

해양스포츠 참여자들의 성취목표성향과 자기조절동기가 자신감 지각에 미치는 효과

양명환* 제주대학교

The Effect of Achievement Goal Orientation and Self-Regulation Motivation on Sport Confidence among Penguin Swimming Festival Participants

Yang, Myung-Hwan *Jeju National University*

ABSTRACT

The purpose of this study was to test the degree to which self-regulation acts as a mediator of the relationship between achievement goal orientation and perception of swimming confidence among marine swimming festival participants. One hundred sixty participants completed self-administered questionnaires measuring achievement goal orientation, self regulation motivation and sport confidence variables. Structural equation modeling(SEM) analysis showed that task orientation had positive effect on intrinsic motivation and identified regulation and negative effect on introjected regulation, external regulation and amotivation, while self orientation had positive effect introjected regulation, external regulation and amotivation, and negative effect on intrinsic motivation and identified regulation. Intrinsic motivation and identified regulation motivation significantly predicted sport confidence. Task orientation had significant indirect effect on confidence level via self-regulation motivation. Consequently, the effect of task orientation on swimming confidence was partially mediated by self-regulation motivation. The results of the study provide support for self-determination theory.

논문정보

논문투고 : 2010. 12. 30.
논문수정 : 2011. 02. 07.
게재확정 : 2011. 02. 14.

Key words :
achievement goal
orientation,
self-regulation
motivation,
self-determination
theory,
sport confidence

* E-mail : yangmh@jeju.ac.kr

1. 서론

스포츠와 운동에 관여하는 대부분의 사람들은 성취에 관심을 갖는다. 예를 들어, 우리는 왜 어떤 사람들은 도전을 받아들이고, 열심히 노력하며 지속하는데 반하여 어떤 사람들은 도전을 회피하고, 노력을 하지 않으며, 쉽게 포기하는지에 대하여 알고 싶을 것이다. 또한 어떤 선수들은 패배 후 망연 자실하지만 다른 선수들은 패배를 쉽게 뛰어넘는다. 또 어떤 사람은 열심히 경쟁에 접근하려고 하지만 어떤 이들은 경쟁을 회피하려고 하는 데 그 이유는 과연 무엇일까? 성취행동은 스포츠와 운동영역에서는 핵심관건이며, 성취를 이해하기 위해서는 동기성향에서의 개인차를 이해하는 것이 필수적이다 (Gill, 2000).

성취행동은 "자기 또는 타인에게 높은 능력을 내보이려는 목표를 가지거나, 낮은 능력을 내보이지 않으려는 행동"으로 정의된다(Nicholls, 1984; p.328). Nicholls (1984)의 성취목표이론은 능력과 성공의 두 개념에 근거하여 성취행동을 설명한다. 첫째로 능력은 개인이 자신의 이전수행의 관점에서 평가할 수 있는데, 특정한 과제를 숙달하거나 완성하는 것을 유능성(competence)으로 간주한다. 이 경우 능력 입증은 자기를 참고하기 때문에 기능숙달이 이루어졌을 때 성공이 성취되는 것으로 본다. Nicholls (1984, 1989)는 이러한 형태의 개인을 과제 지향적 성향을 가진 사람으로 묘사하였고, 이들은 특별한 기능이나 과제를 숙달하려는 욕망에 기초하여 목표를 설정하며, 역경이나 패배에 직면했을 때조차도 참고 견디는 특성을 보인다. 성취결과와 무관하게 과제지향적인 사람들은 자신의 수행이 이전의 노력 이상으로 개선이 이루어졌다고 판단되면 자신의 노력은 성공적이라고 생각한다(Roberts, Treasure, &

Kavussanu, 1996). 이 과제목표성향은 내재적 동기를 촉진하고, 기능숙달이 자연스러운 하나의 보상이기 때문에 성취감과 성공의식을 제공한다(Duda, Chi, Newton, & Walling, 1995). 선행연구는 과제 지향적인 선수들은 노력이 운동경기의 성적을 결정한다고 믿는다는 사실을 보고하였다(Newton & Duda, 1993). 좀 더 구체적인 예를 들자면, 청소년들의 체육활동 중에 느끼는 숙달감은 높은 수준의 과제성향과 내재적 동기와 정적인 상관관이 있는 것으로 보고되었다(Spittle & Byrne, 2009; McCarthy, 2011).

둘째, 능력은 특정과제에 대한 자신의 수행을 필적할만한 기술을 가지고 있는 타인의 수행과 비교하여 평가함으로써 결정될 수도 있다. 이 경우에 능력입증은 타인을 참고하며, 숙달은 타인의 수행을 능가하는 것뿐만 아니라 과정 중에 최소한도의 노력을 구사하는 것으로써 결정된다. 이러한 형태의 개인들을 자아지향적인 사람이라고 부르며, 자신의 수행이 타인의 수행을 능가하였을 때만이 성공이 성취되는 것으로 생각한다(Nicholls, 1984). 자아지향적인 사람들도 타인과의 경쟁을 능력입증을 위한 하나의 동기유발책으로 사용하기는 하지만 이들은 타고난 능력이 성공을 결정한다는 생각을 강하게 믿기 때문에 패배가 임박했을 때는 노력을 철회할 뿐만 아니라 모든 실행을 회피할 가능성이 높다(Waldron & Krane, 2005). 이 자아목표성향은 궁극적으로 내재적 동기를 저하시키는데, 그 이유는 성공을 기능숙달의 보상밖에 두고 상대를 물리치거나 상대보다 우수하다는 것에 초점을 두기 때문이다(McCarthy, 2011).

성취목표이론에서 목표들은 직교적으로 간주하여야 하는데, 이 말은 과제목표성향과 자아목표성향은 서로 독립적으로 간주하여야 한다는 의미이다. 따라서 사람들은 각각의 성향이나 두 성향 모두에

서 높은 점수를 얻거나 낮은 점수를 얻을 수 있다는 점을 알아야 한다(McCarthy, 2011).

목표전망연구자들은 목표전망, 자기지각 그리고 행동의 관계를 지속적으로 연구하여왔다. 자기지각 그리고 행동이 과제목표성향과는 정적상관이 있고, 자아목표성향과는 부적인 상관이 있다는 사실이 밝혀졌다. 좀 더 구체적으로 말하자면, 과제목표성향은 노력(Duda, 1988), 지속(Duda, 1988), 만족(Duda, Fox, Biddle, & Armstrong, 1992), 내재적 동기(Duda et al., 1995; Elliot & Harackiewicz, 1994), 유능성 지각(Duda & Nicholls, 1992; Seifriz et al., 1991), 스포츠에서의 성공은 열심히 노력하고 협동한 결과라는 신념(Duda, 1989; Treasure & Roberts, 1994)과는 정적인 상관이 있었다. 반면 자아성향은 외적요인들(예, 품위 있는 복장, 코치의 편애 얻기)과 타고난 재능이 성공의 주요 원인(Duda et al., 1992)이라는 신념, 연습회피와 거짓 전략사용(Duda et al., 1992), 불법행동에 대한 적법성 판단(Duda, Olson, & Templin, 1991), 특질불안(Newton & Duda, 1992)과 상관이 있었다. Lochbaum과 Roberts(1993)는 과제 지향적인 선수들은 노력과 지속을 성공을 위한 수단으로 승인하는 반면 자아 지향적 선수들은 운과 사회적 승인을 성공기여 요인으로 인용한다는 결론을 지었다. 요약하면, 연구결과들은 과제목표성향은 적용을 돕는 자기지각과 동기화된 행동과 상관이 있고, 자아목표성향은 적용에 도움이 안 되는 지각과 행동과 상관이 있다는 주장을 지지하고 있다. 또한 자아성향과 과제성향은 스포츠 자신감에 유의한 영향을 미치는 것으로 보고되었다(김병태, 김선웅, 2010; 김영운, 2010; 오경록, 2010).

