

스포츠 동기와 공적 자의식이 스포츠웨어 의존성 및 신체적 자기효능감에 미치는 영향

The Effect of Sports Motivation and Public Self-consciousness on Sportswear Dependence and Physical Self-efficacy

김현숙*

배재대학교 의류패션학과

Kim, Hyunsook*

Dept. of Clothing & Textiles, Paichai University

Abstract

The study aimed to identify the effect of motivation to play sports ("sports motivation") and public self-consciousness on physical self-efficacy, and to identify the mediating role of perceived sportswear dependence between sports motivation and physical self-efficacy. Data was collected via a survey questionnaire that was developed and implemented by an online research institute. The survey was taken by women over 20 years of age who regularly participated in sports (more than once a week). A total of 339 responses were analyzed by confirmatory factor analysis and structural equation modeling using SPSS 18.0 and AMOS 19.0. The results support seven of our ten hypotheses.

The results show that physical self-efficacy varies according to differences in sports motivation and self-consciousness. Specifically, internal sports motivation and confirmatory sports motivation influenced perception of physical self-efficacy. Perceived sportswear dependence was identified as having a significant role in sports motivation, public self-consciousness, and physical self-efficacy. The implication can be applied to build market segmentation and product development strategies in sports and sportswear marketing.

Key words: sports motivation, sportswear, physical self-efficacy, public self-consciousness, sportswear dependence

I. 서론

최근 생활수준 향상, 주 5일제 근무와 고령화 및 건강에 대한 관심 증가, 웰빙 분위기 확산 및 매스미디어 영향과 외모를 중시하는 사회 분위기 등으로 인해 생활체육으로서의 스포츠에 대한 관심이 전 연령층에 확대되고 있다. 2013년 국민생활체육 참여 실태조사에 따르면 국민의 여

가시간은 하루 평균 3시간 16분, 휴일은 5시간 51분으로 점차 증가하고 있으며, 여가활용 방법으로 스포츠 활동에 참여한다고 응답한 사람이 23.4%에 이르렀다. 응답자 중 남자의 47.8%, 여자의 43.3%가 주 1회 이상 규칙적인 체육활동에 참여하는 것으로 나타났다. 여가활동으로서의 스포츠 참여가 증가함에 따라 스포츠웨어에 대한 수요도 증가하고 있다. 스포츠웨어의 시장규모는 지난 5년간 급성장하여 약 2배가 되었는데, 2014년에는 6조2천억 원의 매

* Corresponding author: Kim, Hyunsook
Tel: +82-42-520-5410, Fax: +82-42-520-5576
E-mail: hskim88@pcu.ac.kr

출을 기록했으며 이는 전체 패션시장 규모인 39조8천억원의 약 16%가량을 차지한다(“2015 Fashion market analysis”, 2015). 최근에는 애슬레틱(Athletic)과 레저(Leisure)의 합성어인 애슬레저룩이 세계적인 트렌드로 부상하면서 일상에서 착용 가능한 스포츠웨어의 매출이 더욱 증가하고 있다(“Daily sportswear aestheisure look” 2015). 또한 일반인들의 생활체육 참여 종목이 과거에 비해 다양해짐에 따라 스포츠웨어의 아이템 또한 다양해지고 있으며, 다양한 유형의 스포츠 활동 시 요구되는 신체보호, 착용감, 내구성, 기능성 및 심미성, 패션성 등에 대한 요구가 증가하였다(Park, 2000). 스포츠웨어에 대한 수요는 건강유지 및 증진, 체중조절 및 체형관리, 스트레스해소, 여가선용, 즐거움, 자아실현 및 자기만족, 관계와 사고, 스릴과 희열감 등의 다양한 스포츠 참여동기에 영향을 받는다(“2013 Survey for the Participation State in National Sports for All” 2012).

White(1959)의 “효용감 동기이론(competence motivation)”에 의하면 사람은 자신에게 주어진 환경과 최대한 효율적으로 상호작용하려는 동기에 따라 행동하기 때문에, 문제해결의 결과로 신체적 자기효능감을 경험할 때 이는 다시 동기를 강화한다(Chung et al., 2008). 즉 자율적 스포츠 참여동기에 의한 적극적인 운동 참여로 긍정적인 결과를 경험하고 신체적 자기효능감이 높아질 때 이는 다시 운동을 지속하려는 동기에 영향을 줄 것이다. 또한 “자기결정성 동기이론(self-determination theory)”에 의하면 동기가 없는 무동기 상태에서부터 자기결정성이나 자율성 수준이 낮은 외적동기와 자기결정성 수준이 높은 내재적 동기의 연속선상에서 다양한 동기가 서로 상호작용하며 존재한다고 하였다(Deci & Ryan, 2000). 동기의 자기조절(self regulation)과 자율성(autonomy)이 높아 내재적 동기 수준이 높을수록 긍정적인 결과를 유발하며 과업을 지속하게 하는 힘이 되어 행위 결과에 따른 심리적 욕구 충족인 유능감, 자율성, 관계성 등이 높다(Kim, 2002; Wilson, et al., 2003). 따라서 스포츠 참여동기는 신체적 자기효능감에 긍정적인 영향을 미칠 것인데 이때 자기결정성이나 자율성 수준에 따라 서로 다른 유형의 동기가 신체적 자기효능감에 어떤 영향을 주는지 구체적으로 밝힐 필요가 있다. 또한 스포츠 참여에 의한 신체적 자기관리 및 외모관리행동은 신체적 자기개념을 통해 자신감과 더불어 자기효능감을 높여주므로 스포츠 여가활동에서 자기효능감과 관련된 스포츠웨어의 역할을 구체적으로 검증할 필요가 있다(Kang, 2014; Kim & Lee, 2012). 즉 스포츠 동기와 신체적 자기효능감의 관계를 매개하는 스포츠웨어의 역할을 검증할 필요가 있겠다.

기존의 스포츠웨어에 관한 연구에는 기능성 소재에 대한 연구(Ha & Kim, 2012; Kim, 2013; Koo, 2011; Lee & Baik, 2008), 선호 브랜드에 대한 연구(Han & Won, 2013; Hur, 2015; Kang & Cho, 2014), 선호 이미지에 대한 연구(Hwang, 2008; Park, 2014), 라이프스타일에 따른 구매행동 연구(Chung, 2009; Moon, 2010) 등이 있다. 이들 연구는 스포츠웨어의 특성과 소비자 태도 및 행동에 관한 연구가 주를 이룬다. 그런데 스포츠웨어 소비시장이 참여종목 및 참여동기에 의해 세분화됨에 따라 스포츠와 관계된 참여자의 다양한 욕구를 이해하고 스포츠웨어가 스포츠 활동의 긍정적 결과에 미치는 구체적인 영향을 밝힐 필요가 있다. 마찬가지로 스포츠 동기에 대한 선행연구는 주로 스포츠 몰입, 스포츠 자신감, 스포츠 지속 등의 스포츠 활동 관련 변수와의 관계를 밝히는데 그쳐 스포츠 활동 결과의 향상을 위한 스포츠웨어의 역할에 대한 연구가 필요하다(Kim et al., 2015; Kim, et al., 2009; Kim et al., 1999; Kim & Seong, 1996; Lim & Lee, 2008; Min et al., 2015; Yang, 2004; Yu, 2009). 최근 스포츠웨어 시장의 확대와 함께 스포츠웨어의 기능적, 미적 역할이 보다 전문화되고 있으며, 스포츠 활동 결과와 스포츠웨어의 관련성에 대한 관심이 커지고 있는 만큼 스포츠 참여동기와 스포츠 성과와의 관계에서 스포츠웨어가 어떤 역할을 하는지 파악하는 것은 소비자의 다양한 선택행동을 이해하는데 유용한 정보를 제공할 것이다. 한편 공적 자의식은 다른 사람에게 보이는 외현적 자아에 대해 신경을 쓰는 성향이다(Fenigstein, et al., 1975). 스포츠 참여동기에 따라 스포츠웨어에 대한 태도 및 신체적 자기효능감의 인식에 차이가 있을 것으로 예측되나, 개인의 스포츠 참여동기가 같아도 동기 외의 다른 개인적 특성에 따른 차이가 존재할 것이다. 공적 자의식은 개인의 성격특성으로 외모에 대한 관심이나 외모관리성향에 대한 예측력이 높은 변수로 스포츠웨어에 대한 태도에 미치는 영향이 유의할 것이다(Kim et al., 2015).

본 연구의 목적은 스포츠 참여동기의 유형 및 수준과 소비자 특성으로서의 공적 자의식에 따른 신체적 자기효능감의 차이를 이해하고, 스포츠 참여동기와 신체적 자기효능감의 관계에 영향을 주는 스포츠웨어의 역할을 밝히는 것이다. 본 연구를 위해 일주일에 한 번 이상 정기적으로 운동에 참여하는 20대 이상의 성인여성 339명을 대상으로 온라인 설문조사를 하였으며, 총 339부를 최종 분석에 사용하였다. 통계분석은 SPSS 18.0과 AMOS 19.0을 사용하여 확인적 요인분석과 구조방정식 모형을 분석하였

다. 본 연구 결과는 스포츠 여가 활동에서 스포츠웨어가 스포츠 참여동기의 유형에 따라 스포츠 활동 결과에 미치는 서로 다른 역할을 이해하는데 도움이 될 것이며, 여가 스포츠 활동의 참여동기 및 공적 자의식에 따른 스포츠웨어 시장 세분화 가능성을 파악하고 세분시장별 소구점을 이해하는데 도움이 될 것이다.

