국기원 태권도연구, 2020, 제11권, 제1호, 81-100
Taekwondo Journal of Kukkiwon, 2020, Vol. 11, No. 1, 81-100
http://dx.doi.org/10.24881/tjk.2020.11.1.81

고등학교 태권도선수의 실수인식과 번아웃 및 탈퇴동기의 관계

김수연(상지대학교 교수) · 심영균*(사천대학교 초빙교수)

요 약

이 연구의 목적은 고등학교 태권도선수의 실수인식과 번아웃 및 탈퇴동기의 관계를 규명하는데 목적이 있다. 이를 위해 이 연구의 연구대상자는 편의표본추출법을 이용하여 서울 · 경기 · 강원지역에 거주하는 고등학교 태권도선수 남 · 여 300명을 대상으로 수집하였으며, 이 중 응답의 일관성이 결여되는 12명의 자료를 제외한 288명의 자료를 최종분석에 사용하였다. 수집된 자료처리는 가설을 검증하기 위해 SPSS 23.0, AMOS 23.0 통계프로그램을 활용하여 빈도분석, 확인적 요인분석, 상관관계분석과 구조모형분석을 실시하였으며, 다음과 같은 결과를 도출하였다. 첫째, 실수인식의 하위요인인 실수로부터 학습, 실수로 부터 부담, 실수에 대한 고찰은 번아웃에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 둘째, 실수인식의 하위요인인 실수로부터 학습은 탈퇴동기에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 셋째, 번아웃 증후군은 탈퇴동기에 영향을 미치는 것으로 나타났다.

주제어: 실수인식, 번아웃, 탈퇴동기, 고등학교 태권도선수

* simco76@naver.com

Ⅰ. 서 론

실수(error)는 의도한 행동이나 목적을 저해하기 때문에 실망이나 좌절과 같은 부정적인 정서를 초래할 수 있다(Reason, 1990; Zhao, 2011). 하지만 실수는 학습이나 직업 환경에서 불가피한 현상일 뿐만 아니라 인간의 인지가 관여하는 모든 영역에서 필연적으로 발생하는 현상으로 보는 것이 일반적이다(Groβ e & Renkl, 2007; Kapur, 2012). 게다가, 실수는 정서에 직접적인 영향을 미치기 때문에(Kaufmann, Goetz, Lipnevich, & Pekrun, 2018), 성공과 실패가 분명하게 나누어지는 스포츠 분야에서 중요하게 인식되고 있다. 특히, 태권도 경기는 짧은 시간 동안 대량득점을 획득해야 승리의 확률을 높일 수 있기 때문에 더욱더 치열하고 최고의 수행능력을 발휘하기 위해(심영균, 이석준, 김지태, 2017), 자신의 실수를 최소화하기 위한 다양한 수행전략들이 요구되고 있다.

실수인식은 효율적인 학습을 방해한다고 보는 관점인 실수 예방적 인식과 실수의 발생은 또 다른 학습의 기회가 될 수 있다고 여겨 실수를 허용하는 입장으로 구분할 수 있다(Frese & Keith, 2015). 하지만 오늘날 스포츠 현장에서는 실수를 부정적인 요소로 바라보고 이를 최소화해야 한다는 인식이 팽배해 있기 때문에 실수를 곧 패배라고 보는 경향이 강하다(연은모, 2014; Sideridis, 2005). 이에 대해 일각에서는 실수가 반드시 부정적인 것은 아니고, 실수를 어떻게 이용하느냐에 따라 가치가 달라질 수 있기 때문에 실수에 대한 도전적인 자세로 미래 행동을 고찰하고 준비해야 한다고 주장하였다(신종호, 최효식, 연은모, 홍윤정, 2015). 특히 청소년기에 놓인 고등학생은 성인으로 옮겨가는 과도기로 빠른 신체적 성장뿐만 아니라 인지, 정서적인 면에서 급격한 성장과 변화를 경험하고(정옥분, 2005), 진학을 준비하는 중요한 과정을 겪고 있기 때문에 실수를 올바르게 인식할 수 있는 태도가 필요하다.

실수인식에 대한 선행연구들을 살펴보면, 신준하, 허진영(2019)은 마인드셋은 실수인식에 정적인 영향을 미치는 것으로 보고하였고, 실수에 대한 상황을 성장의 기회로 삼고 도전하며 고찰해야 실수에 대한 부담을 감소시킬 수 있다고 하였다. 또한, 심영균, 이석준, 정우민(2019)은 고등학교 태권도 선수들의 실수인식은 자기관리와 경기력에 영향을 미치는 중요한 변수이며, 실수를 학습의 기회로 인식해야 한다고 주장하였다. 이처럼 실수인식은 운동선수들에 긍정적인 변수임에 불구하고 운동선수들을 대상으로 한 연구가 매우 부족한 실정이기 때문에 연구의 필요성이 필요하다고 판단된다.

한편, 선수들이 실수를 곧 실패로 인식하는 우를 범한다면 청소년 선수들은 쉽게 지치게 되고, 번아웃 현상으로 인해 탈퇴로 이어져 역량 발휘의 기회가 박탈될 뿐만 아니라 잠재성을 지닌 미래 인재를 잃게 될 우려가 있다. 이미 많은 연구자들(김범준, 홍승후, 2016; 심영균, 김지태, 이석준, 2020; 윤상화, 2017; 이용주, 최공집, 정명규, 2017)은 진로에 대한 압박, 성적 및 과도한 훈련량은 만성적인 불안을 유발하여 우울, 정신장애, 무기력 등은 번아웃 증후군에 쉽게 노출된다고 보고한 바 있다. Smith(1986)는 번아웃 증후군을 훈련과 경기에 대한 불만족으로 인해 만성적인 스트레스가 존재하여 고갈현상을 나타내는 것이라고 정의하였으며, 개인이 더 이상 어떤 일을 하지 못하거나 포기할 때의 상태라고 보고하였다(Harris, 1984). Maslach & Leiter(1997)는 번아웃의 잠재적인 근원을 과부하, 통제결여, 보상부족, 사회적지지 및 커뮤니티의 결여라고 주장하였으며, Morris & Feldman(1996)은 감정노동이 번아웃을 선행하는 요인이라고 밝혔다. 즉, 실수를 부정적인 정서로 인식한다는 것은 곧 감정노동이 되므로 실수인식의 중요성을 알 수 있으며, 이에 실수인식과 번아웃의 관계를 규명할 필요성이 더욱 부각되는 근거가 될 수 있다.

