

대학 축구선수의 긍정심리자본과 팀 성과 및 팀워크역량과의 관계

The Relationship between Positive Psychological Capital and Team Performance and Teamwork Competency of University Soccer Players

백남섭* (용인대학교/교수)

Nam-Sub Back *Yongin University*

요약

본 연구는 대학 축구선수의 긍정심리자본과 팀 성과 및 팀워크역량과의 관계 규명을 통해 대학 축구선수들이 긍정심리자본에 대한 다양한 활용과 이를 적용할 수 있는 방안을 모색하는데 목적이 있다. 이를 위해 현재 대학교에 재학중인 U리그 참가 선수를 모집단으로 선정하였으며, 편의표본추출법을 이용하여 설문지는 온,오프라인으로 병행하여 총 213부가 최종분석에 활용되어 다음과 같은 결과가 도출되었다. 첫째, 대학 축구선수의 긍정심리자본 중 희망과 자기효능감이 팀 성과에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 둘째, 대학 축구선수의 긍정심리자본 중 자기효능감과 희망, 회복탄력성 요인이 팀워크역량 요인 중 기능적 팀워크역량에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 셋째, 대학 축구선수의 긍정심리자본 중 자기효능감과 희망, 회복탄력성 요인이 팀워크역량 요인 중 인간적 팀워크역량에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 연구결과를 바탕으로 대학축구 지도자는 팀 성과 향상을 위해 선수들의 긍정적인 심리상태를 형성할 수 있도록 주기적인 스포츠 멘탈 상담 및 코칭 등의 기회를 제공하고, 선수들의 자신감 및 긍정적 심리를 주요 요인으로 인지하여 보다 구체적인 심리기술 교육과 훈련이 뒷받침되어야 할 것이다.

핵심 단어: 대학 축구선수, 긍정심리자본, 팀 성과, 팀워크역량

Abstract

The purpose of this study is to explore the various uses of positive psychological capital by college soccer players and ways to apply it by identifying the relationship between college soccer players' positive psychological capital, team performance, and teamwork capabilities. For this purpose, U-League participating players currently attending university were selected as the population, and using convenience sampling, questionnaires were administered both online and offline. A total of 213 copies were used in the final analysis, resulting in the following results. First, among the positive psychological capital of college football players, hope and self-efficacy were found to have a positive effect on team performance. Second, among the factors of teamwork competency among college football players' positive psychological capital, self-efficacy, hope factors, and resilience factors positively affect functional teamwork competency. Third, among the factors of teamwork competency among college football players' positive psychological capital, self-efficacy, hope factors, and resilience factors positively affect human teamwork competency. Based on the research results, college football leaders should provide opportunities such as periodic sports mental counseling and coaching to form a positive mental state of players, and recognize the players' confidence and positive psychology as major factors to support more specific psychological skills education and training.

Key words: University soccer players, Positive psychological capital, Team performance, Teamwork competency

* nspack@yongin.ac.kr

이 논문은 2022년도 용인대학교 학술연구조성비 재원으로 수행된 연구임

1. 서론

대학축구는 경기력 향상과 축구 팬들의 관심을 높이기 위해 U리그 명칭으로 2008년 5월부터 대한축구협회에서 개최하고 있으며(서재열, 2012), 2023년 현재 서울(11개)과 경기도(16개)를 비롯해 전국 87개 팀이 대한축구협회에 등록되어 10개 권역으로 U리그가 진행 중이다(Joinkfa, 2023). 대학축구 선수들은 유년 시절을 지나 아마추어(amateur)에서 프로(pro)로 넘어가는 단계로서 대학축구팀은 프로축구팀과는 다르게 프런트를 제외한 선수단 파트만 구성되어 있다. 이에 선수 개인적으로 매우 중요한 시기임과 동시에 미래에 대한 불안과 고민이 많아 슬럼프를 겪거나 선수 생활 중단을 생각하기도 한다. 이에 선수들의 고민을 해결해 줄 수 있는 코칭과 용기를 북돋아 줄 수 있는 배려 등 다양한 정보 제공을 통해 올바른 선택으로 이어질 수 있도록 하는 도움이 지도자에게 요구된다(모정일, 2022).

축구선수들의 경기력은 기술과 전술, 체력, 그리고 심리 요인 등의 복합 함수로서, 초창기 경기력을 결정짓는 다양한 요인들로 체력과 기술 요인에 중요성을 치중해 왔던 훈련방법에서 최근에는 선수들의 심리적인 요인이 경기 승패를 좌우한다는 연구들을 토대로 경기력의 결정요인으로 심리적 변인의 중요성이 부각되었다(김규석 및 남중웅, 2004). 이는 최고 수준의 경기력을 발휘하기 위해서는 과도한 심리적 부담을 효율적으로 통제하고 조절함으로써 선수 개개인이 정서적 안정과 자신감을 가지고 경기에 임해야 한다는 것이다. 이에 선수들은 자신의 포지션 몰입을 통한 갈등 극복에 노력하는 등 훌륭한 선수로의 성장을 위해 긍정심리자본을 구축하고 형성해 나아가고 있다.

긍정심리자본은 개인이 갖는 긍정적인 감정과 재능 함양을 바탕으로 최상의 기능을 이끌어내는 심리적 기제로서(황재욱, 조현기 및 윤아영, 2020), Luthans, Youssef & Avolio(2007)의 연구에서 조직의 성과를 향상을 위해서는 구성원들의 긍정적인 역량 수준 강화를 통해 이루어진다고 하였다. 또한 스포츠분야에서 팀 스포츠 선수의 긍정적 심리상태 진단은 경기력을 짐작할 수 있는 요소이며, 최고의 경기력 발휘를 통해 승리를 이끄는 중요한 요인으로 작용하기에 운동 상황에서 팀의 전략화된 성과와 관련성이 높다고 하였다. 따라서 대학축구 선수들에 있어 긍정심리자본은 경기력 발현과 성장의 충분조건 기능을 넘어(윤영길, 2010), 태도와 행동, 미래를 내다보는데 큰 의미가 있다(김은실 및 백운정, 2014). 이에 대해 학자들은 긍정심리자본에 대해 자기효능감과 낙관주의, 희망, 회복탄력성 등 4가지 요인으로 구분되어 제시하고 있으며(허정 및 안성식, 2015), 제시된 긍정심리자본의 하위 요인들에 대한 강점 활용을 통해 팀 발전을 위해서는 긍정적이고 새로운 방법을 찾아 경쟁우위를 점할 수 있다고 하였다. 특히 대학축구 선수는 각자 자신이 속한 팀의 구성원으로서 각자의 포지션에 열심히 임하며, 팀에 헌신하고 팀에 집중해 가는 등 팀 성과를 높이는데 역할을 해야하며(채신석, 2017), 팀원들의 특징적인 심리자본들이 조화롭게 연대 되어야만 팀의 성과를 기대할 수 있을 것이다.

