

학생선수와 지도자의 스포츠  
라이프스킬과 라이프스킬 전이 효과  
- 행위자-상대자 상호의존모형(APIM)적용 -

Effects of Sport Life Skills and Life Skills  
Transfer between Student-Athletes and Coaches  
- Using Actor-Partner Interdependence Model (APIM) -

2020. 12.

연구책임자 : 장 창 용 ( 한국스포츠정책과학원 )  
공동연구자 : 성 봉 주 ( 한국스포츠정책과학원 )  
( 내 부 ) 송 홍 선 ( 한국스포츠정책과학원 )  
박 상 혁 ( 한국스포츠정책과학원 )  
전 재 연 ( 한국스포츠정책과학원 )  
조 은 형 ( 한국스포츠정책과학원 )  
( 외 부 ) 김 남 경 ( 역 북 초 등 학 교 )  
김 태 응 ( 캘 리 포 니 아 대 학 교 )  
자문위원 : 최 은 규 ( 건 양 대 학 교 )  
김 세 형 ( 충 북 대 학 교 )



# 발 간 사

2020년 예상치 못했던 ‘코로나19 팬데믹’으로 정치·사회·경제·교육 등 여러 분야에서 어려움을 겪고 있습니다. 코로나19 팬데믹 선언 후 전 세계는 백신개발·접종, 사회적 거리두기, 마스크 착용 의무화, 코로나 검사 신속화 등 바이러스를 잠식하기 위한 노력을 경주하고 있지만, 안타깝게도 1년이 지난 지금 4차 대유행의 우려가 가시지 않고 있는 실정입니다.

코로나19는 체육 분야에도 막대한 영향력을 끼쳐 체육계는 그 어느 때보다 힘든 해를 보냈습니다. 2020 도쿄올림픽을 비롯해 많은 국내외 대회가 취소되거나 연기되어 국가대표선수들은 컨디션 유지에 상당한 어려움을 겪고 있습니다. 프로스포츠도 경기가 중단되거나 무관중 경기가 진행되고, 고강도 사회적 거리두기로 인해 실내 공공체육시설과 민간체육시설이 운영 중단되거나 이용인원에 제한을 두는 초유의 사태를 맞았습니다. 무엇보다 안타까운 점은 이러한 체육시설 이용제한으로 국민들의 스포츠 참여기회가 축소되고 스포츠활동을 통한 즐거움이나 스트레스 해소 수단이 상실되었다는 것입니다.

이러한 비대면과 단절의 어려움 속에서도 우리 과학원은 스포츠분야의 지속적인 지원과 동시에 새롭고 지속 가능한 성장의 발판을 마련하고자 노력했습니다. 국내외 환경 및 체육계 변화 대응 선도적 연구추진과 스포츠정책포럼(월 1회) 신설, 주간 스포츠현안과 진단(주 1회) 신규발간을 통해 연구성과 확산·공유 체계를 더욱 견고히 하였습니다. 또한, 코로나19 대응 엘리트선수 경기력 향상 및 유지를 위해 증강현실(AR), 가상현실(VR), AI, 웨어러블 디바이스 등의 첨단과학기술을 적극 활용하여 비대면 훈련지원 시스템의 교두보를 마련하였습니다.

금년도 과학원은 16건의 기본과제, 5건의 현안과제, 53건의 수탁과제, 32건의 국가대표 현장밀착형 심층연구를 수행하였습니다. 실업팀 선수 인권침해 실태조사 연구, 민간지원·후원을 통한 경기단체의 재원확보 방안, 국제대회 입상 선수 및 지도자 장려금 환수제도 정비방안, 스포츠클럽 디비전 중장기 발전전략 연구, 장애유

형별 체육단체의 역할 강화 방안 등 대한민국 스포츠의 미래를 선도할 미래지향적 정책연구를 수행하였습니다. 또한, 0교시 체육활동 관련 국내·외 사례분석 연구, 학교스포츠클럽 지역연계 활성화를 위한 기초연구, 학교체육관형 스포츠클럽 운영 방안 등 학교 체육 활성화를 위한 연구와 함께 스포츠산업 신 남방국가 전략적 진출을 위한 실행방안 연구 및 스포츠산업 가계지출 조사 등 스포츠산업 시장의 경쟁력 제고를 위한 연구도 추진했습니다. 더욱이, 코로나19 스포츠산업 고용 및 운영현황 조사 연구를 통해 정부정책의 기초자료로 활용하는 등 올 한해도 대한민국 스포츠의 '싱크 탱크(Think Tank)'로서의 역량과 노하우를 발휘해 왔습니다.

이제 그러한 노력의 결실을 보고서로 세상에 내어 놓습니다. 알찬 열매를 맺을 수 있도록 연구 과정에 참여해 주신 과학원의 연구위원, 내·외부 공동연구원, 자문위원, 초빙 및 위촉연구원 여러분께 지면을 빌어 진심으로 감사의 말씀을 전합니다. 또한, 많은 관심과 지원을 아끼지 않은 문화체육관광부, 대한체육회, 대한장애인체육회, 한국체육학회 등 스포츠 유관기관 관계자 여러분께도 감사의 인사를 드립니다. 무엇보다 아낌없는 배려와 지원을 해주신 국민체육진흥공단 조현재 이사장님을 비롯한 임·직원 여러분들께도 심심한 감사의 말씀을 드립니다.

한 해를 회고할 때마다 과연 우리 과학원이 국가 스포츠 발전에 얼마나 기여했는지, 연초에 수립한 목표를 얼마나 달성했는지에 대해 진지한 성찰과 고민을 하게 됩니다. 이 보고서가 스포츠와 관련된 주요 현안을 쉽게 이해하고, 스포츠 관련 다양한 현안과제를 해결하는 지침서가 되어 '체육으로 건강하고 행복한 국민'에 기여할 수 있는 유용한 안내서로 활용되기를 기대합니다. 보고서 내용이나 문맥상 부족한 부분은 독자 여러분들의 조언과 격려에 힘입어 채워나갈 것을 다짐하면서 열린 마음으로 독자 여러분의 소리를 귀담아들겠습니다.

2020년 사회 곳곳에서는 부위정경(扶危定傾)의 자세로 위기에 적극 맞서 새로운 성장의 발판을 마련한 사례들을 자주 접할 수 있었습니다. 부위정경(扶危定傾)은 '위기를 맞아 잘못을 바로잡고 기울어 가는 것을 바로 세운다'는 뜻으로 '위기를 기회로' 삼자는 말과 일맥상통합니다. 그동안 숨겨져 있던 실태가 확연하게 드러나고

있는 이때, 팬데믹은 기존의 질서를 재정비하여 새로운 도약을 준비하는 출발점이 될 수 있을 것입니다. 우리 과학원은 지식기반의 혁신에 대한 철저한 준비와 함께, 지나온 길을 겸손한 마음으로 되돌아보며 국민체육진흥의 새로운 길을 선도하기 위해 끊임없는 열정과 노력을 기울이겠습니다.

2020년 12월

국민체육진흥공단 한국스포츠정책과학원

원 장 정 영 린

# 초 록

이 연구는 행위자-상대자 상호의존모형(APIM)을 적용하여 학생선수와 지도자를 대상으로 스포츠 라이프스킬 및 라이프스킬 전이 효과를 검증하였다. 이 연구에는 수도권에 위치한 중학교와 고등학교 운동부 총 10개 종목(예: 축구, 야구, 유도, 사격, 하키 등)에서 학생선수와 지도자가 참여하였다. 중·고등학교 학생선수는 300명( $M_{age}=15.44$ ,  $SD=1.64$ ; 남=218, 여=82)으로 선수 경력은 평균 5.46년( $SD=2.40$ ) 이었다. 지도자는 33명( $M_{age}=39.70$ ,  $SD=8.36$ ; 남=26, 여=7)으로 선수 지도 경험은 평균 13.52년( $SD=10.01$ ) 이었다. 측정도구로는 스포츠 라이프스킬 검사지(LSSSA; 장창용 등, 2020)와 라이프스킬 전이 검사지(KLSTS; 임태희 등, 2018)가 사용되었다. 수집된 자료는 기술통계, 상관관계, 행위자-상대자 상호의존성 모형(APIM)을 사용하여 분석하였다. 본 연구 결과는 다음과 같다. 첫째, 지도자와 선수 사이의 스포츠 라이프스킬 및 전이는 유의한 상관이 없는 것으로 나타났다. 둘째, 지도자의 스포츠 라이프스킬은 지도자 라이프스킬 전이에 유의한 영향을 주었다. 셋째, 선수의 스포츠 라이프스킬은 선수의 라이프스킬 전이에 유의한 영향을 주었다. 넷째, 지도자와 선수 간의 상호의존관계(상대자 효과)를 규명한 결과, 유의한 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다. 이 연구는 스포츠 영역에서 선수와 지도자 두 집단의 라이프스킬 발달과 전이에 미치는 영향을 검증함과 아울러 선수와 지도자 상호 간에 스포츠 라이프스킬과 전이에 영향을 주는지 통계적으로 검증하고자 하였다. 비록 상대자 효과와 관련된 연구가설에서 통계적으로 유의한 결과가 나타나지는 않았지만, 이 연구는 선수와 지도자 사이의 상호 영향 관계에 대한 후속 연구를 수행하기 위한 중요한 시사점을 제공하였고 이에 대한 구체적인 논의의 시발점이 되어질 것이다. 결론적으로, 이 연구의 결과를 기반으로 스포츠 영역에서 라이프스킬 발달과 전이에 대한 선수와 지도자 사이에 나타나는 상호영향 관계 규명과 함께 새로운 모델 구축 연구를 위한 초석이 될 수 있을 것으로 기대한다.

# 목 차

제1장 서론 .....	1
제1절 연구의 필요성 .....	3
제2절 연구목적 .....	6
제3절 연구모형 및 연구문제 .....	6
제2장 이론적 배경 .....	9
제1절 스포츠 라이프스킬의 개념 .....	11
제2절 긍정적 청소년 발달과 스포츠 .....	13
제3절 라이프스킬과 전이 가능성 .....	17
제4절 스포츠를 통한 라이프스킬 전이 .....	20
제5절 스포츠 라이프스킬 국내외 연구동향 .....	24
제3장 연구방법 .....	27
제1절 연구 참여자 .....	29
1. 학생선수 참여자 .....	29
2. 지도자 .....	30
제2절 연구절차 .....	31
제3절 측정도구 .....	31
1. 스포츠 라이프스킬 척도 .....	31
2. 라이프스킬 전이 척도 .....	32
3. 지도자용 측정도구 내용타당도 검증 .....	32
4. Pilot Study .....	33

# Contents

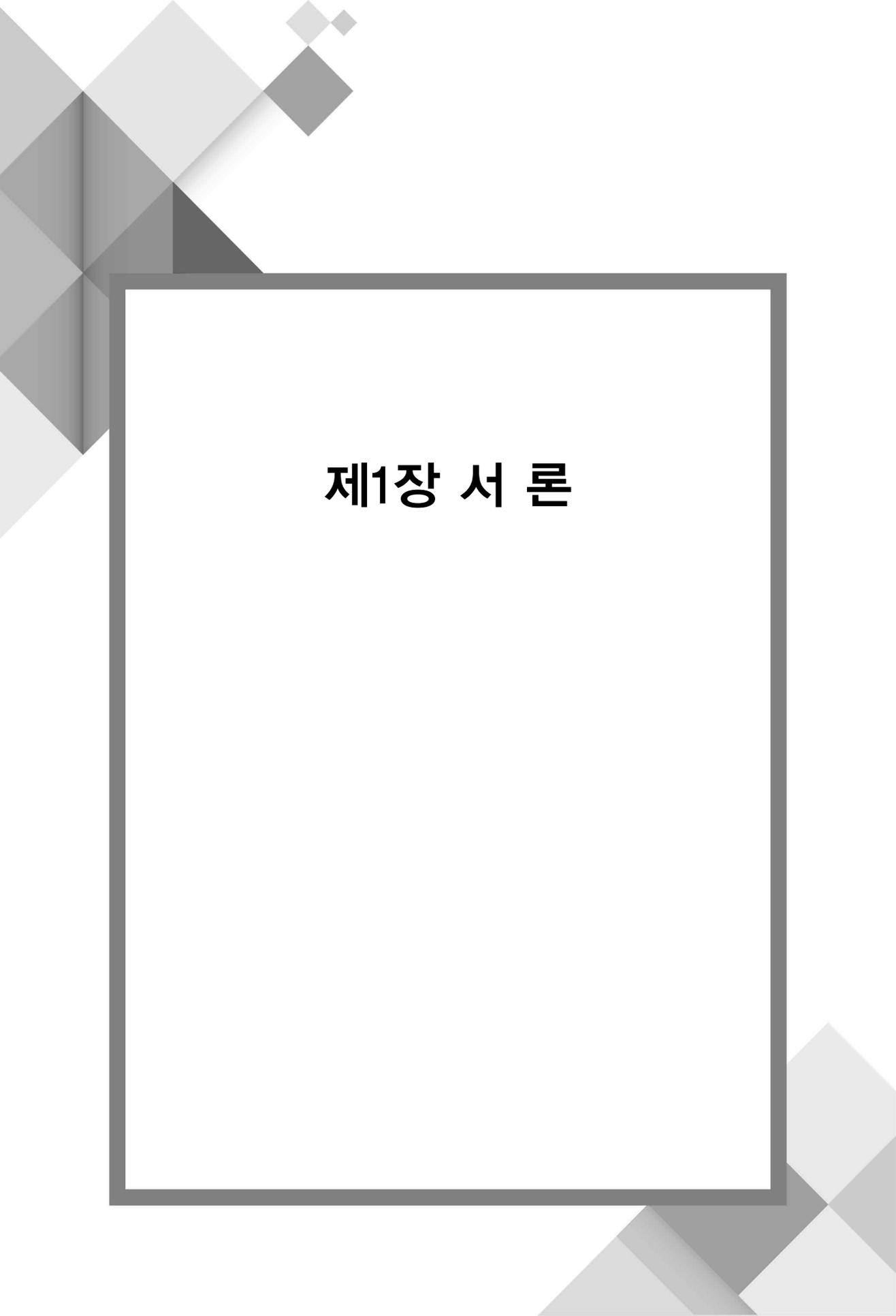
제4절 자료 분석 .....	34
1. 기술통계 및 상관관계 .....	34
2. 독립표본 t-test와 ANOVA .....	34
3. 다중회귀분석 .....	34
4. 행위자-상대자 상호의존모형(APIM) 분석 .....	34
제4장 연구결과 .....	37
제1절 인구통계 변인에 따른 선수의 스포츠 라이프스킬 및 전이의 차이 ...	39
1. 성별에 따른 스포츠 라이프스킬 및 라이프스킬 전이의 차이 .....	39
2. 학교급에 따른 스포츠 라이프스킬 및 라이프스킬 전이의 차이 .....	40
3. 학년에 따른 스포츠 라이프스킬 및 전이의 차이 .....	42
제2절 기술통계 및 상관관계 .....	45
1. 학생선수의 스포츠 라이프스킬 및 라이프스킬 전이 .....	45
2. 지도자의 스포츠 라이프스킬 및 라이프스킬 전이 .....	46
제3절 학생선수의 스포츠 라이프스킬이 라이프스킬 전이에 미치는 영향 ...	47
제4절 APIM 분석 .....	50
1. 무조건 모형 1 분석 .....	50
2. 수정된 무조건 모형 .....	52
3. 조건모형 .....	53
제5장 논의 .....	55
제6장 결론 및 제언 .....	63
참고문헌 .....	66

# 표 목 차

표 2-1. WHO(1994)의 라이프스킬 분류 .....	11
표 3-1. 학생선수 참여자의 인구통계학적 특성 .....	29
표 3-2. 지도자 참여자의 인구통계학적 특성 .....	30
표 3-3. 측정도구의 구성 .....	32
표 3-4. 변인들의 상관관계 및 신뢰도 (n=22) .....	33
표 4-1. 선수 성별에 따른 스포츠 라이프스킬 및 전이의 차이 .....	39
표 4-2. 선수 학급에 따른 스포츠 라이프스킬 및 라이프스킬 전이의 차이 .....	41
표 4-3. 중학교 선수들의 스포츠 라이프스킬 및 라이프스킬 전이의 차이 .....	42
표 4-4. 고등학교 선수들의 스포츠 라이프스킬 및 라이프스킬 전이의 차이 .....	44
표 4-5. 선수 스포츠 라이프스킬과 라이프스킬 전이의 상관 .....	46
표 4-6. 지도자의 스포츠 라이프스킬과 라이프스킬 전이의 상관 .....	47
표 4-7. 선수 스포츠 라이프스킬 및 전이에 관한 회귀분석 결과 .....	48
표 4-8. 무조건 APIM 모형 결과 .....	51
표 4-9. 수정된 APIM 분석 결과 .....	52
표 4-10. 합숙 유무에 따른 조건모형 APIM 분석 결과 .....	54

## 그림 목 차

그림 1-1. 연구모형: 행위자-상대자 상호의존모형(APIM) .....	7
그림 2-1. WHO(1994)의 라이프스킬과 건강 행동의 관계 .....	12
그림 2-2. 스포츠를 통한 긍정적 청소년 발달 모형 재구성(Holt 등, 2016) .....	16
그림 2-3. Pierce 등(2016)의 전이 모델 .....	23
그림 3-1. 학생선수와 지도자 사이의 스포츠 라이프스킬 및 라이프스킬 전이 모형 .....	35
그림 4-1. APIM 1번 모형(검은색 선은 통계적으로 유의함) .....	51
그림 4-2. APIM 2번 모형 (검은색 선은 통계적으로 유의함) .....	52
그림 4-3. APIM 3번 모형 (검은색 선은 통계적으로 유의함) .....	54



# 제1장 서론



## 제1장 서론

### 제1절 연구의 필요성

2019년부터 스포츠 분야에서 주요어로 등장한 용어는 ‘스포츠 혁신’이다. 스포츠 혁신이 지향하는 특징들 중의 하나는 기존 스포츠 문화(승리지상주의, 성적주의 등)로부터 탈피하고 미래 지향적 가치를 추구하는 것이다. 전문스포츠를 통해 유능한 미래 인재 또는 능력과 인성을 겸비한 사회 구성원을 길러 성숙한 시민사회를 달성하려는 해외의 사례(Lerner, 2005)와 달리, 우리나라 전문스포츠 영역은 승리만을 최우선의 가치로 여겨왔기 때문이다. 이에 여러 분야의 연구자들은 스포츠의 본질적인 기능에 더 많은 관심을 기울이고 있다. 특히, 긍정심리학(positive psychology, Seligman, & Csikszentmihalyi, 2014)을 기반으로 발전된 스포츠에서의 긍정적 청소년 발달(Positive Youth Development, 이하 PYD) 이론을 지지하는 연구자들의 움직임이 두드러진다(임태희와 장창용, 2017; Holt, 2016; Larson, 2000; Lerner, 2005).

스포츠 환경에서 PYD의 목적은 스포츠에 참여하는 참여자가 스포츠를 통해 긍정적 가치들을 학습하고 이를 활용함으로써 행복한 삶을 살도록 하는 데 있다(Holt, 2016). 이 목적을 달성하기 위해 PYD는 스포츠의 역기능적 측면(예: 공격성 증가, 도덕성 결여 등)보다 스포츠가 지닌 강점과 잠재력에 더 많은 초점을 둔다(Weiss, 2016). 스포츠 PYD 모델을 제시한 Holt, Deal, 그리고 Smyth(2016)에 따르면, 생태학적 관점에서 정책, 사회문화, 체계 등은 스포츠 문화에 직접 관여하는 스포츠 PYD 환경 구축에 영향을 미친다. 그리고 스포츠 참여자들(예: 선수)은 PYD를 목적으로 하는 스포츠 활동을 통해 개인적·사회적·신체적인 측면에서 긍정적 발달을 도모할 수 있다. 즉, 스포츠 PYD는 어느 특정 집단의 노력이 아니라 사회 전체의 관심과 노력이 필요하며 모든 요소가 톱니바퀴처럼 제대로 맞물릴 때 선순환 구조를 가질 수 있다(Holt et al., 2016). 나아가, 스포츠 PYD 학자들이 핵심 개념으로 사용하는 ‘라이프스킬(life skills)’은 이러한 톱니바퀴들이 원활하게 돌아가기 위한 윤활제 역할을 한다.

라이프스킬은 인지·정서·행동을 포함하는 기술(skills)로 삶을 보다 능동적이고 효과적으로 살아가는 데 도움을 줄 수 있다(Danish, 2002a). 즉, 삶의 질이나 심리적 안녕감을 높임으로써 행복한 삶을 살아가게 만드는 잠재력으로 해석할 수 있다. 예를 들어, 친구나 가족과 갈등이 생겼을 때 서로에게 도움이 되는 방향으로 문제를 해결할 수 있는 문제해결 능력 또는 문제해결 기술이 필요하다. 또 자신의 하루, 한 달, 1년을 체계적으로 계획하고 달성하는 목표설정 기술도 행복한 삶에 중요한 부분일 것이다.

스포츠 PYD 학자들은 이와 같은 라이프스킬의 개념적 특성이 스포츠의 많은 부분과 유사하며 스포츠를 통해 효과적으로 학습 및 발달시킬 수 있다고 주장한다(임태희, 장창용, 2017; Gould & Carson, 2008). 이러한 주장은 스포츠가 삶의 축소판이라는 개념을 대변해 준다고 볼 수 있을 것이다. 스포츠와 삶은 성공과 실패, 연습과 실전, 능력과 기술, 슬픔과 기쁨, 동료와 보호자(지도자, 멘토) 등 많은 요소가 중첩된다. 같은 맥락에서, 많은 부분이 유사하므로 스포츠 환경에서 참여자들이 배운 다양한 사회·심리적 잠재력과 기술들은 일상생활에서도 충분히 활용될 수 있다. 뿐만 아니라, 스포츠는 우리 사회와 함께하는 보편적인 활동으로, 누구나 쉽게 접근할 수 있는 특징이 있다. 이러한 유사성은 의도적이고 체계적인 스포츠 교육을 통해 라이프스킬이 지도될 수 있다는 가능성을 지지하는 것이다(Hodge 등, 2013).

일찍이 스포츠 PYD 학자들은 스포츠를 기반으로 한 라이프스킬 프로그램을 개발하고 그 효과를 검증해왔다. 대표적인 프로그램으로는 다양한 종목을 대상으로 하고 워크시트 활용을 강조한 SUPER (Sport United to Promote Education and Recreation; Danish, 2002b), 유소년 골프를 바탕으로 개발되고 가장 활성화된 The First Tee(Weiss, 2006) 프로그램, 럭비 선수들을 대상으로 한 Play it smart (Petitpas, Cornelius, Van Raalte, & Jones, 2005) 프로그램, 유소년 하키 프로그램(Hockey is for every one, HIFE)과 SUPER 프로그램을 접목시켜 탄생한 HIFE-SUPER 프로그램(Hodge, Kanters, Forneris, Bocarro, & Sayre-McCord, 2017) 등이 있다. 한편, 국내에서도 PEAK(임태희 등, 2019)와 같은 엘리트 스포츠 선수들을 위한 라이프스킬 프로그램이 개발되기 시작하였다.

특히, 최근에는 우리나라 중·고등학교 학생선수들을 위해 라이프스킬 교육 프로그램인 PEALS(The Program to Enhance Athletes'Life Skills)가 개발되었다(장창용, 2019). 이 프로그램은 개발과정에서 학생선수뿐만 아니라 그 선수들의 지도자와 학부모가 참여했다는 점에서 의미가 크다. 왜냐하면, 선수들로부터 수집된 자료이외에 이들을 가장 가까운 곳에서 관찰하고 안내하는 주요 타자의 역할이 매우 중요하기 때문이다(임태희 등, 2019). PEALS는 크게 개인 차원과 대인 차원으로 구분되어 있다. 개인 차원은 목표설정, 자신감, 자기조절, 스트레스 대처 요소로 구성되어있고 대인 차원은 협동, 공감, 의사소통, 갈등 해결 요소가 포함되어 있다.

스포츠에서의 라이프스킬 연구와 관련하여 그동안 선행연구들은 두 가지 방향으로 정리할 수 있다. 첫째, 핵심적인 이론인 PYD 관점을 바탕으로 라이프스킬 개념을 탐색하고 그 개념을 검증하는 연구를 통해 스포츠에서의 라이프스킬에 대한 설명력을 증진시키려는 연구 흐름과 둘째, 라이프스킬에 영향을 미치는 다른 변인들과의 관련성을 규명하려는 타당도 검증 연구라는 측면에 초점이 맞추어져 왔다. 방법론 측면으로 볼 때, 스포츠 라이프스킬과 관련된 대다수의 연구들은 운동선수를 위한 라이프스킬 척도를 개발하거나 다른 변인들과의 관계를 고려하여 집단 수준에서의 결과를 제시해 준다.

그러나 기존의 연구 방법들은 라이프스킬을 발달적인 변화과정이나 스포츠 구성원 들끼리의 상호작용을 이해하는데 한계가 따른다. 나아가, 라이프스킬과 관련된 선행연구들은 운동선수들만을 연구대상으로 조사한 결과들이어서 스포츠 현장에서 선수들과 상호작용이 가장 높을 것으로 추정되는 지도자들의 자료가 포함된 연구 정보가 요구된다. 즉, 선수들의 라이프스킬 발달 및 라이프스킬 전이와 관련된 변인들에 대한 정보와 함께 지도자들을 대상으로 하는 라이프스킬 수준과 라이프스킬 전이와 관련된 변인들에 대한 검증도 필요하다. 나아가 운동선수와 지도자가 상호 영향을 주고받는 모형을 검증함으로써 스포츠에서의 라이프스킬 및 전이 모형을 좀 더 명확하게 이해하고, 스포츠 및 학교 현장에서의 중재전략을 위한 더 진보된 정보를 제공해 줄 수 있을 것이다.

