

실용무용 전공생의 재미, 몰입, 탈진의 관계

염계화* 서경대학교

초록 본 연구의 목적은 실용무용 전공생들의 재미가 몰입과 탈진에 어떠한 영향을 미치는지 알아보고자 하였다. 연구 대상은 서울 경기지역 4개 실용무용 전공 대학생 232명이었으며, 재미, 몰입, 탈진을 측정하였다. 수집된 자료는 SPSS Ver. 29.0을 이용하여 요인분석, 신뢰도 분석, 상관관계 분석 및 다중 회귀 분석한 결과 다음과 같은 결론을 얻었다. 첫째, 무용 재미는 몰입에 유의한 영향력을 나타내고 있다. 무용 재미 하위요인 중 연습과 혜택, 개인적 만족은 인지 몰입과 행위몰입 모두 나타났다. 둘째, 무용 재미는 탈진에 유의한 영향력을 나타내고 있다. 탈진의 하위요인 중 개인적 만족은 의욕 상실, 의구심, 수행 저하, 정서적 고갈 모두에서 영향력을 보여주었다. 즉, 실용무용 전공생들의 무용 재미는 긍정적 요인인 무용몰입뿐만 아니라, 부정적 심리적 요인인 탈진에도 영향을 미치는 것으로 나타났다. 따라서 본 연구를 시작으로 실용 무용전공생 대상으로 하는 무용 재미 관련 연구가 활성화되어야 하며, 무용 재미를 증진 시킬 수 있는 심리적인 대처 전략과 더불어 탈진을 인지하고, 미리 예방할 수 있는 심리기술이 마련되어 교육 현장에 적용할 수 있는 사회적 지지와 노력이 필요하다.

주요어 : 실용무용, 무용 재미, 무용몰입, 무용 탈진, 심리기술

I. 서론

1. 연구의 필요성 및 목적

최근 실용무용은 대중문화산업의 급격한 성장과 밀접한 관계가 있다. 댄스 서바이벌 프로그램 ‘스트릿 우먼 파이터’ 시리즈나 ‘스트릿 댄 파이터’ 같은 댄스 서바이벌 프로그램이 미디어의 집중 조명을 받으면서, 실용무용의 학문적 교육적 패러다임이 바뀌었다. 그리고 K-POP의 글로벌 대중의 관심과 수요가 실용무용 발전의 기폭제가 되었다.

K-POP은 시각적인 요소가 매우 중요하여 K-POP 댄스 콘텐츠 산업적 가치를 더욱 높여 주었다. 또한 소셜미디어의 발달로 춤 영상을 접하고 쉽게 따라 할 수 있게 되면서 실용무용에 접근성과 공유성이 더 쉬워졌다(염계화, 2018). 이러한 대중문화산업의 구조적 변화가 실용무용의 급부상을 견인하고 있다. 이는 대학 내 실용 무용학과와 스트릿 댄스 전공에 대한 수요로 이어져 제도권 교육의 확장을 가져왔다. 현재 대학의 자율·특성화 정책 및 대응과 관련하여 인기 학과목 중 하나로 주목받고 있으며 이러한 현상은 앞으로도 지속될 것으로 보인다.

실용무용은 현재 대학 무용학과와 전공과목으로 포함되어있거나, 대학 내 전문 교육기관에 자리하며 실용무용의 전문가 양성에 돌입하고 있다(정한결, 2020). 하지만 이러한 상황 속에서 실용무용의 교육적 의미 및 가치에 관한 연구가 최근에서야 이루어지고 있다. 실용무용 교육의 정체성 논의가 뒤늦게 시작되고 있으며, 사회적 요구와 수요에 비해 실용무용에 대한 학문적 토대는 더딘 상황이다.

실용무용 활동에서의 재미는 긍정적인 정서 반응 행복감, 즐거움, 흥미 등의 원천으로서, 무용 활동 참여와 지

* 서경대학교 공연예술학부 교수, ghyoum@skuniv.ac.kr

속에서 동기유발을 일으키는 요인으로 가장 주목해 왔다. 이렇듯 인간은 재미를 추구하는 본능을 갖고 있으며, 무용 전공 수업에서의 그 중요성과 필요성은 매우 높다.

재미의 개념은 학자마다 다르게 정의되고 있다. Csikszentmihalyi(1975)는 재미를 내적동기의 지표로 보았으나, Scanlan 등(1993)은 재미를 내·외적 차원과 성취·비성취 차원을 모두 포함하는 포괄적 개념으로 제시했다. 본 연구는 Scanlan 등(1993)의 정의를 따르고자 한다. 무용전공자의 재미요인 탐색 연구에서는 연습의 효과, 무용의 혜택, 승리와 경쟁, 대회 참여, 유능성 지각 등 5개의 요인이 무용에서의 재미를 나타내는 것으로 밝혀졌으며, 무용 참가하는 개인의 상황적 요인에 따라 재미를 느끼는 강도가 다르다는 결론을 얻었다(김명수, 김성희, 2008).

무용에서의 재미는 무용 수행 상황에서 학생들이 흥미를 느끼도록 제공해야 무용의 즐거움을 발전시킬 수 있다. 학습자들은 재미를 느끼게 되면 무용 수업에 몰입하게 되고 긍정적 정서 체험을 통하여 내적, 외적 성취감을 경험하고, 그것은 학습자가 지속해서 무용에 참여하고 싶은 욕구가 생겨나게 하는 것이다. 재미란 정신적·신체적인 부정적 감정의 감소를 통하여 심리적 안정감을 가져오는데, 청소년들이 실용무용 활동을 참여하는 것은 재미요인이 가장 큰 이유이기도 하다(박재룡, 2015; 이현정, 홍미성, 2015). 따라서 재미는 무용 활동을 하는 데 있어 중요한 요소라고 할 수 있다.

실용무용 전공대학생들이 지속적 무용을 이어가고 학업에 안착하게 만들기 위해서는 무용 참여에 강력한 요인인 재미요인을 체계적으로 분석하여 교육과정에 녹여내야 한다. 따라서 실용무용의 학문적 기반을 공고히 하기 위해서는 학생들이 느끼는 본질적 동기인 재미요인에 관한 심층적 연구가 되어야 한다.

실용무용 전공생들의 지속적이고 열정적인 참여를 유도하는데 재미요인은 필수적이다. 나아가 재미를 이해하기 위해서 몰입 개념을 고려할 필요가 있다.