스포츠 팀의 유효성을 알아볼 수 있는 방법으로 팀 성과는 다양한 결과변수로 연구되어져 왔는데(김수현 2007), 스포츠 현장에서는 실제적 및 운동수행 성과와 경기력, 팀워크 동조성 등의 변인으로 다양한 연구가 진행되어오고 있으며(박찬희 및 오방균, 2015; 한규원 및 권민혁, 2018), 궁극적인 팀 성과에 대해 이를 효과적으로 향상시킬 수 있는 방법을 다방면으로 논의하고 있다. 팀 성과를 향상시키기 위해서는 팀 분위기 형성을 중요하게 다루고 있는데, 이는 팀 내 긍정적인 분위기 형성이 선수 간의 능력을 최대한 발휘하여 성공적인 결과를 나타낼 수 있는 근본적 힘을 나타내고 있기 때문이다(윤인에 및 조은영, 2014). 이러한 팀 분위기는 팀에 있어 단결과 흥미, 재미, 개인 간의 신뢰 등을 바탕으로 긍정적 효과를 보일 때 팀을 유지하고 발전시키는 역할을 하고 있지만, 반면 부정적인 효과가 나타나게 되면 팀의 단합성의 문제 발생 등 나아가 구성원들의 사기 저하는 물론 해당 팀에 대한 해체를 초래할 수도 있다(정현영, 2006). 이렇듯 개인적인 역량이 우수하다고 해서 팀 전체의 역량이 제고되는 것이 아니라 팀원 개개인이 팀 내에서 팀원과의 상호작용을 통해 과업을 수행해야 하기 때문에 팀 수준의 조직과 통합, 상호작용에 대해서는 이해하고 있어야 한다(남부영, 2014). 이는 단순히 팀을 구성하는 개인역량의 총합이 팀역량이라기 보다는 개인역량 그 이상의 시너지를 포함하고 있다고 할 수 있다.

일반적으로 역량은 구성원이 과업을 수행하는데 있어 갖추어야 할 질적 지식과 기능, 특징, 그리고 속성을 지칭하며(Gorsline, 1996), 팀워크역량은 팀원이 공통 목적 달성을 위해 자신의 역할에 따라 책임과 협력을 통해 행동하는 것을 의미한다(김유경, 2013; Kalisch & Lee, 2011; Leggat, 2007). 이러한 팀워크역량은 팀이 높은 성과를 달성하는데 기여한 팀원의 내재적인 특징으로서 개인적 역량과 유사하지만, 성과에 의한 기여가 개인이 아닌 집단 수준에 관여한다는 점에서 일반적인 역량과 비교될 수 있다(이청아 및 홍아정, 2014). 스포츠에서 팀워크는 팀에 대한 경기력을 결정하는 능력으로서 팀의 승패에 있어 선수들의 핵심 귀인 요소로 주목받아 왔다(성창훈, 2017; 이용현 2009; 장예나, 2021). 팀워크역량 연구는 조직의 목표달성과 성과를 높이는 중요한 변수로서 간주되어 지면서 현재 교육학과 스포츠, 그리고 경영 및 인력관리 등의 분야에서 팀워크역량을 적용한 연구가 활발히 진행되고 있다(김미중 및 김경자, 2016; 안병진, 2013; 최문경 및 조미혜, 2011). 따라서 팀원 간에 서로 상호적으로 지지하고 협력하는 것은 팀 스포츠의 팀워크역량을 높이는데 매우 중요하며, 이러한 팀워크역량을 바탕으로 팀 구성원의 동기와 잠재력뿐 아닌 선수 개인의 역량 발휘에도 긍정적 영향을 가져오고 있다.

최고의 운동수행을 이루고 경기력을 극대화하려는 것은 지도자와 선수 모두에게 공통된 목표일 것이다. 이에 박상윤 및 이계승(2020)의 연구에서 최근에는 경기력 향상에 있어서 긍정심리자본은 팀의 성공적인 수행에 영향을 주는 요인으로 보고되고 있다. 더불어 많은 선행연구들에서 성공적인 스포츠 팀의 요인으로 선수만족(김소희 및 이원재, 2018; 허진영, 2003), 팀 분

위기 및 팀 성과와 경기력(김정환 및 곽택용, 2020; 박영민 및 임효성 2014; 이기백 2011)과 밀접한 관련이 있는 것으로 보고되었다. 또한 운동선수의 긍정심리자본은 팀 성과와 관련이 있다는 여러 연구(박상윤 및 이계승, 2020; 천성민 및 이동현, 2019; 황재욱, 조현기 및 윤아영, 2020; Wagstaff, Fletcher & Hanton, 2012), 그리고 팀워크역량은 조직의 효과성을 향상시키는 주요 요인으로 간주된다는 선행연구(안병진, 2013; 윤선화 및 김해룡, 2019; 이청아 및 홍아정, 2014; 정민주 및 장대성, 2012; 정성국, 2016)가 이러한 관계를 입증해 주고 있다.

