

청소년 학생선수들의 긍정심리자본과 운동열의 및 인지된 경기력의 관계

강현우¹ · 장세용^{2*}

The Relationship among Positive Psychological Capital, Athlete Engagement
and Perceived Performance in Adolescent Student Athletes

Kang, Hyun-Woo¹ · Jang, Seyong^{2*}

Abstract

This study was to examine the structural model among positive psychological capital, athlete engagement and perceived performance, and to verify the mediating effects of athlete engagement on adolescent student athletes. In this study, The study was conducted by collecting data of 437 adolescent student athletes. The collected data were analyzed by descriptive statistics, reliability analysis, correlation analysis, confirmatory factor analysis, structural equation model analysis using PASW 25.0 and AMOS 21.0 program, and bootstrapping was used to verify the significance of mediating effects. The results of this study were as follows: Firstly, positive psychological capital of adolescent student athletes had positive effect on perceived performance. Secondly, positive psychological capital had positive effect on athlete engagement. Thirdly, athlete engagement had positive effect on perceived performance. Fourthly, athlete engagement partially mediated the relationship between positive psychological capital and perceived performance. Therefore, it will be necessary to actively develop and apply psychological intervention programs based on positive psychological capital to improve the perceived performance of adolescent student athletes, which will contribute to the success of adolescent student athletes.

Key words: adolescent student athletes, positive psychological capital, athlete engagement, perceived performance, mediating effect

* gusdn6290@naver.com

1. 한국스포츠정책과학원(Korea Institute of Sport Science)/분석연구원

2. 가천대학교(Cachon University)/조교수

I. 서론

1. 연구의 필요성

2016년 리우올림픽 펜싱 남자 에페경기 결승전에서 박상영 선수가 큰 점수차로 지고 있는 절망적인 순간 ‘할 수 있다.’라는 긍정적인 자기 암시를 통해 기적같은 역전극을 이루어내고 금메달을 획득하여 우리에게 큰 감동을 주었다. 이러한 사례를 통해 스포츠 현장에서 긍정적 심리가 경기력에 중요한 영향을 미친다는 것을 알 수 있으며(Gould, 2002), 긍정적인 사고를 통해 한계상황을 극복하고 성과를 달성하는데 바탕이 되는 긍정심리 변인으로 긍정심리자본이 주목받고 있다(김정수, 김현주, 2017).

긍정심리자본은 인간의 행복증진을 연구하는 긍정심리학 분야의 핵심적인 개념 중 하나로써 개인이 지닌 사회적 자본, 경제적 자본 및 인적 자본 등의 개념을 확장하여 긍정적인 심리요인들을 하나의 자본으로 간주한다(Luthans, Youssef & Avolio, 2007). 이러한 긍정심리자본은 개인의 주관적 경험을 통해 획득된 자기효능감, 희망, 낙관주의, 탄력성이 긍정적으로 상호작용하는 심리상태로 정의된다(Luthans 등, 2007). 긍정심리자본은 긍정적인 생각과 행동을 통해 다양한 위기상황에서도 성공적인 결과를 달성하게 하는 특성을 보임으로써 학업이나 직업과 관련된 다양한 분야에서 높은 성과를 달성하는데 중요한 요인으로 보고되고 있다(박태운, 김문중, 2019; Luthans, Avolio, Avey & Norman, 2007; Seligman & Csikszentmihalyi, 2014). 스포츠 분야에서도 운동선수들의 긍정심리자본이 자신감(윤서진, 장태석, 2021), 정신력(김성문, 2021), 운동몰입(박상윤, 이계승, 2020), 수행전략(강현우,

2021) 등의 경기력과 관련된 심리적 변인에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타나고 있다. 이러한 선행연구들을 통해 긍정심리자본이 청소년 운동선수들이 자신이 원하는 목표를 달성하는데 필요한 인지된 경기력과 높은 관련성을 있을 것으로 유추할 수 있지만, 이와 관련된 실증적인 연구는 부족한 실정이기 때문에 긍정심리자본과 인지된 경기력의 관련성에 대한 연구의 필요성이 제기된다.

청소년 운동선수들은 자신의 목표인 대학 진학, 실업 및 프로팀 입단, 국가대표 선발 등을 이루는데 가장 필수적인 경기력 향상을 위해 지속적으로 노력하고 있다. 이러한 선수들의 경기력은 장기간의 노력과 훈련 과정을 통해 축적되는 체력, 기술, 심리적 능력과 경험의 조합을 통해 형성되며, 인지된 경기력은 선수 개인이 주관적으로 인지하고 있는 자신의 경기력 상태를 말한다(양대승, 2015; 천성민, 이동현, 2019). 인지된 경기력은 실제 경기력을 비교적 객관적으로 간접 추정할 수 있을 뿐만 아니라 경기력 향상에 도움이 되는 심리적 요인들을 검증할 수 있는 주요한 준거로써 활용되고 있다(안효연, 소영호, 2021). 실제 스포츠 분야에서 수행된 인지된 경기력 관련 연구들에서는 다양한 종목과 연령대의 운동선수들을 대상으로 코칭행동, 자신감, 집중력, 운동몰입, 정신력, 자기관리 등의 심리요인이 인지된 경기력에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 밝혀지고 있다(김경엽, 박정호, 2016; 김순영, 2022; 박현중, 한진욱, 2022; 윤성원, 박지연, 윤용진, 2017; 장성호, 2019; 황재욱, 권승민, 2019). 또한 최근에 진행된 연구들에서 대학운동선수들의 긍정심리자본이 인지된 경기력에 긍정적인 영향(강현우, 장세용, 2021; 천성민, 이동현, 2019)을 미치는 것으로 나타났다. 하지만, 청소년 운동선수들은 발달학적 관점에서 대학운동선수들과 심리적으

로 많은 차이가 존재(장세용, 이경현, 2019)하기 때문에 청소년 운동선수들의 긍정심리자본과 경기력의 관련성에 대하여 검증할 필요성이 있다.

