

# 대학 태권도 선수의 완벽주의 성향이 실패공포에 미치는 영향: 배경변인에 따른 조절효과\*

김남경(가천대학교 석사) · 장세용\*\*(가천대학교 교수)

## 국문 초록

본 연구는 대학 태권도선수를 대상으로 완벽주의 성향이 실패공포에 미치는 영향을 구조적으로 검증하고, 이들 관계에서 배경변인에 따른 조절효과를 분석하는 데 목적이 있다. 연구대상은 서울, 경기, 충남지역 소재 대학 태권도전공에 재학 중인 선수 407명으로, 편의 표집 방법을 통해 자료를 수집하였다. 수집된 자료는 SPSS 26.0과 AMOS 26.0 프로그램을 활용하여 분석하였다. 연구결과, 대학 태권도선수의 완벽주의 성향은 실패공포에 통계적으로 유의한 정(+)적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 또한 배경변인에 따른 조절효과를 검증한 결과, 성별에 따라 완벽주의 성향이 실패공포에 미치는 영향에서 유의한 차이가 확인된 반면, 학년, 운동경력, 종목, 입상경력에 따른 조절효과는 통계적으로 유의하지 않은 것으로 나타났다. 이러한 결과는 대학 태권도선수의 완벽주의 성향이 실패에 대한 부정적 정서 반응을 강화하는 핵심 심리 요인임을 시사하며, 특히 성별 특성을 고려한 심리적 개입과 지도 전략의 필요성을 제기한다.

주제어: 완벽주의성향, 실패공포, 대학태권도선수, 성별차이, 조절효과

\* 이 논문은 김남경의 2024년도 석사학위논문을 일부 수정한 것임

\*\* [naganolala@gachon.ac.kr](mailto:naganolala@gachon.ac.kr)

## I. 서 론

태권도는 무(武)와 예(藝)의 조화를 바탕으로 신체 수련과 인성 함양을 동시에 추구해 온 대표적인 무예 종목으로, 수련의 과정에서 기술적 완성도뿐만 아니라 자기 통제와 정신적 성숙을 중요한 가치로 삼아 왔다. 그러나 현대에 이르러 태권도는 국제 스포츠 체계 속에서 제도화된 경쟁 종목으로 자리매김하면서, 승패와 성과 중심의 구조가 점차 강화되었다고 판단된다.

실제로 태권도는 겨루기뿐만 아니라 품새와 시범 등 다양한 세부 종목을 중심으로 경기 체계가 세분화되었으며, 국제대회 및 올림픽 종목으로서 경기력 중심의 평가 구조가 공고화되었다(연합뉴스, 2016). 이러한 변화는 태권도의 외연을 확장하는 데 기여한 반면, 선수 개인에게는 지속적인 성과 압박과 평가 스트레스를 요구하는 환경을 형성하였다고 사료된다.

특히 태권도 경기의 채점 방식은 미세한 기술적 오류나 표현상의 불완전성에도 즉각적인 감점이 이루어지는 구조를 갖고 있어, 선수에게 높은 수준의 정확성과 완성도를 지속적으로 요구한다. 이러한 특성은 경기 수행 과정에서 실수에 대한 과도한 민감성을 유발하고, ‘실수하지 않아야 한다’는 인지적 부담을 반복적으로 경험하게 하는 요인으로 작용할 가능성이 제기되어 왔다. 이와 같은 경기 환경은 태권도선수가 수행 과정 전반에서 완벽한 수행을 지속적으로 요구받는 종목적 특성에 노출되어 있음을 시사하며, 결과적으로 완벽주의 성향이 강화될 가능성이 논의되어 왔다(강현우, 장세용, 2021a; 강현우, 장세용, 2021b; 최진철, 장세용, 2017).

완벽주의 성향은 개인이 자신에게 설정한 기준뿐만 아니라, 타인 또는 사회가 요구하는 기준을 지나치게 높게 지각하고, 그 기준에 도달하지 못할 경우 심리적 불편감과 부정적 정서를 경험하는 성향으로 이해된다. 초기 연구에서는 완벽주의를 단일차원의 부적응적 성향으로 정의하였으나, 이후 다차원적 관점에서 완벽주의를 이해하려는 시도가 이루어지면서 자기지향적 완벽

주의, 타인지향적 완벽주의, 사회부과적 완벽주의로 구성된 개념 체계가 제시되었다(김윤희, 서수균, 2008). 이러한 다차원적 완벽주의 개념은 개인 내부의 기준 설정뿐만 아니라, 타인과의 관계 및 사회적 기대가 개인의 수행과 심리에 미치는 영향을 설명하는 데 유용한 틀로 활용되어 왔다(서은철, 허진영, 2016; Stoeber, Feast, & Hayward, 2009).

선행연구에 따르면 완벽주의 성향은 수행 향상과 관련된 긍정적 측면과 심리적 부적응을 유발하는 부정적 측면을 동시에 지니는 양면적 개념으로 보고되고 있다. 즉, 적절한 수준의 완벽주의 성향은 높은 목표 설정과 지속적인 노력을 통해 경기력 향상에 기여할 수 있으나, 지나치게 높은 완벽주의 성향은 실패 상황에서 불안과 스트레스를 증폭시키는 요인으로 작용할 수 있다. 특히 스포츠 상황에서는 완벽주의 성향이 경쟁 상태 불안, 수행 불안, 심리적 소진과 같은 부정적 심리 요인과 밀접하게 관련된다는 점이 다수의 연구를 통해 보고되어 왔다(고령, 조옥상, 2017; 김홍백, 유재구, 김상태, 2017; 박수을, 김병태, 2019).

이와 같은 맥락에서 완벽주의 성향은 실패 경험에 대한 선수의 인지적 해석 방식과도 깊은 관련을 갖는다. 지나치게 높은 완벽주의 성향을 지닌 선수는 실패를 단순한 수행 오류가 아닌 개인의 능력 부족이나 사회적 평가 저하로 해석하는 경향을 보일 가능성이 크다. 이러한 인지적 해석은 실패에 대한 부정적 기대를 강화하며, 결과적으로 실패공포로 이어질 수 있다. 실패공포는 실패 그 자체에 대한 두려움이라기보다, 실패 이후에 경험하게 될 수치심, 자기 가치의 평가절하, 사회적 관계 손상, 불확실한 미래에 대한 불안 등을 포함하는 개념으로 정의된다(한영숙, 2011; Conroy, 2001).

선행연구에 따르면 실패공포는 개인의 수행 상황에서 행동 회피, 동기 저하, 지연 행동과 같은 부적응적 반응을 유발하는 핵심 심리 변인으로 작용하며, 스포츠 장면에서는 경기력 저하와 중도탈락을 설명하는 주요 요인으로 제시되어 왔다(Gould, 1991). 특히 지속적으로 평가받는 경쟁 환경에 노출된 선수일수록 실패공포의 영향은 더욱 크게 나타날 수 있으며, 이는 장기적인 수행 발달과 선수 생애 전반에 부정적인 영향을 미칠 가능성이 있다(장경진,

김명미, 임승현, 2020; 제기, 이동운, 이근철, 김병로, 2022).

그럼에도 불구하고 완벽주의 성향과 실패공포의 관계를 태권도라는 무예 종목의 경기 환경 속에서 구조적 관계로 설정하여 실증적으로 검증한 연구는 충분히 축적되지 못한 실정이다. 기존 연구들은 완벽주의 또는 실패공포를 개별 변인으로 다루는 데 초점을 두어 왔으며, 태권도선수를 대상으로 두 변인의 관계를 동시에 분석한 연구는 다소 제한적인 수준에 머물러 왔다.

