

국내 무용/동작심리치료의 연구 경향에 관한 연구

오은진* · 이정민**

I. 서론
II. 연구방법
III. 연구결과

IV. 결론
참고문헌
Abstract

1. 서론

예술심리치료는 심리학 이론을 바탕으로 하여 예술을 주요한 치료 수단으로 한 치료 기법이다. 최근 예술치료에 대한 사회적 관심과 수용에 따라 미술치료, 음악치료, 무용/동작심리치료(Dance/Movement Psychotherapy)를 비롯하여 연극치료, 독서치료, 원예치료등 상황과 매체에 따라 점차 그 범위를 넓혀가고 있다.

무용/동작치료(Dance/Movement Therapy)는 심신(心身)을 통합하기 위해 움직임 치료를 도구로 사용하는 심리치료이다. 치료의 기본 전제는 신체동작이 내적 감정 상태를 반영하며 동작 행동의 변화는 정신을 변화시켜 건강과 성장을 촉진한다는 것이다.¹⁾ 무용/동작치료의 철학적 관점은 심신일원론을 배경으로 몸과 마음은 떼어놓을 수 없다는 생각을 뿌리로 두고 있다. 미국무용치료협회에서는 무용/동작심리치료를 심리움직임(psychomotor)의 표현을 치료의 주요 중재로 사용하는

* 주저자, 서울여자대학교 특수치료전문대학원 무용/동작심리치료 박사, oejild@naver.com

** 교신저자, 중앙대학교 강사

1) Levy(1988), *Dance Movement Therapy - A healing Art* -(New York: American Alliance for Health, Physical Education, Recreation and Dance), p. 1.

심리치료로 정의하고 있다.²⁾ 무용/동작심리치료³⁾의 주요 목표라 한다면, 자발적이고 창조적인 신체 움직임을 통해 심신을 통합하고, 신체·심리·정서의 균형과 안전을 도모하여 개인의 성장을 돕는 것이다.

무용/동작 심리치료의 발단은 1940년 미국 무용/동작 심리치료의 선구자인 마리안 체이스(Marian Chace)가 성 엘리자베스 병원에서 무용프로그램의 자원봉사로 시작되었다. 이 후, 전문 정신병원인 체스넛 로지(Chestnut Lodge)에서 여러 유명한 정신의학자들과 함께 연구하게 되면서 발전하게 되었다.⁴⁾ 1966년 미국무용치료협회(The American Dance Therapy Association)가 설립되면서 무용/동작심리치료는 체계적으로 발전되어 왔으며, 미국 국가 공인 자격을 인정받으며 심리치료의 한 분야로 성장하고 있다.⁵⁾

국내의 무용/동작심리치료의 발단은 1990년 초반에 정신과 병동에 무용치료가라는 용어로 도입이 되면서 활성화되기 시작하였다.⁶⁾ 2000년에 국내 심리치료 전문 대학원이 설립되면서 무용/동작 심리치료 전공 석·박사 과정이 개설되었고, 전문적인 지식과 방법을 가진 전공치료사들이 임상현장에서 활동하게 되었다. 뿐만 아니라, 무용, 간호학, 보건복지, 상담, 심리, 교육학 등 다양한 분야에 전공자들도 무용/동작 심리치료에 관심을 갖고 협회나 학회 또는 대학원을 통해 무용/동작심리치료를 활용하고 있다.

그 동안 국내의 무용/동작 심리치료 연구는 초기 정신장애 환자를 대상으로 시작되었고, 점차 다양한 대상으로 확대되는 경향을 보이고 있다. 대부분의 무용/동작 심리치료 연구들은 아동 및 청소년, 성인, 성인정신장애, 노인 등을 대상으로 임상적 효과와 평가에 관한 사례연구, 질적 연구, 양적연구가 주류를 이루고 있다.⁷⁾ 연구의 종속변인도 다양해지고 있으며 특히, 무용/동작 심리치료 과정을 통해 긍정적

2) 앞의 책, p. 11.

3) 심리치료의 하나임을 강조하기 위해 무용/동작심리치료라고 명명하는 최근 추세에 따른다.

4) Susan L. Sandel, Sharon Chaiklin and Ann Lohn.(2000), *Foundations of Dance/Movement Therapy: The Life and Work of Marian Chace* (Columbia: DNLM/DLC), pp. 20-42.

5) 김나영(2006), 무용/동작치료의 이해, 『한국예술치료학회』 44, p. 2.

6) 최윤선(2007), 국내 무용치료의 연구 경향 분석, 『한국스포츠리서치』 제18 권 4호, p. 76.

7) 앞의 글, p. 76.

인 변화를 주고 있다는 양적 연구의 효과를 증명하며 발전시켜 나아가고 있다.

위트(Witt, P. A.)(1984)는 어느 학문 분야에서든지 그 분야의 발전에 가장 중요한 요소는 탄탄한 지식 체계를 구축해 나가는 일이라고 하였다.⁸⁾ 이러한 측면에서 무용/동작심리치료 연구 분야도 연구자들 스스로 전문적 지식을 내세워 학문적 가치를 높여야 할 것이다. 이러한 관점에서 무용/동작 심리치료 연구의 치료 프로그램은 치료 대상자들의 특성에 따라 다르게 개발되어야 한다. 또한 개발된 프로그램은 이론적인 근거를 바탕으로 프로그램에 타당성을 높여 연구에 질을 높여야 할 것이다.

이미 최윤선(2007)의 선행연구에서 국내 무용/동작심리치료에 대한 경향을 분석하였지만, 이번 연구에서는 프로그램의 이론적 배경 및 방법론까지 확장하여 무용/동작심리치료의 연구 경향을 보다 세부적으로 살펴보았다.

이 연구는 국내에 무용/동작 심리치료 대학원과정의 전공이 개설된 지 10여년이 지난 현 시점에서 무용/동작심리치료와 관련된 연구물이 어떠한 경향을 가지고 발전되어 오고 있는지 살펴보고, 앞으로 나아갈 방향은 어떤 것인지 점검하고 정리하고자 한다.

