, 편의성의 물리적 서비스 환경이 고객만족에 영향을 미쳤다. 서울은 대한민국의 수도이며, 가장 크고 발달된 도시이다. 이러한 도시 풍경속에서 캠핑을 즐긴다는 자체가 현대인들에게 큰 의미가 있다. 그러나 기존의 캠핑장이 추구하는 여가선용에 대한 욕구와 서울이라는 도시가 소유한 복잡한 도시 형태는 경치나 미관을 중요시하는 풍경 등과 같은 심미적 요소 이외에 청결성과 편의성, 그리고 해당 지자체를 이미지화할 수 있는 매력적인 요소(상징, 로고, 건축물 등)들이 고객을 유인하고 만족시키는 요인임을 명시하고 이를 위해 양적서비스의 성장과 별도로 질적 향상수준을 고려하여 접근해야 할 시사점을 도출하였다. 그러므로 단순히 수익창출을 넘어 도심 캠핑장 운영에 다각적인 접근이 필요하다.

둘째, 서울지역 도심 캠핑장의 편의성, 매력성, 인적서비스의 물리적 서비스 환경이 재방문의도에 영향을 미쳤다. 일반적인 캠핑장과 달리 도심속 캠핑장은 일상생활의 연계 이면서 동시에 잠깐의 여유 “쉼”을 추구하는 복합성을 내포한다. 따라서 오지 캠핑이나 혹은 주변부나 지방의 경치 좋은 캠핑장과는 다소 상이한 차원의 물리적 서비스 환경을 고려해야 할 것이며, 더불어 서비스를 인식시키기 위한 캠핑장의 편의성과 인적서비스 요인이 필수적인 마케팅 요소임을 인식해야 할 것이다.

셋째, 고객 만족은 재방문의도에 영향을 미쳤다. 이는 만족이라는 정서적 긍정상태에 대한 태도가 재방문에 대한 의도와 같은 행동 요소를 자극하는 선행변수임을 확인하는

것이다. 따라서 도심지역 캠핑장 운영에 있어 방문객의 만족감을 유발하기 위한 긍정적 정서를 유발할 수 있는 다각적인 접근이 필요하다.

2. 제언

본 연구에서 나타난 몇 가지 현상을 통하여 후속연구를 위한 제언은 다음과 같이 제언하고자 하며 또한 몇 가지 제한점이 있음을 밝힌다.

첫째, 본 연구에서 조사지역이 서울지역 도심공원이나 대공원에 위치한 캠핑장으로 지방자치단체가 직접 혹은 위탁 운영하는 곳으로 한정되었다. 그러므로 향후 조사지역을 확장하여 수익창출 이상의 지역의 브랜드와 연관시켜 연구할 필요가 있다.

둘째, 본 연구 결과에 논의함에 있어 도심 캠핑과 관련된 마케팅 관점에서 연구가 미흡하여 시사적인 함의를 도출하는데 있어 장소의 중요성, 입지요소 및 분위기와 시설 환경을 고려하는 외식, 호텔, 관광 등으로 접근하여 시사점을 도출한 한계가 있다. 따라서 이를 일반화 하는 것은 주요한 주의가 필요하다.

참고문헌

- 강선희(2011). **스파 리조트의 물리적 환경이 이미지, 고객만족, 지각된 가치, 행동의도에 미치는 영향**, 미간행 박사학위논문, 순천향대학교 대학원.
- 고종보(2011). **오토캠핑 참여자의 여가 참여 동기과 행태에 관한 연구**. 한국관광학회 학술대회 발표문. 420-439.
- 구경모(2006). 생활체육 : 자연을 즐기자! 오토캠핑. **스포츠과학**, 86, 60-69.
- 김계수(2007). **구조방정식 모형분석**. 서울: 한나래출판사.
- 김기성(2005). **골프장 서비스품질이 고객가치와 골프장이미지 및 재구매 의도에 미치는 영향**, 미간행 석사학위논문, 단국대학교 대학원.
- 김기환(2009). 실외 골프연습장의 물리적 환경이 소비감정 및 재구매의도에 미치는 영향. **한국사회체육학회지**, 37(1), 367-377.
- 김범진(2012, 08, 06). [불황 속 캠핑 열풍]불황에도 타오르는 캠핑 열풍...가족 중시 문화 둔지갑 열었다, 매일경제.

- 김성혁, 최승만, 권상미(2009). 호텔 레스토랑의 물리적 환경 지각이 감정반응, 고객만족, 재구매 의도 및 추천의도에 미치는 영향. **관광연구**, 23(4), 81-99
- 김용재(2012). e-sports 경기장의 물리적 환경요인이 관람만족과 관람 후 행동에 미치는 영향. 미간행 석사학위논문, 한국체육대학교 대학원.
- 김오성(2010). 스포츠관광자의 참가동기, 선택속성, 인지된가치, 관광만족, 재참가의도 및 구전의도 간의 구조적 관계. 미간행 박사학위논문, 강원대학교.
- 김재학, 정경일(2009). 스포츠관광론. 경기 : 학현사.
- 김태희, 손은영, 장여진(2008). 고급 레스토랑의 물리적 환경이 고객감정반응 및 행동의도에 미치는 영향. **호텔경영학연구**, 17(3), 71-85.
- 김학재(2005). 물리적 환경이 고객만족이 구매의도와 구전의도에 미치는 영향에 관한 연구. **패스트푸드점을 중심으로 호텔 리조트연구**. 4(1), 203-214.
- 김호(2007). 지역축제의 물리적 환경요인이 관광객만족과 행동의도에 미치는 영향에 관한 연구. 미간행 석사학위논문. 배재대학교대학원.
- 김홍렬(2011). 복합여가공간의 물리적 환경이 감정반응과 만족에 미치는 영향연구: 찜질방 중심으로. **관광연구저널**, 25(2), 177-189.
- 류을순, 김춘곤(2010). 한식 프랜차이즈 레스토랑의 물리적 환경이 관계품질에 미치는 영향에 관한 연구. **관광경영연구**, 14(2), 21-44.
- 문선호(2009). 해양스포츠 활동의 물리적환경이 만족도 및 재참여의도에 미치는 영향에 관한 연구. **한국스포츠산업·경영학회지**, 14(1), 27-37.
- 문재성(2001). 태권도장의 환경특성이 수련자의 만족도와 구매 후 행동에 미치는 영향. 미간행석사학위논문. 계명대학교대학원.
- 박재환(2011). 스포츠관광이벤트의 서비스 물리적 환경과 참여만족 및 관광지이미지와 의 관계. **한국스포츠 산업·경영학회지**, 16(3), 45-57.
- 서현, 윤보라(2000). COEX의 물리적 여건이 고객만족 및 재방문의도에 미치는 영향에 관한 연구. **관광·레저연구**, 22(1), 381-399.
- 서희석, 이동기(2000). 물리적 환경이 지역축제의 만족과 재방문 및 구전의도에 미치는 영향에 관한 연구: 익산시의 보석문화축제를 중심으로. **한국행정정보**, 34(1), 229-243.
- 신명수(2013). 스키리조트의 서비스 물리적 환경이 고객만족과 리조트에 대한 태도 및 충성도에 미치는 영향. 미간행 박사학위논문, 건국대학교 대학원.
- 안순영(2008). 무예도장의 물리적환경이 고객만족, 대안의 매력도 및 구매 후 행동에 미치는 영향. 미간행 석사학위논문, 단국대학교 대학원.
- 유용석, 조미혜(2009). 오토캠핑 가치에 영향을 주는 요인 연구. **한국관광학회 학술대회 발표논문집**, 2009(7), 379-389.
- 여인혁(2004). 골프 연습장의 서비스 물리적 환경에 대한 인식 이 고객행동에 미치는 영향에 대한 연구. 미간행 석사학위논문, 성균관대학교 대학원.
- 이강익(2004). 스쿼시장의 환경이 서비스품질과 고객만족에 미치는 영향. 미간행 석사학위논문. 위덕대학교대학원.
- 이상호(2007). 해양레저스포츠 체험공간의 속성이 참가자의 감정적 반응, 만족, 재 참가의도에 미치는 영향. 미간행 박사학위논문, 부경대학교 대학원.
- 이유재, 김우철(1998). 물리적 환경이 서비스 품질 평가에 미치는 영향에 관한 연구: 이업종간 비교. **마케팅 연구**, 13(1), 61-86.
- 이천열(2012. 11. 22). [캠핑 인구 200만명 시대, 우리 가족 놀러 간 곳도 흑사...] 서울신문.
- 이태희(2001). 한국 관광목적지 브랜드 창출을 위한 브랜드지수 평가에 관한 연구. **관광학연구**, 25(3), 171-192.
- 이형주, 서지연(2012). 국내,외 브랜드에 따른 커피전문점 물리적 환경이 고객만족과 재방문의도에 미치는 영향에 관한 연구: 서울시내 대학생을 중심으로. **호텔경영학 연구**, 21(2), 131-147.
- 정효선, 윤혜현(2010). 패밀리레스토랑의 서비스 접점 요소가 고객의 감정적 반응 및 만족도에 미치는 영향에 관한 연구. **한국식생활문화학회지**, 25(4), 456-465.
- 조성길(2010). 리조트호텔의 물리적 환경이 서비스품질 및 고객만족과 경영성과에 미치는 영향에 관한 연구. 미간행 석사학위논문, 청운대학교 정보산업대학원.
- 최규철(2009). 스포츠시설의 고객만족과 행동의도 관계모형을 통한 서비스품질 마케팅방안. **한국체육학회지**, 14(1), 235-246.
- 최승만(2008). 호텔 레스토랑의 물리적 환경지각이 감정 반응, 고객만족, 재구매의도 및 추천의도에 미치는 영향. 미간행 박사학위논문, 세종대학교.

- 최진영(2012). 실외/스크린 골프연습장 이용객의 선택에 따른 참여동기, 서비스 물리적 환경, 참여만족 및 재방문 의사결정의 관계. 미간행 박사학위논문, 한양대학교.
- Baker, J. (1987). *The role of environment in marketing services: The consumer perspectives, in The Service Challenge: Integrating for Competitive Advantage*. Chicago: American Marketing Association, 79-84.
- Baker, J., Berry L., L., & Parauranman, A. (1988). *The Marketing Impact of Facility Design*. *Journal of retail banking*, 10(2), 33-42.
- Bitner, M. J. (1992). Servicescapes: the impact of physical surroundings on customers and employees. *The Journal of Marketing*, 56(2), 57-71.
- Kotler, P. (1973). Atmospherics as a marketing tool. *Journal of retailing*, 49(4), 48-64.
- Nunnally, J. (1978). *Psychometric methods*. McGraw-Hill, New York, NY.
- Oliver, R. L. (1980). A cognitive model of the antecedents and consequences of satisfaction decisions. *Journal of marketing research*, 17(4) 460-469.
- Taylor, S. A., & Baker, T. L. (1994). Waiting for service the relationship between deals and evaluations of service. *Journal of Marketing*, 58, 56-69.
- Yang, Z., & Peterson, R. T. (2004). Customer perceived value, satisfaction and loyalty. *Psychology & Marketing*, 21(10), 799-822.
- Zeithaml, V. A., & Bitner, M. J. (1996). *Services marketing*. Nueva York: McGraw Hill.

태권도 선수의 2×2 성취목표성향과 경쟁상태불안의 관계에서 자기관리의 매개효과

2x2 Achievement Goal Orientation for the Taewondo Player and Self Management's Mediating Effect in Competitive State Anxiety

김주원* 한국체육대학교

Kim, Joo-Won Korea National Sport Univ.

요약

본 연구는 태권도 선수를 대상으로 2×2성취목표성향이 자기관리와 경쟁 상태불안에 어떠한 영향을 미치는지 그리고 2×2성취목표성향과 경쟁 상태불안의 관계에서 자기관리는 매개하는지를 규명하고자 시도되었다. 총 360명의 태권도 선수들에게 2×2성취목표성향, 경쟁 상태불안, 자기관리 설문지를 배포하여 자료를 수집하였다. 자료 분석은 기술통계, 상관분석, 탐색적·확인적 요인분석, 위계적 회귀분석(hierarchical regression analysis)을 적용하였으며, 2×2 성취목표성향과 경쟁 상태불안 간에 자기관리의 매개효과를 검증하기 위하여 인과단계전략(causal steps strategy)을 적용하였다. 또한 인과단계전략(causal steps strategy)의 단점을 보완하기 위하여 Sobel 검증을 추가로 실시하였다. 연구결과는 다음과 같다. 첫째, 2×2 성취목표성향의 하위변인인 숙달접근, 수행접근은 자기관리에 정(+)적인 영향을 미치는 것으로 나타났으나, 숙달회피 및 수행회피는 유의한 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다. 둘째, 2×2 성취목표성향의 하위변인인 숙달접근은 경쟁 상태불안에 부(-)적인 영향을 미치는 것으로 나타났으나, 숙달회피, 수행접근 및 수행회피는 유의한 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다. 셋째, 자기관리는 숙달접근과 경쟁 상태불안의 관계에서 부분매개하며, 수행접근은 완전 매개하는 것으로 나타났다.

Abstract

This study is done to find out how the 2x2 achievement goal orientation affects the self management and the competitive state anxiety and how the self management mediates the 2x2 achievement goal orientation and competitive state anxiety using the Taekwondo players as the target for study. The questionnaires on 2x2 goal achievement orientation, competitive state anxiety and self management were provided to the 360 Taekwondo players to find out their. The data analysis was conducted using the technical statistics, correlation analysis, exploratory and confirmatory factor analysis and hierarchical regression analysis while the causal steps strategy was used to verify the mediating effect of self management on the 2x2 achievement goal orientation and competitive state anxiety. In addition, to make up for the shortcomings of the causal steps strategy, the Sobel testing was additionally conducted. The results are as follows. First, it was found that the sub factors of 2x2 achievement goals orientation such as proficiency approach and implementation approach positively affect the self management while the proficiency avoidance and implementation avoidance do not significantly affect the self management. Second, it was found out that the sub factors of 2x2 achievement goals orientation such as proficiency approach negatively affect the competitive state anxiety while the proficiency avoidance, implementation approach and implementation avoidance do not significantly affect the self management. Third, it was found out that the self management partially mediates the relation between proficiency approach and competitiveness state anxiety while the implementation approach fully mediates the it.

Key words: Taekwondo players, mediating effect, 2x2 achievement goal orientation, self management and competitive state anxiety

* 0317kjw@naver.com

I. 서론

스포츠 과학적 측면에서 최고의 경기력을 발휘하기 위해서는 신체적 기능뿐만 아니라 부정적 심리요소를 통제하거나 제거하는 노력이 꼭 필요하다. 이는 심리적 요인이 스포츠 현장에서 승·패를 결정하는 변수이기 때문이다(김병태 등, 2010).

경기력에 영향을 미치는 심리적 요인들로는 성격, 동기, 공격성, 욕구수준, 자아개념, 불안, 성취, 집중력, 주의형태, 정신력, 응집력, 주시 등이 있으며, 이러한 요인들이 바람직하지 못할 때 경기력은 현저하게 떨어진다고 보고되고 있다(Carron, 1980; Loehr, 1982). 이러한 요인들 중 성취목표성향은 운동선수들이 학습활동에 어떻게 접근하고 참여하는지를 결정하는 일련의 행동적 의도이며(Meece 등, 1988), 성취상황에서 각 개인이 상이하게 접근하고, 개입하고 반응하도록 하는 신념, 귀인, 정의의 통합적 양상이다(Urdan & Maehr, 1995).

성취동기분야에서 운동선수들의 성취목표를 분석하고, 성취목표와 관련되어 나타는 결과를 연구하는 것이 주된 관심의 대상이 되고 있다. 이는 운동선수의 성취행동을 설명하기 위하여 성공을 어떻게 규정하는지 또는 자신의 능력을 어떻게 평가하는지에 대한 개인차를 분석할 수 있는 이론적 기초를 제공하고 있기 때문이다(곽선행, 2012).

성취목표에 관한 이론적·경험적 증거들을 기반으로 Dweck(1986)은 성취목표를 숙달목표와 수행목표로 정리하고 있다. 숙달목표는 과업의 수련을 통해서 역량을 개발하는데 초점으로 두고 있으며, 수행목표는 과업의 수련보다는 타인에 비해서 자신의 능력이 우월하다는 것을 확인하려는 데 초점을 둔다. 개인이 추구하는 목표에 따라 성취상황에서 작용되는 지각적·인지적 틀이 다르고, 수행이나 성과를 달성하려는 과정이 다르게 나타난다(성미송, 2005 재인용).

스포츠 현장에서 수행된 성취목표성향에 관한 연구는 2요인 또는 3요인 구조를 주로 적용해 왔다. 2요인 구조는 Elliott와 Dweck(1988), Ames와 Archer(1988)이 주장하였으며, 숙달목표지향성과 수행목표지향성으로 구분하였다. 숙달목표지향성은 성취의 의미를 학습활동에 있어서 배우는 것 그 자체에 가치를 두고 이를 목표로 삼는 것을 의미한다. 따라서 학습에 대한 내재적 가치와 노력을 강조하고, 학습과정 그 자체에 대한 가치를 부여하며 흥미를 느끼는 내재적 동기를 가지고 있으므로 외적 강화를 위한 상벌을 필요로 하지 않는다. 즉, 학습, 이해, 문제해결, 새로운 기술 개발과 같은 활동 자체가 학습의 목표가 된다(Ames 등, 1988).

반면, 수행목표지향성은 학습활동에서 학습 그 자체보다는 자신의 능력이 타인에 의해서 어떻게 판단되는가에 관심을 갖는다. 즉 학습에 참여하는 기본적인 목표가 학습활동을 통한 배움보다는 자신의 높은 능력을 보여주거나 혹은 자신의 낮은 능력을 감추려는데 있다.

한편, 3요인 구조는 Gill과 Deeter(1988)이 제시하였다. 구체적으로 그들은 경쟁성, 승리지향 및 목표지향성으로 분류하였으며, Elliot과 Harackiewicz(1996)는 숙달, 수행접근, 수행회피성으로 분류하였다. 이어서 Elliot와 McGregor(2001)는 숙달목표성향과 수행목표성향에 접근·회피라는 새로운 개념을 추가하고 이들을 통합한 2×2 성취목표성향 이론을 제시하였다. 즉, 숙달목표성향, 수행목표성향, 숙달회피목표성향, 수행회피목표성향이라는 4가지 유형의 성취목표성향이 존재한다.

2×2 성취목표성향의 숙달목표성향과 수행목표성향, 숙달회피목표성향, 수행회피목표성향은 구체적으로 다음과 같다. 첫째, 숙달목표성향은 자신의 현재 수행 수준이 과거수준에 비해 향상되고 능력이 개발되었는지를 절대적이고 개인적인 기준에서 자신의 역량을 평가하는 목표이고, 둘째, 수행목표성향은 자신의 수행과 타인의 수행을 비교하는 규범적 기준에서 자신의 역량을 평가하는 목표이다(성미송 등, 2005). 셋째, 숙달회피는 과제에 기반 하거나 개인 내 무능함에 초점을 두며, 넷째, 수행회피는 규준적 무능함에 초점을 둔다(Elliot & McGregor, 2001).

개개인의 성취목표성향은 과제선택, 노력의 강도 및 동기의 지속에 영향을 미치고, 운동수행자의 정서반응에도 영향을 미친다(김재원 등, 2006). 특히, Roberts(1992)는 개인 간 서로 다른 성취목표성향 수준이 경쟁 전 상태불안에 영향을 줄 수 있음을 제안하면서 높은 과제성향과 낮은 자아성향을 가진 사람은 자기준거기준에 의해 성취를 보기 때문에 높은 상태불안을 경험하지 않을 것이라고 주장하였다.

이와 관련하여 국내의 선행연구를 살펴보면 김병준(1997)은 성취목표성향을 과제지향성과 자기지향성으로 구분하면서 과제지향성인 사람은 긴장 및 불안이 감소하는 반면, 자기지향성인 사람은 긴장 및 불안이 증대된다고 밝히고 있으며, 고등학생 테니스선수를 대상으로 한 연구(김재원 등, 2006)에서는 과제지향과 자기지향 모두 경쟁불안에 유의한 영향을 미친다고 보고하였고, 홍준희 등(2001)의 연구에서는 과제지향성은 신체불안을 예측하였으며, 능력지각은 인지불안을 예측하는 요인이라고 보고하였다. 또한 조선연(2006)의 연구에서는 빙상선수들을 대상으로 자아지향성이 높을수록 경쟁상태불안이 높아진다고 보고 하였다.

그 외 성취목표성향은 지속적인 운동수행에 영향을 미치며(정진성 등, 2010), 경기력에 간접적인 영향을 미칠 수 있는 자기관리(self-management)에도 영향을 미치는 것으로 나타났다(정승철 등, 2013; 류지광, 2011; 김철이, 2005).

자기관리는 Jones 등(1977)에 의해서 개념화 되었으며, 자기 스스로 절제를 통해 정신적으로 준비하고 극복해가는 과정으로 정의될 수 있다. 김경수와 천길영(2010)은 선수개인의 내외적인 요인 즉, 신체적, 생리적, 심리적, 물리적, 사회 환경 등 제반 요인을 고려하면서 선수 스스로 주변의 환경에 대해서 적응하고 자신을 잘 조절 할 수 있는 심리행동적 자기관리 능력을 누누이 강조하고 있다(정승철 등, 2013 재인용).

성취목표성향과 자기관리 관계를 다룬 선행연구를 살펴보면, 성취목표성향의 하위변인인 숙달성향은 자기관리에 정(+)적인 영향을 미치며(서연희, 2012), 과제성향 및 자아성향은 자기관리 행동에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 보고하고 있다(김철이, 2005).

상술한 선행연구를 종합하면, 성취목표성향은 경쟁상태불안과 자기관리에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 더불어 최근 2×2 성취목표성향과 경쟁상태불안 및 자기관리등의 단편적인 관계연구는 지속적으로 증가하고 있다. 하지만 태권도 선수들을 대상으로 2×2 성취목표성향과 경쟁상태불안의 관계에서 자기관리의 매개효과를 다룬 연구는 아직까지 제시되고 있지 않다.

따라서 본 연구는 그 동안 수행된 선행연구에 근거하여 태권도선수들의 2×2 성취목표성향과 경쟁상태불안의 관계에서 자기관리의 매개효과를 규명하고자 한다.

이에 대한 구체적인 연구문제는 다음과 같다. 첫째, 2×2 성취목표성향은 자기관리에 어떠한 영향을 미치는가? 둘째, 2×2 성취목표성향은 경쟁상태불안에 어떠한 영향을 미치는가? 셋째, 2×2 성취목표성향과 경쟁상태불안의 관계에서 자기관리는 매개하는가?이다.

상기 연구문제를 바탕으로 설정된 연구모형은 <그림 1>과 같다.

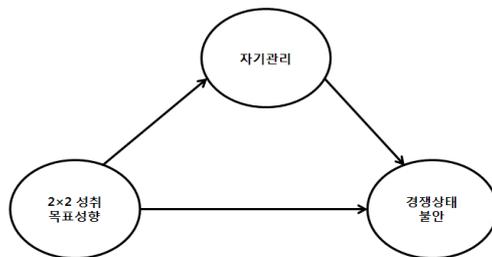


그림 1. 연구모형

II. 연구방법

1. 연구대상

본 연구는 2013년 2월부터 10까지 대한태권도협회에 등록된 품새 및 겨루기 선수를 대상으로 실시되었다. 표본추출은 편의표본추출법(convenience sampling)을 이용하였으며, '2013 서울교육대학교 총장배 전국태권도품새대회', '제7회 동아대학교 총장배 전국태권도 품새대회', '제23회 용인대 총장기 전국남녀고교 태권도대회', '2013 전국종별태권도 선수권 대회', '제7회 코리아 오픈 태권도 대회'등을 직접 방문해 설문조사를 실시하였다. 총 360명의 표본을 추출하였으며, 이중 14부의 설문지가 불성실한 응답으로 판단되어 346부가 자료분석에 활용되었다. 성별로는 남성이 205명(59.25%), 여성이 141명(40.8%)으로 나타났으며, 평균연령은 16.97±2.11세, 평균 운동경력은 5.76±3.81년이었다.

2. 연구도구

1) 2×2 성취목표성향

2×2 성취목표성향 척도는 Elliot와 McGregor(2001)의 2×2 성취목표 모델을 근거로 박중길과 장덕선(2009)이 운동선수용으로 개발한 '2×2 스포츠 성취목표 검사지'를 사용하였다. 구체적인 문항은 '내 기술을 발휘하고 싶을 뿐만 아니라 실력을 마음껏 발휘하는 것도 가능하다.(a1)', '내 종목에 필요한 모든 기술을 숙달하는 것이다(a2)', '새로운 운동기술을 배우고, 가능한 완벽하게 숙달하는 것이다(a3)', '열심히 노력하여 최고의 운동기술을 숙달하는 것이다(a4)', '내가 연습 중에 배워야 할 기술을 모두 배우지 못할 수도 있을까봐 간혹 걱정을 한다(a5)', '내가 할 수 있는 만큼 완전히 어떤 기술을 배우지 못할까봐 때때로 자신이 없다(a6)', '내가 어떻게든지 해서 할 수 있는 기술을 모두 배우지 못할까봐 걱정을 한다(a7)', '내가 연습 중에 배운 기술을 완벽하게 배우지 못할까봐 두렵다(a8)', '다른 동료선수들과 비교하여 운동을 잘하는 것이 중요하다(a9)', '나의 목표는 다른 선수들보다 더 잘하지 못하는 것만 피하고 싶을 뿐이다(a10)', '우리 팀에서 실력이 가장 부족한 선수들 가운데 한사람이 되는 것만 피하는 것이다(a11)', '간혹 운동선수로서의 능력이 전혀 없다는 말을 듣는 것을 피하는 것이다(a12)', '다른 동료 선수들과 비교하여 운동을 잘하는 것이 중요하다(a13)', '다른 동료선수들보다 더 나은 기술을 수행하는 것이 중요하다(a14)', '다른 선수들보다 운동을 더 잘하는 것이다(a15)', '나

에게 성공은 동료들보다 더 뛰어난 선수가 되는 것을 의미한다(a16)'이다. 이는 숙달접근(a1~a4), 숙달회피(a5~a8), 수행접근(a9~a12), 수행회피(a13~a16)등 4요인으로 구성되어 있으며, 5점 리커트(Likert)형으로 응답한다.

2) 경쟁상태불안

경쟁상태불안 척도는 Martens 등(1990)이 개발한 'CASI-2' 중 인지적 상태불안 요인을 수정 및 보완하여 사용하였다. 또한 본 연구의 목적에 맞게 수정 및 보완하였다. 구체적인 문항은 '나는 이번 시합이 걱정된다(b1)', '내 자신의 능력이 의심스럽다(b2)', '기량을 잘 발휘할 수 있을까 걱정된다(b3)', '질까봐 걱정된다(b4)', '부담감 때문에 답답해질 것 같다(b5)', '경기를 잘 못할까봐 걱정이 된다(b6)', '목표를 달성할 수 있을지 염려스럽다(b7)', '나는 시합 중 심판 판정이 공정하지 않으면 스트레스를 받는다(b8)', '집중을 못할까봐 걱정이 된다(b9)'이다. 이는 단일요인이며 5점 리커트(Likert)형으로 응답한다.

3) 자기관리

자기관리 척도는 김병준(2003)이 개발한 '운동선수 자기관리 행동 검사지'를 본 연구의 목적에 맞게 수정 및 보완하여 사용하였다. 구체적인 문항은 '부족한 점을 보충하기 위하여 개인연습을 한다(c1)', '체력훈련을 위한 프로그램을 세워 실시한다(c2)', '이론을 습득하기 위하여 관련 자료를 자주 본다(c3)', '나만의 훈련 계획표를 만들어 실천한다(c4)', '규칙을 철저히 지키며 훈련한다(c5)', '힘들어도 끝까지 참고 견뎌낸다(c6)'이다. 이는 단일요인이며 5점 리커트(Likert)형으로 응답한다.

3. 자료처리

본 연구의 목적을 달성하기 위하여 설문지의 응답이 완성된 자료를 회수하여 분석 가능한 자료만 SPSS 18.0 프로그램을 활용하여 전산처리 하였다. 구체적인 자료처리 방법은 다음과 같다.

첫째, 각 하위개념의 타당도와 신뢰도를 분석하기 위하여 기술통계와 탐색적·확인적 요인분석(Factor Analysis)을 실시하였다. 요인분석(EFA)은 주성분 분석(principal component)과 배리맥스(varimax) 방법을 이용하였으며, 신뢰도분석을 실시하였다.

둘째, 변수사이의 관련성을 파악하기 위하여 상관분석(pearson's correlation analysis)을 실시하였다.

셋째, 변인간 인과관계를 검증하기 위하여 위계적 회귀분석(hierarchical regression analysis)을 실시하였으며, 매개

효과를 검증하기 위한 방법으로 Baron과 kenny(1986)의 인과단계전략 및 Sobel 검정(Sobel, 1982)을 적용하였다.

4. 설문지의 타당도 및 신뢰도

설문지의 타당도를 검증하기 위하여 내용타당도와 구성타당도를 구분하여 실시하였다. 먼저, 내용타당도를 검증하기 위하여 체육학 박사 2인과 이학박사 1인으로 구성된 전문가 회의를 통하여 설문지에 대한 검토 및 적절성 여부를 논의하고 지적된 사항을 수정 및 반영하였다. 다음으로 구성타당도를 검증하기 위하여 탐색적 요인분석(Exploratory Factor analysis)을 실시하였다. 또한 확인적 요인분석(Confirmatory Factor Analysis)을 통해 적합도 지수를 산출하였다. 마지막으로 신뢰도 검증을 위해 Cronbach's α 계수를 산출하였다. 구체적인 내용은 다음과 같다.

1) 2×2 성취목표성향의 타당도 및 신뢰도

신체적 자기효능감의 타당도 및 신뢰도 분석결과 <표 1>과 같이 수행회피 요인의 1문항(4 이하의 요인부하량 제거)을 삭제하여 4요인 15문항을 추출하였다(누적분산=64.58%). 최종 추출된 요인에 대한 적합성은 KMO=.840, Bartlett의 구형성 검정 $\chi^2=1960.52$, $df=105$, $P<.000$ 으로 나타났으며, 신뢰도 계수는 최소 .701에서 최대 .890으로 모두 적합한 것으로 나타났다. 확인적 요인분석을 통한 적합도 분석결과 $\chi^2=333.88$, $df=84$, $P<.000$, TLI=.840, CFI=.872, RMSEA=.093이며, 비교적 양호한 것으로 나타났다.

표 1. 2×2 성취목표성향의 타당도 및 신뢰도

문항	숙달접근	숙달회피	수행접근	수행회피	공분산비
a3	.800	.028	.062	.157	.669
a1	.799	.233	.080	-.005	.700
a4	.765	.128	.109	.072	.619
a2	.729	.301	.098	.092	.640
a5	.276	.821	-.040	.025	.753
a6	.215	.746	.193	.136	.658
a8	.195	.734	.090	.260	.652
a7	.013	.640	.339	.171	.555
a9	.091	.066	.805	.121	.675
a10	.030	.032	.783	.276	.691
a11	.056	.193	.700	.104	.541
a12	.166	.132	.623	.153	.456
a14	.226	.122	.189	.788	.722
a13	.087	.262	.154	.773	.697
a15	-.005	.102	.290	.752	.660
고유치	2.654	2.495	2.477	2.062	.
분산(%)	17.70	16.63	16.51	13.74	.
신뢰도	.776	.890	.791	.701	.

2) 경쟁상태불안의 타당도 및 신뢰도

경쟁상태불안의 타당도 및 신뢰도 분석결과 <표 2>와같이 1요인 9문항을 추출하였다(누적분산=46.73%). 최종 추출된 요인에 대한 적합성은 KMO=.814, Bartlett의 구형성 검정 $\chi^2=1244.96$, $df=36$, $P<.000$ 으로 나타났으며, 신뢰도 계수는 .893으로 적합한 것으로 나타났다. 확인적 요인분석을 통한 적합도 분석결과 $\chi^2=318.88$, $df=27$, $P<.000$, TLI=.891, CFI=.901, RMSEA=.088 이며, 비교적 양호한 것으로 나타났다.

표 2. 경쟁상태불안의 타당도 및 신뢰도

문항	경쟁상태불안	공분산비
b5	.752	.566
b6	.747	.558
b3	.717	.514
b4	.712	.507
b8	.694	.482
b7	.681	.464
b9	.673	.453
b2	.635	.403
b1	.509	.259
고유치	4.206	.
분산(%)	46.73	.
신뢰도	.893	.

※ 단일요인이므로 성분행렬을 제시하였음.

3) 자기관리의 타당도 및 신뢰도

자기관리의 타당도 및 신뢰도 분석결과 <표 3>과 같이 1요인 6문항을 추출하였다(누적분산=50.39%). 최종 추출된 요인에 대한 적합성은 KMO=.810, Bartlett의 구형성 검정 $\chi^2=614.28$, $df=15$, $P<.000$ 으로 나타났으며, 신뢰도 계수는 .741으로 적합한 것으로 나타났다. 확인적 요인분석을 통한 적합도 분석결과 $\chi^2=69.43$, $df=9$, $P<.000$, TLI=.833, CFI=.900, RMSEA=.140 이며, 비교적 양호한 것으로 나타났다.

표 4. 경쟁상태불안의 타당도 및 신뢰도

요인	반응범위	M±SD	왜도	첨도	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
숙달접근(1)	1.00-5.00	3.64±.75	-.115	1.070	1					
숙달회피(2)	1.25-5.00	3.70±.69	.242	-.310	.261**	1				
수행접근(3)	1.25-5.00	3.28±.76	-.232	.051	.155**	.343**	1			
수행회피(4)	1.33-5.00	3.70±.69	.021	-.178	.131*	.477**	.448**	1		
경쟁상태불안(5)	1.00-5.00	3.39±.67	.140	.018	-.404**	.450**	.254**	.358**	1	
자기관리(6)	2.00-5.00	3.71±.59	.098	-.321	.264**	.395**	.283**	.281**	-.492**	1

*P<.05, **P<.01

표 3. 자기관리의 타당도 및 신뢰도

문항	자기관리	공분산비
c2	.796	.634
c3	.791	.626
c4	.715	.511
c1	.679	.462
c5	.658	.433
c6	.599	.359
고유치	3.024	.
분산(%)	50.393	.
신뢰도	.741	.

※ 단일요인이므로 성분행렬을 제시하였음.

III. 연구결과

1. 기술통계 및 상관관계

각 변인의 문항 반응범위, 평균(M)과 표준편차(SD), 왜도, 첨도, 상관분석 결과는 <표 4>와 같다. 표에 제시된 것처럼 각 왜도와 첨도는 회귀분석을 적용하는데 필요한 정상분포 조건을 충족시켰었다(왜도 < ±2, 첨도 < ±4). 상관계수를 보면, 숙달접근은 경쟁상태불안과 가장 강한 부(-)적인 상관관계($r=-.404$)를 보였고, 다른 변인과의 관계는 .131~.264까지의 상관계수를 나타내었다. 숙달회피는 수행회피와 가장 강한 정(+)적인 상관관계($r=.477$)를 보였고, 다른 변인과의 관계는 .343~.477까지의 상관계수를 나타내었다. 수행접근은 수행회피와 가장 강한 정(+)적인 상관관계($r=.448$)를 보였고, 다른 변인과의 관계는 .151~.343까지의 상관계수를 나타내었다. 수행회피는 숙달회피와 가장 강한 정(+)적인 상관관계($r=.477$)를 보였고, 다른 변인과의 관계는 .131~.448까지의 상관계수를 나타내었다. 경쟁상태불안은 자기관리와 가장 강한 부(-)적인 상관관계($r=-.593$)를 보였고, 다른 변인과의 관계는 -.404~.450까지의 상관계수를 나타내었다. 자기관리는 경쟁상태불안과 가장 강한 부(-)적

인 상관관계($r=-.593$)를 보였고, 다른 변인과의 관계는 .264 ~.395까지의 상관계수를 나타내었다.

2. 직접효과 및 매개효과 분석

직접효과 및 매개효과를 검증하기 위하여 위계적 회귀분석(hierarchical regression analysis)을 적용하였으며, 2×2 성취목표성향과 경쟁상태불안 간에 자기관리의 매개효과를 검증하기 위하여 Baron과 Kenny(1986)가 개발한 인과단계 전략(causal steps strategy)을 적용하였다. 이는 3개의 회귀식을 이용하여 4단계로 검증한다. 1단계는 단순회귀분석을 통해 독립변수가 매개변수에 미치는 영향이 유의적이어야 하고, 2단계는 단순회귀분석에서 독립변수가 종속변수에 미치는 영향이 유의적이어야 하며, 3단계에서는 독립변수를 통제된 상태에서 매개변수가 종속변수에 유의적인 영향을 미쳐야 한다. 4단계는 매개변수를 통제된 경우에 독립변수가 종속변수에 미치는 영향이 유의하지 않게 변하면 완전매개이고, 여전히 유의하다면 부분매개이다(이일현, 2013). 한편, 인과단계전략(causal steps strategy)은 관심가설을 직접 다루지 않고 검증력이 약하다는 단점이 있다(이형권, 송성섭, 2011). 따라서 회귀계수와 표준오차를 이용하는 Sobel 검증을 추가로 제시하였다. Sobel 검증의 공식은 다음과 같으며, 전체적인 분석 결과는 다음과 같다.

$$a \times b$$

첫째, step1에서 독립변수는 2×2 성취목표성향이며 종속변수는 자기관리로 설정하였다. 구체적으로 2×2 성취목표성향의 하위변인인 숙달접근(비표준화 $\beta=.217^{***}$)과 수행접근(비표준화 $\beta=.212^{***}$)은 자기관리에 정(+)-적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 반면에 숙달회피(비표준화 $\beta=.042$)와 수행회피(비표준화 $\beta=.101$)는 자기관리에 유의한 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다. 또한 step1의 설명력은 34.7% ($adj R^2=.347$)인 것으로 나타났다. 둘째, step2에서 독립변수는 2×2 성취목표성향이며 종속변수는 경쟁상태불안으로 설정하였다. 구체적으로 2×2 성취목표성향의 하위변인인 숙달접근(비표준화 $\beta=-.863^{***}$)과 수행접근(비표준화 $\beta=-.232^{**}$)은 경쟁상태불안에 부(-)적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 반면에 숙달회피(비표준화 $\beta=.040$)와 수행회피(비표준화 $\beta=.091$)는 경쟁상태불안에 유의한 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다. 또한 step2의 설명력은 22.2% ($adj R^2=.222$)인 것으로 나타났다. 셋째, step3에서는 독립변수로 2×2 성취목표성향과 자기관리를 투입하였다. 그 결과 2×2 성취목표성향의 하위변인인 숙달접근(비표준화 $\beta=-.564^{***}$)은 경쟁상태에 부(-)적인 영향을 미치고 있었다. step2에서 유의한 결과가 step3에서도 유의하여 숙달접근과 경쟁상태불안의 관계에서 자기관리는 부분매개하는 것으로 나타났다. Sobel 검증결과에서도 Z-score는 -4.420인 것으로 나타났으며, $P=.000$ 수준에서 유의한 것으로 나타났다. 2×2 성취목표성향의 하위변인인 수행접근(비표준화 $\beta=-.131$)은 경쟁상태불안에 유의한 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다. step2에서 유의한 결과가 step3에서 유의하지 않게 변하여 수행접근과 경쟁상태불안의 관계에서 자기관리는 완전매개 하는 것으로 나타났다. Sobel 검증결과에서도 Z-score는 -4.679인

표 5. 직접효과 및 매개효과 분석

		step1		step2		step3	
		자기관리		경쟁상태불안		경쟁상태불안	
		비표준화 B (S-E)	표준화 β	비표준화 B (S-E)	표준화 β	비표준화 B (S-E)	표준화 β
통제변수	상수	1.488*** (.229)	.	4.689*** (.515)	.	5.866*** (.469)	.
	성별	-.114 (.064)	-.080	-.096 (.149)	-.032	-.114 (.132)	-.004
	선수경력	.028 (.026)	.048	.032 (.061)	.026	-.006 (.054)	-.340
독립변수	숙달접근	.217*** (.044)	.259	-.863*** (.090)	-.520	-.564*** (.085)	-.069
	숙달회피	.042 (.042)	.054	.040 (.103)	.022	.123 (.091)	.080
	수행접근	.212*** (.040)	.277	-.232* (.091)	-.142	-.131 (.081)	-.034
	수행회피	.101 (.045)	.118	.091 (.104)	.050	.062 (.092)	.034
매개변수	자기관리	-.578*** (.058)	-.458
	R^2 (adj R^2)	.360 (.347)		.235 (.222)		.408 (.395)	
F		.000***		.000***		.000***	

* $P<.05$, ** $P<.01$, *** $P<.001$

것으로 나타났으며, $P=.000$ 수준에서 유의한 것으로 나타났다. 2×2 성취목표성향의 하위변인인 숙달회피(비표준화 $\beta=.123$)와 수행회피(비표준화 $\beta=.062$)는 경쟁상태불안에 유의한 유의한 영향을 미치지 않는 것으로 나타났으며, 매개효과 역시 없는 것으로 나타났다. 반면, 매개변수인 자기자기관리(비표준화 $\beta=-.578^{***}$)는 경쟁상태불안에 부(-)적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 또한 step3의 설명력은 39.5%(adj $R^2=.395$)인 것으로 나타났다.

IV. 논의

본 연구는 태권도 선수들을 중심으로 2×2 성취목표성향이 자기관리 및 경쟁상태불안에 미치는 영향 그리고 2×2 성취목표성향과 경쟁상태불안의 관계에서 자기관리의 매개효과를 검증하였다. 연구문제를 중심으로 연구결과를 논의하면 다음과 같다.

첫째, 2×2 성취목표성향의 하위변인인 숙달접근과 수행접근은 자기관리에 정(+)적인 영향을 미치는 것으로 나타났으나 숙달회피 및 수행회피는 유의한 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다. 즉, 개인적·규범적 기준에서 자신의 역량이 증가했다고 인지하는 것은 자기관리에 긍정적인 영향을 미친다고 판단할 수 있다. 자기관리는 지도자나 전문가의 도움에 전적으로 의존하지 않더라도 자기 지시적인 삶을 영위할 수 있는 힘을 키워준다. 특히, 태권도 선수의 경우 부상이 잦고 체중감량이 많은 종목이므로 신체관리 그리고 정신력 관리 등이 어떠한 종목보다 중요하다. 따라서 이들의 자기관리 능력을 향상시키기 위해서는 숙달접근과 수행접근에 초점을 맞춰야 한다고 사료된다.

2×2 성취목표성향과 자기관리를 다룬 선행연구를 살펴보면, 숙달성향은 자기관리에 정(+)적인 영향을 미쳤다고 보고(정승철, 송은섭, 황진, 2013; 구수용, 윤양진, 2012; 서연희, 2012)하여 본 연구를 지지해주고 있었다. 반면, 수행접근은 자기관리에 유의한 영향을 미치지 않았다고 보고한 일부예외적인 연구도 있었다.

둘째, 2×2 성취목표성향의 하위변인인 숙달접근은 경쟁상태불안에 부(-)적인 영향을 미치는 것으로 나타났으나 자기관리 요인을 통제된 결과 숙달회피, 수행접근, 및 수행회피는 유의한 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다. 즉, 숙달접근은 경쟁상태 불안을 낮춰주는 역할을 하는 것으로 나타났다. 불안은 객관적 불안과 신경증적인 불안으로 구분

할 수 있다(Seligman, 1960). 특히, 객관적인 불안은 위계위험의 양에 비례하며, 스포츠 선수들의 경쟁상황과 관련이 깊다. 또한 불안의 증가는 운동수행능력의 저하를 가져오고 이는 다시 개인의 성취목표성향을 저하시키는 악순환이 지속된다. 따라서 태권도 선수의 경쟁상태불안을 해소하기 위해서는 개인적 기준에서 자신의 역량을 긍정적으로 평가하는 숙달접근 향상에 노력을 기울여야 할 것이다.

2×2 성취목표성향과 경쟁상태불안을 다룬 선행연구를 살펴보면, 숙달접근이 경쟁상태불안에 긍정적인 영향을 미쳤다고 보고(김병태, 김선웅, 2010; 박종태, 2003)하여 본 연구를 지지해주고 있었다.

셋째, 2×2 성취목표성향의 하위변인인 숙달접근과 경쟁상태불안의 관계에서 자기관리는 부분매개하는 것으로 나타났다. 또한 수행접근과 경쟁상태불안의 관계에서 자기관리는 완전매개하는 것으로 나타났으나 숙달회피, 수행회피와 경쟁상태불안의 관계에서 자기관리는 매개하지 않는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 2×2 성취목표성향과 경쟁상태불안의 관계에서 매개변수인 자기관리는 경쟁상태불안을 낮춰주는 중요한 역할을 한다. 또한 태권도 선수들이 자기관리를 잘했을 때 자신감을 가지게 되고 긍정적인 경험을 한다고 보고한 허정훈과 유진(2004)의 연구와 동일하여 본 연구결과를 지지해주고 있었다.

V. 결론 및 제언

본 연구는 태권도 선수들을 중심으로 2×2성취목표성향이 자기관리와 경쟁상태불안에 어떠한 영향을 미치는지와 2×2 성취목표성향과 경쟁상태불안의 관계에서 자기관리의 매개효과를 규명하는데 그 목적이 있다. 연구수행결과 나타난 연구결론은 숙달접근 및 수행접근은 자기관리에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 숙달접근은 경쟁상태불안을 낮춰주는 것으로 나타났다. 또한 숙달접근과 경쟁상태불안의 관계에서 자기관리는 부분매개하며, 수행접근은 완전매개하는 것으로 나타났다.

이상의 결론을 바탕으로 후속연구를 위한 제언을 하면, 첫째, 숙달회피, 수행회피와 경쟁상태불안의 관계에서 자기관리는 매개하지 않았다. 따라서 향후 연구에서는 자기관리 요인을 조절변수로 설정하여 이들 변인과의 관계를 재확인할 필요가 있다. 둘째, 본 연구에서는 태권도선수를 중심으로 하였으나 후속연구에서는 다른 투기종목으로 대상을 확

대하여 같은 인과관계 및 매개효과를 갖는지를 확인할 필요가 있다고 사료된다.

참고문헌

- 곽선행 (2012). 여자체조선수의 2x2성취목표성향과 스포츠능력민음, 체조효능감 간의 관계에 자기관리의 조절효과. **체육과학연구**, 23(2), 285-296.
- 구수용, 윤양진 (2012). 야구동호인의 성취목표성향, 자기관리, 운동몰입, 운동만족의 관계모형 검증. **한국체육학회**, 51(5), 479-489.
- 김경수, 천길영 (2010). 씨름선수의 자기관리가 자신감 및 경기력에 미치는 영향. **대한무도학회지**, 12(2), 65-80.
- 김병준 (1997). Goal orientation and sources of enjoyment and stress in youth sport. Doctoral dissertation, North Carolina State University.
- 김병준 (2003). 운동선수 자기관리 행동측정. **체육과학연구**, 14(4), 125-140.
- 김병태, 김선웅 (2010). 태권도 선수들의 성취목표성향과 스포츠 자신감, 경쟁상태불안의 관계. **대한무도학회지**, 12(3), 159-171.
- 김병태, 김선웅 (2010). 태권도선수들의 성취목표 성향과 스포츠 자신감, 경쟁상태불안의 관계. **대한무도학회지**, 12(3), 159-171.
- 김재원, 배수진 (2006). 테니스 남자선수의 성취목표성향이 경쟁불안에 미치는 영향. **스포츠 정보테크놀로지 연구**, 1(1), 17-27.
- 김철이 (2005). 청소년 축구선수의 성취목표 성향, 경기력관련 심리요인의 중요도 인식 및 자기관리 행동간의 관계. 박사학위논문, 경남대학교 대학원.
- 류지광 (2011). 대학 운동선수들의 자기관리와 성취목표지향성 및 운동성과의 관계. 석사학위논문, 용인대학교 대학원.
- 박종태 (2003). 초등학생의 성취목표성향과 불안이 운동수행결과와 귀인형태에 미치는 영향. **한국초등체육학회**, 9(1), 67-78.
- 박중길, 장덕선 (2009). 22스포츠 성취목표 검사지의 개발과 교차타당도 검증. **한국스포츠심리학회지**, 20(4), 243-261.
- 서연희 (2012). 체조선수들의 성취목표성향과 자기관리가 심리 기술에 미치는 영향. **한국체육교육학회**, 17(3), 171-183.
- 성미송 (2005). **Elliot과 McGregor의 2x2 성취목표구조 모형의 타당화 연구**. 석사학위논문, 가톨릭대학교 대학원.
- 성미송, 박영석 (2005). 조직 장면에서 2x2 성취목표모형의 타당화 연구. **한국심리학회**, 18(1), 97-117.
- 이일현 (2013). **Easy Flow 고급회귀분석**. 스탯에듀 세미나 자료집.
- 이형권, 송성섭 (2011). 운동자기효능감과 여가계약이 운동참여에 미치는 영향-여가계약협상의 조절된 매개효과를 중심으로-. **한국스포츠심리학회**, 22(3), 27-42.
- 정승철, 송은섭, 황진 (2013). 고교축구선수들의 멘토링과 성취목표성향이 자기관리에 미치는 영향. **운동학 학술지**, 15(4), 63-73.
- 정진성, 권봉안 (2010). 경호무도 참여자들의 성취목표성향과 열정 및 지속적인 운동수행의 관계. **한국경호경비학회**, 23, 133-153.
- 조선연 (2006). **빙상선수들의 성취목표지향성이 경쟁상태불안에 미치는 영향**. 석사학위논문, 한국체육대학교 대학원.
- 허정훈, 유진 (2004). 국가대표 선수들의 자기관리 전략: 질적 연구. **한국스포츠심리학회**, 15(3), 27-52.
- 홍준희, 김정수, 이중숙 (2001). **성취목표성향과 능력지각이 경쟁상태불안에 미치는 영향**. 한국스포츠심리학회, 12(2), 151-163.
- Ames, C., & Archer, J. (1988). Achievement goals in the classroom: students' learning strategies and motivation processes. *Journal of Educational Psychology*, 80(3), 260-267.
- Baron, R. M., & Kenny, D. A. (1986). The moderator-mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical considerations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51(6), 1173-1182.
- Carron, A. V. (1980). *Social Psychology of sport*. London: University of Waste Ontario, 127-132.
- Dweck, C. S. (1986). Motivational processes affecting learning. *American Psychologist*, 41, 1040-1048.
- Eliot, A. J., & McGregor, H. A. (2001). A 2x2 achievement goal framework. *Journal of Personality and Social Psychology*, 80, 501-519.
- Elliot, A. J., & Harackiewicz, J. M. (1996). Approach and avoidance achievement goals and intrinsic motivational analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70, 461-475.

- Elliot, A. J., & Dweck, C. S. (1988). An approach to motivation and achievement. *Journal of Personality and Social psychology*, 54(1), 5-12.
- Elliot, A. J., & McGregor, (2001). A 2 × 2 achievement goal framework. *Journal of Personality and Social Psychology*, 80, 501-519.
- Gill, D. L., & Deeter, T. E. (1988). Development of the Sport Orientation Questionnaire. *Research Quarterly*, 59, 191-202.
- Jones, R. T., Nelson, R. E., & Kazdin, A. E. (1977). The role of external variable in self reinforcement: A review, *Behavior Modification*, 1, 147-178.
- Loehr, J. E. (1982). *Mental toughness training for sport. Achieving athletic excellence training*. Lexington, MA: Stephen Greene Press.
- Martens, R. S., Vealey, R., & Burton, D. (1990). *Competitive anxiety in sport*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Meece, J. L., Blumenfeld, P. C., & Hoyle, R. H. (1988). Students' goal orientation and cognitive engagement in classroom activities. *Journal of Educational Psychology*, 80, 514-523.
- Roberts, G. C. (1992). *Motivation in sport and exercise : Conceptual constraints and conceptual convergence*. In G.C. Robert(Ed.). *Motivation in sport and exercise*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Seligman, M. E. P. (1960). *Helplessness on depression, development and death*. San Francisco: W. H. Freeman & Co.
- Sobel, M. E. (1982). *Asymptotic Confidence intervals for Indirect Effects in Structural Equation Models*, in S. Leinhardt (Ed.), *Sociological Methodology*, San Francisco: Jossey-Bass.
- Urdan. T. C., & Maehr, M. L. (1995). Beyond a two-goal theory of motivation and achievement: A case for social goals. *Review of Educational Research*, 65(3), 213-243.

스포츠에서의 외상과 외상후성장

The Posttraumatic Growth and Trauma in the Sport

김현주* · 윤영길 한국체육대학교

Kim, Hyeon-Ju · Yun, Young-Kil Korea National Sport Univ.

요약

본 연구는 스포츠심리학에서 운동선수의 외상유형과 외상후성장의 도입 가능성을 탐색하는 것이다. 운동선수에게 외상은 신체적 부상뿐만 아니라 심리적 외상, 사회적 또는 환경적 스트레스로 매우 포괄적인 개념으로 설명되며, 외상을 경험하는 정도에 따라 심각한 심리적 부적응을 초래한다. 최근 다양한 종목의 선수들이 외상경험을 통해 새로운 삶의 의미를 발견하거나 대인관계에 대한 관심이 증가되고 스스로 내면적 성장을 경험하게 되는 등 이전보다 도약하는 모습이 발견되는데, 이러한 긍정적 변화에 주목하는 관점을 외상후성장이라 한다. 본 연구에서는 선수의 경기력 향상과 자아실현에 주목하고, 스포츠심리학적 관점에서 선수들이 외상사건에 적극적으로 대처하는 과정을 통해 나타난 긍정적 변화로서의 외상후성장을 설명하고자한다. 더불어 외상후성장이 내면적 성장의 촉매제로써 논의되기를 기대한다.

Abstract

The purpose of this study was conducted with of exploration into the potential for posttraumatic growth through trauma of a athlete in sports psychology. The trauma of a athlete can be explained a very comprehensive concept like psychological trauma, social or environmental stress as well as physical injury. Also, it leads to serious psychological maladjustment depending on the degree of trauma experienced. However, it has been found recently for various events of athletes to find a new meaning of life, increase the interest in interpersonal relationships or experience the inner growth through trauma experience. The point of view of these positive changes is referred to as the posttraumatic growth. Thus, in sports psychology focused on performance enhancement and self-realization of a athlete, this study is explaining the posttraumatic growth as positive changes over the course of actively coping with traumatic events. Furthermore, it is looking forward to a catalyst for the inner growth.

Key words: posttraumatic growth, psychological trauma, sports psychology

* jhjlove11@naver.com

I. 서론

프로배구선수 석진욱은 다리와 어깨 부상으로 수차례 수술 받고도 현재는 프로배구 팀 수석코치로 활동하고 있다. 장미란은 고질적인 허리부상으로 많은 고배를 마셨지만 역경을 딛고 일어섰다. 또한 부상으로 인해 11년 동안 재활과정을 겪은 KIA의 이대진은 심리적으로 고통스러운 재활과정을 이겨내고 2009년 통산 100승이라는 쾌거를 이뤘다(김나라, 2011). 그리고 2013년 성별 논란에 휩싸여 수차례 성별검사를 받으며 심리적 상처를 받은 박은선 선수는 본인의 SNS를 통해 산산조각 난 마음이지만 포기하지 않고 더 노력하여 성장할 것이라는 포부를 밝혔다.

이처럼 경쟁적인 스포츠 환경에서 선수들이 경험한 다양한 외상사건이 상실과 역경과 같은 부정적 정서만을 유발하는 것은 아니다. 다시 말해, 다양한 외상사건과 사고는 모든 사람들에게 동일한 반응을 유발하거나 심리적 상처로 고착되는 것은 아니다. 사람들은 심각한 스트레스 사건을 경험 한 후 보다 성숙하고 내면적으로 성장한 모습을 보이기도 하는데, 이는 강한 스트레스 사건에 적극적으로 대처하는 과정을 통해 나타난 결과로 오히려 외상경험이 긍정적 정서를 유발시켜 자아를 성장시키기도 한다. 이러한 외상경험을 통한 긍정적 변화를 외상후성장(Posttraumatic growth)이라 한다(김보라 등, 2010).

외상후성장은 심리적, 신체적, 사회적으로 경험하게 되는 다양한 외상사건과 사고를 통해 고통을 극복하면서 자신의 삶에 무엇이 중요한지 깨닫고, 외상 이전의 삶보다 긍정적으로 변화하는 일련의 과정이다. 최근 많은 연구자들은 외상이 특정 개인에게는 일상으로의 복귀가 어려울 정도로 심각한 결과를 초래하지만, 또 다른 사람에게는 외상 이전보다 더 나은 기능 및 적응에 주목하였다(Lyons, 1990; Tedeschi & Calhoun, 1995; Maercker & Zoellner, 2004).

외상후 성장에 대한 관심은 심리학 분야뿐만 아니라 정신건강, 사회학, 상담 분야를 넘어 스포츠 영역에서도 전개되고 있다. 지금까지 스포츠심리학에서는 주로 운동선수의 강점, 자원, 미덕, 도덕성과 같은 긍정적 심리요인을 다루기 보다는 선수들이 선수생활을 하는 동안 일상이나 연습 또는 시합상황에서 나타나게 되는 부상, 스트레스, 체벌, 대인관계의 갈등과 같은 외상사건에 대한 반응으로 우울, 불안, 회피 등의 부정적 심리현상에 주목하였다(권오정 등, 2010; 송현 등, 2011).

부정적 심리현상이나 역기능적인 정서는 높은 스트레스

또는 심리적 정서장애를 유발함으로써 선수들의 일상생활과 경기력에 많은 영향을 미친다. 선수들은 부상 후 재활과정을 통해 신체적 회복이 완료되었음에도 불구하고 분노, 좌절, 무력감을 경험한다(김나라, 2011). 이는 부상을 경험함으로써 재부상에 대한 두려움, 시합 복귀에 대한 확신 부족과 같은 부정적 심리상태와 관련이 있음을 시사한다. 결국 외상사건에 대한 공포감, 강박관념, 근 긴장, 부정적 사고 등과 같은 부정적 심리상태를 나타냄으로써 자신의 기량을 충분히 발휘하지 못할 가능성이 있다(박정근, 1999).

스트레스는 자신에게 가치 있는 목표가 위협받거나 손실되었을 때 또는 목표를 달성하기 위해 반드시 필요한 환경을 만들 수 없을 때의 정신적인 상태를 의미한다(한성열 등, 2001). 스트레스 유발요인을 살펴보면 갈등상황, 삶의 변화, 성격 및 환경요인 등 다양하며, 이러한 지속적인 스트레스는 피로, 정서 불안, 두려움과 같은 부정적 심리반응을 나타낸다. 스트레스는 본래 물리학에서 사용되던 용어로 부정적인 자극에 따른 부정적 반응으로 심리학에서는 외부의 압력에 대항하려는 심신의 변화과정을 의미하며, 이러한 스트레스의 생리적, 심리적 개념은 각각의 분야에서 독립적으로 발달했다(Selye, 1973).

스포츠 현장에서 선수들은 다양한 스트레스로 인해 경기력 저하뿐만 아니라 개인적 변인에 따라 다양한 심리상태를 나타낸다. 스트레스는 상황에 따라 내부와 외부, 지속성, 그리고 스트레스의 주요인에 따라 다른 대처반응을 보인다(한성열 등, 2001). 스트레스는 부상 예방이나 부상 후 재활 과정에서 흥분이나 긴장 등의 심리적 개입을 할 경우 회복의 속도가 빨라지기도 한다(Johnson 등, 2005). 즉, 선수들이 지각하는 스트레스가 단순히 부정적 심리상태만을 유발하는 것이 아니라 심리적 자극제 역할이나 성장을 촉진시키는 하나의 요인으로 사료된다.

다양한 종목의 선수가 외상 극복 과정에서 단순한 약점 보완이 아니라 이전의 기능수준을 넘어 한 단계 도약하는 등의 긍정적인 변화를 경험하는 사례에 주목하면서 외상후 성장에 대한 관심이 모아지고 있다. 외상 후 나타나는 긍정적인 변화로 설명되는 외상후 성장은 선수들의 외상경험에 따른 부정적 결과에 초점을 두는 관점에서 벗어나 외상사건의 경험을 통해 활발한 성장과 새로운 의미를 발견하고자 하는 패러다임이다.

이상을 종합하면 외상후성장은 외상사건을 경험하더라도 개인의 성격이나 주관적인 상황 또는 환경에 따라 다르게 지각하게 되는 긍정적 심리변화다(Zoellner & Maercker,

2006). 즉, 외상사건에 대해 지각하고 해석하여 어떻게 반응하느냐에 따라 개인의 적응 수준 및 심리적 기능 혹은 삶에 대한 인식 수준을 넘어선 성장으로 나타날 개연성이 있다. 따라서 본 연구에서는 외상경험 후 나타나는 긍정적 사고가 개인의 내면적 성장을 도모할 수 있다는 가능성을 탐색하고 스포츠심리학 연구 주제로 외상후성장의 도입가능성을 검토하고자 한다.

II. 외상후성장의 이해

1. 외상의 정의

외상(外傷)은 심리학에서는 정신적 외상 또는 영속적인 정신적 장애를 남기는 충격(Babette, 2013)으로 설명되며, 정신장애의 진단 및 분류체계(DSM-IV)에 의하면 외상은 전쟁이나 재난, 테러와 같이 매우 예외적인 강력한 사건뿐만 아니라 주관적으로 지각 또는 해석한 삶의 위기나 극심한 스트레스 및 사건으로 부정적인 심리적 결과를 유발하는 높은 수준의 스트레스를 포함한다(Tedeschi & Calhoun, 2004).

외상후성장에서 외상이란 사건 자체의 객관적 특성 보다 사건에 대한 개인의 지각 및 그로 인한 부정적 심리 반응을 포함한 일련의 경험(Calhoun & Tedeschi, 1998)으로 충격적 또는 연쇄적인 스트레스는 두려움, 우울, 불안, 분노 등으로 표출된다. 또한 스트레스 지각 정도에 따라 심각한 심리적 상처를 남기기도 한다. 심리적 상처는 충격적이거나 고통스러운 경험 뒤 스트레스가 지속되는 경우를 말하며, 이를 외상 후 스트레스 장애(Post-traumatic stress disorder; PTSD)로 설명한다(송승훈 등, 2009).

Calhoun과 Tedeschi(1998)가 제안하는 외상후성장 이론에서의 외상 후 스트레스의 개념을 정리해보면, 외상은 극도의 충격과 스트레스를 받은 상태이며, 심각한 상처를 실제로 초래했거나 자신 또는 타인의 신체적 안녕을 위협한 극심한 두려움, 불안, 공포를 초래한 사건이다. 또한 직접 또는 간접적인 심각한 상해, 신체적 안녕에 위협을 가져다 주는 사건으로 정신적으로 큰 충격을 경험한 이후 지속적인 심리적 후유증을 나타내는 사람들에게 내리는 진단으로 정의된다(안현의, 2007).

신체적으로 직접 해를 주지 않아도 정신적 또는 심리적으로 경험 할 가능성이 있는 외상에 대한 다양한 분야의

선행연구들을 살펴보면, 암(Bower 등, 2005), 사별(Calhoun & Tedeschi, 1998), 교통사고(Joseph 등, 1993), 성폭행(Frazier 등, 2001) 등으로 설명되고 있다. 국내의 연구 또한 과도한 육체적 업무와 현장에서 활동하는 소방대원(유지현, 2006), 이차적 심리외상을 경험할 가능성을 내포하고 있는 정신보건 사회복지사의 직업적 고충(윤명숙 등, 2011), 아동의 스트레스(한미현, 1996), 그리고 여성의 가정폭력으로 인한 심리적 학대(양계령, 2008) 등의 포괄적인 연구가 이루어지고 있다.

Tedeschi와 Calhoun(1995)가 설명하는 다양한 외상사건의 다섯 가지 특징으로 첫째, 갑작스럽고 예기치 못하게 발생하는 사건은 외상으로 나타난다. 즉, 준비되지 않은 상황에서 경험하게 되는 사건은 더욱 크게 지각할 가능성이 있다. 둘째, 발생한 사건에 대해 통제할 수 없다는 상실감은 무력감을 느끼게 함으로 심리적 외상을 경험할 개연성이 있다. 셋째, 심리적 문제를 야기하는 외상은 일상적으로 발생하는 경험이 아니다. 넷째, 사건으로 인한 문제들이 오랜 기간 동안 지속될수록 특별하거나 영속적인 외상사건으로 고착될 수 있다. 다섯째, 인생주기의 각 시기마다 다양하게 영향을 끼친다. 이는 사춘기에 경험하는 사건과 성인기에 경험하는 사건에 대한 결과가 다를 수 있음을 시사한다(유희정, 2012).

이러한 특징을 가진 외상은 사건의 성격에 따라 개인에게 미치는 영향이 다르다(이수림, 2013). 외상사건은 외상후성장의 유형으로써 직접외상이나 간접외상, 대인외상과 단순외상으로 구분되며, 외상사건의 가해요인이 무엇이나에 따라 성장의 정도가 다름을 제시하였다(김보미 등, 2012). 따라서 사건을 경험한 시기와 성격, 분류에 따라 외상유형에 대한 사건범주의 수용방식과 행동 선택 및 판단에 따라 외상경험이 삶의 긍정적 또는 부정적 영향으로 나타날 개연성이 있다.

2. 외상후성장의 정의

일반적으로 외상후성장은 외상사건에 대한 대처의 긍정적인 결과로 간주되며(이유리, 2010), 신체적 또는 심리적 외상을 경험한 후 개인에게서 관찰되는 긍정적인 변화 혹은 외상사건을 겪어낸 결과로 긍정적 심리변화를 보고하는 개인의 주관적 경험으로 정의된다(Maercker & Zoellner 2004). 외상에 대처하고 투쟁하면서 얻어진 긍정적인 변화는 단순히 외상 이전의 적응수준으로 회복하는 상태가 아

나라 그 수준을 뛰어 넘는 변화와 기능에서의 총체적인 삶의 질적 변화를 의미한다(Tedeschi & Calhoun, 2004).

외상후성장은 외상사건을 경험하더라도 이를 효율적으로 극복하고 긍정적 적응을 보임으로써 외상경험 이전에 비한 성장에 초점을 맞춘다. 구체적으로, 외상후성장은 외상 이후 자기 및 세상에 대한 관점, 대인관계, 삶에 대한 철학적 또는 영적 인식에서 외상사건의 이전과는 질적으로 다른 긍정적 변화를 의미한다(김진수 등, 2011).

외상후성장에서 설명하는 외상경험 후 긍정적 변화는 사람마다 관점이 다르기 때문에 절대적 기준은 없다. 그러나 단순히 외상 이전의 수준까지 도달하는 회복만을 의미하는 것이 아니라 개인의 이전 기능수준을 넘어서는 자신 및 타인, 삶에 대한 지각 변화를 말한다(이수림, 2013). Tedeschi와 Calhoun(1996)은 외상후성장 이론에서 자기지각의 변화, 대인관계의 변화, 그리고 인생관의 변화를 외상후성장의 내용으로 제시하고 있다.

자기지각의 변화는 개인이 외상을 극복하는 과정에서 적극적 노력을 통해 자기 내면의 강점과 삶의 새로운 가능성 발견을 의미하며, 대인관계의 변화는 외상 후 타인에 대한 친밀감, 신뢰, 연민, 동정, 친사회적 행동 혹은 자기노출 등으로 외상사건 이전에 비해 자신을 더 드러내고 표현함을 의미한다. 인생관의 변화는 외상을 겪으면서 삶의 순위가 바뀌고 작은 것에도 감사하게 되는 마음이 생기며, 자신이 가지고 있던 종교에 대한 믿음이 더 공고해짐을 의미한다.

외상후성장은 심리학, 정신의학, 사회학, 임상 등 다양한 분야에서 연구가 전개되고 있는데, 연구자들에 의해 제시된 외상 후 긍정적 변화를 지칭하는 개념을 구체적으로 살펴보면, 이익 발견 또는 이익 연상(benefit finding/ reminding), 역경 후 성장이나 역경을 통한 성장(adversarial growth), 스트레스 관련 성장(stress-related growth), 지각된 이익(perceived benefit), 긍정적인 심리변화(positive psychological change), 긍정적 산출물(positive by-products), 번성(thriving)과 유사하게 사용되고 있다(이양자, 정남운, 2008). 이처럼 다양한 용어로 사용되고 있는 개념들은 약간의 차이점이 있지만 근본적으로는 고통스러운 경험을 통한 개인의 성장이라는 공통점을 갖는다(이유리, 2010).

이처럼 주관적 성격이 강한 외상후성장은 누구에게나 일어나는 보편적인 경험이 아니며(송현 등, 2011) 외상에 대한 기억 자체를 부정적으로 인식하고 회피하는 것이 아닌 이를 극복함으로써 탄력적인 성장을 경험하는 것을 의미한다(김진수 등, 2011). 결국 외상후성장은 외상의 부정적 결

과에 초점을 두는 것에서 벗어나 외상경험을 적극적 또는 반성적으로 대처함으로써 긍정적 변화를 일으켜 건설적인 성장과 삶의 새로운 의미 발견을 도모하고자 한다.

3. 외상후성장의 영향 요인

많은 연구자들이 외상후성장에 영향을 미치는 요인을 밝히기 위해 노력해왔다. 외상후성장은 다양한 외상사건을 겪더라도 그 경험에서 의미를 찾고, 경험한 사건을 재해석하여 역경이 자신의 삶에 주는 의미를 얻게 된다. 외상후성장에 영향을 미치는 요인은 주관적 성격이 강한 내적 자원으로 평가되고 있으며, 이에 따른 선행연구를 살펴보면, 외상의 심리적 요인, 사건에 대한 평가, 인구사회학 적변인, 대처, 사회적 지지, 종교, 인지·정서적 대처 과정, 고통의 정도 등으로 논의되고 있다(이인정, 2009).

외상후성장과 인구사회학적 요인의 관련성 연구에 따르면, 연령이 낮을수록 외상후성장이 더욱 활발하게 보이는 연구(김현경 등, 2008; Calhoun & Tedeschi, 2004)가 보고되는 반면, 연령이 높을수록 활동적인 외상후성장을 보인다는 연구가 있다(최승미, 2008). 이에 반해 평균적으로 연령과 외상후성장의 상관관계가 낮다(김보라 등, 2010)고 보고한 연구가 있다.

성별의 경우 대체적으로 여성이 남성보다 더 외상후성장이 높게 나타난다는 연구결과(Park 등, 1996)가 보고된 것에 반해, 성별과는 차이가 없다는 연구(김보라 등, 2010; 김현경 등, 2008; 한인영 등, 2011)결과도 제시되었다. 즉, 인구사회학적 연구에 따른 결과는 대체로 일관되지 않음으로써 외상후성장에 대한 인구사회학적 요인과 성장과의 상관관계가 낮음을 시사한다.

외상후성장에 영향을 미치는 또 다른 요인으로 외상 이후의 사회적지지 경험이다(김진수 등, 2011). 사회적지지는 연구자들마다 접근하는 개념 및 조작적 정의가 다양하다(유희정, 2012). Weiss(2002)는 애착, 사회적 통합, 양육의 기회, 가치의 확산, 신뢰할 수 있는 유대감을 사회적지지로 설명한다. Cohen과 Willis(1985)는 타인들로부터 제공되는 자원을 일컫는 말로써 개인이 지닌 모든 사회적 관계망과 지지적인 대인관계를 의미하며, 이를 스트레스에 완충작용을 하는 요인으로 해석하고 있다. 즉, 사회적지지는 사회구성원을 통하여 정서적, 정보적, 평가적 지지를 제공받을 수 있다고 지각하는 정도 등의 포괄적 개념을 내포하고 있다.

외상후성장에 긍정적 영향을 미치는 요인(Park 등, 1996)

으로써 사회적지지는 외상후성장과 유의미한 상관관계 가 있음을 제시하였다(이영선, 2009; Kinsinger 등, 2006; Linley & Joseph, 2004; Schulz & Mohamed, 2004; Weiss, 2004). 사회적지지의 하위요인인 정서적지지 역시 외상후성장과 정적상관이 나타났다(Kinsinger 등, 2006; Schroevers 등, 2009; Thornton & Perez, 2006; Zebrack 등, 2008). 따라서 사회적 지지가 타인과의 의미 있는 상호작용의 결과(윤명숙 등, 2011)로 개인의 내면적 성장을 돕고 역경과 고뇌를 극복하게 해주며 문제해결 능력을 강화하는 촉매제가 될 수 있으므로 외상후 성장에 직접적인 영향을 미칠 개연성이 있다.

이 외에도 외상후 성장에 미치는 요인을 밝히기 위해 다양한 분야에서 연구가 진행되었다. Linley와 Joseph(2004)은 자연재해, 질병, 교통사고 등의 외상사건을 경험한 사람들이 성추행, 폭력 등과 같은 대인관계에서 일어난 외상사건을 경험한 사람들보다 더 높은 수준의 성장을 보고하였다. 질환이나 사고 등으로 아이를 잃은 외상을 경험한 엄마들에게서는 높은 수준의 성장이 관찰(Polatinsky & Esprey, 2000)된 반면, 유방암을 앓고 있는 아내를 둔 남편의 경우는 낮은 수준의 성장(Weiss, 2002)이 나타나 결과적으로는 다소의 차이가 있음을 나타냈다. 이에 대해 대다수의 연구자들은 외상 자체의 특성 보다는 외상에 대한 개인의 주관적인 평가나 경험에 대한 무기력감, 통제 불가능한 지각과 더불어 삶에 대한 위협감과 경험 여부가 외상후 성장을 저하시키는 요인으로 일부 관련이 있음을 시사했다(Briere & Elliott, 2000).

4. 외상후성장의 모형

외상후 성장을 연구하는 두 가지 접근방식으로 외상후 성장을 외상경험 후 실제적 변화인 결과물로 보는 입장과 외상을 극복하기 위한 대처방식으로 보는 입장이다(윤명숙, 박은아, 2011). 외상후 성장을 하나의 결과물로 보는 성장 모델의 대표적인 학자인 Tedeschi와 Calhoun(1995, 2004)은 외상을 극복하면서 긍정적 변화를 얻기 위한 경로로 외상후 성장을 설명하기 위한 모형을 제시하였다. 이는 외상이 성장을 촉진하는 매개체로 작용하지만 외상경험 없이도 개인이 가진 다른 자원에 의해 성장에 도달할 수 있다는 관점으로 외상후 성장의 영역을 확장하고 있다.

Tedeschi와 Calhoun(2004)은 외상사건은 더 높은 차원의 목표와 신념, 정서적 고통을 다루는 능력에 대한 도전을 의미한다(이유리, 2010). 외상으로 인한 고통을 다루기 위해

반복되는 반추과정은 안정과 평온을 제공하는 사회적지지 요인 뿐 아니라 대처행동에 의해 영향을 받는다(이양자, 정남운, 2008). 초기 반추과정은 자동적 또는 침습적으로 일어나며, 이는 충격적인 외상 이전의 표상을 재건하려는 시도로 해석이 가능하다.

외상경험을 통한 특정기억이나 일반화된 기억의 반추는 사건 재연을 통해 상황을 이해하고, 이를 통해 인지적 또는 정서적 해리를 만들며, 미래에 대한 진행 방식으로 사건 자체를 의미화하게 된다. 거시적인 측면에서 외상후 성장은 각종 외상사건을 통해 인생의 지혜를 얻고, 삶에 대한 태도를 긍정적으로 변화시키며 스스로 내면적 성장을 경험할 할 가능성을 내포한다.

Calhoun과 Tedeschi(1998)가 제시한 외상후 성장의 결과로서 얻게 되는 지혜는 외상사건 경험으로 인한 인생의 예측 불가능성과 불확실성을 수용하고, 미래의 삶에 대해 고민함으로써 해답을 체득한다. 즉, 외상경험에 대해 상황을 바꿀 수 없음을 인식함으로써 스스로 해결해야 된다는 자각을 일깨우고, 삶에 대한 도식이 바뀌며, 인간의 한계와 실존적인 문제에 대해 더 넓은 관점과 깨달음을 스스로 체화하게 된다(이수림, 2013). 결과적으로 지혜는 자아를 규정하는 지위, 역할과 같은 외적 요소에서 벗어나 자신을 새롭게 지각하는 초인지적 관점의 인식변화(Levenson 등, 2005)로 외상사건을 통한 일련의 과정을 거치면서 삶의 목표와 의미를 얻게 된다. 이러한 외상후 성장의 모형을 요약하면 <그림 1>과 같다.

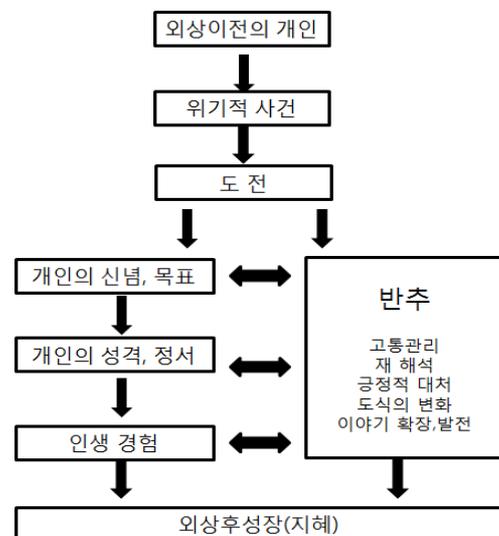


그림 1. 외상후성장 모형(Tedeschi & Calhoun, 2004)

Ⅲ. 스포츠에서의 외상후성장

1. 스포츠에서의 외상 경험

19세기 후반부터 스포츠 종목 확대 및 참여자가 증가됨에 따라 선수의 신체적 부상과 심리적 외상은 증가 추세를 보이고 있다(Smith 등, 1990). 승리지상주의 스포츠 환경에 노출된 엘리트스포츠 선수들은 상대와의 경쟁과 사회에서의 승패에 민감함에 따라 일반인과 다르게 각종 스트레스에 노출되어 있다. 이처럼 외상의 위험에 노출되어 있는 선수에게 나타나는 다양한 외상사건은 매우 포괄적인 개념으로 뜻하지 않은 역경과 신체적 부상 그리고 심리적 외상 등으로 제시되고 있다.

오늘날 스포츠 환경은 선수들을 정서적·인지적·사회적 스트레스뿐만 아니라 각종 생활스트레스에 노출시키며, 반복적인 시합출전으로 인한 외상위험이 수반된 생활을 지속한다(김나라, 2011). 예측 불허 한 외상사건은 선수들에게 경기력 향상에 대한 부담뿐만 아니라 운동수행, 사회적 기대, 부상, 대인적 갈등, 슬럼프 등 다양한 스트레스 양상을 보인다(김석일 등, 2007). 각종 외상사건은 선수들에게 과도한 스트레스로 받아들여져, 깊은 슬럼프나 복귀 불가능의 극단적인 결과를 초래하기도 한다(이준석, 2013).

국내의 스포츠 참가 인구는 약 43.8%로 그 중 많은 선수들이 연간 1회 이상의 신체적 부상을 경험함으로써 의학적 치료를 받고 있음을 보고하였다(김선진 등, 2006). 선수들의 외상에 관한 연구 또한, 종목별 손상 특성에 관한 연구 45.38%, 해부학적 손상부위를 다룬 연구 27.73%, 부상에 따른 심리학적 변인들에 관한 연구 14.29%로 나타났다(윤인에 등, 2013). 미국의 경우 역시 연간 3~5백만 명이 스포츠 상해를 경험한다는 조사 자료는 부상의 심각성을 분명하게 설명하고 있다(김정수 등, 1999).

선수들이 경험한 외상유형은 신체적, 심리적, 사회적으로 분류된다. 첫째, 신체적 외상은 연부조직 손상과 기능 상실을 동반하며 재활프로그램을 필요로 하는 외상이다. 일반적으로 신체적 외상은 급성손상과 과 사용 손상으로 분류(김나라, 2011)할 수 있으며 이에 따른 스포츠 손상 및 상해에 관한 연구(김나라, 2011; 김용연 등, 2011; 김한범 등, 2013; 오경록 등, 2011; 윤인에 등, 2013; 최은규, 2002)가 진행되고 있다.

둘째, 심리적 외상 중 수많은 부정적 스트레스의 위험요인들은 다양한 심리적 외상을 유발한다. 생활스트레스와 대

인관계 스트레스 그리고 경기 성적에 관련한 스트레스가 선수의 경기력과 생활에 직접적인 영향을 미친다는 연구(곽이섭 등, 2000; 오경록 등, 2011; 이강현 등, 2004; 조대용 등, 2008)가 전개되고 있다. 게다가 선수들은 스트레스가 발생하면 대부분 정서적 불편감을 경험한다. 따라서 스트레스와 같은 부정적 정서를 유연하게 대처함에 따라 외상을 효과적으로 회복할 개연성이 있다는 연구(박성준 등, 2003; 박정근, 1999; 이계운, 2002) 또한 전개되고 있다.

셋째, 각 종목의 특수성에 따라 선수들이 경험하는 사회적 외상 또는 대인관계에서 발생하는 심리적 외상 연구를 살펴보면, 이성간의 문제와 코치에 대한 불만족(곽이섭 등, 2000), 합숙소의 규칙과 생활, 체벌에 대한 불만족(신동열, 2006; 장유진 등, 2008), 선수와 지도자간의 상호갈등(김관현 등, 2010; 최마리 등, 2011), 운동선수의 스포츠 은퇴요인과 문제점(구민정, 2008; 성장훈, 2002; 이강현, 2004; 최관용, 2003) 등의 연구가 이루어지고 있다. 이처럼 외상에 영향을 미치는 많은 위험요인들은 심리적 요인뿐만 아니라 생물학적 요인, 사회적 및 환경적 요인에 이르기까지 다양하다.

심리적, 신체적, 사회적으로 다양한 영향을 미치는 외상은 처리하고 기억하는지에 따라 매우 포괄적이며, 주관적으로 해석된다. 이러한 외상은 신체에 직접적인 해를 주지 않아도 생길 수 있는 즉, 누구나 일상생활에서 경험 할 수 있는 사건이라는 의미를 내포하고 있으며, 직접 또는 간접적 경험으로 심각한 스트레스 또는 주관적 삶의 위기(송승훈 등, 2009) 등의 표현으로 그 의미가 확장되고 있다.

2. 스포츠에서의 외상후성장

스포츠의 생태계는 적자생존 법칙이 존재한다. 이로 인해 운동선수들은 1등 즉, 올림픽 금메달, 우승과 같이 최고가 되기 위해 최대의 경기력을 향상시키고자 노력한다(김나라, 2011). 스포츠 현장의 선수들은 언제나 다양한 외상을 경험할 잠재성을 가지고 있다. 하지만 외상의 잠재성을 내재한 많은 선수들이 외상을 경험하더라도 그것을 극복하여 현장에 복귀함과 동시에 경기력 신장뿐만 아니라 내면적으로 더욱 성장한 모습을 보인다.

운동선수의 외상은 시합이나 연습상황에서 발생하는 일반적인 신체적 외상뿐만 아니라 일상생활에서 발생하는 개인적 또는 대인관계의 영역까지 포함하며, 외상후성장은 그러한 상황에 타월하게 대처한 긍정적인 결과로 간주된다(이유리, 2010). 최근에는 외상후성장에 대한 관심이 스포츠 영

역에서 점차 확산되며, 이러한 동향은 외상에 대한 투쟁(유희정, 2012)에 의해 내·외적 성장을 이끄는 긍정적 변화 상태로 외상후성장을 운동선수의 관점을 반영한 접근이 이루어지기 시작하였다.

국내 스포츠 영역에서 외상후성장과 유사하나 분별되는 몇 가지 개념으로 외상후성장과 관련된 개인적 특성인 회복탄력성, 자아탄력성, 심리적 강인성과 부상에 따른 재활 과정을 통한 심리적 회복과정 등의 연구가 진행되고 있다. 선수들이 다양한 외상과 역경을 겪더라도 누구나 고통을 경험하는 것은 아니며, 도약하는 과정에서 개인적 특성 및 대처하는 전략이 외상후 성장에 영향을 미친다(김보라 등, 2010). 이처럼 외상후 성장과 관련된 개인적 특성으로 스트레스나 부상 또는 위협적인 환경에도 불구하고 건강하게 적응하는 회복탄력성과 자아탄력성, 심리적 강인성에 관한 연구를 살펴보면 다음과 같다.

회복탄력성은 심리적 탄성 능력으로 설명되며, 이는 역경에도 불구하고 혹은 역경을 통해서 긍정적인 적응을 가능하게 하는 인간의 능력으로 정의된다(Werner & Smith, 1992). 이를 통해 이광섭(2013)은 Galli와 Vealey의 이론을 토대로 스포츠 회복탄력성 모델을 설명하였다. 이 모델에 따르면, 선수는 역경으로 인해 유발된 불쾌한 감정이나 의문에 대해 행동적 또는 정서적 대처과정을 통하여 극복하며, 그 결과 새로운 보호요인을 획득하거나 기존의 요인이 더욱 강화될 것으로 예상하였다.

자아탄력성은 스트레스와 같은 다양한 역경 상황을 겪더라도 건강하게 적응하고 융통성 있게 반응하는 개인적 특성을 의미한다(김보라 등, 2010). 이준석(2013)의 연구에서는 자아탄력성이 높은 선수들은 어떠한 상황을 스트레스로 지각하는 경우가 적고, 일단 상황이 스트레스로 지각되더라도 이로 인한 불안이나 우울을 경험하는 경향이 낮음을 설명하였다. 하지만 자아탄력성이 낮은 선수들은 외상사건에 대해 탄식반응, 자아정체감 상실, 분리와 외로움, 공포와 불안, 자신감 상실과 같은 심리적 반응과 수행력 감소를 경험하게 된다. 이러한 자아탄력성은 환경적 요구에 따라 인내하는 수준과 충동 통제를 강화하거나 약화시키는 조절능력으로 특별한 사람에게서만 나타나는 것이 아닌 보통 사람들에게서도 나타날 수 있는 평범한 마술로 표현된다(Bonnano, 2004).

몰입, 통제, 도전이라는 세 가지 하위요인(송현 등, 2011)을 포함한 심리적 강인성은 각종 스트레스 반응하여 나타나는 결과의 개인차를 의미한다. 윤인애와 윤용진(2013)은

개인적 특성 변인인 긍정적 인성과 성격구조를 심리적 강인성으로 설명하였다. 이러한 심리적 강인성이 스트레스 완충요인으로 엘리트 스포츠 선수들의 스포츠 상해횟수를 줄이는데 관련이 있음을 보고하면서, 축구선수들의 심리적 강인성 효과에 관한 연구를 진행하였다.

