

# 태권도 선수들이 인식하는 피로심리가 운동슬럼프에 미치는 영향: 배경변인에 따른 조절효과 검증

홍연지(서울시립무용단 수석단원) · 장세용\*(가천대학교 교수)

## 국문 초록

이 연구는 태권도 선수들이 인식하는 피로심리가 운동슬럼프에 미치는 영향을 검증하고, 이들의 관계에 대한 성별과 종목에 따른 조절효과를 검증하기 위한 목적으로 진행되었다. 이를 위해 대한태권도협회에 선수등록을 마친 대학교 겨루기 품새 선수 233명을 비확률 표집 방법 중 목적적 표집 방법으로 선정하여 연구를 진행하였다. 수집된 자료는 SPSS 26.0과 AMOS 26.0, 그리고 Excel 2010으로 분석하였으며, 다음과 같은 결과가 도출되었다. 첫째, 피로심리는 운동슬럼프에 정(+)적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 둘째, 성별에 따른 조절효과는 없는 것으로 나타났다. 셋째, 종목에 따른 측정동일성 검증 결과 겨루기와 품새 선수집단은 피로심리와 운동슬럼프 검사지의 문항을 다르게 인식하는 것으로 나타났다.

주제어 : 태권도선수, 겨루기, 품새, 피로심리, 운동슬럼프, 조절효과

---

\* naganolala@gachon.ac.kr

## I. 서 론

### 1. 연구의 필요성

엘리트 스포츠 분야에서 한국의 위상은 스포츠 선진국이라 불릴 만큼 향상됐다. 이와 같은 발전은 첨단 과학의 스포츠 현장 도입은 물론, 코칭 프로그램에 대한 깊은 이해도를 바탕으로 한 지도자들의 노력이 있었기에 가능한 것이라고 할 수 있다(강현우, 장세용, 2021a; 2021b; 장세용, 2019). 과거 엘리트 스포츠 현장은 기술 수준의 향상을 위해서만 모든 훈련의 관심이 집중되었던 반면, 현재는 선수들의 신체적 능력은 물론 최상의 컨디션을 유지하기 위한 관점에서 심리, 생리적 변인들의 변화에도 지도자들의 관심이 증가하고 있다(장세용, 2019; Jang & So, 2017a, 2017b).

이와 관련해서 다수의 팀들이 선수들의 컨디션 관리를 위해 전문 트레이너들을 도입하는 등 과거와 달리 다양한 관점에서 지도자를 추가하고 있다는 것은 엘리트 스포츠현장의 빠른 변화를 대변한다(유명선, 장세용, 2022). 하지만 현장에 적용 가능한 전문 인력의 수가 늘고 있음에도 불구하고 엘리트 스포츠의 선수 부족은 심각한 수준이다. 실제 태권도 겨루기 종목의 경우 과거 전통적인 강호로 군림하던 서울의 중·고등학교 팀들 중 10개 이상의 팀이 해체되었거나, 선수 수급 문제로 인하여 과거 팀당 4~50명의 선수를 보유했던 것과 다르게 총 10명이 되지 않는 선수들로 겨우 명맥만을 유지하고 있는 현실은 선수 수급의 어려움을 보여주는 단편적인 예라고 할 수 있다.

이와 같은 현상은 과거에 비해 힘든 훈련을 버텨내야 하는 것은 물론, 운동선수로 성공하는 것이 매우 어렵다는 엘리트 운동선수에 대한 부정적 시선이 증가한 것이 가장 큰 이유 중 하나일 수 있다. 특히 운동선수로 성공한다는 것이 오랜 시간 동안 꾸준히 자신의 실력을 유지해야 한다는 부분에서 더욱 그러하다. 이

와 같은 관점에서 운동선수들이 슬럼프에 빠지지 않고 자신의 실력을 꾸준히 유지할 수 있도록 돕는 것은 매우 중요한 부분이다.

운동슬럼프와 관련된 선행 연구에 따르면, 운동슬럼프는 선수들이 인식하는 스트레스에 지속적으로 노출될 경우 나타나는 현상 중 하나로, 훈련과정에서 운동 동기를 잃어버리거나 흥미를 상실하는 과정을 거쳐 탈진이나 우울감 등의 부정적 심리현상을 경험하여, 결과적으로 훈련이나 경기 뿐 아닌 일상생활에도 부정적으로 작용한다(강현우, 장세용, 2022; 소영호, 2009; 유명선, 장세용, 2023).