구체적으로, 학생선수와 지도자가 서로 주고받는 스포츠 라이프스킬 및 라이프

스킬 전이 모형을 검증하기 위해 본 연구에서는 ‘행위자-상대자 상호의존모형 (Actor- Partner Interdependence Model; APIM)’분석이 적용될 것이다. 이 분석을 통해 스포츠 라이프스킬과 라이프스킬 전이 모형을 포함하고 있는 변화 과정상에서 학생선수의 효과와 지도자의 효과가 상호간에 어떻게 작용하는지를 동시에 검증할 수 있을 것이다(홍세희, 2019). 기존의 선행 연구에서는 선수들의 라이프스킬에 미치는 지도자의 영향력에 대해 선수들의 입장에서만 측정하여 결과로 제시되었지만, 본 연구에서 적용될 APIM 분석은 선수로부터 얻은 정보와 해당 선수를 지도하는 지도자로부터 얻은 정보가 함께 측정 결과로 고려된다는 점에서 스포츠 라이프스킬과 라이프스킬 전이 관계 및 효과를 심층적으로 이해할 수 있는 계기가 될 것이다.

## 제2절 연구목적

본 연구는 행위자-상대자 상호의존모형을 적용하여 학생선수와 지도자의 스포츠 라이프스킬 및 라이프스킬 전이 효과 검증하는 것을 목적으로 한다.

## 제3절 연구모형 및 연구문제

본 연구를 위한 연구문제 및 연구모형(그림 1-1 참조)은 다음과 같다.

연구문제 1: 학생선수들의 스포츠 라이프스킬과 지도자들의 스포츠 라이프스킬의 관계가 유의미한가?

연구문제 2: 학생선수들의 스포츠 라이프스킬은 그들의 라이프스킬 전이에 영향을 주는가?

연구문제 3: 지도자들의 스포츠 라이프스킬이 그들의 라이프스킬 전이에 영향을 주는가?

연구문제 4: 학생선수들의 스포츠 라이프스킬이 지도자들의 라이프스킬 전이에 영향을 미치는가?

연구문제 5: 지도자들의 스포츠 라이프스킬이 학생선수들의 라이프스킬 전이에 영향을 미치는가?

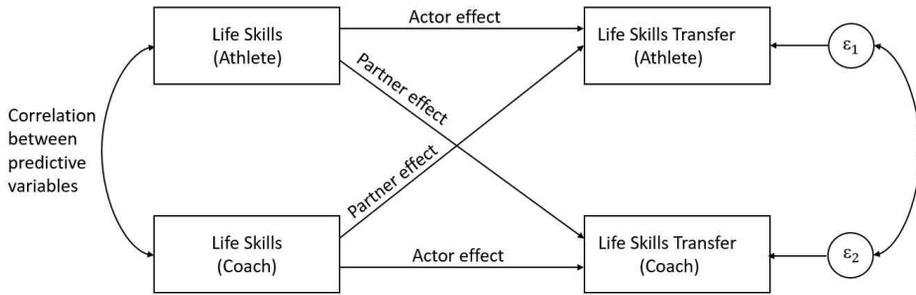
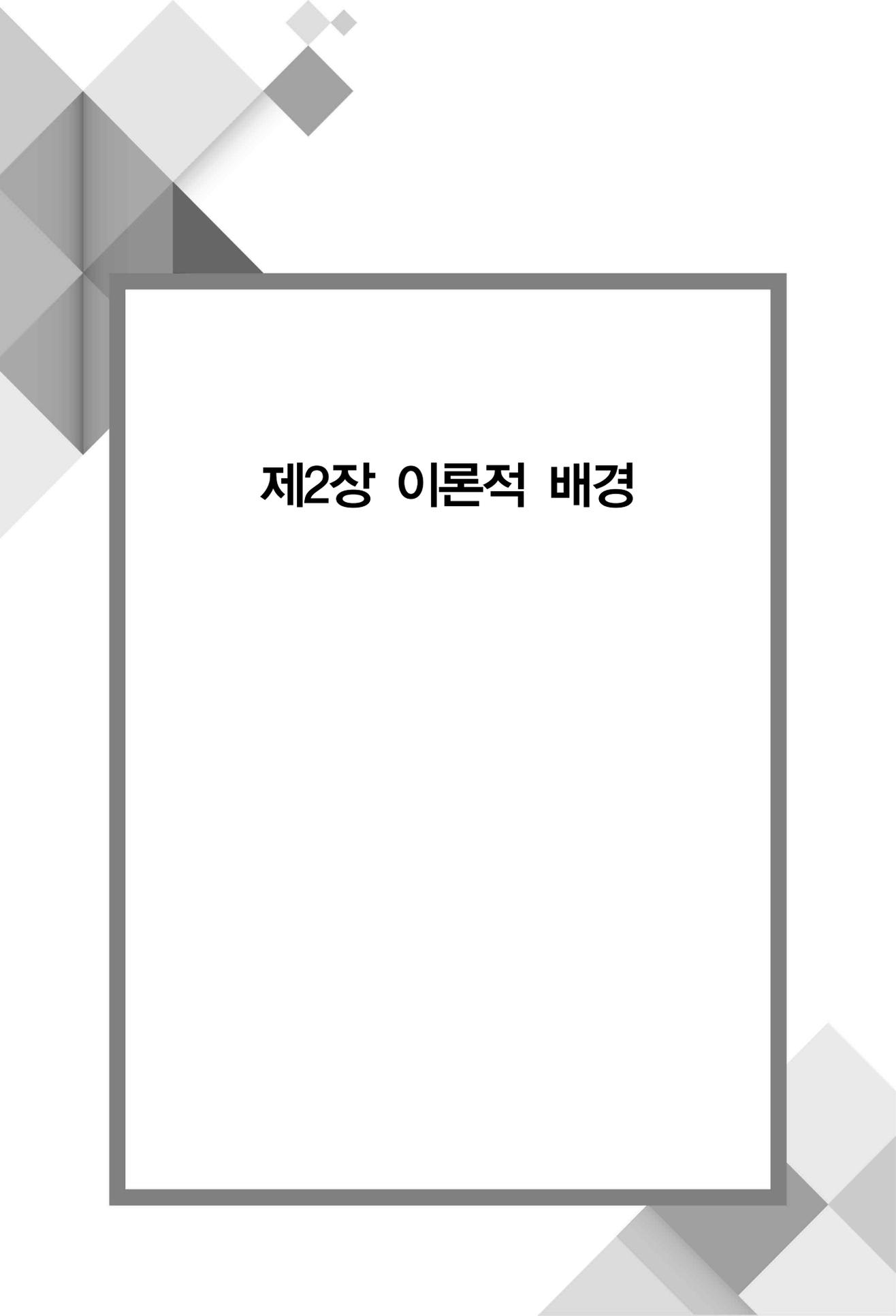


그림 1-1. 연구모형: 행위자-상대자 상호의존모형(APIM)



The page features decorative geometric patterns in the corners. The top-left corner is filled with overlapping squares and triangles in various shades of gray, creating a layered, 3D effect. A similar pattern is visible in the bottom-right corner. The central content is enclosed in a dark gray rectangular border.

## 제2장 이론적 배경



## 제2장 이론적 배경

### 제1절 스포츠 라이프스킬의 개념

라이프스킬(life skills)은 최근 다양한 학문 분야에서 관심 주제로 주목받고 있는 이론으로, 현대인들의 행복한 삶을 위해 다양한 가치를 현실에 적용하기 위한 실제적 기술을 다루고 있다(임태희, 장창용, 2017). 빠르게 변화하고 있는 사회에 적응하기 위해 그 문화에 맞는 삶의 기술을 습득하고 활용하는 것에 대한 필요성이 지속적으로 증가하고 있어, 현재 라이프스킬 이론은 각 분야에 적합한 다양한 조작적 정의를 통해 연구를 시행하고 있다(Gould & Carson, 2008). 가령 WHO(1994)는 삶에서 발생하는 여러 가지 문제와 이슈들에 효과적이고 건설적으로 대처하기 위해 필요한 기술이라고 정의하였으며, 구체적으로 10가지의 구성요인을 제시하였다. 의사결정(decision making), 문제해결(problem solving), 창조적 사고(creative thinking), 비판적 사고(critical thinking), 효과적 커뮤니케이션(effective relationship), 대인관계(interpersonal relationship), 자기인식(self awareness), 공감(empathy), 감정 억제(coping with emotions), 스트레스 대처(coping with stress)가 이에 해당하며 구체적인 내용은 아래의 <표 2-1>과 같이 10가지 사항을 제시하였다.

표 2-1. WHO(1994)의 라이프스킬 분류

라이프스킬	내용
의사결정 (decision making)	생활에 관한 결정을 건설적으로 수행하는 것을 도와준다.
문제해결 (problem solving)	일반적인 문제를 건설적으로 대처하는 것을 가능하게 한다.
창조적 사고 (creative thinking)	발상을 풍부하게 한다.
비판적 사고 (critical thinking)	객관적인 방법으로 정보나 체험을 분석한다.
효과적 커뮤니케이션 (effective relationship)	문화나 상황에 적합한 방식으로 언어적으로 또는 비언어적으로 자신을 표현하는 능력이다.

라이프스킬	내용
대인관계 (interpersonal relationship)	사람들과 좋은 관계를 유지한다.
자기인식 (self awareness)	자신의 성격, 자신의 장단점, 하고 싶은 것, 싫어하는 것 등을 알 수 있게 한다.
공감 (empathy)	다른 사람의 의견, 감정, 기분을 그대로 받아들여 내면으로부터 이해할 수 있다.
감정 억제 (coping with emotions)	불안이나 희로애락의 감정을 조절한다.
스트레스 대처 (coping with stress)	스트레스를 자기 나름대로 극복한다.

이러한 10가지 라이프스킬 구성요인은 문화적 및 사회적 요인에 따라 성질이 규정이 된다. 가령 아이 콘택트(eye contact)의 경우 남자에게는 대인관계 기술로서 효과적으로 활용될 수 있지만, 여자에게는 권장되지 않는 사회(예: 동아시아 유교권, 이슬람권 문화)가 있을 수 있다. 라이프스킬은 국가 수준 또는 지역의 문화의 차원을 뛰어넘은 공통성을 가지고 있다는 특징을 지니고 있어 누구나 일상에서 제약을 받지 않고 효과적인 사용이 가능하다. 특히 WHO는 라이프스킬과 건강 행동과의 관계에 대한 모델을 제시함으로써 정서적·심리적 사고를 통해 라이프스킬을 긍정적으로 활용하는 것에 대해 강조하고 있다(WHO, 1994). 자세한 내용은 아래 <그림 2-1>과 같다.



그림 2-1. WHO(1994)의 라이프스킬과 건강 행동의 관계

한편 WHO가 제시했던 라이프스킬의 구성요인들은 정서적 측면을 기반으로 제시하고 있다. 이는 신체적 측면과 관련된 라이프스킬을 포괄적으로 다루지 못하고 있다는 한계점을 지니고 있다. 이에 Hodge와 Danish(1999)는 라이프스킬에 대한 정의를 삶에서 마주하는 요구와 도전을 다룰 때 필요한 기술이라고 정의하면서, 신체적·행동적·인지적 영역 등 삶의 다양한 영역에 개입될 수 있음을 강조하여 다양한 연구들을

시도하고 있다. 따라서 라이프스킬은 행동·인지·정서적 능력과 실천능력 또는 내적 자산(inner assets)을 의미한다(임태희, 장창용, 2017; 배준수, 임태희, 장창용, 2019; Hodge & Danish, 1999). 가령, 자신이 어디를 향해 나아가고 있으며 자신이 진정으로 원하는 것이 무엇인지 자각하는 ‘자기인식 능력’, 자신의 감정을 알아차려 통제할 수 있는 ‘감정조절 능력’, 대인관계를 우호적으로 유지하기 위해 필요한 ‘대인관계 기술’ 등이 라이프스킬 개념에 포함된다. 또한 라이프스킬은 다차원적인 특성을 지니고 있으며 행동적이거나 인지적일 수도, 그리고 개인 내적이거나 대인 관계적일 수 있다(Hodge, Danish, & Martin, 2013).

국외를 비롯한 국내의 라이프스킬 연구자들은 이론적 개념을 탐색하고, 다양한 변인 관계를 규명하는 등 다양한 시도들을 통해 의미 있는 결과들을 도출해내고 있다. 특히 Gould와 Carson(2008)이 제시하였던 라이프스킬 지도모형을 비롯한 라이프스킬 전이 모델(Pierce, Pierce, Gould, & Camiré, 2017), 전인적 청소년 육성 모델(Holt, Neely, Slater, Camiré et al., 2017) 등에서는 스포츠 환경에서 청소년들의 발달과 라이프스킬을 습득하는 환경에 주된 관심사로 삼으며, 청소년이 참여하는 스포츠 환경에서의 지도자나 부모의 적극적인 지원, 성격특성, 흥미 수준 등과 같은 개인적·환경적 변인들을 특히 강조하고 있다. 이 같은 변인들은 청소년의 라이프스킬 발달뿐만 아니라 일상으로 효과적으로 전이(transfer)될 수 있는 요인들로 간주 되고 있다.

## 제2절 긍정적 청소년 발달과 스포츠

긍정적 청소년 발달(positive youth development)은 십여 년 정도의 짧은 역사에도 불구하고 주목받고 있는 긍정심리학(positive psychology)에 바탕을 두고 있다. 긍정심리학은 개인과 사회를 번영시키는 장점을 연구하는 심리학의 한 패러다임이라고 할 수 있다(Lerner et al., 2005). 기존의 전통적인 심리학은 부정적인 경험과 감정, 정신질환과 같은 병리들을 치료하고 교정하는데 치중한 나머지 인간의 긍정적인 측면인 용기, 창의성, 책임감과 같은 긍정적 가치를 개발하는 데 소홀함으로써 인간

이해의 측면에서 부족한 점이 있었다(Csikszentmihalyi, 2000). 반면, 긍정 심리학은 다수의 사람들이 자기의 재능을 개발하고, 삶을 보다 풍요롭고 충실하게 살 수 있도록 돕기 위한 연구이자 능력개발 심리학의 한 분야라고 할 수 있다(Seligman, 2002). 여기서 긍정심리학은 심리학이라는 특정 학문과 밀접하게 관련되어 있지만, 인간 이해와 발달이라는 관점에서 심리학뿐만 아니라 교육학, 스포츠에도 시사하는 바가 적지 않다. 학창시절의 스포츠 경험은 단지 신체적 발달을 촉진시키는 것 외에도 사회성 향상, 대인관계 기술 증진, 팀원과 협력하고, 동료들 배려함에 있어서 가치있는 경험이라 할 수 있다(임태희, 장창용, 배준수, 2019). 따라서 스포츠는 학생이기 이전에 한 사회의 구성원으로서, 또한 공동체적 삶을 영위하는 일원으로서 나의 행복과 타인의 안녕을 동시에 고려하는 기회를 줄 뿐만 아니라, 타인과 좋은 관계를 구축하게 하는 등 다방면의 부분에서 인성 발달의 원동력이 될 수 있다. 이렇듯, 스포츠는 한 개인이 전인적인 인간으로 성장해 나가는데 있어서 유용한 기회, 상황, 동기, 관계를 제공하는 강력한 추진제 역할을 한다(Ewing, Seefeldt, & Brown, 1996). 이처럼 전인적 인간으로의 성장과 발달 즉, 사회의 일원으로서 성공적인 일생을 영유하기 위해 필요한 사회성 발달, 대인관계 기술에 단서를 제공하고 있는 것이 바로 라이프스킬이라고 할 수 있으며, 이는 지속적인 스포츠 참여와 경험에서 습득·가능하고 기술에 내재된 가치들은 우리의 일상으로 전이되고 있다(Gould & Carson, 2008).

전인적 청소년 육성 접근 또한 청소년 교육이나 연구가 청소년들의 문제예방과 해결로 귀결되는 과거의 접근방식은 충분치 않으며(Roth & Brooks-Gunn, 2003), 더 나아가 모든 청소년들을 잠재력과 강점을 가진 존재로 인식하고 그들이 긍정적 태도, 건강한 습관, 라이프스킬 등과 같은 자질을 개발하여 성공적인 인생을 살아가는데 필요한 기술들을 갖추어야 한다고 본다(Hodge et al., 2013). 이는 청소년들을 문제해결 대상의 위치에서 가능성과 잠재력을 바탕으로 사회의 발달과 시대의 흐름을 주도하는 능동적인 존재로 인식하였다는 점에서 매우 새로운 관점이다(Holt, 2016). 실제로 최근에는 문제행동을 미연에 조치하여 청소년들의 태도나 습관, 라이프스킬 등을 향상시키는 방법이 가장 효과적이라는 결과가 보고되고 있다(Catalano, Berglund, Ryan, & Lonczak, 2004).

스포츠와 라이프스킬의 중요성을 인식한 학자들은 그 둘 간의 관계가 어떠한 관련성을 갖는지 밝혀내기 위하여, 스포츠에 라이프스킬 프로그램을 적용시키는 연구를 수행하여 왔다. 최초의 실험연구는 1991년 미국의 대학선수협회 NCAA(The National Collegiate Athletic Association)의 연구로 사회봉사 프로그램을 고등학생과 대학생 및 스포츠 선수들에게 적용시켜 심리기술훈련 및 전략을 통해 선수들의 경기력과 생활적응력을 향상시키는 것을 연구목적으로 하였다. 이렇듯 NCAA의 연구가 그 초석이 되어 라이프스킬에 대한 개념이 정립되었으며, 비로소 스포츠 현장에서 교육적인 프로그램을 통하여 라이프스킬을 적용하기 이른다(Danish & Nellen, 1997).

한편, 체육과 스포츠는 비슷한 의미로 인식되어 종종 혼용하는 경우가 많았으나, 경쟁의 의미가 강하게 내포되어 있는 스포츠를 볼 때, 넓은 의미로 체육에 포함된다고 할 수 있다. 스포츠는 체육의 목적을 달성하기 위한 수단이면서도, 교육적 측면을 함께 지니고 있다. 스포츠의 개념은 사회적, 경제적, 문화적 영향을 받으면서 변화해왔으며 현대에 이르러 그 의미는 매우 광범위하게 확대되었다. 과거의 스포츠가 신체적 활동이라는 점에 한정되어 있었다면 최근에는 신체활동뿐만 아니라 인간의 의미와 생활을 보다 풍부하게 할 수 있는 정신적, 감성적, 사회적, 유희적 요구에 부응하는 다양한 문화활동 전반의 의미가 강하다고 할 수 있다. 최근 동서양을 막론하고, 스포츠라는 커다란 플랫폼 위에서 긍정심리학의 개념과 방법론을 바탕으로 청소년들에게 유익하고, 긍정적인 프로그램 개발과 연구들이 이전보다 적극적으로 진행되고 있다. 다시 말해 긍정적 청소년 발달으로 일컫는 연구분야가 양적으로 증가하고 있으며 그 구체적인 노력의 일환으로 청소년들의 삶에 필요한 긍정적인 자질과 기술에 관련하는 라이프스킬 교육 프로그램들이 다양한 스포츠 종목의 범주 안에서 실행되고 있다(임태희, 장창용, 2017).

최근 국내의 스포츠 분야에서는 초-중-고-대 학생들이 검도, 태권도, 테니스, 방과후수업, 체육수업, 스포츠클럽, 클럽 활동을 통해서 어떠한 라이프스킬들이 어떻게 하였을 때 습득되는가를 알아보는 연구들이 많이 수행되고 있다. 이 연구들은 주로 무용, 승마, 축구, 농구, 야구 등과 같은 개인 또는 단체 스포츠를 통하여

수행되었으며, 프로그램들을 통해 학생들의 인내심, 협동심, 스포츠맨십 등과 같은 정의적 영역의 가치들과 타인과의 소통기술, 문제해결 능력 등과 같은 언어적, 인지적 측면의 역량들이 개발되었음이 확인되고 있다(공경희, 2014; 주지애, 2020).

이러한 연구들에서 공통적으로 제시하고 있는 점은 스포츠 참여를 통해 이러한 역량들이 자동적으로 생겨나는 것이 아니라 다양한 참여자들의 환경조건들이 충족되어야 하며, 그 중에서도 특히 참여자에 관련한 지도자의 숭선수범하는 노력과 실천철학이 결정적으로 중요하다는 점을 강조하고 있다(Kramers, Camiré, & Bean, 2019). 이러한 추세에 부응하여 청소년들에게 스포츠를 통하여 라이프스킬을 적극적, 의도적, 체계적으로 향상시키기 위한 스포츠 프로그램들이 개발되어 그 효과성을 검증하는 연구들도 진행되고 있다. 미국에서는 골프와 관련한 The First Tee, 미식축구와 관련한 내용으로 하는 Play It Smart, 다양한 종목으로 구성되어 있는 SUPER(Sports United to Promote Education and Recreation) 등의 프로그램들이 개발되었다. Holt, Deal, 그리고 Smyth(2016)는 <그림 2-2>에서 보는 것처럼 라이프스킬을 전인적 청소년 발달 접근의 핵심으로 여기고, 스포츠를 통한 전인적 청소년 발달과정을 순환단계로 설명하였다. 전인적 청소년 발달은 생태·환경 체계 및 개인 특성의 영향을 받게 되는 1단계, 전인적 청소년 발달 분위기는 암묵적(implicit), 라이프스킬 프로그램은 명시적(explicit) 과정을 통해 성장에 영향을 미치게 되는 2단계, 이어서 전인적 청소년 발달의 결과는 개인 그리고 사회, 환경 체계에 긍정적인 피드백을 주는 3단계의 순환구조를 이루게 된다.

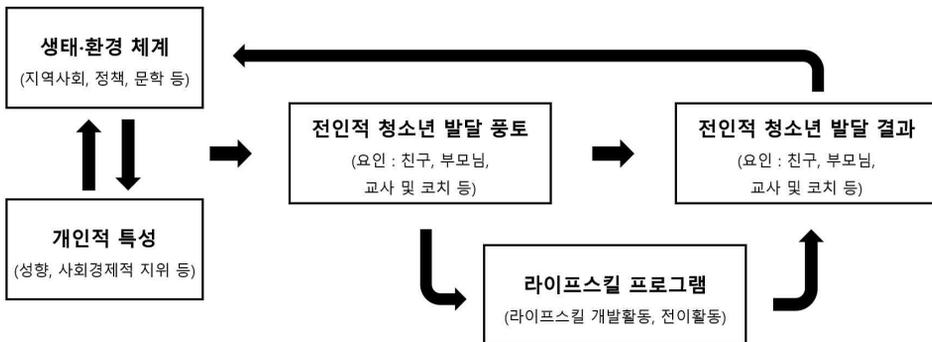


그림 2-2. 스포츠를 통한 긍정적 청소년 발달 모형 재구성(Holt 등, 2016)

스포츠를 통해 습득한 라이프스킬은 개인의 일상생활로 전이되어 개인의 내적 자산으로 이용 가능할 때, 비로소 그 유용성과 활용도가 높아진다고 할 수 있다. WHO(1994)와 유니세프는 라이프스킬을 ‘일상생활의 요구와 도전에 효과적으로 대처할 수 있는 적응력과 긍정적 행동을 하기 위한 능력’으로 정의하고 있다. WHO(1997)에서 제시되고 있는 라이프스킬의 핵심요소는 공감(empathy), 자기인식(self-awareness), 대인관계 기술들(interpersonal relationship), 의사소통(communication), 창조적 사고(creative thinking), 비판적 사고(critical thinking), 의사결정(decision making), 문제해결(problem solving), 스트레스 대처(coping with stress), 감정대처(coping with emotions) 등 10가지이다. 이러한 내용을 담고 있는 라이프스킬 프로그램은 질풍노도의 시기를 겪고 있는 국내 청소년들에게 스포츠 활동을 포함한 여러 가지 활동들을 제공함으로써 전인적 성장의 기회를 주게 된다. 즉, 참여자들로 하여금 심리적, 사회적, 정서적, 인지적 역량을 길러주어 사회의 일원으로서 개인의 전인적 삶에 영속적으로 기여할 수 있도록 도움을 줄 수 있다.

### 제3절 라이프스킬과 전이 가능성

스포츠를 통해 습득한 라이프스킬은 시간의 경과에 따라 손실되지 아니하고, 보다 다양한 삶의 궤적과 환경에 적용되어 한 개인의 웰빙에 기여할 때, 그 본래의 취지를 다하게 된다. 즉, 라이프스킬이 개인의 일상생활로 전이되어 내적 자산으로 이용 가능할 때, 비로소 그 유용성과 활용도가 높아진다고 할 수 있다. Jacobs와 Wright(2018)에 따르면, 라이프스킬은 장기간에 걸친 개인의 반성적 사고와 감정 안에서 이루어진다고 주장한다. Weiss와 Bolter, 그리고 Kipp(2014)은 라이프스킬의 전이를 확인하기 위하여 라이프스킬 프로그램을 통한 신체활동의 효과성을 측정할 수 있는 라이프스킬 전이 검사지(Life Skills Transfer Survey: LSTS)를 개발했으며, 그 하위요인은 다음과 같다. 만나기와 인사하기, 감정조절, 목표설정, 갈등해결, 의사소통기술, 건강관리, 다름인정, 도움받기, 도움주기 등이다. 반면, 국내에서는 임태희, 장창용, 배준수(2018)가 LSTS를 기초로 하여 검사문항을 개발하였으

며, 한국형 라이프스킬 전이 검사지로 타당한 측정도구인지 검증하였으며, 8요인 38문항 검사지의 타당성을 확인하였다.

