

브레인 웰에이징 댄스(BWD) 지도자 교육과정 모형 개발[†]

윤혜선* · 김한슬** 동덕여자대학교

초록 본 연구의 목적은 시니어의 뇌건강과 웰에이징을 지원하는 브레인 웰에이징 댄스(Brain Well-Aging Dance: BWD) 지도자 교육과정 모형을 개발하고 전문가 내용타당도 검증을 통해 그 적절성을 확인하는 데 있다. 이에 BWD는 무용동작치료, 무용창작, 무용교육을 아우르는 무용 기반 접근에 통합예술치료, 소매틱, 성인학습, 신경과학의 관점을 융합한 다학제적 교육과정이다. 본 연구는 개별 프로그램의 구성을 넘어 교육과정을 지탱하는 이론적 체계와 운영 구조를 갖춘 지도자 교육과정 모형 개발에 중점을 두었으며 이를 위해 최근 5년간(2020-2025) 국내·외 문헌 총 87편(국내 21편, 국외 66편)을 분석하고 그 결과를 토대로 모형을 설계한 뒤 전문가 검증을 수행하였다. 먼저 선행연구 분석에서 도출한 신체·인지·정서·사회의 통합적 건강 구조를 WHO의 건강노화 및 뇌건강 관점에 비추어 BWD 지도자 교육과정의 4-Pillar로 정립하였다. 이어 성인학습 관점, Kolb의 경험학습, Bruner의 나선형 설계 원리를 통합하여 1회기 운영 구조와 전체 과정을 아우르는 단계별 순환 구조를 구성하였다. 개발된 모형은 전문가 5인을 대상으로 내용타당도 비율(CVR), 내용타당도 지수(I-CVI·S-CVI), 수정 카파(κ^*)와 같은 정량 지표와 전문가 의견의 주제분석을 결합하여 검증하였다. 그 결과 척도수준 내용타당도(S-CVI/Ave)는 .95로 나타났으며 15개 문항 중 11개 문항은 채택되고 4개 문항은 시니어 대상 수업의 안전성, 운영 가능성, 단계별 활동과 신경과학적 근거 간의 적합성을 중심으로 수정·보완되었다. 본 연구는 춤을 예술교육적 매개로 삼아 시니어의 신체·인지·정서·사회적 경험을 통합적으로 이끌어 뇌건강을 지원하는 무용교육 지도자를 양성하고자 하는 BWD 지도자 교육과정의 첫 연구로서 초고령사회에서 시니어를 위한 춤의 새로운 가치와 방법론을 모색하는 이론적 토대이자 기초 연구 자료를 마련하는 데 의의가 있다. 이에 본 모형의 실천적 효과와 현장 적용 가능성은 향후 효과 검증과 다각적 후속 연구를 통해 규명될 과제로 남긴다.

주요어 : 브레인 웰에이징 댄스(BWD), 시니어 뇌건강, 웰에이징, 무용교육, 지도자 교육과정, 교육과정 모형 개발, 내용타당도

I. 서론

1. 연구의 필요성 및 목적

전 세계에서 가장 빠른 고령화를 경험하고 있는 한국은 2024년 초고령사회에 진입하였다(통계청, 2024). 이는 단순한 인구구조의 변화를 넘어 길어진 노년의 삶을 어떻게 건강하게 영위할 것인가라는 질문을 사회 전반에 던진다. 특히 65세 이상 추정 치매환자가 약 86만 명, 경도인지장애 유병률이 28.4%에 이르는 현실에서(중앙치매센터, 2024) 노년기의 뇌건강은 초고령 사회가 직면한 핵심 과제로 부상하고 있다.

이와 같은 상황에서 노년기 건강에 대한 관점은 노화를 거부하는 안티에이징(anti-aging)에서 노화를 자연스럽게 수용하며 건강하고 주체적으로 나이 드는 것을 지향하는 ‘웰에이징(well-aging)’으로 전환되고 있다(국민건강

[†] 이 논문은 2024년도 동덕여자대학교 학술연구비 지원에 의하여 수행된 것임.

* 교신저자, 동덕여자대학교 공연예술대학 무용 전공 부교수, dasom4082@gmail.com

** 동덕여자대학교 일반대학원 통합예술치료학 박사수료, gkstmf1715@naver.com

보험공단, 2024; WHO, 2015). 웰에이징은 학술적으로 세계보건기구의 건강노화(Healthy Ageing) 개념과 맞닿아 있는데 WHO는 건강노화를 ‘노년기의 웰빙을 가능하게 하는 기능적 능력(functional ability)을 발달 및 유지하는 과정’으로 정의한다(WHO, 2015). 이때 기능적 능력은 개인의 신체 및 정신적 내재 역량과 환경, 그리고 이들 간의 상호작용으로 구성되며 건강을 신체, 정신, 사회의 통합으로 규정한 WHO의 건강 정의(WHO, 1948)와 기능, 활동, 참여, 환경의 상호작용을 강조하는 국제기능·장애·건강분류(ICF)의 관점과 맞닿는다. 따라서 웰에이징은 단순한 수명 연장이나 질병의 부재를 넘어 신체·인지·정서·사회 기능이 통합적으로 유지되는 상태를 지향하는 개념으로 이해할 수 있다.

