

스포츠센터 지도자들의 자기관리가 미래핵심 역량과 사회적 기술 척도에 미치는 영향

최환석

계명대학교 사회체육학과

The Effect of self-management of sports center instructors on the future core competencies and social skills scales.

Hwan-suk Choi

College of Leisure & Sports Studies, Keimyung University

요 약 스포츠센터 지도자는 자신만의 구체적이고 체계적인 자기관리 방안이 요구되는 것이 필수적이며, 특히 스스로를 조절하고 통제 및 노력하는 자기관리는 스포츠센터 지도자들의 자질 중 중요한 요소일 뿐만 아니라 스포츠 활동 참여자에게 중요한 영향을 미치기 때문에 심도 있는 연구가 이루어져야 할 것이다. 따라서 본 연구는 스포츠센터 지도자의 자기관리가 미래핵심역량과 사회적 기술척도에 어떠한 영향을 미치는지 알아보고 우수한 지도자 발굴 및 육성을 위한 기초적인 자료를 제공하고자 한다. 이에 따라 다음과 같은 결론을 얻을 수 있었다.

첫째, 자기관리가 미래핵심역량에 미치는 영향에서 자기관리의 대인관리, 훈련관리, 신체관리 요인은 미래핵심역량의 인지적, 정의적, 사회적 요인에 유의한 영향을 미친다. 둘째, 자기관리가 사회적기술 척도에 미치는 영향에서 자기관리의 대인관리, 훈련관리, 신체관리 요인은 사회적 기술척도의 자기주장, 자아통제, 협동에 유의한 영향을 미친다. 셋째, 미래핵심역량이 사회적기술 척도에 미치는 영향에서 미래핵심역량의 인지적, 정의적, 사회적 요인은 사회적 기술척도의 자기주장, 자아통제, 협동에 유의한 영향을 미친다. 이를 종합적으로 살펴보면 지도자들 개개인의 특성과 환경을 고려하여 자기관리행동에 적합하고 효율적인 방안을 강구하고, 동료 지도자를 비롯한 회원들과의 원만한 관계를 유지하여 지도자의 자기관리와 사회적 기술을 향상시키기 위한 노력이 중요하다고 사료된다.

Abstract This study provides the theoretical basis for the self-management of a sports center based on the core competence and technology of the future. The following conclusions were obtained. First, in the influence of self-management on the future core competencies, interpersonal management, training management, and physical management, the factors of self-management have a significant influence on cognitive, affective, and social factors of future core competence. Second, in the influence of self-management on the social skill scale, interpersonal management, training management, and physical management factors of self-management have a significant influence on the self-assertion, self-control, and cooperation of the social technology scale. Third, cognitive, affective, and social factors of the future core competence have a significant influence on the self-assertion, self-control, and cooperation of the social skill scale in the influence of the future core competence on the social skill scale. To improve the self-management and social skills of leaders by maintaining good relationships with the members including fellow instructors, it is essential to take appropriate measures for self-management behaviors considering the individual characteristics and environments of leaders; it appears that effort is important.

Keywords : self-management, sports center, instructors, future core competencies, social skills scales

*Corresponding Author : Hwan-suk Choi(Keimyung Univ.)

Tel: +82-53-580-5748 email: 1975hit@naver.com

Received December 29, 2016

Revised (1st January 19, 2017, 2nd February 14, 2017)

Accepted April 7, 2017

Published April 30, 2017

1. 서론

1.1 연구의 필요성 및 목적

최근 많은 사람들은 신체관리에 많은 노력을 하고 있으며, 이러한 대부분의 노력은 스포츠센터에서 이루어지고 있다. 임항미[1]는 스포츠활동 참여자들을 위해 스포츠센터는 스포츠 활동을 편리하고 쾌적한 공간에서 영위할 수 있도록 시설, 지도자, 프로그램 등을 제공하고 있다고 하였고, 김경식[2]에 의하면 스포츠센터 지도자와 참가자 사이에는 사회적 상호작용을 통해 신뢰가 형성되며, 이는 지속적인 사회적 관계를 존속시켜 참가지속 행위를 촉진시키는 역할을 할 수 있다고 하였다. 스포츠센터는 상업스포츠 시설로써 양적으로 증가한 스포츠 참여 인구가 실제적인 활동이 가능도록 하기 때문에 이들의 다양한 요구와 욕구를 수용하고 충족시키기 위하여 스포츠센터 지도자들 본인 스스로 자기관리 및 역량 함양에 대한 노력이 필요하다[3].

자기관리란 성공적인 수행과 목표달성을 위하여 신체적, 정신적인 면과 더불어 훈련 및 사생활 등 여러 측면에서 자기 스스로 조절하고, 스스로에 대해 철저해지는 것이며[4], 자신의 어떠한 행동을 변화시키도록 노력으로 스스로 환경여건을 수정하고, 행동결과를 조정하며 관리하는 것으로 운동선수와 스포츠 참여자, 스포츠 지도자들에게 필요한 자질 중의 하나이다[5], [6], [7], [8]. 또한 개인과 조직의 지식, 기술, 태도, 행동으로써 지속적으로 경쟁에서 우위를 점할 수 있도록 하는 능력인 자기관리는 미래핵심 역량과도 밀접한 관계가 있다[9]. 특히 Rychen & Salganik[10]은 복잡한 요구에 대한 태도, 감정, 가치, 동기, 인지적, 실천적, 기술을 통해 충족시키는 능력이라 하여 자기관리와 미래핵심역량은 관계가 있음을 알 수 있으며, 최근에는 새로운 가치창출을 위한 전략적 수단으로 역량과 핵심역량의 중요성이 강조되고 있는데[11], 스포츠센터와 같은 상업스포츠 시설의 경우 동일 업종의 무분별한 난립과 새로운 스포츠의 등장으로 인한 경쟁이 심화되고 있는 가운데 경쟁업체에 비하여 지속 가능한 경쟁 우위를 점할 수 있는 원인을 내부자원에 중점을 두고 있는 자원기반관점에서 볼 때 그 중요성은 더 확대된다. 왜냐하면, 역량을 조직에 영속되는 유형 또는 무형의 자원을 활용하는 능력으로 인정하고, 이들 자원이 조직 고유의 특별한 능력이 되어 지속적인 경쟁 우위의 원천이 될 수 있는가에 따라 핵심역량으로 분류

