



Original Article

The Effects of Athletes' Imposter Syndrome Tendency on Achievement Goal Orientation and Regulatory Focus

Ki-Yeon Kim and Yong-Hyun Lee*

Dong-duk Women's University

Article Info

Received 2023. 08. 02.
Revised 2023. 08. 26.
Accepted 2023. 09. 12.

Correspondence*

Yong-Hyun Lee
lyh0206@dongduk.ac.kr

Key Words

Imposter syndrome,
Achievement goal orientation,
Regulatory focus,
Psychological variables

이 논문은 김기연의 석사학위 논문을
수정, 보완하였음.

PURPOSE This study aimed to verify the influence of imposter syndrome tendencies in athletes on their achievement goal orientation, and regulatory focus. **METHODS** Data collected from 413 athletes through surveys were analyzed using SPSS version 27.0 and AMOS version 21.0 to assess reliability and validity, conduct independent sample t-tests, perform correlation analysis, and conduct multiple regression analyses. **RESULTS** The findings revealed significant sex-based differences in imposter syndrome tendencies, achievement goal orientation, and regulatory focus. Moreover, significant correlations were observed between sub-factors of imposter syndrome, achievement goal orientation, and regulatory focus. Imposter syndrome tendencies had varying effects on achievement goal orientation, with the discount factor significantly influencing approach orientation, the fake factor significantly affecting avoidance orientation, and fear factors significantly impacting self-avoidance. Additionally, imposter syndrome tendencies influenced regulatory focus, as the discount factor significantly affected both promotion focus and prevention focus, while fake and fear factors significantly influenced prevention focus. **CONCLUSIONS** This study underscores the importance of athletes' imposter syndrome tendencies as significant contributors to psychological variables related to motivation, including achievement goal orientation and regulatory focus.

서론

연구의 필요성

70편 이상의 영화에 출연했고, 아카데미상을 2차례 수상했던 배우 톰 행크스(Tom Hanks)는 2016년 한 잡지의 인터뷰에서 다음과 같이 말했다. “언제쯤 사람들이 내가 사기꾼이라는 걸 눈치채고 내 모 든 걸 가져갈까요?”(Mann, 2019). 이처럼 우리는 능력을 충분히 인정받았음에도 불구하고 성과에 대해 스스로 낮게 평가하거나 외부의 요인으로 돌리는 등 자신을 믿지 못한 경험이 있는가? 또는 자신의 실제 능력이 타인에게 들릴까 불안했던 경험이 있는가?

이러한 현상은 전 세계 70% 이상의 사람들이 경험했다는 결과(Matthews & Clance, 1985; Sakulku, 2011)가 있을 정도로 보편

적인데, 우리에게도 ‘가면 증후군(Imposter Syndrome)’이라는 용어로 알려져 있다. 가면 증후군이란 자신이 불충분하다는 두려움의 감정에 근거하여 능력을 깎아내리거나, 거짓으로 생각하여 자신을 사기꾼이라고 가정하는 심리적 경향을 의미한다(Clance & Imes, 1978). 여기서 ‘Imposter’는 ‘사기꾼’으로 해석되는데, 이는 자기 능력에 대한 확신, 성공, 타인에게 보이는 호감도 등 근본적인 것들에 대해 모두 사기라고 칭하는 것이다(Breeze, 2018). 국내에서는 아직 가면 증후군이 생소한 개념이지만, 개인의 성별, 사회적 지위, 특정 직업군 등 다양한 요인에 따라 발생하는 것으로 보고되었다(Clance & Imes, 1978; Clark et al., 2014; Kogan et al., 2020).

가면 증후군은 다양한 심리 요인과 배경에 의해 나타나지만, 주목할 점은 뚜렷한 정신의학적 장애나 증상으로 분류되지 않아도 상황에 따라 개인이 경험하는 부정적이지 못한 성격특성으로 인해 나타날 수 있다(McElwee & Yurak, 2010). 또한, 가면 증후군의 심리는 자기 회의감이나 자신감 부족 등 실패에 대한 두려움의 감정에 기반한다는 주장도 있다(Fried-Buchalter, 1992). Kolligian & Stenberg(1991)는 가면 증후군의 사기성 인지는 비정상적 관념화,

© This is an open-access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution Non-Commercial License (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>), which permits unrestricted non-commercial use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

자기비판, 과도한 자기 감시 그리고 성취해야만 하는 강한 압박으로 인해 나타난다고 주장했다. 이렇게 가면 증후군 경향을 반복적으로 겪는 사람들은 탈진이나 정서적 소진, 내재적 동기 상실, 성공에 대한 죄책감과 수치심을 포함한 저조한 성취의 결과로 나타난다(Chrisman et al., 1995; Clance, 1985).

지금까지 가면 증후군은 개념적 정의와 원인 그리고 다수가 느끼는 심리적 경향이 밝혀져 왔지만, 아직 국내에서는 거의 연구된 바가 없는 실정이다. 그러나 가면 증후군이 여러 문화권에 걸쳐 발생한다는 결과(Clance et al., 1995)를 근거로 국내에서도 관련 연구의 필요성이 제기된다. 운동선수 역시 자기 능력을 과소평가하거나, 실제 노력과 능력으로 이룬 성과임에도 불구하고 자신의 성과를 외부 요인으로 귀인 할 가능성이 존재한다. 이렇게 되면 운동선수는 실패 귀인과 유사하게 자신감 저하 및 내재적 동기 저하로 이어져 선수 생활을 지속하는 데 문제가 될 수 있다(Ahn & Yeo, 2010).

동기 이론 중 성취목표 성향(achievement goal orientation)은 개인이 의미 있는 목적이나 성과를 달성하기 위해 성취 활동에 참여하는 원인을 의미한다(Park & Moon, 2013). 초기의 성취목표 이론은 유능성의 정의를 기준으로 목표의 성취 기준이 타자인지 자아인지에 따라 과제 목표 성향과 자아 목표 성향으로 구분하였다(Nicholls, 1989). 이후 Elliot et al.(2011)은 성취목표에서 중요한 개념인 유능성 요소에 기반하여 새로운 모델을 탄생시켰다. 이 모델은 유능성의 정의에 사용된 '과제', '자기' 그리고 '타자'라는 3가지 기준에 대해 유능성이 유발되는 방식인 성공 접근과 실패 회피를 교차시켜 3×2 성취목표를 제안하였다. 따라서 세부적인 6가지 요인은 과제-접근 목표, 과제-회피 목표, 자기-접근 목표, 자기-회피 목표, 타자-접근 목표, 타자-회피 목표가 된다. 3×2 성취목표 성향은 체육과 무용 분야에서 학업 수행 및 성취도뿐만 아니라 성격특성 및 정서 등 다양한 변수 간의 영향 관계를 규명하는 데 활용되고 있다(Johnson & Kestler, 2013; Kim, 2018; Madigan et al., 2017; Moon, 2018; Park & Moon, 2013).

