

# 양궁선수들의 자기효능감이 스트레스 대처방식에 미치는 영향: 또래애착의 매개효과를 중심으로

우원루<sup>1</sup> · 조옥연<sup>2\*</sup>  
국민대학교 박사과정<sup>1</sup> · 국민대학교 교수<sup>2</sup>

## Influence of Self-Efficacy on Stress Coping Styles of Chinese Archery Athletes: Focusing on The Mediating Effect of Peer Attachment

Wu, Wenlu<sup>1</sup> · Jo, Woogyeon<sup>2\*</sup>  
Kookmin University<sup>1,2</sup>

### Abstract

This study was constructed a media model to explore the relationship between archery athletes' self-efficacy, peer attachment and stress coping styles. The research included 218 professional archers from various regions in China as participants. Test papers were utilized to collect data, and the analysis was conducted using SPSS 26.0 and Process Macro. The research results can be summarized as follows: First, it was determined that peer attachment plays a mediating role in the relationship between self-efficacy and the stress coping styles of athletes, with this mediating effect being partially mediated. Second, communication was found to mediate the manner in which athletes cope with stress. In this context, the mediating effect is partial. Third, trust was identified as a mediator in how athletes cope with stress. In this case, the mediating effect is partially mediated. Fourth, alienation was observed to act as a mediator in how athletes deal with stress. In this instance, the mediating effect is partial. It can be observed that as an athlete's self-efficacy increases, their level of peer attachment and the effectiveness of their stress coping styles also increase.

Key words : Archery athletes, stress coping style, self-efficacy, peer attachment

\* woogijo@kookmin.ac.kr

## I. 서론

### 1. 연구의 필요성 및 목적

최근 Facebook, Instagram, Twitter, YouTube, TikTok 등 주요 소셜미디어에 게재된 Sport On Social League Table 2023의 글로벌 스포츠 인기도 조사에 따르면 양궁이 15위를 차지하였다(Redtorch, 2023). 우리의 일반적인 인식과는 달리 양궁의 국제 인지도가 높다는 사실을 알 수 있으며, 엘리트 선수 수준뿐만 아니라 일반인들의 생활체육 수준에서도 관련 산업이 급격히 증가하는 추세를 보이고 있음을 알 수 있다. 양궁에 대한 사회적 관심이 높아지며 양궁 대회 빈도나 선수들의 미디어 노출도 증가하고 있으며, 동시에 선수들이 느끼는 스트레스도 주요 이슈로 주목받고 있다(Ruffault, Bernier, Fournier, & Hauw, 2020).

국제올림픽위원회(IOC)가 발행한 Consensus Statement (2019)에 의하면 운동선수들의 심리적 장애에 대한 대응 전략을 체계적으로 제시하고 있는데, 운동선수들에 대한 정신건강 문제로 인한 피해를 최소화하기 위해 알코올, 수면, 약물 등 보다 구체적인 대응 전략에 주의를 기울여야 한다고 제안하고 있다. 하지만 이러한 국제올림픽위원회의 권고에도 불구하고 운동선수들 여전히 경기력 및 기타 다양한 원인에 의한 스트레스를 경험하고 있음을 알 수 있다(Reardon, Hainline & Aron, 2019). 양궁 종목의 특성상 고도의 집중력을 요하고 운동 자체가 지닌 기술의 예민함으로 인해서 심리 관련 분야가 매우 중요하게 인식되기에 선수들이 지니는 스트레스는 크고 경기력에 매우 중요한 변수라고 할 수 있다(김영숙, 박인천, 2019; Wang et al., 2022).

양궁선수들이 경험하는 심리적 스트레스에 대한 관리가 경기력에 차지하는 비중이 매우 높아짐에 따라, 이와 관련된 다양한 학술적 관심이 경주되고 있다(이성국, 강현욱, 2020). 스트레스 대처방식이란 능력 이

상으로 평가되는 수요에 대응하기 위해 인지 및 행동을 지속해서 변화시키려는 노력을 말한다(Lazarus & Folkman, 1984). 개인의 스트레스 대응 능력은 스트레스 여부를 결정하며, 효과적인 스트레스 대응 전략을 채택할 때 더 이상 스트레스로 평가되지 않는다(Meyer, 2003). 따라서 선수들이 경험하는 스트레스를 개념화하여 이에 대한 적절한 스트레스 대처방식을 처방하는 작업이 필요하다. 선수의 스트레스 대응 능력은 개인의 심리적인 스트레스 지수를 완화하고 궁극적으로 경기력에도 매우 큰 영향을 미치기 때문이다(최승실, 김영숙, 박인천, 2020).

적극적인 스트레스 대처방식은 개인이 스트레스에 더 효율적으로 대처하고 스트레스 반응을 완화하며 긍정적인 정신건강 수준을 향상시키는데 도움이 되기 때문에 장려되어야 한다(김진영, 2014). 또한, 삶의 만족도와 주관적 행복감, 자기 수용 태도와 자기 삶을 이끄는 능력인 자아 정체성을 영향을 미치기 때문에(손정희, 2020; 신조은, 2016), 양궁선수들에게 있어 적극적인 스트레스 대처방식을 강구할 필요가 있음을 의미한다.

선수들의 스트레스 대처방식과 이에 따른 경기력과 상관관계에 대한 사실이 입증됨에 따라, 선수들의 스트레스 대처에 영향을 주는 요인에 대한 학술적인 관심이 경주되어 왔다(이성국, 강현욱, 2020). 선수들의 스트레스 대처에 영향을 미치는 요인은 여러 가지로 제시되고 있는데, Wang 연구팀(2022)은 그 중 자기효능감에 대한 효과에 대해 언급하였다. 자기효능감은 능력에 대한 개인의 판단으로 정의되며, 이러한 판단에 따라 원하는 목표를 달성하기 위해 행동을 조직하고 수행한다(Bandura, 1987). 자기효능감이 낮은 선수의 경우 불안이 증가하며 스트레스를 회피하려는 대응 행동의 징후가 발견된다(Cabanach, Valle, Rodríguez, Piñeiro & González, 2010). Carver와 Scheier(1994)가 스트레스 상황에 대한 개인 반응을 연구한 결과, 사건에 의해 유발된 감정이 부정적일수록 스트레스 대응 방

식의 선택도 부정적으로 변하며 낮은 자기효능감을 나타냈다. 그리고 Benight와 Bandura(2004)는 사회 인지 이론을 기반으로 외상 회복의 맥락에서 사건에 대한 스트레스 대응 방식에서 자기효능감의 중요성을 강조하였다.

Salehi, Mohd Rasdi & Ahmad(2015)는 실증연구를 통해서 자기효능감과 스트레스 대응방식의 유효성은 개인이 처한 주변 환경에 따라 영향을 받을 수 있음을 주장하였다. 사회적 지원, 가족 상태, 조직 분위기 및 문화요인 등을 포함한 사회환경적 요인은 스트레스에 직면했을 때 개인의 부정적인 심리적 반응을 완화하기 위한 적극적인 지원 전략을 제공해줄 수 있다(Meeus & Dekovic, 1995). 운동선수를 둘러싼 주변 환경으로 인해 스트레스와 정서적 문제에 노출되고 우울과 불안이 증가하게 된다(된다(Liu et al., 2021; Panchal, Salazar de Pablo & Franco, 2023). 스트레스 대처방식의 경우 문제의 심각성은 스트레스 대처가 개인의 내면적 문제에 한정된 것이 아니라, 사회적 수준의 환경 문제에 영향을 받는다는 것이다(Mazur, Przepiórka & Sobol, 2023). 즉 스트레스를 관리하기 위해서는 개인의 심리적 측면과 아울러 사회환경적 측면도 고려되어야 한다는 것이다. 따라서 운동선수 개인의 적극적인 스트레스 대처방식을 강조하는 동시에 개인의 주변 환경과 스트레스 대처방식 사이의 관계에 주의를 기울여야 할 필요성이 있다(Ryu et al., 2021).