하기 때문이다. 이러한 핵심역량은 사회적 기술은 자신의 환경에서 타인과 효과적으로 상호작용할 수 있도록 해주는 구체적인 목표 지향적 행동이며, 사회적 관계 만족도의 중요한 변인이 되는데, 다른 사람과의 관계를 통해 관심사를 공유하고 서로 도움을 주고받는 상호작용을 하면서 긍정적인 사회적 기술을 배우게 된다[12]. 또한 보다 나은 삶을 적용하기 위해 자신의 가치에 대해 긍정적인 감정과 높은 자아개념을 가지게 되고 자기 충동 조절력을 높이기 위해 노력하게 된다[13].

이에 따라 스포츠센터 지도자는 자신만의 구체적이고 체계적인 자기관리 방안이 요구되는 것이 필수적이며, 특히 스스로를 조절하고 통제 및 노력하는 자기관리는 스포츠센터 지도자들의 자질 중 중요한 요소일 뿐만 아니라 스포츠 활동 참여자에게 중요한 영향을 미치기 때문에 심도 있는 연구가 이루어져야 할 것이다.

따라서 본 연구는 스포츠센터 지도자의 자기관리가 미래핵심역량과 사회적 기술척도에 어떠한 영향을 미치는지 알아보고 우수한 지도자 발굴 및 육성을 위한 기초적인 자료를 제공하고자 한다.

1.2 이론적 배경 및 연구의 가설

1.2.1 이론적 배경

자기관리란 자신이 가지고 있는 기술이나 전략, 전술들을 통한 행동변화의 과정이며, 이러한 과정과 관련된 환경과 여건을 통제함으로써 나타나는 행동에 대한 결과를 조정하는 것이라 할 수 있다[14], [15]. 특히 운동상황 또는 스포츠참여자들의 자기관리란 자신의 생활을 자기 스스로의 절제를 통하여 정신적으로 준비하고 극복해 가는 과정이며, 성공적인 수행과 목표달성을 위해 신체적·정신적인 측면뿐만 아니라 훈련과 사생활에 이르기 까지 다양한 측면에서 자기 스스로를 조절 하는 것으로 스스로에 대해 철저하고 완벽해지는 것을 말한다[16].

미래핵심역량은 단순히 지식과 정보의 양적 팽창이 아닌 수집된 정보와 지식을 활용하는 과정에서 새로운 획득한 지식을 적극적으로 활용하고 적용하며, 그 과정에서 새로운 지식을 창안 또는 창조할 수 있는 잠재력이다. 특히 생활환경에 순응하고 그 속에서 발발되는 문제점에 대한 해결책을 제시하고 타인과의 유기적인 관계를 유지할 수 있는 행동이나 감정을 변화시킬 수 있는 능력이다[17]. 또한 미래핵심역량은 현상에 대한 이해와 적용을 위해 요구되는 전통적·미래지향적인 인지역량과

자신의 삶을 가치있게 영위하기 위한 개인의 감성역량, 사회와 변화에 필요한 사회문화역량으로 구분되며, 이것을 이루어 볼 때 미래핵심역량은 개인의 인지능력을 비롯한 태도에 대한 특성과 확대된 사회적 맥락에서 필요로 하는 역량까지 포함된다는 것을 알 수 있다.

목표 지향적이며 학습된 행동인 사회적 기술 척도는 바람직한 사회적 관계를 유지하기 위한 능력으로써 또래 수용능력, 적응능력, 사회환경을 효과적으로 다루고 적용하는 능력이다[18]. 사회적 기술 척도를 타인의 권리, 요구, 만족, 의무에 손해를 끼치지 않고 자신의 권리, 요구, 만족, 의무를 수행할 수 있는 방식으로 타인과 의사소통하고, 대인 관계적 상황에서 긍정적 부정적 느낌을 표현할 수 있는 능력이라고 정의하고 있다[19]. 또한 Kelly[20]는 환경으로부터 강화를 유지하고 얻기 위해서 대인관계에서 사용하는 학습된 행동이라고 정의하였으며, Libert & Lewinsohn[21]는 타인과의 교류 속에서 긍정적, 부정적으로 강화된 행동의 표출양식으로 상황적인 특성을 강조하였다.

1.2.2 연구의 가설

손승범, 서호정, 박인혜[22]는 골프전공 학생들의 자기관리와 운동성과 및 진로준비행동의 관계를 분석하여 훈련관리 요인과 신체관리 요인이 진로준비행동에 영향을 미친다고 보고 하였으며, 김윤만과 김유미[23]는 병상선수들의 자기관리에 따른 스트레스 요인 및 대처방안의 인과관계의 연구를 통해 정신관리 요인, 대인관리 요인, 신체관리 요인, 훈련관리 요인이 대처방안에 영향을 미친다고 보고하였다. 이것은 자기관리와 미래핵심 역량은 관계가 있음을 알 수 있다.

이주형과 강형숙[24]는 유도선수의 자기관리와 스트레스 일탈행위의 관계를 분석하여 정신관리 요인, 대인관리 요인, 신체관리 요인이 일탈행위에 영향을 미친다고 보고 하였으며, 최진호와 박체희[25]는 댄스스포츠 선수들을 통한 자기관리, 파트너십, 참여만족의 관계 연구에서 대인관리 요인, 신체관리 요인, 훈련관리 요인이 파트너십에 영향을 미친다고 보고하였다. 이것은 자기관리와 사회적 기술은 관계가 있음을 알 수 있다.

