

무용수의 신체적 자각과 자기 효능감 분석

김 정 숙
부산대학교 강사

- | | |
|-----------|-------------|
| I. 서론 | IV. 결론 및 제언 |
| II. 연구방법 | 참고문헌 |
| III. 연구결과 | Abstract |

1. 서론

무용은 모든 예술 중에서도 언어를 사용하지 않고서 예술가의 생각을 말하고자 하는 가장 역사가 오랜 비언어 예술이며, 몸을 통해 생각이나 아이디어를 표현하고자 하는 시각적인 언어가 되고자 하는 것이 그 특징이다.¹⁾ 이러한 무용은 수행의 중심이 되는 무용수들에게 일반적인 신체움직임과는 다른 독특한 형상을 만들게 하고 많은 예술적 가치를 요구하게 한다. 실제 무용작품의 완성도에 있어서 무용수의 역할은 무용수행의 중심뿐만 아니라 공연을 위한 많은 부분을 연구하게 하는데 그 중 안무자의 의도에 따른 움직임의 분석 및 공연수행에 적합한 신체상에 대한 분석은 중요한 부분으로 다양한 예술적 사고의 복합성을 연구해야 하는 것은 중요하다. 또한 무용은 전공과 작품마다의 주제에 따라 표현기교가 다르기 때문에 움직임을 통해 시간과 공간상에 시각적 결과를 만들어 내는 것도 다르다. 그러므로 각 전공별(한국 무용, 발레, 현대무용)로 각기 다른 독자성을 가지게 되고 표현기교의 내용이나 훈련

1) 김말복(2005). 무용수의 몸, 『한국무용예술학회지』 15, pp. 1-30.

방법이 다르며 그들 나름대로의 신체 형태적 특성이 요구 된다²⁾고 할 수 있다.

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.³⁾ 이러한 신체적 자기-가치는 신체적 자기 영역에서 개인의 일반적 정신건강을 나타내는 중요한 지표라고 할 수 있으며,⁴⁾ Sonstroem과 Potts⁵⁾은 신체적 자기-가치가 생애 적응력과 정신건강에 긍정적인 효과를 미친다고 보고하고 있다. 이에 Sonstroem⁶⁾은 신체적 유능감이 신체활동의 지속적인 참여를 유도한다는 자기-발달(self-development)과 자기-증진(self-enhancement)모델을 제안하였으며, 신체적 자기지각 프로파일(PSPP)의 개발은 이 모델의 신체적 유능감을 다차원적 프로파일로 대치하는 기회를 제공하였다.⁷⁾ 이것은 PSPP가 신체적 자기-시스템과 신체활동의 관계성에 대한 실증적 연구와 설명에 새로운 기폭제를 마련하는 계기가 되었다는 것을 의미한다.⁸⁾ 이에 따른 연구를 살펴보면, Sonstroem 등⁹⁾은 PSPP가 중년층의 운동 지속자와 비지속자들을 잘 판별하고 예언할 수 있음을 증명하였고, 남녀 운동 지속자들은 비지속자들

2) Sanders Rosenzweig(1982). *Health and Fitness for Women*, NY: Harper & Row, Publishers Inc, pp. 135-151.

3) 유진, 장귀옥(2003). 무용수들의 신체적자기-지각 프로파일 분석, 『한국스포츠심리학회지』 14(2), pp. 235-248.

4) Fox, K. R. (1997). *The physical self*, Champaign, IL: Human Kinetics, pp. 3-26.

5) Sonstroem, R. J. & Potts, S. A. (1996). Life adjustment correlates of physical self-concepts. *Medicine and Science in Sports and Exercise* 21(3), pp. 329-337.

6) Sonstroem, R. J. (1978). Physical Estimation and Attraction Scales: Rationale and research. *Medicine and science in Sports* 10, pp. 97-102.

7) Sonstroem, R. J. (1997). 앞의 글.

