



Original Article

Relationship among Evaluative Concerns Perfectionism, Psychache, Psychological Flexibility, and Retirement Intention in Professional Golfers

Young-ho So¹ and Hyo-yeon Ahn^{2*}

¹Department of Exercise and Medical Science, Dankook University

²Department of Physical Education, Seoul National University

Article Info

Received 2025. 04. 02.

Revised 2025. 05. 22.

Accepted 2025. 07. 14.

Correspondence*

Hyo-yeon Ahn

ahy0522@snu.ac.kr

Key Words

Evaluative concerns
perfectionism, Psychache,
Psychological flexibility,
Retirement intention,
Professional golfer

PURPOSE This study investigated the relations among professional golfers' evaluative concerns over perfectionism, psychache, psychological flexibility, and retirement intention. **METHODS** A total of 216 professional golfers answered questionnaires on perfectionism, psychache, psychological flexibility, and retirement intention. The collected data were subjected to descriptive statistics, correlation analysis, and path analysis via SPSS 23.0 and AMOS 22.0. **RESULTS** First, "doubts about action" perfectionism and socially prescribed perfectionism positively affect psychache, but "concerns over mistakes" perfectionism has no significant effect on psychache. Second, "concerns over mistakes" perfectionism and "doubts about action" perfectionism negatively influence psychological flexibility, but socially prescribed perfectionism has no significant impact on psychological flexibility. Third, psychache positively influences retirement intention, and psychological flexibility negatively affects retirement intention. **CONCLUSIONS** Psychache and psychological flexibility depend on professional golfers' evaluative concerns over perfectionism, and retirement intention is shaped by psychache and psychological flexibility. In addition, this study discussed its implications and provided suggestions for future research.

서론

강도 높은 훈련과 고도의 경쟁상황에 빈번하게 노출된 운동선수에게 완벽한 준비, 완벽한 수행, 완벽한 경기 등과 같은 완벽주의는 필수 불가결한 요소이다. 특히, 프로골프선수와 같이 경기상황에서 상대 선수, 갤러리, 기자 그리고 방송을 통해 경기를 관람하고 있는 팬들과 시청자들에게 경기내용과 결과, 상금 등 선수역량을 평가받는 선수들은 완벽함을 강요받거나 스스로가 완벽 하고자 노력한다(Ahn & So, 2022; So & Ha, 2023). 따라서 프로골프선수들은 스스로 완벽한 준비와 수행에 대한 부담을 가진 채 지도자, 부모, 팬과 같은 주요타자에게 매 순간 평가를 받는 상태에서 선수 생활을 하고 있다고 해도 과

언이 아니다(So & Ha, 2023). 이처럼 빈번한 평가 상황에 직면하고 있는 프로골프선수의 완벽주의는 개인의 성격적·인지적 특성으로 이해되고 있는 평가염려 완벽주의로 반영될 수 있다.

평가염려 완벽주의는 타인의 기대 또는 평가에 대해 지나치게 걱정하고, 자신의 수행에 불만족하여 과도하게 부정적으로 평가하는 개인의 성격적 특성 중 하나로 정의된다(Dunkley et al., 2000). 일찍이 완벽주의라는 개념은 Frost et al.(1990)과 Hewitt and Flett(1991)의 연구를 통해서 다차원적인 완벽주의 개념으로 정립된 바 있다. 이후 긍정과 부정적 차원의 양가성, 개인적 및 사회적 차원의 혼재로 인하여, 이를 보완하고자 Dunkley and Blankstein(2000)은 기존의 대표적인 완벽주의 척도였던 Frost 다차원 완벽주의 척도(Frost Multidimensional Perfectionism Scale, FMPS)와 Hewitt 다차원 완벽주의 척도(Hewitt Multidimensional Perfectionism Scale, HMPS)를 다시 요인 분석하여 '개인주의 완벽주의'와 '평가염려 완벽주의'라는 개념을 새롭게 정리하였다. 구체적으로 FMPS의 '실수에 대한 염

(CC) 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.

려', '수행에 대한 의심'과 HMPS의 '사회적으로 부과된 완벽주의'의 세 가지 요인으로 평가염려 완벽주의를 개념화하였다.

이 같은 평가염려 완벽주의는 성격적 특성 중 하나이기 때문에 쉽게 변하지 않아 평가염려 완벽주의가 높으면 스스로가 자신의 행동을 엄격히 감시하고 비판하며, 타인의 기대와 평가에 과도하게 염려하여 평가 상황에서 두려움을 갖게 되는 등 성공적인 수행이 되었음에도 만족하지 못하는 결과를 보인다(Dunkley & Blankstein, 2000; Dunkley et al., 2006; Slaney et al., 2001). 즉, 평가염려 완벽주의가 높은 개인은 지나치게 높고 엄격한 비현실적인 기준을 설정하여 수행에 만족하지 못할 뿐만 아니라 타인에게 부정적으로 평가받게 될 것으로 인지하여 스트레스가 증가하고, 강박적이거나 경직된 행동을 하는 등 다양한 부정적 특성을 양산하게 된다(Dunkley et al., 2000; Hewitt & Flett, 1991; Wei et al., 2004). 이와 관련하여 평가염려 완벽주의는 우울, 불안, 스트레스, 심리적 고통 및 심리적 극통과 같은 부정적인 정서 요인과 높은 상관을 나타내고 있고, 이를 증가시키는 원인 요소라고 일관되게 보고되고 있다(Beevers & Miller, 2004; Blankstein & Dunkley, 2002; Chang et al., 2004; Choi et al., 2011; Flamenbaum & Holden, 2007; James et al., 2015; Jang & Lee, 2018; Kim & Seo, 2009; Kim & Son, 2007; Park & Hong, 2019). 또한, 인지-행동모델에서는 평가염려 완벽주의와 같이 부정적 측면에서 논의되는 완벽주의가 높으면 타인에게 부정적으로 인식될 수 있다는 심리적 두려움이 높아져 우울, 불안, 분노, 좌절과 심리적 극통 등과 같은 부정적인 요인은 증가하고, 심리적 유연성과 같이 부정적인 정신건강 요인을 유발하는 상황을 유연하게 대처하고 조절하게 하는 요인은 감소한다고 설명하고 있다(Flett et al., 1995; Frost & Dibartolo, 2002; Rapee & Heimberg, 1997). 이를 통해 평가염려 완벽주의는 정신건강(불안, 우울, 분노, 좌절, 스트레스 등)을 비롯하여 이로 인해 발생하는 심리적 극통(Flamenbaum & Holden, 2007; James et al., 2015; Shneidman, 1993) 등을 증가시키고, 이 같은 부정적 정서 요인을 완충하는 효과를 가지는 심리적 유연성(Kashdan & Rottenberg, 2010; Masuda & Tully, 2012)을 저해한다는 것을 알 수 있다.

