



## 무용인의 소속단체 특성과 자기효능감에 따른 우울증상의 관계

조남규(상명대학교) · 윤세희\*(숙명여자대학교)

### 국문초록

본 연구는 무용인의 우울증상에 영향을 주는 요인 중 자기효능감과 직업의 소속 상태가 우울증상에 미치는 영향을 연구한 논문이다. 조사는 총 143명의 무용인을 대상으로 진행되었으며 자기 기입 방식의 설문조사를 수행하였다. 우울증상 여부에 따른 성별, 연령, 무용 수입, 교육 수준에 대하여 빈도 분석과 카이제곱검정을 수행하였다. 우울증상 여부에 따른 자기 자기효능감 정도는 평균과 표준편차로 표현하였고, T-검정을 수행하였다. 자기효능감과 우울증상과의 관계에 대해서는 산점도를 그리고 관련된 예측치를 그림으로 나타내었다. 마지막으로, 자기효능감의 감소에 따른 우울증상의 증가 여부를 분석하기 위해 다중회귀분석을 수행하였고, 오즈비와 95% 신뢰구간을 산출하였다. 조사 결과, 무용인의 우울증상은 수입이 적을수록, 소속 단체가 비-국가 기관인 경우, 그리고 자기효능감이 낮은 경우 높게 나타났다. 더욱이, 정년이 보장되지 않는 비 국가 단체나 개인 단체의 소속인 경우 자기효능감이 낮은 상태일 때 두 요인이 서로 상호작용하여 우울증상은 급속히 늘어남을 알 수 있었다. 즉, 비-국가 기관이면서 자기효능감이 낮은 경우는 국가기관이면서 자기효능감이 높은 경우보다 약 40배 이상의 우울증상을 나타내는 것으로 조사되었다. 소속단체의 특성과 자기효능감은 우울증상에 대해 강한 작용을 보이는 것으로 나타났다. 따라서 무용인의 우울감 예방하기 위해서는 자기효능감 증기뿐만 아니라 소속 상태의 안정화를 위한 다각도의 노력이 필요하겠다.

주요어 : 우울증상, 자기효능감, 무용인, 예술인, 무용단체

## I. 서론

### 1. 연구의 필요성 및 목적

최근 신조어로 ‘카페인 우울증’이란 용어가 생겨났다. 우리나라 사람들이 많이 사용하는 사회연결망서비스(SNS)인 카카오프로필, 페이스북, 인스타그램의 앞 글자를 따왔다. SNS를 통해 다른 사람의 행복한 일상을 접하면서 오히려 상대적 박탈감과 우울감을 느낀다는 데서 유래했다(이보람, 2017). 만성적인 스트레스에 시달리는 현대인들에게 우울증이나 공황장애 같은 질환은 더 이상 남의 일이 아니다. 국민 건강 보험공단 자료에 따르면 우리나라에서 우울증으로 병원을 찾는 환자 수는 2009년 55만 6000명에서 2013년 66만 5000명으로 급증했다. 문제는 가벼운 우울증을 방치 할 경우 자살이나 조현병 등으로 까지 악화될 수 있다는 점이다(홍효진, 2016).

이처럼 우울증이란 현대인들에게 감기처럼 흔한 말이 되었다. 각종 매체에서 우울증상에 관련된 뉴스를 쉽게 접할 수 있고 때문에 문화 예술계 창작 소재로도 다양하게 다루어지고 있다. 그만큼 우울증상은 사회생활을 영위하는 우리의 삶과 밀접한 관련이 있으며 나아가 사회적인 문제로 그 심각성 해결을 위하여 다각도의 노력이 필요한 시점이다. 더욱이 예술인들의 창작활동의 한계, 불안정한 수입 등은 스트레스와 우울감을 일으키는 중요한 요인이 되고 있다. 2016년 문화 체육 관광부가 전국예술인 5천 8백 명을 대상으로 실시한 설문 조사에 따르면 예술인들이 순수 예술 활동으로 벌어들이는 예술인 평균수입이 1천 225만원으로 나타났다. 이는 4인 가족 기준으로 최저 생계비에도 못 미치는 수준으로 생활고에 시달리는 것으로 보이며 이에 전체 예술인의 50%가 예술 활동 이외 다른 직업에 종사할 수밖에 없는 상황을 말해주는 것으로 순수 예술 활동만으로는 생계유지가 어려워 정부와 공공기관으로부터 지원금을 받는 비율도 20%에 이르는 것으로 나타났다(유성남, 2016).

최근 조사에 따르면 비정규직 근로자가 우울증을 앓는 비율이 정규직 근로자 보다 1.67배 높게 나타났으며, 자살 충동 경험에 있어서는 비정규직 근로자의 경우 13.6%가 자살 시도를 심각하게 고민했다고 답했으나 정규직 근로자는 8%에 머물렀다. 비정규직 근로자가 느끼는 고용 불안정성, 낮은 임금 수준, 위험한 근로환경 등이 이 같은 결과에 영향을 미쳤다고 분석된 것이다(최성수, 2017). 이는 근로의 형태가 주는 불안감이 우울증이나 자살충동에 영향을 주고 있음을 단편적으로 보여주는 조사이다.

