



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](#)

석사학위논문

고등학교 태권도선수들의 성취목표성향과
내적동기가 운동몰입에 미치는 영향

제주대학교 교육대학원

체육교육전공

한찬석

2013년 8월

석사학위논문

고등학교 태권도선수들의 성취목표성향과
내적동기가 운동몰입에 미치는 영향

지도교수 이 세 형

제주대학교 교육대학원

체육교육전공

한 찬 석

2013年 8月

고등학교 태권도선수의 성취목표성향과 내적동기가 운동몰입에 미치는 영향

지도교수 이 세 형

한 찬 석

이 논문을 교육학 석사학위 논문으로 제출함

2013년 8월

한찬석의 교육학 석사학위논문을 인준함

심사위원장  (인) 
위 원  (인) 
위 원  (인) 

제주대학교 교육대학원 체육교육전공

2013년 8월

<국문초록>

고등학교 태권도선수들의 성취목표성향과 내적동기가 운동몰입에 미치는 영향

한 찬 석

제주대학교 교육대학원

체육교육전공

지도교수 이 세 형

본 연구는 고등학교태권도 선수들의 경기력을 향상시킬 수 있도록 성취목표성향과 내적동기가 운동몰입에 어떠한 영향을 미치는 지를 밝힘으로써 경기력을 극대화 시킬 수 있도록 기초적 자료를 제공하는데 연구의 목적이 있다. 이러한 목적을 달성하기 위하여 2013년 대한태권도협회에 등록되어 있는 고등학교태권도 선수를 대상으로 2013년 3월 전국종별선수권대회, 4월 용인대총장기 전국남녀태권도대회에 참여한 230명의 태권도선수들을 대상으로 표본을 추출하였다. 수집된 표본의 자료처리는 SPSS Version 18.0을 사용하였고, 각 변인의 요인분석과 신뢰도 분석을 한 뒤 빈도분석, t-검정과 일원변량분석(One-way ANOVA)을 실시하였다. 그리고 성취목표성향과 내적동기가 운동몰입에 어떠한 영향을 미치는가를 알아보기 위하여 다중회귀분석(multiple regression analysis)을 실시하였다. 이러한 연구방법과 절차를 통하여 분석한 결과 다음과 같은 결론을 도출하였다.

첫째, 인구통계학적 특성에 따라서 성취목표성향, 내적동기, 운동몰입에는 부분적으로 통계적으로 유의한 차이가 있었다. 둘째, 성취목표성향, 내적동기, 운동몰입간에는 대체로 유의한 상관관계가 있었다. 셋째, 성취목표성향과 운동몰입에 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 내적동기 또한 운동몰입에 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났다. 넷

제, 성취목표성향과 운동몰입간의 관계에서 내적동기 매개효과 검증에서 부분 매개효과가 있는 것으로 나타났다.

- 목 차 -

I. 서론	1
1. 연구의 필요성	1
2. 연구 목적	4
3. 연구 모형 및 가설	4
4. 연구의 범위 및 제한점	6
5. 용어 정의	6
II. 이론적 배경	8
1. 성취목표성향	8
2. 내적동기	12
3. 운동몰입	15
III. 연구 방법	19
1. 연구 대상	19
2. 조사도구	20
3. 조사방법 및 절차	24
4. 자료처리	25
IV. 연구결과	26
1. 태권도 선수의 인구학적 특성에 따른 성취목표성향, 내적동기, 운동몰입의 차이	26
2. 변인들의 기술통계량과 상관관계 분석	33
3. 성취목표성향과 내적동기가 운동몰입에 미치는 영향	34
4. 성취목표성향과 운동몰입 간의 관계에서 내적동기 매개효과 검증	36
V. 논의	39

1. 인구학적 특성에 따른 성취목표성향, 내적동기, 운동몰입에 미치는 영향	39
2. 성취목표성향에 따른 내적동기에 미치는 영향	41
3. 성취목표성향에 따른 운동몰입에 미치는 영향	42
4. 성취목표성향과 내적동기가 운동몰입에 미치는 영향	43
VI 결론 및 제언	45
1. 결론	45
2. 제언	46
참고문헌	48
Abstract	48
부 록	54

- 표 차례 -

표-1 연구 표본.....	18
표-2 검사지의 구성 지표와 내용.....	19
표-3 성취목표성향의 요인분석 및 신뢰도 분석.....	21
표-4 내적동기의 요인분석 및 신뢰도 분석.....	22
표-5 운동몰입의 요인분석 및 신뢰도 분석.....	23
표-6 태권도 선수의 성별에 따른 성취목표성향 차이.....	25
표-7 태권도 선수의 성별에 따른 내적동기 차이.....	26
표-8 태권도 선수의 성별에 따른 운동몰입 차이.....	26
표-9 태권도 선수의 학년에 따른 성취목표성향 차이.....	27
표-10 태권도 선수의 학년에 따른 내적동기 차이.....	28
표-11 태권도 선수의 학년에 따른 운동몰입 차이.....	28
표-12 태권도 선수의 경기실적에 따른 성취목표성향 차이.....	29
표-13 태권도 선수의 경기실적에 따른 내적동기 차이.....	30
표-14 태권도 선수의 경기실적에 따른 운동몰입 차이.....	30
표-15 태권도 선수의 운동경력에 따른 성취목표성향 차이.....	31
표-16 태권도 선수의 운동경력에 따른 내적동기 차이.....	32
표-17 태권도 선수의 운동경력 따른 운동몰입 차이.....	33
표-18 변인들의 기술통계량과 상관관계.....	33
표-19 자아목표성향과 과제목표성향에 따른 내적동기에 미치는 영향.....	34
표-20 자아목표성향과 과제목표성향에 따른 운동몰입에 미치는 영향.....	35
표-21 자아목표성향과 운동몰입간의 관계에서 내적동기 매개효과 검증.....	37
표-22 과제목표성향과 운동몰입간의 관계에서 내적동기 매개효과 검증.....	38

- 그림 차례 -

그림-1 연구모형.....	5
그림-2 자아목표성향과 운동몰입 관계에서 내적동기 매개효과 검증 결과 모형	37
그림-3 과제목표성향과 운동몰입 관계에서 내적동기 매개효과 검증 결과 모형	38

I. 서론

1. 연구의 필요성

오늘날 태권도는 1973년 제 1회 세계태권도 선수권대회를 시작으로 스포츠의 외교적인 역할에 힘입어 30여년이 지난 현재 189개국(Asia 42개국, Europe 49개국, Pan America 42개국, Africa 43개국, Oceania 13개국)에서 약 8천만 명의 인구가 태권도를 수련하고 있고(장권, 2010), 1994년 9월 4일 프랑스 파리에서 열린 국제올림픽위원회(IOC) 제103차 총회에서는 태권도가 2000년 시드니 올림픽에 정식종목으로 채택되어, 한국어가 영어, 프랑스어, 일본어와 함께 올림픽 경기의 공식용어로 사용되고 있으며 전 세계 201개국 8천만 태권도인들의 사랑을 받는 세계적인 무예 스포츠로 발전하게 되었다(국기원, 2005).

이와 같이 우리의 태권도는 우리민족의 우수한 독창성을 바탕으로 고유의 민족 문화와 결합해 발전을 거듭, 88년 서울올림픽, 92년 바르셀로나올림픽, 96년 애틀랜타 올림픽 경기 등 세 차례의 시범경기과정을 거쳐 2000년 시드니 올림픽에 정식종목으로 채택되었으며, 2004년 아테네 올림픽과 2008년 북경 올림픽, 2012년 런던 올림픽에서의 성공적인 경기를 통하여 앞으로 열릴 2016년 리우데자네이루 올림픽까지 정식종목으로 채택되어 세계인들에게 인정을 받는, 명실공이 세계적인 무도·스포츠로서 국제무대에서 그 기반과 입지를 확고히 구축하였으며 이러한 결과는 국내·외에서 끊임없이 태권도를 전파하고 지켜온 사범들, 일선 지도자와 선수들, 그리고 태권도 원로 및 관계 인사들의 각고의 노력의 결실이라 하겠다(장권, 2010).

한국 태권도가 이렇게 좋은 성과를 거둘 수 있었던 것은 무엇보다 목표를 향한 강한 집념과 자신감, 그리고 특유의 정신력인 투혼이 빚어낸 성과이다(김지한, 2010).

이러한 자신감과 투혼, 승부욕은 우수 태권도선수들이 가져야할 매우 중요한 정신력이라 할 수 있으며, 한국선수들에게서만 나타나는 독특한 성향으로(신정택, 김성훈, 박윤식, 2009), 경기 도중 힘들고 고통스러운 상황에서도 반드시 이긴다는 불굴의 투지와 인내력으로 모든 어려움을 극복하고, 승리에 대한 욕망을 배가 시키는

동시에 자신이 이루고자하는 강한 성취목표 욕구에 의해 표출되는 것이다. 특히 성취목표 중에는 자신이 정해놓은 목표나 기술향상을 위해 최선을 다하려는 성향도 있지만 경쟁상황에서 타인으로부터 능력감이나 성공감을 느끼기 위해서 남보다 더 잘해야 한다는 성향 또한 있기 때문에 승부욕이나 자신감과 같은 정신력에도 영향을 미치는 것이다(김미량, 김병태, 2010; 김석일, 2009; 김승한, 2009; 천경민, 박철용, 2010).

성취목표성향은 학습자들이 학습활동에 어떻게 접근하고 참여하는지를 결정하는 일종의 행동적 의도 또는 학습자가 어떤 목표를 설정하면서 생기는 일련의 관심이나 준거로서 성취지향적인 행동의 인지적 측면과 정의적 측면을 통합하여 인지과정을 동기화시키는 중요한 요소로 인식된다(정봉해, 2005). 또한 성취목표성향을 스포츠 현장에서 보면, 유능성 또는 자신의 능력을 보이려는 경향으로 정의(Duda, 1992)되며 과제(task)와 자아(ego)성향적인 성취목표로 구별된다.

과제목표성향은 스포츠 참가자체가 수단이며, 경쟁적인 결과보다는 내재적 과정을 중시하며, 자아목표성향은 스포츠 참여하는 그 자체에 만족감 보다는 다른 사람들과 비교했을 때 자신의 능력을 더 중요하게 생각한다(Dweck, 1986; Nicholls, 1989). 그러나 Fox et al(1994)와 Swain(1996)의 연구에 따르면 개인마다 두 가지 목표성향(과제성향, 자아성향) 중에서 하나가 높을 수도 있고, 두 가지 모두가 높을 수도 있다고 한다. 이에 따라 최근에는 두 가지 목표성향의 상호작용에 따른 영향을 분석해야 한다는 주장이 증가하고 있다(김철이, 2005).

또한, 엘리트 스포츠의 궁극적인 목표인 경기력 향상에 있어 그동안 많은 학자들에 의하여 경기력 향상에 미치는 요인들이 밝혀지고 있으며, 운동선수 개인의 성취행동을 설명하기 위해 성공을 어떻게 규정하는지 혹은 자신의 능력을 어떻게 평가하는지에 대한 개인차를 분석할 수 있는 성취목표성향에 대한 연구에서 매우 중요하게 다루어지고 있다(심기선, 2010). 특히, 운동수행에서 경기를 이기고 지는데 직접적으로 영향을 줄 수 있는 스포츠 동기와 같은 심리적 기능이 크게 강조되고 있다(강태석, 2005; 김갑수, 김창균, 조은형, 2003; 성미향, 2007, 지용석, 2011).

즉, 내적인 동기가 부여되면 외적 보상이나 자극에 관계없이 스스로 활동을 하게 된다는 점이다(Deci & Ryan, 1985).

국내의 연구에서는 정청희와 문창운(1998)은 성취목표성향과 동기적 분위기에 따

른 내적동기와 높이뛰기 수행능력의 차이를 규명하기 위하여 집단별로 6주간의 전, 후 높이뛰기 수행능력과 내적동기의 수준을 분석한 결과, 성취목표성향과 동기적 분위기에 따라 내적동기의 차이가 있다고 보고하였다. 한편, Ryan(1982)은 스포츠 상황에서 개인의 내적동기 질문지를 개발하여 성취목표성향과 내적동기간의 관계를 분석한 결과 흥미와 만족감의 긍정적인 관계를 나타낸 과제성향과는 다르게 자아성향은 부정적인 관계를 나타냈다. 이러한 연구결과를 살펴보면, 과제성향의 선수들은 스포츠에 참가하는 자체가 수단이며, 경쟁적인 결과보다는 내재적 과정을 중요하게 생각하기 때문에 내적동기와 긍정적인 관계가 있다고 주장하고 있다(심기선, 2010).

또한 체육 분야에 있어서의 성취목표성향과 내적동기 같은 연구는 다양한 개인차 변인과 심리적 변인들을 고려하여 많은 연구(김성은, 2008; 장재근, 2008; 이왕성, 2008; 정봉해, 2006; 심현우, 2006)가 이루어지고 있다.

성취목표성향 및 내적동기의 연구이론과 더불어 운동몰입 또한, 우리나라뿐만 아니라 여러 나라에서도 운동수행을 이해하는데 중요한 요인으로 인식되어 활발한 연구(권성호, 2008; 황진철, 2011; 정석, 2012)가 이루어지고 있는 실정이다.

Csikszentmihaly(1975)는 몰입은 개인의 강한 내적 동기에 의해 나타나게 되고 수행되어지는 특성으로 인해 특정 활동에 빠져있는 상태라고 하였다. 따라서 운동몰입은 최근 경기력과 관련된 최상수행의 경험이나 건강을 위한 운동이 행복을 가져다준다는 인식이 확대됨에 따라 심리적 요인이나 현상이 어떻게 일어나는가에 대한 연구의 주제로 많은 관심을 얻고 있다(권성호, 2008; 황진철, 2011).

태권도 현장에서 운동몰입의 영향을 검증한 선행연구들을 살펴보면, 최진훈(2013)이 중·고등 태권도 선수의 운동재미요인과 운동몰입 및 인지된 경기력의 관계를 연구하였고, 원혁진(2013)은 미국 태권도 지도자의 리더십 유형이 지도자신뢰, 운동몰입 및 지도효율성에 미치는 영향, 김태일(2012)은 태권도 팀 지도자의 변혁적-거래적 리더십과 팀 응집력, 운동몰입 및 선수만족의 관계. 동아대학교 대학원 박사학위논문, 김태희(2011)는 태권도 선수들의 운동몰입이 경쟁불안에 미치는 영향 등 다양하게 연구되었다.

이와 같이, 스포츠와 밀접한 관련을 지니고 있는 것으로 알려진 성취목표성향과 내적동기, 운동몰입에 대한 연구결과는 많이 수행되었으나 태권도 선수의 성취목표성향, 내적동기와 운동몰입에 관한 연구는 지극히 드물다.

그러므로 태권도 종목을 통한 성취목표 성향과 내적동기와 운동몰입 자료의 측정이 학교체육이나 태권도 관련분야의 교육 및 지도에 긍정적 도움을 줄 수 있는 기초 자료를 제공 할 수 있을 것이다.