일반적으로 슬럼프(slump)란 운동선수가 자신이 가진 능력을 발휘하지 못하고 부진에 빠지는 것, 즉 기능적 수준이 저하되는 상태를 의미한다. 이것은 기술적으로 매우 높은 수준의 선수가 일시적으로 기능이 저하되는 상태를 의미하는 것으로, 선수의 노력에도 불구하고 경기력을 유지하지 못하는 상태로도 설명된다(김문희, 장덕선, 2020; 유명선, 장세용, 2023).

슬럼프는 지도자의 선수관리 방식이나 부모의 관섭 등과 같은 외부 타자와의 관계에 의해서도 발생하는 것은 물론(유명선, 장세용, 2023; 최관용, 2003), 선수의 경기와 밀접하게 관련이 있는 신체조건이나 기술수준 뿐만 아니라 개인적 특성과 관련 있는 심리적인 요인에 의한 문제로도 발생한다. 이와 같은 경우 불안감 향상에 따른 자신감 감소를 일으켜 경기력에 직접적인 영향을 미치고, 운동을 포기하고 싶은 충동으로 전이되기 때문에 주의가 요구된다(유명선, 장세용, 2023; 최관용, 2003).

운동슬럼프에 영향을 미칠 것으로 예상되는 다양한 심리 변인 중 하나인 피로는 운동선수들이 경험하는 성적 유지를 위한 훈련과 경기 상황에서 경험하게 되는 압박감이 지속적으로 심리적 피로를 유발시킨다는 점에서 관심을 가져야 하는 변인 중 하나라고 할 수 있다(유명선, 장세용, 2023). 특히 피로는 운동선수뿐만 아니라 일반인들도 일상생활에서 쉽게 경험하는 현상으로, 정신건강에 부정적인 영향을 미치는 요인으로써 그 심각성에 비해 심리학 연구 분야에서 잘 다루어지지 않는 영역 중 하나라는 점에서 이와 관련된 연구들이 발표될 필요성이 있다고

사료된다(유명선, 장세용, 2023).

앞서 언급한 내용을 종합해보면, 운동슬럼프는 선수들의 중도 포기를 유발할 수 있는 매우 부정적인 심리상태를 대변하는 요인이며, 오랜 시간 동안 꾸준히 자신의 실력을 변함없이 유지해야 한다는 압박감으로 인해 발생 할 수 있다고 보여 진다. 또한, 이와 같은 압박감을 느끼는 상황에 지속적으로 노출된다는 것은 운동선수들에게 있어서 피로심리 누적으로 작용할 수 있다는 점에서 주의가 요구된다. 이러한 관점에서 운동선수들이 인식하는 피로심리가 운동슬럼프에 미치는 영향을 검증하는 것은 할 필요성이 요구된다.

특히 설정된 인과관계에 대한 집단 간 경로의 통계적 차이를 구체적으로 분석 가능한 다집단분석(multi-group analysis)을 적용한 조절효과 검증 연구는 단순히 인과관계가 있을 것으로 예상되는 변인과 변인간의 경로계수의 유의성을 확인하는 것을 넘어 보다 심층적으로 이들 관계에 대한 구체적인 관련성을 규명한다는 점에서 매우 의미 있는 접근이라고 할 수 있다. 또한 조절효과를 검증하기 위한 목적으로 진행된 선행연구들은 대부분 일적으로 차이가 존재할 것으로 예상되는 성별(김경섭, 정명규, 2021; 장세용, 양대승, 2021; 장세용, 배환성, 지준철, 2020; 지준철, 장세용, 2020)이나 혹은 종목의 특성, 즉 개방형종목과 폐쇄형 종목 등 해당종목의 특성 차이(김종호, 김기환, 2022; 이규동, 이지향, 장세용, 2019; 하제현, 2018)에 대한 조절효과를 검증하는 것이 일반적이다. 따라서 이 연구에서는 운동선수들이 인식하는 피로심리가 운동슬럼프에 미치는 영향을 검증하고, 이들 관계에 대한 심도 깊은 분석을 위해 배경변인 중 성별과 종목 특성 차이에 따른 조절효과를 검증하여 선수들의 피로심리와 슬럼프의 관계에 대한 이론적 기초자료를 제공하는데 그 목적이 있다.

