



한국여성체육학회지, 2021. 제35권 제2호. pp. 77-90
Journal of Korean Association of Physical Education and Sport for Girls and Women
2021. Vol.35, No.2, pp. 77-90
<https://doi.org/10.16915/jkapesgw.2021.6.35.2.77>(ISSN 1229-6341)

중국 무술학교 여자선수의 운동정서가 운동 몰입 및 운동지속의도에 미치는 영향

이가우(河南大學體育學院, 강사)·김석기*(한국산업기술대학교, 교수)

국문초록

본 연구는 중국 무술학교 여자선수들의 운동정서, 운동 몰입 및 운동지속의도의 관계를 규명하는데 목적이 있다. 이를 위해 중국 무술학교 여학생을 모집단으로 선정하여 최종 405부를 최종 분석에 사용하였다. 자료처리는 SPSS 26.0을 이용하여 빈도분석, 탐색적 요인분석, 신뢰도분석, 다중회귀분석을 실시하였으며 도출된 결과는 다음과 같다. 첫째, 중국 무술학교 여자선수의 긍정적인 정서는 운동 몰입에 정적(+) 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 부정적인 정서는 운동 몰입에 부적(-) 영향을 미치는 것으로 나타났다. 둘째, 중국 무술학교 여자선수의 긍정적인 정서는 운동지속의도에 정적(+) 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 부정적인 정서는 운동지속의도에 부적(-) 영향을 미치는 것으로 나타났다. 셋째, 중국 무술학교 여자선수의 운동 몰입은 운동지속의도에 정적(+) 영향을 미치는 것으로 나타났다. 요약하면 중국 무술학교 여자선수들은 긍정정서가 높을수록 운동 몰입이 높아지고, 운동지속의도가 강화되는 것으로 나타났다.

한글주요어 : 중국무술학교, 운동정서, 운동 몰입, 운동지속의도

* 김석기, 한국산업기술대학교, E-mail : ksk@kpu.ac.kr

I. 서론

중국 여자 무술선수의 실력은 세계랭킹 10위까지 중국 선수 6명이 포진(中國武術協會, 2019)되어 있을 정도로 최고 수준이다. 이렇게 중국 여자 무술선수들이 선전하는 데에는 어려서부터 무술학교에서 전문적인 훈련을 시작하기 때문이다. 그러나 중국의 무술학교는 학생관리 및 교육방법은 여전히 전통적인 의식에 잠겨있다(邵亮, 2020). 무술학교는 외부로부터 폐쇄된 공간이며 군대와 같은 방식으로 관리되고 있다. 무술학교의 코치나 교사들의 교육수준이 높지 않고 교육은 체벌을 통해 이루어지고 있는 실정이다. 특히 여자선수들은 남자와 동일한 훈련을 받으며, 사회적 대우는 취약하고, 여성으로서의 정서는 무시되고 있다. 그래서 중도에 꿈을 포기하는 경우가 많다(李輝, 2019). 이처럼 중국 무술학교 여자 선수들은 어려서부터 기숙사 생활을 통해 여성에게 필요한 교육의 기회 부족으로 인해 성인이 되어서도 사회생활에 어려움을 겪고 있다. 따라서 여자선수들의 이러한 어려움에 따른 스트레스를 극복하기 위해서는 선수 생활 중의 심리적 측면에서의 정서 관리에 대한 필요성이 제기되고 있다(김상균, 2011).

정서는 계속되는 개인의 감정이기 때문에 개인의 삶에서 적응과 생존을 위해 고려해야 하는 삶의 필수적인 원인이다(김희성, 2017). 일반적으로 정서는 긍정적과 부정적정서로 구분되며, 상호간에 부적인 상관관계를 보이지만 서로독립적인 양상을 가지고 있다(Hatfield & Landers, 1987).

긍정적인 정서는 선수 자신에게 만족하고 안정성을 느끼면서, 긍정적인 정서 상태를 지속시키게 된다(임현묵, 허진영 2010). 그러나 부정적인 정서가 높은 여자선수들은 부정적 감정을 쉽게 일으켜 불안 그리고 자신과 타인의 행동 및 태도 등에 대하여 스트레스를 심하게 느껴 자아에 대하여 소극적인 성향을 나타낸다(Watson & Clark, 1999).

훈련 상황에서 정서는 긍정적·부정적인 양면적 기능을 하고 있어서 운동정서 요인을 주제로 하는 연구도 활발한 진행하고 있다(공성배, 김보겸, 2017; 김민준, 2019; 윤원정, 송진섭, 2019; 이정은, 2017; 장보경, 김승재, 2019).

이러한 운동정서는 운동 수행에 있어서 운동 몰입에도 관계가 있다. 몰입은 어떤 일에 성실하게 순응하거나 집착한다는 의미로, 행위자가 참여한 경험을 기술하는 데에서 출발한 개념으로 체육활동에 참여하는 기쁨, 믿음, 신념과 희망을 스포츠 관여도 또는 몰입이라고 정의한다(안경일, 2017).

