

가정폭력 생존자를 위한 무용/동작치료 연구 동향

- 학술지 게재 논문을 중심으로 -

이정귀* · 고경순**

I. 서론

II. 연구방법 및 절차

III. 연구결과

IV. 논의 및 결론

참고문헌

Abstract

I. 서론

1. 연구의 필요성 및 목적

2020년 이후 전 세계는 Covid-19 팬데믹 상황에 놓이게 되면서 사람들은 다양한 형태의 사회적 거리 두기로 인해 많은 관계들이 축소되었다. 가정 내 머무는 시간이 길어짐에 따라 다양한 스트레스 상황에 놓이고, 부부나 연인 간의 폭력에 노출되는 시간이 증가하는 결과를 초래하였다(중앙일보, 2021). 폭력은 불법한 방법으로 행사되는 물리적 강제력이며(두산세계대백과사전, 1996), 육체적 혹은 정신적으로 고통과 피해를 가하는 난폭한 힘이다(라이프 성경사전, 2004). Levinas(1961)는 폭력은 타인의 자유에 대해 침해하는 것이자 외상을 입히는 것이며, 세계보건기구(World Health Organization, 2014)는 가정 내 또는 연인 간에 발생하는 폭력을 가정폭력(Domestic Violence: DV)이라고 특정하였다.

가정폭력의 종류는 다양하다. 첫째, 정서적 폭력이다. 이는 통제할 수 없는 환경에서 반복적으로 행해지고, 자신의 주장을 펼치는 힘을 박탈하여 무력감을 만든다. 그 예로 자신의 의견이나 감정이 부정확하다는 신념을 갖게 하는 가스라이팅(Gas Lighting)이 해당된다. 지속적인 정서적 폭력은 피해자를 통제하고 고립시키며 자신이 존중과 사랑을 받을 자격이 없다고 느끼게 만든다(Howard et al., 2003). 둘째, 금전적인 학대를 가하는 경제적 폭력이다. 재정적인 독립이 어려운 여성들의 경우 폭력 대상과의 관계를 끊어내는데 어려움이 있다(Nicarthy, 1982). 폭력을 통해서 경제적인 의사 결정력을 박탈함으로써 가해자에 대한 의존을 강화하거나, 생존자에게 일방적으로 재정적 의무를 강제하는 것도 해당된다(Leventhal et al., 1991).

셋째, 성적 폭력이다. 타인에 의해서 가해지는 지속적인 신체 침범 경험은 외상(Trauma)을 초래

* 주저자, 전주대학교 대학원 예술심리치료학과 박사과정

** 교신저자, 전주대학교 예술심리치료학과 조교수, dmt.edu.korea@gmail.com

하고, 감각 반응과 신경계 사이에 문제를 야기하기도 한다. 이 과정에서 기억이나 감각이 왜곡되거나, 충격적인 기억을 할 때 음성과 언어의 의미처리 역할을 하는 좌측 전전두피질(left prefrontal cortex)이 차단되어 신체 기억 속에 저장된 외상이 언어로는 방출할 수 없게 된다(Hopper et al., 2007). 이러한 신경학적 이론은 폭력의 생존자들에게 언어 중심의 상담만으로는 해결할 수 없고, 무용/동작치료(Dance/Movement Therapy: DMT)와 같은 비언어적인 개입이 중요함을 우의적으로 설명해 준다.

마지막으로 물리적인 신체적 폭력이다. 심각한 수준의 신체적 폭력은 피해자에게 생명을 잃게 하거나 영구적인 신체적 손상을 남게 한다. 폭력의 과정에서 발생한 신체 상해에 대해 수치심으로 자신이 처한 상황을 밝히지 못하며 주위의 사람들과 접촉을 피하는 모습을 보이기도 한다(Walker, 1979). 최근에 연구된 한국 여성 전화(2021) 보고서에 의하면 남편이나 애인에게 살해된 여성들은 최소 97명이며, 살인미수 포함일 경우 228명 이상이다. 지속적인 폭력이 가해지는 상황에서 피해자의 신체는 무감각해지고, 폭력에 노출되는 시간 동안 전신이 마비되는 등의 신체적 증상이 나타나기도 한다. 이러한 현상은 자신의 통제범위를 벗어나는 상황에서 정신과 신체를 분리하여 자신을 보호하려는 시도이다(Leventhal & Chang, 1991). 이것은 심리적 방어기제인 해리(dissociation)와 연결이 된다. 해리는 자기 자신, 환경, 시간 등으로부터 분리되고 현실감각의 상실(loss)과 현실에서의 분리(detachment)를 포함한다. 이러한 방어기제는 감당하기 어려운 충격으로부터 자신을 보호하기 위해 기능하는 것이다(권석만, 2014). 폭력의 가해자는 물리적인 힘과 심리적 통제력을 행사하기 때문에 생존자들은 극한의 공포로부터 자신을 지키기 위해서, 통제할 수 없는 학대를 피하거나 최소화하기 위해 부동을 보이기도 한다(Warshaw, Sullivan & Rivera, 2013).

결과적으로 다양한 학대는 대상에게 분리되거나 독립적으로 가해지는 것이 아니다. 폭력 상황이 끝난 이후에도 생존자들은 통제력과 자기효능감, 능동성을 잃어가고 신체와 정신은 분리되며 절망과 우울, 불안 등과 함께 고립된 상황에 놓이게 된다(Walker, 1979). 신체적, 정신적 외상은 생존자에게 갇힌 에너지와 반복된 불안으로 인해 낮은 수준의 신체 에너지와 동기화 사회적 관계를 회복 및 유지하는데 어려움을 갖는다(Arnault & O'Hallora, 2015). 수면 장애, 각성, 해리, 혼란, 절망, 고립, 회상, 감정의 감소, 약물 남용 및 자살 충동은 폭력의 생존자에게서 발견되는 증상이다(Warshaw, Sullivan & Rivera, 2013). 트라우마의 증상은 무력감과 과각성 그리고 절망감이 신체를 통해서 나타난다(박상미, 2018).

