



배구동호인의 스포츠재미와 운동지속의 관계에서 스포츠자신감과 운동중독의 이중매개효과

홍미화*(단국대학교, 교수)

국문초록

배구동호인이 동호회 참여를 통한 스포츠재미와 운동지속의 관계에서 스포츠자신감과 운동중독의 관계를 살펴보는 것이다. 연구대상은 생활체육 배구동호인들을 모집단으로 선정하였으며, 표집방법으로 비확률적 표본 추출법 중 하나인 편의표본추출법(convenience sampling)을 이용하여 총 400부를 배포하여 380개의 설문지를 회수하였고, 불성실하게 응답한 설문지 41부의 자료를 제외한 실제 339부를 통계 처리하였다. 이와 같은 연구방법을 통하여 본 연구에서는 다음과 같은 결론을 도출하였다. 첫째, 스포츠재미는 스포츠자신감에 영향을 주는 것으로 나타났다. 둘째, 스포츠재미는 운동중독에 영향을 주는 것으로 나타났다. 셋째, 스포츠자신감은 운동지속에 영향을 주는 것으로 나타났다. 넷째, 스포츠재미와 운동지속의 관계에서 스포츠자신감이 매개역할을 하는 것으로 나타났다. 따라서 본 연구에서는 배구동호인들의 배구 참여에 대한 스포츠재미와 운동지속의 관계에 있어 스포츠자신감의 형성은 운동을 지속적으로 나올 수 있게 하는 매개요인임을 밝히는 연구라 할 수 있다. 이상의 결론을 통해 배구동호인들의 운동참여에 대한 이상적인 방안마련은 다른 어떤 운동보다 더 재미를 위주로 하는 연습과 경기진행에 보다 관심을 갖도록 해야할 것이다.

한글주요어 : 배구동호인, 스포츠재미, 운동지속, 스포츠자신감, 운동중독

* 홍미화, 단국대학교, E-mail : mh2010@daum.net

I. 서론

1. 연구필요성 및 목적

현대인들에게 생활체육 활동은 단순히 체력을 증진시키거나 건강유지, 스트레스 해소뿐만 아니라 자아실현, 삶의 질 향상, 복지증진과 같은 다양한 여가 기능을 가지고 있다(김동화, 박규남, 최영철, 2012). 특히 자신이 좋아하는 운동동호회에 소속되어 즐거움이나 성취감 등의 공통적 관심사를 갖는 것은 생활체육이 가지고 있는 커다란 매력이라 할 수 있다. 이에 생활체육을 통한 긍정적인 에너지를 극대화하기 위해서는 운동지속을 결심하는 사회인지적 메커니즘의 이해가 효율적인 운동 관리를 위해 필요한 주요과제라고 주장하고 있다(유진, 김영재, 2005). 많은 생활체육 종목에 참여하는 사람들의 참여동기는 각각 다르겠지만, 스포츠재미로 운동에 참여하는 사람들은 지속적인 운동참여를 통해 행복감을 경험하게 되는데, 이때 개인의 삶에서 스포츠의 참여가 중심으로 바뀌게 된다. 상당한 노력과 참여 정도, 몰두, 그리고 참여에 대한 항시적인 의무감을 기본전제로 하는 스포츠참여의 상태가 적절하게 해결되지 못하고 반복적으로 지속적이게 되면, 결국에는 운동이 그들의 삶을 통제하고 인생의 다른 선택권마저 제거해 나가는 중독적 성향이 발현된다. 즉, 참가자들의 운동 중독 행위는 자기통제력을 잃게 되고, 초반에는 기쁘게 받아들이지만 압도적이 되어 점차 통제가 불가능하고, 심해지면 자신의 의지와는 상반되어 불편한 압력에 의해서 통제해야 되는 강박적인 행동을 보인다(양

명환, 1998). 또한 스포츠자신감은 자신의 능력을 효과적으로 발휘하여 성취하고자 하는 목표의 설정과 승리한다는 의지라 할 수 있는데, 자신이 좋아하는 운동에 자신감의 형성은 운동참여 재미와 지속적인 참여를 유지하는데 중요하다고 볼 수 있다.

강신욱(2002)은 생활체육 참가자 1,121명을 대상으로 운동중독과 운동지속에 관한 연구에서 운동에 대한 중독은 지속적인 참가에 긍정적인 영향을 미친다고 했으며, 김재훈(2006)은 긍정적 운동중독은 건강에 많은 도움이 되고, 생활에 활력을 주는 것으로써 스스로 조절가능한 자신감, 자신에 대한 이미지 향상, 건강상태가 좋아지면서 나타나는 만족감, 일상생활에서의 에너지 충전, 긴장과 우울한 기분의 해소 등과 같은 긍정의 에너지를 가져다주는 것이라고 하였다. 그래서 스포츠 참가는 앞서 언급한 다양한 심리적 행복감에 기여하는 것을 느낄 수 있는 효과를 지니고 있다.

특히 생활체육 종목 중 배구는 어머니 배구회를 통해 전국적으로 수만 명의 동호인을 형성하고 있다. 이러한 어머니 배구회를 통하여 많은 여성으로 확대되어 있으며, 어머니 배구회의 높은 관심과 많은 동호인의 활동이 이루어짐에도 불구하고 배구동호회와 관련된 연구는 미비한 실정이다. 따라서 본 연구를 통해 많은 배구 동호인의 참여를 유도하고 재미와 운동을 지속할 수 있는 학문적 여건 마련이 필요하다고 본다.

이에 생활체육 배구동호회 참여를 통해 스포츠재미와 운동지속의 관계를 살펴보고 이 변인 간 스포츠 자신감과 운동중독의 매개효과를 살펴보고자 한다.

