

# 사회적지지가 실용댄스 경기력에 미치는 영향: 마인드셋과 그릿의 매개효과를 중심으로

문복주\*  
송원대학교 공연예술과 교수

## The Effect of Social Support on Practical Dance Performance: Focusing on the Mediating Effects of Mindset and Grit

Bokju Moon\*  
Professor, Dept. of Performing Arts, Songwon University

**요약** 본 연구의 목적은 실용댄스에서 사회적지지와 경기력의 관계를 규명하는 것이다. 이러한 관계에서 마인드셋과 그릿의 매개효과를 규명하는 것이다. 본 연구를 통하여 실용댄스의 성장뿐만 아니라, 관련 디지털 기술을 활용하여 산업의 발전 및 사회적 가치 증진에도 기여할 수 있는 기초자료를 마련하는 것이다. 연구 대상은 실용댄스 전공자로서 대회 및 배틀에 참여한 경험자들로 구성하였다. 연구 방법은 온라인 설문조사를 하였고, 조사는 2024년 6월 18일부터 7월 17일까지 하였다. 연구 결과는 다음과 같다. 첫째, 실용댄스 경기력에 미치는 사회적지지의 요인은 부모지지, 친구지지, 지도자지지로 확인되었다. 둘째, 사회적지지와 경기력의 영향에서 고정마인드셋은 친구지지와 지도자지지에서 매개효과가 있는 것으로 확인되었다. 셋째, 사회적지지와 경기력의 영향에서 끈기그릿은 지도자지지에서 매개효과가 있는 것으로 확인되었고, 사회적지지와 경기력의 영향에서 열정그릿은 부모지지, 친구지지, 지도자지지에서 매개효과가 있는 것으로 확인되었다. 넷째, 마인드셋과 경기력의 영향에서 끈기그릿은 고정마인드셋과 성장마인드셋에서 매개효과가 있는 것으로 확인되었고, 마인드셋과 경기력의 영향에서 열정그릿은 고정마인드셋과 성장마인드셋에서 매개효과가 있는 것으로 확인되었다. 위와 같은 연구 결과를 중심으로 실용댄스 대회와 배틀의 저변 확대와 함께 사물인터넷을 활용하고, MZ세대의 참여를 유도하여 실용댄스 산업을 활성화 할 수 있는 방안을 제언하였다.

**주제어** : 사회적지지, 경기력, 마인드셋, 그릿, 실용댄스

**Abstract** The purpose of this study is to clarify the relationship between social support and performance in practical dance. The purpose is to clarify the mediating effects of mindset and grit in this relationship. Through this study, we aim to provide basic data that can contribute not only to the growth of practical dance, but also to the development of the industry and the enhancement of social value by utilizing related digital technology. The research subjects consisted of practical dance majors who had experience participating in competitions and battles. The research method was an online survey, and the survey was conducted from June 18 to July 17, 2024. The research results are as follows. First, the factors of social support affecting practical dance performance were confirmed as parent support, friend support, and leader support. Second, in the influence of social support and performance, fixed mindset was confirmed to have a mediating effect in friend support and leader support. Third, in the influence of social support and performance, perseverance grit was confirmed to have a mediating effect in leader support, and in the influence of social support and performance, passion grit was confirmed to have a mediating effect in parent support, friend support, and leader support. Fourth, in the influence of mindset and performance, perseverance grit was confirmed to have a mediating effect in fixed mindset and growth mindset, and in the influence of mindset and performance, passion grit was confirmed to have a mediating effect in fixed mindset and growth mindset. Based on the research results above, we propose ways to revitalize the practical dance industry by expanding the base of practical dance competitions and battles, utilizing the Internet of Things, and encouraging the participation of the MZ generation.

**Key Words** : Social Support, Performance, Mindset, Grit, Practical Dance

\*교신저자 : 문복주(moonbokju82@naver.com)

접수일: 2024년 10월 14일 수정일: 2024년 11월 08일 심사완료일: 2024년 11월 15일

## 1. 서론

### 1.1 연구 필요성 및 목적

최근 브레이킹, 힙합, 하우스, 팝핀, 그리고 코레오그래피 등의 실용댄스는 국내·외에서 활발하게 발전하고 있다. 브레이킹(Breaking)은 2024 파리 올림픽에서 정식 종목으로 채택되어 실용댄스의 위상을 크게 높이면서 세계적인 주목을 받게 되었다. 국내 많은 댄서들이 다양한 실용댄스 스타일을 아우르는 Korea Dance Battle (KDB) 배틀에 참여하게 되었고, 프랑스에서 시작된 최고의 댄스 배틀은 Juste Debout Korea 예선을 통해 최고의 댄서가 국제대회로 진출할 수 있는 기회를 제공한다.

브레이킹(Breaking)은 경쟁적인 요소가 강한 장르이며 대회와 배틀을 통해 선수들이 기량을 뽐낼 수 있는 플랫폼이 마련되었다. 세계 각국에서 열리는 대회들도 많아 댄서들이 글로벌 무대에서 경쟁할 수 있는 기회가 늘어나고 있다. 대표적으로 Red Bull BC One과 같은 유명한 배틀은 세계적인 브레이킹 대회로서 매년 전 세계의 최정상 댄서들이 참여하여 기량을 겨루고 있다. 국내에서도 예선을 거쳐 최종 결승전이 열리며, 댄서들에게 큰 영예와 기회를 제공하고 있다.

힙합 배틀(Hip Hop Battle)인 World of Dance는 힙합 댄서들을 위한 국제 대회로서 다양한 팀과 솔로 댄서들이 참가하여 창의적 안무를 선보이고 있다. 하우스 댄스 배틀(House Dance Battle)인 House Dance Conference는 하우스 댄스를 중심으로 한 배틀로서 글로벌 댄서들이 모여 기량을 겨루며 서로의 스타일을 배우고 교류하는 장으로 진행되고 있다. 팝핀 배틀(Popping Battle)인 Popping Championship은 팝핀 스타일의 대회로서 국내외에서 유명한 대회들이 열리며, 댄서들은 독창적인 표현력을 겨루고 있다. 코레오그래피 대회(Choreography Contest)인 K-POP Dance Cover Contest는 K-POP의 인기와 함께 성장한 대회로서 다양한 연령층의 참가자들이 팀을 이루어 K-POP 안무를 선보이며 경쟁하고 있으며, 이는 실용댄스의 대중화에도 큰 기여를 하고 있다.