이러한 맥락에서 신체적 회복만이 아니라 정신적 회복은 생존자에게 필요한 영역이다. 폭력의 상황이 종료된 이후에도 몸과 자신에게서 분리되어서 살아가는 생존자들에게 몸으로 회귀하는 심리치료의 개입이 필요할 것이다. 많은 연구자들이 폭력 생존자들에게 무용/동작치료가 의미 있는 개입으로 유용함을 강조하고 있다(Tantia, 2016; Ko, 2017; Kaikobad, 2021; Margolin, 2019). 무용/동작치료는 개인의 정서적, 사회적, 인지적, 신체적 통합을 촉진하는 심리치료의 유형으로 무용과 동작을 사용한다(American Dance Therapy Association: ADTA, 1966).

Tantia(2016)는 억압된 감정과 기억은 근육 조직에 저장되는데 무용/동작치료를 통해서 신체의 움직임이나 표현을 통해 해제될 수 있다고 말한다. 전통적인 언어적 방법의 치료법 및 기타 인지적 하향식 접근방식과는 차별된다고 하였다. 신체를 통해서 생존자의 신체 방어를 관찰하고 외상 반응의 징후를 식별하는데 세심한 주의를 기울일 필요가 있으며, 신체의 감각과 움직임 수준에서 외상 증상을 해결할

수 있는 더 많은 회복을 위한 개입이 필요함을 주장하고 있다. Ley & Barrio(2011)는 폭력적 외상의 생존자에게 바운스 및 자유로운 움직임, 흔들림, 달리기, 점프 및 롤링을 포함한 다양한 움직임을 사용하는 무용/동작치료는 갇힌 신체를 확장할 수 있다고 하였다. 이것은 생존자들에게 안전한 공간을 인식하고 확보하게 하며, 새로운 관계들을 형성해 갈 수 있는 것과 연결된다. 신체 및 자기 내면의 경험에 대해 개인의 인식을 높이기 위해서는 움직임과 미러링을 사용한다(Levine & Land, 2016; Ogden, Minton & Pain, 2006; Rothschild, 2000). 이러한 작업은 타인의 움직임, 감정을 반영하며 신경계 거울 뉴런의 활성화를 통해 생존자와 치료자 간의 공감적 조화를 높이고 정서적으로 안정시키기 위한 개입이다(Cristobal, 2018). 집단예술치료의 신체움직임은 참여자들에게 공동체의 일원으로 소속감을 경험하고(소혜진, 2019), 무용/동작치료는 스트레스가 높은 대상에게 편안함과 자유로움 그리고 위로를 주는 것과 같은 심리적 안녕감을 경험하게 한다(남정은, 고경순, 2020).

가정폭력으로 인한 신체적 손상에 대한 치료는 의료적 도움을 받아서 해결될 수 있으나, 마음에 남은 정신적 고통과 상처로부터 회복하기 위해서는 심리치료전문가의 개입이 필요할 것이다. 따라서 폭력에서 생존한 대상들을 위한 무용/동작치료의 연구 동향을 파악하는 것은 매우 의미 있는 연구가 될 것으로 사료된다. 이에 본 연구의 목적은 가정폭력으로부터 생존한 이들을 위한 무용/동작치료 연구의 동향을 분석하여 실재적이고 적용 가능한 임상 자료를 제공하고자 한다. 연구의 목적을 수행하기 위한 구체적인 연구 질문은 다음과 같다.

- 첫째, 가정폭력 생존자를 위한 무용/동작치료의 연구내용 및 연구방법은 무엇인가?
- 둘째, 가정폭력 생존자를 위한 무용/동작치료의 프로그램의 기본구조는 무엇인가?
- 셋째, 가정폭력 생존자를 위한 무용/동작치료의 목표와 중재정보는 무엇인가?
- 넷째, 가정폭력 생존자를 위한 무용/동작치료에서 사용한 도구(props)는 무엇인가?

II. 연구방법 및 절차

1. 문헌선정 및 배제기준

본 연구는 폭력으로부터 생존한 대상들을 위한 무용/동작치료 연구 동향을 분석하고자 한다. 최근 출판된 예술심리치료 동향연구(이혜민, 고경순, 2022; 임현진, 박소정, 2021)를 살펴보고 본 연구의 목적에 적합하게 연구방법을 수정 및 보완하여 채택하였다. 관련 문헌들을 체계적으로 검색 및 분석하기 위한 기준은 다음과 같다. 검색 대상의 문헌출판 기간은 지난 2011년부터 2021년까지 최근 11년간의 학술지에 발표된 연구물을 대상으로 정하였다. 대부분의 동향연구는 지난 10년간의 연구물에 집중하는 것이 일반적이거나, 연구 마무리 단계에서 Kaikobad(2021) 연구가 추가로 검색되어 11년으로 정하였다. 또한 무용/동작치료학계의 연구논문이 부족한 것과 연구 주제가 시대적, 문화적, 사회적 환경의 변화에 크게 영향을 받는다는 점을 고려하여 출판기간을 선정하였다.

국내 문헌을 검색하기 위해 한국학술정보(KISS), 학술연구정보서비스(RISS), 국회도서관, DBpia 검색엔진을 활용하였다. 국외 문헌의 경우 Google Scholar 검색과 예술치료 대표 학술지인 The Arts in

Psychotherapy에 출판된 연구물을 수집하였다. 문헌 검색어는 ‘무용/동작치료(dance/movement therapy)’, ‘폭력(violence)’, ‘학대(abuse)’, ‘회기(session)’, ‘중재(intervention)’를 조합하여 검색하였다. 자세한 문헌 검색기준 및 배제기준은 <표 1>과 같다.

