

스포츠수행의 사회심리적 요인 II

오늘의 주제

스포츠심리학

오늘의 주제

학습목차

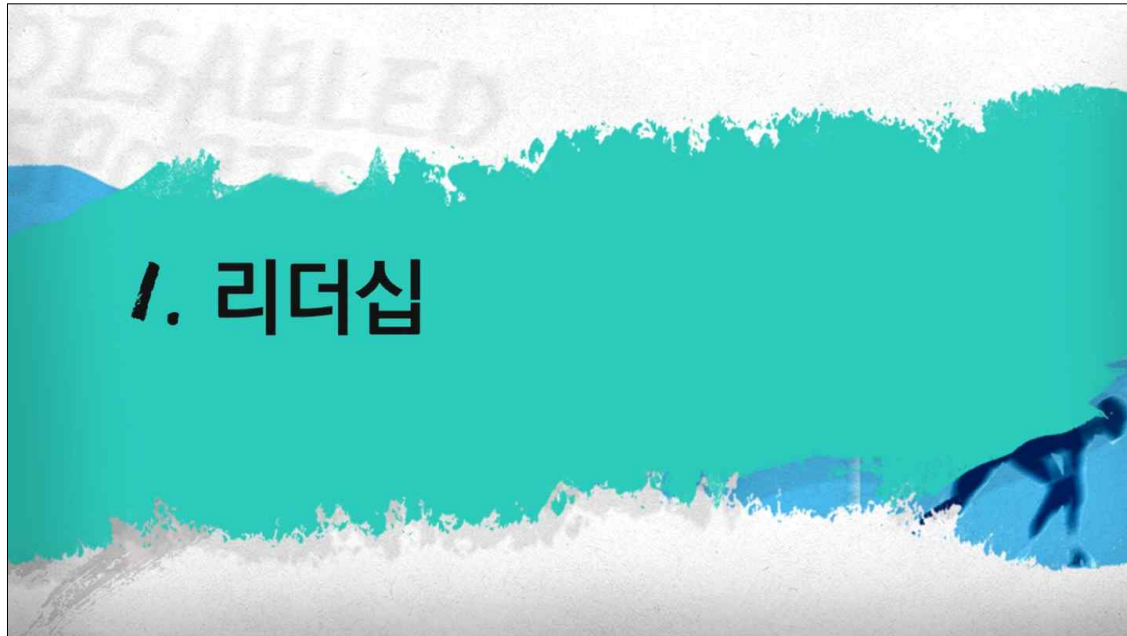
① 리더십

② 사회성 발달

DISABLED
SPORTS
LEADER

Memo

본 학습 | 1. 리더십



스포츠심리학

1. 리더십

1 리더십의 정의

1) 리더십의 개념

- ▷ 공통의 목표를 달성하기 위한 방향으로 집단의 활동을 이끄는 개인의 행동

Memo

본 학습 | 1. 리더십

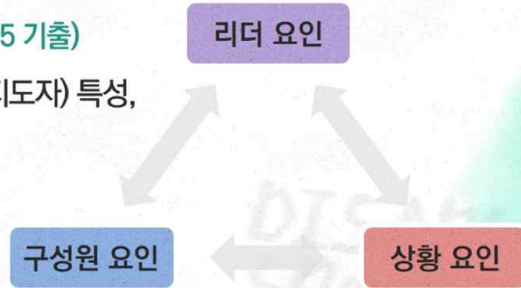
스포츠심리학

1. 리더십

1 리더십의 정의

2) 리더십 효율성 결정하는 3요소 (2015 기출)

- ▶ 리더십의 효율성은 상황적 요인과 리더(지도자) 특성, 구성원(선수)의 특성에 의해 결정



<스포츠에서 리더의 영향력 체계>
(Chelladurai, 1978)

스포츠심리학

1. 리더십

2 리더십의 이론 (1/3)

1) 특성적 접근

- ▶ 성공적인 리더는 타고난 인성이나 성격을 지니고 있다고 보는 관점
- ▶ 지능, 성취동기, 책임감 등은 성공적인 리더의 공통 특징

2) 행동적 접근

- ▶ 리더가 지녀야 할 행동 특성을 가르치면 훌륭한 리더가 될 것이라고 보는 관점
- ▶ LBDQ: 지도자 행동 기술 질문지 (Leader Behavior Description Questionnaire)
- ▶ 스포츠 팀 리더십 행동연구: 코치행동기술 질문지 (Coach Behavior Description Q)