정성희[26]는 비서의 핵심역량과 직무만족 및 조직몰입에 관한 연구에서 핵심역량의 모든 요인들이 조직몰입에 영향을 미친다고 보고 하였으며, 윤영혜과 윤유식[27]은 컨벤션 프로젝트관리자의 직무특성과 핵심역량

이 조직유효성에 미치는 영향 연구에서 핵심역량이 조직 유효성에 영향을 미친다고 보고 하여 미래핵심 역량은 사회적 기술척도와 관계가 있음을 알 수 있다.

이에 다음과 같이 연구가설을 설정하였다.

- 연구가설 1. 자기관리는 미래핵심 역량에 영향을 미칠 것이다.
- 연구가설 2. 자기관리는 사회적 기술척도에 영향을 미칠 것이다.
- 연구가설 3. 미래핵심 역량은 사회적 기술척도에 영향을 미칠 것이다.

2. 연구방법

2.1 연구대상 및 표집

본 연구에서는 대구 및 경북 지역의 스포츠센터 지도자들을 모집단으로 설정하고 그 중 250명을 연구대상으로 선정하였고 편의표본추출법을 사용하였다. 조사방법은 설문지를 대상자가 있는 스포츠센터에 본 연구자가 직접 방문하여 지도자들에게 설문 목적과 내용을 설명하고 자기평가 기입법으로 실시하였으며, 회수된 250명의 설문 가운데 응답 내용이 불성실하거나 조사내용의 일부가 누락된 자료를 제외한 208명의 설문지를 유효표본으로 하였다.

Table 1. Frequency Distributions for the Socio-demographic Variables (N = 208)

Variables	Category	Frequency (%)
Gender	Male	152
	Female	56
Age	20-29	81
	30-39	88
	etc	39
Teaching period	1year or more-Less than 3 years	34
	3year or more-Less than 5 years	121
	5year or more	53

2.2 측정도구

2.2.1 설문지의 구성내용

본 연구에서 사용된 측정도구는 설문지로서 구체적인 방법은 다음과 같다.

첫째, 독립변인은 자기관리 요인으로 선행연구의 설문지에 대한 신뢰도는 안세찬[28]의 연구에서는

Cronbach's α 계수가 대인관계 요인 $\alpha=.859$, 훈련관리 요인 $\alpha=.818$, 신체관리 요인 $\alpha=.693$ 로 나타났으며, 권순재[29]의 연구에서는 대인관리 요인 $\alpha=.838$, 훈련관리 요인 $\alpha=.785$, 몸관리 요인 $\alpha=.721$ 로 나타났다. 길진영[30]의 연구에서 대인관리 요인 $\alpha=.89$, 훈련관리 요인 $\alpha=.89$, 신체관리 요인 $\alpha=.83$ 으로 나타났다.

둘째, 매개변인은 미래핵심역량 요인으로 선행연구의 설문지에 대한 신뢰도는 박소영[31]의 연구에서는 Kang, Heo, Jo, Shin & Seo[32]가 개발한 검사지(인지역량 요인 $\alpha=.90$, 정의역량 요인 $\alpha=.89$, 사회문화역량 요인 $\alpha=.90$)를 사용한 결과 Cronbach's α 계수가 인지역량 요인 $\alpha=.79$, 정의역량 요인 $\alpha=.78$, 사회문화역량 요인 $\alpha=.80$ 으로 나타났으며, 홍주연[33]의 연구에서는 인지적 역량 요인 $\alpha=.711$, 정의적 역량 요인 $\alpha=.740$, 대인관계 요인 $\alpha=.711$ 로 나타났다.

셋째, 종속변인은 사회적 기술척도 요인으로 곽아정[34]의 연구에서는 Gresham & Elliott[35]가 개발한 검사지를 사용한 결과 Cronbach's α 계수가 자기주장 요인 $\alpha=.87$, 자기조절 요인 $\alpha=.87$, 순응 요인 $\alpha=.68$ 로 나타났다.

따라서 자기관리 요인, 미래핵심역량 요인, 사회적 기술척도 요인에 대해 일관성 있고 믿을 만하게 측정되었다는 것을 알 수 있으므로 본 연구에서는 선행연구에서 사용된 설문지를 본 연구의 목적에 맞게 수정·보완하여 구성하였다.

2.2.2 설문지의 타당도 및 신뢰도, 상관관계

본 연구에서는 요인분석을 통해 측정도구인 설문지의 구성타당도를 알아보았으며, 요인추출방법은 최대우도법(고유치는 1.0이상)을 사용하였고, 요인회전방법은 직교회전방법(적재치는 ± 0.4 이상)을 사용하였다. 또한 설문지의 신뢰도를 검증하기 위해 Cronbach's α 계수를 산출하였다.

<표 2>는 자기관리 요인에 대한 직각회전 요인분석 및 신뢰도 검증결과로 대인관리 요인의 고유치는 4.060 ($\alpha=.850$) 훈련관리 요인 2.580($\alpha=.785$), 신체관리 요인 2.554($\alpha=.708$)로 나타났으며, 3개의 요인이 전체 변수를 설명하는 비율은 43.642%로 나타났다.

<표 3>은 미래핵심역량 요인에 대한 직각회전 요인 분석 및 신뢰도 검증결과로 인지적 요인의 고유치는 7.115($\alpha=.913$), 정의적 요인 5.333($\alpha=.856$), 사회적 요인 4.542($\alpha=.876$)로 나타났으며, 3개의 요인이 전체 변

수를 설명하는 비율은 51.488%로 나타났다.

<표 4>는 사회적 기술 요인에 대한 직각회전 요인분석 및 신뢰도 검증결과로 자기주장 요인의 고유치는 5.741($\alpha=.876$), 자아통제 요인 4.894($\alpha=.871$), 협동 요인 3.411($\alpha=.674$)로 나타났으며, 3개의 요인이 전체 변수를 설명하는 비율은 48.435%로 나타났다.