심리적 극통은 불안, 우울, 분노, 스트레스 등과 같은 부정적 정서가 높고, 인정, 사랑, 성취, 자율성 등과 같은 심리적 욕구가 좌절될 때 발생하는 견디기 힘든 극심한 고통이 개인의 심리적 통제력을 무력하게 하는 강도에 이른 것을 의미한다(Shneidman, 1993). 선행 연구에서는 평가염려 완벽주의 구성 요소인 사회적으로 부과된 완벽주의를 비롯하여 부정적 완벽주의는 심리적 고통 및 심리적 극통과 상관이 있고, 이를 증가시키는 요인이라고 보고하였다(Choi et al., 2011; Flamenbaum & Holden, 2007; James et al., 2015; Koh et al., 2013; Park & Kim, 2016; Shneidman, 1993). 이 같은 사실은 프로골프 선수의 평가염려 완벽주의가 심리적 극통을 높이는 것으로 확인한 So and Ha(2023)의 연구를 통해서도 일부 입증되었다. 또한, 평가염려 완벽주의는 우울, 불안, 분노, 스트레스, 무망감 등의 부정적 정서를 완충하는 효과가 있는 심리적 유연성(Kashdan & Rottenberg, 2010; Masuda & Tully, 2012)과도 관련이 있는 것으로 알려져 있다. 심리적 유연성은 자신에게 부과된 여러 긍정적/부정적 요구와 상황을 인식하여 행동의 관점을 바람직하게 전환하거나 삶의 중요한 영역들과 균형을 유지하는 능력이다(Kashdan &

Rottenberg, 2010; McCracken & Morley, 2014). 즉, 심리적 유연성은 다양한 부정적 정서와 심리적 고통을 회피하지 않고, 감내 및 능동적으로 대처하는데 필요한 개인의 주요 내적 기제이다(Lee & Choi, 2021). 이 같은 특성이 있는 심리적 유연성은 평가염려 완벽주의의 유의미한 관계가 있다는 것이 보고되었으며(Kashdan & Rottenberg, 2010; Lee & Choi, 2021; Steenhaut et al., 2018), 평가염려 완벽주의가 심리적 유연성의 유사 개념인 인지적 유연성을 감소시키는 영향을 미치는 것으로 일관되게 보고되었다(Kang & Kim, 2023; Lee et al., 2020; Park & Hong, 2019).

아울러 프로골프 선수의 평가염려 완벽주의에 영향을 받을 것으로 예측되는 심리적 극통과 심리적 유연성은 이들의 은퇴의도에 유의미한 영향을 나타낼 것으로 생각된다. 왜냐하면, 심리적 극통은 불안, 우울, 분노, 스트레스, 공포, 절망 등의 심리적 고통으로 증가하는데(Choi et al., 2011; Flamenbaum & Holden, 2007; Koh et al., 2013; Shneidman, 1993), 이러한 심리적 극통 증가요인은 프로골프 선수와 같이 운동선수가 은퇴를 결심하게 되는 원인으로 알려져 있기 때문이다(Gustafsson et al., 2008; So, 2022). 또한, 심리적 유연성은 정신건강의 중요한 지표 중 하나로써(Bond et al., 2011) 부정적인 정서 요인과 정서적 불안정 상태와 부적(-)인 상관을 나타내고(Kashdan et al., 2006), 심리적 극통을 일으키는 다양한 정서적·상황적 원인을 능동적이고, 유연하게 대처 및 조절할 수 있는 뚜렷한 효과를 나타낸다고 보고되었다(Kashdan & Rottenberg, 2010; Lee & Choi, 2021; Masuda & Tully, 2012; McCracken & Morley, 2014).

선행연구들의 결과를 종합해보면, 프로골프 선수의 평가염려 완벽주의가 심리적 극통에 정적(+)인 영향을 나타내지만, 심리적 유연성에는 부적(-)인 영향을 나타내고, 심리적 극통은 은퇴의도에 정적(+)인 영향을 나타내지만, 심리적 유연성은 은퇴의도에 부적(-)인 영향을 나타낼 것이라는 합리적 추론을 가능케 한다. 하지만, 완벽주의에 관한 연구는 다차원적 완벽주의 척도(Frost et al., 1990; Hewitt & Flett, 1991)가 개발되면서 완벽주의의 양가성(적응적/부적응적)을 밝히는 연구가 활발하게 수행되었지만, 부적응적인 완벽주의로 이해되는 평가염려 완벽주의의 영향을 살펴본 연구는 미흡한 실정이다. 또한, 국내 체육학 분야에서도 평가염려 완벽주의의 부정적 영향을 밝히는 연구가 수행되고 있지만, 평가 상황에 더 빈번하게 노출된 프로 선수를 대상으로 수행된 연구는 몇몇 연구(Ahn & So, 2022; So & Ha, 2023)에 그치고 있어, 평가염려 완벽주의의 부정적 특성을 프로골프 선수에게 적용하여 이해하기에는 제약이 있다. 특히, 평가염려 완벽주의 연구는 불안, 우울, 스트레스와 같은 부정적 정서 요인과의 관계를 살펴본 연구가 주류를 이루고 있어 이 같은 부정적 정서로 인해 발생하는 극심한 고통인 심리적 극통을 비롯하여 부정적 정서 요인을 완충시키는 효과를 나타내는 심리적 유연성과 평가염려 완벽주의와의 관계를 경험적으로 관찰한 연구가 미흡하므로 이를 실증적으로 입증하는 증거 중심연구가 필요하다. 더욱이 앞서 고찰한 바와 같이, 프로골프 선수의 평가염려 완벽주의를 통해 영향을 받을 것으로 기대되는 심리적 극통과 심리적 유연성은 은퇴의도에 긍정과 부정의 영향을 나타낼 것이라는 합리적 추론이 가능하지만, 이를 증명한 연구가 보고되지 않고 있다.

일반적으로 운동선수의 은퇴시기는 20대 후반에서 30대 초반

(Chae et al., 2018)에 이루어지지만, 프로골프선수는 부상이나 경기력 저하와 같은 비자발적 요소가 아닌 경우에는 다른 종목보다 상대적으로 선수 생활을 지속할 수 있는 연령대가 높다. 이를 고려할 때, 프로골프선수가 스스로 만족할 만한 성과를 내지 못하고, 성과에 대한 압박과 성적 부진에서 오는 자기 회의, 좌절감, 불안과 같은 극심한 스트레스(So & Ha, 2023)로 야기되는 심리적 극통으로 인해 은퇴의도가 향상되어 은퇴하게 되면, 우울감, 두려움, 사회적응 불안 등과 같이 은퇴 이후의 삶에 대한 적응 행동에도 문제가 발생할 가능성이 있다(Myung et al., 2015; So & Ha, 2023).

따라서 프로골프선수의 은퇴의도에 대한 심리적 극통과 심리적 유연성의 부정과 긍정의 효과를 심층적으로 이해하기 위해서는 이를 경험적으로 입증하는 연구가 필요하다. 이에, 이 연구에서는 프로골프 선수의 평가염려 완벽주의와 심리적 극통, 심리적 유연성 및 은퇴의도의 관계를 경로모형을 이용한 연구설계를 통해 분석하는 데 연구의 목적을 두었다. 연구결과는 프로골프선수가 선수 생활을 수행하는 과정에서 경험하는 다양한 부정적 정서로 인해 발생하는 심리적 극통과 이를 완충하는 효과가 있는 심리적 유연성에 평가염려 완벽주의 요인이 어떠한 영향을 나타내고, 나아가 심리적 극통과 심리적 유연성이 이들의 은퇴의도에 어떠한 영향을 나타내는 특성이 있는지를 경험적으로 가늠할 수 있는 기초자료로 활용될 것이다. 또한, 평가염려 완벽주의의 하위 요인들에 따른 개별적인 관련성을 살펴보고자 하였으며, 이는 보다 면밀하게 변인들의 관계를 살펴볼 수 있는 후속연구의 확장에도 기여할 수 있을 것이다.

본 연구의 목적을 달성하기 위해 앞서 고찰한 평가염려 완벽주의와 심리적 극통, 심리적 유연성 및 은퇴의도에 관한 선행연구와 이론적 배경을 토대로 설정한 연구모형(경로모형)은 <Fig. 1>과 같고, 이에 따른 연구가설을 다음과 같다.

