

신체적 자기지각이 무용수행의 자신감에 미치는 영향*

김정숙** · 박재국***

부산대학교

I. 서론
II. 연구방법
III. 연구결과

IV. 결론 및 제언
참고문헌
Abstract

I. 서론

무용이란 신체를 매개로 하여 미학적 움직임을 만들어내는 예술형태라고 할 수 있다. 이러한 무용의 특성을 중심으로 학습되는 무용수행은 실기관련 수행이 대부분이기 때문에 무용수의 신체조건이나 시설과 같은 환경에 의한 영향력이 다른 타 예술분야에 비해 두드러지게 나타난다. 이러한 특성으로 무용수들은 자신의 신체에 대한 문제점이나 연습복, 수업에 임하는 자신감, 동료와 마찰에 의한 스트레스, 동작수행에 대한 불안과 같은 주관적 영향과 무용실의 조명, 음향, 거울과 마루상태 등에 대한 환경적 영향에 대해 민감한 반응을 한다. 따라서 신체를 이용한 예술의 미학적 승화를 위한 고도의 신체훈련과 추상적 작품구상을 위한 주관적 수행체계를 가진 무용 수행에 대해 직접적인 영향을 미치는 심리적, 환경적 영향들에 관한 연구 분석은 무용수행의 향상에 있어서 중요한 기초적 자료제공이 될 것으로 생각된다

* 이 논문은 2007년도 부산대학교 박사후 연수과정지원사업에 의하여 연구되었음.

** 부산대학교 연구원

*** 부산대학교 특수교육과 교수

(김정숙, 표내숙, 2006).

자기-개념(self-concept)은 인간의 의식적인 삶 속에서 인간행동을 진작시키고 중재하는 가장 핵심적인 구인(construct)이며, 나아가 인간의 정신건강과 삶의 질적 향상의 필수 불가결한 요인이라고 볼 수 있다. 자기-가치의 상실은 보통 임상적인 우울증을 일으키지만 긍정적인 자의식은 생활의 적응력과 활기 있는 사회적 정서 상태를 유발시킬 가능성이 높다는 것이다. 이러한 신체적 자기-가치(‘나의 신체적 능력을 자랑스럽게 생각함’을 의미)는 신체적 자기 영역에서 개인의 일반적 정신건강을 나타내는 중요한 지표라고 할 수 있으며(Sonstroem & Potts, 1996), Sonstroem과 Potts(1996)은 신체적 자기-가치가 생애 적응력과 정신건강에 긍정적인 효과를 미친다고 보고하고 있다. 이에 Sonstroem은 신체적 유능감이 신체활동의 지속적인 참여를 유도한다는 자기-발달(self-development)과 자기-증진(self-enhancement)모형을 제안하였으며, 신체적 자가지각 프로파일(PSPP; 자신에 대한 조직화된 지각의 총체성)의 개발은 이 모델의 신체적 유능감(신체적 능력에 대한 개인적 평가)을 다차원적 프로파일로 대치하는 기회를 제공하였다. 이것은 PSPP가 신체적 자기-시스템(신체적 구조의 개인적 인지)과 신체활동의 관계성에 대한 실증적 연구와 설명에 새로운 기폭제를 마련하는 계기가 되었다는 것을 의미한다(유진, 장귀옥, 2003). 이에 따른 연구를 살펴보면, Sonstroem *et al.*(1992)은 PSPP가 중년층의 운동 지속자와 비지속자들을 잘 판별하고 예언할 수 있음을 증명하였고, 남녀 운동 지속자들은 비지속자들에 비해 높은 신체적 자기-지각수준을 보인다고 하였다. 유진과 소호성(1998)의 연구에서는 PSPP 하위요인들이 성별에 따라 차이가 있음을 밝혔고, 신체적 컨디션은 남자대학생들의 운동지속을 결정하는 의미 있는 요인이며 신체적 자기-가치는 여자대학생들의 운동지속을 잘 결정해준다고 하였다. 그리고 Sonstroem *et al.*(1992)은 성인여성들의 신체적 컨디션과 무용 활동은 정적인 관계를 갖고 있으나, 신체 매력감과 무용 활동은 부적인 관계를 나타냈다고 밝혔다. 이와 같은 스포츠 분야에서 자가지각 연구는 신체활동의 유형과 수준은 다르지만 무용분야에 유용한 응용적 시각을 제공해 준다. 즉 무용이 예술적 표현 활동이기는 하나 신체의 움직임을 통해 자신의 감정을 표현하는 신체활동이라는 점에서 무용수가 느끼는 자기신체에 대한 지각은 무용기교나 표현능력에 관