한편, 운동열의는 운동선수들에게 긍정적인 인지 및 정서를 안정적으로 제공함으로써 지속적인 노력을 통한 경기력 향상에 도움을 주는 심리적 변인이다(Lonsdale, Hodge & Raedeke, 2007). 또한, 운동에 정열적으로 전념하고 헌신하며, 열광함으로써 최상의 경기력을 발휘하고자 노력하는 자세를 말한다(인소정, 오영택, 김선옥, 양명환, 2016). 운동열의는 자신감, 전념, 활력, 열광의 네 가지 차원으로 구성된다. 구체적으로 자신감은 목표를 성공적으로 달성할 수 있다는 믿음과 신념을 말하며, 전념은 목표를 성취하고자 노력과 시간을 투입하려는 욕구를 의미한다. 활력은 운동에 대한 신체적·정신적인 활성화를 의미하며, 열광은 운동수행에 대한 흥분과 즐거움을 의미한다(인소정 등, 2016; Hodge, Lonsdale & Jackson, 2009). 이러한 속성을 지닌 운동열의는 운동선수들의 운동몰입, 운동만족, 운동지속 등의 긍정적인 행동을 증가시키고(박순문, 권태동, 이재은, 2018; 소영호, 2022; 오영택, 박동훈, 김정준, 양명환, 2021), 탈진, 운동중단 등의 부정적 행동을 감소(박동훈, 오영택, 김선옥, 인소정, 양명환, 2017; 오영택, 양명환, 2019)시키는 것으로 보고되고 있다. 이는 운동열의가 운동선수들의 경기력에 중요하게 작용할 수 있는 심리적 자원 중 하나로 설명될 수 있음을 나타냄으로써(안효연 등, 2021), 운동열의가 인지된 경기력에 긍정적인 영향을 미칠 수 있음을 유추할 수 있다. 이와 더불어 긍정심리자본이 직무몰의(오상훈, 2019; 조규보, 윤효원, 노동연, 2020; 허범식, 윤효원, 2021)와 운동열의(백혜경, 양명환, 2017)에 긍정적인 영향을 미친다는 연구결과를 통해 청소년 운동

선수들의 긍정심리자본과 운동열의가 밀접한 관련이 있을 것으로 예측할 수 있다.

앞서 설명한 바와 같이, 긍정심리자본이 운동열의와 인지된 경기력에 긍정적인 영향을 미칠 것이라는 예측과 운동열의 또한 인지된 경기력에 긍정적인 영향을 미칠 수 있음을 나타내는 이론적 배경에 근거할 때 운동열의는 긍정심리자본과 인지된 경기력의 관계에 매개효과를 미칠 것으로 예상할 수 있다. 이러한 이론적 가정은 매개변인 설정을 위한 변인 간 관계의 기본요건을 충족한다. 또한, 성장 마인드셋과 인지된 경기력의 관계(안효연 등, 2021), 스포츠 수행전략과 스포츠 자신감의 관계(소영호, 하상원, 2022), 자율성지지 코칭유형과 운동몰입의 관계(오영택 등, 2021)에서 운동열의의 매개효과를 검증한 연구들을 통해 운동열의가 경기력 관련 심리요인들 간의 관계를 매개할 수 있음을 간접적으로 알 수 있다.

이상의 내용을 종합해보면, 긍정심리자본이 운동열의와 인지된 경기력에 중요한 영향을 미칠 수 있고, 운동열의가 인지된 경기력에 직접적인 영향을 미칠 뿐만 아니라 긍정심리자본과 인지된 경기력에 매개효과를 미칠 수 있다는 근거를 확인하였다. 그러나 기존의 선행연구에서는 긍정심리자본과 경기력, 운동열의와 경기력과 같이 각 변인 간의 개별적인 관련성을 검증한 연구들이 일부 존재하지만, 긍정심리자본, 운동열의, 인지된 경기력을 통합한 모형에 대한 이론적 가정을 명확하게 설명할 수 있는 근거가 부족하므로 이를 경험적으로 검증하는 연구가 필요한 실정이다. 더욱이 스포츠 분야에서 긍정심리자본, 운동열의와 관련된 연구들이 활발히 진행됨으로써 그 효용성이 일부 검증되고 있지만, 청소년 운동선수들의 중요한 목표가 경기력 향상임을 고려할 때 긍정심리자본, 운동열의, 인

지된 경기력의 관련성에 대한 폭넓은 경험적 연구를 진행할 필요성이 제기된다.

따라서 이 연구에서는 청소년 학생선수들의 긍정심리자본, 운동열의 및 인지된 경기력 간의 직접적인 인과관계를 밝힘과 동시에 긍정심리자본과 인지된 경기력의 관계에서 운동열의의 매개효과를 검증함으로써 긍정심리자본이 인지된 경기력에 미치는 영향이 어떠한 심리적 과정을 통해 이루어지는지를 운동열의의 관점에서 밝히는 것을 연구의 목적으로 설정하였다. 이러한 연구를 통해 청소년 학생선수의 경기력 향상 차원에서 선수 개인이 지닌 긍정심리자본과 운동열의라는 심리적 자원의 효과와 가치를 검증함으로써 스포츠심리학의 현장 적용에 폭을 확장할 수 있는 유용한 정보를 제공할 수 있을 것이다.

연구의 필요성과 목적에 따라 설정한 연구가설은 다음과 같다.

가설 1. 청소년 학생선수들의 긍정심리자본은 인지된 경기력에 긍정적인 영향을 미칠 것이다.