무용의 경우 직업의 특성상 타 직업에 비해 정규직 근로 상태에 있는 인구가 현저히 떨어져 있는 것이 현실이며, 때문에 이로 인한 우울증상을 앓는 경우도 높을 것으로 예측된다. 따라서 본 연구는 무용인의 성별, 나이, 수입, 교육 수준, 작품 활동 횟수, 직업의 소속 상태에 따른 정신건강 상태를 파악하고 우울증상의 정도를 자기효능감의 분포에 따라 조사하였다.

Bandura(1997)에 의하면 자기효능감(self-efficacy)은 생활상의 스트레스를 경험하는 특정 상황에서 곤경을 극복하거나, 스트레스에 따른 부정적 결과물들의 영향을 감소시키고자 하는 목표의 성취에 필요한 기술들을 조직화하고, 목표를 이루기 위한 노력들을 수행할 수 있는 개인의 능력에 대한 신념으로서 개인이 환경에 대처하는 방식을 이해하는데 중요한 요소로 평가 되었다(이봉재, 2006). 일반적으로 사람들은 어떤 문제 상황이나 곤경에 처했을 때 자신이 그 상황에 대처 할 수 있는 능력이 없다고 여길 때는 그 상황을 회피 하지만 자신이 그 상황에 대처할 수 있는 능력이 충분이 있다고 여길 때는 자신 있게 대처 행동을 수행하게 된다. 그래서 Bandura는 특정과업에 있어서의 구체적인 자신감을 자기효능감이라고 칭하고 이러한 자기효능감을 어떤 일이나 과제의 수행을 성공적으로 해낼 수 있는 믿음의 구체적 확실성을 의미한다고 하였다. 이로 볼 때 자기효능감이 높은 무용인은 도전적이고 구체적인 목표를 설정하며 이를 성취하기 위해 주의와 행동을 잘 방향 지을 것이다. 또한 자기효능감이 낮은 무용인에 비해 더 많은 노력을 투입할 것이며 어려움이 닦쳤을 때에도 과제를 지속적으로 해결 하

는 능력을 보일 것이라 기대 한다.

국공립기관 소속 무용인의 경우 60세까지 정년이 보장되는 경우가 대부분이며 작품 창작활동에 들어가는 비용이 국가의 예산으로 지불된다. 상대적으로 개인의 활동 역량이 단체 존속 변수로 작용되는 개인 단체 또는 프리랜서 무용인의 경우에는 국가 예술 활동 지원금에 의존하는 경우가 대부분인데 그것 또한 지원금 신청에서 선정되어야만 작품 활동을 유지할 수 있다. 이처럼 소속 상태의 특성은 예술가의 작품 활동에 큰 변수로 작용할 수 있는 요인이며 나아가 무용인들의 심리상태에도 큰 영향을 주는 요인으로 작용 할 것으로 본다. 따라서 본 연구에서는 무용인의 소속 단체의 특성과 자기효능감이 우울증상과 어떠한 관계를 맺고 있는지 조사하는데 그 목적이 있다.

## 2. 연구 문제

첫째, 무용인의 자기효능감과 우울증상은 어떠한 상관관계를 맺고 있는가?

둘째, 무용인의 소속 단체 특성과 우울증상은 어떠한 상관관계를 맺고 있는가?

# II. 연구방법

## 1. 연구 대상

설문조사 대상자 선정은 편의 추출 방법 및 눈덩이 표본 추출 방법을 이용하였다. 편의 추출 방법은 조사 대상자가 편의에 따라 선출될 가능성이 높으므로 비교적 동질한 대상자를 선정하여야 한다. 따라서 무용을 직업으로 하여 수익이 창출되고 있는 대상으로 한정하여 동질성을 높였다. 무용인이라는 직업이 매우 역동적인 생활양식과 경제활동을 지속하고 있으므로, 편의 추출 방법을 사용하여 단시간에 대상자를 산출하는 경우 매우 이질적인 집단이 선출될 수 있다. 반대로 장시간에 걸쳐 표본을 선정하고 설문을 하는 경우, 무용인을 포함한 예술인들의 경제활동이 계절적으로 상이하므로 초반에 조사된 대상자와 후반에 대상자의 시간적 차이가 경제활동의 차이를 포함한 이질성을 발생시킬 수 있다. 이러한 무용인의 동적인 성격을 고려할 경우 짧은 시간에 비교적 동질한 성격의 대상자를 선출하는 방법으로 눈덩이 표본추출을 사용할 수 있다. 따라서 본 연구에서는 편의 추출 방법 및 눈덩이 표본 추출을 사용하여 대상자를 선출하였다. 눈덩이 표본추출 방식은 무용인의 연령을 이용하여 30대 이하, 40대, 40대 이상의 무용인을 무작위로 선출하고 선출된 무용인이 자신과 비교적 동질하다고 여겨지는 무용인을 연구에 추천하는 방식으로 대상자로 선정하는 것이다.

