



24주간의 라인댄스 참여가 조현병환자의 우울증 및 대인관계변화에 미치는 영향*

이선영 · 이지향 · 장채옥** (성균관대학교)

국문초록

본 연구는 24주간의 라인댄스활동 및 무대경험이 조현병환자 상태에 호전적인 효과가 나타나는지 살펴보기 위해 실시되었다. 실험은 두 집단(실험집단 n=15, 통제집단 n=12)으로 구분된 연구 참여자를 대상으로 처치 프로그램 적용 후, 조현병환자의 상태가 호전되었는지 확인하기 위하여 우울증 및 대인관계변화 검사지를 이용하여 사전, 12주, 24주에 걸쳐 3회 반복 측정하였다. 수집된 자료는 (2×3) RC*RM ANOVA를 적용하였으며, 그 결과는 다음과 같다. 첫째, 우울증 검사결과, 집단*반복의 상호작용효과는 통계적으로 유의미한 차이가 나타나지 않았으며($p = .681$), 주효과 검증의 경우 반복요인만이 유의미한 차이를 나타내었다($p = .001$). 둘째, 대인관계변화 검사결과, 집단*반복의 상호작용효과는 유의미한 차이가 나타났으며($p = .001$), 또한 주효과 검증결과에서도 집단($p = .017$)과 반복($p = .001$)요인 모두 통계적으로 유의하게 나타났다. 따라서 조현병환자를 대상으로 실시된 라인댄스 및 무대경험의 처치프로그램은 조현증 호전을 위한 치료 목적으로 활용될 수 있다는 가능성 보여주었다.

주요어 : 라인댄스, 조현병, 무용치료, 동작치료, 우울증, 대인관계변화

I. 서 론

1. 연구의 필요성

현대 사회에 이르러 춤의 활용은 특수한 기능에서 보편적인 기능까지 폭넓게 확장되고 있는 추세이다. 이러한 추세 중 눈에 띄게 발전을 하고 있는 활용은 조현병과 같은 정신질환자들의 증상을 치료하기 위한 목적으로 실시하는 무용/동작치료(Dance/Movement therapy)임상이다. 이 같은 실험연구들에 대한 임상효과를 검증하기 위해 곽현주, 김영희(2013)는 조현병환자를 대상으로 한 예술분야(미술·음악·무용·통합예술)의 10년간 치료연구를 메타분석을 통해 정리, 그 효과를 입증한 바 있다.

이러한 예술치료 중 무용 및 동작을 조현병환자들에게 적용하는 것은 건강한 정신과 신체로 호전시켜 일반인들과 함께 살아가기에 있어 반드시 필요한 사회성과 적응력을 길러주는데 궁극적인 목적(정선아, 2003)을 가지고 진행된다. 흔히 어릴 때의 상처를 극복하지 못하고 성인기에 들어서 인지적 퇴행현상을 보이는 조현병은 신체활동을 통해 건강을 회복하는 과정에서 유년기의 상처가 신체를 통하여 외부로 표출됨으로써 순화될 수 있다고 본다. 무용이나 춤은 체육과 마찬가지로 신체를 매개로 하고, 스스로 움직여 자신이 원하는 표현을 구체적으로 나타내는 활동으로, 정신적·정서적·신체적·심리적 등 다각적인 효과로 긍정적인 인간관계 및 건강한 삶을 영위할 수 있게 도움을 준다(김경희, 1996; 박은규, 2006). 특히 김미선(2002)은 조현병 환자들의 사회성과 인간관계를 개선시키는데 무용치료가 효과적이라 하였으며, Paivi(2003)은 움직임 안의 치료적 작용은 구성원들과의 유대감을 형성, 단절된 관계가 통합되어지는 과정을 경험하게 한다고 제시한 바 있어 대인관계변화 검사지를 통한 치료효과의 검증은 반드시 필요하다고 사료된다.

또한 조현병(정신분열증)과 같은 정신적 질환은 인간의 일상적인 삶에 많은 부정적인 결과를 초래하는데, 보편적으로 대인관계기피 및 우울증 증상을 보이기 때문에(김혜선, 2010) 본 연구에서는 우울증 증상이 변화되는지도 살펴보았다. 정상적인 사고가 불가능한 이들은 시간이 흐를수록 사람과의 관계에서 어려움을 느끼게 되고 급기야 홀로 고립되어버리는 경우가 많다. 이처럼 조현병은 인지상태기능이 보통 사람보다 약한 일종의 뇌질환이다. 더욱이 조현병의 큰 문제점은 대개 만성적이고 영구적 증상이면서 병을 겪는 개인은 물론 가족구성원에게도 많은 어려움을 감당하게 하므로(양숙미, 2001; 오세란, 1997; 최선경, 2005; Floyd & Gallagher, 1997; Nihira, Foster, Shelhaas, & Leland, 1975; Pruchno & Patrick, 1999) 이에 대한 연구가 촉구된다.