따라서 본 연구에서는 양궁선수와 관련된 사회환경적 요소로 동료들을 포함하는 포래애착을 도입하였다. 애착은 일반적으로 지속적이고 고도의 정서적 유대감으로 정의되며(Arnsden & Greenberg, 1987), 이러한 개념을 토대로 사회적 애착이 정신건강에 미치는 영향을 규명할 수 있다(Ainsworth, Blehar, Waters & Wall, 1978). 긍정적인 동료 관계는 포래애착의 발달을 위한 토대를 마련하는 동시에 견고한 포래애착의 형성을 촉진할 수 있다. 개인이 동료들에게 받아들여지고 이해되고 중시된다고 느낄 때 정서적 유대감과 애착을

형성할 가능성이 더 크다(Panchal et al., 2023). 포래 관계가 부족하면 부정적인 사회적응 장애, 모험적 행동이 증가하는 문제가 발생할 수 있으며(Fang, Lei, Lin, Zhang & Zhou, 2023), 포래애착은 집단에서의 적응력(김옥진, 강원국, 이준철, 2022), 정체성(박찬미, 조현경, 김재철, 2020) 및 안정적인 정서 향상에 도움이 된다(주지영, 2021).

포래애착 관계가 가까울수록 자기효능감 수준이 좋으며, 반대로 포래애착 관계가 부족하면 자기효능감 수준이 낮고 정상적인 생활과 사고 활동에 부정적인 영향을 미치게 된다(정귀임, 김장희, 2016). 구미향(2012) 포래애착이 스트레스 대처방식에 영향을 미친다는 사실을 규명하였으며, Tian, Chen & Wu(2020).는 안정적인 포래 애착을 가진 사람은 스트레스와 관련된 부정적인 심리적, 생리적 결과를 경험하는 비율이 줄어든다는 사실을 규명하였다.

따라서 포래애착, 자기효능감, 스트레스 대처방식 변수 간의 고찰은 운동선수의 정신건강 증진을 위한 다양한 조치를 모색하고, 적극적인 스트레스 대처방안을 제공하는 데 도움이 될 수 있다(박미애, 김세경, 천성문, 2013). 자기효능감이 적극적인 스트레스 대처방식을 촉진하는 데 있어 포래애착을 통하여 긍정적인 영향을 미칠 수 있게 되는 것이다. 운동선수의 포래애착은 다른 사람과 더 적극적으로 연락할 수 있고, 심리적 욕구 만족도와 안정감이 보장되는 상태를 제공해 준다(Davis, Jowett, Sörman & Ekelund, 2022). 동료들 간의 포래애착은 스포츠 행동에 긍정적이거나(예: 인정 및 지원) 부정적인(예: 비찬성 및 비판) 피드백을 제공하며, 이러한 피드백은 향후 종목에 참여하면서 인지하는 기술 능력과 내적 동기에 영향을 미친다(Chan et al., 2019). 따라서 운동선수의 자기효능감과 스트레스 간의 관계를 규명하는 데 있어 포래애착의 매개효과에 대한 연구가 필요하다.

따라서 본 연구의 목적은 양궁선수의 자기효능감이 스트레스 대처방식에 미치는 영향을 분석하고, 그 경

로에서 포래애타의 매개 역할을 검증하는 데 있다. 현재 자기효능감, 스트레스 대처방식 및 포래애타에 대한 연구 대상은 주로 일반 아동(이진희, 2007) 및 청소년(Liu, Dou, Yu, Nie & Zheng, 2021)에 집중되어 운동선수를 대상으로 한 연구는 부족한 실정이다. 따라서 이번 연구를 통하여 양궁선수의 스트레스 대처방식에 영향을 미치는 원인을 보다 심층적으로 규명할 기회를 마련해준다는 점에서 학술적 의미를 둘 수 있다. 본 연구에서 설정한 구체적인 연구문제는 다음과 같다.

1. 양궁선수의 자기효능감, 포래애타, 스트레스 대처방식은 상관관계가 있는가?
2. 양궁선수의 자기효능감이 포래애타를 매개하여 스트레스 대처방식에 영향을 미치는가?
  - 2-1. 양궁 선수의 자기효능감이 의사소통을 매개하여 스트레스 대처방식에 영향을 미치는가?
  - 2-2. 양궁 선수의 자기효능감이 신뢰를 매개하여 스트레스 대처방식에 영향을 미치는가?
  - 2-3. 양궁 선수의 자기효능감이 소외를 매개하여 스트레스 대처방식에 영향을 미치는가?

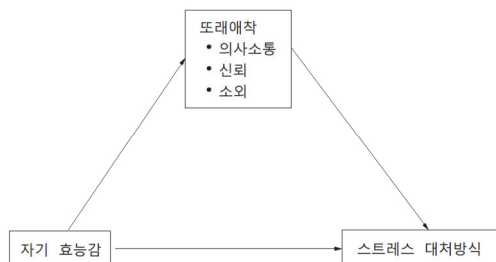


그림 1. 연구모형

## II. 연구방법

### 1. 연구대상

본 연구는 중국의 현역 양궁선수를 모집단으로 설

정하였다. 설문조사는 2023년 5월부터 6월까지 약 한 달간 편의표본추출법을 활용하여, 중국 산시(山西)성, 후베이(湖北)성, 양취안(陽泉)시, 다둥(大同)시, 충칭(重慶)시, 스자좡(石家莊)시, 탕산(唐山市) 양궁팀 등 2개 성(province), 5개 시(city) 총 7개 양궁팀의 선수를 대상으로 설문조사를 실시하였다.

수집된 223부의 설문지 중 불성실하게 답변한 5부의 설문지를 제외하고 총 218부가 분석에 사용되었다. 조사 대상의 일반적인 특성은 <표 1>과 같다.

표 1. 연구 대상 일반 특성(N=218)

| 변인       | 구분          | 빈도  | %    |
|----------|-------------|-----|------|
| 성별       | 남자          | 129 | 59.0 |
|          | 여자          | 89  | 41.0 |
| 연령       | ~12         | 3   | 1.4  |
|          | 12~18       | 151 | 69.2 |
|          | 18~25       | 45  | 20.6 |
|          | 25 이상       | 19  | 8.7  |
| 양궁 경력    | ~1년         | 22  | 10.1 |
|          | 1~3년        | 63  | 28.9 |
|          | 3~5년        | 65  | 29.8 |
|          | 5년 이상       | 68  | 31.2 |
| 선수 기술 등급 | 운동선수        | 112 | 51.4 |
|          | 3급 선수       | 5   | 2.3  |
|          | 2급 선수       | 24  | 11.0 |
|          | 1급 선수       | 63  | 28.9 |
|          | 운동 실력자      | 9   | 4.1  |
|          | 세계적인 스포츠 스타 | 5   | 2.3  |

## 2. 측정도구

### 1) 자기효능감

자기효능감 척도는 Schwarzer, R와 Schwarzer, C(1996)의 연구에서 사용된 문항을 본 연구의 목적에 맞게 수정·보완하여 총 두 가지 요인으로 구성하였다. 자기효능

감에 관련한 설문지 문항 구성은 일반 효능감 7문항, 사회적 효능감 5문항 등 총 12문항으로 구성하였다.