몰입은 Csikszentmihalyi(1975)가 Journal of Humanistic Psychology에 'Beyond Boredom and Anxiety'라는 논문을 통해 처음 제안한 구성개념으로, 무아지경의 상태, 즉 '물 흐르듯 행동이 자연스럽게 이루어지는 느낌'을 몰입이라 정의하였다. 몰입은 재미요인의 중요한 요인 중 하나인데, 인간은 언제 행복을 느끼는가의 의문에 답을 찾기 위해 심리학적인 개념과 방법을 연구하며 인지 몰입, 행위몰입 두 가지 개념으로 제안되었다(김병준, 성장훈, 1996).

무용몰입은 학습자의 능력과 과제의 수준이 일치할 때 도달하는 절정의 경험으로 실력향상과 성취감에 결정적 역할을 한다. 마찬가지로 무용 활동에서 재미 요소는 몰입에 영향을 미치고 나아가 활동을 지속해나가는 것과 밀접한 연관이 있을 것으로 보고 되어 왔다(장선미, 2018, 양주희, 이민영, 2017, 원세정, 2014).

무용몰입은 춤을 통해 즐거움과 기쁨을 느끼고 행복감을 느끼는 상태이다. 무용몰입을 유도하기 위해서는 가장 원초적 자극이 바로 재미이다. 따라서 학생들이 춤 안에서 어떤 재미 요소를 통해 깊은 몰입상태에 도달하는지 규명 연구가 필수적이다. 그러나 아직 실용무용 전공대학생을 대상으로 한 무용 재미와 무용몰입 관계 연구는 전무한 상황이다.

실용무용은 단기간에 인기 전공으로 급부상했으나, 기존 대학의 교과과정이 순수무용 중심으로 편성되어 있어 실용무용 전공생들을 위한 심화 실기나 이론교육이 여전히 부족한 실정이다(위성식, 이화식, 박정희, 김현주, 2009, 박영하, 2017). 이러한 이유로 실용무용 전공대학생들의 무용 수업 재미와 몰입도가 저하되고 나아가 중도 탈락이나 무용 탈진으로 이어지는 문제가 발생하고 있다. 실기 중심의 교육에만 치우친 것도 문제이며, 다양한 사회적 요구, 현실적 요구를 부합할 수 있도록 변해야 한다(이해준, 정시현, 2017). 이러한 교과과정은 실용무용 전공생에게 직접적 영향을 미칠 것이며, 우수한 실력과 기량을 가진 학생들이 심리적인 문제로 부정적인 상황에 노출됨으로서 무용을 포기하거나 학업을 그만두는 것은 개인뿐만 아니라 무용계의 발전에도 큰 손실을 초래한다.

무용 분야의 탈진 선행연구들은 스트레스, 부상, 완벽주의, 사회적 지지, 지도자의 코칭 행동 등 외적 또는 정서

적 요인이 탈진에 미치는 영향을 중심으로 진행되어왔다(이정주, 이해준, 2023, 은혜량, 차수정, 2023, 김현주, 2022, 정유진, 2020). 탈진을 감소시키기 위한 구체적 심리조절 요인보다는 상황적 영향력에 초점을 맞춰 무용 상황에서 탈진의 초기 규명단계이다.

탈진과 밀접하게 연관된 반대 개념인 무용 재미요인은 무용수의 긍정적, 부정적 심리상태로 동시에 영향을 미칠 수 있는 내적 요인이다. 특히, 재미와 탈진은 모두 정서적 반응이면서 무용 지속과 연결되는 심리적 변인임에도 불구하고 두 변인을 함께 분석한 연구는 극히 드물다. 본 연구는 탈진 선행연구에서 간과되었던 재미요인과의 관계를 검증하고자 한다.

실용무용 전공생에게 무용 재미는 무용 참여동기를 높이고 무용 지속의 중요한 동기요인이다. 무용몰입은 무용 수행 능력 향상과 연결되며, 탈진은 재미와 반대 상태로 무용 참여 중단을 일으킨다. 그러나 이 세 변수의 관계를 통합적으로 분석한 연구는 부족하다.

따라서 본 연구는 실용무용 전공대학생들의 무용 재미가 무용몰입과 무용 탈진에 어떠한 영향을 미치는지를 검증하는 데 연구의 필요성과 목적을 두고 있다.

2. 연구 문제

본 연구의 목적을 달성하기 위하여 설정된 연구 문제는 다음과 같다.

첫째, 실용무용 전공생의 무용 재미, 무용몰입, 무용 탈진은 어떠한 상관관계가 있는가?

둘째, 실용무용 전공생의 무용 재미는 무용몰입에 어떠한 영향을 미치는가?

셋째, 실용무용 전공생의 무용 재미는 무용 탈진에 어떠한 영향을 미치는가?

II. 연구 방법

1. 연구 대상

본 연구는 인간 대상 설문조사를 포함하는 연구로, 연구대상자의 윤리적 보호를 위해 서경대학교의 생명윤리위원회 승인을 받아 진행하였다(SKUIRB-2026-01-005). 서울 및 경기지역 대학으로 실용무용 전공이 개설된 S 대학교, H 대학교, D 대학교, 실용무용 전공대학생을 연구 대상으로 하였고, 비 확률적 표집 방법 중 편의표본 추출법을 직접 방문 및 담당 교수님께 협조를 요청하여, 본연구의 목적과 취지를 설명하고, 방문 시 학생들에게는 원하지 않는 경우 참여에 대한 선택과 비밀 유지에 대한 정보를 제공하였고, 자기 평가 기입법(self-administration)을 통한 설문조사를 실시하였다. 응답자 240명 중 고정화반응을 보이거나 성실하지 않은 응답자와 스트릿 댄스, 얼반 댄스, 케이 팝 댄스, 재즈댄스 외에 전공 무 기입된 자료 8부를 제외한 232명의 자료만을 최종 유효 표본으로 선정하였다. 실용무용의 전공 구분은 정규 2년제와 3년제, 4년제 대학 또는 평생교육원, 학점은행제를 바탕으로 실용무용 전공을 교육하는 학위 취득 기관들의 강의 강좌명을 기준으로, 스트릿 댄스, 얼반 댄스, 케이 팝 댄스, 재즈댄스로 나누어 구분하였다(김초롱, 2020). <표 1>은 수집된 연구대상자의 인구통계학적 특징이다.

