

대학 품새 선수의 자기효능감이 팀 응집력 및 인지된 경기력에 미치는 영향*

최동훈(경희대학교 석사) · 전정우(경희대학교 교수)**

국문초록

본 연구는 대학 품새 선수의 자기효능감이 팀 응집력과 인지된 경기력에 미치는 영향을 규명하여 대학 품새 선수들의 경기력을 향상시키기 위한 기초자료를 제공하고자 하였다. 연구의 목적을 달성하기 위하여 2019년도 대한태권도협회 품새 선수 등록자 중 현재 대학교에 재학 중이며 대학 품새 선수로 활동하는 인원을 모집단으로 설정하고, 편의표본추출법을 이용하여 추출하였다. 총 300부의 설문지를 배포하였으며, 이 중 응답이 중복되거나 불성실한 자료 7부를 제외한 총 293부를 최종 분석에 사용하였다. 설문지의 구성타당도를 검증하기 위해 요인분석을 사용했으며, 선수들의 자기효능감, 팀 응집력, 인지된 경기력의 관계를 규명하기 위해 신뢰도분석, 상관관계분석, 회기분석을 이용하였으며 다음과 같은 결론을 도출하였다. 첫째, 대학 품새 선수의 자기효능감은 팀 응집력에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 둘째, 대학 품새 선수의 자기효능감은 인지된 경기력에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 셋째, 대학 품새 선수의 팀 응집력은 인지된 경기력에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다.

주제어 : 태권도, 품새, 자기효능감, 팀 응집력, 인지된 경기력

* 이 연구는 최동훈의 경희대학교 석사학위논문을 재구성하여 작성한 것임.

** jjw6267@khu.ac.kr

I. 서 론

태권도 경기는 겨루기를 중심으로 발달하였으나, 1992년 태권도 한마당대회를 시작으로 대학의 총장기 대회나 아시아태권도선수권대회 등에 품새종목이 신설되고, 2006년 경기규칙 제정과 함께 품새의 경기화가 그 틀을 마련하게 되었다. 품새대회는 자유품새 종목의 추가, 새 품새 개발 그리고 2018년 아시아경기대회 정식종목 채택 등 빠르게 발전하고 있다(최정일, 2018).

품새 경기는 심리적 요소가 크게 작용하는 종목으로 품새 경기력 향상을 위해 품새 선수들에게 심리적인 안정감은 매우 중요하다(윤준영, 2014; 홍희정, 2001). 우수한 경기력을 지닌 선수들의 경기력은 자신감이나 집중력에 영향을 받는다(김학덕, 이형일, 임재구, 이재길, 2004), 이에 품새 선수의 자기효능감에 주목할 필요가 있다. 태권도 수련과 자기효능감에 대한 선행연구들과 태권도 수련의 결과변수로서 형성된 자기효능감과 품새 선수의 심리 요인간의 검증연구 또한 진행되고 있다(곽정현, 이선희, 송선영, 2020; 김수연, 주진만, 2016; 김희정, 오철희, 2016; 최승식, 김현정, 2016). 자기효능감이란 과제 수행에 있어 현명한 행동을 선택하고 비교적 많은 노력을 실시하여 과제를 오랫동안 지속하게 하고, 어려운 과제에 대해서도 회피하기보다 직면하고 이를 극복할 수 있게 하는 심리적 요인을 의미한다(김상규, 이숙, 이한우, 2002; Bandura, 1986). 특히, 품새는 겨루기와는 달리 시연이 경기 형태로 나타나기 때문에 내면에 초점을 맞춘 개인적 심리요인이 경기에 크게 작용할 수 있다(김수연, 주진만, 2016). 이는 품새선수의 자기효능감과 경기력간의 관계의 중요성을 의미한다.