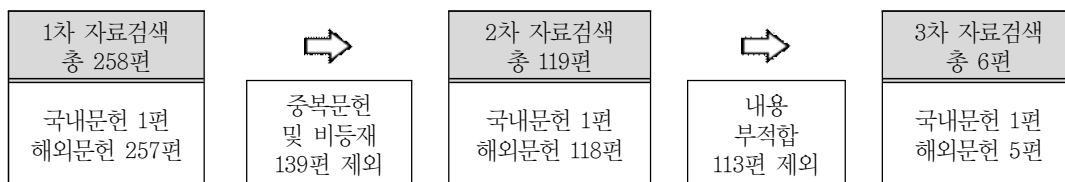
<표 1> 문헌검색기준

기간	2011년~2021년	
구분	국내 문헌	국외 문헌
검색도구	한국학술정보(KISS) 학술연구정보서비스(RISS) 국회도서관, Dbpia	Google Scholar The Arts in Psychotherapy
검색단어	폭력, 학대, 무용/동작치료, 중재, 회기	violence, abuse, dance/movement therapy, intervention, session
배제기준	아동 대상 연구, 무용/동작치료 개입이 없는 연구 연구방법이 미기재된 연구, 비등재 학술지	

2. 자료추출 과정

1차 검색 절차를 통해서 258편의 논문이 검색되었으며, 2차 중복자료 및 비등재 저널 139편을 제외하고 119편이 남았다. 마지막 3차로 초록과 본문의 내용을 확인한 후 부적합한 내용의 113편을 제외하고 문헌선정기준과 배제기준을 재확인 후 총 6편 연구물(국내 1편, 국외 5편)이 최종적으로 선정되었고 (<그림 1> 참조) 최종 연구대상 논문목록은 <표 2>에 정리하였다.

<그림 1> 자료검색 및 최종 분석결과



<표 2> 최종 연구대상 논문목록

분류	연구자(연도)	연구제목	학회지명
1	신우정, 임동호 (2018)	춤 치유가 외상 후 성장에 미치는 효과 -쉼터거주 가정폭력 피해여성을 중심으로	한국콘텐츠 학회논문지
2	Kaikobad (2021)	Reconceptualizing Rehabilitation of Female Survivors of Violence: The Case of Sampoonnata Model of Dance Movement Therapy (DMT) in India.	Women & Therapy
3	Margolin (2019)	Breaking Free: One Adolescent Woman's Recovery from Dating Violence Through Creative Dance.	American Journal of Dance Therapy
4	Ko (2017)	A Broken Heart from a Wounded Land: The Use of Korean Scarf Dance as A Dance/movement Therapy Intervention for A Korean Woman with Haan.	The Arts in Psychotherapy

분류	연구자(연도)	연구제목	학회지명
5	Tantia (2013)	Mindfulness and Dance/movement Therapy for Treating Trauma.	Mindfulness and the Art Therapies
6	Ley & Barrio (2011)	Movement and Sport Therapy with Women in Guatemalan Context of Violence and Conflict.	Body, Movement and Dance in Psychotherapy

III. 연구 결과

1. 연구물별 연구내용 및 연구방법

최종적으로 선정된 연구물이 채택한 연구방법은 양적 연구(1편), 질적 연구(4편), 혼합 연구(1편)이다. 가장 많이 활용된 질적 연구의 세부적인 방법론은 근거 이론 (1편), 사례 연구(3편)이다. 질적 연구에서 주로 수집한 자료들은 세션 관찰, 문헌 검토, 인터뷰, 현장 노트, 참가자 개인일지, 비디오 녹화, 녹음된 토론이다. 양적 연구에서는 외상 후 스트레스 장애와 관련된 한국판 외상 후 성장 척도(Korea-Post Traumatic Growth Inventory: K-PTGI)의 설문지가 사용되었다(〈표 3〉 참조).

〈표 3〉 문헌별 연구내용, 연구방법, 자료수집

분류	연구자(연도)	연구목적	연구 방법	자료수집종류
1	신우정, 임동호 (2018)	춤 통한 내면의 표출	양적연구 (사전/후연구)	한국판 외상 후 성장 척도(K-PTGI) 설문지
2	Kaikobad (2021)	여성생존자에게 페미니스트 관점에서의 재활을 모색	질적연구 (근거이론)	심층 인터뷰, 관찰 자료, 문헌 검토
3	Margolin (2019)	창조적인 춤에 대한 경험	질적연구 (사례연구)	조사자 현장 노트, 참가자 저널, 비디오 녹화, 녹음된 토론
4	Ko (2017)	스카프 댄스에 대한 경험을 탐색	질적연구 (사례연구)	세션노트, 개방형 질문과 인터뷰
5	Tantia (2013)	마음 챙김이 어떻게 치료적 방법으로 사용되는지를 모색	질적연구 (사례연구)	심층 인터뷰, 관찰 자료
6	Ley & Barrio (2011)	움직임 및 스포츠를 통해 심리/사회적 개입과 경험의 증가	질적/양적연구 (혼합방법)	설문지, 반구조 인터뷰

각각의 연구물이 결과에서 보고된 의미 있는 심리치료영역들은 정서적 영역(37.5%), 신체적 영역(25%), 정신적 영역(25%), 사회적 영역(12.5%), 영적 영역(12.5%)으로 나타났다. 세부적인 내용은 〈표 4〉에 제시되어 있다. Tantia(2013)에 의하면 신체적인 영역은 움직임을 통해 신체적 측면과 감각을 연구하여 내부 감각에 대한 인식과 신체 경계, 환경에 따른 신체의 인식과 피드백을 통해서 신체와 감정과의 상호 작용이다.