또 다른 동기 이론으로 Higgins et al.(1986)은 인간의 성향을 2가지로 나누어 인간의 동기를 설명하였다. 인간이 어떠한 과제에 직면했을 때 현재 상태와 원하는 최종 상태 간의 불일치를 줄임으로써 과제를 해결해나간다고 하였으며, 이런 과정에서 조절초점 성향에 따라 접근방법이 다르게 나타난다고 설명했다. 개인은 자신이 설정한 최종 상태와 일치되는 방향으로 접근하거나 불일치를 회피하는 성향이 나타나며, 인간의 성향은 이 둘 중 한쪽으로 우세한 성향이 나타난다. 향상 초점(promotion focus)은 원하는 결과를 얻기 위해 현재 상황을 향상하는 데 초점을 두어 목표를 설정하는 상태를 말하며, 예방 초점(prevention focus)은 원하지 않은 결과가 발생하는 것을 피하거나 막기 위해 현재 상황을 유지하려는 목표를 설정하는 상태를 의미한다(Yang & Jeon, 2009). 향상 초점은 긍정적, 진보적, 희망적, 이상적인 발전과 관련되어 있어 좋은 결과를 통해 쾌락을 얻을 수 있다. 예방초점은 의무적, 안정적, 당위적인 책임의 개념에 있어 고통이나 좋지 않은 결과를 회피하려는 전략을 사용한다(Higgins, 1998). 스포츠로 예를 들면, 향상 초점의 선수에게는 승리에 대한 이익을 강조하고 예방초점의 선수에게는 패배로 인한 고통이나 손실을 강조하여 동기를 자극하는 방식으로 동기를 유발할 수 있다(Lee & Yun, 2014).

이상의 내용을 토대로 본 연구는 운동선수를 대상으로 가면 증후군 성향이 3×2 성취목표 성향과 조절초점 성향에 미치는 영향을 규

명하는 것을 목적으로 하였다.

가면 증후군의 연구동향

초기 연구에 따르면, 가면 증후군은 남성보다 여성에게 더 자주 나타나며(Cozzarelli & Major, 1990; Fried-Buchalter, 1992; Harvey, 1981; Langford & Clance, 1993; Topping & Kimmel, 1985), 기술과 교육을 더 많이 습득한 여성일수록 자기 능력을 의심하는 것으로 밝혀졌다(Clance & Imes, 1978). 이는 자신의 성공을 귀인 하는 방법이 성별에 따라 다르기 때문인데, 남성은 성공이 자기 내면에서 나오는 것이라 여기는 데 반해 여성은 외부에서 나온다고 여기는 경향이 높기 때문이다. 그러나 이후 가면 증후군은 성별과 관계없이 광범위하게 영향을 미치며, 아동부터 노년층에 이르기까지 겪는다는 결과들이 밝혀졌다(Bravata et al., 2020; Peternelj-Taylor, 2011; Young, 2011). 특히 가면 증후군은 대학교수, 의료, 치과, 간호 및 약학 대학생, 학위를 가진 석사나 박사과 같이 고도 지식을 요구하는 전문직 분야에서 더 자주 경험하는 것으로 나타났다(Clark et al., 2014; Kets de Vries, 2005). 최근에는 미국 대학생의 20%가 가면 증후군을 경험하고 있는 것으로 추정되며, 직장 내 최고위층도 빈번하게 가면 증후군을 경험하고 있는 것으로 나타났다(Abdelaal, 2020).

가면 증후군이 부정적인 개념인 것은 사실이지만, 최근 들어 무조건 나쁜 것만은 아니라는 주장이 나오고 있다. Clance & Imes(1978)도 일찍이 가면 증후군을 보이는 사람은 열심히 일하고 주어진 일에 최선을 다하려 하는 진보적인 사람들에게서 나타나는 일종의 성격특성이라고 주장한 바 있다. Khalatbari(2014)의 연구에서 자신이 가면 쓴 사기꾼이라는 느낌은 더 큰 노력을 할 수 있는 동기 부여로 삶의 고무적인 역할을 하여 더 많은 성공과 승진을 이끄는 것으로 나타났다. 또 가면 증후군을 경험한 개인은 타인 지향적이기 때문에 대화와 같이 사회적 관계에서 중요한 대인 기술에서 탁월하고 능숙한 면이 있다는 결과도 있다(Tewfik, 2022). 이처럼 가면 증후군을 통해 개인이 느끼는 자기 의심, 두려움 등의 부정적인 감정은 사회적 동물로서 인간관계를 맺을 때나 유지할 때 도움이 되는 측면이 있다. 하지만, 이러한 경향이 특정 지점을 넘어서게 되면 수행력이나 적응력에 부정적 영향을 끼칠 수 있다는 점에 주목해야 한다(Jarrett, 2010).

가면 증후군과 심리 변인 간의 관계를 규명한 연구를 살펴보면, Cowman & Ferrari(2002)는 자기 불구화 현상을 겪을수록 가면 증후군이 높아지는 결과를 도출했다. Safaryazdi(2014)는 가면 증후군 성향이 높은 사람들은 성공의 외부 증거에도 불구하고 이를 내면화할 수 없으며, 회복력이 낮을수록 가면 증후군 성향이 높아지는 결과를 도출했다. 이외에도 가면 증후군 성향과 정적 관계가 나타난 변수로는 학업 성공(Thompson et al., 1998), 평가 불안(Cozzarli & Major, 1990; Cusak et al., 2013; Kumar & Jagacinski, 2006), 신경증(Bernard et al., 2002), 학문적 성취 지향(King & Cooley, 1995) 및 완벽주의(Cusak et al., 2013; Ferrari & Thompson, 2006; Leung, 2006) 등이 있다. 이와 반대로 가면 증후군 성향과 부적 관계로 나타난 변수는 자기 존중감(Cusak et al., 2013; Kolligan & Sternberg, 1991; McElwee & Yurak, 2007), 자기 표현(Leary et al., 2000), 학문적 자기효능감(Thompson et al., 1998) 및 학문적 부정직함(Ferrari & Thompson, 2006) 등이었

다. 또 가면 증후군은 가족 배경과도 관련이 있는데, 부모 돌봄이 부족하거나(Sonnak & Towell, 2001) 과도하게 부모 통제를 받는 성인인 대학생의 경우 가면 증후군 성향이 발현되는(Li et al., 2014; Sonnak & Towell, 2001; Want & Kleitman, 2006) 것으로 나타났다.

이상의 내용을 정리하면, 가면 증후군 관련 연구는 그동안 여러 심리 변수 간의 관계를 규명해왔으나, 최근 들어 다양한 직업이나 인구 통계학적 요인과 가면 증후군의 관련성에 대해서도 심층적으로 연구되고 있는 추세이다(Abdelaal, 2020).

연구 방법

연구 대상

본 연구는 2022년도 대한체육회에 등록된 중·고등부, 대학 및 직업팀 남, 여 운동선수를 대상으로 선정하였다. 표집은 비확률 표집 방법 중 편의표집을 활용하였으며, 온라인 설문지와 서면 설문지의 두 가지 양식을 작성하여 총 510부의 질문지를 배포한 후 회수하였다. 수집된 자료 중 불성실하게 응답했거나 응답 내용이 일부 누락된

Table 1. Characteristic subjects

Event(sports)	Frequent(n=413)	Percentage (%)
Shooting	39	9.4
Handball	7	1.7
Cycle	30	7.3
Judo	21	5.1
Taekwondo	51	12.3
Canoe	14	3.4
Boxing	14	3.4
Athletics	50	12.1
Bowling	15	3.6
Badminton	17	4.1
Weightlifting	12	2.9
Hockey	19	4.6
Fencing	11	2.7
Rowing	11	2.7
Gymnastics	45	10.9
Swimming	27	6.5
Pentathlon	7	1.7
Archery	5	1.2
Tennis	5	1.2
Water polo	5	1.2
Ski	5	1.2
etc	3	0.7
Total	413	100

97부의 자료를 제외한 413개의 자료를 최종 분석에 활용하였다. 성별 비율은 남성 275명(66.6%), 여성 138명(33.4%)이었고, 연령대별 분포는 10대 101명(24.5%), 20대 309명(74.8%), 30대 3명(.7%)이었다. 운동경력은 5년 이상이 213명(51.6%)으로 가장 많았다. 연구 대상의 종목 분포는 <Table 1>과 같다.