Table 2. Self-Management Factor Analysis and Cronbach's Alpha

Valuable	interpersonal management	training management	body management
get along	.762	.141	-.099
impression	.745	.221	.295
etiquette	.720	.060	.321
horizontal relationships	.680	.145	-.065
practice regularly	.245	.722	.085
private practice	.373	.666	.068
physical training	.078	.662	.136
pefrain from action	.042	.625	-.042
somehow choose fun exercise	.038	.602	.211
sleep regulation	.196	.020	.649
sufficient	.044	.150	.615
food control	.132	.086	.560
Eigen value	4.060	2.580	2.554
Pct of var	13.097	8.321	8.239
Cum pct	27.081	35.403	43.642
Cronbach's α	.850	.785	.708

Table 3. Future Core Competencies Factor Analysis and Cronbach's Alpha

Valuable	recognitio n	affective	social
use data	.808	.100	.108
use internet	.779	.031	.196
data collection	.771	.278	-.002
study related matters	.714	.181	.234
rethink	.696	.127	.324
ask around	.694	.154	.118
casts doubt & counterplan	.689	.317	.142
solution	.676	.225	-.015
correct values	.279	.746	.096
keep one's promise	.280	.728	.109
understanding cause	.169	.711	.350
role performance	.257	.660	.269
congenial company	-.030	.241	.683
kindness	.314	.129	.652
opportunity	.252	.159	.646
trust	.235	.033	.607
Eigen value	7.115	5.333	4.542
Pct of var	21.562	16.161	13.765
Cum pct	21.562	37.765	51.488
Cronbach's α	.913	.856	.876

또한 <표 5>에 나타난 것처럼 본 연구에서는 변수간에 어떤 관계를 갖고 있는지를 분석하기 위해 SPSS를 이용하여 피어슨 상관계수 분석을 실시하였으며, 그 결과 모든 구성개념들의 관계가 정(+)으로 나타났으므로 변수들 간의 관계의 방향은 일치함을 알 수 있다.

Table 4. Social Skill Scale Factor Analysis and Cronbach's Alpha

Valuable	self-assertion	egocontro	cooperation
lead a conversation	.771	.032	.210
self-introduction	.758	.020	.108
appropriate response	.669	.301	.037
compliment	.651	.281	.064
proposal order	.629	.328	.165
participation itself	.629	.024	.484
Claim amount	.046	.681	.082
an appropriate act	.229	.643	.238
accept opinion	.176	.605	.245
time utilization	.231	.065	.656
follow as ordered	.234	.219	.655
arrangement	.177	.297	.627
attention	.108	.318	.598
Eigen value	5.741	4.894	3.411
Pct of var	19.798	16.877	11.760
Cum pct	19.798	36.674	48.435
Cronbach's <i>a</i>	.876	.781	.674

2.3 자료처리 및 통계방법

본 연구에서는 배포된 설문지를 회수한 후 응답내용이나 신뢰성에 대한 문제 가능성이 있는 자료를 제외한 자료를 SPSS Program 23.0으로 자료분석의 목적에 따라 다음과 같이 통계적인 검증을 실시하였다.

첫째, 일반적 특성 파악을 위하여 빈도분석을 실시하였다.

Table 5. Correlation

	interpersonal management	training management	body management	recognition	affective	social	self-assertion	egocontrol	cooperation
interpersonal management	-								
training management	.471**	-							
body management	.381**	.350**	-						
recognition	.551**	.665**	.341**	-					
affective	.447**	.512**	.410**	.536**	-				
social	.296**	.589**	.381**	.452**	.472**	-			
self-assertion	.262**	.449**	.401**	.375**	.662**	.639**	-		
egocontrol	.384**	.459**	.331**	.429**	.528**	.584**	.602**	-	
cooperation	.396**	.611**	.338**	.538**	.568**	.473**	.555**	.578**	-

***p*<.01

둘째, 설문지의 신뢰도검증을 위하여 Cronbach's *a* 계수를 산출 하였다.

셋째, 자기관리, 미래핵심 역량, 사회적 기술적도 요인을 분류하기 위해서 요인분석을 실시하였다.

넷째, 각 변인들 간의 관계를 알아보기 위해 상관관계 분석을 실시하였다.

다섯째, 자기관리가 미래핵심 역량과 사회적 기술적도에 미치는 영향력을 알아보기 위해 다중회귀분석을 사용하여 검증하였다(통계적 유의수준은 .05).

3. 결과

3.1 자기관리가 미래핵심 역량에 미치는 영향

<표 6>은 자기관리가 미래핵심역량에 미치는 영향에서 대인관리 요인($\beta=.271$), 훈련관리 요인($\beta=.494$)이 인지적 요인에 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 결정계수는 $R^2=.542$ 로 54.2%의 설명력을 가지는 것으로 나타났다.

Table 6. Self-Management Factors that Affect the recognition

	Coefficient of non-standard		Coefficient of standard	t
	<i>b</i>	<i>Std.E</i>	β	
interpersonal management	.239	.049	.271	4.884***
training management	.537	.063	.494	8.555***
body management	.039	.065	.033	.603
<i>R</i> ²				.542
<i>F</i>				49.296***

****p*<.001

<표 7>은 자기관리가 미래핵심역량에 미치는 영향에서 대인관리 요인($\beta=.187$), 훈련관리 요인($\beta=.224$), 신체관리 요인($\beta=.102$)이 정의적 요인에 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 결정계수는 $R^2=.437$ 로 43.7%의 설명력을 가지는 것으로 나타났다.