〈표 4〉 무용/동작치료 영역에 따른 연구비율

무용/동작치료영역	세부영역	연구물	비율(%)
신체적영역	신체적측면 신체적감각	Kaikobad(2021), Ko(2017) Margolin(2019), Tantia(2013)	25.0
정서적영역	자기효능감 가능성발견 감정적인 경험 정서적이완 외부적개입에 대한 통제	신우정, 임동호(2018), Kaikobad(2021), Ko(2017) Ley & Barrio(2011) Margolin(2019), Tantia(2013)	37.5
사회적영역	대인관계 사회적측면	신우정, 임동호(2018) Kaikobad(2021)	12.5
정신적영역	자기지각 통찰	신우정, 임동호(2018) Ley & Barrio(2011) Margolin(2019), Tantia(2013)	25.0
영적영역	영적 관심	신우정, 임동호(2018) Kaikobad(2021)	12.5
합계		16	100.0

사회적 영역은 움직이는 과정 안에서 주변인에 대한 감정, 타인에 대한 의지, 대인관계의 정도이다. 정서적 영역은 움직임을 통해 자기효능감이나 적극성, 유능성, 수용도, 극복을 위한 신념, 새로운 계획이나 관심 그리고 가치관을 통해서 가능성을 발견하는가의 내용을 포함한다. 정신적 영역은 움직이는 동안 자기 지각 및 인지에 관한 내용이다. 영적 영역은 움직임을 하는 동안 느끼는 영적, 정신적 세계에 대한 이해이다(신우정, 임동호, 2018).

2. 프로그램의 기본정보

무용/동작치료 프로그램 참여자들의 국적은 미국 1편, 한국 2편, 인도 1편, 캐나다 1편, 과테말라 1편이다. 성별은 모두 여성이었고, 연령대는 18세부터 60대였다. 개인 세션으로 진행된 연구물은 총 3편이며, 집단 세션으로 진행된 연구는 3편(12명 1편, 20명 이상 2편)이었다. 세션의 총 회기는 10회 이하가 2편, 12회 3편, 18회 1편이었다. 세션당 시간은 60분(2편), 90분(1편), 4시간~7시간(1편), 미기재(2편)으로 나타났다. 무용/동작치료 프로그램의 기본정보는 〈표 5〉와 같다.

〈표 5〉 프로그램 기본구조

분류	연구자 (연도)	국적*	폭력 유형	대상		프로그램구조	
				연령 (성별)	참여인원 (n/d)**	회기	회기당 시간 (분)
1	신우정, 임동호 (2018)	한국	신체	30~69 (여)	46 (23/23)	18	90
2	Kaikobad (2021)	인도	성	25~45 (여)	12	12	미기재
3	Margolin (2019)	캐나다	성	18(여)	1	12	60

분류	연구자 (연도)	국적*	폭력 유형	대상		프로그램구조	
				연령 (성별)	참여인원 (n/d)**	회기	회기당 시간 (분)
4	Ko (2017)	한국	신체	40(여)	1	10	60
5	Tantia (2013)	미국	성	34(여)	1	6	미기재
6	Ley & Barrio (2011)	과테말라	신체	다양한 연령 (여)	32	S***: 12 C****: 6	S***: 240 C****: 420

*프로그램 참여자의 국적
**n/d: 실험집단/비교집단
***S: APM-Solola
****C: APM-Chaquijya

3. 연구물별 무용/동작치료 목표와 중재 정보

각 연구별 프로그램 목표와 중재 정보는 아래와 같다.

Levine & Land(2016)는 최근까지 치료 중재로서의 효과를 조사한 경험적 연구에서는 치료자를 위한 명확한 매뉴얼이 없기 때문에 제한적이었다는 점을 개선하기 위해서 트라우마가 있는 개인을 위한 무용/동작치료에 대한 질적 결과의 메타 합성연구를 하였다. 이들은 외상에 사용할 수 있는 질적 문헌의 결과를 종합하는 방법을 제안하였고, 본 연구의 중재 정보는 폭력의 생존자를 위한 중재이기 때문에 공신력 있는 저널에 등재된 Levine & Land의 연구의 중재 분류 방법을 채택하여 적용하였다. 중재 정보는 마음과 몸 사이의 연결, 움직임 범위의 증가, 자신과 타인과의 관계, 움직임과 새롭고 건강한 관계의 4가지에 맞춰서 분석되었다.

신우정과 임동호(2018)는 가정폭력 피해 여성들에게 신체 표현 프로그램을 적용하고 즉흥적이거나 비형식적이고 창조적인 춤을 통해서 내면을 표출하는 것을 목표로 하여 자아를 찾기, 다른 사람들과 상호 작용, 자기 지각과 자신의 가능성을 발견, 영적 관심, 긍정적 심리를 강화하였다. 무용/동작치료 중재 방법으로 명상과 호흡, 자신의 신체와 감각 인식, 오감을 활용한 움직임 등을 사용하여 마음과 몸을 연결하고 살풀이 천을 흔들거나 움직임으로써 자연스러운 확장을 만들어가고 악기를 사용하기도 하였다. 구체적인 중재 동작으로는 미러링, 열기 동작, 안아 주기, 원안에서 한 사람씩 춤추기, 여럿이 둥글게 손을 잡으며 강강술래, 부채춤 등을 통해 타인과의 관계적 확장을 유도하였다. 나아가 동작을 통해서 자기 소개하거나 즉흥을 통한 자유로운 표현, 움직임에 대한 감정을 나누는 시간을 통해서 건강한 자기표현이 가능해졌다고 밝혔다.

Kaikobad(2021)는 가부장적인 문화에서 폭력으로부터 생존한 인도의 여성 생존자들에게 생존자에게 오는 낙인과 죄책감에서 벗어날 수 있도록 선택의지를 내면화하는 것이 무용/동작치료의 목표이다. 중재는 호흡 및 이완, 움직임의 범위를 확장하기 위하여 새로운 움직임을 끌어내거나 손짓, 발놀림 등을 사용하였다. 또, 치료적 개입으로 인도의 고전무용 및 민속무용, 즉흥적인 움직임, 9가지 감정을 사용하는 나바라사 라는 인도의 고전적인 움직임을 사용하는 무용/동작치료의 삼푸르나타(Samoornata)모델을 사용하였다. 이러한 중재는 사회적 구조의 역할을 인식하는 생존자들에게 가부장적 통제로부터 몸을

되찾고 자신에 대한 열망, 억압적인 상황에서의 선택 의지, 가부장 사회에서의 여성주의적 재활을 이끌었다. 치료적 중재가 참여자들의 고유한 문화적 맥락을 고려하여 사용되었을 시, 자기표현의 어려움에서 벗어날 수 있었고 적극적인 참여가 가능하였다.