조현병 치료를 적용함에 있어 고려해야 할 점은 환자들의 낮은 신체능력상태이다. 김나영(2004)은 인격 장애 증상을 보이는 환자들에게 수직적인 움직임, 낮은 점프 및 허리 굽히기와 앉기 등의 간단하고 쉬운 움직임을 적용한 결과, 이들의 행동을 질적으로 촉진시킬 수 있었다고 보고하였다. 이렇듯 조현병 환자들에게 쉬운 동작으로 구성된 움직임을 적용하여 개선효과를 피하여야 하는 이유는 그들의 신체능력은 일상생활에서 반드시 필요한 옷 입기 등의 기본조차 갖추고 있지 못하기 때문이다. 설주이(2007)는 조현병환자의 움직임은 신체의 조합이 이루어지지 않고 내적인 욕구나 감정과 관련지어 볼 때, 부적절하고 산만하다고 하였고, Essex 외(1997)는 일상생활 수행능력과 부적절한 행동패턴들은 그들의 신체적 부담과 높은 상관관계를 보인다고 하여 신체기능을 개선시킬 수 있는 적절한 학습적용이 조현병 환자에게 필요하다는 점을 시사하였다. 이러한 점을 고려하여 본 연구자들은 다양한 무용 및 동작 중에서도 쉬운 구성으로 적용할 수 있는 라인댄스를 실험처치로 채택하였다. 일반적으로 중년에게 인기가 많은 라인댄스는 워킹(walking)을 다양하게 구상하여 예술적으로 표현하였기 때문에 참여자의 능력수준을 고려한 맞춤형 처치 프로그램 구성(김영환 외, 2008)으로 수업과 공연이 가능하다. 과거에서 현재까지 이어진 다양한 음악을 활용한 이 프로그램은 점진적으로 발전한 발달적 특징이 음악과 동작에서 두드러지게 나타나며 빠른 템포의 현대의 음악에 비해 속도가 다소 느린 음악을 사용함으로써 실행자의 부담을 줄일 수 있는 점도 라인댄스가 본 연구에서

활용된 이유라고 하겠다.

조현병과 같은 정신질환자들의 점진적 퇴행현상은 일반인들에 비해 두드러지기 때문에 동작을 활용한 치료에 있어 적합한 활동을 제시하기란 쉽지 않다. 개인적인 문제를 극복하지 못하는데서 기인된 다년간 축적된 부정적 심리상태는 일반적인 사회생활조차 불가능하게 만들기 때문에 조현병환자들에게 일반인과 같은 정상적인 인지능력을 기대하기란 어렵다. 이에 본 연구는 조현병 환자들에게 적용 가능한 효과적인 무용치료법을 만들어 그 효과를 규명하고자 한다. 구체적으로 조현병 환자들에게 24회의 라인댄스 프로그램을 수행한 후 참여자들의 우울증 및 대인관계변화를 살펴보는데 그 목적이 있다.

2 연구 문제

첫째, 실험처치(라인댄스와 공연) 결과, 조현병환자의 우울증 상태는 경감되었는가?

둘째, 실험처치(라인댄스와 공연) 결과, 조현병환자의 대인관계변화는 긍정적으로 호전되었는가?

II. 연구방법

1. 연구 대상

자료수집은 경기도에 소재하고 있는 P시설에서 목적 표집법(purposing sampling)을 사용하여 진행하였다. 연구의 참여하는 대상자들은 조현병 증상이 있는 자발적인 참여자를 전제로 하였으며, 연령은 30~72세로 다양하였고, 연구에 참여한 환자들은 만성으로 발병시기와 상주시기도 각각 달랐다. 실험집단은 15명, 통제집단은 12명이었고, 성별은 남자가 12명, 여자가 15명으로 여자가 더 많았으며, 나이는 50대가 가장 많았다. 학력도 초졸에서 대학원졸까지 다양했으며 종교는 기독교와 유사종교인 천주교가 많았다.

표 1. 연구 대상자의 일반적 특성

특성	수준	빈도(N)	비율(%)	특성	수준	빈도	비율(%)
집단	실험집단	15	55.6	학력	초졸	4	14.8
	통제집단	12	44.4		중졸	7	25.9
성별	남자	12	44.4		고졸	7	25.9
	여자	15	55.6		대졸	8	29.6
나이	30대	4	14.8		대학원졸	1	3.7
	40대	9	33.3		무교	3	11.1
	50대	10	37.1		기독교	15	55.6
	60대	3	11.1		천주교	5	18.5
	70대	1	3.7	기타	4	14.8	
				종교			

2 연구방법 및 조사도구

먼저 연구가 진행되기에 적합한 장소를 선정, 진행에 대한 기관의 승인으로부터 연구가 개시되었다. 연구실행기관의 요청에 따라 연구승인에 관한 S연구주관기관에서 발행한 <연구협조문>을 P시설에 발행하였고, 기관에서는 상주하는 환자들에게

연구참여 의사를 물어 자발적으로 참여시켰다. 본격적인 연구 이전에 피험자들의 특성을 고려한 라인댄스프로그램 작성을 위해 6주간의 라인댄스 수업이 12명을 대상으로 진행되었는데, 이들은 본격적인 연구 참여와는 무관하였다. 이 과정을 통해 조현병환자에게 적용되는 수업의 적절한 방식을 터득하게 되었으며, 작성된 24주의 라인댄스프로그램은 <표 2>와 같다.

