

# 운동선수의 지도행동유형이 선수만족 및 운동몰입에 미치는 영향

이건철  
원광대학교 체육교육과

## The Effect of the Leadership Style on Player Satisfaction and Exercise Flow of Athletic Players

Lee-Gun Chur

Department of Physical Education, Wonkwang University

**요약** 본 연구는 운동선수의 지도행동유형이 선수만족 및 운동몰입과의 관계를 규명하여 선수의 능력을 향상시켜서 경기력을 높이는 데 목적이 있다. 표집방법으로 비확률표본추출법을 이용하였고, 설문지의 총 381부를 자료 분석에 사용하였다. 설문지는 SPSS/PC+ Window용 21.0 version 통계프로그램을 이용하여, 연구 대상자의 빈도 분석과 요인분석, 상관관계 분석, 다중회귀분석을 실시하였다. 본 연구의 결과는 첫째, 운동선수의 지도행동유형인 훈련과 지도행동, 민주적 행동, 긍정적 피드백, 사회적지지에서 선수만족 및 운동몰입에서 상호관련성은 정적(+)인 상관관계가 나타났으며, 지도행동유형의 권위적 행동에서는 운동몰입에 상관관계가 나타나지 않았다. 둘째, 운동선수의 지도행동유형이 선수만족에 대한 결과는 사회적 상호작용은 훈련과 지도, 사회적 지지에서, 과제 수행은 훈련과 지도에서, 코치의 지도성은 훈련과 지도, 긍정적 피드백에서 정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 셋째, 운동선수의 지도행동유형이 운동몰입에 대한 결과는 인지몰입은 훈련과 지도, 긍정적 피드백에서, 행위몰입은 훈련과 지도, 긍정적 피드백, 사회적 지지에서 정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 따라서 선수들의 운동수행만족과 운동에 몰입하여 경기에 임하게 된다면 좋은 운동기술수행을 통하여 최상의 경기력을 발휘할 수 있을 것이다.

**Abstract** This study purpose is to improve athletes by investigating the relation between the leadership behavior type of athletes and athlete satisfaction and exercise flow. The sampling method was non-probabilistic sampling method. The number of questionnaires was 381 for analyzing the data. SPSS/PC+ Window 21.0 version statistical program were used for analyzing the questionnaire answers. Frequency analysis, factor analysis, correlation analysis and multiple regression analysis were used. The study results are as follows. First, there were positive correlations between leadership behavior type of athletes and athlete satisfaction and exercise flow, but not between authoritative behavior of leader behavior type and exercise flow. Second, the effect of leadership behavior type of athletes on satisfaction of athletes was positive on social interaction related with training, instruction, and social support, on task execution related with training and instruction, and on coaching related with training, instruction, and positive feedback. Third, the effect of leadership behavior type of athletes on flow of exercise was positive on cognitive commitment related with training, instructions and positive feedback, and on behavioral commitment related with training, instructions, positive feedback, and social interaction. So, athletes will be able to perform good exercise skills if they come to the game in flowing exercise satisfaction and exercise.

**Keywords** : athletic players, exercise flow, factor analysis, leadership style, player satisfaction

본 논문은 2017년 원광대학교 교비지원에 의해서 수행되었음.

\*Corresponding Author : Gun-Chur Lee(Wonkwang Univ.)

Tel: +82-2-4655-6117 email: leekch@wonkwang.ac.kr

Received September 29, 2017

Revised October 17, 2017

Accepted January 5, 2018

Published January 31, 2018

## 1. 서론

운동경기에서 우수한 경기력을 수행하기 위하여 선수들이 느끼는 심리적 상태, 환경적 요인들은 운동수행에 밀접한 관련이 있으며, 선수들 개개인의 운동기술은 경기상황에서 운동수행의 결과에 큰 영향을 주고 있다. 지도자는 선수들의 경기력 향상에 직접적인 영향을 미치며, 자신이 지도하고 있는 선수나 소속팀이 좋은 성과를 발휘하도록 다양한 측면에서 노력한다[1]. 운동집단에서 지도자는 선수들을 선발하고, 기술을 습득시키고, 전술을 개발하며, 선수들의 경기력 향상을 도와준다. 즉 지도자는 선수들의 경기력 향상에 직접적인 기여를 하기도 하지만, 선수들의 내재적인 차원에 있어서도 영향을 미치고, 이러한 역할 중에서도 가장 중요한 것은 지도자의 지도행동유형이라 할 수 있다. 지도행동유형에서 리더십은 지도자 자신뿐만 아니라 지도자가 영향력을 발휘하는 상황, 그리고 지도자의 지휘를 받는 구성원까지도 모두 포함하는 복잡한 관계를 의미한다.

리더십이란 집단의 목표나 내부 구조의 유지를 위하여 성원(成員)이 자발적으로 집단활동에 참여하여 이를 달성하도록 유도하는 능력이며, 운동지도자는 공식적으로 운동지도를 할 뿐만 아니라 다양한 형태로 동기유발 기회를 제공한다[2]고 하였다. 지도자의 리더십이란 타인을 자기가 바라는 대로 행동하도록 유도하는 과정으로 조직구성원의 의견, 태도, 행동에 대하여 효과적인 영향력을 주는 능력이다[3]. 스포츠에서 리더십은 궁극적으로 선수들에게 수행능력을 극대화시키고 좋은 수행결과와 원인으로 작용되기 때문에 최근 스포츠 심리학자들은 리더십에 많은 관심을 가지고 있다고 볼 수 있다.

