

대학선수들이 지각하는 스포츠 지도력과 행복감의 관계

황성근
경북과학대학교

The Relationship between Sports-Readership and Happiness in Perceived by University Athletes

Sung-Geun Hwang
Kyongbuk Science College

요 약 연구는 대학운동선수들이 인지하는 지도자의 지도력과 행복감간의 관계를 알아보기 위해 379명의 대학운동선수들을 대상으로 분석하였다. 첫째, 대학선수들의 행복감은 부모 친지간 원만한 관계에서 가장 높은 점수를 보였다. 남자선수들이 여자 선수들에 비해 전체적으로 점수가 높았다. 둘째, 행복감의 하위요인인 성취 및 자기수용이 지도력의 모든 요인들과 유의미한 상관이 있으며, 특히 자기개발 및 목표추구와 영향력이 가장 높은 상관관계로 나타났다. 종교와 영향력이 가장 낮은 상관을 보였다. 셋째, 대학운동선수들은 지도자의 지도력요인 중 성취지향성이 선수들의 행복감의 모든 하위요인에 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 영향력, 자기조절력이 행복감의 하위요인에 영향을 미치고 있다. 넷째 지도력의 유연성, 대인이해, 팀워크 및 협력, 선수 지향성은 선수들의 행복감에 영향을 주지 않는 것으로 나타났다.

주제어 : 행복, 스포츠 리더십, 대학선수, 성취지향, 부모와의 관계

Abstract This study was an investigation of 379 people to analyze the relations between leadership and happiness recognized by university athletes. First, happiness of university athletes showed the highest score in smooth relationship with parents. And male athletes score higher than female athletes. Second, the sub-factors of achievement and self-acceptance of happiness have significantly correlated with all factors of leadership. In particular, self-improvement, goal-seeking, and influence are most highly correlated. And the religious influence was the lowest correlation. Third, achievement orientation of leadership factors affect all sub-factors of happiness and influence, and self-regulation has an effect to sub-factors of happiness. Fourth, flexible leadership, interpersonal understanding, teamwork and cooperation, orientation did not affect happiness.

Key Words : Happiness, sport leadership, university athletes, achievement orientation, relationship with parents

1. 서론

스포츠상황에서 코치와 감독의 역할은 절대적이다. 그

것은 코칭의 개념에서 여실히 드러난다. 코치는 1880년 경 영국의 템즈강에서 보트 경기를 지도하는 사람을 일컫는 말로서 코치가 조정선수들이 좋은 성적을 내도록

Received 1 February 2016, Revised 29 February 2016
Accepted 20 March 2016, Published 28 March 2016
Lead Author: Sung-Geun Hwang(Kyongbuk Science College)
Email : hsg073@naver.com

© The Society of Digital Policy & Management. All rights reserved. This is an open-access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution Non-Commercial License (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/3.0>), which permits unrestricted non-commercial use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

ISSN: 1738-1916

도와주고 이끌어주는 사람을 뜻한다. 스포츠에서 유래된 코칭은 현재 비즈니스, 상담 등 다양한 분야에서 사용되고 있다. 스포츠지도자의 코칭행동은 선수들이 좋은 성적을 내는데 중요한 역할을 하며 이는 리더십 즉, 지도력이 좋다 혹은 나쁘다는 말로 표현할 수 있다.

코치의 지도력은 선수들이 지도자의 도움을 적절히 받아 스스로 자신의 잠재능력을 자각하고 그것을 개발하여 최고수행을 달성하게 하는 것이며, 즉, 지도자는 자신의 의도에 따라 팀을 이끌어가는 것이 아니라 선수들에게 비전을 제시하고 이를 달성하기 위한 목표를 설정할 수 있도록 도움을 주어야 한다. 지도자는 선수들에게 일방적으로 지시하고 명령에 순응하는 분위기보다는 스스로 성장 가능성을 가진 유기체적인 존재로 믿고 신뢰해야 할 필요가 있다[1].

따라서 극도의 경쟁과 스트레스를 요구하는 스포츠상황에서 리더의 지도력은 팀뿐 아니라 개인에게도 중요한 것이다. 그러나 결국 스포츠도 경쟁도 사람에 의한 것이며, 팀내에서 선수들이 느끼는 심리적 만족감과 행복감은 결국 팀과 개인의 성공으로 이어질 수 밖에 없다. 그 한 예로 유용상[2]의 스포츠센터에 근무하는 종사원들을 대상으로 셀프리더십이 직무만족에 긍정적인 영향을 미친다는 것을 입증하였다. Avey[3, 4]는 긍정심리자본과 변혁적 리더십은 임파워먼트, 이직의도, 조직 내 냉소주의에 영향을 주고 있으며, 조직에 대한 구성원들의 부정적인 행태가 증가하고 있는 상황에서 긍정심리자본이 그 상황을 극복하는 중요한 역할을 한다고 하였다.