여 될 수 있으며 전반적인 자기존중감을 상승시켜 성공적인 무용수행과 활동에 긍정적인 영향을 미칠 가능성을 예상하게 해줄 수 있다는 것이다(성창훈, 유현경, 2004). 무용수의 신체적 자기지각을 살펴본 고주혜와 김승재(2006), 유진과 장귀옥(2003), 유진과 김장우(2003) 등의 선행연구들에서는 자신의 신체를 긍정적으로 지각하는 무용수들은 주어진 무용 활동에 적극적으로 참여하고 노력한다는 결론을 유출하였다.

본 연구에서 다루어진 심리 변인으로, 자신감은 어떤 일을 할 수 있다는 마음의 상태로서 자신의 확신이 분명하고 높을수록 높은 수행을 예측하게 된다. 이러한 자신감을 형성시키는 데 작용하는 변인으로는 개인적인 요인과 상황적인 요인을 들 수 있으며, 개인적 요인으로는 자신의 성격, 동기, 목표성향, 경험수준 등이고, 상황적인 요인으로는 교수의 지도력, 사회적 지지, 동료관계 등과 같은 요인들이 작용한다(김원배, 홍준희, 2001). 자신감의 구성개념을 정의한 연구를 살펴보면, Weinberg와 Gould(1997)는 자신이 원하는 과제와 행동을 성공적으로 수행할 수 있다는 신념이라고 하였고, Benett와 Pravitz(1987)는 과제를 수행하는데 있어서 방해가 있어도 자신의 목표를 달성할 수 있다고 자신을 확신하는 내면적인 지식이라고 정의하였으며, Vealey(1986)는 스포츠 상황에서 자신이 성공할 수 있는 능력을 갖고 있다고 믿음과 확신을 자신감이라고 정의하였다. 최근 스포츠 상황에서는 자신감에 대한 연구들이 선수들에게 심리적 자신감을 위해 어떻게 해야 하며, 이에 관련된 심리적 요인들의 영향력에 관한 연구가 이루어지고 있는데 박혜주, 김진구, 정상택(2005)의 연구에서는 스포츠심리상담을 통해 선수의 자신감 향상을 돕는다고 하였고, 김원배와 홍준희(2001)의 연구에 의하면 일정기간 선수들의 자신감을 형성하는 결정요인을 확인하는 것이 운동수행을 평가하고 예측하는데 효과적이라고 하였다. 한편, 무용수의 자신감에 대한 연구는 김영미 등(2003)의 연구와 조영석과 김경희(2004)의 연구에서 다루었지만 다른 심리변인에 대한 연구 분석에 비해 부족한 실정으로 세부적으로 살펴보기 위해서는 앞으로 꾸준한 연구의 필요성을 갖게 한다.

많은 운동선수들과 마찬가지로 무용실기 영역 안에 무용수들도 자신에 대한 평가를 통해 자기지각을 형성하며 이는 실제 무용수의 행동 및 태도에 큰 영향을 미치

게 된다. 따라서 무용수들이 지각하는 다양한 심리적 변인을 파악하고 향상시켜 줄 수 있는 방안을 모색하는 것은 중요한 것으로 본다. 여대생들의 학문과 함께 실기의 기초 학습을 수행하게 되는 대학과정에서 무용수업의 학습과정은 중요한 시기이므로 무용수들의 미래에 대한 기대상의 지침이 되는 시점이라고 할 수 있다. 이에 대학과정에서 무용전공 여대생들의 신체적 자기지각 및 자신감요인을 살펴본다는 것은 긍정적인 심리적, 신체적 변인에 대한 영향을 분석할 수 있는 좋은 자료제공이 될 것으로 사료되며, 나아가 무용수행의 높이고 대학생활에서 아름다운 무용예술 학습을 할 수 있을 것이라는 관점에서 본 연구의 필요성을 제시하는 바이다.

따라서 본 연구는 무용전공 여대생들이 인식하는 신체적 자기지각과 자신감을 분석하여 무용수행의 향상을 돕고 효율적인 대학무용생활을 위한 방안을 모색하는데 그 기초 자료를 제공하는데 목적이 있다.