- 가설 1. 실수에 대한 염려 완벽주의는 심리적 극통에 정적(+) 영향을 미칠 것이다.
 가설 2. 실수에 대한 염려 완벽주의는 심리적 유연성에 부적(-) 영향을 미칠 것이다.
 가설 3. 수행에 대한 의심 완벽주의는 심리적 극통에 정적(+) 영향을 미칠 것이다.
 가설 4. 수행에 대한 의심 완벽주의는 심리적 유연성에 부적(-) 영향을 미칠 것이다.

가설 5. 사회적으로 부과된 완벽주의는 심리적 극통에 정적(+) 영향을 미칠 것이다.

가설 6. 사회적으로 부과된 완벽주의는 심리적 유연성에 부적(-) 영향을 미칠 것이다.

가설 7. 심리적 극통은 은퇴의도에 정적(+) 영향을 미칠 것이다.

가설 8. 심리적 유연성은 은퇴의도에 부적(-) 영향을 미칠 것이다.

연구방법

연구참여자

본 연구의 참여자는 2024년 현재 한국프로골프협회(KPGA)와 한국여자프로골프협회(KLPGA)에 소속되어 있으며, 코리안 투어(1부 투어, 2부 투어)에 참가하고 있는 프로골프선수 216명으로 하였다. 연구에 참여한 골프선수들의 성별은 남자 선수가 122명(56.5%), 여자 선수가 94명(43.5%)이었고, 투어 유형은 1부 투어 94명(43.55), 2부 투어 122명(56.5%)이었으며, 프로 및 선수 경력 등 연구참여자의 일반적 특성은 <Table 1>과 같다.

Table 1. The demographic characteristics of participants

Variable	n	%
Gender	Male	122
	Female	94
Tour type	1st tour	94
	2nd tour	122
Pro career (years)	Less than 2 years	33
	Less than 4 years	98
	Less than 6 years	45
	Over 6 years	40
Golf career (years)	Less than 10 years	33
	Less than 15 years	88
	Less than 20 years	83
	Over 20 years	12
Total	216	100

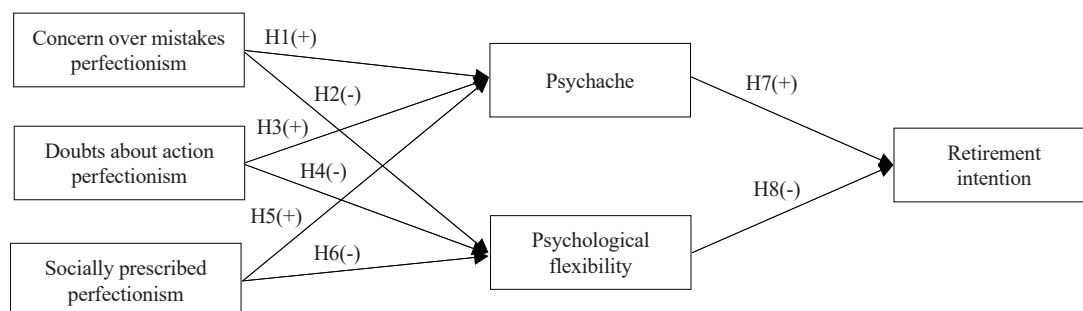


Fig. 1. Research model

측정도구

1. 측정도구 출처 및 구성

이 연구에서 사용한 측정도구는 선행연구에서 사용한 구조화된 설문지를 이용하였고, 각 측정도구의 내용 타당도는 전문가(연구자, 스포츠심리학 교수, 박사학위 소지 프로골퍼) 협의를 통해 검증하였다. 연구에 이용한 측정도구의 출처와 구성내용은 다음과 같다.

평가염려 완벽주의 척도는 Frost et al.(1990)이 개발한 FMPS와 Hewitt and Flett(1991)가 개발한 HMPS를 활용하여, Dunkley and Blankstein(2000)이 다시 정리한 평가염려 완벽주의 개념을 활용하였다. 국내 연구(Kim & Seo, 2009; Kim & Son, 2012)에서 사용한 평가염려 완벽주의 척도를 기초하여, So and Ha(2023)가 수정 및 보완하여 사용한 설문지를 이용하였다. 평가염려 완벽주의 척도는 실수에 대한 염려(5문항), 수행에 대한 의심(4문항), 사회적으로 부과된 완벽주의(6문항)의 3개 요인으로 구성되었고, 각 문항은 5점 Likert 형태로 응답된다.

심리적 극통 척도는 Shneidman(1993)의 가설에 근거하여 Holden et al.(2001)이 개발하여 타당화한 심리적 극통 평가척도를 국내 연구(Choi et al., 2011; So & Ha, 2023)에서 사용한 척도를 이용하였다. 심리적 극통 척도는 연구참여자가 현재 경험하고 있는 극심한 정서적인 고통을 측정하기 위한 단일요인 척도(8문항)로써 각 문항은 5점 Likert 형태로 응답된다.

심리적 유연성 척도는 Bond et al.(2011)이 개발한 Acceptance and action questionnaire-II(AAQ-II)를 Jeon(2014)이 변안하여 사용한 척도 내용의 일부를 수정 및 보완하여 이용하였다. 심리적 유연성 척도는 연구참여자가 현재 인식하고 있는 심리적 고통과 감정에 대한 대처 및 생각에 대한 유연성 수준을 측정하기 위한 단일요인 척도(8문항)로써 각 문항은 5점 Likert 형태로 응답된다.

은퇴의도 설문척도는 계획행동이론 척도(Ajzen, 1991; Ajzen & Driver, 1992)에서 의도를 측정하는 문항에 기초하여 So(2022)의 연구에서 프로골프선수의 은퇴의도를 측정할 수 있도록 수정하여 사용한 척도를 이용하였다. 은퇴의도 척도는 연구참여자가 현재 인식하고 있는 은퇴에 대한 의도를 측정하기 위한 단일요인 척도(5문항)로써 각 문항은 5점 Likert 형태로 응답된다.

2. 측정도구의 타당도 및 신뢰도

평가염려 완벽주의, 심리적 극통, 심리적 유연성 및 은퇴의도 각 측정도구의 타당도와 신뢰도는 확인적 요인분석과 Cronbach's α 검사를 이용하여 검증하였다.

실수에 대한 염려, 수행에 대한 의심, 사회적으로 부과된 완벽주의의 세 가지 요인으로 구성된 평가염려 완벽주의 척도의 타당도 검증결과, $\chi^2=366.633(df=87, p<.001)$, SRMR=.085, TLI=.827, CFI=.857, RMSEA=.122의 지수로 확인되어, TLI, CFI, RMSEA의 적합도 지수가 수용기준을 충족하지 못하는 것으로 나타났다. 이에 각 문항의 요인부하량이 .50 이하로 나타난 실수에 대한 염려 3번, 수행에 대한 의심 3번, 사회적으로 부과된 완벽주의 1번과 2번 문항을 삭제한 후에 모형의 적합도 수준을 재검증하였다. 그 결과, $\chi^2=124.211(df=41, p<.001)$, SRMR=.069, TLI=.916, CFI=.937, RMSEA=.097의 수용할 만한 수준으로 적합도가 개선되었다. 또한, 내적일관성 신뢰도는 실수에 대한 염려는 .814, 수행에 대한 의심은

.807, 사회적으로 부과된 완벽주의는 .902의 양호한 수준으로 확인되었다.

심리적 극통 척도의 타당도 검증결과, 모형적합도 지수는 $\chi^2=72.175(df=20, p<.001)$, SRMR=.038, TLI=.943, CFI=.959, RMSEA=.110로 확인되어, RMSEA 지수가 .110으로 적합도 수용기준을 충족하지 못하는 것으로 나타났다. 이에 문항의 요인부하량이 .50 이하로 나타난 2번 문항을 삭제한 후 모형적합도를 재검증하였다. 그 결과, $\chi^2=36.555(df=14, p=.001)$, SRMR=.024, TLI=.970, CFI=.980, RMSEA=.087로 개선되었다. 또한, 내적일관성 신뢰도는 .934의 양호한 수준을 확인하였다.