국외의 경우 스포츠를 통한 라이프스킬의 발달 연구를 돌아보면, 프로그램 참여자들이 스포츠 활동을 통해서 라이프스킬이 체득되거나, 전이되는가에 대한 것이다. Danish, Forneris, 그리고 Wallace(2005)은 라이프스킬도 신체적 기술의 동위개념으로 인식하고, 시범이나, 모델링, 연습을 통해 가르칠 수 있다고 주장하였다. McCallister과 Blinde, 그리고 Weiss(2000)는 스포츠활동 참여자들이 모델화된 행동을 통해서 스포츠 참여를 통해 자연스럽게 생길 수 있는 부산물로 보았다. 한편, Holt와 Tink, Mandigo, 그리고 Fox(2008)는 라이프스킬이 직접적으로 학습되기보다는 개인적인 경험을 통해 체득될 수 있다는 주장을 하고 있다. 이와는 대조적으로 Holt(2016)는 라이프스킬이 스포츠 환경에서 실행되어질 때, 체득되어질 수 있음을 강조하고 있다. 표준화된 스포츠 활동경험을 통해서 기술발달이 이루어진다고 보았다. 국외의 경우를 보면, Gould와 동료들(2007)이 고등학교 스포츠 코치를 대상으로 수행한 연구를 살펴보면, 관련 코치, 선수들의 부모, 선수들을 대상으로 한 질적 연구에서 청소년들에게 스포츠 환경을 통하여 스트레스 관리기술, 의사결정기술, 리더십, 의사소통 기술 등을 향상시킬 수 있음을 제시하고 있다.

이뿐만 아니라 스포츠 활동을 통해 불안이나 걱정을 다루는 기술, 주위 사람들로부터의 과도한 기대와 압박을 다루는 기술, 바람직하지 못한 부모들의 압력을 대항하는 기술, 승부에서 승패에 반응하는 기술, 담배나 약물 남용에 저항하는 기술 등이 습득 가능하다고 보았다. 이러한 지속적이고 성공적인 라이프스킬의 체득을 위해서는 체계적인 스포츠 환경을 제공하고, 전문적인 스포츠 참여활동을 유도할 때 가능하다고 보았다. Hellison(2003)은 스포츠를 통해 학생들이 체득할 수 있는 가치들과 관련하여 라이프스킬을 증진시킬 수 있는 조건으로 선수-코치·감독에 두었다. 즉, 선수지도자들이 청소년들의 개별성을 존중하고, 심리적으로 안전한 환경을 제공하며, 지지적 환경풍토를 조성, 명백한 기대를 제공할 때, 가능하다고 주장하였다. 동서양을 막론한 쟁점은 이러한 스포츠 환경에서 체득한 라이프스킬이 단기간에 소실되지 아니하고, 삶의 여러 곳으로 파고들어 지속성을 가지느냐가 가능한 것인가이다. 따라서 청소년들

이 여러 생활 영역에서 적용가능한 행동이 스포츠 환경을 통해 변화될 수 있는지에 대한 연구와 그리고 그러한 변화들이 청소년들이 각기 대면하고 경험할 스포츠 환경 외에 적용 가능한지 즉, 개인 및 상황적 요인이 장기적인 심리적 변화에 지속적인 영향을 미치는지 조사하기 위한 연구가 필요하다(Holt, 2016).

이러한 연구 목적들의 변화 과정을 살펴볼 때, 전이는 목적의 최상위에 두고 있음을 알 수 있다. 전이에 관한 이러한 연구들 중 Pierce, Gould, Cowburn, 그리고 Driska(2016)가 시사하는 연구 결과는 그 의미가 크다. 스포츠가 사회생활에 유익한 기술에 도움이 될 수 있다는 증거를 12명의 레슬링 선수를 통해 종단연구로서 알아내고자 하였다. Pierce 등(2016)은 레슬링 캠프 프로그램에 참여한 참여자들이 심리적으로 어떠한 변화를 겪고, 이러한 긍정적인 변화들이 장기적인 관점에서 스포츠 환경 외부로 전이되어 계속된 심리적 변화를 유지하는지, 또 그러한 변화들이 개인적인 각각의 삶의 연장 선상에서 유익한지에 대한 전이 사실과 그 효과를 검증하고자 하였다.

이 연구는 특히 전직 선수들이 장기적인 심리적 효과가 발생하고 레슬링 캠프 외부의 삶의 영역으로 옮겨진다고 믿는 방법과 이유를 면밀하게 조사하였다는 점이다. 즉, 현상학적 연구 접근방식을 사용하였으며 참가자 12명의 면밀한 인터뷰를 토대로 단순히 변화를 묻는 설문방식을 넘어서 '왜 그렇게 생각하는가? 그러한 근거들은 무엇인가?'와 같은 증거 중심의 설문방식을 채택하였다는 점이다. 우편 설문 분석결과, 모든 참가자는 캠프장에게 프로그램들이 자신들의 삶에 긍정적인 영향을 주었던 것으로 나타났다. 또한 캠프 디렉터의 인터뷰들을 통해 참여자들이 장기적인 심리적 효과에 대한 객관적인 관점을 분석하였는데, 참가자들은 캠프에서 지식, 행동, 기술 및 성향을 배우고 개발한 것으로 나타났다. 무엇보다 중요한 것은 이렇게 습득된 유익한 기술들이 단기간에 생겼다가 소실되는 것이 아니라, 개인들의 성공을 위한 개인 내적자산, 또는 진로 정체성으로서 각자 다른 삶에로의 영역으로 모두 이전했다는 점이다. 이 진로 정체성은 강한 직업윤리와 그 직업윤리를 사용하여 삶의 모든 작업이나 경험을 극복하는 능력이라 할 수 있는데, 직업윤리는 성공을 향한 동기부여에 따라 적용과 사용방법이

개인마다 다양하게 나타났다. 이 정체성의 이전은 개인의 심리적 및 자전적 요인(예: 학습 개방성), 프로그램 기능 및 코칭 접근 방식(예: 경험적 학습) 및 전달맥락 요인(예: 기술사용 기회)의 영향을 받아 이루어졌으며, 무엇보다 연구에서 궁금해하는 전이 즉, 삶의 기술 이전에 대한 가능한 이유와 증거들(예: 메타인지 스키마)이 확인되었다. 자신의 내면화된 유익한 경험을 기억하고 캠프 밖에서의 성공을 위해 정체성을 사용하는 방식이 다양한 것으로 나타났다. 결과적으로 Pierce 등(2016)의 연구는 현상학적 연구를 통해 스포츠 환경에서 체득된 라이프스킬이 삶의 연장선상에 과연 전이될 수 있는지 그 가능성을 검증하였다는 점에서 의의가 있으며, 더 많은 전이연구에 대한 확장 가능성을 열어주었다고 할 수 있다.

라이프스킬 학습방법은 참여자들이 자신의 경험과 주변 사람들로부터 어떻게 배우는지 관찰하는 구성주의적 시각에서 출발한다. 학생들은 역동적인 교수학습과정에 적극적으로 참여하고 상호작용하며 역할극, 활동, 토론 등 다양한 수업방법을 경험하는 것이 특징이다. 이러한 학습활동은 라이프스킬 습득에 긍정적인 역할을 하게 되고, 여기에 의도적인 라이프스킬 지도가 협력하여 학생의 내재화를 돕게 된다. 결국 내재화된 학습결과는 학습자에게 상이한 환경과 풍토에서 자신의 자산으로 언제든지 발현 가능한 역량으로 나타나게 되는데 이러한 전이의 단계가 라이프스킬이 목표로 하는 마지막 단계라고 할 수 있다.

#### 제4절 스포츠를 통한 라이프스킬 전이

전이는 라이프스킬과 관련된 연구를 진행한 몇몇 연구자들이 라이프스킬은 스포츠를 통해서 학습되는 것인지 만약 학습된다면 현장에서의 삶의 기술이 또 다른 삶의 환경에 전이되는 것인가에 가정을 제기하면서 연구되기 시작하였다. 라이프스킬의 연구를 수행한 Danish와 Taylor, Hodge, 그리고 Heke(2004)는 라이프스킬을 청소년들이 살고 있는 다양한 환경에서 성공적인 삶을 영위할 수 있도록 돕는 인지, 행동, 대인관계, 등 내적 기술이라 정의하면서, 이러한 기술은 단지 신체활동과

스포츠 상황에서만 적용되어 쓰여지는 것만은 아니라고 주장하고 있다.

Gould와 Carson(2008)도 개인의 내재적 장점, 인성, 목표 설정 기술, 감정제어 기술, 자아존중, 근면한 윤리와 같은 요소들이 스포츠에서 개발되어, 유사한 스포츠 맥락에서 사용되어질 수 있게 전이되어지는 것라고 하면서 스포츠 상황에서 ‘라이프스킬 전이’의 중요성을 강조하였다. 라이프스킬의 발달과정과 관련하여 Gould와 Carson(2008)는 청소년들의 삶과 건강을 개선시킬 수 있는 라이프스킬 교육 프로그램의 토대와 관련하여 스포츠를 기반으로 한 라이프스킬 연구자들을 위한 3가지 주의할 점을 제시해주고 있다. 첫째, 라이프스킬 발달의 이론적 근거에 대한 설명이 명확할 것, 둘째, 라이프스킬에 대한 다양한 연구방법을 촉진시킬 것 셋째, 라이프스킬이 스포츠에서 삶으로 전이될 수 있는 연구가 되어야 할 것을 제안하고 있다.

하지만 그간 라이프스킬을 주제로 한 다수의 연구(Gould et al., 2007; Holt et al., 2008)가 진행되었음에도 불구하고, 라이프스킬의 전이에 대해 그 메커니즘을 밝혀내려는 분명한 연구는 많지 않았다. 전이를 구체적으로 고려한 연구의 시발점인 Martinek와 Schilling, 그리고 Johnson(2001)의 연구는 불우한 환경에 처한 아동의 개인적·사회적 책임을 촉진시키기 위해서 스포츠에서 사용되는 방과 후 학교 멘토링 프로그램을 대상으로 한 연구가 그 시초라고 할 수 있다. 이 연구에서는 젊은 세대가 아동을 위해 학교에서 어떻게 노력할 수 있는가를 보여주었으나, 학교 프로그램에서 학습된 많은 스킬들이 그들의 삶 속으로 어떻게 전이되는지는 정확하게 규명해 내지 못하였다. Hager와 Hodkinson(2009)은 전이는 하나의 분리된 처리과정이며, 지식과 기술이 하나의 환경에서 새로운 환경으로의 이전하는 과정이라는 것을 함의 때문에 명확하게 규명하는 것이 쉽지 않다고 하였다.

이러한 인간발달의 한 측면으로서 라이프스킬의 전이는 인간발달이 논리적이고 필연적인 과정으로 발생되지는 않으며, 과학적으로 명쾌하게 설명할 수 없을 뿐만 아니라 라이프스킬 전이에 대한 일반적인 연구모델도 충분하지 않은 작금의 상황에서, 현재 스포츠 심리학 분야가 직면한 과제라고 할 수 있다. 과거, 스포츠 심리학 분야에서 전이는 전반적인 라이프스킬의 발달과정의 부분적 연구 분야로 다루었으나, 최근

몇몇 연구에서는 전이 자체를 연구의 초점을 두고 발전시켜나가고 있다. 일례로, Weiss 등(2013)은 그들의 첫 번째 ‘First Tee’ 프로그램 평가에서 골프를 기반으로 한 라이프스킬 프로그램이 청소년의 대인관계와 자기관리 기술의 학습과 전이에 긍정적인 영향을 주는지 확인하였으며, Weiss와 Bolter, 그리고 Kipp(2014)은 First Tee 프로그램을 통해 스스로 인지하는 전이수준을 개량화하기 위하여 라이프스킬 전이평가 검사지(LTST)를 개발하였다. 이 검사지는 LTST의 내용과 구조면에서 타당도와 신뢰도를 확보되었으며, PYD프로그램과 관련된 라이프스킬 전이연구에 활용할 것을 제안하였다. 두 집단의 3년간의 장기적인 변화를 관찰한 종단연구 결과, 라이프스킬의 전이는 그 과정에 지도자가 개입하는 것이 보다 효과적이라는 것을 입증하였다(Weiss, Bolter, & Kipp, 2016).

한편, Pierce 등(2016)은 전통적인 학습 전이 모델을 참고하여 개인 학습자의 전이 경험을 설명하는 모델을 개발하였다. 이 모델은 스포츠 환경에 중점을 두었으며, 라이프스킬 전이과정에 영향을 미칠 수 있는 개인적인 요인들이 제시되고 있다. 이 모델에서 라이프스킬 전이는 환경의 지지조건 및 개인적 심리적 요인들의 상호작용이 긍정적 부정적 전이 결과로 귀결됨을 보여주고 있는데, 한 가지 특징적인 점은 보상체계, 신분 변화가 동인의 큰 부분을 차지한다는 점과 지도자의 특성과 지도방법이 라이프스킬에 상당한 영향을 미치고 있다는 점은 눈여겨볼 필요가 있다. 또한, 긍정적 전이 결과가 선순환적 요소로 기능하여 개인의 내적 자산으로 귀결되고, 이는 다시 다음 라이프스킬의 토대가 됨을 보여주고 있다. 이는 마치 피아제의 인지발달이론에서 주장하는 것처럼 새롭게 습득된 스키마가 또 다른 지식습득의 토대가 되는 것처럼 새롭게 채득한 라이프스킬은 더 넓은 영역으로의 도전에 있어서 내적 자산으로 기능함을 알 수 있다. 전이모델의 구체적인 내용은 다음 <그림 2-3>와 같다.

위 모델에서 스포츠 참여자들은 암묵적인 학습에 영향을 미칠 수 있는 지도자의 인성이나 스킬, 스포츠에 내재된 수요, 프로그램 설계방식에 영향을 받아 라이프스킬을 학습하게 되며, 전이 환경 요인들의 지지를 받아 심리기술을 체득하게 된다. 이러한

프로세스를 거쳐 라이프스킬이 내면화될 때, 개인은 전이를 위한 잠재력을 갖게 되며, 다양한 삶의 영역으로 나뉠대로의 라이프스킬을 확장시켜나갈 수 있다. 자신감, 지지인식 등 심리적 요인은 스포츠 이상의 삶의 영역에 라이프스킬을 응용하기 위한 전략에 영향을 주게 되며, 다양한 전이환경은 라이프스킬의 적용을 수월하게 하거나 저해하는 조건을 구성한다. 이러한, 조건에 따라 다양한 수준에서 개인은 의식·무의식적인 이해와 경험을 하게 되며, 개인은 스포츠 외의 삶에서 성공을 가능하게 할 수 있는 긍정적인 전이를 경험하게 되거나 때로는 스포츠 외의 삶에서 성공에 장애가 되는 부정적인 전이도 체험할 수도 있다. 전체적인 관점에서 보았을 때, 라이프스킬 전이는 개인이 학습을 이해하는 방법, 라이프스킬 발달의 시기와 방법, 전이환경 경험의 방법과 시기, 사회문화적 환경으로부터 연속된 영향을 받는다. Holt 등(2016)이 청소년을 대상으로 라이프스킬을 전인적 인간발달의 핵심으로 여기고, 순환단계로 설명하였다면, Pierce 등(2016)의 전이모델은 다양한 대상에 적용되면서 단선적이면서 부정적 전이까지 아우르는 통합적인 전이모델을 제시하였다.

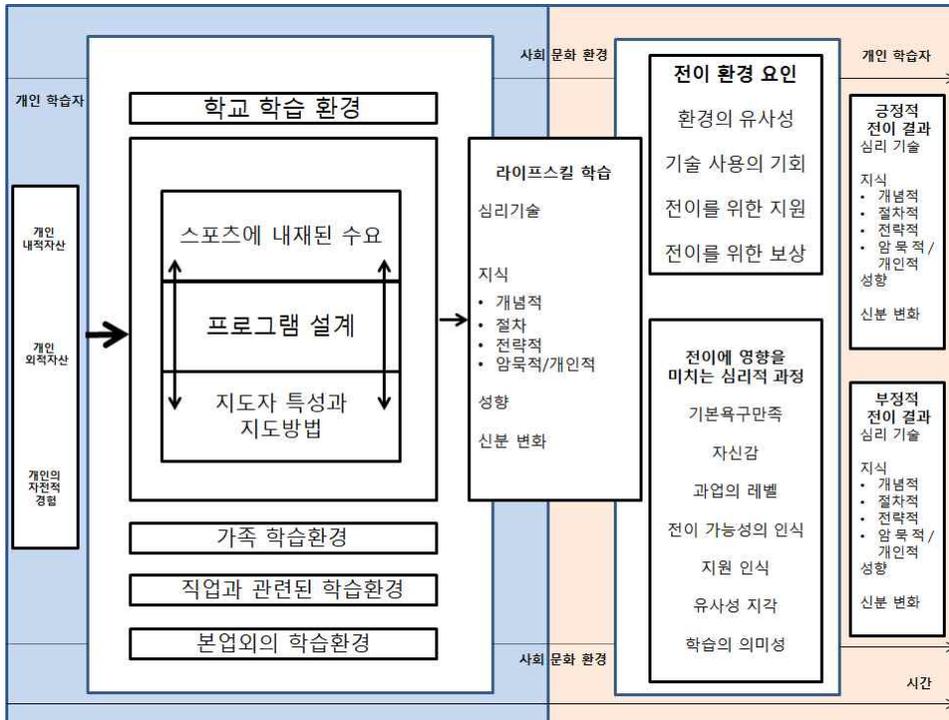


그림 2-3. Pierce 등(2016)의 전이 모델

## 제5절 스포츠 라이프스킬 국내외 연구동향

국내외 스포츠 기반 PYD 연구자들은 프로그램을 개발하고 그 효과성을 검증하기 위해 다양한 시도를 해오고 있다. 대표적인 몇 가지 사례를 살펴보면 다음과 같다.

Papacharisis, Goudas, Danish, 그리고 Theodorakis(2005)은 SUPER의 축약 형태(8개의 워크숍)를 10~12세의 그리스 축구와 배구 선수들에게 적용하였다. 두 번의 사전 검사와 사후 검사를 실시하였으며 SUPER에 참여한 집단과 참여하지 않은 집단 간의 차이를 검증하였다. 이들은 신체 기술의 향상, SUPER 프로그램에 대한 이해, 목표설정 능력, 문제해결 능력, 긍정적 생각 등을 중점적으로 측정 및 분석하였다. 사후 검사 결과, SUPER 프로그램에 참여한 집단의 개인적 목표설정, 문제해결, 그리고 긍정적 생각이 비참여 집단에 비해 향상된 것으로 나타났다. 게다가, SUPER 프로그램 참여 집단의 프로그램 이해도와 신체 기술 향상 또한 높은 것으로 나타났다.

Hodge, Katers, Formeris, Bocarro, 그리고 Sayre-McCord(2017)은 Papacharisis 등(2015)이 제시한 SUPER 프로그램과 미국의 NHL(national hockey league)에서 제공하는 유소년 발달 프로그램 HIFE(hockey is for everyone)를 결합한 HIFE-SUPER 프로그램의 효과를 검증하였다. 이 프로그램에는 36명의 유소년들이 11주 동안 참여하였고 데이터는 참여자들과 참여자들의 학부모에게서 수집하였다. 그 결과 부모 및 가정환경은 유소년들의 라이프스킬 습득과 발달에 중요한 요소로 규명되었고 HIFE-SUPER의 중요 레슨 내용들(라이프스킬 요소들)이 가정에서의 행동 변화를 끌어냈다고 보고하였다. 이 연구는 스포츠 기반의 라이프스킬 프로그램 효과를 검증하기 위해 유소년과 가장 밀접한 학부모를 대상으로 하였다는 점에서 의미가 있다.

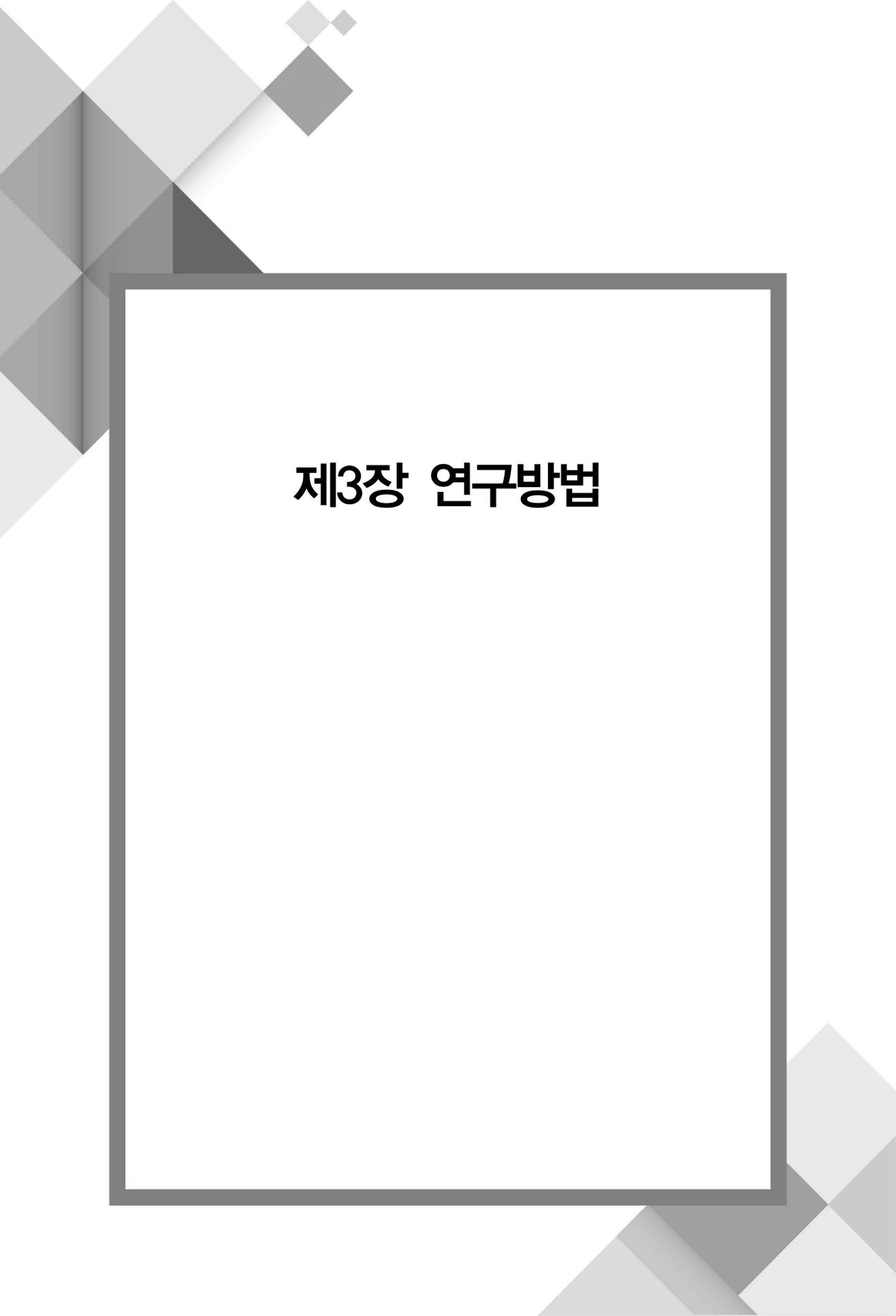
DC(Developing Champions) 프로그램(Hardcastle et al., 2015)은 유소년 전문 스포츠에 참여하고 있는 선수들의 경기력 향상과 라이프스킬을 동시에 목표로 한다. 구체적으로 이 프로그램은 학생선수들의 경기력 향상을 위해 필요한 심리기술을 훈련시키면서 동시에 스포츠 환경 내에서 또는 스포츠가 아닌 환경(예: 학업, 사회생활, 일상생활 등)에서 적절한 균형을 유지하는 데 필요한 자기조절 능력(self-regulation) 또는 대처능력(coping skills)을 길러주는 데 주된 목적이 있다.

크게 세 가지 단계를 거치는데, 첫 번째 단계는 'Foundation for My Success', 두 번째 단계는 'Advancing along My Sport Pathway', 그리고 세 번째 단계는 'Intensive Servicing'이다. Hardcastle과 동료들(2015)은 DC 프로그램의 효과성을 검증하기 위해 다양한 종목의 선수들(13세~18세)을 대상으로 질적 연구를 수행하였다. 그 결과 DC 프로그램은 스트레스 대처, 학업·사회·훈련의 균형 유지, 시간관리, 목표설정 등에 효과적인 것으로 나타났다.

Weiss 등(2016)은 The First Tee 프로그램에 참여하는 유소년 405명과 비교그룹 159명의 라이프스킬 전이수준을 비교 분석하고 The First Tee에 참여하는 유소년 192명을 3년간 반복측정하고 LGM을 이용하여 변화 양상을 살펴보았다. 그 결과, The First Tee에 참여하는 집단은 참여하지 않는 집단에 비해 라이프스킬 전이요인인 만나기와 인사하기, 감정조절, 갈등해결, 다름인정하기, 도움구하기가 높은 것으로 나타났을 뿐만 아니라, 학업요인인 인지된 학업 자신감, 인지된 행동 실천, 책임감, 정직, 도전적인 기술에 대한 선호, 자기통제적 학습 요인이 높은 것으로 확인되었다. 또한 3년간 수집한 종단자료 분석에 따르면, 연구 참여자들은 The First Tee에 참여함으로써 새로운 사람과 만나고 잘 지내는 기술, 서로 다른 배경과 관계를 이해하는 능력, 신뢰하는 사람이나 롤 모델로부터 도움을 구하는 능력이 향상된 것으로 확인되었다. 특히, LGM 결과를 통해 1차 측정(1년차)에서 가장 낮은 점수를 보였던 참여자가 다른 참여자에 비해 상승 폭이 컸다는 사실을 알 수 있었다.

국내에서는 최근 PEAK 프로그램(임태희, 2019)이 개발 및 적용되었다. PEAK는 Performance, Enhancement, Achievement, Knowledge의 약자로 스포츠 참여자들의 최상수행, 향상, 성취, 지식을 제공한다는 목적으로 개발되었다. 이 프로그램은 워크숍 형태로 진행되며 교육용 워크시트(임태희 등, 2019)를 사용한다는 특징이 있다. 크게 세 가지 단계로, 계획단계-습득단계-실천단계를 거치며 총 15차시로 구성된다. 임태희(2019)는 대학 선수들을 대상으로 PEAK 프로그램을 적용하고 학습태도의 변화를 살펴보았다. 그 결과, 라이프스킬에서는 목표설정, 시간관리, 그리고 대인관계 요인이, 학업태도에서는 만족도, 성취도, 자신감, 흥미도 요인에서 실험집단의 평균점수가 유의하게 향상된 것으로 나타났다.