2021년 8월 엠넷에서 방영한 경연 프로그램인 스트리트 우먼 파이터(스우파)는 인기 있는 댄스 경연 프로그램으로서 다양한 댄스팀이 경쟁하여 최종 우승자를 가리는 서바이벌 프로그램이었다. 이 프로그램은 대중에게 실용댄스의 매력을 알리는 데 큰 역할을 했으며, 댄서들의 다양한 스타일과 기량을 보여주는 장으로 활용되었으며, 지금도 스트리트 우먼 파이터에서 활약한 댄서들은 다양한

분야에서 활동을 이어가고 있다.

이처럼 실용댄스는 다양한 대회와 배틀이 열리고 있다. 특히 힙합과 팝핀 배틀이 인기를 끌고 있으며, 많은 아마추어 및 프로 댄서들이 참여하여 실력을 겨루고 있다. 실용댄스 대회와 배틀을 통하여 최신 기술과 트렌드를 배우는 기회를 제공받고 있으며, 다양한 커뮤니티와 문화를 공유하고 있다.

실용댄스는 SNS와 온라인 플랫폼의 발달로 다양한 댄서들이 서로의 작업물을 공유하고, 협업하는 문화가 형성되고 있다. 이를 통해 새로운 스타일과 트렌드가 끊임 없이 생성되고 있다. 또한 세계적인 댄서들이 한국을 방문하여 워크숍을 개최하는 경우가 많아 국내 댄서들이 최신 기술과 트렌드를 배우는 기회를 갖고 있다.

실용댄스 장르 중에서 팝핀과 하우스 스타일은 해외에서 인기를 끌고 있으며, 한국에서도 많은 댄서들이 이를 배우고 있다. 온라인 플랫폼을 통해 쉽게 접근할 수 있는 교육이 많아 지속적으로 성장하고 있다.

이러한 동향들은 실용댄스의 발전과 함께 더 많은 사람들이 이 문화에 참여하게 만드는 계기가 되고 있으며, 사물인터넷 등 디지털 기술을 활용하여 앞으로의 변화와 성장에 기여할 수 있을 것이다.

실용댄스의 성장은 관련 산업, 즉 교육, 공연, 대회 및 이벤트 운영 등 여러 분야에 긍정적인 영향을 미칠 수 있으며, 이러한 성장을 통하여 경제적 기회를 창출하고, 문화적 다양성을 증진시킬 수 있을 것이다.

실용댄스는 단순한 여가 활동을 넘어, 개인의 정체성, 창의성, 그리고 사회적 연대감을 형성하는 데 기여할 것이다. 사회적지지가 이러한 과정을 촉진하는 중요한 요소로 작용할 수 있음을 확인할 필요가 있다.

실용댄스는 개인의 정체성과 창의성을 표현할 수 있는 중요한 수단으로 자리 잡고 있으며, 이러한 활동은 사회적지지의 영향을 크게 받는다. 실용댄스가 가지는 문화적 가치와 산업적 성장 가능성은 사회적 지원을 통해 더욱 촉진될 수 있다. 이와 같은 사회적지지는 댄서들의 목표 달성을 위해 어려움 극복 및 노력 증진에 기여하며, 이는 경기력 향상으로 이어질 수 있을 것이다.

사회적지지는 개인 역량을 기반으로 타인의 지지와 지원을 통해 경기력을 증가시키는 원인이 된다[1-3]. 사회적지지는 선수들의 심리적 안정감을 고려하여 댄스 과정에서 좌절 등 어려움을 맞이하였을 때 극복할 수 있는 원동력이 된다[4]. 또한 청소년 선수의 사회적지지는 경기력에 영향을 미친다고 하였다[5]. 그러므로 댄서들에게 사회적지지는 대회 및 배틀에서 경기력을 향상시키는 주

요한 원인이 된다.

최근 사회적지지와 함께 비인지적 요인인 마인드셋과 그릿이 기존의 인지적 요인인 지능과 재능과 같이 성공을 예측하는데 주요 요인으로 확인되고 있다. 이처럼 비인지적 요인도 인지적 요인과 같이 성공과 성취를 예측하는 주요 요인으로 주목 받고 있다[1].

마인드셋(mindset)은 청소년의 경기력에 영향을 미친다고 하였다[5]. 마인드셋 성향이 높은 선수는 목표 추구 과정에서 어려움에 포기하지 않고, 문제를 해결하기 위해 시도하고 교정하려 노력한다고 하였다[6,7]. 그릿( grit)은 어려운 환경에서도 포기하지 않고, 목표를 수행하는 노력이 경기능력 향상에 영향이 있다고 하였다[2,8]. 또한 그릿은 마인드셋과 목표달성의 관계에서 매개효과가 있다고 하였다[9]. 이러한 선행연구를 볼 때 실용댄스를 하고 있는 선수들에게도 경기력을 향상시키기 위해서는 비인지적 요인인 마인드셋과 그릿에 대하여 관심을 가질 필요가 있다.

현재 실용댄스는 교육, 공연, 대회 운영 등 다양한 분야에서 경제적 기회를 창출하고 있다. 실용댄스의 지속적인 성장과 목표를 성취하기 위해서는 사회적지지가 필수적이고, 마인드셋과 그릿이 요구된다.

더욱이 실용댄스 전공자들에게 IoT와 웨어러블 기술 활용은 움직임 및 동작 데이터 시각화, 가상공간에서 무대 시뮬레이션 등 경기력 향상뿐만 아니라 마인드셋 및 그릿 강화에 직접적인 영향을 미칠 수 있는 도구이다. 이러한 기술 활용은 데이터 기반의 체계적 접근을 가능하게 하여 댄서의 신체적, 정신적 성과를 도모할 수 있다.

