



Original Article

Validation of the Korean Characteristics of Resilience in Sports Teams Inventory Scale

Yong-Gwan Song and Jae-Hoon Hwang*

Pukyong National University

Article Info

Received 2024. 09. 29.

Revised 2025. 01. 03.

Accepted 2025. 01. 15.

Correspondence*

Jae-Hoon Hwang

jinki860310@naver.com

Key Words

Team resilience, Life skills,
Elite football players,
Exploratory factor analysis,
Confirmatory factor analysis

PURPOSE This study both validated the Characteristics of Resilience in Sports Teams Inventory (CREST) scale for use in Korean sports and analyzed the impact of team resilience on teamwork and performance. **METHODS** The study surveyed 462 elite football players by using the CREST scale to measure team resilience in Korean sports. Data were analyzed using descriptive statistics, exploratory factor analysis (EFA), reliability analysis, correlation analysis, multiple regression analysis, and confirmatory factor analysis (CFA). **RESULTS** First, results confirmed that the CREST scale's two main factors—resilient characteristics and vulnerabilities under pressure—can be meaningfully applied in the Korean context. Second, resilient characteristics showed positive correlation with life skills, whereas vulnerabilities under pressure showed negative correlation. Third, resilient characteristics positively predicted life skills, whereas vulnerabilities under pressure negatively affected life skills. **CONCLUSIONS** The CREST scale was found reliable and valid in the Korean sports context, demonstrating that team resilience significantly impacts life skills. Thus, the study contributes to evaluation of resilience in Korean sports teams and provides strategic insights to improve team performance.

서론

“세상에서 가장 큰 영광은 한 번도 넘어지지 않음이 아니라, 넘어질 때마다 다시 일어나는 데 있다.”(Mandela, 2008). 이 명언은 회복탄력성(resilience)의 본질을 잘 설명하며, 단순한 극복이 아니라 실패와 역경에서 다시 일어나는 능력을 강조한다. 스포츠 환경에서 회복탄력성은 압박과 스트레스 상황에서 성과를 유지하는 데 중요한 역할을 한다(Fletcher & Sarkar, 2012; Galli & Vealey, 2008). 예를 들어, Sarkar & Fletcher(2016)는 엘리트 선수들이 극심한 스트레스 속에서도 회복탄력성을 발휘하여 최상의 성과를 유지할 수 있음을 밝혔다. 이러한 회복탄력성은 선수들이 도전적인 환경에서도 집중력을 잃지 않고 긍정적인 사고로 성과를 지속할 수 있게 한다(Fletcher & Sarkar, 2013; Sarkar & Fletcher, 2014). 이를 통해 선수들은 어려운 상황에서도 목표를 추구하며, 실패를 성장의 기회로 삼을 수 있다(Fletcher & Sarkar, 2012; Galli & Gonzalez, 2015; Sarkar et al., 2015).

이처럼, 개인 차원의 회복탄력성은 선수들이 경기 중 발생하는 다양한 어려움을 극복하는 데 중요한 요인이다. 그러나 팀 스포츠의 경우, 단순히 개인의 회복력만으로는 충분하지 않다. 팀은 구성원 간의 상호작용을 통해 하나의 단위로 작동하며, 개인 회복탄력성의 총합 이상으로 팀 차원의 회복탄력성이 요구된다(Morgan et al., 2013). Morgan et al.(2013)은 팀 차원의 상호작용이 팀 성과를 유지하는 데 핵심적인 역할을 한다고 강조하였으며, 본 연구에서는 팀 내 관점에서 회복탄력성의 역할을 규명하고자 한다. 팀 회복탄력성은 팀 전체가 역경에 대응하고, 팀원들 간의 상호작용과 협력을 통해 스트레스를 극복하는 능력으로 정의되며(Morgan et al., 2015), 이는 팀 성과와 밀접한 관계가 있다.

그러나 대부분의 연구는 개인 차원의 회복탄력성에 초점을 맞추고 있다(Fletcher & Sarkar, 2012; Lee & Cranford, 2008; Leipold & Greve, 2009). 예를 들어, 개인이 경기 중 스트레스를 어떻게 대처하는지에 대한 연구는 활발하게 이루어졌지만, 팀 차원의 회복탄력성이 어떻게 발현되고 강화되는지에 대한 연구는 부족하다(Morgan et al., 2013). 특히, 팀 스포츠에서는 팀원 간의 협력이 필수적이며, 팀 내에서 발생하는 상호작용이 회복탄력성에 중요한 영향을 미친다. 따라서, 팀 회복탄력성은 단순히 개인의 회복탄력성 이상의 의미를

© 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.

지니며, 팀 구성원 간의 협력과 신뢰 그리고 집단 효능감(collective efficacy)이 성과에 중요한 영향을 미친다(Morgan et al., 2013).

Morgan et al.(2013)은 엘리트 팀 스포츠에서 네 가지 주요 팀 회복탄력성 특성을 확인하였다. 첫째, 그룹 구조(group structure)는 스트레스 상황에서 효과적인 의사소통 체계를 의미한다. 둘째, 숙달 접근 방식(mastery approaches)은 팀이 역경 속에서도 학습과 개선을 위해 지속해서 헌신하는 태도를 말한다. 셋째, 사회적 자본(social capital)은 팀원 간의 신뢰와 유대감을 나타내며, 마지막으로 집단 효능감(collective efficacy)은 좌절을 성장의 기회로 삼아 미래 성공에 대한 믿음을 강화하는 능력이다. 이러한 특성들은 팀 회복탄력성을 설명하는 핵심 요소로 작용하며, 팀 성과에 긍정적인 영향을 미친다.

예를 들어, 회복탄력성이 높은 팀은 경기 중 예상치 못한 부상이나 갈등 상황에서도 성과 저하를 겪지 않으며, 높은 응집력과 효율성을 유지한다(Decroos et al., 2017). 이는 팀 회복탄력성이 단순히 경기 중 일시적인 성과뿐만 아니라, 팀의 장기적인 성과와도 밀접한 관계가 있음을 시사한다(Morgan et al., 2013; Morgan et al., 2015).

이러한 연구 결과들은 팀 회복탄력성의 특성을 정의하고 강화하는 데 중요한 기초를 제공하지만, 주로 개인과 팀 회복탄력성의 이론적 틀을 설명하는 데 중점을 두었다. 개인 차원을 넘어 팀 스포츠 차원에서 회복탄력성을 체계적으로 측정하고 평가할 수 있는 도구에 대한 연구는 여전히 부족한 실정이다. 이러한 한계를 해결하기 위해 Decroos et al.(2017)에 의해 스포츠 팀 회복탄력성 특성 척도(Characteristics of Resilience in Sports Teams Inventory; CREST)가 개발되었다. CREST는 기존 회복탄력성 평가 도구들이 주로 개인 차원에만 집중된 한계를 보완하기 위해 설계되었으며, 팀 차원의 상호작용과 협력을 포괄적으로 평가할 수 있는 도구로 자리 잡았다(Decroos et al., 2017; Morgan et al., 2013).

