

골프선수의 셀프리더십과 자기관리 및 스포츠자신감의 구조적관계

The Structural Relationship Among Self-Leadership, Self-Management, and Sport Confidence of Golf Players

김순희
용인대학교

Soon-Hee Kim(ksh6610@hanmail.net)

요약

본 연구는 골프선수들의 셀프리더십과 자기관리 및 스포츠자신감의 구조적 관계를 규명하는데 목적이 있다. 편의표집법을 이용하여 골프선수 447명의 자료를 수집하였다. 도구로는 셀프리더십 질문지와 자기관리 척도, 그리고 스포츠자신감 질문지가 이용되었다. 수집된 자료는 SPSS 18.0을 이용하여 탐색적 요인분석과 상관관계를 시행하고 AMOS 18.0를 이용하여 확인적 요인분석과 구조방정식모형(SEM)에 의한 변인간의 인과적 관계 및 다집단 분석을 실시하였다. 연구모형은 셀프리더십이 자기관리와 스포츠자신감에 영향을 미치고, 자기관리가 스포츠자신감에 영향을 미치는지를 규명하기 위한 것이다. 분석결과는 다음과 같다. 첫째, 골프선수의 셀프리더십은 자기관리에 긍정적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 둘째, 골프선수의 셀프리더십은 스포츠자신감에 긍정적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 셋째, 골프선수의 자기관리는 스포츠자신감에 긍정적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 넷째, 성별에 따른 셀프리더십과 자기관리 및 스포츠자신감의 관계는 차이가 없는 것으로 나타났다.

■ 중심어 : | 골프선수 | 셀프리더십 | 자기관리 | 스포츠자신감 |

Abstract

The purpose of this study was to investigate the structural relationships among self-leadership, self-management, and self-confidence of golf players. In order to accomplish the purpose of this study, 447 of them were sampled through the convenience sampling. The instruments for data collection were Self-Leadership Questionnaire, Self-Management Scale1, and Sport Confidence Questionnaire. Collected data were put to exploratory factor analysis and correlation analysis, using the SPSS 18.0 program and to confirmatory factor analysis and structural equation model(SEM), using the AMOS 18.0 program. The results were as follows : First, self-leadership had positive effects on self-management, Second self-leadership had positive effects on sport confidence, Third, self-management had positive effects on sport confidence, Forth, the unstandardized path coefficient among self-leadership, self-management and sport confidence in the men was no different from that in the women.

■ keyword : | Golf Player | Self-Leadership | Self-Management | Sports Confidence |

1. 서론

최근 스포츠 현장에서는 지도자와 선수의 상명하복 중심의 관계에서 서로 의견을 교환하면서 발전적 방향으로 나가려는 수평적 관계가 점차 확대되고 있다. 이는 가부장적이거나 권위적인 위계질서를 중심으로 지시하고 명령만하는 지도자는 경기력 향상은 물론 선수들로부터도 환영을 받지 못하기 때문이다. 특히 선수관리와 팀의 목표를 달성하기 위해서 지도자의 힘으로만 운영하기에는 더 이상 효과적이지 못하고 권한위임과 공유를 통하여 선수 및 지도자의 역량을 키우는 것이 유리한 결과를 가져올 것이라는 암묵적 합의에 따른 결과이기도 하다. 이런 수평적 관계를 중시하는 분위기에 편승하여 최근에는 수평적 파트너십과 관계 지향적 태도를 중시하는 리더십이 스포츠 분야를 중심으로 부각되고 있다[6].

일반적으로 지도자 및 선수의 관계 지향적 태도와 수평적 관계를 중시하는 수평적 리더십은 선수 스스로의 역량과 의사결정을 중시한다. 수평적 리더십은 선수들의 폭넓은 의사참여를 보장하며 개인의 목표와 팀 목표 설정은 물론 목표를 달성하기 위한 전반적인 과정에서 주도권을 선수들에게 일임한다.

최근 스포츠 분야의 새로운 수평적 리더십으로서 셀프리더십(self-leadership)이 소개되고 있다[12][13]. 셀프리더십(self-leadership)은 기존의 리더십들과 개념이 전혀 다른 리더십으로서 리더 행위의 주체와 리더십의 대상이 동일하다[19]. 다시 말해 선수가 리더의 주체인 동시에 리더 행위의 대상이 되기 때문에 선수들의 자율성이 리더십의 핵심요소이다. 또한 셀프리더십은 목표 설정에서부터 목표달성까지 스스로 자기 동기화와 자기보상 및 자기수정을 통하여 자신에게 영향력을 행사한다[13][25].

따라서 셀프리더십은 자기숙성과 자기반성 및 자기관리 등으로 구성된 인지전략과 건설적 사고전략 및 자연적 보상전략으로써 목표수행을 위한 자기관리능력을 극대화시키는 한편 목표수행과정에서 긍정적 사고와 정서의 경험을 촉진한다[23].

