

이 학 박 사 학 위 논 문

무용 전공대학생들의 신체적 자기지각을
통한 공연자신감 및 자기효능감이 무용몰입과
무용수행만족에 미치는 영향



2012년 2월

부 경 대 학 교 대 학 원

체 육 학 과

김 남 영

이 학 박사 학 위 논문

무용전공대학생들의 신체적 자기지각을
통한 공연자신감 및 자기효능감이 무용몰입
과 무용수행만족에 미치는 영향



지도교수 지 삼 업

이 논문을 이학박사 학위논문으로 제출함

2012년 2월

부 경 대 학 교 대 학 원

체 육 학 과

김 남 영

김남영의 이학박사 학위논문을 인준함.

2012年 2月 25日



목 차

I. 서론	1
1. 연구의 필요성	1
2. 연구의 목적	6
3. 연구모형	8
4. 연구가설	9
5. 연구절차	11
6. 연구 범위	12
7. 용어의 정의	13
II. 이론적 배경	15
1. 무용	15
2. 신체적 자기지각	21
3. 공연 자신감	32
4. 자기효능감	39
5. 무용몰입	44
6. 무용수행만족	53

III. 연구 방법	57
1. 조사대상	57
2. 조사도구	59
3. 조사 절차	62
4. 자료 처리	63
5. 타당성 및 신뢰성 검증	64
IV. 연구 결과	70
1. 일반적 특성과 신체적 자기지각, 공연자신감 및 자기효능감, 무 용몰입, 무용수행만족 간의 관계	70
2. 신체적 자기지각과 공연자신감 및 자기효능감과의 관계	84
3. 신체적 자기지각과 몰입과의 관계	89
4. 신체적 자기지각과 무용수행만족과의 관계	91
5. 공연자신감 및 자기효능감과 무용몰입의 관계	92
6. 공연자신감 및 자기효능감과 무용수행만족과의 관계	95
7. 무용몰입과 무용수행만족과의 관계	96
V. 논의	98
1. 일반적 특성과 신체적 자기지각, 공연자신감 및 자기효능감, 무 용몰입, 무용수행만족 간의 관계	98
2. 신체적 자기지각, 공연자신감, 자기효능감, 무용몰입, 무용수행 만족간의 관계	102

VI. 결론 및 제언	108
1. 결론	109
2. 제언	113
참고문헌	115
부 록: 설 문 지	130



표 목차

<표 1-1> Csikzentmihalyi의 몰입에 대한 정의	45
<표 3-1> 응답자의 인구통계적 특성	58
<표 3-2> 측정도구의 구성	59
<표 3-3> 신체적자기지각에 대한 탐색적 요인분석	65
<표 3-4> 공연자심감 및 자기효능감에 대한 탐색적 요인분석	67
<표 3-5> 무용몰입에 대한 탐색적 요인분석	68
<표 3-6> 무용수행만족에 대한 탐색적 요인분석	69
<표 4-1> 학년에 따른 신체적자기지각의 차이	71
<표 4-2> 무용경력에 따른 신체적자기지각과의 차이	72
<표 4-3> 무용시간에 따른 신체적자기지각과의 차이	73
<표 4-4> 공연 횟수에 따른 신체적자기지각과의 차이	74
<표 4-5> 학년에 따른 공연자신감 및 자기효능감의 차이	75
<표 4-6> 무용경력에 따른 공연자신감 및 자기효능감의 차이	76
<표 4-7> 무용시간에 따른 공연자신감 및 자기효능감의 차이	77
<표 4-8> 공연횟수에 따른 공연자신감 및 자기효능감의 차이	78
<표 4-9> 학년에 따른 무용몰입의 차이	79
<표 4-10> 무용경력에 따른 무용몰입의 차이	80
<표 4-11> 무용시간에 따른 무용몰입의 차이	81
<표 4-12> 공연 횟수에 따른 무용몰입의 차이	82
<표 4-13> 일반적 특성에 따른 무용수행만족의 차이	83

<표 4-14> 신체적 자기지각에 대한 다중공선성 검정	84
<표 4-15> 신체적 자기지각이 공연자신감에 미치는 영향	85
<표 4-16> 신체적 자기지각이 신체유능감에 미치는 영향	86
<표 4-17> 신체적 자기지각이 신체자신감에 미치는 영향	87
<표 4-18> 신체적 자기지각이 신체매력에 미치는 영향	88
<표 4-19> 신체적 자기지각이 행동몰입에 미치는 영향	89
<표 4-20> 신체적 자기지각이 인지몰입에 미치는 영향	90
<표 4-21> 신체적 자기지각이 무용수행만족에 미치는 영향	91
<표 4-22> 공연자신감, 자기효능감에 대한 다중공선성 검정	92
<표 4-23> 공연자신감, 자기효능감이 행동몰입에 미치는 영향	93
<표 4-24> 공연자신감, 자기효능감이 인지몰입에 미치는 영향	94
<표 4-25> 공연자신감, 자기효능감이 수행만족도에 미치는 영향	95
<표 4-26> 무용몰입에 대한 다중공선성 검정	96
<표 4-27> 무용몰입이 무용수행만족에 미치는 영향	97

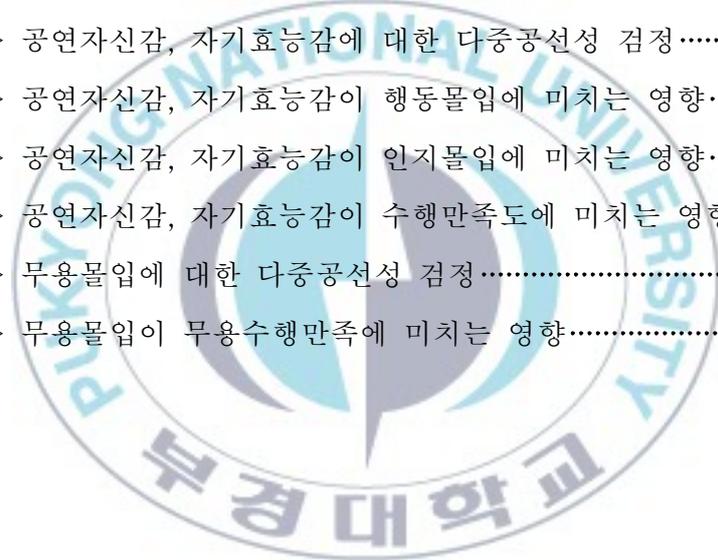


그림 목차

<그림 1-1> 연구 모형	8
<그림 1-2> 연구의 절차	11
<그림 2-1> Shavelson, Hunbner 및 Stanton(1976)의 자기개념 위계적 구조 모형	25
<그림 2-2> Sonstroem의 (1978)신체적 활동 참여의 심리 모형	29
<그림 2-3> Fox와 Corbin(1989)의 신체적 자가지각 프로파일(PS)	30
<그림 2-4> Marsh와 Redmayne(1994)의 신체적 자기존중감 모형	31
<그림 2-5> Scanlan와 Simon(1992)의 신체활동 몰입 모형	49



I. 서론

1. 연구의 필요성

현대사회의 고도화된 경제성장은 국민소득의 증대에 따른, 생활수준의 향상과 여유로운 여가시간의 증대 등을 가져왔다. 이로 인한 풍요로운 삶과 향상된 문화수준은 예술적·문화적 측면에 있어서 전반적인 발전 역할을 하였다. 특히, 무용은 인간에 의해 생각되어지고 인간에 의해 진행되며, 인간이 중심이 되는 활동으로 인간에게 있어서 가장 오래되고 강한 자생력을 가진 예술 가운데 하나인 것이다(김혜정, 2003). 또한 무용은 인간의 본능적인 움직임으로서 존재하고 단순한 신체적 움직임이기보다는 자신을 표현해주는 수단으로 심미적이며 인간적인 예술이다. 뿐만 아니라 무용은 모든 예술 중에서도 언어를 사용하지 않고서 예술가의 생각을 말하고자 하는 가장 역사가 오랜 비언어 예술이며, 몸을 통해 생각이나 아이디어를 표현하고자하는 시각적인 언어인 것이 그 특징이다(김말복, 2003).

또한 무용은 개인의 성장과 계발에 있어서 신체적, 정신적, 지적, 정서적 에너지의 총괄적 표현으로 정의될 수 있다. 이 외에도 사람들은 무용의 신체적, 정신적, 감정적 표현을 통해 자신의 완전한 자아개념을 확립하며, 동료들과 보다 협력적인 관계를 유지할 수 있게 된다. 또한 무용은 사람들에게 환경에 대해 보다 더 잘 인식할 수 있게 해주며, 동시에 그들 자신의 능력에 대해 보다 큰 확신을 가질 수 있도록 도와준다(이숙재, 2010).

무용은 자신의 사상과 감정을 신체로 표현함으로써 아름다운 정서의 교류가 이루어지고, 더 나아가서는 타인에게 즐거움을 주며 아름다운 표현과 같은 인간의 미의식과 사회성을 높여 준다. 또한 인간의 신체가 도구가 되

며, 신체의 움직임이 무용의 재료가 된다. 따라서 무용은 인간의 신체 움직임에 대한 예술이다. 즉, 무용이란 전달하는 중개자가 바로 인간이며, 춤의 표현수단은 인간의 신체인 것이다(김혜정, 2003).

이와 같은 무용의 특성 때문에 무용전공자는 다른 예·체능 분야와 마찬가지로 이론뿐만 아니라 지속적인 연습과 공연활동을 통해 자신의 기량을 높이는데 많은 노력을 기울이고 있다.

사람은 누구나 마음속에 자신의 신체에 대한 느낌이나 태도를 가지고 있다. 자신의 신체가 표현의 도구가 되는 무용수들에게는 자신의 신체에 대해 더 민감하게 지각한다. 무용수들의 신체는 그 자체가 주관적으로 평가되는 동작연기와 직접적으로 연관되어 있으며(김광자, 2002), 동작의 예술성과 효율성에 중요한 역할을 하기 때문이다. 그것은 신체에 대한 주관적 인상이 그들의 예술적 연기에 승화되어 최상의 동작수행을 가져올 수 있다는 것이다. 그리하여 무용수들이 느끼고 있는 자신의 신체에 대한 지각은 성공적인 무용 수행에 큰 영향을 미칠 것이다(권영균, 2010).

무용에 대한 신체적 자기지각에 관한 선행연구를 살펴보면 다음과 같다. 유진, 장귀옥(2002)은 프로무용수들이 대학무용전공자에 비해 전반적으로 높은 신체적 자기지각을 나타내었으며, 특히 몸매에 대한 지각수준에서 현저한 차이를 보이고 있다. 또한 김계숙(2000), 이예순, 김종진(2001)은 신체적 자기지각은 무용경력, 무용빈도 및 강도에 따라 차이가 있다고 밝혔다. 김정숙(2007)은 전공에 따른 신체적 자기지각은 한국무용이 가장 높으며, 현대무용이 가장 낮은 것으로 나타났다고 하였다. 황규자, 배진경(2005)의 연구에서는 무용전공 여대생의 신체상은 자신감에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다고 보고하였다. 이상과 같이 무용에 대한 신체적 자기지각에 관한 선행연구에서는 신체적 자기지각이 무용수행에 있어 많은 영향을 미치는 요인으로, 자신의 신체를 긍정적으로 지각하는 무용수들에게 무용

수행을 적극적으로 참여하고 노력해야 한다는 것을 알 수 있다. 또한 무용수들은 자신의 체중을 관리하고 컨디션을 조절하며 부상의 예방과 관리하는 것 등의 몸 관리에 해당하는 자기관리를 통해 자신의 신체를 보다 긍정적으로 바라볼 수 있을 것이다.

자신감은 수행을 성공적으로 해낼 수 있는 능력에 대한 개인의 확실성의 정도 또는 믿음으로 정의할 수 있다(Vealey, 1986). 따라서 무용공연에서 자신감으로서 공연자신감은 무용공연을 성공적으로 해낼 수 있는 마음상태나 성공에 대한 확신이라 할 수 있겠다. 자신감은 수행요구나 과제요구 또는 환경적 요구에 대처할 수 있는 자기능력에 대한 신념이며 행동에 대한 가장 중요한 예측 및 결정요인 가운데 하나로서 스포츠와 운동 상황에서는 이미 수행결과에 영향을 미치는 중요한 인자로 여겨지고 있다(권영균, 2010). 뿐만 아니라 자신감과 자기관리의 관계분석을 시도한 선행연구에서는 자기관리가 자신감에 영향을 줄 수 있을 것이라는 가정을 도출한 바 있다(김병준, 2003). 또한 권성호, 김방출(2007), 문한식, 박진성(2008), 정성우, 표내숙(2009) 등의 연구에서는 운동선수들의 자기관리는 자신감과 매우 밀접한 관련이 있는 것으로 밝혀져 자기관리를 잘 했을 때 수행에 대한 긍정적인 기분과 높은 자신감을 경험한다고 하였다. 자기관리는 신체적 자기지각을 위해 필요한 것이며 이는 신체적 자기지각이 자신감과 관련이 있음을 보여 주는 것이다.

오늘날 신체에 대한 관심은 대체적으로 건강과 미에 집중되어 왔으며, 특히 아름다움을 향한 욕망은 신체에 대한 가치관 변화로 나타나고 있다. 또한 자신의 외모에 얼마나 만족하는가에 따라 자존심이 고양되거나 저하되는 등 신체에 대한 만족도는 자아효능감과 관련되고 전반적인 삶에도 영향을 미치게 된다. 백정희(2007)는 개인이 자기를 평가하고 인식하는 단서를 성격이나 능력, 혹은 대인 관계에서의 특성 등 자신의 내적인 특질로

삼는가, 아니면 외모나 사회적 지위와 같이 타인의 눈에 쉽게 드러나는 외적인 특성으로 삼는가에 따라 신체에 대한 만족이 자기효능감을 형성하는데 미치는 영향력은 매우 다를 것이라고 하였다. 따라서 자신의 개인적이고 주관적인 평가보다 자신이 타인으로부터 얼마나 호의적인 평가를 받는가가 자기효능감을 형성하는데 더 많은 영향을 미친다고 볼 수 있다.

전문무용수나 무용지도자로 성장해가는 대학 무용의전공자들에게 신체에 대한 자기효능감 및 만족도는 중요한 부분이다(정성진, 2005). 또한 신체에 대한 자기효능감과 만족도의 기준은 일반인들과 차이가 있을 것으로 판단된다. 이처럼 무용수의 신체는 무용에 있어 중요한 역할을 하게 되는데 무용수 자신이 느끼는 신체적 자기효능감은 개인차에 따라 다르게 나타나며 신체적 자기효능감에 따라 생활에 대한 태도나 적응이 다르게 나타날 수 있다. 즉, 무용수들이 느끼는 신체적 효능감에 대한 지각은 무용수들의 전반적 삶에 영향을 미칠 수 있다. 이런 측면에서 보면, 무용을 전공하는 학생들에게도 신체적 자기효능감은 대학생활에 영향을 미칠 수 있는 직접적인 요인이라고 볼 수 있다.

몰입이란 인간의 삶에서 최고로 행복한 심리적 상태를 의미하며, 몰입의 특성은 외적 목표달성이 아닌 활동 그 자체에 이유가 은폐되어 있는 은유 행동을 말하며, 몰입상태에 있다는 것은 행동의 근원이 내재적으로 동기화된 자기목적적인 경험을 의미한다(Csikszentmihalyi, 1990). 또한 Ghani 와 Deshpande(1994)는 몰입이란 단순한 기쁨이나 열중할 때의 느낌이라기보다는 완벽한 심리적 몰두라고 표현하는 것이 정확하다고 보고, 몰입상태는 오랜 기간 동안 연마해 자신의 기술을 통해서 얻게 된 노력의 산물이라고 정의하였다.

무용수행 중에 몰입경험의 예로는 무용수가 자신의 의지와 무용활동 수행능력과정 중에 몰입을 통한 자신의 목표를 달성해 성취감과 희열을 느끼

게 되는 것으로 나타난다. 개인의 무용활동 수준은 난이도와 환경이 조화를 이룰 때 비로소 높은 경지에 도달하게 되고, 이러한 경험은 무용수행의 수준을 향상시키게 되며 다시 높은 몰입경험으로 이어진다(이경희, 2006).

따라서 무용은 자신의 내면세계를 관객에게 표출하는 행위이며, 이를 위해서는 신체적 자기지각 및 공연 자신감의 충만이 필요한 가운데 부단한 무용수행과 신체적 단련 또한 요구된다. 게다가 무용수들의 사회심리적인 요인뿐만 아니라 지속적인 무용수행을 위한 신체적 요인들을 밝히는 것을 비롯하여 무용을 전공하는 대학생들이 신체적 자기 지각을 통한 공연자신감 및 자기효능감이 어떠한 영향을 미치며, 그리고 무용몰입정도가 무용수행만족에는 어떠한 영향을 미치는지 등 그 관계를 각각 구명할 필요가 있다.

결국 이러한 측면에 대한 연구결과는 대학무용전공자들에게 지속적인 무용수행을 이끌 수 있으며, 무용수행에 대한 만족도를 높여 무용수들이 최고의 무용수로 도약하는 데 필요한 기초자료가 될수 있을 것이다.

2. 연구의 목적

이 연구의 목적은 무용전공대학생들의 신체적 자기지각과 공연자신감 및 자기효능감의 관계를 알아보고 나아가 무용몰입 과 무용수행만족에 미치는 영향을 연구하여, 이들 개념 간의 관계를 파악하는데 있다. 즉, 무용 활동을 통한 공연자신감 및 자기효능감을 파악하여 최종적으로는 무용수행력 활동 만족에 영향을 미칠 수 있는 선행 변수 들을 분석한 결과를 바탕으로 무용 전공자들이 무용능력수행에 필요한 신체적 기능이나 자신감을 키울 수 있고, 나아가 무용전공에 대한 만족도를 높이는데 연구의 목적이 있다.

첫째, 무용전공대학생들의 일반적 특성에 따라 신체적 자기지각, 공연자신감 및 자기효능감, 무용몰입, 무용수행만족은 어떠한 차이가 있는가?

둘째, 무용전공대학생들의 신체적 자기지각은 공연자신감 및 자기효능감에 어떠한 영향을 미치는가?

셋째, 무용전공대학생들의 신체적 자기지각은 무용몰입에 어떠한 영향을 미치는가?

넷째, 무용전공대학생들의 신체적 자기지각은 무용수행만족에 어떠한 영향을 미치는가?

다섯째, 무용전공대학생들의 공연자신감 및 자기효능감은 무용몰입에 어떠한 영향을 미치는가?

여섯째, 무용전공대학생들의 공연자신감 및 자기효능감은 무용수행만족에 어떠한 영향을 미치는가?

일곱째, 무용전공대학생들의 무용몰입은 무용수행만족에 어떠한 영향을 미치는가?



3. 연구모형

이 연구에서는 무용 전공자들의 신체적 자기지각을 통한 공연자신감 및 자기효능감의 매개 효과를 알아보고, 나아가 무용몰입에 미치는 영향을 알아본다. 또한 무용몰입이 무용수행만족에 미치는 영향을 파악하여 무용을 전공하는 전공자들이 지속적인 무용 활동을 할 수 있는 방안을 마련하고자 한다. 이를 위해 독립변수는 신체적 자기지각으로 설정하고 공연자신감 및 자기효능감, 무용몰입은 매개변수, 무용수행만족을 종속변수로 설정한다. 이를 바탕으로 다음의 <그림 1-1>과 같은 연구모형을 설정하였다.



<그림 1-1> 연구 모형

4. 연구가설

연구 모형을 바탕으로 가설을 설정하면 다음과 같다.

가설 1 : 무용전공자들의 인구통계학 특성에 따라 신체적 자기지각, 공연 자신감 및 자기효능감, 무용몰입, 무용수행만족에 차이가 있을 것이다.

가설 2 : 신체적 자기지각은 공연자신감 및 자기효능감에 유의한 영향을 미칠 것이다.

가설 2-1: 신체적 자기지각은 공연자신감에 유의한 영향을 미칠 것이다.

가설 2-2: 신체적 자기지각은 신체유능감에 유의한 영향을 미칠 것이다.

가설 2-3: 신체적 자기지각은 신체자신감에 유의한 영향을 미칠 것이다.

가설 2-4: 신체적 자기지각은 신체매력에 유의한 영향을 미칠 것이다.

가설 3 : 신체적 자기지각은 무용몰입에 유의한 영향을 미칠 것이다.

가설 3-1: 신체적 자기지각은 행동몰입에 유의한 영향을 미칠 것이다.

가설 3-2: 신체적 자기지각은 인지몰입에 유의한 영향을 미칠 것이다.

가설 4 : 신체적 자기지각은 무용수행만족에 유의한 영향을 미칠 것이다.

가설 5 : 공연자신감 및 자기효능감은 무용몰입에 유의한 영향을 미칠 것이다.

가설 5-1 : 공연자신감 및 자기효능감은 행동몰입에 유의한 영향을 미칠 것이다.

가설 5-2 : 공연자신감 및 자기효능감은 인지몰입에 유의한 영향을 미칠 것이다.

가설 6 : 공연자신감 및 자기효능감은 무용수행만족에 유의한 영향을 미칠 것이다.

가설 7 : 무용몰입은 무용수행만족에 유의한 영향을 미칠 것이다.



5. 연구절차

무용전공자의 신체적 자가지각, 공연자신감 및 자기효능감, 무용몰입, 무용수행만족의 관계를 파악하기 위하여 설정한 연구절차는 <그림 1-2>와 같다.



<그림 1-2> 연구의 절차

6. 연구의 범위

이 연구는 무용을 전공하는 서울, 부산, 강원 등 전국의 일부 지역 전공자들을 대상으로 무용의 성취감과 무용전공에 대한 만족감을 높이기 위한 기초자료를 제공하는데 목적이 있다. 따라서 개선점을 마련하고, 연구대상, 측정도구, 연구방법 등에서 나타나는 문제점을 해소하기 위해 다음과 같이 연구의 범위를 한정하였다.

첫째, 조사대상은 현재 무용을 전공하고 있는 대학생들을 대상으로 하였으며, 전공자들에게 직접 설문지를 배포하여 응답요령 및 주의사항을 설명한 후, 자기평가기입법(self-administration method)으로 응답하도록 하여 설문지를 회수하였다. 이후 불성실한 설문지는 제거하였다.

둘째, 신체적 자가지각, 공연자신감 및 자기효능감, 무용몰입, 무용수행만족의 개념들은 선행연구들을 바탕으로 이해 하였다. 그렇지만 탐색적 요인분석 결과 선행연구와는 다소 차이가 날 개연성이 있을 수 있다. 개념들은 시간이나 장소 및 대상자들에 따라 차이가 날 수 있기 때문이다. 그러나 이 연구의 요인분석 결과에서 변수의 차이는 있으나 전체적인 구성개념의 측면에서는 기존의 선행연구와는 큰 차이가 없었다.

셋째, 연구대상자의 개인적 가치는 개인의 인식과 태도분석으로 한정하였다.

7. 용어의 정의

가. 신체적 자기지각

신체적 자기지각은 총체적 자기개념, 또는 자기존중감의 중요한 하위구성요인으로서 개인의 신체를 어떻게 인식하고 지각하느냐에 따라 자기개념 또는 자기존중감에 직접적인 변화를 줄 수 있는 변인으로 간주된다. 이 연구에서는 Fox와 Corbin(1989)의 신체적 자기지각 프로파일(Physical Self-Perception Profile: PS)로 구성된 평가내용을 말한다.

나. 공연자신감

자신감은 수행을 성공적으로 해낼 수 있는 능력에 대한 개인의 확실성의 정도 또는 믿음이며, 수행요구나 과제요구 또는 환경적 요구에 대처할 수 있는 자기능력에 대한 신념이다(Albinson와 Moore, 1984).

또한, 공연자신감은 공연 상황 시 무용 공연을 완벽하게 성취해낼 수 있는 성공적인 수행의 마음상태나 성공에 대한 확신이라고 정의한다(Vealey, 1986).

다. 자기효능감

자기효능감이란 신체적수행과 관련된 과제에 대해 개인이 지각 한 자신의 능력 수준으로 이 연구에서는 신체유능감, 신체자신감, 신체매력감을 포괄하는 개념이다. 자기효능감의 측정은 수준, 강도, 일반성의 세 차원을 포함하는 미시적인 분석방법에 의해 측정 되어야 한다(Bandura, 1986).

라. 무용몰입

무용몰입이란 무용수행인이 무대에서 최상의 경지에 이르기 위해 무대에서 춤추는 활동 자체가 목적으로서 동기화되고, 그 자체에 만족을 느끼며 완전히 몰두하는 심리적 상태를 지칭한다(권성호, 2008).

마. 무용수행만족

일반적으로 대학생활자체는 전공영역별로 구성되어 있으며, 전공은 장래의 진로와 직결되는 요소이다. 따라서 자신이 속한 전공으로부터 제공받는 여러 교육요소는 개인의 대학생활만족을 결정짓게 된다. 이에 무용수행만족은 자신의 전공영역에 대한 교육적 측면의 심리적 충족 수준을 의미하며, 전공학습의 기본 3요소라 할 수 있는 교육시설, 교육과정, 교수진에 대한 개인의 만족도를 측정한다(김수겸, 1998).

II. 이론적 배경

1. 무용

가. 무용의 개념 및 특성

무용에 대한 언어의 어원을 보면 다음과 같다. 서양어인 댄스(dance), 탄츠(tanz), 당스(danse)의 어원은 산스크리트의 원어인 ‘생명의 욕구’를 뜻하는 탄하(tanha)이다. 중세영어 dawance, 옛 독일어 단손(danson) 등도 모두 이 말과 연결된다. 또한 그리스 tenein은 라틴어에서 기원되며 ‘긴장’, ‘뻗힌다’, ‘지탱하다’, ‘지속하다’ 등 신체의 움직임과 관계되는 말과 어원적으로 연결되어 있다. 그러므로 dance(英), danse(佛), tanz(獨), 무용(舞踊) 등은 모두 우리말로 표기하면 ‘춤에 해당하는 낱말이다. 언어에 있어서 민족과 나라마다 개념상의 차이는 일부 존재하지만, 우리가 오늘날 사용하고 있는 ‘무용’이란 말은 신체를 통해 인간의 사상과 감정을 표현하는 예술의 한 분야라는 것만은 부인할 수 없다(김정자, 1992).

인간을 흔히 생명적 존재, 행위적 존재라고 말한다. 즉, 인간의 생활환경은 다른 동물과는 달리 동적, 자연적 환경인 동시에 문화적, 사회적 환경이라는 차이점을 갖는다. 무용은 이러한 인간이 이 지구상에 존재할 때부터 생겨나서, 역사와 더불어 각 민족들의 경험에 의해 무용의 개념도 달라져 왔다. 따라서 무용의 개념을 한마디로 규정짓기란 어려운 일이다. 하지만 여러 무용연구자들은 연구들을 통하여 무용에 대한 정의를 내리기 위해 노력하였으며, 그 결과 무용에 대한 정의가 다양하게 정의되어 왔다.

Platon은 무용에 대해 “무용은 육체의 율동과 영혼의 매개자이다” 또

“무용은 살아있는 예술이다. 그것은 살아있는 회화이며, 살아있는 조각이다. 그것은 원시적인 감정을 간접적으로 그리고 가장 완전하게 표현하는 예술이다”라고 하였다(홍선미, 1992). Mettler(1979)는 “무용은 신체동작의 예술이다”라고 하였으며, “무용은 일정한 리듬과 의식적인 기교와 일치하며 미리 정해진 공간에서 움직이는 몸의 연속적인 동작이다”라고 정의하였다. 송수남(1982)은 “무용이란 항상 흐르고 움직이고 그 움직임 속에 멈추고 그리고 또 흐르는 것으로써 독특한 인간의 표현”이라고 하였고, 박현경(2002)은 “인간의 사상과 감정을 글로써 표현하는 것이 문학과 소리로써 표현하는 것이 음악이고 색과 형체로써 표현하는 것이 미술인 것처럼 무용은 신체를 통해서 표현하는 예술이다”라고 하였다. 결국 무용에 대한 여러 가지 견해를 종합해 보면 감정, 감각, 사상을 인간 신체 움직임을 통해 표현하는 예술이라고 할 수 있다. 그리고 이러한 무용의 개념은 시대와 장소에 따라 계속 변천하여 왔고 앞으로도 계속 그러할 것이라고 사료된다.

나. 무용의 형태

무용의 형태는 계통적으로 종합한 전체에서 그 기능과 배경에 따라 각기 구분 지을 수 있다(김정수, 2000). 한국무용은 한국인의 역사적인 특징과 사회·문화적 정서를 특유의 미적 동작에 의하여 표현하고 있으며, 발레나 현대무용은 서구의 전통적인 사회 문화적 배경 속에서 서구인의 정서적 특질을 다양한 미적 움직임의 표현방식으로 구조화하고 있다(오혜림, 2010).

