

생활체육 참여 노인이 인식하는 지도자의 이미지와 참여동기의 관계

A Study on Relationship Between Instructor's Image Perceived by Elderly Participating in Life Sports and Participation Motive

손지영

용인대학교 스포츠레저학과

Ji-Young Son(sonjiyoung555@hanmail.net)

요약

본 연구는 지도자의 이미지와 참여동기의 관계를 알아보기 위하여 서울, 경기, 인천 지역 스포츠센터 6곳의 만 65세 이상의 노인 293명을 대상으로 연구하였으며, 다음과 같은 결론을 도출하였다. 첫째, 인구통계학적 특성에 따른 지도자의 이미지에서 성별은 지도자의 자질과 유의한 차이를 나타냈고, 연령은 지도자의 자질과 학습지도 이미지, 생활 이미지와 유의한 차이를 나타냈다. 참여종목은 지도자 이미지의 모든 하위요인과 유의한 차이를 나타냈다. 둘째, 인구통계학적 특성에 따른 참여동기에서 성별은 내적동기와 유의한 차이를 나타냈고, 연령과 참여종목은 참여동기의 모든 하위요인과 유의한 차이를 나타냈다. 셋째, 지도자 이미지는 내적동기와 외적동기에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다, 내적동기에서는 학습지도 이미지와 인간관계 이미지가 유의한 차이를 나타냈고, 외적동기는 지도자의 자질과 생활 이미지, 인간관계 이미지와 유의한 차이를 나타냈다. 따라서 본 연구의 결과, 지도자의 이미지는 노인들의 생활체육 참여 동기를 높여주는 중요한 변수임을 확인하였다.

■ 중심어 : | 생활체육 참여노인 | 지도자 이미지 | 참여동기 |

Abstract

To identify the relationship between instructor's image and participation motive, this study conducted a research on 293 elderlies over 65 at 6 sports centers located in Seoul, Gyeonggi, and Incheon regions. The research results were as follows. First, in the image of instructor based on demographic characteristic, gender showed significant difference with instructor's talent while gender showed significant difference with instructor's talent, instructing image, and living image. Also, the sports type had significant difference with all subfactors of instructor image. Secondly, in the participation motive based on the demographic characteristic, gender showed significant difference with internal motive while age and sports type demonstrated significant difference with all subfactors of participation motive. third, the instructor image had significant influence on both internal and external motive. While instructing image and human relationship image had significant difference in internal motive, the external motive showed significant difference with instructor talent, living image, and human relationship image. thus, the research result showed that instructor's image is a significant variable which enhances elderly's motive for participating in life sports.

■ keyword : | Elderly Participating in Life Sports | Instructor Image | Participation Motive |

I. 서론

1. 연구의 필요성 및 목적

지속적인 의료기술의 발전과 웰빙의 시대로 접어들면서 노인들의 평균 수명이 늘어나고 있다. 통계청에 의하면 2019년 현재 국내 65세 이상 노인의 인구는 전체인구 중 14.8%를 차지하고 있다고 하였다[1]. 노인의 인구가 20%를 넘게 되면 초고령사회라고 하는데 우리나라는 2026년 초고령 사회가 될 것이라고 예상하고 있어[2] 노인과 관련된 다양한 문제들이 대두 되고 있다. 특히 노년기에 자주 나타나는 우울감이나 외로움 같은 부정적인 감정들은 노인들의 삶의 질을 저하시키는 결정적인 요인으로 작용하고 있으며, 심할 경우에는 자살로 까지 이어져 현대사회에 큰 문제가 되고 있는 실정이다. 이러한 노인들의 부정적인 감정들을 감소시키기 위하여 여러가지 정책과 방안들이 제시되고 있다. 그 중에서도 노인들의 신체적, 정신적, 환경적 건강을 위하여 생활체육 참여의 중요성을 강조하고 있는데 [3-5], 최유호와 권천달[6]은 1990년대부터 노인의 생활체육 활동과 관련된 다양한 연구가 꾸준히 이루어져 왔다고 하였다. 이은창[7]에 따르면 노년기 삶의 질에 가장 많은 영향을 미치는 요인으로 우선적으로 접근해야 할 것은 위에서 언급한 통합적 건강과 관련된 부분이라고 하여 노인들의 생활체육 참여의 중요성을 언급한 바 있다. 위의 선행연구를 토대로 노인들이 경험하고 있는 여러가지 건강의 변화들은 생활체육의 참여를 통해 건강을 증진하여 결과론적으로 삶의 질을 높여준다는 것을 알 수 있다[8].

한편, 이혁과 박문환, 한민규[9]는 생활체육 지도자들의 능력을 함양시키고자 연구를 진행하였다. 생활체육 지도자는 체육전문인력으로서[10] 지역주민들의 건전한 삶을 위하여 노력해야하며[11], 특히 신체적 능력이 떨어지는 노인체육 전문 지도자들은 노인들이 제2의 인생을 즐겁게 영위할 수 있게 하기 위하여 그 역할이 매우 중요하다[12]. 이러한 맥락에서 지도자들의 역할은 교육기관의 외적인 노력도 중요하지만 지도자 스스로 자신의 직업에 어떠한 이미지를 갖느냐 하는 것이 많은 의미가 있을 것이다[13]. 이미지는 여러학자들에 의해서 다양하게 정의 되어왔는데 인간의 신념, 인식

등의 결합으로써 뇌에 전달하는 표상과 개념, 심상 등이 경험에 의해 지각하고 형상화하는 것이라고 하였다 [14-16]. 스포츠 활동 자체가 많은 신체접촉과 시범을 통해 지도자의 전문성을 노출 하게 된다. 이러한 부분들이 참여자에게 독특한 이미지로 각인되게 하기 때문에 [17] 올바른 지도자의 이미지 확립은 무엇보다 중요하다 할 수 있으며, Macchiette과 Roy[18]는 개인의 사회 인구학적 배경이나 그 밖의 개인차에 의해 주관적으로 인지되는 경향이 있다고 하여 지도자 이미지의 중요성을 강조하였다.