셀프리더십의 연구들에 따르면 셀프리더십은 창의성

과 신뢰, 자신감, 자기관리, 몰입 및 자기효능감 등과 밀접한 관계가 있으며 특히, 업무수행에 대한 자기관리와 자신감에 대한 영향력이 높은 것으로 나타났다[9][12][13][24]. 이러한 연구결과에도 불구하고 운동선수들 대상으로 한 셀프리더십의 연구는 매우 미흡한 측면이 있다. 뿐만 아니라 스스로 모든 것을 책임지고 경기를 운영해야 하는 골프선수들의 자기관리전략과 자신감에 대한 셀프리더십에 대한 연구는 거의 전문한 실정이다.

다른 운동 종목에 비해 오랜 선수 생활을 할 수 있는 골프선수들에게 자기관리능력은 선수생활은 물론 경기력을 결정하는 중요한 요소이다[2]. 일반적으로 자기관리는 행동의 변화를 통하여 개인의 긍정적 변화 및 목표달성을 위한 노력으로서 스스로 자신의 행동결과를 조정하며 관리하는 능력으로 정의되기도 하고[22], 자신의 사고와 행동을 조절하여 최상의 수행력을 얻기 위한 인지행동 전략이기도하다[15]. Gould와 Eklund 및 Jackson(1992)[20]의 연구에 따르면 경기력이 우수한 선수가 비우수선수들 보다 긍정적인 기대와 시합에 대한 철저한 심리적 준비 및 훈련 등의 자기관리능력이 높은 것으로 나타났으며, Orlick와 Partington(1988)[26]의 연구에서도 경기력이 우수한 선수들은 그렇지 못한 선수들에 비하여 자신감과 집중력, 상황에 따른 효과적인 인지전략 및 목표설정에 따른 치밀한 전략이 우수한 것으로 나타났다. 이러한 자기관리는 자신감에 영향을 주고, 자기관리를 잘 했을 때 선수들은 수행에 대한 긍정적인 기분과 높은 자신감을 경험한다[16]. 골프 선수들 역시 유사한 결과를 보여주고 있다[10].

골프는 대표적인 개인스포츠로 다른 종목과 달리 단체 생활을 하지 않고 개인이 훈련과 선수생활의 스케줄을 직접 관리한다. 특히, 골프선수들은 훈련과 극한 경쟁 상황 속에서도 스스로 대처해야 하기 때문에 자기관리와 자신감은 필수적인 요소이자 능력이다[5][16]. 그러한 인식으로 인하여 골프선수들의 자기관리는 일찍이 연구의 관심이 되어왔으며 많은 연구들을 통하여 골프 선수들의 경기력은 물론 만족감이나 몰입, 불안 및 자신감 등을 촉진하는 것으로 밝혀졌다[5][4][11]. 그러나 이러한 노력에도 불구하고 골프 선수들의 자기관리

와 자신감 형성 기전을 명확하게 제시하지 못하고 있다. 단지 자기관리와 자신감을 선수들의 특성적 요인으로만 이해함으로써 자기관리와 자신감에 대한 능동적인 활용이 부족하다.

지금까지 선행연구의 탐색을 통하여 골프선수들에게 있어서 자기관리 및 자신감의 중요도를 확인하는 한편 자기관리와 자신감에 대한 셀프리더십의 역량을 확인하였다. 따라서 본 연구에서는 골프선수들의 셀프리더십과 자기관리 및 자신감의 관계를 규명함으로써 셀프리더십의 실용성을 제시함과 동시에 골프선수들의 자기관리와 자신감을 이해하는데 이론적 근거를 제공하고자 한다.

이론구조를 규명하기 위하여 본 연구는 다음과 같은 가설과 모형을 설정하였다. “첫째, 골프선수의 셀프리더십은 자기관리에 정적인 영향을 미칠 것이다.”, “둘째, 골프선수의 셀프리더십은 자신감에 정적인 영향을 미칠 것이다.”, “셋째, 골프선수의 자기관리는 자신감에 정적 영향을 미칠 것이다?”, “넷째, 골프선수의 성별에 따른 셀프리더십과 자기관리 및 자신감 관계에는 차이가 있을 것이다” 이다.

II. 연구방법

1. 연구대상

본 연구의 대상자는 전국의 골프선수들을 모집단으로 설정한 후 편의표집법(convenience sampling)에 따라 연구자 외 3명이 서울과 경기, 경북, 전남, 대전, 대구, 광주 및 부산 지역의 골프훈련장 및 팀을 직접 방문하여 자료를 수집하였다. 자료수집 전 연구의 목적과 방법 및 연구결과의 활용에 대하여 설명한 다음 연구의 참여의사를 구하였다.

자발적으로 참여의사를 밝힌 골프선수를 대상으로 자기평가기입법(self-assessment method)으로 설문을 작성하도록 하였으며 설문 작성 후 연구자 외 2명이 미기입 및 중복기입 등 작성상태를 확인한 다음 현장에서 바로 수정하도록 하였다. 이러한 절차에 따라 총 447부의 자료가 수집되어 연구에 활용되었다.