표 2. 24회기의 라인댄스프로그램구성

회기	내 용	회기	
1	Swinging Thing	13	My Sweetheart
2	동작구성 입으로 익히기	14	동작구성 입으로 익히기
3	(숙제) 동작구성 손으로 쓰기	15	(숙제) 동작구성 손으로 쓰기
4	4 hall을 사용하기	16	2 hall을 사용하기
5	Texas Barefootin'	17	4가지 동작구성 연습
6	동작구성 입으로 익히기	18	4가지 동작구성 연습
7	(숙제) 동작구성 손으로 쓰기	19	4가지 동작구성 연습
8	4 hall을 사용하기	20	4가지 동작구성 연습
9	Uh-Huh	21	공연준비
10	동작구성 입으로 익히기	22	공연준비
11	(숙제) 동작구성 손으로 쓰기	23	공연준비
12	4 hall을 사용하기	24	공연

자발적인 참여자들은 연구에 대한 동의서를 직접 작성하였고, 병이 깊어 동의서나 혹은 설문지를 읽고 이해하는 것이 어렵다고 판단되는 경우에는 연구자 혹은 기관에 상주하는 선생님들의 도움을 받아 작성을 하였다. 이와 같이 실시한 이유는 환자들이 설문지에 답변하는 것이 또 다른 스트레스요소가 되어 병에 지장을 주지 않도록 하고 가급적 자연스런 대화분위기에서 작성하도록 도모하기 위한 목적에서 이다. 특히 대인을 기피하는 증상이 심한 경우에는 연구자 1인과의 설문을 진행하였다. 설문은 사전, 12주, 그리고 공연 후인 사후(24주)로 3회에 걸쳐 진행되었다. 이에 프로그램구성까지 합하면 실험처치기간은 총 30주였다.

실험집단과 통제집단 모두 기관에서 선정한 다양한 프로그램에 참여하고 있는 사람들이나 실험집단은 라인댄스와 연말공연에 무대에 오르는 사람들로 구성되어 있다는 점에 차이가 있다. 계획안 구성 및 지도는 대한라인댄스 협회에서 발급한 라인댄스 1·2급 소지자로, 제1회와 제2회 라인댄스 대회에서 입상경력이 있는 본 연구자 중 1인이 진행하여 교사의 전문성이 확보되었다. 본 연구에서 선정된 라인댄스 음악과 구성은 대한라인댄스협회의 lower level 과정에서 적절한 4곡을 골라 선정하였고, 연구대상자 특성을 고려하여 용어를 외우기 쉽게 재구성하였다. 처음 구성 제시하는 1주차에는 정면을 보고 진행하고, 2주차에는 적절한 동작이름을 재미있게 부쳐 외어보고 3주차에는 쓰기로 동작을 외우는 숙제도 하였으며 4주에는 4 hall을 사용하여 춤을 추는 것을 시도하였다. 이때에는 본 연구자 이외에 간호사 1인과 도움을 주는 선생님 2인이 참여하여 동작 시연자를 4면에 배치, 방향전환 시에도 순서를 보고 익히는 것이 무리가 없도록 조현병환자만을 위한 티칭방법을 생각하였다. 동작명칭은 영어로 되어있는 것을 재미있는 한국말로 바꾸어 개명된 명칭을 외워 쓰는 숙제도 하도록 하여 조현병환자의 언어능력과 인지능력 향상을 도모하였다. 이렇듯 하나의 구성을 익히는데 4주라는 기간을 설정하였고, 동작구성 하나가 끝나고 새로운 구성을 배우는 수업에서는 전 주에 학습한 구성을 복습하는 것으로 수업이 시작되어 점진적으로 많은 양의 춤을 출 수 있도록 하였다. 수업은 몸풀기 10분, 본동작 15분, 마무리 5분의 총 30분으로 진행되는 것이 원칙이나, 환자들이 흥미를 보이는 경우에는 10분을 연장하였다. 신체적으로 움직임이 불편함을 느끼고 약물투여로 인해 무기력해진 환자들에게 40분 이상의 수업은 적절하지 않다는 게 본 연구자가 직접 수업 진행을 통해 얻은 결론이다. 수업 혹은 설문 후에는 간식이 제

공되었고, 설문 후에는 매 분기마다 3000원씩의 용돈이 제공되었다. 총 24주간 23번의 수업과 공연으로 주 1회의 수업이 진행되었는데, 이는 기관의 특징이 한 가지 교육 당 주 1회인 점을 감안하여 실험을 위한 인위적인 연구설계로 환자들에게 압박감을 주기보다는 일상적인 루틴 속에 개선효과를 살펴보는 것이 보다 자연스러운 접근이라는 판단에서였다(Dunst et al., 1993). 본 연구자는 수업의 전반적인 진행에 대해 Compton & Galaway(1999)가 장애인들을 위한 사회사업은 개인의 특정상황과 환경간의 상호작용에 역점을 두어야 한다고 강조한 바를 참고하였다.

