

고등학교 태권도 겨루기 선수의 숙달목표지향이 운동열정 및 자율성에 미치는 영향

박찬수(경희대학교 박사과정)·신연지(경희대학교 겸임교수)
·정주나*(경희대학교 강사)

국문초록

본 연구는 고등학교 태권도선수의 숙달목표지향이 운동열정 및 자율성에 어떠한 영향을 미치는지를 분석하고 규명하기 위한 목적이 있다. 본 연구의 목적을 달성하기 위하여 대한태권도협회에 선수등록이 되어있으며, 서울·경기도 지역의 고등학교 태권도선수를 대상 261명을 편의표집법을 활용하여 선정하였다. 자료처리는 SPSS Version 25.0 프로그램을 활용하여 빈도분석, 탐색적 요인분석, 신뢰도분석, 상관관계분석, 다중회귀분석을 이용하여 분석하였다. 그 결과, 첫째, 고등학교 태권도선수의 숙달목표지향, 운동열정, 자율성은 부분적으로 유의한 상관관계가 나타났다. 둘째, 고등학교 태권도 겨루기 선수의 숙달목표지향이 운동열정에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 셋째, 고등학교 태권도선수의 숙달목표지향은 자율성에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 넷째, 고등학교 태권도선수의 운동열정은 자율성에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이러한 결과를 종합해보면 고등학교 태권도선수의 숙달목표지향이 운동열정 및 자율성에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다.

주제어 : 고등학생 태권도 겨루기, 숙달목표지향, 운동열정, 자율성

* jjn7764@gmail.com

I. 서 론

1. 연구의 필요성

스포츠 상황에서 발생하는 경쟁구조는 ‘승리지상주의’를 나타내 학생 엘리트 선수들은 승리를 위한 반복적인 훈련을 수행하고 있다. 하지만 선수들은 훈련 이외에 다양한 사회적 상황과 심리적 요인으로 인해 경기력에 부정적인 영향을 나타낸다(서은철, 허진영, 2016; 심영균, 김지태, 이석준, 2020; 심영균, 서은철, 2022). 이러한 부정적인 영향의 최소화와 지속적인 운동 수행을 위해서는 본인이 성취하고자 하는 목표설정과 목표의식을 뚜렷하게 설정해야 된다(문길상, 2014). 한미옥, 전형필(2021)은 고등학교 태권도 선수의 목표성향이 명확한 선수일수록 목표달성을 위한 행동이 증가하며, 훈련상황에서는 기술력을 향상시키는 것에 초점이 있다면 일상생활에서 자기관리행동이 강화될 수 있는 수단이라고 설명하였다. 이렇듯 신체적·정신적으로 불안정적인 청소년의 경우 경쟁상황에서 수행에 참여하는 개인이 목표를 어떻게 인지하는지에 따라 목표에 대한 의미와 해석이 달라질 수 있기 때문에 체계적인 목표설정이 필요하다(Nicholls, 1989). 즉, 선수들은 능동적으로 목표를 수용함으로써 자신의 목표 달성에 필요한 행동을 하게 되어야하며(조영현, 2012), 성취목표를 설정한 선수들은 목표 달성까지 반복적인 훈련과 이에 대한 도달했을 때 경기력이 높게 나타날 수 있는 원동력이며, 스스로 목표 설정과 달성을 할 수 있는 동기가 생성된다.

Elliot & McGregor(2001)은 2×2 성취목표성향의 새로운 이론을 추가하였으며, 수행목표지향과 숙달목표지향으로 구분하였으며, 수행목표지향 중 수행-접근은 자신의 능력을 타인에게 증명하기 위해 노력하는 것을 의미한다. 또한 수행-회피는 자신의 능력이 부족한 것을 타인에게 감추기 위해 노력하는 것을 의미한다(조은영, 2013, 최아라, 홍미화, 2022). 또한 스스로 목표를 설정할 수 있는 숙달목표

지향은 구체적으로 접근-회피를 방향성의 측면으로 구분하였다. 접근목표성향은 외적 보상보다는 학습 과정 자체에 가치를 부여하고, 과제의 숙달을 통해서 자신의 유능성을 정의하려는 목표지향성을 말한다(Elliot & McGregor, 2001). 일반적으로 학습자들은 쉬운 과제보다는 도전적이고 차별화 된 과제를 선호하며, 성공적인 학습을 위해 끈기 있는 노력이 필요하다고 주장한다(Witkow & Fuligni, 2007). 이렇듯 접근목표성향은 학습과제 자체에 가치를 부여하고 흥미를 느끼기 때문에 학습에 있어서 내재적 동기를 가진다. 회피목표성향은 자신이 보유하고 있는 능력이 퇴화되어 무능력해 질 수 있는 가능성을 피하는 것에 학습목표를 두는 성향이며(이종욱, 2007), 과제에 기반 하거나 개인 내 무능함에 초점을 두어 수정하는 것을 의미한다(성미송, 박영석, 2005). 따라서 2X2 성취목표성향 중 숙달목표성향은 수행목표성향보다 목표를 달성하기 위해 스스로 행동하는 성향이라고 판단되며, 내·외적으로 성숙하지 못한 학생 선수에게 목표를 달성하기 위해 충분한 목표성향으로 판단된다. 이러한 목표 달성은 지속적인 흥미뿐만 아니라 내면의 심리적 욕구가 발생하기 때문에 자연스레 열정을 가지게 되며, 목표를 달성하기 위해 긍정적인 열정과 강박적인 열정으로 달성하게 된다(박찬수, 2022). Peterson & Seligman(2004)은 열정이 자신의 성취목표를 정확하게 인지하고, 반드시 이루겠다는 목표지향과 성취를 위한 강렬한 동기로 설명하였다. 즉, 숙달목표를 설정하게 되면 자신의 행동을 파악할 수 있으며, 결과적으로 능동적으로 목표를 달성하는 결과를 보여준다.