게다가 자아성향이 높은 개인은 승리에 초점을 맞추기 때문에 정의와 공정성에는 관심을 덜 가질 가능성이 높음(Nicholls, 1989)반면, 과제성향이 높

은 선수들은 자기 참조적 유능성을 중요하게 생각하기 때문에 규칙을 준수하면서 경기하고 공정한 경쟁욕망을 가질 가능성이 더 높은 것으로(Duda, Olson, & Templin, 1991) 조사되었다. 따라서 자아성향은 비스포츠맨적인 경기태도, 낮은 수준의 도덕적 기능, 반사회적 판단과 행동(Duda 등, 1991; Kavussanu, 2006; Kavussanu & Roberts, 2001; Sage & Kavussanu, 2007, 2008; Sage, Kavussanu, Duda, 2006)과 정적인 상관이 있는 것으로 보고되었다. 반면, 과제성향은 반사회적 행동의 부적 예언 요인(Kavussanu, 2006; Sage & Kavussanu, 2007, Sage 등, 2006)으로 등장하고 비스포츠맨과 같은 태도와는 부적인 상관(Duda 등, 1991; Stuntz & Weiss, 2003)이 있는 것으로 나타났다.

한편, 사회과학자들은 사람이 어떻게 스스로를 조절하는지를 설명하기 위한 모델들(Bandura, 1977; Carver & Scheier, 1999)을 제안하였다. 그리고 사람들이 어떻게, 왜 자기조절을 하지 못하는지를 설명하기 위한 이유들(Baumeister & Heatherton, 1996)을 제안하였다. 대개 이러한 모델의 이론적 틀은 내부적으로 사람들이 자기조절 능력을 가지고 있다고 가정한다. 그러나 어떻게 사람들이 이러한 능력을 학습하고 내면화하는지에 대한 문제, 하나 이상의 자기조절 형태가 존재할 수 있는 가능성, 상이한 형태의 자기조절이 상이한 결과를 유발할 수 있는 가능성은 대개 무시하여왔다(Pelletier, Fortier, Vallerand, & Brière, 2001).

Deci와 Ryan(1985, 2000)은 행동 조절(behavioral regulation)이 여러 가지 형태로 이루어질 수 있다고 제안하였다. 자기결정이론(self-determination theory)에서 그들은 자기결정 연속체를 따라서 상이한 조절형태가 존재한다고 제안하였다. 자기결정 정도가 변화되는 5가지 형태의 조절이 있다. 참여 그 자체에서 파생되는 즐거움, 재미와 만족을 위하

여 이루어지는 내재적으로 동기화된 행동들은 자기 결정성이 가장 높고 반면, 목적이 의식이 없고 보상기대가 없는 무동기화 된 행동들은 자기결정성이 가장 낮다. 외적조절(external regulation), 내사적 조절(introjected regulation), 확인적 조절(identified regulation)은 3개의 상이한 형태의 외재적 동기이며, 보상과 제약과 같은 외적 수단을 통하여 조절될 때 발생하는 외적조절의 자기결정성이 가장 낮다. 내사적 조절에 있어서 개인들은 외적 조절과정을 내면화하기 시작하기는 하였지만 자기 자신으로 완전히 수용되지는 않았다. 내사적 조절과 함께 이전의 외적근원의 동기도 함께 섭취되며, 자이존중감과 관련된 불안이나 정서와 같은 내적 압력을 통하여 강화되기 때문에 자기 결정적인 것으로 경험하지 못한다. 마지막으로 확인적 조절에서 조절과정은 자기 자신과 통합되고 행동은 자기 결정적으로 된다. 즉, 개인이 활동이 유익하고 중요한 것이라는 결정을 하고 그 활동을 하겠다고 자유롭게 선택한 것이라는 점에서 행동은 자기 결정적이다. 자기결정성 연속체의 타당성은 여러 연구들에 의하여 입증되었는데, 각 형태의 동기는 연속체 위에서 인접한 조절유형들과 정적인 상관을 보이고 연속체에서 서로 멀리 떨어져 있는 동기유형들 간에는 부적적인 상관이 있다는 것이 관찰되었다.

상이한 형태의 조절은 높은 자기 결정성에서 낮은 자기 결정성까지의 연속체 위에 존재한다고 가설화 되어 있고 자기결정성이 고양된 심리적 기능(Deci & Ryan, 1985)과 상관이 있기 때문에 자기결정 이론은 그에 상응하는 결과를 예측하고 있다. 다시 말해서, 자기 결정적 형태의 조절(내재적, 확인적 조절)은 긍정적인 결과를 유발하는 것으로 가정되고 반면, 자기 결정성이 가장 낮은 조절(외적조절과 무동기)은 부정적인 결과를 유도할 것으로 예측한다. 교육, 직무, 대인관계, 정치, 건강 및 체육

등 상이한 영역의 결과들은 이러한 예언을 입증하고 있다. 즉, 자기 결정성이 높은 형태의 동기는 학습개선, 흥미증가, 노력증가, 수행개선, 긍정적인 정서상태 향상, 몰입순간 고양, 자신감 신장, 적용력 개선, 만족도 증가 및 건강증진을 유도하는 반면, 자기 결정성이 낮은 형태의 조절은 이러한 변인들과 부(-)의 상관이 있다는 것을 알아내었다(Blais, Sabourin, Boucher, & Vallerand, 1990; Grolnick & Ryan, 1987; Fortier, Vallerand & Guay, 1995; Kasser & Ryan, 1996; Pelletier 등, 1995; O'Conner & Vallerand, 1990; Vallerand 등, 1992, 1993; Williams, Grow, Freedman, Ryan, & Deci, 1996).

체육과 스포츠 맥락에서 과제성향은 내재적 동기를 포함한 잘 내면화된 외재적 동기와 정적으로 상관이 있다는 것이 입증되고 있다(유진, 박성준, 1995; Duda, Chi, Newton, Walling, & Catley, 1995; Goudas, Biddle, & Fox, 1994; Mitchell, 1996). 이러한 연구들로부터, 과제목표성향이 자아 목표성향보다 내재적 동기와 확인적 조절과 같은 자기결정성 동기에 긍정적인 영향을 미칠 것으로 예측할 수 있다. Brunel(1996; 1999)은 대학교 체육 수업에서 과제성향의 학생들은 자기결정적 유형의 동기와 더 높은 관련이 있으며, 반면에 자아성향은 낮은 자기결정적 유형의 동기와 관계가 있음을 밝혀냈다. 보다 최근의 스페인 학생들을 대상으로 한 연구(Moreno, Hellin, Hellin, Cervello, & Sicilia, 2008)에서도 과제성향이 자아성향보다 더 높은 관계가 있는 것으로 보고하고 있다. 뿐만 아니라 일부 연구자들(유진, 박성준, 1995; Ferrer-Caja & Weiss, 2000, 2002; Ntoumanis, 2001; Standage, Duda, & Ntoumanis, 2003)은 지각된 유능감이 체육수업에서 학생들의 내재적 동기나 흥미의 가장 강력한 예측변인임을 주장하고 있다. 따라서 성취 목표성향과 자기조절동기기간에는 매우 밀접한 관련

이 있을 것으로 기대할 수 있다.

이상의 선행연구들을 요약하여 보면, 성취목표성향에 따라서 자기지각과 인지, 행동 및 정서적 결과가 상이하게 영향을 받는다는 사실을 알 수 있으며, 자기조절의 형태에 따라서도 동기화 된 결과인 행동, 인지 및 정서의 변화가 다르게 나타나는 것을 알 수 있었다. 그러나 지금까지의 연구들은 성취목표성향, 동기 및 자기지각 변인들 간의 단일변인인적 관계규명에 초점을 맞추었을 뿐, 이들 변인 간의 인과관계를 규명한 연구들이 거의 없다. 특히 성취목표성향이 특정 스포츠자신감 지각에 상이한 영향을 미치는 과정에서 자기조절동기의 매개역할에 대한 연구는 거의 이루어지지 않았다. 따라서 본 연구의 목적은 극한스포츠(extreme sport)로 분류되는 겨울바다수영대회에 참여하는 동호인들을 대상으로 성취목표성향과 자기조절동기가 스포츠자신감에 미치는 효과를 인과적으로 규명하는 것이다.