유사하게, Ko(2017)는 문화적 맥락을 고려한 치료적 개입의 중요성을 제시하였다. 내담자의 정서를 적절하게 반영하여 동작, 도구, 음악을 사용하는 것을 강조하였다. 또, 한국 고유의 남성 중심의 사회 문화적 맥락에서 여성이 가진 ‘한’의 정서를 심층적으로 탐구하였다. 이 과정에서, 흰색 살풀이 천을 도구로 사용하여 표현의 확장과 통찰을 증진하고 생존자의 내면의 힘을 발견하고 강화하는 경험을 보고하였다.

Margolin(2019)는 창조적인 춤을 통한 폭력에서의 회복을 치료적 목표로 설정하였다. 무용/동작치료의 중재는 명상과 워밍업, 간헐적 숨쉬기, 감각 익히기를 통해서 마음과 몸을 연결하였다. 상상의 도구인 상자를 이용한 Box Dance(상자댄스), 밀기, 걷기, 달리기, 뛰어넘기, 자유로운 이동하기 등의 동작을 통해서 움직임의 확장을 감으로써 물리적 경계로부터 감정을 탐구하고 신체에 집중함으로써 자기 주도적인 행동을 확장하도록 하였다. 이 외에도 참여자에게 미러링, 창조적인 댄스를 통해서 신체적, 정신적, 정서적 단절된 경험을 재연결하고, 자신의 감정을 탐구하도록 하였다. 상자(Box) 이미지가 제시한 갇힌 공간과 단절된 고립감의 경계를 넘어 극복하여 안전감을 찾도록 유도하였다. 다음의 인용문은 무용/동작치료 중재를 통해 참여자가 느낀 감상의 일부이다.

나는 상자에서 나왔을 때 자유를 느꼈어요. 나는 구속되지 않았어요. 나는 자연스럽게 느끼고 차분한 느낌을 원하는 방식으로 움직이기 시작했어요. [...] 나는 나 자신에 대해 안전하고 행복하다고 느꼈어요. 나는 나에 대해 어떤 것도 달라지기를 원하지 않았어요. 우와!(Margolin, 2019, p. 182).

Gray(2015)는 창조적인 움직임을 통한 상징적이고 은유적인 표현이 문화적, 사회적 자원을 조직화하고 통합하여 안전한 감각으로 돌아갈 수 있다고 하였다. 이러한 과정은 폭력의 생존자들에게 즐거움과 휴식을 경험할 수 있는 인식과 능력을 재구성하도록 돕는다.

Tantia(2013)는 폭력에 의해 해리된 생존자에게 마음 챙김(Mindfulness)기반의 무용/동작치료를 제공하였다. 신체의 편안함을 강화하는 동작과 공간탐색, 드라마, 보디페인팅, 신체 경계의 움직임을 사용하여 동작을 확장하였다. 참여자에 만들어지는 동화(Fairytale) 안에서 상상의 중재 도구와 함께 연기하기, 그림 그리기를 사용하여 환경, 신체 경계, 자신의 내부경험 또는 외부에 대한 수용, 몸에 관심을 유도하였다. 동화 속의 칼, 개구리, 고릴라를 들고 있는 공주와 같은 생성된 이미지를 사용하여 연기하거나, 편안함을 강화하는 움직임을 함으로써 해리를 겪는 생존자가 자신의 분리된 부분을 해결하고 통합해 나아갈 수 있도록 하였다. 활기 넘치는 “치기(Stroke)”의 움직임은 내적 감각에 힘을 실어주며 자발적인 움직임을 통해서 자신을 표현할 수 있는 능력을 촉진하였다.

Ley & Barrio(2011)는 가정폭력 생존자들에게 가부장적 규범을 해체하고 선택의지를 내면화하는 것을 목표로 하였다. 호흡 및 긴장 완화 운동을 사용하였고 롤 플레이 게임 및 변형된 스포츠 형태의 심리 사회적 활동인 APM의 프로그램을 사용하여 움직임의 범위를 증가하였다. 치료사와 참여자 모두 가정폭력의 생존 여성들로 구성된 APM-Solola 그룹과 APM-Chaquijya 그룹은 집중 워크샵 형태로 진행

되었고 참가자들 간의 신뢰, 상호 존중을 바탕으로 반성과 토론을 위한 기회가 제공되었다. 프로그램 구성내용은 역할 놀이와 집단 무용을 통해 사회적 관계를 경험하고 연주를 하거나 폭력 및 고통의 경험을 표현, 대안과 해결책을 움직임으로 표현하기와 그리기 작업을 통해서 새롭고 건강한 선택의지로의 전환을 유도하도록 도왔다.

4. 중재도구(Props)

무용/동작치료에서는 물리적 도구와 상상적 도구의 활용이 가능하다. 적절한 도구들의 사용은 상징적인 표현을 하거나 움직임을 활성화하는데 편리하다. 이러한 도구들은 정서적, 심리적 지원의 형태로 외상을 경험한 참여자에게 치료를 위한 물리적 은유로 사용되고, 움직임 표현을 유연하게 확장하도록 돕는다(Levine et al., 2016). 본 연구에서는 무용/동작치료에 다양한 도구들이 활용되는 것을 발견하였다. 무용/동작 치료에서 사용된 물리적 도구와 상상의 도구들은 다음과 같다. 물리적 도구는 탈, 공, 부채, 악기, 살풀이 천, 스카프, 리본, 롤플레이팅 게임, 그림 도구 등이다. 그 외에 심상이나 상상으로 떠올려지는 개입 도구가 존재하는데 상상으로 연상이 되는 상자, 매듭, 황금 개구리, 공주와 칼 등이 있다. 구체적인 내용은 <표 6>과 같다.