조사 도구

1. 가면 증후군 척도

가면 증후군 경향은 Clance(1985)가 개발한 Clance IP Scale (CIPS)을 번안하여 사용하였다. 이를 위해 영어를 전공하고 국어에 능통한 전문가에게 의뢰하여 번역-역 번역 과정을 거친 후 연구자 검토를 통해 번안 척도를 완성하였다. 이 척도는 20문항으로서 깎아내림, 가짜, 행운, 두려움의 4개 하위요인으로 구성되어 있는데, 본 연구에서는 CIPS의 20문항 중 1문항의 타당도가 떨어진다는 결과(Yaffe, 2020)에 따라 1문항을 제외한 총 19개 문항을 연구에 활용하였다. 각 문항은 Likert 5점 척도로 '매우 그렇다'부터 '전혀 그렇지 않다'로 구성되어 있으며, 점수가 높을수록 해당 요인의 경향이 높은 것을 의미한다.

확인적 요인분석을 통해 척도의 타당도를 검증한 결과, 11개 문항이 적합도 기준에 미치지 못하여 이를 제거한 후 재차 분석하였다. 그 결과 적합도 지수는 $\chi^2(p)=116.461(.000)$, $df=17$, CFI=.935, TLI=.893, GFI=.931, RMSEA=.119로 적합도 기준(Hong, 2000)을 부분적으로 충족하여 수용이 가능한 것으로 판단하였다. 따라서 최종 도출된 3요인 8문항을 본 조사에 활용하였다. 또 평균 분산 추출(Average Variance Extracted: AVE) 값은 .525, 개념 신뢰도(Construct Reliability:CR) 값은 .898로 나타나 기준(AVE=.5이상, CR=.7이상)을 충족하여 척도의 집중 타당도가 확보되었다. 척도의 전체 신뢰도는 Cronbach's $\alpha=.889$ 로 양호하게 나타났다. 척도의 타당도 및 신뢰도 검증 세부 결과는 다음의 <Table 2>와 같다.

2. 성취목표 성향 척도

성취목표 성향은 Mascet et al.(2015)이 스포츠 분야에 맞게 개발한 3×2 성취목표 성향 척도(Achievement Goal Questionnaire:

Table 2. Validity and reliability of the imposter syndrome scale

division	item	B	S.E	β	C.R.	Cronbach's α	AVE	CR
fear	19	1		.808		.775		
	23	.929	0.056	.783	16.625***			
fake	11	1		.729		.753		
	18	1.088	0.071	.791	15.275***			
	22	.965	0.070	.712	13.756***			
discount	8	1		.654		.672		
	9	1.048	0.087	.712	12.010***			
	21	.865	0.085	.582	10.177***			
	total					.889		
fit measure	χ^2	df	P	CFI	TLI	GFI	RMSEA	
	value	116.461	17	.000	.935	.893	.931	.119

*p<.05, **p<.01 ***p<.001

Table 3. Validity and reliability of the achievement goal orientation scale

division	item	B	S.E	β	C.R.	Cronbach's α	AVE	CR
task-approach	26	1		.728		.736		
	32	1.045	0.071	.823	14.820***			
	38	.860	0.078	.592	11.041***			
task-avoidance	27	1		.673		.735		
	33	1.407	0.107	.866	13.117***			
self-approach	28	1		.648		.712		
	34	.931	0.079	.722	11.775***			
	40	.859	0.077	.674	11.184***			
self-avoidance	35	1		.741		.654		.541 .949
	41	.803	0.059	.660	13.707***			
other-approach	30	1		.804		.822		
	36	.761	0.052	.696	14.608***			
	42	1.011	0.055	.855	18.490***			
other-avoidance	31	1		.758		.780		
	37	1.097	0.065	.830	17.000***			
	43	.736	0.059	.625	12.490*			
total						.891		
fit measure	χ^2	df	P	CFI	TLI	GFI	RMSEA	
value	259.051	89	.000	.945	.926	.927	.068	

*p<.05, **p<.01 ***p<.001

AGQ)를 변안하여 사용하였다. 변안 절차는 가변 증후군 척도와 같은 방식으로 진행하였다. 이 척도는 과제접근 목표, 과제회피 목표, 자기 접근 목표, 자기 회피 목표, 타자 접근 목표, 타자 회피 목표의 6가지 하위요인으로 구분되며, 요인별 3문항씩 총 18문항으로 구성되어 있다. 각 문항은 Likert 5점 척도로 '매우 그렇다'부터 '전혀 그렇지 않다'로 구성하였으며, 점수가 높을수록 해당 성취목표 성향이 높은 것을 의미한다.

확인적 요인분석을 통해 척도의 타당도를 검증한 결과 2개 문항이 적합도 기준에 미치지 못하여 이를 제거한 후 재차 분석하였다. 그 결과 적합도 지수는 $\chi^2(p)=259.051(.000)$, $df=89$, $CFI=.945$, $TLI=.926$, $GFI=.927$, $RMSEA=.068$ 로 적합도 기준을 충족하였다. 따라서 최종 도출된 6요인 16문항을 본 조사에 활용하였다. 또 평균 분산 추출 값은 .541, 개념 신뢰도 값은 .949로 나타나 기준을 충족하여 척도의 집중 타당도가 확보되었다. 척도의 전체 신뢰도는 Cronbach's $\alpha=.891$ 로 양호하게 나타났다. 척도의 타당도 및 신뢰도 검증 세부 결과는 <Table 3>과 같다.

3. 조절초점 척도

운동선수의 조절초점은 Lockwood et al.(2002)이 개발하고 Yang & Kim(2008)이 변안한 척도를 활용하였다. 이 척도는 향상 초점, 예방초점의 2가지 하위요인으로 구분되며 요인별 9문항씩 총 18문항으로 구성되었다. 각 문항은 Likert 5점 척도로 '매우 그렇다'부터 '전혀 그렇지 않다'로 구성하였으며, 점수가 높을수록 해당 성

Table 4. Validity, reliability of the regulatory focus scale

division	item	B	S.E	β	C.R.	Cronbach's α	AVE	CR
promotion focus	49	1		.659		.828		
	51	1.045	0.083	.773	12.574***			
	57	1.004	0.092	.643	10.950***			
	59	1.035	0.083	.769	12.538***			
	60	.987	0.086	.683	11.494***			
prevention focus	45	1		.653		.747		.502 .889
	47	1.062	0.105	.673	10.090***			
	50	1.170	0.119	.794	9.840***			
total						.685		
fit measure	χ^2	df	P	CFI	TLI	GFI	RMSEA	
value	24.934	19	.163	.994	.991	.985	.028	

