

## 중년부부대상 무용분야 문화예술교육이 부부관계 질에 미치는 효과

홍혜전\* 서원대학교

이 연구는 중년부부의 무용분야 문화예술교육 프로그램 참여가 자기성찰과 부부 공감, 부부갈등대처능력 및 부부관계 질에 미치는 효과를 분석하였다. 연구대상자는 A문화재단 지역특성화(사회) 문화예술지원사업에 선정된 흥댄스컴퍼니의 '부부의 예술동행, 춤으로 포용하다' 프로그램에 참여한 중년부부 10쌍을 선정, 중도 탈락한 2쌍을 제외한 실험군 8쌍과 부부 댄스스포츠 프로그램에 참여한 중년부부 대조군 7쌍이 실험에 최종적으로 임하였다. 주1회 120분씩, 총 12주간 '부부의 예술동행, 춤으로 포용하다' 프로그램을 참여한 실험군과 동일 기간 댄스스포츠를 참여한 대조군에게 실험 전·후 자기성찰과 부부 공감, 부부 갈등대처행동 및 부부관계 질 척도를 측정하여 그 결과를 비교 분석하였다. 그 결과, 실험군에서 자기성찰, 부부 공감, 부부 갈등대처행동, 부부관계 질 모두 유의한 차이가 있었고, 실험군의 대응 비교에서도 유의한 차이가 있어 '부부의 예술동행, 춤으로 포용하다' 프로그램이 중년부부의 관계를 향상시킨다는 것을 확인할 수 있었다.

**주요어** : 중년부부, 무용분야 문화예술교육, 자기성찰, 부부 공감, 부부 갈등대처행동, 부부관계 질

### I. 서론

1900년대부터 중년기의 중요성이 강조되었는데, 이는 평균수명 연장과 남녀의 사회적 역할 발달 및 가족관계에서의 많은 변화를 경험하는 시기이기 때문이다(문현주, 권순재, 2015). 그래서 이 시기는 제2의 사춘기, 부모역할 감소로 인한 빈 보급자리, 탈 부모기, 제7의 심리학적 위기 등 사회·심리적 갈등을 경험하는 시기로 표현되기도 한다(원유병, 1998; 이은아, 2007). 또한 한국가정법률상담소(2013)에 의하면 40대 이혼상담율이 남성 35.4%, 여성 34.1%로 중년기의 부부관계가 가장 어려운 시기임을 알 수 있다. 반면, 평균수명이 길어지면서 부부가 함께 해로할 수 있는 기간연장과 더불어 부부간 성생활기능, 자녀양육의 사회기능 강화, 정서적 유대 기능 및 여가 기능 등이 중시 되면서 가족 안 핵심으로 부부관계의 질이 중요시되고 있다(문현주, 권순재, 2015). 권중돈(2014)은 부부간 애정의 재확립과 중년기 위기 극복을 위한 중년부부의 주요발달과업을 여가활동이라고 하였다. 이현주(2003)와 조수정(2006), 그리고 진명훈(2007) 역시 중년기 삶의 질 향상은 물론 노년기의 만족스러운 삶을 위해 이 시기에 여가활동에 대한 훈련과 경험이 필요하다고 보고하는 등 중년부부의 여가활동을 강조하고 있다.

즉, 부부가 함께 여가활동을 한다는 것은 생활 공유(이지연, 그레이스 정, 2015)는 물론 상호간 만족과 삶의 의미를 증진시키는 것이다(Kim & Lee, 2003). 그렇기 때문에 적극적 의지와 노력을 기울여 만들어낸 부부가 함께하는 여가활동은 부부간 상호작용의 기회를 높여(Glorieux et al., 2011) 부부관계 질에 중요한 영

\* hyejeon007@hanmail.net

향을 미치게 될 것으로 예측되며, 이러한 여가활동은 공통된 사회적 네트워크를 형성하며 여가 비용을 공동으로 지출하기 때문에 삶의 양식을 공유(Kalmijn & Bernasco, 2001)하게 되는 것이다. 이는 곧 부부관계 질에 가장 중요한 요인이 되는 것이다. 따라서 중년부부가 함께 하는 여가활동을 통해 부부는 서로를 삶의 동반자로 인정하게 되며, 공유한 경험을 기반으로 공통된 가치관을 갖게 되어 부부관계 질이 향상된다(Gager & Sanchez, 2003). 이에 중년기 부부관계 질을 높이기 위한 효과적이고 다양한 여가 프로그램이 필요하다.

부부관계의 질 향상을 위한 필요한 첫 번째 필요요인으로 자기성찰은 자신과 타인을 대상으로 관찰, 탐구, 분석하는 과정이자(이주희, 이선화, 2015), 자신의 감정과 생각에 대해 이해하고 탐색하는 통합적 과정을 의미한다(정영혜, 2013). 자기성찰이 높은 사람은 행복감이 높기 때문에(김현진, 한종철, 2004), 중년기 기혼자들은 자신을 회복하고 재구성하려는 노력을 통해 전환기로의 도약을 시도하여 자신의 삶에 대한 성찰으로써 부부 친밀감을 촉진시키기도 한다(황주연, 2011). 또한 김명자(1985)는 자아성찰의 시기를 중년기로 규정하였는데, 자아성찰이 중년기를 경험하는 기혼 남녀의 이혼위기와 부부갈등을 예방하고 건강한 부부관계를 유지하고 개선해 가는데 도움을 줄 수 있기 때문이다(이주희, 이선화, 2015). 두 번째 필요요인인 부부 공감은 감정적 의사소통으로, 개인의 감정조절능력 뿐만 아니라(정병완, 홍혜영, 2015), 타인의 감정에 대해 지각하고 반응할 수 있는 능력을 의미한다(Pines & Marrone, 2003). 이는 여러 사회적 상황에서 개인이 적합한 반응을 할 수 있도록 돕고(Cassels et al., 2010), 타인의 감정을 지각하고 감정적인 상태를 적절하게 공유하며, 그에 따른 적합한 행동을 하게 하여 개인의 사회-정서적 건강과 안녕감에 핵심적 역할을 한다(정병완, 홍혜영, 2015). 즉, 부부 공감은 배우자의 관점을 이해하는데 중요한 요인이기 때문에 부부가 함께하는 문화예술교육 활동을 통해 부부 공감능력을 더욱 강화시킬 것으로 판단된다. 반면, 부부관계 질 향상에 부정적 영향을 미칠 것으로 예측되는 부부 갈등대처행동은 개인이 갈등에 직면했을 때 문제를 처리하고 적응해 나가는 행동이다(박영화, 고재홍, 2005). 부부 갈등대처행동에는 갈등 상황을 종식시키는 직접적 대처인 정서중심대처와 자아개념을 위협하는 심리적 갈등이 생길 때 행하는 간접적 대처인 자아방어 기제가 있다(Lazarus & Folkman, 1984). 부부 갈등대처행동은 문제해결과 갈등완화라는 동일한 목적을 지니고 있지만 그 방법에는 부부 간의 차이를 지니고 있어(박영화, 고재홍, 2005), 배우자에 대한 깊은 이해와 수용을 통한 부부관계 발달이 부부생활의 가장 기초가 되는 것임을 생각해 볼 때 부부 갈등을 해결하는 방법으로 부부가 함께 하는 문화예술교육 활동이 매우 중요한 역할을 할 것으로 판단된다.