긍정심리자본에서 긍정적 상태로서 중요한 개념이 기쁨, 긍정적인 무드(positive mood) 그리고 행복(happiness)이다. 이중 행복은 Wilson[5]의 실증적 연구가 시발점이 되었다. 그에 따르면 행복한 사람은 “젊고, 건강하며, 교육 수준이 높고, 고임금을 받고 있으며, 외향적이고 낙천적인 성격으로 걱정이 없고 신앙심이 돈독하며, 높은 자긍심과 높은 직무 만족, 적당한 기대수준을 가진 기혼자”이며, 성별이나 지능은 행복과는 특별한 상관관계가 없다는 연구결과를 발표하였다[6 재인용].

행복은 긍정적 마음이다. 미국의 심리학자 Seligman[7]은 불안, 우울, 스트레스와 같은 부정적 감정보다 개인의 감정과 미덕 등 긍정적 감정에 관심을 가지면서 긍정심리학을 제안하였다. 그는 행복한 삶의 세 가지 조건을 첫째, 즐거운 삶, 둘째, 적극적인 삶, 셋째, 의미 있는 삶이라

고 하였다.

더 나아가 인간의 기본적인 욕구, 특히 사랑과 안정, 소속감과 같은 욕구가 만족되지 못했을 때 적대감, 질투와 같은 반사회적 정서가 유발된다. 그러나 더 중요한 것은 인간은 태생적으로 긍정적이고 진취적이며 건설적인 존재라는 것이다[8].

따라서 지도자는 선수들이 가진 긍정성과 진취성 등의 잠재력을 인정하고 그 잠재력을 온전히 실현시키도록 도움을 줄 수 있어야 한다. 왜냐하면 인간은 이미 동기화된 존재이기 때문에 스스로 자신을 조절할 수 있고, 타율적인 통제에서 벗어나는 방향으로 자신을 실현시킬 수 있기 때문이다.

이러한 관점에서 본다면 선수 구성원의 긍정심리자본의 개발은 조직의 성과와 조직구성원의 직무 태도에 영향을 줄 뿐만 아니라 궁극적으로 조직의 성과를 높이고 조직 경쟁력 강화에 기여한다[9]는 것을 알 수 있다. 즉, 리더의 리더역량은 팀의 분위기와 선수들의 수행만족감과 운동몰입, 자발적 운동참여에 긍정적인 영향을 미치는 것은 당연한 귀결이다.

따라서 본 연구에서는 경쟁적인 스포츠상황에서 리더의 지도력이 선수들의 긍정심리인 행복감에 어떠한 영향을 미치는지를 탐색하고자 한다.

2. 연구방법

2.1 연구대상

본 연구는 편의표집방법으로 수도권에 소재한 대학운동선수 400명을 조사하였다. 그러나 자료 분석 과정에서 이중응답을 포함하여 불성실하게 답한 21부의 자료를 제외하고 379명의 자료를 유효 표본으로 선정하여 최종분석에 활용하였다.

선수들의 연령은 평균 만 20.5세이며, 종목은 양궁, 펜싱, 축구, 사격, 조정, 카누, 볼링 등 20개 종목이다. 성별 분포는 남자 214명(56.5%), 여자 165명(43.5%)이었다. 국가대표선수경력 분포는 국가대표 대표선수 경력이 있는 69명(18.2%)과 대표선수경험이 없는 선수가 310명(81.8%)이다.

2.2 연구도구

2.2.1 스포츠지도력 질문지

스포츠지도력 질문지는 김지수[10]가 노인요양시설 관리자 역량 및 행동지표 측정을 위해 개발한 87개 문항을 스포츠상황에서 요구되는 스포츠지도자의 지도역량으로 수정, 보완하여 사용하였다. 우선 2명의 스포츠심리학 전공자 및 2명의 학교운동부 지도자를 대상으로 스포츠상황에서 요구되는 역량 및 행동지표 요인을 추출하였다. 그 결과 7개의 요인(성취지향성, 대인이해, 선수지향성, 팀워크와 협력, 영향력, 자기조절, 유연성)이 포함된 문항을 추출한 후 전문가 회의를 통하여 스포츠지도자의 지도역량으로서 요구되는 문항으로 수정하였다. 수정된 문항은 내용타당도와 안면타당도 검사를 통하여 최종 32 문항이 추출되었다. 척도는 5점 리커트형이다. <Table 1>은 스포츠 지도력 질문지의 탐색적 요인분석 결과와 요인별 신뢰도이다.

