



2023 한국웰니스학회 추계 온라인학술대회 자료집

기간 : 2023.10.23.(월)~10.27(금)
장소 : 한국웰니스학회 YouTube 채널

목 차

연구윤리교육

자유주제 영상발표

1. 뇌성마비 장애인의 자발적 스킨스쿠버 활동이 자기효능감과 신체적 변화에 미치는 영향 2
2. 발목관절 골절환자의 재활운동이 발목 관절가동범위와 통증 및 정서상태에 미치는 영향 3

자유주제 포스터발표

1. 스포츠윤리에서 『도덕경』의 무위(無爲)의 윤리적 가치에 대한 고찰 4
2. 태권도지도자의 겸허의 덕(德)에 대한 고찰 5

자유주제 영상발표

1. 뇌성마비 장애인의 자발적 스킨스쿠버 활동이 자기효능감과 신체적 변화에 미치는 영향
• 이명욱(영남대학교)
2. 발목관절 골절환자의 재활운동이 발목 관절가동범위와 통증 및 정서상태에 미치는 영향
• 이준원 · 김한철(영남대학교)



뇌성마비 장애인의 자발적 스킨스쿠버 활동이 자기효능감과 신체적 변화에 미치는 영향

이명욱(영남대학교)

본 연구의 목적은 경직된 뇌성마비 환자를 대상으로 스쿠버다이빙 프로그램에서의 조작과 안정성, 이동성 초기 발달단계의 효과를 조사하는 것입니다. 이를 위해 홈페이지 기반 사전조사와 사전검사, 사후검사 등을 실시했으며 수중 버디 2명으로 참가자들을 아이컨택, 수화, 양팔 또는 한 손으로 진행하였다. 본 연구의 시험 후 결과는 다음과 같다. 먼저 경직된 뇌성마비의 경우 조작 기능에 의해 강압 과정에서 양손을 잡고 한 손을 잡고 수화를 하는 압력 평형이 이뤄졌다. 둘째, 안정성에 의한 수영 과정에서는 완전하지 않지만 머리 회전과 호흡에 의해 중성부력, 음성부력, 양성부력이 이루어졌다. 셋째, 이동도에 따라 상승하는 과정에서 수직상승은 아니지만 원형운동과 대각선상승이 이루어졌다. 넷째, 수중통신 방식인 아이컨택트와 표준수신호가 참가자의 몰입 유도에 긍정적인 효과를 제시했으며, 뇌성마비가 심한 참가자들에게 스쿠버다이빙 프로그램을 적용하는 데 매우 효과적인 방법임을 발견하고 과학적으로 검증하기 위해서는 다양한 신체 기능 장애로 인한 다양한 운동 프로그램과의 비교 연구가 필요하다.

Key words : 경직성 뇌성마비, 조작기능, 안정성, 이동성, 스쿠버 다이빙

Corresponding Author: lee2856101@yu.ac.kr

Journal of Korea Society for Wellness

Copyright©2023 Author(s) and the Korea Society for Wellness

발목관절 골절환자의 재활운동이 발목 관절가동범위와 통증 및 정서상태에 미치는 영향

이준원 · 김한철(영남대학교)

본 연구는 발목관절 골절환자의 재활운동이 발목관절 가동범위, 발목통증, 정서상태의 변화를 검증하는데 목적이 있다. 이에 발목관절 골절 수술을 한 성인 환자 20명에게 9주간, 주3/1주, 40분/1회 재활운동을 대구시 A병원에서 실시하였다. 연구 목적을 검증하기 위해 발목관절 가동범위는 Baseline Hi Res 360°ISOM (STER) Goniometer 8" ,U.S.A)각도계, 발목 통증은 한국형 단축 맥길 통증지를 사용하였으며, 심리상태는 기분 상태 척도(K-POMS)를 사용하였다. 측정 된 결과는 통계프로그램 SPSS(VERSION 24.0)을 사용하여 사전-사후의 평균값을 비교하였다. 연구결과로 첫째, 발목 관절가동범위 검사에서 발목관절의 가동범위의 평균 각도가 증가하였다. 둘째, 통증 설문검사에서 발목의 통증점수 평균이 감소하였다. 셋째, 정서상태검사에서 우울, 피로, 긴장, 혼동의 평균점수는 감소하였으며, 분노의 평균점수에는 유의한 차이가 없었다. 즉, 9주간의 발목재활운동이 발목관절가동범위, 발목의 통증, 정서상태에 긍정적인 영향을 미친다는 것을 확인 하였다. 따라서, 발목골절 환자의 회복을 위한 융복합적인 연구가 많이 이루어지길 바란다.

