한국무용과학회지, 2023, 제40권 제3호, pp.1~15
Official Journal of Korean Society of Dance Science
2023, Vol.40, No.3 pp.1~15
1229-7836/23/631
DOI http://dx.doi.org/10.21539/Ksds.2023.40.3.1

무용의 사회적 역할로서 코로나 블루 완화를 위한 움직임 퍼포먼스 실행연구†

홍애령** 한국교원대학교

초록 이 연구는 무용의 사회적 역할을 고려하여 코로나 블루 완화를 위한 움직임 퍼포먼스를 실행하고 참여자의 정량적, 정성적 변화를 살펴봄으로써 향후 무용의 역할 확장과 무용 분야에서 신체적, 정신적, 사회적 건강 증진과 회복에 주목해야 할 필요성을 제기하였다. 연구를 위해 충북 지역 K대학교 무용실기 수업 수강생 20명 중 연구 참여자 16명을 유의표집에 따라 선정하고 퍼포먼스 참여 후의 변화를 정량적으로 답변하는 설문조사와 정성적으로 진술하기 위한 초점집단면담을 시행하였다. 설문조사는 K-DASS-21(Korean version of the Depression Anxiety Stress Scale-21) 질문지를 측정도구로 사용하여 독립표본 *t*-검정과 대응표본 *t*-검정을 실시하였고 Cronbach' a는 .798로 신뢰도를 확보하였다. FGI는 코로나19 기간의 심리적 변화, 정신건강 회복을 위한 노력, 무용을 통한 사회적 문제해결이라는 3가지 주제를 바탕으로 비구조화된 면담을 시행한 후 Wolcott(1994)의 절차에 따라 소주제별 범주화하였다. 연구결과 첫째, 무용의 사회적 역할은 공연예술, 커뮤니티 댄스, 작품 및 공연으로서의 공적 가치와 공공성이 논의되었고 최근에는 문화예술교육과 교육계 전반에서 질적 향상과 건강관리를 위한 가치가 대두되고 있다. 둘째, 움직임 퍼포먼스의 실행 과정은 15주간의 수업 설계, PBL을 적용한 기획, 내러티브 기법을 활용한 구성 및 제작 단계로 진행되었으며 플립러닝을 적용하여 온·오프라인 동시 시연하였다. 셋째, 움직임 퍼포먼스 참여자와 비참여자 간의 우울, 불안, 스트레스 변인에서 통계적으로 유의한 차이가 나타났고 움직임 퍼포먼스 참여 후 세 변인의 평균이 모두 낮게 나타났다. 또한 자기 집중과 삶의 성찰, 움직임을 통한 탈매체적 대인관계의 지속 가능성, 신체적, 사회적 활동 증가와 긍정적 정서 체험도 나타났다.

주요어 : 코로나 블루, 무용, 사회적 역할, 움직임 퍼포먼스, 실행연구

Ⅰ. 서론

1. 연구의 필요성 및 목적

무용이 공연예술로서 뛰어난 예술성과 가치를 지니고 있다는 점은 주지의 사실이다. 그러나 무용의 사회적 역할을 논함에 있어서는 다양한 관점이 존재한다. 일례로 유사 학문 분야인 체육은 건강과 체력 증진 등의 신체적 측면, 예술은 문화적 리터러시, 문화적 감수성 등 감성적 측면에서 주도적인 역할과 가치를 중심으로 그 영역을 확대하고 있다. 반면 무용은 신체, 움직임, 신체활동이라는 본연의 외재적 매개를 체육과 공유하고 있으며, 인간의 사상과 감정을 예술적으로 표현한다는 내재적 철학은 예술과 공유하고 있다. 이 때문에 무용이 활용되는 영역, 활동과 이를 향유하는 사람들이 체감하는 가치는 체육, 예술과 여러 접점을 발견할 수 있다. 신체, 움직임, 신체활동의 이점과 이를 적용한 활동, 학문이 갖는 가치는 특히 최근 몇 년간의 팬데믹(Pandemic)을 통해 새로운 국면을 맞이하였다.

지난 2019년 12월 발생한 코로나바이러스감염증-19(COVID-19, 이하 코로나19)는 초기에는 특정 기간 유행

† 이 논문은 한국교원대학교 2022학년도 신임교수 학술연구비 지원을 받아 수행한 연구의 결과임
** 한국교원대학교 제1대학 초등교육과 조교수, dphong@knue.ac.kr

하는 바이러스성 호흡기 질환으로 인식되었지만 이내 글로벌 대유행 현상인 팬데믹으로 확산하였다. 코로나19라는 신체적 위협 현상은 전 세계로 확장되었고 불가피한 방역 지침 강화와 사회적 거리두기, 자가격리는 사회적 고립감을 높이게 되었다. 이에 따라 정신건강 문제로서 '코로나 블루'라는 현상과 신조어가 등장하였고 코로나19 전염병 확산에 따른 위축과 고립감, 우울감(Blues)을 경험하는 사회적 우울 현상을 의미하는 개념으로 사용되었다(손헌일, 김기욱, 허종배, 박충훈, 2020; 이은환, 2020). 특히 국내에서는 제3차 대유행으로 사회적 거리두기 단계가 강화되었던 2020년 9월경부터 코로나 블루 현상이 극심해져 서울시민의 90% 이상이 코로나 블루를 경험했다고 응답한 결과도 보고되었다(김선영, 2020.09.21; 정신수, 2021.01.18.).

이에 보건복지부(2020), 국가트라우마센터(2020), 서울연구원(2020) 등에서도 국민의 코로나 블루 현황을 조사하고 정신건강 관리를 위한 서비스를 제공하기 시작하였다. 실제 중앙재난안전대책본부는 서울특별시, 인천광역시, 경기도의 조치사항을 점검하고 2020년 9월 재확산 이후 코로나 블루 심리상담 건수가 1.8배, 정신건강관련 정보 제공 건수는 4배 증가하였다고 밝혔다(보건복지부, 2020; 사혜지, 이원상, 이봉규, 2021). 정부 차원에서 코로나 블루 현상 확산에 대응하여 심리지원 대책을 시행한 것은 그만큼 사회적 문제로서의 심각성을 의미하며 당시 통합심리지원단에서 심리상담, 정보 제공 등은 약 200만 건에 육박하였다. 국내 주요 포털과 소셜미디어에서 수집한 코로나 블루 빅데이터 연구결과 높은 빈도로 언급된 키워드는 우울감, 극복, 장기화, 마음, 불안 순으로 나타났으며, 가장 크게 이슈가 된 키워드는 '심리적 어려움'으로 우울감, 극복, 장기화, 불안, 무기력증, 사회적 거리두기, 스트레스, 두려움, 외로움, 걱정의 키워드를 포함하였다(임유하, 2021).

세계보건기구(World Health Organization, WHO) 역시 코로나19로 인한 재택근무, 일시적인 실업, 자녀들의 홈스쿨링, 신체활동 부족 등의 변화 속에서도 정신건강을 돌보는 것이 중요하다고 강조하였으며(WHO, 2021), 해외에서도 코로나 팬데믹 상황이 감염병의 확산뿐 아니라 두려움과 불안 등 정신건강에 부정적인 영향을 주었다는 결과가 발표되었다(Balachandran et al., 2020). 동시에 코로나 팬데믹 동안 무용, 움직임 활동을 통해 학생들의 대인관계 기술을 발달시키고 온라인 공간이나 댄스 필름을 활용한 프로젝트를 통해 신체적, 정신적 건강을 위해 노력한 사례들도 보고되었다(Delabary, Loch Sbeghen, Wolffenbuttel, Pereira & Haas, 2022; Dimonte, Gonella, Albanesi, Malinverni, Campagna & Conti, 2023; Supiarza & Sabaria, 2022). 우리나라 교육부의 2022년 청소년건강행태조사 결과에 따르면 하루 60분 주5일 이상 신체활동의 실천율은 16.3%로 전년 대비 1.7% 증가하였지만 스트레스 인지율은 41.3%로 전년 대비 2.5%, 우울감 경험률은 28.7%로 전년 대비 1.9% 증가한 것으로 나타났다(교육부, 2023.04.14.). 연구결과를 통해 정신건강 회복을 위해 음악에 맞추어 춤을 추거나 말로 표현하기 어려운 감정이나 느낌들을 몸과 움직임 등의 비언어적 매개를 통해 표출함으로써 스트레스 해소와 재충전의 기회가 될 수 있다는 것을 알 수 있다.

