



저작자표시-비영리-변경금지 2.0 대한민국

이용자는 아래의 조건을 따르는 경우에 한하여 자유롭게

- 이 저작물을 복제, 배포, 전송, 전시, 공연 및 방송할 수 있습니다.

다음과 같은 조건을 따라야 합니다:



저작자표시. 귀하는 원저작자를 표시하여야 합니다.



비영리. 귀하는 이 저작물을 영리 목적으로 이용할 수 없습니다.



변경금지. 귀하는 이 저작물을 개작, 변형 또는 가공할 수 없습니다.

- 귀하는, 이 저작물의 재이용이나 배포의 경우, 이 저작물에 적용된 이용허락조건을 명확하게 나타내어야 합니다.
- 저작권자로부터 별도의 허가를 받으면 이러한 조건들은 적용되지 않습니다.

저작권법에 따른 이용자의 권리는 위의 내용에 의하여 영향을 받지 않습니다.

이것은 [이용허락규약\(Legal Code\)](#)을 이해하기 쉽게 요약한 것입니다.

[Disclaimer](#)

교 육 학 석 사 학 위 논 문

서퍼들의 관계성이 심리적 욕구, 학습 목표,
미래신체활동 의도에 미치는 영향



2019년 8월

부 경 대 학 교 교 육 대 학 원

체육교육전공

민 경 식

교 육 학 석 사 학 위 논 문

서퍼들의 관계성이 심리적 욕구, 학습 목표, 미래신체활동 의도에 미치는 영향

지도교수 송 용 관

이 논문을 교육학석사 학위논문으로 제출함.



2019년 8월

부 경 대 학 교 교 육 대 학 원

체육교육전공

민 경 식

민경식의 교육학석사 학위논문을 인준함.

2019년 08월



주 심 이학박사 김 태 규

위 원 체육학박사 송 용 관

위 원 체육학박사 임 새 미



Abstract

Influences of Peer's relatedness support on Surfer's Psychological Needs, Intrinsic and Extrinsic Goals, and Future Physical Activity Intentions

Department of Physical Education Min Kyung Shik

Supervisor Yong-Gwan Song

This study focuses on the influence of the surfer's relationships of sport participants on psychological need satisfaction, learning goals and the future physical activity intention of performing future physical activity. A sample of 301 surfer's reported their perception of peer's relatedness support, psychological needs, learning goals, and future physical activity intention experiences in sport setting. Reliability, confirmatory factor and regression analysis were analyzed to the collected data using SPSS. The results showed that peer's relatedness support had an impact on psychological basic need, learning goals and the intention of continuous participation in future physical activity. More specifically, peer relatedness support had meaningful direct relation with psychological need satisfaction and future physical activity intention than autonomy support. Intrinsic goal also was directly related with future physical activity intention than extrinsic goal. In conclusion, peer's relatedness support plays important role in terms of enhancing surfer's psychological need satisfaction, intrinsic goal, and future physical activity intention.

Key words : Relatedness support, Psychological needs, Intrinsic goal, Future physical activity intention, Surfer

목 차

목차	i
표 목차	iv
그림 목차	vi
 I. 서론	 1
1. 연구의 필요성	1
2. 연구의 목적	6
3. 연구 모형	7
4. 연구 가설	8
5. 용어의 정의	10
 II. 이론적 배경	 12
1. 자기결정성 이론(SDT; Self-determination Theory)	12
가) 자기결정성 이론의 개념 형성	12
나) 자기결정성 이론의 3가지 심리적 요인	15
(1) 자율성	15
(2) 유능성	15
(3) 관계성	16
다) 관계성과 서핑 활동	17
(1) 관계성과 동료	17
(2) 동료 관계와 서핑 활동	17
(3) 동료 간의 관계성 지지에 관한 선행연구	18

2. 심리적 욕구	19
3. 학습목표 - 목표내용이론	21
III. 연구방법	22
1. 연구대상	22
2. 조사도구	25
가) 동료의 자율성 지지와 관계성 지지에 관한 질문지	25
나) 심리적 욕구 만족에 관한 질문지	27
다) 학습목표내용에 관한 질문지	29
라) 미래신체활동의도에 관한 질문지	31
3. 자료수집 및 분석	32
가) 신뢰도 분석	32
나) 타당도 분석	34
(1) 동료의 관계성 지지와 자율성 지지에 대한 타당도 분석	35
(2) 심리적 욕구 만족에 대한 타당도 결과	36
(3) 학습 목표에 대한 타당도 결과	38
(4) 미래 신체활동 의도에 대한 타당도 결과	40
IV. 결과	41
1. 조사 도구의 기술 통계량	41
가) 동료의 관계성 지지와 자율성 지지에 대한 기초통계량	41
나) 심리적 욕구 만족에 대한 기초통계량	43
다) 학습 목표에 대한 기초통계량	45
라) 미래 신체활동 의도에 대한 기초통계량	47
2. 상관분석	48
3. 경로 분석	50

V. 논의 및 결론	54
1. 논의	54
가) 서퍼들의 관계성이 심리적 욕구 만족에 미치는 영향	54
나) 서퍼들의 관계성이 학습 목표에 미치는 영향	55
다) 서퍼들의 심리적 욕구가 학습 목표에 미치는 영향	57
라) 서퍼들의 학습 목표가 신체활동의도에 미치는 영향	58
2. 결론	60
참고문헌	62
부록	68



표 목차

<표 1> 인구통계학적 특성	23
<표 2> 동료의 자율성 지지와 관계성지지 측정을 위한 설문 문항	26
<표 3> 심리적 욕구 만족 측정을 위한 설문 문항	28
<표 4> 학습목표내용 측정을 위한 설문 문항	30
<표 5> 미래신체활동의도 측정을 위한 설문 문항	31
<표 6> 신뢰도 분석 결과	33
<표 7> 관계성 지지와 자율성지지 모형에 대한 적합도	36
<표 8> 심리적 욕구 만족 모형에 대한 적합도	37
<표 9> 학습 목표 모형에 대한 적합도	39
<표 10> 미래신체활동의도 모형에 대한 적합도	40
<표 11> 동료의 관계성 지지와 자율성 지지에 대한 기초통계량	42
<표 12> 심리적 욕구 만족에 대한 기초통계량	44

<표 13> 학습 목표에 대한 기초통계량	46
<표 14> 미래신체활동의도에 대한 기초통계량	47
<표 15> 조사 변인 간의 상관관계	49
<표 16> 선행변인과 결과 변인 간의 구조적 관계	50
<표 17> 연구 모형에 대한 적합도	52
<표18> 연구 모형의 직접효과, 간접효과, 총 효과	53

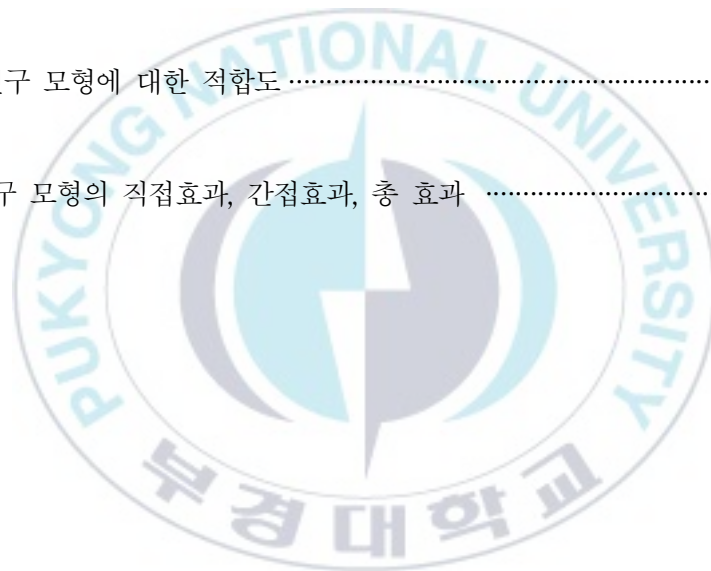


그림 목차

<그림 1> 연구 모형	7
<그림 2> 자기결정성의 연속선(Ryan & Deck, 2000)	14
<그림 3> 운동 이유와 자율성 인식, 유능감, 대인관계, 내적 동기, 외적 동기 그리고 여러 결과의 관련성(Li, 1999, Vallerand & Losier, 1999)	20
<그림 4> 관계성 지지와 자율성 지지에 대한 확인적 요인모형	35
<그림 5> 심리적 욕구 만족에 대한 확인적 요인모형	37
<그림 6> 학습목표 모형에 대한 적합도	39
<그림 7> 미래신체활동의도 모형에 대한 적합도	40
<그림 8> 연구 변인의 구조적 관계	51

I. 서론

1. 연구의 필요성

현대 사회는 분업화되고 전문화되어가며, 근무시간의 단축과 그에 따른 자유시간이 증가하고 있다. 우리나라도 2004년 7월에 본격적인 주 5일 근무제가 도입되었으며, 2018년 법정 근로시간이 주 44시간에서 주 40시간으로 단축함으로써 주 최대 근로시간이 현재 68시간(평일 40시간+평일 연장 12시간+휴일근로 16시간)에서 52시간(주 40시간+연장근로 12시간)으로 16시간이 줄어들었다(네이버 지식백과, 시사상식사전). 따라서 증가한 여가에 대한 기대와 우려가 공존하며 다양한 형태로 그 변화가 나타나고 있으며, 단축된 근무시간은 일에 대한 인식과 여가에 대한 인식이 빠르게 변화하는 계기를 마련하였다(서영주, 2019).

정보화, 자동화, 기계화 등 과학기술의 발전은 우리에게 소득 및 소비수준을 향상했으며, 일상생활에서의 편리함을 제공하고 있으며(문화체육관광부, 2013), 이로 인해 평범한 일상생활에서 벗어나 감각적인 경험을 추구하고 체력 및 심리적 욕구를 충족시키기 위한 수단으로 여가 스포츠를 이용하고 있다(김기범, 김문희, 남정훈, 2011).

여가 스포츠가 보편화하면서 스포츠 활동에 참여하여 만족을 느끼는 단계를 넘어, 보다 창의적이고 신체적 한계를 극복하는 인내력과 정신력이 필요하며 긴장감이 넘치고 극한 상황을 이겨내는 과정에서 자신의 정신적, 신체 모험적 요소가 많은 여가 스포츠에 관심을 두기 시작했다(김건철, 1999).

최근 들어 남녀노소 불문하고 많은 관심을 받는 해양스포츠가 있다. 바로 서핑이다. 다양한 매체들을 통해서 TV 광고, 공중파 예능 프로그램, 영화, 음악, 잡지 등 서핑의 대중화를 가속 시키는 환경들이 많아지고 있다. 이러한 이유로 서핑에 관한 관심이 점점 늘면서 우리나라에서도 서핑 인구가 기하급수적으로 증가하고 있으며, 부산, 제주, 양양, 만리포 등에서 서퍼들의 활동이 활발하게 이루어지고 있다. 또한, 2000년대 초반부터 부산, 제주를 필두로 서핑대회가 주기적으로 열리고 있다. 매년 서핑대회에 참관 또는 참가하는 인원은 증가하고 있으며, 많은 서핑 학교와 동호회가 활발히 활동 중이다. 이는 여가로서의 스포츠는 자연과 공생하는 자연 친화적인 특성을 가진 무동력 해양스포츠의 수요가 증가할 것이고, 무한하게 발전 가능한 신 성장 동력으로 귀중한 자원이 될 것이라는 내용을 뒷받침하고 있다(지삼엽, 2006).

서핑이라는 스포츠 활동은 혼자서 하는 것이라기보다 다른 동료들과 어울려서 활동이 이루어지고 동료라는 관계를 유지하면서 하는 스포츠로서 타인과의 관계에 대한 영향을 직간접적으로 받는 스포츠 중의 하나이다. 관계성이란 사회적 맥락 속에서 다른 사람들과 단단한 관계를 추구하고 발전시키는 것을 가리키고, 지역사회와 공동체

에 대한 소속감으로 타인을 보살피거나 자신과 타인에 의해 보살핌을 받고 있다고 느끼는 감정을 말한다(Ryan & Deci, 2002).

자기결정이론의 하위 이론인 관계동기이론에 따르면, 관계성 지지는 내적 동기자원인 심리적 욕구를 충족시켜주는 중요한 학습 환경으로 제안되고 있으며(천승현, 송용관, 존마샬리브, 김보람, 2019; Baumeister & Leary, 1995, Ryan & Deci, 2017), 신체활동 참가자들의 동기, 인지, 정서, 행동 반응 간의 관계를 이어주는 중요한 매개 역할을 한다(Cox & Williams, 2008; Ullrich-French & Cox, 2009). 이러한 관점에서 동료의 관계성지지는 스포츠 현장에서 중요하게 고려되기 시작되고 있다(송용관, 천승현, 2011; 천승현 등, 2019, Cox, Duncheon, & McDavid, 2009).

박수현, 천승현, 김보람(2017)의 연구에 따르면 체육 수업 내 여학생들의 학습참여인 정서 참여와 행동 참여를 예측하는 심리적 욕구 만족의 자율성, 유능성, 관계성은 교사의 자율성 지지와 동료의 관계성 지지 때문에 충족될 수 있으며, 교사의 자율성 지지와 동료의 관계성 지지는 학생들의 심리적 욕구를 매개로 하여 정서적으로 행동적으로 학생들의 긍정적인 학습 참여를 끌어낸다는 사실을 보여주고 있다.

자기결정이론의 하위 이론 중 하나인 목표내용이론에 의하면, 주어진 환경 속에서 개인이 추구하고 달성하고자 하는 목표의 질(내적 목표, 외적 목표)은 성취 여부가 아닌 개인의 행복 기준에 중점을 두고 지속적인 신체활동을 포함한 개인발전과 성장 과정을 설명하는 중요한 심리 및 동기적 변인으로 제시하고 있다(Vansteenkiste, Niemiec,

& Soenes, 2010; 송용관, 천승현, 김보람, 유경은, 2016). 이러한 학습 목표는 신체활동에 대한 목표의 질적 향상과 깊은 관련이 있으며, 지속적인 스포츠 참여에서도 중요한 변인으로 확인되고 있다(Gillison, Standage, & Skevington, 2013; Sebire, Standage, & Vansteenkiste, 2011). 따라서 사회적 환경에 따른 학습 목표가 어떻게 영향을 받고, 이러한 학습 목표가 지속적인 신체활동 의도에 어떤 변화를 유발하는지에 대한 연구가 필요하다. 그런데도, 관계동기이론과 목표내용이론의 통합적 관점에서 연구가 진행되지 않고 있는 실정이다.

선행연구를 살펴보면 해양스포츠 참여와 만족이 재미 요인, 지속 행동 등에 미치는 영향에 관한 논문이 주를 이루었으며, 해양스포츠에서 관계성이 기타 변인에 미치는 영향에 관한 연구가 부족한 실정이다. 관계성에 관한 선행연구를 살펴보면 심리학 분야에서 자기결정성 이론을 바탕으로 한 김아영(2010)의 연구가 가장 많은 지지를 받고 있었다. 또한, 학생들이 교과 활동, 특별활동, 기타 행사 등에서 자기 욕구를 합리적으로 해결하여 만족감을 느끼고 조화로운 상태를 유지하며, 교사 및 동료와의 관계가 잘 조화되면 긍정적인 자기개념을 가지고 학교생활에 잘 적응하게 된다고 하였다(심인숙, 표내숙, 정상훈, 2009).