II. 이론적 배경

1. 스포츠 동기

동기란 어떤 목표에 도달하게 하는 내적 지향성이며 행동을 이끌어가는 원동력이다. 스포츠 동기는 스포츠 활동에 참여하게 하는 내적 힘으로 스포츠 활동의 방향과 강도 및 지속성을 결정하는 요인이다(Lim & Lee, 2008). 선행 연구에서 스포츠 동기를 하나의 통합적 개념으로 측정할 경우도 있으나 대부분 다차원 개념으로 세분화하여 접근하였다. 스포츠 동기에는 내재적 동기와 외재적 동기가 있는데(Kim & Seong, 1996; Lim & Lee, 2008), 내재적 동기란 활동 그 자체에서 즐거움을 찾는 것으로 스스로 선택한 활동에 대해 흥미나 유능감, 만족을 느껴 자발적 행동을 가능하게 한다. 반면, 외재적 동기는 외부의 압력이나 보상 또는 처벌과 같은 외적 자극에 의해 발생하는 행동을 말한다. 스포츠 활동의 외재적 동기는 그 자체가 목적이 아니라 다른 목적을 위한 수단으로 스포츠에 참여하는 것을 말하며 체력향상, 사회적 교류, 타인의 권유, 성취, 과시 등의 동기가 포함된다(Kim, 2013). 내재적 동기와 외재적 동기에 관해 조작적 조건형성이론에서는 이들이 서로 상호 보완적인 역할을 함으로 외재적 요인이 내재적 동기를 증가시킨다고 본 반면, 자기결정성 이론에서는 외재적 동기가 내재적 동기를 감소시키는 것으로 부정적으로 본다(Kim, 2002). 자기결정성 이론에서는 내재적 동기와 외재적 동기가 양분화되는 개념이 아니라 동기가 없는 상태인 무동기에서부터 자기결정성이나 자율성 수준이 낮은 외적동기와 자기결정성 수준이 높은 내재적 동기의 연속선상에서 서로 상호작용한다고 보았다. 따라서 전적으로 내재화되는 경우는 드물며 상대적인 자율성이나 자기결정성의 정도에 따라 다양한 종류의 외재적 동기가 존재한다(Deci & Ryan, 2000).

스포츠 동기에 관한 선행연구에서는 내재적 동기와 외재적 동기에 무동기를 추가하여 3개의 요인으로 보았다

(Pelleiter et al., 1995). 무동기란, 스포츠 참여가 바람직한 결과를 가져오지 못한다고 인식하여 참여동기를 상실하고 참여를 회피하여 더 이상 지속할 수 없는 상태를 말한다(Jeong, 2004; Kim et al. 1999). 그러나 내재적 동기와 외재적 동기 및 무동기의 연속선상에서 다양한 종류와 수준의 외재적 동기가 존재하므로 동기를 내재적 동기, 외재적 동기, 무동기의 3요인으로 보는 것은 개인의 다양한 동기를 이해하고 행동을 설명하는데 부족하다(Kim et al., 2015). 따라서 Yang(2004)은 스포츠 동기 중 외재적 동기를 확인적 동기와 외적 동기로 세분화하여 스포츠 동기의 보다 구체적인 측면을 파악하였다. 확인적 동기는 주변 사람으로부터의 인정, 동료의 호감, 주변의 권유 등 사회적 측면을 포함하며, 외적 동기는 건강에 유익함 또는 나에게 유익하고 중요함 등의 목적 지향성을 의미한다. 스포츠 활동 인구가 늘어나면서 스포츠 참여동기가 점점 세분화됨에 따라 스포츠 동기를 내재적 동기, 외재적 동기, 무동기의 3요인으로 보는 것보다 외재적 동기를 외적동기와 확인적 동기로 나누어 4요인으로 보는 것이 실무적인 이유에서도 스포츠 참여자의 심리 및 행동특성을 이해하는데 보다 구체적인 정보를 제공할 것이다.

스포츠 동기에 관한 연구는 내재적 동기에 관한 연구가 주를 이루는데, 내재적 동기에 중점을 둔 연구에서는 내재적 동기 자체를 다차원의 개념으로 보고 재미, 노력, 유능감, 긴장 등의 요인을 측정하였다(Min et al., 2015). 다양한 스포츠 종목의 특성에 따른 다양한 스포츠 동기를 이해하려면 내재적 동기와 상호작용하는 다양한 종류의 외재적 동기를 이해하고, 이들 동기가 개인적 변인 및 상황변인에 따라 어떻게 작용하는지 밝힐 필요가 있다(Lim & Lee, 2008). 특히 최근에는 스포츠에 혼자 참여하기보다는 친구 및 연인과 함께 참여하거나 동호회 또는 GX(Group Exercise)와 같이 여럿이 함께 참여하고 경향이 커져 사회적인 측면에서의 외재적 동기를 고려한 연구가 필요하다. 또한 스포츠 활동 시 착용하는 스포츠웨어는 다른 사람과의 상호작용에서 자신을 표현하는 수단으로 스포츠웨어의 착용이 스포츠 참여동기 및 스포츠 활동 결과와 어떻게 상호작용하며 영향을 주는지에 대해 연구할 필요가 있다.

2. 스포츠웨어 의존성

의복의존성이란 “의복에 관심이 많으며 옷차림이 주는 느낌, 기분, 분위기에 의해 감정이 민감하게 영향을 받는 등 심리적으로 의복에 의존하는 경향”을 말한다(Song &

Lee, 2009). 의복의존성은 의복을 통해 기분이 좋아지거나 분위기를 전환하는 등 의복의 심리적 영향에 의존하려는 태도로, 의복을 잘 입었을 때는 자신감과 만족감이 생기고, 반대로 옷을 잘 못 입었을 때에는 심리적으로 위축감이나 불안감, 소외감을 느낀다. 특히 청소년기에 의복이 주는 느낌이나 분위기에 민감하게 반응하여 심리적으로 의존하는 경향이 강하며 남자보다 여자가 의복의 심리적 의존성이 더 높다(Song & Lee, 2009). 환경변화에 따른 다양한 스트레스를 받는 주부의 경우 의복을 통해 심리적으로 안정감을 얻었다(Lee & Nam, 2013). 또한 외모에 대한 사회문화적 기준의 내면화 정도가 높을수록 심리적으로 의복에 의존하는 정도가 높고 독특하고 개성 있는 의복을 통한 과시성향과 자아존중감이 높을수록 의복에 대한 심리적 의존도가 낮았다(Kim & Yoon, 1986; Lee, 2013).

스포츠웨어 의존성이란 “스포츠에 참여할 때 스포츠웨어가 중요하다고 생각하고 스포츠웨어에 의존하는 정도”로 정의된다(Park et al., 2015). 스포츠웨어 의존성은 자아존중감, 제품 친숙성, 역할지식 등에 따라 영향을 받는데, 제품에 친숙하지 않고 스포츠에 대한 역할지식이 부족한 사람이 브랜드 스포츠웨어에 대한 의존성이 높고 구매확률이 더 높았다(Choi et al., 2002; Lee et al., 2004). 스포츠웨어 구매행동은 외모에 대한 사회적 태도의 내면화 및 신체이미지에 영향을 받았는데(Lee & Ryum, 2011), 기존 연구가 브랜드나 소비자 구매행동에 치우친 반면 여가활동의 확산과 전문화 및 세분화에 따라 스포츠 활동과 직접적으로 관련된 스포츠웨어의 역할을 검증할 필요가 있다.

스포츠 동기 중 내재적 동기는 스포츠 활동 자체에서 즐거움을 찾아 흥미, 유능감 및 만족을 추구하는 상태로 자발적인 참여를 유도하는 동기다(Lim & Lee, 2008). 스포츠 참여의 내적 동기가 높을수록 스포츠 활동 자체에서 재미나 즐거움을 추구하며 정서적으로 몰두하기 때문에 내재적 동기는 스포츠웨어 의존성과는 관련이 없을 것이다. 물론 스포츠의 내적 동기와 외적 동기가 모두 높은 적극적 참여집단은 스포츠웨어의 기능적, 내구적 요인과 심미적, 실용적 요인을 모두 중시하는 것으로 나타났다(Sung, 2012). 그러나 내재적 동기만을 볼 때 내재적 동기가 높다고 하여 스포츠웨어 의존성이 높지는 않을 것이다. 오히려 스포츠에 대한 역할 지식이 부족한 사람이 브랜드 스포츠웨어에 대한 의존성이 높다는 연구결과와 같이(Choi et al., 2002), 스포츠의 내재적 동기가 높아 스포츠 자체에서 내적 만족을 추구하는 사람은 스포츠웨어를 통해 자신을 표현하고자 하는 심리적 의존성은 높지 않을 것이다.

가설 1-1. 스포츠 참여의 내재적 동기는 스포츠웨어 의존성에 영향을 주지 않을 것이다.

스포츠 동기 중 외적 동기는 건강, 몸매유지 등과 같이 외부로 드러나는 효과를 추구하는 것을 말한다. 2013 국민생활체육 참여 실태조사에서 스포츠 활동에 참여하는 이유로 건강유지 및 증진(71.4%)이 가장 높았으며, 체중조절 및 체형관리가 47.4%, 스트레스트해소가 41.0%, 여가선용이 40.6%, 개인적 즐거움이 28.6%, 자아실현 및 자기만족이 24.6%로 각각 나타났다. 이같이 건강이나 체형관리와 같은 외적 동기는 스포츠 참여의 가장 중요한 동인이 됨을 알 수 있다. 스포츠 참여동기에서 외적 동기인 심신강화를 추구하는 집단은 사회관계를 추구하는 집단에 비해 의복의 기능적, 실용적 요소를 더 중시하였다(Sung, 2012). 또한 의복에서 실용적 개성을 추구하는 집단은 심미성이나 유행추구집단에 비해 의복구매 시 편리성을 중시하며 타인의 반응이나 상황성을 고려하지 않는 것으로 나타났다(Yu & Kim, 2013). 이같이 스포츠 참여동기에 따라 중요시하는 스포츠웨어의 특성에 차이가 있기는 하나, 스포츠에서 건강과 유익을 추구하는 외적 동기가 높은 사람은 스포츠웨어에서 실용성이나 편리성에 대한 의존성이 높아 전반적으로 스포츠웨어 의존성이 높을 것이다.