8) 유진, 장귀옥(2002). 발레리나들의 신체적 자기-지각 프로파일: 신체적 자기-가치와 사회적 신체불안의 중재효과 검증, 『한국체육학회지』 41(1), pp. 57-70.

9) Sonstroem, R. J., Speliotis, 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, pp. 207-221.

10) 유진, 소호성(1998). 신체적 자기-지각 프로파일의 타당화 검증, 『한국스포츠심리학회지』 9(2), pp. 45-62.

에 비해 높은 신체적 자기-지각수준을 보인다고 하였다. 유진과 소호성¹⁰⁾의 연구에서는 PSPP 하위요인들이 성별에 따라 차이가 있음을 밝혔고, 신체적 컨디션은 남자 대학생들의 운동지속을 결정하는 의미 있는 요인이며 신체적 자기-가치는 여자 대학생들의 운동지속을 잘 결정해준다고 하였다. 그리고 Sonstroem 등¹¹⁾은 성인 여성들의 신체적 컨디션과 무용 활동이 정적인 관계를 갖고 있으나, 신체 매력감과 무용 활동은 부적인 관계를 나타냈다고 밝혔다. 이와 같은 스포츠 분야에서 자기지각 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 관여 될 수 있으며 전반적인 자기존중감을 상승시켜 성공적인 무용수행과 활동에 긍정적인 영향을 미칠 가능성을 예상하게 해 준다.¹²⁾

본 연구에서 다루고자 하는 변인으로서 자기 효능감은 어떤 결과를 얻고자 할 때 행동을 성공적으로 수행해 낼 수 있다는 개인의 능력에 대한 판단인 동시에 신념으로 정의된다.¹³⁾ 이러한 자기효능감은 개인이 어떤 기술을 지니고 있느냐에 관심이 있는 것이 아니라 지니고 있는 기술을 어느 정도 행동으로 옮길 수 있느냐 하는 문제를 의미하며¹⁴⁾, 신체활동에서 발달된 자기효능감은 움직임을 증가시키고 자신의 건강 및 행복에 대한 지각에 많은 변화를 가져오게 한다.¹⁵⁾ 자기효능감이 높은 사람은 낮은 사람에 비해 과제수행을 위한 현명한 행동을 선택하고 보다 큰 노력을 해서 오랫동안 과제를 지속할 수 있으며 이는 수행의 효율성을 높이는데 아주 중요한 심

11) 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, pp. 29-42.

12) 성장훈, 유현경(2004). 청소년 무용 전공생의 신체적 자기지각 구성요인, 『한국체육학회지』 43(6), pp. 909-917.

13) Bandura A.(1990). Perceived self-efficacy in the exercise of personal agency. *Journal of Applied Sport Psychology* 2, pp. 128-163.

14) Schunk D. H.(1981). Self-efficacy perspective on achievement behavior. *Educational Psychology* 1, pp. 48-58.

15) Gill D. L., Kelley B. C., Willams K., & Martin J.(1994). The relationship of self-efficacy and perceived well-being to physical activity and stair climbing in older adults, *Research Quarterly for Exercise and Sport* 65(4), pp. 367-371.

리변인이라 하겠다. 이러한 관점에서 무용수의 신체적 자기지각과 자기효능감 요인을 분석하는 작업은 앞으로 더 나은 무용수행을 위해 중요한 연구라고 생각된다.

이상으로 무용전공자들에게 학문과 함께 실기 학습을 수행하게 되는 대학과정에서 무용수업의 학습과정은 중요한 시기이며 무용수들의 미래에 대한 기대상의 지침이 되는 시점이라고 할 수 있다. 이에 대학과정에서 무용전공 여대생들의 신체적 자기지각 및 자기효능감 요인을 살펴본다는 것은 긍정적인 심리적, 신체적 변인에 대한 영향을 분석할 수 있는 좋은 자료제공이 될 것으로 사료되며, 나아가 무용수행을 높이고 대학생활에서 심층적으로 무용예술 학습을 할 수 있을 것이라는 관점에서 본 연구의 필요성을 제시하는 바이다. 따라서 본 연구는 무용전공 여대생들이 인식하는 신체적 자기지각과 자기효능감을 분석하여 무용수행의 향상을 돕고 효율적인 대학무용생활을 위한 방안을 모색하는데 그 기초 자료를 제공하는데 목적이 있다.