따라서, 최근 10년간에 무용/동작심리치료의 양적연구물을 조사하고, 그 연구물을 시기별 연구 동향과 연구대상, 종속변인, 프로그램의 이론적 배경 및 방법론으로 세부적으로 나누어 연구의 경향성을 살펴보는데 그 목적이 있다. 이는 앞으로 무용/동작 심리치료 연구의 방향을 심층적으로 제시할 수 있으며, 임상적으로 학과 술이 공존하는 무용/동작 심리치료의 특성에 따른 학문적 발전에 기초자료로 제공되리라 기대한다.

II. 연구 방법

무용/동작심리치료에 효과를 검증한 연구물들을 분류하고, 분석하여 그 동안에 연구 경향을 살펴보고자 한다. 이 연구는 160편의 학위 및 학회지 논문을 1차적으로

8) Witt, P.A.(1984), Research in transition: Prosepects and challengers, Parks and Recreation, p.60-63.(최윤선(2007), 국내 무용치료의 연구 경향 분석, p. 77 재인용).

수집하고, 연구자의 전공, 연구 대상, 종속변인, 프로그램의 이론적 배경과 방법론으로 제한하여 분류를 하였다.

1. 분석 대상 연구물

본 연구에 사용된 연구물들은 ‘한국교육학술정보원(KERIS)⁹⁾’에 소장된 데이터 중에 국내 학위 논문과 국내 학회지를 대상으로 키워드를 ‘무용치료, 동작치료, 무용동작치료, 무용/동작 치료, 무용/동작 심리치료’로 검색하여 자료를 수집하였다. 또한 국내 무용/동작 심리치료전공 전문대학원이 생겨난 시점인 2000년을 기점으로 하여 2010년까지 자료를 수집하였다. 수집된 자료 중 학회지와 학위논문에 중복된 논문은 학위논문의 연구물을 선택하여 보았다. 이 연구물 중에 질적 연구와 문헌 연구는 제외하고, 무용/동작 심리치료 프로그램의 효과성을 검증한 양적 연구물만을 선정하였다. 또한 무용/동작치료와 관련성이 모호한 논문을 제외하였다. 그리하여 본 연구에서는 총 71편을 대상으로 분석하였다.

2. 연구 자료의 분류

분석대상으로 선정된 연구물들은 앞에서 언급한 바와 같이 발간 년도, 연구자의

〈표 1〉 연구물의 주요 특성 분류

연구물의 발간년도	2000년~2010년
연구의 방법	무용/동작 심리치료 프로그램 효과 검증의 양적연구 논문
연구자의 전공 분야	무용/동작 심리치료, 무용, 특수체육, 체육, 교육(무용, 체육교육), 간호학, 사회복지, 상담심리, 기타
연구 대상	장애 아동, 장애 청소년, 정신장애인, 유아, 아동, 청소년, 성인, 여성, 노인, 기타
종속변인	자아개념, 정서영역, 신체영역, 불안, 우울, 사회성, 대인관계, 삶의 만족도, 스트레스, 인지기능, 기타
프로그램의 이론적 배경과 방법론	이론적 배경의 유/무

9) 한국교육학술정보원(KERIS). <<http://www.riss.kr>, 2010. 10. 25.>

전공분야, 연구 대상, 종속변인, 프로그램의 이론적 배경과 방법론에 따른 분류를 하였다. 연구 자료는 그 대상과 방법에 따라서 <표 1>로 분류하였다.

III. 연구결과 및 분석

1. 연구시기별 연구동향

2000년 이후부터 2010년까지 국내 무용/동작심리치료에 관한 연구물과 관련된 연구물들의 현황은 <표 2>와 같다. 2001년 무용/동작심리치료 전공이 석·박사 과정으로 개설된 이후 논문이 꾸준히 발표되고 있었다. 이 후, 이러한 연구물들은 다른 연구자들에게 적지 않은 영향이 미치고 있는 것으로 여겨진다.

특히, 논문을 발표하는 연구자들에 전공을 살펴보면, 2000년도 초반에는 무용, 체육을 전공하던 연구자가 주를 이루었다. 2003년 국내 심리치료 전문대학원에서 무용/동작심리치료 전공의 졸업생을 배출하기 시작하면서 전공생의 연구물이 발표되기 시작하였고, 2008~2010년 사이에 연구물이 점차적으로 증가하는 경향을 보이고 있었다. 연구물에 연구자들의 전공현황은 <표 3>과 같다.

예술치료에 사회적인 관심이 쏟아지고, 무용/동작심리치료의 적용대상이 넓어지면서 관련 학문인 무용, 체육, 무용/동작심리치료 이외에도 보건복지, 간호학, 상담심리, 교육 등 다양한 분야에 전공자들이 무용/동작심리치료에 관심을 보이고 있다. 전체적인 전공자들에 비율을 살펴보면, 무용/동작심리치료 전공자들이 55%(n=39)로 가장 높은 비율을 차지하고 있으며, 다음으로 교육, 체육, 무용 분야의 전공자들로 나타났다. 무용/동작심리치료의 초기 발생배경에서 보면, 선구자들이 모두 무용

<표 2> 무용/동작심리치료의 연구물 발표 현황

년 도	2000	2001	2002	2003	2004	2005	2006	2007	2008	2009	2010	총
논 문 수	6 (8%)	2 (3%)	5 (7%)	5 (7%)	4 (6%)	9 (13%)	8 (11%)	5 (7%)	8 (11%)	9 (13%)	10 (14%)	71 (100%)

〈표 3〉 무용/동작 심리치료 연구물의 연구자 전공 현황

전공 \ 년도	00	01	02	03	04	05	06	07	08	09	10	총
무용/동작 심리치료				4	3	8	5	5	4	4	6	39(55%)
교육	1	2	3						2		2	10(14%)
체육 (특수체육)	4				1	1				1	2	9(13%)
무용	1		2	1			1		1	2		8(11%)
간호							1			1		2(3%)
보건복지							1					1(1%)
상담심리										1		1(1%)
기타									1			1(1%)
총												71(100%)

전공자였으며, 무용/동작심리치료의 중재방법이 신체움직임인 만큼 움직임의 활동을 경험하면서 그 효과에 대해 인식한 무용, 체육 분야에 전공자들에 관심이 다른 타 전공자들에 비해 상대적으로 높았다. 그 밖에 보건복지, 간호, 상담심리, 교육 분야에서 사회복지 및 심리재활 프로그램의 필요성을 알고 여러 치료분야에서 관심을 갖으며, 무용/동작심리치료의 연구물도 증가하고 있는 것으로 나타났다.