이에 무용인 총 160명에게 설문을 배포하였다. 2017년 3월 2일부터 2017년 3월 23일 까지 설문이 진행되었으며 설문은 자기평가 기입법으로 작성하였다. 설문은 기본조사, 감정수준, 생활습관, 수면건강, 정신건강, 자기존중감, 자기효능감, 삶의 질에 대하여 조사하였다. 총 160명이 설문에 응답하였으나, 자료 입력 후 설문 응답에 결측값이 있는 17명을 제외한 총 143명(남자 18명, 여자 125명)을 대상으로 하였다.

## 2. 조사도구

설문 항목은, 기본 조사로 부터 삶의 질까지 총 8개 항목에 따라 149 문항으로 진행되었다. 이 중 기본 조사와 자기효능감 및 우울증상 결과를 활용하여 분석하였다. 연구자의 일반 특성은 우울증상 여부에 따라 성별, 연령, 무용으로 인한 지난 12개월간의 수입 금액, 교육 및 자기효능감 정도를 비교하였고, (표 1)과 같다.

본 연구에서 우울증상에 대한 것은 총 20 문항의 설문으로 구성되어 있는 CES-D (Center for Epidemiologic Studies Depression)의 한국어 번역판을 사용하였다(전경구, 1992). 각 점수 별로 0에서 3점으로 되어 있으며, 각 항목이 일주일 동안 극히 드물 경우 0점으로, 가끔 있었을 경우 1점, 종종 있었을 경우 2점, 대부분 그랬을 경우를 3점으로 하였다. 20 문항 중에 5번과 10번 문항은 우울증상과 역의 상관관계가 있는 항목이므로, 역 점수 채점 방식을 이용하였다. 최소 0점에서 최대 60점 까지 점수가 산출된다. 이때, 25점 이상을 우울증상이 있는 경우로, 25점 이하를 우울증상이 없는 경우로 선정하였다. 자기효능감은 Sherer 외(1982) 등이 개발한 설문지의 한글판을 사용하였고, 23개의 문항으로 구성되어 있다. 자기효능감은 연속변수로 사용하여 CES-D와 상관관계를 그래프로 나타냈다. 또한 자기효능감을 분포에 따라 4분위수로 나누어 각 집단 별 우울증상 정도를 비교하였는데, 4분위수는 70, 75, 84를 기점으로 구분하였다 (표 2).

표1 연구 대상자의 일반적 특성

		우울증상			p value
		전체	없음 CESD<25	있음 CESD ≥25	
성별, n(%)	남자	18 (12.6)	13 (72.2)	5 (27.8)	0.7184
	여자	125 (87.4)	85 (68.0)	40 (32.0)	
연령, n(%)	<30	62 (43.4)	40 (64.5)	22 (35.5)	0.1795
	<40	60 (42.0)	40 (66.7)	20 (33.3)	
	≥40	21 (14.7)	18 (85.7)	3 (14.3)	
무용 수입 (12개월), n(%)	3000만 원 이하	99 (69.2)	62 (62.6)	37 (37.4)	0.0226
	3000만원 초과	44 (30.8)	36 (81.8)	9 (18.2)	
교육, n(%)	전문대 졸업	6 (4.2)	4 (66.7)	2 (33.3)	0.2901
	4년제 졸업	86 (60.1)	55 (64.0)	31 (36.0)	
	대학원 졸업	48 (33.6)	37 (77.1)	11 (22.9)	
소속 단체	국가 기관	100 (70.0)	76 (76.0)	24 (24.0)	0.0024
	개인 단체	22 (15.4)	9 (40.9)	13 (50.1)	
	소속 없음	17 (11.9)	9 (52.9)	8 (47.1)	
	무응답	4 (2.7)			
자기효능감			80.4 ±9.7	71.5 ±9.7	<0.001

## 3. 통계분석

연구 대상자의 특성을 우울증상 여부에 따라 비교 분석하였다. 이때 성별, 연령군, 무용 수입, 교육 수준을 각각 남녀, 30

세 이하, 30-40세, 40세 초과, 년 3000만 원 이하와 초과, 전문대, 4년제, 대학원 졸업으로 구분하였다. 이에 따라, 우울증상 여부를 빈도 분석하였고 통계적 차이는 카이제곱검정을 이용하였다. 다만, 자기효능감은 연속 변수로 사용되었으므로, 우울증상 여부에 따른 자기효능감 정도는 평균과 표준편차로 표현하였고 T-검정을 수행하였다.

자기효능감과 우울증상과의 상관관계를 알아보기 위해 산점도를 그리고 관련된 예측치를 그림으로 나타내었다. 이후 자기효능감에 따라 우울증상 위험이 증가하는지 알아보기 위해 자기효능감을 사분위수에 따라 4개 집단으로 구분하였다. 사분위수는 70, 75, 84에서 절단되었다. 자기효능감의 사분위수 감소에 따른 우울증상이 증가하는지 여부를 분석하기 위해 다중회귀 분석을 수행하였고, 오즈비와 95% 신뢰구간을 산출하였다. 이때 사분위수에 따른 집단은 자기효능감이 가장 높은 집단을 기준으로 분석 하여 다중회귀분석에서 사용하였다. 이를 통해, 오즈비는 자기효능감이 가장 높은 집단에 비해 사분위수 감소에 따라 우울증의 위험이 얼마만큼 높아지는지 비교할 수 있도록 하였다. 소속에 대해서는 국가 기관, 개인 단체, 그리고 소속 없음으로 조사하였다. 소속 없음은 17명으로 매우 작아 사립 기관과 묶어, 국가 기관과 사립 또는 소속 없음으로 구분하였다. 이후 소속과 자기효능감에 따라, 소속이 국가 기관이면서 자기효능감이 높은 경우를 기준으로, 소속이 국가기관이면서 자기효능감이 낮은 경우, 개인 단체 또는 소속 없음이면서 자기효능감이 높은 경우, 개인 단체 또는 소속 없음 이면서 자기효능감이 낮은 경우인 4개 집단으로 나누어, 소속과 자기효능감 사이에 상호작용이 있는지 여부를 분석하였다.