응답 문항의 신뢰도를 검증하기 위해 내적 일관성 신뢰도 검증 방법인 Cronbach's  $\alpha$  검사를 실시한 결과, 내적 일관성 신뢰도 계수는 일반 효능감 .898, 사회적 효능감 .750이었고 전체 소외감 척도의 신뢰도는 .875이었다. 본 연구에 사용된 자기효능감의 내부일관성계수는 Cronbach's  $\alpha$ =.875, 구조효도 KMO=.859이며, Bartlett 구형검정은  $p<.01$ 로 유의성이 높다.

## 2) 스트레스 대처방식

스트레스 대처방식 척도는 유진과 박성준(1998)의 연구에서 사용된 문항을 본 연구의 목적에 맞게 수정·보완하여 총 네 가지 요인으로 구성하였다. 스트레스 대처방식에 관련한 설문지 문항은 초연 대처 5문항, 문제 중심적 대처 5문항, 정서 중심적 대처 3문항, 회피 대처 4문항 등 총 17문항으로 구성하였다.

응답 문항의 신뢰도를 검증하기 위해 내적 일관성 신뢰도 검증 방법인 Cronbach's  $\alpha$  검사를 실시한 결과, 내적 일관성 신뢰도 계수는 초연 대처 .830, 문제 중심적 대처 .869, 정서 중심적 대처 .787, 회피 대처 .720이었고 전체 소외감 척도의 신뢰도는 .854이었다. 본 연구에 사용된 스트레스 대처방식의 내부일관성계수는 Cronbach's  $\alpha$ =.854이며, 구조효도 KMO=.859이며, Bartlett 구형검정  $p<.01$ 은 매우 유의하다.

## 3) 포래애착

포래애착 척도는 Armsden과 Greenberg(1987)의 연구에서 사용된 문항을 본 연구의 목적에 맞게 수정·보완하여 총 세 가지 요인으로 구성하였다. 포래애착에 관련한 설문지 문항 구성은 의사소통 4문항, 신뢰 4문항, 소외 3문항 등 총 11문항으로 구성하였다.

응답 문항의 신뢰도를 검증하기 위해 내적 일관성

신뢰도 검증 방법인 Cronbach's  $\alpha$  검사를 실시한 결과, 내적 일관성 신뢰도 계수는 의사소통 .906, 신뢰 .807, 소외 .753이었고 전체 소외감 척도의 신뢰도는 .896이었다. 본 연구에 사용된 포래애착의 내부 일관성 계수는 Cronbach's  $\alpha$ =.890이고 구조적 효능 KMO=.870이며, Bartlett 구형 검정  $p<.01$ 은 매우 유의하다.

## 3. 자료분석

본 연구의 자료 분석은 SPSS 26.0 통계 소프트웨어를 사용하여 수행되었으며, 구체적인 자료 분석 방법은 다음과 같다.

첫째, 연구 참여자의 일반 특성을 분석하기 위한 목적으로 기술통계를 수행하였으며, 측정 도구의 신뢰도 분석을 위해 Cronbach's  $\alpha$ 값을 도출하였고 타당도 확인을 위해 확인적 요인분석을 실시하였다.

둘째, 자기효능감, 포래애착, 스트레스 대처방식 변인 간의 상관관계 분석(Pearson's Correlation Analysis)을 시행하였다.

셋째, 자기효능감이 스트레스 대처방식에 미치는 데 있어 포래애착의 매개효과를 검증하는 방법으로 Hayes(2018)의 PROCESS macro procedure for SPSS의 model 4를 사용하여 실시하였다.

## III. 연구결과

### 1. 상관관계 분석결과

본 연구의 측정 변인들의 평균과 표준편차를 산출하고 연구 변인 간 상관관계를 <표 2>에 제시하였다. 먼저 자료가 정상분포의 가정을 충족하고 있는지 검토하기 위해 왜도와 첨도 값을 살펴보았다. 허진영, 마해영(2013)에 따르면 왜도(Skewness)의 절대값이 3, 첨도(Kurtosis)의 절대값이 8 또는 10을 초과하지 않으면

면 정규성에 위배되지 않는다. 본 연구모형에 투입된 주요 변인의 왜도 -.275~-.043, 첨도 -.410~.176 범위로 나타나 정규성에 위배 되지 않는 것으로 확인되었다.

상관관계 분석 결과 주요 변인 간의  $r$ 값은 .591~.729의 범위에서 나타났으며, 유의수준( $p<.05$ )내에서 통계적으로 유의한 관계가 있는 것으로 나타났다. 분석 결과, 기준치인 .8 보다 작으므로 판별타당성을 만족시키는 것으로 나타나 다중 공선성에는 문제가 없는 것으로 판단된다(송지준, 2009).

표 2. 이변량 상관관계 분석 결과

|           | 자기효능감  | 스트레스 대처방식 | 또래애착  |
|-----------|--------|-----------|-------|
| 자기효능감     | 1      |           |       |
| 스트레스 대처방식 | .729** | 1         |       |
| 또래애착      | .591** | .628**    | 1     |
| M         | 4.196  | 3.770     | 3.757 |
| SD        | .720   | .580      | .674  |
| Skewness  | -.275  | -.043     | -.228 |
| Kurtosis  | -.410  | -.409     | .176  |

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

## 2. 자기효능감과 스트레스 대처방식 관계에서 또래애착의 매개효과

자기효능감이 또래애착을 매개하여 스트레스 대처 방식에 미치는 영향에 대한 결과는 <표 3>, <그림 2>와 같다.

자기효능감은 또래애착에 유의한 영향을 미치고 있고( $\beta=.6200$ ,  $p<.01$ ), 또래애착은 스트레스 대처방식에 유의한 영향을 미치고 있어( $\beta=.1779$ ,  $p<.01$ ) 또래애착은 자기효능감과 스트레스 대처방식 사이를 매개하는 것으로 나타났다. 이때, 자기효능감이 스트레스 대처 방식에 영향을 미치고 있어( $\beta=.4769$ ,  $p<.01$ ) 부분 매개 효과가 있는 것을 알 수 있다.

총효과

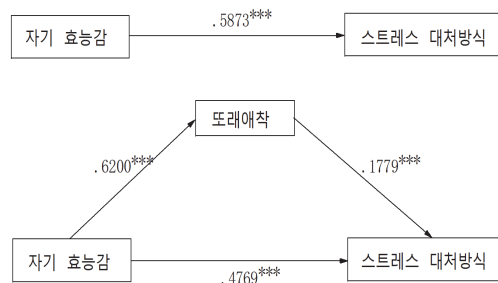


그림 2. 자기효능감과 스트레스 대처방식 관계에서 동료 또래애착의 매개효과

표 3. 자기효능감과 스트레스 대처방식 관계에서 또래애착의 매개효과

| 변수                          | coeff  | se    | t       | p     | LLCI  | ULCI   |
|-----------------------------|--------|-------|---------|-------|-------|--------|
| 매개변수 모형(종속변수: 또래애착)         |        |       |         |       |       |        |
| 상수                          | .9766  | .2466 | 3.9606  | .0001 | .4906 | 1.4625 |
| 자기효능감                       | .6200  | .0579 | 10.7036 | .0001 | .5058 | .7341  |
| F=114.5681 p=.0000 R2=.3466 |        |       |         |       |       |        |
| 종속변수 모형(종속변수: 스트레스 대처방식)    |        |       |         |       |       |        |
| 상수                          | 1.1322 | .1596 | 7.095   | .0000 | .8176 | 1.4467 |
| 자기효능감                       | .4769  | .0448 | 10.6519 | .0000 | .3887 | .5652  |
| 또래애착                        | .1779  | .0425 | 4.1853  | .0000 | .0941 | .2618  |
| F=140.3919 p=.0000 R2=.5663 |        |       |         |       |       |        |