이러한 연구자료들이 코로나 엔데믹(Endemic, 종식되지 않고 주기적으로 발생하거나 풍토병으로 굳어진 감염병)으로 접어든 시점에 무의미하게 여겨질 수 있으나 사실은 그렇지 않다. 코로나 블루에 대한 관심은 크게 감소하였지만 사회 전반에서 우울감, 불안감, 스트레스를 느끼는 사람들이 오히려 크게 증가하였다. 영국 맥길대학교 정신과 교수 브렛 톰스 교수 연구팀은 정신건강 문제는 개인차에 따라서 다를 수 있는 개인적인 문제일 수 있지만, 우리 사회와 커뮤니티가 코로나 팬데믹 동안 이를 극복하고 대처할 수 있도록 도왔다는 점을 기억하며 이후에도 정신건강 지원에 정부 차원의 대응이 필요함을 촉구하였다(김민재, 2023.03.20.). 실제로 코로나로 인한 우울감에 시달리는 청소년들의 심리건강을 증진시키고 일상으로의 복귀를 돕기 위한 청소년 대상 코로나 블루 치유 프로그램 및 긴급 심리지원 서비스가 지역 청소년상담복지센터를 중심으로 이루어지고 있다(장정윤, 2021). 발달단계상 청소년기는 아동기에서 성인기로 이어지는 과도기에 해당하여 이 시기의 스트레스는 심리적 안녕감과 정신건강에 영향을 미칠 수 있기에 중요한 문제가 된다(송지원, 조한익, 2018).

Copyright© 2023 by the Korean Society of Dance Science

사실 코로나19와 같은 감염병의 문제가 아니더라도 현대인의 정신건강 문제는 지속적으로 주목받아왔다. 학령기 학생들의 학업 적응과 입시에 따른 스트레스, 성인의 사회적 부적응과 취업 고민, 직장 내 스트레스, 노인의 우울증, 장애인의 사회적 고립감 등은 여러 가지 사회병리 현상으로 나타나고 있다. 이에 정신건강 측면에서 정서적 순화에 효과적으로 여겨지는 문화예술 활동, 운동, 무용이 대안으로 부상하였으며 몇몇 실험연구를 통해 정량적 효과가 보고된 바 있다(Aithal, Moula, Karkou, Karaminis, Powell & Makris, 2021; Chappell, Redding, Crickmay, Stancliffe, Jobbins & Smith, 2021). 장애아동이나 노인의 사회적, 정서적 웰빙을 위한 무용 프로그램은 비언어적 표현방식을 활용함으로써 치유적 역할을 하고(Douse, Farrer & Aujla, 2020; Samaritter & Payne, 2013), 인종 차별과 문화다양성 문제를 겪고 있는 국가에서는 무용 경험이 적극적이고 신체적인 참여를 통해 다른 사람과의 상호작용을 촉진시켜 긍정적인 자기 발견과 해방감, 자아 정체성에 영향을 주었다는 보고도 존재한다(Marx & Delport, 2017).

일찍이 국민 건강과 공공보건을 위한 창의적인 예술 활동과 무용 움직임의 역할, 지역사회 구성원이 함께하는 퍼포먼스의 중요성이 강조되고 있고(Clift, 2012; Kuppers, 2019), 자신이 경험한 것을 움직임이나 퍼포먼스 등의 자유로운 형태로 표현하는 과정에서 긍정적인 심리 경험을 제공한다는 결과에 주목해야 할 것이다(Vogel & Jackson, 2016). 무용은 음악에 맞추어 자신의 생각과 감정을 표현한다는 점에서 성인들에게 예술치유로써 작용하고 있으며(Sheppard & Broughton, 2020), 스트레스, 불안감, 우울감 해소나 완화를 위해서는 정해진 순서에 따라 동작을 익히는 전통적인 무용 학습보다는 자유로운 움직임 표현이 더욱 쉽게 건강 증진에 도움이 되는 방법이 된다(Sivvas, Batsiou, Vasoglou & Filippou, 2015).

이에 이 연구는 무용의 사회적 역할을 고려하여 코로나 블루의 완화를 위한 움직임 퍼포먼스를 실행하고 참여자에게 나타난 정량적, 정성적 변화를 살펴봄으로써 향후 무용의 사회적 역할에 주목하고 더욱 많은 사람의 신체적, 정신적, 사회적 건강 증진과 회복을 위해 무용에 주목해야 할 필요성을 제기하고자 하였다.

2. 연구문제

연구목적을 위해 설정된 연구문제는 다음과 같다.

첫째, 무용의 사회적 역할은 어떻게 논의되어왔으며 무엇을 의미하는가?

둘째, 코로나 블루를 완화하기 위한 움직임 퍼포먼스의 실행은 어떻게 진행되었는가?

셋째, 코로나 블루를 완화하기 위한 움직임 퍼포먼스를 실행한 후 참여자에게 어떠한 변화가 나타났는가?

Ⅱ. 연구방법

1. 연구설계

이 연구는 무용의 사회적 역할로서 코로나 블루 완화를 위한 움직임 퍼포먼스를 진행하고 참여자에게 나타난 변화를 정량적, 정성적으로 살펴보기 위한 실행연구(Action Research)를 진행하였다. 실행기반 연구로서 연구자가 현상에 대한 문제의식을 바탕으로 기획하고 설계한 내용을 참여자들과 커뮤니티 댄스의 형태로 실천한 결과를 정리하고 분석하였다(Dodd & Epstein, 2012; Vogel & Jackson, 2016). 2022년 9월부터 12월까지 대학교 무용실기 수업에서 수강생들이 코로나 블루 경험담을 이야기하고 이를 움직임 퍼포먼스로 기획하는 과정을 수행하였다. 수업 준비를 위해 학술연구정보서비스(RISS), 구글 학술검색(Google Scholar)에서 렉처 퍼포먼스, 창작댄

스 등의 주제어를 바탕으로 선행 사례들을 찾아보았고 유튜브(Youtube), 구글(Google)을 통해 코로나 블루를 소재로 한 무용공연이나 퍼포먼스 사례를 찾아 수강생과 공유하였다.

2. 연구 참여자 및 대상

충북 지역 K대학교 무용실기 수업에 해당하는 체육실기Ⅱ 강좌의 수강생 20명 중 자발적인 연구 참여 의사와 연구목적에 대해 공감하고 있는 연구 참여자 16명을 유의표집(Purposeful Selection)에 따라 선정하였다. 수업 참여자들은 움직임 퍼포먼스를 구성하고 창작하기 위한 실기 수업, 강의, 토론 활동에 참여하였으며, 이 중 16명은 퍼포먼스 참여 후의 변화를 정량적으로 답변하는 설문조사와 정성적으로 진술하기 위한 초점집단면담(Focus Group Interview, 이하 FGI)에 참여하였다. 연구 참여자 및 대상의 인구통계학적 특성은 〈표 1〉과 같다.