문화예술교육은 예술체험 위주의 교육을 통한 시민의 문화적 감수성을 활성화하고(이동연, 2008), 자기 삶에 있어 자율적·주도적 주체가 되게 하며, 타자와 협력하여 공공적 주제로 확대하고, 공공성과 공동체성을 회복하게 하는 활동이다(한국문화예술교육진흥원, 2013). 특히, 중년부부대상 문화예술교육은 학생이나 사회취약계층이 아닌 '일반시민' 또는 '중산층'을 대상으로 한 문화예술교육이기 때문에 향유 계층이 늘어날 수 있을 뿐만 아니라, 감상형 문화활동이나 창조형 문화활동, 그리고 봉사형 문화활동으로 문화예술교육의 파급 효과가 있어(박영정, 2010), 결과적으로 문화예술교육과 시민의 문화향유 증진 측면에서 선순환 효과가 기대되는 여가활동이다.

다양한 문화예술교육 활동 중 무용분야는 비언어적 소통의 특징을 지닌다. 인간의 의사소통에 있어 언어소통은 10%에 불과하지만, 얼굴 표정과 손 제스처, 그리고 신체로 취하는 자세(posture) 등은 신체언어로써 90%를 차지한다(Burgoon et al., 2010). 신체언어로 표현한다는 것은 전달하는 것, 그러니까 생각, 의도, 감정을 효과적으로 전달하는 능력으로 인간은 표현움직임을 통해 감정을 전달한다(김선진, 김수연, 2010). 표현움직임은 마음 상태에 따라 일어나는 신체적 행동이자(Reiman, 2007), 감각-운동의 하나로써 생각과 감정을 드러내는 내적 활동인 동시에 환경과 상호작용하여 나타나는 외적 활동의 협응적 운동 행동이다(Paglia, 2006). 이러한 표현움직임을 통한 소통과 공감은 최근 인지심리학과 신경과학, 그리고 비언어적 소통분야에서

집중 연구되고 있다(Gallagher, 2004; Taylor & Zwaan, 2008). 또한 서로의 감각에 접촉하는 표현움직임은 자신의 존재를 건넌 또는 보냄으로써 맞닿음을 만들어 내는 행위이다(최수인, 2014). 이는 서로 접촉함을 통한 공존이자 몸의 오고감을 통한 만남을 경험하게 한다. 김영연 & 송주연(2014)에 의하면 인간은 만지고, 잡고, 악수하고, 등을 두드리는 등의 신체접촉을 통해 서로에게 메시지를 전달하고, 그로 인한 관계를 형성하기 때문에 신체 간 접촉은 인간관계의 가장 기본적인 소통 매체가 된다. 이달희(2012)는 몸을 만져주는 접촉 행동은 아픈 마음을 어루만져주는 치유의 몸짓으로써 행복감을 느끼게 하는 신경전달물질인 세르토닌을 발생시킨다는 의학적 결과를 보고한 바 있다. 즉, 접촉무용은 두 사람의 무게와 에너지 교류를 통한 신체적 접촉을 유지하면서 함께 움직이는 것이며(Lepkoff, 1997), 중력과 순간성, 관성, 마찰성의 상호작용을 통해 서로 교감할 수 있는 신체 접촉점을 발견하고, 그 접촉점을 통해 서로의 체중을 주고받으면서 움직이는 것이다(Paxtin, 1997). 이에 40-50대 중년부부가 삶의 가치를 재발견하고, 행복한 삶을 누릴 수 있도록 함께하는 건강한 여가환경으로 문화예술교육 프로그램이 적합하며, 특히 표현움직임과 접촉움직임을 통합한 실질적인 무용분야 문화예술교육이 필요하다고 판단된다.

현재 부부 대상으로 이루어지는 여가활동이나 부부관계에 미치는 관계 연구로 이지연 & 그레이스 정(2015)의 연구가 확인될 뿐이며, 대부분의 선행연구들은 부부가 함께 공유하는 여가를 살펴보기보다는 부부이원체계에 초점을 둔, 개인의 여가와 삶에 대해 관심이 편중되어 있다(김정운, 이장주, 2003; 문상정, 2013; 원형중 등, 2012). 그러나 부부는 가족의 출발점이자 가족을 형성하는 기본단위이기 때문에 여전히 중요한 대상이고(이지연, 그레이스 정, 2015), 부부는 정서적 유대관계로 맺어져 있으며, 시간과 공간을 공유하는 생활공동체이기 때문에 일상생활에 대한 연구라는 측면에서 부부 대상 문화예술교육 활동에 대한 연구의 필요성이 매우 크다. 따라서 이 연구에서는 중년부부의 부부관계 질 향상을 위하여 무용분야 문화예술교육 프로그램을 적용하여 자기성찰, 부부 공감, 부부 갈등대처행동 및 부부관계 질에 미치는 효과를 검증하는데 목적이 있다. 이 연구를 통해 중년부부의 삶의 질 향상과 문화예술교육분야 연구 보완 및 계량적 자료 확보에 기여하고자 한다.

연구목적을 규명하기 위하여 설정한 연구문제는 다음과 같다.

- 첫째, 무용분야 문화예술교육 프로그램 참여가 중년부부의 자아성찰에 미치는 효과는 어떠한가?
- 둘째, 무용분야 문화예술교육 프로그램 참여가 중년부부의 부부 공감에 미치는 효과는 어떠한가?
- 셋째, 무용분야 문화예술교육 프로그램 참여가 중년부부의 부부 갈등대처행동에 미치는 효과는 어떠한가?
- 넷째, 무용분야 문화예술교육 프로그램 참여가 중년부부의 부부관계 질에 미치는 효과는 어떠한가?

## II. 연구방법

### 1. 연구 대상

이 연구는 A문화재단 지역특성화(사회) 문화예술지원사업에 선정된 흥댄스컴퍼니의 ‘부부의 예술동행, 춤으로 포용하다’ 프로그램의 효과를 검증하기 위하여 다음과 같은 조건에 충족하는 참여자를 모집·선정하였다. 첫째, 40-50대 중년부부, 둘째, 골반이나 요추에 정형외과적 질환이 없고 운동수행이 불가능하지 않으며, 셋째, 연구의 목적을 설명한 후 연구에 동의한 중년부부 총 17쌍을 연구대상자로 선정하였다. 선정된 대상자는 사전조사를 실시한 후 무용분야 문화예술교육 프로그램 참여를 원하는 40-50대 중년부부 10쌍을 실험군으로, 댄스스포츠를 원하는 40-50대 중년부부 7쌍을 대조군으로 배치하였다. 그러나 프로그램 진행 중 남편의 해외출장과 근무지 이동으로 실험군에서 중도 탈락한 2쌍을 제외한 8쌍이 최종적으로 실험에 참여하였다.

무용분야 문화예술교육 프로그램 ‘부부의 예술동행, 춤으로 포옹하다’는 H아동복지회 대강당에서 2015년 9월 4일부터 11월 13일까지 총12주간 주1회, 120분씩 수행하였으며, 댄스스포츠 차차차는 C주민센터에서 동일기간 총 12주, 주1회, 90분씩 수행하였다. 연구대상의 일반적 특성은 <표 1>과 같다.