특히 대학 태권도선수는 청소년기에서 성인기로 이행하는 과도기적 시기에 놓여 있으며, 경기 성과와 진로 선택이라는 이중의 부담을 동시에 경험하는 집단으로 논의되어 왔다. 이러한 맥락에서 완벽주의 성향과 실패공포의 관계와 같은 심리변인간의 인과관계는 모든 선수에게 동일하게 작용하기보다는, 성별, 학년, 운동경력, 종목, 입상경력과 같은 배경적 특성에 따라 그 영향 양상이 달라질 가능성이 다수의 선행연구에 의해 제기되어 왔다(강현우, 장세용, 2024; 장세용, 배환성, 지준철, 2020; 장세용, 홍연지, 2023; 홍연지, 장세용, 2023).

그러나 이러한 배경변인이 완벽주의 성향과 실패공포의 관계를 어떻게 조절하는지에 대한 이론적·경험적 검증은 여전히 충분하지 않은 상황이다. 이에 본 연구는 대학 태권도선수를 대상으로 완벽주의 성향이 실패공포에 미치는 영향을 구조적으로 검증하고, 완벽주의 성향이 실패공포에 정(+)적 영향을 미칠 것이라는 가설을 설정한 후, 추가적으로 성별, 학년, 운동경력, 종목, 입상경력에 따른 조절효과를 분석하고자 한다. 이러한 접근은 무예 스포츠 환경에서 선수의 심리적 부담을 보다 입체적으로 이해하고, 실패 경험을 보다 건설적으로 수용할 수 있는 지도 및 심리적 개입 전략을 모색하기 위한 기초 자료를 제공할 수 있을 것으로 기대된다.

## II. 연구방법

### 1. 연구대상

본 연구는 대학 태권도선수의 완벽주의 성향이 실패공포에 미치는 영향을 규명하고, 이 관계에서 배경변인에 따른 조절효과를 검증하기 위해 수행되었다. 이를 위해 서울, 경기, 충남지역에 소재한 대학 태권도전공에 재학 중인 대학 태권도선수를 연구대상으로 선정하였다. 연구대상자 선정은 비확률 표집 방법 중 편의표집방법을 활용하여 이루어졌다.

표 1. 연구대상자의 일반적 특성

| 변인   | 수준   | 빈도  | %    |
|------|------|-----|------|
| 성별   | 남자   | 247 | 60.7 |
|      | 여자   | 160 | 39.3 |
| 학년   | 저학년  | 296 | 72.7 |
|      | 고학년  | 111 | 27.3 |
| 운동경력 | 5년미만 | 101 | 24.8 |
|      | 5년이상 | 306 | 75.2 |
| 종목   | 품새   | 168 | 41.3 |
|      | 시범   | 145 | 35.6 |
|      | 겨루기  | 94  | 23.1 |
| 입상경력 | 있음   | 304 | 74.7 |
|      | 없음   | 103 | 25.3 |
| 전체   | -    | 407 | 100  |

연구대상자는 연구 목적과 절차에 대해 충분한 설명을 듣고 자발적으로 연구 참여 의사를 밝힌 선수로 한정하였으며, 설문 응답 과정에서 연구 참여

동의서를 작성한 경우에만 최종 분석에 포함하였다. 회수된 설문지 중 응답 누락이나 이중기입 등 자료의 신뢰성을 저해할 수 있는 사례는 사전 검토 과정에서 제외하였다. 그 결과 최종 분석에는 총 407부의 설문지가 사용되었다.

연구대상자의 일반적 특성은 성별, 학년, 운동경력, 종목, 입상경력으로 구분하여 분석하였다. 구체적으로 성별은 남자 247명(60.7%), 여자 160명(39.3%)이었으며, 학년은 저학년 296명(72.7%), 고학년 111명(27.3%)으로 구성되었다. 운동경력은 5년 미만 101명(24.8%), 5년 이상 306명(75.2%)이었고, 종목은 품새 168명(41.3%), 시범 145명(35.6%), 겨루기 94명(23.1%)으로 나타났다. 입상경력은 ‘있음’ 304명(74.7%), ‘없음’ 103명(25.3%)으로 분류되었다(표 1).

## 2. 측정도구

본 연구에서 사용한 측정도구는 완벽주의 성향과 실패공포를 측정하기 위한 구조화된 설문지로 구성되었다. 모든 문항은 선행연구에서 타당도와 신뢰도가 검증된 검사지를 바탕으로 사용되었으며, 연구 목적에 부합하도록 일부 문항 표현을 수정·보완하여 활용하였다. 문항 수정·보완은 문항의 의미를 변경하거나 개념 범위를 확장하는 방식이 아니라, 연구대상자인 대학 태권도 선수의 이해도를 고려하여 어휘 표현을 일부 조정하는 수준에서 이루어졌다. 원문 의미를 유지한 채 문항 내 추상적 표현을 행동 중심 서술로 수정하거나, 중복 해석의 가능성이 있는 문장을 간결화하는 방식으로 조정하였다. 사용한 검사지의 정보는 다음과 같다.

먼저 완벽주의 성향은 Hewitt와 Flett(1991)가 제시한 다차원적 완벽주의 개념에 근거한 척도를 사용하였다. 해당 척도는 한기연(1993)이 번안하여 타당도와 신뢰도를 검증한 검사지를 기초로 하였으며, 이후 공성배, 이지우, 허용(2016)의 연구에서 고등학생을 대상으로 활용된 검사지를 본 연구에 적용하였다. 완벽주의 성향은 자기지향적 완벽주의 5문항, 사회부과적 완벽주의 4문항, 타인지향적 완벽주의 4문항으로 구성된 총 13문항으로 측정하였다.

www.kci.go.kr

두 번째, 실패공포는 Conroy, Willow와 Metzler(2002)가 개발한 수행실패 평가척도(Performance Failure Appraisal Inventory)를 임성문(2006)이 번안한 측정도구를 바탕으로 사용하였다. 이 검사는 수치와 당황을 경험하는 것에 대한 공포 7문항, 자신이 평가절하되는 것에 대한 공포 4문항, 불확실한 미래에 대한 공포 4문항, 중요한 타인의 관심을 상실하는 것에 대한 공포 5문항, 중요한 타인을 속상하게 하는 것에 대한 공포 5문항 등 총 25문항으로 구성하였다. 또한 모든 문항은 5점 Likert 척도(1점=전혀 그렇지 않다, 5점=매우 그렇다)를 사용하여 응답하도록 하였으며, 점수가 높을수록 해당 특성이 강함을 의미한다.

### 3. 조사절차

자료 수집에 앞서 연구자는 연구대상자인 대학 태권도선수에게 연구의 목적과 취지를 충분히 설명하였으며, 연구 참여가 전적으로 자발적임을 명확히 고지하였다. 이후 연구 참여에 동의한 선수들을 대상으로 연구 참여 동의서를 작성하게 한 후 설문조사를 실시하였다. 설문조사는 연구자와 보조연구자 2인이 사전에 협의된 시간과 장소에 직접 방문하여 실시하였다. 응답 과정에서 연구자는 설문 문항에 대한 추가 설명을 제공하지 않았으며, 응답자의 주관적 판단에 따라 자유롭게 응답하도록 하였다. 회수된 설문지는 즉시 검토하여 응답 누락 및 중복 기입 여부를 확인하였으며, 자료의 정확성을 확보하기 위해 2인 1조로 교차 확인 절차를 거쳤다.

### 4. 자료처리방법

수집된 자료는 SPSS 26.0과 AMOS 26.0 프로그램을 활용하여 분석하였다. 자료 입력 과정에서 발생할 수 있는 오류를 최소화하기 위해 2인 1조로 코딩 및 입력을 수행하였으며, 이후 자료 검증 절차를 거쳐 최종 분석에 사용하였다.

먼저 연구대상자의 일반적 특성을 파악하기 위해 빈도분석과 기술통계분석을 실시하였다. 다음으로 측정도구의 타당도와 신뢰도를 검증하기 위해 확인적 요인 분석(confirmatory factor analysis)을 실시하였으며, 개념신뢰도(composite reliability), 평균분산추출값(average variance extracted), Cronbach' s  $\alpha$  값을 산출하였다.

