

The Sport Psychology Counseling Needs of Korean Elite Coaches

Youngsook Kim¹, Sanghyuk Park^{1*}, & Jeong-Su Kim²

¹Korea Institute of Sport Science & ²Semyung University

This study was to explore and confirm factors of sport psychology counseling needs in Korean elite coaches. In order to achieve this purpose, 56 elite coaches in Korean Olympic training center at Taereung and Jincheon responded on open-questionnaire and 260 coaches responded on survey. Open-ended questionnaire responses were analyzed by inductive content analysis and collected survey data were analyzed by exploratory factor analysis and confirmatory analysis. The results were as follows: Firstly, sport psychology counseling needs of elite coaches were competition preparation, negative athlete-coach relationship, athlete private problems, performance degradation, pressure on performance result, injury management, team cohesion degradation, motivation, training management, different gender athlete control, athletes drop out, pressure from outside, conflicts with colleagues, neglecting from athletes, feeling of incompetence, emotional control problem, and so on. Secondly, based on these responses, closed-ended questionnaire was developed, surveyed, and analyzed. Exploratory factor analysis illustrated that sports counseling needs of coaches were performance enhancement strategies, unreasonable pressure, negligence on training, coaching stress, competition result stress, conflicts with athletes. Finally, confirmatory factor analysis showed that construct of sport counseling needs illustrated appropriate fit indices values. The results of this study contributed to provide fundamental information on coaching education program and sport psychology counseling program development and application. Consequently, it will help coaches to control their mind at coaching in training and competitions.

Key Words: Sport coach, Sport Psychology Counseling, needs 

서 론

최상의 경기력을 발휘하는 운동선수 뒤에는 언제나 훌륭한 지도자가 있다. 운동선수들의 능력이나 기술이 아무리 뛰어나더라도, 이를 효율적으로 지도해주는 지도자가 없다면 올림픽이나 세계대회에서 뛰어난 경기력을 보이기는 힘들 것이다. 올림픽에 출전한 엘리트 운동선수들을 대상으로 수행된 연구 결과, 지도자의 지지나 코

치에 대한 신뢰는 경기력에 긍정적인 영향을 미치는 요인으로 밝혀졌으며, 지도자와의 부정적 관계, 코치와 선수 간의 의견 대립은 팀의 단합과 선수들의 경기력에 부정적인 영향을 미치는 요인으로 나타났다(Kim, 2013; Greenleaf et al., 2001). 또한, 지도자의 행동은 선수들의 경기력뿐만 아니라 선수들이 지각하는 운동에 대한 만족이나 재미, 즐거움 등 운동동기에도 영향을 미치는 것으로 나타났다(Seong, 1999; Seong & Kim, 1996; Gould & Petlickoff, 1988). 지도자의 심리 상태에 따라 지도자의 태도와 행동이 달라지며, 지도자들의 태도와 행동은 선수들의 경기력과 심리적인 변인에도 영향을 미친다. 다시 말해, 지도자가 현장에서 긍정

논문 투고일 : 2015. 10. 14.

논문 수정일 : 2016. 03. 03.

게재 확정일 : 2016. 03. 21.

* 저자 연락처 : 박상혁(sang4@sports.re.kr).

적인 심리상태를 갖게 되면 선수들이 긍정적인 심리상태를 갖게 될 가능성이 높아지고, 결과적으로는 선수들의 경기력이 향상될 수 있다.

하지만, 스포츠지도자들은 다양한 심리적인 어려움을 경험함으로써 긍정적인 심리상태를 유지하기가 어렵다. 스포츠지도자를 대상으로 수행한 선행연구에서 스포츠지도자들은 정신적, 육체적인 직무스트레스(Lee, 2011)를 경험한다. 세부적으로는 경기에서 승리에 대한 스트레스, 역할 갈등, 직무 과부하, 경비문제, 작업조건(Cho, 1998), 선수와의 상호갈등(Kim et al., 2010), 탈진 및 이직 의도(Lee, 2009) 등이 있다. 또한, 업무와 삶에서의 갈등, 직업의 안정성 등과 같은 환경적 요인이 지도자의 심리적인 욕구 만족과 심리적 안녕감(well-being) 혹은 불행(ill-being)과 관련이 있음이 최근 연구에서 밝혀져(Stebbins et al., 2012; Stebbins et al., 2011), 스포츠지도자들이 경험하는 심리적 어려움은 다양한 요인인 것으로 나타났다. 특히, 결과를 지나치게 강조하는 분위기의 엘리트 스포츠에서는 승리를 위해서 지도자에게 모든 것을 희생하도록 강요하기 때문에(Lee, 2011) 엘리트 스포츠지도자들이 경험하는 심리적 어려움은 더욱 크다.

스포츠심리학에서는 현장중심 연구가 학문의 한 연구 분야로 주목되고 있으며, 스포츠심리상담 접근이 현장에서 적용되고 있다. 스포츠심리상담은 교육과 치료를 통합한 도움 과정으로, 예방 프로그램과 자기-개념 발달 프로그램을 의미하며, 인생 상담, 발달 문제, 프로그램 구성과 평가, 운동수행 극대화, 스트레스 완화, 임상적인 문제를 고려하는 중재를 포함한다(Kim, 2013). 스포츠심리상담은 스포츠심리학을 전공한 학자들에 의해서 수행되거나 스포츠심리상담 연수를 받고 자격을 갖춘 전문가에 의해 현장에 적용된다. 구체적으로 스포츠심리학자의 역할이 연구, 교육, 상담, 심리기술훈련으로 확대되고 있다. 프로팀에서의 스포츠심리학자의 역할 모형을 탐색한 연구 결과(Yun, 2004), 스포츠심리학자는 프로팀에서 상담자, 교육자, 연구자, 중재자 등의 역할을 수행해야 하며, 지원 대상은 선수뿐만 아니라 지도자로 확대된다. 뿐만 아니라 스포츠심리학자는 지도자들을 위하여 가장 최적화된 환경을 만들기 위해 중재를 해야 한다(Stebbins et al., 2012; Stebbins et al.,

2011). 이는 지도자들의 심리적 어려움이나 스트레스 해소를 위한 상담이 필요하다는 의미로 이해할 수 있다.