표 1. 연구대상자의 인구통계학적 특징

변인	구분	빈도수(n)	%
성별	남자	72	31.0
	여자	160	69.0
학년	1학년	108	46.3
	2학년	37	16.1
	3학년	66	28.5
	4학년	21	9.1
전공	거리 춤	123	53.0
	얼 반댄스	75	32.2
	케이 팝 댄스	22	9.3
	재즈댄스	12	5.3
무용 경력	1년 이상 3년 미만	116	50.0
	3년 이상 5년 미만	74	31.7
	5년 이상	42	18.3
학교	S대학교	102	44
	H대학교	79	34.1
	D대학교	51	21.9
total		232	100.0

본 연구의 참여자는 S 대학교 102명(44%), H 대학교 79명(34.1%), D 대학교 51명(22%) 실용무용 전공대학생을 대상으로 하였다. 남, 여 232명으로 남자가 72(31.0%), 여자가 160명(69.0%)이었다. 참가자들의 학년은 1학년이 108명(46.3%), 2학년이 37명(16.1%), 3학년이 66명(28.5%), 4학년이 21명(9.1%)이었고, 전공은 스트리트 댄스 123명(53.2%), 얼반 댄스 75명(32.2%), 케이 팝 댄스 22명(9.3%), 재즈댄스 12명(5.3%)이었다. 무용 경력을 살펴보면, 1년 이상 3년 미만의 경력을 가진 참여자가 116명(50.0%)으로 가장 많았고, 3년 이상 5년 미만의 경력을 가진 참여자가 74명(31.7%), 5년 이상 경력을 가진 참여자가 42명(18.3%)으로 나타났다.

2. 측정 도구

무용 재미는 Scanlan, Carpenter, Lobel, & Simons(1993)가 개발한 스포츠 재미요인 질문지(SEQ)를 번안하여 수정·보완한 무용 재미 질문지를 사용하였으며, 무용 탈진 측정 도구는 Raedeke & Smith(2001) 운동선수 탈진척도(ABQ)를 무용전공생 대상으로 수정 보완하여 사용한 염계화(2019)의 연구에서 사용된 무용 탈진척도를 사용하였다. 무용몰입 측정 도구는 Scanlan(1993)이 개발한 ESCM을 기초로 정용각(2004)의 몰입척도를 수정 보완하여 사용하였다.

1) 무용 재미

무용 재미 척도 하위요인으로 연습과 혜택(9문항), 유능성 지각(5문항), 상급학교 진학(6문항) 승리와 경쟁(4문항), 개인적 만족(3문항), 부모의 지원(2문항), 팀 분위기(5문항), 총 34문항으로 구성되어있다. 무용 재미의 탐색적 요인분석과 신뢰도 검증 한 결과 얻어진 문항별 요인 부하량과 하위요인의 신뢰도 값으로, KMO 측정치는. 871

로 나타났으며, Bartlett의 구형 성 검증 결과 $\chi^2=3723.061$, $p<.001$ 로 나타나 수집된 자료가 요인분석에 적합한 것으로 나타났다.

본 연구에서 무용 재미는 스포츠 선행연구에서 사용된 척도와 달리 7 요인으로 구분되었습니다. 본 연구의 요인1은 고웃값이 3.903, 설명비가 11.5%로 나타나 연습과 그 혜택 요인으로, 요인2는 고웃값이 2.949, 설명비가 8.7%로 유능성 지각요인으로 분류되었다. 요인3은 고웃값이 2.771, 설명비가 8.2%로 나타나 상급학교 진학요인으로, 요인4는 고웃값이 2.403, 설명비가 7.1%로 승리와 경쟁요인으로 요인5는 고웃값이 2.220, 설명비가 6.5%로 나타나 개인적 만족요인으로 분류되었다. 요인 6은 고웃값이 1.469, 설명비가 4.3%로 나타나 부모의 지원요인으로, 요인7에는 고웃값이 1.343, 설명비가 4%로 팀 분위기 요인으로 분류되었다. 팀 분위기 요인의 설명 값이 크지 않게 나타났으나, 이는 무용 재미 변인이 단순한 단일차원의 개념이 아니라, 조사대상자의 서로 다른 경험이나 다차원적인 속성을 복합적으로 측정하는 다차원적인 개념입니다. 탐색적 개념이 다차원적이라 낮게 나왔으나, 문항 간 평균 상관관계가 적절하고 탐색 적요인 분석을 통해 타당성이 검증되었으므로, 연구분석에 사용하기에 수용할 수 수준입니다. 무용 재미를 설명하는 누적 비율은 50.1%로 나타나 효과적으로 측정하고 있음을 보여주었다.

2) 무용몰입

무용몰입 하위요인으로 인지 몰입(6문항), 행위몰입(6문항) 총 12문항으로 구성되어있다. 무용몰입의 탐색적 요인분석과 신뢰도 검증을 시행한 결과 얻어진 문항별 요인 부하량과 하위요인의 신뢰도 값으로, KMO 측정치는 .932이었으며, Bartlett의 구형 성 검증 결과 $\chi^2=1728.708$, $p<.001$ 로 나타나 수집된 자료가 요인분석에 적합한 것으로 나타났다.

본 연구에서 무용몰입은 선행연구와 같이 2 요인으로 구분되었으며, 요인1은 고웃값이 4.567, 설명비가 38.1%로 나타나 인지 몰입요인으로, 요인2는 고웃값이 2.286, 설명비가 19.1%로 행위몰입요인으로 분류되었다. 무용몰입을 설명하는 누적 비율은 57.1%로 효과적으로 측정하고 있음을 나타내고 있다.

3) 무용 탈진

무용 탈진 하위요인으로 의욕 상실(4문항), 의구심(4문항), 수행 저하(4문항), 정서로 갈(3문항) 총 15문항으로 구성되어있다.

무용 탈진의 탐색적 요인분석과 신뢰도 검증을 시행한 결과 얻어진 문항별 요인 부하량과 하위요인의 신뢰도 값은 <표 2>와 같다. KMO 측정치는 .912이었으며, Bartlett의 구형 성 검증 결과 $\chi^2=2523.797$, $p<.001$ 로 나타나 수집된 자료가 요인분석에 적합한 것으로 나타났다. 본 연구에서 무용 탈진은 선행연구와 같이 4 요인으로 구분되었다. 본 연구의 요인1은 고웃값이 2.696, 설명비가 18%로 나타나 의욕 상실요인으로, 요인2는 고웃값이 2.675, 설명비가 17.8%로 의구심 요인으로 분류되었다. 그리고 요인3은 고웃값이 2.470, 설명비가 16.5%로 나타나 수행 상실요인으로, 요인4는 고웃값이 2.409, 설명비가 16.1%로 정서적 고갈요인으로 분류되었다. 무용 탈진을 설명하는 누적 비율은 68.3%로 나타나 효과적으로 측정하고 있음을 보여주고 있다.