<표 6> 연구물별 무용/동작치료 프로그램 목표 및 중재 정보

분류	연구자	무용/동작치료 목표	중재 정보				
			마음과 몸의 연결	움직임 범위의 증가	자신과 타인과의 관계	새롭고 건강한 관계	소도구 (Props)
1	신우정 임동호 (2018)	자아 찾기, 상호 관계 확장, 자기 지각, 가능성 발견, 영적 관심, 긍정심리의 강화	명상과 호흡, 신체 인식, 눈 가리고 표현, 오감을 활용한 움직임	소품을 이용한 움직임, 공간 활용	미러링, 내어 주기, 안아 주기, 원안에서 춤, 강강술래, 부채춤	동작으로 자기소개, 즉흥, 자유 표현, 웃음 체조, 움직임과 감정 /생각의 나눔	탈, 공, 부채, 악기, 살풀이천
2	Kaikobad (2021)	자신의 열망을 표현, 선택 의지 찾기, 여성주의적 재할, 가부장적 통제로부터 몸을 되찾기	호흡 및 이완	새로운 움직임, 손짓, 발놀림	인도고전 및 민속무용	힐링 터치, 즉흥 움직임, 나바라사 (아홉가지감정)	사용하지 않음
3	Margolin (2019)	경험을 연결하여 긍정적 경험을 제공, 공간에서 감정 탐구, 경계 달레마 극복, 안전감 육성, 자기 주도적인 춤을 통해 통찰력과 강점 인정	명상, 간헐적 숨쉬기, 감각 익히기	Box Dance, 동작 확장, 밀기, 이동 (걸기, 달리기, 뛰어넘기)	미러링	창조적 댄스	상상적 도구: Box
4	Ko (2017)	욕망, 용기, 몸의 인지, 몸으로부터 오는 지혜	호흡	움직임확장, 공간사용, 접지	미러링	스카프 댄스	살풀이천

분류	연구자	무용/동작치료 목표	증재 정보				
			마음과 몸을 연결	움직임 범위의 증가	자신과 타인과의 관계	새롭고 건강한 관계	소도구 (Props)
5	Tantia (2013)	환경에 대한 관심. 신체 경계에 대한 관심. 자신의 내부 경험. 상호 수용에 대한 관심. 신체에 대한 관심. "TO"와 "WITH"의 통합	신체의 편안함을 강화하는 동작	공간탐색, 드라마, 보디페인팅, 신체 경계 움직임, 동작의 확장	없음	상상의 증재 도구와 연기하기, 그림 그리기	상상적 도구: 매듭, 고릴라, 황금 개구리, 공주와 칼
6	Ley & Barrio (2011)	상호 작용 및 통합하기. 폭력의 경험을 표현하고 대안과 해결책 찾기	호흡 및 긴장 완화 운동	롤플레이게임 및 변형된 스포츠	역할놀이, 집단무용	해결책 및 대안을 움직임으로 표현, 그리기	리본, 롤플레이게임, 그림 도구

IV. 논의 및 결론

본 연구는 가정폭력 생존자를 위한 무용/동작치료 연구 동향을 분석함으로써 실제적이고 적용 가능한 임상 자료를 제공하는 것을 목적으로 한다. 폭력의 생존자에 관한 무용/동작치료의 연구는 신경심리학자인 Fern Leventhal(1991)과 무용/동작 치료사인 Meg Chang(1991)의 공동연구로 시작되었다. 그러나 2008년이 되어서야 무용/동작 치료사인 Christina Devereaux(2008)에 의한 가정폭력에 노출된 가족과의 작업에 대한 사례 연구가 발표되었다. 본 연구에서 분석한 최종 6편의 연구물의 요약내용은 다음과 같다.

신우정 & 임동호(2018)는 가정폭력의 생존자인 참여자들이 탈, 공, 부채, 악기, 살풀이 천 등의 도구와 전통놀이와 춤을 바탕으로 하는 움직임 등을 사용하였다. 그 결과 자아를 찾거나 타인과의 상호 작용, 내재된 능력을 발견하고 긍정적인 심리를 강화, 영적 영역까지 알아가는 것이 가능하다는 것을 증명하였다. Kaikobad(2021)는 인도의 전통 무용이나 민속무용을 활용하여 가부장적 문화에서 인도의 여성 생존자들에게 주어지는 부당한 낙인과 죄책감으로부터 벗어날 수 있도록 내면을 강화시키고 자기 의사 결정력을 높일 수 있게 도왔다. Ko(2017)는 과거 한국 고유의 남성 중심의 사회 문화적 맥락에서 여성이 가진 ‘한’의 정서를 흰색 살풀이 천을 도구로 사용하여 표현의 확장과 통찰을 증진하고 생존자의 내면의 힘을 강화하는 경험을 갖도록 하였다. Ley & Barrio(2011)는 가부장적 규범 속 가정폭력의 생존자들을 안전한 분위기에서 자신의 상황을 분석하고 대안방안들을 움직임으로 탐색하도록 하여 가부장적 규범을 해체하고 자기 의사 결정력을 높였다.

Margolin(2019)는 데이트 폭력의 외상을 입은 젊은 여성에게 상상적 도구인 상자(Box)와 상징적, 은유적 표현을 담은 창조적인 움직임을 사용하여 자기 안의 문화적, 사회적 자원들을 조직화하고 통합, 즐거움과 휴식을 경험할 수 있는 인식과 능력을 재구성하여 참여자 본연의 안전한 감각을 회복하도록 도왔다. Tantia(2013)는 연인에 의한 성폭력에 의해 해리된 생존자에게 생존자가 만든 동화 속에 나타난 상상적 도구들을 통해서 분리되었던 자기 안의 감각을 회복하고 억압과 가혹한 환경에서 “안전함”을 표현할 수 있는 능력을 키웠으며 “치기(Stroke)”의 움직임은 내적 감각을 강화하였다.

신우정 & 임동호를 제외한 5개의 연구물에서 가장 많이 사용된 자료수집방법은 무용/동작 심리치료 전문가에 의한 기술과 참가자들의 인터뷰였다. 참여자들의 섬세한 움직임과 감정 등의 경험적 진술은 수치적으로는 표현이 어려워 심층적으로 해석할 수 있는 질적 연구방법을 채택하였다.