심리적 유연성 척도의 타당도 검증결과, 모형적합도지수는 $\chi^2=103.294(df=20, p<.001)$, SRMR=.053, TLI=.889, CFI=.921, RMSEA=.139로 확인되어, TLI와 RMSEA의 적합도 지수가 각각 .889와 .129로 수용기준을 충족하지 못하는 것으로 나타났다. 이에 문항의 요인부하량이 .50 이하로 나타난 1번과 8번 문항을 삭제한 후 재검증하였다. 그 결과, $\chi^2=22.874(df=9, p<.05)$, SRMR=.027, TLI=.971, CFI=.983, RMSEA=.085로 개선되었다. 또한, 내적일관성 신뢰도는 .912의 양호한 수준으로 확인되었다.

은퇴의도의 타당도 검증결과, $\chi^2=7.709(df=5, p>.05)$, SRMR=.011, TLI=.994, CFI=.997, RMSEA=.050의 지수를 나타내어 전반적으로 모형적합도 수용기준을 충족하는 것으로 확인되었다. 또한, 내적일관성 신뢰도는 .942의 양호한 수준으로 나타났다.

자료수집 및 분석방법

설문자료는 2024년 9월부터 약 40일간에 걸쳐 코리안 투어(1부 투어, 2부 투어)에 참가하고 있는 남녀 프로골프선수들을 대상으로 스노우볼 표집방법을 통해 수집하였다. 설문조사는 코리안 투어 참가하고 있는 남녀 프로골프선수 10명과 5개의 프로골프선수단 관리자에게 연구목적과 조사방법 및 내용을 상세히 설명하여 준 후 연구 참여 동의와 협조를 구하여 수행하였다. 이를 시작으로 최초 설문조사에 응답한 20명의 선수에게서 다른 선수를 추천받는 형태의 온라인(Google Forms) 설문을 통해 수집하였다.

또한, 연구윤리를 준수하기 위해 설문 응답 전에 연구목적과 설문 응답 내용 및 방법을 제시한 후 설문조사에 응하겠다고 동의하면 설문응답이 시작되도록 하였으며, 응답 중과 응답을 마친 후에도 철회할 수 있도록 하였다. 이러한 방법을 통해 총 230부의 자료가 수집되었지만, 수집된 자료 중 특정번호에만 연속적으로 응답하는 불성실한 응답 자료 14부는 분석에 제외된 후 216부의 자료를 최종적으로 분석에 활용하였다.

자료분석에 활용된 216부 자료는 SPSS 23.0을 통해 빈도분석으로 연구참여자의 일반적 특성을 요약하였고, 기술통계분석, Cronbach's α 내적합치도검사, 상관관계분석을 실시하여 모든 측정 변인의 평균, 표준편차, 왜도 및 첨도와 상관관계를 확인하였다. AMOS 22.0을 이용하여 각 측정도구의 구성타당도 검증을 위한 확인적 요인분석을 시행하였고, 변인들 간의 경로분석을 통해 연구모형과 각 연구가설을 검증하였다. 또한, 모든 통계적인 유의성은 $\alpha=.05$ 수준에서 검증하였다.

연구결과

각 변인 간 상관관계와 기술통계

상관관계분석과 기술통계분석을 통해서 실수에 대한 염려, 수행에 대한 의심, 사회적으로 부과된 완벽주의의 평가염려 완벽주의 요인과 심리적 극통, 심리적 유연성 및 은퇴의도의 기초통계량과 각 변인 간의 상관관계를 확인하였다. 각 변인의 평균, 표준편차, 왜도 및 첨도와 상관관계는 다음의 <Table 2>와 같다

결과를 살펴보면, 각 변인 간 상관관계는 평가염려 완벽주의 요인(실수에 대한 염려, 수행에 대한 의심, 사회적으로 부과된 완벽주의)과 은퇴의도 변인을 제외한 모든 변인 간에는 유의미한 정적(+) 또는 부적(-) 상관성을 나타내었다. 또한, 각 변인의 평균과 표준편차는 실수에 대한 염려 완벽주의, 수행에 대한 의심 완벽주의, 사회적으로 부과된 완벽주의와 심리적 유연성 변인은 중간 평균치(2.5)보다 높은 지수를 보였고, 심리적 극통과 은퇴의도 변인은 중간 평균치(2.5)보다 낮은 지수를 보였다. 아울러 모든 변인의 왜도(-.144~.576)와 첨도(-.846~.107) 값은 정규성이 가정되었음을 나타내는 기준인 2(왜도)와 7(첨도)의 절댓값을 모두 초과하지 않는 것으로 나타났다.

경로분석

프로파일선수의 실수에 대한 염려, 수행에 대한 의심, 사회적으로 부과된 완벽주의의 평가염려 완벽주의와 심리적 극통, 심리적 유연성 및 은퇴의도 변인 간의 관계를 경로분석을 통해 검증한 결과는 <Table 3>과 <Fig. 2>에 제시한 바와 같다.

연구모형의 적합도 확인 결과, $\chi^2=4.368(df=4, p>.05)$, $Q=1.092$, $SRMR=.031$, $TLI=.995$, $CFI=.999$, $RMSEA=.021$ 로 나타나 모든 적합도 지수가 수용기준을 충족하는 것으로 확인되었다. 이에, 본 연구에서 설정한 경로모형은 모형의 수정이 필요치 않은 적합한 연구모형으로 평가하였다.

각 가설경로를 확인한 결과, 실수에 대한 염려는 심리적 극통에 유의미한 영향을 미치지 않는 것으로 나타났고($H1, p>.05$), 심리적 유연성에는 유의미한 부적(-) 영향을 미치는 것으로 나타났다($H2, p<.01$). 수행에 대한 의심은 심리적 극통에 유의미한 정적(+) 영향을 미치는 것으로 나타났고($H3, p<.001$), 심리적 유연성에는 유의미한 부적(-) 영향을 미치는 것으로 나타났다($H4, p<.05$). 사회적으로 부과된 완벽주의는 심리적 극통에 유의미한 정적(+) 영향을 미치는 것으로 나타났고($H5, p<.001$), 심리적 유연성에는 유의미한 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다($H6, p>.05$). 또한, 심리적 극통은 은퇴의

Table 2. Result of the descriptive statistics and correlations analysis

Variable	1	2	3	4	5	6
1. Concern over mistakes perfectionism						
2. Doubts about action perfectionism	.634***					
3. Socially prescribed perfectionism	.596***	.393***				
4. Psychache	.216**	.329***	.343***			
5. Psychological flexibility	-.179*	-.266**	-.129*	-.124*		
6. Retirement intention	-.061	.039	-.034	.191**	-.415***	
M±SD	2.76±.88	2.64±.86	2.57±.97	2.16±.77	3.21±.80	2.24±.86
Skewness	.354	.143	.576	.422	-.144	.132
Kurtosis	.003	.000	-.032	-.659	.107	-.846

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

Table 3. Result of the path analysis

	Path		Estimate (B)	Estimate (β)	S.E	<i>t</i>	
H1	Concern over mistakes perfectionism	→	Psychache	.156	.178	.081	1.936
H2	Concern over mistakes perfectionism	→	Psychological flexibility	-.238	-.260	.091	-2.622**
H3	Doubts about action perfectionism	→	Psychache	.281	.314	.072	3.915***
H4	Doubts about action perfectionism	→	Psychological flexibility	-.180	-.193	.081	-2.224*
H5	Socially prescribed perfectionism	→	Psychache	.260	.326	.062	4.227***
H6	Socially prescribed perfectionism	→	Psychological flexibility	-.082	-.098	.069	-1.178
H7	Psychache	→	Retirement intention	.157	.143	.068	2.298*
H8	Psychological flexibility	→	Retirement intention	-.423	-.399	.066	-6.422***