품새 경기는 겨루기에 비해 팀 응집력이 경기력에 영향을 줄 수 있는 중요한 요인이다. 품새의 경기 형태를 살펴보면 개인 종목 이외에도 복식(페어) 및 단체전 경기가 진행되며, 이는 참가 선수 간의 조화, 즉 팀 응집력이 요구되기 때문이다. 팀 응집력이란 팀을 구성하는 각각의 성원들의 서로 상호작

용을 하면서 그 집단에 머물게 하는 팀 인력과 헌신의 정도를 반영하는 팀의 유지에 있어서 총체적인 힘이다(조선령, 2008). 운동 선수의 심리적 변인과 팀 응집력의 관계를 밝히는 것은 중요하다(이경현, 이지향, 2015; 김범준, 이재무, 2018). 하지만 폼세가 시연 경기로서 개인적 특성이 강하며 팀보다는 개인적 기량에 초점을 맞춘 연구가 진행됨에 개인의 심리적 성향과 팀 응집력, 그리고 인지된 경기력간의 인과적인 관계를 밝힐 필요가 있다.

개인 특성과 집단 특성을 동시에 포함하는 폼세 종목은 다른 집단이나 경기 영역과는 구별되는 특성이 있으며, 팀 응집력을 파악하는 접근이 필요하나 관련 연구가 미흡한 실정이다. 이에 본 연구는 대학 폼세 선수의 자기효능감이 팀 응집력 및 인지된 경기력에 미치는 영향을 분석하여 지도자들의 대학 폼세 선수의 경기력 향상을 위해 선수관리나 훈련설계에 활용할 수 있는 기초자료를 제공하고자 한다.

II. 연구방법

1. 연구대상

본 연구의 대상은 2019년 대한태권도협회에 등록된 대학 폼세 선수를 모집단으로 선정하여 비확률 표본추출법(nonprobability sampling) 중 편의표본추출법(convenient sampling method)을 실시하였으며 직접 기입법을 통해 총 300부의 설문지를 배포 및 회수하였다. 회수된 설문지 중 일부가 누락되었거나 불성실하게 응답한 7부를 제외한 293부를 사용하였다. 본 연구 대상의 인구통계학적 특성은 <표 1>과 같다.

2. 조사도구

설문지는 설문 문항의 내용을 연구대상에게 적합하도록 일부 수정하였으

며, 설문지의 내용은 전문가 협의를 통하여 내용타당도 검증을 거쳤다. 최종적으로 구성된 설문지의 문항은 배경변인으로 성별, 학년 2문항, 자기효능감 요인 16문항, 팀 응집력 요인 25문항, 인지된 경기력 요인 8문항으로 총 51문항으로 구성하였다. 자기효능감을 측정하기 위하여 차정은(1997)이 개발하고 최정웅(2010)과 이미란(2011)이 사용했던 설문지로 자기조절 6문항, 자신감 7문항, 과제난이도 3문항 총 16문항으로 구성되었으며 이를 수정·보완하여 사용하였다. 팀 응집력을 측정하기 위하여 Carron, Widmeyer, Brawley (1985)가 개발한 집단환경설문지(GEQ)를 이한규(1992)가 한국 스포츠 문화에 맞게 표준화시킨 집단응집력검사지(GCQ)를 토대로 본 연구내용에 맞게 수정·보완하여 개인·집단과제 11문항, 개인사회 7문항, 집단사회 7문항 총 25문항으로 구성하였다. 인지된 경기력 요인은 Mamassis와 Doganis(2004)가 개발하고, 박경훈(2008)이 사용했던 설문지로 총 8문항으로 구성되었으며 이를 수정·보완하여 사용하였다.

표 1. 대학 품새 선수의 인구통계학적 특성

구분		빈도(명)	비율(%)
성별	남자	170	58.0
	여자	123	42.0
학년	1학년	124	42.3
	2학년	92	31.4
	3학년	47	16.1
	4학년	30	10.2
전체		293	100.0

3. 조사도구의 구성 타당도와 신뢰도

조사도구의 타당도 검증을 위해 주성분 분석방법을 이용한 요인분석 (Factor Analysis)과 내적 일관성 신뢰도를 검증하기 위하여 Cronbach's α 계수를 산출하였다. 이때, 고유치가 1.0 이상인 요인을 추출한 결과 자기효능감 요인에서 자신감(7문항), 자기조절(6문항), 과제난이도(3문항)으로 총 세 개

의 하위요인으로 분류되었으며, 누적분산률을 62.796%로 나타났다. 각 하위요인의 신뢰도는 .860~.881로 나타났다. 팀 응집력 요인은 개인·집단과제(11문항), 개인사회(7문항), 집단사회(7문항)으로 총 세 개의 하위요인으로 분류되었으며, 누적분산률은 68.624%로 나타났다. 각 하위요인의 신뢰도는 .918~.943으로 나타났다. 인지된 경기력은 단일요인(8문항)으로 나타났으며 누적분산률은 64.554% 신뢰도는 .919로 나타났다. 이상의 각 요인의 구성 타당도 및 신뢰도는 <표 2>, <표 3> 및 <표 4>와 같다.