II. 연구방법

1. 연구대상

본 연구에서는 부산시에 소재하고 있는 무용과 여대생 328명(한국무용 116명, 현대무용 108명, 발레 104명)을 추출하였으며, 이중 분석과정에서 조사내용이 누락되었거나 불성실하게 응답한 설문지 12부는 분석에서 제외하였다. 최종 조사에서 무용전공 여대생 총 316명(한국무용 111명, 현대무용 102명, 발레 103명)을 대상으로 실시하였다 이들의 연령은 20세~25세(평균 23.11)의 범주로 나타났고, 무용경력은 3년~11년(평균 7.85)의 범주로 나타났다.

2. 측정도구

본 연구에서는 Fox와 Corbin¹⁶⁾의 신체적 자기지각 프로파일 PSPP를 유진, 소

16) Fox, K. R. & Corbin, C. B.(1989). The physical self perception profile: Development and preliminary validation. *Journal of Sport & Exercise Psychology* 11, pp. 408-430.

호성이 번안한 것으로 개인이 갖고 있는 신체적 자기지각의 요인을 측정하는 신체적 자기지각 질문지와 Ryckman등¹⁷⁾이 제작 개발하고 홍선옥¹⁸⁾이 번안한 신체적 자기효능감 질문지를 연구의 목적과 대상에 적합하도록 수정하여 사용하였다. 먼저, 신체적 자기지각 질문지는 1개의 상위요인(신체적 자기가치)과 4개의 하위요인(무용유능감, 매력적 몸매, 신체적 컨디션, 체력)의 6문항씩 총 30문항이 포함되어 있으며 Fox와 Cabin의 연구에서는 .81-.88의 신뢰도를, 국내 대학생들을 대상으로 시행된 국내연구유진과 소호성에서는 .81-.89의 신뢰도를 보여주었다. 본 연구에서는 예비조사를 통하여 무용 상황에 부적절한 일부 문항의 단어들을 수정(“스포츠”를 “무용”으로 바꾸었음)하고 무용 상황의 맥락에 부합하도록 수정하였다. 확인적 요인분석 결과 5개의 문항이 삭제되었으며 기초/조정 및 표준/비표준 부합치 모두 .90이상으로 접근하여 신체적 자기지각척도의 적합성을 증명하였다. 수정된 신체적 자기지각 척도에 대한 문항분석과 탐색적 요인 분석을 실시한 결과는 일부 척도의 문항이 다른 척도의 문항들과 상호 중복되어 집합되어 있거나 낮은 신뢰도와 요인적재량을 보이는 결과에 따라 5문항의 삭제 후 25문항에 대해 재 시행하였으며 문항제거 후 1.0이상의 고유치를 보이고 척도문항들은 해당 요인에 .40이상의 적재치를 보였다. 신체적 자기지각 척도는 전체 변량 중 69.2%에서 4개의 요인(무용유능감, 매력적 몸매, 신체적 컨디션, 체력)으로 묶였고, 각 요인별 신뢰도는 무용 유능감 .79, 신체적 컨디션 .81, 매력적 몸매 .77, 체력 .72 로 나타났다.

자기효능감 질문지의 전체문항은 인지된 신체능력 검사 10문항과 신체적 자기표현 자신감 검사 12문항의 두 개 하위요인으로 구성되어 있고 각각의 문항은 긍정문과 부정문의 형식으로 6단계 리커트 척도로 응답하게 되어있다. 따라서 긍정문은 점수가 높을수록 효능감 점수가 높고, 부정문은 역으로 계산하여 효능감 점수를 산정하였다. 자기효능감 질문지의 문항분석 결과 상호 중복되어 집합되거나 낮은 신뢰도와 요인적재량을 보이는 결과에 따라 2개의 문항이 삭제되었고 2개의 요인, 20

17) Ryckman, R. M., Rovvins M. A., Thornton B., & Cantrell P.(1982). Development and validation of a physical self-efficacy scale. *Journal of Personality and Social Psychology* 42(5), pp. 891-900.

