

# The Validation of Korean Coaching Life Skills in Sport Questionnaire (KCLSS-Q)

Junsu Bae and Taehee Lim

Yongin University

## Article Info

Received 2022.07.01.

Revised 2022.08.24.

Accepted 2022.09.14.

## Correspondence\*

Junsu Bae

junsu\_bae57@naver.com

## Key Words

Positive youth development,  
Coaching strategy,  
Sport instructor,  
Validation,  
Factor analysis

이 논문은 배준수의 박사학위논문 수정 및 보완하였음.

**PURPOSE** The purpose of this study was to validate the Korean version of Coaching Life Skills in Sport Questionnaire (KCLSS-Q). **METHODS** Substantive, structural, and external stages were undertaken to address the purpose of this study. At the substantive stage, the scale was translated by discussing with an expert panel and testing item clarity. Ten coaches (9 males,  $M_{age}=33.80$ ,  $SD=4.21$ ) participated in the item clarity test. At the structural stage, descriptive statistics, exploratory factor analysis (EFA), and confirmatory factor analysis (CFA) were conducted. A total of 249 (214 male,  $M_{age}=34.18$ ,  $SD=6.82$ ) and 232 coaches (186 male,  $M_{age}=34.26$ ,  $SD=7.69$ ) participated in the EFA and CFA, respectively. At the external stage, correlation analysis using other scales (emotional intelligence in sport coaching, EISSC) was conducted to examine concurrent validation. A total of 130 copies of the CFA data were randomly extracted and used for this stage. **RESULTS** For the EFA, the scale extracted five factors with 27 items. In the CFA, however, five factors with 26 items were identified as an appropriate structure. Finally, the relationships of all sub-factors between KCLSS-Q and EISSC were statistically significant in the correlation analysis. **CONCLUSIONS** KCLSS-Q should reasonably consists of nine items on structuring and facilitating a positive sport climate, five on understanding life skills, four on practicing life skills, five on understanding life skills transfer, and three on practicing life skills transfer. KCLSS-Q can be used as a valid measure to evaluate the coaching life skills of Korean coaches.

## 서론

스포츠 긍정적 청소년 발달(sport based positive youth development, 이하 PYD)'은 우리나라 스포츠 선진화를 위한 논리적이고 실증적인 이론으로 주목받고 있다. 스포츠 PYD는 학생선수와 같은 청소년들을 건전한 시민사회 달성에 필요한 사회의 주요 자원이라고 인식한다(Lerner et al., 2009). 이 때문에 학자들은 학생선수들이 스포츠를 통해 다양한 역량과 잠재력을 개발해야 한다고 주장한다(Holt, 2016). 이는 학생선수들이 발달 과정에서 경험하는 부정적 요소를 예방하거나 최소화해야 한다는 과거의 손실-감소(deficit-reduction) 접근과 반대된다. 즉 문제행동의 예방이나 최소화에 초점을 두는 것이 아니라 역량과 강점 개발로 부정적 경험을

상쇄한다는 강점-기반(strength-based) 접근을 추구한다(Holt, 2016; Seligman & Csikszentmihalyi, 2014).

스포츠를 통해 학생선수들이 개발할 수 있는 여러 역량과 강점 중에서 최근 학자들이 주목하는 것은 바로 '라이프스킬(life skills)'이다. 라이프스킬이란 학생선수들이 성공적인 삶을 영위하기 위한 대표적인 내적 자산(internal assets)으로 스포츠를 통해 개발할 수 있는 인지·정서·행동적 기술을 말한다(Gould & Carson, 2008; Lim & Jang, 2017; Pierce et al., 2017). 예컨대 목표설정·의사소통·감정조절·갈등해결·시간관리·팀워크 등이 대표적인 라이프스킬이다. 이러한 기술들은 스포츠 환경에서 내면화(internalization) 과정을 거쳐 다시 스포츠 밖의 환경(예: 학교·가정·일상 등)으로 일반화(generalization)된다. 이 과정을 '라이프스킬 전이(life skills transfer)'라고 부른다. 만약 스포츠에서 개발한 라이프스킬이 스포츠 밖 환경으로 전이되지 않는다면 이는 완전한 라이프스킬이라고 보기 어렵다(Pierce et al., 2017).

지난 30년 동안 스포츠 PYD 영역에서 라이프스킬 개발과 전이에

© 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.

관한 연구는 다방면으로 시도됐다(Camiré & Santos, 2019). 예컨대 스포츠 PYD와 라이프스킬을 개념화하기 위한 질적 연구(Bae et al., 2019; Hodge et al., 2013; Holt, 2016; Pierce et al., 2017), 학생선수나 청소년의 라이프스킬을 측정하고 평가할 수 있는 도구 개발(Cronin & Allen, 2017; Weiss et al., 2014), 스포츠 라이프스킬 프로그램 개발 및 적용(Hardcastle et al., 2015; Lim et al., 2019; Weiss, 2006), 라이프스킬을 촉진하거나 라이프스킬의 결과로 나타나는 변인 간의 통계적 검증(Cronin & Allen, 2018; Heo & Seo, 2019; Lim et al., 2020) 등 상당히 많은 연구 성과와 지식이 쌓였다.

축적된 연구 성과에 따르면 학생선수의 라이프스킬 개발과 전이를 결정하는 핵심 요인은 '주요 타자(significant others)의 역할'이다. 주요 타자는 학생선수과 직·간접적으로 상호작용하는 부모·지도자·동료 등과 같은 핵심 인물을 의미한다(Holt et al., 2017). 그중에서도 학생선수들과 스포츠 환경 안에서 직접 상호작용하는 지도자의 역할이 가장 중요한 것으로 알려져 있다(Lim et al., 2020; Santos et al., 2019). 예컨대 국내 태권도 선수들을 대상으로 한 Lim et al.(2020)의 연구에 따르면, 지도자의 코칭행동은 선수들의 라이프스킬 개발과 전이에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 지도자가 선수들의 스포츠 기술 숙달과 경기력 향상에만 초점을 두는지 혹은 긍정적 발달과 강점 개발에도 관심을 두는지에 따라 그 결과는 완전히 달라질 수 있다는 것을 시사한다. 이처럼 지도자의 가치관과 철학에 따라 구분되는 선수들의 라이프스킬 개발 가능성을 두고 학자들은 암묵적 접근(implicit approach)과 명시적 접근(explicit approach)이라는 개념으로 분류했다(Bea, Kramers, Forneris et al., 2018; Turnnidge et al., 2014).

암묵적 접근은 지도자가 선수들의 라이프스킬 개발과 전이보다 스포츠 기술·경기력 향상·재미 또는 흥미 등에 중점을 둔다(Turnnidge et al., 2014). 일부 연구자들은 스포츠 상황에서 지도자가 암묵적 코칭을 사용하더라도 라이프스킬 개발과 전이가 가능하다고 믿는다(Jones & Lavallee, 2009). 스포츠에 내재한 특성(예: 건전한 경쟁 환경)과 사회적 지원(예: 긍정적인 코치-선수관계)은 선수들이 긍정적 경험을 가지도록 유도하기 때문이다. 이 경험들은 우리가 기대하는 긍정적 발달 결과를 촉진할 수 있지만(Chinkov & Holt, 2016), 일관적인 결과를 기대하기는 힘들다. 반대로 명시적 접근은 선수들의 라이프스킬 개발과 전이를 위해 지도자가 의도적으로 노력하고 가르치는 것이다(Turnnidge et al., 2014). 이때 라이프스킬은 스포츠 기술과 함께 통합적으로 가르쳐진다(Bea & Forneris, 2016; Camiré et al., 2012). 예를 들어 어떤 지도자는 축구에서 패스를 가르치면서 동시에 의사소통의 중요성을 지도할 수 있다.

이러한 지도자의 암묵적/명시적 접근은 Bea, Kramers, Forneris et al.(2018)에 의해 '라이프스킬 코칭 6단계'로 정리되었다. 이 단계의 핵심은 바로 의도성(intentionality)이다. 지도자가 학생선수의 라이프스킬 개발과 전이에 대해 의도성을 가지면 명시적 접근이지만 비의도적일 경우는 암묵적 접근이다(Bea, Kramers, Forneris et al., 2018). 구체적으로 모델의 1단계 '스포츠 환경 조직'과 2단계 '긍정적 분위기 조성'은 전이를 고려하지 않기 때문에 암묵적 접근이다. 그리고 3단계 '라이프스킬 논의'와 4단계 '라이프스킬 연습'은 라이프스킬의 내면화를 가능하게 하고, 5단계 '라이프스킬 전이 논의'와 6단계 '라이프스킬 전이 연습'은 스포츠 밖 환경으로 라이프스킬을 일반화하는 명시적 접근이다. Bea, Kramers, Forneris et al.(2018)에 따르면 지도자가 높은 단계의 코칭 전략을 사용할수록 학생선수들의 라

이프스킬 개발과 전이 가능성은 더 커진다.

학자들은 스포츠 활동으로 긍정적 발달을 기대하는 암묵적 접근보다 지도자가 라이프스킬을 의도적으로 가르치는 명시적 접근을 지향한다(Bea, Kramers, Forneris et al., 2018; Holt et al., 2017). 이 때문에 최근 학자들은 지도자들의 라이프스킬 코칭 역량을 강화할 수 있는 교육이나 프로그램에 많은 관심을 두고 있다. 실제로 MacDonald et al.(2020)는 라이프스킬 교육 프로그램에 참여한 지도자들이 그렇지 않은 지도자들보다 더 많은 PYD 지향 행동을 보인다는 것을 발견하였다. 이 밖에도 선수나 청소년들의 긍정적 발달을 위해 지도자들이 더 명시적인 접근을 지향하도록(coaches to be explicit) 개입하려는 다양한 시도가 이루어졌다(Camiré et al., 2018; Kramers et al., 2020; Riley et al., 2017; Super et al., 2016).