엘리트 선수들 중 부정적 스트레스를 유발하는 신체적 부상을 경험한 선수들은 신체적 고통보다 좌절감, 복귀 전 재부상에 대한 두려움, 경기력에 대한 부담감, 은퇴에 대한 고민과 불안, 상황대처에 대한 어려움과 같은 심리적 상처와 정서적 혼란을 겪게 된다. 더불어 심리적 외상을 경험한 선수들 역시 목표상실, 자신감이나 동기저하, 무력감 등을 경험한다. 이러한 부정적 심리상태는 사건으로 인한 스트레스 자체가 아닌 심리적 요인으로 인한 대처방식의 차이이다(송현 등, 2011).

개인적 성격, 인성, 환경적 조절 능력의 상호작용으로 발현되는 외상후성장은 외상경험을 통해 삶의 도전에 대처하고 한 인간으로서 성장할 수 있는 기회를 제공(김보라 등, 2010)하며, 기능에 있어서 질적인 변화를 나타내는 의미를 함축하고 있다. 이처럼 다양한 외상사건이 반드시 부정적인 증상을 유발하는 것은 아니라는 논의에 주목하면 회복탄력성, 자아탄력성, 심리적 강인성과 같은 개인의 주관적 지각을 통해 한층 성장한 긍정적 변화를 촉진할 개연성이 있다. David 등(1998)은 외상을 경험하게 된 사람을 “왜 나에게 이런 일이 일어났을까?” 라는 질문을 던지게 되는데 외상후성장은 이러한 질문에 대한 답으로 스스로의 인식 전환을 통해 외상을 도약의 발판으로 삼고 진보한 변화를 설명하고자 한다.

IV. 스포츠심리학에 도입 가능성

21세기 심리학 및 정신건강, 사회학 분야에서 긍정적인 측면에 대한 이해의 폭을 넓히기 시작하면서 심리학내에서 새로운 패러다임으로 외상후 성장에 대한 관심이 높아지고 있다. 외상후성장은 외상사건을 경험하더라도 이를 효율적으로 극복하여 외상경험 이전보다 한 단계 도약하는 인간에 초점을 맞추고 개인의 내면적 성장 도모를 지향하는 관점으로 이미 언급한 바 있다.

실제로 인류의 역사는 이전부터 문학작품과 철학 그리고 종교를 통하여 ‘인간은 시련과 고통을 통해서 성장한다.’는 메시지를 전달해 왔다(Tedeschi & Calhoun, 1995). 이와 더

불어, 외상후성장이 스트레스와 외상사건을 통한 긍정적 변화라고 한다면, 고대 히브리과 그리스의 철학, 초기 기독교, 힌두교, 불교, 이슬람교와 같은 주요 종교의 가르침에서도 찾아볼 수 있다(한노을, 2008). 인본주의 및 실존주의 철학에서도 오랫동안 고통의 결과로 긍정적인 변화가 올 수 있음을 인식해 왔다(김보라 등, 2010).

과거 스포츠 분야의 연구들은 선수의 물리적 측면에 주요 초점을 맞추면서 심리적인 측면은 간과(김나라, 2011)하였으며, 기존의 많은 외상관련 연구들 또한 외상을 경험한 사람들이 나타내는 병리적 증상에 대해 보고하였다. 그러나 최근에는 극심한 역경을 경험한 이후 고통을 극복하고 긍정적인 결과를 얻는 성장(윤명숙 등, 2011)관점이 전개되며, 스포츠 상황에서 운동선수들이 경험하는 외상후성장은 외상을 통한 순기능적인 인지와 정서 그것에 따른 변화로써 심리적으로 강한 충동, 손실을 회복하고자 하는 갈망, 자아 붕괴, 혼란, 정체성 위협, 상실감, 후회 등의 부정적인 감정을 긍정적인 감정의 전환으로 설명하고 있다.

최근 스포츠심리학 분야에서는 선수의 최고의 경기력 발현에 주목하면서 두려움, 불안, 분노, 갈등과 같은 역기능적인 심리적 부적응을 해소하고자 노력함과 동시에 개인 내면의 성장과 자아실현을 위한 긍정적 감정과 정서를 촉진시키기 위해 주목하고 있다. 이러한 외상후성장의 긍정적 심리변화는 선수들의 신체적 부상과 심리적 외상 이 외에도 삶의 긍정적 결과에 지대한 영향을 미치는데, 이는 몰입, 즐거움, 행복과 같은 긍정적 정서에 초점을 맞춘 긍정심리학과 그 맥을 같이한다.

긍정심리학은 인간행동의 긍정적인 면을 더욱 강화하여 새로운 인식 전환을 돕고자 다양한 영역에서 논의되고 있는데, 긍정심리학의 목적과 내용을 살펴보면 스포츠만큼 관련성이 높은 영역이 없다(정용각, 2010). 이는 선수들이 외상사건을 경험한 후 오히려 삶의 가치와 바람직성을 추구하고 외상사건 경험 이전보다도 더 의미 있는 긍정적인 변화를 일으킨다는 결과에 정적상관을 보고하였다(김현경 등, 2009; 이양자 등, 2008; Tedeschi & Calhoun, 1995, 2004).

긍정적이고 탄력적인 변화에 주목한 외상후성장은 외상 사건 이전보다 도전적이고 사회에 적응적이며, 스스로 문제 해결을 통한 긍정적인 변화를 가져올 수 있다. 구체적으로 선수들이 외상을 부정적으로 인식하고 받아들이는 것이 아니라 외상경험을 통해 스스로 내면적 성장과 자아실현을 지각함으로써 외상후성장을 설명할 수 있다. 따라서 선수들이 경험하는 다양한 외상을 통한 외상후성장의 본질적인

측면에 접근할 필요가 있다.

일반적으로 주관적 성격이 강한 외상후성장은 석진욱, 장미란, 이대진 그리고 박은선 선수의 예처럼 부상, 타인으로 인한 스트레스와 같이 부정적 사건인 외상을 겪으면서 얻게 되는 개인의 내면적 성장에 주목한다. 선수의 내면적 성장은 최고의 경기력 뿐만 아니라 생활기술(life skill) 범주에서 비교적 안정적으로 피비우스의 띠와 같이 긍정적 결과에 도달하게 된다. 즉, 원인은 각기 다르지만 삶의 인식변화, 인생의 지혜를 얻게 되는 관점으로 외상후성장의 폭과 깊이를 확장시킬 수 있다. 결국 외상경험이 인간적 성장과 인생을 가치 있게 살아가는 생활기술로 발현되어, 선수의 삶 전체에 유용한 자원을 제공한다.

스포츠 환경에서 선수는 다양한 외상사건을 경험할 가능성이 있으며, 외상을 통해 경기력이 한 단계 도약하거나 개인적 성장을 거듭하게 된다. 그럼에도 불구하고 스포츠심리학에서 외상후성장의 경험을 이해할 수 있는 이론적 근거가 미비한 실정이다. 운동선수에게 외상은 개인에서 그치지 않고 팀 또는 선수의 삶 전반에 영향을 미친다. 따라서 본 연구가 외상후성장의 개념적 정의를 제공할 뿐만 아니라 향후 스포츠심리학 연구에서 외상후성장의 개념을 도입하는 기초자료로 활용되길 기대해본다.

외상후성장의 도입은 향후 선수가 경험하는 다양한 외상 사건이 심리적 방해요인의 관점에서 벗어나 선수의 경기력에 긍정적 영향을 미치는 촉진요인 기여함과 동시에 선수의 긍정적 심리자본으로 설명될 수 있을 것이다. 따라서 시합이나 훈련에서 선수가 직면하고 경험하는 충격적 사건(traumatic event)이 때로는 선수를 성장시키는 강력한 심리적 자본이 될 수도 있음에 주목할 필요가 있다.

참고문헌

- 곽이섭, 김용이(2000). 운동선수의 생활스트레스, 성격적 강인함이 운동상해에 미치는 영향. **한국체육학회지**, 39(1), 347-354.
- 구민정(2008). 여자배구선수 은퇴 후 진로에 대한 문제점과 개선방안. 미간행 석사학위논문, 경희대학교 대학원, 경기.
- 권오정, 윤영길, 이예순(2010). 긍정심리학 관점에서 본 무용수의 심리체험 개념구조. **한국스포츠심리학회지**, 21(2), 1-14.

- 김관현, 박준석, 이주연, 이원희(2010). 유도 엘리트 선수와 지도자간의 상호갈등에 대한 이해. **대한무도학회지**, 12(1), 173-186.
- 김나라(2011). **스포츠 손상 후 재활 중인 선수들의 심리적 회복과정에 대한 중단연구**. 미간행 박사학위 논문, 고려대학교 대학원, 서울.
- 김보라, 신희천(2010). 자아탄력성과 삶의 의미가 외상후성장에 미치는 영향: 의미추구와 의미발견의 매개효과. **한국심리학회지: 상담 및 치료**, 22(1), 117-136.
- 김보미, 유성은(2012). 대인관계 외상 경험자들의 사회적 유대감, 정서 조절과 자살 생각의 관계. **한국심리학회지: 임상**, 31(3), 731-748.
- 김석일, 유진(2007). 복싱선수의 스포츠 대처전략과 성공지각 및 자아존중감의 관계. **한국스포츠심리학회지**, 18(4), 43-59.
- 김선진, 정응근, 나영일, 강준호, 박일혁, 김연수 외(2006). **국민생활체육활동 참여 실태조사**. 서울: 문화관광부
- 김용연, 안호정(2011). 국가대표 남·여 탁구 선수들의 상해에 관한 조사연구. **코칭능력개발지**, 13(3), 123-130.
- 김정수, 최언호, 최은규(1999). 축구 선수의 생활 스트레스와 스포츠 상해의 관계: 성취목표 성향과 대처 기술의 결합 중재 효과. **대한스포츠의학회지**, 17(2), 395-405.
- 김진수, 서수균(2011). 친밀한 관계경험과 성장적 반추가 외상 후 성장에 미치는 영향. **한국심리학회지: 일반**, 30(3), 793-809.
- 김한범, 권순용(2013). 대학축구선수 부상경험 의미 탐색. **한국스포츠사회학회지**, 26(1), 107-124.
- 김현경, 엄진섭, 전우택(2008). 북한이탈주민의 외상 경험 이후 심리적 성장. **사회복지연구**, 39, 29-56.
- 박성준, 곽한병(2003). 국내 스쿼시 운동종목 선수들의 스트레스 대처전략 활용에 관한 연구. **한국체육학회지**, 12(2), 221-229.
- 박정근(1999). 국가대표 축구선수들의 심리적 방해요인과 대처방안에 관한 연구. **한국스포츠심리학회지**, 10(1), 83-104.
- 성창훈(2002). 청소년 운동선수의 스포츠 탈퇴요인 구조 및 관련변인 분석. **한국스포츠심리학회지**, 13(2), 39-57.
- 송승훈, 이홍석, 박준호, 김교현(2009). 한국판 외상 후 성장 척도의 타당도 및 신뢰도 연구. **한국심리학회지: 건강**, 14(1), 193-214.
- 송현, 이영순(2011). 심리적 강인성과 정서지능이 외상후성장에 미치는 영향: 적극적 대처의 매개효과를 중심으로. **상담학연구**, 12(4), 1231-1246.
- 송현, 이영순(2012). 정서인식명확성과 외상 후 성장의 관계: 정서표현과 정서조절양식의 매개효과. **한국심리학회지: 상담 및 심리치료**, 24(4), 891-910.
- 신동열(2006). 중학교 축구선수의 합숙생활 연구. 미간행 석사학위논문, 단국대학교 대학원, 서울.
- 안현의(2007). 복합외상의 개념과 경험적 근거. **한국심리학회지: 일반**, 26(1), 105-119.
- 양계령(2008). 심리적 학대와 자아탄력성이 복합 PTSD에 미치는 효과: 가정폭력 피해여성을 중심으로. 미간행 석사학위논문, 강원대학교 대학원, 강원.
- 오경록, 한혜원(2011). 한국프로농구(KBL)선수의 상해심리와 스트레스 및 운동몰입의 관계. **한국여성체육학회지**, 25(1), 131-142.
- 유지현(2006). **소방공무원의 PTSD 증상과 정서 상태, 대처방식 및 사회적 지지의 관계**. 미간행 석사학위논문, 가톨릭 대학교 대학원, 경기.
- 유희정(2012). **외상 후 성장에 영향을 미치는 변인들 간의 구조적 관계**. 미간행 박사학위논문, 부산대학교 대학원, 부산.
- 윤명숙, 박은아(2011). 정신보건사회복지사의 외상 후 성장 관련 요인 연구. **정신보건과 사회사업**, 39(12), 61-89.
- 윤인애, 윤용진(2013). 스포츠 상해예방을 위한 축구선수들의 심리적 강인성 효과. **한국체육과학회지**, 22(3), 645-654.
- 이강현, 조우진, 이재훈(2004). 스포츠 형태와 종목유형별 고교운동선수들의 스트레스 요인. **한국체육과학회지**, 13(1), 343-352.
- 이계운(2002). 운동선수들의 스트레스와 사회적 지원, 대처기술에 따른 운동상해 효과. **한국스포츠심리학회지**, 13(3), 141-155.
- 이광섭(2013). **운동선수의 역경극복을 통한 회복탄력성 형성 과정**. 미간행 석사학위논문, 한국체육대학교 대학원, 서울.
- 이수림(2013). 외상 유형이 외상후성장 및 지혜에 미치는 영향: 사회적 지지와 대처의 매개효과. **한국심리학회지: 문화 및 사회문제**, 19(3), 319-341.
- 이양자, 정남운(2008). 외상후성장에 대한 연구 개관: 적응과의 관계 및 치료적 적용을 중심으로. **한국심리학회지: 건강**, 13(1), 1-23.
- 이영선(2009). 암환자 가족을 대상으로 한 '외상 후 성장 척도

- (K-PTGI)의 타당도 검증. *사회복지연구*, 40(2), 123-143.
- 이유리(2010). **외상 후 성장의 애착-인지 모형 검증: 입양 미혼모를 대상으로**. 미간행 박사학위논문, 고려대학교 대학원, 서울.
- 이인정(2009). 암 경험에 따른 외상후성장에 대한 국내외 연구의 체계적 고찰. *사회복지 실천과 연구*, 6, 81-113.
- 이준석(2013). **운동선수 자아탄력성 개념 구조와 재활 선수의 심리상태의 관계**. 미간행 박사학위논문, 한국체육대학교 대학원, 서울.
- 장유진, 손천택(2008). 메달획득경험이 있는 중학교 레슬링선수의 합숙 인식. *한국스포츠교육학회지*, 15(2), 99-112.
- 정용각(2010). 긍정심리학과 스포츠. *한국스포츠심리학회 동계학술대회 발표 자료집*, 1-6.
- 조대용, 엄성호(2008). 심리기술훈련이 대학축구선수의 경기력결정 심리요인과 운동스트레스에 미치는 영향. *한국스포츠심리학회지*, 19(4), 1-20.
- 최관용(2003). 체육고등학교 선수들이 운동을 포기하는 이유. *한국체육학회지*, 42(3), 317-326.
- 최마리, 김병준(2011). 스포츠 지도자와 선수의 행동부합에 관한 개념모형 제안. *한국체육학회지*, 50(1), 45-56.
- 최승미(2008). 외상 후 성장 관련 변인의 탐색. 미간행 고려대학교 박사학위논문, 서울.
- 최은규(2002). 유소년 축구선수의 사회적 지지와 상해위험 지각의 관계. *한국스포츠심리학회지*, 13(3), 169-183.
- 한노을(2008). **외상 후 성장에 관한 현상학적 연구: 아동기 성폭력을 경험한 여성을 중심으로**. 미간행 석사학위논문, 서울여자대학교 대학원, 서울.
- 한미현(1996). **아동의 스트레스 및 사회적지지 지각과 행동 문제**. 미간행 박사학위논문, 서울대학교 대학원, 서울.
- 한성열, 허태균, 김종직, 채정민(2001). 스트레스상황 특성에 따른 적응적인 대처양식: 대처양식의 유연성 제안. *한국심리학회지: 건강*, 6(2), 123-143.
- 한인영, 이인정(2011). 암환자의 외상 후 성장에 영향을 미치는 요인에 관한 연구. *사회복지연구*, 42(2), 419-441.
- Babette, R. (2013). **내 인생을 힘들게 하는 트라우마**(최주연, 김좌준 역.). 서울: 소울메이트. (원저 2000)
- Bonanno, G. A. (2004). Loss, trauma, and human resilience: Have we underestimated the human capacity to thrive after extremely aversive events? *American Psychologist*, 59, 20-28.
- Bower, J. E., Meyerowitz, B. E., Desmond, K. A., Bemaards, C. A., Rowland, J. H., & Ganz, P. A. (2005). Perceptions of positive meaning and vulnerability following breast cancer: Predictors and outcomes among long-term breast cancer survivors. *Annals of Behavioral Medicine*, 29, 236-245.
- Briere, J., & Elliott, D.(2000). Prevalence, characteristics, and long-term sequelae of natural disaster exposure in the general population. *Journal of Traumatic Stress*, 13, 661-679.
- Calhoun, L. G., & Tedeschi, R. G. (1998). *Posttraumatic growth: Future directions*. In R. G. Tedeschi, C. L. Park, and L. G. Calhoun(Eds.), *Posttraumatic growth: Positive changes in the aftermath of crisis* (pp. 215-238). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Calhoun, L. G., & Tedeschi, R. G. (2004). The foundations of posttraumatic growth: New consideration. *Psychological Inquiry*, 15, 93-102.
- Cohen, S., & Willis, T. A. (1985). Stress, social support and the buffering hypothesis. *Psychological Bulletin*, 98(2), 310-357.
- David, C. G., Nolen-Hoeksema, S., & Larson, J.(1998). Making sense of loss and benefiting from the experience: Two construals of meaning. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75, 561-574.
- Frazier, P., Conlon, A., & Glaser, T. (2001). Positive and negative life changes following sexual assault. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 69, 1048-1055.
- Johnson, U., Ekengren, J., & Andersen, M. B. (2005). Injury prevention in Sweden: Helping soccer player at risk. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 27, 32-38.
- Joseph, S., William, R., & Yule, W. (1993). Changes in outlook following disaster: The preliminary development of a measure to assess positive and negative responses. *Journal of Traumatic Stress*, 6(2), 271-279.
- Kinsinger, D. P., Penedo, F. J., Antoni, M. H., Dahn, J. R., Lechner, S., & Schneiderman, N. (2006). Psychosocial and sociodemographic correlates of benefit-finding in men treated ofr localized prostate cancer. *Psycho*

- oncology*, 15(11), 954-961.
- Levenson, M. R., Jennings, P. A., Aldwin, C. M., & Shiraishi, R. W. (2005). Self-transcendence: conceptualization and measurement. *International Journal of aging and human development*, 60(2), 127-143.
- Linley, P. A. & Joseph, S.(2004). Positive change following trauma and adversity: A review. *Journal of Traumatic Stress*, 17(1), 11-21.
- Lyons, J. A.(1990). Strategies for assessing the potential for positive adjustment following trauma. *Journal of Traumatic Stress*, 4, 93-111.
- Maercker, A., & Zoellner, T. (2004). The Janus face of self-perceived growth: Toward two-component model of posttraumatic growth. *Psychological Inquiry*, 15, 41-48.
- Park, C. L., Cohen, L. H., & Murch, R.(1996). Assessment and prediction of stress-related growth. *Journal of Personality*, 64(1), 71-105.
- Polatinsky, S., & Esprey, Y. (2000) An Assessment of Gender Differences in the perception of benefit resulting from the Loss of a child. *Journal of Traumatic stress*, 13, 709-718.
- Schroevers, M. J., Helgeson, V. S., Sanderman, R., & Ranchor, A. V. (2009). Type of social support matters for prediction of posttraumatic growth among cancer survivors. *Psycho oncology*, Epub ahead of print.
- Schulz, U., & Mohamed, N. E. (2004). Turning the tide: benefit finding after cancer surgery. *Social science and Medicine* 59(3), 653-662.
- Selye, H. (1973). The Evolution of the stress concept. *American Scientist*, 61(6), 692-699.
- Smith, A. M, Scott, S. G., O Fallon, W. M., & Young, M. L. (1990). Emotional responses of athletic injury. *Section of Sports Medicine, Mayo Clinic*, 65(1), 38-50.
- Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (1995). *Trauma and transformation; growing in the aftermath of suffering*. Thousand Oak, CA: SAGE Publications.
- Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (1996). The Posttraumatic Growth Inventory: Measuring the positive legacy of trauma. *Journal of Traumatic stress*, 9, 455-471.
- Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (2004). Posttraumatic Growth: Conceptual foundations and empirical evidence. *Psychology Inquiry*, 15(1), 1-18.
- Thornton, A. A., & Perez, M. A. (2006). Posttraumatic growth in prostate cancer survivors and their partners. *Psycho oncology*, 15(4), 285-296.
- Weiss, T. (2002). Posttraumatic growth in women with breast cancer and their husbands: An intersubjective validation study. *Journal of psychosocial oncology*, 20, 65-80.
- Weiss, T. (2004). Correlates of posttraumatic growth in husbands of breast cancer survivors. *Psycho oncology*, 13(4), 260-268.
- Werner, E. E., & Smith, R. S. (1992). *Overcoming the odds: High risk children from birth to adulthood*. New York: Cornell University Press.
- Zebrack, B. J., Yi, J., Petersen, L., & Ganz, P. A. (2008). The impact of cancer and quality of life for long-term survivors. *Psycho oncology*, 17(9), 891-900.
- Zoellner, T., & Maercker, A. (2006). Post-traumatic growth in clinical psychology: A review and introduction of a two component model. *Clinical Psychology Review*, 26, 626-653

안동시 스포츠문화의 세방화: 지역 스포츠문화의 세계화와 지역화 상호작용

Glocalization of Andong City's Sport Culture: Interaction between Globalization and Localization of Local Sport Culture

백정민 · 이종영* 한국체육대학교

Baek, Jung-Min · Lee, Joung-Young Korea National Sport Univ.

요약

본 연구는 한국에서 가장 독특한 고유문화를 계승해온 도시 중의 한 곳인 안동시 지역 스포츠문화에서 나타나는 세방화 현상을 분석하기 위하여 지역 스포츠문화의 지역화와 세계화, 그리고 세계 스포츠문화의 지역화와 세계화 현상을 Andrews와 Ritzer(2007)의 세방화 개념적 준거 틀을 활용하여 밝히고자 하였다. 이를 통해 얻은 결론은 첫째, 안동시의 스포츠문화는 지역 스포츠문화의 지역화 차원에서 강력한 세계화 현상에 저항하는 지역 고유 스포츠문화의 계승 및 보존 노력이 나타났다. 둘째, 안동시 스포츠문화는 지역 스포츠문화의 세계화 차원에서 안동시의 고유한 스포츠문화를 세계로 확산시키려는 노력이 동시에 나타났다. 셋째, 안동시 스포츠문화는 세계 스포츠문화의 지역화 차원에서 세계 스포츠문화로부터 유입된 세계적 스포츠 종목이 안동시민체육대회에서 안동시의 전통적 스포츠문화 풍습과 함께 실천되는 형태를 보이고 있었다. 넷째, 안동시 스포츠문화는 세계 스포츠문화의 세계화 차원에서 급속한 세계화의 영향으로 편입된 안동시의 국제스포츠종목들을 세계스포츠조직으로 하여금 안동시에서 직접 대회를 진행하고 전 세계 운동선수들이 참여하고 관람하는 형태로 나타나고 있었다. 결과적으로 안동시 스포츠문화의 세방화는 지역의 고유 스포츠문화가 고유화되어 차별화되는 동시에 세계화되며, 세계 스포츠문화가 안동시의 스포츠지역 문화화 되고 동시에 안동시에서 세계 스포츠문화를 확산시키는 복합적인 형태로 진행되었다.

Abstract

The study aims at analyzing glocalization of regional sport culture by utilizing a conceptual frame of reference of glocalization for the purpose of analyzing the phenomena as interaction between globalization and localization of regional sport culture in Andong city. The diverse cultural data of Andong city were analyzed based on the conceptual frame of Andrews and Ritzer(2009)'s theory of glocalization, in terms of localization and globalization of regional sport culture, localization and globalization of global sport culture. The analyzed data showed the followings: Firstly, in terms of localization of regional sport culture, strong regionality of Andong city's sport culture is maintained and uphold in Andong city where original regional culture is preserved. Secondly, in terms of globalization of regional sport culture, the persistent efforts for which spread the unique sport culture of Andong city to the world have been exerted. Thirdly, in terms of localization of the world sports culture, sports events from the world culture rapidly are practiced by Andong citizen. Fourthly, in terms of globalization of the world sports, Andong city willingly allows the world sports organizations held diverse international sports competitions in Andong city so that athletes over the world could participate.

Key words: glocalization, sports culture, globalization, localization

이 연구는 2012학년도 한국체육대학교 특성화역량개발사업의 지원을 받아 수행된 연구임.

* jylee@knsu.ac.kr

I. 서론

우리가 살고 있는 21세기 삶의 가장 큰 특징은 전 세계인들의 생활이 통합되고 있다는 것이다. 이러한 지구화현상은 급속한 정보통신의 발달과 교통수단의 확산으로 인한 국경을 초월한 문화적 교류의 가속화 결과이다. 세계적인 문화 교류로 인한 세계 문화의 동질화 압력은 동시에 고유한 지역 문화의 중요성을 더욱 부각시키고 있다. 현대사회에서 세계인들의 삶의 다양성에 가장 강력한 영향을 미치는 지구화(globalization)와 지역화(localization)의 상호작용은 이제 세계의 모든 곳에서 세방화(glocalization)의 형태로 치열하게 전개되고 있다. 세방화는 세계의 문화와 지방의 고유문화가 상호작용을 통해 충돌과 교섭을 거쳐 조화를 이루는 형태를 의미한다(Robertson, 1995: 28).

스포츠문화에서의 세방화 현상은 지구화의 영향을 크게 받고 있는 우리나라 사람들의 스포츠 행동을 이해하는데 매우 중요한 개념이 되고 있다. 왜냐하면 지구화의 영향이 더욱 커질수록 고유한 지역문화에 대한 관심이 동시에 증대되기 때문이다. 이러한 현상은 스포츠문화가 필연적으로 세방화의 결과물이 되게 한다. 우리나라 스포츠문화에서 세방화의 현상을 가장 잘 나타내는 지역이 안동시라고 할 수 있다. 왜냐하면 안동시는 우리나라에서 지역적인 고유문화 특성이 가장 강한 도시 중의 한 곳인 동시에 지역의 고유문화를 지구화시키는데 가장 적극적인 도시이기 때문이다.

안동시는 '한국정신 문화의 수도'로서 우리 민족의 고유한 생활양식과 문화유산을 소중히 간직하고 있으며, 많은 유무형의 문화유산이 존재하는 지역이다. 또한 일상생활에서 전통문화를 자주 접할 수 있는 지역적 특징을 가진 도시이다. 1999년 영국 엘리자베스 2세 여왕과 2009년 부시 전 미국대통령이 안동지역을 방문한 사례는 한국전통 문화유산의 가치가 세계적으로 인정받을 수 있었던 사례이며, 2010년 세계 유네스코 무형문화제 등재로 안동시의 전통문화가 잘 보존되어 있음을 보여준다.

영국에 의한 크리켓(cricket)의 인도 전파는 스포츠 세방화를 가장 극명하게 보여주는 예이다(Kildea & Leach, 1975). 크리켓은 영국이 인도의 식민지 통치를 위해 파견한 지도자들에 의해 규율, 복종, 위계질서의 보수적 가치를 극대화 시킬 의도로 인도에 전파되었다. 그러나 인도의 크리켓은 인도의 고유한 지방 문화에 맞게 그 규칙과 운영방식이 독특한 방식으로 수정되어 실천되고 있다.

스포츠의 세방화 현상은 지구화를 적극적으로 수용하면

서도 전통적인 고유한 문화를 지니고 있는 우리나라의 스포츠문화에서 나타날 수 밖에 없는 필연적인 현상이다. 특히 지방의 고유한 전통 문화적 특징이 강한 안동시에서 개최되는 전통문화인 하회별신굿 탈춤과 댄스스포츠, 무용, 에어로빅이 융합된 형태의 마스크 댄스 대회가 그 전형적인 예이다. 마스크 댄스는 안동시의 전통 문화인 탈춤과 지구화로 인한 세계 스포츠 문화인 댄스스포츠와 에어로빅 등의 스포츠가 창의적인 방법으로 융합되어 세방화되고 있는 것이다. 이 대회는 안동시에서 매년 전국단위 대회는 물론 국제대회로 개최될 뿐 아니라 시민들의 생활체육활동으로 활성화되고 있다.

국내의 지구화와 지역화 관련 선행연구들은 프로선수들의 세계 국가 간 이동과 문제점, 그리고 영웅성 등을 주로 다루어왔다 (양소예, 2007; 이근모, 2008; 전원재, 2010). 국외에서는 세방화 현상을 '혼합화', '현지화', '잡종화', '세계와 지역의 연계 (global-local nexus)' 등의 다양한 개념으로 연구하였다. 그 중에서도 국가, 도시 단위 연구(Brawley, 2009; Eick, 2006; Harris, 2001; Krossa, 2009; LIU, 2011; Seaton, 2012)와 미디어 연구(Cheng, 2012; Freeman, 2008; Lee, 2005; Wasserman, 2008)가 주를 이루어 왔다.

특히 Andrews와 Rizter(2007) 연구는 세계와 지방을 연결하는 구성적인 상호 의존성과 이들의 결과로 나타나는 융합현상을 세방화로 규정함으로써 지구화가 가속화되는 현대 스포츠 현상의 세방화 현상 규명에 중요한 초석을 놓았다. 그들이 사용한 Rizter(2003, 2004)의 세방화 개념에서는 세방화와 세계화 현상을 사분면으로 분해하여 두 연속체의 하위개념을 사례로 분석하는 방법을 제시하였다. 또한 Robertson(1995)은 세방화의 현상 분석에 유용한 시간-공간, 동질성과 이질성의 요소를 제시함으로써 세방화의 개념 정립에 공헌하였다.

현재까지 스포츠문화에 관한 연구들 역시 스포츠의 세계화 측면에 대한 언급(김기탁 등, 2012; 김경동, 1994; 김주훈, 2007; 김용식, 2008; 이광용 등, 2000, 이홍중, 2002)하고 있으나, 각 지역에서 이루어지는 지역 스포츠문화와 세계 스포츠문화의 치열한 상호작용을 다룬 세방화의 연구는 부족한 실정이다. 즉, 현대사회의 우리나라 스포츠문화는 가속화되는 지구화의 영향과 고유한 스포츠 문화를 유지 또는 보존하려는 지역화의 상호작용으로 이해하는 것이 필요한 때이다. 이러한 시도는 개화기의 근대화 산물로 유입된 스포츠가 지방의 고유한 문화와 융합되어 지역 스포츠문화를 형성하는 과정을 이해할 수 있다는 측면에서 이 연구의 중요한 의의가 있다.

따라서 본 연구는 지구화와 지역화가 급속하게 동시에 발생하는 한국 지역 스포츠문화를 이해하기 위한 것이다. 이를 위하여 Andrews와 Rizter(2007)의 세방화 개념적 준거틀을 활용하여 전통 스포츠 문화가 잘 보존되어 있는 안동시 지역스포츠문화의 세계화와 지방화 상호작용, 즉 세방화 현상을 구명하고자 한다.

II. 연구방법

본 연구는 안동시 스포츠문화의 세방화 현상을 구명하기 위해서 세계화 차원의 현상과 지방화 차원의 현상을 Andrews와 Rizter(2007)의 세방화 개념틀을 바탕으로 현상을 좀 더 심층적으로 이해하고 현상의 경험과 의미를 밝히는데 목적이 있다. 연구의 목적을 달성하기 위한 연구방법은 질적 연구의 방법인 문헌 연구와 현상학적 연구방법(the phenomenological research)을 사용하였다.

1. 정보제공자

본 연구는 질적 연구에서 주로 이용되는 비확률 표집(non-participant observation)의 하나인 유목적적 표집법(purposeful sampling)을 활용하였다. 그 결과 본 연구의 연구 참여자는 안동의 세계화, 지역화에 대한 전문가로 체육 행정 전문가, 스포츠 지도자로 구성하였다. 이러한 구성은 예비연구를 실시한 후 가능하였다. 이와 함께 연구 중 집중되어야 할 세계화, 지역화를 재점검하고, 실제적으로 스포츠 현장의 상황은 없는지를 재검토하였다. 이렇게 구성된 연구의 참여자는 준거표집을 통해 일차적으로 선정된 전문가와의 상의 과정을 거쳐 풍부한 사례를 제공해줄 수 있는지 알아보는 강도표집의 절차를 거친 후 최종 각 분야 2명씩 총 4명의 전문가들을 정보 제공자로 선정하였다. 따라서 정보제공자의 일반적 특성을 <표 1>와 같다.

표 1. 정보제공자의 일반적 특성

구분	이름	성별	분야	경력	비고
1	최○○	남	체육행정	22	
2	이○○	남	체육행정	28	
3	신○○	남	지도자	19	
4	조○○	여	지도자	16	

2. 자료수집방법

연구자는 본 연구 지역인 안동시 스포츠문화를 이해하기 위하여 문헌자료 조사, 참여관찰 및 심층면담을 통해 관찰하기 위해 2012년 3월부터 2012년 11월까지 8개월 동안 안동시 스포츠 현장을 방문하여 참여 관찰을 실시하였다. 연구기간 중 질적연구에서 중요한 정보제공자와의 라포(rapport) 형성을 위해 생활체육 현장에 직접 참여하며 구조화 및 비구조화 된 면담을 실시하였다. 관찰을 할 때는 메모식으로 현장노트를 기술하였고 이후 기록지로 옮겨 정리하였다.

표 2. 질적자료 수집방법

수집방법	자료출처	내용
문헌자료	안동시, 안동시체육회, 안동시생활체육협회	보고서, 공문, 지침서, 발간 소식지 및 자료집
	언론재단의 신문기사 데이터베이스	안동시 스포츠, 지역스포츠, 스포츠문화, 세계화, 지방화, 세방화
심층면담	연구자의 반성일지, 체험기술	
	정보제공자의 개인면담, 단체면담	

1) 문헌자료

안동시 스포츠문화의 세방화 현상을 보다 면밀하고 폭넓은 이해와 분석을 위한 관련된 자료의 수집도 병행하였다. 안동시, 안동시체육회, 안동시생활체육협회에서 나온 보고서, 공문, 지침서, 발간 소식지 및 자료집 등에서 세계화, 지방화, 세방화 현상에 관한 문헌자료를 고찰하였다.

또한 한국 언론재단의 신문기사 데이터베이스인 KINDS(www.kinds.or.kr)를 통해 각 신문사가 제공하는 기사 검색 엔진에 안동시 스포츠, 지역스포츠, 스포츠문화, 세계화, 지방화, 세방화 등의 낱말이 포함된 기사 및 사설만을 한정하여 문헌자료로 활용하였다.

2) 현상학적 자료

현상학적 연구방법은 연구자와 정보제공자의 선형적 경험을 바탕으로 일상의 생생한 삶의 모습을 이해하는 방법이다. 이는 사실을 밝히는 것이 아니라 정보제공자들이 인식하는 현상을 밝히고 현상의 경험을 정확히 서술하는데 목적을 두고 있다. 따라서 참여관찰과 심층면담을 위한 공간은 안동시 생활체육 현장, 안동시 학교체육 현장, 안동시민체육대회가 있었으며 안동시민들의 다양한 문화현상을 파악하기 위해 생활체육 참여 뿐 아니라 평상시 활동도 모두 기술하였다.

3. 자료 분석방법

본 연구에서는 Colaizzi의 6단계 분석 방법을 사용하였다. Colaizzi(1978)의 분석 방법은 연구 참여자로부터 수집한 자료로부터 의미있는 문장이나 구를 추출하고, 이를 기반으로 일반적이며 추상적인 진술을 만들어 범주화시킨 후 경험의 본질적 구조를 기술해내는 것이다(신경림 등, 2004). 1단계는 인터뷰 내용을 전사(transcription)하여 부호화(coding)를 단계를 반복하여 자료를 읽고 세계화, 지방화와 관련된 의미 있는 내용을 표시하였다. 2단계는 스포츠문화의 세계화, 지역화 관련 현상과 직접 관련된 말이나 문장을 참여자의 표현에서 찾아 용어의 통일과 대표성을 찾고자 노력하며, 정보제공자의 진술을 일반적이고 추상적인 어휘로 바꾸었다. 3단계는 세계화, 지역화 관련 현상과 관련된 문장에서 의미를 찾아내었다. 4단계는 구성된 의미 주제별 조직화하였다. 5단계는 분석된 자료를 주제에 따라 정보제공자의 구체적인 경험을 분석하였다. 마지막으로 6단계는 문헌연구와 현상학적 연구의 분석결과를 종합하여 확인된 세계화, 지역화 현상의 요소들을 통합하여 안동시 스포츠문화의 구조를 분석하였다.

4. 연구의 타당도와 신뢰도

연구의 신뢰도와 타당도를 확보하기 위해 스포츠문화 전문가, 스포츠사회학 전공 학자들과 협의 및 토론을 하였다. 또 참여관찰, 심층면담, 선행 연구물 및 관련 자료 분석 등을 통한 연구 결과가 연구 의도 및 목적에 부합하고 일관성을 확보했는지를 다각도 검증(triangulation)을 통해 확인하였다. 마지막으로 연구 참여자의 신분을 보호하기 위해 가명을 사용하였고 본 연구가 참여자의 사생활에 방해가 되지 않도록 이들의 일정과 편의를 배려하며 참여관찰과 일대일 면접을 실시한 질적 자료를 분석하였다.

또한 본 연구자는 안동지역 출신으로서 연구자의 경험과 정보제공자의 주관적 의견의 진위를 검증하기 위하여 모두 주관성을 발휘하여 간주관성(상호주관성)이 가능하도록 하여 연구의 신뢰성과 타당성을 높이는 노력을 하였다.

III. 연구결과

안동시 스포츠문화의 세방화 현상은 Andrews와 Rizter(2007)의 개념을 활용하여 지역스포츠문화의 지역화와 세계

화, 세계스포츠문화의 지역화와 세계화의 네 차원으로 분석하여 제시하였다.

1. 안동시 스포츠문화의 지역 스포츠문화화

안동시 스포츠문화의 지역 스포츠문화화 현상은 Andrews와 Rizter(2007)의 개념에 따르면 지역스포츠문화의 지역화 현상이다. 이는 안동시의 고유한 스포츠문화의 유지와 보존에 위협이 되는 지구화의 영향에 저항하여 안동시에서 전통적, 역사적으로 전해져 내려오고 있는 스포츠 문화를 유지, 보존하고 활성화시키려는 노력을 포함한다.

안동시에는 지구화로 인하여 우리나라에 근대 스포츠와 게임들이 유입되기 이전에도 놀이와 게임의 신체활동 또는 문화적인 전통을 지닌 탈춤, 씨름, 활쏘기 등의 신체 활동이 활발하게 실천되어 왔다. 이 중에서도 차전놀이는 유교 문화가 강한 양반도시 안동에서 가장 널리 행해진 스포츠 요소가 강한 신체 활동 종목이다.

또한 안동시에서 지구화로 인한 서구세계의 근대 스포츠에 저항하여 유지, 보존하고 활성화시키려는 전통적 민속놀이(스포츠)에는 놋다리 밝기, 화상놀이, 차전놀이 등이 있다.

놋다리밝기는 고려 공민왕이 몽진을 위해 예천, 풍산을 거쳐 소야천에 도착했을 때 강을 건너기 위해 마을의 여성들이 허리를 굽혀 다리를 만든 것에 기원한다. 이렇게 다리를 만들고 노국공주가 여성들의 등을 밟고 강을 건너 간 것이 오늘날의 놋다리밝기가 되었다.

안동차전놀이는 통일신라 말에 후백제의 왕 견훤이 고려 태조 왕건과 자웅을 겨루고자 안동으로 진격해왔을 때 견훤을 낙동강 물속에 밀어 넣었다. 이후 팔짱을 낀 채 어깨로만 상대편을 밀어내는 차전놀이가 생겼다고 전해지고 있다. 또 다른 유래는 견훤이 쳐들어왔을 때 마을 사람들이 여러 짐수레를 만들어 타고 격파를 하는 역사에 기원한다.

안동화상놀이는 단오 전날 밤에 서후 저전리 마을을 가로지르는 냇가에서 행해진다. 편구성은 '정외마와 '거릿마'가 동부가 되고, '큰마'와 나머지 지역이 서부가 된다. 양편은 싸움 장소인 냇가에 모인 후 불을 피운다. 양편이 합의가 되면 화상에 불을 붙인 뒤 싸움이 시작된다. 양편은 '찍찍' 소리를 내며 내를 건너 상대편으로 쳐들어가 상대편과 격돌한다. 양편이 돌리는 화상의 불꽃이 온 하늘을 수놓는다. 적과 마주치면 화상끼리 걸어서 힘껏 던져 화상을 빼앗는 역사에 기원한다(한국향토문화전자대전-디지털안동문화 <http://andong.grandculture.net/Contents/Index?dataType=01>).

늦다리 밝기, 화상놀이, 차전놀이는 지역 스포츠문화화 되는 특성을 지니고 있었다. 역사적 기원을 바탕으로 안동시 스포츠문화에서 전통적 생활양식과 지리적 특성을 바탕으로 오늘날까지 보존되고 있으며, 각종 지역 행사에서 실현되고 있었다.

이러한 전통적인 신체 활동 놀이는 지구화의 영향으로 근대스포츠가 유입되기 전에는 일상적으로 이루어져 왔다. 그러나 근대 스포츠 종목들의 범람으로 전통 신체 활동 놀이가 고사되는 상황에 이르자 안동 시민들은 사라져가는 안동시의 고유 신체 문화에 대한 향수와 위기감을 동시에 느끼게 되면서 이들의 실천에 대한 관심이 고조되는 현상이 살아났다.

2. 안동시 스포츠문화의 세계 스포츠문화화

안동시 스포츠문화의 세계스포츠문화화 현상은 Andrews와 Rizter(2007)의 개념에 따르면 지역 스포츠 문화의 세계화 현상이다. 이는 지구화로 인하여 세계의 스포츠 문화가 안동으로 유입되는 현상이 팽배해지면 질수록 안동시의 고유문화를 유지 보존하는 동시에 안동시의 고유문화를 세계에 알리고 이를 세계화하려는 노력이 동시에 발생하게 되는 현상이다.

안동시의 스포츠문화를 가장 잘 나타내고 있는 생활체육 관련 신문기사와 블로그 내용을 분석해 보면 크게 세 가지의 유형으로 구분된다. 이들은 안동도시브랜드, 안동탈춤, 안동 수상스포츠로 안동시 스포츠문화가 어떻게 세계 스포츠문화화 되는가를 나타내고 있다.

첫 번째 유형은 안동의 도시브랜드를 높이려는 노력이다. 이 노력은 신체활동과 스포츠 종목별 전국단위 대회 유치와 도지사기 대회는 물론 국제 스포츠 이벤트를 유치하는 것이다. 안동시가 청정도시, 스포츠 도시, 전통문화의 도시의 이미지를 부각시켜 안동시 스포츠문화의 세계화를 지향하고 있는 것이다.

2011년 제 44회 회장이 전국장사 씨름대회를 비롯한 22개의 국제 및 전국단위 체육대회를 유치하여 107일간 17000여명이 안동지역을 찾아 60억원의 지역경제 유발효과를 가져왔고...(스포츠마케팅으로 지역경제 활성화에 효자 노릇, 매일신문, 2012. 1. 10.)

'안동국제탈춤페스티벌 2012'가 세계금융위기 이후 국내 경기침체에도 633억원 규모의 지역경제 효과를 가져다준 것

으로 평가됐다. 입장객과 관광객 등 축제 방문객 조사에서도 전체 110만3천488명이 다녀가 지난해보다 2.6% 증가했으며, 외국인 경우 4만2천129명이 찾아 1.8% 늘어난 것으로 조사됐다(안동탈춤축제 지역경제 효과 633억원, 매일신문, 2012. 12. 14)

두 번째 유형은 안동의 탈춤페스티벌을 국제대회로 개최하고 이를 온라인 매체를 활용하여 적극적으로 홍보하는 방법이다. 탈춤페스티벌은 안동의 전통문화인 하회별신굿탈과 현대적인 발레, 현대무용, 에어로빅 등이 어우러진 문화형태를 나타내고 있어 지구화와 지역화의 융합으로 만들어진 세방화의 전형적인 산물이다. 그러나 이러한 세방화의 산물인 탈춤페스티벌을 통하여 안동시의 전통적인 신체 활동인 탈춤을 세계에 알리려는 노력은 지역 스포츠문화의 세계화 노력으로 파악된다.

전통탈춤이 가지고 있는 전통성과 보편적 탈문화를 통해 새롭게 재탄생되는 현대성 모두를 가지고 있는 안동국제탈춤페스티벌이 이러한 전통성과 현대성의 부각 및 프로그램 변화를 통해 축제의 K-POP으로 재탄생하게 될 전망이다. (K-Festival 안동국제탈춤페스티벌, 뉴시스, 2012. 6. 19)

특히 Google.com, Yahoo.com의 외국인 작성 국내 여행 블로그 100여개를 조사한 결과 '안동국제탈춤페스티벌'이 가장 많은 내용을 차지했고 문화체육관광부에서 발간한 '한국 축제에 대한 외국인 인식 조사 보고서'에서는 안동국제탈춤페스티벌의 인지율이 26.2%로 가장 높게 나타난 결과를 보였을 정도로 외국인이 갖는 안동국제탈춤페스티벌의 관심도는 지대하다(축제의 한류 K-Festival "안동국제탈춤페스티벌, 브레이크 뉴스, 2012. 4. 9).

세 번째 유형은 안동의 수상스포츠를 전 세계적인 이벤트로 만들려는 노력이다. 안동시는 낙동강 상류지역의 청정한 지리적 요건과 천혜의 자연환경을 바탕으로 전 세계적인 수상스포츠 천국으로서 주목 받고 있다. 이러한 지리 문화적 여건을 지역 스포츠문화의 세계화와 연계하여 친환경적인 자원을 적극적으로 활용하려는 노력을 보이고 있다.

동양 최적의 배스 자원이 풍부하고 선착장 및 부대시설이 잘 갖춰진 안동호(안동 안동호 국제배스낚시대회 개최, 뉴시스, 2012. 6. 17).

안동호는 동양 최적의 루어 낚시터로 인정받으면서 한국 스포츠피싱협회가 해마다 주관하는 17차례의 전국대회 가운

데 12차례 이상을 안동호에서 개최했다. 2009년 13차례의 배스 낚시대회가 안동호에서 개최돼 2천760명이 참가했다. 1인당 3일 동안 50만원을 소비했을 경우 16억8천여만 원을 지역에서 소비한 것으로 파악돼 배스낚시대회가 지역경제에도 보탬이 되는 것으로 파악됐다(보트 타고 배스낚시 안동호, 손맛 최고, 매일신문 2010. 3. 30)

안동시는 '한국정신문화 수도'라는 도시브랜드와 전통문화를 활용한 안동국제탈춤페스티벌과 지리적인 요건을 활용하여 안동시 지역스포츠문화를 세계화시키려는 노력을 적극적으로 전개하고 있다. 이는 지구화의 영향이 거세질수록 이에 저항하여 전통적인 신체 활동 놀이 스포츠를 체계화하여 유지 보존 및 활성화시키고, 이를 세계에 알리려 세계화시키려는 노력으로 분석된다. 또한 이러한 노력은 고유한 전통을 지니고 있는 안동의 전통적 자본과 미래 가능성을 세계인과 함께 소통함으로써 세방화적인 문화교류의 장을 형성해가고 있다고 볼 수 있다.

3. 세계 스포츠문화의 안동시 스포츠문화화

세계 스포츠문화의 안동시 지역스포츠문화화 현상은 Andrews와 Rizter(2007)의 개념에 따르면 세계 스포츠문화의 지역화 현상이다. 이의 대표적인 현상은 안동시 스포츠(민속)축제인 안동시민체육대회를 들 수 있다. 안동시의 대표적인 지역스포츠문화 실천의 장인 안동시민체육대회의 경기종목은 안동시 고유의 전통종목보다는 지구화 영향으로 유입된 근대 스포츠종목이 주를 이룬다. 이러한 현상은 이 대회 개최 종목의 변천과정에서 나타난다.

안동시민체육대회는 1950년 6.25 전쟁으로 많은 자료가 소실되어 대회 최초 자료는 추적이 어렵지만 1953년 제 3회 시민체육대회의 자료가 남아있다. 이후 매년 가을에 개최되던 것이 1995년 안동시와 안동군이 통합되면서 오늘날에 모습을 갖추었다. 또한 창설 초기 초·중·고등학교 대항경기와 직장대항 경기가 개최되던 것이 1980년대 이후부터 초·중·고등학교 대항경기와 읍면·동 대항경기가 열렸고, 최근 제 50, 51회 대회에서는 24개 읍면·동 대항경기와 직장대항경지만 개최되고 있다(안동체육 반세기, 2010).

1950년에서 1970년대 사이에는 안동시내 각 학교 대표선수들이 씨름, 배구, 축구, 핸드볼, 농구 등에서 학교의 명예와 경기력 향상을 목표로 대회가 진행되었다. 1980년부터 1995년대 사이에는 생활체육의 확산과 더불어 경쟁종목과 오락종목으로 경기력향상과 시민의 화합을 위한 대회로 경기종목이 나누어 진행 되었다(안동체육 반세기, 2010).

1996년부터 2010년 사이에는 지방 스포츠축제, 스포츠경기 대회유치, 생활체육활성화로 인해 안동시민의 다양한 여가활동 문화가 확산되면서 안동시민체육대회의 경기시기, 경기종목, 개최년도 등의 변화가 급격하게 일어나면서 지구화로 인한 근대 스포츠종목들이 안동시민체육대회의 주요 종목들이 되면서 세계스포츠 문화가 안동 지역스포츠문화화 되는 현상으로 자리를 잡아가고 있다.

이러한 현상은 스포츠 종목의 변화를 넘어 스포츠의 경기 방법에서도 전통적으로 놀이의 요소가 강한 것이 승패를 결정하는 게임의 요소가 강해지는 변화를 겪었으며, 이후에 게임이 제도화, 규격화를 거쳐 현대의 경쟁 스포츠로 변화된 형태가 되었기 때문이다. 이 변화는 세계 스포츠문화를 반영하는 것이다.

4. 세계 스포츠문화의 세계 스포츠문화화

세계 스포츠문화의 세계 스포츠문화화 현상은 Andrews와 Rizter(2007)의 개념에 따르면 세계스포츠문화의 지구화 현상이다. 이 현상의 대표적인 예로서는 안동시에서 개최된 2003 대구하계유니버시아드 대회, 2005년 아시아보디빌딩선수권 대회, 2006년 안동한국국제 남자 퓨처스 테니스대회, 2007년 안동국제여자핸드볼 대회, 2008년 제 6회 한일 지적장애인 축구교류대회, IeSF 2011 월드 챔피언십 대회 등이다.

2003년도에는 대구하계유니버시아드 대회가 안동에 있었지. 170개국에서 대학생들이 참가하여..... 안동시에서는 농구 경기가 개최되어 경기지원활동과 경기관람등의 활동을 했었지(최○○, 2012. 8. 10).

안동에서 개최된 국제 대회 중에 안동에 영향을 많이 대회가 안동한국국제 남자 퓨처스 테니스대회였지 싶어... 국제 테니스연맹에서 안동 시민운동장 테니스코트를 공인한 경기장되면서 세계 각국에서 왔었지(신○○, 2012. 7. 21).

안동시에서 개최된 각종 국제대회들은 세계스포츠 문화를 안동시가 주체가 되어 세계화를 가속화시키는 역할을 한 것이다. 이제 안동시의 지역 스포츠문화는 안동시의 지역스포츠문화의 틀에 갇혀 있지 않고 세계의 스포츠문화를 능동적으로 확대 재생산하는 역할을 하고 있는 것이다.

안동시가 2003 대구하계유니버시아드 대회, 2005년 아시아보디빌딩선수권 대회, 2006년 안동한국국제 남자 퓨처스 테니스대회 등의 국제 사회에서 공인된 국제대회를 유치하

여 주축하고 주관을 하면서 해당 스포츠 종목의 국제 경기 연맹과 각 종목 경기단체들의 지원으로 세계 스포츠문화의 변화와 경기규칙을 다시 세계의 참가국들과 선수들 및 관계자들에게 강화시키는 역할을 했으며, 안동시민들의 스포츠문화 역시 세계 속에서 세계 시민으로서의 세계 스포츠문화화 되는 양상을 보이고 있다.

IV. 결론

안동시 스포츠문화는 지역화의 영향과 지구화의 영향이 스포츠 문화적 요소들 속에서 복합적으로 혼재되어 나타나고 있다. 안동시의 스포츠 문화에서 이루어지고 있는 지역화와 지구화의 상호작용은 결과적으로 세방화의 현상으로 표출되고 있다.

우리나라의 여러 도시 중에서 고유한 전통 문화가 가장 강하게 유지되고 보존되어 있는 안동시의 지역 스포츠문화에서 이루어지고 있는 스포츠문화의 지역화와 지구화의 상호작용, 즉 세방화는 지역 스포츠문화의 지역화와 지구화, 그리고 세계 스포츠문화의 지역화와 지구화의 다양한 현상으로 나타났다.

결과적으로 안동시의 지역 스포츠문화는 안동시 지역의 고유한 스포츠문화와 세계의 보편적인 스포츠문화가 공존하며 상호작용하고 있다. 본 연구에서 안동시 스포츠문화의 세방화 현상을 Andrews와 Rizter(2007)의 세방화 개념적 준거틀을 활용하여 세계화와 지방화의 상호작용을 분석한 결과 안동시 지역 스포츠문화의 세방화는 안동시 스포츠문화의 지역 스포츠문화화, 안동시 스포츠문화의 세계 스포츠문화화, 세계 스포츠문화의 안동시 스포츠문화화, 안동시의 세계 스포츠문화의 세계 스포츠문화화의 네 가지 차원으로 구성되어 있었다. 안동시 지역 스포츠문화의 세방화 현상에 관한 자료수집과 분석과정에서 나타난 결과를 종합적으로 논의한 결과는 다음과 같다.

첫째, 안동시 지역 스포츠문화의 세방화 첫번째 구성요소는 안동시 스포츠문화의 지역 스포츠문화이다. 이 현상은 지구화 현상이 급속해질수록 안동시 지역에서 전통적으로 실천해온 스포츠문화를 지키고 활성화시키려는 노력에서 발생한다. 이의 저변에는 가장 지역적인 문화가 가장 세계적인 문화가 된다는 믿음이다.

안동시는 전통 유교문화가 잘 보존되어 있으며, 스포츠문화에서도 유교문화와 관련된 활동이 실천되어 왔다. 낫다

리 밝기, 화상놀이, 차전놀이 등의 전통 신체활동 놀이들이 지구화의 영향으로 유입된 근대 스포츠 활동에 묻혀 사라져가는 현상에 자극을 받은 안동 시민들이 이 활동들을 다시 복원하고 활성화시키려는 노력이 활발히 진행되고 있다.

둘째, 안동시 지역 스포츠문화의 세방화 두번째 구성요소는 안동시 스포츠문화의 세계 스포츠문화이다. 안동 시민들은 급속한 지구화의 영향에 맞서 안동시의 전통적 지역 스포츠문화를 보존하고 활성화시키는 차원을 넘어 그들의 전통적 스포츠문화를 세계에 알리고 이를 확산시키려는 노력을 하고 있다.

이러한 현상의 대표적인 사례는 안동국제탈춤페스티벌이다. 이 축제는 안동시의 전통적인 탈춤의 지구화를 넘어서 탈춤의 형식과 내용을 세방화시켜 근대 스포츠에 해당하는 댄스스포츠와 에어로빅과 접목시켰다는 점이 특징이다. 이는 전통스포츠문화를 효과적으로 세계화시키기 위한 스포츠마케팅 측면에서의 적극적 변용이라고 할 수 있다.

셋째, 안동시 지역 스포츠문화의 세방화 세번째 구성요소는 세계 스포츠문화의 안동시 스포츠문화이다. 안동시민의 스포츠문화를 잘 나타내는 스포츠 축제로서 가장 대표적인 안동시민체육대회는 개최 종목의 내용이 전통 스포츠 종목보다는 세계화의 영향으로 유입된 근대 스포츠를 주로 포함시키면서 세계 스포츠문화를 확산시키는 역할을 하고 있다.

또한 안동시의 시민체육대회를 통하여 전통스포츠를 포함하여 근대 스포츠의 경기방법과 규칙 등이 세계 스포츠문화의 양식을 따름으로서 전통적인 놀이요소가 줄어들고 경기가 제도화되고 규격화되면 경쟁이 강화되는 세계 스포츠문화의 현상을 닮아가고 있다.

넷째, 안동시 지역 스포츠문화의 세방화 네번째 구성요소는 안동시의 세계 스포츠문화의 세계 스포츠문화이다. 안동시는 세계에서 공식대회로 인증된 각종 국제대회들을 유치하여 개최함으로써 세계의 스포츠문화를 능동적으로 확대 재생산하는 역할을 하고 있다.

안동시의 이러한 국제스포츠대회의 능동적인 개최는 안동시민들이 세계의 스포츠문화를 세계화시키는 역할을 담당함으로써 세계 시민의 일원으로서 임무를 다하고 있는 것이다.

결과적으로 안동시 스포츠문화의 세방화는 급격히 강해지는 지구화에 저항하여 지역 스포츠문화를 지역화해가는 노력을 기울이고 있으며, 동시에 지역 스포츠문화를 세계 속에 알리려는 노력도 같이 증가하고 있다. 또한 강력한 지

구화의 영향에 따라 안동시의 지역 스포츠문화는 세계 스포츠문화를 수용하여 내면화하고 생활 속에서 실천하고 있으며, 동시에 안동시가 능동적으로 세계 스포츠문화의 대표적인 국제대회를 유치하고 개최함으로써 세계 스포츠문화를 확대 재생산하는 역할을 담당하고 있다.

안동시 스포츠문화의 세방화 분석에서 나타나고 있는 지역 스포츠문화의 지역화와 세계화, 그리고 세계 스포츠문화의 지역화와 세계화는 분리되어 존재하는 것은 아니다. 이러한 안동시의 스포츠문화의 세방화 구성요소들은 각 차원의 개념적 요소에서 융합되고, 상쇄되고, 발전과 퇴보를 거듭하는 동적인 변화를 지속하고 있다.

즉, 지역 스포츠문화의 세방화는 각 구성요소와 차원들이 과거에도 진행되어 왔으며, 현재에도 진행되고 있고, 미래에도 계속 진행 되어 독특한 형태로 변화 발전해 나갈 것이다. 본 연구에서 분석한 안동시 스포츠문화의 지역화와 세계화의 상호작용으로서의 세방화는 특정한 현상으로 고착화 되지 않고 끊임없이 변화하고 있는 것으로 사료된다.

참고문헌

- 김경동(1994). **국제화와 지방화: 개념적 고찰**. 서울: 나남.
- 김기탁, 김홍설, 강호정, 황선환 (2012). 씨름의 세계화 방안. **한국콘텐츠학회논문지**, 12(8), 355-365.
- 김용식(2008). **글로컬라이제이션(Glocalization)**. 포스코경영연구원.
- 김주훈(2007). **스포츠 문화: 지방화와 세계화**. 제45회 한국체육학회 학술발표회. 19-22.
- 노창길 (2012. 6월 17일). 안동 안동호 국제배스낚시대회 개최. 뉴스. <http://news.naver.com/main/read.nhn?mode=LSD&mid=sec&sid1=102&oid=003&aid=0004557474>
- 노창길 (2012. 6월 19일). 안동, 축제한류 이끌 K-Festival 안동 국제탈춤페스티벌. 뉴스. <http://news.naver.com/main/read.nhn?mode=LSD&mid=sec&sid1=102&oid=003&aid=0004561071>
- 배소영 (2012. 1월 10일). 스포츠마케팅으로 지역경제 활성화에 효과 노릇. 매일신문. http://www.imaail.com/sub_news/sub_news_view.php?news_id=2422&yy=2012
- 안동체육 반세기(2010). **안동시체육회**, 안동: 안동시 체육청소년과.
- 양소예(2007). 선수들의 국제적 이동과 Global-local 지점으로 서 한국 프로스포츠의 변화. **한국체육학회지**, 46(5), 75-90.
- 엄재진 (2010. 3월 30일). 보트 타고 배스낚시 안동호, 손맛 최고. 매일신문. http://www.imaail.com/sub_news/sub_news_view.php?news_id=13332&yy=2010
- 엄재진 (2012. 12월 14일). 안동탈춤축제 지역경제 효과 633억원. 매일신문. http://www.imaail.com/sub_news/sub_news_view.php?news_id=65838&yy=2012
- 윤재철(2012, 4월 9일). 축제의 한류 K-Festival “안동국제탈춤페스티벌,브레이크뉴스. http://www.breaknews.com/sub_read.html?uid=208219
- 이광용, 정희준 (2000). 세계화 과정 속의 한국 프로스포츠 : 그 현실과 미래에 대한 사회학적 접근. **한국체육학회지**, 39(1), 242-253.
- 이남미, 이근모(2008). 세계화에 따른 Global Hero, 거스 히딩크와 하인스 위드의 명사성에 관한 논의. **한국체육학회지**, 47(1), 69-79.
- 이홍중(2002). 스포츠와 세계화. **국제정치연구**, 5(2), 43-55.
- 신경림, 조명옥, 양진향 (2004). **질적 연구방법론**. 서울: 이화여자대학교출판부.
- 전원재(2010). **스포츠의 세계화와 세방화에 따른 한국스포츠의 문제점과 과제**. 미간행 석사학위논문. 경북대학교 대학원.
- 늦다리밟기, 차진놀이, 화상놀이. 한국향토문화전자대전(디지털안동문화대전). <http://andong.grandculture.net/Contents/Index?dataType=01>.
- Andrews, D. L., & Ritzer, G. (2007) The grobal in the sporting glocal, *Global Networks*, 7(2), 135-153, doi/10.1111/j.1471-0374.2007.00161.x.
- Brawley, S. (2009) ‘Your Shire, Your Sharks’: The Cronulla-Sutherland Sharks and Delocalization v. Glocalization in Australian Rugby League, *The international journal of the history of sport*, 26(11), 1697-1715 ,Taylor & Francis
- Chang, Y. I. (2003) ‘Glocalization’ of television: Programming strategies of global television broadcasters in Asia, *Asian Journal of Communication*, 13(1), 1-36. ASIAN MEDIA INFORMATION AND COMMUNICATION CENTRE.
- Eick, V. (2006) Preventive Urban Discipline: Rent-a-Cops

- and Neoliberal Glocalization in Germany, *Social Justice-SAN FRANCISCO*- 33(3), 66-84, SOCIAL JUSTICE.
- Freeman Field, R. (2008) Ofelia García, Tove Skutnabb-Kangas, and María Torres-Guzmán (eds): Imagining Multilingual Schools: Languages in Education and Glocalization (Linguistic Diversity and Language Rights), *LANGUAGE POLICY*, 7(3), 293-295, Springer Science + Business Media
- Harris, J. (2001) Globalization or glocalization? Community care in Taiwan and Britain, *European Journal of Social Work*, 4(2), 161-172. OXFORD UNIVERSITY PRESS.
- Wasserman, H., & Rao, S. (2008). The glocalization of journalism ethics, *Journalism-LONDON-SAGE PUBLICATIONS*, 9(2), 163-181. SAGE PUBLICATIONS.
- Kildea, G. & Leach, J. (1975). *Trobian Cricket*. Video documentary.
- Krossa, A. S. (2009) Conceptualizing European Society on Non-Normative Grounds: Logics of Sociation, Glocalization, and Conflict", *European Journal of Social Theory*, 12(2), 249-264. SAGE PUBLICATIONS.
- Lee, A. Y. L. (2005) Between Global and Local: The Glocalization of Online News Coverage on the Trans-regional Crisis of Sars, *Asian Journal of Communication*, 15(3), 255-273. ASIAN MEDIA INFORMATION AND COMMUNICATION CENTRE.
- Liu, S. H. (2011) Reflections on Glocalization from a Neo-Confucian Perspective, *Journal of Chinese philosophy*, 38(1), 105-117, Blackwell Publishing Ltd.
- Ritzer, G (2004). *The Globalization of Nothing*. Thousand Oaks, California: Pine Forge
- Ritzer, G. (2003). Rethinking Globalization: Glocalization/Globalization and Something/Nothing, *Sociological Theory* 21(3): 193-09.
- Rizter (2002). *McDonaldization: The Reader*. Thousand Oaks, CA: Pine Forge Press.
- Robertson, R. (1995) *Glocalization: Time-Space and Homogeneity-Heterogeneity*. 24-44 in *Global Modernities*, ed. M. Featherstone, S. Lash, and R. Robertson. London: Sage.
- Seaton, P. (2012) Glocalization, Chiiki Saisei Anata ga Shuyaku da: Noshoko Renkei to Koyo Soshutsu (In the Revitalization of Local Regions, You Play the Main Role: Joint Ventures between Agriculture, Commerce and Manufacturing and the Creation of Employment), *Social science Japan journal*, 15(1), 132-135, OXFORD UNIVERSITY PRESS

태권도학과 전공생의 교육환경 및 전공만족에 따른 개선방안

Improvement Plan for Education Environment and Major Satisfaction for Students Majoring in Taekwondo

안근아 · 이재봉 · 이석귀* 한국체육대학교

An, Geun-A · Lee, Jae-Bong · Lee, Suck-Gui Korea National Sport Univ.

요약

이 연구는 현재 태권도관련 전공학과에 재학 중인 대학생을 대상으로 연구의 취지를 설명한 후, 학과 교수 및 조교의 협조를 얻어 설문을 실시하였다. 총 배포된 설문지 300부 중, 신뢰성이 떨어진다고 판단되는 55부의 설문지를 제외하고 총 245부의 자료가 실제 조사 및 분석에 활용되었다. 이 연구에서 교육환경은 학교생활, 수업만족, 복지환경, 진로지도, 선진화, 취업가능, 전공만족 등 총 7요인으로 구분되었다. 각 요인에 대하여 태권도학과 전공대학생이 인식하는 정도는 성별, 휴복학의 유무, 주특기에 따라 집단 간 통계적으로 유의한 차이가 나타났다. 그리고 태권도학과 전공대학생이 인식하는 교육환경은 전공만족에 통계적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 따라서 향후 태권도전공 관련학과들은 전공생의 대학생활을 향상 시킬 수 있도록 인적·물적자원 지속적으로 상향 조정하여 지원하여야한다.

Abstract

This study was made through surveying undergraduate students currently majoring in Taekwondo after explaining the intent of this study and gaining the consent of professors and teaching assistants. Between the total of 300 surveys that were distributed, excluding 55 surveys which were judged to lack credibility, a total of 245 surveys were used for the actual research and analysis. In this study, 'education environment' was divided into 6 factors - school life, class satisfaction, welfare policy, career guidance, advancement, and possibility of employment. The cognition for each factor for students majoring in taekwondo showed a significant statistical difference according to gender, whether the student was on leave or had returned, and the specialty of the student. Moreover, it was seen that the cognition of the education environment of students majoring in taekwondo had a significant statistical influence on their major satisfaction. Thus, in order to improve the school life of students majoring in taekwondo, a continuous improvement in human and material resource must be made and supported to the students.

Key words: Taekwondo, education environment, major satisfaction, improvement plan

이 논문은 2012년도 한국체육대학교 특성화역량개발과제의 지원에 의하여 연구되었음.

* jina9727@knsu.ac.kr

I. 서론

1. 연구의 필요성

태권도는 대한민국의 자랑스러운 국기이자 세계적인 무도스포츠이다. 이러한 태권도의 발전을 위해 다각적으로 기술적, 학문적인 연구를 지속적으로 하고 있는 상황이다. 특히 태권도의 중추국인 대한민국에서는 태권도를 학문으로 정립하여 이를 교육하고 있으며, 각 대학마다 다양한 커리큘럼을 바탕으로 우수한 태권도 지도자를 양성하고자 하는 목표로 운영되고 있다.

태권도의 학문적 체계를 위하여 1982년 용인대학교에서 최초로 태권도학과를 개설하는 것을 시작으로 1983년 경희대학교에서도 개설하여 태권도학의 정립에 초석을 다졌다고 볼 수 있다(황영태, 2006). 이를 계기로 계명대학교, 경원대학교, 상지대학교, 한국체육대학교 등에서 태권도학과를 설립하였다.

특히, “태권도학과 교육 실태와 요구에 대한 연구는 교육의 질 향상과 분야의 발전을 위해 일회성에 끝나는 것이 아니라 지속적으로 이루어져야 하며 연구를 통해 교육의 수요자들이 필요로 하는 것과 사회적으로 필요로 되어 지고 있는 것들이 무엇인지에 대해 반영 할 수 있는 자료를 제공할 수 있다”(조은선, 2010). 이러한 내용은 태권도학과 전공생의 교육환경 및 전공만족에 따른 개선방안을 도출하는 중요한 필요성이 되는 것이다.

태권도학과는 우수한 태권도 지도자를 양성하기 위하여 태권도 전반에 관한 이론적, 기술적 내용을 전공교과목으로 개설하여 세부적이며 전문적인 교육을 제공하고 있다. 태권도학과와 전공교과는 전문실기와 전문이론, 그리고 대학생이 지녀야할 기본 소양을 갖추기 위한 교양과목으로 이루어져 있다. 이러한 태권도 전공교과는 태권도 지도자자가 기본적으로 갖추어야 할 내용의 것들로서 작게는 대학교육의 만족도와 크게는 태권도학과 전공 대학생들의 미래와 진로의 향방을 결정짓는 역할을 한다.

그러나 이러한 태권도 전공 교과목의 개설은 학교의 교육정책과 교수의 수급, 학교 교육시설의 규모 등 내·외적 요인에 의해 공급자 위주의 교육이 이루어지고 있다. 하지만 태권도의 기술체계가 나날이 세분화되고 전문화 되고 있는 작금의 시기에 이를 제공 받는 전공생들이 대학 졸업 후 일선 태권도 지도 현장으로의 적용과 지도이론 발전을 꾀하기 위해 최선의 태권도전공 교육환경이 제공되고 있는

지 제검토할 필요가 있다고 사료된다.

이에 대한 선행연구를 고찰해보면 다음과 같다.곽정현(2005) ‘태권도의 학문적 방향모색을 위한 태권도학과 교육과정과 연구동향 분석’은 전반적인 태권도학과와 교육과정들을 분석과 비교를 하면서 태권도학 정체성 확립의 필요성을 주장하였다. 그러나 구체적인 개선방안에 대해서 언급하고 있지 않아 구체성이 결여된다. 또한, 조은선(2010)의 ‘태권도학과 교육과정 요구분석’에서는 양적인 연구방법을 통해 실시되었다. 이외에도 대학생활과 관련된 연구로는 김하영, 강은석(2009), 정국현, 최광근(2003)의 연구가 대표적이며, 태권도전공에 대한 학과만족에 대한 연구로는 양현석, 윤정옥, 양통일(2011), 황영태, 김장환, 엄대영, 최명수(2006)등이 다양하게 이루어져 왔다.

하지만 국내 교육여건은 각 대학 또는 전공마다의 특성화있는 교육서비스 제공을 요구한다. 또한 교육서비스환경이 정부의 시책에 따라 매우 급변하게 변화하는 것도 국내 환경의 큰 특징이다. 이에 따라 구체적인 방안을 모색하기에는 한계점이 지닌다고 볼 수 있다. 따라서 이를 보완할 수 있는 연구가 필요한 시점이다.

특히 태권도는 세계로 진출할 수 있는 한국의 문화콘텐츠로서 큰 역할을 할 수 있으므로 세계 태권도 보급에 최일선에서 앞장서게 될 태권도 전공생의 능력은 매우 중요한 한국의 자산이 될 수 있을 것이다. 그러므로 태권도 전공교과목에 대한 전공교과목에 대한 만족도 조사를 실시하여 긍정적인 부분과 부정적인 부분을 분석하고 긍정적인 면을 강화하고 부정적인 부분을 상쇄 시킬 수 있는 태권도학과 전공 교육환경의 개선방안을 연구해야 할 것이다.

2. 연구의 목적

이 연구는 현재의 태권도학과 교육과정에 대한 수업만족도를 조사하여 만족요소는 더욱 강화하고, 불만족요소는 개선하는 방향으로 개선하여 앞으로의 태권도학과와 교육과정에 대한 질을 향상시키고자 한다. 국내의 태권도 전공학과가 지속적으로 증설되는 가운데 해외에서도 태권도 또는 무도관련 전공학과가 개설되면서 전공학과의 전문성을 제고하는 연구가 필요한 시점에 다다랐다.

따라서 이 연구는 태권도전공 대학생을 대상으로 하여 태권도학과 제공하는 교육환경에 대한 만족도와 그에 따른 개선방안을 규명하고자 하였다.

이 연구의 목적을 달성하기 위한 구체적인 연구문제는 다음과 같다.

첫째, 태권도전공 대학생의 인구통계학적 집단에 따라 교육환경에 대한 인식의 차이가 있는가?

둘째, 태권도전공 대학생의 인구통계학적 집단에 따라 전공만족에 대한 인식의 차이가 있는가?

셋째, 태권도전공 대학생의 교육환경인식이 전공만족에 영향을 미치는가?

넷째, 태권도전공 대학생의 전문성 재고를 위한 교육환경 개선방안은 무엇인가?

II. 연구방법

1. 연구대상

이 연구는 수도권지역 3개 대학의 현재 태권도관련 전공 학과에 재학 중이며 3, 4학년인 전공생을 대상으로 연구의 취지를 설명한 후, 협조를 얻어 설문을 실시하였다. 총 배포된 설문지 300부 중, 신뢰성이 떨어진다고 판단되는 55부의 설문지를 제외하고 총 245부의 자료가 실제 조사 및 분석에 활용되었다.

회수된 조사표본집단인 연구대상자의 인구통계학적 특성을 살펴보면 <표 1>과 같다. 조사결과 성별에 따른 분포는 남자 161명(65.7%), 여자 84명(34.3%)로 나타났다. 휴·복학 경험유무에서는 일반재학생 132명(53.9%), 군휴학경험 96명(39.2%), 가사휴학경험 17명(6.9%)로 나타났으며, 특기에서는 품새 121명(49.4%), 겨루기 71명(29%), 시범 53명(21.6%)로 나타났다.

표 1. 연구대상의 인구통계학적 분석

구분		빈도(명)	퍼센트(%)
성별	남	161	65.7
	여	84	34.3
휴·복학 경험 유무	일반재학생	132	53.9
	군 휴학 경험	96	39.2
	가사휴학경험	17	6.9
특기	품새	121	49.4
	겨루기	71	29.0
	시범	53	21.6

2. 조사도구

이 연구에서는 태권도학과 전공생의 교육환경 및 전공만족에 따른 개선방안을 알아보기 위해 교육서비스 환경요인 만족도 인식에 대한 설문지를 사용하였다.

이 연구에서 사용된 설문지는 박근희(2010), 이인학(2007)이 사용한 설문지를 이 연구에 적합하도록 수정 보완하여 사용하였다. 설문지의 내용은 전공교육과정의 만족도를 7개의 하위요인화 하여 32개의 문항을 통해 측정하였으며, 인구통계학적특성을 확인하는 3개의 문항으로 구성하였다.

3. 자료처리

이 연구에서는 태권도 전공생의 교육환경 및 전공만족에 따른 개선방안을 알아보기 위해 수도권의 4년제 대학교 태권도 전공학과 3곳을 직접 방문하여 설문조사를 실시하였다. 보조연구원 2인과 함께 진행한 설문조사는 해당 학과의 사전협조에 의해 이루어졌다. 설문조사의 실시는 연구 응답자에게 설문조사 응답시 유의할 사항을 전달하고 사전숙지 후 실시하였다. 자기평가 기입법으로 작성된 설문지는 회수 후, 미응답 및 불성실 응답으로 인하여 신뢰성이 미흡한 설문지를 제외하고 통계분석을 위한 코딩을 실시하였다. 자료 처리는 통계패키지 프로그램 PASW 18.0을 이용하였다. 이 연구에서는 연구결과를 검증하기 위하여 통계분석방법 중 빈도분석, 일원분산분석, 회귀분석을 사용하였다.

4. 타당도 및 신뢰도

태권도학과 전공생의 교육환경 및 전공만족에 대한 구성 타당도를 검증하기 위해, 탐색적 요인분석(exploratory factor analysis)을 실시하였다. 탐색적 요인분석에서 표본의 적절성을 측정하는 KMO측정치는 .563, 변인들 간의 상관 이 0인지를 검정하는 Bartlett의 구형성검정이 $X^2=6328.351$, $p<.001$ 로 나타나 요인분석에 적합한 것으로 나타났다. 따라서 본 연구에서는 각 개념들에 대한 구성타당도 검증으로 직각회전 방식(varimax)을 통한 탐색적 요인분석을 실시하였다. 분석결과, <표 2>에 제시된 바와 같이 누적비율이 약 68%, 요인 적재치가 .453~.846으로 분포하는 것으로 나타나, 설문 문항의 내용이 비교적 타당한 것으로 나타났으며, 신뢰성은 .703~.846으로 분포하여 비교적 높은 수준에서 신뢰도가 검증되었다.

표 2. 교육환경요인 및 만족도의 탐색적요인분석

	성분						
	학교 생활	학생 복지 환경	수업 만족	진로 지도	선진화	취업 가능	전공 만족
학교생활4	.792	-.173	-.034	.068	.116	-.155	-.135
학교생활5	.767	.180	.162	.059	.067	-.151	.057
학교생활5	.759	.190	.041	.167	-.121	.243	-.072
학교생활6	.755	.063	.124	.136	.161	.194	-.011
학교생활3	.748	-.009	.173	.177	.111	-.125	-.094
학교생활1	.603	.081	.299	-.037	.120	.338	-.180
학교생활2	.550	.302	.209	-.127	.218	.203	.335
복지환경3	.078	.814	.016	.153	-.077	.120	-.243
복지환경2	.037	.732	-.104	.257	.224	-.238	-.080
복지환경5	.107	.729	.266	-.274	.113	.184	.157
복지환경4	.104	.714	.446	-.114	.078	.171	.133
복지환경1	.310	.454	-.082	.420	.389	.091	.230
수업만족3	.121	.051	.789	.048	.314	-.102	.034
수업만족4	-.020	-.265	.708	.304	.159	.196	.018
수업만족1	.350	.265	.685	-.020	.201	-.046	-.111
수업만족5	.102	.130	.675	-.063	-.077	.093	.198
수업만족2	.376	.254	.572	-.080	.189	.318	-.279
진로지도2	-.022	.012	-.024	.846	.180	-.003	.075
진로지도3	.214	-.110	-.005	.767	.046	.033	-.090
진로지도1	.019	.264	.079	.632	-.223	-.063	-.203
진로지도4	.360	.013	.156	.582	-.049	.129	-.323
선진화3	.231	-.052	.109	-.093	.783	.057	-.166
선진화1	.164	.096	.145	.075	.710	.113	.140
선진화2	.163	.162	.427	.139	.673	.093	.127
선진화4	-.226	.389	.104	.068	.500	.179	.044
취업가능5	-.147	.062	.056	.014	.123	.835	.080
취업가능4	.075	.095	.065	-.073	.380	.743	-.042
취업가능2	.126	.100	.062	.503	.061	.597	-.154
취업가능1	.249	.269	.383	.054	-.399	.488	.193
취업가능3	.354	-.120	-.008	.055	-.216	.453	.254
전공만족2	-.040	.110	.065	-.114	.035	.134	.836
전공만족1	.253	.319	-.096	.228	-.040	.137	.656
고유값	4.633	3.366	3.300	2.973	2.844	2.763	1.960
분산값(%)	14.477	10.518	10.313	9.289	8.888	8.635	6.125
누적(%)	14.477	24.994	35.307	44.597	53.485	62.120	68.245
신뢰도	.864	.792	.807	.748	.741	.703	.734

KMO = .563
Bartlett의 구형성 검정= 6328.351, p<.001

5. 연구의 윤리성

연구참여자를 통하여 수집된 자료는 윤리적 문제를 신중하게 다루어야하기 때문에 다음과 같은 지침을 바탕으로 진행하였다. 첫째, 연구참여자에게 사전에 동의를 구하였다. 둘째, 개인정보를 익명으로 처리하였다.

III. 연구결과

1. 성별에 따른 교육환경 인식의 차이

연구대상자의 성별에 따라 교육환경과 전공만족에 대한 인식의 정도의 차이를 분석한 결과 <표 3>과 같이 학교생활이 p<.05보다 높은 것으로 나타났으며, 복지환경이 p<.001로 통계적으로 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 학교생활에서 여자(M=3.651)가 남자(M=3.641)보다 높은 것으로 나타났으며, 복지환경에서는 남자(M=3.200)가 여자(M=2.768)로 나타나 남자가 여자에 비해 높은 것으로 나타났다.

표 3. 성별에 따른 교육환경 인식의 차이

	성별	N	M	SD	t
학교 생활	남	161	3.641	.7536	-1.09*
	여	84	3.651	.5113	
수업 만족	남	161	3.661	.5509	2.668
	여	84	3.462	.5539	
복지 환경	남	161	3.200	.8873	3.973***
	여	84	2.768	.6303	
진로 지도	남	161	3.269	.7523	2.315
	여	84	3.048	.6234	
선진화	남	161	2.952	.8818	5.618
	여	84	2.329	.6990	
취업 가능	남	161	3.329	.7808	2.221
	여	84	3.107	.6635	
전공 만족	남	161	3.489	.5209	2.305
	여	84	3.327	.5228	

2. 휴·복학 경험의 유무에 따른 교육환경 인식의 차이

<표 4>에서 제시한 바와 같이 휴·복학 경험의 유무에 따른 교육환경과 전공만족의 차이를 검증한 결과 학교생활에서 F(2, 244)=6.149로 나타나 p<.01의 범위에서 통계적으로 유의한 차이가 있는 것으로 나타났으며, 수업만족에서는 F(2, 244)=12.866으로 p<.001로 통계적으로 유의한 차이가 있는 것으로 나타났고 진로지도에서 F(2, 244)=6.025로 p<.01의 범위에서 유의한 차이를 나타냈다. 그리고 선진화에서 F(2, 244)=20.233, 전공만족에서 F(2, 244)=17.544로 나타나 p<.001의 범위에서 통계적으로 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다.

표 4. 휴·복학 경험의 유무에 따른 교육환경 인식의 차이

		SS	df	MS	F	p	scheffe
학교 생활	집단-간	5.444	2	2.722	6.149	.002	A<C<B
	집단-내	107.127	242	.443			
	합계	112.571	244				
수업 만족	집단-간	7.322	2	3.661	12.866	.001	A<B
	집단-내	68.859	242	.285			
	합계	76.181	244				
복지 환경	집단-간	3.765	2	1.882	2.752	.066	-
	집단-내	165.509	242	.684			
	합계	169.274	244				
진로 지도	집단-간	5.954	2	2.977	6.025	.003	A<C
	집단-내	119.568	242	.494			
	합계	125.522	244				
선진화	집단-간	26.703	2	13.351	20.233	.001	A<B, A<C
	집단-내	159.690	242	.660			
	합계	186.393	244				
취업 가능	집단-간	1.239	2	.619	1.106	.333	-
	집단-내	135.571	242	.560			
	합계	136.810	244				
전공 만족	집단-간	8.545	2	4.273	17.544	.001	A<B
	집단-내	58.939	242	.244			
	합계	67.485	244				

표 5. 주특기에 따른 교육환경 인식의 차이

		SS	df	MS	F	p	scheffe
학교 생활	집단-간	4.232	2	2.116	4.726	.010	A>B
	집단-내	108.339	242	.448			
	합계	112.571	244				
수업 만족	집단-간	7.907	2	3.954	14.014	.001	A>B>C
	집단-내	68.274	242	.282			
	합계	76.181	244				
복지 환경	집단-간	12.428	2	6.214	9.588	.001	A<B<C
	집단-내	156.846	242	.648			
	합계	169.274	244				
진로 지도	집단-간	3.090	2	1.545	3.054	.049	-
	집단-내	122.432	242	.506			
	합계	125.522	244				
선진화	집단-간	3.375	2	1.687	2.231	.110	-
	집단-내	183.018	242	.756			
	합계	186.393	244				
취업 가능	집단-간	11.781	2	5.891	11.402	.001	A>B, B<C
	집단-내	125.029	242	.517			
	합계	136.810	244				
전공 만족	집단-간	3.109	2	1.554	5.843	.003	A>B
	집단-내	64.376	242	.266			
	합계	67.485	244				

3. 특기에 따른 교육환경 인식의 차이

<표 5>에서 제시한 바와 같이 휴·복학 경험의 유무에 따른 교육환경과 전공만족의 차이를 검증한 결과 학교생활에서 $F(2, 244)=4.726$ 으로 나타나 $p<.01$ 의 범위에서 통계적으로 유의한 차이가 나타났으며, 수업만족에서 $F(2, 244)=14.014$, 복지환경에서 $F(2, 244)=9.588$ 로 나타나 $p<.001$ 의 범위에서 통계적으로 유의한 차이가 나타났다. 또한 진로지도에서 $F(2, 244)=3.054$ 로 $p<.05$, 취업가능에서 $F(2, 244)=11.402$ 로 $p<.001$, 전공만족에서 $F(2, 244)=5.843$ 으로 $p<.01$ 의 범위에서 통계적으로 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다.

4. 교육환경이 전공만족에 미치는 영향

<표 6>에서 제시된 바와 같이 교육환경이 전공만족에 미치는가에 대한 설명력은 전체 변량의 66.8%(R^2)를 나타내고 있다. 교육환경의 전공만족의 영향관계를 검증한 결과 t 값이 학교생활 7.272, 수업만족 10.418, 복지환경 5.471로 나타나 $p<.001$ 의 수준의 영향관계가 있음이 밝혀졌다. 또한 t 값이 취업가능에서 2.307로 나타나 $p<.05$ 의 수준에서 영향관계가 있음이 밝혀졌다.