표 1. 연구 참여자 및 대상의 인구통계학적 특성

구분	성별(n, %)			평균 연령(만 나이, 세)
	남	여	계	
수업 참여자	3(15.0)	17(85.0)	20(100.0)	21.3
FGI 참여자(실험집단)	3(18.8)	13(81.2)	16(100.0)	20.5
통제집단	3(18.8)	13(81.2)	16(100.0)	20.6

3. 자료 수집 및 분석

1) 설문조사

정량 연구를 위한 설문조사는 움직임 퍼포먼스 〈코로나 블루스〉에 참여한 연구 대상 16명을 실험집단, 성별, 연령 등 실험집단과 동일성이 높고 움직임 퍼포먼스에 참여하지 않은 16명을 통제집단으로 설정하여 K-DASS-21(Korean version of the Depression Anxiety Stress Scale-21) 질문지를 사용하였다. 총 21문항으로 구성된 K-DASS-21은 심리과학에서 우울과 불안, 스트레스 정도 조사로 정신건강의학과 임상 진단에서도 가장 광범위하게 활용되는 조사 도구이다(Lee et al., 2019). 우울, 불안, 스트레스의 3개 영역별 7문항 총 21개 문항으로 구성되어 선행연구(홍애령, 2023)에서 언급된 코로나 블루의 유형을 변인으로 측정할 수 있어 조사 도구로 선택하였다.

응답자들은 움직임 퍼포먼스를 위한 수업 사전과 사후 기간에 자기평가 기입법에 따라 온라인 설문 링크로 제공된 설문지를 배부받아 문항별로 0~3점(0점=전혀 해당되지 않는다, 3점=매우 많이 또는 거의 대부분 해당된다)을 기준으로 답변하였고 이를 Excel 프로그램을 사용하여 코딩한 후 영역별로 합산하였다. 수집된 설문 데이터는 IBM SPSS Statistics 24를 사용하여 독립표본 t-검정(2 sample t-test)과 대응표본 t-검정(paired-t-test)을 실시하였고 Cronbach' α는 .798로 신뢰도를 확보하였다.

2) FGI

정성 연구를 위한 FGI는 〈코로나 블루스〉에 참여한 연구 참여자 16명을 모둠으로 구성하여 코로나19 기간의 심리적 변화, 정신건강 회복을 위한 노력, 무용을 통한 사회적 문제해결이라는 3가지 주제를 바탕으로 비구조화된 면담을 시행하였다. 각자가 가진 코로나 팬데믹 동안의 신체적, 정신적, 정서적 경험을 이야기하고 공감하는 부분과 코로나 블루의 특성, 일상생활에 영향을 미친 점, 앞으로의 변화 등을 자유롭게 이야기하면서 움직임 퍼포먼스로 인한 참여자의 변화를 본격적으로 답할 수 있도록 진행하였다. 수집된 자료는 스마트폰 음성녹음 어플리케이션을 통해 녹음하고 텍스트로 전환하여 Wolcott(1994)의 기술(Description), 분석(Analysis), 해석(Interpretation)

Copyright© 2023 by the Korean Society of Dance Science

절차에 따라 의미 단위별 소주제, 상위 범주, 핵심 코드를 구분한 후 연구결과에 제시하였다. 인용된 연구 참여자의 이름은 이니셜 처리하고 성별과 세부적으로 참여한 퍼포먼스의 유형을 표시하였다.

Ⅲ. 연구결과

1. 무용의 사회적 역할

1) 무용의 공적 가치와 공공성

일반적으로 사회적 역할(Social Role, 社會的役割)은 '사회적 지위에 대하여 사회에서 기대되는 행동 양식'을 의미한다(금성출판사, 2023). 대다수의 지위에는 그 지위에 따라 행동하기를 기대하는 행동 양식이 있으며, 개인은 사회화를 통해 각각의 지위에 상응하는 역할을 습득하게 된다. 이를 브론펜브레너(Bronfenbrenner, 1994)의 생태학적 체계모형(Ecological Model)에 근거하여 생각한다면 특정 분야의 가치가 개인에게 긍정적인 영향이나 이득을 주는 것에서부터 출발하여 미시체계, 중간체계와 거시체계로 이양되는 것을 의미한다. 무용에 적용해본다면 개인의 예술적인 무용 활동을 통해 신체적, 정신적, 사회적 건강을 추구하는 것에서부터 사회 구성원, 공동체, 지역사회, 국가로 그 효과가 이어져야 할 것이다.

이미 무용은 현대예술로서의 공공성(한혜리, 2002)과 커뮤니티 댄스로서의 공공성(김재리, 2014)이 논의된 분야이며 최근에는 무용공연 활성화를 위한 공공지원, 공적 기금의 지속적인 투자를 위해 순수예술인 무용공연의 공공재로써의 가치를 주장하기도 하였다(박성혜, 2020). 이는 공공재로서 무용의 특징을 다시 한번 확인시켜주는 주장들로서 단순히 무용이 하나의 예술 양식으로서 존재하는 것이 아니라 무용을 전공하는 사람, 전공하지 않는 사람으로 구분되지 않고 그것을 향유하고자 하는 사람들의 자유의지를 통해 그 혜택과 가치를 공유할 수 있음을 의미한다(홍애령, 박재홍, 2018). 그동안 무용 분야에서 공연예술, 작품으로서의 공적 가치(Public Value)에 주목했다면 이제는 사회적 문제로 대두되고 있는 정신건강 회복과 완화, 증진을 위한 관점으로 확장되어야 할 필요성이 있다.

2) 무용-예술-교육 관점에서 사회적 역할 논의

보다 구체적으로 무용의 사회적 역할은 정책적으로 예술, 교육 분야에서 활발하게 논의되고 있다. 무용이 예술과 교육의 맥락에서 활발하게 적용되고 있는 문화예술교육은 2011년 UNESCO 파리총회에서 '2010 서울어젠다: 예술교육 발전목표(Seoul Agenda: Goals for the Development of Arts Education, 이하 서울어젠다)'가 채택되어 문화예술교육의 실천적 발전 목표를 담은 전 세계 공통의 규준을 제정하고, 2018년 국내 이행 실적 점검을 위한 기초연구와 2019년 서울어젠다의 3개 목표와 13개 전략을 바탕으로 문화예술교육의 ①보편적 접근성, ②질적 향상성, ③사회적 가치 확산성을 정량적·정성적으로 측정, 평가하는 문화예술교육 지속발전지수(Sustainable development for Arts Education Index, SAEI)가 개발되었다(김인설 외, 2019). 2020년에는 정성적 지표 도구의 개발과 전문가 인식 조사, 당시 적용되고 있던 『문화비전 2030: 사람이 있는 문화』, 『문화예술교육 종합계획(2018-2022)』 등의 정책과 상호연계성을 파악한 결과, 모든 요인별 분석에서 서울어젠다의 '질적 향상성' 지표가 일관되게 가장 낮은 점수를 나타냈으며 실천가가 연구자에 비해 예술교육의 사회적 가치에 대해 더 확신하는 경향을 나타내었다(곽덕주, 정혜경, 최진, 이진호, 2020).

올해 발표된 제2차 문화예술교육 종합계획(2023~2027)은 다양한 문화예술 분야 경험을 통한 문화예술 감수성 및 친숙성 증대, 다양한 문화에 대한 이해 제고, 일상 속 활력 제고 및 지속적인 성취를 통한 자아존중감, 문제해결력 등 정서적 안정감 및 창의성 증대, 다른 사람과 소통하는 문화예술교육을 통한 상호 친밀감, 공감능력 등 인적

자본 제고를 강조하고 있어 문화예술, 개인심리, 대인관계적 차원의 가치를 언급하고 있다(문화체육관광부, 2023).