$\chi^2=4.368(df=4, p=.358)$, $Q=1.092$, $SRMR=.031$, $TLI=.995$, $CFI=.999$, $RMSEA=.021$

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

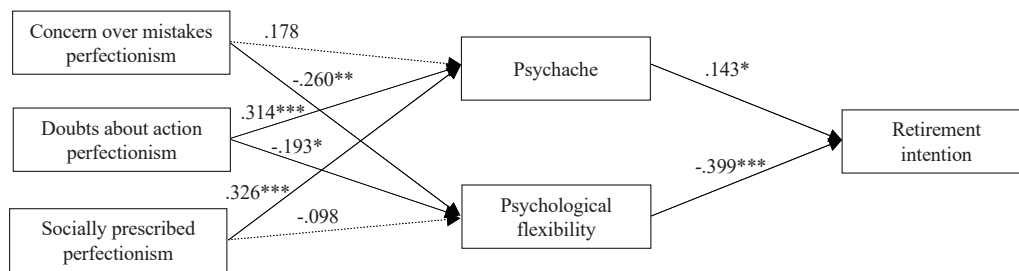


Fig. 2. Path analysis model

도에 유의미한 정적(+) 영향을 미치는 것으로 나타났다(H7, $p < .05$), 심리적 유연성은 은퇴의도에 유의미한 부적(-) 영향을 미치는 것으로 나타났다(H8, $p < .001$).

논 의

본 연구는 프로골프선수의 실수에 대한 염려, 수행에 대한 의심, 사회적으로 부과된 완벽주의의 평가염려 완벽주의와 심리적 극통, 심리적 유연성 및 은퇴의도의 관계를 경로모형을 통해 검증하였다. 그 결과, 평가염려 완벽주의의 구성요인은 대체로 심리적 극통에 정적(+) 영향을 미치는 것으로 나타났고, 심리적 유연성에는 부적(-) 영향을 미치는 것이 검증되었다. 또한, 심리적 극통은 은퇴의도에 정적(+) 영향을 미쳤으며, 심리적 유연성은 부적(-) 영향을 미치는 것이 검증되었다. 연구를 통해 확인된 결과를 토대로 논의하면 다음과 같다.

실수에 대한 염려, 수행에 대한 의심, 사회적으로 부과된 완벽주의의 세 가지 차원으로 개념화되어 이해되는(Dunkley & Blankstein, 2000; Saboonchi & Lundh, 1997) 평가염려 완벽주의는 다양한 선행연구를 통해 학생과 성인의 우울, 불안, 분노, 좌절, 스트레스의 부정적 정서 요인을 비롯하여 심리적 고통과 심리적 극통을 증가시킨다고 보고되었다(Beevers & Miller, 2004; Blankstein & Dunkley, 2002; Chang et al., 2004; Choi et al., 2011; Flamenbaum & Holden, 2007; James et al., 2015; Jang & Lee, 2018; Kim & Seo, 2009; Kim & Son, 2007; Park & Hong, 2019). 또한, 다양한 부정적인 정서 요인을 대처하고 조절하는 등의 완충 효과를 나타내고 있는 심리적 유연성을 저해하는 특성이 있다고 보고되었다(Kashdan & Rottenberg, 2010; Masuda & Tully, 2012). 이와 같은 평가염려 완벽주의의 부정적 특성은 프로골프선수를 대상으로 수행한 이 연구를 통해서도 입증되었다. 즉, 이 연구의 결과를 통해서, 프로골프선수가 지닌 수행에 대한 의심과 사회적으로 부과된 완벽주의의 평가염려 완벽주의 성향에 의해서 심리적 극통이 증가할 수 있고, 실수에 대한 염려와 수행에 대한 의심의 평가염려 완벽주의 성향에 의해서 심리적 유연성이 감소 될 수 있다는 것을 시사한다.

연구결과는 일반학생과 성인을 대상으로 수행한 선행연구에서 평가염려 완벽주의의 구성 요소인 사회적으로 부과된 완벽주의와 부정적인 완벽주의의 성향이 심리적 극통의 유사 개념 중 하나인 심리적 고통(Shneidman, 1993)을 비롯하여 심리적 극통을 증가시키는 요인이라고 보고한 연구(Choi et al., 2011; Dunkley et al., 2000; Flamenbaum & Holden, 2007; Flett & Hewitt, 2002; James

et al., 2015; Kim & Seo, 2009; Kim & Son, 2007; Koh et al., 2013; O'Connor et al., 2010; Park & Kim, 2016; Shneidman, 1993)와 부분적으로 일치하고 있다. 이뿐만 아니라 평가염려 완벽주의는 심리적 유연성과 유의미한 관계가 있다는 것을 밝힌 선행연구(Kashdan & Rottenberg, 2010; Lee & Choi, 2021; Steenhaut et al., 2018)를 실증적으로 입증하여 주고 있다. 또한, 심리적 유연성의 유사 개념 중 하나인 인지적 유연성에 평가염려 완벽주의가 부정적인 영향을 나타낸다고 보고한 연구결과(Kang & Kim, 2023; Lee et al., 2020; Park & Hong, 2019)와 그 맥을 함께한다. 이 같은 결과를 나타낸 것은 평가염려 완벽주의의 구성요인이 심리적 극통을 증가시킬 수 있고, 심리적 유연성은 감소시킬 수 있는 결과를 나타낸 것은 완벽주의의 부정적인 영향에 대한 인지-행동모델로 설명될 수 있다. 즉, 연구결과는 평가염려 완벽주의와 같이 부정적 완벽주의의 성향은 우울, 불안, 분노, 좌절과 심리적 극통과 같은 부정적인 요인을 증가시키고, 인지적/심리적 유연성과 같이 부정적 정서 요인을 대처하고 조절하는 완충 효과를 지닌 요인을 감소시킨다는 인지-행동모델(Flett et al., 1995; Frost & Dibartolo, 2002; Rapee & Heimberg, 1997)로 일부 설명될 수 있다. 이를 고려할 때, 평가염려 완벽주의는 일반학생과 성인을 비롯하여 프로골프선수에게 이르기까지 심리적 극통을 증가시키고, 심리적 유연성을 감소시키는 부정적인 완벽주의의 속성을 가진 선행 요인이라고 이해하는데 이견이 없을 것으로 생각된다.

따라서 빈번한 평가와 경쟁 상황에 노출된 체 선수 생활을 하는 프로골프선수의 심리적 극통을 예방하고, 심리적 유연성을 향상하기 위해서 평가염려 완벽주의가 가중되지 않도록 선수의 적극적인 노력이 요구되고, 상담현장에서도 선수의 경기력 향상을 위한 정신관리를 비롯하여 정신건강 차원에서 관심을 두고 세심하게 평가 및 관리되어야 하겠다. 다만, 이 연구에서 프로골프선수의 실수에 대한 염려는 심리적 극통에 유의미한 영향을 나타내지 않았고, 사회적으로 부과된 완벽주의는 심리적 유연성에 유의미한 영향을 나타내지 않았다. 이 같은 결과를 선행연구와 비교하여 유추하면, 연구참여자 특성과 연구방법의 차이에 의해 나타난 결과라고 생각된다. 즉, 평가염려 완벽주의와 심리적 극통 및 심리적 유연성의 관계를 살펴본 선행연구(Beevers & Miller, 2004; Blankstein & Dunkley, 2002; Chang et al., 2004; Flamenbaum & Holden, 2007; James et al., 2015; Jang & Lee, 2018; Kashdan & Rottenberg, 2010; Kim & Seo, 2009; Lee et al., 2020; Masuda & Tully, 2012; Pakr & Kim, 2016)들은 주로 일반학생과 성인을 대상으로 수행하였고, 평가염려 완벽주의를 하위 요인들 차원에서 검증하지 않고 잠재변인 차원에서

검증하였기 때문이라고 생각된다.