2. 연구 대상

무용/동작심리치료와 관련된 연구물들은 다양한 적용대상을 통하여 여러 가지 프로그램을 제시하고, 그 효과를 증명하고 있었다. 그 중 대상에 따른 연구물에 현황은 〈표 4〉와 같다.

연구 대상은 장애 아동, 청소년, 유아, 아동, 청소년, 성인, 여성, 정신장애인, 노인, 그리고 기타로 크게 나눌 수 있다. 2000년도 초반에는 장애아동과 정신 장애인에 집중되었으며 이러한 경향은 2002년 까지 이어져 갔다. 2003년부터 다양한 대상자를 포함하는 연구가 점차적으로 이루어지면서 여성, 뇌졸중 환자, 유방암 환자, 알코올, 치매노인, 노인, 아동 등으로 연구 대상이 확대되고 있다.

〈표 4〉 연도별 연구 대상 분포 현황

연도 연구대상	00	01	02	03	04	05	06	07	08	09	10	총
정신장애	4		4	2			3	3			2	18(25%)
장애아동	1	1			2		2		2	2	1	11(15%)
청소년		1		1		1	1	1		2	2	9(13%)
아동						4	1				3	8(11%)
여성	1		1	1		1	1	1	2			8(11%)
노인,치매노인					1	1			2	2	1	7(10%)
기타				1					2	3		6(8%)
성인					1	2						3(4%)
장애 청소년											1	1(1%)
총												71(100%)

정신 장애인에 관한 연구는 25%(n=25)로 가장 많은 비율을 차지하고 있었으며, 대부분이 정신분열증환자가 대다수를 차지했다. 이것은 무용/동작 심리치료의 초기 발달이 정신과 안에서 이루어진 만큼 국내에서도 이 대상에 관한 연구가 집중되어 지고 있었다. 다음으로 15%(n=11)에 비율을 차지하고 있는 장애 아동과 관련된 연구물이었다. 지적장애, 발달장애, 청각장애, 뇌성 마비 등 다양한 대상에게 무용/동작 치료를 적용하고 있었다. 하지만 상대적으로 장애 청소년에게 적용한 연구물이 1%(n=1)로 아주 적게 나타나, 연구자들의 심각한 편중현상이 나타났다. 다음으로는 아동과 청소년을 대상으로 한 연구물에 비율이 높았는데, 특히 최근 사회적 소외계층에 대해 사회문화적 복지 프로그램이 확장되면서 한 부모 가정의 아동, 저소득층 아동, 다문화 아동, 학교 부적응 청소년과 북한이탈 청소년에 대한 연구가 무용/동작심리치료 안에서도 활발히 나타나고 있었다. 특히 2010년에 이러한 경향이 두드러지고 있다.

성인 중에 특히 여성을 대상으로 한 연구가 많았는데, 식이장애 여성, 여성 노숙자, 중년여성, 아내학대피해여성, 견관절 통증환자, 장애아동 어머니가 여기에 속해 있었다. 남성보다 다양한 여성 집단에 연구가 많이 편중되어 있었는데, 여성심리치료가 따로 발전할 만큼 여성에 대한 관심도가 높은 것으로 보여진다. 노인에 대한

연구도 높은 비율을 나타냈다. 이는 고령화 사회에 대한 노인복지에 관심이 높아지면서 노인과 관련된 연구들이 꾸준히 나타나고 있는 경향을 보이고 있다. 국가나 지방자치단체에서 노인들에 독립된 인간으로서의 기본적인 욕구충족과 문화적 생활유지를 위해 노인을 위한 복지시설과 프로그램을 개발하고 노인의 심신건강유지와 생활안정을 위해 많은 노력을 기울이고 있다. 이러한 사회적인 방책과 함께 다양한 예술치료의 분야가 노인복지에 많은 기여를 하고 있다. 특히 움직임을 통한 노인에게 무용/동작심리치료 프로그램은 신체적 측면과 정신적 측면을 함께 다루면서 그 효과를 극대화 하고 있고, 이러한 사회적 경향에 따라 노인과 치매노인에 대한 연구가 많이 이루어지고 있었다. 기타 대상으로는 뇌졸중, 유방암 환자, 알코올 환자, 가족구성원을 대상으로 한 연구들이 있었다.

3. 종속변인

무용/동작 심리치료의 종속변인은 크게 자아개념, 사회성, 신체화, 스트레스, 정서영역, 기타로 나누어 볼 수 있고, 종속변인 분포 현황은 <표 5>와 같다. 무용/동작 심리치료는 자신에 창의적인 신체 움직임을 표현으로, 움직임을 통하여 자신을 표현하고, 감정을 완화시키고, 자기 발달을 하도록 돕는 심리치료라는 관점에서 자아개념과 정서영역 그리고 신체상에 대한 종속변인이 연구들에 많이 포함되어 있었다.

자아 개념은 바우마이스터(Baumeister)에 의하면 개인이 자기 자신에 대하여 알고 있는 모든 정보들의 조직화된 집합체라고 할 수 있다.¹⁰⁾ 이러한 자아 개념은 많은 요인들에 의해 영향을 받으며, 개인이 자기 자신에 대한 여러 가지 느낌이 자아개념에 일부가 된다. 자아개념에 형성은 사회적인 영향을 많이 받으며 특히 가장 가까운 주변에 가족, 친구들에 영향을 받는다. 무용/동작 심리치료를 통해 자신을 표현할 기회를 갖게 되고, 자신에 신체상과 통합하는 과정이 타인을 수용하고, 타인에게 지지 받는 경험을 통해 긍정적인 자기 개념과 가치관을 가지도록 하는데 도움을 준다. 연구물에 자아 개념에 하위 영역으로는 자아 존중감, 자아 정체감, 자의식,

10) Michael W. Eysench(2002), 『간단명료한 심리학』, 이영애, 이나경(역)(시그마프레스(주),2004), pp. 325-326.