특히, 운동 몰입은 수련이나 경기에서 몸과 심리적인 집중할 수 있도록 유도하기 때문에 선수의 경기력을 향상하는 중요한 요인이다(공성배, 2017). 선수들이 훈련에 참여에 있어서 운동 몰입 정도에 따라 결과가 다르게 나타난다(김종길, 김종필, 공성배, 2017). 운동 몰입은 운동참여자가 최상경험, 만족감과 같은 경험을 통해 운동지속의지와 운동에 더 몰두하도록 심리적인 준비 상태를 이끌어내는 중요한 내적요인이다(최현혁, 2011), 완전히 몰입한 상태에서는 다른 것과는 아무 상관없는 상태가 된다. 즉, 운동 몰입에 빠진 사람은 자신의 행동을 완벽하게 통제하거나 자신과 환경간의 구별이

없어지는 느낌을 받게 된다(Campbell & Will, 1995). Csikszentmihalyi (1975)는 주어진 상황에서 자극정도와 본인의 능력이 일치하였을 때 나타나는 경험을 몰입경험이라고 하였다.

이러한 운동 몰입 상태는 운동선수들이 누구나 경험할 수 있으며, 학창시절 선수들은 성인이 되어도 행복감과 만족으로 인하여 지속적인 운동참여로 이어지게 되며(박소연, 2009; 최용민, 김봉환, 최명구, 2015; 한대호, 2015), 이는 몰입 경험은 운동지속의도와 관계가 있음을 잘 보여주고 있다(공미연, 2015; 이무연, 2016). 운동 수행 중 높은 수준의 운동 몰입을 경험하였을 때는 운동의 지속시간을 오랫동안 유지할 수 있을 뿐만 아니라 운동에 지속적으로 참여하게 만든다(이현승, 2018). 따라서 학생선수들이 운동을 포기 없이 지속할 수 있는 환경을 만드는 노력은 스포츠계에서도 매우 필요하다.

중국 무술학교 여자선수들이 운동을 포기하지 않고 지속적으로 수행해 나아가는데 도움이 되는 실증적 연구는 미흡한 실정이며, 이에 본 연구는 운동을 포기하게 하는 변인간의 구체적인 관계 즉, 여자선수의 운동정서와 운동 몰입 및 운동의 지속의도의 관계를 규명하여 여자 선수들이 중도 포기 없이 운동을 지속적으로 수행할 수 있도록 하기 위한 기초자료를 제공할 것이다.

II. 연구 방법

1. 연구대상 및 자료수집

본 연구는 중국 허난성(河南省)과 산둥성(山東

省)에 소재한 무술학교의 여자선수를 대상으로 2021년 2월 5일~3월 15일까지 편의표집추출방법으로 420부를 표본으로 수집하였다.

설문조사는 대상자들에게 설문조사의 내용을 설명하고 동의를 얻은 설문지를 배포하였으며, 자기평가기입법으로 실시하고 현장에서 즉시 회수하였다. 설문지 중 신뢰도가 떨어진다고 판단된 15부를 제외한 총 405부를 최종분석에 이용하였다. 연구 대상자의 특성은 다음 <표 1>과 같다.

표 1. 연구대상의 인구통계학적 특성

변인	범주	빈도(명)	비율(%)
학년	중학생	217	53.6
	고등학생	188	46.4
전공	품새	247	61
	산타	158	39
운동 경력	3년 미만	199	49.1
	3~5년 미만	118	29.1
	5년 이상	88	21.7
합 계		405	100.0

2. 조사도구

본 연구의 측정도구인 설문지는 조사대상자의 일반적 특성 3문항, 운동 정서 16문항, 운동 몰입 12문항, 운동지속의도 12문항 총 42문항으로 구성되었다. 각 변인별 문항은 '전혀 그렇지 않다'(1점)에서 '매우 그렇다'(5점)의 5점 Likert Scale로 구성되었다.

운동정서의 척도는 Watson & Clark(1999)이 개발하고 정용각(1997)이 변안 및 수정한 설문지를 사용하였다. 정서는 2개의 하위요인으로 긍정적 정서 8문항, 부정적 정서 8문항 총 16문항으로 구성되었다.

운동 몰입의 척도는 Scanlan, Carpenter, Simons,

Schmidt, & Keeler(1993)에 의해 개발된 Expansion of Sports Commitment Model(ESCM)을 정용각(1997)이 번안하여 사용한 질문지를 수정, 보완하여 사용하였다. 운동 몰입은 인지몰입 8문항, 행위몰입 4문항으로 2개의 하위요인에 총 12문항으로 구성되었다.