이후 대학 태권도선수의 완벽주의 성향이 실패공포에 미치는 영향을 검증하기 위해 구조방정식모형 분석을 실시하였다. 또한 완벽주의 성향과 실패공포 간의 관계에서 성별, 학년, 운동경력, 종목, 입상경력에 따른 조절효과를 검증하기 위해 측정동일성 검증을 실시한 후, 대응별 모수비교(pairwise parameter comparison) 분석을 수행하였다. 모든 통계적 검증의 유의수준은  $\alpha = .05$ 로 설정하였다.

### Ⅲ. 연구 결과

#### 1. 측정도구의 타당도 및 신뢰도 검증 결과

본 연구에서 사용된 완벽주의 성향과 실패공포 측정도구의 타당도와 신뢰도를 검증하기 위해 확인적 요인분석(confirmatory factor analysis)을 실시하였다. 분석 결과, 초기 측정모형에서 실패공포 하위요인 중 자기평가절하 공포와 불확실한 미래 공포 요인은 요인부하량, 평균분산추출값(AVE), 개념신뢰도(composite reliability)가 기준치에 미치지 못하는 것으로 나타났다.

이에 측정평가 전공 교수 1인과 스포츠심리학 전공 박사 1인, 그리고 연구자가 포함된 전문가 회의를 통해 해당 문항을 재검토하였다. 그 결과, 자기평가절하 공포(4문항)와 불확실한 미래 공포(4문항) 요인은 태권도 경기 상황에서 경험되는 즉각적인 수행 평가나 대인관계 기반의 실패 인식보다는, 비교적 장기적이고 추상적인 인지 평가를 반영하는 문항들로 구성되어 있어, 본

연구 대상자인 대학 태권도선수의 경쟁 맥락과 충분히 부합하지 않았을 가능성이 제기되었다. 이에 따라 본 연구에서는 통계적 기준 충족 여부뿐만 아니라 연구 대상과 경기 맥락의 적합성을 함께 고려하여, 전문가 회의를 거쳐 해당 두 하위요인을 제외한 후 최종 측정모형을 재구성하였다.

이후 수정된 측정모형의 적합도 지수는  $\chi^2 = 1049.228(df=387, p<.001)$ , 표 2. 측정모형분석 결과

| 변인   | 하위요인      | $\lambda$ | S.E.  | C.R.   | AVE  | C.R. | $\alpha$ |
|------|-----------|-----------|-------|--------|------|------|----------|
| 완벽주의 | 자기 완벽주의   | 0.762     |       |        |      |      |          |
|      |           | 0.857     | 0.048 | 24.717 |      |      |          |
|      |           | 0.831     | 0.068 | 17.207 | .928 | .985 | .916     |
|      |           | 0.879     | 0.071 | 18.219 |      |      |          |
|      |           | 0.780     | 0.075 | 16.031 |      |      |          |
|      | 사회 완벽주의   | 0.763     |       |        |      |      |          |
|      |           | 0.767     | 0.074 | 14.958 | .920 | .979 | .847     |
|      |           | 0.776     | 0.064 | 15.133 |      |      |          |
|      |           | 0.750     | 0.064 | 14.617 |      |      |          |
|      | 타인 완벽주의   | 0.678     |       |        |      |      |          |
|      |           | 0.857     | 0.088 | 14.883 | .906 | .975 | .860     |
|      |           | 0.828     | 0.086 | 14.529 |      |      |          |
|      |           | 0.774     | 0.083 | 13.755 |      |      |          |
| 실패공포 | 수치당황 실패공포 | 0.758     |       |        |      |      |          |
|      |           | 0.640     | 0.075 | 12.914 |      |      |          |
|      |           | 0.720     | 0.064 | 14.705 |      |      |          |
|      |           | 0.697     | 0.065 | 14.172 | .892 | .983 | .878     |
|      |           | 0.699     | 0.065 | 14.234 |      |      |          |
|      |           | 0.703     | 0.077 | 14.288 |      |      |          |
|      |           | 0.729     | 0.077 | 14.891 |      |      |          |
|      | 타인관심 상실공포 | 0.761     |       |        |      |      |          |
|      |           | 0.728     | 0.060 | 15.151 |      |      |          |
|      |           | 0.755     | 0.056 | 15.796 | .922 | .983 | .864     |
|      |           | 0.775     | 0.058 | 16.28  |      |      |          |
|      |           | 0.733     | 0.065 | 15.257 |      |      |          |
|      | 중요타인 속상공포 | 0.643     |       |        |      |      |          |
|      |           | 0.721     | 0.090 | 13.998 |      |      |          |
|      |           | 0.770     | 0.090 | 13.353 | .875 | .972 | .833     |
|      |           | 0.726     | 0.080 | 12.736 |      |      |          |
|      |           | 0.668     | 0.098 | 11.896 |      |      |          |

\*\*\* $p < .001$

모형적합도  $\chi^2 = 1049.228, df=387, p<.001, TLI=.902, CFI=.913, RMSEA=.065$

www.kci.go.kr

TLI=.902, CFI=.913, RMSEA=.065로 나타나 수용 가능한 수준의 모형 적합도를 보였다. 각 잠재변수의 요인부하량은 모두 .50 이상으로 나타났으며, 통계적으로 유의하였다( $p<.001$ ). 또한 각 하위요인의 평균분산추출값과 개념신뢰도, Cronbach's  $\alpha$  값 역시 기준치를 충족하는 것으로 확인되어, 본 연구에 사용된 측정도구는 구성타당도와 내적 일관성이 확보된 것으로 판단하였다(표 2).

## 2. 기술통계 및 상관관계 분석 결과

가설 검증에 앞서 완벽주의 성향과 실패공포 하위요인의 분포 특성과 변수 간 관계를 확인하기 위해 기술통계 분석과 상관관계 분석을 실시하였다. 분석 결과, <표 3>과 같이 각 변수의 평균은 2.33에서 3.63 범위로 나타났으며, 왜도와 첨도는 정규성 기준(왜도  $\pm 3$ , 첨도  $\pm 8$ )을 충족하여 자료 분포에 큰 문제가 없는 것으로 확인되었다.

표 3. 기술통계 및 상관관계 분석 결과

|   | M     | SD    | 왜도     | 첨도     | a      | b      | c      | d      | e      | f |
|---|-------|-------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|---|
| a | 3.630 | 0.830 | -0.398 | 0.049  | 1      |        |        |        |        |   |
| b | 2.880 | 0.856 | 0.173  | -0.174 | .416** | 1      |        |        |        |   |
| c | 2.840 | 0.953 | 0.051  | -0.377 | .337** | .528** | 1      |        |        |   |
| d | 2.630 | 0.838 | -0.032 | -0.353 | 0.042  | 0.094  | .409** | 1      |        |   |
| e | 2.370 | 0.774 | 0.143  | -0.065 | -0.003 | .122*  | .436** | .795** | 1      |   |
| f | 2.330 | 0.741 | 0.233  | -0.151 | -0.021 | .257** | .503** | .762** | .815** | 1 |

\*\* $p<.01$ , \* $p<.05$

a:자기완벽주의요인, b:사회완벽주의요인, c:타인완벽주의요인, d:수치당황요인,

e:타인관심상실요인 f:중요타인속상요인

기술통계 결과를 구체적으로 살펴보면, 완벽주의 성향의 하위요인 중 자기 지향적 완벽주의 요인의 평균이 3.63으로 가장 높게 나타난 반면, 실패공포 하위요인 중 중요 타인을 속상하게 할 것에 대한 공포 요인은 평균 2.33으로 가장 낮은 수준을 보였다. 이러한 결과는 대학 태권도선수가 자신의 수행 기

준과 자기 평가에 대해서는 비교적 높은 엄격성을 유지하고 있으나, 실패로 인해 타인에게 정서적 영향을 미칠 것이라는 인식은 상대적으로 낮게 지각하고 있음을 시사한다. 즉, 본 연구 대상자는 실패의 대인관계적 결과보다는 개인 내부의 수행 기준 충족 여부에 더 초점을 두는 심리적 특성을 보이는 집단으로 해석될 수 있다.