〈표 5〉 연도별 연구 종속변인 분포 현황

년도 종속변인	00	01	02	03	04	05	06	07	08	09	10	총
자아개념		1		1	2	2	4	1		4	6	21(17%)
정서영역	3	1		3		3	1		2	2	5	19(15%)
우울			1			1	1	4	3	5	2	17(14%)
신체영역	1		1	1	1		1	3	2	1	3	14(11%)
기타	1				1	1	2	5		2	1	13(10%)
불안							2	1	2	4	1	10(8%)
대인관계	1					1	2	1		2	1	8(6%)
스트레스							1	2	1	2	1	7(6%)
삶의 만족도							1	2	2	1		6(5%)
사회성			1				1	2		1	1	6(5%)
인지기능								1		1	2	4(3%)
총												125(100%)

자아 통합감, 자기 효능감, 자아 탄성력, 자기 통제력 등이 이었다. 2000~2010년 동안 연구물에 대부분이 자아개념에 관한 척도를 사용했을 만큼 종속 변인 중에 17%로 큰 비율을 차지하고 있다.

다음으로는 정서영역이 15%의 비율을 나타냈다. 무용/동작 심리치료의 선구자인 마리안 체이스(Marian Chace)는 춤을 추는 것에서 감정을 이완하고, 활성화시키는 것을 돕고, 이러한 준비는 정서를 표현하는데 도움을 준다고 하였고 움직임으로 표현된 정서는 춤에 기반하고, 춤은 구조적이고 활동을 조직한다고 이야기 한다.¹¹⁾ 이와 같이 무용/동작 심리치료 안에는 정서를 표현하고 인식하도록 돕는 기능이 있다고 할 수 있다. 연구에 사용된 종속변인에서도 정서영역에 대한 종속변인에 사용이 많았고, 정서영역을 종속변인으로 사용한 연구들에 결과에서 보면 불안이나 우울을 감소시키고, 자기의 정서를 표현하고, 치료를 통해 심리에 변화를 느꼈으며, 분노와 공격성이 줄고, 마음에 변화를 지각하기도 하였다. 정서영역 중에 우울과 불

11) Susan L. et al.(2000), pp. 75-79.

안의 영역을 따로 분류하여 살펴본 연구도 많았고, 그 효과성도 높게 나타났다.

움직임을 통한 심리치료인 만큼 다른 치료에 비해 신체 활동량이 많고, 신체에 변화에 예민하게 반응할 수 있기 때문에 연구에서 신체와 관련된 종속변인을 많이 사용하였다. 하위영역으로 신체상, 신체지각능력, 신체증상, 기초체력, 운동능력이 있었다. 가장 많이 사용된 하위영역으로는 신체상과 관련된 척도가 많았다.

마리안 체이스는 무용이란 의사소통이며 이것은 인간의 기본적 요구를 충족시킨다고 하였다.¹²⁾ 이것은 무용/동작심리치료의 집단치료가 갖는 기능 중에 대인관계와 사회성의 향상을 기대할 수 있다. 많은 무용/동작심리치료 연구물이 집단치료의 형태를 갖고 있고, 종속변인도 대인 관계와 사회성의 향상을 대다수의 논문에서 살펴보고 있었다.

기타 종속변인으로는 심박변이도, 혈청, 양성 및 음성 증후군, 무용동작치료의 경험, 질병침습도 등이 포함되어 있었다. 특히 심박변이도나 혈청과 같은 부분은 의학적인 접근으로 무용/동작치료의 효과를 과학적으로 접근하여 살펴보려는 시도로 보여 진다.

논문들에 종속변인들의 사용 경향을 보면, 초기에는 한, 두 가지에 종속변인에 사용으로 연구가 단순하게 진행되었음을 알 수 있다. 하지만 초기에는 무용/동작 심리치료 프로그램에 대한 국내에 기초적인 자료가 부족하였기 때문에 중요한 종속변인을 위주로 살펴본 것이 좋은 시도라고 할 수 있다. 연구는 점차로 이전 선행연구물에 근거하여 보다 다양한 종속변인을 복합적으로 살펴 볼 수 있었고, 다양한 시각에서 효과를 증명하려는 노력을 기울이고 있는 것을 알 수 있었다.

4. 프로그램의 이론적 배경과 방법론

무용/동작심리치료 양적 연구의 대부분은 대상에 맞는 치료계획을 세우고, 대상에게 적용하여 종속변인에 따른 연구결과를 도출해낸다. 그러므로 프로그램은 연구의 가치를 평가할 수 있는 매우 중요한 요소를 나타나게 된다. 대상자에 따라 프로그램이 다르게 계획되어야 하고, 대상자가 같더라도 치료사가 계획하는 연구의 가

12) Levy, F.J.(1988), p. 21.

설에 따라 프로그램의 내용이 다르게 변화할 수 있다.¹³⁾ 그렇기 때문에 치료사는 무용/동작 심리치료의 여러 가지 이론 중에 연구자의 연구물에 맞는 이론을 선택하여 프로그램을 계획하게 될 것이다. 또한 프로그램에 따라 연구 결과는 다르게 나타날 수 있다.

프로그램의 이론적 배경과 방법론에서는 무용/동작 심리치료에 중요한 요소를 차지하고 있는 프로그램에 개발 및 계획에 있어 연구물에 연구자들이 어떠한 이론적 배경과 방법론으로 프로그램을 개발하고 적용하고 있는지 그 현황에 대해 살펴 보았다. 전체 논문수가 71편인 가운데 특정한 프로그램이 적용된 연구는 17편으로 24% 비율을 차지하고 있었다. 이는 전체 논문 중 약 1/4 가량만이 프로그램에 이론적 배경을 적용하고 있는 것을 알 수 있다. 무용/동작 치료의 연구가 활발히 이루어지고 있음에도 불구하고, 연구에서 사용된 무용/동작치료 프로그램의 내용과 방법론에서는 상대적으로 빈약한 편이었다.