1) 조현병 환자들을 위한 라인댄스 재구성

연구대상자들은 24주 동안 조현병환자의 특성을 고려하여 재구성된 4개의 라인댄스 작품과 하나의 공연작품을 배웠다. 4 가지 동작을 배운 후에는 4회기의 반복연습이 진행되어 동작의 완성도를 추구하였다. 공연작품은 실험집단에게 배운 것들 중에서 무엇이 하고픈지 자유의사를 물었고, 많은 대상자들이 첫 번째 배운 음악을 사용한 동작을 선호하여 첫 번째로 배운 작품에 그동안 배운 다양한 스텝을 적용하고 시작동작 및 끝맺음 포즈까지 추가하여 작품의 질을 향상시켰다. 작품 2주전에는 성공적인 공연을 위해 상주하는 선생님이 매일 작품을 1회 이상 연습시켰다. 작품제목과 작품동작 명칭을 개명하여 만든 순서는 <표 3>과 같다. 이와 같이 공연에는 동작의 복잡성을 추가하였고 공연의 완성도를 높이기 위한 반복성도 실시되었다.

표 3. 6가지의 작품명과 동작명칭

회기	음 악	오 리 지 널 구 성 명 칭	바 편 명 칭
1	Swing Thing	(3 walk forward & kick - 3 walks back & kick) X 2 (side right & shimmy - together & clap) X 2 (side left-together) X 3 2 claps	(앞으로 둘 셋 킁, 뒤로 둘 셋 모으고) X 2 싫어~ 박수, 싫어 ~ 박수 *발동작은 같다 왼쪽으로 세 개, 박수 짹짹
2	Texas Barefootin'	(R point - together, L point - together) X 2 4 step forward from R Jazz box turn and together	찍고 둘 셋 넷 걸어가고 셋 넷 다이아몬드 돌고 넷
3	Uh-Huh	(heel-together) X 4 (R.L.R.L) right side together X 2, left side together X 2 (heel-together) X 4 (R.L.R.L) step kick, back touch, step 90° trun(L), stomp & claps	힐, 힐, 힐, 힐 오른쪽으로 두~개 왼쪽으로 두 개 힐, 힐, 힐, 힐 놓고 킁~ 놓고 뻗, 왼 쪽으로 돌아서 박수 두 개
4	My Sweetheart	4 Sway from R R 45° chasse step forward L 45° chasse step forward 4 Sway from R 180° turn with 4 step forward	바람처럼 셋 넷 오른쪽으로 날고 왼쪽으로 날아서 바람처럼 셋 넷 나비처럼 사뿐히

2) 조사도구

우울증 척도는 BDI(Beck Depression Inventory)를 사용하였다. 이는 Beck(1967)이 우울증의 정도를 측정하기 위해 고안한 것을 이영호(1993)가 모국어로 번안한 것으로, 부정적인 태도요인 10문항, 수행상의 어려움 요인 7문항, 생리적 요인 4문항으로 3요인 총 21문항으로 이루어져 있다. 리커트 4점 척도로, Beck(1967)이 개발당시 신뢰도는 Cronbach'α =.86이었으며, 이영호(1993)는 .98, 임영랑(2013)은 .90으로 보고하였다. 본 연구에서 수집된 자료를 통해 산출된 신뢰도는 .79이었다.

대인관계변화에 관한 척도는 Schlein & Guernsey(1977)의 대인관계변화척도(Relationship Change Scale; RCS)를 문선모(1980)가 번안하고 전석균(1994)이 보완 수정한 척도를 사용하였다. 본 척도는 7개의 하위영역으로 4문항의 만족감

(satisfaction), 4문항의 의사소통(communication), 3문항의 신뢰감(confidence), 3문항의 친근감(intimacy), 2문항의 민감성(sensitivity), 5문항의 개방성(openness), 4문항의 이해성(understanding)으로 총 25문항으로 구성되어 있다. 문항반응은 '전혀 그렇지 않다(1점)'에서 '대단히 그렇다(5점)'로 구성된 5점 Likert 척도이다. 척도의 신뢰도는 전석균(1994)은 Cronbach's $\alpha = .88$, 김지혜(2009)의 연구에서는 .90로 보고하였다. 또한 음악치료의 대한 연구결과를 입증한 김혜선(2012)은 .91로 보고하였다. 본 연구에서 수집된 자료를 통해 산출된 신뢰도는 .90이었다.

3. 자료처리

본 연구는 실험과 통제의 두 집단으로 구성되어 있으며 대상자의 상태변화를 이론적으로 검증할 2가지의 심리측정도구를 사용하여 사전·12주·24주 동안 반복측정한 RG*RM 설계디자인이다. (2X3)의 RG*RM ANOVA를 이용한 비교검증은 PASW Statistics 18.0 vision을 사용하여 분석하였다.