2. 연구 목적

본 연구의 목적은 고등학교 태권도선수들의 성취목표성향과 내적동기, 운동몰입 간의 관계를 분석하고, 성취목표성향과 운동몰입 관계에서 내적동기가 어떠한 매개 역할을 하는지를 검증하고자 하였다.

3. 연구 모형 및 가설

1) 연구모형

이 연구의 목적은 태권도 선수의 성취목표성향과 내적동기가 운동몰입에 미치는 영향을 규명하는 것이다. 보다 구체적으로 태권도 선수의 성별, 학년, 경기실적, 운동경력에 따른 성취목표성향과 내적동기, 운동몰입의 차이 분석과 태권도 선수의 성취목표성향과 내적동기가 운동몰입에 미치는 영향을 규명하는데 있으며, 태권도 선수의 성별, 학년, 경기실적, 운동경력을 인구통계학적 특성변인으로, 성취목표성향을 독립변인으로, 내적동기를 매개변인으로, 운동몰입을 종속변인으로 설정하였다. 이를 토대로 설계된 연구 모형은 <그림 1>과 같다.



< 그림 2 > 연구모형

2) 연구가설

가설1) 고등학교 태권도 선수의 인구통계학적 특성에 따른 성취목표성향, 내적동기, 운동몰입은 차이가 있을 것이다.

가설2) 고등학교 태권도 선수의 성취목표성향, 내적동기, 운동몰입은 상관관계가 있을 것이다.

가설3) 고등학교 태권도 선수의 성취목표성향과 내적동기는 운동몰입에 영향을 미칠 것이다.

가설3-1) 고등학교 태권도 선수의 성취목표성향은 내적동기에 영향을 미칠 것이다.

가설3-2) 고등학교 태권도 선수의 성취목표성향은 운동몰입에 영향을 미칠 것이다.

가설4) 고등학교 태권도 선수의 성취목표성향과 운동몰입 간의 관계에서 내적동기 매개효과를 유발할 것이다.

가설4-1) 고등학교 태권도 선수의 자아목표성향과 운동몰입 간의 관계에서 내적동기 매개효과를 유발할 것이다.

가설4-2) 고등학교 태권도 선수의 과제목표성향과 운동몰입 간의 관계에서 내적동기 매개효과를 유발할 것이다.

4. 연구의 범위 및 제한점

본 연구는 고등학교 태권도 선수의 성취목표성향과 내적동기가 운동몰입에 미치는 영향을 규명하기 위해 다음과 같은 제한점이 있다.

1) 본 연구는 고등학교 태권도 선수로 한정하였기 때문에 전체 태권도 선수로 일반화하기에 제한이 있을 수 있다.

2) 본 연구는 고등학교 태권도 선수로 한정하였기 때문에 타 종목의 성취목표, 내적동기, 운동몰입으로 일반화하기에 제한이 있을 수 있다.

3) 본 연구는 경기실적 중 우수선수와 일반선수를 임상경력이 있는 선수와 임상경력이 없는 선수로 구분하여 한정하였다.

5. 용어 정의

1) 성취목표성향

이 연구에서 제시된 성취목표 성향의 조작적 정의는 개인이 성공하고자 하는 목표개념으로 성취상황에서 개인이 바람직하다고 생각하는 주관적 성공의 개념에 기초를 두고 지배적으로 채택하게 되며, 개인의 성취와 관련된 인지와 정서 그리고 행동에서 기본적인 것으로 정의하였다. 이 연구에서는 성취목표성향을 자아 지향적 성향과 과제 지향적 성향으로 구분하였다.

2) 내적동기

내적동기는 외부의 보상 없이 그 자체를 행동함으로써 즐거움과 유능감이 향상되는 기쁨으로 인해 참여하는 동기를 의미하며, 내적동기는 흥미와 재미를 느끼며 훈련에 참여하려는 것으로 정의하였다.

3) 운동몰입

Csikszentmihalyi(1993)는 몰입이란 어떤 활동에 완벽하게 몰두할 때 일어나는 심리적인 현상을 말하는 것으로 이러한 현상은 지각된 과제의 어려움과 개인이 소유한 기능 수준이 균형을 이룰 때 일어난다고 하였다. 몰입체험은 몸과 마음이 모두 관련되는 총체적인 감감으로 과제에 대한 집중, 통제감, 명확한 목표의식 등 몇 가지 긍정적인 체험적 특징을 가지고 있다. 따라서 운동몰입이란 어떤 운동에 완벽하게 몰두할 때 일어나는 심리적인 현상을 말하는 것으로 정의하였다.

II. 이론적 배경

1. 성취목표성향

1) 성취목표성향 정의

일반적의미의 목표(goal)의 개념은 개인이 성취하고자 하는 것, 즉 행위의 목표(aim) 또는 목적(object)을 의미한다. 그러나 대부분의 목표설정연구에서 목표라는 용어는 숙련성의 구체적 기준(specific standard of proficiency)으로 정의되었으며, 특히 제한된 시간 내에 달성할 수 있는 근거로 사용되었다(김순식, 1995; 문창운, 1988; 성장훈, 1995).

목표설정 이론(goal setting theory)을 최초로 체계화한 Locke, 등(1981)은 목표의 개념을 두 가지 측면으로 나누어 제시하고 있다.

첫째, 목표란 장차 얻고자 해서 바라고 있는 상태(Cyert & March, 1960; Simon, 1964)이며, 둘째, 목표란 과거나 현재의 의사 결정과 행동개입의 결과로 얻어지는 것으로서 현재나 미래의 행동에 가해지는 여러 가지 제약이라고 볼 수 있다(김순식, 1995).

Locke, 등(1981)은 목표의 정의를 목표를 개인이 달성하고자 시도하고 있는 목적(aim)이나 활동대상이라고 정의하고, 그 개념에 있어서는 목적(purpose)이나 의도(intention)와 유사한 의미를 갖는다고 보았다. 그러나 최근의 목표설정이론(Maehr & Nicholls, 1980; Dweck, 1986)에 따르면, 목표는 개인이 성취하거나 달성하고자 하는 동기에 기초를 둔 개인의 인지적 특성이라기보다 포괄적인 정의임을 제시하고 있다.

스포츠상황에서는 일반적으로 성공과 실패의 기준을 승리와 패배에 두고 있다. 그러나 개인적인 관점에서는 성공과 실패가 반드시 승리와 패배의 개념과 동일하지 않으므로(Ames, 1992) 개인의 성공, 실패 기준에 따라 달리 해석될 수 있다(Duda & Nicholls, 1992). 이러한 성취목표성향 개념의 유형에 대해 학자마다 다양함을

제시하고 약간은 달리 정의 하고 있다. 이에 대해 Maehr & Nicholls (1980)는 바람직한 개인적 특성의 시사에 대한 개인적 신념에 따라 성공과 실패가 해석된다고 주장하고 있다. 예를 들어 성취 추구의 결과가 자신에게 있어 바람직한 귀인으로 반영되면 성공으로 해석될 것이고 바람직하지 못한 특질로 반영된다면 실패로 해석될 것이다(Roerts, 1992). 이러한 Nicholls, (1984)와 Roerts, (1992)의 개념 유형을 상호직교적인 관계로 보고 있다.

또한, Dweck(1986)은 개인의 유능감을 증가시켜 노력, 새로운 기술 이해, 숙련 시도 등에 중점을 둔 학습목표(learning goal)와 개인의 능력에 대한 긍정적 판단 취득, 부정적 유능감 지각 회피를 나타내는 수행목표(performance goal)를 독립적 차원보다는 양극적 관계를 갖는다고 주장하였다.

이와 같이 다양한 유형의 개념이 존재함에 따라서 스포츠상황 또는 운동 상황에서 어떤 목표를 설정하는지 여부는 운동 수행의 효율성에 유의한 영향을 미칠 수 있는 변인으로 고려된다(박진환, 2012). 또한 운동학습자들이 운동학습을 하는 목표가 무엇이나에 따라서 운동수행자의 태도와 수행이 달라지며 이는 운동수행의 성취에 영향을 미치는 결정적인 용인이라 할 수 있다. 이러한 차원에서 스포츠심리학 분야에서 목표와 개인차에 가장 흔히 나타나는 성취목표의 초점은 과제목표성향(task oriented goal)과 자아목표성향(ego oriented goal)으로 구분하고 있다(김상두, 2001; Duda, Newton, 1990).

2) 과제목표성향요인

성취목표는 과제관련 목표로써 과제의 숙련과 학습이 궁극적인 목표이다(Ames, 1984; Dweck, 1986; Maehr & Braskamp 1986; Nicholls, 1984).

Maehr과 Nicholls(1980)은 개인의 성공과 실패에 대한 평가를 자신이 특정과제를 얼마나 잘 학습했는지 혹은 숙달했는지와 같은 개인적 숙련과 자기발전의 범주에서 정의하였다. 이것은 개인이 학습 그 자체에 가치를 두고 주로 노력에 의존하여 새로운 기술개발 및 향상에 초점을 두는 것이다(김만근, 2012).

일반적으로 과제성향의 선수들이 더 열심히 노력하고 실패 시에도 끊임없이 재 도전 하는 등의 긍정적인 모습을 보이는 것으로 인식되었다 예를 들어, 과제성향을

가진 선수들은 시합에서 상대방 선수들에게 졌다하더라도 실망하거나 좌절하지 않고 최초의 동기수준을 유지하거나 더 발전시키려고 노력한다(정청희, 김병준, 1999;).

이러한 과제목표성향은 비교의 준거가 되는 것이 자신이며, 기술이 향상되거나 노력을 많이 했으면 유능성 느낌이 들고 성공했다고 생각하는 개인의 특성이라고 언급(Nicholls, 1989)하고 있고 Duda(1989)는 목표를 개인이 성취하거나 달성하고자 하는 근원적인 동기에 기초를 둔 성향으로 개념화하여 근원적인 동기의 지향성이 과제목표성향에서 나타난다고 주장하였다.

3) 자아목표성향요인

성취목표로는 자아관련목표로서 이것은 타인과 비교에 의한 성공과 성취행동 후에 자신에게 높은 능력을 귀인 시키는 가능성을 최대화하고 낮은 능력으로 귀인 가능성을 최소화하는 목표이다(Ames, 1984; Dweck, 1986; Maehr & Braskamp 1986; Nicholls, 1984).

Maehr와 Nicholls(1980)는 자아목표성향은 개인이 성취상황에서 성공과 실패의 평가를 객관적으로 나타난 승리와 패배의 범주에서 정의한다. 이 목표지각 향상이나 개인적 숙달 등이고 능력의 느낌을 갖도록 하기에는 불충분하기 때문에 이때의 능력 지각은 타인 참고적이며 경쟁과 같은 사회적 비교 상황에서 성취행동을 야기시킨다(Duda, 1993).

일반적으로 자아지향적 선수는 자신의 능력이 다른 선수들 보다 우수하다는 것을 느끼기 위해서는 다른 선수들보다 더 잘해야 되며, 다른 선수들과 동일하게 잘 하였을 때에는 자신의 타고난 재능을 믿어 다른 선수들보다 노력을 덜 한다는 것이다(정청희, 김병준, 1999).

이러한 자아목표지향은 비교의 준거가 되는 것이 타인이며, 능력감이나 성공감을 느끼기 위해서는 남보다 더 잘 해야 하며, 동일하게 잘 했을 경우는 남보다 노력을 덜 해야 한다고 생각하는 특성이라고 언급(Nicholls, 1989)하고 있고 Duda(1989)는 자신의 행위 결과가 자신이 소유한 높은 능력에 의하여 일어났다고 귀인 시키는 주관적 확률을 최대화하는 것이라고 주장하고 있다.

4) 성취목표성향과 운동수행관계

성취목표성향 이론을 기반으로 지금까지 대부분의 연구들은 운동선수 개인의 성격적 성향이 과제지향성이냐 아니면 자아지향성이냐에 따라서 이에 대한 행동 유형 패턴을 분석하는데 치중하여 이루어져 왔다(Nicholls, 1989; Dweck, 1986; Duda & Nicholls, 1992; 김병태, 2011).

지금까지 이루어진 연구들을 보면 연구에 기초를 두고 스포츠와 운동 상황에서는 다양한 성취목표 성향이 존재함을 제시하고 있으며, 목표성향에서의 차이는 연령, 성 및 문화와 같은 개인적 또는 사회적 요인과 관련이 있을 것이라고 추론하고 있다(Maehr & Nicholls, 1980). 그리고 Duda(1989)는 과제와 자아-관여적 성취목표는 확실히 운동참가와 강도나 지속과도 관련이 있는 것으로 보고하였다.

Duda와 Nicholls(1989), Roberts와 Balague(1989)의 연구에서 이들은 개인의 목표 지향성(개인성향;disposition)등을 측정하는 검사지(과제 - 자아지향 검사지;TEOSQ, 성공지각 검사지;POSQ)를 개발하여, 시합이나 훈련 상황에서 선수 개인의 과제목표 성향과 자기목표 성향이 서로 각각 존재함을 구명하였다.

이러한 성취목표성향과 운동수행과의 연구결과에서 Duda(1992)와 Nicholls(1989)의 목표지향성과 성공에 대한 신념과의 연구에서는 과제목표성향 학생은 성공의 원인을 학습에 대한노력에 두고 있으며, Duda와 Chi(1989)의 연구에 의하면 감독이나 코치, 동료들에 의해 이루어져 있는 상황적 분위기가 선수의 과제목표 형성에 영향을 미친다고 하였다.

한편, Ames(1992)는 타인과의 비교나 경쟁적 목표가 부과되는 동기적 분위기에서는 자아목표지향적 성취목표성향이 이루어진다고 보고하고 있으며, 스포츠 상황에서 자아목표성향 선수는 상당히 부정적인 행동유형을 나타내며, 중도 포기할 수 있고, 잘 못 했을 경우에 변명할 가능성이 높은 특성이 있다고 밝히고 있다(원주연, 김윤태, 2004).

Duda와 White(1992)의 우수선수 대상의 연구에서는 선수가 과제목표성향을 가졌을 때는 성공원인을 코치나 동료, 또는 부모와의 협력이나 노력 등에 두는 반면, 자아목표성향의 선수는 성공원인에 대한 신념을 상대선수와 비교하여 높은 능력 소유나 우월감에 두고 있는 것으로 보고하였다.

2. 내적동기

1) 동기의 개념

동기란 용어는 다양한 의미로 과제평가, 경쟁, 성취상황에서 개인의 성격 또는 사회-인지 요인들로서 설명되어왔다. 과제에 어느 정도의 도전성이 게재된 성취상황에서 동기이론의 요인들은 인간행동에 영향을 미친다는 것이다(문창운, 1988).

지금까지 스포츠 심리학 분야에서 가장 흔히 쓰이고 있는 Sage(1977)의 정의에 따르면 동기란 노력에 대한 방향(direction of effort)과 강도(intensity of effort)라 한다. 노력에 대한 방향은 어떤 사람이 특정 상황이나 행동을 추구하고, 회피하는지를 말하며, 노력에 대한 강도는 어떤 사람이 어떤 상황에서 얼마만큼의 노력을 많이 하는지, 많이 안하는지를 의미한다(정청희, 김병준, 1999). 이 같은 동기의 개념을 크게 나누면 발생적 기능, 방향적 기능, 강화적 기능이 세 가지로 볼 수 있다.