그럼에도 불구하고 지금까지 스포츠심리상담이 적용된 연구를 살펴보면 축구 선수(Chang, 2002; Kim, 2010), 테니스 선수(Park et al., 2003), 유도 선수(Chang, 2005) 등 대부분의 연구가 선수들을 대상으로 수행되어 왔다. 물론 스포츠지도자들을 대상으로 직무스트레스 요인과 조직 유효성(Cho, 1998), 직무만족 및 이직의도(Lee, 2011), 완벽주의 성향(Hong et al., 2008)과의 관계 등의 연구가 수행되어 왔으나, 직무스트레스와 다른 심리적 변인간의 관계만을 검증하였다. 즉, 기존의 선행연구는 스트레스, 이직, 만족도 등 심리변인의 단편적 특성과 변인 간의 관계 분석에 주목하여 훈련 및 경기와 일상생활에서 겪는 지도자의 심리적 어려움을 스포츠심리상담이라는 접근을 통해 해결하려는 시도가 부족했다는 의미이다.

스포츠 현장에서 중추적인 역할을 담당하는 엘리트 스포츠지도자들에게 도움이 되는 스포츠심리상담 프로그램을 제공하기 위해서는 지도자들이 직면하고 있는 심리적 어려움을 통합적으로 파악하는 것이 중요하다. 엘리트 스포츠지도자가 직면하고 있는 심리적 어려움, 즉 스포츠심리상담 요구를 탐색하고 확인하는 연구는 스포츠심리상담 프로그램 개발을 위한 기초 정보를 제공할 것이며, 더 나아가 선수들의 지도 효율성을 높여 결과적으로 선수들의 경기력 향상에 도움이 될 것이다. 또한, 스포츠 현장에서 필수적인 역할을 하고 있는 지도자들의 생생한 요구를 심층적으로 파악하고 이해한다면 우리 스포츠 문화가 반영된 독특한 자료를 추출할 수 있다.

연구방법

연구대상

엘리트 스포츠지도자들의 스포츠심리상담 요구 요인을 탐색하고 확인하기 위한 목적으로 국가대표 지도자(코치, 감독)를 비롯한 실업, 대학, 고등학교팀 지도자들을 대상으로 개방형 설문 조사와 폐쇄형 설문 조사를 수행하였다.

먼저 개방형 설문조사는 2014년 태능선수촌과 진천 선수촌에 상주하고 있는 16개 종목(유도 5명, 펜싱 6명, 수영 6명, 체조 5명, 양궁 4명, 복싱 4명, 탁구 4명, 빙상 4명, 볼링 3명, 배구 3명, 농구 3명, 하키 3명, 핸드볼 2명, 철인3종 2명, 조정 1명, 육상 1명)의 지도자 총 56명을 대상으로 실시하였다.

또한, 폐쇄형 설문조사에서는 개방형 설문에 참여하지 않은 지도자 중 36개 종목의 국가대표/실업/대학팀/고등학교 지도자 270인을 목적표집법을 활용하여 연구 대상으로 선정한 후 설문 조사를 실시하였다. 응답 자료 270부 중 충실하게 응답한 260부만을 자료분석에 활용하였다.

Table 1. Research participants(exploratory analysis)

	Coaching experience				Total
	less than 5 yrs	5-10 yrs	10-15 yrs	more than 15 yrs	
High school	19	31	15	5	70
College	5	5	3	1	14
Professional	8	9	3	8	28
National	2	3	6	7	18
Total	34	48	27	21	130

Table 2. Research participants(confirmatory analysis)

	Coaching experience				Total
	less than 5 yrs	5-10 yrs	10-15 yrs	more than 15 yrs	
High school	20	29	15	4	68
College	5	5	3	2	15
Professional	8	9	4	8	29
National	4	1	6	7	18
Total	37	44	28	21	130

조사도구

엘리트 스포츠지도자들이 지각하는 스포츠심리상담 요구 요인에 대한 포괄적 자료의 수집을 위하여 개방형 설문을 활용하여 자료를 수집하였다. 개방형 설문은 전문가 회의를 거쳐 최적의 문항을 선정하였다. 선정된 문

항은 지도자로서 지도하면서 상담받기 원했던 어려운 상황을 묻는 문항으로 “지도자로서 선수에게 지도를 하면서 누군가에게 상담받기를 원했던 어려운 상황(경기, 훈련, 생활 등 관련 문제)을 경험했다면 그 상황을 생각나는 대로 적어주세요.”로 구성하였다. 개방형 질문지는 엘리트 지도자들이 지도자로서 경기, 훈련, 생활 상황에서 지각하는 스포츠심리상담 요구 요인에 대해 응답하도록 하였다.

또한, 개방형 설문의 응답에 대한 분석 결과를 통합적으로 고려하여 엘리트 스포츠지도자 스포츠심리상담 요인들을 선별하고, 이를 기초로 문항 개발 및 변환 과정을 거쳐 5점 평정 척도 방식의 폐쇄형 문항을 개발하여 엘리트 스포츠지도자의 스포츠심리상담 요구 요인을 확인하였다.

연구절차

엘리트 스포츠지도자들이 지각하는 스포츠심리상담 요구 요인을 추출할 수 있는 개방형 질문을 스포츠심리학자 6인의 회의를 거쳐 제작하였다.