III. 연구 결과

1. 집단과 우울증과의 이원배치분산분석결과(2-way RG*RM ANOVA)

24주간 라인댄스 수업과 공연에 참여한 후, 실험집단과 통제집단에서 측정된 우울증이 어떠한 형태로 변화하는지 그 차이를 설명하기 위하여 2-way RG*RM ANOVA를 적용하였다. 그 결과, 집단*반복의 상호작용효과는 통계적으로 유의미한 차이를 나타내지 않았으며($p = .681$), 주효과 검증에서 반복요인만 유의미한 차이를 나타내었다($p = .001$). 구체적으로 반복측정 시점에 대한 대비검증(multiple comparison)을 실시한 결과, 사전 측정치($1.1802 \pm .4196$)는 12주($.8476 \pm .49538$) 및 24주 측정치($.7191 \pm .41501$)에 비해 유의미한 차이를 나타내었다<표 4>. 즉 처치프로그램 적용 결과, 우울증은 12주부터 감소하는 것으로 나타났으며, 그 후 24주까지 유의미한 변화는 나타나지 않았다.

표 4. 실험집단과 통제집단의 사전·12주·24주 우울증 측정 결과

	1=실험 2=통제	평균	표준편차	N
사전	1	1.1542	.43418	15
	2	1.2127	.41732	12
	합계	1.1802	.41960	27
12주 후	1	.7606	.43087	15
	2	.9563	.56616	12
	합계	.8476	.49538	27
24주 후 (공연 후)	1	.6257	.36649	15
	2	.8357	.45763	12
	합계	.7191	.41501	27

표 5. 실험집단과 통제집단의 2-way RG*RM ANOVA 분석 결과

소스	제 III 유형 제곱합	자유도	평균 제곱	F	유의확률	대비검증
집단	.160	1	.160	1.354	.256	
오차	2.948	25	.118			
반복	2.905	2	1.453	12.063	.001	1>2=3
상호작용	.093	2	.047	.387	.681	
오차	6.021	50	.120			

2. 집단과 대인관계변화의 이원배치분산결과(2-way RG*RM ANOVA)

다음으로 24주간 라인댄스 수업과 공연에 참여한 후, 실험집단과 통제집단에서 측정된 대인관계가 어떠한 형태로 변화하는지 그 차이를 파악하기 위하여 2-way RG*RM ANOVA을 실시하였다. 그 결과, 집단*반복의 상호작용효과에서 통계적으로 유의미한 차이가 나타났다($p = .001$). 즉 집단의 수준에서 사전, 12주, 24주 대인관계 측정치는 (+)의 긍정적형태의 변화를 나타내었으며, 반복측정 수준에서 실험집단과 통제집단의 대인관계 측정치는 라인댄스 수업과 공연에 참여한 실험집단이 보다 높게 나타났다. 다음으로 각 주효과에 대한 검증은 집단 및 반복에서 유의미한 차이가 나타났으며, 특히 반복의 대비검증 결과 사전, 12주, 24주에서 유의미한 증가를 나타내었다.

표 6. 실험집단과 통제집단의 사전·12주·24주 대인관계변화 측정 결과

	1=실험 2=통제	평균	표준편차	N
사전	1	3.2360	.62226	15
	2	2.9942	.56082	12
	합계	3.1285	.59713	27
12주 후	1	3.6360	.57764	15
	2	3.1300	.58244	12
	합계	3.4111	.62357	27
24주 후 (공연 후)	1	4.0220	.52844	15
	2	3.1050	.78796	12
	합계	3.6144	.79288	27

표 7. 실험집단과 통제집단의 2-way RG*RM ANOVA 분석 결과

소스	제 III 유형 제곱합	자유도	평균 제곱	F	유의확률	대비검증
집단	6.159	1	6.159	6.564	.017	
오차	23.457	25	.938			
반복	2.715	2	1.357	14.866	.001	1<2<3
상호작용	1.543	2	.772	8.451	.001	
오차	4.566	50	.091			

