

대학 태권도 시범선수의 지도자 신뢰와 인지된 경기력의 관계에서 스포츠 자신감의 매개효과*

유성원(가천대학교 석사) · 양대승**(가천대학교 교수)

국문 초록

이 연구는 전국규모 시범경연대회에 참가한 대학 시범선수를 대상으로 지도자 신뢰, 스포츠 자신감 및 인지된 경기력 간의 인과관계를 검증함과 동시에 지도자 신뢰와 인지된 경기력의 관계에서 스포츠 자신감의 매개효과를 규명하는데 목적이 있다. 이를 위해 대학 시범선수 214명의 설문지를 최종자료로 채택한 후 SPSS 25.0 및 AMOS 25.0 프로그램을 이용하여 구조방정식모형분석 등을 실시한 결과, 다음과 같은 결론을 얻었다. 첫째, 대학 시범선수의 지도자 신뢰는 인지된 경기력에 유의한 정(+)적인 영향을 미쳤다. 둘째, 대학 시범선수의 지도자 신뢰는 스포츠 자신감에 유의한 정(+)적인 영향을 미쳤다. 셋째, 스포츠 자신감은 인지된 경기력에 유의한 정(+)적인 영향을 미쳤다. 넷째, 대학 태권도 시범선수의 스포츠 자신감은 지도자 신뢰와 인지된 경기력과의 관계를 완전매개 하는 것으로 나타났다. 이를 종합해 보면, 대학 태권도 시범선수들의 지도자에 대한 신뢰는 스포츠 자신감 및 인지된 경기력에 긍정적인 영향을 주었다. 특히, 스포츠 자신감은 인지된 경기력에 직접적인 영향을 미치기도 하지만, 지도자 신뢰와 인지된 경기력의 관계를 완전매개 함으로써 시범선수들의 경기력을 보다 긍정적으로 변화시켜 주는 것으로 사료된다.

주제어: 태권도 시범, 지도자신뢰, 스포츠자신감, 인지된 경기력

* 이 연구는 유성원의 2021년 석사학위 논문을 재구성 및 편집한 성과물임.

** taekwon@gachon.ac.kr

I. 서 론

태권도는 태권도 진흥 및 태권도 공원 조성 등에 관한 법률의 개정(2018. 03.30.)으로 대한민국의 국기로 제정되었을 뿐만 아니라 2000년 시드니 올림픽부터 정식종목인 겨루기에 이어서 품새가 2018년 자카르타 팔렘방 아시안 게임에 정식종목으로 개최되는 등 국제적인 스포츠 경기종목으로 관심을 받고 있다. 시범은 태권도의 기본요소인 기본동작, 품새, 겨루기 및 격파를 기반으로 호신 동작이 가미된 전통적인 시범을 넘어 현재는 화려한 퍼포먼스와 스토리가 가미된 공연으로 발전함과 동시에 자신의 기술 수준이나 위력을 서로 경쟁하고 실력을 겨룰 수 있는 스포츠 경연 종목으로도 거듭나고 있다.

태권도 시범의 다변화는 시범단원으로 하여금 다양하면서도 고난이도 기술 수행을 요구하고 있으며, 시범경연대회에 참가한 시범선수들의 시연 기술 난이도 등 경기력 수준은 상향평준화 되어가고 있다. 스포츠 현장에서 우수한 성적을 거둔 선수 및 팀에는 유능한 지도자가 있듯이 선수들이 최고의 경기력을 발휘하기 위해서는 선수들과 소통하면서 함께 목표를 설정하고 그 목표를 달성하기 위한 지도자의 세심한 역할이 중요하다(배환성, 양대승, 2017; 이근철, 이강현, 2017). 특히 태권도 시범은 개인의 역량과 함께 팀 전체의 기술적 조화와 구성이 어우러져서 표현되어야하기 때문에 이를 주관하는 지도자와 수행하는 선수 간의 신뢰는 중요한 요소로서 상호 간에 선행되어야 한다.

신뢰는 중대한 결정을 내려야 하는 상황에서 서로 믿고 행동 할 수 있는 심리적 상태를 의미한다(김소희, 조옥상, 2020). 지도자 신뢰는 선수가 불확실한 상황에서도 지도자를 믿고 의지하며 행동하는 것으로(오방균, 최웅재, 2012) 신뢰하는 지도자로부터 받은 피드백을 통해 선수는 자신의 잠재력을 극대화함으로써 수준 높은 경기력을 발휘할 수 있다(김형우, 유한나, 정일미, 2020). 선행연구에 의하면, 태권도 지도자에 대한 신뢰는 선수들의 운동몰입, 팀 응집력, 수행능력 및 포기의도 해소에 도움을 줌으로써 선수들의 경기력

향상에 긍정적인 직·간접적 영향을 미치는 것으로 보고되고 있다(김수연, 이강구 2016; 김수정, 김성훈, 2019; 김정환, 곽택용, 2020; 박규량, 박상우, 유영훈, 한상일, 2021). 즉 훈련과정뿐만 아니라 일상생활 속에서 형성된 지도자에 대한 신뢰는 궁극적으로 선수들의 기술적 역량뿐만 아니라 심리적 안정에도 긍정적으로 작용(조창욱, 장지훈, 구교만, 2013)하기 때문에 태권도 시범단의 경쟁력과 단원들의 경기력을 강화하기 위해서는 보다 굳건한 지도자와 선수 간의 신뢰 형성이 요구된다고 할 수 있다.