대한민국 교육 전반에 영향을 미치는 교육부의 국가 수준 교육과정은 1955년 제1차 교육과정부터 체육 교과의 단원으로 무용을 포함하고 있으며, 2007 개정 교육과정부터 '표현활동', 2015 개정 교육과정부터 '표현 영역'이라는 내용 요소로 지도하고 있다(홍애령, 2020). 2024년부터 순차 적용될 2022 개정 교육과정에서는 운동, 스포츠, 표현 영역이 지도되며 고교학점제 도입으로 체육, 운동과 건강생활, 스포츠 생활 등의 교과목에서 무용과 다양한 건강관리 방법, 프로그램 계획 및 실천 등이 다루어질 예정이다(교육부, 2022)

결과적으로 무용의 사회적 역할은 무용전공자, 무용가들이 드러내어 논하지 않더라도 인접 분야에서 그 가치를 인식하고 확장하는 노력이 지속되고 있으며, 그중에서도 장기적인 관점에서 노력이 필요한 질적 향상과 신체적, 정신적, 사회적 건강을 위한 과제가 남아있다. 이러한 문제의식을 바탕으로 연구 과정에서 무용을 기반으로 한 움직임 퍼포먼스를 통해 코로나 블루라는 정신건강 문제 완화를 위한 수업을 설계하였다.

2. 움직임 퍼포먼스 〈코로나 블루스〉의 실행 과정

1) 수업 설계

충북 지역 K대학교 전공필수 교과목 중 무용실기를 학습하는 체육실기Ⅱ 교과목은 학교무용 수업을 위한 기초실기와 창작을 주 1회 120분 총 15주간 학습한다. 기본적인 무용 기초실기 연습을 위해 수업 전반부의 5차시는 기본 스텝, 대형 변화, 즉흥 표현 등을 체험하고 중반 이후 10차시는 수업의 결과물로서 〈코로나 블루스〉라는 명칭의 움직임 퍼포먼스를 창작하는 과정으로 계획되었다.

선행연구에서는 강연과 창작을 통한 표현 주제 및 방식의 선정, 탐구기반 움직임 퍼포먼스의 구성과 블랜디드 퍼포먼스의 활용, 내러티브-움직임-미디어의 융합적 활용이 움직임 퍼포먼스를 기획하는 방안으로 제안되었다(홍애령, 2023). 이 연구에서도 유사한 방식을 활용하였으나 수업 참여자들이 경험한 코로나 블루의 유형, 참여자의 표현 선호도를 고려하여 문제를 확인하고 해결하는 방식으로 퍼포먼스를 구성하기 위해 기획 단계에서는 문제기반학습법(Problem-Based Learning, 이하 PBL), 구성 및 제작 단계에서는 내러티브 기법을 활용하여 움직임을 기획하고 구성하는 과정을 진행하였다. 움직임 퍼포먼스를 실행하는 방식은 플립러닝(Flipped-Learning)을 적용하여 사전에 촬영한 온라인 영상과 오프라인 시연의 동시 진행, 사전 조사활동과 온·오프라인 동시 시연 등을 진행하였다.

2) 기획

PBL은 학습자들이 주도적으로 특정 문제를 해결하기 위해 자료를 수집하고 해결방안을 도출하는 교수학습방법으로 문제 제시, 문제 확인, 자료수집, 문제 재확인 및 해결안 도출, 해결안 작성 및 발표, 학습결과 정리 및 평가의 순으로 진행된다(최정임, 장경원, 2015). '코로나 블루'라는 공통의 문제를 바탕으로 자신과 주변인들의 경험을 이야기하고 이로 인해 현재까지 지속되고 있는 정신건강 문제에 대한 조사, 토론, 주요 주제 도출과 이를 움직임으로 해결하기 위한 시나리오, 스토리 구성이 진행되었다.

이 연구 참여자와 비슷한 또래의 대학생 대상의 연구에서 대학생들이 인식한 코로나 블루의 의미는 '낭만적인 대학 생활과 활동의 제약', '온라인 수업으로 인한 대학 생활의 실재감 부재', '대인관계의 제한으로 인한 고립감 및 우울', '취업 및 미래에 대한 걱정과 불안 확대' 등으로 나타났다(조지혜, 이영란, 2022). 수업 참여자들 역시 유사한 형태의 코로나 블루를 경험한 바 있었고 결국 무용 등 신체활동을 바탕으로 긍정적인 정신건강을 회복하는 것이 매우 중요함을 공통의 해결안으로 제시하였다.

Copyright© 2023 by the Korean Society of Dance Science

3) 구성 및 제작

본격적인 퍼포먼스 구성을 위해 내러티브 기법 중 이야기하기, 다시 이야기하기 과정을 통해 작품의 주요 장면, 서사, 등장인물 및 공간 설정을 논의한 후, 내러티브의 비중이 큰 참여자는 렉처 퍼포먼스(Lecture Performance)의 형태로, 움직임 표현과 창작에 자신 있는 참여자는 댄스 퍼포먼스(Dance Performance)로 구성하도록 하였다. 렉처 퍼포먼스는 자전적인 움직임과 코로나 블루 이야기하기, 강연으로서 다른 사람을 대상으로 움직임과 함께 이야기하기로 구성되었다. 댄스 퍼포먼스는 창작 움직임을 위해 기본적인 스텝을 활용하도록 하고 자유로운 즉흥 표현과 제스처를 사용하는 과정에서 서로 의논하고 표현할 수 있도록 하였다.

4) 실행

플립러닝의 방식과 유사하게 선행 자료들에 대한 이해를 바탕으로 온라인과 오프라인에서 동시 시연하는 블랜디드 퍼포먼스 방법을 적용하였다. 렉처 퍼포먼스 참여자는 기존의 조사하면서 제작한 발표 자료와 영상을 사용하였고 창작 움직임 참여자는 온라인 화상 회의실, 스마트폰, 태블릿을 사용하여 다른 공간에 있는 참여자와 함께 움직이기도 하였다. 이 과정에서 전문무용수의 무대처럼 완벽한 움직임의 조화나 실기 수행력을 기대하기는 어려웠으나 네트워크 연결 상에서 발생하는 공백, 의도하지 않은 움직임의 시간차 등이 다양하게 나타났다.

3. 움직임 퍼포먼스 〈코로나 블루스〉를 통한 참여자의 변화

1) 정량적 효과: “코로나 블루의 부분적 완화”

(1) 빈도분석

수업 진행 후 실험집단과 통제집단의 우울, 불안, 스트레스 변인에 대한 빈도분석 결과, 평균과 표준편차, 평균의 표준오차는 〈표 2〉와 같이 나타났다. 움직임 퍼포먼스 참여자들의 우울 점수는 평균 2.38(SD=2.849, SE=.712)로 통제집단의 8.19(SD=4.736, SE=1.184)에 비해 낮은 것으로 나타났다. 불안 점수는 실험집단의 평균이 3.88(SD=3.384, SE=.846)로 통제집단의 10.06(SD=4.768, SE=1.192)보다 낮았다. 스트레스 점수도 실험집단의 평균이 2.50(SD=3.386, SE=.847)으로 통제집단의 5.19(SD=3.468, SE=0.867)보다 약간 낮았다.

