체육학석사 학위논문

합기도수련이 초등학생의 인격형성에 미치는 영향

2011년 2월

부 경 대 학 교 대 학 원

체 육 학 과

김 경 환

체육학석사 학위논문

합기도수련이 초등학생의 인격형성에 미치는 영향

지도교수 지 삼 업

이 논문을 체육학 석사 학위논문으로 제출함

2010년 12월

부 경 대 학 교 대 학 원

체 육 학 과

김 경 환

김경환의 체육학석사 학위논문을 인준함.

2010년 12월

주 심 체육학석사 이 태 웅 (인)

위 원 철 학 박 사 문 선 호 (인)

위 원 이 학 박 사 지 삼 업 (인)

목 차

Ⅰ. 서 론 ····· 1

1. 연구의 필요성 ····· 1
2. 연구의 목적 ····· 5
3. 연구문제 ····· 6
4. 연구의 제한점 ····· 7

Ⅱ. 이론적 배경 ····· 8

1. 합기도 ····· 8
   가. 합기도의 개념 ····· 8
   나. 합기도 수련의 근본이념 ····· 11
   다. 합기도의 교육적 가치 ····· 15
2. 인격형성 ····· 19
   가. 인격형성의 개념 및 정의 ····· 19
   나. 합기도 수련과 인격형성과의 관계 ····· 22

Ⅲ. 연구방법 ····· 25

1. 연구대상 ····· 25
2. 신뢰성 및 타당성 검증 ····· 27

Ⅳ. 연구결과 ····· 29

1. 일반 특성에 따른 수련만족 정도 ····· 29

2. 인반 특성에 따른 합기도 수련 후의 인격형성 변화 ····· 34
3. 수련만족과 인격형성과의 관계 ····· 38

Ⅴ. 논의 ····· 43

Ⅵ. 결론 및 제언 ····· 48

참고문헌 ····· 50

Abstract ····· 54

감사의 글 ····· 56

부 록: 설 문 지 ····· 58

PUKYONG NATIONAL UNIVERSITY 부경대학교

표 목 차

<표 1> 응답자의 일반사항 ····· 26
<표 2> 독립변수에 대한 탐색적 요인분석과 신뢰성 검증 ····· 28
<표 3> 종속변수에 대한 탐색적 요인분석과 신뢰성 검증 ····· 28
<표 4> 자기방어만족의 평균차이 분석 결과 ····· 30
<표 5> 기술만족의 평균차이 분석 결과 ····· 31
<표 6> 신체만족의 평균차이 분석 결과 ····· 32
<표 7> 정신만족의 평균차이 분석 결과 ····· 33
<표 8> 정서측면의 평균차이 분석 결과 ····· 35
<표 9> 사회측면의 평균차이 분석 결과 ····· 36
<표 10> 생활측면의 평균차이 분석 결과 ····· 37
<표 11> 수련만족 및 인격형성과의 상관분석 ····· 39
<표 12> 정서측면에 대한 수련만족의 회귀분석 결과 ····· 40
<표 13> 사회측면에 대한 수련만족의 회귀분석 결과 ····· 41
<표 14> 생활측면에 대한 수련만족의 회귀분석 결과 ····· 42

그림 목차

<그림 1> 설문지 구성내용 ····· 6

Ⅰ. 서 론

1. 연구의 필요성

무도의 기원은 인간의 생존경쟁 과정에서 발생했다고 보는 것이 정설이다. 실제로 오랜 기간 동안 인간 행동이 체계화되고 구체화되는 가운데 인간의 경험을 조직화하는 과정에서 생성된 것이 사실이다. 무도의 개념은 군사적 도덕성을 뜻하는 것이었다. 그러나 사회의 변천과 언어 문자의 발전에 따라 군사적 도덕성의 의미가 점차 개인의 정신적 내면세계로 확장되었다고 볼 수 있다. 일본 무도의 경우, '술-예-도'로의 진화적 변천과정을 겪어왔다는 사실에서도 입증되고 있기 때문이다(나영일, 2001).

즉, 최근에는 실용적 목적만이 중시되는 군사적 술(術)의 단계에서, 그 다음은 기술을 위한 기술의 추구, 또는 기술의 극치를 추구하는 예(藝)의 단계로 진화되었고, 이어서 기술을 통한 철학적 정신의 추구과정을 거쳐, 최종적으로는 도(道)의 단계로 진화해 왔다는 것을 의미한다. 이러한 도(道)의 단계로의 발전이 바로 무도가 추구하는 진정한 수련목적이다. 무도가 추구하는 정신적 측면의 가치, 즉 부동심(不動心), 무심(無心), 심신일여(心身一如), 권선(拳禪)일치, 검선(劍禪)일치, 심기체(心技體)일치 등의 개념은 바로 오랜 단련과 수련을 통해 달성되는 기술의 질적 전환, 즉 기진호도(技進乎道)의 경지를 말하는 것으로서, 추상적인 개념으로서의 도가 아니라 구체적인 수련의 체험적 인식의 세계를 말하는 것이다. 즉 신체의 단련과 기술의 습득은 무도의 정신성을 내면화하는 과정이라고 할 수 있다.(윤오남, 2002). 무도는 신체단련을 통해서 이룩된다. 그러나 일정한 경지 이상에 도달하려면 결코 그것만으로는 안된다. 고도의 정신적 단련과 인격적

수양이 뒤따라야만 한다. 특히 그 기술이 더욱 빛나고 심화될 수 있음이 수양을 통해서라는 점에서 무도는 유심적 존재로서의 인간적 특성을 잘 보여 주고 있다고 생각된다(지삼업, 1996).

한 사회가 건강하게 유지 발전되기 위해서는 자라나는 세대들에게 최대다수의 최대행복 추구, 또는 개인의 자유로운 선택을 존중하는 태도를 교육하는 것도 중요하지만, 오늘날과 같은 다원화되어 있는 사회에서는 오히려 그것보다는 그 사회의 좋은 삶의 기반이 되는 미덕을 고양시키고, 또 공동선을 고민할 수 있는 가치 체계를 내면화시킬 수 있도록 할 무도교육의 필요성은 절실하다. 특히 삶의 목적의식에서 건강한 서사적 궤적이 더욱 절실하게 요구되고 있는 시대에 살고 있기 때문이다. 그러나 오늘날 고도산업 사회의 영향으로 풍성한 물질문명과 경제성장은 지식과 정보의 엄청난 발전을 가져 왔음에도 불구하고, 오히려 황금만능주의가 팽배해 지면서 어린이들의 가치관 혼란과 사회내의 비도덕적인 제반 문제는 더욱 심각해지고 있는 실정이어서 우려되고 있다. 더욱이 입시위주의 교육정책은 아이들에게 건전한 사고와 정신 등이 성숙되어야 할 시기에 조화로운 품성이나 인격, 도덕성 형성 등을 기대하기에는 무리가 아닐 수 없다(오순근, 1994)

오늘날 초등학생들이 처해 있는 시대적인 상황은 과도한 지적 성취욕구로 인해 공부하라는 말에 찌들려 압도당하고 있다. 이러한 현실은 성장기에 있는 아동의 속성과는 너무나도 극단적인 반대 현상이다. 씩씩하게 뛰어놀고 건강하게 자라야 할 어린이들에게 여러 가지 부담을 안겨 줌으로서 신체적 정신적으로 허약한 아동을 만들고 있다. 그리고 정서 발달과 인격형성은 일반적인 교육만으로는 불충분하다. 이러한 특성들이 형성되는 시기가 바로 아동기이기 때문이다.

청년기와 성년기의 근원적인 주춧돌이 되는 아동기에는 자발적 활동을 통해 자신을 발전시킬 수 있는 자아를 발견하게 되며 아동이 8세경에 이르면

자아의 각 영역들에 대하여 성인과 다름없이 지각할 수 있으며. 자아에 대한 지각은 아동의 행동과 동기 및 대인관계와 적응에 영향을 미치는 요인으로 중요하며, 또한 9세부터 12세 사이에 있는 어린이들의 신체성숙속도는 사회적 심리적 발달에 영향을 미친다(이미선, 2001).

사회적으로는 상대를 존중하고 규칙을 지키며 다른 사람과 잘 어울리는 등 사회에 잘 적응하는 방법을 배우게 된다. 아동기는 사회적 관계에 대한 측면 및 습관을 형성하는 중요한 시기이기 때문에 특히 사회적 주관자인 또래 집단에서 분배, 협동, 감정 통제 등의 측면을 형성하게 되는데, 아동의 무도수련은 이 같은 측면에서도 꼭 필요하다(박길준, 1995). 즉 스포츠 및 체육활동이 아동의 신체적, 정서적, 사회적, 지적 발달에 매우 중요한 영향을 미친다는 것을 알 수 있으며, 이러한 측면에서 아동에게 보다 나은 삶을 영위토록 하기 위해 그들의 특성을 이해하고, 생활의 폭을 넓혀주며, 신체 활동의 기회를 보장해 주는 일은 매우 중요한 과제라고 볼 수 있다.

특히 합기도는 생존을 위한 무술로써 행하여져 왔으나 시대가 변함에 따라 건강을 위한 신체활동뿐만 아니라 올바른 인격형성을 위한 교육의 일환으로 변화되었다. 즉 합기도 수련은 튼튼한 체력육성과 아울러 호신, 기법향상, 건강증진과 같은 신체적 목표와 강인한 정신력의 배양은 물론 지적 발달(판단과 조정력), 정서적 발달(안정과 조정력), 사회적 성격육성(자기가치관 형성), 인격완성과 같은 정신적 목표와 사회적 목표를 함유하고 있다(최상현, 1999). 따라서 체육의 목적이 신체활동이라는 매개체를 통해 전인교육을 성취하는 것이라고 볼 때, 합기도는 체육의 목적에 부합될 뿐만 아니라 생활체육으로서 충분한 가치를 지니고 있다고 할 수 있으며, 그 중요성 또한 심대하다고 하겠다(최상현, 2005). 이러한 측면에서 보면, 합기도 체육관은 아동들의 신체 활동을 위한 좋은 장소이며, 신체활동의 매개체를 통해 신체적, 정서적, 사회적, 지적 발달을 함양할 수 있는 전인교육의 장이

되고 있다.

과거 합기도 체육관의 관원은 성인과 청소년층이 대부분이었다. 그러다 90년대 후반으로 접어들면서 현재까지 초등학교 아동들이 도장 내에 차지하는 비율이 약 80%에 달하게 되었다(합기도 개발연구원, 2000). 그러나 연령층이 낮아지는데 따른 수련내용, 지도방법, 수련생 관리 등 도장 운영의 전반적인 환경도 함께 변화되어야 함에도 불구하고, 어린 수련생들에게 무도 측면만을 강조한 과거의 수련내용이나 지도방법을 그대로 적응시키는 경우가 적지 않은 것이 현실이다(윤현진, 2002).

합기도 분야에 대한 선행연구는 남현욱(2005), 공오택(2005), 이승호(2004), 김유성(2004) 등이 있다. 그러나 합기도에 대한 연구는 무도, 스포츠적인 측면뿐만 아니라 수련대상, 체육관 경영에 대한 선행연구는 아직도 타 무도에 비해 미흡한 것이 사실이다. 특히 아동에 대한 선행연구는 아동 합기도 수련생이 증가하고 있는 현실을 감안할 때, 이들을 대상으로 한 연구의 필요성은 점증하고 있다.

따라서 이 연구의 필요성은 초등학생 합기도 수련생들의 자기방어, 기술만족, 수련만족, 신체만족 등을 통해 정서적 측면, 사회적 측면을 비롯하여 생활태도 등을 중심으로 합기도 수련이 초등학생의 인격형성에 미치는 영향을 분석하는데 있다.

2. 연구의 목적

이 연구의 목적은 합기도 수련이 초등학생의 인격형성에 미치는 영향을 구명하는데 있다. 이러한 목적을 달성하기 위한 구체적인 연구목적은 다음과 같이 설정하였다.

첫째, 초등학생 합기도 수련자의 인구통계학적 변인에 따른 정서적 측면, 사회적 측면, 생활적 측면 차이는 어떠한가?

둘째, 초등학생 합기도 수련자의 참가정도에 따른 정서적 측면, 사회적 측면, 생활적 측면 차이는 어떠한가?

셋째, 초등학생 합기도 수련자의 참가기간에 따른 정서적 측면, 사회적 측면, 생활적 측면 차이는 어떠한가?

PUKYONG NATIONAL UNIVERSITY 부경대학교

3. 연구 문제

1) 연구의 변인 및 가설

가. 연구의 변인

합기도 수련이 초등학생의 인격형성에 미치는 영향을 분석하기 위하여 이 연구에서는 개인적 특성을 배경변인으로 설정하고, 수련정도, 수련기간을 독립변인으로, 인격형성의 하위변인인 정서적, 사회적, 생활측면을 종속변인으로 각각 설정하였다.

