



저작자표시-비영리-변경금지 2.0 대한민국

이용자는 아래의 조건을 따르는 경우에 한하여 자유롭게

- 이 저작물을 복제, 배포, 전송, 전시, 공연 및 방송할 수 있습니다.

다음과 같은 조건을 따라야 합니다:



저작자표시. 귀하는 원저작자를 표시하여야 합니다.



비영리. 귀하는 이 저작물을 영리 목적으로 이용할 수 없습니다.



변경금지. 귀하는 이 저작물을 개작, 변형 또는 가공할 수 없습니다.

- 귀하는, 이 저작물의 재이용이나 배포의 경우, 이 저작물에 적용된 이용허락조건을 명확하게 나타내어야 합니다.
- 저작권자로부터 별도의 허가를 받으면 이러한 조건들은 적용되지 않습니다.

저작권법에 따른 이용자의 권리는 위의 내용에 의하여 영향을 받지 않습니다.

이것은 [이용허락규약\(Legal Code\)](#)을 이해하기 쉽게 요약한 것입니다.

[Disclaimer](#)

박사학위논문

자기결정이론에 기반한 열정, 운동열의 및  
탈진의 구조모형 검증

제주대학교 대학원

체 육 학 과

오 영 택

2017년 8월

# 자기결정이론에 기반한 열정, 운동열의 및 탈진의 구조모형 검증

指導教授 梁明煥

吳榮宅

이 論文을 體育學 博士學位 論文으로 提出함

2017年 6月

吳榮宅의 體育學 博士學位 論文을 認准함

審査委員長 류 재 창

委 員 성 창 훈

委 員 윤 대 현

委 員 김 덕 진

委 員 양 명 환



濟州大學校 大學院

2017年 8月



# Verification of a Structural Model on Passion, Athlete Engagement, and Burnout Based on the Self-Determination Theory

Young-Taek, Oh  
(Supervised by professor Myung-Hwan, Yang)

A thesis submitted in partial fulfillment of the requirement for the degree of  
Doctor of Physical Education

2017. 06.

This dissertation has been examined and approved.

.....  
Thesis director, Che-Cheong, Ryew, Prof. of Physical Education  
.....  
.....  
.....  
.....

.....  
Date

Department of Physical Education  
GRADUATE SCHOOL  
JEJU NATIONAL UNIVERSITY

## <제목 차례>

### ABSTRACT

<b>I. 서론</b> .....	<b>1</b>
1. 문제의 제기 .....	1
2. 용어의 정의 .....	7
<b>II. 이론적 배경</b> .....	<b>11</b>
1. 열정 .....	11
2. 자기결정이론의 개관 .....	15
3. 동기분위기 .....	23
4. 자율적 동기와 통제적 동기 .....	26
5. 코칭유형 .....	27
6. 운동열의 .....	31
7. 운동 탈진 .....	33
8. 선행연구 고찰 .....	36
<b>III. 연구 1</b> .....	<b>45</b>
1. 문제 제기 .....	45
2. 연구 방법 .....	48
3. 연구 결과 .....	53
4. 논의 .....	59
<b>IV. 연구 2</b> .....	<b>63</b>
1. 문제 제기 .....	63
2. 연구 방법 .....	66
3. 연구 결과 .....	72
4. 논의 .....	78
<b>V. 연구 3</b> .....	<b>82</b>
1. 문제 제기 .....	82
2. 연구 방법 .....	87
3. 연구 결과 .....	95
4. 논의 .....	109

VI. 종합논의 .....	114
VII. 결론 .....	119
참고문헌 .....	121
부록 1: 연구 1의 질문지 .....	1
부록 2: 연구 2의 질문지 .....	5
부록 3: 연구 3의 질문지 .....	9

## 〈표 차례〉

표 1. 전체 측정변인들의 기술통계치와 분포 특성 .....	53
표 2. 측정변인들 간의 상관계수 .....	54
표 3. 운동열정과 동기분위기 및 기본적 심리욕구만족 및 좌절 간의 직접효과 검증 ·	56
표 4. 운동열정과 동기분위기, 기본적 심리욕구만족 및 좌절간의 직접효과와 간접효과 ·	57
표 5. 전체 측정변인들의 기술통계치와 분포 특성 .....	72
표 6. 측정변인들 간의 상관계수 .....	73
표 7. 기본적 심리욕구만족 및 좌절과 자기조절동기, 운동열의 및 운동 탈진 간의 직접효과 검증 .....	75
표 8. 기본적 심리욕구만족 및 좌절, 자기조절동기와 운동열의, 탈진간의 직접효과와 간접효과 ·	76
표 9. 전체 측정변인들의 기술통계치와 분포 특성 .....	95
표 10. 측정변인들 간의 상관계수 .....	96
표 11. 조화열정과 기본적 심리욕구만족, 자율적 동기 및 운동열의 간의 직접효과 검증 ·	98
표 12. 조화열정과 운동열의 간의 관계에서 다중매개변인의 총 효과 및 간접효과 ·	99
표 13. 강박열정과 기본적 심리욕구좌절, 통제적 동기 및 운동 탈진간의 직접효과 검증 ·	101
표 14. 강박열정과 운동 탈진간의 관계에서 다중매개변인의 총 효과 및 간접효과 ·	102
표 15. 기본적 심리욕구만족을 경유한 조화열정과 운동열의 간의 매개효과에 대한 자율적 코칭의 조절효과 검증 .....	103
표 16. 심리욕구좌절을 경유한 강박열정과 운동 탈진간의 매개효과에 대한 통제적 코칭의 조절효과 검증 .....	106

## 〈그림 차례〉

그림 1. 열정의 발달(Vallerand & Miquelon, 2007) .....	14
그림 2. 열정과 운동의존성 간의 관계에서 자기조절동기의 매개효과 검증(오영택, 양명환, 2016) ...	38
그림 3. 자율성지지, 심리적 욕구 및 동기적 성향간의 관계(김기형, 박중길, 2009) ...	38
그림 4. 자율성지지, 심리적 욕구만족 및 동기간의 경로모형(김덕진, 2010) .....	39
그림 5. 지각된 교수행동, 심리적 욕구만족, 좌절 및 무용수행 간의 구조방정식모형(김미숙, 2016) ...	40
그림 6. 열정과 무용 탈진간의 관계에서 자기결정이론 관점(손재현, 이성노, 2013) .....	40
그림 7. 열정, 자기조절동기가 운동 탈진간의 관계에서 매개효과 검증(오영택, 김선 욱, 인소정, 양명환, 2016) .....	41
그림 8. 열정과 자기결정성, 운동 탈진간의 관계(Curran, Appleton, Hill, & Hall, 2011) ·	42
그림 9. 코칭열정, 코칭유형이 선수-지도자 관계 및 행복감에 미치는 영향 (Lafrenière, Jowett, Vallerand, & Carbonneau, 2011) .....	43
그림 10. 심리욕구만족, 운동열의와 몰입간의 관계(Hodge, Lonsdale, & Jackson, 2009) ·	44
그림 11. 완벽주의 성향, 운동스트레스와 운동 탈진간의 관계 모형(김민준, 조성령, 2017) ...	44
그림 12. 운동열정이 동기분위기 및 기본적 심리욕구만족 및 좌절에 미치는 영향 ...	47
그림 13. 열정과 기본적 심리욕구만족 및 좌절 간의 관계에서 동기분위기의 매개효과 모형 ·	54
그림 14. 기본적 심리욕구만족 및 좌절, 자기조절동기가 운동열의 및 탈진에 미치는 영향 ...	64
그림 15. 기본적 심리욕구만족 및 좌절과 운동열의, 운동 탈진간의 관계에서 자기 조절동기의 매개효과 검증 모형 .....	73
그림 16. 조화열정과 운동열의 간의 관계에서 기본적 심리욕구만족 및 자율적 동기 의 다중매개효과 모형 .....	84
그림 17. 강박열정과 운동 탈진간의 관계에서 기본적 심리욕구좌절 및 통제적 동기 의 다중매개효과 모형 .....	85
그림 18. 이론적 모형 .....	85
그림 19. 이론적 모형 .....	85
그림 20. 조화열정과 운동열의 간의 관계에서 기본적 심리욕구만족과 자율적 동기 의 다중매개효과 모형 .....	97
그림 21. 강박열정과 운동 탈진 간의 관계에서 기본적 심리욕구좌절과 통제적 동기 의 다중매개효과 모형 .....	100
그림 22. 자율적 코칭 수준에 따른 조절효과의 단순기울기 검증 .....	104
그림 23. 조절된 매개모형의 통계모형 .....	105
그림 24. 통제적 코칭 수준에 따른 조절효과의 단순기울기 검증 .....	107
그림 25. 조절된 매개모형의 통계모형 .....	108



## ABSTRACT

### Verification of a Structural Model on Passion, Athlete Engagement, and Burnout Based on the Self-Determination Theory

Young-Taek, Oh

*Department of Physical Education, Graduate School,  
Jeju National University, Korea*

Directed by Prof, Myung-Hwan, Yang, Ph, D.

The purpose of this study was to analyze the structural model that determines the athlete engagement and burnout of Taekwondo athletes based on self-determination theory. The major findings of Study 1, with conducted Taekwondo athletes(n=218), were as follows. Harmonious passion had a significant positive effects on the basic psychological need satisfaction and obsessive passion affected the basic psychological need thwarting positively without any significance. Harmonious passion had a significant positive indirect effect on the basic psychological need satisfaction via mastery climate, while obsessive passion induce a significant positive indirect effect on the basic psychological need thwarting via performance climate. The major findings of Study 2, with Taekwondo athletes(n=250), were as follows. The basic psychological need satisfaction had a positive effects on the athlete engagement, whereas the basic psychological need thwarting affected positively the athlete burnout with significance. The basic psychological need satisfaction had a significant positive indirect effects on athlete engagement via the autonomous motivation, whereas the basic psychological need thwarting had a significant positive indirect effect on athlete burnout via controlled motivation. The major findings of Study 3, with Taekwondo athletes(n=411), were as follows. The basic psychological need satisfaction and

autonomous motivation resulted in significant indirect effects in the relationship between harmonious passion and athlete engagement, while in the relationship between obsessive passion and athlete burnout, basic psychological need thwarting and controlled motivation also had significant indirect effects. Furthermore, these effects were partially mediated. Finally, the mediated effects of the psychological need satisfaction in relationship between harmonious passion and athlete engagement was significantly moderated by autonomous coaching. In contrast, the mediated effects of the basic psychological need thwarting in relationship between obsessive passion and athlete burnout was moderated by controlled coaching.

Key words: self-determination theory, harmonious passion, obsessive passion, basic psychological need satisfaction, basic psychological need thwarting, mastery climate, performance climate, autonomous motivation, controlled motivation, autonomous coaching, controlling coaching, athlete engagement, burnout.

# I. 서론

## 1. 문제의 제기

운동의 수월성(Athletic Excellence)을 추구하고자 하는 청소년선수들은 중요한 신체적 자원들을 의도적 연습에 전념하여야만 하며, 자신들의 목표를 성취하기 위해서는 수 년 동안 이 전념수준을 유지하는 것이 필요하다(Ward, Hodges, Starkes, & Williams, 2007). 이러한 과정은 운동선수들에게 도전적인 노력과 경험을 요구하며, 선수들에 따라서 상당한 차이가 있을 수 있다. 어떤 청소년 선수들에게는 노력을 위한 과정이 심리적으로 가치가 있을 수 있으며, 장기적인 스포츠 참여를 하기 위한 초석이 된다. 그러나 다른 선수들에게 있어서는 심리적, 육체적인 고통이 너무 큰 것으로 인지되어 자기의심과 좌절에 의해서 그 경험이 퇴색됨으로써 극단의 불만이 유발된다. 청소년 스포츠의 상이한 경험을 반영하는 잠재적인 두 개의 구인, 즉 운동선수의 열의와 탈진이 본 연구의 초점이다.

운동선수 탈진은 정서적·신체적 고갈, 감소된 운동성취, 스포츠 가치의식저하로 특징지을 수 있는 심리사회적 증후군이다. 대부분의 선수들은 높은 수준의 탈진증후군으로 고통을 받는 것으로 추정되며(Eklund & Cresswell, 2007), 야심이 있는 청소년 선수들에게는 특히 위험하다. 이것은 높은 수준의 탈진을 가지고 있는 선수들에게는 우려이며, 의기소침하고, 짜증나고 좌절감을 경험하며 고갈된 느낌을 받는 것으로 나타났다(Gustafsson, Hassmén, Kenttä, & Johansson, 2008). 또한 괴로움을 겪는 선수들은 스포츠에 대한 태도도 부정적으로 변하고, 죄의식과 연결되어 훈련을 싫어한다(Gustafsson et al., 2008). 이와 부합되게 선수들의 탈진 증후군은 불안, 낮은 수준의 즐거움(Cresswell & Eklund, 2006; Goodger, Gorely, Lavalley, & Harwood, 2007), 부정정서(Gustafsson, Skoog, Podlog, Lundqvist, & Wagnsson, 2013)와 같은 수많은 부정적인 경험결과들과 연결된다(Jowett, Hill, Hall & Curran, 2016).

전체적으로 청소년 선수들이 보다 적응적인 경험을 할 수 있는 대안은 바로 운동선수의 열의로 포착할 수 있다. 운동열의는 독특하고 운동탈진과는 개념적으로 반대 구인으로 간주된다(DeFreese & Smith, 2013). 특히 자신이 수행하는 운동에 대해

서 긍정적이고 정력적이며 헌신하고 몰두하는 자세를 갖는 열의(Engagement)는 성취지향적인 엘리트 운동선수들에게 있어서는 아주 중요한 심리적 자원 중의 하나이다. 운동열의 차원은 자신감, 전념, 활력 그리고 열광으로 구성된다(Lonsdale, Hodge, & Raedeke, 2007). 결국 운동열의는 스포츠에 대한 일반화된 긍정정서와 인지를 나타낸다. 일관되게 연구자들은 운동열의가 몰입(Hodge, Lonsdale, & Jackson, 2009), 높은 수준의 자기조절(Martin & Malone, 2013), 보다 나은 일-삶의 균형 그리고 낮은 탈진(DeFreese & Smith, 2013) 등의 긍정적 인지, 정서경험과 연관이 있다는 것을 알아내었다. 운동열의와 탈진이 미래의 스포츠 참여를 지속하거나 참여를 악화시킬 수 있는 대비되는 청소년 스포츠경험을 반영한다면, 스포츠 심리학 연구자들의 중요 목표중의 하나는 운동열의와 탈진 발생에 기여할 수 있는 요인들을 확인하는 것이다.

지난 30여 년 동안 운동선수 탈진 메커니즘을 연구하기 위하여 다양한 모형들이 제안되었다. 즉, 인지-정서모형(Cognitive-Affective Model; Smith, 1986), 훈련 스트레스에 대한 부정적 반응(Silva, 1990), 스포츠 몰입(Sport Commitment Perspective; Raedeke, 1997; Schmidt & Stein, 1991), 전체-질-회복모형(Total-Quality-Recovery; Kentta & Hassmen, 1998), 스트레스와 회복관점(Perspective of Stress and Recovery; Kallus & Kellmann, 2000), 실패-순응모형(Failure-Adaptation Model; Tenenbaum, Jones, Kitsantas, Sacks & Berwick, 2003)과 같은 모형들이 원리는 서로 다르기는 하지만, 탈진의 원인을 불충분한 회복과 부적응적인 행동의 결과로 귀결시켰다(Goodger, Goerly, Lavellee, & Harwood, 2007). 전술한 모형들이 개별적으로 장점이 있기는 하지만, 운동선수 탈진 메커니즘을 완전하게 설명할 수는 없었다. 보다 최근에 동기를 연구하기 위한 이론 중 하나인 자기결정이론(self-determination theory)은 스포츠 상황에서 선수들의 열의와 탈진의 선행조건들을 설명할 수 있는 유망한 이론적 골조로서 널리 활용되고 있다(Li, Wang, Pyun, & Kee, 2013; Lonsdale 등, 2009; Lonsdale & Hodge, 2011). 또한 운동탈진의 선행요인을 규명하는 연구들은 성취목표(Lemyre et al., 2008), 완벽주의(Appleton, Hall & Hill, 2009; Hill, Hall, Appleton & Kozub, 2008; Jowett, Hill, Hall & Curran, 2016)와 열정(Curran, Appleton, Hill, & Hill, 2011; Gustafsson, Hassmen, & Hassmen, 2011; 박중길, 김경원, 2013; 오영택, 양명환, 2014; 최현혁, 조승관, 2014)과 같은 개인차 변인들이 운

동선수탈진을 결정하는 요인이라는 점을 강조하였다(오영택, 김선욱, 인소정, 백혜경, 양명환, 2016).

아울러 자기결정이론은 사회적 환경의 특성들이 개인이 경험하는 욕구만족수준과 그 결과로 발생하는 인지적, 행동적 그리고 정서적 반응에 중요한 영향을 미친다고 가정한다(Amorose, 2007; Deci & Ryan, 2000). 기본적 심리욕구인 자율성, 유능성 및 관계성을 촉진하는 사회적 환경들은 자율성 지지(Autonomy Support)와 성취목표 성향으로부터 파생된 지각된 동기분위기(Perceived Motivational Climate)이다. 이론은 이러한 사회 환경적 변인들의 분위기(숙달분위, 수행분위, 자율적 코칭, 통제적 코칭)가 기본적 심리욕구만족에 상이한 영향을 미친다고 본다. 본 연구에서는 열정과 코치가 조성하는 사회적 분위기를 기본적 심리욕구만족의 전구체로서 상정하여 열정, 심리욕구 및 운동열의와 탈진의 관계를 검증하고자 한다.

또한 자기결정이론(Ryan & Deci, 2002)은 청소년 스포츠에서 조화열정-열의, 강박열정-탈진의 관계에 대한 인과적 설명을 제공할 수 있는 인간 동기에 대한 하나의 유기체적 틀이다. 자기결정이론에 의하면, 적정기능(예, 열의)은 행동통합을 지지하는 기질적, 환경적 요인들의 결과물이라고 한다. 행동통합은 고유한 기본적 심리욕구만족에 의해서 조성된다. 이러한 기본적 욕구에는 자율성(Autonomy), 유능성(Competence), 관계성(Relatedness)이 있다. 동일한 맥락에서 또한 인간은 기질이나 환경이 행동통합과 반목이 이루어질 때 부적응 기능인 탈진에 쉽게 노출된다. 행동통합에 대한 반목은 타율성, 무능성, 거부성으로 요약되는 기본적 심리욕구만족 좌절에 의해서 강화된다. Ryan & Deci(2002)에 따르면, 이러한 욕구가 만족되어지는 정도는 긍정적인 심리적 결과(예, 운동열의, 몰입)를 경험할 수 있는 정도를 결정지을 것이고, 반면 이러한 욕구가 좌절되는 정도는 부정적인 심리적 결과(예, 탈진과 불안)를 경험할 정도를 결정할 것이라고 제안하였다. 스포츠 맥락에서 이루어진 연구들은 대부분 이러한 주장을 지지하였다(예, Hodge, Lonsdale, & Ng, 2008; Hollembeak & Amorose, 2005; Jowett et al., 2016; Kowal & Fortier, 1999; Perreault, Gaudreau, Lapointe & Lacroix, 2007; Reinboth & Duda, 2006). 따라서 자기결정이론은 열정이 청소년 스포츠의 열의나 탈진을 유발할 수 있는 과정을 관전하는 유용한 렌즈를 제공할 것이다(인소정, 오영택, 김선욱, 양명환, 2016; Jowett et al., 2016).

한편, 열정은 사람들이 가치를 높게 두는 자기 정의적 활동에 대한 강한 친화력을 의미하며, 상당량의 시간과 에너지를 투입하는 것을 말한다(Vallerand et al., 2003). 이 친화력은 활동이 자기개념 속으로 어떻게 동화되는지에 따라서 이원적 방식으로 발달한다고 생각된다(Vallerand, 2008). 조화열정(Harmonious Passion)은 스포츠에 참여하는 이유가 개인적으로 찬동하고 자기개념 안으로 완전히 통합되었을 때 발달한다(Mageau, Vallerand, Charest, Salvy, Lacaille, Bouffard, & Koestner, 2009). 선수들이 어떠한 의무감도 없이 스포츠 참여가 오로지 자신의 의향에 따라서 선택되었을 때 조화열정을 가진 것으로 볼 수 있다. 반면 강박열정(Obsessive Passion)은 스포츠 참여가 자기가치를 확인하고 보호하려는 욕망과 같은 내적 유관성에 의해 조절될 때 발달하며, 자기개념 속으로 부분적인 통합이 이루어진다(Mageau et al., 2009). 선수들이 스포츠 참여가 의무적이거나 강요받았다고 느낄 때 강박열정과 일체가 된다. 두 가지 유형의 열정이 탈진과 다소 상관이 있다고 상정한다면, 중요한 다음 단계는 잠재 메커니즘을 확인하여 왜 그런지를 확실하게 입증하는 것이다. Vallerand et al.,(2003)에 따르면, 열정유형과 탈진과 같은 결과간의 관계는 간접적인 매개효과가 있다고 주장하였다. 이 주장은 다른 영역에서는 경험적 지지를 받고 있다. 즉, 조화열정은 증가된 생활만족(Vallerand, Paquet, Philippe & Charest, 2010)을 경유하여 낮은 수준의 탈진을 예측하며, 강박열정은 다른 생활영역과의 갈등증가를 경유하여 높은 수준의 탈진을 예측할 수 있다고 보고되었다(Vallerand et al., 2010).

최근의 증거들도 탈진과 열의에서 기본적 심리욕구의 매개역할을 지지하였다(Curran et al., 2011; Vallerand et al., 2006). 특히 최근의 한 메타분석은 높은 심리적 욕구만족은 선수의 낮은 탈진과 연관이 있다는 것(Li, Wang, Pyun & Kee, 2013)을 증명하였다. 비슷하게 연구자들은 기본적 심리욕구만족과 운동열의 간의 정적인 관계를 지지하는 증거를 발견하였다(Hodge et al., 2009). 특히 Bartholomew, Ntoumanis, Ryan, & Thøgersen-Ntoumani(2011)는 기본적 심리욕구좌절과 운동선수 탈진간의 정적인 관계는 기본적 심리욕구만족과 운동선수 탈진간의 부적인 상관보다 더 크다는 것을 관찰하였다. 이 결과는 욕구만족과 욕구좌절간의 개념적 구분을 강조하였기 때문에 의미가 있으며, 적극적인 욕구차단은 욕구만족의 기회부족보다 선수들로 하여금 탈진 증가 위험을 높이고, 운동열의를 더 감소시킨다는 점을 강조

하였다(인소정 등, 2016; Bartholomew et al., 2011). Perreault 등(2007)은 기본적인 심리욕구만족이 고등학교 운동선수들의 탈진과 부적(-)인 상관관계가 있다는 것을 알아내었으며, Hodge와 동료들(2008)은 심리욕구 충족의 선형조합은 고등학교 남자 럭비선수의 탈진증세의 선형조합과 역의 상관관계를 보고하였다.

스포츠 영역에서 Curran, Appleton, Hill & Hall(2013)은 열정이 탈진에 미치는 영향이 심리욕구만족에 의해서 매개된다는 모형을 최초로 검증하였다. 연구결과 심리욕구만족이 조화열정과 탈진간의 관계를 매개하였지만, 강박열정과 운동선수 탈진간의 관계는 매개효과가 없는 것을 알아내었다. 조화열정과 탈진간의 역(-)의 관계는 높은 수준의 심리욕구만족에 의해서 설명할 수 있었다. 또한 Standage, Duda & Ntoumanis(2005)는 교사의 지지가 기본적인 심리욕구에 정적인 영향을 미치고, 심리적 욕구는 내재적 동기에 정적인 영향을 미치는 것으로 나타나 이들 간의 연관성이 있음을 보고하였다. 최근에 Verner-Filion, Vallerand, Amiot, & Mocanu(2017)의 연구에서는 조화열정과 생활만족, 의도적 연습 및 수행간의 관계에서 욕구만족의 유의한 매개효과가 있었지만, 강박열정과 생활만족, 의도적 연습 및 수행간의 관계에서 욕구만족의 매개효과는 없는 것으로 보고하였다.

또한 스포츠 영역에서도 자율적 동기와 같은 동기구인이 열정과 탈진간의 관계를 매개할 수 있다는 증거들이 보고되었다. 예를 들어, 오영택, 양명환(2016)은 운동열정과 운동선수 탈진간의 관계에서 자기조절동기의 매개효과를 구명한 연구에서 조화열정은 자율적 동기를 경유하여 운동 탈진 하위요인(정서적·신체적 고갈, 감소된 운동성취, 스포츠 가치의식저하)에 유의한 부(-)의 간접효과를 유발하였으며, 통제적 동기를 경유해서는 유의한 부(-)의 간접효과를 유발한다는 것을 알아내었다. 반면, 강박열정은 자율적 동기를 경유해서 탈진 하위요인에 유의한 부(-)의 간접효과를 유발하였으며, 통제적 동기를 경유해서는 유의한 정(+)의 간접효과를 유발하는 것으로 보고하였다.

요약하면, 기본적인 심리욕구와 자기조절동기가 열정과 운동선수 탈진 간의 관계를 매개할 가능성이 높다는 것을 예측할 수 있다. 따라서 환경적 특성이 심리적 욕구만족을 경유하여 탈진에 영향을 미칠 수 있다는(Adie, Duda, & Ntoumanis, 2012; Quested & Duda, 2011) 탈진에 대한 자기결정이론의 설명과 최근의 증거들에 입각하여, 기본적인 심리욕구만족과 자기조절동기는 열정과 운동선수 탈진간의 관계를 매

개할 것이라는 가정이 가능하다.

하지만 전술한 선행연구(Curran, et al., 2011; Gustafsson, et al., 2011)들이 기본적인 심리욕구를 결정하는 선행변인과 인지적, 정서적, 행동적 결과간의 관계를 규명하려고 노력하고는 있지만 아직 자기결정이론에 입각하여 운동열의와 탈진에 대한 선행변인과 매개변인에 대한 체계적인 연구가 이루어지지 않았다. 특히 조화열정, 강박열정과 그에 상응하는 긍정적 욕구만족과 부정적 욕구좌절, 자율적 동기와 통제적 동기, 그리고 그에 따른 운동열의와 탈진에 대한 연쇄관계를 체계적으로 분석한 연구는 아직 문헌에 보고되지 않고 있다. 본 연구에서는 선행연구들을 바탕으로 기본적인 심리욕구의 선행변인으로 기질적인 속성인 열정을 상정하고 자기결정이론의 기본가정인 사회적 환경요인(자율성지지) → 심리적 욕구(만족 및 좌절) → 자기조절동기(자율적 동기, 통제적 동기) → 동기결과(운동열의, 탈진) 간의 관계모형을 순차적으로 검증하고자 하였다. 또한 사회 환경적 변인인 자율적 코칭유형과 통제적 코칭유형이 열정과 운동열의, 탈진간의 관계를 중재하는 기본적인 심리욕구의 매개효과를 조절할 수 있는지 여부를 분석하고자 하였다.

요약하면, 자기결정이론에 근거하여 연구 1에서는 기본적인 심리욕구를 만족하거나 좌절시킬 수 있는 선행조건으로서 이원적 열정요인(조화·강박열정)과 코치가 조성한 동기분위기(숙달, 수행분위기)를 상정하고, 열정과 기본적인 심리욕구간의 관계에서 사회 환경적 변인인 동기분위기가 어떠한 매개 역할을 하는지를 검증하고자 하였다. 연구 2에서는 기본적인 심리욕구와 운동열의 및 운동 탈진간의 관계에서 자기조절동기가 어떠한 매개 역할을 하는지를 검증하고자 하였다. 연구 3에서는 열정요인(조화·강박열정)과 운동열의 및 운동 탈진간의 관계에서 기본적인 심리욕구와 자기조절동기를 연속다중매개변인으로 투입하여 심리욕구 매개변수가 순차적으로 동기 매개변수에 영향을 주어 운동열의와 탈진에 영향을 미치는 모형을 검증하고자 하였다. 마지막으로 열정과 운동열의 및 탈진 간의 관계를 중재하는 기본적인 심리욕구의 매개효과가 코칭유형에 따라서 조절될 수 있는지 여부를 규명함으로써 조절된 매개효과를 검증하고자 하였다. 이를 통하여 코칭유형이 기본적인 심리욕구를 경유한 열정과 운동열의 및 탈진간의 매개모형을 조절할 수 있는 변인임을 확인함으로써 자기결정이론의 통합모형 검증과 더불어 자기결정이론의 외연을 확장하고자 하는데 본 연구의 목적이 있다.



## 2. 용어의 정의

### 1) 열정

열정(Passion)이란 사람들이 좋아하고, 어떤 일에 열렬한 애정을 가지고 열중하는 마음이라고 정의할 수 있다. 열정은 이원론적 접근에 따라 조화로운 열정과 강박적인 열정으로 구분된다(Vallerand et al., 2003, 2006; Vallerand & Miquelon, 2007). 조화열정은 개인이 좋아하는 활동에 대해 스스로 의지가 발생하고 기꺼이 활동에 참가하도록 이끄는 동기적인 힘이며(Vallerand et al., 2006), 강박열정은 자신을 통제하려는 내적인 힘과 압박 때문에 활동에 참여하는 동기적인 힘을 의미한다(Vallerand & Miquelon, 2007).

### 2) 동기분위기

동기분위기(Motivation Climate)란 선수들이 훈련 및 시합에 참여함에 있어서 느끼는 성취목표 지향적 분위기를 의미한다. 여기에는 숙달 분위기(Mastery Climate)와 수행 분위기(Performance Climate)로 구분되며, 학습자(예, 학생, 운동선수)가 학습 상황에서 일어난 심리적 환경으로서 목표방향을 결정짓는다(Ames, 1992). 숙달 분위기(과제 관여적)에서는 수행과 관련된 진보가 자기 참조 기준에 의해서 판단되며, 선택, 협동 및 개인적 노력이 강조되는 것으로 즉, 나는 현재의 운동에 얼마나 적극적으로 즐겁게 참여하고 있는가? 라고 평가하는 반면에 수행 분위기(자아 관여적)가 높은 것으로 기술되는 환경은 사회적 비교, 실수에 대한 처벌, 개인 내 경쟁구도 격려로 특징지을 수 있는 것으로 나는 타인과의 경쟁에서 이길 수 있을까? 라고 평가하는 것을 의미한다(Ames, 1992; Newton, Duda, & Yin, 2000).

### 3) 기본적 심리욕구만족 및 좌절

자기결정이론(SDT)에서는 인간이 목표를 추구하고 개인의 성장과 웰빙을 촉진시키기 위한 자양분으로써 자율성, 유능성, 관계성이라는 세 가지의 기본적 심리욕구가 필수적이라고 제안한다. 우선 자율성은 운동선수들이 훈련에 참여하는 것이 즐거움과 흥미를 느끼고, 자율적으로 참여하고 본인 스스로 과제를 선택하여 자결성을 높이며, 자신의 생각과 의견을 자유롭게 표현하고 본인이 선택한 것을 행동으로

옳기는 것을 의미하며, 유능성은 운동선수가 훈련에 참여함으로써 훈련을 잘 수행하고 운동기능이 우수하며, 운동기술을 쉽게 배울 수 있어 목표에 빠르게 도달, 새로운 기술과 기능을 더욱 많이 배우고 싶어 하거나 배우는 것에 즐거움을 느끼는 것을 의미한다. 또한, 관계성은 지도자나 팀 동료들 간에 친밀감을 느끼며, 다른 사람을 배려하는 마음을 가지게 되고 팀 동료들과 함께 하여 상호 간에 협력하고 우정을 키우는 것을 의미한다. 따라서 본 연구에서는 자기결정이론에 근거하여 자율성, 유능성, 관계성 욕구의 3가지 차원에서 구한 측정값을 기본적 심리욕구만족으로 조작적인 정의를 하였다.

심리욕구만족의 반대 개념으로 자율성 욕구좌절, 유능성 욕구좌절, 관계성 욕구좌절의 세 가지 차원에 심리욕구의 부정적 경험에 의한 불만족한 감각이다. 운동선수들이 경험하는 부정적인 개념으로 유능성 욕구좌절은 반복되는 실패와 실수를 통해 느끼는 무능력으로 인한 좌절감을 의미하며, 관계성 욕구좌절은 동료들로 인해 거부당하고 무시당하는 느낌으로 따돌림을 당하는 기분을 의미하며, 자율성 욕구좌절은 나의 의견이나 의사결정이 무시되고, 강요에 의해 참여하고 있다는 느낌을 받는 기분상태이다. 따라서 본 연구에서는 자기결정이론에 근거하여 자율성 욕구좌절, 유능성 욕구좌절, 관계성 욕구좌절의 3가지 차원에서 구한 측정값을 기본적 심리욕구좌절로 조작적인 정의를 하였다.

#### 4) 자기조절동기

자기조절동기(Self-Regulated Motivation)는 일반적으로 행동을 촉발시키고 유지 및 지속시키는 내적인 원동력을 말하며, 자기결정이론에서는 자기결정 연속체를 따라 5개의 상이한 동기 유형(내재적 동기, 확인적 조절, 내사적 조절, 외적 조절, 무동기)이 존재한다고 가정한다. 본 연구에서는 자율적 동기(내재적 동기, 확인적 조절)는 운동이 재미있고 즐겁기 때문에 의지적이고 자발적으로 수행하는 것을 의미, 자기 자신의 자아속으로 완전하게 내면화시켜 운동에 참여하는 것을 의미하며, 통제적 동기(내사적 조절, 외적조절, 무동기)는 내적인 심리적 압박이나 대인간에 심리적으로 느끼는 압력적 이유 때문에 강제적으로 운동에 참여하는 것을 의미한다.

## 5) 자율적 코칭

자율적 코칭은 지도자가 선수들에게 심리적 압박과 요구를 최소화하면서 그들의 관점과 기분을 인정하고 지속적인 정보와 선택의 기회를 제공하는 것을 말한다(Black & Deci, 2000). 이러한 코칭유형은 지도자, 부모, 동료와 같은 주요 타자가 선수들의 기분을 인정해주는 것뿐만 아니라 행동 개시, 선택의 기회, 독자적인 문제 해결, 의사결정 관여 등 자기관리를 지지한다는 개인의 믿음으로 정의된다(Mageau & Vallerand, 2003).

## 6) 통제적 코칭

Bartholomew, Ntoumanis & Thøgersen-Ntoumanis(2009), Mageau & Vallerand(2003)는 통제적 코칭방식을 코치의 믿음에서 비롯되는 의사결정이자 특정 행동이다. 통제적 방식은 선수들의 생각, 정서, 행동을 코치가 원하는 방향으로 유도하고 이끌어가기 위한 전략들로 지도자의 권위적 방식으로 처신하며 선수들도 동일하게 처신하도록 요구하는 것을 의미한다.

## 7) 운동열의

운동열의(Athlete Engagement)는 스포츠에 대한 일반화된 긍정적 인지와 정서를 일컫는 영속적이고 비교적 안정한 경험 상태를 의미한다. 운동열의는 4개 차원으로 자신감, 전념, 활력, 열광으로 특징지을 수 있는 스포츠에서의 지속적이고 긍정적인 인지-정서경험으로 정의할 수 있다(Lonsdale, Hodge, & Jackson, 2007; Lonsdale, Hodge, & Raedeke, 2007). 자신감(Confidence)은 높은 수준의 수행달성과 바라는 목표를 성취할 수 있다는 자신의 능력에 대한 믿음을 의미한다. 반면 전념(Dedication)은 자신이 중요한 목표를 성취하기 위해 시간과 노력을 투자하려는 욕구를 의미한다. 활력(Vigor)은 신체적, 정신적 생동감으로 정의되며, 열광(Enthusiasm)은 흥분감과 높은 수준의 즐거움으로 특징지을 수 있다(Lonsdale et al., 2007). 따라서 본 연구에서는 운동열의를 4가지 차원에서 구한 측정값을 조작적인 정의를 하였다.

## 8) 운동 탈진

탈진(Burnout)에 대한 초기 정의는 스포츠심리학에서 사용되는 스트레스와 불안과 비슷하게 직무영역으로부터 차용되었으며, 탈진은 운동수행의 저하와 함께 운동선수들의 중도포기(Dropout)와 심신의 불편함(III-Being)의 원인이 된다(Cresswell & Eklund, 2007; Goodger, Gorely, Lavallee, & Harwood, 2007). Raedeke & Smith(2001)는 선수들의 탈진을 정서적·신체적 고갈, 성취의식 감소 및 스포츠 가치의식저하의 3개의 주요 증후군으로 구성된 하나의 경험 증후군으로 간주하였다.

## II. 이론적 배경

### 1. 열정

오래전부터 철학자들은 열정의 개념에 관심을 갖기 시작하면서 두 개의 독특한 견해가 출현하였다(Rony, 1990). 첫 번째 입장은 열정이 원인과 통제의 상실을 수반한다고 가정한다. 예를 들어, Spinoza(1632-1677)는 용인할 수 있는 사고는 이성으로부터 발원하지만, 용인될 수 없는 사고는 열정으로부터 파생된다고 주장하였다. 열정으로 괴로움을 당하는 사람은 열정이라는 단어의 어원(고통을 받는다는 라틴어 Passio에서 유래)과 일치하게 일종의 고통을 의미한다. 이러한 관점에 따르면, 열정이 있는 사람은 열정의 노예로서 수동적인 것으로 열정이 사람을 통제한다는 관점이다. 두 번째 입장은 보다 긍정적인 관점으로서 인간을 열정과의 관계에서 매우 능동적인 존재로 묘사하는 것이다. 예를 들어, ‘영혼의 열정’에서 René Descartes(1596-1650)는 열정을 이성이 행동의 기저를 이루는 한 긍정적일 수 있는 고유한 행동적 성향을 가진 강한 정서라고 정의하였으며, Hegel(1770-1831)은 최상 수준의 성취에 도달하려면 반드시 열정이 필요하다고 주장하였다. 따라서 두 번째 열정의 관점은 자기 자신이 열정을 통제할 수 있을 때 적용에 도움을 주는 결과가 발생할 것이라고 주장한다(오영택, 양명환, 2017, 재인용; Vallerand, et al., 2003).

열정은 여러 학자들에 의해 정의되고 있는데, 사전적 의미로 열정이란 “어떤 일에 열렬한 애정을 가지고 열중하는 마음”이라고 정의하고 있다. 그러나 현대 심리학에서 열정은 큰 관심을 받지 못하였으며, 이러한 열정의 유형은 특정 활동에 대한 열정을 구체적으로 설명하기에도 그 이론적 근거나 학문적인 근거가 부족하였다. 이에, 긍정적/부정적 의존(Positive and Negative Dependence; Glasser, 1976), 달리기 중독(Morgan, 1979; Sachs, 1981), 운동 의존과 의무적 달리기(Hausenblas & Symons Downs, 2002)등과 같은 일반적으로 열정과 유사하게 나타나는 개념들에 많은 관심을 보였으며, 일부 학자들은 스포츠에서의 헌신(Carmack & Martens, 1979)에 대한 개념을 논의하였다.

열정의 개념을 조망하는 심리학자들은 개념의 동기적 국면을 강조하기도 하였다.

Frijda, Mesquita, Sonnemans, & Van Goozen(1991)은 열정을 정서적으로 중요한 결과를 가진 최우선 순위의 목표로 정의하였다. 결국 열정을 개개인의 목적을 달성하게 만드는 일종의 동기적 힘(Motivational Forces)으로 개념화 하고 있다. 한편, 철학자들과는 달리 ‘Romantic Passion’ 에 초점을 두거나 열정에 흥미가 적었던 심리학자들은 20세기 후반에서야 관심을 보이기 시작했고, 이들의 연구는 교육 및 심리학 분야에 영향을 미치기 시작했다(김경미, 1987, 김소희, 2004; 김영훈, 이영호, 2004; March & Collet, 1987; Rousseau, Vallerand, Ratelle, Mageau, & Provencher, 2002).

열정에 대한 꾸준한 관심으로 최근 열정을 새로운 개념인 ‘활동 또는 어떤 목표를 향해 좋아하는 강한 마음’ 으로 정의하기도 하였다. Vallerand 등(2003)이 개발한 이원론적 열정모형은 긍정적 형태의 지속적 참여에 대한 선행정의에 근거한 조화열정과 보다 반응적 유형의 활동참여를 나타내는 강박유형의 열정을 모두 포함함으로써 열정의 특성을 가장 잘 포착하고 있다. 이 모형내에서 열정은 사람이 중요성을 인식하고 좋아하고 상당량의 시간과 정력을 투자하는 자기 정의적 활동에 대한 강한 성향이라고 정의하고 연구자들은 개인적 흥미(예, Krapp, 2002), 진지한 유희(예, Rathunde & Csikszentmihalyi, 1993), 활력 넘치는 참여(예, Nakamura & Csikszentmihalyi, 2003), 집중된 활동(Dewey, 1913)과 같은 개념을 사용하는 것을 좋아하였다.

Vallerand 등(2003)은 활동이 인간 정체성의 중요한 특징이 될 만큼 중요성을 얻게 되었을 때 열정을 갖고 있는 것이라고 제안하였다. 따라서 열정적인 활동은 인간의 열정적인 활동이 개인의 정체를 어떻게 내면화 시키는가와 관련된 이론 즉, 자기결정이론(Self-Determination Theory)을 기반으로 열정 척도(Passion Scale)를 개발하였다. 이는 이원론적 개념으로 구성되어 있으며, 조화열정(Harmonious Passion)과 강박열정(Obsessive Passion)으로 구분하였다. 구체적으로, 조화열정은 인간의 정체성 안으로 활동을 자율적으로 내면화함으로써 만들어진다고 가정한다. 지속적인 활동참여를 위하여 자존심이나 사회적 승인과 같은 유관성 없이도 자신에게 중요하기 때문에 열정적인 활동을 자유롭게 수용할 때 일어나는 것이다. 열정적인 활동은 인간의 정체성 안에서 중요한 공간을 점유하지만 과일동력을 유발하지 않고 다른 생활의 활동추구를 위한 공간을 남겨둔다. 사람은 열정적인 활동을 매우 가치 있게

생각하지만, 모든 다른 생활영역과 추구에 해를 주지는 않는다. 또한 열정적인 활동에 참여하는 통제할 수 없거나 융통성이 없기보다는 완전히 의지적이고 융통성이 있다고 느낀다. 따라서 조화열정 수준이 높은 사람은 활동이 강제적이라는 느낌이 없고 오히려 스스로의 선택임을 확신한다. 개인이 좋아하는 활동을 스스로 충분히 통제할 수 있는 것이다.

반면 강박열정은 인간의 정체성 안으로 활동을 통제적으로 내면화함으로써 과생되는 것이다. 열정적 활동 참여가 조건부의 자존심, 사회적 승인, 통제할 수 없는 흥분감과 같은 개인 내적 또는 대인간 유관성과 관계가 있을 때 발생한다. 강박열정은 열정적인 활동과의 과잉정체성으로 특징지을 수 있으며, 개인의 생각을 지배하고 개인의 정체성을 압도하게 된다. 특히, 이런 사람들은 열정적인 활동을 다른 모든 생활영역과 추구보다 더 가치 있게 생각하며, 활동에 참여하려는 내적 압력을 느끼게 되고 활동 참여를 통제할 수 없는 증상들을 느끼게 된다. 활동에 참여하지 못하였을 때 부정적 정서나 열정활동에 대한 반추를 유도하는 것과 더불어 강박열정은 융통성 없는 활동지속을 유발한다. 이러한 이유는 강박열정을 지닌 사람은 열정적인 활동에 의해서 통제를 받고 열정적인 활동 지속은 중요한 개인적, 대인적 희생에 직면하여도 일어날 것으로 상정할 수 있기 때문이다(Rip, Fortin, Vallerand, 2006). 이원론적인 열정 모형을 요약하면, 조화열정은 적응적 패턴과 연결되며, 강박적인 연결은 부적응적 패턴과 연관된다고 예측할 수 있다(오영택, 양명환, 재인용, 2017; Vallerand, Magee, Elliot, Dumais, Demers, & Rousseau, 2008). 서로 상반된 조화열정과 강박열정이 활동을 통해 발생하기까지는 <그림 1>에서와 같이 네 개의 발달 단계를 거친다.

첫 번째 단계에서 개인은 부모, 동료, 사회적 환경들로부터 영향을 받아 활동을 선택하게 된다. 두 번째 단계에서는 활동에 참여하고 흥미를 느끼는 동안 자연스럽게 그 활동에 개인적 가치를 두게 된다. 즉, 대부분의 신체활동이나 스포츠 종목의 경우 흥미라는 요소가 높은 수준으로 존재하기 때문에 열정으로 변화할 충분한 잠재력을 갖게 된다. 신체활동에 참여하는 동안에 흥미를 잃어버리지만 않는다면 활동은 지속되고 개인 스스로 활동에 대한 가치와 의미를 부여하게 되는 것이다. 이어서 세 번째 단계에서는 활동에 대한 정체성의 변화를 겪게 되는데 개인 스스로를 그 활동과 동일화 시키는 정체성의 내면화가 형성되는 것이다(Kenyon &

Mcperson, 1973; Vallerand & Miquelon, 2007). Aron, Aron, & Smollan(1992)과 Deci & Ryan(1994)은 활동에 참여하는 것이 흥미 있고 가치가 있다고 느끼게 되면, 스스로가 활동을 내면화하는 경향이 발생한다고 밝히고 있다. 그러나 개인 스스로가 주어진 활동을 즐기지 못한다면, 열정으로의 내면화는 일어나지 않는다고 보고하고 있다. 이러한 정체성의 내면화는 마침내 네 번째 단계에서 활동을 지속하도록 돕는 강한 열정을 발생시키게 된다(Vallerand et al., 2003).

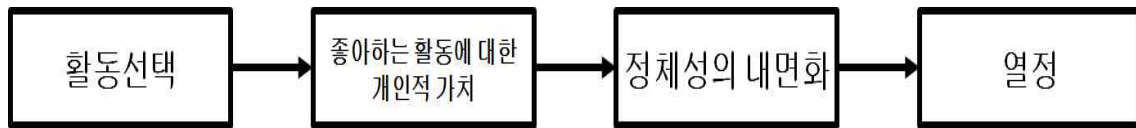


그림 1. 열정의 발달(Vallerand & Miquelon, 2007)



## 2. 자기결정이론의 개관

1980년 미국에서 Deci & Ryan(1980)에 의해 탄생한 자기결정이론(Self-Determination Theory)은 현재까지 다방면으로 빠르게 발전되어 왔다. 이 이론은 심리학 분야에서 가장 많은 지지를 받고 있는 실증적이고 포괄적인 내재 동기이론 중 하나로 인간의 내재적 동기를 지지하는 이론이다(김아영, 2003). 초기의 동기이론가들은 내재적 동기(Intrinsic Motivation)와 외재적 동기(Extrinsic Motivation)가 부가적이라고 가정하였다. 즉, 외적보상이 많을수록 활동에 대한 개인의 전체적 동기는 증가하고 적을수록 동기는 감소한다는 것을 의미한다. 그러나 많은 연구 결과들과 경험적 증거들은 이러한 가정에 회의를 표명하였다(유진, 1997). 내재적 동기 분야에서 선구적인 역할을 해오고 있는 Deci & Ryan(1985)은 내재적 동기와 외재적 동기의 경계가 분명하다는 기존의 전망에 의문을 제기하면서 자기결정이라는 개념을 제시하였다.

자기결정이란 인간의 동기부여에 관련한 넓은 의미의 이론으로 인간의 행동주체가 자기 자신이 되어 의지나 의욕 또는 자기 결정의 정도라는 것에 중점을 두는 것을 말한다(Tamborini, Bowman, Eden, Grizzard, & Organ, 2010). Deci & Ryan(1985)은 자기결정은 자기 선택의 경험으로 인간의 지각된 내적 경험을 포함하는 인간의 자질이고 보상, 처벌 등의 외적 요인에 의해서 강요된 것이 아니라 개인 스스로가 선택할 수 있는 능력을 가지고 있고 자신의 행동을 자의적으로 결정하는 것이라고 정의하였다.

자기결정이론은 다섯 가지의 소이론으로 구성되어 있다. 먼저 인지평가이론(Cognitive Evaluation Theory), 유기체통합이론(Organismic Integration Theory), 인과지향성이론(Causality Orientations Theory), 기본욕구이론(Basic Needs Theory), 목표내용이론(Goal Content Theory)이다. 이 다섯 가지의 이론들은 또 다른 각각의 하위전제 및 조건부 명제를 포함하고 있으며, 상호 보완의 관계를 갖는 유기적 혼합체를 구성하고 있다.

## 1) 인지평가이론

인지평가이론(Cognitive Evaluation Theory)은 외적인 사건이 내적동기에 미치는 영향에 관한 선행연구를 통합하기 위한 방안으로 Deci(1975)에 의해 최초로 제안되었다. 이후 Deci(1980), Deci & Ryan(1985)은 이론을 다듬어서 어떤 사건을 개시하고 지속하게 하는 내적요인과 외적요인을 모두 포괄하는 이론을 발전시켰다. 인지평가이론은 인간이 유능감(Competence)과 자결성(Self-Determination)을 느끼려는 본능적인 욕구를 갖고 있다고 전제함으로써 네 가지 전제를 포함한다.

먼저, 제 1전제는 ‘개인은 자결성에 대한 내적인 욕구를 갖고 있다’는 전제이다. 이 전제는 내적 인과소재(Locus of Causality)의 지각이란 측면에서 풀이 되는데 자신에 의해 행동이 개시되면 내적 인과소재를 가지며, 타인이나 외부요인에 의해 행동이 시작되면 외적인 인과소재를 갖는다. 구체적으로 내외 인과소재와 내적동기의 관계를 보면, ‘외적 인과소재를 조장하는 사건은 내적동기를 감소시키며, 내적 인과 소재를 불러일으키는 사건은 내적동기를 향상시킨다’는 전제이다(Deci & Ryan, 1985).

제 2전제에서는 ‘개인은 유능감의 욕구가 있다’는 전제이다. 이 전제는 유능감의 지각 측면에서 다루어져 왔는데, 타인에 의한 피드백이 내적동기에 어떤 영향을 미치는가에 연구가 집중되어왔다. 어떤 외부의 사건은 개인이 느끼는 유능감 수준에 영향을 미치며, 이러한 외적 사건은 결국 내적동기에도 영향을 미치게 되는 것이다. “유능감의 느낌을 높여주는 사건은 내적동기를 향상시키며, 유능감의 느낌을 감소시키는 사건은 내적동기를 낮춘다” (Deci & Ryan, 1985).

제 3전제는 행동에 영향을 미치는 사건은 정보적 측면(Informational Aspect), 통제적 측면(Controlling Aspect), 무동기 측면(Amotivating Aspect)이라는 세 측면을 갖는다는 전제이다. 세 가지 측면은 개인이나 상황에 따라서 그 영향력에서 차이가 나며, 지각된 인과소재와 지각된 유능감에 영향을 미쳐 궁극적으로 내적동기를 변화시킨다. 먼저 정보적 측면은 ‘내적 인과소재의 지각과 유능감의 느낌을 촉진시켜 결국 내적동기를 향상시킨다’는 전제이다(Deci & Ryan, 1985). 반면, Deci & Ryan(1985)에 따르면 통제적 측면은 ‘외적인 인과소재의 지각을 촉진시켜 내적동기를 낮추게 되고 외적인 응종(Compliance)과 반항(Defiance)을 유발시킨다’는 측면이다. 무동기 측면은 ‘지각된 무능감을 조장하여 내적동기를 감소시키고 무동기

를 촉진한다’는 측면이다(Deci & Ryan, 1985).