## 2. 연구의 모형 및 가설

연구의 목적을 달성하기 위해 설정한 연구가설과 모형은 다음과 같다.

가설 1. 태권도 선수들이 인식하는 피로심리는 운동슬럼프에 영향을 미칠 것이다.



그림 1. 가설 1 검증을 위한 연구모형

가설 2. 태권도 선수들이 인식하는 피로심리와 운동슬럼프의 관계는 배경변인에 의해 조절될 것이다.

가설 2-1. 태권도 선수들이 인식하는 피로심리와 운동슬럼프의 관계는 성별에 의해 조절될 것이다.

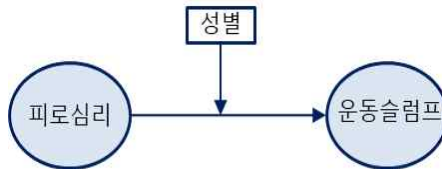


그림 2. 가설 2-1 검증을 위한 연구모형

가설 2-2. 태권도 선수들이 인식하는 피로심리와 운동슬럼프의 관계는 종목에 의해 조절될 것이다.

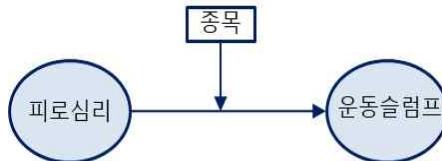


그림 3. 가설 2-2 검증을 위한 연구모형

## II. 연구방법

### 1. 연구 대상

연구 대상은 전국체전과 아시안게임에 정식종목으로 채택된 겨루기와 품새 종목 선수 중 2023년 현재 대한태권도협회에 등록을 마친 대학생 233명을 비확률 표집방법 중 목적적 표집방법으로 선정하였다. 연구에 참여한 대상자의 일반적인 특성은 <표 1>과 같다.

표 1. 연구대상자의 일반적 특성

| 변인 | 수준  | 빈도  | 퍼센트  |
|----|-----|-----|------|
| 성별 | 남   | 143 | 61.4 |
|    | 여   | 90  | 38.6 |
| 학년 | 1학년 | 84  | 36.1 |
|    | 2학년 | 62  | 26.6 |
|    | 3학년 | 56  | 24.0 |
|    | 4학년 | 31  | 13.3 |
| 종목 | 겨루기 | 109 | 46.8 |
|    | 품새  | 124 | 53.2 |
| 전체 | -   | 233 | 100  |

### 2. 조사도구

이 연구에서 사용한 검사지는 다음과 같다. 첫째, 태권도 선수들의 피로심리를 검사하기 위해 유명선, 장세용(2022)의 연구에서 사용한 검사지를 사용하였다. 선행연구에 따르면, 피로심리 검사지는 8개 문항의 단일요인으로 구성되어 있다. 두 번째 운동슬럼프를 측정하기 위해 사용한 검사지는 김문희, 장덕선(2020)의 연구에서 사용된 검사지를 사용하였다. 이 검사지는 기술요인 6문항, 심리요인 8문항, 신체요인 3문항, 환경요인 4문항 등 총 4개요인 21문항으로 구성되었다.

또한 모든 문항은 5점 리커트 척도로 구성하였다.

### 3. 타당도 및 신뢰도 검증

이 연구에서 사용한 검사도구의 타당도와 신뢰도를 검증하기 위하여 측정모형 검증 적용한 확인적 요인분석, 개념신뢰도, AVE, 그리고 Cronbach's  $\alpha$  분석을 실시하였다.