모든 통계적 유의수준은 p-값 0.05 미만을 기준으로 하였다. 모든 통계는 R 프로그램을 이용하였다 (R development Core Team, 2008).

### III. 연구 결과

전체 대상자의 인구학적 변수에 따른 우울증상 유병율을 분석하였다. 전체 143명 중 18명이 남자 (12.6%), 125명이 여자 (87.4%)였다. 남자는 5명 (27.8%)이 여자는 40명 (32.0%)가 25점을 기준으로 한 우울증상이 있었지만, 통계적 차이는 없었다 ( $p=0.7184$ ). 30세 미만의 연령에서는 35.5%가, 30에서 40세까지는 33.3%가, 40세 이상에서는 14.3%가 우울증상이 있었으나 통계적 차이는 없었다. 최근 12개월간 무용으로 인한 수입여부를 3000만 원 이하, 3000만원 초과로 구분하였을 때, 우울증상은 각각 37.4%와 18.2%로 나타났고 통계적 차이가 있었다. 교육 정도에 따라서는 전문대 졸업자에서는 33.3%가, 4년제와 대학원 졸업자에서는 각각, 36.0%와 22.9%로 나타났지만 통계적 유의한 차이는 아니었다. 소속 단체가 국가 기관인 경우에는 24% 정도가 우울증상을 나타내었지만, 개인 단체 또는 소속 없음인 경우는 50.1%와 47.1%로 매우 높게 나타났다. 자기효능감의 평균은 우울증상이 없는 군에서는 80.4점인데 반해서, 우울증상이 있는 군에서는 71.5점으로 낮았고 이는 통계적으로도 유의한 차이가 있는 값 이었다 ( $p < 0.001$ ).

자기효능감과 우울 점수와의 상관관계를 알아보기 위해 산점도 그래프를 그렸다. 자기효능감이 증가할수록 우울 점수가 낮아지는 역의 상관관계를 보였는데, 산점도 및 예측치를 그림으로 나타내면 그림 1과 같았다. 특히, 자기효능감 70점미만 부분에서는 우울증상의 기준점이 25점 이상의 점수가 될 확률이 높음을 알 수 있었다.

자기 효능감과 우울감의 관계

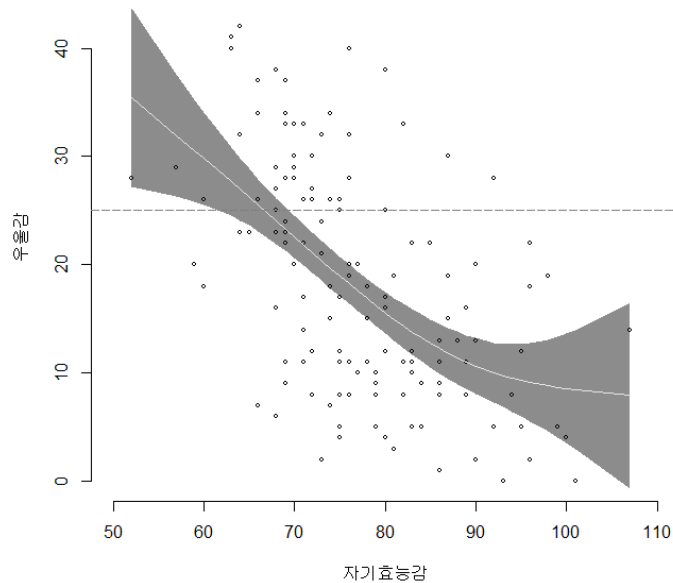


그림 1. 자기효능감과 우울증상의 상관관계

자기효능감 사분위수 감소에 따라, 우울증 위험도가 증가하는지 여부를 분석하였다. 143명의 연구 대상자에 대하여, 자기 효능감의 사분위 점수에 따라 4개 집단으로 구분하였다. 구분된 4분위 수는 70, 75, 84점이었다. 결과적으로 각 집단 별로 약 25%정도의 대상자를 갖도록 구분하였다 (표 2). 자기효능감 점수가 84점을 초과한 경우 우울증상이 있는 대상자는 3명으로 8.6%였다. 그러나 자기효능감이 감소함에 따라 우울증상은 점차 증가하였는데, 84점 이하에서는 16.7%로, 75점 이하에서는 35.3%로, 70점 이하에서는 63.2%였다. 즉 사분위수 감소에 따라, 자기효능감이 가장 높은 집단은 8.6%가 우울증상을 갖고 있었으나 가장 낮은 집단에서는 우울증상이 있는 63.2%로 급격하게 증가하였다.

