

무용학습이 에듀케어(Edu-Care) 아동의 스트레스에 미치는 영향

김 윤희

청주교육대학교 강사

I. 서론	V. 결론 및 제언
II. 이론적 배경	참고문헌
III. 연구방법	Abstract
IV. 연구결과	

I. 서론

경제적 안정과 더불어 질적인 삶을 추구하는 21세기 복지사회는 대부분의 선진 국가들이 지향하는 목표이다. 복지사회의 여러 요구 중, 교육환경은 매우 중요한 위치를 차지하고 있다. 핵가족화, 맞벌이 부부, 편부모 가정의 증가 등과 같은 여러 사회적 문제들로 인해서 학교 환경 내에서 보육복지의 요구가 더욱 절실해지고 있는 것이다. 이러한 시대적 흐름에 발맞추어 교육현장 또한 교육 수요자의 만족도를 높이고 교육복지 개선을 위한 온 힘을 기울이고 있다.

본 연구는 교육복지의 한 차원으로 실시되는 방과후 교실 보육프로그램인 에듀케어(Edu-Care)¹⁾ 아동들에게 예술교육의 기회를 제공해야 한다는데 문제의 출발점을 두었다. 도시 저소득층 자녀들로 이루어진 에듀케어 아동은 경제적, 환경적인

1) 방과후 교실은 전국적으로 특기적성교육, 보육교육, 수준별 학습지도 등을 통틀어 지칭되는 용어이며, 에듀케어는 서울지역 방과후 교실로 운영되는 보육 프로그램 중의 하나로, 초등학교 저학년들의 보육과 교육을 담당하는 교실을 뜻한다. 본 연구에서는 에듀케어로 통일하여 지칭한다.

문제 등으로 문화예술소의 계층으로 전락하고 있다. 이에 무용학습을 통한 전인적 교육이라는 목표 아래 예술교육의 기능과 필요성을 강조하고자 무용학습의 기회가 없었던 아동들에게 무용교육을 실시하여 무용학습 경험과 스트레스의 상관관계를 살펴보고자 한다.

다시 말해 본 연구는 예술교육의 사각지대에 방치되어 있는 에듀케어 아동들에게 예술교육의 한 방편으로서 무용교육을 제공하고, 이를 통하여 스트레스 감소의 효과를 고찰하고자 시작하게 되었다. 그리하여 초등학교 에듀케어 아동의 일상적 스트레스와 무용학습 후 스트레스 변화를 살펴보고, 무용학습이 이들의 스트레스에 미치는 영향을 규명하고자 한다.

오늘날 우리 사회는 여성 인력의 사회 진출 확대로 학교의 보육기능이 더욱 요청되고 있으며, 사회·경제적 요인 등으로 인해 교육 소외, 교육 불평등 현상이 심화되고 있어 형편이 어려운 학생들에게 실질적인 복지 혜택을 부여할 필요성이 대두되고 있다. 따라서 교육 정책은 에듀케어와 더불어 저소득 계층을 비롯한 소외계층에 교육복지를 제공하고 장기적으로는 국민 모두에게 적절한 교육의 기회를 제공함으로써 안정된 삶을 영위할 수 있는 기반을 마련하여야 한다.²⁾ 또한 2006년 12월 한국문화예술교육진흥원 주최로 지난달 말 열린 ‘창의성을 위한 문화예술교육’ 국제심포지엄에 참가하기 위해 한국을 찾은 오스트리아 에듀컬트 대표 미하엘 비머(75)는 “문화예술교육을 받은 학생들은 호기심, 학습능력이 뛰어날 뿐만 아니라 창조성과 사회성도 좋습니다. 그래서 유럽에서는 문화예술교육이 다른 교과들과 동등한 위치를 차지하고 있습니다.”³⁾라고 예술교육의 중요성을 강조하였다.

이런 관점에서 한 단계 성숙된 문화예술 교육복지 실시의 필요성이 대두되었다. 이러한 요구를 토대로 2006년도에는 교육인적자원부, 문화관광부와 서울문화재단이 공동으로 협력체결을 구축하여 초등학교 에듀케어 학생들에게 예술교육의 기회를 제공하고자 새로운 사업을 시도하였다. ‘방과후 교실을 활용한 문화예술교육지원 시범사업’이 서울문화재단 주관으로 서울지역에 한하여 처음 실시된 것이다. 문화예술교육지원 시범사업의 사업목적은 방과후 교실(에듀케어)을 활용하여 다양한 문화에

2) 서울특별시교육청(2006), 『2006년도서울교육 방향과 해설』 자료집.

3) 박창섭(2006). 한겨레신문 2006년 12월 6일자 보도기사.

술 교육프로그램을 제공함으로써 저소득층 자녀의 문화적 기회 불평등을 완화하는 것이다. 사업내용은 에듀케어 운영학교에 무용, 연극 전문강사를 파견하여 체험형 문화예술교육을 학습시키는 것이다. 본 연구자는 위의 '문화예술지원 시범사업'의 파견강사에 선발되어 한 학기동안 에듀케어 교실의 무용수업을 담당하게 되었다.

방과후 에듀케어 교실에 대한 선행연구로는 교육부와 보건복지부 등에서 추진된 정책 연구 보고서와 정책브리핑 자료를 참고하였다. 또한 이윤정(2006)의 '서울특별시 공립유치원 에듀케어 운영실태와 개선방안' 과, 윤혜순(2005)의 '도시 저소득층 초등학생의 방과후 교실(에듀케어) 만족에 관한 연구' 등이 있다.

무용학습과 스트레스의 연관관계를 살핀 연구 논문으로는 최진희(2005)의 '창작 무용학습이 초등학교 저학년 아동의 스트레스에 미치는 영향' 과 김인영(2003)의 '청소년기 무용전공 학생의 스트레스 원인 분석,' 이영미(1999)의 '유아의 무용 경험과 스트레스 경험 정도의 관계' 등의 논문이 있다.

그러나 초등학교 에듀케어 교실에 대한 무용강사 지원사업이 2006년도에 처음 시범 실시되었기에, 본 논문과 직접적으로 관련된 선행연구 자료는 미흡하였다. 이에 본 연구자는 예술(무용)교육의 기회가 상대적으로 열악한 에듀케어 아동들에게 무용학습의 경험을 제공하고, 이들에게 무용학습의 효과로 일상적 스트레스가 어떻게 변화하였는지 살펴보기 위해 이 연구를 시작하게 되었다. 그러나 에듀케어 교실 자체의 수용인원이 시설환경 등의 이유로 소수인원으로 제한되었기에 피실험자들의 인원이 31명뿐인 문제가 발생하였다. 이는 앞서 말한 바와 같이 시범사업이었기 때문에, 더 많은 대상자를 대상으로 한 완성도 높은 연구는 앞으로의 후행연구가 시행되기를 바란다.