이 연구에서 설정한 변인들의 관계모형은 다음의 <그림 1>과 같다

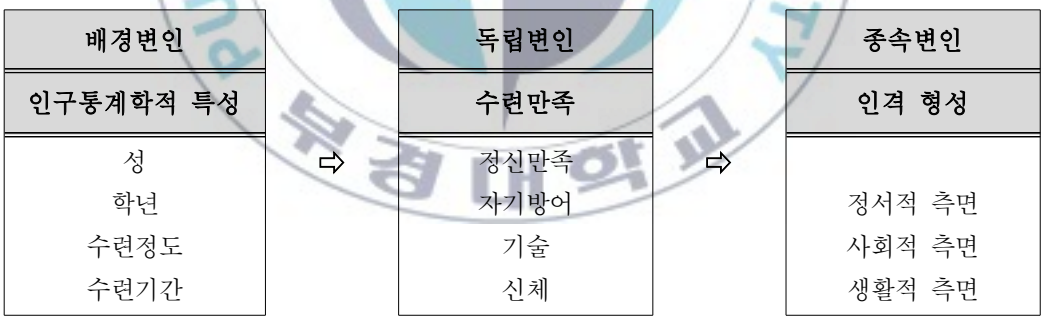

그림 1. 변인간의 관계 모형도

2) 연구의 가설

설정된 변인들을 토대로 이 연구에서는 다음과 같은 연구 가설을 설정하였다.

가설 1. 인구통계학적 특성에 따라 정서적, 사회적, 생활적 측면은 차이가 있을 것이다.

가설 2. 합기도 수련정도에 따라 정서적, 사회적, 생활적 측면은 차이가 있을 것이다.

가설 3. 합기도 수련기간에 따라 정서적, 사회적, 생활적 측면은 차이가 있을 것이다.

4. 연구의 제한점

이 연구는 합기도 수련이 초등학생의 인격형성에 미치는 영향을 분석하는데 있어 연구대상, 측정도구, 연구방법 등에서 나타나는 문제로 인하여 다음과 같은 제한점을 두었다.

첫째, 이 연구의 조사대상은 부산광역시, 경상남도 소재 합기도 진중관(眞衆館)[1] 11곳에서 수련중인 초등학생을 대상으로 한정하였다.

둘째, 이 연구에서의 합기도 호신술 프로그램은 '대한합기도 연합회 합기도 교본(호신술 초단~2단 과정)'을 제한하였다.

셋째, 이 연구는 합기도 전문 도장에서 수련중인 초등학생으로 한정하였다.

넷째, 이 연구에서는 연구대상자의 개인적 가치에 대한 개인의 인식과 태도 분석에만 국한하였다.

---

1) 진중관(眞衆館): 1957(지한재 성무관)에서 1967(김명룡 진중관)독립.

Ⅱ. 이론적 배경

1. 합기도

가. 합기도의 개념

동양 사상에서 인간을 소우주로 표현 하듯이 합기도에서도 인간을 우주의 축소판으로 하여 모든 행위의 기본을 자기 자신으로 하여 화(和)와 유(流) 하도록 한다. 이것은 이기적인 행위의 표현 이라기보다는 우주(자연)를 중심으로 하는 자연주의의 철학이라 하겠다. 합기도는 소우주인 인간을 바탕으로 하여, 모든 움직임을 음양론(陰陽論)에 맞추어 행위 함으로서 자연의 구성원이 되고자 하는 행위의 표현이다(김이수, 2000).

합기도는 인간의 손과 발 그리고 전신의 근육과 관절을 움직여서 온몸의 힘의 원리를 통하여 기술로 연결시키는 전신운동이다. 합기도를 문자 그대로 해석한다면, 합(合)은 합한다. 뭉친다는 뜻이요, 기(氣)는 힘이다. 도(道)는 인격완성의 길이요, 인간다운 길, 즉 무도의 수양된 길(正道)을 의미한다. 다시 말해서 합기도란? 하늘(天), 땅(地), 사람(人)의 힘(氣) 을 모아서 원(圓), 유(流), 화(和) 의 3대 원리를 이용한 공격무술이 아닌 순수 호신의 목적으로 이루어진 우리민족 고유의 첨단 무도이다. 라고 정의를 할 수 있겠다. 합기도는 자기 몸을 보호하는 공격과 방어의 기술로 구성되어 있지만, 그것 자체가 목적이 될 수 없으며 수련을 통해 사회가 요구하는 인간다운 인간을 만드는 교육이 되어야 한다. 즉 합기도란 신체활동을 수단으로 하여 신체적, 정신적, 사회적으로 미완성 된 인간을 우리가 바라는 이상적인 인간으로서 가르쳐서 평화로운 인류사회를 이룩하는데 그 목적이 있다(김병운, 김정록, 1985).

합기도 수련은 합기도라는 무도를 통해 수련생의 인성, 행동능력, 태도, 습관, 신념 등을 의도적으로 변화시켜 사회가 요구하는 바람직한 인간 즉 정신적, 신체적, 사회적으로 완전한 인간을 만들도록 해주는 과정이라 할 수 있다. 합기도가 본질에 응하여 전제한 이상적인 인간상을 현실적으로 생산해내기 위하여 합기도를 소재로 하여 인간행동의 변화를 추구하는 것이라 하겠다. 합기도 수련이란 바로 신체활동과 합기도정신을 통하여 수련생의 행동을 계획적으로 변화시켜 전인교육이 될 수 있도록 하고 인격형성을 지향하는데 그 목적을 두고 있다. 따라서 합기도 교육에 있어서도 교육이 목적하는 바가 무엇인가를 의식하고 그 목적은 달성할 수 있는 방향으로 의도적인 인간변화를 전제로 이루어져야할 것이다. 또한 합기도 지도자가 수련생을 지도함에 있어 가치를 전제로 하는 교육이 되도록 하여야 하며 가치에 대한 이해와 이를 실천할 수 있는 지혜를 습득하도록 해야 한다. 최근 교육철학은 바람직한 프로그램을 통하여 아동의 전인적인 발달의 중요성을 강조하고 있다. 합기도는 바로 아동의 교육철학에 부흥 할 수 있는 교육적 가치를 지니고 있다고 할 수 있다.

합기도는 정신수련을 바탕으로 하며 신체의 모든 부분을 사용하나 특히 신체의 전체를 조직적으로 단련하여 뛰고, 차고, 구르고, 치고, 던지고, 꺾는 기술을 연마하여 신체적, 정신적 수양을 함양하는데 있다. 따라서 합기도수련은 그 목적이 공격에 치중하지 아니하고 방어에 있음으로 합기도수련을 통하여 도덕과 규범을 지키는 예의범절, 인내력, 자제력, 용기, 담력, 겸양, 염치, 관용의 미덕을 배양하여 강인한 체력과 정신력을 길러 도의 길을 가도록 하는 것이다. 따라서 합기도의 궁극적인 목적은 자기 인격완성이며 이를 위해서 신체조건을 형성하기 위한 내적 지적수행을 동시에 이루어 나가고자 하는 자기교육에 있다.

이러한 합기도는 기의 수련을 대상으로 하는 힘과 기술의 철학이다. 원천

(源泉)이며 근본(根本)이 되는 대자연은 기(氣)로 형성되어 있고, 자연 속에 한부분인 인간도 기로 형성되어 있다.

힘에는 기력(氣力)과 체력(體力)이 있으며 체력에 기가 움직이면 정력(精力)이 된다. 기는 바로 자연의 근본 원리로서의 기를 의미 하는 것이며, 동양의 우주관(宇宙觀)은 바로 이 기를 근본으로 연구되어져 온 것이다. 대자연을 하늘과 땅으로 대분한다면 대자연의 기는 천기(天氣)와 지기(地氣), 그리고 심기(心氣)로 나누어 고찰 할 수 있으며, 천기는 양기(陽氣), 지기는 음기(陰氣)로서 인간은 음양의 기의 원리에 의해 존재한다(윤창내, 1998).

김종진(1993)은 합기도의 수련에서 가장 중점이 되어야 하는 것이 '기(氣)'의 운용이다. 사전적 의미로 볼 때 '기(氣)'란 첫째, 동양철학에서 만물을 생성하는 근원의세기 둘째, 생활 또는 활동의 힘 셋째, 숨 쉴 때 나오는 기운(氣運) 넷째, 막연한 전체적인 느낌, 분위기라고 하였으며, 허일웅(1993)은 첫째, 본디 호흡의 뜻, 생명력 활동의 근원, 둘째, 생명의 원리라고 하였다(김문헌, 2002). 따라서 합기도란 기의 합(合)을 수련의 대상으로 하는 힘과 기술의 철학으로, 자연의 기와 인간의 정기가 일체(一體)되었을 때 무궁무진한 힘을 발휘할 수 있다는 전제 아래, 심기(心氣)를 닦고 힘을 연마하는 무술로서의 철학과 그 수련과정을 의미하는 무도라고 할 수 있다. 또한 비력(臂力) 즉 호흡력을 지극히 중시하며 철학적인 사고에 생리적인 사고를 합한 무술로서 인체 내의 관절 및 급소와 경락 등을 공격하여 제압하여, 꺾고 던지는 무술인 동시에 인체 내의 질병을 몰아내며, 신체의 각 부분에 강한 힘을 주입시켜 생활의 활력을 불어 넣어주는 대단히 유효한 무술(박희생, 1980; 김문헌, 2002)인 것이다.

나. 합기도 수련의 근본이념

합기도(合氣道)는 수련의 근본이념(根本理念)을 통성(通性), 보정(保精), 지명(知命)에 두고 있다.

통성(通性)은 마음을, 보정(保精)은 감각을, 지명(知命)은 기감을 주관하여, 성상(性相 (원)하고, 명상(命相) (방)하고, 정상(情相) (각)하니, 이를 시명삼묘(是名三妙)라 하였으며, 이는 다시 다음과 같이 간략하게 정리할 수 있다.

통성(通性) - 심(心) - 지감(止感) - 원(-성품)
지명(知命) - 기(氣) - 조식(調息) - 방(-목숨)
보정(保精) - 신(體) - 금촉(禁觸) - 각(-정기)

여기서, 성(性-通性), 정(精-保精), 명(命-知命)을 기본으로 하며, 통성은 심(心)을 나타내고, 보정은 신(身, 體)나타내며, 지명은 기(氣)로, 이는 다시, 심(心)은 지감(止感)을, 신(身)은 금촉(禁觸)을, 기(氣)는 조식(調息)으로 풀이되고 있다.

즉, 다시 말하면 기(氣)를 들이마시어, 마음(心)으로 조절하고, 다시 신체(體)로 보내어 지는 것, 즉, 생명을 소중히 여기고, 성품을 잘 다스려 몸으로서 나타내는 것을 말한다.

이러한 합기도 수련의 근본이념, 혹은 철학이 생성된 역사적, 문화적 배경은 다음과 같다.

고대(古代)이래, 한민족(韓民族)은 동방의(東方)의 문화터전인 한반도(韓半島)에 뿌리를 내렸다. 여러 부족(部族)으로 이루어진 이들은 각 부족마다 저마다의 부족단합과, 풍요로운 삶을 기원하였으며, 부족의 평안(平安)과 안녕(安寧)을 도모하였다.

이들은 하늘을 숭배하고 있었으며, 한임(桓因), 한웅(桓雄), 한검(桓儉)을 삼신(三神)이라 불렀다.

고조선의 제3대 단군인 가륵은, 삼랑을보륵(三郞乙普勒)에게 명하여 가림토문(원시한글) 38자를 지었으며, 삼시랑(三侍郞)이라고 불렸던 수호관은 하늘과의 교감을 위해 주술적 기(氣)를 부렸는데, 이것이 바로 운기(運氣)요, 지기(至氣)인 것이다.

이 운기(運氣)와 지기(至氣)가 곧 합기(合氣)의 효시가 되었으며, 합기(合氣)는 곧 하늘이요 우주(宇宙)이며, 자연이고 음양(陰陽)인 것이다.

단군시대부터 우리민족은 삼일신고(三一神誥)를 홍익인간의 이념구현과 도덕적 기준으로 삼아 왔으며, 그 뜻을 조화(造化-父), 교화(敎化-師), 치화(治化-王)로 나누어, 이 삼화(三化)의 합(合)이 곧 화(和)요, 합기(合氣)인 것으로 정하였으며, 이는 곧, 유·불·선(儒·佛·仙) 삼교(三敎)를 망라하여, 불문(佛門)의 묘법(妙法)과 유교(儒敎)의 역학(易學), 도가(道家)의 현리(玄理)에 관한 오지(奧旨)가 완비된 것으로, 인간사의 모든 진리를 나타냈었다.

삼국사기(三國史記)의 신라본기(新羅本紀)에 따르면, 진흥왕 37년, 최치원은 "난랑비서문"에서 유·불·선 삼교의 모든 사상을 나타내고 있으며, 여기서 인간이 지구상 모든 만물을 대표하는 존재라고 설명하여 합기의 이념과 그 뜻을 같이하고 있다.