마지막으로 4전제는 ‘내적으로 정보를 제공해 주는 사건은 내적동기를 향상 시킨다’는 전제이다. 이 전제는 개인의 내적인 과정에 관한 전제로 인지평가이론에 추후에 포함된다. 이 전제에 따르면 자기 스스로 내적으로 통제된다고 느끼는 것은 타인에 의해 외부적으로 통제되는 것만큼 내적동기를 저하시킨다. 하지만 개인이 내적으로 규제하는 정보는 자결성과 내적동기를 향상시킨다. 여기서 내적으로 일어나는 사건에는 요구, 느낌, 기대 등이 있다(스포츠심리학 핸드북, 2005).

## 2) 유기체통합이론

유기체통합이론(Organismic Integration Theory)은 상이한 유형의 외재적 동기와 이러한 행동조절의 내면화와 통합을 촉진하거나 방해하는 맥락적 요인들을 다룬다(Deci & Ryan, 1985; Ryan & Connell, 1989). 이 이론에서는 개인으로 하여금 내재적으로 흥미가 없는 과제들을 완수할 책임을 요구하는 사회적 욕구와 역할 때문에 내재적으로 동기화될 수 있는 자유가 점점 줄어들어 가는 시점인 초기 아동기 이후의 사례에서 입증되었다(Ryan & Deci, 2000).

내면화는 사회적 가치 혹은 사회적 규범이 자신의 것이 되도록 채택하는 과정이며 외적 조절이 내적 조절로 변화하는 과정이다(Koesnter, Losier, Vallerand, & Carducci, 1996). 어떤 일에 대한 사회적 가치가 더 깊이 내면화될수록 그 일에 대해 더 많은 자율성을 경험하고 그 일을 자기 스스로가 자기 것으로 생각한다. 외재적 동기가 시작된 행동일지라도 그 일에 대한 가치를 더 깊이 내면화할수록 그 일은 자아개념에서 우러나온 일이 되고 그 일에 대한 동기는 내재적 동기와 유사한 성격이 된다. 인간은 자연적 존재에서 사회적 존재로 이동하는데 이것은 사회가 바람직하다고 규정한 것을 받아들이고 자연적 욕구를 억압하는 과정이다(Mitchell & Black, 2000). 이 과정에 인간은 친사회적으로 성장할 수도 있고 반사회적으로 성장할 수도 있다. 사회화 결과는 이 두 극단의 연속선상에 있다고 할 수 있다. 이는 연속선상의 어느 지점에 위치할지를 결정하는 것이 내면화 정도이다. 인간은 선천적으로 내재적 동기를 갖고 있지만 성장할수록 내재적 동기는 줄어들고 외재적 동기가 증가한다. 이것은 성장함에 따라 인간에게 내면화할 것이 점차 증가함을 의미하는 것이다.

인간에게는 자유의지가 있기 때문에 외재적 동기에 의한 활동일지라도 그 행동의 수행여부와 행동에 대한 선호도를 자율적으로 조절할 수 있다. 내면화가 깊이 진행되면 외부에서 들어온 것이 더 많은 자아들과 더 광범위하게 연결되어 행동에 더 큰 영향력을 행사한다(Reeve, 2005). 내재적 동기만큼이나 내면화는 행동의 동기 유발에 중요한 역할을 한다. 내면화는 외적 조절을 내재적 조절로 바꾸어주는 메커니즘이다. 내면화된 것 중에는 완전히 자기의 일부가 되지 못하고 내면에 들어와 갈등을 일으키는 경우도 있고, 완전히 내면화되어 자아가 성장하는 역할을 할 수도 있다. 외부에서 들어간 것이 내부세계의 정서, 인지, 행동에 걸쳐 가지런히 연결되면 동일시 된 것이고 외부에서 들어간 것이 자아에 완전히 내면화되어 더 이상 외부에서 들어간 것이 아니라 내부의 것이 되었다면 통합된 것이다. 따라서, 이와 같이 유기체 통합이론은 내면화 과정과 통합을 중요시한다. 내면화는 가치를 수용하거나 조절하는 과정을 의미하며, 통합은 조절을 자기 자신 속으로 보다 더 완전하게 전환하는 과정을 의미한다.

유기체 통합이론에서 행동원인의 소재지에 따라 동기를 일 그 자체가 좋아서 하는 내재적 동기, 그 밖의 다른 이유 때문에 하는 외재적 동기, 그리고 어떠한 동기도 없는 무동기로 분류한다. 자기결정이론에서의 동기 분류 체계에 대해서 많은 연구자들이 지지하고 있다(Ryan & Connell, 1989; Vallerand & Bissonnette, 1992; Vallerand, Pelletier, Blais, Brière, Senècal, & Vallieres, 1992).

### 3) 인과성향이론

인과성향이론(Causality Orientations Theory)은 내적 자원의 중요성을 강조하면서, 어떠한 특별한 상황에서 인간의 동기, 행동 및 경험은 유기체와 사회적 맥락의 상호작용에 의하여 형성되는 성격특성의 개인차를 다룬다(Deci & Ryan, 1985). 즉, 사회적 세계에 대한 인간의 동기성향에서의 비교적 안정적인 개인차들에 대한 구체적인 설명을 제공하기 위하여 개발된 이론이다. 이러한 관점에서 Deci & Ryan(1985)은 개인차를 측정하는 일반적 인과성향척도(General Casualty Orientation Scale: GCOS)를 개발하였는데, 이 척도는 많은 연구에서 예측변인으로 많이 사용되고 있다.

이 이론은 자기결정을 나타내는 정도가 다른 3가지 성향, 즉 통제적 인과성향, 비

개인적 인과성향과 자율적 인과성향으로 규정하고 있으며, 사람들은 모두 이러한 성향들을 어느 정도 가지고 있다고 가정한다. 통제적 성향(Controlled Orientation)은 인간이 어떻게 처신하여야 하는가에 대한 통제와 지시에 대한 적응과 관계있으며, 외적조절과 내압적 조절과 관계가 있으며, 비개인적 성향(Impersonal Orientation)은 비 효능과 의도적으로 행동을 하지 않는 것의 지표들에 초점을 두고 있으며, 무동기와 의도적 행동결여와 관련성이 있으며, 자율적 성향(Autonomy Orientation)은 흥미와 자기가 인정하는 가치들에 기초하여 행동을 조절하는 것과 관계있으며, 인간의 내재적 동기들과 잘 통합된 외재적 동기에 대한 일반적 경향성을 지수화 하는데 도움을 준다(Ryan & Deci, 2002). 개인들은 각각의 일반적 성향의 세기를 반영하는 3개의 성향에 대한 점수를 얻게 된다.

Koestner, Bernieri & Zukerman(1992)은 자율성향 및 통제성향과 성격통합간의 관계를 연구한 결과, 통제에 비하여 자율성이 통합과 더 높은 상관관계가 있을 것으로 가설을 설정하였다. 그들은 두 개의 집단, 즉 두 성향의 표준점수를 비교하여 한 집단은 자율적인 성향이 높은 집단이고 두 번째 집단은 통제적인 성향이 높은 집단을 만들었다. 그 다음 연구자들은 두 집단내의 행동, 특성 및 태도간의 일관성을 조사한 결과, 자율성 지향 개인들은 행동 및 자기 보고한 특성 또는 태도들에서 강한 정적인 상관을 보였으며, 반면 통제 지향의 개인들은 다양한 성격특성들과 미미한 상관을 보였다. 따라서 연구 결과들은 통제 지향적 개인들보다 자율 지향적 개인들의 성격, 의식 및 행동들의 일치도가 높다는 것을 보여줌으로써 자율성과 통합의 개념들 간의 경험적 연계를 이끌어내었다(Deci & Ryan, 2002; 김덕진, 2010 인용).

#### 4) 기본심리욕구 유형

사람들은 어떤 일을 할 때 자신이 스스로 선택하거나 의사결정을 하고 싶어 한다. 즉, 다양한 활동을 하면서 그것을 시작하고, 계속할지 아니면 그만둘 지를 다른 사람에게 의해서가 아니라 자기 스스로 선택하고 자율적으로 결정하기를 원한다. 특정 활동에 참가하면서 흥미가 있고 선호하는 활동에 자기 의사결정에 따라 행동하면 자기결정적인 것이며, 반면에 어떤 압력이나 외부의 힘에 의해 행동하게 되면 통제적이라 할 수 있다.

즉, 자율성(Autonomy)은 사람들이 행동 참여의 선택, 개시 및 종료하는 것에 대한

선택 의식과 의지를 경험하는 것으로 자신의 행동에 대한 주도권을 가지고 있다는 감정을 말하며(양명환, 김덕진, 2006; Baard, Deci, & Ryan, 2004; Deci & Ryan, 2000), 행동의 자기결정성 수준이 높을수록 수행과 성취에 노력을 기울이며, 높은 수준의 지각된 유능감, 자기 가치감 및 자기 존중감을 경험한다(Deci & Ryan, 1985). 자기결정이론의 관점에서 자율성은 다른 사람으로부터 요구받거나 강요된 행동은 자율적으로 행할 수 있음을 강조한다. 즉, 다른 사람의 지시와 의견에 따르고 해서 자율성을 경험할 수 없는 것은 아니다(Ryan, 1993; Ryan & Lynch, 1989).

유능성(Competence)은 자신의 능력에 대해 숙달감을 느끼거나 자신이 바라던 목표나 결과에 대해 효과적으로 수행하고 달성할 수 있다는 감정을 의미한다(양명환, 김덕진, 2006; Deci & Ryan, 2000). 즉, 개인이 유능하다고 느낄수록 유능성 욕구는 하나의 환경과 효율적으로 상호작용하기 시작한다. 학교, 직장, 그리고 운동과 스포츠 등과 같은 다양한 생활 영역에서 효과적으로 상호작용하려는 욕망을 갖고 있으며, 자신의 기술 발달과 능력, 재능 및 잠재력을 향상시키고 싶어 한다(김덕진, 2010, 재인용). 이러한 유능성 욕구는 자신의 능력이나 기술을 발휘할 수 있도록 최적인 도전을 추구하고 숙달하려는 동기의 원천이라 할 수 있다(Deci & Ryan, 1985).

욕구로서의 유능성은 사람들이 자신의 환경에 숙달하거나, 통제하기 위해 의도적이고, 자발적으로 애쓰는 것을 포함한다. 그것은 자신의 환경과 환경의 반응, 결과들 사이에 존재하는 수반성에 주의를 기울이고, 그것을 학습하도록 사람들을 동기화 시킨다. 유능성 욕구를 만족시키는 주요한 환경 조건은 유능성 긍정 피드백이다. Vallerand & Reid(1984)는 유능성 욕구를 충족시키는 긍정적 피드백이 내재적 동기를 증진시키고 내재적 동기에 미치는 피드백의 효과를 유능성의 지각이 매개한다는 것을 밝혔다. 유능성에 대한 지지는 동기의 내면화를 촉진하고 외적으로 동기화된 행동의 자기조절을 촉진하는데 기여한다. 다시 말해서, 목표 수행에서 유능성을 느끼지 못하면 행동의 조절을 내면화시킬 수 없다는 것이다(Ryan & Deci, 2000).

관계성(Relatedness)은 사회적 환경과의 상호작용 속에서 타인들의 배려와 관심 또는 상호간의 신뢰를 통해 확립되는 감정으로 소속감이나 유대감과 유사한 개념이다(양명환, 김덕진, 2006; Baumeister & Leary, 1995; Deci & Ryan, 2000). 사람들은 자신을 걱정하고 배려해주는 사람들에게 친밀감을 느끼게 되며, 이를 통해 자신과 타인간의 사회적 교감을 형성하게 된다. 특히 여가운동에 함께 참가하는 사람들은

스포츠의 기능적 발휘도 중요하지만 함께 운동하는 사람들과의 교류적 관계도 참여 행동에 중요한 요인이 될 것이다(전지인, 2013). 관계성이 중요한 동기적 개념인 것은 스트레스에 대해 더 안정적이고, 사람들의 대인관계가 친교육구를 지지할 때 더 나은 기능을 할 수 있다고 보고하기 때문이다(Cohen, Sherrod, & Clark, 1986; Ryan, Stiller, & Lynch, 1994).

사람들은 다른 사람과 대면적 상호작용을 할 기회가 주어지면 관계를 형성하려는 방법을 의도적으로 찾는다(Brewer, 1979). 다른 사람들과의 상호작용은, 최소한도 그 상호작용들이 온화함, 배려 및 상호 관심을 갖는 환경에서 발생하는 정도에 따라, 친교 육구를 포함하는 일차적인 조건이다. 새로운 관계를 시작하는 행위는 특히 관계성 육구를 포함한다. 그리고 비록 다른 사람과의 빈번한 상호작용이 관계성 육구를 포함한다 할지라도, 관계성 육구의 만족은 자기와 다른 사람들 간의 사회적 유대를 형성할 것을 요구한다. 또한 관계성을 만족시키기 위해서 다른 사람과 맺으려고 하는 사회적 유대가 성실하고 진실하다는 것을 확인할 필요가 있다. 관계의 양은 관계성 육구를 충분히 포함하는 반면에, 관계성 육구를 만족시키기 위해서는 관계의 질을 요구한다는 것이다(Reeve, 2001).

관계성 육구는 내면화를 증진하는데 중추적인 역할을 한다. 이는 다른 사람에 의해 외재적으로 동기화된 행동은 그 자체만으로 흥미를 느끼지 못하기 때문에 개인은 쉽게 행동하려고 하지 않는다. 그러나 자신에게 의미 있는 사람일 경우 행동을 촉발될 수 있다(김덕진, 2010). Ryan 등(1994)은 부모와 교사가 안정적으로 연결된 아동이 학교에서의 행동을 더 긍정적으로 내면화하는 것으로 나타났고, 관계성이 내면화를 증진시키는데 핵심적인 역할을 할 수 있음을 제안하였다.

## 5) 목표내용이론

SDT의 다섯 번째 미니이론인 목표내용이론(Goal Contents Theory)은 SDT체계 내에서 다산의 연구 분야는 아니다. 목표가 동기를 논할 때 없어서는 안될 요인이기 때문에 자기결정이론에서도 삶의 목표 또는 포부를 중요하게 간주하지만 최근에 내재적, 외재적 목표구조에 대한 관심이 고조되면서 Kasser & Ryan(1993, 1996)의 논의가 부각되고 있다. 목표내용이론의 주된 관심분야는 삶의 목표내용은 어떻게 생겨나며, 개인은 어떻게 인생의 목표를 선택하고, 내면화하는지에 대한 탐구이다.

SDT내에서 지역사회 공헌, 건강, 개인적 성장, 친화와 같은 내재적 목표들은 명성, 재정적 성공, 외모와 같은 외재적 목표와는 차이가 있다. 유기체의 조직화와 일치하게 전자의 목표들은 내재적인 것으로 명명되는데, 그 이유는 목표 본연의 만족을 추구하는 것이기 때문이다. 내재적 목표 추구는 내재적 동기과정 및 내면화와 더불어 자연적 성장지향의 3번째 표명으로서 간주된다. 반면, 외재적 목표는 기본적인 욕구만족보다는 가치의 외적표현에 관심을 갖는 외부지향성(Williams, Cox, Hodberg & Deci, 2000)을 가지거나 소유지향성(Van Boven & Gilovich, 2003)을 갖는다. 사람들이 외재적 목표에 초점을 둘 때 그들은 대인간 비교, 조건부 승인, 자기가치의 외적징후 획득에 관심을 두는 경향이 높다. 그리하여 외재적 목표 추구는 내재적 목표 추구보다 낮은 웰빙 수준과 낮은 최적기능과 상관이 높은 경향이 있다 (Vansteenkiste, Lens & Deci, 2006).

이러한 주장과 일치하게 몇몇 상관연구들은 내재적 인생목표와 비교하여 외재적 인생목표에 강한 포부를 갖는 사람들은 생활만족도, 자존심, 자아실현 수준이 낮으며, 우울증과 불안수준이 높고, 인간관계의 질도 낮게 나타난다고 보고하였다(예, Kasser & Ryan, 1993, 1996; Sheldon & McGreger, 2000; Sheldon, Sheldon, & Osbaldiston, 2000; Duriez, Vansteenkiste, Soenens, & DeWitte, 2007).

목표내용의 개념은 목표동기의 개념과는 다르다. 목표 동기는 사람들이 특정한 목표내용을 왜 추구하는지 그 원인을 의미하는 것이다. 예를 들면, 학생들은 방과 후 아르바이트를 할 수 있다. 이때, 부모의 압력에 못 이겨 돈을 벌기 위하여 일을 할 수도 있고, 대학에 진학하는 것이 가치 있기 때문에 돈이 필요할 수도 있다(양명환, 2012). 대부분의 선행연구들은 대체로 내재적 목표내용 추구는 자율동기와 상관이 높고, 외재적 목표내용 추구는 통제동기와 상관이 높다는 것을 입증하였다 (Vansteenkiste, Lens & Deci, 2006).



### 3. 동기분위기

#### 1) 동기의 개념과 발달

운동을 수행한다는 것은 내적동기와 외적동기가 융합되어 스스로가 주체가 되어 몸을 움직여 활동에 참여하는 것을 의미하는 것으로서 운동에 참여하는 모든 사람들은 해당 종목의 지도자, 즉 외부적 환경과 연속적으로 상호작용한다 할 수 있다. 동기(Motivation)는 라틴어 ‘Movere’에서 유래되었으며, 움직인다(to move)의 의미를 갖고 있다(정청희, 2004). 동기를 나타내는 유사한 용어로는 동기(Motive), 욕구(Need), 충동(Drive)이 있다. 욕구나 충동은 생물학적 측면을 반영하며, 동기는 인지적 측면을 반영하고 있지만, 동기라는 단어는 매우 다양한 상황에서 쓰이고 스포츠 분야에서의 동기 또한 수많은 학자들에게 언급되었기 때문에 한 가지 정의로 단정 짓기에는 매우 어려운 부분이 많다.

동기의 발달은 심리학의 패러다임의 변천에 따라 진행되었다. 행동의 강도와 방향을 기본적 구성으로 한 정신분석적 측면에서 20세기 초의 행동주의적 접근, 1940년대에 대두된 인본주의적 접근, 1960년대 시작된 인지적 또는 유기체적 측면에 이르기까지 발전되어 왔다. 즉, 20세기 초의 정신분석이론과 욕구 이론, 1940~1950년대에는 행동주의(Behaviorism) 관점에서 이론들이 선행하여 인간의 행동을 자극-반응(S-R)의 연결체로 이행하려는 시도가 전개되었으나, 심리학 영역에서 인지적 접근이 대두되면서 S-R 이론은 쇠퇴의 길로 접어들었다.

본격적인 동기 연구는 개인의 행동통제 지각을 설명한 DeCharms와 외적, 내적 동기를 설명한 White에 의해서 1950년대 말에 본격적으로 가속화되었다. 또한 높고 낮은 성취 욕구에 따라 성공 및 실패에 대한 생각이 다르다는 귀인을 Weiner가 설명하면서 McClelland와 Atkinson의 성취동기 공식에 인과적 귀인을 첨가하여 동기의 연구방향을 바꾸었다고 언급하였다(허정훈, 1998). 특히 사회 인지적 연구는 개인 인지와 사회 문화적 표상간의 관계를 개인 인지 내에서 추구하고자 하는 것이었으며, 특히 스포츠 상황에서 가장 영향력을 발휘한 동기 이론은 성취동기(Achievement Motivation)이론이다.

## 2) 동기분위기 지각

성취목표성향은 개인차에 따라 다른 동기적 과정에 관련되거나 오히려 상황적 요인이 더 크게 영향을 미치기도 한다. 즉 스포츠현장은 환경적 요인의 강조에 의해 동기분위기(Motivational Climate)가 공존한다. 동기 분위기는 내용의 중심을 참여, 개인의 발전, 그리고 업무 이행에 두는 숙달 분위기(Mastery Climate)와, 그 중심이 성공 그 자체와 다른 사람을 뛰어넘는 것에 있는 수행 분위기(Performance Climate)로 구분된다(Kavussanu, 2006). 구체적으로 살펴보면, 수업상황의 동기적 분위기가 숙달 지향적으로 지각할 때 학생들은 수업을 향한 긍정적인 태도를 가지고 있고, 성공을 위한 주요 원인으로 노력을 인식하며, 도전적인 과제를 선택한다(Seifriz, Duda & Chi, 1992). 숙달 분위기는 수행과 관련된 분위기보다 더 적응적이며 인지, 정서적인 행동 패턴과 이론을 지지하고 있다(Vazou, Ntoumanis & Duda, 2005). 반면, 수행분위기는 만족의 감정은 다른 사람들과 비교하는 방법에 의존하기 때문에 규범적 능력과 팀 동료들과의 경쟁을 나타내는데 중점이 있다고 주장하였다(Ames & Archer, 1988).

동기 분위기는 선생님, 부모님, 그리고 코치들에 의해 형성되지만 결과적으로 참가자들의 측정된 분위기의 지각은 사람마다 다르게 측정되었다(Ames, 1992). Ames & Archer(1988)의 연구에서는 상황목표구조를 나타내는 동기부여 분위기를 사용하였고, 각각의 과제 및 자아성취와 관련된 상황을 나타내 숙달분위기와 수행분위기로 개념화 되어 사용하였다. 동기 분위기에서 가장 중요한 숙달목표와 수행목표는 모든 특별한 행동이 포함된다(Kavussanu & Roberts, 1996). 이러한 상황은 대인경쟁, 규범적 피드백을 강조하는 상황, 공공평가, 사회적 비교, 노력, 학습 등의 참여를 장려하고 자아참여를 용이하게 한다(Kavussanu & Roberts, 1996). 본질적으로 동기부여 분위기는 성취상황에 참여하는 개인의 내적동기에 영향을 미칠 것으로 가정하며 개인은 그들의 외부보상 또는 허용되지 않은 활동에 참여할 때를 말한다(Kavussanu & Roberts, 1996).

이와 관련한 선행연구들은 숙련분위기에 있는 청소년들이 경쟁분위기에 있는 청소년들 보다 신체활동에 더욱 즐겁게 참여하고, 부정적정서(불안)가 낮고, 수행이 높게 증가하며, 주어진 과제를 오래 지속한다는 사실을 증명하였다(유진, 박성준, 1996; Rudisill, 1990; Weitzer, 1989). 또한, Smith, Smoll & Hunt(1997)은 지도자들이

과제를 중심으로 기술적인 지도를 많이 하고 처벌행동은 가능한 적게 하도록 하는 숙련분위기를 만들 때, 그 집단의 청소년 선수들이 지도자나 코치를 더욱 높게 평가하고, 팀의 구성원들이 서로 더욱 협동하며 높은 자긍심을 가지고 있음이 밝혀졌다.

#### 4. 자율적 동기와 통제적 동기

자율적 동기(Autonomous Motivation)는 자기목적적인 내재적 동기와 자기결정성이 높은 외재적 동기인 확인조절동기와 통합조절동기를 의미한다. 자율적 동기는 자기결정성이 높기 때문에 행동을 자율적으로 개시하고, 의사결정과정에서 주도적인 역할을 할 수 있는 행위자의 능동적인 특성을 포함하고 있다. 반면, 통제적 동기(Controlled Motivation)는 외재적 동기와 무동기를 포함하는 개념으로서 내면화 첫 단계인 내사적 조절동기와 외적조절동기를 의미하고, 자기결정성이 낮은 동기들로서 자율적으로 행동을 개시하거나 의사결정을 주도적으로 하는 것이 아니라 타인의 지시나 외적인 통제에 의해서 행동이 이루어지는 특성을 말한다.

상이한 형태의 조절은 높은 자기결정에서 낮은 자기결정까지의 연속체 위에 존재한다고 가설화 되어 있고 자기결정이 고양된 심리적 기능(Deci, 1980; Deci & Ryan, 1985)과 상관이 있기 때문에 자기결정 이론은 그에 상응하는 결과를 예측할 수 있다. 다시 말해서, 자기결정이 높은 조절인 자율적 동기(내재적, 확인적 조절)는 긍정적인 결과를 유발하는 것으로 가정되고 반면, 자기결정이 가장 낮은 조절인 통제적 동기(내사적 조절, 외적조절과 무동기)는 부정적인 결과를 유도할 것으로 예측한다(오영택, 2013). 보다 구체적으로 말해서, 상이한 생활영역에서의 연구들(예; 교육, 직무, 대안관계, 정치, 건강 및 체육)은 자기결정성이 높은 형태의 동기, 즉 자율적 동기는 학습개선, 흥미증가, 노력증가, 수행개선, 보다 긍정적인 정서 상태, 높은 몰입순간, 높은 자존심, 적응력 개선, 만족도 증가 및 건강증진을 유도하는 반면, 자기결정성이 낮은 형태의 조절인 통제적 동기는 이러한 결과들과 부정적으로 상관이 있다는 것을 검증하였다(Fortier, Vallerand & Guay, 1995; Grolnick & Ryan, 1987; Kasser & Ryan, 1996; O'Conner & Vallerand, 1990; Pelletier 등, 1995; Vallerand 등, 1992, 1993; Williams, Grow, Freedman, Ryan, & Deci, 1996). 아울러 많은 실험실 연구들은 외적이유(즉, 통제적 방식으로 동기화된) 때문에 활동에 참여하도록 유도되는 사람은 내재적으로 동기화 된 사람들보다 자유선택 기간 동안 지속정도가 낮다는 것을 확인하였다(Deci, Koestner, & Ryan, 1999).

## 5. 코칭유형

### 1) 코칭행동의 개념

1880년대 보트 경기의 지도자인 ‘코치’가 선수들이 좋은 성적을 낼 수 있도록 ‘도와주고 이끌어주는 행위’를 지칭한 것에서 유래되었으며 주로 스포츠/운동 분야에서 사용되어 왔다(조은현, 탁진국, 2011). 스포츠에서 코칭(Coaching)이란 선수가 스스로 달성 가능한 목표를 세우고 목표를 이룰 수 있도록 지도자가 도움을 주는 행위이다. 구체적으로 선수를 효과적으로 훈련, 지도, 관리하는 총체적인 인간 대 인간의 지도 기술을 통한 경기력 향상(박정근, 2001), 올바른 선수로 성장시키는데 목적이 있다(최의창, 2012). Weinberg & Gould(2003)은 지도자는 팀 비전을 제시하여 구성원들로 하여금 비전을 실현할 수 있도록 동기를 부여하는데 힘써야 한다고 하였다.

한허정(2007)은 개인 및 조직의 성과 향상을 목적으로 구성원의 자발적 행동을 유발하고 학습을 촉진하는 기술이자 행위라고 정의하였다. 강상조, 안문용, 최관용, 김혜진(2010)은 선수가 운동에 참가하는데 관련된 지식이나 체력, 기술, 전술 및 전략, 태도 등을 효과적으로 습득하기 위해 코치가 해야 할 총체적인 행위라고 하였으며, 김기웅(1990)은 코칭을 지도하려는 기능 및 방법을 구체적으로 사전에 준비하여 선수의 상황적 또는 심리적 특성에 맞게 지도함으로써 선수 스스로가 문제해결, 효율적인 변화를 일으키도록 도움을 주는 작용, 많은 유명 코치들은 그들 자신만의 독특한 코칭철학이 있다고 보고하였다.

임길선(1993)은 학습자(선수)들에게 목표제시, 상호작용방법 및 방향, 상호작용의 주제와 같은 실체로서 학습자들에게 처치, 과제제시, 관찰, 피드백 등으로 개념화할 수 있다고 보고하였으며, 또한 Sidentop(1983)도 지도행동을 기능, 지식, 이해, 가치 등을 개선시키기 위한 의도적인 활동의 총체라고 정의하였다. 이러한 코칭 지도유형은 스포츠분야에서 리더십으로도 많은 의미를 포함하고 있다. Barrow(1977)는 목표달성을 향해 개인이나 집단에게 영향을 미치는 행동적 과정이라 하였으며, Fleishman(1973)은 리더십의 정의를 어떤 목표나 목표군의 달성을 위하여 의사소통 과정을 통한 개인 간의 영향력을 행사하는 도전이라고 하였다.

운동선수는 운동수행에서 지도자로부터 가장 큰 영향을 받으며, 선수의 경기력 수준 향상에 대한 동기와 즐거움에 직접적인 영향을 미친다. 이러한 스포츠 경기 승패에 영향을 미치는 지도자 역할과 지도 방법에 관한 관심들이 고조되면서 코칭에 대한 연구들이 계속적으로 이루어지고 있다. 코칭에 대한 연구들은 코치가 선수들의 수행이나 행동은 물론 그들의 심리·정서적 발달에도 지대한 영향을 미칠 것이라는 기본 가정에서 출발한다. 코칭은 ‘개인이나 집단을 설정된 목표에 도달하도록 하는 행동적 과정’과 같은 일반적이고 광의적인 정의로 개념화되며, 여기에는 코치가 사용하는 의사결정의 과정이나 훈련 스타일, 피드백의 빈도와 유형, 동기 유발 기법, 대인관계 유형 등 다양한 행동들이 주요 분석 대상으로 포함되어 왔다. 따라서 여러 선행연구에서는 효과적인 코칭의 특성이나 리더십 유형 혹은 행동 패턴을 찾는데 초점을 두었으며, 결과적으로 코칭 효율성은 성공적인 수행 결과(승패율, 지각된 수행능력 정도)나 선수들의 긍정적 심리 반응(지각된 능력, 자긍심, 내적 동기 성향, 재미 등)을 고무하는 일련의 코칭 특성, 리더십 유형과 행동 등의 범주에서 조작화 되어졌다(Horn, 2002; 스포츠심리학 핸드북, 2005).

여러 학자들의 정의와 선행연구의 개념을 통해 지도자의 코칭유형은 경기현장에서 선수들의 요구와 개개인의 특성에 맞추어 팀 또는 개인의 경기운영 능력을 좌우하는데, 이러한 코칭행동은 긍정적인 요소로 작용할 수 있지만 개개인의 능력과 특성을 고려하지 않을 경우 부정적인 결과를 초래할 것이다. 코치는 훈련 및 경기상황에서 선수들과 상호작용을 통하여 선수들의 능력향상에 중요한 영향을 발휘하여 선수개개인의 능력과 팀의 능력을 결정짓는데 의미 있는 역할을 한다. 따라서 두 가지 코칭유형인 자율적 코칭유형과 통제적 코칭유형에 대해서 고찰해보고자 한다.

## 2) 자율적 · 통제적 코칭행동

자율적 코칭행동(Autonomous Coaching Behavior)은 선수들에게 심리적 압박과 요구를 최소화하여 그들의 관점과 기분을 인정하고 지속적인 정보와 선택의 기회를 제공한다(Black & Deci, 2000). 몇몇 연구자들은 선수들에게 통제적 코칭 행동보다는 자율적 코칭을 지지해주는 환경을 제공할 때 감정과 자기결정성 동기(Grolnick & Ryan, 1989), 성취와 적응(Grolinick, Ryan & Deci, 1991)등의 심리적 결과와 정적인 관계가 있다는 것으로 보고하였다. Reeve(2002)는 자율적 코칭은 스스로가 하고

싶은 대로 하는 것을 의미하는 것이 아닌 스스로가 원하는 것을 선택하고, 선택에 의해 행동을 할 수 있게 해주는 것으로 스스로가 목표를 설정하거나 그것을 성취하기까지의 해결 방법을 찾을 수 있도록 기다려 주는 것이라고 하였다.

자기결정이론(Self-Determination Theory: SDT)에 근거하여 권위적 위치의 개인이 타인에게 통제와 압력을 최소화 하면서, 그들의 관점과 정서를 인정하고 선택을 위한 정보와 기회를 공유하는 것이다(Black & Deci, 2000). 또한 의사를 결정하는데 있어 자기주도(Self-Initiation)에 가치를 두는 것뿐만 아니라 독창적인 문제해결과 참여를 선택하도록 지도하고 격려하는 것으로 정의할 수 있다(Grolnick & Ryan, 1989; Mageau & Vallerand, 2003).

따라서 코치가 선수들의 의지에 의해서 선택할 수 있는 권한을 경험할 수 있는 환경을 제공하고 스스로 도전하고 노력하도록 지원하는 것을 의미한다(Bartholomew et al., 2009). 특히 코치나 부모, 동료 등 주요 타자가 선수들의 기분을 인정해줌으로써 행동 개시, 선택의 기회, 독자적인 문제해결, 의사결정 관여 등 자기관리를 지지한다는 개인의 믿음으로 규정된다(Mageau & Vallerand, 2003).

반대로 통제적 코칭행동(Controlling Coaching Behavior)은 코치들이 구체적이고 사전에 계획한 사고방식을 부과하기 위하여 강압적이고 위압적이며 권위적 방식으로 처신하며 선수들도 동일하게 처신하도록 요구하는 것이다. 코치가 부과하는 외적압력이 선수들 자신의 행동의 기원으로 지각하게 된다. 따라서 통제적 코칭행동은 선수들의 인과성 소재 지각을 내적에서 외적으로 변화시킬 수 있는 것으로, Bartholomew et al.(2010), Deci & Ryan(2000)은 코치의 지나친 요구와 선수들에게 권위적인 행동은 선수들에게 부정적인 영향을 주는 것으로 보고하였다.

운동 상황에서 선수들이 인식하는 코치의 통제적인 코칭전략을 측정하기 위해 개발된 Bartholomew, Ntoumanis & Thøgersen-Ntoumani(2010)의 통제적 코칭행동 척도(Controlling Coach Behaviors Scale: CCBS)를 국내 스포츠 상황에서 타당하게 활용될 수 있게 개발한 송용관, 천승현(2012)은 통제적 방식이 단순히 단일화된 개념보다는 다차원적인 전략들로 구성되어 있다고 보고하면서, 선수들의 생각, 정서, 행동을 코치가 원하는 방향으로 유도하고 이끌어가기 위한 전략들로 4가지로 구성되어 있다고 주장하였다. 먼저, 특정 상황에서 개인의 행동을 촉진시키거나 이를 통제하기 위한 보상 활용을 통한 통제(Controlling Use of Reward), 특수한 상황에서 개

인의 행동이 지나치게 통제·강요를 받는다는 것을 의미하는 사생활 간섭(Excessive Personal Control), 선수들에게 언어적 위협(Intimidation)을 가하는 통제전략, 코치가 원하는 방식으로 선수가 행동할 때 제공되는 조건적인 사랑, 관심, 보살핌 등의 행동으로 부정적인 조건적 관계(Negative Conditional Regard)의 네 가지 방식의 통제 전략들로 통제적 코칭방식이 설명된다고 주장하고 있다.



## 6. 운동열의

열정은 개인이 좋아하는 활동에 참여시간과 에너지를 투자하려는 성향이나 경향을 의미하는(김영재, 2012; 서미래, 2014; Vallerand, Blanchard, Mageau, Koestner, Ratelle, Leonard, Gagne & Marsolsis, 2003)것으로 열의와는 개념적인 차이가 있다. 열의는 표현의 활용과 예측을 의미하는 것이며, 표현의 성향으로 그 개념을 정의할 수 있다(김영재, 2012). Kahn(1990)은 열의란 개인의 인지, 정서, 행동을 활동적이고 만족스러운 수행으로 연결하고 선호하는 자아의 표현과 활용으로 정의하였고, 반대 개념으로 개인이 자아를 표현하거나 활용하지 못하는 상황을 비열의(Disengagement)로 구분지어 설명하였다.

열의는 학문에서 사용된 시점이 긍정심리학(Positive Psychology)의 출현과 동시에 사용되어졌다고 할 수 있다(Schaufeli & salanova, 2005). 긍정심리학은 열정적인 마음의 상태를 의미하며, 개인의 정서, 인지, 행동을 만족스럽게 만들어 활동적인 수행으로 연결하게 해 주는 것으로 설명되고 있다(Kahn, 1990). 특히, 열의는 어떤 특정한 대상이나 행동, 사건에 국한되지 않고 비교적 포괄적인 인지와 정서와 관련하여 지속적인 상태를 의미한다고 하였다(이혜희, 2014).

열의에 대한 구성요인은 몰두와 몰입, 활력, 헌신, 효능감으로 구분할 수 있다(오아라, 2013; Schaufeli & Bakker, 2004). 먼저 몰두와 몰입은 자신이 참여하는 운동이나 기타 활동에 즐거운 마음으로 참여하여 완전히 주의를 집중되게 만들어 시간이 가는 줄도 모르게 깊이 몰입이 된 상태로 자신을 잊어버리고 다른 무엇도 생각하기 어려운 상태를 의미한다(서미래, 2014). 두 번째, 활력은 어떤 활동에 참여함에 있어 참여하는 시간동안 매우 높은 정신적인 탄력과 에너지, 회복력을 가지며, 자신의 활동에 대한 노력의지와 어려운 상황에 마주 했을 때에도 굴복하지 않고 끝까지 인내하게 만드는 것을 의미한다(서미래, 2014). 세 번째, 헌신은 자신으로 인해 행해지는 행동에 적극적으로 참여함으로써 행동에 대한 의미와 자부심을 가지고 도전하는 것을 의미하는 것으로, 열정이나 영감, 자긍심과 도전의식으로 특별한 경험에 깊이 있게 몰두되고 몰입된 상태를 가지게 되는 것을 의미한다(김영재, 2012; Bakker & Geurts, 2004). 네 번째, 효능감은 자신이 행동을 수행하는 것에 대한 개인이 가

지게 되는 난이도를 의미하는 것으로 행동이나 활동의 수행과정에서 발생하는 행동이나 실행이 개인 스스로의 통제력 하에 있다고 생각하는 수준의 정도를 의미한다 (한덕웅, 이민규, 2001; 유소이, 박소진, 동 쉬어페이, 2007).

Lonsdale, Hodge, & Jackson(2007)은 운동열의를 자신감, 전념, 활력, 열광의 4차원으로 개념화하였다. 우선 자신감(Confidence)은 높은 수준의 수행달성과 바라는 목표를 성취할 수 있다는 자신의 능력에 대한 믿음을 의미한다. 반면 전념(Dedication)은 자신이 중요하다고 보는 목표를 성취하는 것에 대해 시간과 노력을 투자하려는 욕구를 의미하는 것이며, 활력(Vigor)은 신체적, 정신적 생동감으로 정의며, 열광(Enthusiasm)은 흥분감과 높은 수준의 즐거움으로 특징지을 수 있다(Lonsdale, Hodge, & Jackson, 2007).

## 7. 운동 탈진

1960년대 후반 New York Clinic의 정신건강담당자였던 Herbert Freudenberger(1981)가 기관의 자원봉사자들에게서 피로의 증상과 확연한 이유 없이 의욕을 잃고 환자들에게 냉정해지는 과정들을 관찰하게 되었다. 이러한 증상들을 묘사하는데 있어서 ‘탈진’ (Burnout)이라는 용어를 최초로 사용하기 시작했다. 하지만, 탈진의 개념은 비교적 새로운 것이고 모호한 것이기 때문에 학자들에 따라 매우 다양하게 정의되고 있다. 특히, 탈진에 대한 초기 정의는 스포츠심리학에서 사용되는 스트레스와 불안과 비슷하게 직무영역으로부터 차용하였다. Maslach & Jackson(1984)은 탈진을 정서적 고갈, 감소된 성취감, 비인간화를 내포하는 하나의 심리적 증후군으로 묘사하였다. Maslach(1976)는 탈진에 대해서 주로 ‘사람들을 대상으로 일하는’ 사람에게서 발견되는 계속적이고 반복적인 정서적 압박의 결과, 만성적 감정, 긴장의 반작용으로 오는 일종의 직업스트레스로서 탈진을 감정적인 면에 비중을 두어 보았다. 즉, Maslach과 Jackson(1982)은 탈진의 하위요인 중 정서적 고갈은 정서적으로 과도하게 긴장하고 지친 느낌, 비인격화는 자신들의 환경에서 다른 사람들에게 비인간적으로 냉정하게 반응하는 것, 개인적 성취감은 다른 사람과의 일에서 성공적인 업적이나 효능감으로 정의하였다. 이들의 탈진에 대한 정의는 특출한 증후군들을 표적으로 삼고 있어서 매력이 있다고는 하나, 그 개념은 스포츠와는 다른 상이한 사회적, 환경적 맥락을 갖고 있는 인적 서비스분야에 근거하여 만들어진 것이다(Li, Wang, Pyun, & Kee, 2013).

Raedeke(1997)은 운동선수의 탈진에 대한 관심이 증가함에 따라서 Maslach & Jackson(1984)의 연구를 참고하여 스포츠 영역에서 특정한 탈진의 개념을 개발하였다. Raedeke & Smith(2001)은 스포츠에서의 탈진은 스트레스가 지속될 경우 정서적·신체적 고갈, 성취의식 감소, 스포츠 가치의식저하의 3개의 주요 증후군으로 구성된 하나의 경험 증후군으로 심리·사회적 증후군으로 정의하였다. 이들은 탈진을 과도한 스트레스 혹은 불만족으로 이전에 즐거웠던 신체활동이 심리적, 정서적, 신체적으로 고갈된 상태가 가장 대표적인 탈진의 정의로 활용되고 있다. 또한 운동탈진은 지나친 훈련과 경기에서 필요한 것을 해결하지 못해서 일반적으로 자주 극단

적인 결과를 보이는 심리 생리적으로 지친 반응이며, 지나친 스트레스와 환멸에 대한 반응으로서 신체활동으로부터 심리적, 정서적, 육체적인 회피라고 보고하고 있다.

Freudenberger(1974)는 탈진의 또 다른 선구자로 용어의 문헌적 의미를 고려한 정의를 제안하면서 에너지, 근력, 자원에 대한 초과적 요구에 의해 나타나는 소진되거나 지치는 것, 실패하는 것이 포함된다. Freudenberger(1974)는 심리 분석적 관점으로 생물학적 생리적 증상(소진, 피로, 감기 증상, 소화불량), 행위적, 감정적 증상(울화증, 우울증, 울거나 소리 지르고 싶은 경향, 과대망상증, 위험행동 증가, 냉소증), 인지적, 사회적, 수행력 결함(사고의 유연성 부족, 일에 대한 비효과적인 시간 소모, 고립)등 이러한 정의에 의한 증상은 우울증, 만성적 피로 증상, 만성적 스트레스 증상, 외상성 후 스트레스 장애 등과 거의 구별하기 힘들다고 보고하고 있다. 또한, 일부 연구자들은 탈진의 특별한 증상을 ‘강한 개인적 가치를 위한 장기적 노력이 탈진을 유발하는 과정적 구성 요인’ 이라고 설명하고 있다(Pines, 1993).

스포츠 분야에서 탈진에 대한 연구는 1980년대 중반 이후 이루어지기 시작하였으며, 초기 단계에는 학교 운동부의 코치 또는 체육교사로 현장 지도자들을 대상으로 이루어졌다. 탈진의 연구가 진행되면서 경쟁 스트레스(불안), 동기, 중도포기와 같이 서로 밀접한 관련이 있는 주제들과 연관되어 연구가 진행되어 왔으며, 과도한 훈련이나 경기, 자신의 고민, 걱정으로 인해 장시간에 걸쳐 지나친 스트레스 누적에 대한 반응으로써 심리적, 정서적, 신체적으로 지친 상태를 의미한다(Smith, 1986). Perlman과 Hartman(1982)은 1974-1981년 동안에 이루어진 탈진관련 논문을 조사하여 탈진의 정의에 대한 내용분석을 실시한 결과, 탈진을 정서적 스트레스에 대한 반응이라는 정의를 내렸다. Harris(1984)는 탈진을 ‘개인이 더 이상 어떤 일을 못하거나 포기할 때의 상태’ 라고 정의하였다.

Perry(1982)는 탈진은 어떤 특정의 자원을 고갈시키고 이 고갈된 자원이 보충되지 못함으로써 심각성을 낳는다고 주장하였다. 특히, 과도하게 성취 지향적인 선수와 완벽 주의자들은 스포츠에 헌신적으로 집중함으로써 쉽게 탈진에 이르게 된다. Bunker, Rotella, & Reilly(1985)에 의하면 선수들은 자신의 능력 이상의 과제 요구에 부응하지 못했을 때 선수들은 쉽게 후회감에 빠지고 탈진에 이르게 된다는 것이다. 이와 같은 탈진의 신체적 증상으로는 긴장의 증가, 극도의 피로감과 흥분을 들 수

있다(Smith, 1986). 이러한 신체적 증상은 체내의 에너지를 고갈시켜 발병에 걸릴 가능성을 증가시키게 되며, 운동수행의 저하를 나타내게 된다. Heyman(1986)에 의하면 운동선수가 탈진에 이르면 극도의 고독감을 느끼고, 활동에 부정적인 태도를 보이고 행동적 증후로는 우울, 무력감 분노 등을 보이게 된다고 보고하고 있다.

특히 이러한 탈진은 몇 주, 몇 달 그리고 몇 년 동안 지속되는 장기적인 증상으로 갑작스러운 부정적 행동에 의해 나타나는 것이 아니라 일상적인 생활에서 오는 스트레스, 일상의 직무로 인한 스트레스가 오랫동안 쌓여서 일어나는 특징이 있다. 스트레스에 지속적으로 노출되었을 때 이 스트레스를 해소하지 못하는 사람은 지속적으로 스트레스를 지니고 생활하게 되는데, 이러한 스트레스에 대한 인내는 결국 탈진을 유발하게 되는 것이다(Maslach, 1982).

## 8. 선행연구 고찰

### 1) 열정과 결과 변인들 간의 관계

Vallerand와 동료들(Vallerand, Blanchard, Mageau, Koestner, Ratelle, Léonard, Gagné, & Marsolais, 2003)은 자기결정이론과 행동 내면화와 연관된 원리에 입각하여 신체활동에 대한 이원론적 열정 모델(The Dualistic Model of Passion)을 제안하였다. 따라서 열정요인의 하위요인인 조화열정, 강박열정과 여러 준거변인들 간의 관계를 살펴보았다.

대학의 미식축구 선수들을 대상으로 연구한 결과 훈련시즌 동안 조화열정은 긍정정서를, 강박열정은 부정정서를 증가시켰으며(Vallerand et al., 2003), 대학생들이 활동에 참여하는 동안의 조화열정은 높은 수준의 긍정정서를 경험하게 하지만, 강박열정은 긍정정서와 관련이 없고, 활동에 참여하지 않을 때의 강박열정은 오히려 긍정정서의 감소를 가져왔다고 보고하고 있다(Mageau & Vallerand, 2007). 또한 농구, 싱크로나이즈스위밍, 수구선수들을 대상으로 열정요인은 모두 자발적 연습(Deliberate Practice)과 수행을 유의하게 예측하고 있었고, 주관적 웰빙은 조화열정과는 정적인 관계였으나, 강박열정과는 부적으로 연관됐다(Vallerand et al., 2008b). 음악가들을 대상으로 한 연구에서도 조화열정은 숙달목표(Mastery Goal)와 자발적 연습에 긍정적인 영향을 미친 후 높은 수준의 수행으로 연결 됐지만, 강박열정은 수행-접근목표(Performance-Approach Goal)와 수행-회피목표(performance - avoidance goal)에 정적인 영향을 주고, 수행에는 부정적인 영향을 미쳤다(Bonneville-Roussy, Lavigne, & Vallerand, 2011). 대학원생과 청소년의 조화열정도 긍정정서를 거쳐 대인관계(Quality of Relationship)와 정적인 관계였지만, 강박열정은 부정정서를 거쳐 부정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다(Philippe, Vallerand, Houliort, Lavigne, & Donahue, 2010).

문대선, 이철원, 고대선(2016)은 태권도 교양체육을 수강하는 대학생 350명을 대상으로 열정, 자신감과 행복감 간의 관계를 분석한 결과 유의한 정(+)의 관계가 있는 것으로 나타났다. 또한, 박수경, 이현수(2010)의 연구에서는 지체장애인 259명을 대상으로 연구한 결과 열정요인 중 조화열정은 운동중독에 부분적으로 유의한 영향을

미치는 것으로 나타났으며, 강박열정은 운동중독의 모든 하위요인에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 김종필, 구용관, 김보겸(2016)은 피트니스센터를 이용하는 생활체육인들 295명을 대상으로 열정이 운동결과기대 및 운동 몰입에 미치는 영향력을 분석한 결과 조화열정은 운동결과기대, 운동 몰입에 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 강박열정은 운동결과기대 및 운동 몰입에 부분적으로 유의한 부(-)의 영향을 미치는 것으로 나타났다.

이정학, 범철호, 김욱기(2015)는 골프선수들을 대상으로 열정과 운동 몰입 및 심리적 행복감간의 관계에서 조화열정은 운동 몰입의 하위요인인 인지몰입과 행위몰입에 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 심리적 행복감의 하위요인인 만족감과 성취감에도 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났다. 반면 강박열정은 인지몰입과 행위 몰입에는 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났으나, 심리적 행복감의 하위요인 간에는 유의한 영향은 없는 것으로 나타났다. 김욱한, 이봉(2015)이 골프 동호인들을 대상으로 열정과 운동몰입 및 운동지속간의 관계를 분석한 결과 조화열정은 운동 몰입의 하위요인인 인지몰입과 행위몰입에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 운동지속에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 강박열정은 운동 몰입의 하위요인인 인지몰입에만 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이러한 선행연구들을 토대로 열정요인의 하위요인인 조화열정은 준거변인들 간의 긍정적인 영향을 미친다는 것을 알 수 있었으며, 강박열정은 부정적인 영향을 더 높게 나타나는 것으로 이해할 수 있다.

## 2) 열정과 자기결정, 결과변인들 간의 관계

오영택, 양명환(2016)은 태권도 선수 320명을 대상으로 운동열정과 운동의존성 간의 관계에서 자기조절동기의 매개효과를 검증한 결과 조화열정은 자율적 동기에 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 통제적 동기에는 유의한 부(-)의 영향을 미치는 것으로 나타났다. 강박열정은 자율적 동기와 통제적 동기에 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났다. 열정과 결과변인인 운동의존성간의 관계를 분석한 결과에서 조화열정은 운동의존성의 하위요인인 의도효과, 금단증상, 내성, 시간에 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 강박열정은 의도효과, 통제결여, 금단증상, 지속, 타 활동 축소, 내성, 시간에 유의한 정(+)의 영향을 미치는

것으로 나타났다<그림2 참조>. 또한, 백민경(2011)은 무용전공 대학생 306명을 대상으로 동기분위기, 성취목표성향과 무용열정간의 관계에서 조화열정과 숙달분위기는 정(+)적으로 유의한 관계를 미치는 것으로 나타났으며, 수행분위기와는 부(-)의 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 반면, 강박열정은 숙달분위기와는 유의한 관계가 없었으며, 수행분위기와 유의한 정(+의 영향을 미치는 것으로 나타났다.