본 연구의 목적은 실용댄스에서 사회적지지와 경기력의 관계를 규명하는 것이다. 이러한 관계에서 마인드셋과 그릿의 매개효과를 규명하는 것이다.

본 연구를 위해 다음의 다섯 가지 목적을 설정하였다.

첫째, 사회적지지와 경기력의 관계 규명하는 것이다. 실용댄스에서의 사회적지지가 댄서들의 경기력에 미치는 영향을 분석하고, 이를 통해 실용댄스의 발전 방향을 제시하고자 한다.

둘째, 마인드셋과 그릿의 매개효과를 규명하는 것이다. 사회적 지지가 마인드셋과 그릿에 미치는 영향을 살펴보고, 이들이 다시 경기력에 미치는 기여도를 분석하여 효과적인 지원 방안을 모색한다.

셋째, 실용댄스를 지원하기 위한 정책적 제안 및 사회적 프로그램 개발을 위한 방안을 제시하고, 실용댄스 대회와 배틀을 활성화 할 수 있는 방안을 제시하고자 한다.

넷째, 실용댄스의 경기력을 향상과 댄서들의 마인드셋

과 그릿을 향상시키기 위하여 사물인터넷을 활용할 수 있는 방안을 제시하고자 한다.

다섯째, 실용댄스의 대화와 배틀을 통하여 MZ세대들의 성장에 기여할 수 있는 방안을 제시하고자 한다.

본 연구를 통하여 실용댄스의 성장뿐만 아니라, 관련 디지털 기술을 활용하여 산업의 발전 및 사회적 가치 증진에도 기여할 수 있는 기초자료를 마련하는 것이다.

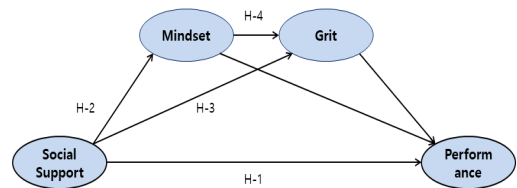
## 1.2 연구 가설

사회적지지는 스포츠 경기력에 영향을 미친다고 하였다[10]. 선수들의 사회적지지는 마인드셋에 영향을 미친다고 하였고, 마인드셋은 경기력에 영향을 미친다고 하였다[5]. 마인드셋과 그릿은 운동수행능력에 영향을 미친다고 하였다[11]. 또한 그릿은 마인드셋이 증가하면 강화된다고 하였고, 그릿이 증가하면 마인드셋도 강화된다고 하여[1,12] 그릿의 성장에는 마인드셋이 방안이라고 하였다[1].

이러한 선행연구를 기반으로 연구목적 달성을 위하여 다음과 같은 가설을 제시하였다.

- H-1. 사회적지지는 실용댄스 경기력에 영향을 미칠 것이다.
- H-2. 사회적지지는 마인드셋을 매개하여 실용댄스 경기력에 영향을 미칠 것이다.
- H-3. 사회적지지는 그릿을 매개하여 실용댄스 경기력에 영향을 미칠 것이다.
- H-4. 실용댄스에서 마인드셋은 그릿을 매개하여 경기력에 영향을 미칠 것이다.

가설 검증을 위한 연구모형은 [Fig. 1]과 같다.



[Fig. 1] Model of Research

## 2. 연구 설계 및 방법

### 2.1 연구 대상 및 자료 수집

연구 대상은 힙합, 하우스, 팝핀, 코레오그래피 등 실

용댄스 전공자로서 대회 및 배틀에 참여한 경험자를 비확률 표집방법으로 구성하였다. 연구 방법은 대회 및 배틀에 참여한 경험자를 대상으로 연구 목적을 설명한 후에 자기평가기입법으로 온라인 설문조사를 하였다. 설문조사는 2024년 6월 18일부터 7월 17일까지 하였다.

총 350명이 설문에 참여하였고, 불성실한 응답이 있는 9명을 제외하였다. 연구에 참여한 총 341명의 인구통계학적 특성은 <Table 1>과 나타났다.

<Table 1> Characteristics of the research subjects

Division		Number	Ratio
Gender	Male	91	26.7
	Female	250	73.3
Years	19 years old and under	39	11.4
	20s	288	84.5
	30s	14	4.1
Personal history	Less than 5 years	204	59.8
	5 to 10 years	113	33.2
	More than 10 years	24	7.0
Participation type	Individual participation	140	41.1
	Group participation	201	58.9

## 2.2 조사도구 구성

사회적지지는 [2]와 [13]연구에서 사용한 조사도구를 본 연구에 맞게 수정·보완하였다. 조사도구는 부모지지 9문항, 친구지지 9문항, 지도자지지 9문항으로 하였다.

마인드셋은 [14]가 개발하고, [15]와 [16]연구에서 사용한 본 연구에 맞게 수정·보완하였다. 조사도구는 고정 4문항, 성장 4문항으로 하였다.

그릿은 [12]가 개발하고, [2], [13], [15], [16]의 연구에서 사용한 조사도구를 본 연구에 맞게 수정·보완하였다. 조사도구는 끈기 6문항, 열정 6문항으로 하였다.

경기력은 [16]의 무용수행능력, [2]와 [17]의 경기력 연구에서 사용한 조사도구를 본 연구에 맞게 수정·보완하여 사용하였고, 조사도구는 5문항으로 하였다.

척도는 리커트 5점으로 하였고, 척도가 높을수록 긍정적인 인식이 높은 것으로 구성하였다.

## 2.3 조사도구의 타당도 분석

### 2.3.1 사회적지지의 요인분석 및 신뢰도분석

<Table 2>와 같이 요인분석 결과를 분산(%)으로 확인한 결과는 부모지지(22.399%), 친구지지(20.991%), 지도자지지(20.601%) 순으로 독립되어 분류된 것이 확인되었다. 신뢰도를 Cronbach's  $\alpha$ 계수값으로 확인한 결

과는 부모지지( $\alpha=.933$ ), 친구지지( $\alpha=.919$ ), 지도자지지( $\alpha=.920$ )에서 높은 신뢰도가 확인되었다.