생활체육 참여자가 인식하는 지도자의 이미지가 생활체육 참여를 지속시키는 다양한 변인들에 유의한 영향을 미친다는 선행연구들이 있다. 태권도 수련생을 대상으로 연구한 김동희[19]는 지도자의 이미지가 참여동기에 미치는 영향에 대하여 주목하였다. 참여동기란, '노력의 방향과 강도'[20]로 가장 많이 정의 되어 왔다. 즉, 동기는 행동이 이루어질 방향성과 이에 대한 지속을 예측할 수 있는 강도로 대변된다고 할 수 있다. 지도자의 이미지와 참여동기는 상호 유의미한 관계 파악이 가능하다. 김영갑과 김동석[21]은 지도자의 이미지가 참여자에게 재미를 높여 간접적으로 참여 동기를 높인다고 하였고, 요가 수련자들을 대상으로 연구한 송수정 [22]은 지도자의 긍정적인 이미지가 요가 수련의 만족도와 신뢰도를 높여 참여를 지속하게하고 참여동기를 높인다고 보고하였다. 에어로빅 참여자를 대상으로 연구한 정계문[23]의 연구 결과도 지도자의 이미지는 참여지속의도와 긍정적인 상관관계가 있으며, 지도자의 자질은 참여동기를 설명할 수 있는 주요 변수라고 하였다.

상기 선행연구들의 결과를 살펴보면 지도자의 이미지는 참여동기와 밀접한 관계가 있을 것으로 생각된다. 하지만 특정 종목 이외에 종합 스포츠센터 지도자들의 이미지에 관련한 연구는 많이 미흡한 실정이며, 고령화 사회의 중요성이 강조되고 있음에도 불구하고 노년층을 향한 운동프로그램의 개발이나 학술적인 연구들은 체계적이지 못한 상황이다[38]. 또한 국민체육진흥공단에 따르면[39], 노인체육이 활성화되지 못한 이유 중에 하나로 노인전문체육지도자의 자질이라고 지적하고 있어 지도자의 양적 증가도 중요하지만 노인들의 특성에 적합한 자질을 갖춘 전문 지도자의 배출이 요구된다.

따라서 본 연구는 생활체육 참여도를 높여야 하는 노인들을 대상으로 지도자의 이미지와 참여동기의 관계를 규명하여 노인들의 즐거운 생활체육 활동을 위한 지도자의 역량과 새로운 코칭 방법의 개발로 건강한 삶을 영위할 수 있도록 기초적인 자료를 제공하는데 필요성이 있으며, 생활체육 참여 노인이 인식하는 지도자의 이미지와 참여동기간의 인과관계를 검증하고, 인구통계학적 특성에 따른 지도자의 이미지와 참여동기의 차이를 확인하는데 본 연구의 목적이 있다.

2. 연구가설

- 본 연구의 목적을 위한 가설은 다음과 같다.
- 첫째, 인구통계학적 특성에 따른 지도자 이미지는 차이가 있을 것이다.
- 둘째, 인구통계학적 특성에 따른 참여동기는 차이가 있을 것이다.
- 셋째, 지도자 이미지는 참여동기에 유의한 영향을 미칠 것이다.

II. 연구 방법

1. 조사대상

본 연구의 대상은 서울, 경기, 인천 지역의 스포츠센터 6곳 중 걷기운동, 헬스, 수영에 참여하고 있는 만 65세 이상에 해당하는 노인들을 대상으로 연구자 본인과 전문 지도자 8명이 2018년 12월~ 2019년 1월까지 비확률표본추출법을 사용하여 조사하였다. 총 300명을 대상으로 통계 처리시 극단값을 보이거나 불성실한 응답지 7부를 제외하고 총 293부를 사용하였다.

2. 조사도구

본 연구의 지도자 이미지 척도는 선행연구에서 조희숙[24]과 한도희[25]가 사용한 척도를 본 연구에 맞게 수정, 보완 하여 사용하였다. 설문지의 하위요인으로는 지도자의 자질, 학습지도 이미지, 생활 이미지, 인간관계 이미지 등 4개의 하위요인으로 구성되어 있으며, 5점 리커트 척도로 측정하였다. 참여동기의 척도는 Vallerand 외[26]가 개발하고 정용각[27]이 사용한 스

포츠 참여동기의 척도를 참고하여 본 연구에 맞게 수정, 보완 하여 사용하였다. 설문지의 하위요인으로는 내적동기와 외적동기 등 2개의 하위요인으로 구성 되어 있으며, 5점 리커트 척도로 측정하였다. 5점 리커트 척도는 1번 “전혀 그렇지 않다”에서 5번 “매우 그렇다”까지로 구성되어 있으며, 점수가 높을수록 지도자 이미지와 참여동기의 수준이 높은 것으로 확인 하였다.

3. 자료처리

본 연구는 지도자 이미지와 참여동기의 관계를 분석하기 위하여 Window SpSS 25.0 Version을 사용하였다. 조사도구의 타당도와 신뢰도를 분석하기 위하여 탐색적 요인분석과 Cronbach's a계수를 구하였다. 인구통계학적 특성에 따른 지도자 이미지와 참여동기의 차이를 분석하기 위하여 일원변량분석(One-way ANOVA)과 사후검증을 실시하였고, 지도자 이미지가 참여동기에 미치는 영향을 분석하기 위하여 상관관계분석과 다중회귀분석을 실시하였다. 모든 통계적 유의수준은 $p < .05$ 로 설정하였다.