본 연구의 한계점은 에듀케어의 무용강사 파견사업이 실시된 첫 해이므로, 피실험자의 인원이 소수로 한정될 수밖에 없다는 점이다. 그러므로 본 논문의 결과가 모든 에듀케어 아동들로 일반화하기에는 한계가 있다고 사료된다. 또한 피실험자 개인의 생활환경에서의 활동은 통제할 수 없어 피험자의 개별적 활동이 연구 결과에 미치는 영향은 배제할 수 없다는 한계점이 있다. 그러나 문화예술소의 아동들을 대상으로 한 교육부와 문화관광부, 그리고 서울문화재단에서 시행한 첫 시범사업이라는 점에서 연구의 가치가 있으리라 사료된다.

연구에서 사용된 무용학습의 진행 방법은 주 1회 80분씩 16주간 무용수업을 실시하였다. 문화예술소의 계층인 이들에게 지속적인 무용 수업을 경험하게 함으로써 정서적 기능, 창의성 발달 등과 같은 무용의 교육적 효과를 볼 수 있으리라 사료된다. 이에 본 연구자의 연구가 시작 단계이지만 조금이나마 학술적으로 보탬이 되기를 바란다.

본 연구에 사용된 무용학습 구성은 Gilbert, Anne Green(2002)의 '다함께 즐기는 창작무용' 과 한국문화예술교육진흥원의 예술강사 파견사업(2006) '초등학교 무용 교수-학습과정안' 을 근거로 연구자가 재구성하였으며, 16주에 걸쳐 80분씩 수업하였다. 무용학습 프로그램은 대상자의 수준과 요구사항을 고려하여 16주 수업동안 민속무용 4차시, 창작무용 11차시, 감상하기 1차시로 구성하였다.

본 연구자가 재구성한 무용학습 프로그램은 먼저 무용비경험자인 학습자의 수준과, 둘째, 즐겁게 움직일 수 있는 흥미, 셋째, 내면욕구를 표출할 수 있는 주제, 넷째, 다양한 움직임 문화의 경험을 중점으로 고려하여 구성하였다. 이는 가정과 학교 생활의 다양한 스트레스에 노출되어 있는 아동들에게 스트레스 해소의 기회로써 무용교육의 정서적 기능과 치료적 기능을 활용한 것이라 하겠다.

본 연구의 방법으로는 문헌분석 방법과 설문지 조사방법을 주로 활용하였다. 설문지 조사방법에 사용된 스트레스 검사지는 Perfenoff(1989)가 분류한 스트레스 측정 변인을 이용하여 이정은(1992)과 최진희(2005)가 9가지 유형으로 재구성한 것을 본 연구의 실험대상에 맞는 언어로 수정하여 사용하였다. 위와 같은 검사지로 실험집단과 통제집단간의 차이를 비교 분석하기 위하여 집단간 사전 사후점수를 T-test하였고, 실험집단의 하위요인들의 스트레스 차이를 통계 분석하였다.

본 연구에서는 무용학습이 초등학교 에듀케어 아동의 스트레스에 변화를 준다는 것을 가설로 설정하여 실험을 실시하였다. 이러한 연구는 에듀케어 아동의 일상적인 스트레스를 긍정적으로 해소하고, 더 나아가 이들의 정서적 안정 및 창의력 개발을 도모하게 될 것이다. 앞으로 문화예술 소외아동들을 위한 무용학습 관련 연구가 후속적으로 진행되어야 할 것이다. 또한 이들을 위한 체계적인 무용학습 프로그램의 개발과 과학적이며 장기적인 연구가 활발히 이루어진다면 문화예술 소외아동들의 스트레스 해소는 물론 전인적 성장이라는 교육의 목적에 적합한 학습활동으로서 그 의미가 더욱 커질 것이라 기대한다.

II. 이론적 배경

1. 초등학교 방과후 에듀케어(Edu-Care)교실

최근 여성의 경제활동 참여 증가, 핵가족화 등 사회구조의 변화로 인해 부모들의 교육과 보육에 대한 욕구는 날이 증가하고 있다. 특히 핵가족화된 현대의 가정구조에서는 취업여성의 자녀를 돌보고 교육해줄 사회적 도움이 절실히 필요하게 되었다. 이것은 교육 기관에 대한 교육과 보육의 기대로 나타나고 있으며, 이를 위해서는 교육기관과 보육기관이 별도로 분리되어 운영되는 것이 아니라 한 기관에서 두 가지 기능을 통합적으로 운영하는 서비스가 제공되어야 한다는 필요성이 대두되었다. 이미 OECD국가들은 보호(Care)와 교육(Education)이 분리할 수 없는 개념이고, 양질의 서비스는 두 가지를 모두 제공해야 한다는데 의견을 모으고 있다.⁴⁾

우리나라 또한 교육인적자원부가 저소득층 학생의 교육기회 평등을 위해 교육복지투자 우선지역을 선정하여 교육기회를 실질적으로 보장하기 위한 교육복지 사업의 일환으로 방과후 교실(에듀케어)의 운영을 지원하고 있다.⁵⁾

우리나라 현실을 살펴보면 초등학교 저학년 학생은 고학년 학생에 비하여 수업 시수가 적어 일찍 하교를 하고 있다. 일부 학교에서는 방과후 특기적성교육을 실시하여 그나마 한 시간 정도는 관리하고 있지만 역부족인 현실이다. 이처럼 도시 맞벌이 부모와 농·어촌 지역의 초등학교 저학년 아동들의 방과후 학생관리가 문제점으로 대두되고 있다. 따라서 학부모들은 이들을 방치할 수 없기에 오로지 사교육에 의존하고 있는 실정이다. 또한, 특기신장을 원하는 학부모의 요구에 부응하여 다양한 프로그램과 특기를 가진 인적자원을 확보하여야 함에도 불구하고 초등학교 교사가 전 교과를 담당하고 있는 현실에는 가능하지 않은 일이다. 일부 학교에서 저학년 학생들의 방과후 활동에 관심을 갖고는 있으나 학교시설이 부족하고 학생들을 따로 관리할 수 있는 인적자원과 지속적으로 운영할 수 있는 관리비가 부족하여 관심으

4) 이윤정(2006). 서울특별시 공립유치원 에듀케어 운영실태와 개선방안. 이화여자대학교 교육대학원 석사학위 논문, p. 6.