열정은 자신이 가지고 있는 최대 능력을 활용하여 목표에 도달하도록 도와주며, 노력과 동기를 갖고 강력하게 추진하는 태도로 설명하였으며(장종오, 공성배, 2022), 열정이 수행달성을 유도하고 지속적인 참여되는 동기적 에너지의 중요한 근원을 대표한다고 제안하였다(오영택, 양명환, 2020). 구체적으로 Vallerand, Rousseau, Grouzet, Dumais, Grenier & Blanchard(2006)의 연구결과 조화열정, 강박열정이 숙달목표와 깊은 연관성을 가지고 있고, 숙달목표성향에 따라 강박열정과 조화열정은 각기 다른 양상으로 나타난다고 설명하였다. 따라서 본인에 열정

유형에 따라 스스로 목표를 달성해야한다. 그렇지만 목표를 달성하기 위해 자발적인 열정을 취하지 못하는 경우도 발생하게 되며, 이러한 경우에는 타인(부모, 교사, 코치, 감독 등)으로부터 자발적인 열정 또는 목표설정을 할 수 있도록 개인의 자율성을 지지 받을 수 있다. 이경현, 강현우(2019)의 연구에서는 선수들을 대상으로 지도자의 자율성 지지를 할수록 선수들은 목표에 도달하고자 하는 열정에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 신체활동 참여자의 운동 열정과 지도자의 자율성지지와 관련하여 다양한 선행연구(오영택, 양명환, 2020; 이대명, 장갑석, 2021; 조필환, 2016; 최진아, 서건우, 2020)를 통해 열정과 학습자의 자율성을 지지하는 지도자의 상관관계가 있다는 것으로 확인된다. 또한 Gillet, Vallerand, Amoura & Baldes(2010)의 선행연구는 자율성 지지가 신체활동 참가자를 비롯한 선수의 내적동기와 같은 긍정적인 요인을 촉진시켜 운동수행 향상에 도움을 준다고 보고하였다. 이러한 자율성은 타인의 지지로 학습자 또는 운동선수의 자율성을 높일 수 있기 때문에 코치, 감독과 같은 타인의 중요성이 중요하게 나타난다. 기본적 심리욕구만족은 자율성, 유능성, 관계성 세 가지가 있으며, 이 중 자율성은 운동의 선택이 스스로 원해서 하는 것인지 혹은 운동 중 느끼는 자율성 정도를 본인이 어떻게 지각하는지를 의미한다(정용각, 2008). 이는 자신의 행동의 원인이 자신에게 있다는 것으로 지각하여 행동에 대한 주체이고 조절자로 설명할 수 있다. 따라서 성취하고자 하는 목표를 스스로 설정하는 것이 달성하기 위한 과정에 열정과 노력이 있다는 것을 알 수 있으며, 이는 곧 자신만의 자율성을 가진다는 것을 의미한다.

따라서 대학교, 실업팀으로 올라가기 위해서는 목표를 설정하고 달성하기 위해 자신의 꾸준한 노력과 흥미가 있어야하며, 운동에 대한 열정을 갖게 되는 동기를 나타낼 수 있다. 이를 통해 자신의 행동을 수정하여 성장할 수 있는 계기가 될 수 있기 때문에 고등학교 태권도 겨루기 선수의 숙달목표지향이 운동열정 및 자율성에 미치는 영향을 규명하는데 그 목적을 두고자 하며, 이에 대한 연구가설은 다음과 같다.

연구가설 1. 고등학교 태권도 겨루기 선수의 숙달목표지향은 운동열정에 영향을 미치칠 것이다.

연구가설 2. 고등학교 태권도 겨루기 선수의 숙달목표지향은 자율성에 영향을 미치칠 것이다.

연구가설 3. 고등학교 태권도 겨루기선수의 운동열정은 자율성에 영향을 미치칠 것이다.