IV. 논 의

조현병환자의 치료를 목적으로 대상자들에게 적합한 라인댄스 수업을 고안하고, 이를 적극적으로 활용하기 위한 방안으로

무대공연을 실시한 결과, 라인댄스가 조현병 증상 호전에 비교적 효과적인 것으로 나타났다. 이러한 결과를 기초로 논의하면 다음과 같다. 첫째, 실험 처치 후, 조현병환자의 우울증이 감소한 것으로 나타났다. 이는 유산소운동 프로그램을 통한 만성 조현병 환자의 기분상태 및 정신증상에 긍정적인 효과가 있었다는 문병준, 김수진(2015)의 결과와 Acil 외(2008)가 한 유산소 운동이 조현병환자의 정신건강에 유용하다는 보고와도 일치하는 결과라 할 수 있다. 본 연구의 처치 프로그램인 라인댄스는 걷기를 활용한 춤(김영환 외, 2008)으로 걷기와 같은 효과가 있다는 점에서 조현병 환자에게 걷기 운동 프로그램 실시 후 정신 증상 총점과 양성증상 및 음성증상에서 유의한 차이가 나타났다는 Beebe 등(2005)의 보고와 본 연구의 결과와 같다고 볼 수 있다. 또한 김윤영 등(1999)은 에어로빅을 조현병환자에게 적용하여 우울증의 변화를 살펴보았는데 2주 후 환자의 우울 정도가 감소한 것을 발견하였으며, 박인실, 김영환(2010)은 현대사회의 유해 환경은 각종 스트레스로 인해 정신적인 병리현상까지 초래하였다고 지적하여 중년여성의 라인댄스와 같은 취미활동이 신체적 건강증진은 물론이고, 심리적 행복감에 영향을 미친다고 하였다. 본 연구의 대상자가 대다수 중년인 것을 감안하여 볼 때, 라인댄스는 중년에게 크게 무리가 되지 않는 보편적으로 활용될 수 있는 바람직한 활동이라고 사료된다. 이와 관련된 연구로 류분순(1996)은 4개월 동안 무용을 적용한 결과, 환자들의 조현증상이 완화되었다 보고하였고, Lewis(1986)는 이와 같은 치료는 조현병 환자의 고립감을 해소시킨다고 말한 바 있다. 또한 박현옥(1996)은 무용을 정신적·신체적 결합이 있는 환자들에게 적용함으로써 대상자의 자발적인 신체움직임을 통해 정신건강을 증진시킬 수 있다고 발표하였는데, 이는 본 연구의 결과와 서로 무관하지 않음을 제시하는 바이다. 따라서 본 실험연구에서 증명된 결과는 자신의 신체를 직접적으로 움직임으로써 올바른 신체상과 심리적 안정을 갖게 되어 우울이나 불안이 감소된다는 박현옥(1996)과 Sonstroem & Morgan(1989)의 연구결과에서 규칙적인 신체활동이 스트레스 해소와 우울증, 불안감을 감소시켜 정신적인 안정을 도모하는데 효과적이고 신체는 물론 정신적 건강에도 긍정적인 변화를 가져온다고 한 결과와도 일치된다고 정립할 수 있다.

둘째, 실험 처치 후 조현병환자의 대인관계변화에도 긍정적인 효과가 있는 것으로 나타났다. 유수현(2001)은 무용을 통한 환자들의 정서표현이 사회적·심리적 행동에 변화를 가져온다고 하였고, 박현옥(1996)은 정신적 불안이나 왜곡을 개선하기 위한 신체와 정신이 통합되는 과정에서 균형 있는 발달의 촉진은 신체적 자아와 더불어 자존감, 그리고 사회성의 발달을 기대할 수 있다고 하였다. 이러한 점은 조현병환자의 집단응집력 및 대인관계변화를 확인한 조아영(2007)의 연구결과에서도 확인된 바 있으며, 라인댄스가 아닌 warm-up을 사용한 신체운동 방법을 조현병 환자에게 적용, 대인관계변화를 입증한 설주이(2007)의 연구결과에서도 신체활동을 통한 호전효과가 보였다는 점에서 본 연구의 결과는 선행연구결과 및 주장과 매우 유사하다고 판단된다. 기본적으로 음악이 사용되는 라인댄스에서 효과가 나타났다는 것은 음악듣기가 조현병환자의 집단음악요법으로 사용, 정신증상 및 대인관계에 효과가 있었다는 박영숙, 권영희(2012)의 연구와도 일맥상통하는 결과이다. 또한 노은초(2010)는 중년여성이 라인댄스를 추게 되는 경우, 젊은 시절 즐기던 음악을 접하게 되어 즐거움과 유쾌함이 극대화되었다고 하였는데, 본 연구를 통해서도 그와 같은 효과가 작용하여 긍정적인 연구결과를 보인 것으로 보인다.

끝으로 본 연구에서 적용된 라인댄스는 신체활동뿐만 아니라 활동을 위한 음악을 적용하기 때문에 음악만 치료방법으로 사용한 연구(추정엽, 최애나, 2007)의 결과보다 조현병 호전에 더욱 효과적일 것이라 판단된다. 또한 이홍식 등(1994)의 연구에서 조현병환자에게는 치료를 위한 목적으로 장기간의 활동을 제한한바와 같이, 보편적으로 수행되었던 12주의 처치에 비해 본 연구에서 계획된 24주의 장기간 처치가 보다 의미 있는 결과를 제공한다고 생각된다.