재미의 요인은 스포츠 자신감에 영향을 주는 요인으로 재미가 증가할수록 자신감은 상승한다고 하

였다(권경미, 2017; 권관배, 최석환, 여인성, 2014; 이영훈, 김상규, 최성범, 2014; 이화석, 2015; 홍미화, 2019). 따라서 재미요인과 스포츠 자신감의 관계를 살펴볼 수 있다. 또한 스포츠재미는 운동을 지속하게 하는 원동력이라고 하는 연구들(김지수, 2016; 김태운, 2016; 노승화, 주성범, 추종호, 2016; 박봉수, 권선아, 남재준, 2017; 손준호, 허용, 2016; 윤상영, 2017; 정용락, 2017; 홍성광, 전선훈, 2016)을 통해 스포츠재미가 운동을 지속하는 데 영향을 주는 요인임을 밝히고 있다. 스포츠재미와 운동중독의 관계는 스포츠 재미요인이 운동중독과 관련성이 있다는 선행연구(김기탁, 2011; 이계윤, 김두기, 2010; 이상덕, 2010; 엄대영, 2007; 지준철, 김승철, 2011)를 통해 두 변인 간 관계를 살펴볼 수 있다. 또한 선행연구에서는 운동중독과 관련된 요인 중 자신감을 들고 있다. 즉 어떤 일에 자신감이란 완성도에 대한 기대라고 할 수 있는데(이명자, 2020), 이러한 자신감은 중독요인에 영향을 미친다고 하였다(이수진, 신현주, 이지혜, 2014; 허성수, 전태준, 2011). 스포츠자신감이 운동지속에 영향을 주는 선행연구는 자신감이 운동을 지속하게 해 주는 결정적인 요인임을 밝히고 있다(김형우, 정일미, 2015; 김영갑, 최경훈, 2016; 이선희, 광정현, 2016; 김형룡, 2020; 양현경, 이승만, 2019). 운동중독과 운동지속의 관계는 운동중독이 운동지속에 직접적인 영향을 미친다는 연구(김세희, 2011; 김용규, 이만령, 2010; 은희관, 강전호, 추종호, 김진성, 2014; 황세령, 박진성, 2012)를 통해 두 변인 간 관계를 살펴볼 수 있다. 또한 스포츠 재미

와 운동지속의 관계에서 운동중독의 관계를 살펴본 연구(이상덕, 2010; 이지환, 문성관, 전엄봉, 2010; 지준철, 김승철, 2011)를 통해 스포츠재미와 운동지속의 관계에서 운동중독이 운동지속을 높여주는 중요한 변인으로 판단되어 스포츠자신감과 운동중독의 이중매개효과를 살펴볼 수 있다. 이지환, 문성관, 전엄봉(2010)의 연구에 따르면 생활체육에 참여하는 사람들이 아무 보상없이 스포츠에 몰입되어 스포츠 자체에서 느끼는 재미를 통해 운동참여에 대한 지속이 높아진다고 한다. 또한 이러한 지속적 참여는 운동몰입을 통해 얻어지는 상태인데 이는 몰입되어 있는 상태를 일부 운동중독으로 이어질 수 있다고 하였다. 따라서 스포츠 재미요인은 운동을 지속하게 하는 원동력으로 운동중독을 매개로 한다고 볼 수 있다. 여기서 운동중독은 부정적인 의미의 중독이 아닌 운동에 몰입하는 정도의 의미로 볼 수 있다. 또한 이중매개는 스포츠 재미와 운동지속의 관계에서 스포츠자신감과 운동중독의 두 변인의 매개효과를 살펴보기 위해 이중매개라는 표현을 사용하였다.

따라서 이 연구의 목적은 배구동호인의 배구 참여를 통한 스포츠재미와 운동지속의 관계에서 스포츠자신감과 운동중독의 이중매개효과를 살펴보는 것이다.

2. 연구모형 및 가설

본 연구에서는 스포츠재미, 스포츠자신감, 운동중독, 운동지속의 관계를 알아보는데 다음 〈그림 1〉과 같은 연구모형을 설계하였다.

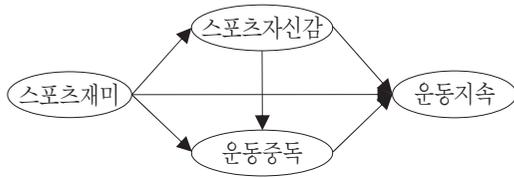


그림 1. 연구모형

따라서 이와 같은 연구모형을 바탕으로 다음과 같은 가설을 설정하였다.

가설 1. 스포츠재미는 스포츠자신감에 영향을 미칠 것이다. 가설 2. 스포츠재미는 운동지속에 영향을 미칠 것이다. 가설 3. 스포츠재미는 운동중독에 영향을 미칠 것이다. 가설 4. 스포츠자신감은 운동중독에 영향을 미칠 것이다. 가설 5. 스포츠자신감은 운동지속에 영향을 미칠 것이다. 가설 6. 운동중독은 운동지속에 영향을 미칠 것이다. 가설 7. 스포츠재미와 운동지속의 관계에서 스포츠자신감과 운동중독은 매개효과가 있을 것이다.

II. 연구 방법

1. 분석 대상

연구대상은 C와 G시에 거주하는 생활체육 배구 동호회 활동을 하고있는 동호인들을 모집단으로 선정하였다. 표집방법으로 비확률적 표본 추출법 중 하나인 편의표본추출법(convenience sampling)을 이용하여 총 400부를 배포하여 380개의 설문지를 회수하였고, 불성실하게 응답한 설문지 41부의 자료를 제외한 실제 339부를 통계 처리하였다. 배구동호회에 참여하며 느낀 개인적인 감정을 평가하

는 것으로 연구목적에 대해 자세한 설명을 하고 참가자 스스로가 설문지에 응답하는 자기 평가 기입법(self administered questionnaire)으로 측정하였다. 연구대상자의 일반적 특성은 <표 1>과 같다.

표 1. 연구대상자의 일반적 특성 빈도분석 결과

변인		N	%
성별	남	167	49.3
	여	172	50.7
나이	20대 미만	43	12.7
	30대	60	17.7
	40대	109	32.2
	50대	99	29.2
	60대 이상	28	8.3
교육	고등학교 졸업	117	34.5
	전문대 졸업	62	18.3
	대학 졸업	134	39.5
	대학원 이상	26	7.7
동호회 참여기간	1-3년	92	27.1
	4-6년	82	24.2
	7-9년	31	9.1
	10년 이상	134	39.5
주 평균운동 시간	1시간 미만	11	3.2
	1-2시간	137	40.4
	2-3시간	172	50.7
	3시간 이상	19	5.7
합계		339	100

2. 측정 도구

이 연구의 목적을 달성하기 위해 사용된 측정도구는 구조화된 설문지로, 모든 문항과 변인들은 연구목적에 부합하는 선행연구와 이론을 근거로 하여 구성하였다. 첫째, 스포츠재미요인은 김민국(2017)이 사용한 척도를 가지고 이 연구에 적합하도록 수정·보완하여 재구성하였다. 이 연구에서 사용한 재미요인에 대한 척도는 운동효과가 7문항, 효