표 2. 자기효능감의 요인분석 및 신뢰도 검증 결과

문항	자신감	자기조절	과제난이도
자기효능감14	.831	.220	.162
자기효능감10	.768	.134	.108
자기효능감12	.747	.246	.020
자기효능감11	.742	.054	.065
자기효능감8	.712	.213	.217
자기효능감6	.656	.180	.089
자기효능감2	.635	.458	.053
자기효능감5	.124	.805	.044
자기효능감4	.161	.801	.059
자기효능감3	.187	.749	.204
자기효능감7	.151	.665	.151
자기효능감1	.396	.645	.142
자기효능감9	.174	.594	.092
자기효능감15	.101	.092	.911
자기효능감16	.108	.150	.899
자기효능감13	.201	.212	.760
전체	4.077	3.555	2.415
% 분산	25.480	22.220	15.096
% 누적	25.480	47.700	62.796
Cronbach's α	.881	.844	.860
Bartlett의 단위 행렬($\chi^2=2460.422$, $df=120$, $p=.000$, $KMO=.863$)			

표 3. 팀 응집력의 요인분석 및 신뢰도 검증 결과

문항	개인·집단과제	개인사회	집단사회
팀 응집력20	.806	.245	.241
팀 응집력23	.795	.237	.251
팀 응집력10	.720	.277	.266
팀 응집력19	.679	.346	.226
팀 응집력25	.674	.358	.311
팀 응집력21	.659	.357	.295
팀 응집력22	.642	.375	.227
팀 응집력24	.640	.291	.353
팀 응집력18	.635	.386	.353
팀 응집력11	.629	.412	.231
팀 응집력9	.550	.183	.402
팀 응집력14	.269	.814	.314
팀 응집력8	.322	.804	.262
팀 응집력15	.287	.797	.219
팀 응집력12	.368	.699	.293
팀 응집력16	.363	.694	.287
팀 응집력6	.371	.655	.334
팀 응집력13	.433	.632	.306
팀 응집력1	.183	.246	.834
팀 응집력2	.189	.303	.815
팀 응집력17	.313	.298	.710
팀 응집력4	.337	.184	.677
팀 응집력3	.369	.280	.669
팀 응집력7	.337	.377	.626
팀 응집력5	.452	.218	.609
전체	6.660	5.433	5.064
% 분산	26.638	21.730	20.256
% 누적	26.638	48.368	68.624
Cronbach's α	.943	.918	.940
Bartlett의 단위 행렬($\chi^2=6142.795$, $df=300$, $p=.000$, $KMO=.964$)			

표 4. 인지된 경기력의 요인분석 및 신뢰도 검증 결과

문항	인지된 경기력	Cronbach' s α
인지된 경기력3	.854	.919
인지된 경기력2	.829	
인지된 경기력7	.819	
인지된 경기력6	.807	
인지된 경기력1	.803	
인지된 경기력4	.793	
인지된 경기력5	.766	
인지된 경기력8	.752	
전체	5.164	
% 분산	64.554	
% 누적	64.554	
Bartlett의 단위 행렬($\chi^2=1546.646$, $df=28$, $p=.000$, $KMO=.903$)		

4. 자료처리방법

본 연구에서는 SPSS Ver 21.0 통계분석 프로그램을 활용하여 빈도분석과 조사도구인 설문지의 구성타당도 검정을 위한 탐색적 요인분석을 실시하였으며, 신뢰도 분석을 위하여 Cronbach' s α 를 산출하였다. 또한, 각 요인간의 영향 관계를 규명하기 위하여 상관관계분석과 다중회귀분석을 실시하였다.