CREST 척도는 팀 회복탄력성을 두 가지 주요 요인으로 구분하여 평가한다. 첫째, 회복력의 특성(Resilient Characteristics)은 팀이 역경에 직면했을 때 이를 극복하는 능력을 평가하고, 둘째, 압박 취약성(Vulnerabilities Under Pressure)은 스트레스 상황에서 팀이 얼마나 취약한지를 평가한다(Decroos et al., 2017). 구체적으로, 회복력의 특성은 팀이 도전적인 상황에서 얼마나 효과적으로 회복력을 발휘할 수 있는지를 평가하며, 이는 팀의 긍정적인 특성을 반영한다. 반면, 압박 취약성은 팀이 압박 상황에서 얼마나 취약한지를 측정하여 스트레스와 압박이 성과 저하로 이어질 수 있는 잠재적 요소들을 평가하는 데 중점을 둔다(Decroos et al., 2017; Fletcher & Sarkar, 2012; Morgan et al., 2013).

이러한 CREST는 다양한 문화적 배경(터키, 중국, 영국)에서 신뢰성과 타당성을 인정받았으며(Decroos et al., 2017; Gorgulu et al., 2018; Yang et al., 2020), 이는 특정 문화나 환경에 국한되지 않고, 여러 국가와 문화권에서도 보편적으로 적용될 수 있음을 보여준다.

특히, 국내 스포츠 팀은 위계적 구조와 집단주의 성향이 강한 특성을 보이는데, 이러한 특성은 기존 서구적 척도가 충분히 반영하지 못한 부분이다(Decroos et al., 2017). 예를 들어, 한국 스포츠 팀에서는 리더의 역할이 팀 성과에 결정적 영향을 미치며, 팀원 개개인의 자율성보다는 집단의 목표를 달성하기 위한 조화와 협력이 강조된다(Song, 2015). 이러한 특성은 축구와 같은 팀 스포츠에서 더 두드러지며, 팀 내 계층적 구조와 상호 의존성이 경기 결과에 중요한 요인으로 작용한다.

기존 서구적 척도는 개인의 자율성과 독립성을 중심으로 설계되어

있어, 집단 중심의 문화와 위계적 구조를 반영하지 못한다(Decroos et al., 2017). 이는 한국과 같이 집단주의 성향이 강한 팀 스포츠 환경에서는 회복탄력성을 정확히 측정하는 데 한계를 초래한다. 따라서 국내 스포츠 팀을 대상으로 팀 회복탄력성의 보편성을 확인해야 할 필요성이 있다. 그리고 팀 회복탄력성과 관련성이 높은 변인을 토대로 준거 및 예측타당도를 검증해야 한다.

Cronin & Allen(2017)은 라이프 스킬이 팀 회복탄력성과 밀접한 관련이 있음을 확인하였으며, 라이프 스킬은 팀 내 협력, 의사소통, 목표 설정 등과 같은 중요한 상호작용 과정을 통해 팀 성과에 기여하는 핵심 요소임을 제안하였다. 또한, Fletcher & Sarkar(2012)는 회복탄력성이 라이프 스킬 발현을 촉진하며, 팀 구성원 간 신뢰와 협력을 강화한다고 언급하였다. 이러한 선행연구는 회복탄력성이 팀워크와 성과를 증진하는 과정을 이해하기 위해 라이프 스킬을 종속변인으로 설정하는 논리적 근거를 제공한다.

이 연구의 목적은 한국 스포츠 팀의 특수성을 반영한 CREST 척도의 한국형 타당화를 통해 회복탄력성을 보다 체계적으로 평가하고자 한다. 이를 통해 팀 회복탄력성이 팀워크와 성과에 미치는 구체적인 관계를 탐색하고, 국내 스포츠 팀의 성과를 향상시키기 위한 과학적 기초 자료를 제공하고자 한다.

연구방법

연구 대상

이 연구에서는 비확률 표본추출 방법 중 편의표본추출법(convenience sampling)을 사용하여 연구에 필요한 표본을 모집하였다. 연구 참여자는 서울, 경기도, 부산, 충청도 그리고 경상도에 소재한 고등학교와 대학교에 재학 중인 남자 엘리트 축구선수 총 462명이 선정되었다. 표본은 고등학생 231명(50%)과 대학생 231명(50%)으로 균등하게 분포되었다(Table 1). 설문조사에 참여한 연구 대상자들에게는 소정의 음료와 간식을 차례로 제공하였다.

연구 절차

이 연구는 ITC(International Test Commission, 2017)의 번안 지침을 준수하여 번역, 역번역, 전문가 회의, 파일럿 테스트를 통해 척도의 동등성을 검증하였다. 또한, Vallerand(1989)과 Kim & Oh(2008)의 절차를 참고하여 번안 과정을 진행하였다. 번안 과정에는 전문가 5명이 참여하여 문항의 번역과 의미를 검토하고 수정하였으며, 부산 소재 고등학교 엘리트 축구선수 40명을 대상으로 예비 조사를 실시하여 내용 타당도를 확인하였다.

특히, 번안 과정에서 원문 척도와 번역된 문항 간의 의미적 동등성(equivalence)을 확보하는 데 중점을 두었으며, 이를 위해 반복적인

Table 1. Participants

Characteristic		Frequency (N)	Ratio (%)
Gender	Male	462	100
	High	231	50
Age	University	231	50

번역, 역번역, 재번역 과정을 거쳤다. 최종적으로, 이러한 절차를 통해 한국 스포츠 환경에서도 신뢰성 있고 타당하게 활용될 수 있는 척도를 완성하였다.