표 2. 측정모형분석 결과

| 변인    | 하위요인 | 문항   | $\lambda$ | S.E.  | C.R.      | ave   | 개념신뢰도 | $\alpha$ |
|-------|------|------|-----------|-------|-----------|-------|-------|----------|
| 피로심리  | -    | 문항1  | 0.690     |       |           | 0.607 | 0.925 | 0.946    |
|       |      | 문항2  | 0.733     | 0.103 | 10.605*** |       |       |          |
|       |      | 문항3  | 0.824     | 0.102 | 11.830*** |       |       |          |
|       |      | 문항4  | 0.868     | 0.101 | 12.418*** |       |       |          |
|       |      | 문항5  | 0.850     | 0.096 | 12.186*** |       |       |          |
|       |      | 문항6  | 0.890     | 0.102 | 12.701*** |       |       |          |
|       |      | 문항7  | 0.899     | 0.103 | 12.825*** |       |       |          |
|       |      | 문항8  | 0.850     | 0.098 | 12.178*** |       |       |          |
| 운동슬럼프 | 기술요인 | 문항1  | 0.703     |       |           | 0.629 | 0.910 | 0.919    |
|       |      | 문항2  | 0.862     | 0.096 | 12.537*** |       |       |          |
|       |      | 문항3  | 0.802     | 0.093 | 11.701*** |       |       |          |
|       |      | 문항4  | 0.896     | 0.093 | 13.007*** |       |       |          |
|       |      | 문항5  | 0.759     | 0.094 | 11.090*** |       |       |          |
|       |      | 문항6  | 0.847     | 0.094 | 12.337*** |       |       |          |
|       | 심리요인 | 문항7  | 0.769     |       |           | 0.631 | 0.931 | 0.942    |
|       |      | 문항8  | 0.879     | 0.069 | 14.949*** |       |       |          |
|       |      | 문항9  | 0.834     | 0.074 | 13.982*** |       |       |          |
|       |      | 문항10 | 0.911     | 0.074 | 15.648*** |       |       |          |
|       |      | 문항11 | 0.895     | 0.070 | 15.295*** |       |       |          |
|       |      | 문항12 | 0.790     | 0.068 | 13.058*** |       |       |          |
|       |      | 문항13 | 0.714     | 0.065 | 11.562*** |       |       |          |
|       |      | 문항14 | 0.755     | 0.075 | 12.363*** |       |       |          |
|       | 신체요인 | 문항15 | 0.767     |       |           | 0.673 | 0.863 | 0.828    |

|      |      |       |       |           |       |       |       |
|------|------|-------|-------|-----------|-------|-------|-------|
|      | 문항16 | 0.779 | 0.082 | 11.360*** |       |       |       |
|      | 문항17 | 0.818 | 0.101 | 11.800*** |       |       |       |
| 환경요인 | 문항18 | 0.608 |       |           | 0.729 | 0.912 | 0.870 |
|      | 문항19 | 0.612 | 0.081 | 12.875*** |       |       |       |
|      | 문항20 | 0.915 | 0.179 | 10.391*** |       |       |       |
|      | 문항21 | 0.921 | 0.188 | 10.404*** |       |       |       |

\*\*\* $p<.001$

분석 결과 측정모형의 적합도 지수는 비교적 양호한 수준이며( $\chi^2=1165.632$ ,  $df=367$ ,  $p<.001$ ,  $TLI=.902$ ,  $CFI=.912$ ,  $RMSEA=.075$ ), 요인부하량( $\lambda$ )과 AVE(집중타당도)과 개념신뢰도, 그리고 Cronbach's  $\alpha$  값들이 모두 기준치를 충족시키는 것으로 나타나서 연구에 사용한 검사지의 타당도와 신뢰도가 사용 가능한 수준이라고 판단하였다(표 2).

#### 4. 자료처리방법

수집된 모든 자료는 연구 목적에 따라 SPSS 26.0, AMOS 26.0, Excel 2010을 이용하여 분석하였다. 먼저 자료의 특성을 확인하기 위한 빈도분석(frequency analysis)을 실시하였으며, 사용한 검사지의 타당도 및 신뢰도를 검증하기 위한 측정모형을 적용한 확인적 요인분석(confirmatory factor analysis)을 실시한 후 개념신뢰도, AVE, Cronbach's  $\alpha$  계수를 산출하였다. 이후 하위요인에 대하여 기술통계분석(descriptive analysis)과 상관관계 분석(correlation analysis)을 실시하였으며, 피로심리와 운동슬럼프의 관계, 그리고 조절효과 검증을 위한 구조방정식 모형분석을 실시하였다. 또한 조절효과와의 검증은 대응별모수비교 분석을 통해 검증하였으며, 모든 통계적 유의수준은  $\alpha=.05$ 로 설정하였다.

### III. 연구결과

#### 1. 기술통계 및 상관관계 분석 결과

타당도 검증 결과를 바탕으로 항목묶음(item parceling)한 하위요인에 대하여 기술통계분석과 상관분석을 실시하였다. 그 결과 <표 3>과 같이 왜도, 첨도에 이상치를 보이는 하위요인은 존재하지 않았으며, 모든 요인 간에 .436~.786의 통계적으로 유의한 정(+)적 상관이 있는 것으로 나타났다.