*p<.05, **p<.01 ***p<.001

Table 5. Differences in variables by gender

sub-factor	gender	Mean±SD	t	p
discount	M	2.86±.93	-2.93**	.004
	F	3.14±.97		
fake	M	2.83±1.05	-2.931**	.004
	F	3.15±1.09		
fear	M	2.98±1.12	-2.60**	.010
	F	3.29±1.13		
task-approach	M	4.40±.64	.880	.379
	F	4.34±.66		
task-avoidance	M	3.91±1.04	2.05*	.042
	F	3.67±1.20		
self-approach	M	4.25±.74	.327	.744
	F	4.23±.74		
self-avoidance	M	3.58±1.10	3.42***	.001
	F	3.18±1.15		
other-approach	M	4.23±.79	2.89**	.004
	F	3.95±.98		
other-avoidance	M	3.43±1.07	3.247***	.001
	F	3.07±1.09		
promotion focus	M	4.03±.713	-2.20*	.028
	F	3.31±.99		
prevention focus	M	3.31±.99	-.798	.425
	F	3.39±1.01		

*p<.05, **p<.01 ***p<.001

Table 6. Correlation between variables

factor	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
1.discount	1										
2.fake	.718**	1									
3.fear	.679**	.755**	1								
4.task-approach	-.119*	-.082	-.111*	1							
5.task-avoidance	.117*	.183**	.119*	.318**	1						
6.self-approach	-.048	-.008	-.020	.647**	.391**	1					
7.self-avoidance	.194**	.184**	.197**	.242**	.619**	.293**	1				
8.other-approach	-.076	-.068	-.079	.696**	.394**	.669**	.356**	1			
9.other-avoidance	.257**	.260**	.250**	.229**	.630**	.294**	.780**	.348**	1		
10.promotion focus	-.110*	-.077	-.048	.431**	.048	.438**	-.009	.384**	-.039	1	
11.prevention focus	.583**	.664**	.643**	-.015	.255**	.096	.328**	.209	.357**	.024	1

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

향이 높은 것을 의미한다.

확인적 요인분석을 통해 척도의 타당도를 검증한 결과 10개 문항이 적합도 기준에 미치지 못하여 이를 제거한 후 재차 분석하였다. 그 결과 적합도 지수는 $\chi^2(p)=24.934(.000)$, $df=19$, $CFI=.994$, $TLI=.991$, $GFI=.985$, $RMSEA=.028$ 로 적합도 기준을 충족하였다. 따라서 최종 도출된 2요인 8문항을 본 조사에 활용하였다. 또 평균 분산 추출 값은 .502, 개념 신뢰도 값은 .889로 나타나 기준을 충족하여 척도의 집중 타당도가 확보되었다. 척도의 전체 신뢰도는 Cronbach's $\alpha=.685$ 로 나타났다. 척도의 타당도 및 신뢰도 검증의 세부 결과는 <Table 4>와 같다.

자료 분석

본 연구를 통해 수집된 자료들은 불성실한 자료를 제외한 후 SPSS 27.0 통계 패키지와 AMOS 21.0 프로그램을 활용하여 분석하였다. 첫째, 각 문항에 대한 내적 신뢰도를 확보하기 위해 SPSS 프로그램을 활용하여 Cronbach's α 계수를 산출하였다. 둘째, 조사 도구의 타당도 확보를 위해 AMOS 프로그램을 활용하여 확인적 요인분석(Confirmatory Factor Analysis)을 하였다. 셋째, 운동선수의 성별, 연령대별 가면 증후군의 차이를 규명하기 위해 독립표본 T 검정 및 일원 배치 분산분석(ANOVA)을 실시하였다. 넷째, 운동선수의 가면 증후군 경향성에 따른 성취목표 성향과 조절초점 성향에 미치는 영향을 규명하기 위해 상관관계 분석(Pearson's Correlation Analysis) 및 다중 회귀분석(Multiple Regression Analysis)을 실시하였다. 본 연구의 통계적 유의수준은 $p < .05$ 로 설정하였다.

연구 결과

성별에 따른 독립, 종속변수의 차이

운동선수의 성별에 따른 가면 증후군과 3×2 성취목표 성향 및 조절초점 성향에 차이가 있는지 규명하기 위해 독립표본 T 검정을 하였

다. 분석 결과 첫째, 성별에 따른 가면 증후군의 모든 요인은 유의한 차이를 보였는데, 남성보다 여성의 가면 증후군 경향이 높은 것으로 나타났다. 둘째, 성별에 따른 성취목표 성향은 부분적으로 유의한 차이를 보였는데, 남성이 여성보다 과제회피 및 자기 회피 성향, 타자 접근 성향 및 타자 회피 성향이 높은 것으로 나타났다. 셋째, 성별에 따른 조절초점 성향은 항상 초점에서 유의한 차이를 보였는데, 여성보다 남성의 항상 초점이 높은 것으로 나타났다<Table 5>.

독립, 종속변수 간 상관관계

독립변수인 가면 증후군 경향성과 종속변수인 성취목표 성향, 조절초점 성향의 하위요인 간의 관계를 확인하기 위해 상관분석을 실시하였다. 그 결과, 가면 증후군의 모든 하위요인은 성취목표 성향의 과제접근, 자기 접근, 타자 접근 그리고 조절초점 성향의 항상 초점과 부적 상관을 보였다. 반면에 성취목표 성향의 과제회피, 자기 회피, 타자 회피 그리고 예방초점 요인과는 정적 상관을 보였다. 각 요인 간의 상관계수는 .80 이하로서 다중공선성에 문제가 없는 것으로 나타났다<Table 6>.

독립, 종속변수 간 영향 관계

1. 가면 증후군이 성취목표 성향에 미치는 영향

운동선수의 가면 증후군 경향이 성취목표 성향과 조절초점 성향에 미치는 영향을 확인하기 위해 다중 회귀분석을 실시하였다. 그 결과 첫째, 가면 증후군 경향이 과제 목표 성향에 미치는 영향에 대해 분석한 결과, 깎아내림 요인은 과제-접근 목표 성향에 부의 영향($\beta=-.119$)을 미쳤으며, 가짜 요인은 과제-회피 목표 성향에 정의 영향($\beta=.183$)을 미쳤다. 이는 가면 증후군의 깎아내림 경향이 높을수록 과제-접근 목표 성향이 낮으며, 가짜 성향이 높을수록 과제-회피 목표 성향도 높다는 것을 의미한다. 둘째, 가면 증후군 경향이 자기 목표 성향에 미치는 영향에 대해 분석한 결과, 두려움 성향이 자기-회피 목표 성향에 정의 영향($\beta=.197$)을 미치는 것으로 나타났다. 이는 가면 증후군 경향 중 두려움의 경향이 높을수록 자기-회피 성

향도 높다는 것을 의미한다. 셋째, 가면 증후군 경향이 타자 목표 성향에 미치는 영향에 대해 분석한 결과, 깎아내림($\beta=.145$)과 가짜($\beta=.156$) 성향이 타자-회피 목표 성향에 정의 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 가면 증후군의 깎아내림과 가짜 경향이 높을수록 타자-회피 성향도 높음을 의미한다. 다중 회귀분석의 세부적인 결과는 <Table 7>과 같다.

2. 가면 증후군이 조절초점에 미치는 영향

운동선수의 가면 증후군 경향이 조절초점 성향에 미치는 영향을 확인하기 위해 다중회귀분석을 실시하였다. 그 결과 첫째, 가면 증후군의 깎아내림 요인은 항상 초점에 부의 영향($\beta=-.110$)을 미치는 것으로 나타났다. 이는 가면 증후군의 깎아내림 경향이 높을수록 항상 초점 성향이 낮음을 의미한다. 둘째, 가면 증후군의 깎아내림($\beta=.139$), 가짜($\beta=.349$), 두려움($\beta=-.286$) 요인 모두 예방초점 성향에 정의 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 가면 증후군 경향이 높을수록 예방초점 성향이 높음을 의미한다. 세부적인 결과는 <Table 8>과 같다.