Key words : 발목관절, 재활운동, 통증, 정서상태

Corresponding Author: younghc@hanmail.net

Journal of Korea Society for Wellness

Copyright©2023 Author(s) and the Korea Society for Wellness

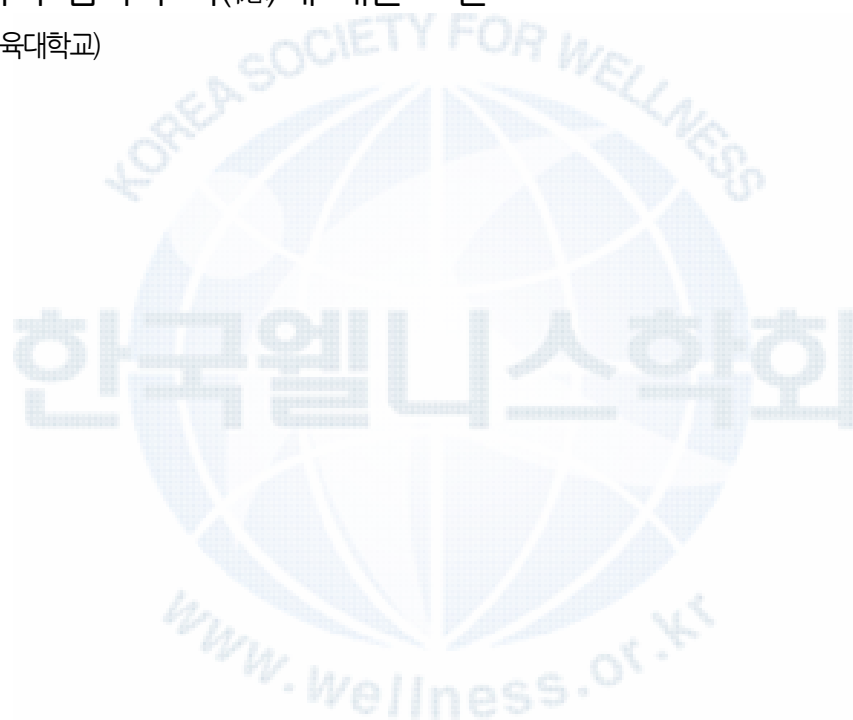
자유주제 포스터발표

1. 스포츠윤리에서 『도덕경』의 무위(無爲)의 윤리적 가치에 대한 고찰

• 빙원철(한국체육대학교)

2. 태권도지도자의 겸허의 덕(德)에 대한 고찰

• 빙원철(한국체육대학교)



스포츠윤리에서 『도덕경』의 무위(無爲)의 윤리적 가치에 대한 고찰

빙원철(한국체육대학교)

이 연구의 목적은 『도덕경』에 내포되어 있는 무위(無爲)의 윤리적 가치를 고찰해 봄으로서 스포츠윤리 분야에서 『도덕경』을 학문적, 이론적 근거로 활용할 수 있는 단초를 마련하고자 함이다. 연구방법은 『도덕경』을 중심으로 노자사상에 대한 문헌탐구를 중심으로 논의를 진행하였다.

노자는 인류 역사에서 가장 혼란한 시대였던 춘추전국시대의 모든 문제의 근본 원인이 인위적 가치를 쫓는 유위(有爲)에 있음을 진단하고, 인위적 가치가 아닌 자연적 가치인 무위(無爲)로서 이를 해결해야 함을 주장하였다(김광주, 2019).

노자의 『도덕경』에서는 윤리적 리더십을 지닌 이상적 인간을 성인(聖人)이라 지칭한다. 노자는 성인의 인격을 무위(無爲), 과욕(寡欲), 유약(柔弱), 거하(居下), 부쟁(不爭), 주정(主靜)으로 보았고, 학습 원리로서 자각(自覺), 학불학(學不學), 불언지교(不言之教) 등을 제시하였다(김동구, 1998). 노자는 인위적으로 포장된 지혜와 총명, 인과 의, 호와 애를 반대한다. 인위적으로 교묘히 꾸미는 것이 유행하면, 곧 유형·무형의 제약과 기준이 만들어져, 인성의 자연스러움을 구속하게 된다고 노자는 보았다(조민환, 2009). 노자가 추구한 성인은 인위적 가치를 소거한 지도자이다. 사람들이 고통에 빠지고 세상이 혼란스러운 이유는 유위(有爲)에 집착하며 자연적 질서를 따르지 않는 독단적인 행동방식에 있다고 노자는 보았다. 이러한 노자 사상의 윤리적 가치는 이미 주어져서 우리가 따라야만 하는 그래서 그것이 다시 우리를 억압하는 가치체계가 아닌 경계에 서서 세상을 주체적으로 바라보는 무위자연(無爲自然)의 철학에 있다고 할 수 있다.

