

# 생활무용 수업 참가와 자기표현의 관계에 대한 연구

최 윤 영\*

I. 서론

II. 자기표현과 무용의 이론적 배경

III. 연구방법

IV. 연구결과

V. 결론 및 제언

참고문헌

Abstract

## 1. 서론

### 1. 연구의 필요성 및 목적

공동체 생활 및 조직 생활 속에서 그 구성원이 원활한 생활을 하기 위해서는 다른 구성원들과의 교류가 반드시 필요하다. 그리고 원활한 교류를 위해서 필요시 되는 도구로는 자신의 의사를 표현하는 방법인 자기표현 방법과 다른 사람의 의견을 받아들이는 수용적인 태도라고 할 수 있다. 특히 자신의 의사를 표현하는 자기표현 방법이 갖추어져 있지 않다면 사회 속에서 자신의 기본적인 욕구를 충족시키지 못할 수도 있고, 자신의 의견이 받아들여지지 못하여 지속적으로 불만이 축적될 수 있다. 즉 다른 사람과의 교류 속에서 가장 기본적으로 갖추어야 하는 것이 바로 자기표현의 방법이라고 할 수 있다.

사회를 살아감에 있어서 이러한 자기표현의 방법은 꼭 필요한 하나의 덕목으로

\* 영남대학교, 경상대학교 강사, ykr60@naver.com

나타나고 있지만, 최근 들어서는 자기표현 방법의 부재로 인하여 사회적 문제가 나타나고 있는 것을 확인할 수 있다. 특히 사회에서 자신의 의견을 밝히지 못하고 사회 속에서도 어울리지 못하는 이른바 사회 부적응자의 증가가 나타나고 이로 인한 사회의 문제가 많이 발생하고 있는 것을 볼 수 있다. 사회와의 교류를 일체 단절한 채 집에서 나오지 않은 은둔형외톨이가 이웃 사람에게 묻지마 범죄를 일으키는 예도 나타나고 있으며(부산일보, 2012), 마찬가지로 은둔형외톨이가 유일한 외부 창구인 인터넷을 이용하여 많은 사람의 정보를 유출시키는 범죄행위를 일으킨 경우도(경향신문, 2012) 나타나는 등 많은 범죄행위가 나타나고 있다. 이렇게 묻지마 범죄의 대부분이 사회와의 교류가 힘든 사람들에게 나타나며 사회의 구성원들에게 위협이 되고 있다.

이렇듯 사회 속에서 살아가면서 개인이 가지고 있는 자기표현의 방법은 단체 생활에 있어서 중요한 덕목이자 나아가 사회를 안전하게 유지하는 보호막이 된다. 또한 더불어 살아가는 사회에서 서로의 의사를 명확히 하여 욕구를 해소하고 서로가 양보하면서 살아가는데 필수적인 정서적 도구로 사용된다. 자기표현은 협의적으로 개인적 욕구의 해소 및 자신의 의견 표출이라는 것에서 광의적으로 공동체 사회를 유지하는 기본적 덕목으로 볼 수 있는 것이다.

유미자(2001)에 의하면 자기표현은 “타인과 의사소통 할 때 상대방의 권리를 침해하거나 상대방을 불편하게 하지 않으면서 자신의 권리나 욕구를 위해 자신의 생각, 느낌, 의견 등 자신이 나타내고자 하는 마음속의 그대로를 솔직하게 상대방에게 직접 나타내는 행위”라고 표현하고 있다. 즉 타인에게 피해를 입히지 않는 선에서 자신의 의견을 내세워 자신의 욕구를 해결하고, 타인에게 양해를 구하는 행위라고 할 수 있다. 타인이 자신의 생각을 모두 알지 못한다고 하였을 때, 기본적으로 갈등이 생기는 것을 미연에 방지할 수 있는 방법인 것이다. 즉 현재 발생하고 있는 여러 사회문제의 예방이나 평화로운 공동체 사회를 지향하기 위해서는 이러한 자기표현은 기본적인 사회적 덕목이라 할 수 있다.

무용은 기본적으로 몸짓을 통하여 어떠한 정서를 표현하거나 자신의 감정을 표현하는 하나의 수단이다. 이러한 무용은 어떠한 시나리오에 의하여 짜인 극을 보

여출 수도 있지만, 자신의 감정을 표출할 수 있는 좋은 방법으로 이용되기도 한다. 이에 따라 무용은 개인의 감정을 나타내고 의견을 표출할 수 있는 자기표현의 좋은 방법이 될 수 있다. 또한 몸짓 이외에도 자기표현을 할 수 있는 예행연습이 될 수 있기 때문에 무용을 배우거나 무용을 습득한 사람은 더욱 자기표현을 잘 할 수 있을 것이다. 이에 따라 무용을 배우는 사람들이나 무용을 습득한 사람과 자기표현은 많은 관계가 있을 것이라고 보인다.

선행연구에서도 무용과 자기표현의 관계를 알아보기 위한 노력들을 살펴볼 수 있는데, 노영주(2008)의 연구에서는 자기표현이 부족한 청각장애 아동들에게 무용/동작치료가 자기표현에 있어서 긍정적인 영향을 미칠 것이라는 가설을 내리고, 이를 증명하기 위해 연구를 진행하였다. 그 결과 무용/동작치료는 자기표현이 부족한 청각장애 아동들의 자기표현을 향상시킨바 있다는 결론을 내린 바 있다. 박성주(2006) 역시 자기표현이 부족한 방임아동들을 대상으로 무용/동작치료가 긍정적 역할을 할 수 있을 것이라는 가정을 세우고 이를 증명하기 위하여 연구를 진행하였다. 이에 대한 결과로 무용/동작치료는 방임아동들의 전체적인 자기표현의 수준을 향상시킨다는 결과를 보인바 있다. 배현정(2012)의 연구에서는 무용전공대학생이 자기표현에 근거한 사회적 기술이 대학생활 적응에 어떠한 영향을 미치는지에 연구한 바 있다. 이 연구의 결과에서는 무용경력, 연습횟수, 연습시간, 공연횟수 등의 차이에 따라 자기표현과 사회적 기술의 차이를 나타낸다고 보고 있다.

이외에 무용과 표현성과의 관계를 증명한 연구들에서 무용수들이 일반적인 경우에서보다 자신을 표현하는 표현성에서 더 나은 모습을 보여준다는 연구결과를 살펴볼 수 있다(김은영, 2010; 진보겸, 2005; 나경아, 박현정, 2011; 박수영, 2011). 그러나 이러한 연구들에서는 무용을 직업으로 하거나 전문 무용수들을 상대로 한 표현성의 연구이거나, 자기표현에 대하여 결핍을 가지고 있는 이들을 대상으로 하여 치료적 목적에서 어떠한 영향이 있는지를 알아보고 있는 것을 살펴볼 수 있다. 현 사회에서는 일상생활을 영위하는 일반인들 사이에서도 왕따 문제나 은둔형 외톨이 등의 자기표현 결핍에 의하여 발생하는 사회적 문제를 발견할 수 있다. 즉 자기표현의 결핍은 일상생활에서 쉽게 발견할 수 있는 사회적 문제인 것

이다. 그러나 생활무용을 접하는 사람들의 경우에는 자신을 표현하는 무용을 접함으로써 자기표현에 있어서 더욱 나은 모습을 보일 수 있다는 가정을 가질 수 있다. 이에 따라 본 연구에서는 일반인들과 생활무용 참가자들 사이에 자기표현의 정도를 알아보고 이들의 차이를 증명하여 생활무용 참가가 일반인들에게 있어서 자기표현의 결핍을 해결할 수 있는 방법인지를 확인하려 하는 것이다.

이에 따라 본 연구에서는 무용을 배우고 있는 사람들을 대상으로 하여 일반인들과 비교했을 때 자기표현과 어떠한 관계를 가지고 있는지를 살펴보고자 한다. 또한 그 관계를 중점적으로 하여 일반인들이 무용을 통하여 자기표현에 자신감을 가지거나 향상시킬 수 있는 방법에 대해 알아보고자 한다. 이를 알아보기 위하여 설문지를 통하여 본 연구의 결과를 도출해낼 것이다. 또한 결과를 토대로 하여 무용을 통해 자기표현을 더욱 상승시킬 수 있는 방안에 대해 살펴볼 것이다.

이를 위하여 본 연구에서 설정한 연구문제는 다음과 같다.

- ① 무용을 접한 사람과 일반인에 대해 자기표현을 비교하였을 때, 어떠한 차이가 나타날 것인가?
- ② 자기표현의 요인에 따라 두 집단의 자기표현 정도가 어떠한 차이점을 나타낼 것인가?

## II. 자기표현과 무용의 이론적 배경

사회를 살아가는 인간은 매 순간 어떠한 일을 할 때마다 언어를 사용한다. 그것은 타인과의 의사소통을 위해 할 수 있는 가장 편리한 방법이고, 자신의 생각을 풀이하기 위하여 쓸 수 있는 가장 좋은 도구이다. 즉 언어라는 것은 자신이 생각한 것을 타인에게 전달하거나 알리기 위하여 쓰이는 것으로 기본적으로 자신의 생각을 알리는데 사용된다. 인간의 생활 속에서 언어생활이 가장 기초적인 단계의 활동이라고 본다면, 자신을 표현하기 위한 욕구나 생각은 기초적인 단계의 근본이 되는 것이라고 할 수 있는 것이다.

www.kci.go.kr

이 인간행동의 가장 기초적인 단계로 볼 수 있는 자기표현이라는 것은 학문적으로 보았을 때, 지금까지 다양한 개념과 정의에 따라 해석되어 왔다. 자기표현으로 해석할 수 있는 용어를 통해 확인해보면 자기표현(Self-expression)은 ‘보편적이고 일반적인 자기 심성의 표현’으로 볼 수 있고, 자기주장(Self-assertiveness)은 ‘좀 더 적극적이고 의욕적인 자기 마음의 표현’을 의미하고 있으며, 자기표출(Self-disclosure)은 ‘상황에 따른 능동적인 자기 과시적 표현’으로 해석하여 사용되고 있다(전보경, 2006). 주로 한국 사회에서는 자기주장과 같은 용어가 다소 공격적인 인상을 줄 수 있기 때문에 자기표현이라는 용어를 사용하는 추세이다(홍경자, 1988).