그러나 이러한 연구 성과들은 대부분 북미나 유럽에 국한되어 있다. Wium & Dimitrova(2019)는 북미를 제외한 나머지 문화권에서 스포츠 PYD에 관한 관심과 연구가 상당히 부족하다고 지적한 바 있다. 우리나라도 마찬가지로 스포츠 PYD와 라이프스킬이라는 개념이 조금씩 주목받고 있지만, 아직 지도자의 역할에 대한 이해와 연구는 부족한 상황이다(Lim et al., 2020). 이와 같이 국내 스포츠 라이프스킬 연구에서 지도자 역할에 대한 성과가 부족한 이유 중 하나는 지도자들의 라이프스킬 지도 역량을 평가할 수 있는 도구가 부재하다는 것이다. 일찍이 지도자의 역할을 강조하던 해외에서는 이들을 관찰 평가할 수 있는 PQAYS(Program Quality Assessment in Youth Sport; Bea, Kramers, Camiré et al., 2018)와 스스로 평가할 수 있는 CLSS-Q(Coaching Life Skills in Sport Questionnaire; Camiré et al., 2021; Kramers, Camiré, Ciampolini et al., 2021)를 개발하고 현장에 활용하고 있다. 특히 CLSS-Q는 Bea, Kramers, Forneris et al.(2018)이 제안한 암묵적/명시적 라이프스킬 코칭 6단계 모델을 기반으로 한다는 점에서 합리적이고 논리적인 설명을 제공한다. 이 때문에 CLSS-Q는 학생선수들의 라이프스킬 개발과 전이를 위한 지도자의 의도적 노력을 평가할 수 있는 합리적인 도구로 평가받고 있다.

CLSS-Q는 우리나라 스포츠 현장에서도 충분한 활용 가치를 지니고 있다. 그 이유로 첫째, CLSS-Q가 가진 이론적 개념은 국내 스포츠 문화에도 충분히 적용할 수 있다. 예컨대 CLSS-Q의 스포츠 환경 조직 요인 문항에는 '훈련 계획 세우기'나 '규칙 만들기'와 같은 내용이 포함되어 있다. 이는 우리나라 스포츠 문화에서도 사용되는 보편적인 코칭 전략이므로 지도자들이 응답하기에 적절하다. 둘째, 국내 스포츠 문화의 변화로 학생선수들의 이중경력(dual career), 역량, 인권 그리고 이에 대한 지도자의 긍정적 역할이 강조되고 있다. 이에 CLSS-Q는 선수들의 역량 강화를 위한 지도자의 역할을 평가하는 도구로써 활용 가치가 있다. 셋째, 최근 국내 스포츠의 학문적 영역에서 선수들의 긍정적 발달이나 라이프스킬 개발 등과 같은 주제들이 점진적으로 증가하고 있다. 나아가 지도자의 라이프스킬 코칭을 평가할 수 있는 CLSS-Q는 우리나라의 스포츠 라이프스킬 연구의 확장을 촉진할 수 있다.

그러나 CLSS-Q를 국내에서 활용하기 위해서는 문화적 차이를 적절히 반영하여 보완하는 작업이 이루어져야 한다. 나아가 체계적인 통계 절차를 거쳐 타당도와 신뢰도를 검증해야 한다. 이러한 시도는 스포츠 라이프스킬 연구 주제가 선수 개인에서 팀으로 그리고 주요타자(특히 지도자)로 확장되는 세계적인 연구 동향을 반영하기 위한 노력이다. 이뿐만 아니라 최근 지도자의 역할을 강조하는 우리나라의

스포츠계에도 의미 있는 시사점을 남길 수 있을 것으로 기대한다. 따라서 이 연구는 해외에서 개발된 CLSS-Q를 국내에서 사용하기 위해 번안하고 타당도와 신뢰도를 검증하여 '한국판 스포츠 라이프스킬 코칭 척도(Korean Coaching Life Skills in Sport Questionnaire, 이하 KCLSS-Q)'로 타당화하는 데 목적이 있다.

## 연구방법

### 연구 설계 및 분석방법

이 연구는 척도 타당화를 위해 3단계 절차를 거쳤다. 구체적으로 이 연구는 내용검토(substantive)-내적구조검토(structural)-외적관계검토(external) 단계를 거쳤다(DeVellis, 2017). 각 단계의 내용과 분석 방법은 다음과 같다(Figure 1).

#### 1. 내용검토 단계

1단계 내용검토의 목적은 선행연구에서 제시된 이론적 기반과 개념을 이용하여 검사지의 문항을 마련하는 것이다(Benson, 1998). 이 연구는 해외에서 개발된 척도 CLSS-Q를 이용하므로 문항의 내용을 검토하고 국내 스포츠 문화와 상황을 고려해 번역하였다. 문항의 번역은 문화적 차이를 고려하면서도 이론적 당위성을 충분히 고려해야 하므로 매우 신중해야 한다(Cha et al., 2007). 특히 연구자의 주관적인 견해를 최대한 배제해야 하고 응답자 중심에서 그리고 이론적 개념에서 벗어나지 않도록 주의해야 한다.

구체적으로 문항 번역은 다음과 같은 절차를 거쳤다. 첫째, 연구자는 해외에서 개발된 CLSS-Q의 문항을 검토하고 직역하였다. 직역은 연구자의 주관적인 해석이 개입되지 않도록 원본의 의미를 그대로 옮겼다. 직역된 문항은 원어(영어)와 한국어가 동시에 제시된 문서로 만들어 전문가 협의 자료로 사용하였다.

둘째, 전문가 집단을 구성하여 1차 번역된 문항의 내용을 검토하고 우리나라 스포츠 문화와 상황을 반영했다. 전문가 집단은 척도 개발 및 타당화 경험이 풍부한 스포츠심리학 교수 1인과 박사 2인, 영어와 한국어에 능통한 이중언어자(bilingual) 1인, 스포츠 현장에서 선수들을 가르치고 있는 지도자 3인으로 구성했다. 이들은 문항 번역부터 통계적 검증까지 모든 과정에 참여했다. 구체적으로 연구자는 직역한 문항을 영어 원본과 함께 문서로 만들어 전문가들에게 배포했다. 전문가들은 문서를 보면서 검토하고 자신의 의견과 생각을 공란에 적었다. 전문가들에게 배포한 문서를 다시 수집한 뒤 전체 의견을 정리하였다. 이중언어자를 주축으로 모든 전문가들과 회의를 통해 문항을 수정 및 보완했다.

셋째, 전문가 집단의 협의를 거쳐 수정된 문항은 '문항 이해도 검사'를 통해 국내 스포츠 지도자들에게 검토받았다. 지도자들은 각 문항에 '적합(○=3점)', '보통(△=2점)', '부적합(×=1점)'으로 평가했다. 그리고 부적합으로 평가할 때는 그 이유를 적도록 했다. 이후 전체 참여자들이 평가한 것을 토대로 평균 점수를 산출했다. 이때 평균 점수가 2.50점 이하인 문항들은 다시 전문가 집단의 협의를 거쳐 수정한 뒤 최종 번역 문항을 마련하였다.

#### 2. 내적구조검토 단계

2단계 내적구조검토는 번역된 문항에 대한 통계적 분석 과정이다. 이 과정은 연구 참여자들의 응답 반응을 기반으로 문항 간의 내적 관계에 따른 구조를 규명하는 것(Nunnally, 1994)이 목적이다. 구체적으로 SPSS 23버전과 AMOS 23버전을 이용하였고 기술통계 분석, 탐색적 요인분석(exploratory factor analysis), 그리고 확인적 요인분석(confirmatory factor analysis)을 통해 척도의 내적 구조를 검토했다.

기술통계 분석은 문항 응답에 대한 경향성을 파악하고 정규성을 검증하는 데 목적이 있다. 이를 위해 평균, 표준편차, 왜도, 그리고 첨도 값을 산출했다. Kline(2015)에 따르면 왜도와 첨도는 각각  $\pm 3$ 과  $\pm 8$  이하일 때 정규성을 가정한다고 판단할 수 있다.

탐색적 요인분석은 요인의 구조를 통계적으로 확인하는 첫 번째 과정이라는 점에서 최대한 많은 가능성을 고려해야 한다. 주로 요인의 수를 결정하는 것이 탐색적 요인분석의 핵심이다. 그러나 이 연구는 이미 해외에서 개발된 CLSS-Q를 번역하고 타당화 한다는 점, 이론적으로 라이프스킬 코칭 6단계(Beane, Kramers, Forneris et al., 2018)를 따르고 있다는 점을 고려하여 요인의 수를 6개로 고정하고 분석하였다. 탐색적 요인분석은 이론적 개념에 기반해 요인의 수를 결정하고 적합한 모델을 추출하는 것이 바람직하다(Kline, 2015). 즉 이 연구는 요인의 구조와 수가 명확하지 않을 때 사용하는 스크리드표, 고유값(eigen value), 평행선 분석(parallel analysis)보다 이론적 개념(라이프스킬 코칭 6단계)에 초점을 맞췄다(Lee et al., 2016).

요인 추출은 최대우도법(maximum likelihood), 요인의 회전은 사각회전 방법인 직접 오블리민(oblimin)을 이용했고 신뢰도는 Cronbach의  $\alpha$ 를 산출하였다. 또한 탐색적 요인분석의 문항 제거 기준은 요인 적재치 .3 이하로 설정했고 여러 개의 요인에 중복으로 적재치를 보인 문항들도 제거를 고려했다. 문항 제거는 통계적 수치에만 의존하지 않고 문항의 내용과 이론 그리고 전문가 집단의 의견을 종합적으로 고려해 신중히 결정했다.

확인적 요인분석은 탐색된 요인의 내적 구조를 확인하는 데 목적이 있었다. 모형의 적합도 지수는 Kline(2015)의 제안에 따라 가장 보편적으로 연구자들이 이용하는  $\chi^2/df$ , TLI, CFI, RMSEA, SRMR을 이용하

#### Step 1. Substantive stage

Translate the original items of CLSS-Q into Korean

- The primary translation
- Review and revision of expert panel
- Item clarity test
- Final revision



#### Step 2. Structural stage

Explore and confirm the structure and factor

- Descriptive statistics
- Exploratory Factor Analysis (EFA)
- Confirmatory Factor Analysis (CFA)



#### Step 3. External stage

Correlation analysis with other scale

- Correlation with EISSC

Fig. 1. Research design

였다.  $\chi^2/df$ 은 3 이상, TLI와 CFI .9 이상, RMSEA와 SRMR은 .08 이하 일 때 '매우 좋을 적합도 지수'로 판단할 수 있다. 그러나 적합도 지수는 절대적인 기준이 아니므로 연구자의 이론적 근거에 따라 기준에 근사한 값이어도 '수용할만한(acceptable) 적합도 지수'로 판단한다(Kline, 2015). 끝으로 표준화회귀계수( $\beta$ )는 .5 이상을 기준으로 삼았다.