또한 상관관계 분석 결과, 사회부과적 완벽주의와 타인지향적 완벽주의는 실패공포의 하위요인인 수치·당황 공포, 타인 관심 상실 공포, 중요한 타인 속상 공포와 전반적으로 유의한 정(+)적 상관관계를 나타냈다. 이는 타인의 기대와 평가를 강하게 지각할수록 실패에 대한 부정적 정서 반응이 강화되는 경향이 있음을 의미한다.

반면, 자기지향적 완벽주의는 실패공포 하위요인들과의 상관관계에서 유의한 관계를 보이지 않았다( $r = -.021 \sim .042$ , ns). 이러한 결과는 완벽주의 성향이 실패공포와의 관계에서 하위요인별로 상이한 양상을 보일 가능성을 시사하며, 완벽주의 성향을 단일 차원이 아닌 다차원적 구조로 검증할 필요성을 제기한다. 이러한 상관관계 결과를 바탕으로, 완벽주의 성향과 실패공포 간의 구조적 관계를 보다 종합적으로 검증하기 위해 구조방정식모형 분석을 실시하였다.

### 3. 완벽주의 성향이 실패공포에 미치는 영향

대학 태권도선수의 완벽주의 성향이 실패공포에 미치는 영향을 검증하기 위해 구조방정식모형 분석을 실시하였다. 분석 결과, 연구모형의 적합도는  $\chi^2 = 59.310(df=7, p<.001)$ , TLI=.912, CFI=.959로 나타나 비교적 양호한 수준의 모형 적합도를 보였다.

표 4. 완벽주의 성향이 실패공포에 미치는 영향

| 경로     |        | $\beta$ | S.E  | C.R.     |
|--------|--------|---------|------|----------|
| 완벽주의성향 | → 실패공포 | .369    | .280 | 6.089*** |

\*\*\* $p < .001$

$\chi^2 = 59.310(df = 7)$ ,  $p < .001$ ,  $TLI = .912$ ,  $CFI = .959$ ,  $RMR = .698$

경로 분석 결과, 완벽주의 성향은 실패공포에 통계적으로 유의한 정(+)적 영향을 미치는 것으로 나타났다( $\beta = .369$ ,  $C.R. = 6.089$ ,  $p < .001$ ). 이는 대학 태권도선수의 완벽주의 성향이 높을수록 실패 이후에 예상되는 부정적 결과에 대한 공포 수준이 증가함을 의미한다.

#### 4. 배경변인에 따른 조절효과 검증 결과

##### 1) 측정동일성 검증결과

완벽주의 성향과 실패공포의 관계에서 배경변인에 따른 조절효과를 검증하기 위해 앞서, 각 집단 간 측정동일성 검증을 실시하였다. 분석 결과, 분석결과 <표 5>에 제시된 것과 같이 성별( $TLI = .908$ ,  $RMSEA = .098$ ), 학년( $TLI = .919$ ,  $RMSEA = .093$ ), 운동경력( $TLI = .912$ ,  $RMSEA = .096$ ), 종목( $TLI = .942$ ,  $RMSEA = .064$ ), 입상경력( $TLI = .910$ ,  $RMSEA = .097$ )의 측정모형분석 결과의 모형적합도가 비교적 양호한 수준으로 나타나서 형태동일성에 차이가 없는 것으로 판단하였다. 다음 절차인 두 집단의 요인부하량 동일성 검증을 위해  $\lambda$ 제약을 가한 모형과 자유모형의 분석을 실시하였다. 분석결과 모형적합도는  $\lambda$ 제약모델과 자유모델 모두 비교적 양호한 수준인 것으로 나타났다. 또한,  $\chi^2$ 차이 검증 결과 배경변인에 따른 요인계수의 차이는 없는 것으로 나타나 측정동일성 요인계수 동일성이 검증되었다. 이는 완벽주의성향과 실패공포를 측정하는 문항을 두 집단이 동일하게 인식하고 있음을 의미한다.

표 5. 측정동일성 검증 결과

| 구분   | 모형           | $\chi^2$ | df | $\Delta\chi^2$ | $\Delta df$ | p    |
|------|--------------|----------|----|----------------|-------------|------|
| 성별   | free         | 68.949   | 14 | 3.833          | 4           | .429 |
|      | $\lambda$ 제약 | 72.782   | 18 |                |             |      |
| 학년   | free         | 62.581   | 14 | 3.658          | 4           | .454 |
|      | $\lambda$ 제약 | 66.240   | 18 |                |             |      |
| 운동경력 | free         | 66.182   | 14 | 8.344          | 4           | .080 |
|      | $\lambda$ 제약 | 74.526   | 18 |                |             |      |
| 종목   | free         | 106.800  | 40 | 6.269          | 4           | .180 |
|      | $\lambda$ 제약 | 113.069  | 44 |                |             |      |
| 입상경력 | free         | 67.372   | 14 | 5.047          | 4           | .282 |
|      | $\lambda$ 제약 | 72.419   | 18 |                |             |      |

note 1.  $\alpha=.05$ ,  $df=4$ ,  $\chi^2$  기각 기준치=9.49note 2.  $\Delta$ =변화량

## 2) 조절효과 검증 결과

“태권도선수의 완벽주의성향이 실패공포에 미치는 영향은 배경변인에 따라 조절될 것이다(가설2=성별, 가설3=학년, 가설4=운동경력, 가설5=입상경력, 가설6=세부종목).”를 검증하기 위해 구조방정식모형 분석을 실시한 결과는 <표 6>과 같다.

먼저 성별에 따른 차이 분석결과 <표 6>과 같이 남성 집단( $\beta=.349$ ,  $p<.001$ ) 이 여성집단( $\beta=.334$ ,  $p<.001$ )보다 완벽주의성향이 높을수록 실패공포를 더욱 강하게 느끼는 것으로 나타났다. 또한 대응별 모수비교(pairwise parameter comparison) 결과 역시  $Z=1.982(p<.05)$ 로 나타나 기각 기준치( $\pm 1.96$ :  $\alpha=.05$ ,  $\pm 2.58$ :  $\alpha=.01$ )를 넘어서는 것으로 확인되었으며, 이러한 결과는 완벽주의성향이 실패공포에 미치는 영향이 성별에 따라 통계적으로 유의하게 조절됨을 의미한다.

표 6. 배경변인에 따른 조절효과 검증결과

| 성별         | 남자    |         |       | 여자    |         |      | Z      |
|------------|-------|---------|-------|-------|---------|------|--------|
|            | B     | $\beta$ | S.E.  | B     | $\beta$ | S.E. |        |
|            | 1.174 | .349*** | .252  | 2.980 | .334*** | .876 | 1.982  |
| 학년         | 저학년   |         |       | 고학년   |         |      | Z      |
|            | B     | $\beta$ | S.E.  | B     | $\beta$ | S.E. |        |
|            | 1.911 | .370*** | .403  | 1.386 | .409*** | .358 | -.976  |
| 운동경력       | 5년미만  |         |       | 5년이상  |         |      | Z      |
|            | B     | $\beta$ | S.E.  | B     | $\beta$ | S.E. |        |
|            | 2.348 | .584*   | 1.136 | 1.624 | .336*** | .300 | -.616  |
| 입상경력       | 있음    |         |       | 없음    |         |      | Z      |
|            | B     | $\beta$ | S.E.  | B     | $\beta$ | S.E. |        |
|            | 1.953 | .355*** | .385  | 1.448 | .471**  | .467 | .833   |
| 품새 vs. 시범  | 품새    |         |       | 시범    |         |      | Z      |
|            | B     | $\beta$ | S.E.  | B     | $\beta$ | S.E. |        |
|            | 2.272 | .457**  | .718  | 1.199 | .229*** | .310 | -1.373 |
| 품새 vs. 겨루기 | 품새    |         |       | 겨루기   |         |      | Z      |
|            | B     | $\beta$ | S.E.  | B     | $\beta$ | S.E. |        |
|            | 2.272 | .457**  | .718  | 2.188 | .425**  | .724 | -.820  |
| 시범 vs. 겨루기 | 시범    |         |       | 겨루기   |         |      | Z      |
|            | B     | $\beta$ | S.E.  | B     | $\beta$ | S.E. |        |
|            | 1.199 | .229    | .310  | 2.188 | .425    | .725 | 1.256  |