Table 7. Self-Management Factors that Affect the affective

	Coefficient of non-standard		Coefficient of standard	t
	b	Std.E	β	
interpersonal management	.165	.054	.187	3.041**
training management	.243	.069	.224	3.492**
body management	.120	.071	.102	1.679*
R^2	.437			
F	32.317***			

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

Table 8. Self-Management Factors that Affect the social

	Coefficient of non-standard		Coefficient of standard	t
	b	Std.E	β	
interpersonal management	.348	.053	.405	6.594***
training management	.163	.060	.158	2.696**
body management	.250	.054	.279	4.639***
R^2	.479			
F	38.193***			

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

<표 8>은 자기관리가 미래핵심역량에 미치는 영향에서 대인관리 요인($\beta=.405$), 훈련관리 요인($\beta=.158$), 신체관리 요인($\beta=.279$)이 사회적 요인에 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 결정계수는 $R^2=.479$ 로 47.9%의 설명력을 가지는 것으로 나타났다.

3.2 자기관리가 사회적기술 척도에 미치는 영향

<표 9>는 자기관리가 사회적 기술척도에 미치는 영향에서 대인관리 요인($\beta=.339$), 훈련관리 요인($\beta=.252$), 신체관리 요인($\beta=.387$)이 자기주장 요인에 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 결정계수는 $R^2=.474$ 로 47.4%의 설명력을 가지는 것으로 나타났다.

Table 9. Self-Management Factors that Affect the self-assertion

	Coefficient of non-standard		Coefficient of standard	t
	b	Std.E	β	
interpersonal management	.289	.058	.339	5.664***
training management	.274	.063	.252	4.317***
body management	.362	.056	.387	6.411***
R^2	.474			
F	37.516***			

*** $p<.001$

Table 10. Self-Management Factors that Affect the egocontrol

	Coefficient of non-standard		Coefficient of standard	t
	b	Std.E	β	
interpersonal management	.098	.045	.133	2.200*
training management	.156	.057	.172	2.722**
body management	.450	.059	.474	7.697***
R^2	.453			
F	34.390***			

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

<표 10>은 자기관리가 사회적 기술척도에 미치는 영향에서 대인관리 요인($\beta=.133$), 훈련관리 요인($\beta=.172$), 신체관리 요인($\beta=.474$)이 자아통제 요인에 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 결정계수는 $R^2=.453$ 으로 45.3%의 설명력을 가지는 것으로 나타났다.

Table 11. Self-Management Factors that Affect the cooperation

	Coefficient of non-standard		Coefficient of standard	t
	b	Std.E	β	
interpersonal management	.057	.040	.088	1.422
training management	.373	.051	.470	7.276***
body management	.167	.052	.201	3.199**
R^2	.429			
F	31.248***			

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

<표 11>은 자기관리가 사회적 기술척도에 미치는 영향에서 훈련관리 요인($\beta=.470$), 신체관리 요인($\beta=.201$)

이 협동 요인에 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 결정계수는 $R^2=.429$ 로 42.9%의 설명력을 가지는 것으로 나타났다.

3.3 미래핵심 역량이 수행능력에 미치는 영향

Table 12. Future Core Competencies Factors that Affect the self-assertion

	Coefficient of non-standard		Coefficient of standard	t
	b	Std.E	β	
recognition	-.079	.045	-.095	-1.739
affective	.415	.046	.503	9.065***
social	.464	.055	.445	8.459***
R^2	.581			
F	97.208***			

*** $p<.001$

<표 12>는 미래핵심역량이 사회적 기술척도에 미치는 영향에서 정의적 요인($\beta=.503$), 사회적 요인($\beta=.445$)이 자기주장 요인에 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 결정계수는 $R^2=.581$ 로 58.1%의 설명력을 가지는 것으로 나타났다.

Table 13. Future Core Competencies Factors that Affect the egocontrol

	Coefficient of non-standard		Coefficient of standard	t
	b	Std.E	β	
recognition	.076	.054	.091	1.418
affective	.240	.054	.287	4.427***
social	.432	.065	.407	6.631***
R^2	.428			
F	52.465***			

*** $p<.001$

Table 14. Future Core Competencies Factors that Affect the cooperation

	Coefficient of non-standard		Coefficient of standard	t
	b	Std.E	β	
recognition	.201	.047	.274	4.271***
affective	.241	.048	.330	5.070***
social	.179	.057	.193	3.139***
R^2	.426			
F	52.007***			

*** $p<.001$

<표 13>은 미래핵심역량이 사회적 기술척도에 미치는 영향에서 정의적 요인($\beta=.287$), 사회적 요인($\beta=.407$)

이 자아통제 요인에 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 결정계수는 $R^2=.428$ 로 42.8%의 설명력을 가지는 것으로 나타났다.

<표 14>는 미래핵심역량이 사회적 기술척도에 미치는 영향에서 인지적 요인($\beta=.274$), 정의적 요인($\beta=.330$), 사회적 요인($\beta=.193$)이 협동 요인에 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 결정계수는 $R^2=.426$ 으로 42.6%의 설명력을 가지는 것으로 나타났다.

4. 논의

4.1 자기관리가 미래핵심역량에 미치는 영향

김병수, 이동호, 류호상[36]의 연구에서 자기관리행동의 하위요인인 정신관리, 생활관리, 고유행동관리, 몸관리는 스포츠자신감에 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 문창일[37]의 연구에서 자기관리행동의 하위요인인 정신관리, 고유행동관리, 훈련관리는 수행집중력에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이러한 결과들은 자기관리가 미래핵심역량인 인지적, 정의적, 사회적으로 영향을 미친다는 본 연구결과에 대해 충분한 설명력을 가지는 것을 알 수 있으며, 특히 이만옥[38]의 연구에서 자기관리의 수준 및 지각의 정도가 높을수록 성취목표와 신체적 자기개념에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타나 자기관리를 위한 몸 관리와 훈련관리 상황에서 운동수행이나 일상생활, 사회성 증진을 위해 다양한 측면에서 자기 스스로를 조절하고 노력하기 때문이라 생각되며, 이것은 Maderick, Zhang, Hartley & Marchand[39]는 인지적 요인과 행동적 요인으로 결합되어 있는 자기관리는 심사 숙고할 수 있는 능력, 문제 해결 능력, 계획하는 능력과 평가 능력, 자기점검, 자기평가, 자기강화 등이 포함된다 고 하여 스포츠센터 지도자들은 일련의 행동들을 실천하고 있음을 알 수 있다. 따라서 스포츠센터 지도자들은 운동을 수행하는 과정에서의 본인들의 신체관리, 훈련관리, 대인관리가 필요하며, 보여 주기 위한 것이 아닌 자기 자신의 성향 또는 자질로써의 자기관리가 필요하다. 뿐만 아니라 지도자에게 많은 영향을 받는 참여자들을 위해 그들의 특성을 고려한 세심한 배려와 운동상황이나 운동참여에 따른 부담감을 감소시킬 수 있는 방법까지도 파악하고 지도할 수 있는 능력배양에 대한 자기관리와 노력 또한 필요하다.