LLCI: 95% 신뢰구간 내에서 하한값, ULCI: 95% 신뢰구간 내에서 상한값

한편, 매개효과에 대해 재검증과 더불어 효과분해를 위하여 Bootstrap을 활용한 결과를 <표 4>에 제시하였다. 매개효과 검증을 위해 5,000개의 Bootstrap 표본을 추출하여 분석한 결과 총효과는 .5873(.6249 ~.5497)으로 95% 신뢰구간 내에 '0'을 포함하지 않아 유의미한 것으로 나타났다. 직접효과는 .4769(.5217 ~.4321)로 95% 신뢰구간에서 '0'을 포함하지 않아 유의미한 것으로 나타났다. 간접효과는 .1103(.1418 ~.0788)으로 95% 신뢰구간에서 '0'을 포함하지 않아 유의미한 것으로 나타났다.

### 1) 자기효능감과 스트레스 대처방식 관계에서 의사소통의 매개효과

자기효능감이 의사소통을 매개하여 스트레스 대처방식에 미치는 영향에 대한 결과는 <표 5>, <그림 3>와 같다.

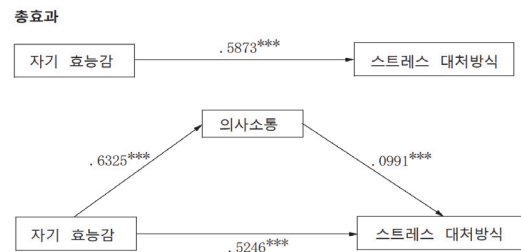


그림 3. 자기효능감과 스트레스 대처방식 관계에서 의사소통의 매개효과

자기효능감은 의사소통에 유의한 영향을 미치고 있고( $\beta=.6325$ ,  $p<.01$ ), 의사소통은 스트레스 대처방식에 유의한 영향을 미치고 있어( $\beta=.0991$ ,  $p<.01$ ) 의사소통은 자기효능감과 스트레스 대처방식 사이를 매개하는 것으로 나타났다. 이때, 자기효능감이 스트레스 대처방식에 영향을 미치고 있어( $\beta=.5246$ ,  $p<.01$ ) 부분 매개효과가 있는 것을 알 수 있다.

표 4. 자기효능감과 스트레스 대처방식의 관계에서 토래매착의 간접효과 검증

| 변수   | effect | se    | boot LLCI | boot ULCI | 효과비율% |
|------|--------|-------|-----------|-----------|-------|
| 총효과  | .5873  | .0376 | .5132     | .6613     | -     |
| 직접효과 | .4769  | .0448 | .3887     | .5652     | .81   |
| 간접효과 | .1103  | .0315 | .0531     | .1762     | .19   |

LLCI: 95% 신뢰구간 내에서 하한값, ULCI: 95% 신뢰구간 내에서 상한값

표 5. 자기효능감과 스트레스 대처방식 관계에서 의사소통의 매개효과

| 변수                          | coeff  | se    | t       | p     | LLCI  | ULCI   |
|-----------------------------|--------|-------|---------|-------|-------|--------|
| 매개변수 모형(종속변수: 의사소통)         |        |       |         |       |       |        |
| 상수                          | .7976  | .3056 | 2.6101  | .0097 | .1953 | 1.3998 |
| 자기효능감                       | .6325  | .0718 | 8.8115  | .0000 | .4910 | .7740  |
| F=114.5681 p=.0000 R2=.3466 |        |       |         |       |       |        |
| 종속변수 모형(종속변수: 스트레스 대처방식)    |        |       |         |       |       |        |
| 상수                          | 1.2269 | .1598 | 7.6782  | .0000 | .9120 | 1.5419 |
| 자기효능감                       | .5246  | .0431 | 12.1739 | .0000 | .4396 | .6095  |
| 의사소통                        | .0991  | .0350 | 2.8284  | .0051 | .0300 | .1681  |
| F=130.2456 p=.0000 R2=.5478 |        |       |         |       |       |        |

LLCI: 95% 신뢰구간 내에서 하한값, ULCI: 95% 신뢰구간 내에서 상한값

표 6. 자기효능감과 스트레스 대처방식의 관계에서 의사소통의 간접효과 검증

| 변수   | effect | se    | boot LLCI | boot ULCI | 효과비율% |
|------|--------|-------|-----------|-----------|-------|
| 총효과  | .5873  | .0376 | .5132     | .6613     | -     |
| 직접효과 | .5246  | .0431 | .4396     | .6095     | 89    |
| 간접효과 | .0627  | .0263 | .0114     | .1155     | 11    |

LLCI: 95% 신뢰구간 내에서 하한값, ULCI: 95% 신뢰구간 내에서 상한값

한편, 매개효과에 대해 재검증과 더불어 효과분해를 위하여 Bootstrap을 활용한 결과를 <표 6>에 제시하였다. 매개효과 검증을 위해 5,000개의 Bootstrap 표본을 추출하여 분석한 결과 총효과는 .5873(.6249 ~ .5497)으로 95% 신뢰구간에서 '0'을 포함하지 않아 유의미한 것으로 나타났다. 직접효과는 .5246(.5677 ~ .4815)로 95% 신뢰구간에서 '0'을 포함하지 않아 유의미한 것으로 나타났다. 간접효과는 .0627(.089 ~ .0364)으로 95% 신뢰구간에서 '0'을 포함하지 않아 유의미한 것으로 나타났다.

## 2) 자기효능감과 스트레스 대처방식 관계에서 신뢰의 매개효과

자기효능감이 신뢰를 매개하여 스트레스 대처방식에 미치는 영향에 대한 결과는 <표 7>, <그림 4>와 같다.

자기효능감은 신뢰에 유의한 영향을 미치고 있고( $\beta$

$=.5837$ ,  $p<.01$ ), 신뢰는 스트레스 대처방식에 유의한 영향을 미치고 있어( $\beta=.1275$ ,  $p<.01$ ) 신뢰는 자기효능감과 스트레스 대처방식 사이를 매개하는 것으로 나타났다. 이때, 자기효능감이 스트레스 대처방식에 영향을 미치고 있어( $\beta=.5128$ ,  $p<.01$ ) 부분 매개효과가 있는 것을 알 수 있다.