또한 번아웃으로 인해 이직이나 결근율이 높아지면서 생산성의 저하로 이어진다는 선행연구(Jenkins & Maslach, 1994; Schaufeli & Bakker, 2004; Schaufeli & Enzmann, 1998)를 보아 번아웃과 탈퇴는 직접적인 관계가 있는 것을 예측할 수 있다. 운동선수들에게 번아웃 증후군이 노출되면 선수 생활을 포기하게 만드는 특성과 중도탈락을 초래하여 사회적 일탈로 이어질 가능성이 높고(김범준, 홍승후, 2016), 성공욕구의 증가와 과도한 훈련 및 경쟁으로 인해 발생되는 번아웃은 운동탈퇴를 증가시키는 원인으로 제기하였다(성창훈, 2002). 스포츠 탈퇴동기와 관련한 선행연구를 살펴보면 성창훈, 홍성철, 성한기(2001)는 스포츠 탈퇴의 이유로 흥미와 자신감 저하, 미래에 대한 불확실성, 자기개념에 대한 손상과 같은 다양한 심리적 영향을 제시하였고, 임수원, 이정래(2002)는 고교 운동선수의 성공가능성 희박, 지도자와의 갈등, 학업지속 등의 요소를 중도탈락의 이유로 제시하였다. 즉, 고등학교 태권도 선수들은 실제 경기상황에서 학습된 수행력을 발휘할 목적으로 자신의 신장, 체격, 성향 등에 따라 전략과 전술을 도출하기 위해 연습을 하는데, 시합 중 연습해 온 전략을 적용하지 못했다거나, 득점기회 또는 결정적인 기회를 놓치는 등 많은 실수를 범할 수 있다. 이처럼 이미 발생된 실수에 대하여 좌절이나 자책으로 결부지어 또 다른 악영향을 초래할 것인지 아니면 고찰과 분석을 통하여 학습의 기회로 전환할 것인지에 따라 입상실적 및 대학진학에 큰 영향을 미칠 것으로 판단된다.

이에 고등학교 태권도 선수들이 운동을 중도에 포기하는 원인을 파악하고, 탈퇴욕구를 극복할 수 있는 동기를 탐색하여 우수한 선수로 성장할 기회를 확보하기 위한 노력이 수행될 필요가 있다. 그러나 번아웃 증후군과 탈퇴동기를 감소시켜 줄 요인으로 실수인식이 대두되고 있는 상황에서 이와 관련된 연구가 미비한 실정이기 때문에 세 변인(실수인식, 번아웃, 탈퇴동기)간의 관계에 대한 연구의 필요성이 요구되고 있다.

따라서 본 연구는 고등학교 태권도 선수들의 실수인식(실수로부터 학습, 실수에 대한 도전적 태도, 실수에 대한 부담, 실수에 대한 고찰)과 번아웃 및 탈퇴동기, 각 변수들간의 영향관계를 규명하는데 목적이 있으며, 이 연구를 통하여 고등학교 태권도 선수들에게 실수인식을 자신의 발전을 위한 긍정적인 학습으로 전환시킴으로써 수행향상에 도움이 되는 기초자료를 제공하는 데 의의가 있다.

Ⅱ. 연구방법

1. 연구대상

본 연구의 대상은 2019년 대한태권도협회 경기단체에 등록한 고등학교 남·여 태권도 선수들을 모집단으로 선정하였다. 이를 위해 서울, 경기, 강원지역의 고등학교 태권도 팀 지도자에게 사전의 협조를 구한 뒤 연구자와 연구보조자 1인이 함께 방문하여 고등학교 태권도선수들에게 연구의 목적과 내용을 설명한 후 자기평가기입법을 이용하여 설문내용에 응답하였다. 총 300명의 표본을 회수하였으며, 이중 불성실하게 작성하고 신뢰성이 떨어진다고 판단되는 12부를 제외한 288부를 최종분석 자료로 사용하였다. 연구대상자의 인구사회학적 특성은 〈표 1〉과 같다.

표 1. 연구대상자의 인구사회학적 특성

구 분	구 분	빈도(명)	비율(%)
성별	남자	208	72.2
	여자	80	27.8
학년	고등학생 1	120	41.7
	고등학생 2	91	31.6
	고등학생 3	77	26.7
입상경험	있다	218	75.7
	없다	70	24.3
계		288	100

2. 조사도구

이 연구의 목적을 달성하기 위해 구조화된 설문지를 사용하였다. 설문지의 구성은 인구사회적 변인, 실수인식, 번아웃, 탈퇴동기로 구성하였으며, 연구의 목적에 부합되는 선행연구와 이론에 근거하여 타당도와 신뢰도가 검증된 설문지를 중심으로 이 연구의 목적에 맞게 사용하였다. 아울러 모든 조사 도구의 응답 반응은 5점 Likert형 척도로 구성하였다. 구체적인 조사도구의 구성내용은 다음과 같다.

첫째, 실수인식을 측정하기 위해 Rybowiak, Garst, Frese & Batinic(1999)이 개발한 실수인식 척도(Error Orientation Questionnaire: EOQ)를 신종호, 최효식, 연은모(2014)가 국내 여건에 맞게 번안하고 신준하, 허진영(2018), 심영균 등(2019)의 연구에서 타당도를 검증한 질문지를 바탕으로 실수로부터 학습 4문항, 실수에 대한 도전적인 태도 4문항, 실수에 대한 부담 5문항, 실수에 대한 고찰 5문항 총 18문항으로 구성하였다.