합기도는 이러한 문화적 역사적 배경 하에서, 경기에서의 승패 또는 1, 2등을 가리는 현대적 의미의 스포츠가 아닌, 전장(戰場)에서는 "생(生)", "사(死)를 결정짓는 절대생존의 수단으로서, 평시에는 육체적 단련과 정신적 수양을 통하여, 바른 인성의 건전한 인격체 완성을 목표로 하는 무도로서의 합기도(合氣道) 수련의 근본이념(根本理念)이 생성된 것이다(대한합기도협회 사범연수교본, 1997).

(1) 합기도 수련과정

□ 초단 과정(현유급자)

- 단전호흡법: 조식법, 지식법-(밑으로, 앞으로, 위로, 옆으로), 정좌법
- 권술: 중지권, 장져, 관수, 절관수, 호구, 각권, 정권, 안수도, 바깥수도, 팔꿈치
- 족술: 단식족술, 복식족술, 특수족술
- 낙법: 기본낙법(전, 후, 측방), 회전낙법(측방, 전방, 멀리, 높이, 공중회전)
- 술기: 한손목술, 앞의복술, 뒤의복술, 역손목술, 방권술, 방족술, 방투술, 선술

□ 2단 과정(현1단자)

- 단전호흡법: 조식법, 지식법-(밑으로, 앞으로, 위로, 옆으로), 정좌법
- 권술, 방권술: 중지권, 장져, 관수, 절관수, 호구, 각권, 정권, 안수도, 바깥수도, 팔꿈치
- 족술: 단식족술, 복식족술, 특수족술
- 낙법: 기본낙법(전, 후, 측방), 회전낙법(측방, 전방, 멀리, 높이, 공중회전)
- 술기: 한손목술, 좌술, 방권술, 방족술, 방검술, 선술
- 무기술: 단봉기본(8방치기, 막기)

□ 3단 과정(현2단자)

- 단전호흡법: 조식법, 지식법-(밑으로, 앞으로, 위로, 옆으로), 정좌법

- 권술, 방권술: 중지권, 장져, 관수, 절관수, 호구, 각권, 정권, 안수도, 바깥수도, 팔꿈치
- 족술: 단식족술, 복식족술, 특수족술
- 낙법: 기본낙법(전, 후, 측방), 회전낙법(측방, 전방, 멀리, 높이, 공중회전)
- 술기: 되꺾기, 연행술, 체포술
- 무기술: 단봉술(방권술, 방족술, 선술), 장봉술기본(돌리기, 치기, 막기), 격검술기본(베기)

□ 4단 과정(현3단자)

- 단전호흡법: 조식법, 지식법(밑으로, 앞으로, 위로, 옆으로), 정좌법
- 권술, 방권술: 중지권, 장져, 관수, 절관수, 호구, 각권, 정권, 안수도, 바깥수, 팔꿈치
- 족술: 단식족술, 복식족술, 특수족술
- 낙법: 기본낙법(전, 후, 측방), 회전낙법(측방, 전방, 멀리, 높이, 공중회전)
- 술기: 2인투(손목술, 방권술, 선술), 3인투
- 무기술: 단장술(방권술, 방족술, 선술) 격검술

□ 5단 과정(현4단자)

- 술기: 힘이용술(손목술, 의복술, 방권술, 선술)
- 무기술: 포박술, 투검술, 투석술, 투분술
- 활법: 접골법

다. 합기도의 교육적 가치

1) 합기도의 교육적 측면

교육이란 바람직한 인간 행동의 변화이며, 장차 사회생활에 잘 적응할 수 있도록 도와주는 것이다. 합기도 교육을 통하여 이러한 교육의 목적을 실현하는데 그 의의가 있다. 첫째, 합기도는 신체 훈련뿐만 아니라 정신적 도야를 중요하게 여기는 무도로서 민주시민의 자질을 길러주며 인격완성 및 자기교육에 중점을 둔 교육적 효과 및 가치를 가진다. 따라서 정신수양이 전제되지 않은 합기도는 무도가 될 수 없다. 합기도의 목적도 교육의 목적과 같이 인격완성에 있기 때문에 문화적 산물이 될 수 있고 교과과목으로 채택될 수 있는 것이다. 둘째, 합기도는 지속적이고 반복적인 학습으로만 가능하며, 자발적인 학습이 필요하기 때문에 합기도 교육은 학습의 가치를 가진다. 셋째, 합기도는 선천적인 행동이 아니고 후천적인 행위에 속한다. 태어나면서 터득한 유전적 행동이나 원시적 본능이 아니며 세상에 태어난 후 인간으로 성장하는 과정에서 문화적 전달로서 환경에 의하여 배우고 이성적인 동기에 의하여 도약된 행동이기 때문이다.

2) 합기도의 심리적 측면

인간의 행동은 개체의 욕구와 환경 요소가 상호 작용하여 이루어진다고 한다. 이러한 체육의 활동은 욕구 발로의 수단이며 이를 충족시켜 줄 수 있는 역할을 한다. 욕구의 불 충족은 정서불안과 심신장애 그리고 비행의 원인을 가져오기도 한다. 또한, 사람은 소유욕, 충족, 공격, 파괴 등의 근원적 경향을 잠재하고 있으며, 자극에 의해 그러한 경향이 나타날 수 있으며,

이로 인해 사회의 질서 파괴, 생활의 불안, 반사회적 행동을 하게 된다.

그러나, 합기도는 난폭하고 원시적인 주먹, 발등의 외부로부터의 공격을 도장의 규칙, 지도자의 가르침으로 새로운 호신술로 거듭나며, 자신의 수양과 인내심으로 정화시켜 인간 내부의 근원적 경향을 잘 다스려 준다. 또한, 복잡한 기계문명 속에서 오는 스트레스를 운동을 통해 해소하고 긴장을 완화시켜 줌으로서 인간을 허탈감으로부터 벗어나게 해준다.

사람의 인성 발달 속도 그리고 능력은 개별적이고 독특하다고 인정하면서도 발달 수준을 설명할 때는 개인차에 대한 주의를 별로 기울이지 않았으며 이러한 개인적 개성의 발달은 유기체 내부로부터 자연스럽게 결정되는 한편 환경은 행동을 변화시키는 2차적 역할을 한다고 하였다. 따라서 교육이란 개인별 발달 패턴에 반응하는 것이어야 하기 때문에 교육이 발달에 영향을 주지 못하므로 인간이 하고자하는 것과 인간에게 적당한 것 사이의 조화를 제공해야 한다는 것이다. 통제하고 억압하는 것은 부정적 감정만을 양산하고 적극성을 감소시킬 뿐이라고 주장하였다(Thomas, 1957).

3) 합기도의 스포츠 측면

모든 무도나 스포츠 종목도 마찬가지로 신체활동이 주(主)가 된다. 특히, 합기도는 신체의 국한된 부분만을 이용한 운동이 아니고 신속한 몸의 이동을 요하는 등 신체의 전 부위와 여러 가지 동작을 모두 필요로 한다. 또한 전신적인 신체활동을 경험하게 되므로 근력(strength), 지구력(endurance), 민첩성(agility), 유연성(flexibility), 순발력(power), 균형성(balance)등 체력을 골고루 배양하며 수련하는 운동이다.

전신적인 근육과 관절활동이 복잡하고 신속 정확한 상황판단과 실천을 위한 뇌와 신경 조화적인 기능이 요구되며, 호흡을 통한 심폐기능을 촉진시

킬 수 있으며, 상대를 압도할 수 있는 순간적인 지적 활동이 전개됨으로서 뇌와 신경계의 지적 판단력과 응용력을 길러주게 된다. 결론적으로 합기도의 신체적 의의는 크고 강한 체력을 만드는데 있는 것만이 아니라 신체적으로 균형 잡힌 몸과 체력수준을 갖추는데 있다.

4) 합기도의 생리적 측면

합기도는 체육, 생물, 역학, 심리학적 신체의 모든 기능을 가지고 있으며 관리를 할 수 있다. 첫째, 전신을 움직이는 신체활동을 경험한다. 근력, 지구력, 민첩성, 평형성, 안정성, 구심성, 타격력의 관계 등 체육적 기능을 배양하고, 신체의 조직력과 이에 따르는 균형 있는 신체발달을 유도한다. 둘째, 신경계 근 및 순환계의 생물학적 기능의 촉진을 가져온다, 셋째, 욕구에 대한 정신적 만족 및 정서 안정, 심리적 기능을 조절할 수 있는 힘을 얻을 수 있다. 넷째, 성장과 발달을 촉진한다.

합기도의 생리학적 가치는 위의 3가지 조항에 따른 합기도 수련을 통하여 간접적으로 이룰 수 있기 때문에 매우 이상적인 운동이라 하겠다.

5) 합기도의 사회적 측면

복잡한 도시의 생활 속에서 체육활동은 서로 땀을 흘리며 친해지기도 하고 서로의 생활정보 교환과 이웃 간의 우애증진 등 절대적으로 필요한 사회적 요구이다. 현재의 합기도 도장에서는 수련생들 간에 서로를 존경하며, 서로 예의를 갖추는 방식들이 실제로 행하여지는데 즉 도장 내에서의 수련생들은 상급자 또는 수련생 상호간에 일정한 인사와 존경의 예의, 격투와 같은 과격하고 격렬한 수련장에서도 상호간의 사회적, 도덕적 성격을 갖추

고 있다고 말 할 수 있다.

합기도 수련에는 지도하는 관장사범이 있어, 규칙을 익히며 잘못한 술기 등을 수정 단련시켜 나갈 경우 수련에서 경쟁자는 적이 아닌 우리라는 개념 속의 구성원이다. 그러므로 합기도에서 요구하는 질서와 규칙, 예의, 극기, 인내, 관용, 시간엄수 등의 태도를 Freud(1949)의 심리 성격 발달 단계 이론에서 개인의 발달은 사회적 환경 작용을 통해 일어난다고 믿으며 심리 사회적 단계로 전환한다고 하였다(권중기, 2004).

PUKYONG NATIONAL UNIVERSITY
부경대학교

2. 인격형성

가. 인격형성의 개념 및 정의

인간은 생물학적 개체로 탄생하나 사회적인 개인(social individual)으로 성장하고 발달한다. 여기에서 사회적인 개인이란 말 속에는 후천적인 사회와 문화적인 습관을 학습하는 과정이 내포되어 있다(주낙원, 1976). 즉, 환경으로부터 부여된 문화나 집단속에서 각자가 독특한 방법으로 욕구를 만족시키고, 또한 욕구불만이나 갈등을 해결하는 동안에 행동이 습관화 되어 각자의 교유하고 독자적인 행동체계가 확립된다.

이와 같은 욕구와 그 욕구의 처리, 그 결과에서 일어나는 개인의 총괄적 구조를 성격이라 한다. 이 낱말은 영어의 퍼스넬리티(personality)에 해당하고 이를 학자에 따라 인성, 혹은 개성이라고 한다(문교부, 1973).

Allport(1937)는 “한 개인인 환경에 대해서 그 나름대로 독자적인 방식으로 적응하려고 하는 심리 및 생리적 체계로서 개체내의 역동적 체계” 라고 하였고, Chein은 개인의 독특한 행동체제를 퍼스넬리라고(personality) 정의 하였다.

즉, 이들은 심리적 요소뿐만 아니라 체격, 체질 및 체력 등의 신체적 요인도 퍼스넬리티의(personality) 특성을 결정하는 요인으로 들어가 있고 이로 인하여 체력과 퍼스넬리티의(personality) 관계성을 설명하고 있다.

Guilford는 태도, 흥미, 욕구와 같은 동기적 특성, 신체조직 및 신체생리와 신체적 특성, 그리고 능력에 관계되는 적성, 그리고 보다 유전적인 특성인 기질 등이 인격을 구성한다고 보았다(이경우, 1980).

즉 체육활동은 집단 활동을 중시하며 사회적 행동을 유발시키고, 건전하게 사회생활을 영위할 수 있게 하는 경험을 제공하는 실질적인 사회화이기

때문에 그 활동에 참여 하는 인간의 신체적 발달에 작용함과 동시에 개인의 인격형성에도 바람직한 요소를 제공한다고 할 수 있다.(조강욱 외, 1983) 인격형성을 구성하는 내용을 살펴보면 정서적 측면, 사회적 측면 및 생활 태도적 측면으로 나눌 수 있다. 또한 정서적인 측면은 인내심 및 극기, 자신감 및 용기, 집중력, 사려성 및 침착성, 불안감, 명랑성 및 내성적 특성, 그리고 표현럭 및 발표력 등으로 구성된다. 사회적 측면은 책임감, 리더십, 협동심, 정의감 및 공정성, 신의 및 신뢰감 그리고 대인관계로 구성되며, 또한 생활태도적 측면은 예의 및 예절, 생활습관 및 건강 그리고 공공질서로 나타낼 수 있다. 인격 및 인격형성을 위한 연구 성과를 거두기 위해서는 인격형성을 측정하는 도구의 개발과 사용이 효율적이어야 하나 이러한 작업은 쉽지 않다. 이는 인간의 심리적, 행태적 사항을 논리적이고 체계적으로 정립해야 하는 이론적 과정이 수행되어야 하기 때문이다(전일수, 2005).