용어의 측면에서 보았을 때 자기표현이라고 함은 자신이 생각하고자 하는 것을 표현하는 것이라고 포괄적으로 볼 수 있다. 즉 자신의 감정 등을 표현하는 것을 말하는데, 이는 타인에게 불안을 느끼지 않도록 하면서 자신의 감정을 적절하게 표현하는 것으로 볼 수 있으며, ‘아니오’라고 말할 수 있는 능력과 호의를 요구하는 능력, 그리고 긍정적, 부정적 느낌을 표현할 수 있는 능력으로 분류하여 볼 수 있다. 더 나아가 사회적으로 수용될 수 있는 모든 권리와 느낌의 표현이며 분노, 초조, 괴로움과 같은 감정뿐 아니라 긍정적 표현을 함으로써 애정이나 즐거움, 사랑을 표현하는 행위도 모두 포함하게 된다(Wolpe & Lazarus, 1966: 박숙영, 2003 재인용).

기본적으로 이러한 자기표현은 자신의 의사를 타인에게 자연스럽게 표현한다는 점에서 공동체 사회를 구성하여 나아가는 인간의 입장에서는 가장 필요한 인간의 덕목이라고 할 수 있다. 특히 인간의 경우에는 누구나 자신을 표현하고 싶어 하는 욕구를 가지고 있으며 자기표현을 통하여 자신의 생각이나 감정을 타인에게 전달하고 싶어 한다고 알려진 바 있다(Lowenfeld & Brittan, 1987). 특히 언어적 수준에서 표출되는 자기표현의 경우에는 카타르시스적인 작용을 가능하게 하도록 하여 정신 건강의 향상에 도움을 주게 되어(Jourard, 1964), 대인관계가 원만해지도록 하게 한다. 또한 적극적이고 능률적인 생활을 할 수 있도록 유도하게 되어 자아실현 및 자아 성장에 결정적인 작용을 할 수 있도록 하게 해준다(Hackney &

Ney, 1973).

인간의 기본적인 욕구로써 그 역할을 하게 되는 자기표현은 내면에 담긴 생각이나 감정을 외부로 드러내면서 인성 발달이나 사회생활에 긍정적인 영향을 미치도록 한다. 이 과정에서 자기표현은 다시 그 기능 자체로 중요한 기능을 가지게 된다(홍경자, 1988). 그것은 첫째, 자기표현의 경우 개인의 권리를 지키는데 아주 중요한 요소로서 개인의 권리유지와 보전을 위해서는 자기의 정당한 요구나 의견을 적극적으로 표현할 수 있게 해준다. 비(非)자기표현적인 사람의 경우에는 자신의 또래나 주변 사람들로부터 자신의 권리를 침범 당하게 되어도 자신의 권리를 주장하지 못하고 권리를 침해받는 생활을 지속하게 된다. 특히 전통적으로 유교문화가 자리 잡은 한국사회의 경우에는 자신의 의사나 감정을 표현하기보다는 복종과 양보하는 것을 미덕으로 살아왔기 때문에 자신의 정당한 권리마저 주장하지 못하는 경우가 많이 나타나게 된다.

둘째, 자기표현은 개인의 정신건강에 긍정적 역할을 미치게 된다. 자신의 생각이나 감정을 솔직하게 표현하지 못하고 지나치게 억제하게 되는 사람은 정서적인 불안이나 긴장으로 인한 정신적 문제를 야기할 수 있다. 이에 따라 자신의 감정을 표현함으로써 스트레스를 해소할 수 있고 정신질환의 예방을 할 수 있게 되는 것이다. 즉 자기표현은 정서적 건강의 측면에서 유발될 수 있는 질병을 미연에 방지할 수 있는 예방책이 되는 것이다.

셋째, 자기표현은 대인관계의 출발점이며 의사소통의 핵심이 되는 행위이다. 이에 따라 개인의 정신건강과 원만하고 효과적인 대인간계를 향상시키기 위해서는 자신의 감정이나 가치, 사상을 솔직하고 적절하게 표현할 수 있는 능력이 중요하게 되는 것이다(이가나, 2009). 종합해 보면 자기표현은 자신의 의사를 표현함으로써 인하여 개인이 가진 기본적 재산이나 권리 행사의 유지를 행할 수 있다. 또한 정신건강을 긍정적으로 유지할 수 있는 힘을 가지게 되며, 원만한 대인관계를 유지하여 공동체 사회 속에서 하나의 구성원으로서의 역할을 하도록 만들게 되는 것이다.

이렇듯 자기표현이 자신의 감정이나 생각 등을 상황에 따라 자연스럽게 표현하

www.kci.go.kr

는 것이라고 보았을 때, 이는 무용과 자연스럽게 매우 밀접한 관계를 가지고 있다는 것을 확인해볼 수 있다. 무용을 포함한 예술창작활동이라고 칭해지는 것은 근본적으로 자기표현의 행위에서 나오는 것이라고 할 수 있다. 즉 이것은 인간이 태어나게 되면서 지니게 되는 의식주에 대한 욕망 다음으로 강한 욕망으로 자신을 나타내보이려고 하는 욕망이 예술로 승화되어 나타나게 된 것으로 볼 수 있는 것이다. 따라서 자기표현에 대한 욕구는 말과 글, 그림 등의 언어를 사용하거나 시각적 요소를 동원하기도 하며, 자신의 신체 움직임 및 여러 양상의 행동을 통하여 자신의 감정이나 생각, 경험을 총체적으로 표현하는 것으로 전달과 소통의 의미를 가지게 된다. 이에 따라 예술은 노래로 자기표현을 하게 되면 음악이 되고, 그림으로 표현하게 되면 미술, 신체의 움직임으로 표현하게 되면 무용의 장르가 되는 것이다. 무용은 자기표현이 가장 기본적인 정서적 토대가 되고, 인간의 내면적·정신적·주체적인 것들을 신체를 통하여 외면적으로 형상화 하는 것이 바로 무용이 되는 것이다(김혜은·송혜순, 2006).

자신의 내면을 몸짓으로 표현한다는 측면에서 무용과 자기표현 사이에는 표현성(expressiveness)라는 개념이 존재한다. 이러한 표현성에 대하여 Allport & Vernon(1933)은 한 개인을 다른 사람으로부터 확실하게 구별하게 해주는 모든 행동양상으로 정의한 바 있으며, 표현적 행동의 일관성에 대한 분석이 성격을 이해하는데 필요한 첫 번째 단계라는 것을 주장한 바 있다. 표현성에 있어 개인차에 대해 진행된 연구는 1970년대부터 다시 시작된 바 있는데(Buck, Savin, Miller, & Caul, 1972; Snyder, 1974), 이 시기에는 얼굴 표정에 대한 연구가 흥미를 가지는 시기이기도 하였다(Ekman, Friesen, & Ellsworth, 1972; Izard, 1971). 이들은 상이한 문화권의 사람들이 얼굴표정의 의미에 관하여 동일하게 받아들여야 하는 것인지에 관해 연구를 진행한 바 있는데, 연구 참가자들에게 분노, 혐오, 공포, 행복, 슬픔, 놀람 등 6장의 사진을 보여주고 어떠한 사진이 각각의 정서를 표상하는지 확인하는 가였다(Ekman, Friesen, & Ellsworth, 1972). 연구 결과에서 세계 전역의 다른 사회 사람들이 대부분 얼굴을 통하여 드러나는 정서표현을 정확하게 인지한 바 있으며, 이에 따라 소수의 얼굴표정들은 모든 문화의 사람들에게 대체

로 동일한 정보를 전달한다는 의미에서 보편적이라 결론을 지을 수 있었다. 사람들은 얼굴 이외에도 몸의 자세, 몸짓, 걸음걸이와 속도, 방향, 손동작 등과 같은 신체 동작들을 통한 비언어적인 방법으로 자신을 표현하기도 한다. 무용과 같은 비언어적 방법으로 표현하는 성향에 관한 연구들은 자율신경계의 각성(Levenson, Ekman, & Friesen, 1990), 다른 상황에서 정서를 지각하는 능력(Zuckerman, Hall, DeFranf, & Rosenthal, 1976), 어떠한 요구에 대하여 정서적 표현을 해내는 능력(Berenbaum & Rotter, 1992), 정서의 주관적인 경험(Ekman, Davidson, & Friesen, 1990), 사회적인 기술과 의사소통(Buck, Losow, Murphy, & Costanzo, 1992), 그리고 성별의 차이(Hall, 1978) 등 다양한 방법을 통하여 연구된 바 있다.