논 의

본 연구는 운동선수의 가면 증후군 경향이 성취목표 성향과 조절초점 성향에 미치는 영향을 규명하는 것이었다. 연구 결과를 바탕으로 다음과 같이 논의하였다.

운동선수의 성별에 따른 가면 증후군 경향의 모든 하위요인과 성취목표 성향의 과제회피 성향, 자기 회피 성향, 타자 접근 성향, 타자 회피 성향은 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 즉, 여성 운동선수의 가면 증후군 경향이 더 높게 나타났는데, 이는 가면 증후군 용어가 학계에 등장한 1978년 이후부터 꾸준히 가면 증후군과 성차를 보고한 다수의 연구(Clance & Imes, 1978; Clark et al., 2014; Cozzarelli & Major, 1990; Fried-Buchalter, 1992; Harvey, 1981; Kumar & Jagacinski, 2006; Langford & Clance, 1993; September et al., 2001; Tiefenthaler, 2018; Topping & Kimmel, 1985)와 일치하는 결과이다. 또 Clance & Imes(1978)은 전문 기술과 교육을 더 많이 습득한 여성의 가면 증후군 경향성이 높으며, 성과의 중요성과 기대감이 높은 직종으로서 운동선수, 군 장교, 소송 전문 변호사, CEO 등의 가면 증후군 경향이 더 강하게 나타난다고 하였다. 따라서 본 연구 결과는 운동선수가 오랜 훈련의 결과로 얻어진 운동 기술을 보유한 전문가의 대표적인 유형이란 측면에서 선행 연구의 결과를 지지해준다. 스포츠와 관련하여 Kim(2001)은 여학생의 운동에 대한 성공 귀인 재훈련이 능력과 노력 요인에 대한 지각을 높였으나, 자신감에는 유의한 영향을 주지 못했다는 결과를 보고했다. 따라서 여성 운동선수 또는 운동참여자의 경우 성공에 대한 귀인 여부를 확인함과 동시에 자신감 고취를 위한 지도자의 노력이 필요함을 시사한다.

운동선수의 가면 증후군 경향성이 성취목표 성향에 미치는 영향에 대한 회귀분석 결과는 다음과 같다. 첫째, 가면 증후군의 가짜 요인은 과제-회피 성향과 자기-회피 성향에 정적으로 유의한 영향이 나타났다. 즉, 자기 능력이 가짜라고 생각하는 선수는 과제를 연습하거나 새로운 운동 기술을 습득할 때 자신의 유능함을 보여주는 게 아니라 무능함이 드러나지 않도록 회피하거나 소극적으로 대처

Table 7. Multiple regression analysis results 1

indep.	dep.	S.E	β	t	p	
discount	task-approach	0.033	-0.119	-2.426*	.016	
fake			.008	.109	.913	
fear			-.057	-.851	.395	
R2=.014 F=5.883*						
discount	task-avoidance	0.050	-.028	-.408	.683	
fake			.183	3.768***	.000	
fear			-.045	-.610	.542	
R2=.033 F=14.194***						
discount	self-approach	0.057	-0.87	-1.173	.241	
fake			.057	.058	.702	.483
fear			0.051	-.005	-0.59	.953
R2=.004 F=.529						
discount	self-avoidance	0.048	.112	1.708	.088	
fake			.081	1.093	.275	
fear			.197	4.078***	.000	
R2=.039 F=16.628***						
discount	other-approach	0.068	-.041	-.549	.583	
fake			0.067	.002	.018	.985
fear			0.060	-.053	-.670	.503
R2=.007 F=.984						
discount	other-avoidance	0.078	.145	2.131*	.034	
fake			0.069	.156	2.291*	.022
fear			.085	1.126	.261	
R2=.078 F=17.317*						

*p<.05, **p<.01 ***p<.001

Table 8. Multiple regression analysis results 2

indep.	dep.	S.E	β	t	p	
discount	promotion focus	0.035	-.110	-2.242*	.025	
fake			.003	.048	.962	
fear			.049	.729	.466	
R2=.012 F=5.027*(p<.05)						
discount	prevention focus	0.056	.139	2.635**	.009	
fake			0.055	.349	5.893***	.000
fear			0.050	.286	5.085***	.000
R2=.497 F=134.445*(p<.001)						

*p<.05, **p<.01 ***p<.001

하는 것으로 짐작할 수 있다. 이는 가면 증후군을 겪는 사람이 타인의 비판에 민감하다는 결과(Flett et al., 2002)와 일맥상통한다. 둘째, 가면 증후군의 깎아내림 요인은 과제-접근 목표 성향에 부적으로 유의한 영향이 나타났다. 즉, 성공의 원인을 운이나 외부 요소로 돌리거나 자기 실력을 믿지 못하고 평가절하하는 선수의 경우 유능

감이 부족하여 과제에 도전하려는 내적동기가 약할 수 있다는 것이다. Young(2011)에 의하면, 가면 증후군 경향은 자신의 업적에 대해 근거가 없거나, 그저 운이 좋은 것으로 생각하는 특징이 있다. 따라서 자기 실력을 깎아내리는 경향이 높은 선수에게는 객관적인 비교나 근거를 통해 성공의 원인이 능력에 있음을 일깨워주는 노력이 필요할 것으로 생각된다. 셋째, 가면 증후군의 깎아내림과 가짜 요인은 타자-회피 목표 성향에 정적으로 유의한 영향이 나타났다. 이는 가면 증후군을 경험한 개인이 타인 지향적인 행동을 보인다는 결과(Tewfik, 2022)와 관련이 있는데, 성공의 원인을 외부로 돌리거나 믿지 못하는 선수는 타인과 비교하여 못하지 않기 위해 노력하거나 부정적 평가를 피하는 방식으로 목표를 설정하는 경향이 강하다는 것이다. 따라서 선수의 성취목표 성향이 소극적인 형태인 회피성 목표 성향이 나타난다면 가면 증후군의 성향을 진단하여 심리 상태를 파악하고 그에 맞는 운동 동기를 설정하는 데 도움이 될 수 있다.

또한 궁극적으로 성취 상황에서 운동 동기는 적극적이고 도전적인 접근 동기가 바람직하며(Hwang, 2012), 성취목표 성향은 스포츠자신감, 운동몰입, 운동지속 등 다양한 긍정심리 변수와 관련이 있다(Kim, 2011; Kwon, 2008). 가면 증후군 성향은 혼자만 느끼는 감정이 아니라는 것을 인지할 때 개선의 가능성이 있다. 따라서 선수가 가면 증후군 성향을 정확히 인지하고 확인하는 과정은 자신의 역량이나 재능을 정확하게 파악하는 것과 더불어 성취목표 성향과 관련한 운동수행 결과에 긍정적 도움을 줄 수 있을 것으로 예상된다.