1) 발레(Ballet)

르네상스 시대에 이탈리아에서 발생한 루이 14세의 장려로 프랑스에서

크게 발달된 예술의 한 형태다. 발레는 고도의 테크닉과 예술성을 띤 신체 활동으로서 시간과 공간 가운데서 전개되어 표현형식을 추구한다. 발레(ballet)라는 용어는 ‘춤을 춘다(to dance)’라는 의미의 이탈리아어 발라드(ballare)와 무도장(ballroom)에서 추는 발로(ballo)에서 유래한 것으로 알려졌다. 발레는 예술 발생의 여러 원인 중 유희 본능에 가장 가깝다고 생각할 수 있다. 귀족사회에서 발생했고, 왕권강화와 사교의 목적이 있는 오락물이었기 때문이다. 르네상스를 맞이하면서 시작된 궁정파티에는 바스당스를 비롯한 사교춤이 유행했고, 춤은 기사도의 일부이자 품위 있는 교제의 필수수단이 되었다. 즉, 모든 귀족은 사교춤을 배워야 했으므로 그 사회에서 대중화를 이룰 수 있었다(육완순, 1979).

2) 한국무용

한국무용은 한국의 전통적인 움직임의 기초로 한 예술무용의 장르를 지칭한다(김말복, 1999). 우리의 전통성을 지닌 한국무용은 미적생활, 건설적 생활을 유도하여 교양을 높여주고 문화인으로서 갖추어야 할 면모에 접근하게 하는 문화적 측면으로도 다가갈 수 있다. 또한 정해진 틀보다는 서민들의 정서와 소박한 감정을 표출하는데 핵심이 있으며, 상체의 움직임과 하체의 움직임이 과학적으로 잘 조화된 곡선 적이고 내향적인 춤이다.

한국무용은 발생기원에 따라 조금씩 차이가 있는 궁중무용, 민속무용, 의식무용, 창작무용 등으로 분류되며, 서구무용과 상당히 다른 특성을 가지고 있다. 첫째, 하체를 중심으로 발달된 서구무용과 달리 한국무용은 상체를 중심으로 발달되었다. 둘째, 한국무용의 움직임 원리는 지상에 기초하여 리듬과 역동성을 이끌어 내는 반면, 서구무용은 천상에 도달하려는 인간의 욕구에 의하여 도약운동을 한다. 셋째, 서구무용이 해부학적이고 기하학적

인 측면에서 외향적인 선을 주로 강조하는 직선적이고 동적인 감정표현을 강조 한다면, 한국무용은 영적인 면을 강조하여 정신적, 종교적인 측면에서 곡선적이고 내향적인 선을 강조하는 감정표현으로 이루어지고 있다. 마지막으로, 한국무용은 부드럽고 정지되어 있으면서 리듬을 형성하는 자연적인 호흡과 선의 흐름에 있다고 볼 수 있다(김말복, 1999).

한국무용은 누구나 춤을 출 수 있는 가장 인본적인 면을 지니고 있으며, 춤은 숨쉬와 기교 이전에 신명이다. 내면 속에 자리 잡고 있는 한국인들의 신명은 삶을 통해 저절로 무르익고 녹아있으며, 그렇기에 누구나 다 쉽게 우리 춤에 접근 할 수 있다(김매자 2000).

3) 현대무용

현대무용은 20세기에 들어와 미국에서 발달시킨 현 시대를 반영하는 근대적인 무용이다. 처음에는 새로운 춤(new dance)이라고 부르기도 했고, 표현력을 중시하는 이 춤의 성격을 지적하여 표현적인 춤(expressive dance)이라고 부르기도 했으나 현대사회에서 추어지는 오늘날의 춤이란 뜻에서 현대(modern)라는 수식어가 붙게 되었다(김말복, 2003).

현대무용은 고정관념의 표현기법에서 벗어나 자유, 즉, 형식에서 탈피를 주장하는 성격이 강하다. 현대적 감각으로 정의했을 때 현재와 미래를 통하여 창조될 수 있는 모든 동작을 포함한 광의의 개념이 존재한다. 그러므로 현대무용의 기교와 재즈 및 발레 그리고 민속무용의 기교까지도 표현하는 경향성이 나타나고 있다(김수겸, 1998). 그리고 보다 구체적이고 적극적이며 다각적인, 특히 무용수 자신의 감정이나 경험을 통해 새로운 예술형태의 몸짓이 창출되는 가운데 사상을 표현한다는 점에서 독특성을 가진다. 또한 다양한 외양과 그 내면을 상징하는 추상성 역시 갖게 됨으로써 신체

움직임이 형식에 얽매이지 않고 자연스럽다. 현대무용의 테마가 은밀한 인간관계의 정열을 다루며 오로지 감정을 표현한다는 점이 그러한 추상적 특징이다(이숙재, 2010).

다. 무용의 기능

무용은 표현적 기능과 전달내용의 시각화하는 언어적 기능을 가지고 있다. 무용의 실체는 표현내용을 상징적인 표현운동에 의해 구성된 운동이라고 할 수 있으며, 무용은 이러한 표현운동에서 미를 추구하는 것이다. 무용은 특별한 표현적 기능의 전달하는 힘, 즉, 울동을 통해 만들어진 의식적이고 상징적인 설명을 가지고 상상력에 대한 형태를 제시해 준다(백선희, 1999).

또한 무용은 인간의 감정을 전달하는데 있어서 말이나 언어가 체계화되기 이전 몸짓을 통하여 의사를 전달하는 언어적 기능을 가진다. 이러한 동작은 태초 때부터 온 인류에게 공통적인 순수한 언어로 모든 생명체는 동작을 통하여 의사를 전달했다. 동작의 감정을 언어로 표현하기 어려웠으므로 낱말이 사고를 표현한다면 동작은 감정을 표현했다. 일상생활에서 우리가 만들고 있는 모든 동작은 무의식 속에서 그 느낌이 표현되고, 이러한 동작의 형태는 감정의 외적 양상이므로 무용에서 의미하는 내적 감정을 외적으로 표출하는 양상이라 할 수 있다(육완순, 1988). 따라서 무용이 가지는 언어적 기능은 다른 예술에서 가질 수 없는 것으로 말로 설명할 수 없는 부분부터 설명 가능한 부분까지의 움직임을 통하여 상징적 의미를 전달할 수 있는 기능을 말한다. 언어적 기능을 가지고 있는 무용은 대사로서 표현하기 어려운 것들을 신체언어를 통해 전달함으로써 등장인물들의 심리적 묘사와 극의 흐름을 잘 표현할 수 있도록 하며, 짧은 시간 내에 극의

내용을 확실히 전달할 수 있는 중요한 역할을 한다. 뿐만 아니라 무용은 관객들이 극적 상황을 관객들이 빠르고 쉽게 이해할 수 있도록 배우들의 감정과 극의 내용을 시각화시킴으로써 뮤지컬을 3차원적 예술로 끌어올리는데 가장 핵심적 요소로 보다 다채로운 표현을 가능하게 한다. 즉, 전달매체로서 무용이 갖고 있는 고유한 표현성과 예술성으로 극(劇)에 기여한다고 할 수 있으며, 대화의 대안 기능으로써의 요소를 지니고 있는 가운데 극적 순간까지도 연장한다고 할 수 있다(김경아, 2001).



2. 신체적 자가지각

가. 자가지각의 이론적 개념

1) 자기와 자기개념

심리학에서의 자기(self)는 성격변인을 기술하기 위해 사용된 가설적인 구조이다. '나'에 관한 것을 자신의 경험과 행동에 따라 정형화시키고 정의를 내려 우리가 자기를 볼 수는 없지만 행동의 경향과 발생에 근거하여 추론할 수 있다. 따라서 자기는 생각, 개념의 체계, 태도, 가치 등을 포함하며 개인 전체의 주관적인 환경이다. 즉, 자기개념은 인간의 의식적인 삶 속에서 인간행동을 진작시키고 중재하는 가장 핵심적인 구인(鉤引)이며, 나아가 인간의 정신건강과 삶의 질적 향상의 필수 불가결한 요소라 볼 수 있다(유진, 소호성, 1998).

자기와 관련하여 가장 일반화된 개념은 자기존중감(self-esteem)과 자기개념이다. 자기존중감과 자기개념에 대한 초기 연구는 Mead, Cooley 및 Rogers 등에 의해서 이루어졌다. 이들에 따르면 특정개인이 지니는 자기에 대한 사고와 개념은 삶의 모든 단계에서 환경에 존재하는 중요한 사람들과의 상호작용으로 형성되고 변형되기 때문에 자기존중감과 자기개념은 인간이 가진 속성과 그가 속한 사회적 속성 및 인간과 환경과의 상호작용을 반영한다고 보았다(Sonstroem, 1984).

특히, 자기존중감은 자신에 대해 긍정적으로 느끼는 정도로서 결점이나 부족한 점을 생각하지 않고 자기 자신의 가치에 대하여 긍정적으로 믿는 상태이다(McInman, 1993; Sonstroem, 1984). 엄격히 구분하자면 자기개념이 자신에 대한 의식적인 지각이라고 한다면 자기존중감은 자기개념에 대

한 평가적 시각으로 간주되며, 개인이 자신에 대하여 긍정적으로 느끼는 정도로 정의된다(Gerger, 1971).

실제로 자기존중감과 자기개념에 대한 정의는 학자들마다 약간씩 견해를 달리하기도 한다. 실제로 Suls 와 Mullen(1982)은 자기개념을 개인의 능력, 경쟁, 성공 그리고 실패에 대한 자신의 평가라고 보았으며, Rogers(1951)는 자기개념을 자기 자신을 지각하고 있는 조직화된 형상, 그리고 자기존중감은 자기개념의 평가적 구성요소로 간주하였다.

또한 Kriupitschda(1983)는 자신에 대한 인지도식(schema)으로서 자아정체성 혹은 자기지각은 타인과의 상호작용에도 많은 영향을 미친다고 하였다.

이러한 연구들의 첫 번째 접근은 자기견해의 총합을 자기존중감으로 보는 것이었다. 자기견해(self-view)란 구체적인 영역에서 자신의 능력이 어느 정도인지 평가하는 것을 말하며, 제시된 영역에서 자신을 평가한 점수의 합과 자기존중감의 관계를 살펴보는 것이다(Burtler와 Haigh, 1954; Fitts, 1964). 실제로 자기견해와 전반적인 자기존중감 간에 정적인 상관관계가 있었고 자기존중감의 변량의 반 정도를 설명하여 지금까지도 자기존중감과 가장 관련이 있는 변인으로 여겨지고 있다(Rosenberg, 1979).

두 번째 접근은 이상적인 자기(ideal self)와 실제의 자기(actual self)간의 불일치와 자기존중감 간의 관계를 살펴보는 연구였다(Burlter 와 Haigh, 1954). 이 두 개념간의 불일치가 적을수록 자기존중감이 높고, 불일치가 클수록 자기존중감이 낮다고 주장하였으나, 자기개념간의 일치정도와 자기존중감과의 상관은 자기견해와 자기존중감의 상관보다 높지 않았다(Altrocchi, Parsons 와 Dickoff, 1960; Guerney 와 Burton, 1967; Kubiniec, 1970).

세 번째 접근은 자기존중감에 미치는 자기평가 차원의 중요성의 효과에 관한 연구였다(Hoge 와 McCarthy, 1984; Marsh, 1987; Pelham 와 Swann,

1989). 인간의 행동은 자기 자신에 대하여 가지고 있는 개념과 자기 능력에 대한 자기평가에 따라서 결정되며 대부분의 행동은 개인이 자신을 어떻게 지각하느냐에 따라 달라진다(이병걸, 1993).

이는 전반적인 자기평가란 자신이 중요시하는 삶의 영역에서의 구체적인 자기평가의 결과이며, 자기평가에서 개인이 중요하다고 생각하는 속성이나 능력만이 자기존중감에 영향을 준다는 것을 의미한다.

Rosenberg(1979)의 선택성 가설에 의하면, 사람들은 자신이 우수한 영역을 중요한 것으로, 열등한 영역을 중요하지 않은 것으로 믿는 경향이 있다고 보고 있는데 이는 실험연구를 통해 그 타당성이 입증된 바 있다(Tesser와 Campbell, 1980; Tesser와 Paulhus, 1983). 그러나 현실적으로는 이와 반대로 중요하면서 열등한 영역에 대해 그 중요성을 인정하고 그 영역에서의 자신의 열등함에 얽매이지 않는 사람이 높은 자기존중감을 갖고 있을 가능성도 있다. 따라서 자기견해와 자기평가차원의 중요성이라는 두 요인 외에 자신의 능력과 중요성을 인정하면서 그 사실을 개인이 어떻게 받아들이고 있는가라는 측면이 자기존중감을 설명하는 중요한 요인이 될 수 있을 것이다. 이러한 견해에 따라 자기존중감을 자기 수용(self-acceptance)과 관련지어 설명할 수 있다. Rogers(1950, 1951, 1959; Rogers와 Dymond, 1954)는 사람들의 자기에 관한 태도를 세 가지 측면에서 기술하였다. 세 가지 측면이란 자기에 대한 태도의 구체적 내용인 인지적 차원, 어떠한 기준과 비교한 구체적 내용에 대한 판단인 평가적 차원, 그 판단에 부여하는 어떤 감정인 정서적 차원이다. 자기수용은 이 중에서 정서적 차원으로 Rogers는 세 가지 측면 중에서 가장 중요한 것이 자기수용이라고 주장하였다.

물론 이런 관점에서의 연구가 국내에서도 일부 연구자에 의해 시도된 사례가 있다. 이수현(2005)는 자기견해, 자기평가차원의 중요성, 자기수용의 세 가지 요인과 전반적인 자기존중감의 관계를 분석하여 인지적 차원, 평

가적 차원, 정서적 차원으로 접근한 것을 꼽을 수 있기 때문이다.

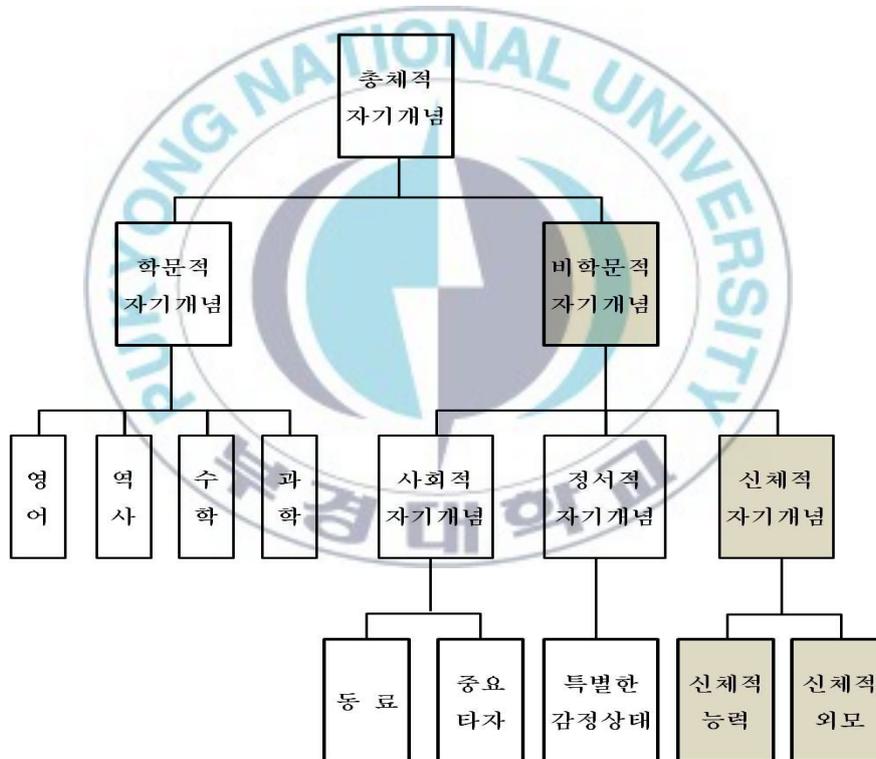
앞서 설명한 바와 같이 인간의 정신건강에 매우 중요한 역할을 하는 자기 개념은 학자들 간에 다양하게 접근하여 해석되고 있으나, 이 연구에서는 간단히 자기 자신에 대한 조직화된 지각, 또는 개체로써의 자신에 대한 개인의 사고와 느낌의 총체성으로 정의하였다(Rosenberg, 1979).

2) 자기개념의 이론적 구조와 측정

초기의 자기존중감과 자기개념의 하위구조는 일차원적인 구조로 설명되었다. 즉, 성공, 수용, 장점 등과 같은 일상생활 속 넓은 범주의 변인들에 대응하여 자신이 갖는 신념이나 태도를 측정하는 방법으로 설명되었다. 연구자에 따라 측정 변인들은 달랐지만 답변방식은 전반적으로 ‘나와 같다’, ‘나와 같지 않다’로 체크하는 방법을 사용하였다. 몇 가지 변인들에 대해 나와 같으나, 혹은 같지 않느냐로 판정지어 전체적인 해석을 강조하였기 때문에 추후 타당성에 대한 비판을 일부 받기도 했다(Harter, 1983).

다차원적 구조로 보는 접근들은 자기존중감과 자기개념을 상황마다 특수하고 구체적으로 나타나는 광범위한 개념으로 이해하고 있다. 즉, 한 개인이 자신을 넓은 의미로 받아들일 때 사회적 관계, 학문적 능력, 외모와 같은 여러 삶의 형태에 따라 자신에 대하여 대단히 다른 평가를 하게 된다는 것이다. 이렇게 자기존중감과 자기개념의 측정을 위한 하부요인들이 대상에 따라 다르게 제작된 이유는 자기존중감과 자기개념의 요인들은 개인적 요인들이 크게 작용을 한다고 보는 의견을 가지고 있기 때문이다. 사회적 환경이나 연령, 성 등에 따라 개인들이 가지는 가치는 상당히 다를 수 있다는 점이 반영되어 각기 하부영역에 대해 개인이 인지하고 있는 정도를 측정함으로써 복합적인 구성요인에 대해 검증하였다(Gergen, 1971).

위계적 구조는 자기존중감과 자기개념이 하나의 위계적인 모형으로 구조화되어 있다는 이론이다. 위계적구조를 주장하는 심리학자들은 상황적 구체성과 일반성에 기초하여 복합적인 자기개념과 자기존중감을 위계적으로 설명하고자 하였다(Epstein, 1973; Marsh, 1987; Shavelson 등, 1976). 특히 Shavelson 등(1976)은 일반적인 자기개념을 학문적 자기개념과 비학문적 자기개념으로 분리하여 계층화된 구조를 다음의 <그림. 2-1>과 같이 제시하였다.



<그림 2-1> 자기개념의 위계적 구조 모형
(Shavelson, Hunbner 및 Stanton, 1976).

나. 신체적 자기지각의 이론적 개념

1) 신체적 자기지각

인간은 자신이 전반적으로 신체에 대해 갖고 있는 태도와 생각, 느낌, 신념, 가치, 목표, 성격, 자신에 대한 다른 사람들의 견해 등이 통합되어 형성되어 있는데, 이를 신체상(body image)이라 한다. 이는 신체지각과 신체개념을 포함하는 자아에 대한 신체의 감지이며, 단순하게 신체의 겉모습뿐만 아니라 신체적 능력, 지각능력, 기동성을 포함하고, 자신의 신체에 대한 의식적·무의식적인 정보 및 감정과 지각의 끊임없는 변화와 신체에 관련된 개인의 태도, 감정, 성격의 반응으로 이루어진 산물이라 볼 수 있다(McClosky, 1976). 사회적 산물로서 자아상과 관련되어진 개념으로 신체가 어떻게 보이기를 원하는지도 포함되고 항상 변화하는 것으로 미적인 것과 문화의 영향을 받게 되며 삶에 영향을 미치게 되는 것을 신체상의 개념이라 할 수 있다(Price, 1986). 이러한 신체상은 개인의 성장발달 과정과 대인관계 경험에서 형성되며, 개인의 고유한 감각운동과 정서경험에서 유래되는 것이므로 개인마다 독특하다(Norris, 1978).

Brunner(1982)는 신체상을 개인이 자신의 신체외모나 신체기능, 신체 상태에 대해 가지고 있는 느낌이나 태도라고 하였으며, Wassner(1982)는 전체적인 자아평가, 인간이 인간답게 사는데 필요한 주체성 자기존중감, 그리고 자기가치의 근본이라 하였다. Haber 와 Hall(1983)은 내적감각, 정서 상태 및 외적대상과의 경험으로부터 획득한 자신의 신체에 대한 심적 묘사로 신체상을 정의하고, 인간을 완전한 개체로서 이해하는데 중요하게 기여하는 자아, 자아개념, 자기존중감 및 주체성의 형성발달에 있어서 상호도움을 주고받는 관계로 볼 수 있다고 하였다.

Price 등(1985)은 신체상의 의미를 사회·구조적인 측면과 신간의 개념으로까지 확장하였는데, 신체가 어떻게 보여 지는가를 내포하며 고정되지 않고 항상 변하는 것으로 보았다.

Cash(1990)는 현 사회에서 신체상은 대부분 사회적 기준으로 결정되어지며, 사회적인 영향력은 남녀가 다르게 작용하고, 여성이 좀 더 신체적인 느낌에 민감하다고 하였다. 또한 자신의 신체상에 대해서 긍정적이고 부정적인 인식에 따라서 자기존중감이 상승되기도 하고 신체상을 왜곡하기도 한다고 하였다.

우정숙(1993)은 신체상을 자신의 신체에 대한 느낌과 태도로서 자신의 전반적인 신체외모에 대해 갖고 있는 평가라고 하였다. 결국 신체상이란 것은 인간이 생물, 심리, 사회적 존재로서의 자신을 어떻게 지각하는지와 관련이 있다고 볼 수 있다.

자신의 육체에 대한 사고, 모습, 태도, 애착 등을 포함하는 신체의 외모를 인지한 혼합체로서 신체상이 지니는 기본적인 측면은 개인이 그의 신체를 통한 경험의 단계를 말하는데, 질병이나 임원은 성인이나 아동에게 퇴행 경험의 단계를 강화시키는 이인화(depensonalizing)의 경험이며, 동시에 질병으로 인한 고통, 운동 제한 및 수술은 신체상의 변화를 가져온다. 또한 인간의 움직임에 의해서 창조되거나 분해된다는 사실을 알 수 있다. 즉, 근육의 움직임에 의해 창조되거나 분해되는 것이다. 이러한 사실은 근육의 움직임에 따라 만들어지는 운동감을 인간이 느낌으로써 움직이는 신체에 대해 더 큰 인식이 짝트게 됨을 알게 한다(임인선, 1987).

Sonstroem(1984)은 지속적인 신체활동의 결과 개인의 신체상이 변화하게 되고 이러한 신체능력에 대한 자기지각의 변화는 자아개념의 변화와 밀접한 상관관계를 갖는다고 하였다. 신체상에 대한 문화적 가치기준의 내면화는 스포츠에 참가하는 선수들에게도 적용되어지며, 특히 미적표현운동 무

용수들의 이상적인 신체상에 대한 인식은 동양적인 신체상이 아닌 길고 가는 서구적인 이미지로써 전체적으로 보여 지는 바디라인을 중요시 여기고 있다. 무용수들은 연습에서 세계 정상급의 서양선수들의 바디라인을 접할 기회가 많은데 이들의 가늘고 길게 완벽한 동작을 구사하는 몸은 무용수들로 하여금 서구형의 신체를 선망하게 하는 요인이 되고 있다(권기남 등, 2003).

객체화된 신체 의식 개념에 대한 연구에서 일반여대생에 비해서 무용수들이 자신의 신체를 스스로 통제할 수 있다고 높게 나타나 상당히 높은 통제 신념을 보여주고 있다.

이러한 결과에서도 볼 수 있듯이 신체는 자신의 감정을 나타내는 표현수단으로 자신의 표상임은 물론 미적표현의 요소라고 할 수 있다. 따라서 무용전공학생들에게 신체 만족도는 중요한 심리적 요인이며, 신체에 대한 만족도가 높을수록 자신감은 증대되고 학생들의 기교와 감정표출 능력이 향상 될 수 있을 것이다. 즉, 무용전공 학생들의 자신의 신체 지각이 긍정적일 수록 자신감의 형성 및 발달에 기여한다는 것을 제시할 수 있다(박은아, 2003).

2) 신체적 자기지각의 이론적 구조와 측정

자기(self)의 다차원적 개념은 신체적 자기의 본질을 연구하는 기회를 제공하였다. 신체유능감이나 외모와 같은 신체적 자기는 초기의 연구자들의 관심을 끌었다(Harter, 1989). 최근에는 신체적 자기개념에 대한 관심이 증대되면서 운동, 스포츠심리학자들은 이를 측정할 수 있는 측정도구의 개발에 관심을 집중하기 시작했다. 신체적 자기지각에 대한 개념을 좀 더 구체적으로 정립하고, 이에 대한 측정도구를 개발하려는 연구들이 많은 스포츠

심리학자들의 관심 속에서 시행되고 있다(Fox 와 Corvin, 1989; Sonstroem, Speliotis 와 Fava, 1992; March, Rechards, Johnson, Roche 와 Tremayne, 1994).

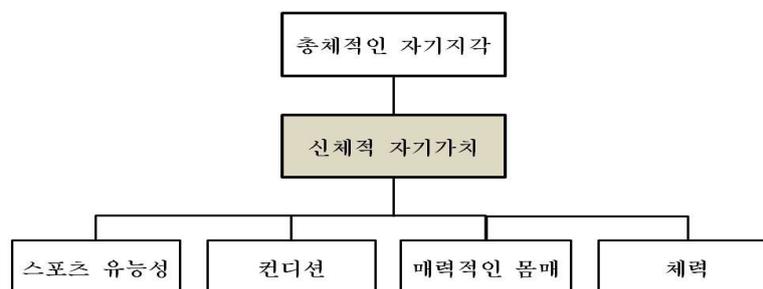
Sonstroem(1978)은 신체적 능력과 스포츠 기술의 자기지각을 측정하기 위한 평가척도로 신체적 평가와 매력(physical estimation and attraction scale: PEAS)을 개발하여, 신체적 활동참여에 따른 심리 모형을 제시하였다. 이 모형은 높은 자기존중감을 갖는 사람은 개인의 신체능력에 대한 매력을 강하게 느끼게 되고, 그 매력을 유지하고 증진시키기 위해 지속적으로 신체활동에 참여하게 됨을 설명한다. 또한 신체적 활동참여와 심리적 효과에 대한 명확한 이론적 설명근거를 제시해 주고 있으며, 신체능력과 자기존중감의 관계를 검증하는데 가장 자주 인용되고 있다. 이와 같은 위계 모형에 기초해 볼 때, 신체적 자기존중감은 비학문적인 자기존중감을 이루는 하위 요인인 사회적 자기존중감이나 정서적 자기존중감과 함께 총체적인 자기존중감에 영향을 주는 중요한 구조임을 알 수 있다(정창희, 허정식, 성창훈1993).



<그림 2-2> 신체적 활동 참여의 심리 모형
(Sonstroem, 1984).

Ryckman, Robin, Thornton 및 Cantrell(1982)의 자기신체효능척도(physical self-efficacy scale)에서는 신체적 능력과 신체적 자기표현이 구분되어 측정되고 있다. Harter(1985)는 스포츠 유능감성(athletic competence)과 외모(physical appearance)를 신체적 자가지각의 구성요인으로 보았으며, Marsh와 Shavelson(1985)도 신체적 능력과 외모를 가장 중요한 측정요인으로 제안했다. Richards(1988)의 신체적 자기개념 척도(PSC)는 7개의 하부요인으로 체격, 외모, 건강, 신체적 유능성, 근력, 활동성향 그리고 전반적인 신체만족 등의 요인들이 포함되었다.

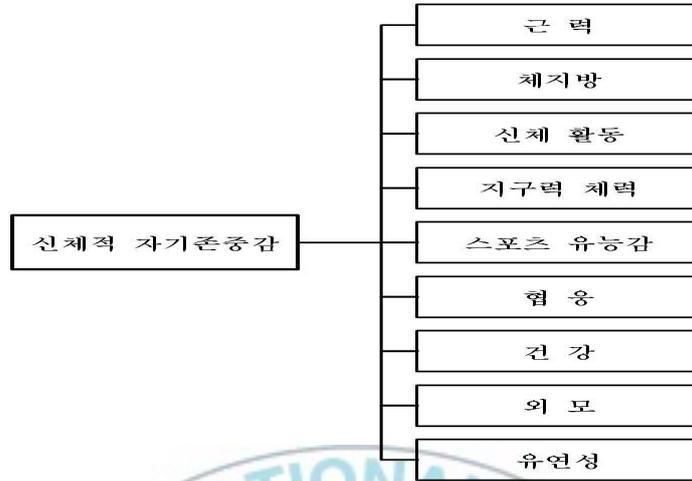
Fox와 Corbin(1989)은 신체적 자가지각을 높이면 총체적 자기개념과 자기존중감을 높일 수 있다는 관점에서 운동참여와 자기개념간의 관계를 설명하기 위해 위계적 모형에 기초를 두고 신체적 자가지각 프로파일(PS)을 개발하였다. 이는 4개의 하위요인과 1개의 상위요인으로 구성되었으며, 즉, 자기신체에 대한 자각은 스포츠 유능감, 신체적 컨디션, 몸매, 체력의 4가지 하위요인에 의해 결정됨을 제시하였다. 신체적 자가지각 프로파일(PS)은 심리측정적 관점에서 비교적 타당하고, 사람들의 신체활동 정도를 매우 잘 예견할 수 있으며 신체활동과 자기존중감의 관계성에 대한 실증적 연구와 설명에 새로운 기폭제를 마련하였다(Sonstroem, Speliotis, 와 Fava, 1992).