<Table 1> Exploratory factor analysis and reliability of Sport-Leadership Questionnaire

Item	1	2	3	4	5	6	7
leader32	.825	.563	-.613	-.617	-.589	.566	.580
leader31	.814	.482	-.600	-.650	-.635	.479	.580
leader30	.752	.502	-.565	-.568	-.583	.509	.580
leader6	.439	.775	-.550	-.542	-.413	.458	.376
leader4	.390	.770	-.534	-.465	-.400	.451	.364
leader3	.412	.754	-.489	-.506	-.375	.371	.364
leader1	.371	.718	-.504	-.379	-.338	.339	.370
leader2	.374	.700	-.411	-.411	-.219	.322	.422
leader5	.425	.665	-.617	-.532	-.482	.519	.307
leader8	.507	.536	-.866	-.511	-.499	.552	.462
leader7	.469	.521	-.831	-.464	-.455	.556	.383
leader9	.463	.582	-.831	-.582	-.560	.554	.480
leader10	.531	.579	-.765	-.626	-.556	.551	.447
leader18	.550	.486	-.506	-.870	-.495	.449	.414
leader20	.536	.514	-.632	-.810	-.597	.545	.530
leader19	.517	.538	-.499	-.792	-.488	.451	.421
leader17	.454	.416	-.465	-.659	-.428	.490	.372
leader27	.564	.477	-.570	-.588	-.850	.462	.499
leader28	.584	.436	-.551	-.535	-.794	.494	.435
leader26	.427	.329	-.475	-.471	-.692	.429	.391
leader13	.487	.442	-.578	-.547	-.550	.783	.378
leader12	.442	.518	-.561	-.475	-.457	.713	.443
leader14	.464	.393	-.584	-.477	-.403	.702	.442
leader15	.597	.545	-.587	-.612	-.468	.630	.487
leader16	.532	.439	-.537	-.557	-.378	.588	.338
leader22	.590	.497	-.593	-.564	-.577	.546	.803
leader23	.636	.560	-.550	-.589	-.531	.496	.765
leader21	.522	.459	-.503	-.474	-.434	.410	.680
eigenvalues	14.203	1.618	1.134	1.017	.942	.797	.683
variance	49.385	4.161	3.019	2.413	1.898	1.679	1.037
cumulative variance	49.385	53.545	56.565	58.977	60.875	62.554	63.591
reliability	0.884	0.877	0.898	0.867	0.835	0.851	0.848

1=flexibility 2=achievement-orientation 3=Interpersonal understanding 4=teamwork & cooperation 5=self-regulation 6=players-orientation 7=Impact

2.2.2 행복감 질문지

김명소 등[11]의 한국성인의 행복한 삶의 구성요인 탐색척도를 사용하였다. 본 연구에서는 7개요인 총 35문항으로 구성하였다. 우선 탐색적 요인 분석은 공통요인분석방법(Maximum Likelihood)으로 요인을 추출하였으며, 사각회전법(Direct Oblimin)을 사용하였다. Cronbach's α에 의한 신뢰도를 검증하였다.

요인분석 결과 종교의 19, 21문항, 자립성의 11번 문항이 철폐, 왜도, 요인 부하량 등에서 기준치에 미달하여 삭제되고 16번 문항과 27번 문항이 타 요인으로 분류되어 삭제하였다. 따라서 총 30문항이 원 설문지의 7요인으로 분류되었다. 척도는 5점 리커트형이다. <Table 2>는 행복감의 탐색적 요인분석 및 신뢰도 결과이다.