표 3. 기술통계 및 상관관계 검증 결과

| 하위요인 | M    | SD   | 왜도    | 첨도     | 피로심리   | 기술요인   | 심리요인   | 신체요인   | 환경요인 |
|------|------|------|-------|--------|--------|--------|--------|--------|------|
| 피로심리 | 3.18 | 1.01 | .345  | -1.215 | 1      |        |        |        |      |
| 기술요인 | 2.98 | 0.91 | .624  | -.794  | .556** | 1      |        |        |      |
| 심리요인 | 2.87 | 0.94 | .839  | -.612  | .571** | .786** | 1      |        |      |
| 신체요인 | 2.46 | 0.77 | 1.667 | 1.680  | .436** | .475** | .587** | 1      |      |
| 환경요인 | 2.35 | 0.69 | 2.160 | 3.903  | .436** | .503** | .558** | .592** | 1    |

\*\* $p < .01$

#### 2. 피로심리가 운동슬럼프에 미치는 영향

가설 1인 태권도 선수들이 인식하는 피로심리가 운동슬럼프에 미치는 영향을 분석하기 위해 구조방정식 모형분석을 실시하였다. 그 결과 <표 4>와 같이 피로심리는 운동슬럼프에 통계적으로 유의한 정(+)적 영향을 미치는 것으로 나타나서 가설 1은 채택되었다( $\beta=.662$ ,  $t=8.542$ ,  $p<.001$ ; model fit= $\chi^2=227.857$ ,  $df=53$ ,  $p<.001$ ,  $TLI=.903$ ,  $CFI=.922$ ,  $RMSEA=.078$ ).

표 4. 가설 1 검증 결과

| 경로   |         | $\beta$ | S.E   | $t$      | 결정     |
|------|---------|---------|-------|----------|--------|
| 피로심리 | → 운동슬럼프 | 0.662   | 0.072 | 8.542*** | Accept |

\*\*\* $p < .001$ 

### 3. 조절효과 검증

태권도 선수들이 인식하는 피로심리가 운동슬럼프에 정(+)적 영향을 미치는 것으로 나타나서 성별과 종목에 따른 조절효과 검증을 실시하였다. 조절효과는 다집단 측정모형 검증을 우선 실시한 후, 측정동일성이 검증된 이후 다집단 구조방정식분석을 수행하는 과정으로 진행하였으며, 조절효과의 검증은 대응별모수비교를 통하여 검증하였다.

#### 1) 측정동일성 검증결과

가설 2로 설정한 조절효과 검증에 앞서 성별과 경기 종목에 따른 검사지 인식의 차이가 존재하는지에 대한 여부를 확인하기 위해 다집단 측정동일성 검증을 실시하였다. 그 결과 <표 5>와 같이 성별에 따른 측정동일성검증 결과가 적합한 것으로 나타난 반면, 종목에 따른 측정동일성은 적합하지 않은 것으로 나타났다. 이와 같은 결과는 피로심리와 운동슬럼프를 측정하는 항목을 종목에 따라서 다르게 인식하고 있다는 것을 의미한다.

표 5. 측정동일성 검증 결과

| 구분 | 모형            | $\chi^2$ | $df$ | RMSEA | $\Delta\chi^2$ | $p$      | 결정     |
|----|---------------|----------|------|-------|----------------|----------|--------|
| 성별 | 자유모형          | 1867.351 | 734  | .080  | -              | -        | -      |
|    | $\lambda$ 동일성 | 1888.446 | 758  | .080  | 21.095         | $p>.05$  | Accept |
| 종목 | 자유모형          | 1872.262 | 734  | .082  | -              | -        | -      |
|    | $\lambda$ 동일성 | 1953.096 | 758  | .083  | 80.833         | $p<.001$ | Reject |

$\lambda$ :요인부하량,  $\chi^2(df)$ ,  $\alpha=.05$  기준 값:  $\chi^2(24)=36.42$

## 2) 조절효과 검증

측정동일성 검증 결과가 양호한 것으로 나타난 성별에 따른 조절효과 검증을 실시하기 위해 다집단 구조방정식 모형분석을 실시하였다. 분석 결과 <표 6>과 같이 남자 집단의 경로계수보다 여자 집단의 경로계수 점수가 약간 높은 것으로 나타났다. 하지만, 대응별모수비교결과 이 차이는 통계적으로 유의하지 않은 것으로 나타났으며, 이것은 성별에 따른 조절효과는 없는 것을 의미한다.