표 1. 연구대상의 일반적 특성

그룹	연령	결혼기간	자녀수
실험군	48.20±3.79	24.3±3.21	1.89±2.25
대조군	49.20±2.06	25.9±2.55	2.03±3.19

## 2. 무용분야 문화예술교육 프로그램

중년부부대상 무용분야 문화예술교육 프로그램 ‘부부의 예술동행, 춤으로 포옹하다’는 40-50대 중년부부가 함께 삶의 가치를 재발견하고, 행복한 삶을 누릴 수 있도록 건강한 여가환경인 문화예술교육 프로그램이 절실하다는 판단아래 설계되었다. ‘부부의 예술동행, 춤으로 포옹하다’는 후안만의 ‘백 마디 말보다 조용히 안아주는 것이 큰 위안이 된다’를 모티브로 신체접촉 무용동작과 연극적 마임을 적용시킨 중년부부대상 무용예술교육 프로그램이다(홍댄스컴퍼니 결과자료집, 2015). 부부가 함께 무용예술프로그램을 참여함으로써 춤으로 신체적 에너지 발산을 통한 스트레스 해소 및 건강한 여가환경을 조성하고, 부부관계를 더욱 가깝고 조화롭게 하며, 예술적 소양을 발전시켜 삶의 질을 향상시키는데 목적을 두고 개발된 것이다. 발레작품을 재해석하여 역동적이고 친밀감 넘치는 라틴아메리칸 댄스의 표현방법, 그리고 현대무용의 접촉즉흥움직임을 통합시킨 무용예술 신체접촉 표현움직임 프로그램으로 구체적인 내용은 <표 2>와 같다. 무용분야 문화예술교육 프로그램 ‘부부의 예술동행, 춤으로 포옹하다’는 2015년 9월 4일부터 11월 13일까지 총12주간 주1회, 120분씩 2명의 주강사와 1명의 보조강사 및 연구대상자 8쌍이 함께 참여하였다.

또한 대조군에게 진행된 댄스스포츠는 라틴 종목 중 차차차(cha cha cha)로 선정하였으며 무용분야 문화예술교육프로그램 ‘부부의 예술동행, 춤으로 포옹하다’와 동일하게 2015년 9월 4일부터 11월 13일까지 총12주간 주1회, 90분씩 2명의 주강사와 연구대상자 7쌍이 함께 참여하였다. 차차차는 다른 댄스스포츠 종목인 룸바, 왈츠, 탱고 등에 비해 경쾌하며 자이브 보다 리듬이 느리기 때문에 누구나 쉽게 습득할 수 있는 장점이 있다(Naruse et al., 2015). 또한 댄스스포츠 라틴 종목인 차차차의 특성 상 힙 무브먼트와 허리 트위스트 동작이 많아 워밍업 스트레칭(10분)을 통하여 허리와 고관절 및 무릎관절의 근육을 이완시키고자 노력하였다. 매회 댄스스포츠 프로그램은 <표 3>에서 보는 바와 같이 워밍업 스트레칭, 차차차 기본 스텝, 휴식, 파트너와 음악에 맞춰 춤추기, 마무리 스트레칭 순서로 진행하였다.

표 2. 무용분야 문화예술교육프로그램 ‘부부의 예술동행, 춤으로 포옹하다’

회차	교육 내용		
1	교육주제	순수한 사랑의 지젤	1) 커플 스트레칭을 통한 신체이완 및 부부 친밀감 2) 낭만발레 지젤의 순수한 사랑 마음 습득 3) 발레 지젤 속 동작+라틴아메리카의 룸바+체중전달하기를 이용한 신체접촉표현움직임 습득 4) 부부 협력 움직임 창작 및 발표
	교육요소	상호작용, 친밀감	
	교육목표	체중전달하기를 통한 서로의 중심 느끼며 다가가기	
2	교육주제	영원한 사랑의 로미오와 줄리엣	1) 커플 스트레칭을 통한 신체이완 및 부부 친밀감 2) 로미오와 줄리엣의 애절한 사랑 마음 습득 3) 발레 로미오와 줄리엣 속 동작+룸바+체중받기를 이용한 신체접촉움직임 습득 4) 부부 협력 주제 움직임 창작 및 발표
	교육요소	신뢰성, 상호작용, 감정	
	교육목표	체중받기를 통한 상대방과의 신뢰 쌓기	

회차	교육 내용		
3	교육주제	열정의 돈키호테	1) 커플 스트레칭을 통한 신체이완 및 부부 친밀감 2) 돈키호테의 열정적인 사랑 표현법 마임 습득 3) 돈키호테 속 동작+탱고+상대방 무게 느끼기를 이용한 신체접촉표현 움직임 습득 4) 부부 협력 주제 움직임 창작 및 발표
	교육요소	배려심	
	교육목표	중심이동을 통한 상대방 무게 느끼기와 중심 맞기기	
4	교육주제	신뢰의 백조의 호수	1) 커플 스트레칭을 통한 신체이완 및 부부 친밀감 2) 백조와 흑조의 유혹적인 사랑장면 마임 습득 3) 백조의 호수 속 동작+탱고+관절별 중심잡기를 이용한 신체접촉움직임 습득 4) 부부 협력 주제 움직임 창작 및 발표
	교육요소	신뢰성, 상호작용	
	교육목표	관절별 중심잡기를 통해 다양한 움직임 체험	
5	교육주제	동화같은 사랑 잡자는 숲속의 미녀	1) 커플 스트레칭을 통한 신체이완 및 부부 친밀감 2) 잡자는 숲속의 미녀를 아름다운 현대판 사랑으로 재해석하여 유희적 움직임과 접목한 마임 습득 3) 잡자는 숲속의 미녀 속 동작+폭스트롯+공간만들기를 이용한 신체접촉움직임 습득 4) 부부 협력 주제 움직임 창작 및 발표
	교육요소	협동성	
	교육목표	신체를 이용한 공간만들기	
6	교육주제	3대 발레 호두까기 인형	1) 커플 스트레칭을 통한 신체이완 및 부부 친밀감 2) 호두까기 인형 속 여주인공의 풋풋한 사랑 마임 습득 3) 호두까기 인형 속 동작+폭스트롯+신체 통과하기를 이용한 신체접촉 움직임 습득 4) 부부 협력 주제 움직임 창작 및 발표
	교육요소	수용력	
	교육목표	신체 통과하기를 통한 서로의 신체 탐색	
7	교육주제	로맨틱 파키타	1) 커플 스트레칭을 통한 신체이완 및 부부 친밀감 2) 파키타 주요장면 속 마임 습득 3) 파키타 속 동작+자이브+내부로부터 동작경험하기를 이용한 신체접촉 움직임 습득 4) 부부 협력 주제 움직임 창작 및 발표
	교육요소	포용력	
	교육목표	내부로부터 동작경험하기를 통해 상대방에게 집중하기	
8	교육주제	남성미의 스파르타쿠스	1) 커플 스트레칭을 통한 신체이완 및 부부 친밀감 2) 스파르타쿠스의 유혹적 사랑 마임 습득 3) 스파르타쿠스 속 동작+파소도블레+흐름을 강조한 타성과 진행을 이용한 신체접촉움직임 습득 4) 부부 협력 주제 움직임 창작 및 발표
	교육요소	친밀감, 상호작용	
	교육목표	흐름을 강조한 타성과 상대방에게 집중하기	
9	교육주제	수용의 오네긴	1) 커플 스트레칭을 통한 신체이완 및 부부 친밀감 2) 오네긴의 가슴 아픈 사랑편지 장면 마임 습득 3) 오네긴 속 동작+폭스트롯+공간사용하기를 이용한 신체접촉움직임 습득 4) 부부 협력 주제 움직임 창작 및 발표
	교육요소	배려심, 리더십	
	교육목표	공간사용하기를 통한 배려하기와 리드하기	
10	교육주제	협동심의 해적	1) 커플 스트레칭을 통한 신체이완 및 부부 친밀감 2) 해적의 낭만적 사랑표현 마임 습득 3) 해적 속 동작+파소도블레+서로의 중심점 찾기를 이용한 신체접촉움직임 습득 4) 부부 협력 주제 움직임 창작 및 발표
	교육요소	협동성, 응집력	
	교육목표	서로의 중심점 찾기를 통한 상대방 인식하기	
11	교육주제	서로의 믿음 춘향	1) 커플 스트레칭을 통한 신체이완 및 부부 친밀감 2) 춘향의 몽룡과 춘향이 만나는 설레는 사랑 장면 마임 습득 3) 춘향 속 동작+룸바+접촉즉흥을 이용한 신체접촉움직임 습득 4) 부부 협력 주제 움직임 창작 및 발표
	교육요소	표현력, 신뢰성	
	교육목표	접촉즉흥을 통한 자연스러운 스킨십하기	
12	교육주제	부부의 예술동향, 되돌아보기	1) 커플 스트레칭을 통한 신체이완 및 부부 친밀감 2) 주제별 움직임 되짚어 공연형태로 시연 3) 12차시 활동 영상 감상 후 소감 나누기
	교육요소	이해심, 수용력, 협동심, 상호작용	
	교육목표	서로에 대한 인식의 변화와 자유로운 표현 공유	