4. 조사대상자의 특성

본 연구 대상자의 일반적 특성은 [표 1]과 같다. 성별은 남자가 50.9%, 여자가 49.1%로 나타났고, 연령은 65세 이상-75세 미만 38.2%, 75세 이상-85세 미만 37.5%, 85세 이상이 24.3%로 나타났다. 참여종목은 수영이 24.6%, 헬스가 35.8%, 걷기가 39.6%로 나타났다.

표 1. 조사대상자의 인구학적 특성 (n=293)

	구분		사례수(명)	백분률(%)
	구분	사례수(명)		
성별	남자		149	50.9
	여자		144	49.1
연령	65세 이상-75세 미만		112	38.2
	75세 이상-85세 미만		110	37.5
	85세 이상		71	24.3
참여종목	걷기		116	39.6
	헬스		105	35.8
	수영		72	24.6
계			293	100

5. 설문지의 타당도 및 신뢰도

5.1 지도자 이미지의 타당도 및 신뢰도

표 2. 지도자 이미지의 타당도

문항	1요인		2요인		3요인		4요인		공통 분산
	자질	학습 지도	생활	인간 관계	인간 관계	인간 관계	인간 관계		
성실하다	.779	.047	.096	.101	.629				
사명감이 높다	.713	.188	.150	.025	.566				
매척이 강하다	.712	.182	.172	.044	.572				
자신감이 있다	.682	.272	.013	.008	.540				
책임감이 있다	.649	.070	.126	.090	.450				
실기적자질이 높다	.631	.085	.005	.239	.463				
이론적자질이 높다	.618	.369	.127	.065	.538				
지적수준이 높다	.515	.476	.249	.003	.553				
감습생울우선지도한다	.045	.826	.034	.212	.730				
감습생에게안정감이 있다	.208	.775	.154	.160	.693				
도움이되는의견을 말해 준다	.252	.696	.192	.084	.592				
문제를잘파악한다	.384	.576	.300	.150	.591				
친절하다	.215	.262	.804	.005	.762				
청결하고단정하다	.112	.053	.802	.067	.662				
봉사정신이강하다	.033	.172	.734	.122	.585				
건강하다	.188	.401	.619	.229	.631				
우호적관계를유지한다	.043	.136	.072	.869	.781				
효의적이다	.117	.459	.045	.670	.676				
공손하게대한다	.197	.069	.410	.638	.619				
고유치	3.958	3.113	2.694	1.867					
분산(%)	20.832	16.383	14.178	9.824					
누적(%)	20.832	37.216	51.394	61.218					

Kaiser-Meyer-Olkin의 표본적합성 특성 = .892
Bartlett의 구형검정 = 2318.350, df = 171, sig = .000

지도자 이미지의 타당도 분석 결과는 [표 2]와 같다. 예비조사 결과, 24문항 중에서 .500 이하의 낮은 수치를 나타낸 5문항을 제외하고 총 19문항을 사용하였다. 수치를 살펴보면 지도자의 자질은 .515-.779로 나타났고, 학습지도 이미지가 .576-.826, 생활 이미지 .619-.804, 인간관계 이미지가 .638-.869로 나타났다. 지도자 이미지의 신뢰도 계수는 지도자의 자질이 .854, 학습지도 이미지 .818, 생활 이미지 .850, 인간관계 이미지가 .864로 나타났다.

5.2 참여동기의 타당도 및 신뢰도

참여동기의 타당도 분석 결과는 [표 3]과 같다. 예비조사 결과, 12문항 중에서 .500 이하의 낮은 수치를 나타낸 1문항을 제외하고 총 11문항을 사용하였다. 하위요인별 수치를 살펴보면 내적동기가 .590-.855로 나타났고, 외적동기가 .620-.846으로 나타났다. 참여동기의 신뢰도 계수는 내적동기가 .876, 외적동기가 .898로 나타났다.

표 3. 참여동기의 타당도

문항	1요인		2요인		공통 분산
	내적동기	외적동기	외적동기	외적동기	
새로운활동을배울수있는재미	.855	.220	.779		
기술이발달되는느낌	.851	.232	.777		
매사에자신감이생김	.850	.228	.774		
어려운기술을익히가는재미	.842	.229	.762		
다른사람들과사회의사고	.816	.139	.686		
어려운기술을해냈을때성취감	.590	.444	.545		
실력이좋은면인정받을수있기때문에	.090	.846	.723		
운동이늘어가는과정에서느끼는만족감	.217	.728	.577		
운동을통해일상생활에다른도움을느낌	.309	.707	.595		
멋진몸매를만들고싶기때문에	.143	.620	.405		
타인에게자랑하고싶어서	.327	.754	.584		
고유치	4.349	2.860			
분산(%)	39.533	25.999			
누적(%)	39.533	65.532			

Kaiser-Meyer-Olkin의 표본적합성 특성 = .888
Bartlett의 구형검정 = 1949.848, df = 55, sig = .000

III. 연구 결과

1. 인구통계학적 특성에 따른 지도자 이미지 차이

1.1 성별에 따른 지도자 이미지의 차이

성별에 따른 지도자 이미지의 차이는 [표 4]와 같다.