18) 홍선옥(1996). 운동참여자 신체적 자기효능감과 성역할 유형 변화에 미치는 영향, 부산대학교 박사학위논문, p. 57.

개 문항에 대해 시행되었다. 탐색적 요인분석 결과, 전체 변량 중 68.8%에서 2개의 요인(신체적 자신감, 인지적 효능감)으로 묶였고, 각각 .78과 .85로 나타나 신뢰성이 있는 것으로 제시되었다.

3. 연구절차

연구에 참여하기로 동의한 무용교과의 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 소요되었다.

4. 자료처리

본 연구는 신체적 자기지각 요인 질문지와 자기효능감 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. 이상, 측정도구의 타당화 검증을 통하여 무용수들의 전공에 따른 신체적 자기지각과 자기효능감의 차이를 알아보기 위해 일원변량분석(ANOVA)을 시행하였으며 이러한 차이에 대한 신체적 자기지각이 자기효능감에 미치는 영향을 위해 중다회귀분석(stepwise multiple regression analysis)을 시행하였다. 이를 위한 분석방법은 SPSS v11.0 통계프로그램을 사용하였다.

III. 연구결과

1. 전공에 따른 신체적 자기지각과 자기효능감의 차이

본 연구에서는 무용전공별(한국무용, 현대무용, 발레)로 무용전공 여대생들의 신체적 자기지각과 자기효능감의 차이를 분석하기 위해 일원변량분석(ANOVA)을 실시하였으며, 다음과 같다. <표 1>에 제시된 무용 유능감, 신체적 컨디션, 매력적 몸

때, 체력 관련 신체적 자가지각의 전공별 차이에서 모든 하위요인이 한국무용, 발레, 현대무용 순으로 높은 경향을 보였으며 일원변량분석 결과, 무용 유능감, 신체적 컨디션, 매력적 몸매요인에서 통계적으로 유의미한 차이가 나타났고, 체력 요인에서는 유의한 차이가 나타나지 않았다.

〈표 2〉에 제시된 신체적 자신감 관련 자기효능감의 전공별 차이에서는 발레, 한국무용, 현대무용 순으로 높은 경향을 보였으며 일원변량분석 결과, 통계적으로 유의한 차이가 나타났다. 인지적 효능감 관련 자기효능감에서는 현대무용, 한국무용,

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

변 인	전 공	N	M(SD)	F
무용 유능감	한국무용	112	3.08(.70)	3.049*
	발 레	103	3.01(.68)	
	현대무용	102	2.84(.78)	
신체적 컨디션	한국무용	112	3.21(.76)	3.267*
	발 레	103	3.13(.76)	
	현대무용	102	2.89(1.25)	
매력적 몸매	한국무용	112	3.14(.75)	7.152***
	발 레	103	3.12(.76)	
	현대무용	102	2.78(.81)	
체 력	한국무용	112	3.07(.93)	.081
	발 레	103	3.04(.86)	
	현대무용	102	3.01(1.64)	

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

〈표 2〉 전공별 자기 효능감의 평균과 표준편차 및 일원 변량분석 결과

변 인	전 공	N	M(SD)	F
신체적 자신감	한국무용	112	3.40(.61)	24.732***
	발 레	103	3.40(.60)	
	현대무용	102	2.72(1.11)	
인지적 효능감	한국무용	112	3.30(.61)	.196
	발 레	103	3.27(.60)	
	현대무용	102	3.32(.72)	

*** $p < .001$.

발레 순으로 높은 경향이 있었으나, 일원변량분석 결과, 통계적으로 유의한 차이는 없었다. 이상의 결과로 무용전공에 따른 무용전공 여대생들의 자기효능감은 평균에서 차이가 났으며 일원변량분석 결과 신체적 자신감 하위요인에서는 유의한 차이가 나타났고, 인지적 효능감 하위요인에서는 유의한 차이가 나타나지 않았다.