무용에 있어서 표현성의 근거로 볼 수 있는 것은 무엇보다 무용수 자신의 주체적 개성의 표현이라고 할 수 있다. 즉 여러 감정과 정서, 의식, 사고 등으로부터 자신이 표현하고자 하는 정서를 선택하고 발견하는 것을 기초로 하여 섬세한 몸짓 하나까지 무용수의 본질적인 성향을 내포한 것으로 볼 수 있는 것이다(박현정, 2009). 개인이 가지고 있는 정서와 의식, 사고 등을 표현하여 개성을 나타내는 것을 무용의 표현성이라고 했을 때, 표현성 그 자체가 바로 자신을 나타내고자 하는 자기표현과 맞닿아 있다는 것을 각 연구들로부터 얻을 수 있는 결과라고 할 수 있는 것이다. 표정과 의사, 의사소통, 정서적 주관성 등은 모두 다른 사람에게 나의 모습을 표현하고자 하는 욕망 때문에 일어나는 것으로 볼 수 있다. 각종 연구들을 통하여 이것이 표현력과 영향이 있다는 것이 밝혀짐을 보았을 때, 몸짓을 사용하는 무용에서 나타나는 표현성은 자기표현과 밀접한 관계가 나타나고 있음을 증명하고 있다. 따라서 무용을 함에 있어서 자기표현은 항상 내포되어 있는 것이고, 반대로 말하여 무용을 접하지 않음으로 인하여 자기표현의 요소들이 부족함을 나타낼 수도 있다는 것을 가설해 볼 수 있다고 할 수 있는 것이다. 이에 본 연구에서는 자기표현과 무용과의 관계를 밝혀 어떠한 시사점이 있는지를 알아보고자 하는 것이다.

### III. 연구방법

#### 1. 연구대상

본 연구는 생활무용을 전수하는 교육기관에서 생활무용 수업을 생활무용 참가자와 직장생활을 하는 일반인을 대상으로 모집단을 설정하였다. 또한 사회생활을 하면서 표현하게 되는 자기표현의 정도를 알아보기 위한 연구가 진행되었기 때문에 무용을 접하고 있는 사람도 사회 속에서 일정한 수입이 있는 직업을 가진 사람을 대상으로 삼았다. 표집방법으로는 임의표집(random sampling)을 통하여 6개월 이상 무용을 접한 수강생들과 직장생활을 하고 있는 일반인들을 대상으로 설문지를 배포하여 설문을 실시하였다. 생활무용 참가자들에게는 총 94부의 설문지를 배포하였고, 일반인들에게는 설문지 99부를 배포하였다. 그 중에서 무응답 또는 중복표기, 불성실한 응답으로 판단되는 설문지 총 28부(무용인: 25, 일반인: 3)는 무효처리가 되었다. 이에 따라 최종 자료 분석은 총 165명(무용인: 69, 일반인: 96)을 대상으로 연구가 진행되었다. 설문 표본이 작은 이유는 지역에서 생활무용 참가자들이 대부분 사회생활을 하는 직장인보다 미성년자의 경우나 학생의 경우가 많았기 때문에 전체적인 표본의 숫자가 적었다. 설문지 배포 대상자가 대부분 사회 초년생이었기 때문에 자신들의 소득과 근무기간에 대한 확실한 근거가 없었기에 이에 대한 불성실한 응답이 많았으며, 설명과 양해가 있었음에도 불구하고 일과 이후에 생활무용 강의 시간 전에 이루어져 스트레스 때문에 불성실한 응답이 많아 표본이 이와 같은 한계를 가진 것으로 보인다.

#### 2. 조사도구 및 신뢰도

본 연구에서는 사회 속에서 나타날 수 있는 자기표현을 중심으로 하여 생활무용 참가자가 일반인에 비하여 자기표현의 정도가 높을 것이라는 가정 아래에 이를 알아보기 위하여 설문지를 구성하게 되었다. 질문지의 내용들에는 이러한 의문을 해소하기 위하여 자기표현의 각 요인들을 포함하여 구성되어 있다. 또한 연구에서

〈표 1〉 설문지의 구성

변인	구성내용	문항수	문항반응
배경 변인	성별, 나이, 교육수준, 직업분류, 경력, 소득수준	6	명목척도
자기표현	적극적표현 소극적표현 윤리적표현 이타적표현 직설적표현 회피적표현	3 4 3 3 3 2	5점 리커트
계		24	

검사지 1면에 측정도구에 대한 사회적 기대 부응답변(social desirability)을 배제하기 위해 안내문을 게시하였고, 자료 배포시에 충분한 설명을 동반하였다.

설문지의 구성은 먼저 모집단의 인구사회학적 특성을 파악하기 위한 성별, 연령대, 교육수준, 생활무용을 접한 시기 및 동기에 대해 알아보았다. 인구사회학적 특성을 알아보기 위한 문항은 명목척도로서 해당되는 번호에 표시하도록 유도하였다. 그리고 본 연구에 사용된 자기표현의 설문은 자신의 의견, 생각, 느낌 등을 그대로 솔직하게 상대방에게 직접 나타내는 것을 측정하기 위하여 제작된 Rathus Assertive Scale(1973)의 대학생적응도검사(Student Adaptation to college Questionnaire: SACQ)를 김정숙(1998)이 번안하여 표준화시킨 설문지를 토대로 하여 배현정(2012)이 재구성한 것을 참조하였다. 자기표현에 대한 총 18문항의 설문을 본 연구의 취지에 맞게 수정하여 설문지를 구성하게 되었다.

자기표현에 대하여 본 설문에서는 총 6가지의 요인으로 나누어 설명하고 있는데, 그것은 자기표현에 담긴 주장행동에 의하여 이러한 요인이 발생되었다고 볼 수 있다. 자기표현은 자신의 주장행동으로 잘 나타나는 것을 볼 수 있는데, 이 주장행동을 보다 정확하게 이해하기 위해서는 주장행동의 반대되는 비주장 행동의 하위요소인 공격적 행동과 소극적 행동을 구분해서 보아야 한다. 첫 번째, 공격적 행동이란 한 인간이 상대방의 권리를 침해하면서까지 자가 자신의 권리를 행사하는 대인관계 행동을 의미한다(손영재, 2001). 단순하게 자기 자신의 생각이나 감

정을 있는 그대로 정직하게 표현하기 보다는 상대방을 지배하고자 하는데 그 의미가 있다. 상대방의 의견이나 기분을 무시하면서 자기주장을 펴는 공격적인 사람을 주장적인 사람이라고 생각하기 쉬우나, 주장행동과 공격행동은 상대방의 인격이나 권리에 대한 태도에서 확실히 구분된다.

두 번째, 소극적 행동이란 실제로 아주 중요한 인간의 권리를 자기 스스로 무시함으로 인하여 자신의 권리를 침해하거나 상대방으로 하여금 자신의 권리를 침해하도록 묵인하는 경우이다(손영재, 2001). 즉 이 두 가지가 결합된 행동인 주장행동으로 나타날 때 비로소 자기표현의 방법으로 볼 수 있는 것이다(배현정, 2012). 이에 따라 본 연구에서 사용된 자기표현의 요소들은 이러한 공격적 행동과 소극적 행동을 모두 고려한 6가지의 요인, 적극적, 소극적, 윤리적, 이타적, 직설적, 회피적 요인들을 고려하여 문항이 구성되었다.

신뢰도라고 하는 것은 설문지를 이용하여 반복되는 측정 속에서 어느 정도의 동일한 결과를 얻을 수 있는지를 알아보는 조사이며, 이 신뢰도로 인하여 연구결과에 의한 신뢰성이 결정된다고 할 수 있다. 본 연구의 신뢰도 측정 방법은 Cronbach's  $\alpha$  계수를 이용하여 신뢰도를 저해하는 항목을 측정도구에서 제외하면서 각 항목들의 내적인 일관성을 높이는 방법으로 신뢰도 측정이 이루어졌다. 이 과정에서 Nunnally에 의하면 일반적으로 신뢰도 계수가 0.60이상의 수치가 나타나면 비교적 신뢰도가 높다고 밝혀진 바 있다(Nunnally, 1994). 이에 따라 본 연구의 신뢰도 측정을 살펴보면 <표 2>와 같다.

전체적으로 보았을 때 Cronbach's  $\alpha$ 의 수치가 .758로 나타남을 확인할 수 있다. 이 수치를 기반으로 보았을 때, 신뢰도 분석에 따르면 신뢰도의 수치가 적정수

<표 2> 조사도구의 신뢰도 분석

변인	구성내용	Cronbach's $\alpha$	
자기표현	적극적표현	.804	.758
	소극적표현	.761	
	윤리적표현	.710	
	이타적표현	.759	
	직설적표현	.749	
	회피적표현	.768	

준을 가지고 있다고 할 수 있다. 신뢰도 및 모든 통계의 결과는 SPSS 18.0 프로그램을 통하여 이루어졌고, 인구학적 특성에 따른 자기표현의 차이를 일원변량분석을 통해 알아보았고, 일반인과 무용을 접하는 사람의 비교를 t-검정분석을 통해 결과를 도출해 내었다.

## IV. 연구결과

### 1. 연구대상의 인구학적 특성 분포

연구대상자의 인구학적 특성을 조사하여 결과를 살펴보면 다음 <표 3>에서 나타나는 것으로 나타내 볼 수 있다.