### 3. 외적관계검토 단계

3단계 외적관계검토는 척도의 내적 구조에 대한 긍정적인 증거를 찾음으로써 구성 타당도를 제공하는 것이 목적이다. Benson(1998)은 척도 타당화 3단계 중에서 마지막인 외적관계검토가 중요한 단계임을 강조하였다. 외적관계검토를 위해서는 다양한 방법을 활용할 수 있지만 가장 대표적인 방법은 다른 검사지와의 관계를 분석하는 것이다(DeVellis, 2017).

이 연구에서는 라이프스킬 코칭과 이론적으로 관련이 있을 것으로 예측되는 스포츠코칭정서지능(emotional intelligence in sport coaching, EISSC; Hwang et al., 2021)과 상관관계 분석을 통해 공인 타당도(concurrent validity)를 검증했다. 국내에서는 연구가 부족하지만, 해외의 연구자들에 따르면 정서지능과 라이프스킬은 서로 밀접한 관련이 있음을 알 수 있다(Bastian et al., 2005; Saini, 2016). 예컨대, Gheitarani et al.(2017)의 연구에 따르면 라이프스킬 프로그램 참여자들의 정서지능이 비교집단에 비해 더 높은 것으로 나타났다. 이러한 선행연구들은 라이프스킬과 정서지능이 서로 밀접한 관련이 있음을 나타낸다. 즉 코칭 정서지능 점수가 높을수록 지도자의 라이프스킬 코칭 척도 또한 높을 것이라는 예측이 가능하다. 따라서 라이프스킬 코칭 척도와 스포츠코칭정서지능 척도 간에 정적인 상관관계가 있을 때 공인 타당도를 검증할 수 있다.

## 연구 참여자

### 1. 내용검토 단계의 참여자

문항 이해도 평가를 위해 선정된 연구 참여자는 총 10명이었다. 이들은 모두 대한체육회에 지도자로 등록되어 있었고 최소 1년 이상의 선수 지도 경력을 가지고 있었다. 남자 지도자는 9명이고 여자 지도자는 1명이었다. 이들의 나이는 평균 33.80세( $SD=4.21$ , 범위=28~40)였고 지도자 경력은 평균 5.40년( $SD=2.40$ , 범위=2~10)으로 나타났다. 종목은 태권도와 축구가 각 3명, 수영, 복싱, 야구, 탁구가 각 1명이었다.

### 2. 내적구조검토 단계의 참여자

내적구조검토 단계에서는 총 2회에 걸쳐 연구 참여자를 모집하였다. 첫 번째 모집에서는 258명이 참여하였고 이들의 자료는 탐색적 요인분석에 사용되었다. 이 중에서 불성실하다고 판단된 9명의 자료를 제외하여 최종적으로는 249명의 자료를 사용하였다. 남자 지도자는 214명(85.9%)이었고 여자 지도자는 35명(14.1%)이었다. 나이는 평균 34.18세( $SD=6.82$ , 범위=21~56세)였고 지도자 경력은 평균 7.84년( $SD=5.77$ )이었다. 중학교 지도자는 96명(38.6%)이었고 고등학교 지도자는 153명(61.4%)이었다. 종목은 태권도(78명, 31.3%), 축구(57명, 22.9%), 육상(22명, 8.8%), 체조(12명, 4.8%), 핸드볼(11명, 4.4%) 등의 순이었고 21개 종목이었다.

두 번째 모집에서는 239명이 참여하였고 이들의 자료는 확인적 요인분석에 사용하였다. 불성실 자료 7부를 제외하여 최종적으로는

232명의 자료가 사용됐다. 남자 지도자는 186명(80.2%)이었고 여자 지도자는 46명(19.8%)이었다. 나이는 평균 34.26세( $SD=7.69$ , 범위=22~58세)였고 지도자 경력은 평균 8.09년( $SD=5.74$ )이었다. 지도 대상으로 살펴보면, 중학교 지도자가 87명(37.5%)이었고 고등학교 지도자가 145명(62.5%)이었다. 종목은 태권도(60명, 25.9%), 축구(54명, 23.3%), 육상(18명, 7.8%), 유도(13명, 5.6%), 수영(12명, 5.2%) 등의 순이었고 총 22개 종목이었다. 이상 내적구조검토 단계의 전체 연구 참여자 수는 총 481명이었다.

### 3. 외적관계검토 단계의 참여자

외적관계검토를 위한 연구 참여자는 확인적 요인분석의 연구 참여자 중 130명을 무작위로 선정하였다. 남자 지도자는 102명(78.5%), 여자 지도자는 28명(21.5%)이었다. 또한 중학생 지도자는 50명(38.5%), 고등학생 지도자는 80명(61.5%)이었다.

## 측정도구

### 1. 스포츠 라이프스킬 코칭 척도

스포츠 라이프스킬 코칭을 측정하는 CLSS-Q는 Camiré et al.(2021)과 Kramers, Camiré, Ciampolini et al.(2021)이 제시한 두 가지 버전이 있다. 두 개의 척도 모두 Bean, Kramers, Forneris et al.(2018)이 제시한 암묵적·명시적 라이프스킬 코칭 6단계 모델을 이론적 기반으로 삼는다. 그러나 Camiré et al.(2021)은 척도 개발 과정에서 1·2단계를 하나의 요인으로 묶어 5개 요인으로 제시하였다. 이후 Kramers, Camiré, Ciampolini et al.(2021)이 이를 다시 6개 요인으로 제시하고 스포츠 현장에서의 활용성을 높였다. 이 연구는 최초 Bean, Kramers, Forneris et al.(2018)의 이론적 개념을 따르고 현장 활용 가능성을 높였다는 점에서 Kramers, Camiré, Ciampolini et al.(2021)이 제시한 6개 요인과 문항들을 이용하였다.

6개 요인은 스포츠 환경 구조화(structuring the sport context, SC) 5문항, 긍정적 분위기 조성(facilitating positive climate, PC) 5문항, 라이프스킬 논의(discussing life skills, DL) 5문항, 라이프스킬 연습(practicing life skills, PL) 5문항, 라이프스킬 전이 논의(discussing life skills transfer, DT) 5문항, 그리고 라이프스킬 전이 연습(practicing life skills transfer, PT) 5문항으로 총 30문항을 포함한다. 각 문항은 5점 Likert 척도(1=전혀 아니다~5=매우 그렇다)로 응답한다.

### 2. 스포츠 코칭정서지능 척도

지도자의 정서지능은 Hwang et al.(2021)이 개발한 스포츠 코칭정서지능 척도(EISSC)를 사용하였다. 이 척도는 전문 스포츠 지도자들을 대상으로 개발됐다. 자기정서인식(self-awareness) 5문항, 타인정서인식(awareness of others) 3문항, 긍정적 기대(optimism) 3문항, 정서활용(utilization of emotion) 3문항, 정서조절(emotion regulation) 3문항, 사회기술(social skills) 3문항으로 총 6요인 20문항으로 구성되어 있다. 원척도의 응답 범주는 7점 Likert로 개발되었으나, 이 연구에서는 CLSS-Q와의 응답 범주를 일치시키고 응답에 대한 일관성을 위해 5점 Likert(1=전혀 아니다~5=매우 그렇다)를 사용하였다.

## 연구 절차

이 연구는 기관 생명윤리위원회의 심의를 거쳐 연구윤리를 승인받았다. 이후 척도 타당화를 위한 3단계 절차에 맞게 연구를 진행하였다. 각 단계의 연구 참여자 선정을 위해 기관 관계자의 협조를 구하거나 지도자 단체의 메신저 또는 SNS에 모집 공고문을 발송했다. 정부의 사회적 거리두기와 방역지침으로 인해 설문은 비대면으로 진행했다. 즉 G사의 플랫폼을 이용해 온라인 설문지를 제작한 뒤 지도자들에게 배포했다. 온라인 설문지에는 연구의 목적, 연구윤리에 대한 설명, 연구 참여 동의서, 설문 응답 방법 등 자료수집에 대한 전반적인 설명을 제시하였다. 또한 성실한 응답을 유도하기 위해 소정의 사례를 제공했다. 수집된 자료는 온라인에 자동으로 코딩된다. 코딩된 자료는 엑셀 파일로 다운로드 한 후 데이터 스크리닝(data screening)하고 분석에 사용했다.

## 결과

### 내용검토 단계

#### 1. 문항 번역

원본 CLSS-Q 30개 문항의 의미를 그대로 반영하여 연구자가 직역했다. 연구자는 원본이 지닌 의미를 최대한 훼손하지 않았고 문화의 차이 또한 고려하지 않았다. 예를 들어 라이프스킬 전이 연습 문항 중 'Support them in transferring life skills from sport to life outside of sport(Example: I connect athletes to local sport organizations looking for volunteer leaders to act as mentors.)'는 '선수들이 삶에서 라이프스킬을 사용하도록 지원한다(예: 나는 멘토 역할을 할 자원봉사자를 찾는 지역 스포츠 단체와 선수들을 연결한다.)'로 번역하였다. 문항은 우리나라의 문화적 배경과 크게 부합하지는 않지만, 연구자 개인의 주관적인 해석을 배제하기 위해 원본의 의미 그대로 번역한 것이다.

이후 직역한 문항을 토대로 전문가 집단과 협의하였다. 전문가 협의는 우리나라 스포츠 문화 차이, 영어 표현, 현장의 이해도 등을 고려했다. 전문가 협의 과정에서 문항은 수정과 보완이 이루어졌다. 예를 들어 훈련 시간에 지도자가 선수들의 라이프스킬 개발을 위해 노력한다는 의미가 포함된 라이프스킬 논의와 라이프스킬 연습 요인의 문항에는 '운동시간에' 또는 '훈련'과 같은 단서들을 제시했다. 이를 통해 지도자들이 문항의 의도를 명확하게 알 수 있도록 유도했다. 이와 비슷하게 라이프스킬 전이 논의와 연습 요인의 문항에는 '일상에서'라는 단서를 추가했다. 한편 라이프스킬 전이 연습의 문항들은 대부분 국내의 스포츠 문화를 반영하지 못했다. 전문가들은 충분히 논의한 뒤 문항을 수정했으나 더 많은 현장 지도자들의 의견이 포함될 필요가 있었다. 이에 현장 지도자들을 대상으로 문항 이해도 검사를 실시한 뒤 이들의 의견을 반영해 최종 문항을 수정하였다.