5) 윤혜순(2005). 도시 저소득층 초등학교 학생의 방과후교실 만족에 관한 연구, 청소년학연구 제12권, p. 101.

로만 그치고 있다.

이러한 실태와 필요성에 의하여 교육청에서는 생계형 맞벌이 가정의 초등학교 저학년 아동을 위한 방과후 탁아교육을 학교 현장에서 에듀케어할 수 있도록 기본 환경과 프로그램을 구축하고자 하였다. 에듀케어 교실은 학생들에게 아늑한 가정의 온돌방과 같은 기본 환경을 제공하고, 낮잠자기, 간식먹기, 숙제지도, 여가활동 등을 관리할 수 있는 전문요원의 배치와 경비를 지원하고 있다. 이 초등학교 저학년 에듀케어 교실이 추구하는 목표는 공교육 내실화를 위한 사교육 경감 및 학교시설을 활용한 아동들의 보육 및 교육이다.

다시 말해, 에듀케어는 학교의 교육활동과 일반 보육활동의 분리 운영에 따른 문제점을 해소하고, 학부모들의 교육과 보육 통합 서비스 제공에 대한 요구를 적극 반영하기 위해 서울특별시교육청에서 실시하고 있는 프로그램이다.

2. 무용학습이 초등학교 아동의 스트레스에 미치는 영향

스트레스(stress)⁶⁾는 심리학과 생물학에서 유기체의 기능을 교란시키는 긴장이나 장애를 일컫는 용어로, 그 사전적 정의는 ‘몸에 해로운 정신적 육체적 자극이 가해졌을 때 그 생체(生體)가 나타내는 반응’이다.

인간은 태어나면서부터 끊임없이 스트레스에 노출된다. 이처럼 스트레스는 살아 가는 과정에서 피할 수 없는 결과이며 현대 기술사회에서는 특히 복잡한 현상이다. 스트레스에 대처하는 능력은 심신연구에서 상당히 중요하다.⁷⁾ 특히 아동은 처해 있는 상황에서 최악의 경우를 상상하면서 다소 과장된 걱정과 위협을 느끼는 경우가 종종 있다. 그 두려움과 불안함이 심해지면 아동이 비관적인 관점을 갖게 되고 불안감으로 괴롭게 된다. 이러한 아동의 걱정과 불안은 타인으로부터 거절당한 경험이 많을 때나 부모가 자주 걱정과 불안함을 표현할 때 혹은 과잉보호를 받을 때 생겨난다.

본 연구의 대상이 되는 초등학교 저학년 아동의 스트레스에 대해 좀 더 자세히 살펴보기로 하자.

6) 스트레스는 라틴어의 “Stringer”로서 “팽팽하게 죄다”라는 뜻에서 유래됨.

7) 다음백과사전. <http://enc.daum.net/dic100>

아동기는 6, 7세부터 11, 12세에 이르는 시기를 말하며, 우리나라 경우 보통 초등학교 시기가 된다. 이 시기의 아동은 성장을 재촉하는 압력과 사회적 규제가 충돌하는 시기로서 빨리 성장해야 한다는 책임과 변화의 부담뿐만 아니라 정서적 부담도 생길 수 있다. 또한 이 시기에 이르러 가족 밖의 다른 성인이나 또래, 책 마스크의 영향을 받게 되고, 가정이나 이웃에만 국한되었던 생활환경이 학교라는 보다 넓은 범위로 확대되어 감에 따라, 규칙적인 생활과 다양한 사회적응의 요구를 받게 된다.⁸⁾

Brenner에 의하면 아동들은 일상에서 항상 스트레스를 받고 있다고 한다. 학부모가 있는 가정에서도 성장 자체가 스트레스를 주며, 동생이 태어날 때, 새 집으로 이사, 학교 입학, 친구와의 싸움 외에도 부모의 사회적 위치에 따라 초래되는 긴장이 있음을 나타내었고 편부모의 가정에서나 양부모의 가정에서의 양육자와 적응의 어려움이 주된 스트레스의 원인이 되며 영구적 일시적 격리 모두 격리불안을 일으킨다고 하였다. 부모의 이혼은 이혼의 과정이 정서적 타격을 받는 상황이 되겠으며 학대, 무시 등은 신체적 정서적으로 타격을 주고 성적 학대와 방치 등은 생활에 위협을 받는 심각한 스트레스의 원인이 된다고 하였다.⁹⁾

문신정의 논문 ‘아동의 스트레스와 학교생활 적응간의 관계’에 의하면 초등학교 저학년 아동이 겪게 되는 구체적인 스트레스는 혼자 학교에 가는 것, 화장실에 혼자 가야 하는 것, 선생님이나 친구들로부터 인정받지 못하는 것 등이 있다. 학년이 점차 높아지면 친구로부터 따돌림 받는 것, 외모에 대한 놀림, 공부에 대한 걱정, 자신의 친구를 빼앗길 것 같은 느낌, 선생님으로부터 미움을 받지 않을까 하는 걱정으로 확대된다.

조은숙은 초등학교 시기 어린이들이 가정에서 일어나는 여러 가지 문제에 직접적으로 민감한 영향을 받으며, 특히 부모의 불화, 이혼, 가족의 죽음, 이사 등의 문제들로 인해 정신적, 사회적 스트레스를 받고 심한 경우에는 적응상의 장애를 보인다고 했다. 또한 학교에서의 지속적인 성공이나 실패 경험의 누적은 어린이의 정신

8) 최진희(2005). 창작무용 학습이 초등학교 저학년 아동의 스트레스에 미치는 영향. 청주교대 대학원 석사학위논문, p. 8.

9) 문신정(2004). 아동의 스트레스와 학교생활 적응간의 관계. 한국교원대학교 대학원 석사학위논문, p. 32.

장애에 중요한 영향을 미치며, 교우관계의 실패도 정신건강을 저해하는 요소들이 될 수 있다고 하였다.¹⁰⁾

서론에서 살펴본 바와 같이 무용학습경험이 스트레스에 미치는 상관관계를 연구한 선행연구를 살펴보고자 하자.