4.2 자기관리가 사회적기술 척도에 미치는 영향

지삼엽, 이영경, 임연희[40]의 연구결과 자기관리는 자아성취에 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 박한숙과 조동관[41]의 연구결과 자기관리는 자기효능감에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 또한 최미란[42]의 연구결과 자기관리는 자기성찰에 영향을 미치는 것으로 나타나 본 연구결과인 자기관리가 자기주장, 자아통제, 협동에 영향을 미치는 것을 지지하는 것으로 나타났다. Foster & Ritchey[43]는 사회적 기술에 대하여 어떤 상황에서 개인과 개인이 서로 상호작용을 할 수 있고, 긍정적인 효율성을 극대화하고 유지할 수 있다고 하였는데 본 연구에서 자기관리가 사회적기술 척도에 영향을 미치는 것은 지도자들의 경우 평소 철저한 신체관리를 하며, 연습이나 훈련상황에서 부담감을 감소시키거나 극복하기 위한 노력을 하며, 특히 스포츠 참여자들이나 스포츠센터 회원들과의 유기적인 관계 유지에 보다 적극적인 것이라 생각되며, 지도자들의 철저한 자기관리는 스포츠 참여자들이나 스포츠센터 회원들에게 모범이 되고 인정을 받음으로써 효율적인 사회적 상호작용에도 영향을 미치게 되는 요인이기 때문이라 사료된다.

4.3 미래핵심역량이 사회적기술 척도에 미치는 영향

소미영[44]의 연구결과 핵심역량과 효능감은 관계가 있는 것으로 나타났으며, 윤혜영[45]의 연구결과 핵심역량이 조직유효성에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 박주연[46]의 연구결과 핵심역량은 조직시민행동과 브랜드시민행동에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이러한 선행연구의 결과들은 본 연구결과인 미래핵심역량이 사회적기술 척도에 영향을 미치는 것에 대해 충분한 설명력을 가지고 있으며, Spencer & Spencer[47]는 역량을 개인의 내적 특성으로서 다양한 상황에서 나타나는 지속적 행동 및 사고방식으로 규정하였으며, 동기, 특성, 자기 개념, 지식, 기술 등이 해당된다고 하였다. Odom, McCommell. & McEvoy[48]는 사회적 기술이란 대인관계의 목적을 달성하기 위한 통합적인 활동의 과정에 조건과 행동을 조직화할 수 있는 능력으로 다양한 대인관계에서 표현되고 적절한 언어적, 비언어적 반응들을 조정하여 전달하는 것이라 하였는데 지도자들은 자신의 전공이나 운동종목에 대한 해박한 지식을 토대로 자기관리 행동을 하며, 연습 및 지도 상황을 파악하고, 그것에 대

한 적절한 기술을 선택하고, 상황에 미칠 영향을 평가할 수 있는 자기조절 행동을 하기 때문이라 사료된다. 또한 운동이나 참여자를 대상으로 하는 지도, 업무수행에 따른 스트레스나 문제점에 대한 해결을 위해 다른 사람의 감정 이해, 분노조절, 도덕적인 행동, 감정표현, 자기에 대해 긍정적인 태도, 책임 있는 행동, 자기 돌보기 등 사회적기술 수행 증진을 위한 노력들을 하고 있기 때문이라 생각되어 진다. 따라서 스포츠센터의 지도자들은 본인 스스로 핵심역량을 기반으로 한 일상생활과 업무수행이 필요하며, 본인의 사고와 노력, 의지도 중요하지만 현실적이고 실효성을 위해 동료 지도자와 회원 및 참여자들 사이에 역량의 의미와 중요성에 대한 공감대의 형성이 필수적이라 하겠다.

5. 결론 및 제언

5.1 결론

본 연구는 스포츠센터 지도자의 자기관리가 미래핵심역량과 사회적 기술척도에 어떠한 영향을 미치는 지 알아보고 우수한 지도자 발굴 및 육성을 위한 기초적인 자료를 제공하고자 한다.

이에 따라 다음과 같은 결론을 얻을 수 있었다.

첫째, 자기관리가 미래핵심역량에 미치는 영향에서 자기관리의 대인관리, 훈련관리, 신체관리 요인은 미래핵심역량의 인지적, 정의적, 사회적 요인에 유의한 영향을 미친다.

둘째, 자기관리가 사회적기술 척도에 미치는 영향에서 자기관리의 대인관리, 훈련관리, 신체관리 요인은 사회적 기술척도의 자기주장, 자아통제, 협동에 유의한 영향을 미친다.

셋째, 미래핵심역량이 사회적기술 척도에 미치는 영향에서 미래핵심역량의 인지적, 정의적, 사회적 요인은 사회적 기술척도의 자기주장, 자아통제, 협동에 유의한 영향을 미친다.

이를 종합적으로 살펴보면 스포츠센터 지도자들은 체력과 기술, 경기력이 회원 및 일반 참여자들보다 높은 최상의 수준까지 유지할 수 있는 능력을 습득하는 것이 중요하다. 따라서 지도자들 스스로 자기관리에 대한 중요성을 인식하고, 자기관리 문제를 해결할 수 있는 능력과 환경조성이 필요하다. 또한 지도자들 개개인의 특성과

환경을 고려하여 자기관리행동에 적합하고 효율적인 방안을 강구하고, 동료 지도자를 비롯한 회원들과의 원활한 관계를 유지하기 위한 사회적 기술을 향상시키기 위한 노력 또한 중요하다고 사료된다.