The page features decorative geometric patterns in the corners. The top-left corner is filled with overlapping squares and triangles in various shades of gray, creating a layered, 3D effect. A similar pattern is visible in the bottom-right corner. The central area of the page is enclosed in a dark gray rectangular border.

## 제3장 연구방법



## 제3장 연구방법

### 제1절 연구 참여자

본 연구에서는 편의표본 방식을 통해 2020년 현재 대한체육회에 등록되어있는 중학교와 고등학교 학생선수 및 그 선수들을 지도하는 지도자(감독 및 코치)를 대상으로 하는 커플 자료 300개를 수집하였다. 운동 종목에 따라 선수와 지도자의 비율은 1:1 또는 1:다수였다. 개인종목과 단체종목 선수들을 지도하는 감독 및 코치들이 모두 포함되도록 고려하였다.

#### 1. 학생선수 참여자

학생선수 참여자는 수도권외의 학교 운동부에 소속된 중·고등학교 선수 총 300명이었다. 이들 중 남자 선수는 218명(72.7%)이었고 여자 선수는 82명(27.3%)이었다. 이들의 평균연령은 15.44세(SD=1.64)였고 평균적으로 5.46년(SD=2.40)의 운동경력을 가졌다. 총 11개 종목에서 참여하였고, 유도가 76명(25.3%)으로 가장 많았다. 구체적인 인구통계학적 특성은 아래 <표 3-1>에 제시하였다.

표 3-1. 학생선수 참여자의 인구통계학적 특성

	구분	n	%
성별	남자	218	72.7
	여자	82	27.3
학교급	중학생	130	43.3
	고등학생	170	56.7
종목	축구	37	12.4
	야구	30	10.0
	경영	24	8.0
	사격	5	1.7
	유도	76	25.3
	육상	46	15.3

구분		n	%
종목	카누	4	1.3
	테니스	20	6.7
	핀수영	19	6.3
	하키	35	11.7
	태권도	4	1.3
합계		300	100

## 2. 지도자

본 연구에 참여한 지도자는 학생선수 참여자들의 코치 및 감독 33명이었다. 남자 지도자는 26명(78.8%)이었고 여자 지도자는 7명(21.2%)이었다. 이들의 평균연령은 39.70세(SD=8.36)였고 평균적으로 13.52년(SD=10.01)동안 선수들을 지도한 경력이 있다고 답했다. 또한 과거 15.03년(SD=7.36) 정도의 운동선수 활동 경력이 있는 것으로 나타났다. 종목은 선수와 동일한 11개 종목이었고 육상 지도자가 9명(27.3%)으로 가장 많았고 유도 지도자가 6명(18.2%)으로 다음 순이었다. 구체적인 지도자의 인구통계학적 특성은 아래 <표 3-2>에 나타나 있다.

표 3-2. 지도자 참여자의 인구통계학적 특성

구분		n	%
성별	남자	26	78.8
	여자	7	21.2
종목	축구	2	6.1
	야구	1	3.0
	경영	1	3.0
	사격	1	3.0
	유도	6	18.2
	육상	9	27.3
	카누	1	3.0
	테니스	4	12.1
	핀수영	2	6.1
	하키	5	15.2
	태권도	1	3.0
합계		33	100

## 제2절 연구절차

이 연구의 연구 참여자는 라이프스킬 프로그램에 관심이 있는 중·고등학교 운동부를 대상으로 선정하였다. 먼저 학교 관리자 및 운동부 지도자들과 연구 윤리·절차·방법 및 목적 등을 자세히 설명하고 이에 동의를 구하였다. 무엇보다 라이프스킬 연구 진행에 대한 적극적인 협조를 받기 위해 지도자와 선수들에게 라이프스킬이 필요한 이유와 이점 등을 충분히 설명하였다.

본 연구의 참여자는 자발적 참여를 원칙으로 하며 연구 참여자들(지도자 및 선수)에게 연구의 취지를 숙지하는 교육과 함께 참여 연구 참여 동의를 확인한 후 자료조사를 진행하였다. 또한, 학생선수들은 모두 미성년자이므로 본인뿐만 아니라 보호자의 동의서도 제출하도록 했다. 또한 본 연구를 통하여 획득된 자료 및 정보는 연구목적 이외의 용도로 사용하지 않으며, 자료 보관에 있어서 인터넷이 연결되어 있지 않은 별도의 컴퓨터 하드웨어에 안전하게 보관할 것이라는 내용을 명확하게 전달하였다. 본 연구의 질문지에 응답하는 데 필요한 시간은 약 10분 정도 소요되었고 수집된 자료는 각각의 방법에 맞게 분석하였다.

## 제3절 측정도구

### 1. 스포츠 라이프스킬 척도

학생선수들의 스포츠 라이프스킬을 측정하기 위해 장창용 등(2020)이 개발한 스포츠 라이프스킬 척도(Life Skills Scale for Student-Athletes, LSSSA)를 사용하였다. 이 척도는 기본심리육구 이론과 결합하여 자율성, 유능성, 관계성 세 가지 영역으로 구분된다. 자율성 영역에는 2요인인 시간관리와 목표설정 요인이 포함되며, 유능성 영역에는 2요인인 스트레스 관리와 긍정적 생각 요인, 그리고 관계성 영역에는 3요인인 갈등해결, 의사소통, 감정조절 요인이 포함되어 있다. 이 척도는 전체 7요인(총 26문항)으로 구성되어 있으며 각 문항은 5점 Likert 척도(1점=전혀 아니다; 5점=매우 그렇다)로 응답한다.

## 2. 라이프스킬 전이 척도

라이프스킬의 전이 여부를 측정하기 위해 국외에서 개발된 LSTS(Life Skills Transfer Survey, Weiss, Bolter, & Kipp, 2014)를 기반으로 임태희 등(2018)이 국내 실정에 맞게 타당화한 한국판 라이프스킬 전이 척도(Korean Life Skills Transfer Survey, 이하 KLSTS)를 사용하였다. KLSTS는 스포츠 환경에서 배운 라이프스킬이 일상생활에서도 사용되는지(전이)를 측정한다는 특징이 있다. 이 측정도구는 8요인 38문항으로 구성되어 있으며 각 문항은 5점 Likert 척도(1점=전혀아니다; 5점=매우그렇다)로 응답한다. 8개의 하위요인에 대한 세부적인 정보는 <표 3-3>과 같다.

표 3-3. 측정도구의 구성

척도	하위요인	문항 수		출처
		개별 문항	총 문항	
LSSSA (학생선수용 스포츠 라이프스킬 척도)	시간관리	3	26	장창용 등(2020)
	목표설정	4		
	스트레스 관리	3		
	긍정적 생각	5		
	갈등해결	5		
	의사소통	3		
	감정조절	3		
KLSTS (한국형 라이프스킬 전이 척도)	도움주고받기	7	38	임태희 등(2018)
	건강관리하기	5		
	다름인정하기	3		
	만나기와 인사하기	6		
	목표설정하기	5		
	친구 갈등해결 하기	4		
	형제 갈등해결 하기	4		
감정조절하기	4			

## 3. 지도자용 측정도구 내용타당도 검증

본 연구는 학생선수와 지도자 모두를 연구대상으로 한다. 본 연구에 사용될 스포츠

라이프스킬 척도와 KLSTS는 학생선수들을 대상으로 개발되었다. 따라서 지도자들을 대상으로 측정도구가 적합하도록 전문가 회의를 통해 내용타당도 과정을 거쳤다. 두 개의 측정도구에 대한 내용타당도 검증을 위해 스포츠심리학 박사 2인, 교육측정 및 평가 박사 1인, 스포츠심리학 박사과정 1인이 참여하였으며, 내용타당도를 결과 스포츠 라이프스킬 측정도구는 지도자에게도 적합하였다. 한편, 라이프스킬 전이 측정도구에 대한 검토 결과, 지도자를 위한 라이프스킬 전이 척도는 총 38문항 중에서 19문항의 내용을 수정하였다. 수정된 척도는 부록에 첨부하였다.

#### 4. Pilot Study

본 연구를 진행하기 위한 사전단계로 지도자를 대상으로 스포츠 라이프스킬 척도와 라이프스킬 전이 척도의 적합성을 알아보기 위해 상관관계와 신뢰도를 검사하였다. 22명의 지도자를 대상으로 파일럿 연구를 실시한 결과는 <표 3-4>와 같다. 파일럿 연구 결과에 따르면, 스포츠 라이프스킬 척도와 라이프스킬 전이 척도는 각 척도 간 및 척도 내의 하위 요인 사이의 상관관계는 사례 수가 적음에도 불구하고 적절한 것으로 나타났다. 또한, 두 측정도구에 대한 신뢰도 검사 결과 경우, 전체적으로 모든 하위 요인의 신뢰도 값이 적합한 것으로 나타났다.

표 3-4. 변인들의 상관관계 및 신뢰도 (n=22)

변인	스포츠 라이프스킬							라이프스킬 전이						
	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
1. 목표설정	-	.53*	.46*	.38	.05	-.21	.31	.09	.43*	.73**	.09	.06	.26	.56**
2. 시간관리	-	-	.50*	.53*	.20	-.43*	.54**	.47*	.50**	.69**	.41	.53*	.69**	.38
3. 스트레스 대처	-	-	-	.61**	.60**	-.37	.46*	.42	.56**	.77**	.45*	.35	.61**	.43*
4. 긍정적 생각	-	-	-	-	.24	-.55**	.36	.73**	.55**	.46*	.49*	.68**	.63**	.35
5. 갈등해결	-	-	-	-	-	-.26	.37	.14	.31	.34	.31	.02	.27	.04
6. 의사소통	-	-	-	-	-	-	-.42	-.67**	-.65**	-.33	-.40	-.54**	-.54**	-.06
7. 감정조절	-	-	-	-	-	-	-	.38	.65**	.49*	.37	.34	.25	.16
1. 만나기(인사하기)	-	-	-	-	-	-	-	-	.65**	.21	.58**	.83**	.69**	.34
2. 감정조절	-	-	-	-	-	-	-	-	-	.54**	.51*	.51*	.51*	.31
3. 목표설정	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	.26	.34	.48*	.46*
4. 친구갈등해결	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	.61**	.62**	.03
5. 다름인정	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	.65**	.16
6. 도움주기	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	.31
7. 도움받기	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
신뢰도 (α)	.83	.86	.87	.87	.82	.69	.71	.94	.80	.96	.94	.93	.84	.94

\*  $P < .05$ , \*\*  $P < .01$

## 제4절 자료 분석

### 1. 기술통계 및 상관관계

수집된 자료의 경향성을 살펴보기 위해 기술통계(descriptive statistics)를 실시하였다. 자료의 평균과 표준편차, 그리고 왜도 및 첨도를 통해 자료의 정규성을 살펴보고 변인을 구성하고 있는 하위요인들 간의 신뢰도 및 상관관계 분석을 실시하였다. 이때 신뢰도는 Cronbach's  $\alpha$ 계수를 이용하였으며 상관관계는 Pearson의 적률상관계수( $r$ )를 사용하였다.

### 2. 독립표본 t-test와 ANOVA

학생선수들의 인구통계학적 변인(예: 성별, 학급, 학년)에 따른 라이프스킬 및 라이프스킬 전이의 차이를 검증하기 위해 독립표본 t-test와 일원배치분산분석(analysis of variance; ANOVA)을 실시하였다.

### 3. 다중회귀분석

학생선수들의 라이프스킬이 라이프스킬 전이에 어떠한 영향을 미치는지 알아보기 위해 다중회귀분석(multiple regression analysis)을 실시하였다.

### 4. 행위자-상대자 상호의존모형(APIM) 분석

본 연구의 목적을 수행하기 위해 학생선수와 선수를 지도하는 지도자 모두가 연구대상이며 따라서 학생선수와 지도자로부터 얻어진 자료가 동시에 수집되어야 한다. <그림 3-1>은 본 연구에서 분석할 가설 모형을 나타낸다. APIM 분석은 커플 자료 분석(dyadic data analysis)의 한 형태로 운동선수와 지도자가 커플 형태를 이루게 된다(홍세희, 2016). APIM 분석은 <그림 3-1>에서 보듯이, 선수와 지도자 상호간에 영향을 주는 효과를 검증하게 되는데 선수가 선수에게 혹은

지도자가 지도자에게 단계에 따라 영향을 주는 효과는 ‘행위자(actor) 효과’로 명명하고, 선수가 지도자에게 혹은 지도자가 선수에게 영향을 주는 효과(그림에서 대각선 효과)는 ‘상대자(partner) 효과’로 분석한다(Fitzpatrick, Gareau, Lafontaine, & Gaudreau, 2015). 또한, 본 연구에서는 APIM 분석을 위한 기본적인 스포츠 라이프스킬과 라이프스킬 전이 영향 관계에 운동종목이나 운동선수 경력, 지도자의 지도경력 등을 독립변수로 추가하여 분석함으로써 선수와 지도자의 각 라이프스킬 경로에 미치는 영향정도를 통계적으로 검증하게 된다.

본 연구는 라이프스킬에 대한 개개인 학생선수들과 지도자 라이프스킬의 상호작용 효과를 평가하기 위한 것으로 AMOS 프로그램이 이용될 것이다. 본 연구에서 설명하는 APIM에는 네 가지 잠재 변수가 있으며, 측정모델과 관련된 방정식은 다음과 같다.

위 연구모형의 추정 방법은 최대우도법(maximum likelihood)을 사용할 것이고 모형의 적합도를 평가하기 위한 지수들은 보편적으로 요구(홍세희, 2018; Kline, 2015)되는  $X^2/df(Q)$ , CFI, TLI, RMSEA, SRMR을 사용할 계획이다. 보편적으로  $X^2/df(Q)$ 는 절대값 3 이하일 때, CFI와 TLI .9 이상일 때, 그리고 RMSEA와 SRMR은 .08 이하일 때 ‘매우 좋은 적합도’로 평가할 수 있다(Hu & Bentler, 1999).

$X_{i1} = \Lambda_{x1}\xi_1 + \delta_{i1}$	학생선수간
$X_{i2} = \Lambda_{x2}\xi_2 + \delta_{i2}$	지도자간
$Y_{i1} = \Lambda_{y1}\eta_1 + \epsilon_{i1}$	학생선수와 지도자
$Y_{i2} = \Lambda_{y2}\eta_2 + \epsilon_{i2}$	지도자와 학생선수

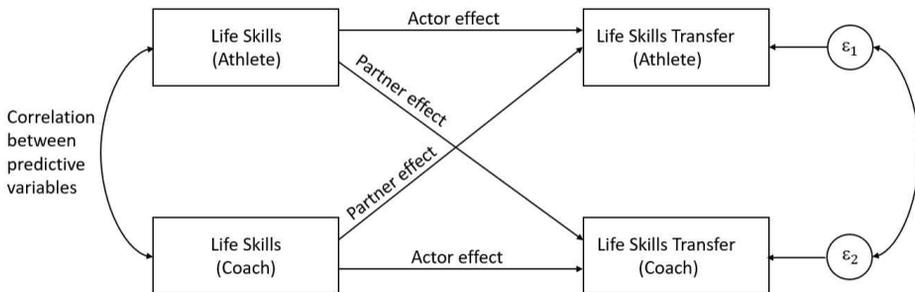
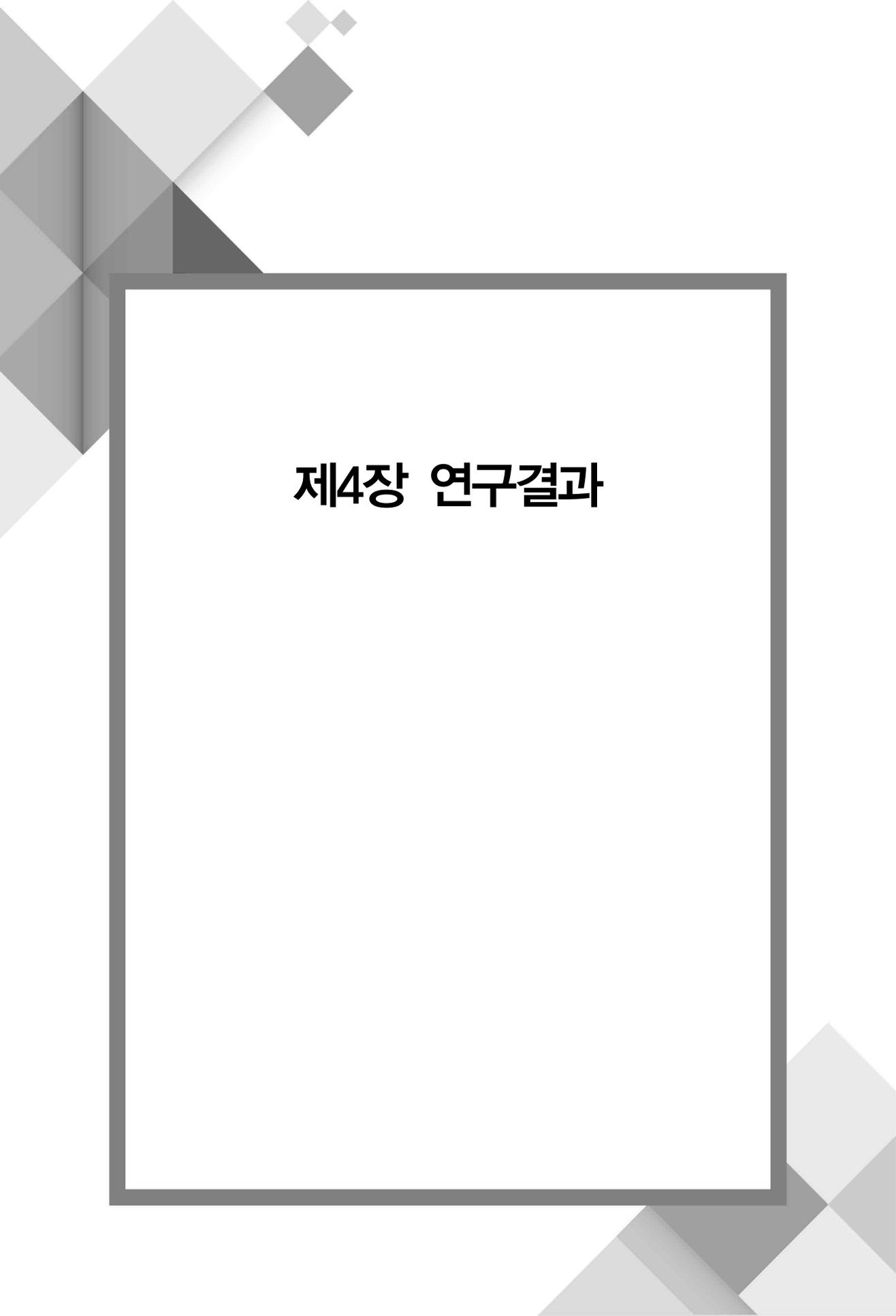


그림 3-1. 학생선수와 지도자 사이의 스포츠 라이프스킬 및 라이프스킬 전이 모형





## 제4장 연구결과



## 제4장 연구결과

### 제1절 인구통계 변인에 따른 선수의 스포츠 라이프스킬 및 전이의 차이

#### 1. 성별에 따른 스포츠 라이프스킬 및 라이프스킬 전이의 차이

성별에 따른 스포츠 라이프스킬 평균차이를 알아본 결과, 남자가 여자보다 높은 것으로 나타났다. 스포츠 라이프스킬의 경우, 목표설정, 시간관리, 스트레스 대처, 긍정적 생각 등 4가지 요인에서 여자에 비해 높았으며, 나머지 3개의 요인에서는 큰 차이가 없었다. 단, 여자의 경우에는 감정조절의 평균값(3.73)이 남자(3.62)보다 유일하게 높았으나, 통계적으로 유의하지는 않았다( $P < .05$ ). 다음 라이프스킬 전이의 평균값을 확인해본 결과, 만나기와 인사하기, 감정조절, 목표설정, 친구갈등해결, 형제갈등해결, 건강관리, 다름인정하기, 도움주고받기 8개 영역 모두에서 평균값은 남자가 높았으나, 통계적으로 유의미한 차이는 없는 것으로 나타났다 ( $P > .05$ ).

표 4-1. 선수 성별에 따른 스포츠 라이프스킬 및 전이의 차이

(남=218, 여=82)

요인	집단	M	SD	평균차	t	df	p																																																													
목표설정	남자	4.04	.64	.28	3.52	298	.001																																																													
	여자	3.76	.58					시간관리	남자	3.76	.79	.22	2.15	298	.032	여자	3.54	.79	스트레스 대처	남자	3.73	.83	.31	2.93	298	.004	여자	3.42	.77	스포츠 라이프스킬 긍정적 생각	남자	3.97	.68	.29	3.34	298	.001	여자	3.68	.67	갈등해결	남자	4.04	.64	.07	.88	298	.378	여자	3.97	.66	의사소통	남자	2.11	.87	.13	1.44	209	.151	여자	1.98	.60	감정조절	남자	3.62	.76	-.11	-1.14
시간관리	남자	3.76	.79	.22	2.15	298	.032																																																													
	여자	3.54	.79					스트레스 대처	남자	3.73	.83	.31	2.93	298	.004	여자	3.42	.77	스포츠 라이프스킬 긍정적 생각	남자	3.97	.68	.29	3.34	298	.001	여자	3.68	.67	갈등해결	남자	4.04	.64	.07	.88	298	.378	여자	3.97	.66	의사소통	남자	2.11	.87	.13	1.44	209	.151	여자	1.98	.60	감정조절	남자	3.62	.76	-.11	-1.14	298	.256	여자	3.73	.78						
스트레스 대처	남자	3.73	.83	.31	2.93	298	.004																																																													
	여자	3.42	.77					스포츠 라이프스킬 긍정적 생각	남자	3.97	.68	.29	3.34	298	.001	여자	3.68	.67	갈등해결	남자	4.04	.64	.07	.88	298	.378	여자	3.97	.66	의사소통	남자	2.11	.87	.13	1.44	209	.151	여자	1.98	.60	감정조절	남자	3.62	.76	-.11	-1.14	298	.256	여자	3.73	.78																	
스포츠 라이프스킬 긍정적 생각	남자	3.97	.68	.29	3.34	298	.001																																																													
	여자	3.68	.67					갈등해결	남자	4.04	.64	.07	.88	298	.378	여자	3.97	.66	의사소통	남자	2.11	.87	.13	1.44	209	.151	여자	1.98	.60	감정조절	남자	3.62	.76	-.11	-1.14	298	.256	여자	3.73	.78																												
갈등해결	남자	4.04	.64	.07	.88	298	.378																																																													
	여자	3.97	.66					의사소통	남자	2.11	.87	.13	1.44	209	.151	여자	1.98	.60	감정조절	남자	3.62	.76	-.11	-1.14	298	.256	여자	3.73	.78																																							
의사소통	남자	2.11	.87	.13	1.44	209	.151																																																													
	여자	1.98	.60					감정조절	남자	3.62	.76	-.11	-1.14	298	.256	여자	3.73	.78																																																		
감정조절	남자	3.62	.76	-.11	-1.14	298	.256																																																													
	여자	3.73	.78																																																																	

요인	집단	M	SD	평균차	t	df	p	
라이프스킬 전이	만나기와 인사하기	남자	3.80	.58	.13	1.77	298	.078
		여자	3.67	.56				
	감정조절	남자	3.96	.64	.11	1.38	298	.169
		여자	3.84	.60				
	목표설정	남자	4.13	.62	.08	1.05	298	.295
		여자	4.04	.57				
	친구갈등해결	남자	3.73	.74	.09	.95	298	.340
		여자	3.64	.60				
	형제갈등해결	남자	4.01	.66	.14	1.83	176	.069
		여자	3.88	.54				
	건강관리	남자	3.84	.74	.11	1.24	298	.216
		여자	3.73	.66				
	다름인정하기	남자	4.39	.60	.04	.55	298	.586
		여자	4.35	.60				
도움주고받기	남자	4.00	.62	.09	1.20	298	.233	
	여자	3.90	.59					

## 2. 학교급에 따른 스포츠 라이프스킬 및 라이프스킬 전이의 차이

학교급에 따른 라이프스킬의 평균차이를 알아본 결과, 중학생의 목표설정 평균값은 3.91, 고등학생은 4.01이었으며, 시간관리, 스트레스 대처, 긍정적인 생각, 갈등해결, 감정조절에서의 평균값에서 조금씩 차이가 있었으나, 통계적으로 유의미한 차이는 확인되지 않았다. 하지만, 의사소통의 경우에 중학생 ( $M=2.20$ )과 고등학생( $M=1.98$ )의 평균값이 낮았으며 스포츠 라이프스킬의 7개 요인 중 유일하게 통계적으로 유의한 차이가 확인되었다( $P<.05$ ).

다음으로 학교급에 따른 라이프스킬 전이의 평균차이를 알아보았다. 만나기와 인사하기, 감정조절, 목표설정, 친구갈등해결, 건강관리, 다름인정하기 등 6개 영역에서는 중학생과 고등학생 사이에 통계적으로 유의한 평균차이는 없는 것으로 나타났다( $P>.05$ ). 하지만, 형제갈등해결의 경우, 중학생의 평균값이 3.83, 고등학생이 4.09를 나타내 결과적으로 고등학생이 .26점 더 높았으며, 도움주고받기의 경우, 중학생이 3.88, 고등학생이 4.04로 나타나 고등학생이 .16점 더 높았고, 이 두 영역에서 통계적으로 유의한 차이가 확인되었다( $P<.05$ ).