#### 2. 문항 이해도 검사

현장 지도자 10명을 대상으로 문항 이해도를 검사하였다. 이들은 각 문항을 읽고 우리나라 스포츠 문화에 전반적으로 잘 부합하는지를 평가하였다. 그 결과 라이프스킬 이해 4번, 라이프스킬 연습 1번, 라이프스킬 전이 연습 1, 2, 3번 총 5개의 문항 이해도 점수가 2.50점 이하

인 것으로 나타났다. 이에 전문가 집단은 해당 문항을 재검토하였다.

예컨대 지도자들은 라이프스킬 전이 연습의 3번 문항 중 '일상에서 라이프스킬을 사용할 수 있는 기회'에 대한 예시가 적절하지 않다고 평가했다. 그러면서 운동부가 함께 참여하는 학교 행사나 봉사활동을 통해 선수들이 라이프스킬을 사용할 수 있는 기회를 가질 수 있다고 제안했다. 전문가들은 지도자들의 의견을 수용해 라이프스킬 전이 연습 3번 문항의 예시를 수정했다. 나머지 문항들도 이와 같이 지도자의 의견과 전문가들의 의견을 종합적으로 고려해 수정했다.

수정된 문항들을 다시 지도자 10명에게 보내 수정된 문항이 적절히 피드백을 반영했는지 검토하도록 했다. 만약 수정된 문항에 문제가 있다고 판단이 들면 다시 의견을 제시하도록 했다. 모든 지도자는 문항이 적절히 수정됐다고 답했고 전문가들도 문항이 충분히 번역되었다고 판단하였다. 한국어로 번역된 CLSS-Q는 <Appendix>에 제시했다. 총 6개 요인 30문항이다. 각 문항은 지도자들의 이해를 도울 수 있는 예시를 포함한다. 응답자의 피로도를 줄이고 불필요한 반복을 최소화하기 위해 반복되는 주어('나는...')는 문항에서 삭제했다. 이후 본문에서는 반복 기술을 줄이기 위해 요인의 약어를 사용하였다(예: 스포츠 환경 구조화 → SC).

### 내적구조검토 단계

#### 1. 기술통계

30개 문항에 대한 기술통계 결과 평균의 범위는 3.32~4.55였고 표준편차의 범위는 .59~1.18로 확인됐다. 또한 왜도의 범위는 -1.56~-1.15, 첨도의 범위는 -.85~4.98로 나타났다. 기준값(왜도 ±3 이하, 첨도 ±8 이하)을 고려할 때 측정된 문항들은 정규성을 가정하는 것으로 판단할 수 있다. 요인별 평균값의 경우 PC 5개 문항의 평균 점수가 4.32점으로 가장 높았다. SC는 4.26점, DL은 4.11점, DT는 4.00점, PL은 3.94점이었고 PT가 3.80점으로 가장 낮았다.

#### 2. 탐색적 요인분석

##### 1) 1차 탐색적 요인분석

최종 번역된 30개의 문항으로 요인분석을 실시하였다. 그 결과 KMO 측도는 .949로 확인되었고 Bartlett의 구형성 검정 값은 7168.772 ( $df=435$ ,  $p<.001$ )로 확인되었다. 또한 충분산의 설명력은 72.43%로 나타났다. 총 6개의 요인이 추출됐고 각 요인의 신뢰도는 .841~.946으로 확인됐다. 구체적으로 SC와 PC의 모든 문항은 하나의 요인으로 나타났다. 또한 PT4, PL4, PT5 역시 하나의 요인으로 묶였다.

위 문항의 제거를 판단하기 위해 내용을 검토했다. 특히 PT4, 5와 PL4를 중점적으로 전문가 집단과 협의했다. 문항(Appendix 참조)을 보면 PT4와 PL4의 내용이 '인사'라는 내용으로 유사하게 이해될 수 있다. 즉 심판이나 상대 코치에게 인사하라고 지도하는 행위와 학교에서 선생님이나 가정에서 부모에게 인사를 잘해야 한다고 가르치는 행위를 상당히 유사하게 지각하는 것으로 해석된다. 한편 PT 요인에 포함된 3개의 문항(PT1~3)과 PT4, 5를 비교했을 때, PT4, 5의 평균점수가 지나치게 높은 것으로 나타났다. 이는 PT의 다른 문항에 비해 4, 5번 문항에 대한 지도자들의 지도행위 빈도가 매우 높고 보편적일 수 있음을 의미한다. 이를 고려하여 2차 요인분석에서는 PT4, 5와 PL4를 제거하였다.

2) 2차 탐색적 요인분석

이론적 부합성을 저해하는 PT4와 PT5, PL4 문항을 제거한 뒤 재분석하였다. 그 결과 KMO 측도는 .945로 나타났고 Bartlett의 구형성 검정 값은 6421.715( $df=351, p<.001$ )로 확인됐다. 총분산의 설명력은 73.87%였다. 총 6개의 요인이 추출됐고 각 요인의 신뢰도는 .836~.946이었다.

1차 요인분석과 동일하게 SC와 PC 요인의 문항 대부분이 하나의 요인에 적재되었고 PC2, 3은 독립적인 요인에 적재치를 보였다. 마찬가지로 전문가 협의를 통해 문항의 세부 내용을 검토하였다. 그러나 PC2, 3과 나머지 세 개 문항(PC1, 4, 5)의 내용과 개념에는 차이가 없는 것으로 확인됐다. 이에 3차 요인분석에서는 문항의 제거 없이 요인의 구조를 5개로 고정하여 분석하였다.

3) 최종 탐색적 요인분석

문항의 삭제 없이 요인의 구조를 5개로 고정하여 분석하였다. 그 결과 2차 분석과 동일한 KMO 측도 값(.945)과 Bartlett의 구형성 검정 값(6421.715( $df=351, p<.001$ ))이 나타났다. 총분산의 설명력은 71.12%로 확인됐다. 첫째, SC 5개 문항과 PC 5개 문항은 하나의 요인에 적재되었다. 10개 문항의 요인 적재치는 .447~.745의 범위로 확인됐고 신뢰도는 .887이었다. 둘째, DL은 기존과 동일하게 5개의 문항이 포함됐고 요인 적재치는 -.366~-0.795, 신뢰도는 .914였다. 셋째, PL은 PL4가 제거되어 총 4개의 문항이 포함됐고 요인 적재치는 .482~.597, 신뢰도는 .889였다. 넷째, DT는 기존과 동일한 5개의 문항으로 탐색됐고 요인 적재치는 .585~.860, 신뢰도는 .946이었다. 끝으로 PT4, 5가 제거되어 PT에는 3개 문항이 포함됐고 요인 적재치는 .579~.941, 신뢰도는 .906으로 나타났다. 결과적으로 한국어로 변안한 CLSS-Q는 5개 요인 27개 문항으로 탐색되었다(Table 1).

3. 확인적 요인분석

1) 1차 확인적 요인분석

1차 분석 결과 모형 적합도 지수들은  $\chi^2/df=2.394$  ( $\chi^2=751.833, df=314$ ), TLI=.897, CFI=.908, RMSEA=.078 (90% CI=.071, .085), SRMR=.055으로 나타났다. 모형 적합도 지수들의 기준(Kline, 2015)을 고려했을 때, 이 모형은 매우 좋은 적합도로 평가한다. 그러나 SC5의 표준화회귀계수( $\beta$ )가 .39( $p<.001$ )로 기준( $\beta$ :.5)보다 낮게 나타났다.

문항을 검토한 결과, SC5(지나치게 높은 기대를 하지 않는다(예: 도전적이면서 실현 가능한 목표를 제시한다))는 같은 요인에 포함된 다른 문항들과 비교했을 때 '지나치게 높은 기대'라는 내용이 이중적인 의미로 해석될 수 있다는 주장이 제기됐다. 실제로 기술통계 결과에서도 SC1~4와 PC1~5의 평균 점수가 4점 이상으로 나타난 것에 반해 SC5의 평균점수는 3.67점으로 낮았다. 이에 전문가 집단은 SC5의 제거를 권고하였다. 따라서 SC5를 삭제하고 2차 확인적 요인분석을 실시했다.

2) 2차 확인적 요인분석

2차 확인적 요인분석 결과 모형의 적합도 지수는  $\chi^2/df=2.448$  ( $\chi^2=707.352, df=289$ ), TLI=.900, CFI=.911, RMSEA=.079(90% CI=.072, .087), SRMR=.053로 확인됐다. 마찬가지로 이 모형의 적합도 지수들은 '매우 좋은 적합도'로 평가할 수 있다(Kline, 2015). 표준화회귀계수를 살펴보면, 모든 값은  $p<.001$  수준에서 유의했고 .61~.90으로 나타나 기준치를 상회했다.