실제로 본 연구에 참여한 프로골프선수들 중 약 85%가 15년 이상의 골프경력과 4년 이상의 프로선수경력을 가진 선수들이었다. 전반적으로 숙련자로 분류된 성인 선수들이라는 집단의 특성이 실수에 대한 우려와 심리적 극통의 관계를 완하시키고, 사회적으로 부과된 완벽주의와 심리적 유연성의 관계에 영향을 미치지 못한 것인지 후속연구를 통해서 연구참여자 특성에 따른 집단 변수에 따른 조절효과 등을 통해 면밀한 분석을 통해서 살펴볼 필요가 있는 것으로 사료된다. 이를 고려하면, 평가염려 완벽주의의 부정적 특성을 살펴보는 연구에서는 잠재변인 차원의 연구보다 관찰변인 차원에서 세밀하게 관찰하는 연구가 수행되어야 하며, 결과 또한 연구참여자의 특성을 고려한 가운데 이해되어야 한다고 추론할 수 있다. 이 같은 추론은 연구방법에는 차이가 있으나, 이 연구와 같이 프로골프선수의 실수에 대한 염려가 심리적 극통에 영향을 나타내지 않았지만, 관찰변인 차원에서 검증한 결과에서는 평가염려 완벽주의가 심리적 극통에 영향을 미치는 것으로 확인한 So and Ha(2023)의 연구를 통해 일부 지지된다. 그러나 이 같은 연구결과와 결과에 대한 추론을 명확하게 설명하거나 근거할 수 없는 한계가 있으므로 더 많은 연구결과와 축적과 함께 이 같은 기전을 밝히는 연구가 수행되어야 하겠다. 또한, 연구결과와 결과에 대한 추론은 신중하고, 제한적인 견지 하에 활용되어야 하겠다.

한편, 프로골프선수의 수행에 대한 의심과 사회적으로 부과된 완벽주의에 의해 정적(+)인 영향을 받는 심리적 극통은 은퇴의도에 정적(+) 영향을 미치는 것으로 나타났고, 실수에 대한 염려와 수행에 대한 의심에 의해 부정(-) 영향을 받는 심리적 유연성은 은퇴의도에 부정(-) 영향을 미치는 것으로 확인되었다. 이를 통해 연구결과는 프로골프선수의 심리적 극통이 증가하게 되면 은퇴의도가 높아질 수 있지만, 심리적 유연성이 높게 형성되어 있으면 은퇴의도를 감소시킬 수 있다는 것이 시사되었다. 또한, 연구결과는 프로골프선수가 성과에 대한 압박과 성적 부진으로 발생하는 자기 회의, 좌절감, 불안과 같은 극심한 스트레스(So & Ha, 2023)로 인해 발생하는 심리적 극통이 은퇴의도를 증가시킬 것이라는 이론적 가정을 실증적으로 증명하여 주고 있다. 이와 함께 심리적 극통을 유연하게 대처 및 조절할 수 있는 완충 효과가 있는(Kashdan & Rottenberg, 2010; Masuda & Tully, 2012; Lee & Choi, 2021; McCracken & Morley, 2014) 심리적 유연성이 은퇴의도를 감소시킬 것이라는 가정 또한 증명된 결과이다.

이 같은 결과를 나타낸 것은 불안, 우울, 분노, 스트레스 등에 의해 발생하는 심리적 극통은 개인의 심리적 통제력을 무력하게 하여 다양한 부정적인 결과를 초래하고(Choi et al., 2011; Flamenbaum & Holden, 2007; Shneidman, 1993), 심리적 유연성은 심리적 극통과 같은 부정적 정서 요인을 완충하는 효과(Kashdan & Rottenberg, 2010; Masuda & Tully, 2012)를 나타낸다는 특성이 프로골프선수의 은퇴의도에도 주요하게 적용되었기 때문이라고 이해할 수 있다. 이 같은 추론은 자신이 감당할 수 없는 극심한 고통을 받거나 지속 되면 이를 일으키는 원인요소나 현실에서 벗어나기 위한 수단으로 회피하거나 도피하게 된다는 자기도피이론(Baumeister, 1990; Leenaars, 1996)과 극심한 고통을 회피하지 않고, 감내하거나 바람직하게 전환하는 등 능동적으로 대처하게 하여 삶의 중요한 영역과 균형을 유지하게 한다(Kashdan & Rottenberg, 2010; Lee & Choi, 2021; McCracken & Morley, 2014)는 심리적 유연성의 효용성에 근거한 것이다.

따라서 일반 운동선수보다 상대적으로 은퇴하는 연령대가 높은(Chae et al., 2018) 프로골프선수들이 선수로서 명예롭게 은퇴하지 못하고, 은퇴의도 요인을 관리하지 못하여 은퇴를 결심하게 되는 것을 최소화하기 위한 차원에서 선수생활 과정에서 경험하는 심리적 극통을 효과적으로 관리 및 조절하고, 심리적 유연성을 향상시키기 위한 전략적인 노력이 요구된다. 가령, 프로골프선수의 관리 및 상담 과정에서 경기력 향상을 위한 노력뿐만 아니라 이들이 심리적 극통과 같은 극심한 스트레스를 받고 있거나, 이를 효과적으로 조절하는 등 완충 효과가 있는 심리적 유연성이 낮은 수준인지 점검되어야 하겠다. 다만, 심리적 극통과 심리적 유연성 및 은퇴의도의 관계를 경험적으로 관찰한 선행연구가 보고되지 않았기 때문에, 이 연구에서 확인된 결과와 결과에 대한 추론을 명확하게 근거하거나 비교할 수 없다는 한계가 있으므로 결과의 해석과 활용에는 신중할 필요가 있다. 또한, 변인들 간의 관계를 살펴보기 위한 확장된 후속연구를 통해 이 같은 연구결과를 재검증되거나 결과에 대한 기전이 실증적으로 증명되어 더욱 세밀한 해석과 현실적인 시사점이 제공되어야 하겠다.

결론 및 제언

이 연구에서 프로골프선수의 평가염려 완벽주의와 심리적 극통, 심리적 유연성 및 은퇴의도의 관계를 경로모형을 통해 검증한 결과, 수행에 대한 의심과 사회적으로 부과된 완벽주의의 평가염려 완벽주의를 통해 심리적 극통이 증가할 수 있고, 실수에 대한 염려와 수행에 대한 의심의 평가염려 완벽주의를 통해 심리적 유연성은 감소할 수 있다는 것이 밝혀졌다. 또한, 수행에 대한 의심과 사회적으로 부과된 완벽주의를 통해 높아진 심리적 극통은 은퇴의도를 증가시킬 수 있고, 실수에 대한 염려와 수행에 대한 의심 완벽주의를 통해 낮아진 심리적 유연성은 은퇴의도를 감소시킬 수 있다는 것이 확인되었다. 연구결과는 선행연구에서 보고한 바와 같이, 심리적 극통과 심리적 유연성에 대한 평가염려 완벽주의의 부정적인 효과가 일반학생과 성인뿐만 아니라 프로골프선수에게도 부분적으로 적용된다는 것을 나타내고 있다. 따라서 이 연구는 프로골프선수의 은퇴의도에 대한 심리적 극통의 부정적 영향과 심리적 유연성의 긍정적 효과를 나타낸다는 것이 실증적으로 입증하였다는 점은 연구의 의의가 있으며, 프로골프선수의 평가염려 완벽주의와 심리적 극통, 심리적 유연성 및 은퇴의도의 관계에 대한 이해의 폭이 확장될 수 있을 것이다.