표 2. 집단간 우울, 불안, 스트레스의 기술통계량

변인	집단	N	평균(M)	표준편차(SD)	평균의 표준오차(SE)
우울	실험집단	16	2.38	2.849	.712
	통제집단	16	8.19	4.736	1.184
불안	실험집단	16	3.88	3.384	.846
	통제집단	16	10.06	4.768	1.192
스트레스	실험집단	16	2.50	3.386	.847
	통제집단	16	5.19	3.468	.867

(2) 독립표본 *t*-검정

독립표본 *t*-검정 결과, 〈표 3〉과 같이 Levene의 등분산 검정에서 유의확률(*p*) 값이 우울 .093, 불안 .226, 스트레스 .789로 등분산을 가정하였다. 우울 변인의 *t*값은 4.207, 유의확률 *p*=.000로 귀무가설이 기각되어 집단간 우울 점수의 차이가 통계적으로 유의한 것으로 나타났다. 불안 변인의 *t*값은 4.233, 유의확률 *p*=.000로 집단간 불안 점수의 차이가 통계적으로 유의한 것으로 나타났다. 스트레스 변인의 t값은 2.218, 유의확률 *p*=.034로 집단간 스트레스 점수의 차이가 통계적으로 유의한 것으로 나타났다. 결과적으로 퍼포먼스 참여자와 비참여자 간의 우

울, 불안, 스트레스 변인에서 통계적으로 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다.

표 3. 독립표본 *t*-검정 결과

구분		Levene의 등분산 검정		평균의 동일성에 대한 T검정						
		F	유의확률	*t*	자유도	유의확률 (양측)	평균차	차이의 표준오차	차이의 95% 신뢰구간	
									하한	상한
우울	등분산을 가정함	3.017	.093	4.207	30	.000*	5.813	1.382	2.991	8.634
	등분산을 가정하지 않음	-	-	4.207	24.599	.000*	5.813	1.382	2.964	8.661
불안	등분산을 가정함	1.528	.226	4.233	30	.000*	6.188	1.462	3.203	9.172
	등분산을 가정하지 않음	-	-	4.233	27.054	.000*	6.188	1.462	3.189	9.186
스트레스	등분산을 가정함	.073	.789	2.218	30	.034*	2.688	1.212	.213	5.162
	등분산을 가정하지 않음	-	-	2.218	29.983	.034*	2.688	1.212	.213	5.162

*p<.05

(3) 대응표본 *t*-검정

〈코로나 블루스〉 퍼포먼스 전후의 우울, 불안, 스트레스 점수의 차이를 살펴보기 위해 대응표본 *t*-검정을 실시한 결과, 〈표 4〉와 같이 우울, 불안, 스트레스 변인에 대한 평균과 표준편차, 평균의 표준오차가 나타났으며 Cronbach' *α*는 .961로 높은 신뢰수준을 확보하였다.

연구 참여자들의 퍼포먼스 참여 후 우울 점수는 평균 2.38(SD=2.849, SE=.712)로 참여 전 우울 점수 평균 4.88(SD=4.349, SE=1.087)에 비해 낮게 나타났다. 퍼포먼스 참여 후 불안 점수는 평균 3.88(SD=3.384, SE=.846)로 참여 전 불안 점수 평균 6.38(SD=3.897, SE=.974)에 비해 낮게 나타났다. 퍼포먼스 참여 후 스트레스 점수는 평균 2.50(SD=3.386, SE=.847)로 참여 전 불안 점수 평균 4.94(SD=4.640, SE=1.160)에 비해 낮게 나타났다. 종합적으로 움직임 퍼포먼스 참여 후 세 변인의 평균이 모두 낮게 나타났다.

표 4. 퍼포먼스 전후의 우울, 불안, 스트레스 변화

구분		N	평균(M)	표준편차(SD)	평균의 표준오차(SE)
대응 1	사전 우울	16	4.88	4.349	1.087
	사후 우울	16	2.38	2.849	.712
대응 2	사전 불안	16	6.38	3.897	.974
	사후 불안	16	3.88	3.384	.846
대응 3	사전 스트레스	16	4.94	4.640	1.160
	사후 스트레스	16	2.50	3.386	.847

퍼포먼스 참여 전과 후의 각 변인 간 상관관계는 〈표 5〉, 〈표 6〉과 같이 나타났다. 퍼포먼스 참여 전과 후 우울 변인의 상관관계는 79%, 우울감 차이는 2.5, 유의확률은 .000으로 나타나 퍼포먼스는 우울감 완화에 유의한 영향을 주었다고 볼 수 있다. 퍼포먼스 참여 전과 후 불안 변인의 상관관계는 83.8%, 불안감 차이는 2.5, 유의확률은 .000으로 나타나 퍼포먼스는 불안감 완화에 유의한 영향을 주었다고 볼 수 있다. 퍼포먼스 참여 전과 후 스트레스

표 5. 대응표본 상관계수

구분		N	상관관계	유의확률
대응 1	사전 우울-사후 우울	16	.790	.000*
대응 2	사전 불안-사후 불안	16	.838	.000*
대응 3	사전 스트레스-사후 스트레스	16	.846	.000*

*p<.05

Copyright© 2023 by the Korean Society of Dance Science

변인의 상관관계는 84.6%, 스트레스 차이는 2.4, 유의확률은 .002로 나타나 퍼포먼스는 스트레스 완화에 유의한 영향을 주었다고 볼 수 있다.

표 6. 대응표본 *t*-검정 결과

구분		대응차					*t*	자유도	유의확률 (양측)
		평균	표준편차	평균의 표준오차	차이의 95% 신뢰구간 하한	차이의 95% 신뢰구간 상한			
대응 1	사전 우울-사후 우울	2.500	2.733	.683	1.044	3.956	3.660	15	.002*
대응 2	사전 불안-사후 불안	2.500	2.129	.532	1.365	3.635	4.697	15	.000*
대응 3	사전 스트레스-사후 스트레스	2.438	2.529	.632	1.090	3.785	3.855	15	.002*

*p<.05

3) 정성적 효과: “무용의 사회적 역할로서 의미 발견”

(1) 자기 집중과 삶의 성찰

〈코로나 블루스〉에 참여한 연구 참여자 16명에게 퍼포먼스에 참여한 소감과 무엇을 표현하고자 하였는지 자유롭게 질문한 결과, 퍼포먼스의 의미를 크게 세 가지로 나타났다. 첫째, ‘나에 대한 집중과 삶에 대한 성찰’이다. 퍼포먼스의 다양한 방식을 통해 연구 참여자들은 코로나19 상황에 놓여있던 자신의 일상과 생활, 그동안의 삶에 대해 자세하게 들여다보는 계기가 되었다.

> 코로나 시대 이전의 저와 코로나 시대의 저, 지금의 제가 무슨 차이점이 있는지 깊이 고민하고 저 자신에 대해 생각해보았어요. (연구 참여자 S, 여성, 렉처 퍼포먼스)

> 나의 삶을 관중들에게 그대로 보여주기를 원했기 때문에 내가 어떤 생활을 했는지 고민을 많이 했던 것 같습니다. 하루를 정해서 그날에 있었던 모든 일을 글로 적어보았고, 그날을 요약할 수 있도록 고민을 했어요. 그리고 도입 부분과 마무리 부분의 대사에 중점을 두었습니다. 이 두 부분이 없었다면 내가 했던 퍼포먼스는 코로나 상황을 극복하기 위한 퍼포먼스가 아닌 그저 일상 vlog에 지나지 않았을 것입니다. (연구 참여자 K, 남성, 렉처 퍼포먼스)

또한 강연과 움직임을 통해 표현과 발표를 해야 하는 상황 속에서 나의 삶을 다른 사람들 앞에 꺼내어 보여준다는 것에 대한 새로운 인식을 갖게 되었다. 퍼포먼스를 통해 각자가 사용하는 표현방식과 내러티브가 다양하게 나타날 수 있다는 점을 알게 되었고, 이것이 다시 자신의 이야기와 삶에 집중하고 만족할 수 있는 계기를 마련하였다.

