

무용 수준에 따른 무용 심상차이와 무용 전공이 무용 심상에 미치는 영향

서재성*

- I. 서론
- II. 연구방법
- III. 결과

- IV. 논의 및 결론
- Abstract
- 참고문헌

I. 서론

무용에서 심리기술은 각성과 집중을 조절하며 자신감과 자기 조절전략 수행 향상을 위해 사용되고 있다(Fish, Hall, & Cumming, 2004). 심상의 주요 감각 패턴은 시력, 청각, 운동감각 심상을 포함하고 있다.

무용심상은 공연을 떠올리며 계획적으로 연습하고 감각을 통해 신체 움직임 없이 심리 기술을 통해 이루어진다. 무용 심상 역할은 무용수업에서 수행 향상을 위해 교사가 사용하는 도구 중 하나로 무용수준과 전공에 따라 심상을 사용하여 기술, 안무, 독창성 및 표현력을 향상시킬 수 있는 중요한 교육 방법이다(Overby & Dunn, 2011). 무용 심상에 대한 연구는 심상이 작용하는 방식과 무용교육 상황에 대한 통찰력을 제공한다. 무용수가 연습 시간이 제한되거나 부상을 입었을 때 무용 심상은 효과적인 리허설 도구가 될 수 있다(Overby & Dunn, 2011). 무용심상연구는 스포츠에서 선수의 수준을 높이기 위한 방법 중 하나로 사용된 방법을 단초로 시작되었으며 이후 스포츠선수가 실시하는 심상훈련을 이용해 무용수와 무용 상황, 환경에 맞게 수정 보완되었으며 현재까지 무용심상연구는 부족한 편이다. 따라서 무용심상연구는 몇 가지 중요한 이론적 접근방법을 스포츠 심상관련 연구에서 찾아 볼 수 있다. 발레 무용수를 대상으로 실시한 심상연구에서 발레 무용수 심상은 일반적으로 스포츠 환경에서 측정된 스포츠선수가 실시하는 다섯가지 심상유형 안에 수렴된다는 것을 밝혀냈다(Fish et al. 2004).

이들의 공통적 연구결과에도 불구하고 무용 심상 질적 연구는 경쟁관계와 승패가 결정되는 스포츠상황에서와는 다르게 감정이입과 예술로서 표현되는 무용 심상만의 독특한 측면이 있다는 점을 찾을 수

* 중앙대학교 체육학과 박사, s1805425@naver.com

있었다(Nordin & Cumming, 2005). 무용심상은 스포츠 심상유형을 기초로 연구되었으나 스포츠 심상 유형에서는 찾아볼 수 없는 무용수만의 비유적이고 은유적인 심상을 한다. 예를 들면 관객과 감성을 공유하기 위해 무용수는 살아 있는 동물이나 비행하는 심상을 관객에게 전달하기도 한다. Nordin & Cumming(2007)은 무용 심상 구성요소를 유형(what)과 목표(why)로 설정하여 무용심상을 네가지 (what, why, when, where)차원으로 알아보았다. 이러한 무용 심상의 네가지 분류는 무용 심상연구의 기준적 틀을 제시할 것이다. 무용수의 무용 심상을 어떻게 하는지, 어떻게 해석하는지, 어떤 방법으로 수용하여 창조하는지 까지를 포함해서 어떤 과정과 절차를 거쳐 심상하는지에 대해 알아볼 필요가 있다.

무용수는 무용 심상 방법으로 책, 그림과 같은 외부적 자극이나 신체의 감각을 통해 느껴지는 것을 기억하거나 다른 무용수 움직임을 보거나 음악을 듣는 것과 같은 창조적인 회상을 통해 심상을 얻을 수 있다(Nordin & Cummin, 2005). 주목할 만한 것은 기억에서 떠올린 회상들이 퍼포먼스 기술을 보고 있는 것처럼 구체적임에도 불구하고 무용 심상에서는 비유적이라는 것이다. 그러므로 다면적인 무용 심상은 때때로 다양한 층(layer)을 이루기도 한다.

무용 심상의 다양한 층은 안무의 기본적 심상을 구성한 다음 감정, 정서와 같은 질적 구성에 상상을 더하여 일정한 패턴을 정량적으로 관찰하고 이해할 수 있는 양적자료로 일반화 될 수 있다(Nordin & Cumming, 2006). 무용수는 언제 무용심상을 하는지에 대해 알아보는 질적 연구에서 무용수는 공연중에, 집에서, 그리고 무용과 관련 없는 장소에서 심상 한다는 것을 발견(Nordin & Cumming 2005)했고, 선행연구에서 밝혀진 무용심상은 스포츠 선수를 대상으로 실시한 연구결과와 유사하게 나타났다(Hall, Rodgers, & Barr, 1990).