임상균(2016)은 중학생들의 자기결정성동기가 운동 수행변화단계와 운동 지속에 유의미한 영향을 나타내었고, 체육 교사의 관계성 지지는 체육수업 내 학생들의 심리적 욕구 만족에 대한 경험을 증진하고, 신체활동 동기를 촉진, 강화하면서 매우 중요한 매개역할을 한다고 말하였다(송용관, 천승현, 김보람, 존마셜리브, 2019). 장계림

(2010), 김진희(2012), 김은영(2018) 등의 연구에서는 부모의 심리적 통제가 학습 동기와 학습 참여에 미치는 영향을 연구하였다.

위와 같이 자기결정성 이론을 바탕으로 한 선행연구의 대부분은 부모-자식, 교사-학생, 지도자-학습자 사이의 관계에 관한 연구가 주로 이루어졌으며, 스포츠 활동에 함께 참여하는 동료와의 관계성에 관한 연구가 미흡하였다. 또한, 해양스포츠에 관련된 선행연구에서는 스포츠 참여와 만족이 재미 요인, 지속 행동 등에 미치는 영향에 관한 논문이 주를 이루었으며, 해양스포츠에서 참가자의 관계성이 기타 변인에 미치는 영향에 관한 연구가 부족한 실정이다. 따라서 부모-자식, 교사-학생, 지도자-학습자 등의 관계만큼이나 중요한 임무를 수행하는 동료와의 관계성을 입증할 필요성이 있다.

이에 본 연구는 해양스포츠 가운데 하나인 서핑에서 서퍼들의 관계성이 심리적 욕구와 학습목표, 미래신체활동의도에 미치는 영향을 분석하고 규명하고자 하는 데 그 목적이 있다.

2. 연구의 목적

본 연구의 목적은 자기 결정성 이론에서 강조되어온 인간의 기본 욕구인 관계성 지지와 자율성 지지가 서퍼들의 서핑참여에 대한 심리적 욕구, 학습목표, 미래신체활동의도를 보고자 한다. 즉, 서퍼들의 관계성 지지가 심리적 욕구, 학습목표에 영향을 미치고 이로 인해서 서퍼들의 지속적인 참여로 이어지는가를 살펴보고, 관계성 지지의 중요성을 규명하며, 관계성이 지속적인 미래신체활동의도에 어느 정도의 영향을 미치는가를 확인해 보는 연구이다.

또한, 본 연구는 서퍼들의 내적인 심리 욕구를 지지해 주는 것이 중요하고 이것이 지속적인 서핑참여를 가능하게 하는지를 보여줄 수 있는 하나의 지침을 제공하는 것을 목적으로 한다. 따라서 목표 달성을 위해 본 연구자는 세부적인 연구 목적을 구성하였고, 그 내용은 다음과 같다.

본 연구는 서퍼들의 지속적인 미래신체활동의도를 위해 어떤 욕구를 가져야 하는지 알아보고 관계성의 중요성에 대해 알아볼 것이다. 서핑 활동에서 관계성이 심리적 욕구, 학습목표를 느끼게 하고 이로 인해 지속적 미래신체활동의도로까지 연결될 수 있다는 가정하에 이것이 구체적으로 어떤 내용 인지를 검증하고자 한다.

3. 연구 모형

본 연구의 목적은 서퍼들의 관계성이 심리적 욕구와 학습목표, 미래신체활동 의도에 영향을 미치는지에 대해 알아보고자 한다. 이를 통해 인간의 자기결정성 중 관계성과 자율성을 끌어내는 방법을 모색하여 서퍼들의 양적, 질적 성장을 도모하며 미래신체활동의 의도에 긍정적인 영향을 미칠 수 있는 근거를 마련하고자 한다.

이에 따른 연구 모형은 <그림 1>과 같다.

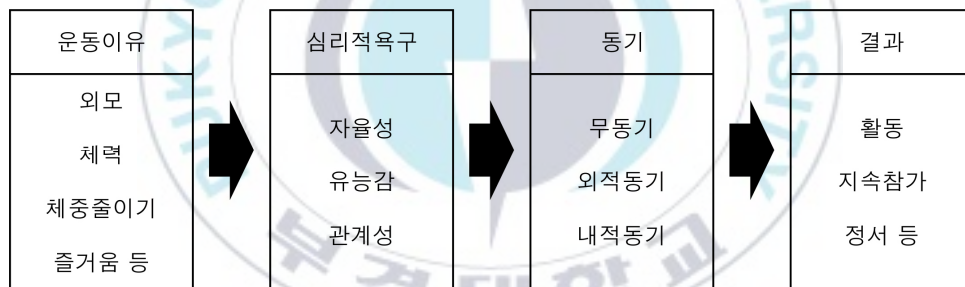


그림 2 . 연구모형

4. 연구 가설

본 연구의 목적 달성을 위해서는 선행연구 및 다양한 이론적 근거들을 바탕으로 다음과 같은 가설을 설정하였다.

가설 1. 서퍼의 인구 사회학적 변인에 따라 관계성지지 및 자율성지지, 심리적 욕구만족, 학습목표, 미래신체활동의도에 차이가 있을 것이다.

가설 2. 서퍼의 관계성 지지와 자율성 지지는 심리적 욕구에 영향을 미칠 것이다.

가설 2-1 서퍼의 관계성 지지와 자율성 지지는 심리적 욕구 하위요인인 자율성에 영향을 미칠 것이다.

가설 2-2 서퍼의 관계성 지지와 자율성 지지는 심리적 욕구 하위요인인 유능감에 영향을 미칠 것이다.

가설 2-3 서퍼의 관계성 지지와 자율성 지지는 심리적 욕구 하위요인인 관계성에 영향을 미칠 것이다.

가설 3. 서퍼의 관계성 지지와 자율성 지지는 학습목표에 영향을 미칠 것이다.

가설 3-1 서퍼의 관계성 지지와 자율성 지지는 학습목표의 내적목

표에 영향을 미칠 것이다.

가설 3-2 서퍼의 관계성 지지와 자율성 지지는 학습목표의 외적목

표에 영향을 미칠 것이다

가설 4. 서퍼의 심리적 욕구 만족은 미래신체활동 의도에 영향을 미칠 것이다.

가설 5. 서퍼의 학습 목표가 미래신체활동 의도에 영향을 미칠 것이다.



5. 용어의 정의

본 연구에서 사용되는 주요 용어는 관계성, 심리적 욕구, 학습목표, 미래신체활동 의도이며, 각 개념의 조작적 정의는 다음과 같다.

가) 관계성

상호 간의 관심을 보이고, 이해와 공감을 토대로 한 상호 간 존중, 배려, 응원, 격려 등의 정서적 지지를 의미한다(Connell & Wellborn, 1991).

나) 심리적 욕구

자기결정성 이론에서 제시하는 심리적 욕구는 자율성, 유능성, 관계성 욕구 등의 세 가지이다. 이 욕구들은 개인의 심리적 성장과 발달에 필요한 특성을 설명하는데 중요하다(Deci & Ryan, 1991).

다) 학습목표

목표내용이론(Goal Content Theory; Deci & Ryan, 2000; Vansteenkiste, Niemiec, & Soenens, 2010)에 의하면 목표는 내적목표(intrinsic goals)와 외적 목표(extrinsic goals)로 구분되고, 내적 목표는 욕구 만족에 중점을 둔 세 가지 하위목표로 건강관리, 사회적

친밀감, 유대감, 기술발달로 구성되어 있다. 외적 목표는 사회적 인정, 외모로 구분된다(Vansteenkiste et al, 2010)

라) 미래신체활동 의도

과거의 경험을 바탕으로 특정한 미래행동으로 나타내려는 개인의 의지와 신념이다(최은주, 2007). 본 연구에서는 서퍼들이 안정적이고 지속해서 계속 활동하고자 나타내는 의도로 본 연구에서는 긍정적 구전 의도로 정의한다.



II. 이론적 배경

1. 자기결정성 이론(SDT: Self-determination Theory)

가) 자기결정성 이론의 개념 형성

1980년대 중반 미국 Rochester 대학의 Deci와 Ryan(1985)에 의해 탄생한 자기결정 이론은 인간의 내적 흥미와 외적 보상이 인간 행동에 미치는 상대적인 영향을 이해하려는 연구에서 시작되었고, 인간의 행위 시작과 조절 및 지속을 설명하는 내재적 동기이론이라고도 할 수 있다(Deci & Ryan, 1985, 2000). 자기결정성 이론에서는 인간의 행위가 비자기결정적에서 자기결정적이 되는 과정에 관해 설명하고 있다(Deci&Ryan, 2002). 자기결정성이란 인간의 동기부여에 대한 포괄적인 의미의 이론으로 행동 주체가 자기 자신이 되어 의지나 의욕 또는 자기 결정의 정도라는 것에 중점을 두는 것을 말한다(Tamborini, Bowan, Eden, Grizzard, Organ, 2010). 초기의 연구가들은 동기는 내재적 동기(intrinsic motivation)와 외재적 동기(extrinsic motivation)의 두 가지 유형으로 설명한다(김아영, 오순애, 2001). 내재적 동기란 행동유발의 근원이 개인 내부에서 발생하는 경우이고, 반면 외재적 동기란 행동유발의 근원이 외부에서 오는 자극에

있는 경우를 말한다. 이처럼 위에 두 가지의 동기 관계가 서로서로 긍정적인 영향이 있다는 의견과 외재적 동기가 내재적 동기에 악영향을 미친다는 의견으로 학자들은 서로 다른 견해를 보인다.

자기결정성 이론은 자율적인 의도와 통제적인 의도를 구분하기 위해 사용하기 시작했다. 이 이론은 자기조절과 개인의 성격발달을 구분하기 위해서 내적 동기의 중요성을 강조한 이론이다(Deci, 1980). 어떤 종류의 동기가 사람들의 행동을 시작하고 지속해서 유지해 나가는 데 주는 영향을 설명한 이론이고 어떤 행동이 수행되는 과정은 행동적인 규제와 동기의 메커니즘으로 설명할 수 있으며, 개인의 의지 또는 결심의 정도는 어떤 행동에 대한 내면화의 정도를 반한다(이은숙, 2008).

“자기 결정성은 자기 선택의 경험으로 인간의 지각된 내적 경험을 포함하는 인간의 자질이고, 보상이나 처벌 등의 외적 요인에 의해서 강요된 것이 아닌 스스로 선택할 수 있는 능력을 갖추고 있고 자신의 행동을 자의적으로 결정하는 것을 가리킨다(Deci & Ryan, 1985). 자기결정성 이론은 개인의 기본적인 심리적 욕구인 자율성(autonomy), 유능성(competence), 관계성(relatedness)에 영향을 주고(Deci & Ryan, 2000; Levesque, Zuehlke, Stanek & Ryan, 2004), 사람들이 외부적인 통제에서 벗어나 스스로 자신의 행동을 조절하고 결정하고자 하는 것이 자율성 욕구, 도전과 숙달(mastery) 경험을 추구하거나 효능감을 경험하고자 하는 유능성 욕구, 그리고 다른 사람과의 관계에서 친밀감을 유지하고 활발한 상호 작용을 하고자 하는 것이 관계성 욕구이다(박지현, 2014).

자기결정성 이론의 주요 개념들을 정리해보자면, 이론의 핵심은 인간의 내재적인 동기가 행동을 유발하고 외적 요인에 의해서 동기화된 행동도 사람들의 행동을 시작하고 지속해서 유지해 나가는데 미치는 영향을 설명한 이론이다.

자기결정성 이론의 연속선을 <그림2>에 도식화시켰다.



그림 3. 자기결정성의 연속선(Ryan & Deci, 2000)

나) 자기결정성 이론의 3가지 심리적 요인

(1) 자율성(autonomy)

자율성은 자신이 스스로 행동에 대한 주체이고 조절자라는 신념이고, 자율성에 대한 욕구는 자신의 행동을 자발적으로 경험하려는 기본욕구와 관련이 있다(Charms, 1968; Ryan & Grolnick, 1986). 또한, 기본욕구 중에서 핵심적인 요소로 자신의 진정한 관심과 가치관에 따라 행하는 것으로 심지어 외부적 자원에 의한 향이 있을 때조차도 흥미와 자신이 부여한 가치에 근거하여 자신의 행동을 조절해 나가는 것을 의미한다(Deci & Ryan, 2000). 자율적인 행동을 하는 사람들은 그 행동이 자신으로부터 분출하는 듯한 경험을 하는 것으로 나타났다(Deci & Ryan, 1985, 2000). 이것은 자율성과 집단주의 태도 사이의 관계성이 더 높게 나타남으로써 자신의 의지가 자율성 개념에서 핵심임을 확인했다(김기옥, 2007). 자율성의 반대 개념은 독립성이 아니고 타율성(heteronomy) 혹은 외적통제(externalcontrol)이다(Chirkov, Ryan, Kim, & Kaplan, 2003). 자율성을 자신의 행동에 자신이 주인이 되는 것이며, 자기평가나 행동이 거 짓되고, 왜곡되고, 가짜가 아닌 진실한 것으로 정의하다(Ryan, 2005).

(2) 유능성(competence)

유능성은 사회적 환경과의 지속적인 상호 작용에서 효율적인 것을 느끼고 자신의 능력을 실행하고 표현하는 기회를 경험하는 것으로 이는 습득된 기술이나 능력이라기보다는 행동을 통해 얻게 되

는 자신감과 효율성을 느끼는 것을 말한다(Deci& Ryan, 2002). 자신의 환경과 효과적으로 상호 작용을 할 수 있다는 신념이다. 유능성에 대한 욕구는 사회적 환경과 지속적이고 효과적으로 상호작용할 기회가 주어질 때 충족되는데, 긍정적 피드백과 자율성 지지는 유능성 욕구를 충족시키고 결과적으로 내적 동기를 증진한다(Vallerand& Reid,1984). 또한 자신의 능력을 연마하고 확장하는 만족을 경험하기 위한 욕구이다(Ellion & Thrash, 2002). 자연 발생적으로도 사람들은 자신의 발달에 필요한 적절한 수준의 도전을 찾는 경향을 보인다고 할 수 있다(Deci & Ryan, 1985).

(3) 관계성(relatedness)

관계성은 사회적 맥락 속에서 다른 사람들과 단단한 관계를 추구하고 발전시키는 것을 가리키고, 지역사회와 공동체에 대한 소속감으로 타인을 보살피거나 자신과 타인에 의해 보살핌을 받고 있다고 느끼는 감정을 말한다(Ryan & Deci, 2002). 관계성에 대한 욕구충족이 자율성, 유능성에 대한 욕구와 같이 직접 내적 동기와 관련된 것은 아니지만, 내적 동기를 유지하기 위해서는 자율성, 유능성에 대한 욕구충족 역시 중요하다(방미향, 2012). 관계성에 대한 욕구는 유의미한 타인들과 연결되어 있다는 느낌과 밀접한 관련이 있다(김주환, 외 2006; 박희화, 2009).

다) 관계성과 서핑 활동

(1) 관계성과 동료

동료 관계는 두 사람과의 자발적인 상호 의존적 관계를 말하며, 각각의 개인적인 특성 및 수준에서 형성되는 비공식적이면서 친밀한 관계(홍대식, 1992)를 의미한다. 동료 관계는 수직적이기보다는 수평적 구조로 볼 수 있다. 본 연구에서의 관계성은 동료와의 밀접한 정서적 유대와 애착을 형성하려고 하는 욕구이며, 동료와 정서적으로 연결되고 온화하고 배려하는 동료 관계를 맺으려는 욕망을 반영한다. 따라서 서핑이라는 스포츠 활동은 혼자서 하는 것이라기보다 다른 동료들과 어울려서 활동이 이루어지고 동료라는 관계를 유지하면서 하는 스포츠로서 타인과의 관계에 대한 영향을 직간접적으로 받는 스포츠 중의 하나라고 볼 수 있다. 동력이 아닌 무동력 스포츠로서 자연의 힘을 이용한 서핑은 함께 파도를 공유하고 호흡하며 다양한 자연적 변화를 함께 느끼며 나누는 활동이라고 할 수 있다.