<Table 2> Exploratory factor analysis and reliability of Happiness

Item	1	2	3	4	5	6	7
happy3	.852	.295	-.449	.285	.372	.343	-.482
happy2	.821	.221	-.385	.318	.315	.310	-.425
happy4	.775	.250	-.464	.311	.381	.292	-.499
happy1	.765	.190	-.540	.361	.437	.289	-.401
happy5	.703	.199	-.373	.256	.334	.274	-.482
happy18	.244	.926	-.086	-.087	.057	.049	-.211
happy17	.266	.850	-.131	-.094	.084	-.003	-.188
happy20	.243	.832	-.087	-.114	.043	-.057	-.163
happy6	.509	.076	-.881	.377	.434	.347	-.294
happy7	.429	.076	-.864	.408	.448	.380	-.284
happy9	.531	.260	-.671	.338	.450	.462	-.417
happy8	.444	.243	-.649	.344	.386	.361	-.383
happy10	.436	.066	-.546	.367	.411	.458	-.354
happy22	.321	-.078	-.360	.890	.375	.403	-.274
happy23	.387	-.072	-.378	.771	.377	.378	-.301
happy24	.292	.023	-.339	.690	.382	.532	-.365
happy25	.175	-.160	-.379	.677	.377	.450	-.204
happy13	.332	.017	-.379	.382	.888	.331	-.389
happy12	.372	-.001	-.548	.399	.714	.409	-.311
happy14	.362	.150	-.406	.369	.662	.328	-.480
happy15	.316	.133	-.254	.260	.549	.215	-.406
happy29	.333	-.030	-.391	.444	.359	.854	-.412
happy28	.295	.077	-.348	.349	.326	.779	-.364
happy30	.316	-.034	-.359	.456	.361	.745	-.435
happy26	.252	.007	-.303	.443	.270	.624	-.266
happy32	.513	.095	-.448	.400	.469	.489	-.806
happy35	.454	.232	-.199	.249	.409	.294	-.778
happy33	.473	.139	-.436	.398	.558	.430	-.747
happy34	.500	.283	-.236	.182	.338	.296	-.734
happy31	.381	.092	-.328	.318	.401	.438	-.687
eigenvalues	10.630	3.211	1.784	1.647	1.442	1.294	.986
variance	34.041	9.388	4.742	4.532	3.506	3.285	2.164
cumulative variance	34.041	43.429	48.171	52.704	56.210	59.495	61.660
reliability	0.888	0.901	0.861	0.843	0.792	0.832	0.87

1=achievement & self-acceptance 2=religion 3=self-development & goals pursuit 4=good relationship between parents & friends 5=self-reliance 6=human relationship 7=positive outlook

2.2.3 연구절차

자료 수집은 지도자와 협조를 통하여 연구의 취지와 목적을 설명하고, 동의를 구한 후 직접 방문하여 조사하였다. 자발적으로 참여의사를 밝힌 선수들을 대상으로 응답시 조사의 목적과 작성요령, 익명성보장, 자료사용에 대한 내용을 설명하였다. 편안한 분위기속에서 자유롭게 응답하도록 하였다. 질문지작성 시간은 약 20분으로 나타났다.

2.2.4 자료 분석

회수된 설문자료를 연구자가 재검토과정을 거쳐 설문 작성에 불성실하다고 판단되거나 일부내용이 누락되고, 응답 고정화현상을 보이는 자료를 제외시켰다. SPSS Ver. 18.0과 AMOS Ver.17.0 통계프로그램을 이용하여 다음과 같이 분석하였다. 첫째, 각 검사지의 요인구조에 대한 신뢰도와 타당도를 확인하기 위해 기술통계, 탐색적 요인분석, 확인적 요인분석, 그리고 내적일관성분석(신뢰도 분석)을 실시하였다. 둘째, 본 연구에서 설정된 연구모형에 포함된 변인들 간의 상호관계성을 알아보기 위해 상관분석을 실시하였다. 셋째, 지도력과 행복감간의 관계를 알아보기 위해 전체표본을 대상으로 각 요인별 회귀분석을 실시하였다.

3. 결과

3.1 기술통계

대학선수들의 인지하는 지도자의 지도력과 행복감의 관계를 분석하기 위하여 먼저 기술통계로서 각 요인별 평균과 표준편차를 제시하였다. <Table 3>에서 보듯이 대학선수들의 행복감은 부모 친지간 원만한 관계(4.05±.72)에서 가장 높은 점수를 보였고, 성별은 남자선수들이 여자 선수들에 비해 전체적으로 점수가 높았다. 국가대표선수 경험으로 볼 때에 부모 및 친구간 원만한 관계, 대인관계, 긍정적 인생관에서는 국가대표선수 경험이 없는 선수들이 오히려 높은 것으로 나타났다.

3.2 확인적 요인분석

본 연구에서 사용된 인지된 지도력 척도와 행복감 척도의 적합성을 판단하기 위하여 확인적 요인분석을 실시

하였다. 확인적 요인분석은 김용만, 변경원(2013)이 제시한 적합도 지수(CFI>.95, TLI>.90, RMSEA>.08)로 판단하였다.

<Table 3> Descriptive statistics of Leadership & Happiness

Factors	Total		M		F	
	M	SD	M	SD	M	SD
L achievement-orientation	3.52	0.69	3.66	0.65	3.33	0.69
a Interpersonal understanding	3.44	0.81	3.57	0.72	3.27	0.90
d teamwork & cooperation	3.53	0.79	3.70	0.72	3.32	0.83
e self-regulation	3.38	0.82	3.54	0.77	3.17	0.85
r players-orientation	3.42	0.72	3.60	0.66	3.19	0.73
s h Impact	3.51	0.75	3.67	0.70	3.30	0.77
I flexibility	3.49	0.84	3.66	0.77	3.27	0.87
H achievement & self-acceptance	3.48	0.76	3.60	0.78	3.32	0.71
a religion	2.74	1.12	2.82	1.17	2.64	1.04
p self-development & goals pursuit	3.72	0.68	3.81	0.70	3.60	0.62
p I good relationship between	4.05	0.72	4.05	0.74	4.05	0.69
n parents & friends	3.65	0.66	3.75	0.67	3.53	0.62
e self-reliance	3.84	0.69	3.84	0.72	3.85	0.65
s human relationship	3.58	0.72	3.73	0.70	3.39	0.70
s positive outlook						
N	379		214		165	