이러한 무용수의 심상은 스포츠선수가 훈련 장소에서 연습하는 동안 이루어지는 심상과 비슷한 유형으로 나타났다(Hall et al. 1990). 무용 심상은 장소와 시간에 구속을 받으며 심상시간은 운동선수나 무용수 모두 관련이 있다. 예를 들면 무용수는 공연 전, 중, 후와 공연 연습, 춤 동작중에 심상을 자주 한다(Hanrahan & Vergeer, 2000). 심상은 일년 중 공연기간이나 휴가기간등 시간에 따라서 심상 횟수와 강도가 달라진다(Nordin & Cumming, 2007). 무용수의 무용 심상은 많은 연습으로 이어진다고 하였으나 연습중이거나 연습공간이 아닌 다른 장소에서 어떻게 심상하는가는 밝혀내지 못했다(Overby, 1990). 정규수업에서 심상 훈련 프로그램만을 적용하는 것보다 연습과 심상훈련 프로그램을 병행하여 실시하는 것이 무용수행에 효과이며 현장에서의 적용을 강조 하고 있다(김보영, 김정희, 2013). 스포츠선수와 마찬가지로 무용수의 심상빈도는 시간에 따라 달라질 것으로 예측되었다(Nordin & Cummin, 2005). 스포츠 경기에서 운동선수는 경기 중 이거나 경기 후에 비해서 경기를 앞두고 있을 때 심상을 더 높은 수준으로 한다(Munroe, Giacobbi, Jr, Hall & Weinberg, 2000). 따라서 운동선수는 가장 중요한 경기가 있는 시즌동안 심상빈도가 높아지는 경향이 있다(Munroe, Hall, Simms, & Weinberg, 1998). 이러한 관점에서 무용수의 심상 빈도와 강도는 공연 연습, 공연 중등 장소와 상황에 따라 차이가 있을 수 있다(Nording & Comming, 2005).

경기력이 우수한 스포츠선수는 낮은 수준의 선수보다 더 자주 심상 하는 것은 이미 연구 되었다(Hall, 2001). 마찬가지로 높은 수준의 무용수는 낮은 수준의 무용수보다 심상수준이 높은 것으로 나타났다(Brassington & Adam, 2003). 하지만 공간과 시간에 따른 심상연구는 이루어 지지 않았다.

어떻게 무용심상이 이루어지는지에 대한 연구는 최근 연구에서 문헌(Hardy, Hall & Hardy, 2005)으로만 소개되어 왔고 무용 심상은 무용수의 수준에 따라 다양한 장소와 시간에 걸쳐 어떤 패턴으로 심상하는지 연구할 필요가 있다. 무용심상은 이미지, 정신, 상징, 시각적 요인이 포함되고 이 중 한가지의 조건만 가지고도 무용수는 심상을 할 수 있다(김태울, 2015). 그러나 이런 다양한 요인을 두 가지 이상 복합적으로 사용하여 심상한다면 더욱 효과적인 심상이 이루어질 수 있을 것이다. 무용수가 심상하는데 있어 장소와 방법을 알아볼 때 중요하게 고려할 점은 ‘무용수의 전공과 경력에 따라 무용수준은 다를 수 있다’라는 전제가 있어야 할 것이다(Nordin & Cumming, 2007). 무용 심상의 양적연구 접근 방법은 무용수와 교사들이 느끼고 생각하는 심상의 구체적 대안을 학문적 연구를 통해 공연과 교육현장에 제시하는데 의미가 있을 것이다.

본 연구는 국외에서 개발된 무용 심상기본척도를 선행연구에서 미흡하게 연구되었던 문항의 정상성과 무용 수준에 따른 무용 심상차이와 무용 전공이 무용 심상에 미치는 영향을 알아보는데 연구의 목적이 있다. 본 연구는 첫째, 무용 교육 및 공연현장에서 무용수준이 낮은 무용수가 높은 수준의 무용수가 실시하는 심상을 이해하고 탐색함으로써 무용 환경과 심리에 맞게 내재화 하여 무용수의 무용수준향상에 직접적인 도움을 줄 수 있을 것이다. 둘째, 무용전공에 따라 각각 고유한 예술 영역을 확보하고 있는 무용전공에 따른 심상수준차이는 최근 연구가 미흡하게 이루어 지고 있다. 따라서 본 연구를 통해 무용 전공에 따라 심상이 어떤 전공에서 차이가 있는지를 실제적으로 규명하는데 의미가 있을 것이다.

II. 연구 방법

1. 연구 대상

연구 목적에 부합한 대상자는 서울, 경기, 전북, 충남에 소재한 대학교 전공학생, 직업학교 학생, 전문무용단체, 청년창업 국악/무용단체, 문화센터, 평생교육원을 대상으로 하였다.

무용 수준 구분은 선행연구를 근거로 구분하였다(Nordin & Cumming, 2007). 첫째, 여가 수준은 문화센터, 평생교육원, 직업학교를 다니면서 여가, 교양활동으로 무용교육을 받는 사람으로 연령 범위는 21~67세(M=41, SD=10.13)로 평균 무용참여 기간은 3.7년(SD=1.47)으로 나타났다. 둘째, 중간수준은 대학 무용학과 학생(1~4학년)과 직업학교 무용전공학생들로 선정하였다. 중간수준 무용평균은 7.3년(SD=3.96)년의 무용경력을 갖고 있었다. 셋째, 전문수준은 대학원생, 전문무용단체, 청년창업 무용단체와 무용교육자로서 연령 범위는 26~56세(M=38, SD=13.45)로 평균 무용경력은 18년(SD=13.19)이었다. 연구의 목적을 이해하고 자발적으로 설문에 동의한 172명에게 설문지를 배부하였고 166부를 현장에서 회수하였다. 그러나 회수한 설문지 중의 1문항이라도 누락된 설문지와 연구 대상자가 질문지에 대해 이해하지 못해 일반적인 설문지 작성수준을 벗어난 설문지는 제외하였다. 연구대상자의 무용수준은 여가(45명), 중간(52명), 전문수준(52명)으로 연구대상은 149명이다.