2. 무용전공 여대생의 신체적 자기지각이 자기효능감에 미치는 영향

무용전공 여대생의 신체적 자기지각이 자기효능감의 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 무용수들의 신체적 자기지각 변인이 신체적 자신감을 예측하는데 기여하고 상대적으로 중요한 변인으로 밝혀진 요인은 신체적 컨디션($\beta=.202$; $t=3.259$, $p<.001$), 매력적 몸매($\beta=.359$; $t=6.392$, $p<.001$), 체력($\beta=-.188$; $t=3.228$, $p<.001$)요인인 것으로 나타났다. 이 요인이 회귀식에 투입되면서 최종 회귀모형의 설명변량(R^2)은 약 18%로 나타났으며, 이 모형은 통계적으로 유의한 회귀모형으로 판명되었다($F=17.776$, $p<.001$). 무용수들의 신체적 자기지각 변인이 인지적 효능감을 예측하는데 기여하고 상대적으로 중요한 변인으로 밝혀진 요인은 무용유능감($\beta=-.146$;

<표 3> 신체적 자기지각과 자기 효능감의 관계

		B	SE B	β	T	R ²	R	AdR ²	F
신체적 자신감	상 수	1,670	.226		7,374***				
	무용유능감	5.125E-02	.078	.043	.655				
	신체적컨디션	.183	.056	.202	3.259***	.189	.434	.178	17.776***
	매력적몸매	.399	.062	.359	6.392***				
	체 력	-.137	.043	-.188	3.228***				
인지적 효능감	상 수	2,390	.408		14,253***				
	무용유능감	-.129	.080	-.146	-2.223*				
	신체적컨디션	.215	.049	.323	5.165***	.174	.417	.163	16.072***
	매력적몸매	9.984E-02	.067	.123	2.161*				
	체 력	.109	.105	.204	3.464***				

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

$t=-2.223$, $p<.05$), 신체적 컨디션($\beta=.323$; $t=5.165$, $p<.001$), 매력적 몸매($\beta=.123$; $t=2.161$, $p<.05$), 체력($\beta=.204$; $t=3.464$, $p<.001$)요인인 것으로 나타났으며, 이들 요인이 회귀식에 투입되면서 최종 회귀모형의 설명변량(R^2)은 약 17%로 나타났으며, 이 모형은 통계적으로 유의한 회귀모형으로 판명되었다($F=16.072$, $p<.001$).

IV. 결론 및 제언

본 연구는 무용전공 여대생들의 전공에 따른 신체적 자가지각과 자기효능감을 알아보고, 각 변인간의 관계를 분석하기 위해 진행되었으며, 연구결과에 대한 논의는 다음과 같다. 신체적 자가지각이 무용수행에 있어서 자기효능감에 영향을 미칠 수 있다는 것은 중요하며 본 연구에서는 신체적 자가지각요인들이 자기효능감에 유의한 영향력을 가질 것으로 사료되는 바, 신체적 자가지각과 자신감 요인 간의 영향력을 살펴보았다. 첫째, 전공에 따른 신체적 자가지각의 차이는 무용 유능감, 신체적 컨디션, 매력적 몸매 요인에서 유의한 차이가 나타났으며, 체력 요인에서는 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다. 세부적으로 전공에 따른 신체적 자가지각의 차이는 한국무용이 높게 나타났는데 이러한 결과는 한국무용 전공의 전통적 작품해석에 따른 과제의 고난도 테크닉 연습과 움직임의 깊은 내면이 정적 정서와 합일체로 드러나는 춤사위 수행에 의한 것으로 추정된다. 따라서 한국무용 전공 무용수들의 깊은 정서와 정확한 동작 수행을 위한 몰입과정이 신체적 자가지각 하위요인들에 대해 높은 성향을 갖는다는 결과를 보여준 것으로 본다. 고주혜와 김승재(2006)의 전공에 따른 신체적 자가지각은 한국무용이 무용 유능감을 높이 지각한다는 연구결과를 밝힌바, 본 연구와 같은 결과를 제시하였고, 신체적 자가지각이 전공에 따른 차이가 나타나지 않았다는 유진과 장귀옥 그리고 유진과 김장우¹⁹⁾의 연구와 일치하지 않았으나, 이상의 연구에서 매력적 몸매 하위요인이 가장 유의한 신체적 자가지각