운동지속의도의 척도는 Corbin & Lindsey(1994)에 의해 개발되고 안수운(2015)의 연구에 사용한 바탕으로 본 연구에서 수정하여 사용하였다. 운동 지속 의도는 3개의 하위요인으로 경향성 4문항, 가능성 4문항, 강화성 4문항 총 12문항으로 구성되었다.

3. 타당도 및 신뢰도

본 연구에서는 요인분석을 통해서 각 변인의 설문지 척도에 대한 타당도를 확인하고자 하였으며, 신뢰도분석을 실시하여 설문지의 신뢰도를 검증하였다.

운동 정서 측정도구의 요인분석 및 신뢰도검증 결과는 <표 2>와 같다. 누적 분산률은 81.177%로 나타났으며, 긍정적 정서로 요인 적재치는 .701~.902, 부정적 정서로 요인 적재치는 .729~.844로 나타났다. 각 요인의 내적일관성 신뢰도를 확인한 결과 .793~.864의 신뢰도가 산출되었다.

운동 몰입 측정도구의 요인분석 및 신뢰도검증 결과는 <표 3>과 같다. 누적 분산률은 83.843%로 나타났으며, 인지몰입으로 요인 적재치는 .825~.925, 행위몰입으로 요인 적재치는 .864~.908로 나타났다. 또한 각 요인의 내적일관성 신뢰도를 확인한 결과 .817~.861의 신뢰도가 산출되었다.

운동 지속의도 측정도구의 요인분석 및 신뢰도검

표 2. 운동정서의 탐색적 요인분석 및 신뢰도 분석 결과

요인	항목	요인1	요인2
긍정적 정서	문항 1	.902	-.391
	문항 8	.804	-.351
	문항 2	.884	-.386
	문항 7	.791	-.378
	문항 3	.884	-.386
	문항 6	.750	-.265
	문항 4	.881	-.382
	문항 5	.701	-.371
부정적 정서	문항 9	-.451	.844
	문항 16	-.355	.807
	문항 10	-.307	.758
	문항 15	-.375	.839
	문항 11	-.387	.805
	문항 14	-.359	.833
	문항 13	-.330	.729
	문항 12	-.331	.822
총계		6.541	6.447
분산(%)		40.882	40.295
누적률(%)		40.882	81.177
Cronbach's α		.793	.864

표 3. 운동 몰입의 탐색적 요인분석 및 신뢰도 분석 결과

요인	항목	요인1	요인2
인지몰입	문항 1	.925	.327
	문항 8	.825	.266
	문항 2	.866	.334
	문항 7	.847	.307
	문항 5	.837	.280
	문항 3	.857	.282
	문항 6	.866	.283
	문항 4	.862	.278
행위몰입	문항 9	.280	.908
	문항 12	.324	.864
	문항 10	.281	.877
	문항 11	.324	.876
총계		6.254	3.807
분산(%)		52.116	31.726
누적률(%)		52.116	83.843
Cronbach's α		.817	.861

표 4. 운동지속의도의 탐색적 요인분석 및 신뢰도 분석 결과

요인	항목	요인1	요인2	요인3
경향성	문항 1	.881	.289	.309
	문항 4	.841	.228	.240
	문항 3	.847	.206	.221
	문항 2	.868	.263	.274
가능성	문항 5	.183	.859	.183
	문항 8	.266	.797	.249
	문항 6	.278	.859	.347
	문항 7	.243	.821	.253
강화성	문항 9	.328	.323	.842
	문항 12	.253	.209	.807
	문항 10	.197	.207	.822
	문항 11	.271	.305	.820
총계		3.479	3.316	3.264
분산(%)		28.991	27.630	27.198
누적률(%)		28.991	56.621	83.819
Cronbach's <i>a</i>		.939	.909	.917

중 결과는 <표 4>와 같다. 누적 분산률은 83.819%로 나타났으며, 경향성으로 요인 적재치는 .841~.881, 가능성으로 요인 적재치는 .797~.859, 강화성으로 요인 적재치는 .807~.842로 나타났다. 또한 각 요인의 내적일관성 신뢰도를 확인한 결과 .909~.939로 신뢰도가 산출 되었다.

4. 자료처리

본 연구는 수집된 데이터를 SPSS 26.0을 이용

표 5. 상관관계분석 결과

구분	1	2	3	4	5	6	7
긍정적정서	1.000						
부정적정서	-.739**	1.000					
인지몰입	.591**	-.523**	1.000				
행위몰입	.650**	-.580**	.614**	1.000			
경향성	.592**	-.639**	.468**	.484**	1.000		
가능성	.467**	-.526**	.387**	.394**	.571**	1.000	
강화성	.519**	-.539**	.529**	.474**	.605**	.601**	1.000

***p*<.01

하여 결과를 도출하였다. 조사대상의 인구통계학적 특성은 빈도분석을 실시하였으며, 각 변인의 설문지의 타당도와 신뢰도를 알아보기 위해 요인분석과 Cronbach's *a* 분석을 실시하였다. 또한 상관분석을 통해 변인과의 관계를 확인하고, 변인간의 관계검증을 위해 다중회귀분석을 실시하였다.