확인적 요인분석 이후에는 전문가 집단의 협의를 거쳐 요인을 명

Table 1. The result of EFA

Item	Factor					h <sup>2</sup>
	1	2	3	4	5	
DT1	<b>.860</b>	.050	-.048	-.009	.060	.425
DT3	<b>.782</b>	.047	.094	-.012	.036	.487
DT4	<b>.734</b>	-.026	.118	-.062	.111	.417
DT2	<b>.669</b>	.087	.240	-.065	-.044	.503
DT5	<b>.585</b>	-.061	.180	-.177	.163	.182
PC2	-.024	<b>.745</b>	-.001	-.036	.037	.525
PC3	.052	<b>.732</b>	-.038	-.033	.121	.587
SC2	.139	<b>.687</b>	-.018	.060	-.061	.661
PC1	-.053	<b>.679</b>	.121	-.096	-.096	.503
SC4	-.086	<b>.614</b>	.058	-.097	.126	.571
SC1	.031	<b>.593</b>	.034	-.081	-.034	.803
PC5	.007	<b>.592</b>	.058	-.220	.006	.856
SC3	.092	<b>.584</b>	-.055	-.124	-.090	.615
PC4	.190	<b>.543</b>	.030	-.110	-.049	.624
SC5	-.053	<b>.447</b>	.017	.139	.097	.646
PT2	-.045	-.008	<b>.941</b>	-.041	-.023	.670
PT3	.091	.046	<b>.839</b>	.058	.015	.630
PT1	.279	.052	<b>.579</b>	.014	.100	.720
DL2	.076	.052	.064	<b>-.795</b>	.064	.757
DL1	.047	.234	.072	<b>-.673</b>	.046	.796
DL4	.218	.135	.064	<b>-.426</b>	.174	.798
DL3	.211	.149	.127	<b>-.376</b>	.159	.791
DL5	.176	.226	-.005	<b>-.366</b>	.288	.806
PL2	.255	.115	-.043	-.006	<b>.597</b>	.788
PL1	-.057	-.030	.256	-.253	<b>.574</b>	.728
PL5	.290	.071	.168	-.035	<b>.512</b>	.848
PL3	.236	.073	.165	-.121	<b>.482</b>	.803
eigen value	13.441	2.704	1.122	.987	.948	
% of variance	49.780	10.015	4.154	3.656	3.510	
Cumulative %	49.780	59.795	63.949	67.606	71.116	
<i>a</i>	.946	.887	.906	.914	.889	

명하였다. 하나의 요인으로 통합된 SC와 PC 요인은 ‘긍정적 스포츠 환경 및 분위기 조성’이라고 명명하였다. 그리고 ‘논의’라는 표현보다 ‘이해’라는 표현이 적합하다는 의견을 반영하여 라이프스킬 논의는 ‘라이프스킬 이해’로, 라이프스킬 전이 논의는 ‘라이프스킬 전이 이해’로 수정하였다. 그 이유는 지도자가 선수들에게 라이프스킬을 직접적으로 설명하고 가르치는 것이므로 ‘논의’보다는 이를 ‘이해’시킨다는 의미가 더 적합하다고 판단했기 때문이다.

종합해보면 탐색적·확인적 요인분석 과정을 거쳐 KCLSS-Q는 5 요인 26문항으로 나타났다. 구체적으로 ‘긍정적 스포츠 환경 및 분위기 조성(structuring and facilitating a positive sport climate, 이하 SP)’ 9문항, ‘라이프스킬 이해(understanding life skills, 이하 UL)’ 5문항, ‘라이프스킬 연습(practicing life skills, 이하 PL)’ 4문항, ‘라이프스킬 전이 이해(understanding life skills transfer, 이하 UT)’ 5문항, ‘라이프스킬 전이 연습(practicing life skills transfer, 이하 PT)’ 3문항이다(Table 2).

**외적관계검토 단계**

공인 타당도 검증을 위해 KCLSS-Q와 스포츠코칭정서지능 척도의 상관관계를 검증하였다. 그 결과 <Table 3>에 나타난 것처럼, 두 척도의 모든 하위요인은 통계적으로 유의한 정적 상관을 가지는 것으로 나타났다( $p < .01$ ). 특히 스포츠코칭정서지능 척도의 자기정서인식(SA) 요인은 KCLSS-Q의 5개 하위요인과 대체로 높은 상관을 가지는 것으로 확인됐다. 두 척도의 하위요인 간에 정적인 상관이 나타났으므로 공인 타당도는 확보되었다.

**논의**

이 연구의 목적은 해외에서 개발된 CLSS-Q를 국내에서 사용하기 위해 KCLSS-Q로 타당화하는 것이었다. 이를 위해 대한체육회에 등록된 중·고등학교 운동부 지도자 총 491명을 대상으로 자료를 수집하고 분석했다. 구체적으로 측정도구 타당화를 위한 절차에 따라 문항을 체계적으로 번역하고 분석했다(Benson, 1998; DeVellis, 2017).

첫째, 내용검토 단계의 목적은 원본 CLSS-Q를 국내 스포츠 실정에 맞게 번역하는 것이었다. 이를 위해 라이프스킬 코칭에 관한 여러 문헌을 고찰하고 합리적인 번역을 위한 이론적 틀을 마련하였다(DeVellis, 2017). 여기서는 암묵적·명시적 라이프스킬 코칭 6단계 모델(Bea et al., 2018)을 연구의 핵심 이론으로 삼고 이를 활용한 두 가지 측정도구(Camiré et al., 2021; Kramers, Camiré, Ciampolini et al., 2021)를 검토했다. 검토 결과에 따르면 CLSS-Q는 Camiré et al.(2021)이 라이프스킬 코칭 6단계 모델을 반영해 처음으로 제안하였고 이후 Kramers, Camiré, Ciampolini et al.(2021)이 현장 활용성을 높였다. 두 연구의 가장 큰 차이점은 요인과 문항 구성에 있다. 예를 들어 Camiré et al.(2021)의 연구에서는 6단계 중 1단계와 2단계가 하나로 통합되어 ‘스포츠 환경 및 분위기 조성’이라는 요인으로 제시됐다. 그러나 Kramers, Camiré, Ciampolini et al.(2021)은 이론적 모델에 맞게 1-2단계를 분리하고 문항을 축소하여 현장 활용에 목적을 두었다.

이 연구는 기존 6단계를 반영한 Kramers, Camiré, Ciampolini et al.(2021)의 척도를 사용하였다. 그 이유는 첫째, 연구의 핵심 이

**Table 2.** The result of CFA

Item	B	$\beta$	S.E.	t	p
DT1	1.00	.84	-	-	-
DT3	1.04	.85	.06	16.39	***
DT4	1.08	.88	.06	17.34	***
DT2	1.08	.86	.07	16.70	***
DT5	1.11	.88	.07	17.16	***
PC2	1.00	.74	-	-	-
PC3	1.01	.79	.09	11.86	***
SC2	.82	.67	.08	9.90	***
PC1	1.01	.71	.10	10.52	***
SC4	.86	.68	.09	10.02	***
SC1	.76	.61	.08	9.06	***
PC5	.91	.73	.08	10.87	***
SC3	.67	.61	.07	8.97	***
PC4	.96	.72	.09	10.70	***
PT2	1.00	.86	-	-	-
PT3	1.00	.90	.06	17.71	***
PT1	.84	.80	.06	14.69	***
DL2	1.00	.84	-	-	-
DL1	.95	.83	.06	15.46	***
DL4	1.06	.83	.07	15.53	***
DL3	1.02	.80	.07	14.75	***
DL5	.94	.83	.06	15.61	***
PL2	1.00	.76	-	-	-
PL1	1.21	.78	.10	12.51	***
PL3	1.23	.87	.09	14.15	***
PL5	1.22	.88	.09	14.30	***

\*\*\*  $p < .001$

론은 Bea, Kramers, Forneris et al.(2018)이 제시한 ‘암묵적·명시적 라이프스킬 코칭 6단계’이기 때문이다. 즉 현장 적용을 위해서는 스포츠 환경과 긍정적 분위기 조성을 달리 구분할 필요가 있다는 Kramers, Camiré, Ciampolini et al.(2021)의 주장을 고려한 것이다. 둘째, Kramers, Camiré, Ciampolini et al.(2021)의 척도는 현

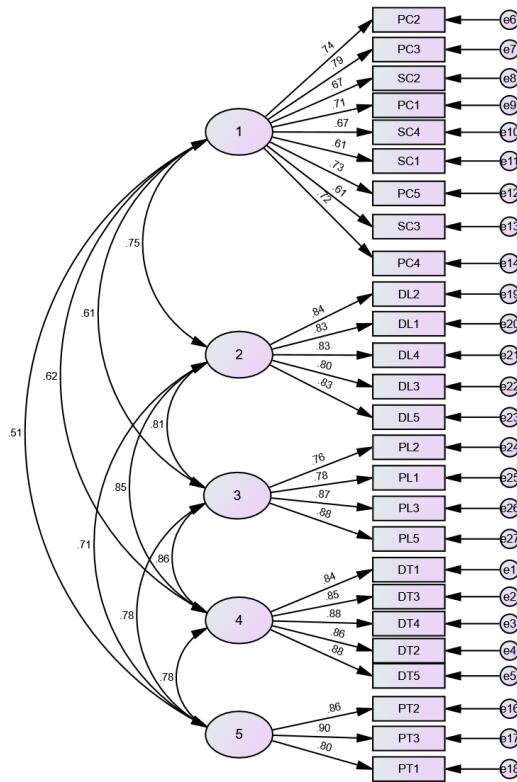


Fig. 2. CFA model

장 지도자들의 라이프스킬 코칭 측정에 대한 활용성과 접근성을 강조한다. 이 때문에 척도 타당화 이후에도 연구뿐만 아니라 실제 스포츠 현장에서 활용하는 데 더 유용하다는 장점이 있다. 셋째, 문항 특성을 반영하기 위해 원본 개념이나 6단계 이론적 틀을 훼손하지 않으려 노력했다. 즉 해외 지도자들은 6단계를 5단계로 인식할지라도 (Camiré et al., 2021) 국내 지도자들에게서는 다른 결과가 나타날 가능성을 배제할 수 없다. 척도 개발과 타당화에서는 최대한 많은 가능성을 고려할 필요가 있으므로(DeVellis, 2017) 6개의 요인 구조를 사용했다.

6요인 30문항을 번역하는 과정에서 가장 많은 논의를 거친 것은 6단계에 해당하는 ‘라이프스킬 전이 연습’이었다. 이 단계의 문항과 예들은 지도자가 학생선수의 라이프스킬을 스포츠 밖 환경으로 전이시키기 위해 노력한다는 내용을 포함한다. 예컨대 선수들의 라이프스킬을 교실로 전이시키기 위해 교사와 협력하는 것, 선수들과 무료 급식소에서 불우이웃을 위한 봉사활동 하는 것, 지역 스포츠 단체와 선수들을 연결해 주는 것 등이 6단계의 문항과 예시였다 (Kramers, Camiré, Ciampolini et al., 2021). 그러나 직역한 내용을 전문가 집단과 협의한 결과 우리나라 전문 스포츠 문화에서 해당 문항과 예시를 반영하기에는 어려움이 따른 것으로 판단했다.