자기효능감이 가장 높은 집단을 기준으로 우울증상에 대한 위험도를 오즈비와 95% 신뢰구간으로 구하였다. 자기효능감이 감소할수록 우울증상의 위험은 점차 증가하였는데, 자기효능감이 가장 높은 집단에 비하여 자기효능감이 84점 이하인 경우 2.21배 (95% 신뢰구간: 0.51-9.70)로 증가하였으나 신뢰구간이 1을 포함하여 통계적으로 유의한 증가는 아니었다. 그러나 자기 효능감이 75점 이하인 경우에는 5.6배 (95% 신뢰구간: 1.4-22.4)로 나타났고 통계적으로 유의한 증가였다. 자기효능감이 70점 이하인 경우에는 오즈비가 19.1 (95% 신뢰구간: 4.9-74.6)이었다. 즉, 자기효능감이 매우 낮을 경우 우울증상이 있을 위험도가 19배나 증가하는 것으로 나타났다. 이후 성, 연령, 교육과 소득 수준을 다중회귀분석 모형을 이용하여 보정한 결과에서도 같은 유형의 결과를 나타내었다. 이에 따라, 자기효능감의 감소는 성, 연령, 교육 및 소득 수준과 독립적으로 우울증상을 높이는 것으로 판단되었다.

표 2. 자기효능감과 우울증상의 관계

	명수, n (%)	우울증상		오즈비 (95% 신뢰구간)	
		없음	있음	모델 1	모델 2
자기효능감 ≤70	38 (26.6)	14 (36.8)	24 (63.2)	19.1 (4.9-74.6)	17.8 (4.4-73.0)
자기효능감 ≤75	34 (23.8)	22 (64.7)	12 (35.3)	5.6 (1.4-22.4)	5.6 (1.4-22.8)
자기효능감 ≤84	36 (25.2)	30 (83.3)	6 (16.7)	2.21 (0.51-9.70)	2.3 (0.5-10.3)
자기효능감 >84	35 (24.5)	32 (91.4)	3 (8.6)	1 (참고값)	1 (참고값)

모델 1: 자기효능감

모델 2: 자기효능감 + 성 + 연령+ 교육+ 소득수준

소속 단체에 따라 우울증상 위험도가 증가하는지 여부를 분석하였다. 소속 단체를 국가 단체와 개인 또는 소속 없음으로 이분화 한 후에, 이에 따른 자기효능감 75점을 기준으로 우울증상 여부를 분석하였다. 즉 첫 번째 집단은 국가 단체 소속이면서 자기효능감이 높은 집단, 두 번째는 국가 단체 소속이면서 자기효능감이 낮은 집단, 세 번째는 개인 단체 또는 소속이 없으면서 자기효능감이 높은 집단, 마지막은 개인 단체 또는 소속이 없으면서 자기효능감도 낮은 집단으로 구분하였다. 이때, 첫 번째 집단에 비해서 사립 또는 소속이 없는 경우는 우울증 증상 위험도가 2.5배, 자기효능감이 낮은 경우는 5.3배로 나타났다. 개인 단체 또는 소속이 없으면서 자기효능감이 낮은 경우는 41.4배로 매우 높게 나타났다. 이는 2.5배와 5.3배를 곱한 값 보다 컸으며, 상호작용에 대한 통계분석을 수행하였을 때 유의 수준 값이 0.05보다 작게 나타났다. 즉, 소속과 자기효능감은 우울증상에 대해 강한 상승작용을 보이는 것으로 나타났다 (그림 2).

본 연구에서 무용인의 자기효능감과 우울증상은 역의 상관관계가 있는 것으로 나타났다. 특히, 자기효능감이 75점 이하로 떨어지는 경우 5-19배 까지 우울증상이 증가하는 심각한 결과를 보여주고 있다. 더욱이 자기효능감 감소는 성, 연령, 교육 및 소득 수준과 독립적으로 우울증상을 증가시키는 것으로 나타났다. 또한 소속 여부는 자기효능감과 강한 상호작용으로 우울증상을 높였는데, 국가 기관 소속이면서 자기효능감이 높은 무용인에 비해서, 사립 또는 소속이 없으면서 자기효능감이 낮은 경우에는 우울증상 위험도가 41배 증가하는 상승작용을 보였다.