일반적으로 동기를 크게 내적동기 외적동기로 분류하여 연구되어져 왔는데 행동상의 특징에 의해서 보상의 획득이나 처벌의 회피와 같이 일정한 목적을 달성하기 위한 수단으로 이루어진 행동인 외적동기(extrinsic motivation)와 활동 그자체가 목적인 내적동기(intrinsic motivation)로 구별될 수 있다(한덕웅, 1984).

2) 내적동기의 개념

내적동기(Intrinsic Motivation)는 자신이 선택한 활동에 의해 생기게 된 기쁨이나 즐거움, 유능감을 경험하게 되고 외적 강압 없이 스스로 환경을 지배하며 환경에 효과를 미치려는 인간의 욕구와 자기 강화에 반영된다고 볼 수 있다(Deci & Ryan, 1985).

Deci와 Ryan(1991)의 스포츠 심리학 분야에서의 내적동기(intrinsic motivation)를 살펴보면 개인이 아무런 외적 보상 없이 어떤 활동에 자발적으로 참여하는 것으로, 내적동기에서 나타나는 행동을 흥미-즐거움(interest-enjoyment), 압박-긴장(pressure-tension), 지각된 유능성(perceived competence), 노력-중요성(effort-importance), 선택(choice-통제)의 5가지 요소로 구성되어 있다고 제시 하였

다. 따라서 사람들은 내적 동기화가 되었을 때 물질이나 외적인 보상에 관계없이 자기 스스로 환경을 지배하며 환경에 효과를 미치려는 인간의 욕구와 자기 강화에 반영된다고 볼 수 있다(Deci & Ryan, 1985).

한덕웅(1984)은 내적동기 이론가들이 내적동기를 중요시하는 가장 중요한 이유는 인간이 외적 자극에 대해서 단순히 수동적으로 반응하는 존재가 아니라 내적 과정을 통해서 환경에 능동적으로 대응하는 데 이유가 있다고 하였다.

Csikszentmihalyi(1985)의 스포츠 심리학 분야에서의 내적동기를 살펴보면 즐거움으로 정의하고 활동 자체에 몰입되어 있는 최적의 경험 상태를 목적으로 한다고 하였다. 즉, 즐거움이 충만한 경험(flow experience)은 그 활동에 참가하는 내적인 이유이며, 즐거움이 충만한 상태를 만들어내고자 하는 것을 인간의 본능적 욕구라 할 수 있다(Csikszentmihalyi, 1990; Jackson, 1992).

한편, Weiner(1986)는 어떤 과제를 학습하고 나서의 기쁨이나 즐거움 같은 긍정적인 정서를 경험하는 것 이라고 하였다.

Harter(1981)는 내적동기는 어떤 것에 흥미를 갖는다든지, 도전, 호기심 또는 숙련하려는 것으로 정의하며, 스포츠에서 어떤 보상을 받지 않고도 동기가 발생한다면 이것을 내적동기라고 하였고, Deci(1975)는 내적동기를 개인이 당면하고 있는 상황 속에서 유능감(competence)과 자기결정성(self-determination)을 느끼려는 욕구라고 하였다.

Csikszentmihalyi(1990)는 내적동기를 가지고 과제 활동에 임하게 된다면 ‘몰입상태(flow state)’를 경험한다고 하였다. 개인의 능력과 과제의 난이도 수준이 균형을 이룰 때 과제 활동을 수행하는 것에만 오로지 생각하게 되는데 그것을 몰입경험이라고 한다. 즉, 오로지 보상을 바라지 않고 개인이 가지고 있는 능력만으로 과제를 행하는 것 자체가 자신에게 보상이 된다고 할 수 있다고 하였다.

3) 내적동기와 운동수행의 관계

스포츠 상황에서 경쟁이 내적동기에 미치는 영향에 대하여 살펴보면 경쟁은 일반적으로 스포츠에서 가장 효과적인 요인으로 고려되어 왔다. 대부분의 스포츠 시합은 경쟁을 내재하고 있으며, 스포츠에 참가하는 개인들은 승리하고자 하는 욕구

를 주장함에 따라 경쟁은 때때로 내적동기(Gould, Horn & Spreeman, 1983)로 일컬어져 왔다 따라서, 스포츠 동기란 바로 이러한 행동패턴에 내재된 역동적과정의 원천인 것이다(Robert, 1982, 1992).

Deci와 Ryan(1985)의 연구에 의하면, 원래 재미있는 활동을 하는데 있어 외적보상을 제공하면, 그 활동에 대한 내적동기가 낮아진다는 사실이 인식되었다. 즉, 매력적으로 느끼고 있는 행동에 대한 보상은 오히려 몰입수준을 낮추고 관심도를 떨어뜨리는 부정적인 결과를 초래한다는 것이다.

경쟁과 내적동기에 관한 최초의 연구는 Deci 등,(1981)에 의해 수행되었는데, 이 연구에서는 직접적 경쟁(절대적기준이 아닌 상대방과의 경쟁)이 내적동기에 미치는 영향을 탐색하였다. 결과는 직접적인 대면 경쟁은 어떤 기준을 대상으로 한 경쟁(간접경쟁)과 비교했을 때 그 활동에 대한 내적동기를 크게 낮추는 것으로 나타났다.

이러한 연구결과는 개인들이 경쟁을 통제적으로 경험하는 경향이 있으며 승리에 자아가 관여됨을 제시하고 있다. 스포츠에서의 승리의 경험은 개인으로 하여금 더욱 경쟁토록 하며, 내적동기를 저하시킨다. 또한, 경쟁에서의 승리는 금전이나 트로피로 보상되어지며, 보상은 더욱 내적동기를 감소시킨다고 하였다(Reeve, Olson, & Cole(1985).

이러한 선행연구들에서 내적동기에 부정적 영향을 미치는 요인들로 보상적 측면과 경쟁, 부정적 피드백, 부정적 행동경로와 감독관리 행동 등을 언급하였다(장국진과 김상식, 2008; 이수봉, 2003; Deci, 1981; Vallerand & Rousseau, 2001). 이러한 결과가 경쟁이 내적동기를 감소시키는 것을 지적하고 있으나 결과가 항상 불변적이라고 이야기 하기는 어렵다. 그러나 내적 동기가 실패 자체에 집착 할 경우, 후속과제에 대한 수행수준은 낮아지는 것으로 인식되었다(Weiner & Kukla, 1970).

한편, McAulry와 Tammen(1989)의 연구에서는 개관적인 승패보다는 주관적인 해석이 내적동기에 더 큰 영향이 있다는 연구결과가 밝혀졌다. 이 같은 결과는 IMI의 네 가지 하위척도를 분석한 결과 스스로 잘했다고 생각하는 선수에 비해 노력과 중요도, 지각된 유능성, 흥미와 재미에서 훨씬 더 높은 점수를 보였다. 하지만 객관적인 결과인 승리와 패배로 구분했을 때는 내적동기의 척도에서 통계적으로 유의한 차이가 나타나지 않았다. 이러한 결과는 성공과 실패에 대한 주관적인 정의와 개인의 목표성향의 중요성을 나타낸다(정석, 2012).

3. 운동몰입

1) 운동몰입의 개념 및 정의

심리학에서의 몰입은 사람들이 어떤 일에 완전히 몰두 할 때 갖는 심신일치의 느낌 또는 자동적으로 통제되는 것(Csikszentmihalyi, 1975)을 말하며 이 개념은 심리학뿐만 아니라 다양한 학문에서 자주 다루어진다. 몰입의 경험은 스포츠 활동뿐만 아니라 일상생활의 여러 활동에서도 경험할 수 있다.(손영수, 최만식, 문수익, 2002).

특히 스포츠상황에서 선수들이 시합에 몰두하는 것은 경기력에 중요할 뿐만 아니라, 스포츠심리학 분야에서도 비중 있게 다루어지고 있다. 몰입은 개인의 기술과 요구되는 상황도전이 동등하고 수행자가 수행에 전적으로 관여할 때 발생하는 것인데, 개념적으로는 스포츠에 참여하는 동안 최적의 경험을 장악한 중요한 심리적 상태로 설명할 수 있다(송춘현, 2003; 한국스포츠 심리학회, 1998).

몰입은 결국 운동을 하는 자신을 위한 활동이라고 볼 수 있다. 즉, 자신의 활동에 어떠한 의미를 부여하고 그 동기로 인해 남이 아닌 자기가 직접적인 당사자로서 운동몰입을 강화시키는 것이다. 선수는 어떠한 관심사 및 문제를 발견하고 이를 해결하기 위해 최선의 노력을 다한다. 선수에게 관심대상이 주는 만족감은 활동을 지속시키는 힘이 되고 선수들의 이러한 몰입된 활동과 의미 있는 내재적인 활동이 이상적인 운동몰입의 활동으로 나타난다고 볼 수 있다. 또한 운동선수의 몰입은 결과보다는 바로 지금 행동자체의 집중을 경험하게 된다(이동재, 장덕선, 1999).

2) 몰입의 조건

Csikszentmihalyi(1990)은 몰입은 조직화된 활동이나 몰입을 발생시키는 개인의 능력 혹은 이 두 가지 모두에서 나온다고 하였다. 몰입에 공헌하는 활동을 만드는 요소는 기술의 습득, 목표설정, 피드백, 통제의 가능성이 포함되어 있다. 몰입활동은 일상과 다른 활동을 함으로써 집중을 촉진시킨다. 그러나 일상의 경험을 몰입 속으로 변형시키는 것은 쉽지 않으나 누구나 그렇게 하기 위하여 자신의 능력을 향상

시킬 수 있다. 똑같은 환경에 있는 개인은 지루함으로부터 몰입상태로 순식간에 이동할 것이며, 일단 기술을 향상시키고 도전수준을 감소시킴으로서 다시 몰입상태에 접어 들 수 있다고 하였다.

Csikszentmihalyi(1990)은 몰입을 경험하기 위한 자기 목적적 자아개발 규칙을 다음과 같이 제시하고 있다. 첫째 몰표설정으로 몰입을 경험하기 위해서는 자신이 노력할 명확한 목표를 설정해야 한다. 목표가 있는 사람과 없는 사람의 기본적 차이는 추구할 목표를 선택한 사람은 자신을 안다는 것이다. 둘째, 활동에 몰두하는 것이다. 행동의 체계를 선택한 후에 자기목적의 삶을 가진 사람은 더욱 성장한다. 그러므로써 어떤 사람이 소유하는 기술과 행동의 가능성을 균형 있게 하는 것이 요구된다. 셋째, 무엇이 일어나는지 관심을 갖는다. 집중을 몰입에 이르려고 관심을 기울이거나 지속적인 노력에 의해서만 유지될 수 있다. 자기인식으로부터 자유롭게 되는 것은 몰입수준을 높인다. 넷째, 즉각적인 경험을 즐겁으로서 만족한 상태에서 목표를 세우고 기술을 개발하고 피드백에 민감해지고 어떻게 집중하고 행동에 관여하는지를 이해할 수 있다는 것이다.

3)운동몰입의 결정요인

Csikszentmihalyi(1975)는 몰입의 상태가 발생하기 위해서는 속박으로부터의 자유, 활동에 대한 자발적인 선택이 필요하다고 하였으며 활동참여는 즐거움을 주어야 하고 추구하는 활동이 문화적으로 인식되어야 한다고 주장하며 몰입체험의 요소를 다음과 같이 제시하였다.

첫째, 과제와 기술의 균형. 몰입체험이란 과제의 난이도가 개인의 기능 수준과 균형을 이룰 때 나타난다. 둘째, 행위와 의식의 일치. 수행자는 과제에 강하게 몰두하게 되며 이러한 몰입은 자발적으로 일어난다. 셋째, 명확한 목표. 뚜렷한 수행목표를 가지고 있는 사람이 몰입체험을 느낄 가능성이 높아진다. 넷째, 즉각적인 피드백. 수행에 관한 즉각적인 피드백은 성취해야할 목표에 따라서 수행자가 에너지를 적절하게 투입하였는지를 평가하도록 하는 방법이다. 다섯째, 과제집중. 몰입체험이 진행되는 동안에는 수행중인 활동 이외의 어느 것에도 신경을 쓸 수 없게 되므로 개인 체험의 질을 높이며 수행중인 과제에 더욱 집중을 할 수 있게 된다. 여섯째,

통제감. 사람들은 통제 하에 있다는 느낌을 좋아하며, 몰입체험의 순간에 어떤 상황을 언제나 통제가 가능하다고 느낀다. 일곱째, 자의식의 상실. 몰입체험의 경험은 강렬하기 때문에 어느 것에도 신경을 쓸 수 없다. 여덟째, 시간감각의 왜곡. 몰입체험의 순간에는 시간감각이 달라지며 완벽한 몰입의 순간에는 시간의 억압으로부터 자유를 찾음으로써 환희를 느끼게 된다.

4) 운동몰입의 최상수행

Harris(1984)와 Orlick(1990)의 스포츠수행과 관련된 몰입의 연구를 살펴보면 헌신의 수준은 경쟁의 형태나 수준에 따라 명백히 차이가 나지만, 경쟁 수준에 관계 없이 우수한 선수들은 최선을 다하려는 그들만의 목표를 가지고 있으며 덜 도전적인 목표를 가진 선수보다 그들의 스포츠에 최선을 다하여 높은 헌신을 한다고 하였다.

최상수행은 연습시간의 충분한 활용에서 비롯된다. 주어진 연습시간의 충분한 활용은 헌신적인 훈련의 한 과정으로서 자기 통제에 성공했을 때만이 가능한 것이다(홍희선, 2009). 몰입체험과 최상수행의 두 현상이 여러 측면에서 공통적인 속성을 지니는 것은 사실이지만 여기서 유념해야 할 점은 몰입체험과 최상수행이 동일하지는 않다는 것이다. 몰입 상태에 들어갔다고 해서 반드시 최상수행에 이르지 않는다는 것이다(송춘현, 2003). 따라서 최상수행은 선수 개인이 느끼는 독특한 기분이랄 수 있으며, 최상수행의 순간에는 대체로 두려움을 느끼지 않으며 몸과 마음이 일체가 되는 느낌을 받게 되고 힘을 들이지 않고 과제수행에 완전히 몰입되어 자신과 주위 상황을 조절 할 수 있는 상태라 할 수 있다. 최상수행이 자주 나타나지는 않지만 여러 긍정적인 심리상태가 갖추어져 있다면 그 가능성은 높아질 것이다(송미혜, 1998).

5) 운동몰입과 경기력의 관계

운동몰입은 심리적으로 안정되고 성숙되어질 때 선수 자신이 가지고 있는 능력을 자신 있게 표현하고 여기에 훈련몰입이 강화되면 선수들이 신체적 표현에 최선을

다할 수 있게 된다(김병준, 2002). 몰입은 동기와 유사한 특성을 갖고 있는 것을 볼 수 있다. 운동선수들이 하고 싶어 하는 기본적인 욕구와 그 활동의 욕구가 무엇인냐에 따라 몰입의 수준은 달라질 수 있다(김세웅, 2006).