표 1. 연구대상자 특성

	구분	n	%
성별	남	287	64.1
	여	160	35.9
	중	63	14.0
소속	고	134	30.1
	대	166	37.2
	일반	84	18.7
경력	3년이하	82	18.4
	4-6년이하	134	30.0
	7-9년이하	146	32.7
	10년이상	85	18.8

본 연구의 연구대상자의 특성은 [표 1]에서 제시된 것처럼 남자선수 287명(64.1%), 여자선수 160명(35.9%), 소속은 중 63명(14.9%), 고 134명(30.1%), 대 166명(37.2%), 일반 84명(18.7%)으로 나타났다. 운동경력은 3년 이하 82명(18.4%), 4-6년 이하 134명(30.0%), 7-9년 이하 146명(32.7%), 10년 이상 85명(18.8%)으로 나타났다.

2. 측정도구

측정도구의 구성타당도를 검증하기 위한 기술통계분석과 탐색적 요인분석(최대우도법, 직접 오블리민)과 확인적 요인분석을 실시하였다. 탐색적 요인분석(EFA)에서는 수집된 447부의 자료 중 223부의 자료가 활용되었으며 확인적 요인분석에는 나머지 224부의 자료를 사용하였다.

2.1 셀프리더십

골프선수의 셀프리더십은 신용국과 김명소 및 한영석(2009)[7]이 Houghton과 Neck(2002)[21]의 RSLQ (Revised Self-Leadership Questionary)를 한국 상황에 적합하도록 재구성한 검사지를 사용하였다. 이 검사지는 3요인(행동중심적전략, 자연적보상전략, 건설적사고전략) 35문항으로 구성되어 있다.

각 문항은 “전혀 그렇지 않다(1점)”에서 “매우 그렇다(5점)”까지의 5점 리커트척도로 구성되어 있다. 분석에 앞서 기술통계분석을 통해 정규성 검증을 실시하였다. 기술통계 분석결과 첨도 및 왜도에서 ±2이상으로 나타나거나 문항의 응답빈도가 50% 이상 편중되게 나타나 정규성을 위반하는 문항 33번, 34번, 35번을 분석

에서 제외하였다.

나머지 32문항으로 이용하여 요인구조를 탐색하기 위한 탐색적 요인분석을 실시하였다. 탐색적 요인분석은 사회과학분야에 적합한 최대우도법과 직접 오블리민 및 RMSEA 값을 이용하여 요인구조를 탐색하였다.

표 2. 셀프리더십 탐색적 요인분석

구분	χ^2	df	RMSEA	
요인	2요인	1823.248	433	.120
	3요인	1287.988	403	.099
	4요인	1086.595	374	.093
	행동중심전략	자연적보상	건설적사고	
S1	.929	.001	-.021	
S2	.869	.024	.035	
S5	.837	.015	-.199	
S3	.787	.032	.084	
S4	.724	-.003	-.026	
S16	.558	.156	.185	
S22	.541	.122	.212	
S18	.498	-.092	.043	
S17	.425	.012	.095	
S11	.049	.916	-.039	
S10	.160	.904	-.098	
S9	.034	.750	.100	
S12	-.055	.572	.113	
S25	-.143	.167	.861	
S26	.004	.149	.784	
S24	-.032	.114	.774	
S27	-.095	-.062	.727	
S30	.184	-.171	.630	
S28	.071	.052	.614	
S31	.129	.028	.581	
S21	.216	-.204	.468	
S23	.256	-.153	.462	
S19	.082	-.319	.423	
S29	.131	.011	.421	
α	.882	.772	.844	

요인수를 탐색한 결과 [표 2]에서 나타난 것처럼 3요인과 4요인의 RMSEA값이 적합기준[18]을 충족하는 것으로 나타났다. 그러나 2요인과 3요인의 RMSEA지수의 차이는 .01보다 크게 나타난 반면 3요인과 4요인의 RMSEA지수의 차이는 .01보다 작은 것으로 나타났다. 따라서 3요인을 셀프리더십의 요인구조로 결정하였다. 그러나 3요인 구조에서의 각 문항의 요인적재값(factor loading)을 분석한 결과 .40이하로 나타나 설명력이 떨어지는 문항(6번, 7번, 8번, 13번, 14번, 15번, 20번, 32번)이 분석에서 제외되었다. 따라서 탐색적 요인

분석 결과 셀프리더십은 3요인 24문항의 요인구조로 재구성되었다.

탐색된 요인구조의 적합도를 검증하기 위하여 확인적 요인분석을 실시하였다. 확인적 요인분석결과 최초 모형적합도는 적합기준을 충족하지 못하는 것으로 나타나 수정지수(MI) 및 SMC(Squared Multiple Correlations) 값을 이용하여 모형수정을 실시하였다. 모형수정 결과 수정지수(MI)값이 높은 문항(3번, 25번)이 분석에서 제외되었으며 모형적합도($\chi^2=307.23$, $df=132$, $Q=2.32$, $CFI=.91$, $TLI=.90$, $RMSEA=.07$)는 적합기준으로 충족하는 것으로 나타나 최종 3요인 23문항으로 결정되었다.