둘째, 번아웃을 측정하기 위해 Raedeke & Smith(2001)가 개발한 운동선수 탈진척도(Athlete Burnout Questionnaire: ABQ)를 한시완, 김방출(2011)이 국내 여건에 맞게 번안하고 김성훈, 신정택(2018)의 연구에서 타당도를 검증한 질문지를 바탕으로 정서/신체적 소모 5문항, 성취감 저하 5문항, 평가절하 5문항 총 15문항으로 구성하였다.

셋째, 탈퇴동기를 측정하기 위해 Ajzen & Driver(1992)가 개발하고 성창훈(2002)이 번안하여 최마리(2014)가 재검증한 질문지를 바탕으로 운동 부담 및 자신감 결여 4문항, 장래불안 3문항, 동료 관계문제 3문항, 흥미상실 3문항 총 13문항으로 구성하였다.

3. 조사도구의 타당도와 신뢰도

이 연구에서는 구조화된 설문지의 적용에 앞서 설문 문항의 적합성을 검증받기 위해 전문가 집단(태권도 학과 교수 1명, 태권도 전공 박사 1명, 태권도 지도자 1명)의 내용타당도 검증을 실시하였다. 이후 측정 도구의 타당도와 내적 일관성 신뢰도를 확인하기 위해 최대우도(Maximum likelihood) 추정 방법에 의한 확인적 요인분석(confirmatory factor analysis)과, Cronbach's α 분석을 실시하였다. 구체적인 확인적 요인분석과 신뢰도 분석 결과는 〈표 2〉와 같다.

1) 실수인식

실수인식에 대한 확인적 요인분석 결과, 총 4개요인 18문항 중 5, 14번 문항이 단일차원성을 확보하지 못해 제거하였다. 제거한 이후의 적합도는 χ^2=164.642(p<.001), df=93, TLI=.964, CFI=.972, RMSEA=.052으로 나타나, 모형의 적합기준을 수용할 수 있는 것으로 나타났다. 또한 표준화계수는 .654값 이상으로 나타나고 Cronbach's α계수는 실수로 부터 학습=.926, 실수에 대한 도전적 태도=.769, 실수에 대한 부담=.876, 실수에 대한 고찰=.830으로 나타나 측정도구의 신뢰성을 확보하였다.

2) 번아웃

번아웃에 대한 확인적 요인분석 결과, 총 3개요인 15문항 중 3, 10, 13번 문항이 단일차원성을 확보하지 못해 제거하였다. 제거한 이후의 적합도는 χ^2=149.521(p<.001), df=51, TLI=.941, CFI=.955, RMSEA=.082으로 나타나, 모형의 적합기준을 수용할 수 있는 것으로 나타났다. 또한 Cronbach's α계수는 정서 · 신체적소모=.875, 성취감 감소=.897, 평가절하=.814으로 나타나 측정도구의 신뢰성을 확보하였다.

3) 탈퇴동기

탈퇴동기에 대한 확인적 요인분석 결과, 총 4개요인 13문항에 대한 적합도는 χ^2=211.056(p<.001), df=84, TLI=.962, CFI=.973, RMSEA=.073으로 나타나, 모형의 적합기준을 수용할 수 있는 것으로 나타났다. 또한 Cronbach's α계수는 운동부담 및 자신감결여=.936, 장래불안=.898, 동료관계=.933, 흥미상실=.863으로 나타나 측정도구의 신뢰성을 확보하였다.

표 2. 확인적 요인분석 결과

잠재변수		측정변수	B	S.E	*t*	*β*	AVE	C.R	α
실수인식	실수로부터 학습	실수학습4	1.000	-	-	.796	.748	.922	.926
		실수학습2	1.089	.062	17.637***	.907			
		실수학습3	1.030	.049	20.920***	.867			
		실수학습1	1.082	.063	17.129***	.885			
	실수에 대한 도전적 태도	실수도전7	1.000	-	-	.724	.568	.798	.796
		실수도전8	1.046	.098	10.648***	.773			
		실수도전6	.913	.086	10.608***	.764			
	실수에 대한 부담	실수부담13	1.000	-	-	.664	.584	.874	.876
		실수부담9	1.359	.111	12.220***	.871			
		실수부담10	1.334	.112	11.963***	.841			
		실수부담11	1.155	.103	11.220***	.766			
		실수부담12	1.078	.093	11.557***	.654			
	실수에 대한 고찰	실수고찰18	1.000	-	-	.761	.586	.849	.830
		실수고찰16	1.073	.080	13.415***	.815			
		실수고찰17	.996	.075	13.252***	.808			
		실수고찰15	.905	.082	11.025***	.668			
적합도 : χ^2=164.632, *df*=93, TLI=.964, CFI=.972, RMSEA=.052									
번아웃	정서/신체적 소모	고갈1	1.000	-	-	.772	.634	.874	.875
		고갈5	1.132	.078	14.529***	.840			
		고갈4	1.109	.078	14.184***	.821			
		고갈2	1.039	.081	12.833***	.749			
	성취감 감소	성취감소6	1.000	-	-	.806	.689	.898	.897
		성취감소8	1.170	.066	17.743***	.887			
		성취감소9	1.017	.058	17.512***	.879			
		성취감소7	1.004	.073	13.829***	.740			
	평가절하	평가절하11	1.000	-	-	.869	.523	.811	.814
		평가절하12	.870	.062	14.122***	.728			
		평가절하15	.789	.058	13.532***	.706			
		평가절하14	.606	.061	9.911***				
적합도 : χ^2=149.512, *df*=51, TLI=.941, CFI=.955, RMSEA=.082									

잠재변수		측정변수	B	S.E	t	β	AVE	C.R	α
탈퇴동기	운동부담 및 자신감결여	자신감4	1.000	-	-	.892	.786	.936	.936
		자신감3	.950	.041	23.077***	.912			
		자신감2	.962	.042	22.640***	.875			
		자신감1	.911	.044	20.825***	.830			
	장래불안	불안7	1.000	-	-	.853	.744	.897	.898
		불안5	1.013	.051	19.891***	.884			
		불안6	.953	.051	18.587***	.851			
	동료관계	동료10	1.000	-	-	.879	.826	.934	.933
		동료9	1.180	.050	23.719***	.934			
		동료8	1.155	.051	22.762***	.913			
	흥미상실	흥미13	1.000	-	-	.660	.715	.880	.863
		흥미12	1.434	.106	13.476***	.945			
		흥미11	1.424	.108	13.183***	.903			
적합도 : χ^2=211.056, df=84, TLI=.962, CFI=.973, RMSEA=.073									

***p<.001

4. 자료분석

본 연구에서는 수집한 300부 중 불성실하게 답변한 12부를 제외하고 총 288부를 최종 유효표본으로 사용하였다. 자료처리는 Window SPSS 23.0과 AMOS 23.0 프로그램을 활용하여 연구의 목적에 따라 분석을 실시하였으며, 통계적 유의수준은 .05 로 설정하였다. 구체적인 내용은 다음과 같다.