운동지도자의 리더십은 선수나 팀에 영향력을 행사하는 행동적 과정으로서 효율적인 스포츠 집단을 운영하고 이끌어 가는데 매우 중요한 요소라 할 수 있으며, 리더십은 운동선수나 그 조직에 있어 동기부여의 수단이 되기 때문에 운동성과를 이해하는데 대단히 중요하다[4]고 주장하였다. 따라서, 지도자의 리더십에 대한 중요성이 강조되고 있고, 이는 지도자의 리더십이 선수들에게 미치는 영향력이 지대함을 나타낸다.

오늘날 치열한 경쟁을 하는 스포츠는 상대선수의 기량을 뛰어넘고 선수가 스스로 목표를 이루기 위하여 자신의 잠재적 능력을 최대한 발휘하여야 하며, 이러한 잠재적 능력을 발휘하기 위해서는 운동지도자는 효과적이

고, 체계적인 운동프로그램에 의해서 반복적인 훈련과 기술향상 및 목표를 위해 지도자의 효율성 있는 리더십 유형이 요구된다.

Chelladurai[5]는 다차원적 지도자 행동 모형에서 선수만족은 지도자 행동에 대한 인식의 차이가 다르게 나타나고, 인식과 평가가 긍정적이지 못하면 지도자에 대한 선수만족이 낮게 나타난다고 하였고, 결과적으로 지도자의 리더십 유형이 운동선수나 팀을 효과적으로 운영하는 데 중요한 요인으로써 지도자의 성공과 실패는 리더십 유형에 의해 결정된다고 주장하였다. 또한, 스포츠 지도행동에 관한 선행연구[6],[7] 결과에서 나타난 바와 같이, 훌륭한 지도자가 되기 위해서는 지도하는 팀과 선수들의 특성을 분석하여 보다 체계적인 지도행동이 필요하며, 지도자의 지도행동유형은 운동몰입 뿐만 아니라 선수 자신의 만족도에도 영향을 미치는 요인이라고 할 수 있다.

운동지도자는 팀의 목표를 달성하기 위해 미래의 방향과 비전을 제시하고 선수들에게 필요한 기술의 지도와 동기유발을 제공하려고 노력할 뿐만 아니라, 그 비전이 실현될 수 있도록 도와준다. 특히, 청소년 시기에 비취지는 운동지도자의 리더십은 선수 개개인의 운동지속 의도는 물론 선수들의 만족도나 운동몰입 정도와 같은 심리적 요인들까지 영향을 미친다는 점에서 더욱 중요하다고 생각된다.

리더십에 관한 선행연구는 상황적 행동이론[8]에 기초한 다차원적 리더십 행동이 스포츠현장에서 보편적으로 활용되고 있다. 이러한 리더십유형과 만족 및 몰입의 관계를 살펴보면, 김영미[9], 하철수 등[10]은 지도자의 리더십유형이 선수만족에 정적인 영향을 미치며, 훈련몰입과 경기력에도 긍정적인 영향을 준다고 하였다. 이 밖에도 지도자의 리더십 행동유형과 만족 및 몰입의 관계를 규명함으로써 경기력 향상을 위한 지도자의 지표를 제시하였다[11],[12]. Weinberg & Gould[13]는 단체종목선수들과 개인종목선수에 지도자의 지도유형에 대한 선수만족을 규명해야 한다고 주장하였으며, 최봉암[14]은 골프지도자의 리더십유형이 선수만족에 정적인 영향과 경기력도 향상된다고 하였다. 또한, 스포츠 현장에서 지도자의 리더십은 선수들 개인의 선수만족에도 영향을 미치기 때문에 스포츠가 진행되는 현장에서 경기력을 이해하는데 중요한 역할을 하며, 선수와 지도자 간의 소통이 어떻게 이뤄지는가에 따라 지도자를 믿고, 신뢰하는

정도에 따라 선수들의 변화 가능성을 제시하고 있다.

운동 몰입은 운동기량을 향상시키기 위한 최적의 훈련 상태를 유지하도록 도움을 주고, 경기력 향상에 긍정적인 영향을 미치는 요인이다[15]. 운동 몰입은 운동에 지속적으로 참여하고자 하는 요구나 완벽하게 몰두할 때 일어나는 결심을 나타내는 최적의 심리상태를 의미하는데[16], 운동선수는 시합 중 최고의 경기력을 발휘하기 위하여 체력, 기술, 체격요인 이외에 심리적인 변인으로서 시합에 완벽히 몰입해야 하며, 경기 중 변화가 가능한 선수의 심리상태를 긍정적 방향으로 조절하는 것이 매우 중요하다[17].

스포츠 활동에서의 몰입은 내면적인 욕구 충족을 바탕으로 느끼는 희열감을 통하여 일체감을 느끼는 것으로 볼 수 있다[18]고 하였다. 더불어, 운동선수가 훈련 및 시합에 적극적으로 참여할 수 있도록 하는 내적동기로 작용하기 때문에 몰입과 정적인 관계에 있는 변인을 검토할 필요가 있다. 따라서, 운동몰입은 지도자의 리더십 유형에 의해 영향을 받을 것으로 생각되는데, 스포츠에 있어서 지도자의 리더십 유형에 따라 발생하는 현상들에 대한 연구는 매우 의의가 있을 것으로 사료된다.