II. 연구방법

1. 연구대상자

본 연구의 대상자는 2010년 1월 9일에 제주특별자치도 중문해수욕장에서 열린 제11회 겨울바다뽕권수영대회에 참가하고 있는 동호인 160명이었다. 연구대상의 일반적 특성을 살펴보면, 참여자 중 남성이 83명(51.9%), 여성이 77명(48.1%)이었으며, 10대 35명(21.9%), 20대 30명(18.8%), 30대 39명(24.4%), 40대 이상 56명(35.1%)으로 나타났다. 대회 참가경력을 살펴보면, 66(41.3%)명의 참여자가 처음 출전하는 사람이었고, 가끔 참여한다는 사람이 61명(38.1%), 매 해 참여한다는 참가자가 33명(20.6%)으로 조사되었다.

자료수집은 사전에 제11회 서귀포 겨울바다뽕권수영대회를 주관하는 서귀포시 관광협의회를 직접 방문하여 관계자들에게 연구의 취지와 목적을 설명하고 협조를 구하였다. 담당자에게 대회 일정 등 조사에 참고가 될 만한 사항들을 제공받고 대회에 지장이 가지 않는 범위에서 조사가 이루어질 수 있도록 약속하였다. 자료 수집은 대회 당일 경기 시작 2시간 전에 연구자와 보조연구진들이 대회접수처를 직접 방문하여 이루어졌다.

2. 측정도구

1) 성취목표성향

성취목표성향은 Duda와 Nicholls(1992)가 개발한 TEOSQ(Task and Ego Orientation in Sport Questionnaire)를 김병준(2001)이 한국어로 번안하여 표준화한 척도를 사용하였다. 이 척도는 국내의 다수 선행연구(김용규, 2008; 안주미, 2008; 정용각, 2008)에서 타당도와 신뢰도가 입증된 척도로써 본 연구의 대상과 목적에 맞게 일부 자구를 수정·보완하여 사용하였다. 이 질문지는 과제목표성향과 자아목표성향을 측정하는 13문항으로 구성되어 있으며, 5점 리커트(1점=전혀 그렇지 않다, 5점=매우 그렇다) 척도에 응답하도록 되었다. 먼저 요인구조를 파악하기 위하여 탐색적 요인분석을 실시하였으며, 요인 적재치가 .50 이상인 문항과 공통분(communality)이 .40 이상인 문항을 선별하여 주축 요인분석(principal axis factoring)과 direct oblimin 사각회전 방식을 이용하여 요인분석을 실시하였다. 탐색적 요인분석 결과, 2요인 11문항(과제지향 6문항, 자아지향 5문항)이 추출되었다. 각 하위요인에 대한 신뢰도를 분석한 결과, 과제목표성향은 Cronbach's $\alpha=.74$ 로 나타났으며, 자아목표성향은 .76으로 비교적 양호하게 나타났다.

2) 자기조절동기

자기조절동기는 자기결정성 이론의 개념적 틀을 사용하고 있는 선행연구(Guay, Vallerand & Blanchard, 2000; Pelletier, Fortier, Tuson, Brière, & Blais, 1995)를 바탕으로 양명환(2004)이 개발한 13문항의 레저스포츠동기척도(Leisure Sport Motivation Scale; LSMS)와 BREQ-2 (Behavioral Regulation in Exercise Questionnaire-2, Wilson & Rodgers, 2004)를 참고로 하여 20문항의 동기척도를 제작하였다. 내재적 동기, 확인적 조절동기, 내사적 조절동기, 외적 조절동기와 무동기 요인들은 각 4문항씩 총 20문항의 5개 하위척도로 구성하였으며, 주축요인분석(principal axis factoring)과 direct oblimin 사각회전방식에 의한 탐색적 요인분석을 통하여 3문항을 제거하고 최종적으로 전체 분산의 64.7%를 설명하는 17문항으로 구성된 5개의 요인을 확인하였다. Cronbach's Alpha 값으로 평가한 신뢰도 계수는 내재적 동기 .82, 확인적 조절동기 .80, 내사적 조절동기 .81, 외적조절동기, 70, 무동기 .84로 양호하게 나타났다.

3) 스포츠 자신감

스포츠자신감 척도는 Vealey(1986)의 특성스포츠 자신감 검사지(Trait Sport Confidence Inventory; TSCI)와 Harter(1978)의 지각된 유능감척도(Perceived Competence Scale: PCS)를 바탕으로 변영신(1994)이 우리나라 실정에 맞도록 표준화시킨 척도를 사용하였다. 이 척도는 전체 10문항으로 구성되어 있으며, 5점 리커트(1점=전혀 그렇지 않다, 5점=매우 그렇다) 척도에 응답하도록 되었다. 먼저 요인구조를 파악하기 위하여 탐색적 요인분석을 실시하였으며, 요인 적재치가 .50 이상인 문항과 공통인자분산(communality)이 .40 이상인 문항을 선별하여 주축요인분석(principal axis factoring)과

direct oblimin 사각회전 방식을 이용하여 요인분석을 실시하여 10문항 중 공통분(communality)이 .40 이하로 낮은 문항들을 삭제하여 4문항 1요인을 추출하였다. 신뢰도 계수는 Cronbach's $\alpha=.83$ 으로 양호하게 나타났다.

3. 자료분석

AMOS 7.0을 이용하여 성취목표성향과 자기조절동기가 자신감 지각에 미치는 영향에 대한 이론적 연구모형을 설정하고 경험적 자료에 대해 구조방정식모형(structural equation modeling)분석을 실시하였다. 가설모형이 실제 자료와 부합되는 정도를 알아보기 위하여 몇 가지의 적합도 지수들을 사용하였다. 기본적으로 χ^2 검증을 할 수 있지만 χ^2 값의 적합도가 표본의 크기에 따라서 민감한 영향을 받기 때문에 자료의 적합도를 검증하기 위하여 $\chi^2/df(Q값)$, RMSEA(Root Mean Square of Approximation), TLI(Tucker-Lewis Index) 그리고 CFI (Comparative Fit Index)를 이용하였다. 본 연구에서는 적합도 지수들에 대한 절대적인 기준은 없으나 TLI와 CFI 상대지수들의 값은 .90이상인 여야 바람직하다는 일반적인 기준(Maruyama, 1998)과 χ^2/df 는 3이하(Kline, 1998), RMSEA는 .08 이하까지 수용가능하다는 기준에서 모형의 전반적인 적합도를 검증하였다(Hu & Bentler, 1999).

또한 자료를 분석하기 전에 일변량이상점, 다변량이상점을 점검하여 Z-score가 ± 3 이상인 경우와 마하라노비스 거리통계량(Mahalanobis distance)에 의해서 나타난 다변량 극단치를 제거하는 작업을 하였다. 공변량구조모형의 자료에서 일변량정규성을 알아보기 위하여 왜도(skewness), 첨도(kurtosis)의 값이 절대 값 2와 7이상인 경우가 있는지 살펴 보았다. <표 1>에서 보는 바와 같이 모든 측정변인