오늘날의 심리학에 있어서는 인격을 “개인의 환경에 대한 고유의 적용을 규정하는 것” 이라고 정의 하고 있다. 이에 있어 환경에의 적응을 규정하는 조건을 들어보면 다음과 같다.

첫째, 인간의 생리·심리적 기능의 통합적 체제로서 이해한다. 신체구조와 건강, 운동능력, 신경근육의 체계, 내분비의 균형 등의 생물학적인 조건과 지적 능력은 개인의 요구의 상태, 강도 및 방향을 규정한다. 이것들을 적응의 기본적 조건으로서 인정하지 않으면 안 된다.

둘째, 인간을 사회적 장의 역동적 관계에 있어 이해한다. 사회적인 인간관계와 문화적 환경은 개인의 적응 관계를 규정한다. 좋아하는 친구들과의 관계와 바람직한 문화적 환경에서는 타인에의 적응은 적극적인 것이 되며, 바람직하지 못한 인간관계와 문화적 환경에서는 소극적인 태도와 도피 또는 공격적인 태도를 가지기 쉽다. 인격을 이와 같은 역동적 체제 내에서의

적응의 경향성으로서 이해한다.

셋째, 개인의 교섭이 있는 타인 또는 사회로부터의 인상 · 평판 · 평가 등에 대한 반성과 자각이 개인적 적응의 방향을 규정한다. 개인의 사회적 지위나 역할을 통한 사회적 자극효과가 그 사람 자신의 적응 방향을 규정한다. 이것은 타인이 자기를 어떻게 보고 있는가를 미루어 생각함으로써 자기의 태도가 결정되는 경우를 생각해 보면 이해된다. 또 주의의 사람들이 자기를 의식하고 꼭 명랑하게 되려고 노력하거나, 성실하고 책임감이 강한 사람이라고 평가될 것을 기대하고, 그 와같이 노력하는 입장을 생각해 보아도 이해된다. 또는 타인으로부터 좋지 않은 평판을 받고, 그렇지 않은 사람이 되려고 노력하는 경우도 마찬가지이다.

넷째, 개인의 자아의식에 방향에 의하여 규정된다. 자아의식은 자기의 신체적 조건과 과거의 자기에 대한 기억, 금후의 이상과 가치를 실현하는 의식 등이 복합된 것이다. 이 자아의식이 발달하는데 있어서는 앞에서 말한 여러 가지 조건이 복합적으로 영향을 마치고 있음은 더 말할 나위도 없다.

건강하여 체력이 강하면 사회적으로 활동하는 기회도 많고, 운동기술이 우수하면 친구들과의 적응도 잘되는 일이 많을 것이다. 이와는 반대로 몸이 약하고, 운동이나 놀이 등에 잘 적응하지 못하면 그 만큼 사회적인 생활이 좁아지고 친구들과의 비교에 있어서는 열등감을 갖는 기회도 많을 것이다.

이와 같이 고찰하면 신체적인 조건은 지적인 발달, 대인관계를 통해서는 감정적인 발달, 나아가서는 생활 장에서의 적응의 방법으로서 생각되는 인격적 발달에도 크게 관여하고 있음을 알 수 있다. 따라서 신체적인 활동의 장을 통하여 건강과 운동기술, 지적, 정서적, 사회성 등의 발달을 의도하는 체육과의 계획은 결국 아동 · 학생들의 인격형성에 연결되는 것이다.

교육은 타인의 적응을 이상적 조건 아래 조정하게 함으로써 보다 바람직한 방향으로 이끌려는 과정이다. 이러한 체육에 있어서는 아동·학생들의

생활경험을 그들의 적응조건으로서 주시하지 않으면 안 된다.

진술한 바와 같이 인격이란 “환경에 대한 개인 고유의 적응(적응 경향성)을 규정하는 것”이라고 말했으나, 이 고유의 적응 경향성이 이른바 인격적 특성이며, 이를 가치적인 면에서 이해, 파악하려는 것이 성격이다(윤인호, 1997).

나. 합기도 수련과 인격형성과의 관계

합기도수련은 무도 본질의 민족고유의 전통적 예의범절과 전통무예에 수반되는 두 가지로 살펴볼 수 있다. 이중 합기도가 지닌 교육성은 합기도의 기술이 다른 사람을 제압하고 다치게 할 수 있는 맨손 투기라는 점을 고려할 때 특히 중요해진다. 합기도는 결코 싸움을 목적으로 하는 것이 아니라 정신수련을 목적으로 한다는 점에서 이해되어져야 한다. 따라서 합기도와 같은 무도는 심신병행을 규칙적으로 실행함으로써 현대 상황을 극복할 수 있는 정신력과 신체적 운동능력을 축적시켜, 기술의 연마를 통해 신체를 단련하고 무도정신까지도 아울러 수련하여 덕을 배양하는 것이라 볼 수 있다.

합기도의 수련과정에서 쌓이는 정신수양을 바탕으로 한 인의와 예의, 관용과 겸손, 인내력 과 의협심은 어느 경지에 이르면 뛰어난 무력을 지니게 되므로 약자에 대한 강자로서의 관용과 겸손이 생긴다. 이러한 합기도 수련은 무사사상과 유교사상을 골격으로 신체적 건강, 정신적 건강, 호신을 위한 공방기술, 삶과 생활을 위한 바른 생활 태동의 형성을 추구하며 합기도를 수련한 인간의 변화와 무도 속에서 인생의 의미를 체험하는 것이라고 할 수 있다(김철, 1986).

정신교육에 대한 사전적 개념은 “의식을 개발, 훈련함을 목적으로 삼은교육”으로 정의하고 있다. 합기도 교육의 영역 내에서 정신교육이란 신체발달이나 기술훈련 이외의 기능을 포함하여 올바른 성격과 태도의 육성이라는

뜻으로 사용할 수 있다. 체육이 신체활동을 통한 전인적 인간을 형성한다는 교육적 목표에 비추어 볼 때 신체적인 면에서뿐만 아니라 지적, 정서적, 사회적 발달 또 한 전인적 인간을 양성하는 중요한 목표가 된다. 합기도 수련의 궁극적 목적은 인격완성이며 이를 위해서 외적으로 보이는 동적 수련과 내적으로 보이는 정신단련을 동시에 이루어나가는 자기교육에 있다.

합기도 정신이란 수련을 통해서 함양될 수 있는 올바른 인간행동의 바탕이며 주된 수련목표의 하나이다. 합기도 정신은 두 가지 의미로 나누어진다(전일수, 재인용, 2005).

첫째는 사고나 감정을 지배하는 마음의 능력으로 정신력 또는 의지력을 의미하고, 둘째는 길러진 정신력 발휘의 기준이 되는데 도덕적 행위에 바탕이 되는 행동개념을 말한다. 이와 같이 합기도에서 정신교육 사항은 어려운 실정에서 자기 자신의 의지를 키우는 것 또는 정서조절 문제와 도덕적 행위, 예의규범 등을 표현한다.

또한 합기도 수련은 수련자에게 자신의 신체에 대한 통제력을 부여함으로써 올바른 신체통제를 위해 정신적 수련과 인내력을 길러야한다. 자신을 통제하지 못하면 타인도 통제할 수 없다는 것을, 고된 훈련과 수련을 통해서 배우게 되고 수련과정에서 경험할 수 있는 즐거움, 만족, 불안, 초조함 등은 역경과 장애를 극복해나가는 정신력 배양으로 이어진다(전일수, 재인용, 2005).

무는 “예시예종” 이다 . 즉 모든 무도는 예의로 시작해서 예의로 끝난다. 합기도의 수련에서도 예외일수는 없다. 합기도를 수련하고자 도장에 입회한 수련생에게 지도자는 맨 처음 예법을 지도한다. 3대 예 즉 국기에 대한 예, 사부에 대한 예, 상호간의 예, 가 바로 그것이다. 따라서 합기도를 수련함으로써 국가에 대한 소속감, 조국이 있기에 내가 존재한다는 것을 인식하게 되고, 또한 지도사범의 가르침에 성실히 순종하고 존경하며, 도장내의 관훈과 관칙을 준수하며 예의범절을 익히며 수련자 상호간의 질서와 규칙

을 지키고 그 시대와 사회가 요구하는 예의와 순종, 인내, 겸허, 관용 등의 태도를 배우고 여가시간을 유효 적절히 활용함으로써 보다 나은 대인관계를 접할 수 있는 계기가 된다(민원규, 1991)

또한 많은 어린이들이 합기도수련을 통해 심신을 닦는 것을 볼 때 합기도 도장은 인격형성의 교육의 장으로서 합기도 수련에서 얻어지는 바른 자세, 바른 행동, 바른 언어, 습관, 태도 등의 행동들은 대부분이 사회생활에 전이되기 때문에 그 효과는 크다. 이와 같이 합기도는 무도정신을 바탕으로 수련하는 것을 근본으로 하며 나아가 건강을 유지하고 체력을 단련하며 호신력의 배양에도 도움이 된다. 또한 충(忠)·효(孝)·예(禮)·지(志)·덕(德)·체(體)·의(義)·인(忍) 을 배우며 자신감을 갖게 함으로써 안정된 정서의 발달과 함께 인격형성을 가능하게 한다.

PUKYONG NATIONAL UNIVERSITY 부경대학교

Ⅲ. 연구방법

1. 연구대상

이 연구는 부산, 경남지역 초등학생 11곳의 합기도수련생을 대상으로 400부를 배부하였다. 그러나 회수된 설문지 중 모든 문항에 답하지 않았거나 불성실하게 응답한 18부를 제외하고 최종적으로 총 382부의 설문지를 연구자료로 사용하였다.

응답자별 성별 분포를 보면 남자가 324명(84.8%)이며, 여자가 58명(15.2%)로 나타났다. 학년별 분포를 보면 1학년이 56명(14.7%), 2학년이 70명(18.3%), 3학년이 66명(17.3%), 4학년이 71명(18.6%), 5학년이 63명(16.5%), 6학년이 56명(14.7%)으로 나타났다. 수련기간별로는 6개월 미만으로 수련한 사람이 108명(28.3%)로 가장 높게 나타났으며 1년~2년 미만인 사람이 89명(23.3%), 3년 이상이 74명(19.4%) 순으로 나타났다. 주당 수련 횟수로는 5번이 351명(91.9%)으로 가장 높게 나타났으며, 수련목적으로는 신체건강이 203명(53.1%)로 가장 높게 나타났으며, 호신 97명(25.4%), 기타 25명(6.5%), 정신수양 24명(6.3%), 기술습득 23명(6.0%), 합기도선수 10명(2.6%) 순으로 나타났다.

<표 1> 응답자의 일반사항

구 분		빈도(명)	퍼센트(%)
성별	남자	324	84.8
	여자	58	15.2
학년	1학년	56	14.7
	2학년	70	18.3
	3학년	66	17.3
	4학년	71	18.6
	5학년	63	16.5
	6학년	56	14.7
수련기간	6개월 미만	108	28.3
	1년 미만	68	17.8
	1년~2년 미만	89	23.3
	2~3년 미만	43	11.3
	3년 이상	74	19.4
주당 수련 횟수	1번	3	0.8
	2번	3	0.8
	3번	11	2.9
	4번	14	3.7
	5번	351	91.9
수련목적	신체건강	203	53.1
	정신수양	24	6.3
	기술습득	23	6.0
	합기도선수	10	2.6
	호신	97	25.4
	기타	25	6.5

PUKYONG NATIONAL UNIVERSITY 부경대학교

2. 신뢰성 및 타당성 검증

가설 검증에 앞서 각 변수들의 측정항목들의 신뢰성과 타당성을 확인하였다.

우선 신뢰성 검증을 하기 위하여 Cronbach's α을 통해 내적 일관성을 확인한 결과 정신이 0.783, 자기방어가 0.711, 기술이 0.765, 신체가 0.721, 사회적 측면이 0.815, 정서적 측면이 0.854, 생활태도 측면이 0.686으로 나타나 Nunnally(1978)가 제시한 기준치인 0.6을 모두 넘어 신뢰성이 확보된 것으로 판단하였다.

타당성 검증을 위하여 Varimax 방법을 이용한 탐색적 요인분석을 실시하였다. 고유값 1과 요인적재값 0.4를 기준으로 구성타당성을 판단한 결과 사회적 측면의 2개 항목(C11), (C12)과 정서적 측면의 2개 항목(C4), (C6)이 기준을 만족시키지 못하여 제거하였다. 따라서 각 변수별로 정신에서 4개 항목, 자기방어에서 4개 항목, 기술에서 4개 항목, 신체에서 4개 항목, 사회적 측면에서 5개 항목, 정서적 측면에서 5개 만족, 생활태도 측면에서 3개 항목이 포함되는 것으로 확인되어 구성타당성이 확보된 것으로 판단하였다.