Ⅲ. 연구결과

1. 자기효능감, 팀 응집력, 인지된 경기력의 상관관계

본 연구에서 설정한 모든 요인들의 방향성 및 상관성을 파악하기 위해 상관관계분석을 실시하였으며, 모든 요인들 간의 상관계수 값은 .140~.790으로 다중공선성의 기준인 .85이하로 나타나 다중공선성에 문제가 없는 것을 확인

하였다(이학식, 임지훈, 2011; Field, 2009). 구체적인 내용은 <표 5>와 같다.

표 5. 자기효능감, 팀 응집력, 인지된 경기력의 상관관계

	1	2	3	4	5	6	7
1	1						
2	.530***	1					
3	.350***	.320***	1				
4	.350***	.270***	.170**	1			
5	.360***	.310***	.140*	.760***	1		
6	.350***	.320***	.160**	.790***	.720***	1	
7	.530***	.460***	.300***	.300***	.250***	.240***	1

1=자기조절, 2=자신감, 3=과제난이도, 4=개인·집단과제, 5=개인사회, 6=집단사회, 7=인지된 경기력
*p<.05 **p<.01 ***p<.001

2. 자기효능감이 팀 응집력에 미치는 영향

대학 품새 선수의 자기효능감이 개인·집단 과제와 개인사회, 그리고 집단 사회에 미치는 영향을 분석한 결과는 <표 6>과 같다. 대학 품새 선수의 자기효능감이 개인·집단 과제에 미치는 영향에 관한 회귀분석의 모형 적합성은 $F=15.189(p<.05)$ 이며, 설명력은 $13.6\%(R^2=.136)$ 로 나타났다. 세부적으로 자기효능감의 자기조절 요인($\beta=.283, p<.001$)이 팀 응집력의 개인·집단과제 요인에 정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다.

대학 품새 선수의 자기효능감이 개인사회에 미치는 영향에 관한 회귀분석의 모형 적합성은 $F=16.526(p<.05)$ 이며, 설명력은 $14.6\%(R^2=.146)$ 로 나타났다. 세부적으로 자기효능감의 자기조절 요인($\beta=.267, p<.001$)과 자신감 요인($\beta=.169, p<.05$)이 팀 응집력의 개인사회 요인에 정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 마지막으로 집단사회에 미치는 영향을 분석한 결과 모형 적합성은 $F=16.527(p<.05)$ 이며, 설명력은 $14.6\%(R^2=.146)$ 로 나타났다. 세부적으로 자기효능감의 자기조절 요인($\beta=.251, p<.001$)과 자신감 요인($\beta=.177, p<.01$)이 팀 응집력의 집단사회 요인에 정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다.

표 6. 자기효능감이 팀 응집력에 미치는 영향

종속변인	독립변인	B	SE	β	t	p
개인·집단 과제	(상수)	2.795	.201		13.910	.000
	자기조절	.271	.063	.283	4.270	.000
	자신감	.087	.052	.110	1.673	.095
	과제난이도	.024	.039	.036	.608	.543
F=15.189, R ² =.136, Adjusted R ² =.127						
개인 사회	(상수)	2.966	.189		15.724	.000
	자기조절	.242	.060	.267	4.059	.000
	자신감	.126	.049	.169	2.588	.010
	과제난이도	-.003	.037	-.006	-.094	.925
F=16.526, R ² =.146, Adjusted R ² =.138						
집단 사회	(상수)	2.484	.231		10.741	.000
	자기조절	.278	.073	.251	3.806	.000
	자신감	.162	.060	.177	2.709	.007
	과제난이도	.013	.045	.017	.287	.774
F=16.527, R ² =.146, Adjusted R ² =.138						

3. 자기효능감이 인지된 경기력에 미치는 영향

대학 품새 선수의 자기효능감이 인지된 경기력에 미치는 영향을 분석한 결과 모형 적합성은 $F=47.210(p<.05)$ 이며, 설명력은 $32.9\%(R^2=.329)$ 로 나타났다. 세부적으로 자기효능감의 자기조절 요인($\beta=.369, p<.001$)과 자신감 요인($\beta=.234, p<.001$)이 인지된 경기력에 정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다.