울성이 4문항, 동호회 분위기가 6문항, 승리와 경쟁이 5문항, 가족관련이 2문항 등 총 24문항으로 “전혀 그렇지 않다(1점)”에서 “매우 그렇다(5점)”까지 리커트(Likert) 척도로 구성하였으며, 점수가 높을수록 스포츠 재미가 높다는 것을 의미한다. 둘째, 이 연구에서 자신감 요인은 Vealey(1986)가 개발한 스포츠자신감에 대한 척도(Sources of Sport Confidence Questionnaire)를 기초로 하여 국내에서는 김원배(1999)가 사용한 척도를 이 연구에 적합하도록 수정·보완하여 재구성하였다. 이 척도는 지도자의 지도력, 능력입증, 신체적/정신적 준비 총 15개 문항의 3개 하위요인으로 구성되어 있으며 “전혀 그렇지 않다(1점)”에서 “매우 그렇다(5점)”까지 리커트(Likert) 척도로 구성하였으며, 점수가 높을수록 스포츠자신감 정도가 높다는 것을 의미한다. 셋째, 운동중독에 대한 설문지는 양명환(1998), Haily와 Bailly(1982)의 질문지를 근거로 하여 신규리(2000)가 운동중독 척도를 가지고 본 연구의 목적과 대상에 부합되도록 구성한 설문지를 수정, 보완하여 사용하였다. 운동중독의 하위요인은 금단증세, 운동욕구, 감정적애착이고, 문항 수는 총 14문항이며, ‘매우 그렇다’(5점)부터 ‘전혀 그렇지 않다’(1점)까지의 5점 척도로 구성되어 있다. 넷째, 운동지속이란 운동에 대한 집착 또는 애착 그리고 지속적인 운동 참가율을 의미하기 때문에 (Corbin, Welk, Lindsey, & Corbin, 2003) 중요한 결과변수 중 하나이다. 이러한 운동지속을 측정하기 위해 장승원(2007)과 이병관(2011)의 연구에서 사용한 척도를 이 연구의 목적에 맞게 수정, 보완하여 측정하였다. 운동지속은 단일척도로서 7

문항으로 구성하였다.

3. 조사도구의 타당도와 신뢰도

본 연구에 대한 설문지의 내용이 적합한지 알아보기 위하여 예비조사를 통해 내용타당도 검증을 받았으며, 구성타당도를 검증하기 위해 탐색적 요인분석과 확인적 요인분석을 실시하여 <표 2>와 같이 나타났다.

본 연구에서 탐색적 요인분석의 요인추출법은 최대우도법으로 사각회전방법을 사용하였고, 공통성(communality)이 낮은 문항과 요인적재치(factor loading) .40 이하의 문항들은 제거하였다. 확인적 요인분석을 실시한 결과로 스포츠재미는 요인적재치가 낮은 4, 5, 6, 8, 9, 10, 11, 14, 18, 19, 20, 21, 22문항을 제거하여 효율성, 가족도움, 동호회분위기로 구성되었다. 이와 같은 이유는 요인 분석 결과에 따라 제거하였으며, 설문문항 자체의 의미전달이 부족하였거나 대상들의 설문 작성의 오류에 의한 결과일 수 있다. 따라서 이러한 문제 극복을 위한 예비조사의 실시나 설문문항의 내용타당도의 재점검이 이뤄져야 할 것으로 본다. 스포츠자신감은 3, 5, 7, 11, 15문항을 제거하여 능력입증, 사회적지지, 신체/정신적 준비로 구성되었다. 운동중독은 9, 10, 14문항을 제거하여 금단증세, 운동욕구로 구성되었다.

스포츠재미의 하위요인의 측정모형 적합도 지수는 $\chi^2=111.388$, $df=32$, $p<.001$, $TLI=.912$, $CFI=.938$, $RMSEA=.086$ 으로 나타났다. 스포츠자신감 하위요인의 측정모형 적합도 지수는 $\chi^2=40.408$, $df=24$, $p<.001$, $TLI=.986$, $CFI=.991$, $RMSEA=.045$ 로 적합하게 나타났

다. 운동중독 하위요인의 측정모형 적합도 지수는 $\chi^2=86.400$, $df=43$, $p<.001$, $TLI=.977$, $CFI=.982$, $RMSEA=.055$ 로 적합하게 나타났다. 이때 신뢰도는 스포츠재미의 하위요인 중 효율성 .852, 가족도움 .700, 동호회 분위기 .782로

나타났으며, 스포츠자신감의 하위요인 중 능력입증 .855, 사회적지지 .857, 신체, 정신적 준비 .837로 나타났다. 운동중독의 하위요인 중 금단증세 .894, 운동욕구 .880으로 나타났다.

표 2. 집중타당도와 신뢰도

변인	문항	요인값	S.L	S.E.	AVE	C.R.	신뢰
스포츠재미							
효율성	문항2	.935	.852				
	문항1	.812	.805	.054	.598	.855	.852
	문항24	.709	.766	.058			
	문항15	.513	.657	.060			
가족 도움	문항13	-.961	.784		.543	.703	.700
	문항7	-.529	.687	.120			
동호회 분위기	문항17	.764	.832				
	문항16	.703	.795	.088	.554	.831	.782
	문항12	.660	.665	.095			
	문항23	.606	.669	.094			
$\chi^2=111.388$, $df=32$, $TLI=.912$, $CFI=.938$, $RMSEA=.086$							
스포츠자신감							
능력 입증	문항13	.844	.831				
	문항14	.833	.826	.058	.665	.856	.855
	문항12	.623	.788	.056			
사회적 지지	문항1	-.893	.857				
	문항2	-.832	.846	.059	.676	.862	.857
	문항4	-.516	.760	.056			
신체/ 정신적 준비	문항9	.811	.790				
	문항10	.776	.807	.065	.632	.837	.837
	문항8	.761	.788	.067			
$\chi^2=40.408$, $df=24$, $TLI=.986$, $CFI=.991$, $RMSEA=.045$							
운동중독							
금단 증세	문항5	.868	.758				
	문항4	.793	.793	.067			
	문항1	.787	.813	.065			
	문항2	.787	.812	.067	.622	.920	.894
	문항6	.774	.795	.068			
	문항3	.771	.831	.066			
	문항7	.610	.711	.065			
운동 욕구	문항13	-.880	.829				
	문항11	-.818	.816	.056	.652	.882	.880
	문항12	-.804	.819	.059			
문항8	-.580	.764	.061				
$\chi^2=86.400$, $df=43$, $TLI=.977$, $CFI=.982$, $RMSEA=.055$							
운동지속	문항1, 문항2, 문항3, 문항4, 문항5, 문항6, 문항7	.897					

4. 자료처리

이 연구에서의 자료처리는 SPSS 프로그램과 AMOS 프로그램을 이용하여 빈도분석, 탐색적, 확인적 요인분석, Cronbach's α 계수를 이용한 신뢰도 분석(reliability analysis), 상관관계분석, 구조방정식(structural equation modeling : SEM)으로 각 변수들의 구조적 관계를 검증하였다. 또한 스포츠자신감과 운동중독의 매개효과를 알아보기 위해 bootstrapping 방법을 사용하였다.