표 6. 태권도 전공생의 교육환경 인식이 전공만족에 미치는 영향

	B	SE	β	t	p
(상수)	.261	.150		1.744	.082
학교 생활	.254	.035	.328	7.272	.001
수업 만족	.421	.040	.448	10.418	.001
복지 환경	.148	.027	.235	5.471	.001
진로 지도	.027	.032	.037	.845	.399
선진화	-.013	.026	-.022	-.516	.607
취업 가능	.071	.031	.102	2.307	.022
R^2			.668		
F			79.969		

IV. 논의

이 연구의 목적은 태권도학과 전공생의 교육환경 및 전공만족에 따른 개선방안을 도출하고자 실시되었다. 이에 따라 성별, 휴·복학 경험의 유무, 특기에 따른 교육환경에 대한 인식과 이를 종합한 교육환경이 전공만족에 미치는 영향을 탐색한 연구결과를 바탕으로 구체적인 논의를 진행하면 다음과 같다.

첫째, 성별에 따른 교육환경 인식의 차이에 대하여 교육환경인식으로 학교생활부분에서는 여자가 높고, 복지환경에서는 남자가 높은 것으로 나타났다. 또한 이 연구에서는 교육환경에 대해서 인식의 비중이 높은 여자들은 학점에 대해서 남자보다 민감하게 생각하고 있다는 것을 알 수 있다. 반면에, 남자들은 환경적인 측면에 대한 중요도를 더욱 비중 있게 인식하고 있다는 것이다.

반면 선행된 연구에서 송민(2007)의 연구에서는 개인적성은 여자가 높은 편이고, 대학입학 목적은 남자가 높은 것으로 나타났다. 이러한 연구결과를 바탕으로 할 때, 여학생들은 대체로 태권도학과 입학 과정 또는 수단으로 생각하고 대학 이후의 문제에 대하여 지속적으로 유의하고 있다는 것으로 볼 수 있다. 하지만 남학생들은 우선 태권도학과 입학이 목표로서 인식되어 교육환경에 대한 전반적인 인식이 차이가 나는 것으로 분석된다. 이러한 성별에 따른 태권도학과 교육환경의 인식의 차이는 결과적으로 우수인재를 양성하는 기관인 대학으로서 미래적인 가치를 효과적으로 전공생들에게 제공하지 못한다는 의미이다.

따라서 태권도학과는 태권도의 학문적 가치, 취업과 진로 선택을 위한 미래비전, 태권도산업 현장의 흐름을 반영하여 태권도전공생들에게 효과적인 동기부여를 할 수 있도록 교과교육과정 이외의 다양한 활동을 제공하고 보장해야 할 것이다.

둘째, 휴·복학 경험 유무가 교육환경 인식에 미치는 영향에 대하여 휴복학 경험유무에 따라 학교생활, 수업만족, 복지환경, 취업가능, 전공만족 요인에 대하여 유의한 차이가 나타나는 것으로 확인되었다.

임신자·석류(2012)의 연구에 따르면 대학생들의 봉사체험이 자아정체성 확립과 자기계발에 중요한 요소로 작용하고 있다고 밝히고 있다. 이와 마찬가지로 휴·복의 경험은 사회구성원으로서 공동체 의식과 또 다른 환경에서의 배움의 기회가 제공되었다는 것을 알 수 있으며, 교육환경에 대한 인식에서도 긍정적으로 나타나는 것이라고 할 수 있다.

대학생들에게 휴학의 경험은 단순히 피교육을 잠시 멈추는 것이 아니다. 이는 휴학기간의 정도에 따라 비휴학생에 비하여 전공교육 내용에 대한 지식 및 정보 활용에 있어서 단절을 의미하게 된다. 따라서 이에 따른 차이를 개선하고 극복하기 위해서는 복학생들에 대한 생활지도가 선행되어야 하며 복학생들의 전공학과활동 적응을 위한 프로그램을 개발할 필요가 있다.

셋째, 특기에 따른 교육환경에 인식에 대한 내용은 박상배·권오성(2013)의 연구와는 상반된 결과가 도출되었다. 성

별과 선수경험에 따라 학과선택 차이, 학력수준 차이, 학과 비전과 취업전망, 취업을 위한 준비 차이가 없게 나타난 결과와는 대조적으로 각 특기에 따른 교육환경 인식인 유의한 차이가 나타나고 있으므로 각 특기에 적합한 소질이나 재능을 지속적으로 개발시킬 수 있는 환경여건이 필요하다.

따라서 태권도학과 전공생들의 주특기에 따른 개별훈련 시간을 확대하고 선후배간의 멘토링제와 같은 제도를 도입하여 자신의 주특기를 발전시킬 수 있는 방안을 지속적으로 발전시켜야 할 것이다. 반면에 태권도의 기술체계는 다양하여 태권도 수련자 1인이 대부분의 기술체계를 고루 연무 할 수 있는 능력도 동시에 요구된다. 그러므로 전공생 개인의 주특기이외에 다른 영역의 기술체계도 꾸준히 실력을 배양할 수 있는 환경을 제공해야 할 것이다.

넷째, 교육환경의 학교생활, 수업만족, 복지환경, 취업가능 요인은 전공만족에 영향을 미치는 것으로 나타났으나 진로지도, 선진화 요인은 전공만족에 영향을 미치지 못하는 것으로 나타났다. 이는 광정현(2005)의 연구에서 나타나듯이 태권도학과가 다른 전공들과는 뚜렷한 차이를 지니는 학문적 체계의 정립과 이를 바탕으로 한 차별성 있는 교육여건을 구비하는 것이 시급하다는 것을 강조할 수 있다.

현재는 계속해서 국내 태권도학과 표준교육과정의 확립과 적정교수진의 확보와 취업기회의 보장이 요구되고 있으며, 연구와 발표기회의 확대, 태권도의 학문적 방향에 모색이 심도 있게 이루어져야 한다는 의미이다. 이러한 사안들이 체계적으로 확립되고 학문적으로 완성될 때, 태권도학이 대학의 지성을 위한 학문으로서 지속될 수 있는 정체성을 지니게 될 것이며, 전공생들에게도 창조적인 비전을 제시할 수 있을 것이다. 즉, 시대흐름에 발맞추고 미래지향적인 교육환경으로 개선되어야만 앞으로 태권도의 발전적인 모습을 기대할 수 있게 될 것이다.

V. 결론 및 제언

1. 결론

이 연구는 현재 태권도관련 전공학과에 재학 중인 대학생을 대상으로 연구의 취지를 설명한 후, 학과 교수 및 조교의 협조를 얻어 설문지를 실시하였다. 총 배포된 설문지

300부 중, 신뢰성이 떨어진다고 판단되는 55부의 설문지를 제외하고 총 245부의 자료가 실제 조사 및 분석에 활용되었다. 이 연구에서 교육환경은 학교생활, 수업만족, 복지환경, 진로지도, 선진화, 취업가능 전공만족 등 총 7요인으로 구분되었다. 각 요인에 대하여 태권도학과 전공대학생이 인식하는 정도는 성별, 휴복학의 유무, 주특기에 따라 집단간 통계적으로 유의한 차이가 나타났다. 그리고 태권도학과 전공대학생이 인식하는 교육환경은 전공만족에 통계적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다.

이에 따라 태권도학과와 전공교육환경 개선방안을 제시하면 다음과 같다.

첫째, 전공교육과정 이외의 학과 또는 학교 차원의 다양한 교외 활동 프로그램 개발 및 지원이 이루어져야 한다.

둘째, 전공생들 자체적으로 자기계발을 지속적으로 이룰 수 있는 동아리 및 연구활동에 대한 환경이 제공되어야 한다.

셋째, 학과 내 선·후배 간 또는 재·복학생 간 멘토링 제도를 개설하여 전공생들의 학교생활 적응을 효과적으로 유도한다.

넷째, 현장의 태권도장 및 태권도 유관기관과의 산학 협력을 통해 졸업예정자 및 고학년의 진로지도를 효율적으로 할 수 있는 프로그램을 개발 및 시행하여야 한다.

다섯째, 다양한 태권도 기술체계를 효과적으로 수용할 수 있도록 교육과정에 대한 지속적인 검토 및 개선을 할 수 있도록 체계를 만들어 전공생들의 전반적인 전공만족도를 향상시킬 수 있어야 한다.

따라서 향후 태권도 전공학과들은 전공생의 대학생활을 향상시킬 수 있도록 인적·물적자원을 지속적으로 상향 조정하여 지원해야 할 것이다.

2. 제언

이 연구를 마치면서 후속연구에 대한 제언을 다음과 같이 하고자 한다. 우리나라의 태권도 및 태권도학은 급속한 세계화를 이루어내면서 지속적으로 발전하고 있다. 학문적 정립이 이루어지고 있는 이 시점에도 계속해서 다양한 기술체계가 개발되고 새로운 프로그램들이 만들어지고 있다.

따라서 이 연구와 같은 대학의 태권도학과 교육과정에 대한 연구는 앞으로도 꾸준히 이루어져야 할 것이다. 특히 대학이 인성과 지성이 바로 된 인재 양성을 최고의 교육기관으로서 그 가치를 더욱 확고히 하기 위해서는 교육과정에 대한 논의는 지속적으로 이루어질 필요가 있다.

또한 태권도는 대학에서 배출하는 지도자 및 선수 이외

에도 국기원 등의 태권도 기관에서 배출하는 지도자 및 태권도 인재가 있으므로 각 기관마다의 개성을 지닌 교육과정을 연구해야 할 것이지만 이러한 기관마다의 태권도 교육이 태권도의 정체성과 가치를 훼손하지 않으면서 통일성을 지녀야 할 것이다.

참고문헌

곽정현(2005). 태권도학과 교육과정을 통한 태권도의 학문적 방향모색. **한국체육학회지**, 44(5), 69-78.

김하영, 강은석(2009). 태권도 전공자들의 학과에 대한 선택, 표현, 다짐의 해석적 기술. **한국체육과학회지**, 18(4), 3-16.

박근희(2010). **대학교육서비스의 질이 학습동기와 만족도에 미치는 영향**. 미간행 박사학위논문, 계명대학교, 대구.

박상배, 권오성(2013). 태권도학과 대학생의 진로선택 실태와 영향요인. **대한무도학회지**, 15(1), 207-218.

송민(2007). **태권도학과 대학생들의 진로의식 조사**. 미간행 석사학위논문, 경원대학교, 경기.

양현석, 윤정옥, 양통일(2011). 태권도전공대학생의 전공만족, 진로자기효능감, 진로의식 성숙도의 관계. **대한무도학회지**, 13(2), 81-96.

이인학(2007). **한국 전문대학의 교육여건 및 발전방안에 대한 교수·학생 만족도와 인식분석**. 미간행 박사학위논문, 계명대학교, 대구.

임신자, 석류(2012). 태권도학과생들의 해외 봉사 경험을 통한 자아정체성 탐색. **국기원태권도연구**, 3(2), 35-54.

정국현, 최광근(2003). 태권도 전공 대학생의 시범단활동 참가와 자아성취감 및 자아정체감의 관계. **한국사회체육학회지**, 19, 1409-1420.

조은선(2010). **태권도학과 교육과정 요구분석**. 미간행 석사학위논문, 경희대학교, 경기.

황영태, 김장환, 엄대영, 최명수(2006). 태권도학과 학생들의 진로의식성숙도가 전공수업만족에 미치는 영향. **한국체육학회지**, 45(5), 253-262

대학생 초급수영참여자의 호흡방법에 따른 운동효율성의 차이

Difference in Exercise Efficiency according to Breathing Methods of Beginner University-student Swimming Participants

안성환* · 육현철 · 이훈강 한국체육대학교

Ahn, Sung-Hwan · Youk, Hyeon-Chel · Lee, Hun-Kang Korea National Sport Univ.

요약

본 연구에서는 대학생 초급수영참여자의 호흡방법에 따른 운동효율성의 차이를 검증하기 위하여 S지역의 K대학에서 수영수업에 참가하여 두 가지 호흡방법으로 8주간 수영 연습을 한 150명 중 25m 이상을 완주 가능한 20명의 연구대상자를 편의표집방법(convenience sampling method) 모집하였다. 그 중 2차 test에 참여하지 못한 4명을 제외한 16명을 연구대상자로 선정하여 두 가지 호흡방법에 따른 안정시심박수, 이동거리, 이동시간, 최대심박수를 Windows SPSS PC+ 15.0 Version을 이용하여 평균과 표준편차를 구했으며 측정결과에 대해서 paired t-test를 실시하여 다음과 같은 결과를 도출하였다.

첫째, 각 Test 전 안정시심박수의 평균과 표준편차는 통계적으로 유의한 차이가 나타나지 않았다.

둘째, 수영호흡방법에 따른 이동거리의 평균과 표준편차는 통계적으로 유의한 차이($p=.005$)가 나타났다.

셋째, 수영호흡방법에 따른 이동시간의 평균과 표준편차는 통계적으로 유의한 차이($p=.016$)가 나타났다.

넷째, 수영호흡방법에 따른 최대심박수의 평균과 표준편차는 통계적으로 유의한 차이가 나타나지 않았다.

Abstract

To verify the difference in exercise efficiency according to breathing methods of university-student beginner swimming participants, this research employed SPSS PC+ 15.0 Version to measure breathing method-specific heart rate in stable conditions, travel distance, travel time, and the average and standard deviation of maximum heart rate. These measurement results underwent the paired t-test herein to find out the following results: First, no significant difference was found in the average and standard deviation of heart rate in stable conditions measured prior to each test. Second, a significant difference ($p=.005$) was found in the average and standard deviation of travel distance according to swimming breathing methods. Third, a significant difference ($p=.016$) was found in the average and standard deviation of travel time according to swimming breathing methods. Forth, no significant difference was found in the average and standard deviation of maximum heart rate according to swimming breathing methods.

Key words: swimming, breathing methods, Exercise efficiency, travel distance, travel time

I. 서론

체육백서(2012)의 통계에 의하면 작년 한 해 81,882개의 생활체육 클럽에 3,646,013명의 동호인이 활동하고 있는 것으로 나타났으며, 그중 수영은 2000년 이후 지금까지 선호 운동종목 중에서 상위권을 차지하고 있다. 이러한 수영은 호흡 순환계 기능을 향상시켜 주고, 심혈관계 질환 등 각종 성인병들을 예방하는데 효과적인 유산소운동(ACSM, 2000)이다. 또한 건강의 증진과 여가선용을 위해 널리 행해져 오고 평생스포츠(이지선 등, 2008)로써 장기적 참여는 체지방 감소 및 근 골격계를 끌고루 발달시켜 균형 있는 몸매를 유지하는데 효과가 있다(고민주, 2003). 그리고 수영은 실내에서 주로 이루어지는 스포츠이기 때문에 계절이나 날씨에 영향을 받지 않고, 신체부상이 적은 운동종 하나로 공기 중에서 운동을 할 때보다 많은 에너지를 소모하여 체중 감량에도 효과적이며, 혈액순환에도 많은 도움을 주기 때문에 성인들의 참여가 활발하게 이루어지고 있다(장한별, 2013).

서울특별시교육청(2011)은 2012학년도 1학기부터 초등학교 학생들의 기초 체력 향상과 수중에서 자기 생명을 보호하고 다양한 문화생활과 풍요로운 여가선용의 기회제공을 목적으로 교육과정에 있는 초등학교 3학년 학생들을 대상으로 기초수영교육을 전면 시행하기 위해 수영장 시설이용이 가능한 학교나 직속기관, 자치구와 사설 스포츠시설의 현황 및 사용가능한 시간, 시설, 인원 등을 조사하여 각 학교에 안내하였으며, 수영교육실시 학교에 대해서는 경비를 지원해줄 정도로 수영에 대한 관심을 많이 기울이고 있다.

이렇듯 수영은 단순히 건강유지나 체력단련의 차원을 넘어 개인의 삶의 질을 높여주고, 여가 시간을 건전하게 활용하는 효과적인 방법이고 현대를 살아가는 문화인의 필수 교양이라 할 수 있다(나수경, 2001).

수영은 육상에서 이루어지는 다른 스포츠와 달리 개인이 쉽게 접근하기 어려운 스포츠이다. 그렇기 때문에 전문지도자의 지도가 필요하다. 체육백서(2012)의 통계에 의하면 스포츠 참여자들의 지도자 수해 경험유무에서 수영참여자들이 전체 사례 중 16.9%가 전문지도자의 지도를 받고 있는 것으로 나타났다. 그러나 전문지도자의 지도를 받음에도 불구하고 수영참여자가 헬스운동 참여자보다 중도 포기율이 높게 나타났으며, 중도 포기 요인 중 정신적 요인에서 통계적으로 유의한 차이를 보였고, 그것은 물에 대한 두려움 때문이라고 보고 하였다(박진천, 2004). 인간이 물에 대한 두려움을 가지는 것은 호흡에 대한 자신감 결여에서 기인된

것으로 사료된다.

본 연구자는 수영지도자의 초급자 호흡지도유형 분석(안성환, 2009)을 통하여 초급수영참여자에게 대한 현장 지도자들의 수영호흡방법에 대한 실정을 살펴보고, 이에 대한 문제점과 개선점에 대하여 수영 초급자의 호흡방법 개선 과제 연구(안성환, 2011)를 통하여 초급수영참여자에게 적합한 호흡방법을 제시한 바가 있다. 현재 현장에서 초급수영참여자에게 지도되고 있는 “음-과 호흡”과 연구자가 제시한 “편안한 호흡”에는 속도, 각도, 예비동작, 타이밍에서 각각 차이를 보인다. 구체적인 차이를 살펴보면 “음-과 호흡”은 호흡을 들이쉬기 위하여 수면위로 나오는 얼굴의 상승속도가 얼굴에서 흘러내리는 물의 속도보다 빠르고, 상승각도에서 이마가 턱보다 높으며, 빠른 상승속도로 인해 수면위로 얼굴이 나올 때 물을 안고 나오므로 인해 수면위에서 호흡을 들이쉬기 전 “과”하며 입술에 있는 물을 털어내는 예비동작을 구사하는 특징을 가지고 있다. 또한 이러한 예비동작으로 인해 호흡을 들이쉬는 타이밍이 늦고 들이쉬는 호흡량이 많다.

이에 비해 “편안한 호흡”은 호흡을 들이쉬기 위하여 수면위로 나오는 얼굴의 상승속도가 얼굴에서 흘러내리는 물의 속도보다 느리며, 상승각도에서 이마가 턱보다 낮다. 느린 상승속도로 인해 수면위로 얼굴이 나올 때 이미 물이 흘러내린 상태임으로 수면위에서 입술에 있는 물을 털어내는 예비동작을 구사하지 않을 수 있다. 그리고 수면위로 입이 나오면서 바로 호흡을 들이쉬 수 있기 때문에 호흡을 들이쉬는 타이밍이 빠르고 들이쉬는 호흡량을 편하게 조절할 수 있다.

이러한 차이점에 따른 문제점을 개선하기 위하여 수영 초급자의 호흡방법 개선 과제 연구(안성환, 2011)를 통하여 초급수영참여자에게 적합한 호흡방법을 제시하였으나, 이후 2년간 이루어진 수영에 관한 연구를 살펴보면 수영 경기력에 관한 연구(강창범 등, 2012; 김석범 등, 2012; 유도상, 2012; Salles Painelli 등, 2013; Shimoyama 등, 2013)와 수영참여자의 만족도에 관한 심리학적 연구(고지웅 등, 2013; 김경, 2012; 김덕진, 2012; 김수진 등, 2012; 김종길 등, 2011; 조충현 등, 2013; 박선기 등, 2012; 박영태 등, 2013; 안성환 등, 2012; 이동준, 2012), 그리고 수영참여자에 관한 생리학적 연구(구광수 등, 2012; 김용찬 등, 2013; 김유미 등, 2013; 신현재, 2012; 윤은선, 등, 2012; Ramos 등, 2013)들이 주로 이루어진 반면에 수영참여자가 보다 쉽게 수영을 접할 수 있도록 하는 실질적인 지도방법이나 효율성에 대한 다양한 연구는 미진한 실정이며, 이로 인하여 이론적으로 제시된 연구결과가 현장에서 지도하는 수영지도자

나 초급수영참여자들에게 적용되지 못하는 것으로 사료된다.

따라서 본 연구의 목적은 본 연구자가 제시한 “편안한 호흡”방법과 현재 초급수영참여자에게 지도되고 있는 “음-과 호흡”방법 간의 운동효율성의 차이를 검증하는데 있다. 이러한 연구 결과는 초급수영참여자를 지도하는 현장지도자나 예비지도자들에게 필요한 기초 자료를 될 것이다.

II. 연구방법

1. 연구대상

본 연구에서는 S지역의 K대학에서 수영수업에 참가한 대학생초급참여자 150명 중 25m 이상을 완주 가능한 20명의 연구대상자를 편의표집방법(convenience sampling method) 모집하였다. 그 중 2차 test에 참여하지 못한 4명을 제외한 16명을 연구대상자로 선정하였다. 자세한 연구대상자의 신체적 특성은 <표 1>과 같다.

표 1. 연구대상자의 신체적 특성

구분	신장(cm)	체중(kg)	발사이즈(mm)
피험자 (n=16)	172.31±5.44	65.88±6.84	254.38±10.94

2. 연구절차

본 연구에서는 S지역의 K대학에서 수영수업에 참가한 대학생 초급수영참여자를 대상으로 “음-과 호흡”과 “편안한 호흡”의 두 가지 호흡방법으로 수영을 지도한 후 실험을 통하여 호흡 방법에 따른 이동거리와 이동시간, 최대심박수의 차이를 알아보고자 하였다.

실험은 2012년 3월 5일부터 2주간 1시간씩 수영 호흡 및 연습과정에 대하여 설명한 후 8주간 두 가지의 호흡 방법을 병행하면서 1시간씩 크롤영법에 대한 발차기와 팔 돌리기, 콤비네이션을 지도하였다.

8주간의 수영 연습 후 측정은 2주간에 걸쳐 실시하였다. 1차 테스트는 안정시심박수를 측정 한 후 “음-과 호흡”을 먼저 실시하여 자신이 갈 수 있는 최대한의 거리를 가도록 하였고, 이후 30분간의 휴식 시간을 준 후 “편안한 호흡”을 실시하여 자신이 갈 수 있는 최대한의 거리를 가도록 하였다.

1주일 후 2차 테스트에서는 안정시심박수를 측정한 후

“편안한 호흡”을 먼저 실시하여 자신이 갈 수 있는 최대한의 거리를 가도록 하였고, 이후 30분간의 휴식 시간을 준 후 “음-과 호흡”을 실시하여 자신이 갈 수 있는 최대한의 거리를 가도록 하였다.

측정은 출발 후 연구대상자들이 심리적 또는 생리적 한계를 느껴 더 이상 갈 수 없다고 판단하여 멈춘 지점까지의 이동거리를 측정하고 이동거리까지 소요된 이동시간을 초시계로 보조자가 측정 후 기록하였으며, 최대심박수는 최대 거리에 도착 시 바로 디지털시계를 보며 1분간 자신의 심박수를 측정하도록 한 후 그 결과를 기록하였다.

3. 자료분석방법

자료처리는 1차와 2차에 걸쳐 측정된 결과를 Windows SPSS PC+ 15.0 Version 통계 프로그램을 사용하여 평균(M)과 표준편차(SD)를 산출하였다. 모든 통계 분석을 위한 유의수준은 $p < .05$ 로 설정하였다.

III. 연구결과

본 연구에서는 초급수영참여자의 수영호흡방법에 따른 안정시심박수, 이동거리, 이동시간, 최대심박수의 차이를 알아보기 위하여 대학생 초급수영참여자를 대상으로 “음-과 호흡(수면 위에서 흡기 전 예비동작으로 입으로 내선 후 호흡을 들이쉬는 방법)”과 “편안한 호흡(수면 위에서 흡기 전 예비동작 없이 호흡을 들이쉬는 방법)”을 동일한 조건에서 8주간 연습시킨 후 그 결과를 측정하였다. 자료처리는 Windows SPSS PC+ 15.0 Version을 이용하여 안정시심박수, 이동거리, 시간, 최대심박수의 평균과 표준편차를 구했으며 측정결과에 대해서 paired t-test를 실시하였다. 그 실험 결과는 다음과 같다.

1. 호흡방법의 테스트 전 안정시심박수에 대한 paired t-test 차이

호흡방법에 대한 테스트 전 안정시심박수의 평균과 표준편차는 아래의 <표 2>와 같다.

아래의 <표 2>에서 보는 바와 같이 음-과 호흡에 대한 테스트를 하기 전에는 85.97 ± 9.89 단위로, 편안한 호흡에 대한 테스트를 하기 전에는 88.22 ± 10.59 단위로 통계적으로 유의한 차이가 나타나지 않았다.

표 2. 호흡방법의 테스트 전 안정시심박수에 대한 paired t-test 결과

	음파-호흡 전 (n=16)		편안한 호흡 전 (n=16)		t	sig
	M	SD	M	SD		
안정시 심박수	85.97	9.89	88.22	10.59	-1.231	.228

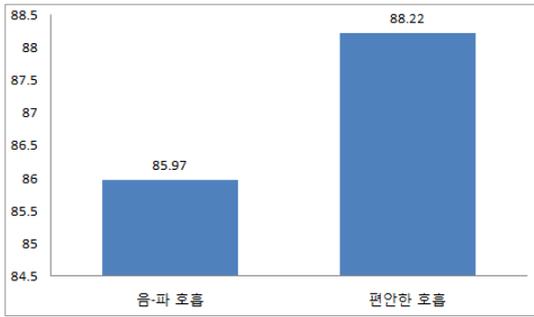


그림 1. 호흡방법의 테스트 전 안정시심박수에 대한 paired t-test 결과

2. 수영호흡방법에 따른 이동거리에 대한 paired t-test 차이

수영호흡방법에 따른 이동거리의 평균과 표준편차는 아래의 <표 3>와 같다. 아래의 <표 3>에서 보는 바와 같이 음-파 호흡은 64.00±16.01단위로, 편안한 호흡은 72.44±23.84단위로 통계적으로 유의한 차이(p=.005)가 나타났다.

표 3. 수영호흡방법에 따른 이동거리에 대한 paired t-test 결과

	음-파 호흡 (n=16)		편안한 호흡 (n=16)		t	sig
	M	SD	M	SD		
이동거리	64.00	16.01	72.44	23.84	-2.996	.005

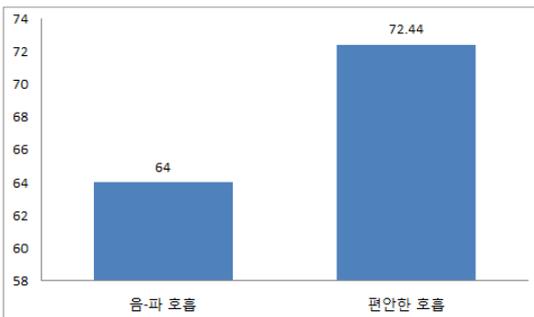


그림 2. 수영호흡방법에 따른 이동거리에 대한 paired t-test 결과

3. 수영호흡방법에 따른 이동시간에 대한 paired t-test 차이

수영호흡방법에 따른 이동시간의 평균과 표준편차는 아래의 <표 4>와 같다. 아래의 <표 4>에서 보는 바와 같이 음-파 호흡은 70.63±17.06단위로, 편안한 호흡은 82.97±32.35단위로 통계적으로 유의한 차이(p=.016)가 나타났다.

표 4. 수영호흡방법에 따른 이동시간에 대한 paired t-test 결과

	음-파 호흡 (n=16)		편안한 호흡 (n=16)		t	sig
	M	SD	M	SD		
이동시간	70.63	17.06	82.97	32.35	-2.5548	.016

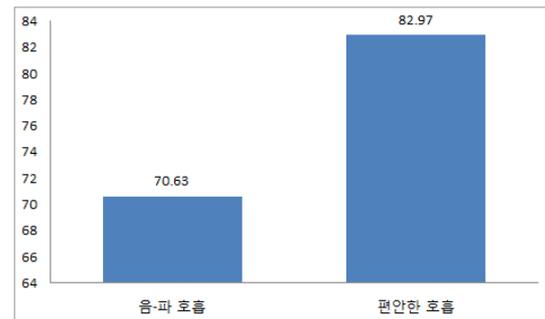


그림 3. 수영호흡방법에 따른 이동시간에 대한 paired t-test 결과

4. 수영호흡방법에 따른 최대심박수에 대한 paired t-test 결과

수영호흡방법에 따른 최대심박수의 평균과 표준편차는 아래의 <표 5>와 같다. 아래의 <표 5>에서 보는 바와 같이 음-파 호흡은 141.09±14.77단위로, 편안한 호흡은 143.19±15.07단위로 통계적으로 유의한 차이가 나타나지 않았다.

표 5. 수영호흡방법에 따른 최대심박수에 대한 paired t-test 결과

	음-파-호흡 (n=16)		편안한 호흡 (n=16)		t	sig
	M	SD	M	SD		
최대 심박수	85.97	9.89	88.22	10.59	-1.231	.228

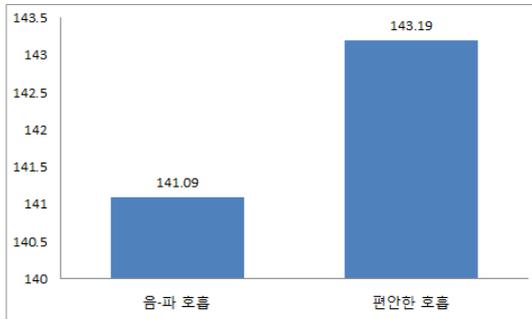


그림 4. 수영호흡방법에 따른 최대심박수에 대한 paired t-test 결과

IV. 논의

본 연구자는 지금까지 많은 현장 수영지도자들이 초급수영참여자들에게 수영을 지도하는 과정에서 “음-과 호흡”을 지도하는 것을 보고 “음-과 호흡”에 대한 효율성에 대하여 의문을 제기한 바가 있다. 그리고 수영활동에서 필요한 “편안한 호흡” 방법을 이론적으로 정립하여 제시하였다. 하지만 이러한 호흡방법이 “음-과 호흡방법”보다 더 효율적일 것이다. 라는 연구자의 주장은 실질적인 실험 연구나 관련 선행 연구의 부족으로 인하여 큰 설득력을 얻지 못하였다.

이러한 문제점을 개선하기 위하여 S지역의 K대학에서 수영수업에 참가한 대학생 초급수영참여자 중 16명을 대상으로 “음-과 호흡”과 “편안한 호흡”의 두 가지 호흡방법으로 수영을 지도한 후 실험을 통하여 호흡방법에 따른 이동거리와 이동시간, 최대심박수의 차이를 보고자 하였다.

이 연구의 주요한 결과로는 대학생 초급수영참여자의 호흡방법에 따른 이동거리가 앞의 <표 3>에서 보는 바와 같이 음-과 호흡은 64.00±16.01단위로, 편안한 호흡은 72.44±23.84단위로 통계적으로 의미있는 유의한 차이(p=0.005)가 나타났다는 것이다. 이는 편안한 호흡을 구사할 경우 이동거리가 향상되었다는 것을 의미한다.

“음-과 호흡방법”과 “편안한 호흡방법”에는 크게 세 가지의 차이점이 있다. 첫째, 속도이며, 둘째 각도, 셋째, 타이밍이다. “음-과 호흡방법”은 수면위로 회전하며 상승하는 얼굴의 속도가 흘러내리는 물의 속도보다 빠르며, 얼굴이 수면위로 상승하였을 때의 각도가 턱보다 이마가 높고, 수면위에서 호흡을 들이쉬는 타이밍이 예비동작으로 인해 늦은 경향을 보이는 반면에 “편안한 호흡방법”은 수면위로 회전하며 상승하는 얼굴의 속도가 흘러내리는 물의 속도보

다 느리며, 얼굴이 수면위로 상승하였을 때의 각도가 턱보다 이마가 낮고, 흡기시 예비동작을 하지 않기 때문에 수면위에서의 호흡을 들이쉬는 흡기 타이밍이 빠르다는 것이다.

“음-과 호흡”의 문제점은 수영 활동 중 호흡을 하기 위해 수면위로 얼굴을 내미는 과정에서 수면위로 입이 나오는 순간 “과”하며 입 주변에 물을 털어내는 예비동작에 있다. “음-과 호흡”은 물이 흘러내리는 속도보다 빠른 얼굴의 회전속도로 인하여 물을 안고 나오므로 인해 수면위에서 입 주변에 있는 물을 털어내기 위한 예비 동작을 하게 된다. 이러한 예비 동작은 입 주변에 물을 털어내 줌으로써 흡기시 입안으로 물이 빨려 들어오는 것을 막아줌으로써 물이 먹지 않도록 하는 요인이 될 수는 있으나 이러한 예비 동작을 구사함으로써 인해 수면위에서 이루어지는 흡기 시간이 짧아지면서 자연스럽게 흡기속도가 빨라지는 현상을 보이게 된다.

다시 말해 수영참여자가 수면위에서 호흡을 구사할 수 있는 시간은 제한적인데, 그 제한적인 시간 중에 예비동작을 함으로써 흡기시간이 줄어들고, 제한된 시간 내에 필요한 공기를 확보하기 위하여 빠르게 그리고 많은 양의 공기를 들이쉬게 되는 것이다. 이러한 호흡이 반복되면서 수영참여자는 호흡에 어려움을 느끼게 되는데, 수영 호흡에 대한 이해가 부족할 경우 수영참여자들은 수영 호흡이 원래 힘든 것이라고 인식하게 하는 요인이 되는 것이다. 하지만 이것은 근본적으로 얼굴에서 물이 흘러내리는 속도보다 천천히 얼굴을 돌리면 해결될 수 있다.

수영 활동에서 이러한 호흡의 문제는 수영 활동에 있어 “수영을 얼마나 오래 수행할 수 있는가.”를 결정하는 중요한 요인이 될 것이며, 보다 편하고 쉬운 수영 방법은 결국 수영 활동을 보다 쉽게 배울 수 있는 요인이 되며, 수영 활동에서 초급수영참여자들의 중도포기를 줄임으로써 수영의 활성화에 도움이 될 것으로 사료된다.

V. 결론 및 제언

본 연구에서는 S지역의 K대학에서 수영수업에 참가한 대학생 초급수영참여자를 대상으로 호흡방법에 따른 이동거리와 이동시간, 최대심박수의 차이를 알아보았다. 이 연구를 통해 다음과 같은 결론을 얻었다.

첫째, 실험 전 안정시심박수에는 통계적으로 유의한 차이가 없었다.

둘째, 호흡방법에 따른 이동거리에는 통계적으로 의미 있는 유의한 차이($p=.005$)가 있었다.

셋째, 호흡방법에 따른 이동시간에는 통계적으로 유의한 차이($p=.016$)가 있었다.

넷째, 호흡방법에 따른 최대심박수에는 통계적으로 유의한 차이가 없었다.

이러한 연구 결과로 볼 때 호흡방법에 따라 이동거리에 의미 있는 유의한 차이가 있음을 알 수 있었다. 그러나 수영참여자들이 심리적으로 얼마나 더 편하게 느끼느냐하는 점과 이를 지도하는 현장지도자들이 얼마나 쉽게 이해하고 보다 쉽게 수영참여자들에게 지도할 수 있는느냐하는 문제는 새로운 과제로 제기될 수 있을 것이다. 따라서 이에 대한 후속 연구가 필요할 것으로 사료된다.

참고문헌

- 강신, 윤필규, 박영관, 정철규(1999). **와우! 신나는 수영 교실**. 서울: 흥경.
- 강창범, 고진호, 정수련, 안나영, 김기진(2012). 남자 수영선수의 200m 및 400m 기록에 따른 생리적 특성 비교. **코칭능력개발지**, 14(3), 184-189.
- 고지웅, 최장호, 박영태(2013). 중년여성의 수영참가가 행복지수에 미치는 영향. **한국스포츠학회지**, 11(1), 177-188.
- 구광수, 김지운, 홍예주(2012). 48주간 수영참여와 성별이 비만아동의 체지방률 및 체력에 미치는 영향. **한국체육과학회지**, 21(3), 899-911.
- 김경(2012). 수영참가 노인들의 사회적지지, 여가만족, 심리적 행복감 및 참여행동의 관계. **한국체육학회지**, 51(3), 53-62.
- 김덕진(2012). 수영참가자의 기본심리욕구만족, 운동동기 및 몰입간의 관계. **한국사회체육학회지**, 49(1), 483-494.
- 김석범, 김규완, 전경규(2012). 수영 스타트 방법의 차이 분석 및 입수 거리에 대한 예측. **한국체육과학회지**, 21(4), 1341-1352.
- 김수진, 이태용(2012). 수영장 이용고객의 지각된 서비스품질이 서비스가치, 고객만족, 재구매행동에 미치는 영향. **한국체육과학회지**, 21(1), 563-575.
- 김용찬, 김재원, 송영은, 김진성, 김병완, 김창환(2013). 수준운동이 비만중년여성의 신체조성과 심박변이도에 미치는 영향. **한국웰니스학회지**, 8(3), 220-229.
- 김유미, 감창주, 지은상, 윤진환(2013). 수영운동의 중단과 재개 시 뇌의 신경전달물질, 신경성장인자 및 신경세포생성에 미치는 영향. **한국생활환경학회지**, 20(2), 206-215.
- 김종길, 임재구(2011). 수영 참가자들의 참가동기 및 수영 몰입이 여가만족에 미치는 영향. **한국체육과학회지**, 20(3), 147-161.
- 나수경(2001). **가정주부의 에어로빅 활동 참여가 생활만족에 미치는 영향**. 미간행 석사학위논문, 조선대학교 교육대학원, 광주.
- 문화체육관광부(2012). **체육백서**.
- 박선기, 김범(2012). 지속적 수영참가자의 의사결정균형이 여가몰입 및 여가이득에 미치는 영향. **한국체육과학회지**, 21(4), 235-248.
- 박영태, 김철주, 고지웅(2013). 대학 수영수업 참여동기에 따른 수상인명구조요원 교육 참여에 관한 고찰. **한국스포츠학회지**, 11(1), 25-35.
- 박진찬(2004). **학생의 스포츠활동 참여에서의 중도포기 원인 분석**. 미간행 석사학위논문, 동국대학교 교육대학원, 서울.
- 신민호(2003). **수영 프로그램 참가자들의 중도포기 원인에 관한 비교분석**. 미간행 석사학위논문, 국민대학교 교육대학원, 서울.
- 신현재(2012). 비만여성에 수영운동이 체중과 체지방량, leptin, ghrelin, superoxide dismutase 및 malondialdehyde에 미치는 영향. **한국사회체육학회지**, 49(2), 899-907.
- 안성환(2009a). 수영지도자의 초급자 호흡지도유형 분석. **스포츠사이언스**, 26(1), 169-179.
- 안성환(2009b). **수영 이론 탐색과 실천적 적용**. 한국스포츠교육학회 2009년도 동계학술 세미나 자료집, 19-32.
- 안성환(2011). 수영 초급자 호흡방법의 개선 과제 연구. **한국스포츠학회지**, 9(3), 265-275.
- 안성환, 조건상, 김한별, 최영준, 윤아영(2012). 수영선수의 목표성향과 내적동기 및 운동몰입의 인과관계. **한국체육과학회지**, 21(1), 615-624.
- 유도상(2012). 수영 돌핀킥 동작의 운동학적 분석. **한국체육과학회지**, 21(1), 711-720.
- 윤은선, 이선주, 제세영(2012). 일회 수영운동의 건강한 성인의 혈압과 동맥경직도에 미치는 영향. **운동과학**, 21(1), 89-100.

- 이동준(2012). 성인의 규칙적인 수영운동과 신체적 자기개념 및 스트레스에 관한 연구. *한국발육발달학회지*, 20(1), 51-58.
- 조충현, 서건우, 김화룡(2013). IPA를 이용한 수영장 이용고객의 선택속성 평가. *한국스포츠학회지*, 11(3), 261-274.
- ACSM (2000). *ACSM'S Guidelines for exercise Testing and prescription*. 6th. A wolters kluwer co.
- Ramos, D., Martins, E. G., Viana-Gomes, D., & Casimir. (2013). Biomarkers of oxidative stress and tissue damage released by muscle and liver after a single bout of swimming exercise. *Applied Physiology Nutrition and Metabolism*, 38(5), 1715-5312.
- Salles Painelli, V.; Roschel, H., & Jesus, F.(2013). The ergogenic effect of beta-alanine combined with sodium bicarbonate on high-intensity swimming performance. *Applied Physiology Nutrition and Metabolism*, 38(5), 525-532.
- Shimoyama, Y., Sato, D., Baba, Y., Ito, S., & Nara. (2013). The effect of swimming velocity on physiological responses and stroke parameter in competitive swimmers. *Journal of Science and Medicine in Sport*, 16(1), 1440-2440.

수영종목의 활성화를 위한 방안 모색

Exploration on Way for Revitalize of Swimming

육현철* 한국체육대학교

Youk, Hyeon-Chel Korea National Sport Univ.

요약

본 연구는 올림픽종목에서 44개의 많은 메달이 배정된 수영 종목에서 우수한 성적을 거두기 위해 한국수영의 현황을 파악하고 활성화 방안을 모색하는데 목적이 있다. 수영 종목의 활성화는 앞서 언급한 바와 같이 올림픽 순위 경쟁에서 우리나라의 우수한 성적을 기대하기 위해 많은 도움을 줄 것이다. 수영 종목의 활성화 방안은 현 문제점을 진단하고 극복하는 방안을 제시하는 방법으로 알아보았다. 한국수영의 현실을 진단해 보면 선수 부족, 시설 부족, 지도자 및 심판 육성 미흡, 조직체계의 비전문화 등 대략 4가지 문제를 들 수 있다. 수영 종목에서 현재 가장 시급하게 개선해야 할 사항은 선수와 지도자, 시설의 부족을 꼽을 수 있었다. 따라서 수영 종목의 활성화를 위해선 선수, 지도자, 시설의 문제가 고루 개선되기 위한 방안이 모색되어야 한다.

Abstract

This paper aims to indentify the current status of Korean swimming and how to revitalize it, in order to achieve an excellent grade in the ranking competition of the Olympics. we have examined the current problems and reviewed how to overcome them, in order to promote our swimming program. If you analyze the reality of Korean swimming, there are four problems at large; a shortage of elite swimmers, a lack of facilities, insufficient fostering of leadership, and both judges and hierarchical vision cultural problems etc. The imperative in improving our programs is a lack of elitists, the pool of leaders and our current facilities. Therefore, approaches must be taken to equally correct these issues and re-invigorate both our national and international swimming programs.

Key words: Swimming, Improve of performance, Olympic

* youk@knsu.ac.kr

I. 서론

사람이 수영을 하기 시작한 근원과 기록은 정확하지는 않지만, 인간이 생활하고 생존하기 위하여 물 가까이에서 물을 짓게 되며, 물가를 중심으로 고기잡이나 더위를 식히고 목욕하는 행위, 그리고 교통수단이나 전쟁을 준비하기 위한 수단으로 물을 가까이 하면서 수영이 시작 되었을 것으로 추측하고 있다(육현철, 2013).

한국의 엘리트 종목이 낙후되어 갈 때를 즈음하고 2014 인천아시안게임을 앞전에 둔 상황과 우리나라가 88올림픽 대회에서 세계 4위를 차지하는 놀라운 성적을 낸 이후부터는 10위권 입상을 하는데도 어려움을 겪고 있다. 그것은 메달권 진입 종목이 한정되어 있어 올림픽 성적 제고에 걸림돌이 되고 있으며, 특히 메달박스로 알려져 있는 육상, 수영, 체조 등의 기본 종목에서 메달획득을 하지 못하기 때문이다.

이에 수영 종목은 자유형 50m, 100m, 200m, 400m, 800m, 1500m, 배영, 평영, 접영 각각 50m, 100m, 200m의 종목이 있으며, 수구, 다이빙(플랫폼 다이빙, 스프링보드 다이빙, 싱크로 다이빙), 싱크로나이즈드 스위밍(솔로, 듀엣, 팀, 콤보)의 다양한 종목이 있어 44개의 메달이 걸려 있어 메달박스로 알려져 있다(육현철, 2002).

이렇게 수영은 올림픽과 아시안게임에서 많은 메달이 걸린 중요한 종목이다. 메달박스로 알려져 있으나 비인기 종목으로 되어 있기 때문에 올림픽을 준비하는 과정에서는 중요성을 모르고 있다가 올림픽경기 수영 시상식 장면을 보면서 때면 다른 나라의 국기가 계양 될 때의 상황에서는 수영종목이 중요하다는 것을 누구나가 실감하며 안타까워하고 있다.

88서울 올림픽에서 4위를 한 이후 1996년 미국 아틀란타와 2000년 호주 시드니 올림픽에서 10위권에 머물러 있었다.

그 후로 대한체육회는 부진한 올림픽의 성적을 올리기 위하여 2008년 베이징 올림픽 대비 특별대책으로 기본 추진방향을 살펴보면 다음과 같다. 첫째, 메달획득 가능종목에 대한 선택 및 집중훈련 둘째, 선수육성 및 선수 저변확대 셋째, 스포츠 의,과학화로 경기력향상 운영시스템개선 넷째, 경기력향상 정보 수집 지원 강화 다섯째, 훈련여건 획기적 개선 일곱째, 입체적 훈련 영상분석시스템 구축 여덟째 국가대표 코치진 운영제도 개선 아홉째 스포츠 외교력 강화 등을 강력히 추진하고 있다(김재철, 2005).

2008년 베이징 올림픽 대비 특별대책으로 기본 추진방향을 실천한 결과, 2008년 베이징 올림픽에서 7위를 하였고, 2012년 영국 런던 올림픽에서 세계 5위를 하게 되어 올림픽을 통하여 대한민국을 널리 홍보하는 계기가 되었다.

2014년 인천아시안게임과 2016년 제31회 리우데자네이루 올림픽을 대비하여 대한체육회는 선수육성 및 선수 저변확대를 위하여 기본종목 육상, 수영, 체조 등 메달 유망종목과 선수를 선진국 장기파견 지원과 유능한 외국인 코치 초청 지원 프로그램을 마련하여야 한다. 기본 종목과 메달 획득 유망선수들을 체육선진국 장기파견, 해외 유학, 장기 해외전지훈련 등을 지원하는 지원책을 마련하여야 한다.

또한 해외 우수지도자의 우선 배치, 그리고 세계대회 및 올림픽대회 결선 진출 시 성과급 지급 등 각 경기단체의 경기력 향상을 위한 대책 마련을 권장하여야 한다.

대한체육회에서는 각 가맹단체에까지 그 영향을 미치도록 하여야 할 것이며 기본에 충실할 수 있도록 하여야 한다. 경기력 향상의 기본이라 하면 누구나가 알 수 있는 것처럼 꿈나무 선수를 많이 길러 피라미트 형태가 되어야 하는데 초등학생들이 너무도 부족한 것이 현실이다.

다음은 운동선수들이 마음껏 운동할 수 있는 시설을 확보가 중요하다. 그러나 지금 한국의 실정은 어떠한가? 올림픽경기를 치른 수영장과 아시안게임 경기를 하였던 수영장이 있는데도 시험 한번 하지 못하는 실정에 있다. 시험도 못 할 정도이면 연습은 더 말 할 나위 없이 못하고 있기 때문에 수영의 성적은 계속적으로 후퇴 할 수 밖에 없는 실정이다.

이와 같은 문제의식을 가지고 본 논문에서는 한국 수영 종목의 현황과 활성화 방안을 모색하는데 그 목적이 있다.

II. 한국 수영의 현황

우리나라 팀 등록 현황을 살펴보면 초등학교 남자가 487개 팀이 있고, 여자선수가 480개 팀으로 총 967개의 팀에 불과하다. 또한 중학교 남, 여 팀 등록 선수는 482개 팀으로 감소하였으며, 고등학교 팀이 184개 팀으로 중학교 때 보다 급격히 감소하는 현상이 나타났다. 우리나라 총 수영 등록 팀 수를 보았을 때 남자가 907개 팀으로 나타났고, 여자 팀이 906개 팀으로 나타나 남녀 1813개 팀이 있다. 그러나 1813팀은 한 학교에서 남녀 팀이 있기 때문에 약 50%의 77개 학교나 실업팀이 운영되고 있다고 보면 된다<표 1>.

표 1. 우리나라 수영 팀 등록 현황 (2013년 09월 04일 기준)

순번	학교	남	여	합계
1	초등학교	487	480	967
2	중학교	239	243	482
3	고등학교	90	94	184
4	대학교	39	39	78
5	실업팀	20	21	41
6	군팀	4	0	4
7	시도군청	28	29	57
	총계	907	906	1813

그러나 가까운 일본 수영연맹의 단체수집계포의 자료에 의하면 과거에만 해도 2005년도에 단체수는 5,777팀이었으며, 2006년도에는 5,628팀으로 2005년도에 비하여 2006년도에 149개 팀이 없어졌다는 수치와 약 97.4%의 감소율이 나타났다는 자료를 제시하고 있지만 우리나라의 현실은 자료를 요구 하였을 때 정리가 되어 있지 않아 연구하고 참고하는데 어려움이 많이 있다.

표 2. 우리나라 수영선수 등록 현황 (2013년 09월 04일 기준)

순번	학교	남	여	합계
1	초등학교	908	688	1596
2	중학교	610	431	1041
3	고등학교	363	218	581
4	대학교	130	61	191
5	실업팀	82	24	106
6	군팀	11	0	11
7	시도군청	111	81	192
	총계	2215	1503	3718

우리나라 수영선수등록 현황을 보면 안타깝지만 하다. 초등학교에서 고학년으로 갈수록 <표 2>와 같이 선수인원이 현저히 감소되는 것을 알 수 있다. 남자 총원이 2215명이고, 여자의 총원은 1503명으로서 총인구는 3718명이다. 어떻게 보면 이렇게 수영인구가 적은 상황에서 한국의 수영실력은 매우 훌륭하다고 평가 할 수 있다.

역대 하계아시아경기대회에서 우리나라 수영 메달 획득 현황을 살펴보면 1962년 인도네시아 자카르타대회에서 진장림 선수가 평영 100m에서 최초로 메달을 획득하였다. 1966년에는 태국 방콕에서 하이다이빙 송재웅, 김영채 선수가 플랫폼다이빙에서 동메달 2개를 획득하였다. 1970년 제6회 방콕 아시아경기대회에서 남자자유형 400m와 1500m에서 조오련 선수가 금메달 2개를 획득하였고, 다이빙의 송재웅 선수가 남자 하이다이빙에서 금메달 1개를 추가하여 한국사상 첫 금메달을 3개나 획득하였다<표 3>.

표 3. 역대 하계아시아경기 우리나라 수영 메달 현황

	금메달	은메달	동메달	계
제5회 방콕 (1966)			2	2
제6회 방콕 (1970)	3		1	4
제7회 테헤란 (1974)	2	2		4
제8회 방콕 (1978)			3	3
제9회 뉴델리 (1982)	3	4	4	11
제10회 서울 (1986)	2	1	4	7
제11회 북경 (1990)	1	1	4	6
제12회 히로시마 (1994)	2	1	5	8
제13회 방콕(1998)	1	2	7	10
제14회 부산 (2002)	1	5	10	11
제15회 도하 (2006)	3	2	13	18
제16회 광저우 (2010)	4	3	8	15
합계	22	21	61	104

또한 1974년 제7회 테헤란 아시아경기대회에서 조오련 선수가 자유형 400m, 1500m에서 금메달 2개, 200m에서 은메달을 차지하였고, 고희석선수가 남자스프링보드다이빙에서 은메달을 추가하여 수영의 발전기에 들어섰다. 약 8년간의 수영침체기를 갖게 되었다.

1982년에 제9회 뉴델리 아시아경기대회에서 최윤희 선수가 배영 100m, 200m, 개인혼영 200m에서 3개의 금메달과 최윤희 선수가 출전한 종목은 최윤희 선수가 출전하여 각 종목 3개의 은메달을 추가 하였으며, 방준영선수가 남자접영200m에서 은메달을 획득하였다. 또한 이시은 선수가 여자자유형 200m, 400m와 개인혼영 400m에서 3개의 동메달을 획득하였다. 또한 김금희 선수가 여자 접영 200m에서 동메달을 추가하여, 총 금메달 3개와 은메달 4, 동메달 4개를 획득하여 수영의 황금기를 맞이하였다.

1986년 제10회 서울 아시아경기대회에서 최윤희 선수가 배영 100m, 200m 금메달을 획득하였고, 남자 수구에서 은메달 획득으로 아시아 정상에 올랐다. 동메달을 차지한 종목으로는 남자 스프링보드다이빙에서 이선기, 최윤희 선수가 개인혼영 200m, 이은희 선수가 여자접영 200m, 박성원 선수가 평영 200m에서 메달을 획득하여 종합메달을 보면 금메달 2개, 은메달 1개, 동메달 4개를 차지하였다.

1990년 제11회 북경 아시아경기대회에서 지상준 선수가 배영 200m 금메달을 획득하였고, 남자계영 400m 은메달, 동메달을 차지한 종목으로는 남자접영200m 이윤안 선수, 남자혼계영 400m, 여자혼계영 400m에서 메달을 획득하여 종합메달을 보면 금메달 1개, 은메달 1개, 동메달 4개를 차지하였다.

1994년 제12회 히로시마 아시아경기대회에서 지상준 선수가 배영 200m 금메달을 획득하여 2년패를 하였고, 남자자유형 400m 금메달, 여자자유형 400m 은메달, 싱크로 솔로에서 최정윤 선수가 동메달을 획득하여 싱크로 사상 첫 메달을 획득하였다. 남자계영과 여자계영, 여자혼계영에서 동메달을 차지하여 전체적으로 보면 금메달 2개, 은메달 1개, 동메달 5개를 차지하여 아시아지역에서는 수영의 성적은 매우 좋은 편이었다.

한국수영의 전성기는 현대건설 이명박회장이 수영연맹의 조직을 체계적으로 10년간 이끌어 왔을 때는 좋은 성적을 올리게 되었다. 그 이후 현대건설에서 수영연맹의 회장을 손 놓게 되면서 1998년부터는 대한수영연맹 조직이 깨지게 되어 침체를 맞이하게 되었다. 그 이후부터 수영연맹 연구지가 중단되었고 심판 강습회, 지도자 강습회 잘 이루어지지 않고 있어 수영지도자나 수영선수들이 수영을 이론적으로 배울 수 있는 곳이 없어 안타까움을 겪고 있다.

이러한 실정에 있다 보니 1994년부터 2005년까지 약 11년이란 세월동안 아시아대회에서 금메달 1개 밖에 획득하지 못하는 경기력을 내어 수영의 경기력은 깊은 늪에 빠져 있었다.

그러나 2006년 도하 아시아선수권대회에서 수영의 신동이라 할 수 있는 박태환선수가 나타나 금메달 3개를 획득하면서 대한민국 수영이 재도약을 하는 계기가 되었다. 또한 박태환선수는 2008년 중국 베이징 올림픽에서 한국최초로 자유형 400m 금메달, 200m에서 동메달을 획득하였다. 2012년 런던 올림픽에서도 박태환선수는 자유형 200m와 400m에서 2개의 은메달 획득함으로써 수영 부흥기를 맞고 있는 것처럼 보이거나 수영 전체적으로 볼 때는 수영의 침체를 겪고 있다.

Ⅲ. 수영 육성 정책

1. 기본 종목 장기 계획 수립

일본은 1996년 아틀란타와 2000년 시드니 때도 금메달 각각 4개와 5개로 10위권 중 후반에 그쳐 국제 스포츠 계

에서 명함도 못 내 미는 수준까지 떨어지기도 하였다. 더욱이 일본이 만 금메달도 대부분 유도 밖에 없었기 때문에 그 상태는 걸으로 드러난 것보다도 더욱 심각 했다. 그러나 사태의 심각성을 느낀 일본은 기초종목을 중심으로 다시 한번 예전의 세계 정상권의 영광을 목표로 엄청난 투자를 하기 시작했다. 그 대표적인 것이 2001년 국립 스포츠과학센터 설립을 통한 과학적인 훈련프로그램 도입과 꿈나무 육성 장기계획 수립 등이 있다. 이러한 노력 덕분에 일본은 2004 아테네 올림픽 일본은 수영부분에서 금3, 은1, 동4개라는 경이로운 성과를 이루게 되었고 유도에서도 금메달을 싹쓸이 하였다. 일본의 사례는 우리나라에서도 기초 종목을 중심으로 체계적인 지원과 투자가 필요할 때임을 증명하는 것이라 하겠다(방열, 2005).

우리나라에도 세계적인 규모의 한국체육과학연구원 이 있고 뛰어난 자질을 가진 명 조련사가 있지만 무슨 이유인지 스포츠 과학이 현장에 접목되지 못하고 자꾸 빗겨 가는게 안타깝기 그지 없다. 그래도 최근 외국의 우수한 코치를 불러오고 선수개개인의 영법분석 등 혁신적인 지도체계를 갖추어 가고 있습은 다행스러운 일이 아닐 수 없다(김용, 1993)

2. 현행 경기지도자 수영 2급, 1급 과정

수영종목의 활성화를 위해서는 체육지도자를 배출하는 것이다. 체육진흥법(2006)에 의하면 체육지도자라 함은 학교·직장·지역사회 또는 체육단체 등에서 체육을 지도하는 자로서 학교체육교사·생활체육지도자·경기지도자 등을 말한다. 라고 하였다. 그러나 체육교사를 제외하고 경기지도자와 생활체육지도자만을 문화관광부에서 공인하고 있다(문화관광부, 2006).

많은 체육지도자가 있지만 경기지도자에 대하여 언급한다면, 경기지도자나 생활체육지도자는 모든 경우 1차적으로 지정종목의 실기고사 및 구술시험에 우선 합격해야 한다. 자격검정 대상자에 따라 자격검정절차가 달라진다. 자격부여 대상자는 자격연수와 필기시험이 면제되는 경우로서 앞서 치른 실기고사와 구술고사로 자격검정시험이 종료되고 자격증을 교부 받을 수 있는 경우이다. 다만 특별과정 자격연수 대상자는 단기간의 자격연수만 부과되고 필기시험을 거쳐야 한다. 2급 경기지도자의 자격검정 대상자는 자격부여 대상자와 일반과정 자격연수 대상자로 구분된다. 1급 경기지도자는 일반과정 자격연수 대상자만 있다. 여기서 말하는 자격부여 대상자(2급 경기지도자 및 2급 생활체육지도

자)는 해당 자격 종별 해당 등급의 자격검정 필기시험의 과목을 대학에서 우수한 성적(교과 성적이 상위80% 이내)으로 이수한 사람들에게 주어지는 혜택이다(단, 2급 경기도자의 경우 학교 체육교사로서 해당 자격종목 지도경력 3년 이상 또는 해당 자격종별 등급과 관련하여 학력이 현저히 높거나 또는 체육관련 유사자격을 가진 자로서 현장 경력이 많은 사람으로서 문화관광부 장관이 정한다.

3. 경기도지사 수영 2급, 1급 과정의 문제점 제기

경기도지사라 함은 운동선수를 지도하는 코치 및 감독으로서 자질과 학문적으로 우수한 지도자를 육성하는 것이다. 그러나 현재에는 국가공인 수영지도자 자격유형 및 전형방법을 보면 각종특별 지도자를 길러내는데 실례로 수영에 대한 이론 강의나 실기 강의가 포함되어 있지 않고 자격을 취득할 수 있다는 것은 문제가 되고 있다.

학부과정에서 우수한 성적을 이수한 사람에게 자격부여를 주는 것도 마찬가지이다. 성적이 우수하다고 수영을 잘 지도하는 것은 아니다. 국가 대표를 지도할 지도자를 배출하는 지도자과정에서 이론과 실기의 수업이 전혀 들어가지 않는다는 것은 문제가 심각하다고 본다.

IV. 수영 꿈나무 육성

1. 스포츠클럽 육성

여가건강에 대한 관심 증가로 생활체육 수요가 확대되고 있으며 스포츠의 국가 경제적 가치 및 중요성이 갈수록 증대하고 있지만 시설 부족 및 낮은 접근성, 조직화 미흡 등으로 선진국에 비해 생활체육 참여율은 낮은 실정에 있다. 그러므로 정책방향을 생활체육 참여 여건을 개선하고 스포츠의 산업적 육성기반 구축 및 국제 경쟁력 강화를 통해 국민 건강증진 스포츠 고부가가치화 및 국가 이미지제고에 이바지 하고 있다. 또한 스포츠클럽 육성과 공공체육시설의 확충, 개방 등을 통해 생활체육 참여율을 제고 한다고 한다(문화체육관광부, 2008).

이에 교육부는 2013년도 대통령 업무보고에서 제18대 대통령직인수위원회 국정과제 694에서 학교체육 정책을 과제로 제시하였다.

전인적 성장을 위한 학교체육 활성화 국정과제를 중심으로 크게 세 가지 세부과제로 구성되었다. 첫째, 체육 전문인력 배치를 통한 체육활동 내실화에서는 2013년 6월 까지 초등학교 체육전담교사 배치방안을 마련하고, 중·고등학교에 학생들이 희망하는 스포츠프로그램을 전담할 스포츠강사 배치를 확대 한다. 둘째, 1학생 1스포츠문화 조성에서는 인성교육을 실천하는 모범적인 초중고 스포츠클럽 3,000팀을 선정 지원하여 건전한 학교 스포츠클럽 운영 모델을 확산시키고 이를 2014년도에는 4,000팀으로 확대 운영한다는 계획이다. 그리고 학생들의 스포츠험를 위한 교내 및 교육지원청 리그대회를 개최하고 이 학교 스포츠클럽 리그 대회는 2013년도에 1,780리그 이상, 2014년도에는 2,670리그 이상 운영한다는 계획이다. 마지막으로 여학생 스포츠클럽 및 프로그램 확대, 탈의실 설치 등 여학생 체육활성화기반 마련으로 탈의실 설치는 2012년도 4,229개교에서 2013년도에는 4,429개교로 200개소를 확대설치하고(문화체육관광부 다목적체육관내 탈의실 19개소 별도 설치)여학생스포츠리기는 교육지원청별 3종목 이상 운영하는 것으로 계획하고 있다. 셋째, 학생체육활동 인프라 구축을 위하여 실내체육활동을 위한 다목적 체육관, 다양한학교 운동장(천연잔디, 인조잔디, 마사토 등)을 조성하는 것이다. 2014년도부터 매년 다목적체육관 15개교, 다양한 운동장을 150개교에 조성한다는 계획이다(교육부, 2013).

또한 2013년 문화체육관광부는 “스포츠산업의 국제경쟁력 제고” 라는 과제로 늘어나는 스포츠·레저 수요에 대응, 엘리트스포츠와 생활스포츠의 상생을 도모하고, 스포츠산업의 경쟁력을 제고 하며 주요내용으로는 첫째, 생활스포츠 체제화를 통해 스포츠산업의 시장 확대. 둘째, 공공기관 실업팀 창단 시 운동용품과 운영비를 지원. 셋째, 2018 평창 동계올림픽 경기력 강화로 대회 성공 및 동계종목 활성화. 넷째, 융·복합화를 통한 스포츠산업의 경쟁력 강화. 다섯째, 프로스포츠산업 육성을 위해 프로구단의 경기장 운영권 사업제도 도입, 여섯째, 운동선수 출신 스포츠 인재의 경력 개발 지원. 이에 5년 후 달라지는 문화지표에 생활체육 참여율을 2012년 34.9%에서 2017년 60%에 다다를 것이라 보고하였다(문화체육관광부, 2012). 이를 바탕으로 수영스포츠 클럽과 수영 꿈나무육성 발전에 희망을 본다.

2. 국가에서 다양한 수영 선수 영재 발굴

수영 꿈나무선수는 수영에 입문한 선수 중에 수영능력, 형태적, 체력적, 심리적으로 뛰어난 선수를 의미하며 영재란 수영에 입문하지는 않았지만 수영에 적합한 형태적 체

력적, 심리적 체질(potential)이 있는 인재를 말한다(김용규 등, 2011).

우리나라도 현재 올림픽에서 상위입상을 목표로 하고 있지만 메달권 진입종목이 한정되어 있어 올림픽 성적 제고에 걸림돌이 되고 있으며 특히 메달박스로 알려져 있는 육상, 수영, 체조 등 기본종목에서의 메달획득 가능성이 희박한 실정이다.

2008년에는 베이징 올림픽의 전망과 과제라는 주제에서 육상, 수영, 체조 등 기본 종목의 지원 대책은 충분한가? 라는 질문에 기본 종목이라고 할 수 있는 육상, 수영, 체조가 올림픽 메달 26%를 차지하고 있으나 육상, 체조(여), 수영 등을 정책지원 종목으로 분류하여 차별 대우하는 것은 향후 한국의 엘리트 스포츠 발전을 포기하는 대한체육회의 무책임이 아닌지요? 라고 말 하였다(양재근, 2005).

전문체육은 대한민국의 국가적 위상을 높이는데 결정적으로 기여하여 왔으며, 국민적 자긍심 고취에 선도적 역할을 담당해 왔다. 또한 전문체육은 전 국민의 체육에 대한 관심을 고조시키는 동시에 체육에 대한 개방된 의식 형성, 참여 동기의 강화 등의 계기를 제공해 왔다. 이를 통해 사회체육, 학교체육을 포괄하는 국민체육의 양적, 질적 성장에 기여하고 있다. 전문체육은 스포츠 스타와 같이 대중적 관심 대상을 자리매김함으로써 스포츠 산업 발전의 결정적 동인이 되고 있다. 그럼에도 불구하고 대한민국의 전문체육은 국제 경쟁력 측면에서 특정, 소수의 종목에 편중되어 있어 향후 경쟁력 유지 및 발전 가능성은 낙관할 수 없는 실정이다. 특히 육상, 수영, 스케이팅 등 국제대회에서 분야가 세분화되어 많은 메달이 걸려있고, 다른 종목 발전의 토대가 되는 종목에서의 빈약한 경쟁력은 우리 전문체육발전의 걸림돌로서 그 간 지속적 문제제기의 대상이 되어왔음에도 불구하고 개선을 위한 실질적인 노력은 이루어지지 못하고 있는 것이 현실이다.

지역 사회체육의 활성화와 발전을 촉진하기위해 지역사회의 체육인재 육성을 위한 우수 프로그램을 발굴. 지원할 목적으로 2007년 9월 체육 인재육성재단에서 공모한 지역 사회체육인재 양성 시범프로그램운영 지원사업에 본교 산학협력단이 “탐티칭 기반 기초종목 지역 사회체육인재 양성프로그램” 으로 사업을 제안하였고, 이 제안이 채택되어 인재 육성재단의 재정 지원하에 2007.10~2007.12월 3개월 동안 진행하였다. 본 사업은 한국체육대학교 인근의 초, 중 학교 육상, 수영, 체조선수를 대상으로 본교의 체력, 기술, 안목, 심히 전공교수가 초중학생에 적합한 훈련프로그램을

구성하고 각자 구성된 프로그램을 통합해 훈련을 구성하고 이를 적용한 훈련을 실시하였다.

3. 학교체육과 생활체육에서 많은 신인 발굴

학교체육과 생활체육에서 많은 신인 발굴을 하여 엘리트 체육으로 보내 주어야 발전이 있을 수 있다. 현재의 체계로는 초등학교나 일반 수영장에서 발굴을 하지 않을 것이 당연하다고 본다. 왜냐하면 신인을 발굴만 하고 결과는 대표팀이나 상급 학교에서 얻어진 결과로 남기 때문이다. 앞으로는 발굴한 학교나 팀을 추적하여 발굴의 포상을 지급하는 방안을 마련하여야 할 것이다.

2007 국회 국정감사 처리결과보고서를 보면 대한체육회의 경우 수영연맹 비리 문제와 관련하여 합리적인 마무리가 필요하다고 지적하였다. 또한 선수 육성 및 보호측면에서 한국체육발전을 위해 피라미드 형태의 선수 육성체계가 필요함에도 대표선수에 비해 꿈나무선수육성에 상대적으로 소홀한 측면이 있었다고 지적하였다. 국가 대표은퇴선수들에 대한 처우개선방안이 필요하다는 지적을 하였다.

또한 올림픽에서 우리나라가 메달박스인 수영에서 좋은 성적을 올린다면 국가 순위는 반드시 올라 설수 있게 되어 있다. 이러한 문제를 해결하기 위해서는 서울올림픽기념 국민체육진흥공단과 국민생활체육협의회, 초, 중, 고 수영부를 활성화하여 학생 체력이 급격하게 무너지고 있는 현상과 익사사고를 미연에 방지 할 수 있으며, 박태환 선수와 같은 세계를 제패하는 신동을 발굴 할 수 있다는 것이다.

V. 각 지방자치 단체 및 교육기관의 수영장 시설 확충

표 5. 전국 년 도별 수영장 현황

년도별	2006	2007	2008	2009	2010	2011	2012
수영장 현황	646	618	606	581	574	567	579

1. 우리나라는 교육기관 수영장 클럽 팀 육성이 왜 안 되는 것일까?

학교 수영장 클럽 팀을 활성화시켜야 엘리트 수영도 발전할 수 있다는 것은 누구나가 상식적으로도 잘 알고 있다.

수영의 선진국을 보면 학교체육과 수영 클럽 팀으로 육성이 되고 있다. 그러나 한국에서는 수영장 클럽 팀이 활성화가 되지 않고 있다고 생각하는 것은 첫째로 수영장의 레인이 부족하다는 것이다. 즉, 25m의 수영장시설에서 일반 수영반을 받아서 가르칠 때에는 한 코스에 약 30명씩 들어가서 수업을 진행하는데 선수들은 기록이 좋다보니 한 레인에 6명 정도 밖에 운동을 하지 못하므로 레인이 부족하여 클럽 선수 반 운영을 하다보면 일반 수영수업을 하지 못하여 운영 면에 어려움을 겪게 된다. 둘째는 수영장 물 값이 목욕탕의 두 배로 물세를 내고 있다. 수영장의 물 1톤이 700원이고 목욕탕의 물 1톤이 200원이다. 수영장은 레저시설로 되어 있어 물 값이 비싸고 목욕탕은 대중요금체제로 되어 있어 물 값이 저렴하다. 이렇게 물 값이 비싸다 보니 선수들을 육성하는 것 보다는 돈을 벌어야 운영이 되기 때문이다. 이에 정부나 지방자치단체의 적극적 지원을 통하여 수영장 시설의 확대와 수영 꿈나무 육성에 적극적 지원이 필요하다.

표 6. 체육시설업 현황 (단:단위 : 개소, m²)

		2011년도	2012년도	증감	%
수영장 시설업	업소	567	579	12	2.12
	면적	1,272,231	1,272,560	329	0.03

VI. 결론

본 연구는 현재 우리나라의 수영종목의 현실과 활성화 방안을 모색하는데 그 목적이 있었으며 수영 종목에 관련하여 뚜렷한 정책이나 지원이 없는 것이 현실이기에 수영종목의 활성화를 위하여 다음과 같은 결론을 내리고자 한다.

꿈나무 수영선수의 육성에 대한 정책적 지원, 이것이 이루어지지 않는다면 씨앗을 뿌리지 않고 곡식을 걷으려는 것과 같다고 본다. 각 시도 각 연맹에서 전국체전에서 메달을 딸 수 있는 실업선수를 돈으로 사는 경향이 있다. 이는 학교나 대학, 실업팀에서 실적에만 치우치는 현재의 정책 때문이 아닌가 생각해 본다. 실적과 욕심만 가지고 훌륭한 선수 영입 한다면 수영발전을 저해하는 요인이다. 선수를 영입하려면 코치와 수영장 시설이 준비되어 있지 않은 상태에서 선수만 받아 훈련과 코치는 하지 않고 메달만 바라기 때문에 좋은 선수가 조기에 은퇴하게 된다.

첫째는 학교체육과 생활체육에서 많은 신인 발굴을 하여 엘리트체육으로 연결하여 줄 수 있는 제도로 개선되어야

한다. 각 연맹에서는 기본에 충실하여야 경기력을 향상 시킬 수 있다. 기본적인 교육을 제대로 시킨다면 좋은 선수를 육성할 수 있다는 것이다.

둘째는 국내 심판등급 자격취득 교육을 체계적으로 실시하여 국제 심판으로서의 자질을 향상시켜야 한다.

셋째는 선수와 코치 지도자, 선수들이 교육을 받고 자격을 취득할 수 있는 수영연수원이 필요하다.

우수 선수를 발굴하여 올림픽에서 메달을 획득한 내용과 수기를 볼 수 있는 잡지나 코치 지도서가 출판되어야 하고, 다음과 같은 1) 꿈나무육성 2) 수영장시설 확충 3) 수영지도자 교육 4) 심판지도자교육 5) 선수 육성교육 6) 수영연구지 편찬 7) 국가 대표 선수선발 8) 국가 대표 지도자선발 규정 9) 우수지도자 선발 규정 및 포상 10) 주용 경기 개최 매뉴얼 및 계획 11) 조직체제 구축(감독, 코치, 영양사, 헬스 트레이너, 마사지사, 심리상담사, 의료담당 의사 등의 사업들을 지속적으로 실행 할 수 있도록 정책적 지원이 되어 수영연구가 활성화 되어하여야 할 것이다.

참고문헌

- 김용(1993). 기본종목육성 (수영) : 꿈나무 발굴과 스포츠과학의 접목 급선무. **대한체육회, SPORTS KOREA, 289권, 10-13.**
- 김용규, 송홍선 (2011). 수영 꿈나무 선수들을 통해 본 영재성과 코칭행동. **체육과학연구원, 체육과학연구 22권 3호, 2248-2258.**
- 김재철(2005). **한국의 베이징올림픽 준비상황.** 제10회 엘리트스포츠 정책세미나. 한국올림픽성화회.
- 방열(2005). **2008 베이징 올림픽 성과 극대화 방안.** 제10회 엘리트스포츠 정책세미나. 한국올림픽성화회.
- 선우섭(2005). **중국의 베이징 올림픽 준비상황.** 제10회 엘리트스포츠 정책세미나. 한국올림픽성화회.
- 이춘원(1999). **엘리트 스포츠를 위한 21세기 학교체육의 과제와 개선방안.** 창립 30주년기념, 한국올림픽성화회.
- 육현철(2002). **수영지도론.** 도서출판. 흥경.
- 육현철(2012). **수영(경영) 경기 운영론.** 광림북 하우스.
- 육정석(2006). **현행체육지도자 양성제도의 문제점과 해결방안.** 한국체육학회.
- 양재근(2005). **한국의 베이징 올림픽 준비상황.** 제10회 엘리트스포츠 정책세미나. 한국올림픽성화회,

문화체육관광부(2008). 문화체육관광부업무보고.
문화체육관광부(2013). 국정업무보고.
교육부(2013). 대통령 업무보고.

대한체육회(2013). <http://sports.or.kr>
대한수영연맹(2013). <http://swimming.sports.or.kr>.

조절초점이론의 스포츠현장 적용

The Application of Regulatory Focus Theory on Sport Field

이운식* · 윤영길 한국체육대학교

Lee, Woon-Sik · Yun Young-Kil Korea National Sport Univ.

요약

본 연구는 조절초점이론의 개념적 이해를 심화시키고, 스포츠현장에서 활용하기 위한 단서를 추출할 목적으로 진행하였다. 조절초점이론은 인간의 성향을 향상초점과 예방초점으로 분류하고, 외부에서 제시되는 방법과 일치될 때 조절적합 효과가 발생한다고 설명한다. 최근, 체육학 영역에서 수행된 연구에서 조절적합 효과가 운동선수의 수행력을 증가시키고, 건강운동 참여자의 운동행동 및 의도에 영향을 준다는 결과가 발표되었다. 선행된 연구를 분석한 결론은 다음과 같다. 첫째, 체육학 연구에서 수행된 조절초점 연구는 조절적합 효과에 대한 일치된 결과가 나타나지 않았다. 이는, 조절초점 상황이나 과제 자체가 주는 특성이 개입했을 개연성이 있다. 둘째, 스포츠 상황에 적용 가능한 조절초점 상황의 구성이 정립되어있지 않다. 셋째, 실험연구를 통해 조절적합 효과를 확인할 수 있었지만, 결과를 일반화하기에는 이르다. 도출된 결론을 통해 측정변수, 상황 그리고 연구방법의 다양화를 위한 제언을 하였다. 본 연구를 통해 운동행동과 운동수행의 변화를 이해하고 설명하는데 조절초점이론이 활용되기를 기대해본다.

Abstract

The purpose of this study was conducted deepen conceptual understanding Regulatory focus theory on sport field. Regulatory focus theory was classify human propensity to promotion focus and prevention focus. This theory explained that Regulatory fit effect occurs, when the situation was consistent tendency. Recently, study of sport found that athlete and exercise participant were influenced by Regulatory fit effect. The results were as follows. First, results of Regulatory fit effect were not consistent. because properties a situation or task itself to be involved. Second, the configuration of the Regulatory focus applicable to the sport situation has not been established. Third, regulatory fit effect could has confirmed when the propensity and suitable matching conditions, but too early to generalize the results. Moreover, it is expected that the result of this study utilize Regulatory focus theory understand and explain the changes in exercise behavior and exercise performance.

Key words: regulatory focus, promotion focus, prevent focus, regulatory fit effect

* veloso1986@gmail.com

I. 서론

스포츠 상황에는 다양한 사람이 참여하고, 다양한 사람만큼이나 다양한 성향도 존재한다. 경기가 시작되면 승리하기 위해 집중하는 선수가 있는 반면, 패배를 회피하기 위해 집중하는 선수도 있다. 같은 결과를 말하고 있지만 그 결과에 이르는 심리적 과정은 다르다. 승리에 집중하는 선수는 긍정적인 결과 획득에 민감하게 반응하기 때문에 승리라는 조건을 자극하는 전략을 사용하고, 패배하지 않는데 집중하는 선수는 부정적인 결과의 회피가 중요하기 때문에 패배를 회피하는 전략을 사용한다. 인간은 서로 추구하는 것이 다르기 때문에 목표를 추구하는 과정도 다르게 나타난다(홍준희 등, 2004).

목표추구과정의 차이는 건강운동 참여자에게도 적용된다. 신체활동을 통해 외모, 건강, 호감도와 같은 긍정적인 혜택을 획득하려는 사람이 존재하고, 이와는 다르게 발병의 위험을 낮추고, 신체적인 능력의 약화를 예방하기 위한 목표를 추구하는 사람도 존재한다. 표면적으로 같은 결과를 향해있어도 개인의 욕구와 동기는 다르게 작용하기 때문에 집중과 몰입의 정도가 다르게 나타난다. 이러한 인간행동의 에너지와 방향을 동기라고 한다(Reeve, 1992).

동기에 관한 이론들은 정도의 차이는 있지만 대부분 쾌락주의의 원리를 전제한다(Higgins, 1996). 하지만, 쾌락주의의 가정에는 경험적 내용이 결여되어 있고, 검증될 수 없는 한계가 존재한다(Vroom, 1964; 한덕웅, 2004; 재인용). 조절초점이론(Higgins, 1998, 2000)은 쾌락을 추구하는 인간의 유형을 두 가지로 나누고 그 과정을 설명하기 위해 제안되었다.

조절초점이론(regulatory focus theory)은 즐거움을 추구하고 고통을 회피하는 과정에 따라 인간의 동기유형을 향상초점과 예방초점으로 구분한다. 향상초점(promotion focus)은 만족스럽거나 바라던 결과를 얻기 위해 현재 상황을 향상시키려는 목표를 지닌 상태를 의미하고, 예방초점(prevention focus)은 불만족스럽거나 바라지 않은 결과가 발생하는 것을 막기 위해 현재 상황을 유지하려는 목표를 지닌 상태를 의미한다(양운 등, 2009).

인간의 심리는 단순하지 않기 때문에 모든 사람에게 공통적으로 적용이 가능한 불변의 진리를 찾기란 쉽지 않다. 개인의 목표추구과정의 차이를 비교하여 성향에 대한 이해를 심화하는 것은 개인에게 더 효과적인 목표설정을 하도록 도움을 주고, 조건에 부합하는 상황을 제시하여 긍정적

인 효과를 기대할 수 있도록 한다.

조절초점이론의 틀 안에서 개인의 조절초점 성향과 조절초점 상황이 일치하여 나타나는 긍정적인 효과를 조절적합효과(regulatory fit effect)라고 한다(Higgins, 2000). 소비자·광고 영역에서는 효과적인 홍보방법을 찾을 목적으로 조절적합 효과에 대한 연구가 진행되었는데, 소비자의 성향이 브랜드의 특징과 동일한 맥락에서 일치될 때 긍정적인 반응이 나타났다(정언용 등, 2013). 이는, 향상초점 성향의 소비자에게는 이상과 이익의 조건을 제시하고 예방초점 성향의 소비자에게는 당위와 손실을 조건을 제시할 때 더 효과적인 홍보가 이루어질 수 있음을 의미한다.

스포츠 상황에도 조절적합 효과를 측정하기 위해 실험연구가 진행되었다. 골프선수(Kutzner 등, 2013)와 축구선수(Plessner 등, 2009; Vogel & Genschow, 2013)에게 언어적 메시지를 사용하여 조절초점 상황을 점화한 뒤, 개인의 성향에 따른 수행력의 변화를 살펴보았다. 건강운동 참여자(김기한 등, 2012; Latimer 등, 2008; Pfeffer, 2013)에게도 언어적 메시지를 사용하여 상황을 점화하였는데 수행력의 변화를 측정하기보다는 신체활동량의 변화와 운동의도 및 감정의 변화를 살펴보았다.

조절초점이론은 성향에 따라 다르게 나타나는 심리특성을 파악하는 단계를 넘어서 소비자·광고 영역에서 소비자의 특성을 파악하여 직접적으로 제품을 홍보하려는 도구로 사용되었다. 최근, 객관적이고 보편적인 이론의 추구가 아니라 상황에 따라 실제 문제를 해결할 수 있는 실제적 지식의 가치가 부각되고 있다(유진, 2003). 조절초점이론은 소비자·광고 영역뿐만 아니라 스포츠 영역에도 적용될 수 있다. 예를 들어, 향상초점의 선수에게는 승리에 대한 이익을 강조하고 예방초점의 선수에게는 패배에서 오는 손실을 강조하여 선수의 동기를 강화할 수 있으며, 건강운동 참여자에게도 성향에 따라서 운동을 통해 얻을 수 있는 이익을 강조하거나, 잃을 수 있는 손실을 강조하여 운동의 필요성을 더 효과적으로 전달이 가능하다.

따라서 본 연구는 스포츠심리학 연구주제로 조절초점이론에 대한 이해를 심화하고 연구에 도입 가능한 기초자료를 제공할 목적으로 진행하였다. 스포츠 상황에 적용할 수 있는 다양한 심리학 이론들을 검증하고 정립하려는 노력은 스포츠심리학의 학문적 지식체가 된다(유진, 2003). 체육학 영역에서 수행된 조절초점 연구를 분석함으로써 향후 스포츠현장에서 활용되기 위한 후속연구의 필요성과 도출된 결과의 활용방안에 대해서 논의하였다.

II. 조절초점이론의 이해

1. 조절초점이론의 개념

고대 그리스 시대부터 17-18세기 영국의 철학자들을 지나 20세기 심리학자들까지 인간의 동기를 설명할 때 즐거움을 추구하고 고통을 회피한다는 쾌락주의 원리가 지배적으로 사용되었다. 정신생물학의 감정, 동물학의 조건화, 조직심리학과 인지심리학의 의사결정, 사회심리학의 일치, 성격의 성취 동기를 포함하여 대부분 심리학 분야에서의 이론은 쾌락주의 원리를 전제하며 논리를 전개한다(이영화, 2010).

기존의 동기이론은 인간의 동기를 설명하는데 지나치게 쾌락주의 원리에 의존하고 있기 때문에, 즐거움을 추구하고 고통을 회피하는 단순한 주장이 아니라 어떻게 즐거움을 추구하고 고통을 회피하는지 과정에 대한 설명이 필요하다(Higgins, 1997). 조절초점이론(regulatory focus theory)은 인간이 어떻게 즐거움을 추구하고 고통을 회피하는지 과정에 대해서 설명하기 위해 제안되었다.

조절초점이론(Higgins, 1998, 2000)은 인간의 성향을 향상 초점(promotion focus)과 예방 초점(prevention focus)으로 분류하고, 각각의 성향 별로 다른 성질을 갖고 있다고 가정한다. 향상 초점을 취하는 개인은 긍정적 결과의 존재와 부재에 민감하고 긍정적 결과에 접근하는 자기조절 전략을 사용하고, 예방 초점을 취하는 개인은 부정적 결과의 존재와 부재에 민감하고 부정적 결과를 회피하는 자기조절 전략을 사용한다. 인간은 두 가지 조절 초점 중 어느 한 가지가 우세할 수 있으며, 특정 상황에서 어떤 조절 초점이 활성화되는지에 따라서 상황적으로 조절 초점이 유발될 수도 있다(이승환 등, 2012).

두 가지의 서로 다른 조절 초점은 목표의 유형과 달성 방법을 설명하는 개념으로, 향상 초점은 만족스럽거나 바라던 결과를 얻기 위해 현재의 상황을 향상시키려는 목표를 지닌 상태를 의미하며, 예방 초점은 불만족스럽거나 바라지 않는 결과의 발생을 막기 위하여 현재의 상황을 유지하려는 목표를 지닌 상태를 뜻한다(양윤 등, 2008). 예를 들어 시험을 앞둔 향상 초점 성향의 선수는 시험에서 승리하기를 바라는 목표에 민감하게 반응하며, 예방 초점 성향의 선수는 시험에서 패배하지 않기를 바라는 목표에 더 민감하게 반응한다.

조절 초점이론은 자기차이이론(Higgins, 1987)을 확장하여 인간의 동기와 정서를 함께 설명하기 위해 제안되었다(Higgins, 1997). 자기차이이론에서는 자기의 영역을 실제 자기, 이상적 자기 그리고 당위적 자기의 세 가지로 구분한

다. 실제 자기(actual self)는 자신이 실제로 지니고 있다고 생각하는 속성들에 관한 표상이고, 이상적 자기(ideal self)는 자신이 이상적으로 소유했으면 좋겠다고 생각하는 속성들에 관한 표상이며, 당위적 자기(ought self)는 자신이 마땅히 지니거나 지켜야 한다고 생각하는 속성들에 관한 표상이다. 즉, 이상적 자기는 자기가 추구하는 목표나 희망을 의미하고 당위적 자기는 자기가 지켜야 하는 의무나 책임을 뜻한다(강혜자, 2009).