한편 심리적 특성 요인 가운데 하나인 스포츠 자신감은 긍정적인 정서를 유발함과 동시에 행동을 활성화 하는 핵심요인으로서(Myers, 2008; Nolen-Hoeksema, Fredrickson, Loftus, & Wagenaar, 2009) 자신의 기술을 경기상황에서 성공적으로 발휘할 수 있다는 신념을 의미하며, 스포츠 자신감이 높은 선수는 자신에게 주어진 과제에 대한 확신이 강한 것으로 알려져 있다(장세용, 2014). 특히 스포츠 자신감은 개인의 성격적 성향과 관계가 있는 잠재적 요인으로서 운동 상황, 경기 결과에 중요한 영향을 미치는 것으로 보고되고 있다(차영남, 김종수, 신호철, 2020).

선행연구에 의하면, 스포츠 자신감은 다양한 종목의 선수들의 경기력에 영향을 미쳤으며(김동학, 김동환, 이경진, 2019; 김주영, 2020; 신성득, 김승진, 2021; 오성민, 이현수, 2021; 이우만, 2018; 임주희, 김정현, 이명철, 2017; 장동쉬, 윤인애, 2020), 최근 태권도 선수(겨루기, 품새)들을 대상으로 한 다수의 연구에서도 경기력과 인과관계가 있는 것으로 보고되고 있다(김동원, 심태영, 2019; 김수정, 김성훈, 2019; 송명훈, 양대승, 2019; 윤성원, 박지연, 윤용진, 2017; 이경현, 2019; 이경현, 강현우, 2019). 이러한 다수의 선행연구 결과는 선수들에게 내재된 스포츠 자신감이 운동 수행능력을 향상할 수 있는 중요한 심리적 요인임을 인지시켜 주고 있다.

앞서 언급한 내용을 종합해보면, 지도자 신뢰와 더불어 스포츠 자신감은 선수들의 경기력을 향상시키는데 도움을 주는 심리적 요인임을 알 수 있다. 하지만 수행된 선행연구들은 주로 지도자 신뢰 또는 스포츠 자신감을 독립변인으로 설정하여 단순히 종속변인인 경기력과의 관계를 검증한 연구들이 대

부분이다. 이에 지도자 신뢰와 경기력의 인과관계에서 선수들의 성격적 성향을 내재하고 있는 스포츠 자신감이 매개역할을 한다면 선수들의 경기력은 어떻게 변화될 것인가? 라는 궁금증이 대두되는 바, 이를 검증할 수 있는 연구수행이 필요하다고 판단된다. 특히 최근 태권도 시범경연대회가 활성화되고 있지만 시범선수들의 경기력에 영향을 미칠 수 있을 것으로 추론되는 지도자 신뢰와 스포츠 자신감과 관련하여 수행된 연구는 매우 미흡한 실정이다.

따라서 이 연구는 태권도 시범선수들의 경기력 강화 측면에서 지도자 신뢰 및 스포츠 자신감 수준을 확인함과 동시에 지도자 신뢰와 인지된 경기력의 관계에서 스포츠 자신감의 매개효과를 검증하는데 목적이 있다. 아울러 제시된 연구 결과는 태권도 시범경연대회에 참가 하는 시범선수들의 성공적인 시범 수행 등 경기력 강화 측면에서 심리적 요인의 중요성을 인식시킬 수 있는 기초자료로 활용될 것이다. 연구가설은 다음과 같다.

가설 1. 태권도 시범선수들의 지도자 신뢰는 인지된 경기력에 영향을 미칠 것이다.

가설 2. 태권도 시범선수들의 지도자 신뢰는 스포츠 자신감에 영향을 미칠 것이다.

가설 3. 태권도 시범선수들의 스포츠 자신감은 인지된 경기력에 영향을 미칠 것이다.

가설 4. 태권도 시범선수들의 스포츠 자신감은 지도자 신뢰와 인지된 경기력의 관계를 매개할 것이다.

II. 연구방법

1. 연구대상

이 연구는 수도권 G, K, K, Y대학 태권도 학과 시범단원으로 활동 중인 재학

생을 비확률 표집방법(non probability sampling)의 목적적 표집방법(purpose sampling method)을 이용하여 235명을 연구대상으로 선정하였다. 하지만 회수한 설문지 가운데 부정확한 답변을 한 21명의 설문지를 제외한 214명의 설문지를 분석 자료로 최종 채택하였다. 연구대상자의 일반적인 특성은 <표 1>과 같다.

표 1. 연구대상자의 특성

구 분		n	%
성별	남자	146	68.2
	여자	68	31.8
학년	1학년	83	38.8
	2학년	60	28.0
	3학년	46	21.5
	4학년	25	11.7
합계		214	100.0

2. 조사도구

지도자 신뢰를 측정하기 위하여 사용한 검사지는 Clark & Payne(1997)이 개발하고, 김재학, 왕철민, 김학덕(2016), 배환성, 양대승(2017)의 연구에서 사용한 설문지를, 스포츠 자신감 측정은 장세용(2014)이 개발하고, 장세용, 조은형(2014), Jang et al.,(2018)의 연구에서 사용한 설문지를, 인지된 경기력은 Mamassis & doganis(2004)가 개발하고 장세용(2019), 이규동, 이지향, 장세용(2019)의 연구에서 사용한 설문지를 연구 목적에 적합하게 수정·보완하여 사용하였다. 설문지의 구성은 지도자 신뢰의 경우 총 5개 요인(성실성, 능력, 일관성, 충성심, 개방성)의 15문항, 스포츠 자신감은 총 4개 요인(투지, 여유, 압박감, 신체준비)의 16문항, 인지된 경기력은 단일요인의 6문항이며, 1점 ‘전혀 아니다’에서 5점 ‘아주 그렇다’의 5점 Likert 척도로 구성하였다.