실제로 우리나라의 청소년 스포츠 시스템과 유럽 및 북미의 스포츠 시스템을 비교해보면, 스포츠에 대한 접근법이나 추구하는 가치에 큰 차이가 있다. 가령 서양은 스포츠를 사회통합과 청소년 발달의 수단으로 이해하고 정책에 반영하는 경향이 있다(Park, 2016). 특히 청소년들이 스포츠를 통해 인성(character), 케어링(caring), 자신감(confidence), 유능감(competence), 그리고 관계

Table 3. Correlation between KCLSS-Q and EISSC

Factor	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
1. SP	(.90)										
2. UL	.73**	(.91)									
3. PL	.59**	.73**	(.88)								
4. UT	.65**	.82**	.78**	(.93)							
5. PT	.53**	.63**	.70**	.70**	(.88)						
6. SA	.56**	.60**	.56**	.66**	.55**	(.84)					
7. AO	.32**	.30**	.34**	.35**	.32**	.43**	(.85)				
8. OP	.38**	.43**	.33**	.37**	.34**	.62**	.41**	(.82)			
9. UE	.36**	.39**	.47**	.38**	.50**	.45**	.27**	.41**	(.87)		
10. ER	.51**	.45**	.47**	.49**	.50**	.59**	.42**	.54**	.62**	(.77)	
11. SS	.49**	.44**	.39**	.48**	.46**	.52**	.39**	.53**	.56**	.66**	(.71)
M	4.38	4.12	3.87	4.02	3.54	4.16	3.63	4.26	3.85	3.95	4.03
SD	.50	.66	.74	.81	.95	.55	.84	.60	.75	.67	.63
Skewness	-.91	-.48	-.41	-.80	-.17	-.13	.01	-.53	-.13	-.01	-.29
Kurtosis	2.13	-.04	.21	.79	-.54	-.36	-.88	-.16	-.50	-.72	-.56

\*\* p<.01

Note. ( )=Cronbach’s α; SA=self-awareness, AO=awareness of others, OP=optimism, UE=utilization of emotion, ER=emotion regulation, SS=social skills



성(connection)과 같은 5C를 개발하고 선진시인으로 성장하는 데 목적을 둔다(Lerner et al., 2000). 이와 달리 우리나라 전문 스포츠는 스포츠를 통한 개인의 직업적 성공과 명예 또는 국위선양과 같은 가치를 추구하는 경향이 강하다(Kim, 2021). 이러한 문화적 차이는 6단계의 문항들에서 그대로 나타난다. 문항의 번역은 측정하고자 하는 집단의 문화나 분위기의 특성을 적절히 반영해야 하므로(DeVellis, 2017), 이 단계에서는 현장 지도자들의 의견을 적극적으로 반영하여 문항을 수정·번역했다.

둘째, 번역된 문항은 내적구조검토 단계에서 통계 분석했다. 그 결과 탐색적 요인분석 과정에서 1단계 '스포츠 환경 구조화'와 2단계 '긍정적 분위기 조성'은 하나의 요인에 중복으로 적재되었다. 이에 1단계와 2단계를 하나의 요인으로 제시했고 '긍정적 스포츠 환경 및 분위기 조성'이라는 요인으로 명명하였다. 이러한 결과는 Camiré et al.(2021)이 개발한 CLSS-Q에서 1단계와 2단계가 하나의 요인으로 통합된 것과 일치한다. 즉 이론적 개념을 따르고 현장 접근성을 고려하여 6개 요인을 제안한 Kramers, Camiré, Ciampolini et al.(2021)의 문항을 사용하였음에도 Camiré et al.(2021) 연구와 같은 결과가 도출됐다. 따라서 우리나라 지도자들 역시 해외 지도자들과 마찬가지로 스포츠 환경 구조화(예: 안전한 환경, 적극적 감독 등)와 긍정적 분위기 조성(예: 반갑게 대하기, 긍정적 관계 만들기 등)을 유사한 개념으로 인식하였다. 한다고 해석할 수 있다. 이러한 결과가 나타난 원인은 두 요인에 포함된 문항의 내용에서 찾아볼 수 있다.

스포츠 환경 조직의 문항들을 살펴보면 긍정적 분위기 형성과 개념적으로 큰 차이가 없다. 예컨대 스포츠 환경 조직 4번 문항인 '활력이 넘치는 분위기를 만든다(예: 유머를 사용하여 즐거운 분위기를 조성한다)'에는 2단계에서 다루는 '분위기'라는 개념이 포함되어 있다. 또한 CLSS-Q(Camiré et al., 2021)의 개발 과정에서 제시된 예비 척도를 살펴보면, 스포츠 환경 구조화에는 훈련에 대한 동기를 부여하는 것, 적극적인 참여를 유도하는 것, 명확한 기대를 제공하는 것 등의 문항이 포함된다. 그러나 이러한 문항들이 스포츠 환경 구조화라는 개념만을 독립적으로 설명한다고 보기는 어렵다. 스포츠 환경의 구조화는 명확한 규칙을 만들거나 프로그램을 체계화하는 것(예: 훈련 시간, 신체적·정서적으로 안전한 환경 등)을 강조하기 때문이다(Bea, Kramers, Forneris et al., 2018; Bea, Kramers, Camiré et al., 2018). 제시된 문항들은 스포츠 자체의 구조나 체계에 관한 내용보다 지도자가 선수들의 참여를 격려하고 심리적 분위기를 만드는 등의 행위에 가깝다. 1단계의 문항들이 이러한 개념을 포함하지 못한 이유는 문항을 개발하는 단계에서 현장 지도자들의 의견이나 사례들을 충분히 반영하지 못했기 때문(Camiré et al., 2021)으로 해석할 수 있다.

이에 CLSS-Q를 개발한 연구자들(Camiré et al., 2021)은 후속 연구에서 추가적인 타당도와 신뢰도를 규명하려는 노력이 이루어져야 한다고 제언했다. 즉 암묵적·명시적 라이프스킬 코칭 단계가 6단계로 제시되는 것이 타당한지 혹은 5단계가 타당한지는 더 많은 논의가 필요하다. 예를 들어 라이프스킬 코칭에 이론 중심의 연구자들(Bea, Kramers, Forneris et al., 2018; Kramers, Camiré, Ciampolini et al., 2021)은 6단계를 지지한다. 하지만 현장 지도자들을 대상으로 자료를 수집하고 양적 분석한 선행연구(Camiré et al., 2021)에서는 5단계가 적절한 구조로 확인됐다. 즉 이론적으로는 6단계를 제시하고 있지만 현장 지도자들을 대상으로 한 연구에서는 5단계를 합리적인 구조로 제시하고 있다. 하나의 이론은 지속적인 논의와 연구의 축

적으로 발전될 수 있으므로 이론과 현장의 적절한 조화를 이루기 위해 더 많은 시도가 요구된다(Weinberg & Gould, 2019).

이 연구는 라이프스킬 코칭 척도의 의미와 가치가 근본적으로 현장에 있다는 판단 아래 5단계 개념을 제시했다. 따라서 1단계 '스포츠 환경 및 분위기 조성(9문항)'은 지도자가 안전한 훈련 환경을 만들고 선수들과 긍정적 관계 및 분위기를 조성하는 것이다. 2단계 '라이프스킬 이해(5문항)'는 지도자가 선수들의 라이프스킬 이해를 돕기 위한 설명과 피드백을 제공하는 것이다. 3단계 '라이프스킬 연습(4문항)'은 지도자가 선수들이 스포츠 환경에서 라이프스킬을 사용하고 연습하도록 기회를 제공하는 것이다. 4단계 '라이프스킬 전이 이해(5문항)'는 라이프스킬 전이에 대한 선수들의 이해를 돕기 위해 지도자가 설명하고 피드백을 제공하는 것이다. 5단계 '라이프스킬 전이 연습(3문항)'은 지도자가 선수들이 스포츠 밖 환경에서 라이프스킬을 연습하고 사용하도록 기회를 제공하는 것이다(Camiré et al., 2021).

마지막 외적관계검토 단계에서는 KCLSS-Q와 스포츠코칭정서지능 척도(Hwang et al., 2021)의 상관관계를 분석했다. 해외에서 수행된 몇 가지 선행연구들(Bastian et al., 2005; Gheitarani et al., 2017; Saini, 2016)에 따르면 정서지능과 라이프스킬은 서로 정적인 관련이 있다. 이를 기반으로 KCLSS-Q와 한국판 스포츠코칭정서지능 척도의 하위요인 간에 유의한 정적 상관이 있을 것이라는 가정을 세웠다. 결과적으로 KCLSS-Q의 다섯 가지 하위요인과 스포츠코칭정서지능 척도의 여섯 가지 하위요인(자기정서인식, 타인정서인식, 긍정적기대, 정서활용, 정서조절, 사회기술)의 상관은 모두 통계적으로 유의했다. 이는 KCLSS-Q의 공인 타당도가 확보되었음을 의미한다.

종합해보면, KCLSS-Q는 5요인 26문항으로 구성하는 것이 타당한 것으로 나타났다. 이는 스포츠 PYD와 라이프스킬 연구 영역에서 지도자의 역할을 강조하고 있음에도 이를 측정할 수 있는 도구가 부재하다는 국내 학자들의 요구(Bae et al., 2019; Lim et al., 2020)를 반영한 결과다. 이를 활용하면 다양한 연구 수행이 가능해진다. 가령 스포츠에 대한 암묵적 접근과 명시적 접근의 실질적인 차이를 통계적으로 분석할 수 있다. 나아가 지도자들을 위한 라이프스킬 교육 프로그램을 제공하고 KCLSS-Q를 이용해 그들의 변화를 양적으로 평가할 수도 있다. 이처럼 KCLSS-Q를 이용하면 국내 스포츠 PYD 연구의 확장이 가능하고 나아가 KCLSS-Q의 타당도와 신뢰도가 추가 확보될 수 있을 것으로 기대한다(Kramers, Camiré, Ciampolini et al., 2021).

## 결론 및 제언

### 결론

내용검토·내적구조검토·외적관계검토 단계에 따라 분석한 결과 KCLSS-Q는 5요인 26문항으로 나타났다. 즉 KCLSS-Q는 (a) 스포츠 환경 및 분위기 조성 9문항, (b) 라이프스킬 이해 5문항, (c) 라이프스킬 연습 4문항, (d) 라이프스킬 전이 이해 5문항, 그리고 (e) 라이프스킬 전이 연습 3문항으로 구성하는 것이 타당하다. 결론적으로 KCLSS-Q는 국내 스포츠 지도자들의 라이프스킬 코칭을 측정할 수 있는 타당한 도구로 확인되었다.