2.2 자기관리

골프선수의 자기관리 검사지는 허정훈과 김병준 및 유진(2001)[14] 이 개발한 검사지를 사용하였다. 이 검사지는 4요인(몸관리, 대인관리, 훈련관리, 정신관리) 18문항으로 구성되어 있다. 각 문항은 “전혀 그렇지 않다(1점)”에서 “매우 그렇다(5점)”까지의 5점 척도이다.

먼저 기술통계분석을 통하여 정규성 위배 문항이 없는 것을 확인하였다. 요인구조를 탐색하기 위한 탐색적 요인분석을 실시하였으며 요인 수를 결정하기 위한 RMSEA값을 분석한 결과 4요인과 5요인의 RMSEA값의 차이가 .10보다 적게 나타나 4요인을 최적의 요인수로 결정하였다. 4요인 구조의 요인적재값이 .40 이하로 나타나 요인에 대한 설명력이 떨어지는 문항(5번, 18번)이 분석에서 제외되어 최종 4요인 16문항의 요인구조로 재구성되었다.

탐색적 요인분석으로 추출된 요인구조의 적합도를 검증하기 위한 확인적 요인분석을 실시하였다. 확인적 요인분석 결과 최초 모형적합도는 적합기준을 충족하지 못하는 것으로 나타났다. 따라서 수정지수(MI)와 SMC(Squared Multiple Correlations)를 기준으로 모형수정을 실시하였으며 모형수정결과 문항17번에 분석에서 제외되었다. 모형수정 후 모형적합도($\chi^2=188.58$, $df=84$, $Q=2.24$, $CFI=.91$, $TLI=.90$, $RMSEA=.07$)는 양호한 것으로 나타났다.

표 3. 자기관리 탐색적 요인분석

구분	χ^2	df	RMSEA	
3요인	302.586	102	.094	
4요인	192.112	87	.074	
5요인	138.910	73	.065	
문항	훈련관리	몸관리	대인관리	정신관리
M1	.962	.029	-.126	.068
M6	.582	.003	.228	-.080
M3	.402	.109	.167	.127
M11	-.132	.970	.015	.089
M13	.111	.571	.027	.030
M16	.008	.511	.293	-.053
M9	.082	.427	-.157	-.033
M10	.087	-.046	.810	.008
M15	.037	-.076	.758	.104
M12	-.028	-.010	.714	.042
M2	.175	.001	.604	.037
M17	.013	.154	.496	.063
M4	-.010	.081	-.116	.761
M7	.118	-.089	.034	.688
M8	-.037	-.009	.047	.680
M14	-.027	-.005	.223	.587
α	.902	.883	.833	.802

2.3 스포츠자신감

골프선수의 스포츠자신감은 김원배(1999)[3]가 개발한 검사지를 사용하였다. 이 검사지는 4요인(능력입증, 코치리더십, 신체/정신적 준비, 사회적지지) 15문항이다. 각 문항은 “전혀 그렇지 않다(1점)”에서 “매우 그렇다(5점)”까지의 5점 척도로 되어 있다.

먼저 기술통계분석을 통해 정규성 검증을 실시하였다. 기술통계분석결과 첨도 및 왜도에서 ±2이상으로 나타나거나 문항의 응답빈도가 50%이상 편중되게 나타나 정규성을 위반하는 문항 5번, 6번, 10번이 제외되었

다. 따라서 12문항을 이용하여 요인구조를 탐색하기 위한 탐색적 요인분석(최대우도법, 직접 오블리민)을 실시하였다. 요인 수를 결정하기 위한 RMSEA값을 비교 분석한 결과 4요인구조가 가장 적합한 구조를 나타냈다. 그러나 4요인 구조의 문항별 요인적재값에서 14번, 15번의 요인적재값이 .40이하로 나타나 요인에 대한 설명력이 떨어져 분석에서 제외하였다. 이에 따라 탐색적 요인분석결과 4요인 10문항으로 재구성되었으며 요인별 신뢰도 역시 .702 ~ .872로 나타났다.

추출된 요인구조의 적합도를 검증하기 위한 확인적 요인분석을 실시하였다. 확인적 요인분석결과 최초 모형적합도($\chi^2=122.35$, $df=51$, $Q=2.39$, $CFI=.92$, $TLI=.91$, $RMSEA=.08$)는 적합기준을 충족하는 것으로 나타났다.