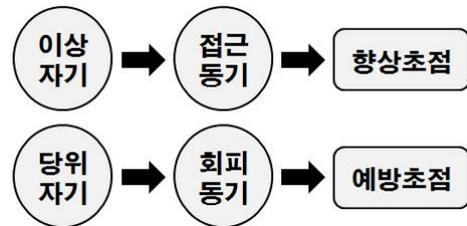


그림 1. 자기차이와 조절 초점

<그림 1>과 같이 자기차이이론에서 강한 이상이나 강한 당위는 각각 향상 초점이나 예방 초점의 선행요인으로 제시된다. 이상적 자기지침이 강한 사람 또는 실험상황에서 이 지침을 강하게 점화시켜서 조작하게 되면 대체로 긍정적인 결과를 얻으려고 추구하는 접근의 동기가 높아지고, 당위적 자기지침이 강한 사람 또는 실험상황에서 이 지침을 강하게 점화시켜서 조작하면 대체로 부정적 결과를 막으려는 회피의 동기가 높아진다(한덕용, 2004). 이는, 이상적 자기지침은 향상 초점과 관계되어 있고, 당위적 자기지침은 예방 초점과 관계되어 있음을 의미한다.

조절 초점을 다룬 연구는 대체로 조절 초점을 만성적 개인 차로 다루고 있으며, 이러한 개인차는 발달과정에서 양육자와 아동의 상호작용을 통해 형성된다고 설명한다(Cicchetti & Tucker, 1994; Derryberry & Reed, 1994). 더 구체적으로 양육자와 아동이 상호작용하는 관계에 따라 아동이 만성적으로 이상지침 혹은 향상 초점을 갖게 되거나, 당위지침 혹은 예방 초점을 갖게 된다(Higgins, 1996). 양육환경에서 정적 결과의 획득이나 비획득을 경험하면 향상 초점 성향이 높아지고, 부적 결과의 비손실이나 손실을 경험하면 예방 초점 성향이 높아질 수 있는 것이다.

2. 조절 초점과 정서

사람들은 자신이 바라는 상태와 일치되도록 접근하거나

불일치를 피함으로써 자신이 바라는 목적 또는 상태에 도달 가능성을 증가시킬 수 있다(나영심 등, 2005). 일치에 접근하고자 하는 전략을 선호하는 경향은 항상초점과 관련이 있고, 불일치를 피하고자 하는 전략은 예방초점과 관련이 있다(Higgins 등, 1994). 조절초점과 관련된 정서 연구는 항상초점이 사용하는 접근전략과 예방초점이 사용하는 회피전략이 성공하거나 실패하였을 때 느끼는 정서 변화의 관찰을 통해 이루어졌다.

Higgins 등(1986)의 연구에서는 실제자기와 비교해서 이상자기와 당위자기에서 각각 차이가 큰 사람들이 각각 낙담이나 초조의 수준이 어느 정도 높은지 알아보았다. 참가자들의 절반은 자신과 부모가 자신에게 지니고 있는 바람이나 열망에 관해서 기술하도록 하여서 이상자기가 점화되도록 하였고, 나머지 절반의 참가자는 자신의 책임과 의무에 대해서 그들 자신과 부모가 지니는 신념을 기술하도록 하여서 당위자기가 점화되도록 하였다. 연구결과, 실제자기와 이상 또는 당위자기의 차이가 작은 집단에서는 낙담이나 초조의 큰 차이를 확인할 수 없었지만, 자기차이가 큰 참가자들은 이상자기가 점화되면 낙담정서가 증가했고, 당위자기가 점화되면 초조정서가 증가하였다.

강혜자(1997)의 연구에서도 실제자기와 이상자기의 차이가 나타난 조건에서는 낙담을 경험하였고, 실제자기와 당위자기의 차이가 나타난 집단에서는 초조를 더 높게 경험하였다. 초조정서는 실제자기와 이상자기의 차이가 큰 조건보다 실제자기와 당위자기의 차이가 큰 조건에서 더 높게 나타났다. 하지만, 낙담정서는 실제자기와 이상자기의 차이가 큰 조건이 실제자기와 당위자기의 차이가 큰 조건에 비하여 크게 나타나지 않아 선행연구의 결과(Higgins 등, 1986)를 지지하지 않았다.

Higgins 등(1997)의 연구에서는 이상자기의 접근 가능성이 높아서 항상초점이 강한 사람일수록 자신이 성공하여 향상되고 있다고 평가하면 강한 활기정서를 경험하고, 향상되고 있지 못할 때 강한 낙담을 경험한다고 하였다. 그리고 접근가능성이 높은 당위자기를 지녀서 예방초점이 강한 사람일수록 자신이 성공한 상태가 유지되고 있을 때 안심정서를 강하게 경험하고, 유지되고 있지 못하면 초조정서를 강하게 경험하였다.

나영심과 한덕웅(2005)은 자기기침(self-guide) 점화를 통해 조절초점의 조화와 갈등에 대해서 실험하였다. 실험 결과, 이상지침이 점화된 후 이와 조화되지 않는 예방초점이 짝지어지면 낙담이 높게 나타났고, 당위지침이 점화된 후 이와 조화되지 않는 항상초점이 짝 지어지면 초조가 높게

나타났다. 연구자는 점화된 자기기침 조건과 조화되지 않는 조절초점이 짝지어지면 갈등을 경험하기 때문에 낙담과 초조 모두 높게 난다고 하였다.

표 1. 조절초점에 따른 항상초점과 예방초점의 비교 (Higgins, 1998; 김영호, 2011; 재인용)

구분	항상초점	예방초점
바람직한 상태	긍정적 결과를 얻는 상태	부정적인 결과가 없는 상태
행동 목표	이상, 희망, 바람, 꿈, 성취, 향상, 증진, 열망	당위, 의무, 책임, 안전, 보호, 방어
행동 전략	접근 전략으로 목표 달성	회피 전략으로 목표 달성
행동 성향	위험감수 행동 성향	보수적인 결정 성향
민감한 상황	이득-불이득	손실-비손실
긍정적 정서	즐거움, 만족, 활기	평온, 안정
부정적 정서	불쾌, 낙담	동요, 초조
내적 동인	성장욕구	안전욕구

자기기침과 조절초점 그리고 정서의 개념을 종합하면 <표 1>과 같다. 항상초점은 기본적으로 성장과 양육의 욕구로 출발하여 이상적인 자기를 추구하고, 긍정적인 결과의 유무에 민감하기 때문에 목표를 성취하기 위한 전략으로 성공과 획득에 접근한다. 이때, 성공하게 되면 즐거움, 만족, 활기를 실패했을 경우에는 불쾌, 낙담을 느끼게 된다. 반면, 예방초점은 안전에 대한 욕구를 바탕으로 하고 당위적 자기를 추구하고 부정적인 결과의 유무에 민감하기 때문에 목표를 성취하기 위해서는 손실이나 실패를 회피하는 전략을 사용한다. 이때 성공했을 경우에는 평온, 안정을 실패했을 경우에는 동요, 초조를 느끼게 된다(Higgins, 1997).

3. 조절초점의 측정도구

개인의 성향을 측정하기 위한 방법은 보다 용이하고, 신뢰성 있는 방법을 향해 변화하였다. Higgins(1997)는 자기 질문지법과 반응측정을 통해서 조절초점을 측정하였다. 자기 질문지는 현재의 자기 상태, 이상적으로 바라는 자기 상태, 의무적으로 무엇을 해야만 하는 자기 상태를 8-10개 정도 기술하고, 현재의 자기 상태와 자신이 생각하는 이상과 의무의 속성과 어느 정도 일치하고, 어느 정도 불일치하는지를 표시하는 방법이고, 반응측정은 Bower(1981)의 신경망 모델의 감정과 관련한 정보 인출 및 태도 발현의 접근 용이성을 기초로 각각의 자기 안내 속성을 열거하는데 걸리는 반응시간을 측정하는 방법이다. 그러나 자기 질문지법은 선수 스스로 기술하는 과정이 불분명하다는 문제가 있었고,

반응시간을 측정하는 방법은 신뢰성과 타당성이 확보되지 않은 방법이었다(홍준희, 2005).

최근, 심리학 분야를 포함하여 소비자·광고 및 스포츠 영역에서 조절초점 성향을 측정하기 위한 방법으로 리커트 형식으로 측정하는 성향조절초점 측정척도(Lockwood 등, 2002)를 사용한다. 이 척도는 총 18문항으로 구성되어 있어 측정이 용이하고, 다수의 연구에서 일정수준 이상의 신뢰계수를 나타내었다. 운동선수를 대상으로 설문을 진행한 Plessner 등(2009)은 성향조절초점 측정척도의 '학업적 목표'라는 단어를 '스포츠 목표'로 수정하여 사용하였는데, 신뢰계수(cronbach's α)는 신뢰할만한 수준(향상초점 $\alpha=0.75$, 예방초점 $\alpha=0.67$)으로 나타났다.

건강운동 참여자의 운동행동을 파악하기 위한 김기환 등(2012)의 연구에서도 성향조절초점 측정척도(Lockwood et al., 2002) 문항을 운동 상황에 적용될 수 있도록 다음과 같이 수정하였다. "나는 어떤 운동을 해야 할 지를 결정할 때 1=운동을 하지 않았을 때 겪을 수 있는 나쁜 점들을 파악하는데 관심을 갖는다, 5=운동을 했을 때 얻을 수 있는 좋은 점을 파악하는데 관심을 갖는다." "나는 운동을 할지 안 할지 결정할 때 1=운동을 통한 손실, 안 좋은 점이 있다고 판단되면 운동을 시작하지 않는다, 5=운동을 통한 혜택, 좋은 점이 있다고 판단되면 운동을 시작한다." "내가 하고자 하는 운동은 1=부정적인 면이 없어야 한다, 5=긍정적인 면이 있어야 한다." 각 항목은 5점 척도로 측정하였으며 신뢰계수는 신뢰할만한 수준($\alpha=0.78$)으로 나타났다.

III. 조절적합 효과

조절초점이론은 개인의 기질적인 성향에 대한 연구를 통해 조절초점의 성향에 따른 특성과 심리변인들과의 관계를 설명하였다. 최근, 조절초점이론을 다루는 연구에서는 개인의 성향뿐만 아니라 제시방법간의 일치성 또는 적합성에 따라서 나타나는 영향을 규명하는 조절적합 효과(regulatory fit effect)에 주목한다(김주석 등, 2012). 조절적합 효과에 대한 연구는 소비자·광고영역을 중심으로 현장에 직접적으로 적용 가능한 실제적 이론의 가치를 입증하고 있다.

조절적합 효과는 개인이 지닌 조절초점과 외부에서 제시되는 자극의 특성과의 관계를 나타내는 개념으로 조절적합성이 높을수록 개인은 '옳다'라는 감정을 느끼게 된다. 또한

대상을 더욱 호의적으로 평가하게 되고, 가치를 더 높게 지각한다(Cesario 등, 2004). 사람들이 사용하는 전략 또는 정보가 조절초점에 적합하면 그들은 표적대상에 더욱 긍정적인 감정을 느끼며, 호의적인 평가를 내리는 것이다(양운, 김은숙, 2008). 개인의 조절초점 성향과 일치하는 상황을 마주하게 되면 조절적합 효과를 경험하게 되는데, 여기에서 말하는 상황은 언어적 메시지, 목표 방법, 과제의 제시 등 다양한 형태로 나타난다.



그림 2. 조절기제와 목표방법의 조절적합성

<그림 2>는 이상, 희망, 열망 등의 조절기제로 긍정적인 결과와 민감하게 반응하는 향상초점은 목표방법이 열정적으로 추구되는 경우 조절적합성을 경험하게 되고, 의무, 책무, 책임감 등의 조절기제로 부정적인 결과와 민감하게 반응하는 예방초점은 목표방법이 경계심으로 추구되는 경우에 조절적합성을 경험하는 것을 나타낸다. 조절초점과 목표추구방법이 일치하는 것이 조절적합성이고, 조절적합성을 경험하게 되면 '옳다'라고 느끼는 적합감을 느끼게 되어서 대상을 더욱 호의적으로 평가하는 적합성 가치가 유발되며, 이러한 적합성 가치는 좋은 의사결정을 하는 또 다른 요인이 된다(Higgins, 2000; Avnet & Higgins, 2006).

조절적합성으로 인한 적합감정은 정보로 사용되어 다음 대상의 평가에 영향을 미치는 전이효과로 발생하기도 한다(Cesario 등, 2004). 전이효과가 발생하는 이유는 메시지의 표현방식이 수용자의 조절초점과 일치하면 메시지 수용단계에서 정보처리가 용이하게 되고, 결과적으로 수용자에게 더 효과적으로 전달되기 때문이다(Lee & Aaker, 2004). 높은 수준의 조절적합성의 경험은 메시지를 보다 신속하게 처리하게 하고 이러한 신속한 정보처리는 설득 효과를 증진시키고, 의사결정자의 의사결정에 대한 확신을 높이며 의사결정의 중요성을 증가시키기 때문에 긍정적인 영향을 준다(Avnet & Higgins, 2006; Cesario & Higgins, 2008).

IV. 체육학 연구에서 조절초점이론의 도입

체육학 연구에서는 <표 2>와 같이 조절초점 연구가 진행되었다. 건강운동 참여자의 신체활동 증가(김기한 등, 2012; Latimer 등, 2008), 운동 의도와 정서의 변화를 확인 (Pfeffer, 2013)하였고, 운동선수 수행의 변화를 실험 (Kutzner 등, 2013; Plessner 등, 2009; Vogel & Genschow, 2013)하였는데, 개인의 조절초점 성향을 측정하고 메시지를 제시하여 조절초점 상황을 부여함으로써 조절적합 효과를 확인하고자 하였다.

김기한 등(2012)은 건강운동 참여자를 운동량의 수준으로 분류하였다. 연구결과, 운동량이 적은 집단은 운동량이 많은 집단에 비해 지각된 건강상태가 낮았으며 예방초점 성향이 강하였다. 이와는 반대로 운동량이 많은 집단은 운동량이 적은 집단에 비해 지각된 건강상태가 높았고 향상초점 성향이 강한 것으로 나타났다. 집단별로 부여한 조절초점 상황의 효과로는 운동량이 적은 집단(예방초점 성향이 강한 집단)은 예방초점 상황과 유의한 것으로 나타났지만 운동량이 많은 집단(향상초점 성향이 강한 집단)은 향상초점 상황의 효과가 나타나지 않았다. 이에 대해 연구자는 대부분 부정적으로 제시된 상황(예방초점 상황)은 긍정적으로 제시된 상황(향상초점 상황)보다 높은 설득력을 가지며, 고 관련 상황일 경우에는 이러한 경향이 더 뚜렷해질 수 있다

고 해석하였다.

전화기반 실험 설계를 통해 조절적합과 신체활동량의 증감의 효과를 실험한 연구(Latimer 등, 2008)에서는 향상초점 성향의 사람에게는 향상초점 상황의 효과가 나타났지만, 예방초점 성향의 사람에게는 예방초점 상황의 효과가 나타나지 않았다. 연구자는 이러한 결과를 예방초점 상황을 설명하는 메시지의 구성의 부족으로 보았다. 최근, 건강운동 참여자의 조절초점 성향을 측정하고, 상황을 부여한 뒤 운동 의도와 정서의 변화를 관찰한 연구(Pfeffer, 2013)에서는 향상초점 상황은 운동에 대해서 긍정적으로 생각하고, 과거의 운동 경험을 긍정적으로 회상하는데 영향을 주고, 예방초점 상황에서는 더 강한 운동 의도를 이끌어 낸다고 발표하였다.

운동선수를 대상으로 수행을 실험한 연구는 조절초점 상황의 제시 전의 수행과 제시 후의 수행의 변화를 관찰하였다. 골프선수를 대상으로 퍼팅과제를 실험한 연구(Kutzner 등, 2013)와 축구선수를 대상으로 슈팅과제를 실험한 연구(Plessner 등, 2009; Vogel & Genschow, 2013)가 대표적이다.

숙련된 아마추어 골퍼에게 “당신은 적어도 세 개 이상의 퍼팅을 성공해야 합니다”라는 향상초점 상황과 “두 개 이상의 실수를 하지 말아야 합니다”라는 예방초점 상황을 제공한 뒤 수행의 변화를 관찰한 연구(Kutzner 등, 2013)에서 예방초점 성향의 선수는 예방초점 상황에서 평균 2.28개의 퍼팅을 성공시켰으며 향상초점 상황에서는 평균 1.16개를 성공시켰다. 이와는 반대로 향상초점 성향의 선수들은 향상초점 상황

표 2. 체육학 연구에서 조절초점이론 적용

연구자	향상초점 상황	예방초점 상황	연구 결과
김기한 등(2012)	인터넷 신문기사 형태로 운동을 할 경우 외모, 이성에 대한 호감도, 암 예방 확률, 삶의 만족도에 있어서 긍정적 혜택을 얻을 것으로 기술	인터넷 신문기사 형태로 운동을 하지 않을 경우 외모, 이성에 대한 호감도, 암 예방 확률, 삶의 만족도가 낮아지게 된다고 기술	운동량이 낮은 집단은 예방초점성향이 높게 나타나며, 부정 프레이밍에 효과가 높음
운동 행동 Latimer 등 (2008)	과학자들은 건강을 유지하거나 향상시키기 위해 하루의 신체활동을 늘리라고 말했다.	과학자들은 하루의 신체활동을 충족시키는데 실패하는 것은 건강을 망칠 수 있다고 말했다.	향상초점성향의 집단은 긍정프레이밍의 효과가 높음
Pfeffer(2013)	신체활동은 당신에게 더 많은 에너지를 제공 합니다.	신체활동은 더 잘 견딜 수 있도록 도와줍니다.	긍정(향상)프레이밍은 운동감정에 영향을 주고 부정(예방)프레이밍은 운동의도에 영향을 줌
Kutzner 등(2013)	당신은 적어도 세 개 이상의 퍼팅을 성공해야 합니다.	두 개 이상의 실수를 하지 말아야 합니다.	향상초점성향은 긍정 프레이밍의 효과가 높고, 예방초점성향은 부정 프레이밍의 효과가 높음
운동 수행 Plessner 등(2009)	당신은 적어도 세 번의 득점을 해야 합니다.	당신은 두 번 이상의 실수를 하지 말아야 합니다.	예방초점성향은 부정 프레이밍의 효과가 높고 더 뛰어난 운동의도능력을 보임
Vogel과 Genschow (2013)	당신이 이기면 무료음료를 보상받을 것입니다.	당신이 지거나 비긴다면 음료를 포기해야 합니다.	어려운 과제에서 조절적합 효과를 확인할 수 없음

에서 평균 2.93개의 퍼팅을 성공시켰으며 예방초점 상황에서 평균 2.18개의 퍼팅을 성공시켰다. 종합해보면, 숙련된 아마추어 골퍼의 퍼팅과제에서 조절적합 상황을 제공받았을 때 약 20%의 수행이 향상되었음을 확인할 수 있다.

축구선수의 수행능력의 변화를 관찰한 연구(Plessner 등, 2009)에서는 클럽에 소속된 20명의 남자선수의 페널티킥 상황을 통해 실험을 진행하였다. 향상초점 상황은 “당신은 적어도 세 번의 득점을 해야 합니다”였고, 예방초점 상황은 “당신은 두 번 이상의 실수를 하지 말아야 합니다”였다. 연구결과 예방초점 성향의 선수는 예방초점 상황에서 성공률이 높아졌지만, 향상초점 성향의 선수는 향상초점 상황에서 큰 변화를 확인할 수 없었다. 이러한 결과는 골프선수의 조절적합 효과를 확인한 연구(Kutzner 등, 2013)와 부분적으로만 일치하는 결과이다. 이에 대해 연구자는 일반적으로 승부차기 상황은 자신의 능력을 발휘하는 기회라기보다는 성공해야만 하는 의무이기 때문이라고 해석하였다(Plessner 등, 2009).

축구선수의 슈팅과제에 난이도(11m, 17m)를 추가한 연구(Vogel & Genschow, 2013)에서는 슈팅의 성공여부와 관계없이 동료와의 경쟁에서 승리할 때와 패배할 때라고 상황을 통제된 뒤 향상초점 상황으로 “만약, 당신이 이기면 무료음료를 보상받을 것입니다”를 제시하였고, 예방초점 상황으로 “당신은 공짜음료를 얻을 수 있습니다. 하지만, 만약 당신이 지거나 비긴다면 당신은 음료를 포기해야 합니다”로 제시하였다. 연구결과, 어려운 과제(17m)에서 선수와 제시된 상황이 일치할 경우 더 쉽게 수행의 증가를 확인할 수 있었는데, 이에 대해 연구자는 조절적합 효과가 부정적인 상태를 완충하는 효과가 있기 때문이라고 하였다. 즉, 쉬운 과제에서 느끼는 성공에 대한 압력은 자기조절에 영향을 주며 부정적인 결과를 유발할 수 있는 것이다(Vogel & Genschow, 2013).

V. 결론 및 제언

본 연구는 스포츠심리학 연구에서 조절초점이론의 개념적 이해를 심화시키고, 더 나아가 스포츠현장에 활용되기 위해 필요한 정보를 제공할 목적으로 진행하였다. 운동선수의 운동수행 그리고 건강운동 참여자의 운동행동 측면에서 수행된 선행연구를 분석한 결과 다음과 같은 결론에 도달하였다.

첫째, 스포츠 영역에서 선행된 연구에서 조절초점 성향과 상황의 일치가 모두 조절적합 효과로 나타나지는 않았는데,

이러한 결과는 상황이나 과제 자체가 가진 특성이 개입했을 개연성이 있다. 골프선수의 퍼팅과제는 향상초점과 예방초점에서 성향과 일치하는 언어적 메시지라는 상황이 주어졌을 때 수행의 향상을 관찰할 수 있었다(Kutzner 등, 2013). 하지만 축구선수의 슈팅과제에서는 모든 상황에서 조절적합 효과를 관찰할 수 없었다. 연구자는 그 이유를 승부차기 상황이 주는 의무적 조절기제(Plessner 등, 2009), 쉬운 과제가 주는 성공에 대한 압박(Vogel & Genschow, 2013)으로 해석하였다. 의무적 조절기제는 예방초점 상황과 관련이 있고, 성공에 대한 압박은 수행능력을 하락시킬 수 있는 요인이다.

둘째, 체육학 연구에서 활용이 가능한 조절초점 상황의 구성이 정립되지 않았다. 조절초점 성향을 측정하기 위한 방법으로 성향조절초점 측정척도(Lockwood 등, 2002)를 활용하고 있으며, 이 질문지는 체육학 연구에도 적절히 수정하여 사용(김기한 등, 2012; Plessner, 2009)된다. 하지만, 조절적합 효과를 확인하기 위해서는 조절초점 상황의 점화도 필수적인데, 이 방법은 아직까지 잘 정립되어 있지 않다. 김기한 등(2012)은 연구에서 건강운동 참여자를 대상으로 조절초점 상황을 메시지로 제시하였는데, 향상초점 성향의 참가자들에게는 유의미한 변화를 발견하지 못했고, 연구자는 이러한 결과가 도출된 원인을 조절초점 상황을 구성하는 메시지의 부족으로 해석하였다.

셋째, 실험연구를 통해서 운동선수의 조절적합 효과를 증명하였으나, 아직까지 그 효과를 일반화하기에는 어려움이 있다. 조절초점 상황의 점화를 통해 운동수행의 변화를 확인한 연구(Kutzner 등, 2013; Plessner 등, 2009; Vogel & Genschow, 2013)에서 나타난 수행력의 변화를 조절초점 상황의 점화 때문이라고 속단하기에는 이르다. 조절적합 효과의 이론적 근거를 강화하기 위해서는 스포츠 상황에서 개인의 조절초점 성향과 상황에 대한 근본적인 연구가 필요한데, 선행된 연구가 부족한 실정이다.

본 연구의 과정을 토대로 후속연구를 위해 다음과 같이 제안한다.

첫째, 조절초점 성향에 따른 운동행동과 운동수행 외에 조절적합 효과에 따라 측정 가능한 새로운 변수를 모색해야 한다. 조절적합에 따른 효과를 확인하기 위해서 소비자·광고 영역에서는 구매의도, 브랜드 이미지의 변화를 확인(정연용 등, 2013)하고, 정치학에서는 후보에 대한 선호도를 파악(장덕현 등, 2012)한다. 스포츠 영역에서는 운동량의 변화(김기한 등, 2012; Latimer 등, 2008)와 같은 운동행동과 골프의 퍼팅(Kutzner 등, 2013), 축구의 슈팅과제의 성공

(Plessner 등, 2009; Vogel & Genschow, 2013)과 같은 운동수행력의 변화를 측정하여 그 효과를 파악하였으나, 운동행동과 운동수행은 짧은 기간 내에 변화를 기대하기가 상대적으로 어려운 변수이다. 따라서 스포츠 환경에서 조절초점에 따른 효과를 파악하고자 할 때 운동행동과 운동수행뿐만 아니라 운동의도, 운동선호 등과 같은 심리적·감정적 반응을 확인할 필요성이 있다.

둘째, 조절적합 효과를 파악하기 위해 조절초점 상황이 구체적으로 제시되어야 한다. 스포츠 영역에서의 제시된 조절초점 상황의 점화는 단문의 메시지 위주로 이루어졌다. 짧은 문장의 제시는 간결하고, 명료하다는 장점이 있지만, 연구 참여자의 내적인 동기과정을 파악하기에 전달력이 떨어질 가능성이 상존한다. 따라서 스포츠 상황을 설명력있게 전달할 수 있는 문단의 형태로 메시지를 개발한다면 더 높은 설명력을 확보하고 현장에 적용이 용이할 것으로 사료된다.

셋째, 연구방법을 다양화할 필요가 있다. 지금까지 수행된 스포츠 영역에서의 조절초점 연구는 실험을 진행하는 연구자가 직접적으로 메시지를 제시하는 방법으로 이루어졌다. 하지만 조절초점이 현장에서 다양하게 활용되기 위해서는 코치의 코칭행동, 선수의 자화, 선·후배 및 동료의 격려 등 다양한 상황을 통한 접근이 필요하다. 예를 들어 코치의 코칭행동에 적용하기 위해서는 시합이나 훈련 뒤 코치가 피드백을 제시하는 상황을 통해 조절초점 상황을 점화할 수 있고, 선수의 자화 상황에 적용하기 위해서는 연구자가 메시지를 제시하는 것보다 연구 참여자가 자기서술을 통해 조절초점 상황을 점화하는 방법을 사용할 수 있다.

내용이 같더라도 방법이 다르다면 인간의 동기는 다르게 작용한다. 조절초점이론을 통해 개인의 성향을 분류하고 그에 적합한 상황을 부여한다면 운동선수는 경기력에 직접적인 영향을 주는 동기가 강화될 수 있고, 건강운동 참여자에게는 운동의 효과를 보다 설득력있게 전달하는 것이 가능해진다. 조절초점에 대한 연구가 더욱 활발히 진행되어 개인의 성향에 맞는 상황을 제공할 수 있는 스포츠 환경이 되기를 기대해본다.

참고문헌

- 강혜자(1997). 자기차이, 차이감소기대 및 귀인이 정서에 미치는 영향. 미간행 박사학위논문, 성균관대학교 대학원, 서울.
- 강혜자(2009). 자기차이와 조절초점. *사회과학연구*, 33(2), 169-187.
- 김기한, 김인준, 방신웅(2012). 건강운동 참여 증대를 위한 효과적인 커뮤니케이션. *체육과학연구*, 23(3), 586-597.
- 김영호(2011). 온라인 구전의 방향성이 제품 평가에 미치는 영향: 조절초점과 브랜드 인지도의 조절효과 중심으로. 미간행 박사학위논문, 숭실대학교 대학원, 서울.
- 김주석, 이형권(2012). 조절적합메시지가 소비자반응에 미치는 영향. *한국광고홍보학보*, 14(4), 141-176.
- 나영심, 한덕웅(2005). 자기지침과 조절초점의 불일치가 자기 정서에 미치는 영향. *한국심리학회지: 건강*, 10(4), 431-453.
- 양윤, 김은숙(2008). 성향 및 상황 조절초점과 과제수행 피드백이 소비자 감정에 미치는 영향. *한국심리학회지: 소비자·광고*, 9(3), 407-433.
- 양윤, 전규민(2009). 성향 및 상황 조절초점이 행동/무행동에 대한 소비자 후회에 미치는 영향. *한국심리학회지: 소비자·광고*, 10(3), 513-533.
- 유진(2003). 스포츠심리학 연구의 이론적 패러다임 탐색. *한국스포츠심리학회지*, 14(4), 223-236.
- 이영화(2010). 조절초점에 따른 메시지 프레이밍이 정치광고에 대한 태도 형성에 미치는 효과: 유권자의 이념성향과 정치관여도를 중심으로. 미간행 박사학위논문, 한국외국어대학교 대학원, 서울.
- 이승환, 최훈석(2012). 목표 성취에 대한 상상에서 조절 초점의 효과. *한국심리학회지: 일반*, 31(2), 387-398.
- 장덕현, 김근배(2012). 시간 거리, 조절초점 프레이밍 간 적합이 선호에 미치는 영향: 정치적 설득에서 자아일치성의 역할 중심으로. *한국심리학회지: 소비자·광고*, 13(4), 617-644.
- 정언용, 윤태섭, 여준상(2013). 소비자와 브랜드 간 조절초점의 일치성이 신제품 평가에 미치는 영향. *한국심리학회지: 소비자·광고*, 14(1), 111-127.
- 한덕웅(2004). 인간의 동기심리. 서울: 박영사.
- 홍준희(2005). 자기조절 초점 척도의 개발. *스포츠과학연구소 논총*, 23, 137-151.
- 홍준희, 이성철(2004). 자기조절 초점에 따른 목표추구 행동의 차이. *한국스포츠심리학회지*, 15(3), 81-100.
- Avnet, A., & Higgins, E. T. (2006). How regulatory fit affects value in consumer choices and opinions. *Journal of Marketing Research*, 43, 1-10.
- Bower, G. H. (1981). Emotional mood and memory. *American psychologist*, 36, 129-148.

- Cesario, J., & Higgins, E. T. (2008). Making message recipients feel right: How nonverbal cues can increase persuasion. *Psychology Science, 19*, 415-420.
- Cesario, J., Grant, H., & Higgins, E. T. (2004). Regulatory fit and persuasion: Transfer from feeling right. *Journal of Personality and Social Psychology, 86*(3), 388-404.
- Cicchetti, D., & Tucker, D. (1994). Development and self regulatory structures of the mind. *Development and psychopathology, 6*, 533-549.
- Derryberry, D., & Reed, M. A. (1994). Temperament and the self-organization of personality. *Development and psychopathology, 6*, 653-679.
- Higgins, E. T. (1987). Self-discrepancy: A theory relating self and affect. *Psychological Review, 94*, 319-340.
- Higgins, E. T. (1996). *Ideals, oughts, and regulatory focus: Affect and motivation from distinct pains and pleasures*. In P. M. Gollwitzer & J. A. Bargh(Eds.), *The psychology of action Linking cognition and motivation to behavior*(pp. 91-114). NY: Guilford.
- Higgins, E. T. (1997). Beyond pleasure and pain. *American Psychologist, 52*, 1280-1300.
- Higgins, E. T. (1998). *Promotion and prevention: Regulatory focus as a motivational principle*. In M. Zanna(Ed.), *Advances in experimental social psychology*(Vol. 30, pp. 1-46.). NY: Academic Press.
- Higgins, E. T. (2000). Making a good decision: Value from fit. *American Psychologist, 55*, 1217-1230.
- Higgins, E. T., Bond, R. N., Klein, R., & Strauman, T. (1986). Self-discrepancies and emotional vulnerability: How magnitude, accessibility and type of discrepancy influence affect. *Journal of Personality and Social Psychology, 51*, 1-15.
- Higgins, E. T., Roney, C., Crowe, E., & Hymes, C. (1994). Ideal versus ought predilection for approach and avoidance: Distinct self-regulatory system. *Journal of Personality and social Psychology, 66*, 276-286.
- Kutzner, F. L. W., Forderer, S., & Plessner, H. (2013). Regulatory fit improves putting in top golfers. *Sport Exercise and Performance Psychology, 2*(2), 130-137.
- Latimer, A. E., River, S. E., Rench, T. A., Katulak, N. A., Hicks, A., Hodorowski, J. K., Higgins, E. T., & Salovey, P. (2008). A field experiment testing the utility of regulatory fit message for promoting physical activity. *Journal of Experimental Social Psychology, 44*, 826-832.
- Lee, A. Y., & Aaker J. L. (2004). Bringing the frame into focus: The influence of regulatory fit on processing fluency and persuasion. *Journal of Personality and Social Psychology, 86*(2), 205-218.
- Lockwood, P., Jordan, C. H., & Kunda, Z. (2002). Motivation by positive or negative role models: Regulatory focus determines who will best inspire us. *Journal of personality and Social Psychology, 83*(4), 854-864.
- Pfeffer, I. (2013). Regulatory fit messages and physical activity motivation. *Journal of Sport & Exercise Psychology, 35*, 119-131.
- Plessner, H., Unkelbach, C., Memmert, D., Baltes, A., & Kolb, A. (2009). Regulatory fit as a determinant of sport performance: How to succeed in a soccer penalty-shooting. *Psychology of Sport and Exercise, 10*(1), 108-115.
- Reeve, J. (1992). *Understanding motivation and emotion*. TX: Harcourt Brace Jovanovich. 정봉교, 윤병수, 김아영, 도승이, 장형심 역(2011). *동기와 정서의 이해*. 서울: 박학사.
- Vogel, T., & Genschow, O. (2013). When do chronic differences in self-regulation count?: Regulatory focus effects in easy and difficult soccer tasks. *Journal of Sport & Exercise Psychology, 35*, 216-220.
- Vroom, V. H. (1964). *Work and motivation*. NY: Wiley.

대학에서 학생운동선수의 삶을 위한 방향

Directions for lives of student Athletes in University

이택균* · 안용규 한국체육대학교

Lee, Taek-Kyun · Ahn, Yong-Kyu Korea National Sport Univ.

요약

이 연구는 학생과 운동선수라는 두 개의 책무를 가장 오래 지속해온 대학생 운동선수를 대상으로 지금까지 살아온 학생운동 선수의 삶에 대한 구조적인 해체와 더불어 그들의 인권과 학업, 지도자와의 관계, 체벌, 병역, 은퇴 등의 문제를 파악하고 학생운동선수의 삶의 질 향상에 보탬이 되고자 하였다. 그에 따른 연구결과는 다음과 같다. 학생운동선수들은 학업의 중요성을 운동보다 더 낮은 위치에 두고 있었다. 또한 제도적 장치에 대해 그들은 운동성적으로 충분히 커버할 수 있으며, 대학은 그러한 선수들을 암묵적으로 용인하여 오히려 학생운동선수들의 학습 필요성에 대한 인식을 방해하였다. 학습권 보장 제도에 대해 학생운동선수들은 교육정책에 따른 제도적 장치의 실효성에 대해 대부분 불만을 가지고 있었으며, 탁상공론 속에서 탄생한 학습권 보장 제도는 오히려 불필요하다고 느끼고 있었다. 이러한 현상은 학생운동선수들을 고려하지 않고 급하게 만든 체육정책과 제도적 장치에 문제가 있음을 확인하였다. 따라서 학생운동선수의 삶의 질 향상을 위해서는 순차적인 제도의 실행과 더불어 학교 안에서 발생하는 문제들에 대한 현실적인 대안이 필요할 것이며 미래에는 튜터링 제도와 선후배간의 멘토링 제도를 통한 학습이 더 효율적인 방안이 될 수 있을 것이다.

Abstract

The subject of this study are student athletes in university who continue roles of both student and athlete. The purpose of this study is to improve the life quality of student athletes. In order to do this, their lives are looked back, and their stories told so that structural deconstruction of students athletes' lives is made. Also, some problems regarding their human rights, schoolwork, relationship with leaders, physical punishment, military service, retirement, and etc. are reviewed.

Related literatures, previous studies, and articles were studied as the study method. In-depth interviews with five student athletes who are seniors at K sport university in Korea were progressed. The study results are as follows: Student athletes put importance of athletic life over their schoolwork. For systematic mechanism, they cover schoolwork by their athletic performance. Furthermore, the university allowed these athletes implicitly to do so, disturbing recognition of the necessity of education. Most student athletes had complaints on the effectiveness of systematic mechanism according to the educational policy related to systems that guarantee their educational rights. Rather, they felt that such system guaranteeing educational rights based was not necessary. Such phenomenon reflects that there are problems in athletic policies and systematic mechanism that were made rashly without consideration for student athletes. Accordingly, in order to improve the life quality of student athletes, realistic alternatives for problems occurring in schools are recommended along with successive implementation of the system. Also, learning through tutor and mentor systems between juniors and seniors could be more efficient.

Key words: direction on life, student athlete, retirement, military service, educational rights

이 논문은 2012학년도 한국체육대학교 특성화역량개발사업의 지원을 받아 수행된 연구임.

* gotkd99@knsu.ac.kr

I. 서론

1. 연구의 필요성 및 목적

플라톤은 그의 저서 「국가」에서 “육체(gymnastike)교육과 영혼(mousike)교육보다 더 나은 교육을 찾아내기 어렵다”(424b)라고 말하면서 육체교육과 영혼교육의 조화를 강조하였는데, 이것은 곧 우리나라 교육이 추구하고 있는 전인교육과 그 맥락을 같이 한다고 볼 수 있다.

하지만 우리나라 교육의 현실은 주지하는 바와 같이 계획된 방향으로 잘 나아가지 못하고 있는 실정이다. 더욱이 일반 학생들과는 달리 학업과 운동이라는 두 개의 책무를 병행해야 하는 학생운동선수들에게 전인 교육이라는 우리 교육의 목표는 자신의 현실과는 상관없는 비현실적 이야기라 느껴질 것이다. 이는 우리나라가 스포츠 강국으로 급성장하는 과정에서의 성장통의 일부인 동시에, 선수육성 측면에서 실적만을 중시하며 운동선수를 하나의 인격체라기보다는 우리나라의 스포츠 위상을 나타내는 도구로 전락시킨 우리 체육계의 뼈아픈 상처이기도 하다.

우리나라의 운동선수들은 소위 ‘전문체육’이라고 하여 빠르게는 아동기부터 시작하여 성인이 될 때까지 주로 학교에서 집중훈련(또는 교육)받고 있다. 비록 과거에 비하여 지금의 학생운동선수들은 생활환경, 육성시스템의 체계화 등 여러 가지 차원에서 선수 스스로의 인식수준이 상당히 높아졌다고는 하지만 그 이상과 현실에는 아직도 적지 않은 괴리가 존재하며, 그러한 괴리가 야기하는 문제점에 대하여 우리는 학생운동선수의 입장에서 고찰하여야 할 것이다.

서경화(2011)는 “우리나라 학생운동선수들은 과거 엄격한 규율사회의 권력시스템을 통한 순종적인 신체의 삶을 살아 가고 있다”라고 언급하였다. 즉 그들은 국가대표가 되기 위해 또는 승리를 위해 지도자에게 맹목적인 복종을 해야만 했고, 선수들은 자신이 아닌 외부권력에 의해 순종하는 전문체육 시스템의 주체가 되어 왔다. 이러한 선수육성 체계는 비록 운동선수의 인격 도양이나 삶의 질 향상측면에서 자유로울 수는 없지만, 국제대회에서의 성적만큼은 두각을 나타내어 스포츠강국으로 발돋움하는데 기여했다고 볼 수 있다. 특히 지난 2012년 런던 올림픽에서는 당초 목표보다 높은 종합 5위(금 13, 은 8, 동 7)의 위업을 달성했다.

이렇게 훌륭한 성적을 거둔 운동선수들은 국가로부터 금전적인 포상 및 사회로 진출할 수 있는 기회가 주어지는

영광을 부여받는 반면, 입상하지 못한 운동선수들은 상대적 박탈감과 패배자라는 주위의 시선으로 많은 정신적 고통을 받게 된다. 이는 비단 성인운동선수 뿐만 아니라 학생운동 선수에게도 해당되는데 인격적으로나 정신적으로 아직 완전히 성숙하지 않는 학생운동선수들의 경우 이러한 고통은 더욱 크게 다가오게 된다.

그렇다면 학생운동선수는 어떻게 분류되어야 할까? 강유원·강덕모·양홍렬(2011)는 학생운동선수의 존재근거와 그들의 신분에 대해 ‘운동만을 행하는 선수인가, 아니면 공부를 해야 하는 학생인가에 대해 그들은 명확한 신분 규정이 있음에도 불구하고 학원스포츠 현장에서는 학생의 자격을 망각 또는 강탈당한 채 운동에만 내몰리는 실정을 비판하였다. 이러한 운동문화는 학생운동선수의 학력저하, 진로선택권의 결정권 박탈, 승리지상주의 팽배와 지도자 중심의 운동으로 인한 운동 가치의 상실, 결과 중심주의 운동 학습에 따른 선수폭력의 정당화등 부정적인 요인을 재생산한다고 하였다.

학생운동선수에 대한 연구는 매우 활발하게 진행, 발전되어 왔다. 이에 관한 연구는 크게 ‘운동부 문화’와 ‘공부하는 학생선수 만들기’란 커다란 두 가지 주제로 나눌 수 있다. 이러한 최근의 연구로써 이혁기(2011)는 Y대학교의 농구부를 사례로 주독야훈(主讀夜訓)을 실천하며 학업과 운동을 병행하는 학생선수의 경험과정을 규명하였고, 임수원(2011)은 Luhmann의 사회체계이론과 Parsons의 AGIL기능도식을 적용하여 공부하는 학생선수 만들기의 논리적 근거에 대해 연구하였다. 또한 강유원·강덕모·김이수(2011)는 ‘학교운동부의 新-운동문화 조망’이라는 연구주제로 학생운동선수, 지도자, 교사, 학부모를 대상으로 심층면접과 참여관찰을 실시하여 범주화하여 다각적인 방법론으로 접근을 시도하였다.

이 연구의 후속연구로써 강유원·강덕모·양홍렬(2011)은 학생운동선수들이 영위하는 운동문화와 참된 삶의 가치를 탐색하고, 그 가치에 의미를 부여하였다. 나아가 김무진·정희준(2012)은 학생운동선수의 학습을 주제로 하여 그들만의 학습 방법을 연구하여 제도적인 방법의 강구보다는 운동선수와 학교, 지도자의 실천의 중요성을 주장하였다.

하지만 이러한 연구는 겉으로 드러나는 학생운동선수의 문화와 학습에 필요성에 대한 이야기가 주를 이루고 있다. 물론 이러한 연구 역시 유의미하다 할 것이나, 중요한 것은 왜 제도적 정비에도 불구하고 이러한 문제점이 왜 사라지지 않느냐는 것이다.

따라서 이 연구는 학생과 운동선수라는 두 개의 책무를 가장 오래 지속해온 대학생 운동선수를 대상으로 지금까지 지나온 학생운동선수의 삶을 되짚어 보며 그들의 사고 속의 학생운동선수에 대한 솔직한 이야기를 통해 학생운동선수의 삶에 대한 구조적인 해체와 더불어 그들의 인권과 학업, 지도자와의 관계, 차별, 병역, 은퇴 등의 문제를 탐색하고 대학에서의 학생운동선수의 삶의 질 향상에 보탬이 되는 방법에 대해 논의하고자 한다.

2. 연구방법

1) 연구참여자

이 연구에서 사용된 구체적인 연구대상 선정방법은 질적 사례연구에서 이용하고 있는 비확률적 표집(nonprobability sampling)의 하나인 유목적 표집법(purposeful sampling)을 이용하였으며, 유목적 표집법은 연구문제에 적합한 상황에서 특성을 대표할 수 있는 대상자를 표집 하는 것으로써 연구대상으로부터 연구 목적에 적합하다고 판단되는 심층적인 정보를 얻으려는 방법이다(강상조, 1994).

이를 기초로 하여 이 연구의 참여자는 K체육대학의 기숙사생활을 하고 있는 4학년 현역 학생운동선수 5명을 대상으로 선정하였다.

표 1. 연구참여자의 일반적 특성

학년	성명	성별	경력
4	AAA	남	14
4	BBB	남	12
4	CCC	남	14
4	DDD	여	13
4	EEE	여	11

2) 자료수집방법

면접에 있어서는 심층면담법을 적용하였으며 반구조화된(semi-structured) 면담과 비구조화된(unstructured) 면담의 방법을 혼합하여 사용하였다.

아울러 연구의 목적과 세부 영역에 대해 연구 참여자에게 충분히 사전설명을 하였으며, 연구 참여자의 자율성을 확보하고 이해를 돕기 위해 참여자의 동의를 구하였다.

특히 연구자는 K체육대학 생활관 조교를 5년동안 근무하였기 때문에 연구 참여자들과 충분한 라포(rapport)가 형성되어 있는 강점을 가지고 있다. 그리고 본 면담기간은 2012년 5월 2일부터 2012년 10월 30일까지 실시하였으며

참여자 1인당 약 2시간 정도 소요되었다. 연구참여자의 시간에 맞추어 상담실, 숙소, 체육관 등에서 3~4회 실시하였고 면담시 면담의 내용에 대한 신뢰성을 확보하기 위하여 녹취하였다.

3) 자료분석

이 연구의 자료 분석은 질적 연구방식을 채택하고 있기 때문에 원자료(raw data)의 이해방법과 해석방법에 따라 그 의미가 달라질 수 있다. 따라서 연구자는 원자료의 분류·검토·검증방법에 대하여 선행연구의 방법을 참고(강상조, 1994)로 하였고, 나머지 부분에 대해서는 전문가의 도움을 구하였다.

녹취록 작성이 끝나고, 연구 결과의 신뢰도와 타당도를 높이기 위해 녹음내용과 녹취록을 연구원들과 함께 두 번 이상 듣고, 읽은 후에 patton(1990)의 귀납적 범주분석 절차를 이용해서 연구 참여자와 함께 원자료를 근거로 조직화, 체계화, 범주화를 실시하였다. 또한 면접자료 분석은 대화분석법의 장점을 도입하여, 이 연구의 결과에 보다 구체적으로 제시하고자 하였다. 대화분석법은 면접내용을 문자화하여 대화의 경향성과 동질성 및 이질성의 근거가 되는 내용을 토대로 연구목적에 부합하는 결론을 도출(강상조, 1994)하고자 노력하였다.

4) 연구의 제한점

서울에 위치한 K체육대학교는 우리나라 전문체육의 메카로서 국가의 지원을 받아 국제적 수준의 경기력 갖춘 전문체육인을 육성한다는 목적 하에 학생운동선수 800명 전원이 생활관에서 생활하고 있기에 다른 일반대학의 학생운동선수에게 일반화하기에는 무리가 있음을 밝힌다.

II. 학생운동선수의 의미와 그들의 삶

1. 학생운동선수는 누구인가?

학생이란 학교에 다니며 학업을 수행하는 주체로서, 신체적·정신적·사회적·학문적으로 완전치 못한 자를 의미한다. 대부분의 학생은 아동에서부터 대학생에 이르는 8~23세까지의 연령의 분포가 가장 많으나 요즘에는 나이와 무관하게 학교에 다니며 학업을 수행하는 사람 또는 그 신분을 지칭한다. 학생운동선수(student-athlete)란 용어는 1953년 NCAA(미국대학체육협회) 실무위원장 Walter Byers가 처음

사용하였다. 학생운동선수는 '학생신분의 운동선수'를 의미한다. 그들은 운동과 학업을 병행하며 충분한 공부시간을 보장받는다. 운동이 중요하긴 하지만 학생의 본분인 학업에 대한 의무 역시 똑같이 중요하다고 보는 것이다. 학생운동선수라는 용어는 학생과 운동선수라는 이중적이고 분리된 역할을 의미하는 말로서 학교는 물론 사회전반에 걸쳐 폭넓게 사용되어 오고 있으며 학생운동선수가 학교에 다니는 두 가지 중요한 이유는 학업 수행과 학생으로서의 운동경기 참가라는 사실을 내포하고 있다(고민수, 2011).

또한 학생운동선수는 일반학생과 마찬가지로 학교생활에서 개별역량의 발달과 강화, 정체성 확립, 개인적 신념 및 가치의 수용, 우호적 대인관계의 발달, 학사일정 목표의 달성 등과 같은 일반적인 과제와 씨름하고 있다(Warn, Polk, Franz, 2011). 즉 학생운동선수는 일반학생들이 직면하고 있는 일반적인 학업수행 이외에도 다른 역할인 운동선수로서의 요구된 환경을 넘나들고 있는 것이다. 따라서 학생운동선수는 운동선수요건과 학업수행이라는 두 가지 역할을 모두 충족해야한다.

그러나 학생운동선수의 스포츠 참가(대회)는 주로 학기 중에 이루어지기 때문에 학사활동은 물론 스포츠 활동 병행에 있어 현실적으로 많은 어려움이 따른다. 특히 학업평가(중간/기말고사)가 있는 기간에 스포츠 참가가 겹치는 경우도 있어 학생운동선수들은 학업과 운동의 수행의 과중으로 많은 스트레스를 받고 있는 현실이다.

또한 학교에서의 교우관계 및 학교생활참여에 있어 학생운동선수들은 완성된 인간을 양성하는 학교에서부터 시작된다는데 그 심각성이 있다. 현재 한국의 현실에서 인권의 사각지대로 말할 수 있는 학생운동선수의 삶은 늘 관심의 대상에서 벗어나 있다.

그렇다면 우리나라에서 학생운동선수의 의미는 무엇인가? 이러한 관점에서 학생운동선수의 일반적인 의미는 "신체적 재능이 뛰어난 사람으로서 타고난 잠재력을 개발하기 위하여 특별한 교육을 필요로 하는 학생선수로, 대한체육회에 가맹된 법인 또는 단체에 선수로 등록된 자"를 의미한다(이주욱, 2003).

학생운동선수들은 공부에는 관심이 없고 운동만 하거나 지도자로부터 체벌과 구타를 당하며, 또래 친구가 적고 공부 못하는 학생들이라는 인식이 일반인들에게 박혀있다(이학준, 2003).

인간은 누구나 행복하기를 갈망하며, 학생운동선수 역시 행복하기를 원한다. 스포츠는 인간의 행복을 위한 하나의

조건에 불과할 뿐이다. 아리스토텔레스는 인간의 행복이란 잘 사는 것이요, 잘 산다는 것은 잘 행하는 것이요, 잘 행한다는 것은 인간의 기능을 잘 발휘하는 것이라고 하였다(정광임, 1997).

인간은 인간다운 기능을 발휘할 때 행복한 것이다. 인간은 사회적 동물이라고 아리스토텔레스는 말했다. 즉 인간은 사회 속에서 인간의 기능을 잘 발휘해야 한다는 것이고 이것은 인간이 살아가는 도리라고도 할 수 있을 것이다.

2. 학생운동선수, 그들의 삶

1) 운동시간

2008년 11월 조선일보 기사 '학교체육, 교실로 돌아가자'에 따르면, A고 축구부 학생들의 훈련시간은 하루 4시간 정도로, 오전 9시 30분부터 2시간, 오후 2시 30분부터 2시간이다. 또한 김홍석·류태호·최진숙(2009)의 고등학교 검도선수의 운동과 학업병행에 관한 사례연구에 따르면, M고등학교 검도부의 경우 오후 2~5시, 야간 7~8시의 오후, 야간의 학습 훈련체계를 따르고 있다. 이것은 시합준비 때문에 수업을 빠져야 된다고 생각하는 잘못된 습관의 결과이다. 이렇게 수많은 학생선수들이 과도한 훈련시간과 스케줄과 잦은 시합과 대회 일정 등을 이유로 밤늦게 귀가하거나 합숙생활을 하고 있다. 물론 시간을 적절히 조절한다면 수업을 하고 난 후에 얼마든지 훈련을 할 수 있겠지만, 우수한 운동성적을 거두어야만 살아남는 운동부 감독들은 좀처럼 훈련시간을 조정하기 힘든 것이 현실이다.

또한 이러한 운동문화는 운동부 감독 개인의 책임이기 이전 관습적으로 전해 내려온 일종의 문화적 산물이다. 운동부 감독 대부분 그들의 학창시절 학교의 명예와 지역성적, 나아가 나라를 위한 운동 및 경기력 향상을 강요받아왔고, 이에 익숙한 나머지 학업에 대한 필요성을 크게 느끼지 못하였기 때문이다. 즉 학생운동선수들이 학업과 운동을 병행할 수 없다는 과거의 운동부 문화가 학업에 대한 사회적인 편견이나 규범이 전통적으로 운동부 문화에 고스란히 전해지는 꼴이다.

학생운동선수들에게 중·고등학교 시절은 오직 운동만이 전부일 것이다. 그들에게 학교라는 존재는 그저 운동만을 하기 위한 장소이다. 이들이 장래 희망을 이룰 수 있는 유일한 단단이 운동이며, 운동선수로서의 성공이 진학을 하기 위한 단 하나뿐인 방법이라고 생각하고 있다. 그리하여 경기력 저하, 잦은 부상 등 선수생활 부적응으로 중도 포기한

학생운동선수들은 실로 막막함을 느끼게 되며, 어디에서부터 무엇을 어떻게 다시 시작해야 할지 모르게 되는 자기정체성의 위기를 겪게 된다.

그 후 어렵게 학업을 시작하게 되어 대학입학 수학능력평가를 치루거나 경기력우수자에게 시험을 안보고 대학입학의 기회를 주게 되는 특별전형이라는 제도로 대학에 진학하게 되기도 한다. 운동특기자가 아닌 일반 대학생이 된 선수출신 학생들은 중·고등학교 시절에의 수업결손으로 인해 여러 가지 학과공부에 많은 어려움을 보이지만 선수시절에 전혀 느껴보지 못한 일반학생으로서의 삶에서 학업, 대인관계뿐만 아니라 대학 졸업 후 가져야 할 새로운 직업에 대해서 관심을 가지고 더욱더 긍정적인 자세로 열심히 학교생활을 하려한다(박지영, 2006).

그러나 이러한 상황이나 현실과는 별도로 학생운동선수들은 신체활동을 통하여 체력을 단련할 뿐 아니라 더 나아가 국제 대회에서의 입상을 하여 국위선양을 하는 생활체육이었던 원래의 체육정책과는 달리 전문 체육을 강조하게 되면서 승리지상주의, 좋은 성적만을 우선시하는 실적주의 등을 지향하게 되었다. 교육의 본분과 교육 이념을 망각하고 체육이 아닌 경기결과에 눈이 먼 교육관계자들의 이러한 타락현상이 학교 체육의 붕괴를 만들고 있던 것이었다(황수연, 1988).

이렇게 본래의 취지와는 다르게 비정상적인 형태로 발전해 온 한국의 전문체육이지만 '마린보이' 박태환, '피겨여왕' 김연아, '코리안 몬스터' 류현진 등 많은 스타를 만들어냈고, 축구, 야구, 농구 등 일부 인기 종목의 선수들의 경우 엄청난 명예와 부를 얻을 수 있었다.

그러나 올림픽에만 반짝 인기를 얻었다가 기억 속에 사라지는 수많은 비인기 종목선수들에 대해서는 이렇다 할 대책을 마련해주지 못하는 등 시대착오적 행태가 계속 되고 있는 실정이다(유명한, 2006).

또한 학생 운동선수들은 탁월한 기량을 뽐내기 위해 전심전력을 다해 노력하는 것과 마찬가지로, 학생신분으로서 학업에 충실해야 하는 것이 마땅한 일임에도 실제로는 매우 어려운 위치에 있는 것이 학생운동선수들의 현 상황이다(서대진, 1996).

선진체육정책을 펼치고 있는 외국의 경우 대부분의 학생운동선수들은 그들의 성장과정이 학교 체육을 통해서 이루어지고 있다. 그들은 학업과 운동은 별개라 생각하고 아무리 기량이 뛰어난 국가대표선수가 할지라도 정상적인 학교생활을 하지 않으면 졸업이 불가능 하다는 것을 스스로

인지하고 있으며, 학생운동선수로서의 삶을 매우 자랑스럽게 생각하고 있다. 또한 사회에서도 학생운동선수는 '학업과 운동을 병행하며 학교생활을 하는 학생'으로 인정해 주고 있다.

그러나 우리나라의 경우 외국의 사례를 들여와 주말 리그제, 학생선수 시합참가 쿼터제를 시행하고 있지만 그 실효성은 의문이다. 그렇다면 학생운동선수들의 운동시간은 얼마나 되는가? 그에 따른 연구참여자들의 의견은 다음과 같다.

『우리부의 학기중 하루운동시간은 새벽운동 1시간 50분, 오전에 수업 들어가고 점심먹고 1시부터 6시까지 합해서 총 7시간 정도 될 거예요. 방학 때는 새벽운동 1시간 50분, 오전 2시간 30분, 오후 5시간 총 9시간 동안 훈련을 하네요... 참 많이 해요. 그러나 우리 부는 부별 특성상 한 가지 종목만 훈련할 수 없는 상황이라 한 종목에 집중하다 보면 다른 종목을 소화하기 어려운 부분이 있어요.』(DDD, 2012년 5월 11일)

『우리는 학기 중 새벽 1시간 30분, 오후운동 2시간, 야간운동 1시간 30분 총 5시간을 하는 것 같구요, 방학 때는 학기 중의 똑같은 훈련시간에서 오전운동 2시간 포함 총 7시간 동안 운동을 합니다. 물론 뭐하나 안 힘든 부는 없겠지만 운동시간에 온몸의 힘을 전부 쏟아 내야하니 참 힘들어요. 훈련이 힘든 날은 다음 날에 있을 수업이 걱정되기도 해요.』(BBB, 2012년 5월 13일)

『우리 부는 타 부에 비해 운동량이 많을 수밖에 없는 시스템을 가지고 있어요. 대개는 6시 30분부터 시작을 하지만 우리는 5시 반부터 시작해서 7시 30분이나 8시까지 강도 높은 훈련을 하고... 수업시간에는 거의 자거나 졸거나... 힘들어서 어쩔 수가 없어요.』(CCC, 2012년 6월 11일)

대부분 대학운동선수들의 일일 훈련시간은 부별 특성에 따라 약간의 차이는 있을 수 있지만, 대개 5시간 정도로 알려져 있다. 그러나 국제수준의 전문스포츠인 양성을 목표로 하는 K대학 학생운동선수들은 학기 중엔 6~7시간을 훈련하며, 방학 중에는 8시간 이상을 훈련에 할애한다. 엘리트 운동선수인 체육학과 남녀 800명이 생활관에서 거주를 하고 있기 때문에 개인 운동시간을 포함하면 9시간 이상의 강도 높은 훈련을 하고 있다.

그들은 국가대표가 되기 위해 개인 시간을 포기한 채 훈련에 임하고 있으며, 지금 이 시간에도 쉬지 않고 가슴에

폼은 태극마크의 실현을 위해 구슬땀을 흘리고 있다. 그러나 연구참여자 대부분은 훈련시간을 학업시간에 대비해 많이 할애하고 있으며, 고된 훈련 양으로 인해 학업에 집중할 수 없다고 진술하였다.

2) 학생선수들의 인권, 차별, 지도자와의 갈등

학생운동선수의 인권문제는 언제나 언론의 주목을 받아 왔으며, 모든 체육인들이 반드시 해결해야만 하는 이슈이다. 현재 한국의 현실에서 인권의 사각지대로 말할 수 있는 학생선수의 삶은 늘 관심의 대상에 벗어나 있었다.

2000년 5월 수영국가대표선수로 선발되었지만 정상적으로 공부하고 싶다고 밝히며 태릉선수촌 입촌을 거부한 장희진선수 사건(조선일보, 2000년 5월 29일자)을 시작으로 학교운동부내 폭력과 합숙소 문제, 공부하지 않는 운동선수 문제, 운동선수 중 70% 정도가 폭행을 경험한다는 언론보도, 선수의 생명을 앗아간 2003년 천안초등학교 축구부 합숙소 화재사건, 2004년 빙상 쇼트트랙 여자 대표선수들의 구타사건 등 차별이나 인권유린, 성폭력 등의 문제들이 하나하나 국민들에게 알려지고 있다.

결국 승리지상주의에 편승하여 기록과 결과만을 목표로 두고 어린 선수들의 인권이 무시되어온 우리 체육계의 부끄러운 자화상이었다.

이러한 문제점에 대한 언론의 비판과 국민들의 관심이 촉구되어 학생운동선수양성 시스템이 안고 있는 파행성과 비인권적 관행들을 개선시키고자 학원체육 정상화 국회결의안이 국회본회의에서 의결되고, 아울러 국가인권위원회에서도 이 문제에 대한 개선을 권고함에 따라 체육계에서도 그동안 소수의 학자들에 의해 거론되었던 학생선수의 학습권 및 인권문제가 거대담론으로 부상되기에 이르렀다. 운동선수 학습권 보장과 관련하여 이러한 법적 조처들이 취해지고, 공론화되기 까지 체육계 내에서 인권과 학습권이 송두리째 무시된 채 오직 승리지상주의에 편승하여 점철되어 온 왜곡의 역사는 물론, 다시 거론하기조차 부끄러운 사건들이 비일비재하였다(임수원, 2011).

이러한 보도는 국민들에게 큰 충격으로 다가오곤 하였다. 그러나 우리나라 국민들의 '냄비 근성'에 비유될 만큼 크게 이슈화되었다가 금방 잊혀지기를 반복하였다. 여기에는 다양한 이유가 있지만 학생운동선수 중심의 엘리트선수 양성을 위한 체육계의 관행으로 묵시적으로 용인하는 분위기(국가인권위원회, 2008) 또한 한 몫을 했다고 할 수 있다.

임수원(2011)은 "2007년 11월 학원체육정상화 축구 결의

안이 국회본회의에서 의결됨에 따라 국가인권위원회는 학생운동선수들의 인권보호, 권익신장을 위해 학생선수 학습권 보장, 초등학교합숙소 폐지, 중·고등학교 합숙소 실태조사 및 개선 조치, 최저학업기준 인증제도 도입, 학생선수 폭력 예방 및 인권 증진 종합대책 마련, 전국소년체전 개최방식 획기적 개선 마련 등을 권고했다"라고 하였다.

또한 지도자와의 갈등은 운동능력의 차이로 인해 지도자로부터 차별대우를 받거나, 비현실적인 기대, 선수와 지도자사이의 불화가 원인이 되어 불만족이 생기게 되면서 학생운동선수로부터 중도포기로 이어지게 된다. 이 이면에는 무조건적이고 절대적인 복종을 강요하며 권력을 행사하는 독재적 유형의 지도자와, 과도한 운동부하, 차별, 부상선수의 훈련을 강요하는 비인간적인 훈련이 깊숙이 자리잡고 있다(임변장, 2000).

학생들은 우리나라 운동부의 전통적 특성중 하나인 '생명하복'의 위계체제와 더 큰 불이익을 받을 것을 염려하여 자신들이 차별 받고 있다는 생각을 적절하게 지도자와 담당교사에서 전달하지 못하고 있는 현실이다.

『인권이요? 글썄요? 저는 그렇게 어떤건지 잘 몰라요. 스승님이 하라고 하면 무조건 하는 거 아닌가요? 선생님이 때리시면 감사히 맞는 거고... 다 저 잘되라고 하시는 교육이 시잖아요! 불만 없습니다. 근데 요즘 후배들 보면 선생님이 나 선배들을 안 무서워해요. 때리면 신고하면 되니까...』(AAA, 2012년 6월 11일)

『저는 차별은 정말 반대예요. 저도 맞으면서 운동 배웠지만 후배들은 안 그랬으면 좋겠어요. 코치님한테 야구방망이로 맞고 바로 운동장 뛰어야 할 땐 솔직히 제가 동물이 된 줄 알았어요. 도망치고 싶었어요.』(CCC, 2012년 6월 11일)

『대학교와서도 고등학교 때처럼만 하면 잘되겠지 하고 생각했는데 막상 대학생이 되고나니 학업과 운동을 병행해야 한다는 스트레스, 잦은 부상에 슬럼프가 왔었어요. 그래서 교수님께 운동 그만두고 공부에 전념하겠다고 이야기 한 적이 있어요. "니가 공부해? 운동이나 열심히 해서 실업팀 가서 돈 벌어라 지금 그만두면 뭘 할꺼냐" 라며 무시하듯이 말씀을 하시는데 기분이 상하더라고요. 저는 부모님과 충분히 상의하고 결정한 부분인데 공부할 수 있는 기회조차 주시지 않는 것 같아 좀 그랬어요. 그래서 질질 끌려오다시피 운동하다가 결국 4학년 초에 운동을 그만두고 학업에 전념하기 시작했어요. 그동안 못했던 공부를 하나하나 시작하니 힘들지만 운동하던 만큼 공부하면 뭐라도 되지 않을까 해요.』(EEE, 2012년 8월 9일)

연구참여자 AAA는 체벌이나 폭력에 대해 인지하고는 있지만 그 행위에 대한 부당함은 잘 파악하지 못하고 있었다. CCC는 체벌의 부당함은 알고 있지만 자신이 해결할 수 없는 능력밖에 일이라며 어쩔 수 없이 되풀이 되는 악순환을 염려하였다. 그 외 지도자와의 갈등에서도 자신의 의견은 무시된 채 진로를 결정해야하는 부당함을 안타까워하고 있었다.

이러한 연구참여자들의 진술은 인권과 관련된 부분에서 학생운동선수 자신이 자신의 삶의 주체가 되지 못하는 현실과 삶의 주체자로서의 그 역할을 할 수 없다는 것이 당연시 되어진 결과에서 비롯되었다고 볼 수 있다.

3) 학습권의 보장

각급 학교의 운동선수들은 얼마 전까지만 해도 수업에 들어가지 않고 공부를 하지 않아도 졸업이 가능하였다. 그것은 학교 현장에서 묵시적으로 또는 관행처럼 선수관리의 허점을 알면서도 관행적으로 대처할 뿐 특별한 대안을 세우지 못한 결과일 것이다. 즉 '운동선수들은 나제 점수(F학점)를 받아도 졸업이 가능한 특별한 학사관리의 대상'이라는 것이 원인일 수도 있는 것이다. 이러한 결과는 학생운동선수들에게 '운동만 잘하면 된다'라는 결론을 도출시키게 된다.

전국대회 입상을 위해 지도자가 운동 성적만을 지향한 운동방식, 즉 승리만을 위한 이겨야 한다는 압박 속에서 체벌을 빙자한 폭력 등은 학생운동선수의 인격을 손상시킬 가능성이 높다. 여전히 행해지고 있는 이러한 실태는 현재의 우리 체육계의 현실이며 또한 과거와 크게 다르지 않다.

이러한 문제들은 연구자의 관점에서 볼 때 대학의 학생운동선수들에게 심각한 고민 중 하나인 취업 문제와도 직결 된다

지난 2007년 KBS 시사기획 「쌈」에서는 '죄송합니다, 운동부입니다'라는 제목으로 대학학생선수들을 대상으로 공부와 운동을 병행하는 현장 실험을 진행하며 대학의 조직적인 성적 조작, 과도한 운동시간, 만성적인 수업 결손, 무리한 대회 일정 등의 국내 학원스포츠의 모순된 현실을 집중 조명하였다. 이 프로그램에서는 대학에서부터 선수의 학업 성적관리에 대한 내규를 시행하여 운동생활을 제도적으로 보장하고 있고, 그로인해 대학 운동선수들은 4년 내내 수업을 한 번도 출석하지 않아도 졸업이 가능한 국내 학원스포츠의 현실을 지적하는 동시에 학업을 등한시 한 채 오로지 운동에만 전념하여 여러 가지 문제들에 부딪히는 학생선수들의 안타까운 모습을 보여주었다.

우리나라 학생선수들의 대부분은 초, 중, 고의 학창시절부터 학업을 등진 채 운동에 전념해 왔다. 선수들은 희망하는 학교 진학을 위해 좋은 운동성적을 유지해야 하기 때문에 어린 시절부터 합숙생활을 하거나 과도한 훈련을 반복해 왔다. 따라서 대부분의 학생들이 학교 수업에 참여하지 못하거나 정상적인 학교 교육을 받지 못하였고 운동 이외에 다양한 능력을 함양할 수 있는 시간은 더욱 없었다. 그 결과, 학생선수들은 지속적인 학업 결손으로 기초학력 미달과 동시에 심리적으로 상실감과 고립감을 경험해 오고 있다. 이것은 초등학교부터 대학선수 모두에게 해당되지만 오랜 시간 운동을 지속해왔던 대학선수들에게는 더욱 당연한 일로 여겨지고 있다. 초 중 고 시절 다음 상급 학교로 진학하기 위해 필수적이었던 훈련과 수업 불참, 그리고 대학에 진학 후에도 실업팀에 입단하기 위해 지속되는 반복된 일상은 이제 그들에게 너무 익숙한 일이 되어 버린 것이다.

이렇듯 학생운동선수들에게 운동과 학업을 병행하는 것을 요구하면서 좋은 경기성과 상급대학 진학을 같이 요구하는 것은 너무나 비현실적이다. 운동선수들에게 학습권을 보장한다는 명목 아래 고등학교 학생들은 오전 수업을, 중학교 학생들은 오전, 오후 수업을 의무적으로 참여시키고 있다는 학교 관계자들의 책임 회피 발언과는 달리 학생운동선수들은 시험기간에는 수업참여를 거의 하지 않고 훈련을 하고 있고, 또한 시험은 정규 수업시간에 열려 학교를 빠지고 경기에 출전하는 경우가 많다.

현재 운동부 선수들의 학교 수업참여 시간은 운동 종목의 특성과 지도자의 사고 또는 학교행정가의 교육 방침에 따라 다르게 나타나고 있으나 대부분의 학교운동선수들은 수업에 참여하지 않고 있는게 우리나라 학교운동부의 현실이다. 대부분 선수들은 운동기능의 습득을 최우선으로 하고 있으므로 수업에 대한 흥미와 관심을 점차 잃어가고 있는 실정이며, 이에 따라 고등학교 운동선수들은 운동 외에 다른 방면에서 점차 향상되어야할 사고능력이 떨어지게 되고 사회생활의 적응력도 일반 학생에 비해 떨어지게 된다. 이런 현상은 체육분야에 관련되어 있는 사람들의 설자리를 잃게 만들어 사회문제를 야기 시키고 있다.

보통 시험을 1년 평균 적게는 3~4회 많게는 5~6회 참가하는 선수들은 시험이 끝나고 난 후 수업에 참가하여도 수업진도 차이가 많이 나면서 선수들은 수업에 참여하고 싶어도 이해가되지 않아 싫증을 느끼게 되고 수업참가를 회피하게 된다. 단지 수업을 의무적으로 참여시키는 것은 선

수들의 경기 성적은 상위권을 바라면서 학생으로서는 운동만 할 줄 아는 운동선수가 학습 부진아가 되는 것을 만들지 않기 위한 학교 측의 바람인 것이다.

특히 이옥진(2010)의 학생운동선수들의 수업참여 실태를 보면 “전혀 수업에 참여하지 않거나(46명, 9.6%), 불규칙적으로 1-2회 정도 수업에 참여하는 경우(36명, 6.9%)와 같이(82명, 16.5%)가 정상적으로 수업에 참여하고 있지 않았다. 반면(393명, 82.1%)의 선수들은 수업에 참여하고 있었으며, 주로 훈련시간과 겹치지 않는 오전에 수업참여를 하고 있다”고 연구된 바 있다.

이에 따른 연구참여자의 진술은 다음과 같다.

『학생이라면 이유불문 무조건 수업에 참여해야 함이 마땅한 것인데 어느부는 전지훈련이다. 입촌이다 뭐다 하며 수업에 안들어오는 친구들이 있어요. 열심히 운동해서 국가대표 된것이 자랑이라면 자랑이지만 ‘나는 국가대표니까 수업 안들어와도 학점 주겠지’라는 생각들을 하는 친구들이 있어요. 실제로 입촌했으니까 성적함에 바란다고 협조 공문도 보내잖아요. 국가대표는 벼슬이 아니잖아요. 수업 제대로 나오지도 않고 대충대충 해서 좋은 성적 받는 친구들도 있구요. 국가대표중에 정말 학업과 운동 두 마리 토끼를 잡으려고 노력하는 친구도 있어요. 그 친구를 보면 “국가대표는 정말 다르구나!” 라고 생각할 정도예요.』(DDD, 2012년 9월 9일)

『수업결손에 대해서는 시험출전을 제외하고는 불공평하다고 생각할 수도 있습니다. 국가대표선발로 인해 수업에 불참하고 과제물도 대응하는 선수들이 선발이 못한 선수들과 수업에 꾸준히 참여하고 노력한 학생들과 같은 학점을 받는다면 후자의 입장에서 굉장히 쓸쓸하고 자책을 할 수도 있습니다. 왜 나는 선발이 되지못하여서 이렇게 차별을 받아야하는가 라는 자책을 할 수도 있습니다. 어쩔 수 없이 불가피하게 결손을 하게 된다면 그에 상응하는 공부를 하게 해야하는 것이 옳다고 생각합니다. 그렇게 함으로써 수업결손을 하게 되는 학생들도 공부를 하게 될 수 있을 것 입니다.』(AAA, 2012년 9월 9일)

특히 K대학의 학사운영과정을 보면 학기 중에는 체육학과 학생선수들은 의무적으로 오전시간(9시~1시)에는 수업에 참여해야한다는 규정을 정하고는 있지만 초·중·고등학교때 교육의 부재로 인해 모든 수업을 소화하기에 많은 어려움이 있음을 알 수 있었다. 또한 대표선수로 발탁되어 선수촌에 입촌한 학생들은 훈련을 핑계로 수업에 잘 참가하지 않음을 알 수 있었다.

『운동선수라면 누구나 운동이 먼저라고 생각할 것 같습니다. 자기 어렸을 때부터 태권도밖에 몰랐고 태권도를 전공으로 성공하기 위해 대학교에 진학하여 더욱 전문적인 운동능력개발과 확고한 신념을 가지고 운동에 전념하겠다는 생각을 가지고 대학교에 온 것이 아닐까 생각합니다. 저 또한 이미 예전부터 학업에 손을 놓고 운동에만 전념하고 있던 터라, 학업에 많은 시간을 할애하여 공부에 열중하기가 어려웠습니다. 하지만 학업의 중요성도 빼놓을 수 없다고 생각하여 남들보다 자는 시간을 줄여가며 공부를 했습니다. 저는 운동과 공부를 병행하리라 굉장히 피곤합니다. 그래서 인지 그런 노력조차 해보지 않고 주위사람처럼 똑같이 행동하는 선수들이 대부분입니다. ‘나는 공부를 해본적도 없고 운동에만 집중하기에도 바쁘고 피곤하니까 공부를 할 시간이 부족해’라는 자기 합리화를 합니다. 이미 중고등학교 때부터 그런 생활패턴에 익숙해진 그들은 그만큼 생각이 틀에 박혀있어서 도전을 해보기도 전에 포기합니다.』(CCC, 2012년 9월 10일)

이렇듯 학생운동선수들의 수업문제는 과열된 경쟁에서 비롯되는 승리지상주의에 기인한다고 볼수 있겠다. 승리만을 추구하는 엘리트스포츠의 파행적 운영은 학생선수들의 인권, 학습권, 행복추구권을 박탈해왔다. 우수선수양성 시스템의 파행적 운영은 국위선양을 위한 엘리트선수 양성에 최우선의 가치를 두는 국가의 스포츠정책, 지도자의 생존과 명예, 자식의 성공을 통한 학부모의 출세욕, 끝으로 학교의 홍보효과 등이 어우러져 나타난 결과라 할 수 있겠다(임수원, 2011).

그동안 엘리트선수육성의 국가주도 스포츠정책 아래 발전해온 전문체육에 내재된 본질적 문제를 해결하기 위해 체육계 자체 내에서만 성찰해왔던 노력들은 한계가 있었다. 결국 정치권에서 학원 엘리트스포츠가 안고 있는 문제점에 대한 인식을 같이 하고 심도 있게 검토한 결과, 학생체육대회의 평일개최 금지, 최저학력제 도입, 합숙소 폐지, 전국소년체육대회 교육부로 이관, 학교 스포츠클럽의 활성화라는 구체적인 조치가 취해졌다. 이와 같은 정책들은 실행되고 있지만 실효성이나 효과에서 과연 어느 정도인지는 우리들 모두가 노력해야 할 부분이다(임수원, 2011).

운동선수는 ‘선수 이전에 학생의 신분’이다. 학생은 학습권이라는 기본권을 갖는다. 또한 인간으로서 행복추구권을 누릴 권리가 있다. 학생으로, 인간으로 누릴 권리는 수업결손에서 오는 학습권의 침해와 이로 인한 국민기본교육과정을 충실하게 경험하지 못하여 사회적부적응의 잠재력을 고려한다면 운동선수의 훈련 중심의 학교생활은 교육적으로 많은 문제점을 드러내고 있는 것으로 사료된다.

4) 선수생활 은퇴와 진로 그리고 병역

대학 졸업 후 미래에 대한 보장이 주어지지 않는 학생운동선수들에게 이러한 결과는 많은 문제를 초래하게 되고 결국 인생의 낙오자로 평가받는 일이 종종 있다. 학생운동선수들은 실제로 졸업 후의 진로와 은퇴 그리고 남자선수의 경우는 병역문제에 이르기까지 많은 고민을 하게 된다. 이러한 문제들은 어느 하나 쉽게 결정지을 수 없고 더욱이 자신이 선택할 수 없는 부분도 있기 때문이다. 이에 대한 연구참여자들의 의견은 다음과 같다.

『우리 부는 졸업 후 실업팀에 가지 못하면 제대로 된 직업을 가질 수가 없어요. 그리고 군대를 가더라도 운동을 계속 연계할 수 있는 상무에 가기를 원하고 상무에서 좋은 성적을 거두고 전역하면 실업팀에서 받아주고 그러면 돈 벌 수 있는 기회가 생겨요. 실업팀이면 큰돈을 받을 수 있고 부상당하지 않고 몸 관리만 꾸준히 하면 운동선수로서 성공하는 삶을 살수가 있어요. 열심히 해서 성공하는 선배님들 보면 우리도 가능하구나 하고 희망을 가지고 열심히 하고 있어요. 그래서 학업보다는 경기력 향상에 비중을 두고 훈련을 하는 편이에요.』(DDD, 2012년 9월 9일)

『저는 군대문제가 가장 크게 다가와요. 4학년이고 내년에 실업팀에 가지 못하면 군대를 갈 생각인데, 일반적인 군대에 가면 선수생명 끝이잖아요. 상무도 가기 힘들고, 차라리 장교로 갈까 생각도 합니다. 물론 장교로 가는 것도 하늘에 별따기라고 하던데요. 군대가 제에겐 가장 큰 고민입니다.』(CCC, 2012년 9월 10일)

『부모님이 걱정하시죠. 졸업하면 뭘해먹고 살꺼냐고. 그래도 명색이 내가 이 종목에선 최고라고 생각했었는데 실업팀에 못가면 말 그대로 지금까지 14년 운동한게 물거품이 되잖아요. 부모님 별 면목도 없고....』(AAA, 2012년 9월 10일)

『저는 졸업하고 다른 일을 찾아볼 계획이에요. 선수로 성공하기는 힘들 것 같고, 솔직히 저보다 잘하는 친구들도 많으니까요. 체육행정가가 되고 싶어요. 그런데 어떻게 준비해야할지도 막막 하구요. 그래서 요즘 지인들과 상담을 자주 하고 있어요.』(BBB, 2012년 9월 10일)

과거에는 실업팀 수가 매우 적어도 생각지도 않았던 학생운동선수들이 최근에는 대부분이 졸업 후 실업팀에 가기를 희망하고 있다. 중요한 것은 그들이 실업팀이 아닌 대안은 생각해보지 않았다는 것이다. 한 연구참여자는 현실적으로 문제를 파악하고 있었지만 정작 그 해결방법에 대해서

는 잘 모르고 있었다. 남자선수들의 경우 병역에 대한 스트레스를 상당히 크게 가지고 있음을 알 수 있었다.

III. 학생운동선수들의 삶의 질 향상을 위한 방향

연구자는 ‘학생운동선수’라는 의미가 현재 우리에게 정확한 의미를 가지고 사용되는지에 대하여 질문을 던져 본다. 다시 말해 과거보다 학생운동선수들을 위한 제도는 많아졌지만 여전히 매우 부족한 실정이라는 것이다. 그렇다면 대학생으로서 학생운동선수들의 삶을 지켜볼 때, 과연 그들이 지성인이라 할 수 있는 대학의 문화 속에서 인간답게 살고 있는지, 질문을 던져볼 필요가 있다는 것이다.

이제는 학생운동선수들의 삶에 대해서 사회 전체의 반성과 비판이 필요하다. 그저 막연하게 시간이 지나면 저절로 해결되겠지 하는 무책임한 기대는 더 이상 없어야겠다. 우리 모두가 그동안 알면서도 묵인하고 당연하게 인식한 것이 문제라고 할 수 있다.

이대로 방치한다면 학생운동선수들은 인간다운 삶과는 점점 멀어지고 오직 승리라는 목표를 향해서 하루의 대부분을 운동으로 시간을 보낼 수밖에 없을 것이다. 결국 우리나라 학생운동선수들은 국가, 학교, 사회가 원하는 운동기 계로만 평가 받게 될 것이고, 이러한 도구적 삶은 학생운동선수의 비인간화를 촉발할 것이다. 따라서 학생운동선수들의 삶에 대한 이해와 관심은 반드시 필요한 것이다. 삶에 질 향상을 위한 연구참여자의 의견은 다음과 같다.

『미국의 대학생들은 B학점 이상의 성적이 안 나오면 시험에 출전할 자격도 없는데, 시험을 나가도 밤에 레포트 써서 이메일로 제출한다 하고, 원격으로 강의도 듣는데 우리도 이제 그렇게 할 때가 되지 않았나 생각합니다. 한국체대를 제외하고 원격 E-learning 체계를 갖춘 대학이 어디에 있겠어요? 그렇게라도 학생들에게 공부는 언제, 어디서나 방해받지 않고 할 수 있다는 것을 보여준다면 학생들 스스로 공부를 포기하는 일은 점점 줄어들지 않을까요? 저는 그래요 안 해봐서 못하는 거지 한번 시작해보면 점점 나아질 것이라 생각을 해요. 우리 학생들도 ‘지도자가 알아서 해결해주시겠지’라는 생각을 버리고 스스로 찾아서 노력하는 습관을 가져야 할 것입니다. 대학에서 학점은 본인이 취득하는 거니까요.』(DDD, 2012년 10월 11일)

『주3회 정도 짐호가 끝나고 소등시간 전인 9시50분부터 11시까지 신청한 학생에 한해 컴퓨터, 영어, 일어 등의 외국어 학습과 기타연구법 등 스터디그룹을 만들고 운동이외에 다른 분야를 배울 수 있는 시간을 가질 수 있으면 좋겠습니다. 11시까지 한 시간정도는 경기력에 지장이 없다고 생각합니다. 강사는 외부강사를 초청했으면 좋겠지만 타과의 실력있는 재학생들을 소정의 장학금을 주며 초청했으면 좋겠습니다. 이를 통해 체육학과 친구들이 일반학과 학생들과 의사소통을 가질 기회도 만들고 관심 있는 분야에 대한 공부를 서로 배우고 도우면서 교우관계도 돈독히 할 수 있는 기회를 만들 수 있을지 않을까 생각해요.』(AAA, 2012년 10월 11일)

『수업결손에 대해 매우 안좋게 생각합니다. 하지만 우리 학교의 특성상 어쩔 수가 없다고 생각합니다. 수업 결손에 대한 심각성을 느끼게 해주는 것도 필요하며 학생 스스로가 공부를 할수 있는 습관을 길들일 환경을 만들어 주어야 한다고 생각합니다.』(EEE, 2012년 10월 11일)

『저도 대학교 입학하고 난 뒤에 학업과 운동을 병행하려고 노력도 많이 하고 지금은 습관이 생겨서 힘든 점이 덜하지만 맨 처음 1학년 때에는 정말 너무 습관을 들이기가 힘들었습니다. 아무도 공부하지 않는 그런 분위기에서 혼자 공부를 한다는 것도 힘이 들었고 의자에 앉아있는 것도 처음에는 힘들었지만 점점 배워가고 알아간다는 것에 대한 흥미를 느끼기 시작하면서 나중에는 제가 하고 싶은 필요로 하는 공부를 하게 되었습니다. 바로 흥미를 일깨워 주는 것이 중요하다고 생각합니다.』(DDD, 2012년 10월 11일)

연구참여자들은 학생운동선수의 삶의 질 향상을 위해 환경적인 측면이 뒷받침되어야 한다고 언급하였다. 또한 공부하는 습관을 가져야하는 필요성에 대해 중요하게 인식하고 있음을 알 수 있었다. 이는 학생운동선수가 '삶의 질 향상'을 위해서는 자신의 변화가 첫 번째이고 주변의 환경이 뒷받침 되어야 함을 의미한다.

이를 위해 필요한 것은 운동선수이기 때문에 소홀해질 수 있는 학생으로서의 권리, 사회적 경험을 함께 보장하면서도 운동선수로서의 역할에 충실할 수 있는 시스템을 유지하고 적극적으로 지원하는 것이다.

또한 학생선수들의 삶에 대한 문제는 비단 사회적 제도의 수정만을 통해서 해결되는 것이 아니라 학생선수 자신이 삶에 대한 주체의 변화가 다른 무엇보다도 우선적으로 요구된다. 사회제도와 학생선수 주체들의 인식변화를 통해서 학생운동선수들의 행복한 삶은 좀 더 빠르게 진행될 것이다.

전문체육을 육성하는 대학이 경기력 우수를 최우선으로 육성하고 지향해야함은 당연한 사실이다. 그러나 운동만하는 기계로 전락하는 학생운동선수들에게 보다 밝은 미래와 진로에 대한 새로운 길을 알려주고 방향을 제시해야 한다는 것은 지성인의 장이라 할 수 있는 대학의 역할이다.

이러한 것들이 잘 이행된다면 우리나라 학생운동선수들도 즐거운 마음으로 학업과 운동을 병행하는 훌륭한 인간으로 거듭날 수 있을 것이다. 그리고 그렇게 되면 훈련시간을 빼앗는다는 부정적인 측면보다는 창의적인 플레이와 기술에 대한 이해능력 향상 등의 긍정적인 측면이 더 발달할 것이라고 생각한다.

나아가 대학은 획일화되고 기계적인 행위를 생산하는 공간이 아니라 즐거운 대학문화와 자유로운 분위기에서 운동과 공부, 여가를 병행할 수 있는 곳으로 바뀌어야 한다. 뿐만 아니라 대학의 이익에 앞선 지나친 승리지상주의에서 벗어나 대학은 학생중심의 올바른 경영철학을 추구하여야 할 것이다.