이와 같이 긍정심리자본과 경기력 변인들과의 관계에 대한 효과성이나 중요성이 여러 선행연구에서 밝혀지고 있으나, 선수 개개인의 긍정심리자본과 경기력 요인으로 한정되어 분석이 이루어지고 있을 뿐 팀 스포츠에 있어서 팀 성과와 팀워크역량과의 관계가 어떻게 형성되고 있는지에 대한 연구는 미비한 실정이다. 특히 긍정심리자본은 팀 구성원이 설정한 목표를 위해 역동적이고 상호의존적으로 작용하는 과정이므로 대학 축구선수의 긍정심리자본과 팀 성과 및 팀워크역량과의 관계의 중요성은 매우 커질 것으로 판단되기에 이들의 관계 규명을 목적으로 대학 축구선수들이 긍정심리자본에 대한 다양한 활용과 팀 성과를 높이고 이를 적용할 수 있는 방안, 그리고 팀워크역량 강화 방안을 모색하고자 한다.

II. 연구방법

1. 연구대상

본 연구는 현재 대학교에 재학중인 U리그 참가 선수를 모집단으로 선정하였으며, 표집방법은 비확률표본추출법 중 편의표본추출법(convenient sampling)을 이용하여 2022년 11월 ~ 2023년 2월까지 약 3개월간 이루어졌다. 설문지는 온오프라인을 병행하였으며, 먼저 온라인으로는 N사의 설문지 폼을 이용하였으며, 오프라인은 해당 대학축구팀 감독에게 설문지 및 내용에 대한 협조와 허락을 득한 후 연구자와 사전 교육된 조사원 3명이 대학축구팀을 직접 방문하여 설문지 배포하고 자기평가기입법(self-administration)으로 작성하도록 한 후 현장에

표 1 연구대상자에 대한 일반적 특성

구분		빈도(N)	백분율(%)
학년	1학년	98	46.0
	2학년	51	23.9
	3학년	39	18.3
	4학년	25	11.8
입상경험	지역대회 입상	31	14.6
	전국대회 입상	108	50.7
	없음	74	34.7
운동경력	5년 미만	6	2.8
	5-7년 미만	19	8.9
	7년-10년 미만	113	53.1
	10년 이상	75	35.2
		213	100

서 직접 회수하였다. 회수된 설문지 중 응답이 불성실하거나 일괄 및 무기입된 14부를 제외한 213부(유효표본 93.8%)를 최종분석에 사용하였다. 연구대상자의 인구통계학적 특성은 다음 <표 1>과 같다.

2. 조사도구

1) 설문지 구성

본 연구의 조사도구는 설문지로서 현장 및 학계 3인을 통해 문항에 대한 적절성을 평가한 후 연구 목적에 맞게 수정 및 보완한 후 사용하였으며, 먼저 긍정심리자본은 Luthans, Avolio & Norman(2007)의 연구에서 개발한 척도로 권지환(2017)이 사용한 4개의 영역인 자기효능감(8문항), 낙관주의(5문항), 희망(4문항), 회복탄력성(5문항)인 총 22문항으로 구성하였으며, 팀 성과는 Hinds & Mortensen(2005)의 선행연구를 바탕으로 정예지 및 홍은아(2014)가 사용한 총 5문항으로 구성하였다. 또한 팀워크역량은 Hatcher & Rose(1991)와 윤정현(2001) 등의 연구를 토대로 정성국(2016)이 사용한 기능적 팀워크역량(8문항)과 인간적 팀워크역량(4문항)인 총 12문항으로 구성하였으며, 모든 문항에 대한 척도는 5점 리커트(likert) 척도를 활용하였다. 그리고 연구대상자에 대한 인구통계학적 특성은 3문항으로 구성하여 사용하였다.

3. 설문지의 타당도 및 신뢰도 검증

1) 긍정심리자본 구성요인에 관한 요인분석 결과

대학 축구선수의 긍정심리자본이 팀 성과와 팀워크역량 요인간의 구성타당도 검증을 위해 주성분분석을 통하여 직교회전방식인 Varimax방법을 이용하여 요인을 선정하고 그 설명 정도를 통해 요인을 추출하였다. <표 2>는 긍정심리자본에 대한 요인분석 결과로서, 전체 설명력이 58.732%로 총 4개의 요인이 추출되었고, 각각 자기효능감과 낙관주의, 희망, 회복탄력성 요인으로 명명하였다. 이렇게 추출된 각 항목의 요인 적재치 값이 모두 0.5 이상을 넘고 있어 요인적재량의 유의도는 모두 높은 것으로 나타났다. 또한 신뢰도 계수를 분석을 위한 Cronbach's α 계수를 분석한 결과, .714~.897로 나타났으며, 모든 요인에서 신뢰성의 채택기준인 0.7(Nunnally, 1994)을 만족시키고 있어 측정도구에 대해 신뢰성을 가지고 있는 것으로 평가되었다.

2) 팀 성과에 관한 요인분석 결과

<표 3>은 팀 성과에 대한 요인분석 결과로서, 전체 설명력이 71.297%인 단일요인으로 추출되었고, 각 항목의 요인 적재량은 모두 0.5 이상을 넘고 있어 요인적재량의 유의도는 모두 높은 것으로 나타났다. 또한 Cronbach's α 계수를 분석한 결과, .861로 나타났다.