인구사회학적 특성을 분석하기 위해 빈도분석을 실시하였으며, 각 변인간의 관련정도를 알아보기 위해 상관관계(correlation analysis)분석을 실시하고, 정규성을 검증하기 위한 임계치에 대해서는 West, Finch, & Curran(1995)의 제시한 기준을 사용하였으며, 측정도구의 타당도를 검증하기 위해 확인적 요인분석(confirmatory factor analysis)을 실시하였으며, Cronbach's α계수를 이용하여 신뢰도검증을 실시하였다. 마지막으로 고등학교 태권도선수의 실수인식(실수로부터 학습, 실수에 대한 도전적 태도, 실수에 대한 부담, 실수에 대한 고찰), 번아웃, 탈퇴동기의 관계를 분석하기 위하여 구조방정식모형을 적용하였으며, 구조

방정식을 적용하기 위해 측정모형의 타당성을 검증하는 Anderson과 Gerbing(1988)의 2단계 분석법을 적용하였다.

Ⅲ. 연구결과

본 연구에서는 판별타당성을 확보하기 위하여 상관관계 분석을 실시하였다. 그 결과 〈표 3〉과 같이 실수인식, 번아웃, 탈퇴동기 간에는 부분적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 상관관계가 있는 것으로 나타났다. 또한, 모든 변인간의 상관계수는 -.486～.704의 범위로 다중공선성의 기준치인 .80보다 작게 나타나 판별타당성이 입증되었다(Kline, 2011).

표 3. 변인간 상관관계 분석

구분	*M*	*SD*	학습	도전	부담	고찰	번아웃	탈퇴동기
학습	3.77	.799	1					
태도	3.17	.506	.121* (.040)	1				
부담	3.12	.891	-.164** (.005)	.040	1			
고찰	3.72	.677	.459** (.000)	.177** (.003)	.062	1		
번아웃	2.65	.792	-.466** (.000)	-.113 (.055)	.384** (.000)	-.389** (.000)	1	
탈퇴동기	2.36	.883	-.486** (.000)	-.115 (.051)	.291** (.000)	-.356** (.000)	.704** (.000)	1

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

1. 정규성 검증

이 연구에서는 측정모형과 구조모형의 추정을 최대우도법으로 설정하였기 때문에, 이의 기본 가정인 다변량 정규성(왜도, 첨도) 검증을 실시하였다. 그 결과 왜도는 -.928～.857값,

첨도는 -.772~1.985값의 범위로 나타났다. 이 결과는 West 등(1995)이 제시한 기준(왜도 ±2 이하, 첨도 ±4이하)을 만족하고 있으므로, 정규성을 충족한 것으로 판단된다. 구체적인 정규성 검증결과는 〈표 4〉와 같다.

표 4. 정규성 검증결과

변수		왜도		첨도	
		S	SEM	S	SEM
실수인식	실수에 대한 학습	-.559		.525	
	실수에 대한 도전	-.928		1.985	
	실수에 대한 고찰	-.088		.249	
	실수에 대한 부담	-.484		.183	
번아웃	정서/신체적 소모	-.438		-.052	
	성취감 감소	.225	.144	-.464	.286
	평가절하	.004		-.566	
탈퇴동기	운동부담/자신감 결여	.034		-.722	
	동료관계	.857		.228	
	흥미상실	.842		.545	
	장래불안	.339		-.426	

2. 측정모형의 적합도 평가

본 연구에서는 실수인식(실수로부터 학습, 실수에 대한 도전적 태도, 실수에 대한 부담, 실수에 대한 고찰)과 번아웃 및 탈퇴동기관계를 알아보기 위해 구조모형을 실시하기 전 Anderson과 Gerbing(1988)이 권장한 측정모형을 실시하였다. 측정모형을 검증한 결과, χ^2 =566.520, *df*=215, TLI=.898, CFI=.914, RMSEA=.067 값으로 나타나 Hu & Bentler(1999)와 Kline(2011)가 제시한 적합도 기준을 충족하여 측정모형의 적합도는 우수한 것으로 나타나 구조모형검증을 진행하였다. 측정모형의 적합도 분석 결과는 〈표 5〉과 같다.

표 5. 측정모형분석 결과

잠재변수	측정변수	B	S.E	*t*	*β*	AVE	C.R
실수로부터 학습	실수학습4	1.000	-	-	.838	.760	.927
	실수학습3	1.032	.052	19.860***	.907		
	실수학습2	1.003	.053	18.880***	.879		
	실수학습1	1.009	.055	18.285***	.862		
실수에 대한 도전적 태도	실수도전3	1.000	-	-	.690	.502	.751
	실수도전2	1.201	.128	9.394***	.732		
	실수도전1	.945	.102	9.217***	.702		
실수에 대한 부담	실수부담4	1.000	-	-	.672	.606	.884
	실수부담1	1.242	.099	12.518***	.866		
	실수부담3	1.070	.094	11.404***	.768		
	실수부담2	1.198	.099	12.055***	.822		
	실수부담5	.963	.092	10.477***	.696		
실수에 대한 고찰	실수고찰5	1.000	-	-	.751	.677	.838
	실수고찰4	1.003	.077	13.057***	.803		
	실수고찰3	1.103	.083	13.358***	.825		
	실수고찰2	.925	.084	10.948***	.674		
번아웃	번아웃 소모	1.000	-	-	.661	.646	.844
	번아웃 감소	1.403	.115	12.241***	.872		
	번아웃 저하	1.240	.102	12.151***	.861		
탈퇴동기	자신감	1.000	-	-	.889	.628	.868
	탈락불안	1.014	.045	22.408***	.933		
	동료	.629	.052	12.199***	.634		
	흥미	.660	.050	13.223***	.671		
적합도 : χ^2=566.520, *df*=215, TLI=.898, CFI=.914, RMSEA=.075							