\*\*\*p <.001, \*\*p <.01, \*p <.05

note 1. A = 완벽주의성향, B = 실패공포; note 2. Z:  $\alpha$ =.05 수준의 기각 기준치  $\pm 1.96$

반면, 학년(저학년  $\beta$ =.370,  $p$ =.001 < 고학년  $\beta$ =.409,  $p$ =.001)과 운동경력(5년 미만  $\beta$ =.584,  $p$ =.039 > 5년 이상  $\beta$ =.336,  $p$ =.001), 입상경력(입상경험 있음  $\beta$  =.355,  $p$ =.001 < 입상경험 없음  $\beta$ =.471,  $p$ =.002), 그리고 종목(품새  $\beta$ =.457,  $p$ =.039 > 겨루기  $\beta$ =.425,  $p$ =.039 > 시범  $\beta$ =.229,  $p$ =.039)에 따른 집단별 경로 계수는 모두 통계적으로 유의하게 나타났으나, 대응별 모수비교(pairwise parameter comparison) 결과에서는 학년( $Z$ =-.985,  $p$ >.05), 운동경력( $Z$ =-.616,  $p$ >.05), 입상경력( $Z$ =.833,  $p$ >.05), 그리고 종목(품새 vs. 시범  $Z$ =-1.373,  $p$ >.05;

품새 vs. 겨루기  $Z=-.820$ ,  $p>.05$ ; 시범 vs. 겨루기  $Z=1.256$ ,  $p>.05$ )의 경로계수 차이가 통계적으로 유의하지 않은 것으로 확인되었다.

이는 완벽주의성향이 실패공포에 미치는 영향이 해당 배경변인에 따라 차별적으로 조절된다고 보기 어렵다는 것을 의미하며, 본 연구에서 설정한 학년, 운동경력, 입상경험 및 종목에 따른 조절효과 가설은 기각되었다.

## IV. 논 의

이 연구는 대학 태권도 선수들을 대상으로 완벽주의성향이 실패공포에 미치는 영향을 검증하고, 이들의 관계에 대한 배경변인에 따른 조절효과를 검증하고자 연구를 진행하였다. 이와 같은 연구의 목적을 달성하기 위해 설정한 가설 검증을 실시하였으며, 도출된 연구결과에 근거하여 다음과 같이 논 의하였다.

먼저 대학 태권도선수의 완벽주의성향이 실패공포에 미치는 영향을 확인한 결과 통계적으로 유의미한 정(+)적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 작은 실수도 용납하지 않는 성향을 지닌 선수일수록 경기 수행 과정에서 실수 이후에 예상되는 부정적 결과를 과도하게 인식하고, 그에 대한 심리적 두려움을 경험할 가능성이 높다는 점을 시사한다. 이는 완벽주의성향이 단순한 수행 기준의 문제가 아니라, 실패 상황에 대한 인지적 해석과 정서 반응을 증폭시키는 심리적 기제로 작용할 수 있음을 의미한다.

이 연구와 직접적으로 동일한 변인 구조를 검증한 선행연구는 제한적이지만, 사회후과적 완벽주의성향이 실패공포에 정(+)적 영향을 미친다고 보고한 연구 결과(백지은, 이승연, 2016)와 실패공포가 선수의 경쟁불안을 증폭시키는 핵심 요인이라는 점을 고려할 때(강상욱, 이도홍, 권효정, 2022), 대학 태권도 품새 선수를 대상으로 완벽주의성향과 경쟁불안 간 정(+)적 상관관계를 보고한 박수을, 김병태(2019)의 연구와 이론적 맥락을 공유하는 결과로 해석될 수

있다. 즉, 완벽주의성향은 실패 그 자체보다는 실패 이후에 예상되는 평가·결과에 대한 인식을 통해 부정적 정서를 강화하는 경로로 작용하는 것으로 이해할 수 있다.

이와 관련하여, 완벽주의성향이 높을수록 자신이 설정한 기준 또는 주변인의 기대에 부합하지 못했을 때 경험하는 심리적 부담은 더욱 가중되며(노성환, 허재성, 양대승, 2015), 이러한 부담이 선수의 불안과 부정적 정서를 증폭시킨다는 선행연구 결과(김홍백, 유재구, 김상태, 2017; 박수을, 김병태, 2019)는 본 연구 결과를 뒷받침하는 경험적 근거로 볼 수 있다.

또한 Gould et al., (1983)는 실패공포를 대표적인 부정적 정서 반응으로 제시하였으며, 실패공포와 같은 부정적 정서를 시합 상황에서 인지할 경우 경쟁불안이 유발될 수 있고(김형겸, 장세용, 강현우, 2016), 이러한 경쟁불안은 선수의 심리적 안정성을 저해한다는 연구 결과(Martens, 1990)는 완벽주의성향이 실패공포를 통해 경기 수행에 부정적 영향을 미칠 수 있음을 시사한다. 이는 완벽주의성향이 실패공포의 선행 요인으로 기능할 가능성을 이론적으로 뒷받침하는 해석으로 볼 수 있다.

추가적으로 자신의 능력 수준을 초과하는 목표를 설정할수록 실패공포를 빈번하게 경험한다는 연구 결과(이미화, 류진혜, 2002)와 이러한 실패공포가 선수의 경기력을 저하시킨다는 연구(Sagar, Lavalley, Spray, 2009)는, 완벽주의성향이 높은 선수일수록 과도한 목표 설정을 통해 실패공포를 증폭시키고 결과적으로 최상의 수행을 저해할 가능성이 있음을 시사한다. 따라서 선수의 경기력 향상을 위해서는 개인의 수행 수준에 적합한 목표 설정과 함께, 실패 경험을 조절하고 해석할 수 있는 심리적 개입이 병행될 필요가 있다.

두 번째, 성별에 따른 조절효과 분석 결과 여성 집단보다 남성 집단에서 완벽주의성향이 실패공포에 미치는 영향이 유의하게 더 크게 나타났다. 이러한 결과는 완벽주의성향이 실패공포에 미치는 영향이 성별에 따라 차별적으로 작용함을 의미한다. 이는 성별이 단순한 배경변인이 아니라, 완벽주의성향이 실패 경험을 인식하고 해석하는 과정에 개입하는 조절 요인으로 기능할 가능성을 시사한다.

기존 선행연구에 따르면 대학생을 대상으로 실패 이후의 인식과 반응을 분석한 연구에서 성별에 따라 실패 반응 양상이 부분적으로 상이하게 나타났으며(진예민, 배유진, 양수진, 2021), 남학생이 여학생에 비해 사회부과적 완벽주의 성향이 높게 나타났다는 연구 결과(김인수, 2023)는 본 연구 결과를 해석하는 데 참고할 수 있는 근거로 볼 수 있다.

한편, 학업 장면에서는 여성이 남성보다 실패에 대한 두려움을 더 크게 경험한다는 연구 결과(Borgonovi & Han, 2021)와 달리, 본 연구에서는 스포츠 맥락에서 남성 선수의 영향력이 더 크게 나타났다. 이는 학업 상황과 달리 스포츠 경쟁 환경에서는 성과 책임, 평가 노출, 역할 기대가 성별에 따라 다르게 작동할 가능성을 시사하며, 성별 차이를 단순 비교가 아닌 맥락 의존적 차이로 해석할 필요가 있음을 의미한다.