표 3. 댄스스포츠(차차차) 프로그램

회차	교육내용
1	워밍업 스트레칭 → Basic movement(hold & open hold) → 마무리 스트레칭
2	워밍업 스트레칭 → Basic movement(hold & open hold) → 마무리 스트레칭
3	워밍업 스트레칭 → New york(check form open CPP) → 마무리 스트레칭
4	워밍업 스트레칭 → New york(check form open CPP) → 마무리 스트레칭
5	워밍업 스트레칭 → Hand to hand(check form open PP) → 마무리 스트레칭
6	워밍업 스트레칭 → Spot turn / under arm turn → 마무리 스트레칭
7	워밍업 스트레칭 → 댄스스포츠의 팔 동작(양손 같이 실시) → 마무리 스트레칭
8	워밍업 스트레칭 → Basic movement, three cha cha → 마무리 스트레칭
9	워밍업 스트레칭 → Three cha cha(check from open CPP) → 마무리 스트레칭
10	워밍업 스트레칭 → Open hip twist → 마무리 스트레칭
11	워밍업 스트레칭 → Hockeystick → 마무리 스트레칭
12	워밍업 스트레칭 → Close hip twist → 마무리 스트레칭

### 3. 조사도구

#### 1) 자기성찰

자기성찰을 측정하기 위한 설문지는 황주연(2011)이 개발한 척도를 사용하였다. 이 척도는 자기탐색, 자기 이해, 타인탐색, 타인이해 4요인이며 각 문항수는 5문항으로 총 20문항으로 구성되어 있다. 자기탐색은 자신의 불편한 감정에 대한 분석 및 탐색에 대한 내용(나는 화가 나면 무엇 때문에 화가 났는지 생각해 본다), 자기이해는 자신의 마음이나 행동 및 경험에 대한 이해와 그것에 대한 새로운 관점을 취하는 것에 대한 내용(내가 하는 걱정이 나에게 어떤 영향을 미치는지 이해한다), 타인탐색은 상대방에게 관심을 갖고 그의 생각과 기대 등을 살펴보는 내용(상대방과 생각이 다를 때 그가 내 말과 행동을 어떻게 받아 들였는지 생각해 본다), 마지막으로 타인이해는 상대방과 자신, 둘 간의 갈등에 대한 이해를 통해 상대에 대한 배려와 적절한 해결방법의 모색에 대한 내용(상대방에게 서운할 때 상대방이 보인태도가 무엇을 뜻하는지 생각해본다)의 문항으로 구성되어 있다. 각 문항은 '전혀 그렇지 않다' (1점)에서 '매우 그렇다' (5점)의 5점 Likert척도를 사용하여 측정을 실시하였다. 점수가 높을수록 자기성찰이 높음을 의미하며, 전체 신뢰도 계수는 .87이며, 하위영역별로 자기탐색 .87, 자기이해 .94, 타인탐색 .82, 타인이해 .85로 나타났다.

#### 2) 부부 공감

부부 공감을 측정하기 위한 설문지는 Davis(1980)가 개발한 대인관계반응(Interpersonal Reactivity Index: IRI)척도를 사용하였다. 이 척도는 인지공감, 행동공감, 정서몰입공감, 정서동요공감 4요인이며 각 문항수는 7문항으로 총 28문항으로 구성되어 있다. 인지공감은 각각 다른 사람의 심리적인 관점이나 태도를 자발적으로 취해 보려는 경향을 의미하는 내용, 행동공감은 불행을 겪는 타인에 대한 동정적인 관심과 연민 행동 내용의 문항으로 구성되어 있다. 또한 정서몰입공감은 자신을 책이나 영화, 드라마 등 허구적 인물의 느낌이나 행동을 상상하며 몰입하는 경향의 내용, 정서동요공감은 다른 사람의 불행이나 고통을 보면 마음이 불안해지거나 고통스러워지는 경향의 내용 문항으로 구성되어 있다. 각 문항은 '전혀 그렇지 않다' (1점)에서 '매우 그렇다' (5점)의 5점 Likert척도를 사용하여 측정을 실시하였다. 점수가 높을수록 부부 공감능력이 높음을 의미하며, 전체 신뢰도 계수는 .91이며, 하위영역별로 인지공감은 .92, 행동공감은 .95, 정서몰입공감은 .93, 정서동요공감은 .82로 나타났다.

### 3) 부부 갈등대처행동

부부 갈등대처행동을 측정하기 위한 설문지는 전경구 등(1994)이 개발한 다차원적 대처척도 중 문제 중심적 대처방식에 해당하는 감정표출행동, 무조건 양보, 갈등무시행동을 사용하였다. 이 척도는 감정표출행동 척도 5문항, 무조건 양보 척도 3문항, 갈등무시행동 척도 4문항, 총 12문항으로 구성되어 있다. 감정표출행동은 갈등 시 자신이 느끼는 감정을 자제하지 않고 그대로 상대방에게 표출하는 행동 내용(나는 화가 나면 소리를 지른다), 무조건 양보는 부부간 갈등 시 상대방의 주장이나 요구에 무조건적으로 따르고 양보하는 행동 내용(나는 내 입장을 포기하고 남편 혹은 부인에게 양보한다), 갈등무시행동은 부부간 갈등 시 소극적으로 그 갈등을 무시하거나 갈등해결을 위한 노력을 하지 않는 내용(나는 문제 상황을 피한다)의 문항으로 구성되어 있다. 각 문항은 '전혀 그렇지 않다' (0점)에서 '매우 그렇다' (3점)의 4점 Likert척도를 사용하여 측정을 실시하였다. 점수가 높을수록 부부 갈등대처행동이 높음을 의미하며, 전체 신뢰도 계수는 .91이며, 하위영역별로 감정표출행동은 .95, 무조건 양보는 .89, 갈등무시행동은 .88로 나타났다.

### 4) 부부관계 질

부부관계 질을 측정하기 위한 설문지는 정현숙(2001)이 개발한 한국형 결혼만족도 척도 중 정서적 과정의 존중과 배려 척도를 사용하였다. 이 척도는 존중과 배려 2요인이며 각 문항수는 8문항으로 총 16문항으로 구성되어 있다. 존중은 부부가 서로의 입장을 이해하고 서로의 인격을 존중해주는 내용(남편은 나의 자존심을 세워준다), 배려는 서로를 도와주고 챙겨주는 것에 대한 내용(남편은 내가 어려울 때 도와준다)의 문항으로 구성되어 있다. 각 문항은 '전혀 그렇지 않다' (1점)에서 '매우 그렇다' (5점)의 5점 Likert척도를 사용하여 측정을 실시하였다. 점수가 높을수록 부부관계 질이 높음을 의미하며, 전체 신뢰도 계수는 .89이며, 하위영역별로 존중은 .86, 배려는 .91로 나타났다.