***p<.001

3. 구조모형 검증

고등학교 태권도 겨루기수의 실수인식에 따른 번아웃 및 탈퇴동기의 관계에 대한 가설을 검증하기 위해 실수인식을 외생변수, 번아웃은 내생변수이자 매개변수(mediate variance),

탈퇴동기는 내생변수이자 최종 종속변수로 설정하였다. 구조모형 검증 결과 구조모형의 적합도는 χ^2=566.520, df=215, TLI=.898, CFI=.914, RMSEA=.075로 나타나 홍세희(2000)가 제시한 기준(CFI, TLI=.90 이상 RMSEA=.80이하)에 적합한 것으로 나타났다. 구체적인 구조모형 검증결과는 〈표 6〉과 같다. 연구가설을 검증한 결과 가설 1, 가설 3, 가설 4, 가설 5, 가설 9는 통계적으로 유의하게 나타나 채택되었으며, 기타 가설은 통계적으로 유의하게 나타나지 않아 기각되었다. 구체적인 구조모형의 가설검증 결과는 〈그림 1〉에 제시하였다.

가설 1. "실수에 대한 학습은 번아웃에 영향을 미칠 것이다"의 가설검증결과 경로계수 값은 β =-.265(t=-3.581, p〈.001)로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타나 채택되었다.

가설 3. "실수에 대한 부담은 번아웃에 영향을 미칠 것이다"의 가설검증결과 경로계수 값은 β =.370(t=5.611, p〈.001)로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타나 채택되었다.

가설 4. "실수에 대한 고찰은 번아웃에 영향을 미칠 것이다"의 가설검증결과 경로계수 값은 β =.327(t=-4.140, p〈.001)로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타나 채택되었다.

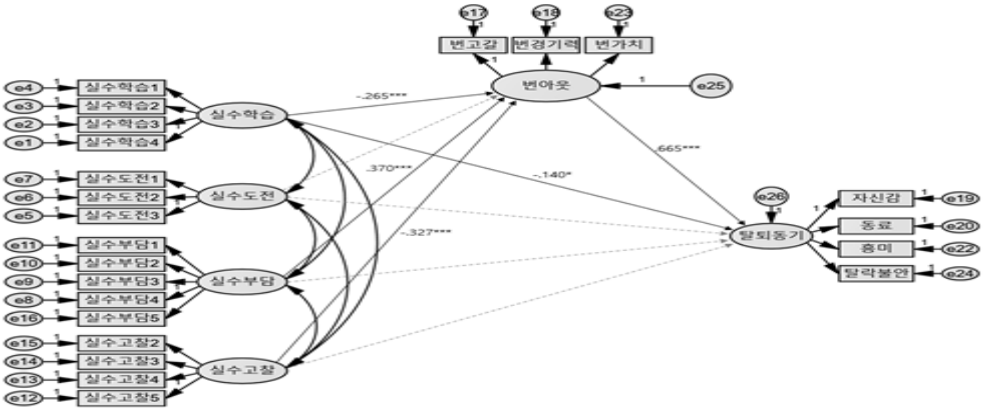
가설 5. "실수에 대한 학습은 번아웃에 영향을 미칠 것이다"의 가설검증결과 경로계수 값은 β =.140(t=-2.135, p〈.05)로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타나 채택되었다.

가설 9. "번아웃 증후군은 탈퇴동기에 영향을 미칠 것이다"의 가설검증결과 경로계수 값은 β =.665(t=7.678, p〈.001)로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타나 채택되었다.

표 6. 가설검증 결과

잠재변인				B	β	S.E	t	검증결과
가설 1	실수로부터 학습	→	번아웃	-.209	-.265	.058	-3.581***	채택
가설 2	실수에 대한 도전	→		-.041	-.044	.075	-.549	기각
가설 3	실수에 대한 부담	→		.292	.370	.052	5.611***	채택
가설 4	실수에 대한 고찰	→		-.318	-.327	.077	-4.140***	채택
가설 5	실수로부터 학습	→	탈퇴동기	-.181	-.140	.085	-2.135*	채택
가설 6	실수에 대한 도전	→		-.004	-.002	.108	-.035	기각
가설 7	실수에 대한 부담	→		.081	.063	.074	1.087	기각
가설 8	실수에 대한 고찰	→		.046	.029	.112	.412	기각
가설 9	번아웃	→	탈퇴동기	1.086	.665	.142	7.678***	채택
적합도 : χ^2=566.520, df=215, TLI=.898, CFI=.914, RMSEA=.075								

*P〈.05, ***p〈.001



*P<.05, ***p<.001

그림 1. 구조모형

Ⅳ. 논 의

본 연구는 고등학교 태권도선수의 실수인식과 번아웃 및 탈퇴동기의 관계를 규명하였으며, 도출된 연구결과에 따른 구체적인 논의는 다음과 같다.

첫째, 고등학교 태권도선수의 실수인식과 번아웃의 관계를 알아본 결과, 실수인식의 하위요인인 실수로부터 학습, 실수에 대한 부담, 실수에 대한 고찰은 번아웃에 통계적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났지만, 실수에 대한 도전적인 태도는 통계적으로 유의하지 않는 것으로 나타났다. 즉, 실수로부터 학습과 실수에 대한 고찰은 번아웃을 예방하고 실수에 대한 부담은 번아웃을 유발 시키는 원인이라고 해석 할 수 있다. 이러한 결과는 불가피한 실수를 어떻게 받아들이느냐에 따라 선수들의 성취동기가 촉진되거나, 반대로 좌절, 우울, 불안 등과 같은 부정적인 정서를 경험할 수 있다고 주장한 선행연구들의 결과를 뒷받침하고 있다(신종호 등, 2014; Bauer, 2008; Siegler, 2002). 또한, 실수를 자기 성장의 필요요소로 지각하는 선수들은 실수를 통해 부족한 부분을 배우거나 실수로부터 실패의 원인을 규명하려 노력하지만, 실수를 곧 실패라고 받아들이거나 최소화해야 한다고 집착하는 태도를 보이는 선수의 경우 자신에 대한 부정적 평가가 반복됨에 따라 심리적 · 정서적으로 고갈될 확률이 매우 높은 것으로 판단된다.