<표 3> 연구대상의 인구학적 특성(n=165)

구 분	빈도	백분율(%)	
성 별	남	49	29.7
	여	116	70.3
연령대	20대	92	55.8
	30대	48	29.1
	40대	20	12.1
	50대	3	1.8
	60대 이상	2	1.2
교육수준	중졸 이하	2	1.2
	고졸	74	44.8
	전문대졸	44	26.7
	대졸	38	23.0
	대학원 재학 이상	7	4.2
직 업	생산, 기술직	7	4.2
	교육, 연구직	38	23.0
	영업, 마케팅직	13	7.9
	관리, 사무직	30	18.2
	전문직	23	13.9
	기타	54	32.7

〈표 3〉 계속

구 분	빈도	백분율(%)	
근무기간	6개월 미만	52	31.5
	6개월 이상-1년 미만	20	12.1
	1년 이상-2년 미만	26	15.8
	2년 이상-3년 미만	22	13.3
	3년 이상	45	27.3
소득수준	100만 원 미만	63	38.2
	100만 원 이상-200만 원 미만	52	31.5
	200만 원 이상-300만 원 미만	25	15.2
	300만 원 이상-400만 원 미만	14	8.5
	400만 원 이상	11	6.7

〈표 3〉을 살펴보면 먼저 조사대상자의 성별에서는 여자(70.3%)가 남성(29.7%)보다 많은 수치를 나타내고 있음을 확인할 수 있다. 이는 생활무용 참가자의 대부분이 여성이기 때문으로 볼 수 있다. 연령대에서는 20대(55.8%), 30대(29.1%)로 이루어진 사회초년기의 사람들이 많이 응답한 것을 볼 수 있다. 교육수준에서는 고졸(44.8%), 전문대졸(26.7%), 대졸(23.0%)이 대부분의 응답을 나타내었다. 20대의 응답수준이 높은 것과 연관이 있는 것으로, 대부분 빠른 시기에 사회에 진출한 사람들이 응답한 것으로 확인할 수 있다. 직업에서는 기타(32.7)가 가장 높은 수치를 나타내었고, 교육, 연구직(23.0%), 관리, 사무직(18.2%), 전문직(13.9%)순으로 나타나면서 비교적 다양한 분야에서의 응답이 이루어짐을 확인할 수 있었다. 근무기간에서는 6개월 미만(31.5%)이 가장 높게 나타났으며, 다음으로 3년 이상(27.3%)이 높은 수치를 나타내었다. 사회 초년생과 함께 사회에서 어느 정도의 경력을 가지고 있는 사람들이 해당 설문에 응해주었다는 것을 확인할 수 있다. 소득수준에서는 100만원 미만(38.2%)과 100만 원 이상-200만 원 미만(31.5%)이 대부분을 차지하고 있는데, 이는 경력 사항과 어느 정도 연결된 결과로, 사회 초년생의 응답 비율이 높아 소득수준에 있어서도 비교적 낮은 수준의 결과를 나타내고 있는 것을 확인할 수 있다.

## 2. 인구학적 특성에 따른 자기표현의 차이

무용 경험의 여부에 따라 자기표현의 차이를 알아보기 이전에 인구학적 특성에 따라 자기표현이 어떠한 관계를 가지고 있는지 분석하기 위하여 결과를 도출하였다. 먼저 연령별에 따라 자기표현의 차이를 알아보기 위하여 일원변량분석을 통하여 결과를 도출하였다. 연령별로 보았을 때, 적극적표현과 소극적표현, 윤리적표현에서는 모두 유의확률 .05보다 크게 나타나 유의미한 차이를 나타내지 않은 것으로 나타났다.

이타적표현에서 이타적표현2 질문과 직설적표현2가 유의미한 차이를 나타내었으며, 회피적표현에서는 모든 질문에서 유의미한 차이를 나타내었다. 이를 확인하

〈표 4〉 연령별 자기표현의 차이

	N	M	SD	F	p
적극적표현1	165	2.39	.881	1.234	.298
적극적표현2	165	2.60	.868	1.269	.285
적극적표현3	165	2.63	.885	1.981	.100
소극적표현1	165	2.83	.809	2.111	.082
소극적표현2	165	2.78	.872	.579	.678
소극적표현3	165	2.96	.949	1.396	.238
소극적표현4	165	2.95	.850	.660	.620
윤리적표현1	165	2.54	.859	2.392	.053
윤리적표현2	165	2.45	.837	.723	.577
윤리적표현3	165	2.48	.894	1.230	.300
이타적표현1	165	2.75	.874	1.595	.178
이타적표현2	165	2.60	.747	3.007	.020
이타적표현3	165	2.87	.805	2.424	.050
직설적표현1	165	2.60	.747	.540	.707
직설적표현2	165	2.97	.907	3.556	.008
직설적표현3	165	2.63	.828	1.290	.276
회피적표현1	165	3.05	.875	3.585	.008
회피적표현2	165	3.27	.946	3.373	.011

p<.05

www.kci.go.kr

기 위하여 사후검정을 실시한 결과에서는 이타적표현2 질문에서 60대 이상(M=3.00)의 집단이 가장 높게 나왔고, 직설적표현2 질문에서는 60대 이상(M=3.50)이 가장 높게 나왔다. 회피적표현1에서는 60대 이상(M=3.50)이 가장 높게 나타났고, 회피적표현2에서는 40대(M=3.65)의 집단이 가장 높게 나왔다. 즉 연령별 차이에서는 별다른 유의미한 차이를 나타내지 못했지만, 이타적표현과 직설적표현에서는 60대 이상이 가장 높은 표현력을 가졌으며, 회피적표현에서는 60대 이상과 40대가 높은 표현력을 가졌다는 것을 확인할 수 있다.

다음으로 성별에 따른 차이를 알아보기 위하여 성별에 따른 자기표현을 t-검정 분석을 통하여 확인하였다.

〈표 5〉 성별 자기표현의 차이

		N	M	SD	t	p
적극적표현1	남	49	2.18	1.034	-1.952	.010
	여	116	2.47	.796		
적극적표현2	남	49	2.43	.957	-1.657	.057
	여	116	2.67	.821		
적극적표현3	남	49	2.53	1.043	-.940	.003
	여	116	2.67	.811		
소극적표현1	남	49	2.90	.797	.697	.928
	여	116	2.80	.815		
소극적표현2	남	49	2.80	.912	.192	.352
	여	116	2.77	.858		
소극적표현3	남	49	3.16	1.007	1.767	.224
	여	116	2.88	.915		
소극적표현4	남	49	3.02	.946	.735	.417
	여	116	2.91	.808		
윤리적표현1	남	49	2.43	.913	-1.078	.430
	여	116	2.59	.835		
윤리적표현2	남	49	2.27	.836	-1.902	.561
	여	116	2.53	.828		
윤리적표현3	남	49	2.33	.922	-1.483	.837
	여	116	2.55	.878		

〈표 5〉 성별 자기표현의 차이

		N	M	SD	t	p
이타적표현1	남	49	2.57	.842	-1.671	.718
	여	116	2.82	.881		
이타적표현2	남	49	2.49	.767	-1.233	.545
	여	116	2.65	.737		
이타적표현3	남	49	2.80	.841	-.795	.193
	여	116	2.91	.791		
직설적표현1	남	49	2.59	.788	-.091	.603
	여	116	2.60	.733		
직설적표현2	남	49	3.12	.881	1.411	.988
	여	116	2.91	.913		
직설적표현3	남	49	2.39	.731	-2.484	.262
	여	116	2.73	.848		
회피적표현1	남	49	3.08	.932	.315	.052
	여	116	3.03	.854		
회피적표현2	남	49	3.43	.913	1.379	.739
	여	116	3.21	.956		

p<.05

성별의 자기표현 차이를 살펴보면 적극적표현1의 질문과 적극적표현3의 질문에서 유의미한 차이(p<.05)를 나타내는 것으로 볼 수 있다. 적극적표현1의 질문에서는 여자(M=2.47)의 경우가 더욱 많은 숫자를 나타내었고, 적극적표현3에서도 여자(M=2.67)의 경우가 더 높은 수치를 나타내었다. 즉 다른 요인에서는 자기표현에서 성별에 따라 크게 차이는 나타나지 않았지만, 적극적 표현에서 차이가 낮으며, 여성의 경우 높은 수준의 적극적 표현을 한다는 것을 본 조사결과를 통해 확인할 수 있었다.

다음으로 교육수준별로 자기표현의 차이를 살펴보면 〈표 6〉과 같이 나타낼 수 있다. 교육수준별 자기표현의 차이에서는 적극적표현과 윤리적표현, 이타적표현에서는 유의확률 .05보다 크게 나타나 유의미한 차이가 나타나지 않는 것으로 확인해볼 수 있다. 그 중에서 소극적표현3과 소극적표현4, 직설적표현2, 그리고 회

www.kci.go.kr

〈표 6〉 교육수준별 자기표현의 차이

	N	M	SD	F	p
적극적표현1	165	2.39	.881	.712	.585
적극적표현2	165	2.60	.868	1.067	.375
적극적표현3	165	2.63	.885	.669	.615
소극적표현1	165	2.83	.809	1.709	.151
소극적표현2	165	2.78	.872	.550	.699
소극적표현3	165	2.96	.949	2.669	.034
소극적표현4	165	2.95	.850	2.802	.028
윤리적표현1	165	2.54	.859	2.288	.062
윤리적표현2	165	2.45	.837	1.111	.353
윤리적표현3	165	2.48	.894	1.190	.317
이타적표현1	165	2.75	.874	.644	.632
이타적표현2	165	2.60	.747	1.166	.328
이타적표현3	165	2.87	.805	2.154	.077
직설적표현1	165	2.60	.747	.978	.421
직설적표현2	165	2.97	.907	4.276	.003
직설적표현3	165	2.63	.828	1.159	.331
회피적표현1	165	3.05	.875	4.545	.002
회피적표현2	165	3.27	.946	3.830	.005

p<.05

피적표현에 있어서 모두 유의미한 차이를 나타내고 있는 것을 확인할 수 있다. 이를 확인하기 위하여 사후검정에서의 결과를 살펴보면 소극적표현3에서는 중졸 이하(M=3.50)의 집단이 가장 높게 나타났고, 소극적표현4에서도 중졸 이하(M=3.50)의 집단이 가장 높게 나타난 것을 확인할 수 있다. 직설적표현2에서 역시 중졸 이하(M=3.50)의 집단이 가장 높게 나타났으며, 회피적표현1에서는 중졸 이하(M=3.50), 회피적표현2에서는 전문대졸(M=3.61)이 가장 높게 나타났다. 소극적표현과 직설적표현에 있어서 중졸 이하의 학력에서 표현정도가 높다는 것을 확인할 수 있으며 회피적 표현에서도 중졸 이하의 집단이 높게 나타났다.