표 4. 성별에 따른 지도자 이미지의 차이

변인	구분	사례수	평균	표준 편차	t값
자질	남자	149	3.44	.653	14.193***
	여자	144	3.63	.453	
학습 지도	남자	149	2.82	.746	.977
	여자	144	2.95	.667	
생활	남자	149	3.44	.522	.781
	여자	144	3.16	.472	
인간 관계	남자	149	3.25	.743	2.088
	여자	144	3.18	.630	

***: p<.001

지도자의 자질에서 유의한 차이(p<.001)를 나타냈고 나머지 하위요인은 유의한 차이를 나타내지 않았다. 평균값을 살펴보면 지도자의 자질과 학습지도 이미지는 남자보다 여자가 높은 평균값(평균=3.63, 평균=2.95)을 나타냈고 생활 이미지와 인간관계 이미지는 여자보다 남자가 높은 평균값(평균=3.44, 평균=3.25)을 나타냈다.

1.2 연령에 따른 지도자 이미지의 차이

연령에 따른 지도자 이미지의 차이는 [표 5]와 같다. 지도자의 자질과 학습지도 이미지, 생활 이미지에서 유의한 차이($p < .01$, $p < .001$)를 나타냈고, 인간관계 이미지는 유의한 차이를 나타내지 않았다. 평균값을 살펴보면 지도자의 자질과 학습지도 이미지, 인간관계 이미지는 85세 이상의 집단이 가장 높은 평균값(평균=3.83, 평균=3.09, 평균=3.31)을 나타냈으며, 생활 이미지는 75세 이상-85세 미만의 집단이 가장 높은 평균값(평균=3.45)을 나타냈다. 사후검증 결과, 지도자의 자질에서 A집단과 B집단, C집단과 B집단이 유의한 관계를 나타냈고, 학습지도 이미지에서 C집단과 B집단이 유의한 관계를 나타냈다. 생활 이미지에서는 B집단과 C집단이 유의한 관계를 나타냈다.

표 5. 연령에 따른 지도자 이미지의 차이

변인	구분	사례수	평균	표준 편차	t값	사후 검증
자질	65-74	112	3.69	.485	46.149***	A)B C)B
	75-84	110	3.18	.569		
	85이상	71	3.83	.390		
학습 지도	65-74	112	2.88	.780	4.767**	C)B
	75-84	110	2.76	.669		
	85이상	71	3.09	.609		
생활	65-74	112	3.29	.482	9.996***	B)C
	75-84	110	3.45	.508		
	85이상	71	3.11	.518		
인간 관계	65-74	112	3.24	.657	1.498	
	75-84	110	3.14	.650		
	85이상	71	3.31	.787		

A=65-74, B=75-84, C=85세이상
: $p < .01$, *: $p < .001$

1.3 참여종목에 따른 지도자 이미지의 차이

참여종목에 따른 지도자 이미지의 차이는 [표 6]과 같다. 참여종목은 지도자 이미지의 모든 하위요인에 유의한 차이($p < .05$, $p < .01$)를 나타냈다. 평균값을 살펴보면 모든 하위 요인은 걷기 운동 집단이 가장 높은 평균값(평균=3.62, 평균=2.99, 평균=3.38, 평균=3.38)을 나타냈다.

표 6. 참여종목에 따른 지도자 이미지의 차이

변인	구분	사례수	평균	표준 편차	t값	사후 검증
자질	걷기	116	3.62	.601	5.276**	B)C A)C
	헬스	105	3.56	.510		
	수영	72	3.35	.569		
학습 지도	걷기	116	2.99	.761	3.977*	A)C
	헬스	105	2.90	.601		
	수영	72	2.69	.742		
생활	걷기	116	3.38	.506	3.501*	
	헬스	105	3.20	.512		
	수영	72	3.34	.519		
인간 관계	걷기	116	3.38	.721	7.325**	A)C
	헬스	105	3.20	.603		
	수영	72	3.00	.696		

A=걷기, B=헬스, C=수영
*: $p < .05$, **: $p < .01$

사후검증 결과, 지도자의 자질은 B집단과 C집단, A집단과 C집단이 유의한 관계를 나타냈고, 학습지도 이미지에서는 A집단과 C집단, 인간관계 이미지에서 A집단과 C집단이 유의한 관계를 나타냈다.

2. 인구통계학적 특성에 따른 참여동기의 차이

2.1 성별에 따른 참여동기의 차이

성별에 따른 참여동기의 차이는 [표 7]과 같다.

표 7. 성별에 따른 참여동기의 차이

변인	구분	사례수	평균	표준 편차	t값
내적 동기	남자	149	3.30	.671	6.648*
	여자	144	3.10	.567	
외적 동기	남자	149	3.62	.742	.009
	여자	144	3.57	.724	

*: $p < .05$

성별은 내적동기와 유의한 차이($p < .05$)를 나타냈고, 외적동기와는 유의한 차이를 나타내지 않았다. 평균값을 살펴보면 모든 하위요인은 여자보다 남자가 높은 평균값(평균=3.30, 평균=3.62)을 나타냈다.

2.2 연령에 따른 참여동기의 차이

연령에 따른 참여동기의 차이는 [표 8]과 같다.

표 8. 연령에 따른 참여동기의 차이

변인	구분	사례수	평균	표준 편차	t값	사후 검증
내적 동기	65-74	112	3.15	.670	4.683**	C)A C)B
	75-84	110	3.13	.567		
	85이상	71	3.40	.623		
외적 동기	65-74	112	3.72	.734	10.269 ***	A)B C)B
	75-84	110	3.36	.651		
	85이상	71	3.78	.758		

A=65-74, B=75-84, C=85세이상
: $p<.01$, *: $p<.001$

연령은 참여동기의 모든 하위요인에 유의한 차이 ($p<.01$, $p<.001$)를 나타냈으며, 평균값을 살펴보면 85세 이상의 집단이 가장 높은 평균값(평균=3.40, 평균=3.78)을 나타냈다. 사후검증 결과, 내적동기는 C집단과 A집단, C집단과 B집단이 유의한 관계를 나타냈고, 외적동기는 A집단과 B집단, C집단과 B집단이 유의한 관계를 나타냈다.