(2) 동료 관계와 서핑 활동

동료와 접촉을 통해서 사람들은 자기중심적 사고에서 벗어나 동료들을 통해 호혜적인 의사소통을 하는 사회적, 인지적 기술을 습득한다고 했다(Kohlberg, 1972).

스포츠 활동은 상호교환 작용을 통해서 서로를 이해하고 친밀감을 강하게 만들며, 참여자들에게 자신의 능력을 시험해 보도록 하고, 도

전할 기회를 제공함과 동시에 동료와 유대감과 애착을 형성하는 역할을 한다고 할 수 있다. 특히나 서핑과 같은 모험스포츠 활동은 동료와 함께 건강을 위한 스포츠 참여의 수준을 넘어서 창의적이며, 전율이 넘치는 극한의 상황을 이겨내며 한계를 극복하는 과정에서 동료의 역할이 중요하게 작용한다.

(3) 동료 간의 관계성 지지에 관한 선행연구

체육 교사의 자율성 지지와 동료 간의 관계성 지지가 여고생의 심리적 욕구 만족과 학습 참여에 미치는 영향에 관한 연구(박수현, 천승현, 김보람, 2017)에서 동료 간의 관계성 지지는 여학생들의 심리적 욕구 3요인 모두 정적으로 유의한 영향을 미쳤으며 각 욕구가 정서 참여, 행동 참여 간에 활발한 매개역할을 한다는 사실을 확인하였고, 천승현, 송용관, 존마샬리브, 김보람(2019)은 체육 교사의 관계성 지지가 심리적 욕구와 신체활동 동기를 살펴본 연구에서 교사의 관계성 지지는 학생들의 심리적 욕구 만족에 대한 경험을 증진하고, 여가 신체활동 동기를 촉진, 강화하면서 매우 중요한 역할을 한다고 하였다.

위에 전술한 선행연구들을 요약해 보면, 관계성 지지는 교사-학생의 관계 및 또는 동료 간의 관계에서 긍정적 영향을 미치고 있음을 나타내고 있고, 이로써 본 연구에서는 동료 간의 관계성 지지가 심리적 욕구 만족, 학습목표, 미래신체활동의도에 미치는 영향을 규명해 보고자 연구를 수행하였다.

2. 심리적 욕구

자기결정성이론은 서퍼들의 지속적인 서핑 참여 동기를 심층적으로 분석하고, 이를 가장 포괄적으로 설명할 수 있는 대표적인 이론이고, 기존의 연구된 것처럼 동기의 유형을 외재적, 내재적으로 구분하지 않고 하나의 동기를 연속체 선상에서 보고 자기결정성 정도에 따른 동기의 유형을 설명한다(Ryan & Deci, 2000).

Deci와 Ryan(1985)이 개발한 자기결정성 이론을 Vallerland와 동료 연구진(Vallerand, Blais, Briere, & Pelletier, 1989; Vallerland, Deci & Ryan, 1987; Vallerand et al., 1992, 1993)이 스포츠 상황에 적용하여 연구하였다(임상균, 2016; 성한국, 2011). 아래 <그림 3>은 운동 이유와 심리적 욕구 변인과 동기가 결과에 미치는 향을 설명한 이론이다. 즉, 운동 이유는 심리적 욕구 요인 동기에 영향을 미칠 것이며, 동기는 행동결과에 영향을 미칠 것이라는 가정이다(성한국, 2011).

자기결정성이론에 따르면, 운동 행동은 자율성, 유능감, 관계성 세 가지 심리적 결정요인에 의해 그 의미가 달라진다(Ntoumanis, 2001). 세 가지 기본욕구는 타고난 필수조건이며, 이들 기본적 욕구를 통하여 개인의 사회성 발달과 내적인 주관적 안녕감과 같은 성장하고 통합하는 자연적 성향을 촉진할 수 있다는 것이 확인되었다(Deci & Ryan, 2002).

서핑은 혼자서 하는 스포츠이기도 하지만 시시각각 변화하는 자연환경 속에서 많은 변수가 존재하기에 함께 하는 동료의 역할이

중요하게 여겨진다. 따라서 서핑 활동에서 인간의 심리적 욕구 3요인이 어떻게 영향을 미치는지를 확인해 보고자 한다.

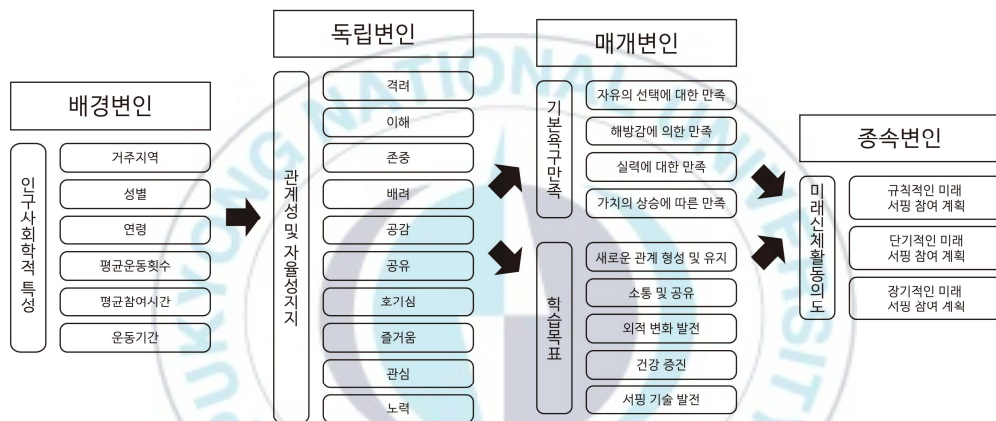


그림 3. 운동 이유와 자율성 인식, 유능감, 대인관계, 내적동기, 외적 동기 그리고 여러 결과의 관련성(Li, 1999, Vallerand & Losier, 1999)

3. 학습목표 - 목표내용이론

인간 심리 안에 욕구는 두 가지 다른 개념적 정의를 하고 있는데, 그 중 하나는 성취 욕구로서 욕구 강도에 대한 개인차와 관련이 있다 (Atkinson, 1964; McClelland, 1985; Murray, 1938; 김성수, 2013). 또 다른 접근으로는 욕구를 건강한 발달, 심리적 안녕감(well-being)의 보편적인 필요로 정의한다. 모든 인간은 본질에서 기본욕구에 맞춰지며, 특별한 상황과 시간 속에서 만족하거나 결핍되기도 한다(Deci & Ryan, 2000). 목표내용이론에 의하면 목표내용은 내적목표(intrinsic goals)와 외적목표(extrinsic goals)로 구분된다(Deci & Ryan, 2000; Vansteenkiste, Niemiec, & Soenens, 2010).

내적목표는 심리적 욕구 만족에 중점을 둔 세 가지 하위목표 1) 건강 관리, 2) 사회적 친밀감-유대감(social affiliation), 그리고 3) 기술발달로 구성되어 있다.

반면 외적 목표는 두 개의 하위목표 사회적 인정과 외모로 구분된다. 자기결정성 이론에 따르면 인간의 삶의 목표가 외적 목표(부, 인기, 이미지), 내적 목표(개인의 성장, 관계, 그리고 공동체)로 두 가지 요인의 분석적 기술 범주로 분류되는 경향이 있다. 자기결정성이론에 따르면 가장 중요한 것은 인간의 목표가 심리적 요구 만족과 박탈로부터 영향을 받는다. 강한 외적 목표의 발달은 자율성과 관계성의 심리적 욕구의 박탈로부터 비롯되는 경향이 있고, 강한 내적 목표의 발달은 세 가지 욕구의 만족으로부터 비롯되는 경향이 있다고 보고하고 있다(Kasser, Ryan, Zax, & Sameroff, 1995; Williams, Cox, Hedberg, & Deci, 2000; 김성수, 2013; 석희정, 2015).

Ⅲ. 연구방법

1. 연구대상

본 연구에서는 서퍼들의 관계성이 심리적 욕구, 학습목표, 미래신체활동의도에 영향을 미치는지, 그리고 그 관계성으로 인해 지속적인 참여가 이루어질 수 있는가를 밝혀내는 것이다. 본 연구의 목적을 달성하기 위하여 연구자는 서핑 경험이 있는 서퍼들을 중심으로 설문을 진행하였다(표 1).

연구자는 2019년 4월부터 2019년 5월까지 약 한 달 동안 비확률적 표집 방법에 해당하는 가용표집 방법으로 연구대상자 345명을 모집하고 설문조사를 하였다. 가용표집 방법은 자발적으로 설문에 참여하거나 연구자가 쉽게 접촉할 수 있는 대상을 표본으로 선정하는 방법이다(최현철, 2007). 연구대상 모집은 전국에 있는 서퍼들을 중심으로 이루어졌으며, 연구대상자들은 온·오프라인 설문지를 통해 질문에 응답하였다. 온라인 설문조사는 전통적인 설문조사에 비해서 시간과 비용이 적게 들며, 면접원에 의한 오차를 감소시킬 수 있는 장점을 가지고 있다(Schilewaert, Langerak & Buhamel, 1988; 이계오, 2000; 이윤석, 이지영 & 김격택, 2008; 오지현, 2015).

모집한 설문지 345부 중 불성실하게 응답된 44부를 제외한 301부

의 설문지를 가지고 본 연구의 최종분석에 사용하였다.

표 1. 인구통계학적 특성

변인	구분	N	%
성별	남자	191	63.5
	여자	110	36.5
연령	10대	6	2.0
	20대	104	34.6
	30대	145	48.2
	40대	42	14.0
	50대 이상	4	1.3
건강정도	매우 건강하다.	94	31.2
	건강하다	143	47.5
	보통이다	58	19.3
	허약하다	6	2.0
	매우 허약하다.	0	0
참여빈도	일주일에 5회 이상	11	3.7
	일주일에 3~4회	49	16.3
	일주일에 1~2회	119	39.5
	한 달에 1~2회	122	40.5
참여시간	1시간 미만	5	1.7
	1~2시간	56	18.6
	2~3시간	143	47.5
	3시간 이상	97	32.2
서핑경력	1년 미만	66	21.9
	1~2년 미만	64	21.3
	2~3년 미만	37	12.3
	3~4년 미만	40	13.3
	4~5년 미만	34	11.3
	5년 이상	60	19.9
동반자	서핑동호회 회원	65	21.6
	친구	128	42.5
	선·후배	52	17.3
	직장동료	4	1.3
	가족	28	9.3
	기타	24	8.0

<표 1>에 제시된 것처럼, 연구대상의 특성을 구체적으로 살펴보면, 남자 191명(63.5%), 여자 110명(36.5%)이었으며, 서퍼들의 연령대는 10대 6명(2%), 20대 104명(34.6%), 30대 145명(48.2%), 40대 42명(14%), 50대 이상 4명(1.3%)으로 밝혀졌다. 참가자들의 건강 정도는 매우 건강하다. 94명(31.2%), 건강하다. 143명(47.5%), 보통이다. 58명(19.3%), 허약하다. 6명(2%), 매우 허약하다 없으므로 나타났으며, 참여빈도는 일주일에 5회 이상 11명(3.7%), 일주일에 3~4회 49명(16.3%), 일주일에 1~2회 119명(39.5%), 한 달에 1~2회 122명(40.5%)으로 나타났으며, 참여시간은 1시간 미만 5명(1.7%), 1~2시간 56명(18.6%), 2~3시간 143명(47.5%), 3시간 이상 97명(32.2%)으로 나타났다. 참가자들의 서핑경력은 1년 미만 66명(21.9%), 1~2년 미만 64명(21.3%), 2~3년 미만 37명(12.3%), 3~4년 미만 40명(13.3%), 4~5년 미만 34명(11.3%), 5년 이상 60명(19.9%)이었으며, 주로 함께 서핑하는 동반자로 서핑동호회 회원 65명(21.6%), 친구 128명(42.5%), 선·후배 52명(17.3%), 직장동료 4명(1.3%), 가족 28명(9.3%), 기타 24명(8.0%)으로 밝혀졌다.

2. 조사도구

가) 동료의 자율성 지지와 관계성 지지에 관한 질문지

서평 애호가 동료의 지각된 자율성 지지를 측정하기 위해서는 Amoroso와 Anderson-Butcher(2007)와 Lia와 Wang(2009)의 연구에서 사용한 Deck(2001)의 스포츠 분위기 질문지(Sport Climate Questionnaire ; SCQ)를 사용하였다. 이 질문지는 박수현, 천승현, 김보람(2017) 연구에서 사용된 척도이며 총 6문항으로 구성되어 있으며(예, 나를 존중하고 이해하려고 한다), 7점 리커트형(1점=전혀 아니다, 7점=매우 그렇다)이다.

관계성 지지를 측정하기 위해 Cox et al.(2009)과 Cox & Ullrich-French(2010) 그리고 Cox & Williams(2008)의 연구에서 활용되었던 동료 간의 사회인정을 묻는 문항을 사용하였다. 이 질문지는 박수현 등(2017)에 의해서 번안되었으며, 총 7문항으로 구성되어 있으며(예, 서로 잘할 수 있도록 용기를 북돋아 주고 격려해준다), 자율성지지 질문지와 마찬가지로 7점 리커트형(1점=전혀 아니다, 7점=매우 그렇다) 척도를 사용하였다.

동료의 자율성 지지와 관계성 지지에 관한 설문 문항은 <표 2>에 제시하였다.

표 2. 동료의 자율성 지지와 관계성지지 측정을 위한 설문 문항

변인	설문 문항
관계성지지	① 서핑을 잘 타기 위해 서로 잘할 수 있도록 용기를 북돋아 주고 격려해준다.
	② 서로 간에 행동과 생각을 이해하려고 노력한다.
	③ 서로를 인격체로 존중한다.
	④ 서로의 기분을 헤아리고 배려해준다.
	⑤ 상호 간에 공감대를 형성하고자 노력한다.
	⑥ 상호 간에 학습경험(서핑 경험)을 공유하고 나눈다.
	⑦ 서로 간에 개인의 관심사나 생각 및 의견을 인정하고 존중해준다.
자율성지지	⑧ 내가 서핑하는 걸 잘할 수 있도록 언제나 격려 및 응원 해준다.
	⑨ 나를 존중하고 이해하려고 한다.
	⑩ 실제 서핑을 하기 전에 내가 하는 서핑 동작 연습을 어떻게 하려고 하는지 이해하려고 한다.
	⑪ 내 의견과 생각을 받아들이고 귀담아 들어준다.
	⑫ 내 질문에 잘 답해주고, 언제든지 질문할 수 있도록 해준다.
	⑬ 주어진 연습 활동에 따른 선택 및 기회를 제시해준다.