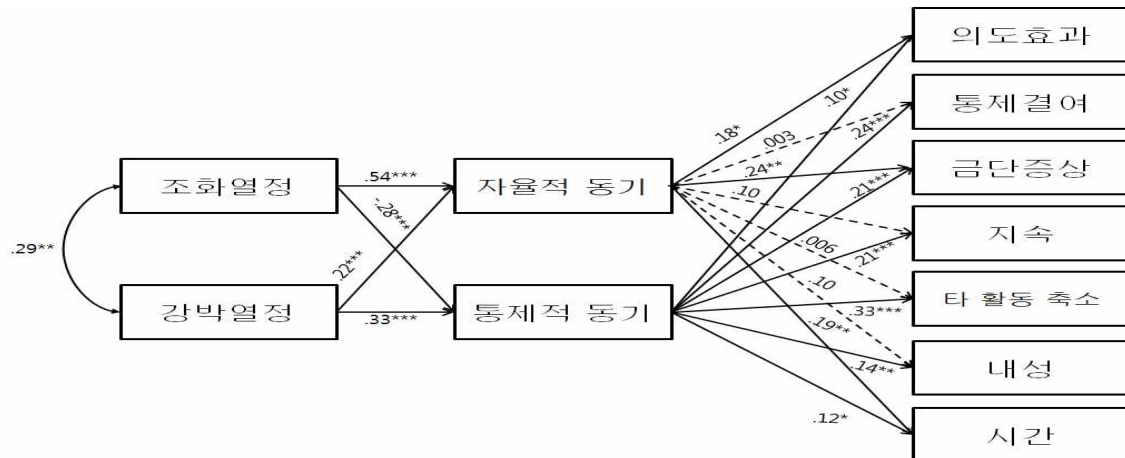


그림 2. 열정과 운동의존성 간의 관계에서 자기조절동기의 매개효과 검증(오영택, 양명환, 2016)

### 3) 자기결정이론 변인들 간의 관계

김기형과 박중길(2009)은 Amorose & Anderson-Butcher(2007)의 가설적 모형에 근거하여 대학 운동선수들이 지각하는 자율성 지지와 기본적 심리욕구 및 동기적 성향 간의 구조적 관계를 검증한 연구에서 코치로부터 지각한 자율성 지지는 관계성, 자율성, 유능성을 유의하게 예측한다고 보고하였다. 또한, 지각된 자율성 지지는 세 가지의 기본욕구의 매개 효과를 통해 동기적 성향에 직접 효과뿐만 아니라 간접 효과도 있는 것으로 나타났다<그림3 참조>.

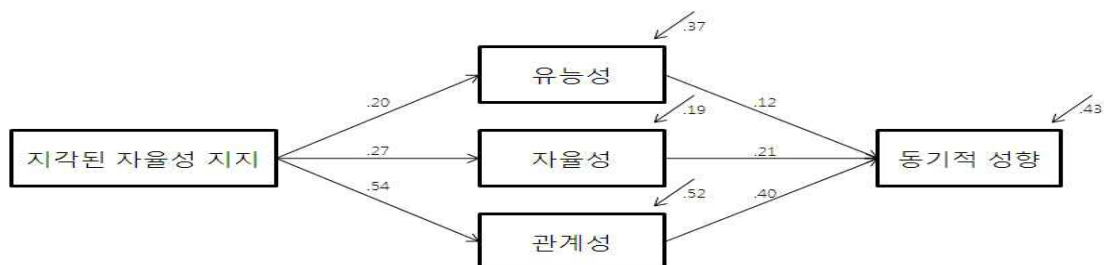


그림 3. 자율성지지, 심리적 욕구 및 동기적 성향간의 관계(김기형, 박중길, 2009)



양명환과 김덕진(2010)은 전지훈련에 참가한 운동선수 184명을 대상으로 연구한 결과 통계적 유형의 코칭행동보다 민주적이고 자율성을 지지하는 코칭행동이 심리적 욕구만족을 통해 운동선수들의 자율적 동기를 향상시킨다고 보고하였다. 안도희, 박귀화, 정애우(2008)는 부모와 친구의 자율성 지지는 기본적 욕구의 모든 하위요인들을 거쳐 심리적 안녕감에 정적으로 간접적인 영향을 미쳤다. 교사의 자율성 지지는 기본적 욕구의 자율성 요인을 거쳐 심리적 안녕감에 정적으로 간접적인 영향을 미치는 것으로 보고 하였다.

김덕진(2010)의 연구에서는 스포츠 동아리 활동에 참여하는 대학생 347명을 대상으로 자율성지지와 심리적 욕구만족 및 동기간의 인과관계를 분석한 결과 부모의 자율성 지지는 자율성과 유능성에 정(+의 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 친구의 자율성 지지는 자율성, 유능성, 관계성 모두 유의한 정(+의 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 부모, 교사, 코치, 친구 등의 주요타자들의 자율성 지지가 심리적 욕구만족에 영향을 미친다는 여러 선행연구의 결과(김기형, 박종길, 2009; Amorose & Anderson-Butcher, 2007; Gagné, 2003; Mageau & Vallerand, 2003; Lavigne, Vallerand, & Miquelon, 2007; Ntoumanis, 2005; Standage 등, 2005; Standage & Gillison, 2007; Vierling, Standage, & Treasure, 2007)와 일치하고 있다 <그림4 참조>.

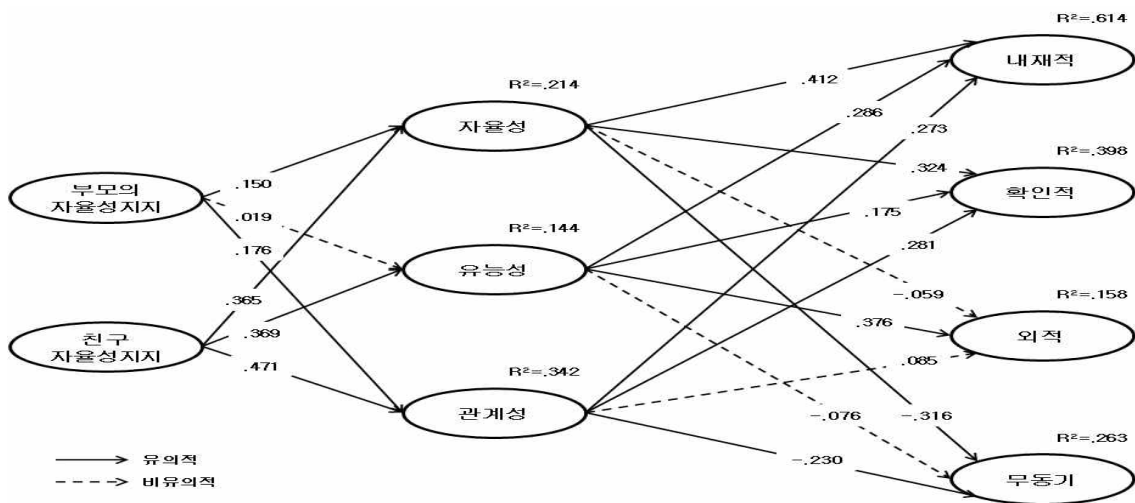


그림 4. 자율성지지, 심리적 욕구만족 및 동기간의 경로모형(김덕진, 2010)

김미숙(2016)은 대학 무용수 663명을 대상으로 지각된 교수행동, 심리욕구만족, 좌절 및 무용수행간의 관계를 분석한 결과 자율성지지 교수행동은 심리욕구만족과 자율적 행동조절을 경유하여 무용수행에 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 통제적 교수행동은 심리욕구좌절과 통제적 행동조절을 경유하여 무용수행에 부(-)의 영향을 미치는 것으로 나타났다<그림5 참조>.

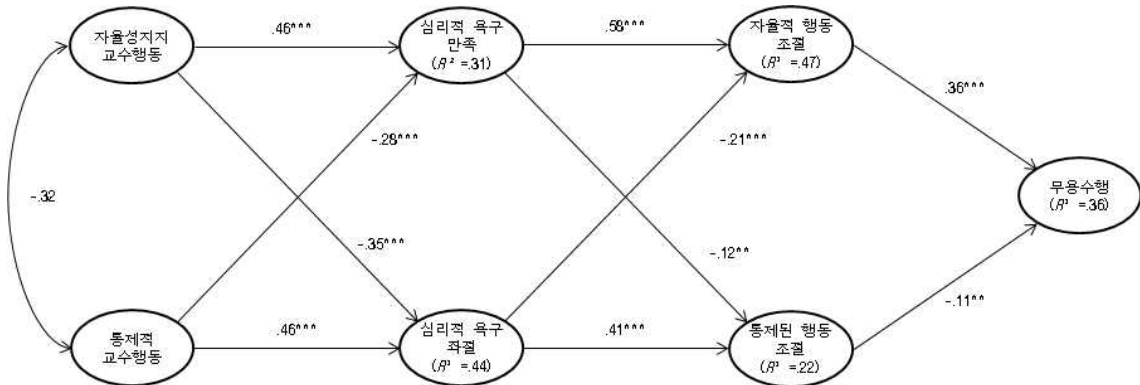


그림 5. 지각된 교수행동, 심리적 욕구만족, 좌절 및 무용수행 간의 구조방정식모형(김미숙, 2016)

#### 4) 열정과 운동 탈진간의 관계

손재현, 이성노(2013)의 연구에서도 중·고등학교 무용전공자 325명을 대상으로 열정과 자기결정성, 탈진간의 관계를 분석한 결과 조화열정은 기본적 심리욕구만족에 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 강박열정은 부(-)의 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이어서 기본적 심리욕구만족은 자기결정성 동기에 정(+)적인 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 종속변인인 운동탈진에 유의한 부(-)의 영향을 미치는 것으로 나타났다. 따라서 이원론적인 열정 모형이 기본적 심리욕구와 동기를 통해 운동탈진을 감소시키는 중요한 중재변인으로서의 역할을 이해할 수 있다<그림 6 참조>.

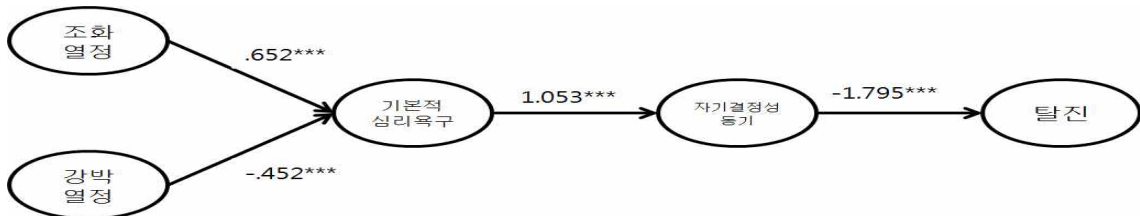


그림 6. 열정과 무용 탈진간의 관계에서 자기결정이론 관점(손재현, 이성노, 2013)

오영택, 김선욱, 인소정, 양명환(2016)은 태권도선수 261명을 대상으로 열정과 운동선수 탈진간의 관계에서 자기조절동기의 매개효과를 검증한 결과 열정요인 중 조화열정은 자율적 동기에 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 통제적 동기에는 유의한 부(-)의 영향을 미치는 것으로 나타났다. 강박열정은 자율적 동기와 통제적 동기에 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났다. 자율적 동기는 운동 탈진의 하위요인인 정서적·신체적 고갈, 스포츠 가치의식저하, 성취의식 감소에 유의한 부(-)의 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 통제적 동기는 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타나 자율적 동기가 높은 태권도 선수들은 탈진을 감소시키는 것으로 나타났으며, 통제적 동기가 높은 선수들은 탈진을 증가시키는 것으로 나타났다<그림7 참조>.

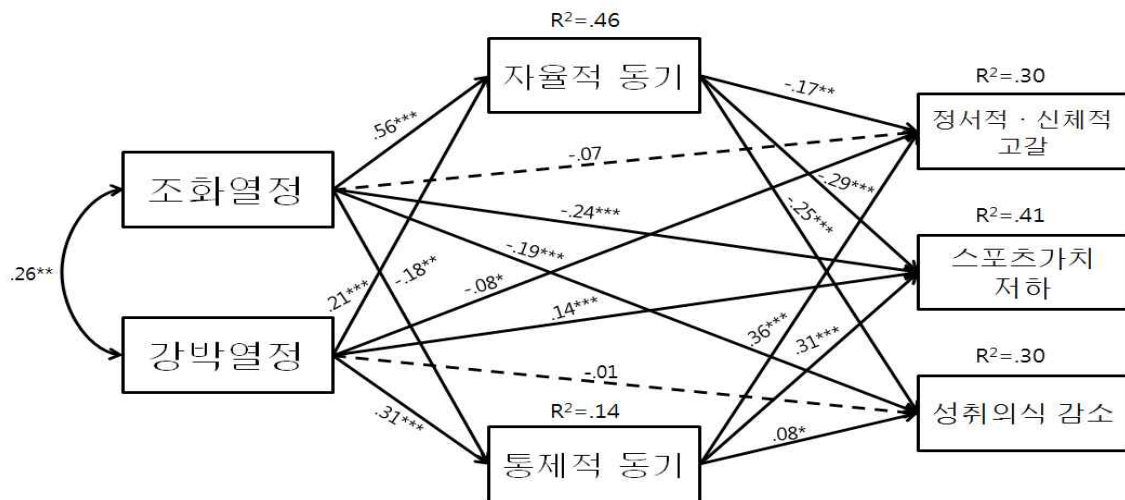


그림 7. 열정, 자기조절동기가 운동 탈진간의 관계에서 매개효과 검증(오영택, 김선욱, 인소정, 양명환, 2016)

Curran, Appleton, Hill, & Hall(2011)은 엘리트 주니어 축구선수들을 대상으로 열정과 자기결정, 운동 탈진간의 관계분석을 위해 구조방정식 모형분석을 실시한 결과 조화열정은 자기결정 동기에 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 강박열정은 부(-)의 영향을 미치는 것으로 나타났으나 유의한 영향은 없는 것으로 나타났다. 자기결정 동기는 운동탈진에 부(-)의 영향을 미치는 것으로 나타나 열정과 운동 탈진간의 관계에서 자기결정 동기가 탈진을 감소시키는 중재변인으로서의 역할을 이해할 수 있었다<그림8 참조>.

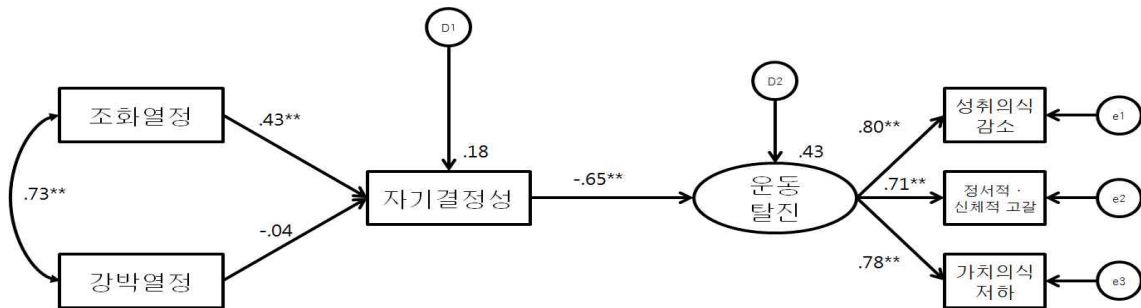


그림 8. 열정과 자기결정, 운동 탈진간의 관계(Curran, Appleton, Hill, & Hall, 2011)

### 5) 열정, 지도자 코칭유형과 결과변인들 간의 관계

남광우, 김종식(2016)은 대학 운동부 선수 234명을 대상으로 지도자의 자율적 코칭행동, 통제적 코칭행동과 선수들의 열정 및 운동행동의 관계를 구조방정식모형 분석을 통해 분석한 결과 자율적 코칭행동은 열정과 운동행동에 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 통제적 코칭행동은 열정, 운동행동에 유의한 영향은 없는 것으로 나타났다. 열정은 운동행동에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타나, 지도자들의 자율적 코칭은 훈련 상황에서 선수들의 내재적이고 잠재적인 동기자원(재미, 즐거움, 흥미, 선호, 관심, 도전의식 등)을 고취하기 위해 노력하는 유형으로 운동열정과 운동행동에 의미 있는 영향을 미치는 것을 알 수 있다.

Lafrenière, Jowett, Vallerand, & Carbonneau(2011)는 운동부 지도자 103명을 대상으로 지도자의 열정과 코칭방식이 선수와 지도자의 관계에 대해서 구조방정식 모형 분석을 실시한 결과 조화열정적인 지도자들은 자율적 코칭유형을 통해 선수와 지도자의 관계에 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났다. 반면, 강박열정적인 지도자들은 통제적 코칭유형에 유의한 정(+)의 영향을 미쳐 선수와 지도자의 관계를 감소시키는 것으로 나타났다. 지도자와 선수의 관계는 선수의 행복감에 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났다<그림9 참조>.

황정동, 주재형, 임승현(2016)의 연구에서 지도자의 자율성 지지가 지도자-선수 관계 및 열정간의 관계에서 핸드볼선수 451명을 대상으로 연구한 결과 지도자의 자율성 지지는 조화열정과 강박열정에 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 지도자-운동선수 관계에도 운동열정에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타나 열

정과 지도자의 자율성 지지 간에 밀접한 관계가 있는 것을 알 수 있다.

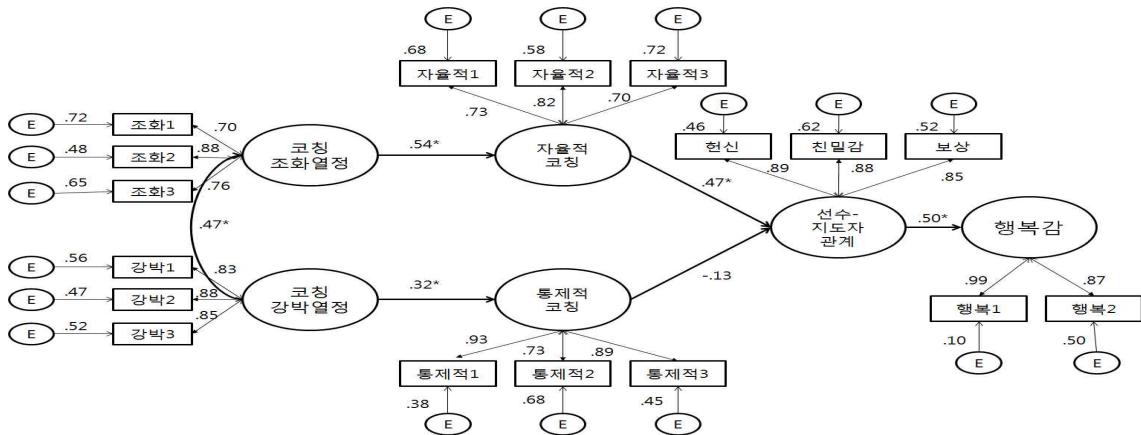


그림 9. 코칭열정, 코칭유형이 선수-지도자 관계 및 행복감에 미치는 영향(Lafrenière, Jowett, Vallerand, & Carbonneau, 2011)

#### 6) 운동열의와 운동 탈진에 미치는 선행 변인들 간의 관계

이동근(2017)은 배드민턴 선수 485명을 대상으로 지도자-선수 상호작용이 운동열의 간의 관계를 분석한 결과 이들 간의 유의한 상관관계가 있는 것으로 나타났으며, 지도자-선수 상호작용이 운동열의의 하위요인에 부분적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타나 지도자-선수 상호작용이 운동열의와 밀접한 관계가 있는 것을 알 수 있다.

Martin & Malone(2013)는 미국 휠체어 럭비 대표팀 14명을 대상으로 연구한 결과, 선수들의 정신력이 운동열의 하위요인 간의 부분적으로 유의한 관계가 있는 것으로 나타났으며, Hodge, Lonsdale, & Jackson(2009)은 캐나다 엘리트 운동선수 201명을 대상으로 기본적 심리욕구만족이 운동열의와 운동 몰입간의 관계를 분석한 결과, 심리욕구만족의 하위요인인 유능성과 자율성은 운동열의와 몰입에 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 관계성은 유의한 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다. 운동열의는 운동 몰입에 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났다<그림10 참조>.

김범준, 홍승후(2016)는 대학 운동선수 315명을 대상으로 스트레스와 탈진, 중도탈락간의 관계를 검증한 결과, 이들 간의 관계가 서로 유의한 상관관계가 있는 것으로 나타났으며, 스트레스 하위요인인 시합, 사회 환경 요인이 탈진의 하위요인인 정서적 고갈에 유의한 정(+)의 영향을 미쳤으며, 시합, 운동수행은 비인격화와 개인성

취감에 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타나 운동선수들의 스트레스는 운동 탈진을 증가시키는 것으로 나타났다.

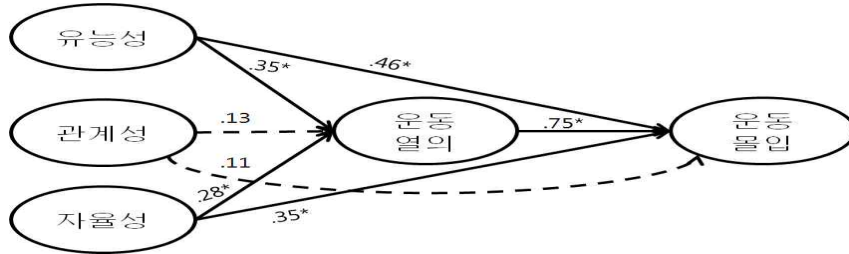


그림 10. 심리욕구만족, 운동열의와 몰입간의 관계(Hodge, Lonsdale, & Jackson, 2009)

김민준, 조성령(2017)의 연구에서 배드민턴 선수 165명을 대상으로 완벽주의 성향과 운동스트레스 및 운동 탈진간의 관계를 분석한 결과 이들 간의 관계가 서로 상관관계가 있는 것으로 나타났으며, 완벽주의 성향은 운동탈진에 부(-)의 영향을 미쳤으며, 스트레스에는 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났다. 완벽주의 성향은 스트레스를 경유하여 운동탈진에 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타나 스트레스는 운동탈진을 유발하는 것을 알 수 있다<그림11 참조>.

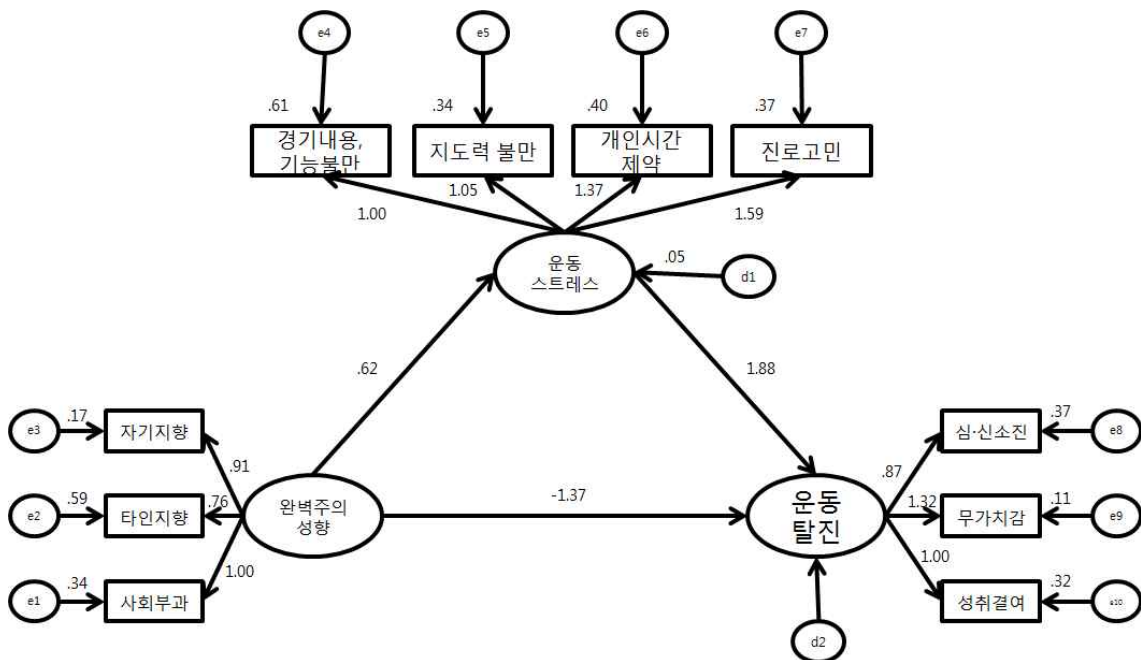


그림 11. 완벽주의 성향, 운동스트레스와 운동 탈진간의 관계 모형(김민준, 조성령, 2017)

### Ⅲ. 연구 1

#### 1. 문제 제기

##### 1) 문제제기의 당위성과 연구목적

자기결정이론(SDT)은 인간의 동기에 대한 이해는 자율성(Autonomy), 유능성(Competence), 관계성(Relatedness)이라는 고유한 심리적 욕구들에 대한 배려가 필요하다고 주장하며, 기본적 욕구가 인간의 심리적 성장과 통합 그리고 행복에 필수적인 조건들을 구체화한다는 점을 강조한다. 또한 기본적 욕구만족을 지지하는 사회적 맥락과 개인차들은 내재적으로 동기화 된 행동과 외재적 동기의 통합을 포함하는 자연적 성장과정들을 촉진하는 반면, 자율성, 유능성, 관계성을 방해하는 사회적 맥락들은 동기저하, 수행 및 행복 감소와 상관이 있다고 주장한다(Deci & Ryan, 2000).

이러한 자기결정이론의 전제를 바탕으로 본 연구 1에서는 기본적 심리욕구를 결정하는 선행변인들에 대한 관계규명을 하고자 하였다. 첫째, 기본적 심리욕구를 결정하는 사회적 맥락으로서는 두 가지 유형이 존재한다고 가정하였다. 기본적 심리욕구를 충족하거나 촉발하는 환경으로는 숙달분위기, 주요타자의 사회적 지원과 자율성지지 등이 있으며, 본 연구에서는 동기분위기 중 숙달분위기를 선정하였다. 기본적 심리욕구 충족을 방해하는 환경으로는 자율성 억제, 수행 분위기, 통제적 코칭 등이 있을 수 있으며, 본 연구에서는 수행분위기를 선정하였다. 그 이유는 본 연구가 태권도 선수들을 대상으로 하고 있어서 코치가 조성하는 동기분위기가 선수들의 기본적 심리욕구만족과 좌절에 상이한 영향을 미치는 데 지대한 영향을 미칠 것으로 판단하였기 때문이다. 둘째, 인간의 개인차 변인으로서 완벽주의, 성취지향, 열정 등이 있으나 본 연구에서는 열정을 주요 개인차 변인으로 선정하였다. 따라서 열정을 기본적 욕구의 선행변인이자 코치가 조성하는 동기분위기의 결정요인으로 상정하였다.

열정의 개념은 특정 활동에 지속적 참여의 기초가 되는 에너지를 대표한다고 말할 수 있다. 실제로, 어떤 활동에 열정을 갖는다는 것은 개인들로 하여금 그 활동에

그들 스스로 완전히 몰두하도록 유도할 것이며, 그럼으로 장애에 직면하더라도 지속할 수 있도록 해주며, 결국에 탁월함에 도달하도록 유도한다고 말할 수 있다. 그러나 열정이 활동에 헌신하도록 만들어주고 결국 수행에 몰두하도록 해주지만, 열정을 관여하는 열정유형(조화열정과 강박열정)에 따라서 긍정적 또는 부정적인 결과와 상관이 있는 것으로 보고되고 있다. 즉, 인간의 기본적 심리욕구를 충족시켜줄 수도 있고, 좌절시킬 수도 있다. 특정 활동에서의 이러한 경험은 인간이 성장하고 자의의식을 발달하는데 도움을 줄 것이라고 말할 수 있다. 긍정심리학은 최근에 “어떻게 하면 사람들의 삶을 가장 가치 있는 삶으로 만들 수 있는가?” 하는 문제를 해결하고자 하고 있다. 그 문제에 대한 하나의 해답으로서 Vallerand & Houlfort(2003)은 인간의 삶에서 의미 있는 활동이나 이유에 대하여 조화열정을 갖도록 유도하는 것이며, 그럼으로써 기본적 심리욕구가 충족되고 긍정적인 심리적 웰빙을 추구할 수 있다고 주장하였다.

강박적 열정을 가진 사람들은 자아 부여된 자기구조를 만들고 결국 활동참여가 방해될 때조차도 활동에 대한 가혹한 지속행동을 보이는 반면, 조화열정은 인간의 정체성숙으로 활동을 자율적으로 내면화함으로서 만들어진다. 조화열정을 가지면 진정한 통합적 자기가 열정적인 활동에 완전히 참여할 수 있도록 하는 역할을 하며, 긍정정서를 유도하는 개방성을 가지고서 다른 생활의 활동에 참여할 수 있도록 해준다. 그럼으로 조화열정은 강박열정보다 긍정정서를 더 많이 경험하도록 하고 부정정서를 감화한다고 가정할 수 있다. 결국, 운동 상황에서 조화열정이 생활만족, 긍정정서, 활력과 정적인 상관이 있는 반면, 강박열정은 엄격한 지속, 생활갈등, 육체적 건강악화, 회피성향과 정적인 상관이 있다(Vallerand, 2012).

연구 1의 목적은 조화열정, 강박열정과 기본적 심리욕구만족과 좌절의 관계에서 동기분위기, 즉 숙달분위기와 수행분위기가 어떠한 매개역할을 하는지를 조사하는 것이다.

## 2) 연구모형

운동과 스포츠 영역의 선행연구에서 기본적 심리욕구만족을 자율성, 유능성, 관계성, 기본적 심리욕구좌절을 자율성 욕구좌절, 유능성 욕구좌절, 관계성 욕구좌절의 3차원으로 선행연구들이 진행되었으나 본 연구에서는 기본적 심리욕구만족과 좌절



을 합성치 총합점으로 1차원으로 분석을 실시하였다. 따라서 <그림 12>와 같이 연구 모형을 설정하였다.

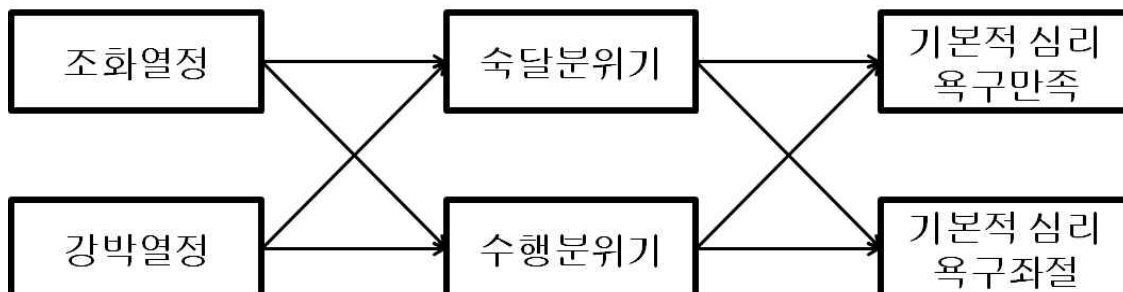


그림 12. 운동열정이 동기분위기 및 기본적 심리욕구만족 및 좌절에 미치는 영향

### 3) 연구가설

첫째, 운동열정 중 조화열정은 숙달분위기에 정(+)의 직접 영향을 미칠 것이며, 강박열정은 수행분위기에 정(+)의 직접영향을 미칠 것이다.

둘째, 동기분위기 중 숙달분위기는 기본적 심리욕구만족에 정(+)의 직접 영향을 미칠 것이며, 수행분위기는 기본적 심리욕구좌절에 정(+)의 직접 영향을 미칠 것이다.

셋째, 운동열정 중 조화열정은 기본적 심리욕구만족에 정(+)의 직접 영향을 미칠 것이며, 강박열정은 기본적 심리욕구좌절에 정(+)의 직접 영향을 미칠 것이다.

넷째, 운동열정 중 조화열정은 숙달분위기를 경유하여 기본적 심리욕구만족에 간접 영향을 미칠 것이며, 강박열정은 수행분위기를 경유하여 기본적 심리욕구좌절에 간접 영향을 미칠 것이다.

## 2. 연구 방법

### 1) 연구대상

연구 1의 대상자들은 2016년 12월 태권도 국내랭킹결정전 겸 국가대표선발 예선전에 참가한 고등부, 대학부, 일반부 선수들로 총 218명이었다. 이들에 대한 표집방법은 비확률 표집방식인 유목적표집방법(Purposive Sampling)을 이용하였으며 검사지는 224부가 회수되었으나, 반응고정화 현상을 보이는 응답과 무기입된 자료 6부를 제외한 218명의 자료만을 최종 유효 표본으로 선정하였다. 구체적으로 연구대상자의 일반적 특성을 살펴보면, 남성이 134명(61.5%), 여성이 84명(38.5%)이고, 연령별로는 고등부 64명(29.4%), 대학부 95명(43.6%), 일반부 59명(27.1%)으로 총 218명의 자료를 최종 분석에 활용하였다.

### 2) 측정도구

연구 1의 자료를 측정하기 위해 열정, 동기분위기, 기본적 심리욕구만족, 기본적 심리욕구좌절 척도를 사용하여 측정하였으며, 탐색적 요인분석을 통해 요인구조를 추출하였고, 자료의 약 50%를 무작위로 선별하여(n=110) 확인적 요인분석을 통해 측정모형의 적합도를 평가하였다. 확인적 요인분석은  $\chi^2$ 검증을 기본적으로 평가하지만, 표본의 크기에 민감하기 때문에 표본크기와는 비교적 독립적이고 모형의 간명성을 나타내주는 RMSEA, IFI, TLI 및 CFI 등의 적합도 지수를 고려하여 측정모형의 적합도를 평가하였다. 이러한 적합도 지수들은 Q값이 3이하(kline, 2005), IFI, TLI, CFI와 같은 상대적 지수들의 값은 .90이상 되어야 양호하며, RMSEA값은 .05이하이면 매우 우수하고, .05~.08은 양호하며, .08~.10은 수용 가능하다는 준거를 갖고 평가하였다(홍세희, 2000; Hu & Bentler, 1999).

#### (1) 열정

선수들의 열정(Passion)측정은 Vallerand 등(2003)이 개발한 열정척도를 오영택 등(2016)이 태권도 선수들을 대상으로 태권도 상황에 맞게 수정·보완하여 사용한 한국판 열정척도를 사용하였다. 이 척도는 열정을 측정하는 14문항으로 제작되었으며,

조화열정 7문항, 강박열정 7문항으로 구성되었다. 구체적인 예로서 “태권도는 목표를 향해 매진하면서 어떠한 위기 상황이 와도 반드시 해내고 말겠다는 집념을 갖도록 해준다.” 라는 질문에 ‘전혀 그렇지 않다’ (1점)에서 ‘매우 그렇다’ (7점)의 7점 Likert 평정척도를 이용하여 응답하도록 되어있다. Varimax 직교회전을 이용하여 탐색적 요인분석을 통해 4개의 문항을 제거하고 10문항으로 구성된 2개의 요인을 추출하였다(KMO 측도=.868, Bartlett의 구형성 점검, Approximate  $\chi^2=1593.509$ ,  $df=45$ ,  $p<.000$ ). Cronbach’s Alpha 값으로 평가한 신뢰도 계수는 조화열정 .85, 강박열정 .94로 양호하게 나타났다. 다음으로 확인적 요인분석을 실시한 결과 TLI, RMSEA값을 제외한 모든 적합도 지수들은 양호한 것으로 나타났다( $\chi^2=97.539$ ,  $df=32$ ,  $p<.000$ ,  $Q=3.048$ ,  $IFI=.909$ ,  $TLI=.869$ ,  $CFI=.907$ ,  $RMSEA=.137$ ).

## (2) 동기분위기

동기분위기는 Newton, Duda & Yin(2000)이 스포츠상황에서 지각된 동기분위기라는 심리특성을 조사한 연구를 통해 개발한 척도(Perceived Motivational Climate in Sport Questionnaire-2, PMCSQ-2)를 한국어판으로 번안하여 사용하였다. 이 척도는 동기분위기를 측정하는 27문항으로 제작되었으며, 숙달분위기 13문항, 수행분위기 14문항으로 구성되었다. 구체적인 예로서 “우리 팀 코치는 선수들이 새로운 기술들을 시험해 보길 원한다.” 라는 질문에 대해 ‘전혀 없다’ (1점)에서 ‘매우 많다’ (5점)의 5점 Likert 평정척도를 이용하여 응답하도록 되어있다. 요인구조의 타당도를 확보하기 위하여 주성분분석과 Varimax 직교회전을 이용하여 탐색적 요인분석을 통해 10개의 문항을 제거하고 17문항으로 구성된 2개의 요인을 추출하였다(KMO 측도=.875, Bartlett의 구형성 점검, Approximate  $\chi^2=1707.927$ ,  $df=136$ ,  $p<.000$ ). Cronbach’s Alpha 값으로 평가한 신뢰도 계수는 숙달분위기 .89, 수행분위기 .86으로 양호하게 나타났다. 다음으로 확인적 요인분석을 실시한 결과 적합도 지수들은 양호한 것으로 나타났다( $\chi^2=193.266$ ,  $df=114$ ,  $p<.000$ ,  $Q=1.695$ ,  $IFI=.913$ ,  $TLI=.900$ ,  $CFI=.910$ ,  $RMSEA=.080$ ).

## (3) 기본적 심리욕구만족

기본적 심리욕구만족(Psychological Need Satisfaction)은 김덕진(2010)이 개발한 심

리욕구만족 척도(The Psychological Need Satisfaction Scale)를 사용하였다. 이 척도는 기본적 심리욕구만족을 측정하는 척도로 15문항으로 제작되었으며, 자율성 5문항, 유능성 5문항, 관계성 5문항으로 구성되었으나, 본 연구에서는 기본적 심리욕구만족을 선행연구(김덕진, 2010; Curran, Appleton, Hill & Hall, 2013)와 같이 기본적 심리욕구만족 합성점수(Composite Score)를 사용하였다. 구체적인 예로서 “나는 나에게 구애받지 않고 자유롭게 운동할 수 있다.” 라는 질문에 대해 ‘전혀 그렇지 않다’ (1점)에서 ‘매우 그렇다’ (7점)의 7점 Likert 평정척도를 이용하여 응답하도록 되어있다. 요인구조의 타당도를 확보하기 위하여 주성분분석과 Varimax 직교회전을 이용하여 탐색적 요인분석을 통해 요인추출을 1요인으로 고정하여 1개의 요인을 추출하였다(KMO 측도=.921, Bartlett의 구형성 점검, Approximate  $\chi^2=2799.826$ ,  $df=105$ ,  $p<.000$ ). Cronbach’s Alpha 값으로 평가한 신뢰도 계수는 .94로 높게 나타났다. 다음으로 확인적 요인분석을 실시한 결과 적합도 지수들이 다른 요인들과 비교했을 때 전체적으로 미흡한 것으로 나타났으나 높은 신뢰도 값을 나타내고 있어 분석에는 큰 문제점이 없는 것으로 판단하였다( $\chi^2=316.049$ ,  $df=81$ ,  $p<.000$ ,  $Q=3.902$ ,  $IFI=.843$ ,  $TLI=.793$ ,  $CFI=.840$ ,  $RMSEA=.163$ ).

#### (4) 기본적 심리욕구좌절

기본적 심리욕구좌절(Psychological Need Thwarting)은 Bartholomew, Ntoumanis, Ryan & Thøgersen-Ntoumani(2011)가 개발한 심리적 욕구좌절척도(The Psychological Need Thwarting Scale, PNTS)를 한국어판으로 번안하여 사용하였다. 이 척도는 기본적 심리욕구좌절을 측정하는 척도로 12문항으로 제작되었으며, 자율성 욕구좌절 4문항, 유능성 욕구좌절 4문항, 관계성 욕구좌절 4문항으로 구성되었으나, 본 연구에서는 선행연구(Jowett, Hill, Hall & Curran., 2016)와 같이 기본적 심리욕구좌절 합성점수(Composite Score)를 사용하였다. 구체적인 예로서 “나는 우리 팀 훈련방식을 자유롭게 선택할 수 없다고 느낀다.” 라는 질문에 대해 ‘전혀 그렇지 않다’ (1점)에서 ‘매우 그렇다’ (7점)의 7점 Likert 평정척도를 이용하여 응답하도록 되어있다. 요인구조의 타당도를 확보하기 위하여 주성분분석과 Varimax 직교회전을 이용하여 탐색적 요인분석을 통해 요인추출을 1요인으로 고정하여 1개의 요인을 추출하였다(KMO 측도=.873, Bartlett의 구형성 점검, Approximate  $\chi^2=1272.906$ ,

df=28,  $p < .000$ ). Cronbach's Alpha 값으로 평가한 신뢰도 계수는 .92로 높게 나타났다. 다음으로 확인적 요인분석을 실시한 결과 적합도 지수들은 양호한 것으로 나타났다( $\chi^2=32.842$ , df=18,  $p < .017$ , Q=1.825, IFI=.971, TLI=.954, CFI=.971, RMSEA=.087).

### 3) 연구절차

본 연구의 자료 수집은 2016년 12월 태권도 국내랭킹결정전 및 2017년 국가대표 선수선발 예선대회에 참가한 고등부, 대학부 및 일반부 선수들로 이루어졌다. 본 연구는 연구자가 경기장을 직접 방문하여 감독 및 코치에게 연구의 취지를 설명하고 동의를 얻어 검사지를 배부한 후 응답요령 등의 부차적인 설명과 성실한 응답을 해 줄 것을 부탁하였다. 또한 질문지 응답에 대한 비밀은 반드시 보장된다는 것을 언급하였다. 특히 연구윤리에 따라서 응답참여 여부를 자기가 결정할 수 있음을 고지하였고 참가동의서에 서명하도록 하였다. 참여자들은 자기평가기입법으로 질문지를 작성하였으며, 질문지를 완료하는 시간은 대략 15분 정도 소요되는 것으로 나타났다. 배부된 질문지는 총 224부였으나 50%이상 응답하지 않은 자료와 응답 고정화 현상을 보이는 자료를 제외하여 최종적으로 218부가 자료 분석에 사용되었다.

### 4) 자료 분석

최종적으로 선정된 자료들은 SPSS 18.0과 SPSS PROCESS Macro 통계프로그램을 이용하여 연구목적에 맞게 다음과 같이 처리하였다.

첫째, 일반적 특성을 알아보기 위하여 빈도분석(Frequency Analysis)을 실시하였다.

둘째, 각 측정 도구의 신뢰도를 검증하기 위해 Cronbach's Alpha 값을 산출하였으며, 구성개념의 타당도를 위해 탐색적 요인분석(Exploratory Factor Analysis)과 확인적 요인분석(Confirmatory Factor Analysis)을 실시하였다.

셋째, 주요 변인들의 기술통계 및 Pearson's 적률상관분석을 실시하였다.

넷째, 운동열정과 기본적 심리욕구만족 및 좌절 간의 관련성을 조사하고 동기분위기의 매개효과를 분석하기 위하여 Hayes(2013)의 SPSS PROCESS Macro를 이용하였다.

본 연구에서는 독립변수와 종속변수가 여러 개 있는 다중모형이기 때문에 부트스

트래핑(Bootstrapping) 표본수를 동일하게 유지하고 특정 X변수를 독립변수로 투입할 때는 나머지 X변수들은 통제변수로 지정하는 방식을 취하였으며, 매번 개별 Y변수를 다른 Y변수로 교체하면서 개별 종속변인에 대한 단순매개분석을 K회 실시하였다. PROCESS는 조절분석, 매개분석 및 조건부 간접효과를 분석할 수 있는 분석 프로그램이며, 본 연구에서는 76개의 모형 중 4번째 모형을 적용하였다. 매개효과의 통계적 유의성 검증을 위해서 부트스트래핑(Bootstrapping)방법을 사용하였다. 기존 다른 유의성 검증 방식과 달리 정규성 분포를 가정하지 않아도 되는 부트스트래핑 방법은 통계적 모의실험 절차를 통하여 대규모의 가상 무선 표본(예:10,000개)을 만든 후 매개효과가 무선오차에 의해 나타난 것이 아니라는 것을 재확인하는 방식이다(Shrout & Bolger, 2002).

### 3. 연구 결과

#### 1) 전체 측정변인들의 기술통계치와 상관관계 분석 결과

회귀분석을 검증하기에 앞서 첫 번째 단계로 탐색적 요인분석에서 추출된 전체 측정변인들의 기술통계량과 분포특성을 살펴보았다. <표 1>에서 보는 바와 같이 측정변인들에 대한 전반적인 특성을 알아보기 위해서 평균, 표준편차, 최소값, 최대값, 중앙값, 왜도, 첨도를 통해서 정규성을 검토하였다. 각 변인의 왜도와 첨도를 살펴본 결과 모든 요인에서 왜도와 첨도 값이 절대값 2와 7이상을 넘지 않음으로써 측정변인들의 점수 분포가 정규성에 크게 벗어나지 않고 있음을 확인하였다.

표 1. 전체 측정변인들의 기술통계치와 분포 특성

측정변인	최소값	최대값	중앙값	M	SD	왜도	첨도
조화열정	1.50	7.00	4.75	4.84	1.07	-.15	.06
강박열정	1.00	7.00	3.50	3.48	1.41	-.05	-.67
숙달분위기	2.33	5.00	3.75	3.71	.57	.03	-.60
수행분위기	1.00	4.40	2.80	2.81	.67	-.11	.17
심리욕구만족	1.27	7.00	4.93	4.95	.91	-.15	.33
심리욕구좌절	1.00	6.38	2.75	2.92	1.21	.37	-.36

<표 2>는 열정, 동기분위기, 기본적 심리욕구만족 및 좌절 간의 상관계수를 산출한 결과이다. <표 2>에서 보는 바와 같이, 조화열정은 강박열정과 숙달분위기, 기본적 심리욕구만족에 유의한 정(+)의 상관관계를 미치는 것으로 나타났으며, 심리욕구좌절에는 유의한 부(-)의 상관을 미치는 것으로 나타났다. 강박열정은 수행분위기, 기본적 심리욕구만족 및 좌절에 유의한 정(+)의 상관을 미치는 것으로 나타났다.

숙달분위기는 심리욕구만족과 유의한 정(+)의 상관을 미치는 것으로 나타났으며, 수행분위기와 기본적 심리욕구좌절에는 유의한 부(-)의 상관관계를 미치는 것으로 나타났다. 수행분위기는 기본적 심리욕구만족에 유의한 부(-)의 상관관계를 미치는 것으로 나타났으며, 기본적 심리욕구좌절에는 유의한 정(+)의 상관관계를 미치는 것으로 나타났다. 모든 변인이 적절한 수준의 상관이 나타나기 때문에 매개분석을 위한 조건이 충족되는 것으로 나타났다.

표 2. 측정변인들 간의 상관계수

변인	A	B	C	D	E	F
조화열정(A)	1.00					
강박열정(B)	.317**	1.00				
숙달분위기(C)	.518**	-.024	1.00			
수행분위기(D)	-.87	.291**	-.271**	1.00		
기본적 심리욕구만족(E)	.646**	.239**	.550**	-.142*	1.00	
기본적 심리욕구좌절(F)	-.337**	.143*	-.442**	.451**	-.448**	1.00

2) 열정차원과 동기분위기, 기본적 심리욕구만족 및 좌절 간의 경로분석

열정과 기본적 심리욕구만족 및 좌절간의 관계에서 동기분위기의 매개효과 검증 을 도해한 결과는 <표 3>과 <그림 13>과 같다.

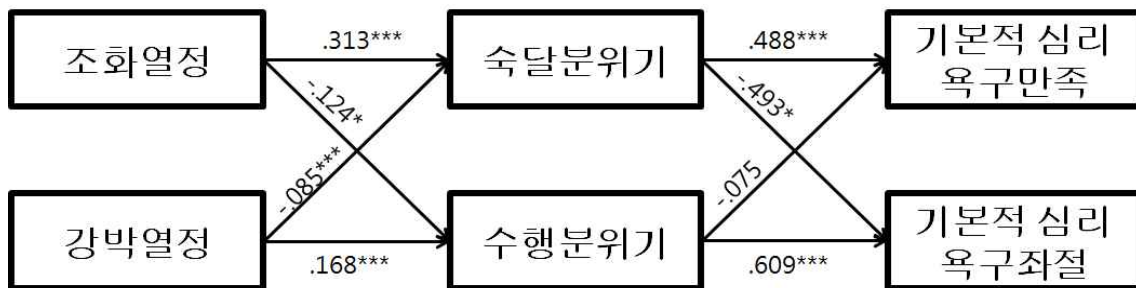


그림 13. 열정과 기본적 심리욕구만족 및 좌절 간의 관계에서 동기분위기의 매개효과 모형

독립변인 중 조화열정이 매개변수인 숙달분위기에 미치는 직접효과를 살펴본 결과 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났으며(B=.313, SE=.033, t=9.4889,  $p < .000$ ), 수행분위기에는 유의한 부(-)의 영향을 미치는 것으로 나타났으며(B=-.124, SE=.047, t=-2.6455,  $p < .008$ ). 다음으로 강박열정이 숙달분위기에 미치는 직접효과를 살펴본 결과 유의한 부(-)의 영향을 미치는 것으로 나타났으며(B=-.085, SE=.024, t=-3.4877,  $p < .000$ ), 수행분위기에는 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타나(B=.168, SE=.036, t=4.6163,  $p < .000$ ) 연구 가설 1은 지지되었다. 두 번째 단계에서는 매개변수인 숙달분위기, 수행분위기가 종속변인에 미치는 영향력을 확인한 결과 숙달분위기는 심리욕구만족에 유의한 정(+)의 영향을 미쳤으며(B=.488, SE=.103, t=4.7591,  $p < .000$ ), 심리욕구좌절에는 유의한 부(-)의 영향을 미치는 것으로 나타났



( $B=-.493$ ,  $SE=.180$ ,  $t=-2.7418$ ,  $p<.006$ ). 그 다음 수행분위기가 종속변인에 미치는 영향력을 확인한 결과, 수행분위기는 심리욕구만족에 부(-)의 영향을 미치는 것으로 나타났으며( $B=-.075$ ,  $SE=.082$ ,  $t=-.9146$ ,  $p>.05$ ), 심리욕구좌절에 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타나( $B=.609$ ,  $SE=.134$ ,  $t=4.5435$ ,  $p<.000$ ) 연구 가설 2는 지지되었다.

숙달분위기, 수행분위기를 통제하였을 때 열정이 기본적 심리욕구만족 및 좌절에 미치는 직접효과를 살펴본 결과, 조화열정은 심리욕구만족에 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났으며( $B=.374$ ,  $SE=.059$ ,  $t=6.3361$ ,  $p<.000$ ), 심리욕구좌절에는 유의한 부(-)의 영향을 미치는 것으로 나타났다( $B=-.250$ ,  $SE=.084$ ,  $t=-2.9606$ ,  $p<.003$ ). 강박열정은 심리욕구만족에 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났으며( $B=.079$ ,  $SE=.034$ ,  $t=2.3179$ ,  $p<.021$ ), 심리욕구좌절에는 정(+)의 영향을 미쳤으나( $B=.094$ ,  $SE=.049$ ,  $t=1.8989$ ,  $p>.05$ ) 유의한 영향은 없는 것으로 나타나 연구 가설 3은 부분적으로 지지되었다.