본 연구목적에 대해 세부적인 연구문제를 살펴보면, 첫째, 전공에 따른 신체적 자기지각과 자신감의 차이가 있는지 알아보고, 둘째, 신체적 자기지각이 자신감에 미치는 영향을 살펴보고자 한다.

II. 연구방법

1. 연구대상

본 연구에서는 부산시에 소재하고 있는 무용과 여대생 312명(한국무용 127명, 현대무용 97명, 발레 88명)을 추출하였으며, 이중 분석과정에서 조사내용이 누락되었거나 불성실하게 응답한 설문지 9부는 분석에서 제외하였다. 최종 조사에서 무용전공 여대생 총 303명(한국무용 123명, 현대무용 95명, 발레 85명)을 대상으로 실시하였다. 본 연구의 제한점은 부산광역시에 소재된 무용과 여대생을 중심으로 연구되었음을 밝힌다.

2. 측정도구

본 연구에서는 Fox와 Corbin(1989)의 신체적 자기지각 프로파일 PSPP를 유진과 소호성(2003)이 번안한 것으로 개인이 갖고 있는 신체적 자기지각의 요인을 측정하는 신체적 자기지각 질문지와 Vealey 등이 개발한 스포츠 자신감 질문지 SSCQ를 김원배가 번안한 것으로 연구의 목적과 대상에 적합하도록 수정하여 사용하였다. 먼저, 신체적 자기지각 질문지는 4개의 하위요인 6문항씩 총 30문항으로 구성되어 있으며 Fox와 Corbin의 연구에서는 .81-.88의 신뢰도를, 국내 대학생들을 대상으로 시행된 국내연구에서는 .81-.89의 신뢰도를 보여주었다. 본 연구에서 무용전공여대생을 대상으로 탐색적 요인 분석한 결과, 전체 변량 중 69.2%에서 4개의 요인으로 묶였고, 각 요인별 신뢰도는 .81, .83, .76, .68로 나타났다.

무용수들의 자신감 검사는 Vealey 등이 개발하고 국내 선수들을 대상으로 질문지의 신뢰성과 타당성을 검증한 스포츠 자신감 질문지 SSCQ를 사용하였다. 이 질문지는 원 자료의 9개 하위요인(신체적/정신적 준비, 사회적 지지, 숙달, 능력입증, 운/미신, 대리적인 경험, 신체적 자기표현, 코치의 지도력, 그리고 환경적인 편안함)으로 구성되었으나, 김원배의 검증을 통한 4개요인(능력입증, 사회적 지지, 코치 지도력, 신체적/정신적 준비) 15문항으로 추출되었으며, 무용수행의 적합하도록 내용을 수정하여 사용하였다. Vealey 등은 스포츠 자신감 질문지의 하위요인별 내적 신뢰도가 .70이상이라고 하였으며, 성장훈 등(1999)의 연구에서는 .93으로 매우 높게 나타났고, 무용전공학생의 무용자신감을 살펴본 조영석과 김경희(2004)의 연구에서도 .93의 높은 신뢰도를 보여주었으며, 본 연구에서는 탐색적 요인 분석 결과, 전체 변량 중 71.8%에서 4개의 요인으로 묶였고, 각 요인별 신뢰도는 .72, .69, .71, .86으로 나타났다.

3. 연구절차

연구에 참여하기로 동의한 무용교과와 지도교수의 도움을 받아 자료수집이 이루어졌으며, 연구의 목적과 의의에 대한 간략 설명을 한 후 편안하고 자유로운 분위기에서 진지하게 자신의 감정 상태를 답해줄 것을 요청했다. 자료응답은 20분간 소요

되었다.

4. 자료처리

본 연구는 신체적 자가지각 요인 질문지와 자신감 질문지가 무용전공 여대생들에게 적용될 수 있는가에 대한 요인구조를 파악하기 위해 문항분석을 시행하였고, 이에 문항분석 결과 문항축소 및 삭제 그리고 요인구조의 타당화를 위해 탐색적 요인분석을 시행하였다. 탐색적 요인분석 결과, 최종적으로 낮은 부하량을 보인 무용 자신감 8(나는 지도자가 훌륭한 사람이라고 느껴질 때 자신감이 생긴다)번 문항을 제외시킨 후 신뢰도 분석을 수행하여 무용수행 자신감의 요인구조를 파악하였다. 이러한 측정도구의 타당화 검증을 통하여 무용수들의 전공에 따른 신체적 자가지각과 자신감의 차이를 알아보기 위해 일원변량분석(ANOVA)을 시행하였으며 이러한 차이에 대한 신체적 자가지각이 무용수행 자신감에 미치는 영향을 위해 중다회귀분석(stepwise multiple regression analysis)을 시행하였다. 이를 위한 분석방법은 SPSS v11.0 통계프로그램을 사용하였다.