다음으로 직업별로 자기표현의 차이를 살펴보면 〈표 7〉과 같이 나타낼 수 있다. 직업별 자기표현의 차이에서는 적극적표현과 이타적표현에서는 유의확률 .05보

다 크게 나타나 유의미한 차이가 나타나지 않는 것으로 확인해볼 수 있다. 그 중에서 소극적표현1과 윤리적표현1, 직설적표현3, 회피적표현1에서 유의미한 차이가 나타난 것을 확인할 수 있다. 이를 확인하기 위하여 사후검정에서의 결과를 살펴보면 소극적표현1에서 영업 마케팅직(M=3.23)의 집단이 가장 높게 나타났고, 윤리적표현1에서 기타(M=2.81)의 집단이 가장 높게 나타났다. 직설적표현3에서는 기타(M=2.93)가 가장 높게 나타났고, 회피적표현1에서는 관리 사무직(M=3.63)의 집단이 가장 높게 나타났다. 기타의 경우 다양한 직업군이 모여 있기 때문에 윤리적표현과 직설적표현에 있어서 높은 수치가 나타났음을 유추해 볼 수 있다. 적극적표현을 할 것 같은 마케팅직에서 오히려 소극적 표현을 함이 드러났고, 사무직의 경우에는 회피적 표현이 높게 나타난다는 것을 연구결과를 통해 확인할 수 있었다.

〈표 7〉 직업별 자기표현의 차이

	N	M	SD	F	p
적극적표현1	165	2.39	.881	2.140	.063
적극적표현2	165	2.60	.868	.664	.652
적극적표현3	165	2.63	.885	.856	.512
<b>소극적표현1</b>	<b>165</b>	<b>2.83</b>	<b>.809</b>	<b>2.387</b>	<b>.040</b>
소극적표현2	165	2.78	.872	1.801	.116
소극적표현3	165	2.96	.949	.783	.564
소극적표현4	165	2.95	.850	1.645	.151
<b>윤리적표현1</b>	<b>165</b>	<b>2.54</b>	<b>.859</b>	<b>2.933</b>	<b>.015</b>
윤리적표현2	165	2.45	.837	1.189	.317
윤리적표현3	165	2.48	.894	.984	.429
이타적표현1	165	2.75	.874	1.681	.142
이타적표현2	165	2.60	.747	1.546	.179
이타적표현3	165	2.87	.805	.403	.846
직설적표현1	165	2.60	.747	1.665	.146
직설적표현2	165	2.97	.907	1.991	.083
<b>직설적표현3</b>	<b>165</b>	<b>2.63</b>	<b>.828</b>	<b>3.402</b>	<b>.006</b>
<b>회피적표현1</b>	<b>165</b>	<b>3.05</b>	<b>.875</b>	<b>2.453</b>	<b>.036</b>
회피적표현2	165	3.27	.946	1.706	.136

p<.05

www.kci.go.kr

〈표 8〉 근무기간별 자기표현 차이

	N	M	SD	F	p
적극적표현1	165	2.39	.881	2.490	.045
적극적표현2	165	2.60	.868	2.930	.023
적극적표현3	165	2.63	.885	.309	.872
소극적표현1	165	2.83	.809	.471	.757
소극적표현2	165	2.78	.872	.968	.427
소극적표현3	165	2.96	.949	2.145	.078
소극적표현4	165	2.95	.850	.268	.898
윤리적표현1	165	2.54	.859	5.295	.000
윤리적표현2	165	2.45	.837	1.370	.247
윤리적표현3	165	2.48	.894	4.136	.003
이타적표현1	165	2.75	.874	.831	.507
이타적표현2	165	2.60	.747	.779	.540
이타적표현3	165	2.87	.805	.582	.676
직설적표현1	165	2.60	.747	3.351	.012
직설적표현2	165	2.97	.907	4.366	.002
직설적표현3	165	2.63	.828	4.093	.003
회피적표현1	165	3.05	.875	.569	.686
회피적표현2	165	3.27	.946	4.717	.001

p<.05

다음으로 근무기간별로 자기표현의 차이를 살펴보면 〈표 8〉과 같이 나타낼 수 있다. 근무기간별 자기표현의 차이에서는 소극적표현과 이타적표현에서는 유의확률 .05보다 크게 나타나 유의미한 차이가 나타나지 않는 것으로 확인해 볼 수 있다. 그 중에서 적극적표현1, 2, 그리고 윤리적표현1, 윤리적표현3, 회피적표현2에서 유의미한 차이가 나타났고, 직설적표현에서는 모든 문항에서 유의미한 차이가 나타남을 확인할 수 있다. 직설적표현1에서는 6개월 미만(M=2.62)의 집단이 가장 높게 나타났고, 적극적표현2에서는 1년 이상-2년 미만(M=2.85)의 집단이 가장 높게 나타났다. 윤리적표현1에서는 1년 이상-2년 미만(M=3.00)의 집단이 가장 높게 나타났고, 윤리적표현3에서는 6개월 미만(M=2.75)의 집단이 가장 높게 나타났으며, 회피적표현2에서는 1년 이상-2년 미만(M=3.73)의 집단이 가장 높게 나타

났다.

근무기간별 자기표현의 차이에서는 직설적표현 질문 모두에서 유의미한 차이를 나타내었는데 그것을 자세히 보면, 직설적표현1에서는 6개월 이상-1년 미만(M=2.90)의 집단이 가장 높게 나타났으며, 직설적표현2에서는 6개월 미만(M=2.73), 직설적표현3에서도 6개월 미만(M=2.94)의 집단이 가장 높게 나타났다. 일부분의 적극적표현과 윤리적표현, 회피적표현, 그리고 직설적표현에서 근무기간이 낮을수록 높은 수준의 자기표현이 나타나고 있다.

다음으로 소득별로 자기표현의 차이를 살펴보면 <표 9>과 같이 나타낼 수 있다. 소득별 자기표현의 차이에서는 적극적표현과 소극적표현, 이타적표현에서는 유의확률 .05보다 크게 나타나 유의미한 차이가 나타나지 않는 것으로 확인해볼 수 있

<표 9> 소득별 자기표현 차이

	N	M	SD	F	p
적극적표현1	165	2.39	.881	1.283	.279
적극적표현2	165	2.60	.868	1.139	.340
적극적표현3	165	2.63	.885	1.779	.136
소극적표현1	165	2.83	.809	.788	.535
소극적표현2	165	2.78	.872	.933	.446
소극적표현3	165	2.96	.949	2.199	.071
소극적표현4	165	2.95	.850	.487	.746
윤리적표현1	165	2.54	.859	2.226	.069
윤리적표현2	165	2.45	.837	2.111	.082
윤리적표현3	165	2.48	.894	2.986	.021
이타적표현1	165	2.75	.874	.250	.909
이타적표현2	165	2.60	.747	.413	.799
이타적표현3	165	2.87	.805	1.708	.151
직설적표현1	165	2.60	.747	.324	.862
직설적표현2	165	2.97	.907	3.651	.007
직설적표현3	165	2.63	.828	3.395	.011
회피적표현1	165	3.05	.875	4.255	.003
회피적표현2	165	3.27	.946	3.839	.005

p<.05

다. 그 중에서 윤리적표현3과 직설적표현2, 3에서 유의미한 차이가 나타났으며, 회피적표현에서는 모든 문항에서 유의미한 차이가 나타나고 있음을 확인할 수 있다. 윤리적표현3에서는 100만 원 미만(M=2.59)의 집단이 가장 높게 나타났으며, 직설적표현2에서는 300만 원 이상-400만 원 미만(M=3.36)의 집단, 직설적표현3에서는 100만 원 미만(M=2.90)의 집단이 가장 높게 나타났다. 회피적표현1에서는 200만 원 이상-300만 원 미만(M=3.32)의 집단이 가장 높게 나타났으며, 회피적표현2에서는 100만 원 이상-200만 원 미만(M=3.60)의 집단이 가장 높게 나타남을 확인할 수 있다.

### 3. 무용 경험 여부에 따른 자기표현의 차이

본 연구에서는 무용에 대해 접하거나 지속적으로 무용을 행하는 사람과 일반인의 경우에 자기표현에 있어서 차이가 있을 것이라고 가정하였다. 즉 생활무용 참가자가 일반인의 경우보다 자기표현에 있어서 더 나은 모습을 보일 것이라는 가정 아래에 본 연구에서 일반인과 생활무용 참가자의 자기표현 차이를 분석해 보았다.

〈표 10〉에서 살펴보면 적극성을 묻는 적극적표현1 문항( $t=1.482$ )과 적극적표현2 문항( $t=1.756$ )에서 생활무용 참가자가 일반인에 비하여 높은 수치의 적극적 표현을 하는 것으로 나타났다. 적극적표현3 문항( $t=-.443$ )에서는 일반인이 무용을 접하는 사람보다 높은 것으로 드러났으나, 세 가지 문항 모두 유의한 의미( $p<.05$ )를 나타내지 못하였다. 즉 자기표현의 적극적표현 요인에서는 생활무용 참가자와

〈표 10〉 적극적표현 요인에서의 차이

		N	M	SD	t	p
적극적표현1	무용	69	2.51	.797	1.482	.140
	일반인	96	2.30	.930		
적극적표현2	무용	69	2.74	.700	1.756	.081
	일반인	96	2.50	.962		
적극적표현3	무용	69	2.59	.773	-.443	.658
	일반인	96	2.66	.961		

$p<.05$

〈표 11〉 소극적표현 요인에서의 차이

		N	M	SD	t	p
소극적표현1	무용	69	2.74	.678	-1.230	.221
	일반인	96	2.90	.888		
소극적표현2	무용	69	2.72	.820	-.637	.525
	일반인	96	2.81	.910		
소극적표현3	무용	69	2.77	.770	-2.271	.024
	일반인	96	3.10	1.041		
소극적표현4	무용	69	2.75	.755	-2.496	.014
	일반인	96	3.08	.890		

$p < .05$

일반인 사이에서의 차이가 나타나지 않은 것으로 드러난 것을 확인할 수 있다.