표 6. 성별에 따른 조절효과 검증 결과

| 경로           | 남자      | 여자      | $Z$   | 결과 |
|--------------|---------|---------|-------|----|
|              | $\beta$ | $\beta$ |       |    |
| 피로심리 → 운동슬럼프 | .628*** | .673*** | 0.996 | 기각 |

\*\*\* $p<.001$

note.  $Z$  기각 기준치=  $\pm 1.96(\alpha=.05)$

## Ⅳ. 논의

이 연구는 태권도선수의 피로심리가 운동슬럼프에 미치는 영향을 검증하고, 추가적으로 이들 관계에 대한 성별과 종목에 따른 조절효과를 검증하여 태권도 선수들의 중도 탈락과 밀접하게 관련이 있는 운동슬럼프와 피로심리 회복에 도움을 줄 수 있는 이론적 근거를 제공하기 위한 목적으로 진행되었다. 일련의 과정을 거친 연구결과 태권도 선수들이 인식하는 피로심리는 운동슬럼프에 영향을 미치며, 이러한 인과관계에 대한 성별에 따른 조절효과는 없는 것으로 나타났다. 따라서 도출된 연구 결과에 근거해 다음과 같이 논의하였다.

먼저, 태권도 선수들이 인식하는 피로심리는 운동슬럼프에 유의한 정(+)적 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 성별에 따른 조절효과는 존재하지 않고 모든 집단에서 동일하게 피로심리가 운동슬럼프를 설명하는 요인인 것으로 나타났다. 이 연구에서 피로심리가 운동슬럼프에 정적 영향을 미친다고 나타난 결과는 부정적 심리상태가 유지될 경우 훈련 참여에 대한 동기가 낮아진다고 보고한 선행연구의 결과(유명선, 장세용, 2023)와 일치한다. 특히 훈련과정에서 선수들이 쉽게 경험하는 스트레스는 신체적, 심리적 고갈에 따른 성취감 하락을 일으킨다고 알려져 있으며, 이와 같은 스트레스는 주전으로 도약하기 위한 과정에서 필연적으로 발생한다고 주장하는 선행연구의 결과(전기제 등, 2022; Jang & So, 2017a; Jang et al., 2018)는 눈여겨 볼 필요성이 있다.

즉, 운동선수들은 일상생활이라고 볼 수 있는 훈련과정에서 필연적으로 스트레스에 노출 될 수밖에 없는 실정이며, 이와 같은 과정을 반복하며 피로심리가 누적된다고 할 수 있다. 특히 강도 높은 훈련을 버텨야 하는 과정에서 경험하게 되는 심리적인 문제와 경기력 관련 문제, 그리고 지도자와의 관계를 포함하는 단체생활 영역에서의 부적응 등 거의 모든 영역에 포함되어진 요인으로 인해서 스

트레스가 형성되어지는 것으로 알려져 있다고 주장한 연구결과(유명선, 장세용, 2023; 최관용, 2000; Jang & So, 2017a; Jang & So, 2017b)는 앞서 주장한 내용에 근거가 된다.

마찬가지로 이 연구에서 태권도 선수들이 인식하는 피로심리가 운동슬럼프에 정적인 영향을 미치는 것으로 나타난 결과 역시 선수로 성공하지 못할 것 같은 실패에 대한 두려움과 좌절감, 그리고 운동선수의 삶에 대한 회의적인 인식이 선수들의 피로심리를 매우 강하게 형성시키는 것을 의미한다. 특히 운동선수는 좋은 경기력을 바탕으로 좋은 성적을 거둘 때 자신의 가치가 인정받는다라는 점에서 스트레스나 피로심리의 과증의 위험성을 줄이기 위한 노력이 요구된다. 따라서 현장의 지도자들은 선수들의 부정적 심리 상태 회복을 위한 상담을 포함하는 심리기술 강화를 위한 훈련을 적용할 필요성이 있다고 사료된다.