III. 결과 및 논의

1. 각 변인의 기초통계량

각 변인에 대한 기초통계 분석 실시 결과 <표 3>과 같이 나타났다. 스포츠재미($M=3.97$, $SD=.75$)가 가장 높게 나타났으며, 운동지속($M=3.79$, $SD=.64$), 스포츠자신감($M=3.48$, $SD=.66$), 운동중독($M=3.45$, $SD=.85$) 순으로 나타났다. 정규성 검증을 위해 왜도

표 3. 각 변인의 기초통계량표

변인	M	SD	왜도	첨도
1.스포츠재미	3.97	.75	-.264	.465
2.스포츠자신감	3.48	.66	-.785	1.04
3.운동중독	3.45	.85	-.358	-.054
4.운동지속	3.79	.64	-.487	.756

** $p<.01$

와 침도를 확인한 결과, 왜도와 침도 값이 ±2를 넘지 않아 정규성을 만족하는 것으로 나타났다.

2. 측정변수 간의 상관관계 분석

이 연구에서 각 측정변수 간의 구조적 관계를 규명하기 위하여 단일차원성이 확인된 잠재변수에 대한 각 연구단위별 척도들 간의 방향과 상관성을 파악하기 위해 Pearson의 적률상관관계 분석을 통한 상관계수를 산출하였다. 본 연구의 목적에서 스포츠재미, 스포츠자신감, 운동중독, 운동지속의 상위 요인에 관한 관계를 살펴보기 위해 하위요인들을 항목묶음으로 표현하였다. 따라서 스포츠재미는 효율성, 가족도움, 동호회 분위기의 평균값을 이용하였으며, 스포츠자신감은 능력입증, 사회적지지, 신체/정신적 분비가 평균값, 운동중독은 금단증세와 운동욕구, 운동지속은 각 문항들의 평균값을 구해 항목묶음을 실시하였다.

그 결과 <표 4>와 같이 각 요인 간 관계에 있어 가설과 같은 방향으로 나타났고, 상관관계 계수가 다중공선성 .80의 기준치보다 작게 나타나 다중공선성에는 문제가 없는 것으로 나타났다.

2. 연구모형의 적합도

이 연구모형의 적합도를 검증하기 위해 여러 적합지수 중 표본의 크기에 민감하게 반응하지 않으면서

표 4. 상관관계

변인	1	2	3	4
1.스포츠재미	1			
2.스포츠자신감	.656**	1		
3.운동중독	.640**	.618**	1	
4.운동지속	.640**	.668**	.629**	1

**p<.01

모형의 적합도와 복잡성을 함께 고려하고 모형의 간명성까지 보여주는 장점을 가지고 있는 CFI, TLI, RMSEA 등을 고려하여 <표 5>와 같이 확인하였다. 모형적합도에 대한 검정결과 CFI .959(>.90), TLI .932(>.90), RMSEA .080(≤.08)로 적합도 기준을 만족시키는 것으로 나타나 본 연구모형의 간명성과 적합성이 적절한 것으로 확인하였다.

표 5. 모형적합도

변인	χ^2	df	TLI	CFI	RMSEA
모형적합도	83.755	22	.932	.959	.080

3. 가설 검정

본 연구에서 설정한 연구모형이 적합한 것으로 확인됨에 따라 경로분석(path analysis)을 실행하여 수립된 가설의 채택과 기각 여부를 검정하였다. 가설 1인 ‘스포츠재미는 스포츠자신감에 영향을 미칠 것이다’는 경로계수 .660($t=15.717$, $p<.001$)으로 나타나 채택되었다. 가설 2인 ‘스포츠재미는 운동지속에 영향을 미칠 것이다’는 경로계수 .016($t=.457$, $p>.05$)으로 나타나 기각되었다. 가설 3인 ‘스포츠재미는 운동중독에 영향을 미칠 것이다’는 경로계수 .535($t=8.520$, $p<.001$)로 나타나 채택되었다. 가설 4인 ‘스포츠자신감은 운동중독에 영향을 미칠 것이다’는 경로계수 .039($t=.801$, $p>.05$)로 나타나 기각되었다. 가설 5인 ‘스포츠자신감은 운동지속에 영향을 미칠 것이다’는 경로계수 .345($t=5.529$, $p<.001$)로 나타나 채택되었다. 가설 6인 ‘운동중독은 운동지속에 영향을 미칠 것이다’는 경로계수

.102($t=.396, p>.05$)로 나타나 기각되었다.

표 6. 가설검증 결과

경로	경로 계수	오차	t-값
H1 스포츠재미 → 스포츠자신감	.660	.042	15.717***
H2 스포츠재미 → 운동지속	.016	.053	.457
H3 스포츠재미 → 운동중독	.535	.063	8.520***
H4 스포츠자신감 → 운동중독	.039	.050	.801
H5 스포츠자신감 → 운동지속	.345	.062	5.592***
H6 운동중독 → 운동지속	.102	.042	.396

*** $p<.001$

4. 매개효과 검증

이 연구의 매개모형에서는 독립변인이 종속변인을 2가지 효과로 설명할 수 있다. 첫째, 독립변인이 종속변인에 미치는 영향을 직접효과로 설명하고 둘째, 독립변인이 매개변인을 통하여 종속변인에 미치는 영향을 간접효과로 설명한다. 이때 간접효과를 매개효과라고 하는데 이러한 간접효과와 직접효과와의 합을 총효과라고 한다. <표 7>에서는 전체변인 중 매개효과가 나타난 스포츠재미, 스포츠자신감, 운동지속의 매개효과를 분석하였다. 독립변인인 스포츠재미가 스포츠자신감의 매개변인에 유의하게 영향을 미치고, 매개변인인 스포츠자신감이 종속변인인 운동지속에 유의하게 영향을 미치고 있다고 할 수 있다.