가설 2. 청소년 학생선수들의 긍정심리자본은 운동열의에 긍정적인 영향을 미칠 것이다.

가설 3. 청소년 학생선수들의 운동열의는 인지된 경기력에 긍정적인 영향을 미칠 것이다.

가설 4. 청소년 운동선수들의 운동열의는 긍정심리자본과 인지된 경기력의 관계를 매개할 것이다.

II. 연구방법

1. 연구대상

이 연구는 수도권과 전라도 소재의 체육 중·고

등학교에 재학 중이며, 각 종목단체에 선수등록을 마친 청소년 학생선수 450명을 대상으로 설문을 실시하였으며, 수집된 설문지 중 이중가입, 기입누락 등의 문제점이 발견된 13명의 자료를 제외한 437명의 설문을 최종자료로 채택하여 연구를 수행하였다. 구체적인 연구대상의 특성은 남자 288명(65.9%), 여자 149명(34.1%), 소속은 중학교 254명(58.1%), 고등학교 183명(41.9%), 학년은 1학년 179명(41.0%), 2학년 157명(26.9%), 3학년 101명(23.1%)으로 나타났으며, 선수경력은 1~3년 38명(8.7%), 4~6년 226명(51.7%), 7년 이상 173명(39.6%)로 나타났다(표 1).

표 1. 연구 참여자의 일반적 특성

	구분	빈도(명)	퍼센트
성별	남	288	65.9
	여	149	34.1
소속	중	254	58.1
	고	183	41.9
학년	1학년	179	41.0
	2학년	157	26.9
	3학년	101	23.1
선수경력	1-3년	38	8.7
	4-6년	226	51.7
	7년 이상	173	39.6
합계		437	100

2. 조사도구

1) 긍정심리자본

긍정심리자본은 임태홍(2014)이 개발한 검사지를 수정·보완하여 사용하였다. 이 검사지는 자기효능감 5문항, 낙관주의 5문항, 희망 5문항, 회복력 3문항으로 총 4개의 하위요인 18문항으로 구성되었

으며, 5점 Likert 척도를 사용하여 측정하였다.

2) 운동열의

운동열의 측정도구는 Londdale, Hodge & Raedeke (2007)이 개발하고 인소정 등(2016)이 번안하여 타당도와 신뢰도를 검증한 검사지를 수정·보완하여 사용하였다. 이 검사지는 자신감 5문항, 전념 4문항, 활력 4문항, 열광 4문항으로 총 4개의 하위요인 16문항으로 구성되었으며, 5점 Likert 척도를 사용하여 측정하였다.

3) 인지된 경기력

인지된 경기력은 Mamassis & Doganis(2004)이 개발하고 신정택, 육동원, 고의석(2006)이 번안하여 타당도와 신뢰도를 검증한 검사지를 수정·보완하여 사용하였다. 이 검사지는 단일요인 8문항으로 구성되었으며, 5점 Likert 척도를 사용하여 측정하였다.

3. 조사도구의 타당도 및 신뢰도

본 연구에 사용한 조사도구의 타당도와 신뢰도를 검증하기 위하여 총 9개의 요인, 42문항이 모두 포함된 측정모형에 대한 확인적 요인분석(최대우도법)과 개념신뢰도, AVE, Cronbach's α 분석을 실시하였다. 측정모형의 설정은 선행연구를 근거로 하여 <표 2>에 제시된 분류와 같이 각각의 잠재변수가 측정문항을 설명하도록 설정하였다.

그 결과, <표 2>에 제시된 바와 같이 본 연구에서 사용된 9개 요인, 42문항으로 구성된 측정모형의 적합도 지수는 $\chi^2=1703.123$, $df=783$, $p<.001$, $Q=2.175$, $TLI=.920$, $CFI=.928$, $RMSEA=.052$ 로 나타났

으며, 각각의 잠재변수를 측정하기 위해 구성된 문항들의 요인부하량은 모두 .5이상인 것으로 나타났다. 또한 모든 하위요인은 AVE(집중타당도) .5이상, 개념신뢰도 .7이상, Cronbach α .7이상의 통계적 기준치를 충족시키는 것으로 나타나 본 연구에서 사용된 측정도구의 신뢰도와 타당성이 입증되었다(<표 2>).

4. 연구절차

연구에 사용된 자료의 수집은 2021년 3월 15일부터 4월 15일까지 이루어졌다. 조사가 시작되기 전 각 대학교의 운동부 담당자에게 협조 및 동의를 구하였다. 이후 본 연구자와 보조연구자가 함께 각 대학에 직접 방문하여 선수들에게 연구의 목적과 취지를 직접 설명하였으며, 수집된 자료를 연구목적 이외에 사용하지 않을 것과 원하지 않을 경우 언제든지 철회할 수 있음을 명시함으로써 자발적 참여의사가 있는 선수에게만 설문을 진행하였다. 작성이 완료된 설문은 현장에서 즉시 회수하였다. 수집된 설문지는 검토 과정을 거쳐 문제가 없다고 판단되는 437부의 자료를 연구의 분석에 활용하였다.