표 4-2. 선수 학급에 따른 스포츠 라이프스킬 및 라이프스킬 전이의 차이

(중학생=130, 고등학생=170)

요인	집단	M	SD	평균차	t	df	p																																																																																																																																																							
스포츠 라이프스킬	목표설정	중학생	3.91	.60	-1.35	-.10	298	.179																																																																																																																																																						
		고등학생	4.01	.66					시간관리	중학생	3.63	.79	-1.39	-.13	298	.167	고등학생	3.76	.80	스트레스 대처	중학생	3.64	.75	-.10	-.01	298	.917	고등학생	3.65	.88	긍정적 생각	중학생	3.91	.65	.42	.03	298	.676	고등학생	3.87	.72	갈등해결	중학생	3.97	.61	-1.11	-.08	298	.268	고등학생	4.06	.67	의사소통	중학생	2.20	.78	2.29	.21	298	.023	고등학생	1.98	.81	감정조절	중학생	3.62	.72	-.53	-.05	298	.594	고등학생	3.67	.79	라이프스킬 전이	만나기와 인사하기	중학생	3.78	.50	.42	.03	297	.673	고등학생	3.76	.62	감정조절	중학생	3.93	.58	.06	.00	298	.955	고등학생	3.92	.66	목표설정	중학생	4.04	.55	-1.53	-.11	294	.127	고등학생	4.15	.64	친구갈등해결	중학생	3.64	.65	-1.41	-.11	293	.159	고등학생	3.76	.74	형제갈등해결	중학생	3.83	.59	-3.55	-.26	298	.000	고등학생	4.09	.64	건강관리	중학생	3.75	.65	-1.29	-.11	298	.197	고등학생	3.86	.76	다름인정하기	중학생	4.39	.51	.26	.02	297	.792	고등학생	4.37	.66	도움주고받기	중학생	3.88	.59	-2.20	-.16
	시간관리	중학생	3.63	.79	-1.39	-.13	298	.167																																																																																																																																																						
		고등학생	3.76	.80					스트레스 대처	중학생	3.64	.75	-.10	-.01	298	.917	고등학생	3.65	.88	긍정적 생각	중학생	3.91	.65	.42	.03	298	.676	고등학생	3.87	.72	갈등해결	중학생	3.97	.61	-1.11	-.08	298	.268	고등학생	4.06	.67	의사소통	중학생	2.20	.78	2.29	.21	298	.023	고등학생	1.98	.81	감정조절	중학생	3.62	.72	-.53	-.05	298	.594	고등학생	3.67	.79	라이프스킬 전이	만나기와 인사하기	중학생	3.78	.50	.42	.03	297	.673	고등학생	3.76		.62	감정조절	중학생	3.93	.58	.06	.00	298	.955	고등학생	3.92	.66	목표설정	중학생	4.04	.55	-1.53	-.11	294	.127	고등학생	4.15	.64	친구갈등해결	중학생	3.64	.65	-1.41	-.11	293	.159	고등학생	3.76	.74	형제갈등해결	중학생	3.83	.59	-3.55	-.26	298	.000	고등학생	4.09	.64	건강관리	중학생	3.75	.65	-1.29	-.11	298	.197	고등학생	3.86	.76	다름인정하기	중학생	4.39	.51	.26	.02	297	.792	고등학생	4.37	.66	도움주고받기	중학생	3.88	.59	-2.20	-.16	298	.029	고등학생	4.04	.62					
	스트레스 대처	중학생	3.64	.75	-.10	-.01	298	.917																																																																																																																																																						
		고등학생	3.65	.88					긍정적 생각	중학생	3.91	.65	.42	.03	298	.676	고등학생	3.87	.72	갈등해결	중학생	3.97	.61	-1.11	-.08	298	.268	고등학생	4.06	.67	의사소통	중학생	2.20	.78	2.29	.21	298	.023	고등학생	1.98	.81	감정조절	중학생	3.62	.72	-.53	-.05	298	.594	고등학생	3.67	.79	라이프스킬 전이	만나기와 인사하기	중학생	3.78	.50	.42	.03	297	.673	고등학생	3.76		.62	감정조절	중학생	3.93	.58	.06	.00	298	.955	고등학생		3.92	.66	목표설정	중학생	4.04	.55	-1.53	-.11	294	.127	고등학생	4.15	.64	친구갈등해결	중학생	3.64	.65	-1.41	-.11	293	.159	고등학생	3.76	.74	형제갈등해결	중학생	3.83	.59	-3.55	-.26	298	.000	고등학생	4.09	.64	건강관리	중학생	3.75	.65	-1.29	-.11	298	.197	고등학생	3.86	.76	다름인정하기	중학생	4.39	.51	.26	.02	297	.792	고등학생	4.37	.66	도움주고받기	중학생	3.88	.59	-2.20	-.16	298	.029	고등학생	4.04	.62															
	긍정적 생각	중학생	3.91	.65	.42	.03	298	.676																																																																																																																																																						
		고등학생	3.87	.72					갈등해결	중학생	3.97	.61	-1.11	-.08	298	.268	고등학생	4.06	.67	의사소통	중학생	2.20	.78	2.29	.21	298	.023	고등학생	1.98	.81	감정조절	중학생	3.62	.72	-.53	-.05	298	.594	고등학생	3.67	.79	라이프스킬 전이	만나기와 인사하기	중학생	3.78	.50	.42	.03	297	.673	고등학생	3.76		.62	감정조절	중학생	3.93	.58	.06	.00	298	.955	고등학생		3.92	.66	목표설정	중학생	4.04	.55	-1.53	-.11	294	.127		고등학생	4.15	.64	친구갈등해결	중학생	3.64	.65	-1.41	-.11	293	.159	고등학생	3.76	.74	형제갈등해결	중학생	3.83	.59	-3.55	-.26	298	.000	고등학생	4.09	.64	건강관리	중학생	3.75	.65	-1.29	-.11	298	.197	고등학생	3.86	.76	다름인정하기	중학생	4.39	.51	.26	.02	297	.792	고등학생	4.37	.66	도움주고받기	중학생	3.88	.59	-2.20	-.16	298	.029	고등학생	4.04	.62																									
	갈등해결	중학생	3.97	.61	-1.11	-.08	298	.268																																																																																																																																																						
		고등학생	4.06	.67					의사소통	중학생	2.20	.78	2.29	.21	298	.023	고등학생	1.98	.81	감정조절	중학생	3.62	.72	-.53	-.05	298	.594	고등학생	3.67	.79	라이프스킬 전이	만나기와 인사하기	중학생	3.78	.50	.42	.03	297	.673	고등학생	3.76		.62	감정조절	중학생	3.93	.58	.06	.00	298	.955	고등학생		3.92	.66	목표설정	중학생	4.04	.55	-1.53	-.11	294	.127		고등학생	4.15	.64	친구갈등해결	중학생	3.64	.65	-1.41	-.11	293		.159	고등학생	3.76	.74	형제갈등해결	중학생	3.83	.59	-3.55	-.26	298	.000	고등학생	4.09	.64	건강관리	중학생	3.75	.65	-1.29	-.11	298	.197	고등학생	3.86	.76	다름인정하기	중학생	4.39	.51	.26	.02	297	.792	고등학생	4.37	.66	도움주고받기	중학생	3.88	.59	-2.20	-.16	298	.029	고등학생	4.04	.62																																			
	의사소통	중학생	2.20	.78	2.29	.21	298	.023																																																																																																																																																						
		고등학생	1.98	.81					감정조절	중학생	3.62	.72	-.53	-.05	298	.594	고등학생	3.67	.79	라이프스킬 전이	만나기와 인사하기	중학생	3.78	.50	.42	.03	297	.673	고등학생	3.76		.62	감정조절	중학생	3.93	.58	.06	.00	298	.955	고등학생		3.92	.66	목표설정	중학생	4.04	.55	-1.53	-.11	294	.127		고등학생	4.15	.64	친구갈등해결	중학생	3.64	.65	-1.41	-.11	293		.159	고등학생	3.76	.74	형제갈등해결	중학생	3.83	.59	-3.55	-.26		298	.000	고등학생	4.09	.64	건강관리	중학생	3.75	.65	-1.29	-.11	298	.197	고등학생	3.86	.76	다름인정하기	중학생	4.39	.51	.26	.02	297	.792	고등학생	4.37	.66	도움주고받기	중학생	3.88	.59	-2.20	-.16	298	.029	고등학생	4.04	.62																																													
	감정조절	중학생	3.62	.72	-.53	-.05	298	.594																																																																																																																																																						
		고등학생	3.67	.79					라이프스킬 전이	만나기와 인사하기	중학생	3.78	.50	.42	.03	297	.673	고등학생	3.76		.62	감정조절	중학생	3.93	.58	.06	.00	298	.955	고등학생		3.92	.66	목표설정	중학생	4.04	.55	-1.53	-.11	294	.127		고등학생	4.15	.64	친구갈등해결	중학생	3.64	.65	-1.41	-.11	293		.159	고등학생	3.76	.74	형제갈등해결	중학생	3.83	.59	-3.55	-.26		298	.000	고등학생	4.09	.64	건강관리	중학생	3.75	.65	-1.29		-.11	298	.197	고등학생	3.86	.76	다름인정하기	중학생	4.39	.51	.26	.02	297	.792	고등학생	4.37	.66	도움주고받기	중학생	3.88	.59	-2.20	-.16	298	.029	고등학생	4.04	.62																																																							
	라이프스킬 전이	만나기와 인사하기	중학생	3.78	.50	.42	.03	297			.673																																																																																																																																																			
			고등학생	3.76	.62					감정조절		중학생	3.93	.58	.06	.00	298	.955	고등학생		3.92	.66	목표설정	중학생	4.04	.55	-1.53	-.11	294	.127		고등학생	4.15	.64	친구갈등해결	중학생	3.64	.65	-1.41	-.11	293		.159	고등학생	3.76	.74	형제갈등해결	중학생	3.83	.59	-3.55	-.26		298	.000	고등학생	4.09	.64	건강관리	중학생	3.75	.65	-1.29		-.11	298	.197	고등학생	3.86	.76	다름인정하기	중학생	4.39	.51		.26	.02	297	.792	고등학생	4.37	.66	도움주고받기	중학생	3.88	.59	-2.20	-.16	298	.029	고등학생	4.04	.62																																																																	
감정조절		중학생	3.93	.58	.06	.00	298	.955																																																																																																																																																						
		고등학생	3.92	.66						목표설정	중학생	4.04	.55	-1.53	-.11	294	.127	고등학생	4.15		.64	친구갈등해결	중학생	3.64	.65	-1.41	-.11	293	.159	고등학생		3.76	.74	형제갈등해결	중학생	3.83	.59	-3.55	-.26	298	.000		고등학생	4.09	.64	건강관리	중학생	3.75	.65	-1.29	-.11	298		.197	고등학생	3.86	.76	다름인정하기	중학생	4.39	.51	.26	.02		297	.792	고등학생	4.37	.66	도움주고받기	중학생	3.88	.59	-2.20	-.16	298	.029	고등학생	4.04	.62																																																																														
목표설정		중학생	4.04	.55	-1.53	-.11	294	.127																																																																																																																																																						
		고등학생	4.15	.64						친구갈등해결	중학생	3.64	.65	-1.41	-.11	293	.159	고등학생	3.76		.74	형제갈등해결	중학생	3.83	.59	-3.55	-.26	298	.000	고등학생		4.09	.64	건강관리	중학생	3.75	.65	-1.29	-.11	298	.197		고등학생	3.86	.76	다름인정하기	중학생	4.39	.51	.26	.02	297		.792	고등학생	4.37	.66	도움주고받기	중학생	3.88	.59	-2.20	-.16	298	.029	고등학생	4.04	.62																																																																																										
친구갈등해결		중학생	3.64	.65	-1.41	-.11	293	.159																																																																																																																																																						
		고등학생	3.76	.74						형제갈등해결	중학생	3.83	.59	-3.55	-.26	298	.000	고등학생	4.09		.64	건강관리	중학생	3.75	.65	-1.29	-.11	298	.197	고등학생		3.86	.76	다름인정하기	중학생	4.39	.51	.26	.02	297	.792		고등학생	4.37	.66	도움주고받기	중학생	3.88	.59	-2.20	-.16	298	.029	고등학생	4.04	.62																																																																																																						
형제갈등해결		중학생	3.83	.59	-3.55	-.26	298	.000																																																																																																																																																						
		고등학생	4.09	.64						건강관리	중학생	3.75	.65	-1.29	-.11	298	.197	고등학생	3.86		.76	다름인정하기	중학생	4.39	.51	.26	.02	297	.792	고등학생		4.37	.66	도움주고받기	중학생	3.88	.59	-2.20	-.16	298	.029	고등학생	4.04	.62																																																																																																																		
건강관리		중학생	3.75	.65	-1.29	-.11	298	.197																																																																																																																																																						
		고등학생	3.86	.76						다름인정하기	중학생	4.39	.51	.26	.02	297	.792	고등학생	4.37		.66	도움주고받기	중학생	3.88	.59	-2.20	-.16	298	.029	고등학생	4.04	.62																																																																																																																														
다름인정하기		중학생	4.39	.51	.26	.02	297	.792																																																																																																																																																						
		고등학생	4.37	.66						도움주고받기	중학생	3.88	.59	-2.20	-.16	298	.029	고등학생	4.04	.62																																																																																																																																										
도움주고받기		중학생	3.88	.59	-2.20	-.16	298	.029																																																																																																																																																						
		고등학생	4.04	.62																																																																																																																																																										

### 3. 학년에 따른 스포츠 라이프스킬 및 전이의 차이

#### 가. 중학교 선수들의 학년별 스포츠 라이프스킬 및 라이프스킬 전이의 차이

중학교 선수들을 대상으로 학년에 따른 스포츠 라이프스킬의 평균값을 알아보았다. 목표설정의 경우, 1학년이 3.96, 2학년이 3.99, 3학년이 3.72로 나타났으며, 7개의 요인(목표설정, 시간관리, 스트레스대처, 긍정적인 생각, 갈등해결, 의사소통, 감정조절) 모두에서 통계적으로 유의한 차이는 발견되지 않았다.

다음으로, 학년에 따른 라이프스킬 전이의 평균값을 알아본 결과, 8개의 요인(만나기와 인사하기, 감정조절, 목표설정, 친구갈등해결, 형제갈등해결, 건강관리, 다름인정하기, 도움주고받기) 모두에서 통계적으로 유의한 차이는 발견되지 않았다( $P > .05$ ).

표 4-3. 중학교 선수들의 스포츠 라이프스킬 및 라이프스킬 전이의 차이

(1학년=53, 2학년=44, 3학년=33)

요인	요인	집단	평균	표준편차	F	p	사후검증
스포츠 라이프스킬	목표설정	1학년	3.96	.61	2.269	.108	-
		2학년	3.99	.57			
		3학년	3.72	.60			
	시간관리	1학년	3.74	.73	1.047	.354	-
		2학년	3.61	.85			
		3학년	3.48	.80			
	스트레스 대처	1학년	3.81	.80	2.468	.089	-
		2학년	3.55	.71			
		3학년	3.48	.67			
	긍정적 생각	1학년	4.08	.62	3.377	.037	-
		2학년	3.84	.58			
		3학년	3.73	.73			
	갈등해결	1학년	4.06	.68	1.387	.254	-
		2학년	3.86	.52			
		3학년	3.99	.57			
	의사소통	1학년	2.30	.93	.879	.418	-
		2학년	2.17	.65			
		3학년	2.07	.65			
	감정조절	1학년	3.65	.79	.253	.776	-
		2학년	3.64	.66			
		3학년	3.55	.72			

요인	요인	집단	평균	표준편차	F	p	사후검증
라이프스킬 전이	만나기와 인사하기	1학년	3.80	.55	2.332	.101	-
		2학년	3.88	.49			
		3학년	3.63	.40			
	감정조절	1학년	4.00	.57	.766	.467	-
		2학년	3.87	.64			
		3학년	3.88	.52			
	목표설정	1학년	4.03	.57	.044	.957	-
		2학년	4.06	.58			
		3학년	4.04	.48			
	친구갈등해결	1학년	3.73	.65	1.167	.315	-
		2학년	3.64	.65			
		3학년	3.51	.62			
	형제갈등해결	1학년	3.82	.59	.008	.992	-
		2학년	3.84	.64			
		3학년	3.83	.53			
	건강관리	1학년	3.84	.66	1.072	.345	-
		2학년	3.71	.61			
		3학년	3.64	.69			
다름인정하기	1학년	4.43	.51	.666	.515	-	
	2학년	4.40	.53				
	3학년	4.30	.50				
도움주고받기	1학년	3.93	.58	.651	.523	-	
	2학년	3.90	.62				
	3학년	3.78	.57				

#### 나. 고등학교 선수들의 학년별 스포츠 라이프스킬 및 라이프스킬 전이의 차이

고등학교 선수들을 대상으로 학년에 따른 라이프스킬의 평균값을 알아보았다. 스트레스 대처의 경우, 1학년이 3.63, 2학년이 3.65, 3학년이 3.72로 나타났으며, 7개의 요인(목표설정, 시간관리, 스트레스대처, 긍정적인 생각, 갈등해결, 의사소통, 감정조절) 모두에서 통계적으로 유의한 차이는 발견되지 않았다( $P>.05$ ).

다음으로, 라이프스킬 전이의 평균값을 알아보았다. 다름인정하기의 경우, 1학년이 4.34, 2학년이 4.32 3학년이 4.55로 나타나 7개의 다른 요인에 비하여 더 높은 평균값을 보여주었으며, 8개의 요인(만나기와 인사하기, 감정조절, 목표

설정, 친구갈등해결, 형제갈등해결, 건강관리, 다름인정하기, 도움주고받기) 모두에서 학년에 따른 차이는 통계적으로 유의하지 않았다( $P>.05$ ).

표 4-4. 고등학교 선수들의 스포츠 라이프스킬 및 라이프스킬 전이의 차이  
(1학년=72, 2학년=67, 3학년=31)

요인	요인	집단	평균	표준편차	F	p	사후검증
라이프스킬	목표설정	1학년	3.98	.69	1,554	.215	-
		2학년	3.95	.59			
		3학년	4.19	.72			
	시간관리	1학년	3.76	.77	1,066	.347	-
		2학년	3.67	.81			
		3학년	3.92	.85			
	스트레스 대처	1학년	3.63	.80	.128	.880	-
		2학년	3.65	.95			
		3학년	3.72	.91			
라이프스킬 전이	긍정적 생각	1학년	3.90	.72	1,611	.203	-
		2학년	3.77	.72			
		3학년	4.04	.73			
	갈등해결	1학년	4.08	.65	.253	.776	-
		2학년	4.01	.69			
		3학년	4.11	.69			
	의사소통	1학년	1.95	.71	.225	.799	-
		2학년	1.99	.81			
		3학년	2.06	1.04			
감정조절	1학년	3.65	.84	1,158	.317	-	
	2학년	3.60	.75				
	3학년	3.86	.74				
라이프스킬 전이	만나기와 인사하기	1학년	3.78	.61	2,212	.113	-
		2학년	3.65	.59			
		3학년	3.92	.69			
	감정조절	1학년	3.91	.68	1,643	.197	-
		2학년	3.85	.66			
		3학년	4.11	.63			
목표설정	1학년	4.14	.64	.280	.756	-	
	2학년	4.12	.65				
	3학년	4.23	.65				

요인	요인	집단	평균	표준편차	F	p	사후검증
라이프스킬 전이	친구갈등해결	1학년	3.73	.77	1.025	.361	-
		2학년	3.71	.72			
		3학년	3.93	.73			
	형제갈등해결	1학년	4.08	.60	1.392	.251	-
		2학년	4.02	.69			
		3학년	4.25	.63			
	건강관리	1학년	3.79	.85	1.274	.282	-
		2학년	3.84	.69			
		3학년	4.05	.67			
	다름인정하기	1학년	4.34	.65	1.406	.248	-
		2학년	4.32	.68			
		3학년	4.55	.61			
	도움주고받기	1학년	3.98	.61	1.742	.178	-
		2학년	4.02	.63			
		3학년	4.22	.62			

## 제2절 기술통계 및 상관관계

### 1. 학생선수의 스포츠 라이프스킬 및 라이프스킬 전이

본 연구의 연구모형에 투입될 주요 연구 변수의 유의한 상관관계 및 변수들 간의 다중공선성을 확인하기 위해 선수 라이프스킬과 라이프스킬 전이의 상관 상관분석을 실시한 결과는 <표 4-5>과 같다. 독립변수 간의 상관값이 .70 이하로 나타나 독립변수들 간의 다중공선성 선행조건은 성립되었다. 요인들 간의 상관을 살펴보았을 때, 스포츠 라이프스킬의 목표설정은 의사소통을 제외하고, 스포츠 라이프스킬 및 라이프스킬 전이 모두와 정적관계가 있는 것으로 나타났다( $P < .01$ ).

선수들의 스포츠 라이프스킬과 라이프스킬 전이의 상관관계를 간추려보면, 의사소통은 모든 요인과 부적상관을 갖고 있는데 의사소통을 구성하는 문항들이 역문항이므로 다른 요인들과 서로 정적 상관관계를 형성하는 것으로 확인되었다. 각 요인들을 구성하는 문항들의 신뢰도는 .72~.90으로 적합한 값을 보여주었다.

표 4-5. 선수 스포츠 라이프스킬과 라이프스킬 전이의 상관

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
1. 목표설정	(.85)														
2. 시간관리	.619**	(.84)													
3. 스트레스대처	.421**	.420**	(.80)												
4. 긍정적생각	.490**	.467**	.628**	(.79)											
5. 갈등해결	.508**	.492**	.591**	.556**	(.90)										
6. 의사소통	-.197**	-.175**	-.170**	-.229**	-.343**	(.80)									
7. 감정조절	.242**	.324**	.323**	.334**	.416**	-.165**	(.72)								
8. 만나기와인사	.538**	.527**	.611**	.594**	.619**	-.224**	.347**	(.69)							
9. 감정조절	.538**	.500**	.597**	.594**	.629**	-.264**	.362**	.774**	(.74)						
10. 목표설정	.555**	.518**	.520**	.543**	.681**	-.359**	.346**	.651**	.649**	(.78)					
11. 친구갈등해결	.509**	.582**	.612**	.607**	.595**	-.212**	.355**	.755**	.749**	.618**	(.73)				
12. 형제갈등해결	.528**	.497**	.482**	.520**	.583**	-.311**	.359**	.621**	.629**	.731**	.627**	(.66)			
13. 건강관리	.529**	.550**	.569**	.579**	.634**	-.212**	.390**	.718**	.702**	.656**	.773**	.657**	(.80)		
14. 다름인정	.467**	.374**	.373**	.442**	.517**	-.303**	.289**	.477**	.514**	.578**	.432**	.520**	.423**	(.60)	
15. 도움주고받기	.592**	.555**	.525**	.574**	.676**	-.271**	.376**	.710**	.771**	.713**	.750**	.719**	.755**	.563**	(.83)
<i>M</i>	3.97	3.70	3.65	3.89	4.02	2.08	3.65	3.77	3.93	4.10	3.71	3.97	3.81	4.38	3.97
<i>SD</i>	.63	.80	.82	.69	.64	.80	.76	.57	.63	.61	.70	.63	.72	.60	.61

Note. ( )는 신뢰도임.

\*\*  $P < .01$

## 2. 지도자의 스포츠 라이프스킬 및 라이프스킬 전이

지도자의 스포츠 라이프스킬 및 라이프스킬 전이 상관을 분석한 결과, 의사소통은 목표설정( $r = -.381, P < .05$ ) 및 갈등해결과는( $r = -.434, P < .05$ ) 부적 상관관계를 형성하고 있었으며, 목표설정은 시간관리( $r = .670, P < .01$ ), 스트레스대처( $r = .497, P < .01$ ), 긍정적생각( $r = .438, P < .05$ ), 전이요인에서 다름인정을 제외( $r = .292, P > .05$ )한 모든 요인들과 정적 상관관계를 보여주었다( $P < .05$ ). 시간관리 역시 모든 전이 요인들과 정적 상관이 있음을 확인할 수 있었으며( $P < .01$ ), 스트레스대처는 긍정적인생각( $r = .743, P < .01$ ), 갈등해결( $r = .442, P < .05$ ), 전이 요인의 건강관리( $r = .435, P < .05$ )에만 서로의 정적 영향이 있음을 알 수 있었다. 긍정적인 생각은 만나기와 인사하기, 목표설정을 두 요인을 제외한 모든 전이요인과 정적상관을 보여주었다( $P < .05$ ).

표 4-6에서 보듯이, 지도자의 라이프스킬 전이의 하위 요인을 구성하는 문항들의 신뢰도 값은 전체적으로 상당히 낮았다. 특히, 형제갈등해결, 건강관리, 그리고 다름인정 요인들이 제시하는 신뢰도 값은 요인들 간의 상관관계 해석에 대한 의미를 떨어뜨린다.

표 4-6. 지도자의 스포츠 라이프스킬과 라이프스킬 전이의 상관

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
1. 목표설정	(.73)														
2. 시간관리	.670**	(.88)													
3. 스트레스대처	.497**	.449**	(.70)												
4. 긍정적생각	.438*	.604**	.743**	(.77)											
5. 갈등해결	.320	.401*	.442*	.462**	(.79)										
6. 의사소통	-.381*	-.343	-.137	-.178	-.434*	(.60)									
7. 감정조절	.327	.152	.174	.092	.293	-.147	(.75)								
8. 만나기와인사	.379*	.512**	.153	.284	.243	-.462**	.016	(.71)							
9. 감정조절	.544**	.592**	.339	.460**	.367*	-.417*	.258	.623**	(.67)						
10. 목표설정	.655**	.582**	.299	.311	.426*	-.535**	.610**	.495**	.740**	(.68)					
11. 친구갈등해결	.465**	.607**	.283	.381*	.440*	-.390*	.292	.650**	.763**	.700**	(.65)				
12. 형제갈등해결	.553**	.490**	.332	.377*	.553**	-.349*	.393*	.605**	.703**	.725**	.680**	(.47)			
13. 건강관리	.619**	.549**	.435*	.526**	.410*	-.368*	.241	.616**	.756**	.674**	.715**	.695**	(.48)		
14. 다름인정	.292	.508**	.270	.461**	.405*	-.201	.173	.425*	.582**	.395*	.506**	.373*	.604**	(.19)	
15. 도움주요받기	.540**	.659**	.202	.385*	.373*	-.178	.219	.648**	.699**	.598**	.704**	.749**	.898**	.604**	(.70)
<i>M</i>	4.19	3.91	3.94	4.13	4.12	1.88	3.76	3.87	3.87	3.96	3.85	3.89	3.96	3.62	3.96
<i>SD</i>	.53	.75	.63	.56	.45	.57	.65	.48	.48	.48	.47	.44	.37	.68	.43

Note. ( )는 신뢰도임.