다음으로 소극적표현 요인에서의 차이를 살펴보면 먼저 소극적표현1 문항( $t = -1.230$ )과 소극적표현2 문항( $t = -.637$ ), 소극적표현3 문항( $t = -2.271$ ), 소극적표현4 문항( $t = -2.496$ )의 4개 문항 모두에서 생활무용 참가자보다 일반인이 더 많은 수치의 표현을 하는 것으로 나타났다. 그러나 그 중에서 소극적표현3 문항과 소극적표현4 문항만이 유의한 의미( $p < .05$ )를 나타내고 있다. 자기표현에 있어서 소극적표현은 자신의 의사와 욕구를 외부에 소극적으로 표현하는 것으로, 소극적표현3 문항에서는 자신을 향한 칭찬에 제대로 된 반응을 하지 못하고 소극적으로 대응하는 것을 묻는 질문으로 이를 통하여 외부 소통에 대한 적절한 대응을 하지 못하는 것을 알아보고 있다. 소극적표현4 문항에서는 매력적 이성에게 대화를 시도할 수 있는가를 알아보는 질문인데, 이를 통하여 자신의 의사를 소극적 표현 정도를 알아보고 있다. 즉 이를 통하여 일반인의 경우에 자신의 표출하는 자기표현에서 생활무용 참가자에 비하여 소극적인 대응과 표현 방법을 통해 자기표현을 하고 있음을 확인할 수 있다.

다음으로 윤리적표현 요인에서 살펴보면 〈표 12〉에서 살펴볼 수 있듯이 윤리적표현1 문항( $t = 2.968$ )과 윤리적표현2 문항( $t = 1.637$ ), 윤리적표현3 문항( $t = 2.057$ ) 모두에서 일반인 보다 생활무용 참가자의 수치가 높은 것으로 나타났다. 이 중에

〈표 12〉 윤리적표현 요인에서의 차이

		N	M	SD	t	p
윤리적표현1	무용	69	2.77	.689	2.968	.003
	일반인	96	2.38	.932		
윤리적표현2	무용	69	2.58	.651	1.637	.104
	일반인	96	2.36	.942		
윤리적표현3	무용	69	2.65	.783	2.057	.041
	일반인	96	2.36	.953		

$p < .05$

서 윤리적표현1 문항과 윤리적표현3 문항에서 유의한 의미( $p < .05$ )를 지니고 있는 것으로 드러났다.

윤리적표현1 질문에서는 공공질서에 대한 자신의 의견을 표출하는 과정에서 자기표현을 어떻게 하는가를 알아보고 있고, 윤리적표현3 질문에서는 자신에 대한 나쁜 소문에 대해 어떻게 대응하는가를 알아보는 질문으로 이루어졌다. 즉 이를 통해 알아볼 수 있는 것은 공공질서를 해하는 행동에 대하여 이를 바로잡고자 하는 행동, 그리고 자신을 향한 비(非)윤리적 상황에 대해서 이를 바로잡고자 하는 행동에서 생활무용 참가자가 더욱 적극적인 모습으로 반응하고 있는 것을 이 결과를 통해 알아볼 수 있었다.

다음으로 이타적표현 요인에서 살펴보면 〈표 13〉에서 살펴볼 수 있듯이 이타적표현1 문항( $t = .642$ )과 이타적표현2 문항( $t = .759$ )에서는 무용을 접한 사람이 일반

〈표 13〉 이타적표현 요인에서의 차이

		N	M	SD	t	p
이타적표현1	무용	69	2.80	.815	.642	.522
	일반인	96	2.71	.917		
이타적표현2	무용	69	2.65	.724	.759	.449
	일반인	96	2.56	.765		
이타적표현3	무용	69	2.78	.802	-1.221	.224
	일반인	96	2.94	.805		

$p < .05$

인보다 높은 수치의 결과가 나타나고 있다. 하지만 이타적표현3 문항( $t=-1.221$ )에서는 일반인의 수치가 무용을 접한 사람의 수치보다 높게 나타나고 있다. 그러나 이 모든 문항에서 유의한 의미를 갖지 못하면서( $p<.05$ ) 차이가 나타나지 않는 것으로 드러났다. 타인의 입장을 먼저 생각하는 이타적 표현의 요인에서는 생활무용 참가자, 일반인의 수준은 차이가 나지 않는 것으로 볼 수 있다.

다음 직설적표현 요인에서의 차이를 살펴보면 <표 14>에서 살펴볼 수 있듯이 직설적표현1 문항( $t=1.398$ )과 직설적표현3 문항( $t=3.236$ )에서 생활무용 참가자가 일반인보다 높은 수치의 결과를 나타내고 있고, 직설적표현2 문항( $t=-3.395$ )에서는 일반인이 생활무용 참가자보다 높은 수치를 나타내고 있다. 그 중에서 직설적표현2 문항과 직설적표현3 문항만이 유의미한 결과( $p<.05$ )를 나타내고 있는 것을 확인할 수 있다. 직설적표현2 문항은 구입한 물건에 대해 바꿀 수 있는지를 물어보는 질문으로 일반인이 이 질문에 있어서 더욱 높은 수치를 나타내었다. 이를 보아 물건 구매에 있어 직설적 표현은 일반인의 경우에 더욱 두드러진 행동으로 드러난다는 것을 확인할 수 있다. 직설적표현3 문항은 음식이나 형편없는 서비스에 직설적으로 표현할 수 있는지를 알아보는 것으로, 이 부분에 있어서 생활무용 참가자의 경우에는 자신의 의견을 일반인에 비하여 더욱 두드러지게 행동한다는 것을 확인할 수 있다. 이를 보아 직설적 표현에서도 상황에 따라 일반인과 생활무용 참가자의 행동이 달라진다는 것을 확인할 수 있다.

<표 14> 직설적표현 요인에서의 차이

		N	M	SD	t	p
직설적표현1	무용	69	2.70	.649	1.398	.164
	일반인	96	2.53	.807		
직설적표현2	무용	69	2.70	.773	-3.395	.001
	일반인	96	3.17	.948		
직설적표현3	무용	69	2.87	.684	3.236	.001
	일반인	96	2.46	.882		

$p<.05$

〈표 15〉 회피적표현 요인에서의 차이

		N	M	SD	t	p
회피적표현1	무용	69	2.77	.843	-3.615	.000
	일반인	96	3.25	.846		
회피적표현2	무용	69	2.94	.856	-3.976	.000
	일반인	96	3.51	.940		

p<.05

다음으로 회피적표현 요인에서의 차이를 살펴보게 되면 회피적표현1 문항( $t=-3.615$ )과 회피적표현2 문항( $t=-3.976$ ) 모두에서 일반인이 생활무용 참가자보다 높은 수치의 결과를 나타내고 있는 것을 볼 수 있다. 또한 두 가지 모두에서 유의미한 결과( $p<.05$ )를 나타내고 있기 때문에 차이가 나타난다고 해석해볼 수 있다. 이 회피적 표현에서는 자기표현 중에서 자신의 의사를 여러 환경과 타인과의 관계 속에서 숨기는 표현을 하는 것을 뜻하는 것으로 일반인의 경우에 자신의 의사를 외부에 잘 알리지 않는다는 것을 말하고 있다. 회피적표현1 질문에서는 논쟁이나 분쟁 상황에 있어서 자신의 입장이나 모습을 감추는 것을 알아보는 것이다. 그리고 회피적표현2 질문에서는 자신의 말이나 행동이 하찮게 여겨진다는 자의식을 알아보는 것으로, 이 두 가지 질문을 통하여 상황에 따라 자신의 신상을 회피하는 모습이 생활무용 참가자에 비하여 일반인이 더욱 두드러지게 나타난다는 것을 확인할 수 있다. 따라서 생활무용 참가자의 경우에 자기표현에 있어서 회피를 잘하지 않는다는 결과를 확인할 수 있다.

## V. 결론 및 제언

본 연구에서는 인간이 사회생활에서 조화롭게 살아가는데 꼭 필요한 기술인 자기표현에 대해 알아보기 위하여 진행되었다. 특히 자기표현은 개인의 의사 및 감정을 표현하는 방법으로 이를 통하여 개인의 권익을 보호하거나 타인과의 조화를 이루는데 큰 역할을 하게 된다. 이처럼 자기표현은 개인의 의사와 개성을 표현하

는 것이라고 보았을 때, 인간의 감정적 모습과 의사를 몸짓으로 표현하는 무용의 경우는 자기표현과 매우 밀접한 관계를 가지고 있을 것이라고 가정해 보았다. 이에 따라 본 연구에서는 생활 속에서 무용을 접하는 사람이 일반인에 비하여 자기표현의 정도가 높을 것이라고 보고, 무용을 접하는 사람과 일반인에 대하여 자기표현을 중심으로 조사하였을 때, 어떠한 결과가 나타나는 지에 대해 알아보는 조사를 진행하였다.