3.2.1 지도력 질문지의 확인적 요인분석

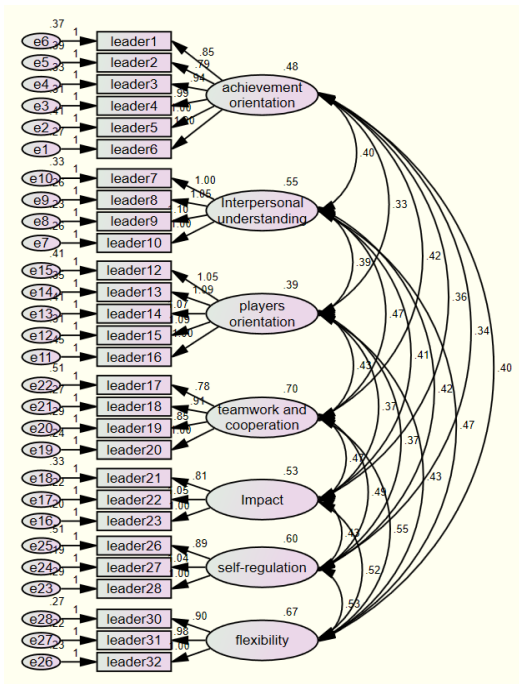
[Fig. 1]과 <Table 4>는 선수들이 인지한 지도자의 지도력 질문지의 확인적 요인분석 결과이다. <Table 4>의 적합도 지수에 의하면 본 연구의 지도력 질문지는 적합한 것으로 나타났다(Q=1.83, TLI=.96, CFI=.96, RMSEA=.05).

3.2.2 행복감 질문지의 확인적 요인분석

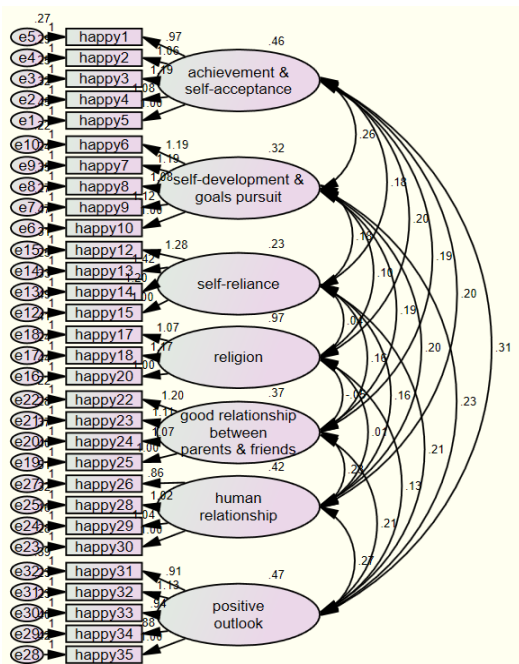
[Fig. 2]와 <Table 5>는 행복감 질문지의 확인적 요인 분석결과이다. <Table 5>의 적합도 지수에 의하면 본 연구의 측정모형이 적합한 것으로 나타났다(Q=2.517, TLI=.90, CFI=.91, RMSEA=.063)

<Table 4> Confirmatory factor analysis of Sport-Leadership Questionnaire

CMIN	DF	P	CMIN/DF	TLI	CFI	RMSEA
601.21	329	.00	1.83	.96	.96	.05



[Fig. 1] Measurement model of Sport-Leadership Questionnaire



[Fig. 2] Measurement model of Happiness Questionnaire

<Table 5> Confirmatory factor analysis of Happiness Questionnaire

CMIN	DF	P	CMIN/DF	RMR	TLI	CFI	RMSEA
966	384	.000	2.517	.046	.90	.91	.063

3.3 상관분석

지도자의 지도력이 대학선수들의 행복감에 미치는 상대적 영향력을 분석하기 전에 상관분석을 통해 두 측정변인들간의 상호관련성을 알아보았다. <Table 4>에 제시한 것처럼, 행복감의 하위요인인 종교에서 성취지향성, 팀워크 및 협력, 선수 지향성에 유의미한 상관관계가 나타나지 않았으며, 다른 요인에서는 모두 유의미한 상관관계가 나타났다. 성취 및 자기수용이 지도력의 모든 요인들과 유의미한 상관관계를 나타내고 있다. 특히 자기개발 및 목표추구와 영향력($r = .448$)이 가장 높은 상관관계로 나타났으며, 종교와 영향력($r = .132$)이 가장 낮은 상관관계로 나타났다.