다만, 이 연구는 횡단적 연구설계를 통한 분석으로 연구결과에 대한 일반화에 제약이 있고, 각 변인 간의 관계가 장기적인 관점에서 어떠한 변화를 나타내고 있는지 관찰하지 못한 한계가 있으므로 종단적 연구설계를 통한 검증이 있어야 하겠다. 또한, 본 연구에서는 프로골퍼들의 평가염려 완벽주의와 심리적 극통과 유연성, 그리고 심리적 극통 및 유연성과 은퇴의도의 직접적인 관계만을 살펴보았기 때문에, 은퇴의도에 미치는 간접적인 영향을 살펴보는 확장된 분석을 활용한 접근이 필요하다고 판단된다. 이에, 본 연구의 결과를 바탕으로, 평가염려 완벽주의와 은퇴의도의 관계에서 영향을 미치는 매개변수 탐색과 같은 간접효과검증을 통해서, 선수 훈련에서 고려해야 할 점을 제시하는 것도 현장에 도움을 줄 수 있을 것이다. 또한, 프로골프선수를 대상으로 수행되어 모든 프로종목 선수에게 연구결과를 적용하여 해석하기에는 제약이 있으므로 향후 연구에서는 다양한 종목의 프로선수를 대상으로 평가염려 완벽주의와 관련

된 다양한 심리적 변인과의 관계적 특성을 검증하는 연구가 수행되어야 하겠다. 마지막으로 평가염려 완벽주의와 심리적 극통 및 심리적 유연성은 개인의 성격과 경험으로 영향을 받는 특성(Dunkley & Blankstein, 2000; Dunkley et al., 2006; Slaney et al., 2001)이 있으므로 성격, 선수경력, 성별 등과 같은 영향요인을 반영하여 검증하는 연구를 통해 학문적인 이해를 확장하고, 현장에서의 활용도가 높은 시사점이 제공되어야 하겠다.

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. So & H. Ahn, Data curation: Y. So & H. Ahn, Formal analysis: Y. So, Methodology: Y. So & H. Ahn, Projectadministration: Y. So, Visualization: H. Ahn, Writing-original draft: Y. So & H. Ahn, Writing-review & editing: H. Ahn

참고문헌

- Ahn, H. Y., & So, Y. H. (2022). Mediation effect of positive psychological capital on the relationship between evaluative concerns perfectionism and fear of negative evaluation in professional football players. *The Korean Journal of Physical Education*, 61(5), 311-328.
- Ajzen, I. (1991). The theory of planned behavior. *Organizational Behavior and Human Decision Process*, 50(2), 179-211.
- Ajzen, I., & Driver, B. L. (1992). Application of the theory of planned behavior to leisure choice. *Journal of Leisure Research*, 24(3), 207-224.
- Baumeister, R. F. (1990). Suicide as escape from self. *Psychological Review*, 97(1), 90-113.
- Beevers, C. G., & Miller, L. W. (2004). Perfectionism, cognitive bias, and hopelessness as prospective predictors of suicidal ideation. *Suicide and Life-Threatening Behavior*, 34(2), 126-137.
- Blankstein, K. R., & Dunkley, D. M. (2002). Evaluative concerns, self-critical, and personal standards perfectionism: A structural equation modeling strategy. In G. L. Flett & P. L. Hewitt (Eds.), *Perfectionism: Theory, research and treatment* (pp. 285-315). American Psychological Association.
- Bond, F. W., Hayes, S. C., Baer, R. A., Carpenter, K. M., Guenole, N., Orcutt, H. K., Waltz, T., & Zettle, R. D. (2011). Preliminary properties of the acceptance and action questionnaire-II: A revised measure of psychological inflexibility and experiential avoidance. *Behavior Therapy*, 42(4), 676-688.
- Chae, J. S., Shin, J. Y., & Nam, D. H. (2018). Retrieval of retirement factors from athletes and validation of measurement tools. *The Korean Journal of Measurement and Evaluation in Physical Education and Sports Science*, 20(2), 67-82.
- Chang, E. C., Watkins, A., & Banks, K. H. (2004). How adaptive and maladaptive perfectionism relate to positive and negative psychological functioning: Testing a stress-mediation model in black and white female college students. *Journal of Counseling Psychology*, 51(1), 93-102.
- Choi, B., Koh, E. Y., Lee, S. Y., Lee, E. J., & Seo, Y. S. (2011). Maladaptive perfectionism, hopelessness, depression, psychache, and suicidal ideation. *Korean Journal of Counseling and Psychotherapy*, 23(3), 693-716.
- Dunkley, D. M., & Blankstein, K. R. (2000). Self-critical perfectionism, coping, hassle, and current distress: A structural equation modeling approach. *Cognitive Therapy and Research*, 24(6), 713-730.
- Dunkley, D. M., Blankstein, K. R., Halsall, J., Williams, M., & Winkworth, G. (2000). The relation between perfectionism and distress: Hassles, coping, and perceived social support as mediators and moderators. *Journal of Counseling Psychology*, 47(4), 437-453.
- Dunkley, D. M., Sanislow, C. A., Grilo, C. M., & McGlashan, T. H. (2006). Perfectionism and depressive symptoms 3 years later: Negative social interactions, avoidant coping, and perceived social support as mediators. *Comprehensive Psychiatry*, 47(2), 106-115.
- Flamenbaum, R., & Holden, R. R. (2007). Psychache as a mediator in the relationship between perfectionism and suicidality. *Journal of Counseling Psychology*, 54(1), 51-61.
- Flett, G. L., & Hewitt, P. L. (2002). Perfectionism and maladjustment: An overview of theoretical, definitional, and treatment issues. In G. L. Flett & P. L. Hewitt (Eds.), *Perfectionism: Theory, research, and treatment* (pp. 5-31). American Psychological Association.
- Flett, G. L., Hewitt, P. L., Blankstein, K. R., & Mosher, S. W. (1995). Perfectionism, life events, and depressive symptoms: A test of a diathesis-stress model. *Current Psychology*, 14(2), 112-137.
- Frost, R. O., & Dibartolo, P. M. (2002). Perfectionism, anxiety, and obsessive-compulsive disorder. In G. L. Flett & P. L. Hewitt (Eds.), *Perfectionism: Theory, research, and treatment* (pp. 341-371). American Psychological Association.
- Frost, R. O., Martin, P., Lahart, C., & Rosenberg, R. (1990). The dimensions of perfectionism. *Cognitive Therapy and Research*, 14(5), 449-468.
- Gustafsson, H., Hassmen, P., Kentta, G., & Johansson, M. (2008). A qualitative analysis of burnout in elite Swedish athletes. *Psychology of Sport and Exercise*, 9(6), 800-816.
- Hewitt, P. L., & Flett, G. L. (1991). Perfectionism in self and social context: Conceptualization, assessment, and association with psychopathology. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60(3), 456-470.
- Holden, R. R., Mchca, K., Cunningham, E. J., & McLeod, L. D. (2001). Development and preliminary validation of a scale of psychache. *Canadian Journal of Behavioral Science*, 33(4), 224-232.
- James, K., Verplanken, B., & Rimes, K. A. (2015). Self-criticism as a mediator in the relationship between unhealthy perfectionism and distress. *Personality and Individual Differences*, 79, 123-128.
- Jang, J. H., & Lee, J. H. (2018). The mediating effects of fear of negative evaluation and ambivalence over emotional expressiveness in the relationship between evaluative concerns perfectionism and psychological distress of high school students. *The Korea Journal of Youth Counseling*, 26(1), 255-275.
- Jeon, H. O. (2014). Relations of body perception, anxiety, psychological flexibility and abnormal eating attitudes of college students. *Journal of Korea Academia-Industrial Cooperation Society*, 15(6), 3675-3684.
- Kang, S. A., & Kim, M. H. (2023). The impact of concerns perfectionism on social interaction anxiety: Mediating effect of fear of negative evaluation and moderating effect of cognitive flexibility. *Journal of Social Science*, 34(4), 3-21.
- Kashdan, T. B., Barrios, V., Forsyth, J. P., & Steger, M. F. (2006). Experiential avoidance as a generalized psychological vulnerability: Comparisons with coping and emotion regulation strategies. *Behaviour Research & Therapy*, 44(9), 1301-1320.
- Kashdan, T. B., & Rottenberg, J. (2010). Psychological flexibility as a