〈표 1〉 연구대상

무용분류	여가수준	중간수준	전문수준
한국무용	16명	17명	21명
발레	16명	19명	17명
현대무용	13명	16명	14명
합계	45명	52명	52명

2. 측정 도구

본 연구에서 사용한 척도는 Nordin & Cumming(2005)이 무용심상에 대한 질적 연구에서 사용된 무용심상을 네가지 (언제, 어디서, 어떻게, 왜)차원으로 구성된 척도를 사용하였다. 무용 심상기본척도 (Dance Imagery Basics Survey: DIBS)는 무용 심상 질적 연구를 바탕으로 무용심상의 독특한 측면을 이해하는 질문형식으로 구성하여 무용심상의 심리/속성적 측면을 알아보는데 장점이 있다(Nordin & Cumming, 2005). DIBS는 23문항으로 White & Hardy(1998)의 심상개념을 정의한 척도를 바탕으로 Nordin & Cumming(2007)의 연구에서 사용된 척도이다. DIBS는 5점 리커트 척도로 구성되었으며 7개 하위구성은 언제, 움직임, 수업/리허설, 공연시기, 년중, 근원, 복잡으로 이루어졌다(Nordin & Cumming, 2005). 본 연구에서 사용된 DIBS는 무용전공 박사 2명, 무용 안무가1명, 영어와 한국어를 능숙하게 사용하는 1명이 참여하여 무용공연현장과 여가수준부터 전문무용수까지 무용심상을 알아보는데 있어 번역, 역번역 과정을 수 차례 거치면서 내용타당도와 안면타당도를 확보하였다. DIBS의 문항 내적일치도는 .85로 안정된 신뢰도를 보이고 있다. 또한 검사-재검사를 통한 척도 신뢰도 검증은 위하여 설문 완료 2주 후 여가수준 5명, 중간수준 6명, 전문수준 6명을 대상으로 검사-재검사한 결과 신뢰도(r)는 여가수준 .61, 중간수준 .58, 전문수준 .68로 높은 신뢰도를 보였다.

3. 연구 절차

먼저 연구자는 연구 보조원 1명과 함께 대학 무용학과, 전문 무용단체, 문화센터(평생교육원 포함), 직업학교를 찾아가 해당 담당자에게 연구목적을 설명 하고 설문작성에 대해 연구대상자에게 연구이외에는 사용하지 않으며 설문지의 비밀은 보장한다는 연구윤리 동의와 협조를 구했다. 설문에 응답한 연구 대상자는 해당 학교 및 단체의 담당자와 상의하여 설문하기 가장 용이한 시간에 실시하였다. 먼저 설문지 연구에 경험이 있는 연구자와 보조연구자 1명과 함께 해당 학교, 전문무용단체, 문화센터, 평생교육원, 직업학교를 찾아가 연구 대상자에게 연구의 목적과 응답요령을 설명하고 질문지를 배포하였다. 조사가 이뤄지는 동안 개별적인 의문에 대해서는 연구자가 답변을 해주며 편안하게 응답할 수 있는 분위기를 조성해 주었다. 연구대상자들은 자기평가기입법으로 응답하였고, 완성된 질문지는 연구자와 연구 보조자1명이 직접현장에서 수거하였다. 질문지 응답시간은 약 15~20분 정도 소요되었다.

4. 자료 처리

연구목적을 달성하기 위한 일련의 자료처리 절차는 다음과 같다. 첫째, DIBS 정상성을 확인하기 위

해 평균과 표준편차, 첨도, 왜도를 알아보는 기술통계를 하였다. 둘째, DIBS하위 수준과의 관계를 알아보기 위해 상관관계 분석을 하였다. 셋째, 무용수준(여가, 중간, 전문수준)에 따른 무용 심상(7개 하위 구성)차이를 알아보기 위해 일원변량 분석을 사용하였다. 집단 간 유의한 차이가 나타났을 때 Scheffé's 로 사후 검증을 하였다. 넷째, 무용 전공이 무용 심상에 미치는 영향을 알아보기 위해 위계적 회귀분석을 실시하였다.

III. 연구결과

DIBS의 정상성과 무용 수준에 따른 무용 심상차이와 무용 전공이 무용 심상에 미치는 영향을 알아본 결과는 아래와 같다.

1. DIBS 기술통계

기술통계는 검사의 양호도를 평가하기 위해 척도에 포함되어 있는 문항 각각의 특성과 문항 반응특성에 대한 극단치의 편중과 비율 특성을 평가하기 위해 기본적으로 사용하는 분석방법이다. <표 2>는 연구대상자의 DIBS 문항평균, 표준편차와 첨도, 왜도를 나타내고 있다. 평균과 표준편차가 정규분포에서 극단치를 표명할 때, 첨도와 왜도의 범위가 ± 2.0 이상일 경우 수정문항으로 간주된다(탁진국, 1996).