\*  $P < .05$ , \*\*  $P < .01$

### 제3절 학생선수의 스포츠 라이프스킬이 라이프스킬 전이에 미치는 영향

다중 회귀분석을 통하여 선수의 스포츠 라이프스킬이 라이프스킬 전이에 미치는 영향을 알아보았다. 먼저, 회귀모형은 유의하게 나타났으며( $F=51.04$ ,  $P < .001$ ), 모형설명력은 55%(수정된 R제곱은 .55)로 나타났다. 만나기와 인사하기에 영향을 미치는 라이프스킬 요인들을 영향력이 큰 순서대로 나열하면 스트레스 대처( $\beta = .241$ ,  $P < .001$ ), 갈등해결( $\beta = .225$ ,  $P < .001$ ), 긍정적인 생각( $\beta = .171$ ,  $P < .01$ ), 목표설정( $\beta = .144$ ,  $P < .01$ ), 시간관리( $\beta = .133$ ,  $P < .05$ ) 순으로 나타났다.

다음 감정조절 전이요인에 영향을 미치는 스포츠 라이프스킬 요인을 살펴본 결과 목표설정( $\beta = .166, P < .01$ ), 스트레스대처( $\beta = .213, P < .001$ ), 긍정적인 생각( $\beta = .177, P < .01$ ), 갈등해결( $\beta = .241, P < .001$ )로 나타났다. F값은 50.27을, 모형설명력은 54.7%를 나타냈다. 목표설정에 유의한 영향을 미치는 스포츠 라이프스킬 요인은 목표설정( $\beta = .181, P < .001$ ), 시간관리( $\beta = .107, P < .05$ ), 갈등해결( $\beta = .372, P < .001$ ), 의사소통( $\beta = .133, P < .001$ ),으로 나타났다. F값은 54.37을, 모형설명력은 56.6%로 확인되었다. 친구갈등해결에 가장 큰 영향을 주는 스포츠 라이프스킬은 시간관리( $\beta = .256, P < .001$ ), 스트레스 대처( $\beta = .241, P < .001$ ), 긍정적 생각( $\beta = .200, P < .001$ )순으로 나타났다. 형제갈등해결에 가장 큰 영향을 주는 스포츠 라이프스킬 두 요인은 목표설정( $\beta = .194, P < .001$ )과 갈등해결( $\beta = .225, P < .001$ )로 나타났다. 건강관리에는 시간관리와 갈등해결이, 다름인정하기에는 목표설정과 갈등해결이, 도움주고받기에는 목표설정과 갈등해결의 영향이 큰 것으로 확인되었다. 8가지 종속변수에 대한 다중 회귀분석의 모든 설명력은 35%에서 58.3% 사이로 나타났으며, 회귀모형 F값이 통계적으로 유의함을 보여주었다( $P < .001$ ).

표 4-7. 선수 스포츠 라이프스킬 및 전이에 관한 회귀분석 결과

종속	독립	B	S.E.	$\beta$	t	F	R <sup>2</sup>
만나기와 인사하기	목표설정	.130	.048	.144	2.697**	51,042****	.550
	시간관리	.095	.038	.133	2.503*		
	스트레스 대처	.168	.038	.241	4.397****		
	긍정적 생각	.142	.046	.171	3.095**		
	갈등해결	.201	.051	.225	3.948****		
	의사소통	.005	.030	.007	.176		
	감정조절	.029	.033	.039	.889		
감정조절	목표설정	.165	.053	.166	3.098**	50,277****	.547
	시간관리	.062	.042	.079	1.492		
	스트레스 대처	.163	.042	.213	3.872****		
	긍정적 생각	.161	.050	.177	3.190**		
	갈등해결	.236	.056	.241	4.209****		
	의사소통	.036	.033	.046	1.097		
감정조절	.050	.036	.060	1.361			

종속	독립	B	S.E.	$\beta$	t	F	R <sup>2</sup>
목표설정	목표설정	.173	.050	.181	3.446***	54,378***	.566
	시간관리	.081	.039	.107	2.055*		
	스트레스 대처	.060	.040	.081	1.513		
	긍정적 생각	.092	.048	.105	1.932		
	갈등해결	.351	.053	.372	6.644***		
	의사소통	.100	.031	.133	3.222***		
	감정조절	.023	.034	.029	.679		
친구갈등 해결	목표설정	.060	.059	.054	1.029	53,520***	.562
	시간관리	.226	.046	.256	4.896***		
	스트레스 대처	.207	.046	.241	4.465***		
	긍정적 생각	.205	.056	.200	3.677***		
	갈등해결	.185	.062	.169	3.001**		
	의사소통	.003	.036	.003	.072		
	감정조절	.040	.040	.043	1.000		
형제갈등 해결	목표설정	.194	.058	.194	3.354***	37,098***	.471
	시간관리	.095	.046	.119	2.077*		
	스트레스 대처	.065	.046	.084	1.421		
	긍정적 생각	.123	.055	.134	2.240*		
	갈등해결	.222	.061	.225	3.641***		
	의사소통	.090	.036	.114	2.497*		
	감정조절	.074	.040	.089	1.856		
건강관리	목표설정	.134	.061	.118	2.203*	50,285***	.547
	시간관리	.156	.048	.174	3.269***		
	스트레스 대처	.136	.048	.156	2.829**		
	긍정적 생각	.170	.058	.163	2.951**		
	갈등해결	.307	.064	.275	4.801***		
	의사소통	.014	.038	.016	.370		
	감정조절	.083	.042	.088	2.000*		
다름인정 하기	목표설정	.219	.060	.232	3.623***	23,055***	.356
	시간관리	.000	.048	.000	-.003		
	스트레스 대처	-.003	.048	-.004	-.062		
	긍정적 생각	.120	.057	.138	2.098*		
	갈등해결	.238	.064	.255	3.739***		
	의사소통	.095	.037	.128	-2.536*		
	감정조절	.048	.041	.061	1.166		

종속	독립	B	S.E.	$\beta$	t	F	R <sup>2</sup>
도움주고 받기	목표설정	.208	.050	.216	4.203***		
	시간관리	.100	.039	.131	2.561*		
	스트레스 대처	.039	.039	.052	.982		
	긍정적 생각	.135	.047	.152	2.859**	58.421***	.583
	갈등해결	.334	.052	.351	6.395***		
	의사소통	-.023	.031	-.030	-.741		
	감정조절	.050	.034	.063	1.477		

\* $P < .05$ , \*\* $P < .01$ , \*\*\* $P < .001$

## 제4절 APIM 분석

### 1. 무조건 모형 1 분석

APIM에서는 파트너 관계에 있는 선수와 지도자가 서로 영향을 주고받는 것으로 가정하기 때문에 독립변수 간의 상관을 설정한다. 또한 선수와 지도자의 종속변수를 추정할 때 독립변수로 추정되지 않는 부분(잔차 e31, e32)이 다른 변수들에 의해 설명될 수 있으므로 잔차 간 상관이 존재한다고 가정한다. 예를 들어, 학생선수의 경우, 선수의 학부모 등 제3의 변수들이 종속변수에 영향을 미칠 수 있다. 이처럼 잔차 간 상관을 가정하면 제3의 변수 영향이 혼합되지 않기 때문에 모형에서 추정된 값을 설정한 독립변수들에 의한 순수한 설명력이라고 추론이 가능하게 된다. 따라서 본 가설적 모형에서도 지도자와 학생선수 간의 라이프스킬에는 상관관계가 있는 것으로 가정하였으며, 선수의 라이프스킬, 지도자의 라이프스킬의 잔차 간 상관관계가 있는 것으로 가정하였다.

모델적합도는 <표 4-8>에서 보는 것처럼 CFI의 값이 .742, TLI 값이 .652를 나타내어 만족스럽지 못하지만 수용은 가능한 모형으로 확인되었다. 지도자와 선수간의 등가제안 모형에서 먼저 지도자의 라이프스킬 전이에 영향을 미치는 자기효과를 살펴보았다. 분석결과 비표준화 계수 B가 .875를 나타내고, 표준화 경로계수가 .81을 나타내어 지도자의 라이프스킬은 지도자의 라이프스킬 전이에 유의한 영향을 주고 있음을 확인할 수 있다( $P < .001$ ). 또한 상대자 효과를 확인해본

결과 표준화 경로계수가 .02를 나타내어 유의한 영향을 주고 있지 않았다( $P > .05$ ).

다음으로 선수의 라이프스킬 전이에 영향을 미치는 행위자 효과를 살펴본 결과, 비표준화 계수  $b$ 가 1.294, 표준화 경로계수  $\beta$  값이 .94를 나타내어 유의한 영향을 미치고 있음이 확인되었다( $P < .001$ ). 다음으로, 상대자 효과를 확인한 결과, 지도자의 라이프스킬은 표준화 경로계수  $\beta$  값이 .00을 나타내어 학생의 라이프스킬 전이에 의미 있는 영향을 주지 못하는 것으로 확인되었다( $P > .05$ ).

표 4-8. 무조건 APIM 모형 결과

	Path	B	$\beta$	S.E.	C.R.	p
	CLST ← CLS	.875	.808	.124	7.079	***
	ALST ← CLS	-.001	-.001	.062	-.016	.987
	CLST ← ALS	.014	.017	.038	.378	.705
	ALST ← ALS	1.294	.943	.162	8.008	***

Note. CLS=지도자 라이프스킬, CLST=지도자 라이프스킬 전이, ALS=선수 라이프스킬, ALST=선수 라이프스킬 전이

Model fit indices:  $X^2/df=5,570$ , CFI=.742, TLI=.652, RMSEA=.124, SRMR=.073

\*\*\*  $P < .001$

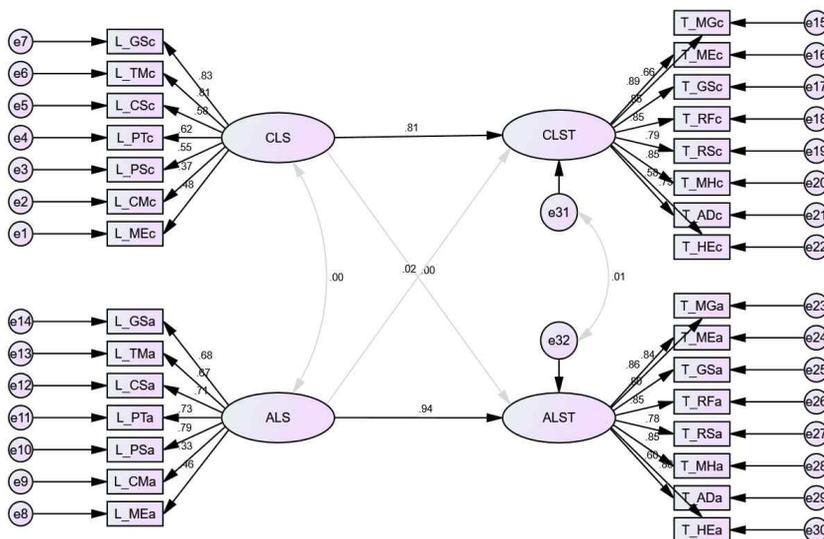


그림 4-1. APIM 1번 모형(검은색 선은 통계적으로 유의함)



경로계수의 분석결과는 <표 4-9>와 같다. 수정된 모형에서도 무조건 모형과 마찬가지로 스포츠 라이프스킬이 라이프스킬 전이에 미치는 행위자 효과에서 지도자의 스포츠 라이프스킬과( $\beta = .80, P < .001$ ) 학생선수의 스포츠 라이프스킬은( $\beta = .94, P < .001$ )은 모두 라이프스킬 전이에 유의한 영향을 미치는 것으로 확인되었다.

한편, 상대자 효과를 분석한 결과, 학생의 스포츠 라이프스킬은 지도자의 라이프스킬 전이에 영향을 미치지 않는 것으로 나타났으며( $\beta = .01, P > .05$ ), 지도자의 스포츠 라이프스킬도 학생의 라이프스킬 전이에 유의한 효과를 주지는 못하는 것으로 나타났다( $\beta = .00, P > .05$ ).

### 3. 조건모형

선수들의 합숙 유무에 조건에 행위자-상대자 상호의존 모형 분석 결과는 <표 4-10>과 같다. 이 모형에서는 학생선수들의 심리적 행복에 적지 않은 영향을 줄 수 있는 대표적인 환경 변인으로 '합숙'요인을 선정하고 더미(dummy) 변수로 추가하였다. 이 변수는 '학생-학부모-지도자'와 가장 민감한 이해관계를 대변해주는 매개체 역할을 하는 변수로 결정되었다.

분석 결과, 스포츠 라이프스킬이 라이프스킬 전이에 미치는 행위자 효과에서 지도자의 스포츠 라이프스킬과( $\beta = .82, P < .001$ ) 학생선수의 스포츠 라이프스킬은( $\beta = .94, P < .001$ )은 모두 라이프스킬 전이에 유의한 영향을 미치는 것으로 확인되었다.

그러나 상대자 효과를 분석한 결과, 학생선수의 스포츠 라이프스킬은 지도자의 라이프스킬 전이에 영향을 미치지 않는 것으로 나타났으며( $\beta = .00, P > .05$ ), 지도자의 스포츠 라이프스킬 역시 학생의 라이프스킬 전이에 유의한 효과를 주지는 못하는 것으로 나타났다( $\beta = .00, P > .05$ ). 학생선수들의 합숙 유무에 따른 영향력이 크다고 할 수는 없지만, 지도자의 라이프스킬 전이에 긍정적으로 유의한 영향을 주었으며( $\beta = .14, P < .001$ ), 학생의 라이프스킬 전이에는 효과를 주지 않았다( $\beta = .00, P > .05$ ).

표 4-10. 합숙 유무에 따른 조건모형 APIM 분석 결과

Path	B	$\beta$	S.E.	C.R.	p
CLST ←--- CLS	1,474	.820	.292	5.053	***
ALST ←--- CLS	-.022	-.008	.105	-.213	.832
CLST ←--- ALS	.005	.006	.036	.151	.880
ALST ←--- ALS	1,296	.940	.161	8.040	***
CLST ←--- 합숙	.086	.137	.026	3.339	***
ALST ←--- 합숙	.002	.002	.035	.057	.955

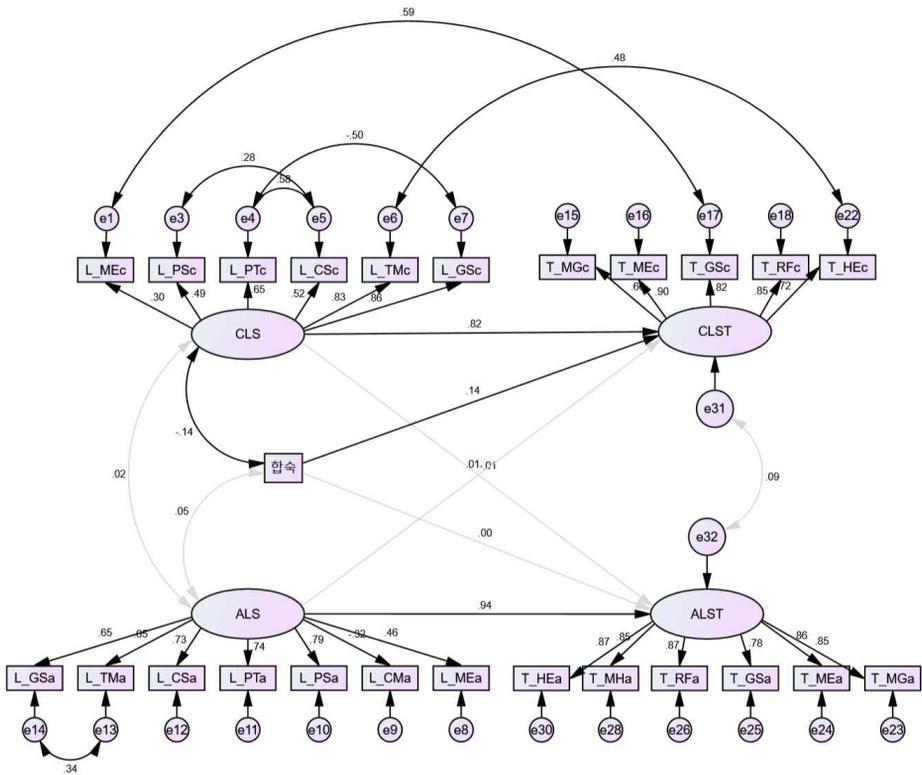
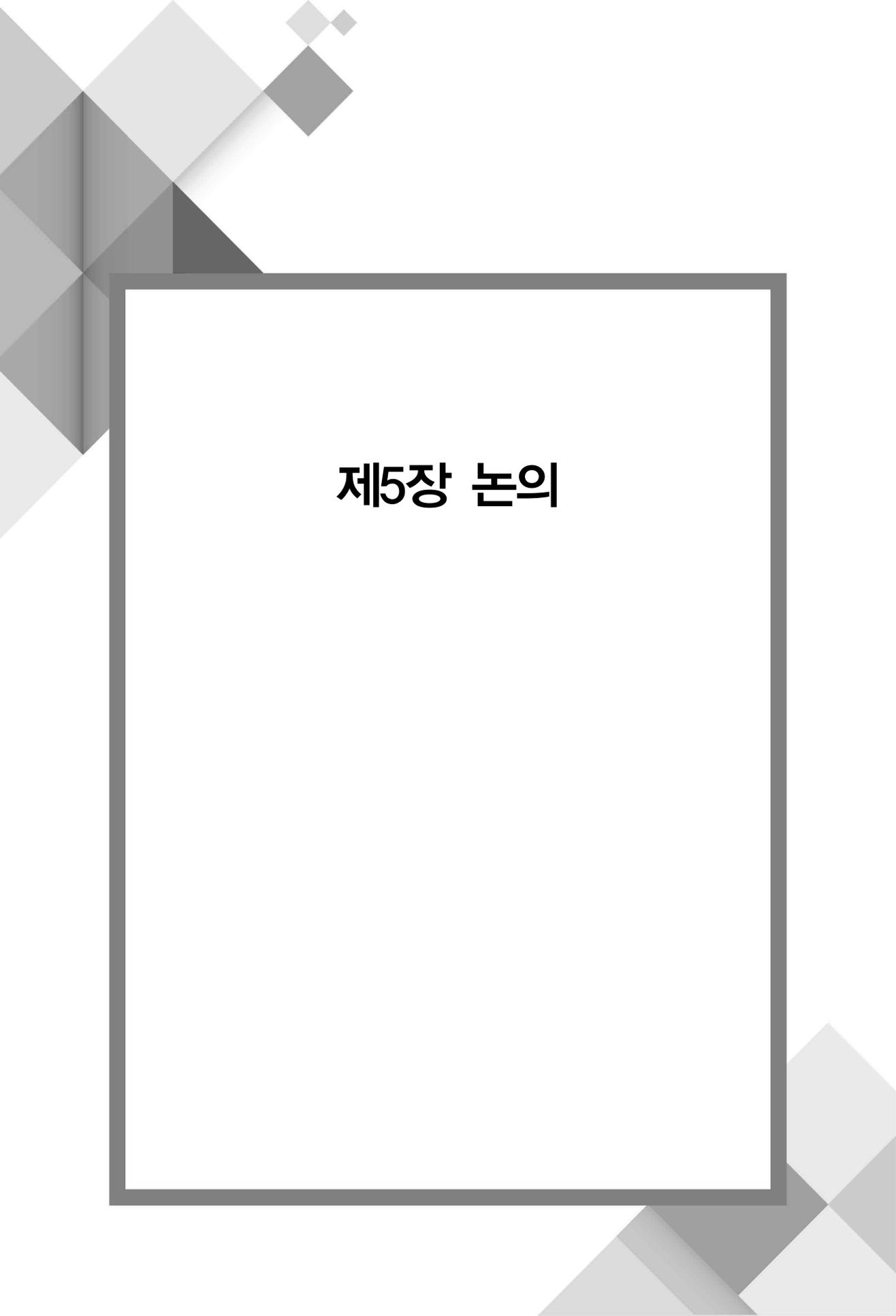


그림 4-3. APIM 3번 모형 (검은색 선은 통계적으로 유의함)



# 제5장 논의



## 제5장 논의

최근 학생선수들의 스포츠 라이프스킬 발달과 전이에 있어 지도자의 역할이 가장 많은 주목을 받고 있다. 이 연구는 학생선수들의 삶의 질과 관련하여 선수들의 스포츠 라이프스킬과 라이프스킬 전이에 있어서 지도자의 영향력을 통계적인 결과로 확인하여 선수와 지도자의 관계를 보는 시각을 수평적인 방향으로 제시하는 방안을 모색하고자 하였다. 이러한 연구 의도를 반영하기 위해, 본 연구에서는 학생선수와 지도자 두 집단으로부터 자료를 수집하고 행위자-상대자 상호의존모형(APIM)을 적용하여 스포츠 라이프스킬 및 전이에 대한 상호 관계 검증을 목적으로 하였다. 이러한 목적을 달성하기 위해 수도권에 위치한 학생선수 300명과 이 선수들의 지도자 33명이 연구에 참여하였다.

첫 번째 모형 검증은 무조건 모형 APIM 모델로, 모델적합도 지수 및 연구가설들을 검증하기 위해 실시되었다. 분석을 통해, (a)지도자 라이프스킬과 선수 라이프스킬의 상관관계, (b)지도자의 라이프스킬이 지도자의 라이프스킬 전이에 미치는 영향(행위자 효과), (c)선수의 라이프스킬이 선수의 라이프스킬 전이에 미치는 영향(행위자 효과), (d)지도자의 라이프스킬이 선수 라이프스킬 전이에 미치는 영향(상대자 효과), (e)선수의 라이프스킬이 지도자의 라이프스킬 전이에 미치는 영향(상대자 효과), 그리고 (f)지도자의 라이프스킬 전이와 선수 라이프스킬 전이의 상관관계를 살펴보았다. 그러나 첫 번째 APIM 모델 분석 결과는 모형적합도에서 기준에 도달하지 못한 것으로 나타났다( $X^2/df=5.570$ ,  $CFI=.742$ ,  $TLI=.652$ ,  $RMSEA=.124$ ,  $SRMR=.073$ ).

두 번째, 수정모형을 검증을 통해 모델적합도 지수 및 연구가설들을 검증하였다. 그 결과 모형 적합도는 기본모형보다 훨씬 개선되었을 뿐만 아니라 '수용할 수 있는 적합도'의 기준을 충족하였다( $X^2/df=3.066$ ,  $CFI=.901$ ,  $TLI=.886$ ,  $RMSEA=.083$ ,  $SRMR=.059$ ). 그러나 각각의 가정들에 대한 검증 결과를 살펴보면, (b)지도자의 라이프스킬이 지도자의 라이프스킬 전이에 미치는 영향(행위자 효과)과 (c)선수의 라이프스킬이 선수의 라이프스킬 전이에 미치는 영향(행위자 효과)만이 유의한 결과를

보여주었다. 즉, 두 가지의 행위자 효과만이 통계적으로 유의한 결과를 보여주었다. 따라서 스포츠에서의 라이프스킬 발달이 라이프스킬 전이에 정적인 영향을 미치는 것으로 해석할 수 있다. 이러한 결과는 스포츠 라이프스킬 발달이 라이프스킬의 전이로 이어질 수 있다고 주장한 다양한 이론적 모델들(Hodge et al., 2013; Pierce et al., 2017)의 견해를 지지하는 것이다. 게다가 라이프스킬 전이에 영향을 미치는 라이프스킬의 효과를 양적 또는 질적으로 규명한 실증적 연구(임태희, 배준수, 서소영, 양윤경, 2020; 임태희, 권오정, 윤미선, 배준수, 양윤경, 2020; Kendellen & Camiré, 2017)들의 결과와도 유사하다. 전이 문제에 대한 임태희 외(2020)의 연구에 따르면, 지도자의 코칭행동은 학생의 라이프스킬에 정적인 영향을 주었으며, 다시 라이프스킬은 학생의 라이프스킬 전이에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 중요한 것은 지도자의 코칭행동이 학생선수들의 라이프스킬 전이에는 통계적으로 유의미한 영향을 미치지 않았다는 점인데, 이는 본 연구문제에서 제안하는 연구문제 4와 연구문제 5 즉, 학생선수들의 라이프스킬이 지도자들의 라이프스킬 전이에 영향을 미치는지, 역으로 지도자들의 라이프스킬이 학생선수들의 라이프스킬 전이에 영향을 미치는지 확인하는 APIM등가제안 모델연구를 통해 보다 간명하게 검증되었다.

세 번째, 선수들의 합숙 유무를 변수로 추가한 조건 모형과 관련하여, 학생선수와 지도자 간의 행위자-상대자 상호 의존성 모형 결과에 따르면, 합숙 유무는 지도자 스포츠 라이프스킬과 유의한 상관이 있었으며 지도자 라이프스킬 전이에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다.

이상의 세 가지 모형을 이용해 분석한 결과, 세 가지 모형 모두에서 선수와 지도자의 라이프스킬 관계 및 상대자 효과는 나타나지 않았다. 이러한 결과와 관련된 논의는 다음과 같다.