<표 2> 독립변수에 대한 탐색적 요인분석과 신뢰성 검증

구성개념	변수	Factor1	Factor2	Factor3	Factor4
정신	b16	0.783	0.028	0.143	0.253
	b13	0.756	0.177	0.174	0.047
	b15	0.695	0.170	0.122	0.094
	b14	0.678	0.231	0.167	0.213
자기방어	b2	0.105	0.751	0.201	0.101
	b1	0.221	0.731	0.073	0.177
	b4	0.167	0.704	0.116	0.263
	b3	0.103	0.698	0.202	0.126
기술	b6	0.127	0.158	0.794	0.021
	b5	0.048	0.138	0.745	0.237
	b8	0.271	0.060	0.702	0.230
	b7	0.215	0.267	0.645	0.049
신체	b9	0.007	0.151	0.134	0.737
	b11	0.130	0.268	0.055	0.717
	b10	0.204	0.108	0.199	0.672
	b12	0.232	0.105	0.084	0.643
고유값		2.475	2.431	2.354	2.282
누적분산(%)		15.470	30.661	45.376	59.638
신뢰도계수값		0.783	0.711	0.765	0.721

<표 3> 종속변수에 대한 탐색적 요인분석과 신뢰성 검증

구성개념	변수	Factor1	Factor2	Factor3
사회적 측면	c10	0.804	0.109	0.116
	c14	0.727	0.210	0.251
	c8	0.693	0.262	0.207
	c13	0.684	0.218	0.154
	c9	0.607	0.333	0.143
정서적 측면	c2	0.211	0.761	0.095
	c7	0.215	0.707	0.012
	c5	0.195	0.702	0.177
	c3	0.111	0.678	0.295
	c1	0.310	0.669	0.151
생활태도측면	c17	0.134	0.137	0.783
	c15	0.217	0.102	0.738
	c16	0.221	0.211	0.697
고유값		2.842	2.837	1.958
누적분산(%)		21.864	43.685	58.748
신뢰도계수		0.815	0.804	0.686

Ⅳ. 연구결과

1. 일반 특성에 따른 수련만족(자기방어만족, 기술만족, 신체만족, 정신만족) 정도

일반 특성에 따른 수련만족에 대해 집단 간 평균차이를 알아보기 위해, t-test와 ANOVA를 실시하였다.

가. 자기방어만족

자기방어만족의 평균차이는 <표 4>과 같다. 수련기간에 따른 자기방어만족의 차이를 살펴보면, 검정통계량이 7.951이고, p값이 0.000으로 유의수준 5%에서 통계적으로 유의한 차이가 있음을 알 수 있었다. 즉 3년 이상의 평균은 4.17로 가장 높고, 6개월 미만의 평균은 3.63으로 가장 낮아 수련기간에 따라 자기방어만족이 점차 커지는 것을 알 수 있다. 하지만 나머지 자기방어만족관련 문항에서 유의수준 5%에서 통계적으로 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다. 즉 성별에서 남자의 평균은 3.90이며, 학년에서 2학년의 평균은 3.95, 수련 횟수에서 4회 이하의 평균은 3.91, 수련목적에서 정신수양의 평균은 3.72로 나타났다.

<표 4> 자기방어만족의 평균차이 분석 결과

구분		평균	표준편차	t or F	p-value
성별	남자	3.90	0.72	0.689	0.491
	여자	3.83	0.66		
학년	1학년	3.92	0.67	0.790	0.557
	2학년	3.95	0.76		
	3학년	3.93	0.76		
	4학년	3.75	0.77		
	5학년	3.93	0.60		
	6학년	3.85	0.65		
수련기간	6개월 미만	3.63 *d*	0.66	7.951	0.000
	1년 미만	3.94 *b*	0.74		
	1년~2년 미만	3.83 *c*	0.66		
	2년~3년 미만	4.08 *b*	0.69		
	3년 이상	4.17 *a*	0.70		
수련 횟수	4회 이하	3.91	0.90	0.200	0.841
	5회	3.88	0.69		
수련목적	신체건강	3.89	0.68	0.965	0.439
	정신수양	4.15	0.75		
	기술습득	3.72	0.50		
	합기도선수	3.95	0.67		
	호신	3.86	0.70		
	기타	3.84	1.04		

t: 2집단에 대한 독립집단 t-test의 검정통계량
F: 3개이상 집단에 대한 ANOVA의 검정 통계량
사후검정: a>b>c>d

나. 기술만족

기술만족의 평균차이는 <표 5>와 같다. 수련기간에 따른 기술만족의 차이를 살펴보면, 검정통계량이 3.384이고, p값이 0.010으로 유의수준 5%에서 통계적으로 유의한 차이가 있음을 알 수 있다. 즉 3년 이상의 평균은 3.88로 가장 높고, 6개월 미만의 평균은 3.51로 가장 낮아 수련기간에 따라 기술만족이 점차 커지는 것을 알 수 있다. 하지만 나머지 기술만족관련 문항에서 유의수준 5%에서 통계적으로 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다. 즉 성별에서 여자의 평균은 3.85이며, 학년에서 3학년의 평균은 3.87, 수련 횟수에서 5회의 평균은 3.75, 수련목적에서 정신수양의 평균은 3.88로 나타났다.

<표 5> 기술만족의 평균차이 분석 결과

구분		평균	표준편차	t-value	p-value
성별	남자	3.71	0.81	-1.317	0.189
	여자	3.85	0.65		
학년	1학년	3.80	0.87	0.842	0.520
	2학년	3.66	0.88		
	3학년	3.87	0.66		
	4학년	3.65	0.76		
	5학년	3.66	0.72		
	6학년	3.75	0.85		
수련기간	6개월 미만	3.51 b	0.77	3.384	0.010
	1년 미만	3.86 a	0.81		
	1년~2년 미만	3.72 a	0.82		
	2~3년 미만	3.81 a	0.78		
	3년 이상	3.88 a	0.72		
수련 횟수	4회 이하	3.50	0.90	-1.678	0.094
	5회	3.75	0.78		
수련목적	신체건강	3.67	0.77	0.850	0.515
	정신수양	3.88	0.73		
	기술습득	3.76	0.63		
	합기도선수	3.75	1.15		
	호신	3.84	0.82		
	기타	3.64	0.82		

사후검정: a>b

다. 신체만족

신체만족의 평균차이는 <표 6>와 같다. 수련기간에 따른 신체만족의 차이를 살펴 보면, 검정통계량이 2.525이고, p값이 0.041로 유의수준 5%에서 통계적으로 유의한 차이가 있음을 알 수 있다. 즉 2년~3년 미만의 평균은 4.33으로 가장 높고, 6개월 미만의 평균은 4.05로 가장 낮아 수련기간에 따라 신체만족이 점차 커지는 것을 알 수 있다. 하지만 나머지 신체만족관련 문항에서 유의수준 5%에서 통계적으로 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다. 즉 성별에서 남자의 평균은 4.21이며, 학년에서 3학년의 평균은 4.30, 수련 횟수에서 5회의 평균은 4.22, 수련목적에서 합기도선수의 평균은 4.30으로 나타났다.

<표 6> 신체만족의 평균차이 분석 결과

구분		평균	표준편차	t-value	p-value
성별	남자	4.21	0.67	0.198	0.843
	여자	4.19	0.62		
학년	1학년	4.29	0.67	1.344	0.245
	2학년	4.29	0.58		
	3학년	4.30	0.63		
	4학년	4.10	0.76		
	5학년	4.12	0.69		
	6학년	4.14	0.58		
수련기간	6개월 미만	4.05 c	0.69	2.525	0.041
	1년 미만	4.28 a	0.63		
	1년~2년 미만	4.19 b	0.56		
	2~3년 미만	4.33 a	0.57		
	3년 이상	4.30 a	0.77		
수련 횟수	4회 이하	4.10	0.86	-0.956	0.340
	5회	4.22	0.64		
수련목적	신체건강	4.22	0.62	1.505	0.187
	정신수양	4.22	0.60		
	기술습득	3.96	0.79		
	합기도선수	4.30	0.71		
	호신	4.28	0.61		
	기타	3.99	0.99		

사후검정: a>b>c

라. 정신만족

정신만족의 평균차이는 <표 7>와 같다. 수련기간에 따른 정신만족의 차이를 살펴 보면, 검정통계량이 5.777이고, p값이 0.000으로 유의수준 5%에서 통계적으로 유의한 차이가 있음을 알 수 있다. 즉 3년 이상의 평균은 4.27로 가장 높고, 6개월 미만의 평균은 3.78로 가장 낮아 수련기간에 따라 정신만족이 점차 커지는 것을 알 수 있다. 하지만 나머지 정신만족관련 문항에서 유의수준 5%에서 통계적으로 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다. 즉 성별에서 여자의 평균은 4.03이며, 학년에서 2학년의 평균은 4.10, 수련 횟수에서 4회 이하의 평균은 4.02, 수련목적에서 합기도선수의 평균은 4.40으로 나타났다.

<표 7> 정신만족의 평균차이 분석 결과

구분		평균	표준편차	t or F	p-value
성별	남자	3.98	0.75	-0.405	0.686
	여자	4.03	0.68		
학년	1학년	3.98	0.80	0.456	0.809
	2학년	4.10	0.65		
	3학년	4.01	0.73		
	4학년	3.94	0.71		
	5학년	3.93	0.85		
	6학년	3.97	0.71		
수련기간	6개월 미만	3.78 *d*	0.71	5.777	0.000
	1년 미만	4.10 *b*	0.80		
	1년~2년 미만	3.92 *c*	0.70		
	2~3년 미만	4.00 *c*	0.86		
	3년 이상	4.27 *a*	0.61		
수련 횟수	4회 이하	4.02	0.74	0.208	0.835
	5회	3.99	0.74		
수련목적	신체건강	3.94	0.75	1.262	0.280
	정신수양	4.18	0.67		
	기술습득	3.91	0.67		
	합기도선수	4.40	0.58		
	호신	4.04	0.77		
	기타	3.96	0.75		

t: 2집단에 대한 독립집단 t-test의 검정통계량, F: 3개이상 집단에 대한 ANOVA의 검정 통계량
사후검정: a>b>c>d

2. 일반 특성에 따른 합기도 수련 후의 인격형성(정서측면, 사회측면, 생활측면) 변화

일반 특성에 따른 합기도 수련 후의 인격형성 대해 집단 간 평균차이를 알아보기 위해, t-test와 ANOVA를 실시하였다.

가. 정서측면

정서측면의 평균차이는 <표 8>와 같다. 수련기간에 따른 정서측면의 차이를 살펴보면, 검정통계량이 5.459이고, p값이 0.000으로 유의수준 5%에서 통계적으로 유의한 차이가 있음을 알 수 있다. 즉 3년 이상의 평균은 4.30으로 가장 높고, 6개월 미만의 평균은 3.87로 가장 낮아 수련기간에 따라 정서측면이 점차 커지는 것을 알 수 있다. 하지만 나머지 정서측면 관련 문항에서 유의수준 5%에서 통계적으로 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다. 즉 성별에서 여자의 평균은 4.08이며, 학년에서 2학년, 3학년의 평균은 4.18, 수련 횟수에서 5회의 평균은 4.07, 수련목적에서 정신수양의 평균은 4.28로 나타났다.

<표 8> 정서측면의 평균차이 분석 결과

구분		평균	표준편차	t or F	p-value
성별	남자	4.06	0.65	-0.153	0.879
	여자	4.08	0.63		
학년	1학년	4.08	0.69	1.726	0.128
	2학년	4.18	0.49		
	3학년	4.18	0.64		
	4학년	3.93	0.69		
	5학년	3.99	0.77		
	6학년	4.03	0.55		
수련기간	6개월 미만	3.87 *d*	0.62	5.459	0.000
	1년 미만	4.04 *c*	0.80		
	1년~2년 미만	4.07 *c*	0.56		
	2~3년 미만	4.18 *b*	0.56		
	3년 이상	4.30 *a*	0.61		
수련 횟수	4회 이하	4.00	0.70	-0.572	0.568
	5회	4.07	0.64		
수련목적	신체건강	4.03	0.67	0.915	0.471
	정신수양	4.28	0.69		
	기술습득	3.95	0.45		
	합기도선수	4.04	0.43		
	호신	4.11	0.63		
	기타	4.09	0.72		

t: 2집단에 대한 독립집단 t-test의 검정통계량
F: 3개이상 집단에 대한 ANOVA의 검정 통계량
사후검정: a>b>c>d

나. 사회측면

사회측면의 평균차이는 <표 9>와 같다. 수련기간에 따른 정서측면의 차이를 살펴보면, 검정통계량이 4.550이고, p값이 0.001로 유의수준 5%에서 통계적으로 유의한 차이가 있음을 알 수 있다. 즉 2년~3년 미만의 평균은

4.19로 가장 높고, 6개월 미만의 평균은 3.76으로 가장 낮아 수련기간에 따라 사회측면이 점차 커지는 것을 알 수 있다. 하지만 나머지 관련 문항에서 유의수준 5%에서 통계적으로 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다. 즉 성별에서 남자의 평균은 3.94이며, 학년에서 1학년의 평균은 4.02, 수련 횟수에서 5회의 평균은 3.94, 수련목적에서 정신수양, 호신의 평균은 4.03으로 나타났다.