2. 연구 모형

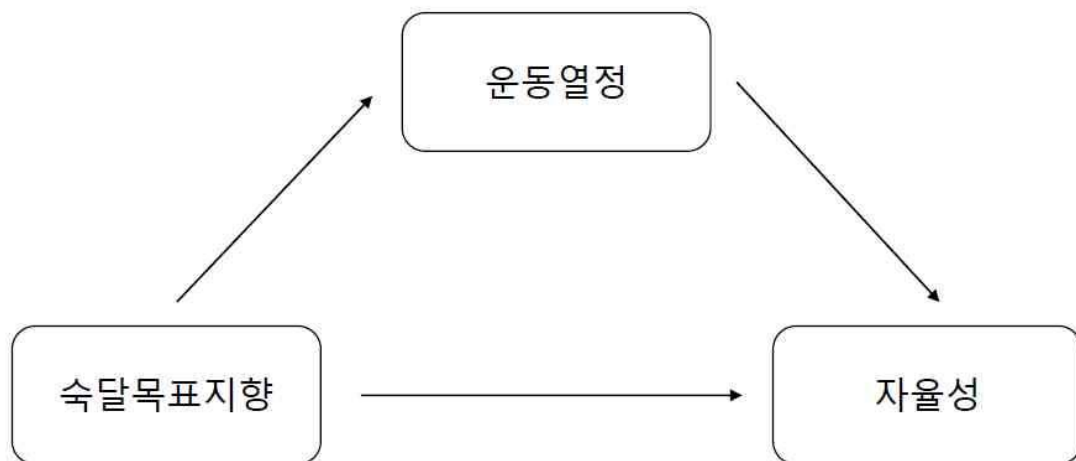


그림 1. 고등학교 태권도 겨루기 선수의 숙달목표지향, 운동열정, 자율성 간의 연구가설 모형

II. 연구방법

1. 연구대상

이 연구는 2022년 7월부터 8월까지 약 2개월 간 서울, 경기 지역의 고등학교 태권도 겨루기 선수를 연구 대상으로 설정하였으며, 연구 대상자는 대한태권도협회에 선수등록한 대상자로 선정하였다. 비확률 표본 추출 방법 중 편의표본추출법(Convenience Sampling)을 사용하여 오프라인 방법과 온라인 Google 설문지를 통해 배포되었다. 표집 된 설문 자료 270부 중 불성실하거나 신뢰성이 떨어지는 9부를 제외한 261부의 설문지를 이 연구에 활용하였다. 이에 따른 구체적인 인구 통계학적 특성은 아래 <표 1>과 같다.

표 1. 연구 참여자의 일반적 특성

구분		빈도	퍼센트
성별	남자	177	67.8
	여자	84	32.2
학년	1학년	107	41.0
	2학년	85	32.6
	3학년	69	26.4
입상 경험	있다	196	75.1
	없다	65	24.9
경력	3년 미만	32	12.3
	3년 이상 - 6년 미만	76	29.1
	6년 이상	153	58.6
합 계		261(명)	100(%)

2. 조사 도구의 타당도 및 신뢰도

이 연구는 측정 도구로 구조화된 설문지를 사용하였으며, 모든 문항은 고등학교

태권도 겨루기 선수를 대상으로 한 연구의 목적에 맞게 이론자료와 선행문헌을 기초로 하여 인구통계학적 특성 4문항, 숙달목표지향 10문항, 운동열정 11문항, 자율성 5문항 총 30문항으로 구성하여 5점 리커트(Likert) 척도의 설문지를 이용하였다. 구체적인 측정 도구의 방법은 직교회전 방식 중 베리맥스(Varimax)를 활용한 탐색적 요인분석을 적용하여 타당도 검사를 진행하였으며 신뢰도 검사는 Cronbach's α 계수를 이용하여 분석을 실시하였다.

숙달목표지향에 관한 설문지는 이주화, 김아영(2005)이 개발하고, 김희은(2018), 배성아, 김수영(2019)의 연구에서 도출된 측정 도구를 이 연구의 목적에 맞게 수정 및 보완하여 아래 <표 2>와 같이 2개의 하위영역 총 10문항을 사용하였다.

표 2. 숙달목표지향의 요인분석 및 신뢰도분석

문항	하위요인	
	회피목표	접근목표
훈련에서 반드시 습득해야 할 것을 못할까 걱정됨	.913	-.023
배운 내용을 이해하지 못할까 두려움	.873	-.036
스스로 연습하는 이유는 배운 내용을 이해하지 못할까봐 두렵기 때문임	.851	-.084
시간 내 과제를 미수행할까봐 두려움	.800	.080
내용을 이해하지 못할까봐 반복적으로 확인하고자 함	.760	-.062
훈련을 통해 많은 것을 배우고 싶음	-.012	.885
훈련을 통한 능력향상은 중요함	-.080	.847
연습하는 이유는 내용에 대한 이해	.010	.823
훈련을 통해 능력향상의 기회를 찾음	-.070	.800
도전적인 과제를 좋아함	.019	.614
고유값	3.551	3.216
분산(%)	35.508	32.160
누적(%)	35.508	67.669
Cronbach's α	.896	.850
$KMO=.82$, $x^2=1497.40$, $df=45$, $p=.000^{***}$		

운동열정에 관한 질문지는 Vallerand et al(2003)가 개발하고, 유진, 정꽃님(2008), 김정지(2022), 장종오, 공성배(2022)의 연구에서 도출된 측정 도구를 이 연구의 목적에 맞게 수정 및 보완하여 아래 <표 3>과 같이 2개의 하위영역 총 11문항을 사용하였다.