나) 심리적 욕구 만족에 관한 질문지

심리적 욕구 만족 정도를 측정하기 위해 3요인(자율성, 유능성, 관계성)으로 구분하여 측정하였다. 자율성에 정도를 측정하기 위해 5문항의 자율성 척도(Standage et al., 2006; Taylor et al., 2010)를 활용하였다. 이는 국내의 연구(천승현, 이영선, 2010 등)에서도 활용된 바 있다. 관계성에 대한 욕구를 측정하기 위해 본 연구에서는 5문항의 관계성 척도(Feeling of Relatedness Scale; Richer & Vallerand, 1998)를 활용하였다. 이는 국내의 연구(천승현, 문익수, 2010)에서 활용되었다. 유능성에 대한 욕구를 측정하기 위해 엄성호와 김병준(2003)의 연구에서 활용된 내적 동기 질문지의 하위요인인 4문항의 지각된 유능성 요인을 활용하였다. 이는 국외의 체육연구에서도 높은 수준의 신뢰도를 보여왔다. (Quested & Duda, 2010; Stadnager et al., 2006). 3요인의 각 문항은 7점 척도(1=절대 아니다, 7=매우 그렇다)로 구성되어 있으며, 심리적 욕구 만족 측정을 위한 설문문항은 <표 3>에 제시하였다.

표 3. 심리적 욕구 만족 측정을 위한 설문 문항

변인	설문 문항
자율성	① 내가 하고 싶은 활동을 할 수 있다.
	② 내가 하고 싶은 서핑기술 및 활동과 관련하여 나의 의견이나 의사를 밝힐 수 있다.
	③ 내가 좋아하고 원하기 때문에 이 활동에 참여한다.
	④ 나는 서핑을 함에 있어 자유롭게 할 수 있다는 것을 느낀다.
	⑤ 내가 선호하는 활동을 할 수 있는 선택과 기회가 많다.
유능성	⑥ 나는 서핑을 상당히 잘한다고 생각한다(서핑을 잘 한다고 생각한다).
	⑦ 나는 내 실력에 대해 만족감을 느낀다(만족한다).
	⑧ 서핑한 후 내 능력이 꽤 괜찮다고 생각을 많이 한다.
	⑨ 나의 서핑 능력 및 실력은 꽤 좋은 편이다.
관계성	⑩ 나는 내가 중요한 사람이라고 느낀다.
	⑪ 나는 가치 있는 존재라고 느낀다.
	⑫ 나는 관심을 받고 있다고 느낀다.
	⑬ 나는 인격체로 존중받고 있다는 것을 느낀다.
	⑭ 나는 편안함을 느낀다(마음이 편안하다).

다) 학습목표 내용에 관한 질문지

서퍼 동료와의 관계성이 규정짓는 학습목표 내용이 내적인 것에 초점을 맞추는지 또는 외적인 것에 초점을 맞추는지를 규명하기 위해서 Sebire et al.(2008)이 개발한 학습목표내용 질문지를 사용하였다. 이 질문지는 송용관, 천승현, 김보람, 유경은(2016)에 의해서 번안되었으며, 내적 목표와 외적 목표로 구분된다.

내적 목표에는 건강관리(예, 내가 운동에서 추구하고 얻고자 하는 것은 건강한 신체를 만들어 면역력을 높이는 것이다), 사회적 친밀감(예, 내가 운동에서 추구하고 얻고자 하는 목표는 동료들과 좋은 관계를 유지해 나가는 것이다), 그리고 기술발달(예, 내가 운동에서 추구하고자 하는 목표는 향후 운동과 스포츠를 즐길 수 있는 운동기술과 전략들을 습득하고 발전시켜 나가는 것이다)로 이루어져 있다. 이에 반해, 외적 목표에는 신체적 이미지(예, 내가 운동에서 추구하는 것은 체육활동을 통해 남들보다 좋은 몸매를 만들고 아름다워지는 것이다)와 사회적 인정(예, 내가 운동을 통해 얻고자 하는 것은 동료들로부터 나의 능력을 인정받는 것이다)로 이루어져 있다. 결론적으로 학습목표 내용 질문지는 내적 목표 3요인과 외적 목표 2요인 등 총 5요인 27문항으로 구성되어 있으며, 7점 척도(1=절대 아니다, 7=매우 그렇다)로 응답한다. 학습 목표 내용 측정을 위한 설문 문항은 <표 4>에 제시하였다.

표 4. 학습목표 내용 측정을 위한 설문 문항

변인	설문 문항
내적 목표 (동료친밀감)	① 동료들과 좋은 관계를 만드는 것이다. ② 동료들과 좋은 관계를 유지하고 발전시켜 나가는 것이다. ③ 동료들과 의미 있게 소통하고 교류하는 것이다. ④ 내게 관심이 있는 동료들과 경험을 공유하는 것이다. ⑤ 내게 관심이 있는 동료들과 관심사와 생각을 공유하는 것이다.
외적 목표 (사회적인정)	⑥ 동료들로부터 존중받는 것이다. ⑦ 동료들로부터 사회적 인정을 얻는 것이다. ⑧ 동료들에게 호의적으로 인정(존중)을 받는 것이다. ⑨ 신체적으로 가장 운동 능력이 뛰어난 사람으로 인정받는 것이다. ⑩ 동료들로부터 좋은 평가를 받는 것이다.
외적 목표 (이미지)	⑪ 예쁘고/멋있게 보이는 것이다. ⑫ 나의 외모를 부분적으로 멋있게 변화시키는 것이다. ⑬ 다른 사람들에게 매력적으로 보이기 위해 몸을 좋게 하는 것이다. ⑭ 나의 외모를 멋있고 아름답게 가꾸는 것이다. ⑮ 나의 몸매와 외모를 매력적으로 보이도록 향상하는 것이다.
내적 목표 (건강관리)	⑯ 나의 건강을 증진 시키는 것이다. ⑰ 나의 활력(에너지) 수준을 증진 시키는 것이다. ⑱ 나의 지구력과 원기를 향상하는 것이다. ⑲ 질병(병)에 대한 저항력(면역기능)을 기르는 것이다.
내적목표 (기술발달)	⑳ 내 서핑과 관련된 새로운 기술을 습득하는 것이다. ㉑ 서핑하는 데 있어 새로운 기술과 방법들을 배우는 것이다. ㉒ 서핑하는 데 있어 새롭고 중요한 것들을 배우는 것이다. ㉓ 서핑을 제대로 잘 하는 것이다. ㉔ 서핑에 필요한 나의 재능과 능력을 발달 및 발전시키는 것이다.
내적 목표 (지도친밀감)	㉕ 동료나 지도자와 좋은 관계를 만드는 것이다. ㉖ 동료나 지도자와 좋은 관계를 유지 및 발전시켜 나가는 것이다. ㉗ 동료나 지도자와 의미 있게 소통하고 교류하는 것이다.

라) 미래신체활동의도에 관한 질문지

서퍼들의 미래신체활동 의도는 김영호(2005)가 변안한 Courneya (1995)의 운동행동의도 질문지를 일부 수정하여 측정되었다(예; 운동 →서핑). 이 질문지는 개인의 서핑 참여 의도와 계획을 측정하는 3개 문항으로 구성되어 있으며 7점 리커트형(1점=전혀 아니다, 7점=매우 그렇다) 척도로 구성되어 있다. 미래신체활동의도 측정을 위한 설문 문항은 <표 5>에 제시하였다.

표 5. 미래신체활동의도 측정을 위한 설문 문항

변인	설문 문항
신체활동의도	나는 규칙적으로 서핑에 참여할 것이다.
	나는 향후 3개월 동안 일주일에 적어도 1번은 서핑을 하고자 한다.
	앞으로도 내가 할 수 있는 한 서핑에 많이 참여하고자 한다.

3. 자료수집 및 분석

본 논문의 설문조사 과정은 연구자가 사전에 연구의 목적을 알리고 이에 동의한 조사자를 대상으로 자료를 수집하였다. 수집된 자료를 토대로 SPSS와 AMOS 통계분석 프로그램을 사용하여 분석과정을 진행하였고, SPSS에서는 기술통계 및 요인분석 그리고 신뢰도 분석과 변인 간의 관계성을 규명하기 위해서 상관분석을 수행하였다. 탐색적 요인분석에서 일부 문항이 삭제되거나 문항의 내적 타당성을 검증하기 위해서는 AMOS 프로그램을 활용하여 확인적 요인분석을 시행하였다. 끝으로 경로 분석을 통해 교사와 동료의 동기 분위기가 심리적 욕구 만족과 욕구좌절 그리고 도덕적 행동에 미치는 영향력을 확인하였다.

가) 신뢰도 분석

본 연구에 활용한 설문 문항의 신뢰도를 분석하기 위해서 Cronbach's α 검사를 시행했다. 이 검사는 신뢰도 측정 계수 중 하나이며, 단일개념을 물어보기 위해서 복수 문항이 포함된 척도를 활용할 때 검사한 문항 사이의 동질성 정도를 나타내는 수치로써, 문항의 내적 일치도 산출을 통해서 신뢰도를 추정하는 방법이다. 본 연구의 신뢰도 분석 결과는 <표 6>과 같다. 분석 결과에서 알 수 있듯이 5요인 모두 .4이상의 유의미한 요인부하량을 지닌 것으로 나타났다. 각 요인에 대한 신뢰도(Cronbach's α)는 매우 양호한 수준으로 나타났다.

표 6. 신뢰도 분석 결과

요인		Cronbach α
하위요인		
동료의 지지	자율성지지	.912
	관계성지지	.908
심리적 욕구 만족	자율성	.817
	유능성	.938
	관계성	.892
내적 목표	동료에 의한 사회적 친밀감	.962
	건강관리	.862
	기술발달	.944
	지도자에 의한 사회적 친밀감	.967
외적 목표	사회적 인정	.904
	신체적 이미지	.949
미래 신체활동 의도	신체활동 의도	.801

나) 타당도 분석

서퍼들의 관계성이 심리적 욕구, 학습목표, 미래신체활동의도에 미치는 영향력을 확인하기 위해서 각 설문 문항 타당도 분석 및 모형의 적합도, 직·간접 효과 분석을 진행하였다. 경로모형에 대한 적합도를 확인하기 위해서 표준적합지수(Normed Fit Index; NFI), 증분적합지수(Incremental Fit Index; IFI), (Turker-Lewis Index; TLI), 비교부합지수(Comparative Fit Index; CFI)와 근사원소평균차승잔차(Root Mean Square Error of Approximation; RMSEA)로 준거 삼았다. 특히 TLI의 경우 요인분석을 위해 개발되었다가 구조방정식 모델을 평가하는 것까지 확장되었으며 일반적인 권장 수용기준은 0.9 이상이라고 볼 수 있다. 이 적합지수들은 모형의 간명성은 물론 명확한 해석 기준을 지닌 적합도 지수로서 표본의 크기에도 민감하지 않는 적합도 평가지수이다(Hu & Bentler, 1999). 일반적으로 0에서 1까지 값을 갖고 있는 증분적합지수, 비교부합지수, 표준적합지수는 .9이상이면 양호하고 1이면 완전히 적합한 모델로 평가한다(김계수, 2006).

RMSEA 값은 모델 자유도가 작을 때 크게 나타나는 경향을 보일 수 있으므로 모델의 부합도를 평가할 수 있는 좋은 지수가 아닐 수 있고, 따라서 CFI, TLI 값을 중심으로 모델 부합도를 평가하는 것이 바람직하다고 권고되고 있다(문수백, 2009).

(1) 동료의 관계성 지지와 자율성 지지에 대한 타당도 분석

분석 결과, <그림 4>에 제시된 것처럼 모두가 타당한 요인부하량을 지닌 것으로 확인되었다.

확인적 요인분석에서도 관계성 지지와 자율성지지 모형에 대한 적합도 지수는 RMSEA를 제외한 나머지 적합도 지수가 대체로 양호한 수준으로 나타나 조사 도구가 타당한 것으로 확인되었다(표 7).

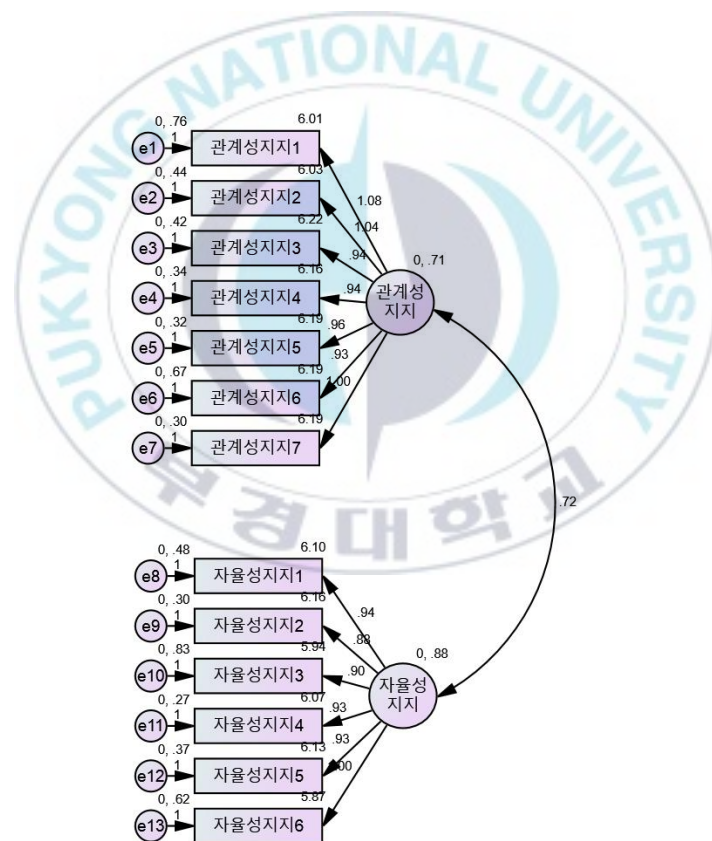


그림 4. 관계성 지지와 자율성 지지에 대한 확인적 요인모형

표 7. 관계성 지지와 자율성지지 모형에 대한 적합도

모형	CMIN/DF	NFI	IFI	TLI	CFI	RMSEA
연구 모형 1	5.350	.900	.916	.897	.916	.120
수용기준	3 이하	.9 이상	.9 이상	.9 이상	.9 이상	.1 이하

(2). 심리적 욕구 만족에 대한 타당도 결과

분석 결과, <그림 5>에 제시된 것처럼 모두가 타당한 요인부하량을 지닌 것으로 확인되었다.

확인적 요인분석에서도 심리적 욕구 만족 모형에 대한 적합도 지수는 RMSEA를 제외한 나머지 적합도 지수가 대체로 양호한 수준으로 나타나 조사 도구가 타당한 것으로 확인되었다(표 8).

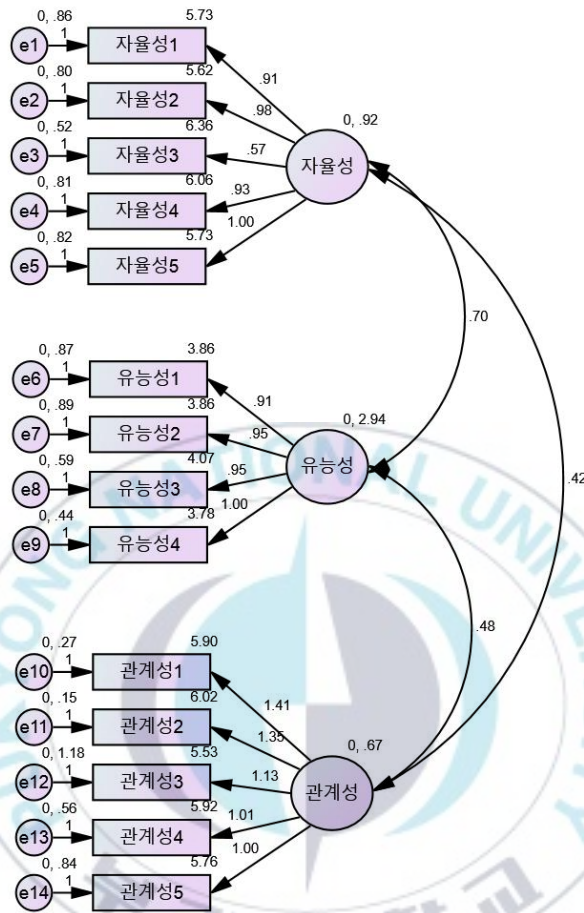


그림 5. 심리적 욕구 만족에 대한 확인적 요인모형

표 8. 심리적 욕구 만족 모형에 대한 적합도

모형	CMIN/DF	NFI	IFI	TLI	CFI	RMSEA
연구 모형	4.129	.908	.928	.904	.928	.102
1						
수용기준	3 이하	.9 이상	.9 이상	.9 이상	.9 이상	.1 이하

(3) 학습목표에 대한 타당도 결과

분석 결과, <그림 6>에 제시된 것처럼 모두가 타당한 요인부하량을 지닌 것으로 확인되었다.