자료 수집

연구자는 5개 지역의 고등학교와 대학교에서 엘리트 축구선수 462명을 대상으로 설문조사를 실시하였다. 연구자가 직접 설문지를 배포하고 자료를 수집하였다. 설문조사 과정에서 연구자는 학생 운동선수들에게 응답 결과의 비밀이 보장된다는 점을 설명하였으며, 문항에 대한 반응률을 높이기 위해 경기 종료 후 숙소나 연습 종료 후 휴식 시간을 활용하여 설문을 진행하였다. 또한, 연구자는 참가자들에게 자신이 경험하고 생각하는 바를 정확히 판단하여 응답해 줄 것을 강조하였다. 설문조사는 지도자가 없는 상태에서 진행되었다. 연구자가 직접 설문지를 배포하고 자료를 수집하였다. 설문조사 과정에서 연구자는 학생 운동선수들에게 응답 결과의 비밀이 보장된다는 점을 설명하였으며, 문항에 대한 반응률을 높이기 위해 경기 종료 후 숙소나 연습 종료 후 휴식 시간을 활용하여 설문을 진행하였다. 또한, 연구자는 참가자들에게 자신이 경험하고 생각하는 바를 정확히 판단하여 응답해 줄 것을 강조하였다. 설문조사는 지도자가 없는 상태에서 진행되었다.

자료 분석

수집된 자료는 통계 프로그램을 이용해 분석되었다. 먼저, SPSS 통계 프로그램을 사용하여 자료의 기술통계(descriptive statistics), 탐색적 요인분석(exploratory factor analysis; EFA), 신뢰도 분석(reliability analysis), 상관분석(correlation analysis), 그리고 다중 회귀 분석(Multiple Regression Analysis)을 수행하였다. 이후, AMOS 통계 프로그램을 통해 확인적 요인분석(confirmatory factor analysis; CFA)을 실시하여 조사 도구의 요인 부하량(factor loading), 적합도 지수(goodness-of-fit indices), 잠재 변수의 신뢰도(latent variable reliability), 그리고 평균 분산 추출 지수(average variance extracted; AVE) 등을 산출하였다. 또한, 팀 회복탄력성 척도의 속성에 대한 집중 타당도(convergent validity)를 검증하기 위해, 평균 분산 추출값(AVE)과 개념 신뢰도 값(composite reliability; CR)을 계산하였다. 모든 자료 분석은 95% 유의수준에서 검증되었다.

조사 도구

이 연구에서는 팀 회복탄력성 척도와 라이프 스킬 척도를 사용하였다. 먼저, 팀 회복탄력성 척도는 Decroos et al.(2017)이 개발한 척도를 활용하였다. 이 척도는 2가지 요인으로 이루어진 20문항으로 구성되어 있으며, 응답은 1점(전혀 그렇지 않다)부터 7점(매우 그렇다)까지의 척도로 평가된다. 구체적으로는, '회복력의 특성'에 해당하는 12문항(예: "우리 팀원들은 서로를 실망시키지 않기 위해 열심히 싸운다")과 '압박 하에서의 취약성'에 해당하는 8문항(예, "우리 팀은 가장 어려운 순간들을 버티지 못한다.")으로 구성되어 있다.

팀 회복탄력성의 준거 및 예측 타당도를 검증하기 위해 라이프 스킬 척도를 사용했다. 라이프 스킬 척도는 Cronin & Allen(2017)이 개발하고 Cheon et al.(2019)이 번안한 스포츠 라이프 스킬 척도

(Life Skills Scale for Sport; LSSS)이다. 이 척도는 체육수업에서 학생들이 인지하고 있는 라이프 스킬을 측정하는 척도로 협동 활동 7문항(예, 성공적인 과제 수행을 위해 동료들의 수행을 돕는다), 목표 설정 5문항(예, 나의 목표의 진행과정을 항상 검토한다), 문제해결과 의사결정능력 4문항(예, 문제 해결을 위해 가능한 많은 해결책들을 만들어 본다), 시간관리 4문항(예, 나의 시간을 잘 관리한다), 사회적 기술 5문항(예, 동료들과 친근한 관계를 유지한다), 상호의사소통 4문항(예, 동료들과 잘 소통한다), 리더십 7문항(예, 팀의 발전을 위해 높은 기준을 세운다), 그리고 정서조절기술 8문항(예, 나의 감정을 다스리는 방법을 알고 있다) 등 8요인 45문항으로 구성되어 있으며, 응답은 1점(전혀 그렇지 않다)부터 7점(매우 그렇다)까지의 척도로 평가된다.

연구 결과

팀 회복탄력성 문항의 기술통계

한국형 팀 회복탄력성의 각 문항에 대한 기술통계 결과는 <Table 2>와 같다. <Table 2>에서 볼 수 있듯이, 회복력 특성에 대한 12문항의 평균(M)은 5.26~5.98 (SD=1.08~1.45)까지이며, 압박하에서의 취약성에 대한 8문항의 평균(M)은 1.97~2.83(SD=1.42~1.95)까지로 나타났다. 변인의 분포가 정상 분포곡선으로부터 얼마나 벗어났는지를 보여주는 왜도(SK)와 첨도(KU) 값 또한 ± 2 를 초과한 문항이 나타나지 않아, 정상분포가 안정적임을 확인하였다.

탐색적 요인분석과 신뢰도 검증

연구에 사용된 측정 도구의 공통 변인을 확인하기 위해 설문 문항에 대하여 잠재변인별로 Kaiser 정규화가 있는 최대우도 방법을 선택하여 사각회전 방식인 오블리민를 택해 요인분석을 실시하였다. 또한, 분석을 통해 공통 요인으로 확인된 문항들에 대한 Cronbach's α 계수를 통해 요인의 신뢰도를 확인하였다. 요인 부하량(factor loading)은 .4 이상으로 선정하여 요인분석을 진행하면서 요인을 추출하였다. <Table 3>에서 제시된 것처럼, 회복력 특성 11문항(2번 문항 삭제), 압박 하에서의 취약성 8문항 등 총 19문항이 탐색적 요인에서 적합한 요인 부하량을 보이는 것으로 확인되었다. 전체 모형의 유의성을 보여주는 KMO(Kaiser-Meyer-Olkin)값도 나타났으며, Bartlett 검정 결과도 유의하게 나타나면서 단위행렬이 아니라는 것이 확인되었다. 각 관측변인의 신뢰도 분석 결과, 회복력 특성($\alpha=.963$), 압박 취약성($\alpha=.951$)로 나타났으며, 모든 요인이 .8 이상의 높은 신뢰도 계수를 지닌 것으로 확인되었다.