<표 2> DIBS 기술통계 및 무용 수준별 기술통계결과

문 항	여가수준		중간수준		전문수준		M	SD	첨도	왜도
	M	SD	M	SD	M	SD				
1. 집에서	1.77	.62	2.40	.49	3.51	.59	2.66	.86	.135	-.858
2. 무대, 연습실에서	2.16	.84	2.95	.63	4.28	.66	3.26	1.12	-.182	-.546
3. 기타 다른 공간	1.91	.57	2.75	.77	4.17	.55	3.08	1.10	.180	-1.258
4. 춤 동작 전에	2.33	.86	3.11	.53	3.92	.78	3.21	.97	-.201	.414
5. 춤 동작 동안에	1.91	.49	2.93	.75	4.19	.56	3.15	1.09	.087	-1.199
6. 춤 동작 이후에	1.63	.68	2.88	.64	4.11	.61	3.03	1.18	-.169	-.873
7. 수업이나 연습 전에	1.72	.45	3.13	.75	4.03	.88	3.10	1.18	.041	-1.006
8. 수업이나 연습 동안에	2.08	.64	3.00	.62	4.01	.67	3.15	.98	-.014	-.245
9. 수업이나 연습 이후에	2.25	.55	3.42	.75	4.00	.64	3.33	.91	-.530	-.779
10. 공연 전에	1.83	.73	2.88	.53	4.42	.77	3.20	1.06	.019	-.944
11. 공연 동안에	1.88	.52	3.02	.78	4.03	.58	3.11	1.05	-.229	-1.023
12. 공연 이후에	2.19	.74	3.17	.84	4.00	.88	3.23	1.02	-.007	-.154

문항	여가수준		중간수준		전문수준		M	SD	침도	왜도
	M	SD	M	SD	M	SD				
16. 책, 그림, 텔레비전을 보다가	2.02	.65	3.31	.51	3.98	.57	3.22	.97	-.418	-.262
17. 선생님을 떠올리며	2.02	.55	2.73	.88	4.01	.67	3.04	1.10	.291	-.898
18. 기억에서 떠올린 것 (어떤 것의 모습을 떠올리거나 느끼는 것)	2.13	.54	3.02	.58	4.13	.74	3.21	1.03	.221	-.675
19. 음악을 들을 때	2.27	.61	3.20	.58	3.88	.64	3.21	.89	-.118	-.267
20. 다른 사람의 춤을 볼 때	2.02	.69	2.82	.57	3.88	.61	3.02	.98	-.095	-.432
21. 스스로 말을 하면서	1.94	.71	3.06	.61	4.23	.50	3.21	1.10	-.306	-.632
22. 당신의 무용 이미지화는 얼마나 복잡 합니까?	1.66	.47	3.02	.58	4.03	.68	3.05	1.12	-.072	-.746
23. 당신은 얼마나 많이 다양한 층으로 무용 이미지를 쌓습니까?	2.11	.74	2.84	.70	4.25	.58	3.19	1.11	-.098	-.805

기술통계 결과 DIBS를 살펴보면 수업이나 연습이후에 문항 평균(M=3.33, SD=.91)이 가장 높았으며 집에서(M=2.66, SD=.86)문항이 가장 낮은 평균을 보였다. 무용 수준에 따른 평균은 여가수준에서 춤동작 전에(M=2.33, SD=.86)평균이 가장 높았으며 춤동작 이후에 평균(M=1.63, SD=.68)이 가장 낮게 나타났다. 중간수준은 수업이나 연습이후 문항이 가장 높은 평균(M=3.42, SD=.75)을 보였으며 집에서 가장 낮은 평균(M=2.40, SD=.49)을 보였다. 전문수준은 공연전에 문항평균(M=4.42, SD=.77)이 가장 높았으며 집에서 평균(M=3.51, SD=.59)이 가장 낮았다. 무용 수준에 따른 무용 심상 평균은 전반적으로 중간수준, 전문수준의 평균차이보다 여가수준과 중간수준의 평균차이가 높은 것을 알 수 있다. 이러한 결과는 여가수준의 무용수는 중간수준, 전문수준의 무용수보다 무용 심상이 낮을 것을 알 수 있다. 척도의 정상 분포를 확인하는 침도와 왜도는 ‘수업이나 연습 동안에’ 문항이 -.014로 가장 낮았으며, ‘기타 다른 공간’문항이 -1.258로 가장 높게 분포되었다. 따라서 기술통계 결과 DIBS는 통계적으로 안정된 구조를 나타내어 연구 목적에 적합한 문항으로 검증되었다.

2. DIBS 상관관계분석

DIBS하위 수준과의 관계를 알아보기 위해 상관관계 분석을 하였다. <표 3>와 같이 7개의 하위 변인 모두 정적 상관($r=.478 \sim .700$)을 보였으며, 통계적으로 $p < .01$ 수준에서 유의한 상관관계를 나타냈다.

<표 3> DIBS 하위 구성 상관관계결과

연 제	움직임	수업/리허설	공연시기	년 중	근 원	복 잡
-----	-----	--------	------	-----	-----	-----

	언 제	움직임	수업/리허설	공연시기	년 중	근 원	복 잡
공연시기	.563**	.615**	.504**				
년 중	.573**	.600**	.638**	.507**			
근 원	.542**	.478**	.513**	.499**	.573**		
복 잡	.663**	.700**	.661**	.668**	.638**	.588**	

** $p < .01$

이러한 결과는 DIBS의 하위 변인은 개념적으로 무용 심상과 유의미한 상관관계를 보여주는 것이다.