<Table 2> Results of factor analysis and reliability analysis of social support

factor	Parental support	Friend support	Leader support	Cronbach's $\alpha$
a1	.815			.933
a2	.865			
a3	.809			
a4	.782			
a5	.851			
a6	.724			
a7	.760			
a8	.760			
a9	.703			
a10		.755		
a11		.851		
a12		.793		
a13		.762		
a14		.753		
a15		.692		
a16		.691		
a17		.813		
a18		.815		.920
a19			.611	
a20			.675	
a21			.794	
a22			.792	
a23			.817	
a24			.831	
a25			.795	
a26			.724	
a27			.748	
Dispersion	22.399	20.991	20.601	

KMO=.890,  $\chi^2=7140.029$ ,  $p<.000$

### 2.3.2 마인드셋의 조사도구의 타당도 분석

<Table 3> Results of factor analysis and reliability analysis of mindset

Factor	Fixed Mindset	Growth Mindset	Cronbach's $\alpha$
b1	.878		.941
b2	.912		
b3	.937		
b4	.906		
b5		.796	.846
b6		.820	
b7		.844	
b8		.812	
Dispersion	42.357	34.661	

KMO=.812,  $\chi^2=1985.184$ ,  $p<.000$

〈Table 3〉과 같이 요인분석 결과를 분산(%)으로 확인한 결과는 고정(42.357%), 성장(34.661%) 순으로 독립되어 분류된 것이 확인되었다. 신뢰도를 Cronbach's  $\alpha$  계수값으로 확인한 결과는 고정( $\alpha=.941$ ), 성장( $\alpha=.846$ )에서 높은 신뢰도가 확인되었다.

### 2.3.3 그릿의 조사도구의 타당도 분석

〈Table 4〉와 같이 요인분석 결과를 분산(%)으로 확인한 결과는 끈기(30.322%), 열정(29.638%) 순으로 독립되어 분류된 것이 확인되었다. 신뢰도를 Cronbach's  $\alpha$  계수값으로 확인한 결과는 끈기( $\alpha=.847$ ), 열정( $\alpha=.865$ )에서 높은 신뢰도가 확인되었다.

〈Table 4〉 Results of factor analysis and reliability analysis of grit

Factor	Perseverance Grit	Passion Grit	Cronbach's $\alpha$
c1	.791		.847
c2	.620		
c3	.658		
c4	.834		
c5	.744		
c6	.698		
c7		.689	.865
c8		.697	
c9		.767	
c10		.760	
c11		.784	
c12		.704	
Dispersion	30.322	29.638	

KMO=.906,  $\chi^2=1936.179$ ,  $p<.000$

### 2.3.4 경기력의 조사도구의 타당도 분석

〈Table 5〉와 같이 요인분석 결과를 분산(%)으로 확인한 결과는 경기력(70.399%)이 독립되어 분류된 것이 확인되었다. 신뢰도를 Cronbach's  $\alpha$  계수값으로 확인한 결과는 경기력( $\alpha=.894$ )에서 높은 신뢰도가 확인되었다.

〈Table 5〉 Results of factor analysis and reliability analysis of performance

Factor	Performance	Cronbach's $\alpha$
d1	.886	.894
d2	.747	
d3	.876	
d4	.880	
d5	.796	
Dispersion	70.399	

KMO=.788,  $\chi^2=1159.879$ ,  $p<.000$

## 2.4 경기력과 변수 간의 상관관계분석

〈Table 6〉과 같이 실용댄스 경기력의 변화에 따른 각 변수 간의 변화 정도와 방향을 상관관계분석을 통하여 확인한 결과는 고정마인드셋은 부(-) 상관관계가 확인되었고, 나머지 변수들은 정(+)의 상관관계가 확인되었다.

실용댄스 경기력에 대하여 부모지지( $r=.144$ ), 친구지지( $r=.147$ ), 지도자지지( $r=.123$ ), 끈기그릿( $r=.399$ ), 열정그릿( $r=.408$ ), 고정마인드셋( $r=-.277$ ), 성장마인드셋( $r=.089$ )으로 상관관계가 나타났다.

실용댄스 경기력과 상관관계가 제일 높은 변수는 열정그릿으로 확인되었다.

〈Table 6〉 Correlation analysis results

Variable	M	SD	Performance
Parental support	1.721	0.753	.144**
Friend support	4.317	0.652	.147**
Leader support	4.305	0.721	.123*
Perseverance Grit	3.838	0.762	.399**
Passion Grit	3.906	0.738	.408**
Fixed Mindset	3.452	1.176	-.277**
Growth Mindset	4.420	0.616	.089
Performance	2.807	1.019	1

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

## 2.5 자료처리방법

자료처리는 SPSS Ver. 23.0으로 통계처리하였고, 유의수준( $p$ )은 .05 미만으로 하였다. 통계분석은 빈도분석, 탐색적 요인분석, 신뢰도분석, 다중회귀분석[18]의 매개회귀분석을 하였다.

## 3. 분석 결과

### 3.1 사회적지지가 경기력에 미치는 영향

〈Table 7〉과 같이 실용댄스 경기력에 미치는 사회적지지(부모, 친구, 지도자)의 요인은 부모지지, 친구지지, 지도자지지로 확인되었다.

부모지지가 경기력에 미치는 영향( $\beta$ )은 .346( $t=5.423$ ,  $p=.000$ )으로 유의하게( $p<.001$ ) 나타났다. 친구지지가 경기력에 미치는 영향( $\beta$ )은 .202( $t=2.662$ ,  $p=.008$ )로 유의하게( $p<.01$ ) 나타났다. 지도자지지가 경기력에 미치는 영향( $\beta$ )은 .173( $t=2.197$ ,  $p=.029$ )으로 유의하게( $p<.05$ ) 나타났다.