개방형 질문이 엘리트 스포츠지도자들의 심층적인 스포츠심리상담 요구 요인을 규명하는데 적합한지를 점검하기 위해 국가대표 지도자 2인을 대상으로 예비조사를 실시하여 반구조화 된 질문이 지도자들에게 공통의 의미로 받아들여질 수 있는지 확인하였으며, 이렇게 개발된 개방형 설문지를 사용하여 설문조사를 수행하였다. 개방형 설문지의 응답 내용에 대한 귀납적 내용분석 결과를 바탕으로 엘리트 스포츠지도자들의 스포츠심리상담 요구 요인 확인을 위한 4요인 36문항으로 구성된 폐쇄형 설문 문항을 제작하였다. 또한 개발된 문항으로 구성된 폐쇄형 설문지를 활용하여 자료를 수집하고 이를 탐색적 요인분석과 확인적 요인분석을 수행하여 엘리트 스포츠지도자들의 스포츠심리상담 요구 요인을 확인하였다.

개방형 설문과 폐쇄형 설문 조사는 본 연구자가 종목별 지도자들을 사전 접촉하여 면담 장소와 시간을 약속하고 지도자들의 일정에 맞춰 실시하였다. 설문조사 시간은 20~30분 정도로 실시하였으며, 지도자들에게 본 연구의 목적, 스포츠심리상담의 정의 등을 설명하고 솔직하게 응답할 수 있도록 하였다.

자료 분석

개방형 설문에서 수집된 원자료는 귀납적 내용 분석(inductive content analysis)에 따라 내용 분석하였다. 귀납적 내용 분석은 심리요인을 탐색하기 위해 일반적으로 사용되고 있는 연구방법으로(Gould, Eklund, & Jackson, 1992; Patton, 1990), 개방형 설문을 통해 수집된 엘리트 스포츠지도자의 스포츠심리상담 요구 요인의 원자료를 바탕으로 내용이 유사하거나 중복된 자료를 통합해 세부영역을 추출하고, 유사한 원자료를 묶어 일반영역으로 분류하여 구성요인을 범주화하였다. 또한 자료분석의 신뢰도와 타당도를 확보하기 위하여 내용분석 및 질적 연구에 경험이 많은 스포츠심리전문가를 참여시키는 삼각검증법(triangulation)을 활용하였다.

또한, 폐쇄형설문지의 응답 결과는 기입한 자료를 회수한 후 응답 내용이 부실하거나 신뢰성이 없다고 판단되는 자료는 분석 대상에서 제외하였다. 이를 분석 가능하고 유용한 자료를 사례별로 입력한 후, SPSS 18.0 프로그램을 활용하여 평균과 표준편차를 산출하고, 엘리트 스포츠지도자의 스포츠심리상담 요구 요인 구조를 확인하기 위한 탐색적 요인분석을 실시하였다. 탐색적 요인분석은 주축요인분석(principle axis factoring)과 직접 오블리민(direct oblimin)을 활용한 사각회전 방식을 적용하여 분석하였다. 또한 응답 자료가 요인분석에 적합한지 규명하기 위한 Bartlett의 단위행렬검정과 각각의 문항에 내재되어 있는 잠재변수의 설명력을 알아보기 위한 고유치(Eigenvalue), 요인 부하량(Factor loading), Kaiser-Meyer-Olkin(KMO)의 표준적합도를 제시하였으며, 하위 문항들에 대한 신뢰도 분석(내적일치도)을 위해 Chronbach's Alpha 계수를 산출하여 척도의 신뢰성을 확인하였다. 뿐만 아니라 엘리트 스포츠지도자의 스포츠심리상담 요구 요인 구조의 타당도를 확인하기 위하여 AMOS 18.0 프로그램을 활용하여 확인적 요인분석을 실시하였다.

연구결과

본 연구의 결과는 엘리트 스포츠지도자들이 지각하는

스포츠심리상담 요구 요인의 탐색과 검증으로 구성하였다. 엘리트 스포츠지도자들이 지각하는 스포츠심리상담 요구 요인을 탐색하기 위한 개방형 설문 응답 자료를 귀납적 내용분석 결과와 이를 기반으로 개발된 폐쇄형 문항의 설문조사를 통하여 엘리트 스포츠지도자들이 지각하는 스포츠심리상담 요구 요인을 확인하였다.

1. 엘리트 스포츠지도자 스포츠심리상담 요구 요인 탐색

1) 엘리트 스포츠지도자의 스포츠심리상담 요구 요인의 귀납적 내용 분석 결과

엘리트 스포츠지도자의 스포츠심리상담 요구 요인은 관련된 응답 원자료를 기준으로 1차 세부요인에 대한 내용분석 절차를 수행하였다. 응답 원자료에 대한 1차 내용분석 결과 총 25개의 1차 세부요인이 도출되었으며, 71개의 주제수와 154개의 전체 빈도를 나타내었다.

1차 내용분석 결과 나타난 25개의 세부요인을 가장 높은 빈도의 순서대로 나열하면 선수 시합준비, 선수와의 신뢰부재, 선수 사생활문제, 선수 경기력 저하, 성적 압박, 부상관리, 팀응집력 저하, 선수 동기저하, 훈련관리, 이성선수 관리, 선수 운동탈퇴, 외부압력, 동료불화, 지도자에 대한 선수들의 무시태도, 무능력, 훈련 시 감정조절 문제, 지도자 진로고민, 선수 상담요구, 선수탈진, 사생활 관리, 선수학업관리, 목표의식 부재, 선수부모와의 갈등, 코칭기법, 직무탈진으로 나타났다.

선수 시합준비 요인은 전체 154개의 반응빈도 중 27개를 나타내어 17.53%의 빈도로 나타나 엘리트 스포츠지도자가 지각하는 스포츠심리상담 요구 요인 중 가장 높은 빈도를 차지하였다. 두 번째로 높은 빈도를 나타낸 선수와의 신뢰부재 요인과 선수 사생활 문제 요인은 전체 154개의 반응빈도 중 각각 15개로 9.74%의 빈도로 나타났다. 세 번째로 높은 빈도를 나타낸 요인은 선수 경기력 저하 요인으로 총 % 비율의 9.09%로 나타났으며, 성적 압박 6.49%, 부상관리, 팀응집력 저하, 선수 동기저하 각각 5.19%, 훈련관리 3.89%, 이성선수 관리 3.24%로 나타났다.