Ⅲ. 결과

1. 상관관계분석

본 연구에서는 중국 무술학교 여자선수의 운동정서, 운동 몰입, 운동지속의도의 적합성과 변수 간의 관련성을 알아보고자 상관분석을 실시하였다. 그 결과 <표 5>와 같이 측정변수 7개는 통계적으로 유의한 상관(*p*<.01)이 있는 것으로 나타나 다중회귀분석을 위한 변수로 적합성을 지니고 있는 것으로 나타났다.

2. 중국 무술학교 여자선수의 운동정서가 운동 몰입에 미치는 영향

중국 무술학교 여자선수의 운동정서와 운동 몰입의 관계를 분석한 결과는 <표 6>과 같다. 운동 몰입의 구성변수인 인지몰입과의 관계를 살펴보면,

표 6. 중국 무술학교 여자선수의 운동정서와 운동 몰입의 다중회귀분석 결과

종속변인	독립변인	B	S.E	β	t
인지몰입	(상수)	2.522	.322	-	7.824***
	긍정적정서	.427	.056	.450	7.640***
	부정적정서	-.186	.057	-.190	-3.228***
$F=136.820^{***}, R^2=.500$					
행위몰입	(상수)	2.063	.343	-	6.017***
	긍정적정서	.527	.059	.489	8.871***
	부정적정서	-2.42	.061	-.219	-3.964***
$F=231.45^{***}, R^2=.523$					

*** $p<.001$

운동정서의 구성변인 중 긍정적정서($\beta=.450, t=7.640$)는 인지몰입에 정(+)적인 영향을 미치는 것으로 나타났으나, 부정적정서($\beta=-.190, t=-3.228$)는 인지몰입에 부(-)적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 행위몰입은 운동정서의 구성변인 중 긍정적정서($\beta=.489, t=8.871$)는 행위몰입에 정(+)적인 영향을 미치는 것으로 나타났으나, 부정적정서($\beta=-.219, t=-3.964$)는 행위몰입에 부(-)적인 영향을 미치는 것으로 나타났다.

한편 다중회귀분석에 투입된 독립변수는 인지몰

입 50.0%($R^2=.500$), 행위몰입 52.3%($R^2=.523$)을 설명하고 있는 것으로 나타났다.

3. 중국 무술학교 여자선수의 운동정서가 운동 지속의도에 미치는 영향

중국 무술학교 여자선수의 운동 정서와 운동지속의도의 관계를 분석한 결과는 <표 7>과 같다. 운동지속의도의 구성변수인 경향성의 관계를 살펴보면 운동정서의 구성변인 중 긍정적정서($\beta=.263, t=4.748$)는 경향성에 정(+)적인 영향을 미치는 것으로 나타났

표 7. 중국 무술학교 여자선수의 운동정서와 운동지속의도의 다중회귀분석 결과

종속변인	독립변인	B	S.E	β	t
경향성	(상수)	3.407	.290	-	11.689***
	긍정적정서	.240	.051	.263	4.748***
	부정적정서	-.418	.052	-.445	-8.039***
$F=169.234^{**}, R^2=.424$					
가능성	(상수)	3.320	.347	-	9.576***
	긍정적정서	.167	.060	.173	2.772**
	부정적정서	-.395	.062	-.398	-6.383***
$F=223.289^{**}, R^2=.498$					
강화성	(상수)	3.024	.302	-	10.015***
	긍정적정서	.229	.052	.266	4.370***
	부정적정서	-.303	.054	-.343	-5.630***
$F=178.983^{**}, R^2=.591$					

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

으나, 부정적정서($\beta=-.445, t= -8.039$)는 경향성에 부(-)적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 가능성은 운동정서의 구성변인 중 긍정적정서($\beta=.173, t=2.772$)는 가능성에 정(+)적인 영향을 미치는 것으로 나타났으나, 부정적정서($\beta=-.398, t=-6.383$)는 가능성에 부(-)적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 또한 운동지속의도의 구성변수인 강화성의 관계에서는 운동정서의 긍정적정서($\beta=.266, t=4.370$)는 강화성에 정(+)적인 영향을 미치는 것으로 나타났으나, 부정적정서($\beta=-.343, t=-5.630$)는 강화성에 부(-)적인 영향을 미치는 것으로 나타났다.

한편 다중회귀분석에 투입된 독립변수는 경향성 42.4%($R^2=.424$), 가능성 49.8%($R^2=.498$), 강화성 59.1%($R^2=.591$)을 설명하고 있는 것으로 나타났다.