둘째, 겨루기선수 집단과 품새 선수 집단의 측정 동일성 결과 두 집단의 인식 차이가 존재하는 것으로 나타나서 조절효과 검증을 진행할 수 있는 조건이 충족 되지 못했다. 이와 같은 결과는 겨루기 선수집단과 품새 선수 집단이 동일한 검사 문항을 다르게 인식한다는 것을 보여주는 결과로써, 이규동, 이지향, 장세용(2019)의 연구에서 종목 특성에 따라서 검사 문항을 다르게 인식한다고 보고한 결과와 일치한다. 이와 같은 결과는 검사지 개발과정에서 특성이 다른 집단의 경우 보다 다양한 관점에서 측정오류를 최소화하기 위한 노력이 필요하다는 것을 보여주는 것이다. 따라서 피로심리와 운동슬럼프에 대한 선수들이 인식하는 심리적 속성을 확인하기 위한 절차, 즉, 태권도 품새 및 겨루기 선수들이 인식하는 잠재변인으로써의 피로심리와 운동슬럼프는 어떤 개념인가에 대한 문제부터 구체적으로 재확인할 필요성이 요구된다. 또한 이와 같은 과정을 거쳐서 도출된 이론적 근거를 바탕으로 피로심리와 운동슬럼프 검사지에 대한 태권도 선수를 대상으로 한 재개발 연구가 조속히 진행될 필요성이 있음을 시사해준다.

## V. 결론 및 제언

이 연구는 태권도 선수들이 인식하는 피로심리가 운동슬럼프에 미치는 영향을 검증하고, 이들의 관계에 대한 성별과 종목에 따른 조절효과를 검증하기 위한 목적으로 진행되었으며, 일련의 과정을 거쳐 다음과 같은 결론을 도출하였다.

첫째, 태권도 선수들이 인식하는 피로심리는 운동슬럼프에 통계적으로 유의한 정(+)적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 둘째, 태권도 선수들이 인식하는 피로심리와 운동슬럼프의 관계에 대한 성별에 따른 조절효과는 없이 모든 집단에서 동일한 영향력을 가지는 것으로 나타났다. 셋째, 피로심리와 운동슬럼프에 대한 설문문항은 태권도 겨루기 선수 집단과 품새 선수 집단이 서로 다르게 인지하는 것으로 나타났다.

이 연구는 태권도 선수들을 대상으로 이들이 인식하는 피로심리와 운동슬럼프의 관계를 검증하는 것은 물론, 이 인과관계가 남녀 모두에게 동일하게 적용된다는 것을 확인하여 피로심리와 운동슬럼프의 관계에 대한 이론적 근거가 되는 기초자료를 제공하였다는 점에서 의미가 있다. 하지만 이 연구는 태권도 선수들 중 겨루기와 품새, 그리고 대학에 재학 중인 선수들만을 대상으로 진행하였다는 점에서 연구의 한계점을 보인다. 따라서 후속 연구에서는 피로심리와 운동슬럼프의 관계와 함께 이들 변인에 영향을 미칠 것으로 예상되는 다양한 변인들을 추가하는 연구들로 확장될 필요성이 있으며, 가능하다면 이 연구에서는 제외한 격과종목 선수들을 대상으로 한 연구도 태권도 발전에 도움이 되는 이론적 근거를 제시하기 위한 목적으로 진행될 필요성이 요구된다. 특히, 이 연구에서 겨루기와 품새 종목의 선수들이 검사문항을 다르게 인식하는 것으로 나타난 결과에 근거할 때, 태권도 선수들을 대상으로 한 피로심리와 운동슬럼프 검사지 개발 연구도 진행될 필요성이 있으며, 이와 같은 접근은 태권도 종목에 대한 이론적 발전에 도움을

주는 연구가 될 것이라고 사료된다.

## 참고문헌

- 강현우, 장세용(2021). 청소년 태권도 선수들의 마음챙김, 긍정심리자본 및 정신력의 관계. **무예연구**, 15(3), 125-145.
- 강현우, 장세용(2022). 청소년 학생선수들의 긍정심리자본과 운동열의 및 인지된 경기력의 관계. **한국체육과학회지**, 31(5), 375-387.
- 김문희, 장덕선(2020). 고교 배드민턴 선수들의 경기스트레스와 매개변인 운동열정이 슬럼프에 미치는 영향. **한국융합과학회지**, 9(1), 34-51.
- 소영호(2009). 체육고등학교 선수들의 운동스트레스가 정신건강에 미치는 영향. **한국스포츠심리학회지**, 20(2), 47-62.
- 유명선, 장세용(2023). 태권도 선수들이 인식하는 부상에 따른 외상 후 스트레스 장애가 운동슬럼프에 미치는 영향: 피로심리의 매개효과 검증. **무예연구**, 17(1), 55-76.
- 이규동, 이지향, 장세용(2019). 태권도 선수들의 심판 판정 인식과 인지된 경기력의 관계: 배경변인의 조절효과 검증. **무예연구**, 13(4), 175-193.
- 장세용(2019). 태권도 겨루기 선수들의 그릿과 스포츠자신감의 관계. **한국스포츠학회**, 17(2), 1125-1136.
- 전기제, 정덕화, 박동주, 성준영, 이영호(2022). 코로나-19 상황에 따른 스포츠 선수들의 피로심리가 스포츠자신감 및 인지된 경기력에 미치는 영향. **한국스포츠학회지**, 20(1), 547-556.
- 최관용(2000). 정상급 여자유도선수의 경기력 형성을 위한 성장단계별 지도행동 분석. **한국체육학회지**, 39(1), 627-642.
- 최관용(2003). 체육고등학교 선수들이 운동을 포기하는 이유. **한국체육학회지**, 42(3), 317-326.