표 7. 매개효과

경로	직접효과	간접효과	총효과
스포츠재미 → 스포츠자신감	.660		.660
스포츠자신감 → 운동지속	.345		.345
스포츠재미 → 운동지속	.016	.543	.559

직접효과 2.9%, 간접효과 97.1%

* 직접효과와 간접효과는 총효과에 대한 비율을 나타낸 것임

SEM에 의한 부트스트래핑 분석은 인과관계가 복수인 연구모형에 대해 동시 추정이 가능하고, 여러 개의 문항으로 측정된 경우 측정오차를 반영할 수 있다. 더욱이 매개효과 검증의 경우에는 정규분포 가정에서 자유롭고 검증력이 높은 부트스트래핑의 신뢰구간을 활용할 수 있다는 장점을 갖고 있다 (Shrout & Bolger, 2002). 이와 같은 방법으로 AMOS 22.0에서 Bootstrapping 방법(1,000회, 95% 유의수준)을 적용하여 총간접효과의 유의확률로 판단하였다. Bootstrapping을 통해 알아본 간접효과의 유의성 검증은 95% 신뢰구간에서 최저구간(.460)과 최고구간(.659) 사이에 0을 포함하지 않기 때문에 유의수준 $p<.05$ ($\alpha=.004$)에서 통계적으로 유의한 것으로 나타나 매개효과를 검증하였다. 또한 스포츠재미가 운동지속을 설명하는 효과는 직접효과(2.9%)보다 간접효과(97.1%)가 훨씬 높아 간접효과인 매개변수 스포츠자신감이 운동지속에 더 많은 영향을 미치는 것을 알 수 있다. 따라서 매개변수 스포츠자신감은 스포츠재미와 운동지속의 관계에 매개효과가 있는 것으로 판단되어 가설 7은 부분 채택되었다.

IV. 논의 및 결론

본 연구는 배구동호인의 배구 참여를 통한 스포츠재미와 운동지속의 관계에서 스포츠자신감과 운동중독의 이중매개효과를 살펴보는 것이다. 이상의 목적을 바탕으로 다음과 같은 결과에 대한 논의를 진행하고자 한다.

첫째, 스포츠재미는 스포츠자신감에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 스포츠재미는 스포츠자신감에 유의한 영향을 미치는 요인으로 배구동호회원들은 배구운동을 하면서 스포츠재미를 느끼게 되고 이는 스포츠자신감을 높여준다는 사실을 알 수 있다. 배구라는 생활체육 종목은 다른 종목과는 달리 많은 동호회원이 있는 것은 아니지만 배구의 재미를 느끼는 사람들은 그 재미에 푹 빠진다고 한다(이승만, 2019). 이러한 재미는 자신이 하고 있는 운동에 대해 많은 관심과 연습을 통해 자신감을 획득한다(홍미화, 2019). 따라서 배구동호회 사람들은 배구라는 종목을 통해 스포츠재미를 느끼고 있으며, 스포츠재미는 배구종목의 기술과 경기에서의 자신감을 상승시킨다고 볼 수 있다. 이러한 결과는 운동에서 스포츠재미 요인이 스포츠자신감을 높여준다는 연구(강하늘아름, 홍미화, 2019; 권경미, 2017; 권관배 등, 2014; 이영훈, 김상규, 최성범, 2014; 이화석, 2015;)를 통해 본 연구의 결과를 지지해주고 있는 사실을 알 수 있다.

둘째, 스포츠재미는 운동지속에 영향을 미치지 않는 것으로 나타났는데, 다른 선행연구들에 따르면 스포츠재미가 운동을 지속하는 데 영향을 주는 요인으로 나타나 상반된 결과임을 알 수 있다. 교양체육의 재미거리와 운동지속의 관계를 살핀 이동준(2006)의 연구를 살펴보면 교양체육을 통해 재미를 느끼게 되면 운동지속의사가 더 올라간다고 하여 재미와 운동지속의 정적 영향을 관계를 나타내었고, 박인혜(2011)의 연구에서는 야구동호인의 운동참여에 대한 재미요인은 운동지속의사에 정적인 영향을 준다고 하여 본 연구와 다른 결과를 나타내었다.

이밖에도 장세환, 김지태, 강현욱(2012)의 연구에서도 야구동호인의 재미요인과 운동지속의도의 정적인과관계를 나타냈다. 이를 종합해 볼 때 스포츠 재미요인과 운동지속의 변인 간 인과관계는 배구라는 특정 종목에 한해 다른 결과가 나타난 것으로 해석할 수 있고 그 의미에 대해 심도있는 연구가 추가로 진행되어야 할 것으로 판단된다.

셋째, 스포츠재미는 운동중독에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 배구를 통한 스포츠재미는 운동중독을 느낄 수 있는 요인으로 배구에 참여하는 사람들이 느끼는 스포츠재미는 운동중독을 일으킬 정도의 독특한 재미요소가 있음을 알 수 있다. 스포츠에 참여하는 사람들의 특징 중에 하나가 운동에 더욱 빠질수록 그 운동에 중독이 된다는 것이다. 배구의 경우 배구만이 가지고 있는 독특한 재미요소가 운동중독을 높여준다는 결과가 본 연구를 통하여 밝혀졌다. 재미라는 느낌은 어떤 활동의 외적인 것들 모두가 재미거리가 될 수 있으며, 또한 재미는 성취요인과 비성취요인 모두에서 느껴질 수 있다(김승은, 김인형, 2012). 여기서 중요시 되는 점은 자신이 참여하는 운동 자체와 관련되지 않은 외적인 요인도 재미의 대상이 된다는 것이다(남궁경민, 2011). 즉, 외적인 요인이란 운동 프로그램을 통해 참여자들끼리의 유대감 형성이나 대인관계 형성 및 친목도모와 같은 것들을 의미하는 것으로 이러한 외적 요인이 운동효과의 상승이나 운동지속에 긍정적으로 작용할 수 있다. 배구라는 단체운동이 개인운동보다 대인운동이 개인운동보다 높은 재미를 느낀다고 한 강형길(2003)의 연구에서와 같이 생활체육 동호인들이 느끼는 재미의 요소가 참여를 지속시키며 운동

중독을 높일 수 있다는 결과이다. 이상덕(2010)의 연구에서는 축구 참여하는 사람들의 축구를 통한 재미를 느끼는 요소는 운동을 지속할 수 있는 원동력이 될뿐만 아니라 운동중독에 영향을 준다는 결과를 제시하였다. 또한 지준철, 김승철(2011)의 스크린골프 참여자의 재미요인과 운동중독의 관계를 살펴 보았는데 스크린골프 참여의 재미는 운동중독에 긍정적인 영향을 준다고 하여 본 연구와 같은 결과를 나타냈다. 따라서 배구종목에 참여하는 사람들의 재미요소는 운동중독에 이를 수 있을 만큼의 재미를 주고 있다는 사실을 알 수 있다.