상관관계 및 준거타당도

한국형 팀 회복탄력성과 준거 변인들 간의 관련성과 준거 타당도를 확인하기 위해 상관분석을 수행하였다(<Table 4>). 먼저, 팀 회복탄력성의 하위 변인인 회복력 특성과 압박 하에서의 취약성은 서로 부적 상관을 보였으며($r=-.378, p<.01$), 회복력 특성은 라이프 스킬의 모든 하위 요인과 유의한 정적 상관을 나타냈다($r=.620\sim.715, p<.01$). 반면, 압박 하에서의 취약성은 라이프 스킬 하위 요인들과 유의한 부

Table 2. Descriptive statistics and Item suitability verification

Factors and Item Content		M(SD)	SK	KU
Resilient	1.우리 팀은 중요한 것에 집중할 수 있다.	5.91(1.20)	-1.11	1.32
	2.팀원들은 서로를 위해 싸운다(훈련하고 경기한다).	5.26(1.28)	-.234	-.635
	3.나는 팀 동료들에게 의지한다.	5.53(1.45)	-0.88	0.41
	4.효과적인 의사소통으로 우리의 마음을 집중하려고 한다.	5.81(1.18)	-0.56	-0.74
	5.우리 팀 구성원들은 집단의 신념(믿음)에 기여하기 위해 서로 헌신한다.	5.82(1.18)	-0.72	-0.01
	6.우리 팀원들은 서로를 실망시키지 않기 위해 열심히 싸운다(경기한다).	5.98(1.11)	-1.03	1.16
	7.우리가 팀으로서 겪은 어려움은 우리가 압박감을 견디는 법을 배우는 데 도움이 된다.	5.90(1.10)	-0.71	0.01
	8.우리 팀 동료들 간의 끈끈한 유대감이 어려운 시기에 팀을 도우려고 한다.	5.85(1.18)	-0.79	0.19
	9.우리 팀은 압박감을 극복하기 위해 우리가 해야 할 일(목표)에 다시 집중하려고 한다.	5.98(1.08)	-0.89	0.47
	10.우리 팀은 압박감을 견디기 위해 함께 노력함으로써 서로 믿음을 얻는다.	5.91(1.13)	-0.74	0.00
	11.우리 팀은 합의된 팀 비전, 가치, 그리고 지도 행동 원칙을 수립한다.	5.86(1.18)	-0.80	0.11
	12.우리 팀은 공동의 팀 비전을 되새긴다.	5.83(1.23)	-0.88	0.42
Pressure	13.팀 동료들은 서로 부정적으로 의사소통을 한다.	2.83(1.95)	0.87	-0.43
	14.우리 팀은 자신감을 잃어버린다.	2.31(1.56)	1.30	1.08
	15.팀 내 집단의 노력 수준이 떨어진다.	2.25(1.53)	1.25	0.99
	16.우리 팀원들은 서로를 불신하기 시작한다.	2.17(1.54)	1.45	1.55
	17.우리팀 구성원 각자 팀에서 자신의 역할을 잊어버리고, 무엇을 해야 하는지 알지 못한다.	2.22(1.52)	1.35	1.26
	18.우리팀 동료들은 서로 응원하지 않는다.	1.97(1.42)	1.77	2.87
	19.우리팀은 가장 어려운 순간들을 버티지 못한다.	2.27(1.58)	1.22	0.73
	20.우리팀은 압박감을 견딜 수 있는 능력이 없다고 생각한다.	2.16(1.47)	1.39	1.46

Table 3. The result of EFA

Item	Factor		Cronbach's α	
	1. Resilient	2. Pressure		
Resilient 10	.959	.060	.963	
Resilient 9	.943	.032		
Resilient 8	.924	.015		
Resilient 7	.924	.022		
Resilient 11	.886	.005		
Resilient 5	.878	-.017		
Resilient 4	.875	-.018		
Resilient 6	.838	.021		
Resilient 12	.734	-.033		
Resilient 3	.684	-.001		
Resilient 1	.660	-.108		
Pressure 6	.020	.923		.951
Pressure 4	-.003	.922		
Pressure 7	.005	.902		
Pressure 5	-.027	.901		
Pressure 8	-.043	.872		
Pressure 3	-.026	.867		
Pressure 2	-.023	.846		
Pressure 1	.044	.584		
eigen value(%)	10.684	3.751		
of variance(%)	53.419	18.754		
Cumulative(%)	53.419	72.173		

KMO(Kaniser-Mayer-Olkin) / Bartlett 구형성 검증 .960 / $X^2=9885.932$, $df=190$, $p<.000$

Table 4. Means, standard deviations and correlations among measured variables

Factor	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1. Resilient	1									
2. Pressure	-.378**	1								
3. TW	.679**	-.268**	1							
4. GS	.639**	-.348**	.728**	1						
5. TM	.620**	-.270**	.670**	.767**	1					
6. ES	.695**	-.296**	.749**	.752**	.738**	1				
7. CO	.668**	-.286**	.748**	.726**	.666**	.850**	1			
8. SS	.693**	-.327**	.751**	.721**	.684**	.822**	.852**	1		
9. LD	.715**	-.383**	.812**	.788**	.740**	.846**	.852**	.884**	1	
10. QS	.668**	-.309**	.733**	.739**	.711**	.790**	.779**	.793**	.874**	1

** $p < .01$, Resilient=회복력의 특성, Pressure=압박하에 취약성, TW=팀워크, GS=목표설정, TM=시간관리, ES=정서조절기술, CO=의사소통, SS=사회적 기술, LD=리더쉽, QS= 문제해결

적 상관을 보여주었으며 ($r = -.268 \sim -.348$, $p < .01$), 이를 통해 준거 타당도가 확보되었다.

회귀분석 및 예측타당도

한국형 팀 회복탄력성 척도의 예측 타당도를 검증하기 위해, 라이프 스킬의 하위 요인을 종속 변인으로, 팀 회복탄력성의 하위 요인을 독립 변인으로 설정하여 회귀 분석을 수행하였다(Table 5). 구체적으로, 팀 회복탄력성의 하위 요인 중 회복력의 특성은 팀워크($\beta = .731$, $p < .001$), 목표 설정($\beta = .682$, $p < .001$), 시간관리($\beta = .771$, $p < .001$), 정서조절기술($\beta = .756$, $p < .001$), 의사소통($\beta = .758$, $p < .001$), 사회적 기술($\beta = .768$, $p < .001$) 그리고 리더쉽($\beta = .767$, $p < .001$)에 긍정적인 영향을 미쳤다. 반면에, 압박하에 취약성은 목표 설정($\beta = -.094$, $p < .01$), 사회적 기술($\beta = -.058$, $p < .05$) 그리고 리더쉽($\beta = -.100$, $p < .001$)에 부정적인 영향을 미쳤으며, 팀워크($\beta = -.009$), 시간 관리($\beta = -.0035$), 정서조절기술($\beta = -.028$), 의사소통($\beta = -.030$)에 통계적으로 유의미한 영향을 미치지 않았다.