가면 증후군 경향성이 성취목표 성향에 미치는 영향을 규명한 결과 가면 증후군 경향성이 성취목표 성향 중 과제-회피, 자기-회피, 타자-회피에 3개의 하위요인 중 부분적으로 영향을 미치는 것으로 나타났다. 가면 증후군 경향성 전체가 성취목표 회피 성향에 영향을 줄 것이라고 기대했던 연구자의 예상에 대한 기대에 약간의 못 미쳤던 결과이다. 이를 분석하기 위해 부정적 개념이 독립변수이고 동기 개념이 종속변수일 때 영향 관계를 분석한 다수 선행연구를 살펴본다. 결과적으로 부정 심리와 동기 심리와의 관계를 보기 위한 설문 진행 시, 응답자는 부정 심리를 표현하는 것에 대해 자신의 약점을 들기게 된다는 생각에 약점을 감추려고 하는 본능이 반영되어 자신의 평가가 소극적으로 반영됐을 가능성이 있다는 이유로 변수와 전체적인 유의적 영향 관계를 파악하기에 한계가 있었기에 결과가 부분적인 영향이 나타난 것으로 본다. 따라서 운동선수의 운동수행 결과와 직결될 수 있는 심리 상태를 더 정확하게 진단하기 위해서는 많은 표본의 수를 확보한 양질의 연구가 필요해 보인다. 또한 응답자가 자신의 심리를 정확하게 평가하고 표현할 수 있기 위해 사전의 설문 답변이 비밀로 보장됨을 다수 강조하여 연구자는 응답자의 진실한 응답을 유도하는 노력이 필요하다.

운동선수의 가면 증후군 경향성이 조절초점 성향에 미치는 영향을 규명한 결과 깎아내림 요인은 항상 초점에 부적적으로 유의한 영향을 미쳤고, 깎아내림, 가짜, 두려움의 3개 하위요인 모두 예방초점에 정적으로 유의한 영향을 미쳤다. 이러한 결과는 가면 증후군 경향이 높은 선수는 승리보다는 패배를 면하는 방향으로 초점을 맞출 가능성이 있으며, 이는 성취 상황에서의 동기가 예방초점일 때 무기력할 수 있음을 예측하게 한다. 예방초점은 의무, 안전, 당위, 책임과 같은 고통이나 좋지 않은 결과를 회피하려는 전략을 사용한다(Higgins, 1998). Park et al.(2020)의 연구에서 예방초점 성향이 높은 엘리트 사격선수들은 불안, 죄책감, 분노 등의 정서가 유의미하게 높았으며, 이 중 불안정서가 수행에 가장 많은 영향을 미치는 요인으로 나타났다.

다. 또 Har & Kang(2012)의 연구에서는 예방초점이 강한 경찰공무원 원은 위험이나 손실과 같이 원하지 않는 상태를 예방하는데 민감하여 회피적이고 수동적인 자세를 보였으며, 조직에 대한 몰입이 약하고, 직무에 대해 만족감이 낮으며, 자기효능감도 낮은 것으로 나타났다. 이는 가면 증후군 경향이 높으면 불안이나 자신감 부족, 우울감, 좌절감을 경험한다는(Clance & Imes, 1978) 근거로 볼 때 위의 선행연구에서 나타난 예방초점과 유사한 심리 상태를 보이고 있으며, 본 연구 결과를 지지한다. 관련하여 Idson et al.(2000)은 항상 초점이 높으면 개인이 바라는 바를 얻을 수 있다는 희망에서 과제수행에 적극적으로 임하고, 새로움을 추구하고 모험을 감행하려는 전략을 선호하나, 예방초점이 높으면 개인이 바라는 바를 잃지 않고 지키려는 생각에서 잘못된 수행을 줄이는 방향으로 과제에 소극적으로 임하게 되어 새로움을 피하고 보수의 전략을 선호하게 된다고 하였다.

Hong & Lee(2004)에 따르면, 항상 초점 성향의 선수는 목표를 확립하는 이상적 자아를 가지고 있기에 의무적 자기를 가지는 예방초점 성향의 선수보다 높은 목표와 긍정적인 기대 정서를 가지며, 더욱 강한 수행 의지를 보인다. 반면, 가면 증후군은 자기 존중감에 부적적인 영향을 준다는(Cusak et al., 2013) 결과를 근거로 본 연구에서도 가면 증후군과 항상 초점의 부적 영향 관계가 규명되었다. 이처럼 가면 증후군은 운동 동기나 긍정적 자기 운동정서와 관련 가능성이 있으므로 추후 가면 증후군과 다양한 심리 변수 간 관계를 규명하는 연구가 필요하다. 아울러 현장에서는 운동수행 과정에서 선수들의 심리적 문제를 파악할 때 자신의 성공을 믿지 못하는 속마음을 가진 선수가 있을 가능성과 심각성을 인지하고, 심리상담 또는 멘탈 코칭 프로그램에 가면 증후군 극복 방안을 포함하는 것을 권장한다.

결론 및 제언

본 연구는 24개의 운동 종목의 운동선수 413명을 대상으로 가면 증후군 경향성이 성취목표 성향과 조절초점에 미치는 영향을 규명하여 다음과 같은 결론을 도출하였다. 첫째, 가면 증후군 경향성이 높을수록 성취목표 성향 중 회피 성향이 높은 것을 확인하였다. 둘째, 가면 증후군 경향성이 높을수록 조절초점 중 예방초점 성향이 높은 것을 확인하였다. 본 연구를 통해 가면 증후군 후속 연구를 위한 제언은 다음과 같다.

첫째, 본 연구는 일반인을 대상으로 처음 개발된 가면 증후군 척도를 활용했기 때문에 운동선수의 가면 증후군 경향성을 파악하는 데 한계가 존재할 가능성이 있다. 따라서 무엇보다 운동선수의 환경적, 직업적 특성 등을 고려하여 가면 증후군 경향성을 측정할 수 있는 도구 개발이 필요하다. 둘째, 본 연구는 양적 연구 방법으로 영향 관계를 밝혔지만, 가면 증후군과 같이 부정 심리와 관련한 자기 보고식 설문은 경우 드러내고 싶지 않은 속마음으로 인해 응답의 진실성이 떨어질 수 있다. 후속 연구에서는 양적 연구와 더불어 심층 면접과 같은 질적 연구 방법을 통해 가면 증후군 경향이 선수의 심리 상태에 어떻게 영향을 주는지에 대한 과정과 맥락을 파악할 필요성이 있다. 셋째, 가면 증후군 연구는 아직 초기 단계이기 때문에 성별, 종목별, 경력 특성에 따른 차이가 규명되어야 하며, 이러한 결과가 축적된다면 가면 증후군을 극복할 수 있는 멘탈 코칭 프로그램의 개발 및 현장 적용이 가능해질 것이다.

개인의 감정을 감추고 숨기는 것이 보편화된 국내 스포츠 분위기

속에서 선수들은 자신의 가면 증후군 경향을 알아채는 것 자체가 어려울 수 있다. 그러한 측면에서 본 연구 결과는 가면 증후군에 대한 이해조차 없는 채 힘들었을 선수들에게 자신의 가면 증후군 경향을 진단해볼 수 있는 정보를 제공하고, 이를 극복하기 위한 운동 동기를 고취하는 데 도움이 되었으면 한다.

CONFLICT OF INTEREST

논문 작성에 있어서 어떠한 조직으로부터 재정을 포함한 일체의 지원을 받지 않았으며 논문에 영향을 미칠 수 있는 어떠한 관계도 없음을 밝힌다.