> 퍼포먼스에서 사람마다 표현하는 방법과 이야기를 풀어내는 과정이 모두 다르다는 것을 알게 되었습니다. 사람마다 퍼포먼스의 정의가 다르고 할 수 있는 퍼포먼스의 차이가 있기 때문에 각각의 퍼포먼스는 다를 수밖에 없습니다. 준비하는 과정에서 나는 퍼포먼스에 어려움을 느끼며 정답이 되는 퍼포먼스를 만들기 위해 고민을 많이 했던 거 같습니다. 하지만 여기에 정답은 없었고 자신이 구상하기 나름이라는 것을 발표를 통해 알 수 있었습니다. (연구 참여자 J, 여성, 렉처 퍼포먼스)

(2) 움직임을 통한 탈매체적 대인관계의 지속 가능성

둘째, 비대면, 언택트 온라인 플랫폼을 통해 어디서든 가능한, 탈매체적 대인관계의 지속 가능성이다. 연구 참여자들 모두가 처음 시도해본 비대면 상황 속에서의 퍼포먼스 구성이 낯선 경험이었지만 이미 우리 사회에는 유튜브, Zoom, SNS 등 다양한 언택트 온라인 플랫폼이 존재하여 사람과 사람 간의 아이디어를 공유하고 의논하는

데에 큰 문제가 없었다. 이 때문에 비대면 방식을 통한 다양한 플랫폼을 사용할 기회를 갖게 되었고 생각보다 원활한 소통을 통해 향후에도 대인관계를 지속하는 데에 문제가 없을 것이라는 생각을 하게 되었다.

> 탈코로나, 엔데믹이 되더라도 비대면 프로그램은 줄지 않고 일상에 자리 잡을 것이라 생각해요. 이동시간을 줄이고 사람들과 만날 수 있고 어느 장소에서도 온라인 수업을 들으며 소통할 수 있는 장점으로 계속해서 비대면 프로그램은 진행될 것으로 예상합니다. 이로 인해 비대면으로 렉처 퍼포먼스를 기획하는 것에 더 호기심을 갖게 되었고 어떻게 하면 무용을 활용하여 비대면 소통을 할 수 있을지 고민했어요. (연구 참여자 J, 여성, 렉처 퍼포먼스)

> 몇몇 분들과 안면을 트게 되어 운 좋게 팀원들과 함께 창작댄스를 기획할 수 있었는데, 시간이 없는 중에 어디서든 온라인으로 각자의 안무를 공유하려 할 때 이게 될까 싶었지만 점점 익숙해지고 의견 공유도 잘 된 것 같아요. (연구 참여자 J, 여성, 댄스 퍼포먼스)

> 팀을 이미 구성한 후 생각보다 가까이 있는데도 오프라인으로 거의 만나지 못했던 점이 조금 어려웠습니다. 하지만 줌을 통해 충분히 안무를 공유하고 생각도 나눌 수 있었다고 생각합니다. (연구 참여자 H, 여성, 댄스 퍼포먼스)

학업과 학점 이수, 복수 전공 등의 이유로 바쁜 참여자들의 생활 속에서 반드시 무용실에 모이지 않더라도 다양한 방식으로 연결되어 수업과 관련된 이야기를 나누고 영상을 전송하고 기록하는 과정은 매우 일상적이며 오히려 편리한 것으로 여겨졌다. 특히 댄스 퍼포먼스 팀은 안무, 음악, 의상 등 논의하고 기억해야 할 것들이 많았는데 글씨로 기록하기보다는 사진과 영상으로 저장하여 전송하는 것이 일상적인 참여자들이 주로 활용하였다.

(3) 신체적, 사회적 활동 증가와 긍정적 정서 체험

셋째, 퍼포먼스를 통한 신체적, 사회적 활동의 증가와 긍정적인 정서 체험이다. 연구 참여자들은 강연과 움직임, 음악과 댄스가 어우러진 퍼포먼스를 준비하면서 짧은 시간이었지만 신체활동과 사회적 활동을 병행하게 되었고 이 때문에 자유롭고 활기찬 분위기를 만끽할 수 있었다. 앞으로 안전, 보안, 건강을 위해 신체활동, 운동, 춤을 추지 못하는 상황이 발생한다고 하더라도 문제를 해결하고 움직일 수 있다는 점에 긍정적인 반응을 보였다.

> 헬스장 및 체육시설이 문을 닫으면서 운동량이 너무 부족했는데, 창작 댄스를 통해 직접 동작을 생각해보고 좋아하는 노래를 찾는 과정이 즐거웠습니다. (연구 참여자 K, 남성, 댄스 퍼포먼스)

> 몸을 움직이면서 코로나로 우울했던 느낌을 잠시나마 없애는 데 도움이 되었어요. 무사히 성공적으로 연습을 마무리했다는 것이 뿌듯했고 발표가 잘 마무리된 것 같아 기분이 좋았어요. (연구 참여자 H, 여성, 댄스 퍼포먼스)

> 코로나 상황의 특징은 밖에 자주 나가지 못하고 사람들과의 면대면 만남이 줄어들었다는 점이 가장 크다고 생각했습니다. 그래도 사람들과의 만남은 ZOOM이라는 프로그램을 통해서 비대면으로 조금이나마 보완될 수 있었고, 밖에 나가지 못하고 활동이 줄어들었다는 점을 대체하고 보완할 수 있다는 것을 확인해서 좋았습니다. (연구 참여자 Y, 남성, 렉처 퍼포먼스)

나아가 퍼포먼스를 준비하기 위해 고민하고 자료를 찾아보는 과정에서 기분 전환, 동시에 현 상황에서 찾을 수

Copyright© 2023 by the Korean Society of Dance Science

있는 긍정적인 정서로 자유, 행복 등을 연상하며 긍정적인 에너지를 얻게 되었다.

> 여러 유튜브를 찾아보면서 활기차게 춤추는 모습에 긍정적인 영향을 받아 좋았어요. (연구 참여자 K, 여성, 댄스 퍼포먼스)

> 가장 중점으로 두었던 점은 자유와 행복이었습니다. (연구 참여자 B, 여성, 댄스 퍼포먼스)

> 렉처 퍼포먼스를 준비하면서 나의 생활을 돌아보는 기회를 가졌는데, 나는 정말 행복하게 살고 있다는 것을 분명히 느낄 수 있었습니다. 단순한 깨달음이었지만 생활태도에 많은 도움이 되었던 것 같습니다. 나는 행복하다고 말하는 대사를 쓰니 때론 우습기도 했지만, 행복이라는 단어를 자주 생각하다보니 기분이 많이 나아졌습니다. (연구 참여자 K, 남성, 렉처 퍼포먼스)

이상의 움직임 퍼포먼스는 연구 참여자들에게 비교적 긍정적인 경험을 제공하였다. 연구 참여자의 인원이 적고 실행연구의 특성상 연구 참여자와 라포 형성이 되어 부정적인 의견이나 아쉬움을 제기하는 경우가 없다는 점이 연구의 한계로 남을 것이다. 향후 보다 다양한 연령, 성별, 직업군의 참여자들이 퍼포먼스에 참여하여 의미를 공유하고 소통한다면 더욱 뜻깊은 결과를 보고할 수 있을 것이라 예상한다.