2.3 참여종목에 따른 참여동기의 차이

참여종목에 따른 참여동기의 차이는 [표 9]와 같다.

표 9. 참여종목에 따른 참여동기의 차이

변인	구분	사례수	평균	표준 편차	t값	사후 검증
내적 동기	걷기	116	3.36	.608	7.049**	A)C
	헬스	105	3.15	.565		
	수영	72	3.03	.699		
외적 동기	걷기	116	3.77	.701	5.283**	A)C
	헬스	105	3.51	.711		
	수영	72	3.46	.768		

A=걷기, B=헬스, C=수영
**: $p<.01$

참여종목에 따른 참여동기는 모든 하위요인에 유의한 차이($p<.01$)를 나타냈으며, 평균값을 살펴보면 걷기 운동 집단이 가장 높은 평균값(평균=3.36, 평균=3.77)을 나타냈다. 사후검증 결과, 내적동기와 외적동기는 A 집단과 C집단에 유의한 관계가 있는 것으로 나타났다.

3. 지도자 이미지와 참여동기의 상관관계 분석

지도자 이미지와 참여동기의 상관관계 분석은 [표 10]과 같다.

생활 이미지와 인간관계 이미지, 내적동기와 외적동기를 제외한 모든 하위변인에서 상호 유의한 상관관계 ($p<.01$)를 나타냈다

표 10. 지도자 이미지와 참여동기의 상관관계

	1	2	3	4	5	6
1	1					
2	.535**	1				
3	-.293**	-.293**	1			
4	.319**	.482**	-.109	1		
5	.259**	.409**	-.095	.317**	1	
6	.335**	.301**	.041	.286**	.598**	1

1:자질, 2:학습지도, 3:생활, 4:인간관계, 5:내적, 6:외적
**: $p<.01$

4. 지도자 이미지와 참여동기의 다중회귀분석

4.1 지도자 이미지와 내적동기의 다중회귀분석

지도자 이미지와 참여동기의 하위요인 내적동기의 다중회귀분석은 [표 11]과 같다.

표 11. 지도자 이미지와 내적동기의 다중회귀분석

	내적동기		t
	B	β	
1	.049	.044	.698
2	.278	.313	4.546***
3	.009	.007	.135
4	.139	.153	2.506*
F		16.575***	
R ²		.176	

1:자질, 2:학습지도, 3:생활, 4:인간관계
: $p<.01$, *: $p<.001$

지도자 이미지가 내적동기에 미치는 영향의 회귀모형은 유의한 것($F=16.575$, $p<.001$)으로 나타났다. 또한 결정 계수인 R²값이 .176으로 지도자 이미지가 내적동기에 대해 17.6%의 설명력을 가진다고 할 수 있으며, 학습지도 이미지와 인간관계 이미지의 회귀계수의 통계적 검증은 유의하게 나타났다($t=4.546$, $p<.001$, $t=2.506$, $p<.01$).

4.2 지도자 이미지와 외적동기의 다중회귀분석

지도자 이미지와 참여동기의 하위요인 외적동기의 다중회귀분석은 [표 12]와 같다.

표 12. 지도자 이미지와 외적동기의 다중회귀분석

	외적동기		
	B	β	t
1	.325	.253	3.947***
2	.127	.123	1.771
3	.210	.148	2.663**
4	.172	.162	2.639**
F	15.206***		
R ²	.163		

1:자질, 2:학습지도, 3:생활, 4:인간관계
 :p<.01, *<.001

지도자 이미지가 외적동기에 미치는 영향의 회귀모형은 유의한 것(F=15.206, p<.001)으로 나타났다. 또한 결정 계수인 R²값이 .163으로 지도자 이미지가 외적동기에 대해 16.3%의 설명력을 가진다고 할 수 있으며, 지도자의 자질과 생활 이미지, 인간관계 이미지의 회귀계수의 통계적 검증은 유의하게 나타났다(t=3.947, p<.001, t=2.663, p<.01, t=2.639, p<.01).

IV. 논의

1. 인구통계학적 특성에 따른 지도자 이미지의 차이

인구통계학적 특성에 따른 지도자 이미지의 차이 검증 결과, 첫째, 성별에 따른 지도자 이미지의 차이에서는 지도자의 자질이 유의한 차이를 나타냈으며, 남자보다 여자가 높은 평균값을 나타냈다. 이와 같은 결과는 스키강습 참여자를 대상으로 지도자의 이미지를 연구한 박영훈[28]과 요가지도자의 이미지를 연구한 송수정[22]의 결과와 일치하여 본 연구를 지지해주고 있다. 생활체육에 참여하는 여성노인들은 상대적으로 남성노인들보다 체력이나 기술적인 부분이 부족할 것으로 생각되는데 지도자의 실기와 이론에 대한 자질이 뛰어난수록 여성노인들의 부족한 부분들을 충족시켜 기량의 발달을 통해 여성 참여자들의 만족도를 높여줄 것으로 사료되며, 성별을 떠나서 당당하고 자신감이 넘치는 지도자의 자질과 직장에 대한 강한 애착은 참여자로부터 성실하고 책임감이 있는 좋은 이미지를 인식시켜주게 되므로 노인들에게 있어 생활체육 활동을 지속할 수 있는 흥미를 유발할 것으로 사료된다. 둘째, 연령에 따른 지도자 이미지의 차이 검증 결과, 지도자의 자질과 학습