조태수(2008)는 스포츠 활동은 경쟁을 통해서 이루어지고, 이러한 경쟁의 결과는 신체적, 생리적, 역학적 및 운동몰입 등의 복합적인 상호작용에 의해 결정된다고 하였으며 김판규, 김창우와 공성배(2007)는 경기력은 스포츠 경기현장에서 선수가 지닌 기량을 나타내는 운동수행의 척도라고 할 수 있으며, 경기력은 훈련과 운동몰입을 통해 나타나는 총체적인 운동수행 능력이라 하여 운동몰입과 경기력은 관련이 있음을 알 수 있다.

운동선수들에게 몰입은 선수 자신이 운동수행에 완전하게 몰입하여 시간이 중지된 것 같이 느껴지고, 주변과 혼연일체가 될 때 나타난다. 스포츠 경기에서 경기장 시설이나 관중 등 수행과는 관계가 없는 것들에 정신을 빼앗기지 않고 당면하는 문제들을 해결하기 위하여 온 정신을 기울여 성공적인 경기력을 갖게 하는 것이다. 즉, 선수가 경기상황에서 자신이 갖고 있는 최고 수준의 경기력을 발휘하기 위해서는 몰입이란 요소는 필수적이며, 이러한 심리적인 요소를 사용하여 신체기술을 충분히 사용해야 한다는 것이다(이용인, 윤대현, 박세윤, 2008).

Ⅲ. 연구 방법

태권도 선수의 성취목표성향이 운동몰입에 미치는 영향을 알아보는데 있다. 세부적으로 볼 때 인구학적 특성에 따라 성취목표성향, 운동몰입의 차이를 규명하고 성취목표성향이 운동몰입에 미치는 영향을 분석하고 있다. 이러한 연구목적을 달성하기 위하여 이 연구에서 사용한 연구대상, 조사도구, 조사절차 및 자료처리 방법은 다음과 같다.

1. 연구 대상

2013년 대한태권도협회에 등록된 고등학교 남·여 태권도 선수들을 대상으로에 참가한 선수들을 모집단으로 설정, 체계적 유층 집락 무선 표집(systematic stratified cluster random sampling)을 이용하여 조사대상을 표집 하였다. 이 표본에 대하여()로 인원과 분포의 내용은 <표 1>과 같다.

표 1. 연구 표본 단위 : 명(%)

구분		N(%)	계
성 별	남자	185(80.4)	230(100)
	여자	45(19.6)	
학 년	1학년	84(36.5)	230(100)
	2학년	80(34.8)	
	3학년	66(28.7)	
경 기 수 준	우수선수	95(41.3)	230(100)
	일반선수	135(58.7)	
운 동 경 력	5년 미만	95(41.3)	230(100)
	5년 이상~8년 미만	103(44.8)	
	8년 이상	32(13.9)	

2. 조사도구

이 연구에서는 태권도선수의 성취목표성향과 내적동기가 운동몰입에 미치는 영향을 규명하기 위하여 자료수집도구로 검사지를 이용하였다.

1) 검사지의 구성

검사지의 구성내역은 크게 인구통계학적 변인 성취목표성향, 내적동기, 운동몰입 등으로 구성되었다.

검사지의 구체적인 구성 지표와 내용은 다음 <표 2>와 같다.

표 2. 검사지의 구성지표와 내용

	구분	N(%)	계
배경변인	인구통계학적 특성	성별, 학년, 경기실적, 경력	4
독립변인	성취목표성향	자아지향적(1,2,3,4,5,6), 과제지향적(7,8,9,10,11,12,13)	13
매개변인	내적동기	내적동기	8
종속변인	운동몰입	운동몰입	17

(1) 인구학적 특성변인

이 연구에서 조사 대상자의 일반적 특성을 파악하기 위하여 사용되어진 내용은 성별, 학년, 경기실적, 운동경력 4자기 질문으로 구성되었다.

인구학적 특성변인 중 운동경력에서 빈도가 낮은 2년 미만, 10년 이상인 선수에 대해 수정하였다. 2년 미만인 선수를 2년 이상~5년 미만인 대상을 5년 미만으로, 10년 이상인 선수를 8년 이상~10년 미만인 대상을 8년 이상으로 보완하여 사용하였다.

(2) 성취목표성향

이 연구에 사용한 성취목표 검사지의 문항은 Duda와 Nicholls(1992)가 개발한 스포츠 성취목표성향 검사지(TEOSQ : task & ego orientation in sport questionnaire)를 성창훈(1995)이 번안하여 사용한 검사지를 심현후(2006), 오경록(2010), 배진희(2010), 김덕임, 박승환(2010)등이 사용한 바 있다. 따라서 본 연구의 취지에 맞게 재구성하여 사용하였다. 성취목표성향 검사지의 설문문항은 자아지향적(6문항), 과제지향적(7문항), 총 13문항으로 구성되었다. 검사지 문항에 대한 평가 구성은 “전혀 그렇지 않다(1점)부터 매우 그렇다(5점)”의 5점 리커트 척도로 구성하였다.

(3) 내적동기

내적동기는 Ryan(1980)에 의해 개발되었고, 성창훈(1995)이 번안하여 사용한 내적동기 검사지를 심기선(2010)이 사용한 바 있다. 따라서 본 연구의 취지에 맞게 재구성하여 사용하였다. 검사지의 설문문항은 내적동기(8문항)으로 구성되었으며, 검사지 문항에 대한 평가 구성은 1문항~5문항 “전혀 그렇지 않다(1점)부터 매우 그렇다(5점)”의 5점 리커트 척도로 구성하였고, 6문항~8문항의 구성은 역 체점 리커트 척도로 구성하였다.

(4) 운동몰입

Meyer와 Allen(1991)이 개발한 정서적 몰입척도를 번안하여 사용한 검사지를 윤재만(2008), 홍희선(2009), 김수연(2009)이 사용한 바 있다. 검사지의 설문문항은 운동몰입(17문항)으로 구성되었으며, 검사지의 문항에 대한 평가 구성은 “전혀 그렇지 않다(1점)부터 매우 그렇다(5점)”의 5점 리커트 척도로 구성하였다.

2) 검사지의 타당도 및 신뢰도

(1) 검사지의 타당도 및 신뢰도

본 연구에서는 측정도구의 타당도 검증을 위하여 성취목표성향, 내적동기, 운동몰입에 대하여 요인분석과 신뢰도 분석을 하였다.

첫째, 요인분석은 주성분 분석방법을 사용하였고, 요인들 간의 독립성을 유지하면서 구조가 가장 뚜렷할 때까지 직각회전의 Varimax방법을 이용하여 고유치를 1.0을 기준으로 정하였다. 각 요인에 적재치가 .50이하인 문항은 삭제하였다.

둘째, 신뢰도 분석은 SPSS 18.0을 활용하여 신뢰도분석을 실시하여 Cronbach's α 값과 항목-전체 상관관계를 확인하였고, 신뢰도를 저해하는 항목은 제외시켰다. Cronbach's α 값이 일반적으로 0.60이상이면 비교적 신뢰도가 높다(Nunnally, 1994)고 하였고, 0.6~0.8의 수준이면 척도로서 신뢰성을 보증할 수 있는 것으로 보고 있다(박병호, 조윤식, 1992).

회수된 자료 중 다항목으로 측정된 성취목표성향, 내적동기, 운동몰입에 대하여 타당도와 신뢰도 분석을 실시한 결과는 <표 3>, <표 4>, <표 5>와 같다.

표 3. 성취목표성향의 요인분석 및 신뢰도 분석

문항	요인		
	과제성향	자아성향	공통분
문항7	.738	.147	.567
문항8	.731	.181	.568
문항11	.682	-.011	.465
문항10	.674	.130	.471
문항13	.644	.117	.429
문항1	.117	.819	.685
문항2	.275	.781	.686
문항3	.018	.738	.545
KMO의 표본적합성 측정=.765	고유치	2.987	1.429
Bartlett의 구형성 검정=416.905	공통분산%	37.335	17.858
df=28 p=.000	누적분산%	37.335	55.193
Cronbach's Alpha =	.744	.703	

<표 3>은 성취목표성향 검사지에 대한 탐색적 요인분석 결과를 나타내고 있다.

<표 3>에 나타난 바와 같이 성취목표성향을 분석한 결과 누적분산은 55.193%로 나타났으며, 각 항목의 적재 값들도 0.6이상으로 높게 나타났다.

이러한 요인분석 결과에 따라 신뢰도 분석에서 성취목표성향 요인의 신뢰도 계수는 과제목표성향 $\alpha=.744$, 자아목표성향 $\alpha=.703$ 으로 비교적 높게 나타났다. 이는 이 연구에서 사용된 검사지의 신뢰도가 비교적 높게 나타나고 있음을 알 수 있다.

표 4. 내적동기의 요인분석 및 신뢰도 분석

문항	요인		
	내적동기	공통분	
문항1	.884	.782	
문항2	.856	.733	
문항5	.779	.607	
문항6	.750	.563	
문항8	.696	.485	
문항3	.650	.422	
문항4	.620	.385	
문항7	.613	.376	
KMO의 표본적합성 측정=.856	고유치	4.352	.994
Bartlett의 구형성 검정=939.810	공통분산%	54.403	12.428
df=28 p=.000	누적분산%	54.403	66.831
Cronbach's Alpha =		.874	

<표 4>는 내적동기 검사지에 대한 탐색적 요인분석 결과를 나타내고 있다.

<표 4>에 나타난 바와 같이 내적동기를 분석한 결과 누적분산은 54.403%로 나타났으며, 각 항목의 적재 값들도 0.6이상으로 높게 나타났다.

이러한 요인분석 결과에 따라 신뢰도 분석에서 내적동기 요인의 신뢰도 계수는 $\alpha=.874$ 으로 높게 나타났다. 이는 이 연구에서 사용된 검사지의 신뢰도가 비교적 높게 나타나고 있음을 알 수 있다.

표 5. 운동몰입의 요인분석 및 신뢰도 분석

문항	요인	
	운동몰입	공통분
문항6	.742	.551
문항4	.739	.547
문항16	.726	.527
문항7	.691	.478
문항15	.685	.469
문항1	.682	.465
문항2	.680	.463
문항11	.659	.434
문항5	.631	.399
문항14	.631	.399
문항12	.551	.304
문항17	.541	.292
문항13	.535	.287
KMO의 표본적합성 측정=.893 고유치 5.613 1.373		
Bartlett의 구형성 검정 공통분산% 43.179 10.559		
=1209.977 누적분산% 43.179 53.738		
df=78 p=.000		
Cronbach's Alpha = .888		

<표 5>는 운동몰입 검사지에 대한 탐색적 요인분석 결과를 나타내고 있다.

<표 5>에 나타난 바와 같이 운동몰입은 단일요인으로 분석한 결과 누적분산은 53.738%로 나타났으며, 각 항목의 적재 값들도 0.5이상으로 높게 나타났다.

이러한 요인분석 결과에 따라 신뢰도 분석에서 운동몰입 요인의 신뢰도 계수는 $\alpha=.888$ 로 높게 나타났다. 이는 이 연구에서 사용된 검사지의 신뢰도가 비교적 높게 나타나고 있음을 알 수 있다.

3. 조사방법 및 절차

이 연구에서는 태권도선수의 성취목표성향과 내적동기가 운동몰입에 미치는 영향을 규명하기 위하여 검사지가 조사도구로 사용되었다. 이 연구의 조사는 2013년 대한태권도협회에 등록된 고등학교 태권도 선수 중, 2013년 전국종별선수권대회(2013년 3월, 전남 화순군)와 제23회 용인대총장기 전국남녀태권도대회(2013년 4월, 전남 강진군)에 참가한 선수들을 대상으로 하였다.

선정된 모든 대상자들에게는 조사 전에 전에 조사의 목적과 방법에 대해서 충분히 설명하였으며, 조사는 1주일 전에 감독 및 코치와의 면담 및 전화통화로 본인의 소개와 이연구의 취지 그리고 연구의 필요성을 밝히고 조사 약속을 하였으며, 조사 당일 날 현장에서 이 연구자와 검사지에 관하여 교육을 받은 보조 조사원이 이 연구의 필요성과 검사지 작성 요령을 이해할 수 있도록 자세히 설명한 뒤 감독 및 코치의 협조를 받아 조사대상자에게 검사지를 배포한 다음 자기평가기입법(Self-administration method)으로 작성토록 하였다. 검사지에 대한 이해가 힘든 문항에 대해서는 이해를 돕고자 문항에 대해 쉽게 설명을 한 후, 작성토록 하고 다음 문항으로 넘어가게 하였고, 설문지는 곧 바로 회수하였다.

4. 자료처리

이 연구에서는 검사지의 응답결과를 기입한 자료를 회수한 후 응답 내용이 부실하거나 신뢰성이 없다고 판단되는 자료와 극단치(outlier)를 분석대상에서 제외하였다. 입력된 자료는 SPSS WIN 18.0 프로그램을 활용하여 자료 분석의 목적에 따라 전산처리 하여 자료 분석을 실시하였다.

구체적인 자료처리 방법은 다음과 같다.

1) 측정도구를 타당도 및 신뢰도 검증을 위하여 요인 분석과 Cronbach's α 를 사용하였으며 유의 수준은 $\alpha = 5\%$ 수준으로 하였다.

2) 태권도 선수의 성별, 학년, 경기실적, 경력에 따른 성취목표성향과 내적동기, 운동몰입의 차이를 알아보기 위하여 t검정과 일원변량분석(One-way ANOVA)을 실시하였다.

3) 태권도선수의 성취목표성향이 내적동기에 미치는 영향을 알아보기 위하여 다중회귀분석(multiple regression analysis)을 실시하였다.

4) 태권도선수의 성취목표성향이 운동몰입에 미치는 영향을 알아보기 위하여 다중회귀분석(multiple regression analysis)을 실시하였다.

5) 태권도선수의 성취목표성향과 운동몰입간의 관계에서 내적동기 매개효과를 알아보기 위하여 다중회귀분석(multiple regression analysis)을 통한 경로분석을 실시하였다.

IV. 연구결과

1. 태권도 선수의 인구학적 특성에 따른 성취목표성향, 내적 동기, 운동몰입의 차이

1) 태권도 선수의 성별에 따른 성취목표성향 차이

태권도 선수의 성별에 따른 성취목표성향 차이를 검증한 결과는 <표 6>와 같다.

표 6. 태권도 선수의 성별에 따른 성취목표성향 차이

구분	성취목표성향			
	n	자아목표성향	과제목표성향	
성별	남자	185	3.7586 ± .65059	3.9957 ± .56950
	여자	45	3.6444 ± .52896	3.9867 ± .57112
	t값		1.092	.095
	유의확률		.059	.924

<표 6>에 나타난 바와 같이 성별에 따른 성취목표성향에 대한 차이를 분석한 결과, 통계적으로 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다. 성별에 따른 자아목표성향은 남자(3.75)가 여자(3.64)보다 높게 인식하고 있는 것으로 나타났으며, 과제목표성향은 남자(3.99)가 여자(3.98)보다 높게 인식하고 있는 것으로 나타났다. 이러한 결과로 볼 때 성취목표성향 인식수준은 성별에 따라 다소 차이가 있음을 알 수 있다.