표 4. 스포츠 자신감 탐색적 요인분석

구분	χ^2	df	RMSEA	
2요인	468.218	76	.131	
3요인	341.337	63	.121	
4요인	124.968	57	.084	
5요인	94.689	30	.083	
문항	준비	사회지지	코치지도	능력입증
C3	.941	.020	-.145	-.094
C1	.467	.090	.090	.323
C7	.069	.913	.051	-.130
C2	-.004	.790	.070	.040
C11	-.013	.553	-.170	.068
C4	-.069	.512	-.171	.210
C12	-.011	.033	-.903	.005
C8	.284	.037	-.523	.122
C9	.062	.006	-.010	.776
C13	-.052	.027	-.063	.737
α	.744	.872	.773	.702

표 5. 요인 별 상관관계

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
1	1										
2	.053	1									
3	.557**	-.046	1								
4	.654**	.109	.361**	1							
5	.419**	-.081	.336**	.309**	1						
6	.414**	.065	.311**	.433**	.104	1					
7	.351**	-.190**	.547**	.242**	.106	.459**	1				
8	.379**	.162**	.275**	.314**	.099	.417**	.410**	1			
9	.374**	.086	.327**	.239**	.331**	.306**	.301**	.422**	1		
10	.203**	.025	.258**	.141*	.225**	.185**	.151**	.471**	.472**	1	
11	.364**	.077	.378**	.330**	.289**	.335**	.369**	.415**	.458**	.450**	1

1. 행동전략, 2.자연보상, 3.건설적 사고, 4.훈련관리, 5.몸관리, 6.대인관리, 7.정신관리, 8.신체/정신 준비, 9.사회지지, 10. 코치지도, 11. 능력입증
* $p<.05$, ** $p<.01$

4. 자료처리방법

수집된 자료는 연구목적에 따라 SPSS 18.0 및 AMOS 18.0을 이용하여 다음과 같이 분석하였다. 첫째, 수집된 자료의 정규성을 분석하기 위하여 문항별 평균과 표준편차, 응답빈도, 첨도 및 왜도 분석을 실시하였다. 둘째, 각 설문지의 요인 구조의 타당성과 신뢰성을 확인하기 위하여 탐색적 요인분석을 실시한 후, 확인적 요인분석을 실시하였다. 셋째, 측정요인 간의 관계를 규명하기 위하여 Pearson의 적률상관분석과 공분산 구조모형분석 및 다중집단 분석을 실시하였다. 그리고 분석과정에서의 통계적 유의수준은 $p < .05$ 로 설정하였다.

III. 결 과

골프선수의 셀프리더십과 자기관리 및 스포츠자신감의 관계를 규명하기에 앞서 요인 간 상관분석과 공분산 구조모형분석 및 다중집단분석을 실시하였다. 분석결과는 다음과 같다.

1. 연구 변인간의 상관관계

[표 5]는 골프선수의 셀프리더십과 자기관리 및 스포츠자신감의 상관관계를 분석한 결과이다. 셀프리더십과 자기관리의 관계에서는 셀프리더십의 행동중심전략은 자기관리의 모든 하위요인과 .35~.65까지의 정적상관이 있는 것으로 나타났다. 자연적 보상전략은 자기관리의 정신관리에 .19의 정적상관이 있는 것으로 나타났다. 건설적 사고전략은 자기관리 모든 하위요인과 .31~.54의 정적상관이 있는 것으로 나타났다.

셀프리더십과 스포츠자신감의 관계에서는 셀프리더십의 행동중심전략은 스포츠자신감의 모든 하위요인과 .20~.37의 정적상관이 있는 것으로 나타났으며 자연적 보상전략은 유의한 상관관계가 없는 것으로 나타났다. 건설적 사고전략은 스포츠자신감의 모든 하위요인과 .25~.37의 정적상관이 있는 것으로 나타났다. 자기관리와 스포츠자신감의 관계에서는 자기관리의 훈련관리는 스포츠자신감의 모든 하위요인과 .14 ~.33의 정적상관이 있는 것으로 나타났으며 몸 관리는 스포츠자신감의

사회적 지지와 코치지도 및 능력입증과 .22~.33의 정적상관이 있는 것으로 나타났다. 대인관리는 스포츠자신감의 모든 하위요인과 .18~.41의 정적상관이 있는 것으로 나타났으며 정신관리는 스포츠자신감의 모든 하위요인과 .15~.41의 정적상관이 있는 것으로 나타났다.

2. 셀프리더십과 자기관리 및 자신감의 관계

골프선수의 셀프리더십과 자기관리 및 스포츠자신감의 관계를 규명하기 위한 공분산구조모형분석은 Anderson과 Gerbing(1988)[17]이 제시한 2단계 접근방법으로 진행하였다. 우선 본 연구에서 제시한 연구모형의 적합도를 확보한 다음 연구모형을 준거로 골프선수들의 셀프리더십과 자기관리 및 스포츠자신감의 관계를 규명하였다.

2.1 연구모형의 적합도 평가

연구모형의 적합도는 사례수와 CFI, TLI, RMSEA의 지수를 사용하여 모형의 적합도를 평가하였다.

분석결과 [표 6]에 제시된 것처럼 최초 모형적합도는 적합기준을 충족하지 못하는 것으로 나타났다. 따라서 수정지수(MI)와 공분산 및 SMC을 준거로 모형수정을 실시하였으며 모형수정결과 수정지수(MI)가 높은 e7(대인관리)요인을 삭제하였다. 모형 수정 후 모형적합도는 적합기준을 충족하는 것으로 나타났다.