즉, 인간과 실수는 어쩌면 필연적인 관계일 수 있다. 스포츠 상황이라면 더욱 그렇다. 농구계의 전설적인 인물 Michael Jordan 또한 실수와 실패를 피해갈 수는 없었다. 그러나 그는 수없이 실수하고 실패한 과정들이 바로 자신이 성공한 이유라고 언급하며 실수와 실패에 대한 자신의 긍정적인 대처 및 태도를 형성하였다(Robert & Stephen, 1998). 그 뿐만 아니라 스포츠에서 성공한 수많은 인물은 실수, 실패, 고난, 좌절 등과 같은 요소들을 극복하고 끝내 자신이 원하는 목표를 달성하였다. 이러한 사례들을 미루어볼 때 스포츠 현장에서 중요한 것은 연습량, 기량, 체력조건뿐만 아니라 자신에게 나타나는 부정적 상황들을 극복해 나갈 수 있는 긍정적인 태도, 즉 실수, 실패, 역경 등을 자기 성장의 원동력이라고 인식하는 발전적인 사고가 필요하다.

둘째, 고등학교 태권도선수의 실수인식이 탈퇴동기에 미치는 영향을 알아본 결과, 실수인식의 하위요인인 실수로부터 학습은 탈퇴동기에 영향을 미치는 것으로 나타났으나, 실수에 대한 부담, 실수에 대한 고찰, 실수에 대한 도전적인 태도는 탈퇴동기에 유의한 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다. 하지만 상관관계 분석 결과를 보면, 실수인식의 하위요인(실수에 대한 부담, 실수에 대한 고찰, 실수에 대한 도전적인 태도)들과 탈퇴동기는 유의미한 관계를 형성하고 있는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 학습상황에서 실수인식이 학생들의 과제지속 및 흥미에 영향을 미친다고 보고한 연구의 결과와 같은 맥락으로 해석할 수 있다(최지원, 2019). 하지만 최지원(2019)는 실수인식과 과제지속 및 흥미의 관계에 대한 하위요인별 영향력을 분석하지 않았다는 제한점이 있고 학습상황에서 이루어진 연구라는 점에서 이 연구의 결과와 차이가 있다.

한편, 이 연구에서 선수들의 탈퇴동기에 영향을 미치는 하위요인은 실수로부터 학습이 유일하다. 즉, 자신이 저지른 실수나 실패 경험으로부터 무언가를 배우고자 노력하는 선수들은 탈퇴동기 수준이 낮은 것으로 해석할 수 있다. 권관배, 최석환, 여인성(2014)의 연구에 따르면, 운동에 재미와 흥미를 느끼는 선수는 운동지속의도가 높다는 결과가 나타났다. 따라서 지도자들은 선수들의 탈퇴동기를 예방하기 위해서 선수들이 실수를 받아들이고 그 과정에서 학습할 수 있는 기회를 제공해야 한다(심영균 등, 2019). 또한, 선수의 실수에 대한 지도자의 적극적인 정보제공은 선수가 실수 속에서 스스로 학습할 수 있는 과제를 탐색하고 이를 성취하려는 노력을 만들어낼 수 있을 것이다.

셋째, 고등학교 태권도선수의 번아웃과 탈퇴동기의 관계를 알아본 결과, 번아웃은 탈퇴동기에 정적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 번아웃(탈진)이 중도탈락 및 중도탈락의도에 정적인 영향을 미친다고 보고한 선행연구(김범준, 홍승후, 2016)와

운동탈진은 선수들에게 운동지속 및 탈락 등에 부정적인 영향을 미친다고 보고한 선행연구(이건철, 2011)결과 들을 지지하고 있다. 또한, Schmidt & Stein(1991)의 연구결과 운동선수들은 운동부하의 초과, 부정적인 팀 분위기, 선수의 부상 등 다양한 요소들로 인해 번아웃을 경험하는 선수의 중도탈락확률이 매우 높다고 주장한 연구결과와 같은 맥락으로 해석할 수 있다. 즉, 번아웃 현상은 선수들이 중도탈락을 쉽게 유발하는 원인으로 판단할 수 있다.

최근 국내 연구자들은 스포츠 선수들의 번아웃의 중요성을 강조하고 운동효과성을 높이기 위해서는 번아웃 예방에 노력해야 한다고 주장한다(최헌혁, 허진영, 김석규, 2013). 그러나 많은 연구자의 노력에도 불구하고 아직도 국내 스포츠에서는 질보다 양 이라는 고정관념이 만연해 있다. 이는 피나는 노력만이 좋은 성과를 만들어낸다는 그릇된 사고에서 파생된 결과이며, 이와 더불어 승리지상주의적 사고, 지도자들의 전문지식 부족 등 체육계 사회 전반의 문제에서 비롯된 것이다. 결국, 체육계의 고질적인 병폐들과 지도자의 전문지식 및 자질 부족으로 청소년 선수들이 고통 받고 있다. 이 같은 고통이 지속됨에 따라 선수들은 중도탈락하게 되고 뒤늦은 사회적응에 부정적인 영향을 초래할 것으로 판단된다. 따라서 선수들의 번아웃으로 인한 탈퇴동기를 예방하기 위해서는 체육계에 속한 관계자 모두가 올바른 문화를 형성하기 위해 노력해야 할 것이다.