2000년도에 적용된 프로그램의 이론은 칼 융(Carl Jung)이론에 관한 것을 무용

(표 6) 프로그램의 이론적 배경과 방법론 적용 현황

년도	00	01	02	03	04	05	06	07	08	09	10	총
	논문수	6 8%	2 3%	5 7%	5 7%	4 6%	9 13%	8 11%	5 7%	8 11%	9 13%	
프로그램 방법론 적용	1			1		2	4	1	2	2	4	17

/동작 심리치료에 적용하여 개발한 프로그램 이었고, 2003년에는 블랑쉬 이반(Blanche Evan)에 이론을 바탕으로 프로그램이 계획되었다. 2000년도 초반에는 어떤 이론을 프로그램의 근거로 내세우기 보다는 무용/동작 심리치료가 가지고 있는 치료적으로 특정한 요소를 통합하여 나타내고 있었다. 이는 무용/동작 심리치료의 고유 특성을 가지지만, 연구의 목적에 맞는 프로그램으로 타당성을 인정받기에는 어려움이 따른다고 보여 진다. 하지만 2000년부터 2005년 당시에는 국내에 무

13) Arthur E. Jongsma, Jr. L. Mark Peterson (2006), 『사회복지실천기술론 성인클라이언트 심리치료계획서』, 최송식, 하정미(역)(신광문화사 2009), pp. 12-13.

용/동작치료 프로그램에 대한 소개가 중점으로 이루어지고 있었던 만큼 무용/동작 심리치료에 특징을 다룬 것은 이후 연구방법에 토대가 되었다는 점에서 중요하다고 할 수 있다.

2005년부터는 점차적으로 프로그램에 이론적 배경과 방법론을 적용하면서 연구물에 신뢰도와 타당도를 높여 나가고 있는 추세이다.

2005년도의 적용된 프로그램에는 블랑쉬 이반의 이론과 마리안 체이스(Marian Chace)의 리듬적 집단 활동(Rhythmic Group Activity)의 이론을 적용하여 프로그램을 개발하였다. 2006년에는 마리안 체이스의 원형기법과 미러링(Mirroring) 기법을 가지고 프로그램을 만들어 대상에게 적용하였다. 또한 메리 화이트하우스(Mary Whitehouse)의 접근을 가지고 연구한 연구물과 블랑쉬 이반의 이론을 적용한 연구물이 있었다. 2007년에는 무용/동작 심리치료의 전개 과정 중 준비과정(Warm-up)의 구조화와 비구조화 방법을 구체화하여 프로그램을 개발 적용한 연구물이 있었다. 2008년에는 신체이완기법과 메리 화이트하우스의 양극성 이론을 적용한 프로그램을 개발한 연구가 있었고, 2009년에는 원형이미지와 상징이라는 무용/동작 심리치료의 치료적 요소를 방법론으로 갖고 프로그램을 개발하였고, 노인심리학과 마리안 체이스 기법을 적용한 연구 있었다. 2010년에는 엄가드 바르티니에프(Irmgard Bartenieff)의 발달모형과 마리안 체이스 기법을 적용한 연구물과 마타 데이스(Martha Davis)의 공감이론과 무용/동작심리치료의 공감기법을 적용한 연구, 칼 로저스(Carl Rogers)의 자아개념을 토대로 한 연구, 치료교육으로 접근하여 체간근 조절 교육을 통한 무용/동작 심리치료 연구가 있었다.

프로그램의 이론적 배경과 방법론을 가지고 있는 대부분의 논문들은 무용/동작 심리치료전공자의 연구자가 대부분 이었다. 또한 무용이나 체육 분야의 연구자들도 전문 프로그램을 개발하고 연구한 논문도 있었다. 하지만 많은 연구들이 체계적으로 이론적 배경이나 특정한 방법론을 언급하지 않았고, 무용적 신체활동의 요소를 이론적 배경으로 프로그램을 구성하거나, 선행연구에서 적용된 프로그램을 그대로 재적용하고 있는 경우가 많았다.

무용/동작심리치료는 심리치료적 목표를 가지고 대상자에게 적용되어 져야 한다. 하지만 무계획적이고, 비과학적인 방법으로 적용되는 프로그램은 무용/동작심리치

료라고 말하기 보다는 무용 및 신체의 치유적 경험이 되는 경우가 많을 것이다. 무용/동작심리치료는 심리치료의 형식을 갖는 행동지향적인 창조적 예술치료로서¹⁴⁾ 마음의 위안을 얻는 치유적인 경험과는 다른 심리치료의 형식임을 강조한다. 그러므로 대상자의 호소와 증상에 관계없이 진행되어 온 연구의 신뢰성과 타당성을 제시하기에는 어려움이 따른다고 생각된다.¹⁵⁾ 또한, 치료사로써의 전문성을 갖추고 있는 전문가 아닌, 비전문가가 무용/동작 심리치료를 대상에게 적용했을 때에 일어날 수 있는 많은 문제들을 해결하기란 어려움이 따를 것이라고 여겨지며 무용/동작심리치료라기 보다는 무용 및 신체 교육적인 측면이 많이 강조되었을 것이다. 이런 문제를 무용/동작 심리치료사에게 슈퍼비전을 통해 논의하고 연구하는 것이 윤리적 차원에서도 중요한 문제라고 할 수 있다.

III. 논의 및 결론

최근 무용/동작 심리치료는 타 심리치료영역과 더불어 신체와 정신 통합의 중요성이 부각되면서 사회적 인식이 높아져가고 수요도 증가하고 있는 추세이다. 이러한 사회적 관심에 따라 국내 정규 대학원의 석 박사과정이 개설되어 전문적인 무용/동작 심리치료사를 배출하고 있지만, 아직 연구물의 수가 양적으로 크지 않다. 또한 소수의 연구자가 여러 연구를 발표하고 있으며 특정 주제에 집중되어 있는 경우가 많아 다른 학문에 비해 논문에 수가 적은 편이다. 하지만 최근 다양한 임상현장과 대상에게 무용/동작심리치료를 적용하면서 그 효과가 검증되고 발전되어 오고 있다.