확인적 요인분석

팀 회복탄력성 요인에 대한 모형의 적합성을 검증하기 위해 확인적 요인분석을 실시하였다(Table 6). 이 연구에서는 요인구조에 대한 적합성 여부를 확인하기 위해, 선행연구와 동일하게 절대적합지수에서 X^2 통계량, 근사 제곱 평균 오차(Root Mean Square Error of Approximation; RMSEA)를 준거로 삼았으며, 비교 적합 지수(Comparative Fit Index; CFI), 증분적합지수(Incremental Fit Index, IFI), 부교부합지수(Tucker-Lewis Index, TLI), 비표준적합지수(Normed Fit Index, NFI), 상대적합지수(Relative Fit Index; RFI)로 준거로 삼았다. 일반적으로 0에서 1까지 값을 갖고 있는 증분적합지수, 상대적합지수, 비교부합지수와 비표준적합지수는 .9이상이면 양호하고 1이면 완전히 적합한 모델로 평가한다(Kim, 2006).

<Table 6>에서 볼 수 있듯이, 회복력 특성 2번 문항을 삭제한 한국형 팀 회복탄력성 요인 모형에 대한 적합도를 확인한 결과에서도 $CMIN/DF = 547.445$, $RMSEA = .075$, $CFI = .960$, $IFI = .960$, $TLI = .954$, $RFI = .938$ 그리고 $NFI = .945$ 은 모두 기준 적합도를 충족

시키는 것으로 밝혀졌다. 또한, <Figure 1>에서 볼 수 있듯이 한국형 팀 회복탄력성 2요인 19문항(회복력의 특성 2번 삭제)에 대한 확인적 요인분석을 실시한 결과, 팀 회복탄력성 대부분의 문항에서 .6이상(SRW)의 높은 요인 부하량을 지닌 것으로 확인되었다.

개념 타당도

한국형 팀 회복탄력성 척도의 속성에 대한 타당도를 확인하기 위해 개념 타당도를 확인하였다. 즉, 잠재 요인과 측정변수 간의 일치성 정도를 평가하기 위해 한국형 팀 회복탄력성에 대한 집중 타당도 분석을 실시하였다(Table 7). 집중 타당도를 검증하기 위해서는 측정변수들의 평균 분산 추출값과 잠재 변인의 신뢰도 값을 주어진 공식에 의해 계산하였다(Kim, 2006). <Table 7>에 제시된 것처럼, 잠재 변인의 신뢰도는 회복력의 특성 .950, 압박하에 취약성 .890로 확인되면서 기준값 .6이상(Bagozzi & Yi, 1988)을 모두 충족하는 것으로 나타났다. 평균 추출 지수값은 회복력의 특성 .636, 압박하에 취약성 .507로 확인되면서 기준값 .5충족시켰다(Kim, 2006).

논의

이 연구의 목적은 Decroos et al.(2017)이 개발한 CREST(Characteristics of Resilience in Sports Teams Inventory) 척도가 국내 스포츠 환경에서도 적합하게 적용될 수 있는지를 검증하는 것이었다. 연구 결과, 탐색적 요인분석(EFA)과 확인적 요인분석(CFA)에서 회복력의 특성 2번 문항이 삭제된 2요인 19문항이 타당한 것으로 확인되었다. 또한, 회복력의 특성은 라이프 스킬의 모든 하위 요인과 정적 상관관계 및 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 반면, 압박 취약성은 라이프 스킬의 모든 하위 요인과 부적 상관관계 및 부정적인 영향을 미치는 것으로 확인되었다. 이를 통해 CREST 척도가 국내 스포츠 환경에서도 적합하게 활용될 수 있음을 확인하였다.

먼저, 탐색적 요인분석(EFA)과 확인적 요인 분석(CFA) 결과, CREST 척도의 19문항 중 2번 문항 “팀원들은 서로를 위해 싸운다”가 삭제되었다. 이 문항의 삭제는 국내의 스포츠 문화에서 팀원 간 상호작용이 서구의 팀 환경과는 다른 양상을 보인다는 점을 나타낸다.

Table 5. The impact of team resilience on life skills (Predictive validity)

IV	DV	β	SE	Beta	<i>t</i>	<i>R</i> ²	<i>F</i> -value	MC	
								TOL	VIF
Constant		1.547	.255		6.062***				
Resilient	TW	.731	.040	.674	18.203***	.459	196.271***	.857	1.167
Pressure		-.009	.026	-.013	-0.356			.857	1.167
Durbin-Watson = 2.064									
Constant		2.298	.281		8.183***				
Resilient	GS	.682	.044	.592	15.428***	.419	167.095***	.857	1.167
Pressure		-.094	.029	-.124	-3.240**			.857	1.167
Durbin-Watson = 2.063									
Constant		1.429	.321		4.455***				
Resilient	TM	.771	.050	.604	15.282***	.383	144.021***	.857	1.167
Pressure		-.035	.033	-.042	-1.052			.857	1.167
Durbin-Watson = 1.997									
Constant		1.558	.255		6.100***				
Resilient	ES	.756	.040	.681	18.810***	.485	215.804***	.857	1.167
Pressure		-.028	.027	-.038	-1.048			.857	1.167
Durbin-Watson = 2.012									
Constant		1.610	.277		5.818				
Resilient	CO	.758	.044	.653	17.407	.447	185.561***	.857	1.167
Pressure		-.030	.029	-.040	-1.054			.857	1.167
Durbin-Watson = 2.077									
Constant		1.685	0.266		6.339***				
Resilient	SS	0.768	0.042	0.664	18.353***	.483	216.064***	.857	1.167
Pressure		-0.058	0.028	-0.076	-2.093*			.857	1.167
Durbin-Watson = 2.074									
constant		1.755	0.254		6.899***				
Resilient	LD	0.767	0.040	0.665	19.160***	.524	254.422***	.857	1.167
Pressure		-0.100	0.026	-0.131	-3.772***			.857	1.167
Durbin-Watson = 2.090									
Constant		1.431	0.293		4.880***				
Resilient	PS	0.794	0.046	0.643	17.201***	.448	187.717***	.857	1.167
Pressure		-0.053	0.030	-0.065	-1.749			.857	1.167
Durbin-Watson = 2.149									
Constant		1.330	.232		5.743***				
Resilient	Life skill	0.760	.034	0.758	22.0761***	.574	308.791***	.857	1.167
Pressure		.001	.024	0.002	.053			.857	1.167
Durbin-Watson = 2.080									

****p*<.001, **p*<.05, Resilient=회복력의 특성, Pressure=압박하에 취약성, IV=독립변인, DV=종속변인, TW=팀워크, GS=목표설정, TM=시간관리, ES=정서조절기술, CO=의사소통, SS=사회적 기술, LD=리더쉽, QS= 문제해결