<표 9> 사회측면의 평균차이 분석 결과

구분		평균	표준편차	t or F	p-value
성별	남자	3.94	0.68	0.349	0.727
	여자	3.91	0.71		
학년	1학년	4.02	0.73	1.070	0.377
	2학년	4.01	0.64		
	3학년	3.96	0.65		
	4학년	3.78	0.71		
	5학년	3.96	0.70		
	6학년	3.92	0.69		
수련기간	6개월 미만	3.76 *d*	0.65	4.550	0.001
	1년 미만	3.96 *c*	0.71		
	1년~2년 미만	3.90 *c*	0.61		
	2~3년 미만	4.19 *a*	0.66		
	3년 이상	4.09 *b*	0.73		
수련 횟수	4회 이하	3.93	0.79	-0.087	0.931
	5회	3.94	0.67		
수련목적	신체건강	3.92	0.69	0.829	0.530
	정신수양	4.03	0.68		
	기술습득	3.77	0.52		
	합기도선수	3.96	0.79		
	호신	4.03	0.67		
	기타	3.84	0.79		

t: 2집단에 대한 독립집단 t-test의 검정통계량
F: 3개이상 집단에 대한 ANOVA의 검정 통계량
사후검정: a>b>c>d

다. 생활측면

생활측면의 평균차이는 <표 10>와 같다. 모든 생활측면 관련 문항에서 유의수준 5%에서 통계적으로 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다. 즉 성별에서 남자의 평균은 4.22이며, 학년에서 3학년의 평균이 4.37, 수련기간에서 2~3년 미만의 평균이 4.35, 수련 횟수에서 4회 이하의 평균이 4.27, 수련목적에서 합기도선수의 평균이 4.40으로 나타났다.

<표 10> 생활측면의 평균차이 분석 결과

구분		평균	표준편차	t or F	p-value
성별	남자	4.22	0.65	0.082	0.935
	여자	4.21	0.60		
학년	1학년	4.22	0.71	1.289	0.268
	2학년	4.24	0.66		
	3학년	4.37	0.62		
	4학년	4.10	0.63		
	5학년	4.17	0.58		
	6학년	4.21	0.66		
수련기간	6개월 미만	4.12	0.62	1.138	0.338
	1년 미만	4.24	0.65		
	1년~2년 미만	4.24	0.65		
	2~3년 미만	4.35	0.57		
	3년 이상	4.25	0.70		
수련 횟수	4회 이하	4.27	0.70	0.448	0.655
	5회	4.21	0.64		
수련목적	신체건강	4.22	0.64	0.794	0.555
	정신수양	4.38	0.56		
	기술습득	4.07	0.63		
	합기도선수	4.40	0.64		
	호신	4.23	0.65		
	기타	4.12	0.73		

t: 2집단에 대한 독립집단 t-test의 검정통계량
F: 3개이상 집단에 대한 ANOVA의 검정 통계량

3. 수련만족과 인격형성과의 관계

가. 수련만족과 인격형성과의 상관분석

수련만족과 인격형성과의 관계를 알아보기 위해 상관 분석을 실시하였으며, 그 결과 <표 11>와 같다. 먼저 정서측면에 관하여 알아보면, 자기방어와 정서측면과의 상관계수 값을 보면 0.574($p<0.001$)로 양의 관계가 있었고, 기술만족과 정서측면과의 상관계수 값을 보면 0.474($p<0.001$)로 양의 관계, 신체만족과 정서측면과의 상관계수 값을 보면 0.573($p<0.001$)으로 양의 관계, 정신만족과 정서측면과의 상관계수 값을 보면 0.507($p<0.001$)로 양의 관계가 있었다.

다음으로 사회측면에 관하여 알아보면, 자기방어와 사회측면과의 상관계수 값을 보면 0.587($p<0.001$)로 양의 관계가 있었고, 기술만족과 사회측면과의 상관계수 값을 보면 0.462($p<0.001$)로 양의 관계, 신체만족과 사회측면과의 상관계수 값을 보면 0.507($p<0.001$)로 양의 관계, 정신만족과 사회측면과의 상관계수 값을 보면 0.459($p<0.001$)로 양의 관계가 있었다. 마지막으로 생활측면에 관하여 알아보면, 자기방어와 생활측면과의 상관계수 값을 보면 0.413($p<0.001$)으로 양의 관계가 있었고, 기술만족과 생활측면과의 상관계수 값을 보면 0.315($p<0.001$)로 양의 관계, 신체만족과 생활측면과의 상관계수 값을 보면 0.403($p<0.001$)으로 양의 관계, 정신만족과 생활측면과의 상관계수 값을 보면 0.323($p<0.001$)으로 양의 관계가 있었다.

<표 11> 수련만족 및 인격형성과의 상관분석

	M ± Std	자기 방어	기술 만족	신체 만족	정신 만족	정서 측면	사회 측면	생활 측면
자기 방어	3.89±0.71	1.000						
기술 만족	3.73±0.79	0.446***	1.000					
신체 만족	4.21±0.66	0.458***	0.387***	1.000				
정신 만족	3.99±0.74	0.431***	0.452***	0.436***	1.000			
정서 측면	4.06±0.65	0.574***	0.474***	0.573***	0.507***	1.000		
사회 측면	3.94±0.68	0.587***	0.462***	0.507***	0.459***	0.580***	1.000	
생활 태도	4.22±0.65	0.413***	0.315***	0.403***	0.323***	0.426***	0.493***	1.000

- M ± Std : 평균 ± 표준편차
- *** : p<0.001

나. 수련만족이 인격형성에 미치는 영향

1) 정서측면

수련만족이 정서측면에 미치는 영향을 알아보기 위해 다중회귀분석을 실시하였다. 다중회귀모형에서 독립변수가 종속변수를 설명하는 정도인 R^2 값은 0.497로 49.7%를 설명하고 있으며, 분석모형에 대한 유의도는 F값이 95.260, p값은 0.000으로 유의수준 1%에서 유의하여 모형에는 문제가 없다. 이어 수련만족이 정서측면에 미치는 영향관계를 살펴보면, 수련만족 중 정서측면에 영향을 미치는 독립변수는 자기방어(표준화계수=0.292, p=0.000), 기술만족(표준화계수=0.143, p=0.001), 신체만족(표준화계수=0.304, p=0.000), 정신만족(표준화계수=0.184, p=0.000)으로 유의수준 5%에서 유의하다. 즉 수련만족에서 자기방어, 기술만족, 신체만족, 정신만족은 정서측면에 유의

한 양의 영향이 있으며, 자기방어, 기술만족, 신체만족, 정신만족이 증가하면 정서측면 또한 증가하게 됨을 알 수 있다.

<표 12> 정서측면에 대한 수련만족의 회귀분석 결과

독립변수	비표준화 계수	S.E	표준화 계수	t-value	p-value
(상수)	0.697	0.175		3.977	0.000
자기방어	0.266	0.040	0.292	6.612	0.000
기술만족	0.117	0.036	0.143	3.295	0.001
신체만족	0.298	0.042	0.304	7.024	0.000
정신만족	0.161	0.038	0.184	4.199	0.000
R^2=0.497, F=95.260, p=0.000					

2) 사회측면

수련만족이 사회측면에 미치는 영향을 알아보기 위해 다중회귀분석을 실시하였다. 다중회귀모형에서 독립변수가 종속변수를 설명하는 정도인 R^2 값은 0.451로 45.1%를 설명하고 있으며, 분석모형에 대한 유의도는 F값이 79.300, p값은 0.000으로 유의수준 1%에서 유의하여 모형에는 문제가 없다. 이어 수련만족이 사회측면에 미치는 영향관계를 살펴보면, 수련만족 중 사회측면에 영향을 미치는 독립변수는 자기방어(표준화계수=0.356, p=0.000), 기술만족(표준화계수=0.155, p=0.001), 신체만족(표준화계수=0.223, p=0.000), 정신만족(표준화계수=0.138, p=0.003)으로 유의수준 5%에서 유의하다. 즉 수련만족에서 자기방어, 기술만족, 신체만족, 정신만족은 사회측면에 유의

한 양의 영향이 있으며, 자기방어, 기술만족, 신체만족, 정신만족이 증가하면 사회측면 또한 증가하게 됨을 알 수 있다.

<표 13> 사회측면에 대한 수련만족의 회귀분석 결과

독립변수	비표준화 계수	S.E	표준화 계수	t-value	p-value
(상수)	0.627	0.193		3.241	0.001
자기방어	0.343	0.044	0.356	7.719	0.000
기술만족	0.134	0.039	0.155	3.426	0.001
신체만족	0.231	0.047	0.223	4.938	0.000
정신만족	0.127	0.042	0.138	3.006	0.003
R^2=0.451, F=79.300, p=0.000					

3) 생활측면

수련만족이 생활측면에 미치는 영향을 알아보기 위해 다중회귀분석을 실시하였다. 다중회귀모형에서 독립변수가 종속변수를 설명하는 정도인 R^2 값은 0.235로 23.5%를 설명하고 있으며, 분석모형에 대한 유의도는 F값이 30.183, p값은 0.000으로 유의수준 1%에서 유의하여 모형에는 문제가 없다. 이어 수련만족이 생활측면에 미치는 영향관계를 살펴보면, 수련만족 중 생활측면에 영향을 미치는 독립변수는 자기방어(표준화계수=0.235, p=0.000), 신체만족(표준화계수=0.226, p=0.000)으로 유의수준 5%에서 유의하다. 즉 수련만족에서 자기방어, 신체만족은 생활측면에 유의한 양의 영향이 있으며, 자기방어, 신체만족이 증가하면 생활측면 또한 증가하게 됨을 알 수 있다.

<표 14> 생활측면에 대한 수련만족의 회귀분석 결과

독립변수	비표준화 계수	S.E	표준화 계수	t-value	p-value
(상수)	1.907	0.216		8.845	0.000
자기방어	0.214	0.050	0.235	4.319	0.000
기술만족	0.069	0.044	0.085	1.586	0.114
신체만족	0.220	0.052	0.226	4.226	0.000
정신만족	0.074	0.047	0.085	1.574	0.116

R^2=0.235, F=30.183, p=0.000

PUKYONG NATIONAL UNIVERSITY 부경대학교

Ⅴ 논의

1. 응답자 특성에 따른 수련만족과 인격형성의 차이

응답자에 특성에 따른 수련만족에 대해 집단 간 평균차이를 알아보기 위해, t-test와 ANOVA를 실시하였다. 응답자의 특성 중 수련기간에 따른 자기방어만족에서 통계적으로 유의한 차이가 있으며 수련기간이 3년 이상에서 가장 만족하고 있었으며 6개월 미만 가장 낮아 수련기간에 따라 자기방어만족이 점차 커지는 것을 알 수 있다. 기술만족에 대한 차이는 수련기간에 대해 통계적으로 유의한 차이가 있음을 알 수 있으며, 수련기간에 따라 기술만족이 점차 커지는 것을 알 수 있다. 신체만족에 대한 평균차이는 수련기간에 대해 통계적으로 유의한 차이가 있음을 알 수 있고, 수련기간이 2년~3년 미만에서 가장 만족이 높았으며, 6개월 미만에서 만족이 가장 낮아 수련기간에 따라 신체만족이 점차 커지는 것을 알 수 있다. 정신만족에 대한 평균차이는 수련기간에 따라 통계적으로 유의한 차이가 있으며, 수련기간이 3년 이상에서 정신만족이 가장 높고, 6개월 미만일 때 가장 낮은 정신만족을 보여 수련기간에 따라 정신만족이 점차 커지는 것을 알 수 있다.

응답자에 특성에 따른 수련 후 인격형성에 대해 집단 간 평균차이를 알아보기 위해, t-test와 ANOVA를 실시하였다. 수련 후 인격형성에 대한 요소 중 정서측면의 평균차이는 수련기간에서 통계적으로 유의한 차이가 있었으며, 수련기간이 3년 이상에서 평균값이 가장 높고, 6개월 미만에서 가장 낮아 수련기간에 따라 정서측면이 점차 커지는 것을 알 수 있다. 사회적 측면에 대한 평균차이에서 수련기간에 따라 통계적으로 유의한 차이가 있음을 알 수 있으며, 수련기간이 2년~3년 미만에서 가장 높고, 6개월 미만에서 가

장 낮아 수련기간에 따라 사회측면이 점차 커지는 것을 알 수 있다. 생활측면에 대한 평균 차이에서는 응답자의 특성에 따라 평균차이가 없는 것으로 나타났다.