3. 타당도 및 신뢰도 검사

이 연구에서 사용한 설문지의 타당도 및 신뢰도를 확인하기 위하여 확인적 요인분석을 통한 측정모형의 적합도 지수(CFI, TLI, RMSEA)와 AVE(집중타당도), 개념신뢰도 및 Cronbach α 계수를 확인하였다. 그 결과 <표 2>에 제시된 바와 같이 각각의 잠재변수를 측정하기 위한 문항의 요인부하량(λ)은 통계적으로 유의한 .513 ~ .891로 나타났으며, 모형의 적합도도 $X^2=919.044$, $df=584$, $p<.001$, $Q=1.574$, CFI=.925, TLI=.914, RMSEA=.052로 모든 수치에서 분석 모형을 비교적 만족하는 것으로 나타났다. 또한 각 하위요인별 AVE, 개념신뢰도, Cronbach α 도 비교적 적합한 수치인 것으로 나타남에 따라 연구에 사용한 자료는 후속 분석을 수행하기에 적합한 수준인 것으로 판단하였다.

표 2. 타당도 및 신뢰도 분석 결과

요인	문항	S.E.	t	AVE	개념신뢰도	α
지도자 신뢰	신뢰1	0.721	-	0.711	0.881	0.793
	신뢰2	0.740	10.165***			
	신뢰3	0.780	10.683***			
	신뢰4	0.798	-	0.781	0.914	0.853
	신뢰5	0.816	13.084***			
	신뢰6	0.822	13.198***			
	신뢰7	0.779	-	0.741	0.896	0.840
	신뢰8	0.802	12.516***			
	신뢰9	0.814	12.736***			
	신뢰10	0.772	-	0.738	0.894	0.828
	신뢰11	0.809	12.504***			
	신뢰12	0.773	11.848***			
	신뢰13	0.813	-	0.741	0.896	0.833
	신뢰14	0.811	12.813***			
	신뢰15	0.746	11.559***			
스포츠	자신감1	0.891	-	0.690	0.897	0.856

자신감	자신감2	0.856	0.059	15.774***			
	자신감3	0.775	0.064	13.621***			
	자신감4	0.611	0.080	9.726***			
	자신감5	0.833	-	-	0.732	0.916	0.911
	자신감6	0.885	0.068	15.803***			
	자신감7	0.872	0.067	15.498***			
	자신감8	0.803	0.069	13.722***			
	자신감9	0.811	-	-	0.596	0.853	0.798
	자신감10	0.772	0.088	10.839***			
	자신감11	0.644	0.093	9.073***			
	자신감12	0.595	0.077	8.326***			
	자신감13	0.645	-	-	0.634	0.872	0.819
	자신감14	0.842	0.130	9.511***			
	자신감15	0.662	0.109	8.072***			
	자신감16	0.779	0.140	9.118***			
인지된 경기력	경기력1	0.660	-	-	0.560	0.883	0.821
	경기력2	0.775	0.130	9.211***			
	경기력3	0.661	0.126	8.155***			
	경기력4	0.638	0.108	7.912***			
	경기력5	0.706	0.128	8.598***			
	경기력6	0.513	0.116	6.548***			

모형 적합도: $\chi^2=919.044$, $df=584$, $p<.001$, $Q=1.574$, $CFI=.925$, $TLI=.914$, $RMSEA=.052$

4. 자료처리

수집된 자료는 통계패키지 SPSS 25.0 및 AMOS 25.0 프로그램을 활용하여 기술 통계분석, 확인적 요인분석, AVE, 개념신뢰도, Cronbach's α , 상관관계분석, 구조방정식모형분석(SEM) 및 부트스트래핑(bootstrapping)을 실시하였으며, 통계적 유의성은 $\alpha=.05$ 로 설정하였다.

Ⅲ. 결 과

1. 기술통계 및 상관관계 분석

가설검증에 앞서 각 요인의 평균점수를 산출하는 기술통계 분석과 상관관계 부식을 실시한 결과는 <표 3>과 같다. <표 3>에 의하면, 각 요인의 평균은 2.77~3.83의 수치를 보이는 것으로 나타났다. 또한 왜도(≤ 2.0)와 첨도(≤ 4.0)에서 이상치를 보이는 변인은 존재하지 않아 점수의 분포가 정규성을 충족하는 것으로 판단하였다. 상관관계 분석결과 역시 이론적으로 부적(-)상관이 예측되었던 스포츠 자신감의 압박감 요인이 모든 요인과 통계적으로 유의한 부적(-)상관이 존재하는 것으로 나타났으며, 이를 제외한 모든 요인 간에는 통계적으로 유의한 정적(+)상관이 존재하는 것으로 나타났다. 아울러 .9 이상의 높은 상관이 존재하지 않아 다중공선성의 문제가 없는 것으로 판단하였다.