IV. 결론

이 연구는 학생과 운동선수라는 두 개의 책무를 가장 오래 지속해온 대학생 운동선수를 대상으로 지금까지 지나온 학생운동선수의 삶을 되짚어 보며 그들의 사고 속의 학생운동선수에 대한 솔직한 이야기를 통해 학생운동선수의 삶에 대한 구조적인 해체와 더불어 그들의 인권과 학업, 지도자와의 관계, 체벌, 병역, 은퇴 등의 문제를 파악하고 대학에서의 학생운동선수의 삶의 질 향상을 위한 자료를 제공하는데 있다. 이에 따른 학생운동선수의 삶의 질을 위한 방향으로 다음과 같은 결론을 얻었다.

첫째, 학기 중 훈련시간의 재조정이 필요하다. 학생운동선수들은 대부분 학기 중 훈련량이 과다함을 문제점으로 지적하고 있다. 좋은 성적을 얻기 위해서는 많은 훈련량을 필요로 하지만 아직 학생신분임을 감안할 때 학기 중의 훈련시간은 오후운동과 저녁운동을 중심으로 편성하고 방학 중에 집중훈련 프로그램을 도입하여 학기 중의 훈련량에 대한 부담을 줄여야 할 것이다. 이는 결국 학습량과 직결되는 문제이다. 과도한 훈련으로 인해 수업에 지장을 주지 않는 선에서 훈련시간을 재조정할 필요가 있다.

둘째, 학생운동선수의 의식개선과 인권찾기에 노력해야만 한다. 폭력, 체벌, 지도자와의 갈등 등 인권에 관한문제

는 학생운동선수들의 의식개선에서부터 변화되어야 한다. 학생운동선수들은 체벌이나 폭력에 대해 부정적으로 인지하고는 있지만 자신이 대상이 아니면 묵인하는 경우가 많다. 이는 학생운동선수 자신이 자신의 삶의 주체가 되지 못하는 현실과 삶의 주체자로서의 그 역할을 할 수 없다는 것이 당연시 되어진 결과에서 비롯되었다고 볼 수 있다.

셋째, 행복한 학생운동선수 만들기엔 전력을 기울여야 한다. 삶의 질 향상 측면에서는 실업팀의 확충과 학생운동선수를 위한 제도적 장치 마련이 시급하다. 학생운동선수들은 대부분 졸업 후에 실업팀에 가기를 희망한다. 그러나 현실적으로 실업팀에 가는 선수는 전체 학생운동선수의 20%에도 미치지 못하는 실정이다. 따라서 학생운동선수가 실업팀에 가지 못하더라도 계속 선수생활을 할 수 있는 제도적 장치가 필요하다. 그러나 근본적으로 중요한 것은 학생운동선수의 삶의 질 향상을 위해서는 학교라는 울타리 안에서의 학생을 보호하는 것이다. 학생운동선수들의 미래를 위한 혼련보다는 학생신분으로서 학생이 누리고 즐겨야 할 행복을 되찾는 일이다. 그러기 위해서 우선적으로 우리가 해결해야 할 과제는 학생운동선수들을 위해 또는 중도 포기한 학생들의 학업문제, 심리적, 생활적응 문제등 현실적 그들이 현실적인 장벽에 부딪히지 않도록 기본적인 제도를 마련해주어야 한다. 제도가 학생선수들에게 운동과 학업이라는 두 가지를 행복하게 수행할 수 있게 도움을 주어야 한다.

마지막으로 한 인간으로서 학생운동선수의 삶을 학교라는 울타리 속에 가두지 말고 통제와 규율에서 벗어나 그들을 자유와 해방의 공간에서 그들의 삶을 영위 할 수 있는 방향으로 유도해야만 할 것이다.

참고문헌

강상조(1994). **체육연구방법**. 서울: 21세기 교육사.
 강유원, 강덕모, 김이수(2011). 학교운동부의 신(新)-운동문화 조명. **한국체육학회지**, 50(3), 55-69.
 강유원, 강덕모, 양홍열(2011). 학생선수의 운동문화와 참된 삶에 관한 가치 탐색. **한국체육철학회지**, 19(3), 159-174.
 고민수(2011). **학생운동선수의 비행에 관한 사회통제이론과 사회학습이론의 통합적 분석**. 미간행 박사학위논문. 인하대학교 대학원.
 국가인권위원회(2008). **운동선수 인권상황 실태조사: 중·고교 학생선수의 학습권, 폭력, 성폭력 실태를 중심으로**.

국가인권위원회(2009). **중도탈락 학생선수 인권상황 실태조사**.
 김무진, 정희준(2012). 그들만의 학습: 학생선수의 학습에 대한 문화기술지. **한국체육학회지**, 51(2), 51-62.
 김수경(2008). **학생운동선수 출신 체육교사에 관한 생애사 연구**. 미간행 석사학위논문. 한국체육대학교 교육대학원.
 김홍석, 류태호, 최진숙(2009). 학생 선수에서 운동부 학생되기: 고등학교 검도선수의 운동과 학업병행에 관한 사례연구. **한국스포츠교육학회지**, 16(1), 145-157.
 박지영(2006). **Sport 선수의 운동이탈 요인과 대학생활에 관한 연구**. 미간행 석사학위논문. 인제대학교 교육대학원.
 서경화(2011). 청소년 운동선수 지도를 위한 길. -푸코의 규율 사회와 우리나라의 스포츠구조. **한국체육철학회지**, 19(4), 137-150.
 서대진(1996). **체육특기자제도 운영과 수업실태 개선방향에 관한 연구**. 미간행 석사학위논문. 중앙대학교 행정대학원.
 유병인(2009). 학생운동선수의 체벌 경험에 관한 현상학적 분석. **한국체육과학회지** 18(3), 75-86.
 유명환(2006). **초등학교 운동선수의 학교수업에 대한 인식과 참여 실태**. 미간행 석사학위논문. 공주대학교 교육대학원.
 이은정(2008). **학생운동선수 합숙소의 학업문화 연구**. 미간행 석사학위논문. 한양대학교 교육대학원.
 이육진(2010). 대학 축구선수의 선수생활 및 학업수행 실태와 학생 운동선수의 학습권에 관한 인식. **한국체육과학회지**, 19(3), 455-470.
 이주욱(2003). **체육특기생의 학교생활과 교육**. 미간행 석사학위논문. 고려대학교 대학원.
 이학준(2003). 학생운동선수를 생각한다. **한국체육학회지**, 42(5), 61-69.
 이혁기(2011). 학업과 운동을 병행하는 학생선수의 경험과정 : 자아의 재정의. **한국스포츠사회학회지**, 24(1), 1-24.
 임번장(2000). **스포츠 사회학개론**. 서울: 태근문화사.
 임수원(2011). 공부하는 학생운동선수 만들기: 논리적 근거. **한국체육학회지**, 50(2), 45-47.
 정광임(1997). **아리스토텔레스 윤리학의 행복론 대한 연구**. 미간행 석사학위논문. 조선대학교 교육대학원.
 조선일보. 장희진 수영선수. 2000년 5월 29일
 플라톤, 박종현 역(2008). **국가**. 서울: 서광사.
 황수연(1988). **운동선수 학력 및 학업실태에 관한 조사연구**. 연세대학교 교육대학원 석사학위논문.

KBS(2007). 시사기획 째. “죄송합니다 운동부입니다” 2007년 8월 20일 방송.
Patton, M. Q. (1990). *Qualitative evaluation and research methods*(2nd rd) Newbury Park. CA: Sage.

Wann, D. L., Polk, J., & Franz, G. (2011). Examining the state social psychological health benefit of identifying with a distant sport team. *Journal of Sport Behavior*, 34(2), 188-205.

볼링선수들의 수용전념훈련 과정의 서술적 분석

Bowling Players by ACT impact on Psychological Wellbeing

장덕선 · 정영희* · 정희령 한국체육대학교

Chang, Duk-Sun · Jung, Young-Hee · Jung, Huri-Ryeong Korea National Sport Univ.

요약

본 연구는 대학 볼링선수 10명을 대상으로 9회기의 수용전념훈련(ACT)을 실시하였다. 수용전념치료는 인지행동치료(cognitive behavior therapy)에서 제3의 동향인 심리치료기법이다. 1회기는 ACT 소개를 위해 음악, 아로마 등을 준비하여 상담실의 분위기를 조성하였다. 선수들은 새로운 환경과 집단상담에 대한 호기심을 가지고 1회기에 응하였다. 2회기는 마음을 열어요! 라는 주제로 인디언식 이름과 서로간의 인터뷰를 통하여 서로를 인식하였다. 3회기는 본격적인 수용전념훈련의 시작으로 좌선을 하고 지시문으로 통해 마음챙김 집중연습을 하였다. 지시문에 들어있는 알아차림 문구는 선수들이 처한 마음, 신체적 감각, 감정 등을 수용하기 위한 것이다. 4회기는 인지적 탈융합을 돕기위해 시험과 불안의 융합에서 빠져나오도록 하였다. 우유와 불안을 큰소리로 혹은 이상한 리듬을 활용함으로써 탈융합에 대한 이해를 실천하였다. 5회기는 통제에 대한 새로운 대안으로서 기꺼이 경험하기를 하였다. 예를들어 분홍코끼리 생각안하기를 통하여 회피의 어려움과 무의미를 경험하게 하였다. 6회기는 수행습관, 성공과 실패시의 반응을 통하여 개념화된 자기를 이해하고 언어의 융합에 의한 고정된 감정패턴에 거리두기를 시도하였다. 7회기는 가치 선택하기 과정으로 수행요비문작성으로 장례식 모습에서 어떤 선수로 기억되고 싶은가에 대한 질문을 통하여 선수와 삶의 가치를 기술하였다. 8회기는 가치추구에 전념하는 것의 어려움과 그 장애물과 마주치게 하는 회기이다. 30초간 눈 맞추기 연습을 통하여 매우 쉽거나 어려운 상황에서 아주 작은 장애에 얼마나 쉽게 전념이 방해 받는지를 경험하게 하였다. 9회기는 프로그램 평가지를 통하여 훈련과정에서 가장 기억에 남는 내용과 그 이유, 훈련으로 인하여 변화된 점과 그 변화의 만족정도, 그리고 그 이유를 기술하였다. 이러한 집단상담에 의한 ACT를 통해 선수들은 시험과 훈련에서 알아차림과 수용, 탈융합, 목표, 전념 등을 적용하고자 노력하는 것을 알 수 있었다.

Abstract

This study aimed to college bowler, 9 sessions were dedicated to accommodate. Acceptance commitment therapy is cognitive behavioral therapy (cognitive-behavior therapy), the third is the trend of psychological therapeutic techniques. 1 session is the time to introduce the ACT. Composition of the atmosphere of service to the music, aromatherapy and more prepared. 2 sessions required is an open mind! Indian-style name and the theme throughout the interviews had forgotten to wake up in the day-to-day role. 3 sessions, starting with an authentic act of mindfulness through meditation and directives were focused practice. Awareness, self-contained in the directive entered the players' heart distress, physical sensations, emotions, and will accommodate. 4 sessions of cognitive de-fusion session. Milk and anxiety, or at least not out loud rhythmic ride by utilizing fusion showed an understanding of practice. 5 sessions as a new alternative for the control was willing to experience. Do not think of a pink elephant for example, through the avoidance of how difficult it was irrelevant whether the experience. 6 sessions performed by the reaction of failure and success habits self to understand the conceptualization. Fixed by the fusion of the language patterns of emotional distancing was attempted. Process of selecting a value of seven sessions. Statements of performing his funeral gravestone look at some players want to be remembered as the value of life through technology, and the players were. 8 sessions dedicated to the pursuit of what is valuable and the obstacles and difficulties that confronted the session. Practice eye contact throughout the 30 seconds in a difficult situation very easy or very little disorder experience how easy it is to assess whether they were devoted to interfere. Whether through nine training sessions in the program evaluation of the most memorable and why, for training and the change due to the changed degree of satisfaction, and that was why the technology. ACT by these groups through counseling and training, players will fight in the awareness and acceptance, defusion, target, trying to concentrate, and was found to be applicable.

Key words: ACT, bowling players, cognitive-behavior therapy, Acceptance and Commitment Therapy(ACT)

이 논문은 2012년도 한국체육대학교 특성화역량개발과제의 지원에 의하여 연구되었음.

* cyhngce@knsu.ac.kr

I. 서론

한국은 2010 광저우아시안게임 볼링경기에서 12개의 금메달 중 8개를 휩쓸며 아시아 최강임을 확인시켜주었다. 그 비결은 무엇일까? 어느 신문(news.sportsseoul.com)은 '과학적인 연구와 현지 적응'이라고 하였다. 볼링경기에 영향을 미치는 대표적인 요인은 레인과 공이다. 경기 초반과 후반의 레인은 윤활제에 영향을 받는다. 여기에 에어컨 바람, 통로, 관중이 어느 쪽에 많이 있는지에 따라 레인 상태도 변화가 심해진다. 선수는 레인 특성과 상태에 따라 공을 바꿔가며 편을 노리거나 공을 놓는 위치에 변화를 준다.

볼링공은 등글지만 지공에 따라 특정 부위가 무거워지고 그로 인해 회전력에 차이가 생긴다. 경기 전에는 습도와 온도를 체크해야 하는데 습도가 높아지면 손가락이 구멍에서 잘 빠지지 않아 회전이 늦어지고 엄지가 부을 수도 있기 때문에 이에 따라 전략적으로 공을 선택해야 한다.

볼링처럼 민감한 환경에 적절히 적응하기 위해서는 매 순간의 알아차림이 필요하다. 알아차림은 마음을 챙겨 현재에 존재(Here and now)하는 것이다. 이는 몸(身), 느낌(受), 마음(心), 현상(法)과 같은 대상을 '알아차리고', 그 장소에 다가가서 '머물다'는 의미를 담고 있다(인경스님, 2012).

Mindfulness(마음챙김)는 상좌부 전통의 불교 수행법 중 하나인 위빠사나 수행을 심리치료에 응용한 것이다(존 카밧진, 2005). 마음챙김 안에는 위빠사나 수행의 핵심요소인 사띠와 삼빠잔나가 포함되어 있으며, 장현갑(2007)은 모든 종류의 명상훈련에 걸쳐 공통적으로 작용하는 네 가지 원리로 주의, 알아차림, 이해, 자비를 제시하였다. 이는 명상세계의 기본골격을 이루는 원리들이라 할 수 있다.

스포츠심리학에서 전통적인 심리훈련은 심상, 불안조절, 목표설정, 자신감훈련, 이완훈련, 혼잣말과 같은 중재전략은 전형적인 인지행동 접근 전략이다. 심리기술 훈련이라고 불리는 이러한 접근은 심리적 안정을 위하여 사고, 정서, 그리고 신체 감각을 통제하거나 바꾸어야 한다는 접근에 기초하지만, ACT는 이러한 내적 경험을 통제하거나 변화시키려는 노력이 실제로는 역설적 효과를 가질 수 있다고 제안한다(원현준, 유진, 2013).

이러한 흐름은 인지행동치료(cognitive-behavior therapy)의 발달단계와 맥을 같이한다. 조건형성의 원리에 기초한 행동치료를 제1세대, 인지이론에 기초한 제2세대, 여기에

지난 십여 년에 걸쳐 인지행동치료의 전통 내에서 제3의 큰 흐름이 출현하고 있다. 제3세대 중에서 대표적인 것으로 마음챙김 스트레스 완화 프로그램(Mindfulness Behavior Stress Therapy; MBSR)과 수용-전념 치료(Acceptance and Commitment Therapy: ACT)가 있다(Forsyth, Parker, & Finalay, 2003).

MBSR은 Jon Kabat-Zinn이 만성질환을 치료하기 위해 1979년에 메사추세츠 주립 의과대학에 마음챙김 센터를 설립함으로써 시작되었다. 이 프로그램은 스트레스 및 만성질환을 앓고 있는 환자를 치료의 대상으로 보디스캔, 좌선, 요가, 걷기 명상 등을 하며, 또한 일상에서 행동과 생각을 알아차리는 내용이 포함되어 있다.

ACT는 인간의 마음이 언어와 인지의 틀 안에서 작용한다는 관계틀이론(relational frame theory)에 기반을 두고 만들어진 심리치료 프로그램이다(Hayes, Strosahl, & Wilson (1999). Hayes & Smith(2010)는 기능적 맥락주의와 관계틀 이론을 기본으로 수용(Acceptance), 인지적 탈융합(Cognitive defusion), 맥락으로서의 자기(Self as context), 현재에 존재하기(Being present), 가치(Value), 전념행동(Committed action)이라는 여섯 가지 치유기제를 통해 심리적 유연성을 획득하고 일상생활에서의 행동을 변화시키는 데 치료의 목적을 두고 있다.

경쟁과 변화의 속도에 대한 반감과 삶의 질에 대한 향상을 추구하면서 이러한 명상이 웰빙과 힐링이라는 방식으로 보편화되면서 현대인의 관심을 모으고 있다. 스포츠심리학 영역에서도 정신훈련과 심리기술훈련으로 대변되던 수행향상기법에 최근 명상, 알아차림, 수용전념치료 등 다양한 이론과 기법들이 적용되고 있다.

황성욱과 박성현(2010)은 ACT 프로그램이 중학생의 시험불안에 미치는 효과를 연구한 결과 처치를 받은 ACT 실험집단이 통제집단에 비해 시험불안 과정보요인인 수용행동은 증가하고, 자동적 사고-부정형은 감소하였다. 또한 시험불안 결과요인인 시험불안은 감소한 반면, 시험대처행동은 유의미하게 증가하였다. 또한 ACT 프로그램이 중학생의 시험불안에 미치는 효과는 수용행동> 시험불안> 자동적사고-부정형> 시험대처행동 순으로 나타났다. 이 결과를 토대로 ACT 프로그램이 중학생의 시험불안을 감소시키고 적절한 시험대처행동을 하는데 긍정적인 효과가 있을 것으로 기대하였다.

육영숙(2010)은 여대생을 대상으로 주 1회 3시간 15주의 수업을 이용하여 MBSR 프로그램을 진행한 결과 명상집단은 통제집단에 비해 스트레스 반응성의 하위 척도인 긴장,

공격성, 신체화, 분노, 우울, 피로, 좌절의 모든 요인에서 통계적으로 유의미하게 점수가 낮아졌으며, 알아차림 수준 요인 중 비 판단 요인을 제외하고 지각행위, 관찰, 비자동성, 기술 요인에서 통계적으로 유의미하게 높아졌음을 발견하였다.

유창준(2003)은 고교 태권도선수들에게 복식호흡과 명상 훈련을 12주 시행한 결과 실패에 대한 두려움, 시험부담, 상급학교 진학 등과 같은 인지적 스트레스 요인에서 유의한 감소를 보임으로서 호흡과 명상이 경기력 향상에 도움을 주는 효과적인 방안을 시사하였다.

허선(2013)은 D유형 성격을 지닌 중년 여성을 대상으로 주 3회 24주간 유산소 운동과 명상을 실시한 결과 신체구성과 심혈관질환의 지수, 심리사회적 위험요인들이 유의하게 감소한 것을 확인하였다. 특히, 불안, 우울, 부정적 정서, 사회적 억제 점수가 유의하게 감소하였으며, 고밀도지단백 콜레스테롤이 유의하게 증가하였다.

원현준과 유진(2013)은 ACT의 효과를 살펴보기 위하여 스트레스를 지닌 고등학교 여자 양궁선수들에게 8주간의 ACT를 실시한 결과 스트레스, 수용행동, 마음 챙김에서 유의한 의미 있는 개선을 가져왔다. 또한 시계열분석에 따른 양궁선수들의 수용행동과 마음챙김의 긍정적인 변화는 ACT 프로그램의 효과를 증명해 주고 있다. 이러한 결과는 스트레스에 대한 생각과 감정 등을 적극적으로 수용하고, 깨달으며, 현재에 주의를 기울이는 피험자들의 능력이 향상되었음을 보여준다.

최근 인지치료의 제3동향과 같은 맥락에서 제안되고 있는 마음챙김 수용전념(mindfulness acceptance & commitment; MAC) 접근은 최적수행은 내적상태의 조절이나 변화보다는 오히려 비판단적으로 현재순간을 있는 그대로 자각하고 수용하며 과제관련 행동에 집중하는 것이다(Moore, 2009). Gardner & Moore(2007)에 의해 개발된 MAC 접근법은 수용전념치료에 기반한 이론과 실재를 바탕으로 하며, 다양한 상황의 사례들을 통하여 스포츠현장에서 이를 응용할 수 있는 구체적인 전략들을 제시하고 있다.

마음챙김에 기반을 둔 MAC은 명상기법을 토대로 전혀 종교적 의미와 관계없이 개개인이 자신이 처한 환경 안에서 최적의 행동을 할 수 있도록 하는 구체적인 기법과 절차를 매우 체계적으로 소상하게 제시하고 있다. 그래서 누구든 명상 수련을 통해 지금 현재 자신이 가치 있는 것으로 여기는 삶을 위한 행동을 추구하도록 도울 수 있음을 저자들은 보여 준다.

Schwanhausser(2009)는 MAC의 protocol을 청소년 스포링보드 다이버들에게 적용하여 프로그램의 효과를 입증하기도 하였다. Bernie, Theine, Cordon, & Fournier(2009)는 엘리트 골프선수들에게 변화기반에 원리를 둔 전통적인 심리기술훈련집단에 비하여 마음챙김 수용전념 집단의 심리적 요인이 더 많이 향상되었음을 확인하였다.

선행연구자들은 명상과 ACT 프로그램의 효과를 구체적으로 설명하기 위해 질적 분석의 필요성을 제기하였다. 원현준과 유진(2013)에 따르면 ACT는 피험자들이 경험을 나누면서 자신의 변화과정에 대한 심층적인 통찰을 할 수 있도록 돕기 때문에 ACT의 과정동안 의미 있는 정보를 얻을 수 있으며, 언어로 변화양상을 확인할 수 있기 때문이라고 하였다. 또한 ACT의 개입 기술은 내담자 개인과 개별적인 문제에 따라서 매우 다양한데, 이를 위해 심리교육, 문제해결, 행동적 과제, 노출 및 행동치료에서 개발된 다른 개입 방법 등을 포함시킬 수 있다(문현미, 2006).

따라서 본 연구는 볼링선수를 대상으로 수용전념치료의 원리를 중심으로 마음챙김과 명상, 비유 등을 통해 회기 내 훈련과 회기 밖 과제 등을 통하여 선수들의 심리적 변화를 검증하는데 연구목적을 두었다.

II. 연구방법

1. 연구대상

이 연구는 현재 H대학교에 재학 중인 볼링선수 10명을 대상으로 실시하였다. 이들의 평균 연령은 18.92세(.881), 평균선수경력 7.53년(sd=2.085), 주중평균훈련시간은 5.82시간(sd=1.30), 과거 상담경험은 평균 1.82회(sd=.96)이다.

2. 프로그램 구성

수용전념훈련을 위한 프로그램은 선수들의 흥미유발과 적극적 참여를 유도하기 위하여 집단상담의 접근법에 기반을 두어 구성하였다. 즉, 1회기에는 새로운 심리훈련과 집단에 대한 친근감을 위하여 훈련장소의 분위기 조성을 시도하였으며, 2회기에서는 집단의 응집력을 위하여 인디언 명칭을 지어 소개하고 소감을 나누는 자리로 하였다. 3회기에서 8회기는 ACT의 6가지 치유기제를 이용하여 심리교육, 소감의, 행동적 참여, 비유 등을 시행하였고, 각 회기

진행 후 소감을 말하고, 회기에 따라 과제를 부여하기도 하였다.

3. 상담절차 및 프로그램 내용

수용전념훈련은 집단상담 형식으로 진행되었다. 훈련에 대한 전반적인 절차와 내용을 설명한 후 자발적으로 참여의사를 밝힌 참여자들을 대상으로 동의서에 서명한 후 상담이 시작되었다. 총상담회기는 9회이며, 매 1회기 진행 시간은 90분-120분 정도가 소요되었다. <표 1>은 매 회기별 상담프로그램 내용이다.

4. 분석

수용전념훈련에 대한 분석은 선수들의 훈련기술 일지를

바탕으로 매 회기의 목적과 과정에 대한 원자료를 정리하여 제시하였다. 초기 16명의 선수가 참여하였으나 최종 10명의 자료를 분석하였다. 이 중 시합, 훈련, 부상, 선수촌 입촌 등으로 참석치 못한 회기를 제외하고 각 회기에 참석하여 제출한 기술지만을 자료에 포함시켰다.

III. 회기별 과정 분석 및 해석

1회기: ACT의 소개

ACT를 소개하고 집단에 대한 이해와 상담에 대한 마음의 준비를 위한 회기이다. 오랜 시간 동거 동락한 선수들이지만 익숙하지 않은 방법으로 마음을 터놓기 위하여 몇 가

표 1. 회기별 수용전념훈련 프로그램 내용

회기	주제	내용	준비물/과제
1	ACT 소개	·목표: 집단상담에 대한 이해와 마음의 준비를 위한 ACT 안내 ·활동: 연구참여 동의서/사전검사 질문지 측정 ·방법: 집단상담실의 조명, 아로마, 명상음악과 PPT를 통한 감각깨우기	·준비물: ACT 안내 유인물준비
2	마음을 열어요!	·목표: 정서적 유대감 형성을 위해 자신을 기꺼이 노출하기 ·방법: 1) 인디언식 별칭짓기: 자신의 행동특성, 성격, 장점을 잘 드러내는 말로 2) 친구 인터뷰하기(3문항 고르기) ·활동: 느낀 점 이야기하기 ·비유: 내적경험에 대한 법칙, 괴물과의 줄다리기	·준비물: 마음열기 활동시트 ·인터뷰 문항
3	알아차림을 통한 수용	·목표: 수용(acceptance)과 인지적 탈융합(cognitive defusion)을 이해함으로써 주의집중과 평정심이 운동에 미치는 영향 알아채기 ·활동: 기대보다 못했던 시합/최고 잘했던 경기 생각해보고 차이의 자각을 통해 의식적 통제의 어려움 알아차리기 후 마음챙김집중연습 ·비유: 구덩이에 빠진 사람, 수도꼭지와 물	·준비물: 수행평정기록지, 학습내용기록지 ·과제: 알아차림 일지
4	인지적 탈융합	·목표: 시합에서의 불안이 결과에 나쁜 영향을 미칠 것이라는 언어적 의미의 평가로부터의 탈융합 시도해보기 ·활동: 마음챙김집중연습(M-p.128), 우유와 불안이라는 언어의 다양한 외침을 통하여 생각과 느낌은 생각과 느낌 자체뿐이라는 것 알아차리기 ·비유: '우유우유우유', '불안불안불안' 시냇물에 나뭇잎 띄우기	·준비물: 학습내용기록지 ·과제: 짧은 집중연습, 번갈아 6회 연습-기록지 제공
5	기꺼이 경험하기	·목표: 지금 여기에서의 경험 자각하기를 통하여 현재에 주의를 기울이기 ·활동: 마음챙김집중연습, 마음챙김 접시담기 ·비유: 마인드라는 친구, 분홍코끼리 생각안하기	·준비물:수행평정기록지 ·과제: 마음챙김 집중일지기록 5회
6	관찰하는 자기	·목표: 개념화/고정화된 감정패턴 자각하고 감정/생각의 맥락으로서 자신 알아차리기 ·활동: 마음챙김 집중연습, 본 상담과정 중 참여한 시합에서 느낀 경험 알아차리기 ·비유: 장기말과 바둑판, 구름과 하늘	·준비물: 알아차림 기록지 ·과제: 알아차림 연습 기록 5회
7	가치선택하기	·목표: 운동결과로서의 목표가 아닌 과정으로서의 목표 자각하기를 통해 불명선수로서의 가치와 목표기능을 이해시키기 ·활동: 마음챙김집중연습, 수행표비문 작성하기 ·비유: 텃밭가꾸기, 비문작성하기	·준비물: 비문작성지 ·과제: 정서굴복일지
8	전념	·목표: 통하여 훈련과 시합과정의 감정을 있는 그대로 경험하고, 기꺼이 경험하기에 영향을 미치는 장애물 자각하기 ·활동: 마음챙김집중연습, 자성예언외치기 ·버스운전사와 승객의 비유, 늘지대 지나기, 눈 맞추기 연습	·준비물: ·과제: 시합 알아차림 느낌쓰기
9	프로그램 정리	·목표: 프로그램 내용을 평가하고, 이를 통해 변화와 도움이 된점 알아보기 ·활동: 마음챙김집중연습, 평가지, 만족증도와 이유, 사후평가, 질문지 측정	·준비물: 프로그램 평가지, 질문지

지 시도를 하였다. 우선 일반 강의실과는 다른 환경인 마룻바닥에 방석을 배치한 집단상담실에서 상담이 진행되었다. 이 상담실은 상담내용에 따라 조명의 강도를 조절할 수 있으며, 아로마 향, 촛불, 그리고, 명상음악을 이용하여 심신을 편안하게 유지하도록 하였다. 또한 PPT를 통하여 효과적인 전달을 시도하였다. 이러한 상담실 분위기에서 연구에 대한 충분한 설명으로 호기심과 기대를 갖고 참여 동의서에 서명하도록 하였다. 또한 상담내용에 대한 유인물을 준비하여 상담이 일방적이지 아니라 상호이해와 확인을 할 수 있도록 하였다.

2회기: 마음을 열어요

마음을 열어요! 라는 주제로 진행되었다. 이 회기의 목표는 동일한 종목의 선수들끼리 오랜 시간 함께 훈련과 시합, 그리고 기숙사생활을 하지만 볼링종목이 개인전은 물론 2인조, 3인조 등 팀과 단체경기의 특성을 갖고 있기 때문에 정서적/감정적으로 보다 깊이 있는 이해를 돕기 위하여 자신을 기꺼이 노출할 수 있는 기회를 주고자 하였다. 이를 위하여 자신의 행동특성, 성격, 장점을 잘 드러내는 인디언식 별칭을 지어 그 의미를 설명하고 수업시간에는 이 이름을 부르게 하였다. 또한 미리 인터뷰 문항(예: 1) 꼭 이루고 싶은 소망은 무엇입니까? 2) 가장 부러워하는 것은 무엇입니까? 3) 언제 가장 행복하게 웃습니까? 4) 다른사람에게 한 일 중에서 가장 뿌듯한 것은 무엇입니까?)을 준비하여 이중 3문항을 고른 후 두집단으로 나누어 두집단의 원형으로 앉게 하였다. 이 원형은 안쪽은 제자리에 그대로 있는 반면 바깥쪽에 앉은 선수들이 한칸씩 돌아가며 모든 친구들과 악수를 하고 인터뷰를 하는 것이다. 인터뷰가 끝난 후 이 활동을 통해 느낀 점을 이야기 하였다. 이때 ACT의 비유인 내적경험에 대한 법칙(김인구, 2008)에 대해 설명해주었다.

3회기: 알아차림을 통한 수용

알아차림을 이용하여 본격적인 수용전념훈련(ACT)을 시작하는 회기이다. 먼저 수용전념 훈련의 분위기와 준비를 위하여 마음챙김 집중연습으로 시작하였다. 마음챙김 집중연습은 전진수 등(2010)의 내용을 수정하여 사용하였다. 소요시간은 5-10분정도이며, 연구자가 지시문 원고를 읽어주면 선수들이 그에 따라 행동이나 사고에 집중하도록 하는

연습이다. 항상 분주하게 움직이고 활동적인 선수들이 조용히 앉아서 자신을 바라보는 것은 쉽지않은듯 하다. 선수들은 익숙하지 않은 좌선으로 인해 몸이 꼬이고, 허리와 다리가 저리고, 그리고 무엇보다도 많은 양의 훈련으로 인하여 졸기도 하였다. 그러나 매우 진지하게 임하는 선수와 줄음과 다리 저림을 참아내며 끝까지 따라 하려는 의지를 보여주었다.

다음으로 수용에 대한 이해를 돕기 위하여 기대보다 못했던 시합과 최고기량을 발휘한 경기장면을 회상하여 그 차이를 자각하게 하였다. 그리고 수행평정기록지를 통하여 현재의 수행을 평가하도록 하였다. 이 기록지는 현재 수행상태, 최고와 최악의 수행회상, 수행의 촉진과 방해 요소, 앞으로의 수행계획을 기술하는 내용으로 구성되어 있다. 최고수행에 대한 선행연구(이동재, 장덕선, 1999)에 따르면 선수들은 통제가 없이 자발적이고, 무의식적인 행동을 하며, 시간의 흐름이 느리거나 빠르게 느껴진다고 하였다. 또한 자신감과 몰입을 경험하며, 시합이 즐겁고 재미있는 것으로 기술하고 있다. 그러나 최악수행에서는 반대의 경험을 한다. 생각과 행동에 대한 의식적인 통제를 바탕으로 기록이나 행위를 하는 경향이 있다(Gould, Eklund, & Jackson, 1992). 참여자들은 이러한 과정을 통하여 의식적인 통제의 어려움 알아차리고, 불안해하지 않으려고 애쓰고 불안에서 벗어나려고 애쓰는 것이 수용하지 않으려는 것임을 설명하며 수용과 통제의 차이를 인식시켰다.

세 번째는 수용과 의식으로부터의 탈융합을 경험하고 자각을 촉진시키기 위하여 사용한 비유는 구덩이에 빠진 사람과 수도꼭지와 물에 대한 것이다. 또한 수용과 탈융합을 위해 적용한 기법은 마음챙김 집중연습이다. 이 훈련의 내용은 호흡과 명상, 정좌자세를 통하여 느끼는 다양한 감각을 알아차리고 그대로 받아들이면서 자신을 관찰하는 것이다. 본 연구에서는 김인구(2008, p.97)의 연구에서 사용한 내용을 운동상황으로 다소 수정하여 선수들에게 읽어주면서 진행하였다. 소요시간은 5분-10분정도이다. 선수들은 정좌자세가 불편하고 힘들다고 호소하였지만 그러한 불편함을 인식하면서 자신의 기분, 생각, 느낌을 알아차림 하는 시간으로 받아들였다.

마지막으로 이러한 훈련 후 알아차림 일지를 기술하게 하였다. <표 2>는 선수들이 기술한 호흡, 몸의 감각, 마음의 작용을 알아차림한 내용이다.

표 2 알아차림 일지

id	호흡	몸의 감각	마음
1	호흡이 가빠지고 배까지 호흡이 들어왔다.	척추: 매우 아프다. 눈: 눈뜨고 싶은 느낌 어깨: 뻣근함 몸: 가만히 있지 못하겠다. 배: 소화가 잘 안된다. 부글부글	시합했던 것이 생각났다. 약간 들떠있다.
2	가슴에서 느껴지고 편안한 호흡이라는게 또 느껴진다	눈: 건조하고 흐리흐리하게 보인다. 머리: 약간 수면제 효과라고 해야하나 피곤한 느낌이 든다.	오늘은 다른 때와 다르게 이 수업의 모습 방법을 그대로 내 몸에 담아보고 싶다. 느끼고 경험하고 그리고 오늘은 들은 특강에 대한 생각이 든다. 내 미래에 대한 생각도 많이 든다.
3	밥을 먹고 와서 그런지 무겁다	눈: 풀려있음. 어깨: 축~쳐짐. 다리: 피안통 함. 몸전체: 경직	눈이 자꾸 떠질라함 밥먹고와서 몸이 늘어짐. 무거 움. 배아픔. 내일 시합이라는게 실감이 안남
4	편안함. 느낌	눈: 건조함. 허리: 뻣근함.아픔. 몸전체: 피 곤함	귀찮음. 학교말고 밖의 생활이 생각남. 가끔 우울하 고 자고싶음, 쉬고싶다는 생각이 강함
5	깊고 느낌. 편안함	허리: 뻣근함. 눈: 뿌양다. 몸 전체: 피곤 함. 발: 추움	깨달음. 나의 인생에 대한 어디로 갈지 모르는 복 잡한 생각
6	힘없고 아무런 느낌이 없음	눈은 건조하고 어깨는 쭈시고 손목도 쭈 시고 발은 저리고 몸 전체가 피곤함	아무생각이 안들이고 졸리고 귀찮고 그냥 멍함
7	내 호흡은 계속 똑같이 되고 있었지만 나의 느낌으로 가끔씩 가빠졌다는 느낌을 받았다. 그럴 때마다 다시 차분히 하게 했다.	몸 전체의 상태는 무지 피곤하지만 무겁 고 가볍고의 느낌은 가볍다.에 가깝다.	마음챙김을 하면서 눈을 계속 감고 있으니까 눕고 싶다는 생각이 들었지만 한번 더 집중을 해서 정신 을 차리고 호흡에 집중했다.
8	지금 내 호흡은 힘 없음	눈은 건조하고 어깨는 뻣근하고 몸 전체 는 힘이 없고 피곤하고 나른하다.	귀찮고 멍하다.
9	느림. 힘없음. 한숨	어깨: 목직함. 다리: 힘없음. 허리: 뻣근함. 몸 전체: 축 늘어짐. 피곤함	귀찮음. 막막함 아무생각 없음. 공허함
10	차분하다	몸 전체 힘이 빠지고 무겁다	잡생각이 다 들고 집에 가서 자고 싶다는 생각

4회기: 인지적 탈융합

4회기 역시 마음챙김 집중연습으로 시작하였다. 소요시간은 5분정도였다. 다음으로 시합불안에 대한 이해를 위해 특성불안과 상태불안에 대한 소강의를 10분정도 진행하였다. 불안은 현장의 지도자와 선수들이 가장 많은 관심을 갖는 주제이기도 하다. 시합불안이 나쁘고 수행에 이롭지 않다는 것은 대부분 불안이 수행에 나쁜 영향을 미친다는 맥락에서 생긴다. 즉 과거의 경험에서 불안은 수행에 나쁜 영향을 미친다는 인지적 융합을 경험했기 때문이다. 그러나 시합불안에 대한 이론을 살펴보면 불안은 상황에 따라 혹은 개인차에 따라 수행에 긍정적인 혹은 부정적인 영향을 미치는 것으로 알려져 있다. 따라서 선수들이 불안으로부터의 인지적 탈융합을 시도해보기 관련 혹은 무관한 언어의 다양한 외침을 통하여 생각과 느낌은 생각과 느낌 자체뿐이라는 것을 알아차리도록 하였다.

본 연구에서는 우유와 불안이라는 단어를 사용하여 언어와 인지적 융합의 관계를 이해하도록 하였다. 이들 단어는 큰소리로 혹은 연속으로, 혹은 리듬을 가미하여 외침으로서 우유 혹은 불안이라는 언어 및 인지적 내용이라는 것을 경험하게 하였다. 또한 시냇물에 나뭇잎 띄우기(문현미, 2006)를 통하여 자신의 생각이 떠다닐 때 이들을 마치 시냇물에

떠가는 나뭇잎처럼 관찰하는 것을 상상하는 연습을 함으로써 알아차림 훈련을 통한 생각이나 감정과 같은 사적 경험들을 관찰하도록 하였다. 이러한 훈련은 평가적이고 판단적인 언어를 사용하지 않고 보다 유연한 형태의 반응을 격려하면서 지금-여기에서의 사건에 접촉하도록 하는 기법들이다(문현미, 2006).

5회기: 기꺼이 경험하기

5회기의 기꺼이 경험하기는 수용과 인지적 탈융합 후에 통제에 대한 새로운 대안으로서 기꺼이 경험하기를 시도할 수 있다. 이것은 선수들이 훈련과 시합에서 경험하는 어떠한 것이라도 그것이 수행을 촉진할 수 있는 효율적인 행동을 유지하기 위해서는 그것을 기꺼이 허용하는 것이다. 시합에서의 실패경험은 회피와 혐오반응을 일으킬 수 있다. 4회기는 마음챙김 시합에 대한 실패생각의 회피적 행동을 줄이고, 자발성과 노출훈련을 위해 시합과정에서의 겪은 내적 경험들에 대한 접근 반응을 시도하고자 집중연습과 마음챙김 접시담기 활동을 통하여 현재에 기꺼이 접촉하도록 시도하였다.

이에 대한 이해를 돕기위해 사용한 비유는 마인드라는 친구와 분홍코끼리 생각안하기이다. 이들 활동과 비유를 통하여 회피가 얼마나 어렵고 무의미하며, 기꺼이 수용하는

것을 경험하게 하였다. 이러한 훈련을 한후 시합에 출전 한 뒤 시합에서의 그때의 경험을 수용하고 알아차리도록 과제를 제시하였다. 선수들은 일주일 동안 일상생활, 훈련, 시합

에서 자신의 생각과 감정, 경험들을 알아차려 보도록 하였다. 다음의 <표 3>은 4회기 후 일주일동안 진행된 시합에서의 마음챙김 집중일지의 내용이다.

표 3. 마음챙김 집중일지

id	집중연습 1	집중연습 2	집중연습 3	집중연습 4	집중연습 5
1	시합을 하는 도중에 다른사람이 잘 치고 있는 것에 신경쓰느라 집중이 되지 않아서 혼란스럽다는 것을 알아차렸습니다.	시합이 끝나고 블링공을 옮기는데 힘들어서 하기 싫다는 것을 알아차렸습니다.	아침에 씻어야되서 일어나야 하는데 10분이 지나도록 일어나지 않았습니다. 피곤해서 일어나기 싫어한다는 것을 알아차렸습니다.	시합을 하면서 자꾸 집중이 되지 않아서 또 혼란스러움을 느끼고 멍 때리고 있는 것을 알아차렸습니다.	시합하다가 점수가 한참 모자라는 것을 알고 의욕 상실한 제 자신을 알아차렸습니다.
2	녹화를 하는 날 이기에 난 바짝 긴장돼 있었다. 아무생각없이 멍하니 앉아있는 나는 다시 벌떡 일어나 몸을 충분히 풀어주기 시작했다.	연습투구를 하고 있는데 시합 때 정비가 아니라 말에 라인에만 집중하다 난 그냥 타이밍에만 집중했다. 타이밍이 제일 중요한 꺼라곶 알았기 때문이다.	조명이 많고 앞에 카메라도 많은데 난 떨리지는 않았다. 그래도 긴장하는 마음을 가지려 생각했고 신중으로 연습투구를 했다.	내가 제일 중요한 마지막 투구자로 결정이 되었다. 나는 잘 할 수 있다 를 세 번 외치고 자신있게 투구를 했는데 10번 편이 서고... 좌절된 마음을 가라앉히곤 했다.	내가졌지만 재미있고 즐거운 경험이었기에 난 웃으며 축하해 줄 수가 있었다.
3	개인전날이다. 개인전은 항상 못했는데 4등을 했다. 못하는 게 아니라 조금만 더 집중하면 나도 할 수 있다는 걸 느꼈다.	시합이 끝나고 1등과 3등이 우리학교여서 4등을 했어도 기분이 나쁘지 않았다. 이 생각에서 동료애를 느낄 수 있었다.	대통령 선거날 투표장에 많은 사람이 있었다. 경제발전과 새로운 대통령을 뽑아나라를 더 발전시키려는 국민의 마음이 느껴졌다.	대통령투표를 하고 시합장에 11시 30분까진데 한사람도 빠짐없이 11시 30분전에 왔다. 그 점에서 서로에게 피해를 주지 않으려 약속시간을 지킨 따뜻한 마음이 느껴졌다.	3인조 시합날 3명이 한 팀이 되어 서로를 응원하고 격려해주고 화이팅하는 모습에서 팀전의 진짜 모습을 알아차릴 수 있었다.
4	집중이안되서 의자에앉아서 명상을했습니다.	학교로 가는 버스에서 오늘 시합했던 내용을 생각하면서 눈을 감았습니다.	침대에 누워서 시합하는 이미지트레이닝을 했습니다.	침대에 누워서 시합하는 이미지트레이닝을 했습니다.	침대에 누워서 시합하는 이미지트레이닝을 했습니다.
5	시합이 시작되고 나의 산만함과 불안을 없애기 위해 눈을 감고 동그라미 그려보았습니다.	시합장에 버스를 타고 가면서 오늘은 최선을 다하자. 생각을 하고 불안한 생각을 수도꼭지에 물처럼 흘려보냈습니다.	3~4번째 게임때 게임이 잘 풀리지 않아 눈을 감고 내 자세를 한번 생각하고 심호흡을 한다음 쳤다. 이렇게 해서 불안했던 마음이 편안해졌다.	가만히 앉아 눈을 감고 나의 삶에 한 발짝씩 다가가는 생각을 했는데 아직은 멀지만 천천히 꼭 참고 견뎌야 하는데 아직 내 마음을 방향을 하고 있습니다.	많이 화가 나는 일이 있었지만 긍정적인 생각으로 화를 다스렸습니다.
6	졸리고 피곤하지만 내가 해야 할 일이 있기 때문에 마음을 챙기고 내가 해야 할 일을 끝냈다.	연습을 하면서 잘안되서 짜증이 났지만 다시 스스로 마음을 챙기고 연습을 했다.	모두 시합가서 없지만 그래도 게으른 생각하지 않고 열심히 연습하자고 마음을 챙겼다.	모두 시합가서 없지만 그래도 게으른 생각하지 않고 열심히 연습하자고 마음을 챙겼다.	모두 시합가서 없지만 그래도 게으른 생각하지 않고 열심히 연습하자고 마음을 챙겼다.
7	아침에 일어나서 하루를 시작하기전 오늘 어떻게 하루를 보낼것인지 하루 일과를 생각해보는 명상을 했다.	잠들 기전에 오늘 내가 했던 행동과 말 실수한 것이 있었나 나의 행동에 대한 알아차림을 명상했다.	대선 날 투표때문에 짐을 갔는데 아침에 일어나서 대통령을 누굴뽑으면 우리나라가 어떻게 될 것인가를 상상하며 아 내가 어떤 후보를 더 지지하고 있구나 하는 것을 알아차렸다.	대통령 당선확정이 되고 잠들기 전 개표하는 내내 마음속으로 어떤 후보를 응원했는지를 알아차림 했다.	잠자리에서 일어나 하루 일과를 시작하기전 오늘 하루를 어떻게 보낼것인지 생각을 했고 일어나기가 너무 힘들었던걸 생각해보니 몸이 많이 피곤하구나를 알아차림 했다.
8	다리고 아파서 시합하기 힘든걸 알아차렸다.	다리가 아프지만 열심히 하는 내 모습을 알아차렸다.	다리가 아프지만 열심히 재활을 해야 다리가 나아진다는걸 알아차렸다.	다리가 아프지만 열심히 재활을 해야 다리가 나아진다는걸 알아차렸다.	다리가 아프지만 열심히 재활을 해야 다리가 나아진다는걸 알아차렸다.
9	자꾸 부정적인 생각만해서 계속 부정적인 생각만 하면 안되서 자꾸 긍정적인 생각을 했다.	계속해서 운동이 힘들다 힘들다 생각을 해서 운동을 하면 살도 빠지고 체력이 길러진다 생각을 하면서 힘들다는 생각을 하지 않았다.	왜 나만 사는데 이럴까 라는 생각을 수도 없이 했다. 하지만 나보다 힘든 사람은 많아서 나쁜 생각은 하지 않았다.	오늘 하루는 나쁘고 힘들었지만 나중에 나에게 도움이 된다 생각하고 즐겁게 있었다.	항상 긍정적인 생각을 갖고 살자!!
10	너무 아무것도 하지 않았다는 것을 알아차리고 걱정도 되고 화도 났지만 한번 더 생각하고 마음을 추슬렸습니다.	응원을 너무 가고 싶었지만 못가서 너무 아쉬웠지만 그 마음을 돌려 여기서나마 응원하자했습니다.	검사 결과를 보러 갔는데 너무 안 좋을까봐 안절부절했고 걱정했지만 마음을 굳게 먹고 들어가서 좋은 소식을 듣고 나왔습니다.	짜증부리는 것을 알아차리고 바로 후회를 했습니다. 그리고 다시 짜증내지 않으려 마음을 가다듬고 정신차렸습니다.	오늘은 짐을 싸고 빨리 움직여야 한다는 생각에 너무 마음만 앞섰습니다. 그래서 한 템포 쉬고 일을 하였습니다.

표 4. 마음챙김 집중연습시의 알아차림 내용

id	알아차림연습 1	알아차림연습 2	알아차림연습 3	알아차림연습 4	알아차림연습 5
1	5분동안 침대에 앉아서 집중연습을 했습니다. 마음속의 불안, 힘든마음, 긴장감을 나뭇잎에 써서 흘려보내는 연습을 했습니다.	침대에 누워서 10분간 연습했습니다. 시험할 때 행동들과 지금 느낌을 몸으로 느낀 후 집중하는 연습을 했습니다.	시험장 갔다가 학교로 돌아오는 버스에서 5분간 연습했습니다. 그때의 눈, 코, 입 숨쉬는 느낌에 집중하는 연습을 했습니다.	시험 중에 의자에 앉아서 눈감고 동그라미 그리는 연습을 해보았습니다. 그리고 나서 샴을 내려놓자는 생각을 했습니다.	부정적인 생각을 계속하는 것 같아서 눈감고 수도꼭지의 마개를 열어 부정적인 생각을 흘려보내는 연습을 했습니다.
2	알아차림 처음 초반에 낮은 점수를 치며 나아갔다. 근데 팔에 이상이 생겨서 스윙을 아파서 못한다는 걸 보여주려고 작게 해서 점수가 안 나오다는걸 깨닫고 새로운 마음으로 시험에 입했다.	내가 치는 라인을 잡았다. 정확히 치려고 하는데 정확성이 많이 떨어져서 왜 그런걸까를 생각해보고 수정해서 거점을 보완하였다.	나는 정자세로 잘치고 있는데 한 느낌이었는데 나도 모르는 잘못된 자세를 팀원이 지적해줘서 바로 깨닫고 고치는 방안을 찾아나갔다.	시험전 몸이 많이 굳어있고 나의 기분이 별로 안좋고 예민하다는 걸 느끼고 긍정적인 마음으로 바뀌려 노력했다.	게임이 너무 잘 풀렸다. 그렇지만 내가 너무 들떠있거나 그걸 주체 못하면 실수가 일어날 수 있다는 걸 알고 다시 마음을 가다듬었다.
3	시험이 끝나고 서로에게 수고했다는 말이 시험 끝난 후 지친 몸과 마음을 조금이나마 위로해 줄 수 있다는 것을 느꼈다. 말 한마디라도 잘 챙겨야지	마스터지 라는 개인종목에도 탐전처럼 서로에게 하이라이프를 해주며 응원해주는 모습에 우리 불링부의 서로를 진실적으로 응원해주는 것을 느꼈다. 우리 팀을 더 챙겨야지	눈이 많이 왔다. 고속도로에 가서 서로를 위하여 양보해 주는 모습이 보기 좋았다. 일상생활에서도 서로를 위하여 양보해준다면 좋을 것 같다.	TV파이널에 나간 사람들이 부러웠다. 나도 더 열심히 해서 TV에 나가서 좋은 모습을 보여주고 싶다. 열심히 해야겠다.	경미가 다리를 다쳐서 이동하는데 불편이 많다. 건강은 정말 중요한 것 같다. 절음이 불편해 뒤쳐지는 힘든 경미를 좀 더 챙겨줘야겠다.
4	집중이안되는 의자에 앉아서 아내가 집중이안되는 구나를 알아차렸습니다.	밥을 먹는데 배가 부른데도 계속 억지로 먹고 있는 것을 알아차렸습니다.	학교로 가는 버스를 타고 가고 있는데 엄청 졸리다는 것을 알아차렸습니다	발을 치다가 허리가 아픈것이 계속 신경쓰여서 집중이 안된다는 것을 알아차렸습니다.	발을 치다가 허리가 아픈것이 계속 신경쓰여서 집중이 안된다는 것을 알아차렸습니다.
5	개인전이 시작되고 나의 산만함을 느꼈고 집중을 제대로 하지 못하였다.	3인조 팀전을 하는데 처음에는 라인이 잘 잡히지 않았지만 시험 시작을 하고 나서 라인을 찾고 나의 리듬, 템포, 발란스가 가벼워짐을 알아차렸다	마스터즈 시험 때 너무 상대방을 의식하고 쳐서 인지 긴장감이 오면서 불안해졌다. 마스터즈 시험은 10게임을 상대방을 이길려고 하지말고 자신과의 싸움인 것 같다.	잠을 자고 싶다는 제 생각을 알아차렸습니다.	어떠한일 화가 많이 났다는 것을 알아차렸습니다.
6	시험때 잘못했는데 생각해 보니까 욕심도 내지 않고 집중하지 못해서 안된것을 알아차리고 내일은 잘하고 생각했다.	오늘 시험을 잘했지만 결과가 생각했던 만큼 나오지 않아서 화가나서 짜증이 났지만 잘 안된 부분을 보완해서 다시 열심히 하자고 알아차렸다.	시상식을 하는 것을 보고 나도 열심히 해서 시상대에 올라야 겠다고 생각하고 열심히 운동을 해야 된다는 것을 알아차렸다.	목욕을 하면서 몸을 보고 몸무게를 재보니깐 심각하다고 알아차리고 열심히 운동을 해야 된다는 것을 알아차렸습니다.	연습을 하면서 지루하고 재미없었다. 하지만 다음에 시험을 대비해서 열심히 해야겠다는 걸 알아차렸다.
7	박근혜 당선자의 예능 첫 출연 프로그램을 시청했는데 게스트가 정치인이라 그런가 딱딱한 내용일 것 같은 선입견을 깨고 너무 재미있게 봤다. 유권자가 된 뒤로 부쩍 정치에 관심이 많아진 내 모습을 알아차림 했다.	잠을 늦게 자서 그런지 일어난 날 너무 힘들다는 것을 알아차림 했다. 매일 아침 알아차림 명상을 하니까 습관이 될 것 같다.	팀의 선배 언니오빠들을 만나게 한 날인데 잠들기 전 내가 행어날 때 너무 힘들었다는 것 나의 행동을 알아차림 했고, 연말시험이 끝났는데 이번 해에 나의 경기력 중에서 부족했던 점이 뭐였나 알아차림을 했다.	겨울방학의 시작과 함께 동계훈련의 시작이 다가왔는데 이번겨울에 나의 목표와 내년의 성적에 대한 목표를 다시 생각하며 마음을 다잡아 보았다.	겨울방학의 시작과 함께 동계훈련의 시작이 다가왔는데 이번겨울에 나의 목표와 내년의 성적에 대한 목표를 다시 생각하며 마음을 다잡아 보았다.
8	침대에 누워서 시험이미지 트레이닝을 했다.	눈을 감고 다리가 다 나온 내모습을 상상했다.	연습을 잘 못하지만 연습을 제대로 하는 내 모습을 상상했다.	연습을 잘 못하지만 연습을 제대로 하는 내 모습을 상상했다.	연습을 잘 못하지만 연습을 제대로 하는 내 모습을 상상했다.
9	연습을 할 때 즐거운 마음으로 해야 하는데 내가 이걸 왜 하지 하기 싫다는 생각을 해서 불링이 힘들게만 느껴졌다.	내 삶이 힘들다고 느껴진것은 부정적인 생각 때문인 것 같다.	계속 게으름을 피우는 것 같아서 게으름피면 더욱더 계속 게으러진다.	피곤해서 자꾸 졸렸는데 부지런히 움직이니까 피곤함이 덜했다.	피곤해서 자꾸 졸렸는데 부지런히 움직이니까 피곤함이 덜했다.
10	침대에 누워 내일 일어나서 무엇을 할까 생각을 했습니다. 오늘도 무엇을 알아차렸나 생각도 했습니다. 오늘 전 너무 다리에만 신경쓰고 아무것도 하지 않았다는 걸 알아차렸고 심각하다는 걸 알아차렸습니다.	아무도 없는 불링장에서 혼자 있는데 멍하니 있는 줄 알았던 제가 사실은 시험간과 불안을 느끼고 있는 저를 알아차렸고 저도 함께 가서 응원을 하고 싶다는 것을 알아차렸습니다.	검사결과가 나오는 날이라 병원을 갔는데 가는 내내 걱정과 불안을 느끼고 있는 저를 알아차리게 되었고 마인드컨트롤 하려 노력했습니다.	오늘은 자꾸만 졸려서 눈이 감겨서 차 안에서 자고 또 잤습니다. 그리고 깨워서 일어났는데 짜증을 부리는 것을 알아차렸고 피곤하다는 것을 알아차렸고 짜증 부리지 않으려 노력했습니다.	오늘은 뭐든 빨리 해야겠다는 생각에 너무 그것만 집중하고 다른 건 신경 안쓰고 있다는 것을 알아차렸습니다.

6회기: 관찰하는 자기

이번회기는 관찰하는 자기 즉, 맥락적 자기로서 현재를 경험하게 하는 것이다. 수용진념치료에서는 마음챙김이라는 방법을 통해 개념에서 탈융합되어 자기를 실제로 체험할 수 있도록 지금-여기에서 현재를 경험하게 한다. 이것이 바로 관찰하는 자기, 맥락으로서의 자기이다(이주미, 2012). 이는 불안해지면 어찌지? 와 같은 언어와 융합되거나 이 레인에서는 안되는데와 같은 개념화된 자기에 대한 거리두기로서 자신의 고정화 감정패턴을 자각하고 감정이나 생각의 맥락으로서 자신을 알아차리기 위한 것이다.

이를 위한 활동으로서 마음챙김 집중연습을 하고, 본 상담과정 중에 참여한 시합에서 느낀 경험 알아차리기 과제를 통하여 다양한 상황에서의 자기를 관찰하도록 시도하였다. 관찰하는 자기를 이해하고 실행하기 위해 사용한 비유는 장기말과 바둑판, 구름과 하늘이다. 위의 <표 4>는 마음챙김 집중연습에 대한 알아차림 기록지의 내용이다.

7회기: 가치선택하기

역시 마음챙김 집중연습으로 시작하였다. 회기가 진행되면서 선수들은 좌선하는 자세나, 앉아있는 시간 등이 길어지고, 진지해져가는 변화의 모습을 확연히 보인다. 7회기는 가치 선택하기 이다. 가치가 분명해지면, 고통스런 생각과 감정을 수용하고 그에 맞닥뜨리는 것이 보다 수월해진다(Hayes et al., 2003)는 선행연구를 뒷받침하는 것이다. 선수들에게 있어 어떠한 시합결과든 가치로운 것이지만 그것은 때 시합의 목표이지 가치는 아니다. 심리적인 장애물들에

비방어적으로 접촉하는 것을 중요하게 만드는 것이 삶의 가치 방향이며, 이 과정에서는 이를 명료화하도록 돕는 것이 목표이다(문현미, 2006).

선수들은 시합에서의 목표를 가치로 생각하는 경향 때문에 실패시 정서적 고통과 통제, 회피의 뒷에 쉽게 노출된다. 원치 않는 시합결과라는 고통스런 외적 결과들을 통제하다가 삶에 대한 통제를 잃어버릴 수 있다. 성취목표에 의하면 과제목표성향의 선수들은 실패시 노력을 더 많이 하고, 비교의 기준이 자신이기 때문에 자아목표를 지향하는 선수들보다 쉽게 포기하지 않는 반면, 자아지향적인 선수는 실패시에 쉽게 포기하고 자궁심이 낮아지는 것으로 알려져 있다.

7회기는 이와 같이 특정한 시합이 아니라 선수생활을 인생의 한 과정으로 인식하고 단지 운동결과로서의 목표보다 삶의 과정으로서의 목표를 자각하게 함으로서 볼링선수로서의 가치와 목표기능을 이해시키기 위한 과정이다. 이 과정의 기본적인 원리는 “선수로서의 삶이 어떠했으면 하는가? 지금 그것을 행하고 있는가? 가치를 둔 목적을 향해 나가기 위해 필요한 것을 기꺼이 행하는가?” 등의 질문을 통하여 삶의 가치를 발견하도록 하는 것이다.

이를 위한 활동으로는 본 연구에서는 “자신의 장례식장에서 어떤 볼링선수로 기억되고 싶은가?에 대한 수행요비문 작성을 통해서 볼링선수로서의 가치를 탐색해 보도록 하였다. 가치와 목표의 이해를 돕기 위해 사용한 비유는 텃밭 가꾸기, 스키 타기 등을 읽게 하고 그 느낌을 서로 나누도록 하였다. 다음의 <표 5>는 기억되고 싶은 볼링선수로서의 가치를 기술한 수행요비문 내용이다.

표 5. 볼링선수로서의 가치 수행요비문

id	수행요비문
1	정말 좋은 아이였어...운동도 잘하고 열심히 하는 아이였는데 죽다니 참 아깝구나!
2	팀원으로써 팀에 도움이 되려고 노력하는 사람
4	실력도 좋았지만 무엇보다도 포기하지 않고 불가능도 가능으로 만들만큼 강한근지를 가진 선수. 항상 한 가지에 만족하지 않고 끈임없이 노력해 나아가는 사람이었습니다.
5	힘든 상황이어도 끊임없이 도전해서 새로운 길을 개척하는 선수
6	목표를 갖고 열심히 해서 정상에 올라왔던 선수로 기억되고 싶고 같이 있어도 편하고 즐거운 동료, 팀원으로 기억되고 싶다. 운동도 열심히 하면서 다른 일에도 더 잘하고 싶어서 노력하는 학생선수로 기억되고 싶다. 여러 사람이 있어도 내가 없으면 바로 알고 나의 빈자리를 느끼며 같이 있으면 좋겠다는 친구로 기억되고 싶다.
7	어려워도 기죽지 않고 근성있는 선수
8	국가대표로써 큰 대회에 나갔을 때 결정적일 때 좋은 경기력으로 팀의 승리를 이끌었던 선수로 모든 사람들에게 기억에 남는 선수가 되길 바랍니다.
9	내가 만약 팀전을 잘한다면 팀워크가 좋은 선배가 되어서 팀전을 잘 할 수 있는 선배나 동료가 되고싶고 팀에게서 도움이 많이 되는 그런 선수가 되어서 체대를 졸업하고 체대 재학생들이 내 이름을 만들어 팀워크가 좋았던 선수라는걸 알았을 좋겠다.
10	볼링계에서 또 다른 장르를 개척하고 계승한 사람. 자기 자신만의 특징이 뚜렷하고 코치로써 인정받던 사람. 국가대표를 오래 이어간 사람

8회기: 전념

7회기까지의 과정에서 생성된 가치추구에 전념하기 위한 방안을 모색하고 그 과정에서 부딪힐 수 있는 장애물과 마주치는 활동이 포함되어 있다. 전념은 ACT의 마지막 단계로서 탈융합과 수용을 통하여 장애물들을 약화시키면서 전념을 위해 필요한 전략을 배우는 단계이다. 추구하는 가치 행동이 장시간 집중적으로 이루어지기 위해서는 자기관리를 통한 전념행동(committed action)이 유지될 수 있어야 한다(김인구, 2008). 전념에는 가치의 길을 따라 가면서 구체적인 영역에서 목표를 정하는 것, 심리적 장애물을 예상하고 자리를 제공하면서 목표를 따라 행동하는 것 등이 포함된다. 이 과정에서 변화가 가능한 영역에서는 변화에 초점을 두며, 변화가 불가능하거나 유익하지 않은 영역에서는 수용과 알아차림에 초점을 둔다(문현미, 2006).

8회기에서는 전념행동에 진입하기 위한 준비단계로서 운동선수 자기관리 질문지를 통해서 현재 전념수준이 얼마나 되는지, 선수로서 더욱 전념해야 될 부분은 무엇인지를 알아 보았다. 또한 7회기에서 추구하는 가치를 위해 선수로서 어떠한 자세와 목표로 임해야 되는지를 확인하기 위하여 3가지 자성예언 문구를 골라 큰소리로 외치기를 하였다. 전념행동을 증진시키기 위한 활동으로 마음챙김 집중훈련과 그 과정에서 부딪히는 감정이라는 정서에 어떻게 굴복하는지를 알아차리기 위하여 30초간 눈 맞추기 연습을 하고, 훈련과 시합과정에서 경험한 감정과 정서에 대한 내용을 일지에 작성하도록 하였다. 또한 전념행동을 방해하는 것이 무엇인지를 자각하기 위한 비유로 버스운전사와 승객의 비유, 늪지대 지나기 사용하였다. 다음이 <표 6>은 전념행동을 방해하는 정서굴복일지 내용이다. <표 7>은 가치를 추구하는 과정에서 필요한 목표에 초점을 맞추기 위한 선수들이 선택한 3가지 자성예언이다.

표 6. 전념행동을 방해하는 정서굴복 일지

id	무슨 일이 있었습니까?	그 일이 일어났을 때 어떤 감정이 들었습니까?	그 일이 일어났을 때 어떤 생각이 들었습니까?	그 일이 일어났을 때 어떤 신체적 감각이 느껴졌습니까?	자신의 감정, 생각, 감각에 대해 어떻게 했습니까?
3	커버할 수 있는 쉬운 핀을 미스함	커버할 수 있는 쉬운 핀을 미스함	커버할 수 있는 쉬운 핀을 미스함		
4	친구들과 의견충돌	서로 화내면서 싸움	다시 그 상황을 떠올려서 내 잘못을 생각	화해했지만 어색함	잘 싸우지 않고 눈치를 본다.
5	시합이 잘 풀리지 않음	집중은 안되고 산만하고 짜증만남	눈을 감고 머릿속으로 내 자세 생각해본다.	생각해서인지 한결 나아진다.	계속 생각하면 할수록 더 좋아진다.
6	1)사람들이 살렸다고 느낌을 받음 2)코치님이 했다고 칭찬을 받았음	놀 잘 1)짜증나서 어찌라는 생각을 계속함 2)계속 기본이 좋고 더 하고 싶은 생각을 함	1)오히려 더 자극을 받고 빨 수 있다고 오기가 생김 2)그래도 헤이해지지 않도록 긴장을 함	1)짜증나는게 없어지고 아무렇지 않아짐 2)그 순간을 긴장을 해서 집중함	1)다시 아무렇지 않게 다니지만 계속 신경이 쓰임 2)열심히 한다고 더 칭찬하시고 목표를 달성하기 가까워진다.
8	시합중에 스포트 미스를 해서 스포어 미스를 함	스페어 미스를 한 것에 대해서 화가 나고 계속 생각함	다음번에 안그러면 되지 하고 다음프레임을 생각함	다음번에 안그러지하면서 넘어갔지만 계속 그 핀이 남으면 불안함	그 핀이 남을 때 자신감이 떨어지고 불안해짐
9	볼링에 흥미를 잃음	월해도 볼링이 싫음	다른생각을 하자라는 생각을 함	잠깐이었지만 볼링에 흥미	지금 나에겐 목표가 없음
10	집중이 안됨	짜증남	안정됨	혼란스러움	정신집중이 안됨

표 7. 목표 추구를 위한 자기관리 점검 및 자성예언

id	자기관리				자성예언		
	훈련	대인	정신	몸	1	2	3
1	13	14	13	9	나는 무한한 가능성을 가진 선수다.	나는 내 자신을 믿는다.	나는 언제 어디서나 필요한 선수이다.
2	12	18	20	11	나에게는 용기가 있다. 모든 도전해본다.	나는 떳떳하고 당당한사람이다.	나는 나의 미래를 멋지게 이뤄낼 수 있다.
3	13	18	6	7	실패를 겪어봐야 좋은 선수가 된다.	나는 언제 어디서나 필요한 선수이다.	나는 내가 하는 운동에서 항상 의미를 찾는다.
6	15	15	9	8	모든 선수가 똑같은 조건에서 시합을 한다.	나는 나의 미래를 멋지게 이뤄낼 수 있다.	실패를 겪어봐야 좋은 선수가 된다.
7	13	17	18	13	나는 날마다 모든 면에서 점점 나아지고 있다.	나는 나의 미래를 멋지게 이뤄낼 수 있다.	실패를 겪어봐야 좋은 선수가 된다.
8	14	15	8	9	나는 언제 어디서나 필요한 선수이다.	나는 당당하고 떳떳한 사람이다.	나는 나의 미래를 멋지게 이뤄 낼수 있다.
10	12	17	15	9	나는 훌륭한 선수이다.	나는 나 자신을 다스릴 수 있다.	나는 언제 어디서나 필요한 선수이다.

표 8. 수용전념훈련내용의 평가

id	기억나는 훈련내용	그 이유	변화된 점	변화의 만족도	이유
1	수용전념훈련. 삼을 내려놓는 거랑 인디언이름 만들기 수도꼭지 마개를 여는 것	부정적인 생각을 할 때 삼을 내려놓자는 생각을 통해 조금 그것을 없앨 수 있게 되었다.	집중을 잘 할 수 있게 되었고 부정적인 생각이 조금 줄었던 것 같다.	6	운동할 때 심리훈련 한 것을 통해 생각을 바꿀 수 있게 되었다.
2	내려놓기. 수용. 알아차림	알아차림하는것. 같은 한 곳만 파지 않는 것	네. 긍정의 마음으로 바뀌었습니다.	7	긍정적인 에너지를 살려주었기 때문입니다. 자꾸만 부정적인 생각을 해서 나에게 해롭다는 걸 이 수업에서 알려주었기 때문에 난 자꾸만 더 긍정적으로 변하려고 하고 있고 더욱 긍정적인 사람이 되어가고 있다는걸 몸소 느끼고 있다.
3	표비명으로 어떤 모습으로 기억에 남는 사람이 되고 싶은지 했던 것	마음가짐을 다시 잡았다.	긍정적인 생각을 하게 되었다.	6	여러 가지 활동을 통해 새로운 마음가짐을 하게 되었다.
4	삼을 내려놓으란 이야기와 근심, 걱정을 나뭇잎에 떠내려 보내라는 것	시합중에 다른생각이 들 때 다시 집중을 할 수 있게 해주었다.	평소에 생각과 집중할 때 가지는 마음가짐이 달라지고 평정심을 빨리 찾음	6	좋은 면에서 내 집중력을 다시 높이는 기회였던 것 같다. 하지만 너무 좋았다.
5		마음가짐을 바로 잡을 수 있었습니다.	마음이 흔들려도 잡을 수 있는 자심감이 생겼습니다	6	수업을 할 때마다 편안해졌습니다.
6	차마시면서 명상수업을 했던 것	스스로 마음조절하는 능력이 도움됨	마음을 수행할 수 있을 것 같습니다.	6	지루하지 않고 내 스스로에 대해 알고 감정조절을 할 수 있어서
7	물이 흘러야 쌓이지 않는다. 즉 스트레스는 흘러보내야 한다. 내가 지금 무엇을 하느라 어떻게 느끼고 있구나 하는 알아차림	수용전념과 알아차림	내가 내 자신을 볼 수 있게 되었다.	5	내용면에서는 좋았으나 지루한 면이 있었다.
8	수용전념훈련을 통해 자기개발과 알아차림에 대해 잘 알게 되었고 수도꼭지 이야기가 기억에 남는다.	알아차림의 대해 알게 되어서 여러가지 알게 되었다.	심리적인 부분에 대해 컨트롤 할 수 있는 능력이 조금 이나마 생겼던 것 같다.	6	나의 알아차림을 통해 내 심리와 나의 생각에 대해 변화가 있었던 것 같다.
9	수용, 마음가짐	긍정적인 마음이 가지도록 생각을 했습니다.	아직 큰 변화를 모르겠습니다.	4	재미는 있었지만 달라진 나를 찾아볼 수 없었습니다.
10	수도꼭지를 계속 틀어 놓고 마개를 잠그면 넘치고 열면 넘치지 않는다.	내가 지금 무엇을 하고 있는지 알아차렸습니다.	좀 더 긍정적인 마인드가 되었습니다.	6	생각하지 못했던 부분을 생각하게 되었습니다.

9회기: 프로그램 평가 및 정리

지금까지 진행된 프로그램을 평가하고 정리하면서 이를 통해 변화와 도움이 된 점 알아보기 위한 시간이다. 시작은 역시 마음챙김 집중연습으로 진행하였다. 8회기까지의 훈련 내용에 대한 평가를 위하여 프로그램 평가지, 질문지가 준비되었다. <표 8>은 훈련과정에서 가장 기억에 남는 내용과 그 이유, 훈련으로 인하여 변화된 점과 그 변화의 만족 정도, 그리고 그 이유를 기술한 내용이다.

IV. 결론 및 제언

본 연구는 대학 불링선수들을 대상으로 9회기의 수용전념훈련을 실시하였다. 1회기의 ACT 소개를 위해 음악, 아

로마 등을 준비하여 상담실의 분위기를 조성하였다. 선수들은 새로운 환경과 집단상담에 대한 호기심을 가지고 1회기에 응하였다.

2회기는 동거동락하는 선수들의 속마음을 이해하는 시간으로 마음을 열어요! 라는 주제로 진행되었다. 인디언식 이름은 자신을 잘 드러내고 또한 상담분위기를 화합으로 끌어내는 역할을 하였다. 또한 이회기에 실시한 인터뷰는 운동선수로서 항상 똑같은 루틴을 따라가는 동일한 일상에서 미처 생각지 못하거나 잊고 있었던 것을 깨워주는 역할을 하였다. 또한 괴물과의 줄다리기라는 비유를 통하여 자신의 감정이나 행동에서 불필요한 집착으로 받는 스트레스를 이해하도록 하였다.

3회기는 본격적인 수용전념훈련의 시작으로 좌선을 하고 마음챙김 집중연습을 하였다. 좌식생활에 익숙하고, 동적인 생활을 주로 하는 선수들이어서 상당히 힘들어 했다. 그러나 지시문 자체에 들어있는 알아차림 문구는 선수들의 처한 마

음, 신체적 감각, 감정 등을 알아차리면서 하는 것이기 때문에 선수들은 순간 생각을 따라는 경향도 있었지만 매순간순간에 대하여 알아차림 하려는 노력을 보였다. 그러나 초기의 이러한 반응으로 지시문을 다소 축소하여 시행할 필요를 느꼈다. 이 회기에서는 구덩이에 빠진 사람을 통해서 최악수행에서 통제를 통하여 수행을 조절하려는 것이 얼마나 어려우며 에너지를 소모하게 하는지에 대한 설명을 하였다.

4회기는 인지적 탈융합이라는 어려운 용어에 대한 이해를 돕기 위하여 시합불안에 대한 설명을 하고 시합에서 불안 때문에 미리 포기하거나 그 단어로 인해 경험한 내용을 특정단어를 이용하여 탈 융합하는 것을 시도하였다. 이러한 내용은 선수들이 훈련과 시합과정에서 불안 혹은 무언가에 빠져있을 때 큰소리로 혹은 이상안 리듬으로 활용함으로서 탈융합에 대한 이해를 실천하는 것으로 나타났다. 이것은 평가적이고 판단적인 언어를 과물로 보고 그 끈을 놓아버리는 현상으로 나타나기도 하였다.

5회기는 수용과 인지적 탈융합의 이해를 바탕으로 그리고 통제에 대한 새로운 대안으로서 기꺼이 경험하기를 하였다. 예를들어 마인드는 지금까지 나의 친구로 생각했으나 생각일 뿐이지 현실은 아니라는 비유와 분홍코끼리 생각안하기를 통하여 회피가 얼마나 어렵고 무의미한지를 경험하게 하였다. 따라서 시합과 훈련의 패배와 좌절에 감정과 직면하고 마인드와 생각, 현재의 차이를 구분하도록 하였다.

6회기는 맥락 즉 환경과 상황을 이해하고 현재를 경험하게 하는 회기이다. 이는 자신의 수행습관, 성공과 실패시의 반응 등을 통하여 개념화된 자기가 무엇인지를 이해하고 언어의 융합에 의한 고정된 감정패턴에 거리두기를 시도하였다. 사용한 비유는 장기말과 바둑판의 예를 통하여 바둑판이 될 것인지 장기말이 되어 부분만 볼 것인지를 알아차리게 하고, 구름과 하늘의 비유를 통하여 하늘의 역할과 구름의 차이를 인식하게 하여 자신을 관찰하도록 하였다.

7회기는 가치 선택하기 과정으로 가치와 목표에 대하여 구분하고 불링선수로서의 진정한 가치를 삶의 가치와 연계하여 설정해보도록 하였다. 시합의 결과에 의한 고통, 통제, 회피 경험은 가치와 목표에 대한 명료화를 도왔다. 수행묘비문작성은 자신의 장례식 모습에서 어떤 선수로 기억되고 싶은가에 대한 질문을 통하여 선수와 삶의 가치를 기술하게 하였다. 비유로서 사용한 텃밭 가꾸기는 가치선택을 위해 자신이 선택한 가치를 더좋은 텃밭에 현혹되지 않고 꾸준히 가꾸어가는 과정의 어려움과 중요성을 설명하였다.

8회기는 훈련의 마지막 단계로서 1-7회기까지의 과정에

서 생성된 가치추구에 전념하는 것의 어려움과 그 장애물과 마주치게 하는 회기이다. 가치의 길을 따라 삶의 영역에서 목표를 정하고, 그 목표를 따라 행동할 수 있도록 먼저 불링선수로서의 가치추구에 전념하도록 도울 수 있는 자성예언 외치기를 하였다. 또한 30초간 눈 맞추기 연습을 통하여 매우 쉽거나 어려운 상황에서 아주 작은 장애에 얼마나 쉽게 전념이 방해받는지를 경험하게 하였다. 또한 버스운전사와 승객의 비유를 통해 다양한 승객의 반응에도 불구하고 버스운전사의 가장 가치로운 행동은 무엇인지 생각해보도록 하였으며, 성공으로 가는 길에 있는 늪지대를 통하여 그 의미를 생각해보고 전념행동에 대한 방해물의 역할을 이해하도록 하였다.

9회기는 8회기까지의 프로그램에 대한 평가 및 집단상담을 정리하는 시간이다. 모든 회기에서와 마찬가지로 좌선 후 약 2-3분정도 소요되는 마음챙김 집중연습으로 시작하였다. 프로그램 평가지를 통하여 훈련과정에서 가장 기억에 남는 내용과 그 이유, 훈련으로 인하여 변화된 점과 그 변화의 만족정도, 그리고 그 이유를 기술하였다. 불링은 많은 시간 훈련을 하고 연중참여하는 시합도 상당히 많다. 본 회기가 진행되는 과정에서도 3회의 시합에 참여하였다. 과제의 진술에 있듯이 선수들은 매우 피곤하고 힘든 상태로 참여하였다. 그럼에도 불구하고 선수들은 시합과 훈련에서 알아차림과 수용, 탈융합, 목표, 전념 등을 적용하고자 노력하였으며, 또한 시도하였다.

본 연구는 인지행동치료의 제 3동향으로 많은 관심을 받고 있는 수용전념치료를 경쟁적인 스포츠현장의 불링선수들에게 적용 보고한 실험연구이다. 가능한 선수들의 상황으로 회기를 준비하고 시행하고자 하였으나 적절한 비유와 내용으로 각색하는 데는 한계를 느꼈다. 따라서 미래 연구에서는 선수들의 훈련상황, 시합과정 등 일반인들이 경험하는 상황과는 다른 맥락들에 대한 충분한 검토를 통해 회기, 비유, 과제 등을 제시하고 시행한다면 선수들의 이해와 수용에 보다 좋은 영향을 미칠 것이다.

참고문헌

- 문현미(2006). 심리적 수용 촉진 프로그램의 개발과 효과: 수용전념 치료 모델을 중심으로. 카톨릭대학교 대학원 기간행박사학위논문.
- 원현준, 유진(2013). 수용 전념 치료가 양궁선수의 스트레스

- 감소와 수용 및 마음 챙김에 미치는 효과. **한국스포츠심리학회지**, 24(3), 87~103.
- 유창준(2003). **복식호흡과 명상 프로그램이 고교 태권도 선수들의 스트레스 인지와 호르몬 변화에 미치는 영향**. 신라대학교 대학원 미간행 석사논문.
- 육영숙(2009). 여대생의 요가 및 호흡명상 참여 효과에 관한 질적 연구. **한국스포츠심리학회지**, 20(3), 117~131.
- 육영숙(2010). 마음챙김명상(MBSR)이 체육전공여대생의 알아차림 수준 스트레스증상 및 심리적안녕감에 미치는 영향. **한국체육과학회지**, 19(4), 673 ~ 688.
- 이주미(2012). **위빠사나 수행과 수용전념치료(ACT)의 비교연구**. 서울불교대학원대학교 미간행 석사논문.
- 엄승훈(2008). **분노수용집단 개발 및 효과검증, ACT 모델을 중심으로**. 아주대학교 대학원 미간행 석사논문.
- 이동재, 장덕선(1999). 스포츠 최상 수행에서의 긍정적 경험. **한국체육학회지**, 38(2), 328-346.
- 인경스님(2012). **명상심리치료: 불교명상과 심리치료의 통합적 연구**. 서울: 명상상담연구원.
- 장현갑(2007). **마음챙김 : 나의 마음을 경영하는 위대한 지혜**. 서울: 미다스북스.
- 존 카밧진(2007). **Wherever you go there you are. 존 카밧진의 마음챙김명상 당신이 어디를 가든 당신은 그곳에 있다**. (김언조, 고명선 역. 2013). 서울: 물푸레.
- 허선(2013). 유산소 운동과 명상 트레이닝이 D유형 성격을 지닌 중년여성의 심혈관질환 위험요인에 미치는 영향. **한국체육학회지**, 52(1), 409-419.
- 황선옥, 박성현(2010). 수용전념치료(ACT) 프로그램이 중학생의 시험불안에 미치는 효과. **韓國東西精神科學會誌**, 13(2), 83~95.
- Hayes, S. C., & Smith, S. (2010). **마음에서 빠져나와 삶 속으로 들어가라**. 새로운 수용전념치료; 문현미, 민병배 역(2012), 서울: 학지사.
- Bernier, M., Thienot, E., Codron, R., & Fournier, J. F. (2009). Mindfulness and acceptance approaches in sport performance. *Journal of Clinical Sport Psychology*, 4, 320-333.
- Bernier, M., Thienot, E., Codron, R., & Fournier, J. F. (2009). Mindfulness and acceptance approaches in sport performance. *Journal of Clinical Sport Psychology*, 4, 320-333.
- Forsyth, J. P., Parker, J. D., & Finalay, C. G. (2003), Anxiety sensitivity, controllability, and experimental avoidance and their relation to drug of choice and addiction severity in a residential sample of substance abuse veterans. *Addictive Behavior*, 28(5), p.851-870.
- Gardner, F. L., & Moore, Z. E. (2007). *The psychology of enhancing human performance: The Mindfulness-Acceptance-Commitment(MAC) approach*. New York: Springer. 전진수, 김인구, 김완석 역(2010). 명상을 통한 수행역량개발 - 마음챙김 수용 전념 프로그램. 서울: 학지사.
- Gooding, A., Gardner, F. L. (2009). An investigation of the relationship between mindfulness pre-shot routine, and basketball free throw percentage. *Journal of Clinical Sport Psychology*, 4, 303-319.
- Gould, D., Eklund, R. C., & Jackson, S. (1992). 1988 U.S. Olympic wrestling excellence I: Mental preparation, precompetitive cognition and affect. *The Sport Psychologist*, 6, 358-382.
- Hayes, S.C., Strosahl, K.D., & Wilson, K.G.(1999), *Acceptance and Commitment Therapy : An Experiential Approach to Behavior Change*, New York: The Guilford Press, 1-12
- Schwanhausser, L.(2009). Application of the Mindfulness Acceptance Commitment (MAC) protocol with an adolescent springboard diver. *Journal of Clinical Sport Psychology* 4, 377-395.
- <http://news.sportsseoul.com/read/sports/899241.htm>
2013.12.07.

한국 빙상경기 올림픽대회 참가사

The Olympic Games of Korean Skating Competition

전명규* · 백국균 한국체육대학교

Jun, Myung-Gyu · Baek, Kuk-Kun Korea National Sport Univ.

요약

본 연구는 한국 빙상경기 올림픽대회 참가사에 관한 것으로 우리나라가 광복이후 처음 출전했던 1948년 스위스 생모리츠 올림픽부터 2010년 밴쿠버 올림픽까지의 동계올림픽 역사를 살펴보았다. 광복이후 출전 했던 제5회 생모리츠 대회는 올림픽 최초로 태극기를 휘날리며 'KOREA'라는 이름을 내건 첫 국제대회로 정부수립 이전 열악한 환경 속에서도 나라를 되찾은 기쁨을 전 세계에 알리는 것과 동시에 국력을 강화시키기 위한 정부의 노력이었다. 이후 지속적으로 동계올림픽에 출전했지만 이렇다 할 성적을 내지 못하다가 1992년 프랑스 알베르빌 동계올림픽부터 쇼트트랙 스피드 스케이팅이 정식종목으로 채택되고 금메달을 획득하면서 우리나라 동계스포츠가 발전하기 시작하였다. 이후 노르웨이 릴레함메르 동계올림픽과 일본 나가노 동계올림픽, 토리노 동계올림픽, 밴쿠버 동계올림픽까지 연속해서 좋은 성적을 거둠으로써 동계스포츠의 최강국이 되었다. 이처럼 우리나라에서 동계스포츠는 '무(無)에서 유(有)를 창조'한 희망의 스포츠이다. 어려운 환경 속에서 끊임없이 노력하는 빙상 경기 선수들의 열정과 의지가 오늘날 대한민국의 동계스포츠 역사를 새로 쓰게 한 것이다. 앞으로 국가적 차원에서 동계스포츠에 많은 지원과 관심, 지도자들과 선수들의 열정과 노력으로 더욱 전진한다면 빙상경기뿐만 아니라 더 많은 동계스포츠 종목들이 성장, 발전할 것이며 우리나라는 진정한 동계스포츠 최강국이 될 것이다.

Abstract

The purpose of this study was to examine the history of Korean ice sports participation in the Olympic Games from the 1948 St. Moritz Olympics in Swiss, which was the first Olympic Games that our country participated in after the liberation of the nation, to the 2010 Vancouver Olympics. The 5th St. Moritz Olympic Games was the first international competition at which Korean athletes represented Korea. The contemporary government tried to show the delight of taking back our country against all odds and strengthen national power even before its own formal establishment. From then on, our country continued to compete in the Olympic Games but failed to achieve any significant results. In the 1992 Albertville Winter Olympics of France, short-track speed skating was selected as one of the regular Olympic events, and our country won a gold medal in this event. That served as an opportunity to step up the development of Korean winter sports. And then our country kept achieving good results in the Lillehammer Winter Olympics of Norway, the Nagano Winter Olympics of Japan, the Torino Winter Olympics and the Vancouver Winter Olympics. Now, our country is most powerful in terms of winter sports. The contemporary situations in 1948 were extremely harsh since there was no formal establishment of government, but our country started to compete in the Olympics at that time just thanks to strong will and enthusiasm, and the ceaseless efforts by the government produced good fruits, as our country is now recognized as the top winter sports power.

Key words: Winter Olympic Games, short-track speed skating, speed skating

이 논문은 2012년도 한국체육대학교 특성화역량개발과제의 지원을 받아 수행된 연구임.