2) 태권도 선수의 성별에 따른 내적동기 차이

태권도 선수의 성별에 따른 내적동기 차이를 검증한 결과는 <표 7>와 같다.

표 7. 태권도 선수의 성별에 따른 내적동기 차이

구분	n	내적동기
성별	남자	3.8331 ± .73532
	여자	3.6583 ± .43985
t값		1.528
유의확률		.017

<표 7>에 나타난 바와 같이 성별에 따른 내적동기에 대한 차이를 분석한 결과, 통계적으로 유의수준($p < .05$)에서 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 성별에 따른 자아실현은 남자(3.83)가 여자(3.65)보다 높게 인식하고 있는 것으로 나타났다. 이러한 결과로 볼 때 내적동기 인식수준은 성별에 따라 다소 차이가 있음을 알 수 있다.

3) 태권도 선수의 성별에 따른 운동몰입 차이

태권도 선수의 성별에 따른 운동몰입 차이를 검증한 결과는 <표 8>와 같다.

표 8. 태권도 선수의 성별에 따른 운동몰입 차이

구분	n	운동몰입
성별	남자	3.7439 ± .50864
	여자	3.5504 ± .45566
t값		2.333
유의확률		.102

<표 8>에 나타난 바와 같이 성별에 따른 운동몰입에 대한 차이를 분석한 결과, 통계적으로 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다. 성별에 따른 운동몰입은 남자(3.74)가 여자(3.55)보다 높게 인식하고 있는 것으로 나타났다. 이러한 결과로 볼 때 운동몰입 인식수준은 성별에 따라 다소 차이가 있음을 알 수 있다.

4) 태권도 선수의 학년에 따른 성취목표성향 차이

태권도 선수의 학년에 따른 성취목표성향 차이를 검증한 결과는 <표 9>와 같다.

표 9. 태권도 선수의 학년에 따른 성취목표성향 차이

구분	n	성취목표성향		
		자아목표성향	과제목표성향	
학년	1학년	84	3.6667 ± .51484	3.9095 ± .57280
	2학년	80	3.7625 ± .59106	3.9700 ± .51910
	3학년	66	3.7929 ± .78830	4.1303 ± .60306
	F값		.850	2.944
	유의확률		.429	.055

<표 9>에 나타난 바와 같이 학년에 따른 성취목표성향에 대한 차이를 분석한 결과, 통계적으로 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다. 학년에 따른 자아목표성향과 과제목표성향은 학년이 높을수록 크게 인식하고 있는 것으로 나타났으며, 분석한 결과 중 3학년(3.79)이 과제목표성향을 가장 높게 인식하고 있는 것으로 나타났다. 이러한 결과로 볼 때 성취목표성향 인식수준은 학년에 따라 다소 차이가 있음을 알 수 있다.

5) 태권도 선수의 학년에 따른 내적동기 차이

태권도 선수의 학년에 따른 내적동기 차이를 검증한 결과는 <표 10>와 같다.

표 10. 태권도 선수의 학년에 따른 내적동기 차이

구분	n	내적동기	
학년	1학년	84	3.7693 ± .78950
	2학년	80	3.7688 ± .56922
	3학년	66	3.8731 ± .69355
	F값		.533
	유의확률		.588

<표 10>에 나타난 바와 같이 학년에 따른 내적동기에 대한 차이를 분석한 결과,

통계적으로 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다. 학년에 따른 내적동기는 3학년 (3.87)이 가장 높게 인식을 하는 것으로 나타났다. 이러한 결과로 볼 때 내적동기 인식수준은 학년에 따라 다소 차이가 있음을 알 수 있다.

6) 태권도 선수의 학년 따른 운동몰입 차이

태권도 선수의 학년에 따른 운동몰입 차이를 검증한 결과는 <표 11>와 같다.

표 11. 태권도 선수의 학년에 따른 운동몰입 차이

구분	n	운동몰입
학년	1학년	3.7033 ± .47795
	2학년	3.6663 ± .47685
	3학년	3.7576 ± .56659
F값		.593
유의확률		.553

<표 11>에 나타난 바와 같이 학년에 따른 운동몰입에 대한 차이를 분석한 결과, 통계적으로 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다. 학년에 따른 운동몰입은 3학년 (3.75)과 1학년(3.70), 2학년(3.66) 순으로 인식을 하는 것으로 나타났다. 이러한 결과로 볼 때 운동몰입 인식수준은 학년에 따라 다소 차이가 있음을 알 수 있다.

7) 태권도 선수의 경기실적에 따른 성취목표성향의 차이

태권도 선수의 경기실적에 따른 성취목표성향 차이를 검증한 결과는 <표 12>와 같다.

표 12. 태권도 선수의 경기실적에 따른 성취목표성향 차이

구분	n	성취목표성향	
		자아목표성향	과제목표성향
경기실적	있다	3.7053 ± .64479	3.9937 ± .56678
	없다	3.7580 ± .61951	3.9941 ± .57195
t값		-.625	-.005
유의확률		.468	.781

<표 12>에 나타난 바와 같이 경기실적에 따른 성취목표성향에 대한 차이를 분석한 결과, 통계적으로 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다. 경기실적에 따른 자아

목표성향은 입상경력이 없는(3.75) 선수가 입상경력이 있는(3.70) 선수보다 높게 인식하고 있는 것으로 나타났으며, 과제목표성향은 입상경력이 있는 선수와 없는 선수는 인식에 대해 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다. 이러한 결과로 볼 때 성취목지향성 인식수준은 경기실적에 따라 다소 차이가 있음을 알 수 있다.

8) 태권도 선수의 경기실적에 따른 내적동기 차이

태권도 선수의 경기실적에 따른 내적동기 차이를 검증한 결과는 <표 13>와 같다.

표 13. 태권도 선수의 경기실적에 따른 내적동기 차이

구분		n	내적동기
경기실적	있다	95	3.7803 ± .71939
	없다	135	3.8120 ± .67139
t값			-.343
유의확률			.842

<표 13>에 나타난 바와 같이 경기실적에 따른 내적동기에 대한 차이를 분석한 결과, 통계적으로 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다. 경기실적에 따른 내적동기는 입상경력이 없는(3.81) 선수가 입상경력이 있는(3.78) 선수보다 높게 인식하고 있는 것으로 나타났다. 이러한 결과로 볼 때 성취목지향성 인식수준은 경기실적에 따라 다소 차이가 있음을 알 수 있다.

9) 태권도 선수의 경기실적에 따른 운동몰입 차이

태권도 선수의 경기실적에 따른 운동몰입 차이를 검증한 결과는 <표 14>와 같다.

표 14. 태권도 선수의 경기실적에 따른 운동몰입 차이

구분		n	운동몰입
경기실적	있다	95	3.6891 ± .48843
	없다	135	3.7179 ± .51559
t값			-.427
유의확률			.291

<표 14>에 나타난 바와 같이 경기실적에 따른 운동몰입에 대한 차이를 분석한 결과, 통계적으로 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다. 경기실적에 따른 운동몰입은 입상경력이 없는(3.71) 선수가 입상경력이 있는(3.68) 선수보다 높게 인식하고 있는 것으로 나타났으며, 분석한 결과 입상경력이 없는 선수가 운동몰입을 매우 높게 인식하고 있는 것으로 나타났다. 이러한 결과로 볼 때 성취목표성향 인식수준은 경기실적에 따라 다소 차이가 있음을 알 수 있다.

10) 태권도 선수의 운동경력에 따른 성취목표성향의 차이

태권도 선수의 운동경력에 따른 성취목표성향 차이를 검증한 결과는 <표 15>와 같다.

표 15. 태권도 선수의 운동경력에 따른 성취목표성향 차이

구분	n	성취목표성향		
		자아목표성향	과제목표성향	
5년 미만	95	3.7544 ± .55054	3.8379 ± .51306	
운동 경력	5년 이상 ~ 8년 미만	103	3.7152 ± .73120	4.0738 ± .58477
	8년 이상	32	3.7500 ± .49369	4.2000 ± .57023
F값		.104	7.049	
유의확률		.901	.001	

<표 15>에 나타난 바와 같이 운동경력에 따른 성취목표성향에 대한 차이를 분석한 결과, 자아목표성향은 통계적으로 유의한 차이가 없는 것으로 나타났고, 과제목표성향은 통계적으로 유의수준($p < .001$)에서 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 운동경력에 따른 자아목표성향은 5년 미만(3.75)과 8년 이상(3.75), 5년-8년 미만(3.71)인 순으로 인식하고 있는 것으로 나타났으며, 과제목표성향은 8년 이상(4.20)과 5년-8년 미만(4.07), 5년 미만(3.83)인 순으로 인식하고 있는 것으로 나타났다. 분석한 결과 중 8년 이상이 과제목표성향을 가장 높게 인식하고 있는 것으로 나타났다. 이러한 결과로 볼 때 성취목표성향 인식수준은 운동경력에 따라 다소 차이가 있음을 알 수 있다.

11) 태권도 선수의 운동경력에 따른 내적동기 차이

태권도 선수의 운동경력에 따른 내적동기 차이를 검증한 결과는 <표 16>와 같다.

표 16. 태권도 선수의 운동경력에 따른 내적동기 차이

구분	n	내적동기	
운동 경력	5년 미만	95	3.6618 ± .55630
	5년 이상 ~ 8년 미만	103	3.8738 ± .73525
	8년 이상	32	3.9648 ± .83535
F값		3.477	
유의확률		.033	

<표 16>에 나타난 바와 같이 운동경력에 따른 내적동기에 대한 차이를 분석한 결과 통계적으로 유의수준($p < .05$)에서 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 운동경력에 따른 내적동기는 8년 이상(3.96)과 5년-8년 미만(3.87), 2년-5년 미만(3.66)인 순으로 인식하고 있는 것으로 나타났다. 이러한 결과로 볼 때 내적동기 인식수준은 운동경력에 따라 다소 차이가 있음을 알 수 있다.

12) 태권도 선수의 운동경력에 따른 운동몰입 차이

태권도 선수의 운동경력 따른 운동몰입 차이를 검증한 결과는 <표 17>와 같다.

표 17. 태권도 선수의 운동경력 따른 운동몰입 차이

구분		n	운동몰입
운동 경력	5년 미만	15	3.5563 ± .45859
	5년 이상 ~ 8년 미만	80	3.8267 ± .47684
	8년 이상	103	3.7620 ± .60644
	F값		7.791
유의확률			.001

<표 17>에 나타난 바와 같이 운동경력에 따른 운동몰입에 대한 차이를 분석한 결과, 통계적으로 유의수준($p < .001$)에서 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 운동경력에 따른 운동몰입은 5년-8년 미만(3.82)과 8이상(3.76), 5년 미만(3.55)인 순으로 나타났다. 이러한 결과로 볼 때 운동몰입 인식수준은 운동경력에 따라 다소 차이가 있음을 알 수 있다.

2. 변인들의 기술통계량과 상관관계 분석

성취목표성향, 내적동기, 운동몰입의 관계를 검증하기 위하여 회귀분석에 투입될 변수간의 상관분석을 실시한 결과<표 18>에서 나타난 바와 같다.

표 18. 변인들의 기술통계량과 상관관계

구분		자아목표성 향	과제목표성 향	내적 동기	운동 몰입
성취목표 지향성	자아목표성향	1			
	과제목표성향	.323**	1		
내적동기	내적동기	.286**	.377**	1	
운동몰입	운동몰입	.449**	.532	.449**	1

** $p < .01$

<표 18>에서 나타난 바와 같이, 자아목표성향은 내적동기($r=.286$)에 정적(+)
 상관관계가 있는 것으로 나타났고, 과제목표성향 또한 내적동기($r=.377$)에 정적(+)
 상관관계가 있는 것으로 나타났다. 그리고 자아목표성향은 운동몰입($r=.449$)에 정적
 (+)인 상관관계가 있는 것으로 나타났다. 또한 내적동기는 운동몰입($r=.449$)에 정적
 (+)인 상관관계가 있는 것으로 나타났다.

3. 성취목표성향과 내적동기가 운동몰입에 미치는 영향

이 연구에서는 고등학교 태권도 선수의 성취목표성향과 내적동기가 운동몰입에
 미치는 영향을 알아보기 위하여, 요인별로 다중회귀분석을 실시하였다.

1) 성취목표성향이 내적동기에 미치는 영향

<표 19>은 자아목표성향과 과제목표성향이 내적동기에 미치는 영향에 대해 다
 중회귀분석을 실시한 결과이다.

표 19. 자아목표성향과 과제목표성향에 따른 내적동기에 미치는 영향

독립변수	B	S.E	β	t(p)	R ²	F값
(상수)	23626	.264		9.956(.000)		
자아목표성향	.314	.070	.286	4.511(.000)	.082	20.345***
(상수)	1.970	.300		6.560(.000)		
과제목표성향	.458	.074	.377	6.148(.000)	.142	37.803***

*** $p<.001$

<표 19>에 자아목표성향과 내적동기의 관계($F=20.345$)를 보면 유의수준($p<.001$)
 에서 자아목표성향은 내적동기에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 세부
 적으로 자아목표성향($Beta=.286$)은 내적동기에 정적(+)으로 높게 나타났고, 모델의
 설명력은 8.2%로 나타났다.

과제목표성향과 내적동기의 관계를 보면, ($F=37.803$)로 유의수준($p<.001$)에서 과

제목표성향은 내적동기에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 세부적으로 과제목표성향(Beta=.377)은 내적동기에 정적(+)으로 높게 나타났고, 모델의 설명력은 14.2%로 나타났다. 이러한 결과로 볼 때 성취목표성향은 내적동기에 영향을 미치고 있음을 알 수 있다.

<표 19>에서 나타난 바와 같이 과제목표성향(Beta=.377)은 자아목표성향(Beta=.286)에 비해 내적동기에 정적(+)으로 더 크게 영향을 미치는 것으로 나타났다. 즉, 과제목표성향이 높을수록 내적동기에 더 큰 영향을 주게 된다는 사실을 의미한다.

2) 성취목표성향에 따른 운동몰입에 미치는 영향

<표 20>은 성취목표성향이 운동몰입에 미치는 영향에 대해 다중회귀분석을 실시한 결과이다.

표 20. 자아목표성향과 과제목표성향에 따른 운동몰입에 미치는 영향

독립변수	B	S.E	β	t(p)	R ²	F값
(상수)	2.365	.180		13.173(.000)		
자아목표성향	.359	.047	.449	7.577(.000)	.201	57.413***
(상수)	1.823	.200		9.098(.000)		
과제목표성향	.472	.050	.532	9.496(.000)	.283	90.169***

***p<.001

<표 20>에 자아목표성향과 운동몰입의 관계(F=57.413)를 보면 유의수준(p<.001)에서 자아목표성향은 운동몰입에 매우 높게 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 세부적으로 자아목표성향(Beta=.449)은 운동몰입에 정적(+)으로 높게 나타났고, 모델의 설명은 20.1%로 나타났다.

또한, 과제목표성향과 운동몰입의 관계(F=90.169)를 보면 유의수준(p<.001)에서 과제목표성향은 운동몰입에 매우 높게 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 세부적으로 과제목표성향(Beta=.532)은 운동몰입에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이러한 결과로 볼 때 성취목표성향은 운

동몰입에 영향을 미치고 있음을 알 수 있다.