앞서 제시한 논의를 종합적으로 살펴보면, 실수는 번아웃과 탈퇴동기를 감소시킬 수 있는 변인인임을 알 수 있다. 따라서 고등학교 태권도선수들은 실수에 대한 인식을 자기성장의 요소로 받아들이고 고찰하는 것이 중요하다고 판단된다.

Ⅴ. 결론 및 제언

본 연구의 목적은 고등학교 태권도 선수들의 실수인식, 번아웃, 탈락동기의 구조적 관계를 규명하였다. 그 결과 다음과 같은 결론을 도출하였다.

첫째, 실수인식의 하위요인 중 실수로부터 학습과 실수에 대한 고찰은 번아웃에 부(-)적인 영향을 미치는 것으로 나타났으나, 실수에 대한 부담은 번아웃에 정(+)적인 영향을 미치는 것으로 나타났다.

둘째, 실수인식의 하위요인 중 실수로부터 학습은 탈퇴동기에 부(-)적인 영향을 미치는

것으로 나타났다.

셋째, 번아웃은 탈퇴동기에 정(+)적으로 영향을 미치는 것으로 나타났다.

결론적으로, 고등학교 태권도 선수들이 실수를 지각하는 방향에 따라 번아웃이 촉진되거나 예방될 수 있다. 또한, 실수에 대한 학습 태도는 탈퇴동기를 낮출 수 있으며, 번아웃은 탈퇴동기를 증가시키는 요인으로 나타났다. 따라서 고등학교 태권도선수들은 실수를 학습의 기회가 될 수 있도록 실수를 고찰하고 끊임없이 노력하는 자기관리가 중요할 것이다.

이 연구의 제한점을 바탕으로 제언하면 다음과 같다.

첫째, 본 연구는 세 변인(실수인식, 번아웃, 탈퇴동기)간의 구조적 관계를 규명함으로써 인적자원개발의 기초자료 제공에 초점을 맞추었기 때문에 다중회귀분석을 실시하거나 번아웃의 매개 효과 또는 조절효과를 집중적으로 검증하지 않았지만, 본 연구를 바탕으로 후속 연구에서는 번아웃의 역할을 규명하기 위해 다양한 방법론적 시도가 필요할 것이다.

둘째, 본 연구에서는 한정된 조사대상으로 인하여 연구결과를 일반화시키기에 제한이 있으므로 추후 연구에서는 연구대상의 범위를 확대하여 세부적으로 살펴보는 연구가 필요할 것이다.

참고문헌

고령, 조욱상(2017). 학생선수들의 완벽주의 성향이 경쟁상태 불안과 운동 몰입에 미치는 영향. **한국스포츠학회지, 15**(4), 721-732.

권관배, 최석환, 여인성(2014). 중·고등부 태권도선수의 운동재미요인과 스포츠자신감 및 운동지속의도의 관계. **대한무도학회지, 16**(2), 37-48.

김범준, 홍승후(2016). 대학 구기종목 운동선수들의 스트레스와 탈진이 중도탈락에 미치는 영향. **한국사회체육학회지, 65,** 287-298.

김성훈, 신정택(2018). 대학 태권도 선수들의 다차원완벽주의가 탈진 및 정신력에 미치는 영향. **세계태권도문화학회, 18,** 47-61.

성창훈(2002). 청소년 운동선수의 스포츠 탈퇴요인 구조 및 관련 변인 분석. **한국스포츠심리학회, 13**(2), 39-57.

성창훈, 홍성철, 성한기(2001). 학원 운동선수들의 스포츠 탈퇴 동기 탐색. **한국스포츠교육학회지, 8**(2), 145-162.

신종호, 최효식, 연은모(2014). 학교목표구조, 개인목표성향 및 학업적 자기평가가 학습자의 실수 인식에 미치는 영향. **교육심리연구, 28**(1), 225-249.

신종호, 최효식, 연은모, 홍윤정(2015). 성취지향목표가 학습자의 실수인식에 미치는 영향. **교육심리연구, 29**(1), 113-133.

신준하, 허진영(2018). 체육고등학교 학생들의 성취목표지향성과 스포츠 자신감 및 자기관리 능력이 실수인식에 미치는 영향. **한국체육과학회지, 27**(1), 345-361.

신준하, 허진영(2019). 태권도 선수들의 마인드셋이 실수인식에 미치는 영향: 다집단 조절효과. **세계태권도문화학회, 10**(4), 61-76.

심영균, 김지태, 이석준(2020). 청소년 태권도 선수의 번아웃 척도(TABS) 개발 및 타당화 검증. **세계태권도문학학회, 11**(2), 185-206.

심영균, 이석준, 김지태(2017). 고등학교 태권도선수의 완벽주의 성향과 스포츠자신감 및 운동몰입의 인과관계. **한국웰니스학회지, 12**(2), 141-152.

심영균, 이석준, 정우민(2019). 고등학교 태권도선수의 실수인식과 자기관리 및 인지된 경기력에 관계. **세계태권도문화학회지, 10**(2), 83-98.

연은모(2014). *Relations of classroom goal structure and social relationships to error perception in collaborative learning.* 미간행 박사학위논문, 서울대학교 대학원.

윤상화(2017). 대학 태권도 선수의 운동스트레스가 탈진과 운동포기에 미치는 영향. **한국스포츠학회지, 15**(3), 593-601.

이건철(2011). 고등학교 태권도 선수들의 운동상해 스트레스 및 운동탈진이 운동지속의사에 미치는 영향. **코칭능력개발지, 13**(4), 161-171.

이용주, 최공집, 정명규(2017). 태권도 품새 선수의 셀프리더십이 운동탈진과 경기력에 미치는 영향. **한국무예연구, 11**(1), 73-88.

임수원, 이정래(2002). 고등학교 운동선수의 선수생활 만족도 척도 개발에 관한 연구. **한국스포츠사회학회지, 15**(2), 231-246.

정옥분(2005). **청년심리학.** 서울: 학지사

최마리(2014). 학생선수의 스포츠 탈퇴 예측을 위한 동기적 구조 탐색. **체육과학연구, 25**(4), 880-889.

최지원(2019). **실수인식이 인지적 재해석을 통해 과제흥미 및 지속에 미치는 영향.** 미간행 박사학위논문, 서울대학교 대학원.