표 6. 연구모형 적합도

	χ^2	df	CFI	TLI	RMSEA
최초	264.97	72	.871	.814	.115
e7삭제	125.66	65	.908	.904	.087
적합기준			.90≤	.90≤	.09≥

2.2 요인 간 경로계수 분석

연구모형적합도 평가에서 적합기준을 충족한 연구모형을 준거로 요인 간 경로계수를 분석하였다. 요인 간 경로계수를 분석한 결과 [표 7]에서 제시한 것처럼 첫째, 셀프리더십과 자기관리의 관계에서는 경로계수($\beta = 3.117, p < .001$)가 통계적으로 유의하게 나타나 셀프리더십은 자기관리에 긍정적 영향을 미치는 것으로 나타났다.

표 7. 요인 간 경로계수

경로	Estimates	S.E.	C.R.
셀프리더십→자기관리	3.117	.887	3.514***
셀프리더십→스포츠자신감	1.793	.654	2.415**
자기관리→스포츠자신감	4.386	1.112	3.943***

** $p < .05$, *** $p < .001$

둘째, 셀프리더십과 스포츠자신감의 관계에서는 경로계수($\beta=1.793, p < .01$)가 통계적으로 유의하게 나타나 셀프리더십은 스포츠자신감에 긍정적 영향을 미치는 것으로 나타났다.

셋째, 자기관리와 스포츠자신감의 관계에서는 경로계수($\beta=4.386, p < .001$)가 통계적으로 유의하게 나타나 자기관리는 스포츠자신감에 긍정적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 따라서 가설 1, 2, 3은 수용되었으며, [그림 1]의 연구모형 또한 적합한 것이 입증되었다.

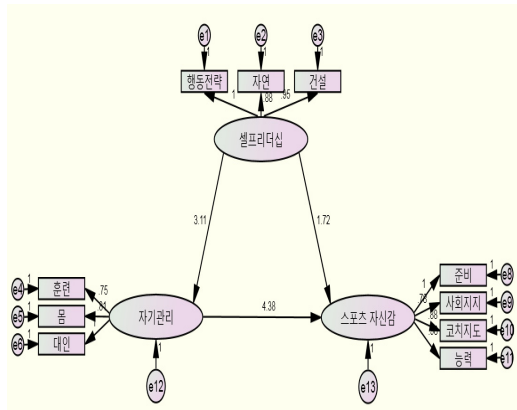


그림 1. 연구모형

성별에 따른 셀프리더십과 자기관리 및 스포츠 자신감의 관계의 차이를 분석하기 위하여 다중집단 공분산 구조모형분석을 실시하였다.

다중집단 공분산구조분석을 실시하기 위하여 Unconstrained모델과 Structural weight모델의 $\Delta\chi^2$ 과 Δdf 의 값을 이용하여 성별에 따른 연구모형의 검정통계량을 분석하였다. 분석결과 $\Delta\chi^2$ 과 Δdf 의 유의도가 유의하지 않는 것으로 나타나 연구모형의 검증력은 성별에 상관없이 동일한 것으로 나타났다. 따라서 성별에 따른

요인 간 관계의 차이를 분석한 결과 [표 8]에 제시된 것처럼 성별에 따른 경로 계수값의 차이를 나타내는 z통계량이 ± 1.96 보다 작은 것으로 나타나 성별에 따른 셀프리더십과 자기관리 및 자신감 관계에는 차이가 없는 것으로 나타났다. 따라서 가설 4는 기각되었다.

표 8. 다중집단 연구모형 경로분석

Model	χ^2	df	p
Unconstrained	121.27	51	.080
Structural weight	134.41	57	.088
Model comparison	13.14	6	.146

	b1_1	b2_1	b3_1
b1_2	1.609		
b2_2		.657	
b3_2			.732

b1 : 셀프리더십 → 자기관리
 b2 : 셀프리더십 → 스포츠 자신감
 b3 : 자기관리 → 스포츠 자신감

IV. 논의

본 연구는 골프선수들의 셀프리더십이 선수들의 자기관리능력과 스포츠자신감에 대한 기여도를 규명하기 위한 목적으로 진행되었으며 연구결과를 근거로 다음과 같이 논의하고자 한다.

셀프리더십과 자기관리의 관계를 규명한 결과 셀프리더십은 골프선수들의 자기관리에 긍정적인 기여를 하는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 셀프리더십의 본질적 역할을 이해한다면 당연한 결과로 볼 수 있다. 셀프리더십은 기존의 리더십들과 차원이 다른 리더십으로서 목표설정에서 달성까지의 전 과정을 스스로 통제하고 조절하는 리더십[25]으로 목표수행을 위한 구체적인 자기관리 향상전략이다[23]. 셀프리더십의 선행연구들을 통합적으로 고려한다면 골프선수들의 자기관리에는 셀프리더십이 결정적 기여를 하고 있음을 알 수 있다. 또한 골프는 다른 단체스포츠와 달리 훈련과 경기 과정에서 스스로의 관리능력이 중요하다[5][16]. 그러므로 본 연구의 결과와 골프의 특성을 고려한다면 셀프리더십이 골프선수들의 자기관리능력을 극대화시키는 데 있어서 전략적 방법으로 활용될 수 있을 것이다.