본 연구에서 사용된 측정용 도구들의 신뢰도를 알아본 결과 요인별 Cronbach's α 값은 무용 재미의 팀 분위기를 제외하고는 .72 이상을 나타내 측정항목의 신뢰도를 신뢰할 수 있는 것으로 나타났다. 무용 재미의 신뢰도 검증 결과 전체 신뢰도는 .917로 나타났으며, 무용몰입은 신뢰도 검증 결과 척도의 전체 신뢰도는 .925로 나타났고, 무용 탈진은 신뢰도 검증 결과 .851-.935로 나타나 측정용 도구가 양호한 신뢰성을 나타내고 있음을 알 수 있다. 비록 무용 재미의 팀 분위기 요인이 .628로 나타났지만, 이 또한 낮지 않은 신뢰도 계수로 충분히 신뢰할 만한 수

치라 판단된다. 또한 전체 Cronbach's α 값은 모두 .90 이상으로 모든 측정용 도구들이 높은 신뢰도를 보임을 나타내었다.

표 2. 무용 재미, 무용몰입, 무용 탈진의 및 신뢰도 계수

변인	구성 요인	문항 수	요인별 Cronbach's α	전체 Cronbach's α
무용 재미	연습과 혜택	9(4,5,6,8,14,15,16,18,33)	.821	.917
	유능성 지각	5(2,3,24,25,31)	.838	
	상급학교 진학	6(9,11,19,20,21,34)	.795	
	승리와 경쟁	4(1,10,12,29)	.801	
	개인적 만족	3(26,28,30)	.808	
	부모의 지원	2(13,22)	.723	
	팀 분위기	5(7,17,23,27,32)	.628	
무용몰입	인지 몰입	8(1,2,3,4,5,6,7,8)	.926	.925
	행위몰입	4(9,10,11,12)	.762	
무용 탈진	의욕 상실	4(8,9,14,15)	.889	.935
	의구심	4(10,11,12,13)	.904	
	수행 저하	4(4,5,6,7)	.851	
	정서적 고갈	3(1,2,3)	.875	

3. 자료처리

무용전공생들의 무용 재미가 무용몰입과 무용 탈진에 어떠한 영향을 미치는지를 분석하기 위해 Windows 용 SPSS Ver. 29.0을 이용하여 다음과 같이 분석하였다.

첫째, 연구 참여자의 인구통계학적 특성을 알아보기 위하여 기술통계를 사용하였으며, 둘째, 측정용 도구 재미 요인 몰입요인 및 탈진요인의 구성 요인을 살펴보기 위하여 탐색적 요인분석(Exploratory Factor Analysis)중 주성분 분석(Principal Component Analysis)를 실시하였다. 측정용 도구들의 신뢰도를 검증하기 위해 Cronbach's α 내적 신뢰도 계수와 표본 적합도 KMO (Kaiser-Meyer-Olkin)를 산출하여 타당도를 확보하였다. 넷째, 측정변수 간의 영향력을 확인하기 위해 상관관계분석(pearson correlation analysis)을 실시하였다. 마지막으로 독립변인이 종속변인에 미치는 영향을 알아보기 위하여 무용 재미를 독립변인으로 무용몰입과 무용 탈진을 각각 종속변인으로 하는 중다회귀분석(Multiple Regression Analysis)을 각각 실시하였다.

III. 연구 결과

1. 무용 재미, 무용몰입, 무용 탈진의 상관관계 분석 결과

척도들에 대하여 상관관계 분석을 시행한 결과는 <표 3>과 같다. 각 변인 간의 상관관계를 살펴본 <표 3>과 같이 무용 재미, 무용몰입, 무용 탈진은 다차원적 관계($p < .01$)를 가지고 있음을 알 수 있다. 또한 무용 재미, 무용몰입, 무용 탈진의 13개 하위요인도 대부분 통계적으로 유의한 상관관계($p < .05$, $p < .01$)가 있는 것으로 나타났다.

표 3. 무용 재미, 무용몰입, 무용 탈진의 상관관계

변인	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
연습과 혜택	1												
유능성 지각	.434**	1											
학교 진학	.549**	.389**	1										
승리와 경쟁	.437**	.362**	.521**	1									
개인적 만족	.526**	.389**	.579**	.457**	1								
부모의 지원	.388**	.223**	.367**	.362**	.264**	1							
팀 분위기	.483**	.315**	.406**	.424**	.444**	.270**	1						
인지 몰입	.720**	.343**	.559**	.442**	.685**	.300**	-.181**	1					
행위몰입	.612**	.363**	.527**	.473**	.489**	.296**	-.113**	.692**	1				
의욕 상실	-.594**	-.331**	-.472**	-.370**	-.568**	-.266**	.219**	-.689**	-.520**	1			
의구심	-.521**	-.416**	-.461**	-.308**	-.581**	-.291**	.319**	-.651**	-.456**	.759**	1		
수행 저하	-.417**	-.390**	-.322**	-.253**	-.381**	-.161**	.366**	-.454**	-.343**	.606**	.581**	1	
정서적 고갈	-.334**	-.241**	-.261**	-.184**	-.376**	-.169**	.244**	-.411**	-.269**	.468**	.513**	.544**	1

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

2. 무용 재미가 무용몰입과 탈진에 미치는 영향 분석 결과

1) 무용 재미가 무용몰입에 미치는 영향

무용 재미를 독립변인으로 무용몰입의 하위요인 각각을 종속변인으로 하는 중다회귀분석을 실시한 결과는 <표 4>와 같다.

무용 재미는 무용몰입 중 인지 몰입을 65.6% 설명하고 있으며($R^2=.656$), 무용 재미의 하위요인인 연습과 그 혜택($\beta=.481$), 개인적 만족($\beta=.395$)이 인지 몰입에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 그리고 무용 재미는 무용몰입 중 행위몰입을 46.8% 설명하고 있으며($R^2=.468$), 무용 재미의 하위요인인 연습과 그 혜택($\beta=.411$), 상급학교 진학($\beta=.160$), 승리와 경쟁($\beta=.183$), 개인적 만족($\beta=.141$)이 행위몰입에 유의한 영향을 미쳤다.