마지막으로 매개변수인 숙달분위기, 수행분위기의 영향력을 통제했을 때 독립변인인 조화열정은 종속변수인 심리욕구만족에 미치는 직접효과와 간접효과를 통해서 영향을 미치는 매개효과의 합인 총 효과를 분석한 결과 유의한 정(+)의 영향을 미쳤으며( $B=.54$ ,  $SE=.05$ ,  $t=10.9103$ ,  $p<.000$ ), 강박열정은 심리욕구만족에 정(+)의 영향을 미쳤으나( $B=.02$ ,  $SE=.03$ ,  $t=.7205$ ,  $p>.05$ ) 유의한 영향은 없는 것으로 나타났다. 다음, 조화열정이 심리욕구좌절에 미치는 직접효과와 간접효과를 통해서 영향을 미치는 매개효과의 합인 총 효과를 분석한 결과 유의한 부(-)의 영향을 미쳤으며( $B=-.48$ ,  $SE=.07$ ,  $t=-7.1889$ ,  $p<.000$ ), 강박열정은 심리욕구좌절에 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타나( $B=.24$ ,  $SE=.06$ ,  $t=4.0788$ ,  $p<.000$ ) 연구 가설 4는 지지되었다.

표 3. 운동열정과 동기분위기 및 기본적 심리욕구만족 및 좌절 간의 직접효과 검증

변 수	Coeff	S.E	t	P	95% CI
					LLCI~ULCI
종속변인: 숙달분위기 $R^2=.31$ , $F(2, 215)=50.46$ , $p<.000$					
상수항	2.497	.181	13.7720	.000	2.1396~2.8544
조화열정	.313	.033	9.4889	.000	.2477~.3776
강박열정	-.085	.024	-3.4877	.000	-.1333~-.0370
종속변인: 수행분위기 $R^2=.12$ $F(2, 215)=11.12$ , $p<.000$					
상수항	2.828	.207	13.6570	.000	2.4198~3.2361
조화열정	-.124	.047	-2.6455	.008	-.2171~-.0317
강박열정	.168	.036	4.6163	.000	.0962~.2396
종속변인: 기본적 심리욕구만족 $R^2=.49$ $F(4, 213)=51.04$ , $p<.000$					
상수항	1.268	.428	2.9621	.003	.4243~2.1122
숙달분위기	.488	.103	4.7591	.000	.2857~.6897
수행분위기	-.075	.082	-.9146	.361	-.2364~.0866
종속변인: 기본적 심리욕구좌절 $R^2=.35$ $F(4, 213)=37.14$ , $p<.000$					
상수항	3.924	.822	4.7767	.000	2.3049~5.5437
숙달분위기	-.493	.180	-2.7418	.006	-.8481~-.1387
수행분위기	.609	.134	4.5435	.000	.3448~.8731

### 3) 열정차원과 기본적 심리욕구만족 및 좌절 간의 관계에서 동기분위기의 매개효과 검증

매개효과 검증을 위하여 숙달분위기와 수행분위기의 간접효과의 유의성을 검증한 결과, <표 4>와 같이 조화열정이 매개변인을 경유하여 심리욕구만족에 미치는 총 간접효과는 .16이며, 95% 편이교정신뢰구간의 하한값과 상한값(.1027~.2334)이 0을 포함하지 않음에 따라 매개효과는 유의하게 나타났다. 숙달분위기, 수행분위기의 각각의 개별 매개효과(Specific Indirect Effect)를 분석한 결과, 조화열정이 숙달분위기를 거쳐 심리욕구만족에 가는 경로계수( $B=.15$ )는 95% 편이교정신뢰구간(.0931~.2303)에서 0을 포함하지 않는 것으로 나타나 조화열정이 숙달분위기를 경유하여 심리욕구만족에 미치는 간접효과가 유의한 것으로 확인하였으며, 조화열정이 수행분위기를 거쳐 심리욕구만족에 미치는 경로계수( $B=.01$ )도 95% 편이교정신뢰구간(-.0072~.0424)에서 0을 포함함으로 간접효과는 없는 것으로 나타났다. 강박열정이 매개변인을 경유하여 심리욕구만족에 미치는 총 간접효과는 -.05이며, 95% 편이교정신뢰구간의 하한값과 상한값(-.0968~-0.0201)이 0을 포함하지 않음에 따라 매개효과는 유의하게 나타났다.

표 4. 운동열정과 동기분위기, 기본적 심리욕구만족 및 좌절 간의 직접효과와 간접효과

예측변인	준거변인	총 효과 Coeff(SE) t	직접효과 Coeff(SE) t	총 간접효과 Effect(SE) (LL~UL)	특정 간접효과	
					숙달분위기	수행분위기
					Effect(SE) (LL~UL)	Effect(SE) (LL~UL)
조화열정	심리욕구만족	.54(.05) 10.91***	.37(.06) 6.34***	.16(.03) (.1027~.2334)	.15(.03) (.0931~.2303)	.01(.01) (-.0072~.0424)
	심리욕구좌절	-.48(.07) -7.19***	-.25(.08) -2.96*	-.23(.06) (-.3481~-.1163)	-.15(.06) (-.2711~-.0495)	-.08(.03) (-.1582~-.0232)
강박열정	심리욕구만족	.02(.03) .72	.08(.03) 2.32*	-.05(.02) (-.0968~-.0201)	-.04(.01) (-.0760~-.0183)	-.01(.01) (-.0475~.0115)
	심리욕구좌절	.24(.06) 4.08***	.09(.05) 1.90	.14(.03) (.0859~.2235)	.04(.02) (.0131~.0890)	.10(.03) (.0487~.1815)

숙달분위기, 수행분위기의 각각의 개별 매개효과를 분석한 결과, 강박열정이 숙달분위기를 거쳐 심리욕구만족으로 가는 경로계수(B=-.04)는 95% 편의교정신뢰구간(-.0760~-0.0183)에서 0을 포함하지 않는 것으로 나타나 강박열정이 숙달분위기를 경유하여 심리욕구만족에 미치는 간접효과가 유의한 것으로 확인되었다.

또한, 강박열정이 수행분위기를 거쳐 심리욕구만족에 미치는 경로계수(B=-.01)도 95% 편의교정신뢰구간(-.0475~.0115)에서 0을 포함함으로 간접효과는 없는 것으로 나타났다.

조화열정이 매개변인을 경유하여 심리욕구좌절에 미치는 총 간접효과는 -.23이며, 95% 편의교정신뢰구간의 하한값과 상한값(-.3481~-0.1163)이 0을 포함하지 않음에 따라 매개효과는 유의하게 나타났다.

숙달분위기, 수행분위기의 각각의 개별 매개효과를 분석한 결과, 조화열정이 숙달분위기를 거쳐 심리욕구좌절에 영향을 미치는 경로계수(B=-.15)는 95% 편의교정신뢰구간(-.2711~-0.0495)에서 0을 포함하지 않는 것으로 나타나 조화열정이 숙달분위기를 경유하여 심리욕구좌절에 미치는 간접효과가 확인되었다. 또한, 조화열정이 수행분위기를 거쳐 심리욕구좌절에 미치는 경로계수(B=-.08)도 95% 편의교정신뢰구간(-.1582~-0.0232)에서 0을 포함하지 않는 것으로 나타나 조화열정이 수행분위기를 경유하여 심리욕구좌절에 유의한 간접효과를 유발하였다. 강박열정이 매개변인을 경유하여 심리욕구좌절에 미치는 총 간접효과는 .14이며, 95% 편의교정신뢰구간의 하한값과 상한값(.0859~.2235)이 0을 포함하지 않음에 따라 매개효과는 유의하게 나타

났다. 숙달분위기, 수행분위기의 각각의 개별 매개효과를 분석한 결과, 강박열정이 숙달분위기를 거쳐 심리욕구좌절로 가는 경로계수( $B=.04$ )는 95% 편의교정신뢰구간 (.0131~.0890)에서 0을 포함하지 않는 것으로 나타나 강박열정이 숙달분위기를 경유하여 심리욕구좌절에 미치는 간접효과가 유의한 것으로 확인되었다. 또한, 강박열정이 수행분위기를 거쳐 심리욕구좌절에 미치는 경로계수( $B=.10$ )도 95% 편의교정신뢰구간(.0487~.1815)에서 0을 포함하지 않는 것으로 나타나 강박열정이 수행분위기를 경유하여 심리욕구좌절에 유의한 간접효과를 유발하는 것으로 나타났다.

#### 4. 논의

연구 1의 목적은 이원적 열정성향과 기본적 심리욕구 간의 관계에서 동기분위기의 매개효과를 검증하고자 하였다. 구체적으로 본 연구에서는 태권도선수 218명을 대상으로 Vallerand와 동료들(2003)이 제시한 열정성향 중 자신이 자발적이고 자율적으로 활동에 참여하도록 이끄는 강력한 동기적 힘인 조화열정과 특정한 활동에 대하여 자신을 통제하고 어쩔 수 없이 참여하도록 이끄는 힘인 강박열정이 기본적 심리욕구만족 및 좌절 간의 관계에서 환경적 요인으로 작용하는 동기분위기가 어떠한 매개역할을 하는지 검증하고자 하였다.

먼저 각 변인들 간의 상관관계를 분석한 결과 각 변인들 간의 상관관계가 유의한 것으로 나타났다. 이러한 결과는 백민경(2011)의 연구에서 무용수들을 대상으로 연구한 결과 숙달분위기는 조화열정, 강박열정과 유의한 정(+)의 상관관계가 있는 것으로 나타났으며, 수행분위기는 강박열정과 유의한 정(+)의 상관관계가 있는 것으로 보고하여 본 연구결과와 부분적으로 일치하고 있다. 또한 김보겸, 김영훈, 이지우(2016)의 연구에서도 조화열정과 강박열정은 기본적 심리욕구만족의 하위요인인 자율성, 유능성, 관계성과 유의한 정(+)의 상관을 갖는 것으로 보고함으로써 본 연구의 결과를 지지하고 있다.

경로분석으로 변인들 간의 총 효과를 분석한 결과, 조화열정은 심리욕구만족에 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 심리욕구좌절에는 유의한 부(-)의 영향을 미치는 것으로 나타났다. 강박열정은 심리욕구만족에 정(+)의 영향을 미쳤으나 유의한 영향력은 없었으며, 심리욕구좌절에는 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 국내의 연구에서 김보겸 등(2016), 원혜연(2015), 장선희(2013)의 연구에서 열정의 하위요인인 조화열정과 강박열정이 기본적 심리욕구만족의 하위요인인 자율성, 유능성, 관계성에 유의한 영향을 미치는 것으로 확인하였고, 김덕진(2013)은 체육수업을 수강하는 중학생들을 대상으로 기본적 심리욕구만족이 열정에 미치는 영향력을 분석한 결과 유능성은 운동열정에 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 자율성은 조화열정에만 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 보고함으로써 본 연구결과와 부분적으로 일치하는 것으로 나타났다.

이어서 변인들 간의 직접효과를 분석한 결과, 조화열정은 매개변인인 숙달분위기에 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 수행분위기에는 유의한 부(-)의 영향을 미치는 것으로 나타났다. 강박열정은 숙달분위기에 유의한 부(-)의 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 수행분위기에는 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 Ommundsen, Lemyre, Abrahamsen, & Roberts(2013)의 연구에서 노르웨이컵 국제 청소년 축구대회에 참가한 축구선수 283명을 대상으로 동기분위기가 열정에 미치는 영향력을 분석한 결과 숙달분위기는 조화열정에 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 수행분위기는 강박열정에 부(-)의 영향을 미치는 것으로 나타났으나 유의한 영향은 없는 것으로 보고하여 본 연구결과와 부분적으로 일치하고 있다. 또한 국내의 백민경(2011)의 연구에서 숙달분위기와 수행분위기는 조화열정, 강박열정에 유의한 영향력을 미치는 것으로 보고함으로써 본 연구결과를 지지하는 것으로 나타났다. 즉 선행연구들을 살펴본 결과, 동기분위기 → 열정 간의 관련성을 연구한 결과가 대부분이었으며, 열정 → 동기분위기 간의 관련성을 분석한 연구들은 미흡하였지만, 조화열정은 개인의 발달과 성장을 통해 유능감을 느끼는 환경적 요인인 숙달분위기와 관련성을 이해할 수 있었으며, 강박열정은 타인과의 비교 등으로 유능감을 인식하는 환경적 요인인 수행분위기와 관련성을 이해할 수 있었다.

동료와 지도자에 의해서 조성되는 동기분위기 중 숙달분위기는 심리욕구만족에 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 심리욕구좌절에는 유의한 부(-)의 영향을 미치는 것으로 나타났다. 수행분위기는 심리욕구만족에 부(-)의 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 심리욕구좌절에는 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 김지현(2016)이 중학생을 대상으로 체육수업에서 동기분위기가 심리욕구만족 및 좌절에 미치는 영향력을 분석한 결과 숙달분위기는 심리욕구만족에 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 수행분위기는 심리욕구좌절에 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타나 본 연구결과를 지지하고 있다. 또한, 송용관(2015)은 중·고등학교 구기종목 운동선수 289명을 대상으로 연구한 결과 숙달분위기는 기본적 심리욕구만족의 하위요인 모두에 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 수행분위기는 자율성과 관계성에 부(-)의 영향을 미치는 것으로 나타났으나 유의한 영향을 미치지 않는 것으로 보고하였다.

한편, 동기분위기의 간접효과를 분석한 결과, 조화열정은 숙달분위기를 경유하여 심리적 욕구만족에 정(+)의 간접 영향을 미쳤으며, 수행분위기를 경유하여서는 유의한 영향을 미치지 않았다. 또한 조화열정은 숙달분위기와 수행분위기를 경유하여 기본적 심리욕구 좌절에 부(-)의 영향을 미치는 것으로 나타났다. 강박열정은 숙달분위기를 경유하여 기본적 심리욕구만족에 부(-)의 영향을 미쳤으며, 숙달분위기와 수행분위기를 경유하여 기본적 심리욕구좌절에 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 동기분위기와 주관적 활력간의 관계에서 열정유형의 매개효과를 분석한 Ommundsen et al.,(2013)의 연구에서 숙달분위기는 조화열정을 경유해서 주관적 활력에 간접효과를 유발하였을 뿐만 아니라 직접효과도 유의하지만, 수행분위기는 강박열정과 상관이 없었다는 연구결과와 부분적으로 일치하고 있다. 숙달분위기와 수행분위기는 선수들에게 매우 상이한 동기결과를 예측할 것으로 기대할 수 있다. 코치가 숙달분위기를 조성한다면, 그들은 자기준거, 또는 자기 선택적 형태로 성취정보를 처리할 것을 강조할 것이다. 이것은 선수들로 하여금 스포츠에서 자신들의 행동과 결과에 대한 통제지각을 강조하도록 유도할 것이다. 따라서 자율성 지지분위기와 같이 숙달분위기는 조화열정과 긴밀한 상관을 보일 것이다. 반면, 코치가 수행분위기를 강조할 때 그들은 규범적 방식으로 성취정보를 처리할 것을 강조할 것이다. 숙달분위기와는 다르게 이것은 선수들이 스포츠에서 자신의 행동과 결과에 대하여 통제지각을 감소시키는 결과를 초래할 것이다. 코치가 숙달 또는 수행분위기를 촉진하는지 여부는 선수들에게 중요한 동기적 함의를 제공한다.

스포츠와 체육에서 이루어진 수많은 연구들은 각 분위기에 따른 서로 다른 결과를 지지하였다. 숙달분위기는 학습목표, 유능성, 즐거움, 만족 및 노력과 정적인 상관이 있는 것으로 보고되었다(Kavussanu & Roberts, 1966; Reinboth & Duda, 2006; van de Pol, Kavussanu & Ring, 2012), 또한 낮은 결과목표, 불안, 걱정과 권태와 상관이 있는 것으로 나타났다(Pensgaard & Roberts, 2000; Smith, Smoll & Cumming, 2007; Walling, Duda & Chi, 1993). 수행분위기는 학습목표, 즐거움, 욕구만족과 노력과는 부적인 상관을 보였다(Carpenter & Morgan, 1999; Newton et al., 2000; Walling Duda, & Chi, 1993). 또한 높은 결과 목표, 불안, 긴장 및 걱정과 상관이 있는 것으로 보고되었다(Pensgaard & Roberts, 2000; Smith et al., 2007; van de Pol et al., 2012).

이러한 결과를 비추어 볼 때, 수행분위기는 심리욕구만족을 감소시키는 결과, 즉 심리욕구좌절을 유발시키는 변인임을 예측할 수 있었다. 스포츠 상황에서 주요타자에 의해서 조성되는 동기분위기(Motivational Climate)는 개인의 동기, 행동, 수행력과 성취에 중요한 영향을 미치는 것으로 보고되고 있다. 실제로, 몇몇 연구들에서 지도자와 동료들에 의한 동기분위기는 팀 응집력(Turman, 2003; Vincer & Loughhead, 2010)과 만족(Loughhead & Carron, 2004)에 영향을 미친다는 것을 제시하였다(García & Wei, 2014). 본 연구에서도 숙달분위기는 선수들의 심리욕구만족에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 수행분위기는 심리욕구좌절을 높이는 것으로 나타나 선행연구들과 일치하는 결과를 확인할 수 있었다.

본 연구를 요약하여보면 조화열정을 높게 지각하는 선수들은 긍정적인 노력과 자기관리 및 삶에 있어서도 조화를 이루어 행동하기 때문에 동료 및 지도자에 의해서 조성되는 숙달분위기를 잘 수용하여 기본적 심리욕구만족을 충족시키는 것으로 해석할 수 있다. 반면, 강박열정을 높게 지각하는 선수들은 매사에 강압적인 느낌, 활동에 대한 의무감으로 인해 삶에 있어서도 항상 조급함과 환경적인 요인이 항상 완벽을 추구하기 때문에 선수들은 삶에 있어서 만족감이 아닌 점점 심리적 좌절감을 느낄 가능성이 높다고 말할 수 있다. 따라서 순차적으로 조화열정 → 숙달분위기 → 기본적 심리욕구만족, 강박열정 → 수행분위기 → 기본적 심리욕구좌절을 높이는 것으로 의미 있는 결과를 도출하였다. 이것은 기질적인 성향과 주요타자에 의해서 조성되는 환경적 변인인 동기분위기에 의해 기본적 심리욕구만족 및 좌절 간의 관계를 이해하는데 기여 할 것으로 사료된다. 또한 열정과 동기분위기는 모두 기본적 심리욕구만족과 좌절에 기여하는 변인이지만, 매개변인으로서의 역할뿐만 아니라 두 변인의 조절효과 또한 있을 것으로 예측할 수 있다. 본 연구에서는 연구 3에서 이 문제를 집중적으로 확인하고자 한다. 연구 1에서의 모형은 기질적 특성인 열정을 독립변인, 환경적 특성인 동기분위기를 매개변인, 기본적 심리욕구를 준거변인으로 설정하였으나, 환경적 분위기가 열정발달에 기여할 수 있기 때문에 동기분위기 → 열정 → 기본적 심리욕구의 대안모형에 대한 검증도 가능하다는 점을 밝힌다.



## IV. 연구 2

### 1. 문제 제기

#### 1) 문제제기의 당위성 및 연구목적

연구 1에서는 열정 → 동기분위기 → 기본적 심리욕구에 미치는 영향력을 확인하였다. 연구 2의 목적은 연구 1에서 결과변인으로 의미 있는 결과를 도출한 기본적 심리욕구만족 및 좌절을 독립변인으로 투입하여 운동열의 및 탈진에 미치는 영향을 분석하고 동기의 질인 자기조절동기(자율적, 통제적 동기)가 이 관계를 매개할 수 있는지 여부를 검증하는데 있다. 즉, 기본적 심리욕구는 동기의 질(자율적, 통제적 동기)을 결정하고 동기의 질은 동기의 결과(운동열의 및 운동 탈진)를 결정한다는 자기결정이론의 전제에 입각하여 기본적 심리욕구-동기-결과변인간의 인과관계를 규명하고자 한다.

자기결정이론(Self-Determination Theory)은 자기결정(내재적 동기)으로부터 비자기결정(외재적 동기) 그리고 무동기까지 연속체를 따라서 동기조절을 개념화한다. 자기결정을 갖는다는 것은 완전한 의지력과 선택의식을 갖고서 행동 하는 것을 의미한다(Ryan & Deci, 2002). 우선, 자율적 동기에 의해 이루어지는 행동은 선수들이 활동 자체가 흥미 있고 재미있기 때문에 자발적으로 참여하는 것을 의미하거나(내재적 동기), 선수 자신의 자아 속으로 완전하게 내면화 시키거나(통합적 조절), 운동이 개인적으로 중요하다고 생각하기 때문에 활동의 상당부분을 내면화시켜서(확인적 조절) 의지적으로 활동에 참여하는 것을 말한다. 자율적 동기와는 반대로 통제적 동기는 선수들이 정신내적인 압박(내사조절) 또는 대인간의 심리적인 압력관계(외적 조절) 때문에 활동에 참여하도록 강요되는 동기행동을 의미한다. 그 이유는 행동이 자신의 의지와 선택에 의하여 유도되기 보다는 주로 명령이나 지시에 의해서 지배를 받기 때문이다.

이와 같이 신체활동과 스포츠 맥락에서 이루어진 많은 연구들 중 자율적 동기는 학습개선, 흥미증가, 노력증가, 수행개선, 보다 긍정적인 정서 상태, 높은 몰입순간, 높은 자존심, 적응력 개선, 만족도 증가 및 건강증진을 유도하는 반면, 자기결정이

낮은 유형의 통제적 동기는 이러한 결과들과 부적인 상관이 있다고 보고하고 있다 (Blais, Sabourin, Boucher & Vallerand, 1990; Fortier, Vallerand & Guay, 1995; Grolnick & Ryan, 1987; Kasser & Ryan, 1996; O'Connor & Vallerand, 1990; Pelletier et, al., 1995; Vallerand et, al., 1992, 1993; Williams, Grow, Freedman, Ryan, & Deci, 1996). 즉, 자율적 동기는 긍정적인 변인과 통제적 동기는 부정적인 변인간의 관계에 초점을 두었다. 따라서 본 연구의 목적은 동기의 질인 자기조절동기(자율적·통제적 동기)가 매개변인으로서 운동열의 및 운동 탈진에 각각 어떠한 영향을 미치는지를 검증하는데 본 연구의 목적이 있다.

## 2) 연구모형

연구 1에서 결과변인으로 투입되었던 기본적 심리욕구만족 및 좌절 변인을 독립 변인으로 투입하여 결과변인인 운동열의 및 운동 탈진에 미치는 영향력을 분석하고, 자기조절동기가 어떠한 매개효과를 미치는지를 분석할 것이다<그림 14>.

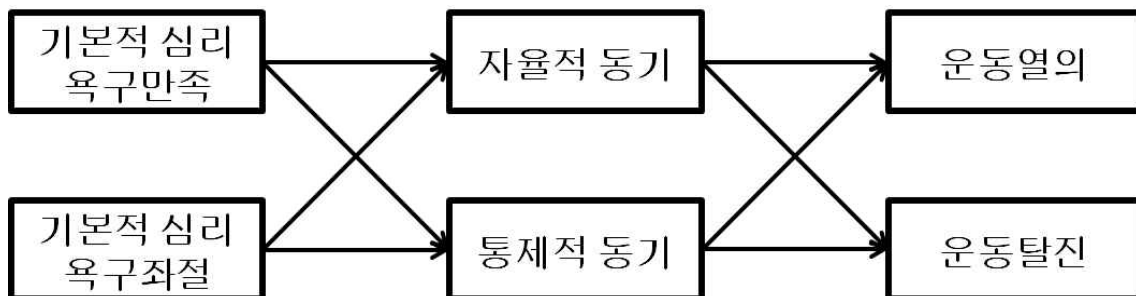


그림 14. 기본적 심리욕구만족 및 좌절, 자기조절동기가 운동열의 및 탈진에 미치는 영향

## 3) 연구가설

첫째, 기본적 심리욕구만족은 자율적 동기에 정(+)의 직접 영향을 미칠 것이며, 심리욕구좌절은 통제적 동기에 정(+)의 직접 영향을 미칠 것이다.

둘째, 자기조절동기 중 자율적 동기는 운동열의에 정(+)의 직접 영향을 미칠 것이며, 통제적 동기는 운동 탈진에 정(+)의 직접 영향을 미칠 것이다.

셋째, 기본적 심리욕구만족은 운동열의에 정(+)의 직접 영향을 미칠 것이며, 심리욕구좌절은 운동탈진에 정(+)의 직접 영향을 미칠 것이다.

넷째, 기본적 심리욕구만족은 자율적 동기를 경유하여 운동열의에 간접 영향을 미칠 것이며, 심리욕구좌절은 통제적 동기를 경유하여 운동탈진에 간접 영향을 미칠 것이다.

## 2. 연구 방법

### 1) 연구대상

연구 2의 대상은 2017년 1월 제주특별자치도에서 전지훈련에 참여하고 있는 태권도선수 및 전라북도 무주 태권도원에서 전지훈련에 참가한 고등부, 대학부 및 일반부 선수들로 총 250명이었다. 이들에 대한 표집방법은 비확률 표집방식인 유목적표집방법(Purposive Sampling)을 이용하였으며 검사지는 255부가 회수되었으나, 반응고정화 현상을 보이는 응답과 무기입 된 자료 5부를 제외한 250명의 자료만을 최종 유효 표본으로 선정하였다. 구체적으로 연구대상자의 일반적 특성을 살펴보면, 남성이 199명(79.6%), 여성이 51명(20.4%)이고, 연령별로는 고등부 146명(58.4%), 대학부 83명(33.2%), 일반부 21명(8.4%)으로 총 250명의 자료를 최종 분석에 활용하였다.

### 2) 측정도구

연구 2의 자료를 측정하기 위해 기본적 심리욕구만족, 기본적 심리욕구좌절, 자기조절동기, 운동열의, 운동 탈진 척도를 사용하여 측정하였으며, 탐색적 요인분석을 통해 요인구조를 추출하였고, 자료의 50%를 무작위로 선별하여(n=125) 확인적 요인분석을 통해 측정모형의 적합도를 평가하였다. 확인적 요인분석은  $\chi^2$ 검증을 기본적으로 평가하지만, 표본의 크기에 민감하기 때문에 표본크기와는 비교적 독립적이고 모형의 간명성을 나타내주는 RMSEA, IFI, TLI 및 CFI 등의 적합도 지수를 고려하여 측정모형의 적합도를 평가하였다. 이러한 적합도 지수들은 Q값이 3이하(kline, 2005), IFI, TLI, CFI와 같은 상대적 지수들의 값은 .90이상 되어야 양호하며, RMSEA 값은 .05이하이면 매우 우수하고, .05~.08은 양호하며, .08~.10은 수용 가능하다는 준거를 갖고 평가하였다(홍세희, 2000; Hu & Bentler, 1999).

#### (1) 기본적 심리욕구만족

기본적 심리욕구만족(Psychological Need Satisfaction)은 김덕진(2010)이 개발한 기본적 심리욕구만족 척도(The Psychological Need Satisfaction Scale)를 사용하였다. 이 척도는 기본적 심리욕구만족을 측정하는 척도로 15문항으로 제작되었으며, 자율

성 5문항, 유능성 5문항, 관계성 5문항으로 구성되었으나, 본 연구에서는 기본적인 심리욕구만족을 선행연구(김덕진, 2010; Curran, Appleton, Hill & Hall, 2013)와 같이 기본적인 심리욕구만족 합성점수(Composite Score)를 사용하였다. 구체적인 예로서 “나는 남에게 구애받지 않고 자유롭게 운동할 수 있다.” 라는 질문에 대해 ‘전혀 그렇지 않다’ (1점)에서 ‘매우 그렇다’ (7점)의 7점 Likert 평정척도를 이용하여 응답하도록 되어있다. 요인구조의 타당도를 확보하기 위하여 주성분분석과 Varimax 직교회전을 이용하여 탐색적 요인분석을 통해 요인추출을 1요인으로 고정하여 1개의 요인을 추출하였다(KMO 측도=.898, Bartlett의 구형성 점검, Approximate  $\chi^2=2599.881$ ,  $df=105$ ,  $p<.000$ ). Cronbach’s Alpha 값으로 평가한 신뢰도 계수는 .92로 높게 나타났다. 다음으로 확인적 요인분석을 실시한 결과 적합도 지수들이 다른 요인들과 비교했을 때 전체적으로 미흡한 것으로 나타났으나 높은 신뢰도 값을 나타내고 있어 분석에는 큰 문제점이 없는 것으로 판단하였다( $\chi^2=165.235$ ,  $df=49$ ,  $p<.000$ , Q=3.372, IFI=.892, TLI=.853, CFI=.891, RMSEA=.138).

## (2) 기본적인 심리욕구좌절

기본적 심리욕구좌절(Psychological Need Thwarting)은 Bartholomew, Ntoumanis, Ryan & Thøgersen-Ntoumani(2011)가 개발한 심리욕구좌절척도(The Psychological Need Thwarting Scale, PNTS)를 한국어판으로 번안하여 사용하였다. 이 척도는 기본적인 심리욕구좌절을 측정하는 척도로 12문항으로 제작되었으며, 자율성 욕구좌절 4문항, 유능성 욕구좌절 4문항, 관계성 욕구좌절 4문항으로 구성되었으나, 본 연구에서는 선행연구(Jowett, Hill, Hall & Curran., 2016)와 같이 기본적인 심리욕구좌절 합성점수(Composite Score)를 사용하였다. 구체적인 예로서 “나는 우리 팀 훈련방식을 자유롭게 선택할 수 없다고 느낀다.” 라는 질문에 대해 ‘전혀 그렇지 않다’ (1점)에서 ‘매우 그렇다’ (7점)의 7점 Likert 평정척도를 이용하여 응답하도록 되어있다. 요인구조의 타당도를 확보하기 위하여 주성분분석과 Varimax 직교회전을 이용하여 탐색적 요인분석을 통해 요인추출을 1요인으로 고정하여 1개의 요인을 추출하였다(KMO 측도=.889, Bartlett의 구형성 점검, Approximate  $\chi^2=1962.742$ ,  $df=66$ ,  $p<.000$ ). Cronbach’s Alpha 값으로 평가한 신뢰도 계수는 .91로 높게 나타났다. 다음으로 확인적 요인분석을 실시한 결과 Q값, TLI, RMSEA값을 제외한 모든 적합도

지수들은 양호한 것으로 나타났다( $\chi^2=76.233$ ,  $df=22$ ,  $p<.000$ ,  $Q=3.465$ ,  $IFI=.937$ ,  $TLI=.895$ ,  $CFI=.936$ ,  $RMSEA=.141$ ).

### (3) 자기조절동기

자기조절동기는 자기결정이론의 개념적 틀을 사용하고 있는 선행연구(Guay, Vallerand & Blanchard, 2000; Pelletier, Fortier, Tuson Briere, & Blais, 1995)를 바탕으로 양명환(2004)이 개발한 13문항의 레저스포츠동기 척도를 태권도 선수들에게 맞게 수정·보완하여 사용하였다. 이 척도는 자기조절동기를 측정하는 척도로 20문항으로 제작되었으며, 자율적 동기 8문항, 통제적 동기 12문항으로 구성되어 있다. 구체적인 예로서 “운동하는 자체가 즐겁기 때문에” 라는 질문에 ‘전혀 그렇지 않다’ (1점)에서 ‘매우 그렇다’ (7점) 7점 Likert 평정척도를 사용하여 측정하였다. 요인구조의 타당도를 확보하기 위하여 주성분분석과 Varimax 직교회전을 이용하여 탐색적 요인분석을 통해 4개 문항을 제거하고 16문항으로 구성된 2개의 요인을 추출하였다(KMO 측도=.864, Bartlett의 구형성 점검, Approximate  $\chi^2=1760.305$ ,  $df=120$ ,  $p<.000$ ). Cronbach’s Alpha 값으로 평가한 신뢰도 계수는 자율적 동기 .88, 통제적 동기 .83으로 양호하게 나타났다. 다음으로 확인적 요인분석을 실시한 결과 TLI 값을 제외한 모든 적합도 지수들은 양호한 것으로 나타났다( $\chi^2=192.746$ ,  $df=100$ ,  $p<.000$ ,  $Q=1.927$ ,  $IFI=.904$ ,  $TLI=.883$ ,  $CFI=.902$ ,  $RMSEA=.086$ ).

### (4) 운동열의

운동 열의(Athlete Engagement)는 Lonsdale, Hodge & Jackson(2007)이 개발한 운동열의 질문지(Athlete Engagement Questionnaire)를 한국어판으로 번안하여 인소정, 오영택, 김선욱, 양명환(2016)이 타당도와 신뢰도를 검증한 척도를 사용하였다. 이 척도는 운동열의를 측정하는 척도로 16문항으로 제작되었으며, 자신감 4문항, 전념 4문항, 활력 4문항, 열광 4문항으로 구성되었으나, 본 연구에서는 선행연구(Hodge, Lonsdale, & Jackson, 2009)와 같이 운동열의 합성점수(Composite Score)를 사용하였다. 구체적인 예로서 “나는 운동을 통해 나의 목표를 성취할 수 있다고 믿는다.” 라는 질문에 ‘전혀 그렇지 않다’ (1점)에서 ‘항상 그렇다’ (5점)의 5점 Likert 평정척도를 이용하여 응답하도록 하였다. 요인구조의 타당도를 확보하기 위하여 주성

분분석과 Varimax 직교회전을 이용하여 탐색적 요인분석을 통해 요인추출을 1요인으로 고정하여 1개의 요인을 추출하였다(KMO 측도=.917, Bartlett의 구형성 점검, Approximate  $\chi^2=2987.496$ ,  $df=120$ ,  $p<.000$ ). Cronbach's Alpha 값으로 평가한 신뢰도 계수는 .95로 높게 나타났다. 다음으로 확인적 요인분석을 실시한 결과 RMSEA 값을 제외한 모든 적합도 지수들은 양호한 것으로 나타났다( $\chi^2=128.583$ ,  $df=49$ ,  $p<.000$ ,  $Q=2.624$ ,  $IFI=.933$ ,  $TLI=.908$ ,  $CFI=.932$ ,  $RMSEA=.114$ ).

### (5) 운동 탈진

운동선수 탈진질문지는 Raedeke & Smith(2001)의 운동 탈진(Athlete Burnout Questionnaire, ABQ) 척도를 한국어판으로 번안한 한시완, 김방출(2011)의 척도를 태권도 상황에 맞게 자구 수정하여 사용하였다. 이 척도는 운동 탈진을 측정하는 척도로 15문항으로 제작되었으며, 스포츠 가치의식저하 5문항, 정서적·신체적 고갈 5문항, 성취의식 감소 5문항으로 구성되었으나, 본 연구에서는 선행연구(Lemyre, Hall, & Roberts, 2008; Lonsdale, Hodge, & Rose, 2009)와 같이 운동 탈진 합성점수(Composite Score)를 사용하였다. 구체적인 예로 “나는 태권도를 통해 여러 가지 보람 있는 일들을 성취하고 있다.” 라는 질문에 ‘느끼지 못한다’ (1점)에서 ‘항상 느낀다’ (7점)의 7점 Likert 평정척도를 이용하여 응답하도록 하였다. 요인구조의 타당도를 확보하기 위하여 주성분분석과 Varimax 직교회전을 이용하여 탐색적 요인분석을 통해 요인추출을 1요인으로 고정하여 공통성이 낮은 4개의 문항을 제거하고 11문항으로 구성된 1개의 요인을 추출하였다(KMO 측도=.885, Bartlett의 구형성 점검, Approximate  $\chi^2=1562.892$ ,  $df=55$ ,  $p<.000$ ). Cronbach's Alpha 값으로 평가한 신뢰도 계수는 .81로 양호하게 나타났다. 다음으로 확인적 요인분석을 실시한 결과 TLI, RMSEA 값을 제외한 모든 적합도 지수들은 양호한 것으로 나타났다( $\chi^2=118.011$ ,  $df=39$ ,  $p<.000$ ,  $Q=3.026$ ,  $IFI=.909$ ,  $TLI=.869$ ,  $CFI=.907$ ,  $RMSEA=.128$ ).

### 3) 연구절차

본 연구의 자료 수집은 2017년 1월 제주특별자치도에서 전지훈련에 참여하고 있는 태권도선수 및 전라북도 무주 태권도원에서 전지훈련에 참가한 고등부, 대학부 및 일반부 선수들로 이루어졌다. 본 연구는 연구자가 훈련장을 직접 방문하여 감독

및 코치에게 연구의 취지를 설명하고 동의를 얻어 검사지를 배부한 후 응답요령 등의 부차적인 설명과 성실한 응답을 해줄 것을 부탁하였다. 또한 태권도원에 전지훈련에 참여한 학교감독 및 코치에게 전화 또는 면담을 통해 연구의 취지를 설명하여 협조를 구하였다. 설문지 배포와 회수는 우편으로 송부한 후 조사가 완료된 후에 다시 우편으로 회수하였다. 질문지 응답에 대한 비밀은 반드시 보장된다는 것을 언급하였다. 특히 연구윤리에 따라서 응답참여 여부를 자기가 결정할 수 있음을 고지하였고 참가동의서에 서명하도록 하였다. 참여자들은 자기평가기입법으로 질문지를 작성하였으며, 질문지를 완료하는 시간은 대략 15분 정도 소요되는 것으로 나타났다.

배부된 질문지는 총 255부였으나 50%이상 응답하지 않은 자료와 응답 고정화 현상을 보이는 자료를 제외하여 최종적으로 250부가 자료 분석에 사용되었다.

#### 4) 자료 분석

최종적으로 선정된 자료들은 SPSS 18.0과 SPSS PROCESS Macro 통계프로그램을 이용하여 연구목적에 맞게 다음과 같이 처리하였다.

첫째, 일반적 특성을 알아보기 위하여 빈도분석(Frequency Analysis)을 실시하였다.

둘째, 각 측정 도구의 신뢰도를 검증하기 위해 Cronbach's Alpha 값을 산출하였으며, 구성개념의 타당도를 위해 탐색적 요인분석(Exploratory Factor Analysis)과 확인적 요인분석(Confirmatory Factor Analysis)을 실시하였다.

셋째, 주요 변인들의 기술통계 및 Pearson's 적률상관분석을 실시하였다.

넷째, 기본적 심리욕구만족 및 좌절과 운동열의 및 운동 탈진간의 관련성을 조사하고 자기조절동기의 매개효과를 분석하기 위하여 Hayes(2013)의 SPSS PROCESS Macro를 이용하였다.

본 연구에서는 독립변수와 종속변수가 여러 개 있는 다중모형이기 때문에 부트스트래핑(Bootstrapping) 표본수를 동일하게 유지하고 특정 X변수를 독립변수로 투입할 때는 나머지 X변수들은 통제변수로 지정하는 방식을 취하였으며, 매번 개별 Y변수를 다른 Y변수로 교체하면서 개별 종속변인에 대한 단순매개분석을 K회 실시하였다. PROCESS는 조절분석, 매개분석 및 조건부 간접효과를 분석할 수 있는 분석



프로그램이며, 본 연구에서는 76개의 모형 중 4번째 모형을 적용하였다. 매개효과의 통계적 유의성 검증을 위해서 부트스트래핑(Bootstrapping)방법을 사용하였다. 기존 다른 유의성 검증 방식과 달리 정규성 분포를 가정하지 않아도 되는 부트스트래핑 방법은 통계적 모의실험 절차를 통하여 대규모의 가상 무선 표본(예:10,000개)을 만든 후 매개효과가 무선오차에 의해 나타난 것이 아니라는 것을 재확인하는 방식이다(Shrout & Bolger, 2002).

### 3. 연구 결과

#### 1) 전체 측정변인들의 기술통계치와 상관관계 분석 결과

회귀분석을 검증하기에 앞서 첫 번째 단계로 탐색적 요인분석에서 추출된 전체 측정변인들의 기술통계량과 분포특성을 살펴보았다. <표 5>에서 보는 바와 같이 측정변인들에 대한 전반적인 특성을 알아보기 위해서 평균, 표준편차, 최소값, 최대값, 중앙값, 왜도, 첨도를 통해서 정규성을 검토하였다. 각 변인의 왜도와 첨도를 살펴본 결과 모든 요인에서 왜도와 첨도 값이 절대값 2와 7이상을 넘지 않음으로써 측정변인들의 점수 분포가 정규성에 크게 벗어나지 않고 있음을 확인하였다.

표 5. 전체 측정변인들의 기술통계치와 분포 특성

측정변인	최소값	최대값	중앙값	M	SD	왜도	첨도
기본적 심리욕구만족	2.07	7.00	5.00	5.03	.91	-.06	.05
기본적 심리욕구좌절	1.00	6.50	3.17	3.17	1.16	.19	-.30
자율적 동기	1.75	7.00	4.88	4.87	1.01	-.09	.09
통제적 동기	1.00	7.00	3.38	3.30	1.11	.26	.30
운동 열의	1.06	5.00	3.63	3.62	.69	-.39	1.13
운동 탈진	1.40	4.27	2.80	2.76	.55	-.20	-.02

<표 6>는 기본적 심리욕구만족 및 좌절, 자기조절동기, 운동열의, 운동 탈진 간의 상관계수를 산출한 결과이다. <표 6>에서 보는 바와 같이, 기본적 심리욕구만족은 자율적 동기와 운동열의에 유의한 정(+)의 상관관계를 미치는 것으로 나타났으며, 기본적 심리욕구좌절, 통제적 동기, 운동 탈진에는 유의한 부(-)의 상관을 미치는 것으로 나타났다. 기본적 심리욕구좌절은 통제적 동기와 운동 탈진에 유의한 정(+)의 상관관계를 미치는 것으로 나타났으며, 자율적 동기, 운동열의에는 유의한 부(-)의 상관을 미치는 것으로 나타났다.

자율적 동기는 운동열의와 유의한 정(+)의 상관관계를 미치는 것으로 나타났으며, 통제적 동기와 운동 탈진에는 유의한 부(-)의 상관을 미치는 것으로 나타났다. 통제적 동기는 운동 탈진과 유의한 정(+)의 상관을 미치는 것으로 나타났으며, 운동열의에는 유의한 부(-)의 상관관계를 미치는 것으로 나타났다. 모든 변인이 적절한 수준의 상관이 나타나기 때문에 매개분석을 위한 조건이 충족되는 것으로 나타났다.

표 6. 측정변인들 간의 상관계수

변인	A	B	C	D	E	F
기본적 심리욕구만족(A)	1.00					
기본적 심리욕구좌절(B)	-.411**	1.00				
자율적 동기(C)	.552**	-.196**	1.00			
통제적 동기(D)	-.166**	.618**	-.198**	1.00		
운동 열의(E)	.678**	-.273**	.636**	-.142**	1.00	
운동 탈진(F)	-.334**	.633**	-.333**	.519**	-.376**	1.00

2) 기본적 심리욕구만족 및 좌절과 자기조절동기, 운동열의 및 운동 탈진간의 경로분석

기본적 심리욕구만족 및 좌절과 운동열의, 탈진간의 관계에서 자기조절동기의 매개효과 검증을 도해한 결과는<그림 15>와 같다.

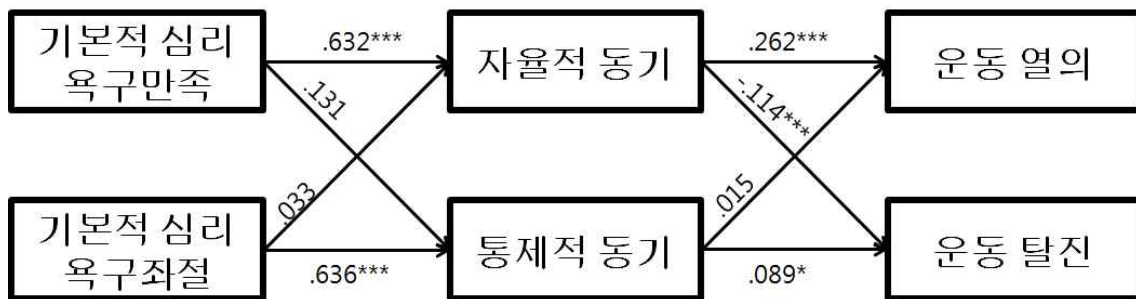


그림 15. 기본적 심리욕구만족 및 좌절과 운동열의, 운동 탈진간의 관계에서 자기조절동기의 매개효과 검증 모형

독립변인 중 기본적 심리욕구만족이 매개변수인 자율적 동기에 미치는 직접효과를 살펴본 결과 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났으며(B=.632, SE=.065, t=9.7579,  $p < .000$ ), 통제적 동기에는 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났으나 유의한 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다(B=.131, SE=.067, t=1.9586,  $p > .05$ ). 다음으로 기본적 심리욕구좌절이 자율적 동기에 미치는 직접효과를 살펴본 결과 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났으나 유의한 영향을 미치지 않는 것으로 나타났으며(B=.033, SE=.051, t=.6496,  $p > .05$ ), 통제적 동기에는 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타나(B=.636, SE=.052, t=12.1565,  $p < .000$ ) 연구 가설 1은 지지되었다. 두 번째

단계에서는 매개변수인 자율적 동기, 통제적 동기가 종속변인에 미치는 영향력을 확인한 결과 자율적 동기는 운동열의에 유의한 정(+)의 영향을 미쳤으며( $B=.262$ ,  $SE=.036$ ,  $t=7.3448$ ,  $p<.000$ ), 운동 탈진에는 유의한 부(-)의 영향을 미치는 것으로 나타났다( $B=-.114$ ,  $SE=.031$ ,  $t=-3.6382$ ,  $p<.000$ ). 그 다음 통제적 동기가 종속변인에 미치는 영향력을 확인한 결과, 통제적 동기는 운동열의에 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났으나 유의한 영향을 미치지 않는 것으로 나타났으며( $B=.015$ ,  $SE=.035$ ,  $t=.4367$ ,  $p>.05$ ), 운동 탈진에는 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타나( $B=.089$ ,  $SE=.03$ ,  $t=2.9400$ ,  $p<.003$ ) 연구 가설 2는 지지되었다.

자율적 동기, 통제적 동기를 통제하였을 때 기본적 심리욕구만족 및 좌절이 운동 열의 및 탈진에 미치는 직접효과를 살펴본 결과, 기본적 심리욕구만족은 운동열의에 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났으며( $B=.35$ ,  $SE=.04$ ,  $t=8.24$ ,  $p<.000$ ), 운동 탈진에는 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났으나 유의한 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다( $B=.006$ ,  $SE=.04$ ,  $t=.16$ ,  $p>.05$ ). 기본적 심리욕구좌절은 운동열의에 부(-)의 영향을 미치는 것으로 나타났으나 유의한 영향을 미치지 않는 것으로 나타났으며( $B=-.01$ ,  $SE=.04$ ,  $t=-.40$ ,  $p>.05$ ), 운동 탈진에는 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타나( $B=.23$ ,  $SE=.03$ ,  $t=7.40$ ,  $p<.000$ ) 연구 가설 3은 지지되었다.

마지막으로 매개변수인 자율적 동기, 통제적 동기의 영향력을 통제했을 때 독립변인인 기본적 심리욕구만족은 종속변수인 운동 열의에 미치는 직접효과와 간접효과를 통해서 영향을 미치는 매개효과의 합인 총 효과( $B=.52$ ,  $SE=.04$ ,  $t=13.27$ ,  $p<.000$ )를 분석한 결과 유의한 정(+)의 영향을 미쳤으며, 기본적 심리욕구좌절은 운동열의에 정(+)의 영향을 미쳤으나 유의한 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다( $B=.004$ ,  $SE=.03$ ,  $t=.13$ ,  $p>.05$ ). 다음, 기본적 심리욕구만족이 운동 탈진에 미치는 직접효과와 간접효과를 통해서 영향을 미치는 매개효과의 합인 총 효과를 분석한 결과 부(-)의 영향을 미쳤으나 유의한 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다( $B=-.05$ ,  $SE=.03$ ,  $t=-1.65$ ,  $p>.05$ ), 기본적 심리욕구좌절은 운동탈진에 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타나( $B=.29$ ,  $SE=.03$ ,  $t=11.09$ ,  $p<.000$ ) 연구 가설 4는 지지되었다.

표 7. 기본적 심리욕구만족 및 좌절과 자기조절동기, 운동열의 및 운동 탈진간의 직접효과 검증

변 수	Coeff	S.E	t	p	95% CI
					LLCI~ULCI
종속변인: 자율적 동기 R <sup>2</sup> =.3058, F(2, 247)=54.4116, p<.000					
상수항	1.590	.422	3.7689	.000	.7589~2.4203
기본적 심리욕구만족	.632	.065	9.7579	.000	.5042~.7592
기본적 심리욕구좌절	.033	.051	.6496	.516	-.0670~.1329
종속변인: 통제적 동기 R <sup>2</sup> =.3915, F(2, 247)=79.4499, p<.000					
상수항	.626	.434	1.4414	.150	-.2295~1.4819
기본적 심리욕구만족	.131	.067	1.9586	.0513	-.0007~.2620
기본적 심리욕구좌절	.636	.052	12.1565	.000	.5326~.7385
종속변인: 운동열의 R <sup>2</sup> =.5588, F(4, 245)=77.5764, p<.000					
상수항	.572	.240	2.3809	.018	.0988~1.0455
자율적 동기	.262	.036	7.3448	.000	.1915~.3318
통제적 동기	.015	.035	.4367	.6627	-.0530~.0832
종속변인: 운동 탈진 R <sup>2</sup> =.4658 F(4, 245)=53.4020, p<.000					
상수항	2.254	.211	10.6620	.000	1.8372~2.6699
자율적 동기	-.114	.031	-3.6382	.000	-.1757~-0.0523
통제적 동기	.089	.030	2.9400	.003	.0295~.1493

### 3) 기본적 심리욕구만족 및 좌절과 운동열의, 탈진간의 관계에서 자기조절동기의 매개효과 검증

매개효과 검증을 위하여 자율적 동기와 통제적 동기의 간접효과의 유의성을 검증한 결과, <표 8>과 같이 기본적 심리욕구만족이 매개변인을 경유하여 운동열의에 미치는 총 간접효과는 .17이며, 95% 편의교정신뢰구간의 하한값과 상한값(.1046~.2555)이 0을 포함하지 않음에 따라 매개효과는 유의하게 나타났다. 자율적 동기, 통제적 동기의 각각의 개별 매개효과(Specific Indirect Effect)를 분석한 결과, 심리욕구만족이 자율적 동기를 거쳐 운동열의에 가는 경로계수(B=.17)는 95% 편의교정신뢰구간(.1024~.2526)에서 0을 포함하지 않는 것으로 나타나 심리욕구만족이 자율적 동기를 경유하여 운동열의에 미치는 간접효과가 유의한 것으로 확인하였으며, 심리욕구만족이 통제적 동기를 거쳐 운동열의에 미치는 경로계수(B=.002)는 95% 편의교정신뢰구간(-.0057~.0166)에서 0을 포함함으로 간접효과는 없는 것으로 나타났다. 심리욕구좌절이 매개변인을 경유하여 운동열의에 미치는 총 간접효과는 .02이

며, 95% 편의교정신뢰구간의 하한값과 상한값(-.0331~.0679)이 0을 포함하는 것으로 나타나 총 간접효과는 없는 것으로 나타났다. 자율적 동기, 통제적 동기의 각각의 개별 매개효과를 분석한 결과, 심리욕구좌절은 자율적 동기를 거쳐 운동열의로 가는 경로계수(B=.009)는 95% 편의교정신뢰구간(-.0152~.0324)에서 0을 포함하는 것으로 나타나 심리욕구좌절이 자율적 동기를 경유하여 운동열의에 미치는 간접효과는 유의하지 않는 것으로 확인되었다. 또한, 심리욕구좌절이 통제적 동기를 거쳐 운동열의에 미치는 경로계수(B=.01)도 95% 편의교정신뢰구간(-.0341~.0525)에서 0을 포함함으로 간접효과는 없는 것으로 나타났다.