Memo

본 학습 | 1. 리더십

스포츠심리학

1. 리더십

2 리더십의 이론 (2/3)

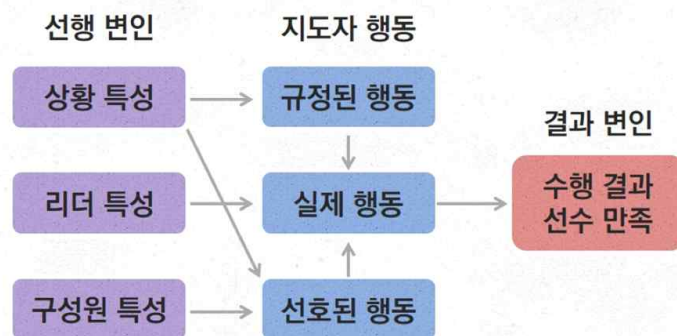
3) 상황적 접근

- ▶ 리더십은 지도자와 구성원의 상호작용으로 보고, 그들을 둘러싼 상황 속에서 발생
- ▶ Fiedler(1978)의 상황부합 이론: 리더십의 효율성은 지도자의 인적 특성과 집단의 상황적 조건에 의존한다고 제안
- ▶ 다차원적 스포츠 리더십 모형(Chelladurai, 1980): 리더십의 효율성은 특정 상황에서 리더에게 요구되는 규정된 행동, 리더가 실제로 행하는 행동, 구성원들이 선호하는 행동의 일치 여부에 의해 결정된다고 설명

스포츠심리학

1. 리더십

2 리더십의 이론 (3/3) (2018 기출)



<다차원적 스포츠리더십 모형(Chelladurai, 1980)>

Memo

본 학습 | 1. 리더십

스포츠심리학

1. 리더십

3 리더십 효과와 상황요인

1) 효과적인 리더십을 위한 4 구성 요소

- ▶ 리더의 자질 (leaders' qualities)
- ▶ 리더십 스타일 (leadership styles)
- ▶ 상황 요소들 (situational factors): 개인 또는 팀 스포츠, 팀 구성원 수
- ▶ 구성원 자질 (followers' qualities): 선수들의 특성

스포츠심리학

1. 리더십

3 리더십 효과와 상황요인

2) 리더십 상황 요인과 효과 규명을 위한 통합 모형: 코칭 행동에 영향을 주는 선행 요인과 이러한 코칭 행동이 어떤 매개 변인을 통해 선수의 수행과 행동에 영향을 주는지 구체화시켜 설명



Memo

본 학습 | 1. 리더십

Memo	<div>스포츠심리학</div> <div>1. 리더십</div> <div>3 리더십 효과와 상황요인</div> <div>3) 리더십 상황 요인</div> <div><div>코치의 기대</div><div>코치의 고정관념</div><div>코치의 심리적 특성</div><div>기타</div></div> <div><ul style="list-style-type: none">코치의 기대수준 운동 참여자의 수행과 밀접한 관련코치의 기대는 코칭행동에 영향을 주고 그 결과로 각 선수의 수행과 행동을 변화</div>
	<div>스포츠심리학</div> <div>1. 리더십</div> <div>3 리더십 효과와 상황요인</div> <div>3) 리더십 상황 요인</div> <div><div>코치의 기대</div><div>코치의 고정관념</div><div>코치의 심리적 특성</div><div>기타</div></div> <div><ul style="list-style-type: none">코치가 지닌 편향적 고정관념은 수행 기준을 낮게 설정하고 선수 수행에 부정적 영향</div>

본 학습 | 1. 리더십

Memo	<div>스포츠심리학</div> <div>1. 리더십</div> <div>3 리더십 효과와 상황요인</div> <div>3) 리더십 상황 요인</div> <div><div>코치의 기대</div><div>코치의 고정관념</div><div>코치의 심리적 특성</div><div>기타</div></div> <div><ul style="list-style-type: none">코치의 성취목표성향은 코칭행동을 예측(과제지향, 과정지향 등)코칭 효능감이 높은 코치는 격려를 더 많이 제공코치의 동기수준도 선수 수행에 영향</div>
	<div>스포츠심리학</div> <div>1. 리더십</div> <div>3 리더십 효과와 상황요인</div> <div>3) 리더십 상황 요인</div> <div><div>코치의 기대</div><div>코치의 고정관념</div><div>코치의 심리적 특성</div><div>기타</div></div> <div><ul style="list-style-type: none">사회문화적 맥락의 영향, 경쟁 수준의 영향, 스포츠 구조의 영향</div>