운동지도자의 리더십은 공동의 목표를 위해 선수 개인 및 팀 전체에 영향력을 행사하는 과정이므로 선수들을 효과적으로 훈련시키는데 중요한 요소라고 할 수 있고, 지도자가 선수들에게 미치는 리더십의 영향력은 매우 크기 때문에 목표인 승리를 달성하고 구성원들의 훈련성과를 높이기 위한 리더십은 관심 있게 연구되어야 하며, 훈련성과를 극대화시키는 방안을 모색하기 위한 노력의 일환으로 지도자의 리더십에 대한 심층적이고 폭넓은 다양한 차원에서 그 특성을 밝히는 연구가 수행되어야 할 것으로 생각된다.

따라서 본 연구는 선수들을 대상으로 지도자 리더십 유형과 선수만족 및 운동몰입에 어떠한 관계가 있는지를 구체적으로 규명하여, 지도자의 올바른 방향을 제시하고 선수의 경기력 발휘에 효과적인 자료를 제공하는데 그 필요성이 있다.

이와 같은 연구 목적을 달성하기 위하여 연구문제는 다음과 같다.

첫째, 운동지도자의 지도행동유형과 선수만족 및 운동몰입과의 상관관계가 있는가?

둘째, 운동지도자의 리더십행동유형은 선수만족에 영향을 미치는가?

셋째, 운동지도자의 리더십행동유형은 운동몰입에 영향을 미치는가?

## 2. 연구방법

### 2.1 연구대상

본 연구의 조사 대상은 2016년 현재 대한야구협회에 선수로 등록되어 있는 선수를 대상으로 모집단을 선정하였으며, 표본 추출을 위해 비확률 표본추출법 중 편의추출법을 이용하여 표본을 추출하였다. 총 400부를 배포하였으며, 불성실하게 응답하였다고 판단되는 자료 19부를 제외한 총 381부의 자료를 분석에 사용하였다.

본 연구의 표본으로 선정된 응답자의 일반적 특성 결과, 학력은 중학생 261명(68.5%), 고등학생 120명(31.5%)로 나타났으며, 학년은 1학년 120명(31.5%), 2학년 132명(34.6%), 3학년 129명(33.9%)로 나타났다. 입상성적은 1위 입상 32명(8.4%), 2-3위 입상 159명(41.7%), 입상경력 없음 190명(49.9%)로 나타났고, 선수 경력은 3년 미만 33명(8.7%), 3년~4년 미만 70명(18.4%), 4년~5년 미만 104명(27.3%), 5년~6년 미만 80명(21.0%), 6년 이상 94명(24.7%)로 나타났다.

### 2.2 측정도구

본 연구에 사용한 지도자의 리더십 설문지는 Chelladurai & Saleh[19]가 개발한 스포츠 지도자 행동 검사지(Leadership Scale for Sports : LSS)를 사용하였고, 설문지는 코치의 지도행동유형과 관련한 선행연구[20]에서 본 연구에 맞게 사용하기 위해 설문지의 문항을 수정, 보완하여 사용하였다. 선수만족에 관한 설문지는 Chelladurai[21], Widmeyer & Williams[22]의 선수만족도 관련 설문지를 이용한 리더십 유형에 관한 선수만족에 관한 선행연구[14]를 토대로 연구 목적에 맞게 요인분석을 실시하여 수정, 보완해 재구성하여 사용하였다. 운동 몰입도에 대한 설문지는 Scanlan[23]이 개발한 ESCM(Expansion of the Sport Commitment Model)을 정용각[24]이 변안하여 수정 개발한 훈련몰입 설문지를 본 연구 목적에 맞게 수정, 보완하여 재구성하여 사용하였다. 각 요인은 Likert 5점 척도를 사용하였다. 설문지의 내용은 리더십에 관한 항목 26문항, 선수만족에 관한 항목은 10문항, 운동몰입에 관한 항목은 10문항, 인구통

계학적 특성에 관한 항목은 4문항으로 총 50문항으로 탐색적 요인분석결과 적재값이 .40이하로 나타난 판별 타당도를 위해 문항은 재구성하였다.

### 2.3 측정항목의 타당도 및 신뢰도 분석

본 연구의 설문지 타당도를 검증하기 위하여 사용한 방법은 구성타당도이며, 요인추출 방법은 주성분분석법을 실시하였으며, 요인 추출은 고유치가 1.0이상 경우에 한하여 직교회전하여 요인부하량이 0.4이상의 문항을 선택하여 채택하였으며, 신뢰도는 Cronbach' α 방법을 이용하여 검증하였다.

지도행동유형에 대한 요인분석을 검증한 결과는 Table 1과 같이, 고유값은 혼련과 지도행동 6.496, 민주적 행동 3.030, 긍정적 피드백 2.433, 사회적지지 1.718, 권위적 행동 1.465로 고유값이 1.0 이상인 인자추출의 기준으로 볼 때 적합한 것으로 나타났으며, 누적 설명력은 총분산의 58.240%로 나타났다. 이 연구에서의 KMO 지수는 .856이고, 유의수준(p)은 .000으로 나타나 요인 분석이 적합한 것으로 나타났다. 하위요인에 대한 Cronbach' α 계수는 .765~.872로 비교적 신뢰도가 양호한 것으로 나타났다.