유아의 무용경험과 스트레스 경험정도를 분석한 이영미(1999)의 논문을 살펴보면, 무용경험 집단이 비경험 집단에 비해 스트레스 정도가 낮으며, 무용경험 기간이 길수록 유아의 스트레스 정도는 낮다고 밝히고 있다. 또한 어머니 직업이 없는 경우 무용학습 집단의 스트레스가 더 많이 낮아진 것으로 나타났으며, 무용학습이 스트레스 해소 및 치료적 기능이 있다는 가설을 뒷받침하였다. 그리고 초등학교 1학년을 대상으로 창작무용을 실시하고 스트레스 감소를 분석한 최진희(2005)의 논문에서는 창작무용학습 후 실험집단의 스트레스가 긍정적으로 해소되었음을 밝혔고, 특히 남학생이 더 많이 감소한 것으로 나타났다.

위의 선행연구를 살펴볼 때, 무용학습은 초등학교 아동의 스트레스에 긍정적으로 영향을 미친다는 것을 알 수 있었다. 따라서 아동의 일상적 스트레스 해소를 통한 정서적 안정을 위해, 체계적인 무용학습 프로그램의 개발과 과학적이며 장기적인 연구가 활발히 이루어진다면 무용학습은 아동의 스트레스 해소는 물론 전인적 성장이라는 교육의 목적에 적합한 학습활동으로서 그 의미가 더욱 커질 것으로 기대된다.

II. 연구방법

1. 연구대상

본 연구의 실험 대상은 서울 은평구에 위치한 S초등학교 에듀케어 교실¹¹⁾에 속한 저학년 아동 16명을 대상으로 실험하였다. 통제집단으로는 같은 학교 내에 지역복

10) 최진희(2005), p. 8.

11) 본 연구자가 무용 강사로 파견된 곳으로, 서울시교육청의 후원으로 학교 자체에서 운영 하는 에듀케어 교실이다.

지관에서 운영하는 또 다른 에듀케어 교실¹²⁾ 아동 15명을 대상으로 비교분석하였다. 실험집단은 교육청 지원으로 학교자체에서 운영하는 에듀케어 교실로 방과후 1시부터 6시까지 보육사 1인의 지도하에 보육을 받는 곳이었고, 통제집단은 이와는 달리 지역복지관에서 운영하는 곳으로, 장소만 학교의 빈 교실을 빌려 사용하는 에듀케어 교실이었다. 실험집단에서 방과후 시간동안 하는 프로그램은 낮잠자기, 간식먹기, 숙제하기, 운동장 활동, 미술시간 등이었으며, 본 연구자의 무용 시간이 주 1회 80분씩 추가된 집단이다. 이에 비해 통제집단은 무용학습의 기회가 없는 아동들로, 다른 프로그램은 거의 유사함을 알 수 있었다. 이 두 집단을 선정한 이유는 같은 지역내에 거주하는 학생들로 자정 및 주변 환경이 유사하며, 무용수업 이외의 시설 규모나, 보육 프로그램이 큰 차이를 보이지 않았기 때문이다.

〈표 1〉 실험집단과 통제집단의 일반적인 특성

구 분		실 험 집 단			통 제 집 단		
		빈도(명)	백분율(%)	소계(명)	빈도(명)	백분율(%)	소계(명)
성 별	남	6	37.50	16	8	53.33	15
	여	10	62.50		7	46.66	
학 년	1학년	6	37.50	16	5	33.33	15
	2학년	5	31.25		5	33.33	
	3학년	5	31.25		5	33.33	
출생순위	첫째	6	37.50	16	5	33.33	15
	첫째 외	10	62.50		10	66.66	
가족구성	가족	11	68.75	16	11	73.33	15
	할머니	1	6.25		2	13.33	
	편부모	4	25.00		2	13.33	
무용 경험 유무	유	7	43.75	16	6	40.00	15
	무	9	56.25		9	60.00	
학원 수강 유무	유	7	43.75	16	5	33.33	15
	무	9	56.25		10	66.66	
어머니 직업 유무	유	15	93.75	16	15	100.00	15
	무	1	6.25		0	0.00	

12) 에듀케어는 크게 3가지 형태(학교자체, 지역복지관, 사설단체에서 운영)가 있는데, 여기는 지역복지관에서 운영하는 곳으로, 장소만 학교공간을 빌려 운영하는 방과후 보육시설이다.

에듀케어 사업자체가 도시 저소득층 자녀, 특히 생계형 맞벌이 부부를 위한 복지 사업의 일환이므로 한 교실의 인원은 보육사가 통제할 수 있는 인원만으로 제한하고 있다. 본 연구자가 파견된 S초등학교의 에듀케어 교실은 은평구 재개발지역의 가운데에 위치한 곳으로 주위환경과 학생 개개인의 집안환경이 매우 열악하였다.

위의 표에서 살펴보듯이 피실험 집단의 특징은 다른 아동들에 비하여 경제적 형편으로 인한 학원수강의 비율이 낮으며, 부모님의 생계형 맞벌이 경우가 많았다. 특히 위의 표에서 살펴볼 수 있듯이 94%에 가까운 어머니 직업활동 비율과 편부모 가정 비율도 31%정도로 높음을 알 수 있었다. 또한 피아노, 미술, 영어 등의 학원을 다니는 일반 학생들에 비해 학원을 한군데도 다니지 못하는 학생들 비율이 현저히 높음을 알 수 있다.

본 연구의 대상인 에듀케어 학생들은 예술교육의 경험이 타 학생들에 비해 없었던 대상들이라 실험하는 동안 에듀케어 아동들의 적극적인 학습태도가 인상적이었으며, 무용 선생님에 대한 강한 애정집착을 엿볼 수 있었다. 수업태도는 남학생에 비하여 여학생이 훨씬 긍정적이었으며, 수업 초기에는 '무용'에 대한 선입견과 두려움을 나타내었다. 그러나 수업이 진행되면서 점차, 학습의 속도가 빨라지고, 흥미도가 증가하였음을 알 수 있었다.

1. 연구방법 및 절차

연구방법으로는 문헌분석 방법과 설문지 조사방법을 주로 활용하였다. 문헌분석 방법은 방과후 교실에 대한 선행 연구논문과 교육부, 보건복지부 등에서 추진된 정책 연구보고서를 참고하였다. 설문지 조사방법은 초등학교 저학년 수준에 맞게 4점 척도로 재구성된 스트레스 설문지를 사용하였다.