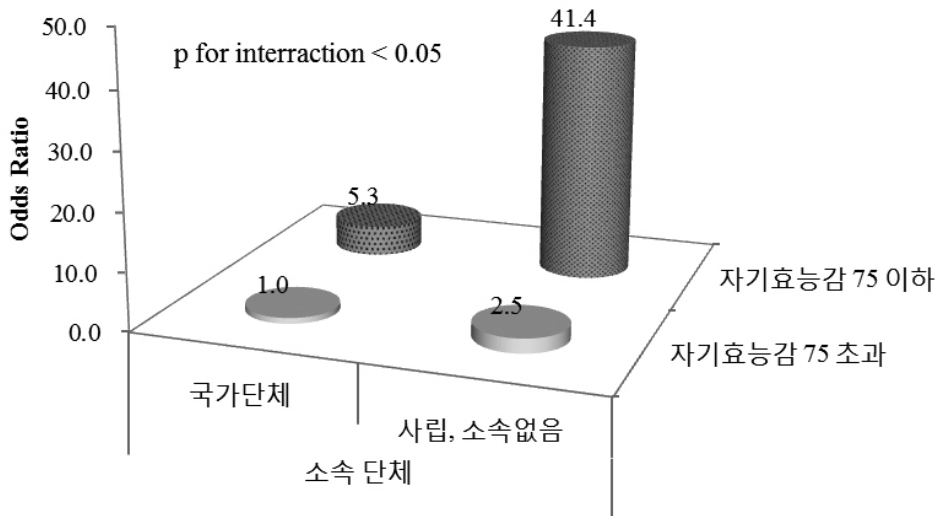


그림 2. 소속 단체와 자기효능감의 상호관계 및 우울증상에 대한 상승작용. 분석

## IV. 논의

본 연구는 무용인의 연간수입 및 자기효능감, 소속 기관의 상태가 우울증상에 미치는 영향을 알아보기 위해 자기 기입 방식의 설문지를 실시하였다. 이중 우울증상과 가장 관계가 높았던 것은 자기효능감 및 소속 기관의 상태였다. 자기효능감이 떨어질수록 우울증상 점수가 상승하는 역의 상관관계를 보였고, 특히 자기효능감이 70점 이하로 떨어질 경우 우울증상을 호소할 가능성이 약 18배 이상 증가하였다. 또한, 소속 기관의 상태에 따라서도 우울증상이 달랐는데, 소속이 없거나 개인 단체에서 일하는 경우 국가 단체에서 일하는 경우 2배 높은 우울증상 유병율을 보였다. 더욱이 본 연구에서는 소속 기관의 상태와 자기효능감이 서로 어떠한 상호작용을 하는지 알아보기 위해 통계 분석을 수행하였는데, 우울증상을 악화시키는 영향의 크기보다, 두 작용이 동시에 있을 경우 매우 커짐을 발견할 수 있었다. 실제, 소속 기관이 없거나, 개인 단체에서 일하면서 자기효능감이 떨어지는 경우에는 우울증상이 약 40배 증가하는 매우 큰 상승작용이 관찰되었다.

예술을 관람하고 공감하는 일은 심리적 안정감을 주며 감정적 회복을 돕는 것으로 알려져 있다. 더욱이, 관람을 넘어서 동작을 이용하여 치료하는 댄스테라피로 우울증을 치료하는 시도가 이루어지고 있는 등 (Int J of Neuroscience, eong, Y. J 2005), 무용을 포함한 예술은 아름다움의 표현을 넘어, 인간의 삶을 유지하고 영위하는데 매우 필수적인 요소로 인식되고 있다. 하지만, 본 연구에서는 이러한 순기능을 갖은 예술인이 자기효능감과 소속 상태에 따라 우울증상으로 고통 받을 수 있음을 보여주고 있다. 남을 치료하면서 병을 얻는 것처럼 보일 수도 있는 본 연구 결과를 아래의 단락을 통해 논의해 보고자 한다.

타인의 삶을 풍요롭게 하는 예술을 만들어 내는 무용인은 자기만족 뿐만 아니라, 관객과 공감을 얻기 위해 끊임없이 노력해야 한다. 공감을 얻는 일은 단순히 연습한 동작을 표현하는 것 보다는 예술적 표현을 이용하여 관객과 대화하는 것에 가깝다. 공감과 대화라는 상태 자체가 양방향 소통을 전제하고 있다. 따라서 자기 동작, 표현, 감정에 대한 확신을 갖고, 나의 행동이 관객의 마음을 움직일 수 있다는 기대를 갖고 행해져야 한다. 이때, 관객에 대하여 예술적 상황에서 적절한 행동을 할 수 있는 신념이 필요하다. 이러한 신념은 흔히 말하는 자기효능감과 관련이 있다. 자기효능감이 주로 연구된 분야는 성취감, 교육, 진로 설정 등과 최근에는 건강과 치료 활동에서 자기효능감은 건강행동 자체에도 영향을 미치는 것으로 연구되고 있다 (Developing learners, Ormrod, J. E. 2006). 즉, 자기효능감은 무용인이 적절한 예술적 표현을 할 수 있다는 기대, 관객이 공감할 것이라는 기대와 밀접하게 연관이 된다. 자기효능감이 낮은 경우 관객을 향해 예술적 표현이 기대와 신념 없이 행해질 수 있다. 기대와 신념이 부족해진 예술적 행위는 감정을 소모하게 되며, 소모된 감정은 소진 증후군과 우울감을 나타낼 수 있다. 이는 최근 연구되고 있는 감정노동자의 우울증상 발현과 비슷한 병태 생리로 이해할 수 있다(JKMS, Jin-Ha Yoon 2017).