운동만족에 대한 요인분석을 검증한 결과는 Table 2와 같이, 고유값은 사회적 상호작용 3.698, 과제수행 2.122, 코치의 지도성 1.194로 고유값이 1.0 이상인 인자추출의 기준으로 볼 때 적합한 것으로 나타났으며, 누적 설명력은 총분산의 70.140%로 나타났다. 이 연구에서의 KMO 지수는 .782이고, 유의수준(p)은 .000으로 나타나 요인분석이 적합한 것으로 나타났다. 하위요인에 대한 Cronbach' α 계수는 .775~.893으로 신뢰도가 양호한 것으로 나타났다.

운동몰입에 대한 요인분석을 검증한 결과는 Table 3과 같이, 고유값은 인지몰입 4.817, 행위몰입 1.629로 고유값이 1.0 이상인 인자추출의 기준으로 볼 때 적합한 것으로 나타났으며, 누적 설명력은 총분산의 64.452%로 나타났다. 이 연구에서의 KMO 지수는 .880이고, 유의수준(p)은 .000으로 나타나 요인분석이 적합한 것으로 나타났다. 하위요인에 대한 Cronbach' α 계수는 .833~.878로 신뢰도가 양호한 것으로 나타났다.

Table 1. Factor and reliability analysis of leadership style

question	training and instruction behavior	democratic behavior	positive feedback	social support	authority behavior
A25	.797	.073	.060	.079	.019
A24	.785	.063	.127	.093	-.055
A26	.713	-.004	.138	.094	-.026
A7	.710	.046	.149	.082	-.072
A8	.710	.109	.014	.197	.009
A9	.654	.127	-.022	.144	.000
A5	.573	.319	.047	.082	-.059
A4	.555	.217	-.062	.329	.066
A6	.550	.313	-.051	.076	.116
A12	.119	.733	.027	.103	.026
A15	.124	.691	.123	.098	-.044
A11	.197	.686	.050	.042	.130
A14	.018	.625	.260	.064	.067
A10	.300	.599	-.019	.136	.116
A13	.060	.595	.300	.120	.085
A17	.050	.122	.849	-.024	.067
A18	.094	.110	.841	.062	.017
A16	.073	.159	.766	-.050	-.019
A19	.075	.118	.745	.042	.091
A3	.245	.124	-.007	.773	.080
A1	.121	.114	-.012	.761	.008
A2	.185	.096	-.040	.748	-.008
A23	.236	.163	.211	.591	.276
A21	-.044	.092	.020	.127	.894
A20	-.022	.097	-.016	.061	.867
A22	-.009	.069	.142	.016	.797
eigen values	6.496	3.030	2.433	1.718	1.465
variance(%)	24.986	11.653	9.359	6.607	5.635
accumulation (%)	24.986	36.639	45.998	52.605	58.240
cronbach'α	.872	.789	.844	.765	.835

KMO=.856,  $\chi^2=4045.519$ ,  $df=325$ ,  $sig=.000$

Table 2. Factor and reliability analysis of player satisfaction

question	social interaction	tast performance	coach leadership
B8	.798	.074	.246
B4	.741	.185	.175
B5	.733	.103	.129
B7	.719	.088	.143
B6	.693	-.091	-.056
B2	.062	.922	.071
B1	.057	.887	.127
B3	.117	.884	.090
B10	.111	.121	.892
B9	.258	.115	.850
eigen values	3.698	2.122	1.194
variance(%)	36.981	21.217	11.943
accumulation(%)	36.981	58.197	70.140
cronbach'α	.807	.893	.775

KMO=.782,  $\chi^2=1632.020$ ,  $df=45$ ,  $sig=.000$

Table 3. Factor and reliability analysis of exercise flow

question	cognition flow	behavior flow
C3	.853	.123
C11	.813	.183
C2	.796	.124
C1	.792	.261
C10	.674	.403
C5	.233	.793
C7	.153	.770
C4	.334	.735
C8	.027	.730
C6	.270	.699
eigen values	4.817	1.629
variance(%)	48.166	16.287
accumulation(%)	48.166	64.452
cronbach's α	.878	.833

KMO=.880, λ<sup>2</sup>=1834.982, df=45, sig=.000

### 2.4 자료처리

본 연구에서 수집된 설문지는 SPSS/PC+ Window용 21.0 version 통계프로그램을 이용하여, 연구 대상자의 일반적 특성을 알아보기 위하여 빈도 분석(Frequency) 과 설문지의 구성 타당도를 알아보기 위해 요인분석을 실시하였으며, 문항의 신뢰도를 분석하기 위하여 Cronbach α 값 검증을 실시하였다. 지도자 행동유형이 선수만족 및 운동몰입에 대한 관계를 분석하기 위하여 상관관계 분석과 측정변인의 영향력을 검증하기 위해 다중회귀분석을 실시하였다. 자료 분석의 유의수준은 α =.05로 하였다.