<Table 7> Results of analysis of the impact of social support on performance

Variable	B	$\beta$	t	p
(Constant)	-.415		-.763	.446
Parental support	.469	.346	5.423	.000
Friend support	.316	.202	2.662	.008
Leader support	.244	.173	2.197	.029

Dependent variable: Performance  
 $R^2=.317$ ,  $F(p)=12.574(.000)$

### 3.2 사회적지지와 경기력에서 마인드셋의 매개효과

#### 3.2.1 사회적지지와 경기력에서 고정마인드셋 매개효과

<Table 8>과 같이 사회적지지(부모, 친구, 지도자)와 경기력의 영향에서 고정마인드셋은 친구지지와 지도자지지에서 매개효과가 있는 것으로 확인되었다.

1단계와 2단계에서 3단계 매개회귀분석 조건을 충족한 사회적지지 요인은 친구지지와 지도자지지로 확인되었다. 또한 3단계에서 매개변수인 고정마인드셋이 경기력에 미치는 영향( $\beta$ )은  $-.308(t=-6.176, p=.000)$ 으로 유의하여( $p<.001$ ) 3단계 매개회귀분석 조건을 충족하였다.

3단계에서 친구지지가 경기력에 미치는 영향( $\beta$ )에서  $.280(t=3.824, p=.000)$ 으로 유의하여( $p<.001$ ) 고정마인드셋은 부분매개효과가 있는 것으로 확인되었다. 또한 지도자지지가 경기력에 미치는 영향( $\beta$ )에서  $.113(t=1.508, p=.133)$ 으로 유의하지 않아( $p>.05$ ) 고정마인드셋은 완전매개효과가 있는 것으로 확인되었다.

<Table 8> Results of analysis of the mediating effect of fixed mindset on social support and performance

Step	Variable		$\beta$	t(p)
	IV	DV		
1	(Constant)	Fixed Mindset		4.154(.000)
	Parental support		.051	.774(.439)
	Parental support		.252	3.201(.001)
	Leader support		-.193	-2.364(.019)
2	(Constant)	Performance		-.763(.446)
	Parental support		.346	5.423(.000)
	Parental support		.202	2.662(.008)
	Leader support		.173	2.197(.029)
3	(Constant)	Performance		.578(.563)
	Parental support		.362	5.969(.000)
	Parental support		.280	3.824(.000)
	Leader support		.113	1.508(.133)
	Fixed Mindset		-.308	-6.176(.000)

#### 3.2.2 사회적지지와 경기력에서 성장마인드셋 매개효과

<Table 9>와 같이 사회적지지(부모, 친구, 지도자)와 경기력의 영향에서 성장마인드셋은 매개효과가 없는 것으로 확인되었다.

1단계와 2단계에서 3단계 매개회귀분석 조건을 충족한 사회적지지 요인은 부모지지와 친구지지로 확인되었다. 하지만, 3단계에서 매개변수인 성장마인드셋이 경기력에 미치는 영향( $\beta$ )은  $.006(t=.110, p=.912)$ 으로 유의하여( $p>.05$ ) 3단계 매개회귀분석 조건 충족을 못하였다.

<Table 9> Results of analysis of the mediating effect of growth mindset on social support and performance

Step	Variable		$\beta$	t(p)
	IV	DV		
1	(Constant)	Growth Mindset		7.509(.000)
	Parental support		.123	1.986(.048)
	Parental support		.401	5.442(.000)
	Leader support		.061	.803(.423)
2	(Constant)	Performance		-.763(.446)
	Parental support		.346	5.423(.000)
	Parental support		.202	2.662(.008)
	Leader support		.173	2.197(.029)
3	(Constant)	Performance		-.747(.455)
	Parental support		.345	5.371(.000)
	Parental support		.200	2.517(.012)
	Leader support		.172	2.187(.029)
	Growth Mindset		.006	.110(.912)

### 3.3 사회적지지와 경기력에서 그릿의 매개효과

#### 3.3.1 사회적지지와 경기력에서 끈기그릿 매개효과

<Table 10>과 같이 사회적지지(부모, 친구, 지도자)와 경기력의 영향에서 끈기그릿은 지도자지지에서 매개효과가 있는 것으로 확인되었다.

1단계와 2단계에서 3단계 매개회귀분석 조건을 충족한 사회적지지 요인은 지도자지지로 확인되었다. 또한 3단계에서 매개변수인 끈기그릿이 경기력에 미치는 영향( $\beta$ )은  $.376(t=7.789, p=.000)$ 으로 유의하여( $p<.001$ ) 3단계 매개회귀분석 조건을 충족하였다.

3단계에서 지도자지지가 경기력에 미치는 영향( $\beta$ )에서  $.100(t=1.369, p=.172)$ 으로 유의하지 않아( $p>.05$ ) 끈기그릿은 완전매개효과가 있는 것으로 확인되었다.

<Table 10> Results of the mediating effect analysis of grit and perseverance on social support and performance

Step	Variable		$\beta$	$t(p)$
	IV	DV		
1	(Constant)	Perseverance Grit		6.674(.000)
	Parental support		.063	.951(.342)
	Parental support		.006	.080(.936)
	Leader support		.193	2.365(.019)
2	(Constant)	Performance		-7.63(.446)
	Parental support		.346	5.423(.000)
	Parental support		.202	2.662(.008)
	Leader support		.173	2.197(.029)
3	(Constant)	Performance		-3.440(.001)
	Parental support		.322	5.472(.000)
	Parental support		.200	2.854(.005)
	Leader support		.100	1.369(.172)
	Perseverance Grit		.376	7.789(.000)

3.3.2 사회적지지와 경기력에서 열정그릿의 매개효과

<Table 11>과 같이 사회적지지(부모, 친구, 지도자)와 경기력의 영향에서 열정그릿은 부모지지, 친구지지, 지도자지지에서 매개효과가 있는 것으로 확인되었다.