표 3. 운동열정의 요인분석 및 신뢰도분석

문항	하위요인	
	강박 열정	조화 열정
운동에 대한 높은 충동	.808	.150
정서적으로 운동에 의존	.741	.279
운동 욕구 통제 어려움	.722	.004
운동 없는 삶 상상의 어려움	.719	.406
운동에 사로잡힘	.716	.055
운동 없이 살 수 없음	.697	.175
기억에 남을 경험을 줌	.156	.827
다양한 경험을 줌	.131	.820
나 자신을 좋아하도록 함	.210	.760
운동은 열정이며, 통제 가능함	.004	.693
운동에서 얻는 것은 나에게 가치를 줌	.410	.638
고유값	3.493	3.120
분산(%)	31.758	28.366
누적(%)	31.758	60.124
Cronbach's α	.850	.829
$KMO=.85, x^2=1298.00, df=55, p=.000^{***}$		

자율성에 관한 질문지는 Deci & Ryan(2000), 이명희, 김아영(2008), 안지훈(2020)의 연구에서 도출된 조사 도구를 이 연구의 목적에 맞게 수정 및 보완하여 아래의 <표 4>와 같이 총 5문항을 사용하였다.

표 4. 자율성의 요인분석 및 신뢰도분석

문항	하위요인 자율성
내 일을 진행하는 방법을 스스로 결정할 기회가 많지 않다	.852
일상생활에서 나는 자주 남이 시키는 대로 해야만 한다	.840
나는 다른 사람들에 의해 통제받고 억압을 받는다고 느낀다	.797
어떤 일을 할 때 내 생각대로 일을 처리하기 보다는 다른 사람의 생각이나 처리 방식을 따를 때가 많다	.669
나는 대체로 내 생각과 의견을 자유롭게 표현할 수 있다고 느낀다	.541
고유값	2.807
분산(%)	56.141
누적(%)	56.141
Cronbach's α	.795
$KMO=.85, x^2=1298.00, df=55, p=.000^{***}$	

3. 자료 처리 방법

이 연구의 자료처리는 SPSS 25.0 프로그램을 이용하여 조사대상의 특성을 파악하기 위해 빈도분석을 실시하였으며, 탐색적 요인분석, 신뢰도 분석, 상관 관계분석을 진행하였고 최종적으로 제시된 이 연구문제를 검증하기 위해 다중회귀분석을 실시하였다. 모든 유의수준은 $p<.05$ 로 설정하였다.

Ⅲ. 연구결과

1. 상관관계 분석

이 연구에서는 주요 변인들 간의 관련성을 알아보기 위해 피어슨(pearson) 상관분석을 실시하였으며 그 결과 <표 5>와 같다. 각 변인의 하위요인들 사이에서는 부분적으로 상관관계가 있는 것으로 확인되었다. 구체적으로 상관관계 값은 .178에서 .479로 나타나 통계적으로 유의함을 알 수 있으며, 회피목표-접근목표(-.062)은 김철용, 이용국(2020)의 연구와 동일하게 상관관계가 없는 것으로 나타났으며, 조화열정-회피목표(-.044)과 자율성-강박열정(.063)은 변인간 상관관계가 나타나지 않았다. 이는 접근목표성향과, 조화열정, 자율성은 자신의 유능성과 적극적이고 능동적인 행동인 반면, 회피목표성향은 자신의 무능함에 초점을 두기 때문에 서로 상관관계가 없는 것으로 판단된다. 또한 강박열정의 경우 자신의 행동이 강박 또는 억압되어 있기 때문에 자유롭게 행동하는 자율성과 서로 상관관계가 없는 것으로 판단된다.

표 5. 변인간의 상관관계 분석

	접근목표	회피목표	강박열정	조화열정	자율성
접근목표	1				
회피목표	-.062	1			
강박열정	.310**	.178**	1		
조화열정	.479**	-.044	.460**	1	
자율성	.395**	-.382**	.063	.304**	1

** $p < .01$

2. 고등학교 태권도 겨루기 선수의 숙달목표지향이 운동열정에 미치는 영향

고등학교 태권도 겨루기 선수의 숙달목표지향이 운동열정에 미치는 영향을 규명한 결과는 아래 <표 6>과 같다. 숙달목표지향 중 접근목표지향($\beta=.323$), 회피목표지향($\beta=.198$)은 강박열정에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 설명력은 12.9%로 나타났다. 또한 숙달목표지향 중 접근목표지향($\beta=.478$)은 조화열정에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 설명력은 22.4%로 나타났다.

표 6. 숙달목표지향이 운동열정에 미치는 영향

종속변인	독립변인	<i>B</i>	<i>S.E</i>	β	<i>t</i>	<i>p</i>
운동열정	숙달목표지향					
	(상수)	.840	.342		2.460	.015
	접근목표지향	.421	.076	.323	5.564***	.000
강박열정	회피목표지향	.178	.052	.198	3.420**	.001
$F=20.224^{***}$, Adjusted $R^2=.129$						
조화열정	(상수)	1.878	.265		7.093	.000
	접근목표지향	.513	.059	.478	8.742***	.000
	회피목표지향	-.011	.040	-.015	-.266	.790
$F=38.541^{***}$, Adjusted $R^2=.224$						

** $p<.01$, *** $p<.001$

3. 고등학교 태권도 겨루기 선수의 숙달목표지향이 자율성에 미치는 영향

고등학교 태권도 겨루기 선수의 숙달목표지향이 자율성에 미치는 영향을 규명한 결과는 아래 <표 7>과 같다. 숙달목표지향 중 접근목표지향($\beta=.372$), 회피목표지향($\beta=-.359$)은 자율성에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 설명력은 27.9%로 나타났다.