이 연구는 국내에 무용/동작 심리치료 대학원과정의 전공이 개설된 지 10여년이 지난 현 시점에서 무용/동작심리치료에 관련된 연구물들의 경향을 살펴보고, 앞으로 무용/동작심리치료 연구의 나아갈 방향을 점검하고 고찰할 필요가 있어서 이루어 졌다. 그리하여 본 연구에서는 무용/동작 심리치료의 양적 연구물을 대상으로 연

14) Levy, F.J.(1988), p. 11.

15) 김나영(2008), 무용/동작 치료의 치료계획을 위한 움직임 평가도구에 관한 연구, 『한국특수체육학회지』 16, 2호, pp. 2-3.

구대상, 종속변인, 프로그램의 이론적 배경 및 방법론에 대하여 세부적인 연구경향을 살펴보았다. 연구의 결과를 논의하여 보면 다음과 같다.

첫째, 연구의 결과 연도별 연구 발간 수를 보면 2008년부터 최근 3년간 연구물에 수가 점점 증가하고 있는 현상을 보이고 있다. 연구물이 발간되는 수가 다른 분야의 연구에 비해 다소 적은 양이지만, 지속적으로 연구가 증가하고 있는 것으로 보아 앞으로 더 많은 발전을 기대한다. 연구물의 전공자의 비율을 보면 전체적으로 무용/동작 심리치료 전공자가 55%로 가장 많은 연구물을 발간하고 있는 것으로 나타났다. 그 밖에도 무용, 체육, 교육, 보건복지, 간호, 상담 심리 등 다양한 분야에서 무용/동작 심리치료에 관심을 기울이고 자신의 연구에 적용하고 있는 것으로 나타났다. 최근 무용/동작 심리치료 전공명과 유사한 공연예술치료, 표현예술치료, 동작치료 등과 같은 석사과정의 전공이 생겨나는 점을 볼 때 앞으로의 연구에서 전공자 및 유사전공자들의 연구가 많아질 것으로 기대된다.

둘째, 연구 대상자에 따른 분포의 결과를 보면 정신장애인(25%), 장애아동(15%), 청소년(13%), 아동(11%), 여성(11%), 노인(10%), 기타(8%), 성인(4%), 장애청소년(1%)로 나타나고 있다. 연도별 대상자의 분포도를 보면 2000년도에서는 정신장애인에 많은 비중을 차지하고 있었지만, 점차 다양한 대상에게 무용/동작치료를 적용하고 있는 것으로 보여 지고 있다. 다양한 대상과 종속변인을 통한 연구 효과를 검증하는 것은 무용/동작심리치료의 발전에 아주 중요한 역할을 하고 있다고 여겨진다. 연구의 대상을 보면, 초기 정신 장애인에 집중된 연구가 사회적 정책의 관심과 흐름에 따라 사회문화적 소외계층 및 장애, 노인복지까지 넓게 확장되면서 정신과 뿐만 아니라, 사회복지, 상담심리, 특수체육 등의 다양한 분야까지 확장되고 있다. 이러한 현상은 무용/동작심리치료의 효용가치가 치료에서 사회문화적 복지개념으로까지 확장되고 있다고 보여진다. 이러한 변화는 해외의 경우에서도 관찰되는데, 미국의 경우 초기 정신장애인의 정신과의 적용에서 시작되었으나 현재는 그 적용대상이 다양화되어 학교폭력방지 무용/동작 심리치료 프로그램의 개발로 학교폭력방지 와 예방의 수준까지 확장되는 경향을 보이고 있다¹⁶⁾. 또한 이러한 내용을 널리 보급화 하기 위해 책으로 발간하여 누구나 쉽게 적용하도록 하고 있다. 최근 해외 연구

16) Rena K.(2002) *Disarming the Playground - Violence Prevention Through*

동향은 2008년에서 2010년에 연구에서는 주요 연구대상이 소아청소년, 법의학적 입원환자, 아동 정신의학, 만성피로증후군 등에 관한 연구가 많이 나오고 있다. 이는 무용/동작심리치료가 보완대체의학(CAT: Complementary and Alternative Therapy)의 한 분야로 발전되면서 보다 과학적이고 의학적인 분야로 발전되고 있다고 해석할 수 있다. 국내에서도 치료의 범위가 확대되는 경향을 보이고 있으며, 앞으로 앞서 발전하고 있는 해외의 경우처럼 보완대체의학에 한 분야로 자리 잡게 될 것을 기대한다. 양적으로는 크지 않으나 그간의 다양한 대상에게 적용하는 연구들을 통해 효과를 입증하는 점이 무용/동작 심리치료의 영역을 확장해 나가는 기반을 마련하게 되었다고 할 수 있다.

셋째, 무용/동작 심리치료 연구의 종속변인에 변화도 다양해 졌다. 종속변인에 따른 분포는 자아개념(17%), 정서영역(15%), 우울(14%), 신체영역(11%), 불안(10%)으로 효과를 검증하는 논문들이 많았고, 그 밖에도 스트레스, 대인관계, 사회성, 인지기능, 삶의 만족도 등이 있었다. 2005년 이후로 연구의 종속변인이 다양화 되어지면서 무용/동작 심리치료의 효과를 자아개념과 정서영역, 신체영역에서 뿐만 아니라, 사회·문화적 영역, 개인의 삶의 영역, 의학 영역 등으로 그 범위가 확대되어지고 있는 현상을 보이고 있다. 2000년대 초기에는 종속변인이 정서표현, 신체상, 대인관계에 많은 비율을 차지하고 있다가 점차적으로 복합적인 종속변인을 살펴보고 있는 경향을 보인다. 이는 갈수록 다양해지는 해외연구의 종속변인들의 변화에 영향을 받았다고 해도 과언이 아니다. 블라스케즈(Blazquez, A.), 길라모(Guillamo, E.), 자비에(Javierre, C.)의 연구에서도 볼 수 있듯이 무용/동작심리치료가 만성피로증상을 호소하는 여성에게 신체적인 웰빙을 추구하고 우울함을 감소한다는 결과와 함께 생리적 가치 즉 신체에 직접적으로 나타나는 변화를 측정하여 무용/동작심리치료에 효과를 수치로 보여주고 있었다.¹⁷⁾ 국내 무용/동작 심리치료에서도 연구초기의 정서표현, 대인관계, 자아개념 이외에도 심박변이, 면역력, 인지기능 등까지 종속변인에 범위를 확장시켜가고 있었다. 또한 변인의 효과검증에