본 연구에서 선정된 연구물에서의 무용/동작치료의 중재 방법들은 참여자의 문화와 사회적 상황에 적합하게 개입되었다. 생존자들은 무용/동작치료의 프로그램에 참여하면서 고유의 움직임들을 통해서 자신의 감정을 표현하고, 점차 심리적, 정서적, 신체적, 정신적 그리고 영적인 변화를 경험하게 되었다. 치료 영역으로는 정서적 영역이 가장 높은 비중을 차지하였고 무용/동작치료 중재를 통해서 자기효능감 및 가능성을 발견하고 감정적인 경험을 확장하거나 정서적 이완, 외부적 개입에 대한 통제가 가능하도록 하였다. 가장 낮은 치료 영역은 사회적 영역과 영적 영역이었다. 동서양의 문화적, 사회적 환경의 차이가 존재하는 점과 가정폭력이라는 개인적인 환경적 특성에서의 치료가 앞선 이유에서 낮은 비율을 보였다.

신체의 움직임을 통한 무용/동작치료 중재는 정신으로부터 분리된 감각들을 안전하게 본연의 감각으로 되돌릴 수 있으며, 다양한 감정을 경험하고 확장해 나아갈 수 있도록 돕는다. 중재에는 다양한 도구들을 사용할 수 있는데 물리적인 도구 외에도 상상의 도구를 이용할 수 있다. 내재된 감정과 심리를 이미지화하고 도구 또한 심상으로 만들어 적용할 수 있는 것은 무용/동작치료 중재가 갖는 강력한 치료적 강점이다. 무용/동작 치료는 생존자가 자신과의 소통을 위한 호흡과 감각 익히기를 시작으로, 움직임을 확장하거나 타인과의 상호 작용을 위한 움직임, 창의적인 움직임 등의 과정을 거치는 동안 치료적 목표에 더욱 가깝게 변화해 가면서 점차 사회 심리적인 안정을 찾고 폭력 이전과는 다른 새롭고 건강한 관계들을 만들어간다. 가정폭력은 은밀하고 오랜 시간 진행되기 때문에 그 고통의 크기와 기간을 헤아리는 것 자체가 힘들 수 있다. 오랜 기간 외상을 통해 언어적인 치료적 한계가 매우 클 수도 있을 것이다. 개인의 상황과 외상의 깊이에 따라서 언어로는 표현할 수 없는 다양한 움직임, 즉흥적인 중재는 무용/동작 치료가 갖는 큰 장점일 것이다. 종합적으로 가정폭력으로부터 생존한 이들에게 무용/동작치료는 대체할 수 없는 중요한 치료적 수단임을 알 수 있다.

지금까지 살펴본 연구물은 각각의 다양한 문화적 배경과 특수성으로 인하여 실제 임상 현장에 곧바로 적용하기에는 한계가 있다. 따라서 참여자의 개인적 특성과 환경이 고려된 프로그램이 개발 및 적용되어야 할 것이다. 생존자들은 스스로 벗어날 힘을 잃거나 도움이 필요한 상황을 인지하지 못하여, 주변의 관심과 도움 없이는 치료적 상황을 경험하는 것이 매우 어려울 수 있다. 특히 가정폭력을 개인적 또는 가족의 문제이거나 수치스러운 것으로 여기는 사회문화적 분위기에서는 생존자들이 치료현장에 오기까지 사회적, 행정적, 복지적 차원에서 다각도의 관심과 적극적인 도움의 손길이 있어야 할 것이다.

본 연구자는 현재 암 병동에서 근무하는 임상경험을 토대로 암 환자들을 위한 무용/동작치료 후속연구를 이어가고자 한다. 암 진단 시점부터 경험하는 충격과 공포, 불안, 우울 등의 정신적 영역, 외로운 치료과정에서 정서적 영역, 가족관계에서 오는 사회적 영역, 통증으로 오는 신체적 영역의 외상과 관련하여 무용/동작치료의 개입이 가능하기 때문이다. 많은 연구자들을 통해서 가정폭력뿐만 아니라 우리 사회의 다양한 종류의 외상 생존자들을 위한 무용/동작치료 매뉴얼이 개발되고 체계적 연구로 이어져 무용의 사회적 역할과 공헌이 확장되길 바란다.

■ 참고문헌

- 권석만(2014). *이상심리학의 기초: 이상행동과 정신장애의 이해*. 학지사
- NiCarthy, G.(1982). *Getting Free: A Handbook for Women in Abusive Relationships Seal Press*. Seattle. Washington.
- Ogden, P., Minton, K., & Pain, C.(2006). *Trauma and the body: Examining a neglected perspective*.
- Rothschild, B.(2000). *The body remembers: The psychophysiology of trauma and trauma treatment*. WW Norton & Company.
- 남정은, 고경순(2020). 무용/동작치료에 참여한 직업무용수들의 경험연구-직무스트레스와 심리적 안녕감을 중심으로. *무용예술학연구*, 78(2), 45-70. <<https://doi.org/10.16877/kjds.78.2.202006.45>>.
- 박상미(2018). 몸 | 뇌 | 마음: 정신치료에서 작용하는 영아 연구와 신경과학. *무용예술학연구*, 69(2), 139-143. <<https://doi.org/10.16877/kjds.69.2.201806.139>>.
- 소혜진(2019). 집단예술치료에서의 신체움직임 경험. *무용예술학연구*, 76(4), 53-73. <<https://doi.org/10.16877/kjds.76.4.201912.53>>.
- 신우정, 임동호(2018). 춤 치유가 외상 후 성장에 미치는 효과: 쉼터거주 가정폭력 피해여성을 중심으로. *한국콘텐츠학회논문지*, 18(2), 158-168. <<https://doi.org/10.5392/JKCA.2018.18.02.158>>.
- 이혜민, 고경순(2022). 외국인 유학생 대상 표현예술심리치료 연구동향 분석-학술지 게재논문 중심으로. *무용예술학연구*, 85(1), 111-131. <<http://doi.org/10.16877/kjds.85.1.202203.111>>.
- 서유진(2021. 03. 10). “WHO ‘여성 3명 중 1명은 성적·신체적 폭력 경험...코로나에 악화’”. 중앙일보. <<https://news.joins.com/article/24008647>>.
- Walker, L. E.(1979). *The Battered Woman*. New York: Harper & Row. Violence against women. (2021, March 9).
- World Health Organization. World Health Organization(2014). *Health care for women subjected to intimate partner violence or sexual violence: A clinical handbook* (No.WHO/RHR/14.26). World Health.
- Arnault, D. S., & O’Halloran, S.(2015). Biodynamic Psychotherapy for Trauma Recovery: A Pilot Study. *International Body Psychotherapy Journal*, 14(1).20-34
- Cristobal, K. A.(2018). Power of touch: Working with survivors of sexual abuse within dance/movement therapy. *American Journal of Dance Therapy*, 40(1), 68-86. <<https://doi.org/10.1007/s10465-018-9275-7>>.
- Devereaux, C. (2008). Untying the knots: Dance/movement therapy with a family exposed to domestic violence. *American Journal of Dance Therapy*, 30(2), 58-70.
- Hopper, J. W., Frewen, P. A., van der Kolk, B. A., & Lanius, R. A.(2007). Neural correlates of reexperiencing, avoidance, and dissociation in PTSD: Symptom dimensions and emotion dysregulation in responses to script driven trauma imagery. *Journal of traumatic stress*, 20(5), 713-725. <<https://doi.org/10.1002/jts.20284>>.
- Howard, D. E., & Wang, M. Q.(2003). Risk profiles of adolescent girls who were victims of dating