표 8. 기본적 심리욕구만족 및 좌절, 자기조절동기와 운동열의, 탈진간의 직접효과와 간접효과

예측변인	준거변인	총 효과 Coeff(SE) t	직접효과 Coeff(SE) t	총 간접효과 Effect(SE) (LL~UL)	특정 간접효과	
					자율적 동기 Effect(SE) (LL~UL)	통제적 동기 Effect(SE) (LL~UL)
기본적 심리욕구만족	운동열의	.52(.04) 13.27***	.35(.04) 8.24***	.17(.04) (.1046~.2555)	.17(.04) (.1024~.2526)	.002(.005) (-.0057~.0166)
	운동 탈진	-.05(.03) -1.65	.006(.04) .16	-.06(.03) (-.1235~-0.0052)	-.07(.03) (-.1318~-0.0254)	.01(.01) (.0000~.0325)
기본적 심리욕구좌절	운동열의	.004(.03) .13	.01(.04) -.40	.02(.03) (-.0331~.0679)	.009(.01) (-.0152~.0324)	.01(.02) (-.0341~.0525)
	운동 탈진	.29(.03) 11.09***	.23(.03) 7.40***	.05(.03) (.0024~.1107)	-.003(.01) (-.0167~.0055)	.06(.03) (.0077~.1137)

심리욕구만족이 매개변인을 경유하여 운동탈진에 미치는 총 간접효과는 -.06이며, 95% 편의교정신뢰구간의 하한값과 상한값(-.1235~-0.0052)이 0을 포함하지 않음에 따라 매개효과는 유의하게 나타났다. 자율적 동기, 통제적 동기의 각각의 개별 매개효과를 분석한 결과, 심리욕구만족은 자율적 동기를 거쳐 운동 탈진에 영향을 미치는 경로계수(B=-.07)는 95% 편의교정신뢰구간(-.1318~-0.0254)에서 0을 포함하지 않는 것으로 나타나 심리욕구만족이 자율적 동기를 경유하여 운동탈진에 미치는 간접효과가 확인되었다. 또한, 심리욕구만족이 통제적 동기를 거쳐 운동탈진에 미치는 경로계수(B=.01)도 95% 편의교정신뢰구간(.0000~.0325)에서 0을 포함하지 않는 것으로 나타나 심리욕구만족이 통제적 동기를 경유하여 운동탈진에 유의한 간접효과를 유발하였다. 심리욕구좌절이 매개변인을 경유하여 운동탈진에 미치는 총 간접효과는 .05

이며, 95% 편의교정신뢰구간의 하한값과 상한값(.0024~.1107)이 0을 포함하지 않음에 따라 매개효과는 유의하게 나타났다.

자율적 동기, 통제적 동기의 각각의 개별 매개효과를 분석한 결과, 심리욕구좌절이 자율적 동기를 거쳐 운동탈진으로 가는 경로계수( $B=-.003$ )는 95% 편의교정신뢰구간(-.0167~.0055)에서 0을 포함하는 것으로 나타나 심리욕구좌절이 자율적 동기를 경유하여 운동탈진에 미치는 간접효과가 유의하지 않는 것으로 확인되었다. 또한, 심리욕구좌절이 통제적 동기를 거쳐 운동탈진에 미치는 경로계수( $B=.06$ )도 95% 편의교정신뢰구간(.0077~.1137)에서 0을 포함하지 않는 것으로 나타나 심리욕구좌절이 통제적 동기를 경유하여 운동탈진에 유의한 간접효과를 유발하는 것으로 나타났다.

#### 4. 논의

연구 2의 목적은 기본적 심리욕구만족 및 좌절이 자기조절동기를 경유하여 운동 열의, 운동 탈진에 각각 어떠한 영향을 미치는지를 검증하고자 하였다. 구체적으로 본 연구에서는 태권도선수 250명을 대상으로 운동에 참여하는 동기가 재미있고 자발적으로 내면화 시키는 자율적 동기와 압박과 강제적으로 운동에 참여하는 통제적 동기라는 지표를 활용하여 심리욕구만족 및 좌절과 운동열의, 운동 탈진간의 관계에서 어떠한 매개역할을 미치는지 검증하고자 하였다.

먼저 각 변인들 간의 상관관계를 분석한 결과 각 변인들 간의 상관관계가 유의한 것으로 나타났다. 이러한 결과는 송용관, 천승현, 황승현(2017)이 대학 학생선수들을 대상으로 연구한 결과 심리욕구만족과 운동 탈진 간에 유의한 상관관계가 있는 것으로 보고하면서 본 연구결과와 부분적으로 일치하고 있으며, Wilson & Rodgers(2002)은 심리욕구만족 구인들은 동기 유형 간에 유의한 상관관계가 존재한다고 보고함으로써 본 연구결과를 뒷받침해주고 있다.

경로분석으로 변인들 간의 총 효과를 분석한 결과, 기본적 심리욕구만족은 운동 열의에 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 운동 탈진에는 부(-)의 영향을 미치는 것으로 나타났으나 유의한 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다. 기본적 심리욕구좌절은 운동열의에 부(-)의 영향을 미치는 것으로 나타났으나 유의한 영향은 없는 것으로 나타났으며, 운동 탈진에는 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 인소정 등(2016)이 태권도선수들을 대상으로 연구한 결과 심리욕구만족은 운동열의 하위요인들 간에 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 심리욕구좌절은 부(-)의 영향을 미치는 것으로 나타나 본 연구결과와 부분적으로 일치하고 있다. 또한, 최마리, 박상혁, 성창훈(2012)이 배드민턴 선수와 씨름선수 219명을 대상으로 연구한 결과 심리욕구만족은 운동탈진을 감소시키는 것으로 확인되어 본 연구결과를 지지하는 것으로 나타났다. 심리욕구만족은 자율적 동기, 웰빙 등 긍정적인 변인들과 심리적 및 신체적 행동을 유발하지만, 심리욕구좌절은 소진과 불행(III-Being) 등 부정적인 행동을 야기하는 것으로 보고하고 있다 (Adie, Duda, & Ntoumanis, 2008, 2012; Gagné, Ryan, & Bargmann, 2003; Reinboth, Duda, & Ntoumanis, 2004). 또한, 심리욕구가 충족되지 않으면 낮은 활력과 높은 수



준의 정서적, 신체적 소모를 유발할 수 있다고 보고함으로써 본 연구결과를 뒷받침해주고 있다(Adie et al., 2008; Deci & Ryan, 2000; Cheon, Reeve, & Song, 2016).

이어서 변인들 간의 직접효과를 분석한 결과, 심리욕구만족은 매개변인인 자율적 동기에 유의한 정(+)<sup>2</sup>의 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 통제적 동기에도 정(+)<sup>2</sup>의 영향을 미치는 것으로 나타났으나 유의한 영향은 없는 것으로 나타났다. 심리욕구좌절은 자율적 동기에 정(+)<sup>2</sup>의 영향을 미치는 것으로 나타났으나 유의한 영향은 없는 것으로 나타났으며, 통제적 동기에는 유의한 정(+)<sup>2</sup>의 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 스포츠교육학 분야에서 중·고등학생들을 대상으로 연구한 결과(박병훈, 2013) 심리욕구만족은 자기결정성 동기에 유의한 영향력을 미치는 것으로 확인되어 본 연구결과를 지지하였다. 또한 김미숙(2016)은 무용전공 대학생들을 대상으로 연구한 결과 심리욕구만족은 자율적 동기에 유의한 정(+)<sup>2</sup>의 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 통제적 동기에는 유의한 부(-)<sup>2</sup>의 영향을 미치는 것으로 나타났다. 또한, 심리욕구좌절은 자율적 동기에 유의한 부(-)<sup>2</sup>의 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 통제적 동기에는 유의한 정(+)<sup>2</sup>의 영향을 미치는 것으로 보고함으로써 본 연구결과를 부분적으로 지지하고 있다. Standage, Duda, & Ntoumanis(2005)의 연구에서도 욕구 지지의 환경을 경험한다고 지각하는 학생들은 심리욕구만족 수준을 높게 지각하여 내재적 동기를 예측하고 이어서 체육관련 결과변인들(긍정적 정서, 도전의식)에 유의한 영향을 미치는 것으로 보고하고 있으며, Gunnell, Crocker, Wilson, Mack, & Zumbo(2013)은 수업시간에 학생들의 심리욕구만족은 긍정적 정서와 안녕감을 촉진시키지만 심리욕구좌절은 부정적 정서 유발과 안녕감을 저해한다고 보고함으로써 본 연구결과를 뒷받침하고 있다.

이어서 운동에 참여하는 자기결정성동기 중 자율적 동기는 운동열의에 유의한 정(+)<sup>2</sup>의 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 운동 탈진에는 유의한 부(-)<sup>2</sup>의 영향을 미치는 것으로 나타났다. 통제적 동기는 운동열의에 정(+)<sup>2</sup>의 영향을 미치는 것으로 나타났으나 유의한 영향은 없는 것으로 나타났으며, 운동 탈진에는 유의한 정(+)<sup>2</sup>의 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 김덕진(2016)이 태권도 선수들을 대상으로 연구한 결과 동기는 운동 탈진에 유의한 부(-)<sup>2</sup>의 영향을 미치는 것으로 보고하고 있으며, 오영택 등(2016)은 태권도선수들을 대상으로 연구한 결과 자율적 동기는 운동 탈진 하위요인들을 감소시키는 것으로 나타났으며, 통제적 동기는 운동 탈진을

증가시키는 것으로 보고함으로써 본 연구결과와 일치하는 것으로 나타났다. Cresswell & Eklund(2005), Raedeake(1997)은 부정적인 개념의 동기가 높아질 경우 탈진을 증가시킬 위험성이 높다고 보고하고 있다. 특히, 신체활동과 스포츠 맥락에서 이루어진 여러 연구들은 통제적 동기에 비해서 자율적 동기가 자기 보고한 행동 의도(Standage, Duda, & Ntoumanis, 2003), 체육시간 능동적 참여(Ntoumanis, 2005), 방과 후 체육활동 참여(Hagger, Chatzisarantis, Culverhouse, & Biddle, 2003), 자존심, 건강관련 생활의 질(Standage & Gillison, 2007), 지속(Pelletier, Fortier, Vallerand, & Brière, 2001), 스포츠퍼슨십(Vallerand & Losier, 1994), 일상웰빙(Gagné, Ryan, & Bargmann, 2003), 탈진감소(Cresswell & Eklund, 2005), 자아존중감(Wilson & Rodgers, 2002)과 같은 긍정적인 결과 변인들과 정적인 상관을 갖는다는 것을 보여주었다는 점에서 본 연구와 맥을 같이하고 있다. 한편, 체육학 분야에서는 자기조절동기와 운동열의와 관련한 연구들은 미흡한 실정이지만, Curran, Hill, Hall, Jowett(2015)는 축구선수들을 대상으로 연구한 결과 지도자의 동기분위기가 열의에 유의한 영향을 미치는 것으로 보고함으로써 자기 스스로 이루고자하는 목표를 설정하고 헌신적으로 운동에 매진하는 노력은 열의를 더 높이 평가될 수 있는 것으로 해석할 수 있다.

한편, 기본적 심리욕구만족은 자율적 동기를 경유하여 운동열의에 정(+의) 간접영향을 미치는 것으로 나타났으며, 운동탈진에 유의한 영향을 미치지 못하였다. 이 결과는 높은 심리적 욕구만족은 낮은 선수 탈진과 연관이 있다는 것을 증명한 Li, Wang, Pyun & Kee(2013)의 결과와 기본적 심리욕구만족과 운동열의 간의 정적인 관계를 지지하는 증거를 발견한 Hodge et al.,(2009)의 연구결과들을 지지하고 있다. 또한 기본적 심리욕구만족은 자율적 동기를 경유하여서 운동탈진에 부(-)의 간접영향을 미치고, 통제적 동기를 경유해서는 운동탈진에 정(+의) 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이 결과는 자기결정성이 낮은 동기(통제적 동기)는 탈진과 정적인 상관을 보였고, 자기결정 동기(자율적 동기)는 탈진과 부적인 상관을 보였다는 Lonsdale, Hodge, & Rose(2009) 연구결과와 일치하고 있다. 좀 더 구체적으로 설명하면, Lonsdale et al.,(2009)은 자기결정 동기는 유능성과 자율성과 신체적, 정서적 고갈의 관계를 완전 매개하고, 유능성과 관계성은 성취의식 감소와 스포츠가치저하 변인간의 관계도 부분 매개하는 것으로 보고하였다. 또한 동기가 성인 스포츠 참여자의

욕구만족과 정서간의 관계를 매개하였다는 점을 발견한 McDonough and Crocker (2007)의 결과와 맥을 같이하고 있다.

그리고 기본적 욕구좌절은 통제적 동기를 경유하여 운동탈진에 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났다. 기본적 심리욕구좌절과 운동선수 탈진간의 정적 관계는 기본적 심리욕구만족과 선수 탈진간의 부적인 상관보다 더 크다는 것을 확인하였던 Bartholomew et al.,(2011)의 결과를 통해서 지지될 수 있다. 그들은 적극적인 욕구차단은 욕구만족의 기회부족보다 선수들로 하여금 탈진 증가 위험을 높이고, 운동열의를 더 감소시킨다는 점을 강조하였다. 이것은 욕구좌절이 되면 통제적 동기가 촉발되고, 증가된 통제적 동기는 운동탈진을 강화시킬 수 있다는 점을 시사하는 결과이다.

본 연구를 요약하여보면, 자율성, 유능성, 관계성이 충족되어 심리욕구만족이 높은 선수들은 스스로 운동에 대한 흥미, 자발적인 행동을 보여줌으로써 운동에 더욱더 열의를 갖고 매진한다는 것을 알 수 있었다. 반면, 기본적 심리욕구만족이 충족되지 못하면, 심리욕구좌절이 높은 선수들은 운동에 대한 지루함, 낮은 흥미감, 어쩔 수 없이 타인에 의해서 운동에 참여함으로써 이들은 운동 탈진을 유발할 가능성이 높다는 사실을 연구 2를 통해 검증할 수 있었다. 한편, 운동열의를 주제로 국외에서는 운동열의와 몰입(Hodge, Lonsdale & Jackson, 2009), 정신력과 운동열의(Martin, & Malone, 2013)간의 관계 등 여러 선행연구가 진행되고는 있으나 국내의 스포츠심리학 분야에서의 연구는 아직 미흡한 실정이다. 이에 본 연구에서는 긍정적인 선행변인들을 통해 운동열의를 유발하여 더욱더 운동에 성실하게 시간을 투자하여 운동에 매진하는 변인으로 작용한다는 사실과 욕구만족이 충족되지 못해 부정적인 요인으로 작용할 경우에는 탈진을 유발할 가능성이 높다는 것을 이해하는데 본 연구의 의의가 있다. 본 연구는 연구자들로 하여금 운동탈진에 선행하여 일어나는 동기과정을 보다 깊게 이해할 수 있도록 해 줄 것이며, 보다 효과적으로 탈진에 방과 운동열의를 강화할 수 있는 처치 중재를 유도할 수 있을 것이다.

연구 3에서는 심리욕구만족 및 좌절, 자기조절동기를 인과순서에 근거하여 다중매개변인으로 투입하고 열정과 운동열의 및 운동 탈진간의 관계성을 검증할 것이며, 지도자의 코칭유형인 자율적 코칭과 통제적 코칭이 열정과 운동열의 및 운동탈진간의 관계에서 조절효과가 있는지 여부를 검증할 것이다.

## V. 연구 3

### 1. 문제 제기

#### 1) 문제제기의 당위성 및 연구목적

연구 3의 목적은 열정 → 기본적 심리욕구 → 자기조절동기 → 운동열의 및 탈진의 일련의 관계를 총체적으로 분석하고자 한다. 기본적 심리욕구와 자기조절동기를 연속매개변수로 투입하여 연구 1과 연구 2의 결과들이 체계적으로 재현될 수 있는지 여부를 검증하는 것이었다.

연구 3에서 제시한 연속매개모형의 목적은 열정이 기본적 심리욕구에 영향을 미치고, 기본적 심리욕구는 자기조절동기에 영향을 미쳐 매개변수간의 순차적인 인과관계를 설정하고, 최종적으로 운동열의와 탈진에 미치는 매개모형을 설정하여 직접효과와 간접효과를 분석하는 것이다(이형권, 2015). 즉, 매개변수가 2개(기본적 심리욕구와 자기조절동기)인 연속다중매개변수 모형에서는 열정이 4개의 경로를 통하여 운동열의 및 탈진에 영향을 미치는 효과를 추정할 수 있다. 따라서 연구 1과 연구 2의 매개과정을 종합적으로 분석하여 일련의 매개효과의 인과성을 분석할 수 있고, 자기결정이론의 순차적인 인과모형을 분석할 수 있을 것이다.

또한 지금까지의 선행연구들은 열정과 탈진의 관계에서 기본적 심리욕구의 매개효과, 자기결정동기의 매개효과, 스트레스와 탈진의 관계에서 코치의 자율성 지지와 자아탄력성의 조절효과 등 단순매개효과나 조절효과를 분석하는 것에 초점을 맞추어 왔다. 그러나 단순매개모형에서 열정이 심리적 욕구를 매개로 하여 열의와 탈진에 미치는 효과는 열정이 기본적 심리욕구에 영향을 미치고 운동열의와 탈진에 영향을 미치는 변수는 열정과 기본적 심리욕구에 국한시켰다. 그러나 어떤 효과는 무엇인가에 의해서 조절된다고 보는 것이 타당하다. 물론 상호작용 효과가 배제된 분석이 문제가 있다는 것은 아니며, 인간의 행동은 너무 복잡하고 난해하기 때문에 어떠한 모형도 완전하거나 정확하다고 볼 수 없다고 사료된다. 과거에는 매개분석과 조절분석이 상이한 분석절차에 의해서 해석될 수 있는 것으로 개별적으로 분석해 온 것이 일반적인 방법론이었다. 그러나 매개과정은 서로 다른 조건에 따라서

달라질 수 있다.

21세기에 이르러서는 조절분석과 매개분석을 분석적으로 통합하는 방법론들이 제시되었고, Muller, Judd, & Yzerbyt(2005), Morgan-Lopez & MacKinnon(2006), Edward & Lamberts(2007) 등이 조절된 매개분석의 기법을 발전시켰다. 그리고 Hayes(2013)는 단순조절모형과 단순매개모형 및 다중매개모형과 조건부간접효과 모형 등을 포괄한 76개의 모형을 분석할 수 있는 PROCESS Macro를 개발함으로써 방법론적인 진전이 이루어지고 있다(이형권, 2015). 만약 본 연구에서처럼 열정이 기본적인 심리욕구를 경유하여 운동열의와 탈진에 미치는 영향이 조절변수, 즉 코치가 조성하는 코칭방식(자율적 코칭과 통제적 코칭)에 따라서 달라진다면, 열정과 운동열의 및 탈진을 연결하는 메커니즘은 조건적이라고 볼 수 있다. 즉, 열정 → 기본적인 심리욕구 → 운동열의 및 탈진의 간접효과가 모든 선수에게 동일하게 나타나는 것이 아니라 조절변수의 특정 값에서 간접효과를 조건화하여 추론해야 한다.

자기결정이론(Self-Determination Theory)은 코치의 행동은 두 개의 대인관계방식, 즉 자율성 지지와 통제적 방식의 관점에서 살펴볼 수 있다고 제안한다(Deci & Ryan, 2008; Ryan & Deci, 2002). 스포츠상황에서 코치의 자율성 지지는 선수들에게 심리적 압박과 요구를 최소화하면서 그들의 관점과 기분을 이해하고 지속적인 정보와 선택의 기회를 제공하는 것으로(Black & Deci, 2000), 기본적인 심리욕구만족(조영갑, 이병민, 2016), 운동행동(남광우, 김종식, 2016)에 긍정적으로 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 보고하고 있다. 이에 반면, 지도자의 통제적 지지는 선수들의 훈련과 관련된 동기 및 참여 행동을 저하시키며, 훈련에 대한 저항 유발(김순영, 박상혁, 2015), 자기결정 동기에 부정적인 영향을 미친다(천승현, 이재원, 2011). 또한 코치의 과도한 억압이나 통제된 환경으로 청소년 선수들에게 혼란과 소진을 유발하며(박중길, 김기형, 2013; 송기현, 정구인, 2014), 중도탈락을 유발할 수 있다는 것을 보여주었다(손원일, 김성문, 2013). 이와 같은 선행연구들을 토대로 운동열정(조화·강박열정)과 운동열의 및 운동 탈진간의 관계에서 기본적인 심리욕구만족과 좌절의 매개효과 검증을 실시한 후 이 매개효과가 코치가 조성하는 코칭유형에 따라서 어떻게 달라지는지를 검증하고자 하였다.

따라서 연구 1과 연구 2에서는 자기결정이론 간의 관계에서 선행변인으로 열정이라는 개인적 성격변인을 상정하여 결과변인인 운동열의와 탈진 간의 관계성을 순차

적으로 검증하였으며, 연구 3에서는 심리욕구만족 및 좌절, 자기조절동기를 매개변인으로 연속다중매개모형 분석을 실시하고, 사회 환경적 변인인 코칭유형을 조절변인으로 상정하여 열정 → 기본적 심리욕구 → 운동열의 및 탈진간의 매개조건을 통합적으로 분석하는 시도를 함으로써 자기결정이론의 통합모형 검증을 하는 것이다. 이는 자기결정이론에서 언급되지 않고 있는 열정의 개념을 포함함으로써 조절된 매개분석을 이용하여 이론의 외연을 확장하고자 하는데 그 의의가 있다.

## 2) 연구모형

본 연구에서는 인간의 기질적인 성향인 열정과 결과변인으로 발생하는 열의와 운동 탈진간의 관계를 심리욕구만족 및 좌절, 자율적 동기, 통제적 동기가 매개변인으로 어떠한 역할을 하는지를 순차적으로 검증하고자 <그림 16>, <그림 17>과 같이 다중매개모형을 제시하여 열정 → 기본적 심리욕구만족 및 좌절 → 자기조절동기 → 운동열의 및 운동 탈진에 미치는 영향을 규명하고자 하였다.

두 번째, 지도자의 코칭유형인 자율적 코칭과 통제적 코칭유형을 조절변수로 투입하여 <그림 18>, <그림 19>와 같이 연구모형을 제시하여 이들 간의 관련성을 규명하고자 하였다.

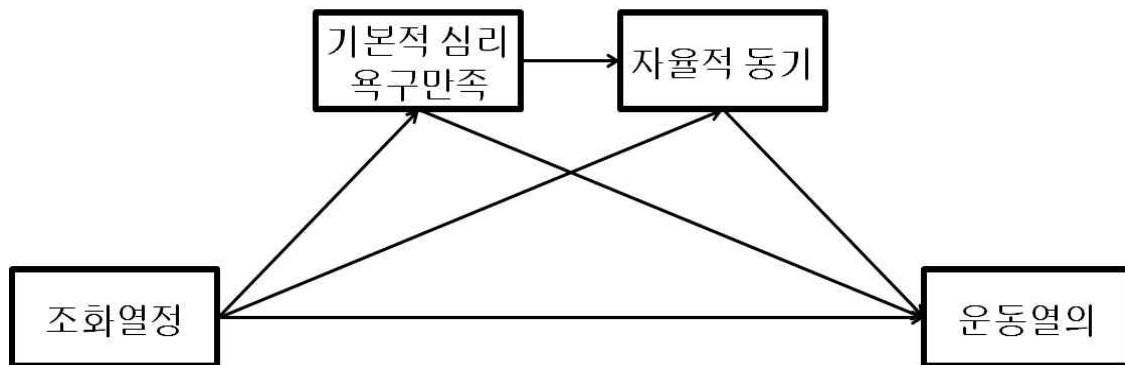


그림 16. 조화열정과 운동열의 간의 관계에서 기본적 심리욕구만족 및 자율적 동기의 다중매개효과 모형

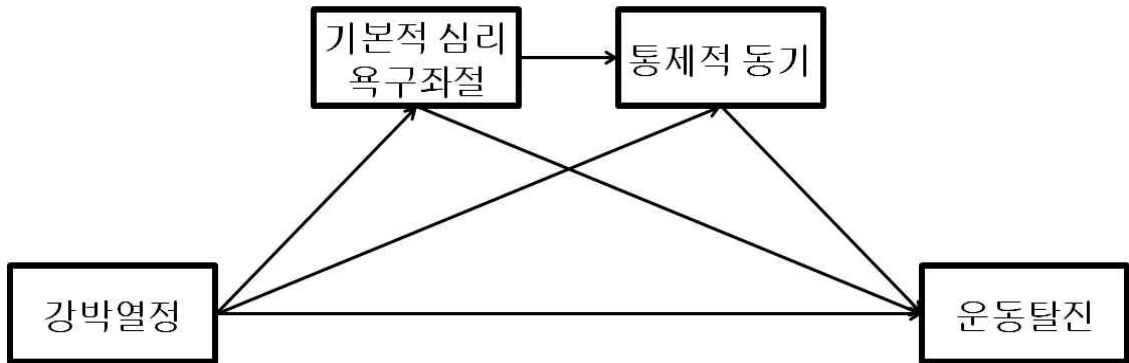


그림 17. 강박열정과 운동 탈진간의 관계에서 기본적 심리욕구좌절 및 통제적 동기의 다중매개효과 모형

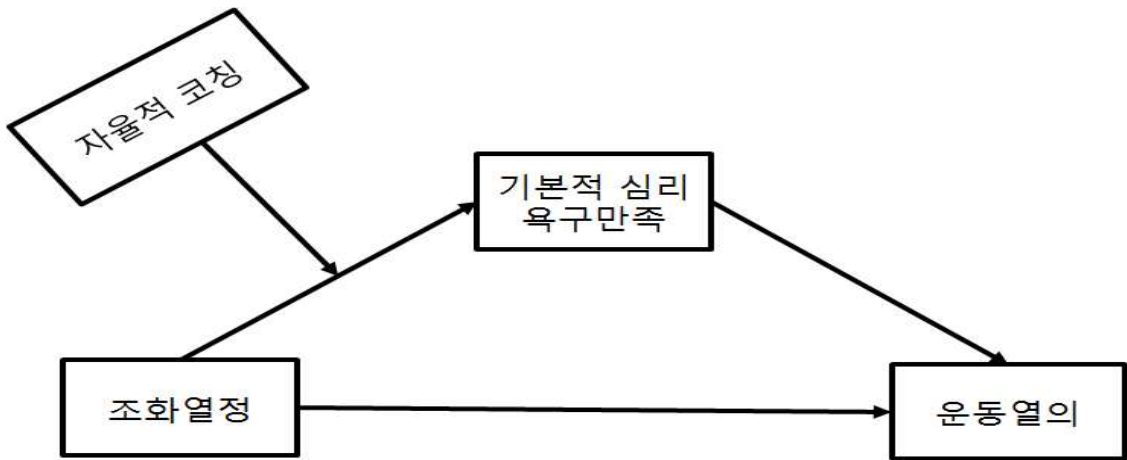


그림 18. 이론적 모형

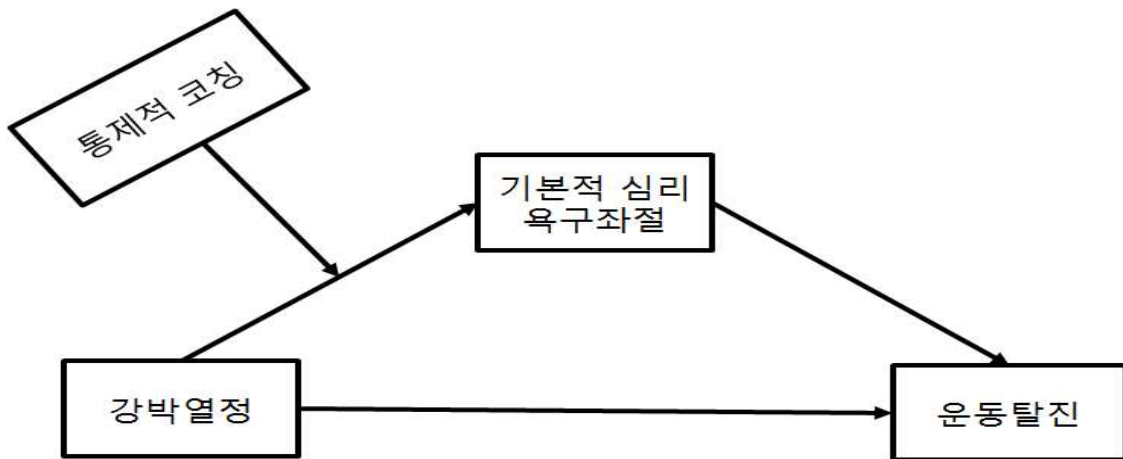


그림 19. 이론적 모형

### 3) 연구가설

#### (1) 연구가설 1

1-1, 조화열정은 운동열의에 정(+)의 직접 영향을 미칠 것이다.

1-2, 조화열정은 매개변인인 기본적 심리욕구만족을 경유하여 운동열의에 정(+)의 간접 영향을 미칠 것이다.

1-3, 조화열정은 매개변인인 기본적 심리욕구만족과 자율적 동기를 경유하여 운동열의에 정(+)의 간접 영향을 미칠 것이다.

1-4, 조화열정은 매개변인인 자율적 동기를 경유하여 운동열의에 정(+)의 간접 영향을 미칠 것이다.

#### (2) 연구가설 2

2-1, 강박열정은 운동탈진에 정(+)의 직접 영향을 미칠 것이다.

2-2, 강박열정은 매개변인인 기본적 심리욕구좌절을 경유하여 운동탈진에 정(+)의 간접 영향을 미칠 것이다.

2-3, 강박열정은 매개변인인 기본적 심리욕구좌절과 통제적 동기를 경유하여 운동탈진에 정(+)의 간접 영향을 미칠 것이다.

2-4, 강박열정은 매개변인인 통제적 동기를 경유하여 운동탈진에 정(+)의 간접 영향을 미칠 것이다.

#### (3) 연구가설 3

조화열정과 운동열의 간의 관계를 중재하는 기본적 심리욕구만족의 매개효과는 자율적 코칭에 따라서 조절될 것이다.

#### (4) 연구가설 4

강박열정과 운동 탈진간의 관계를 중재하는 기본적 심리욕구좌절의 매개효과는 통제적 코칭에 따라서 조절될 것이다.



## 2. 연구 방법

### 1) 연구대상

연구 3의 연구대상은 2017년 2월 제주특별자치도에서 개최한 제12회 제주평화기 전국태권도대회와 2017년도 태권도 국가대표선수선발 최종대회에 참가한 고등부, 대학부 및 일반부 선수들로 총 411명이었다. 이들에 대한 표집방법은 비확률 표집 방식인 유목적표집방법(Purposive Sampling)을 이용하였으며 검사지는 417부가 회수 되었으나, 반응고정화 현상을 보이는 응답과 무기입 된 자료 6부를 제외한 411명의 자료만을 최종 유효 표본으로 선정하였다. 구체적으로 연구대상자의 일반적 특성을 살펴보면, 남성이 327명(79.6%), 여성이 84명(20.4%)이고, 연령별로는 고등부 247명(60.1%), 대학부 108명(26.3%), 일반부 56명(13.6%)으로 총 411명의 자료를 최종 분석에 활용하였다.

### 2) 측정도구

연구 3의 자료를 측정하기 위해 연구 1과 연구 2에 사용하였던 열정, 기본적 심리욕구만족 및 좌절, 자기조절동기, 운동열의, 운동 탈진 척도를 요인분석을 통해 성분행렬이 가장 높은 문항들을 각각 하위요인 5문항씩을 추출하여 운동열정(조화·강박) 10문항, 심리욕구만족 및 좌절 10문항, 자기조절동기(자율적·통제적 동기) 10문항, 운동열의 5문항, 운동 탈진 5문항과 지도자의 코칭유형(자율적·통제적 코칭) 10문항으로 총 50문항을 사용하여 측정하였다. 탐색적 요인분석을 통해 요인을 추출하였고, 자료의 약 50%를 무작위로 선별하여(n=210) 확인적 요인분석을 통해 측정모형의 적합도를 평가하였다. 확인적 요인분석은  $\chi^2$ 검증을 기본적으로 평가하지만, 표본의 크기에 민감하기 때문에 표본크기와는 비교적 독립적이고 모형의 간명성을 나타내주는 RMSEA, IFI, TLI 및 CFI 등의 적합도 지수를 고려하여 측정모형의 적합도를 평가하였다. 이러한 적합도 지수들은 Q값이 3이하(kline, 2005), IFI, TLI, CFI와 같은 상대적 지수들의 값은 .90이상 되어야 양호하며, RMSEA값은 .05이하이면 매우 우수하고, .05~.08은 양호하며, .08~.10은 수용 가능하다는 준거를 갖고 평가하였다(홍세희, 2000; Hu & Bentler, 1999).

### (1) 열정

선수들의 열정(Passion)측정은 Vallerand 등(2003)이 개발한 열정척도를 오영택 등(2016)이 태권도 선수들을 대상으로 태권도 상황에 맞게 수정·보완하여 사용하였던 한국판 열정척도를 사용하였다. 이 척도는 조화·강박열정 각각 7문항, 총 14문항으로 구성되었으나, 연구 1에서 문항이 해당 요인에 속하지 않고 다른 요인에 교차적재치를 보이는 4개의 문항을 삭제하고, 조화·강박열정 각각 5문항, 총 10문항으로 구성된 척도를 사용하였다. 구체적인 예로서 “태권도는 목표를 향해 매진하면서 어떠한 위기 상황이 와도 반드시 해내고 말겠다는 집념을 갖도록 해준다.” 라는 질문에 ‘전혀 그렇지 않다’ (1점)에서 ‘매우 그렇다’ (7점)의 7점 Likert 평정척도를 이용하여 응답하도록 되어있다. Varimax 직교회전을 이용하여 탐색적 요인분석을 통해 1개의 문항을 제거하고 9문항으로 구성된 2개의 요인을 추출하였다(KMO 척도=.882, Bartlett의 구형성 점검, Approximate  $\chi^2=2972.468$ ,  $df=36$ ,  $p<.000$ ). Cronbach’s Alpha 값으로 평가한 신뢰도 계수는 조화열정 .91, 강박열정 .94로 높게 나타났다. 다음으로 확인적 요인분석을 실시한 결과 모든 적합도 지수들은 양호한 것으로 나타났다( $\chi^2=53.466$ ,  $df=24$ ,  $p<.001$ ,  $Q=2.228$ ,  $IFI=.976$ ,  $TLI=.964$ ,  $CFI=.976$ ,  $RMSEA=.077$ ).

### (2) 기본적 심리욕구만족

기본적 심리욕구만족(Psychological Need Satisfaction)은 김덕진(2010)이 개발한 심리욕구 만족척도(The Psychological Need Satisfaction Scale)를 사용하였다. 이 척도는 기본적 심리욕구만족을 측정하는 15문항으로 제작되었으며, 자율성 5문항, 유능성 5문항, 관계성 5문항으로 구성되었으나, 본 연구에서는 기본적 심리욕구만족을 선행연구(김덕진, 2010; Curran, Appleton, Hill & Hall, 2013)와 같이 기본적 심리욕구만족 합성점수(Composite Score)를 사용하였다. 이를 위해서 연구 1과 연구 2에서 탐색적 요인분석을 통해 성분행렬이 가장 높은 5문항을 추출하여 사용하였다. 구체적인 예로서 “나는 남에게 구애받지 않고 자유롭게 운동할 수 있다.” 라는 질문에 대해 ‘전혀 그렇지 않다’ (1점)에서 ‘매우 그렇다’ (7점)의 7점 Likert 평정척도를 이용하여 응답하도록 되어있다. 요인구조의 타당도를 확보하기 위하여 주성분분석과 Varimax 직교회전을 이용하여 탐색적 요인분석을 통해 요인추출을 1요인으로 고

정하여 1개의 요인을 추출하였다(KMO 측도=.808, Bartlett의 구형성 점검, Approximate  $\chi^2=1475.031$ ,  $df=10$ ,  $p<.000$ ). Cronbach's Alpha 값으로 평가한 신뢰도 계수는 .90으로 높게 나타났다. 확인적 요인분석을 실시한 결과, 적합도 지수들은 모두 양호한 수준으로 나타났기 때문에 기본적 심리욕구만족의 측정모형은 수용할 만한 것으로 판단된다( $\chi^2=10.662$ ,  $df=4$ ,  $p<.001$ ,  $Q=2.665$ ,  $IFI=.991$ ,  $TLI=.977$ ,  $CFI=.991$ ,  $RMSEA=.089$ ).

### (3) 기본적 심리욕구좌절

기본적 심리욕구좌절(Psychological Need Thwarting)은 Bartholomew, Ntoumanis, Ryan & Thøgersen-Ntoumani(2011)가 개발한 심리욕구 좌절척도(The Psychological Need Thwarting Scale, PNTS)를 한국어판으로 번안하여 사용하였다. 이 척도는 12 문항으로 제작되었으며, 자율성 욕구좌절 4문항, 유능성 욕구좌절 4문항, 관계성 욕구좌절 4문항으로 구성되었으나, 선행연구(Jowett, Hill, Hall & Curran., 2016)와 같이 기본적 심리욕구좌절 합성점수(Composite Score)를 사용하였다. 이를 위해서 연구 1과 연구 2에서 탐색적 요인분석을 통해 성분행렬이 가장 높은 5문항을 추출하여 사용하였다. 구체적인 예로서 “나는 우리 팀 훈련방식을 자유롭게 선택할 수 없다고 느낀다.” 라는 질문에 대해 ‘전혀 그렇지 않다’ (1점)에서 ‘매우 그렇다’ (7점)의 7점 Likert 평정척도를 사용하여 측정하였으며, 요인구조의 타당도를 확보하기 위하여 주성분분석과 Varimax 직교회전을 이용하여 탐색적 요인분석을 통해 1개의 요인을 추출하였다(KMO 측도=.751, Bartlett의 구형성 점검, Approximate  $\chi^2=1295.850$ ,  $df=10$ ,  $p<.000$ ). Cronbach's Alpha 값으로 평가한 신뢰도 계수는 .88로 양호하게 나타났다. 다음 확인적 요인분석을 실시한 결과, Q값이 4.831, RMSEA값이 .135로 기준치 값보다 높게 나타났지만, 부차적인 적합도 지수는 모두 양호한 수준으로 나타났기 때문에 기본적 심리욕구좌절의 측정모형은 수용할만한 것으로 판단된다( $\chi^2=14.493$ ,  $df=3$ ,  $p<.002$ ,  $Q=4.831$ ,  $IFI=.979$ ,  $TLI=.928$ ,  $CFI=.978$ ,  $RMSEA=.135$ ).

### (4) 자기조절동기

자기조절동기는 자기결정이론의 개념적 틀을 사용하고 있는 선행연구(Guay, Vallerand & Blanchard, 2000; Pelletier, Fortier, Tuson Briere, & Blais, 1995)를 바탕

으로 양명환(2004)이 개발한 13문항의 레저스포츠동기 척도를 태권도 선수들에게 맞게 수정·보완하여 사용하였다. 이 척도는 자율적 동기 8문항, 통제적 동기 12문항으로 총 20문항으로 구성되었으나, 본 연구에서는 연구 2에서 문항이 해당 요인에 속하지 않고 다른 요인에 교차 적재치를 보이는 문항과 성분행렬 값이 낮은 10문항을 삭제하여 자율적 동기 5문항, 통제적 동기 5문항, 총 10문항으로 구성된 척도를 사용하였다. 구체적인 예로서 “운동하는 자체가 즐겁기 때문에”라는 질문에 ‘전혀 그렇지 않다’ (1점)에서 ‘매우 그렇다’ (7점) 7점 Likert 평정척도를 사용하여 측정하였다. 요인구조의 타당도를 확보하기 위하여 주성분분석과 Varimax 직교회전을 이용하여 탐색적 요인분석을 통해 1개 문항을 제거하고 9문항으로 구성된 2개의 요인을 추출하였다(KMO 측도=.825, Bartlett의 구형성 점검, Approximate  $\chi^2=2531.192$ ,  $df=36$ ,  $p<.000$ ). Cronbach’s Alpha 값으로 평가한 신뢰도 계수는 자율적 동기 .92, 통제적 동기 .87로 양호하게 나타났다. 확인적 요인분석을 실시한 결과, 모든 적합도 지수들은 모두 양호한 수준으로 나타났기 때문에 자기조절동기의 측정 모형은 수용할만한 것으로 판단된다( $\chi^2=66.499$ ,  $df=25$ ,  $p<.000$ , Q=2.660, IFI=.966, TLI=.951, CFI=.966, RMSEA=.089).

#### (5) 운동열의

운동열의(Athlete Engagement)는 Lonsdale, Hodge & Jackson(2007)이 개발한 운동열의 질문지(Athlete Engagement Questionnaire)를 한국어판으로 번안하여 인소정, 오영택, 김선옥, 양명환(2016)이 타당도와 신뢰도를 검증한 척도를 사용하였다. 이 척도는 운동열의를 측정하는 16문항으로 제작되었으며, 자신감 4문항, 전념 4문항, 활력 4문항, 열광 4문항으로 구성되었으나, 본 연구에서는 선행연구(Hodge, Lonsdale, & Jackson, 2009)와 같이 운동열의 합성점수(Composite Score)를 사용하였다. 이를 위해서 연구 2에서 성분행렬 값이 낮은 11문항을 삭제하여 총 5문항으로 구성된 척도를 사용하였다. 구체적인 예로서 “나는 태권도에서 나의 목표를 성취하려고 전념을 다한다.”라는 질문에 ‘전혀 그렇지 않다’ (1점)에서 ‘항상 그렇다’ (5점)의 5점 Likert 평정척도를 이용하여 응답하도록 하였다. 요인구조의 타당도를 확보하기 위하여 주성분분석과 Varimax 직교회전을 이용하여 탐색적 요인분석을 통해 1개의 요인을 추출하였다(KMO 측도=.840, Bartlett의 구형성 점검, Approximate

$\chi^2=1064.388$ ,  $df=10$ ,  $p<.000$ ). Cronbach's Alpha 값으로 평가한 신뢰도 계수는 .88로 양호하게 나타났다. 다음으로 확인적 요인분석을 실시한 결과 모든 적합도 지수들은 모두 양호한 것으로 나타났다( $\chi^2=7.182$ ,  $df=4$ ,  $p<.000$ ,  $Q=1.796$ ,  $IFI=.993$ ,  $TLI=.983$ ,  $CFI=.993$ ,  $RMSEA=.062$ ).

#### (6) 운동 탈진

운동선수 탈진질문지는 Raedeke & Smith(2001)의 운동 탈진(Athlete Burnout Questionnaire, ABQ) 척도를 한국어판으로 번안한 척도를 한시완 및 김방출(2011)의 척도를 태권도 상황에 맞게 자구 수정하여 사용하였다. 이 척도는 운동 탈진을 측정하는 척도로 15문항으로 제작되었으며, 스포츠 가치의식저하 5문항, 정서적·신체적 고갈 5문항, 성취의식 감소 5문항으로 구성되었으나, 본 연구에서는 선행연구(Lemyre, Hall, & Roberts, 2008; Lonsdale, Hodge, & Rose, 2009)와 같이 운동 탈진 합성점수(Composite Score)를 사용하였다. 이를 위해 연구 2에서 공통성이 낮은 4개의 문항과 성분행렬 값이 낮은 6문항을 삭제하여 총 5문항으로 구성된 척도를 사용하였다. 구체적인 예로 “나는 태권도 때문에 정신적으로나 육체적으로 지쳐있다.”라는 질문에 ‘느끼지 못한다’ (1점)에서 ‘항상 느낀다’ (7점)의 7점 Likert 평정척도를 이용하여 응답하도록 하였다. 요인구조의 타당도를 확보하기 위하여 주성분분석과 Varimax 직교회전을 이용하여 탐색적 요인분석을 통해 1개의 문항을 제거하고 4문항으로 구성된 1개의 요인을 추출하였다(KMO 측도=.814, Bartlett의 구형성검정, Approximate  $\chi^2=1221.330$ ,  $df=6$ ,  $p<.000$ ). Cronbach's Alpha 값으로 평가한 신뢰도 계수는 .91로 높게 나타났다. 확인적 요인분석을 실시한 결과, 적합도 지수들은 모두 양호한 수준으로 나타났기 때문에 운동 탈진의 측정모형은 수용할만한 것으로 판단된다( $\chi^2=12.168$ ,  $df=4$ ,  $p<.016$ ,  $Q=3.042$ ,  $IFI=.987$ ,  $TLI=.968$ ,  $CFI=.987$ ,  $RMSEA=.099$ ).

#### (7) 자율적 코칭행동

자율적 코칭행동을 측정하기 위한 검사지는 Williams & Deci(1996)가 개발한 LCQ(Learning Climate Questionnaire)검사지를 국내에서 임지현(2004)이 재수정하여 사용한 검사지를 태권도 상황에 맞게 자구 수정하여 사용하였다. 이 척도는 14문항

으로 구성되었으나, 본 연구의 목적에 맞게 태권도선수들이 훈련 및 시합상황에서 지도자에 대한 선수들의 지각을 평가하기 위하여 5문항만을 추출하여 사용하였다. 구체적인 예로 “나의 코치님은 내가 스스로 할 수 있도록 지도한다.” 라는 질문에 ‘전혀 아니다’ (1점)에서 ‘매우 그렇다’ (5점)의 5점 Likert 평정척도를 이용하여 응답하도록 하였다. 요인구조의 타당도를 확보하기 위하여 주성분분석과 Varimax 직교회전을 이용하여 탐색적 요인분석을 통해 1개의 요인을 추출하였다(KMO 측도=.843, Bartlett의 구형성 검검, Approximate  $\chi^2=1190.380$ ,  $df=10$ ,  $p<.000$ ). Cronbach’s Alpha 값으로 평가한 신뢰도 계수는 .89로 양호하게 나타났다. 평균점수가 높을수록 코치의 자율적 코칭행동 수준이 높은 것으로 해석한다. 확인적 요인분석을 실시한 결과, Q값이 3.649, RMSEA값이 .113으로 기준치 보다 높게 나타났지만, 부차적인 적합도 지수는 모두 양호한 수준으로 나타났기 때문에 자율적 코칭행동의 측정모형은 수용할만한 것으로 판단된다( $\chi^2=14.594$ ,  $df=4$ ,  $p<.006$ ,  $Q=3.649$ ,  $IFI=.984$ ,  $TLI=.959$ ,  $CFI=.984$ ,  $RMSEA=.113$ ).

#### (8) 통제적 코칭행동

통제적 코칭행동을 측정하기 위한 검사지는 Bartholomew, Ntoumanis & Thogersen-Ntoumanis(2010)가 개발한 검사지를 국내에서 오영택, 양명환(2015)이 재수정하여 사용한 검사지를 본 연구의 목적에 맞게 자구 수정하여 사용하였다. 이 척도는 15문항으로 구성되었으나, 본 연구의 목적에 맞게 태권도선수들이 훈련 및 시합상황에서 지도자에 대한 선수들의 지각을 평가하기 위하여 5문항만을 추출하여 사용하였다. 구체적인 예로 “나의 코치님은 내가 훈련에 참가하지 않거나 게임을 잘 하지 못할 때는 나를 도와주지 않는다.” 라는 질문에 ‘전혀 아니다’ (1점)에서 ‘매우 그렇다’ (5점)의 5점 Likert 평정척도를 이용하여 응답하도록 하였다. 요인구조의 타당도를 확보하기 위하여 주성분분석과 Varimax 직교회전을 이용하여 탐색적 요인분석을 통해 1개의 요인을 추출하였다(KMO 측도=.762, Bartlett의 구형성 검검, Approximate  $\chi^2=820.634$ ,  $df=10$ ,  $p<.000$ ). Cronbach’s Alpha 값으로 평가한 신뢰도 계수는 .83으로 양호하게 나타났다. 평균점수가 높을수록 코치의 통제적 코칭행동 수준이 높은 것으로 해석한다. 확인적 요인분석을 실시한 결과, Q값이 4.753, RMSEA값이 .134로 자율적 코칭행동과 유사하게 기준치 보다 높게 나타났지만, 부

차적인 적합도 지수는 모두 양호한 수준으로 나타났기 때문에 통제적 코칭행동의 측정모형은 수용할만한 것으로 판단된다( $\chi^2=19.011$ ,  $df=4$ ,  $p<.001$ ,  $Q=4.753$ ,  $IFI=.962$ ,  $TLI=.904$ ,  $CFI=.962$ ,  $RMSEA=.134$ ).

### 3) 연구절차

본 연구의 자료 수집은 2017년 2월 제주특별자치도에서 개최한 제12회 제주평화기 전국태권도대회와 2017년도 태권도 국가대표선수선발 최종대회에 참가한 고등부, 대학부 및 일반부 선수들로 이루어졌다. 본 연구는 연구자가 경기장을 직접 방문하여 감독 및 코치에게 연구의 취지를 설명하고 동의를 얻어 검사지를 배부한 후 응답요령 등의 부차적인 설명과 성실한 응답을 해줄 것을 부탁하였다. 또한 질문지 응답에 대한 비밀은 반드시 보장된다는 것을 언급하였다. 특히 연구윤리에 따라서 응답참여 여부를 자기가 결정할 수 있음을 고지하였고 참가동의서에 서명하도록 하였다. 참여자들은 자기평가기입법으로 질문지를 작성하였으며, 질문지를 완료하는 시간은 대략 15분 정도 소요되는 것으로 나타났다.

배부된 질문지는 총 417부였으나 50%이상 응답하지 않은 자료와 응답 고정화 현상을 보이는 자료를 제외하여 최종적으로 411부가 자료 분석에 사용되었다.

### 4) 자료 분석

최종적으로 선정된 자료들은 SPSS 18.0과 SPSS PROCESS Macro, AMOS 18.0통계 프로그램을 이용하여 연구목적에 맞게 다음과 같이 처리하였다.

첫째, 일반적 특성을 알아보기 위하여 빈도분석(Frequency Analysis)을 실시하였다.

둘째, 각 측정 도구의 신뢰도를 검증하기 위해 Cronbach's Alpha 값을 산출하였으며, 구성개념의 타당도를 위해 탐색적 요인분석(Exploratory Factor Analysis)을 실시하였다.

셋째, 선행된 탐색적 요인분석의 결과를 토대로 측정모형에 대한 적합성을 검증하기 위하여 확인적 요인분석을 실시하였다. 확인적 요인분석을 최대우도추정법(Maximum Likelihood Estimation: ML)으로 검증하였다.

넷째, 주요 변인들의 기술통계 및 Pearson's 적률상관분석을 실시하였다.

다섯째, 조화열정과 운동열의 간의 관계에서 기본적 심리욕구만족과 자율적 동기의 다중매개효과 분석과 강박열정과 운동 탈진간의 관계에서 기본적 심리욕구좌절과 통제적 동기의 다중매개효과 분석을 위하여 Hayes(2013)의 SPSS PROCESS Macro를 이용하였다.