또한, 선수 운동탈퇴, 외부압력 각각 3.24%, 동료불화, 지도자에 대한 선수들의 무시 태도 각각 2.59%로

나타났으며, 무능력, 훈련 시 감정조절 문제, 지도자 진로 고민 요인에서 각각 1.94%로 나타났다.

그 외에는 선수상담요구, 선수탈진, 사생활 관리 요인이 각각 1.29%로, 선수학업관리, 목표의식 부재, 선수 부모와의 갈등, 코칭기법, 직무탈진 요인이 총 154개의 반응빈도 중 각각 1개의 빈도 수치인 0.64%의 비교적 미약한 분포를 보여주었다.

엘리트 스포츠지도자들이 지각하는 스포츠심리상담 요구 요인은 관련된 응답 원자료를 기준으로 2차 세부요인에 대한 내용분석 절차를 수행하였다. 응답 원자료를 기준으로 2차 세부요인에 대한 내용분석 절차를 수행하였다. 응답 원자료에 대한 2차 내용분석 결과 총 23개의 세부요인과 이에 대한 8개의 주제요인과 4개의 일반요인이 도출되었다.

일반요인은 선수관리 부담, 경기력 향상 부담, 성적압력, 부정적 대인관계, 코칭 스트레스로 나타났다. 구체적으로 선수관리 부담 요인의 세부요인으로는 훈련관리, 부상관리, 선수탈진, 사생활 관리, 이성선수 관리, 학교 생활 관리 요인으로 나타났다. 또한 경기력 향상 부담 요인의 세부요인으로는 선수 경기력 저하, 선수 시합 준비, 팀 응집력 저하, 선수동기 저하, 선수 목표의식 부재, 선수 운동탈퇴 요인으로 나타났다. 성적압력의 세부요인으로는 성적압박, 외부압력 요인으로, 부정적인 대인관계의 세부요인으로는 동료불화, 선수부모와의 갈등, 지도자에 대한 선수들의 무시 태도, 신뢰 부재 요인이, 코칭 스트레스 요인의 세부요인으로는 무능력, 훈련 시 감정조절 문제, 코칭 기법, 직무탈진, 지도자 진로 고민 요인이 발견되었다.

따라서 엘리트 스포츠지도자들이 스포츠심리상담을 요구하는 심리적으로 어려운 상황은 선수관리에서 부담을 느끼는 상황, 경기력 향상에 대한 부담을 느끼는 상황, 성적을 내야한다는 압력을 받는 상황, 부정적인 대인관계의 상황, 코칭 스트레스를 느끼는 상황이라는 의미이다.(Table 3)

2) 엘리트 스포츠지도자의 스포츠심리상담 요구 요인의 폐쇄형 문항 추출

엘리트 스포츠지도자들의 개방형 응답에 대한 귀납적 내용분석 결과를 바탕으로 엘리트 스포츠지도자들의 스

Table 3. Inductive analysis of sport counseling needs of coaches

Raw data themes	1st order themes	Higher order themes
Training management	Athlete training management	Difficulties in athlete management
Injury rehabilitation		
Athlete burnout		
Personal life management	Athlete management	
Management of athletes with different gender		
School life management		
Performance debilitation	Performance management	Pressure in performance enhancement
Competition preparation of athletes		
Team cohesion debilitation		
Motivation debilitation	Motivation decrease in athletes	
Lack of goals in athletes		
Athletes withdrawal		
Conflicts with team coaches	Social conflicts	Negative social relationship
Conflicts with parents		
Negative attitudes toward coaches from athletes	Negative athlete-coach relationship	
Lack of trust from athletes		
Feeling of incompetence	coaching stress	Coaching stress
Emotion control		
Coaching methods		
Burnout		
Career exchange		
Pressure about performance result	Pressures on coaches	
Pressure and interference from outside		

스포츠심리상담 요구 요인을 확인을 위한 폐쇄형 설문 문항을 제작하였다.

제작된 문항은 스포츠심리학자 4인과 국어전공자 1인의 검토를 받아 엘리트 스포츠지도자들의 스포츠심리상담 요구 요인에 대해 설명한 후 수정 및 보완할 내용에 대한 의견을 요청하였다. 스포츠심리학자들과 국어전공자의 의견에 따라 표현이 어렵거나 의미 전달이 되지 않는 내용과 중복되는 내용은 삭제하였으며 문항의 시제, 오탈자, 문항의 의미 등을 전반적으로 확인하고, 스포츠심리학자 6인의 전문가 회의를 통하여 최종 문항을 선정하였다. 선정된 문항은 선수관리 부담 요인에 8문항, 경기력 향상부담 요인에 13문항, 부정적 대인관계 요인에 7문항, 코칭 스트레스 요인에 8문항 총 4요인 36문항으로 구성되었다.

2. 엘리트 스포츠지도자의 스포츠심리상담 요구 요인 확인

1) 엘리트 스포츠지도자 스포츠심리상담 요구 요인의 탐색적 요인분석 결과

엘리트 스포츠지도자 스포츠심리상담 요구 요인에 대한 폐쇄형 설문을 활용하여 엘리트 스포츠지도자의 스포츠심리상담 요구 요인의 구조타당성을 검증하기 위하여 탐색적 요인분석을 실시한 분석결과는 <Table 4>와 같다.