본 학습 | 1. 리더십

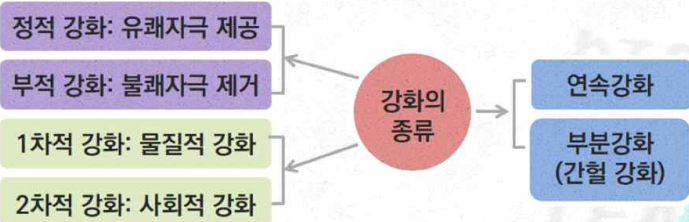
스포츠심리학

1. 리더십

4 강화와 처벌

1) 강화 (1/2)

▷ 반응의 빈도를 증가시키는 어떤 자극이나 사건 또는 상황



스포츠심리학

1. 리더십

4 강화와 처벌

1) 강화 (2/2)

▷ 강화전략 (2017 기출)

- 프리맥(Premack)의 원리: 하기 싫은 행동을 완수했을 때 하고 싶은 행동을 할 수 있도록 허락하는 것
- 즉각적인 피드백 (성취 결과 뿐만 아니라 노력에 대해 피드백)
- 일관성 유지

Memo

본 학습 | 1. 리더십

스포츠심리학

1. 리더십

4 강화와 처벌

2) 처벌

- ▷ 어떤 행동을 감소시키거나 회피하기 위해 자극을 제공 (고함, 체벌 등)
- ▷ 정적처벌: 특정한 자극을 제공
- ▷ 부적처벌: 일정 자격을 제거 또는 박탈

스포츠심리학

1. 리더십

4 강화와 처벌

2) 처벌

- ▷ 처벌의 부정적 효과
 - 학습된 무기력
 - 처벌의 학습효과 (모델링)
 - 자아존중감 하락 (특히, 처벌의 이유가 불분명할 때)