* bigjohn@knsu.ac.kr

I. 서론

2014년 대한민국은 동계올림픽의 열기로 뜨겁다. 소치동계올림픽을 앞두고 열리는 각종 세계대회에서 우리나라 선수들이 ‘금몰이’에 나섰다기 때문이다. 1992년 알베르빌 동계올림픽 때부터 효자종목으로 자리 잡은 쇼트트랙 스피드 스케이팅(이하 쇼트트랙 종목)은 ‘2013 쇼트트랙 제1차 월드컵 대회’에서 노진규 선수를 시작으로 총 6차에 걸쳐 박승희, 심석희, 김아랑 선수 등이 개인전과 단체전에서 좋은 성적을 거두며 소치올림픽의 전망을 밝게 하였고, 2010년 밴쿠버 동계올림픽의 대미(大尾)를 장식했던 스피드 스케이팅 역시 이상화, 모태범, 이승훈 선수의 활약으로 여전히 강세를 보이고 있다. 그리고 온 국민의 영원한 피겨요정 김연아 선수의 부활까지 그 활약이 대단하다. 이러한 선수들의 선전은 소치올림픽에서도 좋은 성적을 거둘 것이라는 기대감으로 작용하고 있고, 여기에 2018년 동계올림픽 개최지가 대한민국 강원도 평창으로 선정된 것까지 더해져 어느 때보다 동계올림픽에 대한 관심이 뜨거워진 것이다.

1992년 알베르빌 동계올림픽에서부터 10위권 내에 진입하며 동계스포츠 강대국임을 입증하고 있는 우리나라는 광복 직후 정부 수립 이전인 1948년 1월 제 5회 생모리츠 대회 때부터 동계올림픽대회에 출전하였다(조선일보, 1948. 1. 8; 동아일보, 1949. 1. 29). 올림픽 최초로 태극기를 휘날리며 ‘KOREA’라는 이름을 내건 첫 국제대회였던 것이다. 정부수립 이전 열악한 환경 속에서도 올림픽에 출전한 것은 나라를 되찾은 기쁨을 전 세계에 알리는 것과 동시에 국력을 강화시키기 위해서였을 것이다. 어렵게 노메달에 그쳤지만 첫 올림픽 출전이라는 역사적인 순간이었다. 이 대회에서는 이한호(당시 스위스 취리히대 교수) 단장, 최용진 감독과 이종국, 이효창, 문동성 선수가 출전하였다(조선일보, 1947. 11. 15). 다음 사진 1-1은 당시 올림픽 출전 모습이다.



사진 1-1. 1948년 제5회 생모리츠 올림픽 우리나라 선수단
자료출처: 동아일보 재인용, 1948. 2. 9.

이처럼 우리나라는 광복 직후 가장 먼저 생모리츠 동계올림픽에 출전하면서 올림픽 역사의 문을 열었다. 하지만 아쉽게도 우리나라가 광복 이후에 동계올림픽에서 어떠한 역할과 활약을 하였는지에 관한 연구가 전무한 실정이며 특히 동계스포츠 중에서도 빙상경기에 대한 논문들은 거의 찾아볼 수가 없다. 또한 대부분의 올림픽 종목사가 하계스포츠에만 편중되어 있어 동계스포츠 종목사가 취약한 상태이다. 빙상경기와 관련된 선행연구들은 주로 선수들의 시합 전후에 느끼는 심리적 내용의 연구(김성문, 남정훈, 2008; 남정훈, 2013; 김소희, 2013)나 역학적 분석, 혹은 기록변화 연구(백국군, 2011; 김태훈, 전명규, 류시현, 박상균, 2013)가 주를 이루었다. 따라서 동계올림픽의 역사를 조명하는 작업을 꼭 필요하며 이러한 연구는 앞으로 동계스포츠 종목사 연구에 크게 일조할 것으로 생각된다.

본 논문을 수행하기 위한 연구내용은 다음과 같다. 첫째, 동계올림픽 초창기 참가사 단락에서는 1945년 광복 이후 1948년 우리나라 첫 동계올림픽 출전인 스위스 생모리츠 동계올림픽부터 1988년 제15회 캐나다 캘거리 올림픽 대회까지로 시기구분을 하여 연구를 진행하였다. 둘째, 동계올림픽의 성장기 단락에서는 1992년 프랑스 알베르빌 동계올림픽부터 2010년 캐나다 밴쿠버 동계올림픽까지로 시기구분을 하여 연구를 진행하였다. 이 시기에는 우리나라가 최초로 쇼트트랙에서 금메달을 획득하기 시작한 시기로 이후 노르웨이 릴레함메르 동계올림픽과 일본 나가노 동계올림픽까지 연속해서 메달을 획득하는 성장의 시기였다. 이 시기에 동계올림픽과 빙상의 역사적 의의를 살펴볼 것이다.

마지막으로 본 연구는 한국 빙상경기 올림픽대회 참가사에 관한 것으로 최근 동계스포츠의 전성기를 구가하고 있는 우리나라의 올림픽 참가의 역사를 통해 동계올림픽의 역사적 의의를 살펴보고 이를 통해 한국 빙상경기가 지속적으로 세계정상을 유지 할 수 있는 방향을 제언하고자 한다.

II. 연구방법

본 연구는 한국빙상의 올림픽대회 참가사에 관한 연구로써 그 역사적인 특성과 역할을 논의하고자 1, 2차 사료의 각종 문헌들을 고찰하는 문헌연구의 방법을 채택하였다. 연구의 객관화를 위해 이용할 1차 사료로는 정기/비정기 간행물 및 뉴스보도자료, 신문 등의 문헌들을 중심으로 이용했으며, 체육, 빙상과 관련된 선행 연구원의 문헌, 학회지,

잡지, 단행본, 세미나자료 등을 2차 사료로 선정, 자료로서 활용하였다.

III. 동계올림픽 초창기 참가사(1948~1984)

1945년 8월 15일, 온 국민이 그토록 염원하던 광복을 맞이한 우리나라는 가장 먼저 경기단체들을 재창단하였다. 1945년 9월 5일 조선체육동지회가 결성되었고, 11월 26일 조선체육회가 재건되었다. 조선체육회 재건과 함께 각종 경기단체(1)가 설립되었는데 가장 먼저 1945년 9월 조선육상경기연맹과 조선축구협회, 11월에는 조선빙상경기연맹이 설립되었다. 특히 조선빙상경기연맹은 최도용 초대회장을 중심으로 스피드와 피겨 두 종목을 관리하는 경기단체로 운영되다가 종목의 전문화를 위해 1946년 4월 조선빙속협회와 조선피겨협회로 분리하였다(이태영, 2000: 387; 하남길, 2010: 677). 이후 1948년 동계올림픽 출전을 위해 1947년 다시 조선빙상경기연맹으로 재결성되어 국제빙상경기연맹(ISU)에 가입하였다.

그리고 그 이듬해 한국 빙상단 선수 최초로 제5회 생모리츠 동계올림픽에 출전했다. 올림픽 무대에 독립국 'KOREA'가 첫 선을 보인 역사적 순간이었다. 우리나라에서는 스피드스케이팅 종목으로 이효창, 문동성, 이종국 선수가 출전하였다(조선일보, 1947. 11. 15). 생모리츠 올림픽대회는 1948년 1월 30일부터 2월 8일까지 개최되었는데 우리나라에서는 스피드 스케이팅 선수 3명과 임원 2명 통역관 한명, 총 6명이 동행하였다. 우리나라 선수들은 현지 훈련 적응을 위하여 먼저 뉴욕으로 향했고, 약 20일간의 훈련 뒤에 스위스 생모리츠에 도착했다(조선일보, 1947. 12. 13;

1948. 1. 8; 동아일보, 1948. 1. 11).

당시 스피드 스케이팅에서 강세를 보였던 이효창 선수는 선수연습경기에서 우승하며 우리나라 동계스포츠에 희망의 빛을 보여주었으나(조선일보, 1948. 1. 20; 동아일보, 1948. 1. 29) 경기 당일 컨디션 난조로 메달 획득에는 실패하고 말았다. 같이 출전했던 문동성 선수 역시 훈련도중 족부(足部) 부상을 입어 경기에 출전하지 못하는 등 불운이 겹쳤다(조선일보, 1948. 1. 25; 동아일보, 1948. 3. 30). 하지만 광복 이후 올림픽이라는 국제스포츠 무대에 첫 선을 보인 의미 있는 대회로 기억되며 특히 KOREA라는 독립국을 전 세계에 알리는 중요한 대회가 되었다.

우리나라는 1950년 한국전쟁 발발로 인해 1952년 제6회 오슬로 동계올림픽에 참가하지 못했고, 전쟁 휴전 이후 나라 안팎의 불안한 정세에도 불구하고 국제스포츠대회 출전에 박차를 가하였다. 1955년 이기봉 대한체육회 회장을 비롯해 13명의 위원들이 회의를 열어 1956년 개최하는 제7회 코르티나담페초 동계올림픽에 출전하기로 공식 발표를 하고, 우리나라는 김정연 감독을 중심으로 5명의 선수단을 파견하였다. 5명의 선수들은 육군 출신 선수들로 한국 신기록 보유자들로 구성되었다. 다음 <표 1>은 제7회 코르티나담페초 동계올림픽 출전명단 및 기록현황이다.

동계올림픽에서 좋은 성적을 내기 위하여 김정연 감독을 중심으로 강원도 철원 저수지 '링그'에서 합숙훈련을 마친 우리 선수단은 1월 13일 이탈리아에 도착, 열정과 패기를 가지고 올림픽에 도전하였다(경향신문, 1956. 1.3; 동아일보, 1956. 1. 15). 올림픽 출전 전부터 기량향상으로 500m와 5000m에서 순위권 진입을 노렸고, 올림픽 경기 5000m에서는 한국 신기록(2)을 세웠으나 결국 메달 획득에 실패하였다. 당시 감독이었던 김정연은 "우리는 연습을 아주 조금밖에 못했다. 한국

표 1. 제7회 코르티나담페초 동계올림픽 출전명단 및 기록현황

선수명단	나이	직책	기록			
			500m	1500m	5000m	10000m
1 편창남	34	육군중위	45초5	2분26초6	8분48초5	18분25초
2 조윤식	25	육군준위	45초9	2분27초	-	-
3 김종순	25	육군중위	-	-	9분2초	18분36초
4 장영	22	육군중위	45초2	2분28초	8분58초	-
5 장협	30	육군소령				후보 선수

자료출처: 경향신문, 1955년 12월 31일자.

- 1) 1945년 조선육상경기연맹, 조선축구협회, 조선농구협회, 조선정구협회, 조선연식정구협회, 조선탁구협회, 조선아마추어권투연맹, 조선유도연맹, 조선승마협회, 조선승구협회, 조선빙상경기연맹 등이 조직되었다. 1946년에는 조선배구협회, 조선씨름협회, 조선스키협회, 조선궁도협회, 조선수영경기연맹, 조선연식야구연맹, 조선아마추어레슬링연맹, 조선자전거경기연맹 등이 창립되었다. 그리고 1947년부터 1948년 정부수립 이전까지 조선아이스하키협회, 조선필드하키협회, 조선검도회, 조선펜싱연맹 등도 설립되었다(하남길, 2010: 677).
- 2) 5000m에 출전한 장영 선수는 8분17초6으로 한국 신기록을 세웠다(경향신문, 1956. 1. 31).

표 2 1960년 제8회 미국 스퀘벨리 동계올림픽 대표선수단 명단

	1차	2차	3차	4차(최종)
단장	미정	미정	윌터 정	윌터 정
감독	미정	김용구	김명곤(총무겸임)	김용구, 신업재
코치	미정	박성용, 이명천 기술연구원: 지부원, 이해정	김용구, 신업재	
선수	남자스피드: 장영, 장인원, 최영배, 장종원, 김석하 여자스피드: 김경희, 한혜자, 노영숙 피겨: 오경학	남자스피드: 장영, 장인원, 최영배, 장종원, 김석하 여자스피드: 김경희, 한혜자, 노영숙 피겨: 오경학	남자스피드: 장영, 장인원 여자스피드: 김경희, 한혜자 스키: 임경순, 김하운	남자스피드: 장영, 장인원, 최영배 여자스피드: 김경희, 한혜자 스키: 임경순, 김하운

자료출처: 동아일보, 1959. 4. 22; 동아일보, 1959. 10. 1; 동아일보, 1959. 12. 8; 동아일보, 1960. 1. 27.

에서 출발 전에 10일간 이곳에 와서 지금까지 5일간 연습하였다. 그러나 어쩌든 우리가 이곳에 와서 경기에 참가하게 된 것을 기쁘게 생각한다. 이는 <스포-쓰맨>의 최고의 명예이다 (경향신문, 1956. 1. 21).” 라고 소감을 밝혔다. 이처럼 우리나라 동계올림픽 국가대표 선수들은 올림픽 이상과 진정한 스포츠맨십을 이행하는 진정한 선수들이었던 것이다.

제7회 동계올림픽에서 부진했던 우리 선수단들을 모국에 돌아오자마자 강도 높은 훈련에 임하였고, 1960년 제8회 미국 스퀘벨리 동계올림픽에 출전했다. 스퀘벨리 동계올림픽은 출전 전부터 여러 가지 악재가 겹쳐 선수들의 기량을 충분히 발휘하지 못한 대회로 평가받았다. 먼저 대한올림픽 위원회의 경비 부족으로 선수단들은 전지훈련은 커녕 대회 날짜에 맞춰 출국하기도 어려운 상황에 놓였다. 옆친대 덩치격으로 성적부진이 이어지면서 ‘올림픽 선수단’이 아닌 ‘올림픽 견학단’이라는 불명예를 안기도 했다(동아일보, 1959. 12. 8; 동아일보, 1960. 1. 10). 또한 출발 직전까지도 국가대표 선수진이 확정되지 않아 올림픽에 대한 불안감이 커져갔다. 우여곡절 끝에 구성된 대표선수단 명단은 다음 <표 2>와 같다. 올림픽 출전 마지막까지 선수단 명단이 번복된 것으로 미루어 보아 체육계 내부적 문제들이 심화되었던 것으로 판단된다.

1964년 오스트리아 인스부르크 동계올림픽대회에서부터 우리나라의 해외 전지훈련이 실시되었다. 우리나라 선수단은 올림픽이 열리기 전 일본으로 해외전지훈련을 떠나 기록 향상에 힘썼다. 단장 김명복을 포함하여 총 12명의 선수단이 파견되어 열띤 경기를 펼쳤으나 세계의 벽을 실감하듯 순위권 진입은 좌절되었다. 이번 대회는 올림픽위원회에서 해외 훈련과 약 800달러의 훈련비를 지원해줄 정도로 동계올림픽에 대한 국가적 투자가 많았으나 빙상계 내부적으로 선수단 명단이 자주 바뀌는 등 시작부터 매끄럽지 못했다. 또한 서양 선수들과의 체력적 차이와 낙후된 시설로 인한 연습량 부족, 빙질이 편이하게 다르면서 선수들이 겪어야 하는 고초

등이 고스란히 문제점으로 드러났다. 그 어느 때보다 실내링크 등 시설강화가 시급했다(동아일보, 1964. 2. 6).

인스부르크 동계올림픽이 끝난 후에도 우리나라 동계스포츠의 전망은 밝지 못했다. 열악한 환경을 말할 것도 없거니와 계속되는 성적부진으로 동계올림픽 선수단 축소가 이어진 것이다. 빙상연맹의 오학진 회장을 비롯하여 장철희, 안중희 부회장 등은 전원 사퇴를 운운하며 올림픽파견 선수 축소에 맞섰고, 겨울 2명의 선수단 파견에서 임원 포함 15명의 선수가 참가하기로 최종 확정 지었지만(경향신문, 1967. 11. 16; 경향신문, 1967. 12. 20; 경향신문, 1968. 1. 9) 문제는 여기서 끝나지 않았다. 제10회 그레노블 올림픽대회에 참가한 선수들이 국내에서보다도 현저히 떨어지는 성적으로 동계스포츠의 존폐 위기를 가져온 것이다. 우리나라에게 동계올림픽은 여전히 참가하는데 의의가 있는 대회이며 선수들이 한국 신기록을 깬다 하더라도 순위권 선수들과의 감히 맞설 상대가 되지 않는 것이었다(경향신문, 1968. 2. 13).

그레노블 동계올림픽에서 최하위권에 머무르며 성적을 내지 못해 의기소침해진 우리나라 동계스포츠 선수 및 관계자들은 1972년 제11회 동계올림픽 개최지가 일본 삿포로로 확정되자 다시 한 번 의기투합하여 동계스포츠 성장을 위해 새롭게 시설건립에 나섰다. 바로 국고 2억 원을 들여 파이프링크 스케이트장을 건립하게 된 것이다. 대한체육회는 70년대 1차 주요사업계획으로 스케이트장 건립에 나섰고, 정부의 적극적인 지원으로 태능옥외빙상장을 건립하게 되었다(경향신문, 1969. 11. 19).

이뿐만이 아니다. 우리나라 빙속대표선수단 13명은 올림픽개최지인 일본 삿포로로 약 두 달간 전지훈련을 떠나는 등 정부의 적극적인 지원이 이루어졌다(동아일보, 1970. 2. 6). 그 이듬해에는 노르웨이의 유명한 코치 볼드를 초청하여 빙상강화훈련도 실시하였다. 자연빙질에서 스케이트를 익혀온 한국 선수들의 자세들을 파이프아이스링크에 알맞게 교정하는 등 여러 가지 훈련이 이루어졌다(경향신문, 1971. 12. 1).

1972년 제11회 삿포로 동계올림픽에는 선수 5명과 임원 2명의 소수정예로만 출전하였다. 당시 체육회회장을 역임했던 김택수는 남북대결의 첨단에서 필승의 신념으로 임하는 자세를 갖추고, 비록 소수이긴 하나 정예만으로 구성된 선수단인 만큼 좋은 성과를 기대한다고 격려했다. 또 그는 선수단에게 항상 국가와 민족의 긍지를 의식하고 정정당당하게 승부를 겨룰 것을 당부했다(동아일보, 1972. 1. 17).

우리나라 선수단은 여전히 하위권에 머무르며 좋은 성적을 내지는 못했지만 국내의 새로운 빙상장 건립이나 외국 유명 코치의 선임 등으로 빙상계에 새로운 변혁을 예고하고 있었다. 여전히 풀어야 될 숙제는 많았으나 세계 정상화를 위해 한걸음씩 힘찬 발걸음을 하고 있었던 것이다. 1976년 오스트리아 인스부르크 대회와 1980년 제 13회레이크플레시드 동계올림픽대회에서도 소수 규모의 선수단³⁾만 파견, 큰 성과는 얻지 못했지만 여전히 동계스포츠의 발전 가능성은 열어두고 있었다.

1980년대 전두환 정권이 들어서면서 우리나라는 3S(Screen, Sex, Sports) 정책으로 스포츠가 전폭적인 지지를 받기 시작하였고, 그중에서도 국제스포츠대회와 스포츠의 프로화에 많은 비중을 두고 발전하였다. 특히 80년대는 우리나라에서 아시안게임과 올림픽이 동시에 개최되던 해이기 때문어는 때보다도 국제대회에 관한 관심이 높았고 이는 1984년 사라예보에서 열린 동계올림픽에도 영향을 미쳤다. 우리나라는 스피드스케이팅과 피겨, 스키 종목 외에 처음으로 바이애슬론종목에 출전, 19명의 선수단을 올림픽대회에 파견하였다(경향신문, 1980. 1. 9). 그러나 스피드 스케이팅에 기대주였던 이남순, 이성애 선수는 제 기량을 발휘하지 못하면서 메달 획득이 좌절되었고, 이영하 선수는 한국 신기록을 경신하고도 하위권에 머물면서(경향신문, 1980. 2. 22) 우리나라 동계종목의 취약점이 여전한 과제로 남았다.

IV. 동계올림픽의 성장기(1988~2010)

1980년 9월의 마지막 밤, 우리나라에 사뭇 긴장감이 감돌았다. 바로 1988년 동·하계 올림픽 개최지 선정 발표가 있는 날이기 때문이었다. 후안 안토니오 사마란치 IOC위원장은 동·하계 올림픽 개최지를 각각 캐나다 켈거리와 대한

민국 서울로 발표(동아일보, 1981. 10. 1)했고, 우리들은 열광했다. 특히 이번 개최지인 두 곳은 새로운 나라, 상상하지 못한 도시에 개최됨으로써 ‘정치를 배제한 위대한 결정’이라는 평가를 받으며 올림픽 장래를 위한 최선의 선택이었음을 다시 한 번 상기시켰다(매일경제, 1981. 10. 1).

각종 국제대회가 우리나라에서 개최되기 시작하자 우리나라는 올림픽에 집중투자를 하기 시작했고, 이러한 흐름은 동계올림픽에도 많은 영향을 미쳤다. 1987년부터 1991년까지 단계적으로 실내빙상장 및 스키장 건설을하기로 결정을 내린 것이다. 특히 실내빙상장(61m×30m) 건설을 가장 우선시했으며 총 51억 원이 들어가는 사업에 24억 원을 확보해 놓을 정도로 동계스포츠 시설에 집중투자를 하였다(매일경제, 1987. 3. 16).

이러한 흐름은 동계올림픽 선수들에게 긍정적 에너지로 작용하여 스피드 스케이팅의 배기태 선수가 각종 국제경기대회에서 연일 승전보를 올렸다. 배기태 선수는 세계선수권대회와 월드컵 경기 남자 500m에서 금메달을 획득하며 우리나라 스피드 스케이팅의 전망을 밝혀주었다(경향신문, 1989. 2. 16).

배기태 돌풍 후 동계스포츠를 살리자는 여론이 확산되었고, 빙상계에서는 국제규격링크장의 부족, 해외 전문 지도자 선임 등의 과감한 지원 필요하다고 주장했다. 각종 국제대회의 국제성을 감안할 때 동계스포츠의 발전은 국위선양에도 큰 효과를 낼 것이며 서울올림픽 이후 사회체육 면에서도 큰 몫을 담당할 것이 분명하다며 동계 스포츠의 활성화가 시급하다는 체육계의 공통된 지적이 이어졌다(매일경제, 1987. 12. 9). 우리나라 체육계는 시설 확충뿐만 아니라 선수들의 해외전지훈련 및 새로운 시범종목의 활성화에도 집중 투자를 하기 시작했다.

서울올림픽과 같은 해 열린 1988년 제15회 캐나다 켈거리 올림픽에서는 5개 종목, 46명의 사상 최대 인원을 파견하였다(동아일보, 1987, 12. 18). 우리나라의 기대주였던 남자 스피드 스케이팅 500m 경기에서 배기태 선수는 36초 9라는 한국 신기록을 세웠으나 아쉽게 5위에 그치고 말았다. 그리고 부상 악화로 1500m 경기는 기권을 하고 말았다. 하지만 시범종목으로 치러진 쇼트트랙 종목 경기에서 우리나라의 김기훈, 이준호 선수가 1500m, 3000m에서 각각 금메달을 획득하면서 동계올림픽의 새로운 역사를 써내려갔다(동아일보, 1988. 2. 23; 경향신문, 1988. 2. 26).

켈거리 동계올림픽 이후 우리나라는 동계스포츠의 불모지

3) 1976년 오스트리아 인스부르크 대회에서는 스피드 스케이팅에 이영하, 이남순 선수와 피겨스케이팅 윤효진 선수가 출전하였고, 1980년 제 13회레이크플레시드 동계올림픽대회에서는 스피드 스케이팅에 이영하 선수와 피겨스케이팅 종목에 신혜숙 선수가 각각 출전하였다(경향신문, 1968. 1. 9; 경향신문, 1980. 2. 22).

에서 동계스포츠의 강국으로 발돋움하고 있었다. 바로 쇼트트랙 스피드 스케이팅이 정식 종목으로 채택되었기 때문이다. 1992년 제16회 알베르빌 동계올림픽은 우리나라 동계스포츠의 꽃이 피워진 시기라고 볼 수 있다. 스피드 스케이팅 남자 개인 1000m에 김윤만 선수가 은메달을 획득하여 동계올림픽 출전 사상 첫 메달을 안는 개가를 올렸고, 쇼트트랙 종목 남자 1000m에서 1991년 삿포로 동계유니버시아드 4관왕인 김기훈 선수가 1분 30초 76으로 세계신기록을 세우며 금메달을 획득했고, 이준호 선수가 1분 31초 16의 신기록을 세우면서 동메달을 차지했다(동아일보, 1992. 2. 6). 그리고 남자단체 5000m 계주에서 김기훈, 이준호, 모지수, 송재근 팀이 1988년 네덜란드 팀이 세운 세계기록을 8초 10이나 단축한 7분 14초 02의 세계신기록으로 금메달 하나를 추가했다. 이로써 우리나라 선수들은 지난 반세기 동안의 노메달의 한을 풀고 종합성적 세계 10위라는 놀라운 성적을 올렸으며 아시아권에서 일본, 중국을 제치고 정상에 차지하게 되었다. 다음 <표 3>은 제16회 알베르빌 동계올림픽 메달현황이다.

표 3. 제16회 알베르빌 동계올림픽 메달현황

메달획득현황 : 금 2, 은 1, 동 1, 합계 4			
메달	종목	세부종목	이름
금	빙상	쇼트트랙 남자 1000m	김기훈
금	빙상	쇼트트랙 남자 5000m	단체전 (김기훈, 이준호, 모지수, 송재근)
은	빙상	스피드 남자 1000m	김윤만
동	빙상	쇼트트랙 남자 1000m	이준호

자료출처: 동아일보, 1994. 1. 1.

알베르빌 동계올림픽 이후 국제올림픽위원회(IOC)가 동·하계 올림픽의 간격을 2년으로 하기로 결정함에 따라 제17회 대회는 1994년 노르웨이 릴레함메르에서 개최되었다. 쇼트트랙 스피드 스케이팅이 정식종목으로 채택되고 우리나라는 동계스포츠의 중심국가로 자리 잡았고, 특히 알베르빌 동계올림픽 이후 2년 만에 대서 도전하는 올림픽이었기 때문에 그 어느 때보다 강한 자신감을 드러냈다. 알베르빌 동계올림픽 이후 우리나라는 동계스포츠 육성에 배전(倍前)의 관심과 노력을 기울였다. 열악한 환경 속에서도 최상의 컨디션을 만들기 위해 각고의 노력을 하였다.

릴레함메르 대회에서는 선수 25명, 임원 22명의 총 47명의 선수단이 파견되었으며 우리나라는 금메달 4개, 은메달 1개, 동메달 1개를 획득하여 종합성적 세계 6위라는 놀라운 성적을 올렸다. 쇼트트랙 종목에서 남자 1000m에서 김기훈

선수는 금메달을 획득하면서 대회 2연패를 기록했으며, 채지훈 선수 역시 쇼트트랙 종목 남자 500m에서 금메달, 1000m에서 은메달을 차지했다(경향신문, 1994. 2. 24; 동아일보, 1994. 2. 24; 매일경제 1994. 2. 24). 쇼트트랙 종목 여자 1000m 경기에서 전이경 선수가 우승을 차지하며 금메달을 목에 걸었고, 김소희 선수가 동메달을 획득했다. 또 여자 3000m 계주에 출전한 김소희, 전이경, 원혜경, 김윤미 팀도 금메달을 획득하는 기업을 토했다. 이로 인해 전이경 선수는 2관왕이 되었고, 막내 김윤미 선수는 만 13세 85일로 동계올림픽 사상 최연소 금메달리스트가 되었다(동아일보, 1994. 2. 24). 다음 <표 4>는 제17회 릴레함메르 동계올림픽에서 우리나라가 획득한 메달 현황이다.

표 4. 제17회 릴레함메르 동계올림픽 우리나라 메달 현황

메달획득현황 : 금 4, 은 1, 동 1, 합계 6			
메달	종목	세부종목	이름
금	빙상	쇼트트랙 남자 1000m	김기훈
금	빙상	쇼트트랙 남자 500m	채지훈
금	빙상	쇼트트랙 여자 3000m 계주	단체전 (김소희, 전이경, 원혜경, 김윤미)
금	빙상	쇼트트랙 여자 1000m	전이경
은	빙상	쇼트트랙 남자 1000m	채지훈
동	빙상	쇼트트랙 여자 1000m	김소희

자료출처: 경향신문, 1994. 2. 24; 동아일보, 1994. 2. 24; 매일경제 1994. 2. 24.

1998년 제 18회 일본 나가노 동계올림픽대회 역시 한국의 쇼트트랙 종목의 성장이 돋보이는 대회였다. 한국에서는 빙상, 스키, 바이애슬론, 루지 4개 종목에 올림픽 출전 최대인 38명의 선수단을 파견했는데, 쇼트트랙에서만 금메달 3개, 은메달 1개, 동메달 2개를 획득하여 종합성적 세계 9위로 3회 연속 세계 10위권에 진입했다(경향신문, 1998. 2. 23). 쇼트트랙 종목 남자 1000m와 여자 1000m에서 김동성 선수와 전이경 선수가 각각 금메달을 획득했고, 원혜경 선수가 여자 1000m에서 동메달, 전이경 선수가 여자 500m에서 동메달을 획득했다. 여자 3000m 계주는 금메달을 남자 5000m 계주 채지훈, 이준환, 이호응, 김동성 팀은 캐나다(7분 06초 07)에 0.7초차로 뒤져 아깝게 2위를 차지했다(경향신문, 1998. 2. 18; 매일경제, 1998. 2. 18). 전이경 선수는 쇼트트랙 여자 1000m, 3000m 계주 우승으로 2관왕에 오르면서 동·하계올림픽을 통틀어 한국선수로는 최초로 올림픽 4관왕에 오르는 신기원을 세우며 다시 한 번 쇼트트랙 종목의 강국임을 실감케 했다. 스피드 스케이팅의 김윤만 선수와 이규혁 선수는 선전했

으나 메달권 진입은 실패하였다. 다음 <표 5>는 제18회 나가노 동계올림픽에서 우리나라가 획득한 메달 현황이다.

표 5. 제18회 나가노 동계올림픽 우리나라 메달 현황

메달획득현황 : 금 3, 은 1, 동 2, 합계 6			
메달	종목	세부종목	이름
금	빙상	쇼트트랙 남자 1,000m	김동성
금	빙상	쇼트트랙 여자 1,000m	전이경
금	빙상	쇼트트랙 여자 3,000m 계주	단체전 (안상미, 전이경, 원혜경, 김윤미)
은	빙상	쇼트트랙 남자 5,000m 계주	단체전 (채지훈, 김동성, 이호응, 이준환)
동	빙상	쇼트트랙 여자 1,000m	원혜경
동	빙상	쇼트트랙 여자 500m	전이경

자료출처: 경향신문, 1998. 2. 23; 매일경제, 1998. 2. 23.

밀레니엄 시대를 맞이하면서 우리나라는 1986년 아시안 게임을 시작으로 1988년 하계올림픽대회와 2002년 월드컵경기까지 개최하는 스포츠 국가로 자리매김 하였다. 우리나라에서 월드컵이 개최되던 해인 2002년 제 19회 솔트레이크시티 동계올림픽에서 우리나라는 빙상(쇼트트랙 스피드 스케이팅, 스피드스케이팅, 피겨스케이팅), 스키(알파인, 크로스컨트리, 스키점프), 바이애슬론, 루지 4개 종목에 선수 48명, 임원 28명, 총 76명의 사상 최다 선수단을 파견하였다(동아일보, 2002. 1. 11). 쇼트트랙 종목 여자 1500m에서 고기현 선수가 금메달을 획득하면서 금빛 질주를 시작하였고, 그 뒤를 이어 최은경 선수가 은메달을 획득하였다. 특히 여자계주 3000m에서는 세계신기록을 세우며 동계올림픽 3연패를 달성하였다. 하지만 쇼트트랙 종목 남자 1000m에서 우승한 김동성의 억울한 실격처리에 크게 반발하여 중재신청을 하는 등 금메달을 되찾기 위하여 노력하였으나 결국 무산되었고, 금메달 2개와 은메달 2개로 종합성적 14위를 기록하였다(동아일보, 2002. 2. 22). 다음 <표 6>는 제19회 솔트레이크시티 동계올림픽에서 우리나라가 획득한 메달 현황이다.

표 6. 제19회 솔트레이크시티 동계올림픽 우리나라가 메달 현황

메달획득현황 : 금 2, 은 2, 동 0, 합계 4			
메달	종목	세부종목	이름
금	빙상	쇼트트랙 여자 1500m	고기현
금	빙상	쇼트트랙 여자 3000m 계주	단체전 (최은경, 박혜원, 최민경, 주민진)
은	빙상	쇼트트랙 여자 1000m	고기현
은	빙상	쇼트트랙 여자 1500m	최은경

자료출처: 동아일보, 2002. 2. 22; 동계올림픽 홈페이지, www.olympic.org.

2006년, 한반도 깃발 아래 ‘코리아’(COREA)는 하나였다. 토리노 동계올림픽에 출전한 남북한 선수단은 토리노 동계올림픽 개막식에서 나란히 공동입장을 하면서 전 세계적으로 평화적인 모습을 연출하며 3만5천여 관중의 박수갈채를 받았다. 남북한 동시 입장은 2000년 시드니올림픽 이후 7번째 이지만, 동계올림픽에서는 처음이다. ‘남녀북남(南女北男)’ 기수인 한국 이보라(20·단국대)와 북한 한정인(28·평양시 체육단)이 맞잡은 대형 한반도기를 앞세운 남북한 선수단 50여명은 82개 참가국 중 21번째로 입장했다(경향신문, 2006. 2. 12).

올림픽의 이상을 가장 잘 실현했던 제 20회 토리노 동계올림픽에서 우리나라는 금메달 6개, 은메달 3개, 동메달 2개로 최고의 성적을 거두었다. 특히 8개의 금메달이 결린 빙상 쇼트트랙 종목에서 한국이 6개의 금메달을 휩쓸어 한국이 절대적인 최강자임을 다시 한 번 확인하였다. 안현수 선수와 진선유 선수가 1000m, 1500m, 남녀 계주에서 금메달을 획득하면서 동계·하계올림픽을 통틀어 한국 선수로는 처음으로 나란히 3관왕을 차지했다. 이호석 선수는 남자 1000m, 1500m에서 은메달을 획득했고, 안현수는 500m에서 동메달까지 추가해 이 대회 모든 선수 가운데 최다 메달리스트 기록을 세웠다(올림픽 홈페이지, www.olympic.org). 스피드스케이팅에서는 이강석 선수가 동메달을 획득하면서 스피드 스케이팅에 희망의 빛을 보여주기도 하였다. 다음 <표 7>은 제20회 토리노 동계올림픽에서 우리나라가 획득한 메달 현황이다.

표 7. 제20회 토리노 동계올림픽 우리나라 메달 현황

메달획득현황 : 금 6, 은 3, 동 2, 합계 11			
메달	종목	세부종목	이름
금	빙상	쇼트트랙 1,500m	안현수
금	빙상	쇼트트랙 1,000m	안현수
금	빙상	쇼트트랙 1,000m	진선유
금	빙상	쇼트트랙 1,500m	진선유
금	빙상	쇼트트랙 3,000m 계주	강윤미, 변천사, 전다혜, 진선유, 최은경
금	빙상	쇼트트랙 5,000m 계주	서호진, 송석우, 안현수, 오세중, 이호석
은	빙상	쇼트트랙 1,500m	이호석
은	빙상	쇼트트랙 1,000m	이호석
은	빙상	쇼트트랙 1,500m	최은경
동	빙상	쇼트트랙 500m	안현수
동	빙상	스피드 500m	이강석

자료출처: 동아일보, 2006. 2. 25; 올림픽 홈페이지, www.olympic.org.

2010년 밴쿠버 동계올림픽대회에서는 한국이 동계올림픽 도전사의 한 획을 그었다. 빙상경기 전 종목에서 금메달을 획득했기 때문이다. 우리나라 효자 종목인 쇼트트랙 스피드 스케이팅에서 남자 1000m와 1500m에서 이정수 선수가 2관왕이 되었고, 스피드스케이팅에서 모태범과 이상화가 남녀 500m를 석권하고, 남자 10,000m에서는 이승훈이 금메달을 목에 걸었다(올림픽 홈페이지, www.olympic.org). 특히 이상화는 아시아 여자 스피드스케이팅 선수로는 첫 동계올림픽 금메달리스트가 되었고, 모태범, 이승훈도 추가 메달을 획득하며 스피드스케이팅은 새로운 '효자 종목'으로 떠올랐다(연합뉴스, 2014. 1. 2).

이뿐만이 아니다. 불모지 피겨스케이팅에서는 '여왕' 김연아가 여자 싱글 역대 최고점인 228.56점으로 우승하며 대회 최고의 스타로 우뚝 섰다. 이로 인해 우리나라는 금메달 6개, 은메달 6개, 동메달 2개를 획득하고 종합순위 5위라는 역대 최고 성적을 거뒀다. 스피드 스케이팅과 피겨 스케이팅에서 금메달을 수확하면서 쇼트트랙 위주였던 금맥을 다 변화하는 성과도 만들어냈다. 다음 <표 8>은 제21회 밴쿠버 동계올림픽에서 우리나라가 획득한 메달 현황이다.

표 8. 제21회 밴쿠버 동계올림픽 우리나라 메달 현황

메달획득현황 : 금 6, 은 6, 동 2, 합계 14			
메달	종목	세부종목	이름
금	빙상	쇼트트랙 1,000m	이정수
금	빙상	쇼트트랙 1,500m	이정수
금	빙상	스피드 10,000m	이승훈
금	빙상	스피드 500m	모태범
금	빙상	스피드 500m	이상화
금	빙상	피겨 싱글(프리)	김연아
은	빙상	쇼트트랙 1,000m	이호석
은	빙상	쇼트트랙 1,500m	이은별
은	빙상	쇼트트랙 500m	성시백
은	빙상	쇼트트랙 5,000m 계주	곽윤기, 김성일, 성시백, 이정수, 이호석
은	빙상	스피드 1,000m	모태범
은	빙상	스피드 5,000m	이승훈
동	빙상	쇼트트랙 1,000m	박승희
동	빙상	쇼트트랙 1,500m	박승희

자료출처: 동아일보, 2010. 2. 24; 올림픽 홈페이지, www.olympic.org.

V. 결론 및 제언

본 연구는 한국 빙상경기 올림픽대회 참가사에 관한 것

으로 우리나라가 광복이후 처음 출전했던 1948년 스위스 생모리츠 올림픽부터 2010년 밴쿠버 올림픽까지의 동계올림픽 역사를 살펴보았으며 다음과 같은 결론을 도출하였다.

광복이후 출전 했던 1948년 제5회 생모리츠 대회는 올림픽 최초로 태극기를 휘날리며 'KOREA'라는 이름을 내건 첫 국제대회로 정부수립 이전 열악한 환경 속에서도 나라를 되찾은 기쁨을 전 세계에 알리는 것과 동시에 국력을 강화시키기 위한 정부의 노력이었다. 이후 지속적으로 동계올림픽에 출전했지만 훈련 시설 부족, 시설 낙후, 지도자의 부재, 얇은 선수층 등으로 하위권 기록을 면치 못했다.

그러던 중 1992년 프랑스 알베르빌 동계올림픽부터 쇼트트랙 스피드 스케이팅이 정식종목으로 채택되면서 우리나라 동계스포츠가 발전하기 시작하였다. 알베르빌 올림픽에서 금메달 2개, 은메달 2개, 동메달 1개를 시작으로 노르웨이 릴레함메르 동계올림픽과 일본 나가노 동계올림픽에서 연속 10위권 진입에 성공, 동계스포츠의 강국으로 발돋움하였다. 또한 2006년 토리노 동계올림픽에서는 쇼트트랙 종목에서 금메달 6개를 획득하면서 동계스포츠 강국으로 자리매김하였다.

2006년까지 한국이 동계올림픽에서 획득한 메달은 금메달 17개, 은메달 8개, 동메달 6개 등 총 31개다. 이 가운데 1992년 알베르빌 대회 스피드스케이팅 남자 1,000m에서 김윤만의 은메달, 2006년 토리노 대회 스피드스케이팅 남자 500m에서 이강석이 딴 동메달을 빼면 모두 쇼트트랙에서 나온 것이었다.

하지만 2010년 밴쿠버 올림픽에서 빙상경기 3종목에서 모두 금메달을 획득하면서 우리나라 동계스포츠의 미래가 한층 밝아졌다. 쇼트트랙과 스피드 스케이팅, 피겨스케이팅 여자 싱글 부문에서 모두 금메달을 획득하며 금메달 6개, 은메달 6개, 동메달 2개, 총 14개의 메달로 종합순위 5위를 기록하며 동계스포츠의 최강국이 되었다.

현재 우리나라 동계스포츠의 미래는 매우 밝다. 많은 관계자들은 2014년 소치 동계올림픽은 한국이 동계스포츠 강국의 위상을 이어갈 수 있는지를 가늠하는 '시금석(試金石)'이 될 전망이라고 평가하고 있다. 이제는 빙상 경기 뿐만 아니라 여자 컬링 팀과 모굴 스키 에서도 순위권 진입을 노린다. 또한 루지, 스킨레톤, 봅슬레이 등 썰매 종목에서도 희망을 찾는다.

이처럼 우리나라에서 동계스포츠는 '무(無)에서 유(有)를 창조'한 희망의 스포츠이다. 광복 이후 국가 재건에 일조하기 위해 시작된 동계올림픽 참가는 불굴의 의지로 오늘날의 동계스포츠 최강국을 만들어 냈다. 또한 어려운 환경 속에서 끊임없이 노력하는 빙상 경기 선수들의 열정과 의지가 오늘날 대한민국의 동계스포츠 역사를 새로 쓰게 한 것이다.

2018년 동계올림픽 개최지는 대한민국 강원도 평창이다. 앞으로 국가적 차원에서 동계스포츠에 많은 지원과 관심, 지도자들과 선수들의 열정과 노력으로 더욱 전진한다면 빙상경 기뿐만 아니라 더 많은 동계스포츠 종목들이 성장, 발전할 것 이며 우리나라는 진정한 동계스포츠 최강국이 될 것이다.

참고문헌

경향신문, 1955년 12월 31일자.
 경향신문, 1956년 1월 21일자.
 경향신문, 1956년 1월 3일자.
 경향신문, 1967년 11월 16일자.
 경향신문, 1967년 12월 20일자
 경향신문, 1968년 1월 9일자.
 경향신문, 1968년 2월 13일자.
 경향신문, 1969년 11월 19일자.
 경향신문, 1971년 12월 1일자.
 경향신문, 1980년 1월 9일자.
 경향신문, 1980년 2월 22일자.
 경향신문, 1988년 2월 26일자.
 경향신문, 1989년 2월 16일자.
 경향신문, 1994년 2월 24일자.
 경향신문, 1998년 2월 18일자.
 경향신문, 1998년 2월 23일자.
 경향신문, 1998년 2월 23일자.
 경향신문, 2006년 2월 12일자.
 김성문, 남정훈(2008). 빙상선수의 경기력 결정에 영향을 미치 는 심리요인 계층분석. **한국체육학회지**, 48권 1호.
 김소희(2013). 빙상선수들의 심리적 임파워먼트가 스포츠팀 효 과성에 미치는 영향. **한국여성체육학회지**, 27권 3호.
 김태훈, 전명규, 류시현, 박상균(2013). 쇼트트랙 스피드 스케이팅 곡선주로의 반경차이에 따른 운동학적 분석. **한국체육역학회지**, 23권 2호.
 남정훈(2013). 빙상선수의 성취목표 성향과 셀프리더십 및 스포츠 동기의 구조적관계. **한국데이터정보과학회지**, 24권 3호.
 동아일보, 1070년 2월 6일자.
 동아일보, 1948년 1월 11일자.
 동아일보, 1948년 1월 29일자.
 동아일보, 1948년 2월 9일자.
 동아일보, 1948년 3월 30일자.
 동아일보, 1949년 1월 29일자.
 동아일보, 1956년 1월 15일자.
 동아일보, 1959년 10월 1일자.
 동아일보, 1959년 12월 8일자.
 동아일보, 1959년 12월 8일자.
 동아일보, 1959년 4월 22일자.
 동아일보, 1960년 1월 10일자.
 동아일보, 1960년 1월 27일자.
 동아일보, 1964년 2월 6일자.
 동아일보, 1972년 1월 17일자.
 동아일보, 1981년 10월 1일자.
 동아일보, 1987년 12월 18일자.
 동아일보, 1988년 2월 23일자.
 동아일보, 1992년 2월 6일자.
 동아일보, 1994년 1월 1일자.
 동아일보, 1994년 2월 24일자.
 동아일보, 2002년 1월 11일자.
 동아일보, 2002년 2월 22일자.
 동아일보, 2006년 2월 25일자.
 매일경제, 1981년 10월 1일자.
 매일경제, 1987년 12월 9일자.
 매일경제, 1987년 3월 16일자.
 매일경제, 1994년 2월 24일자.
 매일경제, 1998년 2월 18일자.
 매일경제, 1998년 2월 23일자.
 백국군(2011) 올림픽, 세계선수권 대회 쇼트트랙 스피드 스케이팅 기록변화 추이 분석. **한국체육측정평가학회지**, 13권 2호.
 연합뉴스, 2014년 1월 2일자.
 올림픽 홈페이지, www.olympic.org.
 조선일보, 1947년 11월 15일자.
 조선일보, 1947년 11월 15일자.
 조선일보, 1947년 12월 13일자.
 조선일보, 1948년 1월 20일자.
 조선일보, 1948년 1월 25일자.
 조선일보, 1948년 1월 8일자.
 조선일보, 1948년 1월 8일자.
 하남길(2011). **체육사 신문**. 경상대학교 출판부.
 이태영(2000). **은반위의 질주**. 서울올림픽기념 국민체육진흥공단.

태권도전공 대학생의 졸업 후 진로결정

Career Decision for Students Majoring in Taekwondo after Graduation

정국현* · 정락희 · 장 권 한국체육대학교

Jeong, Kook-Hyun · Jeong, Rack-Hei · Jang, Kwon Korea National Sport Univ.

요약

이 연구는 현재 태권도학과에 재학 중인 대학생을 대상으로 연구의 취지를 설명한 후, 협조를 얻어 설문을 실시하였다. 총 배포된 설문지 250부 중, 신뢰성이 떨어진다고 판단되는 18부의 설문지를 제외하고 총 232부의 자료가 실제 조사 및 분석에 활용되었다. 이 연구에서는 태권도전공 대학생의 졸업 후 진로결정에 대한 인식을 규명하기 위하여 진로선택 시 영향력 있는 주변인, 직업선택기준, 희망직업, 실제 예상직업, 타 직업선택 가능성, 희망진로, 실제 예상진로를 구분하여 연구대상의 인식을 조사하였다. 이에 따라 결론은 다음과 같다.

첫째, 진로선택택시 가장 영향력 있는 인물은 자기 본인인 것으로 나타났다. 둘째, 직업선택 시 고려하는 기준은 개인의 적성이 높은 것으로 나타났다. 셋째, 졸업 후 희망하는 직업군은 태권도 외 일반스포츠계열의 직업군이 높은 것으로 나타났다. 넷째, 졸업 후 자신이 실제로 종사하게 될 것이라 예상하는 직업군은 태권도 외 일반스포츠계열의 직업군이 높은 것으로 나타났다. 다섯째, 태권도 외 타 직업군에 종사하게 될 가능성 정도에 대해서는 타 직업군 종사의 가능성이 높은 것으로 나타났다. 여섯째, 졸업 후 희망하는 진로는 태권도와 관련 없는 분야가 높은 것으로 나타났다. 마지막으로 졸업 후 실제 진출할 것으로 예상하는 진로는 태권도와 관련 없는 분야 및 태권도장 운영이 동일하게 높은 것으로 나타났다.

Abstract

This study was made through surveying undergraduate students currently majoring in Taekwondo after explaining and gaining consent of the intent of this study. Between the total of 250 surveys that were distributed, excluding 18 surveys which were judged to lack credibility, a total of 232 surveys were used for the actual research and analysis. This study aimed to investigate the thoughts about career decision for students majoring in Taekwondo after graduation, and thereby researched influential factors in choosing careers for the individual, which include influential acquaintances, criteria for career decision, desired job, expected job, possibility to change occupation, desired course, expected course. The results are stated below. First, the most influential acquaintance when choosing course was themselves. Second, the most important criteria when choosing occupation was individual aptitude. Third, the most preferred occupation was in the sports affiliation, including jobs in Taekwondo. Fourth, the most common occupation after graduation was in the sports affiliation, including jobs in Taekwondo. Fifth, the researched showed that there was a high possibility that students could work in other fields. Sixth, research showed that the desired course after graduation was not relevant to jobs in Taekwondo. Finally, the most expected course for students after graduation was a tie between jobs not relevant to Taekwondo and managing a Taekwondo studio.

Key words: taekwondo

이 연구는 2012년도 한국체육대학교 특성화역량강화사업의 지원을 받아 이루어졌음.

* khjeong@knsu.ac.kr

I. 서론

1. 연구의 필요성

우리나라의 태권도는 지난 반세기 동안 세계인의 무도스포츠로서 큰 발전을 이룩하였다. 2000년 제27회 시드니올림픽으로부터 2020년 제32회 올림픽의 핵심종목으로 선정되면서 6회 연속 올림픽 정식종목의 자리를 지켜내 태권도 모국으로서의 위상을 굳건히 지키고 있다.

현재는 총 205개국의 회원국을 확보하여 태권도의 양적 규모 또한 지속적으로, 급속히 발전을 이루고 있는 것으로 보인다(세계태권도연맹, 2011). 이러한 흐름과 같이하여 그동안 국내의 태권도계에서는 태권도의 보급과 수련인구 확대에 힘써왔으며, 태권도의 발전상을 밑거름 삼아 전국적으로 태권도전공 관련학과가 개설되는 계기를 마련한 것이다. 이와 더불어 '태권도한마당', '폼새선수권대회' 등의 창설에 따라 태권도의 기술체계가 더욱 전문화되고, 세분화되는 기틀을 만들 수 있었다(임신자, 2010).

태권도 기술체계의 다양화는 다시 태권도 수련층을 두텁게 하는 이유가 되어주고 있다. 태권도 겨루기선수의 엘리트 스포츠체계에서 확장되고, 탈피하여 국내에서 아동의 건강교육으로만 폄하되던 태권도의 실전성과 무도성을 회복하고자 노력하여 실질적으로 남녀노소 누구나 즐기는 생활체육으로의 기틀을 다시 다지고 있는 것이다. 그리고 이는 분명 다시 겨루기 이외의 기술체계에서 새로운 경기화 모델이 정착되고, 태권도의 기술체계를 완성하는 발전체계의 과정을 걸을 것이다.

이러한 태권도의 기술체계의 발전은 전국의 태권도전공 관련학과의 증가와 이를 통해 제공되는 양질의 태권도 교육이 바탕이 되어주었음을 부인하기는 어렵다고 생각된다. 그러므로 대학의 태권도 교육과정에 대한 심도 있는 논의가 필요한 시점이다. 단순히 태권도의 기술을 전수하는데 그친다면 그동안 태권도의 세계적인 발전과 더불어 성장한 대학의 태권도 교육은 점차 쇠퇴 할 수 있을 것이다(김태일, 2003).

이러한 태권도의 국제적 위상에도 불구하고 태권도계 안팎에서는 아직도 여러 문제점들이 노출되고 있다. 특히 국내의 태권도장 공급 포화상태에 관한 언급은 지속적으로 논의되고 있으며, 이를 타개하기 위하여 태권도장의 공급을 조절하기 보다는 상생의 길을 찾기 위해 태권도장 경영활성화와 마케팅 전략 및 서비스품질 개선과 고객만족도에

관한 연구가 활발히 진행되고 있다(유재원, 2004; 이천인, 2008; 이승행, 2008; 이은재, 2008).

태권도의 보급과 수련 및 지도현장에서는 사설 태권도장 존재가 큰 역할을 하고 있음에도 불구하고 일선도장의 태권도사범 수급 문제는 심각하게 받아들여지고 있다. 국내 태권도전공자를 배출하는 대학의 수가 40여개를 넘어서는 가운데, 매년 태권도전공 졸업자가 1000여명을 상회하면서도 실제 현장에서는 태권도사범의 수급이 원활하지 않아 운영에 어려움을 겪는 경우가 많다.

그동안 매년 정기적으로 이루어지고 있는 국내의 대학 총장기 전국태권도대회를 통해 우수학생을 발굴하고 대학 입학의 특전을 부여하였으며, 이외 일반학생들 또한 훌륭한 지도자를 꿈꾸며 태권도전공학과에 입학을 고진감래 끝에 하면서도 입학 때 품었던 지도자의 꿈을 접게 되는 현상이 쉽게 받아들여지지 않는 것이 태권도계의 현실이다.

최근의 대학생들의 진로문제에 대하여 송민(2007)은 “개인적 차원을 넘어서 국가적 인적 자원개발과 사회통합의 측면에서도 중요성이 점차 커지고 있다. 즉, 개인의 능력개발이나 진로 발달은 개개인의 삶의 울타리를 넘어서 국가 발전에 중요한 역할을 담당하게 되는 인적 자원개발의 문제가 되고 있다” 라고 주장한다. 이러한 맥락과 마찬가지로 김현인(2007)은 “직업환경의 변화에 신속하게 적응할 수 있는 예비직종의 탐색활동이 있어야 하며, 대학에서는 졸업을 앞둔 대학생들에게 다양하고 올바른 진로선택의 지침을 제공해주어야 한다” 라고 하였다. 이에 김기복(2013)은 태권도 우수선수의 진로방향을 모색하기 위해서 진로를 결정하는 요인과 앞으로의 제도적 장치를 마련하기 위한 개선방안을 도출하고자 하였다.

태권도의 학문적 발전과 취업 수단으로써의 기능과 역할이 확대 됨에 따라 이제는 태권도를 전공하는 대학생들의 진로결정에 대한 연구가 좀 더 세밀하게 이루어져야 할 필요가 있다.

실제로 최근에는 태권도 전공생을 대상으로 하여 태권도 전공생의 대학생활과 졸업 후 진로의식에 대한 면밀한 연구들이 지속적으로 이루어지고 있다. 그동안의 태권도 전공 대학생에 대한 선행연구들은 양적연구방법의 틀을 기반으로 하여 균일한 측정도구를 통해 통계적으로 일반화된 연구결과를 이끌어 내었다. 이들 연구는 태권도전공 대학생의 교육과정 인식(강은석, 2010; 김태일, 2003; 조은선, 임신자, 광정현, 2010), 대학생생활(김하영, 강은석, 2009; 정국현, 최광근, 2003), 학과만족(양현석, 윤정욱, 양통일, 2011; 황영태,

김장환, 엄대영, 최명수, 2006), 졸업 후 진로의식(김진석, 박재우, 조임형, 2006)을 다양하게 접근하고 있으나 구체적으로 각 변인이 무엇으로부터 기인하는지 규명하기에는 한계가 있다. 또한 태권도의 무도적, 체육적인 특성과 제한을 생각해 볼 때, 여학생의 전공학과생활이 남학생과의 차이가 있을 수 있음을 예상 가능함에도 이에 대한 연구도 미흡한 실정이다. 이에 이 연구는 최근의 태권도전공 관련학과들의 성장 추세를 고려하고, 조금 더 구체적인 대상의 경험을 바탕으로 태권도학과들의 교육과정이 국내 태권도학과와의 발전에 도움이 될 수 있기를 기대하고 연구가 이루어졌다.

따라서 이 연구는 태권도 전공자들의 졸업 후 진로선택 요인 및 결정모형을 규명하여 태권도전공생들이 우수한 지도자로서 나아갈 수 있는 방향을 탐색하고 이에 대학에서 태권도전공생들의 진로를 위해 제공해야 할 교육서비스를 진단하는데 그 의의를 지닌다.

2. 연구의 목적

이 연구는 현재 태권도학과에서 개설된 교육과정이 대학생들의 진로를 결정하는 요소로 미흡한 점들이 발견됨에 따라 이러한 문제점을 도출하고 앞으로 개선방안을 탐색하는 목적을 지니고 있다. 국내의 태권도학과 관련 전공학과가 다수 개설되어있고 이들 학과를 바탕으로 많은 전문 인력이 배출되고 있음에도 일선 현장의 태권도장에서는 사범수급에 어려움을 직시하고 태권도전공 대학生の 졸업 후 진로결정에 대하여 규명하는데 목적을 두었다.

따라서 이 연구의 목적을 달성하기 위한 구체적인 연구문제로서 “태권도전공 대학生の 인구통계학적 특성에 따라 졸업 후 진로 결정에 대한 인식의 차이가 있는가?”를 설정하였다.

II. 연구방법

1. 연구대상

이 연구는 현재 태권도관련 전공학과에 재학 중인 대학생들을 대상으로 연구의 취지를 설명한 후, 협조를 얻어 설문을 실시하였다. 총 배포된 설문지 250부 중, 신뢰성이 떨어진다고 판단되는 18부의 설문지를 제외하고 총 232부의 자료가 실제 조사 및 분석에 활용되었다. 회수된 조사표본 집

단의 인구통계학적 특성을 살펴보면 <표 1>와 같다. 조사결과 성별에 따른 분포는 남자 154명(66.4%), 여자 78명(33.6%)로 나타났으며, 학력에서는 3학년 82명(35.3%), 4학년 150명(64.7%)로 나타났다. 휴·복학 경험유무에서는 일반재학생 124명(53.4%), 군 휴학경험 91명(39.2%), 가사휴학경험 17명(7.3%)로 나타났으며, 특기에서는 품새 113명(48.7%), 겨루기 69명(29.7%), 시범 50명(21.6%)로 나타났다.

표 1. 연구대상의 인구통계학적 특성

구분		빈도 (명)	퍼센트 (%)
성별	남	154	66.4
	여	78	33.6
학년	3학년	82	35.3
	4학년	150	64.7
휴·복학 경험유무	일반재학생	124	53.4
	군 휴학 경험	91	39.2
	가사휴학경험	17	7.3
특기	품새	113	48.7
	겨루기	69	29.7
	시범	50	21.6

2. 조사도구

이 연구에서는 태권도전공 대학生の 졸업 후 진로결정에 대하여 규명하기 위해 설문지를 사용하였다. 검사 도구는 선행연구를 통해 밝혀진 연구결과를 바탕으로 본 연구 목적에 적합하도록 연구자가 직접 제작한 선택지형태의 설문지이었다. 이 설문지는 총 11개의 문항으로 제작되었으며, 크게 4부분으로 나누어져 있다. 첫째, 진로 선택 시의 기준 또는 동기, 둘째, 개인의 능력을 고려하지 않은 희망직업군, 셋째, 실제 종사 가능성이 높은 예상직업, 넷째 연구대상의 통계학적 특성을 측정하기 위한 개인특성에 관한 문항으로 제작되었다.

3. 타당도

이 연구는 조사도구의 타당도 측정을 위해 3명의 태권도학 전공교수와 2명의 태권도 관련 박사학위소지자 2명을 선정하여 11개의 선다형 형태의 질문에 대한 내용 타당도 검사를 시행하였다. 5명의 전문가는 모두 대학에서 태권도 학과의 전공을 지도하거나 태권도관련 교과과정을 가르치고 있었다. 5명의 전문가는 이 연구의 조사도구의 내용 타당도를 측정된 결과, 태권도학을 전공하는 대학생들을 대상

으로 그들이 태권도를 대학 전공으로 선택하게 된 요인과 학위과정 후 기대하고 있는 희망 진로와 실제 예상 진로를 측정하는데 타당성을 가지고 있다고 결론을 내려 주었다.

4. 자료처리

이 연구에서는 태권도전공 대학생의 졸업 후 진로 결정에 대한 인식을 알아보기 위해 전국의 4년제 대학교 태권도학과 4곳을 직접 방문하여 설문조사를 실시하였다. 보조연구원 2인과 함께 진행한 설문조사는 해당 태권도학과의 교수 및 조교의 사전협조에 의해 이루어졌다. 설문조사의 실시는 연구 응답자에게 설문조사 응답 시 유의할 사항을 전달하고 사전숙지 후 실시하였다. 자기평가 기입법으로 작성된 설문지는 회수 후, 미응답 및 불성실 응답으로 인하여 신뢰성이 미흡한 설문지를 제외하고 통계분석을 위한 코딩을 실시하였다. 자료처리는 통계패키지 프로그램 PASW 18.0을 이용하였다. 이 연구에서는 결과를 검증하기 위하여 기술통계를 활용하였다.

5. 연구의 윤리성

연구참여자를 통하여 수집된 자료는 윤리적 문제를 신중하게 다루어야하기 때문에 다음과 같은 지침을 바탕으로 진행하였다. 첫째, 연구참여자에게 사전에 동의를 구하였다. 둘째, 개인정보를 익명으로 처리하였다.

III. 연구결과

1. 진로선택 시 조력자에 대한 인식

<표 2>에서 제시한 바와 같이 진로선택에 대한 영향력을 살펴보면 감독이나 코치 8명(3.4%), 부모 38명(16.4%), 친구나 선배 4명(1.7%), 전공교수 4명(1.7%), 자신의 결정 178명(76.7%)로 나타났다.

태권도는 개인의 특기이므로 예상보다 자신의 결정에 따라 진로결정을 하겠다는 응답이 많았다. 이에 따르면 태권도를 직업으로 택할 수 있을 만큼 능력과 기술을 갖추었는가 보다는 취업을 고려할 시기의 태권도학과 전공생의 선택과 결정, 진로에 대한 마음가짐이 중요하다는 분석이 가능하다.

따라서 태권도학과 전공생들이 태권도계에서 진로의 방향을 잡고 직업을 선택하도록 하기 위해서는 3~4학년 정도의 고학년과 군 전역이후 복학을 위한 취업관련 프로그램과 전공과정을 전문화 및 세분화할 필요가 있을 것이다.

표 2. 진로선택 시 본인에게 영향력이 가장 큰 주변인에 대한 인식

구분	빈도(명)	퍼센트(%)
영향력	감독이나 코치	8 3.4
	부모	38 16.4
	친구나 선배	4 1.7
	전공교수	4 1.7
	자신의 결정	178 76.7

2. 직업선택의 기준에 대한 인식

<표 3>에서 제시한 바와 같이 장래 직업을 선택할 때 가장 중요한 기준을 살펴보면 적성138명(59.3%), 능력 42명(18.1%), 대우 4명(1.7%), 장래 48명(20.7%)로 나타났다.

이 결과에 따르면 태권도학과 전공생들은 현재 자신이 지니고 있는 능력이나 기술보다는 적성이나 흥미, 즉 자기만족이 높은 직업을 택하려 하는 것으로 해석된다.

따라서 직업 선택 또는 진로결정을 원활히 하도록 돕기 위해 학교 또는 학과 차원에서 전공과 적성의 관계에 대한 취업 상담 프로그램을 정기적으로 실시한다면 큰 도움이 될 것이다.

표 3. 직업선택 시 고려하게 되는 기준에 대한 인식

구분	빈도(명)	퍼센트(%)
선택 기준	적성	138 59.3
	능력	42 18.1
	대우	4 1.7
	장래	48 20.7

3. 희망하는 직업에 대한 인식

<표 4>에서 제시한 바와 같이 직업에 종사하기를 희망하는 분야를 살펴보면 태권도전공교수(대학교수/강사) 26명(11.2%), 태권도장 관장 11명(4.7%), 태권도부 코치(품새/사범) 7명(3.0%), 태권도코치 공연가(시범/마샬아츠) 13명(5.6%), 태권도기관 행정사무직 8명(3.4%), 해외지도자 진출 20명(8.6%), 일반스포츠강사 11명(4.7%), 체육이나 스포츠관련 산업 종사 59명(25.4%), 기타 일반 타 분야종사 77명(33.2%)로 나타났다.

이 결과에 따르면 약 60%에 이르는 응답자가 태권도와 관련이 없는 진로를 졸업 이후 자신이 종사를 희망하는 직업군으로 응답하고 있는데 이는 현재 전공생들의 선배들이 겪고 있는 취업과 진로선택에 대한 어려움을 알고 있기 때문이며, 태권도계에서 성공한다는 것을 어려운 목표로 생각하고 있는 것으로 풀이된다.

따라서 이를 긍정적으로 변화시키기 위해서는 태권도 유관기관 및 각 전공학과 개설 대학 간 태권도산업 일자리 창출을 위한 산학협동 연구 및 개발이 지속적으로 이루어져야 할 것이다.

표 4. 종사를 희망하는 직업

구 분	빈도 (명)	퍼센트 (%)
태권도전공교수(대학교수/ 강사)	26	11.2
태권도장 관장	11	4.7
태권도부 코치(품새/시범)	7	3.0
태권도 공연가(시범/마살아츠)	13	5.6
태권도기관 행정사무직	8	3.4
해외지도자 진출	20	8.6
일반스포츠강사	11	4.7
체육이나 스포츠 관련 산업 종사	59	25.4
기타 일반 타 분야종사	77	33.2

4. 실제 예상하는 직업에 대한 인식

<표 5>에서 제시한 바와 같이 실제 기대하거나 예상하는 태권도 관련 직업 분야를 살펴보면 태권도전공교수(대학교수/강사) 15명(6.5%), 태권도사범 27명(11.6%), 태권도장 관장 21명(9.1%), 태권도부 코치(품새/사범) 4명(1.7%), 태권도코치 공연가(시범/마살아츠) 7명(3.0%), 태권도기관 행정사무직 8명(3.4%), 해외지도자 진출 42명(18.1%), 일반스포츠강사 7명(3.0%), 체육이나 스포츠관련 산업 종사 50명(21.6%), 기타 일반 타 분야종사 51명(22.0%)로 나타났다.

종사를 희망하는 직업과는 미미한 차이를 보임에도 불구하고 태권도계와 비태권도계 종사 예상의 정도가 1:1 수준으로 나타났다. 이러한 결과는 전공생들이 진로선택 및 결정에 있어서 우선적으로는 태권도전공을 발전시키고 자신의 특기를 직업화 하려는 의식을 가지고 있다는 것으로 풀이된다.

따라서 대학에서는 태권도학과 전공생의 개인적 역량을 꾸준히 향상 시킬 수 있는 맞춤형 진로지도 및 전공교육과정의 개발이 필요할 것으로 보여 진다.

표 5. 실제 기대하거나 예상하는 직업

구 분	빈도 (명)	퍼센트 (%)
태권도전공교수(대학교수/ 강사)	15	6.5
태권도 사범	27	11.6
태권도장 관장	21	9.1
태권도 코치(품새/시범)	4	1.7
태권도 공연가(시범/마살아츠)	7	3.0
태권도기관 행정사무직	8	3.4
해외지도자 진출	42	18.1
일반스포츠강사	7	3.0
체육이나 스포츠 관련 산업 종사	50	21.6
기타 일반 타 분야종사	51	22.0

5. 태권도 외 타 직업군 진로결정에 대한 인식

<표 6>에서 제시한 바와 같이 태권도 사범이 아닌 다른 직업을 찾을 것인가를 살펴보면, 전혀 그렇지 않다 12명(5.2%), 그렇지 않다 11명(4.7%), 보통이다 61명(23.3%), 그렇다 52명(22.4%), 매우 그렇다 96명(41.4%)로 나타났다.

이러한 결과는 앞서 희망하는 직업에 대한 인식과 마찬가지로 직업적인 미래비전과 현재의 직업적 환경을 태권도 전공생들이 잘 인식하고 있기에 오히려 태권도 연관 직업군을 기피하는 것으로 보여 진다.

따라서 태권도산업 관련 연관직업개발과 일자리 창출 노력과 함께 직업적 복지환경을 강화하는 방안도 마련되어야 할 것이다.

표 6. 태권도 외 타 직업군 진로결정에 대한 인식

구 분	빈도(명)	퍼센트(%)
전혀 그렇지 않다	12	5.2
그렇지 않다	11	4.7
보통이다	61	23.3
그렇다	52	22.4
매우 그렇다	96	41.4

6. 졸업 후 희망하는 진로에 대한 인식

‘졸업 직후 실제로 무엇을 하고 싶은가?’를 전제로 하여 희망직업에 대하여 알아본 결과 <표 7>에서 제시한 바와 같이 졸업 후 희망하는 진로의 분야를 살펴보면 태권도와 관련 없는 분야 85명(36.6%), 스포츠강사 34명(14.7%), 태권도장 운영 23명(9.9%), 태권도 관련 활동(시범/공연) 19명(8.2%), 태권도기관 행정 사무직 8명(3.4%), 국내 대학원 진학 19명(8.2%), 해외 대학원 진학 15명(6.5%), 태권도 관

런 기관 취업 29명(12.5%)으로 나타났다.

이러한 결과는 앞서 희망직업에 대한 조사결과와 마찬가지로 자신의 실제 전공에 따른 전공이나 기술력 보유정도를 감안하여 직업 선택을 하기 보다는 현재 전공생이 처하고 있는 사회환경 또는 가정환경 등 복합적 요소가 직업선택에 영향을 미치는 것으로 분석된다. 특히 대학원진학에 대학에 대한 희망이 태권도장 운영을 희망하는 것보다 높게 나타나는 것으로 보아 향후 직업의 명예 또는 다른 분야로의 개인역량 확대 등 전공생들이 진로방향의 선택지를 다양하게 고려하고 있음을 알 수 있다.

표 7. 졸업 후 희망하는 진로에 대학 인식

	구 분	빈도(명)	퍼센트(%)
희망 진로	태권도와 관련 없는 분야	85	36.6
	스포츠강사	34	14.7
	태권도장 운영	23	9.9
	태권도 관련 활동(시범/공연)	19	8.2
	태권도기관 행정 사무직	37	15.9
	국내 대학원 진학	19	8.2
	해외 대학원 진학	15	6.5

7. 졸업 후 실제 기대하는 예상하는 진로에 대한 인식

‘졸업 직후 실제로 무엇을 하고 싶은가?’를 전제로 하여 개인의 희망과는 다르게 실제로 하게 될 것 같은 직업에 대한 물음에 의해 그 결과를 살펴보면 <표 8>에서 제시한 바와 같이, 태권도와 관련 없는 분야 60명(25.9%), 스포츠강사 25명(10.8%), 태권도장 운영 54명(23.3%), 태권도 관련 활동(시범/공연) 11명(4.7%), 태권도기관 행정 사무직 17명(7.3%), 국내 대학원 진학 29명(12.5%), 해외 대학원 진학 4명(1.7%), 태권도 관련 기관 취업 32명(13.8%)으로 나타났다.

앞서 졸업 후 희망하는 진로와 비슷한 조사결과를 보이지만 대학원 진학은 현실적으로 국내 대학원 진로를 예상하고 있었다. 또한 ‘태권도장 운영을 하고 있을 것이다.’라는 예상이 희망 진로보다 두 배 이상 나타나는 것으로 보아 앞선 조사 결과들과 대비해 보았을 때, 태권도학과 전공생들은 태권도와 관련된 진로선택을 기피하는 것 보다는 태권도를 바탕으로 축적한 지식과 경험을 다양한 분야에 사용하고 싶어 하는 것으로 연구결과를 풀이할 수 있다.

따라서 태권도학과들은 전공생들의 교육과정을 태권도 기술계발에 국한시키지 않고 태권도를 바탕으로 하여 개개인의 능력을 확장하고 발전시킬 수 있도록 지원프로그램을 강화해야 할 것이다.

표 8. 졸업 후 실제 종사를 예상하는 진로에 대한 인식

	구 분	빈도(명)	퍼센트(%)
실제 예상 진로	태권도와 관련 없는 분야	60	25.9
	스포츠강사	25	10.8
	태권도장 운영	54	23.3
	태권도 관련 활동(시범/공연)	11	4.7
	태권도기관 행정 사무직	49	21.1
	국내 대학원 진학	29	12.5
해외 대학원 진학	4	1.7	

IV. 논의

이 연구는 나날이 발전하고 있는 대학 중심의 태권도 전공학과의 규모에 따라 전공생들의 졸업 후 진로결정에 기초자료를 제공하는 의의를 두고 이루어졌다. 국내의 태권도 전공학과들은 대규모의 졸업자를 배출하고 있음에도 전공 졸업자들이 활동할 수 있는 영역은 대학 중심의 태권도전공학과의 발전 속도에 미치지 못하여 우수한 태권도 인력이 여타의 다른 분야에 흡수되는 경우가 많으며, 태권도계 내부적으로는 태권도장의 말단 사범직은 일자리 창출(새 도장의 개관 증가)이 많음에도 불구하고 피고용인을 구하기가 힘든 모순적인 현상이 일어나고 있다.

따라서 이러한 부분에 대한 개선방안을 제시하고자 현재 태권도학과에 재학 중인 전공대학생들을 연구대상으로 하여 조사를 실시한 결과는 다음과 같이 요약할 수 있다.

첫째, 진로선택 시 가장 영향력 있는 인물은 자기 본인인 것으로 나타났다. 둘째, 직업선택 시 고려하는 기준은 개인의 적성이 높은 것으로 나타났다. 셋째, 졸업 후 희망하는 직업군은 태권도 외 일반스포츠계열의 직업군이 높은 것으로 나타났다. 넷째, 졸업 후 자신이 실제로 종사하게 될 것이라 예상하는 직업군은 태권도 외 일반스포츠계열의 직업군이 높은 것으로 나타났다. 다섯째, 태권도 외 타 직업군에 종사하게 될 가능성 정도에 대해서는 타 직업군 종사의 가능성이 높은 것으로 나타났다. 여섯째, 졸업 후 희망하는 진로는 태권도와 관련 없는 분야가 높은 것으로 나타났다. 마지막으로 졸업 후 실제 진출 할 것으로 예상하는 진로는 태권도와 관련 없는 분야 및 태권도장 운영이 동일하게 높은 것으로 나타났다.

위 결과를 분석해보면 특이한 점을 분석할 수 있는데 태권도를 진로로 결정하는 것은 전공생 스스로가 자신의 적성을 판단하고 한 것임에도 졸업 후 진로를 태권도분야로

선택하지 않는다는 모순적인 결론이 나타난다. 그러나 태권도장 운영과 태권도 외 분야 종사가 실제 예상 진로 선택으로서 비율이 비슷하게 나타나는 것을 볼 때, 이러한 결과는 끝내 태권도전공 대학 졸업자들이 취업진로를 선택 시 경제적인 여건을 많이 고려하기 때문이라 분석된다.

이 연구의 결과를 지지하는 연구로서 김태일, 김진석(2006)의 태권도전공자들의 진로선택에 관한 연구를 살펴보면 역시 일반 스포츠 강사 직업군에 종사하겠다는 응답을 주로 하는 것으로 나타났었다. 이 연구 이후로 시간이 비교적 흐른 시점에 이루어진 이 연구의 결과와 크게 다르지 않은 점을 보면 국내 태권도 비즈니스 분야가 아직 잠재력을 지닌 우수한 태권도인재를 흡수 할 수 있는 직업의 시장성을 지니지 못하고 있다는 판단이 든다.

즉 월 급여를 받는 사범은 직업으로서 지속하기 힘들다고 하여도 직접 운영하고 경제권을 쥐게 되는 관장을 목표로 한다면 태권도계에 종사할 수 있다는 의미인 것이다. 또한 낮은 급여체계, 4대 보험 미적용, 잦은 휴일근무 등 열악한 환경의 근무보다는 대학이라는 학벌을 근거로 사무직 또는 행정직에 비교적 큰 관심을 보이는 것으로 나타나 향후 국내·외 태권도계의 다양한 이벤트와 사업 활동에 활용할 인재를 찾는 것은 어렵지 않을 수 있다는 전망을 할 수 있다.

또한 양현석, 윤정옥, 양통일(2011)의 연구와 비교해보면 전공만족이 진로자기효능감과 진로의식 성숙도에 직·간접적인 영향을 미치는 것으로 보고되었는데 이는 태권도전공생들의 태권도계 분야 종사를 위한 동기를 향상시키기 위해서는 대학의 태권도 전공교육과정이 좀 더 변화할 필요가 있다고 생각된다.

따라서 다음과 같은 개선방안을 제시할 수 있을 것이다.

첫째, 태권도진흥법에 추가하여 태권도장 지도자에 대한 기본 처우개선방안을 제도화 시킬 필요가 있다.

둘째, 대학의 태권도 전공생을 모집전형을 경기실적 이외의 다양성을 부여하여 태권도에 대한 열정과 관심, 그리고 학문적 이해를 지닌 잠재적 태권도인을 선발할 수 있는 가능성을 제고한다.

셋째, 태권도 전공생의 태권도 분야 진출의 동기부여를 위해 현 대학 태권도전공과정을 국기원 연구소(향후 태권도원 태권도연구소)와 함께 다양한 커리큘럼으로 지속적인 개발을 한다.

넷째, 태권도 유관기관은 태권도 전공자들의 경험과 지식을 발휘할 수 있도록 별도의 공개채용 시스템을 마련할 필요가 있다.

V. 결론 및 제언

1. 결론

이 연구는 현재 태권도학과에 재학 중인 대학생을 대상으로 연구의 취지를 설명한 후, 협조를 얻어 설문을 실시하였다. 총 배포된 설문지 250부 중, 신뢰성이 떨어진다고 판단되는 18부의 설문지를 제외하고 총 232부의 자료가 실제 조사 및 분석에 활용되었다. 이 연구에서는 태권도전공 대학생의 졸업 후 진로결정에 대한 인식을 규명하기 위하여 진로선택 시 영향력 있는 주변인, 직업선택기준, 희망직업, 실제 예상직업, 타 직업선택 가능성, 희망진로, 실제 예상진로를 구분하여 연구대상의 인식을 조사하였다. 이에 따라 결론은 다음과 같다.

첫째, 진로선택 시 가장 영향력 있는 인물은 자기 본인인 것으로 나타났다. 둘째, 직업선택 시 고려하는 기준은 개인의 적성이 높은 것으로 나타났다. 셋째, 졸업 후 희망하는 직업군은 태권도 외 일반스포츠계열의 직업군이 높은 것으로 나타났다. 넷째, 졸업 후 자신이 실제로 종사하게 될 것이라 예상하는 직업군은 태권도 외 일반스포츠계열의 직업군이 높은 것으로 나타났다. 다섯째, 태권도 외 타 직업군에 종사하게 될 가능성 정도에 대해서는 타 직업군 종사의 가능성이 높은 것으로 나타났다. 여섯째, 졸업 후 희망하는 진로는 태권도와 관련 없는 분야가 높은 것으로 나타났다. 마지막으로 졸업 후 실제 진출 할 것으로 예상하는 진로는 태권도와 관련 없는 분야 및 태권도장 운영이 동일하게 높은 것으로 나타났다.

따라서 향후 태권도 전공생들의 태권도 분야 진출을 위한 반석을 잘 다지기 위해서는 대학, 태권도기관, 정부제도의 전방위적 지원체계 마련이 필요할 것이다.

태권도장 사범 및 지도자의 처우를 개선하는 사업이 우선적으로 펼쳐져야 하며, 태권도 유관기관이 태권도전공생들의 경험을 활용할 수 있는 프로그램을 실시하여 태권도 우수인력의 낭비를 막아야한다. 그리고 태권도 전공생을 배출하는 태권도 전공을 개설하고 있는 대학의 전공생에 대한 교육여건과 환경을 재정비 할 필요가 있다.

2. 제언

이 연구를 바탕으로 후속 연구에서 진행될 수 있는 연구 방향을 제언하면 기술체계가 세분화되어가는 태권도계의

흐름 속에서 태권도 기술체계별 주특기가 다른 태권도 전공생 또는 사범에 대한 재교육 방안에 대한 연구가 이루어질 필요가 있다. 그리고 태권도 전공생들의 해외사범진출을 위한 진출과정의 우수사례 연구가 필요한 시점이다.

참고문헌

- 강은석(2010). 태권도 전공자들의 해외 진출에 대한 인식과 해외 진출을 위한 교육과정. **한국체육과학회지**, 19(3), 51-63.
- 국기원(2005). 태권도교본, 서울: 오성출판사
- 김경숙, 김도연(2008). 체육 관령학과 전공교육이 전공에 대한 인식과 진로선택에 미치는 영향. **한국사회체육학회지**, 33, 73-87.
- 김진석, 박재우, 조임형(2006). 대학 태권도 전공자들의 졸업 후 희망 진로 선택에 관한 연구. **무도연구논집**, 17(1), 75-88.
- 김진석, 박재우, 조임형(2006). 대학 태권도 전공자들의 졸업 후 희망 진로 선택에 관한 연구. **용인대학교 무도연구지**, 17(1), 75-88.
- 김태일(2003). 태권도전공 교육과정 운영에 대한 학생들의 인식도 조사. **한국체육과학회지**, 12(1), 319-329.
- 김태일, 김진석(2006). 대학 태권도 전공자들의 졸업 후 희망 진로 선택에 관한 연구. **한국스포츠리서치**, 13(2), 81-96.
- 김하영, 강은석(2009). 태권도 전공자들의 학과에 대한 선택, 표현, 다짐의 해석적 기술. **한국체육과학회지**, 18(4), 3-16.
- 대한태권도협회(2012). 태권도소개: 태권도란 무엇인가?. 대한태권도협회. 검색일 2011, 11, 17. <http://www.koreataekwondo.org>
- 민혜리(2003) 대학졸업자의 취업구조의 변화가 대학생들의 취업준비 양식에 미친 영향. **교육비평**, (11), 148-182.
- 세계태권도연맹(2011). 세계태권도연맹 회원국 200개로 확대, 국제스포츠연맹 중 8번째. 세계태권도연맹. 검색일 2011, 11, 17. http://wtforg2.cafe24.com/wtf_kor/site/news
- 양현석, 윤정옥, 양통일(2011). 태권도전공대학생의 전공만족, 진로자기효능감, 진로의식 성숙도의 관계. **대한무도학회지**, 13(2), 81-96.
- 유재원(2004). 태권도 체육관 경영요인에 대한 지도자, 수련생, 학부모의 인식 차이. 미간행 박사학위논문. 계명대학교.
- 윤영란(2007) 대학생의 효과적인 진로지도 방안 연구. 미간행 박사학위논문. 상명대학교.
- 이승행(2008). 학부모의 태권도장 선택요인에 따른 고객만족, 고객충성도 및 재등록의도의 인과관계. 미간행 박사학위논문. 용인대학교.
- 이은재(2008). Delphi 기법을 이용한 태권도장 경영의 미래모형. 미간행 박사학위논문. 경희대학교. 경기
- 이천인(2008). 태권도 수련 아동의 관여도와 마케팅요인 만족이 충성도에 미치는 영향. 미간행 박사학위논문. 조선대학교.
- 임신자(2010).태권도 품새와 겨루기 기술의 체계정립과 실전성 모색. **한국체육학회지**, 49(3), 21-31.
- 정국현, 최광근(2003). 태권도 전공 대학생의 시범단활동 참가와 자아성취감 및 자아정체감의 관계. **한국사회체육학회지**, 19, 1409-1420.
- 조은선, 임신자,곽정현(2010). 태권도학과 재학생들의 교육과정에 대한 요구분석. **한국여성체육학회지**, 24(4), 27-40.
- 진현주, 윤형기(2009). 체육전공 대학생들의 전공에 대한 확신과 만족이 전공 관련 직업선택의도에 미치는 영향. **한국사회체육학회지**, 37, 45-52.
- 황범철, 허진영, 임현목(2010). 태권도전공 학생의 진로결정태도 모형. **한국체육과학회지**, 19(4), 531-544.
- 황영태, 김장환, 엄대영, 최명수(2006). 태권도학과 학생들의 진로의식성숙도가 전공수업만족에 미치는 영향. **한국사회체육학회지**, 45(5), 253-262.
- <http://www.koreataekwondo.org> 대한태권도협회 홈페이지.
- <http://www.wtf.org> 세계태권도연맹 홈페이지.

모던발레의 실천적 대중화, 서울발레시어터의 'Being'

The Impact of Seoul Ballet Theater's 'Existing(Being)' Work in Popularization of Dance

제임스 전* 한국체육대학교

James Jeon Korea National Sport Univ.

요약

본 연구는 서울발레시어터의 모던 발레 '현존(Being)'이라는 작품을 통해 한국 모던발레의 대중화 과정을 살펴보았으며 다음과 같은 결론을 도출하였다. 서울발레시어터의 현존은 1995년 현존 I을 시작으로 1996년 현존 II, 1998년 현존 III를 완성시키며 록 발레(Rock Ballet), 댄스 뮤지컬(Dance Musical)이라는 새로운 장르로 신선한 충격을 주었다. 다소 생소하게 느껴졌던 현존 작품은 발레라는 고정된 틀에서 벗어나 일반 대중들 누구나 쉽게 발레를 즐길 수 있도록 다양한 시도를 하였고, 대중들로 하여금 더 이상 발레가 어렵고 지루하지 않다는 인식을 심어주었다. 특히 토슈즈를 벗고 정통 클래식 발레 동작에서 탈피해 새로운 형태의 모던 발레를 선보이면서 발레의 고정관념을 무너뜨렸고, 대중들에게 친숙한 팝음악, 청바지, 가죽 장갑 등을 소재로 모던발레의 대중화에 한발 다가설 수 있도록 노력하였다. 이처럼 서울발레시어터의 현존 작품은 끊임없는 다양한 시도로 우리나라 모던발레의 새로운 장을 열었고, 이를 토대로 많은 창작모던발레들이 안무, 공연되어지면서 우리나라 발레 장르에도 변화, 발전이 이루어졌다. 향후 이러한 변화, 발전은 우리나라만의 독창적 발레 장르를 만들어 진정한 한국창작발레를 전 세계에 선보일 수 있을 것이다.

Abstract

The purpose of this study was to examine the influence of Seoul Ballet Theatre's ballet piece, "Being" on the popularization of dance. Seoul Ballet Theatre, which has taken the initiative in the popularization of Korean ballet, staged "Being I" in 1995 in commemoration of its own foundation. This is a piece of rock ballet that was somewhat unfamiliar at that point of time. Various attempts to depart from the standard pattern were made in this work to make ballet more accessible to people in general. As this work was well received, a series of rock ballet pieces, "Being II" and "Being III," were performed, and people in general no longer felt that ballet was elusive and boring due to these works. The dancers took off toe shoes and showed off new modern ballet without sticking to typical classical ballet motions, which served to do away with stereotypes, and pop music, jeans and leather gloves with which the public was familiar were used in an effort to step up the popularization of modern ballet. Indeed, the ballet pieces of Seoul Ballet Theater that made a wide variety of ceaseless attempts opened up a new chapter for Korean modern ballet and thereby paved the way for the appearance of many creative modern ballet pieces.