<표 20>에서 나타난 바와 같이 과제목표성향(Beta=.532)은 자아목표성향(Beta=.449)에 비해 운동몰입에 더 크게 영향을 미치는 것으로 나타났다. 즉, 과제목표성향이 높을수록 운동몰입에 더 큰 영향을 주게 된다는 사실을 의미한다.

4. 성취목표성향과 운동몰입간의 관계에서 내적동기 매개효과 검증

이 연구에서는 고등학교 태권도 선수의 성취목표성향과 운동몰입간의 내적동기 매개효과를 알아보기 위하여, 성취목표성향(자아목표성향, 과제목표성향)을 독립변인으로, 내적동기를 매개변인으로, 운동몰입을 종속변인으로 설정하여 요인별로 다중회귀분석을 실시하였다.

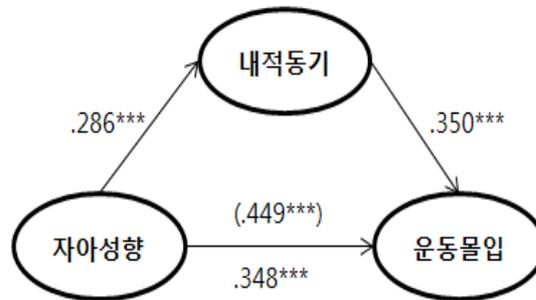
1) 자아목표성향과 운동몰입간의 관계에서 내적동기 매개효과 검증

<표 21>은 자아목표성향과 내적동기가 운동몰입에 미치는 영향에 대해 다중회귀분석을 실시한 결과이다.

표 21. 자아목표성향과 운동몰입간의 관계에서 내적동기 매개효과 검증

경로	B	S.E	β	t(p)	R ²	F
자아지향→내적동기	.314	.070	.286	4.511(.000)	.082	20.345***
자아지향→운동몰입	.359	.047	.449	7.577(.000)	.201	57.413***
자아지향→운동몰입	.279	.046	.348	6.070(.000)	.313	51.811***
내적동기→운동몰입	.255	.042	.350	6.092(.000)		

***p<.001



<그림 2> 자아성향과 운동몰입 관계에서 내적동기 매개효과 모형

<표 21>에 자아목표성향(Beta=.348)과 운동몰입간의 관계에서 내적동기(Beta=.350) 매개효과 검증 결과(F=51.811)를 보면 유의수준(p<.001)에서 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 모델의 설명은 31.3%로 나타났다.

<표 21>에서 나타난 바와 같이 자아목표성향과 운동몰입간의 관계에서 내적동기 매개효과 결과 중 내적동기와 운동몰입(Beta=.350)의 관계에서 정적(+)으로 높게 나타났다. 이러한 결과로 볼 때 자아목표성향과 운동몰입간의 관계에서 내적동기 매개효과가 있음을 알 수 있다.

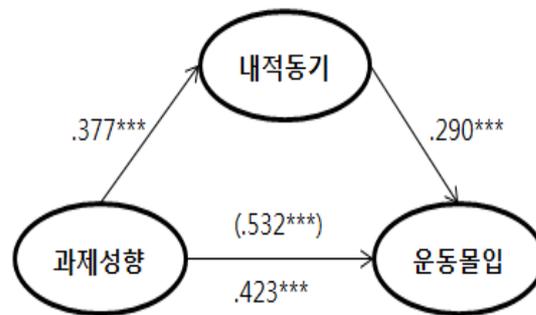
2) 과제목표성향과 운동몰입간의 관계에서 내적동기 매개효과 검증

<표 21>은 과제목표성향과 내적동기가 운동몰입에 미치는 영향에 대해 다중회귀분석을 실시한 결과이다.

표 22. 과제목표성향과 운동몰입간의 관계에서 내적동기 매개효과 검증

경로	B	S.E	β	t(p)	R ²	F
과제지향→내적동기	.458	.074	.377	6.148(.000)	.142	37.803***
과제지향→운동몰입	.472	.050	.532	9.496(.000)	.283	90.169***
과제지향→운동몰입	.375	.051	.423	7.353(.000)	.355	62.598***
내적동기→운동몰입	.212	.042	.290	5.038(.000)		

***p<.001



<그림 3> 과제성향과 운동몰입 관계에서 내적동기 매개효과 모형

<표 22>에 과제목표성향(Beta=.423)과 운동몰입간의 관계에서 내적동기(Beta=.290) 매개효과 검증 결과(F=62.598)를 보면 유의수준(p<.001)에서 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 모델의 설명은 35.5로 나타났다.

<표 22>에서 나타난 바와 같이 과제목표성향과 운동몰입간의 관계에서 내적동기 매개효과 결과 중 과제목표성향과 운동몰입(Beta=.423)의 관계에서 정적(+)으로 높게 나타났다. 이러한 결과로 볼 때 과제목표성향과 운동몰입간의 관계에서 내적동기 매개효과가 있음을 알 수 있다.

V. 논 의

본 연구는 고등학교 태권도선수의 성취목표성향과 내적동기가 운동몰입에 어떠한 영향을 미치는가에 대해 결과를 분석하였다. 본 연구를 규명하기 위해 선행연구와 비교하여 첫째, 인구학적 특성에 따른 성취목표성향, 내적동기, 운동몰입에 미치는 영향, 둘째, 성취목표성향에 따른 내적동기에 미치는 영향, 셋째, 성취목표성향에 따른 운동몰입에 미치는 영향, 넷째, 성취목표성향과 내적동기가 운동몰입에 미치는 영향에 대하여 내적동기 매개효과 검증을 실시하였다. 결과에 대한 논의는 다음과 같다.

1. 인구학적 특성에 따른 성취목표성향, 내적동기, 운동몰입에 미치는 영향

1) 인구학적 특성에 따른 성취목표성향 결과분석

태권도선수들의 인구학적 특성에 따른 성별과 경기실적에서 성취목표성향의 차이에 대해 독립 t-검증을 실시한 결과 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다. 그리고 학년과 운동경력에 따른 성취목표성향의 차이에 대해 일원변량분석을 실시한 결과 학년에 따른 성취목표성향은 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다. 반면에 운동경력에 따른 성취목표성향은 하위요인 과제목표성향에서만 통계적으로 매우 유의한 차이($p < .001$)가 있는 것으로 나타났다.

이태훈(2000)은 중·고등학교 태권도 선수들을 대상으로 성별에 따른 성취목표성향에서 통계적으로 유의한 차이가 없는 것으로 나타났으며, 이 연구결과를 지지하고 있다. 추수진(2011)은 대학 운동선수들을 대상으로 성별에 따른 성취목표성향의 하위요인 과제성향과 자아성향에 통계적으로 유의한 차이($p < .001$)가 있는 것으로 나타나, 이 연구의 결과와 다르게 나타났다. 정석(2012)은 대학 야구선수들을 대상으로 운동경력에 따른 성취목표성향에서 과제지향성에만 통계적으로 유의한 차이($p < .05$)가 있는 것으로 나타났으며, 이 연구결과를 지지하고 있다. 김병훈(2013)은

대학 운동선수들을 대상으로 학년과 운동경력에 따른 성취목표성향에서 자아지향성에만 통계적으로 유의한 차이($p < .05$)가 있는 것으로 나타났으며, 이 연구의 결과와 다르게 나타났다. 심기선(2010)은 고등학교 태권도 선수들을 대상으로 학년과 입상경력에서 유의한 차이가 없는 것으로 나타났으며, 이 연구결과를 지지하고 있다.

2) 인구학적 특성에 따른 내적동기 결과분석

태권도선수들의 인구학적 특성에 따른 성별과 경기실적에서 내적동기의 차이에 대해 독립 t-검증을 실시한 결과 성별에 따른 내적동기는 통계적으로 유의한 차이($p < .05$)가 있는 것으로 나타났으며, 경기실적에 따른 내적동기는 통계적으로 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다. 그리고 학년과 운동경력에 따른 내적동기의 차이에 대해 일원별량분석을 실시한 결과 학년에 따른 내적동기는 통계적으로 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다. 반면에 운동경력에 따른 내적동기는 통계적으로 유의한 차이($p < .05$)가 있는 것으로 나타났다.

김승연((2008)은 육상 선수들을 대상으로 성별에 따른 내적동기의 하위요인 유능성($p < .001$)과 노력($p < .05$)에서만 통계적으로 유의한 차이가 있는 것으로 나타났으며, 이 연구결과를 지지하고 있다. 한상희(2012)는 골프 선수들을 대상으로 성별에 따른 내적동기에서 통계적으로 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다. 그러나 경력에 따른 내적동기에서 통계적으로 유의한 차이($p < .001$)가 있는 것으로 나타났으며, 이 연구결과에 부분적으로 지지하고 있다. 그리고 심기선(2010)은 고등학교 태권도 선수들을 대상으로 학년에 따른 내적동기 하위요인 흥미결여에서만 통계적으로 유의한 차이($p < .001$)가 있는 것으로 나타났다. 그러나 입상경력에 따른 내적동기에서 통계적으로 유의한 차이가 없는 것으로 나타났으며, 이 연구결과에 부분적으로 지지하고 있다. 반면에 홍희정(2011)은 태권도 품새 선수들을 대상으로 입상경력에 따른 내적동기 하위요인 재미($p < .001$)와 긴장($p < .05$)에서 통계적으로 유의한 차이가 있는 것으로 나타났으며, 이 연구결과와 다르게 나타났다.

3) 인구학적 특성에 따른 운동몰입 결과분석

태권도선수들의 인구학적 특성에 따른 성별과 경기실적에서 운동몰입의 차이에 대해 독립 t-검증을 실시한 결과 성별과 경기실적에 따른 운동몰입은 통계적으로 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다. 그리고 학년과 운동경력에 따른 운동몰입의 차이에 대해 일원별량분석을 실시한 결과 학년에 따른 운동몰입은 통계적으로 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다. 반면에 운동경력에 따른 운동몰입은 통계적으로 유의한 차이($p < .001$)가 있는 것으로 나타났다.

추수진(2011)은 대학 운동선수들을 대상으로 성별에 따른 운동몰입에서 통계적으로 유의한 차이가 없는 것으로 나타났으며, 이 연구결과를 지지하고 있다. 반면에 임재혁(2013)은 태권도 선수들을 대상으로 성별에 따른 운동몰입 하위요인 인지몰입에서 통계적으로 유의한 차이($p < .05$)가 있는 것으로 나타났으며, 이 연구결과와 다르게 나타났다. 그리고 김민아(2013)는 대학 태권도 선수들을 대상으로 학년에 따른 운동몰입에서 통계적으로 유의한 차이가 없는 것으로 나타났으며, 이 연구결과를 지지하고 있다. 반면에 정석(2012)은 대학 야구선수들을 대상으로 학년에 따른 운동몰입 하위요인 인지몰입에서 유의한 차이($p < .05$)가 있는 것으로 나타났으며, 이 연구결과와 다르게 나타났다.

이주철(2012)은 대학골프 선수들을 대상으로 운동경력에 따른 운동몰입 하위요인 무아경과 시간감각의 변형, 명확한 목표에서 유의한 차이($p < .001$)가 있는 것으로 나타났으며, 이 연구결과를 지지하고 있다. 반면에 이미란(2012)은 태권도 선수들을 대상으로 선수경력에 따른 운동몰입에서 통계적으로 유의한 차이가 없는 것으로 나타났으며, 이 연구결과와 다르게 나타났다. 그리고 최지훈(2013)은 중·고등학교 태권도 선수들을 대상으로 입상경력에 따른 운동몰입에서 통계적으로 유의한 차이가 없는 것으로 나타났으며, 이 연구결과를 지지하고 있다. 반면에 김태희(2011)는 태권도 선수들을 대상으로 입상경력에 따른 운동몰입 하위요인 행위몰입에서 유의한 차이($p < .01$)가 있는 것으로 나타났으며, 이 연구결과와 다르게 나타났다.

2. 성취목표성향에 따른 내적동기에 미치는 영향

태권도선수들의 성취목표성향에 따른 내적동기에 미치는 영향에 대해 회귀분석을 실시한 결과 유의수준($p < .001$)에서 통계적으로 유의한 것으로 나타났으며 성취목표성향은 내적동기에 정적(+)인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 특히 과제목표성향은 내적동기에 더 큰 영향을 미치는 것으로 나타났다. 즉 과제목표성향이 높을수록 내적동기 유발이 높아짐을 알 수 있다.

심기선(2010)은 고등학교 태권도 선수들의 스포츠 성취목표성향과 내적동기가 자신감에 미치는 영향에 관한 연구에서 성취목표성향과 내적동기의 관계에서 성취목표성향의 하위요인 중 과제성향은 내적동기 하위요인 자아실현에 정적(+)인 영향을 미치는 것으로 보고하였으며, 노상진(2011)은 중학생의 스포츠클럽 활동을 통한 2×2 성취목표성향 및 내적도약이 신체활동 성취귀인에 미치는 영향에 관한 연구에서 숙달접근목표(과제목표성향)는 내적동기 하위요인 유능감, 재미노력, 긴장에 정적(+)인 관계가 높은 것으로 나타났으며, 안지혜(2013)은 무용전공 대학생의 성취목표성향과 내적동기의 관계에 대한 연구에서 숙달접근목표(과제목표성향)는 내적동기 하위요인 흥미, 노력, 긴장에 정적(+)인 관계가 있는 것으로 나타났다. 그리고

장재근(2008)은 고교 육상선수들의 성취목표성향과 귀인유형이 내적동기에 미치는 영향에 관한 연구에서 내적동기에 미치는 영향력은 성취목표성향의 하위요인 과제목표성향이 자아목표성향보다 상대적으로 높은 것으로 나타났고, 과제성향의 요인들은 곧 내적통제의 소재요인들과 유사한데, 이러한 성향은 개인 운동프로그램 수행에 적합하다고 보고하였다. 따라서 과제목표성향이 있는 태권도선수들은 내적동기에 정적(+)으로 유의한 영향을 미칠 것으로 판단된 이 연구결과를 일부 지지하고 있다. 그러므로 고등학교 태권도선수들에게 성취상황에서 자신을 타인과 비교에 의해 성공과 성취행동 후에 자신에게 우월한 능력을 입증하고 노력을 덜 하게 되는 자아목표성향보다는 성공과 실패의 평가에 대해 비교의 준거가 되는 것이 자신이며, 성취행동 후에 능력을 과시하지 않고 기술 향상 및 노력을 많이 하는 특성인 과제목표성향과 내적동기의 관계에 대해 더 개발하여 코치 및 감독이 선수를 지도하는데 활용을 해야 할 것으로 보여 진다.

3. 성취목표성향에 따른 운동몰입에 미치는 영향

태권도선수들의 성취목표성향에 따른 운동몰입에 미치는 영향에 대해 회귀분석을 실시한 결과 유의수준($p < .001$)에서 통계적으로 유의한 것으로 나타났으며 성취목표성향은 운동몰입에 정적(+)인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 특히 과제목표성향은 운동몰입에 더 큰 영향을 미치는 것으로 나타났다. 즉 과제목표성향이 높을수록 운동몰입에 긍정적인 영향을 미치는 것을 알 수 있다.