표 3. 기술통계 및 상관관계 분석 결과

	M	SD	왜도	첨도	a	b	c	d	e	f	g	h	i	j
a	3.80	.61	.284	-.384	1									
b	3.78	.65	.196	-.435	.741**	1								
c	3.77	.68	.154	-.548	.669**	.762**	1							
d	3.83	.65	.141	-.730	.661**	.651**	.769**	1						
e	3.78	.66	.081	-.467	.605**	.582**	.661**	.746**	1					
f	3.54	.71	.271	-.098	.309**	.321**	.313**	.320**	.319**	1				
g	2.77	.87	-.054	-.156	-.174*	-.168*	-.172*	-.202**	-.201**	-.199**	1			
h	3.25	.66	-.007	.556	.198**	.169*	.215**	.210**	.229**	.429**	.053	1		
i	3.48	.67	.000	.756	.272**	.271**	.305**	.328**	.327**	.425**	-.044	.505**	1	
j	3.69	.57	.144	-.105	.385**	.277**	.293**	.357**	.292**	.387**	-.292**	.327**	.328**	1

**p<.01, *p<.05 note. a: 성실성, b: 능력, c: 일관성, d: 충성심, e: 개방성, f: 투지, g: 압박감, h: 여유, i: 신체준비, j: 인지된경기력

2. 가설검증 결과

1) 가설 1 검증 결과

가설 1인 “지도자 신뢰는 인지된 경기력에 영향을 미칠 것이다.”를 검증하기 위하여 구조방정식모형 분석을 실시한 결과, 구조모형의 적합도 지수는 $\chi^2=99.697(df=43)$, $p<.001$, CFI=.951, TLI=.938, RMSEA=.079로서 모형의 적합도가 비교적 수용할만한 것으로 나타났으며, <표 4>와 같이 대학 태권도 시범 단원이 인식하는 지도자신뢰는 인지된 경기력에 긍정적인 유의미한 영향($\beta=.428$, $t=5.092$, $p<.001$)을 미치는 것으로 나타나서 가설 1은 채택되었다.

표 4. 가설 1 검증결과

가설	경로	β	S.E	t	검증결과
가설 1	지도자 신뢰 → 인지된 경기력	.428	.089	5.092***	채택

 $p<.001$

2) 가설 2, 3 검증 결과

가설 1이 채택되어 가설 2, 3의 검증을 위한 완전매개효과모형을 매개효과 분석 절차에 따라 실시하였다. 구체적으로 완전매개효과 모형은 가설 2인 “지도자 신뢰가 스포츠자신감에 영향을 미칠 것이다.”와 가설 3인 “스포츠 자신감이 인지된 경기력에 영향을 미칠 것이다.”를 검증하기 위한 모형으로서 지도자 신뢰와 인지된 경기력의 관계는 경로를 설정하지 않는 모형이다. 분석 결과, 적합도 지수는 $\chi^2=168.511(df=88)$, $p<.001$, CFI=.941, TLI=.930, RMSEA=.066로 모형의 적합도가 비교적 양호한 것으로 나타났다. 아울러 가설 검증 결과, <표 5>와 같이 지도자신뢰가 스포츠자신감($\beta=.544$, $t=6.019$, $p<.001$)에, 스포츠 자신감은 인지된 경기력($\beta=.618$, $t=5.795$, $p<.001$)에 모두 통계적으로 유의한 긍정적인 영향을 미치는

것으로 나타나서 가설 2와 가설 3은 모두 채택되었다.

표 5. 가설 2, 3 검증결과

가설	경로	경로계수	S.E	t	검증결과
가설 2	지도자 신뢰 → 스포츠 자신감	.544	.090	6.019***	채택
가설 3	스포츠 자신감 → 인지된 경기력	.618	.119	5.795***	채택

p<.001

3) 가설 4 검증 결과

가설 1, 2, 3이 채택됨에 따라 가설 4인 “지도자 신뢰와 인지된 경기력의 관계에서 스포츠 자신감의 매개효과”를 검증하기 위하여 부분매개모형을 설정하여 분석을 실시하였다. 분석결과, 적합도 지수는 $\chi^2=165.505$ ($df=87$), $p<.001$, CFI=.943, TLI=.931, RMSEA=.065로 모형의 적합도가 비교적 양호한 것으로 나타났다. 또한 Bootstrapping 기법을 이용하여 지도자 신뢰가 스포츠 자신감을 거쳐 인지된 경기력에 미치는 간접효과 유의성을 검증한 결과, <표 6>과 같이 지도자 신뢰는 스포츠 자신감을 통해 인지된 경기력에 통계적으로 유의한 영향($\beta=.254$, $p<.01$)을 주는 것으로 나타났다. 하지만 가설 1 검증을 위한 총 효과 모델과 다르게 지도자 신뢰가 인지된 경기력에 미치는 영향은 통계적으로 유의하지 않은 것으로 나타났다($\beta=.161$, $t=1.807$, $p=.071$). 이는 스포츠 자신감이 지도자 신뢰와 인지된 경기력의 관계를 완전매개(Full mediation)하는 것을 의미한다.

표 6. 가설 4 검증결과(매개효과 검증)

가설	경로	효과			검증결과
		직접효과	간접효과	총 효과	
가설 4	지도자 신뢰 → 스포츠 자신감	.508***	-	.508***	채택 (완전매개)
	스포츠 자신감 → 인지된 경기력	.500***	-	.500***	
	지도자 신뢰 → 인지된 경기력	.161	.254**	.457***	

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

Ⅳ. 논의

이 연구는 태권도 시범선수들의 경기력 강화 측면에서 지도자 신뢰 및 스포츠 자신감 수준을 확인함과 동시에 지도자 신뢰와 인지된 경기력의 관계에서 스포츠 자신감의 매개효과를 검증하는데 목적이 있다. 이에 도출된 결과를 중심으로 다음과 같이 논의를 하고자 한다.