지도 이미지, 생활 이미지와 유의한 차이를 나타냈다. 이와 같은 결과는 요가 및 필라테스 참여자를 대상으로 연구한 최서윤[29]과 여성 태권도 지도자의 이미지를 연구한 안정미[30], 댄스스포츠 참여자를 대상으로 연구한 김진아[31]의 결과와 부분적으로 일치하여 본 연구를 뒷받침 해주고 있다. 노인들에게 있어 지도자의 자질이나 전문성도 중요하지만 타 참여자들보다 많은 관심을 필요로 하는 집단이기 때문에 지도자의 봉사정신이 요구되며, 학습지도 이외에도 지도자의 친절, 평소 청결하고 단정한 생활 이미지로 노인 참여자들에게 높은 신뢰감을 주어 우호적인 관계를 유지하는 것이 매우 중요하다고 사료된다. 셋째, 참여종목에 따른 지도자 이미지의 차이 검증 결과, 지도자의 자질과 학습지도 이미지, 인간관계 이미지가 유의한 차이를 나타냈으며, 걷기운동에 참여하는 집단이 가장 높은 평균값을 나타냈다. 이와 같은 결과는 수영의 경우, 유연성 증대와 근력 강화 등의 높은 운동 효과에도 불구하고 장비의 필요성과 일부 신체를 노출해야하는 외적인 제약으로 인하여 참여를 꺼려하는 일부 노인들이 있을 것으로 생각되며, 헬스의 경우는 일반화 되어 많은 참여율이 있지만 대부분이 도구를 이용해야 하는 운동이기 때문에 걷기운동이 상대적으로 시간과 장소에 영향을 받지 않고 노인들이 부담없이 참여 할 수 있는 운동이라고 생각된다. 걷기운동의 효과는 최경순[32]의 연구에서 효과를 검증하여 그 중요성을 확인한 바 있다. 또한 걷기 운동은 특별한 기술을 요구하지 않으므로 운동시에 지도자와 기술적인 대화 외의 사적인 답소를 나누며, 상호간의 좋은 인간관계 형성으로 지도자의 긍정적인 이미지를 향상시켜 줄 것으로 사료된다.

2. 인구통계학적 특성에 따른 참여동기의 차이

인구통계학적 특성에 따른 참여동기의 차이 검증 결과, 첫째, 성별은 내적동기와 유의한 차이를 나타냈으며, 여자보다 남자가 높은 평균값을 나타냈다. 이와 같은 결과는 생활체육 참여 노인과 실버스포츠 프로그램 참여자를 대상으로 연구한 이은정[33]과 조병용[34]의 결과와 부분적으로 일치하여 본 연구를 뒷받침 해주고 있다. 여성 노인들보다 신체적 조건이 좋은 남성 노인들의 경우, 어려운 기술을 익히는 재미와 기술이 점차

발달 되어가는 느낌에 흥미를 느끼며, 본인이 목표로한 다양한 기술들을 완성했을 때의 희열감과 만족감으로 여성보다 참여의 동기가 높은 것으로 사료된다. 둘째, 연령은 내적동기와 외적동기에 유의한 차이를 나타냈으며, 85세 이상의 집단이 가장 높은 평균값을 나타냈다. 이와 같은 결과는 스포츠센터 이용 노인과 여가스포츠에 참여하는 노인을 대상으로 연구한 최유경[35]과 정희재[36]의 연구결과와 부분적으로 일치하여 본 연구를 뒷받침 해주고 있다. 노년기 생활체육 참여의 가장 큰 장점은 여러 가지가 있겠지만 그 중에서도 체력의 증진이 가장 큰 장점 일 것이라고 생각된다. 나이가 많은 집단일수록 신체활동은 더욱 강조 되는데 노인들에게 그 중요성을 인지시킴으로써 생활체육 참여의 동기를 높여 체력을 유지시키는 것은 즐거운 제2의 인생을 영위하는데 매우 중요한 요건일 것으로 사료된다. 또한 노년기의 신체활동은 건강한 신체와 정신을 되찾게 되므로 더 나아가서 의료비 절감의 효과까지도 기대해 볼 수 있을 것이다. 셋째, 참여종목은 내적동기와 외적동기에 유의한 차이를 나타냈으며, 걷기 운동에 참여하는 집단이 가장 높은 평균값을 나타냈다. 걷기 운동은 타 운동보다 특별한 기술 없이도 참여가 가능하며, 다른 사람들과 자연스럽게 사교 할 수 있는 시간을 가질 수 있는 운동이기 때문에 자칫, 무의미하게 습관적으로 참여하고 있는 자신의 모습을 보고 회의감이나 운동지속 의사의 저하 같은 부정적인 감정들을 해소하여 참여동기를 높이는데 적합한 운동이라고 사료된다.

3. 지도자의 이미지가 참여동기에 미치는 영향

지도자의 이미지가 참여동기에 미치는 영향을 알아보기 위하여 다중회귀분석을 실시한 결과, 지도자의 이미지는 내적동기와 외적동기에 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이와 같은 결과는 태권도 수련생을 대상으로 연구한 김동희[19]의 연구결과와 일치하여 본 연구를 지지해주고 있으며, 양중훈[37]에 의하면 생활체육지도자의 긍정적인 이미지는 참여자의 재미와 운동지속의사에 유의한 정(+)의 영향을 미쳐 결론적으로 참여동기를 높여준다고 하여 본 연구와 맥을 같이 하고 있다. 또한 김미숙과 이근모, 이남미[40]는 지도자의 이미지는 참여자의 심리에 영향을 주어 참여동