19) 유진, 김장우(2003). 무용수의 신체적 자가지각과 정신건강 프로파일 분석, 『대한무용학회지』 35, pp. 217-230.

요인이라는 사실을 밝혔다. 그리고 무용전공에 따른 신체적 자기지각의 차이가 나타난 것은 무용의 각 전공별 특성이 무용전공 여대생의 각 전공별 성향에 따른 행동 대응 표출이 다르게 나타날 수 있음을 시사한다. 세부적으로 전공에 따른 평균차이를 살펴보면, 무용유능감, 신체적 컨디션, 매력적 몸매, 그리고 체력 요인에 가장 높은 성향을 보인 전공은 한국무용이며, 다음으로 발레, 현대무용이 높게 나타났다. 이상, 무용연기 상황에서 경험하는 많은 성공적 신체표현의 경험은 그들 자신의 신체에 대한 가치와 개념을 높이는 역할을 할 수 있다²⁰⁾는 점에서 무용수가 인지하는 신체적 자기지각은 긍정적인 무용수행에 영향을 미칠 수 있는 중요한 요인이라는 사실이며 전공별 신체적 자기지각에 대한 구체적이고 세부적인 분석을 통해 전공의 특성이 무용수가 인지하는 자기지각과 융합되어 무용수행의 질적 증진에 도움이 될 것으로 생각된다.

둘째, 전공에 따른 자기효능감의 차이는 신체적 자신감 요인에서 유의한 차이가 나타났으며, 인지적 효능감 요인에서는 유의한 차이가 나타나지 않았다. 자기효능감의 하위요인인 인지된 효능감은 신체적 수행과제를 수행할 수 있는 인지된 능력이며, 신체적 자신감은 신체적 수행과제와 관련된 기술을 표현하고 다른 사람의 평가를 받을 수 있는 자신감 수준을 의미한다. 무용수에 대한 자기효능감 분석은 많은 연구결과를 통해 다양한 결론을 유추하였으며, 본 연구결과는 무용전공여대생을 대상으로 살펴본 황규자와 배진경²¹⁾의 연구결과와는 일치하지 않았고, 무용전공 여대생들의 전공별 신체적 자신감에서 유의한 차이가 나타났다는 김정숙과 표내숙의 연구와는 부분적 일치만을 보여주었다. 세부적으로 전공에 따른 평균차이를 살펴보면, 신체적 자신감요인에서는 한국무용이 높은 성향을 보였고, 인지적 효능감요인에서는 현대무용이 높은 성향을 보여주었다.

무용의 유형에서 한국무용은 정신적이고 종교적인 측면에서 내향적인 미적 노출이 강조되고²²⁾, 발레는 해부학적이고 기하학적인 측면에서 외향적인 선을 강조하

20) Brettschneider, W.D(1997). *Identity, sport, and youth development*. In K. R. Fox(Ed), *The Physical self*, Champaign, IL: Human Kinetics, pp. 205-227.

21) 황규자, 배진경(2005). 무용전공여대생의 신체상이 자기효능감에 미치는 영향, 『한국스포츠심리학회지』 16(2), pp. 245-256.

22) 김말복(1999). 『무용의 이해』(서울: 예전사), 참조.