확인적 요인분석에서도 학습목표 모형에 대한 적합도 지수는 대부분 적합도 지수가 대체로 양호한 수준으로 나타나 조사 도구가 타당한 것으로 확인되었다(표 9).



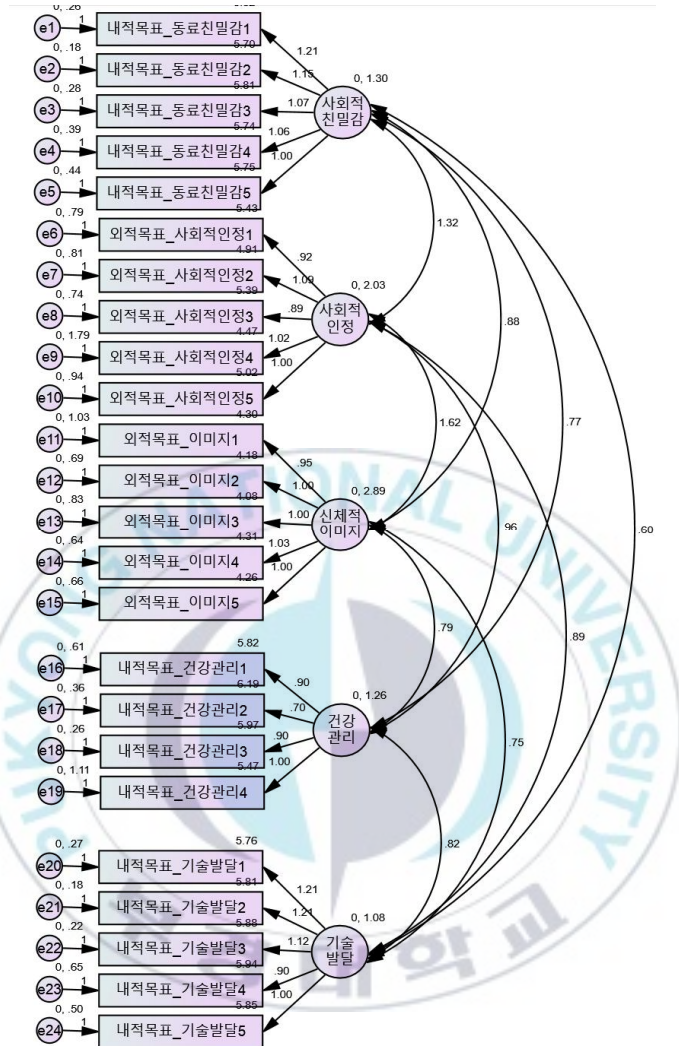


그림 6. 학습목표에 대한 확인적 요인모형

표 9. 학습목표 모형에 대한 적합도

모형	CMIN/DF	NFI	IFI	TLI	CFI	RMSEA
연구 모형	3.899	.892	.909	.906	.909	.098
1						
수용기준	3 이하	.9 이상	.9 이상	.9 이상	.9 이상	.1 이하

(4) 미래 신체활동 의도에 대한 타당도 결과

분석 결과, <그림 7>에 제시된 것처럼 모두가 타당한 요인부하량을 지닌 것으로 확인되었다.

확인적 요인분석에서도 미래신체활동의도 모형에 대한 적합도 지수는 모든 요인의 적합도 지수가 모두 기준치에 부합하는 것으로 확인되었다(표 10).



그림 7. 미래 신체활동 의도에 대한 확인적 요인모형

표 10. 미래신체활동의도 모형에 대한 적합도

모형	CMIN/DF	NFI	IFI	TLI	CFI	RMSEA
연구 모형 1	2.631	.991	.995	.984	.995	.074
수용기준	3 이하	.9 이상	.9 이상	.9 이상	.9 이상	.1 이하

IV. 결 과

1. 조사 도구의 기술 통계량

가) 동료의 관계성 지지와 자율성 지지에 대한 기초통계량

동료의 관계성 지지와 자율성지지 척도를 구성하는 각 문항에 대한 기술통계를 확인한 결과<표 11>, 관계성지지 7문항에 대한 평균은 6.01~6.19($SD=.98\sim1.26$)까지 나타났다. 자율성지지 6문항에 대한 평균은 5.86~6.15($SD=.99\sim1.24$)로 확인되었다. 각 문항에 대한 응답 값이 정규분포곡선으로부터 편향성이 어느 정도인가를 확인하기 위해서 왜도, 첨도를 통해 확인한 결과에서 모든 문항에 대한 왜도, 첨도는 ± 1.0 을 초과하지 않았고 안정적인 정상분포를 지닌 것으로 밝혀졌다. 일반적으로 적합한 문항을 선별하기 위해 사용되는 왜도와 첨도 기준은 ± 2.0 이하로 본다(탁진국, 1996; Crocker & Algina, 1986).

표 11. 동료의 관계성 지지와 자율성 지지에 대한 기초통계량

요인 및 항목	내용	평균	표준편차	왜도	첨도
관계성지지1	① 서핑을 잘 타기 위해 서로 잘할 수 있도록 용기를 북돋아 주고 격려해준다.	6.01	1.26	-1.37	1.59
관계성지지2	② 서로 간에 행동과 생각을 이해하려고 노력한다.	6.02	1.10	-.96	.28
관계성지지3	③ 서로를 인격체로 존중한다.	6.22	1.02	-1.33	1.25
관계성지지4	④ 서로의 기분을 헤아리고 배려해준다.	6.16	.98	-.95	.05
관계성지지5	⑤ 상호 간에 공감대를 형성하고자 노력한다.	6.18	.98	-1.08	.45
관계성지지6	⑥ 상호 간에 학습경험(서핑 경험)을 공유하고 나눈다.	6.18	1.13	-1.49	1.98
관계성지지7	⑦ 서로 간에 개인의 관심사나 생각 및 의견을 인정하고 존중해준다.	6.19	1.00	-1.24	1.15
자율성지지1	⑧ 내가 서핑하는 걸 잘할 수 있도록 언제나 격려 및 응원해준다.	6.09	1.12	-1.45	2.58
자율성지지2	⑨ 나를 존중하고 이해하려고 한다.	6.15	.99	-1.18	1.82
자율성지지3	⑩ 실제 서핑을 하기 전에 내가 하는 서핑 동작 연습을 어떻게 하려고 하는지 이해하려고 한다.	5.93	1.24	-1.27	1.52
자율성지지4	⑪ 내 의견과 생각을 받아들이고 귀담아 들어준다.	6.07	1.02	-1.17	2.01
자율성지지5	⑫ 내 질문에 잘 답해주고, 언제든지 질문할 수 있도록 해준다.	6.12	1.06	-1.22	1.65
자율성지지6	⑬ 주어진 연습 활동에 따른 선택 및 기회를 제시해준다.	5.86	1.22	-1.11	1.39

나) 심리적 욕구 만족에 대한 기초통계량

심리적 욕구 만족 척도를 구성하는 각 문항에 대한 기술통계를 확인한 결과<표 12>, 자율성 5문항에 대한 평균은 5.62~6.36($SD=.90\sim1.32$)까지 나타났다. 유능성 4문항에 대한 평균은 3.77~4.06($SD=1.81\sim1.89$)으로 확인되었다. 관계성 5문항에 대한 평균은 5.52~6.01($SD=1.11\sim1.42$)로 확인되었다.



표 12. 심리적 욕구 만족에 대한 기초통계량

요인 및 항목	내용	평균	표준편차	왜도	첨도
자율성 1	① 내가 하고 싶은 활동을 할 수 있다.	5.73	1.27	-.92	.53
자율성 2	② 내가 하고 싶은 서핑기술 및 활동과 관련하여 나의 의견이나 의사를 밝힐 수 있다.	5.62	1.29	-.68	-.20
자율성 3	③ 내가 좋아하고 원하기 때문에 이 활동에 참여한다.	6.36	.90	-1.37	1.17
자율성 4	④ 나는 서핑을 함에 있어 자유롭게 할 수 있다는 것을 느낀다.	6.05	1.26	-1.36	1.42
자율성 5	⑤ 내가 선호하는 활동을 할 수 있는 선택과 기회가 많다.	5.73	1.32	-1.00	.77
유능성 1	⑥ 나는 서핑을 상당히 잘한다고 생각한다(서핑을 잘 한다고 생각한다).	3.85	1.82	.03	-.79
유능성 2	⑦ 나는 내 실력에 대해 만족감을 느낀다(만족한다).	3.86	1.89	.07	-.97
유능성 3	⑧ 서핑한 후 내 능력이 꽤 괜찮다고 생각을 많이 한다.	4.06	1.81	-.06	-.88
유능성 4	⑨ 나의 서핑 능력 및 실력은 꽤 좋은 편이다.	3.77	1.84	.10	-.93
관계성 1	⑩ 나는 내가 중요한 사람이라고 느낀다.	5.90	1.27	-1.14	1.05
관계성 2	⑪ 나는 가치 있는 존재라고 느낀다.	6.01	1.17	-1.11	.97
관계성 3	⑫ 나는 관심을 받고 있다고 느낀다.	5.52	1.42	-.98	.79
관계성 4	⑬ 나는 인격체로 존중받고 있다는 것을 느낀다.	5.92	1.11	-.92	.56
관계성 5	⑭ 나는 편안함을 느낀다(마음이 편안하다).	5.75	1.23	-.81	.08

다) 학습목표에 대한 기초통계량

학습목표 척도를 구성하는 각 문항에 대한 기초통계를 확인한 결과 <표 13>, 내적 목표_동료친밀감 5문항에 대한 평균은 5.61~5.80(SD=1.32~1.47)까지 나타났다. 외적 목표_사회적인정 5문항에 대한 평균은 4.46~5.42(SD=1.53~1.98)로 확인되었다. 외적 목표_이미지 5문항에 대한 평균은 4.07~4.30(SD=1.88~1.93)으로 확인되었다. 내적 목표_건강관리 4문항에 대한 평균은 5.46~6.19(SD=0.991~1.54)로 확인되었다. 내적 목표_기술발달 5문항에 대한 평균은 5.76~5.94(SD=1.23~1.36)로 확인되었다. 내적 목표_지도친밀감 3문항에 대한 평균은 5.77~5.86(SD=1.31~1.33)으로 확인되었다.

표 13. 학습목표에 대한 기초통계량

요인 및 항목	내용	평균	표준 편차	왜도	첨도
내적 목표_동료친밀감 1	① 동료들과 좋은 관계를 만드는 것이다.	5.61	1.47	-1.01	.54
내적 목표_동료친밀감 2	② 동료들과 좋은 관계를 유지하고 발전시켜 나가는 것이다.	5.69	1.38	-1.09	1.00
내적 목표_동료친밀감 3	③ 동료들과 의미 있게 소통하고 교류하는 것이다.	5.80	1.33	-1.11	.83
내적 목표_동료친밀감 4	④ 내게 관심이 있는 동료들과 경험을 공유하는 것이다.	5.74	1.36	-1.03	.55
내적 목표_동료친밀감 5	⑤ 내게 관심이 있는 동료들과 관심사와 생각을 공유하는 것이다.	5.74	1.32	-1.07	.67
외적 목표_사회적인정1	⑥ 동료들로부터 존중받는 것이다.	5.42	1.58	-.91	.22
외적 목표_사회적인정2	⑦ 동료들로부터 사회적 인정을 얻는 것이다.	4.91	1.79	-.50	-.65
외적 목표_사회적인정3	⑧ 동료들에게 호의적으로 인정(존중)을 받는 것이다.	5.38	1.53	-.84	.02
외적 목표_사회적인정4	⑨ 신체적으로 가장 운동 능력이 뛰어난 사람으로 인정받는 것이다.	4.46	1.98	-.33	-1.02
외적 목표_사회적인정5	⑩ 동료들로부터 좋은 평가를 받는 것이다.	5.02	1.72	-.62	-.44
외적 목표_이미지 1	⑪ 예쁘고/멋있게 보이는 것이다.	4.29	1.91	-.23	-.99
외적 목표_이미지 2	⑫ 나의 외모를 부분적으로 멋있게 변화시키는 것이다.	4.17	1.89	-.11	-.99
외적 목표_이미지 3	⑬ 다른 사람들에게 매력적으로 보이기 위해 몸을 좋게 하는 것이다.	4.07	1.93	-.05	-1.09
외적 목표_이미지 4	⑭ 나의 외모를 멋있고 아름답게 가꾸는 것이다.	4.30	1.92	-.13	-1.03
외적 목표_이미지 5	⑮ 나의 몸매와 외모를 매력적으로 보이도록 향상하는 것이다.	4.25	1.88	-.16	-1.01
내적 목표_건강관리 1	⑯ 나의 건강을 증진하는 것이다.	5.82	1.28	-1.25	1.76
내적 목표_건강관리 2	⑰ 나의 활력(에너지) 수준을 증진하는 것이다.	6.19	.991	-1.05	.33
내적 목표_건강관리 3	⑱ 나의 지구력과 원기를 향상하는 것이다.	5.97	1.13	-.95	.50
내적 목표_건강관리 4	⑲ 질병(병)에 대한 저항력(면역기능)을 기르는 것이다.	5.46	1.54	-.83	.08
내적 목표_기술발달 1	⑳ 내 서핑과 관련된 새로운 기술을 습득하는 것이다.	5.76	1.36	-.95	.36
내적 목표_기술발달 2	㉑ 서핑하는 데 있어 새로운 기술과 방법들을 배우는 것이다.	5.81	1.32	-1.08	.89
내적 목표_기술발달 3	㉒ 서핑하는 데 있어 새롭고 중요한 것들을 배우는 것이다.	5.88	1.25	-.90	.02
내적 목표_기술발달 4	㉓ 서핑을 제대로 잘 하는 것이다.	5.94	1.23	-1.11	.81
내적 목표_기술발달 5	㉔ 서핑에 필요한 나의 재능과 능력을 발달 및 발전시키는 것이다.	5.84	1.25	-.85	-.10
내적 목표_지도친밀감 1	㉕ 동료나 지도자와 좋은 관계를 만드는 것이다.	5.77	1.33	-1.01	.58
내적 목표_지도친밀감 2	㉖ 동료나 지도자와 좋은 관계를 유지 및 발전시켜 나가는 것이다.	5.77	1.33	-1.02	.64
내적 목표_지도친밀감 3	㉗ 동료나 지도자와 의미 있게 소통하고 교류하는 것이다.	5.86	1.31	-1.11	.83

라) 미래 신체활동 의도에 대한 기초통계량

미래신체활동의도 척도를 구성하는 각 문항에 대한 기술통계를 확인한 결과<표 14>, 신체활동 의도 3문항에 대한 평균은 6.10~6.47(SD=.98~1.30)까지 나타났다.