1단계와 2단계에서 3단계 매개회귀분석 조건을 충족한 사회적지지 요인은 부모지지, 친구지지, 지도자지지로 확인되었다. 또한 3단계에서 매개변수인 열정그릿이 경기력에 미치는 영향( $\beta$ )은 .367( $t=7.083, p=.000$ )으로 유의하여( $p<.001$ ) 3단계 매개회귀분석 조건을 충족하였다.

<Table 11> Results of analysis of the mediating effect of passion grit on social support and performance

Step	Variable		$\beta$	$t(p)$
	IV	DV		
1	(Constant)	Passion Grit		3.692(.000)
	Parental support		.193	3.074(.002)
	Parental support		.162	2.174(.030)
	Leader support		.308	3.987(.000)
2	(Constant)	Performance		-7.63(.446)
	Parental support		.346	5.423(.000)
	Parental support		.202	2.662(.008)
	Leader support		.173	2.197(.029)
3	(Constant)	Performance		-2.197(.029)
	Parental support		.275	4.555(.000)
	Parental support		.143	1.997(.047)
	Leader support		.060	.795(.427)
	Passion Grit		.367	7.083(.000)

3단계에서 부모지지가 경기력에 미치는 영향( $\beta$ )에서 .275( $t=4.555, p=.000$ )으로 유의하여( $p<.001$ ) 열정그릿은 부분매개효과가 있는 것으로 확인되었다. 친구지지가 경기력에 미치는 영향( $\beta$ )에서 .143( $t=1.997, p=.047$ )으로 유의하여( $p<.05$ ) 열정그릿은 부분매개효과가 있는 것으로 확인되었다. 또한 지도자지지가 경기력에 미치는 영향( $\beta$ )에서 .060( $t=.795, p=.427$ )으로 유의하지 않아( $p>.05$ ) 열정그릿은 완전매개효과가 있는 것으로 확인되었다.

3.4 마인드셋과 경기력에서 그릿의 매개효과

3.4.1 마인드셋과 경기력에서 끈기그릿 매개효과

<Table 12>와 같이 마인드셋(고정, 성장)과 경기력의 영향에서 끈기그릿은 고정마인드셋과 성장마인드셋에서 매개효과가 있는 것으로 확인되었다.

1단계와 2단계에서 3단계 매개회귀분석 조건을 충족한 마인드셋 요인은 고정마인드셋과 성장마인드셋으로 확인되었다. 또한 3단계에서 매개변수인 끈기그릿이 경기력에 미치는 영향( $\beta$ )은 .337( $t=6.371, p=.000$ )으로 유의하여( $p<.001$ ) 3단계 매개회귀분석 조건을 충족하였다.

3단계에서 고정마인드셋이 경기력에 미치는 영향( $\beta$ )에서 -.244( $t=-4.553, p=.000$ )으로 유의하여( $p<.001$ ) 끈기그릿은 부분매개효과가 있는 것으로 확인되었다.

또한 성장마인드셋이 경기력에 미치는 영향( $\beta$ )에서 .074( $t=1.341, p=.181$ )으로 유의하지 않아( $p>.05$ ) 끈기그릿은 완전매개효과가 있는 것으로 확인되었다.

<Table 12> Results of analysis of the mediating effect of grit and perseverance on mindset and performance

Step	Variable		$\beta$	$t(p)$
	IV	DV		
1	(Constant)	Perseverance Grit		8.732(.000)
	Fixed Mindset		-.296	-5.602(.000)
	Growth Mindset		.381	7.216(.000)
2	(Constant)	Performance		6.205(.000)
	Fixed Mindset		-.344	-6.340(.000)
	Growth Mindset		.202	3.729(.000)
3	(Constant)	Performance		3.191(.002)
	Fixed Mindset		-.244	-4.553(.000)
	Growth Mindset		.074	1.341(.181)
	Perseverance Grit		.337	6.371(.000)

3.4.2 마인드셋과 경기력에서 열정그릿 매개효과

〈Table 13〉과 같이 마인드셋(고정, 성장)과 경기력의 영향에서 열정그릿은 고정마인드셋과 성장마인드셋에서 매개효과가 있는 것으로 확인되었다.

1단계와 2단계에서 3단계 매개회귀분석 조건을 충족한 마인드셋 요인은 고정마인드셋과 성장마인드셋으로 확인되었다. 또한 3단계에서 매개변수인 열정그릿이 경기력에 미치는 영향( $\beta$ )은 .365( $t=6.815, p=.000$ )으로 유의하여( $p<.001$ ) 3단계 매개회귀분석 조건을 충족하였다.

3단계에서 고정마인드셋이 경기력에 미치는 영향( $\beta$ )에서 -.247( $t=-4.666, p=.000$ )으로 유의하여( $p<.001$ ) 열정그릿은 부분매개효과가 있는 것으로 확인되었다.

또한 성장마인드셋이 경기력에 미치는 영향( $\beta$ )에서 .038( $t=.683, p=.495$ )로 유의하지 않아( $p>.05$ ) 열정그릿은 완전매개효과가 있는 것으로 확인되었다.

〈Table 13〉 Results of analysis of the mediating effect of passion grit on mindset and performance

Step	Variable		$\beta$	$t(p)$
	IV	DV		
1	(Constant)	Passion Grit		8.019(.000)
	Fixed Mindset		-.266	-5.145(.000)
	Growth Mindset		.449	8.677(.000)
2	(Constant)	Performance		6.205(.000)
	Fixed Mindset		-.344	-6.340(.000)
	Growth Mindset		.202	3.729(.000)
3	(Constant)	Performance		3.333(.001)
	Fixed Mindset		-.247	-4.666(.000)
	Growth Mindset		.038	.683(.495)
	Passion Grit		.365	6.815(.000)

4. 결론 및 의의

4.1 결론

본 연구를 통하여 실용댄스에서 사회적지지와 경기력의 관계를 규명하였고, 이러한 관계에서 마인드셋과 그릿의 매개효과를 규명하였다.

첫째, 실용댄스 경기력에 미치는 사회적지지의 요인은 부모지지, 친구지지, 지도자지지로 확인되었다. 특히 부모지지는 실용댄스 경기력에 미치는 영향이 제일 높은 것으로 확인되었다.