3. 무용 수준에 따른 무용 심상 차이

무용 수준에 따라 심상차이를 알아본 결과 <표 4>과 같다. 무용심상 7개 하위수준을 살펴보면 첫째, 언제는 여가(M=1.95, SD=.78), 중간(M=2.69, SD=2.69), 전문수준(M=4.02, SD=.56)순서로 높은 평균차이를 나타냈다. 일원변량분석결과 $F(2, 148) = 13.63, p < .001$ 수준에서 통계적으로 유의한 차이가 나타났다. 사후 검증을 실시한 결과 여가<중간<전문 순으로 나타났다. 둘째, 움직임은 전문수준의 평균(M=4.01, SD=.40)이 가장 높았으며, 여가수준의 평균이 가장 낮았다(M=1.97, SD=.98). 집단간 차이를 알아본 결과 $F(2, 148) = 16.02, p < .001$ 수준에서 차이가 확인되었다. 사후 검증은 전문>중간>여가 차례로 나타났다. 셋째, 수업/리허설은 전문수준(M=3.97, SD=.59), 중간수준(M=3.18, SD=.80), 여가수준(M=2.03, SD=.82)순서로 높은 평균을 나타냈다. $F(2, 148) = 11.01, p < .001$ 수준에서 유의한 차이가 나타났다. 사후검증은 <표 4>와 같다. 넷째, 공연시기는 여가수준평균(M=1.95, SD=.87)이 가장 낮았으며 전문수준평균(M=4.12, SD=.69)이 가장 높게 나타났다. 일원변량 분석결과 $F(2, 148) = 14.67, p < .001$ 수준에서 차이가 확인되었다. 전문>중간>여가수준으로 사후검증을 하였다. 다섯째, 년 중은 전문수준(M=4.01, SD=.71), 중간(M=3.01, SD=.53), 여가수준(M=2.07, SD=.83) 차례로 평균이 높았다. $F(2, 148) = 13.29, p < .001$ 의 수준으로 집단 간 차이가 나타났다. 사후검증결과 전문>중간>여가로 나타났다. 여섯째, 근원은 전문(M=2.46, SD=.76), 중간(M=3.09, SD=.91), 여가(M=2.46, SD=.76)순서로 높은 평균을 나타냈으며 집단 간 차이는 $F(2, 148) = 16.91, p < .001$ 수준으로 차이가 나타났다. 사후검증은 전문>중간>여가순서로 확인되었다. 일곱째, 복잡은 여가(M=1.89, SD=.66), 중간(M=2.91, SD=.94), 전문수준(M=4.18, SD=.85)으로 평균이 나타났으며 $F(2, 148) = 10.79, p < .001$ 수준에서 차이가 나타났다. 사후검증결과 전문>중간>여가로 나타났다.

<표 4> 무용 수준 따른 무용심상 차이결과

하위요인	전 공(N)	M(SD)	F	Post-hoc
언 제	여가수준(51)	1.95(.78)	13.63***	c>b>a

하위요인	전 공(N)	M(SD)	F	Post-hoc
움직임	여기수준(51)	1.97(.98)	16.02***	c>b>a
	중간수준(45)	2.94(.86)		
	전문수준(52)	4.01(.40)		
수업/리허설	여기수준(51)	2.03(.82)	11.01***	c>b>a
	중간수준(45)	3.18(.80)		
	전문수준(52)	3.97(.59)		
공연시기	여기수준(51)	1.95(.87)	14.67***	c>b>a
	중간수준(45)	3.05(.77)		
	전문수준(52)	4.12(.69)		
년 중	여기수준(51)	2.07(.83)	13.29***	c>b>a
	중간수준(45)	3.01(.53)		
	전문수준(52)	4.01(.71)		
근 월	여기수준(51)	2.46(.76)	16.91***	c>b>a
	중간수준(45)	3.09(.91)		
	전문수준(52)	3.99(.73)		
복 잡	여기수준(51)	1.89(.66)	10.79***	c>b>a
	중간수준(45)	2.91(.94)		
	전문수준(52)	4.18(.85)		

***p<.001, a=여기수준, b=중간수준, c=전문수준

3. 전공이 심상에 미치는 영향

전공이 무용 심상에 미치는 영향을 알아보기 위해 다중회귀분석을 실시한 결과는 <표 5>와 같다. 전공이 무용 심상에 유의한 영향을 주고 있다[F(7, 132)=2.56, p<.05]. 전공이 무용심상에 대한 설명력은 21.7% 확인되었다. 각 독립변수의 유의한 검증결과 전공은 무용 심상의 하위 수준에서 공연시기에 77.1%, 복잡 70.2%에서 유의한 설명력을 보였다. 전공은 공연시기와 개인적 측면에서 자신의 무용공연에 최고의 퍼포먼스를 위해 심상을 실시한다고 예측해 볼 수 있다. 그러나 다른 심상 수준은 전공에 유의한 영향을 주지 못했다. 전공이 심상에 미치는 영향의 회귀분석 검증은 잔차 산포도, 정상확률곡선, Durbin-Waston을 통해 확인하였다. 회귀 분석 결과 회귀 표준화 잔차는 0을 기준으로 -1.00에서 1.00사이에 분포하였고 관측누적확률은 0을 통과하며 45°의 기울기를 보이고 있었다. 오차의 독립성을 나타내주는 Durbin-Waston의 값은 2에 가까운 값(무용전공:d=1.63)을 나타내고 있어 오차항간의 자기상관이 없는 것으로 확인되었다(Dillon & Goldstein, 1984). 변인과의 다중공선성은 독립변수와 상관 분석, 공차, VIF를 통해 확인하였다. 변수의 표준오차 크기를 의미하는 공차는(.321~.854) 1 이하로 나타났고, VIF는 4.014~8.702 나타나 기준값인 10이하로 나타나 다중공선성은 존재하지 않는 것으로 확인되었다(Mayers, 1990).