성낙훈, 박진성(2006)은 초등학생의 태권도 수련만족 및 인격형성에 관해 연구 하였으며, 수련기간의 구분에 의한 수련만족은 모든 영역에서 차이가 있는 것으로 나타났으며, 수련기간이 길수록 수련만족을 하는 것으로 나타났다. 또한 수련기간의 구분에 의한 인격형성에서는 모든 영역에서 차이가 있는 것으로 나타났으며, 수련기간이 길수록 인격형성에 도움이 되는 것으로 나타나 본 연구와 같은 결과를 보이고 있었으며, 김차석(2005)은 태권도 체육관 초등학교 수련생의 만족도에 관해 연구하였으며, 수련기간이 길수록 수련만족도가 높아진다고 하였다. 하지만 김석련, 서진교(2004)가 태권도의 수련수준에 따라서 수련만족도에는 유의한 차이가 나타나지 않는다는 결과와는 반대의 결과를 보이고 있다.

윤오남(2003)의 연구에서는 성별에 따라서는 정서적 측면과 생활태도 측면에서는 남자수련자가 여자수련자보다 높게 나타났으며, 사회적 측면에서는 여자가 남자보다 높게 나타났으며 연령에 따라서는 정서적 측면과 사회적 측면에서 연령층이 높을수록 인격형성이 높았다. 또한 생활태도 측면에서는 연령층이 낮은 층이 높게 나타났다. 학력에 따라서는 정서적 측면과 생활태도 측면에서는 교육수준이 높은 수련자들이 인격형성이 높았으며, 사회적 측면에서는 고졸 수련자들이 대학 졸업이상의 교육수준을 가진 수련자들보다 다소 높게 나타났다.

초등학생의 인격형성에는 성별이나 수련기간, 수련수준에 따라 다르게 나타난다. 기존 연구에서는 성별에 따른 차이가 인격형성에도 차이가 있는 것으로 보고 있으나 본 연구에서는 큰 차이는 발견할 수 없었다. 하지만 수련기간이나 수련수준은 초등학생들의 인격형성에 큰 차이가 있었다. 즉

수련기간이 길거나 수련수준이 높을수록 인격형성이 잘되어 있으며, 이는 기존의 연구에서도 밝힌바 있다. 따라서 인격은 짧은 기간의 합기도 수련으로 형성되기보다는 오랜 기간 수련을 통해 인격이 형성될 수 있음을 알 수 있다.

2. 수련만족과 인격형성과의 관계

수련만족과 인격형성과의 관계를 알아보기 위해 상관 분석을 실시하였으며, 그 결과 수련만족과 인격형성의 각 구성요소에 대해 양의 관계가 있었다.

수련만족이 정서측면에 미치는 영향을 알아보기 위해 다중회귀분석을 실시하였으며, 수련만족 중 자기방어, 기술만족, 신체만족, 정신만족이 정서적 측면에 유의한 양의 영향이 있었으며, 신체만족의 영향이 가장 높게 나타났다. 수련만족이 사회측면에 미치는 영향은 자기방어, 기술만족, 신체만족, 정신만족은 사회측면이 통계적 유의하였으며, 모두 양의 영향이 있는 것으로 나타났다. 또한 신체 만족이 사회측면에 가장 높은 영향을 보이고 있다. 수련만족이 생활측면에 미치는 영향은 자기방어, 신체만족이 통계적으로 유의하였으며, 자기방의 영향이 신체만족보다 높게 나타났다.

윤오남(2003)의 연구에서는 태권도 수련 만족도가 인격형성에 미치는 영향을 분석하기 위하여 다중회귀분석을 실시하였으며, 태권도 수련만족에 따른 인격형성의 정서적 측면에는 방어만족, 기술만족, 신체만족, 정신 만족 모두가 유의한 양의 영향을 미치고 있으며 방어만족의 영향이 가장 높았으며, 사회적 측면에 미치는 영향에서도 4가지 수련 만족도 모두가 유의한 양의 영향을 미치고 있으며 정신만족의 영향이 가장 높다. 마지막으로 생활태도에 대해서는 4가지 수련 만족도 모두가 유의한 양의 영향을 미치고 있으며, 정신만족의 영향이 가장 높게 나타났다.

체력과 자아개념의 정적인 상관관계를 보면 김기웅(1989)은 체력이 우수한 학생

이 그렇지 못한 학생보다 자기 자신에 대해 긍정적인 태도를 갖고 있다고 하였으며, 심은미(1989)는 무엇인가 잘 할 수 있다는 유능감을 지각한 아동은 자신감을 갖게 되고 그 내적동기가 강화되어 긍정적 자아관을 갖게 되며 자아관이 확고한 아동은 어떤 일이든 스스로 해결하고자 한다고 하였다.

백승구(1985)는 6세에서 13세까지의 아동을 대상으로, 태권도 훈련이 어린이 정서 발달에 미치는 효과에서 태권도 훈련이 학습 성적 향상을 위한 활동에 도움을 준다고 하였으며, 태권도 수련이 어린이 정신교육에 미치는 효과를 연구한 이규형(1987)의 논문에서는 초등학교 학생들을 대상으로 하여 사회면에서 최고 향상도를 나타내었고, 생활태도면, 정서면 그리고 지적인면도 효과를 가져왔다고 하였다.

태권도 수련이 사회성 발달에 미치는 영향을 연구한 김윤표(1988)는 경북지역 초등학생 수련자들 중 1년 이상 수련하는 학생집단이 태권도 수련이 미치는 모든 교육에 그 형성 발달이 가장 효과적인 집단이었다고 하였으며, 이성우(1990)는 서울시내 초등학교 유품자를 중심으로 한 태권도 수련이 아동의 사회성발달에 미치는 효과에서 어린이에게 일정기간의 태권도 수련이 사회성 발달에 괄목한 만한 향성의 경과를 나타내었다고 하였다. 또한 양대승(1992)의 태권도 수련이 아동기의 자아개념 형성에 미치는 영향에서 초등학생의 태권도 수련은 신체적, 사회적, 도덕적, 성격적, 학업적, 총 자아개념에서 태권도 수련자와 비수련자간, 유품자와 유급자간에서 통계학적으로 의의 있는 차가 나타났으며 태권도 수련을 하는 남녀사이에서는 아무런 영향을 미치지 않았던 것으로 나타났다(전일수, 2005).

이대훈(1997)의 초등학교 태권도 수련이 성격형성에 미치는 영향에서 수련단계가 높을수록 사회적인 면이 높아진다고 하였고, 강한경(1996)은 유품자자와 유급자간의 수련정도에 따른 아동의 사회반응 정서발달은 학년별로 차이가 없다고 하였다.

오랜 기간 동안 태권도 수련을 통하여 경험하는 신체적, 정신적, 사회적 상황의 요인들이 청소년기에 나타나는 주요특징, 인지적 변화, 사회 환경에의 심리적 변화, 이상적 신체 영상의 변화 등에 의해 나타나는 자기 자신에 대한 관심의 증가

요인들과 함께 작용하기 때문에 수련 여부에 따른 자아 개념에 유의한 차이가 나타나지 않는 것으로 보고 있다(전일수, 2005) 이러한 결과에 의하면 합기도 수련을 통하여 인격을 형성할 수 있으며, 이는 수련을 통해서만 이루어지는 것이 아니라 수련을 통한 만족이 인경형성에 도움이 됨을 본 연구를 통해 알 수 있다. 합기도 수련을 통해 방어, 기술, 신체, 정신만족 모두 얻을 수 있으며, 이러한 만족은 학교생활뿐 아니라 일상생활이나 학교생활 외에 필요한 인격에 많은 도움을 주게 된다. 따라서 합기도 수련을 통해 수련만족을 느끼면 초등학생들의 인격형성에 도움을 준다.

PUKYONG NATIONAL UNIVERSITY
부경대학교

Ⅵ 결론 및 제언

1. 결론

이 연구에서는 합기도 수련이 초등학생의 인격형성에 미치는 영향을 구명하기 위하여 2009년 현재 부산광역시, 경상남도, 초등학생을 모집단으로 설정한 후 이중 합기도를 수련하고 있는 학생을 대상으로 표집 틀을 작성하여 무선 표집법을 이용하여 382부를 자료 분석한 결과 다음과 같은 결론이 도출되었다.

첫째, 성별에 따른 인격형성의 차이는 정서적 측면, 사회적 측면, 생활적 측면의 하위변인에서 통계적으로 유의한 차이가 없었다.

둘째, 학년에 따른 인격형성의 차이는 정서적 측면, 생활적 측면의 하위변인에서 통계적으로 유의한 차이가 없었다.

셋째, 수련정도에 따른 인격형성의 차이는 정서적 측면과 사회적 측면에서 통계적으로 유의한 차이가 나타났으며, 수련기간이 길수록 인격형성의 평균값이 높게 나타났다.

넷째, 수련기간 횟수와 수련목적에 따른 인격형성의 차이는 정서적 측면, 사회적 측면, 생활적 측면에서 통계적으로 유의한 차이가 없었다.

2. 제언

이 연구결과와 결론을 토대로 본 연구가 지닌 제한점을 고려하여, 연구의 수행과정에서 나타난 문제점과 후속연구를 위한 앞으로의 연구과제에 대하여 다음과 같은 제언을 하고자 한다.

첫째, 이 연구가 수행되는 과정에서 초등학생의 인격형성에 대한 조사가 설문지에 국한되어 이루어졌다. 따라서 인격형성 변인자체가 기존의 관계만을 연구하였기 때문에 조사대상자인 초등학생들의 내면적인 요인을 도출하는데 한계가 있었다. 그러므로 이에 대한 변인들을 심층적으로 연구 분석 할 수 있는 질적 연구가 향후 수행되어야 할 것이다.

둘째, 합기도수련이 어린이의 인격형성을 긍정적으로 변화하게 하는 원인은 다양할 것이다. 즉, 합기도 자체에 의존한 어린이의 인성발달 요인, 지도자의 교육적 자질이나 역량, 지도방법, 인성교육 여건과 환경요인, 야외수련 및 전인교육, 탐방 및 운동 행사 등 특별 프로그램 등의 여러 가지 원인과 인성 교육적 효과와의 관련성이 세밀히 파악되어야 할 것이다.

셋째, 이 연구에서 설정한 인구통계학적 특성변인이 선행연구의 결과를 기초로 구성되었지만, 본 연구에서는 유의한 영향을 미치는 변인이 상대적으로 작았다. 따라서 후속 연구에서는 초등학생을 대상으로 한 합기도 수련 활동 참가와 인격형성에 관하여 좀 더 효과적으로 영향을 미칠 수 있는 특성변인이 설정되어 연구되어야 할 것으로 생각된다.

참고문헌

강권식(2001). **태권도 수련이 청소년 성격형성에 미치는 영향.** 미간행 석사학위논문, 국민대학교 교육대학원.

강신석(1992). **남자 합기도 수련생과 비 수련생의 증력에 관한 연구.** 미간행 석사학위논문, 수원대학교 대학원.

강한경(1996). **태권도 수련이 아동의 정서발달에 미치는 영향**. 미간행 석사학위논문, 한국체육대학교 대학원.

권중기(2004). **무도종목별 이미지 비교분석을 통한 합기도장 경영 활성화 방안.** 미간행 석사학위논문, 국민대학교 대학원.

공오택(2005). **합기도 수련이 초등학교 아동들의 생활태도에 미치는 영향.** 미간행 석사학위논문, 명지대학교 사회교육대학원.

김기웅(1992). 태권도 수련과 아동의 성정 발달. **대한태권도협회 태권도회지, 81.**

김남기(2006). **합기도 활성화 방안에 관한 연구.** 미간행 석사학위논문, 동신대학교 대학원.

김문헌(2002). **합기도 수련자의 수련 참여 동기 분석.** 미간행 석사학위논문, 영남대학교 대학원.

김석련, 서진교(2004). 어린이의 태권도 수련가치 구성요인과 수련만족도. **한국체육학회, Vol.43, No.5,** pp. 581-591

김상철, 이병익, 윤상화(1996). 현대 무도론 연구. **용인대 무도연구소지.** pp.39-41.

김종헌(2006). **검도·합기도, 태권도 수련이 수련생의 신체적, 정신적, 사회적 생활태도에 미치는 영향.** 미간행 석사학위논문, 명지대학

교 대학원.

김차석(2005). **태권도 체육관 초등학교 수련생의 만족도에 관한 연구.** 미행석사학위논문, 순천향대학교 대학원.

김유성(2004). **고령남성의 합기도 수련이 건강 체력 및 체구성에 미치는 영향.** 미간행 석사학위논문, 원광대학교 대학원.

김윤표(1988). **태권도 수련이 사회성 발달에 미치는 영향.** 미간행 석사학위논문. 동국대학교 교육 대학원.

김이수(2000). **합기탐구.** 서울: 홍경.