4. 중국 무술학교 여자선수의 운동 몰입이 운동 지속의도에 미치는 영향

중국 무술학교 여자선수의 운동 몰입과 운동지속의도의 관계를 분석한 결과는 <표 8>과 같다. 운동지속의도의 구성변수인 경향성의 관계를 살펴보면 운동 몰입의 구성변인 중 인지몰입($\beta=.274, t= 5.108$), 행위몰입($\beta=.316, t=5.908$)은 경향성에 모두 정(+)적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 가능성에서는 운동 몰입의 구성변인 중 인지몰입($\beta=.234, t=4.109$), 행위몰입($\beta=.250, t= 4.339$)은 가능성에 모두 정(+)적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 또한 운동지속의도의 구성변수인 강화성 관계에서는 운동 몰입의 인지몰입($\beta=.382, t=7.297$), 행위몰입($\beta=.240, t=4.583$)은 강화성에 모두 정(+)적인 영향을 미치는 것으로 나타났다.

한편 다중회귀분석에 투입된 독립변수는 경향성 28.1%($R^2=.281$), 가능성 18.9%($R^2=.189$), 강화성 31.5%($R^2=.315$)을 설명하고 있는 것으로 나타났다.

표 8. 중국 무술학교 여자선수의 운동 몰입과 운동지속의도의 다중회귀분석 결과

종속변인	독립변인	B	S.E	β	t
경향성	(상수)	1.222	.143	-	8.572***
	인지몰입	.263	.052	.274	5.108***
	행위몰입	.268	.045	.316	5.908***
$F=78.658***, R^2=.281$					
가능성	(상수)	1.198	.160	-	7.489***
	인지몰입	.238	.058	.234	4.109***
	행위몰입	.224	.051	.250	4.339***
$F=46.868***, R^2=.189$					
강화성	(상수)	1.111	.131	-	8.475***
	인지몰입	.346	.047	.382	7.297***
	행위몰입	.191	.042	.240	4.583***
$F=92.507**, R^2=.315$					

$p^{**}<.01, ***p<.001$

IV. 논의

본 연구는 중국 무술학교에서 여자선수의 운동정서와 운동 몰입 및 운동지속의도 관계를 규명하고자 살펴보았으며, 결과분석을 통해 검증된 내용을 중심으로 각 변수의 관계를 논의하면 다음과 같다.

첫째, 중국 무술학교에서 여자선수의 긍정적인 정서가 운동 몰입에 정적인 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 부정적 정서는 운동 몰입에 부적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이러한 연구결과는 운동참여자의 긍정적 정서가 운동 몰입에 정적인 영향을 미치고, 부정적 정서는 몰입에 부적인 영향을 미친다는 선행연구(권지영, 2018; 김옥환, 2016)의 결과를 뒷받침해 주고 있다. 운동 정서가 개인의 스포츠참여에 큰 영향을 미친다고 할 수 있다. 특히 부정적인 정서는 개인의 목표와 현실에서 발생하는 사건이 일치 하지 않을 때 발생한다(Lazarus, 1991). 경멸, 공포, 분노, 죄의식 등의 혐오적 정서 상태를 포함하는 주관적 고통과 불쾌한 일의 정도를 반영(이정은, 2017)하게 됨으로 선수들이 불안정한 정서 상태로는 운동에 몰입하기 어렵다는 것을 시사하고 있다. 운동선수들이 경기 능력 향상과 함께 자발적이고 능동적인 운동 몰입을 위해서는 전략적 접근을 해야 하는데(조현익, 소영호, 2007), 긍정적인 정서를 갖도록 심리교육을 강화해야 할 것이다. 선수들은 자신이 목표와 사건이 일치 되지 않고 좌절될 때 부정적인 정서를 경험하게 되는데 여자선수들이 이러한 환경에 노출되기 전에 심리교육을 강화하는 것이 더 중요하겠

다. Frederickson (2000)은 긍정적인 정서는 긍정적 의미 발견을 통하여 이루어지고 일상에서 긍정적 의미를 발견하는 것은 중요한 심리적 반응을 불러온다고 주장하였다. 따라서 중국 무술학교에서의 여자선수들이 긍정적인 정서를 지닐 수 있는 환경을 주위에서 만들어 주는 노력을 기울일 때 여자선수들이 정서적으로도 안정감을 갖추고 훈련에 성실하게 임할 수 있을 것이라고 판단된다. 또한 무술 학교에서 여자선수들은 성숙기라는 민감한 시기에 있기 때문에 지도자나 주위에서의 부주의한 언행에 의해 상처받아 정서적으로 문제가 발생하지 않도록 관심을 더 기울여야 할 것이다.