Table 4. Correlation between the variables

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	1									
2	.396**	1								
3	.185**	.324**	1							
4	.448**	.350**	.107*	1						
5	.006	.199**	.111*	.200**	1					
6	.296**	.254**	.173**	.262**	.117*	1				
7	.440**	.119*	.124*	.161**	-.044	.193**	1			
8	.281**	.095	.242**	.169**	-.070	.370**	.254**	1		
9	.272**	.104*	.277**	.139**	-.040	.435**	.263**	.888**	1	
10	.315**	.150**	.191**	.217**	-.020	.442**	.253**	.504**	.505**	1

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

1. training and instruction behavior, 2. democratic behavior, 3. positive feedback, 4. social support, 5. authority behavior, 6. social interaction, 7. tast performance, 8. coach leadership, 9. cognition flow, 10. behavior flow

## 3. 연구결과

### 3.1 각 요인별 상관관계분석

운동선수의 지도행동유형과 선수만족 및 운동몰입에 대한 상호관련성을 알아보기 위하여 Pearson의 적률상관관계 분석을 실시한 결과는 Table 4에 의하면, 지도행동유형의 훈련과 지도, 긍정적 피드백, 사회적 지지지는 선수만족의 사회적 상호작용, 과제수행, 코치의 지도성에서, 민주적 행동은 사회적 상호작용, 과제수행에서, 권위적 행동은 사회적 상호작용에서 정적(+)인 상관관계가 나타났다. 지도행동유형의 훈련과 지도, 민주적 행동, 긍정적 피드백, 사회적 지지지는 운동몰입의 인지몰입, 행위몰입에서 정적(+)인 상관관계가 나타났고, 권위적 행동에서는 상관관계가 나타나지 않았다.

선수만족의 사회적 상호작용, 과제수행, 코치의 지도성은 운동몰입의 인지몰입, 행위몰입에서 정적(+)인 상관관계가 나타났다.

### 3.2 지도행동유형이 선수만족에 미치는 영향

운동선수의 지도행동유형과 선수만족에 대한 다중회귀분석을 실시한 결과는 Table 5와 같이, 선수만족의 사회적 상호작용은 지도행동유형의 훈련과 지도(β=.187), 사회적 지지(β=.123)의 순으로 정적인 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 회귀식의 설명력은 13.4%(R<sup>2</sup>=.134)로 나타났고, F값은 11.623(p<.001)로 통계적으로 유의한 것으로 나타났다.

과제 수행은 지도행동유형의 훈련과 지도(β=.467)에

서 정적인 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 회귀식의 설명력은 20.3%( $R^2=.203$ )로 나타났고,  $F$ 값은 19.120( $p<.001$ )로 통계적으로 유의한 것으로 나타났다.

코치의 지도성은 지도행동유형의 긍정적 피드백( $\beta=.246$ ), 훈련과 지도( $\beta=.240$ )의 순으로 정적인 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 회귀식의 설명력은 15.0%( $R^2=.150$ )로 나타났고,  $F$ 값은 13.169( $p<.001$ )로 통계적으로 유의한 것으로 나타났다.

**Table 5.** Regression results for player satisfaction of leadership style

variables		B	SE	$\beta$	$t$
social interaction	constant	1.645	.291		5.659***
	training and instruction behavior	.227	.069	.187	3.282**
	democratic behavior	.103	.060	.096	1.702
	positive feedback	.070	.041	.087	1.704
	social support	.133	.060	.123	2.203*
	authority behavior	.047	.038	.062	1.239
F=11.623***, $R^2=.134$					
tast performance	constant	2.337	.279		8.375***
	training and instruction behavior	.568	.066	.467	8.563***
	democratic behavior	-.078	.058	-.073	-1.349
	positive feedback	.054	.039	.067	1.368
	social support	-.024	.058	-.022	-.418
	authority behavior	-.027	.037	-.035	-.735
F=19.120***, $R^2=.203$					
coach leadership	constant	1.236	.370		3.340**
	training and instruction behavior	.373	.087	.240	4.273***
	democratic behavior	-.122	.076	-.090	-1.604
	positive feedback	.254	.052	.246	4.874***
	social support	.141	.076	.102	1.847
	authority behavior	-.080	.048	-.082	-1.656
F=13.169***, $R^2=.150$					

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

**3.3 지도행동유형이 운동몰입에 미치는 영향**

운동의 지도행동유형과 운동몰입에 대한 다중회귀분석을 실시한 결과는 Table 6과 같이, 운동몰입의 인지몰입은 지도행동유형의 긍정적 피드백( $\beta=.281$ ), 훈련과 지도( $\beta=.242$ )의 순으로 정적인 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 회귀식의 설명력은 15.4%( $R^2=.154$ )로 나타났고,  $F$ 값은 13.620( $p<.001$ )으로 통계적으로 유의한 것으로 나타났다.

행위몰입은 지도행동유형의 훈련과 지도( $\beta=.266$ ), 긍정적 피드백( $\beta=.181$ ), 사회적 지지( $\beta=.133$ )의 순으로 정적인 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 회귀식의 설명력은 16.0%( $R^2=.160$ )로 나타났고,  $F$ 값은 14.224( $p<.001$ )로 통계적으로 유의한 것으로 나타났다.

**Table 6.** Regression results for exercise flow of leadership style

variables		B	SE	$\beta$	$t$
cognition flow	constant	1.189	.350		3.398**
	training and instruction behavior	.356	.083	.242	4.317***
	democratic behavior	-.108	.072	-.084	-1.505
	positive feedback	.275	.049	.281	5.571***
	social support	.078	.072	.059	1.078
	authority behavior	-.045	.046	-.049	-.984
F=13.620***, $R^2=.154$					
behavior flow	constant	2.130	.265		8.025***
	training and instruction behavior	.298	.063	.266	4.751***
	democratic behavior	-.034	.055	-.034	-.616
	positive feedback	.135	.037	.181	3.609***
	social support	.132	.055	.133	2.413*
	authority behavior	-.022	.035	-.031	-.631
F=14.225***, $R^2=.160$					

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

**4. 논의**

본 연구는 운동선수들의 지도행동유형과 선수만족 및 운동몰입의 관계를 규명하여 운동선수들에게 효율적으로 지도하고 운동참여에 대한 기회의 확대와 활성화를 통하여 경기력 향상을 위한 기초자료를 제공하는데 목적이 있으며, 본 연구의 결과에 대한 논의는 다음과 같다.