표 1. 측정변인들의 기술통계량, 분포특성과 표준화 요인적재치 및 표준오차

변인	평균	표준편차	왜도	첨도	표준화 계수	표준 오차
내재적 동기						
m1.참여하는 자체가 즐겁기 때문에	5.88	1.38	-1.31	1.27	.69	.09
m6.재미있기 때문에	5.87	1.37	-1.50	1.17	.83	.05
m16.운동에 몰입하는 기쁨 때문에	5.39	1.42	-.76	-.06	.73	.06
확인적 조절동기						
m18.나에게 유익하기 때문에	5.53	1.34	-1.27	1.49	.83	.09
m19.나의 이미지 개선에 도움을 주기 때문에	4.14	1.86	-.25	-.87	.48	.08
m8.운동은 나에게 매우 중요하기 때문에	5.19	1.34	-.87	.19	.76	.07
내사적 조절동기						
m17.어쩔 수 없이 해야 한다고 느끼기 때문에	2.46	1.49	.75	-.33	.75	.06
m14.남에게 잘 보이기 위하여	2.98	1.63	.19	-.94	.74	.05
m12.참여하지 않으면 죄책감이 들기 때문에	2.42	1.56	.95	-.01	.81	.05
외적 조절동기						
m9.동료들로부터 호감을 살 수 있기 때문에	3.45	1.73	-.34	-1.27	.50	.14
m4.주위의 권유에 못 이겨서	2.41	1.67	.96	-.05	.86	.61
무동기						
m15.내가 왜 이 운동을 하는지 확신할 수 없다.	1.76	1.34	1.86	1.59	.77	.08
m20.이 운동을 계속해야 할지 내 자신에게 반문하고 있다.	1.91	1.41	1.48	1.37	.81	.07
m10.이 운동이 나에게 어떠한 가치가 있는지 잘 모르겠다.	2.01	1.57	1.37	.72	.79	.07
자아목표성향						
g4.남들이 나보다 못할 때 가장 잘했다는 느낌이 든다.	2.89	.96	-.08	-.33	.64	.09
g3.내 친구들보다 잘 할 때 가장 잘했다는 느낌이 든다.	3.23	.97	-.21	-.29	.69	.09
g1.나 혼자만 어떤 수영플레이나 수영기술을 학습할 수 있을 때 가장 잘했다는 느낌이 든다.	3.11	.92	-.27	.03	.70	.09
과제목표성향						
g7.나는 땀을 흘리며 노력해서 새로운 기술을 배울 때 가장 잘했다는 느낌이 든다.	3.88	.86	-.71	.59	.76	.13
g5.나는 재미있는 무언가를 배울 때 가장 잘했다는 느낌이 든다.	3.81	.90	-.91	1.04	.54	.11
g2.새로운 수영기술을 배우고 더 많이 연습할 때 가장 잘했다는 느낌이 든다.	3.59	.96	-.72	.36	.69	.09
자신감						
c10.나는 주위사람들보다 수영을 잘 할 수 있다고 생각한다.	3.11	.99	-.15	.08	.65	.09
c9.나는 수영을 열심히 할 수 있다.	3.80	.89	-.91	.85	.98	.10
c7.나는 수영을 잘 할 수 있다.	3.73	.88	-.63	.54	.56	.09

들의 왜도와 첨도 값이 2를 넘지 않아서 일변량 왜도와 첨도는 문제가 없는 것으로 나타났다. 따라서 자료가 다변량정규분포를 심하게 위반하지 않을 시에 정규분포의 가정위반에 거의 영향을 받지 않을 뿐만 아니라 보다 정확한 표준오차를 제공하여 주는 강건한(robust)기법인 최대우도추정법(ML: Maximum Likelihood Estimation)을 사용하였다.

한편, 본 연구에서 사용한 성취목표성향과 자기조절동기 및 자신감을 측정하는 요인들의 측정변인이 4~6개씩으로 비교적 많은 편이기 때문에 측정오차의 문제가 발생할 수 있다고 판단하여, 측정변인을 적정한 수로 줄이는 작업을 실시하였다. 문항을 줄이거나 묶는 방법(item parceling)에는 여러 가지가 있으나, 본 연구에서는 내용상 상관이 높은 문항들을 짝지어서 측정변수로 사용하는 방법을 이용하여 각 잠재변인 당 3개의 측정변인으로 구성되도록 하였다(Russel, Kahn & Altmaier, 1998).

분석의 첫 번째 단계로 측정변인들의 기술통계량과 분포특성을 살펴보았다. <표 1>에서 보면 측정 변인들에 대한 전반적인 특성을 알아보기 위해 평균, 표준편차, 왜도, 첨도를 통해서 정규성을 검토하였다. 평균값은 최저 1.91에서 최고 5.88점의 분포를 보였으며, 표준편차는 .88에서 1.86 사이에 분포하는 것으로 나타났다. 자기조절동기 요인에서는 “참여하는 자체가 즐겁기 때문에” 라는 문항이 5.88점으로 가장 높고, “재미있기 때문에”, “나에게 유익하기 때문에”, “운동에 몰입하는 기쁨 때문에” 라는 내재적 동기와 확인적 조절문항들이 높게 나타났다. 반면 평균이 낮은 순으로는 무동기 요인 중 “내가 왜 이 운동을 하는지 확신할 수 없다”가 1.76점으로 가장 낮게 나타났으며, “이 운동을 계속 해야 할지 내 자신에게 반문하고 있다”가 1.91점으로 낮게 나타났다. 성취목표성향 요인에서는 “나는 맘을 풀리며 노력해서 새로운 기술을 배울 때 가장 좋했다는 느낌이 든다.”가 3.88점으로 가장 높았으며, 과제목표성향이 자아목표성향보다 높은 값을 보였다. 자신감요인에서는 “나는 수영을 열심히 할 수 있다.”는 응답이 3.80점으로 가장 높게 나타났다. 각 변인의 왜도(skweness)와 첨도(kurtosis)를 살

III. 연구결과

1. 측정변인들의 기술통계량과 분포 특성

표 2 잠재변인들의 상관계수

변인	A	B	C	D	E	F	G	H
자아목표성향(A)	1.000							
과제목표성향(B)	.464**	1.000						
무동기(C)	.262*	-.381**	1.000					
외적 조절동기(D)	.358*	-.230	.347*	1.000				
내사적 조절동기(E)	.523*	.052	.259*	.283*	1.000			
확인적 조절동기(F)	.205	.591**	-.264*	-.177	-.013	1.000		
내재적 동기(G)	-.090	.589**	-.428**	-.351*	-.200*	.380**	1.000	
자신감(H)	.165	.465**	-.306*	-.346*	-.051	.517**	.586**	1.000

펴본 결과, 각 변인의 왜도가 -.08에서 1.86사이로 나타나 절대값 2을 넘지 않았으며, 첨도 역시 -.01에서 1.59 사이로 나타나 절대값 7를 넘지 않은 것으로 나타남으로써 점수들의 분포가 정규성에서 크게 벗어나지 않고 있음을 알 수 있었다.

측정변인들 간의 상관계수도 -.07~.72까지 범위를 갖고 있는 것으로 나타났으며, <표 2>의 잠재변인들 간의 상관계수의 범위도 -.09~.59의 범위를 보이고 있다. 자아목표성향은 내재적 조절동기, 외적조절동기, 무동기와 정(+의 상관관계를 보였고, 내재적 동기와는 부(-)의 상관을 보였다. 과제목표성향은 내재적 동기, 확인적 조절동기, 자신감과 정(+의 상관관계를 보였고, 무동기, 외적조절동기와는 부(-)의 상관을 보였다.

한편, 구조모형에 대한 분석에 앞서 측정변인들이 잠재변인들을 얼마나 잘 측정하고 있는지를 알아보기 위하여 전체 23개의 측정변인을 모두 투입하여 확인적 요인분석을 실시하였다. 확인적 요인분석을 실시한 결과, 측정모형의 적합도는 양호하게 나타났다($\chi^2=275.259$, $df=198$, $p<.001$, $\chi^2/df=1.39$, $TLI=.923$, $CFI=.940$, $RMSEA=.050(.035-.063)$). 측정모형 분석을 통하여 잠재변인들과 측정변인들의 관계가 적절한 것으로 확인되었기 때문에 다음단계로 구조모형을 분석하고 가설검증을 실시하였다.