Ⅳ. 요약 및 제언

이 연구는 무용의 사회적 역할을 고려하여 코로나 블루의 완화를 위한 움직임 퍼포먼스를 실행하고 참여자에게 나타난 정량적, 정성적 변화를 살펴봄으로써 향후 무용의 사회적 역할에 주목하고 더욱 많은 사람의 신체적, 정신적, 사회적 건강 증진과 회복을 위해 무용에 주목해야 할 필요성을 제기하고자 하였다. 대학교 무용실기 수업에서 수강생들의 코로나 블루 경험담을 이야기하고 이를 움직임 퍼포먼스로 기획하는 과정을 수행하였다. 충북 지역 K 대학교 무용실기 수업에 해당하는 체육실기Ⅱ 강좌의 수강생 20명 중 자발적인 연구 참여 의사와 연구목적에 대해 공감하고 있는 연구 참여자 16명을 유의표집에 따라 선정하였다. 수업 참여자들은 움직임 퍼포먼스를 구성하고 창작하기 위한 실기 수업, 강의, 토론 활동에 참여하였으며, 이 중 16명은 퍼포먼스 참여 후의 변화를 정량적으로 답변하는 설문조사와 정성적으로 진술하기 위한 FGI에 참여하였다. 정량 연구를 위한 설문조사는 움직임 퍼포먼스 〈코로나 블루스〉에 참여한 연구 대상 16명을 실험집단, 통제집단을 대상으로 K-DASS-21 질문지를 사용하였다. 독립표본 t-검정과 대응표본 t-검정을 실시하였고 Cronbach' α는 .798로 신뢰도를 확보하였다. 정성 연구를 위한 FGI는 〈코로나 블루스〉에 참여한 연구 참여자 16명을 모둠으로 구성하여 코로나19 기간의 심리적 변화, 정신건강 회복을 위한 노력, 무용을 통한 사회적 문제해결이라는 3가지 주제를 바탕으로 비구조화된 면담을 시행한 후 소주제별 범주화하였다.

연구결과 첫째, 무용의 사회적 역할은 공연예술, 커뮤니티 댄스, 작품 및 공연으로서의 공적 가치와 공공성 논의가 제기되었고 최근에는 문화예술교육과 교육계 전반에서 질적 향상과 건강관리를 위한 가치가 대두되고 있다. 둘째, 움직임 퍼포먼스의 실행 과정은 15주간의 수업 설계, PBL을 적용한 기획, 내러티브 기법을 활용한 구성 및 제작 단계로 진행되었으며 플립러닝을 적용하여 온・오프라인 동시 시연하였다. 셋째, 움직임 퍼포먼스를 통한 참여자의 변화로 움직임 퍼포먼스 참여자와 비참여자 간의 우울, 불안, 스트레스 변인에서 유의한 차이가 있는 것으로 나타났고 퍼포먼스 참여 후 세 변인이 낮게 나타났다. 또한 자기 집중과 삶의 성찰, 움직임을 통한 탈매체적

대인관계의 지속 가능성, 신체적, 사회적 활동 증가와 긍정적 정서 체험도 나타났다.

이 연구결과는 매우 단기간 적은 수의 참여자가 집중적으로 움직임을 경험했고 코로나 블루라는 정신건강 위협의 문제를 바탕으로 조사, 토론, 발표의 과정을 가진 사례를 보고하고 있다. 그러므로 이 연구만으로 무용의 사회적 역할을 전반적으로 논하기에 턱없이 부족하며 이제 막 엔데믹에 접어든 상황에서 시기상조의 논의일 수 있다. 그럼에도 무용을 향한 문화예술교육, 교육 분야의 다양한 정책, 아젠다, 제도들이 변화하고 있으며 무용이 지닌 가치를 끊임없이 상기할 수 있는 다양한 프로그램과 사업이 전국에서 운영되고 있다는 점을 상기할 때, 무용이 역할할 수 있는 영역이 더욱 확장되고 또 다른 역할과 가치를 고민해야 한다는 점을 짚어보는 계기가 될 수 있다. 세계 무대에서 뛰어난 공연예술 양식과 예술성으로 인정받는 대한민국 무용의 역할과 가치도 중요하지만, 다양한 연령, 성별, 배경, 인종, 환경의 사람들이 지닌 문제를 완화하거나 해결하여 모두의 건강한 삶을 위해 능히 향유 하지 않을 수 없는 무용의 역할도 고려해야 할 것이다.

참고문헌

곽덕주, 정혜경, 최진, 이진호(2020). **2020 서울어젠다 이행수준 인식조사 최종 보고서**. 서울: 한국문화예술교육진흥원.

교육부(2022). **2022 개정 체육과 교육과정**. 세종: 교육부.

교육부(2023.04.14.). “2022년 학생 건강검사 및 청소년건강행태조사 결과 발표”. **교육부 보도자료**. https://www.moe.go.kr/boardCnts/viewRenew.do?boardID=294&boardSeq=94695&lev=0&searchType=null&statusYN=W&page=1&s=moe&m=020402&opType=N. 2023.07.10. 검색.

국가트라우마센터(2020). **감염병 심리사회방역지침**. https://nct.go.kr/serviceCenter/formatReferenceDetail.do?refnceSeq=364에서 2023.06.30. 검색.

금성출판사(2023). **티칭백과**. https://dic.kumsung.co.kr/web/smart/detail.do?headwordId=8791&findCategory=B002002&findBookId=21. 2023.07.10. 검색.

김민재(2023.03.20.). “코로나로 인한 정신 건강 피해는 생각보다 미미하다?”. *The Science Time*. https://www.sciencetimes.co.kr/news/코로나로-인한-정신-건강-피해는-생각보다-미미하다/. 2023.07.10. 검색.

김선영(2020.09.21.). “서울시민 73% 추석 이동 계획 없다…‘코로나 블루’ 90% 이상 느껴”. **세계일보**. https://www.segye.com/newsView/20200921507423?OutUrl=daum. 2023.05.30. 검색.

김인설, 서리나, 신혜선, 차지민, 김미연, 서민정(2019). **2019 서울어젠다 이행실적 점검 연구: 문화예술교육 지속발전지수(SAEI)의 개발 및 적용 보고서**. 서울: 한국문화예술교육진흥원.

김재리(2014). 무용의 공공성: 국내 커뮤니티 댄스 사례를 중심으로. **한국무용기록학회지, 32**, 21-50.

문화체육관광부(2023). **제2차 문화예술교육 종합계획(2023~2027)**. 세종: 문화체육관광부.

박성혜(2020). 무용공연지원사업의 공적 가치와 예술적 의미 관계 연구–창작산실 무용분야 지원사업의 사례 중심으로. **무용예술학연구, 79**(3), 57-77.

보건복지부(2020). **코로나바이러스감염증-19 중앙재난안전대책본부 정례브리핑**. http://www.mohw.go.kr/react/al/sal0301vw.jsp?PAR_MENU_ID=04&MENU_ID=0403&CONT_SEQ=361802에서 2023.06.30. 검색.

사혜지, 이원상, 이봉규(2021). 코로나 블루와 여가 활동: 한국 사례를 중심으로. *Journal of Korean Society for Internet Information, 22*(2), 109-121.

서울연구원(2020). **포스트 코로나 시대, 새로운 표준을 이끄는 서울의 정책 자료집**. 서울: 서울연구원.

손헌일, 김기욱, 허종배, 박충훈(2020). 코로나19 극복을 위한 부산시 정책 대응. **BDI 정책포커스**, 1-12.

이은환(2020). 코로나 19 세대, 정신건강 안녕한가!. **이슈 & 진단**, 1-25.

임유하(2021). 빅데이터를 통해 본 ‘코로나 블루’에 대한 이슈 분석. **한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 33**(2), 829-852.

장정윤(2021). 초기 코로나 19 위기 동안 청소년의 성별과 신체활동 수준에 따른 스트레스와 심리적 상태의 관계. **한국발육발달학회지, 29**(2), 181-187.