표 14. 미래 신체활동 의도에 대한 기초통계량

요인 및 항목	내용	평균	표준편차	왜도	첨도
신체활동의도 1	나는 규칙적으로 서핑에 참여할 것이다.	6.10	1.27	-1.57	2.20
신체활동의도 2	나는 향후 3개월 동안 일주일에 적어도 1번은 서핑을 하고자 한다.	6.23	1.30	-1.79	2.59
신체활동의도 3	앞으로도 내가 할 수 있는 한 서핑에 많이 참여하고자 한다.	6.47	.98	-2.17	5.27

2. 상관분석

<표 15>는 본 연구에서 측정된 각 변인에 대한 기술통계 결과와 상관관계이며, 제시된 것처럼 동료의 관계성 지지는 자율성, 유능성, 관계성 등 모든 변인과 정적으로 유의한 상관을 보였으며($r=.097 \sim .478$, $p<.01$), 동료의 자율성지지도 자율성, 유능성, 관계성 등 모든 변인과 정적으로 유의한 상관을 보였다($r=.122 \sim .451$, $p<.01$).

자율성은 유능성, 관계성, 내적 목표, 외적 목표, 미래신체활동의도와 모두 정적으로 유의한 상관관계를 보였으며($r=.245 \sim .539$), 유능성은 관계성, 내적 목표, 외적 목표, 미래신체활동의도와 모두 정적으로 유의한 상관관계를 보였다($r=.158 \sim .422$). 또한 관계성은 내적 목표_동료친밀감, 건강관리, 기술발달, 외적 목표인 사회적인정, 이미지 그리고 미래신체활동의도에 모두 정적으로 유의한 상관관계를 보였다($r=.336 \sim .461$).

내적 목표인 동료친밀감은 건강관리, 기술발달과 외적 목표인 사회적인정, 이미지 그리고 미래신체활동의도와 모두 정적으로 유의한 상관관계를 보였으며($r=.419 \sim .746$), 내적 목표인 건강관리는 기술발달과 외적 목표인 사회적인정, 이미지 그리고 미래신체활동의도와 모두 정적으로 유의한 상관관계를 보였고($r=.312 \sim .665$), 내적목표인 기술발달은 외적목표인 사회적인정, 이미지 그리고 미래신체활동의도와 모두 정적으로 유의한 상관관계를 보였다.

외적 목표인 사회적인정은 이미지와 미래신체활동의도 간에 정적으로 유의한 상관관계를 보였으며($r=.284 \sim .662$), 외적 목표인 이미

지는 미래신체활동의도와 정적으로 유의한 상관관계를 보였다($r=.150, p<.01$).

표 15. 조사 변인 간의 상관관계

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
관계성지지	1										
자율성지지	.815**	1									
자율성	.492**	.469**	1								
유능성	.097	.122*	.376**	1							
관계성	.411**	.451**	.539**	.370**	1						
내적 목표_동료친밀감	.478**	.435**	.492**	.271**	.428**	1					
내적 목표_건강관리	.407**	.444**	.394**	.158**	.376**	.562**	1				
내적 목표_기술발달	.378**	.425**	.368**	.241**	.350**	.493**	.665**	1			
외적 목표_사회적인정	.355**	.370**	.445**	.384**	.461**	.746**	.558**	.583**	1		
외적 목표_이미지	.181**	.246**	.245**	.422**	.370**	.430**	.415**	.402**	.662**	1	
신체활동의도	.364**	.335**	.451**	.225**	.336**	.419**	.312**	.345**	.284**	.150**	1
M	6.14	6.04	5.90	3.89	5.82	5.72	5.86	5.84	5.04	4.22	6.27
SD	.87	.92	.93	1.69	1.04	1.28	1.05	1.16	1.47	1.74	1.01

** 상관계수가 0.01 수준에서 유의합니다(양측).

* 상관계수가 0.05 수준에서 유의합니다(양측).

3. 경로 분석

경로모형에 대한 적합도를 확인하기 위해서 증분적합지수(IFI), 비교부합지수(CFI)와 비표준적합지수(NNFI), 근사원소평균자승잔차(RMSEA)로 준거를 삼았다. 이 적합지수들은 모형의 명확한 해석 기준을 가진 적합지수로 표본의 크기에도 민감하지 않은 적합도 평가지수이다(Hu & Bentler, 1999).

<표 16>에 제시된 것처럼, 모든 적합도 지수들이 수용기준을 충족하는 것으로 밝혀졌다.

표 16. 선행변인과 결과 변인 간의 구조적 관계

선행변인	경로	결과 변인	Estimate	S.E.	C.R.	P	SRW
관계성지지	→	심리적 욕구 만족	.176	.097	1.820	*	.164
자율성지지	→	심리적 욕구 만족	.279	.091	3.060	***	.276
관계성지지	→	내적 목표	.220	.090	2.457	*	.194
자율성지지	→	외적 목표	.257	.134	1.921	.055	.162
심리적 욕구 만족	→	외적 목표	.769	.083	9.246	***	.490
심리적 욕구 만족	→	내적 목표	.360	.053	6.767	***	.339
관계성지지	→	외적 목표	-.062	.140	-.445	.656	-.037
자율성지지	→	내적 목표	.233	.085	2.724	*	.217
심리적 욕구 만족	→	신체활동의도	.347	.066	5.296	***	.320
외적 목표	→	신체활동의도	-.158	.049	-3.236	**	-.229
내적 목표	→	신체활동의도	.435	.070	6.192	***	.426

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

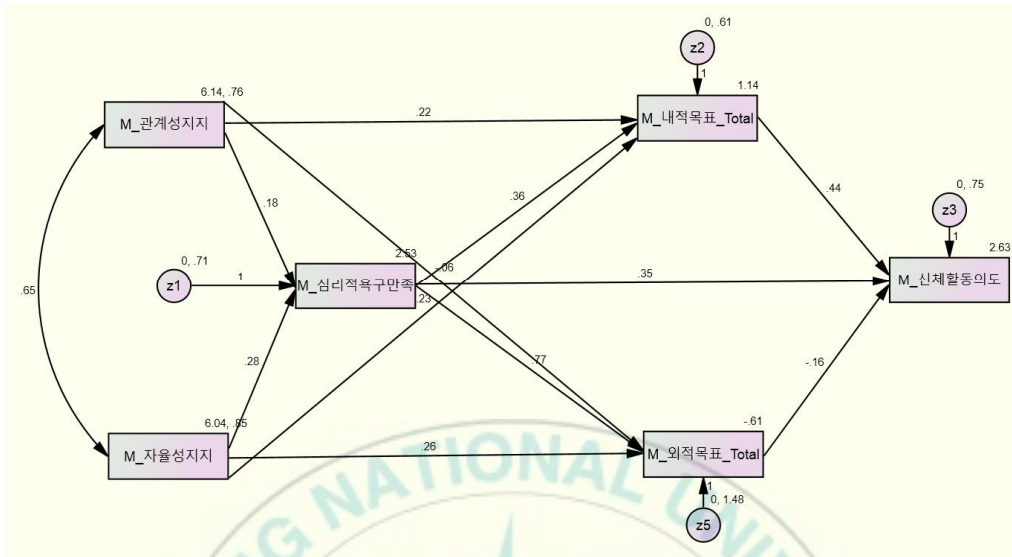


그림 9. 연구변인의 구조적 관계

선행변인과 결과 변인 간의 구조적 관계를 확인하기 위해 경로 분석을 진행하였다<표 16>. <그림 8>에서 볼 수 있듯이, 최대우도법을 통해 동료의 관계성 지지는 심리적 욕구 만족에 정적으로(관계성지지 → 심리적 욕구 만족=. 176) 유의한 영향을 미쳤으며($p<.05$), 자율성지지도 심리적 욕구 만족에 정적으로(자율성지지 → 심리적 욕구 만족=. 279) 유의한 영향을 미친 것으로 밝혀졌다($p<.001$). 또한, 관계성 지지는 내적 목표에 정적으로(관계성지지 → 내적 목표=. 220)의 유의한 영향을 미쳤으며($p<.05$), 자율성지지도 내적 목표에 정적으로(자율성지지 → 내적 목표=. 233) 유의한 영향을 미친 것으로 확인되었다.

심리적 욕구 만족은 외적 목표에 정적으로(심리적 욕구 만족 → 외적 목표=. 769), 유의한 영향을 미쳤으며($p<.001$), 내적 목표에도(심리적 욕구 만족 → 내적 목표=. 360) 정적으로 유의한 영향을 미쳤다.

표 17. 연구 모형에 대한 적합도

모형	CMIN/DF	NFI	IFI	TLI	CFI	RMSEA
연구 모형	2.403	.994	.997	.975	.997	.068
수용기준	3 이하	.9 이상	.9 이상	.9 이상	.9 이상	.1 이하

($p < .001$). 또한, 심리적 욕구 만족은 신체활동의도에도 정적으로(심리적 욕구 만족 $\rightarrow$ 신체활동의도 = .347) 유의한 영향을 미친 것으로 나타났다($p < .001$).

내적 목표는 신체활동의도에 정적으로(내적 목표 $\rightarrow$ 신체활동의도 = .435) 유의한 영향을 미친 것으로 나타났으며($p < .001$), 이에 반해 외적 목표는 신체활동의도에 부적적으로(외적 목표 $\rightarrow$ 신체활동의도 = -.158) 영향을 미치는 것으로 확인되었다($p < .001$).

연구 모형에 대한 직접, 간접, 총 효과를 살펴본 결과<표 18>, 자율성지지 $\rightarrow$ 심리적 욕구 만족은 .276의 직접 효과(총효과 = .276), 자율성지지 $\rightarrow$ 외적 목표는 .162의 직접 효과(간접효과 = .135, 총효과 = .297), 자율성지지 $\rightarrow$ 내적 목표 .217의 직접 효과(간접효과 = .094, 총효과 = .311)를 보였으며, 자율성지지 $\rightarrow$ 신체활동의도는 직접 효과가 확인되지 않았다(간접효과 = .153, 총효과 = .153).

관계성지지 $\rightarrow$ 심리적 욕구 만족은 .164의 직접 효과(총효과 = .164), 관계성지지 $\rightarrow$ 외적 목표 -.037의 직접 효과(간접효과 = .081, 총효과 = .043), 관계성지지 $\rightarrow$ 내적 목표 .194의 직접 효과(간접효과 = .056, 총효과 = .250)가 확인되었으며, 관계성지지 $\rightarrow$ 신체활동의도는 직접 효과가 확인되지 않았다(간접효과 = .149, 총효과 = .149).

표 18. 연구 모형의 직접 효과, 간접효과, 총 효과

선행변인	결과 변인	직접 효과	간접효과	총 효과
자율성지지	심리적 욕구 만족	.276	.000	.276
	외적 목표	.162	.135	.297
	내적 목표	.217	.094	.311
	신체활동의도	.000	.153	.153
관계성지지	심리적 욕구 만족	.164	.000	.164
	외적 목표	-.037	.081	.043
	내적 목표	.194	.056	.250
	신체활동의도	.000	.149	.149
심리적 욕구 만족	외적 목표	.490	.000	.490
	내적 목표	.339	.000	.339
	신체활동의도	.320	.033	.353
외적 목표	신체활동의도	-.229	.000	-.229
내적 목표	신체활동의도	.426	.000	.426

심리적 욕구 만족→외적 목표는. 490의 직접 효과(총효과=. 190), 심리적 욕구 만족→내적 목표. 339의 직접 효과(총효과=. 399), 심리적 욕구 만족→신체활동의도. 320의 직접 효과(간접효과=. 033, 총효과=. 353)를 보였다.

외적 목표→신체활동의도 -.229의 직접 효과(총효과=-.229)를 보였으며, 내적 목표→신체활동의도. 426의 직접 효과(총효과=. 426)를 보였다.

V. 논의 및 결론

1. 논의

본 연구는 Deci와 Ryan(1980)이 정립한 자기결정성 이론을 바탕으로 서핑 참여자인 서퍼(동료)들의 관계성이 심리적 욕구, 학습목표, 미래신체활동의도에 미치는 영향을 분석한 연구이다. 위에서 언급한 서퍼(동료)들의 관계성에서의 하위요인으로는 자율성지지와 관계성 지지가 있다.

서퍼(동료)들의 자율성 지지와 관계성 지지가 서퍼들의 심리적 욕구, 학습 목표, 미래신체활동의도에 미치는 영향을 살펴보았다. 연구 가설과 결과에 따른 논의는 다음과 같다.

가) 서퍼들의 관계성이 심리적 욕구에 미치는 영향

서퍼들의 자율성 지지와 관계성 지지가 심리적 욕구 만족에 미치는 영향에 관한 연구 가설을 검증한 결과, 서퍼들의 관계성 지지와 자율성 지지가 심리적 욕구 간의 정적인 인과관계가 있는 것으로 나타났다.

첫째, 서퍼들의 자율성 지지는 심리적 기본욕구인 자율성, 유능성, 관계성에 모두 정적으로 유의한 영향을 미쳤다. 서퍼들의 자율성

지지는 자율성을 향상하게 시키고, 동시적이며 상호적으로 유능성에 대한 욕구 증진이 이루어지지 때문에(천승현, 문익수, 2010; Standage et al, 2006; Reeve & Chen, 2014) 내적 동기를 향상하게 시킨다(Deci & Ryan, 2000).

둘째, 서퍼들의 관계성 지지는 심리적 기본욕구인 자율성, 유능성, 관계성에 모두 정적으로 유의한 영향을 미쳤다. 이는 서퍼들의 관계성 지지가 심리적 욕구를 경로해 직간접적으로 더욱 큰 영향을 미친다는 사실을 살펴볼 수 있다. 박수현, 천승현, 김보람(2017)은 체육 교사와 동료 간의 관계에서 자율성 지지와 관계성 지지가 여학생들의 심리적 기본욕구인 자율성, 유능성, 관계성에 정적으로 직접 영향을 미쳤다는 연구결과를 통해 본 연구의 결과를 지지하였다. 또한, 천승현, 송용관, 존마샬리브, 김보람(2019)은 체육 교사의 관계성 지지가 학습자의 심리적 욕구 및 여가 신체활동 동기에 미치는 영향에서 교사의 관계성 지지가 학습자의 심리적 욕구 만족 경험에 정적으로 관계가 있다는 사실을 알 수 있으므로, 본 연구를 일부분 지지하는 것으로 나타났다.

따라서 동료의 관계성 지지는 자율성지지 만큼 심리적 욕구 만족에 긍정적인 영향을 미친다는 사실을 확인했다.

나) 서퍼들의 관계성이 학습목표에 미치는 영향

서퍼들의 자율성 지지와 관계성 지지가 학습목표에 미치는 영향에 관한 연구 가설을 검증하기 위해 목표내용이론에 근거하여 서핑

활동 내 서퍼들의 학습 목표를 살펴보았다. 크게 두 가지 상위요인으로 내적 목표와 외적 목표로 개념화되어 있다는 사실을 알 수 있다. 또한, 서핑 활동 내 서퍼들의 내적 목표와 외적 목표는 총 여섯 가지 하위요인으로 구성되어 있으며, 이러한 결과는 내적 목표와 외적 목표라는 두 개의 상위요인이 목표내용이론에서 제안하는 목표의 개념과 같다는 것을 알 수 있으며, 내적 목표의 하위요인으로는 주요타자(서퍼와 동료)와의 사회적 친밀감(social affiliation with others), 건강관리(health management), 기술발달(skill development) 그리고 외적 목표의 하위요인으로는 사회적 인정(social recognition)과 신체적 이미지(외적으로 뽐내기)로 구성되어 있다는 사실을 보여준다(송용관, 2016).