2. 구조모형 검증

표 3. 연구모형의 적합도 지수

모형	$\chi^2(df)$	p	χ^2/df	TLI	CFI	RMSEA (90%신뢰구간)
제안모형(부분매개모형)	413.728(213)	.001	1.96	.904	.926	.067(.054~.078)
경합모형(완전매개모형)	420.981(211)	.001	1.97	.902	.913	.070(.058~.081)
χ^2 차이 검증	7.25(2)	.05				

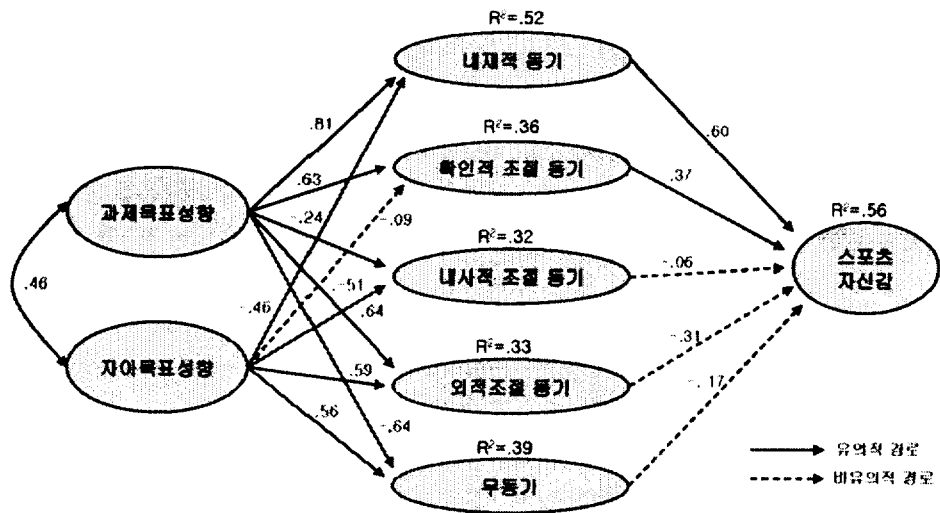
본 연구에서는 성취목표성향 요인들과 자기조절 동기 요인이 스포츠 자신감 지각에 미치는 영향에 대한 이론적 연구모형을 설정하고 경험적 자료에 대한 구조방정식모형 분석을 실시하여 검증하였다. 본 연구에서 제시한 구조모형에 대한 분석결과는 <표 3>과 같다. <표 3>에 제시된 적합도 지수들을 보면 제안모형과 경합모형인 완전매개모형 모두 비교적 적합도가 높은 것을 알 수 있다. 그러나 이 모형들에 대한 χ^2 차이 검증을 실시한 결과 통계적으로 유의하게 나타났고($\chi^2=7.52$, $df=2$, $p<.05$), 적합도 산정기준에서도 역시 제안모형이 완전매개모형보다 더 적합한 것으로 나타났다. 따라서 본 연구에서는 성취목표성향이 자신감 지각 수준에 직접영향과 자기조절동기를 매개로 하여 간접영향을 미친다는 부분매개모형을 채택하였다.

<그림 1>에는 연구에서 설정한 구조경로모형에 대한 적합도와 각 경로별 표준화경로계수를 표기하였다. 이를 토대로 각 변인들의 모수를 추정해 보고 성취목표성향이 자기조절동기들을 매개로 하여 스포츠자신감 지각수준에 미치는 직·간접효과를 살펴보았다.

변인간의 모수치 추정결과인 <표 4>와 표준화 회귀계수로 구성된 경로도형인 <그림 1>의 결과에 근거하여 가설을 검증한 결과, 성취목표성향의 하위요인인 과제성향은 내재적 동기($\beta=.81$)와 확인적 조절동기($\beta=.63$)에 정(+의 영향을 미치고 있고, 내

표 4. 변인들간의 경로계수 추정치

모 수	비표준화 추정치	표준오차	기각비	유의확률	표준화 추정치
내재적 동기←과제목표성향	1.787	.392	4.559	.000	.805
확인적 조절동기←과제목표성향	1.486	.349	4.258	.000	.632
내사적 조절동기←과제목표성향	-.582	.283	-2.507	.040	-.243
외적 조절동기←과제목표성향	-.628	.313	-2.007	.045	-.505
무동기←과제목표성향	-1.422	.341	-4.176	.000	-.640
내재적 동기←자아목표성향	-.848	.254	-3.340	.001	-.464
확인적 조절동기←자아목표성향	-.171	.223	-.767	.443	-.089
내사적 조절동기←자아목표성향	1.251	.285	4.392	.000	.636
외적 조절동기←자아목표성향	.605	.289	2.093	.036	.592
무동기←자아목표성향	1.021	.260	3.927	.000	.559
자신감←내재적 동기	.278	.093	2.994	.003	.596
자신감←확인적 조절동기	.162	.058	2.807	.005	.368
자신감←내사적 조절동기	-.027	.044	-.624	.533	-.064
자신감←외적 조절동기	-.259	.138	-1.882	.060	-.311
자신감←무동기	-.077	.057	-1.337	.181	-.165
자신감←자아목표성향	.477	.262	1.820	.069	.561
자신감←과제목표성향	-.513	.369	-1.389	.165	-.495



<그림 1> 성취목표성향, 자기조절동기 및 스포츠자신감 간의 관계

사적 조절동기($\beta=.24$), 외적조절동기($\beta=.51$), 무동기($\beta=.64$)에는 부(-)의 영향을 미치는 것으로 나타났다. 자아성향은 내재적 동기($\beta=.46$)에 부(-)의 직접 영향을 미치고 있으며, 확인적 조절동기에도 부(-)의 영향을 미치고 있으나, 통계적으로 유의하지는 않았다. 그러나 내사적 조절동기($\beta=.64$), 외적조절동기($\beta=.59$) 및 무동기($\beta=.56$)와는 정(+)의 직접 영향을 미치는 것으로 나타났다. 내재적 동기($\beta=.60$)는 자신감에 정(+)의 직접 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 확인적 조절동기($\beta=.37$)도 자신감에 정의 직접효과를 유발하는 것으로 나타났다. 그리고 자아성향은 자신감에 정(+)의 영향을 미치고 있으나 통계적으로는 유의하지 못하였으며, 과제성향은 자신감에 부(-)의 영향을 미치는 것으로 나타났으나, 통계적인 의미는 없는 것으로 나타났다.

한편 <표 5>에서 보는 바와 같이 스포츠자신감 지각수준에 영향을 미치는 각 변인들의 직·간접효과와 전체효과를 분석한 결과 본 연구의 모형에서 운동참여수준에 대한 전체효과가 가장 큰 변인은 내재적 동기(.60)이었으며, 그 다음으로는 과제목표성향(.50), 확인적 조절동기(.37), 외적 조절동기 순으로 영향력이 높게 나타났다. 전체효과 중에서 직접효과가 가장 큰 변인은 내재적 동기, 자아목표성

향, 과제목표성향 순으로 나타났다. 간접효과는 성취목표성향의 하위요인들이 자신감에 미치는 효과가 하나 이상의 매개변인에 의하여 증대되는 것을 의미하는 것으로 과제목표성향만이 $p<.05$ 수준에서 유의한 것으로 나타났다.

본 연구에서 채택된 가설적 구조모형이 내재적 동기의 52%, 확인적 조절동기의 36%, 내사적 조절동기의 32%, 외적조절동기 33%, 무동기의 39%를 설명하고 있으며, 스포츠자신감 변량의 56%를 설명하는 것으로 나타났다.

IV. 논의

지난 30여년이상 인지적 접근들은 성취연구를 지배하여 왔다. Weiner(1974)는 높고 낮은 성취자는 서로 다르게 생각하고 따라서 다르게 행동한다는 제안을 하여 동기연구의 획기적인 변화를 몰고 왔다. 그 이후 여러 다차원적 목표전망 접근법들이 과제선택, 행동 강도, 지속성과 같은 성취행동을 설명하기 위하여 출현하였다. 각 이론들이 나름대로 독특한 관점을 갖고 있기는 하지만 모든 이론들은 개인들이 성공과 실패로서 경험을 평가하기 위해서

표 5. 성취목표성향과 자기조절동기가 자신감에 미치는 직·간접효과

변 인	인과효과(자신감)		
	직접효과	간접효과	총 효과
내재적 동기	.596		.596
확인적 조절동기	.368		.368
내사적 조절동기	-.064		-.064
외적 조절동기	-.311		-.311
무동기	-.165		-.165
자아목표성향	.561	-.626	-.065
과제목표성향	-.495	.991*	.496

목표들을 사용한다는 공통점을 갖고 있다. 성취상황에서 사람들은 자신이 높은 능력을 실연하였을 때 (즉, 자신의 목표) 성공감을 경험하며, 그렇지 못하였을 때는 실패감을 경험한다. 따라서 성공은 주관적인 것이며, 능력을 어떻게 정의하느냐에 따라 달라지며, 차례로 성취결과에 대한 인지적, 정서적 그리고 행동적 결과에 긍정적인 영향을 미치게 된다.