III. 연구결과

1. 전공에 따른 신체적 자가지각과 자신감의 차이

이 연구에서는 무용 전공별(한국무용, 현대무용, 발레)로 무용전공 여대생들의 신체적 자가지각과 자신감의 차이를 분석하기 위해 일원변량분석(ANOVA)을 실시하였으며, 다음과 같다. <표 1>에 제시된 무용 유능감 관련 신체적 자가지각의 전공별 차이에서 현대무용, 한국무용, 발레 순으로 높은 경향을 보였으며 일원변량분석 결과, 통계적으로 유의미한 차이가 나타났다. 신체적 컨디션 관련 신체적 자가지각에서는 한국무용, 발레, 현대무용 순으로 높은 경향이 있었으나, 일원변량분석 결과, 통계적으로 유의미한 차이는 없었다. 매력적 몸매 관련 신체적 자가지각에서는

〈표 1〉 전공별 신체적 자기지각의 평균과 표준편차 및 일원 변량분석 결과

	전 공	N	M(SD)	F
무용유능감	한국무용	123	2.96(.75)	5.192**
	현대무용	95	3.28(.80)	
	발 레	85	2.95(.73)	
신체적 컨디션	한국무용	123	2.67(.74)	.576
	현대무용	95	2.57(.74)	
	발 레	85	2.66(.71)	
매력적 몸매	한국무용	123	3.07(.74)	2.636
	현대무용	95	2.83(.77)	
	발 레	85	3.03(.08)	
체 력	한국무용	123	3.28(.75)	2.868
	현대무용	95	2.94(1.31)	
	발 레	85	3.22(.77)	

***p<.01.

한국무용, 발레, 현대무용 순으로 높은 경향이 있었으며 일원변량분석 결과에서도 통계적으로 유의미한 차이가 나타나지 않았다. 체력 관련 신체적 자기지각에서는 한국무용, 발레, 현대무용 순으로 높은 경향이 있었으나 일원변량분석 결과, 통계적으로 유의미한 차이는 없었다. 이상의 결과로 무용전공에 따른 무용전공여대생들의 신체적 자기지각은 평균에서 차이가 났으며 일원변량분석 결과 무용 유능감 하위요인에서는 유의미한 차이가 나타났고, 신체적 컨디션, 매력적 몸매, 체력 하위요인에서는 유의미한 차이가 나타나지 않았다.

〈표 2〉에 제시된 능력입증 관련 자신감의 전공별 차이에서 발레, 한국무용, 현대무용 순으로 높은 경향을 보였으며 일원변량분석 결과, 통계적으로 유의미한 차이가 나타났다. 사회적 지지 관련 자신감에서는 한국무용, 발레, 현대무용 순으로 높은 경향이 있었으나, 일원변량분석 결과, 통계적으로 유의미한 차이는 없었다. 교수지도력 관련 자신감에서는 발레, 한국무용, 현대무용 순으로 높은 경향이 있었으며 일원변량분석 결과 통계적으로 유의미한 차이가 나타났다. 신체적/정신적 준비 관련 요인에서는 현대무용, 한국무용, 발레 순으로 높은 경향이 있었으나 일원변량분석 결과, 통계적으로 유의미한 차이는 없었다. 이상의 결과로 무용전공에 따른 무용

〈표 2〉 전공별 자신감의 평균과 표준편차 및 일원 변량분석결과

	전 공	N	M(SD)	F
능력입증	한국무용	123	3.15(.77)	7.317***
	현대무용	95	2.76(.81)	
	발 레	85	3.15(.80)	
사회적 지지	한국무용	123	3.15(.96)	.947
	현대무용	95	3.08(1.74)	
	발 레	85	3.11(.89)	
교수 지도력	한국무용	123	3.48(.58)	27.971***
	현대무용	95	2.69(1.14)	
	발 레	85	3.49(.57)	
신체적/정신적 준비	한국무용	123	3.41(.51)	.295
	현대무용	95	3.39(.53)	
	발 레	85	4.47(.11)	

*** $p < .001$.

전공여대생들의 자신감은 평균에서 차이가 났으며 일원변량분석 결과 능력입증, 교수 지도력 하위요인에서는 유의미한 차이가 나타났고, 사회적 지지, 신체적/정신적 준비 하위요인에서는 유의미한 차이가 나타나지 않았다.