둘째, 사회적지지와 경기력의 영향에서 고정마인드셋은 친구지지와 지도자지지에서 매개효과가 있는 것으로

확인되었고, 친구지지는 부분매개효과가 확인되었으며, 지도자지지는 완전매개효과가 확인되었다. 하지만, 사회적지지와 경기력의 영향에서 성장마인드셋은 매개효과가 없는 것으로 확인되었다.

셋째, 사회적지지와 경기력의 영향에서 끈기그릿은 지도자지지에서 매개효과가 있는 것으로 확인되었고, 완전매개효과가 확인되었다. 또한 사회적지지와 경기력의 영향에서 열정그릿은 부모지지, 친구지지, 지도자지지에서 매개효과가 있는 것으로 확인되었고, 부모지지와 친구지지는 부분매개효과가 확인되었으며, 지도자지지는 완전매개효과가 확인되었다.

넷째, 마인드셋과 경기력의 영향에서 끈기그릿은 고정마인드셋과 성장마인드셋에서 매개효과가 있는 것으로 확인되었다. 또한 마인드셋과 경기력의 영향에서 열정그릿은 고정마인드셋과 성장마인드셋에서 매개효과가 있는 것으로 확인되었다.

4.2 연구의 의의

본 연구결과를 통한 연구의 의의는 다음과 같다.

첫째, 실용댄스를 전공으로 하고 있는 댄서들이 사회적지지를 통하여 경기력이 향상되는 계기가 마련될 수 있는 기초자료를 마련하였다.

둘째, 재능과 능력이 다소 부족한 댄서들도 비인적 요인인 마인드셋과 그릿을 향상시키면서 목표를 향해 포기하지 않고 노력할 수 있는 실용댄스 환경의 토대 마련에 기여하였다.

셋째, 실용댄스에서 댄서들의 성공적인 목표 성취와 경기력을 향상시키기 위해서는 지도자지지가 절실히 요구된다는 것이 확인되었다. 지도자지지와 경기력의 관계에서 고정마인드셋은 완전매개효과가 확인되었고, 끈기그릿과 열정그릿도 완전매개효과가 확인되었다. 이는 실용댄스 대회 및 배틀 등의 경기력을 향상시키기 위해서는 지도자지지가 중요하다는 것을 의미하며, 이러한 지도자지지를 통하여 댄서들이 도전하는 목표를 포기하지 않고 기술을 향상시킬 수 있는 끈기와 열정이 필요하다라는 것을 확인하였다.

5. 제언

실용댄스 대회와 배틀의 저변 확대와 함께 사물인터넷을 활용하고, MZ세대의 참여를 유도하여 실용댄스 산업을 활성화 할 방안은 다음과 같이 제언한다.

첫째, 실용댄스에서 사회적지지를 통한 댄서들의 경기력을 향상시키기 위해서는 사회적지지 강화 프로그램 개발과 함께 성과 공유 및 피드백 프로그램이 지속적으로 개발되어야 할 것이다. 팀 기반의 훈련이나 배틀을 통해 댄서들이 서로를 격려하고 지원할 수 있는 환경을 조성하여 사회적 유대감을 강화할 수 있는 공간 및 시설이 마련되어야 할 것이다. 이러한 부모, 친구, 지도의 사회적 지지와 지원을 통해 댄서들이 지속적으로 성장하고 발전할 수 있는 환경이 마련될 것이다.

둘째, 실용댄스에서 마인드셋과 그릿을 강화하여 경기력 향상에 기여하기 위해서는 멘토링 프로그램과 교육 프로그램, 전문가 초청 강의 및 워크숍이 진행되어 댄스에 대한 관심과 참여, 기초부터 고급 기술까지 함께 배울 수 있도록 조화가 필요할 것이다. 경험 있는 댄서의 지도를 통하여 신진 댄서들에게 멘토를 연결하여, 지속적인 피드백과 격려를 통해 마인드셋과 그릿을 개발하도록 지원해야 할 것이다. 댄서들의 심리적 훈련을 통하여 마인드셋과 그릿을 함양하고, 댄서들이 기술을 배우고 훈련에 활용할 수 있도록 하여 경기력 향상에 기여해야 할 것이다. 정기적인 성과 리뷰를 통하여 댄서들이 자신의 훈련 성과를 공유하고, 서로의 피드백을 받을 수 있는 기회를 제공하여 긍정적인 마인드셋과 그릿을 향상시킬 수 있도록 지속적으로 노력해야 할 것이다.

셋째, 실용댄스 대회와 배틀을 활성화기 위해서는 실용댄스 관련 대회와 배틀에 대한 예산을 확보하고, 지역 예선 및 국제 대회 개최에 필요한 재정 지원이 요구된다. 또한 기업 스폰서를 유치하여 대회 운영 비용을 지원받고, 기업의 브랜드와 연계된 대회를 개최하는 것도 필요할 것이다. 이러한 대회 및 배틀을 통하여 댄서들의 역량이 향상되기 위해서는 지역 사회의 공공 체육관이나 문화센터를 활용하여 실용댄스 연습 및 대회를 개최할 수 있는 공간을 마련하고, 저렴한 임대료로 댄스 스튜디오를 운영할 수 있도록 지원하여, 아마추어 댄서들이 쉽게 접근할 수 있는 환경을 조성해야 할 것이다.