표 4. 무용 재미가 무용몰입에 미치는 영향

구분		B	β	t	R	Adjusted R^2	R^2	F
무용 몰입	연습과 그 혜택	.515	.481	9.070 ***	.810	.645	.656	62.012 ***
	유능성 지각	-.118	-.059	-1.317				
	상급학교 진학	.148	.078	1.448				

구분		B	β	t	R	Adjusted R^2	R^2	F
행위 몰입	승리와 경쟁	-.001	-.001	-.011	.684	.452	.468	28.670 ***
	개인적 만족	.025	.395	7.614 ***				
	부모의 지원	-.079	-.018	-.421				
	팀 분위기	.096	.045	.958				
	연습과 그 혜택	.205	.411	6.236 ***				
	유능성 지각	.035	.038	.679				
	상급학교 진학	.142	.160	2.389*				
	승리와 경쟁	.231	.183	2.994**				
	개인적 만족	.171	.141	2.189*				
	부모의 지원	-.074	-.037	-.674				
	팀 분위기	-.090	-.090	-1.546				

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

2) 무용 재미가 무용 탈진에 미치는 영향

무용 재미를 독립변인으로 무용 탈진의 하위요인 각각을 종속변인으로 하는 중다회귀분석을 실시한 결과는 <표 5>와 같다.

무용 재미는 무용 탈진 중 의욕 상실을 44.7% 설명하고 있으며($R^2=.447$), 무용 재미의 하위요인인 연습과 그 혜택($\beta=-.377$), 개인적 만족($\beta=-.319$)이 의욕 상실에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 그리고 무용 재미는 무용 탈진 중 의구심을 43.4% 설명하고 있으며($R^2=.434$), 무용 재미의 하위요인인 연습과 그 혜택($\beta=-.208$), 유능성 지각($\beta=-.154$), 개인적 만족($\beta=-.369$)이 의구심에 유의한 영향을 미쳤다. 또한 무용 재미는 무용 탈진 중 수행 저하를 25.3% 설명하고 있으며($R^2=.253$), 무용 재미의 하위요인인 연습과 그 혜택($\beta=-.214$), 유능성 지각($\beta=-.220$), 개인적 만족($\beta=-.156$)이 수행 저하에 유의한 영향을 주는 것으로 나타났다. 그리고 무용 재미는 무용 탈진 중 정서적 고갈을 18.7% 설명하고 있으며($R^2=.187$), 무용 재미의 하위요인인 개인적 만족($\beta=-.251$), 팀 분위기($\beta=-.145$)가 정서적 고갈에 유의한 영향을 미쳤다.

표 5. 무용 재미가 무용 탈진에 미치는 영향

구분		B	β	t	R	Adjusted R^2	R^2	F
무용 탈진	연습과 혜택	-.256	-.378	-5.623 ***	.668	.430	.447	26.288 ***
	유능성 지각	-.014	-.011	-.198				
	상급학교 진학	-.080	-.066	-.972				
	승리와 경쟁	-.040	-.024	-.378				
	개인적 만족	-.524	-.319	-4.843 ***				

구분	B	β	t	R	Adjusted R^2	R^2	F
의구 심	부모의 지원	-.006	-.002	-.037	.659	.417	24.995 ***
	팀 분위기	.012	.009	.145			
	연습과 혜택	-.157	-.208	-3.055 **			
	유능성 지각	-.218	-.154	-2.679 **			
	상급학교 진학	-.099	-.073	-1.061			
	승리와 경쟁	.183	.096	1.521			
	개인적 만족	-.676	-.369	-5.543 ***			
	부모의 지원	-.215	-.071	-1.261			
수행 저하	팀 분위기	-.089	-.059	-.977	.503	.230	11.053 ***
	연습과 혜택	-.135	-.214	-2.736 **			
	유능성 지각	-.259	-.220	-3.319 **			
	상급학교 진학	-.025	-.022	-.281			
	승리와 경쟁	.037	.023	.322			
	개인적 만족	-.239	-.156	-2.041*			
	부모의 지원	.082	.032	.502			
	팀 분위기	-.095	-.076	-1.091			
정서 적 고갈	연습과 혜택	-.066	-.132	-1.619	.432	.162	7.494 ***
	유능성 지각	-.063	-.067	-.971			
	상급학교 진학	.010	.012	.141			
	승리와 경쟁	.100	.079	1.047			
	개인적 만족	-.304	-.251	-3.147 **			
	부모의 지원	-.062	-.031	-.456			
	팀 분위기	-.143	-.145	-2.000*			

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

IV. 논의

본 연구는 실용무용 전공생의 무용 재미가 무용몰입과 무용 탈진에 미치는 영향력을 분석하고자 하였다. 분석 결과를 통해 도출된 연구 결과를 중심으로 논의하면 다음과 같다.

첫째, 실용무용 전공생의 무용 재미는 무용몰입에 전반적으로 영향을 미치는 것으로 나타났다. 무용 재미가 무용몰입에 미치는 영향을 분석한 연구 결과는 무용 재미의 하위요인인 연습과 그 혜택과 개인적 만족 두 요인은 인지 몰입과 행위몰입 모두에서 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 그리고 무용 재미 하위요인 중 유능성 지각, 상급학교 진학, 승리와 경쟁은 행위몰입에 유의한 영향을 주는 것으로 분석되었다. 이러한 결과는 선행연구들(최유리, 민현주, 2018, 이화석, 2015, 한혜원, 2010)에서 무용전공생의 무용 재미요인이 무용몰입에 정적인 영향 관계를 보고하고 있어, 이 연구 결과를 지지하고 있다.

무용 재미의 하위요인인 연습과 그 혜택과 개인적 만족 두 요인은 인지 몰입과 행위몰입 모두에서 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 특히 연습과 그 혜택과 개인적 만족이 인지 몰입과 행위몰입 모두에 영향을 미친다는 결과의 의미를 해석할 필요성이 있다. 이는 실용무용 댄서 허니제이의 인터뷰 내용을 보면 연습과 혜택, 개인적 만족요인이 유의한 요인으로 나타났는지 설명해주고 있다.