둘째, 중국 무술학교에서의 여자선수의 긍정적 정서가 운동지속의도에 정적인 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 부정적 정서는 운동지속의도에 부적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 운동참여지속은 긍정적 사고와 밀접한 관련이 있으며, 긍정적 정서를 경험한 사람일수록 긍정적 정서를 경험하기 위해 운동지속욕구를 보인다는 선행연구(구대응, 이근모, 김준, 2013; 박정훈, 공성배, 이재주, 2015; Hanin, 2004)의 결과를 뒷받침 해주고 있다. 여자 학생선수가 인지할 수 있는 정서의 상태가 운동의 지속적으로 수행시킬 수 있는 매우 중요한 변수라는 것을 의미한다. 반면, 부정적 정서는 지속적 수행을 저하시키는 변수라는 것을 시사하고 있다. 여자 학생선수들의 운동을 포기하는 경우 특정 시점에서 갑작스럽게 결정하는 것이 아니라 상당기간동안 어려움을 겪다가도 선수 생활을 더 이상 할 수 없다고 판단될 때 포기를 결정하게 된다(이영애, 2006). 여기에는 성적부진,

기능미달, 반복되는 일상생활에서 오는 정신적 피로감, 부모님과 주위의 기대감, 진학의 어려움 등의 스트레스가 원인으로 작용한다. 최근에는 중국 교육부와 체육부의 정책에서 훈련과 수업을 병행해야 하는 과도기의 갈등도 선수들의 운동포기의도를 더욱 부추기고 있다. 성장기의 여자 학생선수들은 경험부족, 사춘기 등의 예민한 시기임을 고려한다면 감독·코치, 부모님의 관심과 정기적인 상담과 교육을 통해 긍정적 정서를 갖도록 독려하고 운동의 지속의도에 올바른 판단을 할 수 있도록 환경을 조성해주어야 할 것이다.

셋째, 중국 무술학교에서의 여자선수의 운동 몰입은 운동지속의도에 정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 운동선수에게 운동 몰입이 지속행동에 정적인 영향을 미친다는 선행연구(박상우, 2017; 윤희한, 2011)의 결과를 뒷받침해주고 있다. 운동 몰입은 운동 상황에 충실히 집착하거나 순응한다는 의미로 참여자의 경험을 나타내는 개념(Campbell, Will, 1995)이다. 이는 최상의 운동 수행력을 하고 있다는 증거이기 때문에 이를 통해 생활체육 참여자에게는 즐거움을 경험하게 할 수 있으며, 선수에게는 힘든 훈련도 이겨내고 경기력 향상의 초석이 될 수 있다. 따라서 운동 수행 과정에서 지속적인 운동 몰입을 경험하게 된다면 운동지속의 욕구도 강해질 것이다. 이에 지도자들은 다양한 프로그램 개발을 통해 운동 몰입을 높일 수 있는 방안을 모색하여야 할 것이다.

이를 종합해보면, 과거 중국정부의 인구정책의 여파로 인해 고령화, 저출산의 심각한 문제가 발생하면서 과거에 비해 여자 운동선수가 감소하는 경

향을 보여왔다. 특히 남아 중시 경향이 강한 중국에서의 상황에 비추어 볼 때 본 연구의 무술학교 여자 선수 또한 감소추세이다. 따라서 전통 중국 무술의 계승 발전을 위하여 여자 선수들이 운동을 지속할 수 있도록 중도포기 행위를 미연에 방지하기 위한 선수의 심리적 차원에서의 정서 관리에 대한 적절한 처방 및 예방에 지도해나가는 방안을 모색한다면 중국 여자 무술발전에 큰 도움이 될 것이라 사료된다.

V. 결론 및 제언

본 연구는 중국 무술학교에서 여자 선수의 운동정서와 운동 몰입 및 운동지속의도의 관계를 규명하는데 그 목적이 있었다. 연구의 목적을 위해 중국 무술학교 여자선수를 모집단으로 선정한 후, 편의표본추출법을 사용하여 405명의 자료를 최종 연구에 사용하였다. 본 연구의 자료 분석을 위한 통계기법은 SPSS 26.0을 사용하여 빈도분석, 탐색적 요인분석, 신뢰도분석, 상관관계분석, 그리고 다중회귀분석을 실시하였다. 이와 같은 과학적 방법의 절차를 통해 다음과 같은 결론을 도출하였다.

첫째, 중국 무술학교 여자선수의 운동정서 중 긍정적 정서는 운동 몰입에 정적(+) 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 부정적 정서는 운동 몰입에 부적(-) 영향을 미치는 것으로 나타났다.

둘째, 중국 무술학교 여자선수의 운동 정서 중 긍정적 정서는 운동지속의도에 정적(+) 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 부정적 정서는 운동지속

의도에 부적(-) 영향을 미치는 것으로 나타났다.

셋째, 중국 무술학교 여자선수의 운동 몰입은 운동 지속의도에 정적(+) 영향을 미치는 것으로 나타났다.