표 7. 숙달목표지향이 자율성에 미치는 영향

종속변인	독립변인	<i>B</i>	<i>S.E</i>	β	<i>t</i>	<i>p</i>
자율성	숙달목표지향					
	(상수)	3.004	.269		11.147	.000
	접근목표지향	.421	.060	.372	7.058***	.000
	회피목표지향	-.279	.041	-.359	-6.805***	.000
$F=51.246^{***}$, Adjusted $R^2 = .279$						

*** $p < .001$

4. 고등학교 태권도 겨루기 선수의 운동열정이 자율성에 미치는 영향

고등학교 태권도 겨루기 선수의 운동열정이 자율성에 미치는 영향을 규명한 결과는 위의 <표 8>과 같다. 운동열정 중 조화열정($\beta = .349$)은 자율성에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 설명력은 9.3%로 나타났다.

표 8. 운동열정이 자율성에 미치는 영향

종속변인	독립변인	<i>B</i>	<i>S.E</i>	β	<i>t</i>	<i>p</i>
자율성	운동열정					
	(상수)	2.693	.248		10.850	.000
	강박열정	-.085	.058	-.098	-1.469	.143
	조화열정	.369	.070	.349	5.249***	.000
$F=14.343^{***}$, Adjusted $R^2 = .093$						

*** $p < .001$

IV. 논의

고등학교의 태권도 겨루기 선수의 숙달목표지향이 운동열정 및 자율성에 미치는 영향을 규명하기 위한 목적을 가지고 있으며, 이 연구 결과에 따른 논의는 다음과 같다.

첫째, 숙달목표지향의 하위요인 중 접근목표성향은 운동열정의 하위요인 중 강박열정과 조화열정에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 회피목표성향은 강박열정에 유의한 결과가 나타났다. 이러한 결과는 백민경(2011), 강현정(2013), 김철용, 이용국(2020)의 연구결과 본 연구와 동일하게 나타났으며, 성취목표성향의 하위요인인 접근목표성향이 무용열정의 하위요인에 모두 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 접근목표성향을 가진 선수의 경우 훈련과 경기에 임하고자하는 승부근성, 정신력 등이 좋은 경기력을 나타내는 것으로 설명하였으며(최진규, 2016; 김철용, 이용국, 2020), 최현혁, 허진영(2014)의 무용전공 대학생을 대상으로 숙달목표성향과 운동열정의 관계를 살펴본 결과 대부분 무용을 전공하는 대학생들은 미래의 성공적 삶을 영위하기 위해서 혹은 자신의 기량을 향상시키기 위해서 수업과 훈련에 적극적으로 노력하는 것으로 설명하였다. 이러한 관점에서 접근목표성향이 강한 무용전공자들은 자신의 지식이나 기술을 습득하여 개인의 유능감 단계를 증가시키기 때문에 주어진 활동을 중요하게 인식하고 과제를 자유롭게 선택하여 능동적인 성향을 보이기도 한다. 이와 동일하게 고등학생 태권도 겨루기 선수는 대학교 진학 또는 실업팀 진출을 위해 조화열정과 강박열정을 동시에 가지고 목표의 방향성을 설정하는 것으로 나타난다. 즉, 고등학교 태권도 겨루기 선수는 대학교, 실업팀과 같은 진학에 대한 목표를 설정함으로써 운동을 해야하는 이유와 운동을 통해서 경기 수행능력의 성장을 확인하기 때문에 이와 같은 결과가 나타나는 것으로 확인된다. 따라서 능동적이고 즐거운 정서상태로 운동을 참여한다면 자신이 설정한 목표를 달성하기 위해 보다 운동에 대한 열정이 높아지는 것을 알 수 있다.

하지만 본인이 설정한 목표를 달성하기 위해 심리적 욕구가 발생할 수 있는 강박 열정은 자신의 능력으로 달성하기 위한 목표의 실패 또는 번아웃을 최소화하기 위해서 자연스레 강박적인 마음가짐으로 사로잡혀 스스로를 착취하는 경향을 보이게 된다(박찬수, 2022). 이러한 강박열정이 높은 경우 집중력을 방해됨으로 부정적인 정서상태를 나타낼 수 있다. 따라서 목표 설정의 유형에 따라 자신의 운동 열정을 확인하고 부족한 부분을 채우기 위해 스스로 개선점을 찾아 목표에 도달할 수 있는 능력을 찾을 수 있는 것으로 설명할 수 있다.

둘째, 숙달목표지향의 하위요인인 접근목표성향이 자율성에 정(+)적인 영향이 나타났다으며, 회피목표성향이 자율성에 부(-)적 영향이 나타났다. 이철, 송용관((2011), 송용관, 김보연(2011)의 연구 결과 접근목표성향은 태권도 수련생들의 관계성, 자율성, 유능성에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 회피목표성향은 자율성에 부정적인 영향이 미치는 것으로 나타나 본 연구와 동일한 결과가 확인되었다. 특히 접근목표성향이 가장 큰 정적 상관관계를 도출하였다. 또한 자율성은 외적동기로 인해 목표달성 하는 것이 아닌 스스로의 의지에 의해서 활동하려는 성향이 있기 때문이다(김명훈, 2010). 이는 목표의 경우 본인이 원하는 행동을 통해 목표를 도달하면 성취도, 만족도가 높을 수 있다. 태권도 겨루기 선수가 전국대회 입상을 목표일 경우 상대방의 겨루기 스타일에 따라 유리하게 변경해야하는 선수의 자율성이 필요하다. 하지만 선수의 행동을 코치 또는 감독이 제지하게 되면 선수의 자율성은 떨어지게 될 수 있기 때문에 코치 또는 감독이 선수의 신체활동 상황에서 자율성을 지지해준다면 선수의 숙달목표성향을 더욱 활용하여 기본심리적 욕구에 기여한다는 점에서 높게 평가할 수 있다.