가설 1을 검증한 결과, 대학 태권도 시범 선수들이 인식하는 지도자 신뢰는 인지된 경기력에 유의한 정(+)적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 대학 시범 선수들이 지도자를 믿고 훈련에 참여하는 등 지도자를 의지하고 신뢰할수록 경기력이 향상된다는 것을 의미한다.

다수의 선행연구에서도 지도자에 대한 신뢰는 인지된 경기력과 상관관계가 높으며, 선수들의 경기력 향상에 긍정적인 영향을 미친다고 보고【태권도 종목(김수정, 김성훈, 2019; 박규량, 박상우, 유영훈, 한상일, 2021; 이정현, 2019; 임영란, 2018), 타 종목(김윤만, 2019; 신성득, 김승진, 2021; 이수행, 2019; 이주형, 2011)】되는 등 본 연구결과를 직접적으로 지지해 주고 있다.

이처럼 지도자에 대한 신뢰는 운동종목을 불문하고 선수들의 경기력에 영향을 줄 수 있는 중요한 변수이기 때문에 선수와 지도자 간의 신뢰 형성은 아무리 강조해도 부족하지 않다. 특히 지도자의 공정함과 성실한 모습, 일관된 자세, 능력, 선수에 대한 관심 등이 선수들과의 신뢰관계 형성에 긍정적인 효과를 줄 수 있다(남광우, 임효성, 최영준, 2016)는 점을 고려할 때, 시범 지도자들은 선수들이 믿고 의지할 수 있도록 일관된 자세로 선수들을 지도함과 동시에 신기술 개발을 위한 아이디어 회의, 특화된 훈련프로그램 도입, 시범기술난이도 조절을 통한 성취감 제공 등 자신의 노하우(knowhow)를 기반으로 한 지도전략을 통해 시범 선수들로부터 신뢰받을 수 있는 시범단 분위기를 조성해야 할 것으로 사료된다.

가설 2를 검증한 결과, 대학 태권도 시범 선수들의 지도자에 대한 신뢰는 스포츠 자신감에 유의한 정(+)적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 시범 선수들이

자신의 지도자를 신뢰할수록 긍정적인 정서와 행동을 스스로 활성화시킴으로써 자신에게 주어진 과제의 성공을 확신하는 신념인 스포츠 자신감을 강화하는 것을 의미한다.

운동선수들은 지도자를 신뢰할수록 스포츠 현장에서 더 높은 자신감을 가지게 되며(김민아, 황규영, 2013), 선수들은 지도자로부터 신뢰를 받을수록 자신의 능력을 입증하기 위하여 보다 자신감 있는 행동을 한다(문한식, 2017)는 점을 고려할 때, 시범 지도자와 선수는 한쪽에서만 믿고 의지하는 원웨이(one-way)적 신뢰, 즉 선수만 지도자에게 갖는 또는 지도자만 선수에게 보여주는 신뢰 보다는 지도자와 선수 간의 긍정적인 쌍방향(two-way) 신뢰관계가 굳건하게 형성될 수 있도록 서로 노력하는 자세가 필요하다고 판단된다.

한편 운동선수들에게 내재된 스포츠 자신감은 스포츠 현장에서 성공적인 운동수행을 유도할 뿐만 아니라 부정적인 정서를 감소시키는 요인으로도 작용한다(Jang, et al., 2018). 시범 선수가 경기현장에서 느끼는 부정적인 요인과 관련하여 박병화(2021)는 고난도 기술발휘에 대한 불안감, 경기장 환경(매트상태 등)의 적응여부, 신체적 준비부족, 자신의 실수로 팀이 부정적 평가를 받을 수 있다는 생각 등이 방해요인으로 작용하기 때문에 단원 간의 의사소통과 지도자의 조언이 필요하다고 주장하였다.

태권도 시범은 경기/공연 상황에서 많은 변수가 발생하며, 이를 대처하는 과정에서 지도자의 역할은 중요하다. 특히 선수들이 받는 압박감 등 내면의 부정적 심리요인은 지도자의 적극적인 개입을 통해서 해소될 수 있는 바, 시범 지도자는 선수와의 상호 긍정적 신뢰관계를 유지하면서 선수에 대한 지지, 즉 ‘나는 너(선수)를 믿고 있다’는 시그널을 적극적으로 보낸다면 선수들이 자신감 회복하고 안정적인 경기운영을 하는데 도움이 될 것으로 사료된다.

가설 3을 검증한 결과, 대학 태권도 시범 선수의 스포츠 자신감은 인지된 경기력에 유의한 정(+)적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 선수들의 스포츠 자신감이 높을수록 경기수행을 잘 할 수 있다는 사고가 잠재적으로 내재되어 있다는

것을 의미하며, 이러한 긍정적 인지 사고는 경기 현장에서 자신감을 북돋워서 경기수행능력에 긍정적인 효과를 줄 것으로 예측된다.