본 연구에 사용된 설문지는 1989년 Parfenoff가 분류한 스트레스 측정 변인을 이정은(1992)과 최진희(2005)가 우리나라 초등학교 수준에 맞게 수정, 보완하여 사용한 것을 연구자가 재수정하여 사용하였다. 연구대상이 저학년 아동임을 고려하여 한 문제씩 읽어주고 이해한 뒤 기록하도록 하였다. 설문지의 하위영역은 자아감, 안정감, 또래관계, 가족관계, 높은 기대수준, 학교, 책임감, 자아통제, 건강 등의 9개

〈표 2〉 스트레스 설문지 하위요인별 문항 구성

스트레스 유형	문 항 내 용	문항
일반적 문항	학년, 성별, 출생순위, 가족구성, 아버지 직업, 어머니 직업, 학원수강여부, 무용학습 경험, 최근 스트레스 경험	9
자아감	생각이나 느낌을 말하지 못함, 놀림 받는 것	2
안정감	놀 시간 적음, 엄마가 바쁘고 집에 없음	2
또래관계	괴롭히는 친구, 친구가 놀아주지 않음, 친구가 요구를 들어주지 않음, 친구와 다툼	4
가족관계	부모의 편애, 부모나 형제가 요구를 들어주지 않음, 부모의 다툼, 가족의 병	4
높은 기대수준	부모의 공부 기대, 부모의 기대에 못 미쳐 꾸지람, 학원, 타인과 비교	4
학 교	학교 모범생이고 싶은 욕구, 작품 완성 욕구, 선생님이 요구를 들어주지 않음, 선생님의 꾸지람,	4
책 임 감	집안 심부름, 방의 정리정돈	2
자아통제	갖고 싶은 욕구, 차례 지키기, 편식 욕구, 오락게임 욕구	4
건 강	가끔 아픈 것, 병원 가는 두려움, 피곤감, 악몽	4

영역 총 30문항으로 구성되었다. 점수는 문항당 1-4점으로 점수가 낮을수록 아동의 스트레스는 낮은 것으로 하였으며, 신뢰도는 .50 이상으로 나타났다.

스트레스 질문지에 대한 응답결과는 SPSS통계 프로그램을 이용하여 전산처리 하였다. 첫째, 무용학습 실시 전, 후 집단간 스트레스를 분석하고 실험집단의 스트레스를 하위요인별로 평균(M)과 표준편차(SD)를 구하였다. 둘째, 무용학습 실시여부에 따라 스트레스에 유의한 차이가 있는지 알아보기 위해 실험 전, 후로 나누어 t-test로 통계 분석하였다.

에듀케어 사업은 그 목적이 도시 저소득층 자녀, 특히 생계형 맞벌이 부부를 위한 복지사업의 일환이므로 한 교실의 인원은 보육사가 통제할 수 있는 인원만으로 제한하고 있다.

그러므로 본 연구의 제한점은 S초등학교 에듀케어 교실 31명으로 한정하였으므로 연구결과를 일반화하기에는 한계가 있다. 또한 피험자 개개인이 가지고 있는 실험 전의 무용학습 경험을 고려하지 않았으며, 각자가 처한 개인 생활에서의 환경은 통제할 수 없어 피험자의 개별적 활동이 연구 결과에 미치는 영향을 배제할 수 없다.

실험에 사용된 무용학습 프로그램 구성은 Gilbert, Anne Green(2002)의 '다함께 즐기는 창작무용' 과 예술강사 파견사업(2006) '초등학교 무용 교수-학습과정안' 을 근거로 연구자가 피험자의 수준에 맞게 재구성하였으며, 16주에 걸쳐 80분씩 수업하였다. 무용학습 프로그램은 <표 3>에서 살펴보는 바와 같이 16주 동안 민속무용 4차시, 창작무용 11차시, 감상하기 1차시로 구성하였다.

이 프로그램은 실험대상자의 무용 비경험자로서의 특성을 고려하여 흥미도, 난이도를 적절히 나누어 구성하였으며, 특히 내면 감정의 표현욕구를 충족할 수 있도록 표현활동 위주로 구성하였다. 또한 다양한 움직임 문화를 경험하기 위하여 우리나라 및 외국 민속무용을 삽입하였고, 감상 경험을 위해 무용감상 시간을 1차시로 구성해보았다. 학생들은 처음 몇 주 동안은 무용에 대한 선입견과 생소함으로 창작무용을 많이 어색해 하였지만, 시간이 지남에 따라 조금씩 몸으로 자신의 생각을 표현하는 것에 대해 흥미로워 하였고, 적극적으로 변화하였음을 실험과정 중에 관찰할 수 있었다.

〈표 3〉 에듀케어 무용 수업 구성

월	주	영역	내용	비고
3	1	신체 부분인식	몸으로 하는 자기소개 하기	창작무용
	2	신체와 공간	몸으로 이름쓰기	창작무용
	3	신체모양	춤추는 글자와 숫자마을	창작무용
	4	시 간	움직이기와 멈추기	창작무용
4	5	신체접촉	친구와 같이 움직여요 - 그림자 되기	창작무용
	6	공 간	건너편 벽까지 어떻게 갈까요?	창작무용
	7	이 미 지	소리 친구 만나기	창작무용
	8	작품 감상	발레의 두 모습 - 백조의 호수	감상하기
5	9	우리나라 민속무용	탈춤 - 장단과 불림 알기	민속무용
	10	우리나라 민속무용	탈춤 - 기본 춤사위 익히기	민속무용
	11	우리나라 민속무용	탈춤 - 춤추어보아요	민속무용
	12	다른나라 민속무용	타타로치카와 버디댄스	민속무용
6	13	소도구 사용	신문지 놀이	창작무용
	14	상상표현	숲속의 동물나라	창작무용
	15	즉흥표현	흔들기에 의한 즉흥 표현	창작무용
	16	관찰 및 토론	발표하기와 느낌나누기	창작무용