- violence. *Adolescence*, **38**(149), 1-14. <<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/12803450>. 2022. 09. 22.>.
- Kaikobad, R.(2021). Reconceptualizing Rehabilitation of Female Survivors of Violence:The Case of Sampoonata Model of Dance Movement Therapy (DMT) in India. *Women & Therapy*, **44**(3-4), 415-440. <<https://doi.org/10.1080/02703149.2020.1857617>>.
- Ko, K. S.(2017). A broken heart from a wounded land: The use of Korean scarf dance as a dance/movement therapy intervention for a Korean woman with haan. *The Arts in Psychotherapy*, **55**, 64-72. <<https://doi.org/10.1016/j.aip.2017.04.002>>.
- Leventhal, F., & Chang, M.(1991). Dance/movement therapy with battered women: A paradigm of action. *American Journal of Dance Therapy*, **13**, 131-145. <<https://doi.org/10.1007/BF00844142>>.
- Levinas, E.(1961). Totalité et Infini. Essai sur l'intériorité. *Revue de Métaphysique et de Morale*, **73**(3).
- Levine, B., & Land, H. M.(2016). A meta-synthesis of qualitative findings about dance/movement therapy for individuals with trauma. *Qualitative Health Research*, **26**(3), 330-344. <<https://doi.org/10.1177/1049732315589920>>.
- Ley, C., & Barrio, M. R.(2011). Movement and sport therapy with women in Guatemalan context of violence and conflict. *Body, Movement and Dance in Psychotherapy*, **6**(2), 145-160. <<https://doi.org/10.1080/17432979.2010.546619>>.
- Margolin, I.(2019). Breaking Free: One Adolescent Woman's Recovery from Dating Violence Through Creative Dance. *American Journal of Dance Therapy*, **41**(2), 170-192. <<https://doi.org/10.1007/s10465-019-09311-9>>.
- Tantia, J. F.(2013). Mindfulness and dance/movement therapy for treating trauma. *Mindfulness and the Art Therapies*, 96-107.
- Tantia, J. F.(2016). The interface between somatic psychotherapy and dance/movement therapy: A critical analysis. *Body, Movement and Dance in Psychotherapy*, **11**(2-3), 181-196. <<https://doi.org/10.1080/17432979.2015.1109549>>.
- Warshaw, C., Sullivan, C.M., & Rivera, E.A.(2013). A Systematic Review of Trauma-Focused Interventions for Domestic Violence Survivors. <<http://hdl.handle.net/20.500.11990/536>, 2022. 09. 22>.
- 두산세계대백과사전(1996). 두산동아. <www.doopedia.co.kr>.
- 라이프성경사전(2006). 생명의말씀사. <<https://kr.logos.com/product/164969/raipeu-seonggyeong-sajeon>>.
- 한국 여성 전화(2021. 03. 08.). 2020년 분노의 게이지:언론 보도를 통해 본 친밀한 관계의 남성에 의한 여성살해 분석. <<https://www.yna.co.kr/view/AKR20210308099951530>>.

논문투고일 2022. 08. 15.

심사일 2022. 08. 18.

심사완료일 2022. 08. 24.

Analysis of Research Trends on Dance/Movement Therapy for Domestic Violence Survivors

Lee, Jung Gui* · Ko, Kyung Soon**

Doctoral Student, Jeonju University* · Assistant Professor, Jeonju University**

This study of literature review analyzes the research trend identified of dance/movement therapy (DMT) studies investigating survivors of domestic violence from 2011 to 2021. The combination of key words such as ‘dance/movement therapy,’ ‘violence,’ ‘abuse,’ ‘session,’ and ‘intervention’ was used to search for domestic database in RISS, KISS, DBpia, and National Assembly Library. The international studies were searched by using database of the Google Scholar, and articles in journal of The Arts in Psychotherapy. Selection criteria included six studies out of 258 studies in total. Of the six studies, methodologies included adapted quantitative (1), qualitative (4), and mixed (1) research methods. Participants included adult females over the age of 18 years. Studies included individual and group sessions with a range of one to seven hours in length. Various props and creative interventions were used in sessions. Founded Interventions in DMT were categorized by Levine & Land (2016)’s classification. The result undicated that that DMT helped to safely return the senses separated from the mind to their original senses, and to experience and expand various emotions for domestic survivors. Implications for DMT practice with domestic survivors are suggested.

Keywords: Dance/movement therapy(무용/동작치료), Domestic violence(가정폭력), Intervention(개입), Analysis(분석), Research trend(연구동향)