Key words: Seoul Ballet Theatre, Being I, Being II, Being III, modern ballet, Ballet popularization

이 논문은 2012년도 한국체육대학교 특성화역량개발과제의 지원에 의하여 연구되었음.

* jamesj@knsu.ac.kr

I. 서론

핫팬츠(hot pants)에 가죽장갑을 낀 발레리나, 배꼽티에 찢어진 청바지를 입고 연신 환호성을 지르는 무용수들, 마이클잭슨(Michael Joseph Jackson)과 영국 록그룹 퀸(Queen)의 음악과 무대를 누비는 오토바이, 이런 발레를 상상해 본적이 있는가? 마치 록(rock) 공연을 연상시키는 이 말도 안 되는 변혁의 시도를 성공시킨 발레 공연이 있다. 바로 서울발레시어터의 모던발레 '현존(BEING)'이다.

모던발레 현존은 1995년 '현존 I'으로 시작해 1996년에는 '현존 II', 1998년에는 '현존 III'를 안무하면서 '현존 I, II, III'로 발전시켜 전막발레로서의 완성도를 높였다. 고전발레의 틀을 깨는 동시에 한국 모던발레의 새 영역을 구축했다는 평가를 받으며 세간의 관심을 받은 현존은 첫 공연 이후 11년 만인 2011년 강동아트센터 개관작으로 무대에 올라 5회 공연 평균 관객점유율 94%를 기록한 바 있다(연합뉴스, 2011. 5. 6).

최근 우리나라 발레계는 이른바 '모던 발레'의 봄이 일고 있다. 기존의 클래식 작품에서 벗어나 창의적인 작품들이 쏟아져 나오면서 모던발레의 전성기를 맞이하고 있으며 그 중심에 모던발레의 대중화에 앞장선 서울발레시어터가 있다. 과거에는 순수예술무용 중 대부분의 창작 작품들이 안무가들의 모호한 작품 의도나 작품의 추상화 등으로 관객들을 이해시킬 수 없는 공연들을 보여주면서 순수예술무용의 대중화에 큰 문제점으로 지적되었다. 또한 무용공연이 안무자 중심의 작품 선정으로 이어지면서 작품을 표현하는 의도들이 제각기 다르고 애매모호해 일반 관객들은 팽플릿을 통해 작품 내용을 읽어보기 전까지는 작품을 이해하기가 어려웠다. 따라서 그들만의 공연형태에서 벗어나 누구나 이해하기 쉽고, 흥미로운 소재의 발레 작품들의 개발이 필요했다.

이러한 상황에서 우리나라 창작발레의 활성화와 대중화를 내걸고 출범한 서울발레시어터는 기존의 클래식 발레에서 탈피, 기존의 발레와는 느낌이 전혀 다른 작품들을 선보였다. 대표적인 모던발레 '현존(Being) I, II, III'와 'Life is', '사계', 그리고 가족발레 시리즈로 카툰형식의 창작발레 '비밀의 인형 코펠리아', '이상한 나라의 엘리스', '호두까기 인형', 고전발레 '지젤'의 현대적 해석의 '그녀, 지젤(She, Giselle) 등의 작품들을 대중에게 소개하였다(서울발레시어터 공연 프로그램, 1995, 1996, 1997, 1998, 2000, 2008, 2009, 2012, 2013).

이 중에서도 모던발레 현존은 기존의 발레의 형식에서 벗어난 과감한 시도의 작품으로 한국발레역사에 남을 작품으로 평가받는다. 대중들에게 발레의 고정관념을 탈피시켜 준 작품으로 한국발레의 대중화에 기여한 작품이라는 평가이다(경향신문, 1995. 2. 13; 문애령, 1995: 43).

따라서 본 연구에서는 서울발레시어터가 창단 직후부터 심혈을 기울이며 안무했던 대표적 모던발레인 현존 작품을 중심으로 한국 모던발레의 대중화 과정을 연구하고자 한다.

많은 모던발레 작품 중 현존을 선택한 이유는 공연 초기부터 많은 센세이션(sensation)을 일으킨 작품이며 모던발레 작품들 가운데 총 3막으로 구성된 전막발레로서 4년에 걸쳐 만들어진 대작이기 때문이다. 또한 1995년 초연 이후 일회성으로 그친 것이 아니라 현재까지도 끊임없이 공연되어지고 있기 때문이다. 공연 초기에는 발레 장르로서 구분할 수 있는가에 대한 논란도 많았으나 현존을 관람한 관객들과 평론가들은 모던발레 현존의 작품성 및 대중성을 인정하고 있다.

본 연구를 수행하기 위한 연구 내용은 다음과 같다.

첫째, 1995년 발레의 대중화를 하기 위해 창단된 민간프로발레단체인 서울발레시어터의 모던발레 작품들을 통해 우리나라 모던발레의 전반적인 흐름을 살펴보았다. 모던발레의 전반적인 흐름이라 하면 모던발레의 작품 주제나, 소재, 음악, 성향, 공연평 등을 의미한다. 둘째, 1995년 안무된 현존 I을 시작으로 1996년 현존 II, 1998년 현존 III를 완성시키며 록발레, 댄스 뮤지컬이라는 새로운 장르로 신선한 충격을 주었던 한국의 대표적인 모던발레 현존이 우리나라 모던발레의 대중화에 어떠한 영향을 끼쳤는지 살펴보았다.

마지막으로 본 논문을 통해 서울발레시어터의 모던발레 현존이 우리나라 발레 역사에 있어 어떠한 방향으로 대중화 할 수 있었는지를 살펴보고, 현존과 같은 모던발레 작품의 활성화가 우리나라 발레 발전에 가져올 긍정적 효과를 제언할 것이다.

II. 연구방법

본 연구는 본 논문은 한국발레의 대중화에 앞장선 서울발레시어터의 현존 작품이 무용대중화에 미친 영향에 관한 것으로 서울발레시어터의 작품 성향을 살펴보고 서울발레시어터의 현존 작품이 어떻게 발레의 대중화에 기여하였는지 연구하였다. 연구방법으로는 1, 2차 각종 문헌들을 고찰

하는 문헌연구를 실시하였고, 연구의 객관화를 위하여 1차 사료를 중심으로 활용하였다. 1차 사료와 더불어 무용의 대중화에 관련된 선행연구의 문헌, 학회지, 잡지, 단행본 등을 2차 자료로 선정하여 연구를 진행하였다.

III. 서울발레시어터의 창단과 작품 성향

우리나라의 최초의 무용단은 1946년 창단된 '서울발레단'이지만 한국전쟁으로 해체된 이후 한동안 발레 활동이 활발히 이루어지지 못하다가 1960년대부터 직업발레단이 생겨나기 시작했다. 국가의 지원을 받는 정식 발레단이 탄생한 것은 1962년 '국립무용단'이며 1973년 '국립 발레단'으로 분리, 재 창단 되면서 우리나라 발레가 본격적으로 발전하였다(제임스 전, 김지연, 2007: 70). 이후 1976년 지방 발레의 활성화를 위해 '광주시립무용단'이 창단되었고, 1984년에는 최초의 민간발레단체인 '유니버설발레단'이 탄생하였다. 그리고 1995년 소규모 발레 운동의 신기원을 열겠다는 포부로 민간발레단체로는 두 번째로 '서울발레시어터'가 탄생하면서 4개의 발레단이 우리나라 주요 발레단의 자리를 구축해나갔다(동아일보, 1995. 1. 6).

특히 한국적 창작 발레의 토착화와 세계화를 목표로 내걸고 창단된 서울발레시어터는 당시 유니버설발레단에서 주역 무용수로 활약했던 김인희와 솔리스트였던 제임스 전을 중심으로 창단되었으며 창단공연부터 여느 발레단과는 달리 모던 발레 작품을 중심으로 대중화에 앞장섰다(한겨레, 1995. 2. 11).

서울발레시어터는 창단 이전 뜻을 함께한 젊은 무용수 14명과 함께 이탈리아 발레투어를 하게 되면서 새로운 민간발레단의 창단의지를 갖게 되었다. 당시 발레투어는 각설이 타령 음악을 바탕으로 한 '품바'와 낭만적인 고전 발레 '세 순간', 현대적 분위기의 '도시의 불꽃' 등 제임스 전이 안무한 창작발레작품들로 구성되었으며 공연 후 이탈리아 관객들로부터 큰 호응을 얻었다. 그 후 이탈리아에서 초청 공연을 시작으로 모나코 왕립발레단, 스위스 바젤발레단의 무용수들이 제임스 전의 유럽투어에 참가의사를 보내오는 등의 국제적인 무대 진출을 위한 여건이 마련됨으로서 1995년 서울발레시어터가 창단될 수 있었다(한겨레, 1995. 2. 11).

제임스 전 과 김인희는 1995년 2월 오디션을 통해 15명

의 단원을 선발하고 2월 19일 정식으로 서울발레시어터를 창단하였다. 서울발레시어터의 이름이 다른 발레단체와 마찬가지로 발레단이 아니고 시어터(Theatre)라고 한 것은 기존의 발레단과는 다른 무언가를 보여주기 위함이었으며 현대적이고 대중적이며 한국적인 동시에 가장 세계적인 활동을 해보겠다는 포부를 갖고 있었기 때문이었다. 특히 제임스 전은 모던발레 즉, 발레라는 틀 안에서 대중이 쉽게 즐길 수 있도록 차원이 낮게 양식화하는 시도를 하기 시작했고, 이러한 도전정신은 창단공연부터 빛을 발했다.

1995년 6월 15일, 서울발레시어터의 창단공연¹⁾은 국내무용계에 적지 않은 충격을 주었다. '세순간', '도시의 불꽃', '뉴와인', '현존' 등 네 개의 작품을 선보였는데 20여명의 창단멤버들과 함께 애틀랜타 발레단의 수석무용수인 김혜영, 중국 센추럴 발레단 수석무용수인 장웨이창, 미국 뎀피스 발레단원인 레니 할마슨 등이 객원으로 출연하면서 국제무대를 연상케 했고, 발레의 엔터테인먼트적인 요소를 한껏 살린 작품들로 발레 대중화에 앞장섰다(경향신문, 1995. 6. 8).

작품 세순간은 젊은이들 사이에 붐을 이루고 있는 재즈 풍을 도입시켰고, 현존은 젊은이들의 삶에 대한 끊임없는 투쟁을 묘사하였다. 브레이크 댄스풍의 격렬한 몸짓을 구사하며 미국의 대중적인 록그룹 '미 파이브 미(Me phi me)'의 랩송 '도시의 길', '꿈', '빛' 등에 맞춰 클래식발레, 현대 무용이라는 기존의 장르는 물론 록무용을 연상시킬 만큼 강렬한 작품으로 평가 받았다(연합뉴스, 1995. 6. 2; 스포츠조선, 1995. 6. 5). 서울발레시어터 단장인 김인희는 "심각하고 어려운 춤으로는 대중의 사랑을 받을 수 없으니 관객의 입맛에 맞는 발레 공연으로 즐거움을 주고 싶다."라고 발레의 대중화를 주장했다(경향신문, 1995. 6. 8).

이후 서울발레시어터의 활약은 계속되었다. 창단공연을 성황리에 마친 서울발레시어터는 이탈리아 4개 도시를 순회하면서 공연을 하는 등 국내 발레 사상 처음으로 개런티를 받고, 첫 유럽무대에 진출하였다. 레퍼토리로는 전설적인 할리우드 배우 루돌프 발레티노 탄생 1백주년 기념공연으로 생애를 테마로 한 '발렌티노', '세순간', '뉴와인', 그리고 한국적 요소를 가미한 '희망'과 '공간' 등이다(한겨레, 1995. 8. 12). 이뿐만 아니라 이탈리아 '아테르 발레토' 발레단과 합동공연도 하였다(한겨레, 1995. 10. 12).

이듬해인 1996년에는 '현존 II'의 탄생과 함께 미국 애틀랜타 발레단과 합동공연²⁾을 하는 등 끊임없이 발레의 대중

1) 제임스 전, 김인희, 문경환, 연은경, 최광석, 강세영 등 발레 무용수 3쌍과 이인기, 나인호 등 젊은 무용인들을 주축으로 예술 감독 로이 토비아스의 안무 '뉴와인', 제임스전의 안무 '세순간(1992)', '도시의 불꽃(1993)' 그리고 '현존 I(1995)'이 초연되었다.

2) 대표 작품으로는 '리드 마이 힘스'와 '패스트럴 댄스'가 있다. 이는 모두 활기 넘치는 모던발레이다(경향신문, 1996. 5. 25).

화에 앞장섰다(경향신문, 1996. 5. 25).

서울발레시어터의 발레 대중화를 위한 노력은 여기에서 그치지 않았다. 이번에는 찾아가는 발레 서비스라 할 수 있을 공연이 만들어진 것이다. 바로 올림픽 공원에서 펼쳐지는 무료야외공연이었다. 고급 무용, 비싼 무용이라고만 생각했던 발레를 야외에서 누구나 즐길 수 있는 볼거리로 제 공해주었던 것이다. 서울발레시어터는 야외공연에서 한국적 창작발레 '봄바'를 통해 한국인들 정서에 맞는 발레공연을 선보였다(동아일보, 1997. 5. 15).

이후 1998년 '현존 III'이 완성되었다. 마약과 매춘 문제를 무대 위로 올려놓은 현존 II의 완결편, 근원으로서의 회귀를 지향하는 내용의 현존 III이 등장한 것이다(경향신문, 1998. 9. 9). 새롭게 플라잉 기법이 도입되고, 롤러블레이드도 등장했다. 발레에 있어 혁신적인 기법들이 등장한 것이다(매일경제, 1998. 9. 23).

이처럼 서울발레시어터는 실험적이고 모험적인 단체로 지금까지 수많은 신조어를 탄생시켰고, 현재까지도 창작 안무에 독보적인 위치를 차지하고 있다고 해도 과언이 아닐 정도로 그 능력을 인정받고 있다. 이는 발레작품하면 떠오르는 '백조의 호수', '지젤', '잠자는 숲속의 미녀' 등과 같은 지루하고 딱딱한 클래식작품들의 공연보다는 어린이들이 좋아할 법한 작품에서 노년층이 좋아할 만한 작품까지 갖추고 있기 때문에 상황에 따라 발레공연의 색다른 모습을 보여주어(노시정 2004: 22~23) 발레의 대중화에 앞장섰기 때문이다. 특히 '현존(Being)'은 토슈즈를 벗고 발레의 규격화된 동작에서 탈피해 새로운 형태의 모던 발레를 선보여(경향신문, 1995. 2. 13) 대중들로 하여금 더 이상 발레가 어렵고 지루하지 않다는 인식을 심어 주었다.

서울발레시어터는 올해로 18년째 발레의 대중화와 창작작품의 활성화는 물론 해외 무용단과의 합작 공연을 통하여 우리나라의 국제문화교류에 기여하는 등 끊임없이 활동하며 한국발레의 발전과 같은 맥락 속에서 우리나라의 대표적인 민간발레단이 되었다. 발레에 대한 대중들의 선입견을 깨고자 많은 창작발레작품들을 내세우고, 발레여행시리즈를 통해 대중들이 좀 더 쉽게 발레를 이해하고 접할 수 있게 하였다. 또한 발레인재를 양성하는 발레아카데미 뿐만 아니라, 김인희 단장이 직접 발레강의를 하며 공공기관, 기업, 학교 등 다양한 곳에서 '발레볼레'라는 프로그램을 통해 발레전도사의 역할을 하면서 발레를 즐기는 관객층을 넓히는 데도 많은 활동을 하고 있다(서울발레시어터 홈페이지). 그리고 홈리스발레단, 미혼모발레단, 더불어 행복한 발레단 등을 운영하며 사회공헌에도 힘쓰고 있다. 이 중 홈리스 발

레는 2011년 4월부터 시작하여 현재까지 꾸준히 활동하며 2011년 12월부터 현재까지 서울발레시어터의 '호두까기 인형' 공연에 함께 출연하고 있다. 더불어 행복한 발레단은 4월 창단 이후 9명의 장애아동과 10명의 비장애아동단원들이 동고동락하며 같고 닮은 발레실력을 발휘해 2013년 11월 30일 과천시민회관 소극장에서 '피터와 늑대' 공연을 펼쳐 대중과 함께하는 발레를 확실히 보여주었다.

우리나라 프로발레단은 국립발레단, 유니버설발레단, 광주시립무용단 그리고 서울발레시어터 네 곳 뿐이다. 이 중 서울발레시어터는 국내에서 대표적인 민간발레단체이며 새로운 장르의 발레를 시도하는 유일한 단체이다. 민간단체인 만큼 공연을 통한 순수 이익으로 발레단을 꾸러가야 하는 어려움이 있지만 서울발레시어터는 여전히 '발레의 대중화'를 외친다. 지난 18년 동안 공연을 기획할 때 일반인들이 조금 더 쉽게 다가갈 수 있는 발레공연을 우선으로 기획했으며 현재까지도 활발하게 활동하면서 한국발레계의 새로운 비전을 제시하고, 무용계 인사들의 주목을 받고 있다.

이처럼 서울발레시어터는 우리나라 발레계에 정통클래식보다는 새로운 창작 발레와 다양한 장르의 춤을 보여주면서 대중과 함께하는 발레를 추구하고 있다. 또한 언제 어디서나 관객이 있는 곳이면 '찾아가는 발레 서비스'로 어렵고 이해하기 힘든 발레를 쉽고 재미있게 전달하려 노력하였다. 서울발레시어터의 이러한 노력으로 한국발레에 창작발레를 정착시킬 수 있었으며 한국발레의 대중화에 크게 기여할 수 있었다.

IV. 서울발레시어터의 현존(Being)의 대중화 과정

클래식발레가 주류를 이뤘던 1995년 발레계에 커다란 화제를 불러일으킨 록발레 현존은 1995년 창단 공연 이후 1996년 현존 II, 1998년 현존 III의 레퍼토리 발레작품으로 안무, 2002년까지 꾸준히 공연되어지다가 잠시 주춤, 10년이 지난 2011년 또다시 무대에 올랐다. 그리고 올해 2013년 현재까지 계속해서 초청 공연되고 있다. 현존은 초연된 지 18년이 지났지만 뒤떨어지지 않고 오히려 점점 진화하고 있다는 평을 받으며 꾸준한 인기와 관심을 얻고 있다.

현존은 발레의 대중화와 창작발레의 활성화를 목표로 하는 서울발레시어터의 방향성을 잘 말해주면서도 안무가 특유의 작품성향이 돋보이는 작품이다. 과거에는 한국의 창작

발레하면 어떻게든 한국의 색을 보여주어야 한다는 강박관념에 한국의 고전작품을 소재로 내걸거나 의상에 있어서 한복의 멋을 보여 주어야만 한다는 인식을 가지고 있었다. 이러한 잘못된 인식 속에 서울발레시어터의 상임안무가 제임스 전은 보란 듯이 그러한 강박관념을 깨며 클래식과 대중문화의 경계를 허물고 동시에 한국창작공연 영역에 대한 경계도 허물었다.

1955년 매튜 본이 남자백조를 탄생시켜 세계인의 주목을 받았다면 한국에서는 모던발레 현존은 찢어진 청바지를 입고 록음악에 맞추어 춤을 춘 록발레를 탄생시켜 주목을 받았다. 현존의 등장 이후로 한국창작발레는 발레와 여러 장르의 결합을 한 작품들을 많이 선보였다. 한 동안 관객에게 많은 사랑을 받은 비보이와 발레를 결합한 '비보이를 사랑한 발레리나'를 비롯해 발레의 판타지에 뮤지컬의 쇼가 결합한 형태의 작품들, 대사가 없는 것이 특징인 발레에 연극을 결합시킨 작품 등 다양한 형태의 콜라보레이션 작품들이 등장하였다. 이러한 형태의 작품이 등장할 수 있게 그 물고를 든 작품이 현존이라 할 수 있다.

무용은 어떠한 장르보다 에로틱한 요소, 또는 대중이 이해하기 어려운 안무가의 사상과 고찰이 언어가 아닌 몸으로 표현되기 때문에 대중문화로 받아들여지기에 어렵다는 의견이 대부분이다. 특히 무용은 일반적인 대중문화인 음악, 드라마, 영화와 같이 적극적으로 상업성이 개입될 수 있는 장르가 되지 못한다는 약점이 있어 더욱 더 대중화되기 힘든 분야이다. 하지만 상업적인 대중문화에서와는 달리 무용의 대중화란 보는 춤, 참여하는 춤을 포함하여 중산계급을 중심으로 일반인 모두가 쉽게 받아들이고 향유할 수 있도록 여건을 만들어 가는 것이라 생각한다면, 다소 민망한 꼴꼴이 타이즈의 발레리노 의상 대신 가죽바지나 해진 청바지 차림의 무용수들, 실제 락밴드의 연주를 포함한 다양한 장르의 배경음악들, 때론 다이내믹하게 때론 우아하게, 때론 거칠게 때론 애절하게 정통발레와 비보잉과 롤러브리딩과 무용수의 와이어 사용까지 관객을 폭소하게 하고 열광하게 하고 흥에 겨워 들쭉거리게 하는 무대를 보여준 현존은 무용의 대중화에 엄청난 영향을 주었다고 볼 수 있다. 물론 현존의 안무가 제임스전은 다른 무용공연에서도 관객과 좀 더 가까워지기 위해 공연 중간 중간 작품설명을 하기도 했고 '뽕뽕'을 음악으로 쓰기도 하는 등 '파격'을 시도하며(광주뉴스, 2006. 3. 20) 여러 창작 작품들로 시대와 공간에 갇힌 발레를 관객 걸로 좀 더 끌고 오고자 했다.

2013년, 현재까지 사랑받는 현존의 힘은 이러한 화려한

볼거리와 색다른 발레의 매력도 있겠지만 가장 큰 성공요인은 아마도 '젊음'이라는 누구나 공감가고 이해할 수 있는 주제가 아닐까 생각한다. 젊음과 그 시절의 방황, 이것은 어린 관객에겐 호기심을 젊은 관객에겐 공감을 그리고 세월을 함께하는 이들에게는 추억을 선물하면서 기존의 어렵다는 클래식 발레와는 다르게 대중에게 쉽게 다가왔다.

현존은 총 3장으로 이루어져 있다. 현존 I은 커다란 빌딩의 옥상을 무대로 비트가 강한 록음악과 현란한 조명을 이용했으며, 무용수에게 토슈즈가 아닌 재즈댄스 신발과 배꼽티를 입혔다. 안무 또한 기존의 발레에서 볼 수 있는 우아하고 부드러운 동선에서 강하고 역동적인 동작들로 구성되어 있으며 뭔가 흐트러져 있고 에너지가 밖으로 마구 발산되는 느낌은 전해 주면서 이전의 정갈했던 발레작품들과는 사뭇 다른 커다란 변화를 보여주었다(Momm, 1998. 10월호: 21). 무서운 폭주족, 젊음의 사랑, 충동적인 살인까지..... 이처럼 현존의 등장은 당시 파격 그 자체였다. 제임스 전은 안무를 만들 당시 미국 뉴욕에서 공부했기 때문에 브로드웨이 뮤지컬 형식에 '댄스 뮤지컬'을 표방하였고 젊음, 개성, 자아의 이야기를 다루게 되었다(국민일보, 2011. 8. 22). 초연당시 아직 인터넷이 발전되지 않아 생활문화의 변화가 그리 빠르지 못했다는 점을 감안했을 때 관객들은 적지 않게 당황했을지 모른다. 그러나 젊은이들의 반항과 나름대로의 돌파구를 찾으려는 몸부림은 전 세계를 아울러 공감할 수 있는 정서였고, 그 누구도 시도하지 못했던 파격적인 도전이었다. 이것은 지금의 서울발레시어터의 수많은 창작 작품들 중에 현존이 대표적인 작품이 된 결정적 이유가 아닐까 생각해본다.

현존 II에서는 공포보다는 연민을 강조했다. 초연당시 마약 주사기나 여자 포주 역을 하는 제임스 전이 목적을 교란 시키는 역할을 하지만 폭주족의 나약한 면을 드러내는 원래의 목적은 후반으로 갈수록 명확해졌고, 상반된 그림의 대비효과를 예상한 연출효과가 돋보였다. 21세기형 업그레이드 버전 현존 II에서는 1장과 2장을 연결하는 난장처럼 보이는 춤들로 3장으로 가는 통일성을 부각시켰다. 1996년 당시에는 조금 충격적인 주제였던 마약과 매춘 등으로 파격의 도를 넘었다는 혹평을 받았지만 2011년에는 오히려 현실적이고 완성도 높은 무대라는 평을 받았다. 이렇게 '현존'은 제 3장 현존 III까지 쉴 틈 없이 달려간다.

현존 III는 더 이상 떨어질 곳이 없는 인간을 '구원'으로 이끈 결말은 그 방대한 구상과 혼란스러운 정도로 다양한 꾸밈으로 관객을 클라이맥스로 인도한다. 빌딩 옥상과 창고

내부 같은 구체적 무대배경이 이번에는 환상적인 어느 먼 곳으로 바뀐다. 용서와 구원의 이미지를 지닌 여인이 공중을 떠다니고, 현실에 저항하던 남성 주역 역시 신의 자비를 구하는 듯 혹은 그가 이미 신이 된 듯, 인라인 스케이터들의 곡선 도약을 배경 삼아 공중을 선회한다.

서울발레시어터 제임스 전 안무의 현존은 기존의 발레무대에서의 음악은 주로 무대의 아래에 오케스트라석에서 연주되거나 녹음된 사운드에 맞춰 춤을 추는데 이 형식을 깨고 밴드를 무대 위에 세워 무용수들과 관객들로 하여금 더욱 더 흥미를 유발시켰다. 또한 공연음악들이 대중에게 익숙한 영국그룹 퀸의 'Don't stop me now' 'Under Pressure' 같은 록 음악, 마이클 잭슨의 They don't care about us 음악에 맞춰 남녀 무용수의 정사 신, 힙합댄서들의 비보이 춤, 여자 무용수들이 신나는 군무가 쉴 새 없이 이어지며 객석을 달궜다. 또한 오토바이의 등장이나 권총의 등장은 관객에게 하여금 생동감을 전해주어 공연의 긴장감을 더했다.

뿐만 아니라 2m 정도높이의 큰 스케이트 트랙은 스케이트보딩이 주는 짜릿함과 익스트림 스포츠의 웅장함을 공연에 더했으며, 트랙과 함께 어우러진 여성, 남성 단체군무는 올 블랙 의상과 무릎보호대, 가죽장갑으로 익스트림 스포츠 느낌과 함께 더불어 강렬하고 단결된 모습을 돋보이게 했다. 스즈 또한 블랙 재즈화로 움직임의 더 자유롭게 만들어 주었다. 또한 찢어진 청바지와 체인, 흰색 민소매티, 탱크탑 등으로 젊은이들의 표상인 밝고 자유로움을 보여주는 듯 했다. 그리고 3막에서는 마치 선과 악을 표현하는 듯 대비되는 화이트의상과 블랙의상으로 1막과 2막의 현실적인 세계를 떠나 환상의 세계로 관객을 인도했으며, 플라잉기법과 몽환적인 조명, 그리고 하이라이트에 스포트라이트 안에서 꽃가루 효과는 관객들로 하여금 마치 꿈을 꾸는 듯한 기분을 느끼게 해주었다.

이처럼 한국발레계의 새로운 바람을 일으킨 제임스전은 1995년부터 1998년까지 현존 II와 현존 III을 제작하며 더욱 더 대중적인 공연의 모습으로 완전해지고 있었다. 4년에 걸쳐 3부작으로 완성된 이 작품은 마약과 섹스 등 젊은이들의 공감대를 자극하는 파격적 주제를 추구하였고 거기에 첨단기법을 동원하여 공중을 자유자재로 날아다니는 플라잉기법과 롤러블레이드를 탄 사람들을 등장시키는 등 더욱 더 대중을 위한 작품으로 한발 앞서나가게 되었다(Momm, 1998. 10: 21).

현존의 이러한 도전으로 1998년 무용예술사 선정 올해의 '안무가상'을 수상했고, 2012년 몸지 주최주관 제19회 무용

예술상 '작품상'을 수상하면서 대중성은 물론이고 예술성까지 갖춘 작품으로 평가되었다.

모든 문화예술은 대중을 위해서, 대중에 의해서, 대중과 함께 발전해야 한다. 그러나 공연예술의 한 장르인 무용은 현장에서의 사회적 중요성을 인식하고 있음에도 불구하고 대중화가 이루어지지 않고 있는 것이 현실이다. 공연 예술로서의 무용이 대중과의 거리가 멀어진 중요한 원인 중의 하나는, 대중의 정서와 유리된 무용에 대한 개념이나 그 인식을 통한 무용인들의 일방적이고 개인적 전문적 사고체계일 것이다(조훈일, 2004: 1). 하지만 서울발레시어터의 현존은 기존의 지루하고 어려운 발레의 이미지를 탈피하고 새로운 도전을 통해 우리나라의 주 문화 소비 계층을 매료시키며 당당히 발레의 대중화를 이끌고 있다. 현존은 말 그대로 지금, 현재란 주제에 맞게 계속해서 진화하고 있다. 또한 첫 공연 이후 현재까지 오랜 세월이 흘러도 여전히 힘이 넘치고 젊고 아름다우며, 대중에게 친숙하게 남아 있다.

이 작품은 로맨틱 튀튀를 입은 아름다운 발레리나 대신 근육질의 남자 전사들과 가죽바지를 입은 여자 전사들이 무대를 채우고, 찢어진 청바지를 입고 춤추는 발레리나들이 등장한다. 무용수들은 강렬한 음악 속에 빠른 움직임으로 무대를 중형무진하며, 고난도의 리프트동작과 열기를 뿜어내는 군무 장면을 보여준다. 발레의 틀을 넘어 현대무용(Modern Dance), 모던발레(Modern Ballet), 록 발레(Rock Ballet), 익스트림 스포츠(Extreme Sports)와 슈퍼 플라잉, 장르파괴, 크로스오버를 넘어 엔터테인먼트 예술로 승화시킨 작품으로 'Made in Korea'라는 자부심으로 만들어진 작품이다.

V. 결론

우리나라의 모던발레를 평가할 때 서울발레시어터를 빼놓고는 모던발레에 관한 평가 자체가 불가능하다. 그만큼 서울발레시어터는 우리나라 발레계에 모던발레라는 혁신적인 발레 장르를 도입, 발전시킨 단체라고 할 수 있다.

서울발레시어터는 1995년 창단과 함께 현재까지 80여편이 넘는 수많은 창작발레 작품들을 안무하였고, 이러한 창작발레를 통해 우리나라 발레 대중화에 주요한 영향을 미쳤다. 특히 한국적 모던발레 작품의 해외 소개와 4년에 걸쳐 만들어진 모던발레 현존 시리즈는 실로 우리나라 모던발레의 산 역사라고 할 수 있을 것이다.

현존 시리즈는 클래식 발레에서는 다루지 못했던 다소 충격적인 소재들로 관객의 관심을 사로잡게 되었고, 록발레라는 신조어를 탄생시켰다. 특히 이미 알려진 대중적 음악들을 사용하여 지루하고 이해하기 어렵던 발레공연을 누구나 신나고 공감할 수 있게 하면서 더욱 더 공연에 집중할 수 있는 효과를 얻어 관객의 귀를 즐겁게 했다. 의상 또한 요즘 젊은 현세대의 이야기인 만큼 화려하고 이국적인 발레복을 벗고 찢어진 청바지와 탱크탑 등 소탈하고 현실적인 스타일로 작품의 완성도를 높였다.

특히 현존에서 주목해야 할 점은 웅장한 무대세트, 화려하고 신비스러운 느낌의 '플라잉'기법의 도입과 2m가 넘는 스케이트보드 기물들, 록밴드가 무대 위로 올라와 무용수들과 함께 공연을 하는 등 지루할 틈 없이 대중들의 시선을 빼앗으면서 발레도 즐겁고 쉽게 이해할 수 있다는 인식을 심어주게 되었다.

현존은 서울발레시어터의 대표작으로 공연마다 네 번 이상의 커튼콜을 받으며 기립박수를 받을 만큼 관객들에게 환호를 받았고, 클래식 발레에서 현대무용, 재즈발레를 넘나들며 익숙한 팝과 록의 음악과 어울려 눈과 귀를 즐겁게 해주는 공연이었다는 평을 들으며 우리에게 친숙한 작품으로 다가왔다. 모리스 베자르가 총체예술을 완성했다면 제임스 전은 현존을 통해 그 안무법을 더욱 발전시켰다. 많은 안무가들이 데뷔작이 대표작으로 남듯이 현존 역시 제임스 전의 수작이 될 것 같다는 문애령 평론가의 말처럼 서울발레시어터의 현존은 우리나라 모던발레에 한 획을 그었다고 해도 과언이 아니다.

또한 서울발레시어터는 현존 작품으로 1998년 무용예술사가 선정한 <올해의 안무상> 수상과 2011년 업그레이드된 현존도 2012년 몸지에서 주최한 제 <19회 무용예술상 작품상>을 수상하며 우리나라 최고의 모던발레 작품으로 자리매김하였다. 이는 곧 모던발레의 대중화에도 기여했다고 볼 수 있다.

이제 발레는 클래식공연만으로는 구조적으로 상업화, 대중화되기 어려운 공연예술이 되었다. 특히나 클래식 발레의 표현기법으로는 현대의 다양한 문화, 상황, 소재들을 이색적으로 표현하는 것에 한계가 있어 좀 더 참신하고 다양하지 않으면 살아남기 어려운 현실에 직면해 있다. 그로 인해 창작무용공연들은 대중예술의 형태로 변화하고 있으며 이러한 발레의 새로운 변화 속에 발맞추고 있는 서울발레시어터는 창단이후부터 현재까지 수많은 창작발레공연을 관객들에게 소개, 발레라는 장르를 대중화 시키는데 크게 기

여하였다. 앞으로 발레가 더욱 대중화되기 위해서는 지속적인 모던발레의 안무, 참신한 아이디어, 일반 관객에게 쉽게 다가갈 수 있는 공연이 필요하지만, 이것 외에도 지방공연의 활성화, 발레를 통한 재능기부, 발레 관련 교육 프로그램, 소외계층들도 발레를 쉽게 접하고, 함께할 수 있는 여건 조성이 필요할 것이다.

참고문헌

- 경향신문. 1995년 2월 13일.
 경향신문. 1995년 5월 25일.
 경향신문. 1995년 6월 8일.
 경향신문. 2011년 8월 3일.
 광주뉴스. 2006년 3월 20일.
 국민일보. 2001년 3월 19일.
 국민일보. 2011년 8월 22일.
 김영태(1999). <MOMM> 10월호.
 김태원(2002). 우리 무용 100년에 대한 거친대로의 정리 : 「우리 무용 100년」. 서평문화 제45집.
 노시정(2004). 무용공연예술단체의 관객 개발을 위한 방안연구. 중앙대학교 예술대학원 석사학위 논문.
 동아일보. 1995년 1월 6일.
 동아일보. 1995년 1월 6일.
 동아일보. 1997년 5월 15일.
 매일경제. 1998년 9월 23일.
 문애령(1996). 무용예술 7·8월호.
 문애령(2000). 춤과 사람들 제임스 전이 돋보인 두 무대 - 서울발레시어터, 강미선의 춤 평론.
 문애령(2011). 활공하는 감각의 세련된 안착 평론.
 박성혜(1998). <MOMM> 10월호.
 서울발레시어터 공연 프로그램, 1995, 1996, 1997, 1998, 1999, 2000, 2002, 2008, 2009, 2011, 2012, 2013.
 서울발레시어터 홈페이지. www.ballet.or.kr.
 송종건(1999) 춤지, 현존 1, 2 서울발레시어터 평론.
 스포츠 조선. 1995년 6월 5일.
 연합뉴스. 1995년 6월 2일.
 연합뉴스. 2011년 5월 6일.
 연합뉴스. 2013년 10월 28일.
 이동우(2011). 익스트림 댄스 being again : '현존'의 진화 - 제임스전 평론.

이종호(1995). **무용예술 7·8월호**.

제임스 전, 김지연(2007). 한국발레의 정립기 - 국립무용단 창
단부터 국립발레단 분리까지. **한국체육사학회지**.

조훈일(2004). **무용의 대중화를 위한 인식조사와 발전방안**.
경기대학교 대학원 박사학위 논문.

한겨레. 1995년 2월 11일.

한겨레. 1995년 10월 12일.

한겨레. 1995년 12월 14일.

한겨레. 1998년 9월 7일.

영어능력과 영어전용강의에 대한 인식: 한국체육대학교 영어전용강의 수강생을 대상으로

College Students' English Competence and Their Attitudes to the English Medium Instruction

지인영 · 김소영* 한국체육대학교

Jhee, In-Young · Kim, So-Young Korea National Sport Univ.

요약

최근 대학가에서는 대학교육의 세계화 추세에 발맞추어 영어전용강의가 활발히 진행되고 있다. 본 연구는 한국체육대학교에서 영어전용강의를 수강하고 있는 학생들의 영어강의에 대한 전반적인 인식을 살펴보고, 학생들의 영어수준에 따라 어떠한 인식의 차이가 있는지를 구체적으로 검토한다. 이를 위해, 2013년 1학기에 영어강의를 수강한 한국체육대학교 학생들 중 조사에 응한 107명의 설문 응답을 근거로 분석하였다. 설문지 응답에서 학생 스스로 평가한 본인의 영어실력 수준별로 영어강의에 대한 인식을 조사한 결과, 다음과 같은 결론을 얻었다. 첫째, 학생들은 말하기, 듣기, 읽기, 쓰기 등 모든 영어 의사소통 능력에서 대체로 보통 이하 수준으로 스스로를 평가하였으며, 둘째, 영어강의에 대한 인식은 모든 변인에서 보통 수준을 나타내었고, 학생들은 영어강의가 교과학습보다는 영어실력 향상에 더 효과적이라고 인식하였다. 셋째, 영어수준이 높은 학생들은 그렇지 않은 학생들에 비해 영어전용강의에 대해 전공이해와 영어강의의 전반적인 만족도, 전공에 대한 이해, 영어강의의 효용성 등의 측면에서 더 긍정적인 인식을 보였다.

Abstract

The purpose of this study is to analyse the differences of the students' attitudes on the English Medium Instruction(EMI) according to their levels of English communicative competence. To do this, a total of 107 students answered the questionnaires, who were taking the English Medium Instructions on their major subjects in the spring semester, 2013 at Korea National Sport University. We used SPSS 17.0 and Analysis of Variance to deal with the data from the questionnaires. The results of this study are as follows. First, the students who took the EMI in the spring semester in 2013 and participated in the survey evaluated their own levels of English Proficiency as 'Intermediate-Low' in speaking, listening, reading and writing skills. Second, the participant students recognized the EMI as positive, showing average level of 3 in every variables. In addition, they considered EMI as effective for the improvement of English proficiency rather than the major study. Finally, we found that the students in higher level of English proficiency showed more positive attitudes and thoughts on the 'understanding of the subject content', 'general satisfaction on the EMI', 'enthusiasm for the major subject', and 'effectiveness of EMI' than the students in lower level of English proficiency.

Key words: English communicative competence, English Medium Instruction, English proficiency, effectiveness of EMI, Korea National Sport University

* ksoyoung@knsu.ac.kr

I. 연구의 필요성 및 목적

최근 대학에서는 대학교육의 국제화, 세계화 추세에 맞추어 전공과목을 영어로 강의하는 영어전용강의(English Medium Instruction: EMI)가 활발히 진행되고 있다. 대학 영어전용강의의 1차적인 목표는 학생들의 영어 의사소통능력 향상이라 볼 수 있는데, 학생들의 영어 의사소통능력은 국제화 능력의 지표가 될 뿐만 아니라 졸업 후 취업 혹은 진학의 필요조건으로 간주되고 있다. 또한 최근 교육부에서 시행하는 대학평가에서는 국내대학의 국제화라는 명목 하에 외국대학과의 교류 및 외국인 유학생 유치 등을 목적으로 영어전용강의 비율 등이 평가지표 중 하나로 활용되고 있어 각 대학기관입장에서는 영어전용강의를 적극적으로 시행하고 있는 실정이다. 그러나 한국에서 계속 교육을 받아온 학생들의 영어수준에 적절한 영어전용강의가 진행되고 있는지에 대한 연구와 더불어, 영어전용강의의 효과는 어느 측면에서 어느 정도인지에 대한 찬반논의가 계속 이어져왔다.

본 연구는 이러한 사회적 상황을 배경으로 한국체육대학교에서 영어전용강의를 수강하고 있는 학생들의 영어전용강의에 대한 전반적인 인식을 살펴보고, 영어수준 별 영어전용강의 인식 차이를 분석하여 영어전용강의의 효용을 살펴보는 연구이다.

이 연구의 세부 연구문제는 구체적으로 다음과 같다. 첫째, 한국체육대학교 영어전용강의를 수강하고 있는 학생들의 영어전용강의에 대한 인식(전공내용에 대한 이해, 영어능력 향상, 영어전용강의 전반적 만족도, 전공과목에 대한 열의)은 어느 정도인가?

둘째, 영어전용강의에 대한 인식(전공내용에 대한 이해, 영어능력 향상, 영어전용강의 전반적 만족도, 전공과목에 대한 열의)은 수강생의 영어수준에 따라 차이가 있는가?

II. 선행 연구

영어전용강의(English Medium Instruction: EMI)는 ‘영어원어강의’, ‘영어진행강의’, ‘영어강의’ 등의 용어와 동일한 의미로 대학에서 모국어 대신에 영어로 진행되는 강의를 통칭한다. 우리나라 대학에서는 1990년대 후반에 영어강의를 도입하기 시작하였고, 현재 많은 학교에서는 전체 강좌 중 일부를 영어강의로 진행할 것을 의무화하고 있다. 이처

럼 대학에서 영어전용강의를 의무화하며 원어강의를 확대하려는 이유는 “세계화, 국제화 시대에 맞추어 대학 내 수업을 통한 학생들의 국제화 역량을 향상시켜어 학생 개인의 경쟁력 강화 뿐 아니라 대학의 경쟁력 강화, 학문의 세계화에 그 목적이 있다”(이주연, 2007, p.1). 영어전용강의 확대는 비단 우리나라만의 현상은 아니다. 유럽과 홍콩 대학에서 학술적인 목적과 외국인 유학생 유치의 목적으로 우리나라보다 앞서 시행되어 왔다(방희경, 2006).

영어전용강의는 강의를 모국어가 아닌 영어로 진행하면, 영어에 보다 많은 시간이 노출됨으로써 교과목의 내용 뿐 아니라 영어실력 향상에도 효과적일 것이라는 기대를 내포한다(강소연 외, 2004). 이렇게 강의 내용을 영어를 매개로 하여 학습 내용과 지식을 중심으로 학습하며 자연스럽게 영어를 습득하는 언어 교수법을 내용중심 교수법(Content-based Instruction: CBI)이라 한다.

우리나라 대학에서 영어전용강의가 1990년대 후반에 도입된 이래(심영숙, 2010), 영어전용강의에 대한 학생들의 인식(심영숙, 2010; 이주연, 2007; 장셋별, 2012), 영어전용강의의 효과(방희경, 2006; 이주연, 2007), 원어민/비원어민 선호도 정도(이정원, 2010), 개선방안(김현옥 외, 2012; 오희정 외, 2010; 홍성연 외, 2007) 등 다양한 주제에 대해 연구들이 수행되어 왔다.

본 연구 주제와 관련이 있는 영어전용강의의 인식과 효과 측면에서 선행 연구들은 다양한 결과를 제시한다. 영어전용강의를 수강하는 이유로는 ‘영어능력 향상을 위해서’와 ‘선택의 여지가 없어서’라는 답변이 많았다(심영숙, 2010). 영어전용강의에 대한 인식은 학업성취도에 따라 차이가 있었는데, 학업에의 노력 자극, 만족감, 부담감, 자신감 등 정의적 측면에서 학업 성취도가 높은 학습자들이 낮은 학습자들에 비해 영어전용강의를 더 긍정적으로 인식하는 경향이 있었다. 이러한 결과는 방희경(2006)의 연구와 비슷하다. 방희경(2006)은 영어전용강의에 대한 학생들의 인식을 교육효과(전공내용에 대한 이해, 영어능력 향상, 영어전용강의 전반적 만족도, 전공과목에 대한 열의)와 유용성의 측면에서 분석하였는데, 학생들은 영어전용강의 교육효과에 대해 보통 이하로 인식하고 있었다. 그러나 영어수준이 높은 학생일수록 영어전용강의의 효과와 유용성을 긍정적으로 평가하였다. 이주연(2007)은 영어전용강의에 대한 효과를 영어능력 향상, 전공지식에 대한 이해도, 수업에 대한 학생들의 태도 측면에서 측정하였는데, 모두 보통의 수준을 나타내었다. 그러나, 인문계열 학생,

영어권 생활기간이 오래된 학생, 영어실력이 높은 학생, 원어민강의를 더 많이 수강한 학생들이 영어전용강의 효과를 높게 인식하였다.

영어전용강의의 영어능력 향상에 대한 인식도 다양한 결과를 보인다. 영어전용강의가 영어실력향상에 긍정적인 영향을 미칠 것이라고 인식한 결과를 보여준 연구가 있는 반면(김현옥 외, 2012; 오희정 외, 2010), 장셋별(2012)은 영어전용강의의 영어능력 향상 효과는 전반적으로 높지 않은 것으로 결론지었다. 그러나 일반적으로 학생들은 영어전용강의가 듣기 능력 향상에 도움이 된다고 인식하였고, 교수자들은 읽기 능력 향상에 도움이 된다고 인식하였다. 또한, 말하기, 듣기, 읽기, 쓰기 영어능력 중 듣기 능력이 다른 능력들에 비해 향상 정도가 높았다(이주연, 2007).

본 연구는 영어전용강의에 대한 인식을 방희경(2006)의 연구에 기초하여 전공내용에 대한 이해, 영어능력 향상, 영어전용강의 전반적 만족도, 전공과목에 대한 열의 측면에서 영어수준을 고려하여 살펴보았다.

III. 연구방법

1. 연구대상

본 연구는 2013년도 1학기에 한국체육대학교 영어전용강의를 수강하고 있는 학생을 대상으로 수행되었다. 2013년도 1학기에 총 7개 영어전용강좌가 운영되고 있었고, 설문지를 통하여 연구에 참여한 학생은 모두 107명이었다. 전체 107명의 응답 중, 불성실하게 응답한 1명을 제외하고 최종 106명 자료를 분석에 포함하였다. 학생의 성별, 학년, 영어전용강의 수강 과목 수 분포가 <표 1>에 나타나 있다. 영어전용강의 수강 과목 수는 2013년 1학기에 수강하고 있는 과목 수를 포함하는 것으로, 2013년 1학기에 처음으로 영어전용강의를 수강하였다면 수강 과목 수는 1과목이 된다.

분석에 포함된 학생 중 80명(75.5%)이 남학생, 26명(24.5%)이 여학생이었다. 영어전용강의 수강 학생을 학년별로 살펴보면, 4학년 학생이 41.5%(44명)로 가장 많았고, 수강 학생 수는 3학년이 32.1%(34명), 2학년이 17.0%(18명), 1학년이 8.5%(9명) 순으로 적어졌다. 학생 중 영어전용강의를 1과목 수강하고 있는 학생이 46명, 43.4%로 가장 많았고, 2과목씩 수강하고있는 학생이 33%, 3과목을 수강한 학

생이 21%로 나타났다. 4과목 이상을 수강한 학생은 4명, 3.8%였다. 영어전용강의를 수강하고 있는 학생 중 영어권 국가에서 6개월 이상 체류한 경험이 있는 학생은 17명, 16.0%로, 대다수의 학생은 체류 경험이 없거나 6개월 미만이었다.

표 1. 학생의 성별, 학년, 영어전용강의 수강과목 분포, 영어권 국가 체류 경험

구분		빈도수	백분율(%)
성별	남	80	75.5
	여	26	24.5
학년	1 학년	9	8.5
	2 학년	18	17.0
	3 학년	34	32.1
	4 학년	44	41.5
	결측	1	0.9
영어전용강의 수강 과목 수	1 과목	46	43.4
	2 과목	35	33.0
	3 과목	21	19.8
	4 과목이상	4	3.8
영어권 국가 체류 경험	전혀 없음 ~ 3개월 미만	83	78.3
	3개월 이상 ~ 6개월 미만	6	5.7
	6개월 이상 ~ 1년 미만	9	8.5
	1년 이상 ~ 3년 미만	7	6.6
	3년 이상	1	.9
전체학생		106	

2. 연구도구

학생들의 영어전용강의에 대한 인식을 조사하기 위해 설문조사를 실시하였다. 영어전용강의 인식관련 질문은 방희경(2006)의 연구에서 활용한 설문지를 사용하여 '전공내용에 대한 이해', '영어 실력 향상', '영어전용강의 전반적 만족도', '전공과목에 대한 열의', '영어전용강의 효용성'을 측정하는 문항들로 구성하였다. 영어실력과 영어전용강의 인식을 측정하는 문항은 리커트 형식으로 응답은 '전혀 그렇지 않다', '그렇지 않다', '보통이다', '그렇다', '매우 그렇다' 등의 5수준의 응답으로 구성하였다.

점수가 높을수록 해당 변인의 정도가 높음을 의미한다. 설문지 구성 내용 및 신뢰도가 <표 2>에 나타나 있다. 영어전용강의 인식을 측정하는 영역, '전공내용에 대한 이해', '영어 실력 향상', '영어전용강의 전반적 만족도', '전공과목에 대한 열의', '영어전용강의 효용성' 신뢰도는 각각 0.91, 0.81, 0.87, 0.91, 0.86으로 모두 양호한 수준이었다.

표 2. 설문지의 내용 및 신뢰도

설문항목	설문내용	문항수	Cronbach
기초정보	영어강의 수강경험	1	-
	영어권 체류경험	1	-
	영어강의 수강 이유	1	-
영어실력	Speaking	1	-
	Listening	1	-
	Reading	1	-
	Writing	1	-
영어전용강의 인식	전공내용에 대한 이해	4	0.91
	영어 실력 향상	4	0.81
	영어전용강의 전반적 만족도	3	0.87
	전공과목에 대한 열의	4	0.91
	영어전용강의 효용성	5	0.86

3. 자료처리

체육전공 학생들의 영어전용강의에 대한 인식을 살펴보고자 SPSS 17.0 프로그램으로 평균과 표준편차 등의 기술 통계를 산출하였다. 또한, 영어수준 별 영어전용강의 인식 평균차이를 분석하고자 분산분석(Analysis of Variance)을 수행하였다. 분산분석의 통계적 유의성과 함께 효과크기(effect size)도 산출하여 각 영어전용강의 인식에 대한 영어 수준의 영향력 정도를 확인하였다.

IV. 연구결과

1. 영어전용강의 수강 학생의 영어능력 수준

영어전용강의를 수강하고 있는 학생들의 영어실력을 알아보기 위해서 영어의사소통 능력을 말하기(speaking), 듣기(listening), 읽기(reading), 쓰기(writing)의 4개 영역으로 구분하여 학생들 스스로 자신의 능력을 평가하도록 하였다. <표 3>에는 영어능력 4개 영역의 평균이 나타나 있고, <표 4>에는 평가 범주별 빈도가 제시되어 있다.

학생들이 평가한 자신의 영어실력에 대한 평균을 <표 3>에서 살펴보면, 학생들은 자신의 영어실력을 '못하는 편이다'(2점 수준)로 인식하고 있었다. 특히, 학생들은 영어 말하기(2.23), 쓰기(2.21) 능력을 듣기(2.75), 읽기(2.74) 보다 낮게 평가하였다.

표 3. 영어 말하기, 듣기, 읽기, 쓰기 능력 평균

	N	최소	최대	평균	표준편차
말하기	106	1	5	2.23	0.92
듣기	106	1	5	2.75	0.95
읽기	106	1	5	2.74	0.87
쓰기	106	1	5	2.21	0.89

학생들 영어실력의 범주별 빈도는 아래 <표 4>에서 볼 수 있듯이 학생들의 영어실력에 대해 더 자세한 정보를 제공하는데, 자신의 영어수준을 4개 영역 모두에서 보통 이상으로 평가한 학생이 약 40% 이상을 차지하고 있다. 특히, 말하기, 듣기, 읽기, 쓰기 영역 중 읽기 영역에서 많은 학생들이(약 70%)이 자신의 영어 실력을 보통 이상으로 인식하였다. 반면, 자신의 영어 실력을 '매우 못한다'와 '못하는 편이다'로 평가한 학생도 영역별로 약 30% ~ 60% 분포를 보인다. 이는 영어 실력에 대한 평균이 2점대의 낮은 수준을 나타낸 원인으로 볼 수 있다.

표 4. 말하기, 듣기, 읽기, 쓰기 능력 범주별 빈도

	말하기 (Speaking)		듣기 (Listening)		읽기 (Reading)		쓰기 (Writing)	
	빈도	(%)	빈도	(%)	빈도	(%)	빈도	(%)
1. 매우못한다	26	24.5	13	12.3	12	11.3	27	25.5
2. 못하는편이다	38	35.8	22	20.8	20	18.9	35	33.0
3. 보통이다	35	33.0	53	50.0	58	54.7	40	37.7
4. 잘하는편이다	6	5.7	15	14.2	15	14.2	3	2.8
5. 매우 잘한다	1	0.9	3	2.8	1	0.9	1	0.9
계(100%)	106	100	106	100	106	100	106	100

결론적으로, 영어전용강의를 수강하고 있는 학생의 영어실력은 보통 이상 학생이 영역별로 약 40% ~ 70% 이상을 차지하나, 영어를 못하는 학생도 많아 영어전용강의를 수강하고 있는 학생들의 전반적 영어실력은 보통 수준에 약간 못 미치는 것으로 나타났다. 역으로 생각하면, 이러한 결과는 스스로 자신의 영어실력이 부족하다고 느끼는 학생들이 영어전용강의 수강을 통해 자신의 영어실력을 더 향상시키기를 희망하는 것으로도 해석할 수 있다.

2. 영어전용강의에 대한 인식

학생들의 영어전용강의에 대한 인식을 알아보기 위해, '전공내용에 대한 이해', '영어실력 향상', '영어전용강의에 대한 전반적 만족도', '전공과목에 대한 열의', '영어전용강의 효용성' 등의 영역에 대한 설문을 진행하였으며, 이에

대한 응답의 최소값, 최대값, 평균, 표준편차가 <표 5>에 나타나 있다. '영어실력 향상' 변인은 전체 기술통계와 함께 말하기, 듣기, 읽기, 쓰기의 4개 영역별 기술통계도 제시하였다.

표 5. 인식영역별 최소값, 최대값, 평균 및 표준편차

영역 (N=106)	최소	최대	평균	표준편차
전공내용에 대한 이해	1.00	5.00	2.97	0.87
영어실력 향상	1.00	5.00	3.17	0.73
말하기	1.00	5.00	2.97	0.98
듣기	1.00	5.00	3.58	0.89
읽기	1.00	5.00	3.32	0.85
쓰기	1.00	5.00	2.82	0.96
영어전용강의 전반적 만족도	1.00	5.00	3.36	0.84
전공과목에 대한 열의	1.00	5.00	2.92	0.91
영어전용강의 효용성	1.00	5.00	3.28	0.80

영어전용강의에 대한 인식은 변인에 따라 정도 차이가 있었으나, 모든 변인에서 보통수준인 3점 전후를 보이고 있다. 영어전용강의 수강 학생들은 '전공내용에 대한 이해(2.97)'와 '전공과목에 대한 열의(2.92)'보다는 '영어실력 향상(3.17)', '영어전용강의 전반적 만족도(3.36)', '영어전용 강의 효용성(3.28)'을 다소 긍정적으로 인식하고 있었다. 이는 영어전용강의를 수강하는 것이 전공과목에 대한 학문적 호기심과 지식의 확대보다는 영어능력을 향상시키기에 더 효과적일 거라는 학생들의 기대 인식을 반영하는 결과이다. '영어실력 향상'과 관련하여 학생들은 영어전용강의가 영어의 말하기(2.97), 쓰기(2.82) 영역보다 듣기(3.58), 읽기(3.32) 영역에 더 효과적이라고 응답하였다.

3. 영어능력 수준별 영어전용강의에 대한 인식 차이

영어능력 수준이 높은 학생과 낮은 학생 간 영어전용강의에 대한 인식 차이를 분산분석(ANOVA)으로 분석하였다. 영어능력 수준 구분은 본 연구의 분석에 포함되었던 106명의 영어수준을 분석한 결과를 참조하여, 영어 네 영역의 평균이 3점 이상이면 영어수준이 높은 집단(상)으로, 3점 미만이면 낮은 집단(하)으로 구분하였다. 영어수준 집단 간 변량 차이를 확인한 결과(Levene's F), 영역별로 집단 간 변량 차이는 없었다. 영어전용강의 인식에 대한 영어수준 간 평균, 표준편차와 F검정 분석 결과가 <표 6>에 나타나 있다.

표 6. 영어능력 수준별 영어전용강의 인식 차이

영역	영어 수준	N	평균	표준 편차	Levene's F	F	효과크기 (effect size)
전공 이해	하	65	2.66	0.82	0.8	25.89**	0.192
	상	41	3.46	0.73			
영어 향상	하	65	3.07	0.72	0.2	3.57	-
	상	41	3.34	0.73			
말하기	하	65	2.80	0.94	0.0	5.37*	0.040
	상	41	3.24	0.99			
듣기	하	65	3.50	0.89	1.0	1.34	-
	상	41	3.71	0.90			
읽기	하	65	3.25	0.87	0.0	1.24	-
	상	41	3.44	0.81			
쓰기	하	65	2.72	0.93	0.0	1.77	-
	상	41	2.98	1.01			
영강 만족	하	65	3.18	0.79	0.0	7.37**	0.057
	상	41	3.63	0.85			
전공 열의	하	65	2.68	0.84	0.0	12.59**	0.099
	상	41	3.29	0.89			
영강 효용	하	65	3.05	0.75	0.2	15.74**	0.123
	상	41	3.65	0.76			

1) **= p<.01, *= p<.05

2) 효과크기 = η^2

3) effect size guideline: .01(small), .09(medium), .25(large)

4) 전공이해=전공내용에 대한 이해, 영어향상=영어실력 향상, 영강만족=영어전용강의 전반적 만족도, 전공열의=전공과목에 대한 열의, 영강효용=영어전용강의 효용성

영어수준별 영어전용강의에 대한 인식의 평균을 살펴보면, 모든 영역에서 영어수준이 높은 학생들의 평균은 낮은 학생들의 평균에 비해 높았다. 영어수준 하위 집단은 영역별 평균이 2.66~3.25 분포를 보였으나, 영어수준 상위 집단은 영역별 평균이 2.98~3.71의 분포를 보였다. 영어수준이 낮은 집단에서 비교적 긍정적(3점 이상)으로 평가한 영역은 영어실력 향상(3.07), 듣기(3.50), 읽기(3.25) 능력 향상, 영어전용강의 전반적 만족도(3.18), 영어전용강의 효용성(3.05)이었다. 특히, 영어수준이 낮은 학생들도 영어전용강의가 영어 듣기 능력 향상이나 읽기 능력 향상에 비교적 효과적이라 평가하였다. 영어수준이 높은 학생들은 듣기(3.71), 영어전용강의 전반적 만족도(3.63), 영어전용강의 효용성(3.65)을 비교적 높게 평가하였다. 영어수준 하위 집단과 마찬가지로 영어를 잘하는 학생들도 영어전용강의가 듣기 능력 향상에 비교적 크게 도움이 되는 것으로 평가하였다.

영역별 영어수준 간 평균 차이는 영어실력 향상 영역(말하기 제외)을 제외한 모든 영역에서 통계적으로 유의하였다. 전공내용에 대한 이해(F=25.89, p<.01), 영어전용강의 전반적 만족도(F=7.37, p<.05), 전공과목에 대한 열의(F=12.59, p<.01), 영어전용강의 효용성(F=15.74, p<.01).

‘전공내용에 대한 이해’ 영역은 영어수준 상위 집단의 평균이 3.46, 하위 집단이 2.66으로 두 집단의 평균 차이는 0.8이었고, 이는 통계적으로 유의하였다($F=25.89, p<.01$). 이는 영어수준 상위 집단은 하 집단에 비해 영어전용강의를 통하여 해당과목의 개념, 지식, 내용 등을 더 충실히 학습한 것을 의미한다. 전공내용 이해에 대한 영어수준별 효과크기(η^2)는 0.192였는데, 전공내용 이해 전체 변량의 19.2%를 영어수준 별 집단이 설명하는 변량 양으로 해석할 수 있다. 효과크기 기준선에 의하면 영어수준(상/하 집단구분)은 전공내용 이해 전체 변량의 상당히 많은 부분을 설명하였다.

‘영어전용강의 전반적 만족도’ 영역은 영어수준 상위 집단 평균이 3.63, 하위 집단 평균은 3.18로 두 집단의 평균 차이는 0.45였고, 이는 통계적으로 유의하였다($F=7.37, p<.05$). 영어수준이 상위인 집단은 하위 집단에 비해 영어전용강의에 대한 만족감이 더 높았고, 추후 다른 과목도 영어전용강의로 수강할 가능성이 더 높았다. 이 변인의 영어수준 상/하 집단의 효과크기는 0.057로, 영어전용강의의 전반적 만족도 전체 변량의 약 5.7%가 영어수준 집단에 의해 설명되었다. 이 효과크기는 통계적으로 유의한, 다른 영역, 즉, ‘전공내용에 대한 이해’, ‘전공과목에 대한 열의’, ‘영어전용강의 효용성’에 비해 작게 나타났다.

‘전공내용에 대한 열의’ 영역의 영어수준 상/하 집단 간 평균차이는 0.61이었고, 통계적으로 유의하였다($F=12.59, p<.01$). 이 영역도, 다른 영역과 마찬가지로 영어수준이 높은 집단은 낮은 집단에 비해 영어전용강의를 통하여 학습의욕이나 학문적 호기심에 더 긍정적인 자극을 받고 있었다. 효과크기는 0.099였고, 전공내용에 대한 열의 전체 변량의 약 9.9%를 영어수준 상/하 집단이 설명하고 있었다. 효과크기 기준선에 의하면 이는 보통 수준의 설명량 이었다.

영어전용강의 효용성 영역에서 영어수준 상/하 집단의 평균 차이는 0.60이었고, 통계적으로 유의하였다($F=15.74, p<.01$). 영어수준이 높은 집단은 낮은 집단에 비해 영어전용강의가 취업이나, 영어에 대한 부담감 완화, 국제적 감각 향상 등에 더 긍정적인 것으로 인식하였다. 효과크기는 0.123이었고, 영어전용강의 효용성 전체 변량의 약 12.3%가 영어수준 상/하 집단에 의해 설명되었다.

‘영어실력 향상’ 영역을 살펴보면, 영어능력의 네 가지 영역을 합한 수치에서는 집단 간 차이는 없었다($F=3.57, p>.05$). 영어능력 수준에 상관없이 학생들은 영어전용강의는 영어실력 향상에 보통 수준으로 도움이 되는 것으로 인

식하였다. 그러나 말하기 영역에서는 영어수준 집단 간 통계적으로 유의한 차이가 있었다($F=5.37, p<.05$). 영어수준 집단 간 평균 차이는 0.44, 효과크기는 0.04였다. 즉, 영어수준이 높은 집단은 낮은 집단에 비해 말하기 능력이 더 많이 향상한다고 응답하였다.

영어수준 집단 간 비슷한 평균을 보인 영역을 제외하고 통계적으로 유의한 영역을 효과크기 순으로 나열하면 ‘전공내용에 대한 이해(0.192)’, ‘영어전용강의 효용성(0.123)’, ‘전공과목에 대한 열의(0.099)’, ‘영어전용강의 만족도(0.057)’, ‘말하기 영어 능력 향상(0.04)’ 순이었다. 즉, 영어능력 수준이 ‘전공내용에 대한 이해’에 가장 많은 영향을 미치고, ‘영어전용강의 효용성’, ‘전공과목에 대한 열의’, ‘영어전용강의 만족도’, ‘말하기 영어 능력 향상’ 순으로 영향을 미치는 것으로 설명할 수 있다.

V. 결론

본 연구는 한국체육대학교 영어전용강의를 수강하고 있는 학생들을 대상으로 영어능력수준 및 영어전용강의에 대한 인식을 살펴보고, 영어능력수준 차이에 따라 영어전용강의 인식에 어떠한 차이가 있는가를 탐색하였다. 연구의 주요결과 및 논의 내용은 아래와 같다.

첫째, 2013학년도 1학기 영어전용강의를 수강하고 있는 학생들의 평균 영어수준은 말하기, 듣기, 읽기, 쓰기 영역에서 보통 이하 수준으로 나타났고, 특히, 말하기, 쓰기 영역 수준은 듣기, 읽기에 비해 더 낮은 수준을 보였다. 이러한, 학생들의 낮은 수준의 평균 영어실력은 자신의 영어실력을 ‘매우 못한다’와 ‘못하는 편이다’로 평가한 학생들이 말하기, 듣기, 읽기, 쓰기 영역별로 약 60.3%, 33.1%, 30.2%, 58.5%를 차지하여 전체 수강학생의 많은 부분을 구성하기 때문에 여겨진다.

둘째, 영어전용강의에 대한 인식은 변인에 따라 정도 차이가 있었으나, 모든 변인에서 보통수준(3점)을 보였다. 전공내용에 대한 이해(2.97), 영어실력 향상(3.17), 영어전용강의 전반적 만족도(3.36), 전공내용에 대한 열의(2.92), 영어전용강의 효용성(3.28)의 5개 영역 중 학생들은 영어실력 향상, 영어전용강의 전반적 만족도, 영어전용 강의 효용성을 더 긍정적으로 인식하고 있었다. 이는 학생들이 영어전용강의가 교과 학습보다는 교과 학습 외 영어 향상적인 측면에 더 효과적이라는 생각을 반영하는 결과이다. 특히, 영어전

용강의의 영어실력 향상에 대한 질문 중 학생들은 듣기영역 향상을 다른 영역에 비해 긍정적으로 인식하였는데, 이는 이주연(2007), 장셋별(2012) 연구와 일치한다. 또한 읽기영역 향상 정도는 말하기, 쓰기 영역에 비해 높았는데, 이러한 결과는 영어전용강의가 수동적인 영어능력 향상에 효과적인 것을 보여준다.

셋째, 영어수준에 따라 영어전용강의 인식은 영어실력 향상(말하기는 유의함)을 제외하고 모든 영역에서 통계적으로 유의한 차이가 있었다. 영어수준이 높은 집단에 속한 학생들은 전공내용에 대한 이해, 영어전용강의 전반적 만족도, 전공내용에 대한 열의, 영어전용강의 효용성을 영어수준이 낮은 학생들에 비해 더 긍정적으로 인식하고 있었다. 또한, 영어수준이 높은 학생들은 낮은 학생들에 비해 영어전용강의가 영어 말하기 능력 향상에 더 효과적이라고 평가하였다. 위의 결과는 여러 선행연구의 결과와 부분적으로 일치하는 내용으로, 학생들의 영어수준은 영어전용강의의 효용성에 많은 영향을 미칠 수 있음을 보여준다. 즉, 영어전용강의가 효과적으로 운영되기 위해서는 다른 교수 학습적인 요인들이 필요하지만 수강 학생들의 영어실력이 필수적으로 충족되어야함을 시사한다. 또한, 현재 대학에서 추진하고 있는 영어전용강의의 목적이 영어능력 향상만 아니라 기본적으로 교과 학습 목표 달성임을 고려할 때(홍성연 외, 2008), 전공 지식을 충분히 이해할 수 있는 영어 능력은 대학 강의의 기본 목표를 실현하기 위한 기본 조건이라 할 수 있다.

본 연구를 통하여 학생들의 영어전용강의에 대한 인식을 영어능력 수준을 고려하여 다각적 측면에서 살펴보았으나, 이 연구는 1개 대학의 1학기 영어전용강의만을 고려한 결과로서 모든 영어전용강의 사례에 적용하기에는 한계가 있다. 더불어 영어전용강의의 효과적인 운영을 위해 학생들의

영어수준 이외의 다양한 변인들의 영향력을 탐색하여, 영어전용강의 효용성을 증대시킬 수 있는 방안에 대한 모색이 추후 연구의 과제로 남아있다.

참고문헌

- 강소연, 박혜선(2004). 영어강의의 실태 및 효과에 대한 학생들의 지각성향에 대한 조사연구. *연세교육연구*, 17(1), 33-53.
- 김현옥, 한호, 맹은경, 김성완(2012). 학습자 인식 및 요구분석에 기초한 효과적인 영어강의의 조건과 운영방안. *Foreign Languages Education*, 19(1), 211-238.
- 방희경(2006). *대학 영어진행강의에 대한 학생인식 분석*. 연세대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 심영숙(2010). 영어매개강의에 대한 대학생 인식 연구. *영어학연구*, 16(3), 47-67.
- 오희정, 이희원(2010). 효과적인 영어강의의 특성과 지원 방안 탐색. *Modern English Education*, 11(1), 191-212.
- 이정원(2010). *영어원어강의에 대한 대학생의 인식 연구*. 한국외국어대학교 석사학위논문.
- 이주연(2007). *원어강의에 대한 인식과 효과에 대한 연구*. 숙명여자대학교 석사학위논문.
- 장셋별(2012). *영어매개강의(EMI)에 대한 대학생과 교수자의 인식 연구*. 단국대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 홍성연, 민혜리, 함은혜(2008). 효과적인 대학 영어강의(English Medium Instruction) 특성과 수강 지원-S대학교 학습자 요구분석을 중심으로. *교육학연구*, 46(3), 305-329.

태극권 수련과 노인의 성공적 노화

Thi Chi Training and Successful Aging in Elderly

희정정 · 이종영* 한국체육대학교

Ji, Ji-jing · Lee, Jong-Young Korea National Sport Univ.

요약

본 연구는 노인의 태극권 수련 참가와 성공적 노화의 관계를 규명하는데 그 목적이 있다. 이에 서울 및 경기지역에 소재한 태극권 수련관, 스포츠센터, 복지센터, 노인대학을 모집단으로 설정한 후, 총 284명을 선정하여 표집하였다. 성공적 노화를 측정하기 위한 검사지는 김동배(2008)가 개발한 질문지를 본 연구에 맞게 수정 및 보완하여 사용하였다. 노인의 태극권 수련 참가와 성공적 노화의 관계를 검증하기 위하여 신뢰도검증, 확인적 요인분석, t-검증, 일원변량분석, 공변량분석, 표준중다회귀분석 등을 사용한 결과 다음과 같은 유의한 결론을 얻었다. 첫째, 인구통계학적 특성변인에 따른 성공적 노화는 성별, 연령, 학력, 거주지역, 용돈, 건강상태, 결혼상태 종교에서 부분적으로 차이가 있는 것으로 나타났다. 둘째, 노인의 태극권 수련 참가에 영향을 미치는 것으로 나타난 8개의 인구통계학적 특성변인을 통제된 상태에서 노인의 태극권 수련 참가와 성공적 노화의 관계를 살펴본 결과 자율적 삶, 자기완성 지향, 적극적 인생참여, 자녀에 대한 만족, 자기수용, 타인수용에서 차이가 있는 것으로 나타났다. 셋째, 노인의 태극권 수련 참가정도와 성공적 노화의 관계를 살펴본 결과, 기간은 자율적 삶, 자기완성 지향, 자녀에 대한 만족에 부적인 영향을 미치는 것으로 나타났고, 빈도는 자기완성 지향, 적극적 인생참여, 자녀에 대한 만족, 자기수용, 타인수용에 부적인 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 강도는 타인수용에 정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다.

Abstract

The purpose of this research is to examine the relationship between participation in t'ai chi ch'uan training and successful aging. To achieve this purpose, samples were extracted using the multistage cluster random sampling method from the population of t'ai chi ch'uan training centers, sports centers, welfare centers, the elder's colleges located in the Gyeonggi region. The data of a total of 248 persons. The encoded data were computerized according to the research purpose using Windows SPSS/PC 18.0 Version statistical program. The statistical techniques used in this research included reliability test, confirmatory factor analysis, t-test, one-way ANOVA, ANCOVA, standard multiple regression analysis. First, there were partial differences in successful aging according to demographic characteristics variables: gender, age, academic backgrounds, residential areas, pocket money, health condition, marital status, and religion. Second, when the eight demographic characteristics variables that had effects on the aged people's participation in the t'ai chi ch'uan training were controlled, the results of examining the relationship between aged people's participation in t'ai chi ch'uan training and successful aging showed that there were differences in autonomous life, self-perfection aim, active life participation, satisfaction with their children, self-acceptance, and acceptance of others. Lastly, the results of examining the relationship between aged people's participation in t'ai chi ch'uan training and successful aging showed that the length of period was found to have negative effects on autonomous life, self-perfection aim, and satisfaction with their children, and the frequency was found to have negative effects on self-perfection aim, active life participation, satisfaction with their children, self-acceptance, and acceptance of others, and the intensity was found to have positive effects on acceptance of others.

Key words: thi chi training, successful aging, elderly

이 논문은 희정정의 2012년도 한국체육대학교 대학원 석사학위논문을 수정 및 보완하였음.

* jylee@knsu.ac.kr

I. 서론

현재 우리사회는 노인인구의 증가로 고령화 사회를 맞이하게 되었다. 고령화는 65세 이상 고령인구 비율증가로 인한 전반적 평균 연령대가 높아지면서 나타나는 사회현상을 말하며 통계청의 인구통계에 따르면 한국 65세 이상 노인 인구는 총인구의 11.0%로 이미 고령화 사회(aging society)로 진입하였고 다가오는 2018년에는 노인인구 비율이 14.3%로 고령사회(aged society) 진입이 예상되며, 2026년에는 20.8%로 초고령사회(super aged society)에 진입할 것으로 추정된다(서명환, 2011).

고령화는 단순히 전체인구 중 고령인구가 증가함으로써 나타나는 노인부양 부담 증가나 인구구조 변화만이 아닌 그 이상의 다양한 사회적 문제를 촉발하고 있다. 즉 노인인구의 증가는 생산인력 부족과 생산성 저하로 경제구조와 노동시장에도 큰 변화를 초래하게 되며, 고령 근로자수는 급증하여 퇴직자가 증가하고 새로운 경제활동인구인 청장년층은 축소됨으로써 노동력 부족현상을 초래하게 될 것이다(한정란, 2006).

또한 노년기로 접어들면서 생기는 신체적, 생리적인 감퇴로 인하여 건강수준의 악화, 자녀의 출가와 은퇴로 수입이 감소되고 핵가족화 사회로 변모함에 따라 가정에서의 역할상실과 사회적 유대관계의 상실을 초래하게 되었다. 또한 사회적 은퇴로 인하여 무료한 여가시간을 보냄으로써 우울감, 소외감, 허탈감, 심리적 약화 등을 가져오게 되며, 육체적, 정신적 기능의 저하나 손상, 그리고 자연스럽게 경험하게 되는 주변인들의 죽음 등은 노년기의 행복감을 저하시키는 큰 요인으로 작용한다(이은석, 안찬우, 2010).

현재 우리나라는 전 세계에서 고령화속도가 가장 빠른 것으로 나타나고 있으며, 이에 따라 노인문제에 대한 구체적인 정책 마련이 시급한 상황이라고 할 수 있다(한정란, 2006). 이미 여러 학자들은 노인들에 대한 사회적, 심리적, 신체적으로 건강하게 노후생활을 영위할 수 있는 것에 많은 관심을 쏟고 있으며, 이에 대한 연구 또한 절실하게 필요한 상황이다.

성공적 노화는 1986년 미국 노년학회 연례회의에서 처음 소개되었으며(Fisher, 1995), 그 후 Rowe & Kahn(1989)에 의해 성공적 노화라는 개념이 부각되기 시작하였다. 그들은 성공적 노화를 객관적인 관점에서 전 생애과정을 통하여 보았고, 대인관계와 생산적 활동이 변화하는 방식을 설명하기 위해 노력하였으며, 질병이 없는 상태를 '보편적 노화'

'성공적 노화'로 구분하였다. 보편적 노화는 특별한 질병이나 기능의 장애 없이 기능을 잘하고는 있지만 연령이 증가함에 따라 질병이나 장애에 걸릴 위험이 매우 높은 것으로 정의하고 있다. 반면 성공적 노화는 우리가 노화의 자연스러운 과정으로 여겨 오던 일반적 노화를 개인의 노력과 환경의 통제를 통하여 극복하거나 지연시키는 것이라고 보고하였다(심혜설, 2010).

이러한 성공적 노화에 대한 관심이 시대적 흐름과 함께 증대됨으로 우리나라에서도 최근 2000년 이후 성공적 노화에 대한 학문적 관심이 커지면서, 경험적 연구들이 이루어지고 있다. 성공적 노인에 대한 선행연구를 살펴보면 성공적 노화의 특성을 추출하여 그것을 측정 가능한 방식으로 구성한 연구(김미혜 등, 2004; 김미혜, 신경림, 2005; 홍현방, 최혜경, 2003), 심층면접을 통한 성공적 노화에 대한 인식 연구(강인, 2003; 김미혜 등, 2004; 박경란, 이영숙, 2002; 최혜경 등 2005) 등이 가정학, 간호학, 심리학 등의 분야에서 많은 관심을 갖고 수행되었다(심혜설, 2010). 그러나 성공적 노화와 관련한 많은 선행연구들 가운데 인간의 삶의 질을 향상시키는 중요한 매개체의 하나인 여가 스포츠 활동과 관련한 것은 매우 미흡한 현실이다.

또한 태극권에 관한 연구를 살펴보면, 태극권수련이 노인의 정신과 신체건강에 효과적으로 작용하고 있다는 연구들이 보고되었으며(김영일, 광익섭, 2009; 김현나, 2005; 박영주, 박인혜, 2006; 박지아, 박현조, 강성구, 2007; 옥선명, 최환석, 김철민, 2000; 전인수, 한동욱, 박래준, 김병로, 2006) 더욱이 중국뿐만 아니라 한국에서도 노인들이 비교적 많이 참가하는 태극권활동에 대하여 자연과학적 연구들이 수행되어 왔다. 그에 관한 선행연구들을 살펴보면 태극권과 신체적 건강(김종휴, 2004; 김철우, 2009; 이동욱, 2009; 전인수, 2004; 전정희, 2005; 주재명, 2010; 최윤희, 2000)과 심리적 건강(김옥성, 2009; 엄기영, 2008; 이숙련, 2008; 정용모, 2009, 차종규, 2009)에 관한 연구들이 수행되어 왔다.

태극권과 관련한 이러한 자연과학적 접근은 인간의 심리적 신체적 건강에 기여하는 점에서 중요하다고 할 수 있다. 특히 김상복(2011)의 연구에서는 낮은 강도의 운동이 노인의 우울증을 증재할 수 있는 효과적인 방법임을 암시하고 있으며, 뿐만 아니라 지금까지 노인들의 신체적 및 정신적 건강을 위한 운동프로그램은 고정식 자전거, 빠른 걷기, 달리기와 같은 운동을 권장(ISSP, 1992)하고 있음에도 불구하고, 걷기보다 태극권이 체력, 근력, 그리고 균형감에 더 효과적인 것으로 제시되고 있다는 연구들을 제시하였다(Yeh, Wood,

Lorell, Stevenson, Eisenberg, Wayne, Goldberger, Davis, Phillips, 2004; Audette, Jin, Stein & Newcomer, 2006).

더욱이 태극권을 수련하는 70세 이상 노인에서 친우 관계, 기쁨, 사회성이 호전되었고(Aging in medical science research group, 1983), 긴장 및 우울증 완화, 걱정, 기분 혼란을 줄여주었으며(Jin, 1989), 스트레스 관련 질환분야에도 효과가 있다고 보고한 연구결과들을 보았을 때(Jin, 1992; Kirsteins, Dietz & Hwang, 1991) 태극권은 성공적 노화에 직접적인 영향을 주는 운동임을 알 수 있다.

그러나 인간은 나이가 들어감에 따라 신체의 활동이 중요한 것을 인식하면서도 사회적, 심리적, 신체적으로 여가 활동에 대한 제약을 많이 받게 된다. 중국에서는 그럼에도 불구하고 많은 노인들이 태극권을 참여하고 있는 것을 보았을 때 태극권이 노인의 신체 움직임에 많은 도움을 주는 것으로 보이며 그렇게 됨에 따라 성공적인 노화가 이루어질 것이라고 판단되었다.

한국에서 또한 노인들의 태극권 참가율이 점차 증가하고 있으며, 본 연구에서는 노인의 참여가 증가하고 있는 태극권을 도입하여 노인의 여가 스포츠 활동 참가와 성공적 노화의 관계에 있어서 태극권이 어떠한 역할을 하는지 알아보는 것은 큰 의미가 있다고 볼 수 있다. 또한 사회의 소외 계층으로 인식되고 있는 노인문제를 사회문제의 차원에서 살펴봄으로써 노인에 대한 인식을 새롭게 하고 사회의 한 구성원으로서 태극권을 통해 그들의 삶을 풍요롭게 할 수 있는 계기를 마련하는데 의미가 있다.

이에 본 연구의 목적은 태극권 수련과 노인의 성공적 노화의 관계를 실증적으로 구명하는데 있으며, 구체적인 연구 문제는 다음과 같다. 첫째, 인구통계학적 특성에 따른 성공적 노화에는 차이가 있는가? 둘째, 노인의 태극권 수련 참여 여부와 성공적 노화에는 차이가 있는가? 셋째, 노인의 태극권 수련 참가정도와 성공적 노화에는 차이가 있는가? 이다.

II. 연구방법

1. 연구대상

본 연구는 서울과 경기지역에 소재한 태극권 수련관, 스포츠센터, 노인복지센터, 노인대학 등에서 태극권을 수련하는 61세 이상의 노인들을 모집단으로 선정하였으며, 표본추출은 다단계 유층집락무선표집(multi-stage stratified cluster

random sampling)을 이용하여 320명의 표본을 추출하였다. 표집된 설문자료 중에서 설문의 내용이 불성실하게 작성된 것으로 판단되거나 일부 내용이 누락된 36명의 자료를 제외한 284명의 자료를 실제 분석에 이용하였다. 연구대상자의 일반적 특성은 <표 1>과 같다.

표 1. 연구대상자의 일반적 특성

변인	범주	빈도(n)	백분율(%)
성별	남자	127	44.7
	여자	157	55.3
연령	61-65세	61	21.5
	65-70세	66	23.2
	71-75세	99	34.9
	76세 이상	58	20.4
학력	초졸 이하	29	10.2
	중졸	77	27.1
	고졸	70	24.6
	대졸 이상	108	38.0
거주 지역	대도시	178	62.7
	중·소도시	106	37.3
용돈	30만원 이하	100	35.2
	31-40만원	49	17.3
	41-50만원	80	28.2
	50만원 이상	55	19.4
건강상태	건강	101	35.6
	보통	151	53.2
	허약	32	11.3
결혼상태	동거	139	48.9
	별거	65	22.9
	사별	80	28.2
종교	기독교	127	44.7
	천주교	30	10.6
	불교	67	23.6
	기타	60	21.1
	합계	284	100.0

2. 조사도구

본 연구의 조사도구는 설문지를 이용하였다. 설문지는 인구통계학적 특성에 관한 항목 8문항, 독립변인으로 참여 여부 및 참가정도에 관한 항목 4문항, 종속변인으로 성공적 노화에 관한 항목 31문항 등, 총 43문항으로 구성하였다.

1) 인구통계학적 특성변인 및 태극권 수련 참가

인구통계학적 특성변인은 기존의 선행연구에서 성공적 노화에 영향을 미치는 것으로 나타난 성별, 연령, 학력, 거주지역, 용돈, 건강상태, 결혼상태, 종교 등으로 설정하였고 각 변인에 대하여 1문항씩 구성하여 질문하였다. 독립변인인 태극권 수련의 참여 여부 및 참가정도의 측정은 참여 여부, 참가기간, 빈도, 강도 등 4문항으로 구성하였다.

2) 성공적 노화

본 연구의 종속변인으로 설정한 성공적 노화의 척도는 김동배(2008)가 개발한 척도를 본 연구에 맞게 수정 및 보완하여 사용하였다. 성공적 노화에는 자율적 삶, 자기완성 지향, 적극적 인생참여, 자녀에 대한 만족, 자기수용, 타인수용의 6가지 하위요인이며 총 42문항으로 구성하였다. 각 문항은 ‘전혀 그렇지 않다(1점)’, ‘그렇지 않다(2점)’, ‘약간 그렇지 않다(3점)’, ‘보통이다(4점)’, ‘약간 그렇다(5점)’, ‘그렇다(6점)’, ‘매우 그렇다(7점)’로 측정하였다.

표 2. 성공적 노화의 요인분석 및 신뢰도분석

문항	자율적 삶	자기 완성 지향	적극적 인생 참여	자녀에 대한 만족	자기 수용	타인 수용
문항 8	.891					
문항 6	.865					
문항 9	.842					
문항 4	.836					
문항 2	.798					
문항 1	.785					
문항 7	.742					
문항 5	.732					
문항 3	.699					
문항 14		.821				
문항 12		.811				
문항 10		.789				
문항 11		.745				
문항 15		.732				
문항 13		.718				
문항 18			.877			
문항 19			.845			
문항 16			.812			
문항 20			.787			
문항 17			.765			
문항 25				.844		
문항 22				.824		
문항 21				.816		
문항 24				.788		
문항 23				.754		
문항 28					.799	
문항 26					.745	
문항 27					.727	
문항 31						.821
문항 29						.791
문항 30						.762
고유치	5.778	4.330	3.347	3.247	1.722	1.880
분산율	18.639	13.967	10.797	10.473	5.555	6.066
총분산	18.639	32.606	43.403	53.876	59.430	65.496
Cronbach's α	.904	.873	.855	.879	.766	.775

3. 설문지의 타당도 및 신뢰도

본 연구의 설문지에 대한 타당도를 검사하기 위하여 스포츠사회학전공 교수 1인의 자문을 통하여 설문지에 대한 검토 후 내용타당도 및 문항의 적합성 여부를 논의하고 지

적된 사항을 수정 및 보완을 하였다. 측정도구의 타당도 검증에 위해 탐색적 요인분석을 이용하였으며, 요인회전방법으로 직각 회전방식을 이용하였다. 요인추출을 위한 기준은 초기고유값 1.0이상으로 하였다.