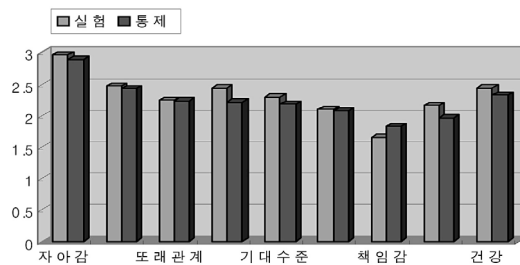
IV. 연구결과

1. 무용학습 전 집단 간 스트레스

아래 <표 4>는 무용학습 전, 두 집단에 실시한 사전검사를 t검정한 결과이다. <표

<표 4> 스트레스 유형별 무용학습 전 집단간 비교

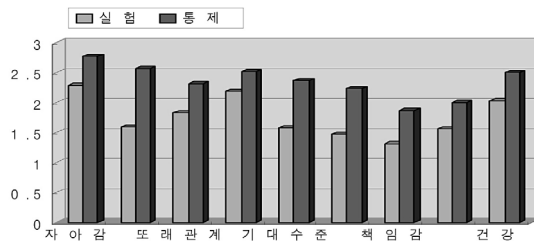
스트레스 유형	특성	n	M	SD	t	p
자아감	실험	16	2.9688	.67004	.215	.832
	통제	15	2.9000	1.05560		
안정감	실험	16	2.4688	1.05623	.090	.929
	통제	15	2.4333	1.13179		
또래관계	실험	16	2.2500	.85147	.061	.952
	통제	15	2.2333	.65783		
가족관계	실험	16	2.4375	.62915	1.007	.322
	통제	15	2.2167	.58909		
기대수준	실험	16	2.2969	.64043	.428	.672
	통제	15	2.1833	.83166		
학교생활	실험	16	2.0938	.67004	.037	.970
	통제	15	2.0833	.87457		
책임감	실험	16	1.6563	.56917	-.692	.494
	통제	15	1.8333	.83808		
자아통제	실험	16	2.1563	.56917	.830	.413
	통제	15	1.9667	.69991		
건강	실험	16	2.4375	.68617	.443	.661
	통제	15	2.3333	.61721		



<그림 1> 스트레스 유형별 무용학습 전 집단간 평균 비교

〈표 5〉 무용학습 후 집단 간 스트레스 비교

스트레스 유형	특성	n	M	SD	t	p
자아감	실험	16	2.2813	1.07964	-1.402	.172
	통제	15	2.7667	.82086		
안정감	실험	16	1.5938	.80039	-3.298	.003
	통제	15	2.5667	.84233		
또래관계	실험	16	1.8281	.58251	-2.357	.025
	통제	15	2.3167	.57061		
가족관계	실험	16	2.1875	.89675	-1.073	.292
	통제	15	2.5167	.80438		
기대수준	실험	16	1.5781	.71716	-2.936	.006
	통제	15	2.3667	.77843		
학교생활	실험	16	1.4688	.39660	-3.891	.001
	통제	15	2.2333	.67126		
책임감	실험	16	1.3125	.72744	-2.168	.039
	통제	15	1.8667	.69351		
자아통제	실험	16	1.5625	.69222	-1.831	.077
	통제	15	2.0000	.63387		
건강	실험	16	2.0313	.70045	-1.757	.090
	통제	15	2.5000	.78490		



〈그림 2〉 무용학습 후 집단 간 스트레스 평균 비교

5)를 보면, 실험집단은 자아감, 안정감, 또래관계, 가족관계, 기대수준, 학교생활, 자아통제, 건강에 의한 스트레스가 높게 나타났고, 통제집단은 책임감에 의한 스트레스 높은 것으로 나타났다. 집단 간 평균의 차이가 약간씩 나타났으나, 통계적으로 유의한 차이는 관찰되지 않았다. 두 집단간 약간의 스트레스 차이가 나타났지만, 그

차이의 정도가 크지 않아 두 집단은 동질 집단이라고 할 수 있다.

2. 무용학습 후 집단 간 스트레스

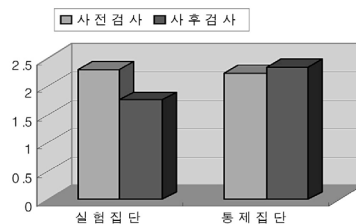
〈표 5〉는 16주간 무용을 학습한 후 집단 간 스트레스 비교를 나타낸 것이다. 표를 보면, 무용학습 전에 실험집단이 자아감, 안정감, 또래관계, 가족관계, 기대수준, 학교생활, 자아통제, 건강에 관련 된 스트레스 수치가 높았던 것에 비해 통제집단이 모든 유형에서 스트레스를 더 많이 받는 것으로 나타났다. 그 중 자아감, 가족관계, 자아통제, 건강을 제외한 안정감, 또래관계, 기대수준, 학교생활, 책임감에서 통계적으로 유의한 차이가 나타났다.

아래 〈표 6〉은 무용을 학습하기 전·후 실험집단과 통제집단 간의 전체 스트레스를 비교한 것이다.

〈표 6〉을 보면, 무용학습을 하기 전에 실시한 사전검사에서는 통제집단(M=2.2426)보다 실험집단(M=2.3073)의 전체 스트레스가 더 높은 것으로 나타났으나 통계적으로 유의미한 차이가 없었다. 이에 반해, 무용학습을 한 후 실시한 사

〈표 6〉 무용학습 전·후 집단간 전체 스트레스 비교

시 기	특성	n	M	SD	t	p
전	실험	16	2.3073	.42413	.439	.664
	통제	15	2.2426	.39430		
후	실험	16	1.7604	.43495	-4.244	.001
	통제	15	2.3481	.32375		



〈그림 3〉 무용학습 전·후 집단간 전체 스트레스 평균 비교

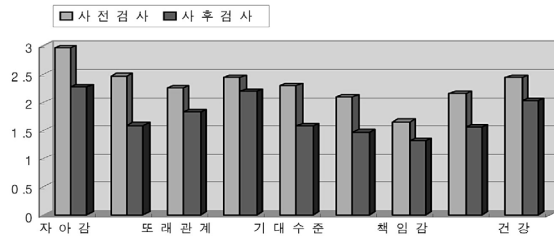
후검사에서는 실험집단(M=1,7604)이 통제집단(M=2,3481)보다 전체 스트레스가 낮은 것으로 나타났다. 또한 사후검사의 집단간 차이는 통계적으로도 유의한 차이를 나타내고 있어, 무용학습이 아동의 스트레스를 줄이는데 긍정적인 영향을 미친다는 것을 알 수 있다.