셋째, 운동열정의 하위요인 중 조화열정은 자율성에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 강박열정은 자율성에 유의한 영향이 나타나지 않았다. 이러한 결과는 원혜연(2015), 김보겸, 김영훈, 이지우(2016)의 결과와 동일하게 나타났으며, 조화열정은 기본심리적 욕구의 자율성, 관계성, 유능성에 유의한 영향이 나타나 본 연구를 뒷받침해주고 있다. 조화열정을 가진 경우 능동적인 훈련이 긍정적 결과를 나타

낼 수 있는 중요한 수단이라고 설명하였다(Vallerand, paquet, philippe & Charest, 2010; 장선희, 2013). 또한 원혜연(2015)은 조화열정이 기본 심리적 욕구와 관계가 있다는 것은 무용 활동을 하는 과정에서 경험하게 되는 다양한 신체활동이나 즐거움, 도전, 흥미, 긍정적인 자아개념 등을 내포하여 자신의 욕구를 만족시키고 내면에 있는 긍정적인 심리와 상호작용한다는 것으로 설명하였다. 즉, 태권도 겨루기 선수들이 참여하는 운동에 긍정적인 마음가짐과 흥미를 가지게 되면 내적의 가치를 효과적으로 향상시킬 수 있는 수단이 될 뿐만 아니라 자신의 행동을 스스로 지각하여 행동변화 또는 수정을 할 수 있다. 추가적으로 고등학생의 경우 성숙하지 않은 부분이 있기 때문에 지도자는 선수들의 자율성을 지지 할 수 있어야 한다. 따라서 개인의 의지와 능동적으로 목표를 설정하고 달성하기 위해 운동에 대한 열정을 갖게 되는 내적 동기를 발현할 수 있으며, 이를 통해 자신의 행동을 수정하여 성장할 수 있는 계기가 될 수 있다.

또한 강박열정이 자율성에 유의한 영향이 나타나지 않았으며, 김덕진(2013)은 자율성이 자신의 행동이 자발적으로 지각하려는 기본 욕구이므로 통제적으로 내면화 되는 것보다는 자율적으로 내면화되는 과정이기 때문에 강박적인 마음가짐이 있을 경우에는 자율성에 부정적인 영향이 나타난다고 하였다. 즉, 강박적인 마음이 있는 상태에서는 스스로 행동하게 만드는 자율성이 낮아질 수 있는 결과라고 할 수 있다.

V. 결론 및 제언

이 연구는 고등학교 태권도 겨루기 선수의 숙달목표지향이 운동열정 및 자율성에 미치는 영향을 규명하고자 하였으며, SPSS Version 25.0 프로그램을 사용하여 빈도분석, 탐색적 요인분석, 신뢰도 분석, 상관관계분석, 다중회귀분석을 실시하였으며, 다음과 같은 결론을 확인할 수 있다.

첫째, 숙달목표지향, 운동열정, 자율성간의 상관관계는 부분적으로 통계적으로

유의한 것으로 나타났다. 둘째, 숙달목표지향이 운동열정에 미치는 영향을 분석한 결과 접근목표지향은 조화열정과 강박열정에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 회피목표지향은 강박열정에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 셋째, 숙달목표지향이 자율성에 미치는 영향을 분석한 결과 접근목표지향과 회피목표지향은 자율성에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 넷째, 운동열정이 자율성에 미치는 영향을 분석한 결과 조화열정은 자율성에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다.

따라서 이 연구는 고등학교 태권도 겨루기 선수의 숙달목표지향이 운동열정 및 자율성에 미치는 영향을 규명하여 개인의 의지와 능동적으로 목표를 설정하고 달성하기 위해 운동에 대한 열정을 갖게 되는 내적 동기를 나타낼 수 있으며, 이를 통해 자신의 행동을 수정하여 성장할 수 있는 계기가 될 수 있다.

이 연구의 결과를 기초로 하여 다음과 같은 제언을 하고자 한다. 첫째, 본 연구는 대한태권도협회에 등록되어 있는 고등학교 태권도 겨루기 선수를 대상으로 선정하였으며, 서울·경기 지역을 대상으로 하였기에 전국의 고등학교 태권도 겨루기 선수에 일반화하기 어려움이 있을 수 있다는 점이다. 국내 다른 지역과 환경의 고등학교 태권도의 겨루기, 품새, 시범 선수로 확대하여 후속 연구를 진행하는 것도 의미가 있을 것이다. 둘째, 본 연구는 단순히 양적 연구 방법으로만 접근하였다. 숙달목표지향, 운동열정, 자율성의 변인들은 개인의 심리적 경험을 통해 해석한 연구이므로, 보다 구체적이고 세부적인 연구 결과를 위해 설문조사 방법과 더불어 개인의 확실하고 솔직한 답변을 얻기 위한 심층 면담법을 활용하면 유용한 결과를 얻을 것이라 생각한다. 셋째, 본 연구에서는 고등학교 태권도 겨루기 선수의 숙달목표지향, 운동열정, 자율성의 인과관계를 확인하였다. 후속 연구에서는 인구통계학적 특성의 차이 분석을 활용하여 진행해도 의미가 있을 것이다.