이상의 결론을 종합하여 볼 때, 중국 무술학교에서 여자선수들은 긍정정서가 높을수록 운동 몰입할 수 있었고, 운동 몰입이 높을수록 운동지속의도가 강화되는 것을 확인할 수 있었다. 따라서 여자선수들이 긍정정서를 가질 수 있도록 부모님과 지도자들이 여자선수에게 사과의 유연성을 길러줘야

할 것이며, 운동 몰입 하며 훈련 할 수 있는 환경을 만들어주는 것이 매우 중요하다고 할 수 있다. 이를 통해 여자 선수들이 중도 포기 없이 운동을 지속적으로 수행하도록 해야 할 것이다. 또한 본 연구는 중국의 두 지역의 무술학교 여자선수만을 표본으로 하여 일반화 하는데 한계가 있을 수 있다. 따라서 후속연구에서는 보다 다양한 지역을 대상으로 선정하고, 대상을 구체적으로 구분하여 다양한 결과를 제시할 필요가 있을 것으로 판단된다.

참고문헌

- 공미연(2015). **대학 교양골프수업 재미요인, 운동몰입, 운동지속의도 간의 관계**. 미간행 석사학위논문, 인하대학교 교육대학원.
- 공성배(2017). 청소년 씨름선수들의 열정과 자기관리 및 운동 몰입의 구조적 관계. **한국사회체육학회지**, 67, 209-220.
- 공성배, 김보겸(2017). 중·고등학교 유도선수들의 운동정서와 탈진 및 운동포기의도의 관계. **한국사회체육학회지**, 67, 421-430.
- 구대웅, 이근모, 김준(2013). 수영 참여자의 열정, 정서가 자기관리 및 운동지속수행에 미치는 영향. **한국체육학회지**, 52(1), 87-100.
- 권지영(2018). 스포츠센터회원의 운동정서가 운동몰입과 여가만족에 미치는 영향. **한국스포츠학회지**, 16(3), 203-211.
- 김민준(2019) 학교스포츠클럽 참여 중학생들의 자기효능감과 운동만족의 관계에서 운동정서의 매개효과. **한국사회체육학회지**, 76, 249-260.
- 김상균(2011). **골프 참여자의 몰입경험이 운동지속성에 미치는 영향**. 미간행 석사학위논문, 단국대학교 경영대학원.
- 김옥환(2016). **골프참가자들의 마니아 수준과 긍정적 정서, 운동 몰입의 구조적 관계**. 미간행 박사학위논문. 가천대학교 대학원.
- 김종길, 김종필, 공성배(2017). 대학 태권도선수들의 완벽주의 성향과 집단효능감 및 운동 몰입의 관계. **한국체육과학회지**, 26(1), 243-254.
- 김희성(2017). 네트워크 거버넌스 역량과 여성친화도시 구축 성과 부산시 자치구 사례를 중심으로. **한국국정관리학회 학술대회논문집**, 1-24.
- 박상우(2017). **스포츠센터 회원의 운동가치인식과 과제목표성향, 운동몰입, 운동지속에 관한인과모형**. 미간행 박사학위논문, 단국대학교 대학원.
- 박소연(2009). **요가수련 참여자의 운동몰입이 정서와 참여지속 동기에 미치는 영향**. 미간행 석사학위논문. 국민대학교 스포츠산업 대학원.
- 박정훈, 공성배, 이재주(2015). 여가스포츠 참여자의 열정과 정서 및 운동지속수행과의 관계. **한국체육과학회지**, 24(4), 21-33.
- 안경일(2017). 대학생 체육활동 참여자의 운동몰입, 정서, 운동지속의도의 관계. **한국스포츠학회지**, 15(1), 223-234.
- 안수운(2015). **청소년의 미디어 스포츠 몰입경험과 운동몰입, 운동정서 및 운동 지속의구조적관계**. 미간행 박사학위논문, 한국교원대학교 대학원.
- 윤원정, 송진섭(2019). 신체활동에 참여하는 중년여성의 정서가 회복탄력성과 심리적 행복감에 미치는 영향. **한국웰니스학회지**, 14(2), 347-362.