3.4 회귀분석

<Table 7>은 지도자의 지도력과 선수들이 느끼는 행복감간의 다중회귀분석을 실시한 결과이다. 대학운동선수들의 행복감 요인중 성취 및 자기수용에 미치는 지도력의 영향은 성취지향성($Beta = .187, p < .01$)과 영향력($Beta = .301, p < .001$) 요인이 유의하게 영향을 주며, 전체변량의 22.4%를 설명하고 있다($F = 15.243, p < .001$). 행복감의 하위요인인 종교요인에서는 자기조절($Beta = .174, p < .05$)만이 요인이 유의한 영향을 주며, 전체변량의 4.6%를 설명하고 있다($F = 2.549, p < .05$). 자기개발 및 목표추구에 영향을 미치는 지도력의 요인은 성취지향성($Beta = .277, p < .001$)과 영향력($Beta = .265, p < .001$)이며($F = 17.942, p < .001$), 전체변량의 25.3%를 설명하고 있다. 자립성에는 성취지향성($Beta = .286, p < .001$), 자기조절($Beta = -.173, p < .05$)과 영향력($Beta = .179, p < .05$)이 영향을 주며 전체변량의 18.5%를 설명하는 것으로 나타났다. 대인관계에서는 성취지향성($Beta = .256, p < .001$)만이 영향을 주며 전체변량의 13.0%를 설명하고 있다. 긍정적인생관에는 성취지향성($Beta = .189, p < .01$)과 영향력($Beta = .171, p < .05$)이 영향을 미치며, 전체 변량의 20.0%를 설명하고 있다. 전체적으로 지도자의 지도력요인중

(Table 6) Correlations of Leadership & Happiness

factors	Happiness							Leadership							
	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7	
Happiness	1														
Leadership								1							
achievement & self-acceptance		.264***													
religion		.604***	.176**												
self-development & goals pursuit		.390***	-.086	.486***											
good relationship between parents & friends		.480***	.088	.561***	.476***										
self-reliance		.401***	.002	.509***	.550***	.432***									
positive outlook		.592***	.191***	.506***	.416***	.550***	.502***								
flexibility		.365***	.172**	.409***	.261***	.296***	.256***	.374***							
achievement-orientation		.392***	.089	.442***	.345***	.387***	.333***	.391***	.622***						
interpersonal understanding		.369***	.140**	.348***	.261***	.281***	.267***	.350***	.692***	.685***					
teamwork & cooperation		.294***	.100	.369***	.247***	.330***	.215***	.346***	.708***	.630***	.667***				
self-regulation		.294***	.196***	.305***	.192***	.192***	.160**	.286***	.723***	.543***	.641***	.653***			
players-orientation		.374***	.122	.364***	.273***	.301***	.276***	.373***	.719***	.647***	.733***	.705***	.638***		
Impact		.433***	.132*	.448***	.325***	.338***	.262***	.393***	.760***	.613***	.660***	.664***	.652***	.686***	1

Happiness : 1=achievement & self-acceptance 2=religion 3=self-development & goals pursuit 4=good relationship between parents & friends 5=self-reliance 6=human relationship 7=positive outlook

Leadership: 1=flexibility 2=achievement-orientation 3=Interpersonal understanding 4=teamwork & cooperation 5=self-regulation 6=players-orientation 7=Impact

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

(Table 7) Regression Analysis of Leadership & Happiness

Happiness (dependent variables)	Leadership (Independent variables)	Beta	t	Sig.	R ²	F	Sig.	Durbin-Watson
achievement & self-acceptance	achievement - orientation	.187	2.744	.006	.224	15.243	.000	1.935
	Impact	.301	3.916	.000				
religion	self-regulation	.174	2.204	.028	.046	2.549	.014	1.955
self-development & goals pursuit	achievement - orientation	.277	4.138	.000	.253	17.942	.000	1.830
	Impact	.265	3.515	.000				
good relationship between parents & friends	achievement - orientation	.258	3.599	.000	.145	9.019	.000	1.823
	Impact	.235	2.910	.004				
self-reliance	achievement - orientation	.286	4.092	.000	.185	12.055	.000	2.007
	self-regulation	-.173	-2.371	.018				
positive outlook	achievement - orientation	.189	2.721	.007	.200	13.222	.000	1.962
	Impact	.171	2.192	.029				

성취지향성이 선수들의 행복감의 모든 하위요인에 영향을 미치며, 영향력, 자기조절력이 행복감의 하위요인에 영향을 미치고 있다.