Table 6. Team resilience scale CFA model fit

Fit Indices	CMIN	df	RMSEA	CFI	TLI	IFI	RFI	NFI
2-factor 19 items	547.445	151	.075	.960	.954	.960	.938	.945
Acceptable Criteria			near .06	over .90	over .90	over .90	over .90	over .90

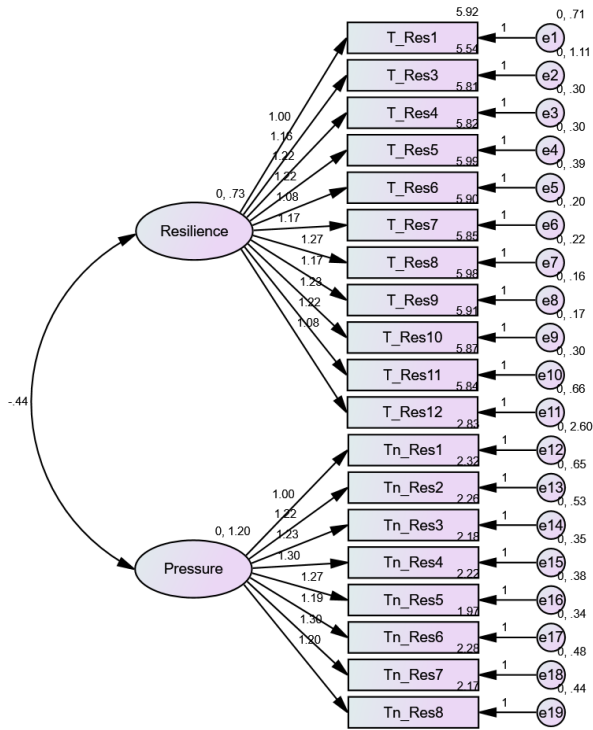


Fig. 1. The result of CFA 19 factors

국내 팀 스포츠에서는 전통적으로 위계적 리더십과 권위 중심의 팀 운영 방식이 강하게 작용하며, 팀원들이 상호 협력하기보다는 리더의 지시에 따라 움직이는 경향이 크다. 이러한 권위적인 리더십은 팀 회복탄력성의 평가에서 “서로를 위해 싸운다”는 개념이 적합하지 않다고 평가되었을 가능성을 시사한다. 즉, 팀원들 간의 상호작용보다는 리더 중심의 역할 수행이 팀 내에서 더 큰 영향을 미칠 수 있으며, 팀워크가 협력보다는 성과와 경쟁을 중시하는 문화적 맥락에서 이 문항이 적합하지 않다고 여겨졌을 수 있다. 이는 Lee & Cranford(2008)의 연구에서도 언급된 바와 같이, 한국 팀 내 협력과 회복탄력성의 양상이 서구와는 다른 문화적 맥락에서 나타날 수 있음을 시사한다. 따라서, “서로를 위해 싸운다”는 개념은 팀 회복탄력성 평가에서 중요하지 않다고 인식된 것으로 해석될 수 있다.

또한, 국내 스포츠 환경에서는 성과와 경쟁이 중요한 요소로 작용한다. 팀원 간의 협력보다는 개인의 성과가 더욱 강조되는 경향이 있어, “서로를 위해 싸운다”는 문항이 한국 문화에서는 상대적으로 덜 중요하게 인식되었을 가능성이 있다. 경쟁이 지나치게 중시되는 팀 환경에서는 팀워크가 협력보다는 개인 성취에 더 큰 비중을 두고 형성될 수 있으며, 이러한 이유로 해당 문항이 삭제되었을 수 있다. 이러한 결과는 팀 회복탄력성의 문화적 차이를 반영하며(Ungar, 2013), 성과 중심의 팀 환경에서는 팀워크보다 개인 성취가 더 우선시되는 경향이 있음을 시사한다.

CREST의 하위 요인인 회복력의 특성과 압박하에 취약성에 대한 상관분석 결과, 회복력의 특성은 라이프 스킬의 모든 하위 요인들과 정적 상관관계를 보였고, 압박하에 취약성은 부적 상관관계를 미치는 것으로 나타났다. 이는 팀 회복탄력성의 두 가지 주요 요인이 팀 성과와 밀접하게 연관되어 있음을 시사한다. 회복력의 특성이 라이프 스킬과 정적 상관관계를 보인 것은 팀이 어려운 상황에 직면했을 때 긍정적인 대처를 통해 팀워크와 성과를 유지 또는 향상할 수 있음을 보여준다. 즉, 팀 내 협력, 목표 설정, 의사소통 등 라이프 스킬 요소들이 회복탄력성이 높은 팀에서 활성화된다는 의미다. 반면, 압박하에 취약성이 부적 상관관계를 보인 것은 팀이 스트레스와 압박에 취약할수록 팀워크와 성과가 저하될 수 있음을 나타낸다.

이 연구 결과는 선행연구와 일치한다. Decroos et al.(2017)의 연구에서도 회복탄력성이 강한 팀이 도전적인 상황에서도 긍정적인 팀워크와 성과를 유지하는 것으로 나타났다. Morgan et al.(2013)의 연구 또한 회복력의 특성이 팀의 응집력과 협력 증진에 중요한 역할을 한다는 점을 강조하고 있으며, 이 연구는 이를 다시 확인하였다.

CREST 척도의 예측 타당도 검증 결과, 회복력의 특성은 팀워크, 목표 설정, 시간 관리, 의사소통 등 다양한 라이프 스킬의 하위 요인에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 특히, 팀워크는 회복탄력성의 핵심 요소로서 팀의 성과와 목표 달성에 중요한 기여를 하는 것으로 확인되었다. 이는 팀 내에서 회복탄력성이 강할수록 구성원들이 목표 달성을 위해 협력하고, 상호 신뢰를 바탕으로 성과를 극대화할 수 있음을 보여준다.

예를 들어, Drach-Zahavy & Freund(2007)은 스트레스 상황에서 팀 회복탄력성이 팀 성과에 미치는 영향을 분석했으며, Gardner(2012)는 성과 압박이 팀워크를 저해할 수 있다고 지적하며, 압박이 강화될수록 팀 구성원 간 협력이 약화될 가능성이 크다고 강조했다. 이 연구들은 팀 회복탄력성이 성과 향상에 중요한 역할을 하며, 적절히 관리되지 않은 스트레스가 팀 성과에 부정적인 영향을 미칠 수 있음을 보여준다. 이는 CREST 척도의 타당성 검증 결과와 일치한다.