가설 1-2. 스포츠 참여의 외적 동기가 높을수록 스포츠웨어 의존성이 높을 것이다.

스포츠 동기 중 확인적 동기는 주변 사람들의 인정 및 교류, 자기과시를 위해 스포츠에 참여하는 것을 말한다. 선행 연구에서 자기과시 성향이 높은 집단은 고기능성 스포츠웨어의 구매의도가 높았다(Kim, 2013). 또한 중장년층은 고가 등산복의 소비를 통해 자기만족을 느끼며 남들의 시선을 많이 의식할수록 고가의 등산복을 구매하는 것으로 나타났다(Lee, 2013). 이같이 스포츠 동기 중 사회적으로 인정받으려고 하는 확인적 동기가 높을수록 가시적인 의복을 통해 자신을 나타내려는 의도에서 스포츠웨어 의존성이 높게 나타날 것이다. 또한 외모에 대한 사회문화적 기준의 내면화 즉 외모의 중요성에 대한 사회적 기준에 대한 동조가 높을수록 의복에 대한 심리적인 의존성이 높으며(Lee, 2013), 외모와 몸매관리에 관심이 높은 사람은 의복으로 사회적 인정을 받으려 하고 의복을 통해 자신을 과시하려 한다(Lee, 2009). 따라서 스포츠 참여동기로 몸매관리와 같이 외모의 중요성에 의해 유발된 확인적 동기가 높을 경

우 스포츠웨어에 대한 심리적 의존성도 클 것이다.

가설 1-3. 스포츠 참여의 확인적 동기가 높을수록 스포츠웨어 의존성이 높을 것이다.

스포츠 동기 중 무동기는 스포츠 활동에 대해 가치를 인식하지 못하고 향후 지속 여부에 대해 불확실한 상태를 말한다(Yang, 2004). 스포츠 동기 중 무동기가 높다는 것은 스포츠 활동의 가치를 인정하지 않고 운동 지속의도가 낮으며 스포츠 대상 자체에 대한 관심이 낮다는 것이다. 따라서 운동 시 착용하는 스포츠웨어에 대한 관심이나 심리적 의존성도 낮으며 스포츠웨어의 추구혜택에 대한 관심도 낮을 것으로 예측할 수 있다. 의복추구혜택에 따른 소비자 유형에서 외모향상, 사회적 지위, 개성, 편안함 등의 의복추구혜택에 관심이 없는 무관심집단은 소평성향이 낮았고 옷에 대한 관심이 낮았다(Kim & Hong, 2000). 여가 스포츠에 대한 관심이나 지속의도가 낮은 무동기 상태의 개인은 스포츠웨어에서 추구하는 의복혜택에 대한 관심이 낮을 것이며, 이에 따라 스포츠웨어에 심리적으로 의존하는 정도도 낮을 것이다.

가설 1-4. 스포츠 참여의 무동기가 높을수록 스포츠웨어 의존성이 낮을 것이다.

3. 공적 자의식

자의식이란 관심의 초점을 자신에게 두는 경향, 즉 자기 자신에 대해 주의를 집중시키는 성향을 말한다(Kim & Choi, 2013). 자의식은 다차원의 개념으로 공적 자의식, 사적 자의식 및 사회적 불안감의 하위요인으로 구성된다. 사적 자의식은 주관적 정서, 사고, 감정, 동기 등 내면의 변화에 관심을 기울이는 성향이며, 공적 자의식은 신체적인 외모, 정서표현 등 다른 사람에게 보이는 외현적인 자아에 신경을 쓰는 성향이다(Fenigstein et al., 1975). 공적 자의식은 연령이 낮을수록 높으며 특히 20대는 자신에 대해 많이 고민하는 시기로 자의식이 높다(Koh et al., 2000). 또한 성별로는 여자가 남자보다 공적 자의식이 높다(Shim & Koh, 1997).

공적 자의식은 타인에게 긍정적 인상을 심어주고자 하는 욕구를 증가시켜 타인에 대한 인상형성이나 자기표현에 신경을 쓰고 사회적 두려움이나 불안감을 가지게 한다. 공적 자의식이 높을수록 화장과 신체 가꾸기에 더 많은 시

간과 금전을 투자하며 이상적인 자아와 현실적 자아의 차이로 인한 사회적 체형불안이 높다(Kim et al., 2015). 많은 연구에서 공적 자의식이 신체상에 긍정적인 영향을 주었으나, Kim(2011)의 연구에서는 아쿠아로빅에 참여하는 중년여성의 공적 자의식은 신체상에 영향을 미치지 않았고 오히려 사적 자의식이 높을수록 자신의 신체상에 대해 긍정적인 이미지를 형성하고 만족하였다. 이는 중년여성의 스포츠 동기는 건강의 필요성에 의한 것이 많고, 주위의 시선을 의식하여 타인의 관심이나 평가의 대상이 되는 신체적인 매력을 중요시하기 보다는 개인의 심리적인 만족이나 삶의 질을 추구하기 때문이라 하였다. 이상과 같이 공적 자의식은 외모관리 및 신체이미지, 신체적 차이 인식 등의 개념과 관련되는 변수로 스포츠웨어에 대한 인식에 영향을 주는 변수로 연구할 필요가 있겠다.

공적 자의식은 다른 사람에게 보이는 외현적인 자아에 주의를 집중하는 성향으로 공적 자의식이 높은 사람은 타인에게 자신을 나타내는 방식에 신경을 쓰므로 의복에 관심이 많다(Park et al., 2005). 공적 자의식이 높은 사람은 유행의사선도력, 의복관심, 의복동조성, 유행성 지각이 높고, 의복을 통해 사회적으로 바람직한 공적 이미지를 만들고자 한다(Shin & Kho, 1997). 또한 공적 자의식이 높은 여성은 화장을 더 진하게 하며 신체를 가꾸고 변화하는데 많은 시간과 금전을 투자한다(Kim et al., 2015). 이같이 공적 자의식은 의복에서 과시나 타인 위주의 의복착용, 유행추종, 심리적 의복의존성과 같은 의복행동에 유의한 영향을 준다(Koh & Kim, 1996; Koh et al., 2000). 따라서 공적 자의식이 높은 사람은 스포츠 활동 시 스포츠웨어를 중요시 여기고 스포츠웨어를 통해 자신을 표현하고 기본과 행동이 영향을 받는 스포츠웨어 의존성이 높을 것으로 예측할 수 있다.

가설 2. 공적 자의식이 높을수록 스포츠웨어 의존성이 높을 것이다.

4. 신체적 자기효능감

자기효능감은 어떤 과제에서 특정 결과를 얻기 위해 필요한 수행 능력에 대한 개인적인 평가이며 자기 확신을 말하는 것으로 동기화와 행위에 중요한 영향을 준다(An et al., 2014). 자기효능감이 높은 사람은 자기효능감이 낮은 사람에 비해 과제 수행 시 어려운 과제를 피하지 않고 현명하게 행동하며 지속적으로 더 많이 노력하여 어려움을

극복한다(Bandura, 1990). White(1959)의 자기효능감 동기이론에 의하면 개인의 행위는 주어진 환경과 최대한 효율적으로 상호작용하려는 동기에서 이루어지며 환경과의 상호작용 과정에서 성공적인 극복으로 인한 효능감의 긍정적인 경험은 다시금 동기를 강화시킨다. 스포츠에서 신체적 자기효능감은 스포츠 활동의 참여를 통해 나타나는 결과이며 이에 따라 어떤 활동을 선택하고 얼마나 노력을 기울이며 활동을 지속할지에 영향을 준다. 신체적 자기효능감은 신체활동에 대한 자신감과 신체적 자기표현으로 구성되는데(Kim & Kim, 2000; Park et al., 2015), 신체적 활동에서 얻게 되는 유능감은 내재적 보상으로 작용하여 지속적으로 스포츠 참여하게 되는 내재적 동기가 된다(Ahn & Hwang, 2012).

스포츠에서 자기결정성과 자기조절이 높아 내재적 동기가 강할 때 행위 결과에 따른 심리적 욕구 충족인 유능감, 자율성, 관계성 등이 높다(Wilson et al., 2003). 스포츠 활동에 의해 형성된 효능감은 스포츠 자체에 대한 흥미를 증진시키고 이러한 내재적 동기에 의한 효능감의 증진은 다시 내재적 보상으로 작용한다. 여가 스포츠 활동 참여자는 이렇게 효능감을 반복적으로 지각함으로써 내재적 동기를 발전시켜 향후 보다 지속적이고 적극적으로 활동에 참여하게 된다(Ahn & Hwang, 2012). 교양 체육 수업의 참여동기와 자기효능감의 관계의 연구에서 즐거움의 내적 동기가 높을수록 자기효능감이 높게 나타났다(Ko & Kang, 2009). 또한 체력단련의 동기가 높을수록 자기효능감이 높게 나타나 외적 동기가 높을수록 자기효능감이 높은 것으로 볼 수 있다. 반면 과시의 동기는 자기효능감과 유의한 관계를 가지지 않았다. 또한 Chung et al.(2008)의 연구에서 생활 체육 축구 참여자의 동기유형이 신체적 자기효능감에 미치는 영향을 살펴본 결과, 즐거움, 성취감, 기술발달과 같은 내적 동기는 신체적 자기효능감과 정적인 상관관계를 가졌다. 더불어 건강/체력, 컨디션은 자기효능감과 정적 상관을 가져 외적 동기는 자기효능감에 정적인 상관이 있을 것으로 볼 수 있다. 반면 사고는 신체적 자기효능감과 정적 상관을 가졌으나 외적과시는 신체적 자기효능감 중 인지된 신체능력에는 영향을 주지 않았고, 신체적 자기표현 자신감에는 오히려 부적인 영향을 주었다. 따라서 사고 및 외적 과시와 같은 확인적 동기가 신체적 자기효능감에 미치는 영향은 일관되지 않게 나타났다. 한편 무동기는 신체적 자기효능감에 영향을 주지 않았다.