본 연구에서는 극한 스포츠인 겨울바다수영대회에 참가하고 있는 성인들을 대상으로 성취목표성향 이론에서 가정하는 과제성향과 자아성향이 자기조절동기에 미치는 상이한 영향력과 자신감 지각수준에 미치는 영향, 그리고 자기조절동기를 경유하여 자신감에 미치는 간접영향을 규명하고자 하였다. 먼저 성취목표성향과 자기조절동기 및 자신감 간의 관련성을 살펴본 결과, 과제성향은 자기결정성이 높은 동기로 분류되는 내재적 동기와 확인적 조절동기와는 정(+)의 상관을 보였지만, 자기결정성이 낮은 내사적 조절동기, 외적조절동기 및 무동기와는 부(-)의 상관을 보였다. 반면 자아지향은 자기결정성이 낮은 내사적 조절동기, 외적조절동기 및 무동기들과만 정(+)의 상관이 있는 것으로 나타났다. 따라서 과제성향은 자기결정성이 높은 자율적 동기에 정(+)의 영향을 미치며, 자아성향은 자기결정성이 낮은 통제적 동기들과 정(+)의 영향을 미치는 것을 알 수 있었다. 성취목표성향과 자기조절동기간의 인과관계를 살펴본 본 연구의 결과는 Standage와 Treasure(2002)의 결과를 지지하고 있다. 체육수업 맥락에서 중학교 학생들을 대상으로 성취목표성향과 다차원 상황적 동기 간의 관계를 조사한 그들은 과제성향은 자기결정성이 높은 상황적 동기와는 정적인 상관관계를 보였고, 자아성향은 자기결정성이 낮은 동기와 낮은 상관이 있다는 결과를 보고하였다. 특히 목표집단을 4가지로 분류하여 목표프로파일을 분석한 결과, 과제성향이 높은 집단은 과제성

향이 낮은 집단보다 동기적으로 훨씬 적용에 도움이 되는 반응을 한다는 사실을 알아내었다. 또한 과제성향은 내재적 동기와 내면화 수준이 높은 외재적 동기인 확인적 조절동기와 정적으로 상관이 있다는 유진, 박성준(1995), Duda, Chi, Newton, Walling, 그리고 Catley(1995), Goudas, Biddle, 및 Fox(1994), Mitchell(1996)등의 연구결과와도 일치하고 있다. 따라서 높은 수준의 과제성향은 스포츠상황에서 자기결정성이 높은 자기조절동기를 촉진한다고 말할 수 있다.

둘째로 성취목표성향이 자신감에 미치는 직접적인 영향은 유의한 차이를 보이지 않았다. 유의수준에는 미치지 못하였으나, 자아목표성향이 스포츠 자신감에 정(+)의 직접 영향을 미치는 것으로 나타남으로써 태권도 선수들의 성취목표성향과 스포츠 자신감의 관계를 분석하여 자아목표성향이 과제목표성향보다 스포츠 자신감과 더 높은 상관을 가진다고 보고한 김병태 등(2010)의 연구결과와 일치하고 있다. 그러나 자아목표성향과 과제목표성향 하위요인들이 모두 스포츠 자신감에 유의한 영향을 미치는 것으로 보고한 오경록(2010)의 연구결과, 청소년의 성취목표성향과 스포츠자신감간의 관계분석에서 과제목표성향이 자아목표성향보다 더 높은 상관관계가 있다고 보고한 천경민(2009)의 연구결과와는 다소 차이가 있다. 그러나 후속적으로 논의되겠지만, 과제성향은 자기조절동기와 결합하여 스포츠 자신감에 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타남으로서 과제성향은 자기결정성이 높은 내재적 동기와 확인적 조절동기들에 의해서 스포츠에 대한 인지적 판단에 영향을 미칠 수 있을 것으로 본다.

셋째, 자기조절동기가 스포츠자신감에 미치는 영향은 내재적 동기와 확인적 조절동기인 자기결정성이 높은 자율적 동기들만이 스포츠자신감에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이 결과는 자기

결정성이 높은 형태의 조절(내재적, 확인적 조절)은 노력증가, 수행개선, 긍정적인 정서상태 향상, 몰입 순간 고양, 자신감 신장 등의 긍정적인 결과를 유발하고, 자기 결정성이 낮은 조절(내사적 조절동기, 외적 조절동기와 무동기)는 부정적인 결과를 유도할 것이라는 선행연구들(예, Williams, Grow, Freedman, Ryan, & Deci, 1996)의 결과를 강력하게 지지하고 있다.

넷째, 성취목표성향이 자신감에 미치는 과정에 자기조절동기들의 차별적인 간접효과를 분석한 결과, 과제목표성향 변인이 내재적 동기와 확인적 조절동기를 경유하여 자신감에 유의한 간접효과를 미치는 것으로 나타났다. 이는 성취목표성향과 자신감에 대한 자기지각간의 관계에서 자율성이 높은 동기가 매개적인 역할을 한다는 사실을 말해주는 것이다. 특히 과제목표성향은 자신감에 미치는 영향이 부적으로 낮은 수준이었지만 동기변인이 매개함으로써 스포츠자신감에 정적인 간접효과를 행사하는 것으로 나타났다. 따라서 이는 과제목표성향이 자기결정성이 높은 자율적 동기와 결합하여 스포츠 자신감, 노력 및 지속행동에 유의한 영향을 미친다고 한 Duda(1988), Duda, Newton, 및 Chi(1990)의 결과를 지지하고 있다. 또한 과제 지향적인 참여자들은 자아 지향적인 참여자들보다 자기조절과 자기 통제 전략을 더 많이 사용함으로써 자기비하적인 사고를 적게 한다고 보고한 Gano-Overway(2008)의 연구결과와도 일치하고 있다. 실제로 Gano-overway는 높은 과제목표성향을 가진 선수들은 다양한 스포츠에서 요구되는 자기조절능력을 충분히 발휘함으로써 신체활동의 즐거움을 더 많이 느끼고 부정적인 사고를 덜하게 되었기 때문에 전체적인 성취도 향상이 이루어졌다고 주장하였다. 한편, 자아목표성향은 자신감에 유의수준에 근접한 정(+)의 직접효과를 유발하고 있으나, 자기조절동기가 매개되었을

때는 자신감 수준에 부(-)의 간접효과를 유발하고 있어서 과제목표성향과는 반대의 결과를 보이고 있다는 점은 자기조절동기의 자기결정성 수준에 따라서 상이한 매개효과를 유발하였다는 것을 증명하고 있다. 실제로 매개변인인 자기조절동기 요인들을 제거하고 과제성향과 자아성향이 자신감에 미치는 효과를 분석한 결과, 과제성향($\beta=.23$), 자아성향($\beta=.32$)이 모두 스포츠 자신감에 정(+)의 유의한 직접 영향을 미치는 것으로 나타났다.