## 4. 조사수집

이 연구의 자료수집은 A문화재단 지역특성화(사회) 문화예술지원사업에 선정된 흥댄스컴퍼니의 '부부의 예술동행, 춤으로 포용하다' 프로그램의 협조를 받아 2015년 9월 4일부터 11월 13일까지 총12주에 걸쳐 이루어졌다. 무용분야 문화예술교육프로그램에 참여한 부부에게 연구의 취지 및 목적을 설명하고 부부 8쌍을 최종 연구대상자로 하였다. 연구자는 연구대상자에게 프로그램 진행 중 언제라도 그만 둘 수 있으며, 개인정보는 연구목적으로만 사용됨을 설명하였다. 자기성찰과 부부 공감, 부부 갈등대처행동 및 부부관계 질 측정은 2015년 9월 1일과 2일에 실험군과 대조군 모두 일대일 면접방식으로 연구자와 보조연구자 2인이 함께 진행하였다. 또한 사후조사는 2015년 11월 15일과 16일에 사전조사를 했던 연구자와 동일한 보조연구자가 일대일로 조사하였다.

## 5. 자료처리

이 연구의 자료처리는 SPSS 21.0 프로그램을 이용하여 첫째, 실험군과 대조군의 동질성 여부를 파악하기 위하여 독립표본 t-검증을 실시하였고, 둘째, 자기성찰과 부부 공감, 부부 갈등대처행동, 부부관계 질에 대한 효과를 알아보기 위하여 사전검사와 사후검사 간 대응표본 t-검증을 실시하였다. 셋째, 사전·사후 간 변화량을 확인하기 위하여 ANOVA를 실시하였다. 모든 분석의 통계적 유의수준은  $p < .05$ 로 설정하였다.

### III. 연구결과 및 논의

#### 1. 무용분야 문화예술교육 프로그램의 자기성찰 효과 검증

이 연구의 연구대상자는 실험군 16명, 대조군 14명, 총 30명이다. 실험군과 대조군의 동질성 여부를 검증하기 위한 독립표본 t-검증을 실시한 결과는 <표 4> ~ <표 7>과 같다. 자기성찰에 대한 실험군과 대조군의 두 집단 간 동질성 검증 결과를 살펴보면, 실험군(M=3.45)이 대조군(M=3.39)에 비해 다소 높은 점수를 보였지만, 통계적( $t=.365, p=.241$ )으로 유의미한 수준은 아니었다. 또한 부부 공감에 대한 실험군과 대조군의 두 집단 간 동질성 검증 결과를 살펴보면, 실험군(M=1.56)이 대조군(M=1.66)에 비해 다소 낮은 점수를 보였지만, 통계적( $t=.477, p=.984$ )으로 유의미한 수준은 아니었다. 다음으로 부부 갈등대처행동에 대한 실험군과 대조군의 두 집단 간 동질성 검증 결과를 살펴보면, 실험군(M=1.89)이 대조군(M=1.83)에 비해 다소 높은 점수를 보였지만, 통계적( $t=-1.254, p=.231$ )으로 유의미한 수준은 아니었다. 마지막으로 부부관계 질에 대한 실험군과 대조군의 두 집단 간 동질성 검증 결과를 살펴보면, 실험군(M=1.98)이 대조군(M=1.91)에 비해 다소 높은 점수를 보였지만, 통계적( $t=1.264, p=.876$ )으로 유의미한 수준은 아니었다. 그러므로 이 연구의 실험군과 대조군인 두 집단은 자기성찰, 부부 공감, 부부 갈등대처행동, 그리고 부부관계 질에 있어 모두 동질적인 집단임이 확인되었다.

중년기의 부부관계 질 향상을 위한 문화예술교육 프로그램 참여가 중년부부의 자기성찰에 미치는 효과를 알아보기 위해 실험군과 대조군의 사전·사후검사를 분석한 결과 <표 4>와 같다. 집단 내 변화에서 실험군은  $3.45 \pm .34$ 에서 사후  $4.59 \pm .82$ 로 유의하게 증가하였으며( $p < .01$ ), 대조군은  $3.39 \pm .53$ 에서 사후  $3.36 \pm .12$ 로 증가하였으나 유의한 차이가 나타나지 않았다( $p > .05$ ). 또한 집단 간 변화에서 무용분야 문화예술교육 프로그램 참여 12회 후 실험군과 대조군 간의 차이는 유의하게 나타났다( $p < .01$ ).

표 4. 무용분야 문화예술교육 프로그램의 자기성찰 효과 검증 결과

변인	그룹	Pre-Test M(SD)	t(p)	Post-Test M(SD)	t(p)	Change Pre-Post	F
자기탐색	Exp.	2.89±.86	.302	4.23±1.25	.265***	1.34	2.786***
	Con.	2.76±.62		2.89±.78			
자기이해	Exp.	3.25±.78	.204	4.55±.29	.379**	1.31	1.673***
	Con.	3.21±.98		3.34±.98			
타인탐색	Exp.	2.56±.31	.576	4.23±.51	.967*	1.67	1.986**
	Con.	2.44±.22		2.54±.78			
타인이해	Exp.	2.80±.45	.243	4.25±.62	.279***	1.45	2.684***
	Con.	2.76±.56		2.88±.60			
자기성찰	Exp.	3.45±.34	.365	4.59±.82	.762**	1.14	.832***
	Con.	3.39±.53		3.36±.12			

\*\* $p < .01$ , \*\*\* $p < .001$

따라서 무용분야 문화예술교육 프로그램 참여가 중년부부의 자기성찰에 미치는 효과가 있는 것으로 나타났다. 이 연구결과에 대해 이주희 & 이선화(2015)는 자기성찰은 자신과 타인에 대한 이해와 탐색을 통해 부부관계의 적응과 친밀감에 기여하는 것으로 보고되었으며, Hixin & Swann(1993) 역시 자신에 대해 생각해 보고, 알아가는 자기성찰이 개인의 적응과 안녕감에 도움을 준다고 하여 자기성찰이 부부관계 소통에 도움이 되는 변인임을 뒷받침하고 있다. 이에 무용분야 신체접촉 표현움직임 문화예술교육 프로그램 활동은 중년부부의



자기성찰을 향상시킨다는 것을 확인할 수 있었다.

### 2. 무용분야 문화예술교육 프로그램의 부부 공감 효과 검증

중년기의 부부관계 질 향상을 위한 문화예술교육 프로그램 참여가 중년부부의 부부 공감에 미치는 효과를 알아보기 위해 실험군과 대조군의 사전·사후검사를 분석한 결과 <표 5>와 같다. 집단 내 변화에서 실험군은 1.56±.38에서 사후 4.67±.25로 유의하게 증가하였으며( $p<.01$ ), 대조군은 1.66±.47에서 사후 1.90±.96로 증가하였으나 유의한 차이가 나타나지 않았다( $p>.05$ ). 또한 집단 간 변화에서 무용분야 문화예술교육 프로그램 참여 12회 후 실험군과 대조군 간의 차이는 유의하게 나타났다( $p<.01$ ).