이를 위하여 현재 생활 속에서 무용수업에 참가하여 생활무용 참가자와 일반인(165명)을 대상으로 자기표현의 정도에 대해 조사하였으며, 이 둘 집단을 자기표현의 요인에 따라 비교분석하여 결과를 도출해낸 바 있다. 이에 따라 결과를 살펴보면 자기표현의 6가지 요인(적극적, 소극적, 윤리적, 이타적, 직설적, 회피적)의 두 집단 비교결과 적극적 표현과 이타적 표현에서는 두 집단 사이에 유의미한 차이가 나타나지 않았다. 그리고 소극적 표현과 윤리적 표현, 직설적 표현에서는 생활무용 참가자가 일반인에 비하여 부분적으로 더 나은 수준을 나타냈다는 결과를 도출할 수 있었다. 회피적 표현에 있어서는 생활무용 참가자가 일반인에 비하여 높은 수준으로 차이를 나타내었다는 결과를 나타내고 있는데, 이 회피적 표현에서는 어떠한 상황에 대하여 자신을 보호하고자 자신의 권익을 포기하거나 상황을 회피한다는 것을 나타내는 표현이라고 할 수 있다. 이에 따라 생활무용 참가자가 일반인에 비하여 회피적 행동을 비교적 덜 나타낸다는 결과를 도출해 내었다고 볼 수 있는 것이다.

그러나 연구결과 전체적으로 생활무용 참가자와 일반인 사이에 자기표현의 수준에 있어서 그다지 많은 차이를 나타내지 못하고 있는 것을 연구결과 확인할 수 있다. 이는 무용을 전공한 대학생들을 상대로 자기표현의 수단이 학교생활 및 사회생활 기술에 어떠한 영향을 주는지 알아본 배현정(2012)의 연구결과는 다소 다른 결과를 나타내고 있다. 그에 따르면 무용을 전공한 학생의 경우에는 자기표현의 요인에 따라 대학생활 및 사회생활에 필요한 기술에 영향을 미치게 되면서 전체적인 사회적 생활에서 적응력을 보인다는 연구결과를 나타내었다. 박성주(2006)의 연구에서도 방임아동에 대하여 무용/동작치료를 행하였을 때, 자기표현

의 수단이 높아지고 자아존중감에 긍정적 역할을 하게 됨에 따라 사회적 생활에 있어서 원만한 생활을 할 수 있는 기술을 터득하게 해준다는 시사점을 얻을 수 있다고 하였다. 자기표현의 수단으로 인하여 자신이 속한 조직, 그리고 직장에서의 적응력이 높아진다고 보았을 때, 본 연구에서 살펴본 자기표현의 비교결과는 일반인과 무용을 접한 사람들의 차이가 많이 나타나지 않음으로 인하여 무용과 자기표현과의 연결 관계를 높게 볼 수 없다는 것을 확인할 수 있었던 것이다. 즉 그들의 연구에서는 무용을 함으로 인하여 사회생활을 원만히 할 수 있는 자기표현의 정도가 높아질 수 있다는 것을 증명하였지만, 본 연구에서는 그와는 다르게 일반인과 무용을 하는 사람들의 자기표현 정도가 별다른 차이가 없음을 증명하게 된 것이다. 대학생과 방임아동이라는 특수한 대상을 벗어나 일반인을 대상으로 했을 때 무용 교육이 아닌 무용의 일반적인 접촉과 자기표현의 정도는 많은 관련이 있지 않다는 것을 밝혀내어 선행연구와는 차이가 있는 연구결과를 나타낸 것이다.

이 연구결과는 연구의 대상자가 비교적 사회생활을 시작한 지 얼마 안 된 사회 초년생으로 대부분 구성되어 조직에 적응하는 적응단계이기 때문에 모두가 자신을 표현하기보다 조직에 적응하기 위한 행동을 하기 때문에 무용이라는 요인이 자기표현에 영향을 미치지 않은 것으로 유추해 볼 수 있다. 그러나 이 연구 결과에서 회피적 표현의 경우 생활무용 참가자가 어떠한 상황에 대하여 자신의 권리에 대하여 회피하기보다 대응하는 모습을 나타낸다는 결과를 얻을 수 있었다. 즉 적극적인 자기표현보다는 소극적인 자기표현에서 부정적 반응보다는 긍정적 반응을 나타낸다는 결과를 얻어낸 것이다. 회피적 표현에서는 자신의 권리를 스스로 포기한다는 부정적 의미를 담고 있다. 이에 대하여 자신의 권리를 지키려는 소극적 표현을 함에 있어서 생활무용 참가자는 일반인에 비하여 나은 모습을 보인다는 것을 연구결과를 통해 확인할 수 있었던 것이다.

연구결과를 통하여 일반인에 비하여 생활무용 참가자의 경우에 자기표현의 요인 중에서 회피적 표현에서 차이가 나타남을 확인할 수 있다. 이와 관련하여 인구학적 특성에서의 결과를 살펴보면 회피적 표현에서의 차이에서 주로 40대 이상의 연령, 그리고 중졸과 전문대졸의 학력, 사무직의 직종, 100만 원-300만 원 사이의

소득의 대상자가 회피적 표현에서 높은 수치의 결과를 나타낸 바 있다. 이에 따라 이 특성을 이용하여 무용의 대중성을 높이기 위해서는 무용 수업을 제공함에 있어서 소득수준에 따라 비교적 저렴한 수준의 수강료를 통하여 중년 연령대 이상도 쉽게 따라 할 수 있는 쉬운 동작의 무용 수업 프로그램을 제공함으로써 이들을 유인하는 것이 좋을 것이다. 특히 회피적 표현이 높다는 특성을 이용하여 적극적인 표현을 요구하는 경연이나 대회 위주의 프로그램보다는 가볍게 생활 속에서 즐길 수 있는 프로그램을 제공하여 이들이 무용에 대해 더욱 쉽게 접근할 수 있도록 유도하는 것이 좋을 것이다. 즉 이러한 일반인의 생활무용 참가를 유도함으로써 생활무용의 저변을 확대하는 것과 동시에 이들의 자기표현 수준을 부분적으로 끌어올릴 수 있는 계기가 될 수 있는 것이다.

이러한 방법의 무용에 대한 접근은 중년층뿐만 아니라 젊은 세대의 무용 가능 인구에 대해서도 일반적으로 사용될 수 있는 방법으로 사용될 수 있다. 이는 젊은 세대가 많이 사용하는 SNS(Social Network Service)의 이용형태에서 그 원인을 찾을 수 있는데, 젊은 층의 99%에 해당하는 인구가 인터넷 및 SNS에 접근하여 사용하고 있으며 이들의 85.6%가 친교 및 교제가 주 원인이라고 밝힌 바 있다(조세일보, 2012). 공개적인 공간인 인터넷 공간 속에서도 정보의 공유나 자신을 알리기 위한 목적의 SNS 이용이 아닌 친교와 사교의 목적으로 SNS를 사용하고 있는 것으로 보아 이들 역시 적극적인 표현보다는 자신들의 사교적 인맥을 넓히거나 유지하는데 그 목적이 있음을 확인할 수 있다. 이에 따라 무용 역시 이들에게 접근하기 위하여 기본적인 인맥 범위 내에서 서로가 즐길 수 있는 무용 프로그램을 제작하여 이들에게 제공하거나, 무용을 통하여 넓은 범위가 아닌 무용을 매개로 한 친목을 만들 수 있는 공간을 마련함으로써 그들을 무용에 접근시킬 수 있도록 할 수 있을 것이다. 이를 종합하여 보았을 때, 본 연구의 결과와 연관시켜 무용인이 가진 자기표현의 특성을 극대화 시켜서 적극적 접근이 아닌 소극적 접근으로 친교의 목적으로 접할 수 있는 기본적 동작 위주의 쉬운 무용 프로그램 제공이 무용의 저변을 넓히고, 동시에 현대 사회에 결핍되어 있는 자기표현의 수준을 높일 수 있는 방법이 될 수 있는 것이다.

본 연구는 한정적인 숫자의 대상 선정으로 인하여 좀 더 객관적인 수준의 결과를 얻지 못한 것이 한계점이라고 할 수 있다. 실제로 대부분의 연구 대상이 사회 초년생을 대상으로 하여 연구가 진행되어 연구결과의 객관성을 얻을 수 없었다는 것을 보았을 때, 이보다 더 넓은 대상으로 연구가 진행되어 객관성을 확보할 필요성이 있다. 객관성의 측면에서 다소 아쉬운 면을 남겼지만, 자기표현에 있어서 무용의 위치를 알게 된 연구라는 점에서 본 연구는 그 의의를 가진다고 할 수 있겠다. 후속 연구에서는 더 넓은 범위의 설정을 통하여 객관성을 확보한 연구가 진행되어야 함은 물론이고, 자기표현의 요인들이 무용의 어떠한 요인들과 구체적으로 연결되어 있는지에 대한 후속연구가 필요할 것이다. 또한 이를 토대로 하여 일반인들에게 무용에 대한 중요성과 필요성에 대해 어필할 수 있는 방안에 대해 모색하여 무용의 저변확대로 이어질 수 있는 후속연구가 필요할 것이다.

#### ■참고문헌

- Adler, R. B.(1976). 김인자(역). 『인간관계와 자기표현』. 중앙적성출판사. 1984.
- 이장호 · 김정희(1992). 『집단상담의 원리와 실제』. 법문사.
- Allport, G. W., & Vernon, P. E.(1933). *Studies in expressive movement*. New York: Macmillan.
- Ekman, P., Friesen, W. V., & Ellsworth, P.(1972). *Emotion in the human face: Guidelines for research and an integration of findings*. Elmsford, NY: Pergamon Press.
- Hackney, H., & Ney, L. S.(1973). *Counseling Strategies and objectives*. Englewood & Cliffs, N. T: Prentice-Hall.
- Izard, C. E.(1971). *The face of emotion*. New York: Appleton-Century-Crofts.
- Jourard, S. M.(1964). *The transparentself: Self-disclosure and well-being*. Princeton, NJ: Van Nostrand.
- Lowenfeld, V., & Brittan, W. L.(1987). *Creative and mental growth*. Upper Saddle.
- Nunnally, J. C.(1994). *Psychometric Theory 3ed*. New York: McGraw-Hill Book Co.