그러나 최근에는 과제목표성향 못지않게 자아목표성향도 스포츠자신감을 예측하는 중요한 변인으로 이해하여야 한다는 주장이 제기되고 있다. 실제로 위락적 스포츠영역에서 Duda(1988)는 자아성향이 높고 과제목표성향이 낮은 것으로 분류된 사람들이 게임을 연습하고 준비하는 데 투자하는 시간이 가장 적다는 것을 알아내었다. 그러나 Duda의 연구는 과제목표성향과 자아목표성향 간에 유의한 상호작용이 존재한다는 점을 지적하였는데, 이것은 높은 수준의 과제성향은 자아성향 수준에 관계없이 스포츠에 참여하고 연습하는 시간의 양을 증가시켰다는 것을 의미한다. 따라서 선수들이 과제성향과 자아성향 모두 높았을 때 높은 수준의 과제성향은 높은 수준의 자아성향을 가진 개인이 보여주는 성공에 대한 외적믿음을 경감시키는 것으로 이해할 수 있다. 결국, Roberts와 동료연구진(1996)은 성공의 원인에 대한 믿음의 동기적 함의를 완전하게 이해하기 위해서는 과제성향과 자아성향의 수준을 모두 알아야 한다는 결론을 내렸다. 더욱이 높은 수준의 과제성향이 높은 수준의 자아성향을 진정시키기 때문에 선수들의 과제성향을 높이려는 방법을 찾고자하는 코치와 훈련 스탭들에게는 매우 중요한 정보이다. 동기적으로 가장 위험한 상태의 선수들은 자아성향이 높고 과제성향이 낮은 선수들이다. 그 이유는 외적인 요인들(코치의 압력 등)이 성공에

대한 원인지각에 중요한 역할을 하기 때문이다. 그러나 과제성향과 자아성향이 모두 높은 선수들은 노력이 성공의 원인이라는 강한 믿음을 견지하고 과제성향이 낮은 선수들보다 더 만족스러운 스포츠 경험을 한다. 결국, 많은 코치들은 자아목표성향이 성공적인 경쟁자로 만들고 높은 경쟁 환경을 조성하는데 있어서 필수불가결한 요인이라는 점을 믿기 때문에 선수들은 과제성향과 자아성향을 모두 높게 갖는 것이 필요하다고 말할 수 있다(McCarthy, 2011).

전체적으로 본 연구의 결과는 과제목표성향은 자기결정성이 높은 내재적 동기와 확인적 조절동기에는 정(+)의 영향을, 자기결정성이 낮은 내사적 조절동기, 외적조절동기 및 무동기에는 부(-)의 영향을 미치고 내재적 동기와 확인적 조절동기는 바다 수영 스포츠 자신감에 정(+)의 영향을 미치며, 더 나아가 성취목표성향은 자기결정성이 높은 내재적 동기를 매개로 하여 특정스포츠의 자신감에 긍정적인 효과를 미친다는 중요한 사실을 얻어내었다.

이러한 중요한 결과를 얻었음에도 불구하고 추후연구에 의해서 해결되어야 할 과제들을 제기하면 다음과 같다. 성취목표성향과 자신감의 관계에서 자기조절동기를 매개변인으로 설정하여 동기의 선행 결정요인과 결과변인의 문제를 해결하려고 시도한 본 연구의 인과모형에 대해서는 앞으로 후속연구를 통하여 논리적인 타당성을 확보하고 좀 더 심도 있는 논의와 연구가 이루어져야 한다고 본다. 물론 McCarthy(2011)의 지적처럼, 성취목표성향과 자기조절동기는 서로 상호작용하여 결과변인에 영향을 미칠 수 있는 가능성이 높다는 점, 그리고 기본적 심리욕구, 성취목표성향, 자율적지지, 동기분위기 변인들은 자기결정이론에서 동기의 선행변인으로서 간주되고 있으며, 특정스포츠에 대해서 갖는 자신감은 동기의 인지적 결과변인으로서 태도,

지속의도 및 노력 변인들과 유사하기 때문에 성취목표성향→자기조절동기→스포츠자신감이라는 관계 모형의 구축은 이론적 당위성이 충분히 있다고 말할 수 있다. 또한 본 논문에서 사용한 자기조절동기 척도가 상황적 동기척도이기 때문에 자신감도 스포츠 특정의 상태 자신감 척도를 활용하여 관계를 분석할 때에 더 의미 있는 결과가 도출될 수 있을 것으로 제안한다. 그리고 보다 많은 결과변인(지속, 정서 및 수행결과 등)을 포함하여 성취행동의 심리적 작용기전을 파악하는 노력이 요구된다.

본 연구가 특정한 해양레저스포츠 참여자 표본을 대상으로 하여 연구결과를 전체 모집단에 일반화하는 데 목적이 있는 것이 아니라 이론적 모형을 상정하고 자료의 적합도를 검증하려는 목적이 있었기 때문에 유목적적인 표집을 채택하였지만, 표본이 매우 작고, 특정한 스포츠에 한정되어 있다는 약점을 갖고 있다. 추후 연구에서는 더 많은 표본을 대상으로 본 논문의 결과를 재현하는 노력이 있어야 할 것으로 제안한다.

참고문헌

- 김병준(2001). 목표성향으로 예측한 재미와 스트레스. *한국스포츠심리학회지*, 12(1), 125-140.
- 김병태 · 김선웅(2010). 태권도 선수들의 성취목표성향과 스포츠자신감, 경쟁상태불안의 관계. *대한무도학회지*, 12(3), 159-171.
- 김영운(2010). 하키선수의 자기관리가 자신감과 경기력에 미치는 영향. *한국사회체육학회지*, 40, 853-861.
- 김용규(2008). 펜싱선수들의 성취목표지향성과 자기관리 그리고 스포츠대처의 인과모형 분석. *한국체육학회지*, 47(5), 143-152.

- 변영신(1994). 운동경쟁상황에서의 동기적 분위기가 성취목표지향 및 지각된 유능감에 미치는 영향. 미간행 박사학위논문, 이화여자대학교 대학원.
- 안주미(2008). 에어로빅체조선수들의 성취목표성향과 운동포기의 관계. *한국스포츠심리학회지*, 18(1), 75-90.
- 양명환(2004). 자기결정이론에 근거한 레저스포츠동기척도 개발과 타당도 검증. *한국체육교육학회지*, 9(2), 107-132.
- 오경록(2010). 여자대학운동선수들의 성취목표성향이 스포츠자신감과 응집력에 미치는 영향. *한국여성체육학회지*, 24(3), 225-238.
- 유진, 박성준(1995). 스포츠 성취목표 지향성 이론의 현장 실험적 검증. *한국체육학회지*, 33(3), 14-28.
- 정용각(2008). 여가운동 상황에서 성취목표성향과 자결성 이론의 관계. *한국여가레크리에이션학회지*, 32(4), 47-60.
- 천경민(2009). 청소년의 운동행동단계에 따른 성취목표성향과 스포츠자신감. *한국사회체육학회지*, 36, 493-503.
- Bandura, A.(1977). Self-efficacy theory: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84, 191-215.
- Baumeister, R. F., Heatherton, T. F.(1996). Self-regulation failure: An overview. *Psychological Inquiry*, 7, 1-15.
- 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, 1021-1031.
- Brunel, P. C. (1996). The relationship of task and ego orientation to intrinsic and extrinsic motivation. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 18 (Suppl.), S59.
- Brunel, P. C. (1999). Relationship between achievement goal orientations and perceived motivational climate on intrinsic motivation. *Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sports*, 9, 365-374.
- Carver, C. S., & Scheier, M. F.(1999). Themes and issues in the regulation of behavior. In R.S. Wyer, Jr.(Ed.), *Advances in social cognition:Vol XII. Perspectives on behavioral self regulation*. Mahwah, NJ:LEA.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1985). *Intrinsic Motivation and Self-determination in Human Behavior*. NY: Plenum Press.
- Duda, J. L., Chi, L, Newton, M. L., Walling, M. D., & Catley, D. (1995). Task and ego orientation and intrinsic motivation in sport. *International Journal of Sport Psychology*, 26, 40-63.
- Duda, J.L. & Nicholls, J.G.(1992). Dimensions of achievement motivation in schoolwork and sport. *Journal of Educational Sport Psychology*, 84, 1-10.
- Duda, J.L.(1988). The relationship between goal perspectives and persistence and intensity among recreational sport participants. *Leisure Sciences*, 10, 95-106.
- Duda, J.L.(1989). Goal perspectives and behavior in sport and exercise setting. In C. Amers & M. Maehehr(Eds.), *advances in motivation and achievement*(pp. 81-112).