- 윤홍한(2011). **대학스키·스노보드수업의 재미요인과 운동지속행동, 운동몰입의 관계**. 미간행 박사학위논문, 성균관대학교 대학원.
- 이무연(2016). 여가활동 참여에 대한 의사결정균형이 운동몰입과 운동지속수행에 미치는 영향. **한국체육과학회지**, 25(6), 267-278.
- 이영애(2006). 대학 중도탈락자 예방을 위한 인성교육 프로그램 개발. **한국동서정신과학회지**, 9(1), 95-104.
- 이정은(2017). **수중운동 프로그램 참여 여성의 심리적 복지감과 운동정서 및 생활스트레스의 구조적 관계**. 미간행 박사학위논문, 경기대학교 대학원.
- 이현승(2018). **복싱운동참여정도에 따른 자아존중감과 여가만족 및 회복탄력성이 운동정서에 미치는 영향**. 미간행 박사학위논문, 초당대학교 대학원.
- 임현묵, 허진영(2010). 운동정서와 결과기대에 따른 생활체육참여자의 운동지속. **한국사회체육학회지**, 41, 1081-1090.
- 장보경, 김승재(2019). 대학 운동선수의 지각된 코칭행동, 정서반응, 정서지능 및 수행노력/지속성간의 구조적 관계. **한국스포츠심리학회지**, 30(2), 1-13.
- 정용각(1997). **여가활동 참가자의 스포츠 참여동기, 각성추구, 정서의 요인이 스포츠 몰입에 미치는 영향**. 미간행 박사학위논문, 부산대학교 대학원.
- 조현익, 소영호(2007). 대학 운동선수의 자기관리가 운동몰입 및 운동만족도에 미치는 영향. **한국체육학회지**, 46(6), 205-218.
- 최용민, 김봉환, 최명구(2015). 교양체육 참여자의 운동몰입과 운동태도, 운동지속수행력의 관계. **한국체육과학회지**, 24(4), 63-75.
- 최현혁(2011). 대학 유도선수들이 지각한 변혁적 리더십과 기본 심리욕구 및 운동몰입 간의 구조적 관계. **한국체육학회지**, 50(3), 287-300.
- 한대호(2015). 대학생들의 여가스포츠 열정이 운동정서와 인지된 행복감에 미치는 영향. **한국체육과학회지**, 24(1), 295-306.
- Campbell, L. F & Will, J. D.(1995). *Exercise psychology*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Corbin, C., & Lindsey, R. (1994). *Concepts of physical fitness with laboratories*. Dubuque, IA: Wm. C. Brown Communications.
- Csikzentmihalyi, M. (1975). *Beyond boredom and anxiety*. San Francisco: Jossey-Bass.
- Fredrickson, B. L.(2000). Extracting meaning from past affective experiences: The importance of peaks, ends, and specific emotions. *Cognition and Emotion*, 14, 577-606.
- Hanin, Y. L.(2004). *Emotions in sport: An individualized approach, in Encyclopedia of applied psychology*. Oxford, UK: Elsevier Academic Press.
- Hatfield, B. D., & Landers, D. M. (1987). 11 Psychophysiology in Exercise and Sport Research: An Overview.

- Exercise and Sport Sciences Reviews*, 15(1), 351-388.
- Lazarus, R.(1991). *Emotion and adaptation*. New York: Oxford University Press.
- Scanlan, T. K., Carpenter, P. J., Simons, J. P., Schmidt, G. W., & Keeler, B. (1993). An introduction to the sport commitment model. *Journal of sport and exercise psychology*, 15(1), 1-15.
- Watson, D., & Clark, L. A. (1999). The PANAS-X: Manual for the positive and negative affect schedule-expanded form. *The University of Iowa*, 379-400.
- 中國武術協會(2019). <http://wushu.sport.org.cn/wushutl/notice>. 검색일: 2021년 3월 30일.
- 邵亮(2020). 結合學校管理原則构建武術學校管理的新模式研究. *体育風尚期刊*, 28(07), 150 - 151.
- 李輝(2019). 新中國成立以來學校武術教育政策与思想研究. *体育科技文献通報期刊*, 29(03), 15-16.

The Influence of Chinese Martial Arts School Female Athletes' Athletic Emotion, Athletic Commitment, and Athletic Persistence Intention

Jia-Yu Lee(Henan University, Lecturer)·Suk-Ki Kim(Korea Polytechnic University, Professor)

ABSTRACT

The purpose of this study is to investigate the relationship between the athletic sentiment, athletic commitment, and athletic persistence of female athletes in Chinese martial arts schools. For this, Chinese martial arts school girls were selected as the population, and the final 405 copies were used for the final analysis. For data processing, frequency analysis, exploratory factor analysis, reliability analysis, and multiple regression analysis were performed using SPSS 26.0, and the derived results are as follows. First, positive emotions of Chinese martial arts school female athletes were found to have a positive (+) effect on exercise immersion, and negative emotions were found to have a negative (-) effect on exercise immersion. Second, the positive emotions of Chinese martial arts school female athletes were found to have a positive (+) effect on the intention to continue the exercise, and the negative emotions were found to have a negative (-) effect on the intention to continue the exercise. Third, it was found that the exercise commitment of Chinese martial arts school female athletes had a positive (+) effect on the intention to continue the exercise. In summary, it was found that the higher the positive sentiment of Chinese martial arts school female athletes, the higher their commitment to exercise and the stronger their intention to continue their exercise.

Key words: Chinese Martial Arts School, Motor Emotion, Athletic Commitment, Athletic Persistence Intention

논문 접수일 : 2021. 5. 11

논문 승인일 : 2021. 6. 10

논문 게재일 : 2021. 6. 30