넷째, 스포츠자신감은 운동중독에 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다. 배구를 통해 나타나는 스포츠자신감은 운동중독과는 관련성이 없다는 사실을 알 수 있으며, 스포츠자신감과 운동중독은 개별적인 영향 관계를 통해 매개역할을 하고 있는 것으로 보여진다. 본 연구에서는 스포츠재미와 운동지속의 관계에서 스포츠자신감과 운동중독의 매개효과를 살펴 보면서 스포츠자신감이 운동중독에 영향을 주는 경로를 설정하였다. 하지만 선행연구들의 관계에서도 양비오(2009)의 수영동호인의 스포츠자신감과 운동중독의 관계, 허성수, 전태준(2011)의 생활체육 참가자들의 스포츠자신감과 운동중독의 관계를 살펴본 연구들에서만 스포츠자신감이 운동중독에 영향을 주는 요인임을 밝히고 있다. 따라서 스포츠자신감과 운동중독의 관계가 인과관계가 아닌 개별적인 매개역할을 하는 것인지 아니면 인과관계가 형성되는지에 관한 추후 연구가 필요하다고 본다.

다섯째, 스포츠자신감은 운동지속에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 배구를 통해 느끼는 스포츠자

신감은 운동을 지속할 수 있게 만드는 원동력이라 할 수 있으며, 스포츠자신감은 자신이 속해 있는 동호회의 소속감과 열정을 느낄 수 있게 해 주는 긍정 에너지로 지속적인 운동참여로 이어지고 있음을 알 수 있다. 배구에 참여하는 동호인들의 배구에 대한 재미요인은 자신감을 형성하고 이러한 스포츠자신감은 운동지속에 영향을 주고 있어 스포츠자신감 형성을 통해 운동을 지속적으로 참여할 수 있다는 가정을 도출해 낼 수 있다. 권관배 등(2014)의 태권도선수의 스포츠자신감과 운동지속의 관계는 스포츠자신감이 운동지속에 영향을 주는 요인임을 밝히고 있으며, 양현경, 이승만(2019)의 연구에서도 스포츠자신감이 운동지속에 영향을 주는 요인으로 나타나고 있다. 또한 생활체육 참여 노인의 스포츠자신감이 운동지속수행에 영향을 미친다는 것을 보고한 이선희, 광정현(2016)의 연구, 생활체육참여자의 스포츠자신감과 운동지속의 관계를 살펴본 연구(김송은, 정재훈, 2018)를 통해서도 본 연구의 결과를 지지해 주고 있다는 사실을 알 수 있다.

여섯째, 운동중독은 운동지속에 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다. 운동중독은 운동지속에 영향을 미치지 않는 이유는 운동에 대한 중독이 긍정적인 영향일 수 있거나, 또는 부정적인 영향일 수도 있기에 운동중독을 통해 운동을 지속적으로 유지하는 것은 아님을 알 수 있는 결과이다. 본 연구에서는 운동중독이 운동지속에 영향을 주는 요인으로 모형구성을 하였지만, 몇몇 선행연구들(김용규, 이만령, 2010; 김재훈, 유진, 2009; 배영훈, 2009; 최현혁, 2010)에서는 운동지속이 운동중독에 영향을 주는 요인으로 밝히고 있어 인과관계를

좀 더 세부적으로 조사해 볼 필요가 있다고 본다. 결과적으로 본 연구에서는 운동중독이 운동지속에 영향을 주는 요인으로 모형 설정을 하였으나, 인과관계는 나타나지 않았기에 이러한 선후인과관계에 대한 것만 밝히기로 한다.

일곱째, 스포츠재미와 운동지속의 관계에서 스포츠자신감은 매개역할을 하는 것으로 나타났다. 본 연구에서는 스포츠재미와 운동지속의 관계에서 스포츠자신감과 운동중독의 매개역할을 분석하였는데, 운동중독 변인은 스포츠재미가 운동중독에 영향을 주지만, 운동중독이 운동지속과 관련성이 없기 때문에 매개역할은 하지 않는다는 사실을 알 수 있다. 따라서 스포츠 참여에 대한 재미는 운동중독을 일으킬 순 있지만 지속적인 참여로는 이어지지 않음을 알 수 있는 결과이다. 본 연구에서는 배구동호인들의 배구 참여에 대한 스포츠재미와 운동지속의 관계에 있어 스포츠자신감의 형성은 운동을 지속적으로 나올 수 있게 하는 매개요인임을 밝히는 연구라 할 수 있다. 스포츠재미와 운동지속의 관계에서 스포츠자신감의 매개역할을 살펴본 연구(권경미, 2017; 권관배 등, 2014; 김정근,

2014)들을 통해서도 스포츠자신감이 운동을 재미있게도 해주고 지속적으로 이용할 수 있게 해 주는데 매우 중요한 요소로 작용한다는 결과를 통해 본 연구에서 나타난 결과를 지지해 주고 있다.

본 연구를 통해 결론은 다음과 같다.

첫째, 스포츠재미는 스포츠자신감에 영향을 주는 것으로 나타났다. 둘째, 스포츠재미는 운동중독에 영향을 주는 것으로 나타났다. 셋째, 스포츠자신감은 운동지속에 영향을 주는 것으로 나타났다. 넷째, 스포츠재미와 운동지속의 관계에서 스포츠자신감은 매개역할을 하는 것으로 나타났다.

이상의 결론을 통해 배구동호인들의 운동참여에 대한 이상적인 방안 마련은 다른 어떤 운동보다 더 재미를 위주로 하는 연습과 경기진행에 보다 관심을 갖도록 해야 할 것이다. 이는 배구의 재미요인은 운동지속을 지속적으로 해 주기 위해 자신감이라는 신념을 갖도록 해 주어야 할 것이다. 따라서 동호인들에게 자신감을 심어줄 수 있는 연습방법과 참여방법에 대해 의견을 나누는 것도 배구동호회의 활성화를 위해 필요한 사안이라 판단된다.