- Greenwich, CT:JAI Press.
- Duda, J.L., Fox, K.R., Biddle, S.J.H., & Armstrong, N.(1992). Childrens' achievement goals and beliefs about success in sport. *British Journal of Educational Psychology*, 62, 313-323.
- Duda, J.L., Olson, L.K., & Templin, T.J.(1991). The relationship of task and ego orientation to sportsmanship attitudes and perceived legitimacy of injurious acts. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 62, 79-87.
- Elliot, A.J., & Harackiewicz, J.M.(1994). Goal setting, achievement orientation, and intrinsic motivation: A mediational analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 66, 968-980.
- Ferrer-Caja, E., & Weiss, M. R. (2000). Predictors of intrinsic motivation among adolescent students in physical education. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 71, 267-279.
- Ferrer-Caja, E., & Weiss, M. R. (2002). Cross-validation of a model of intrinsic motivation with students enrolled in high school elective courses. *Journal of Experimental Education*, 71, 41-65.
- Fortier, M. S., Vallerand, R. J., & Guay, F.(1995). Academic motivation and school performance: Toward a structural model. *Contemporary Educational Psychology*, 20: 257-274.
- Gano-Overway, L. A. (2008). The effect of goal involvement on self-regulatory processes[Electronic version]. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 6(2), 132.
- Gill, D. L.(2000). *Psychological dynamics of sport and exercise*. Champaign, IL:Human Kinetics.
- Goudas, M., Biddle, S. J. H., & Fox, K. R. (1994). Achievement goal orientations and intrinsic motivation in physical fitness testing with children. *Pediatric Exercise Science*, 6, 159-167.
- Grolinck, W. S. & Ryan, R.M.(1989). Parent styles associated with children's self-regulation and competence in school. *Journal of Educational Psychology*, 81: 143-154.
- Guay, F., Vallerand, R. J., & Blanchard, C. (2000). On the assesment of situational intrinsic and extrinsic motivation: The situational motivation scale(SIMS). *Motivation and Emotion*, 24, 175-213.
- Harter, S. (1978). Effectance motivation considered: Toward a developmental model. *Human Development*, 21, 34-64.
- Hu, L. T., & Bentler, P. M.(1999). Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural Equation Modeling*, 6, 1-55.
- Kasser, T., & Ryan, R. M.(1996). Further examining the American dream: Differential correlates of intrinsic and extrinsic goals. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 22, 280-287.
- Kavussanu, M.(2006). Motivational predictors of prosocial and antiocial in behaviour

- football. *Journal of Sport Sciences*, 24, 575-588.
- Kavussanu, M., & Roberts, G.C.(2001). Moral functioning in sport: an achievement goal perspective. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 23, 37-54.
- Kline, R. B.(1998). *Principles and practice of structural equation modeling*. New York: Guilford Press.
- Lochbaum, M.R., & Roberts, G.C.(1993). Goal orientations and perceptions of the sport experience. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 15, 160-171.
- Maruyama, G. M. (1998). *Basic of structural equation modeling*. Thousand Oaks: Sage Publication.
- McCarthy, J.J.(2011). Exploring the relationship between goal achievement orientation and mindfulness in collegiate athletics. *Journal of Clinical Sport Psychology*, 5, 44-57.
- Mitchell, S. A. (1996). Relationships between perceived learning environment and intrinsic motivation in middle school physical education. *Journal of Teaching in physical Education*, 15, 369-383.
- Moreno, J. A., Hellin, P., Hellin, G., Cervello, & Sicilia, A. (2008). Assessment of motivation in Spanish physical education students: Applying achievement goals and self-determination theories. *The Open Education Journal*, 1, 15-22.
- Newton, M., & Duda, J.(1992). *The relationship between dispositional goal perspectives and effort, interest, involvement, and trait anxiety in adolescent tennis players*. Paper presented at American Alliance for Health, physical Education, Recreation and Dance, Indianapolis.
- Newton, M., & Duda, J.(1993). Elite adolescent athletes' achievement goals and beliefs concerning success in tennis. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 15, 437-448.
- Nicholls, J. G.(1984). Achievement motivation: conception of ability, subjective experience, task choice, and performance. *Psychological Review*, 91(3), 328-346.
- Nicholls, J. G.(1989). *The competitive ethos and democratic education*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Ntoumanis, N., & Biddle, S. J. H. (1999). A review of psychological climate in physical activity settings with particular reference to motivation. *Journal of Sport Science*, 17, 643-665.
- O'Connor, 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.
- 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*, 279-306.
- Robert, G., Treasure, D., & kavussanu, M.(1996). Orthogonality of achievement goals and its relationship to beliefs about success and satisfaction in sport. *The Sport Psychologist, 10*(4), 398-408.
- Russell, D. W., Kahn, H. & Altmaier, E. M. (1998). Analyzing data from experimental studies: A latent variable structural equation modeling approach. *Journal of Counseling Psychology, 45*, 18-29.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and facilitation of intrinsic motivation, social development, and welling being. *American Psychologist, 55*, 68-78.
- Ryan, R. M., Frederick, C. M., Lepas, D., Rubio, N., & Sheldon, K. M. (1997). Intrinsic motivation and exercise adherence. *International Journal of Sport Psychology, 28*, 335-354.
- Sage, L., & Kavussanu, M.(2007). Multiple goal orientations as predictors of moral behavior in youth soccer. *The Sport Psychologist, 21*, 417-437.
- Sage, L., & Kavussanu, M.(2008). Goal orientations, motivational climate, and prosocial and antisocial behaviour in youth football: Exploring their temporal stability and reciprocal relationships. *Journal of Sport Sciences, 26*, 717-732.
- Sage, L., Kavussanu, M., & Duda, J.L.(2006). Goal orientations, and moral identityas predictors of prosocial and antisocial functioning in male association football players. *Journal of Sport Sciences, 24*, 455-466.
- Seifriz, J.J., Duda, J.J., & Chi, L.(1991). The relationship of perceived motivational climate to intrinsic motivation and beliefs about success in basketball. *Manu*
- Spittle, M., & Byrine, K.(2009). The influence of sport education on student motivation in physical education. *Physical Education and Sport Pedagogy, 14*(3), 253-266.
- Standage, M., & Treasure, D.C.(2002). Relationship among achievement goal orientation and multidimensional situational motivation in physical education. *British Journal of Educational Psychology, 72*, 87-103.
- 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*, 97-110.
- Standage, M., Duda, J. L., & Ntoumanis, N. (2006). Students' motivational processes and their relationship to teacher ratings in school physical education: A self-determination theory approach. *Research Quarterly for Exercise and Sport, 77*, 100-110.

- Stunz, C.P., & Weiss, M.R.(2003). Influence of social goal orientations and peers on unsportsmanlike play. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 74, 421-435.
- Trasure, D.C., & Robert, G.C.(1994). Cognitive and affective concomitants of task and ego orientation during middle school years. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 16, 15-28.
- Vallerand, R. J., Pelletier, L. G., Blais, M. R., Briere, N. M., Senecal, C. & Vallieres, E. F.(1992). The academic motivation scale: A measure of intrinsic, extrinsic and amotivation in education. *Educational and Psychological Measurement*, 52, 1003-1019.
- Vallerand, R. J., Pelletier, L. G., Blais, M. R., Briere, N. M., Senecal, C., & Vallieres, 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, 159-172.
- Vealey, R. S. (1986). Conceptualization of sport confidence and competitive orientation: Preliminary investigation and instrument development. *Journal of sport Psychology*, 8, 221-246.
- Waldron, J., & Krane, V.(2005). Motivational climate and goal orientation in adolescent female softball players. *Journal of Sport Behavior*, 28(4), 378-391.
- Weiner, B.(1974). *achievement motivation and attribution theory*. Morristown, NJ.General Learning Press.
- 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, 115-126.
- Wilson, P. M., & Rodgers, W. M. (2004). The relationship between perceived autonomy support, exercise regulations and behavioral intentions in women. *Psychology of Sport and Exercise*, 5, 229-242.