<그림 2-3> 신체적 자가지각 프로파일(PS)(Fox와 Corbin(1989)).

Marsh 와 Redmayne(1994)에 의해 고안된 검사지인 신체적 자기기술질문지(PSDQ)는 신체적 자기개념 검사지를 위한 것으로 근력, 비만, 신체활동, 지구력, 스포츠 유능감, 협응, 건강, 외모, 유연성과 전반적인 신체, 총체적인 자기존중감을 포함하여 11개의 하부요인들로 구성되어 있다. 이는 신체적 자기개념을 측정하는 매우 타당성 있는 도구로 입증되었다 (Marsh, 1994; Marsh, Richard, Johnson, Roche, 와 Tremayne, 1994).

신체적 자기지각에 관련한 연구로는 PS를 사용한 연구로 유진, 소호성(1998)의 연구에서는 운동지속을 결정하는 PS 하위요인들과 신체활동량에 영향을 미치는 요인들이 성별에 따라 각각 그 중요성에 차이가 있다는 사실을 제공하였다. 김병준(2001)의 연구에서는 청소년을 대상으로 PSDQ의 한국판 제작을 시도하여 한국의 청소년들이 내재화하고 있는 신체적 자기지각의 10개의 구성요소를 도출하였다. 유진 과 장귀옥(2002)은 국내 발레 무용수를 대상으로 여자 발레 전공자들의 자기존중감과 무용 활동의 수준에 영향을 미치는 신체적 자기지각 프로파일(PS)을 분석하여 신체적 자기가치와 중재적 효과를 규명하였다. 고주혜 와 김승재(2006)의 선행연구에서는 무용수의 신체적 자기지각을 살펴 자신의 신체를 긍정적으로 지각하는 무용수들은 주어진 무용 활동에 적극적으로 참여한다는 결론을 시사하였다.



<그림 2-4>신체적 자기존중감 모형
(Marsh와 Redmayne(1994)).

3. 공연 자신감

가. 자신감의 이론적 개념

일반적으로 사용되는 자신감이란 용어는 수행을 성공적으로 해낼 수 있는 능력에 대한 개인적 확실성의 정도 또는 믿음이라고 정의된다. 자신감 이론은 원래 임상에서 공포증 환자의 뱀과 같은 대상에 대한 공포 극복의 측면에서 이용되어 오다가 최근 교육심리의 연구자들에 의해 학습상황에서 아동의 학업 성취도와 동기를 예측, 상승시키는 변수로 연구되기 시작했다 (김정숙, 2007).

Bandura(1977)는 자신감을 개인의 사고, 감정, 행동 등의 세 차원을 조절하는 자아체계(self-system)라 하였다. 자아체계는 외부의 자극을 조절하고

자기행동을 조절하여 자신의 신념을 형성하는데 이런 자아신념을 자신감이라 하였다.

자기효능감과 일반적 자신감 사이의 개념적 차이를 살펴보면, 자신감은 믿음 또는 확신의 강도를 언급하나 인지된 능력의 구체화된 수준을 말하지 않으며, 자기효능감은 그 믿음의 강도와 인지된 능력수준의 구체화를 의미한다(송명규, 2003). 즉, 자기효능감이 높은 사람은 새롭고 도전적이며 실현 가능한 목표를 세운다고 할 수 있다(Bandura, 1986). 이처럼 자신의 모습에 확신을 가지고 스스로를 믿는 것을 자신감이라 한다. 따라서 자신감을 향상시키기 위해서는 부정적 심리로부터 오는 불안, 여러 가지 외면적 스트레스, 내면적 스트레스, 신체기능에서 오는 스트레스 등을 조절하고 스스로 정신을 고조시키는 능력을 키우는 것이 중요한 과제라 할 수 있다(김진완, 2005). 자기효능감이 높은 사람은 실패를 능력부족 보다는 노력 부족으로 귀인하는 경향이 있으며, 이런 사람들은 성공적인 사람이며, 실패 후에도 빠른 속도로 효능감을 회복하는 반면에 효율성에 대한 기대가 부정적이다. 그러나 낮은 사람일수록 실패를 능력 부족으로 귀인하는 경향이 있어서 두려움과 절망을 가지고 마지못해 그 과제에 임하거나 아니면 피하려 한다(Bandura, 1977).

이와 같이 개인이 목표에 대해 지각하고 구체적인 성취를 할 때까지 자신감은 목표설정, 결과, 기대, 확인, 귀인의 과정에 영향을 미치는 긍정적인 정서로 작용함으로써, 자신감은 자기 통제적 신념의 형성에 영향을 미치는 중요한 역할을 한다(Bandura, 1994). 또한 한 개인의 삶에 있어서 선택의 상황에서도 자신감의 영향은 크다. 한 개인이 어떤 과제나 일에 직면했을 때 자신감의 수준에 따라서 과제를 선택하게 되며, 이러한 성향들은 진로나 직업의 선택에 있어서도 영향을 미치는 결정적 요인이 된다(송명규, 2003). 따라서 자신감은 활동 과제의 선택, 노력의 양, 어려운 장면에서의

인내심 등 개인의 행동을 결정하는 중요한 요소이며, 한 개인이 어려운 상황에 직면했을 때 어떤 행동을 취할 것인가, 어느 정도의 노력을 기울일 것인가, 얼마나 끈기 있게 노력을 지속할 것인가를 결정하는데 있어서 중요한 변수가 된다(김민지, 2003).

Bandura(1977)는 한 개인의 '인지된 자신감'에 대해 낮은 또는 스트레스를 받는 상황 속에서 목표하는 결과를 초래하는데 요구되는 행동을 얼마나 성공적으로 실행할 수 있는가에 대한 개인의 주관적 확신이라고 가설화하였다. 환경, 개인, 행동의 세 변수가 독립적이면서도 동시에 역동적으로 인간 기능에 영향을 미치며 특히 개인의 인지적 과정이 새로운 행동의 패턴을 획득 유지하는데 주된 역할을 한다는 사회 인지적 학습 이론은 자신감 이론의 틀 안에서 구체적으로 설명된다.

김아영(1998)은 자신감을 인지적 및 정의적 영역의 산물이라 하여 자신감의 영역을 확립하였다. 자신감이 어떤 과정을 통하여 인지적 및 정의적 산물이 되는가를 설명한 내용을 보면, 자신감이란 각 개인의 능력에 대한 인지적 판단에서 출발하지만 정서적 안정을 기반 하여 자기효능감에 이르게 됨으로 결국 자신감은 개인의 인지적 및 정의적 구조 속에 내재하는 자기 체계적 산물이라 하였다.

송인섭(1998)은 자기효능감과 자신감과의 차이를 다음과 같이 구분하였다. 자기효능감은 더 포괄적이고 일반적인 기대감을 측정하는 것이 아니며 더 미세한 분야에 대한 기대감을 측정하는 것이다. 오히려 능력에 대한 통합적 혹은 일반적 기대감을 재는 자신감 척도이다. 결국 자기효능감 척도는 포괄적이고 일반적 기대감을 재는 것은 자신감 척도인 것이다.

나. 공연자신감의 이론적 개념

자신감은 수행요구나 과제요구 또는 환경적 요구에 대처할 수 있는 자기 능력에 대한 신념이며, 행동에 대한 가장 중요한 예측 및 결정요인 가운데 하나이며(Albinson 와 Moore, 1984), 흥미를 높이는데 도움이 되는 자기만족감을 주는 숙달경험을 조장시키고(Bandura, Reese 와 Adams, 1982), 성취동기의 수준을 고양시키며(Gould, 1982), 목표달성을 위한 강한 집착 및 우수한 수행을 조장시킨다(Sage, 1984).

본질적으로 자신감이란 성공을 기대하는 것이다. 공연에서의 측면에서 말하는 자신감이란 어떤 동작의 수행이나, 공연, 콩쿨 등에서 자신이 성공적으로 수행할 수 있다는 신념이다. 무용에서의 자신감은 과제를 수행하는데 요구되는 중요한 요소로서 불안과 긴장을 해소하고 무용전공 학생들에게 요구되는 기술 수행을 성공적으로 해낼 수 있는 능력에 대한 개인의 확실성의 정도 또는 믿음을 인식시킨다. 따라서 공연자신감은 무대공연 상황에서 무용공연을 성공적으로 수행해 낼 수 있는 마음상태나 성공에 대한 확신이라고 정의할 수 있다(백정희, 2007).

공연상황에서 무용수의 동작 수행에 영향을 미치는 요인은 매우 다양하다. 일반적으로 무용수행에 영향을 주는 요인으로는 무용기술이나 체력, 신체적 상해와 같은 신체적 요인(Alderman, 1974)과 인지된 무용능력이나 무대 불안, 자신감과 같은 심리적 요인(김영미, 1999; 오문자, 2000; 조윤라, 1995), 공연장이나 관객과 같은 물리적, 인적 요인(김정수, 2000) 등을 들 수 있다. 그러나 물리적, 인적 환경은 공연에 참가하는 모든 무용수에게 공통적인 조건이며, 체격 요인 역시 무용수 자신에게 국한된 요인으로 공연 상황에서 변화를 보이지 않는 고정적 요인이라 할 수 있다(김정수, 2000). 반면 기술요인과 체력요인은 공연상황에서 보다 현저한 변화를 나타낸다.

특히 무용수의 심리적 상태는 무용동작기술과 체력의 변화는 물론 표현력에 많은 영향을 미치게 된다(문영, 1995; 1998).

결국 무용공연에서 무용수행을 결정하는 핵심적인 요인은 공연 직전까지 숙련된 기술과 체력뿐만 아니라 무용수의 심리적 상태라 할 수 있다. 무용상황에서의 자신감 중 가장 궁극적인 위치를 차지하고 있는 공연자신감은 무용공연을 성공적으로 해낼 수 있는 마음상태나 성공에 대한 확신을 말한다. 자신감 있는 무용수는 성공적인 공연을 해 낼 수 있다는 확신을 가지지만 자신감이 없는 무용수는 이러한 확신이 없고 불안하기만 하다.

무용을 전공하는 학생이라면 누구나 한번쯤 공연 시 무대에서 최고, 최적의 활동 수행을 원한다. 무용대회나 무용공연, 즉, 무용활동에 있어 심사위원이나 관객 앞에서 자신의 무용실력을 아름답게 보이고, 항상 무대에 서야 한다는 사명감과 함께 무대공연에 대한 기대감과 불안감을 잠재적으로 갖고 있으며, 무용수행이 누군가에 의해 어떠한 기준과 비교될 때 공연에 대한 불안상태는 더욱 커진다. 무용전공학생들에게 자신감은 공연 시 무대 공포증이라고 불리는 불안과 긴장을 해소하는 요인이 되며 무용자체에 영향을 주는 중요한 심리적인 요인이다. 무용전공학생들은 연습을 통해 필요한 기술을 습득할 뿐 아니라 특히 무대 위에서 이러한 기술을 수행 할 능력이 있다는 것을 인식할 수 있는 경험을 하게 되고 자신에 대한 생각을 긍정적으로 변화하게 하여 자신감이 발전된다고 느끼고 있었다.

공연불안의 본질적 이유는 개인적, 객관적 기준에 도전함과 동시에 타인과 경쟁하게 되는 무용대회나 같은 공연상황의 특수성에서 비롯되며, 바로 이 공연 상황이 포함하고 있는 경쟁적 평가 과정을 위협적인 것으로 지각하기 때문이다. 이때 자신감은 인지적 과정, 동기적 과정, 그리고 선택과정에 작용하여 무용전공학생들의 행동에 영향을 미쳐, 장애, 역경 좌절, 실패와 같은 어려움으로 차 있는 현실을 타개해 나가는데 여러모로 유익한 역

할을 한다. 공연 시 무대에서의 자신감은 무용전공학생들에게는 무엇보다 자기 자신의 믿음이 필요하며, 믿음을 형성하기 위해서는 많은 경험, 노력, 자기성찰로 형성된 강한 자신감을 갖고 있는 학생들은 어려운 상황에서 겪는 장애와 좌절을 참아내는 지구력이 강해지게 된다(김정숙, 2007).

이와 같은 측면에서 무용수의 공연과 관련된 다양한 심리적 변인들을 찾아내고자 하는 연구가 지속되었다. 예를 들어 무대불안이나 공연에 대한 압박감(김계숙, 1998; 문영, 1998; 오문자, 2000; 조윤라, 1995; 배귀영, 2001), 무용참가동기(김영미, 2001), 무용수의 자기효능감(김영미, 1999; 박현숙, 1997), 그리고 무대 자신감(오문자, 2000; 유지현, 2001; 김진완, 2005; 정성진, 2005; 김정숙, 2007; 이효민, 2009) 등과 같은 다양한 심리적 요인에 대한 연구를 통해 최적의 무용수행을 돕고자 하였다. 이러한 무용수의 심리적 상태에 영향을 미치는 요인 중 자신감은 성공적인 공연을 수행하기 위해서 매우 중요한 심리적 요인이다(김정숙, 2007).

최근 국내에서 이루어진 무용수행과 공연자신감에 대한 선행연구 중 무용수의 공연자신감 형성 요인을 분석한 연구(김영미, 송인숙, 김영옥, 2003)에서는 성별, 연령, 전공, 무용경력, 공연 횟수, 자신의 무용능력, 불안수준, 상해경험에 따라서 공연자신감의 수준에 차이가 나타났다. 이 연구결과 여성무용수보다는 남성무용수가 연령이 많을수록, 한국무용전공자가, 무용경력과 공연 횟수가 많으며 자신의 무용능력을 높게 인지할수록, 공연자신감의 수준이 높게 나타났다. 그리고 상태불안 수준이 높고, 상해경험이 없는 경우에도 공연자신감의 수준이 높게 나타났다.

또한 무용수행의 심리적 요인을 탐색한 연구(조영주, 정유영, 이강현, 2007)에서는 탐색적 요인분석 결과 나타난 26개의 문항을 바탕으로 무용수행에 있어서 심리요인의 중요도를 분석한 결과, 동기요인, 자신감, 집중요인, 불안, 긴장요인, 심상요인 순으로 낮게 나타났다.

김진완(2005)은 무용전공학생들의 무용자신감에 대한 차이를 분석한 결과 대학 무용전공자가 중학생 무용전공자에 비해 더 높은 능력입증과 공연 목표준비 자신감을 가지는 것으로 나타났고, 전공별 자신감의 차이에서는 한국무용 전공자가 발레전공자보다 자신감이 더 높게 나타나, 앞에서 제시한 김영미 등(2003)의 연구결과와 일치한다고 볼 수 있다.

다. 신체적 자기지각과 공연자신감

무용수들의 신체는 일련의 반복연습을 통하여 정신활동과 결합하며, 일 반적인 신체와는 다르게 변화한다. 즉, 무대예술인 무용을 이루는 것은 무 용수와 관객, 안무가, 인간신체의 움직임이며 안무가는 미학적 의도와 목적 을 지닌다. 무용수의 신체를 보는 관객과 이러한 시선을 느끼는 신체, 즉, “무용하는 신체”가 존재하게 된다(권영균, 2010).

무용수들이 자신의 신체를 관리하는 것은 무대에서 날씬한 몸매가 아름답 게 보이기 위함이다. 즉, 신체가 자신의 표상임은 물론 미적 표현의 요소라 고 할 수 있다. 나아가 자신의 신체에 대한 만족도가 높을수록 자신감이 증대되고 무용수의 기교와 감정표출능력이 향상될 수 있는 것이다. 무용수 들이 자신의 신체에 대해 민감하게 받아들이는 것은 부정적 신체이미지를 낳게 된다. 신체적 불만족감은 열등한 자기개념으로 확대되어 공연 시 무 용수행에 있어서 자신감을 상실하기도 한다(이홍이, 1989).

무용수행에서 신체적 자기지각이나 신체상, 신체적 자기개념 등과 자신 감의 연구는 꾸준히 이루어지고 있다. 정성진(2005)의 연구에서는 개인이 자신의 신체와 외모기능에 대해 지니고 있는 느낌이나 태도가 공연자신감 에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 유지현(2001)의 연구에서도 신체상은 무대자신감에 영향을 미치는 의미가 있는 변인임을 밝혔다.

4. 자기효능감

가. 자기효능감의 이론적 개념

자기효능감(self-efficacy)은 어떤 결과를 얻고자 하는 행동을 성공적으로 실행해 낼 수 있는 개인의 신념을 묘사하는 말로서 특히 상황적으로 구체적인 자신감을 말한다. 즉, 자기효능감은 행동적 변화를 중재하는 공통적인 자기제로서 개인이 가지고 있는 기술을 의미하는 것이 아니라 개인이 소유하고 있는 기술을 어느 정도 행할 수 있는가 하는 판단을 의미하는 것으로 상황적으로 구체화된 수준이나 강도를 의미한다(Bandura, 1977).

이는 인간발달의 모든 측면에 있어서 어떤 일을 시작할 것인지와 어느 정도 그 일을 계속할 것인지에 결정적인 영향을 미친다. 또한 자기효능감은 주어진 목표달성에 필요한 행동과정들을 조직하고 실행하는 능력에 대한 신념과 관계가 있다(조아미, 2000).

그러나 자기효능감은 자아개념이나 자아존중감과 약간 다르다. 자기효능감은 자아에 대해 개인이 갖고 있는 개념이라는 점에서는 자아개념에 밀접하다. 자아개념은 자기 자신에 대한 종합적인 개념이라고 할 수 있는 반면에 자기효능감은 자아개념의 한 부분이라고 할 수 있다(오선옥, 2001). 그러나 자아개념에서 효능감을 제거하면 행동에 대한 예언력이 매우 낮아지기 때문에 자아개념은 넓은 차원에서 개인적 효능감에 대한 믿음으로 간주할 수 있다. 또한 자기효능감은 자기존중감과 유사한 측면을 공유하지만 분명한 차이가 있다. 자기존중감이 자기의 가치에 대한 평가라면 자기효능감은 자기의 능력에 대한 평가이다. 일반적으로는 능력과 가치가 밀접히 관련되어 있으나, 때로는 서로 독립적인 개념으로 확인된다(심우엽, 2001). 즉, 주어진 상황에서 구체적인 과제를 수행할 수 있는 자기의 능력에 대한

판단과 신념이나 일반화된 신념이 아니라 특정상황에서 특정행동을 얼마나 수행할 수 있는가에 대한 신념이라는 차이가 있다. 자기효능감은 결과를 유발하는 행위를 할 수 있느냐의 자신감에 관련되어 있다(오선옥, 2001).

Bandura(1986)는 자기효능감을 자신의 전체적인 수행능력에 대한 믿음으로부터 초래되는 것으로 과제상황을 다루기 위하여 요구되는 특별한 행동을 수행하는 자신의 하나로 개념화시켰다. 그는 실패의 개념을 많이 한 개인보다 다양하고 많은 성공경험을 한 개인이 긍정적인 자기효능감을 가질 것이라는 관점에서 일반적 자기효능감의 차이가 존재하고 이러한 차이에 따라 행동의 차이가 발생하는 것으로 보았다(차정은, 1996).

Bandura(1986)는 자기효능이란 과제를 성공적으로 수행하는데 있어 현재 가지고 있는 인지적, 행동적, 사회적 기술들을 통합하고 적용하는 생산적인 기제이며, 주어진 수준에서 과제를 성공적으로 수행하는 능력에 대하여 사람들이 갖는 자신감이며, 사람들이 주어진 상황에서 얼마나 수행을 잘 할 수 있을지에 대한 각자의 판단이라고 정의하였다. 이러한 자기효능감 이론은 인간행동 변화 과정에 여러 가지 영향을 미치는 다양한 결과들을 종합적으로 설명하여 줄 수 있는 심리학적 이론체계라고 할 수 있다.

Bandura(1990)는 특히, 일반적으로 행동을 결정하는데 효능감기대가 결과기대보다 더 중요하다는 것을 발견했다. 결과기대는 그 행동의 결과가 어떤 것인지를 인식하는 것일 뿐 효능감이 기대 없이는 행동화하기 어렵다. 또한 수행을 예측하는 결과 기대보다 효능감기대가 더 정확하며, 결과기대는 외부환경의 여러 측면과 관련되어 있기 때문에 내적으로 규정되는 효능감기대 만큼 변형되지 않는다는 점에서 효능감의 기대를 주요시하게 보았다. 따라서 Bandura(1990)는 효능감 기대의 인자가 활동과제의 선택, 노력의 양, 어려운 장면에서의 인내심 등의 행동을 결정한다고 보고 이러한 효능감기대의 인지를 자기효능감이라고 불렀다(박미진, 1999).

Bandura(1979, 1986)는 자기효능감을 학습자가 자기 자신의 효능성에 대한 기대를 어떻게 하느냐 또는 자기 자신의 효능성을 어떻게 보느냐에 대한 인식의 결과이기 때문에 지각된 효능성(perceived efficacy), 자기효능성에 대한 신념 또는 기대(belief or expectation of self-efficacy)라 부르기도 한다. 또는 자기효능감은 과제수행에 필요한 동기, 인지적 원천, 행동의 방향을 결정하는 개인의 능력에 대한 신념이라고 정의되기도 한다. 효능에 대한 신념은 행동에 대한 영향력을 행사할 뿐만 아니라 사고과정에 대한 자기조절, 동기 그리고 감정적, 생리적인 상태와도 관련되어 있다(박아정, 1999).

Bandura(1986)에 의하면 자기효능감이 높은 사람은 새롭고 도전적이며, 실현 가능한 목표를 세운다. 그리고 자신이 선택한 목표를 달성하기 위하여 어떤 성취상황에서 경쟁하더라도 열의와 자기 확신을 가지고 보다 많은 노력을 기울인다. 또한 어려움에 직면했을 때 반복되는 실패에도 불구하고 그 상황을 극복하기 위하여 더욱 끈질기게 노력한다. 반면에 자기효능감이 낮은 사람은 새롭거나 도전적인 과제를 피하고 어려운 상황에 직면하면 자신의 능력을 의심하고 과거나 실패나 자기결함에 집착할 뿐만 아니라 실제보다 문제나 상황을 어렵게 생각하여 그 상황을 극복하기 위한 지속적인 노력을 하지 않고 쉽게 포기한다.

충분한 능력을 지니고 있는 사람이 실제 상황에서 자신의 기량을 발휘하지 못하는 일은 보통 일어나는 일이다. 이런 경우 자기효능감에 대한 의심이 수행을 해치는 주요 원인이다. 기술이 완숙한 선수들이 서로 경쟁할 때 자기효능감이 승부를 결정한다는 것은 특히 스포츠 관련 분야에서 너무도 잘 알려진 사실이다.

운동능력은 기능적 측면에서 '운동이라는 기능을 수행하는 능력'이라는 의미로 보는 견해와 '심신의 모든 기능의 종합적인 힘에 의해 결정되는 현

재의 '작업능력'이라는 의미로 보는 견해가 있다(김양례, 1993).

인지된 운동능력의 개념도 운동능력의 개념과 마찬가지로 명확하게 그 의미를 규정하기 어렵다. 일반적으로 심리학 분야에서 이루어진 연구에서는 인지된 운동능력과 관련된 용어는 자기효능감, 동작자신감, 자아개념, 스포츠 자신감, 효능기대감, 자기효능성의 인지, 인지된 능력 등으로 혼용하여 사용되고 있다. 그러나 이 용어들이 공통적으로 내포하고 있는 의미는 수행정도를 확실하게 성취하도록 돕는 개인능력의 인지를 묘사하는 것으로서 자기 능력에 대한 자신감을 의미한다.

우수한 신체적 움직임과 능력을 지니게 되었을 때 얻어지는 자신감과 성취감은 신체의 이미지를 재정의 할 수 있다. 이 연구의 대상범주인 무용에서의 자신감을 얻을 수 있는 방법은 긍정적인 사고를 지니며, 다양한 경험을 통해 적응력을 향상시키는 것이다.

즉, 무용 전공자로서 어떤 상황에서도 긴장하지 않고 자신만의 춤을 출 수 있고, 스스로 만족하는 모습을 갖는 일이 중요하므로 자신의 심리상태를 파악하여 적절한 마인드 컨트롤을 할 수 있는 능력이 요구 된다. 여기서 자기표현 자신감은 인지된 신체능력을 신체적 기술과제를 수행 할 수 있는 인지된 능력으로 정의하고, 이를 기술을 표현하고 다른 사람들의 평가를 받을 수 있는 자신감의 수준이다. 다시 말해 무용전공학생들에게 자기효능감은 개인이 갖고 있는 기술(technic)을 의미하는 것이 아니라 개인이 소유하고 있는 기술을 어느 정도 행할 수 있는가 하는 판단을 의미한다.

자기효능감을 측정하기 위해서 Ryckman 등(1982)은 신체적자기효능감 척도(Physical self-efficacy scale)를 개발하여 인지된 자기효능감을 측정하고자 하였으며 자기효능감 척도는 수많은 과제 특성척도의 발달을 줄이고 신체적 자기 자신감을 측정하기 위한 신뢰성 있는 도구로 사용하기 위해 고안하였다.

나. 신체적 자가지각과 자기효능감

김정숙(2007)은 무용수의 신체적 자가지각과 자기효능감을 분석한 연구에서 신체적 자가지각과 자기효능감은 유의한 관련성이 있다고 밝혔다. 황규자와 배진경(2005)의 연구에서도 무용전공여대생의 신체상은 자신감에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 무용이 예술적 표현활동이기는 하나 신체의 움직임을 통해 자신의 감정을 표현하는 신체활동이라는 점에서 무용수가 느끼는 자기신체에 대한 지각은 무용기교나 표현능력에 관여될 수 있으며, 전반적인 자기존중감을 상승시켜 성공적인 무용수행과 활동에 긍정적인 영향을 미칠 가능성을 예상하게 해준다(성창훈, 유현경, 2004).



5. 무용몰입

가. 몰입의 개념

몰입(flow)은 학문적으로 새롭게 연구되어진 것이 아니라 이전부터 일상에서 사용되어 오던 개념으로, 사람들은 자신이 몰입의 개념이나 특성에 대해서 명확히 알고 있다고 생각하기 쉽지만, 몰입의 개념은 매우 광범위하고, 사람들이 몰입을 언급하거나 들었을 때 떠올리는 특성과 이미지는 다양하다. 그 중에서도 대표적 몰입은 개입(commitment), 참여(involvement), 집착(adherence)등과같은 의미로 사용되어왔으나, Seligman과 Csikzentmihalyi(2000)는 긍정심리학의 선도자로서 어떤 활동에 대한 활동자 자신의 완전한 참여에 기인하는 것으로 몰입의 개념을 발전시켰다.

인간이 가지는 긍정적인 측면에 초점을 둔 긍정심리학(positive psychology)은 현대 심리학의 새로운 동향으로 Seligman(2000)은 긍정심리학을 ‘행복’한 삶에 관한 심리학으로 규정하고, 희망, 지혜, 용기, 인내, 낙관, 믿음과 같은 미래에 대한 긍정적인 감정까지 포함하는 개념으로 보았다. 긍정심리학에서의 몰입(flow)은 사람들이 어떠한 일을 완전히 몰두할 때 갖는 심신 일치의 느낌, 또는 자동적으로 통제되는 것을 몰입이라 정의하였다(Csikzentmihalyi, 1975). 즉, 몰입의 순간 우리는 마치 물이 흐르는 것처럼 편안한 심리상태를 느끼며, 하늘을 자유롭게 날아가는 느낌으로 표현하여 플로우(flow)라고 명명하였다. flow의 순간 우리의 의식과 심리적 에너지가 질서 있게 한 가지 목표에 집중되는 최적 경험의 상태를 경험하게 된다고 보았다. 최적경험이란 내 운명의 주인은 ‘나’라는 느낌을 받아 마냥 기분이 고양되고 행복감을 맛보는 순간을 말한다. 이때 우리의 의식은 질서 있게 구성되고 모든 주의가 목표만을 위해 자유롭게 사용된다. 이러한 최적의 경험과 즐거움을 주는

몰입상태는 행위자의 기술과 도전의 상황이 최고라고 인식하였을 때 이루어지고, 인지하고 있는 기술수준은 낮고 도전의 정도는 높은 경우에 불안을 유발한다고 하였다.

Csikzentmihalyi(1977, 1988, 1990)는 우리가 좀 더 자주 몰입을 경험할 수 있도록 의식을 조절하면 삶의 질은 저절로 향상될 것이라고 보았으며, 이러한 연구에 대한 관심은 놀이나 레저, 여가, 창조적 활동뿐만 아니라 다양한 분야로 확대되어 꾸준히 이어져 오고 있다.

Csikzentmihalyi의 연구들에서는 몰입에 대한 개념적 혹은 조작적 정의들이 다양하게 정의되고 있다. 그에 의한 몰입의 정의들을 요약하면 다음의 표<표 1-1>과 같다.