이러한 결과는 태권도 선수 집단을 대상으로 한 최근 국내 연구와도 일정 부분 맥락을 공유한다. 양혜진, 석류(2024)는 대학생 태권도 선수를 대상으로 성취목표 성향과 완벽주의 성향이 경쟁상태불안에 미치는 관계를 분석한 결과, 세부종목에 따른 조절효과가 일부 변인에서는 제한적으로 나타나고, 일부 관계에서는 유의하지 않게 나타났음을 보고하였다. 이는 태권도 선수 집단에서 완벽주의의 관련 심리 기제가 특정 배경변인에 따라 일관되게 차별화되기보다는, 경쟁 환경과 개인 내적 성향이 결합된 구조 속에서 부분적으로 작동할 가능성을 시사하는 결과로 해석될 수 있다. 따라서 향후 연구에서는 심리적 상태뿐만 아니라 경쟁 환경의 구조적 특성을 함께 고려한 성별 조절효과 검증이 요구된다.

세 번째, 학년에 따른 조절효과 분석 결과 저학년과 고학년 집단 간 유의한 차이는 나타나지 않았다. 이는 학년이 완벽주의성향과 실패공포의 관계를 조절하는 핵심 요인으로 작용하지 않을 가능성을 시사하는 결과로 해석할 수 있다. 일부 선행연구에서는 학년에 따라 심리적 특성이 달라질 수 있음을 보고하였으나, 대학 태권도선수의 경우 학업과 훈련, 진로 부담이 전 학년에 걸쳐 유사하게 작용할 가능성이 있으며, 이러한 구조적 특성이 학년 간 차이를 약화시켰을 가능성이 있다. 따라서 본 연구에서 나타난 조절효과 부재는 연

구의 한계라기보다, 대학 태권도선수 집단의 특성을 반영한 의미 있는 결과로 해석될 수 있다.

한편, 본 연구의 기술통계 및 상관관계 분석 결과에서 자기지향적 완벽주의와 실패공포 하위요인 간 상관계수가 매우 낮거나 유의하지 않게 나타난 점은 주목할 필요가 있다. 이는 완벽주의성향과 실패공포 간의 관계를 단순한 관측변수 수준의 상관으로만 해석하기 어렵다는 점을 시사하며, 두 변인 간 관계가 보다 복합적인 심리적 경로를 통해 형성될 가능성을 내포한다. 즉, 자기지향적 완벽주의는 개인 내부의 기준과 목표 설정에 초점을 둔 성향으로, 실패 상황에서도 즉각적인 정서 반응보다는 인지적 평가 과정을 통해 간접적으로 작용할 수 있으며, 이러한 특성으로 인해 단순 상관 수준에서는 관계가 명확하게 드러나지 않았을 가능성이 있다.

이에 비해 구조방정식모형 분석에서는 완벽주의성향을 잠재변수 수준에서 통합적으로 고려함으로써, 사회부과적·타인지향적 완벽주의를 포함한 전반적 완벽주의 구조가 실패공포에 유의한 영향을 미치는 경로가 확인되었다. 이는 완벽주의성향이 개별 하위요인의 독립적 효과라기보다는, 여러 하위 차원이 상호작용하며 형성되는 잠재적 심리 성향으로서 실패공포에 영향을 미친다는 점을 의미한다. 다시 말해, 상관분석과 구조모형 분석 결과 간의 차이는 분석 수준의 차이에서 기인한 것으로 이해할 수 있으며, 이는 두 분석 결과가 상충된다기보다 상호 보완적인 정보를 제공한다고 해석하는 것이 타당하다.

또한 학년, 운동경력, 종목, 입상경력에서 조절효과가 유의하지 않게 나타난 결과 역시 단순히 ‘차이가 없었다’는 기술적 결론에 그치기보다는, 대학 태권도선수 집단의 심리적 특성을 반영한 결과로 해석될 필요가 있다. 구체적으로 대학 태권도선수는 학년이나 경력과 무관하게 지속적인 평가와 성과 압박에 노출되어 있으며, 훈련과 시합이라는 구조적 환경 속에서 유사한 심리적 요구를 경험하는 집단이다. 이러한 맥락에서는 배경변인에 따른 차이보다, 완벽주의성향이라는 개인 내적 특성이 실패공포를 설명하는 보다 핵심적인 요인으로 작용했을 가능성이 있다.

특히 조절효과가 나타나지 않았다는 결과는 완벽주의성향이 특정 집단에 국한된 영향 요인이 아니라, 대학 태권도선수 전반에 걸쳐 비교적 일관된 방식으로 실패공포에 작용하고 있음을 시사한다. 이는 완벽주의성향과 실패공포의 관계가 일부 배경변인에 의해 제한적으로 발현되는 것이 아니라, 경쟁 스포츠 환경에 놓인 선수 집단 전반에서 보편적으로 관찰될 수 있는 심리적 매커니즘일 가능성을 제기한다는 점에서 의미를 지닌다.

종합하면, 본 연구에서 확인된 조절효과의 부분적 부재는 분석의 한계라기 보다, 대학 태권도선수라는 비교적 동질적인 경쟁 집단의 특성과 완벽주의성향의 구조적 영향력을 동시에 반영한 결과로 이해될 수 있다. 이러한 해석은 완벽주의성향과 실패공포 간 관계를 단선적인 인과로 환원하기보다, 경쟁 환경·개인 성향·심리적 해석 과정이 결합된 다층적 구조로 이해할 필요성을 시사하며, 향후 연구에서는 이러한 다층적 구조를 전제로 한 분석 모형을 적용함으로써, 완벽주의성향과 실패공포 간 관계를 보다 정교하게 검증할 필요가 있다.

## V. 결론 및 제언

이 연구는 대학 태권도선수들을 대상으로 완벽주의성향이 실패공포에 미치는 영향을 검증하고, 이들 간의 관계에서 배경변인에 따른 조절효과를 경험적으로 확인하고자 수행되었다. 이를 위해 서울, 경기, 충남지역의 대학 태권도선수 407명을 대상으로 설문조사를 실시하였으며, 수집된 자료는 SPSS 26.0과 AMOS 26.0 프로그램을 활용하여 분석하였다. 그 결과를 토대로 다음과 같은 결론과 연구의 한계 및 제언을 도출하였다.

첫째, 대학 태권도선수의 완벽주의성향은 실패공포에 통계적으로 유의한 정(+)적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 완벽주의성향이 높은 선수일수록 경기 수행 과정에서 실수 이후에 예상되는 부정적 결과를 보다 크게 인식

하고, 이에 따른 심리적 두려움을 경험할 가능성이 높음을 시사한다.

둘째, 완벽주의성향과 실패공포의 관계에서 배경변인에 따른 조절효과는 성별에서만 부분적으로 나타났으며, 학년, 운동경력, 종목, 입상경력에서는 통계적으로 유의한 조절효과가 확인되지 않았다. 이러한 결과는 완벽주의성향이 특정 배경집단에 국한된 영향 요인이기보다는, 대학 태권도선수 집단 전반에 걸쳐 비교적 일관되게 실패공포에 작용하는 심리적 특성일 가능성을 시사하는 결과로 해석될 수 있다.

특히 성별에 따른 조절효과가 확인된 점을 고려할 때, 선수 지원 현장에서는 성별 특성을 반영한 심리적 개입 전략이 보다 정교하게 설계될 필요가 있다고 판단된다. 예를 들어, 여성 선수의 경우 평가 노출과 관계 기반의 실패 해석이 강화될 가능성을 염두에 두고, 완벽주의적 사고를 기능적으로 재구성하는 상담·훈련 요소(인지적 재구성, 자기자비 기반 접근 등)를 포함한 맞춤형 지원이 요구된다. 더불어 지도자 교육에서도 성취기준을 명확히 제시하되 실패 결과의 위협적 해석을 완충하는 코칭 전략을 병행하도록 권고할 필요가 있다고 사료된다.