표 7. 자기효능감이 인지된 경기력에 미치는 영향

종속변인	독립변인	B	SE	β	t	p
인지된 경기력	(상수)	.804	.231		3.481	.001
	자기조절	.461	.073	.369	6.316	.000
	자신감	.242	.060	.234	4.046	.000
	과제난이도	.080	.045	.092	1.761	.079
F=47.210, R ² =.329, Adjusted R ² =.322						

4. 팀 응집력이 인지된 경기력에 미치는 영향

대학 품새 선수의 팀 응집력이 인지된 경기력에 미치는 영향을 분석한 결과 모형 적합성은 $F=9.529(p<.05)$ 이며, 설명력은 $9.0\%(R^2=.090)$ 로 나타났다. 세 부적으로 팀 응집력의 개인·집단과제 요인($\beta=.256, p<.05$)이 인지된 경기력에 정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다.

표 8. 팀 응집력이 인지된 경기력에 미치는 영향

종속변인	독립변인	B	SE	β	t	p
	(상수)	1.800	.342		5.262	.000
인지된 경기력	개인·집단과제	.334	.133	.256	2.503	.013
	개인사회	.072	.125	.052	.578	.564
	집단사회	.003	.109	.003	.031	.976
$F=9.529, R^2 =.090, \text{Adjusted } R^2 =.081$						

IV. 논의

본 연구 목적을 달성하기 위해 수립된 연구 가설을 검증한 결과를 토대로 다음과 같이 논의를 하고자 한다.

첫째, 대학 품새 선수들의 자기효능감이 팀 응집력에 미치는 영향에서 자기효능감의 하위요인인 자기조절은 팀 응집력의 모든 하위요인에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 조성민(2012)은 팀 응집력의 중요성을 강조하고 있으며, 김보경(2015)은 스포츠 상황에서의 심리적 요소가 중요하며, 이러한 부분이 팀 응집력에도 영향을 미친다고 언급했다. 이는 팀의 성과를 높이는 것에도 긍정적 영향을 미치고 있음을 보여준다. 본 연구결과에서는 팀 응집력의 모든 하위요인에 자기조절이 영향을 미치는 것에 주목할 수 있다. 이는 대인적 관계에 영향을 미칠 수 있는 요인이 조금 더 영향을 미친다는 것을 의미

하는 것으로 추론할 수 있다. 자기효능감의 하위요인인 자신감과 과제 난이도의 경우 연구대상자 즉 개인의 자기효능감에 영향을 미치는 것이며, 대의적으로 보았을 때 연구대상자의 집단 구성원에게 상대적 영향을 줄 수 있는 자기조절의 경우 팀의 분위기와 팀의 응집력에 영향을 미친다는 것을 의미하기 때문이다. 시범활동에 참여한 아동들에 대한 연구를 살펴보면, 학교에서의 태도나 학생들과의 관계개선에 도움이 되는 것으로 나타났다(김영진, 양현석, 전정우, 2012). 무엇보다 태권도 참여를 통한 긍정적 태도형성의 중요성을 강조하고 있다. 즉 선행 연구들에서는 개인적 측면보다는 상대적 관계의 영향 관계로 자기효능감과 팀 응집력을 살펴본 연구를 볼 수 있다. 다만, 우리가 주목해야 할 점은 대학에서의 품새 선수들의 경우, 단순히 태권도 참여에만 초점을 맞추기에는 부족함이 있기 때문에 전략적 접근이 필요할 것이다. 태권도 수련에서의 경기적 목적으로 교육을 받기도 하지만, 지도자의 교육적 목적이 정신적 목적에 대한 비중을 어느 정도 확보할 필요가 있음을 의미한다. 이는 김주훈과 김길영(2000)의 연구에서도 이 부분을 강조하고 있다. 따라서 자기효능감을 높이기 위하여 자신감과 과제난이도 등의 개인적 심리상태를 간리하는 것도 중요하지만 집단속에서 함께 활동할 수 있도록 선수들의 자기관리에 대한 지도자들의 부단한 노력이 동반되어야 팀 응집력을 높이기 위한 전략적인 상황을 마련하는데 도움이 될 것이다.