며, 현대무용은 댄서의 자기해석에 따른 움직임의 연기와 중력에 따른 신체의 자유로운 반응을 좋아하는 즉흥적 예술경향이 강한데²³⁾, 이러한 측면에서 전공에 따른 신체적 자기지각과 자기효능감은 부분적으로 차이가 나타났으며, 이러한 결과는 후기 다른 무용전공대상자들을 통한 연구결과와 비교분석하여 예술정신 세계와 신체의 활성화를 중요하게 생각하는 무용수의 심리상황을 살펴보아 성공적인 무용수행을 위해 필요성이 있다는 사실을 제시하게 한다.

셋째, 본 연구결과에서 신체적 자기지각과 자기효능감 간에는 유의한 관련성이 있는 것으로 나타났으며, 구체적으로 살펴보면 다음과 같다. 신체적 자기지각과 자기효능감 하위요인간의 관계분석을 통해서 자기효능감 하위요인인 신체적 자신감이 높으면 신체적 컨디션, 매력적 몸매 그리고 체력에 관련해서 높은 중요성을 갖는다는 것을 알 수 있었는데, 이러한 결과는 자기효능감과 자기가치를 높게 생각하며 자신의 신체를 아름답게 만드는 무용수가 지도자나 사회적 무용 환경에 대한 지지와 높은 관련성을 갖는다는 것을 의미하며, 신체전반 훈련, 즉 무용기술 향상과 신체상을 위한 신체훈련이 보다 나은 무용기술로 이어져서 실제 무대공연에서 나타나는 무용성과를 의미하는 것으로 생각된다. 그리고 자기효능감 하위요인인 인지적 효능감이 높으면 무용 유능감, 신체적 컨디션, 매력적 몸매 그리고 체력에 관련해서 높은 중요성이 있음을 보여주었는데 이러한 결과도 마찬가지로 무용수 자신의 자기가치 및 증진이 우수한 신체 형태와 신체적 기술향상을 이끌어내어 좋은 무용수행으로 나타날 수 있다는 관련성을 의미하는 것으로 사료된다. 무용수들은 하루도 빠짐없이 무용기술을 연습하는 것이 일상화 되어있으며 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.

본 연구는 무용수의 자기효능감 관련 심리변인에 관한 연구(김정숙, 표내숙, 2006)의 후속 연구로서 무용수의 효율적인 무용수행을 돕는 긍정적 심리적용에 대

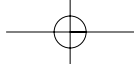
23) Clabaugh, A., & Morling, B. (2004). Stereotype accuracy of ballet and modern dancers. *Journal of Social Psychology* 144(1), pp. 31-48.

해 분석하고자 하였다. 지금까지, 신체적 자기지각과 자기효능감 간의 관계에 대한 연구는 전무한 실정으로, 신체적 자기지각에 따른 자기효능감의 연구는 무용수에게 있어서 중요하다고 본다. 따라서 신체적 자기지각에 따른 자기효능감의 연구 분석을 통해 무용의 성공적 수행을 돕고, 높은 자기효능감의 인식을 위한 기초적 자료를 제공할 수 있을 것으로 판단된다. 이에, 후속 연구에서는 다양한 배경변인을 통해 무용학습의 증진과 자기효능감의 높은 인식을 위한 심리요인들의 관련성에 대해 폭넓은 연구가 필요할 것으로 사료된다.