여섯째, SPSS PROCESS Macro를 이용하여 조화열정과 운동열의 간의 관계에서 심리욕구만족과 자율적 코칭의 조절된 매개효과 분석과 강박열정과 운동 탈진간의 관계에서 심리욕구좌절과 통제적 코칭의 조절된 매개효과 분석을 실시하였다.

일곱째, 조절변인이 어떠한 조건에서 상호작용효과를 나타내는지에 대한 자세한 설명을 하기 위해 조절변인의 특정 조건값(평균과  $\pm 1$  표준편차)을 대입하여 상호작용효과가 어떻게 나타나는지 Interaction 프로그램을 이용하여 그래프로 제시하였다.

PROCESS는 조절분석, 매개분석 및 조건부 간접효과를 분석할 수 있는 분석 프로그램이며, 본 연구에서는 76개의 모형 중 다중매개효과 분석을 위해 6번째 모형과 조절된 매개효과 분석을 위해 7번을 적용하였다. 매개분석에서 부트스트래핑은 간접효과의 표본분포의 대표치를 경험적으로 도출하는데 사용되며, 부트스트랩 신뢰구간은 95%편의교정신뢰구간(Bias-Corrected Bootstrap Confidence Interval)을 사용하였다(Hayes, 2013).



### 3. 연구 결과

#### 1) 전체 측정변인들의 기술통계치와 상관관계 분석 결과

회귀분석을 검증하기에 앞서 첫 번째 단계로 탐색적 요인분석에서 추출된 전체 측정변인들의 기술통계량과 분포특성을 살펴보았다. <표 9>에서 보는 바와 같이 측정변인들에 대한 전반적인 특성을 알아보기 위해서 평균, 표준편차, 최소값, 최대값, 중앙값, 왜도, 첨도를 통해서 정규성을 검토하였다.

표 9. 전체 측정변인들의 기술통계치와 분포 특성

측정변인	최소값	최대값	중앙값	M	SD	왜도	첨도
조화열정	1.00	7.00	5.00	5.10	1.07	.039	-.007
강박열정	1.00	7.00	4.00	3.94	1.55	-.070	-.358
기본적 심리욕구만족	1.40	7.00	5.00	5.12	1.10	.205	-.656
기본적 심리욕구좌절	1.00	7.00	3.00	3.07	1.38	.206	-.462
자율적 동기	1.00	7.00	4.80	4.89	1.14	-.188	.489
통제적 동기	1.00	7.00	4.00	3.64	1.37	-.195	-.385
자율적 코칭	1.00	5.00	3.80	3.83	.70	-.227	.296
통제적 코칭	1.00	5.00	2.60	2.66	.88	.120	-.436
운동열의	1.60	5.40	3.60	3.68	.74	.163	-.470
운동 탈진	1.00	5.00	2.75	2.71	.96	.083	-.443

각 변인에 대한 최소값과 최대값은 조화열정은 1.00~7.00점에서 평균값이 5.10, 표준편차는 1.07로 나타났으며, 강박열정은 1.00~7.00점에서 평균값이 3.94, 표준편차는 1.55로 나타났다. 기본적 심리욕구만족은 1.40~7.00점에서 평균값이 5.12, 표준편차는 1.10로 나타났으며, 기본적 심리욕구좌절은 1.00~7.00점에서 평균값이 3.07, 표준편차는 1.38로 나타났으며, 자율적 동기는 1.00~7.00점에서 평균값이 4.89, 표준편차는 1.14로 나타났으며, 통제적 동기는 1.00~7.00점에서 평균값이 3.64, 표준편차는 1.37로 나타났다. 자율적 코칭은 1.00~5.00점에서 평균값이 3.83, 표준편차는 .70으로 나타났으며, 통제적 코칭은 1.00~5.00점에서 평균값이 2.66, 표준편차는 .88로 나타났다. 운동열의는 1.60~5.40점에서 평균값은 3.68, 표준편차는 .74로 나타났으며, 운동

탈진은 1.00~5.00점에서 평균값이 2.71, 표준편차는 .96으로 나타났다. 각 변인의 왜도와 첨도를 살펴본 결과 모든 요인에서 왜도와 첨도 값이 절대값 2와 7이상을 넘지 않음으로써 측정변인들의 점수 분포가 정규성에 크게 벗어나지 않고 있음을 확인하였다.

<표 10>은 열정, 기본적 심리욕구만족 및 좌절, 자율적·통제적 동기, 자율적·통제적 코칭, 운동열의와 탈진 간의 상관계수를 산출한 결과이다. <표 10>에서 보는 바와 같이, 조화열정은 강박열정, 기본적 심리욕구만족, 자율적 동기, 자율적 코칭, 운동열의에 유의한 정(+)의 상관관계를 미치는 것으로 나타났으며, 기본적 심리욕구 좌절, 운동 탈진에는 유의한 부(-)의 상관관계를 미치는 것으로 나타났다. 강박열정은 기본적 심리욕구좌절과 운동 탈진을 제외한 모든 요인에 유의한 정(+)의 상관관계를 미치는 것으로 나타났으며, 운동탈진에는 유의한 부(-)의 상관관계를 미치는 것으로 나타났다. 모든 변인이 적절한 수준의 상관이 나타나기 때문에 매개분석을 위한 조건이 충족되는 것으로 나타났다.

표 10. 측정변인들 간의 상관계수

변인	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J
조화열정(A)	1.00									
강박열정(B)	.387**	1.00								
기본적 심리욕구만족(C)	.560**	.188**	1.00							
기본적 심리욕구좌절(D)	-.310**	.014	-.469**	1.00						
자율적 동기(E)	.663**	.339**	.527**	-.245**	1.00					
통제적 동기(F)	-.051	.319**	-.194**	.407**	-.089	1.00				
자율적 코칭(G)	.482**	.222**	.466**	-.340**	.502**	-.137**	1.00			
통제적 코칭(H)	-.084	.238**	-.222**	.404**	-.064	.481**	-.249**	1.00		
운동열의(I)	.593**	.373**	.636**	-.338**	.545**	-.031	.488**	-.132**	1.00	
운동 탈진(J)	-.410**	-.167**	-.345**	.538**	-.391**	.232**	-.187**	.220**	-.310**	1.00

## 2) 조화열정과 기본적 심리욕구만족 및 자율적 동기, 운동열의 간의 경로분석

조화열정과 운동열의 간의 관계에서 기본적 심리욕구만족과 자율적 동기의 다중매개 효과 검증을 도해한 결과는<그림 20>과 같다.

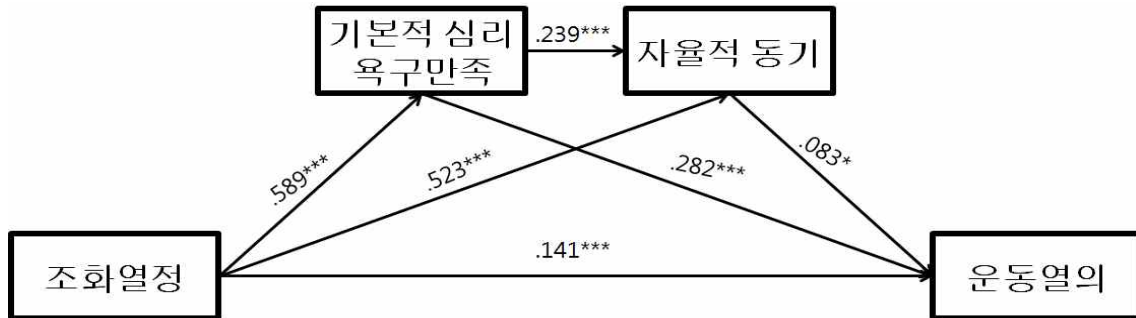


그림 20. 조화열정과 운동열의 간의 관계에서 기본적 심리욕구만족과 자율적 동기의 다중매개효과 모형

조화열정은 종속변인인 운동열의에 미치는 직접효과를 살펴본 결과 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타나( $B=.14$ ,  $SE=.03$ ,  $t=4.1069$ ,  $p<.000$ ) 연구 가설 1-1은 지지되었다. 매개변인 중 기본적 심리욕구만족에는 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났으며( $B=.589$ ,  $SE=.046$ ,  $t=12.8919$ ,  $p<.000$ ), 자율적 동기에도 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났으며( $B=.523$ ,  $SE=.049$ ,  $t=10.7736$ ,  $p<.000$ ). 두 번째 단계에서는 매개변수인 기본적 심리욕구만족, 자율적 동기가 종속변인인 운동열의에 미치는 영향력을 확인한 결과 기본적 심리욕구만족은 운동열의에 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났으며( $B=.282$ ,  $SE=.029$ ,  $t=9.8519$ ,  $p<.000$ ), 자율적 동기는 운동열의에 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났으며( $B=.083$ ,  $SE=.031$ ,  $t=2.6779$ ,  $p<.007$ ). 다음, 기본적 심리욕구만족이 자율적 동기에 미치는 영향력을 확인한 결과 기본적 심리욕구만족은 자율적 동기에 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났으며( $B=.239$ ,  $SE=.044$ ,  $t=5.3875$ ,  $p<.000$ ).

마지막으로 매개변수인 기본적 심리욕구만족과 자율적 동기의 영향력을 통제했을 때 독립변인인 조화열정이 종속변수인 운동열의에 미치는 직접효과와 간접효과를 통해서 영향을 미치는 매개효과의 합인 총 효과를 분석한 결과 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났으며( $B=.362$ ,  $SE=.029$ ,  $t=12.4190$ ,  $p<.000$ ). <표 11, 표 12참조>.

표 11. 조화열정과 기본적 심리욕구만족, 자율적 동기 및 운동열의 간의 직접효과 검증

변 수	Coeff	S.E	t	p	95% CI
					LLCI~ULCI
종속변인: 기본적 심리욕구만족 $R^2=.3146$ , $F(2, 408)=93.6309$ , $p<.000$					
상수항	2.210	.222	9.9396	.000	1.7730~2.6472
조화열정	.589	.046	12.8919	.000	.4995~.6792
종속변인: 자율적 동기 $R^2=.4849$ , $F(3, 407)=127.6944$ , $p<.000$					
상수항	.694	.222	3.1333	.001	.2589~1.1309
기본적 심리욕구만족	.239	.044	5.3875	.000	.1516~.3258
조화열정	.523	.049	10.7736	.000	.4275~.6183
종속변인: 운동열의 $R^2=.5236$ , $F(4, 406)=111.5381$ , $p<.000$					
상수항	.791	.140	5.6468	.000	.5155~1.0661
기본적 심리욕구만족	.282	.029	9.8519	.000	.2257~.3382
자율적 동기	.083	.031	2.6779	.007	.0220~.1436
조화열정	.141	.034	4.1069	.000	.0735~.2085

### 3) 조화열정과 운동열의 간의 관계에서 기본적 심리욕구만족과 자율적 동기의 다중 매개 효과 검증

매개효과 검증을 위하여 기본적 심리욕구만족과 자율적 동기의 간접효과의 유의성을 검증한 결과, <표 12>와 같이 조화열정이 매개변인을 경유하여 운동열의에 미치는 총 간접효과는 .22이며, 95% 편의교정신뢰구간의 하한값과 상한값(.1451~.2942)이 0을 포함하지 않음에 따라 매개효과는 유의하게 나타났다. 기본적 심리욕구만족, 자율적 동기의 각각의 개별 매개효과(Specific Indirect Effect)를 분석한 결과, 조화열정이 기본적 심리욕구를 거쳐 운동열의에 가는 경로계수( $B=.17$ )는 95% 편의교정신뢰구간(.1130~.2220)에서 0을 포함하지 않는 것으로 나타나 조화열정이 기본적 심리욕구만족을 경유하여 운동열의에 미치는 간접효과가 유의한 것으로 나타나 연구 가설 1-2는 지지되었다. 조화열정이 기본적 심리욕구만족, 자율적 동기를 경유하여 운동열의에 가는 경로계수( $B=.01$ )는 95%편의교정신뢰구간(.0024~.0275)에서 0을 포함하지 않는 것으로 나타나 조화열정이 기본적 심리욕구만족과 자율적 동기를 경유하여 운동열의에 미치는 간접효과는 유의한 것으로 나타나 연구가설 1-3은 지지되었다. 다음, 조화열정이 자율적 동기를 거쳐 운동 열의에 미치는 경로계수( $B=.04$ )도 95% 편의교정신뢰구간(.0042~.0862)에서 0을 포함하지 않는 것으로 나타나 조화열정이 자율적 동기를 경유하여 운동열의에 미치는 간접효과가 유의한 것으로 나타나 연구 가설 1-4는 지지되었다.

특정간접효과의 부트스트랩 신뢰구간을 살펴보면 A와 B(.0998~.2111), A와 C(.0575~.1928), B와 C(-.0715~-0.041)에서 모두 부트스트랩 신뢰구간은 0을 포함하지 않으므로 특정간접효과는 유의한 것으로 나타났다.

표 12. 조화열정과 운동열의 간의 관계에서 다중매개변인의 총 효과 및 간접효과

총 효과	B	S.E	t	LLCI	ULCI
조화열정→운동열의	.3621	.0292	12.4190***	.3048	.4194
간접효과	B	Boot S.E	Boot LLCI	Boot ULCI	
총 간접효과	.2211	.0387	.1451	.2942	
(A): 조화열정→기본적 심리욕구만족→운동열의	.1661	.0283	.1130	.2220	
(B): 조화열정→기본적 심리욕구만족→자율적 동기→운동열의	.0117	.0061	.0024	.0275	
(C): 조화열정→자율적 동기→열의	.0433	.0211	.0042	.0862	
간접효과 대비	B	Boot S.E	Boot LLCI	Boot ULCI	
A-B	.1545	.0290	.0998	.2111	
A-C	.1228	.0346	.0575	.1928	
B-C	-.0317	.0174	-.0715	-.0041	

#### 4) 강박열정과 기본적 심리욕구좌절 및 통제적 동기, 운동 탈진 간의 경로분석

강박열정과 운동 탈진 간의 관계에서 기본적 심리욕구좌절, 통제적 동기의 다중매개효과 검증을 도해한 결과는 <그림 21>과 같다.

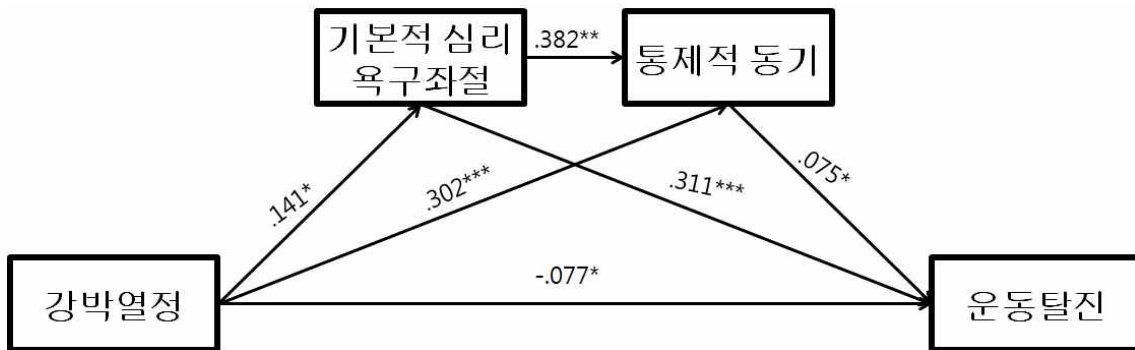


그림 21. 강박열정과 운동 탈진간의 관계에서 기본적 심리욕구좌절과 통제적 동기의 다중매개효과 모형

강박열정은 종속변인인 운동탈진에 미치는 직접효과를 살펴본 결과 유의한 부(-)의 영향을 미치는 것으로 나타나( $B=-.077$ ,  $SE=.029$ ,  $t=-2.5712$ ,  $p<.01$ ) 연구 가설2-1은 기각되었다. 매개변인 중 기본적 심리욕구좌절에 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났으며( $B=.141$ ,  $SE=.005$ ,  $t=3.1359$ ,  $p<.001$ ), 통제적 동기에도 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났다( $B=.302$ ,  $SE=.041$ ,  $t=7.3543$ ,  $p<.000$ ). 두 번째 단계에서는 매개변수인 기본적 심리욕구좌절, 통제적 동기가 종속변인인 운동탈진에 미치는 영향력을 확인한 결과 기본적 심리욕구좌절은 운동탈진에 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났으며( $B=.311$ ,  $SE=.033$ ,  $t=9.3849$ ,  $p<.000$ ), 통제적 동기는 운동탈진에 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났다( $B=.075$ ,  $SE=.034$ ,  $t=2.2045$ ,  $p<.028$ ). 다음, 기본적 심리욕구좌절이 통제적 동기에 미치는 영향력을 확인한 결과 기본적 심리욕구좌절은 통제적 동기에 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났다( $B=.382$ ,  $SE=.045$ ,  $t=8.5473$ ,  $p<.000$ ).

마지막으로 매개변수인 기본적 심리욕구좌절과 통제적 동기의 영향력을 통제했을 때 독립변인인 강박열정이 종속변수인 운동탈진에 미치는 직접효과와 간접효과를 통해서 영향을 미치는 매개효과의 합인 총 효과를 분석한 결과 부(-)의 영향을 미치는 것으로 나타났으나 유의한 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다( $B=-.006$ ,

SE=.032,  $t=-.1999$ ,  $p>.05$ ). <표 13, 표 14 참조>.

표 13. 강박열정과 기본적 심리욕구좌절, 통제적 동기 및 운동 탈진간의 직접효과 검증

변 수	Coeff	S.E	t	p	95% CI
					LLCI~ULCI
종속변인: 기본적 심리욕구좌절 $R^2=.1176$ , $F(2, 408)=27.1953$ , $p<.000$					
상수항	4.961	.316	15.6873	.000	4.3389~5.5821
강박열정	.141	.005	3.1359	.001	.0526~.2292
종속변인: 통제적 동기 $R^2=.2724$ , $F(3, 407)=50.8029$ , $p<.000$					
상수항	1.789	.361	4.9550	.000	1.0798~2.5000
기본적 심리욕구좌절	.382	.045	8.5473	.000	.2940~.4696
강박열정	.302	.041	7.3543	.000	-.2238~.0217
종속변인: 운동 탈진 $R^2=.3685$ , $F(4, 406)=59.2217$ , $p<.000$					
상수항	2.890	.254	11.3744	.000	.2459~.3761
기본적 심리욕구좌절	.311	.033	9.3849	.000	.2459~.3761
통제적 동기	.075	.034	2.2045	.028	.0081~.1412
강박열정	-.077	.029	-2.5712	.010	-.1353~-.0181

### 5) 강박열정과 운동 탈진 간의 관계에서 기본적 심리욕구좌절과 통제적 동기의 다중 매개 효과 검증

매개효과 검증을 위하여 기본적 심리욕구좌절과 통제적 동기의 간접효과의 유의성을 검증한 결과, <표 14>와 같이 강박열정이 매개변인을 경유하여 운동탈진에 미치는 총 간접효과는 .07이며, 95% 편의교정신뢰구간의 하한값과 상한값(.0301~.1153)이 0을 포함하지 않음에 따라 매개효과는 유의하게 나타났다.

기본적 심리욕구좌절, 통제적 동기의 각각의 개별 매개효과(Specific Indirect Effect)를 분석한 결과, 강박열정이 기본적 심리욕구좌절을 거쳐 운동탈진에 가는 경로계수( $B=.04$ )는 95% 편의교정신뢰구간(.0110~.0831)에서 0을 포함하지 않는 것으로 나타나 강박열정이 기본적 심리욕구좌절을 경유하여 운동탈진에 미치는 간접효과가 유의한 것으로 나타나 연구가설 2-2는 지지되었다. 강박열정이 기본적 심리욕구좌절, 통제적 동기를 경유하여 운동탈진에 가는 경로계수( $B=.004$ )는 95%편의교정신뢰구간(.0006~.0116)에서 0을 포함하지 않는 것으로 나타나 강박열정이 기본적 심리욕구좌절과 통제적 동기를 경유하여 운동탈진에 미치는 간접효과는 유의한 것으로 나타나 연구 가설 2-3은 지지되었다. 강박열정이 통제적 동기를 거쳐 운동 탈진에 미치는 경로계수( $B=.02$ )도 95% 편의교정신뢰구간(.0040~.0491)에서 0을 포함하지 않는 것으로 나타나 강박열정이 통제적 동기를 경유하여 운동탈진에 미치는 간접효과가 유의한 것으로 나타나 연구가설 2-4는 지지되는 것으로 나타났다.

표 14. 강박열정과 운동 탈진간의 관계에서 다중매개변인의 총 효과 및 간접효과

총효과	B	S.E	t	LLCI	ULCI
강박열정→운동 탈진	-.0063	.0317	-.1999	-.0686	.0560
간접효과	B	Boot S.E	Boot LLCI	Boot ULCI	
총 간접효과	.0703	.0218	.0301	.1153	
<b>(A):</b> 강박열정→기본적 심리육구좌절→운동 탈진	.0438	.0183	.0110	.0831	
<b>(B):</b> 강박열정→기본적 심리육구좌절→통제적 동기→운동 탈진	.0040	.0026	.0006	.0116	
<b>(C):</b> 강박열정→통제적 동기→ 운동 탈진	.0225	.0114	.0040	.0491	
간접효과 대비	B	Boot S.E	Boot LLCI	Boot ULCI	
A-B	.0398	.0173	.0103	.0786	
A-C	.0213	.0232	-.0228	.0681	
B-C	-.0185	.0100	-.0439	-.0034	

특정간접효과의 부트스트랩 신뢰구간을 살펴보면 A와 C(-.0228~.0681)의 신뢰구간은 0을 포함하는 것으로 나타나 간접효과는 없는 것으로 나타났으며, A와 B(.0103~.0786), B와 C(-.0439~-0.0034)에서는 신뢰구간이 0을 포함하지 않으므로 특정 간접효과가 유의한 것으로 나타났다.



6) 조화열정과 운동열의 간의 관계에서 기본적 심리욕구만족의 매개효과에 대한 자율적 코칭의 조절효과 분석

기본적 심리욕구만족이 조화열정과 운동열의 간의 관계를 매개하는 효과가 자율적 코칭에 의해서 조절되는지 여부를 분석한 결과는 <표 15>와 같다.

표 15. 기본적 심리욕구만족을 경유한 조화열정과 운동열의 간의 매개효과에 대한 자율적 코칭의 조절효과 검증

	B	SE	Boot S.E	t(p)	95% CI		95% BC CI	
					LLCI	ULCI	BootLLCI	BootULCI
매개변인모형(중속변인: 기본적 심리욕구만족), $R^2=.4137$ , $F(4, 406)=130.7869$ , $p<.000$								
상수항	5.133	.136		37.8607***	4.8667	5.3997		
조화열정 (독립변인)	.447	.061		7.280***	.3259	.5670		
자율적 코칭 (조절변인)	.435	.096		4.553***	.2470	.6223		
조화열정 × 자율적 코칭	.279	.067		4.171***	.1477	.4109		
중속변인모형(중속변인: 운동열의), $R^2=.5151$ , $F(3, 407)=115.1816$ , $p<.000$								
상수항	1.789	.209		8.5457***	1.3772	2.2001		
기본적 심리욕구만족 (매개변인)	.302	.042		7.241***	.2198	.3836		
조화열정 (예언변인)	.184	.043		4.2662***	.0994	.2692		
자율적 코칭 수준에서 조건부 간접효과								
-1SD(-.7019)	.0755		.0294				.0188	.1352
Mean(.0000)	.1347		.0262				.0871	.1895
+1SD(.7019)	.1938		.0296				.1388	.2546
조절된 매개효과지수	.0843		.0192				.0519	.1282

먼저 매개변인 모형을 살펴보면, 조화열정은 기본적 심리욕구만족에 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났고, 자율적 코칭도 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났다. 조화열정과 자율적 코칭의 상호작용 효과가 정(+)적으로 유의한 것(.279)으로 나타났기 때문에 상호작용 효과가 유의한 것으로 나타나 연구가설 3은 지지되었다. 구체적으로 검증하기 위하여 Interaction 프로그램을 통해 단순 기울기 검증을 실시하였다. 조절변인의 특정 조건값(평균값±1 표준편차)을 대입하여 상호작용 효과가 어떻게 나타나는지 그래프로 제시한 결과가<그림 22>이다. <그림 22>에서 보는 바와 같이 +1SD(0.628,  $t=11.59$ ,  $p<.000$ )와 평균값 조건(.0431,  $t=9.651$ ,  $p<.000$ ), -1SD조건에서의 단순기울기(0.235,  $t=4.053$ ,  $p<.000$ )는 유의한 것으로 나타났다. 즉, 자율적 코칭 수준이 높은 경우(+1SD)와 평균인 경우, 낮은 경우(-1SD)수준으로 기울기가 낮아지는 것을 알 수 있다.

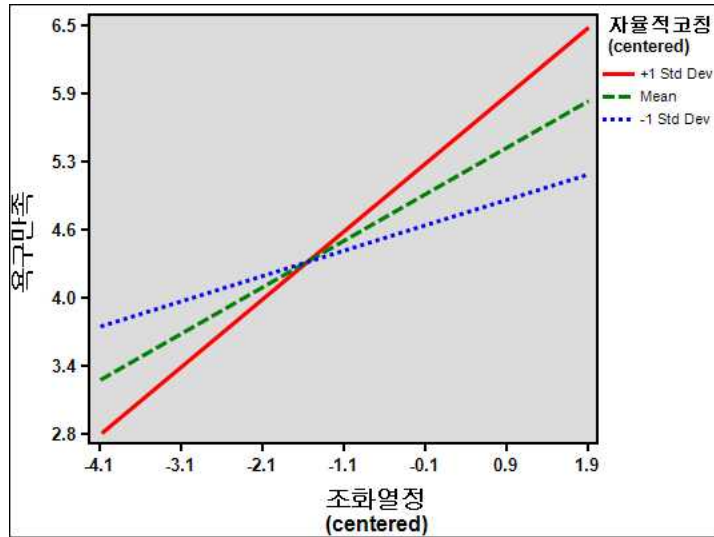


그림 22. 자율적 코칭 수준에 따른 조절효과의 단순기울기 검증

다음으로 조절된 매개효과, 즉 조화열정이 기본적 심리욕구만족을 경유하여 운동 열의에 미치는 조건부 간접효과를 자율적 코칭의 세 가지 수준에 따라서 검토하였다. 부트스트래핑을 활용하여 조건부 간접효과에 대한 유의성을 확인한 결과는 <표 15>의 하단부에 있다. 자율적 코칭이 높아질수록 조건부 간접효과의 크기가 .0755, .1347, .1938로 증가하고 있다. 자율적 코칭이 높은 경우(평균 +1SD)의 간접효과(.1938)와 평균일 경우의 간접효과(.1347), 낮은 경우(-1SD)의 간접효과(.0755)는 편의 교정신뢰구간의 상한 값·하한값의 범위에 0을 포함하고 있지 않아 통계적으로 유의한 것으로 나타났다. 조절변수인 자율적 코칭이 조화열정 → 기본적 심리욕구만족 → 운동열의의 간접효과에 미치는 영향을 수량화한 값인 조절된 매개지수(Index of Moderated Mediation)는 .0843으로 나타났으며, 이에 대한 95%부트스트래핑 신뢰구간은 .0519~.1282이며, 신뢰구간 내에 0이 포함되어 있지 않음으로 조건부 간접효과는 유의한 것으로 해석할 수 있다. <그림 23>은 조절된 매개모형에 대한 통계모형을 나타낸다.

요약하면, 기본적 심리욕구만족을 경유하여 조화열정이 운동열의에 미치는 간접효과는 자율적 코칭의 조건에 따라서 지지 수준이 달라지는 것을 알 수 있었다. 즉, 코치의 자율적 코칭의 수준이 낮을 때 보다 중간일 때, 중간일 때 보다 높은 수준

의 자율적 코칭의 지지가 있을 때 운동열의는 더 높은 간접효과가 있는 것으로 나타났다. 따라서 기본적 심리욕구만족과 자율적 코칭의 상호작용은 운동열의를 더 높이 평가할 수 있는 동기유발 요인으로 작용한다는 것을 의미한다.

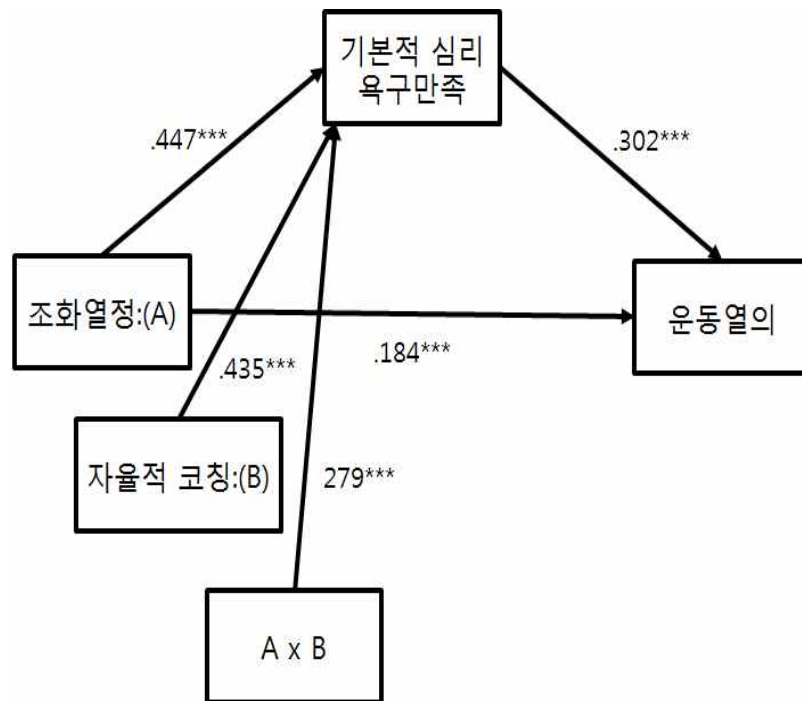


그림 23. 조절된 매개모형의 통계모형

## 7) 강박열정과 운동 탈진간의 관계에서 기본적 심리욕구좌절의 매개효과 검증 및 통제적 코칭의 조절된 매개효과 분석

기본적 심리욕구좌절이 강박열정과 운동 탈진간의 관계를 매개하는 효과가 통제적 코칭에 의해서 조절되는지 여부를 분석한 결과는 <표 16>과 같다.

표 16. 심리욕구좌절을 경유한 강박열정과 운동 탈진간의 매개효과에 대한 통제적 코칭의 조절효과 검증

	B	S.E	Boot S.E	t(p)	95% CI		95% BC CI	
					LLCI	ULCI	BootLLCI	BootULCI
매개변인모형(중속변인: 기본적 심리욕구좌절), $R^2=.2539$ , $F(4, 406)=44.2344$ , $p<.000$								
상수항	5.066	.365		13.8736***	4.3482	5.7839		
강박열정 (독립변인)	.052	.054		.963	-.0540	.1577		
통제적 코칭 (조절변인)	.551	.085		6.482***	.3839	.7182		
강박열정 × 통제적 코칭	.101	.047		2.153*	.0087	.1922		
중속변인모형(중속변인: 운동탈진), $R^2=.3609$ , $F(3, 407)=60.8025$ , $p<.000$								
상수항	2.810	.304		9.2464***	2.2127	3.4076		
기본적 심리욕구좌절 (매개변인)	.340	.038		8.9941***	.2653	.4137		
강박열정 (예언변인)	-.054	.033		-1.6250	-.1197	.0114		
통제적 코칭 수준에서 조건부 간접효과								
-1SD(-.8843)	-.0126		.0172				-.0486	.0193
Mean(.0000)	.0176		.0186				-.0174	.0555
+1SD(.8843)	.0478		.0292				-.0068	.1083
조절된 매개효과지수	.0341		.0171				.0033	.0704

먼저 매개변인 모형을 살펴보면, 강박열정은 기본적 심리욕구좌절에 정(+의 영향을 미치는 것으로 나타났고, 통제적 코칭은 유의한 정(+의 영향을 미치는 것으로 나타났다. 강박열정과 통제적 코칭의 상호작용 효과가 정(+적으로 유의한 것(.101)으로 나타나 연구가설 4는 지지되었다. 상호작용 효과를 구체적으로 검증하기 위하여 Interaction 프로그램을 통해 단순 기울기 검증을 실시하였다. 조절변인의 특정 조건값(평균값±1 표준편차)을 대입하여 상호작용 효과가 어떻게 나타나는지 그래프로 제시한 결과가<그림 24>이다. <그림 24>에서 보는 바와 같이 +1SD(-.004,  $t=-.064$ ,  $p>.05$ )와 평균값 조건(-.069,  $t=-1.677$ ,  $p>.05$ )의 단순기울기는 유의하지 않은 것으로 나타났다. -1SD조건에서의 단순기울기(-.135,  $t=-2.621$ ,  $p<.001$ )는 유의한 것

으로 나타났다. 즉, 통계적 코칭 수준이 높은 경우(+1SD)와 평균인 경우에는 의미 있는 영향은 없었지만 낮은 수준(-1SD)에는 기술향이 낮아지는 것을 알 수 있다.

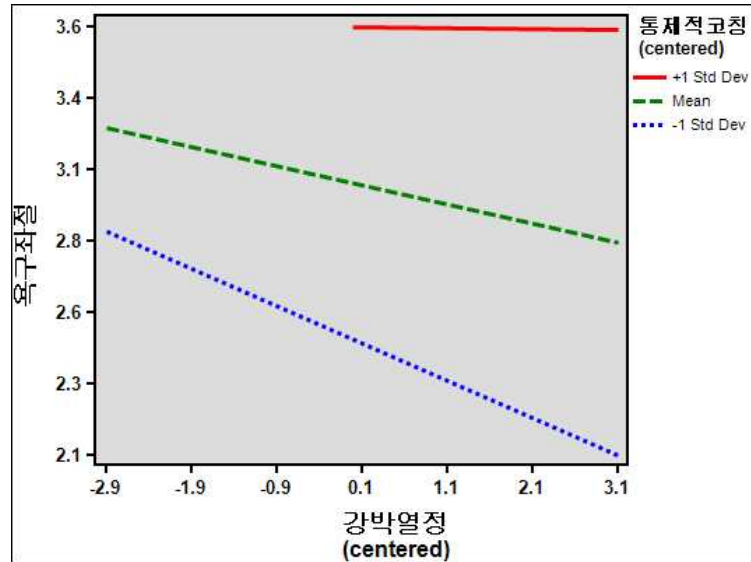


그림 24. 통계적 코칭 수준에 따른 조절효과의 단순기술향 검증

다음으로 조절된 매개효과, 즉 강박열정이 기본적인 심리욕구좌절을 경유하여 운동탈진에 미치는 조건부 간접효과를 통계적 코칭의 세 가지 수준에 따라서 검토하였다. 부트스트래핑을 활용하여 조건부 간접효과에 대한 유의성을 확인한 결과는 <표 16>의 하단부에 있다. 통계적 코칭이 높아질수록 조건부 간접효과의 크기가 -.0126, .0176, .0478로 증가하고 있다. 통계적 코칭이 높은 경우(평균 +1SD)의 간접효과(.0478)와 평균일 경우의 간접효과(.0176), 낮은 경우(-1SD)의 간접효과(-.0126)는 편의교정신뢰구간의 상한 값·하한값의 범위에 0을 포함하는 것으로 나타나 통계적으로 유의하지 않은 것으로 나타났다. 조절변수인 통계적 코칭이 강박열정 → 기본적인 심리욕구좌절 → 운동탈진의 간접효과에 미치는 영향을 수량화한 값인 조절된 매개지수(Index of Moderated Mediation)는 .0341으로 나타났으며, 이에 대한 95%부트스트래핑 신뢰구간은 .0033~.0704이며, 신뢰구간 내에 0이 포함되어 있지 않음으로 조건부 간접효과는 유의한 것으로 해석할 수 있다. <그림 25>는 조절된 매개모형에 대한 통계모형을 나타낸다.

요약하면, 기본적 심리욕구좌절을 경유하여 강박열정이 운동탈진에 미치는 간접 효과는 통제적 코칭의 조건에 따라서 지지 수준이 달라지기는 하지만 의미 있는 차이는 없는 것으로 나타났다.

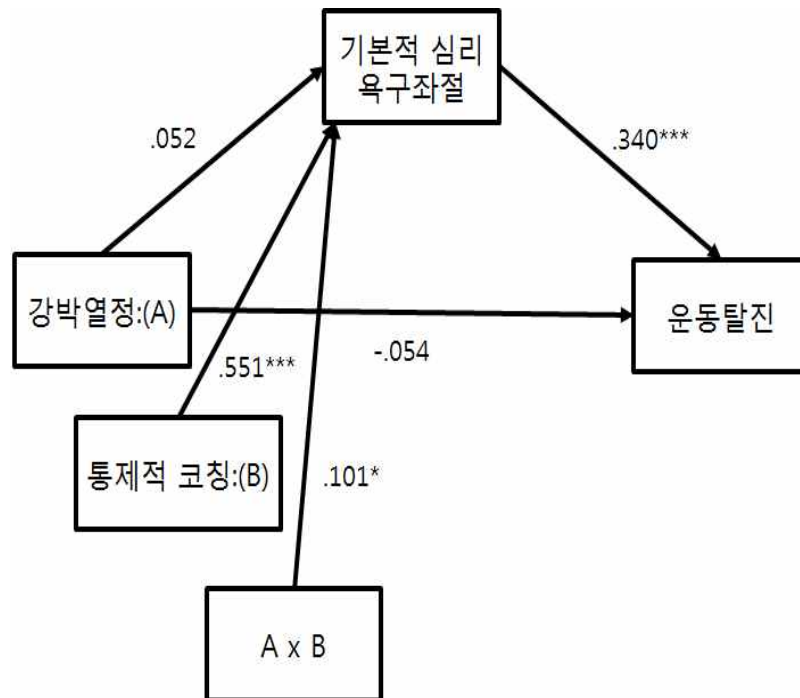


그림 25. 조절된 매개모형의 통계모형

#### 4. 논의

연구 3은 태권도 선수들을 대상으로 열정 → 기본적 심리욕구 → 자기조절동기 → 운동열의와 탈진의 관계에서 기본적 심리욕구와 자기조절동기를 순차적인 다중 매개변인으로 투입하여 매개효과를 검증함으로써 매개변인의 순서성에 의하여 자기결정이론의 강령을 검증하는 것이었다. 아울러 코치의 코칭유형인 자율적 코칭과 통제적 코칭을 조절변인으로 투입하여 조화열정과 기본적 심리욕구만족 및 운동열의의 관계에서 자율적 코칭의 조절효과를 검증하고, 강박열정과 기본적 심리욕구좌절, 운동 탈진간의 관계에서 통제적 코칭의 조절변인으로서 어떠한 역할을 하는지 여부를 검증하고자 하였다.

먼저 각 변인들 간의 상관관계를 분석한 결과 각 변인들 간의 상관관계가 유의한 것으로 나타났다. 이러한 결과는 Schellenberg, Gaudreau & Crocker(2013)가 배구선수들을 대상으로 연구한 결과 열정과 탈진, Curran, Appleton, Hill & Hall(2011)의 연구에서 엘리트 주니어 축구선수들을 대상으로 연구한 결과 열정과 자기결정 동기, 운동 탈진간의 유의한 상관관계가 있는 것으로 나타나 본 연구결과를 지지하고 있다. Lafrenière, Jowett, Vallerand, & Carbonneau(2011)는 지도자들을 대상으로 연구한 결과 코칭열정이 지도자의 코칭유형을 매개하여 상관관계가 있다고 보고하였으며, Stoeber, Childs, Hayward & Feast(2011)는 교육학 분야에서 열정, 학업동기, 학습참여 간에 유의한 상관관계가 있다고 보고함으로써 본 연구 결과와 관련성이 있는 것으로 알 수 있다.

경로분석 결과, 조화열정은 심리욕구만족을 경유하여 운동열의에 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 심리욕구만족과 자율적 동기를 경유하여 운동열의에도 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났다. 조화열정은 자율적 동기를 경유하여서도 운동열의에 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났다. 반면, 강박열정은 심리욕구좌절을 경유하여 운동탈진에 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 심리욕구좌절과 통제적 동기를 경유하여 운동탈진에 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났다. 강박열정은 통제적 동기를 경유하여서도 운동탈진에 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 Curran, Appleton, Hill & Hall(2013)의 연구에서 열정과 탈진간의 관계에서 심리욕구만족의

매개효과를 분석한 결과 조화열정만이 운동 탈진간의 관계에서 심리욕구만족이 매개역할을 하는 것으로 보고한 결과와 조화열정만이 자기결정 동기에 유의한 정(+)의 영향을 미쳐 운동 탈진을 감소시켰다는 Curran, Appleton, Hill & Hall(2011)의 연구 결과와도 부분적으로 일치하는 것으로 나타났다. 또한 캐나다 엘리트 운동선수 201명을 대상으로 연구한 결과 심리욕구만족은 운동열의에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다고 보고한 Hodge, Lonsdale, & Jackson (2009)의 결과도 본 연구결과와 부분적으로 일치하고 있다. 국내의 연구에서 인소정 등(2016)은 태권도 선수들을 대상으로 연구한 결과 심리욕구만족은 운동열의에 유의한 영향을 미치는 것으로 보고하였으며, 무용전공 대학생들을 대상으로 연구한 결과 심리욕구만족은 자율적 동기에 유의한 정(+)의 영향을 미치고, 심리욕구좌절은 통제적 동기에 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 보고한 김미숙(2016)의 결과들도 본 연구결과를 지지하는 것으로 나타났다.

특히, 본 연구에서는 단순매개효과 검증에 의의를 두기보다는 심리욕구만족 및 좌절과 자율적·통제적 동기를 다중매개변인 투입하여 열정과 운동열의 및 운동 탈진 간에 순차적인 매개효과를 검증하는데 초점을 두었다. 운동열의와 운동탈진에 미치는 다중매개효과를 검증한 결과 조화열정 → 심리욕구만족 → 자율적 동기 → 운동열의에서 순차적인 매개효과가 입증되었고, 강박열정 → 심리욕구좌절 → 통제적 동기 → 운동 탈진에서도 순차적인 다중매개효과가 의미 있는 것으로 나타났다. 이것은 지금까지의 연구들이 단순매개분석에 그쳤던 점을 감안한다면, 매우 의미 있는 결과로 평가된다. 단순매개효과 검증(Curran et al., 2011; Curran et al., 2013)과 그러한 연구들에 대한 메타분석 연구(Li, Wang, & Kee., 2013)를 실시한 선행연구들과 비교했을 때 의미 있는 결과를 도출하였다는 부분에서 본 연구의 의의가 있다. 또한 연구 1의 열정 → 환경적 분위기 → 기본적 심리욕구, 연구 2의 기본적 심리욕구 → 자기조절동기 → 운동열의 및 탈진의 관계를 분석한 연쇄관계를 종합하여 열정 → 기본적 심리욕구 → 동기 → 운동열의 및 탈진의 관계를 체계적으로 분석하였다는 점에서 자기결정이론의 동기적 관점의 틀을 확고하게 지지하였다는 점에서 의미가 있다고 평가한다.

좀 더 구체적으로 조화열정은 운동열의에 정(+)의 직접효과와 기본욕구만족을 매개로 하여 운동열의가 향상에 간접효과도 있으며, 이어서 자율적 동기는 조화열정



과 운동열의 관계를 정(+)으로 매개하고 있다. 전체적으로 볼 때 조화열정과 운동열의의 관계는 욕구만족과 자율적 동기의 순차적 매개효과에 따라서 운동열의에 긍정적인 영향을 미치는 것을 알 수 있었다. 반면, 강박열정 자체는 태권도 선수들의 운동탈진에 부(+)적인 영향을 미치지 않지만, 욕구좌절을 경유하여 운동탈진을 증가시키는 것으로 나타났으며, 통제적 동기 경유하여서도 운동탈진을 증가시키는 것으로 나타났다. 한 가지 지적할 점은 본 연구에서 강박열정이 운동탈진에 미치는 직접효과가 부(-)적으로 확인된 것은 선행연구에서 간호사와 교사를 대상으로 연구한 결과 강박열정이 높을수록 탈진을 유발한다고 보고한 Trépanier, Fernet, Austin, Forest, & Vallerand(2014)의 연구결과와는 차이를 보이고 있다. 이 결과는 태권도선수들의 특성으로 비추어 볼 때 그 원인을 설명할 수 있을 것으로 본다. 태권도선수들은 시합 시즌이 시작되면 매달 개최되는 전국단위의 시합에 출전함으로써 선수 본인 스스로 부족한 점을 항상 인지하고 반성하기 때문에 다음 시합 출전을 위해 부족한 점을 보완하고 완벽함을 위해 스스로의 욕구를 충족시키기 위해 강박적으로 운동에 참여하는 것이 운동탈진을 유도하기 보다는 오히려 감소시키는 것으로 해석할 수 있다. 하지만 지속적인 체중조절과 부상, 훈련한 내용만큼 시합에 대한 성과가 없을 때 이들은 좌절감과 자괴감을 느낄 것이며, 점차 태권도에 흥미를 잃어 운동 탈진을 유발하는 것으로 이해할 수 있다고 사료된다. 이 부분은 추후분석에서 확인할 필요가 있는 쟁점으로 평가한다.

한편, 열정과 운동열의 및 운동 탈진간의 관계에서 나타난 욕구만족과 좌절의 매개효과가 지도자의 코칭유형인 자율적 코칭과 통제적 코칭에 의해서 조절될 수 있는지를 분석한 결과, 기본적 심리욕구만족을 경유하여 조화열정이 운동열의에 미치는 간접효과는 자율적 코칭의 조건에 따라서 지지 수준이 달라지는 것을 알 수 있었다. 즉, 코치의 자율적 코칭의 수준이 높을수록 운동열의에 미치는 매개효과는 더 높을 것으로 나타났다. 따라서 기본적 심리욕구만족과 자율적 코칭의 상호작용은 운동열의를 향상시킬 수 있는 중요한 조절변인이자 동기유발 요인으로 작용한다는 것을 의미한다. 이 결과는 검도선수의 성적스트레스, 운동열의 및 중단의도간의 관계에서 부모의 사회적 지지의 조절된 매개효과를 검증한 박동훈, 오영택, 김선욱, 인소정, 양명환(2017)의 결과와 일치하게 나타났다. 반면, 기본적 심리욕구좌절을 경유하여 강박열정이 운동탈진에 미치는 간접효과는 통제적 코칭의 조건에 따라서 달

라지기는 하지만 매개효과가 의미없기 때문에 결과해석은 하지 않았다. 그러나 중요한 것은 강박열정과 통제적 코칭의 상호작용 항이 심리욕구좌절에 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났고, 운동탈진을 증가시키는 결과를 유도하였기 때문에 강박열정과 통제적 코칭의 상호작용 효과는 운동 탈진을 증가시키는 조절요인이 될 수 있음을 알 수 있었다.

물론 이 부분에 대한 연구부재와 관련문헌의 부족으로 인하여 논의와 대비가 불가능하여 직접적인 지지 자료를 구하지는 못하였지만 간접증거를 통하여 자율성 지지조건的重要性을 해석하였다. 구체적으로, 수업시간에 학생들에 의해 지각된 자율성지지 교수행동은 바람직한 학습결과를 가져오지만 통제적 교수행동은 문제행동을 유발하는 등 부정적인 결과를 가져온다고 주장한 Vansteenkiste, Sierens, Goossens, Soenens, Dochy, Mouratidis 등(2012)과 Van den Berghe, Cardon, Tallir, Haerens, Aelterman, Soenens, & Vansteenkiste(2013)의 연구는 본 연구결과를 간접적으로 지지하고 있다. 지도자들의 자율성지지 행동이나 통제적 지지행동은 선수들의 내재적 동기 혹은 자기결정적 행동조절(성창훈, 1999; 양명환, 김덕진, 2010; Blanchard et al., 2009; Bartholomew et al., 2009, 2010; Gillet, Vallerand, Amoura, & Baldes, 2010; Hollebeak & Amorose, 2005), 그리고 정서와 관련이 있다고 보고하고 있으며(Bartholomew et al., 2011; Lafrenière et al., 2011; Weiss, Amorose, & Wilko, 2009), 코치의 자율성 지지 행동은 감소된 부정적 정서와 증가된 긍정적 정서를 가져오고, 통제적 지지는 긍정적 정서보다 부정적 정서를 더 촉진시키는 것으로 보고하고 있다(박중길, 김기형, 2013). Adie et al.,(2008)은 코치의 자율성 지지를 통해 신체활동 참가자들의 심리욕구가 충족되면 학생들의 주관적 활력이 촉진되고, 정서적·신체적 피로가 감소하는 것으로 보고하였으며, Gillet et al.,(2010)은 코치의 자율성지지는 선수의 내적 향상과 수행에 긍정적인 영향을 미치는 중요한 요인이라는 것을 보여주었다. 특히, 코칭 행동으로서 자율성지지 요인은 대인 관계와 선수들의 수행과 스포츠로 인한 심리적인 경험을 조형하는 역할로 중요한 요인임을 강조(Bartholomew, Ntoumanis & Thogersen-Ntoumani, 2010)하는 것으로 나타나 본 연구결과를 뒷받침하고 있다.

요약하면, 대부분의 연구들은 단순매개모형으로 열정과 열의, 탈진간의 관계를 검증하였지만, 본 연구에서는 연속다중매개효과 검증으로 열정 → 기본적 심리욕구만

족 및 좌절 → 자기조절동기 → 운동열의 및 운동 탈진간의 관련성을 입증하였으며, 열정과 운동열의와 탈진의 관계를 매개하는 기본적 심리욕구의 중재효과가 코치의 코칭행동에 따라서 달라진다는 점을 검증함으로써 방법론적으로 체계적인 개선이 이루어졌다고 평가한다.

## VI. 종합논의

자기결정이론은 다양한 맥락에서 사회적 행동에 미치는 개인간, 개인내 영향에 대하여 통찰력을 제공한 변증법적, 유기체적 동기 이론이다(Deci & Ryan, 1985, 2000). 자기결정이론을 스포츠 환경에 적용한 최근의 연구는 기본적 심리욕구에 대한 사회적-맥락적 지지가 운동선수의 동기 촉진과 심리적 성장에 불가결한 요소임을 밝히고 있다(Levy, Borkoles, & Polman, 2008; Reinboth, & Duda, 2006; Amorose & Anderson-Butcher, 2007). 특히, 자기결정이론의 핵심 속에는 “인간은 세 가지의 기본적이고 보편적인 심리적 욕구인 자율성, 유능성 및 관계성의 욕구충족을 매우 능동적으로 추구하는 존재”라는 가정을 하고 있다. 이러한 심리적 욕구들은 욕구충족을 유도할 가능성이 높은 목표 지향적 행동을 추구하는 개인들의 방향과 지속성을 결정한다. 또한 내재적 동기를 지지하거나 방해하는 환경적 유관성에 대하여 개관하고 있으며, 내재적으로 동기유발 되지 않은 행동이 어떻게 내면화 될 수 있는지, 또한 심리적 욕구를 만족시키는 개인의 행동저장고 속으로 어떻게 통합할 수 있는지를 설명해준다(김덕진, 양명환, 2006; 김덕진, 2010, 재인용).