이상의 선행연구결과에서 스포츠 참여의 내재적 동기와 외적 동기는 신체적 자기효능감에 정적인 영향을 줄 것

이며 확인적 동기와 무동기의 영향은 불분명할 것으로 예측되어 다음과 같이 가설을 설정하였다.

가설 3-1. 스포츠 참여의 내재적 동기가 높을수록 신체적 자기효능감이 높을 것이다.

가설 3-2. 스포츠 참여의 외적 동기가 높을수록 신체적 자기효능감이 높을 것이다.

가설 3-3. 스포츠 참여의 확인적 동기는 신체적 자기효능감과 상관이 없을 것이다.

가설 3-4. 스포츠 참여의 무동기는 신체적 자기효능감과 상관이 없을 것이다.

5. 스포츠웨어 의존성과 신체적 자기효능감

Park et al.(2015)의 연구에서 스포츠웨어 구매의도가 높은 집단이 구매의도가 낮은 집단에 비해 스포츠웨어의 의존성이 높았으며, 스포츠웨어 구매집단은 비구매집단에 비해 신체적 자기효능감이 높게 나타났다. 즉 스포츠웨어 의존성이 높은 집단은 스포츠웨어의 구매를 통해 신체적 자기효능감이 높아진다고 할 수 있겠다. 이에 대해 Park et al.(2015)는 스포츠웨어의 착용이 제품의 상징을 이용한 역할지식의 수행과 정체성의 변환을 가져와 자신을 보다 전문적인 스포츠참여자로서 여기기 때문이라고 설명하였다. 또한 스포츠웨어의존성이 높은 사람이 스포츠웨어 구매확률이 크므로 스포츠웨어의 착용을 통해 보다 긍정적인 신체 이미지를 형성할 가능성이 크며, 긍정적 신체 이미지를 통한 자신감의 증대는 신체적 자기효능감에 유의한 영향을 주므로 스포츠웨어 의존성이 큰 사람이 신체적 자기효능감이 높다고 할 수 있겠다(Kim et al., 2013; Ha, 2009; Jeon & Roh, 2010; Jeong & Choi, 2008).

가설 4. 스포츠웨어 의존성이 높을수록 신체적 자기효능감이 높을 것이다.

Ⅲ. 연구방법

1. 연구모델

본 연구에서는 개인의 스포츠 참여동기와 공적 자의식이 신체적 자기효능감에 미치는 영향을 밝히고 스포츠웨어 의존성이 이들 간의 관계에 미치는 효과를 검증하기 위해 [Figure 1]과 같은 연구모델을 설정하였다. 스포츠 참여

동기의 유형에 따라 스포츠웨어 의존성이 신체적 자기효능감에 미치는 영향을 살펴보면, 스포츠 참여동기 중 내재적 동기는 스포츠 활동 자체에서 즐거움과 만족을 추구하는 것으로 스포츠웨어 의존성에 무관하게 신체적 자기효능감에 긍정적인 영향을 줄 것이다(Lim & Lee, 2008). 또한 외적 동기나 확인적 동기가 높은 사람은 스포츠웨어의 추구혜택에 관심이 많아 스포츠웨어 의존성이 높으므로 스포츠웨어 의존성을 통해 신체적 자기효능감에 긍정적인 영향을 줄 것이다(Lee, 2013; Sung, 2012). 이상과 같이 스포츠웨어 의존성은 스포츠 참여동기의 유형에 따라 신체적 자기효능감과 관계가 매개할 것으로 보고 연구모형을 설정하였다.

2. 표본

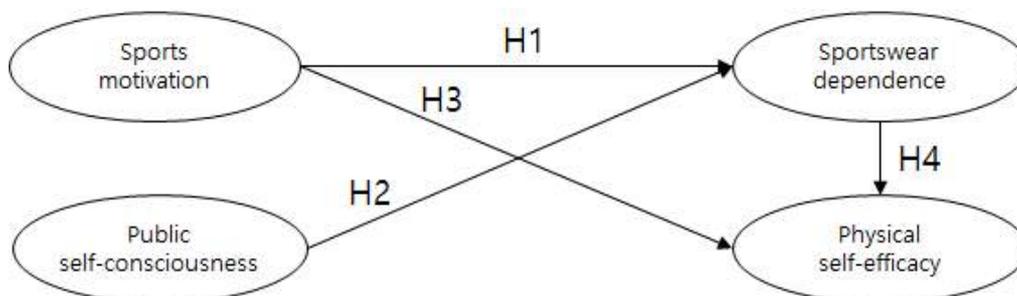
본 연구에서는 소비자의 스포츠 참여동기 및 공적 자의식에 따라 스포츠웨어 의존성 및 신체적 자기효능감에 차이가 있는지를 밝히고자 하였으며, 일주일에 한 번 이상 스포츠 활동에 정기적으로 참여하는 20대 이상의 성인여성을 대상으로 설문조사를 하였다. 설문대상을 여성으로 한 이유는 여성이 남성에 비해 전반적으로 의복관여가 높고 외모의 향상을 위해 의복을 사용하는 경향이 커서 스포츠웨어에도 관심이 많을 것이기 때문이다(Lim, 1997; Lim, 2008). 실제 설문조사 결과 가장 자주 참여하는 스포츠 활동 시 센터에서 제공하는 옷을 입는다고 한 사람은 47명(13.9%)에 불과했고, 292명(86.1%)이 본인이 가지고 간 옷을 입는다고 응답했다.

설문대상 스포츠 활동에 참여하는 정도는 일주일에 최저 한 번에서 최고 일곱 번까지 분포하였으며 평균 2.86일(S.D.=1.361) 참여하였다. 설문대상 스포츠에 1일 참여 시간은 최저 30분에서 최고 8시간까지 분포하였으며 하루 평균 참여시간은 1시간 28분(S.D.=49.005)이었다. 또한 해당 스포츠에 참여한 기간은 평균 2년 6개월

(S.D.=42.416)이었다. 참여하는 스포츠의 종류에는 헬스, 등산, 워킹/러닝, 에어로빅, 요가, 필라테스, 댄스, 골프, 배드민턴, 배구, 탁구, 테니스, 태권도, 사이클링, 수영 등 다양하게 분포하였다. 운동 장소도 스포츠센터, 강당, 학원, 문화센터, 공원 등 다양했다.

3. 측정도구

본 연구에서는 스포츠 참여동기, 공적 자의식, 스포츠웨어 의존성 및 신체적 자기효능감을 5점 리커트척도로 측정하였으며 측정도구는 다음과 같다. 스포츠 동기 측정문항은 Yang(2004)의 연구와 Mun(2004)의 연구를 참고하여 내재적 동기 3문항, 외적 동기 2문항, 확인적 동기 2문항, 무동기 2문항으로 구성하였다. 내재적 동기의 측정 문항은 ‘나는 재미있기 때문에 이 스포츠를 한다’, ‘나는 즐겁기 때문에 이 스포츠를 한다’, ‘나는 즐겁기 때문에 이 스포츠에 몰두한다’ 등이다. 외적 동기의 측정 문항은 ‘이 스포츠는 나에게 유익하다’, ‘이 스포츠는 나에게 중요하다’ 등이다. 확인적 동기의 측정 문항은 ‘나는 주변 사람들에게 인정받고 싶어 이 스포츠를 한다’, ‘나는 다른 사람들에게 내가 얼마나 운동을 잘하는지 자랑하고 싶어서 이 스포츠를 한다’ 등이다. 무동기 측정 문항은 ‘나는 이 스포츠를 계속해야 할지 스스로 반문하고 있다’, ‘나는 이 스포츠가 나에게 어떤 가치가 있는지 잘 모르겠다’ 등이다. 공적 자의식은 Chang(2003)의 연구에서 2문항을 사용하였다. 측정문항은 ‘보통 나는 다른 사람에게 좋은 인상을 주기 위해 애쓴다’, ‘나는 대체로 나의 외모를 의식한다’ 등이다. 스포츠웨어 의존성은 Part et al.(2015)의 연구에서 스포츠웨어에 대한 심리적인 의존성을 측정한 3문항을 사용하였다. 구체적인 문항은 ‘나는 스포츠할 때 입는 운동복이 중요하다고 생각한다’, ‘내가 스포츠할 때 입는 운동복은 나를 잘 표현해 준다’, ‘나는 내가 좋아하는 운동복과 그렇지 않은 운동복을 입었을 때 기분과 행동이 달라진다’



[Figure 1] Research model

등으로 측정하였다. 신체적 자기효능감은 Part et al.(2015)의 연구에서 3문항을 사용하였으며 ‘나는 신체활동에 자신이 있다’, ‘사람들은 내가 운동하는 모습이 멋있다고 한다’, ‘나는 움직임이 빠른 편인 것 같다’ 등의 문항으로 측정하였다.

4. 자료수집

설문은 온라인리서치 전문기관에 의뢰하여 자료를 수집하였으며, 총 339부를 분석에 사용하였다. 설문의 통계분석은 SPSS 18.0과 AMOS 19를 이용하여 구조방정식 모형을 분석하였다. 설문대상은 전국의 20대 이상의 여성을 대상으로 하였으며 연령분포는 20대가 112명(33.0%), 30대가 112명(33.0%), 40대가 75명(22.1%), 50대 40명(11.8%)로 구성되었다.