첫째, 지도자의 스포츠 라이프스킬 및 라이프스킬 전이 측정도구에 대한 타당성에서 문제가 있을 수 있다. 이 연구에서는 지도자의 스포츠 라이프스킬과 라이프스킬 전이를 측정하기 위해서 청소년 선수들을 대상으로 개발된 두 가지 척도(임태희 등, 2018; 장창용 등, 2020)를 사용하였다. 두 가지 척도는 전문가 협의를 거쳐 지도자의 환경과 상황에 맞게 수정·보완되었지만 그 문항이 지도자에게 통계적으로

적합한지에 대해서는 검증이 이루어지지 않았다. 가령, 라이프스킬 전이의 친구갈등해결 요인의 중 ‘친구와 의견이 다르면 이를 풀기 위해 노력한다’는 문항은 지도자 라이프스킬 전이 척도에서 ‘다른 사람들과 의견이 다르면 이를 풀기 위해 노력한다’로 수정하였다. 그러나 친구와 갈등을 해결하는 것과 상대적으로 친구보다는 관계가 적은 타인(예: 지인, 주변인 등)과의 갈등을 해결하는 방식은 다르게 이해될 수 있다. 또한 형제갈등해결 요인도 가족갈등해결 요인으로 수정되어 측정의 정확성이 떨어졌을 가능성을 배제할 수 없다.

둘째, 선수와 지도자 간의 관계 또는 공유 시간에 대한 양과 질적 수준을 고려해야 한다. 이 연구는 일 대 다수(one with many) 자료를 수집하였다. 예를 들어, 어느 한 팀에 소속된 선수 10명과 지도자 1명의 자료를 수집하는 방식이었다. 그러나 이러한 방식은 선수 개인과 지도자 개인의 관계가 어느 정도의 수준인지를 통제하지 못한다는 단점이 있다. 구체적으로, 선수 10명과 지도자 1명의 자료를 선수 10명 각각 개인에 매칭을 시키는데 이 과정에서 선수 개인들은 한 명의 지도자와 각기 다른 기간의 관계를 맺고 있다. 요컨대, 어떤 선수는 신입생으로 지도자와 최근 관계를 맺기 시작했고, 어떤 선수는 3학년으로 해당 지도자와 3년이라는 시간 동안 관계를 맺었다. 이러한 선수-지도자 간 관계의 기간은 상호의존효과를 검증하는데 제약으로 작용한다.

사실, 스포츠 환경요인에서 학부모의 기대는 큰 영향요인으로 간주되고 있으므로 선수와 선수 부모들의 기대나 특성들을 커플자료로 분석할 필요가 있다. 일반적으로 전이의 의미는 학습한 내용을 새로운 장면에 적용하여 사용하는 것을 뜻하기 때문에 단기기억보다는 장기기억과 관련이 있다. 해마다 바뀔 수 있는 지도자와의 관계보다 장시간 자신의 부모들과 함께하면서 영향을 받았던 부모의 지지 및 관계 특성은 학생들의 라이프스킬 전이에 있어서 오히려 큰 스포츠 환경요인일 수 있다. 그러므로 이 부분에서 과감하게 독립변수를 바꿔 연구를 수행할 필요성이 제기된다.

셋째, 위와 유사한 맥락에서 선수와 지도자의 자료수집 형태에 대해 더 많은 고민이 필요하다. 사회관계 분석 연구에서 자료의 형태는 크게 ‘커플(dyadic)자료’, ‘라운드 로빈(round robin)’, 그리고 ‘일 대 다수(one with many)’로 구분된다. 커플자료

는 일대일 자료를 의미하고, 라운드 로빈은 집단이나 그룹 안에서 서로를 평가한 자료, 그리고 일 대 다수 자료는 한 명이 여러 명을 평가하거나 반대로 여러 명이 한 명의 자료를 평가하는 것을 의미한다. 이 연구는 일대다수 자료를 수집하여 APIM 분석을 시행하였다. 그러나 사실 APIM 분석에서는 커플자료(일 대 일 자료)가 더 적합할 수도 있다. 즉 이 연구에서 지도자 참여자는 33명이었으나, 더 많은 수의 지도자를 포함할 필요가 있다.

넷째, 비록 본 연구에서의 결과가 연구문제에서 제기한 연구가설을 모두 충족시키지는 못했지만, 최근의 연구들은 선수들의 스포츠 라이프스킬 발달과 전이에 지도자의 역할이 중요하다는 점에 공통적으로 일치된 견해를 보여주고 있다(Camiré, Trudel, & Forneris, 2012; Kramers, Camiré, & Bean, 2019). 즉, 지도자의 라이프스킬 수준이 선수들의 라이프스킬 발달 및 전이와 밀접한 관련성을 지니고 있음은 다양한 이론적 토대를 통해 알 수 있다.

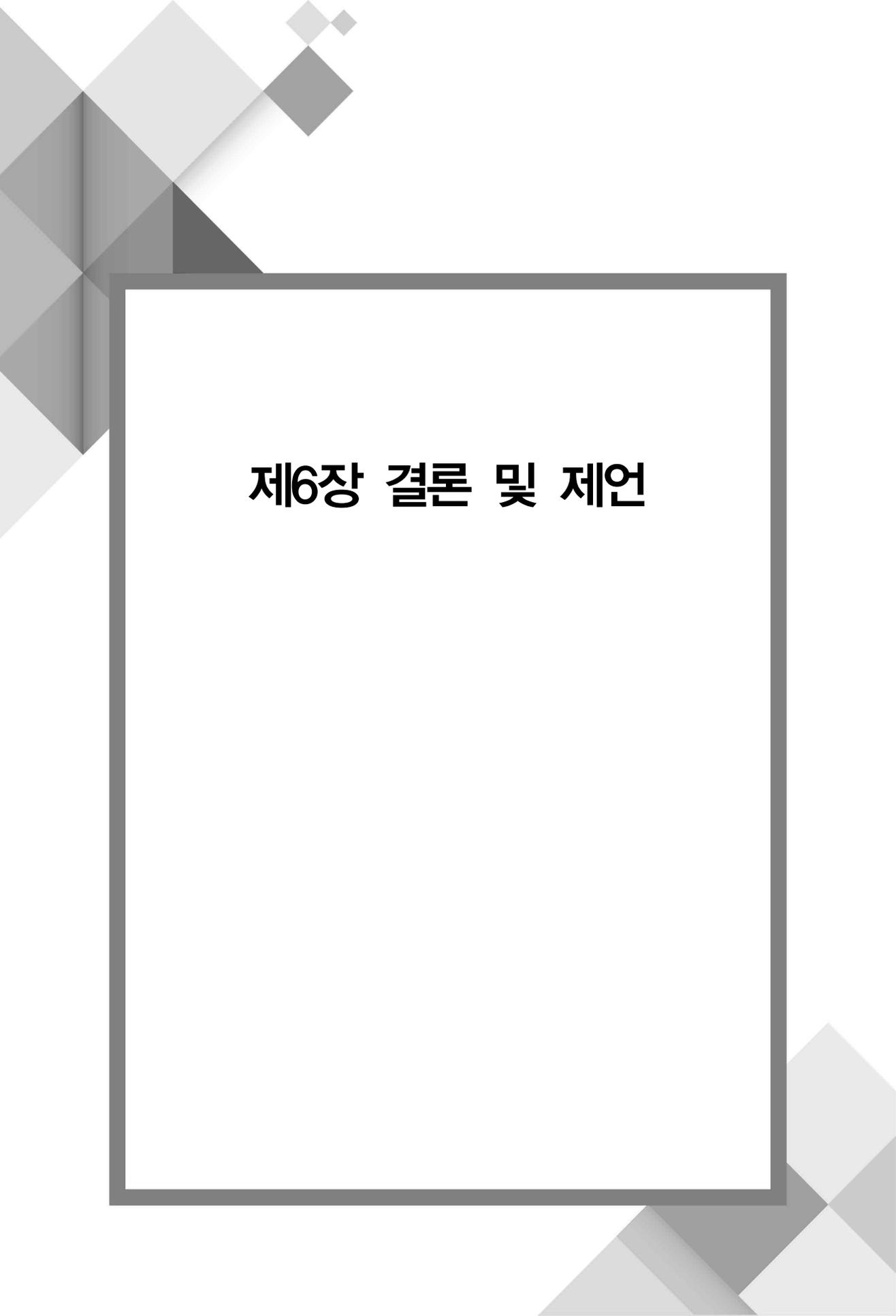
통계적 검증의 어려움은 질적 접근을 통해 보완할 수 있다. 선수와 지도자를 대상으로 수행되는 심층면담은 통계적으로 설명하지 못한 부분들을 충분히 보충해줄 수 있을 것으로 기대한다. 따라서 행위자-상대자 상호의존 모형을 더 구체적으로 알아보기 위해서는 통계적 검증과 함께 질적 자료를 수집하여 분석할 필요가 있다. 특히, 라이프스킬 개발과 관련하여 질적자료의 내용으로 이옥선(2016)은 프로그램의 빈도와 유연성, 그리고 라이프스킬에 대한 학부모의 기대가 중요한 요소라고 강조하고 있다. 따라서 여러 환경요인 중에 학부모를 대상으로 하는 환경요인에 대하여 주요변수로 설정하는 것도 본 연구의 보완에 있어서 요구된다고 할 수 있다.

종합해보면, 이 연구는 스포츠 환경에서 라이프스킬 발달과 전이에 대한 선수-지도자 상호의존관계를 규명하고자 하였으나, 통계적 검증 결과 선수-지도자 상호의존관계는 유의한 결과를 밝히지 못했다. 그러나 이 연구를 통해 통계적 검증을 위한 몇 가지 보완점과 개선점이 제공되었기에 스포츠 라이프스킬 발달 및 전이에 있어 지도자와 선수 간에 관련성이 없다는 결론을 내리기에는 무리가 있다. 강지웅, 박용남(2017)의 연구에 따르면, 이러한 라이프스킬 전이과정은 반드시 일방향의 진행이 아닌, 중도에 중단 및 재개되기도 하였으며 습득된 라이프스킬은 다시 환류되어

차후의 라이프스킬 전이에도 영향을 준다고 강조하고 있다. 또한 라이프스킬 습득 과정에는 스포츠 상황에서의 지도자의 샘플링 활동과, 학생의 관계망, 자발성, 지지요인, 스포츠의 특성의 맥락 요인이 개별적으로 상호작용하며 영향을 미칠 수 있음을 강조하고 있다. 이는 지도자의 라이프스킬이 학생선수의 전이에 설명하는 설명력보다는 학생 개인이 가지고 있는 자산, 즉 다양한 스포츠 지지환경, 스포츠 맥락요인 등 환경요인이 중요함을 시사하는 것이라고 할 수 있다. ‘라이프스킬’이라는 의미가 학생 내적요인이나 내재화에 초점이 맞춰져 있다면 ‘라이프스킬 전이’에는 한 사회가 한 개인에게 제공할 수 있는 웰빙 시스템의 인프라적 요소가 강하게 내재된 개념이기 때문에 전이에 대한 연구는 개인보다 환경에 초점을 맞추어 연구를 수행할 필요가 있다. 또한, 지도자의 역량이 개인 내적 요인으로 메타인지나, 자기효능감 같은 개인역량을 매개로 라이프스킬 전이에 영향을 주는지에 대해서 알아보기 위하여 전이 연구에 대한 다양한 매개변수 관련연구가 요구된다. 라이프스킬 전이에 대한 선행연구들이 충분히 축적되지 않은 상황과, 본 연구에서 상정하는 연구문제 검증의 제한점에도 불구하고 이 연구는 학생선수와 스포츠 지도자와의 관계에 대한 행위자 효과와 상대자 효과, 스포츠 환경에 주요변수(합숙) 요인을 동시에 살펴본 연구라 할 수 있다.

결론적으로, 이 연구는 라이프스킬과 라이프스킬 전이 요인이 어떻게 서로에게 영향을 미치는지 확인했다는 점에서, 또한 선수 또는 지도자 사이의 단선적이고, 개별적인 영향 관계를 살펴본 선행연구들의 결과를 확장했다는 측면에서 학문적 의의가 있다. 특히, APIM을 활용함으로써 커플 자료의 개별 분석 시에 제기될 수 있는 1종 오류의 위험을 줄이고, 학생선수와 지도자 간의 영향력 경로를 간명하게 이해하는 데 도움이 되는 시각적인 결과를 도출했다는 점에서 의의가 있다고 할 수 있다.



The page features decorative geometric patterns in the corners. The top-left corner has a cluster of overlapping squares and triangles in various shades of gray. The bottom-right corner has a similar pattern of overlapping squares and triangles, also in shades of gray.

## 제6장 결론 및 제언



## 제6장 결론 및 제언

이 연구는 다음과 같은 결과에 도달하였다.

첫째, 지도자와 선수의 스포츠 라이프스킬 및 전이는 통계적으로 유의한 상관성이 없는 것으로 나타났다.

둘째, 지도자의 스포츠 라이프스킬은 지도자 라이프스킬 전이에 유의한 영향을 미친다.

셋째, 선수의 스포츠 라이프스킬은 선수 라이프스킬 전이에 유의한 영향을 미친다.

넷째, 지도자와 선수 간의 상호의존관계(상대자 효과)를 규명한 결과 두 집단은 서로 유의한 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다.

결론적으로, 지도자의 스포츠 라이프스킬 발달 및 전이는 선수 라이프스킬 발달 및 전이와 통계적인 관련이 없는 것으로 확인되었다. 그러나 이 연구는 스포츠 영역에서 라이프스킬 발달을 위한 지도자와 선수의 상호의존 관계를 규명하기 위해 시도하였다는 점에서 의미가 있다. 이 연구의 결과를 보완하기 위해 후속연구들은 다음과 같은 사항들을 고려할 수 있다.

첫째, 이 연구는 33명의 지도자가 참여하였지만 이는 통계적 분석을 시도하기에 부족함이 있다. 따라서 지도자 자료 수를 충분히 확보할 필요가 있다.

둘째, 선수가 평가하는 지도자와 지도자의 자기평가를 활용할 수 있다. 즉 라운드 로빈(round robin) 또는 일 대 다수(one with many) 자료를 활용하여 APIM을 설계하고 분석할 수 있다.

셋째, 질적 자료를 추가적으로 수집함으로써 통계적 검증에 대한 결과를 보충할 수 있을 것이다.

## 참고문헌

- 강지웅, 박용남(2017). 라이프스킬 개발을 위한 초등체육수업 실천 연구. 한국초등체육학회지, 23(1), 15-29.
- 강지웅, 박용남(2017). 체육수업을 통한 초등학생의 라이프스킬 습득 과정과 영향요인 탐색. 한국스포츠교육학회지, 24(2), 39-55.
- 강태성, 성창훈, 김태형, 장동수(2017). 초등학생의 검도수련에 따른 라이프스킬의 특성. 한국콘텐츠학회논문지, 17(2), 219-229.
- 공경희. (2014). 라이프 스킬 개발의 관점에서 본 청소년 승마교육의 현황 파악 및 대안 탐색. 미간행 박사학위논문, 서울대학교 대학원.
- 배준수, 임태희, 장창용(2019). 태권도 라이프스킬 교육 모델 탐색. 한국스포츠심리학회지, 30(1), 81-91.
- 이옥선(2015). 방과후학교 체육활동의 운영특성 및 요구분석을 통한 라이프 스킬 개발 프로그램의 방향 탐색. 한국체육학회지, 54(1), 255-270.
- 이옥선(2016). 스포츠를 통한 방과후학교 라이프스킬 개발 프로그램의 실행 이해. 한국여성체육학회지, 30(4), 231-253.
- 이옥선, 최의창, 손혁준, 정현수, 조기희 (2019). 라이프스킬 중심 체육수업을 위한 교사 전문성 프로그램 개발 및 최적화 과정 탐색. 교과교육학연구, 23(4), 335-345.
- 임태희(2019). PEAK 프로그램 적용에 따른 학생운동선수의 라이프스킬과 학습태도 변화. 한국스포츠심리학회지, 30(2), 15-28.
- 임태희, 권오정, 윤미선, 배준수, 양윤경(2020). 근거이론을 통해 본 대학 태권도선수들의 PEAK 프로그램 참여 과정. 체육과학연구, 심사중.
- 임태희, 배준수, 서소영, 양윤경 (2020). 태권도 선수들이 지각한 코칭행동과 라이프스킬 및 삶의 전이에 대한 구조모형검증. 국가원태권도연구, 11(1), 145-165.
- 임태희, 배준수, 서소영, 양윤경(2020). 태권도 선수들이 지각한 코칭행동과 라이프스킬 및 삶의 전이에 대한 구조모형검증. 국가원태권도연구, 11(1), 145-165.
- 임태희, 배준수, 장창용(2018). 한국형 라이프스킬 전이 척도(KLSTS) 타당화. 한국스포츠

- 심리학회지, 29(4), 1-12.
- 임태희, 양진영, 배준수, 윤미선(2019). 대학 태권도선수들의 라이프스킬과 회복탄력성 증진을 위한 워크시트 개발 및 적용. *체육과학연구*, 30(4), 700-719.
- 임태희, 윤미선, 배준수, 양윤경, 권오정 (2019). 한국판 스포츠 라이프스킬 검사지(KLSSS) 타당화. *체육과학연구*, 30(1), 20-33.
- 임태희, 장창용(2017). 스포츠에서의 라이프스킬 프로그램 적용과 효과. *체육과학연구*, 28(3), 577-591.
- 장창용(2019). 스포츠 라이프스킬 척도 개발 및 타당화. 한국스포츠정책과학원 연구과제 결과 보고서.
- 장창용(2019). 학생선수들을 위한 라이프스킬 프로그램 개발. 한국스포츠정책과학원 연구과제 결과 보고서.
- 장창용, 임태희, 배준수, 정현우, 김윤희 (2020). 학생선수를 위한 스포츠 라이프스킬 척도 개발 및 타당화. *한국스포츠심리학회지*, 31(2), 27-41.
- 주지애(2020). 20대 성인의 스포츠 참여형태가 라이프스킬 및 주관적 행복에 미치는 영향. 이화여자대학교 대학원 석사학위 논문.
- 천승현, 김매이, 이재원, 송용관(2019). 체육수업을 통한 청소년 라이프 스킬 척도의 타당화 검증. *한국체육측정평가학회지*, 21(1), 1-18.
- 한우정, 이강순 (2015). 교사의 무용경험 유무에 따른 라이프스킬 인식. *한국초등체육학회지*, 21(3), 127-136.
- Bean C., Kendellen, K., & Forneris, T. (2015). Moving Beyond the Gym: Exploring Life Skill Transfer Within a Female Physical Activity-Based Life Skills Program. *Journal of Applied Sport Psychology*, 28(3), 274-290.
- Camiré, M., Trudel, P., & Bernard, D. (2013). A Case Study of a High School Sport Program Designed to Teach Athletes Life Skills and Values. *The Sport Psychologist*, 27(2), 188-200.
- Camiré, M., Trudel, P., & Forneris, T. (2012). Coaching and transferring life skills: Philosophies and strategies used by model high school coaches. *The sport psychologist*, 26(2), 243-260.

- Catalano, R. F., Berglund, M. L., Ryan, J. A., Lonczak, H. S., & Hawkins, J. D. (2004). Positive youth development in the United States: Research findings on evaluations of positive youth development programs. *The annals of the American academy of political and social science*, 591(1), 98-124.
- Chinkov, A. E., & Holt, N. L. (2016). Implicit Transfer of Life Skills Through Participation in Brazilian Jiu-Jitsu. *Journal of Applied Sport Psychology*, 28(2), 139-153.
- Csikszentmihalyi, M. (2000). The contribution of flow to positive psychology.
- Danish, S. J., & Nellen, V. C. (1997). New roles for sport psychologists: Teaching life skills through sport to at-risk youth. *Quest*, 49(1), 100-113.
- Danish, S. J., Forneris, T., & Wallace, I. (2005). Sport-based life skills programming in the schools. *Journal of Applied School Psychology*, 21(2), 41-62.
- Danish, S., Forneris, T., Hodge, K., & Heke, I. (2004). Enhancing youth development through sport. *World leisure journal*, 46(3), 38-49.
- Ewing, M. E., Seefeldt, V. A., & Brown, T. P. (1996). Role of organized sport in the education and health of American children and youth. *The role of sports in youth development*, 671, 1-1.
- Gould, D. & Carson, S (2011). Young Athletes Perceptions of the Relationship between Coaching Behaviors and Developmental Experiences. *International Journal of Coaching Science*, 5(2), 3-29.
- Gould, D., & Carson, S. (2008). Life skills development through sport: Current status and future directions. *International review of sport and exercise psychology*, 1(1), 58-78.
- Gould, D., Collins, K., Lauer, L., & Chung, Y. (2007). Coaching life skills through football: A study of award winning high school coaches. *Journal of applied sport psychology*, 19(1), 16-37.
- Hager, P., & Hodkinson, P. (2009). Moving beyond the metaphor of transfer of

- learning. *British educational research journal*, 35(4), 619–638.
- Hardcastle, S. J., Tye, M., Glassey, R., & Hagger, M. S. (2015). Exploring the perceived effectiveness of a life skills development program for high-performance athletes. *Psychology of Sport and Exercise*, 16(3), 139–149.
- Hellison, D. (2003). Teaching personal and social responsibility in physical education. *Student learning in physical education: Applying research to enhance instruction*, 241–254.
- Hermens, H., Super, S., Verkooijen, K. T., & Koelen, M. A. (2017). A Systematic Review of Life Skill Development Through Sports Programs Serving Socially Vulnerable Youth. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 88(4), 408–424.
- Hodge, K., & Danish, S. (1999). Promoting life skills for adolescent males through sport. *Handbook of counseling boys and adolescent males: A practitioner's guide*, 55–71.
- Hodge, K., Danish, S., & Martin, J. (2013). Developing a conceptual framework for life skills interventions. *The Counseling Psychologist*, 41(8), 1125–1152.
- Hodge, C. J., Kanters, M. A., Forneris, T., Bocarro, J. N., & Sayre-McCord, R. (2017). A Family Thing: Positive Youth Development Outcomes of a Sport-Based Life Skills Program. *Journal of Park & Recreation Administration*, 35(1), 34–50.
- Holt, N. L. (2016). *Positive youth development through sport*. New York: Routledge.
- Holt, N. L., Deal, C. J., & Smyth, C. L. (2016). Future directions for positive youth development through sport. *Positive youth development through sport*, 2, 229–239.
- Holt, N. L., Neely, K. C., Slater, L. G., Camiré, M., Côté, J., Fraser-Thomas, J., ... & Tamminen, K. A. (2017). A grounded theory of positive youth development through sport based on results from a qualitative meta-study. *International review of sport and exercise psychology*, 10(1), 1–49.

- Holt, N. L., Tink, L. N., Mandigo, J. L., & Fox, K. R. (2008). Do youth learn life skills through their involvement in high school sport? A case study. *Canadian Journal of Education/Revue canadienne de l'éducation*, 281-304.
- Hong, S., & Kim, S. (2019). Comparisons of Multilevel Modeling and Structural Equation Modeling Approaches to Actor-Partner Interdependence Model. *Psychological Reports*, 122(2), 558-574.
- Jacobs, J. M., & Wright, P. M. (2018). Transfer of life skills in sport-based youth development programs: A conceptual framework bridging learning to application. *Quest*, 70(1), 81-99.
- Jørgensen, H., Lemyre, P. N., & Holt, N. L. (2020). Multiple Learning Contexts and the Development of Life Skills Among Canadian Junior National Team Biathletes. *Journal of Applied Sport Psychology*, 32(4), 392-415.
- Kendellen, K., & Camiré, M. (2017). Examining the life skill development and transfer experiences of former high school athletes. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 15(4), 395-408.
- Kramers, S., Camiré, M., & Bean, C. (2019). Profiling patterns of congruence in youth golf coaches' life skills teaching. *Journal of Applied Sport Psychology*, 1-20.
- Larson, R. W. (2000). Toward a psychology of positive youth development. *American psychologist*, 55(1), 170.
- Larson, R. W., & Walker, K. (2005). Processes of positive development: Classic theories. In *Recreation and Youth Development*, 131-148.
- Lerner, R. M. (2005). Promoting positive youth development: Theoretical and empirical bases. In *White paper prepared for the workshop on the science of adolescent health and development*, national research council/institute of medicine. Washington, DC: National Academies of Science.
- Lerner, R. M., Fisher, C. B., & Weinberg, R. A. (2000). Toward a science for and of the people: Promoting civil society through the application of developmental

- science. *Child Development*, 71(1), 11–20.
- Lerner, R. M., Lerner, J. V., Almerigi, J. B., Theokas, C., Phelps, E., Gestsdottir, S., ... & Smith, L. M. (2005). Positive youth development, participation in community youth development programs, and community contributions of fifth-grade adolescents: Findings from the first wave of the 4-H study of positive youth development. *The journal of early adolescence*, 25(1), 17–71.
- Martinek, T., Schilling, T., & Johnson, D. (2001). Transferring personal and social responsibility of underserved youth to the classroom. *The Urban Review*, 33(1), 29–45.
- McCallister, S. G., Blinde, E. M., & Weiss, W. M. (2000). Teaching values and implementing philosophies: Dilemmas of the youth sport coach. *Physical educator*, 57(1), 35.
- Mosher, R. L., Sprinthall, N. A., Atkins, V. S., Dowell, R. C., Greenspan, B. M., Griffin Jr, A. H., & Mager, G. C. (1971). Psychological education: A means to promote personal development during adolescence. *The Counseling Psychologist*, 2(4), 3–82.
- Papacharisis, V., Goudas, M., Danish, S. J., & Theodorakis, Y. (2005). The effectiveness of teaching a life skills program in a sport context. *Journal of applied sport psychology*, 17(3), 247–254.
- Pierce, S., Gould, D., & Camiré, M. (2017). Definition and model of life skills transfer. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 10(1), 186–211.
- Pierce, S., Gould, D., Cowburn, I., & Driska, A. (2016). Understanding the process of psychological development in youth athletes attending an intensive wrestling camp. *Qualitative Research in Sport, Exercise and Health*, 8(4), 332–351.
- Roth, J. L., & Brooks-Gunn, J. (2003). Youth development programs: Risk,

- prevention and policy. *Journal of adolescent health*, 32(3), 170–182.
- Seligman, M. E. (2002). Positive psychology, positive prevention, and positive therapy. *Handbook of positive psychology*, 2, 3–12.
- Super, S., Verkooijen, K., & Koelen, M (2018). The role of community sports coaches in creating optimal social conditions for life skill development and transferability - a salutogenic perspective. *Sport, Education and Society*, 23(2), 173–185.
- Trottier, C., & Robitaille, S. (2014). Fostering Life Skills Development in High School and Community Sport: A Comparative Analysis of the Coach's Role. *The Sport Psychologist*, 28(1), 10-21.
- Weis, M. R., Bolter, N. D., & Kip, L. E. (2014). Asesing impact of physical activity-based youth development programs: Validation of the Life Skills Transfer Survey(LSTS). *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 85(3), 263–278.
- Weiss, M. R., Bolter, N. D., & Kipp, L. E. (2016). Evaluation of The First Tee in promoting positive youth development: Group comparisons and longitudinal trends. *Research quarterly for exercise and sport*, 87(3), 271–283.
- Weiss, M. R., Stuntz, C. P., Bhalla, J. A., Bolter, N. D., & Price, M. S. (2013). 'More than a game': impact of The First Tee life skills programme on positive youth development: project introduction and Year 1 findings. *Qualitative research in sport, exercise and health*, 5(2), 214–244.
- World Health Organization. (1994). Life skills education for children and adolescents in schools. Pt. 3, Training workshops for the development and implementation of life skills programmes. World Health Organization.