엘리트 스포츠지도자들의 스포츠심리상담 요구 요인의 내적구조 타당도 검증을 측정하기 위하여 여러 차례에 걸쳐 요인분석을 실시하였으며, 이 과정에서 요인부하량이 미달되는 문항들을 점진적으로 삭제하는 과정을 통하여 요인을 확정하였다. <Table 4>에 제시한 바와 같이 엘리트 스포츠지도자의 스포츠심리상담 요구의 구성요인은 6요인 26개 문항으로 탐색되었다. 각각의 하위요인별 부하량은 .330에서 .793으로 나타났으며, 삭제된 문항은 잠재변수의 개념과 불일치되는 문항과 신뢰도 계수의 감소를 유발하는 문항, 요인 부하량이 .3으로 미달된 문항 등으로 결정하였다.

구체적으로 엘리트 스포츠지도자 스포츠심리상담 요구의 구성요인은 척도 고유치 1이상에서 6개 요인이 62.3%의 설명변량을 보여주고 있으며 .721~.894의 신뢰도 검증결과를 나타내었다. 또한 .901의 표준 적합도(KMO)가 나타났으며, Bartlett의 구형성 검증은

$p < .05$ 수준에서 통계적 유의성이 검증되었으므로 탐색적 요인분석에 활용된 자료는 적합한 것으로 판단할 수 있다.

이러한 결과를 바탕으로 '정신력 강화를 위한 고민할 때', '슬럼프에 빠졌을 때', '경기력을 높이는 방법 요구할 때', ' 좋지 않은 경기결과 나왔을 때', '선수가 심하게 긴장할 때', '심리적인 문제로 경기에 졌을 때'는 경기력 향상 전략 요인으로 명명하였으며, '상관의 강압적인 부당행위 있을 때', '상급기관과의 갈등이 있을 때', '지도자간의 갈등이 있을 때', '선수들끼리 갈등과 대립이 있을 때', '생각대로 팀을 이끌지 못할 때'는 부당한 압력 요인으로 명명하였다. 또한 '선수들이 목표의식이 없을 때', '선수들이 최선을 다하지 않을 때', '선수가 운동을 그만 두려고 할 때'는 운동태만 요인으로, '지도자를 계속해야 할지 고민될 때', '지도자생활 종료 후 진로 걱정할 때', '지도자생활로 가족 불화 생겼을 때'는 지도생활 스트레스로 명명하였다. 뿐만 아니라 '경기에 대한 중압감/긴장감 많을 때', '성적에 대한 스트레스 심할 때', '경기에 지고난 후 힘들어 할 때', '경기 후 문제점 얘기할 때'는 성적 스트레스 요인으로, '선수가 훈련을 거부할 때', '선수들과 의사소통 원활하지 않을 때', '선수들이 나를 무시할 때', '선수들과 사이가 좋지 않을 때', '선수부모와 사이가 좋지 않을 때'는 선수와 갈등 요인으로 명명하였다.

2) 엘리트 스포츠지도자 스포츠심리상담 요구 요인의 확인적 요인분석 결과

탐색적 요인분석 결과에 대한 구조 확인 및 모형 적합성 검증을 위해 확인적 요인분석을 수행하였다. 먼저 엘리트 스포츠지도자 스포츠심리상담 요구의 구성요인들이 갖고 있는 하위 요인의 다차원적 관계를 검증하기 위한 확인적 요인분석 분석결과는 아래 <Figure 1>과 같다.

<Figure 1>에 제시된 바와 같이 엘리트 스포츠지도자 스포츠심리상담 요구 요인 구조의 적합도는 $CFI = .958$, $GFI = .924$, $RMR = .062$, $NFI = .907$, $RMSEA = .055$ 로 나타나 모든 지수가 적합한 수준을 보였다. 따라서 엘리트 스포츠지도자의 스포츠심리상담 요구는 6요인 18문항의 구조를 갖는 것으로 나타났으며, 이러한 결과는 엘리트 스포츠지도자 스포츠심리상담 요구의 타당성 있는 요인구조가 확인된 것을 의미한다.

Table 4. Exploratory factor analysis

	Questions	Factors						Cronbach alpha	
		Performance enhancement strategies	Unreasonable pressure	Athletes' motivation debilitation	Coaching life stress	Performance stress	Conflicts with athletes		
q13	When I worry about increasing mental toughness in athletes	.743	-.059	.022	.043	-.002	-.063	.886	
q9	When athletes are in performance slump	.708	.075	-.063	-.013	-.052	-.047		
q14	When athletes ask special methods of performance enhancement	.694	-.036	.041	.035	-.066	-.009		
q11	When competition results are not good	.483	-.070	.091	.067	-.428	-.040		
q10	When athletes are very anxious in competitions	.419	.028	-.104	-.060	-.350	-.058		
q15	When athletes lost because of psychological weakness	.396	-.006	-.185	.151	-.208	-.036		
q23	When there are unreasonable pressure from higher staffs	-.122	.718	.030	-.044	-.085	-.059		
q24	When there are conflicts with higher staffs or organizations	-.068	.701	.212	.106	-.049	-.066		.814
q22	When there are conflicts between coaches	.017	.660	-.115	.059	.020	-.048		
q16	When there are conflicts in my team athletes	.297	.365	-.243	.106	-.071	.036		
q21	When I can not lead my team as I expected	.308	.330	-.187	.228	-.091	-.071		
q17	When athletes lose their goals	.279	.068	-.428	.051	-.091	-.139	.721	
q1	When athletes do not try their best	.001	-.048	-.400	.016	-.013	-.185		
q18	When athletes want to quit	.100	.130	-.345	-.049	-.164	-.274		
q29	When I think of whether I keep coaching or not	.051	.069	-.150	.754	-.053	.027		
q30	When I worry about my career after finishing coaching life	-.070	-.010	.047	.750	.005	.066	.727	
q31	When there are conflicts in my family cause of my coaching life	.056	.033	.280	.565	.054	-.197		
q20	When there are lots of pressure/tension about competitions	.095	.114	-.003	.117	-.793	.079		
q19	When I get stressed about competition results	.046	.168	-.063	-.001	-.674	.067	.805	
q35	After my team lost in competition	-.054	-.024	.011	-.004	-.608	-.288		
q12	When I talk about team's problems after competitions	.385	-.054	.132	-.030	-.486	-.112		
q34	When athletes refuse to participate in training	-.040	.097	-.273	.026	-.051	-.622	.894	
q28	When I have difficulties in communication with athletes	.274	.136	-.177	.055	.060	-.599		
q33	When athletes ignore me	.119	.360	-.014	.049	.004	-.587		
q27	When I have bad relationship with athletes	.255	.208	-.004	.010	-.031	-.582		
q26	When I have bad relationship with athletes' parents	-.048	.093	.070	.086	-.165	-.516		
	eigenvalue	14.177	2.296	1.621	1.555	1.493	1.308	.844	
	% of variable	39.380	6.379	4.502	4.319	4.146	3.632		
	cumulative variable	39.380	45.759	50.261	54.579	58.725	62.358		
Kaiser-Meyer-Olkin						.901			
Bartlett test						χ^2 : 2989.840, sig.000			