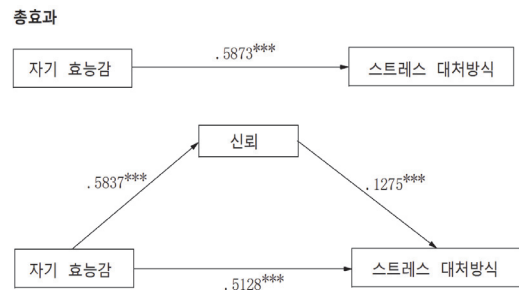


그림 4. 자기효능감과 스트레스 대처방식 관계에서 신뢰의 매개효과

표 7. 자기효능감과 스트레스 대처방식 관계에서 신뢰의 매개효과

| 변수                                       | coeff  | se    | t       | p     | LLCI  | ULCI   |
|------------------------------------------|--------|-------|---------|-------|-------|--------|
| 매개변수 모형(종속변수: 신뢰)                        |        |       |         |       |       |        |
| 상수                                       | 1.5393 | .3700 | 4.1604  | .0000 | .8100 | 2.2685 |
| 자기효능감                                    | .5837  | .0869 | 6.7163  | .0000 | .4124 | .7550  |
| F=45.1084 p=.0000 R <sup>2</sup> =.1728  |        |       |         |       |       |        |
| 종속변수 모형(종속변수: 스트레스 대처방식)                 |        |       |         |       |       |        |
| 상수                                       | 1.1096 | .1591 | 6.9742  | .0000 | .7960 | 1.4232 |
| 자기효능감                                    | .5128  | .0395 | 12.9698 | .0000 | .4349 | .5907  |
| 신뢰                                       | .1275  | .0282 | 4.5297  | .0000 | .0720 | .1830  |
| F=143.5920 p=.0000 R <sup>2</sup> =.5719 |        |       |         |       |       |        |

LLCI: 95% 신뢰구간 내에서 하한값, ULCI: 95% 신뢰구간 내에서 상한값

한편, 매개효과에 대해 재검증과 더불어 효과분해를 위하여 Bootstrap을 활용한 결과를 <표 8>에 제시하였다. 매개효과 검증을 위해 5,000개의 Bootstrap 표본을 추출하여 분석한 결과 총효과는 .5873(.6249 ~.5497)으로 95% 신뢰구간에서 '0'을 포함하지 않아 유의미한 것으로 나타났다. 직접효과는 .5128(.5523 ~.4733)로 95% 신뢰구간에서 '0'을 포함하지 않아 유의미한 것으로 나타났다. 간접효과는 .0744(.0960 ~.0528)으로 95% 신뢰구간에서 '0'을 포함하지 않아 유의미한 것으로 나타났다.

### 3) 자기효능감과 스트레스 대처방식 관계에서 소외의 매개효과

자기효능감이 소외를 매개하여 스트레스 대처방식에 미치는 영향에 대한 결과는 <표 9>, <그림 5>와 같다.

자기효능감은 소외에 유의한 영향을 미치고 있고( $\beta$

=.6161,  $p<.01$ ), 소외는 스트레스 대처방식에 유의한 영향을 미치고 있어( $\beta=.1079$ ,  $p<.01$ ) 소외는 자기효능감과 스트레스 대처방식 사이를 매개하는 것으로 나타났다. 이때, 자기효능감이 스트레스 대처방식에 영향을 미치고 있어( $\beta=.5207$ ,  $p<.01$ )부분 매개효과가 있는 것을 알 수 있다.

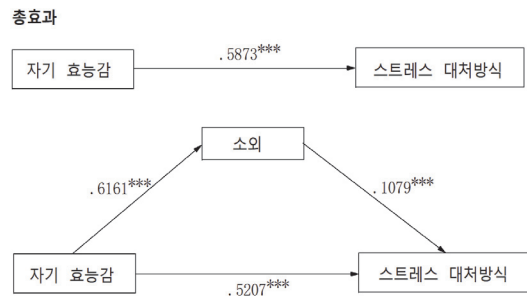


그림 5. 자기효능감과 스트레스 대처방식 관계에서 소외의 매개효과

표 8. 자기효능감과 스트레스 대처방식의 관계에서 신뢰의 간접효과 검증

| 변수   | effect | se    | boot LLCI | boot ULCI | 효과비율% |
|------|--------|-------|-----------|-----------|-------|
| 총효과  | .5873  | .0376 | .5132     | .6613     | -     |
| 직접효과 | .5128  | .0395 | .4349     | .5907     | 87    |
| 간접효과 | .0744  | .0216 | .0353     | .1199     | 13    |

LLCI: 95% 신뢰구간 내에서 하한값, ULCI: 95% 신뢰구간 내에서 상한값

표 9. 자기효능감과 스트레스 대처방식 관계에서 신뢰의 매개효과

| 변수                                       | coeff  | se    | t       | p     | LLCI  | ULCI   |
|------------------------------------------|--------|-------|---------|-------|-------|--------|
| 매개변수 모형(종속변수: 소외)                        |        |       |         |       |       |        |
| 상수                                       | 1.0084 | .3080 | 3.2738  | .0012 | .4013 | 1.6155 |
| 자기효능감                                    | .6161  | .0724 | 8.5151  | .0000 | .4735 | .7587  |
| F=72.5076 p=.0000 R <sup>2</sup> =.2513  |        |       |         |       |       |        |
| 종속변수 모형(종속변수: 스트레스 대처방식)                 |        |       |         |       |       |        |
| 상수                                       | 1.1971 | .1606 | 7.4554  | .0000 | .8806 | 1.5136 |
| 자기효능감                                    | .5207  | .0425 | 12.2390 | .0000 | .4369 | .6046  |
| 소외                                       | .1079  | .0346 | 3.1177  | .0021 | .0397 | .1762  |
| F=132.0798 p=.0000 R <sup>2</sup> =.5513 |        |       |         |       |       |        |

LLCI: 95% 신뢰구간 내에서 하한값, ULCI: 95% 신뢰구간 내에서 상한값

표 10. 자기효능감과 스트레스 대처방식의 관계에서 소외의 간접효과 검증

| 변수   | effect | se    | boot LLCI | boot ULCI | 효과비율% |
|------|--------|-------|-----------|-----------|-------|
| 총효과  | .5873  | .0376 | .5132     | .6613     | -     |
| 직접효과 | .5207  | .0425 | .4369     | .6046     | 89    |
| 간접효과 | .0665  | .0259 | .0206     | .1216     | 11    |

LLCI: 95% 신뢰구간 내에서 하한값, ULCI: 95% 신뢰구간 내에서 상한값

한편, 매개효과에 대해 재검증과 더불어 효과분해를 위하여 Bootstrap을 활용한 결과를 <표 10>에 제시하였다. 매개효과 검증을 위해 5,000개의 Bootstrap 표본을 추출하여 분석한 결과 총효과는 .5873(.6249 ~ .5497)으로 95% 신뢰구간에서 '0'을 포함하지 않아 유의미한 것으로 나타났다. 직접효과는 .5207(.5632 ~ .4782)로 95% 신뢰구간에서 '0'을 포함하지 않아 유의미한 것으로 나타났다. 간접효과는 .0665(.0924 ~ .0406)으로 95% 신뢰구간에서 '0'을 포함하지 않아 유의미한 것으로 나타났다.

#### IV. 논의

본 연구는 양궁선수의 자기효능감과 스트레스 대처방식의 관계에서 또래애착이 미치는 매개효과를 검증하는 것을 목적으로 한다. 특히, 양궁선수의 심리적·감정적 상황이 중요한 변수로 또래애착 전체뿐만 아니라 하위 변인별로 매개효과를 검증하였다. 본 연구 결과에 따른 논의는 다음과 같다.