2. 무용전공 여대생의 신체적 자가지각이 자신감에 미치는 영향

무용전공 여대생의 신체적 자가지각이 자신감의 하위요인에 미치는 영향을 규명하기 위하여 enter방식의 회귀분석을 시행하였다. 이를 위해 분산의 동질성, 다중공선성, 잔차의 독립성을 검정한 결과 회귀식의 가정에 충족한 조건을 갖춘 것으로 밝혀졌다. 〈표 3〉에 제시된 결과, 무용전공 여대생의 신체적 자가지각과 능력입증과의 관계에 대한 회귀식의 기여율은 8.8%로 나타났고, 무용전공 여대생의 신체적 자가지각이 능력입증에 미치는 영향을 구체적으로 살펴보면, 체력 관련 신체적 자가지각은 능력입증에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났으나, 무용 유능감, 신체적 컨디션, 그리고 매력적 몸매 요인은 유의미한 영향을 미치지 않았다.

〈표 4〉에 제시된 결과, 무용전공여대생의 신체적 자가지각과 사회적 지지와의

〈표 3〉 신체적 자기지각과 능력입증의 관계

	B	SEB	β	T	R	R ²	AR ²	F
상 수	1.883	.244		7.712***	.296	.088	.074	6.204***
무용유능감	9.457E-02	.065	.094	1.451				
신체적 컨디션	3.612E-02	.094	.033	.392				
매력적 몸매	.112	.095	.103	1.178				
체 력	.130	.061	.160	2.141*				

*p<.05, ***p<.001.

〈표 4〉 신체적 자기지각과 사회적 지지의 관계

	B	SEB	β	T	R	R ²	AR ²	F
상 수	-5.33	.320		-1.664*	.602	.362	.352	36.635***
무용유능감	.726	.085	.458	8.499***				
신체적 컨디션	6.567E-02	.123	.038	.534				
매력적 몸매	.362	.124	.213	2.916**				
체 력	5.412E-02	.079	.043	.682				

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

관계에 대한 회귀식의 기여율은 36.2%로 나타났고, 무용전공 여대생의 신체적 자기지각이 사회적 지지에 미치는 영향을 구체적으로 살펴보면, 무용 유능감과 매력적 몸매 관련 신체적 자기지각은 사회적 지지에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났으나, 신체적 컨디션, 그리고 체력요인은 유의미한 영향을 미치지 않았다.

〈표 5〉에 제시된 결과, 무용전공 여대생의 신체적 자기지각과 교수 지도력과의 관계에 대한 회귀식의 기여율은 18.6%로 나타났고, 무용전공 여대생의 신체적 자기지각이 교수 지도력에 미치는 영향을 구체적으로 살펴보면, 무용 유능감과 체력 관련 신체적 자기지각은 교수 지도력에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났으나, 신체적 컨디션 그리고 매력적 몸매요인은 유의미한 영향을 미치지 않았다.

〈표 6〉에 제시된 결과, 무용전공 여대생의 신체적 자기지각과 신체적/정신적 준비와의 관계에 대한 회귀식의 기여율은 40.2%로 나타났고, 무용전공 여대생의 신체적 자기지각이 신체적/정신적 준비에 미치는 영향을 구체적으로 살펴보면, 신체

〈표 5〉 신체적 자기지각과 교수지도력의 관계

	B	SEB	β	T	R	R ²	AR ²	F
상 수	3.546	.258		713.765***	.431	.186	.174	14.754***
무용유능감	.424	.069	.371	6.169***				
신체적 컨디션	-2.92E-02	.099	-.024	-.295				
매력적 몸매	.111	.100	.091	1.108				
체 력	.225	.064	.248	3.524***				

***p<.001.

〈표 6〉 신체적 자기지각과 신체적/정신적 준비의 관계

	B	SEB	β	T	R	R ²	AR ²	F
상 수	2.474	.274		9.018***	.634	.402	.393	43.327***
무용유능감	8.247E-02	.054	.083	1.534				
신체적 컨디션	.314	.033	.498	9.597***				
매력적 몸매	.296	.045	.335	6.581***				
체 력	9.323E-02	.070	.066	2.326				

***p<.001.

적 컨디션과 매력적 몸매 관련 신체적 자기지각은 신체적/정신적 준비 요인에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났으나, 무용 유능감 그리고 체력 요인은 유의미한 영향을 미치지 않았다.