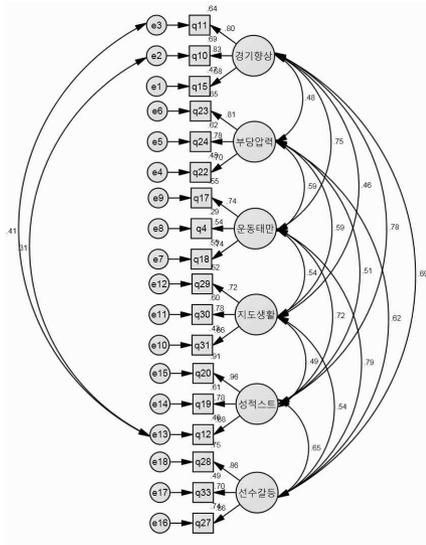


Fig 1. Confirmatory factor analysis result

논 의

스포츠 현장에서 선수의 승리나 우수한 경기력 발현은 선수 혼자 힘으로는 불가능하다. 선수들이 경기에서 우수한 경기력을 발휘하도록 도움을 주는 가장 큰 조력자는 지도자이다. 특히 경쟁이 심한 엘리트 스포츠 현장에서는 지도자의 역할이나 임무가 다양하고 그 비중이 커짐에 따라 지도자들은 많은 문제들로 고민한다. 엘리트 스포츠지도자의 심리적 어려움이나 고민을 해결하기 위해서는 먼저 어떤 이유로 고민하는지, 어떤 상황에서 엘리트 스포츠지도자들이 심리상담을 요청하는지를 아는 것이 중요하다. 본 연구에서 엘리트 스포츠지도자들의 스포츠심리상담 요구 요인을 탐색한 결과 실제로 엘리트 스포츠지도자들은 선수 시합준비, 지도자와의 신뢰 부재, 선수 사생활 문제, 선수 경기력 저하 등의 요인을 내재하고 있었다. 이를 더 많은 스포츠지도자를 대상으로 확인한 결과 지도자들은 경기력 향상 전략, 부당한 압력, 선수 운동 태만, 지도생활 스트레스, 성적 스트레스, 선수와의 갈등의 6가지 요인으로 스포츠심리상담을 요구하는 것으로 나타났다.

먼저 선수와의 갈등 요인은 구체적으로 선수와 의사소통이 원활하게 되지 않을 때나 선수들이 지도자를 무시하는 태도를 보일 때, 선수들과 사이가 좋지 않을 때, 선수부모와 사이가 좋지 않을 때 등의 요인으로 선수와 지도자 간의 상호갈등에 대한 선행연구(Kjm et al., 2010)의 결과와 일부 일치하는 것으로 나타났다. 이는 선행연구에서 선수들이 지각하는 상담 요구 요인 중 하나인 지도자와의 갈등, 지도자와의 의사소통 문제(Kim & Park, 2013) 요인과 일치하여 스포츠현장에서 선수와 지도자 모두 선수-지도자 관계 혹은 의사소통 문제로 고민하는 것을 의미한다. 따라서 지도자를 대상으로 한 교육 프로그램에서는 의사소통과 선수와의 신뢰 향상을 위한 대인관계 기술과 같은 내용을 프로그램에 구성해야 할 필요가 있다. 뿐만 아니라 선수나 부모, 다른 지도자와의 갈등으로 인한 부정적인 감정이나 우울에 대해서는 교육적 접근 보다는 개인상담을 통하여 이를 해결하려는 접근이 필요하다고 판단된다.

또한 경기력 향상 전략과 선수 운동 태만 요인은 선수가 슬럼프에 빠졌을 때나 선수가 경기에서 심하게 긴장할 때, 선수가 목표의식이 없을 때, 선수가 최선을 다하지 않을 때, 선수가 운동을 그만두려할 때 등의 요인으로 나타났다. 이러한 결과는 선수들의 상담 요구 요인인 슬럼프 경험, 경기력 저하 요인(Kim & Park., 2013)과 유사한 결과를 보인다. 다시 말해 선수들이 겪는 심리적 어려움은 선수만 느끼는 것이 아니라, 나아가 지도자도 선수들의 경기력 관련 문제나 선수들의 동기저하, 선수들의 탈진 등으로 인해 심리적 어려움을 느끼고 있음을 알 수 있다. 더불어 성적 스트레스 요인은 경기에 대한 중압감/긴장감 많을 때, 성적에 대한 스트레스가 심할 때, 경기에 지고난 후 힘들어 할 때 등으로 코치의 직무스트레스 연구(Cho, 1998)에서 언급한 내용과 유사하다.