Memo

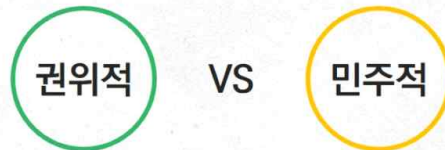
본 학습 | 1. 리더십

스포츠심리학

1. 리더십

5 코칭 스타일과 코칭 행동 평가

- 1) 코칭 스타일: 주어진 상황에 적합하도록 권위적 스타일과 민주적 스타일을 적절하게 적용하는 것이 효율적



스포츠심리학

1. 리더십

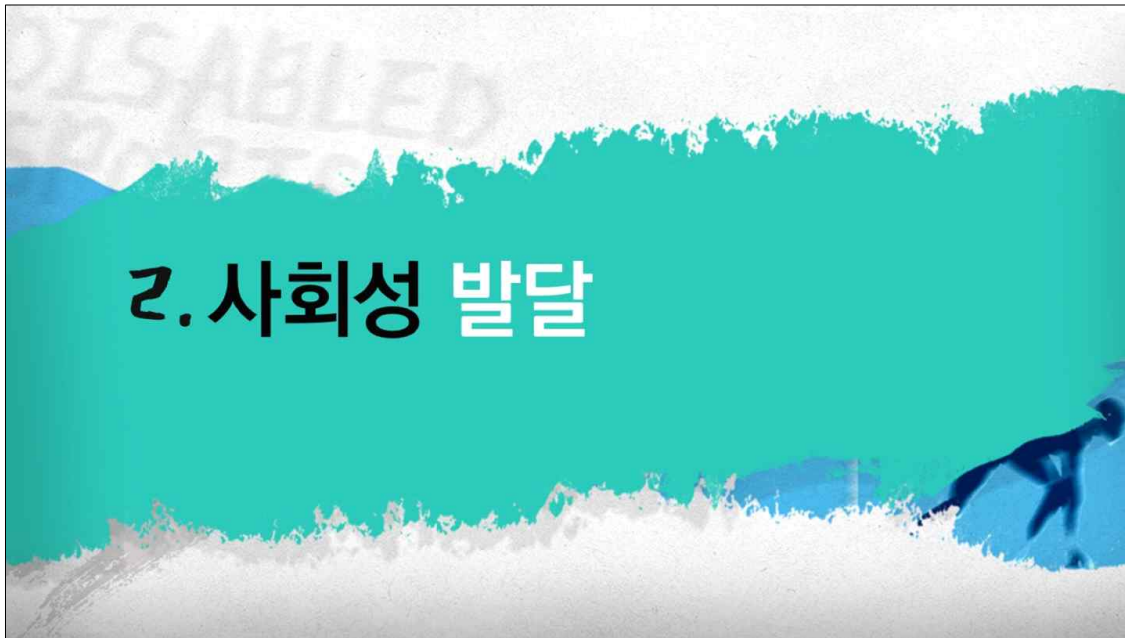
5 코칭 스타일과 코칭 행동 평가

2) 코칭행동 평가

- ▶ 선수들이 선호하는 리더십 유형: 연령, 경쟁 수준, 경력에 따라 다르게 나타남
- ▶ 선수들이 선호하는 코칭행동: 성별, 사회문화적 요인, 스포츠 유형에 따라 다름
- ▶ 코칭행동 평가 시스템 (Coaching Behavior Assessment System: CBAS)
 - 선수행동에 대한 반응과 코치의 자발적 행위를 측정

Memo

본 학습 | 2. 사회성 발달



스포츠심리학

2. 사회성 발달

1 공격성의 개념과 이론

1) 공격성의 개념 (2017 기출)

- ▶ 피해나 부상을 피하려는 사람에게 피해나 부상을 입힐 목적으로 가해지는 모든 행동
- ▶ 공격행위 종류
 - 적대적 공격: 분노와 함께 상대에게 피해를 목적으로 가하는 행동(충동적 발생)
 - 수단적 공격: 승리를 위해 상대선수에게 가하는 공격적인 행동(의도적 발생)

Memo

본 학습 | 2. 사회성 발달

스포츠심리학

2. 사회성 발달

1 공격성의 개념과 이론

2) 공격성의 이론

- ▶ 본능 이론: 공격성을 선천적인 본능현상으로 설명 (2015 기출)
- ▶ 좌절-공격 가설: 공격행위는 좌절의 결과로 발생하고, 좌절이 공격행위를 초래한다
- ▶ 사회학습이론: 개인 처한 환경 속에서 관찰과 모방, 강화에 의해 공격성을 학습

스포츠심리학

2. 사회성 발달

2 스포츠에서 공격성의 원인과 결과

1) 공격성의 원인

- ▶ 종목의 특성, 경기력의 차이, 성별, 팀의 순위, 경기의 시점 등 다양한 변인

2) 공격성의 결과

- ▶ 스포츠 경기에서 공격행위는 수행을 방해
- ▶ 상대 공격에 집중하게 되기 때문에 과제에 대한 주의가 분산
- ▶ 공격행위는 또 다른 공격행위를 창출

Memo

본 학습 | 2. 사회성 발달

스포츠심리학

2. 사회성 발달

3 스포츠 참가와 인성발달

1) 스포츠 참가를 통한 인성발달

- ▶ 스포츠 및 신체활동은 참여자의 도덕적 발달에 긍정적 영향
- ▶ 구조 발달 접근을 고려할 경우 도덕적 추론(moral reasoning)을 향상

스포츠심리학

2. 사회성 발달

3 스포츠 참가와 인성발달

2) 스포츠인성 개념

- ▶ 스포츠에서 일어나는 상황을 이해하고, 그 상황에서 옳은 것을 판단하고 결정하여 행동으로 옮기는 일련의 과정 (장창용, 2017)
- ▶ 다차원 구조 (장창용, 2013, 2017; Shields & Bredemeier, 1995):
공감성(compassion), 공정성(fairness), 스포츠퍼슨십(sportspersonship),
일치성(integrity)
- ▶ 스포츠퍼슨십 (Vallerand, 1996): 스포츠에 대한 완전한 몰입, 규칙과 심판 존중,
사회적 관습 존중, 상대선수에 대한 존중, 승리만을 위한 부정적 태도 피하기

Memo

마무리하기

스포츠심리학	
마무리하기	
1 리더십	
리더십의 개념 및 이론	
강화와 처벌 적용	
코칭 스타일과 코칭행동 평가	
2 사회성 발달	
공격성의 개념과 이론 및 원인	
스포츠 참가와 인성발달	
Memo	

본 내용은 경기도청에서 제작한 것으로 저작권법에 보호를 받고 있어
무단으로 이용할 수 없습니다.