IV. 결론 및 제언

본 연구는 무용전공 여대생들의 전공에 따른 신체적 자기지각과 자신감을 알아보고, 각 변인간의 관계를 분석하기 위해 진행되었으며, 연구결과에 대한 논의는 다음과 같다. 신체적 자기지각이 무용수행에 있어서 자신감에 영향을 미칠 수 있다는 것은 중요하며 본 연구에서는 신체적 자기지각요인들이 자신감에 유의한 영향력을 가질 것으로 사료되는 바, 신체적 자기지각과 자신감 요인 간의 영향력을 살펴보았다.

첫째, 전공에 따른 신체적 자기지각의 차이는 무용 유능감 요인에서 유의한 차이가 나타났으며, 신체적 컨디션, 매력적 몸매, 체력 요인에서는 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다. 신체적 자기지각의 각 하위요인의 의미는 나는 무용을 잘 한다고 생각한다(무용유능감), 나는 멋있는 몸매를 지니고 있다(매력적 몸매), 나는 신체적으로 강하다고 생각한다(체력), 나는 컨디션과 건강에 자신있다(신체적 컨디션)이다. 고주혜와 김승재(2006)의 전공에 따른 신체적 자기지각은 한국무용이 무용 유능감을 높이 지각한다는 연구결과를 밝힌 바, 본 연구에서 나타난 현대무용 전공자가 높은 무용 유능감을 보여준 것과 다르게 제시되었고, 신체적 자기지각이 전공에 따른 차이가 나타나지 않았다는 유진과 장귀옥(2003)의 연구와 일치하지 않는다. 그 외의 다른 요인들에 있어서도 전공에 따른 차이가 나타나지 않은 것은 무용의 각 전공별 특성이 무용전공 여대생의 각 전공별 성향에 따른 행동 대응 표출이 유사하게 나타나는 경향이 있기 때문으로 사료되며, 세부적으로 전공에 따른 평균차이를 살펴보면, 신체적 컨디션, 매력적 몸매, 그리고 체력 요인에 가장 높은 성향을 보인 전공은 한국무용이며, 무용 유능감 요인에 대해서는 현대무용이 높게 나타났다.

둘째, 전공에 따른 자신감의 차이는 능력입증과 교수지도력 요인에서 유의한 차이가 나타났으며, 사회적 지지, 신체적/정신적 준비 요인에서는 유의한 차이가 나타나지 않았다. 세부적으로 전공에 따른 평균차이를 살펴보면, 한국무용은 사회적 지지요인에 높은 성향을 보였고, 발레는 능력입증과 교수 지도력에 높은 성향이 나타났다. 현대무용은 신체적/정신적 준비 요인에 높은 성향을 보여주었다. 이러한 연구결과는 김영미 등(2006)의 발레나 현대무용 전공자보다 한국무용 전공자의 공연 자신감이 높게 나타난 연구결과와 부분적 일치로 나타났다. 무용의 유형에서 한국무용은 정신적이고 종교적인 측면에서 내향적인 미적 노출이 강조되고(김말복, 1999), 발레는 해부학적이고 기하학적인 측면에서 외향적인 선을 강조하며, 현대무용은 댄서의 자기해석에 따른 움직임의 연기와 중력에 따른 신체의 자유로운 반응을 좋아하는 즉흥적 예술경향이 강한다(Clabaugh & Morling, 2004), 이러한 측면에서 전공에 따른 신체적 자기지각과 자신감은 부분적으로 차이가 나타났으며, 이러한 결과는 후기 다른 무용전공대상자들을 통한 연구결과와 비교분석하여 살펴볼 필요성이 있다는 것을 제시하게 한다. 이에 무용전공 여대생의 심리변인 관련, 전공

에 따른 차이가 없다고 한 연구(김정숙, 표내숙, 2006)와는 일치하지 않았다.