첫째, 양궁선수의 자기효능감이 또래애착을 매개하여 스트레스 대처방식의 미치는 영향을 살펴 보면, 또래애착은 자기효능감이 스트레스 대처방식에 영향을 미치는 매개 효과가 있는 것으로 나타났다. 이때 매개효과는 부분매개로 나타났으며, 자기효능감은 또래애착에 유의한 영향을 미치고 있고, 또래애착도 스트레스 대처방식에 유의한 영향을 미치고 있어 또래애착은 자기효능감과 스트레스 대처방식 사이를 매개하는

것으로 나타났다. 또한 매개효과가 있는 것으로 판단한 것을 Bootstrap을 통해서 재검증을 분석한 결과 유의미한 것으로 나타났다. 이 결과는 이진희(2007)의 부모애착, 자기효능감 및 스트레스 대처방식 간의 관계에 대한 연구 결과와 일치한다. 자기효능감이 높은 사람은 안전하고 긍정적인 또래애착 관계를 개발할 가능성이 더 높다(Secer, Gulay Ogelman, Onder & Berengi, 2012). 긍정적인 또래애착 관계를 맺은 선수는 부정적인 스트레스 대처방식을 채택할 가능성이 적다(Shao, Stanzel, Duan, McKay & Cameron, 2023). 양궁 선수의 자기효능감과 정서 조절 능력은 운동 성능에 영향을 미치는 중요한 요소이다(Wang et al., 2022). 운동선수의 자기효능감에 대한 관심을 강화하고 운동선수의 긍정적인 심리 상태 조성을 위해 노력해야 할 것이다.

둘째, 양궁선수의 자기효능감이 의사소통을 매개하여 스트레스 대처방식에 미치는 영향을 살펴 본 결과, 의사소통은 양궁 선수의 자기효능감이 선수의 스트레스 대처방식에 영향을 미치는데 있어 매개효과가 있는 것으로 나타났다. 이때 매개효과는 부분매개로 나타났다. 자기효능감은 의사소통에 유의한 영향을 미치고 있고, 의사소통도 스트레스 대처방식에 유의한 영향을 미치고 있어 의사소통은 자기효능감과 스트레스 대처방식 사이를 매개하는 것으로 나타났다. 이때, 자기효능감이 스트레스 대처방식에 영향을 미치고 있어 부분매개 효과가 있는 것을 알 수 있다. 또한 자기효능감이 의사소통을 거쳐 스트레스 대처방식으로 가는 간접효과는 나타났다. Bootstrap을 통해서 재검증해 본

석한 결과 유의미한 것으로 나타났다. 이는 학생의 자기효능감이 높을수록 의사소통 능력이 높은 연구(Sriyanto, Murniawaty, Astuti, Febrianta & Hassan, 2022)와 의사소통 능력이 높을수록 스트레스 대처가 적극적으로 연구(신수정, 정면숙, 2016)와 맥락을 같이하며, 운동선수의 자기효능이 높으며 스트레스 대처에서는 적극적인 문제중심 대처와 초연적 대응을 선택하는 연구(원영인, 김지태, 김학환, 2018)와도 맥락을 같이한다. 비폭력적인 의사소통은 의사소통 능력과 자기효능감을 향상시키고 스트레스를 낮춘다(김춘숙, 이미옥, 이상복, 2016). 공감대 향상, 협력 강화, 사회적 책임 및 소통은 또래애착의 개발과 유지에 긍정적인 영향을 미친다(Ommundsen, Roberts, Lemyre & Miller, 2005).

셋째, 양궁선수의 자기효능감이 신뢰를 매개하여 스트레스 대처방식에 미치는 영향을 살펴 본 결과, 신뢰는 양궁선수의 자기효능감이 선수의 스트레스 대처방식에 영향을 미치는 데 있어 부분 매개효과 있는 것으로 나타났다. 또한, Bootstrap을 통해서 재검증한 결과 유의미한 것으로 나타났다. 이러한 결과는 자기효능감 수준이 높을수록 사회적 지지의 수준이 높아져 스트레스 대처방식에 영향을 미치는 것으로 보는 선행연구(정미선, 최선남, 2014))와 일치한다. 파트너 신뢰가 운동선수의 스트레스 대응에 긍정적인 영향을 미친다는 연구도 있는데, 이는 본 연구의 결과와 일치하지만 동시에 파트너 신뢰가 운동선수의 자기효능감에 미치는 영향의 인과관계를 보여준다(이종현, 정용학, 2014). 선행 연구에서 자기효능감이 좋고 신뢰가 강할수록 생활 적응에서 더 중요한 역할을 한다는 것을 알 수 있는데(최수인, 2015), 운동선수의 자기효능감과 파트너 신뢰는 서로 인과관계가 있음을 알 수 있다. 이를 통해 선수 간의 신뢰감은 팀 결속력을 통해 바로 경기력으로 나타날 수 있다는 사실에 주목할 필요가 있다(허진영, 마해영, 2013).

넷째, 양궁선수의 자기효능감이 소외를 매개하여

스트레스 대처방식에 미치는 영향을 살펴 본 결과, 소외는 자기효능감이 스트레스 대처방식에 영향을 미치는데 있어 매개효과가 있는 것으로 나타났다. 이때, 자기효능감이 스트레스 대처방식에 영향을 미치고 있어 부분매개 효과가 있는 것을 알 수 있다. 효과 분해를 하면 자기효능감이 소외를 거쳐 스트레스 대처방식으로 가는 간접효과로 나타났다. 한편, 매개효과가 있는 것으로 판단한 것을 Bootstrap을 통해서 재검증해 본 결과 통계적으로 유의미한 것으로 나타났다. 이러한 결과는 자기효능감의 향상은 집단에서의 소외행동을 감소시키고 관련 스트레스의 영향을 감소시킨다는 선행 연구들(이광호, 2016; Natvig, Albrektsen & Qvamstrøm, 2001)과 일치한다. 선수들 간의 신뢰도가 높을수록 팀 지향성이 높아지는 반면 선수들 간의 관계가 소원해질수록 팀 만족도가 낮아져 운동 성능에 영향을 미친다(김영형, 2020). 소외는 선수 개인의 정신 건강에 영향을 미치고 스트레스 대응 행동에 관여하는 동시에, 선수의 진로에도 영향을 미칠 수 있는 매우 중요한 임무를 수행한다(김유운, 2021; 최재섭, 박병익, 2019).

본 연구는 집단의 사회환경적 요인에 의한 양궁선수의 심리적 변화가 스트레스 대처방식에 미치는 영향을 심층적으로 규명했다는 점에서 독창성을 인정받을 수 있다. 다양한 하위 요인의 상관 분석에서 양궁선수의 회피 대처( $t=-.084$ )와 초연 대처는 유의한 상관관계를 나타내지 않았다. 이전 연구에서 운동 경력이 길고 운동 수준이 높은 선수일수록 스트레스 정서중심적 대처가 높고 회피 대처가 낮은 것으로 나타났다(계동현, 2015). 이는 연구 대상 선수들의 연령이 주로 13-18세 청소년기에 집중되어 있기 때문일 수 있다. Suparna와 Choudhury(2006)의 연구에 따르면, 청소년의 사회적 인지는 사물에 대한 처리 전략이 아직 성숙하지 않았으며, 청소년기는 인지 발달의 중요한 시기이자 신분 탐색, 독립적인 사고 및 의사 결정 능력의 발달을 경험하고 추상적이고 복잡한 개념을 생각하기

시작하며 점차 자신의 가치관과 신념 체계를 형성한다. 따라서 심리 관련 교육 및 학습의 부족은 스트레스를 진정으로 이해한다고 볼 수 없다.

또한 토래애착의 하위 요인인 신뢰는 스트레스 대처방식의 하위 요인인 회피 대처 여부와 관계가 없는 것으로 나타났다( $t=.106$ ). 선행연구에서는 토래애착에 대한 신뢰가 개인의 사회적 정서적 발달에 필수적이며, 동반자에 대한 신뢰가 부족할수록 능동적인 사회적 회피를 나타내는 것으로 나타났다(Zotova et al., 2018). 그러나 본 연구가 선행연구와 차이가 나는 이유는 양궁 종목에서 나타나는 특수한 문화적 요인일 가능성이 있기에(Elliot, 2008), 후속 연구를 통해 원인을 규명할 필요가 있다.