■ 참고문헌

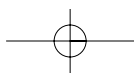
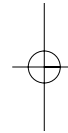
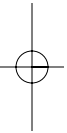
- 김말복(1999). 『무용의 이해』, 서울: 예전사.
- Brettschneider, W. D.(1997). *Identity, sport, and youth development*. In K. R. Fox (Ed), *The Physical self*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Fox, K. R.(1997). *The physical self*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Sandrs Rosenzweig(1982). *Health and Fitness for Women*, NY: Harper & Row, Publishers Inc.
- Sonstroem, R. J.(1997). *The physical self-system: A mediator of exercise and self-esteem*, In K. R. Fox(Ed), *The Physical self*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- 김말복(2005). 무용수의 몸, 『무용예술학연구』 5, 한국무용예술학회, 1-30.
- 김정숙, 표내숙(2006). 무용전공여대생의 수업스트레스와 자기효능감 관계분석, 『한국체육학회지』 42(5), 한국체육학회, 171-180.
- 유 진, 김장우(2003). 무용수의 신체적 자기지각과 정신건강 프로파일 분석. 『대한무용학회지』 35, 대한무용학회, 217-230.
- 유 진, 소호성(1998). 신체적 자기-지각 프로파일의 타당화 검증, 『한국스포츠심리학회지』 9(2), 한국스포츠심리학회, 45-62.
- 유 진, 장귀옥(2002). 발레리나들의 신체적 자기-지각 프로파일: 신체적 자기-가치와 사회적 신체불안의 중재효과 검증, 『한국체육학회지』 41(1), 한국체육학회, 57-70.

- 유 진, 장귀옥(2003). 무용수들의 신체적 자기-지각 프로파일 분석, 『한국스포츠 심리학회지』 14(2), 한국스포츠심리학회, 235-248.
- 황규자, 배진경(2005). 무용전공여대생의 신체상이 자기효능감에 미치는 영향, 『한국스포츠심리학회지』 16(2), 한국스포츠심리학회, 245-256.
- 홍선옥(1996). 운동참여가 신체적 자기효능감과 성역할 유형 변화에 미치는 영향, 부산대학교 박사학위논문, 미간행.
- Bandura A.(1990). Perceived self-efficacy in the exercise of personal agency, *Journal of Applied Sport Psychology* 2, 128-163.
- Clabaugh, A. & Morling, B.(2004). Stereotype accuracy of ballet and modern dancers. *Journal of Social Psychology* 144(1), 31-48.
- Gill D. L., Kelley B. C., Willams K., & Martin J.(1994). The relationship of self-efficacy and perceived well-being to physical activity and stair climbing in older adults. *Research Quarterly for Exercise and Sport* 65(4), 367-371.
- Fox, K. R. & Corbin, C. B.(1989). The physical self perception profile: Development and preliminary validation, *Journal of Sport & Exercise Psychology* 11, 408-430.
- Ryckman, R. M., Rovvins M. A., Thornton B., & Cantrell P.(1982). Development and validation of a physical self-dfficacy scale, *Journal of Personality and Social Psychology* 42(5), 891-900.
- Schunk D. H.(1981). Self-efficacy perspective on achievement behavior. *Educational Psychology*, 1, 48-58.
- Sonstroem, R. J.(1978). Physical Estimation and Attraction Scales: Rationale and research, *Medicine and science in Sports* 10, 97-102.
- 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.

논문투고일	2007년	6월	30일
심사일		7월	3일
심사완료일		7월	20일



Abstract**The analysis of Physical Self-Perception & Self-efficacy in Dancers**

Jungsook Kim
Lecturer of Physical Education
Pusan National University

The aim of this work to analyze the relationship between physical self-perception and self-efficacy of college woman major in dance who consist of korea dance 111, modern dance 102, and ballet 103. ANOVA was used to get the relationship between physical self-perception and self-efficacy with relation to major of college woman major in dance, and regression analysis was measured for how physical self-perception has an effect on self-efficacy, and canonical correlation analysis was find inter factor relationship.

The results showed that there is difference in physical self-perception and self-efficacy by major. In major, korea dance major were on a higher scale in self-expressive confidence, with dance competence, physical condition and attractive body.

Perceived physical ability factor has significantly influences dance competence, physical condition, attractive body, physical strength and self-expressive confidence factor has significantly physical condition, attractive body, physical strength. In conclusion, the higher physical self-perception has positive influenced on self-efficacy of college woman major in dance.

This work was based on the previous studies related to physical self-perception and self-efficacy.

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