셋째, 본 연구결과에서 신체적 자기지각과 자신감 간에는 유의한 관련성이 있는 것으로 나타났으며, 구체적으로 살펴보면 다음과 같다. 신체적 자기지각과 자신감 하위요인간의 관계분석을 통해서 자신감 하위요인인 능력입증이 높으면 체력에 관련, 높은 중요성을 갖는다는 것을 알 수 있었는데, 이러한 결과는 신체전반 훈련, 즉 무용기술 향상과 신체상을 위한 신체훈련이 보다 나은 무용기술로 이어져서 실제 무대공연에서 나타나는 무용성과를 의미하는 것으로 생각된다. 자신감 하위요인인 사회적 지지가 높으면 무용 유능감과 매력적 몸매에 관련해서 높은 중요성을 갖는다는 결과는, 자기효능감과 자기 가치를 높게 생각하며 자신의 신체를 아름답게 만드는 무용수가 지도자나 사회적 무용 환경에 대한 지지와 높은 관련성을 갖는다는 것을 의미한다. 그리고 자신감 하위요인인 교수 지도력이 높으면 무용 유능감과 체력에 관련해서 높은 중요성이 있음을 보여주었는데 이러한 결과도 마찬가지로 무용수 자신의 자기가치 및 증진이 우수한 지도자와의 결속으로 좋은 무용수행으로 나타날 수 있다는 관련성을 의미하는 것으로 사료된다. 마지막으로 신체적/정신적 준비가 높으면 신체 컨디션과 매력적 몸매에 높은 중요성을 갖는다는 결과는 무용수들이 좋은 무용공연을 위해서는 정신적으로나 신체적으로 항상 노력을 한다는 의미를 내포한다. 무용수들은 하루도 빠짐없이 무용기술을 연습하는 것이 일상화 되어 있으며 이러한 수행은 결과물로 보여주는 무용공연이 단기간의 훈련을 통해서 나타날 수 있는 것이 아니기 때문에 항상 자신의 신체를 무대에 오를 수 있는 상태로 만들어 놓는 것이 중요하다고 생각하기 때문일 것이다. 이에 신체적 자기지각과 자신감 관련 연구 보고를 살펴보면, 신체활동에 대한 신체적 자기지각의 중요성을 제시한 신체적 자기지각이 높은 집단이 지속적이고 규칙적인 운동참여에도 높다는 연구(한지영, 2005)와 신체적 자기지각 프로파일의 분석을 통한 무용 유형 및 수준의 분석들(유진, 장귀옥, 2003; 성장훈, 유현경, 2004) 그리고 김영미 등(2003)의 연구에서 무용공연 자신감의 전공에 따른 분석연구가 무용수행의 심리요인 간 중요한 관련성이 있다는 보고를 통해 신체적 자기지각과 자신감의 무용관련성이 제시되었다. 지금까지, 신체적 자기지각과 자신감 간의 관계에 대한 연구는 전무한 실정으로, 신체적 자기지각에 따른 자신감의 연구는 중요하다고 본다. 따라서 신체적 자기

지각에 따른 자신감의 연구 분석을 통해 무용수행의 효율성을 높이기 위한 기초적 자료를 제공할 수 있을 것으로 판단되며 추후, 본 연구의 결과를 토대로 부산이외의 타 지역의 무용과 여대생들을 대상으로 지속적인 연구가 이루어져서 무용자신감을 높일 수 있는 심리영향을 살펴보는 것이 중요할 것으로 보며, 이에 더해 무용수행에 직접적인 영향을 미치는 심리기술에 대한 연구의 심층적인 분석이 필요할 것으로 사료된다.

■참고문헌

- Benett, I. & Pravitz, K. (1987). *The profile of a winner: Advanced mental training for athletes*. Ithaca, NY: Sport Science international.
- Fox, K. R. (1997). *The physical self*, Champaign, IL: Human Kinetics.
- Weinberg, R. & Gould, D. (1997). *Foundation of Sport and Exercise Psychology*, Champaign, Illinois: Human Kinetics.
- 고주혜, 김승재(2006). 무용전공대학생들의 신체적 자기지각이 신체 및 자기효능감에 미치는 영향, 『한국체육학회지』 45(5), 199-210.
- 김말복(1999). 『무용의 이해』, 서울: 예전사
- 김영미, 송인숙, 김영옥(2003). 무용수의 공연 자신감 형성 요인에 대한 분석, 『한국체육학회지』 42(6), 633-641.
- 김원배(1999). 스포츠-자신감 질문지(SSCQ)의 타당성 검증, 『한국스포츠 심리학회지』 10(2), 107-122.
- 김원배, 홍준희(2001). 고등, 대학 선수의 스포츠자신감 형성 요인 규명, 『한국스포츠 심리학회지』 12(1), 35-50.
- 김정숙, 표내숙(2006). 무용전공여대생의 수업스트레스와 자기효능감 관계분석, 『한국체육학회지』 45(6), 291-299.
- 박혜주, 김진구, 정상택(2005). 스포츠 심리상담을 통한 테니스 선수의 자신감 향상 사례연구, 『한국스포츠심리학회지』 16(3), 35-54.
- 성창훈, 유현경(2004). 청소년 무용 전공생의 신체적 자기지각 구성요인, 『한국체