참고문헌

- 강신욱(2002). 생활체육 참가자의 운동중독과 주관적 삶의 질에 관한 연구. **한국체육학회지**, 41(5), 59-71.
- 강형길(2003). **대학생의 여가스포츠 참가와 재미(fun)의 관계**. 미간행 석사학위논문, 서울대학교 대학원.
- 권경미(2017). 초등학교 여학생 발레공연 참여자의 재미요인이 자신감 및 발레수업지속의사에 미치는 영향. **대한무용학회논문집**, 75(2), 49-66.
- 권경미(2017). 초등학교 여학생 발레공연 참여자의 재미요인이 자신감 및 발레수업지속의사에 미치는 영향. **대한무용학회논문집**, 75(2), 49-66.
- 권관배, 최석환, 여인성(2014). 중·고등부 태권도선수의 운동재미요인과 스포츠자신감 및 운동지속의도의 관계. **대한무도학회지**, 16(2), 37-48.
- 권관배, 최석환, 여인성(2014). 중·고등부 태권도선수의 운동재미요인과 스포츠자신감 및 운동지속의도의 관계. **대한무도학회지**, 16(2), 37-48.
- 김기탁(2011). **골프참여자의 재미요인과 운동중독이 심리적 행복감에 미치는 영향**. 미간행 박사학위논문. 조선대학교 대학원.
- 김동화, 박규남, 최영철(2012). 생활체육 참여동기에 따른 참여만족 및 생활만족의 인과관계 분석. **한국스포츠학회지**, 10(1), 67-76.
- 김민국(2017). **생활체육 축구동호회 참가자의 몰입경험이 스포츠재미 요인에 미치는 영향**. 미간행 석사학위논문. 목포대학교 교육대학원.
- 김세희(2011). **웨이트트레이닝 참가자들의 운동중독여부에 따른 운동참여동기와 운동지속요인의 비교**. 미간행 석사학위논문. 이화여자대학교 교육대학원.
- 김승은, 정재훈(2018). 생활체육참여자의 스포츠자신감과 자기관리 및 운동지속의사의 관계. **한국체육과학회지**, 27(2), 235-246.
- 김승은, 김인형(2012). 여성 배구동호인들의 스포츠재미와 운동중독의 관계에서 가족기능의 조절효과. **한국체육학회지**, 51(5), 63-74.
- 김영갑, 최경훈(2016). 학생선수의 스포츠자신감과 운동몰입 및 운동지속의도의 관계. **한국사회체육학회지**, 65, 389-398.
- 김용규, 이만령(2010). 인문, 사회과학편: 스퀘시동호인의 운동지속수행과 운동정서 그리고 운동중독의 관계. **한국체육학회지**, 49(2), 299-306.
- 김용규, 이만령(2010). 인문, 사회과학편: 스퀘시동호인의 운동지속수행과 운동정서 그리고 운동중독의 관계. **한국체육학회지**, 49(2), 299-306.
- 김원배(1999). 스포츠-자신감 질문지(SSCQ)의 타당성 검증. **한국스포츠심리학회지**, 10(2), 107-122.
- 김재훈(2006). **생활체육 참여자들의 운동중독 프로파일**. 미간행 박사학위논문. 중앙대학교 대학원.
- 김재훈, 유진(2009). 생활체육 참여자들의 지속행동이 운동중독에 미치는 영향. **한국스포츠심리**

- 학회지**, 20(1), 153-164.
- 김지수(2016). 스포츠 재미요인과 여가만족 및 운동지속의 관계. **홀리스틱융합교육연구**, 20, 97-115.
- 김태운(2016). 대학생의 스키수업 재미요인과 운동몰입 및 운동지속의 구조적 관계. **한국체육과학회지**, 25(2), 665-678.
- 김형룡(2020). 검도선수의 스포츠자신감, 운동스트레스, 운동지속과의 구조적 관계. **한국웰니스학회지**, 15(3), 173-182.
- 김형우, 정일미(2015). 골프참여노인의 스포츠 자신감이 운동몰입 및 운동지속수행에 미치는 영향. **한국체육과학회지**, 24(6), 361-371.
- 남궁경민(2011). **생활체육 참가와 재미의 관계**. 미간행 석사학위논문, 관동대학교 교육대학원.
- 노승화, 주성범, 추종호(2016). 대학 교양 스키수업의 재미요인이 수업만족 및 운동지속에 미치는 영향. **한국스포츠학회**, 14(2), 107-118.
- 박봉수, 권선아, 남재준(2017). 대학 교양골프수업 참여동기와 재미요인, 수업만족 및 운동지속의도의 관계. **한국체육과학회지**, 26(3), 737-753.
- 박인혜(2011). 야구동호인의 운동참여에 대한 목표성향, 재미요인, 여가만족이 운동지속의사에 미치는 영향. **한국여가레크리에이션학회지**, 35(3), 105-115.
- 배영훈(2009). 생활체육 참가자의 운동지속유형이 운동중독에 미치는 영향. *Journal of The Korean Data Analysis Society*, 11(5), 2785-2794.
- 손준호, 허용(2016). 크로스핏 참여자의 참여동기와 재미 및 운동지속 요인 탐구. **코칭능력개발지**, 18(2), 45-53.
- 신규리(2000). **여가 스포츠 참가자의 운동중독 척도 개발**. 미간행 석사학위논문, 이화여자대학교 대학원.
- 양명환(1998). 불링중독성향과 심리적 행복감. **한국체육학회지**, 37(4), 217-222.
- 양비오(2009). **수영동호인의 스포츠자신감이 운동중독에 미치는 영향**. 미간행 석사학위논문, 단국대학교 대학원.
- 양현경, 이승만(2019). 학교스포츠클럽 참여 중학생의 사회적 지지 인식, 스포츠자신감, 운동몰입, 운동지속의 구조적 관계. **한국체육학회지**, 58(4), 213-225.
- 양현경, 이승만(2019). 학교스포츠클럽 참여 중학생의 사회적 지지 인식, 스포츠자신감, 운동몰입, 운동지속의 구조적 관계. **한국체육학회지**, 58(4), 213-225.
- 엄대영(2007). 인문, 사회과학편: 축구동호인의 재미요인이 운동중독에 미치는 영향. **한국체육학회지**, 46(4), 285-293.
- 유진, 김영재(2002). 운동지속 행동의 이론적 모델 비교 분석. **한국스포츠심리학회**, 13(3), 127-139.
- 윤상영(2017). 대학 교양체육수업 재미요인과 운동몰입 및 운동지속의 구조적 관계. **한국체육과학회지**, 26(2), 789-802.
- 은희관, 강전호, 추종호, 김진성(2014). 수영동호인들의 운동욕구가 운동지속수행 및 운동중독에 미치는 영향. **코칭능력개발지**, 16(1), 37-47.
- 이계운, 김두기(2010). 골프 참여자들의 재미요인과 스트레스요인이 운동몰입, 운동중독, 운동탈