첫째, 운동선수의 지도행동유형과 선수만족 및 운동몰입에 대한 상호관련성의 결과는 훈련과 지도, 긍정적 피드백, 사회적지지는 선수만족의 사회적 상호작용, 과제수행, 코치의 지도성에서, 민주적 행동은 사회적 상호작용, 과제수행에서, 권위적 행동은 사회적 상호작용에서 정적(+인 상관관계가 나타났다. 훈련과 지도, 민주적 행동, 긍정적 피드백, 사회적지지는 운동몰입에서 정적(+인 상관관계가 나타났고, 권위적 행동에서는 상관관계가 나타나지 않았다. 선수만족의 사회적 상호작용, 과제수행, 코치의 지도성은 운동몰입에서 정적(+인 상관관계가 나타났다. 이러한 결과는 장은영[25]의 지도자 리더십 유형과 선수만족과의 상관관계를 살펴본 결과 본 연구와 일치하는 것으로 나타나 본 연구를 뒷받침 해주고 있다.

훈련과 지도행동 유형의 지도자는 선수들에게 기술, 전술, 전략 등을 지도하며, 팀을 위하여 선수들의 활동을 조율하며, 지도자의 이러한 행동은 선수들에게 자신감을 향상시켜 준다. 특히 남자 선수들이 선호한 것으로 나타났다[26]. 한편, 본 연구에서 권위적인 행동에서는 운동

몰입에 부정적인 관계로 나타난 것을 알 수 있다. 비록 경기력과 수행력의 측정을 통해 효과성에 대한 검증은 이루어지지 않았지만, 관계분석을 통해 지도자 유형 인식과 선수만족, 운동몰입의 관계에 대해서 확인하였다. 이러한 결과는 지도자 리더십과 선수만족 및 운동몰입의 관련성을 지지하며, 선수만족과 운동몰입에 도움을 주는 지도자의 지도행동 관점에서 유용하게 활용될 수 있을 것으로 사료된다.

둘째, 운동선수의 지도행동유형과 선수만족에 대한 결과는 선수만족의 사회적 상호작용은 지도행동유형의 훈련과 지도, 사회적 지지에서, 과제 수행은 훈련과 지도에서, 코치의 지도성은 훈련과 지도, 긍정적피드백에서 정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 장은영[25]의 지도자 리더십 유형이 지도자 행동만족에 미치는 영향을 분석한 결과 사회적지지 행동이 선수만족에 정적이 영향을 미치는 것으로 나타나 부분적으로 본 연구와 일치하는 것으로 나타났다. 또한, 코치의 리더십 유형이 선수만족에 긍정적인 영향을 미치게 된다는 사실을 밝히고 있으며[27],[12], 최수연[28]은 지도자의 권위적 행동은 선수만족이나 자신감에 부정적인 영향을 미친다고 보고하여, 본 연구와 일치하는 것으로 나타나 본 연구를 뒷받침 해주고 있다. 지도자가 선수를 배려하지 않고 독단적으로 의사결정을 하거나 권위의식만을 강조하는 행동은 선수만족을 감소시킬 뿐만 아니라 결과적으로 선수들의 사기를 저하시켜 수행능력의 하락을 초래할 수도 있다고 판단된다.

한편 Chelladurai & Carron[8]은 선수의 개인적 특성과 코치가 발휘하는 실제적인 지도행동의 일치 정도는 코치와 선수가 조화롭게 되는 정도를 의미하는 것으로 써, 선수와 코치의 대인적 욕구가 서로 간에 일치된다면 높은 만족과 훌륭한 운동수행을 보인다고 주장하였다. 즉 운동지도자가 선수들의 개개인을 배려해 주고, 선수들의 기량향상을 위해 기술, 훈련방법 및 목표를 구체적으로 해결하려고 노력할 때 선수들의 만족도가 높아질 것이라 사료된다.

셋째, 운동의 지도행동유형이 운동몰입에 대한 결과는 인지몰입은 훈련과 지도, 긍정적 피드백에서, 행위몰입은 훈련과 지도, 긍정적 피드백, 사회적지지에서 정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 리더십유형이 운동몰입에 영향을 미친다고 보고한 선행연구[29]와 같은 결과를 보이고 있다.

한편, 조호철[18]은 태권도 선수들의 인지몰입에는 지도자의 리더십 유형 변인 중 민주적 행동 리더십 유형은 정적 영향을, 권위적 행동 리더십 유형은 부정적 영향을 미쳤다고 보고하고 있으며, 이러한 결과를 통해 태권도 지도자들이 민주적 행동 리더십을 많이 발휘할수록 선수들의 인지 몰입은 높아지는 반면, 권위적 행동 리더십을 많이 발휘할수록 선수들의 인지 몰입은 낮아지는 부정적 영향을 미쳤다고 예측하였다. 윤영수[30]는 변혁적 리더십 요인에 따른 운동몰입의 차이를 분석한 결과 인지몰입, 행위몰입에 통계적으로 유의한 차이가 있는 것으로 나타났음을 보고하였다. 이러한 결과는 지도자행동유형은 운동선수나 팀에 동기부여의 수단이기 때문에 지도자의 지도방법에 따라 운동몰입이 될 수 있으며 이는 과정뿐만 아니라 운동 경기력에서도 중요한 부분으로 작용한다고 생각된다. 운동선수의 참여동기와 운동만족도는 선수들이 운동에 얼마나 노력하고 지속하느냐를 결정하며 운동몰입에도 긍정적인 영향을 미친다고 볼 수 있다.