- 육학회지』 43(6), 909-917.
- 성창훈, 김정수, 최은규, 김원배(1999). Vealey의 스포츠 자신감 질문지 타당화 검증, 제 3차 동아시아 학술대회 발표 논문, 미발행.
- 유 진, 김장우(2003). 무용수의 신체적 자기-지각과 정신건강 프로파일분석, 『대한무용학회』 35, 217-230.
- 유 진, 소호성(1998). 신체적 자기-지각 프로파일의 타당화 검증, 『한국스포츠심리학회지』 9(2), 45-62.
- 유 진, 장귀옥(2002). 발레리나들의 신체적 자기-지각 프로파일: 신체적 자기-지와 사회적 신체불안의 중재효과 검증, 『한국체육학회지』 41(1), 57-70.
- 유 진, 장귀옥(2003). 무용수들의 신체적 자기-지각 프로파일 분석, 『한국스포츠심리학회지』 14(2), 235-248.
- 조영석, 김경희(2004). 부모와 무용교사의 기대가 학생의 무용자신감에 미치는 영향, 『대한무용학회』 38, 147-168.
- 한지영(2005). 성인남녀의 규칙적인 운동참여와 신체적 자기지각의 관계, 『발육발달』 13(3), 113-127.
- Clabaugh, A. & Morling, B. (2004). Stereotype accuracy of ballet and modern dancers, *Journal of Social Psychology* 144(1), 31-48.
- Fox, K. R. & Corbin, C. B. (1989). The physical self perception profile: Development and preliminary validation. *Journal of Sport & Exercise Psychology* 11, 408-430.
- Sonstroem, R. J.(1978). Physical Estimation and Attraction Scales: Rationale and research. *Medicine and science in Sports* 10, 97-102.
- Sonstroem, R. J.(1997). *The physical self-system: A mediator of exercise and self-esteem*, In K. R. Fox(Ed), *The Physical self* (pp. 3-26). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Sonstroem, R. J. & Potts, S. A. (1996). Life adjustment correlates of physical self-concepts, *Medicine and Science in Sports and Exercise* 21(3), 329-337.
- Sonstroem, R. J., Halow, L., & Josephs, L. (1994). Exercise and self-esteem: Validity of model expansion and exercise associations, *Journal of Sport & Exercise Psychology* 16, 29-42.

- Sonstroem, R. J., Sppeliotis, E. D., & Fava, J. L. (1992). Perceived physical competence in adults: an examination of the Physical Self-Perception Profile, *Journal of Sport and Exercise Psychology* 14, 207-221.
- Vealey, R. S.(1986). Conceptualization of sport-confidence and competitive orientation: Preliminary investigation and instrument development, *Journal of Sport Psychology* 8, 221-246.
- Vealey, R. S., Hayashi, S. W., & Giacobbi, P. (1998). Sources of sport-confidence: Conceptualization and instrument development, *Journal of Sport and Exercise Psychology* 20, 54-80.

논문투고일	2007년 10월 31일
심사일	11월 3일
심사완료일	11월 20일

Abstract**The Influence of Physical Self-Perception on
Confidence in Dancers**

Jungsuk Kim · Jaekook Park
Researcher · Professor
Pusan National University

The aim of this work was to analyze the relationship between physical self-perception and confidence of college woman major in dance who consist of korea dance 123, modern dance 95 and ballet 85. ANOVA was used to get the relationship between physical self-perception and confidence with relation to major of college woman major in dance, and regression analysis was measured for how physical self-perception has an effect on confidence, and canonical correlation analysis was find inter factor relationship. The results showed that there is difference in physical self-perception and confidence by major. Demonstration of ability factor has significantly influences physical strength and social support has significantly influences dance competence, attractive body and teacher's leadership has significantly influences dance competence, physical strength and physically/mentally preparation has significantly influences physical condition, attractive body.

keywords: physical self-perception(신체적 자기지각), confidence(자신감), dancer(무용수), significantly(유의성), variables(변인들)