Copyright© 2023 by the Korean Society of Dance Science

정진수(2021.01.18.). “코로나19 1년… 당신 마음은 건강하십니까?”. **세계일보**. https://www.segye.com/newsView/20210117507707?OutUrl=daum. 2022.11.30. 검색.

조지혜, 이영란(2022). 대학생이 인식하는 코로나 블루와 대학 차원의 지원 방안에 대한 탐색적 연구: CQR-M 분석을 중심으로. **청소년학연구, 29**(2), 317-340.

최정임, 장경원(2015). **PBL로 수업하기**. 서울: 학지사.

한혜리(2002). 현대예술에서 무용의 공공성과 즉흥성에 관한 연구. **한국무용교육학회지, 13**(2), 51-67.

홍애령(2019). 지역사회 기반 커뮤니티 댄스 프로그램 〈몸짓교실〉 사례연구: 교육효과 및 의미를 중심으로. **한국체육학회지, 58**(5), 189-200.

홍애령(2020). 한국 무용교육의 역사적 흐름과 영역의 재검토: 교육무용 지향에서 큰 무용교육 지향으로. **한국스포츠교육학회지, 27**(4), 121-139.

홍애령(2022). COVID-19 팬데믹 이후 취약계층 아동을 위한 문화예술교육의 현황 및 인식 연구. **문화예술융합연구, 3**(2), 51-65.

홍애령(2023). 위드 코로나 시대 시민문화예술의 향유 현황과 코로나 블루 완화를 위한 움직임 퍼포먼스의 방향성 탐색. **한국무용과학회지, 40**(1), 1-24.

홍애령, 박재홍(2018). 문화예술교육의 수혜적 관점과 향유적 관점: 문화복지에서 문화공유로의 전환. **한국무용과학회지, 35**(2), 81-95.

Aithal, S., Moula, Z., Karkou, V., Karaminis, T., Powell, J., & Makris, S. (2021). A systematic review of the contribution of dance movement psychotherapy towards the well-being of children with autism spectrum disorders. *Frontiers in Psychology, 12*, 719673.

Balachandran, A. K., Alagarsamy, S., & Mehrolia, S. (2020). Suicide among children during Covid-19 pandemic: An alarming social issue. *Asian Journal of Psychiatry, 54*, 102420.

Bronfenbrenner, U. (1994). Ecological models of human development. *International Encyclopedia of Education, 3*(2), 37-43.

Chappell, K., Redding, E., Crickmay, U., Stancliffe, R., Jobbins, V., & Smith, S. (2021). The aesthetic, artistic and creative contributions of dance for health and wellbeing across the lifecourse: A systematic review. *International Journal of Qualitative Studies on Health and Well-Being, 16*(1), 1950891.

Clift, S. (2012). Creative arts as a public health resource: Moving from practice-based research to evidence-based practice. *Perspectives in Public Health, 132*(3), 120-127.

Delabary, M. D. S., Loch Sbeghen, I., Wolffenbuttel, M., Pereira, D. R., & Haas, A. N. (2022). Online dance classes during the Covid-19 pandemic: new challenges and teaching strategies for the ‘Dance & Parkinson’s at home’project. *Research in Dance Education*, 1-19. https://doi.org/10.1080/14647893.2022.2083595

Dimonte, V., Gonella, S., Albanesi, B., Malinverni, E., Campagna, S., & Conti, A. (2023). The contribution of dance movement therapy in promoting nursing students’ interpersonal skills during the COVID-19 pandemic: A descriptive phenomenological study. *International Journal of Environmental Research and Public Health, 20*(2), 1376.

Dodd, S. J., & Epstein, I. (2012). *Practice-based research in social work: A guide for reluctant researchers*. London: Routledge.

Douse, L., Farrer, R., & Aujla, I. (2020). The impact of an intergenerational dance project on older adults’ social and emotional well-being. *Frontiers in psychology, 11*, 561126.

Kuppers, P. (2019). *Community performance* (2nd ed.). London: Routledge.

Lee, E. H., Moon, S. H., Cho, M. S., Park, E. S., Kim, S. Y., Han, J. S., & Cheio, J. H. (2019). The 21-item and 12-item versions of the depression anxiety stress scales: psychometric evaluation in a Korean population. *Asian Nursing Research, 13*(1), 30-37.

Marx, M., & Delport, A. (2017). "I am because we are" dancing for social change!. *Educational Research for Social Change, 6*(1), 56-71.

Samaritter, R., & Payne, H. (2013). Kinaesthetic intersubjectivity: A dance informed contribution to self-other

relatedness and shared experience in non-verbal psychotherapy with an example from autism. *The Arts in Psychotherapy, 40*(1), 143-150.

Sheppard, A., & Broughton, M. C. (2020). Promoting wellbeing and health through active participation in music and dance: A systematic review. *International Journal of Qualitative Studies on Health and Well-being, 15*(1), 1732526.

Sivvas, G., Batsiou, S., Vasoglou, Z., & Filippou, D. A. (2015). Dance contribution in health promotion. *Journal of Physical Education and Sport, 15*(3), 484.

Supiarza, H., & Sabaria, R. (2022). Short dance film: Construction of the arts and design project subject during COVID-19 pandemic. *Humaniora, 13*(2), 137-143. https://doi.org/10.21512/humaniora.v13i2.7908

Vogel, A. M., & Jackson, L. E. (2016). Activist theatre: The effects of community performance on system justification and willingness to engage in activism. *Journal of Community & Applied Social Psychology, 26*(5), 456-462.

Wolcott, H. F. (1994). *Transforming qualitative data: Description, analysis, and interpretation*. Thousand Oaks, California: Sage.

World Health Organization. (2021). *Background document on the inactivated vaccine Sinovac-CoronaVac against COVID-19*. https://apps.who.int/iris/handle/10665/341455

Copyright© 2023 by the Korean Society of Dance Science

ABSTRACT

An Action Research on Implementation of Movement Performance to Mitigate COVID-19's Impact and Promote Dance as a Social Medium†

Aeryung Hong* Korea National University of Education

This study focused on the prospective social medium of dance, aiming to emphasize the importance of dance in restoring the physical, mental, and social wellbeing of individuals amid the COVID-19 pandemic. By utilizing movement performances, the study sought to alleviate the negative impacts of the pandemic on people's lives. A total of 16 students from K University's dance practice class were purposively selected out of 20, who then participated in a survey, along with a Focus Group Interview (FGI), to quantitatively assess changes after participating in the movement performance. The survey employed an independent sample *t*-test and a paired sample *t*-test, using the K-DASS-21 (Korean version of the Depression Anxiety Stress Scale-21) questionnaire, exhibiting a reliable Cronbach's alpha of .798. The FGI involved unstructured interviews based on three themes: psychological changes during the COVID-19 period, efforts to restore mental health, and role of dance in addressing social problems; the themes were then categorized by sub-system. The study revealed the social significance of dance as a public art form, community engagement tool, and means of promoting health and wellbeing through culture and arts education. The execution process of the movement performance spanned 15 weeks, incorporating instructional design, planning using PBL, composition and production using narrative techniques, and a combination of online and offline presentations using flip learning. Participated exhibited significant reductions in variables such as depression, anxiety, and stress levels after engaging in the movement performance participants, compared to the non-participants. In addition, the study identified benefits such as improved self-concentration, reflection on life, sustainability interpersonal relationships fostered through movement, increased physical and social activities, and positive emotional experiences.

Key words : Corona Blue, Dance, Social Role, Movement Performance, Action Research

논문투고일: 2023.06.06
논문심사일: 2023.07.06
심사완료일: 2023.07.21

† This work was supported by the 2022 New Professor Research Grant funded by Korea National University of Education.
* Assistant Professor, 1st College, Department of Elementary Education, Korea National University of Education