표 5. 무용분야 문화예술교육 프로그램의 부부 공감 효과 검증 결과

변인	그룹	Pre-Test M(SD)	t(p)	Post-Test M(SD)	t(p)	Change Pre-Post	F
인지공감	Exp.	2.74±.83	.953	4.25±.91	.109**	1.51	2.987*
	Con.	2.65±.72		2.56±.39			
행동공감	Exp.	1.78±.92	1.265	4.55±.25	.683**	2.77	1.944***
	Con.	1.67±.25		1.90±.39			
정서몰입공감	Exp.	2.46±.29	.568	4.26±.39	.295**	1.81	7.547**
	Con.	2.42±.30		2.44±.97			
정서동요공감	Exp.	2.43±.90	.689	4.12±.98	1.567**	1.69	6.266***
	Con.	2.54±.45		2.99±.26			
부부 공감	Exp.	1.56±.38	.477	4.67±.25	2.665***	3.11	1.223***
	Con.	1.66±.47		1.90±.96			

\* $p<.05$ , \*\* $p<.01$ , \*\*\* $p<.001$

따라서 무용분야 문화예술교육 프로그램 참여가 중년부부의 부부 공감에 미치는 효과가 있는 것으로 나타났다. 이 연구결과에 대해 김희진(2005)과 박남숙(2005)은 부부 공감능력이 낮으면 존중과 이해, 의사소통의 불능 및 친밀감 형성을 어렵게 만들어 결혼관계의 질을 낮출 뿐만 아니라 결혼만족도를 감소시킨다고 하였으며, 김선화(2012)는 특히 중년기 부부의 공감능력 부족은 부부의 대화 단절이나 결혼불만족 문제들이 야기될 수 있어 결혼만족도를 낮추게 되는 결과를 초래할 수 있다고 보고하여 부부 공감능력과 부부관계 질 간의 영향이 있음을 지지하고 있다. 또한 Paulhus & Williams(2002)는 자기가 강할수록 자기중심적이고 과장된 자기개념으로 인하여 공감능력이 부족할 수밖에 없다고 보고하였는데, 신체접촉 표현움직임 문화예술교육이 이를 극복하게 할 수 있을 것으로 판단되었다. 이에 무용분야 신체접촉 표현움직임 문화예술교육 프로그램 활동은 중년부부의 부부 공감을 향상시킨다는 것을 확인할 수 있었다.

### 3. 무용분야 문화예술교육 프로그램의 부부 갈등대처행동 효과 검증

중년기의 부부관계 질 향상을 위한 문화예술교육 프로그램 참여가 중년부부의 부부 갈등대처행동에 미치는 효과를 알아보기 위해 실험군과 대조군의 사전·사후검사를 분석한 결과 <표 6>과 같다. 집단 내 변화에서 실험군은 2.89±.94에서 사후 1.31±.58로 유의하게 감소하였으며( $p<.01$ ), 대조군은 2.83±.39에서 사후 2.22±.48로 감소하였으나 유의한 차이가 나타나지 않았다( $p>.05$ ). 또한 집단 간 변화에서 무용분야 문화예술교육 프로그램 참여 12회 후 실험군과 대조군 간의 차이는 유의하게 나타났다( $p<.01$ ).

표 6. 무용분야 문화예술교육 프로그램의 부부 갈등대처행동 효과 검증 결과

변인	그룹	Pre-Test		Post-Test		Change Pre-Post	F
		M(SD)	t(p)	M(SD)	t(p)		
감정표출행동	Exp.	2.06±.79	-.390	1.06±.82	5.602**	1.02	1.298**
	Con.	2.13±.47		2.02±.88			
무조건양보	Exp.	2.90±.46	.257	1.32±.20	.934**	2.62	2.444*
	Con.	2.97±.20		2.53±.29			
갈등무시행동	Exp.	2.99±.78	.094	0.33±.19	.395**	2.34	.954***
	Con.	2.91±.35		2.25±.84			
부부갈등대처행동	Exp.	2.89±.94	-1.254	1.31±.58	.578***	2.42	.398***
	Con.	2.83±.39		2.22±.48			

\* $p < .05$ , \*\* $p < .01$ , \*\*\* $p < .001$ 

따라서 무용분야 문화예술교육 프로그램 참여가 중년부부의 부부 갈등대처행동에 미치는 효과가 있는 것으로 나타났다. 이 연구결과에 대해 Turgeon et al.(1998)은 부부 갈등대처행동방식은 부부 각자가 문제에 부딪혔을 때 사용하는 의사소통 방식에 따라 다를 수 있다고 하였으며, 박영화 & 고재홍(2005)은 부부가 갈등을 무시하고 방치하는 행동을 많이 할수록 자신과 상대방의 결혼만족도가 낮다고 하여 부부 갈등대처행동이 부부관계와 영향이 있음을 지지하고 있다. 또한 부부대상 연구는 아니지만, 최길례(2003)와 정국현(2006)은 지속적인 여가스포츠 활동 참가는 가족구성원의 상호의사소통을 강화시키고 협동심 고양과 사회성 함양 및 사회적 관계에 있어 긍정적인 역할을 하기 때문에 회피측면의 갈등대처행동을 긍정적인 측면으로 수정·보완해야 한다고 하여 이 연구결과를 간접적으로 지지한다. 이에 무용분야 신체접촉 표현움직임 문화예술교육 프로그램 활동은 부부간 접촉을 통해 정서적 측면인 부부 상호작용을 유발시켜 개성을 상실하지 않으면서 중년부부의 부부 갈등대처행동을 향상시켜 부부친밀감을 유발한다는 것을 확인할 수 있었다.

#### 4. 무용분야 문화예술교육 프로그램의 부부관계 질 효과 검증

중년기의 부부관계 질 향상을 위한 문화예술교육 프로그램 참여가 중년부부의 부부관계 질에 미치는 효과를 알아보기 위해 실험군과 대조군의 사전·사후검사를 분석한 결과 <표 7>과 같다. 집단 내 변화에서 실험군은 1.98±.90에서 사후 4.28±.74로 유의하게 증가하였으며( $p < .01$ ), 대조군은 1.91±.29에서 사후 2.01±.39로 증가하였으나 유의한 차이가 나타나지 않았다( $p > .05$ ). 또한 집단 간 변화에서 무용분야 문화예술교육 프로그램 참여 12회 후 실험군과 대조군 간의 차이는 유의하게 나타났다( $p < .01$ ).

표 7. 무용분야 문화예술교육 프로그램의 부부관계 질 효과 검증 결과

변인	그룹	Pre-Test		Post-Test		Change Pre-Post	F
		M(SD)	t(p)	M(SD)	t(p)		
존중	Exp.	2.24±.98	.940	4.55±.29	.109**	2.31	1.938**
	Con.	2.25±.35		2.45±.17			
배려	Exp.	2.01±.20	.944	4.29±.19	1.254**	2.28	2.453**
	Con.	2.04±.78		2.33±.94			
부부관계 질	Exp.	1.98±.90	1.264	4.28±.74	.534***	2.31	.985***
	Con.	1.91±.29		2.01±.39			

\*\* $p < .01$ , \*\*\* $p < .001$

따라서 무용분야 문화예술교육 프로그램 참여가 중년부부의 부부관계 질에 미치는 효과가 있는 것으로 나타났다. 이 연구결과에 대해 Glorieux et al.(2011)과 Kalmijn & Bernasco(2001)는 적극적인 의지와 노력으로 함께 만들어낸 여가활동은 부부간에 서로 상호작용 할 수 있는 기회를 높이고 공통된 네트워크를 형성하며 공동의 여가 비용 지출을 통해 삶의 양식을 공유한다고 보고하여 연구결과를 지지하였다. 또한 Gager & Sanchez(2003) 역시 함께하는 여가활동을 통해 서로를 삶의 동반자로 인식하고 고유한 경험을 기반으로 공통된 가치관을 갖게 되어 부부관계의 안정성이 높아지게 된다고 하여 이 연구결과를 지지하고 있다. 즉, 생활과 시간을 공유하는 것은 여가활동을 함께 하는 것과 관계가 있으므로 중년부부가 함께하는 ‘부부의 예술동행, 춤으로 포옹하다’는 부부가 시간을 함께 보내는 과정을 통해 삶을 함께 하는 동반자 관계를 공고히 하고 부부관계가 건강한 유대를 가지는데 크게 기여했음을 알 수 있다. 이에 무용분야 신체접촉 표현움직임 문화예술교육 프로그램 활동은 중년부부의 부부관계 질을 향상시킨다는 것을 확인하였다. 특히 무용분야 문화예술교육 활동은 긍정적인 경험과 상호작용을 증가시키는 데 기여하는 여가활동으로 부부관계에 큰 의미를 지닌다.