반면, 압박 취약성은 팀 성과에 부정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 팀이 압박과 스트레스 상황에 적절히 대응하지 못할 경우 성과가 저하되거나 목표 달성에 실패할 가능성이 높아진다는 것을 의미한다. 이러한 결과는 기존 연구와 일치한다. Drach-Zahavy & Freund(2007)의 연구는 스트레스가 팀 협력에 부정적인 영향을 미치며, 성과 저하를 초래할 수 있다고 강조했다. Gardner(2012)의 연구 또한 성과 압박이 팀 내 협력을 약화시켜 성과 저하로 이어질 수 있음을 보여준다. 이러한 연구들은 팀 회복탄력성이 성과 향상에 중요한 역할을 하며, 압박이 증가할수록 팀 협력이 약화되고 성과가 저하될 가능성이 크다는 점을 뒷받침한다.

이 연구의 결과는 국내 스포츠 환경에서 CREST 척도가 신뢰성 있고 타당한 도구로 활용될 수 있음을 입증하였다. 이는 국내의 팀 스포츠 환경이 가지고 있는 독특한 문화적 특성, 즉 위계적 조직 구조와 성과 중심의 경쟁 문화에서 팀 회복탄력성이 어떻게 발현되는지를 평가하는 데 유용한 도구로서 기능할 수 있음을 보여준다. 특히, 국내

Table 7. The result of CFA 19 factors & AVE and CR for team resilience

Items	β	Beta	S.E.(P)	SAW	S.E.	C.R	AVE
Resilient 12	1	.750	-	.711	.714		
Resilient 11	1.131	.884	.055(***)	.685	1.114		
Resilient 10	1.138	.930	.052(***)	.884	.305		
Resilient 9	1.086	.927	.050(***)	.886	.298		
Resilient 8	1.174	.917	.055(***)	.829	.396		
Resilient 7	1.087	.913	.051(***)	.913	.201	.950	.636
Resilient 6	0.997	.829	.052(***)	.917	.222		
Resilient 5	1.132	.886	.055(***)	.927	.164		
Resilient 4	1.133	.884	.055(***)	.930	.174		
Resilient 3	1.076	.686	.070(***)	.884	.305		
Resilient 1	0.926	.711	.058(***)	.751	.662		
Pressure 8	1.204	.894	.089(***)	.562	2.603		
Pressure 7	1.297	.899	.095(***)	.858	.645		
Pressure 6	1.186	.913	.086(***)	.880	.527		
Pressure 5	1.27	.914	.092(***)	.923	.353		
Pressure 4	1.298	.923	.094(***)	.914	.381	.890	.507
Pressure 3	1.229	.880	.091(***)	.913	.340		
Pressure 2	1.222	.858	.092(***)	.889	.481		
Pressure 1	1	.562	-	.894	.440		

*** $p < .001$, Resilient=회복력의 특성, Pressure=압박 취약성

팀 환경에서 회복탄력성의 중요성이 강조되며, 이를 기반으로 한 팀 성과 향상을 위한 전략 수립에 실질적인 기여를 할 수 있을 것이다.

향후 연구에서는 CREST 척도가 다양한 팀 스포츠 환경에서 어떻게 적용될 수 있는지를 추가적으로 검증할 필요가 있다. 또한, 팀 구성원 간의 협력과 소통이 회복탄력성에 미치는 구체적인 영향을 심층적으로 분석함으로써, 팀 성과와 회복탄력성을 강화하는 데 있어 보다 구체적인 전략을 도출할 수 있을 것이다. 이를 통해 국내 팀 스포츠의 성과 향상과 성공적인 운영을 위한 중요한 기초 자료로 활용될 수 있을 것으로 기대된다.

결론 및 제언

이 연구의 목적은 CREST(Characteristics of Resilience in Sports Teams Inventory) 척도의 국내 스포츠 환경에 대한 타당성을 검증하는 것이었다. 연구 결과, CREST 척도의 두 가지 주요 요인인 회복력의 특성과 압박 취약성이 국내 팀 스포츠 환경에서도 신뢰성과 타당성을 갖추고 있음을 확인하였다. 특히, 회복력의 특성은 팀워크와 밀접한 상관관계를 나타냈으며, 이는 팀 성과를 높이는 데 중요한 역할을 한다는 것을 시사한다. 반면, 압박하에 취약성은 스트레스 상황에서 팀의 성과 저하를 예측하는 요소로서 기능할 수 있음을 보여 주었다.

첫째, 이 연구는 축구팀을 대상으로 CREST 척도가 국내 스포츠 환경에서도 유의미하게 활용될 수 있음을 확인하였으므로, 향후 다양한 스포츠 종목과 연령대에서 이 척도를 활용한 추가 연구가 필요하다. 이를 통해 국내 팀 스포츠 전반에 걸쳐 팀 회복탄력성의 평가와 그에 따른 전략 수립이 보다 체계적으로 이루어질 수 있을 것이다.

둘째, 팀 회복탄력성을 강화하기 위한 교육적 및 심리적 지원이 필

요하다. 팀 구성원 간의 상호작용과 협력은 팀 성과를 높이는 데 중요한 역할을 하므로, 팀 내 소통과 협력을 증진할 수 있는 구체적인 프로그램 개발이 요구된다. 이를 통해 국내 팀 스포츠의 경쟁력을 높이는 데 기여할 수 있을 것이다.

셋째, 압박 상황에서의 취약성 관리를 위한 전략도 필요하다. 이 연구 결과에서 확인된 바와 같이, 팀이 압박 상황에서 취약해질 경우 성과 저하가 발생할 수 있다. 이를 예방하기 위해 스트레스와 압박을 관리하고, 이를 극복할 수 있는 심리적 훈련 프로그램이 도입될 필요가 있다.

마지막으로, 이 연구는 국내 스포츠 환경에서 팀워크와 회복탄력성을 강화하는 전략적 도구로서 CREST 척도를 활용할 수 있음을 입증 하였으며, 이를 바탕으로 성과 관리와 팀 운영 전략에 중요한 기초 자료를 제공할 것이다.