스포츠 자신감은 인지된 경기력과 높은 상관관계가 있을 뿐만 아니라 경기력을 좌우하는 중요한 요인으로 보고되고 있으며(김미정, 2017; 이해선, 전기영, 정성수, 홍승분, 2017), 김석일과 정범철(2015)도 우수한 성적을 거둔 선수가 그렇지 않은 선수보다 스포츠 자신감 수준이 높다고 주장하였다. 또한 품새 선수(김수연, 이강구, 2016)와 겨루기 선수(양대승, 2015)를 대상으로 한 연구에서도 스포츠 자신감은 경기상황에서 수행능력을 향상시키고 경기력에 유의한 영향을 미친다고 보고되는 등 본 연구를 간접적으로 지지하고 있다.

스포츠 경기 상황에서 선수들의 자신감 수준이 높으면 운동수행이 성공적으로 나타나지만, 자신감이 결여된 상태이면 운동수행에 부정적인 결과가 나타난다(Mahoney & Nicholls, 1987)는 점을 고려할 때, 스포츠 자신감은 시범 선수들이 경기/공연 상황에서 수행능력을 높일 수 있는 중요한 요인으로 사료된다. 따라서 시범 훈련의 전반적인 과정에서 스포츠 자신감을 향상시킬 수 있도록 지도자는 체계적인 심리훈련프로그램을 적용함과 동시에 선수들은 긍정적 사고와 자기관리를 통해 스포츠 자신감을 높일 수 있어야 한다.

가설 4를 검증한 결과, 대학 태권도 시범 선수들의 스포츠 자신감은 지도자 신뢰와 인지된 경기력의 관계를 완전매개하는 것으로 나타났다. 이는 스포츠 자신감을 매개변인으로 설정했을 시 가설 1의 결과와는 다르게 지도자 신뢰가 인지된 경기력에 영향을 미치지 않는다는 통계적인 의미도 지닌다. 즉, 경기력과 관련하여 선수가 지도자를 신뢰하고 있어도 스포츠 자신감이 결여되어 있다면 경기력을 저해할 수 있다고 역설적으로 해석할 수 있다.

일반적으로 지도자에 대한 신뢰가 높을수록 경기력에 긍정적인 효과가 있다고 인식하고 있다. 하지만 경기력을 높이기 위해서는 지도자에 대한 신뢰도 중요하지만 ‘선수 스스로의 자신감이 보다 우선적으로 간여한다.’ 는 본 연구결과를 고려할 때, 태권도 시범선수들은 스포츠 자신감을 함양시킬 수 있도록 다양한 방

안들을 스스로 모색하거나 지도자의 조력을 받아야 할 것으로 사료된다.

태권도 시범 종목은 타종목과 달리 격파하는 선수와 보조자가 함께 경기를 임하는 특수한 환경적 요인을 갖고 있으며, 선수와 보조자 간의 일치된 협동은 선수 개인 또는 팀의 성적을 좌우한다. Fransen, Decroos, Broek & Boen(2016)은 팀원들이 서로 ‘우리’ 라는 느낌을 받았을 때 선수들이 더 자신감을 얻게 되며, 함께 제시된 과제를 해결해나갈 수 있다고 주장을 고려할 때, 태권도 시범 선수들은 ‘우리 함께’ 라는 인식의 공감대를 가지고 팀 구성원 간의 응집력을 높인다면 경기에 참여하는 선수들은 보다 자신감을 고취시킴으로써 긍정적인 결과를 팀 구성원과 함께 도출할 수 있을 것으로 판단된다.

V. 결론 및 제언

이 연구는 대학 태권도 시범선수의 지도자 신뢰, 스포츠 자신감 및 인지된 경기력 간의 인과관계를 규명함과 동시에 지도자 신뢰와 인지된 경기력의 관계에서 스포츠 자신감의 매개효과를 검증한 결과, 다음과 같은 결론을 얻었다.

첫째, 대학 시범선수의 지도자 신뢰는 인지된 경기력에 유의한 정(+)적인 영향을 미쳤다. 둘째, 대학 시범선수의 지도자 신뢰는 스포츠 자신감에 유의한 정(+)적인 영향을 미쳤다. 셋째, 대학 시범선수의 스포츠 자신감은 인지된 경기력에 유의한 정(+)적인 영향을 미쳤다. 넷째, 대학 태권도 시범선수의 스포츠 자신감은 지도자 신뢰와 인지된 경기력과의 관계를 완전매개 하는 것으로 나타났다.

이를 종합해 보면, 대학 태권도 시범선수들의 지도자에 대한 신뢰는 스포츠 자신감 및 인지된 경기력에 긍정적인 영향을 주었다. 특히, 스포츠 자신감은 인지된 경기력에 직접적인 영향을 미치기도 하지만, 지도자 신뢰와 인지된 경기력의 관계를 완전매개 함으로써 시범선수들의 경기력을 보다 긍정적으로 변화시켜 주는 중요한 요인으로 판단된다.

이 연구에서 도출된 결과 중 의미가 있는 부분은 지도자 신뢰와 인지된 경기력의 관계에서 스포츠 자신감의 완전매개를 확인했다는 것이다. 다시 말해 경기력 향상을 위해서는 다양한 요인들이 개입할 수 있지만 보다 성공적인 경기수행을 위해서는 우선적으로 시범선수들의 스포츠 자신감을 고취시켜야 한다는 것이다. 스포츠 자신감은 선수 자신에게 내재된 긍정적 신념을 행동으로 표출하는 잠재적 성격요인이다. 따라서 태권도 시범선수와 지도자들은 시범종목의 경기력 향상을 위하여 스포츠 자신감 증진에 보다 관심을 갖고 실천해야 할 것으로 사료된다.