#### IV. 결론 및 제언

무용분야 문화예술교육은 신체로 풀어내는 움직임의 언어이자 참여자의 생각과 마음을 열도록 하는 교육이다. 이에 무용분야 문화예술교육의 실천적 방법으로 무용 경험을 성찰하고 예술가와 함께 하는 활동뿐만 아니라 중년부부가 함께하는 무용 활동을 위한 실천전략이 요구되어야 한다고 판단하였다. 또한 무용분야 문화예술교육 활동을 통해 자기이해와 자기표현으로 구축되는 무용예술의 특징을 살려 삶의 과정을 기록하고 묘사되는 삶의 지향성이 내포된 프로그램을 개발하기 위해 노력하였다. 그래서 이 연구에서는 40-50대 중년부부의 무용분야 문화예술교육 참여가 자기성찰과 부부 공감, 부부 갈등대처행동 및 부부관계 질에 미치는 효과를 검증하였다. 그 결과, 자기성찰, 부부 공감, 부부 갈등대처행동 및 부부관계 질에 효과가 있는 것으로 나타났다.

이 연구결과를 통해 무용분야 문화예술교육 프로그램인 ‘부부의 예술동행, 춤으로 포옹하다’는 중년부부의 심리·정서 영역에 도움을 줄 수 있을 것으로 판단한 바, 첫째, 시민대상 문화예술교육은 참여자의 자발적 참여에 기초한 여가활동과 연계되었을 때 그 효과가 증폭되기 때문에 참여자가 필요로 하는 다양한 무용분야 문화예술교육 콘텐츠를 기획·개발·운영하는 체제 개발이 요구된다. 둘째, 참여자의 특성과 이해가 반영된 다양한 무용분야 문화예술교육 프로그램이 개발되어야 한다. 셋째, 중년부부의 무용분야 문화예술교육이 이미 현존하는 유기체를 통제만하는 여가활동(Wittgenstein, 1958)에 그치지 않고, 더불어 부부의 예술적 감각을 섬세하게 하는 기술적 연마에만 그치지 않고, 개인의 창의성을 발견하고 발현되도록 하는 것은 물론, 새로운 독창적 창출로까지 이어질 수 있도록 무용분야 문화예술 교육가는 노력해야 할 것이다. 넷째, 다양성을 고려한 시간적·지리적 접근성의 확보와 교육환경의 개선 및 예술강사의 전문성을 활용한 지원 시스템 마련 등 문화예술교육 활동 기반이 제공되어야 할 것이다. 마지막으로 무용분야 문화예술교육 참여 경험이 있는 중년부부가 진지한 여가자로 전환할 수 있도록 지원체계 또한 구축되어야 할 것이다. 이러한 노력은 기술, 표현, 이해, 상징 등 다양한 예술성에 기초한 프로그램 전개와 더불어 향유와 애호의 참여성을 강조할 수 있을 것이다.

이 연구는 중년기를 세분화하여 그 특성을 알아보는 연구보다는 40-50대에 이르는 넓은 범위의 나이를 함께 다루는 한계가 있었다. 따라서 추후에는 보다 전문적이고 체계적인 문화예술교육 프로그램을 제공하기 위해 중년기 부부 대상자의 보다 세밀한 연령대를 나누어 살펴볼 필요가 있다. 둘째, 보다 전문적이고 체계적인 목적을 지닌 문화예술교육 프로그램을 제공하기 위해 연구대상자의 수와 사례를 늘리고, 보다 다양한 변수를

고려한 연구가 진행되어야 할 것이다. 셋째, 12주간의 프로그램 적용 후 즉각적인 효과를 검증하였는데, 추후 연구에서는 다양한 효과 검증을 위해 프로그램의 기간과 문화예술교육 융합분야 등을 달리한 연구가 요구되며, 오랜 기간 동안의 활동 효과 지속정도를 측정할 것을 제언하며, 보다 전문적이고 체계적인 문화예술교육 방법이 다각적으로 모색되어야 할 것이다.

## 참고문헌

- 권중돈(2014). *인간행동과 사회환경*. 서울: 학지사.
- 강수경, 최혜정, 정미라(2018). 부부관계 질, 어머니의 양육효능감, 아버지의 양육참여가 영아발달에 미치는 영향: 단기종단 연구. *한국심리학회지*, **31**(1), 111-128.
- 김명자(1989). *중년기 위기감 및 그 관련변인에 관한 연구*: 서울시 남성과 여성을 중심으로. 미간행 박사학위논문. 이화여자대학교 대학원.
- 김선진, 김수연(2010). 표현 움직임의 형태와 숙련성에 따른 사지 협응의 변화. *한국체육학회지*, **49**(6), 225-233.
- 김선화(2012). *중년기 부부의 친밀감과 의사소통에 관한 현상학 연구*. 미간행 석사학위논문. 경북외국어대학교 대학원.
- 김영연, 송주연(2014). 몸의 언어, 신체 접촉(Touch)에 대한 유아교사의 인식과 실천. *아동교육*, **23**(4), 191-215.
- 김정운, 이장주(2003). 여가와 삶의 질: 중년부부를 중심으로. *여가학연구*, **1**(2), 1-10.
- 김현진, 한종철(2004). 대학생의 우울취약성과 자의식이 대인관계에 미치는 영향. *한국심리학회지*, **16**(2), 227-294.
- 김희진(2005). 결혼초기 부부관계향상 프로그램 개발에 관한 연구-긍정주의 심리치료 접근 방식으로. *한국심리학회지*, **17**(4), 877-906.
- 문상정(2013). 중년기 여성의 부부갈등과 부정적 정서간의 관계: 여가경험은 심리적 완충효과가 있는가?. *관광경영연구*, **17**(3), 137-146.
- 문현주, 권순재(2015). 중년층의 여가충족, 부부관계 및 노후준비행동의 관계. *한국여가레크리에이션학회지*, **39**(1), 55-66.
- 박남숙(2005). 부부상담에서 집단상담의 치료적 활용: 문헌 고찰과 사례연구 중심으로. *한국심리학회지*, **17**(4), 1098-1118.
- 박영정(2010). *지역문화예술교육 활성화 방안 연구-시민문화예술교육을 중심으로*. 한국문화관광연구원 연구보고서.
- 박영화, 고재홍(2005). 부부의 자존감, 의사소통 방식 및 갈등대처행동과 결혼만족도간의 관계-자기효과와 상대방효과. *한국심리학회지*, **19**(1), 65-83.
- 원유병(1998). *중년여성의 생활체육 참여경험이 정신건강에 미치는 영향*. 미간행 박사학위논문. 성균관대학교 대학원.
- 원형중, 박승하, 김의진(2011). 맞벌이부부의 가장-직장 균형과 여가활동에 관한 연구. *인적자원관리연구*, **15**(1), 87-109.
- 이달희(2012). *닿는 순간 행복이 된다*. 서울: 예담.
- 이동연(2008). *문화예술교육, 그 이념과 가치*. 문화예술교육 4차 포럼: 문화예술교육 평가와 전망. 서울: 문화관광부, 한국문화예술교육진흥원.
- 이은아(2007). 중년기 남성의 가족 및 직업관련 변인과 생활만족도의 관계. *한국생활과학회지*, **16**(3), 547-562.
- 이주희, 이선화(2015). 중년기 기혼 남녀의 의사소통유형과 부부친밀감의 관계에서 자기성찰의 조절효과-성별비교를 중심으로. *한국심리학회지*, **20**(4), 641-657.
- 이지연, 그레이스 정(2015). 어떤 부부가 함께 여가시간을 보내는가?-부부공유여가시간의 현황과 부부관계의 질에 관한 탐색. *한국가정관리학회지*, **33**(2), 149-164.
- 이현주(2003). *노인여가활동과 중·장년기 여가경험의 관계*. 미간행 석사학위논문. 세종대학교 행정대학원.
- 전경규, 김교현, 조신웅, 노명래, & 손정락 (1994). 다차원적 대처 척도의 개발. *Korean Journal of Clinical Psychology*, **13**(1), 114-135.
- 정국현(2006). 가족의 여가스포츠활동 참가가 세대간 커뮤니케이션 촉진 및 세대차이, 세대갈등 그리고 갈등대처행동에 미치는 영향. *한국스포츠사회학회지*, **19**(3), 373-392.
- 정병완, 홍혜영(2015). 내현적 자기애가 스마트폰 중독에 미치는 영향-부부공감과 결혼만족도를 매개변인으로. *한국심리학회지*, **27**(1), 183-201.
- 정영혜(2013). 자기성찰, 자기효능감, 학업성적간의 관계. 미간행 석사학위논문. 단국대학교 교육대학원.
- 정현숙(2001). 한국형 결혼만족도 척도 개발 연구. *대한가정학회지*, **39**(12), 205-224.