둘째, 대학 품새 선수들의 자기효능감이 인지된 경기력에 미치는 영향에서 자기효능감의 하위요인인 자기조절과 자신감은 인지된 경기력에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 경기력과 자기조절, 그리고 자신감과 관련하여 다수의 논문들이 본 연구결과를 지지하고 있다(배가람, 2019; 이규성, 2018; 이동준, 김화복, 2017; 2019; 전명규, 2013). 이러한 연구들의 인과관계를 살펴보았을 때, 자기효능감이라는 요소는 경기력에 중요한 영향을 미칠 수 있기 때문에 이에 대한 관리나 과정에 대한 부분에 대해 면밀히 살펴보아야 할 것으로 보인다. 하지만 자기효능감의 하위요인인 과제난이도의 경우 영향을 미치지 않은 결과를 보였다. 이는 팀 응집력에서도 나타난 결과로 품새 경기 시행에서 나타나는 결과로 보인다. 즉 품새 판정에 관한 다수의 논문에서는 품

새 판정과 관련하여 문제점을 지적하고 있다(박종범, 이송학, 2007; 송선영, 임신자, 2020; 임신자, 오철희, 2008). 품새 판정 요소에는 예술성과 표현성 등 주관적 판단이 존재하므로 과제난이도같은 본인의 지향성보다는 대회마다 조금씩 다르게 나타나는 타인의 판정에 대해 과제 난이도를 조절하기에 어려움이 있으며, 일정한 과제 난이도의 범위에 대한 혼란이 나타난다. 즉 지도자와 협회에서는 품새 선수들의 동일한 과제 난이도의 범위를 정해주고 그에 따른 자기효능감 증진을 위한 방법을 마련해 나가야 한다 판단한다.

셋째, 대학 품새 선수들의 팀 응집력이 인지된 경기력에 미치는 영향에서 팀 응집력의 하위요인인 개인·집단과제 요인에서만 영향을 미쳤다. 원영인(2016)은 팀 응집력은 인지된 경기력에 부분적으로 영향을 미친다고 하였으며, 김계심(2002)은 팀 응집력이 경기력에 정적 영향을 미친다는 결과로 이 연구를 지지하고 있다. 이처럼 팀 응집력은 인지된 경기력에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 팀 응집력의 하위요인인 집단사회, 집단과제, 개인·사회 응집력이 인지된 경기력에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 탁구 지도자의 팀 응집력 가운데 집단과제 및 사회에 대한 개인적 매력과 과제 및 사회에 대한 집단통합 응집력이 인지된 경기력에 영향을 미친다고 보고한 석은미(2007)의 연구결과에 의해 지지받을 수 있다. 이에 따라 대학 품새 선수팀의 팀 응집력이 높아질수록 인지된 경기력에 긍정적인 영향을 미쳐, 대학 품새 선수의 경기력 향상에도 긍정적인 영향을 미칠 것으로 판단된다.

V. 결론 및 제언

본 연구는 대학 품새 선수의 자기효능감이 팀 응집력과 인지된 경기력에 미치는 영향을 규명하여 대학 품새 선수의 심리적 요소와 팀 응집력에 필요한 기초자료를 제공하는데 그 필요성과 목적이 있으며, 다음과 같은 결과가

나타났다. 첫째, 대학 품새 선수들의 자기효능감이 팀 응집력에 미치는 영향을 살펴본 결과 자기효능감의 자기조절 요인이 개인·집단과제 요인에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 또한, 자기효능감의 자기조절과 자신감이 개인사회에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 자기조절과 자신감이 집단사회에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 둘째, 대학 품새 선수의 자기효능감이 인지된 경기력에 미치는 영향을 살펴본 결과 자기효능감의 자기조절, 자신감이 인지된 경기력에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 셋째, 대학 품새 선수의 팀 응집력이 인지된 경기력에 미치는 영향을 살펴본 결과 팀 응집력의 개인·집단과제가 인지된 경기력에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다.

이와 같은 결과를 바탕으로 대학의 품새 선수들이 인지된 경기력을 높일 수 있도록 훈련 과정에서 자기효능감의 자기조절, 자신감과 팀 응집력의 개인·집단 과제나 개인사회를 고려하여 지도자들은 전략적으로 지도방법을 강구해야 할 필요가 있다. 또한 과제 난이도를 높이기 위해 지도자와 협회차원에서는 동일한 과제 난이도를 정해서 지도해야 할 것으로 판단된다. 특히 대학생 품새 선수의 특성을 고려하여 본 연구에서 나타난 심리적 요인들을 고려하여 이와 관련된 태권도학과의 교육과정이나 생활환경의 조성 등에서 현실적인 방향성을 고민해야 할 필요가 있다.