## V. 결론 및 제언

본 연구의 목적은 양궁선수의 자기효능감과 스트레스 대처방식의 관계에 토래애착의 매개효과를 규명하는 것이다. 본 연구의 결과를 요약하면 다음과 같다.

첫째, 양궁선수의 자기효능감, 토래애착, 스트레스 대처방식은 상관관계가 있다. 둘째, 양궁선수의 자기효능감이 토래애착을 매개하여 스트레스 대처방식에 영향을 미친다. 셋째, 양궁 선수의 자기효능감이 의사소통을 매개하여 스트레스 대처방식에 영향을 미친다. 넷째, 양궁 선수의 자기효능감이 신뢰를 매개하여 스트레스 대처방식에 영향을 미친다. 다섯째, 양궁 선수의 자기효능감이 소위를 매개하여 스트레스 대처방식에 영향을 미친다.

본 연구의 의의는 양궁선수의 자기효능감, 토래애착, 스트레스 대처방식 간의 영향 경로를 밝힌 것이다. 기존 선행연구에서 스트레스 대응 선택에 대한 운동선수의 자기효능감의 중요성이 입증되기도 하였지만, 운동선수의 자기효능감과 스트레스 대처방식의 관계에 있어 토래애착을 매개로 하는 관련 연구는 전혀

없었기에 학술적 독창성이 높다고 할 수 있다. 스트레스 대처방식에 관한 연구 결과는 양궁선수 양성에 있어 동료 관계에 더 많은 관심을 기울여야 한다는 함의를 바탕으로 스포츠 정책 수립에 대한 기초 자료를 제공해 줄 수 있을 것으로 판단된다. 또한, 운동선수 양성 관련 정책 수립과 관련해서 정신적 측면에 대한 방안을 더욱 적극적으로 마련해야 함을 의미하기도 한다.

연구 결과에 따른 실천적 제언은 다음과 같다. 첫째, 운동선수의 자기효능감을 높이기 위해서는 훈련과 정에서의 성공적인 경험을 중시하고, 적절한 임무와 목표를 정하고, 이를 참고하도록 유도해야 한다. 둘째, 운동선수의 토래애착을 높이기 위해서는 청소년들의 좋은 동반자 관계를 육성하고 그들에게 긍정적이고 지지적이며 안전한 사회 환경을 제공하는 데 중점을 두어야 한다. 셋째, 운동하는 과정 중에 동료끼리 경청하는 방식에 신경을 쓰고, 개인적 장점을 인정하며, 긍정적으로 반응하도록 유도해야 한다.

## 참고문헌

- 계동현(2015). **양궁선수의 완벽주의성향과 스포츠대처 및 운동수행의 관계**. 미간행 석사학위논문. 용인대학교 교육대학원.
- 구미향(2012). 정서행동문제아의 부모 및 토래에 대한 애착과 두려움, 스트레스 대처행동 간의 관계. **아동학회지**, 33(1), 133-145.
- 김영숙, 박인천(2019). 양궁선수들이 지각하는 경기력 관련 강점 요인. **한국스포츠심리학회지**, 30(3), 31-44.
- 김영형(2020). 과업갈등의 부정적 효과와 신뢰가 팀 지향성의 중요성에 관한 연구. **디지털융복합연구**, 18(3), 123-131.
- 김옥진, 강원국, 이준철(2022). 동물교감 집단활동이 초등학교 고학년 아동의 토래애착과 학교생

- 활적응에 미치는 영향. **인문사회** 21, 13(5), 15-28.
- 김유운(2021). **엘리트 축구선수의 은퇴기대와 운동 스트레스가 진로장벽 및 심리적 위기감에 미치는 영향**. 미간행 석사학위논문. 전남대학교 일반대학원.
- 김진영(2014). 자아강도, 스트레스 대처 및 긍정적 정신건강 간 관계에 대한 구조방정식 모델: 청소년을 중심으로. **한국심리학회지: 건강**, 19(1), 421-430.
- 김춘숙, 이미옥, 이상복(2016). 비폭력 의사소통교육이 간호사의 의사소통능력, 의사소통 자기효능감, 스트레스에 미치는 효과. **의료경영학연구**, 10(3), 9-17.
- 박미애, 김세경, 천성문(2013). 청소년의 심리적 안녕감 요인에 관한 메타분석. **재활심리연구**, 20(3), 627-652.
- 박찬미, 조현경, 김재철(2020). 부모의 양육태도, 또래 애착 및 진로관련대화가 청소년의 진로정체감에 미치는 영향. **청소년학연구**, 27(2), 467-492.
- 손정희(2020). 글쓰기문학치료가 대학생의 불안과 자아정체감에 미치는 영향 연구. **문화와융합**, 42(6), 339-365.
- 송지준(2009). **논문작성에 필요한 SPSS, AMOS 통계 분석방법**. 21세기사.
- 신수정, 정면숙(2016). 간호대학생의 의사소통능력, 스트레스 대처, 임상실습 스트레스와의 관계. **인문사회** 21, 7(5), 441-456.
- 신조은(2016). **긍정심리학에 근거한 집단음악치료가 저소득층 청소년의 주관적 안녕감과 심리적 안녕감에 미치는 영향**. 미간행 석사학위논문. 성신여자대학교 일반대학원.
- 원영인, 김지태, 김학환(2018). 대학 태권도선수의 자기효능감, 스트레스 대처방식, 은퇴불안의 관계. **한국체육학회지**, 57(2), 225-238.
- 유진, 박성준(1998). 스포츠 심리학: 스포츠 대처 척도의 개발과 구조적 타당화 검증. **한국체육학회지**, 37(2), 151-168.
- 이광호(2016). **고등학교 체육수업의 소외가 스트레스 및 자기효능감이 미치는 영향**. 미간행 석사학위논문. 경희대학교 대학원.
- 이성국, 강현욱(2020). 양궁선수에게 적용된 심리기술훈련 프로그램에 관한 체계적 문헌고찰. **한국스포츠학회지**, 18(2), 859-868.
- 이종현, 정용학(2014). 단체종목 운동선수들의 파트너 신뢰와 스트레스 대처 및 집단효능감의 관계. **한국스포츠학회지**, 12(1), 19-32.
- 이진희(2007). **아동이 지각한 부모애착, 자기효능감, 스트레스 대처행동의 관계**. 미간행 석사학위논문. 경인교육대학교 교육대학원.
- 정귀임, 김장희(2016). 중학생의 부모애착 및 또래애착과 스마트폰 중독의 관계에서 자기효능감의 매개효과. **재활심리연구**, 23(3), 599-614.
- 정미선, 최선남(2014). 미술치료사의 스트레스 대처, 사회적 지지, 자기효능감에 대한 대리외상 연구. **예술심리치료연구**, 10(3), 19-38.
- 주지영(2021). 청소년의 불안이 또래 애착에 미치는 영향: 부적응적인 인지적 정서조절전략의 매개효과. **청소년시설환경**, 19(2), 25-36.
- 최수인(2015). **초등학생의 자기효능감 및 교사에 대한 신뢰와 학교생활적응과의 관계**. 미간행 석사학위논문. 경인교육대학교 교육대학원.
- 최승실, 김영숙, 박인천(2020). 양궁선수들의 실패내성과 자기효능감의 관계. **코칭능력개발지**, 22(4), 15-23.
- 최재섭, 박병익(2019). 포토보이스를 활용한 대학운동선수의 상해경험 회복을 위한 인지재구성. **한국스포츠학회지**, 17(2), 863-880.
- 하미애(2014). **역기능적 의사소통 유형이 청소년의 스트레스에 미치는 영향**. 미간행 석사학위논문. 강남대학교 교육대학원.
- 허진영, 마해영(2013). 프로야구 선수들이 지각하는 구성원 신뢰와 팀 수행 관계에서 팀 응집력의 매개효과 검증: Phantom변수 기법. **한국스포츠심리학회지**, 24(4), 155-168.
- Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E., &