셀프리더십과 스포츠자신감의 관계에서는 셀프리더십이 스포츠자신감에 긍정적 기여를 하고 있는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 윤정욱(2011)[9]과 전명규(2013)[12] 및 Neck과 Houghton(2006)[24]의 연구결과와 맥을 같이 한다고 볼 수 있다. 선행 연구에 의하면 셀프리더십은 선수들의 자신감 수준과 매우 밀접한 관계가 있음을 보고하고 있다. 무엇보다 선수들의 자신감은 과업에 대한 선수 자신의 자율성과 주도성이 핵심적 역할을 하는데 셀프리더십이 바로 선수들의 자율성 및 주도성을 극대화시키는 역할을 함으로써 선수들의 자신감의 형성을 촉진한다고 주장하였다. 사실 목표달성에 있어서 선수들의 자발적 참여와 주동적 역할은 훈련에 대한 열성과 성과를 증진시킨다는 사실은 스포츠 현장을 중심으로 보편적 사실로서 이해되고 있다. 일반적으로 훈련의 양과 훈련성도가 좋은 선수들은 경기에 대한 자신감이 향상된다[15]. 그러므로 이를 근거로 추론하여 본다면 셀프리더십은 골프선수 스스로 훈련과 자기관리에 대한 자발적 동기화를 촉진시켜 훈련성과를 높임으로써 선수들의 자신감을 향상시키고 있음을 추론할 수 있다.

자기관리와 스포츠자신감의 관계에서는 자기관리가 골프 선수들의 스포츠자신감에 긍정적인 기여를 하고 있는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 자기관리의 역할과 기여도를 규명한 연구[15][20]와 일치하는 것이다. 따라서 골프 선수들 역시 자기관리능력이 골프 선수들의 스포츠자신감 형성에 아주 밀접한 기여를 하고 있음을 알 수 있다. 골프 선수에게 자신감은 매우 중요한 경기력 결정요인이다. 그러므로 골프 선수들의 경기력 향상을 위해서는 반드시 선수들의 자기관리능력을 함양하고 극대화시키는 방안을 모색해야 할 것이다.

마지막으로 본 연구에서는 선행 연구에서는 다루지 않았던 성별에 따른 셀프리더십과 자기관리 및 스포츠자신감의 관계의 차이를 분석하였다. 일반적으로 스포츠 심리학 분야에서는 성별에 따른 심리적 차이를 보편적 명제로서 이해하고 있기 때문이다.

분석결과 성별에 따라 변인간에 차이가 없는 것으로 나타났다. 이것은 골프선수들에게 있어 셀프리더십이 자기관리와 스포츠자신감에 동일하게 기여를 하고 있

음을 의미한다. 또한 골프선수들의 경기력 향상은 물론 자기관리 능력을 극대화시키기 위해서는 선수들의 셀프리더십을 선행적으로 함양시키는 방안이 고려되어야 할 것이다. 여자선수들의 경우 셀프리더십은 스트레스를 감소시켜주고, 자기효능감을 높여주기 때문이다[1].

여기에 덧붙여 미래에는 셀프리더십을 코칭과 연계할 필요가 있다. 우형록(2015)에 따르면 코칭은 목표달성을 위해 조직구성원과 협력하여 해결 대안을 찾아가는 과정에 보다 집중함으로써 개인적인 성장과 학습을 촉진하고 지원한다. 이렇게 선수 자신의 셀프리더십과 코칭이 서로 더하여지면 선수들의 훈련에 동기부여를 함으로써 선수들은 더욱 자기를 관리할 수 있는 책임감을 갖고 이것은 스포츠자신감으로 이어질 수 있을 것이다.

참고 문헌

- [1] 김남희, 이혜순, “청소년의 자기효능감 및 셀프리더십이 스트레스에 미치는 영향,” 한국콘텐츠학회논문지, 제15권, 제1권, pp.211-220, 2015.
- [2] 김병준, “운동선수 자기관리행동의 측정,” 체육과학연구, 제14권, 제4호, pp.125-140, 2003.
- [3] 김원배, “스포츠 정신력의 개념구조탐색 및 측정 도구개발,” 한국스포츠심리학회지, 제13권, 제3호, pp.21-41, 1999.
- [4] 김창연, *청소년의 골프참여에 따른 신체상과 자아존중감 및 대인관계성향의 관계*, 한국체육대학교 대학원, 미간행석사학위논문, 2013.
- [5] 김춘중, 손승범, “대학 골프선수들의 자기관리와 운동재미요인, 운동성과 간의 관계모형분석,” 한국체육학회지, 제53권, 제2호, pp.41-52, 2014.
- [6] 박영민, 김한별, 남정훈, “골프선수의 셀프리더십과 신체적 자기효능감 및 운동몰입의 관계,” 한국체육과학회지, 제20권, 제3호, pp.541-555, 2011.
- [7] 신용국, 김명소, 한영석, “셀프리더십 척도 타당화 연구,” 한국심리학회지, 제6권, 제3호, pp.313-340, 2009.