반면에 본 연구에서 확인된 부당한 압력과 지도생활 스트레스는 지도자의 환경적인 요인인 지도자간의 갈등이나 상관이나 상급기관과의 갈등, 지도자의 진로 걱정, 지도자생활로 인한 가족 불화 등으로 지도자 생활을 하면서 나타나는 문제이다. 엘리트 스포츠 팀은 감독과 코치라는 위계적인 구조로 이루어져있으며, 협회/회사 혹은 학교라는 상급기관에 속해있기 때문에 상관이나 상급

기관과의 갈등이나 압력으로 고민하는 것으로 생각된다. 또한 지도자의 진로에 대한 고민이나 지도자 생활로 인한 가정불화 요인은 지도자 탈진 혹은 중도 포기나 이직 의도(Lee, 2011)라는 결과를 초래하기 때문에 이에 대해 주목하고 지도자 환경이 지도자 직무 만족도를 높일 수 있도록 변화해야 한다.

이 외에도 개방형 설문 응답내용에서 나타난 이성선수를 지도할 때의 어려움이나 훈련 시 감정조절 문제는 현장에서 자주 목격되는 현상이다. 남자지도자가 여자선수들을 지도할 때 여자선수들의 미세한 감정 차이를 느끼지 못하여 선수들을 이해하지 못하는 경우, 반대로 여자지도자가 남자선수들을 지도할 때 너무 세세한 부분까지 지적하는 경우 등 여러 가지 문제점이 발생할 수 있다. 지도자의 감정조절은 훈련뿐만 아니라 경기에서도 매우 중요한 요인이다. 지도자의 개인적인 감정이 훈련 분위기로 이어지거나 경기 전에 지도자의 불안한 감정이 선수에게 전해지는 경우, 경기에서 지고 있거나 경기가 잘 안될 때 지도자의 부정적인 감정 표현, 침착해야 하는 상황에서 지도자가 너무 흥분하는 경우도 현장에서 쉽게 발견되는 장면이다.

따라서 본 연구에서 탐색되고 확인된 결과는 엘리트 스포츠지도자를 대상으로 하는 코칭 교육 프로그램이나 스포츠심리상담 프로그램을 개발할 때 선수-지도자 관계 향상, 의사소통 향상, 경기력 향상을 위한 심리적 준비 전략, 이성선수 관리 전략, 감정조절 전략 등의 내용이 교육 및 프로그램에 필수적으로 구성되어야 한다고 생각된다. 지도자들의 심리적 어려움과 고민을 해결하는 것은 지도자로서의 성공 및 지도자의 인간으로서의 성장과 더불어 선수들이 더욱 긍정적인 환경에서 운동할 수 있는 기반을 만든다는 의미이기도 하다.

결론 및 제언

본 연구는 316명의 엘리트 스포츠지도자들을 표집하여 스포츠심리상담 요구 요인을 탐색하고 이를 확인하는 것을 목적으로 수행되었다. 연구결과는 다음과 같다.

첫째, 엘리트 스포츠지도자들이 스포츠심리상담을 요구하게 되는 요인은 개방형 설문 결과 선수관리에서 부

담을 느끼는 상황, 경기력 향상에 대한 부담을 느끼는 상황, 성적을 내야한다는 압력을 받는 상황, 부정적인 대인관계의 상황, 코칭 스트레스를 느끼는 상황으로 나타났다.

둘째, 엘리트 스포츠지도자들의 스포츠심리상담 요구 요인 구조를 확인한 결과 경기력 향상을 위한 심리적 전략, 부당한 압력, 선수의 운동 태만, 지도생활 스트레스, 성적 스트레스, 선수와의 갈등 6요인으로 나타났으며, 이러한 요인 구조는 적합한 것으로 밝혀졌다.

본 연구에서 검증된 결과를 토대로 후속 연구에서 고려되거나 해결되어야 할 과제를 제언하면 다음과 같다. 첫째로 본 연구의 결과에서 밝혀진 바와 같이 지도자들이 스포츠심리상담 적용의 대상으로 확대되어야 하고, 지도자들을 대상으로 스포츠심리상담을 적용한 연구가 수행되어야 한다. 둘째, 본 연구에서 확인된 요인들인 의사소통, 지도자-선수 관계, 경기력 향상을 위한 심리적 준비 전략, 이성선수 관리 전략, 감정조절 전략 등이 지도자 교육 프로그램의 주제로 구성되고 워크샵에서 실습이 된다면 더욱 효과적인 코칭이 이루어 지는데 도움이 될 것이다. 또한 이러한 요인들을 스포츠심리상담사가 상담을 하기 전에 이해하고 고려한다면 더욱 효과적인 상담이 될 것이라 생각된다. 셋째, 본 연구에서 지도자를 대상으로 한 자료수집의 어려움으로 인하여 요인분석에 각각 130명의 지도자를 연구대상으로 한 연구의 제한점이 있다. 이를 보완할 수 있는 연구가 추후에 수행될 필요가 있다. 마지막으로 엘리트 스포츠지도자의 스포츠심리상담 요구 요인을 기반으로 지도자 대상의 교육프로그램이나 스포츠심리상담 프로그램을 개발하고 적용하여 지도자들의 삶의 질, 삶의 만족도, 행복 등의 긍정적인 심리 요인의 변화를 검증하는 연구를 수행해야 한다고 판단된다.