이러한 운동몰입은 선수의 태도와 행동의지의 결함으로서 선수 자신의 목표와 가치를 굳게 믿고 받아들이는 신념의 강도, 최선의 노력을 하고자 하는 의지, 선수의 운동 활동에 있어서 성공적으로 수행하고자 하는 지속적인 활동을 의미한다[31]. 이러한 지도자의 행동유형은 선수에게 동기부여의 수단으로 작용되며 경기력에도 영향을 미칠 것으로 판단된다. 또한, 지도자들은 선수들과 훈련 및 연습방법을 공유하고, 적극적으로 훈련에 임할 수 있도록 유도하여 운동몰입을 높일 수 있도록 적극 노력해야 할 것으로 사료된다.

따라서 운동지도자들은 선수들 개개인의 성향을 면밀하게 파악하여 성공이 가능한 확실한 목표를 제시하고, 운동을 수행할 수 있도록 도와주어야 하며, 이와 함께 선수들에게 민주적인 지도자가 될 수 있도록 운동지도자들은 스스로의 많은 노력을 해야 할 것이다. 지도자들은 권위적 유형의 지도자보다 민주적 유형의 지도자를 접목시키거나 변화한다면 선수들의 운동수행만족과 운동에 몰입하여 선수들이 운동경기에 임하게 된다면 선수들이 좋은 운동기술수행을 통하여 경기력의 효과가 있을 것이다.

## 5. 결론

본 연구는 운동선수의 지도행동유형이 선수만족 및 운동몰입과의 관계를 규명하는데 목적이 있으며, 선행연구

구를 기초로 하여 실시한 연구결과는 다음과 같다.

첫째, 운동선수의 지도행동유형과 선수만족 및 운동몰입의 상호관련성의 결과는 정적(+)인 상관관계가 나타났으며, 지도행동유형의 권위적 행동에서는 운동몰입에 상관관계가 나타나지 않았다.

둘째, 운동선수의 지도행동유형이 선수만족에 대한 결과는 사회적 상호작용은 훈련과 지도, 사회적 지지에서, 과제 수행은 훈련과 지도에서, 코치의 지도성은 훈련과 지도, 긍정적피드백에서 정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다.

셋째, 운동선수의 지도행동유형이 운동몰입에 대한 결과는 인지몰입은 훈련과 지도, 긍정적 피드백에서, 행위몰입은 훈련과 지도, 긍정적 피드백, 사회적 지지에서 정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다.

따라서, 본 연구결론에 비추어 운동지도자들이 선수들을 지도하는데 있어서 중요한 기초 자료 및 필요한 정보로써 활용되기를 기대하고 연구를 수행하는 과정에서 후속연구에 대한 방향을 제안하고자 한다. 첫째, 운동지도자의 리더십유형을 측정하는데 설문지가 가지는 한계점이 있기 때문에 질적 연구방법 중 사례연구를 활용하여 운동선수가 스스로 지각한 것과 함께 면담이나 관찰을 통한 연구방법도 고려되어야 할 것이다. 둘째, 리더십유형의 각각의 요인들이 선수만족과 운동몰입에 어떠한 관계가 있는지를 규명하여 선수만족과 운동몰입을 높이는 리더십유형을 파악할 수 있는 연구가 필요하다. 셋째, 본 연구를 토대로 선수들의 경기력 및 지도효율성에 관련된 연구가 활발히 이루어져야 할 것이다.