5. 자료처리

본 연구에서는 EXCEL 2010, PASW 25.0, AMOS 21.0 프로그램을 사용하여 다음과 같이 분석을 실시하였다. 첫 번째로 연구 대상자들의 특성을 알아보기 위해 빈도분석을 실시하였다. 두 번째로 연구에 사용된 측정도구에 대한 타당성 및 신뢰도 검증을 위해 확인적 요인분석을 실시하였으며, 개념신뢰도, 집중타당도(AVE), Cronbach α 값을 산출하였

표 2. 각 변인에 따른 하위요인별 신뢰도

변인	하위요인	문항	SRW	C.R(t)	AVE	개념신뢰도	Cronbach α
긍정심리 자본	자기효능감	1	0.785	-	0.739	0.934	.881
		2	0.819	18.393***			
		3	0.789	17.572***			
		4	0.764	16.880***			
		5	0.711	15.493***			
	낙관주의	6	0.688	-	0.579	0.820	.752
		7	0.598	11.277***			
		8	0.651	12.189***			
		9	0.519	9.871***			
		10	0.620	11.657***			
	희망	11	0.737	-	0.652	0.903	.859
		12	0.711	14.503***			
		13	0.761	15.571***			
		14	0.734	14.982***			
		15	0.762	15.588***			
	탄력성	16	0.813	-	0.665	0.856	.825
		17	0.741	15.690***			
		18	0.792	16.808***			
운동열의	자신감	1	0.870	-	0.710	0.907	.872
		2	0.864	23.521***			
		3	0.728	17.861***			
		4	0.713	17.307***			
	전념	5	0.801	-	0.713	0.909	.884
		6	0.832	19.756***			
		7	0.839	19.972***			
		8	0.775	17.960***			
	활력	9	0.837	-	0.746	0.921	.905
		10	0.882	23.706***			
		11	0.829	21.397***			
		12	0.817	20.883***			
	열광	13	0.832	-	0.743	0.920	.907
		14	0.871	22.820***			
		15	0.815	20.535***			
		16	0.849	21.899***			
경기력		1	0.762	-	0.708	0.951	.920
		2	0.789	17.268***			
		3	0.772	16.827***			
		4	0.800	17.546***			
		5	0.836	18.491***			
		6	0.794	17.407***			
		7	0.695	14.911***			
		8	0.698	14.996***			

다. 세 번째로 각 개념에 대한 기술통계를 실시하였으며, 개념들 간 상관관계를 분석하였다. 마지막으로 설정된 개념들 간의 직접효과 및 매개효과 검증을 위해 구조방정식모형분석을 실시하였으며, 매개효과와의 유의성 검증을 위해 부트스트래핑(bootstrapping)을 이용하였다.

III. 결 과

1. 기술통계 및 상관분석

연구모형 분석에 앞서 타당도 및 신뢰도 검증 결과를 바탕으로 각 하위요인을 구성하는 측정문항들의 항목무음을 통해 변인을 구성하였다. 이러한 절차에 따라 구성된 긍정심리자본, 운동열의, 인지된 경기력을 구성하는 9개의 하위요인들의 정규성 및 관련성을 알아보기 위해 기술통계분석과 상관분석을 실시하였다.

그 결과, <표 3>에 제시된 바와 같이 각 변인의 평균점수는 3.41 ~ 3.75로 나타났으며, 표준편차(≤ 2.0), 왜도(≤ 2.0), 첨도(≤ 4.0)에서 기준치를 초과

하는 요인이 나타나지 않아 정규성 가정이 충족된 것으로 판단하였다(Hong, Malik, & Lee, 2003). 또한, 상관관계 분석을 실시한 결과, 모든 하위요인들 간의 상관계수는 .317 ~ .780의 유의한 정적상관을 보이는 것으로 나타났으며, 상관계수가 .8이상인 요인은 존재하지 않아 다중공선성에 문제가 없는 것으로 판단하였다(표 3).

2. 직접효과 검증

설정된 연구모형에 따라 독립변수, 종속변수, 매개변수 간의 직접효과를 분석하였다(표 4), <그림 1>. 그 결과, 설정된 구조모형의 적합도 지수는 $\chi^2=516.722$, $df=101$, $p<.001$, $TLI=.904$, $CFI=.919$, $RMSEA=.097$ 로 비교적 수용할만한 것으로 나타났다. 각 변인 간 직접효과를 살펴보면, 먼저 가설 1로 설정한 긍정심리자본이 인지된 경기력에 미치는 영향에 대한 표준화 경로계수는 .325($p<.001$)로 통계적으로 유의한 정적영향을 미치는 것으로 나타났다. 가설 2로 설정한 긍정심리자본이 운동열의에 미치는 영향에 대한 표준화 경로계수는 .730 ($p<.001$)의

표 3. 기술통계 및 상관관계 분석

변수	M(SD)	왜도	첨도	A	B	C	D	E	F	G	H	I
A	3.46(.60)	.251	.307	1								
B	3.54(.59)	.091	-.151	.717**	1							
C	3.55(.65)	-.238	.457	.683**	.677**	1						
D	3.41(.76)	-.337	.468	.585**	.553**	.585**	1					
E	3.46(.72)	-.043	-.130	.536**	.539**	.614**	.422**	1				
F	3.57(.76)	-.217	.104	.482**	.500**	.599**	.329**	.780**	1			
G	3.45(.80)	-.267	.203	.477**	.526**	.592**	.461**	.697**	.777**	1		
H	3.53(.81)	-.402	.491	.500**	.537**	.584**	.398**	.680**	.736**	.757**	1	
I	3.75(.62)	.021	.179	.460**	.463**	.552**	.317**	.527**	.542**	.509**	.549**	1

** $p<.01$, A=자기효능감, B=낙관주의, C=희망, D=탄력성, E=자신감, F=전념, G=활력, H=열광, I=인지된 경기력

표 4. 직접효과

가설	RW	SRW	SE	CR
1. 긍정심리자본 → 인지된 경기력	.369	.325	.080	4.613***
2. 긍정심리자본 → 운동열의	.818	.730	.068	12.025***
3. 운동열의 → 경기력	.387	.382	.070	5.556***