<표 1-1> Csikzentmihalyi의 몰입에 대한 정의

학자	개념적 혹은 조작적 정의
Csikzentmihalyi(1977)	자기목적적 활동에 완전한 몰입상태에서 행동할 때 느끼는 총체적인(holistic) 감정이나 기분
Csikzentmihalyi(1988)	몰입 경험은 활동이나 과제의 도전적 수준과 개인의 기술·능력이 일정수준 이상이고, 이 둘이 서로 균형을 이루는 상태
Csikzentmihalyi 와 Nakamura(1989)	몰입경험은 자신이 하고 있는 일을 즐길 때, 그 외에 어떤 것도 하기를 원하지 않을 때 느끼는 감정상태
Csikzentmihalyi 와 LeFevre(1989)	몰입경험은 사람들이 과제의 도전감과 기술력 수준이 모두 높을 때, 자신의 능력을 최대로 발휘하여 자기평가가 높아지는 최적 경험 과정
Csikzentmihalyi(1990)	의식이 질서 있게 구성되고 또한 자아를 방어해야 하는 외적 위협이 없기 때문에 우리의 주의가 목표만을 위해서 자유롭게 사용될 때의 최적 경험 상태
Csikzentmihalyi 와 Rathubde(1993)	사람들이 시간, 피로 그리고 활동 그 자체 이외에는 모든 것을 잊어버릴 정도로 어떤 것에 완전히 몰두할 때를 보고하는 주관적 상태

Csikzentmihalyi와 그 밖의 다양한 분야에서 학자들이 내린 몰입에 대한 개념을 정리하면 다음과 같다.

Csikzentmihalyi(1977)는 자기 목적적 활동에 완전한 몰입상태에서 행동할 때 느끼는 총체적인 감정이라고 정의하였으며, Carli와 Massimini(1986)는 일상적 수준 이상의 도전감과 기술능력의 조화라고 하였다.

LeFever(1989)는 ‘수행과제나 활동의 수준이 평균 이상일 때, 그 과제나 활동의 도전적 수준과 개인이 보유하고 있는 기술, 능력 수준과의 균형비를 혹은 함수관계로 나타낸다.’ 라고 하였다.

Mannell, Zuzanek와 Larson(1988)은 한 개인이 자신이 하고 있는 활동에 대해 완전히 몰두하는 것으로 몰입 경험을 정의하였다. 그리고 몰입의 형성과 강도를 나타내는 여러 가지 요인들로 개인적인 기술 능력과 과제 도전성의 균형에 관한 지각, 주의집중, 자의식 상실, 행동에 대한 명확한 피드백, 자신의 행위와 환경에 대한 통제감 그리고 불안과 압박감 같은 부정적 정서가 없는 상태, 즐거움 또는 기쁨 등을 제시하였다. 몰입은 정서, 영향력, 집중 그리고 기술 도전의 균형에 대한 지각 등을 측정함으로써 조작적으로 정의하였다.

Csikzentmihalyi와 LeFever(1989)는 한 개인이 수행하는 활동이나 과제의 도전적 수준과 가지고 있는 능력 수준이 모두 어느 정도 높을 때 그 순간을 즐길 뿐 아니라 새로운 기술을 학습하여 능력을 확장시키고 새로운 것을 시도하게 된다. 그 결과 자부심과 만족감이 증가된다고 하였으며, 이러한 최적의 경험과정을 몰입이라고 정의하였다.

Csikzentmihalyi(1990)는 우리 자신의 행위에 대한 통제감, 삶의 주도자라는 느낌, 활기차고 고양된 즐거움을 경험하는 것으로, 주어진 활동에 깊이 몰입되어 있어 다른 것은 전혀 눈에 들어오지 않는 상태에서는 경험 그 자체가 너무 즐거워서 사람들은 다른 것을 희생하더라도 그 일에 주의집중

하고 몰입하게 된다고 하였다.

Ghani, Suprick와 Rooney(1991)는 몰입의 두 가지 특징은 행위에 대한 완전한 집중과 이로부터 얻게 되는 즐거움이고, 몰입의 선행조건은 특정상황에서 지각된 과제의 도전성 정도와 이를 달성할 수 있는 개인의 기술능력 간의 균형이라 하였다. 관련된 요인으로는 환경에 대한 통제감이 있다.

Privette와 Bundrick(1991)은 내재적인 즐거운 경험으로 최상의 경험이나 최고의 수행과 비슷하며, 최상의 경험에 대한 즐거움과 최고의 수행을 했을 때의 행동으로 나타날 수 있다고 하였다. 몰입 그 자체는 최상의 즐거움이나 수행 중 어느 하나로 단정 짓기보다는 두 가지 중 어느 한 가지 경험을 의미할 수도 있고 혹은 둘 다를 포함시키기도 한다고 하였다.

Trevino와 Webster(1992)는 몰입은 컴퓨터 매개 환경에서 기술과의 상호작용을 통해 즐거움이나 새로운 것을 발견한 느낌 그리고 이 환경이 제공하는 많은 기회와 새롭게 상호작용할 수 있는 가능성을 느끼게 해준다고 하였다. 몰입이론에 의하면, 몰입상태에 있으면 놀이를 하는 것처럼 즐겁고 탐색적인 경험에 몰입되며, 활동 그 자체가 흥미롭고 즐거운 것이므로 내재적으로 동기화된다고 하였다. 즉, 외부적인 보상이 없더라도 그 활동은 계속된다는 것이다. 몰입은 사용자가 컴퓨터와의 상호작용에 자신의 주의를 집중되어 있다는 것을 지각하며 상호작용을 하는 동안 호기심이나 기대가 발생하고, 사용자가 컴퓨터와의 상호작용 그 자체를 흥미 있어 하는 정도에 따라 나타난다고 조작적으로 정의하였다.

Ellis, Voelkl와 Morris(1994)는 특정상황에서 기술 능력과 도전성의 균형에 대한 지각을 할 때 발생하는 최적의 경험을 몰입이라 정의 하였으며, 이러한 상황은 긍정적인 정서와 높은 수준의 정서적 각성, 내재적 동기화와 자유감 지각 등과 같은 요인들을 경험하도록 돕는다고 하였다.

Ghani와 Deshpande(1994)는 두 개의 핵심적인 몰입의 특징은 활동에 대

한 완전한 집중과 집중된 활동에서 오는 즐거움이라 하였으며, 기술능력 수준과 부합되는 과제의 최적수준이 존재한다고 설명하였다. 그 외에 몰입 경험에 영향을 미치는 요인으로 자신의 환경에 대한 통제감을 제시하였다.

Lutz와 Guiry(1994)는 심리학자들은 사람들이 특정사건이나 대상 또는 활동에 깊이 관여되어 있을 때 혹은 완전히 몰두하게 될 때 경험하는 마음의 상태를 기술하는 용어로 몰입을 사용하였다. 이때는 실제로 시간이 머물러 있는 것처럼 느껴 시간의 흐름을 인식하지 못하며 자신이 몰두하고 있는 사건 이외에는 관심을 두지 않는다고 하였다.

Bakker(2005)는 작업에서의 몰입이란 ‘몰두, 작업의 즐거움, 내적 작업동기에 의해 특징지어지는 작업에서의 단기적 절정경험이다’라고 정의하였다. 따라서 두 정의에서는 전자는 장기적 경험을, 후자는 단기적 경험에 의한 몰입의 차이점을 발견할 수 있으며, 공통점은 내적 경험에 의한 보상을 가진다는 것이다.

나. 무용몰입의 개념

몰입이라는 체험은 수행자가 그 수행활동 자체에 완전하게 관련되어 있는 상태로 무용심리학에서는 수행의 측면과 관련하여 어떤 활동에 몰두할 때 일어나는 최적의 심리적 현상으로 어떤 행위에 몰두하여 자신에 대한 생각까지도 잊어버리게 된 상태라고 정의하였다. 즉, 무용수행 중에 경험하게 되는 몰입은 수행인의 의식과 신체가 총체적으로 구현된 직접적이고 원초적인 경험이다.

Scanlan(1993)은 신체활동 및 무용에 참가하는 희망, 믿음, 신념 등을 신체활동의 전념이나 관여도 또는 몰입이라 하고 지속적인 신체활동 참여를 결심하거나 요구를 의미하는 심리적 상태가 몰입이라고 정의하였다(박현

경, 2002). 즉, 어떠한 활동 자체에 빠져서 집중되고 있는 상태로 인지적 습관, 높은 자아의식 등으로 환경이나 활동에 조화를 이루는 의식을 일컫는다. 아울러 개인의 무용 활동의 수준은 난이도와 환경의 조화를 이룰 때 비로소 높은 경지에 도달하게 되고, 이러한 경험은 무용수행의 수준을 향상시키게 되며 다시 높은 몰입경험으로 이어진다고 알려지고 있다(이경희, 2006).

Scanlan와 Simon(1992)은 신체활동 몰입을 즐거움, 선택적 관여, 개인의 투자, 사회적 제약, 관여기회로 구성된 신체활동 몰입에 대한 모형을 제시하면서 즐거움과 개인의 투자, 관여기회는 몰입과 정적관계가 있고, 선택적 관여, 사회적 제약은 부적관계가 있을 것이라고 하였다(김혜정, 2003).



<그림 2-5> 신체활동 몰입 모형(Scanlan 와 Simon, 1992)

과거 몰입에 관한 연구는 주로 민속학과 한국학, 심리학, 교육학, 문화심리학과 관련된 분야에서 몰입에 대한 통찰에 근거하여 이루어져 왔을 뿐,

몰입에 대한 정확한 개념과 구조 등을 밝히기 위한 체계적인 연구는 적었다. 하지만 최근에 이루어진 몰입에 관한 영역의 탐구 작업이 철학, 심리학, 교육학, 사회학 등에서 일련의 연구들이 진행되고 있으며, 무용, 스포츠, 여가 등 체험 위주의 활동 분야에서도 몰입에 주목한 연구들이 많이 이루어지고 있다. 이는 신체활동 경험상태가 몰입경험의 개념과 잘 일치된다고 볼 수 있으며, 여가경험상태가 직·간접무용 경험을 통하여 자기목적적인 특징을 가지고 있기 때문이라고 할 수 있다(송미혜, 1998).

오윤자(1994)의 연구에서는 몰입경험을 위해서는 춤 수행인의 독특한 체험과 비자발적 체험, 일시적 현상의 체험, 자기 확신적 체험 기본적인 기술단계의 필요성이 요구된다고 보았다. 그에 따라 신명경험과 춤 수행 능력 간에 있어서 기본기술과 테크닉이 전제되어야 함을 밝히고 있다.

송미혜(1998)는 국·시립무용단을 대상으로 한 연구에서 Csikzentmihalyi의 몰입경험 설문지를 사용하여 연령, 성별, 주인공 여부, 입상경험에서 유의한 차이를 보고하였다. 즉, 연령별에서는 행위·인식의 통합, 목적, 과제 집중도, 통제력에서 유의한 차이가 나타났고, 성별에서는 행위·인식의 통합과 목적에서 유의한 차이가 나타났다. 그리고 무용경력에서는 통제력에서만 유의한 차이를 보였고, 주인공 여부에서는 행위·인식의 통합, 목적, 피드백, 과제집중도에서 차이가 있는 것으로 나타났다. 입상경험에서는 행위·인식의 통합, 피드백, 과제 집중도, 통제력, 자아상실에서 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 또한 일반출신보다 예고출신에서 개인이 가진 기술과 과제의 나이도와의 균형유지 즉, 도전과 기술에 대한 조화가 유의한 수준에서 높게 나타났다.

김미숙(2001)은 댄스스포츠를 통한 몰입 경험을 연구하였는데 댄스스포츠를 추는 사람들이 춤을 추면서 음악과 파트너에 대한 몰입의 순간을 경험하게 됨을 발견하였다.

박현경(2002)은 무용몰입 경험과 자아실현의 관계 분석을 통하여 무용전 공자들이 몰입하는 정도가 깊으며, 권태, 도전, 불안 등의 경험 상황 속에서 최적의 경험 즉, 몰입을 느끼고 성취를 유지 하려하기 때문에 무용 활동에 깊이 참여하게 된다는 것을 보고하였다. 아울러 무용 활동은 그 행동에 몰입하고 전념하여 자신의 능력발휘, 능력개발, 그리고 목적 이상을 실현을 얻기 위한 행동이라고 하였다.

한미영(2003)은 전문 현대무용수를 대상으로 무용수행 중에 체험하게 되는 몰입경험을 체험적 시간성, 체험적 공간성, 체험적 신체성의 3가지로 체험되는 인식체계 방식으로서 특징지어 무용경험의 본질과 구조를 이해하였다. 그리고 몰입경험 체험묘사를 근거로 이원론적 인식의 용해, 집중, 완벽함, 망각, 만족감 혹은 충만감 등 5가지 의미범주들로 분류하였다. 이러한 의미들이 Csikzentmihalyi가 제시한 몰입경험 모델 9가지 요소 중 행위와 인식의 통합, 과제에 대한 집중, 통제력, 자의식 상실, 시간 감각의 상실, 내적 보상체험과 관련하여 어떠한 의미를 갖고 있는지에 대해 연구하였다. 또한 몰입경험과 무용수행 간의 관련성을 살펴볼 수 있는 시사적 실마리는 몰입체험의 특징적 양상들을 신체상태 및 인식, 동작수행의 정도, 심리상태의 변화라는 3가지 시각에서 제시하였다.

백순기(2004)는 현대무용참가 정도를 파악하여 개인의 자기능력지각과 무용몰입경험과 이 두 변인이 무용수행만족에 미치는 영향을 규명하였다. 그 결과, 현대무용참가 정도는 자기능력지각, 무용몰입경험 및 무용수행만족에 영향을 미친다고 보았으며, 자기능력지각은 무용몰입경험과 무용수행만족에 영향을 주고, 무용몰입경험은 무용수행만족에 영향을 미친다고 하여 현대무용참가와 자기능력지각, 무용몰입경험 및 무용수행만족은 인과적 관계가 있다고 보고하였다.

이정금(2009)은 무용몰입 경험에 관한 척도의 타당화 연구에서 몰입경험

의 구성요소로 가치성, 음악성, 일치성, 시공성, 신체성을 제시하였고, 무용 심취도와 몰입경험 척도 간의 유의한 상관관계가 있음을 밝혔다.

이러한 많은 연구들은 몰입경험들이 무용수행과 어떠한 관련성이 있는지를 살펴보는데 시사점을 제공해 준다. 또한 심리나 학습에 있어서의 효과를 증명하지 않는다 하더라도 심리적으로나 학습의 측면에서 몰입을 경험하는 것이 긍정적인 것이며 그렇기 때문에 몰입을 지향해야 한다는 것을 기본 전제로 접근한다(조영주, 2005).



6. 무용수행만족

가. 만족의 이론적 개념

만족이란 사전적 의미로 “마음에 모자람 없이 흐뭇하다.”는 것을 말한다. 일반적으로 이 용어는 인간에 필요나 욕구에 의하여 동기, 목표를 달성하는 정도를 나타내는 복합적인 언어라고 설명 할 수 있다. 따라서 만족감은 지극히 개인적인 경험이라 할 수 있다. 또한 이에 영향을 미치는 요인이 물질적이든 정신적이든 간에 인간이 심리적으로, 또는 주관적으로 느끼는 느낌으로서 일정한 목표나 욕구의 달성에 대한 한 개인의 주관적인 감정 상태를 말한다. 이는 개인에 따라 다르게 나타나는데 이것은 개인의 과거와 현재의 경험 그리고 개인의 기대에 의하여 큰 영향을 받는다(양선미, 2007).

송병국(1987)은 만족이란 일정한 목표나 욕구의 달성에 대한 개인의 주관적인 감정 상태라고 정의하고 있다. Hunt(1997)는 만족의 개념을 경험에서 출발한 형태로서 경험을 평가하는 것으로 아무리 즐거운 경험이라도 기대한 것만큼 즐겁지 않으면 불만족이라고 하였고, 만족과 불만족은 감정이 아니고 감정의 평가라고 하였다. 이러한 감정의 평가는 사람들이 이전부터 어떠한 활동에 대하여 가지고 있던 호의에 의하여 영향을 받는다고 주장하였다.

많은 학자들의 만족에 대한 정의를 두 가지로 나누면, 첫 번째 견해는 만족이 한 개인이 가지는 기대와 그 사람이 실제로 받는 보상 사이의 일치 정도라는 견해이다. 이 이론에 따르면 개인의 과거 경험에 의해 내면화된 내적 기준과 실제의 보상 수준과의 비교를 통해 일치 정도에 따라 만족도가 다르다고 한다. 즉, 항상 받던 만큼의 보상보다 덜 받는 사람은 그들

이 받던 만큼의 보상과 일치하거나 그 이상일 경우보다 더 기대일치의 정도에 따라 만족도에 영향을 받는다고 한다. 만약에 기대한 수준이나 받아야한다고 본 성과수준에 비해서 실제로 얻는 성과의 수준이 낮다면 불만족의 크기가 결정된다는 것이다(나상영, 1985). 두 번째 견해의 만족은 주관적으로 경험되어진 만족과 불만족, 혹은 행복과 불행, 즐거움과 즐겁지 않음의 현상이라고 보는 것이다. 즉, 생활의 다른 면에 만족 하거나 불만족의 습관적 경향, 그의 경험과 주변의 다른 사람들의 경험과의 여러 가지 우선적 요소들이 그가 만족하는 정도에 영향을 미칠 것이다, 그러므로 만족을 주관적으로 경험되어진 반응으로 정의하는 것이 좀 더 포괄적이며, 요구체계는 개인에 따라 다르기 때문에 결국 만족감은 매우 개인적인 경험이라고 볼 수 있다(이시은, 1993).

나. 무용수행만족의 이론적 개념

무용수행만족이란, 학교 무용 수업에 참가한 후 개인이 인지하는 만족의 정도를 말한다. 무용수행만족에 있어 일반적인 만족이라는 용어는 개인에 따라 다르며, 만족은 개인적인 경험이라고 볼 수 있다. 이러한 만족은 개인의 과거와 현재의 경험 그리고 개인의 기대에 의해서 강하게 영향을 받는다(박정희, 1997). 즉, 만족은 주관적인 경험으로 되어지는 반응이라 정의하는 것이 좀 더 포괄적일 것이다. 만족의 요구체계는 개인에 따라 다를 수 있는데, 만족감은 매우 개인적인 경험이라고 볼 수 있다. 무용수행만족의 개념도 무용을 통해 나타나는 욕구의 충족 또는 개인의 인식정도 및 감정으로 정의할 수 있다(유정준, 1999).

무용 활동을 하는 학생들에게 있어서 무용수업 참여는 무용을 통한 다양한 만족을 경험할 수 있다. 이러한 수업에서의 만족은 성취 반응으로서 정

해진 수준이상으로 학생의 기대를 충족하는 것을 의미한다. 또한 만족은 경험 되는 것으로 학생의 감정적 과정에 의해 강하게 영향을 받는다. 수업 만족도의 개념을 정의하면 수업의 상황에서 적어도 주요한 목표를 성취하다고 느끼며, 효율적으로 주위의 환경과 잘 대응해 나가 정서적으로나 상호적으로 어려움을 겪지 않고 수업 상황에서 개인의 욕구를 충족시킬 수 있는 정도라고 정의할 수 있다(최자경, 2002). 학생들의 수업 만족은 학생이 수업에 참여해가는 과정에서 내·외적인 욕구가 충족되어 그 수업에 대한 열의, 관심, 호의의 감정적 태도를 갖는 만족감이다. 하지만 그것은 개인마다 다르게 나타날 수 있다(장영문, 2004).

다. 무용몰입과 무용수행만족

몰입경험 이론의 관점은 여가활동에 대한 몰입은 여가만족에 기여한다는 것이다. 여가 연구에서 몰입경험 이론을 정립한 Csikzentmihalyi(1975)는 여가를 비롯하여 일이나 가정생활 등에서 개인이 환경과 최적의 상호작용을 할 때 발생하는 상태를 몰입상태로 정의하였다. 특히 몰입경험을 이해하는데 있어 주의할 점은 몰입경험은 그 자체가 여가상태는 아니며 여러 가지 형태의 활동과정에서 기량과 난이도가 균형을 이룰 때 발생할 수 있다는 것이다. 이와 관련하여 Murphy(1987)는 몰입경험의 특징을 한정된 자극에 대한 정신집중, 자아의식의 불식상태를 초래하는 안전한 몰입, 불안감이나 제약감의 불식, 시·공간적 개념의 결여, 인지능력의 증대, 활동의 즐거움 등과 같은 여섯 가지를 제시하였다. 따라서 어떤 활동에 대한 몰입 경험 정도가 클수록 해당 활동이나 활동과 관련된 요소에 대한 만족도가 높아짐을 예측할 수 있다.

특히 환경의 난이도와 참여자의 개인적 기량이 균형을 이룰 때 몰입을

경험할 수 있다고 제안하였는데, 만약 환경의 난이도가 참여자의 기량보다 높을 경우 불안을 경험하게 되며, 반대로 환경의 난이도가 참여자의 기량보다 낮을 때, 권태로운 경험을 하게 된다는 Csikzentmihalyi(1975)의 제안을 참고할 때, 무용참가에 따른 몰입경험은 참가자로 하여금 활동자체에 대한 만족도를 제고시킴과 동시에 몰입경험을 제공하는 물리적, 인적 환경에 대한 만족도에도 의미 있는 작용을 하게 될 수 있음을 전제할 수 있다.

따라서 무용몰입이 무용 수업의 만족에 직·간접적으로 중요한 의미를 지니고 있음을 알 수 있다.



III. 연구 방법

1. 조사대상

연구대상자의 특성은 <표 3-1>과 같다.

무용전공대학생을 대상으로 설문조사하여 얻은 숫자는 총 313명이다. 이 중 여학생이 286명(91.4%), 남학생이 27명(8.6%)으로 여대생이 대부분을 차지하고 있다.

연령은 20세 이하가 106명(33.9%)으로 가장 많았으며, 21세 91명(29.1%), 23세 47명(15.0%)의 순으로 나타났다.

학년은 1학년이 109명(34.8%)으로 가장 많았고, 2학년 93명(29.7%), 4학년 68명(21.7%), 3학년 43명(13.7%)의 순으로 나타났다.

용돈은 50만원 이하가 92명(29.4%)로 가장 높게 나타났고, 40만원 이하 67명(21.4%), 30만원 이하 52명(16.6%), 71만원 이상 40명(12.8%), 70만원 이하 35명(11.2%), 60만원 이하 27명(8.6%)의 순으로 나타났다.

무용경력은 5년~10년 미만이 160명(51.1%)로 가장 많이 차지하였고, 그 다음으로 10년 이상이 84명(26.8%), 마지막으로 5년 미만 69명(22.0%)으로 나타났다.

무용시간은 3시간미만이 139명(44.4%)으로 가장 많았고, 2시간미만 68명(21.7%)로 다음을 차지하였다.

공연 횟수는 15회 이상이 115명(36.7%)으로 가장 높았고, 10회 미만 90명(28.8%), 15회 미만 62명(19.8%), 5회 미만 46명(14.7%)의 순으로 나타났다.

<표3-1> 응답자의 인구통계적 특성

구분		빈도	%
성별	여자	286	91.4
	남자	27	8.6
연령	20세 이하	106	33.9
	21	91	29.1
	22	41	13.1
	23	47	15.0
	24세 이상	28	8.9
학년	1학년	109	34.8
	2학년	93	29.7
	3학년	43	13.7
	4학년	68	21.7
용돈	30만 원 이하	52	16.6
	40만 원 이하	67	21.4
	50만 원 이하	92	29.4
	60만 원 이하	27	8.6
	70만 원 이하	35	11.2
	71만 원 이상	40	12.8
무용경력	5년 미만	69	22.0
	5~10년 미만	160	51.1
	10년 이상	84	26.8
무용시간	2시간 미만	68	21.7
	3시간 미만	139	44.4
	4시간 미만	56	17.9
	4시간 이상	50	16.0
공연 횟수	5회 미만	46	14.7
	10회 미만	90	28.8
	15회 미만	62	19.8
	15회 이상	115	36.7
합 계		313	100.0

2. 조사도구

가. 조사도구의 구성

이 연구의 연구문제를 구명하기 위한 측정도구는 설문지로서 설문문항은 선행연구에서 이미 신뢰성과 타당성이 각각 입증된 설문지를 사용하였으며, 이 연구에 맞게 수정 및 재구성하였다. 설문지 구성은 다음의 <표 3-2>와 같다.

<표 3-2> 측정도구의 구성

구성 지표	구성내용	문항수	최종문항
인구통계적 특성	성별, 연령, 학년, 용돈, 무용경력, 무용시간, 공연 횟수	7	7
신체적 자가지각	체력, 매력적몸매, 컨디션, 스포츠 유능감,	20	18
공연자신감	공연자신감	13	13
자기효능감	신체유능감, 신체자신감, 신체매력	15	12
무용몰입	행동몰입, 인지몰입	12	12
무용수행만족	무용수행만족	3	3
계		70	65

1) 신체적 자기지각

무용전공자의 신체적 자기지각을 살펴보기 위한 설문지는 Fox와 Corbin이 제작한 설문지(Physical Self - Perception Profile: PS)를 유진과 소호성(1988)이 타당성을 검증하여 검사지를 무용전공자에게 적합하게 수정한 것을 이 연구에서 보완하여 사용하였다. 신체적 자기지각 문항은 총 20개 문항으로 스포츠 유능감, 컨디션, 매력적몸매, 체력의 4가지 요인으로 구성하였으며, ‘그렇지 않다’ 1점에서 ‘매우 그렇다’ 7점의 7점 Likert척도를 이용하여 측정하였다.

2) 공연자신감

무용전공자의 공연자신감을 살펴보기 위한 설문지는 Vealey(1986)에 의해 개발된 특성 스포츠자신감 설문지(Trait Sport Confidence Inventory: TSCI)로 최영옥(1988)이 한국 실정에 맞게 번안한 설문지를 이 연구에 맞게 수정 보완하여 사용하였다. 공연자신감 문항은 총 13개 문항으로 1가지 요인으로 구성하였으며, ‘그렇지 않다’ 1점에서 ‘매우 그렇다’ 7점의 7점 Likert척도를 이용하여 측정하였다.

3) 자기효능감

이 연구에서 사용할 자기효능감 조사도구는 Ryckman(1982)이 제작한 것으로, 홍선옥(1996)이 번안한 도구를 한남익과 조성제(2000)가 수정·보완하여 사용한 질문지이다. 자기효능감 문항은 총 15개 문항으로 신체유능감, 신체자신감, 신체매력의 3개의 요인으로 구성되어있으며, ‘그렇지 않다’ 1점에서 ‘매우 그렇다’ 7점의 7점 Likert척도를 이용하여 측정하였다.

4) 무용몰입

무용몰입은 Scanlan(1993)의 ESCM(Expansion of Sport Commitment Model)을 기초로, 정용각(1997)이 우리나라 실정에 적합하게 개발한 스포츠 몰입 설문지를 연구에 적합하도록 재구성하여 사용하였다. 무용몰입 문항은 총 15개 문항으로 인지몰입과 행동몰입의 하위변인으로 구성되어 있으며, '그렇지 않다' 1점에서 '매우 그렇다' 7점의 7점 Likert척도를 이용하여 측정하였다.

5) 무용수행만족

무용수행만족은 무용전공자가 무용전공에 대해 가지는 만족도를 묻는 문항으로, 청소년 체육활동 참여 실태조사(1997)의 학교체육만족도 문항을 토대로, 배소심(2003)이 연구한 설문지를 이용하여 이 연구에 맞게 수정 보완하였다. 무용수행만족의 문항은 총 3개 문항으로 구성되어 있으며, '그렇지 않다' 1점에서 '매우 그렇다' 7점의 7점 Likert척도를 이용하여 측정하였다.

3. 조사 절차

이 연구는 무용전공자들의 신체적 자기지각, 공연자신감 및 자기효능감, 무용몰입, 무용수행만족의 일반적 특성을 알아보고, 신체적 자기지각과 공연자신감 및 자기효능감과의 관계, 공연자신감 및 자기효능감과 무용몰입과의 관계, 무용몰입과 무용수행만족과의 관계를 각각 알아보기 위한 것이다.

연구대상은 무용을 전공하고 있는 대학생들로, 연구자와 조사원이 대학교를 직접 방문, 직접 설문지를 400부 배포하고, 이 연구의 취지를 간단히 설명, 응답 요령 및 주의사항을 인지시킨 후, 자기평가기입식으로 응답된 설문지 중 350부를 회수하였다. 이 중 분석에 필요한 설문지를 분류하기 위해 무응답이나 불성실한 응답 37부를 제외한, 총 313부를 대상으로 하였다.



4. 자료 처리

이 연구는 무용전공자들의 신체적 자기지각, 공연자신감 및 자기효능감, 무용몰입, 무용수행만족의 관계를 분석하기 위한 것이다. 먼저 응답자들의 인구통계적 특성을 빈도분석을 통해 분석하고, 다음으로 분석에 사용할 측정도구의 타당성과 신뢰성을 검증하였다. 타당성과 신뢰성이 입증된 측정도구를 이용하여 인구통계적 특성에 따라 무용전공자들의 신체적 자기지각, 공연자신감 및 자기효능감, 무용몰입, 무용수행만족의 차이를 파악 후 무용전공자들의 신체적 자기지각이 공연자신감 및 자기효능감에 미치는 영향, 공연자신감 및 자기효능감이 무용몰입에 미치는 영향, 무용몰입이 무용수행만족에 미치는 영향을 각각 다중회귀 분석으로 분석을 통해 알아보았다. 또한 독립변수들 간의 다중공선성은 VIF지수를 통해 파악하였다.