양승준(2025.09.19.) 한국일보 두 K팝 그림자가 사는 법 기사에 허니제이 인터뷰에 따르면, 스트릿 우먼 파이터에 출연했던 댄서들은 참 순수해요. 그냥 좋아서 해요. 저도 어려서부터 그냥 춤이 좋아서 댄서를 한 거거든요. 솔직히 돈을 못 벌었을 때도 그렇게 불행하진 않았어요. 일을 조건 없이 하니깐 즐기게 됩니다.

결국 무용가들은 순수무용 무용가와 실용무용 무용가 모두, 장르 구분 없이 돈과 명예와 쾌락 추구가 지배적인 문화에서도 물질적인 보상을 포기하고 누리기 힘든 진정한 재미 그 자체를 경험하려고 하는 사람들입니다. 무대에서 무용수들이야말로 진정한 몰입상태를 경험하는 사람들이라고 말하고 있다.

무용 전공 대학생의 무용 재미 연구와 무용 전공 중학생들의 무용몰입 연구, 그리고 청소년 여가 무용 참여자들의 무용 활동에서 무용몰입 할 수 있도록 해주는 심리적 요인들은 매우 중요하며, 특히 재미요인은 학생들의 무용 몰입을 돕는 가장 효과적이고 기본적인 요소임을 밝힌 점은, 본 연구 결과와 일치함을 알 수 있다. 이러한 결과에서 볼 수 있듯이 실용무용 전공생들이 연습과 그 혜택과 개인적 만족, 유능성 지각, 상급학교 진학, 승리와 경쟁과 같은 무용 재미를 경험하는 것은 무용몰입을 할 수 있게 해주는 원동력이 될 수 있다고 하겠다.

실용무용 전공생들의 무용 재미를 느끼는 요인과 몰입은 관계가 있으며, 이는 댄스 참여에서 몰입은 다양한 표현능력과 기능향상이라는 연습 목적의 추구 속에서 실용무용 전공대학생들이 댄스 연습에 재미를 느끼고 긍정적인 사고를 할 수 있도록 동기 부여한다고 여겨진다. 무용 재미 하위요인 중 유능성 지각, 상급학교 진학, 승리와 경쟁은 행위몰입에 유의한 영향을 주는 것으로 분석되었지만 특히, 무용 재미의 하위요인인 연습과 그 혜택과 개인적 만족 두 요인은 인지 몰입과 행위몰입 모두에서 유의한 영향을 미치는 것으로 나타난 이러한 결과는, 실용무용 전공대학생의 경우 무용에 대한 인식이 과거의 엄격한 예술성이나 기술에서 벗어나, 연습의 즐거움이나 개인적 만족과 재미를 선호하는 방향으로 변화하고 있다고 해석할 수 있다.

무용몰입의 중요성과 재미의 인과적 역할에서 몰입은 특정 활동에 깊이 빠져들어 즐거움과 성취감을 느끼는 최적의 심리상태를 의미합니다. 정교한 신체 기술뿐 아니라 정서적 상태의 병행이 요구되는 실용무용 전공자에게 몰입은 무용 수행 때 기량을 최상으로 발휘하고 움직임이 표현하고자 하는 감정에 동화되도록 돕는 핵심 변인이다.

Csikszentmihalyi 몰입 이론에 따르면, 학습자가 환경의 자극 속에서 긍정적이고 유쾌한 감정 상태를 경험할 때 물 흐르듯 자연스러운 수행과 시간이 멈춘 것 같은 최상의 몰입경험을 하게 된다고 했다. 즉, 무용 활동을 하며 느끼는 내재적 재미는 실용무용 전공생들을 진정한 몰입상태나 최고의 경험으로 이끄는 강력한 심리적 요인이 될 것입니다. 실용무용 전공생을 대상으로 하는 재미와 몰입에 관한 연구가 좀 더 활성화되어야 하는 이유이다.

둘째, 실용무용 전공생의 무용 재미요인은 무용 탈진에 전반적으로 영향을 미치는 것으로 나타났다. 좀 더 자세히 살펴보면 무용 재미가 무용 탈진에 미치는 영향을 분석한 결과, 무용 재미는 무용 탈진 중 의구심요 인과 인과 관계를 나타내고 있으며, 무용 재미의 하위요인인 연습과 그 혜택, 유능성 지각, 개인적 만족이 의구심에 유의한 영향을 미쳤다. 또한 무용 재미는 무용 탈진 중 수행 저하를 설명하고 있으며, 무용 재미의 하위요인인 연습과 그 혜택, 유능성 지각, 개인적 만족이 수행 저하에 유의한 영향을 주는 것으로 나타났다. 그리고 무용 재미는 무용 탈진 중 정서적 고갈을 설명하고 있으며, 무용 재미의 하위요인인 개인적 만족, 팀 분위기가 정서적 고갈에 유의한 영향을 미쳤다. 무용 재미가 무용 탈진에 미치는 영향력은 무용 재미의 하위요인인 연습과 그 혜택 요인이 의욕 상실, 의구심, 수행 저하, 정서적 고갈 모두에서 부적인 영향을 미치는 것으로 나타났다.

무용 재미와 탈진의 관계에 대한 선행연구를 살펴보면, 염계화(2019)는 무용 전공 중학생의 스트레스가 탈진과 몰입에 미치는 영향을 연구하며, 실패의 두려움과 시합 부담 이 탈진을 증가시키는 반면, 무용몰입이 탈진을 완화하는 요인임을 검증하였다. 이는 실용무용 전공생과의 재미와 탈진 인과관계의 결과와 일치하는 것으로 나타나 본 연구결과를 지지해주고 있다.

직업무용수를 대상 탈진연구에서 긍정심리 자본이 탈진을 감소시키는 요인으로 작용하며, 특히, 희망이 높을수

록 정서적 신체적 소진과 성취감 저하가 낮아진다고 제시하고 있다(은혜랑 차수정, 2023, 박수정, 김현숙, 2015).

무용 전공대학생을 대상으로 교수와 학습자의 상호작용이 탈진을 완화하는 요인임을 확인하며 커뮤니케이션의 하위요인인 대화 믿음 격려, 기술, 기술지도, 또한 탈진의 모든 하위요인을 낮추는 역할을 하는 것으로 나타났다. 이처럼 무용 분야의 선행연구들은 긍정 심리자본, 스트레스, 완벽주의, 지도자의 코칭 행동 등 정서적 요인들이 탈진에 미치는 영향을 중심으로 진행됐다. 즉, 탈진을 감소시키기 위한 긍정적 심리요인들 판별하는 연구 결과들이었다. 이러한 선행연구 결과들은 무용 재미와 같은 긍정적 심리 변인들이 무용 탈진을 낮춘다는 본 연구 결과와 일치하는 것으로 나타났다.