참고문헌

- 강현정(2013). 무용전공 대학생의 2x2 성취목표성향과 무용 열정 및 공연자신감의 관계. 미간행 석사학위논문 단국대학교 대학원.
- 김경지(2022). 학교운동부 코치의 코칭역량이 학생 선수의 운동열정 및 운동만족에 미치는 영향. **한국체육과학회지**, 31(1), 549-559.
- 김덕진(2013). 체육수업에서 중학생의 기본적 심리욕구만족과 운동열정 및 주관적 웰빙간의 관계. **한국체육교육학회지**, 17(4), 111-125.
- 김명훈(2010). 청소년 운동선수들의 성취목표성향과 기본심리적욕구 및 스포츠퍼센 십과의 관계. 미간행 석사학위논문, 제주대학교 교육대학원.
- 김보겸, 김영훈, 이지우(2016). 유도선수들의 운동열정이 기본적 심리욕구만족과 운동몰입에 미치는 영향. **한국체육과학회지**, 25(3), 323-335.
- 김철용, 이용국(2020). 투기종목 선수의 성취목표성향과 승부근성 및 경기수행능력의 관계. **대한무도학회지**, 22(4), 135-146.
- 김희은(2018). 공연예술전공 대학생의 공연자신감과 숙달목표지향, 그릿, 스트레스 대처 방식의 구조적 관계. 박사학위논문 전주대학교 일반대학원.
- 문길상(2014). 청소년 태권도선수의 성취목표성향이 자기관리행동 및 운동지속수행력에 미치는 영향. 미간행 석사학위논문, 경희대학교 교육대학원.
- 박찬수(2022). 대학운동선수의 그릿이 운동열정 및 번아웃에 미치는 영향. 미간행 석사학위논문, 경희대학교 교육대학원.
- 배성아, 김수영. (2019). 대학생의 숙달목표지향성과 진로적응성과의 관계에서 대학 생활적응의 매개효과. **학습자중심교과교육연구**, 19(5), 61-80.
- 백민경(2011). 인문사회과학영역 : 무용전공 대학생의 동기분위기 지각과 성취목표성향, 무용열정의 관계. **한국무용연구**, 29(2), 165-182.
- 서은철, 허진영(2016). 기계체조선수의 완벽주의 성향 잠재프로파일 분류에 따른 대처전략의 차이. **한국체육과학회지**, 25(4), 499-513
- 성미송, 박영석(2005). 조직 장면에서 2×2 성취목표모형의 타당화 연구. **한국심리학회**, 18(1), 97-117.

- 송용관, 김보연 (2011). 2×2 성취목표 동기유형이 태권도 수련생들의 기본 심리적 욕구와 신체활동 의도에 미치는 효과. **체육과학연구**, 22(1), 1708-1724.
- 심영균, 김지태, 이석준(2020). 청소년 태권도 선수의 번아웃 척도 (TABS) 개발 및 타당화 검증. **세계태권도문화학회지**, 11(1), 185-206.
- 심영균, 서은철(2022). 청소년 태권도 선수의 승부근성(Tenacity) 척도에 대한 타당도 증거: Rasch 모형의 적용. **국기원태권도연구**, 13(2), 155-165.
- 안지훈(2020). 운동지속의도에 대한 자율성과 자기통제의 상호작용효과 : 교양체육 참여 대학생을 대상으로. **한국체육과학회지**, 29(2), 353-367.
- 오영택, 양명환(2020). 체육전공 대학생들의 열정, 자율성지지, 의도적 연습 및 강 의만족 간의 인과관계 검증. **한국체육교육학회지**, 25(1), 171-185.
- 유진, 정꽃님 (2008). 무용 열정의 이원론적 모형 분석. **한국스포츠심리학회지**, 19(1), 163-175.
- 원혜연(2015). 무용전공자들의 열정과 탈진의 관계에서 기본 심리적 욕구의 매개효과. 미간행 박사학위논문, 한양대학교.
- 이대명, 장갑석(2021). 사격지도자의 자율성지지와 운동열정 및 운동지속수행의 관계. **스포츠사이언스**, 39(2), 109-116
- 이명희, 김아영(2008). 자기결정성이론에 근거한 한국형 기본 심리 욕구 척도 개발 및 타당화. **한국심리학회지: 사회 및 성격**, 22(4), 157-174.
- 이종욱(2007). 성취목표지향성 개념의 재분화. 미간행 박사학위논문. 전북대학교.
- 이주화, 김아영(2005). 학업적 성취목표지향성 척도 개발. **교육심리연구**, 19(1), 311-325.
- 이철, 송용관(2011). 인문, 사회과학편 : 코치의 자율성지지, 성취목표 동기유형과 기본 심리적 욕구와의 관계. **한국체육학회지**, 50(3), 275-286.
- 이경현, 강현우(2019). 대학 태권도 지도자의 자율성지지 코칭행동이 선수들의 경기력에 미치는 영향: 그릿의 매개효과. **한국체육학회지**, 58(6), 89-99.
- 장선희(2013). 체육수업에서의 학습열정과 기본심리욕구 및 사회심리적 웰빙에 미치는 영향. 미간행 석사학위논문, 동국대학교.
- 장종오, 공성배(2022). 대학 태권도 선수의 승부근성과 운동열정 및 인지된 경기력의 관계. **코칭능력개발지**, 24(4), 178-185.