최헌혁, 허진영, 김석규(2013). 코치-선수관계와 엘리트 운동선수 탈진의 관계에서 기본 심리욕구의 매개효과 검증. **한국체육학회지, 52**(3), 129-141.

한시완, 김방출(2011). 육상선수들의 수준별 탈진 동일성 검증. **한국스포츠심리학회지, 22**(1), 21-35.

홍세희(2000). 구조 방정식 모형의 적합도 지수 선정기준과 그 근거. **한국심리학회지, 19**(1), 161-177.

Ajzen, I., & Driver, B. L. (1992). Application of the theory of planned behavior to leisure choice. *Journal of Leisure Research, 24*(3), 207-224.

Anderson, J. C., & Gerbing, D. W. (1988). Structural equation modeling in practice: A review an recommended two-step approach. *Psychological Bulletin, 103*(3), 411-423.

Bauer, J. (2008). *Learning from errors at work. Studies on nurses engagement in error-related learning activities.* Doctoral dissertation.

Frese, M., & Keith, N. (2015). Action errors, error management, and learning in organizations. *Annual Review of Psychology, 66,* 661-687.

Groβe, C. S., & Renkl, A. (2007). Finding and fixing errors in worked examples: Can this foster learning outcomes?. *Learning and Instruction, 17*(6), 612-634.

Harris, D. V. (1984). *The athlrte's guide to sport psychology.* West Point, NY: Leisure Press.

Hu, L. T., & Bentler, P. M. (1999). Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural Equation Modeling: A Multidisciplinary Journal, 6*(1), 1-55.

Jenkins, S. R., & Maslach, C. (1994). Psychological health and involvement in interpersonally demanding occupations: A longitudinal perspective. *Journal of Organizational Behavior, 15*(2), 101-127.

Kapur, M. (2012). Productive failure in learning the concept of variance. *Instructional Science, 40*(4), 651-672.

Kaufmann, M., Goetz, T., Lipnevich, A. A., & Pekrun, R. (2018). *Do positive illusions of control foster happiness?.* Emotion Washington, DC.

Kline, R. B. (2011). *Principles and practice of structural equation modeling*(3rd ed). New York: Guilford Press.

Maslach, C., & Leiter, M. P. (1997). *The truth about burnout: How organizations cause personal stress and what to do about it.* San Francisco, CA: Jossey-Bass.

Maslach, C., & Leiter, M. P. (2008). *The truth about burnout: How organizations cause personal stress and what to do about it.* John Wiley & Sons.

Morris, J. A., & Feldman, D. C. (1996). The dimensions, antecedents and consequences of emotions in the workplace. *Journal of Managerial Issues, 9*(3), 257-274.

Raedeke, T. D., & Smith, A. L. (2001). Development and preliminary validation of an athlete burnout measure. *Journal of Sport and Exercise Psychology, 23*(4), 281-306.

Reason, J. (1990). *Human error.* Cambridge university press.

Robert G. & Stephen P. (1998). *Nike culture: The sign of the swoosh.* London: Sage.

Rybowiak, V., Garst, H., Frese, M., & Batinic, B. (1999). Error orientation questionnaire (EOQ): Reliability, validity, and different language equivalence. *The International*

Journal of Industrial, Occupational and Organizational Psychology and Behavior, 20(4), 527-547.

Schaufeli, W. B., & Bakker, A. B. (2004). Job demands, job resources and their relationship with burnout and engagement: A multi-sample study. *Journal of Organizational Behavior, 25*(3), 293-315.

Schaufeli, W. B., & Enzmann, D. (1998). *The burnout companion to study and practice: A critical analysis.* CRC press.

Schmidt, G. W., & Stein, G. L. (1991). Sport commitment: A model integrating enjoyment, dropout, and burnout. *Journal of Sport and Exercise Psychology, 13*(3), 254-265.

Sideridis, G. D. (2005). Goal orientation, academic achievement, and depression: Evidence in favor of a revised goal theory framework. *Journal of Educational Psychology, 97*(3), 366-376.

Siegler, R. S. (2002). Microgenetic studies of self-explanation. *Microdevelopment: Transition processes in Development and Learning,* 31-58.

Smith, R. E. (1986). Toward a cognitive-affective model of athletic burnout. *Journal of Sport Psychology, 8*(1), 36-50.

West, S. G., Finch, J. F., & Curran, P. J. (1995). *Structural equation models with nonnormal variables: Problems and remedies.* In R. H. Hoyle (Ed.), Structural Equation Modeling: Concepts, Iissues, and applications (pp. 56-75). Thousand Oaks, CA; Sage Publications.

Zhao, B. (2011). Learning from errors: The role of context, emotion, and personality. *Journal of Organizational Behavior, 32*(3), 435-463.

Relationship Among Perception of Errors, Burnout and Withdrawal Motivation in High School Taekwondo Athletes

Kim, Su-Yeon (Sangji University, Professor) ·
Sim, Young-Kyun (Sichan University, Visiting Professor)

Abstract

The purpose of this study was to investigate the Relationship among perception of errors, burnout and withdrawal motivation in high school taekwondo athletes. In this study, 300 highschool Taekwondo players who participated in areas of Seoul, Gyeonggi, and Gangwon, were selected as a population. A total of 288 data were used for the final analysis except for the 12 data lacking consistency of responses. The collected data were analyzed by frequency analysis, confirmatory factor analysis, regularity verification, correlation analysis, and structural equation modeling using SPSS 23.0 and Amos 23.0 programs. The results of this study were as follows. First. the perception of errors, which are sub-factors of the error recognition, the learning, the burden of the mistakes, and the consideration of the mistakes were found to affect the burnout. Second. the perception of errors, which is a sub-factor of real perception, has been shown to influence deregulation. third. Burnout has been shown to affect withdrawal motivation.

Keywords: perception of errors, burnout, withdrawal motivation, high school taekwondo athletes

논문투고일: 2020. 02. 04.
논문심사일: 2020. 03. 10.
심사완료일: 2020. 03. 22.