표 2. 긍정심리자본 요인에 관한 요인분석 결과

문항	자기효능감	낙관주의	희망	회복탄력성
어떤 문제에 처해도 다양한 방법으로 수습	.823	.240	.170	.077
어떠한 문제에 부딪혀도 해결 방법을 알아냄	.784	.121	.012	.201
현재 나의 목표에 도달한 많은 방법들을 생각해 낼 수 있음	.769	.117	.236	.072
갑자기 어떤 일이 다가온다고 해도 바른 판단을 내릴 수 있음	.752	.159	.193	.222
새로운 문제에 직면해도 잘 수습하는 편	.714	.198	.210	.112
지금 이 순간 내 자신의 꽤 성공적이라고 생각	.614	.181	.029	.481
지금 현재 스스로 정한 목표를 따르고 있음	.610	.046	.137	.202
예측하지도 않은 일이 발생해도 적절하게 대응	.551	.315	.244	-.031
스트레스 사건들을 헤쳐나가기 힘겨움	-.206	-.771	-.168	.010
스트레스 사건으로부터 벗어 나는데 빠른 편	.151	.723	.225	.186
불안한 상황에서도 보통 최선의 결과가 나타나리라 생각	.043	.646	.314	.128
나에게 안 좋은 일이 일어날 것 같을 때는 안 좋은 일이 발생	-.407	-.617	.036	-.116
힘든 시기를 별 문제없이 이겨냄	.205	.579	-.214	.329
축구선수 생활은 나의 삶에 중요한 위치를 차지	.170	.167	.773	-.109
축구선수 생활은 나의 삶에 보람을 느낌	.218	.105	.712	.126
힘든 일도 내가 매진하면 해소	.213	-.016	.605	.472
난관에 봉착한다면 거기서 벗어나려 여러 가지 방안들을 숙지함	.339	.219	.517	.280
항상 내 미래에 대해서 낙관적	.125	.037	.012	.585
의도한 일을 해내는데 역경이 없다고 마음먹음	.357	.285	-.070	.569
언제나 내 능력을 믿기 때문에 어려운 상황에서도 당황스럽지 않음	.501	.380	.284	.547
현재 체력상태가 최고조로 목표에 더 다가가고 있음	-.073	.208	.342	.545
지금 내가 직면하고 있는 문제들을 해결할 길이 많음	.307	.089	.413	.524
Eigen-Value	5.017	2.900	2.580	2.424
설명력	22.804	13.180	11.728	11.019
누적설명력	22.804	35.984	47.712	58.732
Cronbach's α	.897	.714	.744	.714

Kaiser-Meyer-Olkin의 MSA=.865, Barlett의 구형성 검정 $\chi^2=3527.506$, $df=231$, $p=.000$

표 3. 팀 성과 요인에 관한 요인분석 결과

문항	팀 성과
나와 파트너는 경기를 잘함	.870
나와 파트너는 스케줄에 맞게 훈련함	.864
나와 파트너는 효율적으로 경기함	.848
나와 파트너는 훈련 수준이 높음	.828
나와 파트너는 경기의 수준이 높음	.810
Eigen-Value	3.565
설명력	71.297
누적설명력	71.297
Cronbach's α	.861

Kaiser-Meyer-Olkin의 MSA=.876,
Barlett의 구형성 검정 $\chi^2=871.549$, $df=10$, $p=.000$

3) 팀워크역량에 관한 요인분석 결과

팀워크역량에 대한 요인분석 결과(표 4), 전체 설명력이 63.239%로 총 2개의 요인이 추출되었고, 각각 기능적 팀워크역량과 인간적 팀워크역량 요인으로 명명하였다. 이렇게 추출된 각 항목의 요인 적재치 값이 모두 0.5 이상을 넘고 있어 요인적재량의 유의도는 모두 높은 것으로 나타났다. 또한 각 문항의 변인별 신뢰도 계수를 분석을 위한 Cronbach's α 계수를 분석한 결과, .827~.906로 나타났다.

표 4. 팀워크역량 요인에 관한 요인분석 결과

문항	기능적	인간적
선수들과 훈련, 경기에 원활한 의사소통	.836	.164
선수들과 훈련을 돕고 격려	.785	.135
팀의 모든 상황에 적극적 참여 협력	.784	.081
선수들과 경기, 훈련정보와 아이디어 교환	.746	.360
선수들과 말과 행동 이해 노력	.716	.191
팀 목표를 달성하기 위해 선수들과 의존	.697	.312
선수들과 상황과 입장 이해 노력	.668	.406
선수들과 경기, 훈련 관찰 및 실수 수정	.633	.374
선수들과 자주 만나고 교류	.137	.862
선수들에게 항상 관심 지님	.089	.846
선수들이 도움 요청 시 기꺼이 도와줌	.464	.646
선수들에게 내 생각, 의견 자유롭게 표현	.376	.616
Eigen-Value	4.714	2.875
설명력	39.282	23.957
누적설명력	39.282	63.239
Cronbach's α	.906	.827

Kaiser-Meyer-Olkin의 MSA=.855,
Barlett의 구형성 검정 $\chi^2=2194.448$, $df=66$, $p=.000$

3. 자료처리방법

자료처리는 유용한 설문지를 문항별로 코딩작업 후 SPSS 25.0 version을 활용하여 빈도분석과 탐색적 요인분석, 신뢰도 분석, 상관관계분석, 그리고 다중회귀분석을 실시하였으며, 통계적 유의수준은 $p<.05$ 로 하였다.

III. 연구결과

1. 연구변인 간 상관관계분석

〈표 5〉는 대학 축구선수의 긍정심리자본에 따른 팀 성과와 팀 워크역량과의 관계를 알아보기 위하여 상관분석을 실시한 결과, 구성개념들 간의 관계가 모두 $p < .01$ 수준에서 정(+)의 관계로 형성되었으며, 모든 항목에서 유의한 상관관계를 보였다. 이러한 결과는 변수들 간의 관계 방향이 일치하는 것으로 나타났다.

표 5. 연구변인간 상관관계 분석결과

	1	2	3	4	5	6	7
자기효능감	1						
낙관주의	.091	1					
희망	.538**	.150**	1				
회복탄력성	.622**	.238**	.578**	1			
기능적 팀워크역량	.420**	-.024	.306**	.144*	1		
인간적 팀워크역량	.350**	.006	.293**	.131*	.640**	1	
팀 성과	.467**	.097	.482**	.356**	.448**	.436**	1

** $p < .01$

2. 긍정심리자본이 팀 성과에 미치는 영향

대학 축구선수의 긍정심리자본이 팀 성과에 영향을 미치는 회귀분석 결과, 모형에 대한 설명력은 28.5%($R^2 = .285$)로 나타났다. 통계적으로 유의한 것으로 파악되었다($F = 30.739$, $p < .001$). 이를 구체적으로 살펴보면, 긍정심리자본 요인 중 낙관주의와 회복탄력성 요인을 제외한 희망($\beta = .332$, $t = 5.310$)과 자기효능감($\beta = .308$, $t = 4.713$) 요인 순으로 팀 성과에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다(표 6).