노자가 제시한 무위(無爲)는 아무 생각도 하지 않는 무사유가 아니다. 스포츠윤리에서 무위란 세계와 관계할 때, 기존의 견고한 틀과 방식, 기준 등을 덜어내고 스포츠인 스스로 주인이 되어 자신이 고유하게 생산한 자신만의 문제의식으로 세상과 직접 관계하는 것이다.

Key words : 노자, 도덕경, 무위

Corresponding Author: bing7@knsu.ac.kr

Journal of Korea Society for Wellness

Copyright©2023 Author(s) and the Korea Society for Wellness

태권도지도자의 겸허의 덕(德)에 대한 고찰

빙원철(한국체육대학교)

실적주의와 승리지상주의의 현대 스포츠 사회에서 태권도지도자에게는 윤리적인 리더십이 필요하다. 따라서 이 연구에서는 태권도지도자에게 필요한 윤리적 리더십인 겸허의 덕(德)에 대한 요소를 동양고전인『도덕경』을 중심으로 논의하고자 하였다.

연구방법은 노자의 사상이 담긴『도덕경』에서 겸허의 덕(德)의 내용을 분석하는 문헌연구를 실시하였다.

『도덕경』24장에 ‘자견자불명 자시자불창 자아자무공(自見者不明 自是者不彰 自伐者無功)’, 자신을 스스로 드러내는 자는 깨우치지 못한 자이고, 자신의 견해만을 스스로 옳다고 주장하는 자는 인정받을 수 없고, 스스로를 과시하는 자는 공이 없다고 한다. 노자는 스스로를 과시하는 행위에 대한 경고와 더불어 성인의 자세를 22장에서도 밝히고 있다. ‘곡즉전 왕즉직 와즉영 (曲則全 枉則直 窪則盈)’, 휘면 온전할 수 있고, 굽으면 곧아질 수 있고, 움푹 파이면 채워지게 된다. 인간관계에서 있어서 어떠한 이념과 인습적 가치에 사로잡혀서 생각이 단단해져 있으면, 그 생각에 의해 자신을 과시하게 된다. 따라서 노자는 어떠한 인습적 가치나 이념에 고착되지 않는, 즉 객관적 가치에 사로잡혀 스스로를 옳다고 여기는 단단함을 버리고, 어떠한 상태에도 고착되지 않은 유연함을 가질 것을 이야기한다. 이는 곧 겸허함이라 할 수 있다.

노자는 ‘상선약수(上善若水)’, 최고의 선은 물과 같다고 이야기한다. 여기서 선(善)은 착함을 뜻하는 것이 아닌 ‘탁월함’, 즉 아레테(arete)를 뜻한다. 그러므로 최고의 탁월함은 물과 같다는 것이다. 물은 위에서 아래로 흐른다. 물의 존재론적 속성은 부드럽고, 유연하며 낮은 곳에 처한다. 따라서 최고로 탁월한 태권도 지도자는 물과 같이 부드러우며, 유연하게 상황에 대처하며, 자신의 치적을 드러내지 않고, 겸허하게 자신을 낮은 곳에 두는 윤리적 리더십을 지닌 지도자인 것이다.

Key words : 겸허, 태권도, 윤리

Corresponding Author: bing7@knsu.ac.kr

Journal of Korea Society for Wellness

Copyright©2023 Author(s) and the Korea Society for Wellness



2023 한국웰니스학회 추계 온라인 학술대회

한국웰니스학회 행사 및 사업안내

1. 2023년 한국웰니스학회 총회(11월 중)
2. 2024년 대학원생 학술활동 지원사업(11~12월 중)

문의처 : 한국웰니스학회 사무국

T_010-8463-0841

E_wellnessdkuniv@gmail.com

H_www.wellness.or.kr