결혼여부는 기혼이 173명(51.0%)이고 미혼이 166명(49.0%)으로 비슷하게 분포하였다. 학력은 고졸이하가 34명(10.0%), 대학교 재학이 47명(13.9%), 대학교 졸업이 225명(66.45), 대학원 재학 이상이 33명(9.7%)으로 대졸 이상이 많았다. 직업은 전업주부가 69명(20.4%), 학생이 49명(14.5%), 그 외의 직업을 가진 사람이 210명(61.9%)

로 직장인이 많았다. 직업은 사무직이 134명(39.5%), 서비스 판매직이 14명(4.4%), 전문기술직이 43명(12.7%), 전문직이 18명(5.3%)이었다. 소득은 월평균 총수입으로 측정하였는데 200만원 미만인 사람이 27명(8%), 200만원 이상에서 400만원 미만이 90명(26.5%), 400만원 이상에서 600만원 미만이 110명(32.4%), 600만원 이상에서 800만원 미만이 58명(17.1%), 800만원 이상에서 1000만원 미만이 36명(10.6%), 1000만원 이상이 18명(5.3%)였다. 응답자 자신의 월평균 소비지출은 50만원 미만인 사람이 146명(43.1%), 50만원 이상에서 100만원 미만이 111명(32.7%), 100만원 이상에서 150만원 미만이 37명(10.9%), 150만원 이상에서 200만원 미만이 22명(6.5%), 200만원 이상이 23명(6.8%)였다.

IV. 결 과

1. 확인적 요인분석

본 연구에서 측정된 변수의 신뢰도와 타당도를 검증하기 위해 확인적 요인분석을 실시하였다. 그 결과 <Table 1>과 같이 측정변수의 요인구조가 확인되었다. 요인구조의 적합도 지

<Table 1> Result of confirmatory factor analysis of variables

Factors	Items	Factor loadings	CR Cronbach's α
Intrinsic motivation	● I play this sport because it is interesting to me	0.948	0.986
	● I play this sport because it is exciting to me	0.918	
	● I devote myself to this sport because it is interesting to me	0.893	
Extrinsic motivation	● I devote myself to this sport because it is interesting to me	0.878	0.967
	● This sport is interesting to me	0.752	
Confirmative motivation	● I play this sport in order to get the credit of the people I know	0.858	0.912
	● I play this sport in order to make a boast of being good at sports	0.768	
Amotivation	● I am uncertain to keep playing this sport	0.910	0.951
	● I am not sure of the value this sport has for me	0.775	
Public self-consciousness	● I usually try to impress the others	0.919	0.916
	● I am usually conscious of my appearance	0.697	
Sportswear dependence	● The clothes I wear during a sport express myself well	0.809	0.942
	● I feel and behave differently according to what sportswear I put on	0.724	
	● The clothes I wear during a sport are important to me	0.709	
Physical self-efficacy	● I heard to look great while playing a sport	0.794	0.940
	● I am confident of physical activities	0.781	
	● I may be pretty quick at moving	0.698	

GFI=0.941, AGFI=0.909, CFI=0.892, RMR=0.051. RMSEA=0.046, $X^2=168.817^{***}$ ($df=99$, $p=.000$) Normed $X^2=1.705$

수는 GFI=0.941, AGFI=0.909, CFI=0.892, RMR=0.051, RMSEA=0.046, $\chi^2=168.817$ ($df=99$, $p=0.000$) Normed $\chi^2=1.705$ 으로 나타났다. 신뢰도를 검증하기 위해 코론바하의 알파를 살펴본 결과 내적일관성은 0.748-0.940의 범위에서 나타났다. 변수간의 수렴타당도를 검증하기 위해 AVE (Average Variance Extracted)와 CR (Composite Reliability) 및 요인부하량을 구한 결과 AVE값은 0.560~0.846로 나타났고 CR은 0.916~0.986으로 나타났으며 요인부하량은 유의수준 1%에서 모두 유의하게 나타났다<Table 1>. 판별타당도를

검증하기 위해 각 변수 간 상관관계 제곱값과 AVE값을 비교한 결과 모든 AVE값이 상관관계 제곱값 보다 크게 나타나 판별타당도를 만족시켰다<Table 2>.

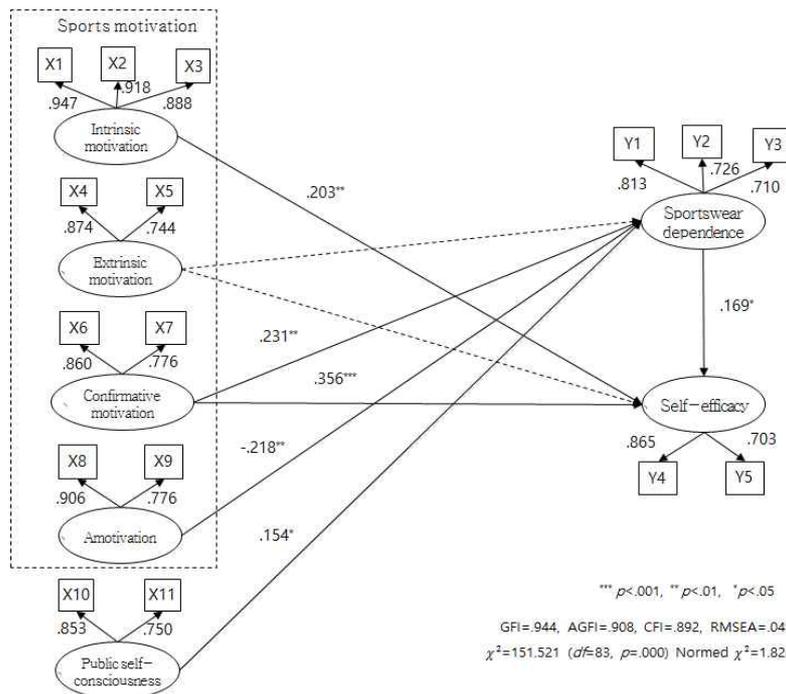
2. 구조방정식 모형

본 연구의 가설을 검증하기 위하여 구조방정식 모형을 분석한 결과 유의하지 않은 경로를 제외한 최종모형이 [Figure 2]와 같이 나타났다. 최종모형의 적합도는

(Table 2) Average variance extracted and squared correlation of variables

	Intrinsic motivation	Extrinsic motivation	Confirmative motivation	Amotivation	Public self-consciousness	Sportswear dependence	Physical self-efficacy
Intrinsic motivation	0.846 ^a						
Extrinsic motivation	0.479 ^b	0.668					
Confirmative motivation	0.142	0.048	0.663				
Amotivation	-0.349	-0.423	0.312	0.714			
Public self-consciousness	0.156	0.094	0.396	0.012	0.665		
Sportswear dependence	0.290	0.268	0.228	-0.227	0.258	0.560	
Physical self- efficacy	0.378	0.235	0.421	-0.120	0.301	0.360	0.576

^a average variance extracted, ^b squared correlation



[Figure 2] Final model

GFI=0.944, AGFI=0.908, CFI=0.892, RMSEA=0.049, $X^2=151.521$ ($df=83, p=0.000$) Normed $X^2=1.826$ 으로 나타났대[Figure 2]. 가설의 각 경로를 검증한 결과 외적동기가 스포츠웨어 의존성에 미치는 영향, 외적 동기가 신체적 자기효능감에 미치는 영향을 제외한 경로가 모두 유의하였고, 확인적 동기는 가설과 달리 신체적 자기효능감에 미치는 영향이 유의하였다. 따라서 가설 1-2, 3-2, 3-3이 기각되고 그 외의 가설은 채택되었다<Table 3>.

1) 스포츠 참여동기와 스포츠웨어 의존성

스포츠 참여동기와 스포츠웨어 의존성의 관계를 분석한 결과 확인적 동기는 정적 상관을 나타냈으며 무동기는 부적 상관을 가졌고 내재적 동기와 외적 동기의 영향을 유의하지 않았다. 구체적인 결과는 다음과 같다. 스포츠 참여의 내재적 동기는 스포츠웨어 의존성에 영향을 주지 않는 것으로 나타나 가설이 수용되었다. 이러한 결과가 나타난 것은 자율성 및 자기조절성향이 높은 내재적 동기는 그 자체가 목적이 되기 때문에 스포츠웨어와 같은 운동 외적 요인에 대한 심리적 의존에 영향을 주지 않기 때문이라 할 수 있다(Lim & Lee, 2008). 스포츠 참여동기 중 외적 동기는 예상과 달리 스포츠웨어 의존성에 영향을 주지 않는 것으로 나타났다. 스포츠 동기 중 외부로 드러나는 효과를 추구하는 외적 동기가 높은 사람은 스포츠웨어에서 실용성이나 편리성을 추구하여 스포츠웨어 의존성이 높을 것으로 예측하였으나, 유의한 결과가 나오지 않은 이유는 자

기결정성의 정도에 따라 존재하는 다양한 종류의 외적 동기를 측정에 반영하지 못했기 때문으로 추론된다. 또 다른 측면에서는 스포츠에서 외적동기가 높은 사람은 스포츠의 유익성으로 건강증진이나 신체단련 등에 대한 관심이 높으므로 의복에서도 편안함이나 실용성을 추구하여 굳이 스포츠웨어가 아니더라도 활동적이고 기능적인 옷을 착용할 것으로 보인다. 의복에서 실용성을 추구하는 소비자는 스포츠웨어에서 실용성이나 기능적인 측면을 중요시 여기기도 하지만 한편 타인의 반응이나 상황성을 고려하지 않는다는 특징 때문에 본 연구의 관심인 스포츠웨어에 대한 심리적인 의존성과 상관이 낮게 나타났다고 볼 수 있겠다(Lee, 2007; Yu & Kim, 2013). 한편 스포츠 참여시 확인적 동기가 높을수록 스포츠웨어 의존성이 높은 것으로 나타났다. 이는 자기과시성이 높은 소비자가 고기능성 스포츠웨어의 구매의도가 높다고 한 Kim(2013)의 연구결과와 관련이 있으며, 사회적 시선을 많이 의식할수록 고가의 등산복을 구매한다고 한 Lee(2013b)의 연구결과와도 관련이 있다. 또한 외모의 중요성에 대한 사회적 기준에 대한 동조가 높을수록 의복에 대한 심리적인 의존성이 높고 의복을 통해 사회적 인정을 받고 자신을 과시하려 한다는 Lee(2013a)의 연구결과와 일치한다. 또한 스포츠 참여시 무동기 성향이 높을수록 스포츠웨어 의존성은 낮은 것으로 나타났다. 즉 스포츠 지속의도가 낮을 경우 스포츠웨어의 추구혜택에도 관심이 낮아 스포츠웨어에 대한 의존성이 낮다고 할 수 있다.