- 정용각(2008). 레저스포츠 참가자의 기본적 심리욕구만족, 참여동기 및 지속의도와 의 관계. *한국사회체육학회지*, 34(2), 1591 -1604.
- 조영현(2012). *고등학생 사격선수의 스포츠능력민음이 성취목표성향과 집중력에 미치는 영향*. 미간행 석사학위논문, 경희대학교.
- 조은영(2013). *자아존중감과 자기구실 만들기 간의 관계: 성취목표의 매개효과와 자아존중감 안정성, 의지통제의 조절효과*. 미간행 석사학위논문, 충북대학교 대학원.
- 조필환(2016). 체육수업에서 학생이 지각한 교사의 열정이 학습자의 자율성 지지와 수업만족에 미치는 영향. *한국체육교육학회지*, 21(3), 63-74.
- 최아라, 홍미화.(2022). 대학 태권도선수의 완벽주의와 2×2 성취목표성향이 자기구실 만들기에 미치는 영향. *한국여성체육학회지*, 36(3),35-50.
- 최진규(2016). *고등학교 태권도 겨루기 선수의 성취목표성향이 승부근성과 운동물입에 미치는 영향*. 미간행 석사학위논문. 용인대학교 대학원.
- 최진아, 서건우(2020). 중학교 체육에서 교사의 열정과 자율성지지, 관계성지지, 그리고 그것간의 구조적 관계. *한국응용과학기술학회지*, 37(6), 1752-1763.
- 최현혁, 허진영(2014). 순수무용전공 대학생의 2×2성취목표와 무용 열정 및 공연 자신감의 구조적 관계. *대한무용학회논문집*, 72(3), 239-258.
- 한미옥, 전형필(2021). 고등학교 태권도선수의 성취목표성향과 자기관리행동이 인지된 경기력에 미치는 영향. *대한무도학회지*, 23(4), 33-44.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The “what” and “why” of goal pursuits : Human needs and the selfdetermination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11, 227-268.
- Elliot, A. J., & McGregor. (2001). A 2 × 2 achievement goal framework. *Journal of Personality and Social Psychology*, 80, 501-519.
- Gillet, N., Vallerand, R. J., Amoura, S., & Baldes, B. (2010). Influ-ence of coaches’ autonomy support on athletes’ motivation and sport performance: A test of the hierarchical model of intrinsic and extrinsic motivation. *Psychology of Sport and Exercise*, 11, 155-161
- Nicholls, J. G. (1989). *The competitive ethos and democratic education*. Cambridge,

MA: Harvard University Press.

- Peterson, C., & Seligman, M. E. (2004). *Character strengths and virtues: A handbook and classification*. NY: Oxford University Press.
- Vallerand, R. J., Blanchard, C. M., Mageau, G. A., Koestner, R., Ratelle, C. F., Leonard, M., Gagne, M., & Marsolais, J. (2003). Les passions de l'ame: On obsessive and harmonious passion. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85(4), 756-767.
- Vallerand, R. J., paquet, Y., philippe, F. L., & Charest, J. (2010). On the role of passion for work in burnout: A process model. *Journal of personality*, 78(1), 289-312.
- Vallerand, R. J., Rousseau, F. L., Grouzet, F. M., Dumais, A., Grenier, S., & Blanchard, C. M. (2006). Passion in sport: A look at determinants and affective experiences. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 28(4), 454-478.
- Witkow, M. R., & Fuligni, A. J. (2007). Achievement goals and daily school experiences among adolescents with Asian, Latino, and European American backgrounds. *Journal of educational psychology*, 99(3), 584.

ABSTRACT

The Effect of Sports Passion of Middle and High School Taekwondo Athletes on Mastery Goal Orientation and Autonomy

Park Chan-su·Shin, Yeon-ji, Jung Ju-Na*(KyungHee Univ.)

The purpose of this study is to determine and investigate how high school taekwondo athletes' mastery goal orientation affects their athletic passion and autonomy. In order to achieve the purpose of this study, players were registered with the Korea Taekwondo Association, and 261 high school Taekwondo players in Seoul and Gyeonggi-do were selected using convenience sampling. For data processing, frequency analysis and reliability analysis were performed using the SPSS Version 25.0 program, and exploratory factor analysis, correlation analysis, and multiple regression analysis were used. As a result, first, there was a significant correlation between high school Taekwondo players' mastery goal orientation, athletic passion, and autonomy. Second, it was found that the high school Taekwondo player's mastery goal orientation had a significant effect on athletic enthusiasm. Third, it was found that high school Taekwondo players' mastery goal orientation had a significant effect on autonomy. Fourth, it was found that the athletic passion of high school Taekwondo players had a significant effect on autonomy. Taken together, these results showed that high school taekwondo players' mastery goal orientation had a significant effect on athletic passion and autonomy.

Key words: High school, taekwondo, mastery goal orientation, athletic passion, autonomy

논문투고일 : 2023.03.31.

심사일 : 2023.05.15.

심사완료일 : 2023.05.25.