본 논문은 자기결정이론에 입각하여 열정 → 동기분위기 → 기본적 심리욕구 → 자기조절동기 → 운동열의 및 운동 탈진간의 인과관계를 순차적으로 분석하고자 하였다. 연구 1에서는 조화열정과 심리욕구만족 간의 관계가 숙달분위기에 의해서 매개되었고, 강박열정과 심리욕구좌절 간의 관계는 수행분위기에 의해서 매개되는 차별적인 인과효과를 유도하였다. 따라서 심리적 욕구만족과 좌절을 유도하는 선행조건들에 대한 구체적인 정보를 얻을 수 있었다. 연구 2에서는 기본적 심리욕구만족과 운동열의 간의 관계를 자율적 동기가 매개하고, 기본적 심리욕구좌절과 운동탈진간의 관계를 통제적 동기가 유의하게 매개하는 것으로 나타났다. 연구 3에서는 연구 1과 연구 2의 인과연쇄를 전체적으로 조형하여 열정→기본적 심리욕구→자기조절동기→운동열의 및 운동 탈진간의 관계를 순차적으로 인과효과를 분석하였다.

연구 1에서는 열정과 동기분위기, 기본적 심리욕구만족 및 좌절간의 인과관계를 살펴본 결과, 조화열정은 숙달분위기와 심리욕구만족에 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났고, 강박열정은 수행분위기와 심리욕구좌절에 유의한 정(+)의 영향

을 미치는 것으로 나타났다. 이러한 결과들은 자기결정이론에 근거한 결과변인들 간의 관계를 검증한 국내외의 선행연구 결과(김덕진, 2013; 오영택 등, 2016; Paradis, Cooke, Martin, & Hall, 2016; Kent, 2013)를 뒷받침 해주고 있다. 이와 같이 스포츠 상황에서 활동을 자율적으로 내면화시키는 것으로 조화열정적인 선수들은 개인적인 노력과 협동심을 갖고 있는 숙달분위기에 의해서 긍정적으로 작용하여 심리욕구만족을 충족시키는 것으로 확인할 수 있다. 반면 활동을 통제적으로 내면화시키는 것으로 발생하는 강박열정적인 선수들은 경쟁과 처벌, 실수 등 부정적인 수행분위기가 작용하여 심리욕구좌절을 일으킨다는 사실을 실증적으로 입증하고 있다. 현재 국내외의 연구에서 동기분위기가 열정에 미치는 연구들은 진행되고는 있으나 (Ommundsen et al., 2013; 백민경, 2011), 성격변인인 열정이 동기분위기에 미치는 영향을 분석한 선행연구들은 미흡한 실정이다, 물론 추후에 대안모형의 존재가능성에 대한 분석이 요망된다.

연구 2에서는 연구 1에서 결과변인으로 의미 있는 결과를 도출해낸 심리욕구만족 및 좌절이 자기조절동기, 운동열의 및 운동 탈진간의 인과관계를 살펴본 결과, 심리욕구만족은 자율적 동기와 운동열의에 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났고, 심리욕구좌절은 통제적 동기와 운동탈진에 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 심리욕구가 운동열의 및 탈진간의 관계를 검증한 선행연구(Fernet, Lavigne, Vallerand, & Austin, 2014; Jowett, Hill, Hall, & Curran, 2016; Kristensen, 2013; Lavigne, Forest, & Crevier-Braud, 2012)를 뒷받침 해주고 있다. 이와 같이 인간의 세 가지의 기본적인 보편적인 심리적 욕구인 자율성, 유능성, 관계성이 충족될 경우 운동에 참여하는 재미, 노력은 자기 스스로 자발적으로 발생하여 운동열의를 더 긍정적으로 유발할 것이며, 세 가지의 심리욕구가 역으로 발생하여 심리욕구좌절을 유발할 경우 운동에 참여하는 흥미가 감소하고 타인에 의해서 어쩔 수 없이 운동에 참여하는 경향을 보여줌으로써 점차 운동 탈진에 빠질 가능성이 높다는 것을 확증하였다.

연구 3에서는 조화열정은 심리욕구만족 → 자율적 동기 → 운동 열의에 각각 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 간접효과를 분석한 결과에서도 모두 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 반면, 강박열정은 심리욕구좌절 → 통제적 동기 → 운동 탈진에 각각 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 간

접효과를 분석한 결과에서도 모두 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 열정과 동기, 운동열의 및 운동 탈진간의 인과관계가 있다고 보고한 연구 1과 2의 결과를 지지하고 있으며, 심리욕구만족과 자기조절동기가 운동열의, 운동 탈진을 결정짓는 매우 중요한 변인임을 확증하고 있다. 이러한 결과는 국내의 연구에서 무용수들을 대상으로 연구한 결과 자율성 교수행동은 심리욕구만족과 자율적 행동을 촉진시켜 무용수행에 긍정적인 영향을 미치는 반면, 통제적 교수행동은 심리욕구좌절과 통제적 행동을 촉진시켜 무용수행에 부정적인 영향을 미치는 것으로 보고한 김미숙(2016)의 결과와 맥을 같이하고 있다.

이어서 열정과 운동열의 및 운동 탈진간의 관계에서 심리욕구만족 및 좌절, 지도자의 코칭유형의 조절된 매개효과를 분석한 결과에서 조화열정과 자율적 코칭의 상호작용은 심리욕구만족을 통해 운동열의에 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났다으며, 강박열정과 통제적 동기의 상호작용은 심리욕구좌절을 통해 운동 탈진에 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 Bentzen, Lemyre, & Kenttä(2016)의 연구에서 통제적 코칭은 운동 탈진을 유발하는 것으로 보고하고 있으며, Lafrenière, Jowett, Vallerand, & Carbonneau(2011)의 연구에서 조화열정은 자율적 코칭행동을 통해 선수와 지도자 간의 관계가 긍정적인 영향을 미쳐 선수들의 행복감이 높아지는 것으로 보고하였으며, 강박열정은 통제적 코칭행동을 통해 지도자와 선수간의 관계에 유의한 영향은 없었지만 부(-)의 영향을 미치는 것으로 나타나 지도자와 선수의 관계를 감소시키는 것으로 보고함으로써 본 연구의 결과와 맥을 같이하고 있다. 그리고 자율적 코칭유형의 지도자들은 낮은 수준, 중간수준으로 지지하는 집단보다 적극적으로 높은 수준의 자율적 코칭을 지각하는 선수들이 더 높은 운동열의를 평가하는 것으로 나타났다. 반면, 통제적 코칭유형의 지도자들은 높은 수준의 지도보다, 중간수준, 낮은 수준으로 선수들을 지도할 경우 선수들의 탈진을 감소시키는 것으로 나타났으나 의미 있는 간접효과는 없는 것으로 나타났다. 그리하여 지도자들은 적절한 수준의 통제적 코칭을 발휘함으로써 선수들의 탈진 수준을 조절할 필요성이 있다고 사료된다.

한편, 사회적 지원의 일 유형인 코칭행동, 즉 자율성 코칭과 통제적 코칭이 운동열정과 상호작용하여 열정 → 기본적 심리욕구 → 운동열의 또는 탈진간의 관계에 어떠한 영향을 미치는 지를 분석한 결과, 조화열정과 운동열의 간에서 나타난 기본

적 심리욕구만족의 매개효과는 심리적 욕구를 촉진하는 사회적 환경인 자율적 코칭에 의해서 조절된다는 결과를 얻어냈다. 이 결과는 인간의 정체성 안으로 활동을 자율적으로 내면화함으로써 견지되는 조화열정의 특성이 운동열의에 적극적으로 참여하도록 유도하고 이 과정에서 심리적 욕구충족이 매개효과를 갖는다고 할지라도 환경적 변인인 코치가 제공하는 자율적 코칭이 이러한 중재관계를 의의 있게 변화시킬 수 있다는 정보를 얻음으로써 열정과 자율성지지 코칭은 서로 결합하여 인간의 지속행동인 특성인 운동열의를 증가시키는데 중요한 역할을 할 수 있다는 시사점을 제공하고 있다. 강박열정과 통제적 코칭의 상호작용 향이 심리욕구좌절에 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났고, 운동탈진을 증가시키는 결과를 유도하였기 때문에 강박열정과 통제적 코칭의 상호작용 효과 또한 운동탈진을 증가시키는 조절요인이 될 수 있음을 알 수 있었다. 이러한 결과를 토대로 적절한 수준의 통제적 코칭과 적극적인 자율적 코칭을 통해서 선수들의 실력향상과 운동에 대한 행복감, 만족감 및 열의를 높여 운동에 지속적으로 참여 할 수 있도록 독려하는 것이 필요할 것으로 시사한다.

본 연구의 결과와 논의 과정을 통해 몇 가지 문제점과 추후 연구과제에 대한 제언을 해보면 다음과 같다.

우선 연구의 대상을 특정 종목선수들에게 한정하여 연구하였다는 점이다. 이러한 점에서 본 연구의 결과는 모든 종목의 선수들을 대표하지 못하기 때문에 연구의 일반화 가능성에 한계가 있다. 추후 다른 표본에서도 이 결과가 재현될 수 있는지를 검증하는 노력이 요망된다. 둘째, 일련의 연구 모두 횡단적 설계에 의한 조사연구이기 때문에 변인간의 인과성에 대한 주장이 제한을 받는다는 점이다. 매개효과, 연속다중매개효과 및 조절된 매개효과 기법을 활용하고는 있으나 변인들 간의 인과성 추론에는 제약이 따르기 마련이다. 추후에는 종단적 연구기법을 적용하여야 함을 제안하며, 실험법을 적용한 실험설계에 의하여 운동열의와 탈진 모형에 대한 검증이 요망된다고 하겠다. 셋째, 본 연구에서는 열정이 운동열의와 탈진의 선행조건이라는 점을 근간으로 하였기 때문에 기본적 심리욕구를 충족시키거나 좌절시키는 개인차 변인으로 설정하였고, 환경적 조건인 동기분위기를 결정하는 선행변수로 설정하였다. 그러나 동기분위기가 열정을 조율하고 운동열의와 운동탈진을 결정할 수 있다는 대안모형도 검증할 필요성이 있음을 제안한다. 이러한 매개접근법의 모순점

을 해결하기 위하여 연구 3에서 열정과 코칭유형의 상호작용효과를 분석한 결과 두 변인 간에는 매개효과를 통제하는 조절기능이 있다는 점을 알아내었다. 따라서 추후연구에서는 열정과 열의 및 탈진간의 관계에서 자율성 지지의 조절효과를 분석하는 노력이 요망된다.

넷째, 운동열의와 탈진을 결정짓는 선행요인으로 완벽주의 성향이나 희망 및 학습된 무력감을 고려하여 기본적 심리욕구나 정서의 매개효과 및 조절효과를 분석하는 노력도 필요하다고 본다.

다섯째, 강박열정과 운동 탈진간의 관계에서 강박열정과 심리욕구좌절의 상호작용효과가 의미 있게 나타났고, 조절된 매개지수의 값도 의미 있게 나타났으나, 주의 깊게 해석할 필요가 있다고 제안한다. 왜냐하면, 매개모형 자체가 유의하지 못하기 때문이다. 이러한 결과는 비 실험설계에서 다양한 잡음변인의 개입효과나 어쩔 수 없는 통계적 검증력의 약화를 유도함으로 다른 표본이나 자료를 가지고 재현할 필요성이 있음을 지적한다.

마지막으로 본 연구에서는 잠재모형을 구성하지 않고, 측정모형만으로 변인간의 관계를 분석하고 있는 한계가 있다. 따라서 측정오차를 통제하지 못하는 문제를 갖고 있다. 물론 구조방정식 모형에서 분석하지 못하는 조절된 매개분석을 PROCESS 기법을 통하여 보완하려는 의도를 가지고 있었다. 그리고 대부분의 척도가 하위요인으로 분류되지만, 본 연구에서는 열정의 이원적 모형과 그에 상응하는 욕구 및 동기 그리고 결과변인을 설정하기 위해서 고차요인(Higher-Order Factor)으로 범주화하여 분석하였다는 점을 밝힌다.



## VII. 결론

본 연구의 목적은 자기결정이론에 입각하여 우리나라 태권도선수들의 운동열의 및 운동탈진을 결정짓는 구조모형을 분석하고자 하였다.

**연구 1**은 고등부, 대학부 및 일반부 태권도선수 218명을 대상으로 열정요인이 동기분위기 및 기본적 심리욕구만족 및 좌절간의 관계를 분석하였다. 분석 결과, 조화열정은 숙달분위기에 유의한 정(+)의 영향을 미쳤으며, 숙달분위기는 심리욕구만족에 유의한 정(+)의 영향을 미쳤다. 또한 조화열정은 숙달분위기를 경유하여 기본적 심리욕구만족에 유의한 정(+)의 간접효과를 미쳤다. 반면, 강박열정은 수행분위기에 유의한 정(+)의 영향을 미쳤으며, 수행분위기는 기본적 심리욕구좌절에 유의한 정(+)의 영향을 미쳤다. 또한 강박열정은 수행분위기를 경유하여 기본적 심리욕구좌절에 유의한 정(+)의 간접효과가 있는 것으로 나타났다.

**연구 2**는 전지훈련에 참여한 태권도 선수 고등부, 대학부 및 일반부선수 250명을 대상으로 심리욕구만족 및 좌절이 자기조절동기, 운동열의 및 운동 탈진간의 관계를 분석하였다. 분석 결과, 기본적 심리욕구만족은 자율적 동기에 유의한 정(+)의 영향을 미쳤으며, 자율적 동기는 운동열의에 유의한 정(+)의 영향을 미쳤다. 또한 기본적 심리욕구만족은 자율적 동기를 경유하여 운동열의에 유의한 정(+)의 간접영향을 미쳤다. 반면, 심리욕구좌절은 통제적 동기에 유의한 정(+)의 영향을 미쳤고, 통제적 동기는 운동탈진에 유의한 정(+)의 영향을 미쳤으며, 기본적 심리욕구좌절은 통제적 동기를 경유하여 운동탈진에 유의한 정(+)의 간접효과를 유발하였다.

**연구 3**은 태권도 선수 411명을 대상으로 심리욕구만족 및 좌절, 자기조절동기 요인을 연속다중매개 변인으로 선정하여 열정 → 기본적 심리욕구 → 자기조절동기 → 운동열의 또는 탈진의 인과관계를 순차적으로 검증하는 것이었으며, 열정과 운동열의 또는 탈진의 관계에서 기본적 심리욕구만족·좌절의 매개효과가 지도자의 코칭유형에 따라서 달라질 수 있는지를 분석하였다. 연구결과, 조화열정과 운동열의 간의 관계에서 심리욕구만족 및 자율적 동기는 유의한 간접효과를 유발하였다. 반면, 강박열정과 운동 탈진간의 관계에서 심리욕구좌절 및 통제적 동기도 유의한 간접효과를 유발하였다. 한편, 조화열정과 운동열의의 관계를 중재하는 심리적 욕구만

족의 매개효과는 자율적 코칭에 의하여 유의하게 조절되었으며, 강박열정과 운동탈진의 관계에서 심리적 욕구좌절의 매개효과는 통제적 코칭에 의하여 유의하게 조절되었다.

결론적으로 자기결정이론에 입각하여 운동열정 → 기본적 심리욕구 → 자기조절 동기 → 운동열의 또는 운동탈진의 관계에 대하여 의미 있는 연쇄를 도출함으로써 자기결정이론의 기본강령을 지지하였고, 교차 타당도를 입증하는데 기여하였다. 더 나아가 기본적 심리욕구를 결정하는 열정과 코칭환경 변인의 매개효과와 조절효과를 분석함으로써 자기결정이론의 외연을 확대하였다고 평가한다.

## 참고문헌

- 강상조, 안문용, 최관용, 김혜진 (2010). **코치론**. 서울: 대한미디어.
- 김경미(1987). 17세기 프랑스 철학계에서 고찰된 Passion의 개념. **청주대학교 인문과학연구소, 인문과학논집, 6**, 165-185.
- 김기웅 (1990). **코칭을 위한 운동경기의 심리학**. 서울: 대광문화사.
- 김기형, 박중길(2009). 대학 운동선수의 지각된 자율성 지지와 기본욕구 및 동기적 성향간의 구조모형 검증. **한국스포츠심리학회지, 20(3)**, 33-48.
- 김덕진(2010). **스포츠 상황에서 심리적 욕구만족척도 개발과 자기결정이론의 모형 검증**. 미간행 박사학위논문. 제주대학교 대학원.
- 김덕진(2013). 체육수업에서 중학생의 기본적 심리욕구만족과 운동열정 및 주관적 웰빙간의 관계. **한국체육교육학회지, 17(4)**, 111-125.
- 김덕진(2016). 고등학교 태권도 선수의 동기, 자아탄력성 및 탈진의 관계. **대한무도학회지, 18(2)**. 91-104.
- 김덕진, 양명환(2006). 체육수업 상황에서 기본적 욕구, 동기유형 및 심리적 웰빙간의 관계모형 검증. **한국스포츠심리학회지, 17(1)**, 25-45.
- 김미숙(2016). 지각된 교수행동, 심리적 욕구만족: 좌절 및 무용수행 간의 구조적 관계. **예술교육연구, 14(3)**, 217-234.
- 김민준, 조선령(2017). 배드민턴 선수의 완벽주의 성향과 운동스트레스 및 운동탈진의 관계. **한국스포츠학회지, 15(1)**. 623-634.
- 김범준, 홍승후(2016). 대학 구기종목 운동선수들의 스트레스와 탈진이 중도탈락에 미치는 영향. **한국사회체육학회지, 65**, 287-298.
- 김보겸, 김영훈, 이지우(2016). 유도선수들의 운동열정이 기본적 심리욕구만족과 운동몰입에 미치는 영향. **한국체육과학회지, 25(3)**, 323-335.
- 김소희(2004). 교육의 새로운 지평으로서 열정체험 연구. **한국교육학회, 42(4)**, 131-159.
- 김순영, 박상혁(2015). 운동선수들이 경험하는 코치들의 자율 및 통제적 코칭행동 척도개발. **코칭능력개발지, 17(4)**, 63-72.

- 김아영(2003). 교실에서의 동기. **교육심리연구**, 17(1),5-36.
- 김영재(2012). 한국관 여가열의 척도 타당화 검증. **한국체육학회지**, 51(5), 549-557.
- 김영훈, 이영호(2004). 도박열정 척도의 신뢰도 및 타당도에 관한 연구. **한국심리학회지**, 23(4), 999-1009.
- 김육한, 이봉(2015). 골프 참여자들의 참여동기와 운동열정, 운동몰입, 운동지속수행의 구조적 관계. **한국체육학회지**, 54(2), 137-148.
- 김종필, 구용관, 김보겸(2016). 스포츠센터 생활체육 참여자의 열정이 운동결과기대 및 운동몰입에 미치는 영향. **한국체육과학회지**, 25(1), 209-220.
- 김지현(2016). **중학교 체육수업에서 교사와 동료의 동기부여 학습 환경이 심리적, 욕구, 욕구좌절 및 사회적 행동에 미치는 영향**. 미간행 석사학위논문. 한국체육대학교 교육대학원.
- 남광우, 김종식(2016). 대학 지도자의 자율성지지행동 및 통제된 코칭행동과 선수의 열정 및 운동행동의 관계. **한국사회체육학회지**, 66, 373-386.
- 문대선, 이철원, 고대선(2016). 태권도 참여 대학생들의 열정, 자신감과 행복감의 관계. **한국체육과학회지**, 25(4), 207-218.
- 박동훈, 오영택, 김선욱, 인소정, 양명환(2017). 검도선수의 지각된 성적스트레스, 운동열의 및 운동중단 의도간의 관계: 부모의 사회적 지지의 조절된 매개효과. **대한무도학회지**, 19(1), 49-65.
- 박병훈(2013). 체육교육에서 자율성지지, 심리적 욕구, 자기조절 동기 및 결과변인간의 관계 모형 검증. **한국체육교육학회지**, 17(4), 127-149.
- 박수경, 이현수(2010). 지체장애인의 생활체육 참여정도와 열정 및 운동중독의 관계. **한국체육학회지**, 49(6), 623-633.
- 박정근(2001). 인간관계와 코칭 리더십. **코칭능력개발지**, 3(1), 23-38.
- 박중길, 김경원(2013). 청소년 운동선수의 열정과 탈진의 관계에서 정서와 정체성의 매개 및 조절효과. **한국스포츠심리학회지**, 24(1), 59-79.
- 박중길, 김기형(2013). 지각된 코칭행동, 자율적-통제적 행동조절 및 정서의 인과구조. **한국체육학회지**, 52(5), 263-277.
- 백민경(2011). 무용전공 대학생의 동기분위기 지각과 성취목표성향, 무용열정의 관계. **한국무용연구학회지**, 29(2), 165-182.

- 서미래(2014). **여가스포츠 참여유형에 따른 참여자의 여가열의와 여가몰입 관계 연구**. 미간행 석사학위논문. 중앙대학교 교육대학원.
- 성창훈(1999). 청소년 운동선수의 지각된 코칭행동과 스포츠 경험지각 및 내적동기 요소간의 관계. **한국체육학회지**, 38(3), 244-259.
- 손원일, 김성문(2013). 통제적 코칭행동에 따른 대학운동선수의 스포츠대처의 교육적 의미와 운동지속수행의 관계. **한국체육교육학회지**, 18(2), 177-190.
- 손재현, 이성노(2013). 무용전공 학생의 이원론적 열정과 무용탈진의 관계: 자기결정 이론 관점. **우리춤과 과학기술**, 23(1), 67-93.
- 송기현, 정구인(2014). 통제적 코칭행동과 운동탈진의 관계에서 청소년 선수들의 운동 정체성과 접근-회피동기의 다중매개효과. **한국스포츠심리학회지**, 25(4), 143-157.
- 송용관(2015). 팀 스포츠에서 코치와 동료의 동기부여방식이 심리적 욕구만족과 집단 효능감에 미치는 영향. **체육과학연구**, 26(4), 761-779.
- 송용관, 천승현(2012). 통제적 코칭행동 척도 개발 및 타당화 검증. **한국스포츠심리학회지**, 23(1), 111-123.
- 송용관, 천승현, 황승현(2017). 스포츠 상황에서의 코칭방식이 선수들의 심리적 욕구 만족, 정신력, 그리고 소진에 미치는 영향. **한국체육학회지**, 56(1), 247-261.
- 안도희, 박귀화, 정재우(2008). 자율성지지, 기본적 욕구 및 심리적 안녕감 간의 관계. **청소년학연구**, 15(5), 315-338.
- 양명환(2004). 자기결정 이론에 근거한 레저스포츠 동기척도 개발과 타당도 검증. **한국체육교육학회지**, 9(2), 107-132.
- 양명환(2012). 자기결정이론을 활용한 체육수업 동기전략 문헌에 대한 이론적 고찰. **해양스포츠**, 2(2), 31-63.
- 양명환, 김덕진(2006). 마라톤대회 참가자의 기본적 욕구, 동기, 심리적 웰빙 및 행동 의도간의 관계. **한국체육학회지**, 45(4), 251-262
- 양명환, 김덕진(2010). 운동선수들이 지각하는 코칭행동과 운동동기와의 관계: 기본 심리적 욕구만족의 매개효과. **한국스포츠심리학회지**, 21(3), 217-231.
- 오아라(2013). **직무열의에 관한 실증적 연구**. 미간행 석사학위논문. 서강대학교 경영전문대학원.

- 오영택(2013). **운동선수들의 완벽주의 성향과 운동탈진 간의 관계에서 자기조절동기의 매개효과 검증**. 제주대학교 교육대학원. 미간행 석사학위논문.
- 오영택, 김선욱, 인소정, 백혜경, 양명환(2016). **강박열정이 운동선수 탈진에 미치는 영향: 운동의존성의 매개효과 검증**. **해양스포츠**, 6(2), 9-24.
- 오영택, 김선욱, 인소정, 양명환(2016). **운동열정과 운동선수 탈진 간의 관계: 자기조절동기의 매개효과**. **한국체육학회지**, 55(4), 159-174.
- 오영택, 양명환(2014). **중·고등부 태권도선수들의 완벽주의와 경쟁 상태불안 간의 관계에서 자율성 지지의 조절효과 분석**. **코칭능력개발지**, 16(3), 175-187.
- 오영택, 양명환(2015). **지도자의 코칭유형과 운동만족 간의 관계에서 운동선수의 감성지능의 매개효과 분석**. **한국체육학회지**, 54(4), 287-299.
- 오영택, 양명환(2016). **태권도 선수의 운동 열정과 운동의존성 간의 관계: 자기조절동기의 매개효과 검증**. **한국체육학회지**, 55(6), 169-184.
- 오영택, 양명환(2017). **태권도 열정척도 개발 및 타당화 연구**. **대한무도학회지**, 19(1), 101-121.
- 원혜연(2015). **무용전공자의 열정과 탈진의 관계에서 기본 심리적 욕구의 매개효과**. 미간행 박사학위논문. 한양대학교 대학원.
- 유소이, 박소진, 동 쉬어페이(2007). **하이테크 제품에 대한 소비자 구매의도의 영향요인 연구: 한국과 중국 비교분석**. **산업경제연구**, 20(2), 839-859.
- 유진(1997). **스포츠 성취목표 지향성과 동기 분위기가 내적동기, 자긍심, 운동수행에 미치는 효과**. **한국스포츠심리학회지**, 8(1), 69-85.
- 유진, 박성준(1996). **청소년 스포츠 성취목표 지향성 척도에 대한 구조적 타당도 검증**. **중앙대학교 스포츠과학연구소**, 9, 85-101.
- 이동근(2017). **배드민턴 선수와 지도자 관계가 운동열의에 미치는 영향**. 미간행 석사학위논문. 한국체육대학교 대학원.
- 이정학, 범철호, 김욱기(2015). **골프 참여자의 운동 열정과 운동 몰입 및 심리적 행복감의 관계**. **한국체육과학회지**, 24(3), 491-501.
- 이형권(2015). **호텔종사원들의 표면행동이 감정탈진과 직무만족에 미치는 영향: 인지된 조직지원의 조절된 매개효과**. **관광경영연구**, 64, 265-288.
- 이혜희(2014). **댄스스포츠의 재미요인이 여가열의에 미치는 영향**. 미간행 석사학위논문.

- 문. 중앙대학교 교육대학원.
- 인소정, 오영택, 김선옥, 양명환(2016). 태권도 선수들의 완벽주의 성향이 운동열의에 미치는 영향: 기본적 심리욕구의 매개효과 검증. **대한무도학회지**, 18(4), 13-29.
- 임길선 (1993). **교육실습생의 체육 교수행동 분석 연구**. 미간행 석사학위논문. 서울대학교 대학원.
- 임지현(2004). **지각된 자율성 지지 정도와 학업성취의 관계에서 자기조절동기 및 학업적 자기효능감의 매개효과 검증**. 미간행 석사학위논문. 이화여자대학교.
- 장선희(2013). **체육수업에서의 학습열정과 기본심리욕구 및 사회심리적 웰빙에 미치는 영향**. 미간행 석사학위논문. 동국대학교 대학원.
- 전지인(2013). **배드민턴 동호인의 심리욕구, 운동정서 및 심리적 웰빙 관계분석**. 한국체육대학교 대학원. 미간행 석사학위논문.
- 정청희(2004). **운동수행 향상을 위한 심리기술훈련**. 서울: 도서출판 무지개사.
- 조영갑, 이병민(2016). **빙상 지도자의 자율성지지가 여학생선수의 기본적 심리욕구, 정서에 미치는 영향**. **한국사회체육학회지**, 64, 591-601.
- 조은현, 탁진국 (2011). **코칭리더십 척도 개발 및 타당화**. **한국심리학회지**, 24(1), 127-155.
- 천승현, 이재원(2011). **장애인 스포츠 팀 내 코치의 다차원적 통제적 코칭전략이 선수의 자기결정동기에 미치는 영향**. **한국특수체육학회지**, 19(4), 162-179.
- 최마리, 박상혁, 성장훈(2012). **코치-선수 부합과 심리욕구만족 및 운동탈진의 구조적 관계**. **한국체육학회지**, 51(2), 203-213.
- 최의창(2012). **전인적 선수 발달과 인문적 코칭**. **한국스포츠교육학회지**, 19(2), 1-25.
- 최헌혁, 조승관(2014). **청소년 운동선수들이 지각한 열정과 탈진의 관계에서 코치-선수관계의 매개효과 검증**. **한국스포츠심리학회지**, 25(4), 111-125.
- 한국스포츠심리학회(2005). **스포츠심리학 핸드북**. 서울: 도서출판 무지개사.
- 한덕용, 이민규(2001). **계획된 행동이론에 의한 음주운전 행동의 설명**. **사회심리학회지**, 15(2), 141-158.
- 한시완, 김방출(2011). **육상선수들의 수준별 탈진 동일성 검증**. **한국스포츠심리학회**

- 지, 22(1), 21-35.
- 한허정 (2007). **조직 중간 관리자의 코칭 역량에 관한 연구**. 미간행 석사학위논문. 서울대학교 대학원.
- 허정훈(1998). **수업분위기 지각이 유능감과 내적동기에 미치는 영향**. 중앙대학교 대학원. 미간행 석사학위논문.
- 홍세희(2000). 구조 방정식 모형의 적합도 지수 선정기준과 그 근거. *Korean Journal of Clinical Psychology, 19*(1), 161-177.
- 황정동, 주재형, 임승현(2016). 지도자의 자율성 지지가 중·고교 핸드볼선수의 지도자-운동선수 관계 및 열정과의 관계. **한국체육과학회지, 25**(1). 87-97.
- Adie, J. W., Duda, J. L., & Ntoumanis, N. (2008). Autonomy support, basic need satisfaction, and the optimal functioning of adult male and female sport participants: a test of basic needs theory. *Motivation and Emotion, 32*, 189-199.
- Adie, J. W., Duda, J. L., & Ntoumanis, N. (2012). Perceived coach-autonomy support, basic need satisfaction and the well-and ill-being of elite youth soccer players: Alongitudinal investigation. *Psychology of Sport and Exercise, 13*, 51-59.
- Ames, C. (1992). Classrooms: Goals, structures, and student motivation. *Journal of educational psychology, 84*(3), 261
- Ames, C., & Archer, J. (1988). Achievement goals in the classroom: Students' learning strategies and motivation processes. *Journal of educational psychology, 80*(3), 260.
- Amorose, A. J. (2007). Coaching effectiveness: Exploring the relationship between coaching behavior and self-determined motivation. *Intrinsic motivation and self-determination in exercise and sport, 209-227*.
- Amorose, A. J., & Anderson-Boucher, D. (2007). Autonomy-supportive coaching and self-determined motivation in high school and college athletes: Test of self-determination theory. *Psychology of Sport and Exercise, 8*, 654-670.



- Appleton, P. R., Hall, H. K., & Hill, A. P. (2009). Relations between multidimensional perfectionism and burnout in junior–elite male athletes. *Psychology of sport and exercise, 10*(4), 457–465.
- Aron, A., Aron, E. N., & Smollan, D. (1992). Inclusion of Other in the Self Scale and the structure of interpersonal closeness. *Journal of personality and social psychology, 63*(4), 596.
- Baard, P. P., Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2004). Intrinsic need satisfaction: A motivational basis of performance and well-being in two work settings. *Journal of applied social psychology, 34*(10), 2045–2068.
- Bakker, A. B., & Geurts, S. A. E. (2004). Toward a dual–process model of work–home interference. *Work and Occupations, 21*(3), 345–366.
- Barrow, J. C. (1977). The variables of leadership: A review and conceptual framework. *Academy of Management Review, 2*(2), 231–251.
- Bartholomew, K. J., Ntoumanis, N., & Thøgersen–Ntoumanis, C. (2010). The controlling interpersonal style in a coaching context: Development and initial validation of a psychometric scale. *Journal of Sport and Exercise Psychology, 32*, 193–216.
- Bartholomew, K. J., Ntoumanis, N., & Thøgersen–Ntoumanis, C. (2009). A review of controlling motivational strategies from a self–determination theory perspective: Implications for sport coaches. *International Review of Sport and Exercise Psychology, 2*, 215–233.
- Bartholomew, K. J., Ntoumanis, N., Ryan, R. M., Bosch, J. A., & Thøgersen–Ntoumani, C. (2011). Self–determination theory and diminished functioning: The role of interpersonal control and psychological need thwarting. *Personality and Social Psychology Bulletin.*
- Bartholomew, K., Ntoumanis, N., Ryan, R. M., & Thøgersen–Ntoumani, C. (2011). Psychological need thwarting in the sport context: Assessing the darker side of athletic experience. *Journal of Sport and Exercise Psychology, 33*(1), 75–102.

- Baumeister, R. F., & Leary, M. R. (1995). The need to belong: desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. *Psychological bulletin*, *117*(3), 497.
- Bentzen, M., Lemyre, P. N., & Kenttä, G. (2016). Changes in motivation and burnout indices in high-performance coaches over the course of a competitive season. *Journal of Applied Sport Psychology*, *28*(1), 28–48.
- Black, A. E., & Deci, E. L. (2000). The effects of instructors' autonomy support and students' autonomous motivation on learning organic chemistry: A self-determination theory perspective. *Science education*, *84*(6), 740–756.
- Blais, M. R., Sabourin, S., Boucher, C., & Vallerand, R. J. (1990). Toward a motivational model of couple happiness. *Journal of Personality and Social Psychology*, *59*(5), 1021–1031.
- Blanchard, C. M., Amiot, C. E., Perreault, S., Vallerand, R. J., & Provencher, P. (2009). Cohesiveness, coach's interpersonal style and psychological needs: Their effects on self-determination and athletes' subjective well-being. *Psychology of Sport and Exercise*, *10*(5), 545–551.
- Bonneville-Roussy, A., Lavigne, G. L., & Vallerand, R. J. (2011). When passion leads to excellence: The case of musicians. *Psychology of Music*, *39*(1), 123–138.
- BOSCHERINI, E. G. (1977). Spinoza (1632–1677). *Giornale Critico della Filosofia Italiana Firenze*, *8*(3–4), 293–641.
- Brewer, M. B. (1979). In-group bias in the minimal intergroup situation: A cognitive-motivational analysis. *Psychological bulletin*, *86*(2), 307.
- Bunker, L. K., Rotella, R. J., & Reilly, A. S. (Eds.). (1985). Sport psychology: Psychological considerations in maximizing sport performance. *Mark Muse*.
- Carmack, M. A., & Martens, R. (1979). Measuring commitment to running: A survey of runners' attitudes and mental states. *Journal of sport psychology*, *1*(1), 25–42
- Carpenter, P. J., & Morgan, K. (1999). Motivational climate, personal goal

- perspectives, and cognitive and affective responses in physical education classes. *European Journal of Physical Education*, 4(1), 31–44.
- Carr Jr, T. M. (1996). René Descartes (1596–1650).
- Cheon, S. H., Reeve, J., & Song, Y. G. (2016). A Teacher–Focused Intervention to Decrease PE Students’ Amotivation by Increasing Need Satisfaction and Decreasing Need Frustration. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 38(3), 217–235
- Cohen, S., Sherrod, D. R., & Clark, M. S. (1986). Social skills and the stress–protective role of social support. *Journal of personality and social psychology*, 50(5), 963.
- Cresswell, S. L., & Eklund, R. C. (2005). Motivation and burnout in professional rugby players. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 76(3), 370–376.
- Cresswell, S. L., & Eklund, R. C. (2006). The nature of player burnout in rugby: Key characteristics and attributions. *Journal of Applied Sport Psychology*, 18(3), 219–239.
- Cresswell, S. L., & Eklund, R. C. (2007). Athlete burnout: A longitudinal qualitative study. *Sport Psychologist* 21(1), 1–20.
- Cresswell, S. L., & Eklund, R. C. (2005). Motivation and burnout among top amateur rugby player. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 37, 469–477.
- Curran, T., Appleton, P. R., Hill, A. P., & Hall, H. K. (2011). Passion and burnout in elite junior soccer players: The mediating role of self–determined motivation. *Psychology of Sport and Exercise*, 12(6), 655–661.
- Curran, T., Appleton, P. R., Hill, A. P., & Hall, H. K. (2013). The mediating role of psychological need satisfaction in relationships between types of passion for sport and athlete burnout. *Journal of Sports Sciences*, 31(6), 597–606.

- Curran, T., Hill, A. P., Hall, H. K., & Jowett, G. E. (2015). Relationships between the coach-created motivational climate and athlete engagement in youth sport. *Journal of Sport and Exercise Psychology, 37*(2), 193–198.
- Deci, E. L. (1980). *The psychology of self-determination*. Free Press.
- Deci, E. L. (1975). *Intrinsic motivation*. NY: Plenum Press.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1980). Self-determination theory: When mind mediates behavior. *Journal of Mind and Behavior, 1*(1), 33–43.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1985). The general causality orientations scale: Self-determination in personality. *Journal of Research in Personality, 19*, 109–134.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1994). Promoting self-determined education. *Scandinavian journal of educational research, 38*(1), 3–14.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). Self-determination theory and facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American psychologist, 55*, 68–78.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The "what" and "why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological inquiry, 11*(4), 227–268.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2002). Self-Determination Research: Reflections and Future Directions. *Handbook of self-determination research*, 431.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2008). Self-determination theory: A macrotheory of human motivation, development, and health. *Canadian psychology/Psychologie canadienne, 49*(3), 182–185.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1985). *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. NY: Plenum Press.
- Deci, E. L., Koestner, R., & Ryan, R. M. (1999). A meta-analytic review of experiments examining the effects of extrinsic rewards on intrinsic motivation. *Psychological Bulletin, 125*(6), 627–668.
- DeFreese, J. D., & Smith, A. L. (2013). Teammate social support, burnout, and

- self-determined motivation in collegiate athletes. *Psychology of Sport and Exercise*, 14(2), 258–265.
- Dewey, J. (1913). *Interest and Effort in Education*. Cambridge, MA: Riverside Press.
- Duriez, B., Vansteenkiste, M., Soenens, B., & De Witte, H. (2007). The social costs of extrinsic relative to intrinsic goal pursuits: Their relation with social dominance and racial and ethnic prejudice. *Journal of personality*, 75(4), 757–782.
- Edwards, J. R., & Lambert, L. S. (2007). Methods for integrating moderation and mediation: a general analytical framework using moderated path analysis. *Psychological methods*, 12(1), 1–22.
- Eklund, R. C., & Cresswell, S. L. (2007). Athlete burnout.
- Fernet, C., Lavigne, G. L., Vallerand, R. J., & Austin, S. (2014). Fired up with passion: Investigating how job autonomy and passion predict burnout at career start in teachers. (3), 270–288.
- Fleishman, E. A. (1973). *Current developments in the study of leadership: A centennial event symposium held at Southern Illinois Univ. at Carbondale*.
- Fortier, M. S., Vallerand, R. J., & Guay, F. (1995). Academic motivation and school performance: Toward a structural model. *Contemporary educational psychology*, 20(3), 257–274.
- Freudenberger, H. J. (1974). Staff burn-out. *Journal of Social Issues*, 30, 159–165
- Freudenberger, H. J., & Richelson, G. (1981). *Burn-out: The high cost of high achievement*. Bantam Books.
- Friedrich, G. W. (2002). HEGEL 1770-1831. FIFTY MAJOR THINKERS ON EDUCATION, 91.
- Frijda, N. H., Mesquita, B., Sonnemans, J., & Van Goozen, S. (1991). The duration of affective phenomena or emotions, sentiments and passions. 187–225.

- Gagné, M. (2003). The role of autonomy support and autonomy orientation in prosocial behavior engagement. *Motivation and emotion*, 27(3), 199–223.
- Gagné, M., Ryan, R. M., & Bargmann, K. (2003). Autonomy support and need satisfaction in the motivation and well-being of gymnasts. *Journal of Applied Sport Psychology*, 15, 372–390.
- García, O., & Wei, L. (2014). *Translanguaging and Education*. In *Translanguaging: Language, Bilingualism and Education* (pp. 63–77). Palgrave Macmillan UK.
- Gillet, N., Vallerand, R. J., Amoura, S., & Baldes, B. (2010). Influence 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(2), 155–161.
- Glasser, W. (1976). Positive addiction.
- Goodger, K., Gorely, T., Lavalley, D., & Harwood, C. (2007). Burnout in sport: A systematic review. *Sport Psychologist*, 21(2), 127–151.
- Grolnick, W. S., & Ryan, R. M. (1987). Autonomy in children's learning: an experimental and individual difference investigation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52(5), 890.
- Grolnick, W. S., & Ryan, R. M. (1989). Parent styles associated with children's self-regulation and competence in school. *Journal of Educational Psychology*, 81(2), 143–154.
- Grolnick, W. S., & Ryan, R. M., Deci, E. L. (1991). Inner resources for school achievement: motivational mediators of children's perceptions of their parents. *Journal of Educational Psychology*, 83, 508–517.
- Guay, F., & Vallerand, R. J. & Blanchard, (2000). On the assessment of situational intrinsic and extrinsic motivation : The Situational Motivation Scale(SIMS). *Motivation and Emotion*, 24(3), 175–213.
- Gunnell, K. E., Crocker, P. R., Wilson, P. M., Mack, D. E., & Zumbo, B. D. (2013). Psychological need satisfaction and thwarting: A test of basic

- psychological needs theory in physical activity contexts. *Psychology of Sport and Exercise*, 14(5), 599–607.
- Gustafsson, H., Hassmén, P., & Hassmén, N. (2011). Are athletes burning out with passion?. *European Journal of Sport Science*, 11(6), 387–395.
- Gustafsson, H., Hassmén, P., Kenttä, G., & Johansson, M. (2008). A qualitative analysis of burnout in elite Swedish athletes. *Psychology of sport and exercise*, 9(6), 800–816.
- Gustafsson, H., Skoog, T., Podlog, L., Lundqvist, C., & Wagnsson, S. (2013). Hope and athlete burnout: Stress and affect as mediators. *Psychology of Sport and Exercise*, 14(5), 640–649.
- Hagger, M. S., Chatzisarantis, N. L., Culverhouse, T., & Biddle, S. J. (2003). The processes by which perceived autonomy support in physical education promotes leisure-time physical activity intentions and behavior: a trans-contextual model. *Journal of Educational Psychology*, 95(4), 784.
- Harris, D. V. (1984). *The athlete's guide to sport psychology*. West Point, NY: Leisure Press.
- Hausenblas, H. A., & Symons Downs, D. (2002). *Exercise dependence scale manual*. Gainesville: University of Florida.
- Hayes, A. F. (2013). *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A regression-based approach*. Guilford Press.
- Heyman, A. M. (1986). *Washington*, DC: U.S. Patent and Trademark Office.
- Hill, A. P., Hall, H. K., Appleton, P. R., & Kozub, S. A. (2008). Perfectionism and burnout in junior elite soccer players: The mediating influence of unconditional self-acceptance. *Psychology of Sport and Exercise*, 9(5), 630–644.
- Hodge, K., Lonsdale, C., & Jackson, S. A. (2009). Athlete engagement in elite sport: An exploratory investigation of antecedents and consequences. *The Sport Psychologist*, 23(2), 186–202.
- Hodge, K., Lonsdale, C., & Ng, J. Y. (2008). Burnout in elite rugby: Relationships

- with basic psychological needs fulfilment. *Journal of Sports Sciences*, 26(8), 835–844.
- Hollembek, J., & Amorose, A. J. (2005). Perceived coaching behaviors and college athletes' intrinsic motivation: A test of self-determination theory. *Journal of applied sport psychology*, 17(1), 20–36.
- Horn, R. (2002). Coupled movements in voltage-gated ion channels. *The Journal of general physiology*, 120(4), 449–453.
- Hu, L. T., & Bentler, P. M. (1999). Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural equation modeling: a multidisciplinary journal*, 6(1), 1–55.
- Jowett, G. E., Hill, A. P., Hall, H. K., & Curran, T. (2016). Perfectionism, burnout and engagement in youth sport: The mediating role of basic psychological needs. *Psychology of Sport and Exercise*, 24, 18–26.
- Kahn, W. A. (1990). Psychological conditions of personal engagement and disengagement at work. *Academy of Management Journal*, 33, 692–724.
- Kallus, K. W., & Kellmann, M. (2000). Burnout in athletes and coaches. *Emotions in sport*, 209–230.
- Kasser, T., & Ryan, R. M. (1993). A dark side of the American dream: correlates of financial success as a central life aspiration. *Journal of personality and social psychology*, 65(2), 410–422.
- Kasser, T., & Ryan, R. M. (1996). Further examining the American dream: Differential correlates of intrinsic and extrinsic goals. *Personality and social psychology bulletin*, 22(3), 280–287.
- Kavussanu, M. (2006). Motivational predictors of prosocial and antisocial behaviour in football. *Journal of Sports Sciences*, 24(06), 575–588.
- Kavussanu, M., & Roberts, G. C. (1996). Motivation in physical activity contexts: The relationship of perceived motivational climate to intrinsic motivation and self-efficacy. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 18, 264–280.



- Kent, S. (2013). 'Is The Relationship Between Passion and Athletic Burnout Explained By Levels Of Basic Psychological Need Satisfaction?'
- Kenttä, G., & Hassmén, P. (1998). Overtraining and recovery. *Sports medicine*, 26(1), 1–16.
- Kenyon, G. S., & McPherson, B. D. (1973). Becoming involved in physical activity and sport: A process of socialization. *Physical activity: Human growth and development*, 303–332.
- Kline, R. B. (2005). *Principles and practice of structural equation modeling* (2nd Ed.), New York: Guilford Press.
- Koestner, R., Bernieri, F., & Zuckerman, M. (1992). Self-regulation and consistency between attitudes, traits, and behaviors. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 18(1), 52–59.
- Koestner, R., Losier, G. F., Vallerand, R. J., & Carducci, D. (1996). Identified and introjected forms of political internalization: extending self-determination theory. *Journal of personality and social psychology*, 70(5), 1025.
- Kowal, J., & Fortier, M. S. (1999). Motivational determinants of flow: Contributions from self-determination theory. *The Journal of Social Psychology*, 139(3), 355–368.
- Krapp, A. (2002). Structural and dynamic aspects of interest development: Theoretical considerations from an ontogenetic perspective. *Learning and instruction*, 12(4), 383–409.
- Kristensen, J. A. (2013). Motivation and athlete engagement: A cross-sectional study in youth ice hockey players (Master's thesis).
- Lafrenière, M. A. K., Jowett, S., Vallerand, R. J., & Carbonneau, N. (2011). Passion for coaching and the quality of the coach-athlete relationship: The mediating role of coaching behaviors. *Psychology of Sport and Exercise*, 12(2), 144–152.
- Lavigne, G. L., Forest, J., & Crevier-Braud, L. (2012). Passion at work and burnout: A two-study test of the mediating role of flow experiences.

- European Journal of Work and Organizational Psychology*, 21(4), 518–546.
- Lavigne, G. L., Vallerand, R. J., & Miquelon, P. (2007). A motivational model of persistence in science education: A self-determination theory approach. *European Journal of Psychology of Education*, 22(3), 351–369.
- Lemyre, P. N., Hall, H. K., & Roberts, G. C. (2008). A social cognitive approach to burnout in athletes. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 18, 221–234.
- Levy, A. R., Borkoles, E., & Polman, R. C. (2008). Examining the relationship between perceived autonomy support and age in the context of rehabilitation adherence in sport. *Rehabilitation Psychology*, 53(2), 224–230.
- Li, C., Wang, C. K. J., Pyun, D. Y., & Kee, Y. H. (2013). Relationships between self-determined motivation and burnout among athletes: A systematic review and metaanalysis. *Psychology of Sport and Exercise*, 14(5), 692–700.
- Lonsdale, C., & Hodge, K. (2011). Temporal ordering of motivational quality and athlete burnout in elite sport. *Medicine & Science in Sports & Exercise*, 43(5), 913–921.
- Lonsdale, C., Hodge, K., & Jackson, S. A. (2007). Athlete engagement: II. Development and initial validation of the Athlete Engagement Questionnaire. *International Journal of Sport Psychology*, 38(4), 471–492.
- Lonsdale, C., Hodge, K., & Raedeke, T. D. (2007). Athlete engagement: I. A qualitative investigation of relevance and dimensions. *International Journal of Sport Psychology*, 38(4), 451–470.
- Lonsdale, C., Hodge, K., & Rose, E. (2009). Athlete burnout in elite sport: A self-determination perspective. *Journal of Sports Sciences*, 27, 785–795.
- Loughead, T. M. & Carron, A. V. (2004). The mediating role of cohesion in the leader behavior-satisfaction relationship. *Psychology of Sport and*

- Exercise, 5*, 355–371.
- Mageau, G. A., & Vallerand, R. J. (2007). The moderating effect of passion on the relation between activity engagement and positive affect. *Motivation and Emotion, 31*(4), 312–321.
- Mageau, G. A., & Vallerand, R. J. (2003). The coach–athletes relationship: A motivational model. *Journal of Sports Sciences, 21*, 881–954.
- Mageau, G. A., Vallerand, R. J., Charest, J., Salvy, S. J., Lacaille, N., Bouffard, T., & Koestner, R. (2009). On the development of harmonious and obsessive passion: The role of autonomy support, activity specialization, and identification with the activity. *Journal of Personality, 77*(3), 601–646.
- March, P., & Collet, P. (1987). Driving passion. *Psychology Today, 21*, 16–24.
- Martin, J. J., & Malone, L. A. (2013). Elite wheelchair rugby players' mental skills and sport engagement. *Journal of clinical Sport psychology, 7*(4), 253–263.
- Maslach, C., & Jackson, S. E. (1982). *Maslach burnout inventory research edition*. Consulting Psychologists Press
- Maslach, C. (1976). Burned-out. *Hum behavior, 5*, 16–22.
- Maslach, C. (1982). *Burnout: The cost of caring*. ISHK.
- Maslach, C., & Jackson, S. E. (1984). Burnout in organizational settings. *Applied social psychology annual, 5*, 133–153.
- McDonough, M. H., & Crocker, P. R. (2007). Testing self-determined motivation as a mediator of the relationship between psychological needs and affective and behavioral outcomes. *Journal of Sport and exercise Psychology, 29*(5), 645–663.
- Mitchell, S. A., & Black, M. (2000). 프로이트 이후 [Freud and a history of modern psychoanalytic thought]. (이재훈·이해리 역). 서울: 한국심리치료연구소.
- Morgan, G. (1979). Response to Mintzberg.

- Morgan-Lopez, A. A., & MacKinnon, D. P. (2006). Demonstration and evaluation of a method for assessing mediated moderation. *Behavior research methods, 38*(1), 77–87.
- Muller, D., Judd, C. M., & Yzerbyt, V. Y. (2005). When moderation is mediated and mediation is moderated. *Journal of personality and social psychology, 89*(6), 852–863.
- Nakamura, J., & Csikszentmihalyi, M. (2003). Creativity in later life. *Creativity and development, 11*, 186–216.
- Newton, M., Duda, J. L., & Yin, Z. (2000). Examination of the psychometric properties of the Perceived Motivational Climate in Sport Questionnaire–2 in a sample of female athletes. *Journal of Sports Sciences, 18*(4), 275–290.
- Ntoumanis, N. (2005). A prospective study of participation in optional school physical education using a self-determination theory framework. *Journal of educational psychology, 97*(3), 444.
- O’Conner, B.P., Vallerand, R.J. (1990) Religious motivation in the elderly. A French-Canadian replication and an extension. *Journal of Social Psychology, 130*: 53–59
- Ommundsen, Y., Lemyre, N., Abrahamsen, F. E., & Roberts, G. C. (2013). The role of motivational climate for sense of vitality in organized youth grassroots football players: Do harmonious and obsessive types of passion play a mediating role?.
- Paradis, K. F., Cooke, L. M., Martin, L. J., & Hall, C. R. (2016). Just need some satisfaction: Examining the relationship between passion for exercise and the basic psychological needs.
- Pelletier, L. G., Fortier, M. S., Tuson, K. M., Briere, N. M., & Blais, M. R. (1995). Toward a new measure of intrinsic motivation, extrinsic motivation, and amotivation in sports: The Sport Motivation Scale(SMS). *Journal of sport and Exercise Psychology, 17*, 35–53.