- [8] 우형록, “직무특성과 직무성과간의 관계에 미치는 코칭 리더십의 조절효과,” 한국콘텐츠학회 논문집, 제15권, 제10호, pp.425-435, 2015.
- [9] 윤정욱, “스포츠바우처 참가 아동의 셀프리더십 간에 자아존중감 및 자아효능감의 매개 및 조절효과,” 한국체육학회지, 제50권, 제6호, pp.75-89, 2011.
- [10] 은희관, 허창용, “골프선수의 리더십과 자신감 및 경기력의 구조관계: 소속에 따른 다집단 분석,” 한국체육측정평가학회지, 제16권, 제3호, pp.77-85, 2014.
- [11] 이정규, *골프선수의 스트레스와 정신력이 주의 집중 및 운동수행에 미치는 영향*, 조선대학교 대학원, 미간행석사학위논문, 2012.
- [12] 전명규, “빙상선수 셀프리더십과 스포츠 자신감 및 경기력 관련성,” 한국체육측정평가학회지, 제15권, 제2호, pp.41-51, 2013.
- [13] 조병섭, “중·고등학교 골프선수의 셀프리더십이 운동몰입 및 경기력에 미치는 영향,” 한국사회체육학회지, 제46권, 제1호, pp.833-842, 2011.
- [14] 허정훈, 김병준, 유진, “대학 운동 선수들의 자기관리 전략: 평소연습과 시합상황의 비교,” 한국체육학회지, 제40권, 제1호, pp.187-198, 2001.
- [15] 허정훈, 유진, “국가대표선수들의 자기관리전략,” 한국스포츠심리학회지, 제15권, 제3호, pp.27-52, 2004.
- [16] 홍희선, “KLPGA 골프선수들의 자기관리와 운동만족의 관계,” 한국스포츠심리학회지, 제20권, 제1호, pp.49-63, 2009.
- [17] J. Anderson and W. Gerbing, “Structural equation modelling in practice: A review and recommended two stage approach,” *Psychological Bulletin* Vol.27, No.1, pp.5-24, 1988.
- [18] M. W. Browne and R. Cudeck, *Alternative ways of assessing model fit*. In: K. A. Bollen & J. S. Long (Eds.), *Testing structural equation models*(pp.136-162), Beverly Hills, CA: Sage, 1993.
- [19] J. Cox, J. Sims, and S. Yun, “The forgotten follower: a contingency model of leadership and follower self-leadership,” *Journal of Managerial Psychology*, Vol.21, No.4, pp.374-388, 2006.
- [20] D. Gould, R. C. Eklund, and S. A. Jackson, “Olympic wrestling excellence: I. mental preparation, precompetitive cognition, and affect,” *The Sport Psychologist*, Vol.6, No.4, pp.358-382, 2006.
- [21] J. D. Houghton and C. P. Neck, “The Revised Self-leadership Questionnaire: Testing a Hierarchical Factor Structure for Self-leadership,” *Journal of Managerial Psychology*, Vol.17, No.8, pp.672-691, 2002.
- [22] R. T. Jones, R. E. Nelson, and A. E. Kazdin, “The role of external variables in self-reinforcement: A review,” *Behavior Modification*, Vol.1, pp.147-178, 1977.
- [23] C. C. Manz and H. P. Sims, *The New Super-leadership: leading others to lead themselves*, Berkeley, CA: Berett-Koehler, 2001.
- [24] C. P. Neck and J. D. Houghton, “Two decades of self-leadership theory and research,” *Journal of Managerial Psychology*, Vol.21, No.4, pp.270-295, 2006.
- [25] C. P. Neck, G. W. Stewart, and C. C. Manz, “Thought self-leadership as a framework for enhancing the performance of performance appraisals,” *Journal of Applied Behavioral Science*, Vol.31, No.3, pp.278-302, 1995.
- [26] M. Orlick and H. Partington, “Organizational commitment and psychological attachment : The effects of compliance, identification, and internalization on prosocial behavior,” *Journal of Applied Psychology*, Vol.71, pp.429-449, 1988.

저 자 소 개

김 순 희(Soon-Hee Kim)

정회원



- 1989년 5월 ~ 현재 : 한국여자 프로골프협회 정회원
 - 2003년 10월 ~ 2009년 : 한국여자프로골프협회 통산 3승
 - 2012년 2월 : 용인대학교 대학원 체육학 박사
 - 2013년 3월 ~ 2014년 12월 : 인천아시아안게임 여자골프 국가대표 코치
 - 2012년 3월 ~ 현재 : 용인대학교 골프학과 교수
- <관심분야> : 골프, 골프마케팅, 골프산업