V. 결론 및 제언

본 연구는 라인댄스를 활용한 조현병환자의 상태 개선 효과를 검증하기 위해 비교군과의 차이를 검증하여 라인댄스가 무용 및 동작치료로 활용될 수 있는지를 살펴보았다. 고양시에 있는 조현병 환자를 대상(실험집단=15명, 통제집단=12명)으로 24주간의 신체활동을 통해 통제집단보다도 우울증 및 대인관계개선에 효과가 있다는 것이 본 연구를 통해 밝혀졌다. 조현병과 같은 정신 병리현상이 급증해가는 추세에 약물에만 의존하지 않고 환자에게 다양한 체험을 경험하게 하여 상태를 점진적으로 호전시키는 것은 다양한 사람들의 인권을 존중하고 보호한다는 측면에서도 의미가 있다. 이에 다양한 치료방법을 모색하고 그 결과를 입증하는 연구는 매우 가치가 있다고 본다. 본 연구의 결과는 조현병과 같은 정신질환자들에게 신체활동을 적용할 때 있어 라인댄스가 매우 효과적일 것이라는 가능성을 보여준다.

사회가 복잡해질수록 정신질환자들은 급증하고 있고 이로 인한 병리현상으로 말미암아 우울증 및 자살에 까지 이르러 심각한 사회문제가 갈수록 야기되고 있는 현대사회에는 조현병과 같은 환자들에 대한 각별한 신경이 요구된다. 이에 다양한 무용/동작치료방법이 고안되어 적용되어야 하며, 보다 장기간의 연구설계 및 효과검증을 통하여 병에 대한 대처능력을 향상시키고, 개선해나가야 할 것으로 사료된다.

참고문헌

- 곽현주, 김영희(2013). 예술치료 효과에 대한 메타분석: 음악치료, 미술치료, 무용동작치료, 통합예술치료를 중심으로. **예술심리치료연구**, 9(3), 185-203.
- 김경희(1996). **정서란 무엇인가**. 서울: 민음사.
- 김나영(2004). 무용/동작치료에서 나타나는 정신장애인의 질적 행동유형에 관한 분석. **한국특수체육학회지**, 12(2), 13-24.
- 김미선(2002). **무용치료가 정신분열환자의 행동에 미치는 변화**. 미간행 박사학위논문, 세종대학교 대학원.
- 김영환, 이철원, 전용관, 윤미정, 김지영(2008). **라인댄스**. 서울: 미디어.
- 김윤영, 김영준(1999). 에어로빅 운동이 정신분열증 환자의 체력 및 우울증에 미치는 영향, **대한스포츠의학회지**, 17(1), 12-18.
- 김지혜(2010). **구조화된 리듬 중심의 그룹 음악치료가 정신분열증 환자의 사회기술과 대인관계에 미치는 영향**. 미간행 석사학위 논문, 한세대학교 대학원.
- 김혜선(2012). **활동중심의 그룹음악치료가 사회복지시설 정신분열증 환자의 대인관계에 미치는 영향**. 미간행 석사학위 논문, 서울장신대학교 대학원.
- 노은초(2010). **중년여성들의 라인댄스 참여 경험**. 미간행 석사학위논문, 숙명여자대학교 교육대학원.
- 류분순(1996). 무용/동작치료가 만성정신분열증 환자에게 미치는 영향. **대한무용학회논문집**, 19, 169-189.
- 문병준, 김수진(2015). 유산소운동 프로그램이 남성 만성 조현병 환자의 체질량지수, 기분상태 및 정신증상에 미치는 효과, **정신간호학회지**, 24(1), 12-21.
- 문선모(1980). 인간관계 훈련 집단상담의 효과에 관한 일 연구. **경상대 논문집**, 19, 195-204.