정 석(2012)은 대학 야구선수의 성취목표성향과 내적동기에 따른 운동몰입 관계 분석에 관한 연구에서 성취목표성향의 하위요인 과제목표성향이 운동몰입 하위요인 행위몰입에 정적(+)인 영향을 미치는 것으로 보고하였고, 김윤기(2013)는 배드민턴 동호인의 성취목표성향이 운동몰입과 운동만족에 미치는 영향에 관한 연구에서 성취목표성향의 하위요인 과제목표성향이 자아목표성향보다 운동몰입에 정적(+)으로 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 황진철(2011)은 주니어 골프선수들의 성취목표성향이 스포츠자신감과 운동몰입에 미치는 영향에 관한 연구에서 성취목표성향이 운동몰입에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 특히 과제성향목표가 운동몰입 하위요인 인지몰입과 행위몰입에 정적(+)으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 그리고 추수진(2011)은 대학운동선수의 성취목표성향이 승부근성 및 운동몰입에 미치는 영향에 관한 연구에서 성취목표성향의 하위요인 과제목표성향이 운동몰입에 정적(+)으로 영향을 미친다고 하였다. 따라서 과제목표성향이 있는 태권도선수들은 운동몰입에 정적(+)으로 유의한 영향을 미칠 것으로 판단된 이 연구결과를 일부 지지하고 있다. 그러므로 Csikszentmihalyi(1975)는 몰입체험이란 과제의 난이도가 개인의 기능 수준과 균형을 이룰 때 나타나며, 수행자가 과제에 강하게 몰루하게 되면 몰입은 자발적으로 일어난다고 주장하였다. 따라서 코치 및 감독은 선수 개인의 특성에 맞게 과제목표성향과 운동몰입의 관계에 대해 개발하여 선수를 지도하는데 활용을 해야 할 것으로 보여 진다.

4. 성취목표성향과 내적동기가 운동몰입에 미치는 영향

태권도선수들의 성취목표성향과 내적동기가 운동몰입에 미치는 영향에 대해 다중회귀분석과 아모스프로그램을 실시한 결과 유의수준($p < .001$)에서 통계적으로 유의한 것으로 나타났으며, 성취목표성향의 하위요인 과제목표성향, 자아목표성향과 내적동기가 운동몰입에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 경로모형을 통하여 성취목표성향과 운동몰입 간의 내적동기 매개효과를 구체적으로 살펴보면, 자아목표성향과 과제목표성향은 운동몰입에 직접적으로 정적(+)인 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 자아목표성향과 과제목표성향과 운동몰입 간의 내적동기 매개효과에서 정적(+)으로 유의한 효과가 나타났다.

홍희정(2011)은 성취목표와 내적동기가 운동몰입에 미치는 영향으로 인지몰입과 행위몰입으로 구분하여 나타난 결과에 따르면 두 분류 모두 통계적으로 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 성취목표의 하위요인 과제목표성향이 운동몰입 하위요인 인지몰입과 행위몰입에 정적(+)으로 매우 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났고, 반면 자아성향은 운동몰입 하위요인 인지몰입에서만 영향을 미치는 것으로 나타났다. 그리고 내적동기 하위요인 재미, 유능감, 긴장이 운동몰입 하위요인 인지몰입과 행위몰입에서 모두 유의한 영향을 미치는 것으로 나타나 이 연구결과를 지지하고 있다.

정석(2012)은 성취목표성향, 내적동기, 운동몰입에 인과관계를 분석한 결과, 성취목표성향의 하위요인 과제목표성향이 운동몰입 하위요인 인지몰입과 행위몰입에 정적(+)으로 매우 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 반면 자아목표성향이는 운동몰입에 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다. 그리고 내적동기의 하위요인 흥미, 유능, 노력, 긴장이 운동몰입 하위요인 인지몰입에 유의한 영향을 미치지 않는 것으로 나타났으며, 반면 내적동기 하위요인 흥미와 노력이 운동몰입 하위요인 행위몰입에 정적(+)으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타나 이 연구결과를 부분적으로 지지하고 있다. 따라서 태권도선수들을 대상으로 성취목표성향과 내적동기, 운동몰입에 대한 연구는 많이 수행되었으나 국내에서 태권도 선수들을 대상으로 한 성취목표성향과 내적동기, 운동몰입의 관계 및 미치는 영향에 대한 연구는 지극히 드물다. 무엇보다도 태권도경기는 기록경기가 아니므로 모든 경기 결과가 수량화

될 수 없다. 그러므로 태권도선수들을 통한 성취목표성향과 내적동기, 운동몰입의 관계에 대해 더 개발하여 코치 및 감독이 선수의 특성에 맞게 지도하는데 활용을 해야 할 것으로 보여 진다.

VI. 결론 및 제언

1. 결론

본 연구에서는 고등학교 태권도 선수들의 성취목표성향과 내적동기가 운동몰입에 미치는 영향을 규명하기 위하여, 2013년 대한태권도협회에 등록된 고등학교 태권도 선수들 중, 2013년 전국중별선수권대회(2013년 3월, 전남 화순군)와 제23회 용인대총장기 전국남녀태권도대회(2013년 4월, 전남 강진군)에 참가한 선수들을 대상으로 최종 230명을 표집대상으로 조사하여 분석하였다. 자료분석을 위해 SpSS WIN 18.0 프로그램을 사용하여 다음과 같은 결론을 도출하였다.

첫째, 인구학적 특성에 따라 성취목표성향, 내적동기, 운동몰입 요인 중, 성별에 따른 내적동기는 남자 선수들이 가장 높았고, 성취목표성향 하위요인 과제목표성향에서는 운동경력이 8년 이상인 선수들이 가장 높았으며, 내적동기에서는 운동경력이 8년 이상인 선수들이 가장 높았다. 그리고 운동몰입에서는 운동경력이 5년 이상~8년 미만인 선수들이 가장 높았다.

둘째, 성취목표성향은 내적동기에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났는데, 자아목표성향과 과제목표성향이 높을수록 내적동기에 정적(+)로 유의한 영향을 미쳤다. 그리고 과제목표성향은 정적(+)으로 내적동기에 더 높은 영향을 미쳤다.

셋째, 성취목표성향은 운동몰입에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 자아목표성향과 과제목표성향이 높을수록 정적(+)으로 운동몰입에 유의한 영향을 미쳤다. 그리고 과제목표성향은 정적(+)으로 운동몰입에 더 높은 영향을 미쳤다.

넷째, 성취목표성향과 운동몰입간의 관계에서 내적동기 매개효과 검증에 유의한 영향($p < .001$)을 미치는 것으로 나타났으며, 성취목표성향의 하위요인 자아목표성향

과 운동몰입간의 관계에서 내적동기 매개효과가 나타났다. 그리고 과제목표성향과 운동몰입간의 관계에서 내적동기 매개효과가 나타났다.

2. 제언

본 연구는 고등학교 태권도선수의 성취목표성향과 내적동기가 운동몰입에 어떠한 영향을 미치는가를 알아보기 위해 진행되었다. 이러한 연구의 결과를 기초로 후속연구에서 다루어야 할 문제점 및 과제에 대하여 다음과 같은 제언을 하고자 한다.

첫째, 이 연구의 대상은 남·여 고등학교 태권도선수들을 대상으로 연구하였다. 따라서 후속 연구에서는 고등학교 선수뿐만 아니라 초·중학교, 대학교 그리고 실업팀 선수들을 대상으로 연구대상의 범위를 좀 더 확대하여 세부적이고 구체적으로 조사대상의 특성을 고려한 연구가 필요할 것이다.

둘째, 본 연구결과에서 알 수 있듯이 태권도선수들의 성취목표성향과 내적동기가 운동몰입에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 따라서 지도자들은 선수 개인의 성향을 파악하여 기술적인 부분뿐만 아니라 심리적인 분야에 대한 연구가 필요할 것이다.

셋째, 본 연구의 성취목표성향과 내적동기, 운동몰입에 미치는 영향에 대해서 통계적인 자료를 통하여 결과 및 차이를 밝히는 양적 연구로만 조사가 진행되었다. 그러므로 후속연구에서는 질적 연구를 병행하여 태권도 지도자나 선수들에게 경기력 향상을 위한 심층적인 분석이 필요할 것이다.

참고 문헌

- 강태석(2005). 육상단거리 선수의 성취목표 지향성과 내적동기가 스포츠자신감에 미치는 영향. 한국체육대학교 대학원 석사학위논문.
- 권성호(2008). 운동몰입의 구성개념과 척도개발. 서울대학교 대학원 박사학위논문.
- 김갑수 외2(2003). 태권도 선수들의 운동참여동기에 관한연구. 한국스포츠리서치, 14(2), 175-382.
- 김덕임, 박승환(2010). 해양레저스포츠 참여자들의 성취목표 지향성과 인지된 자유감 및 자아실현의 관계. 한국여가레크리에이션학회지, 34(1), 237-245.
- 김만근(2012). 고등학교 태권도 지도자 리더십유형이 선수의 자아존중감, 성취목표성향 및 경기인지력에 미치는 영향. 한양대학교 대학원 박사학위논문.
- 김미량, 김병태(2010). 태권도 선수가 지각하는 코치의 자율성 지지와 정신력의 관계에서 자기관리의 매개효과. 대한무도학회지, 12(1), 147-157.
- 김민아(2013). 지도자 신뢰가 대학 태권도 선수의 스포츠 자심감과 운동몰입에 미치는 영향. 경기대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 김병준(2002). 알고보면 쉬운 멘탈 트레이닝: 테니스. 도서출판 흥경.
- 김병태(2010). 태권도선수의 성취목표성향이 스포츠자신감 및 경쟁상태 불안에 미치는 영향. 대구가톨릭대학교 대학원 박사학위논문.
- 김병훈(2013). 대학운동선수의 스포츠능력믿음이 성취목표성향과 내적동기에 미치는 영향. 경희대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 김상두(2001). 스포츠심리학개론. 서울:대경북스
- 김석일(2009). 복싱선수의 수행전략과 정신력 및 자아존중감의 관계. 체육과학연구, 20(4), 802-816.
- 김성은(2005). 여자프로농구선수들의 성취목표성향과 내적동기가 스포츠자신감에 미치는 영향. 용인대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 김세웅(2006). 멘토링의 역할이 대학 스포츠선수들의 선수생활 만족과 선수생활 포기의도에 미치는 영향. 성균관대학교 대학원 박사학위논문.
- 김수연(2009). 태권도 지도자의 서번트 리더십에 따른 임파워먼트와 운동몰입 및 경기력의 인과관계. 상지대학교 대학원 박사학위논문.
- 김승연(2008). 육상선수가 인지한 지도자 행동유형과 내적동기의 관계. 한국체육대학교 대학원 석사학위논문.
- 김승환(2009). 마라톤 선수들의 정신력이 경기력에 미치는 영향. 서강대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 김윤기(2013). 배드민턴 동호인의 성취목표성향이 운동몰입과 운동만족에 미치는 영향. 가천대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 김지한(2010). 우리가 기억해야 하는 한국 스포츠의 투혼과 기적. 스포츠동지 2010년 9월 8일자.

- 김철이(2005). 청소년 축구선수의 성취목표성향, 경기력관련 심리요인의 중요도 인식 및 자기관리 행동 간의 관계. 경남대학교 대학원 박사학위논문.
- 김태일(2012). 태권도 팀 지도자의 변혁적-거래적 리더십과 팀 응집력, 운동몰입 및 선수만족의 관계. 동아대학교 대학원 박사학위논문.
- 김태희외2(2008) 중·고등학교운동선수의체벌실태및인식과경기력과의관계. **체육과학연구지**,26(1),52-54.
- 김태희(2011). 태권도 선수들의 운동몰입이 경쟁불안에 미치는 영향. 경희대학교 체육대학원 석사학위논문.
- 김관규 외2(2007). 씨름 지도자의 카리스마 리더십이 운동성과 및 경기력에 미치는 영향. **대한무도학회지**. 9(2), 155-168.
- 노상진(2011). 중학생의 스포츠클럽 활동을 통한 2×2 성취목표성향 및 내적도적이 신체활동 성취귀인에 미치는 영향. 성결대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 문창운(1998). 성취목표성향과 동기적분위기가 내적동기와 운동수행능력에 미치는 영향. 서울대학교 대학원 석사학위논문.
- 문창운(1998). 성취목표성향과 동기적분위기가 내적동기와 운동수행능력에 미치는 영향. 서울대학교 대학원 석사학위논문.
- 박병호, 조운식(1992). 마케팅 연구방법론, 대구 : 진흥출판사.
- 박진환(2012). 골프연습장 이용자의 성취목표 지향성과 내적동기가 여가만족도에 미치는 영향. 대구가톨릭대학교 대학원 박사학위논문.
- 배진희(2010). 대학선수의 성취목표성향과 스트레스 대처의 인과모형 분석. **한국사회체육학회지**, 40, 875-885.
- 성창훈(1995). 성취목표성향과 목표설정유형이 동기적 행동 및 운동수행에 미치는 영향. 서울대학교 대학원 박사학위논문.
- 손영수 외2(2002). 스포츠 몰입상태 척도에 대한 통계적 타당성검증. **한국스포츠심리학회지** 13(2), 26.
- 송미혜(1998). 직업무용수의 공연시 몰입경험 정도. 숙명여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 송인섭(2003). 초등학교 운동선수의 개인특성 변인이 훈련인식, 운동몰입과 운동만족도에 미치는 영향. 광주교육대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 송춘현(2003). 스포츠 지도자의 리더십과 선수의 가외적 노력이 운동몰입과 팀 응집력 및 운동만족에 미치는 영향. 전남대학교 대학원 박사학위논문.
- 신정택 외2(2009). 국내 정상급 선수를 위한 승부근성 검사지개발. **한국사회체육학회지**, 36(2), 775-772.
- 심기선(2010). 고등학교 태권도 선수들의 스포츠 성취목표성향과 내적동기가 자신감에 미치는 영향. 경희대학교 테크노경영대학원 석사학위논문.
- 심현우(2006). 고등학교 유도선수의 성취목표성향과 자신감이 경쟁불안에 미치는 영향. 용인대학교 교육대학원 석사학위논문.