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: Y.-G. Song, J.-H. Hwang, Data curation: J.-H. Hwang, Formal analysis: J.-H. Hwang, Methodology: Y.-G. Song, J.-H. Hwang, Project administration: Y.-G. Song, J.-H. Hwang, Visualization: J.-H. Hwang, Writing-original draft: J.-H. Hwang, Writing-review & editing: Y.-G. Song, J.-H. Hwang

참고문헌

- Bagozzi, R. P., & Yi, Y. (1988).** On the evaluation of structural equation models. *Journal of the Academy of Marketing Science*, 16, 74-94.
- Cheon, S. H., Kim, M., Lee, J. W., & Song, Y. G. (2019).** The validation of life skills scale for adolescence through physical education. *The Korean Journal of Measurement and Evaluation in Physical Education and Sport Science*, 21(1), 1-18.
- Cronin, L. D., & Allen, J. (2017).** Development and initial validation of the life skills scale for sport. *Psychology of Sport & Exercise*, 28, 105-119.
- Decroos, S., Lines, R. L., Morgan, P. B., Fletcher, D., Sarkar, M., Fransen, K., Boen, F., & Vande Broek, G. (2017).** Development and validation of the characteristics of resilience in sports teams inventory. *Sport, Exercise, and Performance Psychology*, 6(2), 158.
- Drach-Zahavy, A., & Freund, A. (2007).** Team effectiveness under stress: A structural contingency approach. *Journal of Organizational Behavior: The International Journal of Industrial, Occupational and Organizational Psychology and Behavior*, 28(4), 423-450.
- Fletcher, D., & Sarkar, M. (2012).** A grounded theory of psychological resilience in Olympic champions. *Psychology of Sport and Exercise*, 13(5), 669-678.
- Fletcher, D., & Sarkar, M. (2013).** Psychological resilience. *European Psychologist*.
- Galli, N., & Gonzalez, S. P. (2015).** Psychological resilience in sport: A review of the literature and implications for research and practice. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 13(3), 243-257.
- Galli, N., & Vealey, R. S. (2008).** "Bouncing back" from adversity: Athletes' experiences of resilience. *The Sport Psychologist*, 22(3), 316-335.
- Gardner, H. K. (2012).** Performance pressure as a double-edged sword: Enhancing team motivation but undermining the use of team knowledge. *Administrative Science Quarterly*, 57(1), 1-46.
- Gorgulu, R., Senel, E., Adilogullari, I., & Yildiz, M. (2018).** An adaptation study of measurement properties for the characteristics of resilience in sports team inventory. *Education Sciences*, 8(3), 139.
- International Test Commission. (2017).** *The ITC guidelines for translating and adapting tests (2nd ed.)*. Retrieved from <https://www.intestcom.org>
- Kim, B. J., & Oh, S. H. (2008).** *Research Methods in Physical Education*. Seoul: Rainbow Books.
- Kim, G. (2006).** *AMOS Structural Equation Modeling Analysis*. Hannarae Publishing.
- Lee, H. H., & Cranford, J. A. (2008).** Does resilience moderate the associations between parental problem drinking and adolescents' internalizing and externalizing behaviors?: A study of Korean adolescents. *Drug and Alcohol Dependence*, 96(3), 213-221.
- Leipold, B., & Greve, W. (2009).** Resilience: A conceptual bridge between coping and development. *European Psychologist*, 14(1), 40-50.
- Mandela, N. (2008).** *Long walk to freedom: The autobiography of Nelson Mandela*. Hachette UK.
- Morgan, P. B., Fletcher, D., & Sarkar, M. (2013).** Defining and characterizing team resilience in elite sport. *Psychology of Sport and Exercise*, 14(4), 549-559.
- Morgan, P. B., Fletcher, D., & Sarkar, M. (2015).** Understanding team resilience in the world's best athletes: A case study of a rugby union World Cup winning team. *Psychology of Sport and Exercise*, 16, 91-100.
- Morgan, P. B., Fletcher, D., & Sarkar, M. (2017).** Recent developments in team resilience research in elite sport. *Current Opinion in Psychology*, 16, 159-164.
- Sarkar, M., & Fletcher, D. (2014).** Psychological resilience in sport performers: a review of stressors and protective factors. *Journal of Sports Sciences*, 32(15), 1419-1434.
- Sarkar, M., & Fletcher, D. (2016).** Developing resilience through coaching. In *The Psychology of Sports Coaching* (pp. 235-248). Routledge.
- Sarkar, M., Fletcher, D., & Brown, D. J. (2015).** What doesn't kill me...: Adversity-related experiences are vital in the development of superior Olympic performance. *Journal of Science and Medicine in Sport*, 18(4), 475-479.
- Song, Y. G. (2015).** The influences of coach and peer social support on collective efficacy and psychological need satisfaction in team sport. *Korean Journal of Sport Science*, 26(4), 761-779.
- Ungar, M. (2013).** Resilience, trauma, context, and culture. *Trauma, violence, & abuse*, 14(3), 255-266.
- Vallerand, R. J. (1989).** Vers une methodologie de validation transculturelle de questionnaires psychologiques: Implications pour la recherche en langue francaise. *Psychology Canadienne*, 30, 662-680.
- Yang, Y., Li, Y., & Sun, Y. (2020).** Psychometric evaluation of the characteristics of resilience in sports team inventory in China. *Plos one*, 15(6), e0234134.

한국형 팀 회복탄력성 척도 타당화

송용관¹, 황재훈²

¹국립부경대학교, 부교수

²국립부경대학교, 강사

[목적] 이 연구의 목적은 축구팀을 대상으로 CREST(Characteristics of Resilience in Sports Teams Inventory) 척도가 국내 스포츠 환경에 적합하게 활용될 수 있는지를 검증하고, 팀 회복탄력성이 팀워크와 성과에 미치는 영향을 분석하는 것이다.

[방법] 이 연구는 엘리트 축구선수 462명을 대상으로 설문조사를 진행하였으며, 국내 스포츠 환경에서 팀 회복탄력성을 측정하기 위해 CREST 척도를 사용하였다. 수집된 자료는 기술통계, 탐색적 요인분석(EFA), 신뢰도 분석, 상관분석, 다중회귀분석 그리고 확인적 요인분석(CFA)를 사용하여 분석되었다.

[결과] 첫째, CREST 척도의 두 가지 주요 요인인 회복력의 특성과 압박 취약성이 국내 환경에서도 유의미하게 적용될 수 있음을 확인하였다. 둘째, 회복력의 특성은 라이프 스킬과 긍정적인 상관관계를 보였으며, 압박하에 취약성은 라이프 스킬과 부정적인 상관관계를 보였다. 셋째, 회복력의 특성은 라이프 스킬을 예측하는 데 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 압박 취약성은 라이프 스킬에 부정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다.

[결론] CREST 척도는 국내 스포츠 환경에서도 신뢰성 있고 타당하게 활용될 수 있으며, 팀 회복탄력성이 라이프 스킬에 중요한 영향을 미친다는 점을 입증하였다. 이 연구는 국내 팀 스포츠의 회복탄력성 평가와 팀 성과 향상을 위한 전략 수립에 기여할 수 있을 것이다.

주요어

팀 회복탄력성, 라이프 스킬, 엘리트 축구선수, 탐색적 요인분석, 확인적 요인분석