이 연구는 분석을 위해 SPSS 16.0을 이용하였고, 분석 방법에는 빈도분석, 탐색적 요인분석, 신뢰도 분석, 응답자의 특성에 따른 차이를 알아보기 위해 ANOVA를 실시하였으며, 개념들 간의 영향관계를 알아보기 위해 다중회귀분석을 실시하였다. 유의수준은 5%로 설정하였다.

5. 타당성 및 신뢰성 검정

타당성이란 측정을 위해 개발한 도구를 사용하여 측정하고자 하는 개념이나 속성을 얼마나 정확하게 측정할 수 있는가를 나타내는 지표이다. 측정한 개념이나 속성을 측정하기 위하여 개발된 측정도구가 해당 속성을 얼마나 정확하게 반영하느냐의 정도를 나타내므로 결국 측정개념이나 속성에 대한 개념적·조작적 정의 타당성을 의미하게 된다.

신뢰성이란 측정하고자 하는 현상이나 대상을 얼마나 일관성 있게 측정하였는가를 나타내는 것으로서, 어떠한 측정대상을 반복적으로 측정하는 경우 동일한 결과 값을 얼마나 많이 얻을 수 있는지를 나타내는 지표이다.

이 연구에서는 내적일관성을 보기 위해 Cronbach's α 값을 산출하여 신뢰성을 평가하였다.

가. 신체적 자가지각에 대한 탐색적 요인분석 및 신뢰도 분석

신체적 자가지각에 대한 탐색적 요인분석 결과는 <표 3-3>과 같다. 인자패턴을 추정하는 방법 중에서 주축인자법(principal factor method)을 이용하여 탐색적 요인분석을 하였으며, 요인회전은 직교회전인 varimax를 이용하였다. 분석 결과, 신체적 자가지각은 설문문항 18개 문항으로 4개의 요인으로 구성되었고, 요인적재 값이 거의 대부분 0.6이상으로 구성되었다. 4개의 요인 중 요인 1은 고유 값이 3.947로 나타나 체력, 요인 2는 3.889로 나타나 매력적 몸매, 요인 3은 3.057로 나타나 컨디션, 요인 4는 2.594로 스포츠 유능감을 설명해주고 있으며 총 설명력은 74.926%였다. 또한 신뢰성 분석 결과, 각각의 요인의 Cronbach's α 값이 0.6이상으로 나타나 사용된 설문지를 신뢰할 수 있는 것으로 나타났다.

<표 3-3> 신체적 자기지각에 대한 탐색적 요인분석

구성개념	변수	요인1	요인2	요인3	요인4	고유값	누적분산	Cronbach' α
체력	b18	0.878	0.041	0.205	0.161	3.947	21.926	0.844
	b20	0.870	0.104	0.197	0.148			
	b19	0.820	0.188	0.218	0.228			
	b16	0.767	0.235	0.254	0.252			
	b17	0.759	0.246	0.187	0.215			
매력적 몸매	b12	0.131	0.844	0.197	0.168	3.889	43.530	0.839
	b11	0.120	0.836	0.275	0.189			
	b15	0.220	0.805	0.182	0.129			
	b13	0.093	0.796	0.147	0.232			
	b14	0.170	0.759	0.173	0.214			
컨디션	b7	0.167	0.240	0.833	0.127	3.057	60.515	0.900
	b8	0.266	0.226	0.791	0.092			
	b10	0.249	0.248	0.747	0.225			
	b9	0.288	0.177	0.702	0.276			
스포츠 유능감	b4	0.223	0.174	0.051	0.817	2.594	74.926	0.788
	b1	0.248	0.245	0.204	0.793			
	b2	0.241	0.302	0.293	0.682			
	b5	0.229	0.270	0.361	0.539			

나. 공연자신감 및 자기효능감에 대한 탐색적 요인분석 및 신뢰도 분석

공연자신감 및 자기효능감에 대한 탐색적 요인분석 결과는 <표 3-4>와 같다. 인자패턴을 추정하는 방법 중에서 주축인자법(principal factor method)을 이용하여 탐색적 요인분석을 하였으며, 요인회전은 직교회전인 varimax를 이용하였다. 분석 결과, 공연자신감 및 자기효능감의 총 28개 문항 중 자기효능감의 3개 문항(d6, d7, d11)을 제외하고 25개 문항이 4개의 요인으로 구성되었고, 요인적재 값이 0.6이상으로 나타났다. 요인 1은 고유 값이 8.614로 공연자신감, 요인 2은 고유 값이 3.570로 나타나 신체유능감, 요인 3은 고유 값이 3.443로 나타나 신체자신감, 요인 4는 고유 값이 2.438로 나타나 신체매력을 설명해주고 있으며 총 설명력은 72.258%이었다. 또한 신뢰성 분석 결과, 각각의 요인의 Cronbach's α 값이 0.6이상으로 나타나, 사용된 설문지를 신뢰할 수 있는 것으로 나타났다.

<표 3-4> 공연자신감 및 자기효능감에 대한 탐색적 요인분석

구성개념	변수	요인1	요인2	요인3	요인4	고유값	누적분산	Cronbach' α
공연 자신감	c12	0.820	0.138	0.193	0.193	8.614	34.456	0.926
	c3	0.807	0.157	0.108	0.213			
	c8	0.805	0.198	0.238	0.138			
	c11	0.802	0.169	0.156	0.182			
	c7	0.796	0.148	0.234	0.135			
	c13	0.796	0.194	0.191	0.198			
	c4	0.792	0.235	0.173	0.031			
	c9	0.788	0.185	0.305	0.171			
	c10	0.787	0.153	0.291	0.167			
	c6	0.770	0.240	0.240	0.031			
	c1	0.720	0.247	-0.001	0.170			
	c2	0.698	0.298	0.154	0.121			
	c5	0.689	0.237	0.373	0.019			
	신체 유능감	d3	0.269	0.782	0.219			
d4		0.253	0.742	0.300	0.121			
d1		0.256	0.713	0.195	0.291			
d5		0.233	0.677	0.232	0.324			
d2		0.305	0.672	0.194	0.290			
신체 자신감	d14	0.284	0.255	0.793	0.178	3.443	62.508	0.918
	d13	0.284	0.265	0.784	0.154			
	d15	0.336	0.295	0.769	0.185			
	d12	0.221	0.187	0.762	0.154			
신체 매력	d10	0.220	0.244	0.081	0.791	2.438	72.258	0.901
	d9	0.135	0.266	0.193	0.749			
	d8	0.234	0.236	0.263	0.731			

다. 무용몰입에 대한 탐색적 요인분석 및 신뢰도 분석

무용몰입에 대한 탐색적 요인분석 결과는 <표 3-5>와 같다. 인자패턴을 추정하는 방법 중에서 주축인자법(principal factor method)을 이용하여 탐색적 요인분석을 하였으며, 요인회전은 직교회전인 varimax를 이용하였다. 분석 결과, 참여 후 무용몰입은 12개 문항으로 2개의 요인으로 구성되었고, 요인적재 값이 0.6이상으로 나타났다. 요인 1은 고유 값이 5.753으로 나타나 행동몰입, 요인 2는 3.002로 나타나 인지몰입을 설명해주고 있으며, 총 설명력은 72.964%였다. 또한 신뢰성 분석 결과, 요인의 Cronbach's α 값이 0.6이상으로 나타나 사용된 설문지를 신뢰할 수 있는 것으로 판단된다.

<표 3-5> 무용몰입에 대한 탐색적 요인분석

구성개념	변수	요인1	요인2	고유값	누적분산	Cronbach' α
행동몰입	e5	0.863	0.242	5.753	47.945	0.878
	e6	0.861	0.264			
	e4	0.851	0.242			
	e2	0.848	0.239			
	e7	0.844	0.230			
	e3	0.820	0.174			
	e1	0.812	0.170			
	e8	0.767	0.247			
인지몰입	e10	0.172	0.876	3.002	72.964	0.851
	e9	0.268	0.806			
	e12	0.208	0.783			
	e11	0.217	0.745			

라. 무용수행만족에 대한 탐색적 요인분석 및 신뢰도 분석

무용수행만족에 대한 탐색적 요인분석 결과는 <표 3-6>과 같다. 인자패턴을 추정하는 방법 중에서 주축인자법(principal factor method)을 이용하여 탐색적 요인분석을 하였으며, 요인회전은 직교회전인 varimax를 이용하였다. 분석 결과, 무용수행만족은 3개 문항으로 1개의 요인으로 구성되었고 요인적재 값이 0.6이상으로 나타났다. 요인 1은 고유 값이 2.178로 나타나 무용수행만족을 설명해주고 있으며, 총 설명력은 72.595%였다. 또한 신뢰성 분석 결과, 요인의 Cronbach's α 값이 0.6이상으로 나타나 사용된 설문지를 신뢰할 수 있는 것으로 나타났다.

<표 3-6> 무용수행만족에 대한 탐색적 요인분석

구성개념	변수	요인1	고유값	누적분산	Cronbach' α
무용 수행만족	f2	0.926			0.808
	f3	0.838	2.178	72.595	
	f1	0.787			

IV. 연구 결과

1. 일반적 특성과 신체적 자기지각, 공연자신감 및 자기효능감, 무용몰입, 무용수행만족 간의 관계

일반적 특성과 신체적 자기지각, 공연자신감 및 자기효능감, 무용몰입, 무용수행만족 간의 관계를 알아보기 위해 평균차이 분석방법(ANOVA)을 사용하였으며, 유의수준은 5%로 설정하였다. 일반적 특성은 표본의 인구통계적 특성을 고려하여 학년, 무용경력, 무용시간, 공연 횟수로 분류하였다.

가. 일반적 특성과 신체적 자기지각

1) 학년과 신체적 자기지각과의 관계

<표 4-1>의 학년과 신체적 자기지각과의 관계를 살펴보면 컨디션의 경우 3학년의 평균이 (4.48±0.87)로 가장 높게 나타났고, 통계적으로 유의한 차이가 있는 것($p<.05$)으로 나타났다. 하지만 스포츠 유능감은 2학년, 매력적 몸매는 4학년, 체력은 3학년으로 각각의 평균이 가장 높게 나타났으나 이들은 통계적으로 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다.

<표 4-1> 학년에 따른 신체적 자기지각의 차이

	학년	N	평균	표준편차	F	유의확률
체력	1학년	109	3.95	1.20	1.476	0.221
	2학년	93	4.18	1.04		
	3학년	43	4.30	1.18		
	4학년	68	4.23	1.09		
매력적 몸매	1학년	109	3.90	1.12	2.216	0.086
	2학년	93	3.96	1.17		
	3학년	43	4.11	1.11		
	4학년	68	4.31	0.92		
컨디션	1학년	109	4.01	1.05	2.671	0.048
	2학년	93	4.11	0.97		
	3학년	43	4.48	0.87		
	4학년	68	4.28	1.08		
스포츠 유능감	1학년	109	4.29	1.15	0.334	0.801
	2학년	93	4.39	1.06		
	3학년	43	4.22	0.83		
	4학년	68	4.29	1.00		

2) 무용경력과 신체적 자가지각과의 관계

<표 4-2>의 무용경력과 신체적 자가지각과의 관계를 살펴보면 체력의 경우 10년 이상의 평균이 4.45(±1.03), 매력적 몸매가 4.31(±0.99), 컨디션의 경우가 4.46(±0.92)로 가장 높게 나타났고, 스포츠 유능감의 경우 또한 10년 이상의 평균이 4.58(±0.82)로 가장 높게 나타났다. 이들은 모두 통계적으로 유의한 차이가 있는 것(p< .05)으로 나타났다.

<표 4-2> 무용경력에 따른 신체적 자가지각의 차이

	무용경력	N	평균	표준편차	F	유의확률
체력	5년 미만	69	3.77	1.25	7.082	0.001
	5~10년 미만	160	4.11	1.08		
	10년 이상	84	4.45	1.03		
매력적 몸매	5년 미만	69	3.92	1.26	3.620	0.028
	5~10년 미만	160	3.94	1.06		
	10년 이상	84	4.31	0.99		
컨디션	5년 미만	69	3.97	1.16	5.515	0.004
	5~10년 미만	160	4.08	0.98		
	10년 이상	84	4.46	0.92		
스포츠 유능감	5년 미만	69	4.17	1.28	3.917	0.021
	5~10년 미만	160	4.23	1.02		
	10년 이상	84	4.58	0.82		

3) 무용시간과 신체적 자기지각과의 관계

<표 4-3>의 무용시간과 신체적 자기지각과의 관계를 살펴보면, 체력의 경우 4시간 이상의 평균이 4.65(±1.06)로 가장 높게 나타났고, 매력적 몸매, 컨디션의 경우가 4.55(±1.06), 4.42(±0.97)로 나타났으며, 스포츠 유능감의 경우 4시간이상 평균이 5.23(±0.85)로 가장 높았다. 모두 통계적으로 유의한 차이가 있는 것(p< .05)으로 나타났다.

<표 4-3> 무용시간에 따른 신체적 자기지각의 차이

	활동시간	N	평균	표준편차	F	유의확률
체력	2시간미만	68	3.85	1.06	5.348	0.001
	3시간미만	139	4.07	1.07		
	4시간미만	56	4.16	1.29		
	4시간이상	50	4.65	1.06		
매력적 몸매	2시간미만	68	3.74	0.91	5.846	0.001
	3시간미만	139	3.96	1.09		
	4시간미만	56	4.10	1.24		
	4시간이상	50	4.55	1.06		
컨디션	2시간미만	68	3.81	1.03	4.206	0.006
	3시간미만	139	4.19	0.97		
	4시간미만	56	4.28	1.10		
	4시간이상	50	4.42	0.97		
스포츠 유능감	2시간미만	68	3.74	0.91	24.730	0.000
	3시간미만	139	4.22	0.95		
	4시간미만	56	4.39	1.04		
	4시간이상	50	5.23	0.85		

4) 공연 횟수와 신체적 자기지각과의 관계

공연 횟수와 신체적 자기지각과의 관계는 <표 4-4>와 같다. 체력의 경우 15회 이상의 평균이 4.29(±1.10)로 가장 높게 나타났고, 매력적 몸매, 컨디션의 경우 4.23(±1.09), 15회 미만의 평균이 각각 4.32(±1.00), 로 가장 높게 나타났으며, 스포츠 유능감의 경우 15회 미만의 평균이 4.52(±0.97)로 가장 높았다. 모두 통계적으로 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다.

<표 4-4> 공연 횟수에 따른 신체적 자기지각의 차이

	공연 횟수	N	평균	표준편차	F	유의확률
체력	5회 미만	46	4.07	1.05	1.218	0.303
	10회 미만	90	4.00	1.09		
	15회 미만	62	4.06	1.28		
	15회 이상	115	4.29	1.10		
매력적 몸매	5회 미만	46	4.07	0.91	0.930	0.427
	10회 미만	90	3.95	1.19		
	15회 미만	62	4.23	1.09		
	15회 이상	115	3.98	1.11		
컨디션	5회 미만	46	4.15	1.16	1.240	0.295
	10회 미만	90	4.01	0.93		
	15회 미만	62	4.32	1.00		
	15회 이상	115	4.20	1.04		
스포츠 유능감	5회 미만	46	4.20	1.06	1.076	0.359
	10회 미만	90	4.28	1.12		
	15회 미만	62	4.52	0.97		
	15회 이상	115	4.27	1.02		

나. 일반적 특성과 공연자신감 및 자기효능감

1) 학년과 공연자신감 및 자기효능감과의 관계

학년과 공연자신감 및 자기효능감의 관계를 살펴는 <표 4-5>와 같다. 공연자신감은 2학년의 평균이 4.57(± 1.01), 신체유능감과 신체자신감의 경우 3학년의 평균이 각각 4.68(± 0.88), 4.57(± 0.93)로 가장 높았고, 신체매력의 경우 2학년의 평균이 4.55(± 1.03)로 가장 높았지만, 모두 통계적으로 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다.

<표 4-5> 학년에 따른 공연자신감 및 자기효능감의 차이

	학년	N	평균	표준편차	F	유의확률
공연 자신감	1학년	109	4.36	1.05	1.771	0.153
	2학년	93	4.57	1.01		
	3학년	43	4.33	0.78		
	4학년	68	4.24	0.84		
신체 유능감	1학년	109	4.36	0.98	1.969	0.119
	2학년	93	4.60	1.04		
	3학년	43	4.68	0.88		
	4학년	68	4.38	0.82		
신체 자신감	1학년	109	4.28	1.07	1.560	0.199
	2학년	93	4.26	0.92		
	3학년	43	4.57	0.93		
	4학년	68	4.49	1.06		
신체 매력	1학년	109	4.44	1.20	1.446	0.229
	2학년	93	4.55	1.03		
	3학년	43	4.53	0.93		
	4학년	68	4.22	0.87		

2) 무용경력과 공연자신감 및 자기효능감과의 관계

무용경력과 공연자신감 및 자기효능감의 관계는 <표 4-6>과 같다. 신체 자신감의 경우 10년 이상의 평균이 각각 4.59(±1.02)로 가장 높았고, 통계적으로 유의한 차이가 있는 것(p<.05)으로 나타났다. 공연자신감은 10년 이상의 평균이 4.55(±0.72), 신체유능감의 경우 10년 이상의 평균이 4.66(±0.85)으로 가장 높았고, 신체매력의 경우 10년 이상의 평균이 4.51(±0.85)로 가장 높았지만, 모두 통계적으로 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다.

<표 4-6> 무용경력에 따른 공연자신감 및 자기효능감의 차이

	무용경력	N	평균	표준편차	F	유의확률
공연 자신감	5년 미만	69	4.33	1.11	1.490	0.227
	5~10년 미만	160	4.34	1.01		
	10년 이상	84	4.55	0.72		
신체 유능감	5년 미만	69	4.34	1.01	2.348	0.097
	5~10년 미만	160	4.44	0.98		
	10년 이상	84	4.66	0.85		
신체 자신감	5년 미만	69	4.18	1.09	3.472	0.032
	5~10년 미만	160	4.31	0.94		
	10년 이상	84	4.59	1.02		
신체 매력	5년 미만	69	4.46	1.34	0.402	0.669
	5~10년 미만	160	4.39	1.00		
	10년 이상	84	4.51	0.85		

3) 무용시간과 공연자신감 및 자기효능감과의 관계

무용시간과 공연자신감 및 자기효능감의 관계는 <표 4-7>과 같다. 공연자신감은 4시간이상의 평균이 5.16(± 0.82)였고, 신체유능감, 신체자신감, 신체매력의 경우 4시간이상의 평균이 각각 4.93(± 0.77), 4.77(± 0.78), 5.13(± 0.89)로 각각가장 높았고, 통계적으로 유의한 차이가 있는 것($p < .05$)으로 나타났다.

	활동시간	N	평균	표준편차	F	유의확률
공연 자신감	2시간 미만	68	3.84	0.87	23.648	0.000
	3시간 미만	139	4.30	0.87		
	4시간 미만	56	4.61	0.94		
	4시간 이상	50	5.16	0.82		
신체 유능감	2시간 미만	68	4.27	1.11	8.918	0.000
	3시간 미만	139	4.29	0.87		
	4시간 미만	56	4.78	0.91		
	4시간 이상	50	4.93	0.77		
신체 자신감	2시간 미만	68	4.24	1.13	5.091	0.002
	3시간 미만	139	4.19	0.94		
	4시간 미만	56	4.54	1.08		
	4시간 이상	50	4.77	0.78		
신체 매력	2시간 미만	68	4.13	1.03	11.248	0.000
	3시간 미만	139	4.29	0.99		
	4시간 미만	56	4.56	1.07		
	4시간 이상	50	5.13	0.89		

<표 4-7> 무용시간에 따른 공연자신감 및 자기효능감의 차이

4) 공연 횟수와 공연자신감 및 자기효능감과의 관계

공연 횟수와 공연자신감 및 자기효능감의 관계는 <표 4-8>과 같다., 공연자신감은 공연횟수에 관계없이 일정한 평균값을 보이고 있으나, 신체효능감은 5회미만의 평균이 4.60(±0.90)로, 신체자신감은 15회 미만이 4.44(±1.07), 신체매력의 경우 5회 미만의 평균이 4.64(±1.13)로 가장 높았다. 하지만 통계적으로는 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다.

	공연 횟수	N	평균	표준편차	F	유의확률
공연횟수	5회 미만	46	4.41	1.09	0.117	0.950
	10회 미만	90	4.34	0.97		
	15회 미만	62	4.41	0.94		
	15회 이상	115	4.41	0.94		
신체적 유능감	5회 미만	46	4.60	0.90	0.280	0.840
	10회 미만	90	4.46	0.98		
	15회 미만	62	4.47	1.02		
	15회 이상	115	4.45	0.93		
신체적 자신감	5회 미만	46	4.24	0.86	0.398	0.755
	10회 미만	90	4.33	1.11		
	15회 미만	62	4.44	1.07		
	15회 이상	115	4.38	0.95		
신체매력	5회 미만	46	4.64	1.13	0.766	0.514
	10회 미만	90	4.38	1.10		
	15회 미만	62	4.48	1.01		
	15회 이상	115	4.39	1.00		

<표 4-8> 공연횟수에 따른 공연자신감 및 자기효능감의 차이

다. 일반적 특성과 무용몰입

1) 학년과 무용몰입과의 관계

학년과 무용몰입의 관계를 살펴보면<표 4-9>와 같다, 행동몰입, 인지몰입의 경우 2학년의 평균이 각각 4.85(±1.18), 5.04(±1.10)로 가장 높았지만, 통계적으로 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다.

<표 4-9> 학년에 따른 무용몰입의 차이

	학년	N	평균	표준편차	F	유의확률
행동몰입	1학년	109	4.60	1.14	2.278	0.080
	2학년	93	4.85	1.18		
	3학년	43	4.45	1.02		
	4학년	68	4.44	0.96		
인지몰입	1학년	109	4.96	1.04	1.396	0.244
	2학년	93	5.04	1.10		
	3학년	43	4.90	1.10		
	4학년	68	4.70	1.11		

2) 무용경력과 무용몰입과의 관계

무용경력과 무용몰입의 관계를 살펴보면, 인지몰입의 경우 10년 이상의 평균이 5.24(±0.92)로 가장 높게 나타났고, 통계적으로 유의한 차이가 있는 것(p<.05)으로 나타났다.

행동몰입의 경우 10년 이상의 평균이 4.73(±0.89)로 가장 높았지만, 통계적으로 유의한 차이는 없는 것으로 나타났다.

<표 4-10> 무용경력에 따른 무용몰입의 차이

	무용경력	N	평균	표준편차	F	유의확률
행동몰입	5년 미만	69	4.64	1.24	0.810	0.446
	5~10년 미만	160	4.55	1.15		
	10년 이상	84	4.73	0.89		
인지몰입	5년 미만	69	4.78	0.98	5.148	0.006
	5~10년 미만	160	4.81	1.17		
	10년 이상	84	5.24	0.92		

3) 무용시간과 무용몰입의 관계

무용시간과 무용몰입의 관계를 살펴보면, 행동몰입의 경우 4시간 이상의 평균이 5.36(±1.10)으로 가장 높게 나타났고, 인지몰입의 경우 4시간 이상의 평균이 5.35(±0.78)로 가장 높았고, 통계적으로 유의한 차이가 있는 것 ($p < .05$)으로 나타났다.

<표 4-11> 무용시간에 따른 무용몰입의 차이

	활동시간	N	평균	표준편차	F	유의확률
행동몰입	2시간 미만	68	3.94	0.88	21.091	0.000
	3시간 미만	139	4.55	1.01		
	4시간 미만	56	4.93	1.09		
	4시간 이상	50	5.36	1.10		
인지몰입	2시간 미만	68	4.61	1.19	4.664	0.003
	3시간 미만	139	4.89	1.13		
	4시간 미만	56	4.98	0.95		
	4시간 이상	50	5.35	0.78		

4) 공연 횟수와 무용몰입과의 관계

공연 횟수와 무용몰입의 관계를 살펴보면, 행동몰입의 경우 10회 미만의 평균이 4.68(±1.19)로 가장 높게 나타났고, 인지몰입의 경우 5회 미만의 평균이 4.99(±1.16)로 가장 높았지만, 통계적으로 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다.

<표 4-12> 공연 횟수에 따른 무용몰입의 차이

	공연 횟수	N	평균	표준편차	F	유의확률
행동몰입	5회 미만	46	4.57	1.13	0.280	0.840
	10회 미만	90	4.68	1.19		
	15회 미만	62	4.66	1.02		
	15회 이상	115	4.56	1.09		
인지몰입	5회 미만	46	4.99	1.16	0.301	0.824
	10회 미만	90	4.98	1.01		
	15회 미만	62	4.83	1.06		
	15회 이상	115	4.89	1.13		

라. 일반적 특성과 무용수행만족

일반적 특성과 무용수행만족의 관계를 살펴보면, 학년의 경우 2학년의 평균이 4.42(±0.95)로 가장 높게 나타났고, 무용시간의 경우 4시간 이상의 평균이 4.80(±1.25)로 가장 높았으며, 통계적으로 유의한 차이가 있는 것(p<.05)으로 나타났다. 하지만, 무용경력에 경우 5년 미만이(4.29±1.20)로 가장 높았고, 공연 횟수는 5회 미만이 가장 높았지만(4.41±1.22), 통계적으로 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다.

<표 4-13> 일반적 특성에 따른 무용수행만족의 차이

	학년	N	평균	표준편차	F	유의확률
학년	1학년	109	4.16	1.03	2.767	0.042
	2학년	93	4.42	0.95		
	3학년	43	3.94	1.15		
	4학년	68	4.11	0.92		
무용경력	5년미만	69	4.29	1.20	0.708	0.494
	5~10년미만	160	4.21	1.01		
	10년이상	84	4.10	0.82		
무용시간	2시간 미만	68	3.75	0.85	11.726	0.000
	3시간 미만	139	4.16	0.93		
	4시간 미만	56	4.29	0.88		
	4시간 이상	50	4.80	1.25		
공연횟수	5회 미만	46	4.41	1.22	1.968	0.119
	10회 미만	90	4.31	1.01		
	15회 미만	62	4.12	1.00		
	15회 이상	115	4.06	0.90		

2. 신체적 자기지각과 공연자신감 및 자기효능감과의 관계

신체적 자기지각이 공연자신감 및 자기효능감에 미치는 영향을 알아보기 위하여 다중회귀분석을 실시하였으며, 독립변수인 신체적 자기지각의 하위 변인에는 체력, 매력적 몸매, 컨디션, 스포츠 유능감으로 구성되어 있다. 다중회귀분석을 이용할 때 독립변수간의 상관관계 즉, 다중공선성 등을 고려해야 하며, 이를 무시할 경우 결과해석에 심각한 문제점을 야기시킬 수 있다. 따라서 이러한 독립변수들 간의 다중공선성의 위험 여부를 검토하기 위하여 공차 한계 및 분산팽창요인(VIF)을 살펴봐야 한다. 신체적 자기지각에 대한 다중공선성 통계치는 다음의 <표 4-14>와 같다.

분산팽창요인(VIF)은 10을 넘어가면 안 된다. <표 4-14>와 같이 독립변수인 신체적 자기지각에 대한 다중공선성 검정에서 분산팽창요인이 10을 넘지 않으므로, 독립변수에 대한 다중공선성 문제는 없는 것으로 나타났다.

<표 4-14> 신체적 자기지각에 대한 다중공선성 검정

독립변수	VIF
체력	1.725
매력적 몸매	1.650
컨디션	1.856
스포츠 유능감	1.970

가. 신체적 자기지각과 공연자신감과의 관계

신체적 자기지각이 공연자신감에 미치는 영향을 알아보기 위해 다중회귀 분석을 실시하였다. 회귀분석의 결정계수 R^2 값은 0.596으로 59.6%를 설명하고 있으며, 모형의 적합도를 검정한 결과, F값은 113.810으로 $p < 0.001$ 수준에서 유의하며, 신체적 자기지각이 공연자신감에 미치는 영향을 검증하는데 아무런 문제가 없는 것으로 나타났다.

이러 신체적 자기지각이 공연자신감에 미치는 영향관계를 살펴보면, 스포츠 유능감(표준화계수=0.531, $p=0.000$), 컨디션(표준화계수=0.165, $p=0.001$), 체력(표준화계수=0.135, $p=0.005$)은 유의수준 5%에서 유의하다. 즉, 신체적 자기지각에서 스포츠 유능감, 컨디션, 체력은 공연자신감에 유의한 양(+의 영향)이 있으며, 스포츠 유능감, 컨디션, 체력이 커지면 커질수록 신체자신감도 커진다는 것을 파악할 수 있음을 나타내었다.