- 김종호, 김기한(2022). 올림픽 시청의 사회자본 형성 효과: 사회적 대화의 매개효과와 종목 다양성의 조절효과. **한국스포츠사회학회지**, 35(1), 71-89.
- 하세현(2018). 대학운동선수의 조직공정성이 선수포기의도에 미치는 영향: 비과업행동과 혁신저항의 매개효과 및 종목특성의 조절효과. **한국스포츠산업경영학회지**, 23(6), 17-36.
- 이규동, 이지향, 장세용(2019). 태권도 선수들의 심판 판정 인식과 인지된 경기력의 관계: 배경변인의 조절효과 검증. **무예연구**, 13(4), 175-193.
- 장세용, 배환성, 지준철(2020). 규칙적인 무도수련 참여 대학생들의 그릇이 정신건강에 미치는 영향: 배경변인의 조절효과. **한국스포츠학회**, 18(2), 355-364.
- 장세용, 양대승(2021). 대학 태권도 시범단원이 인식하는 지도자신뢰가 경기력에 미치는 영향. **한국스포츠학회**, 19(4), 815-824.
- 지준철, 장세용(2020). 골프 지도자의 통제적 코칭 행동이 중도 포기의도에 미치는 영향. **골프연구**, 14(2), 95-106.
- 김경섭, 정명규. (2021). 태권도장 지도자의 회복탄력성과 직무스트레스의 관계에서 배경변인에 따른 조절효과. **세계태권도문화학회**, 12(4), 101-119.
- Jang, S. Y., & So, W. Y. (2017a). The effect of short-term outdoor taekwondo training on the concentration and mood of taekwondo players. *Journal of Mens Health*, 13(2), 67-75.
- Jang, S. Y., & So, W. Y. (2017b). Taekwondo Coach-Athlete interaction and perceived performance: a comparison between two taekwondo styles, gyeonggi and poomsae. *Journal of Mens Health*, 13(2), 34-39.
- Jang, S. Y., Eom, H. J., Choi, W. M., Choi, Y. L., Kang, H. W., Lee, K. D., & Cho, E. H. (2018). Validation of a Questionnaire that Surveys Confidence in Sports among Korean Competitive Athletes. *Journal of Mens Health*, 14(2), 30-41.

## ABSTRACT

### **Effect of Fatigue Psychology on Sports Slumps of Taekwondo Athletes: Verification of Moderating Effects Based on Background Variables**

Hong, Yeon Ji(Seoul Metropolitan Dance Theatre), Jang, Seyong(Gachon Univ.)

This study aimed to investigate the effect of fatigue psychology on sports slumps among Taekwondo athletes while examining moderating effects associated with gender and the type of competition. In view of this, an investigation was conducted on 233 university athletes specializing in sparring or poomsae, registered with the Korea Taekwondo Association. The purposeful sampling method was employed among nonprobability sampling techniques. The collected data were analyzed using SPSS 26.0, AMOS 26.0, and Excel 2010, and the results were as follows. First, fatigue psychology was found to have a positive effect on sports slump. Second, there was no moderating effect of gender. Third, the results of the measurement invariance test based on the type of competition indicated that the sparring and poomsae groups perceived the questionnaire items on fatigue psychology and sports slump differently.

Key words: taekwondo athletes, sparring, poomsae, fatigue psychology, sports slump, moderating effect

논문투고일 : 2023.09.30  
심사일 : 2023.10.25  
심사완료일 : 2023.11.06