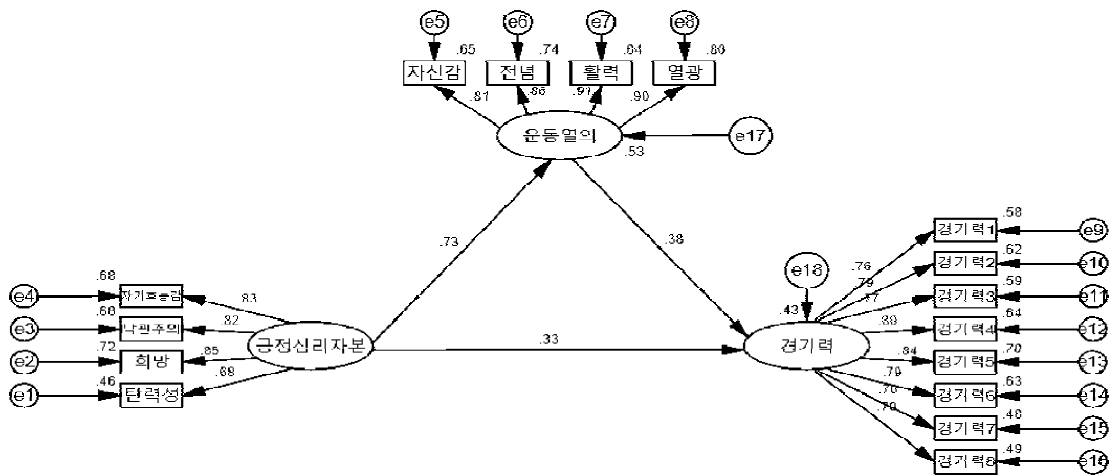
*** $P < .001$, RW=비표준화경로계수, SRW=표준화경로계수

그림 1. 구조방정식모형 분석 결과

로 통계적으로 유의한 정적영향을 미치는 것으로 나타났다. 가설 3으로 설정한 운동열의가 인지된 경기력에 미치는 영향에 대한 표준화 경로계수는 .382($p < .001$)로 통계적으로 유의한 정적영향을 미치는 것으로 나타났다.

1) 매개효과 검증

연구모형에 설정된 변수들 간의 직접효과가 모두 유의한 것으로 나타남에 따라 매개효과 분석을 위한 기본가정이 충족되었다고 할 수 있다. 따라서 긍정심리자본과 인지된 경기력의 관계에서 운동열의의 매개효과 분석을 실시하였다. 매개효과에 대한 유의성 검증을 위해 Bootstrapping 기법을 이용하였으며, 반복횟수는 10000번, 통계적 유의성은

95% 신뢰구간에서 검증하였다. 그 결과, <표 5>에 제시된 바와 같이 가설 4로 설정한 긍정심리자본과 인지된 경기력의 관계에서 운동열의의 매개효과는 .279($p < .001$)로 나타났으며, 신뢰구간(confidence intervals)에 0이 포함되지 않는 것으로 나타나 (Lower=.135, Upper=.418) 통계적으로 유의한 것으로 확인되었다. 이러한 결과는 종합적으로 운동열의가 긍정심리자본과 인지된 경기력의 관계를 부분적으로 매개하는 것을 의미함으로 가설 4는 채택되었다.

IV. 논 의

이 연구는 청소년 학생선수들의 긍정심리자본,

표 5. 매개효과 검증

가설	매개효과	S.E	sig	Bootstrapping BC 95% CI	
				Lower	Upper
4. 긍정심리자본 → 운동열의 → 경기력	.279	.071	.000	.135	.418

운동열의, 인지된 경기력 간의 직접적인 영향관계를 분석함과 동시에 긍정심리자본과 인지된 경기력의 관계에서 운동열의의 매개효과를 검증하는데 그 목적이 있으며, 분석결과를 중심으로 다음과 같이 논의하였다.

첫 번째로 청소년 학생선수들의 긍정심리자본이 인지된 경기력에 유의한 정(+)적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 청소년 학생선수들이 자신의 미래에 대해 낙관적이고 희망적인 생각을 가질수록 최상의 경기력을 발휘할 수 있음을 시사하는 결과이다. 이러한 결과는 대학 태권도 선수(강현우, 장세용, 2021), 대학운동선수(천성민, 이동현, 2019)들을 대상으로 한 연구에서 긍정심리자본이 경기력에 긍정적인 영향을 미친다고 나타난 결과와 일치하는 결과이며, 김민교, 신정택(2020)의 연구에서 긍정심리 개입 프로그램이 대학운동선수들의 경기력에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타나 결과에 의해 지지된다. 이러한 연구결과들에 비추어 볼 때 청소년과 대학운동선수 모두에게 긍정심리자본이 경기력 향상에 중요한 심리적 요인으로 작용하는 것을 알 수 있다. 긍정심리자본은 자율적 환경과 주요타자의 칭찬과 격려 등을 통해서 증가할 수 있다(이정현, 강현우, 2019). 따라서 현장의 지도자들은 청소년 학생선수들에게 자율적인 운동 환경을 조성하고, 힘든 상황에서도 목표를 성취할 수 있다는 믿음과 희망을 심어줄 수 있도록 칭찬과 격려 통해 높은 긍정심리자본을 가질 수 있게 지도하려고 노력한다면 선수들의 경기력 향상에 도움

을 줄 수 있을 것이다.