## 제언

후속 연구를 위한 제언은 다음과 같다. 첫째, 이 연구는 국내 스포츠 지도자의 라이프스킬 코칭을 측정할 수 있는 도구를 마련했다는 점에서 KCLSS-Q의 타당화는 큰 의미가 있다. 그러나 타당도 검증 과정에서 Bean, Kramers, Forneris et al.(2018)이 제안한 6단계 요인이 5단계 요인으로 나타났다. 비록 5단계 요인으로 나타난 결과가 해외의 선행연구(Camiré et al., 2021)와 일치하지만, 이에 대한 논의는 후속 연구에서 더 구체적으로 다루어질 필요가 있다. 즉 이론적으로 제시된 6단계와 통계적 검증으로 나타난 5단계 중 무엇이 더 합리적인 설명을 제공하는지에 대해 더 많은 고민과 논의가 필요하다.

둘째, KCLSS-Q를 다양한 연구에 활용함으로써 추가적인 타당도와 신뢰도를 확보해야 할 것이다. KCLSS-Q를 이용하면 다양한 연구가 가능하다. 대표적인 예로 지도자들의 KCLSS-Q 점수가 높은 집단과 낮은 집단에 소속된 선수들의 긍정적 발달 결과들을 비교할 수 있다. 또 다른 예로 지도자들을 위한 라이프스킬 교육 프로그램을 개발하고 그 효과를 양적으로 평가하는 데 활용할 수도 있다. 따라서 후속 연구들은 KCLSS-Q를 이용해 스포츠 PYD를 위한 지도자의 역할을 밝히고 나아가 다양한 방법론적 시도를 할 수 있다.

셋째, KCLSS-Q의 장점 중 하나는 지도자의 암묵적 코칭과 명시적 코칭을 모두 포함한다는 것이다. 이는 학생선수의 라이프스킬 개발 및 전이에 대한 암묵적·명시적 효과를 동시에 분석할 수 있음을 의미한다. 예컨대 1단계 요인인 스포츠 환경 및 분위기 조성 요인보다 2단계 라이프스킬 이해와 3단계 라이프스킬 연습 요인이 선수들의 라이프스킬 개발에 더 큰 영향을 미칠 것이라는 가정을 해볼 수 있다. 따라서 후속 연구에서는 명시적 코칭에 해당하는 요인들이 암묵적 코칭 요인보다 선수들의 라이프스킬에 실제로 더 많은 영향을 미치는지 알아볼 필요가 있다.

끝으로 KCLSS-Q의 현장 접근성과 활용성을 높이기 위해 ‘학생선수용 KCLSS-Q’를 개발해야 한다. 스포츠 PYD 연구자들은 일찍이 라이프스킬 코칭에 관한 지도자의 의도와 행동이 일치하지 않은 현상에 주목했다(Kramers, Camiré, & Bean, 2021). 즉 지도자들의 KCLSS-Q 점수가 높게 나타나더라도 실제 선수들이 지각한 KCLSS-Q 점수는 다를 수 있다. 따라서 학생선수용 KCLSS-Q를 마련하고 지도자와 선수의 관점 차이를 규명해야 한다. 나아가 학생선수용 KCLSS-Q를 이용해 현장에서의 활용성을 높일 필요가 있다.

## 참고문헌

- Bae, J. S., Lim, T. H., & Jang, C. Y. (2019). Exploring the life skills model for Taekwondo education. *Korean Journal of Sport Psychology, 30*(1), 81-91.
- Bastian, V. A., Burns, N. R., & Nettelbeck, T. (2005). Emotional intelligence predicts life skills, but not as well as personality and cognitive abilities. *Personality and Individual Differences, 39*(6), 1135-1145.
- Bean, C., & Forneris, T. (2017). Is life skill development a by-product of sport participation? Perceptions of youth sport coaches. *Journal of Applied Sport Psychology, 29*(2), 234-250.
- Bean, C., Kramers, S., Camiré, M., Fraser-Thomas, J., & Forneris, T. (2018). Development of an observational measure assessing program quality processes in youth sport. *Cogent Social Sciences, 4*(1), 1467304.
- Bean, C., Kramers, S., Forneris, T., & Camiré, M. (2018). The implicit/explicit continuum of life skills development and transfer. *Quest, 70*(4), 456-470.
- Benson, J. (1998). Developing a strong program of construct validation: A test anxiety example. *Educational Measurement Issues and Practice, 17*(1), 10-17.
- Camiré, M., Turgeon, S., Kramers, S., Rathwell, S., Bean, C., Sabourin, C., & Pierce, S. (2021). Development and initial validation of the coaching life skills in sport questionnaire. *Psychology of Sport and Exercise, 53*, 101845.
- Camiré, M., & Santos, F. (2019). Promoting positive youth development and life skills in youth sport: Challenges and opportunities amidst increased professionalization. *Journal of Sport Pedagogy and Research, 5*(1), 27-34.
- Camiré, M., Trudel, P., & Forneris, T. (2012). Coaching and transferring life skills: Philosophies and strategies used by model high school coaches. *The Sport Psychologist, 26*(2), 243-260.
- Cha, E. S., Kim, K. H., & Erlen, J. A. (2007). Translation of scales in cross-cultural research: Issues and techniques. *Journal of Advanced Nursing, 58*(4), 386-395.
- Chinkov, A. E., & Holt, N. L. (2016). Implicit transfer of life skills through participation in Brazilian jiu-jitsu. *Journal of Applied Sport Psychology, 28*(2), 139-153.
- Cronin, L. D., & Allen, J. (2017). Development and initial validation of the life skills scale for sport. *Psychology of Sport and Exercise, 28*, 105-119.
- Cronin, L. D., & Allen, J. (2018). Examining the relationships among the coaching climate, life skills development and well-being in sport. *International Journal of Sports Science & Coaching, 13*(6), 815-827.
- DeVellis, R. F. (2017). *Scale development: Theory and applications* (4th ed.). LA, CA: Sage.
- Gheitarani, B., Imani, S., Sadeghi, N., & Ghahari, S. (2017). Effectiveness of life skills training on self-efficacy and emotional intelligence among high school students in Urmia. *Social Determinants of Health, 3*(3), 160-166.
- Gould, D., & Carson, S. (2008). Life skills development through sport: Current status and future directions. *International Review of Sport and Exercise Psychology, 1*(1), 58-78.
- Hardcastle, S. J., Tye, M., Glassey, R., & Hagger, M. S. (2015). Exploring the perceived effectiveness of a life skills development program for high-performance athletes. *Psychology of Sport and Exercise, 16*, 139-149.
- Heo, J. H., & Seo, D. S. (2019). The effects of college student athletes' life skills on perceived performance. *Journal of Coaching Development, 21*(4), 84-94.
- Hodge, K., Danish, S., & Martin, J. (2013). Developing a conceptual framework for life skills interventions. *The Counseling Psychologist, 41*(8), 1125-1152.
- Holt, N. L. (2016). *Positive youth development through sport*. London, UK: Routledge.
- Holt, N. L., Neely, K. C., Slater, L. G., Camiré, M., Côté, J., Fraser-Thomas, J., ... & Tamminen, K. A. (2017). A grounded theory of positive youth development through sport based on results from a qualitative meta-study. *International Review of Sport and Exercise Psychology, 10*(1), 1-49.
- Hwang, S. H., Kim, B. R., & Kang, H. S. (2021). The development of emotional intelligence scale in sport coaching. *Korean Journal of Sport Science, 32*(1), 126-137.
- Jones, M. I., & Lavalley, D. (2009). Exploring perceived life skills development and participation in sport. *Qualitative Research in Sport and Exercise, 1*(1), 36-50.
- Kim, D. S. (2021). Birth of a student athlete : Changes of elite sports system in Korea. *The Korean Journal of the Elementary Physical Education, 27*(1), 73-85.
- Kline, R. B. (2015). *Principles and practice of structural equation modeling*. New York, NY: Guilford Publications.
- Kramers, S., Camiré, M., & Bean, C. (2021). Profiling patterns of congruence in youth golf coaches' life skills teaching. *Journal of Applied Sport Psychology, 33*(2), 218-237.
- Kramers, S., Camiré, M., Ciampolini, V., & Milistedt, M. (2021). Development of a life skills self-assessment tool for coaches. *Journal of Sport Psychology in Action, 13*(1), 54-64.
- Lee, S. M., Youn, C. Y., Lee, M. H., & Jung, S. H. (2016). Exploratory factor analysis: How has it changed? *Korean Journal of Psychology: General, 35*(1), 217-255.
- Lerner, J. V., Phelps, E., Forman, Y. E., & Bowers, E. P. (2009). *Positive youth development*. Hoboken, NJ: John Wiley & Sons Inc.
- Lerner, R. M., Fisher, C. B., & Weinberg, R. A. (2000). Toward a science for and of the people: Promoting civil society through the application of developmental science. *Child Development, 71*(1), 11-20.
- Lim, T. H., Bae, J. S., Seo, S. Y., & Yang, Y. K. (2020). Verifying the structural model of perceived coaching behavior, life skills, and transfer to life among Taekwondo athletes. *Taekwondo Journal of*