본 연구의 의의는 새로운 이론적 틀을 제시했다기보다는, 기존 완벽주의 이론과 실패공포 개념을 대학 태권도선수라는 경쟁 스포츠 맥락에 적용하여, 이들 간의 관계 구조와 적용 범위를 경험적으로 검증하고 정교화했다는 점에 있다고 판단된다. 즉, 본 연구는 기존 이론을 확장·검증하는 수준의 경험적 근거를 제공하였다는 점에서 제한적이지만 분명한 학문적 의미를 지닌다고 사료된다.

다만, 본 연구는 다음과 같은 한계를 지니고 있으며, 이를 토대로 후속연구를 위한 제언을 제시하고자 한다. 첫째, 본 연구는 서울, 경기, 충남지역의 대학 태권도선수를 대상으로 표집이 이루어졌다는 점에서 연구 결과의 일반화에 일정한 제한이 존재한다. 해당 지역은 대학 태권도 선수의 분포와 접근 가능성을 고려한 현실적 표집의 결과이나, 지역 간 훈련 환경이나 경쟁 수준의 차이가 결과에 영향을 미쳤을 가능성을 배제할 수는 없다. 따라서 후속연구에서는 전국 단위 표집 또는 지역별 비교 연구를 통해 결과의 외적 타당도

를 보다 확장할 필요가 있을 것으로 판단된다.

둘째, 본 연구에서 사용된 실패공포 측정도구는 분석 과정에서 일부 하위 요인이 삭제되어 최종 모형이 구성되었다. 이는 통계적 타당도 기준을 충족하기 위한 절차였으나, 동시에 실패공포 개념의 하위 차원이 축소되었을 가능성을 내포한다. 따라서 후속연구에서는 문항반응이론(IRT) 기반 분석이나 질적 검토를 병행하여, 삭제된 하위요인의 개념적 타당성과 측정 적합성을 재검토할 필요가 있을 것으로 사료된다.

셋째, 본 연구는 횡단적 연구 설계를 기반으로 수행되었기 때문에, 완벽주의 성향과 실패공포 간의 관계를 인과적으로 단정하는 데에는 본질적인 한계가 존재한다. 향후 연구에서는 종단 연구 설계나 반복 측정을 통해 완벽주의 성향이 실패공포의 변화에 어떠한 영향을 미치는지를 보다 정교하게 검증할 필요가 있을 것으로 판단된다.

넷째, 본 연구는 자기보고식 설문을 통해 자료를 수집하였다는 점에서 사회적 바람직성 편향이나 응답 왜곡의 가능성을 완전히 배제하기 어렵다. 이에 후속연구에서는 관찰 자료, 지도자 평가, 또는 생리적 지표 등을 병행한 다방법 접근이 요구될 것으로 사료된다.

다섯째, 배경변인의 조작화가 비교적 단순한 범주 구분에 기반하였다는 점 역시 한계로 지적될 수 있다. 향후 연구에서는 성별, 경력, 종목과 같은 범주적 변인뿐만 아니라, 경쟁 수준, 주전 여부, 훈련 강도, 심리적 지원 경험 등 보다 맥락적인 변인을 포함한 조절모형 검증이 필요할 것으로 판단된다.

이러한 한계에도 불구하고, 본 연구는 대학 태권도선수의 완벽주의 성향과 실패공포 간 관계를 경험적으로 검증하고, 일부 조절효과의 부재까지 포함하여 결과를 해석함으로써, 경쟁 스포츠 맥락에서 완벽주의가 작동하는 심리적 메커니즘을 보다 입체적으로 이해할 수 있는 기초 자료를 제공하였다는 점에서 의미를 지닌다고 판단된다.

## 참고문헌

- 강상욱, 이도홍, 권효정(2022). 청소년 골프선수의 실패공포, 경쟁상태불안과 운동 몰입 간의 구조관계 검증. **한국체육교육학회지**, 27(1), 235-247.
- 강현우, 장세용(2021a). 청소년 태권도 선수들의 마음챙김, 긍정심리자본 및 정신력의 관계. **무예연구**, 15(3), 125-145.
- 강현우, 장세용(2021b). 대학 태권도 선수들의 긍정심리자본과 경기력의 관계에서 그릿의 매개효과. **무예연구**, 15(2), 201-220.
- 강현우, 장세용(2024). 고등학교 태권도 선수들이 지각하는 지도자의 자율성지지, 마음챙김 및 정신력의 관계: 종목에 따른 조절효과. **무예연구**, 18(4), 199-220.
- 강현우, 최예림. (2016). 청소년 운동선수들의 완벽주의 성향과 인지된 경기력의 관계에서 실패내성의 매개효과. **한국사회체육학회지**, 66, 521-532.
- 고령, 조옥상(2017). 학생선수들의 완벽주의 성향이 경쟁상태 불안과 운동 몰입에 미치는 영향. **한국스포츠학회지**, 15(4), 721-732.
- 공성배, 이지우, 허용(2016). 고등학교 유도선수의 완벽주의 성향과 열정 및 운동지속과의 관계. **코칭능력개발지**, 18(3), 3-10.
- 김경희(2020). 실패공포와 학업지연행동의 관계: 사회적 지지의 조절효과. **인문사회** 21, 11(6), 459-474.
- 김성훈, 홍성진. (2021). 대학축구선수들의 스트레스 요인 탐색 연구. **인문사회** 21, 12(2), 735-745.
- 김영숙, 박상혁(2013). 원문: 양궁 선수들의 시합 중 역경 상황-대처 전략 탐색 및 확인. **체육과학연구**, 24(3), 486-500.
- 김용세, 안효연, 권성호(2018). 개인종목과 단체종목 선수들의 경쟁특성불안 및 운동스트레스와 징크스의존도의 관계. **한국체육학회지**, 57(2), 39-48.
- 김윤희, 서수균(2008). 완벽주의에 대한 고찰: 평가와 치료. **한국심리학회지: 상담**

및 심리치료, 20(3), 581-613.

김인수(2023). 완벽주의 성향에 따른 목표성향과 노력이 스트레스에 미치는 영향.

**한국체육교육학회지**, 28(3), 163-174.

김현경(2008). 고등학교 검도선수들의 스트레스 요인이 탈진에 미치는 영향. **대한**

**검도학회지**, 24(1), 52-60.

김형검, 장세용, 강현우(2016). 청소년 축구선수들의 스트레스와 경쟁불안, 스포츠

자신감과의 관계: 홈 & 어웨이 경기에 따른 조절효과 분석. **한국체육과**  
**학회지**, 25(6), 405-418.

김형룡, 강민철(2022). 골프참여자의 실패공포, 자기효능감, 불안 및 운동지속의 구

조적 관계. **골프연구**, 16(4), 1-11.

김홍백, 유재구, 김상태(2017). 청소년 운동선수들의 평가염려 완벽주의와 부정적

평가에 대한 두려움, 다차원스포츠자신감과 경쟁특성불안의 관계. **한국**  
**스포츠학회**, 15(2), 757-768.

노다예, 조정호(2021). 대학생 골프선수들의 운동경력에 따른 건강체력과 스포츠

경쟁불안과의 관계. **한국웰니스학회지**, 16(3), 379-385.

노성환, 허재성, 양대승(2015). 태권도시범단원의 다차원적 완벽주의가 성취목표성

향 및 자기관리에 미치는 영향. **한국체육과학회지**, 24(5), 631-643.

박건우, 정덕화, 김인기(2022). 테니스 선수의 연령별 우수선수와 비우수선수의 심

리요인 비교분석. **Journal of Sport and Dance Science**, 2(1), 15-26.

박수을, 김병태(2019). 대학 태권도 품새 선수의 완벽주의 성향과 운동탈진 및 경쟁

불안의 관계. **한국체육과학회지**, 28(1), 367-378.

백승아, 김지은, 최원석(2023). 대학생의 성별에 따른 다차원적 완벽주의 성향과 진

로준비행동이 진로결정수준에 미치는 영향. **교양교육연구**, 17(6),  
365-383.