표 6. 긍정심리자본이 팀 성과에 미치는 영향

변인	B	β	t	p
(상수)	.954		2.621	.009
자기효능감	.335	.308	4.713	.000***
낙관주의	.052	.027	.535	.593
희망	.396	.332	5.310	.000***
회복탄력성	-.036	-.034	-.491	.623

$F = 30.739$, $R^2 = .285$, $p < .001$

*** $p < .001$

3. 긍정심리자본이 기능적 팀워크역량에 미치는 영향

대학 축구선수의 긍정심리자본과 팀워크역량 중 기능적 팀워크역량에 영향을 미치는 회귀분석 결과(표 7), 모형에 대한 설명력은 21.6%($R^2 = .216$)로 나타났으며, 통계적으로 유의한 것으로 파악되었다($F = 21.626$, $p < .001$). 이를 구체적으로 살펴보면, 긍정심리자본 요인 중 낙관주의 요인을 제외한 자기효능감($\beta = .476$, $t = 6.972$) 요인과 희망($\beta = .208$, $t = 3.185$), 회복탄력성($\beta = -.265$, $t = -3.682$) 요인 순으로 기능적 팀워크역량에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다.

표 7. 긍정심리자본이 기능적 팀워크역량에 미치는 영향

변인	B	β	t	p
(상수)	2.572		7.868	.000
자기효능감	.444	.476	6.972	.000***
낙관주의	-.059	-.036	-.675	.500
희망	.213	.208	3.185	.002**
회복탄력성	-.241	-.265	-3.682	.000***

$F = 21.626$, $R^2 = .216$, $p < .001$

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

4. 긍정심리자본이 인간적 팀워크역량에 미치는 영향

대학 축구선수의 긍정심리자본과 팀워크역량 중 인간적 팀워크역량에 영향을 미치는 회귀분석 결과(표 8), 모형에 대한 설명력은 15.56%($R^2 = .155$)로 나타났으며, 통계적으로 유의한 것으로 파악되었다($F = 21.626$, $p < .001$). 이를 구체적으로 살펴보면, 긍정심리자본 요인 중 낙관주의 요인을 제외한 자기효능감($\beta = .371$, $t = 5.228$) 요인과 희망($\beta = .227$, $t = 3.349$), 회복탄력성($\beta = -.229$, $t = -3.068$) 요인 순으로 인간적 팀워크역량에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다.

표 8. 긍정심리자본이 인간적 팀워크역량에 미치는 영향

변인	B	β	t	p
(상수)	2.611		7.178	.000
자기효능감	.371	.371	5.228	.000***
낙관주의	-.014	-.008	-.140	.889
희망	.250	.227	3.349	.001**
회복탄력성	-.223	-.229	-3.068	.002**

$F = 14.710$, $R^2 = .155$, $p < .001$

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

IV. 논의

본 연구는 대학 축구선수의 긍정심리자본이 팀 성과와 팀워크역량에 영향을 미치는 영향 관계를 분석하였으며, 구체적인 논의는 다음과 같다.

첫째, 대학 축구선수의 긍정심리자본이 팀 성과에 영향을 미치는 영향을 알아본 결과, 긍정심리자본 요인 중 희망과 자기효능감이 팀 성과에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 긍정심리자본의 세부요인 중 개인능력에 대한 희망에 대한 인지가 선수들 간 갈등요소를 낮춰주고 팀의 구성원으로서 목표를 달성할 수 있다는 믿음이 뒷받침될 때, 팀에 대한 만족감이 높아진다는 것을 알 수 있다. 따라서 본 연구결과를 통하여 긍정심리자본 중 자기효능감과 희망은 팀 성과에 직접적으로 영향을 미치는 요인이라는 것을 알 수 있었다. 이에 최광희 등(2016)의 연구에서는 프로배구구단 선수들의 긍정심리자본은 팀 성과에 유의한 정적 영향 관계가 있다고 하였으며, 안병진(2013)도 긍정심리자본이 팀워크역량에 영향을 미친다고 하여 본 연구결과를 뒷받침해주고 있다. 그리고 이청아 및 홍아정(2014)은 긍정심리자본이 조직구성원들 간의 조직 내 활동에

적극적인 참여를 유도한다고 하는 등 긍정심리자본의 역할을 잘 설명하고 있었다. 따라서 긍정심리자본은 팀 성과를 형성하는데 중요한 요인을 작용하기에 대학축구 지도자는 팀 성과 향상을 위해 선수들의 스트레스 같은 부정적 심리 태도의 개선보다는 긍정적인 심리상태를 형성할 수 있도록 선수들에 대한 스포츠 심리 코칭 및 상담 등의 기회를 지속적으로 제공하여 긍정적인 심리상태를 유지시켜야 할 것이다.

둘째, 대학 축구선수의 긍정심리자본이 팀워크역량 중 기능적 팀워크역량에 미치는 영향을 알아본 결과, 긍정심리자본 요인 중 낙관주의를 제외한 자기효능감과 희망, 회복탄력성 요인이 팀워크역량 요인 중 기능적 팀워크역량에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 셋째, 대학 축구선수의 긍정심리자본이 팀워크역량 중 인간적 팀워크역량에 미치는 영향을 알아본 결과, 긍정심리자본 요인 중 낙관주의를 제외한 자기효능감과 희망, 회복탄력성 요인이 팀워크역량 요인 중 인간적 팀워크역량에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 긍정심리자본의 속성이 개인의 능력과 희망에 대한 자신감과 믿음에 있기에 이러한 특성을 가진 선수들은 공통의 팀 목표에 대해 팀 구성원으로서 달성할 수 있다는 믿음과 자신감도 동반 상승할 수 있을 것으로 판단된다.