- Kukkiwon*, 11(1), 145-165.
- Lim, T. H., & Jang, C. Y. (2017).** The application and its effect of life skills program in sport. *Korean Journal of Sport Science*, 28(3), 577-591.
- Lim, T. H., Yang, J. Y., Yun, M. S., & Bae, J. S. (2019).** Verifying the worksheets for improving life skills and resilience of collegiate Taekwondo athletes. *Korean Journal of Sport Science*, 30(4), 700-719.
- MacDonald, D. J., Camiré, M., Erickson, K., & Santos, F. (2020).** Positive youth development related athlete experiences and coach behaviors following a targeted coach education course. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 15(5-6), 621-630.
- Nunnally, J. C. (1994).** *Psychometric theory* (3rd ed.). New York, NY: McGraw-Hill Education.
- Park, S. Y. (2016).** An analysis study on youth sport activity policy in Europe. *Sport Science*, 33(2), 105-113.
- Pierce, S., Gould, D., & Camiré, M. (2017).** Definition and model of life skills transfer. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 10(1), 186-211.
- Riley, A., Anderson-Butcher, D., Logan, J., Newman, T., & Davis, J. (2017).** Staff practices and social skill outcomes in a sport-based youth program. *Journal of Applied Sport Psychology*, 29(1), 59-74.
- Saini, I. K. (2016).** Strengthening life skills through emotional intelligence education. *Educational Quest- An International Journal of Education and Applied Social Sciences*, 7(1), 5-11.
- Santos, F., Gould, D., & Strachan, L. (2019).** Research on positive youth development-focused coach education programs: Future pathways and applications. *International Sport Coaching Journal*, 6(1), 132-138.
- Seligman, M. E. P., & Csikszentmihalyi, M. (2014).** Positive psychology: An introduction. In *Flow and the foundations of positive psychology* (pp. 279-298). Dordrecht, Netherlands: Springer.
- Super, S., Verkooijen, K., & Koelen, M. (2016).** The role of community sports coaches in creating optimal social conditions for life skill development and transferability- A salutogenic perspective. *Sport, Education, and Society*, 23(2), 173-185.
- Turnnidge, J., Côté, J., & Hancock, D. J. (2014).** Positive youth development from sport to life: Explicit or implicit transfer? *Quest*, 66, 203-217.
- Weinberg, R. S., & Gould, D. (2019).** *Foundations of sport and exercise psychology* (7th ed.). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Weiss, M. R. (2006).** *The First Tee 2005 research summary: Longitudinal effects of the First Tee life skills educational program on positive youth development*. St. Augustine, FL: The First Tee.
- Weiss, M. R., Bolter, N. D., & Kipp, L. E. (2014).** Assessing impact of physical activity-based youth development programs: Validation of the Life Skills Transfer Survey (LSTS). *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 85(3), 263-278.
- Wium, N., & Dimitrova, R. (2019).** Positive youth development across cultures: Introduction to the special issue. *Child & Youth Care Forum*, 48(1), 147-153.

## 한국판 스포츠 라이프스킬 코칭 척도(KCLSS-Q) 타당화

배준수<sup>1</sup>, 임태희<sup>2</sup>

<sup>1</sup>용인대학교, 객원교수

<sup>2</sup>용인대학교, 교수

[목적] 이 연구는 한국판 스포츠 라이프스킬 코칭 척도(Korean Coaching Life Skills in Sport Questionnaire, KCLSS-Q)의 타당도를 검증하는 데 목적이 있었다.

[방법] 연구는 크게 내용검토·내적구조검토·외적관계검토 단계를 거쳤다. 내용검토 단계에서는 전문가 협의와 문항 이해도 검사를 통해 척도를 한국어로 번역했다. 문항 이해도 검사에는 지도자 10명(남자 9명,  $M_{age}=33.80$ ,  $SD=4.21$ )이 참여했다. 내적구조검토 단계에서는 기술통계, 탐색적 요인분석, 그리고 확인적 요인분석을 실시했다. 탐색적 요인분석에서는 지도자 249명(남자 214명,  $M_{age}=34.18$ ,  $SD=6.82$ )의 자료를 수집·분석하였고 확인적 요인분석에서는 지도자 232명(남자 186명,  $M_{age}=34.26$ ,  $SD=7.69$ )의 자료를 수집·분석하였다. 외적관계검토 단계에서는 공인 타당도 검증을 위해 유사 검사지(스포츠 코칭정서지능 척도)와 상관관계를 분석했다. 자료는 확인적 요인분석 자료 중 130부를 무작위 추출하여 사용했다.

[결과] 탐색적 요인분석 결과 척도는 5개 요인 27개 문항으로 탐색 되었다. 이후 확인적 요인분석에서는 5요인 26문항이 적절한 구조로 확인되었다. 유사 검사지와 상관관계 분석에서는 모든 하위요인이 통계적으로 유의한 상관을 보였다.

[결론] KCLSS-Q는 긍정적 스포츠 환경 및 분위기 조성 9문항, 라이프스킬 이해 5문항, 라이프스킬 연습 4문항, 라이프스킬 전이 이해 5문항, 라이프스킬 전이 연습 3문항으로 구성하는 것이 타당하다. KCLSS-Q는 국내 스포츠 지도자들의 라이프스킬 코칭을 평가할 수 있는 타당한 도구로 활용할 수 있을 것이다.

### 주요어

긍정적 유소년 발달, 코칭 전략, 스포츠 지도자, 타당도, 요인분석

<Appendix>

문항 (나는...)		문항 (나는...)	
SC1	안전한 환경을 만든다. 예) 훈련장에 위험한 물건이 없는지 확인하고 정리한다.	PL1	선수들이 라이프스킬을 연습하도록 훈련계획에 반영한다. 예) 운동시간 중 감정조절 같은 라이프스킬을 가르치기 위한 시간을 따로 만든다.
SC2	선수들을 적극적으로 감독한다. 예) 선수들이 뒤처지지 않고 훈련에 적극적으로 참여하도록 유도한다.	PL2	운동시간에 선수들이 라이프스킬을 연습하는 기회를 만든다. 예) 선수들이 스스로 목표를 세우고 달성하여 책임감을 기르도록 한다(예: 개인 훈련).
SC3	따돌림이 없는 환경을 조성한다. 예) 협박과 따돌림을 묵인하지 않는다.	PL3	운동시간에 선수들이 라이프스킬을 연습하도록 지원한다. 예) 갈등 상황에서 선수들끼리 해결책을 찾도록 기회를 제공한다.
SC4	활력이 넘치는 훈련 분위기를 만든다. 예) 유머를 사용하여 즐거운 분위기를 조성한다.	PL4*	운동시간에 선수들이 라이프스킬을 올바르게 사용(연습)하도록 가르친다. 예) 선수가 심판(상대 코치)에게 건성건성 인사하면 바르게 인사하라고 가르친다.
SC5*	지나치게 높은 기대를 하지 않는다. 예) 도전적이면서 실현 가능한 목표를 제시한다.	PL5	운동시간에 선수들이 자기성찰을 통해 라이프스킬을 연습하도록 지도한다. 예) 갈등 상황에서 어떻게 감정을 조절했는지 질문한다.
PC1	선수들에게 좋은 본보기가 된다. 예) 선수·부모·교사에게 존중하는 모습을 보여준다.	UT1	일상에서 라이프스킬을 사용해야 한다고 설명한다. 예) 스포츠에서 배운 인내심을 학교에서도 사용할 수 있다고 설명한다.
PC2	선수들을 반갑게 대한다. 예) 친절하고 사려 깊게 행동한다.	UT2	일상에서 라이프스킬을 사용하는 상황을 설명한다. 예) 스포츠에서 배운 감정조절을 학교에서 어떻게 사용하는지 예를 들어 설명한다.
PC3	선수들과 긍정적인 관계를 만든다. 예) 선수 개개인의 특성을 파악한다.	UT3	일상에서 라이프스킬을 사용할 때 얻을 수 있는 이점을 설명한다. 예) 시험을 위한 불안 조절(심호흡·긍정적 생각)이 학교 시험에서도 유용하다고 설명한다.
PC4	선수들의 소속감을 높인다. 예) 선수들이 팀에 애착을 갖도록 지도한다.	UT4	일상에서 라이프스킬을 사용하기 위한 반복 숙달을 설명한다. 예) 일상에서 인내를 사용하기 위해 반복 연습이 필요하다고 설명한다.
PC5	선수들에게 명확하고 구체적인 피드백을 준다. 예) 선수들이 기술을 익히는 데 어려움을 겪으면 해결책을 제시한다.	UT5	일상에서 라이프스킬을 사용하기 위한 적절한 타이밍을 설명한다. 예) 인내는 사용 기회에 따라 지금 당장 사용할 수도 있고 나중에 사용할 수도 있다고 설명한다.
UL1	선수들에게 라이프스킬의 중요성을 설명한다. 예) 협동을 잘하기 위해서 어떻게 의사소통해야 하는지 설명한다.	PT1	선수들이 일상에서 라이프스킬을 연습하도록 교사·부모와 협력한다. 예) 선수들이 배운 라이프스킬을 교실(가정)에서 연습하도록 교사(부모)와 협력한다.
UL2	선수들에게 라이프스킬이 무엇인지 설명한다. 예) 경청과 소통을 통해 리더십의 의미를 설명한다.	PT2	선수들이 일상에서 라이프스킬을 사용하는 기회를 만든다. 예) 선수들과 학교(지역사회)에서 봉사활동을 한다.
UL3	기술을 가르칠 때 라이프스킬도 함께 설명한다. 예) 선수들이 반칙했을 때 페어플레이에 대해 다시 한번 설명한다.	PT3	선수들이 일상에서 라이프스킬을 연습하도록 도와준다. 예) 선수들이 재능 기부하도록 기회(학교 행사·지역행사·시범 등)를 제공한다.
UL4	라이프스킬을 어떻게 사용해야 하는지 설명한다. 예) 중요한 순간(역전 찬스)에 어떻게 집중해야 하는지 설명한다.	PT4*	선수들이 일상에서 라이프스킬 사용 기회를 놓치고 있다면 바로 잡아준다. 예) 선수들이 코치·감독에게는 인사를 잘하는데 부모·교사에게는 인사를 잘하지 않을 때 바로 잡아준다.
UL5	선수들이 라이프스킬을 연습하도록 용기를 북돋아 준다. 예) 선수들끼리 의견이 불일치할 때 해결책을 찾도록 설명한다.	PT5*	선수들이 일상에서 라이프스킬을 사용하면 아낌없이 칭찬한다. 예) 선수들이 수업에 적극적으로 참여한다는 이야기를 들으면 칭찬한다.

Note. SC=스포츠 환경 구조화, PC=긍정적 분위기 조성, UL=라이프스킬 이해, PL=라이프스킬 연습, UT=라이프스킬 전이 이해, PT=라이프스킬 전이 연습; SC와 PC 요인은 SP(긍정적 스포츠 환경 및 분위기 조성)로 통합되었음.; \*는 최종 분석에서 삭제된 문항임.