성공적 노화에 대한 31문항의 요인분석 결과 6개의 요인이 추출되었고, 그 중 자율적 삶의 요인부하량이 .699-.891, 자기완성 지향의 요인부하량이 .718-.821, 적극적 인생참여의 요인부하량이 .765-.877, 자녀에 대한 만족의 요인부하량이 .754-.844, 자기수용의 요인부하량이 .727-.799, 타인수용의 요인부하량이 .762-.821로써 타당하게 측정된 것으로 나타났다. 또한 성공적 노화의 Cronbach's α의 값은 .766-.904로 나타나 신뢰할 만한 수준인 것으로 나타났다.

4. 조사절차

본 연구의 목적을 달성하기 위하여 연구자가 해당 태극권 수련관, 스포츠센터, 복지센터, 노인대학 등을 직접 방문하여 설문지의 목적과 기입 방법을 설명해준 뒤, 자기평가기입법(self administration method)으로 설문지를 작성하도록 하였으며, 조사대상자가 응답하기 어려운 경우에는 연구자가 대면조사를 통해 작성하였다.

5. 자료처리방법

본 연구의 자료수집 방법에 의하여 회수된 설문지의 응답 결과는 우선 신뢰성이 떨어진다고 판단되는 응답과 이중기입, 무기입 등의 자료를 포함하는 응답을 분석에서 제외시켰다. 그리고 신뢰성이 있다고 판단되는 자료는 컴퓨터에 개별 입력(Coding)시키고, Window용 SPSS/PC+ 18.0 Version 통계프로그램을 이용하여 분석의 목적에 따라 전산처리 하였다. 이 연구에서 사용한 통계의 방법은 기술통계분석(Descriptive Statistical Analysis)과 t-검증(t-test), 일원변량분석(one-way ANOVA), 공변량분석(analysis of covariance), 표준중다회귀분석(Standard Multiple Regression Analysis)을 실시하여 검증하였다.

III. 연구결과

1. 인구통계학적 특성변인에 따른 성공적 노화의 차이

다음의 <표 3>은 배경변인인 성별, 연령, 학력, 거주 지

표 3. 인구통계학적 특성변인에 따른 성공적 노화에 대한 평균 및 표준편차, F검증결과

배경변인	분류	자율적 삶		자기완성 지향		적극적 인생참여		자녀에 대한 만족		자기수용		타인수용	
		M(SD)	n	M(SD)	n	M(SD)	n	M(SD)	n	M(SD)	n	M(SD)	n
성별	남성	3.69(.72)	127	3.58(.68)	127	3.62(.73)	127	3.52(.76)	127	3.54(.74)	127	3.75(.77)	127
	여성	3.75(.60)	157	3.77(.76)	157	3.66(.68)	157	3.71(.76)	157	3.72(.72)	157	3.64(.70)	157
	t값	-.840		-2.140**		-.432		-2.123*		-2.084*		1.267	
연령	61-65세	3.59(.49)	61	3.68(.58)	61	3.62(.62)	61	3.67(.60)	61	3.71(.60)	61	3.53(.46)	61
	66-70세	3.41(.64)	66	3.24(.72)	66	3.24(.65)	66	3.12(.55)	66	3.22(.61)	66	3.25(.68)	66
	71-75세	4.05(.56)	99	3.97(.61)	99	3.88(.63)	99	3.94(.73)	99	3.88(.70)	99	4.08(.73)	99
	76세 이상	3.67(.74)	58	3.70(.82)	58	3.72(.78)	58	3.63(.89)	58	3.64(.86)	58	3.68(.91)	58
	F값	16.545***		15.059***		12.382***		18.173***		12.042***		21.871***	
post-hoc	c>a,b,c		a,c,d>b		a,c,d>b		a,c,d>b		a,c,d>b		c>a, c>d>b		
학력	초졸 이하	3.67(.87)	29	3.69(.74)	29	3.66(.82)	29	3.50(.65)	29	3.54(.57)	29	3.65(.90)	29
	중졸	3.39(.74)	77	3.21(.88)	77	3.24(.75)	77	3.19(.92)	77	3.16(.8)	77	3.16(.62)	77
	고졸	3.83(.56)	70	3.96(.63)	70	3.81(.53)	70	3.87(.62)	70	3.77(.61)	70	4.06(.66)	70
	대졸 이상	3.91(.47)	108	3.84(.47)	108	3.82(.63)	108	3.82(.61)	108	3.92(.64)	108	3.84(.59)	108
	F값	11.414***		18.548***		13.244***		15.090***		20.647***		26.008***	
post-hoc	c,d>b		a,c,d>b		a,c,d>b		c,d>b		c,d>b		a,c,d>b		
거주지역	대도시	3.52(.69)	178	3.40(.74)	178	3.45(.75)	178	3.42(.83)	178	3.44(.80)	178	3.52(.80)	178
	중소도시	4.06(.40)	106	4.17(.35)	106	3.97(.47)	106	3.98(.47)	106	3.97(.46)	106	3.98(.49)	106
	t값	-8.294***		-11.767***		-6.489***		-7.198***		-7.101***		-5.956***	
	30만원 이하	3.68(.79)	100	3.57(.93)	100	3.66(.86)	100	3.59(.96)	100	3.51(.84)	100	3.51(.79)	100
	31-40만원	3.18(.58)	49	3.22(.69)	49	3.08(.57)	49	3.17(.63)	49	3.08(.53)	49	3.23(.76)	49
용돈	41-50만원	3.86(.40)	80	3.77(.43)	80	3.73(.54)	80	3.79(.61)	80	3.92(.60)	80	3.89(.49)	80
	51만원 이상	4.10(.32)	55	4.18(.19)	55	4.00(.31)	55	3.87(.44)	55	3.96(.47)	55	4.13(.51)	55
	F값	22.705***		19.519***		18.170***		9.622***		21.528***		20.725***	
	post-hoc	d>a>b, c>b		d>a,c>b		d>a>b, c>b		a,c,d>b		c,d>a>b		c,d>a,b	
	건강	3.70(.66)	101	3.66(.69)	101	3.64(.77)	101	3.68(.81)	101	3.64(.73)	101	3.61(.74)	101
건강상태	보통	3.77(.62)	151	3.72(.72)	151	3.64(.63)	151	3.64(.68)	151	3.71(.74)	151	3.69(.72)	151
	허약	3.59(.77)	32	3.60(.89)	32	3.68(.81)	32	3.43(.95)	32	3.29(.62)	32	3.92(.75)	32
	F값	1.045		.497		.042		1.259		4.536*		2.219	
	post-hoc	b>c											
	동거	3.69(.61)	139	3.74(.61)	139	3.66(.72)	139	3.72(.74)	139	3.60(.64)	139	3.74(.76)	139
결혼상태	별거	3.89(.60)	65	3.87(.72)	65	3.66(.58)	65	3.65(.56)	65	3.86(.74)	65	3.95(.69)	65
	사별	3.65(.75)	80	3.44(.86)	80	3.60(.77)	80	3.45(.91)	80	3.53(.86)	80	3.39(.61)	80
	F값	2.944		7.253***		.234		3.193*		3.925*		11.980***	
	post-hoc			a,b>c				a>c		b>c		a,b>c	
	기독교	3.54(.62)	127	3.56(.66)	127	3.52(.61)	127	3.40(.70)	127	3.64(.79)	127	3.55(.62)	127
종교	천주교	3.44(.76)	30	3.56(.80)	30	3.26(.73)	30	3.26(.47)	30	3.36(.74)	30	3.32(.80)	30
	불교	3.82(.67)	67	3.66(.85)	67	3.74(.81)	67	3.81(.88)	67	3.55(.79)	67	3.65(.81)	67
	기타	4.15(.36)	60	4.04(.58)	60	3.98(.59)	60	4.09(.58)	60	3.88(.41)	60	4.22(.55)	60
	F값	15.920***		6.754***		9.891***		16.922***		3.970**		16.909***	
	post-hoc			d>a,b,c		d>a,b, c>b		c,d>a,b		d>b		d>a,b,c	

p < .01 *p < .001

역, 용돈, 건강상태, 결혼 상태, 종교에 따른 성공적 노화에 대한 차이를 살펴보기 위하여 평균, 표준편차 검증, t-검증과 일원변량분석을 실시한 결과이다. <표 3>에 의하면, 인구통계학적 특성변인에 따른 성공적 노화는 성별, 연령, 학력, 거주 지역, 용돈, 건강상태, 결혼 상태, 종교에 따라 차

이가 있는 것으로 나타났다.

이러한 결과를 구체적으로 살펴보면, 먼저 성별에 따른 성공적 노화의 차이는 자기완성 지향(F=-2.140, **p<.01), 자녀에 대한 만족(F=-2.123, *p<.05), 자기수용(F=-2.084, *p<.05)에서 여성(M=3.77, 3.71, 3.72) 집단이 남성(M=3.58,

3.52, 3.54) 집단보다 높게 나타났다.

연령에 따른 성공적 노화의 차이는 자율적 삶(F=16.545, *** p <.001), 자기완성 지향(F=15.059, *** p <.001), 적극적 인생참여(F=12.382, *** p <.001), 자녀에 대한 만족(F=18.173, *** p <.001), 자기수용(F=12.042, *** p <.001), 타인수용(F=21.871, *** p <.001)에서 71-75세(M=4.05, 3.97, 3.88, 3.94, 3.88, 4.08) 집단이 61-65세(M=3.59, 3.68, 3.62, 3.67, 3.71, 3.53) 집단, 66-70세(M=3.41, 3.24, 3.24, 3.12, 3.22, 3.25) 집단, 76세 이상(M=3.67, 3.70, 3.72, 3.63, 3.64, 3.68) 집단보다 높게 나타났다.

학력에 따른 성공적 노화의 차이는 성공적 노화의 하위 변인인 자율적 삶(F=11.414, *** p <.001), 적극적 인생참여(F=13.244, *** p <.001), 자기수용(F=20.647, *** p <.001)에서 대졸 이상(M=3.91, 3.82, 3.92) 집단이 초졸 이하(M=3.67, 3.66, 3.54) 집단, 중졸(M=3.39, 3.24, 3.16) 집단, 고졸(M=3.83, 3.81, 3.77) 집단보다 높게 나타났다. 또한 자기완성 지향(F=18.548, *** p <.001), 자녀에 대한 만족(F=15.090, *** p <.001), 타인수용(F=26.008, *** p <.001)에서는 고졸(M=3.96, 3.87, 4.06) 집단이 초졸 이하(M=3.69, 3.50, 3.65) 집단, 중졸(M=3.21, 3.19, 3.16) 집단, 대졸 이상(M=3.84, 3.82, 3.84) 집단보다 높게 나타났다.

거주 지역에 따른 성공적 노화의 차이는 자율적 삶(F=8.294, *** p <.001), 자기완성 지향(F=11.767, *** p <.001), 적극적 인생참여(F=6.489, *** p <.001), 자녀에 대한 만족(F=7.198, *** p <.001), 자기수용(F=7.101, *** p <.001), 타인수용(F=5.956, *** p <.001)에서 중소도시(M=4.06, 4.17, 3.97, 3.98, 3.97, 3.98) 집단이 대도시(M=3.52, 3.40, 3.45, 3.42, 3.44, 3.52) 집단보다 높게 나타났다.

용돈에 따른 성공적 노화의 차이는 자율적 삶(F=22.705, *** p <.001), 자기완성 지향(F=19.519, *** p <.001), 적극적 인생참여(F=18.170, *** p <.001), 자녀에 대한 만족(F=9.622, *** p <.001), 자기수용(F=21.528, *** p <.001), 타인수용(F=20.725, *** p <.001)에서 51만원 이상(M=4.10, 4.18, 4.00, 3.87, 3.96, 4.13) 집단이 30만원 이하(M=3.68, 3.57, 3.66, 3.59, 3.51, 3.51) 집단, 31-40만원(M=3.18, 3.22, 3.08, 3.17, 3.08, 3.23) 집단, 41-50만원(M=3.86, 3.77, 3.73, 3.79, 3.92, 3.89) 집단보다 높게 나타났다.

건강상태에 따른 성공적 노화의 차이는 성공적 노화의 하위 변인인 자기수용(F=4.536, * p <.05)에서 보통(M=3.71) 집단이 건강(M=3.64) 집단, 허약(M=3.29) 집단보다 높게 나타났다.

결혼상태에 따른 성공적 노화의 차이는 성공적 노화의 하위 변인인 자기완성 지향(F=7.253, *** p <.001), 자기수용

(F=3.925, * p <.05), 타인수용(F=11.980, *** p <.001)에서 별거(M=3.87, 3.86, 3.95) 집단이 동거(M=3.74, 3.60, 3.74) 집단, 사별(M=3.44, 3.53, 3.39) 집단보다 높게 나타났다. 또한 자녀에 대한 만족(F=3.193, * p <.05)에서는 동거(M=3.72) 집단이 별거(M=3.65) 집단, 사별(M=3.45) 집단보다 높게 나타났다.

마지막으로 종교에 따른 성공적 노화의 차이는 자율적 삶(F=15.920, *** p <.001), 자기완성 지향(F=6.754, *** p <.001), 적극적 인생참여(F=9.891, *** p <.001), 자녀에 대한 만족(F=16.922, *** p <.001), 자기수용(F=3.970, ** p <.01), 타인수용(F=16.909, *** p <.001)에서 기타(M=4.15, 4.04, 3.98, 4.09, 3.88, 4.22) 집단이 기독교(M=3.54, 3.56, 3.52, 3.40, 3.64, 3.55) 집단, 천주교(M=3.44, 3.56, 3.26, 3.26, 3.36, 3.32) 집단, 불교(M=3.82, 3.66, 3.74, 3.81, 3.55, 3.65) 집단보다 높게 나타났다.

2. 노인의 태극권 수련 참가여부와 성공적 노화의 차이

1) 노인의 태극권 수련 참가여부와 자율적 삶의 차이

다음의 <표 4>는 노인의 태극권 참가여부에 따른 자율적 삶의 차이를 살펴보기 위하여 성별, 연령, 학력, 거주지역, 용돈, 건강상태, 결혼상태, 종교를 공변인으로 통제한 후 공변량분석을 실시한 결과이다.

표 4. 노인의 태극권 수련 참가여부와 자율적 삶 차이에 대한 공변량분석결과

변인	자승화	F값	유의도
Corrected Model	64.681	33.932	.000
Intercept	17.074	80.614	.000
공 변 인			
성 별	.374	1.766	.185
연 령	1.606	7.583	.006
학 력	1.727	8.153	.005
거주지역	8.988	42.438	.000
용 돈	3.039	14.348	.000
건강상태	1.430	6.754	.010
결혼상태	4.550	21.484	.000
종 교	8.804	41.566	.000
주 효 과			
참가여부	15.545	73.395	.000
오 차	58.033		
전 체	4072.420		
Corrected Total	122.714		

R²=.527 (수정된 R²=.512)

표 5. 노인의 태극권 수련 참가여부에 따른 자율적 삶에 대한 평균, 표준편차

참가여부	사례수	평균	표준편차
참 가	145	4.03	.530
비참가	139	3.41	.633
합 계	284	3.72	.658

<표 4>에 의하면, 8개의 배경변인을 통제한 상태에서 주 효과 변인인 노인의 태극권 수련 참가여부는 자율적 삶에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이러한 결과를 구체적으로 살펴보면, <표 5>에서 나타난 바와 같이 태극권 수련에 참가하는 집단(M=4.03)이 태극권 수련에 비참가하는 집단(M=3.41)보다 자율적 삶을 높게 인식하고 있음을 알 수 있다.

2) 노인의 태극권 수련 참가여부와 자기완성 지향의 차이

다음의 <표 6>은 노인의 태극권 참가여부에 따른 자기완성 지향의 차이를 살펴보기 위하여 성별, 연령, 학력, 거주지역, 용돈, 건강상태, 종교, 결혼상태를 공변인으로 통제 한 후 공변량분석을 실시한 결과이다.

<표 6>에 의하면, 8개의 배경변인을 통제한 상태에서 주 효과 변인인 노인의 태극권 수련 참가여부는 자기완성 지향에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이러한 결과를 구체적으로 살펴보면, <표 7>에서 나타난 바와 같이 태극권 수련에 참가하는 집단(M=4.03)이 태극권 수련에 비참가하는 집단(M=3.41)보다 자기완성 지향을 높게 인식하고 있음을 알 수 있다.

표 6. 노인의 태극권 수련 참가여부와 자기완성 지향 차이에 대한 공변량분석결과

변인	자승화	F값	유의도
Corrected Model	80.783	34.405	.000
Intercept	11.783	45.165	.000
공 변 인			
성 별	2.251	8.627	.004
연 령	2.315	8.874	.003
학 력	2.843	10.897	.001
거주지역	22.829	87.504	.000
용 돈	1.593	6.105	.014
건강상태	.444	1.701	.193
결혼상태	.178	.682	.410
종 교	3.187	12.217	.001
주 효 과			
참가여부	14.486	55.526	.000
오 차 전 체	71.485		
4018.306			
Corrected Total	152.268		

R²=.531 (수정된 R²=.515)

표 7. 노인의 태극권 수련 참가여부에 따른 자기완성 지향에 대한 평균, 표준편차

참가여부	사례수	평균	표준편차
참 가	145	4.03	.530
비참가	139	3.41	.633
합 계	284	3.72	.658

3) 노인의 태극권 수련 참가여부와 적극적 인생참여의 차이

다음의 <표 8>은 노인의 태극권 참가여부에 따른 적극적 인생참여의 차이를 살펴보기 위하여 성별, 연령, 학력, 거주지역, 용돈, 건강상태, 종교, 결혼상태를 공변인으로 통제 한 후 공변량분석을 실시한 결과이다.

<표 8>에 의하면, 8개의 배경변인을 통제한 상태에서 주 효과 변인인 노인의 태극권 수련 참가여부는 적극적 인생 참여에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이러한 결과를 구체적으로 살펴보면, <표 9>에서 나타난 바와 같이 태극권 수련에 참가하는 집단(M=3.96)이 태극권 수련에 비참가하는 집단(M=3.31)보다 적극적 인생참여를 높게 인식하고 있음을 알 수 있다.

표 8. 노인의 태극권 수련 참가여부와 적극적 인생참여 차이에 대한 공변량분석결과

변인	자승화	F값	유의도
Corrected Model	57.268	20.497	.000
Intercept	19.460	62.666	.000
공 변 인			
성 별	.109	.351	.554
연 령	.951	3.063	.081
학 력	3.161	10.182	.002
거주지역	9.823	31.641	.000
용 돈	.634	2.042	.154
건강상태	.349	1.124	.290
결혼상태	2.211	7.122	.008
종 교	4.155	13.383	.000
주 효 과			
참가여부	17.326	55.811	.000
오 차 전 체	85.061		
3923.000			
Corrected Total	142.329		

R²=.402 (수정된 R²=.383)

표 9. 노인의 태극권 수련 참가여부에 따른 적극적 인생참여에 대한 평균, 표준편차

참가여부	사례수	평균	표준편차
참 가	145	3.96	.587
비참가	139	3.31	.675
합 계	284	3.64	.709

4) 노인의 태극권 수련 참가여부와 자녀에 대한 만족의 차이

다음의 <표 10>은 노인의 태극권 참가여부에 따른 자녀에 대한 만족의 차이를 살펴보기 위하여 성별, 연령, 학력, 거주지역, 용돈, 건강상태, 종교, 결혼상태를 공변인으로 통제 후 공변량분석을 실시한 결과이다.

<표 10>에 의하면, 8개의 배경변인을 통제한 상태에서 주효과 변인인 노인의 태극권 수련 참가여부는 자녀에 대한 만족에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이러한 결과를 구체적으로 살펴보면, <표 11>에서 나타난 바와 같이 태극권 수련에 참가하는 집단(M=3.99)이 태극권 수련에 비참가하는 집단(M=3.25)보다 자녀에 대한 만족을 높게 인식하고 있음을 알 수 있다.

표 10. 노인의 태극권 수련 참가여부와 자녀에 대한 만족 차이에 대한 공변량분석결과

변인	자승화	F값	유의도
Corrected Model	81.448	28.819	.000
Intercept	15.245	48.549	.000
공 변 인			
성 별	2.672	8.509	.004
연 령	2.921	9.301	.003
학 력	5.582	17.774	.000
거주지역	12.279	39.102	.000
용 돈	.032	.102	.750
건강상태	2.014	6.413	.012
결혼상태	.007	.024	.877
종 교	12.852	40.927	.000
주 효 과			
참가여부	16.396	52.214	.000
오 차	86.041		
전 체	3916.120		
Corrected Total	167.489		

R²=.486 (수정된 R²=.469)

표 11. 노인의 태극권 수련 참가여부에 따른 자녀에 대한 만족에 대한 평균, 표준편차

참가여부	사례수	평균	표준편차
참 가	145	3.99	.641
비참가	139	3.25	.706
합 계	284	3.63	.769

5) 노인의 태극권 수련 참가여부와 자기수용의 차이

다음의 <표 12>는 노인의 태극권 참가여부에 따른 자기수용의 차이를 살펴보기 위하여 성별, 연령, 학력, 거주지역, 용돈, 건강상태, 종교, 결혼상태를 공변인으로 통제 후 공변량분석을 실시한 결과이다.

<표 12>에 의하면, 8개의 배경변인을 통제한 상태에서 주효과 변인인 노인의 태극권 수련 참가여부는 자기수용에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이러한 결과를 구체적으로 살펴보면, <표 13>에서 나타난 바와 같이 태극권 수련에 참가하는 집단(M=3.93)이 태극권 수련에 비참가하는 집단(M=3.34)보다 자기수용을 높게 인식하고 있음을 알 수 있다.

표 12. 노인의 태극권 수련 참가여부와 자기수용 차이에 대한 공변량분석결과

변인	자승화	F값	유의도
Corrected Model	66.296	22.847	.000
Intercept	10.181	33.552	.000
공 변 인			
성 별	2.507	7.775	.006
연 령	1.476	4.577	.033
학 력	8.017	24.864	.000
거주지역	9.520	29.527	.000
용 돈	3.637	11.280	.001
건강상태	1.869	5.795	.017
결혼상태	6.794	21.071	.000
종 교	.012	.036	.849
주 효 과			
참가여부	15.632	48.496	.000
오 차	88.341		
전 체	3926.556		
Corrected Total	154.637		

R²=.429 (수정된 R²=.410)

표 13. 노인의 태극권 수련 참가여부에 따른 자기수용에 대한 평균, 표준편차

참가여부	사례수	평균	표준편차
참 가	145	3.93	.564
비참가	139	3.34	.778
합 계	284	3.64	.739

6) 노인의 태극권 수련 참가여부와 타인수용의 차이

다음의 <표 14>는 노인의 태극권 참가여부에 따른 타인수용의 차이를 살펴보기 위하여 성별, 연령, 학력, 거주지역, 용돈, 건강상태, 결혼상태, 종교를 공변인으로 통제 후 공변량분석을 실시한 결과이다.

<표 14>에 의하면, 8개의 배경변인을 통제한 상태에서 주효과 변인인 노인의 태극권 수련 참가여부는 타인수용에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이러한 결과를 구체적으로 살펴보면, <표 15>에서 나타난 바와 같이 태극권 수련에 참가하는 집단(M=4.07)이 태극권 수련에 비참가하는 집단(M=3.29)보다 타인수용을 높게 인식하고 있음을 알 수 있다.

표 14. 노인의 태극권 수련 참여여부와 타인수용 차이에 대한 공변분석결과

변인	자승화	F값	유의도
Corrected Model	81.030	33.955	.000
Intercept	22.218	83.794	.000
공 변 인			
성 별	.532	2.005	.158
연 령	.691	2.606	.108
학 령	1.851	6.983	.009
거 주 지 역	2.682	10.113	.002
용 도	6.239	23.531	.000
건 강 상 태	1.136	4.285	.039
결 혼 상 태	.125	36.880	.493
종 교	9.779	.472	.000
주 효 과			
참 가 여 부	24.575	92.683	.000
오 차	72.652		
전 체	4028.333		
Corrected Total	153.682		

R²=.527 (수정된 R²=.512)

표 15. 노인의 태극권 수련 참여여부에 따른 타인수용에 대한 평균, 표준편차

참가여부	사례수	평균	표준편차
참 가	145	4.07	.594
비참가	139	3.29	.662
합 계	284	3.69	.736

3. 노인의 태극권 수련 참가정도와 성공적 노화의 관계

1) 노인의 태극권 수련 참가정도와 자율적 삶의 관계

다음의 <표 16>은 노인의 태극권 수련 참가정도와 자율적 삶의 관계를 알아보기 위하여 표준중다회귀분석을 실시한 결과이다.

표 16. 노인의 태극권 수련 참가정도와 자율적 삶에 대한 표준중다회귀분석결과

	B	SE	β	t
상수	4.760	.233		20.386***
기간	-.110	.040	-.238	-2.733**
빈도	-.109	.063	-.161	-1.715
강도	-.067	.077	-.086	-.876
Multiple R			.270	
R Square			.073	

** p < .01, *** p < .001

<표 16>에 의하면 노인의 태극권 수련 참가정도 중, 기간(β =-.238)은 자율적 삶에 부적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 그러나 빈도와 강도는 자율적 삶에 유의한 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 노인의 태극권 수련에 오랜 기간 참가할수록 자율적 삶에 대하여 높

게 인식한다는 것이다. 한편 노인의 태극권 수련 참가정도가 자율적 삶을 설명하는 비율은 전체변량 중 약 7.3% (R^2 =.073)의 설명력을 나타냈다.

2) 노인의 태극권 수련 참가정도와 자기완성 지향의 관계

다음의 <표 17>은 노인의 태극권 수련 참가정도와 자기완성 지향의 관계를 알아보기 위하여 표준중다회귀분석을 실시한 결과이다.

표 17. 노인의 태극권 수련 참가정도와 자기완성 지향에 대한 표준중다회귀분석결과

	B	SE	β	t
상수	4.884	.235		20.803***
기간	-.121	.040	-.255	-2.994**
빈도	-.205	.064	-.295	-3.212**
강도	.027	.077	.034	.355
Multiple R			.342	
R Square			.117	

** p < .01, *** p < .001

<표 17>에 의하면 노인의 태극권 수련 참가정도 중, 기간(β =-.255)과 빈도(β =-.295)는 자기완성 지향에 부적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 그러나 강도는 자기완성 지향에 유의한 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다.

이러한 결과는 노인의 태극권 수련에 오랜 기간 동안 참가하고, 자주 참가할수록 자기완성 지향에 대하여 높게 인식한다는 것이다. 한편 노인의 태극권 수련 참가정도가 자기완성 지향을 설명하는 비율은 전체 변량 중 약 11.7% (R^2 =.117)의 설명력을 나타냈다.

3) 노인의 태극권 수련 참가정도와 적극적 인생참여의 관계

다음의 <표 18>은 노인의 태극권 수련 참가정도와 적극적 인생참여의 관계를 알아보기 위하여 표준중다회귀분석을 실시한 결과이다.

<표 18>에 의하면 노인의 태극권 수련 참가정도 중, 빈도(β =-.356)는 적극적 인생참여에 부적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 그러나 기간과 강도는 적극적 인생참여에 유의한 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 노인의 태극권 수련에 자주 참가할수록 적극적 인생참여에 대하여 높게 인식한다는 것이다. 한편 노인의 태극권 수련 참가정도가 자기완성 지향을 설명하는 비율은 전체 변량 중 약 10.9% (R^2 =.109)의 설명력을 나타냈다.

표 18. 노인의 태극권 수련 참가정도와 적극적 인생참여에 대한 표준중다회귀분석결과

	B	SE	β	t
상수	4.783	.253		18.879***
기간	-.038	.044	-.074	-.861
빈도	-.266	.069	-.356	-3.864***
강도	.039	.083	.045	.464
Multiple R			.330	
R Square			.109	

*** p < .001

4) 노인의 태극권 수련 참가정도와 자녀에 대한 만족의 관계

다음의 <표 19>는 노인의 태극권 수련 참가정도와 자녀에 대한 만족의 관계를 알아보기 위해 표준중다회귀분석을 실시한 결과이다.

<표 19>에 의하면 노인의 태극권 수련 참가정도에 따른 자녀에 대한 만족 중 기간($\beta=-.218$), 빈도($\beta=-.441$)는 자녀에 대한 만족에 부적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 그러나 강도는 자녀에 대한 만족에 유의한 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 노인의 태극권 수련에 오랜 기간 동안 참가하고, 자주 참가할수록 자녀에 대한 만족을 높게 인식한다는 것이다. 한편 노인의 태극권 수련 참가정도가 자녀에 대한 만족을 설명하는 비율은 전체변량 중 약 27.1%($R^2=.271$)의 설명력을 나타냈다.

표 19. 노인의 태극권 수련 참가정도와 자녀에 대한 만족에 대한 표준중다회귀분석결과

	B	SE	β	t
상수	5.676	.251		22.651***
기간	-.121	.043	-.218	-2.815**
빈도	-.360	.068	-.441	-5.281***
강도	-.149	.082	-.159	-1.813
Multiple R			.520	
R Square			.271	

** p < .01, *** p < .001

5) 노인의 태극권 수련 참가정도와 자기수용의 관계

다음의 <표 20>은 노인의 태극권 수련 참가정도와 자기수용 관계를 알아보기 위해 표준중다회귀분석을 실시한 결과이다.

<표 20>에 의하면 노인의 태극권 수련 참가정도와 자기수용 중 빈도($\beta=-.298$)는 자기수용에 부적인 영향을 미치는

것으로 나타났다. 그러나 기간과 강도는 자기수용에 유의한 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 노인의 태극권 수련에 자주 참가할수록 자기수용에 대하여 높게 인식한다는 것이다. 한편 노인의 태극권 수련 참가정도가 자기수용을 설명하는 비율은 전체변량 중 약 9.4% ($R^2=.094$)의 설명력을 나타냈다.

표 20. 노인의 태극권 수련 참가정도와 자기수용에 대한 표준중다회귀분석결과

	B	SE	β	t
상수	4.562	.246		18.573***
기간	.011	.042	.023	.262
빈도	-.214	.067	-.298	-3.201**
강도	-.004	.081	-.005	-.049
Multiple R			.306	
R Square			.094	

** p < .01, *** p < .001

6) 노인의 태극권 수련 참가정도와 타인수용의 관계

다음의 <표 21>은 노인의 태극권 수련 참가정도와 타인수용 관계를 알아보기 위해 표준중다회귀분석을 실시한 결과이다.

<표 21>에 의하면 노인의 태극권 수련 참가정도와 타인수용 중 강도($\beta=.482$)는 타인수용에 정적인 영향을 미치는 것으로 나타났고, 빈도($\beta=-.459$)는 타인수용에 부적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 그러나 기간은 타인수용에 유의한 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 노인의 태극권 수련에 오랜 기간 동안 참가하고, 1회 참여시 고강도 활동을 할수록 타인수용에 대하여 높게 인식한다는 것이다. 한편 노인의 태극권 수련 참가정도가 타인수용을 설명하는 비율은 전체변량 중 약 21.5%($R^2=.215$)의 설명력을 나타냈다.

표 21. 노인의 태극권 수련 참가정도와 타인수용에 대한 표준중다회귀분석결과

	B	SE	β	t
상수	4.137	.241		17.168***
기간	.060	.041	.117	1.457
빈도	-.347	.066	-.459	-5.303***
강도	.420	.079	.482	5.302***
Multiple R			.463	
R Square			.215	

*** p < .001

IV. 논의

본 연구는 태극권 수련과 노인의 성공적 노화의 관계를 구명하는데 그 목적이 있다. 여기에는 분석을 통하여 얻어진 결과를 중심으로 이들 변인 간의 관계 및 결과에 내포된 의미에 대하여 논의하고자 한다.

첫째, 인구통계학적 특성변인에 따른 성공적 노화는 성별, 연령, 학력, 거주지역, 용돈, 건강상태, 결혼상태, 종교에서 부분적으로 차이가 있는 것으로 나타났다. 이를 구체적으로 살펴보면, 성별에서는 여성노인이 남성노인보다 성공적인 노화의 수준이 높은 것으로 나타났다. 이러한 결과를 구체적으로 살펴보면, 성공적 노화의 영향을 미치는 요인을 연구한 김재중(2008)의 연구결과에서도 여성노인이 남성노인보다 성공적인 노화의 수준이 더 높은 것으로 보고하였다. 이는 생리적으로나 여성이 남성보다 표현력이 좋아 유대관계를 적극적으로 형성하고 사회적으로 깊어지는 책임이 작기 때문에 노인이 되어서도 삶을 긍정적으로 바라본다고 할 수 있다.

학력은 교육을 받은 노인이 교육을 받지 못한 무학력의 노인보다 성공적인 노화의 수준이 나타났다. 이러한 연구 결과는 한국노인들의 성공적 노화에 대한 인식에 관한 백지은(2006)의 연구와 일치하는 결과이며, 이는 전반적으로 높은 학력 일수록 사회적 높은 지위와 경제적으로 풍족한 삶을 살고 있기에 성공적 노화에 영향을 미치는 것으로 보인다.

거주지역은 대도시의 노인집단보다 중소도시의 노인집단이 성공적 노화의 수준이 높게 나타났다. 이는 지역 간 성공적인 노화의 수준에 차이가 있는 것으로 나타난 박경희(2006)의 연구와 일치된 결과이며 대도시보다 중소도시가 노화의 수준이 높은 것은 뻘뻘이 들어선 건물들과 대중교통으로 혼잡한 대도시보다 복잡하지 않고 한결 수월한 중소도시가 노인들의 생활에 편리하게 느끼는 것으로 추측된다.

용돈은 용돈을 많이 받는 노인이 용돈을 적게 받는 노인보다 성공적인 노화의 수준이 높은 것으로 나타났다. 이는 용돈의 수준이 높은 집단이 낮은 집단보다 성공적 노화의 수준이 높다고 본 Mannell, R. C. & Dupuis, S.(2007)의 선행연구와 일치할 보이며 노인들에게도 경제적 풍족함이 성공적 노화에 중요한 요인 중 하나라는 것을 알 수 있다.

건강상태는 건강상태가 좋은 집단에서 성공적 노화의 수준이 높게 나타났는데, 이는 건강상태가 나쁜 노인의 경우 좋은 노인의 경우보다 생활만족도가 낮게 나타난 원영희, 모선희(1998)의 연구와 건강상태가 나쁜 노인일수록 복지관

이용만족도가 낮게 되며 이에 따라 성공적 노화에 대해 부정적인 생각을 갖는 것으로 나타난 정경희(1998)의 연구와 부분적으로 일치하며 노인계층은 건강이 우선이 되지 않으면 다른 어떠한 만족과 성공적 노화에 대해 긍정적으로 느끼기 어렵다는 것을 알 수 있다.

결혼상태는 동거가 사별보다 더 성공적인 노화를 이루고 있는 것으로 나타났으며, 이는 배우자가 있는 경우가 없는 경우보다 성공적인 노화의 수준이 높다는 박경희(2006)의 연구 결과와 부분적으로 일치한다. 또한 노인들이 나이가 들어감에 따라 고독하고 무료한 시간들을 배우자와 함께 보내면서 외로움을 경감시킬 수 있고 함께 다양한 활동 등에 참여하는 시간을 통하여 보다 높은 삶의 만족을 경험할 수 있게 되어 성공적인 노화를 보내기 때문이라고 볼 수 있다.

종교는 종교가 있는 노인이 종교가 없는 노인보다 성공적인 노화의 수준이 높은 것으로 나타났는데 이러한 분석 결과는 김미숙, 박민정(2000)의 연구에서 종교를 갖은 노인이 안 갖은 노인보다 성공적 노화에 긍정적으로 느낀다고 보고하여 본 연구결과를 부분적으로 지지해 주고 있으며, 심신이 약해진 노인들은 종교를 통해 심신의 안정을 위해 의지할 곳을 찾고 폭넓은 유대관계로 즐거운 노화를 보내는 것으로 추측된다.

둘째, 노인들의 태극권 수련 참여여부와 성공적 노화의 관계를 살펴본 결과 자율적 삶, 자기완성 지향, 적극적 인생참여, 자녀에 대한 만족, 자기수용, 타인수용에서 차이가 있는 것으로 나타났다. 이러한 결과를 구체적으로 살펴보면, 정다운(2011)의 연구에서 시니어로빅에 참여하는 노인이 자율적 삶, 자기완성 지향, 적극적 인생참여, 자녀에 대한 만족이 높아졌다는 결과가 이 연구와 부분적으로 일치하는 것으로 나타났으며 이는 노인의 신체적 건강은 성공적 노후의 중요 지표라 생각되어 지고 노인의 신체적 건강을 위해서는 여가스포츠의 활동 중 약한 강도에 비해 많은 근력을 키울 수 있는 태극권이 노인들의 신체 움직임에 적절하다고 보인다.

그리고 박인수(2005)의 연구에서 노인의 여가활동은 노인에게 건강한 신체를 유지할 수 있게 해주며 사회적 심리적으로 안정감을 줌으로써, 결과적으로 성공적 노화에 기여한다고 말하고 있다. 따라서 노년기의 성공적 노화를 위해서는 노인의 신체 움직임에 가장 적합한 태극권 수련에 적극 참가하도록 정책적 배려와 그에 대한 접근성을 용이하게 만들어야 한다.

결국, 태극권 수련에 참가하는 노인이 비참가하는 노인에 비하여 적극적이고 매사에 긍정적으로 인생을 살아가고

있으며, 사회적 관계 부분에서 수용능력이 높은 것으로 나타났다. 의학적 관점의 기본이 되는 신체적 건강은 가장 오랫동안 성공적 노화를 결정하는 중요한 선행 변수로 인식되어 왔다. 이러한 신체적 건강을 결정짓는 가장 중요한 요인이 바로 신체적 활동이라 볼 수 있는 운동이기 때문에 이 결과는 매우 의미 있는 결과라 볼 수 있다.

셋째, 노인들의 태극권 수련 참가정도에 따른 성공적 노화의 관계를 살펴본 결과 자율적 삶, 자기완성 지향, 적극적인 인생참여, 자녀에 대한 만족, 자기수용, 타인수용에서 차이가 있는 것으로 나타났다. 이러한 결과를 구체적으로 살펴보면, 김영민(2013)의 노인 동아리 활동이 성공적 노화에 미치는 영향에 대한 연구에 따르면 노인이 동아리 활동기간에 따라 성공적 노화에 차이가 있는 것으로 나타났으며 활동기간이 높으면 성공적 노화에 더욱 긍정적으로 느낀다고 말하고 있다. 이는 이 연구와 부분적으로 일치하는 것으로 나타났고, 결과적으로 태극권 수련 또한 수련기간은 참여자의 적극성을 보여주는 기제이며, 태극권 수련 활동기간이 높으면 높을수록 성공적 노화정도에 높은 수준을 유발하는 요인이 됨을 알 수 있다.

그리고 김기호(2010)의 연구에서 노인의 국공 참여가 성공적 노화에 미치는 영향에서는 자율적인 삶, 자기완성 지향, 적극적인 인생참여에서 통계적으로 유의한 차이를 나타내고 있다. 태극권 수련은 단체보다는 개인적인 수련이 더 많다. 그러다 보니 개인적인 수련을 통해 얻어지는 것과 느끼는 것이 자신의 삶에 긍정적으로 나타나게 된다. 또한 태극권수련을 통해 신체가 건강하게 바뀌는 것을 느끼는 노인들은 자신의 인생에 자신감이 생겨 더욱 적극적으로 행동하는 것으로 보인다.

태극권 수련에 참가기간이 길고 빈도가 높을수록 성공적 노화 수준을 높게 인식하는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 태극권 활동의 참가 강도가 높고 참가 빈도가 높을수록 타자와의 사회적 관계 시간이 길어지고 스포츠 활동을 통한 유대관계 및 사회활동의 비중이 증가함에 따라 성공적인 사회적 노화가 더 잘 성취될 수 있음을 시사하고 있다. 또한 태극권 활동 참가 빈도가 높고 참가기간이 길수록 자율적 삶이 높아짐과 동시에 자기완성 지향과 인생에 적극적으로 참여함에 따라 노인의 성공적 노화가 더 잘 성취될 수 있음을 반영하고 있다.

결국 고령화 시대에 있어서 노인문제를 해결하기 위해서는 다양한 접근이 시도되어야 하겠지만, 노인의 건강과 삶의 질을 향상시킬 수 있도록 노인복지 차원에서 노인에게

적합한 태극권 프로그램을 다양하게 개발 및 보급해야 하며, 태극권뿐만 아닌 전반적인 여가스포츠 활동에 참가하도록 적극장려하고 이를 위한시설 및 공간이 제공되어야 할 것이다. 또한 앞으로도 태극권 수련 참가와 성공적 노화와 관련된 더욱 발전되고 깊이 있는 후속 연구가 지속적으로 진행되어야 할 것이다.

V. 결론 및 제언

이상의 연구방법과 절차를 통하여 노인의 태극권 수련 참가와 성공적 노화의 관계를 분석한 결과 다음과 같은 결론을 얻었다.

첫째, 인구통계학적 특성변인에 따른 성공적 노화는 성별, 연령, 학력, 거주지역, 용돈, 건강상태, 결혼상태 종교에서 부분적으로 차이가 있다. 이러한 결과를 구체적으로 살펴보면, 먼저 성별에 따른 성공적 노화의 차이는 자녀에 대한 만족, 자기수용, 자기완성 지향에서 여자 집단이 남자 집단보다 높게 나타났다. 연령에 따른 성공적 노화의 차이는 자율적 삶, 자기완성 지향, 적극적 인생참여, 자녀에 대한 만족, 자기수용, 타인수용에서 71-75세 집단이 61-65세 집단, 66-70세 집단, 76세 집단보다 높게 나타났다.

학력에 따른 성공적 노화의 차이는 자율적 삶, 적극적 인생참여, 자기수용에서 대졸 이상 집단이 초졸 이하 집단, 중졸 집단, 고졸 집단보다 높게 나타났으며, 자기완성 지향, 자녀에 대한 만족, 타인수용에서는 고졸 집단이 초졸 이하 집단, 중졸 집단, 대졸 이상 집단보다 높게 나타났다. 거주지역에 따른 성공적 노화의 차이는 자율적 삶, 자기완성 지향, 적극적 인생참여, 자녀에 대한 만족, 자기수용, 타인수용에서 중소도시 집단이 대도시 집단보다 높게 나타났다.

용돈에 따른 성공적 노화의 차이는 자율적 삶, 자기완성 지향, 적극적 인생참여, 자녀에 대한 만족, 자기수용, 타인수용에서 51만원 이상 집단이 30만원 이하 집단, 31-40만원 집단, 41-50만원 집단보다 높게 나타났다. 건강상태에 따른 성공적 노화의 차이는 자기수용에서 보통 집단이 건강 집단, 허약집단보다 높게 나타났다.

결혼상태에 따른 성공적 노화의 차이는 자기완성 지향, 자기수용, 타인수용에서 별거 집단이 동거 집단, 사별 집단보다 높게 나타났다. 종교에 따른 성공적 노화의 차이는 자율적 삶, 자기완성 지향, 적극적 인생참여, 자녀에 대한 만족, 자기수용, 타인수용에서 기타 집단이 기독교 집단, 천주

교 집단, 불교 집단보다 높게 나타났다.

둘째, 노인의 태극권 수련 참여에 영향을 미치는 것으로 나타난 8개의 인구통계학적 특성변인을 통제한 상태에서 노인의 태극권 수련 참가여부와 성공적 노화의 관계를 살펴본 결과 자율적 삶, 자기완성 지향, 적극적 인생참여, 자녀에 대한 만족, 자기수용, 타인수용에서 차이가 있는 것으로 나타났다. 이러한 결과를 구체적으로 살펴보면, 태극권 수련을 정기적으로 참가하는 집단이 태극권 수련에 참가하지 않는 집단보다 자율적 삶, 자기완성 지향, 적극적 인생참여, 자녀에 대한 만족, 자기수용, 타인수용을 높게 인식하고 있음을 알 수 있다.

셋째, 노인의 태극권 수련 참가정도와 성공적 노화의 관계를 살펴본 결과, 기간은 자율적 삶, 자기완성 지향, 자녀에 대한 만족에 부적인 영향을 미치는 것으로 나타났고, 빈도는 자기완성 지향, 적극적 인생참여, 자녀에 대한 만족, 자기수용, 타인수용에 부적인 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 강도는 타인수용에 정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다.

이상을 종합하면 후속연구에서 고려할 문제의 접근을 시도해 볼 수 있을 것이다.

첫째, 본 연구에서 사용된 측정 도구가 스포츠 관련 전문적인 분야에서 사용되는 것이라기보다는 일반적으로 사용되는 것으로써 실제 스포츠 참여자의 성공적 노화의 개념을 측정하는 데는 제한점이 따르므로 스포츠관련 타당성을 측정할 수 있는 검사지 개발이 요구된다.

둘째, 본 연구에서 성공적 노화를 구체적으로 분류하는데 있어서 전체적이라기보다는 각 지역마다의 특성을 고려한 성공적 노화의 영역을 폭넓게 포함하지 못하였다. 따라서 성공적 노화 관련 연구를 수행할 때는 관련 변인들을 보다 구체적으로 분석하는 접근방법이 시도되어야 할 것이다.

셋째, 노인의 태극권 수련 참가와 성공적 노화의 관계에 있어서 노인들의 태극권 수련에 참가하지 못하는 제약에 관한 심리적 내면상황을 보다 심층적으로 분석하기 위해서 후속연구에서는 면접법과 관찰법의 연구방법을 추가하여 연구하게 되면 더욱 가치 있는 연구가 될 수 있을 것으로 생각된다.

참고문헌

강인(2003). 성공적 노화의 지각에 관한연구. *노인복지연구*, 20(2), 95-116.

김기호(2010). 노인의 국공 참여가 심리적 특성과 성공적 노화에 미치는 영향. 미간행 박사학위논문. 목포대학교 대학원.

김동배(2008). 한국 노인의 성공적 노화 척도 개발을 위한 연구. *한국사회복지학회지*, 1(2), 211-231.

김미숙, 박민정(2000). 종교가 노인의 삶의 질에 미치는 영향 연구. *한국노년학회지*, 20(2), 29-47.

김미혜, 신경림(2005). 한국노인의 성공적 노후 척도 개발에 관한 연구. *한국노년학*, 25(2), 35-52.

김미혜, 신경림, 강미선, 강인(2004). 한국노인의 성공적 노후에 대한 경험. *한국노년학*, 24(2), 79-95.

김상복(2011). 노인체육 편: 태극권 수련이 노인의 자아존중감과 우울증 및 주관적 행복감에 미치는 영향. *한국사회체육학회지*, 44(1), 507-518.

김영민(2013). 노인 동아리 활동이 성공적 노화에 미치는 영향에 대한 연구. 미간행 석사학위논문. 서울시립대학교 도시과학대학원.

김영일, 박이섭(2009). 서로 다른 태극권이 비만여성의 혈액 성분, 체력변인 및 기분상태 지수에 미치는 영향. *한국생활환경학회지*, 16(4), 403-411.

김옥성(2009). 성인 정신건강에 미치는 태극권 수련의 효과. 미간행 석사학위논문. 원광대학교 대학원.

김재중(2008). 성공적인 노화에 영향을 미치는 요인 연구. 미간행 박사학위논문. 백석대학교 기독교전문대학원.

김종휴(2004). 태극권수련이 노인여성의 보행과 균형력 향상에 미치는 효과. 미간행 석사학위논문. 국민대학교 스포츠산업대학교 대학원.

김철우(2009). 태극권 운동이 유방암 수술환자의 어깨관절 및 심혈관 기능과 면역력 향상에 미치는 영향. 미간행 박사학위논문. 동의대학교 대학원.

김현나(2005). 느림의 운동, 슬로우 엑스사이즈의 정의와 의미: 요가, 태극권, 필라테스, 코어를 중심으로. *한국여가레크리에이션학회지* 29, 23-24.

박경관, 이영숙(2002). 성공적 노화에 대한 인식 조사연구. *한국노년학*, 22(3), 53-66.

박경희(2006). 노인복지관을 이용하는 노인들의 성공적 노후에 영향을 미치는 요인에 관한 연구. 미간행 석사학위 논문. 이화여자대학교 대학원.

박영주, 박인혜(2006). 여성노인에 대한 타이치 운동의 효과. *근관절건강학회지*, 15(2), 119-129.

박인수(2005). 노인종합복지관 여가프로그램 참여가 성공적 노후에 미치는 영향. 미간행 박사학위논문. 국민대학교 대학원.

- 박지아, 박현조, 강성구(2007). 중년여성의 태극권 수련이 신체적 자기개념에 미치는 영향. **한국사회체육학회지**, 29, 753-762
- 백지은(2006). 한국노인들의 성공적 노화에 대한 인식: 비교 문화적 접근. 미간행 박사학위논문. 이화여자대학교 대학원.
- 서명환(2011). 노인의 평생교육 프로그램 참여가 성공적 노화에 미치는 영향. 미간행 박사학위논문. 대구한의대학교 대학원.
- 심혜설(2010). 유형별 노인일자리사업 참여경험이 성공적 노화에 미치는 영향. 미간행 석사학위논문. 대전대학교 대학원.
- 엄기영(2008). 태극권 수련을 통한 명상효과에 관한 고찰. 미간행 석사학위논문. 동서보완의학대학원 동서보완의학대학원.
- 육선명, 최환석, 김철민(2000). 태극권을 수련하는 폐경여성에서의 척추 및 대퇴부 골밀도와 체력 요인. **가정의학회지**, 21, 46-56
- 원영희, 모선희(1998). 노인복지관에 관한 연구: 현황과 발전 방안. **한국노년학회지**, 18(2), 64-79.
- 이동욱(2009). 태극권 수련자의 신체적 자기개념과 정신건강에 관한 연구. 미간행박사학위논문. 명지대학교 대학원.
- 이숙련(2008). 태극권 운동이 골관절염 중년여성의 신체기능, 스트레스 및 우울에 미치는 효과. 미간행 박사학위논문. 부산대학교 대학원.
- 이은석, 안찬우(2010). 노인의 여가스포츠활동 참가가 성공적 노화에 미치는 영향: 회복탄력성의 매개효과를 중심으로. **한국체육학회지**, 49(4), 325-337.
- 전인수(2004). 태극권이 노인의 체성분 및 보행능력에 미치는 영향. 미간행 석사학위논문. 대구대학교 재활과학대학원.
- 전인수, 한동욱, 박래준, 김병로(2006). 태극권 수련이 여성노인의 보행능력에 미치는 영향. **체육과학연구**, 7(2), 14-24
- 전정희(2005). 태극권 운동이 노인의 건강체력에 미치는 영향. 미간행 박사학위논문. 고려대학교 교육대학원.
- 정경희(1998). 재가노인복지서비스 현황과 정책과제. **보건복지포럼**, 25, 14-26.
- 정다운(2011). 시니어로빅 참여동기가 여가활동 만족 및 성공적 노화에 미치는 영향. 미간행 석사학위논문. 경희대학교 대학원.
- 정용모(2009). 태극권 수련이 도시 직장인들의 스트레스와 웰빙에 미치는 영향. 미간행 석사학위논문. 영남대학교 스포츠과학대학원.
- 주재명(2010). 등척성 운동과 태극권 운동이 퇴행성 슬관절염 환자의 균형능력과 등속성 근 기능에 미치는 영향. 미간행 석사학위논문. 울산대학교 대학원.
- 차종규(2009). 문헌분석을 통한 웰빙사회에서 태극권 수련이 건강에 미치는 효과 연구. 미간행 석사학위논문, 원광대학교 동서보완의학 대학원.
- 최윤희(2000). 태극권 수련이 노인여성의 체력요인과 혈청 성장호르몬 및 IGF-1 농도에 미치는 영향. 미간행 석사학위논문. 한국체육대학교 대학원.
- 최혜경, 백지은, 서선영(2005). 노인들의 인식을 통한 한국적인 성공적 노화의 개념. **한국국가관리학회지**, 23(2), 1-10.
- 한정란(2006). 세계의 노인교육. 서울: 학지사.
- 홍현방, 최혜경(2003). 성공적인 노화 정의를 위한 문헌연구. **한국가정관리학회지**, 29, 145-154.
- Aging in Medical Science Research Group(1983). *People's republic of China, An Wei Science and Technology Publication.*
- Audette, J. F. Jin, Y. S. Stein, L., & Newcomer, R. (2006). Tai Chi Chuan Versus Brisk Walking in Healthy Elderly Woman: A Randomized Controlled Trial. *Age and Ageing*, 35, 388-393.
- ISSP (1992). Physical activity and psychological benefits: A position statement. *The Sports Psychologist*, 6, 199-203.
- Jin, P.T.(1989). Changes in heart rate, noradrenaline, cortisol and mood during Tai Chi Chuan. *Journal of Psychosomatic Research*, 33, 197-206.
- Jin, P.T.(1992). Efficacy of Tai Chi Chuan, brisk walking, meditation, and reading in reducing mental and emotional stress. *Journal of Psychosomatic Research*, 36, 361-370.
- Kirsteins, A.E., Dietz, F. & Hwang, S.M.(1991). Evaluating the safety and potential use of a weight-bearing exercise, Tai-Chi Chuan, for rheumatoid arthritis patients. *American Journal of Physical Medicine and Rehabilitation*, 70(3), 136-41.
- Mannell, R. C., & Dupuis, S.(2007). *Life satiation*. In J. E. Birren (Ed.). *Encyclopedia of Gerontology*. 2nd Edition, New York: Academic Press, 73-79.
- Rowe, J. W., & Kahn, R. L.(1989). Human aging: Usual and

successful. *Science*, 237.

Yeh G. Y, Wood M. J., Lorell, B. H., Stevenson, L. W., Eisenberg, D. M., & Wayne, P. M., Goldberger, A. L., Davis, R. B., Phillips, R. S. (2004). *Effects of Tai*

Chi Mind-Body Movement Therapy on Functional Status and Exercise Capacity in Patients with Chronic Heart Failure: A Randomized Controlled Trial.

체육과학연구소 논문집

스포츠사이언스

(Sport Science)

투고 및 편집 규정



■ 일반규정

본 스포츠사이언스(Sport Science)에 게재할 논문은 스포츠 관련 분야(인문사회·자연과학) 논문을 투고 받아 전 공별 심사위원들의 심사를 거쳐 게재함으로써 학문적 연구를 통하여 스포츠 발전에 기여하고자 한다.

1. 논문투고자는 논문의 양식에 의거하여 심사위원의 심사와 편집위원회의 심의를 거쳐 최종 게재가 판정된 논문에 한하여 게재하도록 한다.
2. 본 논문집은 스포츠와 관련된 분야의 논문으로 한다.
3. 투고된 논문의 저작권은 연구소에 귀속된다.
4. 본 논문집은 년 2회(2월, 8월) 발행하는 것을 원칙으로 하고, 논문의 원고는 6월말, 12월말까지 체육과학연구소(choihundong@knsu.ac.kr)로 접수되어야 한다.
5. 논문의 게재 여부는 위촉된 각 전공 영역 및 교내·외 심사위원이 판정하되 그 내용의 보충, 일부 수정, 가감 요구를 받은 논문은 소정의 기일까지 제출하여 재심사를 받으며 3회까지 가능하고, 통과되지 않으면 게재시기가 이월된다.
6. 본 논문집에 게재하는 논문은 다른 학술지에 발표되지 않은 것을 원칙으로 한다.

■ 투고규정

1. 논문의 작성은 다음 체제에 준 한다.
 - 1) 논문 표제, 국문요약(요약), 영문요약(Abstract), key words, 본문, 참고문헌 순으로 구성한다.
 - 연구자 소속기관 표시
 - ① 단독연구 : 홍길동(동해대학교)
 - ② 공동연구 : 홍길동(동해대학교)·임겨정(서해대학교)
 - 2) 논문의 부제는 순차적인 일련번호에 따라 표기한다.

[일련번호]

1 → 1) → (1) → ① ……
 - 3) 이론적 배경(혹은 관련 연구)은 간결하게 분석 요약하여 서론 부분에 포함시킨다.
 - 4) 결과는 결과(분석) 및 논의로 결론은 결론 및 제언 등으로 쓸 수 있다.
2. 원고의 서식은 횡서로 하여 국문으로 작성하는 것을 원칙으로 하되 부득이하게 외국어를 사용할 경우에는 ()을 이용하여 표기한다.
3. 원고 편집과 분량은 한국체육학회지 편집양식에 준하여 10매 이내를 원칙으로 한다.
4. 투고원고는 한글 2002 버전 이상으로만 작성하여 제출한다. 제출된 원고는 반환하지 않는다.
5. 원고에는 국문·영문 요약을 첨부하여야 하며, 국문·영문 요약에서는 문단을 구성하지 않는다. 국문·영문 요약의 분량은 편집양식 기준으로 첫 페이지에 여백 없이 구성하며 국문요약은 9줄, 영문요약은 10줄을 기준으로 구성한다.
6. 본문에서는 가급적 외래어 표기를 피하고, 원어를 사용 할 경우에는 우리말 의미를 덧붙이도록 한다.
7. key words는 소문자로 표기하되 고유 명칭은 첫 글자를 대문자로 쓸 수 있다.
8. 교신저자 E-mail를 표기한다.
9. 논문투고자는 논문 심사 제출시 논문 심사료 100,000원을 함께 제출한다.
 - 계좌번호 : 국민은행 777537-04-002854 (예금주:체육과학연구소)

■ 원고작성규정

1. 그림 및 표 작성

- 1) 그림은 인쇄용 원고로 직접 사용할 수 있도록 선명하게 작성해서 첨부한다.
- 2) 표와 그림의 제목은 한글로 작성한다.
- 3) 표 및 그림 제목의 번호는 본문에서 설명을 할 경우 <표 1>, <그림 1>로 괄호를 사용해서 표기하고, 표와 그림에서는 표 4. 그림 1.과 같이 괄호 없이 표기한다.
- 4) 모든 표는 반드시 가로 선으로만 작성한다. 단, 특별한 의미를 나타낼 필요가 있는 경우에는 세로선도 사용할 수 있다.
- 5) 표의 제목은 표의 상단 왼쪽에, 그림의 제목은 그림 하단 중앙에 표기한다.
- 6) 표 및 그림이 인용된 자료일 경우 표, 그림의 하단 왼쪽에 참고문헌 형식을 제시한다.
- 7) 표 및 그림에 필요한 단위는 반드시 상단 오른쪽 끝에 원어로 표기한다.

2. 수학 및 통계기호

- 1) 논문 작성에 사용한 원자료(raw data)는 논문이 출간된 이후 최소한 3년간 보관하는 것이 일반적인 관례이며 본 학회에 제출한 논문 자료도 최소한 3년간 보관해야 한다.
- 2) 일반적으로 사용되는 통계치 공식 등은 논문내용에서 설명하지 않는다.
- 3) 통계 또는 수학식이 새로운 것이거나 꼭 필요한 경우에는 논문에 제시한다.
- 4) 논문에서 추리 통계치를 제시할 때는 통계치 기호와 함께 자유도, 통계치 그리고 유의수준을 같이 제시한다(이 때 유의수준의 소수점 앞에는 0을 쓰지 않는다($p=.001$)).
- 5) 통계기호의 약호와 기호는 미국심리학회 출판요강 (Publication Manual of American Psychological Association, 5th Ed., 141-144) 참조.

약호, 기호	정의	비고(서체)
MANOVA ANOVA	Multivariate analysis of variance/다변량분석 Analysis of variance/변량분석(univariate)	정체
df	Degree of freedom/자유도	이탤릭
f	Frequency/빈도	
F	Fisher's ratio/Fisher's F비	
Ho	Null hypothesis under test/영가설	
H1	Alternative hypothesis/대립가설	
M	Mean/산술평균	
Mdn	Median/중앙치	
MS	Mean square/평균자승	
n	Number of subsample/하위 집단 사례수	
N	Total number in a sample/전체 표본 사례수	
ns	Nonsignificant/통계적으로 유의하지 않음	
p	Probability/확률	
P	Percentage, percentile/백분위	
r	Pearson product-moment correlation/상관계수	
R2	Multiple correlation squared/결정계수	
SD	Standard deviation/표준편차	
SE	Standard error (of measurement)/표준오차	
SEM	Structural equation model/구조방정식 모형	정체
SS	Sum of square/자승합	이탤릭
x y z SS	Abscissa (가로좌표, 그래프의 수직 축) Ordinate (세로좌표, 그래프의 수평 축) A standard score/표준점수 Sum of square/자승합	이탤릭
α β χ^2	Alpha/일종오류 확률, Cronbach's 내적일관성 지수 Beta/이종오류 확률, 표준화 다중회귀계수 Computed value of a chi-square test /카이자승 통계치	정체

6) 수식과 단위는 다음 표기에 따른다.

옳은표기	틀린표기	옳은표기	틀린표기
	단위	pH6.0	PH6.0 pH6.0
12cm	12cm	15MPa(mega pascal)	15mPa 15Mpa
8m	8 M	15%	15%
10µm	10µm 10µ	28%(w/v)	28%(w/v)28%(W/V)
12g	22g	0.14mg%	0.14mg% 0.14mg%
51kg	51kg 51Kg 51kgs	20ppm	20ppm 20PPM
36ml	36mL 36ml.	$1 \times 10^{-3} \text{ M}$	$1 \times 10^{-3} \text{ M}$
20L	20l 20.0 l 20.0L	범위	
12.5hr	12.5hr 12.5hrs	0.5-0.8 g	0.5~0.8g
3.8min	3.8min 3.8mins		0.5 - 0.8g
10sec	10sec. 10s	수식	
30mm/min	30mm/min 30mm/min.	0.001	.001
25m/sec	25m/sec	(a+b)/(c+d)	a+b/c+d
25° °C	30 °C		

3. 서체 및 숫자

- 통계 부호, 또는 수학의 변수로 사용된 문자는 이탤릭체로 작성하며 통계 약호와 기호는 수학 통계기호의 표기 방법(5)에 따른다.
- 화학 용어, 삼각함수 용어, 그리스 문자, 약어로 쓰인 문자 등은 이탤릭체를 사용하지 않는다.
- 일반적으로 본문 중의 10이하의 수는 글자로 표시한다. 1,000이상의 숫자는 아라비아 숫자를 사용하고 10이하의 수는 글자로 표시한다. 1,000이상의 숫자에서는 세 자리씩 쉼표로 구분한다.

4. 문헌이용

1. 본문에서 문헌을 인용할 때 한국인은 성과 이름 전부를, 외국인은 성(family name)을 발행 연도와 함께 괄호 속에 표시한다.
2. 다른 저자의 책에서 출간 된 연구물에서 인용된 자료, 검사 항목에서 따온 자료 그리고 피험자에 대한 언어적 지식 사항 등은 문자 그대로 표기한다.
3. 짧은 인용(40단어 이하)은 본문 속에 포함시키고 직접 인용 부호(“ ”)로 인용문을 표시한다. 40단어 이상의 인용문은 본문과 별도로 적고 인용부호는 생략한다. 별도로 인용문을 기술할 때는 문단을 바꾸고 왼쪽, 오른쪽을 각각 5자씩 들여 쓴다.
4. 인용을 할 때 본문에는 저자, 연도만 표기하고 참고문헌에 완전한 출처를 제시한다.
5. 저자가 단체일 경우 처음 인용 때는 단체명을 모두 쓰고 그 이후부터는 약어로 표기한다.
6. 인문, 사회 분야의 논문일 경우 필요에 따라 미주(Note 또는 Endnote)를 사용할 수 있으며 참고문헌 뒤에 게재한다. 본문 중의 각주(Footnote)는 사용하지 않는다.
7. 저자가 1인 또는 2인인 경우는 본문 내에 인용될 때마다 모두 표기한다.
[예시] 홍길동 및 홍춘희(2001)는— Affonso & Lee(2001)는 —
8. 저자가 3인 이상, 5인 까지 경우 첫 인용에는 한국인은 성과 이름 전부, 외국인인 경우 성(family name)을 전부 표기하고, 같은 문헌이 반복 인용될 때, 한국인은 첫 저자의 이름 전부와 등(等), 외국인은 첫 저자의 성과 et al.을 표기한다.

[예시]

홍길동, 홍춘희 및 김길수(2001)는 비만의—— 첫 인용

홍길동 등 (2001)은 비만의———— 반복인용

Williams, Johnes, Smeith & Lee(2001)는 스포츠 경영에서 —— 첫 인용

Williams et al. (2001)은 스포츠경영에서————반복인용

9. 같은 연도, 같은 성을 가진 다른 2명 이상의 저자 논문을 참고한 경우에는 성과 이름의 첫 글자(initial)를 쓰고, 한국인은 이름 전부를 쓴다.

[예시]

——사회적 스트레스(Volicer, K. A. 2001; Volicer, M. Y. 2001)——

10. 같은 저자의 복합인용은 연대순으로 하여 ", " 로 띄어 쓰고, 저자명은 각 논문마다 반복하지 않는다.

[예시]

국문일 경우: (이기동, 1991, 1998). 영문인 경우: (Price, 1988, 1999).

11. 같은 해에 동일 저자에 의한 두 편 이상의 논문은 연도를 기입 후 a, b, c, 등으로 첨부하고 저자명을 반복하지 않는다.

[예시]

영문논문인 경우: (Price, 1980a , 1980b) 국문논문인 경우: (홍길동, 1980a , 1980b)

12. 본문 내용에서 다른 저자가 같은 내용에서 동시에 인용될 때는 한국인 먼저 가나다순으로, 그 다음 외국인은 알파벳순으로 괄호내용에 (;)를 이용하여 배열한다.

[예시]

——에 대한 연구들(김성태, 1978; 남해구, 1997; 최경수, 2001; Brown & Smith, 1975; Lee, 1954; Williams, 1998)——

13. 저자가 6인 이상인 경우에는 처음부터 한국인은 첫 저자의 이름 전부와 등(等), 외국인은 성과 등(et al.), 연도를 표기한다. 참고문헌에는 전체 저자의 이름을 표시한다.

[예시]

최영광 등 (1998)은 성인병 발병에 관한 연구에서 —— 첫 인용, 반복인용 모두 Price et al. (1987)은 만성질환 추의 변화에 관한 연구에서 —— 첫 인용, 반복인용

5. 참고문헌 작성

참고문헌 작성 원칙은 미국심리학회 출판요강(Publication Manual of American Psychological Association, 5th ed. 2001)에 준한다. 참고문헌의 나열은 먼저 동양어 표기 문헌을 가 나 다 순으로, 다음에 서양어 표기 문헌을 알파벳순으로 한다. 세부 주요작성원칙은 다음과 같다.

1) 정기간행물(Periodicals)

- 저자(출판년도): 저자명은 모두 명기하되 영문일 경우 성은 전부 쓰고 나머지 부분은 머리글자만으로 표시. 성 다음은 쉼표(,)로 표시하고 저자가 2인이나 그 이상인 경우에는 마지막 저자 앞에 &를 사용. 출판연도는 저자 다음에 붙여서 괄호 안에 표기.
- 논문제목: 영문인 경우 제목과 하위제목(“ : ” 다음에 이어지는 제목) 첫머리 글자에서만 대문자로 표기하고 나머지는 모두 소문자로 표기.
- 학술지명: 국문인 경우 학술지명은 진하게 표기하고 영문인 경우 이탤릭체로 표기.
- 영문 학술지명: 축약형(Abbreviation)이 아닌 원제 명칭으로 기재하고 명사, 대명사는 첫머리 글자를 대문자로 표기.
- 권 호 번호와 페이지: 각각 숫자로만 표시하되 국문에서는 권 번호를 진하게, 영문에서는 이탤릭으로 표기. 호(No)는 국문과 영문에서 진하게 또는 이탤릭으로 표기하지 않고 정체로 표기.
- 영문 참고문헌 표기: ‘양쪽정렬’ 편집상 불가피한 단어 간 공간 여백 불균형은 분철로서 적절하게 조절.

[학술지 저자 1명인 경우]

홍길동(1993). 학생체력검사의 평가방법 개선방안. 한국체육학회지, 32(2) 512-530. McPherson, B. D. (1994). Sport participation across the life cycle: A review of the literature and suggestions for future research. Journal of Sport Sociology, 1, 34- 32.

[학술지 저자 2명인 경우]

Klimoski, R., & Palmer, S. (1993). The ADA and the hiring process in organizations. Consulting Psychology Journal: Practice and Research, 45(2), 10-36.

[학술지 저자가 6명 이상인 경우]

Wolchik, S. A. West, S. G., Sandler, I. N., Tein, J., Coatsworth, D., Lengua. L., et al. (2000). An experimental evaluation of theory-based mother and mother- child programs for children of divorce. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 68, 843-856.

[심사완료 후 게재 예정 논문]

Zuckerman, M., & Kieffer, S. C. (in press). Race differences in faceism: Does facial prominence imply dominance? *Journal of Personality and Social Psychology*.

[잡지 기사]

Kandel, E. R., & Squire, L. R. (2000, November 10). Neuroscience: Breaking down scientific barriers to the study of brain and mind. *Science*, 290, 1113-1120.

[신문기사]

홍길동(1998, 7월 20일). 운동선수의 상해 실태. *동해일보*, pp. A15, A16. New drug appears to sharply cut risk of death from heart failure (1933, July 13). *The Washington Post*, p. A12.

[초록집]

Woolf, N. Y., Young, S. L., Fanselow, M. S., & Butche, L. L. (1991). MAP-2 expression in cholinceptive pyramidal cells of rodent cortex and hippocampus is altered by Pavlovian conditioning [Abstract]. *Society for Neuroscience Abstracts*, 17, 480.

[논문집의 특별 부록-supplement]

Regier, A., A., Narrow, W. E., & Rae, D. S. (1990). The epidemiology of anxiety disorders: The epidemiologic catchment area (ECA) experience. *Journal of Psychiatric Research*, 24(Suppl. 2), 3-14.

2) 단행본(Books)

- 저자, 편집자: 편집된 책일 경우 국문은 저자명 뒤에 (편)으로 표시하고 영문일 경우 (Ed.) 혹은 (Eds.) 라는 약어로 표시.
- 출판연도: 책이 발간된 연도 표시.
- 책 제목: 국문일 경우 진하게, 영문일 경우 이탤릭체로 표기하되 책 제목은 명사, 대명사만 대문자로 표기. 책이 재판 이상으로 간행된 경우 책 제목 다음에 판수를 기재.
- 출판 도시: 출판도시와 출판사 사이는 콜론(:)으로 표시.

[단행본]

홍길동(1995). 운동생리학. 서울: 동양출판사. Safrit, M. J. (1990). Introduction to measurement in physical education and exercise science(3rd. ed.). St. Louis, Missouri: Times Mirror.

[편저]

Gibbs, T. T., & Huang, L. N. (Eds.). (1991). Children of color: Psychological interventions with minority youth. San Francisco: Jossey-Bass.

[저자, 편저자가 명기 안 된 단행본]

Merriam-Webster's collegiate dictionary(10th ed.). (1993). Springfield, MA: Merriam-Webster.

[백과사전, 사전]

Sadie, S. (Ed.). (1980). The new Grove dictionary of music and musicians (6th ed., vols. 1-20). London: Macmillan.

[편·저서 내의 장(chapter) 또는 논문]

Bjork, R. A. (1989). Retrieval inhibition as an adaptive mechanism in human memory. In H. L. Roediger III & F. I. M. Craik (Eds.), Varieties of memory & consciousness (pp. 309-330). Hillsdale, NJ: Erlbaum.

3) 보고서(Technical and Research Reports)

[보고서]

김천식(1993). 국민건강관리 프로그램 개발. 서울: 한국문화대학교 체육과학연구소. National Institute of Mental Health. (1990). Clinical training in serious mental illness (DHHS Publication No. ADM 90-1679). Washington, DC: U. S. Government Printing Office.

4) 학술회의나 심포지엄의 자료(Proceedings)

[출간된 자료집]

Deci, E. L., & Robert, R. M. (1997). A motivational approach to self: Intergration in personality. In R. Dienstbier (Ed.), Nebraska Symposium on Motivation, Vol. 37. Perspectives on motivation (pp. 237-288). Lincoln: university of Nebraska press.

김경숙(2005). 국민체육진흥을 위한 생활체육지도자의 역할. 한국체육학회, 제24회 국민체육 진흥세미나, 국민체육 진흥을 위한 전문체육인의 역할(pp. 29-56). 서울: 한국체육학회.

[포스터 발표]

Ruby, J., & Fulton, C.(1993, June). Beyond redlining: Editing software that works. Poster session presented at the annual meeting of the Society for Scholarly Publishing, Washington, DC.

5) 석·박사 학위논문(Doctoral Dissertation and Master's Thesis)

[학위논문]

홍길남(1994). 준거지향 검사의 기준설정방법 비교. 미간행 박사학위논문. 서울대학교 대학원, 서울.

[학위논문 초록집]

Bower, D. L. (1993). Employee assistant programs supervisory referrals: Characteristics of referring and nonreferring supervisor. Dissertation Abstracts International, 54 (01), 534B. (UMI No. 9315947)

6) 시청각 자료(Audiovisual Media)

[TV 프로그램]

Miller, R. (Producer). (1989). The mind [Television series]. New York: WNET.

7) 전자문서(Electronic Media)

[전자 저널]

Fredrikson, B. L. (2000, March 7). Cultivating positive emotions to optimize health and well-being. *Prevention & Treatment*, 3, Article 0001a. Retrieved November 20, 2000, from <http://journalsapa.org/prevention/volume3/pre0030001a.html>.

[웹사이트 자료]

Greater New Milford Area Healthy Community 2000, Task Force on Teen and Adolescent Issues. (n.d.) Who has time for a family meal? You do! Retrieved October 5, 2000, from <http://www.familymealtime.org>.

8) 참고문헌에서 허용되는 축약형 용어는 다음과 같다.

축약형	기본용어	축약형	기본용어
Chap.	chapter	p.(pp.)	page(pages)
ed.	edition	vol.	Volume
Rev. ed.	revised edition	vols.	volumes
2nd ed.	second edition	No.	Number
Ed.(Eds.)	Editor(Editors)	Pt.	Part
Trans.	Translator(s)	Suppl.	Supplement
n.d.	no date		

■ 심사 규정

1. 목적

이 규정은 본 논문집에 게재하기를 원하는 투고 논문의 심사에 관한 제반 사항을 규정함을 목적으로 한다.

2. 심사의 절차

투고된 논문에 대한 심사의 절차는 다음과 같다.

- 1) 논문심사는 해당 호의 논문집 발간일 2개월 전까지 접수된 논문에 대하여 심사를 진행하는 것을 원칙으로 한다.
- 2) 편집위원회에서는 논문 주제에 따라 2명의 공동 심사위원을 위촉하여, 논문 평가 기준에 의거하여 합의제에 의한 심사를 실시한다. 재심사 논문은 제 3자에게 맡기며, 편집위원회에서 최종 게재여부를 결정한다.
- 3) 게재 여부와 관련하여 본 위원회가 필요하다고 판단되면 외부로부터 약간의 위원을 위촉할 수도 있다.
- 4) 편집위원회로부터 위촉받은 심사위원은 심사 결과 수정이 필요한 경우 2주 이내에 수정, 보완하여 재심사를 받아야한다.

3. 논문 심사는 비공개를 원칙으로 한다.

4. 심사결과에 대한 “이의신청서”와 수정사항 지시 이행확인을 위한 “수정지시이행표” 양식을 학교 홈페이지 논문관련양식에서 다운 받아 작성하여 E-mail로 제출한다.

5. 논문심사 종합판정표

심사위원A	심사위원B	종합판정
게재 가	게재 가	게재 가
게재 가	수정 후 게재	수정 후 게재
게재 가	수정 후 재심	수정 후 재심
게재 가	게재 불가	제3 심사(심사위원C)
수정 후 게재	수정 후 게재	수정 후 게재
수정 후 게재	수정 후 재심	수정 후 재심
수정 후 게재	게재 불가	제3 심사(심사위원C)
수정 후 재심	수정 후 재심	수정 후 재심
수정 후 재심	게재 불가	게재 불가(재 투고)
게재 불가	게재 불가	게재 불가(재 투고 불가)

심사위원 C(제3심사) 종합판정		재심 결과 종합 판정			
		1인 재심인 경우		2인 재심인 경우	
게재 가	게재 가	게재 가	게재 가	게재 가, 게재 가	게재 가
수정 후 게재가	수정 후 게재가	수정 후 게재가	수정 후 게재가	게재 가, 수정 후 게재	수정 후 게재
게재 불가	게재 불가	게재 불가	게재 불가	수정 후 게재, 수정 후 게재	수정 후 게재
				게재 가, 게재 불가	게재 불가
				수정 후 게재, 게재 불가	게재 불가
				게재 불가, 게재 불가	게재 불가

■ 기타 규정

1. 외국어(영어) 논문은 저자 중 1인이 외국인이거나 외국기관에 소속되어 있는 경우에만 가능하다.
2. 같은 호에는 단독 2편 논문투고 불가하고, 단독 1편 공동연구자포함 2편은 가능하다.
(단, 특집호는 예외).

■ 원고편집양식(한글 2007)

기본적으로 대표 글-휴먼명조, 한글-휴먼명조, 영문-휴먼명조

	서체(영문)	장평(%)	자간(%)	급수	행간	단수	내어쓰기	들여쓰기
본문	휴먼명조	90	-10	10p	150%	2		10pt
논문제목	휴먼명조	90	-10	18p	130%	1		왼쪽
부제목	휴먼명조	90	-10	12p	150%			왼쪽
이름	휴먼명조	90	-10	11p	130%			왼쪽
소속	휴먼명조	90	-10	10p	130%			왼쪽
영문논문제목	휴먼명조	95	-10	15p	110%			왼쪽
영문부제목	휴먼명조	90	-10	12p	150%			왼쪽
영문이름	휴먼명조	90	-10	10p	150%			왼쪽
영문소속	휴먼명조	90	-10	10p(이탤릭)	150%			왼쪽
요약	휴먼명조	90	-10	10p	150%			왼쪽
국문요약본문	휴먼명조	90	-10	10p	150%			
Abstract	휴먼명조	90	-10	10p	150%			왼쪽
영문요약본문	휴먼명조	90	-10	9p	150%			
Key words	휴먼명조	90	-10	8p	130%			
장 제목(서론)	휴먼명조	90	-10	14p(진하게)	150%	2		가운데
1. 제목	휴먼명조	90	-10	10p(진하게)	150%	2		10pt
1) 제목	휴먼명조	90	-10	10p(진하게)	150%	2		10pt
표제목	휴먼명조	90	-10	9p	105%	1 or 2		
표내용	휴먼명조	90	-10	9p	105%	1 or 2		
그림제목	휴먼명조	90	-10	9p	105%	1 or 2		
그림내용	휴먼명조	90	-10	9p	105%	1 or 2		
참고문헌	휴먼명조	90	-10	14p(진하게)	150%	2		가운데
참고문헌 내용	휴먼명조	90	-10	10p	150%	2	35pt	

- 용지설정 : 사용자 정의 - 190×260, 여백주기 - 위쪽 : 20, 아래쪽 : 20, 오른쪽 : 20, 왼쪽 : 20
- 머리말 : 15.0 , 꼬리말 : 0
- 표 , 그림은 캡션편집

■ 연구논문(양적, 질적 연구)의 원고작성 체제의 범례

- 논 제(국문)
- 저자(소속)(국문)
- 논제(영문)
- 저자(영문)
- 국문요약(요약)본문
- 영문요약(ABSTRACT)본문
- Key words
- 교신저자 E-mail
- 서론
 - 1. 제목
 - 1) 제목
- 연구 방법
 - 1. 제목
 - 1) 제목
- 결과(결과 및 논의)
 - 1. 제목
 - 제목
- 논의
- 결론 및 제언
- 참고문헌

단, 문헌연구 형식의 논문일 경우 서론과 결론 및 제언 부분의 형식은 갖추고 나머지 부분의 체제는 논문주제와 방법의 특성에 적절하게 선택 할 수 있다.

체육과학연구소 논문집

스포츠사이언스

Sport Science

제 31권 2호

발간인 정영희 총장 대행 / 편집위원장 조준용 소장

발간일 2014년 2월 14일

편집위원 김현태(한국체육대학교)
노형규(한국체육대학교)
박상균(한국체육대학교)
양대승(가천대학교)
양춘호(한서대학교)
오유성(서울시립대)
오재근(한국체육대학교)
이미숙(한국체육대학교)
장경태(한국체육대학교)
최봉암(대구대학교)

발간처 체육과학연구소
서울시 송파구 오륜동 88-15 한국체육대학교 내
전화 02-410-6691~3 팩스 02-410-6945

인쇄처 레인보우박스 전화 02) 872-8151

ISSN 2093-3363

체육과학연구소 논문집 **스포츠사이언스** 2014년 제31권 제2호 1-9
INSTITUTE OF SPORT SCIENCE 2014, 31(2), 1-9
KOREA NATIONAL SPORT UNIVERSITY

사회체육 전공대학생의 스포츠산업경영 전공교과과정 만족도와 개선방안

김병식(한국체육대학교)

체육과학연구소 논문집 **스포츠사이언스** 2014년 제31권 제2호 11-23
INSTITUTE OF SPORT SCIENCE 2014, 31(2), 11-23
KOREA NATIONAL SPORT UNIVERSITY

인지된 지도행동유형과 지도자-선수 교환관계의 질 및 선수의 운동성과 간의 관계

김병식 · 유종만 · 김영선(한국체육대학교)

체육과학연구소 논문집 **스포츠사이언스** 2014년 제31권 제2호 25-33
INSTITUTE OF SPORT SCIENCE 2014, 31(2), 25-33
KOREA NATIONAL SPORT UNIVERSITY

태권도 경기의 과학화와 국제대회 발전방향

김성휘 · 안용규(한국체육대학교)

체육과학연구소 논문집 **스포츠사이언스** 2014년 제31권 제2호 35-44
INSTITUTE OF SPORT SCIENCE 2014, 31(2), 35-44
KOREA NATIONAL SPORT UNIVERSITY

도심지역 캠핑장의 물리적 서비스 환경과 고객만족 및 재방문의도에 미치는 영향

김수잔 · 김성덕(한국체육대학교)

체육과학연구소 논문집 **스포츠사이언스** 2014년 제31권 제2호 45-53
INSTITUTE OF SPORT SCIENCE 2014, 31(2), 45-53
KOREA NATIONAL SPORT UNIVERSITY

태권도 선수의 2×2 성취목표성향과 경쟁상태불안의 관계에서 자기관리의 매개효과

김주원(한국체육대학교)

체육과학연구소 논문집 **스포츠사이언스** 2014년 제31권 제2호 55-65
INSTITUTE OF SPORT SCIENCE 2014, 31(2), 55-65
KOREA NATIONAL SPORT UNIVERSITY

스포츠에서의 외상과 외상후성장

김현주 · 윤영길(한국체육대학교)

체육과학연구소 논문집 **스포츠사이언스** 2014년 제31권 제2호 67-75
INSTITUTE OF SPORT SCIENCE 2014, 31(2), 67-75
KOREA NATIONAL SPORT UNIVERSITY

안동시 스포츠문화의 세방화: 지역 스포츠문화의 세계화와 지역화 상호작용

백정민 · 이종영(한국체육대학교)

체육과학연구소 논문집 **스포츠사이언스** 2014년 제31권 제2호 77-84
INSTITUTE OF SPORT SCIENCE 2014, 31(2), 77-84
KOREA NATIONAL SPORT UNIVERSITY

태권도학과 전공생의 교육환경 및 전공만족에 따른 개선방안

안근아 · 이재봉 · 이석귀(한국체육대학교)

체육과학연구소 논문집 **스포츠사이언스** 2014년 제31권 제2호 85-91
INSTITUTE OF SPORT SCIENCE 2014, 31(2), 85-91
KOREA NATIONAL SPORT UNIVERSITY

대학생 초급수영참여자의 호흡방법에 따른 운동효율성의 차이

안성환 · 육현철 · 이훈강(한국체육대학교)

체육과학연구소 논문집 **스포츠사이언스** 2014년 제31권 제2호 93-100
INSTITUTE OF SPORT SCIENCE 2014, 31(2), 93-100
KOREA NATIONAL SPORT UNIVERSITY

수영종목의 활성화를 위한 방안 모색

육현철(한국체육대학교)

체육과학연구소 논문집 **스포츠사이언스** 2014년 제31권 제2호 101-109
INSTITUTE OF SPORT SCIENCE 2014, 31(2), 101-109
KOREA NATIONAL SPORT UNIVERSITY

조절초점이론의 스포츠현장 적용

이운식 · 윤영길(한국체육대학교)

체육과학연구소 논문집 **스포츠사이언스** 2014년 제31권 제2호 111-122
INSTITUTE OF SPORT SCIENCE 2014, 31(2), 111-122
KOREA NATIONAL SPORT UNIVERSITY

대학에서 학생운동선수의 삶을 위한 방향

이택균 · 안용규(한국체육대학교)

체육과학연구소 논문집 **스포츠사이언스** 2014년 제31권 제2호 123-135
INSTITUTE OF SPORT SCIENCE 2014, 31(2), 123-135
KOREA NATIONAL SPORT UNIVERSITY

볼링선수들의 수용전념훈련 과정의 서술적 분석

장덕선 · 정영희 · 정희령(한국체육대학교)

체육과학연구소 논문집 **스포츠사이언스** 2014년 제31권 제2호 137-145
INSTITUTE OF SPORT SCIENCE 2014, 31(2), 137-145
KOREA NATIONAL SPORT UNIVERSITY

한국 빙상경기 올림픽대회 참가사

전명규 · 백국군(한국체육대학교)

체육과학연구소 논문집 **스포츠사이언스** 2014년 제31권 제2호 147-154
INSTITUTE OF SPORT SCIENCE 2014, 31(2), 147-154
KOREA NATIONAL SPORT UNIVERSITY

태권도전공 대학생의 졸업 후 진로결정

정국현 · 정락희 · 장 권(한국체육대학교)

체육과학연구소 논문집 **스포츠사이언스** 2014년 제31권 제2호 155-162
INSTITUTE OF SPORT SCIENCE 2014, 31(2), 155-162
KOREA NATIONAL SPORT UNIVERSITY

모던발레의 실천적 대중화, 서울발레시어터의 'Being'

제임스 전(한국체육대학교)

체육과학연구소 논문집 **스포츠사이언스** 2014년 제31권 제2호 163-169
INSTITUTE OF SPORT SCIENCE 2014, 31(2), 163-169
KOREA NATIONAL SPORT UNIVERSITY

영어능력과 영어전용강의에 대한 인식: 한국체육대학교 영어전용강의 수강생을 대상으로

지인영 · 김소영(한국체육대학교)

체육과학연구소 논문집 **스포츠사이언스** 2014년 제31권 제2호 171-185
INSTITUTE OF SPORT SCIENCE 2014, 31(2), 171-185
KOREA NATIONAL SPORT UNIVERSITY

태극권 수련과 노인의 성공적 노화

희정정 · 이종영(한국체육대학교)