<표 4-15> 신체적 자기지각이 공연자신감에 미치는 영향

종속 변수	독립 변수	비표준화 계수	S.E	표준화 계수	t	유의 확률	R^2	F	유의 확률
	(상수)	0.928	0.172		5.409	0.000			
	체력	0.116	0.041	0.135	2.846	0.005			
공연자신감	매력적 몸매	0.055	0.041	0.062	1.339	0.182	0.596	113.810	0.000
	컨디션	0.156	0.047	0.165	3.337	0.001			
	스포츠 유능감	0.491	0.0047	0.531	10.457	0.000			

나. 신체적 자기지각과 자기효능감의 관계

1) 신체적 자기지각과 신체유능감과의 관계

신체적 자기지각이 신체유능감에 미치는 영향을 알아보기 위해 다중회귀 분석을 실시하였다. 회귀분석의 결정계수 R^2 값은 0.321로 32.1%를 설명하고 있으며, 모형의 적합도를 검정한 결과, F값은 36.407로 ($p < 0.001$) 통계적으로 유의하게 나타났다. 신체적 자기지각이 신체유능감에 미치는 영향을 검증하는데 아무런 문제가 없는 것으로 나타났다.

이어 신체적 자기지각이 신체유능감에 미치는 영향관계를 살펴보면, 스포츠 유능감(표준화계수=0.300, $p=0.000$), 컨디션(표준화계수=0.287, $p=0.000$)은 ($p < 0.001$)으로 유의하다. 즉, 신체적 자기지각에서 스포츠 유능감, 컨디션은 공연자신감에 유의한 양(+)의 영향이 있으며, 스포츠 유능감, 컨디션이 커지면 커질수록 신체유능감도 커지는 것을 알 수 있다.

<표 4-16> 신체적 자기지각이 신체유능감에 미치는 영향

종속 변수	독립 변수	비표준화 계수	S.E	표준화 계수	t	유의 확률	R^2	F	유의 확률
	(상수)	1.966	0.220		8.932	0.000			
	체력	0.085	0.052	0.101	1.630	0.104			
신체 유능감	매력적 몸매	-0.035	0.052	-0.041	-0.674	0.501	0.321	36.407	0.000
	컨디션	0.270	0.060	0.287	4.494	0.000			
	스포츠 유능감	0.274	0.060	0.300	4.551	0.000			

2) 신체적 자기지각과 신체자신감과의 관계

신체적 자기지각이 신체자신감에 미치는 영향을 알아보기 위해 다중회귀 분석을 실시하였다. 회귀분석의 결정계수를 R^2 값은 0.279로 27.9%를 설명하고 있으며, 모형의 적합도를 검정한 결과, F값은 29.844로 $p < 0.001$ 수준에서 유의하며, 신체적 자기지각이 신체자신감에 미치는 영향을 검증하는데 아무런 문제가 없는 것으로 나타났다.

이어 신체적 자기지각이 신체자신감에 미치는 영향관계를 살펴보면, 컨디션(표준화 계수=0.256, $p=0.000$), 스포츠 유능감(표준화계수=0.183, $p=0.007$), 체력(표준화계수=0.150, $p=0.019$)은 유의수준 5%에서 유의하다. 즉, 신체적 자기지각에서 컨디션, 스포츠 유능감, 체력은 신체자신감에 유의한 양(+)의 영향이 있으며, 컨디션, 스포츠 유능감, 체력이 커지면 커질수록 신체자신감도 커지는 것을 알 수 있다.

<표 4-17> 신체적 자기지각이 신체자신감에 미치는 영향

종속 변수	독립 변수	비표준화 계수	S.E	표준화 계수	t	유의 확률	R^2	F	유의 확률
	(상수)	1.834	0.239		7.678	0.000			
	체력	0.134	0.057	0.150	2.356	0.019			
신체 자신감	매력적 몸매	0.040	0.057	0.044	0.707	0.480	0.279	29.844	0.000
	컨디션	0.253	0.065	0.256	3.880	0.000			
	스포츠 유능감	0.176	0.065	0.183	2.698	0.007			

3) 신체적 자기지각과 신체매력과의 관계

신체적 자기지각이 신체매력에 미치는 영향을 알아보기 위해 다중회귀분석을 실시하였다. 회귀분석의 결정계수를 R^2 값은 0.327로 32.7%를 설명하고 있으며, 모형의 적합도를 검정한 결과, F값은 37.439로 $p < 0.001$ 수준에서 유의하며, 신체적 자기지각이 신체매력에 미치는 영향을 검증하는데 아무런 문제가 없는 것으로 나타났다.

이어 신체적 자기지각이 신체매력에 미치는 영향관계를 살펴보면, 스포츠 유능감(표준화계수=0.383, $p=0.000$), 컨디션(표준화계수=0.236, $p=0.000$), 체력(표준화계수=0.105, $p=0.088$)은 유의수준 5%에서 유의하다. 즉, 신체적 자기지각에서 스포츠 유능감, 컨디션은 신체매력에 유의한 양(+)의 영향이 있으며, 스포츠 유능감, 컨디션이 커지면 커질수록 신체매력도 커지는 것을 알 수 있다.

<표 4-18> 신체적 자기지각이 신체매력에 미치는 영향

종속 변수	독립 변수	비표준화 계수	S.E	표준화 계수	t	유의 확률	R^2	F	유의 확률
	(상수)	1.735	0.240		7.218	0.000			
	체력	0.098	0.057	0.105	1.710	0.088			
신체 매력	매력적 몸매	-0.091	0.057	-0.095	-1.582	0.115	0.327	37.439	0.000
	컨디션	0.243	0.066	0.236	3.706	0.000			
	스포츠 유능감	0.384	0.066	0.383	5.846	0.000			

3. 신체적 자기지각과 몰입과의 관계

가. 신체적 자기지각과 행동몰입과의 관계

신체적 자기지각이 행동몰입에 미치는 영향을 알아보기 위해 다중회귀분석을 실시하였다. 회귀분석의 결정계수 R^2 값은 0.468로 46.8%를 설명하고 있으며, 모형의 적합도를 검정한 결과, F값은 44.790으로 $p < 0.001$ 수준에서 유의하며, 신체적 자기지각이 행동몰입에 미치는 영향을 검증하는데 아무런 문제가 없는 것으로 나타났다.

이어 신체적 자기지각이 신체유능감에 미치는 영향관계를 살펴보면, 스포츠 유능감(표준화계수=0.511, $p=0.000$), 컨디션(표준화계수=0.145, $p=0.011$)은 유의수준 5%에서 유의하다. 즉, 신체적 자기지각에서 스포츠 유능감, 컨디션은 행동몰입에 유의한 양(+)의 영향이 있으며, 스포츠 유능감, 컨디션이 커지면 커질수록 행동몰입도 커지는 것을 알 수 있다.

<표 4-19> 신체적 자기지각이 행동몰입에 미치는 영향

종속 변수	독립 변수	비표준화 계수	S.E	표준화 계수	t	유의 확률	R^2	F	유의 확률
	(상수)	1.144	0.226		5.073	0.000			
	체력	0.021	0.054	0.022	0.397	0.692			
행동 몰입	매력적 몸매	0.100	0.054	0.099	1.861	0.064	0.468	44.790	0.000
	컨디션	0.157	0.061	0.145	2.553	0.011			
	스포츠 유능감	0.540	0.062	0.511	8.754	0.000			

나. 신체적 자기지각과 인지몰입과의 관계

신체적 자기지각이 인지몰입에 미치는 영향을 알아보기 위해 다중회귀분석을 실시하였다. 회귀분석의 결정계수 R^2 값은 0.160로 16.0%를 설명하고 있으며, 모형의 적합도를 검정한 결과, F값은 14.649로 $p < 0.001$ 수준에서 유의하며, 신체적 자기지각이 인지몰입에 미치는 영향을 검증하는데 아무런 문제가 없는 것으로 나타났다.

이어 신체적 자기지각이 신체유능감에 미치는 영향관계를 살펴보면, 스포츠 유능감(표준화계수=0.298, $p=0.000$), 컨디션(표준화계수=0.157, $p=0.028$)은 유의수준 5%에서 유의하다. 즉, 신체적 자기지각에서 스포츠 유능감, 컨디션은 인지몰입에 유의한 양(+의 영향)이 있으며, 스포츠 유능감, 컨디션이 커지면 커질수록 인지몰입도 커지는 것을 알 수 있다.

<표 4-20> 신체적 자기지각이 인지몰입에 미치는 영향

종속 변수	독립 변수	비표준화 계수	S.E	표준화 계수	t	유의 확률	R^2	F	유의 확률
	(상수)	2.975	0.277		10.734	0.000			
	체력	0.044	0.066	0.046	0.676	0.500			
인지 몰입	매력적 몸매	-0.059	0.066	-0.060	-0.895	0.372	0.160	14.649	0.000
	컨디션	0.167	0.076	0.157	2.207	0.028			
	스포츠 유능감	0.303	0.076	0.293	3.993	0.000			

4. 신체적 자기지각과 무용수행만족과의 관계

신체적 자기지각이 무용수행만족에 미치는 영향을 알아보기 위해 다중회귀분석을 실시하였다. 회귀분석의 결정계수 R^2 값은 0.204로 20.4%를 설명하고 있으며, 모형의 적합도를 검정한 결과, F값은 16.201로 $p < 0.001$ 수준에서 유의하며, 신체적 자기지각이 무용수행만족에 미치는 영향을 검증하는데 아무런 문제가 없는 것으로 나타났다.

이어 신체적 자기지각이 무용수행만족에 미치는 영향관계를 살펴보면, 스포츠 유능감(표준화계수=0.315, $p=0.000$)은 유의수준 5%에서 유의하다. 즉, 스포츠 유능감은 무용수행만족에 유의한 양(+)의 영향이 있으며, 스포츠 유능감이 커지면 커질수록 무용수행만족 또한 커지는 것을 알 수 있다.

<표 4-21> 신체적 자기지각이 무용수행만족에 미치는 영향

종속 변수	독립 변수	비표준화 계수	S.E	표준화 계수	t	유의 확률	R^2	F	유의 확률
	(상수)	2.087	0.251		8.304	0.000			
	체력	0.008	0.060	0.008	0.127	0.899			
무용 만족	매력적 몸매	0.068	0.060	0.074	1.134	0.258	0.204	16.201	0.000
	컨디션	0.119	0.069	0.120	1.737	0.083			
	스포츠 유능감	0.304	0.069	0.315	4.419	0.000			

5. 공연자신감 및 자기효능감과 무용몰입의 관계

공연자신감 및 자기효능감이 무용몰입에 미치는 영향을 알아보기 위하여 다중회귀분석을 실시하였으며, 독립변수인 공연자신감 및 자기효능감의 하위변인에는 신체유능감, 신체자신감, 신체매력으로 구성되어 있으며, 무용몰입은 행동몰입, 인지몰입으로 구성되어 있다. 다중회귀분석을 이용할 때 독립변수간의 상관관계에서는 다중공선성 등을 고려해야 하며, 이를 무시할 경우 결과해석에 심각한 문제점을 야기시킬 수 있다. 따라서 이러한 독립변수들 간의 다중공선성의 위험 여부를 검토하기 위해 공차 한계 및 분산팽창요인(VIF)을 살펴봐야 한다. 공연자신감 및 자기효능감에 대한 다중공선성 통계량 값은 다음의 <표 4-22>와 같다.

분산팽창요인(VIF)은 10을 넘어가면 안된다. <표 4-22>와 같이 독립변수인 공연자신감 및 자기효능감에 대한 다중공선성 검정에서 분산팽창요인이 10을 넘지 않으므로, 독립변수에 대한 다중공선성 문제는 없는 것으로 나타났다.

<표 4-22> 공연자신감, 자기효능감에 대한 다중공선성 검정

독립변수	VIF
공연자신감	1.846
신체유능감	1.715
신체자신감	1.956
신체매력	1.846

가. 공연자신감 및 자기효능감과 행동몰입의 관계

공연자신감 및 자기효능감이 행동몰입에 미치는 영향을 알아보기 위해 다중회귀분석을 실시하였다. 회귀분석의 결정계수 R^2 값은 0.552로 55.2%를 설명하고 있으며, 모형의 적합도를 검정한 결과, F값은 95.029로 $p < 0.001$ 수준에서 유의하며, 공연자신감 및 자기효능감이 행동몰입에 미치는 영향을 검증하는데 아무런 문제가 없는 것으로 나타났다.

이어 공연자신감 및 자기효능감이 행동몰입에 미치는 영향관계를 살펴보면, 공연자신감(표준화계수=0.516, $p=0.000$), 신체유능감(표준화계수=0.164, $p=0.005$), 신체매력(표준화계수=0.148, $p=0.006$)은 유의수준 5%에서 유의하다. 즉, 공연자신감 및 신체유능감, 신체매력이 커지면 커질수록 행동몰입도 커지는 것을 알 수 있다.

<표 4-23> 공연자신감 및 자기효능감이 행동몰입에 미치는 영향

종속 변수	독립 변수	비표준화 계수	S.E	표준화 계수	t	유의 확률	R^2	F	유의 확률
	(상수)	0.418	0.232		1.802	0.073			
	공연자신감	0.590	0.059	0.516	9.959	0.000			
행동 몰입	신체적 유능감	0.190	0.067	0.164	2.823	0.005	0.552	95.029	0.000
	신체적 자신감	0.014	0.055	0.013	0.254	0.800			
	신체매력	0.156	0.056	0.148	2.775	0.006			

나. 공연자신감 및 자기효능감과 인지몰입의 관계

공연자신감 및 자기효능감이 인지몰입에 미치는 영향을 알아보기 위해 다중회귀분석을 실시하였다. 회귀분석의 결정계수 R^2 값은 0.190로 19.0%를 설명하고 있으며, 모형의 적합도를 검정한 결과, F값은 18.051로 $p < 0.001$ 수준에서 유의하며, 공연자신감 및 자기효능감이 인지몰입에 미치는 영향을 검증하는데 아무런 문제가 없는 것으로 나타났다.

이어 공연자신감 및 자기효능감이 인지몰입에 미치는 영향관계를 살펴보면, 공연자신감(표준화계수=0.214, $p=0.002$), 신체유능감(표준화계수=0.166, $p=0.035$)은 유의수준 5%에서 유의하다. 즉, 공연자신감과 신체유능감은 인지몰입에 유의한 양(+)의 영향이 있으며, 특히 공연자신감과 신체유능감, 신체자신감이 커지면 커질수록 행동몰입도 커지는 것을 알 수 있다.

<표 4-24> 공연자신감, 자기효능감이 인지몰입에 미치는 영향

종속 변수	독립 변수	비표준화 계수	S.E	표준화 계수	t	유의 확률	R^2	F	유의 확률
	(상수)	2.405	0.305		7.889	0.000			
	공연자신감	0.240	0.078	0.214	3.071	0.002			
인지 몰입	신체유능감	0.188	0.088	0.166	2.119	0.035	0.190	18.051	0.000
	신체자신감	0.064	0.072	0.060	0.887	0.376			
	신체매력	0.077	0.074	0.075	1.042	0.298			

6. 공연자신감 및 자기효능감과 무용수행만족과의 관계

공연자신감 및 자기효능감이 무용수행만족에 미치는 영향을 알아보기 위해 다중회귀분석을 실시하였다. 회귀분석의 결정계수 R^2 값은 0.269로 26.9%를 설명하고 있으며, 모형의 적합도를 검정한 결과, F값은 21.392로 $p < 0.001$ 수준에서 유의하며, 공연자신감 및 자기효능감이 무용수행만족에 미치는 영향을 검증하는데 아무런 문제가 없는 것으로 나타났다.

이어 공연자신감 및 자기효능감이 무용수행만족에 미치는 영향관계를 살펴보면, 공연자신감(표준화계수=0.437, $p=0.000$), 신체매력(표준화계수=0.187, $p=0.006$)은 신체유능감(표준화계수=0.149, $p=0.045$), 유의수준 5%에서 유의하다. 즉, 공연자신감과 신체매력, 신체유능감이 커지면 커질수록 무용수행만족도 역시 커지는 것을 알 수 있다.

<표 4-25> 공연자신감, 자기효능감이 무용수행만족에 미치는 영향

종속 변수	독립 변수	비표준화 계수	S.E	표준화 계수	t	유의 확률	R^2	F	유의 확률
	(상수)	1.776	0.270		6.586	0.000			
	공연자신감	0.456	0.069	0.437	6.612	0.000			
무용 수행 만족	신체적 유능감	0.157	0.078	0.149	2.011	0.045	0.269	21.392	0.000
	신체적 자신감	0.074	0.064	0.074	1.160	0.247			
	신체매력	0.180	0.065	0.187	2.749	0.006			

7. 무용몰입과 무용수행만족과의 관계

무용몰입이 무용수행만족에 미치는 영향을 알아보기 위하여 다중회귀분석을 실시하였으며, 독립변수인 무용몰입의 하위변인에는 행동몰입, 인지몰입으로 구성하였다. 다중회귀분석을 이용할 때 독립변수간의 상관관계, 즉, 다중공선성 등을 고려해야 하며, 이를 무시할 경우 결과해석에 심각한 문제점을 야기시킬 수 있다. 따라서 이러한 독립변수들 간의 다중공선성의 위험 여부를 검토하기 위하여 공차 한계 및 분산팽창요인(VIF)을 살펴봐야 한다. 무용몰입에 대한 다중공선성 통계량 값은 <표 4-26>과 같다.

공차한계는 1에 가까울수록 좋으며, 분산팽창요인(VIF)은 10을 넘어가면 안 된다. <표 4-26>과 같이 독립변수인 무용몰입에 대한 다중공선성 검정에서 분산팽창요인이 10을 넘지 않으므로, 독립변수에 대한 다중공선성 문제는 없는 것으로 확인되었다.

<표 4-26> 무용몰입에 대한 다중공선성 검정

독립변수	VIF
행동몰입	1.351
인지몰입	1.351

무용몰입이 무용수행만족에 미치는 영향을 알아보기 위하여 다중회귀분석을 실시하였다. 회귀분석의 결정계수 R^2 값은 0.258로 25.8%를 설명하고 있으며, 모형의 적합도를 검정한 결과, F값은 53.759로 $p < 0.001$ 수준에서 유의하며, 무용몰입이 무용수행만족에 미치는 영향을 검증하는데 아무런 문제가 없는 것으로 나타났다.

이어 무용몰입이 무용수행만족에 미치는 영향관계를 살펴보면, 행동몰입 (표준화계수=0.527, p=0.000)은 유의수준 5%에서 유의하다. 즉, 무용몰입에서 행동몰입은 무용수행만족에 유의한 양(+의 영향)이 있으며, 행동몰입이 커지면 커질수록 무용수행만족 또한 커지는 것을 알 수 있다.

<표 4-27> 무용몰입이 무용수행만족에 미치는 영향

종속 변수	독립 변수	비표준화 계수	S.E	표준화 계수	t	유의 확률	R^2	F	유의 확률
	(상수)	2.165	0.253		8.555	0.000			
무용 수행 만족	행동몰입	0.480	0.052	0.527	9.256	0.000	0.258	53.759	0.000
	인지몰입	-0.037	0.053	-0.040	-0.697	0.486			

V. 논의

1. 일반적 특성과 신체적 자기지각, 공연자신감 및 자기효능감, 무용몰입, 무용수행만족 간의 관계

일반적 특성과 신체적 자기지각, 공연자신감 및 자기효능감, 무용몰입, 무용수행만족 간의 관계를 알아보기 위하여 평균차이 분석방법(ANOVA)을 사용하였으며, 유의수준은 5%로 설정하였다. 일반적 특성은 표본의 인구통계적 특성을 고려하여 학년, 무용경력, 무용시간, 공연 횟수로 분류하였다.

첫째, 일반적 특성에 따른 신체적 자기지각과의 차이를 살펴본 결과 다음과 같다. <표 4-1>을 살펴보면 학년과 신체적 자기지각과의 관계에서는 컨디션이 학년에 따라 차이가 있었다. <표 4-2>을 살펴보면, 무용경력과 신체적 자기지각에서는 무용경력에 따라 모든 신체적 자기지각이 차이가 있었으며, 무용경력이 오래될수록 높은 평균값을 보이고 있었다. <표 4-3> 무용시간과 신체적 자기지각과의 관계에서는 신체적 자기지각인 체력, 매력적 몸매, 컨디션, 스포츠 유능감 모두 무용시간에 따라 차이가 있었으며, 무용시간이 길수록 높은 평균값을 보이고 있었다. <표 4-4>공연 횟수와 신체적 자기지각과의 관계에서는 스포츠 유능감의 경우 15회 미만의 평균이 $4.52(\pm 0.97)$ 로 가장 높았다.

박현숙(2006)은 무용과 댄스스포츠 전공자들을 대상으로 신체적 자기지각에 대해 연구하였는데, 무용경력이 높은 전공자들이나 공연 횟수가 많은 응답자에게서 높은 신체적 자기지각을 발견해 이 연구결과와 일치하고 있었다. 강승정(2008)은 최근 1년 동안의 공연 빈도가 10회 이상인 무용수들이 무용 유능감, 신체적 컨디션, 신체적 자기가치 등 신체적 자기지각이 대

체로 높은 것으로 나타났다고 하였으며, 이성화(2002)는 지속적인 무용참가나 공연수행이 무용수들의 자신감뿐만 아니라 무용수행 능력도 증가시킬 수 있다고 하였다. 이 연구에서는 조사가 이루어지지 않았지만, 전공별, 신체적 자기지각에 대한 선행연구에서는 전공별 신체적 자기지각을 알아보고 있으며, 김정숙(2007)의 연구에서는 전공에 따른 신체적 자기지각의 차이는 무용 유능감, 신체적 컨디션, 매력적 몸매 요인에서 유의한 차이가 있는 것으로 보고되었다.

둘째, 일반적 특성과 공연자신감과의 차이를 살펴보았다. <표 4-7>일반적 특성 중 무용시간에서 통계적으로 유의한 차이가 있었으며, 무용시간이 길수록 공연자신감도 높은 것을 알 수 있었다. 그러나 학년, 무용경력, 공연 횟수에서는 통계적으로 유의한 차이가 없었다.

이효민(2009)은 학년별 무용자신감의 경우는 4학년, 1학년, 3학년 2학년 순으로 높은 수치를 나타낸다고 하였으며, 이상현(2004)의 배경적 변인에 따른 자신감요인의 차이검증 결과, 학년에 따른 차이가 발견되었으며, 3학년이 2학년보다 목표자신감이 큰 것으로 전체적으로 학년이 높아질수록 목표자신감이 큰 것으로 나타났다.

이에 대해 이효민(2009)은 고학년으로 올라갈수록 무용 수행수준이 높아지고 공연무용경력이 많아지면서 무용에 대한 애착이 생기고, 신체적 경험으로 쌓이면서 자신감이 생겼을 것으로 밝히고 있다. 김영미 등(2003)은 무용수의 공연자신 형성요인을 분석하였으며, 공연 횟수가 많을수록 공연자신감도 올라감을 밝히고 있다. 즉, 무용참가정도나 공연 횟수와 같은 무용의 경험요인이 자신감에 긍정적으로 영향을 미치는 것을 알 수 있다.

셋째, 일반적 특성과 자기효능감의 차이를 살펴보았다. 먼저 무용전공자들의 학년은 자기효능감의 세 가지 하위요인인 신체유능감과 신체자신감, 신체매력 모두 통계적으로 유의한 차이가 없었다. 무용경력과 자기효능감

의 관계에서는 신체자신감에서 통계적으로 유의한 차이가 있었으며, 무용 무용경력이 오래될수록 높은 평균값을 보이고 있었으며, 나머지 신체유능감과 신체매력은 유의한 차이가 없었다. 무용시간과 자기효능감의 관계에서는 신체유능감, 신체자신감, 신체매력 모두 무용시간에 따라 통계적으로 유의한 차이가 있으며 무용시간이 길수록 자기효능감의 평균값이 높게 나타났다. 공연 횟수와 자기효능감의 관계에서는 신체유능감, 신체자신감, 신체매력 모두 통계적으로 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다.

김계숙(2000)은 전공무용이 자기효능감과 자아존중에 미치는 영향을 살펴보고 있는데, 서경희(1985), 송민경(1992), 이흥이(1989) 등의 연구에서도 무용경력에 따른 자기효능감의 차이를 발견할 수 없다고 하였다. 안명식 등(1999)의 연구에서는 댄스스포츠의 참여빈도가 높을수록 자기효능감이 높아진다고 하였다. 또한 홍선욱(1996)은 운동에 숙달되면 자기효능감이 높아져 적극적인 신체활동에 자신감을 갖는 것으로 보고하였다. 그러나 자기효능감은 무용경력이나 공연 횟수와 관련이 있으며, 무용전공자들의 숙련도가 높은 만큼 신체적 활동이 활발하고 이에 따라 자기효능감도 높아지는 것을 알 수 있다.

넷째, 일반적 특성과 무용몰입의 차이를 살펴보았다. <표 4-9>는 학년과 무용몰입과의 관계에서는 행동몰입, 인지몰입 모두 학년에 따라 통계적으로 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다. 무용경력과 무용몰입의 관계에서는 인지몰입만이 무용경력에 따라 통계적으로 유의한 평균차이가 있었으며, 무용경력이 오래 될수록 높은 평균값을 보이고 있었다. 무용시간과 무용몰입의 관계에서는 무용몰입의 하위요인인 행동몰입과 인지몰입 모두 무용시간에 따라 통계적으로 유의한 차이가 있었다. 공연 횟수와 무용몰입의 관계에서는 행동몰입은 10회 미만, 인지몰입에서는 5회 미만이 높은 평균값을 보이고 있었다.

조영주(2005)는 무용몰입의 개념구조 탐색 및 척도개발에서 무용경력이 오래될수록 그리고 연령이 높을수록 몰입이 높다는 것을 밝혔으며, 송미혜(1998), 이경희(2006), 박소윤(2008), 이정금(2009)도 이러한 연구결과를 밝혀, 이 연구결과와 일치한다. 장효진(2010)은 무용경력(5년 이하, 10년 이하, 10년 이상)에 따른 무용몰입의 차이를 밝히고 있었으며, 이러한 연구결과는 무용을 한 기간이 길면 길수록, 공연 횟수가 많을수록 강한 몰입을 경험한다는 노정식(2010)과 무용경력이 길수록 몰입 경험이 높게 나타난다는 연구결과와 일치하고 있었다. 그러나 구혜민(2008)의 연령이 낮을수록 무용경력이 짧을수록 몰입경험이 더욱 잘 이루어 진다고 한 연구결과와는 상반되는 결과이어서 주목되고 있다.

백정희(2007)의 연구에서는 응답자들의 배경변이에 따른 전공만족도가 여학생이 남학생에 비해 높게 나타났다. 또한 계열에 따라서도 무용수행만족도에서 차이를 발견하였다. 유영주(2002), 이옥은(2001), 이은경(2002)의 연구에 의하면 무용참가시간이 많은 무용전공자들일수록 무용수행만족도가 높다고 하였다.

2. 신체적 자기지각, 공연자신감, 자기효능감, 무용몰입, 무용수행 만족 간의 관계

첫째, 신체적 자기지각과 공연자신감의 관계를 살펴본 결과 다음과 같다. 신체적 자기지각이 공연자신감에 미치는 영향을 알아보기 위해 다중회귀분석을 실시하였으며, 독립변수인 신체적 자기지각의 하위변인에는 체력, 매력적 몸매, 컨디션, 스포츠 유능감 으로 구성하였다. 신체적 자기지각이 공연자신감에 미치는 영향을 알아보기 위해 다중회귀분석 결과<표 4-15>와 같이 나타났다. 신체적 자기지각이 공연자신감에 미치는 영향관계를 살펴보면, 스포츠 유능감, 컨디션, 체력은 공연자신감에 유의한 양(+)의 영향을 미치고 있으며, 스포츠 유능감, 컨디션, 체력이 커지면 커질수록 신체자신감도 커지는 것을 알 수 있었다. 김정숙, 박재국(2007)은 신체적 자기지각과 자신감의 관계를 분석한 결과 체력에 관련요인이 자신감과 높은 연관성이 있음을 밝혔으며, 한지영(2005)은 신체활동에 대한 신체적 자기지각의 중요성을 제시한 신체적 자기지각이 높은 집단이 지속적이고 규칙적인 운동참여에도 높다고 하였으며, 유진, 장귀옥(2003), 성장훈, 유현경(2004), 김영미 등(2003)의 연구에서는 무용공연 자신감의 전공에 따른 분석연구가 무용수행자의 신체활동과 심리요인과의 중요한 관련성이 있다는 보고를 통해 신체적 자기지각과 자신감의 무용관련성을 제시하였다. 즉, 신체적 자기지각이 높은 무용전공자들일수록 공연자신감이 높아짐을 말하고 있다.

둘째, 신체적 자기지각과 자기효능감의 관계를 살펴본 결과 다음과 같다. 신체적 자기지각이 신체유능감에 미치는 영향을 알아보기 위해 다중회귀분석을 실시하였다. <표 4-16>과 같이 분석결과를 보면, 스포츠 유능감, 컨디션이 신체유능감에 유의한 양(+)의 영향이 있었으며, 스포츠 유능감, 컨디션이 커지면 커질수록 신체유능감도 커지는 것을 알 수 있었다.