팀워크역량이란 팀의 목표달성을 위해 팀 구성원들 간 서로 상호작용하고 협업하는데 필요한 인지와 태도, 그리고 행동 등으로서(김명소 및 한영석, 2010; 안병진, 2013; Hatcher & Rose, 1991), 팀워크의 내면을 구분하여 설명하는 접근방법으로 인간적 팀워크와 기능적 팀워크로 구분하였다(안병진, 2013). 먼저 인간적 팀워크는 평등성과 이해성, 상호존중, 신뢰성 등 구성원 간의 이해성 요소가 있고, 기능적 팀워크는 의사소통과 상호의존성, 공동목표 공유성 등의 요소로 구분하였다(정민주 및 장대성, 2012). 이에 윤정현(2001)의 연구에서 팀워크에 대한 구분은 특정 분야에 따른 구분이기 때문에 일반적인 경향으로 보기 어려울 수 있지만, 팀워크의 특성을 보다 세밀하게 본다는 측면에서 의미가 있다고 하였다. 먼저 인간적 팀워크는 구성원들이 상호 신뢰를 바탕으로 서로 간의 관심을 가지고 대화와 교류하는 과정이라 하였으며, 기능적 팀워크는 팀 구성원들이 조직의 목표를 달성하고 주어진 과업을 수행하기 위해 책임감과 능력을 갖추고 조직의 목표를 서로 공유하고 상호의존하며 협업하는 과정이라고 하였다(윤정현, 2001). 이 연구에서는 비록 팀워크를 구분하고 있지만, 인간적 팀워크와 기능적 팀워크의 수준은 각각 높이면서도 하나로 통합되어야 한다고 주장하였다.

Avey, Wernsing & Luthans(2008)의 연구에서는 긍정심리자본이 조직구성원의 참여를 이끌어 팀워크역량에 영향을 주며, 특히 긍정심리자본 수준이 높은 사람들은 팀 동료의 과중한 업무수행에 자발적으로 협력하고, 동료들의 문제를 본인의 일처럼 느껴 해결하고자 노력하며, 팀이나 부서 행사에 적극적으로 참여하는 행태를 보이는 것으로 나타났다. 그리고 Youssef & Luthans(2007)는 조직구성원 간의 갈등을 줄이고 적극적

참여를 이끌어내어 팀워크역량에 긍정심리자본이 영향을 주는 등 구성원의 협력과 몰입에 영향을 미친다는 요소라는 점을 제시하여 본 연구결과를 뒷받침해주고 있다. 또한 Klimoski & Mohammed(1994)는 긍정심리자본이 자신의 업무에 대한 자신감을 제공하고 자신의 역량을 최대한으로 발휘할 수 있도록 동기부여를 시켜줌으로써 팀워크역량에 긍정적 영향을 준다는 하였으며, 안병진(2013)의 연구에서는 구성원의 긍정심리자본은 팀워크역량에 긍정적 영향을 미친다고 하여 본 연구와 맥락을 같이 하고 있다. 이렇듯 스포츠 분야에서의 연구에서도 운동선수의 긍정심리자본은 팀 성과와도 깊은 관계가 있다는 여러 선행연구를 통해 이들의 관계를 입증해 주고 있는데, 먼저 박상운 및 이제승(2020)은 긍정심리자본이 팀 성과에 영향을 미친다고 보고하였으며, 황제욱, 조현기 및 윤아영(2020)은 시합 상황에서 선수들의 전략화 된 성과와 높은 관련성이 있는 것이 긍정심리자본이라고 밝힌 바 있다. 그리고 천성민 및 이동현(2019)은 긍정심리자본이 운동선수들의 부정적인 부분을 없애줌으로써 결과적으로는 선수들의 경기력 향상에 긍정적인 영향을 미친다고 밝히고 있어 팀 구성원의 긍정적 심리 특성은 조직의 팀워크역량을 통해 긍정심리자본을 높일 것으로 유추해 볼 수 있다. 이를 통해 긍정심리자본은 조직구성원 간의 갈등을 줄이고 적극적 참여를 이끌어 냄으로써 팀워크역량에 영향을 준다고 유추할 수 있다. 이러한 결과를 통해 대학 축구선수에 있어 긍정심리자본의 하위요인인 자기효능감, 회복탄력성, 희망은 팀 구성원 간의 팀워크에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 유추할 수 있으며, 나아가 팀 구성원 간의 기능적이고 인간적 팀워크가 좋아질수록 팀의 성과에도 매우 긍정적인 영향을 미친다고 할 수 있다. 또한 선수 개인의 자신감이 높을수록 자신의 역량을 발휘할 수 있는 동기부여가 되어 팀워크역량, 나아가 팀의 목표 및 성과에 긍정적인 영향을 미친다고 할 수 있다. 따라서 대학 축구지도자와 선수들은 팀의 목표달성에 있어 체력과 기술에만 집중하는 것이 아닌 자신감 및 긍정적 심리가 주요 요인을 도출되었기에 실제적인 심리기술 교육과 훈련이 뒷받침되어야 할 것이다.

V. 결론 및 제언

본 연구는 대학 축구선수의 긍정심리자본이 팀 성과와 팀워크역량과의 관계 규명을 통해 대학 축구선수들이 긍정심리자본에 대한 다양한 활용과 팀 성과 향상, 그리고 팀워크역량 강화 방안을 모색하는데 목적이 있다. 연구결과 첫째, 대학 축구선수의 긍정심리자본이 팀 성과에 영향을 미치는 영향을 알아본 결과, 긍정심리자본 요인 중 희망과 자기효능감이 팀 성과에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 둘째, 대학 축구선수의 긍정심리자본이 팀워크역량 중 기능적 팀워크역량에 미치는 영향을 알아본 결과, 긍정심리자본 요인 중 자기효능감과 희망, 회복탄력성 요인이 팀워크역량 요인 중 기능적 팀워크역량에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 셋째, 대학 축구선수의 긍