실용무용 전공생들의 무용 재미는 긍정적 심리적 요인인 무용몰입뿐만 아니라, 부정적 심리적 요인인 탈진에도 영향을 미치는 것으로 나타났다. 재미가 몰입을 일으키고, 탈진을 낮추는 강력한 기제임은 분명하지만, 실용무용 전공생들이 느끼는 무용 재미를 어떻게 인식하고 평가하고 어떠한 대처 방안을 통해 증대시키느냐에 따라 그 결과가 달라질 수 있을 것으로 생각한다.

따라서 본 연구를 시작으로 실용무용 전공생을 대상으로 하는 재미 관련 연구가 활성화되어야 하며, 몰입을 높이고, 탈진을 극복할 수 있는 심리적인 대처 전략과 심리기술이 마련되어 개발된 전략을 실질적으로 교육 현장에 적용할 수 있는 사회적 지지와 노력이 필요하다.

V. 결론 및 제언

본 연구는 실용무용 전공대학생들의 무용 재미가 무용몰입과 무용 탈진에 어떠한 영향을 미치는지를 검증하는 것이 목적이며, 다음과 같은 결과가 나타났다.

첫 번째, 무용 재미가 무용몰입에 미치는 영향을 분석한 결과, 무용 재미 하위요인 중 유능성 지각, 상급학교 진학, 승리와 경쟁은 행위몰입에 유의한 영향을 주는 것으로 분석되었다. 특히 무용 재미의 하위요인인 연습과 그 혜택과 개인적 만족 두 요인은 인지 몰입과 행위몰입 모두에서 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 무용가들은 순수무용 무용가와 실용무용 무용가 모두, 장르 구분 없이 물질적인 보상을 포기하고 누리기 힘든 진정한 재미 그 자체를 경험하려고 하는 사람들입니다. 무대에서 춤출 때 무용수들이야말로 진정한 몰입상태를 경험하는 사람들이라고 말하고 있다.

두 번째, 실용무용 전공대학생의 무용 재미요인은 무용 탈진에 전반적으로 영향을 미치는 것으로 나타났다. 무용 재미가 무용 탈진에 미치는 영향을 분석한 결과, 무용 재미의 하위요인인 연습과 그 혜택, 개인적 만족이 의욕 상실에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 그리고 무용 재미는 무용 탈진 중 의구심요 인과 인과관계를 나타내고 있으며, 무용 재미의 하위요인인 연습과 그 혜택, 유능성 지각, 개인적 만족이 의구심에 유의한 영향을 미쳤다. 또한 무용 재미는 무용 탈진 중 수행 저하를 설명하고 있으며, 무용 재미의 하위요인인 연습과 그 혜택, 유능성 지각, 개인적 만족이 수행 저하에 유의한 영향을 주는 것으로 나타났다. 그리고 무용 재미는 무용 탈진 중 정서적 고갈을 설명하고 있으며, 무용 재미의 하위요인인 개인적 만족, 팀 분위기가 정서적 고갈에 유의한 영향을 미쳤다.

무용 재미가 무용 탈진에 미치는 영향력은 무용 재미의 하위요인인 연습과 그 혜택 요인이 의욕 상실, 의구심, 수행 저하, 정서적 고갈 모두에서 부적인 영향을 미치는 이러한 결과는 실용무용 전공대학생들의 무용 재미는 부정적 심리적 요인인 탈진뿐만 아니라 긍정적 요인인 무용몰입에도 영향을 미치는 심리적 기제로 나타났다.

이상의 연구 결과를 바탕으로 실용무용 전공생들의 무용몰입을 높이고 무용 탈진을 예방하기 위해서는 무용 수

행 결과보다는 수행 과정에 더 긍정적인 의미와 재미를 부여할 수 있도록 지도하려는 노력이 필요하다는 것을 시사하고 있다.

따라서 앞으로는 실용무용 전공대학생들이 탈진을 어떻게 대처하고 있으며, 탈진으로 인해 나타나는 부정적인 영향을 감소시킬 수 있는 효과적인 대처 방법에 관한 후속 연구를 수행하는 것이 필요하다. 그리고 본 연구를 시작으로 실용무용 전공대학생 대상으로 무용 재미와 몰입 증진과 탈진 대처 방안과 관련된 교육 및 심리 프로그램을 개발하고 적용하려는 노력과 행동이 지속해서 실천되어야 하며, 이러한 사회적 지지를 기반으로 무용 수행 능력을 향상하게 시키고 무용 수행 환경이 개선되는 데 긍정적인 영향을 줄 수 있을 것으로 판단된다.

이상을 바탕으로 후속 연구를 위한 제언은 다음과 같다. 본 연구는 양적연구방법인 설문지를 활용하여 연구를 수행하였지만, 연구 대상의 활동 특성 및 양상을 심층적으로 파악하는 데 한계가 있었다. 따라서 향후 연구에서는 질적 연구 방법과 양적 연구 방법을 병행하여, 주제 관련 연구 대상의 특성과 양상을 보다 심층적 종합적으로 이해할 수 있는 접근이 필요하다. 통합적 연구 설계를 통해 심층적으로 분석하여 현장에 유효한 결과를 제시한다면, 무용의 발전에 큰 도움을 줄 수 있을 것으로 판단된다.