- 조수정(2006). 중년의 댄스스포츠 참여가 여가만족에 미치는 영향. *미간행 석사학위논문*. 숙명여자대학교 교육대학원.
- 진명훈(2007). 중년기 남성의 여가활동유형과 인구사회적특성이 생활만족도에 미치는 영향 연구. *미간행 석사학위논문*. 경기대학교 대학원.
- 최길례(2003). 가족의 여가활동이 정서적 역동성에 미치는 영향. *한국체육학회지*, **42**(3), 175-184.
- 최수임(2014). “몸쓰기와 접촉”의 미학: 낭시 「코르푸스」를 통한 <신체하는 안무> 고찰. *인문과학*, **102**, 43-71.
- 한국가정법률상담소(2013). *한국의 이혼율 연구IV*. 서울: 한국가정법률상담소.
- 한국문화예술교육진흥원(2013). **2013 시민 문화예술교육 활성화를 위한 기초연구**. 서울: 한국문화예술교육진흥원, 한국문화관광연구원.
- 한국문화예술교육진흥원(2018). *문화예술교육 활성화를 위한 한국-영국 사례조사 보고서*. 서울: 한국문화예술교육진흥원.
- 황주연(2011). 자기성찰 척도개발 및 자기관과 자기성찰, 안녕감 간의 경로모형 검증. *미간행 박사학위논문*. 가톨릭대학교 대학원.
- 홍댄스컴퍼니(2015). *서울문화재단 지역특성화(사회) 문화예술지원사업 선정, 홍댄스컴퍼니 ‘부부의 예술동행, 춤으로 포용하다’ 결과자료집*. 서울: 홍댄스컴퍼니.
- Burgoon, J. K., Guerrero, L. K., & Floyd, K. (2010). *Nonverbal Communication*. Boston: Allyn & Bacon.
- Cassels, T. G., Chan, S., Chung, W., & Birch, S. A. (2010). The role culture in affective empathy: Cultural and bicultural differences. *Journal of Cognition and Culture*, **10**, 309-326.
- Davis, M. H. (1980). A multidimensional approach to individual differences in empathy. *JSAS Catalog of Selected Documents in Psychology*, **10**, 1-19.
- Dewey, J. (1948). *Reconstruction in Philosophy*. Boston: Beacon Press.
- Gager, C. T., & Sanchez, L. (2003). Two as one? couples perceptions of time spent together, marital quality, and the risk of divorce. *Journal of Family Issues*, **24**(1), 21-50.
- Gallagher, S. (2004). Understanding interpersonal problems in autism: Interaction theory as an alternative to theory of mind. *Philosophy, Psychiatry, & Psychology*, **11**(3), 199-217.
- Glorieux, I., Minnen, J., & van Tienoven, T. P. (2011). Spouse ‘Together Time’: Quality time within the household. *Social Indicators Research*, **101**(2), 281-287.
- Hixin, J. G., & Swann, W. B. (1993). When introspection bear fruit self-reflection, self-insighr and interpersonal choices. *Journal of Personality and Social Psychology*, **67**, 35-43.
- Kalmijn, M., & Bernasco, W. (2001). Joint and separated lifestyles in couple relationships. *Journal of Marriage and Family*, **63**(3), 639-654.
- Kim, C. W., & Lee, J. J. (2003). Leisure and quality of life: Focused on middle-aged couples. *Journal of Leisure Studies*, **1**(2), 1-10.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Coping and adaptation*. The handbook of behavioral medicine, 282325.
- Lepkoff, D. (1997). Contact Improvisation: An Issue of Definition. *In Contact Quarterly*, **29**, 64-65.
- Naruse, M., 정재연, 전용관(2015). 댄스스포츠 참여가 암환자 부부의 부부갈등, 의사소통, 심리적 행복감에 미치는 영향. *한국여성체육학회지*, **29**(2), 209-222.
- Paulhus, D. L., & Williams, K. M. (2002). The dark triad of personality: Naecissism, Machiavellianism, and psychopathy. *Journal of Research in Personality*, **36**, 556-563.
- Paxton, S. (1997). The small dance. *In Contact Quarterly’s Contact Improvisation’s Source book*(23).
- Pines, M., & Marrone, M. (2003). *Empathy and sensitive responsiveness*. In Coritina & Marrone (Eds.). Attachment theory and the psychoanalytic process. London, UK: Whurr Publishers.
- Reiman, T. (2007). *The power of body language: how to succeed in every business and social encounter*. New York: Simon and Schuster.
- Taylor, L. J., & Zwaan, R. A. (2008). Motor resonance and linguistic focus. *The Quarterly Journal of Experimental Psychology*, **61**(6), 896-904.
- Turgeon, L., Julien, E., & Dion, E. (1998). Temporal linkages between wives’ pursuit and husbands’ with drawal during marital conflict. *Family Process*, **7**, 323-334.
- Wittgenstein, L. (1958). *Philosophical investigations*. London: Macmillan.

ABSTRACT

---

**A Study on the Effect of Cultural Arts Education in the Field of Dance on the Quality of Marital Relations targeting Middle Aged Couple***Hong, Hye-Jeon Seowon University*

This study analyzed the effect of middle aged couple's participation in the dance program of the cultural arts education in the field of dance on self-examination, sympathy among married couple, married couple's ability to cope with married couple conflict and quality of marital relations. As for the research subjects, 10 middle aged couples who participated in the program, 'Journey of married couple in their quest for art - embracing with dance' organized by the Hong Dance Company, selected for the cultural arts support project of the A Cultural Foundation's region specialization measure (society). In the end, eight couples excluding two couples who gave up were assigned to the experiment group, and seven couples who participated in the dance sports program for the married couples were assigned to the control group. Experiment group who participated in the 'Journey of married couple in their quest for art - embracing with dance' program during 12 weeks, for 120 minutes, once per week, and the control group who participated in the dance sports during the same period were subjected to the self-examination, sympathy among married couple, behavior for coping with married couple's conflict and measure for the quality of marital relations which were measured before and after the experiment. Then, the results were subjected to the comparative analysis. As a result, case of experiment group, self-examination, sympathy among married couple, behavior for coping with married couple's conflict and quality of marital relations all manifested significant difference. Moreover, significant difference was manifested in case of the countermeasure comparison with the experiment group. Thus, it was possible to verify that the 'Journey of married couple in their quest for art - embracing with dance' program enhances middle aged couples' relationship.

**Key words** : middle aged couple, cultural arts education in the field of dance, self-examination, sympathy among married couple, behavior for coping with married couple's conflict, quality of marital relations

---

논문투고일: 2018. 05. 31  
논문심사일: 2018. 06. 01  
심사완료일: 2018. 07. 20