김이수(2004). 합기도에 내재된 유·원·화 의 사고. **한국체육학회지. Vol.43 No.5.**

김헌수(2003). 무도 수련생과 비 수련생 간의 성격특성비교연구. **무도학회지.**

김 철(1986). **태권도 교육론.** 전북: 원광대학교 출판국.

나영일(2001). 한일 무도 비교 연구. 서울대학교 **체육연구논문집.** pp.22-30.

남현욱(2005). **중. 고등학교 합기도 수련생과 비 수련생의 정신건강의 차이.** 미간행 석사학위논문, 국민대학교 교육대학원.

대한합기도협회(1997). **합기도 사범교육 교본.** 서울: 대한합기도협회 출판부.

대한합기도연합회 교본(2009). **합기도 사범교육 1단, 2단 교육교본.** 경기도: 안산 대한합기도연합회 출판부.

박세림(2008). **대동류 합기유술이 한국의 합기도와 일본의 아이키도에 미친 영향과 합기도와 아이키도의 비교연구.** 미간행 석사학위논문. 명지대학교 산업대학원.

백승구(1985). **태권도 훈련이 어린이 정서발달에 미치는 효과.** 미간행 석사학위논문. 고려대학교 대학원.

심은미(1989). **아동의 유능감 지각이 내적 동기에 미치는 영향.** 미간행 석사학위논문. 이화여자대학교 대학원.

성낙훈, 박진성(2006). 초등학생의 태권도 수련만족 및 인격형성에 관한 연

구. **한국스포츠리서치, Vol.17, No.3,** pp. 531-540

신좌중(2006). **합기도 참여요인이 수련지속의지에 미치는 영향.** 미간행 석사학위논문. 한국체육대학교 사회체육대학원.

양대승(1992). **태권도 수련이 아동기 자아개념 형성에 미치는 영향.** 미간행 석사학위논문. 한국체육대학교 대학원.

이규형(1987). **태권도 수련이 어린이 정신교육에 미치는 효과.** 미간행 석사학위논문, 연세대학교 교육대학원.

이기세, 정형진, 신원(2004). 합기도 체육관 선정에 대한 학부모의 의식 조사. **한국스포츠리서치. Vol. 15 No.4.**

이대훈(1997). **초등학교 태권도 수련이 성격형성에 미치는 영향.** 미간행 석사학위논문. 국민대학교 대학원.

이미선(2001). **초등학생의 태권도 수련이 자아개념 형성에 미치는 영향.** 미간행 석사학위논문, 용인대학교 체육과학 대학원.

이성진(2000). 무도에 나타난 도덕성 회복. **대한무도학회지. 제2권. 제1호.** pp.31-42.

이성우(1990). **태권도 수련이 아동의 사회성 발달에 미치는 효과.** 미간행 석사학위논문. 경기대학교 교육대학원.

이승호(2004). **아동의 합기도 수련이 사회성 발달에 미치는 영향.** 미간행 석사학위논문, 명지대학교 사회교육대학원 .

이충중(2006). **합기도 수련생의 생활태도에 관한 연구.** 미간행 석사학위논문, 명지대학교 대학원.

오순근(1994). **스포츠참가와 도덕성 발달의 관계.** 미간행 석사학위논문, 서울대학교 대학원

윤진현(2002). **합기도 수련생의 지속적 수련참가에 영향을 미치는 요인.** 미간행 석사학위논문, 경남대학교 대학원.

윤오남(2003). 태권도 수련만족도가 인격형성에 미치는 영향. **한국스포츠리서치, VOI. 14, NO. 5,** pp. 1057-1065

윤오남(2002). **태권도 수련자의 참여만족도 및 인격형성에 따른 대중화 방안.** 미간행 박사학위논문, 원광대학교 대학원.

임재환(2001). **합기도수련이 아동의 사회성에 미치는 영향.** 미간행 석사학위논문, 인하대학교 대학원.

윤창내(1998). **합기도 미학적 고찰. 미간행 석사학위논문.** 용인대학교 대학원.

전일수(2005). **초등학생의 태권도 수련이 인격형성에 미치는 영향.** 미간행 석사학위논문, 용인대학교 대학원.

정연수(2005). **아동의 합기도 체육관 수련프로그램에 대한 선호도 연구.** 미간행 석사학위논문, 명지대학교 사회교육대학원.

지삼업(1996). **내일의 파도를 향하여**(스포츠 평론집: 입신의 경지 태권도 9단). 부산: 혜원출판사. p308.

최상현(1999). **합기도 지도자 유형과 무도정신 성취도와의 관계.** 미간행 석사학위논문, 한국체육대학교 사회체육대학원 .

최상현(2005). **합기도 수련종도에 따른 재미요인과 정신건강 및 수련효과의 관계.** 미간행 박사학위논문, 한국체육대학교 대학원 .

합기도 개발연구원(2000). 합기도 지도자를 위한 합기도장 운영 지침서.

The Elementary school students of Hapkido Training Effect on character building

kyoung-hwan KIM

Department of Physical Education, The Graduate School,
Pukyoung National University

Abstract

The purpose of this research is to establish the effect of Hapkido training on primary School student personality development. Elementary School students as of 2009 in Pusan-Kyoung nam City were selected as population, and among them, those children who are training Hapkido are listed as in sampling Frame, and 382 surveys are used in analysis by using random Sampling Method. The results were as follows.

1. Difference of personality development according to gender reveals statistically significant differences in sub variables of emotional and social attitude, also of attitude toward everyday life.

2. Difference of personality development according to school year reveals statistically significant differences in sub variables of emotional and attitude toward everyday life.

3. Difference of personality development according to degree of training

indicates statistically significant differences only in social attitude.

4. Difference of personality development according to duration of training reveals statistically significant differences in emotional and social attitude, also in attitude toward everyday life.

PUKYONG NATIONAL UNIVERSITY
부경대학교

감사의 글

어느덧 짧지 않은 대학원 생활을 마무리하며 지난 시간들을 돌이켜보니 많은 아쉬움과 후회가 남습니다.

이제 비로써 모든 석사과정을 마치고 논문의 마지막 자락을 글로 남기려 하니 지난 세월동안 베풀지는 못하고 받기만한 삶을 다시금 되돌아보게 되었습니다.

특히 학업성취에 있어서는 아쉬움만이 아닌, 고마운 분들께 감사의 마음을 제대로 전하지 못했기에 더욱 그러한 것 같습니다.

제가 이렇게 성장하기까지 오랜 시간이 걸렸지만 그 세월 속에서 직·간접적으로 힘이 되어주신 많은 분들께 감사의 말씀을 전하고자 합니다.

먼저 본 논문이 완성되기까지 세심한 지도와 많은 격려로 이끌어 주신 지삼업 지도교수님께 진심으로 감사드립니다. 또한 논문 심사 과정에서 아낌없는 지도로 많은 가르침을 주신 이태웅 교수님, 문선호 교수님께도 감사드리며 매 학기마다 큰 열정으로 심도 있는 강의를 해주신 체육학과 박형하 교수님, 신군수 교수님, 김용재 교수님께 고개 숙여 감사의 말씀을 올립니다.

또한 부족했던 저를 학업에 더욱 열중할 수 있도록 격려해주신 경운대학교 박영진 교수님, 최경삼 교수님, 선문대학교 최종균 교수님, 영산대학교 김민호 교수님, 박귀순 교수님, 정재성 교수님, 이학박사 김성문 교수님을 비롯하여 모든 교수님들께 감사드립니다.

아울러 석사과정에서 마치 자신의 일처럼 도와주신 이재빈 박사님, 그리고 저와 함께 석사과정을 함께하며 많은 힘이 되었던 동기생 권재성, 김태수, 용진삼, 김봉곤, 권경덕, 허보섭 선생님들께 고마움을 전합니다.

특히 어려운 여건 속에서도 큰 힘이 될 수 있도록 도와주신 국가보훈처와 특수임무수행자회 부산지부, 부산지방보훈청 조전규 아우에게 고마움을 전합니다.

마지막으로 항상 용기와 희망을 주었던 합기도진중관의 이창수 스승님께 감사를 드리며 이 논문의 연구를 도와준 부산, 경남 합기도 진중관의 최정훈, 반민곤, 김성실, 고정훈, 김대권, 강동우, 김성헌, 박우진 합기도사범들에게 감사를 드립니다.

저를 도와 주신분이 이렇게 많았음에도 불구하고 일일이 찾아뵙고 인사드리지 못하는 점 용서를 구합니다.

40대 초반에 시작한 대학과 대학원과정이 어느덧 7년이라는 세월이 흘렀습니다. 공부를 핑계 삼아 가정과 가족에게 소홀 했던 저를 이해하며 묵묵히 저의 곁에서 헌신과 내조로 가장 든든한 후원자로서 응원과 성원을 해준 사랑하는 아내 오화정, 아들 김시형, 딸 김나영 에게 이 논문을 바칩니다.

감사합니다.

PUKYONG NATIONAL UNIVERSITY 부경대학교

부록: 설 문 지

안녕하십니까?

본 설문지는 “ 합기도 수련이 초등학생의 인격형성에 미치는 영향”에 관한 내용들을 알아보기 위한 것입니다.

조사결과는 학문적 연구의 목적으로만 사용됩니다. 따라서 귀하의 응답은 통계자료로만 활용되고, 그 내용에 대해서는 절대적으로 비밀이 보장되며, 개인의 신상과 관련된 불이익은 전혀 없음을 약속드립니다.

편안한 마음으로 평소에 생각하시는 바를 있는 그대로 빠짐없이 답하여 주시면 감사하겠습니다.

2010년 1월

연구자 : 김경환(부경대학교 대학원 체육학과)

먼저, 귀하의 인적 사항에 관련된 질문을 몇 가지 드리겠습니다.

1. 귀하의 성별은?

①남자 ② 여자

2. 귀하의 학년은?

①1학년 ②2학년 ③3학년

④4학년 ⑤5학년 ⑥6학년

3. 귀하는 합기도 수련을 하고 있다면 얼마나 했습니까?

①6개월 미만 ②1년 미만 ③1년~2년 ④2년~3년 ⑤3년 이상

4. 귀하는 합기도 수련을 일주일에 몇 번 합니까?

①1번 ②2번 ③3번 ④4번 ⑤5번

5. 귀하가 합기도를 수련하시는 주된 목적은 무엇인가요?(한가지만)

①신체적 건강을 위해

②정신적 수양을 위해

③합기도 기술 습득을 위해

④합기도 선수가 되기 위해

⑤호신의 목적으로

⑥기타( )

PUKYONG NATIONAL UNIVERSITY 부경대학교

다음은 합기도 수련 만족도에 관련된 사항들입니다.

만족 요인	세부문항항목	매우 그렇지 않다	그렇지 않다	보통이다	그렇다	매우 그렇다
자기 방어에 대한 만족	합기도를 배운 후 내 자신은 내가 지킬 수 있다는 자신감이 생겼다.					
	합기도를 배워서 곤란한 상황에 처해 있는 사람을 도와줄 수 있을 것 같다.					
	길을 가다 불량한 사람을 만나도 두렵지 않다.					
	평소 육체적으로 나를 괴롭히는 사람을 저지할 수 있을 것 같다.					
기술적 만족	나날이 합기도 기술이 좋아지는 것 같다.					
	합기도의 배운 기술을 자랑하고 싶어진다.					
	주변 사람들이 나의 합기도 기술을 보고 부러워한다.					
	나의 합기도 기술에 대해 스스로 뿌듯하다.					
신체적 만족	합기도를 한 후 전보다 건강이 좋아졌다.					
	합기도를 한 후 전보다 하루 생활이 즐거워 졌다.					
	나의 건강과 신체에 대해 전보다 자신감이 향상되었다.					
	힘든 일을 해도 전보다 피곤하지 않다.					
정신적 만족	생활에 여유가 생겼다.					
	타인과의 관계가 원활해졌다.					
	나에 대한 자신감이 높아졌다.					
	생활이 만족스럽다.					

KOREA NATIONAL UNIVERSITY 교육대학

다음은 합기도 수련 후의 인격형성의 변화에 관련된 질문입니다.

인격형성	세부 문항 항목	매우 그렇지 않다	그렇지 않다	보통이다	그렇다	매우 그렇다
정서적 측면	인내, 극기심이 강해졌다.					
	자신감, 용기가 많아졌다.					
	집중력이 향상되었다.					
	사교성 및 침착성이 향상되었다.					
	명랑성이 많아졌다.					
	표현 및 발표력이 좋아졌다.					
	불안감이 줄어들었다.					
사회적 측면	책임감이 강해졌다.					
	리더십이 좋아졌다.					
	협동심이 강해졌다.					
	정의감 및 공정성이 향상되었다.					
	애국심 및 소속감이 강해졌다.					
	신의 및 신뢰감이 깊어졌다.					
	대인관계가 향상되었다.					
생활태도적 측면	예의 및 예절이 바르게 되었다.					
	생활습관 및 건강이 좋아졌다.					
	공공질서를 잘 지키게 되었다.					

PUKYONG NATIONAL UNIVERSITY 부경대학교