기와 직간접적인 인과관계가 있다고 보고하였고, Baloglu와 Mcclearly[41]도 이미지는 동기에 영향을 미치는 선행요인이라고 하여 본 연구를 지지해주고 있다. 즉, 지도자의 긍정적인 이미지는 참여동기에 영향을 미치는 중요한 변수임을 의미하는데, 오민재, 이승곤, 이후석[42]의 연구에서도 동기를 파악하는데 있어서는 이미지를 먼저 파악하는 것이 중요하다고 하였다. 전문성이 높은 지도자는 새로운 것을 배우고 다양한 경험을 원하는 노인들에게 본인의 전문지식을 전달하고 학습 시키면서 흥미를 높일 것이며, 보다 높은 전문성을 위해 꾸준히 이론과 실기의 티칭 능력을 함양 하여 참여자로 하여금 신뢰를 쌓는 것이 중요할 것 이다. 참여자를 우선으로 생각하고 도움이 되는 조언을 아낌없이 해주는 지도자의 이미지는 참여자에게 친밀감을 주어 참여동기를 높여 줄 것으로 사료된다. 또한 생활체육 활동에 참여하고는 있지만 처음에 본인이 기대했던 것 만큼의 효과를 보지 못하는 노인이나 기량의 부족 등으로 흥미를 잃어가고 있는 노인들에게는 지도자가 문제를 정확하게 파악하여 카운슬링을 통해 다시 생활체육 활동에 재미를 느낄 수 있게 해주는 것이 중요하다고 판단되며, 효과적인 카운슬링을 위해서 지도자는 지적 수준을 높이고 늘 활기차고 건강한 올바른 이미지를 통해서 서로간의 신뢰를 높이는 것이 매우 중요할 것이라고 사료된다. 이 외에도 지도자의 철저한 자기관리는 참여자들로 하여금 단정한 이미지를 심어주어 참여동기에 직접적인 영향을 미칠 것으로 생각되며, 책임감이 강하고 직업의식이 높은 지도자의 이미지도 참여동기에 긍정적인 영향을 미칠 것으로 사료된다.

V. 결론 및 제언

본 연구는 지도자의 이미지와 참여동기의 관계를 알아보기 위하여 서울, 경기, 인천 지역 스포츠센터 6곳의 만 65세 이상의 노인 293명을 대상으로 연구하였으며, 다음과 같은 결론을 도출하였다. 첫째, 인구통계학적 특성에 따른 지도자의 이미지에서 성별은 지도자의 자질과 유의한 차이를 확인하였고, 연령은 지도자의 자질과 학습지도 이미지, 생활 이미지와 유의한 차이를 보였다.

참여종목은 지도자 이미지의 모든 하위요인과 유의한 차이를 보였다. 둘째, 인구통계학적 특성에 따른 참여동기에서 성별은 내적동기와 유의한 차이를 확인하였고, 연령과 참여종목은 참여동기의 모든 하위요인과 유의한 차이를 보였다. 셋째, 지도자 이미지는 참여동기와 유의한 인과관계가 있는 것으로 확인하였다. 내적동기에서는 학습지도 이미지와 인간관계 이미지가 유의한 차이를 보였고, 외적동기는 지도자의 자질과 생활 이미지, 인간관계 이미지와 유의한 차이를 확인하였다. 따라서 본 연구의 결과, 지도자의 이미지는 노인들의 생활체육 참여 동기를 높여주는 중요한 변수임을 검증하였다. 후속 연구를 위한 제언은 다음과 같다.

첫째, 본 연구의 대상은 서울, 경기, 인천 지역의 생활체육 참여 노인들을 대상으로 연구하였지만 후속 연구에서는 연구지역과 연령의 확대를 통해 연구의 결과를 일반화 시킬 필요가 있을 것이다.

둘째, 노인들의 생활체육 참여에 영향을 미치는 요인으로 지도자의 이미지 외에도 다양한 변인들과의 관계 연구를 통해서 생활체육의 참여를 높이고 그 중요성을 인식시켜 줄 필요가 있을 것이다.

참 고 문 헌

[1] 통계청, *장래인구추계*, 2019.
 [2] 매경닷컴, <http://www.mk.co.kr> 2019.2.2.
 [3] 이철희, *생활체육에 참여하는 노인의 스포츠에 대한 인식*, 국민대학교, 석사학위논문, 2018.
 [4] 김범수, *생활체육 프로그램 참여노인의 지각된 건강상태가 건강증진행위 및 삶의 질에 미치는 영향*, 중원대학교, 석사학위논문, 2017.
 [5] 송민선, 양남영, “생활체육에 참여하는 노인의 삶의 만족도의 영향요인,” *한국가정간호학회지*, 제25권, 제3호, pp.173-181, 2018.
 [6] 최유호, 권천달, “노인의 체육활동 참여가 생활 및 여가 만족에 미치는 영향에 대한 체계적 분석,” *한국노인체육학회*, 제4권, 제1호, pp.13-21, 2017.
 [7] 이은창, *노인의 여가활동 유형과 생활만족도 관계분석*, 호남대학교, 석사학위논문, 2009.
 [8] 이상덕, “노인의 여가스포츠참여와 여가 만족 및 생활만족과의 관계,” *한국여가레크리에이션학회지*, 제26