〈표 5〉 전공이 무용심상에 미치는 다중회귀분석결과

변 인	B	SE	β	t	Tolerance	VIF
(상 수)	1.822	.260				
언 제	-.391	.200	-.447	-1.95	.321	8.318
움직임	-.119	.164	-.138	-.73	.545	5.733
수업/리허설	.395	.213	.433	1.85	.854	8.702
공연시기	-.674	.185	-.771	-3.44***	.732	7.695
년 중	.424	.288	.440	1.47	.578	6.432
근 원	-.170	.092	-.209	-1.86	.596	4.014
복 잡	.552	.158	.702	3.49**	.759	6.451

p<.01, *p<.001

F=4.95, p<.001, R²=.217

IV. 논의 및 결론

본 연구는 DIBS의 정상성과 무용 수준에 따른 무용 심상차이와 무용 전공이 무용 심상에 미치는 영향을 알아보았다. 연구 결과 DIBS는 평균, 척도, 왜도 모두 정상범위로 나타나 통계적으로 정상성에 적합한 문항으로 확인되었다. 선행연구에서 미흡하게 연구되었던 문항의 극단치를 표명하는 문항은 나타나지 않아 척도의 안정성이 검증되었다. 무용 수준에 따라 무용 심상은 7개 하위수준에서 유의한 차이가 나타났다. 여가 수준의 무용수는 중간수준, 전문수준 무용수보다 낮은 심상을 하는 것으로 확인되었다. 이러한 결과는 국내 무용 현실을 반영해 주고 있다. 무용 교육현장에서 여가수준의 무용수는 움직임 순서, 동작위주의 기능적인 교육을 주로 받고 생활무용에 오랜시간 지속적인 참여를 하지 못하고 있다고 판단할 수 있다. 반면 중간, 전문수준의 무용수는 학교에서 체계적인 교육을 받으며 무용의 움직임 예술뿐 아니라 심상훈련을 받으며 무용수 스스로 발전을 위해 끊임없이 심상을 하며 자기 발전의 방법으로 활용한다는 점이다. 전공이 무용 심상에 미치는 영향을 알아본 결과 무용 심상의 7개 하위수준에서 공연시기에 따라 무용 심상은 부적 영향으로 나타났다. 연습기간, 공연기간, 휴가기간동안 무용전공생들은 무용심상을 낮게 하는 것으로 나타났다.

전문수준, 중간수준, 여가수준 순서로 무용심상을 더 자주하며 단순화한 심상부터 복잡한 심상까지 위계적(Hierarchical)으로 심상 한다는 선행연구결과와 일치하였다(Bradley & Partington, 1997; Brassington & Adam, 2003). 전문수준 무용수는 중간수준, 여가 수준 무용수보다 심상척도의 하위 수준인 언제, 움직임, 수업/리허설, 공연시기, 년중, 근원, 복잡모두에서 높은 수준으로 심상하며 특히, 무용환경과 공간, 시간적 제약에 얽매이지 않고 심상을 실시하는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 높은 수준의 무용수는 직관적이며 본능적으로 무용수로서의 능력과 수준 향상에 더 열정적인 경향을 보이는 것으로 해석된다(Hall, 2001). 흥미로운 점은 전문수준 무용수는 동작 후, 수업과 연습 후, 휴가기간 동안, 공연과 연습이 없을 때에도 공연을 위해서 준비하며 연습하는 것처럼 심상한다는 점이다. 스포츠와 무용의 심상 연구에서 검증된 많은 긍정적인 연구결과를 고려해 볼때 지속적이며 장소와 시간에 관계없

이 무용심상이 높아질수록 무용수는 성공적인 공연준비를 할 수 있다는 점이다. 이러한 맥락에서 무용수는 효과적인 방법으로 무용 심상을 자주 활용할 가치가 있을 것이다. 이러한 무용에 대한 열정은 무용수의 직감에 의한 영향으로 분석되었다(Fish & Cumming, 2004). 무용심상은 무용수의 수준향상에 있어 규칙적이고 계획적인 연습의 한 일부로서 훌륭한 대안이 될 수 있다(Hanrahan, 1996). 특히 휴가기간이나 부상을 입었을때처럼 연습을 할 수 없을 때나 공연 전 무대 밖에서의 심상은 장소와 시간에 구애 받지 않고 반복적이고 지속적으로 심상을 실시하여 질적인 무용 연습양을 늘리는 효과를 기대할 수 있다. 무용심상은 시간과 동작, 연습과 관련된 것은 대부분 개인적 부분들로 전문수준 무용수는 중간수준, 여가수준무용수보다 동작 전, 중, 후 수업과 관련된 모든 부분에서 무용심상을 자주 사용하는 것을 알 수 있었다. 무용수는 동작 연결과 순서, 움직임에 대해 자주 심상 한다는 것은 주목할 만한 결과다. 선행연구에서는 무용수 10명을 대상으로 심상훈련을 실시한 결과 심리적, 신체적 측면에서 긍정적 정서발달과 동작 이해력, 창의력 및 상상력 개발에 도움이 되었다(김보경, 김경희, 2013). 무용 심상에 대한 실험적 연구결과에서 무용수는 움직임 동작 중에 심상을 떠올리고 실행한다는 것은 무용공연수준과 무용수에게 직접적인 도움과 발전에 긍정적으로 작용할 수 있다(Hanrahan & Salmela, 1990).