끝으로 본 연구에서는 대학 품새 선수를 대상으로 연구가 이루어졌기 때문에 종목의 차이나 다른 연령층의 품새 선수를 대상으로 한 심리적 특성을 알아볼 수 없었다. 따라서 종목의 차이나 품새 선수가 속한 연령층의 차이로 인해 나타나는 특성들을 알아보기 위하여 태권도 종목이나 연령층에 따른 세부적인 연구를 진행할 필요가 있다.

참고문헌

- 곽정현, 이선희, 송선영(2020). 태권도를 기반으로 한 자기방어수련에 따른 성인여성들의 자아정체감, 자기효능감, 심리적 행복감의 변화. **국기원태권도연구**, 11(1). 41-64.
- 김계심(2002). **집단응집력이 농구 경기력에 미치는 영향**. 미간행 석사학위논문, 용인대학교 교육대학원.
- 김범준, 이재무(2018). 대학 농구선수들의 성취목표성향이 팀 응집력에 미치는 영향: 자기관리의 매개효과 검증. **한국체육학회**, 57(2), 87-102.
- 김보경(2015). **스포츠 지도자의 리더십이 팀 성과에 미치는 영향: 팀 응집력과 팀 효능감의 매개효과를 중심으로**. 미간행 석사학위논문, 이화여자대학교 대학원.
- 김상규, 이숙, 이한우(2002). 스포츠 참여 종목과 참여자의 특성에 따른 신체적 자기효능감의 차이. **한국체육교육학회지**, 7(3), 104-113.
- 김수연, 주진만(2016). 태권도 품새 선수들의 성취목표성향과 신체적 자기효능감의 관계. **세계태권도문화학회지**, 12, 25-37.
- 김영진, 양현석, 전정우(2012). 태권도장 시범참여 아동들의 자기효능감이 긍정적 사고와 학교생활태도에 미치는 영향. **대한무도학회지**, 14(2), 29-42.
- 김주훈, 김길평(2000). 태권도 수련형태와 신체적 자기효능감 및 무도 정신력의 관계. **한국체육학회지**, 39(2), 34-47.
- 김학덕, 이형일, 임재구, 이재길 (2004). 태권도 선수의 정신력이 경기력에 미치는 영향. **연세대학교 체육연구 논문집**, 11(1), 87-100.
- 김희정, 오철희(2016). 생활체육 태권도 참여자의 운동열정이 자기효능감 및 심리적 행복감에 미치는 영향. **국기원태권도연구**, 7(4). 231-252.
- 박경훈(2008). **태권도 선수의 경쟁불안이 경기력에 미치는 영향**. 미간행 석사학위논문, 한국체육대학교 대학원.
- 박종범, 이송학(2007). 태권도 품새 심판의 공정성 향상을 위한 품새 지도자와 선수의 심판관정에 대한 인식조사. **한국스포츠리서치**, 18(4). 831-842.

- 배가람(2019). **기계체조 남자선수의 자기효능감이 경쟁불안과 경기수행능력에 미치는 영향**. 미간행 석사학위논문, 조선대학교 교육대학원.
- 석은미(2007). **실업 탁구 지도자의 대응가치리더십과 팀 응집력 및 인지된 경기력과의 관계**. 미간행 석사학위논문, 연세대학교 교육대학원.
- 송선영, 임신자(2020). 자유품새 채점규정에 근거한 심판관정 및 발전방안. **무예연구**, 14(1). 85-102.
- 원영인(2016). **중·고등학교 축구팀 주장의 리더십유형이 팀 분위기와 응집력 및 인지된 경기력에 미치는 영향**. 미간행 석사학위논문, 단국대학교 교육대학원.
- 윤준영(2014). **태권도 품새선수의 심리적 방해요인 탐색**. 미간행 석사학위논문, 한국체육대학교.
- 이경현, 이지향(2015). 프로 농구선수의 성취목표성향, 자기관리전략, 스포츠 수행전략, 집단 응집력의 구조적 관계. **한국체육과학회지**, 24(3), 577-589.
- 이규성(2018). **운동선수의 스포츠 자신감이 운동 몰입 및 인지된 경기력에 미치는 영향**. 미간행 석사학위논문, 단국대학교 교육대학원.
- 이동준, 김화복(2017). 사격선수의 자신감 및 경기력에 대한 셀프리더십의 기여도. **한국스포츠학회지**, 15(1). 725-735.
- 이미란(2011). **태권도 선수들의 참여동기가 자기효능감과 운동몰입에 미치는 영향**. 미간행 석사학위논문, 경원대학교 교육대학원.
- 이학식, 임지훈(2011). **구조방정식 모형분석과 AMOS 18.0/19.0**. 서울: 집현재.
- 이한규(1992). **스포츠 집단의 구조적 요인과 집단효율성의 관계**. 미간행 박사학위논문, 서울대학교 대학원.
- 임신자, 오철희(2008). 태권도 품새 대회의 심판관정에 대한 인식이 태권도 선수들의 심리상태 및 경기력에 미치는 영향. **한국체육과학회지**, 17(4). 403-413.
- 전명규(2013). 빙상선수 셀프리더십과 스포츠 자신감 및 경기력 관련성. **한국체육측정평가학회지**, 15(2). 41-51.
- 조성민(2012). **태권도지도자의 지도행동유형이 집단응집력과 선수 사기에 미치는 영향**. 미간행 석사학위논문, 단국대학교 스포츠과학대학원.