3. 실험집단의 무용학습 전·후 스트레스

〈표 7〉를 보면, 실험집단은 무용학습 전보다 무용학습 후에 모든 유형에서 스트레스 경험 수치가 낮아진 것으로 나타났다. 특히, 무용학습 전보다 학습 후 자아감,

〈표 7〉 실험집단의 무용학습 전·후 스트레스 비교

스트레스 유형	시기	n	M	SD	t	p
전체스트레스	전	16	2,3073	.42413	3,601	.001
	후	16	1,7604	.43495		
자아감	전	16	2,9688	.67004	2,164	.040
	후	16	2,2813	1,07964		
안정감	전	16	2,4688	1,05623	2,641	.013
	후	16	1,5938	.80039		
또래관계	전	16	2,2500	.85147	1,636	.112
	후	16	1,8281	.58251		
가족관계	전	16	2,4375	.62915	.913	.369
	후	16	2,1875	.89675		
기대수준	전	16	2,2969	.64043	2,990	.006
	후	16	1,5781	.71716		
학교생활	전	16	2,0938	.67004	3,211	.003
	후	16	1,4688	.39660		
책임감	전	16	1,6563	.56917	1,489	.147
	후	16	1,3125	.72744		
자아통제	전	16	2,1563	.56917	2,650	.013
	후	16	1,5625	.69222		
건강	전	16	2,4375	.68617	1,657	.108
	후	16	2,0313	.70045		



〈그림 4〉 실험집단의 무용학습 전·후 스트레스 평균 비교

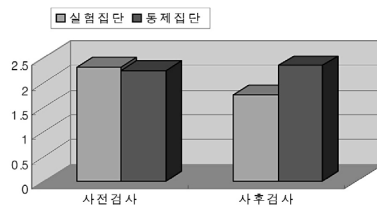
안정감, 기대수준, 학교생활, 자아통제 요인에서 통계적으로 유의한 차이가 나타났음을 알 수 있다. 이는 무용학습이 에듀케어 아동들에게 자아감, 안정감, 기대수준, 학교생활, 자아통제와 관련된 스트레스에 긍정적인 영향을 준다고 할 수 있다.

4. 무용학습 전·후 집단별 전체 스트레스 비교

〈표 8〉은 통제집단과 실험집단별로 무용학습 전·후 전체 스트레스 변화를 나타낸 것이다.

〈표 8〉 무용학습 전·후 집단별 전체 스트레스 비교

시 기	n	M	SD	t	p	
통제집단	전	15	2,2426	.39430	-.985	.333
	후	15	2,3481	.32375		
실험집단	전	16	2,3073	.42413	3.46	.002
	후	16	1,7604	.43495		



〈그림 5〉 무용학습 전·후 집단별 전체 스트레스 평균 비교

〈표 8〉을 보면, 통제집단은 무용학습 후 무용학습 전보다 평균이 높아진 것으로 나타났으나 통계적으로 볼 때 통제집단의 스트레스는 유의한 차이가 나타나지 않았다. 이와는 대조적으로 실험집단은 무용학습 전보다 무용학습 후 평균이 현저하게 낮아졌으며 통계적으로도 실험집단의 스트레스는 유의한 차이를 보여며 감소하였다. 따라서 무용학습이 실험집단의 스트레스 해소에 긍정적으로 영향을 준다는 것을 알 수 있다.

V. 결론 및 제언

본 연구의 목적은 무용학습이 초등학교 에듀케어 아동의 스트레스 해소에 어떠한 영향을 미치는지 알아보는데 있다.

무용학습 프로그램은 Gibert, Anne Green(2002)의 ‘다함께 즐기는 창작무용’과 한국문화예술교육진흥원의 예술강사 파견사업(2006) ‘초등학교 무용 교수-학습과정안’을 근거로 연구자가 재구성하였으며 16주에 걸쳐 80분씩 수업하였다. 무용학습 프로그램은 대상자의 수준과 요구사항을 고려하여 16주 수업동안 민속무용 4차시, 창작무용 11차시, 감상하기 1차시로 구성하였다.

연구에 사용된 스트레스 검사지는 Perfenoff(1989)가 분류한 스트레스 측정 변인을 이용하여 이정은(1992)과 최진희(2005)가 9가지 유형- 자아감, 안정감, 또래 집단, 가족관계, 기대수준, 학교생활, 책임감, 자아통제, 건강- 으로 초등학생에게 맞게 구성한 것을 연구의 성격을 고려하여 내용을 첨삭하여 사용하였다.

연구 대상은 서울시 은평구에 소재한 S초등학교 에듀케어 교실의 1,2,3학년 아동 31명이며, 그 중 한 학급 16명은 실험집단으로 다른 한 학급 15명은 통제집단으로 선정하였다. 무용학습을 실시하기 전 실험집단과 통제집단과 통제집단에 스트레스 검사지로 사전검사를 실시하였고, 방과후 에듀케어 교실의 무용수업 시간에 주 1회 80씩 16주간에 걸쳐 무용학습을 실시하였으며, 통제집단에게는 아무런 조치도 취하지 않았다. 무용학습을 모두 마친 후 다시 스트레스 검사지를 실험집단과 통제집단에 사후검사를 실시하였다.

실험집단과 통제집단간의 차이를 비교 분석하기 위하여 집단간 사전 사후점수를 T-test하였고, 각 하위요인 내 집단별 사전 사후점수를 T-test하여 통계 처리하였다. 이와 같은 연구목적과 방법에 의해 수집된 자료를 분석하여 얻어진 결과는 다음과 같다.

첫째, 무용학습 후 실험집단과 통제집단의 스트레스 수치를 분석해 본 결과, 실험집단의 스트레스 정도는 무용학습 전보다 긍정적으로 낮아진 것으로 나타났다. 특히, 통제집단은 사후검사에서 스트레스 경험 수치가 통계적인 의미는 없으나 증가한데 반해, 실험집단은 무용 학습 전보다 무용학습 후 평균이 현저하게 낮아졌으며 통계적으로도 실험집단의 스트레스는 .002 수준에서 유의한 차이를 보이며 감소하였다. 이는 무용학습을 통해 에듀케어 아동의 스트레스가 긍정적으로 해소되었음을 알 수 있다.

둘째, 실험집단은 무용학습 전보다 무용학습 후에 모든 유형에서 스트레스 경험 수치가 낮아진 것으로 나타났다. 특히, 무용학습이 에듀케어 아동들에게 자아감, 안정감, 기대수준, 학교생활, 자아통제와 관련된 스트레스 감소에 긍정적인 영향을 주었다고 할 수 있다.