## References

- [1] M. J. Seo, "The Effect of Authentic Leadership and Charismatic Leadership of Fencing Coaches on the Performance and Life Satisfaction of Fencing Players," Unpublished Physical Education of Graduate School, Daegu University, 2014.
- [2] B. J. Kim, "Exercise Psychology," Seoul: Rainbow Books, 2006.
- [3] H. J. An, "The Correlation Between the Type of Fencing Coach's Leadership and the Fencing Player's Enjoyment," Unpublished Sport and Leisure Studies of Graduate School, Korea National University, 2010.
- [4] R. J. House, "A path-goal theory of leader effectiveness," *Administrative Science Quarterly*, 16, pp. 321-338, 1971.  
DOI: <https://doi.org/10.2307/2391905>
- [5] P. Chelladurai, "A contingency model of leadership in athletics," Unpublished doctoral dissertation, Department of Management Sciences. University of Waterloo. Canada, 1978.
- [6] D. H. Kim, "Effects of Hockey Coach's Coaching Behavior Types on Player's Exercise Flow and Satisfaction." Unpublished Physical Education of Graduate School, Mokpo University, 2014.
- [7] S. H. Seol, "The Effect of Golf Coach's Leadership Style on Athlete's Satisfaction and Training Flow," Unpublished Sport & Leisure of Graduate School, Yonsei University, 2011.
- [8] P. Chelladurai, & A. V. Carron, "Athletic maturity and preferred leadership," *Journal of Sport Psychology*, 5, pp. 371-380, 1983.  
DOI: <https://doi.org/10.1123/jsp.5.4.371>
- [9] Y. M. Kim, "Relations Between Leadership Styles of Badminton Instructors, and Players' Satisfaction and Training Flow," Unpublished Physical Education of Graduate School, Kangwon National University, 2001.
- [10] C. S. Ha, B. G. Kim, & J. H. Lee, "The Relationship among Athlete Satisfaction, Training the Flow and Play Performance by Leadership Type of Judo Leaders," *The Korea Journal of Sports Science*, Vol. 18, No. 1, pp. 43-53. 2009.
- [11] E. S. Schilesman, "Relationship between the congruence of preferred and actual leader behavior and subordinate with leadership," *Journal of Sport Behavior*, 10, pp. 157-166, 1987.
- [12] K. Westre, & M. Weiss, "The relationship between perceived coaching behaviors and group cohesion in high school football teams," *The Sport Psychologist*, 5(1), pp. 41-54, 1991.  
DOI: <https://doi.org/10.1123/tsp.5.1.41>
- [13] R. S. Weinberg, & D. Gould, "Foundations of sport and exercise psychology," Champaign, IL: Human Kinetics, 1995.
- [14] B. A. Choi, "The effect of leadership type in competitive value by golf coach on satisfaction of athletic ability and athlete's life," Unpublished Physical Education of Graduate School, Kyunghee University, 2007.
- [15] S. I. Kim, E. T. Oh, "Relationship among Achievement Goal Orientation, Vitality and Exercise Flow of Taekwondo Players," *The Korean Journal of Physical Education*, 52(1), pp. 291-302, 2013.
- [16] T. K. Scanlan, P. Carpenter, G. W. Schmidt, & J. P. Simons, "The spot commitment model: Measurement development for the youth-sport domain," *Journal of sport & exercise Psychology*, 15, pp. 16-38, 1993.
- [17] S. H. Lim, S. K. Ko, and J. S. Lee, "The Effect of Perfectionism on Sport Commitment and Burnout of Badminton Club Members," *Journal of Sport and Leisure Studies*, Vol. 43, No. 2, pp. 973-984, 2011,
- [18] H. C. Cho, "An Influence of the Leadership Type of Taekwondo Leaders on Stress and Exercise Commitment," Unpublished Physical Education of Graduate School of Education, Yongin University, 2013.
- [19] P. Chelladurai, & S. D. Saleh, "Preferred leadership in



- sports," *Canadian Journal of Applied Sport Sciences*, 3, pp. 85-92, 1978.
- [20] H. S. Je, "Pattern An alysis of Leadership Behavior in High School Judo Leaders," Unpublished Physical Education of Graduate School of Edercation, Yongin University, 2000.
- [21] P. Chelladurai, "Discrepancy between preferences and perceptions of leadership behavior and satisfaction of athletics in varying sport," *Journal of Sport Psychology*, 6, pp. 27-41, 1984.  
DOI: <https://doi.org/10.1123/jsp.6.1.27>
- [22] W. N. Widmeyer, & J. M. Williams, "Predicting cohesion in coaching teams," *Small Group Research*, 22, pp. 548-557, 1991.  
DOI: <https://doi.org/10.1177/1046496491224007>
- [23] T. K. Scanlan, "Social psychological aspects of competition for male youth sports participations: IV. Predictors of enjoyment," *Journal of Sport Psychology*, 8(1), pp. 25-35, 1993.
- [24] Y. K. Jong, "(The)influence of sport participation motivation, arousal seeking and affects of sport commitment," Unpublished Physical Education of Graduate School, Pusan University, 1997.
- [25] E. Y. Jang, "A relation between player satisfaction and athletic performance by type of judo coach's leadership," Unpublished Physical Education of Graduate School of Edercation, Kyungnam University, 2014.
- [26] S. W. Jung, N. S. Pyo, "A Study on the Relationship between the Leadership Types of Gymnastic Coaches the Self-confidence of Gymnastic Athletes," *Korean Journal of Sport Psychology*, Vol. 20, No. 2, pp. 99-111, 2009.
- [27] T. Horne, & A. Carron, "Compatibility in coach athlete relationships," *Journal of Sport Psychology*, 7, pp. 137-149, 1985.  
DOI: <https://doi.org/10.1123/jsp.7.2.137>
- [28] S. Y. Choi, "The effects of leadership styles in kumdo instructors on athlete's satisfaction and performance," Unpublished Physical Education of Graduate School of Education, Kookmin University, 2008.
- [29] K. H. Ahn, "The Relationship Between Sport Commitment and Athletic Satisfaction according to Leadership Style in Winter Sports," Unpublished Physical Education of Graduate School, Sejong University, 2007.
- [30] Y. S. Yun, "The Effect of a Bowling Leader's Leadership Type on High School Bowling Athlete's Immersion in Sport and Recognition on Athletic Performance," Unpublished Physical Education of Graduate School, Kookmin University, 2013.
- [31] R. N. Kanungo, "Measurement of job and work involvement," *Journal of Applied Psychology*, 67(3), 341-319, 1982.  
DOI: <https://doi.org/10.1037/0021-9010.67.3.341>

이 건 철(Gun-Chur Lee)

[정회원]



- 1989년 8월 : 원광대학교 대학원 체육학과 (체육학석사)
- 1999년 2월 : 원광대학교 대학원 체육학과 (이학박사)
- 1998년 3월 ~ 2012년 2월 : 한서대학교 겸임교수
- 2012년 3월 ~ 현재 : 원광대학교 체육교육과 교수

<관심분야>

예술/체육 교과교육, 스포츠심리학