두 번째로 청소년 학생선수들의 긍정심리자본이 운동열의에 유의한 정(+)적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 청소년 학생선수들의 긍정심리자본이 높을수록 운동에 대한 자신의 목표를 성취하고자 더욱 전념하고, 높은 활기와 재미를 느끼게 되는 것을 의미하는 결과이다. 이는 일반 심리학 분야에서 긍정심리자본이 직무열의에 긍정적인 영향(김미연, 천덕희, 2021; 오아라, 이태희, 2016; 정하곤, 2018)을 미친다고 보고한 연구결과들에 의해 간접적으로 지지된다. 조규보 등(2020)은 대학 축구선수의 긍정심리자본이 직무열의에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 이들은 대학 축구선수들의 중요한 직무가 운동, 경기라고 설명함으로써 직무열의를 운동열의와 동일한 의미로 사용하였기 때문에 본 연구와 일치하는 결과로 볼 수 있다. 또한, 고등학교 엘리트 운동선수들을 대상으로 한 백혜경 등(2017)의 연구에서 긍정심리자본의 하위요인인 희망, 낙관주의, 탄력성, 정신력, 자기효능감이 운동열의에 유의한 정적 영향을 미친다는 연구결과와 일치하는 결과이다. 이러한 결과들을 바탕으로 운동열의와 같은 긍정적인 운동행동을 효과적으로 발생시키기 위해 청소년 학생선수들이 지닌 긍정적 심리적 강점들을 자원으로 변화시킬 수 있는 방법에 대한 폭넓은 연구가 필요할 것으로 판단된다.

세 번째로 청소년 학생선수들의 운동열의가 인지된 경기력에 유의한 정(+)적 영향을 미치는 것으

로 나타났다. 이러한 결과는 청소년 학생선수들이 운동열의가 증가할수록 인지된 경기력이 향상될 수 있음을 나타내는 결과이다. 즉, 목표 달성을 위한 자신의 능력에 대한 믿음, 운동에 대한 희생과 전념, 신체적·심리적 활기, 그리고 운동수행에 대한 재미가 높은 수준일 때 최상의 경기력 발휘하게 됨을 말한다(Coté, Horton, MacDonald, & Wilkes, 2009; Lonsdale et al., 2007). 이는 안효연, 소영호 (2021)의 연구에서 엘리트 운동선수들의 운동열의가 인지된 경기력에 긍정적인 영향을 미친다는 결과와 일치하는 결과이며, 또한, 운동열의가 스포츠 자신감(소영호 등, 2022), 운동몰입(오영택 등, 2021) 등의 경기력 밀접한 관련이 있는 변인들에 긍정적인 영향을 미친다는 결과에 의해 간접적으로 지지된다. 이러한 결과가 반복적으로 도출되는 것은 운동열의가 선수들의 경기력 향상에 안정적으로 기여할 수 있음을 의미하기 때문에 운동열의의 효용성을 증가시킬 수 있는 방안에 대한 심도 깊은 연구가 필요할 것으로 판단된다. 뿐만 아니라 운동선수들의 가장 중요한 목표는 경기력 향상에 있다. 이를 위해서는 높은 동기가 필요하며, 운동열의는 다차원적인 동기적 속성을 지닌 요인(Martin, 2008)이기 때문에 경기력 향상에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 생각된다. 따라서 청소년 학생선수들과 관련된 주요타자들은 선수들의 운동열의가 지속적으로 높게 형성될 수 있도록 적극적으로 주의를 기울인다면 선수들의 경기력 향상에 긍정적인 결과를 가져올 수 있을 것이다.

마지막으로 청소년 학생선수들의 운동열의는 긍정심리자본과 인지된 경기력에 유의한 정(+)적 부분매개효과를 미치는 것으로 나타났다. 이는 청소년 학생선수들의 긍정심리자본이 인지된 경기력에 직접적인 영향을 미침과 동시에 운동열의를 거쳐

인지된 경기력에 간접적인 영향을 미친다는 것을 의미한다. 즉, 자신의 미래에 대해 낙관적인 태도와 성공할 수 있다는 희망, 힘든 일을 빠르게 극복하려는 긍정심리자본이 높은 청소년 학생선수일수록 운동에 대한 활력이 넘치고, 더욱 열광적으로 전념하게 됨으로써 높은 수준의 경기력을 발휘하는데 긍정적인 영향을 미친다는 것을 말한다. 이러한 결과는 안효연 등(2021)의 연구에서 엘리트 선수들의 운동열의가 성장 마인드셋과 인지된 경기력의 관계에 매개효과를 미치는 것으로 나타났으며, 성장 마인드셋은 긍정심리자본과 높은 관련성을 가진 변인(장세용 등, 2019)이기 때문에 본 연구의 결과를 부분적으로 지지하는 것으로 볼 수 있다.

강도 높은 훈련과 학업을 병행하는 청소년 운동선수들은 심리적으로 매우 민감한 시기이기 때문에 긍정심리자본과 운동열의의 감소로 탈진과 중도 포기로 이어질 수 있다(소영호, 2022; 양대승, 김기동, 강현우, 2020; 오영택 등, 2019). 따라서 청소년 학생선수들의 긍정심리자본과 운동열의를 중요성을 인식시킬 필요가 있다. 특히, 긍정심리자본은 교육과 훈련을 통해 발전이 가능한 특성(Luthans et al., 2007)을 가지고 있기 때문에 이를 바탕으로 청소년 학생선수들의 긍정심리자본을 향상시키고 유지시키기 위한 프로그램에 대한 개발과 적용이 활발하게 이루어질 필요성이 있을 것이며, 이러한 노력은 긍정심리자본과 운동열의를 증가시켜 청소년 학생선수들의 경기력 향상에 기여할 수 있을 것이다.

V. 결론 및 제언

이 연구는 청소년 학생선수들의 긍정심리자본, 운동열의, 인지된 경기력 간의 직접적인 인과관계

를 분석함과 동시에 긍정심리자본이 운동열의를 통해 인지된 경기력에 미치는 매개효과를 알아보기 위해 진행되었으며, 그 결과 다음과 같은 결론을 도출하였다.