- Pelletier, L. G., Fortier, M. S., Vallerand, R. J., & Brière, N. M. (2001). Associations among perceived autonomy support, forms of self-regulation, and persistence: A prospective study. *Motivation and emotion, 25*(4), 279–306.
- Pelletier, L. G., Fortier, M. S., Vallerand, R. J., Tuson, K. M., Briere, N. M., & Blais, M. S. (1995). Toward a new measure of intrinsic motivation, extrinsic motivation, and amotivation in sports: The Sport Motivation Scale(SMS). *Journal of Sport and Exercise Psychology, 17*, 35–53.
- Pensgaard, A. M., & Roberts, G. C. (2000). The relationship between motivational climate, perceived ability and sources of distress among elite athletes. *Journal of sports sciences, 18*(3), 191–200.
- Perlman, B., & Hartman, E. A. (1982). Burnt-out: summary and future research. *Human Relations, 35*, 235–305.
- Perreault, S., Gaudreau, P., Lapointe, M. C., & Lacroix, C. (2007). Does it take three to tango? Psychological need satisfaction and athlete burnout. *International Journal of Sport Psychology, 38*(4), 437–450.
- Perry, C. E. (1982). *Why Christians burn out*. Thomas Nelson Publishers.
- Philippe, F. L., Vallerand, R. J., Houliort, N., Lavigne, G. L., & Donahue, E. G. (2010). Passion for an activity and quality of interpersonal relationships: The mediating role of emotions. *Journal of personality and social psychology, 98*(6), 917–932.
- Pines, A. M. (1993). Burnout: An existential perspective.
- Quested, E., & Duda, J. L. (2011). Antecedents of burnout among elite dancers: A longitudinal test of basic needs theory. *Psychology of sport and exercise, 12*(2), 159–167.
- Raedeke, T. D. (1997). Is athlete burnout more than just stress? A sport commitment perspective. *Journal of Sport & Exercise Psychology, 19*, 386–417.
- Raedeke, T. D., & Smith, A. L. (2001). Development and preliminary validation

- of an athlete burnout measure. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 23, 281–306.
- Rathunde, K., & Csikszentmihalyi, M. (1993). Undivided interest and the growth of talent: A longitudinal study of adolescents. *Journal of Youth and Adolescence*, 22(4), 385–405.
- Reeve, C. L. (2001). Refining Lodahl and Kejner's job involvement scale with a convergent evidence approach: Applying multiple methods to multiple samples. *Organizational Research Methods*, 4(2), 91–111.
- Reeve, J. (2002). Self-determination theory applied to educational settings.
- Reeve, J. (2005). *Understanding motivation and emotion*. New York: Wiley.
- Reinboth, M., & Duda, J. L. (2006). Perceived motivational climate, need satisfaction and indices of well-being in team sports: A longitudinal perspective. *Psychology of Sport and Exercise*, 7, 269–286.
- Reinboth, M., Duda, J. L., & Ntoumanis, N. (2004). Dimensions of coaching behavior, need satisfaction, and the psychological and physical welfare of young athletes. *Motivation and emotion*, 28(3), 297–313.
- Rip, B., Fortin, S., & Vallerand, R. J. (2006). The relationship between passion and injury in dance students. *Journal of Dance Medicine & Science*, 10(1-1), 14–20.
- Rony, J. A. (1990). *Les passions (The passions)*. Paris: Presses Universitaires de France.
- Rousseau, F. L., Vallerand, R. J., Ratelle, C. F., Mageau, G. A., & Provencher, P. J. (2002). Passion and gambling: On the validation of the Gambling Passion Scale (GPS). *Journal of gambling studies*, 18(1), 45–66
- Rudisill, M. E. (1990). THE INFLUENCE OF VARIOUS ACHIEVEMENT GOAL ORIENTATIONS ON CHILDRENS PERCEIVED COMPETENCE, EXPECTATIONS, PERSISTENCE AND PERFORMANCE FOR 3 MOTOR-TASKS. *Journal of Human Movement Studies*, 19(5), 231–249.
- Ryan, R. M. (1993). Agency and organization: Intrinsic motivation, autonomy, and

- the self in psychological development. 1-56.
- Ryan, R. M., & Connell, J. P. (1989). Perceived locus of causality and internalization: Examining reasons for acting in two domains. *Journal of Personality and Social Psychology, 57*(5), 749-761.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American psychologist, 55*(1), 68-78.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2002). Overview of self-determination theory: An organismic dialectical perspective. *Handbook of self-determination research, 3*-33.
- Ryan, R. M., & Lynch, J. H. (1989). Emotional autonomy versus detachment: Revisiting the vicissitudes of adolescence and young adulthood. *Child development, 60*(2), 340-356.
- Ryan, R. M., Stiller, J. D., & Lynch, J. H. (1994). Representations of relationships to teachers, parents, and friends as predictors of academic motivation and self-esteem. *The Journal of Early Adolescence, 14*(2), 226-249
- Sachs, J. D. (1981). *The current account in the macroeconomic adjustment process.*
- Schaufeli, W. B., & Salanova, M.(2005). Work engagement: An emerging psychological concept and its implications, *Research in Social Issues in Management, 5: Managing social and Ethical Issues in Organizations. Greenwich, CT: Information Age Publishers.*
- Schaufeli, W. B., & Bakker, A. B.(2004). Job demands, job resources, and their relationship with burnout and engagement. *Journal of Organizational Behavior, 25*, 293-315.
- Schellenberg, B. J., Gaudreau, P., & Crocker, P. R. (2013). Passion and coping: Relationships with changes in burnout and goal attainment in collegiate volleyball players. *Journal of Sport and Exercise Psychology, 35*(3),

270–280.

- Schmidt, G. W., & Stein, G. L. (1991). Sport commitment: A model integrating enjoyment, dropout, and burnout. *Journal of sport and exercise psychology, 13*(3), 254–265.
- Seifriz, J. J., Duda, J. L., & Chi, L. (1992). The relationship of perceived motivational climate to intrinsic motivation and beliefs about success in basketball. *Journal of sport and exercise psychology, 14*, 375–375.
- Sheldon, K. M., & McGregor, H. A. (2000). Extrinsic value orientation and “the tragedy of the commons”. *Journal of Personality, 68*(2), 383–411.
- Sheldon, K. M., Sheldon, M. S., & Osbaldiston, R. (2000). Prosocial values and group assortment. *Human nature, 11*(4), 387–404.
- Shrout, P. E., & Bolger, N. (2002). Mediation in experimental and nonexperimental studies: New procedures and recommendations. *Psychological methods, 7*(4), 422–445.
- Siedentop, D. (1983). Academic learning time: Reflections and prospects. *Journal of Teaching in physical Education, 2*(4), 3–7.
- Silva III, J. M. (1990). An analysis of the training stress syndrome in competitive athletics. *Journal of Applied Sport Psychology, 2*(1), 5–20.
- Smith, R. E. (1986). Toward a cognitive–affective model of athletic burnout. *Journal of sport psychology, 8*(1), 36–50.
- Smith, R. E., Smoll, F. L., & Cumming, S. P. (2007). Effects of a motivational climate intervention for coaches on young athletes’ sport performance anxiety. *Journal of sport and exercise psychology, 29*(1), 39–59.
- Smith, R. E., Smoll, F. L., & Hunt, E. (1977). A system for the behavioral assessment of athletic coaches. *Research Quarterly. American Alliance for Health, Physical Education and Recreation, 48*(2), 401–407.
- Standage, M., & Gillison, F. (2007). Students’ motivational responses toward school physical education and their relationship to general self–esteem and health–related quality of life. *Psychology of Sport and Exercise,*



8(5), 704–721.

- Standage, M., Duda, J. L., & Ntoumanis, N. (2005). A test of self-determination theory in school physical education. *British Journal of Educational Psychology, 75*, 411–433.
- Standage, M., Duda, J. L., & Ntoumanis, N. (2003). A model of contextual motivation in physical education: Using constructs from self-determination and achievement goal theories to predict physical activity intentions. *Journal of educational psychology, 95*(1), 97.
- Standage, M., Duda, J. L., & Ntoumanis, N. (2005). A test of self-determination theory in school physical education. *British Journal of Educational Psychology, 75*(3), 411–433.
- Stoeber, J., Childs, J. H., Hayward, J. A., & Feast, A. R. (2011). Passion and motivation for studying: Predicting academic engagement and burnout in university students. *Educational Psychology, 31*(4), 513–528.
- Tamborini, R., Bowman, N. D., Eden, A., Grizzard, M., & Organ, A. (2010). Defining media enjoyment as the satisfaction of intrinsic needs. *Journal of communication, 60*(4), 758–777.
- Tenenbaum, G., Jones, C. M., Kitsantas, A., Sacks, D. N., & Berwick, J. P. (2003). Failure adaptation: an investigation of the stress response process in sport. *International Journal of Sport Psychology, 34*(1), 27–62.
- Trépanier, S. G., Fernet, C., Austin, S., Forest, J., & Vallerand, R. J. (2014). Linking job demands and resources to burnout and work engagement: Does passion underlie these differential relationships?. *Motivation and Emotion, 38*(3), 353–366.
- Turman, P. D. (2003). Coaches and cohesion: The impact of coaching techniques on team cohesion in the small group sport setting. *Journal of Sport Behavior, 26*, 86–103.
- Vallerand, R. J. (2008). On the psychology of passion: In search of what makes people's lives most worth living. *Canadian Psychology/Psychologie*

- Canadienne*, 49(1), 1–13.
- Vallerand, R. J. (2012). From motivation to passion: In search of the motivational processes involved in a meaningful life. *Canadian Psychology/Psychologie Canadienne*, 53(1), 42–52.
- Vallerand, R. J., & Bissonnette, R. (1992). Intrinsic, extrinsic, and amotivational styles as predictors of behavior: A prospective study. *Journal of Personality*, 60, 599–620.
- Vallerand, R. J., & Losier, G. F. (1994). Research. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 16(3), 229–245.
- Vallerand, R. J., & Miquelon, P. (2007). *Passion for Sport in Athletes*.
- Vallerand, R. J., & Reid, G. (1984). On the Causal effects of perceived competence on intrinsic motivation: A test cognitive evaluation theory. *Journal of Sport Psychology*, 6, 94–102.
- 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'âme: On obsessive and harmonious passion. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85(4), 756–767.
- Vallerand, R. J., Mageau, G. A., Elliot, A. J., Dumais, A., Demers, M. A., & Rousseau, F. (2008). Passion and performance attainment in sport. *Psychology of Sport and Exercise*, 9(3), 373–392.
- 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., Pelletier, L. G., & Koestner, R. (2008). Reflections on self-determination theory. *Canadian Psychology/Psychologie canadienne*, 49(3), 257–262.
- Vallerand, R. J., Pelletier, L. G., Blais, M. R., Brière N. M., Senècal, C. & Vallières, E. F. (1992). The Academic Motivation Scale: A measure of internal, external and amotivation in education. *Educational and*

- Psychological Measurement*, 52, 1003–1017.
- Vallerand, R. J., Pelletier, L. G., Blais, M. R., Brière, N. M., Senècal, C., & Vallières, E. F. (1993). On the assessment of intrinsic, extrinsic, and amotivation in education: Evidence on the concurrent and construct validity of the Academic Motivation Scale. *Educational and Psychological Measurement*, 53(1), 159–172.
- Vallerand, R. J., Rousseau, F. L., Grouzet, F. M. E., Dumais, A., Grenier, S., & Blanchard, C. M. (2006). Passion in sport: A look at determinants and affective experiences. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 28, 454–478.
- Vallerand, Robert J., and Nathalie Houliort. (2003). "Passion at work." Emerging perspectives on values in organizations. 175–204.
- Van Boven, L., & Gilovich, T. (2003). To do or to have? That is the question. *Journal of personality and social psychology*, 85(6), 1193–1202.
- van de Pol, P. K., Kavussanu, M., & Ring, C. (2012). Goal orientations, perceived motivational climate, and motivational outcomes in football: A comparison between training and competition contexts. *Psychology of Sport and Exercise*, 13(4), 491–499.
- Van den Berghe, L., Cardon, G., Tallir, I. B., Haerens, L., Aelterman, N., Soenens, B., & Vansteenkiste, M. (2013). Observed need-supportive and need-thwarting teaching behavior in physical education: Do teachers' motivational orientations matter? *Psychology of Sport and Exercise*, 14, 650–661.
- Vansteenkiste, M., Lens, W., & Deci, E. L. (2006). Intrinsic versus extrinsic goal contents in self-determination theory: Another look at the quality of academic motivation. *Educational psychologist*, 41(1), 19–31.
- Vansteenkiste, M., Sierens, E., Goossens, L., Soenens, B., Dochy, F., Mouratidis, A., Aelterman, N., Haerens, L., & Beyers, W. (2012). Identifying configurations of perceived autonomy support and structure: Associations

- with self-regulated learning, motivation and problem behavior. *Learning and Instruction*, 22, 431–439.
- Vazou, S., Ntoumanis, N., & Duda, J. L. (2005). Peer motivational climate in youth sport: A qualitative inquiry. *Psychology of Sport and Exercise*, 6(5), 497–516.
- Verner-Filion, J., Vallerand, R. J., Amiot, C. E., & Mocanu, I. (2017). The two roads from passion to sport performance and psychological well-being: The mediating role of need satisfaction, deliberate practice, and achievement goals. *Psychology of Sport and Exercise*, 30, 19–29.
- Vierling, K. K., Standage, M., & Treasure, D. C. (2007). Predicting attitudes and physical activity in an “at-risk” minority youth sample: A test of self-determination theory. *Psychology of Sport and Exercise*, 8(5), 795–817.
- Vincer, D. J. & Loughhead, T. M. (2010). The Relationship Among Athlete Leadership Behaviors and Cohesion in Team Sports. *The Sport Psychologist*, 24, 448–467.
- Walling, M. D., Duda, J. L., & Chi, L. (1993). The perceived motivational climate in sport questionnaire: Construct and predictive validity. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 15(2), 172–183.
- Ward, P., Hodges, N. J., Starkes, J. L., & Williams, M. A. (2007). The road to excellence: Deliberate practice and the development of expertise. *High Ability Studies*, 18(2), 119–153.
- Weinberg, R. & D. Gould(2003). *Foundations of sport and exercise psychology*. Human Kinetics.
- Weiss, M. R., Amorose, A. J., & Wilko, A. M. (2009). Coaching behaviors, motivational climate, and psychosocial outcomes among female adolescent athletes. *Pediatric exercise science*, 21(4), 475–492.
- Weitzer, J. E. (1989). *Childhood socialization into physical activity: Parental roles in perceptions of competence and goal orientations*

- Williams, G. C., & Deci, E. L. (1996). Internalization of biopsychosocial values by medical students: a test of self-determination theory. *Journal of personality and social psychology*, 70(4), 767-779.
- Williams, G. C., Grow, V. M., Freedman, Z. R., Ryan, R. M., & Deci, E. L. (1996). Motivational predictors of weight loss and weight-loss maintenance. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70(1), 115-126.
- Williams, G. C., Hedberg, V. A., Cox, E. M., & Deci, E. L. (2000). Extrinsic Life Goals and Health-Risk Behaviors in Adolescents. *Journal of Applied Social Psychology*, 30(8), 1756-1771.
- Wilson, P. M., & Rodgers, W. M. (2002). The relationship between exercise motives and physical self-esteem in female exercise participants: an application of self-determination theory. *Journal of Applied Biobehavioral Research*, 7(1), 30-43.

## 부록 1: 연구 1의 질문지

--	--	--

### 연구설명문 및 동의서

선수 여러분, 안녕하십니까?

바쁘신 가운데서도 시간을 내시어 본 연구에 참여해 주셔서 진심으로 감사합니다.

본 설문지는 귀하가 스포츠 활동에 참가하면서 느끼는 다양한 심리적 요인들을 알아보기 위한 것입니다.

귀하께서 응답해 주시는 내용 하나하나가 본 연구에 소중한게 활용될 것이오니 다소 시간이 걸리시더라도 모든 질문에 빠짐없이 기입해주시길 부탁드립니다.

마지막으로, 이 설문지에 쓰이는 모든 정보는 익명으로 처리되며, 학문적 연구 이외의 목적으로는 활용하지 않을 것을 약속드립니다.

귀하의 도움에 깊이 감사드리며, 설문에 응해주셔서 진심으로 감사드립니다.

아래의 내용을 읽으시고 내용을 완전히 이해하시면 네모 칸에 표시하여 주십시오.

- 본인은 이 설명문을 읽었고 내용을 충분히 이해합니다.
- 본인은 자세하게 설명을 듣고 궁금한 사항에 대해 질문을 하였고 적절한 답변을 들었습니다.
- 본인은 자발적으로 이 연구에 참여합니다.
- 본인은 연구기간 중 언제라도 중도에 연구 참여를 거부하거나 중단할 수 있습니다.
- 또한 본인은 이 연구 참여를 중단하더라도 본인에 어떠한 불이익도 없다는 것을 알고 있습니다.

연구참여자

(서명 시 실명은 기입하지 마십시오.)

\_\_\_\_\_

2016년 12월

제주대학교 일반대학원 박사과정 오영택

지도교수 양명환

e-mail: oyt0712@jejunu.ac.kr / Tel. 010-3639-6048

I. 다음은 여러분의 일반적인 사항에 관한 질문들입니다. 있는 그대로 솔직한 응답을 부탁드립니다.

1. 귀하의 성별은?      1) 남 자      2) 여 자
2. 귀하의 학교급은?  
1) 고등학교      2) 대학교      3) 실업팀(일반)
3. 귀하의 운동경력은? \_\_\_\_년 \_\_\_\_개월
4. 최근 1년 이내의 도내·전국대회 입상 경력은? 1) 있 다      2) 없 다

II. 다음 문항은 현재 자신이 팀에서 스포츠 활동을 하면서 느꼈던 전형적인 분위기에 관한 내용입니다. 각 문항을 잘 읽으시고 자신의 생각과 가장 일치하는 번호에 “✓” 표로 표시하여 주시기 바랍니다.

문 항	전혀 없다	없는 편이다	보통 이다	많은 편이다	매우 많다
1. 우리 팀 코치는 선수들이 새로운 기술들을 시험해 보길 원한다.	①	②	③	④	⑤
2. 우리 팀 코치는 선수들이 실수 할 때 거의 미쳐버린다.	①	②	③	④	⑤
3. 우리 팀 코치는 스타선수에게 모든 신경을 쏟는다.	①	②	③	④	⑤
4. 우리 팀의 개별 선수들은 나름대로 중요하게 팀에 기여한다.	①	②	③	④	⑤
5. 우리 팀 코치는 우리 모두가 팀 성공에 중요한 존재라고 생각한다.	①	②	③	④	⑤
6. 우리 팀 코치는 스타 선수들만이 팀 성공에 도움을 준다고 생각한다.	①	②	③	④	⑤
7. 우리 팀 선수들은 최선의 노력을 하였을 때 만족하다고 느낀다.	①	②	③	④	⑤
8. 우리 팀 선수들은 실수 때문에 게임에서 교체된다.	①	②	③	④	⑤
9. 우리 팀 선수들은 기술수준에 관계없이 팀에서 중요한 역할을 맡고 있다.	①	②	③	④	⑤
10. 우리 팀 선수들은 서로 기술 익히는 것을 도와준다.	①	②	③	④	⑤
11. 우리 팀은 선수들이 동료선수들보다 잘하기를 권장한다.	①	②	③	④	⑤
12. 우리 팀 코치는 그 자신이 좋아하는 인기선수를 갖고 있다.	①	②	③	④	⑤
13. 우리 팀 코치는 실수한 것 때문에 선수들에게 소리를 지른다.	①	②	③	④	⑤
14. 우리 팀 선수들은 자신들의 기량이 향상되었을 때 성공적이라고 느낀다.	①	②	③	④	⑤
15. 우리 팀에서는 스타선수들만이 칭찬을 받는다.	①	②	③	④	⑤
16. 우리 팀 선수들은 실수를 하였을 때 벌을 받는다.	①	②	③	④	⑤
17. 우리 팀에서 모든 선수들은 중요한 역할을 하고 있다.	①	②	③	④	⑤
18. 우리 팀 코치는 선수들에게 서로 도와주도록 격려한다.	①	②	③	④	⑤
19. 우리 팀 선수들은 시합에서 팀 동료보다 잘했을 때 정신적으로 흥분한다.	①	②	③	④	⑤
20. 우리 팀 코치는 항상 최선을 다하는 것의 중요성을 강조한다.	①	②	③	④	⑤
21. 우리 팀에서는 최고 수준의 선수들만이 코치의 주목을 받는다.	①	②	③	④	⑤
22. 우리 팀에서 선수들은 실수하는 것을 두려워한다.	①	②	③	④	⑤
23. 우리 팀 코치는 다른 선수들보다 특정선수들을 더 좋아한다.	①	②	③	④	⑤
24. 우리 팀의 목표는 매 시합이나 연습에서 잘하는 것이다.	①	②	③	④	⑤
25. 우리 팀 선수들은 실제로 한 팀에서 함께 노력한다.	①	②	③	④	⑤
26. 우리 팀의 모든 선수들은 중요한 팀 구성원이라고 느낀다.	①	②	③	④	⑤
27. 우리 팀 선수들은 잘하고 탁월할 수 있도록 서로 도와준다.	①	②	③	④	⑤

Ⅲ. 다음 문항들은 운동선수들의 기본적 심리욕구만족에 대하여 기술하고 있습니다. 각 문항을 잘 읽으시고 귀하께서 가장 잘 반영하고 있다고 생각하는 번호에 “✓” 표로 표시하여 주시기 바랍니다.

문 항	전혀 그렇지 않다			보통 이다			매우 그렇다
1. 나는 남에게 구애받지 않고 자유롭게 운동할 수 있다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
2. 내가 하고 싶은 운동을 자유롭게 결정 할 수 있다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
3. 운동에 관한 나의 생각과 의견을 자유롭게 표현할 수 있다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
4. 운동을 하는 동안 내 스스로 결정할 수 있는 기회가 많다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
5. 내가 하고 있는 운동은 나의 관심과 취향이 일치한다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
6. 나는 운동에 대한 소질이 있다고 느낀다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
7. 다른 사람들이 나에게 운동을 잘 한다고 말한다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
8. 나는 어려운 운동 기술이라도 잘 해낼 자신이 있다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
9. 운동은 내가 잘 할 수 있는 활동 중 하나이다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
10. 운동을 하는 동안 내가 운동 능력이 있음을 느낀다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
11. 나는 함께 운동하는 사람들과 사이좋게 지낸다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
12. 함께 운동하는 사람들은 나에게 친근감 있게 대해준다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
13. 나는 함께 운동하는 사람들과 원만한 관계를 유지하고 있다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
14. 나는 함께 운동하는 사람들을 진심으로 좋아한다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
15. 나는 함께 운동하는 사람들과 잘 어울린다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦

Ⅳ. 다음 문항들은 운동선수들의 기본적 심리욕구좌절에 대하여 기술하고 있습니다. 각 문항을 잘 읽으시고 귀하께서 가장 잘 반영하고 있다고 생각하는 번호에 “✓” 표로 표시하여 주시기 바랍니다.

문 항	전혀 그렇지 않다			보통 이다			매우 그렇다
1. 나는 우리 팀 훈련방식을 자유롭게 선택할 수 없다고 느낀다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
2. 나는 팀에서 능력이 부족하다는 느낌을 받는 상황들이 종종 있다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
3. 나는 팀에서 정해진 방식을 따르도록 압력을 받는 것 같다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
4. 나는 우리 팀 동료들로부터 소외당한다고 생각한다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
5. 나는 우리 팀이 설정한 훈련 방식을 따라야만 한다고 느낀다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
6. 나는 나의 잠재력을 발휘할 수 있는 기회가 주어지지 않기 때문에 능력이 부족하다는 느낌을 받는다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
7. 나는 팀에서 결정한 훈련방식에 어쩔 수 없이 동참한다고 느낀다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
8. 나는 우리 팀 동료들이 나를 무시하는 것 같다고 생각한다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
9. 나는 태권도를 하면서 내가 재능이 없다는 것을 느꼈만한 상황들이 발생한다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
10. 나는 우리 팀 동료들이 나를 싫어하는 것처럼 느낀다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
11. 내가 능력이 없다고 느껴지는 상황들이 많이 발생한다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
12. 내가 성공하였을 때 다른 동료들이 나를 질투한다고 생각한다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦



V. 다음 문항들은 태권도선수들의 열정에 대하여 기술하고 있습니다. 각 문항을 잘 읽으시고 귀하의 의견을 가장 잘 반영하고 있다고 생각하는 번호에 “✓” 표를 하여 주시기 바랍니다.

문 항	전혀 그렇지 않다			보통 이다			매우 그렇다
1. 나는 태권도에 열중함으로써 많은 새로운 것을 경험하고 있다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
2. 태권도는 목표를 향해 매진하면서 어떠한 위기 상황이 와도 반드시 해내고 말겠다는 집념을 갖도록 해준다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
3. 나에게 있어서 태권도는 목표에 대한 자신감을 갖고 창조적 문제해결을 할 수 있는 원동력이다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
4. 나는 태권도에 매진하고 있어도 일상적인 다른 생활들을 잘 해나갈 수 있다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
5. 태권도 연습에 대한 집착은 내가 충분히 조절할 수 있다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
6. 나는 정열적으로 태권도를 하면서 내가 원하는 목표를 성취해 나가고 있다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
7. 태권도는 나의 인생의 다른 삶과 조화를 이룬다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
8. 단 하루도 태권도 없이는 결코 살 수 없다고 생각한다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
9. 태권도 연습에 대한 욕구가 너무 강해서 나는 반드시 운동을 해야만 한다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
10. 나는 태권도를 하지 않고는 생활할 수가 없다고 생각한다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
11. 나는 태권도를 하지 못하면 기분이 매우 나쁘다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
12. 나는 태권도를 하고 싶은 욕구를 통제하기가 매우 어렵다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
13. 나는 부상을 당하였는데도 태권도를 하지 않으면 안 될 것 같은 강박관념에 사로잡혀 있다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
14. 약속을 지키지 못하는 한이 있더라도 태권도만은 꼭 해야 한다고 생각한다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦

- 지금까지 바쁜 시간을 쪼개어 적극적으로 설문에 응답해주셔서 감사합니다. -

## 부록 2: 연구 2의 질문지

--	--	--

### 연구설명문 및 동의서

선수 여러분, 안녕하십니까?

바쁘신 가운데서도 시간을 내시어 본 연구에 참여해 주셔서 진심으로 감사합니다.

본 설문지는 귀하가 스포츠 활동에 참가하면서 느끼는 다양한 심리적 요인들을 알아 보기 위한 것입니다.

귀하께서 응답해 주시는 내용 하나하나가 본 연구에 소중한게 활용될 것이오니 다소 시간이 걸리시더라도 모든 질문에 빠짐없이 기입해주시길 부탁드립니다.

마지막으로, 이 설문지에 쓰이는 모든 정보는 익명으로 처리되며, 학문적 연구 이외의 목적으로는 활용하지 않을 것을 약속드립니다.

귀하의 도움에 깊이 감사드리며, 설문에 응해주셔서 진심으로 감사드립니다.

아래의 내용을 읽으시고 내용을 완전히 이해하시면 네모 칸에 표시하여 주십시오.

- 본인은 이 설명문을 읽었고 내용을 충분히 이해합니다.
- 본인은 자세하게 설명을 듣고 궁금한 사항에 대해 질문을 하였고 적절한 답변을 들었습니다.
- 본인은 자발적으로 이 연구에 참여합니다.
- 본인은 연구기간 중 언제라도 중도에 연구 참여를 거부하거나 중단할 수 있습니다. 또한 본인은 이 연구 참여를 중단하더라도 본인에 어떠한 불이익도 없다는 것을 알고 있습니다.

연구참여자

(서명 시 실명은 기입하지 마십시오.)

2017년 1월

제주대학교 일반대학원 박사과정 오영택

지도교수 양명환

e-mail: oyt0712@jejunu.ac.kr / Tel. 010-3639-6048

### I. 다음은 여러분의 일반적인 사항에 관한 질문들입니다. 있는 그대로 솔직한 응답을 부탁드립니다.

1. 귀하의 성별은?      1) 남 자      2) 여 자
2. 귀하의 학교급은?  
1) 고등학교      2) 대학교      3) 실업팀(일반)
3. 귀하의 운동경력은? \_\_\_\_년 \_\_\_\_개월
4. 최근 1년 이내의 도내·전국대회 입상 경력은? 1) 있 다      2) 없 다

II. 다음 문항은 귀하가 현재 왜 운동에 참여하고 있는지 그 이유들을 기술하고 있습니다. 각 문항을 잘 읽으시고 귀하의 의견을 잘 반영하고 있다고 생각하는 번호에 “✓” 표 하여 주시기 바랍니다.

문 항	전혀 그렇지 않다			보통 이다			매우 그렇다
1. 운동하는 것 자체가 즐겁기 때문에	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
2. 좋으나 싫으나 내가 해야 할 일이기 때문에	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
3. 건강과 체력발달에 도움이 되기 때문에	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
4. 지도자(코치)의 지시를 어길 수 없기 때문에	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
5. 왜 운동을 하는지 목적의식을 잘 모르겠다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
6. 재미있기 때문에	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
7. 운동을 해야만 한다는 강박관념 때문에	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
8. 운동은 나에게 매우 중요하기 때문에	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
9. 동료들로부터 인정을 받을 수 있기 때문에	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
10. 운동은 나에게 어떠한 가치가 있는지 잘 모르겠다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
11. 기술이 향상되는 즐거움 때문에	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
12. 운동을 하지 않으면 죄책감이 들기 때문에	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
13. 운동에 참여하면서 값진 교훈을 얻을 수 있기 때문에	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
14. 다른 사람에게 나의 존재를 과시하기 위해서	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
15. 내가 왜 운동을 하고 있는지 확신할 수 없다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
16. 운동에 몰입하는 기쁨 때문에	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
17. 어쩔 수 없이 해야 한다고 느끼기 때문에	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
18. 운동이 나에게 좋은 결과를 가져다주기 때문에	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
19. 나의 정체성 개선에 도움이 되기 때문에	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
20. 운동을 계속해야 할지 내 자신에게 반문하곤 한다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦

Ⅲ. 다음 문항들은 운동선수들의 **기본적 심리욕구만족**에 대하여 기술하고 있습니다. 각 문항을 잘 읽으시고 귀하께서 가장 잘 반영하고 있다고 생각하는 번호에 “✓” 표로 표시하여 주시기 바랍니다.

문 항	전혀 그렇지 않다			보통 이다			매우 그렇다
1. 나는 남에게 구애받지 않고 자유롭게 운동할 수 있다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
2. 내가 하고 싶은 운동을 자유롭게 결정 할 수 있다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
3. 운동에 관한 나의 생각과 의견을 자유롭게 표현할 수 있다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
4. 운동을 하는 동안 내 스스로 결정할 수 있는 기회가 많다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
5. 내가 하고 있는 운동은 나의 관심과 취향이 일치한다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
6. 나는 운동에 대한 소질이 있다고 느낀다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
7. 다른 사람들이 나에게 운동을 잘 한다고 말한다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
8. 나는 어려운 운동 기술이라도 잘 해낼 자신이 있다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
9. 운동은 내가 잘 할 수 있는 활동 중 하나이다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
10. 운동을 하는 동안 내가 운동 능력이 있음을 느낀다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
11. 나는 함께 운동하는 사람들과 사이좋게 지낸다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
12. 함께 운동하는 사람들은 나에게 친근감 있게 대해준다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
13. 나는 함께 운동하는 사람들과 원만한 관계를 유지하고 있다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
14. 나는 함께 운동하는 사람들을 진심으로 좋아한다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
15. 나는 함께 운동하는 사람들과 잘 어울린다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦

Ⅳ. 다음 문항들은 운동선수들의 **기본적 심리욕구좌절**에 대하여 기술하고 있습니다. 각 문항을 잘 읽으시고 귀하께서 가장 잘 반영하고 있다고 생각하는 번호에 “✓” 표로 표시하여 주시기 바랍니다.

문 항	전혀 그렇지 않다			보통 이다			매우 그렇다
1. 나는 우리 팀 훈련방식을 자유롭게 선택할 수 없다고 느낀다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
2. 나는 팀에서 능력이 부족하다는 느낌을 받는 상황들이 종종 있다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
3. 나는 팀에서 정해진 방식을 따르도록 압력을 받는 것 같다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
4. 나는 우리 팀 동료들로부터 소외당한다고 생각한다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
5. 나는 우리 팀이 설정한 훈련 방식을 따라야만 한다고 느낀다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
6. 나는 나의 잠재력을 발휘할 수 있는 기회가 주어지지 않기 때문에 능력이 부족하다는 느낌을 받는다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
7. 나는 팀에서 결정한 훈련방식에 어쩔 수 없이 동참한다고 느낀다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
8. 나는 우리 팀 동료들이 나를 무시하는 것 같다고 생각한다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
9. 나는 운동을 하면서 내가 재능이 없다는 것을 느낄만한 상황들이 발생한다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
10. 나는 우리 팀 동료들이 나를 싫어하는 것처럼 느낀다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
11. 내가 능력이 없다고 느껴지는 상황들이 많이 발생한다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
12. 내가 성공하였을 때 다른 동료들이 나를 질투한다고 생각한다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦

V. 다음 문항들은 귀하가 “운동”에 대하여 어떻게 생각하고 있는지를 묻는 인지-정서 문항들입니다. 자신의 견해를 가장 잘 나타내고 있다고 생각하는 척도 위에 “✓” 표를 해 주십시오.

문 항	느끼지 못한다	드물게 느낀다	이따금 느낀다	자주 느낀다	항상 느낀다
1. 나는 운동을 통해 여러 가지 보람 있는 일들을 성취하고 있다.	①	②	③	④	⑤
2. 나는 운동에서 많은 것을 성취하지 못하였다.	①	②	③	④	⑤
3. 나는 운동에서 내 실력을 향상시킬 만큼 잘하지 못하고 있다.	①	②	③	④	⑤
4. 내가 하는 것은 무엇이든 간에 미래에도 잘 하지 못할 것 같다.	①	②	③	④	⑤
5. 나는 운동에서 성공했다고 느낀다.	①	②	③	④	⑤
6. 나는 훈련 때문에 너무 피곤함을 느껴서 다른 일들을 하기 어렵다.	①	②	③	④	⑤
7. 나는 운동 때문에 극심한 피로감을 느낀다.	①	②	③	④	⑤
8. 나는 운동 때문에 탈진된 느낌을 받는다.	①	②	③	④	⑤
9. 나는 운동 때문에 육체적으로 지쳐있다고 느낀다.	①	②	③	④	⑤
10. 나는 운동의 정신적, 신체적 요구 때문에 지쳐있다.	①	②	③	④	⑤
11. 운동보다 다른 것을 위해서 노력하는 것이 더 낫을 것 같다.	①	②	③	④	⑤
12. 나는 지금껏 해오던 만큼 운동 입상에 관심을 갖지 않는다.	①	②	③	④	⑤
13. 나는 옛날만큼 운동을 좋아하지 않는다.	①	②	③	④	⑤
14. 나는 옛날만큼 운동에서 좋은 성적을 얻는데 관심을 덜 갖는다.	①	②	③	④	⑤
15. 나는 운동에 대하여 부정적인 감정을 가지고 있다.	①	②	③	④	⑤

VI. 다음 문항들은 운동선수들의 열의에 대하여 기술하고 있습니다. 각 문항을 잘 읽으시고 귀하의 의견을 가장 잘 반영하고 있다고 생각하는 번호에 “✓” 표를 하여 주시기 바랍니다.

문 항	전혀 그렇지 않다		보통 이다		항상 그렇다
1. 나는 운동을 통해 나의 목표를 성취할 수 있다고 믿는다.	①	②	③	④	⑤
2. 나는 운동에서 성공할 수 있다고 느낀다.	①	②	③	④	⑤
3. 나는 운동에서 성공할 수 있는 기능이나 기술을 갖고 있다고 생각한다.	①	②	③	④	⑤
4. 나는 내 능력에 자신이 있다.	①	②	③	④	⑤
5. 나는 운동에서 나의 목표를 성취하려고 전념을 다한다.	①	②	③	④	⑤
6. 나는 운동에서 나의 목표를 성취하기로 결심하였다.	①	②	③	④	⑤
7. 나는 운동에 전념하고 있다.	①	②	③	④	⑤
8. 나는 나의 목표를 성취하기 위하여 최선을 다하고 있다.	①	②	③	④	⑤
9. 나는 운동에 참여할 때 활력이 넘친다.	①	②	③	④	⑤
10. 나는 운동에 참여할 때 활기찬 느낌을 받는다.	①	②	③	④	⑤
11. 나는 운동에 참여할 때 실제로 살아있다는 느낌을 받는다.	①	②	③	④	⑤
12. 나는 운동에 참여할 때 정신이 번쩍 든다.	①	②	③	④	⑤
13. 나는 운동을 생각하면 흥이 솟는다.	①	②	③	④	⑤
14. 나는 운동에 대해 열정을 느낀다.	①	②	③	④	⑤
15. 나는 운동을 좋아한다.	①	②	③	④	⑤
16. 나는 운동을 하는 것이 재미있다.	①	②	③	④	⑤

- 지금까지 바쁜 시간을 쪼개어 적극적으로 설문에 응답해주셔서 감사합니다. -

**부록 3: 연구 3의 질문지**

--	--	--

**연구설명문 및 동의서**

선수 여러분, 안녕하십니까?  
바쁘신 가운데서도 시간을 내시어 본 연구에 참여해 주셔서 진심으로 감사합니다.  
본 설문지는 귀하가 스포츠 활동에 참가하면서 느끼는 다양한 심리적 요인들을 알아보기 위한 것입니다.  
귀하께서 응답해 주시는 내용 하나하나가 본 연구에 소중한게 활용될 것이오니 다소 시간이 걸리시더라도 모든 질문에 빠짐없이 기입해주시길 부탁드립니다.  
마지막으로, 이 설문지에 쓰이는 모든 정보는 익명으로 처리되며, 학문적 연구 이외의 목적으로는 활용하지 않을 것을 약속드립니다.

귀하의 도움에 깊이 감사드리며, 설문에 응해주셔서 진심으로 감사드립니다.

아래의 내용을 읽으시고 내용을 완전히 이해하시면 네모 칸에 표시하여 주십시오.

- 본인은 이 설명문을 읽었고 내용을 충분히 이해합니다.
- 본인은 자세하게 설명을 듣고 궁금한 사항에 대해 질문을 하였고 적절한 답변을 들었습니다.
- 본인은 자발적으로 이 연구에 참여합니다.
- 본인은 연구기간 중 언제라도 중도에 연구 참여를 거부하거나 중단할 수 있습니다. 또한 본인은 이 연구 참여를 중단하더라도 본인에 어떠한 불이익도 없다는 것을 알고 있습니다.

연구참여자

(서명 시 실명은 기입하지 마십시오.) \_\_\_\_\_

2017년 2월  
제주대학교 일반대학원 박사과정 오영택  
지도교수 양명환  
e-mail: oyt0712@jejunu.ac.kr / Tel. 010-3639-6048

**I. 다음은 여러분의 일반적인 사항에 관한 질문들입니다. 있는 그대로 솔직한 응답을 부탁드립니다.**

1. 귀하의 성별은?      1) 남 자      2) 여 자
2. 귀하의 학교급은? 1) 고등학교      2) 대학교      3) 실업팀(일반)
3. 귀하의 운동경력은?  
                         1) 1년 미만      2) 1년 이상 - 4년 미만      3) 4년 이상 - 8년 미만      4) 8년 이상
4. 최근 1년 이내의 도내·전국대회 입상경력은? 1) 있 다      2) 없 다

Ⅱ. 다음 문항들은 운동선수들의 열정에 대하여 기술하고 있습니다. 각 문항을 잘 읽으시고 귀하의 의견을 가장 잘 반영하고 있다고 생각하는 번호에 “✓” 표를 하여 주시기 바랍니다.

문 항	전혀 그렇지 않다			보통 이다			매우 그렇다
1. 태권도는 목표를 향해 매진하면서 어떠한 위기 상황이 와도 반드시 해내고 말겠다는 집념을 갖도록 해준다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
2. 나에게 있어서 태권도는 목표에 대한 자신감을 갖고 창조적으로 문제해결을 할 수 있는 원동력이다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
3. 나는 태권도에 매진하고 있어도 일상적인 다른 생활들을 잘 해나갈 수 있다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
4. 태권도 연습에 대한 집착은 내가 충분히 조절할 수 있다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
5. 나는 정열적으로 태권도를 하면서 내가 원하는 목표를 성취해 나가고 있다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
6. 단 하루도 태권도 없이는 결코 살 수 없다고 생각한다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
7. 태권도 연습에 대한 욕구가 너무 강해서 나는 반드시 운동을 해야만 한다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
8. 나는 태권도를 하지 않고는 생활할 수가 없다고 생각한다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
9. 나는 태권도를 하고 싶은 욕구를 통제하기가 매우 어렵다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
10. 약속을 지키지 못하는 한이 있더라도 태권도만은 꼭 해야 한다고 생각한다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦

Ⅲ. 이번 문항들은 귀하가 현재 왜 운동에 참여하고 있는지 그 이유들을 기술하고 있습니다. 각 문항을 잘 읽으시고 귀하의 의견을 가장 잘 반영하고 있다고 생각하는 번호에 “✓” 표 하여 주시기 바랍니다.

문 항	전혀 그렇지 않다			보통 이다			매우 그렇다
1. 운동하는 것 자체가 즐겁기 때문에	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
2. 재미있기 때문에	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
3. 운동은 나에게 매우 중요하기 때문에	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
4. 기술이 향상되는 즐거움 때문에	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
5. 운동에 참여하면서 값진 교훈을 얻을 수 있기 때문에	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
6. 운동을 해야만 한다는 강박관념 때문에	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
7. 지도자(코치)의 지시를 어길 수 없기 때문에	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
8. 운동을 하지 않으면 죄책감이 들기 때문에	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
9. 다른 사람에게 나의 존재를 과시하기 위해	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
10. 어쩔 수 없이 해야 한다고 느끼기 때문에	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦

IV. 다음 문항들은 귀하가 “태권도”에 대하여 어떻게 생각하고 있는지를 묻는 인지-정서 문항들입니다. 자신의 견해를 가장 잘 나타내고 있다고 생각하는 척도 위에 “✓” 표를 해 주십시오.

문 항	느끼지 못한다	드물게 느낀다	이따금 느낀다	자주 느낀다	항상 느낀다
1. 태권도보다 다른 것을 위해서 노력하는 것이 더 낫을 것 같다.	①	②	③	④	⑤
2. 나는 태권도 때문에 극심한 피로감을 느낀다.	①	②	③	④	⑤
3. 나는 태권도 때문에 녹초가 된 느낌을 받는다.	①	②	③	④	⑤
4. 나는 옛날만큼 태권도를 좋아하지 않는다.	①	②	③	④	⑤
5. 나는 태권도 때문에 정신적으로나 육체적으로 지쳐있다.	①	②	③	④	⑤

V. 다음 문항들은 태권도선수들의 열의에 대하여 기술하고 있습니다. 각 문항을 잘 읽으시고 귀하의 의견을 가장 잘 반영하고 있다고 생각하는 번호에 “✓” 표를 하여 주시기 바랍니다.

문 항	전혀 그렇지 않다		보통 이다		항상 그렇다
1. 나는 태권도에서 나의 목표를 성취하려고 전념을 다한다.	①	②	③	④	⑤
2. 나는 태권도에 전념하고 있다.	①	②	③	④	⑤
3. 나는 태권도에 참여할 때 활력이 넘친다.	①	②	③	④	⑤
4. 나는 태권도에 참여할 때 실제로 살아있다는 느낌을 받는다.	①	②	③	④	⑤
5. 나는 태권도에 대해 열정을 느낀다.	①	②	③	④	⑤

VI. 다음 문항들은 태권도선수들의 기본적 심리욕구만족에 대하여 기술하고 있습니다. 각 문항을 잘 읽으시고 귀하께서 가장 잘 반영하고 있다고 생각하는 번호에 “✓” 표로 표시하여 주시기 바랍니다.

문 항	전혀 그렇지 않다			보통 이다			매우 그렇다
1. 나는 남에게 구애받지 않고 자유롭게 운동할 수 있다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
2. 운동에 관한 나의 생각과 의견을 자유롭게 표현할 수 있다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
3. 내가 하고 있는 운동은 나의 관심, 취향과 일치한다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
4. 함께 운동하는 사람들은 나에게 친근감 있게 대해준다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
5. 나는 함께 운동하는 사람들과 좋은 관계를 유지하고 있다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦



VII. 다음 문항들은 테권도선수들의 기본적 심리욕구좌절에 대하여 기술하고 있습니다. 각 문항을 잘 읽으시고 귀하께서 가장 잘 반영하고 있다고 생각하는 번호에 “✓” 표로 표시하여 주시기 바랍니다.

문 항	전혀 그렇지 않다			보통 이다			매우 그렇다
1. 나는 주어진 훈련을 강제나 강요에 의해서 한다고 느낀다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
2. 내가 능력이 없다고 느껴지는 상황들이 많이 발생한다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
3. 나는 팀에서 결정한 훈련방식에 어쩔 수 없이 동참한다고 느낀다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
4. 나는 우리 팀 동료들이 나를 무시하는 것 같다고 생각한다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
5. 나는 우리 팀 동료들이 나를 싫어하는 것처럼 느낀다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦

VIII. 다음 문항은 지도자에 대해 평소에 느끼는 점을 알아보기 위한 문항입니다. 각 문항을 읽고 자신의 생각과 가장 가깝다고 생각되는 정도를 찾아 “✓” 표를 해 주십시오.

문 항	전혀 아니다	아니다	보통이다	그렇다	매우 그렇다
1. 나의 코치님은 내가 스스로 할 수 있도록 지도한다.	①	②	③	④	⑤
2. 나의 코치님은 나에게 운동을 잘 할 수 있다는 자신감을 심어 준다.	①	②	③	④	⑤
3. 나는 코치님을 매우 신뢰한다.	①	②	③	④	⑤
4. 나의 코치님은 내가 원하는 것에 대해 관심을 가져준다.	①	②	③	④	⑤
5. 나의 코치님은 나의 기분을 잘 맞춰준다.	①	②	③	④	⑤
6. 나의 코치님은 내가 훈련에 참가하지 않거나 게임을 잘 하지 못할 때는 나를 도와주지 않는다.	①	②	③	④	⑤
7. 나의 코치님은 내가 코치를 실망시켰을 때 나에게 관심을 주지 않는다.	①	②	③	④	⑤
8. 나의 코치님은 내가 운동을 확실하게 하도록 다른 사람 앞에서 소리를 지른다.	①	②	③	④	⑤
9. 나의 코치님은 나의 모든 생활 중에 운동을 가장 중요하게 생각하도록 강요한다.	①	②	③	④	⑤
10. 나의 코치님은 운동 이외의 사생활에 대해서도 간섭 하려고 한다.	①	②	③	④	⑤

- 지금까지 바쁜 시간을 쪼개어 적극적으로 설문에 응담해주셔서 감사합니다. -

## 감사의 글

제주대학교에서 지난 10여 년간 학사, 석사, 박사과정은 제 인생의 전환점을 만들어준 계기였습니다. 학사과정에서 태권도 선수생활을 통해 일상생활, 훈련과 시합상황에서 느낄 수 있는 심리상태를 현장에서 직접 느낄 수 있었으며, 석사, 박사학위 과정에서는 현장에서 직접 느꼈던 감정, 기분들을 직접 분석하기 위해 운동선수들을 만나 자료를 수집하고 분석하는 등 학문의 길을 시작할 수 있는 흥미 있는 기회였습니다. 이러한 목표를 이루기 위해 지금까지 올 수 있었던 것은 결코 저 혼자만의 노력으로는 이룰 수 없었을 것입니다. 이 글을 빌어 도움을 주신 모든 분께 감사의 마음을 전하고 싶습니다.

먼저, 학부과정부터 박사과정까지 10여년의 기간 동안 항상 힘이 되어주고, 올바른 연구자가 될 수 있도록 가끔은 질책도 하셨지만, 열과 성을 다해 지도해주신 지도 교수 양명환 교수님께 깊은 감사의 말씀을 드립니다. 앞으로 부끄럽지 않도록 더욱 노력하고 학문에 정진하는 제자가 되도록 노력하겠습니다.

바쁘신 와중에도 이 연구의 심사위원장으로 기꺼이 응해주신 류재청 교수님, 제가 조교 생활동안에 잦은 실수에도 항상 많은 격려와 관심을 주시고 심사 마지막까지 많은 가르침을 주셔서 진심으로 감사드립니다. 그리고 질 높은 학위논문이 완성될 수 있도록 항상 많은 조언을 해주시고, 심사위원을 맡아주신 체육학과 김덕진 교수님께도 감사의 말씀을 드립니다.

또한 항상 따뜻한 격려와 공개발표 때 많은 조언을 해주신 김영표 교수님, 박사과정에서 측정과 분석 등 항상 열정적으로 강의를 해주시고 도움을 주신 김미예 교수님께도 심심한 감사의 말씀을 드립니다.

그리고 먼 길을 오셔서 부족한 저의 논문을 세심하게 많은 지도를 해주시고, 심사 이후에도 많은 조언과 격려를 아낌없이 주셨던 인천대학교 성창훈 교수님과 충남대학교 윤대현 교수님께도 진심으로 감사의 말씀을 드립니다.

본 논문이 완성되기까지 밤샘과 주말에도 항상 연구실에서 연구 분석과 연구과정에서 많은 의견을 제시해주고 자료수집 등 항상 베풀어 주시고 도움을 주신 김선욱 선생과 인소정 선생에게도 고마운 마음을 전하며, 스포츠 통계학 연구실 선생님들에게도 심심한 감사의 말씀을 전합니다. 그리고 어릴 적부터 저의 곁에서 힘이 되어주고 항상 응원해주는 친구 고훈철, 김형철, 오충현, 송문철에게도 고맙다는 말을 전합니다.

그 무엇보다도 가족들이 있었기에 제가 존재하고 이 자리까지 올 수 있었습니다. 항상 아들 뒤에서 묵묵히 뒷바라지 해주시며, 모든 일에 아들을 우선시 생각해주는 아버지, 어머니께 감사하고 사랑한다는 말씀을 전합니다.

이처럼 많은 분들에게 감사한 마음을 보답하기 위해 앞으로도 열정적이고 성실하게 학문에 정진할 수 있도록 노력하겠습니다.

감사합니다.

2017년 7월 연구실에서...

오 영 택 올림