이에 따른 결과로 서퍼들의 자율성 지지와 관계성 지지는 하위요인인 내적 목표의 동료친밀감, 건강관리, 기술발달 요인에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났고, 외적 목표의 사회적인정, 이미지 요인 또한, 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났으나, 내적 목표와는 차이가 있다는 사실을 확인하였다. 위 가설을 검증하기 위해서 Sebire et. al.(2008, 2009)의 연구를 보면 스포츠 및 신체활동 프로그램에 참여하는 개인에게는 내적 목표와 외적 목표가 동시에 존재한다고 제시되어 있고, 따라서 학습자 개인의 외적목표는 존중하되 상대적으로 내적목표에 중점을 둔 학습목표를 제공하는 것이 바람직하다(Sebire et a., 2013)는 사실을 알 수 있다. 체육수업 내 학습목표내용 질문지의 개발 및 타당화 검증이라는 연구를 통해 내적목표와 외적목표가 하위요인들 간의 내적상관은 정적으로 나타나

지만, 예측하는 결과는 차이가 있다는 사실로 내적목표와 외적목표를 동전의 양면의 개념이 아닌 독립적인 형태로 보고 한 개인은 두 목표를 동시에 지닐 수 있다고 보고하고 있다(송용관, 천승현, 김보람, 유정은, 2016). 본 연구에서는 서퍼들의 관계성이 학습목표에 미치는 영향을 살펴보았는데 자율성지지와 관계성지지 모두 내적목표와 정적인 상관을 보였는데, 이와 같이 서퍼들의 학습목표는 서핑 활동 내 상위요소인 동료에 의해 설정 및 구조화되기 때문에 동료의 역할이 매우 중요하다고 할 수 있다.

다) 서퍼들의 심리적 욕구가 학습목표에 미치는 영향

서퍼들의 심리적 욕구가 학습목표에 미치는 영향에 관한 연구가설을 검증한 결과, 심리적 욕구 만족은 외적 목표와 내적 목표 모두 정적으로 유의한 영향을 미친 것으로 나타났다. 또한 <표 18>에서 볼 수 있듯이 심리적 욕구 만족이 외적 목표와 내적 목표에 모두 직간접적으로 효과를 보였다.

매개 변인인 심리적 욕구는 학습목표의 하위요인인 외적목표와 내적목표에 직간접적으로 영향을 미친다고 볼 수 있는데, 심리적 욕구인 자율성은 자신이 주체가 되어 활동에 참여하며, 자발적으로 행동하고자 하는 욕구이고(deCharm, 1968), 유능성은 환경에 적응하고, 능력을 효율적으로 발휘하고자 하는 욕구이다(White, 1959). 그리고 관계성은 자신이 속해 있는 집단에서의 소속감과 유대감을 가지고 관계 속에서 관심을 받고자 하는 욕구이다(Baumeister & Leary,

1995; Ryan & Powelson, 1991). 이와 같이 심리적 욕구는 서퍼들의 학습 목표의 하위요인인 외적 목표와 내적 목표에 관계를 이어주는 매개역할을 한다고 볼 수 있다. 또한, 스포츠와 운동 참여 상황에서 심리적 욕구 만족은 지속 또는 중단을 결정하는 주요한 변인이 된다 (정용각, 2009).

라) 서퍼들의 학습 목표가 신체활동의도에 미치는 영향

서퍼들의 학습 목표가 미래신체활동의도에 미치는 영향에 관한 연구 가설을 검증한 결과, 모험스포츠의 일종인 서핑참가자는 일반 스포츠 참가자와는 달리 보다 지속해서 스포츠 활동에 참여하고 있으며, 본 연구의 학습목표 동기의 하위요인에 해당하는 내적 목표가 높을수록 운동 지속에 대한 전반적인 부분에 영향을 미친다는 사실을 확인하였다.

박동훈(2012)의 연구에서 미래신체활동의도에 영향을 미치는 자기 결정성 동기의 하위요인을 내재적 동기, 즉 내적목표와 기타 외적 동기, 확인적 동기, 무동기의 4가지 요인으로 보았으며, 임상균(2016)의 연구에서는 무동기, 외적규제, 확인규제, 의무감 규제, 내적 동기의 5가지 요인으로 연구하였다. 본 연구에서는 하위요인을 내적 목표, 외적 목표 2가지로 연구하였으며, 앞서 언급한 연구와 다소 차이가 있는 개념을 지니고 있으므로 선행연구들이 본 연구결과와 완전히 일치하는 결과를 도출하였다고 볼 수 없고, 부분적으로 지지하고 있다고 할 수 있다.

본 연구에서 나타난 결과는 내적 목표가 미래신체활동의도에 영향을 미쳤다. 서핑은 파도의 힘을 바탕으로 하는 자연 친화적 스포츠로 매 순간 변화하는 자연 상황에 따라 잠재적 위험요소가 내재하여 있어 위험 탈출능력 및 함께 서핑을 참여하는 서퍼의 역할이 중요하고 이는 내적 목표의 하위요인인 건강관리, 동료의 친밀감 및 기술 발달로 나타내고 있음을 보여준다.

스포츠 분야에서 동료와의 관계성이 심리적 욕구나 학습목표, 지속적인 신체활동의도를 매개로 한 연구가 많지 않아 본 연구의 결과를 일반화하기는 어렵다. 하지만 본 연구결과를 토대로 지속적인 스포츠 참여를 위해서는 동료와의 관계성이 중요한 역할을 한다는 사실을 확인할 수 있었다.

2. 결 론

본 연구는 서퍼들의 관계성 지지와 자율성 지지가 심리적 기본욕구, 학습목표에 미치는 영향을 살펴보고, 각 욕구를 매개로 미래신체활동 지속 의도에 미치는 영향력을 규명함으로써, 서퍼들이 지속적인 서핑 삶을 즐기기 위한 기초적 자료를 제시하고, 나아가 동료와의 관계성이 다양한 매개 변수에 미치는 영향에 관한 학문적 접근을 해보았다. 이러한 목적을 달성하기 위하여 가용표지방법으로 전국에서 활동하고 있는 연구대상자 345명을 대상으로 설문을 확보하였으며, 다음과 같은 주요 연구결과를 도출하였다. 동료인 서퍼들의 관계성 지지와 자율성 지지는 심리적 기본욕구인 자율성, 유능성, 관계성 모두에 정적으로 영향을 미치는 것으로 나타났고, 학습 목표 중 내적 목표인 동료친밀감, 건강관리, 기술발달에 정적으로 영향을 미치는 것으로 나타났다.

자율성, 유능성, 관계성은 상호 간 정적으로 영향을 미치며 기타 변인인 학습목표와 미래신체활동의도에도 정적으로 영향을 미쳤다. 또한, 매개 변인 중 내적 목표가 미래신체활동의도에 정적으로 유의한 영향이 있는 것으로 나타났다.

이 연구를 통해 확인한 의미 있는 결과는 기존의 관계성 관련 연구에서 연구대상이었던 부모-자식, 교사-학생, 지도자-선수 등과 같은 수직적인 관계와 달리 동료 간의 관계성을 통한 영향력을 확인할 수 있었다.

마지막으로 이 연구에서 확인한 결과를 토대로 밝혀진 연구의 제한점과 앞으로 후속연구에 대한 방향에 대해 제언을 하고자 한다. 서

핑이라는 종목에 참여한 서퍼들을 대상으로 동료 간의 관계성이 미치는 영향력을 살펴보고자 진행했던 연구인만큼 아쉬움이 없는 것은 아니다. 좀 더 다양한 분야와 종목을 대상으로 관련 연구가 진행되어야 할 필요가 있다.

이와 더불어 스포츠 활동, 상황에서는 이론 중심의 실험설계 연구들은 그 수가 매우 부족한 실정이다. 여러 가지 측면에서 스포츠 현장에서 중재 및 실험연구가 어려울 수는 있지만, 미래의 후속연구에서는 종단적 관점에서 이러한 영향력을 확인할 필요가 있다.



참고문헌

- 김건철(1999). 모험스포츠참가가 몰입경험 및 생활 만족에 미치는 영향, 한국사회체육학회지, 12, 423-431.
- 김기범, 김문희, 남정훈(2011). 스포츠 클라이밍 동호인들의 감각추구성향과 정서 및 몰입의 관계, 한국여성학회지, 25(4), 165-179.
- 김보람, 천승현, 박수현(2016). 대학스키캠프에서의 학생들의 학습 목표가 여가 참여도와 여가 능력에 미치는 효과, 한국여가레크레이션학회지, 40(4), 112-133.
- 김보연(2014). 체육수업환경이 학생들의 동기, 학습기능 및 신체활동에 미치는 영향. 박사학위논문, 고려대학교 대학원.
- 김상범, 박재덕, 윤유식(2010). AHP분석을 활용한 전라북도 마리나포지셔닝과 경쟁전략개발에 관한 연구, 제68차 한국관광학회 학술대회, 201-214.
- 김성수(2013). SDT의 목표내용이론에 기반한 청소년용 생애목표 척도 개발 및 타당화, 박사학위논문, 단국대학교 대학원.
- 김아영(2010). 자기결정성이론과 현장적용연구, 교육심리연구 제24권 제3호, 583-609.
- 김은영(2018). 부모의 조건부 관심과 자기결정성 학습 동기의 관계: 학업적 자기효능감의 매개 효과, 미간행 석사학위논문, 인천대학교 대학원.
- 김아영, 오순애(2001). 자기결정성 정도에 따른 동기유형의 분류, 교육심리연구 제15권 제4호, 97-119.
- 김진희(2012). 부모와 교사의 학습기대와 청소년의 자기 결정성 요인 및 내재적·외재적 동기가 학업성취에 미치는 영향, 미간행 박사학위 논문, 충북대학교 대학원.
- 박명국(2001). 레저 스포츠 소비자 행동분석을 통한 마케팅 전략 :

- 해양 레저 스포츠를 중심으로, 미간행 석사학위 논문, 고려대학교 대학원.
- 박수현, 천승현, 김보람(2017). 체육 교사의 자율성 지지와 동료 간의 관계성 지지가 여고생의 심리적 욕구 만족과 학습 참여에 미치는 영향, 한국체육학회지, 56(1), 81-97.
- 박지현(2014). 자기결정성 이론에 기반한 한국 근로자들의 동기 구조 및 유형 탐색, 미간행 석사학위논문, 서강대학교 일반대학원.
- 박희화(2009). 비영리단체에 대한 자선 충동의 동기가 충성도에 미치는 영향에 관한 연구 : 자기결정성 이론을 중심으로, 미간행 석사학위논문, 부산대학교.
- 방미향(2012). 흥미와 내적 동기를 높이는 e-Learning System의 개발과 효과 검증에 관한 연구, 박사학위논문, 카이스트 문화기술대학원.
- 서영주(2019). 근로시간 단축이 서비스업 근로자의 여가생활에 미치는 영향, 미간행 석사학위논문, 인천대학교 경영대학원.
- 성한국(2011). 배드민턴 지도자-선수 관계, 자결성 및 정서의 관계, 미간행 석사학위논문, 한국체육대학교 대학원.
- 소진수(2008). 모험스포츠 참여자의 참여 동기에 따른 몰입경험과 참여지속의지의 관계, 미간행 석사학위논문, 안동대학교 대학원.
- 송용관, 천승현, 김보람(2018). 체육 교사의 관계성지지 교수 행동 척도의 타당성 검증, 한국체육측정평가학회지, 20(3), 77-93.
- 송용관, 천승현, 김보람, 유경은(2016). 체육수업 내 학습목표내용 질문지의 개발 및 타당화 검증, 한국체육학회지, 55(4), 175-188.
- 송용관, 천승현, 김보람, 존마샬리브(2017). 체육수업 참여척도 타당화 검증: 현장적용 및 활용방안, 한국체육학회지, 56(4), 133-145.
- 오지현(2015). 스포츠 참여자의 자율성, 유능성, 관계성이 즐거움과

- 지속적 참여 의도에 미치는 영향, 미간행 석사학위논문, 서울대학교 대학원.
- 이정호(2010). 해양스포츠 참가자의 참여 동기와 스포츠 몰입, 참여 만족 간의 관계: 스킨 스쿠버 참여자를 대상으로. 미간행 석사학위논문. 중앙대학교 대학원.
- 이창석(2014). 감성마케팅 시대의 패키지디자인에 적용된 디자인 QR 코드에 관한 연구, 미간행 석사학위논문, 대진대학교 문화예술전문대학원.
- 임상균(2016). 중학생의 자기결정성동기가 운동 행동 변화단계 및 운동 지속에 미치는 영향, 미간행 석사학위논문, 고려대학교 교육 대학원.
- 장계림(2010). 부모의 심리적 통제가 자기결정성을 매개로 학습몰입에 미치는 영향, 미간행 석사학위논문, 인천대학교 교육 대학원.
- 지삼업(2006). 해양스포츠자원론. 서울: 대경북스.
- 천승현, 송용관, 존마샬리브, 김보람(2019). 체육 교사의 관계성지지가 학습자의 심리적 욕구 및 여가시간 신체활동 동기에 미치는 영향, 한국체육학회지, 58(1), 97-113.
- 최홍석(2006). 해양스포츠 활동에 따른 여가 만족 및 직무 만족의 관계, 미간행 석사학위논문, 경남대학교 대학원
- Baumeister, R. F., & Leary, M. R. (1995). The need to belong: Desire for interpersonal attachment as a fundamental human motivation. *Psychological Bulletin*, 117, 497-529.
- Charms, R. C.(1968). Personal causation: The international affective determinants of behavior. New York: Academic Press.
- Chirkov, V., Ryan, R. M., Kim, Y., & Kaplan, U. (2003). Differentiating autonomy from individualism and ind

ependence: A self-determination theory perspective on internalization of cultural orientations and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84(1), 97-110.

Connell, Wellborn(1991). Competence, Autonomy, and Relatedness: A Motivational Analysis of Self- System Processes. Vol. 23, Lawrence Erlbaum, Hillsdale, 43-77.

Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1980). The empirical exploration of intrinsic motivational processes. In L.Berkowitz (Ed.) *Advances in experimental social psychology*(Vol.13,pp.39-80). New York : Academic Press.

Deci, E. L., & Ryan, R. M.(1985). *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. New York; Plenum.

Deci, E. L., & Ryan, R. M.(1985b). *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. New York: Plenum Press.

Deci, E. L., & Ryan, R.M.(1991). A motivational approach to self : Integration in personality. In R. Dienstbier (Ed.), *Nebraska symposium on motivation : Vol. 38. Perspectives on motivation* (pp. 237-288). Lincoln, NE : University of Nebraska Press.