아울러 후속연구에서는 스포츠 자신감을 고취시킬 수 있는 프로그램 개발/적용에 관한 다각적인 연구와 함께 태권도 겨루기, 품새 및 시범선수 간의 스포츠 자신감 등 다양한 사회심리적 요인에 따른 차이를 규명함으로써 태권도의 종목별 특성을 확인할 수 있는 연구가 수행되길 기대한다.

참고문헌

- 김동원, 심태영(2019). 단기간 로잉에르고미터 훈련이 중학교 태권도 겨루기 선수의 체력과 스포츠자신감 및 인지된 경기력에 미치는 영향. **세계태권도 문화학회지**, 10(3), 111-127.
- 김동학, 김동환, 이경진(2019). 승마 선수들이 지각하는 마필-선수 관계가 스포츠자신감 및 경기력에 미치는 영향. **한국체육과학회지**, 28(1), 863-872.
- 김미정(2017). 유도선수들의 운동능력민음과 인지된 경기력 관계에서 승부근성 및 스포츠자신감의 매개효과 분석. **대한무도학회지**, 19(2), 35-50.
- 김민아, 황규영(2013) 대학 태권도 선수의 지도자 신뢰가 스포츠 자신감과 운동 몰입에 미치는 영향. **한국스포츠학회지**, 11(1), 37-46.
- 김석일, 정범철(20115). 육상선수의 스포츠심리기술, 스포츠자신감 및 인지된 경기력의 관계, **한국사회체육학회지**, 59, 547-560.
- 김소희, 조옥상(2020). 올림픽 태권도 메달리스트의 지도자 신뢰 형성과정. **한국체**

육과학회지, 29(1), 495-512.

김수연, 이강구(2016). 태권도 품새 선수의 지도자 신뢰와 스포츠 자신감 및 품새 수행능력의 관계. **국기원 태권도연구**, 7(3), 131-147.

김수정, 김성훈(2019). 대학 태권도 선수들이 인지하는 지도자-선수 상호작용, 지도자 신뢰, 인지된 경기력과의 관계. **세계태권도문화학회지**, 10(1), 131-145.

김윤만(2019). 스피트/쇼트트랙 빙상선수의 지도자 신뢰와 인지된 경기력의 관계에서 실패내성의 매개효과. **세계태권도문화학회지**, 10(3), 95-109.

김재학, 왕철민, 김학덕(2016). 태권도 실업 팀 지도자의 대응가치 리더십이 선수의 지도자 신뢰 및 수행전략에 미치는 영향. **한국웰니스학회지**, 11(3), 369-384.

김정환, 곽택용(2020). 태권도 시범단의 팀 분위기가 팀 응집력 및 인지된 경기력에 미치는 영향. **국기원 태권도연구**, 11(3), 41-58.

김주영(2020). 복싱선수들의 스포츠 자신감이 운동몰입 및 경기력에 미치는 영향. **무예연구**, 14(4), 117-136.

김형우, 유한나, 정일미(2020). 골프 지도자의 인지된 전문성과 지도자 신뢰 및 지도 효율성의 상호 관계: 골프전공 대학생을 중심으로. **골프연구**, 14(4), 269-280.

남광우, 임효성, 최영준(2016). 유도선수의 지도자 신뢰와 운동행동의 관계: 지도자-선수 관계의 매개효과. **대한무도학회지**, 18(1), 67-79.

박규량, 박상우, 유영훈, 한상일(2021). 태권도 시범단원의 지도자 신뢰가 운동몰입과 인지된 경기력에 미치는 영향. **코칭능력개발지**, 23(2), 170-176.

배환성, 양대승(2017). 태권도 겨루기 선수의 지도자신뢰와 수행전략의 관계에서 심판관정인식의 매개효과. **한국체육과학회지**, 26(6), 393-404.

문한식(2017). 고등학교 유도 지도자의 지도행동유형이 지도자 신뢰 및 운동스트레스에 미치는 영향. **대한무도학회지**, 19(4), 197-211.

송명훈, 양대승(2019). 태권도 겨루기 선수의 수행전략, 스포츠자신감 및 인지된 경기력의 관계. **세계태권도문화학회지**, 10(2), 115-132.

신성득, 김승진(2021). 유도선수들의 지도자 신뢰 및 자신감과 인지된 경기력의 관계. **한국스포츠학회지**, 19(3), 675-684.