AUTHOR CONTRIBUTION

Conceptualization: KY Kim, Data curation: KY Kim, Formal analysis: YH Lee, Methodology: YH Lee, Visualization: YH Lee, Writing-original draft: KY Kim, Writingreview&editing: YH Lee

참고문헌

- Abdelaal, G. (2020). Coping with imposter syndrome in academia and research. *The Biochemist*, 42(3), 62-64.
- Ahn, J.-M., & Yeo, I.-S. (2010). The effect of aerobic gymnasts sport confidence on the pattern of the attribution, exercise adherence and dropout. *Journal of Sport and Leisure Studies*, 39(2), 787-800.
- Bernard, N. S., Dollinger, S. J., & Ramaniah, N. V. (2002). Applying the big five personality factors to the imposter phenomenon. *Journal of Personality Assessment*, 78(2), 321-333.
- Bravata, D. M., Watts, S. A., Keefer, A. L., Madhusudhan, D. K., Taylor, K. T., Clark, D. M., ... & Hagg, H. K. (2020). Prevalence, predictors, and treatment of imposter syndrome: A systematic review. *Journal of General Internal Medicine*, 35, 1252-1275.
- Breeze, M. (2018). Imposter syndrome as a public feeling. In Y. Taylor, & K. Lahad (Eds.), *Feeling academic in the neoliberal university: Feminist flights, fights and failures* (pp. 191-219). Cham, Switzerland: Palgrave Macmillan.
- Chrisman, S. M., Pieper, W. A., Clance, P. R., Holland, C. L., & Glickauf-Hughes, C. (1995). Validation of the Clance imposter phenomenon scale. *Journal of Personality Assessment*, 65(3), 456-467.
- Clance, P. R. (1985). *The imposter phenomenon: Overcoming the fear that haunts your success*. Atlanta, GA: Peachtree.
- Clance, P. R., & Imes, S. A. (1978). The imposter phenomenon in high achieving women: Dynamics and therapeutic intervention. *Psychotherapy: Theory, Research & Practice*, 15(3), 241-247.
- Clance, P. R., Dingman, D., Reviere, S. L., & Stober, D. R. (1995). Impostor phenomenon in an interpersonal/social context: Origins and treatment. *Women & Therapy*, 16(4), 79-96.
- Clark, M., Vardeman, K., & Barba, S. (2014). Perceived inadequacy: A study of the imposter phenomenon among college and research librarians. *College & Research Libraries*, 75(3), 255-271.
- Cowman, S. E., & Ferrari, J. R. (2002). "Am I for real?" Predicting imposter tendencies from self-handicapping and affective components. *Social Behavior and Personality: An International Journal*, 30(2), 119-125.
- Cozzarelli, C., & Major, B. (1990). Exploring the validity of the imposter phenomenon. *Journal of Social & Clinical Psychology*, 9(4), 401-417.
- Cusack, C. E., Hughes, J. L., & Nuhu, N. (2013). Connecting gender and mental health to imposter phenomenon feelings. *Psi Chi Journal of Psychological Research*, 18(2), 74-81.
- Elliot, A. J., Murayama, K., & Pekrun, R. (2011). A 3 × 2 achievement goal model. *Journal of Educational Psychology*, 103(3), 632-648.
- Ferrari, J. R., & Thompson, T. (2006). Impostor fears: Links with self-presentational concerns and self-handicapping behaviours. *Personality and Individual Differences*, 40(2), 341-352.
- Flett, G. L., Madorsky, D., Hewitt, P. L., & Heisel, M. J. (2002). Perfectionism cognitions, rumination, and psychological distress. *Journal of Rational-Emotive and Cognitive-Behavior Therapy*, 20(1), 33-47.
- Fried-Buchalter, S. (1992). Fear of success, fear of failure, and the imposter phenomenon: A factor analytic approach to convergent and discriminant validity. *Journal of Personality Assessment*, 58(2), 368-379.
- Har, H.-R., & Kang, H.-J. (2012). The effects of regulatory focus on organizational commitment and job satisfaction in police officers: The mediating effects of self-efficacy. *Korean Journal of Local Government & Administration Studies*, 26(2), 121-142.
- Harvey, J. C. (1981). *The imposter phenomenon and achievement: A failure to internalize success*. Doctoral dissertation, Temple University.
- Higgins, E. T. (1998). Promotion and prevention: Regulatory focus as a motivational principle. *Advances in Experimental Social Psychology*, 30, 1-46.
- Higgins, E. T., Bond, R. N., Klein, R., & Strauman, T. (1986). Self-discrepancies and emotional vulnerability: How magnitude, accessibility, and type of discrepancy influence affect. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51(1), 5-15.
- Hong, J. H., & Lee, S. C. (2004). The differences of goal-striving behavior according to self-regulatory focus. *Korean Society of Sport Psychology*, 15(3), 81-100.
- Hong, S. (2000). The criteria for selecting appropriate fit indices in structural equation modeling and their rationales. *Korean Journal of Clinical Psychology*, 19(1), 161-177.
- Hwang, J. (2012). Counterfactual thinking and hindsight bias on win and lose. *Korean Society of Sport Psychology*, 23(4), 241-252.
- Idson, L. C., Liberman, N., & Higgins, E. T. (2000). Distinguishing gains from nonlosses and losses from nongains: A regulatory focus perspective on hedonic intensity. *Journal of Experimental Social Psychology*, 36(3), 252-274.
- Jarrett, C. (2010). Feeling like a fraud. *The Psychologist*, 23(5), 380-383.
- Johnson, M. L., & Kestler, J. L. (2013). Achievement goals of traditional and nontraditional aged college students: Using the 3×2 achievement goal framework. *International Journal of Educational Research*, 61, 48-59.
- Kets de Vries, M. F. R. (2005). The dangers of feeling like a fake. *Harvard Business Review*, 83(9), 108.
- Khalatbari, J. (2014). Surveying the relationship between resiliency and imposter syndrome. *International Journal of Review in Life Sciences*, 4(3), 47-51.
- Kim, B.-T. (2011). *A study on the effect of Taekwondo player's goal tendency on sports confidence and competition state anxiety*. Doctoral dissertation, Daegu Catholic University.
- Kim, J.-A. (2018). The mediating effects of achievement goals between university dance students' perfectionism and class