- 진에 미치는 영향. **한국스포츠심리학회지**, 21(4), 241-252.
- 이동준(2006). 인문, 사회과학편: 대학 교양체육의 재미거리와 운동지속의사의 관계. **한국체육학회지**, 45(3), 131-140.
- 이명자(2020). 무용전공 대학생의 투지와 무용공연 자신감이 무용중독에 미치는 영향. **한국무용연구**, 38(3), 113-138.
- 이병관(2011). **공무원 연수 체육프로그램 참여자의 교육만족과 자기효능감이 지속적 참여의사에 미치는 영향**. 미간행 석사학위논문, 한양대학교 대학원.
- 이상덕(2010). 축구 참여의 재미요인, 운동지속, 운동중독, 심리적 행복감간의 관계. **한국사회체육학회지**, 39(2), 811-822.
- 이상덕(2010). 축구 참여의 재미요인, 운동지속, 운동중독, 심리적 행복감간의 관계. **한국사회체육학회지**, 39(2), 811-822.
- 이선희, 곽정현(2016). 생활체육 참여 노인의 자기격려가 스포츠자신감과 운동지속수행에 미치는 영향. **한국여성체육학회지**, 30(2), 93-107.
- 이선희, 곽정현(2016). 생활체육 참여 노인의 자기격려가 스포츠자신감과 운동지속수행에 미치는 영향. **한국여성체육학회지**, 30(2), 93-107.
- 이승만(2019). 배구선수 출신 체육교사의 스포츠사회화 과정 경험에 대한 내러티브 탐구. **한국스포츠사회학회지**, 32(3), 72-88.
- 이영훈, 김상규, 최성범(2014). 해양레저 활동의 재미가 자신감과 공동체의식에 미치는 영향. **한국체육과학회지**, 23(3), 337-348.
- 이영훈, 김상규, 최성범(2014). 해양레저 활동의 재미가 자신감과 공동체의식에 미치는 영향. **한국체육과학회지**, 23(3), 337-348.
- 이지환, 문성관, 전엄봉(2010). 배드민턴 재미요인이 운동지속성과 운동중독에 미치는 영향. **한국체육과학회지**, 19(1), 219-229.
- 이지환, 문성관, 전엄봉(2010). 배드민턴 재미요인이 운동지속성과 운동중독에 미치는 영향. **한국체육과학회지**, 19(1), 219-229.
- 이화석(2015). 무용전공 대학생의 재미, 수업만족, 무용열정 및 공연자신감의 관계. **한국체육과학회지**, 24(3), 1227-1239.
- 이화석(2015). 무용전공 대학생의 재미, 수업만족, 무용열정 및 공연자신감의 관계. **한국체육과학회지**, 24(3), 1227-1239.
- 장세환, 김지태, 강현욱(2012). 사회인 야구활동의 재미요인과 참여동기 및 운동지속의도의 관계. **한국여가레크리에이션학회지**, 36(2), 77-89.
- 장승원(2007). **댄스스포츠 참여 노인의 재밌거리와 관여도, 여가만족 및 운동지속의사의 관계**. 미간행 석사학위논문. 동덕여자대학교.
- 정용락(2017). 골프참여자의 건강지각과 운동재미 및 운동지속의 관계. **골프연구**, 11(4), 127-139.
- 지준철, 김승철(2011). 스크린골프 참여자의 재미요인과 운동지속 및 운동중독의 관계. **한국사회체육학회지**, 46(1), 751-760.
- 지준철, 김승철(2011). 스크린골프 참여자의 재미요인과 운동지속 및 운동중독의 관계. **한국사회체육학회지**, 46(1), 751-760.
- 최현혁(2010). 계획행동이론을 적용한 댄스스포츠 참

- 여자의 운동지속과 운동중독간의 구조적 관계. **한국사회체육학회지**, 42(2), 1481-1490.
- 허성수, 전태준(2011). 인문, 사회과학편: 생활체육 참가자들의 상징적 소비성향과 운동참가수준, 스포츠자신감 및 운동 중독의 관계. **한국체육학회지-인문사회과학**, 50(3), 189-201.
- 강하늘아름, 홍미화(2019). 생활체육 배구 동호인들의 스포츠 재미와 팀워크간의 관계에서 자신감의 매개효과. **한국여성체육학회지**, 33(4), 49-62.
- 홍성광, 전선혜(2016). 중학생의 학교스포츠클럽 활동 참여동기, 재미, 수업만족이 운동지속의도에 미치는 영향. **한국여성체육학회지**, 30(3), 73-93.
- 황세령, 박진성(2012). 생활체육 참여자의 운동몰입, 운동중독과 운동지속의 관계. **한국체육과학회지**, 21(5), 551-567.
- Baron, R. M., & Kenny, D. A. (1986). The moderator - mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical considerations. *Journal of personality and social psychology*, 51(6), 1173.
- Corbin, C. B., Welk, G. J. Lindsey, R. & Corbin, W. R.(2003). *Concepts of physical fitness*. NY: McGraw-Hill companies.
- Hailey, B. J. & Bailey, L. A. (1982). Negative addiction in runners : A quantitative approach. *Journal of Sport Behavior*, 5, 150-154.
- Loehlin, J. C. (2004) *Latent Variable Models: An Introduction to Factor, Path, and Structural Equation Analysis, 4th Edition*, Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum.
- Shrout, P. E., & Bolger, N. (2002). Mediation in experimental and nonexperimental studies: New procedures and recommendations. *Psychological methods*, 7(4), 422-445.
- Vealey, R. S. (1986). Conceptualization of sport-confidence and competitive orientation: Preliminary investigation and instrument development. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 8(3), 221-246.

Dual Mediating Effects of Sports Confidence and Exercise Addiction in the Relationship between Sports Fun and Exercise Continuation

Mihwa Hong(Dankook University, Professor)

ABSTRACT

This study examines the dual mediating effect of sports confidence and exercise addiction in the relationship between sports fun and exercise adherence through participation of volleyball sports club members. The subjects of this study were selected as the population of volleyball sports club, and a total of 400 copies were distributed and 339 copies were statistically processed. Firstly, sports fun had an effect on sports confidence. Secondly, sports fun had an effect on sports addiction. Thirdly, sports confidence had an effect on exercise adherence. Fourthly, sports confidence had a mediating role in the relationship between sports fun and exercise adherence. Through the above conclusions, it is necessary to make the ideal plan for the participation of volleyball sports club members more interested in the practice and the progress of the game focusing on fun than any other exercise.

Key words : volleyball sports club members, Sport Fun, exercise adherence, Sport Confidence, Exercise Adherence

논문 접수일 : 2021. 11. 10

논문 승인일 : 2021. 12. 6

논문 게재일 : 2021. 12. 31