넷째, 사물인터넷 등 디지털 기술을 활용하여 댄서들의 경기력을 향상시키고, 댄서들의 마인드셋과 그릿을 향상시키기 위해서는 웨어러블 디바이스를 통한 신체 움직임에 대한 모니터링이 필요하고, 훈련데이터를 수집 및 분석할 수 있도록 IoT 디바이스를 통하여 댄서의 훈련 패턴, 강점 및 약점을 파악하는 맞춤형 훈련 프로그램이 제공되어야 할 것이다. 더욱이 댄서들의 마인드셋과 그릿 향상을 위해서는 목표 관리 앱을 통하여 댄서들이 개인 목표를 설정하고 진행 상황을 기록할 수 있는 앱들

이 지속적으로 개발되어야 할 것이다. IoT 기기를 통해 훈련 데이터를 자동으로 입력하고, 목표 달성률을 시각적으로 제공하여 댄서들의 동기를 부여해야 할 것이다. 이처럼 사물인터넷 기술을 활용하면 실용댄스의 경기력을 높이고, 댄서들의 마인드셋과 그릿을 발전시키는 데 효과적으로 활용되어 댄서들이 보다 더 나은 성과를 내고, 지속적인 성장과 발전을 이루는 데 기여할 것이다.

다섯째, 실용댄스의 대화와 배틀을 통하여 MZ세대들이 자신만의 스타일과 아이디어를 표현하는 창의성을 개발하고 자신감을 높이는 데 기여할 것이다. MZ세대는 실용댄스를 통하여 국가 및 지역의 소속감을 느끼고 다양한 배경을 가진 사람들과의 관계를 통해 사회적 기술을 발전시킬 수 있을 것이다. 다양한 스타일과 문화가 결합된 대회에 참가하면서 MZ세대는 다양한 문화적 배경을 이해하고 수용하는 능력을 키울 것이다. 더욱이 경쟁적인 환경에서 댄서들은 목표를 설정하고, 이를 달성하기 위한 과정을 경험하면서 MZ세대가 목표 지향적인 사고방식을 형성하는데 기여할 것이다.

실용댄스에서 사회적지지는 마인드셋과 그릿을 강화하여 경기력 향상에 기여하는 중요한 요소라는 것이 확인되었다. 위와 같은 효과적인 지지와 지원 방안을 통하여 댄서들이 지속적으로 성장하고 발전할 수 있는 환경이 마련되길 기대한다.

## REFERENCES

- [1] S.Y.Lee and O.J.Kim, "The Effect of Leader Type on the Dance Performance Ability of Dance Majors Applying Grit and Mindset," *The Korean Journal of Growth and Development*, Vol.32, No.3, pp.215-223, 2024.
- [2] N.Y.Park, "The Influence of Social Support on the Performance and Academic Achievement of Student Athletes: The Mediation Effect of Grit," *Myongji University Graduate School, Doctoral Dissertation*, 2021.
- [3] B.R.Sarason, G.R.Pierce and I.G.Sarason, "Social Support: The Sense of Acceptance and the Role of Relationships," *Social Support: An Interactional View*, NY: John Wiley & Sons, pp.97-128, 1990.
- [4] E.K.Yu and H.S.Seol, "Factorial Structure of the Social Support Scale," *Survey Research*, Vol.16, No.1, pp.155-184, 2015.
- [5] J.I.Lee and J.H.Huh, "The Relationship between Youth Student Athletes Mindset and Social Support, Perceived Performance and Self-Efficacy," *Journal of*

Coaching Development, Vol.25, No.1, pp.157-168, 2023.

- [6] S.H.Lee and D.S.Park, "Analysis of the Effects of Social Support and Autonomous Coaching Behavior on Athletes' Sports Confidence: The Mediating Effect of Grit," The Korean Journal of Sport, Vol.19, No.3, pp.537-548, 2021.
- [7] C.S.Dweck, Self-theories: Their role in motivation, personality, and development (1st ed.), NY: Psychology Press, 1999.
- [8] L.K.Thaler and R.Koval, Grit to Great: How Perseverance, Passion, and Pluck take You from Ordinary to Extraordinary, Crown Business, 2015.
- [9] H.J.Chang, "The Mediating Effects of Grit and Task Performance in the Relations between Collegiate Dance Students' Mindset and Goal Attainment," Korean Journal of Arts Education, Vol.20, No.4, pp.289-304, 2022.
- [10] J.H.Park and B.K.Chun, "The Influence of Social Support on Self-determination and Athletic Performances of Winter Sports Athlete," The Korean Society of Sports Science, Vol.26, No.4, pp.317-330, 2017.
- [11] B.C.Jo and B.K.Kim, "Structural Relationships Between Mindset, GRIT, Exercise Flow, and Performance in Junior Golfers," Journal of Coaching Development, Vol.26, No.5, pp.75-85, 2024.
- [12] A.L.Duchworth, "Intelligence is Not Enough: Non-IQ Predictors of Achievement," The University of Pennsylvania, Doctoral Dissertation, 2006.
- [13] K.B.Jee, "Mediating Effect of Grit and Self-Management in the relationship between Social Support and Resilience of Secondary School Taekwondo Athletes," Chungnam National University Graduate School, Doctoral Dissertation, 2024.
- [14] C.S.Dweck, Mindset: The New Psychology of Success. NY: Random House Digital, Inc, 2006.
- [15] S.H.Hong, "The Structural Relationship between perceived Coaching Behaviour and Grit, Mind-set, and Tenacity of Judo Athletes," Korea National Sport University Graduate School, Doctoral Dissertation, 2021.
- [16] Y.L.Choi, "The Influence of Instructor's leadership Types on Dance Performance Ability: a Mediating Effect of Grit and Mindset," Hanyang University Graduate School, Doctoral Dissertation, 2023.
- [17] S.W.Bae, "A Study on Relationship among Coaches' Instructional behavior Types, Trust, Perceived Athletic Performance and Word-of-Mouth Intention of Ice Hockey Club," Korea University Graduate School, Doctoral Dissertation, 2015.
- [18] R.M.Baron and D.A.Kenny, "The Moderate-mediator Variable Distinction in Social Psychological Research: Conceptual, Strategic, and Statistical Considerations," Journal of Personality and Social Psychology, Vol.51, No.6, pp.1173-1182, 1986.

문 복 주(Bokju Moon)

[정회원]



■ 2023년 8월 : 동신대학교 대학원 (체육학 박사)

■ 현재 : 송원대학교 공연예술과 교수

<관심분야>

사물인터넷, 디지털융합, 융합예술, 공연예술, K-Pop