- 안지혜(2013). 무용전공 대학생의 성취목표성향과 내적동기의 관계. 국민대학교 대학원 석사학위논문.
- 오경록(2010). 여자 대학운동선수들의 성취목표성향이 스포츠자신감과 팀 응집력에 미치는 영향. **한국여성학회지**, 24(3), 225-237.
- 원주연, 김운태(2004). 스포츠 심리학 강의노트. 서울 : 대경북스.
- 원혁진(2013). 미국 태권도 지도자의 리더십 유형이 지도자신뢰, 운동몰입 및 지도효율성에 미치는 영향. 동아대학교 대학원 박사학위논문.
- 윤재만(2008). 한·중 운동선수들의 지각된 변혁적 리더십과 팔로워십 그리고 운동몰입도 간의 인과관계. 전남대학교 대학원 박사학위논문.
- 이미란(2012). 태권도선수들의 참여동기가 자기효능감과 운동몰입에 미치는 영향. 경원대학교 교육대학원. 석사학위논문.
- 이수봉(2003). 줄넘기 과제에서 초등학생의 신체 유능성 지각수준과 학습기간이 내적동기와 성취목표 성향에 미치는 영향. 창원대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 이왕성(2008). 고교 운동선수들의 성취목표성향이 진로결정유형에 미치는 영향. 단국대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 이용인 외2(2008). 스포츠 심리학. 충남대학교 출판부.
- 이용인(1995). 스포츠 최상수행의 심리적 특성에 관한 연구. 단국대학교 대학원 박사학위논문.
- 이주철(2011). 대학골프선수들의 운동몰입이 팀 효과성 및 운동지속의사에 미치는 영향. 단국대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 임재혁(2013). 태권도 선수의 자기관리가 운동몰입 및 운동만족에 미치는 영향. 경희대학교 대학원 석사학위논문.
- 장국진, 김상식(2008). 중·고등학교 체육 수업장면에서 내적동기와 운동정서의 관계. **한국체육학회지**. 47(2), 159-169.
- 장 권(2010). 한국 태권도 경기사 연구. 우석대학교 대학원 석사학위논문.
- 장재근(2008). 고교육상선수들의 성취목표성향과 귀인유형이 내적동기에 미치는 영향. 성균관대학교 스포츠과학과 대학원 박사학위논문.
- 정 석(2012). 대학 야구선수의 성취목표성향과 내적동기에 따른 운동몰입 관계분석. 동국대학교 대학원 석사학위논문.
- 정봉해(2006). 성취목표지향에 따른 여고생의 체육수업 재미와 내적동기. **한국체육학회지 인문·사회과학편**. 45(5) 149-159.
- 정청희, 김병준(1999). 스포츠심리학의 이해. 서울 : 금광.
- 정청희, 문창운(1998). 성취목표성향과 동기적분위기가 내적동기와 운동수행력에 미치는 영향. 98하계 학술발표논문집, **한국스포츠심리학회**.
- 조태수(2008). 아마추어 골퍼의 심리기술평인인 경기력에 미치는 영향. **한국스포츠리서치**. 19(6), 41-5.

- 지용석(2011). 태권도 선수들의 내적동기와 인지된 수행의 관계. *청대학논술집*, 18, 86.
- 천경민, 박철용(2010). 청소년의 운동에 대한 기본적 심리욕구, 성취목표성향과 운동 행동변화단계. *한국사회체육학회지*, 39, 331-342.
- 최진훈(2013). 중·고등 태권도선수의 운동재미요인과 운동몰입 및 인지된 경기력의 관계. 단국대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 한국스포츠심리학회(1998). 스포츠심리학. 서울 : 태근문화사.
- 한덕웅(1984). 내적동기 이론의 연구 경향과 과제. *한국심리학회지 사회 및 성격*, 2(1), 54-93.
- 홍희선(2009). KLPGA 선수들의 자기관리가 운동몰입 및 운동만족에 미치는 영향. 경희대학교 체육대학원 박사학위논문.
- 홍희정(2011). 태권도 품새선수의 성취목표와 내적동기가 운동몰입에 미치는 영향. 경희대학교 대학원 석사학위논문.
- 황진철(2011). 주니어 골프선수들의 성취목표성향이 스포츠자신감과 운동몰입에 미치는 영향. 경희대학교 체육대학원 석사학위논문.
- Ames, C. (1992) Classroom: goals, structures, and student motivation. *Journal of Educational psychology*, 84(3) 261-271.
- Ames. C. (1984). Competitive, cooperative & individualistic goal structures : A motivational analysis. In R. Ames & C. Ames(Eds). NY: Academic prss.
- Csikszentmihalyi, M. (1975). Beyond boredom and anxiety. San Francidco, CA.: Jossey-bass.
- Csikszentmihalyi, M. (1985). proximity and speciality of planning: A position paper. *Cognitiue Therapy and Research*, 9, 489-506.
- Csikszentmihalyi, M. (1990). Flow: The psychology of optimal experience. New York, NAY: Harper perennial.
- Cyert, R. & March, J. G. (1960). A behavioral theory of the firm. Englewood Cliffs, NJ: prentice Hall.
- Deci, E. L. (1975). Intrinsic motiuation. NY: plenum press.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1985). Intrinsic motiuation and self-determination in human behavior. New York: plenum.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1991). A motivational spproach to self: Integration in personality. In personality. In R. A. Dienstbier (Ed.), Nebraska symposium on motivation: Vol. 38. perspectives on motivation (pp. 237-288). Lincoln: University of Nebraska press.
- Deci, E. L., Betley G., Kahel J., Abrams, L., & porac, J. (1981). When trying to win: Competition and intrinsic motivation. pers. soc, psychol. Bull 7, 79-83.

- Duda & Newton (1989). The task and ego orientation in sport questionnaire: psychology, University of Washington, Seattle, WA.
- Duda, J. L. (1992). The relationship between task and ego orientation the perceived purpose of sport among high school athletics. *Journal of Sport and Exercise psychology, 11*, 318-335.
- Duda, J. L. (1993). A goal perspective theory of meaning and motivation in sport. In the 8th World congress of sport psychology proceeding (pp.65-81). Lusbon: portugal.
- Duda, J. L., & Chi, L. (1989). The effect of task-ego involving conditions on perceived competence and causal attributions in basietball. paper presented to Association for the Advancement Applied Sport psychology, University of Washington, Seattle, WA.
- Duda, J. L., & Newton, M. (1990). psychometric characterisics of the TEOSQ. paper presented at the Annual Meeting of the North American Society for the Houston, TX
- Duda, J. L., & Nicholls, J. G. (1992). Children's achievement goals & beliefs, about success in sport. *British Journal of Educational psychology, 62*. 313-323
- Duda, J. L., & White, S. A. (1992). Goal orientations and beliefs about the causes of sport success among elite skiers. *The Sport psychologist, 6*, 334-343.
- Duda. J. L. (1989). Goal perspectivs, participation and persistence in sport. International. *Joyrnal of Sport psychology, 20*, 45-56.
- Dweck, C. S. (1986). Motivation processes affecting American psychologist, 41, 1040-1048.
- Gould, D. Horn, T, & Spreeman, J. (1983). perceived anxiety of elitefainter wrestlers, journal of sport psychology. 58-71, 159-171.
- Harris, D. V., & Harris, B. L. (1984). The athlete;s guide to sports psychology: Mental skills for physical people. Champaign, IL: Leisure press.
- Harter, S. (1981). *Effective motivation reconsidered: Toward a developmental model Human Development, 21*, 34-64.
- Jackson, S. A. (1992). Athletes in flow: A qualitative investigation flewstates in elite figure skaters. *Jonrnal of Applied Sport psychology, 4*, 161-180.
- Maehr, M. L., & Nicholls, J. L. (1980). Culture and achievment motivation: Asecond look. In N. Warren(E. D.). Studies in cross-cultural psychology. New York: Academic press.

- Maehr, M. L., & Braskamp, L. A. (1986). *The motivation factor: A theory of investment*. Lexington, MA: Lexington Books
- McAuley, E., & Tammen, V. V. (1989). The effect of subject and objective competitive outcome on intrinsic motivation. *Journal of Sport & Exercise psychology, 11*, 84-93.
- Nicholls, J. G.(1984). *Achievement motivation: Conceptions of Ability, Subjective Experience, Task choice, & performance, psychological Review, 91*. 328-346
- Nicholls, J. G.(1989). *The comparative ethos and democratic education*. Cambridge, MA: Harvard university press.
- Nunnally, J. C. (1994). *psychometric Theory 3ed*. Newyork: McGraw-Hill Book Co.
- Orlick, T. (Eds.). (1990). *In pursuit of excellence*, Champaign, IL: Human Kinetics.
- Reeve, J., Olson, B. C., & Cole, S. G. (1985). *Competitive outcome and achievement motivation: Their effects on intrinsic motivation in controlling and informational contexts*. Unpublished manuscript, University of Rochester.
- Roberts, G. C. & Balague, G. (1989). *The development of a social-cognitivescale of motivation*. paper presented at the Seventh World Cologress.
- Roberts, G. C. (1982). *Achieuement and motiuation in sport*. In R. Terjung(Eds). *Exercise and Sport Science Reuiew*. philadelphia: Frankin Institute press.
- Roberts, G. C. (1992). *Motivation in sport and exercise: Constrains and conceptual convergence*, In G. Roberts(Ed). *Champaing, III: Human Kinetics Books*
- Sage, G. H. (1997). *Introduction to motor behavior. A neuropsychological approach(2nded.)*. Reading, MA, Addison-Wesley.
- Simon, H. A. (1964). *On the concept of organizational goal. Administrative Science Quarterly, 9*, 1-22.
- Vallerand, R. J., & Rousseau, F. R. (2001). *Intrinsic and extrinsic motivation in sport and exercise. A review using the Hierarchical model of Intrinsic and Extrinsic Motivation*. In R. Singer, H. Hausenblas, and C. Janelle(Eds.) *Handbook of Spsychology*. New York: Macmillan.
- Weiner, B. (1986). *An attribution theory of motivation and emotion*. Stringer series in social psychology. Stringer-Verlag New York: prentice-Hall.

Weiner, B., & Kukla, A. (1970). An attributional analysis of achievement motivation. *Journal of personality and Social psychology*, 15, 1-20.

<Abstract>

Impacts of High School Taekwondo Players' Achievement Goal Orientation and Intrinsic Motivation on Exercise Commitment

Chan-seok Han

Physical Education Major

Graduate school of Education, jeju National University

education

Supervised by Professor, Se-hyeong Lee

This study aims to provide basic data to maximize high school Taekwondo players' athletic performance by determining the impacts of their achievement goal orientation and intrinsic motivation on their exercise commitment so as to enhance their athletic performance.

To achieve this goal, of the high school Taekwondo players registered to the Korea Taekwondo Association in 2013, 230 Taekwondo players who participated in the Korea Divisional Domestic Championship in March and the High School Taekwondo Championships for President's Flag of Yong-in University in April 2013 were sampled. For the data processing of the collected samples, SPSS Version 18.0 was used, and after factorial analysis and reliability analysis of each variable, frequency analysis, t-test and One-way ANOVA were carried out. In addition, to investigate the impacts of achievement goal orientation and intrinsic motivation on exercise commitment, multiple regression analysis was carried out. As a result of analyses through these research methods and procedures, the following conclusions were drawn out.

First, there were partially statistically significant differences among achievement goal orientation, intrinsic motivation and exercise commitment depending on demographic characteristics. Second, overall, there were significant correlations among achievement goal orientation, intrinsic motivation and exercise commitment. Third, it turned out that achievement goal orientation had positive (+) impacts on exercise commitment while intrinsic motivation, too, had positive (+) impacts on it. Fourth, it turned out that there was a partial mediating effect in the relationship between achievement goal orientation and exercise commitment as a result of a verification of the mediating effect of intrinsic motivation.

● 성취목표성향(TEOSQ)

● 각 문항을 읽으시고 느끼는 대로 해당하는 난에 ✓ 표로 기입하여 주십시오.

	질 문 내 용	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	보통 이다	대체로 그렇다	매우 그렇다
1	나는 나 혼자만이 어떤 플레이나 운동기술을 할 수 있을 때 가장 잘했다는 느낌이 든다.					
2	나는 새로운 기술을 배우고 더 많이 연습 할 때 가장 잘했다는 느낌이 든다.					
3	나는 내 동료보다 더 잘할 때 가장 잘했다는 느낌이 든다.					
4	나는 남들이 나 만큼 못할 때 가장 잘했다는 느낌이 든다.					
5	나는 재미있는 무엇인가를 배울 때 가장 잘했다는 느낌이 든다.					
6	나는 다른 선수들은 실수를 하지만, 나는 그렇지 않을 때 가장 잘했다는 느낌이 든다.					
7	나는 땀 흘려 노력해서 새로운 기술을 배울 때 가장 잘했다는 느낌이 든다.					
8	나는 정말로 열심히 연습할 때 가장 잘했다는 느낌이 든다.					
9	나는 나 혼자서 득점을 거의 다 할 때 가장 잘했다는 느낌이 든다.					
10	나는 무엇인가를 배우고 좀 더 많이 연습을 할 때 가장 잘했다는 느낌이 든다.					
11	나는 내가 개인운동을 하거나 제일 잘 할 때 가장 잘했다는 느낌이 든다.					
12	나는 배운 운동 기술을 제대로 했다고 여겨질 때 가장 잘했다는 느낌이 든다.					
13	나는 최선을 다 할 때 가장 잘했다는 느낌이 든다.					

● 운동몰입

● 각 문항을 읽으시고 느끼는 대로 해당하는 난에 ✓ 표로 기입하여 주십시오.

	질 문 내 용	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	보통 이다	대체로 그렇다	매우 그렇다
1	나는 현재하고 있는 이 운동이 자랑스럽다.					
2	나는 이 운동을 앞으로도 계속 할 생각이다.					
3	나는 이 운동 시간이 항상 기다려지는 편이다.					
4	이 운동은 나의 삶에 매우 소중한 부분이다.					
5	나는 이 운동을 생각하면 즐거워진다.					
6	나는 이 운동에서 많은 행복감을 느끼고 있다.					
7	시간만 있다면 이 운동을 더 많이 하고 싶다.					
8	나는 이 운동의 기술이나 운동방법에 관한 정보를 얻으려고 노력하는 편이다.					
9	나는 이 운동이 신문에 나가거나 TV중계가 있으면 우선적으로 보는 편이다.					
10	나는 가끔 이 운동을 멋지게 하는 상상을 종종 해 본다.					
11	나는 이 운동에 빠져(몰입)있는 것 같다.					
12	나는 다른 사람과 이 운동에 대해 이야기 하는 것을 좋아한다.					
13	나는 이 운동에 참여한 사람을 '가족의 일부' 처럼 생각한다.					
14	나는 이 운동에 '정서적으로 애착' 을 느낀다.					
15	나는 이 운동에 개인적으로 큰 의미를 두고 있다.					
16	나는 이 운동 때문에 행복을 느낀다.					
17	나의 개인적 목표의 대부분은 운동과 연관되어 있다.					

● 내적동기

● 각 문항을 읽으시고 느끼는 대로 해당하는 난에 ✓ 표로 기입하여 주십시오.

	질 문 내 용	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	보통 이다	대체로 그렇다	매우 그렇다
1	나는 태권도를 하는 것이 재미있다.					
2	태권도하는 것은 흥미 있다고 말하고 싶다.					
3	나는 태권도를 배운 후 내 실력이 괜찮다고 생각한다.					
4	나는 태권도를 수련하여 몸과 마음이 매우 느긋해 진다.					
5	나는 가끔 태권도가 좋다는 생각이 든다.					
6	나는 태권도에 관심이 없다.					
7	나는 태권도를 잘 하지 못한다고 생각한다.					
8	나는 평소 태권도를 열심히 하지 않는다.					

- 지금까지 바쁜 시간을 쪼개어 적극적으로 설문에 응답해주셔서 감사합니다. -