## 【 2020년도 연구과제 목록 】

### ❖ 기본과제

\* 현안과제 5건 포함

도 서 명	책 임 연구자
1 민간지원·후원을 통한 경기단체의 재원확보 방안 - 메세나 활동을 중심으로 -	노용구
2 국제대회 입상 선수 및 지도자 장려금 환수제도 정비방안 (비공개)	김대희
3 국민체육센터 이용률 개념 및 기준 마련을 위한 기초 연구	김미옥
4 체육지도자 역량 제고를 위한 자격제도 개선 연구	정현우
5 생활체육패널조사 구축 기초연구	이영임
6 생활체육 참여 현황 분석 및 참여 확대 방안 -청소년과 노인을 중심으로-	김양례
7 0교시 체육활동 관련 국내·외 사례분석 연구	노용구
8 스포츠클럽 디비전 중장기 발전전략 연구	성문정
9 태권도대사범(跆拳道大師範) 운영방안 연구	성문정
10 학교스포츠클럽 지역연계 활성화를 위한 기초연구	정현우
11 학교체육관형 스포츠클럽 운영모형 연구 (비공개)	남상우
12 세계수준의 엘리트 역도선수들의 근력 관련 SNPs의 생리학적 기능 검증 (비공개)	민석기
13 인공신경망 알고리즘을 활용한 보행 시 지면반력 예측 모델 개발	김태완
14 학생선수와 지도자의 스포츠 라이프스킬과 라이프스킬 전이 효과	장창용
15 스포츠산업 신 남방국가 전략적 진출을 위한 실행방안 연구: 인도네시아를 중심으로	고경진
16 스포츠 서비스산업 유망업종 도출을 위한 연구	신성연
17 장애유형별 체육단체의 역할 강화 방안 : 한국농아인스포츠포럼, 한국시각장애인스포츠포럼을 중심으로 (현안과제)	김권일
18 체육지도자 자격취득자 실태조사 기초연구 (현안과제)	이영임
19 국가대표 및 엘리트 운동선수 인권침해 대응 지침 개발 -스포츠과학지원팀의 대응전략을 중심으로- (현안과제, 비공개)	박상혁
20 아세안 스포츠산업 거점지원센터 설립 추진방안 (현안과제,비공개)	고경진
21 2019년 한국의 체육지표 (현안과제)	유의동

## ❖ 수탁과제

도 서 명	책 임 연구자
1 장애인체육진흥법 제정(안) 연구	김대희
2 스포츠기본법 제정 및 체육관계 법령 정비방안 연구	김대희
3 경기력향상연구연금 제도 개선	김권일
4 체육인 실태조사 연구	정현우
5 스포츠여가안전관리사(가칭) 국가자격제도 도입 기초연구	김미옥
6 국민체력100 중장기 발전 방안	김양례
7 2020 여자축구 활성화 방안 연구	조현주
8 제2차 체육시설 안전관리기본계획 수립 연구	김미옥
9 「체육시설의 설치이용에 관한 법률」 전부개정 방안 연구	김대희
10 대한장애인체육회 가맹단체 2020년 평가 및 조직체계 개편 연구	김권일
11 2020년 종목별 가맹단체 상임심판 모니터링 연구	김미숙
12 장애인체육 심판아카데미 교안 개발 연구	김미숙
13 2020년 장애인생활체육지원사업 현장평가 및 만족도 조사	이동철
14 「2020 대학운동부 지원 사업」 평가위원회 운영 및 평가결과 분석	이영임
15 상임심판제도 운영평가	노용구
16 근대오종의 국민스포츠화를 위한 전략 방안 연구	김미숙
17 2019년 체육백서 발간 연구	남상우
18 실업팀 선수 인권침해 실태조사	노용구
19 장애인선수 선진화 훈련지원체계 구축 연구	조현주
20 2020 장애인 스포츠과학화 지원 사업	김태완
21 '20년 핸드볼아카데미 우수선수 선발	박수현
22 체력인증 기준개선 및 질환 예방 운동콘텐츠 개발	박세정
23 국민체력100 스포츠활동 인증 노인기 기준 개발	박세정
24 국민체력100 유아기 체력측정 항목 개발	박수현
25 국민체력100 체력인증 심폐지구력 대체종목 개발 및 기준 동등화	이은
26 한국형 노인치매예방 운동 프로그램 개발(3차년도)	송홍선
27 2020년 꿈나무선수 선발 및 경기력 향상도 측정평가 스포츠친화기업지수 개발 및 시범사업	장창용
28 제26기 경륜선수후보생 경주력 향상을 위한 스포츠과학 적용	박수현
29 2020 전국 축구장 경기장 현황조사	성봉주
30 소방공무원 체력시험 및 체력검정 개선 연구용역	이상철
31 2020년 국민생활체육조사	조은형
32 서울에너지공사 축구단 설립 타당성 용역	이은

도 서 명	책 임 연구자
33 체육시설 이용료 소득공제를 위한 기초연구	유의동
34 신종코로나바이러스감염증(코로나19) 관련 스포츠 산업체 긴급 현안조사	김민수
35 2020년 레저스포츠산업 실태조사 연구용역	고경진
36 2019 스포츠산업백서 발간	신성연
37 코로나19 관련 스포츠산업 고용 및 운영현황 조사	신성연
38 코로나19 관련 2020년 2/4분기 스포츠산업체 운영현황 조사	김상훈
39 코로나19 관련 글로벌 스포츠산업 정책 동향 분석 연구	고경진
40 PJB, Motion Bike&Contents의 운동량 적용 알고리즘 연구	신성연
41 체육인재육성 사업 중장기 발전 연구	황종학
42 스포츠산업 비대면 소비지출 현황 분석 연구	김미옥
43 코로나19 관련 2020년 3/4분기 스포츠산업체 운영현황 조사	신성연
44 체육발전 훈·포장 개선방안 연구	김민수
45 직장운동경기부 합숙소 제도개선 방안 및 운영관리 가이드라인 마련	성문정
46 실전형 태권도 경기를 위한 스마트 전자 판정 시스템 개발	김대희
47 장애인국가대표 월급제 지도자 운영 방안 연구	황종학
48 장애인 국가대표 선수 인권침해 실태조사	김미숙
49 장애인 실업팀 선수 인권침해 실태조사	노용구
50 코로나19 관련 스포츠산업체 폐업 실태조사	노용구
51 2020 스포츠산업기술개발사업 성과추적 조사분석	고경진
52 코로나 19 확산과 스포츠관련 업종별 소비지출 비교 분석 연구	김민수
53 초등학교선수용 스포츠과학센터 측정평가 도구 개발	신성연

## 【 2019년도 연구과제 목록 】

### ❖ 기본과제

\* 현안과제 15건 포함

도 서 명	책 임 연구자
1 국제경기대회지원법 개정안 연구	김대희
2 국민체육센터 운영 지원방안 연구	김미옥
3 도핑방지 강화를 위한 법제 개선방안 연구	노용구
4 국제대회경기장 사후활용 현황 연구(비공개)	유지곤
5 경제성장이 스포츠참여 및 스포츠산업에 미치는 영향	이영임
6 전문선수 육성체계 개선 및 운영 선진화 방안 연구	김미숙
7 엘리트선수들의 운동 중단이 경기력 변화에 미치는 영향 분석	이은
8 아동청소년 심폐지구력 평가를 통한 세계적 수준의 마라토너들로부터 도출된 특정 SNPs의 기능 규명(비공개)	김광준
9 노인 낙상회피능력과 보행 안정성에 실내·외 환경조건이 미치는 영향	김태완
10 노인체력과 치매위험성과의 관련성 분석(비공개)	송홍선
11 학생운동선수들을 위한 라이프스킬(life skills) 프로그램 개발(비공개)	장창용
12 동계스포츠의 산업현황과 경제적 파급효과 분석	박선영
13 스포츠 서비스산업의 유형 및 지원방안 연구	신성연
14 소셜 빅데이터 분석을 활용한 생활체육 정책 수요분석	김민수
15 스포츠산업 신 남북정책 기본 연구	고경진
16 2급 장애인스포츠지도사 자격취득절차 개선방안(현안과제)	김권일
17 경기력향상연구연금 및 경기지도자연구비 제도 개선(현안과제)	김권일
18 국가대표선수촌 운영 개선을 위한 기초연구(현안과제)	김양례
19 국가대표선수촌 운영 개선 방안(현안과제, 비공개)	김양례
20 스포츠기본법 제정안 연구(현안과제, 비공개)	성문정
21 사회적 배려 청소년을 위한 라이프스킬 프로그램 개발: '멘토리 야구단을 중심으로'(현안과제)	정현우
22 체육인 생활실태조사를 위한 기초연구(현안과제, 비공개)	정현우
23 선수 트레이너(Athletic Trainer) 관련 자격 제도화 방안 탐색(현안과제, 비공개)	노용구
24 스포츠과학 데이터 통합관리 시스템 구축을 위한 현황조사(현안과제, 비공개)	조은형
25 스포츠 라이프스킬(life skills) 척도 개발 및 타당화(현안과제)	장창용
26 수영 국가 대표 동작 분석을 위한 수상/수중 영상 촬영용 이동식 플랫폼 개발 연구(현안과제, 비공개)	이상철
27 한국스포츠정책과학원 체력 측정 및 평가 매뉴얼 III (현안과제, 비공개)	이진석
28 골프퍼팅 시 관성 센서데이터 신호처리 연구(현안과제, 비공개)	황중학
29 우수체육용구 생산업체 지정 제도 개선방안(현안과제)	황중학
30 2018 한국의 체육지표(현안과제)	유익동

## ❖ 수탁과제

도 서 명	책 임 연구자
1 국민체육센터 지원모델 수요현황 조사	김미옥
2 2023 FIFA 여자월드컵 유치 기본계획 수립 및 사전 타당성 조사 연구	유의동
3 2024 동계청소년올림픽대회 사전타당성 조사 용역	이영임
4 2020 도쿄올림픽 대비 근대5종 드림팀 스포츠과학지원-체력운동처방 및 기술분석 분야(2차년도)	고병구
5 스포츠클럽 육성법 하위법령 및 지원기준 개발 연구	성문정
6 2019년 장애인선수 선진국형 훈련지원 체계구축 방안 연구	조현주
7 2030 충청권 아시안게임 유치 사전타당성조사 용역	유의동
8 전국장애인체육대회 운영개선 분석 및 전국장애학생체육대회 운영체계 재정립 연구	이동철
9 2019 국민생활체육 참여실태조사	박수현
10 '스포츠발전 공헌자 구술채록' 대상자 풀 선정 및 중장기 발전방안 수립	김미숙
11 체육교습업 신설을 위한 실태조사 연구	김대희
12 스포츠산업 종합지원센터 타당성 조사 및 기본계획 수립 연구용역	김상훈
13 2018년 체육지도자 필기시험 문항분석	조은형
14 방한 전지훈련 현황 및 활성화 전략 연구	김미옥
15 바둑진흥기본계획 수립을 위한 연구	김대희
16 스포츠클럽 육성 아젠다 개발 및 중장기 로드맵 수립	남상우
17 스포츠클럽 육성을 위한 지방체육회 표준 직무 및 소요인력 설계	성문정
18 국민체력100 초등학생(5-6학년) 체력증진 운동 동영상 제작	민석기
19 스포츠활동인증 추진방안 연구	박세정
20 2019년 장애인생활체육지원사업 현장평가 및 만족도 조사	이동철
21 2019년 대한장애인체육회 가맹단체 선진화 방안 연구	김권일
22 2019년도 상임심판제도 운영 평가	김미숙
23 태권도산업 실태 및 수요조사	고경진
24 핸드볼 아카데미 우수선수 발굴 지원	박종철
25 2019 가맹단체 상임심판 활동 현장점검 및 평가	김미숙
26 2019 심판아카데미 교육프로그램 개발	김미숙
27 신규 체육시설업 시설기준 등 체육시설법령 개정안 수립 연구	김대희
28 2032년 서울-평양 하계올림픽 유치 사전타당성 조사 용역	유의동
29 2019 대학운동부 지원사업 평가위원회 운영 및 평가결과분석	이영임
30 제25기 경륜선수후보생의 경기력 향상을 위한 스포츠과학 적용	성봉주
31 야외운동기구 설치 안전기준 도입을 위한 연구	황종학
32 2019년 장애인스포츠과학화 지원	김태완
33 한국형 노인치매예방 운동프로그램 개발	송홍선

도 서 명	책 임 연구자
34 2019 종목별 생활스포츠산업 실태조사	고경진
35 레저스포츠산업 실태조사	김상훈
36 레저스포츠 법률안 조문 및 입법영향 분석	김대희
37 레저스포츠 시장 및 경제적 효과 분석	김상훈
38 2019년 꿈나무선수 선발 및 향상도 측정 평가	김광준
39 2019 스포츠산업 가계지출 조사	김상훈
40 빅데이터 활용 참여스포츠 소비행태 조사	김민수
41 2018 스포츠산업백서	박선영
42 장애인 스포츠강좌 이용권 운영방안 연구	이동철
43 레저스포츠관광 활성화 방안 연구	김민수
44 2024년 세계마스터즈육상경기대회 유치 사전타당성 조사 용역	유의동
45 실내 테마파크형 스포에듀테인먼트스쿨 서비스 기술 개발(2차년도)	길세기
46 2018 체육백서	조현주
47 스노보드 영상제작 및 교재 개발 연구	박종철
48 크로스컨트리 영상제작 및 교재 개발 연구	문제헌
49 스포츠산업기술개발사업 성과추적 조사, 분석	김민수
50 국민체력100 통계현황 관리 개선 및 발전방향 연구	박세정

## 【 2018년도 연구과제 목록 】

### ❖ 기본과제

\* 현안과제 8건 포함

도 서 명	책 임 연구자
1 지속가능한 남북체육교류 기반구축을 위한 제도화방안 연구	성문정
2 가상패널자료를 이용한 생활스포츠 참여행태 분석	이영임
3 한국인 최우수 마라톤선수 및 장거리선수들의 심폐지구력 관련 SNPs 검증 및 기능평가(비공개)	김광준
4 한국 엘리트선수들의 근력 및 지구성 유전자 비율 분석(비공개)	민석기
5 방향 전환 동작 수행시 대퇴근육의 피로도가 여성의 전방십자인대 부상 요인에 미치는 영향	문제현
6 한국성인의 만성질환 및 사망 위험과 규칙적인 운동의 관련성 탐색 : KoGES 자료를 중심으로	박수현
7 신장성 근수축 운동 후 전신과 하지 저온 침수가 피로, 근손상 지표, 근기능 및 혈중 FGF21, Irisin 농도에 미치는 영향	이진석
8 스포츠기업 단계별 성장전략 수립 기본 연구	고경진
9 판타지스포츠에 관한 기초연구	김민수
10 스포츠 산업클러스터 육성방안 연구	김상훈
11 스포츠 무형가치평가 시스템 실효성 제고 연구(비공개)	정지명
12 이용료 선불 체육시설업에 대한 이행보증보험제도 실행방안(추후 배포예정)	김대희
13 지방자치단체 체육관련 조례분석 및 사업집행 분석(추후 배포예정)	김대희
14 생활체육동호회 조직과 공공스포츠클럽과의 연계 방안(비공개)	남상우
15 초등 스포츠돌봄 교실 운영 방안 연구	정현우
16 스포츠산업 서비스 R&D 육성전략(현안과제)	김상훈
17 장애 유·청소년 스포츠강좌이용권 운영 방안 연구(현안과제)	이동철
18 빙상계 스포츠공정성 실태조사 분석(현안과제, 비공개)	노용구
19 줄부착형 투해머 장력측정장치 개발(현안과제, 비공개)	길세기
20 봅슬레이 러너(Runner) 실물 모형(Mock-up) 제작 연구(현안과제, 비공개)	이상철
21 2018 세계선수권대회 KHS 선수 도마 종목기술 완성도 평가(현안과제, 비공개)	송주호
22 한국스포츠정책과학원 유네스코 석좌사업 발전방안 연구(현안과제)	정현우
23 2017 한국의 체육지표(현안과제)	유의동

## ❖ 수탁과제

도 서 명	책 임 연구자
1 바둑교육의 유·초중등학교 교육과정 적용방안 연구	김대희
2 체육진흥투표권 증량발행 제도 개선연구	김대희
3 대한장애인체육회 가맹경기단체 전문인력 양성사업 평가	김권일
4 2020 도쿄올림픽대비 근대5종 드림팀 스포츠과학 지원-체력운동처방 및 기술분석 분야	고병구
5 전통무예 실태조사 사업	김대희
6 2018 전국 축구경기장 현황조사 연구-제1세부 서울시 공공 축구 경기장 및 미등록 축구 경기장 현황 조사	이상철
7 2018 선수저변확대지원사업 전문선수반 운영 매뉴얼 제작	이진석
8 건강한 100세 시대 구현을 위한 체력인증과 맞춤형 생활체육 참여방안	고병구
9 공공체육시설 장애인 우선사용(배려공간 지정)방안 연구	이동철
10 국민체력100사업 추진성과 및 개선방향 연구	박세정
11 체육영재 육성사업 종합평가를 통한 사업개선 방안 수립	이진석
12 공공스포츠클럽의 유관기관 협력방안 및 모델개발 연구용역	남상우
13 2018 서울특별시 체육회 회원종목단체 평가지표 개발	성문정
14 기능성 성장운동기구(툴플러스)의 운동자극이 유연성과 성장호르몬에 미치는 영향	성봉주
15 체지방측정기기(아스테라시스) 체지방 결과값의 신뢰도와 타당도 및 보정식 추정	성봉주
16 국기태권도 올림픽 종목 유지 전략 기본구상 연구	성문정
17 장애인학생 스포츠강좌 이용권 가맹시설 수요 조사	이동철
18 2017년 체육백서 발간	조현주
19 2018 대학운동부 평가위원회 운영	한태룡
20 2022 아태마스터스게임유치 사전타당성 용역	유의동
21 2018 상임심판제도 운영 평가	김미숙
22 2018년 장애인 생활체육지원사업 현장평가 및 만족도 조사 사업	이동철
23 대한장애인체육회 2018년 종목별 가맹단체 상임심판제도 운영 및 평가	김미숙
24 한국형 노인치매예방 운동 프로그램 개발	송홍선
25 국민체력100 초등학생(5-6학년) 체력증진 운동지침서 개발	민석기
26 국민체력100 초등학생(5-6학년) 체력인증 기준 개발	조은형
27 2018년도 국민체력100 청소년 건강체력기준개발	박세정
28 골프퍼터의 퍼팅시 방향 측정 알고리즘 개발	황중학
29 삼성 EXERCISE 운영 방안	박세정
30 기초자치단체 단위 장애인형 국민체육센터 건립 타당성 연구	김미옥
31 체육시설안전점검 전문기관 등록제도 운영방안 수립	김미옥
32 실테마파크형 스포에듀테인먼트스쿨 서비스 기술개발	길세기

도 서 명	책 임 연구자
33 체육시설안전점검지침 및 안전관리 표준매뉴얼	김대희
34 제24기 경륜선수후보생의 경주력 향상을 위한 스포츠과학 적용	성봉주
35 무예진흥원 설립 타당성 조사	김대희
36 레저스포츠산업 육성 지원 방안 연구	김상훈
37 레저스포츠산업 실태조사	김상훈
38 2017-2018 꿈나무선발 및 경기력 향상도 측정 평가	김광준
39 스포츠산업 법·제도 개선 연구	고경진
40 무형자산 가치평가모델을 활용한 기업 가치평가 시범사업	정지명
41 스포츠산업 해외 트렌드 조사 및 시장정보 제공	김상훈
42 스포츠산업기술개발사업 성과분석	김민수
43 2018 종목별 생활스포츠산업 실태조사	고경진
44 올림픽공원 노후 경기장 활성화 방안 연구	김미옥
45 스포츠산업 진흥 중장기 계획	김민수
46 2017 스포츠산업백서	김민수
47 태권도명인제도	김미숙
48 생활밀착형 국민체육센터 모델 개발 및 추진 방안 연구	김미옥

## 한국스포츠정책과학원 정기간행물 안내

### □ 스포츠과학

『스포츠과학』은 체육정책, 스포츠과학, 스포츠산업분야 등 최신 체육정보를 폭넓게 소개하는 체육전문잡지입니다.



- 발행일 : 2, 5, 8, 11월 말(계간)
- 1년 구독료 : 20,000원 \* 날권 6,000원
- 구독신청 : 한국스포츠정책과학원 홈페이지([www.sports.re.kr](http://www.sports.re.kr))

### □ 체육과학연구

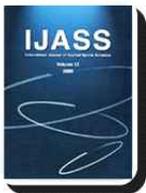
『체육과학연구』는 2003년 한국학술진흥재단 등재학술지로 선정된 국내 최고의 체육종합학술지입니다.



- 발행일 : 3, 6, 9, 12월 말(계간)
- 구독신청 : 한국스포츠정책과학원 홈페이지([www.sports.re.kr](http://www.sports.re.kr))
- \* 29권1호(2018년 3월 31일 발행)부터 전자저널(e-journal)로 발행됩니다.

### □ IJASS

『IJASS(International Journal of Applied Sports Science)』는 2016년 한국연구재단 등재학술지로 선정된 체육종합영문학술지입니다.



- 발행일 : 6, 12월 말(반년간)
- 구독신청 : 한국스포츠정책과학원 홈페이지([www.sports.re.kr](http://www.sports.re.kr))
- \* 30권1호(2018년 6월 30일 발행)부터 전자저널(e-journal)로 발행됩니다.

## □ 시포커스

스포츠산업 동향에 대한 부문별 심층 분석을 제공합니다.

국내 배구산업 경영현황 분석 : 생활스포츠산업 실태조사를 중심으로	(제2020-6월_55호)
국내 골프산업 경영현황 분석 : 생활스포츠산업 실태조사를 중심으로	(제2020-7월_56호)
왜 서비스인가? : 스포츠 서비스산업 현황 분석과 아젠다	(제2020-8월_57호)
국내 스포츠산업 품목 수출입 동향분석 및 시사점: 주요 교역국을 중심으로	(제2020-9월_58호)
레저스포츠산업 현황 분석: 육상 종목 실태조사를 중심으로	(제2020-10월_59호)
수상레저스포츠산업 현황 분석 : 실태조사를 중심으로	(제2020-11월_60호)
코로나19 팬데믹과 스포츠산업의 변화	(제2020-12월_61호)
코로나-19, 무엇이 달라졌나?: 스포츠산업 업종별 소비지출 변화	(제2021-3월_62호)
‘코로나’가 바꾸고 있는 소비문화: 스포츠산업 소비자행동 변화와 전망	(제2021-4월_63호)

## □ 이슈페이퍼

스포츠산업 현안을 집중 분석하여 성장에 필요한 대안을 제공합니다.

한국 대학스포츠 현황 및 발전 방향	(제2019-12월_52호)
코로나가 국내 프로스포츠에 미친 영향과 극복 과정, 그리고 향후 과제	(제2020-5월_53호)
코로나19 바이러스와 스포츠판 그리고 스포츠의 미래	(제2020-6월_54호)
코로나19(COVID-19)를 통해서 본 미국 스포츠산업의 경제적 타격과 대처 그리고 팬의 가치	(제2020-7월_55호)
코로나19와 독일스포츠 : 축구를 통해 보는 프로스포츠 및 생활체육에 대한 영향	(제2020-8월_56호)
코로나19에 따른 스포츠 테크놀로지 동향 및 시사점	(제2020-9월_57호)
뉴노멀시대, 프로스포츠 관람소비 변화에 따른 팬층 확대 방안	(제2020-10월_58호)
코로나19에 따른 태권도장 활성화 방안 탐색	(제2020-11월_59호)
코로나19(COVID-19) 이후 국내 스포츠산업의 뉴노멀에 대한 선택과 집중 전략	(제2020-12월_60호)

\* 시포커스 및 이슈페이퍼 다운로드 : 스포츠산업지식정보-스포츠산업지식(<https://spobiz.kspo.or.kr>)

---

---

**학생선수와 지도자의 스포츠 라이프스킬과  
라이프스킬 전이 효과**

발행일 : 2020년 12월

발행처 : 한국스포츠정책과학원

01794

서울특별시 노원구 화랑로 727(공릉동)

인쇄처 : (주)비전테크시스템즈 ☎02)3432-7132

편집디자인 : (주)비전테크시스템즈 ☎02)3432-7132

---

---