백지은, 이승연(2016). 부모의 심리적 통제와 중학생 자녀의 학업지연행동의 관계

에서 사회부과적 완벽주의와 실패공포의 매개효과. **한국심리학회지: 학**  
**교**, 13(1), 99-122.

범철호, 유충경, 정찬경(2017). A convergence study on the relationship between  
perfectionism, stress, and burnout among college golf athletes. **한국유**

**합학회논문지**, 8(2), 243-252.

서은철, 허진영(2016). 기계체조선수의 완벽주의 성향 잠재프로파일 분류에 따른 대처전략의 차이. **한국체육과학회지**, 25(4), 499-513.

심미현(2013). 에어로빅체조선수의 운동스트레스가 운동지속수행 및 운동중단의도에 미치는 영향. **스포츠과학논문집**, 25, 33-58.

양혜진, 석류(2024). 대학생 태권도 선수들의 성취목표 성향, 완벽주의 성향과 경쟁상태불안의 관계에서 세부종목의 조절효과. **무예연구**, 18(2), 91-110.

이대형(2009). 홀리스틱 관점에서 체조선수의 스트레스 요인에 관한 분석. **홀리스틱융합교육연구**, 13(1), 111-125.

이미화, 류진혜(2002). 완벽주의 성향의 순기능과 역기능-성취목표, 스트레스, 심리적 안녕감, 우울과 관련하여. **청소년학연구**, 9(3), 293-316.

임지형, 박중길(2012). 무용 열정과 완벽주의 성향, 탈진경험과의 관계: 매개 및 조절효과. **한국스포츠심리학회지**, 23(1), 77-93.

장경진, 김명미, 임승현(2020). 라인댄스 참여자의 선택속성과 실패공포가 지속적인 참여의도와 스포츠가치관에 미치는 영향. **학습자중심교과교육연구**, 20(16), 1027-1046.

장세용, 배환성, 지준철(2020). 규칙적인 무도수련 참여 대학생들의 그림이 정신건강에 미치는 영향: 배경변인의 조절효과. **한국스포츠학회**, 18(2), 355-364.

장세용, 홍연지(2023). 태권도지도자의 커뮤니케이션 스타일이 재등록 의도에 미치는 영향: 성별과 연령에 따른 조절효과. **무예연구**, 17(4), 203-218.

정유진(2013). 무용전공 대학생의 완벽주의 성향과 신체불만족 및 공연스트레스의 관계. **한국무용과학회지**, 30(1), 37-53.

제기, 이동운, 이근철, 김병로(2022). 중국 대학교 운동선수가 지각하는 코칭 스타일과 반사회적 행동에서 실패공포의 매개효과 검증. **한국체육교육학회지**, 27(2), 123-135.

조동진, 이정규(2006). 골프선수의 스트레스와 심리상태가 골프수행에 미치는 영향. **한국스포츠리서치**, 17(3), 19-28.

진예민, 배유진, 양수진(2021). 대학생의 실패에 대한 반응성, 무엇이 차이를 만드

- 는가? 대학생의 행복, 목표인식, 그릿, 연령, 성별의 차이를 중심으로. **한국심리학회지: 발달**, 34(3), 43-65.
- 최연호, 김수연(2022). 고등학교 태권도 선수의 마인드셋과 그릿 및 의도적 연습의 구조적 관계. **대한무도학회지**, 24(3), 23-34.
- 최진철, 장세용(2017). 고등학교 태권도 선수들의 성취목표성향과 자기관리 및 스포츠자신감의 관계. **한국체육학회지**, 56(1), 217-230.
- 한기연(1993). **다차원적 완벽성-개념, 측정 및 부적응과 관련성**. 미간행 박사학위논문, 고려대학교 대학원.
- 한영숙(2011). 완벽주의, 자기효능감, 실패공포가 학업지연행동에 미치는 영향. **청소년학연구**, 18(4), 277-299.
- 한이석, 최상원, 강병표(2009). 중·고등학교 씨름선수들의 스트레스 요인에 관한 연구. **무도연구소지**, 20(1), 121-129.
- 홍연지, 장세용(2023). 태권도 선수들이 인식하는 피로심리가 운동슬럼프에 미치는 영향: 배경변인에 따른 조절효과 검증. **무예연구**, 17(4), 185-201.
- Alkhezaleh, Z. M., & Mahasneh, A. M. (2016). Fear of failure among a sample of Jordanian undergraduate students. *Psychology Research and Behavior Management*, 53-60.
- Borgonovi, F., & Han, S. W. (2021). Gender disparities in fear of failure among 15-year-old students: The role of gender inequality, the organisation of schooling and economic conditions. *Journal of Adolescence*, 86, 28-39.
- Burns, D. D. (1980). The perfectionist's script for self-defeat. *Psychology Today*, 14(6), 34-52.
- Dias, C. S., Cruz, J. F. A., & Fonseca, A. M. (2010). *Coping strategies, multidimensional competitive anxiety and cognitive threat appraisal: Differences across sex, age and type of sport*.
- Flett, G. L., & Hewitt, P. L. (2006). Positive versus negative perfectionism in psychopathology: A comment on Slade and Owens's dual process model. *Behavior Modification*, 30(4), 472-495.
- Gould, D., Horn, T., & Spreemann, J. (1983). Competitive anxiety in junior elite

- wrestlers. *Journal of Sport Psychology*, 5, 58-71.
- Gould, S. J. (1991). Exaptation: A crucial tool for an evolutionary psychology. *Journal of social issues*, 47(3), 43-65.
- Hewitt, P. L., & Flett, G. L. (1991). Perfectionism in the self and social contexts: Conceptualization, assessment, and association with psychopathology. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60(3), 456-470.
- Martens, R., Vealey, R. S., & Burton, D. (1990). Competitive anxiety in sport.
- Sagar, S. S., Lavalley, D., & Spray, C. M. (2009). Coping with the effects of fear of failure: A preliminary investigation of young elite athletes. *Journal of Clinical Sport Psychology*, 3(1), 73-98.
- Sorotzkin, B. (1985). The quest for perfection: Avoiding guilt or avoiding shame?. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 22(3), 564.
- Stoeber, J., Feast, A. R., & Hayward, J. A. (2009). Self-oriented and socially prescribed perfectionism: Differential relationships with intrinsic and extrinsic motivation and test anxiety. *Personality and Individual Differences*, 47(5), 423-428.

## ABSTRACT

### **The Effect of Perfectionism on Fear of Failure among Collegiate Taekwondo Athletes: The Moderating Effects of Background Variables**

Kim, Nam-Kyung · Jang, Se-Yong(Gachon Univ.)

The purpose of this study was to examine the structural effect of perfectionism on fear of failure among collegiate Taekwondo athletes and to analyze the moderating effects of background variables on this relationship. Participants were 407 collegiate Taekwondo athletes enrolled in universities located in Seoul, Gyeonggi, Chungnam, and Yongsin, and data were collected using convenience sampling. The collected data were analyzed using SPSS 26.0 and AMOS 26.0. The results indicated that perfectionism had a statistically significant positive effect on fear of failure among collegiate Taekwondo athletes. In addition, the moderating effect analysis revealed a significant difference in the relationship between perfectionism and fear of failure according to gender, whereas no significant moderating effects were found for academic year, athletic experience, event type, or competitive achievement. These findings suggest that perfectionism is a key psychological factor that intensifies negative emotional responses to failure among collegiate Taekwondo athletes, highlighting the need for psychological interventions and coaching strategies that consider gender-specific characteristics. This study provides foundational data for understanding athletes' psychological burden in martial arts contexts and for developing guidance and counseling strategies that promote more constructive responses to failure.

Keywords: Perfectionism, Fear of Failure, Collegiate Taekwondo Athletes, Gender Differences, Moderating Effect

논문투고일 : 2025.12.31

심사일 : 2026.02.03

심사완료일 : 2026.02.28

www.kci.go.kr