Nordin & Cumming(2006)이 개발한 무용 심상척도는 심상기술, 목표, 숙달, 역할과 움직임 요인이 있었으나 안정욱, 서재성(2012)의 연구에서는 심상 기술요인이 삭제되었다. 이러한 결과는 외국 무용수와 국내 무용수와의 심상에 차이가 있다는 사실을 확인하였다. 이러한 연구 결과를 바탕으로 무용교육현장에서 교사와 공연 안무가들은 무용수가 연습하는 동안 더 많이, 자주 심상하도록 교육하여야 할 것이다.

이런 맥락에서 무용수준이 높은 무용수일수록 무용수준이 낮은 무용수들보다 안무가나 무용교육자들로부터 무용심상을 배우고 심상의 영감을 얻어갈 수 있을 것이다. 본 연구 결과 전문수준 무용수의 심상특징은 중간수준이나 여가수준의 무용수보다 더 복잡한 심상을 경험하고 이러한 심상을 복잡성(complexity)과 다층화(layering)로 구조화 한다는 점이다. 그러나 아래에서 위로 향하는 계단식형태로 실시하는 다층적 심상은 더 복잡한 심상을 수용하는데 유용한 방법이지만 신뢰할만한 연구는 이루어지지 않았다(Hanrahan & Vergeer, 2000). 무용수는 복잡한 심상을 사용할 수 있는 환경(동료 무용수의 안무와 감정, 인물의 성격묘사)이 된다면 무용 심상의 층을 구축하면서 심상의 복잡성을 점차 증가시키려고 노력할 것이다. 본 연구에서는 중간수준 무용수와 전문수준무용수는 여가활동으로 무용을 하는 여가수준의 무용수보다 무용심상 7개 하위수준 모두에서 심상 수준이 높은 것을 알 수 있었다. 중간수준 무용수와 전문수준 무용수는 일반적으로 다르지 않은 이유는 중간수준 무용수는 무용 교육에서 전공수업과 공연준비, 무용수로서의 정체성이 전문수준으로 가는 과정으로 해석된다. 중간수준 무용수는 여가시간에 무용 수업을 실시하는 여가수준 무용수보다 준 전문가수준에 근접해 있다. 실제 전문무용수는 중간수준 무용수 과정을 거쳐 왔기 때문이다. 본 연구의 시사점은 무용수에게 무용심상은 공간적, 시간적 제한 없이 할 수 있는 환경을 제공해주며 무용심상에 있어 가장 적합하고 과학적 방법의 연구를 위한 출발점이 될 수 있을 것이다. 무용심상의 긍정적 측면은 무용기능의 향상, 정서적 통제뿐 아니라 움직임의 의미전달, 창작 표현을 위한 영감등 다양한 동작 경험을 통해 완벽한 정신적 통합(psychic integration)과 신체의 통합을 위한 수단으로서 폭넓고 유기적인 통합체로서 무용수에게 도움을 줄 수 있을 것이다.

본 연구의 결론은 다음과 같다. 첫째, 무용심상은 전문수준, 중간수준, 여가수준 순서로 무용 심상이 높게 나타났다. 무용 수준이 높을수록 무용수는 자기조절전략의 일환으로 심상을 언제나 머릿속에 떠올리며 휴식시간이나 공연이 다가올수록 더욱 많은 심상을 하며 나아가 공연에 몰입할 수 있도록 공연 속 자기 움직임과 일체가 되는 심상을 하는 것을 알 수 있을 것이다. 특히 무용 수준이 높을수록 심상 근원에 접근하며 복잡하고 다면적 심상을 한다는 사실을 확인하였다. 무용 전공이 심상에 미치는 영향은 공연시기와 복잡한 심상이 영향을 주고 있는 것을 알 수 있었다. 향후 연구에서는 연구 대상자를 다양한 수준으로 분류하여 모집단에서 비롯되는 연구의 한계를 극복하고 무용수의 신체적 움직임과 심리적 부분을 한층 더 심상에 접근하게 할 수 있는 척도가 개발되어야 할 것이다. 그리고 무용수가 어떤 심상을 하며, 심상이 무용 수행에 어떻게 도움을 주는가에 대한 심층적 연구가 필요할 것이다.