<Table 3> Test of hypothesis

Ho	Path	Standardized regression coefficient	Standard Error	Hypothesis test
1-1	intrinsic motivation → sportswear dependence	0.111	0.058	accept
1-2	extrinsic motivation → sportswear dependence	0.093	0.115	not accept
1-3	confirmative motivation → sportswear dependence	0.231**	0.056	accept
1-4	amotivation → sportswear dependence	-0.218**	0.085	accept
2	public self-consciousness → sportswear dependence	0.154*	0.063	accept
3-1	intrinsic motivation → physical self-efficacy	0.203**	0.062	accept
3-2	extrinsic motivation → physical self-efficacy	-0.08	0.118	not accept
3-3	confirmative motivation → physical self-efficacy	0.356***	0.066	not accept
3-4	amotivation → physical self-efficacy	-0.099	0.089	accept
4	sportswear dependence → physical self-efficacy	0.487***	0.078	accept

GFI=0.944, AGFI=0.908, CFI=0.892, RMSEA=0.049, $X^2=151.521$ ***($df=83, p=0.000$) Normed $X^2=1.826$

2) 공적 자의식과 스포츠웨어 의존성

공적 자의식은 다른 사람에게 보이는 외현적 자아에 신경 쓰는 성향으로 공적 자의식이 높을수록 스포츠웨어의 의존성이 높아 스포츠웨어를 통해 자신을 표현하고자 하는 것으로 나타났다. 이는 공적 자의식이 의복에 대한 심리적 의존성에 유의한 영향을 주며 공적 자의식이 높은 여성은 외모 가꾸기에 더 많이 시간과 노력을 투자하여 심리적 의복의존성이 높다고 한 Koh et al.(2000)의 연구결과와 관련이 있다. 본 연구결과로 스포츠웨어도 일반적인 의복과 마찬가지로 자기표현이나 과시적 속성과 같은 사회적인 측면에서 그 중요성을 가진다고 할 수 있겠다.

3) 스포츠 참여동기와 신체적 자기효능감

스포츠 참여동기와 신체적 자기효능감의 관계에서 내재적 동기와 확인적 동기는 신체적 자기효능감에 유의한 정적 영향을 주며 외적동기와 무동기는 유의한 영향을 주지 않는 것으로 나타났다. 구체적인 결과는 다음과 같다. 스포츠 참여의 내재적 동기가 높을수록 신체적 자기효능감이 높게 나타났는데 이는 자기결정성 이론에 의해 내재적 동기가 강할 때 자기조절이나 자율성이 높아 심리적 유능감이 높다는 연구결과(Wilson et al., 2003)와 관련이 있다. 이는 자기효능감의 반복적 지각은 다시 내재적 동기를 발현시켜 스포츠 활동의 지속에 영향을 준다(Ahn & Hwang, 2012)는 주장을 뒷받침해주는 결과이다. 또한 스포츠 참여의 외적 동기가 높을수록 자기효능감이 높을 것으로 가정하였으나 연구결과 상관이 없는 것으로 나타났다. 이는 본 설문대상이 일주일에 적어도 한 번 이상 여가스포츠 활동에 참여하는 20대 이상 50대까지의 여성이 골고루 분포되어 있어, 스포츠참여 정도에 있어 개인차가 클 것이며 외적 동기가 높다고 해서 실제 스포츠 참여도가 높은 것은 아니기 때문이라 추측된다. 동기와 행동 사이에는 차이가 있어 오히려 건강증진 및 신체단련과 같은 외적 동기가 높은 개인 중에는 실제 스포츠 참여 정도는 낮아 보다 적극적인 신체활동이 필요한 사람도 있을 것이다. 한편 스포츠 참여의 확인적 동기는 신체적 자기효능감과 상관이 없을 것으로 예측했으나 연구결과 확인적 동기가 높을수록 신체적 자기효능감이 높게 나타났다. 본 연구의 피험자는 여성을 대상으로 하였는데 일반적으로 여성은 남성에 비해 사회적인 관계를 중시하고 자기과시성이 높아 스포츠에서도 확인적 동기를 중

시할 것으로 보인다. 선행연구에서는 확인적 동기와 신체적 자기효능감 사이의 관계에 대해 일관된 결과가 나타나지 않았지만(Chung et al., 2008) 본 연구 결과에서는 스포츠 참여의 확인적 동기가 높은 여성이 스포츠 활동에 보다 적극적으로 참여하고 그 결과 신체적 자기효능감이 높았다. 무동기는 예측한 바와 같이 신체적 자기효능감에 유의한 영향을 주지 않았다.

4) 스포츠웨어 의존성과 신체적 자기효능감

스포츠웨어 의존성이 높을수록 신체적 자기효능감이 높은 것으로 나타났다. 이는 스포츠웨어 의존성이 높은 집단이 스포츠웨어 구매확률이 크고 스포츠웨어의 착용은 긍정적 신체이미지의 형성을 통해 신체적 자기효능감을 높게 한다는 선행연구결과와 관련이 있다(Ha, 2009; Kim et al., 2013; Park et al., 2013). 또한 상징적 상호주의의 관점에서 스포츠 활동 시 스포츠웨어를 착용하면 자신을 보다 전문적인 스포츠 참여자로 느끼게 된다고 한 Park et al.(2015)의 연구결과와도 관련이 있다. 본 연구결과에 따라 스포츠웨어의 적절한 활용으로 신체적 자기효능감을 높이는 것이 가능할 것으로 볼 수 있다.

V. 결론 및 제언

스포츠의 중요성에 대한 인식이 증가하고 스포츠 활동을 위한 시간적, 공간적, 경제적 환경여건이 개선됨에 따라 일반인의 스포츠 참여범위가 확대되었다. 이에 따라 스포츠웨어의 수요도 급격히 증가하고 있는데, 스포츠 참여 종목의 증가와 더불어 스포츠 참여 이유도 다양화되고 있는 가운데, 스포츠웨어 시장을 단일하게 보는 시각에서 벗어나 스포츠 참여동기와 소비자 특성에 따른 시장세분화가 필요하다. 이러한 배경에서 본 연구는 다양한 스포츠 동기와 공적 자의식이 신체적 자기효능감에 미치는 영향과 스포츠웨어 의존성의 역할을 밝히고자 일주일에 한번 이상 정기적으로 스포츠에 참여하는 20대 이상의 성인여성을 대상으로 설문조사를 하였다.

본 연구결과 스포츠 동기에 따라 신체적 자기효능감에 차이가 있었으며 스포츠웨어 의존성이 이들 간의 관계에 영향을 주었다. 구체적으로 스포츠 동기 중 내재적 동기와 확인적 동기는 신체적 자기효능감에 직접적으로 긍정적인

영향을 주었으며, 확인적 동기와 공적 자의식은 스포츠웨어 의존성을 통해 신체적 자기효능감을 증가시키는 것으로 나타났다. 본 연구결과는 자기결정성 동기이론(Deci & Ryan, 2000)에서 자기결정성이나 자율성이 높은 내재적 동기와 연속선상에 위치하며 서로 상호작용하는 다양한 종류의 외재적 동기가 있다는 것을 증명해주었으며, 다양한 동기 유형에 따라 신체적 자기효능감이 영향을 받음을 보여주었다. White(1959)의 효용감 동기이론에 의하면 사람은 주어진 환경과 최대한 상호작용하려는 동기에 따라 행동하기 때문에 문제해결의 성공으로 자기효능감을 경험할 때 이는 다시 동기화 된다고 하였다. 따라서 스포츠 자기효능감의 경험이 중요한데 기존 연구에서는 자율적인 스포츠 참여가 자기효능감을 높일 것이라 생각하여 주로 내재적 동기의 긍정적 측면만을 부각시켜 왔으나, 본 연구결과에 따르면 확인적 동기와 같은 외재적 동기도 자기효능감을 높일 수 있으며 이때 스포츠웨어의 역할이 중요함을 알 수 있다. 이를 스포츠웨어 마케팅에 활용하면 스포츠 참여동기 중 확인적 동기와 신체적 자기효능감을 연관시켜 스포츠웨어를 어필하는 전략을 사용할 수 있겠다.