Deci, E. L., & Ryan, R. M.(2000). The 'what' and 'why' of goal pursuits: Human needs and the self-determination of

- behavior. *Psychological Inquiry*, 11, 227-268.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M.(2001, September 11). Questionnaires: Basic Psychological Needs Scales.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M.(2002). The handbook of self-determination research. Rochester: University of Rochester Press.
- Kohlberg, L. (1972). Stage and sequence: The cognitive-developmental approach to socialization. In D. A. Goslin. *Handbook of socialization theory and research*. Chicago: Rand McNally.
- Levesque, C. Zuehlke, A. N., Stanek, L. R., & Ryan, R. M.(2004). Autonomy and competence in German and American university students: A comparative study based on self-determination theory. *Journal of Educational Psychology*, 96, 68-84
- Maarten Vansteenkiste, Christopher P. Niemiec, Bart Soenens.(2010). The development of the five mini-theories of self-determination theory: an historical overview, emerging trends, and future directions, in Timothy C. Urdan, Stuart A. Karabenick (ed.)
- Ryan, R. M. & Deci, E. L.(2002). Overview of self-determination theory: An organismic dialectical perspective. In. E. L. Deci & R. M. Ryan (Ed.), *Handbook of*

- self-determination research (pp. 3-33). Rochester press.
- Ryan, R. M. & Grolnick, W. S.(1986). Origins and pawns in the classroom: Self-report and projective assessments of individual differences in children's perceptions. *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol 50(3).
- White, R, W. (1959). Motivation reconsidered: The concept of competence. *Psychological Review*, 66, 297-333.
- Vallerand, R.J., Blais, M.R., Briere, N.M., & Pelletier, L.G.(1989). Construction et validation de l'Echelle Motivation en Education (EME) [Development and validation of the Academic Motivation Scale]. *Canadian Journal of Behavioural Science*, 21, 323-349

[부록]

--	--	--

설 문 지

서퍼들의 관계성이 심리적 욕구, 학습목표, 미래신체활동에 미치는
영향

안녕하십니까?

설문 응답에 귀한 시간을 내주셔서 대단히 감사합니다.

본 설문지는 서퍼들의 관계성이 심리적 욕구, 학습목표, 미래신체활동 의도에 미치는 영향을 규명하기 위한 것입니다.

귀하께서 응답하여 주신 내용은 연구 목적 이외의 다른 용도로 절대 사용되지 않을 것을 약속드리니, 각 문항에 대한 솔직한 답변을 부탁드립니다.

다시 한번 진심으로 감사합니다.

2019. 04.

부경대학교 교육대학원 해양스포츠학과 석사과정

연구자 : 민 경 식

지도교수 : 송 용 관

(010-7746-6635)

본 조사의 내용은 통계법 33조에 의거하여 비밀이 보장되며,
연구를 위한 통계분석 목적 이외에는 절대로 사용되지 않고, 연구 종료
후 즉시 폐기됩니다.

I. 개인적 특성 및 서핑참여에 관한 설문지

문항을 자세히 읽어 보시고 해당 칸에 '√'표하여 주십시오.

※ 귀하께서 소속하고 계신 지역은 어디입니까?

()

1. 귀하의 성별은 어떻게 되십니까?

- ① 남자 ② 여자

1. 귀하의 연령은 어떻게 되십니까?

- ① 10대 ② 20대 ③ 30대 ④ 40대 ⑤ 50대 이상

3. 귀하의 건강 정도는 어떠하다고 생각하십니까?

- ① 매우 건강하다 ② 건강하다 ③ 보통이다 ④ 허약하다
⑤ 매우 허약하다.

4. 귀하는 평소 서핑을 얼마나 자주 참여하십니까?

- ① 일주일에 5회 이상 ② 일주일에 3~4회
③ 일주일에 1~2회 ④ 한 달에 1~2회

5. 1회 활동 참여시간은 어떻게 되십니까?

- ① 1시간 미만 ② 1~2시간 ③ 2~3시간 ④ 3시간 이상

6. 정기적으로 서핑을 하신 기간은 어느 정도입니까?

- ① 1년 미만 ② 1~2년 미만 ③ 2~3년 미만
④ 3~4년 미만 ⑤ 4~5년 미만 ⑥ 5년 이상

7. 서핑을 함께하고 있는 동반자는 누구입니까?

- ① 서핑동호회 회원 ② 친구 ③ 선·후배
④ 직장동료 ⑤ 가족 ⑥ 기타()

II. 동료의 관계성 지지와 자율성 지지 관한 설문지

문항을 자세히 읽어 보시고 여러분이 느끼는 정도를 해당 칸에 '√'표하여 주십시오.

■ 내 버디(서핑친구)는...	전혀 아니 다							매우 그렇 다.						
	←————→													
	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
① 서핑을 잘 타기 위해 서로 잘할 수 있도록 용기를 북돋아 주고 격려해준다.														
② 서로 간에 행동과 생각을 이해하려고 노력한다.														
③ 서로를 인격체로 존중한다.														
④ 서로의 기분을 헤아리고 배려해준다.														
⑤ 상호 간에 공감대를 형성하고자 노력한다.														
⑥ 상호 간에 학습경험(서핑 경험)을 공유하고 나눈다.														
⑦ 서로 간에 개인의 관심사나 생각 및 의견을 인정하고 존중해준다.														
⑧ 내가 서핑하는 걸 잘할 수 있도록 언제나 격려 및 응원해준다.														
⑨ 나를 존중하고 이해하려고 한다.														
⑩ 실제 서핑을 하기 전에 내가 하는 서핑 동작 연습을 어떻게 하려고 하는지 이해하려고 한다.														
⑪ 내 의견과 생각을 받아들이고 귀담아 들어준다.														
⑫ 내 질문에 잘 답해주고, 언제든지 질문할 수 있도록 해준다.														
⑬ 주어진 연습 활동에 따른 선택 및 기회를 제시해준다.														
⑭ 나는 서핑이 재미있고, 활동을 즐긴다.														
⑮ 서핑은 나의 호기심을 지속적으로 불러일으킨다.														
⑯ 서핑을 탈 때마다 기분이 좋다.														
⑰ 서핑하는 시간은 나의 흥미와 관심을 끊임없이 자아낸다.														
⑱ 서핑할 때 나는 최선을 다해 열심히 탄다.														
⑲ 서핑하기 위해 열심히 노력한다.														
⑳ 서핑을 잘 하는 것은 나에게 중요하다.														

Ⅲ. 기본욕구 만족 척도에 관한 설문지

문항을 자세히 읽어 보시고 여러분이 느끼는 정도를 해당 칸에 '√'표하여 주십시오.

■ 나는...	전혀 아니 다							매우 그렇 다.						
	←							→						
① 내가 하고 싶은 활동을 할 수 있다.	1	2	3	4	5	6	7							
② 내가 하고 싶은 서핑기술 및 활동과 관련하여 나의 의견이나 의사를 밝힐 수 있다.	1	2	3	4	5	6	7							
③ 내가 좋아하고 원하기 때문에 이 활동에 참여한다.	1	2	3	4	5	6	7							
④ 나는 서핑을 함에 있어 자유롭게 할 수 있다는 것을 느낀다.	1	2	3	4	5	6	7							
⑤ 내가 선호하는 활동을 할 수 있는 선택과 기회가 많다.	1	2	3	4	5	6	7							
⑥ 나는 서핑을 상당히 잘한다고 생각한다(서핑을 잘 한다고 생각한다).	1	2	3	4	5	6	7							
⑦ 나는 내 실력에 대해 만족감을 느낀다(만족한다).	1	2	3	4	5	6	7							
⑧ 서핑한 후 내 능력이 꽤 괜찮다고 생각을 많이 한다.	1	2	3	4	5	6	7							
⑨ 나의 서핑 능력 및 실력은 꽤 좋은 편이다.	1	2	3	4	5	6	7							
⑩ 나는 내가 중요한 사람이라고 느낀다.	1	2	3	4	5	6	7							
⑪ 나는 가치 있는 존재라고 느낀다.	1	2	3	4	5	6	7							
⑫ 나는 관심을 받고 있다고 느낀다.	1	2	3	4	5	6	7							
⑬ 나는 인격체로 존중받고 있다는 것을 느낀다.	1	2	3	4	5	6	7							
⑭ 나는 편안함을 느낀다(마음이 편안하다).	1	2	3	4	5	6	7							
⑮ 나는 규칙적으로 서핑에 참여할 것이다.	1	2	3	4	5	6	7							
⑯ 나는 향후 3개월 동안 일주일에 적어도 1번은 서핑을 하고자 한다.	1	2	3	4	5	6	7							
⑰ 앞으로도 내가 할 수 있는 한 서핑에 많이 참여하고자 한다.	1	2	3	4	5	6	7							

IV. 훈련 참여에 관한 설문지

문항을 자세히 읽어 보시고 여러분이 느끼는 정도를 해당 칸에 '√'표하여 주십시오.

■ 서핑할 때...	전혀 아니 다	1	2	3	4	5	6	7	매우 그렇 다
① 나는 서핑에 정말 열심히 참여한다.	1	2	3	4	5	6	7		
② 나는 서핑을 할 때 기분이 좋아진다.	1	2	3	4	5	6	7		
③ 서핑할 때, 이미 알고/배운 것들을 현재 배우고 있는 것들과 연관 지어 연습한다.	1	2	3	4	5	6	7		
④ 중요한 내용(활동과제)을 이해하고자 나만의 예시들을 구상하고 떠올려본다.	1	2	3	4	5	6	7		
⑤ 나는 서핑이 정말 어렵고 힘들더라도 꾸준히 열심히 한다.	1	2	3	4	5	6	7		
⑥ 서핑은 재미있고, 나는 서핑을 즐긴다.	1	2	3	4	5	6	7		
⑦ 나는 서핑에 집중/열중한다.	1	2	3	4	5	6	7		
⑧ 나는 서핑에서 배운 내용과 생각들을 잘 정리하여 이해하려고 한다.	1	2	3	4	5	6	7		
⑨ 서핑은 정말 흥미롭다.	1	2	3	4	5	6	7		
⑩ 내가 서핑을 할 때, 나는 어떻게 연습해야 할지 혹은 어디서부터 시작해야 할지 모른다.	1	2	3	4	5	6	7		
⑪ 나는 지난 서핑 시간에 연습한 내용을 떠올리며 잘하고자 활용방법이나 전략들을 모색한다.	1	2	3	4	5	6	7		
⑫ 서핑은 나의 호기심을 지속해서 불러일으킨다.	1	2	3	4	5	6	7		
⑬ 나는 서핑이나 연습시간에 노력을 많이 한다.	1	2	3	4	5	6	7		
⑭ 서핑하는 동안 나는 종종 기분이 나쁘며, 하고자 하는 의욕이 생기지 않는다.	1	2	3	4	5	6	7		
⑮ 서핑 중 궁금하거나 호기심이 생기면 이를 해소하고자 동료나 지도자에게 질문한다.	1	2	3	4	5	6	7		
⑯ 나는 버디나 코치에게 내가 좋아하는 활동과 싫어하는 것들을 정확하게 이야기한다.	1	2	3	4	5	6	7		
⑰ 나는 버디나 코치에게 내가 관심 있고 흥미로워하는 활동들을 알려준다.	1	2	3	4	5	6	7		
⑱ 나는 버디나 코치에게 내가 선호하는 활동과 의견들을 표현한다.	1	2	3	4	5	6	7		
⑲ 나는 보다 나은 서핑을 위해서 버디나 코치에게 건의사항이나 나의 의견 등을 제안한다.	1	2	3	4	5	6	7		

V. 학습목표내용에 관한 설문지

문항을 자세히 읽어 보시고 여러분이 느끼는 정도를 해당 칸에 '√'표하여 주십시오.

■ 서핑을 통해 내가 달성하고자 하는 내 목표는...	전혀 아니다	←→	매우 그렇 다.
① 서퍼들과 좋은 관계를 만드는 것이다.	1	2	3 4 5 6 7
② 서퍼들과 좋은 관계를 유지하고 발전시켜 나가는 것이다.	1	2	3 4 5 6 7
③ 서퍼들과 의미 있게 소통하고 교류하는 것이다.	1	2	3 4 5 6 7
④ 내게 관심이 있는 서퍼들과 경험을 공유하는 것이다.	1	2	3 4 5 6 7
⑤ 내게 관심이 있는 서퍼들과 관심사와 생각을 공유하는 것이다.	1	2	3 4 5 6 7
⑥ 서퍼들로부터 존중받는 것이다.	1	2	3 4 5 6 7
⑦ 서퍼들로부터 사회적 인정을 얻는 것이다.	1	2	3 4 5 6 7
⑧ 서퍼들에게 호의적으로 인정(존중)을 받는 것이다.	1	2	3 4 5 6 7
⑨ 신체적으로 가장 운동 능력이 뛰어난 사람으로 인정받는 것이다.	1	2	3 4 5 6 7
⑩ 서퍼들로부터 좋은 평가를 받는 것이다.	1	2	3 4 5 6 7
⑪ 예쁘고/멋있게 보이는 것이다.	1	2	3 4 5 6 7
⑫ 나의 외모를 부분적으로 멋있게 변화시키는 것이다.	1	2	3 4 5 6 7
⑬ 다른 사람들에게 매력적으로 보이기 위해 몸을 좋게 하는 것이다.	1	2	3 4 5 6 7
⑭ 나의 외모를 멋있고 아름답게 가꾸는 것이다.	1	2	3 4 5 6 7
⑮ 나의 몸매와 외모를 매력적으로 보이도록 향상하는 것이다.	1	2	3 4 5 6 7
⑯ 나의 건강을 증진하는 것이다.	1	2	3 4 5 6 7
⑰ 나의 활력(에너지) 수준을 증진하는 것이다.	1	2	3 4 5 6 7
⑱ 나의 지구력과 원기를 향상하는 것이다.	1	2	3 4 5 6 7
⑲ 질병(병)에 대한 저항력(면역기능)을 기르는 것이다.	1	2	3 4 5 6 7
⑳ 내 서핑과 관련된 새로운 기술을 습득하는 것이다.	1	2	3 4 5 6 7
㉑ 서핑하는 데 있어 새로운 기술과 방법들을 배우는 것이다.	1	2	3 4 5 6 7
㉒ 서핑하는 데 있어 새롭고 중요한 것들을 배우는 것이다.	1	2	3 4 5 6 7
㉓ 서핑을 제대로 잘 하는 것이다.	1	2	3 4 5 6 7
㉔ 서핑에 필요한 나의 재능과 능력을 발달 및 발전시키는 것이다.	1	2	3 4 5 6 7
㉕ 버디나 코치와 좋은 관계를 만드는 것이다.	1	2	3 4 5 6 7
㉖ 버디나 코치와 좋은 관계를 유지 및 발전시켜 나가는 것이다.	1	2	3 4 5 6 7
㉗ 버디나 코치와 의미 있게 소통하고 교류하는 것이다.	1	2	3 4 5 6 7

서퍼들의 관계성이 심리적 욕구, 학습목표,
미래신체활동의도에 미치는 영향

민 경 식

부경대학교 교육대학원 체육교육전공

요 약

본 연구는 동료의 관계성이 심리적 욕구, 학습목표, 미래신체활동 의도에 미치는 영향력을 검증하는 데 목적을 두고 수행하였다. 측정은 2019년 전국에 있는 서퍼를 대상으로 최종 오류검증 절차를 거친 301부의 설문지가 사용되었다. 수집된 자료는 SPSS를 사용하여 신뢰도 분석, 확인적 요인분석 및 회귀 분석을 시행하였고, 연구결과 서퍼들의 관계성은 심리적 기본욕구와 학습목표 및 지속적인 미래신체활동의도에 영향을 미쳤다. 특히 하부요인으로 관계성과 자율성은 내적 목표에 영향을 미치는 것으로 나타났고, 내적 목표는 미래신체활동에 영향을 미치는 결과를 보였다. 본 연구의 결과를 통해 지속적인 스포츠 참여를 위해서는 내적 목표가 가장 핵심적인 역할을 한다는 것을 보았다. 동료와의 관계성이 지속적인 스포츠 참여활동에 미치는 영향력에 관한 연구가 부족하여 본 연구결과는 이에 따른 소중한 연구 자료로 사용될 것으로 생각한다.

주요어: 관계성, 심리적 욕구, 학습목표, 미래신체활동의도, 서퍼