■ 참고문헌

- 탁진국(1996). 『심리검사법』. 서울: 학지사.
- Dillon, W. R., & Goldstein, M.(1984). *Multivariate analysis: Methods and applications*. Jone Wiley & Sons, Inc.
- Hall, C. R.(2001). *Imagery in sport and exercise*. In R. Singer, H. Hausenblas, & C. Janelle (Eds.), *Handbook of research in sport psychology*. New York: John Wiley & Sons.
- Krasnow D., & Deveau, J.(2010). *Conditioning with Imagery for Dancers*. Toronto, Ontario: Thompson Educational Publishing, Inc.
- Mayers, R. H.(1990). *Classical and modern regression with applications*. PWS-Kent Publishing Company.
- Stevens, J.(1996). *Applied multivariate statistics for the social sciences* (3rd ed.). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- 김보영, 김경희(2013). 에릭 플랭클린 심상훈련이 발레교육에 미치는 학습효과. 『대한무용학회는 문집』, 71(5): 1-22.
- 김태율(2015). 심상을 활용한 무용동작훈련 프로그램이 고교야구선수의 운동능력향상에 미치는 영향. 중앙대학교 교육대학원석사학위 논문.
- 안정욱, 서재성(2012). 무용심상척도(DIQ)타당화 연구. 『한국 무용학회지』, 12(1): 51-61.
- Barr, K. & Hall, C.(1992). The use of imagery by rowers. *International Journal of Sport Psychology*, 23: 243-261.
- Bradley, B. & Partington, J. T.(1997). Practice makes perfect: Commitment and imagery in dance. *Journal of the Canadian Association of Health Physical Education Recreation and Dance*, 63: 18-21.
- Brassington, G. & Adam, M.(2003). Mental skills distinguish elite soloist ballet dancers from corps de ballet dancers. *Journal of Dance Medicine and Science*, 7(2): 63-72.
- Fish, L., Hall, C. & Cumming, J.(2004). Investigating the use of imagery by elite ballet dancers. *AVANTE*, 10(3): 26-39.
- Hall, C. R., Rodgers, W. M. & Barr, K. A.(1990). The use of imagery by athletes in selected sports. *The Sport Psychologist*, 4: 1-10.
- Hanrahan, C. & Salmela, J. H.(1990). Dance images—Do they really work or are we just imagining things?. *Journal of Physical Education, Recreation and Dance*, 61(2): 18-21.
- Hanrahan, C. & Vergeer, I.(2000). Multiple uses of mental imagery by professional modern dancers. *Imagination, Cognition and Personality*, 20: 231-255.
- Hanrahan, C., Tetreau, B. & Sarrazin, C.(1995). Use of imagery while performing dance movement. *International Journal of Sport Psychology*, 26: 413-430.
- Hanrahan, S. J.(1996). Dancer's perceptions of psychological skills. *Revista de Psicologia del Deporte*,

9: 19-27.

- Hardy, J., Hall, C. R. & Hardy, L.(2005) Quantifying athlete self-talk. *Journal of Sports Sciences*, 23: 905-917.
- Monsma, E. V. & Overby, L. Y.(2004). The relationship between imagery and competitive anxiety in ballet auditions. *Journal of Dance Medicine and Science*, 8(1): 11-8.
- Munroe, K. J., Giacobbi, P. R., Hall, C., & Weinberg, R.(2000). The four Ws of imagery use: Where, when, why, and what. *The Sport Psychologist*, 14: 119-137.
- Munroe, K., Hall, C., Simms, S. & Weinberg, R.(1998). The influence of type of sport and time of season on athletes' use of imagery. *The Sport Psychologist*, 12: 440-449.
- Nordin, S. M. & Cumming, J.(2005). Professional dancers describe their imagery: Where, when, why, what, and how. *The Sport Psychologist*, 19: 395-416.
- Nordin, S. M. & Cumming, J.(2006). The development of imagery indance: Part II: Quantitative findings from a mixed sample of dancers. *J Dance Med Sci*, 10: 28-34.
- Nordin, S. M. & Cumming, J.(2007). Where, When, and How: A Quantitative Account of Dance Imagery. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 78(4): 390-395.
- Overby, L. Y. & Jan, D.(2011). The History and Research of Dance Imagery: Implications for Teachers. *International Association for Dance Medicine & Science*, 3(2):9-11.
- Overby, L. Y.(1990). The use of imagery by dance teachers—Development and implementation of two research instruments. *Journal of Physical Education, Recreation and Dance*, 61(2): 24-27.
- White, A. & Hardy, L.(1998). An in-depth analysis of the uses of imagery by high-level slalom canoeists and artistic gymnasts. *The Sport Psychologist*, 12: 387-403.

논문투고일 2017. 11. 14
심사일 2017. 11. 29
심사완료일 2017. 12. 21

Analysis on the Difference in Dance Image Based on the Level of Dance

Seo, Jae Sung

Ph.D, Physical Education, Chung ang University

The purpose of this study was to examine the normality of the Dance Imagery Basics Survey items, and to investigate the dance imagery difference according to dance level and the effects of dance major on dance imagery. The subjects of the study included 149 dancers who were three different dance levels; leisure level, intermediate level, and professional level. According to the descriptive statistical analysis of the DIBS scale, all 23 items showed statistically stable structure, and hence were confirmed to be suitable. Study results showed that there were significant differences in the seven sub-levels of imagery according to the dancers' dance levels. As the effects of dance major on dance imagery was examined, it was found that dance imagery was significantly influenced by performance period and complexity among dance major sub-factors. The value of this study will would help the dancers to understand the dancing spirit and internalize it and to internalize it in the dance environment, thereby helping to improve the dancer's dancing quality.

Keywords: Dance image(무용심상), normality(정상성), Dance Imagery Basics Survey(무용 심상척도), dance major(무용전공), dance level(무용 수준)