다음으로 신체적 자기지각과 신체자신감과의 관계를 살펴보았으며, 신체적 자기지각이 신체자신감에 미치는 영향을 알아보기 위해 다중회귀분석을 실시하였다. <표 4-17>를 살펴보면 신체적 자기지각이 신체자신감에 미치는 영향관계는 컨디션, 스포츠 유능감, 체력이 신체자신감에 유의한 양(+)의 영향이 있었으며, 컨디션, 스포츠 유능감, 체력이 커지면 커질수록 신체자신감도 커진다. 또한 신체적 자기지각과 신체매력과의 관계 <표 4-18>를 살펴보았다. 분석결과, 신체적 자기지각이 신체매력의 관계를 보면, 스포츠 유능감, 컨디션, 체력이 신체매력에 유의한 양(+)의 영향이 있었으며, 스포츠 유능감, 컨디션, 체력이 커지면 커질수록 신체매력도 커졌다.

신체적 자기지각이 높은 무용전공자들은 무용에 대한 자기효능감이 높아짐을 알 수 있다. 특히 무용은 몸을 움직여야 하는 예술활동에 속하기 때문에 자기효능감에 충만하기 위해서는 신체적 활동이 대단히 중요한 요소임을 인식하는 일이 필요하다 할 것이다. 따라서 자신에 대한 신체적 자기지각이 높은 사람일수록, 무용을 위한 신체활동이 늘어날 것이고, 나아가 자기효능감도 높아질 것이다. 특히 스포츠 유능감이나 컨디션, 체력이 높을 때 더 높은 자기효능감을 느낀다는 사실을 파악할 수 있었다.

유진, 장귀옥(2002)는 발레 전공자들의 무용 활동을 통한 신체적 자기지각이 높으면 자기효능감도 높아짐을 밝히고 있으며, 고주혜, 김승재(2006)는 신체적 자기지각이 높은 무용전공자들은 무용에 대한 유능감이 높아짐을 밝혀, 이 연구의 결과와도 일치하고 있다. 전반적으로 신체적 자기지각은 Brown, Morrowd 와 Livingston(1982)의 연구에서는 여성들의 신체활동 참여를 외모와 연관 지어 설명하고 있었으며, 자기 만족이 신체와 관련이 있음을 보여주고 나아가 신체활동의 증가가 신체상에 대한 만족에 긍정적인 영향을 미친다고 보고하였다. 즉, 스포츠 유능감이 높고, 신체적 컨디션이 좋으며 체력이 뛰어난 사람은 공연에 대한 자신감과 효능감이 높다는

것이다. 이는 공연을 준비함에 있어 무용전공자들이 반드시 갖춰야 할 자질이라고 볼 수 있다. 더욱이 공연 자신감은 무용경력이나 활동시간이 많다고 해서 자연스럽게 증가하는 것이 아니라 개인이 지닌 특성이, 스포츠 유능감이나 컨디션, 체력이 좋을수록 공연에 대한 자신감 또한 높아진다는 사실을 확인할 수 있기 때문이다. 따라서 무용전공자들은 성공적인 무용공연을 위해 항상 좋은 컨디션을 유지하고 높은 체력을 보유하고 있어야 함을 파악할 수 있었다.

셋째, 신체적 자기지각과 행동몰입과의 관계를 <표 4-19>와 살펴본 결과 다음과 같다. 신체적 자기지각과 행동몰입과의 관계를 알아보기 위해 다중회귀분석을 실시하였으며, 신체적 자기지각과 행동몰입과의 관계를 살펴보면, 신체적 자기지각에서 스포츠 유능감, 컨디션은 행동몰입에 유의한 양(+)의 영향이 있으며, 스포츠 유능감, 컨디션이 커지면 커질수록 행동몰입도 커지는 것을 알 수 있었다. 또한, 신체적 자기지각이 인지몰입에 미치는 영향을 알아보기 위해 <표 4-20>와 같이 다중회귀분석을 실시하였으며, 신체적 자기지각에서 스포츠 유능감, 컨디션은 인지몰입에 유의한 양(+)의 영향이 있으며, 스포츠 유능감, 컨디션이 커지면 커질수록 인지몰입도 커지는 것을 알 수 있었다.

넷째, 신체적 자기지각과 무용수행만족의 관계를 살펴 본 결과<표 4-21>과 같았다. 신체적 자기지각과 무용수행만족에 미치는 영향을 알아보기 위해 다중회귀분석을 실시하였으며, 스포츠 유능감은 무용수행만족에 유의한 양(+)의 영향이 있으며, 스포츠 유능감이 커지면 커질수록 무용수행만족 또한 커지는 것을 알 수 있었다.(자료첨부)

다섯째, 공연자신감 및 자기효능감과 무용몰입정도의 관계를 살펴 본 결과 다음과 같다. 공연자신감 및 자기효능감이 무용몰입에 미치는 영향을 알아보기 위해 다중회귀분석을 실시하였으며, 공연자신감 및 자기효능감이

행동몰입에 미치는 영향관계를 살펴보면 <표 4-23>과 같이 공연자신감, 신체유능감, 신체매력이 행동몰입에 유의한 양(+)^{의 영향이 있었으며, 공연자신감과 신체유능감이 커지면 커질수록 행동몰입도 커지는 것을 알 수 있었다. 또한 공연자신감 및 자기효능감이 인지몰입에 미치는 영향을 살펴보면 <표 4-24>와 같이 공연자신감, 신체유능감이 인지몰입에 유의한 양(+)^{의 영향이 있었으며, 공연자신감과 신체유능감, 신체자신감이 커지면 커질수록 행동몰입도 커졌다.}}

박진하(2005)는 수영참가자의 자기효능감 요인이 수영몰입도에 정적인 영향이 있다고 하였으며, 관계가 있을 것이라는 가설이 부분적으로 수용되었으며 신체유능감, 신체활력감, 신체근력감 요인이 수영몰입도에 정의 관계를 보였다. 홍선옥(1996)은 수영프로그램에 참여하여 숙달되면 자기효능감이 높아짐으로써 보다 적극적인 운동참여 행동이 나타난다고 보고하였다. 남인수 등(2009)은 테니스 동호인의 성취목표성향이 자기효능감, 운동몰입에 영향을 미친다고 하였으며, 성취목표성향이 스포츠 자신감과 관련성이 있다고 보고해 이 연구와 일치하고 있었다. 이금주(2005), Jackson(1992)의 연구 결과를 보면 좋은 신체적 준비를 통한 자신감 유지는 높은 수준의 운동몰입을 촉진한다고 하였으며 또한 윤혜선 등(2006)은 선수들의 신체관리와 생활관리, 고유행동 관리 등은 자기관리 중재 프로그램에 의해 관리능력과 실천력을 높여 자신감을 증가시킨다고 하였다. 즉, 선수들이 자기관리 및 자신감 유지는 높은 수준의 운동 몰입에 중요한 요인으로 작용된다고 할 수 있으며, 신체활동을 하는 무용전공자들 또한 꾸준한 자기관리 및 공연을 통한 자신감 상승이 무용에 대한 몰입을 높이는 요인으로 작용할 수 있음을 보여주었다.

여섯째, 공연자신감 및 자기효능감과 무용수행만족과의 관계를 살펴본 결과 다음과 같다. 공연자신감 및 자기효능감이 무용수행만족에 미치는 영

향을 알아보기 위해 다중회귀분석을 실시하였으며, 공연자신감 및 자기효능감이 무용수행만족에 미치는 영향은 <표 4-25>와 같이 공연자신감과 신체매력, 신체유능감이 커지면 커질수록 무용수행만족도 역시 커지는 것을 알 수 있다.

일곱째, 무용몰입 과 무용수행만족과의 차이를 살펴본 결과 다음과 같다. 무용몰입이 무용수행만족에 미치는 영향을 알아보기 위해 다중회귀분석을 실시하였으며, 무용몰입이 무용수행만족에 미치는 영향관계를 살펴보면<표 4-27>과 같이, 행동몰입만이 무용수행만족에 유의한 양의 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 행동몰입이 커지면 커질수록 무용수행만족 또한 커지는 것을 알 수 있었다.

Campbell 와 Will(1995)은 몰입을 어떤 일에서 성실하게 순응하건 또는 집착한다는 말로 표현한 것과 일치하는 것으로 스포츠에 집착하는 경향이 많은 사람일수록 정신적 집중경험을 하게 된다고 하였으며, 이는 나아가 만족을 경험한다고 하였다. 즉, 스포츠를 통한 몰입은 만족으로 이어지는 것으로 나타났다(Stebbins, 1992). 서상희(2004)는 재즈댄스 참여자들의 몰입경험이 여가만족도에 유의한 양의 영향을 미친다고 보고하여 이 연구결과와 부분적으로 일치하고 있었다. 무용몰입은 꾸준한 신체관리와 지속적인 무용공연이 전제되어야 하며, 무용몰입이 높은 무용전공자들은 무용전공에 대해 긍정적인 반응을 보이며, 나아가 무용수행만족으로 발전하는 것으로 나타났다.

무용은 신체로 살아있는 예술을 보여주는 것으로 무용수들에게서 신체란 가장 소중한 것으로 역시 나타났다. 따라서 무용경력이나 무용활동 시간이 길면 신체적 자기지각은 높아지고, 공연자신감 역시 무용시간이 길수록 공연자신감도 높아지는 것을 알 수 있다. 무용은 꾸준한 노력을 통해 완성되는 것이며 마지막으로 공연을 통해 자신의 능력을 시험할 수 있다. 뿐만

아니라 공연에 대한 자신감을 배양해야 한다. 무용경력과 자기효능감의 관계에서는 무용 무용경력이 길수록 신체자신감이 높은 평균값을 보이고 있었다. 또한 무용시간이 길수록 자기효능감이 높아지는 것을 알 수 있다. 즉, 자기효능감은 무용경력이나 무용시간과 관련이 있으며, 무용전공자들의 숙련도가 높아지면 자기효능감도 높아지는 것을 알 수 있다. 일반적 특성과 무용몰입의 관계에서는 무용경력과 무용시간이 오래 될수록 몰입이 높은 평균값을 보이고 있다. 또한 무용에 대한 몰입은 무용전공자들의 무용경력이나 무용 활동 시간과 관련이 높다. 즉, 무용에 대한 몰입도가 높으면 무용에 대한 애착이 크고 무용을 통한 성취도를 높일 수도 있으며, 나아가 신체를 발달시킬 수 있을 것이다. 따라서 자신의 무용실력 및 신체적 향상을 위해 보다 많은 시간을 무용에 할애 할 것이고, 또 공연에 대한 자신감이 높은 사람들은 자신의 무용실력 발전을 위해 무용에 대한 몰입정도가 높아질 것이다. 일반적 특성과 무용수행만족도의 관계를 살펴보면 무용을 접한 무용경력이나 시간이 길수록 높게 나타나고 있었으며, 무용을 오래할수록 만족도는 일부 감소할 수 있는 개연성이 있음에도, 이 연구에서는 무용에 대한 몰입이나 열정이 높아 만족도 역시 높은 것으로 나타나 주목되고 있었다.

VI. 결론 및 제언

종합예술의 대표적 위상을 과시하는 무용예술은 미국, 프랑스, 영국 등 해외에서는 이미 가치 있는 예술로 인정되어 활발한 활동이 진행되고 있다. 그러나 국내에서는 다소 낮은 인지도의 산업으로 분류되어 있는 실정이기 때문에 우리나라의 무용예술과 관련된 전문가들은 국내보다는 해외에서의 활동을 대부분 선호하고 있다고 말해도 과언이 아니다. 앞으로 우리나라 무용예술을 더욱 가치가 있는 산업으로 자리를 잡게 하여 인지도를 높이기 위해서는 무용을 전공하는 대학생들의 전공에 대한 만족감을 높여야 하고, 또 이를 통한 능력이 있는 무용수발굴과 함께 일반인들의 무용예술에 대한 인식도 바꾸는 작업이 꼭 필요하다고 볼 수 있다. 따라서 이 연구의 목적은 무용을 전공하는 전공자들을 중심으로 신체적 자기지각, 공연 자신감, 신체적 자기효능감, 무용몰입, 무용수행만족의 관계를 각각 알아보고, 그 결과를 통해 현재 무용을 전공하는 전공자들에게 필요한 것이 무엇이며, 또 무용에 대한 성취 및 수행만족도를 파악하는데 있다.

이상과 같은 연구 목적을 달성하기 위해 서울, 부산, 강원 등 전국의 일부지역 무용전공자 총 313명을 대상으로 연구한 결론은 다음과 같다.

1. 결론

첫째, 일반적 특성에 따른 신체적 자기지각과의 차이를 살펴보면 다음과 같다.

1. 학년과 신체적 자기지각과의 관계를 살펴보면 컨디션의 경우 3학년의 평균이 가장 높게 나타났고, 체력은 3학년, 매력적 몸매는 4학년, 스포츠 유능감은 2학년으로 각각의 평균이 가장 높게 나타났다.

- 1) 무용경력이 오래될수록 신체적 자기지각에 대한 평균값이 높았다.
- 2) 무용시간이 길수록 신체적 자기지각의 평균값이 높았다,
- 3) 공연 횟수와 신체적 자기지각과의 관계에서는 스포츠 유능감이 15회 미만의 평균값이 가장 높고, 컨디션, 매력적 몸매, 체력의 순으로 나타났다. 15회 이상의 평균값은 체력, 스포츠 유능감, 컨디션, 매력적 몸매 순으로 나타났다.

2. 일반적 특성과 공연자신감 및 자기효능감의 차이를 살펴보면 다음과 같다.

1) 무용시간이 길수록 공연자신감도 높은 것을 알 수 있었다.

그러나 학년, 무용경력, 공연 횟수에서는 통계적으로 유의한 차이가 없었다.

- 2) 학년은 신체유능감과 신체자신감, 신체매력 모두 통계적으로 유의한 차이가 없었다.
- 3) 무용경력과 자기효능감의 관계에서는 무용경력이 오래 될수록 높은 평균값을 보이고 있었으며, 나머지 신체유능감과 신체매력은 유의한 차이가 없었다.
- 4) 공연 횟수와 공연자신감 및 자기효능감의 차이를 살펴보면 공연자신감은 공연 횟수에 상관없이 일정한 평균값을 보였다.

3. 일반적 특성과 무용몰입과의 차이를 살펴보면 다음과 같다.

1) 학년과 무용몰입의 관계를 살펴보면, 행동몰입, 인지몰입의 경우 2학년의 경우 평균이 가장 높았지만, 통계적으로 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다.

2) 무용경력과 무용몰입의 관계를 살펴보면, 인지몰입의 경우 10년 이상의 평균이 가장 높게 나타났고, 통계적으로 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 행동몰입의 경우 10년 이상의 평균이 가장 높았지만, 통계적으로 유의한 차이는 없는 것으로 나타났다.

3) 무용시간과 무용몰입의 관계를 살펴보면, 행동몰입의 경우 4시간 이상의 평균이 가장 높게 나타났고, 인지몰입의 경우 4시간 이상의 평균이 가장 높았고, 통계적으로 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다.

4) 공연 횟수와 무용몰입의 관계를 살펴보면, 행동몰입의 경우 10회 미만의 평균이 가장 높게 나타났고, 인지몰입의 경우 5회 미만의 평균이 가장 높았지만, 통계적으로 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다.

4. 일반적 특성과 무용수행만족의 관계를 살펴보면 다음과 같다.

1). 학년의 경우 2학년의 평균이 가장 높게 나타났다.

2) 무용시간의 경우 4시간 이상의 평균이 가장 높았으며, 통계적으로 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다.

3) 무용경력의 경우 5년 미만이 가장 높았다.

4) 공연 횟수는 5회 미만이 가장 높았지만, 통계적으로 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다.

둘째. 신체적 자가지각과 공연자신감 및 자기효능감과의 차이를 살펴보면 다음과 같다.

1. 신체적 자가지각이 공연자신감에 미치는 영향 관계를 살펴보면, 신체적 자가지각에서 스포츠 유능감, 컨디션, 체력은 공연자신감에 유의한 양(+)의 영향이 있으며, 스포츠 유능감, 컨디션, 체력이 커지면 커질수록 신체자신감도 커진다는 것을 나타내었다.

2. 신체적 자기지각과 자기효능감의 관계를 살펴보면 다음과 같다.

1) 신체적 자기지각이 신체유능감에 미치는 영향 관계를 살펴보면, 신체적 자기지각에서 스포츠 유능감, 컨디션은 공연자신감에 유의한 양(+)¹⁾의 영향이 있으며, 스포츠 유능감, 컨디션이 커지면 커질수록 신체유능감도 커지는 것을 알 수 있었다.

2) 신체적 자기지각과 신체자신감에 미치는 영향관계를 살펴보면, 신체적 자기지각에서 컨디션, 스포츠 유능감, 체력은 신체자신감에 유의한 양(+)²⁾의 영향이 있으며, 컨디션, 스포츠 유능감, 체력이 커지면 커질수록 신체자신감도 커지는 것을 알 수 있었다.

3) 신체적 자기지각이 신체매력에 미치는 영향관계를 살펴보면, 신체적 자기지각에서 스포츠 유능감, 컨디션은 신체매력에 유의한 양(+)³⁾의 영향이 있으며, 스포츠 유능감, 컨디션이 커지면 커질수록 신체매력도 커지는 것을 알 수 있다.

셋째, 신체적 자기지각과 무용몰입과의 관계를 알아보면 다음과 같다.

1. 신체적 자기지각이 행동몰입에 미치는 영향관계를 살펴보면, 신체적 자기지각에서 스포츠 유능감, 컨디션은 행동몰입에 유의한 양(+)⁴⁾의 영향이 있으며, 스포츠 유능감, 컨디션이 커지면 커질수록 행동몰입도 커지는 것을 알 수 있었다.

2. 신체적 자기지각이 인지몰입에 미치는 영향관계를 살펴보면, 신체적 자기지각에서 스포츠 유능감, 컨디션은 인지몰입에 유의한 양(+)⁵⁾의 영향이 있으며, 컨디션, 스포츠 유능감이 커지면 커질수록 인지몰입도 커지는 것을 알 수 있었다.

넷째. 신체적 자기지각이 무용수행만족에 미치는 영향 관계를 알아보면 다음과 같다.

1. 스포츠 유능감은 무용수행만족에 유의한 양(+)의 영향이 있으며, 스포츠 유능감이 커지면 커질수록 무용수행만족 또한 커지는 것을 알 수 있었다.

다섯째. 공연자신감 및 자기효능감이 무용몰입에 미치는 영향을 알아보면 다음과 같다.

1. 공연자신감 및 자기효능감이 행동몰입에 미치는 영향 관계를 살펴보면, 공연자신감과 신체유능감, 신체매력이 커지면 커질수록 행동몰입도 커지는 것을 알 수 있었다.

2. 공연자신감과 신체유능감은 인지몰입에 유의한 양(+)의 영향이 있으며, 공연자신감과 신체유능감, 신체자신감이 커지면 커질수록 행동몰입도 커지는 것을 알 수 있었다.

여섯째. 공연자신감 및 자기효능감과 무용수행만족과의 관계를 알아보면 다음과 같다.

1. 공연자신감 및 자기효능감이 무용수행만족에 미치는 영향관계를 살펴보면, 공연자신감과 신체매력, 신체유능감이 커지면 커질수록 무용수행만족도 역시 커지는 것을 알 수 있었다.

일곱째. 무용몰입이 무용수행만족에 미치는 영향관계를 살펴보면 다음과 같다.

1. 무용몰입이 무용수행만족에 미치는 영향관계를 살펴보면, 무용몰입에서

행동몰입은 무용수행만족에 유의한 양(+)의 영향이 있으며, 행동몰입이 커지면 커질수록 무용수행만족 또한 커지는 것을 알 수 있었다.

2. 제언

이 연구의 목적은 무용을 전공하는 전공자들의 신체적 자기지각과 공연 자신감 및 자기효능감, 무용몰입, 무용수행만족의 관계를 파악하는데 있었다. 이 연구를 수행함에 있어 나타난 문제점을 밝히고, 후속연구에서 수행되어야 할 연구과제에 대해 다음과 같이 제언하고자 한다.

첫째, 이 연구의 대상자는 무용을 전공하는 3년 이상 15년 미만의 대학들이기 때문에 무용을 전공한지 얼마 되지 않은 초보 무용수들에 대한 신체적 자기지각이나 공연자신감, 자기효능감을 함께 파악할 수 없는 한계가 있었다. 즉, 무용의 무용경력에서 초보무용경력자와 숙련자와의 차이를 통해 초보무용수와 숙련자와의 관계를 분석해 그 사이에서 발생하는 제 문제까지도 구명된다면, 유의미한 연구가 될 것으로 생각된다. 따라서 향후 연구에서는 중·고등학생의 무용전공자, 대학생 무용전공자 및 일반인 무용전공자(직업 무용수)들의 집단을 함께 조사하여 이들 간의 차이를 밝히는 것도 무용을 연구하는 사람들에게 많은 도움이 될 것으로 사료된다.

둘째, 이 연구에서 사용된 일부 측정도구 중 무용몰입은 다른 연구에서 이미 사용되었고, 또 그 타당성과 신뢰성이 입증된 것이다. 그러나 무용분야에서는 많은 연구가 이루어지지 않았다. 따라서 무용전공자들에게 맞는 무용몰입의 연구가 더욱 많이 이루어져야 하며, 자기효능감 또한 더욱 정

밀한 연구가 수행되어야 할 것으로 사료된다.



참고문헌

- 강승재(2008). 무용수의 특성에 따른 신체적 자기지각. 미간행 석사학위논문, 상명대학교 대학원.
- 고주혜, 김승재(2006). 무용전공 대학생들의 신체적 자기지각이 신체 및 자기존중감에 미치는 영향. 한국체육학회지, 45(5), 199-210.
- 구혜민(2008). 무용전공자의 무용몰입경험과 공연만족의 관계. 미간행 석사학위논문. 성균관대학교 교육대학원.
- 권기남, 송은주, 임수원(2003). 미적 표현운동 여자선수들의 바디이미지에 관한 질적 분석. 한국체육학회지, 42(6), 153-163.
- 권성호(2008). 운동몰입의 구성개념과 척도개발. 미간행 박사학위논문, 서울대학교 대학원.
- 권성호, 김방출(2007). 육상선수의 자기관리가 자신감에 미치는 영향. 한국스포츠심리학회지, 18(1), 1-14.
- 권영균(2010). 무용전공자의 자기관리와 신체적 자기지각 및 공연자신감구조모형 검증. 미간행 박사학위논문, 성균관대학교 대학원.
- 김경아(2001). 뮤지컬의 무용 기능에 관한 연구-웨스트사이드 스토리를 중심으로. 미간행 석사학위논문, 이화여자대학교 대학원.
- 김광자(2002). 대학무용수들의 개인 및 연습변인의 분석. 무용예술학연구. 10. 1-16.
- 김계숙(1998). 무용 공연 시 심리적 불안의 요인과 영향에 관한연구. 무용교육연구, 9(2), 205-220.
- 김계숙(2000). 전공무용이 신체적 자기효능감과 자아존중감에 미치는 영향. 대한무용학회, 28, 97-110.
- 김말복(1999). 춤에 나타난 동서양의 사고. 무용예술학연구. 6. 35-60.
- 김말복(2003). 무용예술의 이해. 이화여자대학교 출판부.
- 김매자(2000). 한국의 춤. 서울: 대원사.

- 김병준(2001). 신체적 자기개념의 논리, 측정, 활용. 한국스포츠심리학회 학술발표
록집.
- 김병준(2003). 심리훈련에 관한 운동선수의 인식과 지원방안. 한국스포츠심리학회
지, 18(1), 1-14.
- 김미숙(2001). 댄스스포츠를 통한 몰입의 경험. 한국체육철학회지, 9(1), 13-25.
- 김민지(2003). 내적동기증진 프로그램이 초등학생의 자신감과 학업성취에 미치
는 효과. 미간행 석사학위논문, 대구대학교 교육대학원.
- 김수겸(1998). 무용학과 전공 학생들의 성격특성 및 만족도에 관한 비교연구. 미
간행 석사학위논문, 한양대학교 대학원.
- 김아영(1998). 동기이론의 교육현장 적용연구와 과제(자기효능감 이론을 중심으로).
교육심리연구. 12(1), 105-111.
- 김양례(1993). 인지된 운동능력과 스포츠 참가의 관계. 미간행 석사학위논문, 이
화여자대학교 대학원.
- 김영미(1999). 무용사회화 요인이 무용수행의 자기효능감에 미치는 영향, 한국스포
츠사회학회지, 12, 127-140.
- 김영미(2001). 무용참가동기가 무용참가에 미치는 영향, 한국체육학회지, 40(4),
549-561.
- 김영미, 송인숙, 김영옥(2003). 무용수의 공연자신감 형성 요인에 대한 분석. 한국
체육학회, 42(6), 633-641.
- 김정수(2000). 직업 발레 무용수들의 심리적 방해요인에 따른 공연수행 대처방
안에 관한 연구. 미간행 박사학위논문, 건국대학교 대학원.
- 김정숙(2007). 무용수의 신체적 자기지각과 자기효능감 분석. 무용예술학연구. 21,
19-33.
- 김정숙, 박재국(2007). 신체적 자기지각이 무용수행의 자신감에 미치는 영향. 무용
예술학연구, 22, 23-38.
- 김정자(1992). 무용개론. 서울: 형설 출판사.
- 김진완(2005). 무용전공학생들의 무용자신감 차이분석. 미간행 석사학위논문, 세
종대학교 대학원.

- 김혜정(2003). 무용전공여대생의 무용몰입경험과 무용참여만족의 관계. 미간행 석사학위논문, 단국대학교 대학원.
- 나상영(1985). 학업성적의 기대형성과 만족도에 관한 연구. 미간행 석사학위논문, 한양대학교 대학원.
- 남인수, 임승현, 이기백, 김성곤, 김기한(2009). 테니스 동호인의 성취목표성향이 자기효능감, 운동몰입에 미치는 영향. **한국사회체육학회지**, 37(2), 1585-1595.
- 노정식(2010). 무용수의 완벽주의 성향과 자기관리, 공연불안 및 공연몰입의 관계. 미간행 박사학위논문, 세종대학교 일반대학원.
- 문영(1995). 무용수의 기술 수준별 심리적 및 신체적 연습효과. **대한무용학회지**, 18. 67-77.
- 문영(1998). 공연 조건 유사도에 따른 무용수의 기술 수준별 공연 상태 불안 변화. **한국무용교육학회지**, 9. 173-185.
- 문한식, 박진성(2008). 교양스키에 참여한 대학생의 참여동기가 몰입에 미치는 영향. **한국사회체육학회지**, 32(1), 35-46.
- 박미진(1999). 고등학생의 자기효능감과 내외통제성 및 진로결정수준과의 관계. 미간행 석사학위논문, 홍익대학교 대학원.
- 박소윤(2008). 무용 활동의 몰입경험과 자아실현의 관계. 미간행 석사학위논문, 숙명여자대학교 교육대학원.
- 박아정(1999). **교육심리학의 이해**. 서울: 교육과학사.
- 박은아(2003). 신체 존중감이 주관적 안녕감에 미치는 영향에 관한 비교연구. **한국심리학회지**, 22(2), 35-56.
- 박정희(1997). 체육수업인지와 수업 만족도의 관계. 미간행 석사학위논문, 단국대학교 대학원.
- 박진하(2005). 수영참가자의 자기효능감이 수영몰입에 미치는 영향. 미간행 석사학위논문, 부산외국어대학교 교육대학원.
- 박현경(2002). 무용전공 여대생의 무용 활동에 따른 몰입경험과 자기실현의 관계. 미간행 석사학위논문, 한국체육대학교 대학원.

- 박현숙(2006). 무용과 댄스스포츠 전공자의 신체적 자기지각과 자기관리가 정서에 미치는 영향. 미간행박사학위논문, 경성대학교 대학원.
- 배귀영(2001). 무용유형과 대상별 무용수의 공연 전 심리적 불안, 한국체육철학회지, 9(2), 57-74.
- 백선희(1999). 뮤지컬 속에 나타난 무용의 기능-웨스트사이드 스토리와 명성황후를 중심으로. 미간행 석사학위논문, 명지대학교 사회교육대학원.
- 백순기(2004). 현대무용참가와 자기능력지각 무용몰입경험 및 무용수행만족도의 관계. 미간행 박사학위논문, 동덕여자대학교 대학원.
- 백정희(2007). 대학무용전공자의 신체자신감과 학습태도 및 무용수행만족도의 관계. 미간행 박사학위논문, 한국체육대학교 대학원.
- 서경희(1985). 무용전공남학생과 일반학생의 자기개념 연구. 미간행 석사학위논문, 경희대학교 대학원.
- 서상희(2004). 재즈댄스 참여자들의 몰입경험이 여가만족도에 미치는 영향. 미간행 석사학위논문, 동아대학교 대학원 석사학위논문.
- 성창훈, 유현경(2004). 청소년 무용 전공생의 신체적 자기지각 구성요인, 한국체육학회지, 43(6), 909-917.
- 송명규(2003). 테니스 선수의 경쟁불안이 자신감에 미치는 영향. 미간행 석사학위논문, 건국대학교 교육대학원.
- 송미혜(1998). 직업무용수의 공연 시 몰입경험 정도. 미간행 석사학위논문, 숙명여자대학교 교육대학원.
- 송민경(1992). 아동의 무용학습과 자아개념 형성과의 관계. 미간행 석사학위논문, 이화여자대학교 교육대학원.
- 송병국(1987). 농촌성인의 생활만족도와 그 관련변인. 미간행 석사학위논문, 서울대학교 대학원.
- 송수남(1982). 무용교육의 이론과 실제: 학교무용. 동아학연수.
- 송인섭(1998). 인간심리와 자아개념. 서울: 양서원.
- 신숙경(2008). 무용전공자의 몰입경험이 공연만족도에 미치는 영향에 관한 조사 연구. 미간행 석사학위논문, 이화여자대학교 대학원.