4. 논의 및 제언

본 연구는 379명의 대학선수들을 대상으로 선수들이 인지하는 지도자의 지도력과 행복감간의 관계를 알아보기 위한 것이다.

대학선수들의 행복감은 부모 친지간 원만한 관계에서

가장 높은 점수를 보였다. 이는 우리사회가 가족 즉, 혈연에 대한 높은 애착이 있음을 보여주는 것이다. Myers[12]에 따르면 행복을 예측하는 중요한 변인은 긍정적인 사회적 관계가 존재하느냐에 달려있다고 한다. 긍정적인 사회적 관계는 사회적 지지와 정서적 친밀감이다. 내가 행복해지기 위해서는 사회적 지지를 받기도 해주기도 해야 할 것이다. 사회적 지지를 많이 받는 사람은 또 다른 행복감을 느끼게 된다[13 재인용].

따라서 우수한 선수가 되기 위해 필요한 긍정적 마인드를 위해서는 친밀한 사람의 지지가 필요한 것을 알 수 있다. 그러나 대표경력과 행복감은 관계가 없었다. 이러한 결과가 시사하는 것은 행복은 대표선수경력이 있느냐 즉, 운동을 더 잘하느냐와는 관련이 없다는 것이다. 좀 더 비약하면 부자라고 다 행복한 것은 아니라는 것이다. 이러한 결과가 시사하는 것은 지도자의 사회적 지지와 정서적 친밀감을 느낄 수 있는 지도력이 요구된다는 것이다. 그러나 더 중요한 것은 사람이 스스로 행복해지는 것을 배우지 않으면 행복해질 수 없다는 것이다. 행복해지는데 도움이 되는 프로그램을 스스로 개발해 내지 않으면 그들 삶의 대부분은 그렇게 하지 못한 결과 절망감이나 우울감에 빠지게 되기 때문이다[14].

그렇다면 스포츠현장에서 중요한 주제인 지도자는 선수들의 행복감에 영향을 미칠 것인가? 분석결과 지도력의 지도력요인 중 성취지향성은 종교를 제외하고 다른 선수들의 행복감 하위요인에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다.

성취지향성은 훈련성과를 측정하고 훈련프로그램에 이를 반영하거나, 도전적인 목표를 설정하거나, 새롭고 앞선 방식의 훈련시도를 말한다. 이러한 지도자의 성취지향성은 행복감의 자기개발목표추구를 가장 잘 설명하고 있다. 지향성은 삶의 의미와 목적에 대한 인식을 갖게 한다. 따라서 지도자의 성취추구와 선수의 자기개발목표추구는 상호부합 되는 것으로 볼 수 있다. 선수가 행복해야 지도자가 행복하고 지도자가 행복해야 선수도 행복하다. 둘 다 행복하기 위해서는 지도자와 선수 모두가 적극적으로 자신에게 의미 있는 다양한 목표들을 추구해야 할 것이다.

또한 선수들과 지도자들이 행복의 조건 중의 하나인 즐거운 삶을 위해서는 서로의 삶에 대해 수용해주고 훈련과 시합에 대한 적극적인 참여와 몰입하는 것이다.

그러므로서 미래의 삶에 대한 희망감과 기대, 도전의식을 느낄 수 있을 것이다.

사람은 저마다 다양한 강점과 재능을 지니고 있다. 지도자의 지도력은 각 지도자에 따라 독특한 강점이 있고 이는 선수의 수용에 의해 더 잘 발휘될 수 있을 것이다. 선수와 지도자가 모두 의미있는 삶을 살기 위해서는 자신만이 아닌 상대적, 즉 원만한 대인관계가 선행되어야 한다. 서로에게 진정한 영향력을 미치기 위해서는 능력을 인정해주고 신뢰할 만한 관계를 형성할 수 있어야 한다.

또한 인간이 추구하는 목적은 행위의 목적 그 자체와 도구적 목적으로 구분된다. 행위의 목적과 도구적 목적은 차이가 있다. 사람은 어떤 행위를 하게 될 때 그 행위는 목적을 가지고 출발하지만 목적이 완성되면 다른 목적을 위한 수단이 된다[15]. 예를 들어, 열심히 훈련하는 것은 시합을 잘하기 위한 것이지만 그것이 최종 목적이 아니다. 사람이 추구하는 모든 행동은 목적인 동시에 수단이듯이 지도자와 선수들이 추구하는 것도 마찬가지일 것이다.