무용인은 마치 육체 행동을 위주로 관객과 소통하는 것처럼 보일 수 있으나, 실제로는 자신의 예술적 감정을 몸짓으로 표현하고 관객은 무용인의 몸짓을 통해 예술적 감정을 전달 받는다. 결국, 무용인은 감정을 이용하여 일을 하고 있는 감정노동자가 될 수 있다. 무용인 감정노동자에게 맡겨진 배역이 기쁨일 수도, 슬픔일 수도 있다. 때로는 사람을 벗어나 떨어진 낙엽과 같은 미물과, 크게는 우주와 신의 감정을 담아야 한다. 자신의 진짜 감정과 매우 이질적인 감정이라도 자신의 것으로 승화하여 관객에게 진정한 감정을 전달해야 한다. 만약 자기효능감이 떨어져 있다면, 이질적인 감정을 표현하더라도 관객이 공감할 수 있다는 기대와 확신이 떨어지게 된다. 기대와 확신이 없다면, 자신의 진짜 감정과 표현되는 감정의 이질성이 서로를 인정하지 못한 채 싸우게 된다. 결국, 무용인은 감정적 소모를 경험하게 된다. 배역에 심취한 후 벗어나지 못하여 괴로워하다가 벗어난 후에는 허무한 감정이 밀려온다는 예술가들의 이야기를 우리는 종종 듣곤 한다. 이를 감정노동의 개념을 통해 이해해 볼 수 있다고 판단된다. 마치 화난 고객을 대상으로 친절한 감정을 지속적으로 표현해야 하는 서비스 직원은, 자신의 진짜 감정이 친절이 아님에도 진심에서 우러나오는 친절을 표현해야 한다. 이때, 두 감정이 싸움을 일으키고 감정적 소모는



우울과 불안장애를 일으킨다는 최근의 연구(Industrial Health, Jin-Ha Yoon 2017)가 경고하고 있는 감정노동이 무용 예술인에게서도 일어나고 있다고 보인다.

본 연구에서는 소속 기관이 없거나 개인단체인 경우 우울증상으로 고통 받을 위험이 증가했다. 즉, 소속 상황이 불안정한 경우에는 우울증상이 높아진다고 볼 수 있다. 국공립 단체에 속해 있다는 자체가 자기효능감을 높이고 높아진 자기효능감은 다시 예술표현의 기대와 확신을 증진시켜 준다. 반대로 소속 기관이 없거나 개인단체인 경우에는 자신의 예술적 가치를 객관적으로 확인시켜 주는 안정적 단체가 없으므로, 또 다른 불안이 발생한다. 이는 계약상태가 지속되더라도 비정규직으로 장기간 근무하면 불안이 증가하고 우울증이 발생한다는 연구결과를 통해 유추해 볼 수 있다 (JOH, Mo-Yeol Kang 2016) .

불안 감정은 기대와 확신을 악화시키고, 예술적 감정을 표현하는데 있어 발생하는 이질적 감정싸움에서 감정 소모를 더욱 악화시킨다. 따라서 불안과 자기효능감은 서로 상호작용에 의해 우울증상에 영향을 줄 수 있다고 판단된다. 소속 기관의 불안과 자기효능감의 상호작용 여부에 대하여 본 연구에서는 통계적 모형을 통해 연구해 보았다. 교호작용에 대한 통계 수치가 유의수준 0.05에 입각하여 밝혀졌다. 그리고 소속 기관의 상태와 자기효능감의 상승작용은 우울증상을 40배나 증가시키는 것으로 나타났다. 즉, 예술인의 정신 건강을 증진시키기 위해서는 자기효능감의 증진과 자기효능감과 상호작용이 있는 요소 중 불안을 유발 할 수 있는 상태를 최소화 하여야 한다.

## V. 결론 및 제언

본 연구는 무용인의 연간수입 및 자기효능감, 소속 기관의 상태가 우울증상에 미치는 영향을 알아보기 위해 자기기입방식의 설문을 실시하였으며 다음과 같은 결과를 도출 하였다.

첫째, 인구학적 분석을 통해 우울증상의 변수를 조사한 결과 성별, 연령, 학력수준은 유의하지 않은 결과를 나타냈으며, 수입, 소속기관의 상태, 자기효능감의 경우 우울증상에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 주목할 부분은 수입이 연간 3000만 원 이하인 경우에서 3000만원 초과인 경우보다 우울증상이 낮은 것으로 조사되어 낮은 수입이 우울증상을 높일 것이라는 예상과는 달리 수입의 정도가 무용의 우울증상에는 영향을 미치지 않는 것으로 조사되었다.

둘째, 자기효능감이 75점 이하인 경우의 우울증상 위험도는 5.6배, 자기효능감이 70점 이하인 경우의 우울증상 위험도는 19배가 증가되는 것으로 연구 되었다. 이는 자기효능감이 낮으면 낮을수록 우울증상의 위험도가 강한 상승작용을 보이는 것으로 자기효능감의 저하는 우울증상의 위험을 급속히 증가시키는 요인임을 의미한다.

셋째, 소속단체의 특성에 따라 우울증상의 위험도가 증가하는지 여부를 분석한 결과 국가소속단체이면서 자기효능감이 높은 집단에 비하여 비 국가단체 소속이면서 자기효능감이 낮은 집단의 경우 41.4배의 우울증상 위험도가 나타났다. 이에 따라 소속단체의 특성과 자기효능감은 우울증상에 대해 강한 상승작용을 보이는 것으로 나타났다.