참고문헌

- Chang, D. S. (2002). An application of group sport counseling program for athletes. *Journal of Korean Journal of Sport Psychology*, 13(1), 83-104.
- Chang, D. S. (2005). The effect of sport psychology counseling

- and psychological skills training of elite Judo athletes. *Korean Journal of Sport Psychology*, 16(4), 199-214.
- Cho, M. T. (1998). The relationship between job stress and organizational effectiveness in coaches. *Korean Journal of Physical Education*, 27(2), 96-111.
- Choi, M. R., Park, S. H., & Seong C. H. (2012). Structural relationship among coach-athlete fit, psychological need satisfaction, and athlete burnout, *Korean Journal of Physical Education*, 51(2), 203-213.
- Choi, Y. L. & Kim, S. C. (2013). The impact of the leadership style and direction of rhythmic gymnastics coach on player satisfaction and instruction efficiency, *Journal of Korean Physical Education Association for Girls and Women*, 27(3), 123-137.
- Gould, D. & Petlickoff, L. (1988). *Participation motivation and attention in young athletes*. In F. L. Smoll, R. A. Magill., & M. J. Ash. (Eds.), *Children in Sport*. (pp. 161-178). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Gould, D., Eklund, R. C., & Jackson, S. A. (1992). 1988 U.S. Olympic wrestling excellence: Mental preparation, pre-competition condition, and affect. *The Sport Psychologist*, 6, 358-382.
- Greenleaf, C., Gould, D., & Dieffenbach, K. (2001). Factors influencing Olympic performance: Interviews with Atlanta and Nagano U. S. Olympians. *Journal of Applied Sport Psychology*, 13, 154-184.
- Hong, G. D., Lim, T. H., & Ko, Y. J. (2008). Relationship between perfectionism and job stress of archery trainers. *Korean Contents Association Review*, 8(10), 361-372..
- Kim, K. H., Park, J. S., Kim, J. Y., & Lee, W. H. (2010). The relationship between the elite athletes and leaders of Judo. *Journal of Korean Alliance of Martial arts*, 12(1), 173-186.
- Kim, Y. S. (2010). The development of sport team-building program for youth female football team. *Korean Journal of Sport Psychology*, 21(4), 139-151.
- Kim, Y. S. (2013). *The factors influencing Olympic performance perceived by Korean Olympians*. Korea Institute of Sport Science. Research report.
- Kim, Y. S. & Park, S. H. (2013). The development of sport counseling needs scale for football players. *Korean Journal of Sport Science*, 24(2), 223-233.
- Lee, D. W. (2009). *Impact of stress on stress-coping behavior among badminton coaches*. Unpublished master dissertation. Kyunghee University.
- Lee, G. B. (2011). Validity examination basketball coaches' leadership dimensions: aggregating individual level variables to represent team level variables, *Korean Journal of Measurement and Evaluation in Physical Education and Sports Science*, 13(1), 33-44.
- Lee, J. H. (2011). The relationship between organization culture, job stress, job satisfaction, and turnover intention in elite sports leaders. *Journal of Coaching Development*, 13(1), 95-104.
- Lee, K. Y. (2009). *The impact of job stress to the exhaustion and resignations among soccer coaches in school*. Unpublished master dissertation. Chonnam National University.
- Park, J. K. (1994). *Relationship between job stress and organizational behavior among members of sport organization: a covariance structure model*. Unpublished Ph. D. dissertation. Seoul National University
- Patton, M. Q. (1990). *Qualitative Evaluation Methods*(2nd ed.). Beverly Hills, CA: Sage.
- Seong, C. H. (1999). The relationship among perceived coaching behaviors, perception of sport experience, and intrinsic motivation in competitive youth sport. *Korean Journal of Physical Education*, 38(3), 244-259.
- Seong, C. H. & Kim, B. J. (1996). In-depth analysis of participation motivation among middle school athletes. *Korean Journal of Sport Psychology*, 7(1), 153-171.
- Stebbing, J., Taylor, I., Spray, C., & Ntoumanis, N. (2012). Antecedents of perceived coach interpersonal behaviors: the coaching environment and coach psychological well-and ill-being. *Journal of Sport & Exercise psychology*, 34, 481-502.
- Stebbing, J., Taylor, I., & Spray, C. (2011). Antecedents of perceived coach autonomy supportive and controlling behaviors: Coach psychological need satisfaction and well-being. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 33, 255-272.
- Yun, Y. K. (2004). What can sport psychologist do at professional football club? *Korean Journal of Sport Psychology*, 15(1), 113-128.

스포츠심리상담 요구: 엘리트 스포츠지도자를 중심으로

김영숙·박상혁(한국스포츠개발원), 김정수(세명대학교)

본 연구는 엘리트 스포츠지도자의 스포츠심리상담 요구 요인을 탐색하고 이를 확인하는 것을 목적으로 수행하였다. 이를 위해 총 56명의 엘리트 스포츠지도자들을 대상으로 개방형 설문을 실시하고, 개방형 설문의 응답 내용 분석 결과를 바탕으로 폐쇄형 설문을 개발하여 260명의 지도자들을 대상으로 설문 응답하도록 하였다. 설문의 응답자료는 귀납적 내용 분석과 탐색적 요인분석 및 확인적 요인분석을 수행하였다. 연구결과는 다음과 같다. 첫째, 엘리트 스포츠지도자의 스포츠 심리상담 요구에 대한 개방형 설문 응답 내용을 분석한 결과 일반요인은 선수관리 부담, 경기력 향상 부담, 성적압력, 선수와의 신뢰부재, 코칭 스트레스, 선수상담 요구로 나타났다. 둘째, 이를 기반으로 폐쇄형 질문지를 개발하고, 설문조사의 응답 내용을 탐색적 요인분석한 결과 경기력 향상 전략, 부당한 압력, 운동태만, 지도생활 스트레스, 성적스트레스, 선수와 갈등의 6요인 26항으로 나타났다. 마지막으로 확인적 요인분석을 통해 6요인 18문항으로 요인의 구조를 확인한 결과 구조 적합도는 적합한 것으로 나타났다. 이러한 본 연구의 결과는 엘리트 스포츠지도자들을 대상으로 하는 코칭 교육프로그램이나 스포츠심리상담 프로그램을 개발하는데 유용한 기초정보를 제공하고, 이를 통하여 지도자들의 지도 효율성을 높여 결과적으로 선수들의 경기력 향상에 도움이 될 것이다.

주요어: 스포츠지도자, 스포츠심리상담, 요구