이러한 결과로 무용학습이 초등학교 아동의 스트레스에 긍정적으로 영향을 미친다는 선행연구에서 더 나아가 도시 저소득층 자녀들로 구성된 에듀케어 학생들에게도 긍정적인 스트레스 감소 결과를 보이는 것을 알 수 있었다.

본 연구의 결과는 무용학습이 가정 및 일상생활, 그리고 학교생활 스트레스에 노출되어 있는 초등학교 저학년 에듀케어 아동들에게 즐거움과 기분전환, 감정의 표출 등과 같은 욕구를 무용움직임을 통해 긍정적으로 해소하였으며, 궁극적으로 스트레스 감소에 영향을 미쳤다고 할 수 있다.

따라서 초등학교 저학년 아동의 스트레스 해소를 통한 정서적 안정을 위해, 체계적인 무용학습 프로그램의 개발과 과학적이며 장기적인 연구가 활발히 이루어진다면 무용학습은 아동의 스트레스 해소는 물론 전인적 성장이라는 교육의 목적에 적합한 학습활동으로서 그 의미가 더욱 커질 것으로 기대된다. 특히 문화예술 소외아동의 경우, 예술교육을 통한 전인적 교육의 효과가 더 크리라 사료된다.

현재 초등학교는 교육인적자원부 관할로 소속되어 있으며, 공교육 율타리안에서

교육행위가 이루어지고 있다. 그러나 학부모를 비롯한 교육 수요자들은 공교육 이외에 사교육 또한 학교환경 안에서 해결해 주기를 원하는 여론이 높아지고 있다. 이러한 교육복지 요구의 일환으로 에듀케어 교실이 실행되고 있는 것이다. 그러나 보육교사 1인만으로 방과후 1시부터 6-7시까지의 모든 보육과 교육 행위를 만족시킬 수는 없다고 생각된다.

그러므로 질 높은 에듀케어 교실 운영을 위해 교육부와 문화관광부, 서울문화재단, 한국문화예술교육진흥원 등과 같은 공공기관들이 에듀케어 교실의 활용도를 높이고, 학생, 학부모들의 만족을 충족시키기 위해 예술교육에의 관심을 기울일 필요성이 대두된다. 정치적으로 일회성, 선심성 행정이 아닌, 진정으로 생계형 맞벌이부부의 자녀들을 위한 교육복지의 미래를 위해서 연구하고 노력해야 할 것이다. 교육행정가를 비롯한 예술교육 담당자들은 공교육과 사교육 사이의 사각지대에 놓인 학생들을 위해 전인적 교육, 즉, 예술교육의 가치를 적극적으로 도입하여 교육의 기회를 제공하여야 할 것이다. 특히, 창의력 향상과 함께 신체움직임 활동, 예술적 감수성 개발을 동시에 충족시킬 수 있는 무용교육의 기회가 더욱 더 확대되어야 할 것이다.

본 연구를 통해 얻어진 결과를 바탕으로, 내적 심리상태를 신체로 표현하는 창작무용과, 즐거운 율동이 어우러진 다양한 민속무용, 무용작품 감상 등의 무용학습이 아동의 부정적인 스트레스를 긍정적으로 변화시키는 치료적 기능이 있음을 확인하였다. 따라서 무용예술교육의 기회가 더욱 절실한 에듀케어 아동을 대상으로 한 구체적이고 다양한 후속 연구가 이루어지기를 기대한다.

■참고문헌

- Gilbert, Anne Green(2002). 『다함께 즐기는 창작무용』, 대한미디어.
 최진희(2005). 창작무용 학습이 초등학교 저학년 아동의 스트레스에 미치는 영향, 청주교대 대학원 석사학위논문.
 문신정(2004). 아동의 스트레스와 학교생활 적응간의 관계, 한국교원대학교 대학원 석사학위논문.

- 김인영(2003). 청소년기 무용 전공 학생의 스트레스 원인 분석, 이화여대 대학원 석사학위논문.
- 이정은(1992). 유치원과 국민학교 저학년 어린이의 일상적 스트레스, 이화여대 대학원 석사논문.
- 이영미(1999). 유아의 무용 경험과 스트레스 경험 정도의 관계, 이화여대 대학원 석사학위논문.
- 이윤정(2006). 서울특별시 공립유치원 에듀케어 운영실태와 개선방안, 이화여자대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 박효정(2002). 초등학교 1학년 아동의 학교 스트레스에 대한 담임교사의 인식, 이화여대 대학원 석사학위논문.
- 송양숙(2001). 결손가정 아동의 스트레스 요인과 대처양식 분석, 영남대 대학원 석사학위논문.
- 윤혜순(2005). 도시 저소득층 초등학생의 방과후교실(에듀케어) 만족에 관한 연구, 『청소년학연구』. 한국청소년학회지 Vol.12.

논문투고일	2007년	2월	28일
심사일		3월	3일
심사완료일		3월	20일

Abstract**A Study on the Influence of the Dance on
Edu-Care Class Students' Stress**

Yulhee Kim

*Lecturer**Cheongju National University of Education*

The purpose of this study is to examine the effects of creative dance learning on elementary school children's recovery from stress. The subjects of this study were 31 children of low-grade classes in elementary school in Eunpyeong-gu, Seoul. A class of 16 students was an experiment group and the other class of 14 students was a controlled group. The dance learning program was composed 16 weeks and 80 minutes for each class.

The dance learning program was applied to the experiment group after school but nothing was done to the controlled group. After completing the learning, a post-test was performed. Results obtained from analyzing data collected according to the research purpose and methods are as follows.

First, the experiment group's level of stress experience was positively lowered after dance learning compared to the controlled group which showed an increase of the level of stress experience without statistical significance in the post-test, the experiment group showed a decrease of the level of stress experience with statistical significance ($p < .002$) after the dance program. This shows that stress was relieved positively in the children of the experiment group.

Second, the level of stress experience was lowered after dance learning compared to that before the learning. The results show that edu-care program helps build students' self-esteem, emotional stability and self-controlling ability and it has positive effects on their school life and self-expectations level.

The results of this study show that dance learning has a positive effect on elementary school children's recovery from stress. The dance will play an important role not only for children's recovery from stress but also for dance education attaining the educational goal of harmonious all-round development.

keywords: after-school class(방과후 교실), edu-care(에듀케어), dance learning(무용 학습), stress(스트레스), a dance class of elementary school(초등무용교육)