위의 내용을 종합해 보면 무용인의 우울증상에 영향을 미치는 요인은 자기효능감과 소속기관의 상태로 요약 될 수 있다. 이에 본 연구자는 두 가지 제언을 한다.

첫째, 내부적 기대요인으로 무용인 스스로 자기효능감을 높이기 위한 자아존중, 신뢰감, 재능감, 자신감을 키운다. 둘째, 외부적 기대요인으로 국가소속단체의 확대를 위한 국가적 지원과 우수단체의 국가소속기관으로의 전환을 제시한다.

본 연구를 통하여 무용인의 우울증상 뿐만 아니라 공황장애, 자살충동 등과 같은 현대인들의 정신건강 이상 증상들에 관한 후속 연구를 기대하는 바이다.

## 참고문헌

- 김근국, 한혜원, 이재무(2017). 필라테스와 행동수정이 비만 중년여성의 신체적 자기개념, 스트레스, 우울에 미치는 영향, **한국무용과학지**, 34(1), 47-60
- 김보라, 조정호, 이지현(2013). 무용활동프로그램이 장애대학생의 우울증세에 미치는 영향, **한국무용과학회**, 30(2), 115-128
- 김영규, 이재규(2005). 스포츠활동 참여에 따른 건강행위, 신체상, 자기효능감 및 우울증 간의 상관연구, **한국체육과학지**, 14(1), 265-272
- 노정식, 전미라(2010). 무용전공 대학생이 인식하는 자기의식과 신체이미지, 자기효능감 및 무용수행 불안의 관계, **한국무용과학회**, 21(0), 1-20
- 이봉제(2006). 자기효능감 및 경제적 어려움이 우울증에 미치는 영향에 관한 연구. **임상사업연구**. 3(1), 159-172
- 이화석(2015). 무용전공 예술고등학생의 신체적 자기지각, 자기효능감 및 공연자신감의 관계, **한국무용과학회**, 32(1) 191-204
- 전점규, 이민규 (1992). 한국판 CES-D 개발 연구. **한국심리학회지** 11(1), 65-76
- 홍혜전(2016). 리듬움직임 활동이 경증 알츠하이머 노인의 우울정서와 정신행동증상에 미치는 효과, **한국무용과학회**, 33(2), 97-110
- Jeong, Y. J., Hong, S. C., Lee, M. S., Park, M. C., Kim, Y. K., & Suh, C. M. (2005). *Dance movement therapy improves emotional responses and modulates neurohormones in adolescents with mild depression*. *International Journal of Neuroscience*, 115(12), 1711-1720.
- Kang, M. Y., Kang, Y. J., Lee, W., & Yoon, J. H. (2016). Does long-term experience of nonstandard employment increase the incidence of depression in the elderly?. *Journal of occupational health*, 58(3), 247-254.
- Ormrod, J. E. (2006). *Educational psychology: Developing learners* (5th ed.). Upper Saddle River, N.J.: Pearson/Merrill Prentice Hall.
- Yoon, Jin-Ha, Dayee Jeung, & Sei-Jin Chang. "Does high emotional demand with low job control relate to suicidal ideation among service and sales workers in Korea?." *Journal of Korean medical science* 31.7 (2016): 1042-1048.
- Yoon, Jin-Ha, , Mo-Yeol Kang, Dayee Jeung & Sei-Jin Chang (2017). Suppressing emotion and engaging with complaining customers at work related to experience of depression and anxiety symptoms: a nationwide cross-sectional study. *Industrial health*, 55(3), 265-274.
- Sherer, M., Maddux, J. E., Mercandante, B., Prentice-Dunn, S., Jacobs, B. & Rogers, R. W. (1982). *The self-efficacy scale: Construction and validation*. *Psychological Reports*, 51(2): 663-671.

## ABSTRACT

### The Effect of Self-Efficacy and Characteristics of Affiliated Organizations on Depressive Symptoms of Dancers

*Cho Nam-gyu(Sangmyung University) Yune Sea-hee (Sookmyung women's University)*

The aims of our study were to investigate whether self-efficiency value or affiliation status related to depression symptoms. We conducted self-reported questionnaires for 143 artists of dancing. Artists have high prevalence of depressive symptoms when they experienced low income level, non-government affiliation and lower self-efficiency. Frequency analysis about gender, age, income, according to the level of education for depression and chi-square test was performed. Expressed as mean and standard deviation is about self-efficacy, according to whether depression, and t - Carried out a test. Self-efficacy and scattered about the relationship with depressive symptoms and graphically represents a forecast that are associated. Finally, according to the reduction of self-efficacy symptom of depression increased availability of multiple regression analysis to analyze the performance, calculated the odds ratio and a 95 % confidence interval. Furthermore, there was synergic effect between affiliation status and self-efficiency level to risk of depression symptoms. For example, the odds of depressive symptoms in non-government affiliation and low self-efficiency dancer was were 40 times higher or more comparing to that in government affiliation and high self-efficiency dancer. Hence, both of self-efficiency level as well as affiliation status should be considered To prevent depressive symptoms.

Key words : self-efficiency, depression symptoms, dancers, Artist, art organization

논문투고일: 2017. 5. 31

논문심사일: 2017. 6. 30

심사완료일: 2017. 7. 25