- fundamental aspect of health. *Clinical Psychology Review*, 30(7), 865-878.
- Kim, H. J., & Son, C. N. (2007).** The mediating effects of stress and repetitive thoughts in relationship among evaluative concerns perfectionism, anxiety, and depression. *Korean Journal of Psychology: General*, 26(2), 183-205.
- Kim, J. E., & Son, C. N. (2012).** Effects of acceptance and commitment therapy on evaluative concerns perfectionism, fear of negative evaluation, experiential avoidance, and self-efficacy of university students with evaluative concerns perfectionism. *Korean Journal of Clinical Psychology*, 31(3), 749-771.
- Kim, M. S., & Seo, Y. S. (2009).** The relation between evaluative concern perfectionism and psychological distress: Emotion-focused coping and perceived efficacy as mediators. *The Korean Journal of Woman Psychology*, 14(3), 427-446.
- Koh, E. Y., Choi, B., Lee, S. Y., Lee, E. J., & Seo, Y. S. (2013).** Relationship between socially prescribed perfectionism and suicidal ideation: The mediating effects of self-criticism and psychache. *Korean Journal Of Counseling And Psychotherapy*, 25(1), 63-81.
- Lee, E. J., Choi, W. Y., & Kim, M. S. (2020).** The influence of evaluative concern perfectionism of general high school student on performance anxiety: Focusing on mediated effect of cognitive flexibility. *The Journal of Learner-Centered Curriculum and Instruction*, 20(22), 1185-1302.
- Lee, Y. J., & Choi, H. J. (2021).** The role of psychological flexibility between maladaptive personality traits and psychological adjustment. *Cognitive Behavior Therapy in Korea*, 21(3), 409-428.
- Leenaars, A. A. (1996).** Suicide: A multidimensional malaise. *Suicide and Life-Threatening Behavior*, 26(3), 221-236.
- Masuda, A., & Tully, E. C. (2012).** The role of mindfulness and psychological flexibility in somatization, depression, anxiety, and general psychological distress in a nonclinical college sample. *Journal of Evidence-Based Complementary & Alternative Medicine*, 17(1), 66-71.
- McCracken, L. M., & Morley, S. (2014).** The psychological flexibility model: A basis for intergration and progress in psychological approaches to chronic pain management. *The Journal of Pain*, 15(3), 221-234.
- Myung, W. S., Won, Y. S., & Koo, S. K. (2015).** A study on K-League players' perception and preparation process on retirement. *Korean Journal of Sport Science*, 26(2), 254-266.
- O'Connor, R. C., Rasmussen, S., & Hawton, K. (2010).** Predicting depression, anxiety and self-harm in adolescents: The role of perfectionism and acute life stress. *Behaviour Research and Therapy*, 48(1), 52-59.
- Park, H. J., & Kim, J. S. (2016).** The mediating effects of thwarted belongingness and psychache in the relationship between socially prescribed perfectionism and suicidal ideation of undergraduates. *Korea Journal of Counseling*, 17(4), 251-273.
- Park, H. Y., & Hong, H. Y. (2019).** The relationship between evaluative concerns perfectionism and performance anxiety of university students: The mediating effects of cognitive flexibility and self-compassion. *Korea Journal of Counseling*, 20(5), 23-40.
- Rapee, R. M., & Heimberg, R. G. (1997).** A cognitive-behavioral model of anxiety in social phobia. *Behavior Research and Therapy*, 35(8), 741-756.
- Sabounchi, F., & Lundh, L. G. (1997).** Perfectionism, self-consciousness and anxiety. *Personality and Individual Differences*, 22(6), 921-928.
- Shneidman, E. S. (1993).** Suicide as psychache. *Journal of Nervous and Mental Disease*, 18(3), 145-147.
- Slaney, R. B., Rice, K. G., Mobley, M., Trippi, J., & Ashby, J. S. (2001).** The revised almost perfect scale. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 34(3), 130-145.
- So, Y. H. (2022).** Relationship among grit, positive psychological capital, intention to athlete adherence, and retirement intention in professional golfers. *Journal of Golf Studies*, 16(3), 15-30.
- So, Y. H., & Ha, S. W. (2023).** Relationship among evaluative concerns perfectionism, fear of negative evaluation, and psychache of professional golfers. *Journal of Golf Studies*, 17(1), 1-16.
- Steenhaut, P., Rossi, G., Demeyer, I., & DeRaedt, R. (2018).** How is personality related to well-being in older and younger adults? The role of psychological flexibility. *International Psychogeriatrics*, 31(9), 1355-1365.
- Wei, M., Mallinckrodt, B., Russell, D. W., & Abraham, W. T. (2004).** Maladaptive Perfectionism as a Mediator and Moderator Between Adult Attachment and Depressive Mood. *Journal of Counseling Psychology*, 51(2), 201-212.

프로골프선수의 평가염려 완벽주의와 심리적 극통, 심리적 유연성 및 은퇴의도의 관계

소영호¹, 안효연^{2*}

¹단국대학교, 운동의과학과, 조교수

²서울대학교, 체육교육과, 강사

*교신저자: 안효연(ahy0522@snu.ac.kr)

[목적] 이 연구는 프로골프선수의 평가염려 완벽주의와 심리적 극통, 심리적 유연성 및 은퇴의도의 관계를 분석하기 위한 목적으로 수행되었다.

[방법] 연구참여자는 프로골프선수 216명으로 하였고, 평가염려 완벽주의, 심리적 극통, 심리적 유연성, 은퇴의도에 대한 설문조사를 통해 자료를 수집하였다. 수집된 자료는 SPSS 23.0과 AMOS 22.0을 이용한 경로분석을 실시하였다.

[결과] 첫째, 심리적 극통에는 수행에 대한 의심과 사회적으로 부과된 완벽주의가 정적(+)인 영향을 미치고, 실수에 대한 염려는 통계적으로 유의미한 영향을 미치지 않았다. 둘째, 심리적 유연성에는 실수에 대한 염려와 수행에 대한 의심은 부적(-)인 영향을 미치고, 사회적으로 부과된 완벽주의는 유의미한 영향을 미치지 않았다. 셋째, 은퇴의도에 심리적 극통은 정적(+)인 영향을 미치고, 심리적 유연성은 부적(-)인 영향을 미친다.

[결론] 이상의 결과를 통해 프로골프선수의 평가염려 완벽주의에 의해 심리적 극통과 심리적 유연성이 좌우될 수 있고, 은퇴의도는 심리적 극통과 심리적 유연성에 의해 영향을 받는다는 것이 시사되었다. 또한, 이 연구에서 확인된 결과를 토대로 시사점과 향후 연구 방향을 제시하였다.

주요어

평가염려 완벽주의, 심리적 극통, 심리적 유연성, 은퇴의도, 프로골프선수