5.2 제언

첫째, 대구-경북지역 스포츠센터 지도자들을 대상으로 조사를 실시하였으므로 전체적으로 일반화시키기에 한계가 있다. 따라서 후속 연구에서는 전체적인 단위 확대에 대한 연구를 통한 일반화의 시도가 필요하겠다.

둘째, 지도자의 자기관리, 미래핵심역량, 사회적기술 척도에 대한 다양한 요인에 대한 연구가 요구된다.

References

- [1] H. M. Lim, "The correlation about re-enrollment of memberships and preference according to leadership of the trainers in the commercial gym", Unpublished Master's thesis, Sookmyung Women's University, 2009.
- [2] K. S. Kim, "Analysis on social determinative factors of the adherence of participation at the commercial sports centers", Unpublished Doctor's thesis, Seoul National University, 2004.
- [3] H. G. Eun, S. C. Lee, "The causal relationships among job satisfaction, organizational identification, organizational commitment and turnover intention in sports centers instructor", *Journal of Coaching Development*, vol. 7, no. 1, pp. 181-189, 2005.
- [4] B. S. Kim, D. H. Lee, H. S. Ryu, "Relationship between Self-Management Behavior and Sports Confidence of University Soccer Athletes.", *Journal of Coaching Development*, vol. 14, no. 3, pp. 34-41, 2012.
- [5] B. J. Kim, "The Effects of Psychological Skills Training on Mental Game and Golf Performance", *Korean Journal of Sport Psychology*, vol. 14, no. 2, pp. 213-233, 2003.
- [6] J. T. Lee, J. W. Kim, "The Relationship Between the Psychological Skills and Self Management Strategies Among Track and Field Reserve Athletes in Middle and High School", *Korean Journal of Sport Science*, vol. 20, no. 4, pp. 877-884, 2009.
- [7] J. H. Hur, "Structural Validation of Athletes' Self-Management Measurement and Cause and Effect Model Test", Unpublished Doctor's thesis, Chungang University, 2001.
- [8] R. T. Jones, R. E. Nelson, A. E. Kazdin, "The role of external variables in self reinforcement: A review", *Behavior Modification*, vol. 1, pp. 147-178, 1997. DOI: <https://doi.org/10.1177/014544557712001>
- [9] T. R. Athey, M. S. Orth, "Emerging competency methods for the future", *Human Resource Management*, vol. 38, no. 3, pp. 215-226, 1999. DOI: [https://doi.org/10.1002/\(SICI\)1099-050X\(199923\)38:3<215::AID-HRM4>3.0.CO;2-W](https://doi.org/10.1002/(SICI)1099-050X(199923)38:3<215::AID-HRM4>3.0.CO;2-W)
- [10] D. S. Rychen, L. H. Salganik, "Defining and Selecting Key Competencies. Göttingen, Germany", Hogrefe & Huber Publishers, 2001.
- [11] T. W. Lee, "An Empirical Study on the Effect of Value Innovation Strategy and Core Competence on Business Performance", Unpublished Doctor's thesis, Kyonggi University, 2011.
- [12] H. K. Kang, "The Development and validation of the social behavior rating scale for young children", Unpublished Doctor's thesis, Chungang University, 2009.
- [13] K. N. Sin, "The Effects of Social Skill Training on Self-Esteem and Self-Expression of Children under Broken Families", *Korean Journal of Sport Science*, vol. 2, no. 10, pp. 57-76, 2010.
- [14] R. T. Jones, R. E. Nelson, A. E. Kazdin, "The role of external variables in self reinforcement: A review", *Behavior Modification*, vol. 1, pp. 147-178, 1997. DOI: <https://doi.org/10.1177/014544557712001>
- [15] B. H. Lee, "Relationships among Level of Training Goal of Squash Players, Self-Management and Performance", Unpublished Master's thesis, Korea National Sport University, 2007.
- [16] M. N. Park, "The influences of HEXACO on self-management and satisfaction of performance in middle and high school student athletes", Unpublished Master's thesis, Ewha Women's University, 2009.
- [17] S. Y. Lee, "Development and Application of English Performance Assessment Models Based on Key Competencies in Elementary School", Unpublished Doctor's thesis, Korea National University of Education, 2006.
- [18] A. J. Kwak, "A validation study on the Learning-Related Social Skill scale of young children and its relationship with learning ability", Unpublished Doctor's thesis, Ewha Women's University, 2006.
- [19] Y. S. Yoo, Y. H. Y., "A Meta-analysis of Social Skills Training for Socially Isolated Children", *Korean Journal of Child Studies*, vol. 22, no. 4, pp. 51-67, 2001.
- [20] J. A. Kelly, "Social skills training: A practical guide for intervention", New York: Spring Publishing Company, 1982.
- [21] J. M. Libet & P. M. Lewinsohn, "Concept of social skill with reference to the behavior of depressed persons", *Journal of Counseling & Clinical Psychology*, vol. 40, pp. 304-312, 1983. DOI: <https://doi.org/10.1037/h0034530>
- [22] S. S. Bum, H. J. Seo, I. H. Park, "Relationship among Athletic performance, Self-management and Career Preparation Behaviors of Golf Majored Students", *Journal of Korean Society for the study of Physical Education*, vol. 19, no. 1, pp. 99-111, 2014.
- [23] Y. M. Kim, Y. M. Kim, "The Relation among the Self-management on the Stress and Countermeasures of Skating Athletes", *Journal of Coaching Development*, vol. 13, no. 3, pp. 77-85, 2011.
- [24] J. H. Lee, H. S. Kang, "The Relationship among Self Management, Stress and Deviant Behavior of Judo Athletes", *Journal of Coaching Development*, vol. 17,