- 양대승(2015). 태권도 겨루기 지도자-선수의 상호작용과 경기력의 관계에서 스포츠 자신감의 매개효과. **한국체육과학회지**, 24(1), 401-413.
- 오방균, 최웅재(2012). 대학 태권도지도자의 신뢰와 조직몰입 및 팀성과의 관계. **국기원태권도연구**, 3(1), 1-12.
- 오성민, 이현수(2021). 장애인육상선수의 스포츠자신감이 운동몰입과 경기력에 미치는 영향. **한국사회체육학회지**, 84, 419-429.
- 윤성원, 박지연, 윤용진(2017). 청소년 태권도 선수의 자기관리와 스포츠자신감 및 인지된경기력의 관계. **한국체육과학회지** 26(5), 337-350.
- 이경현(2019). 대학 태권도 선수들의 지도자신뢰와 경기력의 관계에서 스포츠맨십의 매개효과. **한국체육과학회지**, 28(6), 335-348.
- 이경현, 강현우(2019). 청소년 태권도 선수들의 그릿, 스포츠자신감 및 경기력의 관계. **한국스포츠학회지**, 17(4), 1349-1358.
- 이규동, 이지향, 장세용(2019). 태권도 선수들의 심판판정 인식과 인지된 경기력의 관계: 배경변인의 조절효과 검증. **한국무예학회**, 13(4), 175-193.
- 이근철, 이강현(2017). 운동선수 코치의 번아웃과 코치-선수 관계에서 코칭열정과 직무몰입의 다중매개효과. **한국스포츠심리학회**, 28(3), 25-34.
- 이수행(2019). 골프지도자 리더십이 지도자 신뢰, 동일시, 경기력에 미치는 영향. **한국스포츠학회지**, 17(1), 733-743.
- 이우만(2018). 축구 지도자의 코칭언어가 고교 축구 선수의 스포츠자신감과 인지된 경기력에 미치는 영향. **코칭능력개발지**, 20(2), 32-39.
- 이주형(2011). 체조지도자의 리더십과 지도자 신뢰 및 경기력의 관계. **한국스포츠학회지**, 9(3), 93-102.
- 이혜선, 전기영, 정성수, 홍승분(2017). 대학 유도선수들의 지도자신뢰와 스포츠자신감 및 경기력 간의 관계. **학술자중심교과교육연구**, 17(17), 595-611.
- 임영란(2018). 태권도 시범경연 참가자의 팀 응집력과 인지된 경기력의 관계에서 지도자 신뢰의 매개효과. **국기원태권도연구** 9(3), 41-57.
- 임주희, 김정현, 이명철(2017). 인라인 스케이트 선수들의 스포츠자신감, 운동 몰입과 인지된 경기력의 구조적 관계. **코칭능력개발지**, 19(3), 22-29.
- 장동쉬, 윤인애(2020). 아마추어 테니스 선수의 심리기술, 스포츠자신감, 인지된 경

- 기력과 의 관계. **한국웰니스학회지**, 15(2), 467-479.
- 장세용(2014). **스포츠 자신감 개념구조 탐색 및 척도개발: 투기종목 선수를 대상으로**. 미간행 박사학위논문, 성균관대학교.
- 장세용(2019). 고등학교 태권도 선수들의 지도자-선수 상호작용이 경기력에 미치는 영향. **한국무예학회지**, 13(2), 29-46.
- 장세용, 조은형(2014). 스포츠 자신감 개념구조 탐색: 투기종목 선수를 대상으로. **한국체육측정평가학회지**, 16(1), 23-36.
- 조창욱, 장지훈, 구교만(2013). 장애인 전문체육 선수의 코칭지식, 스포츠수행전략, 인지된 경기력의 인과관계. **한국특수체육학회지**, 21(3), 43-55.
- 차영남, 김종수, 신호철(2020). 청소년 태권도 격파선수들의 스포츠심상능력이 경쟁 상태불안과 스포츠자신감에 미치는 영향. **코칭능력개발지**, 22(3), 3-11.
- Clark, M. C., & Payne, R. L. (1997). The nature and structure of workers' trust in management. *Journal of Organizational Behavior*, 18, 205-224.
- Fransen, K., Decroos, S., Broek, G. V., & Boen, F. (2016). Leading from the top or leading from within? A comparison between coaches' and athletes' leadership as predictors of team identification, team confidence, and team cohesion. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 11(6), 757-771.
- Mahoney, M. L. & Nicholls, J. L. (1987). Psychology of the elite athlete: an exploratory study. *Cognitive therapy and research*, 3, 361-366.
- 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.
- Myers, D. (2008). Psychology. New York; Worth Publishers.
- Nolen-Hoeksema, Fredrickson, Loftus, & Wagenaar, (2009). Atkinson & Hilgard's Introduction to Psychology. Canada; Nelson Education.
- S.Y. Jang, H.J. Eom, K.D. Lee, W.M. Choi, Y.L. Choi, H.W. Kang, & E.H. Cho(2018). Validation of a Questionnaire that Surveys Confidence in Sports among Korean Competitive Athletes. *Journal of Mens Health*, 14(2), 30-41.

ABSTRACT

The Mediating Effect of Sports Confidence in the Relationship Between Leader' s Trust and Perceived Performance of University Taekwondo Demonstrators

Yu, Seong-Won·Yang, Dae-Seung(Gachon Univ.)

The purpose of this study is to examine the causal relationship between trust in coaches, sport confidence and perceived performance by University Taekwondo Demonstrators, and to verify the mediating effect of sport confidence on the relationship between trust in coaches and perceived performance. In order to achieve the purpose of this study, the questionnaire of 214 Tkd demonstrators of University was adopted as the final data, and the structural equation model analysis was performed using the SPSS 25.0 and AMOS 25.0 programs. As a result, the conclusion is as follows. First, Trust in coaches perceived by university taekwondo demonstrators is directly proportional to the perceived performance. Second, Trust in coaches perceived by them is in direct proportion to the sport confidence. Third, Sport confidence perceived by them is in direct proportion to the perceived performance. Fourth, the sport confidence full meditates on the relationship between trust in coaches and perceived performance by TKD demonstrators of University. According to these results, it turns out that trust in coaches perceived by TKD demonstrators of University is directly proportional to the sport confidence and perceived performance. Specially the sport confidence is not only in direct proportional to the perceived performance, but also affects positively the intention by ful meditating on the relationship between trust in coaches and perceived performance.

Key words: Taekwondo, Trust in coaches, Sport confidence, Perceived performance

논문투고일 : 2022.06.30.
심 사 일 : 2022.07.11.
심사완료일 : 2022.08.05.