결론적으로 지도자의 지도력은 선수들의 행복에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 그러나 행복을 위한 수단으로서 반듯이 성적이 우수하거나 연봉이 높아야 되는 것은 아니다. 왜냐하면 경쟁적인 스포츠 상황은 불안과 스트레스를 야기하고 그로 인해 원하는 목표에 도달하지 못하지 못하기 때문이다. 따라서 지도자와 선수 모두 행복의 개념을 맹목적인 목표의 추구가 아니라 삶 전체에 대한 만족, 즉 잘사는 것이 무엇인지를 숙고해야 할 것이다.

이 연구를 통해 얻어진 연구 결과와 결론을 바탕으로 후속 연구를 위해 몇 가지를 제언하고자 한다. 첫째, 종목간 비교를 통하여 선수들의 학습과 성장에 따른 지도력과 행복감 그리고 경기력과의 관계를 연구할 필요가 있다. 둘째, 지도력과 행복감의 관계를 보다 구체적, 심층적으로 접근하는 질적 연구가 필요하다.

REFERENCES

- [1] E. L. Deci, & R. M. Ryan, "The 'what' and 'why' of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior". *Psychological Inquiry*, Vol. 11, No. 4, pp. 227-268, 2000.

- [2] Y. S. Yoo, "The effects of employee's self-leadership on job satisfaction and customer orientation in sports center. Journal Korea Society for wellness", Vol. 7, No. 2, pp. 73-85, 2012.
- [3] J. B. Avey, F. Luthans, & K. H. Mhatre, "A call for longitudinal research in positive organizational behavior. Journal of Organizational Behavior", Vol. 29, No. 5, pp. 705-711, 2008.
- [4] J. B. Avey, J. I. Patera, & B. J. West, "The implication of positive psychological capital on employee absenteeism. Journal of Leadership and Organization Studies", Vol. 13, pp. 42-60, 2006.
- [5] W. R. Wilson, "Correlates of avowed Happiness. Psychological Bulletin", Vol. 67, pp. 294-306, 1967.
- [6] Y. S. Kim, "A Study on Innovative Leadership and Positive Psychological Capital as Essential Elements of Happiness". Master Dissertation. Chugnam National University, 2012.
- [7] L. Seligman, "Theories of counseling and psychotherapy: Systems, strategies, and skills(2nd ed.)". Upper Saddle River, New Jersey: Pearson Education, Ltd". 2006.
- [8] C. R. Rogers, "Carl Rogers on personal power: Inner strength and its revolutionary impact. New York: Delacorte Press". 1977.
- [9] F. Luthans, S. M. Norman, B. J. Avolio, & J. B. Avey, "The mediating role of psychological capital in the supportive organizational climate? employee performance relationship. Journal of Organizational Behavior", Vol. 29, No. 2, pp. 219-238, 2008.
- [10] J. S. Kim, "Development of Competency and Behavioral Indicator of an Administrator in Long-term Care Facility. The Journal of Korean Nursing Administration Academic Society", Vol. 14, No. 4, pp. 477-487, 2008.
- [11] M. S. Kim, H. W. Kim, K. H. Cha, J. Y. Im, Y. S. Han, "Development of 'Quality of Life' Scale for Korean Adults. Korean journal of health psychology", Vol. 8, No. 2, pp. 415-442, 2003.
- [12] D. G. Mayer, & E. Diener, "Who is Happy Psychology Science", Vol. 6, pp. 10-19, 1995.
- [13] J. E. Joe, "Effects of Happiness Enhancement Program on the Subjective Happiness and Depression of Middle Schoolers". Master Dissertation. Yonsei University, 2008.
- [14] J. H. Kim, "Who is Happy Home Eruditio? = Andragogy for Happy Life. Andragogy Today : International Journal of Adult & Continuing Education", Vol. 4, No. 1, pp. 107-122, 2001.
- [15] J. S, "Philosophical Investigations on the Concepts of Happiness". Master Dissertation. Yonsei University, 2011.
- [16] Yoon seon-o, kim woo ho, "Convergent research on how golf affects the subjective happiness of mothers who have children with disabilities", Journal of the Korea Convergence Society, Vol. 6, No. 4, pp. 47-54, 2015.
- [17] Dong-Won Kim, "Wheelchair tennis has ever fusion of classroom participation of the physically disabled basic psychological needs and exercise emotional and exercise commitment", Journal of the Korea Convergence Society, Vol. 6, No. 4, pp. 15-23, 2015.

황 성 근(Hwang, Sung Geun)



- 2008년 2월 : 경북대학교 사회체육학과(체육학석사)
- 2012년 2월 : 대구가톨릭대학교 체육과학과(이학박사)
- 2009년 3월 ~ 현재 : 경북과학대학교 국제스포츠계열 외래교수
- 관심분야 : 스포츠심리학
- E-Mail : hsg073@naver.com