- 박영숙, 권영희(2012). 집단음악요법이 조현병 환자의 정신증상 및 대인관계에 미치는 효과. **한국재활간호학회**, 15(2), 126-132.
- 박은규(2006). 초등무용교육 향상을 위한 고찰, **문화예술교육연구**, 1(2), 97-116.
- 박은실, 김영환(2010). 라인댄스동호회 회원들의 참여활동에 따른 건강증진행위가 심리적 행복감에 미치는 영향: 중년여성을 대상으로. **한국여성체육학회지**, 24(5), 57-70.
- 박현옥(1996). **무용요법이 정신장애자의 자아개념에 미치는 영향: 무용창작과정을 중심으로**. 미간행 박사학위논문, 한양대학교 대학원.
- 설주이(2007). **정신분열증 환자를 위한 무용/동작치료의 warm-up방법에 관한 연구**. 미간행 석사학위논문, 서울여자대학교 특수치료전문대학원.
- 양숙미(2001). 역량강화집단 프로그램에 참여한 장애인 부모의 상호지지원화과정: 정신지체 성인 자녀의 부모를 대상으로. **사회복지연구**, 18(1), 59-88.
- 오세란(1997). **발달장애아동 부모의 문제 해결 증진을 위한 인지 행동 집단 프로그램의 효과성 연구**. 미간행 박사학위논문, 서울대학교 대학원.
- 유수현(2001). 지역사회복지관에서의 정신장애인 재활프로그램의 개발 필요성. **한국정신보건사회사업학회지**, 11, 30-52.
- 이홍식, 김지현, 전지용, 정민정(1994). 만성 정신분열증 환자의 인지기능에 미치는 Clozapine 장기치료의 효과. **생물정신의학**, 1(1), 109-116.
- 이영호(1993). **귀인양식, 생활사건, 사건귀인 및 무망감과 우울의 관계; 공변량 구조모형을 통한 분석**, 미간행박사학위논문, 서울대학교 대학원.
- 임영랑(2013). **무용심리치료 프로그램이 중증 우울증 중년여성의 우울증세와 삶의 질에 미치는 영향**. 미간행 박사학위 논문, 성신여자대학교 대학원.
- 전석균(1994). **정신분열병환자의 재활을 위한 사회기술훈련 프로그램의 효과성에 관한 연구**. 미간행 석사학위논문. 숭실대학교 대학원.
- 정선아(2003). **정신지체청소년을 위한 집단 무용치료 효과연구**. 미간행 석사학위논문, 원광대학교 대학원.
- 조이영, 김나영(2007). 무용/동작치료의 Warm-up 방법이 낮병원 정신분열증환자의 대인관계기술과 집단응집력에 미치는 영향. **심리치료다학제적접근**, 7(1), 1-27.
- 추정엽, 최애나(2007). 음악치료가 정신분열증환자의 정서와 대인관계에 미치는 영향. **예술심리치료연구**, 2(2), 149-167.
- 최선경(2005). 제가 성인정신지체인 가조 부양부담 경감을 위한 사회사업실천 접근방안 고찰. **임상사회사업연구**, 2(2), 223-243.
- Acil AA, Dogan S, Dogan O. (2008). The effects of physical exercises to mental status and quality of life in patients with schizophrenia. *J Ment Health Nurs.* 15(10):808-15.
- Beebe LH, Tian L, Morris N, Goodwin A, Allen SS, Kuldau J. (2005). Effects of exercise on mental and physical health parameters of persons with schizophrenia. *Issues Ment Health Nurs.* 26(6):661-76.
- Beck, A. T. (1967). *Depression: Clinical, Experimental, and Theoretical Aspects*. New York: Harper 7 Row.
- Compton, B. R. & Galaway, B.(1999). *Social Work Process*. Pacific Grove, CA: Brooks/Cole, p34.
- Dunst, C. J., Trivette. C. M., Hamby, D., & Pollock, B.(1990). Family Systems Correlates of the Behavior of Yong

- Children with Handicaps. *Journal of Early Intervention*, 14, 204-218.
- Essex, L. E., Seltzer, M. M., & Krauss, M. W.(1997). Differences in coping effectiveness and well-being among aging mothers and fathers of adults with mental retardation. *American Journal on Mental Retardation*, 104, 544-563.
- Floyd, F. J., & Gallagher, E. M.(1997). Parent stress, care demands, and use of support service for school-age children with disabilities and behavioral problems. *Family Relations*, 46, 359-371.
- Lewis, P. (1986). *Theoretical approaches in dance/movement therapy*, Vol. I and Vol. II. Dubuque, Iowa: Kendall/Hunt.
- Nihira, K., Foster, R., Shelhaas, M., & Leland, H.(1975). *Adaptive Behavior Scale*. Washington DC: American Association on Mental Deficiency.
- Paivi, P. (2003). Body Image: A Tripartite Model for Use in Dance/Movement Therapy. *American Journal of Dance Therapy*, 25(1).
- Pruchno, R, & Patrick, J. H.(1999). Effects of formal and familial residential plans for adults with mental retardation on their aging mothers. *American Journal on Metal Retardation*, 104(1), 38-52.
- Schlein, S., & Guerney, B.(1977). *The relationship change scale(RCS)*, Pennsylvania State University.
- Sonstroem, R. J., & Morgan, W. P. (1989). Exercise and self-esteem: Rational and model. *Medicine and Science in Sport and Exercise*.

ABSTRACT

Effect of Participation in Line Dance for 24 weeks on Interpersonal Relationships and Depression in Chronic Schizophrenia Patients

Lee, Sun-Young · Lee, Jee-Hang · Jang, Chae-Ouk(Sungkyunkwan University)

This study conducted for the positive effect to chronic schizophrenia patients with 24 weeks the line dance and performance. For seeing their improvement, Interpersonal Relationships and Depression Questionnaire were using. There were chosen 15 number for experimental group and 12 number for control group and we measured the pre-experimental, after 12 and 24 weeks. After experimental and statistic analysis, we could get a meaningful result with (2×3) RG*RM ANOVA: First, the interaction effect of group*repeated was not shown a significance($p=.681$), but only repeat was shown($p=.1$) in depression. The post-hoc comparison analysis of Scheffé was reduced in 12 weeks but there was noting in 24 weeks. Second, the interaction effect of group*repeated was shown a significant difference and the post-hoc comparison analysis of Scheffé was shown the difference pre-experimental, after 12 and 24 weeks. Therefore we prove using the line dance and performance as a therapy for chronic schizophrenia patients.

Key words : dance therapy, movement therapy, chronic schizophrenia patients, line dance, performance, depression, interpersonal relationships.

논문투고일: 2017. 3. 10

논문심사일: 2017. 3. 21

심사완료일: 2017. 4. 25