- 심우엽(2001). **교육심리학**. 서울: 교육과학사.
- 안명식, 육동원, 신정택(1999). **댄스스포츠 참여자의 자기효능감 차이에 관한연구**. 연세대학교 체육연구소논문집. 9(1), 75-90.
- 이상현(2004). **운동선수들의 경쟁불안과 자신감이 경기수행에 미치는 영향**. 미간행 석사학위논문, 경희대학교 교육대학원.
- 이성화(2002). **한국전통무용 참가경험이 한국창작무용 수행에 미치는 영향**. 미간행 석사학위논문, 단국대학교 대학원.
- 양선미(2007). **무용수업 재미와 수업만족 및 무용지속사의 관계**. 미간행 석사학위논문, 성균관대학교 대학원.
- 오문자(2000). **목표설정훈련에 따른 신체적 자기효능감 및 무대불안과 공연성취도의 관계**. 대한무용학회, 27. 227-253.
- 오선옥(2001). **초등학생의 성격유형에 따른 사회적지원과 자기효능감과의 관계**. 미간행 석사학위논문, 건국대학교 교육대학원.
- 오을자(1994). **춤에서의 신명체험에 관한 연구**. 미간행 박사학위논문, 단국대학교 대학원.
- 오혜림(2010). **무용전공 대학생의 신체적 자기지각과 자기효능감이 수업만족도에 미치는 영향**. 미간행 석사학위논문, 단국대학교 대학원.
- 우정숙(1993). **아동의 신체상의 섭식행동 및 자아존중감의 관계연구**. 미간행 박사학위논문, 서울여자대학교 대학원.
- 유진, 장귀옥(2002). **발레리나들의 신체적 자기-지각 프로파일: 신체적 자기가치와 사회적 신체불안의 중재 효과검증**, 한국체육학회지, 41(1), 57-70.
- 유영주(2002). **무용전공대학생의 무용중도탈락 요인분석**. 미간행 박사학위논문, 단국대학교 대학원.
- 유정준(1999). **체육학습환경과 수업인지와의 관계**. 미간행 석사학위논문, 국민대학교 대학원.
- 유지현(2001). **무용수의 신체상과 무대자신감의 관계**. 미간행 석사학위논문, 단국대학교 대학원.
- 유진, 소호성(1998). **신체적 자기지각 프로파일의 타당화 검증**. 한국스포츠심리학

회지. 9(2).

- 유진, 장귀옥(2002). 발레리나들의 신체적 자기지각 프로파일: 신체적 자기-가치와 사회적 신체불안의 중재효과 검증. 한국체육학회지. 제41권, 제1호, 57-70.
- 육완순(1979). 현대무용. 서울: 이우인쇄사.
- 육완순(1988). 춤의 사회화와 사회통합기능으로서의 춤을 위하여. 서울: 한국문화예술진흥원문화 예술14권 6호, 35
- 윤혜선, 김병준, 김량, 문용관(2006). 운동선수 자기관리 중재 프로그램 적용의 효과. 한국스포츠심리학회지, 17(2), 53-70.
- 이경희(1992). 미용성형 수술을 원하는 여성의 신체상과 자아존중감에 관한 연구. 미간행 석사학위논문, 이화여자대학교 대학원.
- 이경희(2006). 무용전공자의 무용활동과 몰입경험, 자아개념 및 자아실현의 관계. 미간행 박사학위논문, 단국대학교 대학원.
- 이금주(2005). 경마선수들의 자기관리가 운동몰입 및 선수만족에 미치는 영향. 미간행 석사학위논문, 한국체육대학교 사회체육대학원.
- 이병걸(1993). 남녀공학 중학생의 혼성학급과 비혼성 학급의 자아개념 비교연구. 울산대학교 대학원.
- 이시은(1993). 초등학교 6학년 아동의 운동기능 성취도 및 체육수업 만족도에 관한 조사연구. 미간행 석사학위논문, 이화여자대학교 교육대학원.
- 이수현(2005). 자기 복잡성과 자기 개념 명료성이 심리적 적응에 미치는 영향. 미간행 석사학위 논문, 서울대학교 대학원.
- 이숙재(2010). 춤세계와 작가론. 밀물무용예술원 편찬위원회
- 이옥은(2001). 대학생의 무용역학 학습이 성역할 정체감과 사회적응 및 일탈행동에 미치는 영향. 미간행 박사학위논문, 단국대학교 대학원.
- 이은경(2002). 무용전공 학생들의 학습참여도가 학과적응에 미치는 영향. 미간행 박사학위논문, 단국대학교 대학원.
- 이예순, 김종진(2001). 무용전공별 성역할 정체감과 신체상의 비교. 한국여성체육학회지, 15(1), 155-172.

- 이정금(2009). 무용몰입 경험에 관한 척도의 타당화 연구. 미간행 박사학위논문, 단국대학교 대학원.
- 이철진(1999). 한국 전통춤의 질적 경험에 관한 연구. 미간행 석사학위논문, 명지대학교 대학원.
- 이흥이(1989). 무용전공 여고생과 일반학생의 신체지각에 대한 비교 연구. **한국여성체육학회지**, 3, 113-121.
- 이효민(2009). 무용전공대학생의 전문화수준이 무용자신감과 흥미도에 미치는 영향. 미간행 석사학위논문, 단국대학교 대학원.
- 임용수(1993). 무용수행만족도를 중심으로 본 대학생들의 진로사회화 과정에 관한 조사연구. **경희대학교 교육문제연구소 논문집**. 8, 107-128.
- 임인선(1987). 무용요법에 있어서 정신분열증 환자의 신체상에 관한 이론적 고찰. 미간행 석사학위논문, 이화여자대학교 대학원.
- 장귀옥(2002). 무용수들의 신체적 자기지각과 정신건강 프로파일. 미간행 박사학위논문, 중앙대학교 대학원.
- 정성우, 표내숙(2009). 체조선수의 자기관리가 자신감에 미치는 영향. **한국심리학회지**, 20(4), 229-242.
- 장영문(2004). 중학생의 체육수업 학습유형에 따른 수업태도와 만족도에 관한 연구. 미간행 석사학위논문, 한국교원대학교 교육대학원.
- 장효진(2010). 무용전공자들의 개인적 흥미와 상황적 흥미가 무용몰입에 미치는 영향. 미간행 석사학위논문, 서경대학교 대학원.
- 정성진(2005). 무용전공 학생들의 신체만족도와 공연자신감의 관계. 미간행 석사학위논문, 숙명여자대학교 대학원.
- 조아미(2000). 사회교육 담당자의 자기효능감과 지각된 조직 특성의 차이. 미간행 석사논문, 명지대학교 대학원.
- 조영주(2005). 무용수행의 심리적 요인구조 분석. 미간행 석사학위논문, 창원대학교 대학원.
- 조영주, 정유영, 이강현(2007). 무용수행의 심리적 요인 탐색. **무용예술학연구**, 21, 151-174.

- 조윤라(1995). 무용수의 무대불안과 점진이완훈련의 효과에 관한 연구. 미간행 박사학위논문, 명지대학교 대학원.
- 차정은(1996). 일반적 자기효능감 척도 개발을 위한 일 연구. 미간행 석사학위논문, 연세대학교 교육대학원.
- 최영옥(1988). 대학생의 신체적 여가활동참여와 사회 심리적 건강과의 관계. 미간행 박사학위논문, 서울대학교 대학원
- 최자경(2002). 대학생의 교양체육에 대한 인식과 수업만족도에 관한 연구. 미간행 석사학위논문, 연세대학교 교육대학원.
- 한미영(2003). 현상학적 접근을 통한 현대무용에서의 몰입경험. 미간행 석사학위논문, 숙명여자대학교 대학원.
- 한지영(2005). 성인남녀의 규칙적인 운동참여와 신체적 자기지각의 관계, **발육발달학회**, 13(3), 113-127.
- 홍선미(1992). **Platon의 교육사상에 나타난 무용교육에 관한 연구**. 미간행 석사학위논문, 이화여자대학교 대학원.
- 홍선옥(1996). 운동참여가 자기효능감과 성역할 유형 변화에 미치는 영향. 미간행 박사학위논문, 부산대학교 대학원.
- 황규자, 배진경(2005). 무용전공여대생의 신체상이 자기효능감에 미치는 영향. **한국스포츠심리학회지**, 16(2). 245-256.
- Albinson, J. G. & Moore, J. R.(1984). *Self-efficacy and participation in fitness activities*, paper presented at the Olympic scientific Congress, Eugene, Or.
- Aldeman, R. G.(1974). *Psychological behavior in sport*. philadelphia: Saunders.
- Altrocchi, J., Parsons, O. A., & Dickoff, H.(1960). Changes in self-ideal discrepancy in repressors and sensitizers. *Journal of Abnormal and Social Psychology*, 61, 67-72.
- Bakker, A. B. (2005). Flow among music teachers and their students: The crossover of peak experiences. *Journal of Vocational Behavior*. 66,

26-44.

- Bandura, A.(1986). *Social foundations of thought and action : A social cognitive theory*, Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Bandura, A. (1990). Perceived Self-efficacy in the exercise of personal agency. *Journal of Allied sport Psychology*. 2. 128-163.
- Bandura, A.(1994). *The six pillars of self-esteem*. Mew York: Banton Book.
- Bandura, A., Reese, L., & Adams, N. E.(1982). Microanalysis of action and fear arousal as a function of differential levels of perceived self-efficacy *Journal of personality and Social Psychology*, 43(1), 5-21.
- Brown, E. Morrow. J. & Livingston, S.(1982). Self-concept change in women as a result of training. *Journal of Sport Psychology*, 4, 354-363.
- Bruner,S.(1982). *There production of mothering:Psychology analysis and the sociology of gender*. Berkly:University of Califirnia Press, CA.
- Burtler, J. M., & Haigh, G. V.(1954). *Changes in the relation between self-concepts and ideal self-concepts consequent upon client-centered counseling*. In C. R. Rogers & R. F. Dymond(Eds.), *Psychotherapy and personality change*. Chicago: University of Chicago Press.
- Campbell, I. F. & Will, J. D.(1995). *Exercise Psychology*, Champaign, IL; Human Kinetics.
- Cash, T. F.(1990). *The psychology of physical aearance:Aesthetice, attributes and image*. In T. Cash & T.Pruzinsky.(Eds). *Body Images: development, deviance and chance*. New York: The Guilford Press.
- Cash. T. F. & Hicks. K. I.(1990). Being fat versus thinking fat : Relationships wih body image, eating behaviors, and wellbeing. *Cognitive Therapy and Research*, 14. 327-341.
- Csikszentmihaly, M.(1975). *Beyond boredom and anxiety: The experience of play in work and games*. San Francisco: Jossey-Bass.
- Csikszentmihalyi, M.(1977). *Beyond boredom and anxiety, second printing*.

San Francisco: Jossey-Bass.

Csikszentmihalyi, M.(1990). *Flow: The psychology of optimal experience*. New York: Harper & Row.

Csikszentmihalyi, M., & Csikszentmihalyi, I. S.(1988). *Optimal experience: Studies of flow in consciousness*. New York: Cambridge University Press.

Csikszentmihalyi, M., & LeFevre, J.(1989). Optimal experience in work and leisure. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56(5), 815-822.

Csikszentmihalyi, M., & Rathunde, K.(1993). *The measurement of flow in everyday: Toward a theory of emergent motivation*. Volume 40 OF The Nebraska Symposium of Motivation. University of Nebraska Press Lincoln and London.

Ellis, G. D., Voelkl, J . E., & Morris, C.(1994). Measurement and analyses issues with explanation of variance in daily experience using the flow model. *Journal of Leisure Research*, 26, 256-337.

Epstein, S.(1973). The self-concept revisited or a theory of a theory. *American Psychologist*, 28. 405-416.

Fitts, W. H.(1964). *Manual: Tennessee Self-Concept Scale*. Nashville: Counselor Recording and Tests.

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

Gergen, K. (1971). *The concept of self*. New York: Holt, Rinehart, & Winston.

Ghani, J. A., & Deshpande, S. (1994). Task characteristics and the experience of optimal flow in human-computer interaction. *The Journal of Psychology*, 128(4), 381-391.

Ghani, J. A., Supnick, R., & Rooney, (1991). *The Experience of flow in computer-mediated and in face-to-face groups*. Proceedings of the

Twelfth

- Gould, D. (1982). *Rosterng psychological development in young athletes : Areaction*. In T. Orlick, J. T. Partington, & J. H. Salmela(Eds.). *Mental Trainging for Coaches & Athletes*. Ottawa, Ontario: Sport in Perspective.
- Guerny, B., Jr., & Burton, J. L .(1967). Comparison of typical peer, self, and ideal percepts related to college achievement. *Journal of Social Psychology, 73*. 253-259.
- Harter, S. (1983). *Development perspectives on the self-system*. In E. M. Hetherington(Ed.), *Handbook of child psychology: Social and personality development*. New York: Wiley.
- Harter, S.(1985). *Manual for the self-perception Profile for Children*. Denver: University of Denver.
- Hoffman, D. L., & Novak, T. (1997). *Measuring the flow experience among web users working paper*. Vandervilt University.
- Hoge, D. R., & McCarthy, J. D. (1984). Influence of individual and group identity salience in the global self-esteem of youth. *Journal of Personality and Social Psychology, 47*, 403-414.
- Jackson, S. (1992). athletes in flow: a Qualitative investigation of flow states in elite figure skaters. *Journal of alied sport psychology, 4*, 161-180.
- Krupitschka, M.(1983).*Das Selbstkonzept des Schulers*. Inaugural-Dissertationzur Erlangungdes Doktorrades(Dr.phil.)der Universitat Rpsensberg.
- Kubiniac, C. M. (1970). The relative efficacy of various dimensions of the self-concept in predicting academic achievement. *American Educational Reseach Journal, 7*, 321-336.
- LeFevre, J.(1988). *Flow and the quality of experience during work and leisure*. In M. Csikszentmihalyi & I. S. Csikszentmihalyi (Eds.), *Optimal experience: Psychological studies of flow in consciousness*. Cambridge

university Press.

- Lutz, Richard J., & Michael Guiry (1994). *Intense consumption experiences: Peaks, performances, and flows*, presented at the Winter Marketing Educators' Conference. St, Petersburg, FL, February.
- Mannell, R. C., Zuzanek, J. & Larson, R. W. (1988). Leisure states and flow experiences: Testing perceived freedom and intrinsic motivation hypotheses. *Journal of Leisure*, 20(4), 289-304.
- March, H. W., Richards, G., Johnson, S., Roche, L., & Tremayne, (1994). Physical Self-Description Questionnaire: Psychometric properties and a multitrait-multimethod analysis of relations to existing instruments. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 16, . 270-305.
- Marsh, H. W. (1987). The hierarchical structure of self-concept and the alication of confirmatory hierarchical factor analysis. *Journal of Educational Measurement*, 24. 17-39.
- Marsh, H. W.(1994). A multidimensional, hierarchical self-concept: Theoretical and empirical justification. *Educational Psychology Review*, 2. 77-171.
- Marsh, H. W., & Redmayne, R. S. (1994). A Multidimensional Physical Self-Concept and Its Relations to Multiple Components of Physical Fitness. *Journal of Sport & Exercise Psychology*. 16. 43-55.
- Marsh, H. W., Vyrne, V. M., & Shavelson, R. (1985). A multifaceted academic self-concept: Its hierarchical structure and its relation to academic achievement. *Journal of Educational Psychology*, 80, 366-380.
- McClosky, J. C. (1976). How to make the most of body image theory. *Nursing*, 76(6) 67-70.
- Mettler, B. (1979). *The Nature of Dance as a Creative art Activity*.
- Murphy, J. F. (1987). *Concepts of leisure*. Englwood Cliffs: NJ: Prentice Hall.
- Norris, C. M. (1978). *The professional nurse and body image*. Behavioral concept and nursing intervention, JB:Liincott.

- Pelham, B. W., & Swann, W. B. (1989). From self-conceptions to self-worth: On the sources and structure of global self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 672-680.
- Price, B.(1986). Keeping up appearance. *Nursing Times*.
- Price. J. H., Galli, N., & Slenker, S. (1985), *Can I improve my health Can I improve my issues and choices*. Dubuque, IA, Brown.
- Privette, G. & Bundrick, C. (1991). Peak experience, Peak performance, and flow: Correspondence of personal descriptions and theoretical constructs. *Journal of Social Behavior and personality, Psychology*, 6(5), 169-188.
- Ryckman, R. M., Rovvins M. A., Thornton B., & Cantrell (1982). Development and validation of a physical self-efficacy scale. *Journal of Personality and Social Psychology*. 42(5). 891-900.
- Rogers, C. (1950). *The significance of the self-regarding attitudes and perceptions*. In M.L. Reymert(ed.), *Feeling and emotion*. The Moseher Symposium. New York : McGraw-Hill.
- Rogers, C. (1951). *Client-Centered Therapy*. Boston: Houghton Mifflin.
- Rogers, C. (1959). *A theory of therapy, personality, and interpersonal relationships, as developed in the client-centered framework*. *Psychology: A study of a Science*, Volume 3. New York: McGraw-Hill.
- Rogers, C., Dymond, R. F. (1954). *Psychology and Personality Change*. Chicago: University Press.
- Rosenberg, M. (1979). *Conceiving the self*. New York:Basic Books.
- Sage, G. H. (1984). *Motor learning and control : A Neuropsychological Approach*. Dubuque, IA: Wm. C. Brown.
- Scanlan. T. K., & Simons. J. (1993). The construct of sport enjoyment. In. G. C. Roberts (Ed), *Motivation in sport and exercise* . 199-215 Champion,

IL: Human Kinetics.

- Scanlan. T. K., Carpenters. J., Schmit. G.W., & Simons. J. (1993). The sport commitment model: Measurement development for the youth sport domain. *Journal of sport & Exercise Psychology*, 15, 16-38.
- Shavelson, R., Hunbner, G., & Stanton, E. (1976). The perceived competence Scale for children, *Child Development*, 53, 87-97.
- Sonstroem, R. J. (1978). Physical Estimation and Attraction Scales: Rationale and research. *Medicine and science in Sports*, 10, .97-102.
- Sonstroem, R. J. Speliotis, E. D., & Fava, J. L. (1992). Perceived physical competence in adults: An examination of the physical self-perception profile. *Journal of Sport and Exercise psychology*, 14, 207-221.
- Sonstroem, R. J. (1984). Exercise and self-esteem. *Exercise and Sport Science Reviews*, 12, 123-155.
- Stebbins, R. A. (1992). *Amateurs, Professionals, and serious leisure*, Montreal, PQ; McGill-Queen's University Press.
- Suls, J., & Mullen, B. (1982). *From the candle to the grave: Comparison and self-evaluation across the life-span*. In J. Suls (Ed). *Psychological Perspectives on the self*. Hillsdale, N.J.: Erlbaum. 97-115.
- Tesser, A., & Campbell, J. (1980). Self-definition The impact of the relative performance and similarity of others. *Social Psychology Quarterly*, 43, 341-347.
- Tesser, A., & Paulhus, D. (1983). The definition of self: Private and public self-evaluation management strategies. *Journal of Personality and Social Psychology*, 44, 672-682.
- Trevino, L. K., & Webster, J. (1992). Flow in computer-mediated communication. *Communication Research*, 19(5), 539-573.

- Vealey, R. S.(1986). Conceptualization of sport-confidence and competitive orientation: Preliminary investigation and instrument development. *Journal of Sport Psychology*, 8, 221-246.
- Wassner, A.(1982). The Impact of Mutilating Surgery or Traum on Body Image, *International Nursing Review*. 29(3), 86-90.



부 록 1: 설 문 지

안녕하십니까?

시간을 할애해 주셔서 진심으로 감사드립니다.

이 설문지는 “무용전공대학생들의 신체적 자가지각을 통한 공연자신감 및 자기효능감이 무용몰입과 무용수행만족에 미치는 영향”을

분석하기 위하여 협조를 부탁드립니다.

아래 설문 문항은 정답이 없으며 평소 생각대로 응답하여 주시면 연구에 많은 도움이 될 것입니다.

귀하께서 응답하신 내용은「통계법 제 13조에 의거」하여 학문적인 목적 이외에는 절대 사용을 하지 않을 것입니다.

질문의 응답에는 맞고 틀리는 것이 없습니다. 따라서 평소 귀하가 무용 활동을 하면서 느꼈던 개인적인 생각을 해당 문항에 그대로 밝혀주시면 됩니다.

귀한시간 내어 주셔서 감사합니다.

부경대학교 대학원박사과정

김 남 영

※다음은 일반적인 사항에 관한 질문입니다. 해당되는 번호에 체크(✓)해 주시기 바랍니다.

1. 귀하의 성별은? ① 남자 ② 여자

2. 귀하의 연령은? _____ 세

3. 귀하의 학년은? _____ 학년

4. 귀하의 월 용돈은?

- ① 30만원 이하 ② 40만원 이하 ③ 50만원 이하
④ 60만원 이하 ⑤ 70만원이하 ⑥ 71만원 이상

5. 무용 무용경력은 얼마나 되십니까? _____ 년

6. 1일 무용 활동 시간은?(연습시간 포함)

- ① 1시간 미만 ② 1시간~2시간 미만 ③ 2시간~3시간 미만
④ 3시간~4시간미만 ⑤ 4시간 이상

7. 무용 공연 횟수는 얼마나 되십니까? _____ 회

I. 다음은 신체적 자기지각과 관련된 문항입니다. 질문지를 읽고 자신의 생각과 일치되는 번호에 체크(✓)를 하여주십시오.

질 문 내 용		전혀 아니다	보통 이다	매우 그렇다				
1	나는 무용 활동 참여에 높은 자신감을 지니고 있다	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
2	나는 내가 높은 무용 능력을 지니고 있다고 생각한다	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
3	나는 무용을 잘못한다고 생각한다	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
4	나는 나에게 무용공연 참여의 기회가 주어지면 망설이지 않는다	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
5	나는 내가 최고라고 생각한다	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
6	나는 무용 연습을 할 때 편안한 마음으로 연습을 할 수 있다	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
7	나는 항상 좋은 신체적 컨디션을 유지할 수 있다고 생각한다	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
8	신체적 컨디션을 유지하는데 높은 자신감이 있다	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
9	좋은 신체적 컨디션을 유지하기 위해 규칙적으로 연습을 한다	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
10	나는 신체적 컨디션과 건강에 자신감이 있다	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
11	나는 나의 몸매에 대해서 매우 높은 자신감을 지니고 있다	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
12	나는 멋진 몸매를 지니고 있다고 생각한다	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
13	나는 짧은 옷을 입을 때 몸매 때문에 당황하지 않는다	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
14	나는 나의 신체적 모습을 타인이 부러워 한다고 생각한다	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
15	나는 나의 몸매가 보기 좋은 모습이라고 생각한다	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
16	나는 나의 체력에 매우 높은 자신감을 지니고 있다	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
17	나는 체력이 요구되는 상황에서 타인보다 낫다고 생각한다	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
18	나는 나의 근력(힘)이 강하다고 생각한다	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
19	나는 신체적으로 강하다고 생각한다	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
20	나는 힘(근력)을 요구하는 상황에서 남보다 앞장선다	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦

I. 다음은 공연자신감과 관련된 문항입니다. 질문지를 읽고 자신의 생각과 일치되는 번호에 체크(✓)를 하여주십시오.

질 문 내 용		전혀 아니다	보통 이다	매우 그렇다
1	공연을 잘하는데 필요한 테크닉에 대해 자신 있습니까?	①	② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦	
2	중요한 결정을 할 때 당신의 자신감은 어느 정도입니까?	①	② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦	
3	부담을 갖는 공연이나 무용대회를 할 때 자신 있습니까?	①	② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦	
4	공연을 성공적으로 수행할 자신 있습니까?	①	② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦	
5	공연을 성공적으로 할 수 있는 집중력에는 자신 있습니까?	①	② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦	
6	매 공연마다 잘 적응하여 잘 할수 있는 자신감이 있습니까?	①	② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦	
7	이 공연에 대해 당신의 무용능력에 대한 자신 있습니까?	①	② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦	
8	공연을 성공적으로 수행할 수 있는 능력에 대해 자신 있습니까?	①	② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦	
9	공연을 일관성 있게 잘 해낼 수 있는 능력에 대해 자신 있습니까?	①	② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦	
10	공연 중 생각과 행동을 훌륭하게 할 수 있는 자신감이 있습니까?	①	② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦	
11	무용대회에 대처할 능력에 대해 자신 있습니까?	①	② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦	
12	상황이 불리함에도 불구하고 공연이나 무용대회를 잘 해낼 수 있는 자신감이 있습니까?	①	② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦	
13	공연 중 위기를 극복해 낼 수 있는 자신이 있습니까?	①	② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦	

Ⅲ. 다음은 자기효능감과 관련된 문항입니다. 질문지를 읽고 자신의 생각과 일치되는 번호에 체크(✓)를 하여주십시오.

질 문 내 용		전혀 아니다	보통 이다	매우 그렇다
1	나는 무슨 일이든 정확하게 처리한다	①	② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦	
2	어떤 일이 처음에 잘 안되더라도 나는 될 때까지 해본다	①	② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦	
3	나는 계획을 잘 짤 수 있다	①	② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦	
4	나는 일이 잘못되고 있다고 생각되면 빨리 바로 잡는다	①	② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦	
5	나는 어떤 일의 원인과 결과를 잘 분석해 낼 수 있다	①	② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦	
6	나는 어려움이 있을 때도 지속적으로 노력한다	①	② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦	
7	나는 위험한 상황에서 잘 대체할 수 없을 것 같아서 불안하다	①	② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦	
8	어렵거나 도전적인 일에 매달리는 것은 재미있는 일이다	①	② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦	
9	나는 일을 조직적으로 처리하는 편이다	①	② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦	
10	아주 쉬운 일보다 차라리 어려운 일을 좋아한다	①	② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦	
11	나는 어려운 일이 생기면 당황스러워서 어찌할 바를 모른다	①	② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦	
12	만일 일을 선택할 수 있다면 나는 어려운 것보다는 쉬운 일을 선택할 것이다	①	② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦	
13	어떤 일을 시작할 때 성공할 것 같은 느낌이 들곤 한다	①	② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦	
14	나는 주어진 일을 하기위해 정보를 충분히 활용할 수 있다	①	② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦	
15	나는 어려운 상황을 극복할 수 있는 능력이 있다	①	② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦	

IV. 다음은 무용몰입과 관련된 문항입니다. 질문지를 읽고 자신의 생각과 일치되는 번호에 체크(✓)를 하여주십시오.

질 문 내 용		전혀 아니다	보통 이다	매우 그렇다
1	나는 내가하는 무용이 자랑스럽다.	①	② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦	
2	나는 무용을 앞으로도 계속할 생각이다.	①	② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦	
3	나는 무용시간이 항상 기다려진다.	①	② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦	
4	무용은 나의 삶에 매우 소중한 부분이다.	①	② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦	
5	나는 무용 활동을 생각하면 즐거워진다.	①	② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦	
6	나는 무용을 해서 매우 행복하다.	①	② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦	
7	나는 시간만 있다면 무용을 더 많이 하고 싶다.	①	② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦	
8	무용은 여가에 내가 가장 하고 싶어하는 신체활동이다.	①	② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦	
9	나는 무용에 관한 정보나 자료를 얻으려고 노력하는 편이다.	①	② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦	
10	나는 무용에 관한 신문이나 잡지에 난 기사 또는 TV 중계가 있으면 우선적으로 보는 편이다.	①	② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦	
11	나는 무용을 멋지게 하는 상상을 종종 해 본다.	①	② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦	
12	나는 무용에 미쳐(몰입) 있는 것 같다.	①	② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦	

V. 다음은 무용수행만족과 관련된 문항입니다. 질문지를 읽고 자신의 생각과 일치되는 번호에 체크(✓)를 하여주십시오.

질 문 내 용		전혀 아니다	보통 이다	매우 만족한다
1	무용활동시 사용하는 무용시설 및 세트등, 소품에 만족하십니까?	①	② ③ ④ ⑤	⑥ ⑦
2	무용 교육과정에 대해 어느 정도 만족하십니까?	①	② ③ ④ ⑤	⑥ ⑦
3	무용지도자에 대해 어느 정도 만족하십니까?	①	② ③ ④ ⑤	⑥ ⑦