첫째, 청소년 학생선수들의 긍정심리자본은 운동열의와 인지된 경기력에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 둘째, 청소년 학생선수들의 운동열의는 인지된 경기력에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 셋째, 청소년 학생선수들의 운동열의는 긍정심리자본과 인지된 경기력의 관계에 긍정적인 부분매개효과를 미치는 것으로 나타났다. 이는 청소년 학생선수들의 긍정심리자본이 운동열의를 경유해 인지된 경기력을 향상시킨다는 것을 의미한다. 따라서 청소년 학생선수들의 경기력 향상을 위해 긍정심리자본을 기반으로 한 심리 개입 프로그램 개발과 적용이 활발히 이루어질 필요가 있을 것이며, 이는 청소년 학생선수들의 성공에 기여할 수 있을 것이다.

본 연구에서 도출된 결과들은 향후 경기력 향상 관련 연구에서 긍정심리자본과 운동열의의 효과성을 반영한 심도 깊은 연구에 의미 있게 활용될 수 있을 것이다. 하지만, 이 연구는 청소년 학생선수들의 종목 특성을 반영하지 못했다는 점에서 아쉬움이 남는다. 후속 연구에서 종목 특성을 반영한 연구들이 수행된다면, 긍정심리자본과 운동열의가 경기력 향상이 미치는 효용성에 대한 좀 더 깊이 있고 폭 넓은 해석이 가능할 것이다. 또한, 긍정심리자본이 청소년 학생선수들의 경기력 향상에 중요한 영향을 미친다는 것을 확인할 수 있었다. 따라서 후속 연구에서는 청소년 학생선수들의 긍정심리자본을 향상시킬 수 있는 선행변수를 탐색하기 위한 경험적 연구들의 확장이 이루어질 필요성이 있다. 이와 더불어 청소년 운동선수들의 긍정심

리자본, 운동열의, 인지된 경기력을 구성하는 하위요인 간 영향 관계를 구체적으로 검증하지 못했다는 아쉬움이 존재한다. 후속 연구로써 각 개념을 구성하는 하위요인 간의 인과관계를 검증하기 위한 연구가 진행된다면, 청소년 운동선수들의 경기력 향상에 도움이 되는 깊이 있는 정보를 제공할 수 있을 것이다.

참고문헌

1. 강현우(2021). 청소년 운동선수들이 지각한 사회적지지와 스포츠수행전략의 관계에서 긍정심리자본과 그릿의 다중매개효과. 한국체육학회지, 제60권 제4호, 187-198.
2. 강현우, 장세용(2021). 대학 태권도 선수들의 긍정심리자본과 경기력의 관계에서 그릿의 매개효과. 무예연구, 제15권 제2호, 201-220.
3. 김정엽, 박정호(2016). 배드민턴 선수의 승부근성과 스포츠집중력 및 인지된경기력. 코칭능력개발지, 제18권 제1호, 67-78.
4. 김미연, 천덕희, 이영관(2021). 여행업 종사원의 긍정심리자본이 심리적 주의인식과 직무열의 및 직무성장에 미치는 영향. 관광연구저널, 제35권 제7호, 171-184.
5. 김성문(2021). 코로나 19 상황 속 태권도선수들의 긍정심리자본이 정신력과 대처기술에 미치는 영향. 코칭능력개발지, 제23권 제2호, 125-134.
6. 김순영(2022). 무관중 대회에 참가한 KLPGA 선수들의 자기관리, 운동몰입, 인지된 경기력의 관계. 골프연구, 제16권 제1호, 27-39.
7. 김정수, 김현주(2017). 유소년 축구선수의 긍정심리자본 개념구조. 한국스포츠심리학회지, 제28권 제3호, 13-24.
8. 박동훈, 오영택, 김선옥, 인소정, 양명환(2017).

- 검도선수의 지각된 성적스트레스, 운동열의 및 운동중단 의도간의 관계: 부모의 사회적 지지의 조절된 매개효과. 대한무도학회지, 제19권 제1호, 49-65.
9. 박상윤, 이제승(2020). 대학 팀 스포츠 운동선수의 긍정심리자본이 운동몰입과 운동성가에 미치는 영향. 한국사회체육학회지, 제81권, 229-239.
 10. 박순문, 이재은, 권태동(2018). 검도 선수들의 자기관리 전략이 운동열의 및 운동만족과의 관계. 대한무도학회지, 제20권 제4호, 17-30.
 11. 박태운, 김문중(2019). 긍정심리자본이 혁신행동과 직무성가에 미치는 영향: 조직지원인식의 조절효과를 중심으로. 상업교육연구, 제33권 제5호, 43-76.
 12. 박현중, 한진욱(2022). 실업 핸드볼 선수의 은퇴 불안, 은퇴 후 삶의 기대, 스포츠 자신감 및 인지된 경기력 간의 관계. 한국체육학회지, 제61권 제2호, 327-342.
 13. 백혜경, 양명환(2017). 운동선수들의 심리적 자본이 운동열의를 예측하는 상대적 기여도. 스포츠와 해양문화, 제7권 제2호, 11-26.
 14. 소영호(2022). 엘리트 학생선수의 마인드셋과 운동열의, 선수지속 및 포기의도의 관계. 한국체육학회지, 제61권 제1호, 25-38.
 15. 소영호, 하상원(2022). 고등학교 운동선수의 스포츠 수행전략과 운동열의 및 스포츠 자신감의 관계. 한국사회체육학회지, 제88권, 269-282.
 16. 신정택, 육동원, 고의석(2006). 대학 아이스하키 선수를 위한 심리훈련 프로그램 효과. 한국스포츠심리학회지, 제17권 제1호, 47-64.
 17. 안효연, 소영호(2021). 엘리트 학생선수의 성장 마인드셋과 인지된 경기력의 관계에서 운동열의의 매개효과. 한국체육학회지, 제60권 제6호, 279-292.
 18. 양대승(2015). 태권도 겨루기 지도자-선수의 상호작용과 경기력의 관계에서 스포츠 자신감의 매개효과. 한국체육과학회지, 제24권 제1호, 401-413.
 19. 양대승, 김기동, 강현우(2020). 대학 태권도 겨루기 선수들의 긍정심리자본, 정신력 및 탈진의 관계. 세계태권도문화학회지, 제11권 제2호, 187-202.
 20. 오상훈(2019). 태권도장 지도자의 긍정심리자본과 직무열의 및 직무만족의 관계. 한국체육과학회지, 제28권 제6호, 221-232.
 21. 오아라, 이태희(2016). 구성원의 긍정심리자본과 직무열의 및 직무행동과의 관계에 관한 연구. 전문경영인연구, 제19권 제3호, 183-209.
 22. 오영택, 박동훈, 김정준, 양명환(2021). 자율성 지지 코칭유형과 운동 몰입 간의 관계: 감성지능, 운동열의의 다중매개효과 검증. 대한무도학회지, 제23권 제4호, 71-84.
 23. 오영택, 양명환(2019). 고등학교 태권도 선수들의 완벽주의 성향과 운동만족 간의 관계에서 운동열의의 조절효과 검증. 국기원태권도연구, 제10권 제2호, 153-170.
 24. 윤서진, 장태석(2021). 엘리트 운동선수의 그릿과 긍정심리자본이 다차원스포츠자신감에 미치는 영향력 검증. 한국여성체육학회지, 제35권 제1호, 53-68.
 25. 윤성원, 박지연, 윤용진(2017). 청소년 태권도 선수의 자기관리와 스포츠자신감 및 인지된 경기력의 관계. 한국체육과학회지, 제26권 제5호, 337-350.
 26. 이경현, 강현우(2019). 청소년 태권도 선수들의 그릿, 스포츠자신감 및 경기력의 관계. 한국스포츠학회, 제17권 제4호, 1349-1358.
 27. 인소정, 오영택, 김선옥, 양명환(2016). 태권도 선수들의 완벽주의 성향이 운동열의에 미치는 영향: 기본적 심리욕구의 매개효과 검증. 대한무도학회지, 제18권 제4호, 13-29.
 28. 임태홍(2014). 한국판 긍정심리자본척도(K-PPC) 타당화 검증. 코칭능력개발지, 제16권 제3호,