- Rakos, R. F. & Schroeder, H. E.(1980). *Self-directed Assertiveness Training*. New York: Bio Monitoring Application(BMA).
- Wolpe, J.(1958). *Psychotherapy by Reciprocal Inhibition*. Stanford Calif: Standfoerd University Press.
- 김성희(1982). 고등학생을 대상으로 한 주장 훈련의 효과. 『학생지도연구』, 15: 1-30.
- 김윤희(2005). 노인 복합무용 프로그램 만족도에 관한 연구. 『무용예술학연구』, 15: 31-48.
- 김은영(2010). 연기 및 뮤지컬전공자의 무용정서표현성, 감성지능 및 연기몰입에 관한 연구. 세종대학교 대학원. 박사학위논문.
- 김재호(1989). 자기표현과 불안에 관한 연구. 한양대학교 대학원. 석사학위논문.
- 김정숙(2007). 무용수의 신체적 자가지각과 자기 효능감 분석. 『무용예술학연구』, 21: 19-33.
- 김초윤(2009). 초등학교 미술과에서 자기표현을 위한 드로잉 교수-학습 방안 연구 : 초등학교 고학년을 중심으로. 한국교원대학교 대학원. 석사학위논문.
- 김혜은 · 송혜순(2006). 『무용창작과 표현의 기초적 이해』. 형설출판사.
- 나경아 · 박현정(2011). 무용전공 대학생들의 자기에적 성격과 무용정서표현성 간의 관계. 『한국무용기록학회지』, 22: 1-18.
- 노영주(2008). 무용/동작치료가 청각장애 아동의 자기표현과 학교생활적응에 미치는 효과. 서울여자대학교 대학원. 석사학위논문.
- 박성주(2006). 무용/동작치료가 방임아동의 자기표현 및 자아존중감에 미치는 효과. 서울여자대학교 대학원. 석사학위논문.
- 박수영(2011). 중년여성의 한국무용 참여에 따른 정서표현성이 부부친밀감에 미치는 영향. 『한국무용학회』, 11: 43-59.
- 박숙영(2003). 자기표현훈련 프로그램이 자기표현과 자아존중감에 미치는 영향. 원광대학교 대학원. 석사학위논문.
- 박영하(2009). 장애아를 위한 무용교육의 인지적 지도법에 관한 연구. 『무용예술학연구』, 26: 87-108.

- 박현정(2009). 무용정서표현성 구인 탐색 및 측정도구 개발. 이화여자대학교 대학원. 석사학위논문.
- 배수을(2012). 통합무용치료의 접근 방법론 연구: 문학, 음악, 명상 요소와의 통합을 중심으로. 『무용예술학연구』, 37: 1-26.
- 배현정(2012). 무용전공대학생의 자기표현에 따른 사회적기술이 대학생활적응에 미치는 영향. 경희대학교 대학원. 석사학위논문.
- 변창진·김성희(1980). 주장훈련 프로그램. 『학생생활지도연구』, 13(1): 51-85.
- 손영재(2001). 자기주장훈련이 실업계 여고생의 자기존중감 향상에 미치는 효과. 울산대학교 대학원. 석사학위논문.
- 안신희(2010). 소통의 관점에서 본 접촉즉흥에 관한 연구. 『무용예술학연구』, 30: 87-113.
- 유미자(2001). 자기성장 집단상담이 자기표현 및 성취동기에 미치는 효과. 한남대학교 대학원. 석사학위논문.
- 이가나(2009). 집단미술치료가 장애아 어머니의 자기표현에 미치는 영향. 대구대학교 대학원. 석사학위논문.
- 이미숙(2009). 자기표현훈련 프로그램이 초등학생의 자아존중감과 사회성 향상에 미치는 영향. 한남대학교 대학원. 석사학위논문.
- 이유리(2008). 최고 국내외 무용치료 현황 및 제도적 발전에 관한 연구. 『한국무용연구』, 25(2): 137-164.
- 이재명(2009). 정서표현갈등과 자기효능감 및 대학생활적응의 관계. 『상담평가연구』, 2(1): 1-18.
- 장하나(2012). 무용 수업에 참여한 초등학생들의 감성지능과 자기효능감 및 또래 유능성과의 관계. 강원대학교 대학원. 석사학위논문.
- 전보경(2006). 모래놀이치료를 통한 자기표현이 청소년의 자아존중감 및 대인관계에 미치는 효과. 한림대학교 대학원. 석사학위논문.
- 전은자·김현정(2010). 무용프로그램이 다문화가족의 문화적응에 미치는 영향. 『무용예술학연구』, 31: 103-136.

- 정승혜 · 안병주(2012). 노인 여성의 무용 프로그램 참여 동기, 참여 만족도, 지속적인 참여의사 관계 연구. 『무용예술학연구』, 37: 111-127.
- 진보겸(2005). 무용/동작치료가 여성의 신체화 증상과 정서인식 및 표현성에 미치는 효과, 서울여자대학교 대학원, 석사학위논문.
- 최소빈(2008). 무용전공 대학생들의 무용활동몰입 결정요인에 대한 연구. 『무용예술학연구』, 24: 263-777.
- 홍경자(1988). 자기표현 및 주장력 향상을 위한 집단 상담프로그램. 『대학생활연구』, 6(12): 147-169.
- Berenbaum, H., & Rotter, A.(1992). The relationship between spontaneous facial expressions or emotion and voluntary control of facial muscles. *Journal of Nonverbal Behavior*, 16: 179-190.
- Buck, R., Losow, J. I., Murphy, M. M., & Costanzo, P.(1992). Social facilitation and inhibition of emotional expression and communication. *Journal of Personality and Social Psychology*, 63: 962-968.
- Buck, R., Savin, V. J., Miller, R., & Caul, W. F. (1972). Nonverbal communication of affect in humans. *Journal of Personality and Social Psychology*, 33: 362-371.
- Ekman, P., Davidson, R. J., & Friesen, W. V.(1990). The Duchenne smile: Emotional expression and brain physiology II. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58: 342-353.
- Hall, J. A.(1978). Gender effects in decoding nonverbal cues. *Psychological Bulletin*, 85: 845-857.
- Lazarus. A. A.(1966). Behavior rehearsal vs. non-directive therapy vs. Advice in effecting behavior change. *Behavior Research and Therapy*, 4: 209-212.
- Levenson, R. W., Ekman, P & Friesen, W. V.(1990). Voluntary facial action generates emotion specific autonomic nervous system activity. *Psychophysiology*, 27: 363-383.
- Snyder, M. (1974). The self-monitoring of expressive behavior. *Journal of*

*Personality and Social Psychology*, 30: 526-537.

Zuckerman, M., Hall, J. A., DeFrank R. S., & Rosenthal, R.(1976). Encoding and decoding of spontaneous and posed facial expressions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 34: 966-977.

남지원(2012.10.30). 구글 검색만으로 이런 일을... 개인정보 수백만건 빼낸 '은둔형 외톨이' 구속. 『경향신문』. 11면.

김경희(2012.8.24). 슈퍼마켓 여주인 찌른 울산 '은둔형 외톨이'. 『부산일보』. 동영상 뉴스.

백성원(2012.12.13.). SNS 사용자 85%가 친교 목적. 『조세일보』. 인터넷 뉴스.

논문투고일	2013년	2월	15일
심사일		2월	19일
심사완료일		2월	25일

## Abstract

# A Study on the Relationship among Life Dancing for all Participation and Self-Expression

Choi, yun-young

*Ph. D degree course of Dance/ Professor of Dance  
Yeungnam University, GyeongsangUniversity*

When a community has a method of self-expression, men can acquire or protect their profits or rights in the community, and prevent various mental ailments and protect their bodies. Dance is an art form to express emotions and intentions through a variety of expressions using their bodies. That is, as men can express their intentions and demands using actions, dance can be considered as arts activities that are involved in self-expression. Particularly, it is considered that life dancing that social beings can easily access and self-expression in social life are closely related. Thus, this study expected the degree of self-expression of those who access to life dancing will be higher than those who do not, and performed the research to investigate the degree of self-expression of those who do not access to life dancing and those who access, and to examine how life dancing is connected with the degree of self-expression through their differences. To achieve this purpose, this study compared and analyzed the factors of self-expression targeting those who access to life dancing (69 people) and those who do not (97 people) among social beings who perform production activities. The results show that active and altruistic expressions are not significantly different, and those who access to life dancing partly have the higher level in passive, ethical, straightforward expressions. When it comes to avoidance expressions, it shows that those who do not access to life dancing perform more avoidance expressions than those who access. Overall, although those who access to life dancing and those who do not are not significantly different in the level of self-expression, it can be found that dance can be used as a method to raise the level of self-expression, in terms of not avoiding. According to the results, this study suggests to use characteristics that dancers have in order to expand the base of dance. That is, it is considered that providing easy dance

www.kci.go.kr

programs based on basic actions that can be accessed for the purpose of a friendship by using not active approaches but passive ones will encourage a wide range of the public to access to dance. The limitation of this study is not to gain results in the more objective level because of a limited number of samples. Moreover, future studies need to demonstrate the relationship between self-expression and dance by analyzing the correlation between self-expression and the factors of dance.

**keywords:** the moderns(현대인), self-expression(자기표현), instrument for adaptation of social life(사회생활 적응 도구), life dancing(생활무용), avoidance expressions(회피적 표현)