권, pp.161-174, 2004.
 [9] 이혁, 박문환, 한민규, “노인의 사회체육활동 참여정도가 생활만족도에 미치는 영향,” *코칭능력개발지*, 제9권, 제3호, pp.181-190, 2007.
 [10] 문화체육관광부, “2009년 체육백서,” 2010.
 [11] 김영재, “생활체육지도자의 인지심리요인이 운동참여의도에 미치는 영향,” *한국사회체육학회지*, 제48권, 제1호, pp.471-482, 2012.
 [12] 주성순, “다문화 관련 생활체육지도자교육 개선방안에 대한 생활체육지도자의 인식 분석,” *한국체육학회지*, 제52권, 제3호, pp.337-349, 2013.
 [13] 김경옥, *생활체육지도자의 직업이미지에 관한 주관적 인식유형*, 인천대학교, 석사학위논문, 2011.
 [14] E. L. Jain and M. Etga, “Measuring store image through multidimensional scaling of free response date,” *학술지명 삽입*, Vol.52, No.2, pp.23-32, 1976.
 [15] P. Kotler, *Marketing for nonprofit organization*, IL: Richard D. Irwin, 1975.
 [16] Z. W. Pylyshyn, “Whar the mind’s eye tells the mind’s brain: a critique of mental imagery,” *psychological Bulletin*, Vol.80, No.1, pp.1-24, 1973.
 [17] 최윤동, 지희진, 최조연, “골프 연습장의 지도자 이미지가 참여자의 여가만족 및 참여지속의도에 미치는 영향,” *한국골프학회지*, 제7권, 제2호, pp.44-55, 2013.
 [18] B. Macchiette and A. Roy, “Affinity marketing: What is it and how does it work?,” *Journal of Services Marketing*, Vol.6, No.3, pp.47-67, 1992.
 [19] 김동희, *태권도 지도자 이미지가 참여동기, 스포츠가치관 및 태도에 미치는 영향*, 조선대학교, 박사학위논문, 2013.
 [20] G. H. Sage, *Introduction to motorbehavior: A neuropsychological approach(2nded)*, Reading, MA: Addison-Wesly, 1977.
 [21] 김영갑, 김동석, “태권도 지도자의 이미지와 수련생의 재미거리 및 걱정거리의 관계,” *한국체육학회지*, 제44권, 제4호, pp.165-173, 2005.
 [22] 송수정, *요가지도자의 이미지가 수련자 신뢰 및 수련활성화에 미치는 영향*, 건국대학교, 석사학위논문, 2015.
 [23] 정계문, *에어로빅댄스 참가여성들의 참여지속의도에*

관련된 요인, 영남대학교, 석사학위논문, 2010.

[24] 조희숙, *고등학교 체육 교사상에 관한 연구*, 단국대학교, 석사학위논문, 2003.

[25] 한도희, *고등학교 학생의 체육교사에 대한 역할기대*, 인천대학교, 석사학위논문, 2000.

[26] R. J. Vallerand, L. G. pelletier, N. M. Blais, C. Senecal, and E. F. Vallieres, "the academic motivation scale: A measure of intrinsic, extrinsic and motivation in education," *Educational and psychological Measurement*, Vol.52, pp.1003-1017, 1992.

[27] 정용각, "여가운동 참가자의 스포츠 참여동기와 정서의 관계," *외대논총*, 제19권, 제1호, pp.413-430, 1998.

[28] 박영훈, *스키강습 참여자가 인식하는 스키지도자의 이미지가 지도자만족 및 소비자행동에 미치는 영향*, 단국대학교, 석사학위논문, 2017.

[29] 최서운, *요가 및 필라테스 지도자 이미지가 커뮤니케이션능력 및 수련자의 만족도에 미치는 영향*, 경희대학교, 석사학위논문, 2017.

[30] 안정미, *여성 태권도 지도자의 이미지가 지도자 신뢰 및 수련만족에 미치는 영향*, 경원대학교, 석사학위논문, 2011.

[31] 김진아, *댄스스포츠 참여자의 참여유형에 따른 지도자 이미지와 만족도의 관계*, 한국체육대학교, 석사학위논문, 2008.

[32] 최경순, *걷기운동 프로그램이 능촌 여성 노인의 체성분, 기초대사량 및 생활만족도에 미치는 효과*, 충주대학교, 석사학위논문, 2012.

[33] 이은정, *노인생활체육 참여자의 참여 동기에 따른 몰입경험과 참여지속의지의 관계*, 안동대학교, 석사학위논문, 2010.

[34] 조병용, *실버스포츠 프로그램의 참여동기 및 참여만족도와 재구매와의 관계*, 국민대학교, 석사학위논문, 2008.

[35] 최유경, *스포츠센터 노인이용자의 참여동기 및 만족도가 운동지속의지에 미치는 영향*, 한국체육대학교, 석사학위논문, 2013.

[36] 정희재, *노인의 여가스포츠 참여동기가 여가제약과 협상전략에 미치는 영향*, 연세대학교, 석사학위논문, 2011.

[37] 양중훈, "생활체육지도자의 이미지와 참여자의 재미거리 및 운동지속의사의 관계," *한국체육과학회지*, 제

19권, 제2호, pp.257-265, 2009.

[38] 박태윤, *노인체육지도자의 지도유형에 따른 지도자 신뢰와 지도만족의 관계*, 한국체육대학교, 석사학위논문, 2007.

[39] 국민체육진흥공단, *국민체육21*, 2013.

[40] 김미숙, 이근모, 이남미, "에어로빅댄스 지도자의 이미지가 참여만족도 및 참여지속의도에 미치는 영향," *한국체육학회지*, 제49권, 제6호, pp.51-64, 2010.

[41] S. Baloglu and K. W. Mcclearly, "A model of destination image formation," *Annals of Tourism Research*, Vol.26, No.4, pp.868-897, 1999.

[42] 오민재, 이승곤, 이후석, "드라마 촬영지 관광객 동기 유형별 관광이미지 포지셔닝 연구," *관광학연구*, 제30권, 제4호, pp.293-315, 2006.

저 자 소 개

손 지 영(Ji-Young Son)

정희원



- 2009년 2월 : 용인대학교 사회체육학과 졸업(체육학학사)
- 2011년 2월 : 용인대학교 일반대학원 체육학과 석사 졸업(체육학석사)
- 2014년 8월 : 용인대학교 일반대학원 체육학과 박사 졸업(체육학박사)
- 2015년 3월 ~ 현재 : 용인대학교

스포츠레저학과 초빙교수

<관심분야> : 여가, 스포츠 심리학, 레저스포츠