- 차정은(1997). **일반적 자기효능감 척도개발을 위한 일 연구**. 미간행 석사학위논문, 이화여자대학교 대학원.
- 최승식, 김현정(2016). 태권도 수련 활동이 발달장애유아의 신체적 자기 효능감과 기본운동능력에 미치는 영향. *국기원태권도연구*, 7(4). 121-144.
- 최정웅(2010). **생활체육 참여자의 참여동기, 사회적지지 및 자기효능감과 운동지속도와의 관계**. 미간행 박사학위논문, 고려대학교 대학원.
- 최정일(2018). **대학 태권도 품새 선수들의 성취목표성향이 운동몰입 및 운동스트레스에 미치는 영향**. 미간행 석사학위논문, 경희대학교 대학원.
- 홍희정(2011). **태권도 품새 선수의 성취목표와 내적동기가 운동몰입에 미치는 영향**. 미간행 석사학위논문, 경희대학교 대학원.
- Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Carron, A., Widmeyer, W. N., & Brawley, L. R. (1985). The development of an instrument to success cohesion in sport teams. *Journal of Sport Psychology*, 7, 244-266.
- Mamassis, G., & Doganis, G. (2004). The Effects of a Mental Training Program on Juniors Pre-Competitive Anxiety, Self-Confidence, and Tennis Performance. *Journal of applied sport Psychology*, 16(2), 118-137.
- Widmeyer, W. N., Carron, A. V., & Brawley, L. R. (1993). Group cohesion in sport and exercise. In R. N. Singer, M. Murphey, & L. K. Tennant (Eds), *Handbook of research on sport psychology*, 672-692. New York: Macmillan.

ABSTRACT

The Effects of Self-Efficacy on the Team Cohesiveness and Perceived Performance of College Poomsae Players

Choi, Dong-Hoon · Jeon, Jung-Woo(Kyunghee Univ.)

This study set out to investigate the effects of self-efficacy on the team cohesiveness and perceived performance of college Poomsae players and provide basic data for college Poomsae instructors to take a psychological approach as well as functional and technical ones to players for their enhanced performance. The subjects were sampled from the population of college Poomsae players that were registered at the Korea Taekwondo Association as Poomsae players in 2019 and attending a university via convenience sampling. Total 300 questionnaires were distributed, and 293 of them were used in final analysis after the exclusion of the ones containing overlapping or insincere answers. The results of this research were drawn by frequency analysis, exploratory factor analysis, reliability analysis, correlation relative analysis, multiple regression analysis were performed using SPSS 21.0. The findings led to the following conclusions: first, self-efficacy had significant effects on their team cohesiveness; second, self-efficacy also had significant effects on their perceived performance; and third, team cohesiveness had significant effects on their perceived performance.

Keyword: Taekwondo, Poomsae, Self-Efficacy, Team Cohesiveness, Perceived Performance

논문투고일 : 2020.03.31.

심사일 : 2020.04.10.

심사완료일 : 2020.04.30.