정심리자본이 팀워크역량 중 인간적 팀워크역량에 미치는 영향을 알아본 결과, 긍정심리자본 요인 중 자기효능감과 희망, 회복탄력성 요인이 팀워크역량 요인 중 인간적 팀워크역량에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이러한 연구결과를 통해 희망에 대한 인지가 동료선수들 간의 갈등요소를 저하시키고 혼자 아닌 팀의 일원으로서 과제 달성을 할 수 있다는 믿음이 뒷받침될 때, 팀 만족감이 동반 상승하는 것으로 해명된다. 또한 긍정심리자본의 속성이 개인의 능력과 희망에 대한 자신감과 믿음에 있기에 이러한 특성을 지닌 선수들은 공통의 팀 목표에 대해 팀 구성원으로서 이루어낼 수 있다는 믿음과 자신감도 동반 상승할 수 있을 것으로 판단된다. 따라서 대학축구 지도자는 팀 성과 향상을 위해 선수들의 긍정적인 심리상태를 형성할 수 있도록 주기적인 스포츠 멘탈 상담 및 코칭 등의 기회를 제공하고, 선수들의 자신감 및 긍정적 심리를 주요 요인으로 인지하여 보다 구체적인 심리기술 교육과 훈련이 뒷받침되어야 할 것이다.

마지막으로 본 연구는 다음과 같은 한계점과 후속 연구를 위해 제언하고자 한다. 첫째, 본 연구는 전수조사가 아닌 편의표본추출법을 이용하여 설문조사를 실시하였기에 결과 해석을 일반화하기에는 다소 무리가 있다. 따라서 추후에는 학년별, 입상 경험 및 운동경력을 구분하여 연구가 된다면 의미가 있을 것으로 판단된다. 둘째, 본 연구는 대학 축구선수로 한정하여 연구를 진행하였기에, 추후 연구에서는 타 종목, 그리고 생활체육 참여자를 대상으로 연구가 진행된다면 결과가 다르게 나타날 수 있기에 종목 및 대상을 확장하여 연구를 진행할 필요가 있을 것으로 판단된다. 마지막으로, 본 연구에서 설정한 변인과의 관계 규명을 위해 조사도구로서 설문지를 이용하였는데, 이는 응답자의 답변 충실도에 따라 연구의 결과가 상이하게 나타날 수 있기에 추후에는 전문가 집단 구성을 통한 인터뷰를 진행하는 등 다양한 방식을 병행하여 한층 심화된 연구 분석이 필요할 것이다.

참고문헌

권지환(2017). 운동선수의 긍정심리자본과 스포츠자신감의 관계. 미간행 석사학위논문, 한국체육대학교 사회체육대학원. 서울.

김규석, 남중웅(2004). 탁구선수의 경기력 수준과 성별에 따른 시합 시점별 대처 반응 변화에 관한 연구. **한국스포츠리서치**, 15(5), 2515-2524.

김명소, 한영석(2010). 팀웍 역량의 구성요인 탐색 및 진단도구 개발: 남녀 대학생을 중심으로. **한국여성심리학회지**, 5(1), 129-153.

김미중, 김경자(2016). 간호사의 임상경력과 조직 내 의사소통이 팀워크 역량에 미치는 영향. **디지털융복합연구**, 14(2), 333-344.

김소희, 이원재(2018). 긍정심리자본이 선수의 직무만족과 팀 몰입에 미치는 영향: 병상 종목 사례를 중심으로. **한국여성체육학회지**, 32(3), 39-56.

김수현(2007). 프로배구구단 내의 커뮤니케이션이 팀 성과에 미치는 영향에 관한 구조모형 분석. 미간행 박사학위논문, 연세대학교 대학원. 서울.

김유경(2013). **임사강호사의 팀워크와 직무만족도**. 미간행 석사학위논문. 아주대학교 대학원. 경기.

김정환, 곽택용(2020). 태권도 시범단의 팀 분위기가 팀 응집력 및 인지된 경기력에 미치는 영향. **국기원태권도연구**, 11(3), 41-58.

김태옥, 조은형(2015). 고등학교 태권도 선수의 심리적자본이 운동몰입과 경기력에 미치는 영향. **한국사회체육학회지**, 59(1), 507-517.

남부영(2014). **중학교 교사가 인식한 분산적 리더십이 교사 직무만족에 미치는 영향**. 미간행 석사학위논문. 이화여자대학교 교육대학원. 서울.

모정일(2022). **축구지도자들의 스트레스 척도 개발 및 타당도 검증**. 미간행 박사학위논문. 호남대학교 스포츠과학대학원. 광주.

박상윤, 이제승(2020). 대학 팀 스포츠 운동선수의 긍정심리자본이 운동몰입과 운동성장에 미치는 영향. **한국사회체육학회지**, 81, 229-239.

박영민, 임효성(2014). 팀 분위기가 골프선수의 운동몰입 및 인지된 경기력에 미치는 영향. **한국스포츠학회지**, 12(4), 125-133.

박찬희, 오방균(2015). 대학태권도 선수의 운동몰입이 학습몰입 및 팀 성과에 미치는 영향. **한국웰니스학회지**, 10(3), 1-14.

서재열(2012). **대학 축구 선수의 경기태도가 팀 이미지, 팀 동일시 및 팀 충성도에 미치는 영향**. 미간행 석사학위논문, 우석대학교 교육대학원. 전북.

성창훈(2017). 스포츠 팀워크의 진단과 구축. **스포츠과학**, 140, 44-49.

안병진(2013). 특급호텔 및 컨벤션센터 서비스 조직의 조직문화 유형이 팀워크 및 직무만족에 미치는 영향. **유통경영학회지**, 16(6), 67-79.

윤선화, 김해룡(2019). 진성리더십이 조직구성원의 긍정심리자본과 팀워크역량에 미치는 영향: 종합병원 간호사를 중심으로. **디지털융복합연구**, 17(5), 191-205.

윤영길(2010). 스포츠신동과 스포츠성인영재의 수월성을 통해 본 스포츠영재의 잠재성. **체육과학연구**, 21(4), 1582-1594.

윤인애, 조은영(2014). 대학운동선수들의 팀 분위기, 팀 응집력 및 팀 성과의 관계. **한국여성체육학회지**, 28(4), 193-205.