Movement & Pro-Social Skills(Oklahoma: Cathi Teeter McCutchan).

17) Blazquez, A. , Guillamo, E. , Javierre, C.(2010), Preliminary experience with dance movement therapy in patients with chronic fatigue syndrome, *Arts in psychotherapy*, Vol.37 No.4, pp. 285-292.

있어 지필식 자기보고 설문지에서 끝나지 않고 객관화된 움직임 관찰에 의한 기록과 객관적인 신체변화를 살펴보는 연구방법의 변화를 보이면서 신체의 생물학적인 관점까지 확대되고 있다.

넷째, 다양한 대상과 종속변인을 적용한 연구의 양적 증가에 비교한다면 프로그램의 이론적 배경 및 방법론을 적용한 연구는 미비한 실정이다. 프로그램의 이론적 배경과 방법론을 보면 2000년부터 2004년까지 발표된 총 논문에 수가 22편이었으나 프로그램의 방법론을 정확하게 제시하고 있는 논문은 2편에 그치고 있어 논문엔 신뢰도와 타당성면에서 빈약하다고 할 수 있다. 2005년부터는 보다 프로그램의 이론적 배경과 방법론을 정확하게 제시하고 있지만 그 수가 50%도 되지 않는 아주 적은 양임을 알 수 있다. 치료는 대상자의 호소와 증상을 파악하고 치료에 빠른 효과와 질을 높이기 위해 치료계획을 세워야 한다.¹⁸⁾ 특히 치료목표를 세우고, 프로그램을 계획하여 대상자에게 적용하는 것은 아주 필수적인 것이라고 할 수 있다. 따라서 심리치료에 한 분야인 무용/동작심리치료 연구에서도 연구의 대상을 이해하는 것은 필수적이다. 대상자의 호소와 증상을 이해하여 종속변인을 결정하여 프로그램을 개발하여야 할 것이다. 미쿰(Meekums, B.)¹⁹⁾은 예술치료연구에서 실행에 기본이 되는 근거가 필요하다고 주장하면서 치료에 따른 개인적 경험을 중요시 하고 그 바탕이 되는 민족경향을 알아야 하며, 창조적인 방법이 포함된 프로그램으로 치료를 실행해야 한다고 주장한다. 이러하듯 연구자는 논문에 충분한 근거를 위해 이론적 배경과 방법론을 연구하여 무용/동작 심리치료에 맞게 수정 보완하고 보다 창의적인 프로그램을 계획해야 할 필요가 있다. 이러한 작업을 토대로 한 무용/동작 심리치료 연구는 보다 객관적이고 합리적으로 평가받을 수 있을 것이다. 한 예로 레인보우 호(Rainbow T. H. Ho)²⁰⁾는 무용/동작심리치료를 암환자에게 적용한 연구를 하면서 자신에 국민성향에 맞도록 변화된 무용/동작심리치료의 프로그램을 개발해야 한다

18) Arthur E. et al. (2006), pp. 14-15.

19) Meekums, B.(2010) Moving towards evidence for dance movement therapy: Robin Hood in dialogue with the King, *Arts in psychotherapy*, Vol.37 No.1, pp. 35-41.

20) Rainbow T. H. Ho(2005), Effects of dance movement therapy on Chinese cancer patients: A pilot study in Hong Kong, *The Art Psychotherapy* 32, pp. 343-345.

고 제시하고 있다. 호(Ho)는 중국인들이 자발적인 움직임에 어려움을 겪기 때문에 구조화된 움직임 안에서 그들이 점차적으로 자발적인 움직임을 하도록 해야 한다고 주장한다.

서양에서 보급된 무용/동작 심리치료의 기법이지만, 한국인에게 맞는 기법을 개발하고 다양한 대상과 종속변인을 적용한 연구를 통해 그 효과를 검증하는 노력은 늘 꾸준히 이어져 나가야 할 것이다. 또한 다른 심리치료와의 조화를 이루며 무용/동작 심리치료에 창의적인 부분을 함께 발전시켜나가는 것이 중요하다. 해외연구의 경우 무용/동작 심리치료의 요소를 세분화 하고 다른 심리치료 분야와 조화를 이루면서 발전하고 있다. 예를 들면, 정신분석의 전이와 역전이 현상을 비언어적인 심리치료인 무용/동작 심리치료에서 신체적 전이와 역전으로 적용한 연구도 있었다.²¹⁾ 언어중심 정신분석치료의 치료요소를 무용/동작 심리치료의 주요매개인 신체움직임으로 전환하여 연구한 관점은 국내 무용/동작 심리치료 연구자가 노력해할 부분이라고 사료된다.

앞으로 무용/동작심리치료의 연구 분야에 발전을 위해서 다음과 같은 연구에 노력을 제안한다.

첫째, 무용/동작심리치료의 역사적 인물들에 관한 주요이론 뿐만 아니라, 신체와 움직임 고유의 이론들 즉 신체감각, 상징, 리듬, 은유, 공간, 등 세분화 하여 프로그램을 계획하고 발전시키는 것이 필요하다. 무용/동작심리치료가 갖는 특성은 무용이 갖는 여러 가지 요소와 심리학이 갖는 여러 가지 요소의 통합이라고 볼 수 있다. 그 만큼 무용/동작심리치료가 갖는 특성은 다양하게 존재하며 앞으로의 무용/동작 심리치료 연구자의 노력을 제안한다.