- engagement. *The Korean Journal of Arts Education*, 16(4), 237-251.
- Kim, S. O. (2001).** The role of attribution retraining in alleviating learned helplessness and strengthening self-confidence in sport activity. *Korean Journal of Sport Psychology*, 12(1), 141-159.
- King, J. E., & Cooley, E. L. (1995).** Achievement orientation and the impostor phenomenon among college students. *Contemporary Educational Psychology*, 20(3), 304-312.
- Kogan, L. R., Schoenfeld-Tacher, R., Hellyer, P., Grigg, E. K., & Kramer, E. (2020).** Veterinarians and impostor syndrome: An exploratory study. *Veterinary Record*, 187(7), 271.
- Kolligian, J., Jr., & Sternberg, R. J. (1991).** Perceived fraudulence in young adults: Is there an 'impostor syndrome'? *Journal of Personality Assessment*, 56(2), 308-326.
- Kumar, S., & Jagacinski, C. M. (2006).** Imposters have goals too: The impostor phenomenon and its relationship to achievement goal theory. *Personality and Individual Differences*, 40(1), 147-157.
- Kwon, O.-M. (2008).** The relationships among the needs of exercise, flow behavior and exercise adherence in sports participation elderly. *The Korea Journal of Sports Science*, 17(4), 449-459.
- Langford, J., & Clance, P. R. (1993).** The impostor phenomenon: Recent research findings regarding dynamics, personality and family patterns and their implications for treatment. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 30(3), 495-501.
- Leary, M. R., Patton, K. M., Orlando, A. E., & Funk, W. W. (2000).** The impostor phenomenon: Self-perceptions, reflected appraisals, and interpersonal strategies. *Journal of Personality*, 68(4), 725-756.
- Lee, W.-S., & Yun, Y.-K. (2014).** The application of regulatory focus theory on sport field. *Sport Science*, 31(2), 101-109.
- Leung, L. (2006).** *Using perfectionism, impostor phenomenon and occupational field to predict job burnout*. Master's thesis, California State University, Long Beach.
- Li, S., Hughes, J. L., & Thu, S. M. (2014).** The links between parenting styles and impostor phenomenon. *Psi Chi Journal of Psychological Research*, 19(2), 50-57.
- Lockwood, P., Jordan, C. H., & Kunda, Z. (2002).** Motivation by positive or negative role models: Regulatory focus determines who will best inspire us. *Journal of Personality and Social Psychology*, 83(4), 854-864.
- Madigan, D. J., Stoeber, J., & Passfield, L. (2017).** Perfectionism and achievement goals revisited: The 3×2 achievement goal framework. *Psychology of Sport and Exercise*, 28, 120-124.
- Mann, S. (2019).** *Why do I feel like an impostor?: How to understand and cope with impostor syndrome*. London, UK: Watkins.
- Mascaret, N., Elliot, A. J., & Cury, F. (2015).** Extending the 3×2 achievement goal model to the sport domain: The 3×2 achievement goal questionnaire for sport. *Psychology of Sport and Exercise*, 17, 7-14.
- Matthews, G., & Clance, P. R. (1985).** Treatment of the impostor phenomenon in psychotherapy clients. *Psychotherapy in Private practice*, 3(1), 71-81.
- McElwee, R. O., & Yurak, T. J. (2007).** Feeling versus acting like an impostor: Real feelings of fraudulence or self-presentation? *Individual Differences Research*, 5(3), 201-220.
- McElwee, R. O., & Yurak, T. J. (2010).** The phenomenology of the impostor phenomenon. *Individual Differences Research*, 8(3), 184-197.
- Moon, H. J. (2018).** The relationship between perceived learning environment and engagement in physical education: The multiple mediation effects of multidimensional competence, achievement goals, and emotions. *Korean Journal of Teacher Education*, 34(1), 143-163.
- Nicholls, J. G. (1989).** *The competitive ethos and democratic education*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Park, J. G., & Moon, I. S. (2013).** A 3×2 achievement goal model in the physical education setting: The extended application and cross-cultural replication. *Korean Society of Sport Psychology*, 24(1), 175-192.
- Park, S.-H., Seong, C.-H., & Park, I.-H. (2020).** Relationship between race sentiment and regulatory focus and participation in training where elite shooters are late for a match. *Korean Journal of Sport Science*, 31(4), 691-706.
- Peternelj-Taylor, C. (2011).** Is impostor syndrome getting in the way of writing for the Journal of Forensic Nursing? *Journal of Forensic Nursing*, 7(2), 57-59.
- Safaryazdi, N. (2014).** Surveying the relationship between resiliency and impostor syndrome. *International Journal of Review in Life Sciences*, 4(6), 38-42.
- Sakulku, J. (2011).** The impostor phenomenon. *The Journal of Behavioral Science*, 6(1), 75-97.
- September, A. N., McCarrey, M., Baranowsky, A., Parent, C., & Schindler, D. (2001).** The relation between well-being, impostor feelings, and gender role orientation among Canadian university students. *The Journal of Social Psychology*, 141(2), 218-232.
- Sonnak, C., & Towell, T. (2001).** The impostor phenomenon in British university students: Relationships between self-esteem, mental health, parental rearing style and socioeconomic status. *Personality and Individual Differences*, 31(6), 863-874.
- Tewfik, B. A. (2022).** The impostor phenomenon revisited: Examining the relationship between workplace impostor thoughts and interpersonal effectiveness at work. *Academy of Management Journal*, 65(3), 988-1018.
- Thompson, T., Davis, H., & Davidson, J. (1998).** Attributional and affective responses of impostors to academic success and failure outcomes. *Personality and Individual Differences*, 25(2), 381-396.
- Tiefenthaler, I. (2018).** Conquering impostor syndrome. *University of Montana Journal of Early Childhood Scholarship and Innovative Practice*, 2(1), 4.

- Topping, M. E., & Kimmel, E. B. (1985).** The imposter phenomenon: Feeling phony. *Academic Psychology Bulletin*, 7(2), 213-226.
- Want, J., & Kleitman, S. (2006).** Imposter phenomenon and self-handicapping: Links with parenting styles and self-confidence. *Personality and Individual Differences*, 40(5), 961-971.
- Yaffe, Y. (2020).** Does self-esteem mediate the association between parenting styles and imposter feelings among female education students? *Personality and Individual Differences*, 156, 109789.
- Yang, Y., & Jeon, K. M. (2009).** The influence of chronic regulatory focus, situational regulatory focus, and action/inaction on consumer's regret. *Korean Journal of Consumer and Advertising Psychology*, 10(3), 513-533.
- Yang, Y., & Kim, E. S. (2008).** The effect of chronic/situational regulatory focus and task performance feedback on consumer affect. *Korean Journal of Consumer and Advertising Psychology*, 9(3), 407-433.
- Young, V. (2011).** *The secret thoughts of successful women: And men: Why capable people suffer from impostor syndrome and how to thrive in spite of it.* New York, NY: Currency.

운동선수의 가면 증후군 경향성이 성취목표 성향과 조절초점에 미치는 영향

김기연¹, 이용현²

¹동덕여자대학교, 박사과정

²동덕여자대학교, 부교수

[목적] 본 연구는 운동선수의 가면 증후군 경향성이 성취목표 성향과 조절초점 성향에 미치는 영향을 규명하는 데 목적이 있었다.

[방법] 연구의 대상은 24개 종목 413명의 운동선수였으며, 설문조사를 통해 자료를 수집하였다. 통계분석은 SPSS 27.0, AMOS 21.0 프로그램을 활용하여 신뢰도 및 타당도 검증, 독립표본 t-검증, 상관분석, 다중회귀분석을 하였다.

[결과] 연구 결과는 다음과 같다. 첫째, 성별에 따른 가면 증후군, 성취목표 성향 및 조절초점은 부분적으로 유의한 차이가 나타났다. 둘째, 가면 증후군과 성취목표 성향, 조절초점 성향의 하위요인 간에 유의한 상관관계가 나타났다. 셋째, 가면 증후군이 성취목표 성향에 미치는 영향을 검증한 결과 깎아내림 요인은 접근 성향에 유의한 영향을 미쳤으며, 가짜 요인은 회피 성향에 유의한 영향을 미쳤다. 또한 두려움 요인은 자기-회피 성향에 유의한 영향을 미쳤다. 넷째, 가면 증후군이 조절초점에 미치는 영향을 검증한 결과 깎아내림 요인은 향상 초점과 예방초점에 유의한 영향을 미쳤으며, 가짜 및 두려움 요인은 예방초점에 유의한 영향을 미쳤다.

[결론] 연구 결과를 통해 운동선수의 가면 증후군 경향성은 성취목표 성향과 조절초점과 같이 동기와 관련된 심리 변수에 영향을 미치는 요인이 규명되었다.

주요어

가면 증후군, 성취목표 성향, 조절초점