윤정현(2001). 호텔기업 종업원의 팀웍이 조직몰입에 미치는 영향에 관한 연구. **산업경제연구**, 14(4), 239-255.

이기백(2011). **축구선수들이 지각한 조직분위기가 임파워먼트 및 팀 성과에 미치는 영향**. 미간행 박사학위논문, 대구대학교 대학원. 경북.

이용현(2009). 농구경기의 팀워크 개념구조 및 팀워크 지각 척도

- 개발. *한국스포츠심리학회지*, 20(3), 1-16.
- 이청아, 홍아정(2014). 긍정심리자본이 조직창의성에 미치는 영향과 팀워크역량의 매개효과. *기업교육과 인재연구*, 16(2), 119-144.
- 장예나(2021). 배드민턴 복식 경기에서 팀워크에 따른 월드클래스 선수의 심리적 경험 탐색. 미간행 석사학위논문. 인천대학교 교육대학원. 인천.
- 정민주, 장대성 (2012). 항공사 객실승무원의 개인적 감성능력과 사회적 감성능력이 팀워크역량에 미치는 영향에 관한 연구. *한국항공학회논문지*, 16(2), 318-329.
- 정성국(2016). 대학 축구 코치와 선수 간 교환관계가 팀웍 및 조직 몰입에 미치는 영향. *한국체육과학회지*, 25(1), 715-723.
- 정예지, 홍은아(2015). WK(Women's Korean football)리그 선수들의 정서적 팀 몰입이 팀 성과에 미치는 영향. *한국스포츠산업경영학회지*, 20(4), 81-101.
- 정현영(2006). 위탁급식업체 종사자의 감성리더십과 감성지능이 조직성과에 미치는 영향. 미간행 박사학위논문, 연세대학교 대학원. 서울.
- 채신석(2017). 긍정심리자본이 직무열의와 조직유효성에 미치는 영향. *호텔리조트연구*, 16(1), 29-52.
- 천성민, 이동현(2019). 대학운동선수의 승부근성과 긍정심리자본이 인지된 경기력에 미치는 영향. *한국사회체육학회지*, 76, 173-182.
- 최광희, 한진옥, 하제현(2016). 프로배구 구단 지도자의 리더십 유형, 긍정심리자본, 팀 효능감 및 팀 성과간의 구조적 관계. *한국스포츠산업경영학회지*, 21(1), 17-34.
- 최문경, 조미혜(2011). 스포츠교육모형수업에 참여한 학생들의 흥미, 팀워크, 역할학습 탐색, 인하대학교 스포츠과학연구소, *스포츠과학논문집*, 23, 1-19.
- 한규원, 권민혁(2018). 운동선수의 커뮤니케이션, 팀 분위기, 팀 몰입, 팀 성과의 구조적 관계. *한국웰니스학회지*, 13(3), 181-195.
- 허정, 안성식(2015). 호텔 식음료 부서 종사원의 심리적 자본이 내재적 직무동기, 혁신행동 및 직무열의에 미치는 영향. *관광연구*, 30(7), 419-440.
- 허진영(2003). 소프트볼 코치의 리더십 유형과 성원만족성취동기 및 집단응집력의 관계. *한국스포츠심리학회지*, 14(3), 15-28.
- 황재욱, 조현기, 윤아영(2020). 대학 팀 운동선수들의 긍정심리자본과 응집력 및 팀 만족의 구조적 관계. *한국융합학회지*, 9(1), 105-121.
- Avey, J. B., Wernsing, T. S., & Luthans, F. (2008). Can Positive Employees Help Positive Organizational Change? Impact of Psychological Capital and Emotions on Relevant Attitudes and Behaviors. *The Journal of Applied Behavioral Science*, 44(1), 48-70.
- Gorsline, K. (1996). A Competency Profile for Human Resources: No More Shoemaker's Children. *Human Resource Management*, 35(1), 53-66.
- Hatcher, L. & Rose, T. L. (1991). From Individual Incentive and Organization-wide Gainsharing Plan: Effects on Teamwork and Product Quality. *Journal of Organization Behavior banner*, 12(3), 169-183.
- Hinds, P. & Mortensen, M.(2005). Understanding conflict in geographically distributed teams: An empirical investigation. *Organization Science*, 16, 290-307.
- Joinkfa (2023). <https://www.joinkfa.com/>
- Kalisch, B. J., & Lee, K. H. (2011). Nurse staffing levels and teamwork: a cross-sectional study of patient care units in acute care hospitals. *Journal of Nursing Scholarship*, 43(1), 82-88.
- Klimoski, R., & Mohammed, S. (1994). Team Mental Model: Constructor Metaphor?. *Journal of Management*, 20(2), 403-437.
- Leggat, S. G. (2007). Effective healthcare teams require effective team members: defining teamwork competencies. *BMC health services research*, 7(17), 17-20.
- Luthans, F., & Youssef-Morgan, C. M. (2007). Positive organizational behavior in the workplace: the impact of hope, optimism, and resiliency. *Journal of Management*, 33(5), 774-800.
- Luthans, F., Avolio, B. J., Avey, J. B., & Norman, S. M. (2007). Positive psychological capital: Measurement and relationship with performance and satisfaction. *Personnel Psychology*, 60(3), 541-572.
- Nunnally, J. C. & Bernstein, I. H. (1994). *Psychometric theory*(3rd ed.). New York: McGraw-Hill.
- Wagstaff, C., Fletcher, D., & Hanton, S. (2012). Positive organizational psychology in sport: An ethnography of organizational functioning in a national sport organization. *Journal of Applied Sport Psychology*, 24(1), 26-47.
- Youssef, C. M. & Luthans, F. (2007). Positive Organizational Behavior in the Workplace: The Impact of Hope, Optimism, and Resiliency. *Journal of Management*, 33(5), 774-800.
- Youssef, C. M., & Luthans, F. (2007). Positive organizational behavior in the work place: The impact of hope, optimism, and resilience. *Journal of Management*, 33(5), 774-800.