참고문헌

- 김병준, 성장훈(1996). 스포츠 동기요인으로서의 재미: 개념 및 관련 연구, **한국스포츠교육학회지**, 3(2), 99-122.
- 김명수, 김성희(2008). 무용전공자들의 재미 요인탐색, **대한무용학회지** 16, 26-31.
- 김현주(2022). 무용 전공 고등학생의 스트레스와 탈진의 관계에서 그릿의 매개효과. **한국코칭능력개발지**, 24(5), 99-108.
- 김초롱(2020). 실용무용 전공대학생들의 연습 실태와 무용 상해에 관한 연구. 미간행 박사학위논문, 세종대학교 대학원.
- 박세륜(2015). 중학생의 학교스포츠클럽 참여의 재미요인이 신체활동 즐거움과 체육수업 몰입에 미치는 영향. 미간행 석사학위논문. 경기대학교 교육대학원.
- 박수정, 김현숙(2015). 무용 전공 여자대학생의 완벽주의 성향과 소진의 관계: 자아 탄력성의 조절 효과를 중심으로. **한국무용과학회지**, 32(1), 75-89.
- 박영하(2017). 21세기 실용무용의 쟁점과 과제에 대한 고찰. **대한무용학회**, 75(1), 143-160.
- 이정주, 이해준(2023). 실용무용 전공대학생의 무용 스트레스와 무용 탈진이 무용몰입에 미치는 영향. **대한무용학회**, 81(4).135-151.
- 이해준, 정시현(2017). 한국 실용무용의 역사성과 효용성 고찰을 통한 콘텐츠 개발 방안 연구. **한국무용학회**, 17(1), 77-90
- 이현정, 홍미성(2015). 중학생 학교 스포츠 클럽 활동 중 댄스 수업 참여가 무용 인식 및 체육수업 재미, 운동지속 수행에 미치는 영향. **한국무용과학회지**, 32(1), 31-45.
- 이화석(2015). 현대무용 전공 중고생들의 자기관리, 무용몰입 및 지속 의도의 관계. **대한무용학회**, 74(2), 143-159.
- 원세정(2014). 중학생의 학교 무용 수업 재미요인이 수업몰입, 심리적 행복감 및 학교생활 적응에 미치는 영향. 미간행 석사학위논문, 동덕여자대학교 대학원.
- 염계화(2018). 실용무용 단체의 지역별, 장르별, 유형 채널 수별, SNS 활용 프로파일. **한국무용학회**, 18(1), 33-42.
- 염계화(2019). 무용 전공 중학생의 스트레스가 몰입과 탈진에 미치는 영향. **한국무용학회지**, 19(1), 97-106.
- 은혜량, 차수정(2023). 직업무용수의 긍정심리 자본이 심리적 탈진 및 정서적 조직몰입에 미치는 영향. **한국무용과학회지**, 40(3), 17-30.
- 위성식, 이화식, 박정희, 김현주(2009). 실용무용 교육과정 조사연구. **한국사회체육학회**, 37(1), 81-92.
- 정용각(2004). 여 가운데 참여자의 스포츠 몰입 행동 척도의 타당도 검증. **한국스포츠심리학회지**, 15(1), 1-22.
- 정유진, (2020). 무용 전공대학생의 완벽주의 성향, 사회적 지지 및 무용 탈진의 관계. **한국무용학회지**, 20(1), 101-113.
- 정한결(2020). 실용무용 교육의 재개념화를 위한 탐색: 실용무용 연구동향과 실용음악의 사례를 통해. **한국무용학회**, 20(2), 69-82.

- 장선미 (2018). 중학생 무용 수업 참여자들의 참여동기, 재미요인, 무용몰입의 관계. *코칭능력개발지*, 20(4), 20-27
- 최유리, 민현주(2018). 청소년들의 방송 댄스 프로그램 재미요인이 몰입과 자아 정체감에 미치는 영향. *대한무용학회*, 76(2), 269- 286
- 한혜원(2010). 생활무용 참여의 재미가 몰입경험과 참여 지속 의도에 미치는 영향. *한국무용과학회지*, 22(1), 1-18.
- Csikszentmihalyi, M.(1975). *Beyond boredom and anxiety*, San Francisco: Jossey-Bass.
- Csikszentmihalyi, M. & Rathunde, K(1992). The Measurement of Flow in Everyday: Toward a Theory of Emergent Motivation. *Nebraska Symposium on Motivation*, 40, 57-98.
- Csikszentmihalyi, M. (1993). *The evolving self*. New York: Harper & Row
- Scanlan, T. K., Carpenter, P. J., Lobel, M., & Simons, J. P (1993). Sources of enjoyment for youth sport athletes. *Pediatric Exercise Science*, 5, 275-285.
- Scanlan, T. K., & Lewthwaite, R. (1986). Social psychological aspects of competition for male youth sport participants: IV. Predictors of enjoyment. *Journal of Sport Psychology*, 8, 25-35.
- Scanlan, T. K., & Simons, J. P. (1992). The construct of sport enjoyment. In G.C. Roberts (Ed). *Motivation in sport and exercise* (pp. 199-215). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Scanlan, T. K., Stein, G. L., & Ravizza, K (1989). An in-depth study of former elite figure skaters: II. Sources of enjoyment. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 11, 65-8
- Kimiecik & Harris, 1996) Kimicik, J. C. & Harris, A T. (1996). What is enjoyment? A conceptual/denominational analysis with implications for sport and exercise psychology. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 18, 247-263.
- Izaed, C. E. (1991). *The psychology of emotions*. New York: plenum.
- 양승준 (2025.09.19.). 아이돌 피하니 대중이 환호했다... 두 K팝 '그림자'가 사는 법- "조건 없이 하는 일 행복".한국일보, <https://www.hankookilbo.com/news/article/A2025091715090002236>

ABSTRACT

The Relationship Between Fun, Flow, and Burn-out Among Practical Dance Students

Gyehwa Youm* Seokyeong University

This study aimed to examine how the enjoyment experienced by practical dance majors influences their levels of immersion and exhaustion. A total of 232 college students majoring in practical dance from universities in Seoul and the Gyeonggi area participated in the research. The variables measured included fun, immersion, and exhaustion. Data were analyzed using factor analysis, reliability analysis, correlation analysis, and multiple regression analysis with SPSS Version 29.0.

The results revealed that the Fun of dance significantly impacts students' immersion. Specifically, the sub-factors of dance Fun practice and benefits, as well as personal satisfaction were found to enhance both cognitive and behavioral commitment. Additionally, the Fun of dance was shown to have a significant effect on exhaustion. Within the sub-factors of exhaustion, personal satisfaction influenced motivation, feelings of doubt, performance decline, and emotional exhaustion. In summary, the Fun of dance among practical dance majors affects both positive outcomes, such as commitment, and negative psychological factors, such as exhaustion. Based on these findings, further research into the enjoyment of dance for practical dance students is encouraged. Moreover, it is recommended that social support and psychological coping strategies be integrated into educational programs to foster Fun and help students recognize and prevent exhaustion.

Key words : practical dance students, Dance Fun, Dance Flow, Dance burn-out, psychological technological

논문투고일: 2026.05.27

논문심사일: 2026.07.07

심사완료일: 2026.07.20

* Professor, Department of Dance Art, Seokyeong University