- no. 3, pp. 189-196, 2015.
- [25] J. H. Choi, C. H. Park, "The Relationship among Self-Management, Partnership, and Satisfaction of Participating through Dancesport Players", *Journal of Wellness*, vol. 10, no. 3, pp. 15-27, 2015.
- [26] S. H. Jeong, "The Effects of the Secretaries' Core Competencies on Job Satisfaction and Organizational Commitment", *The Korean Association of Secretarial Studies*, vol. 13, no. 1, pp. 23-43, 2004.
- [27] Y. H. Yoon, Y. S. Yoon, "A Study for the effect of Job Characteristics and Core Competency of the Convention Project Managers on Organizational Effectiveness", *Journal of Tourism & Leisure Research*, vol. 28, no. 9, pp. 377-392, 2016.
- [28] S. C. An, "The effects of the Sports Passion and Exercise Continuance Intension on the Self Management of Boxing Participants of Sports for all", Unpublished Master's thesis, Korea National Sport University, 2015.
- [29] S. J. Kwon, "The study on influences among sports participants' physical self-perception, self-management, flow and subjective well-being", Unpublished Doctor's thesis, Korea University, 2012.
- [30] J. Y. Kil, "The Relationship Between Self-Management and Learning-flow of The Arts high School's Students Specializing in Dance", Unpublished Master's thesis, Kyonggi University, 2012.
- [31] S. Y. Park, "Mediating Effects of Behavioral Regulation Competence between Future Core Competencies and High School Korean Language Achievement", Unpublished Master's thesis, Ewha Women's University, 2012.
- [32] M. H. Kang, H. O. Heo, I. H. Jo, J. H. Shin, J. H. Seo, "Developing an Educational Performance Indicator for New Millennium Learners", *Journal of Research on Technology in Education*, vol. 43, no. 2, pp. 157-170, 2010. DOI: <https://doi.org/10.1080/15391523.2010.10782567>
- [33] J. Y. Hong, "Effects of Instructional Design Factors in Learner's Key Competency", Unpublished Master's thesis, Chungang University, 2015.
- [34] A. J. Kwak, "A validation study on the Learning-Related Social Skill scale of young children and its relationship with learning ability", Unpublished Doctor's thesis, Ewha Women's University, 2006.
- [35] F. M. Gresham, S. N. Elliott, "Social skills rating system manual. American Guidance Service", 1990.
- [36] B. S. Kim, D. H. Lee, H. S. Ryu, "Relationship between Self-Management Behavior and Sports Confidence of University Soccer Athletes", *Journal of Coaching Development*, vol. 14, no. 3, pp. 34-41, 2012.
- [37] C. I. Mun, "The Influences of Self-Management and Psychological Skills on Concentration among Elite Shooting Athletes", *Journal of Coaching Development*, vol. 13, no. 2, pp. 47-57, 2011.
- [38] M. O. Lee, "The effect of taekwondo player's self-management and competitive anxiety on physical self-concept and competitive performance achievement goal before the competition", Unpublished Doctor's thesis, Kyunghee University, 2010.
- [39] J. A. Maderick, S. Zhang, K. Hartley, G. Marchand, "Competence", *Journal of Educational Computing Research*, vol. 54, no. 3, pp. 326-351, 2015. DOI: <https://doi.org/10.1177/0735633115620432>
- [40] S. U. Ji, Y. K. Lee & Y. H. Im, "An Effect of Dance-Majoring Middle/High School Students' Self-management competency on Self fulfillment", *Resach of Dance Education*, vol. 12, no. 1, pp. 229-246, 2012.
- [41] H. S. Park, D. G. Cho, "The Effect of Self-Management Skill Training on Elementary", *Students' Self-Directed Learning Attitude and Self-Efficacy*, vol. 3, no. 2, pp. 1-18, 2009.
- [42] M. R. Choi, "The relations among Sensitivity Intelligence, Self-managment and Self-reflection of the Athlete", *The Korean Journal of Physical Education*, vol. 54, no. 3, pp. 231-242, 2015.
- [43] S. L. Foster, W. L. Ritchey, "Issues in assessment of social competence in children", *Journal of Applied Behavior Analysis*, vol. 12, no. 4, pp. 625 - 638, 1979. DOI: <https://doi.org/10.1901/jaba.1979.12-625>
- [44] M. Y. So, "The influence of creative leadership on the teachers' core competency :the mediating effects of the teacher efficacy", Unpublished Master's thesis, Chungang University, 2013.
- [45] Y. H. Yoon, "A Study for the effect of Job Characteristics and Core Competency of the Convention Project Managers on Organizational Effectiveness", Unpublished Doctor's thesis, Kyunghee University, 2016.
- [46] J. Y. Park, "A study on the leadership core competences, organizational citizenship behavior, and brand citizenship behavior", Unpublished Master's thesis, Hanyang University, 2015.
- [47] L. Spencer, S. Spencer, "Competence at work: Models for superior work", New York: John Wily and Sons, 1993.
- [48] S. L. Odom, S. R. McCommell, M. A. McEvoy, "significance of competence", In S. L. Odom, S. R. Mcconnell, & M. A. McEvoy(Eds.). *Social competence of young children with disabilities*, Baltimore, MD: paul H. Brookes, 1992.

최 환 석(Hwan-suk Choi)

[정회원]



- 2001년 8월 : 계명대학교 대학원 체육학과 (체육학석사)
- 2007년 2월 : 계명대학교 대학원 체육학과 (체육학박사)
- 2012년 1월 ~ 2013년 1월 : University of Oregon, Courtesy Senior Research Assistant
- 2013년 9월 ~ 현재 : 계명대학교 사회체육학과 초빙조교수
- 2016년 12월 ~ 현재 : 계명대학교 사회체육학과 조교수

<관심분야>

스포츠산업, 스포츠경영, 스포츠마케팅, 사회체육