신체적 자기효능감은 내재적 동기화를 통해 지속적인 운동참여를 유발하며 개인의 만족도를 높여주는 중요한 변수이다. 본 연구를 통해 다양한 스포츠 참여동기 및 성격특성이 신체적 자기효능감의 형성에 서로 다른 영향을 줌이 밝혀졌다. 스포츠 참여동기 중 내재적 동기와 확인적 동기는 신체적 자기효능감에 유의한 영향을 주었고, 외적 동기와 무동기는 영향을 주지 않았다. 여가스포츠 활동에 참여하는 여성은 스포츠 활동 그 자체에 중요성을 둔 내재적 동기와 사회적인 자기표현을 의식한 확인적 동기가 높을 경우 신체적 자기효능감이 높음을 알 수 있다. 본 연구에서 확인적 동기가 중요하게 나타난 것은 본 연구대상이 여성이라는 점과 최근 여가 스포츠에서 그룹으로 운동에 참여하는 경우가 증가하고 있다는 점, 사회적으로 인정받는 이상적인 몸매가 운동을 통해 이루어질 수 있다는 점 등을 고려할 수 있겠다. 따라서 여성의 여가 스포츠 활동 참여를 높이려면 운동 그 자체에 흥미를 가질 수 있는 다양한 프로그램을 개발할 뿐 아니라 운동 과정에서 사회적인 상호작용을 통해 인정받을 수 있는 프로그램을 제공해야 할 것이다.

스포츠 참여동기의 유형에 따라 신체적 자기효능감에 미치는 영향이 달랐으며 이들의 관계에 영향을 주는 스포츠웨어의 역할이 달랐는데, 스포츠 참여동기가 같더라도 개인적인 성격특성에 따라 신체적 자기효능감의 지각 및

스포츠웨어의 역할이 다를 수 있다. 공적 자의식은 다른 사람에게 보이는 외현적 자아에 대한 관심으로 스포츠웨어에 대한 인식에 높은 관련성이 있을 것으로 보여 본 연구에서는 공적 자의식을 독립변수로 투입하였다. 연구결과 스포츠 참여동기와 공적 자의식은 스포츠웨어 의존성을 통해 신체적 자기효능감에 유의한 영향을 주었다. 특히 확인적 동기가 높은 사람과 공적 자의식이 높은 사람은 스포츠웨어 의존성을 통해 신체적 자기효능감을 높일 수 있음이 밝혀졌다. 따라서 확인적 동기와 공적 자의식이 높은 여성은 스포츠웨어의 적절한 활용으로 신체적 자기효능감을 높여 스포츠 활동에 대한 지속적인 참여와 몰입을 유도할 수 있을 것이다. 확인적 동기와 공적 자의식은 사회적인 자기표현 및 관계를 중요시한다는 공통점이 있으며 확인적 동기나 공적 자의식이 높은 사람들이 스포츠웨어에 많이 의존한다는 것은 스포츠웨어에 대한 심리적 의존을 통해 신체적 자기효능감을 상승시킬 수 있다는 것이다. 따라서 여가 스포츠 활동을 제공하는 스포츠 센터에서는 미적으로 세련되고 기능적으로 우수한 스포츠웨어를 운동복으로 제공하여 운동의 몰입 및 만족도를 높일 수 있을 것이다. 또한 스포츠웨어 브랜드에서는 상품개발 및 촉진에서 소비자의 인정받고자 하는 욕구를 만족시킬 수 있는 제품을 개발하고 이를 판매 소구점으로 강조해야 할 것이다. 한편 공적 자의식이 높은 사람은 사회적 불안감이 높아(Kim et al., 2015) 여가 스포츠 활동에서도 신체적 자기효능감이 떨어질 수 있다. 본 연구결과 스포츠웨어에 대한 심리적 의존은 신체적 자기효능감에 긍정적인 영향을 주므로 공적 자의식이 높은 경우라도 스포츠웨어를 통해 자신을 표현함으로써 사회적 불안감을 낮출 수 있을 것이다.

본 연구 결과 스포츠웨어 의존성에 영향을 주는 변수는 확인적 동기만이 유의하게 나왔고 외적 동기나 내재적 동기는 유의하게 나오지 않았다. 이는 현재 시중에서 판매되는 스포츠웨어가 기능적인 측면보다는 미적 측면이나 유행성 등을 강조하고 있기 때문이라 생각된다. 여가 스포츠 활동에 대한 관심이 고조되면서 스포츠 활동에 대한 몰입도가 높고 내재적 동기가 높아 보다 전문적으로 참여하고자 하는 사람들이 증가하고 있다. 이들을 흡수하기 위해서는 소비자의 다양한 욕구를 반영한 스포츠웨어 상품의 개발과 이를 강조한 마케팅 전략이 필요하다. 한편 스포츠 활동에 대해 동기가 약한 무동기 소비자는 동기수준이 낮을수록 스포츠웨어에 대한 관심이 낮으므로 이들 소비자를 대상으로 할 때에는 우선적으로 스포츠 동기를 활성화시키고 스포츠에 의미를 부여할 수 있도록 촉진하는 전략

이 선행되어야 하겠다. 또 스포츠 동기 중 외적 동기가 높은 사람은 스포츠웨어 의존성이 낮고 스포츠웨어의 표현적 속성 보다는 기능성이나 실용성에 관심을 가질 것이기 때문에 이러한 속성을 마케팅 포인트로 강조해야 하겠다.

본 연구는 20대 이상 성인여성을 대상으로 조사하였는데 남성과 여성의 스포츠 동기 및 스포츠웨어의 역할, 신체적 자기효능감에 차이가 있을 것이므로 후속 연구에서는 남성 소비자를 대상으로 본 연구결과를 비교할 필요가 있다. 이는 실무적으로도 스포츠마케팅 및 패션마케팅에서 세분화된 전략을 구사하는데 유용한 정보를 제공할 것이다. 또한 공적 자의식은 성별과 연령에 따라 차이가 나는 개념이므로(Koh *et al.*, 2000; Shim & Koh, 1997) 후속연구에서는 성별과 연령에 따른 공적 자의식의 차이를 비교하는 연구가 필요할 것이다. 마지막으로 본 연구에서는 참여 스포츠에 관계없이 조사하였는데 스포츠 종목에 따라 스포츠웨어의 공공성이나 가시성 및 기능성에 대한 요구가 달라질 수 있으므로 후속연구에서는 스포츠 유형별로 세분화된 연구가 필요할 것이다.

주제어 : 스포츠동기, 스포츠웨어, 신체적 자기효능감, 공적 자의식, 스포츠웨어의존성

REFERENCES

- 2015 Fashion market analysis (2015, August 20). *Samsung Design Net*. Retrieved October 1, 2015, from <http://www.samsungdesign.net>
- Daily sportswear aestheisure look (2015, May 28). *Fashion Insight*. Retrieved October 1, 2015, from <http://www.fashionnetkorea.com>
- An, M. S., Chung, S. J., & Kim, D. G. (2014). A comparative study on characteristics between participants and non-participants in senior model program: a focus on lifestyles, body satisfaction, self-esteem, physical self efficacy, and self-confidence in fashion coordination. *Journal of Fashion Business*, 18(1), 66-79.
- An, B. W., & Hwang, S. H. (2012). Leisure competence, flow leisure satisfaction, and self-efficacy in leisure sports participants. *Journal of Leisure Studies*, 9(3), 1-19.
- Bandura, A. (1990). Perceived self-efficacy in the exercise of personal agency. *Journal of Applied Sport Psychology*, 2(2), 128-163.
- Chang, H. I. (2003). *Influence of perceived parenting behavior on social anxiety*. Unpublished master thesis, Yonsei University, Korea
- Choi, I. H., Park, J. Y., & Lee, C. S. (2002). Dependence on brand by product type in online environment. *Journal of Channel and Retailing*, 6(2), 109-133.
- Chung, I. H. (2009). A study on the premium price perception for high functional sports/leisure wear related to sports/leisure activity, well-being health consciousness, and demographic variables. *Journal of the Korean Society of Clothing and Textiles*, 33(9), 1506-1518.
- Chung, J. E., Hong, s. B., & Kim, J. S. (2008). Motivation type and physical self-efficacy of soccer participation in sport for all. *Journal of Sport and Leisure Studies*, 33(2), 1257-1272.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The "what" and "why" of goal pursuits: human needs and the self-determination of behavior. *Psychology Inquiry: An International Journal for the Advancement of Psychological Theory*, 11(4), 227-268.
- Fenigstein, A., Scheier, M. F., & Buss, A. H. (1975). Public and private self-consciousness: Assessment and theory. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 43, 522-529.
- Ha, J. K. (2009). Clothing and make-up behavior by appearance management motive. *Korean Journal Community Living Science*, 20(3), 385-396.
- Ha, T., & Kim, S. (2012). Near-infrared light and placebo effects on golf-putting performance: A randomized, double-blind, placebo-controlled study. *The Korea Journal of Sports Science*, 21(3), 381-390.
- Han, K. H., & Won, M. S. (2013). Elementary school boy's brand loyalty in the sportswear market. *Fashion & Textile Research Journal*, 15(1), 1-10.
- Hur, J. (2015). The effect of brand personality of outdoor sportswear on brand identification and loyalty. *The*