둘째, 심리학적 접근뿐 만 아니라 보다 확장된 시야를 갖는 것을 제안한다. 이전에 연구논문에서도 과학적인 접근을 도입하여 신경생리학에 용어를 사용하거나, 신경학과 심리학 그리고 신체에 역동적인 상호관계를 설명하기도 하였다. 하지만 그러한 연구는 아주 미비하다. 본 연구자는 생리학적, 신경학적, 호르몬적, 면역학적

21) Dosamantes-Beaudry, I.(2007), Somatic Transference and Countertransference in Psychoanalytic Intersubjective Dance/Movement Therapy, *American journal of dance therapy*, Vol.29 No.2, pp. 73-89.

인 접근으로서의 무용/동작심리치료의 연구를 제안한다. 최근 미러 뉴런 시스템(Mirror Neuron System)의 발견이 집중되고 있는데, 이러한 몸과 신경계 그리고 마음에 접근을 함께 살펴볼 수 있는 연구에 노력을 기울여, 의학계, 무용계, 심리학계에 많은 연구자들이 무용/동작심리치료에 관심을 기울이도록 해야 할 것이다.

셋째, 양적 연구와 질적 연구의 통합을 제안한다. 예술치료가 갖는 특성은 양적인 연구에서 보다 질적인 연구에서 강점을 많이 가지고 있다. 하지만 많은 논문이 질적 연구보다 양적인 연구에 치중되어 있거나, 문헌연구에 그치는 경우가 많았다. 본 연구자는 예술치료에 특색을 나타낼 수 있는 질적 연구와 통계적 수치로 효과성을 증명할 수 있는 양적 연구의 통합으로 통합된 연구물이 나오도록 노력을 기울여야 한다고 제안한다.

앞으로 무용/동작 심리치료분야의 많은 학문적 연구들이 임상현상에서의 다양한 경험과 다학제적인 분야에 연구가 활성화되어야 할 것이며, 타 심리치료와 조화를 이루어 이론적인 배경과 방법론에 탄탄한 근거를 기본으로 하는 창의적인 프로그램을 갖춘 연구들로 발전되길 기대한다.

■참고문헌

- Michael W. Eysenck(2002). 『간단명료한 심리학』. 이영애, 이나경(역). 시그마프레스(주). 2004.
- Arthur E. Jongsma, Jr. L. Mark Peterson (2006). 『사회복지실천기술론 성인 클라이언트 심리치료계획서』. 최송식, 하정미 (역). 신광문화사. 2009.
- Levy, F.J. (1988). *Dance Movement Therapy - A healing Art* -. New York: American Alliance for Health, Physical Education, Recreation and Dance.
- Rena Kornblum (2002). *Disarming the Playground - Violence Prevention Through Movement & Pro-Social Skills*. Oklahoma: Cathi Teeter McCutchan.
- Susan L. Sandel, Sharon Chaiklin and Ann Lohn.(2000). *Foundtions of Dnace/Movement Therapy: The Life and Work of Marian Chace*. Columbia: DNLM/DLC.

www.kci.go.kr

- 김나영(2006). 무용/동작치료의 이해. 『한국예술치료학회』, 44:1-16.
- 김나영(2008). 무용/동작 치료의 치료계획을 위한 움직임 평가도구에 관한 연구. 『한국특수체육학회지』, 16(2): 1-23.
- 장윤정, 박중길(2005). 국내무용교육학 연구경향과 과제. 『한국체육학회지』, 44(5): 801-811.
- 최윤선(2007). 국내 무용치료의 연구 경향 분석. 『한국스포츠리서치』, 18(4): 75-84.
- Blazquez, A. , Guillamo, E. , Javierre, C.(2010). Preliminary experience with dance movement therapy in patients with chronic fatigue syndrome. *ARTS IN PSYCHOTHERAPY*, 37(4): 285-292.
- Dosamantes-Beaudry, I.(2007). Somatic Transference and Countertransference in Psychoanalytic Intersubjective Dance/Movement Therapy. *AMERICAN JOURNAL OF DANCE THERAPY*, 29(2): 73-89.
- Meekums, B.(2010). Moving towards evidence for dance movement therapy: Robin Hood in dialogue with the King. *ARTS IN PSYCHOTHERAPY*, 37(1): 35-41.
- Rainbow T. H. Ho(2005). Effects of dance movement therapy on Chinese cancer patients; A pilot study in Hong Kong. *The Art Psychotherapy*, 32: 337-345.
- 한국교육학술정보원(KERIS) <<http://www.riss.kr>, 2010.10.25.>.

논문투고일	2011년	6월	27일
심사일		7월	10일
심사완료일		7월	20일

Abstract

The study of Domestic Research Tendency in Dance/Movement Psychotherapy

Eun Jin O · Jung-Min Lee

*Ph.D. Candidate Seoul Women University/
Chung-Ang University*

This is the study on the research trends in dance/movement therapy by categorizing and analyzing the quantitative results of thesis for the last 10 years. We collected the master's thesis searched by the keyword of dance/movement therapy or dance therapy and thesis reported in the related journal from 2000 to 2010. Then we classified them into time range, subject, variables, method and theoretical background of studies.

The result shows that there's been vitalized in the domain of variables and subject. Therefore the value of dance/movement therapy is getting wider from therapeutic range to socioculturally welfare. In the other hand, the method and the theoretical background of applied therapy are relatively poor and limited in the validity and reliability of the study.

As a result, we suggest that this result will provide the preliminary source to encourage the study of the dance/movement therapy based on the theoretical background and specialized experiences in a very creative way.

In addition, the dance / movement therapy has expanded to an integrated view should be studied.

keywords: Domestic Research Tendency(연구경향분석), Dance/Movement Psychotherapy(무용/동작 심리치료), Dane Therapy(무용 치료), Psychotherapy(심리치료), Dance/Movement(무용/동작).

www.kci.go.kr