- 157-166.
29. 장성호(2019). 유도선수들의 자기관리와 스포츠정신력이 인지된 경기력에 미치는 영향. 무예연구, 제13권 제4호, 153-173.
 30. 장세용, 이경현(2019). 긍정심리자본이 정신건강에 미치는 영향: 팬텀변수를 활용한 마인드셋의 매개효과 검증. 한국스포츠학회, 제17권 제4호, 1429-1440.
 31. 정하근(2018). 이벤트업 종사원의 긍정심리자본과 이직의도간의 관계에서 직무열의의 매개효과. 디지털융복합연구, 제16권 제11호, 553-560.
 32. 조규보, 윤효원, 노동연(2020). 태권도 시범단 소속 대학생의 셀프리더십이 진로결정자기효능감 및 진로준비행동에 미치는 영향. 대한무도학회지, 제22권 제4호, 165-180.
 33. 천성민, 이동현(2019). 대학운동선수의 승부근성과 긍정심리자본이 인지된 경기력에 미치는 영향. 한국사회체육학회지, 제76권, 173-182.
 34. 허범식, 윤효원(2021). 스포츠 지도자의 긍정심리자본과 직무열의, 혁신행동의 관계. 한국체육과학회지, 제30권 제3호, 553-565.
 35. 황재욱, 권승민(2019). 대학축구선수들이 지각한 코칭 행동과 인지된 경기력의 관계에서 팀 상호작용의 매개효과. 코칭능력개발지, 제21권 제1호, 3-13.
 36. Côté, J., Horton, S., MacDonald, D., & Wilkes, S.(2009). The benefits of sampling sports during childhood. Physical and Health Education Journal, 74(4), 6-11.
 37. Gould, D.(2002). Sport psychology in the new millennium: The psychology of athletic excellence and beyond. Journal of applied sport psychology, 14(3), 137-139.
 38. Hodge, K., Lensdale, & Jackson, S. A.(2009). Athlete engagement in elite sport: An exploratory investigation of antecedents and consequences. The Sport Psychologist, 23(2), 186-202.
 39. Hong, S., Malik, M. L., & Lee, M. K.(2003). Testing configural, metric, scalar, and latent mean invariance across genders in sociotropy and autonomy using a non-Western sample. Educational and psychological measurement, 63(4), 636-654.
 40. Lonsdale, C., Hodge, K., & Raedeke, T. D. (2007). Athlete engagement: I. A qualitative investigation of relevance and dimensions. International Journal of Sport Psychology, 38(4), 451-470.
 41. Luthans, F., Avolio, B. J., Avey, J. B., & Norman, S. M.(2007). Positive psychological capital: Measurement and relationship with performance and satisfaction. Personnel psychology, 60(3), 541-572.
 42. Luthans, F., Youssef, C. M., & Avolio, B. J. (2007). Psychological capital: Investing and developing positive organizational behavior. Positive organizational behavior, 1(2), 9-24.
 43. Mamassis, G., & Doganis, G.(2004). The effects of a mental training program on juniors pre-competitive anxiety, self-confidence, and tennis performance. Journal of applied sport psychology, 16(2), 118-137.
 44. Martin, A. J.(2008). Motivation and engagement in music and sport: Testing a multidimensional framework in diverse performance settings. Journal of Personality, 76(1), 135-170.
 45. Seligman, M. E., & Csikszentmihalyi, M.(2014). Positive psychology: An introduction. In Flow and the foundations of positive psychology. Springer, Dordrecht.

논문투고일 : 2022. 08. 31

논문심사일 : 2022. 09. 13

심사완료일 : 2022. 09. 30