- Wall, S. (1978). *Patterns of attachment*. Erlbaum Associates, Hillsdale, NJ.
- Armsden, G. C., & Greenberg, M. T. (1987). The inventory of parent and peer attachment: Individual differences and their relationship to psychological well-being in adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 16(5), 427-454.
- Bandura, A. (1987). *Thought and action*. Madrid: Prentice Hall.
- Benight, C. C., & Bandura, A. (2004). Social cognitive theory of posttraumatic recovery: the role of perceived self-efficacy. *Behaviour Research and Therapy*, 42(10), 1129-48.
- Cabanach, R., Valle, A., Rodríguez, S., Piñeiro, I., & González, P. (2010). Motivational beliefs as a stress-protective factor in university students. *European Journal of Education and Psychology*, 3(1), 75-87.
- Carver, C. S., & Scheier, M. F. (1994). Situational coping and coping dispositions in a stressful transaction. *Journal of Personality and Social Psychology*, 66(1), 184-195.
- Chan, D. K., Keegan, R. J., Lee, A. S., Yang, S. X., Zhang, L., Rhodes, R. E., & Lonsdale, C. (2019). Toward a better assessment of perceived social influence: The relative role of significant others on young athletes. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 29(2), 286-298.
- Choudhury et al. (2006). Social cognitive development during adolescence. *Social Cognitive and Affective Neuroscience*, 1(3), 165-174.
- Davis, L., Jowett, S., Sörman, D., & Ekelund, R. (2022). The role of quality relationships and communication strategies for the fulfilment of secure and insecure athletes' basic psychological needs. *Journal of Sports Sciences*, 40(21), 2424-2436.
- Elliot, A. (2008). *Approach and avoidance motivation*. New York, USA: Psychology Press, 3-17.
- Fang, H., Lei, Z., Lin, L., Zhang, P., & Zhou, M. (2023). Family companionship and elderly suicide: Evidence from the Chinese Lunar New Year. *Journal of Development Economics*, 162, 103055.
- Hayes, A. F. (2018). *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A regression-based approach (Methodology in the Social Sciences)(2nd ed.)*. The Guilford Publications
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer Publishing Company.
- Liu, H., Dou, K., Yu, C., Nie, Y., & Zheng, X. (2021). The relationship between peer attachment and aggressive behavior among Chinese adolescents: the mediating effect of regulatory emotional self-efficacy. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(13), 7123.
- Liu, Y., Yue, S., Hu, X., Zhu, J., Wu, Z., Wang, J., & Wu, Y. (2021). Associations between feelings/behaviors during COVID-19 pandemic lockdown and depression/anxiety after lockdown in a sample of Chinese children and adolescents. *Journal of Affective Disorders*, 284, 98-103.
- Mazur-Socha, Z., Przepiórka, A., & Sobol, M. (2023). How do we cope when we believe we can? A systematic review and meta-analysis of studies on coping and negative mood regulation expectancies. *European Journal of Social Psychology*, 53(5), 1019-1035.
- Meeus, W., & Dekovic, M. (1995). Identity development, parental and peer support in adolescence: Results of a national Dutch survey. *Adolescence*, 30(120), 931-945.
- Meyer, I. H. (2003). Prejudice, social stress, and mental health in lesbian, gay, and bisexual populations: Conceptual issues and research evidence. *Psychological Bulletin*, 129(5), 674-697.

- Natvig, G. K., Albrektsen, G., & Qvarnström, U. (2001). School-related stress experience as a risk factor for bullying behavior. *Journal of Youth and Adolescence*, 30(5), 561-575.
- Ommundsen, Y., Roberts, G. C., Lemyre, P. N., & Miller, B. W. (2005). Peer relationships in adolescent competitive soccer: Associations to perceived motivational climate, achievement goals and perfectionism. *Journal of Sports Sciences*, 23(9), 977-989.
- Panchal, U., Salazar de Pablo, G., Franco, M. et al. (2023). The impact of COVID-19 lockdown on child and adolescent mental health: systematic review. *European Child and Adolescent Psychiatry* 32, 1151-1177.
- Reardon, C. L., Hainline, B., Aron C. M. et al. (2019). Mental health in elite athletes: International Olympic Committee consensus statement. *British Journal of Sports Medicine*, 53(11), 667-699.
- Redtorch (2023). Sport on social league table 2023. <https://redtorch.sport/sportonsocial-league-table-2023>.
- Ruffault, A., Bernier, M., Fournier, J., & Hauw, N. (2020). Anxiety and motivation to return to sport during the French COVID-19 lockdown. *Frontiers in Psychology*, 11, 610882.
- Ryu, S., Park, I. H., Kim, M., Lee, Y. R., Lee, J., Kim, H., & Kim, S. W. (2021). Network study of responses to unusualness and psychological stress during the COVID-19 outbreak in Korea. *Plos one*, 16(2), e0246894.
- Salehi, P., Mohd Rasdi, R., & Ahmad, A. (2015). Personal and environmental predictors of academics' work-to-family enrichment at research universities. *The Asia-Pacific Education Researcher*, 24, 379-388.
- Schwarzer, R., & Schwarzer, C. (1996). A critical survey of coping instruments. *Handbook of Coping: Theory, Research, Applications*, 107-132.
- Secer, Z., Gulay Ogelman, H., Onder, A., & Berengi, S. (2012). Analysing Mothers' Self-efficacy Perception towards Parenting in Relation to Peer Relationships of 5-6 year-old Preschool Children. *Educational Sciences: Theory and Practice*, 12(3), 2001-2008.
- Shao, S., Stanzel, A., Duan, T. Y., McKay, S. L., & Cameron, C. A. (2023). Adolescent Attachment, Affect, and Behavior as Related to Coping Responses to a Psychosocial Stressor. *In Child & Youth Care Forum*, 52, 761-777.
- Sriyanto, S., Murniawaty, I., Astuti, D. P., Febrianta, Y., & Hassan, Z. (2022). The Effect of Self-Efficacy and Assertive on Students' Business Negotiation and Communication Skills in Vocational High Schools (VHS). *International Journal of Early Childhood Special Education*, 14(1).
- Tian, Y., Chen, J., & Wu, X. (2020). Parental attachment, coping, and psychological adjustment among adolescents following an earthquake: a longitudinal study. *Anxiety, Stress, & Coping*, 33(4), 429-439.
- Wang, D., Hu, T., Luo, R., Shen, Q., Wang, Y., Li, X., & Yin, H. (2022). Effect of cognitive reappraisal on archery performance of elite athletes: The mediating effects of sport-confidence and attention. *Frontiers in Psychology*, 13, 860817.
- Zotova, O. Y., Tarasova, L. V., Shmidt, A. N., Solodukhina, O. S., Yu Zotova, O., V Tarasova, L., & S Solodukhina, O. (2018). Criteria And Structure Of Interpersonal Trust In Children From Orphanages. *European Proceedings of Social and Behavioural Sciences*, 43, 239-247.

논문투고일 : 2023. 11. 14.

심 사 일 : 2023. 11. 26.

게재확정일 : 2023. 12. 08.