- Journal of Korea Society for Wellness*, 10(2), 23-34.
- Hwang, J. S. (2008). The effects of perception of appearance importance on sportswear benefits sought, evaluative criteria, and image preferences of female consumers. *Family and Environment Research*, 46(7), 59-69.
- Jeon, M. R., & Roh, J. S. (2010). The relationship between perceived self-consciousness of college majors in dance on the body image, self-efficacy and dance performance anxiety. *Official Journal of the Korean Society of Dance Science*, 21(1), 1-19.
- Jeong, Y. G. (2004). Validity verification of sports commitment behavior scale. *Korean Society of Sport Psychology*, 15(1), 1-21.
- Jeong, S. J., & Choi, S. K. (2008). The influence of make-up behavior and clothing value on an enlarged self-confidence and diversion-Focusing on body cathexis and make-up attitude. *Journal of the Korean society of Design Culture*, 14(2), 428-441.
- Kang, H. W. (2014). The relationship between self-management and confidence of 30 minutes cycling women participants-focusing on basic physical self-perception need. *The Korea Journal of Sports Science*, 23(5), 81-93.
- Kang, M. H., & Cho, K. M. (2014). A study on how types of outdoor brand marks affect the quality of customer relationship, brand loyalty and purchasing intention. *A Journal of Brand Design Association of Korea*, 12(3), 235-255.
- Kim, Y. (2013). Consumers' needs and purchase intention of high functional sportswear according to sport participation motivations. *Korean Journal of Human Ecology*, 22(1), 141-155.
- Kim, E. J. (2011). The effects of self-consciousness on the body image and self-esteem for middle-aged women participating in aquarobics. *Korean Journal of Sports Science*, 20(3), 221-234.
- Kim, A. Y. (2002). Validation of taxonomy of academic motivation based on the self-determination theory. *The Korean Journal of Educational Psychology*, 16(4), 169-187.
- Kim, P. J., Cho, H. I., & Ha, S. W. (2009). The influence of motivation on satisfaction of screen golf users. *The Korean Journal of Sports Science*, 18(4), 27-42.
- Kim, C. Y., & Choi, Y. S. (2013). A study on art therapists' self-consciousness and self-efficacy. *Journal of Arts Psychotherapy*, 9(3), 67-90.
- Kim, J. H., & Hong, K. H. (2000). A study on shopping orientation and information source by male's clothing benefits. *Journal of the Korean Society of Clothing and Textiles*, 24(1), 43-54.
- Kim, O. T., Jung, Y. S., & Chae, J. S. (1999). The influence of sports participation motivation on leisure satisfaction and life satisfaction of leisure sports activity participants. *The Korean Journal of Physical Education*, 38(3), 87-95.
- Kim, J. G., & Kim, H. S. (2002). The effect of corrective feedback on self-efficacy improvement and motor learning. *The Korean Journal of Physical Education*, 41(5), 207-213.
- Kim, J. H., & Kim, K. P. (2000). The relationship between taekwondo training type of physical self-efficacy and mental of martial art. *The Korean Journal of Physical Education*, 39(2), 37-47.
- Kim, J. Y., Kim, J. M., & Lee, C. Y. (2015). Exploring factors regarding participative motives for each sports category. *The Korea Journal of Sports Science*, 24(4), 299-318.
- Kim, H. J., & Lee, M. H. (2012). The effect of self-efficacy on appearance management behavior of male and female college students. *Journal of the Korea Fashion & Costume Design Association*, 14(2), 33-47.
- Kim, B. J., & Seong, C. H. (1996). Enjoyment in sport: Concepts and current research. *Korean Association of Sport Pedagogy*, 3(2), 99-122.
- Kim, Y. S., Shin, M. J., & Kwon, S. H. (2015). Verification of mediating effects of body image self discrepancy in dance major high school students in the relationship between public self-consciousness and social physique anxiety. *The Korean Journal of Physical Education*, 54(3),

- 161-169.
- Kim, S. K., & Yoon, H. J. (1986). Transactions: The influence of self-esteem on the clothing behavior among high school students. *Journal of the Korean Society of Clothing and Textiles*, 10(1), 1001-1008.
- Kim, J. Y., Yoon, I. A., & Choo, H. C. (2013). The structural relationships among body image, self-efficacy and dance flow dance sport players. *Journal of Coaching Development*, 15(3), 107-117.
- Ko, D. S., & Kang, I. W. (2009). The influence of participating motivation on self efficacy, class satisfaction and interpersonal relations among cultural physical education in college student's. *Journal of Sport and Leisure Studies*, 36(2), 943-954.
- Koh, A. R., Jin, B. H., & Shim, J. E. (2000). Influencing factors of Korean female adolescent's clothing behaviors: Effects of psychological characteristics, age and residence. *Journal of the Korean Society of Clothing and Textiles*, 24(4), 475-486.
- Koh, A. R., & Kim, Y. J. (1996). The effects of egocentrism, self-consciousness, body cathexis on adolescence clothing behavior. *Journal of the Korean Society of Clothing and Textiles*, 35(10), 1150-1160.
- Koo, H. K. (2011). Analysis of behavior of consumers in babyboom generation for purchasing functional textile: Focused on sportswear. *Korea Science & Art Forum*, 8, 1-12.
- Lee, M. S. (2013a). A study on adolescents' body esteem and clothing behaviors according to the sociocultural attitude toward appearance. *Journal of the Korean Fashion & Costume Design Association*, 15(2), 43-56.
- Lee, J. R. (2013b). The socio-cultural consumption of highly-priced mountain clothing. *The Korean Journal of Physical Education*, 52(2), 191-205.
- Lee, M. S. (2009). The relationship among body image, social self concept and clothing behaviors of adolescents. *Journal of the Korean Society of Clothing and Textiles*, 33(3), 433-443.
- Lee, E., & Baik, C. (2008). A study on the fabric trend in sports wear. *Journal of the Korean Fashion & Costume Design Association*, 10(3), 47-59.
- Lee, C. S., Choi, I. H., & Yu S. Y. (2004). The study on the difference in terms of online consumers' brand reliance by product typology and product familiarity. *The Korean Journal of Consumer and Advertising Psychology*, 5(2), 87-115.
- Lee, K. S., & Nam, M. W. (2013). The influence of marital satisfaction, lifestyle and psychological variables on clothing behavior of housewives. *Korean Society of Fashion Design*, 13(1), 23-46.
- Lee, H. W., & Yu, J. G. (2012). An effect of physical appearance perception to propensity of consumption and selection criteria on sports apparel. *Journal of Sport and Leisure Studies*, 47, 427-440.
- Lim, K. B. (2008). A study on attitudinal body image and clothing behavior according to the body cathexis. *Fashion & Textile Research Journal*, 10(6), 882-889.
- Lim, K. B. (1997). The effect of perceptual and evaluative self-concept on the clothing behavior-based on college students' shopping motivation, clothing interest and clothing satisfaction. *Journal of the Korean Society of Clothing and Textiles*. 21(4), 740-749.
- Lim, T. S., & Lee, H. Y. (2008). Relation among motives to participate in leisure sports, involvement, immersion experience and aim at continuous participation of participants in leisure sports. *Journal of Sport and Leisure Studies*, 34(2), 1567-1580.
- Ministry of Culture, Sports and Tourism. (2012). 2013 Survey for the participation state in national sports for all.
- Min, G., Oh, Y. S., & Kim, K. B. (2015). The relationship among internal motivation of semi professional soccer player on sport confidence and exercise commitment. *The Korean Journal of Sports Science*, 24(1), 307-319.
- Moon, T. Y. (2010). Influence in environmental factors of experiencing marine leisure sports upon

- participants' emotional response, satisfaction, and re-participation intention. *Journal of Sport and Leisure Studies*, 40(2), 799-810.
- Mun, C. I. (2004). *The measurement of intrinsic and extrinsic motivation for sports participants: Korean sport motivation scale(KSMS)*. Unpublished master thesis, Korea University, Korea.
- Park, Y. (2014). The preference difference in sensibility images for the sports and/or leisure wear with black and white coloring according to demographic characteristics. *Journal of Korea Society of Color Studies*, 28(3), 167-177.
- Park, B. I. (2000). Current trends and perspective of the Korean sportswear industry. *Journal of Sport and Leisure Studies*, 14(14), 805-818.
- Park, S. Z., Ahn, M. Y., & Lee Y. R. (2015). The study of dependence on sportswear and the effects of wearing sportswear. *Journal of the Korean Society of Clothing and Textiles*, 39(1), 77-90.
- Park, J. E., Jeong, S. J., & Kang, K. J. (2005). A study of impulse-buying and psychological characteristics of female college students by body cathexis and clothing attitude. *Korean Journal of Human Ecology*, 14(6), 985-994.
- Pelletier, L. G., Fortier, M. S., Vallerand, R. J., Tuson, K. M., & Briere, N. M. (1995). Toward a new measure of intrinsic motivation, extrinsic motivation, and amotivation in sports: The sport motivation scale (SMS). *Journal of Sports & Exercise Psychology*, 17, 35-53.
- Shim, J. E., & Koh, A. (1997). Korean adolescent's clothing behavior as related to self-consciousness and weight control practices. *Journal of the Korean Society of Clothing and Textiles*, 21(8), 1334-1345.
- Song, K. J., & Lee, M. S. (2009). The effects of sociocultural attitude toward appearance on perceptual, attitudinal body images and clothing behaviors. *Family and Environment Research*, 47(2), 97-110.
- Sung, H. W. (2012). A study on purchasing behavior of outdoor sportswear-Based on sports types and sports participation motivations. *Korean Journal of Human Ecology*, 21(2), 315-329.
- White, R. W. (1959). Motivation reconsidered: The concept of competence. *Psychological Review*, 66(5), 297-333.
- Wilson, P. M., Rodgers, W. M., Blanchard, C. M., & Gessell, J. (2003). The relationship between psychological needs, self-determined motivation, exercise attitudes, and physical fitness. *Journal of Applied Psychology*, 33(11), 2373-2392.
- Yang, M. (2004). Scale development and validity test of leisure sports motivation based on self determination theory. *Journal of the Korean Society of Physical Education*, 9(2), 107-132.
- Yu, J. S. (2009). The effects of internal motivation of dance majors, dance teaching leadership and member satisfactions on continuous dance performances. *The Korean Journal of Physical Education*, 48(4), 473-483.
- Yu, J. H., & Kim, M. K. (2013). A study on the clothing selection criteria by pursuit of clothing benefit groups and the preference of clothing color by mood state. *The Research Journal of the Costume Culture*, 21(6), 938-949.

Received 5 February 2016;

1st Revised 5 April 2016;

Accepted 21 April 2016