이러한 웰에이징의 실현에서 핵심 토대가 되는 것이 바로 뇌건강이다. WHO는 2022년 뇌건강을 인지, 감각, 사회정서, 행동, 운동 영역의 기능을 조화롭게 발휘하여 잠재력을 실현하는 상태로 규정하고 생애주기 전반의 학습과 사회적 연결을 뇌건강 최적화의 핵심 요소로 제시하였다(WHO, 2022). 이는 뇌를 고정된 구조가 아니라 경험과 환경 자극을 통해 변화하는 역동적 체계로 이해하는 신경가소성(neuroplasticity) 개념에 기반한다(Rehfeld et al., 2017). 실제로 최근 랜셋 위원회(Lancet Commission)는 치매의 약 45%가 신체활동 부족, 사회적 고립, 우울 등 14개의 수정 가능한 위험요인을 관리함으로써 예방될 수 있다고 보고하였으며(Livingston et al., 2024) 이는 학습과 사회적 참여를 통한 비약물적 접근이 뇌건강과 웰에이징을 지원하는 핵심 전략임을 뒷받침한다.

이처럼 뇌건강은 신체·인지·정서·사회 기능을 통합적으로 다루는 다차원적, 교육적 관점에서 재조명될 필요가 있다(WHO, 2022; Livingston et al., 2024). 그러나 국내의 노년기 건강 접근은 여전히 신체활동이나 의료적 예방에 치우쳐 있어(배재운, 2024) 학습과 정서적, 사회적 참여를 통한 교육적 접근에 관한 체계적 논의는 상대적으로 부족하다(전수경, 류숙희, 2016).

이러한 가운데 춤과 움직임 경험은 통합적 또는 비약물적 접근으로 주목받고 있다. 최근 신경과학 연구들은 춤이 다감각 협응, 음악 처리, 사회적 상호작용을 동시에 요구함으로써 해마와 전전두엽을 자극하고 신경가소성을 촉진하는 통합적 심신(mind-body) 활동임을 보고하고 있다(Rehfeld et al., 2018). 노인을 대상으로 한 메타분석에서도 춤 기반 중재는 전반적 인지기능과 실행기능을 유의하게 향상시키며(Hewston et al., 2021) 경도인지 장애 노인 분석에서 인지, 신경가소성, 신체기능, 우울 및 삶의 질을 개선하는 것으로 나타났다(Wu et al., 2021). 국내에서도 춤·움직임 기반 접근은 시니어의 삶의 질과 건강을 지원하는 통합적 중재로 주목받고 있다(김남수, 이소은, 2019). 그러나 국내 시니어 대상 춤·동작 프로그램은 여전히 신체 기능 향상이나 여가 활동 중심으로 운영되는 경우가 많다(배재운, 2024). 특히 국내 노인무용교육 현장에서는 학습자 특성과 지도자의 교수역량 및 교수법에서의 어려움이 보고되고 무용교수법의 다양화와 체계적인 지도자 양성이 요구되어 왔으나(이연정, 윤혜선, 2020; 윤혜선, 이연정, 2023) 뇌건강을 목표로 학습자의 신체·인지·정서·사회적 특성을 통합적으로 고려한 교육적 접근과 이를 현장에서 구현할 전문 지도자 양성 교육과정에 관한 논의는 여전히 미흡하다. 실제로 본 연구의 선행 연구 분석에서도 국내 시니어 춤·동작 연구의 상당수는 신체 및 인지 기능에 대한 효과 검증에 집중되어 있어 신체·인지·정서·사회를 통합적으로 다루는 교육과정이나 전문 지도자 양성 모형을 직접적으로 다룬 연구는 찾아보기 어려웠다.

이에 본 연구는 서울특별시가 추진하는 지역혁신중심 대학지원체계(RISE: Regional Innovation System & Education) 사업의 일환으로 D 대학이 운영하는 평생교육 프로그램 ‘시니어 웰에이징 아카데미’를 기획하는 과정에서 시니어 뇌건강과 춤의 접목 필요성에 주목하여 브레인 웰에이징 댄스(Brain Well-Aging Dance: 이하 BWD) 지도자 교육과정 모형을 개발하였다. BWD 지도자 교육과정은 춤이 신체활동이나 여가를 넘어 시니어의 뇌건강과 웰에이징을 통합적으로 지원하는 교육적 실천으로 바라보며 이를 현장에서 구현할 전문 지도자를 양성하고자 설계된 교육과정이다. 본 연구의 교육과정 모형이 어떠한 이론적 체계 및 운영 구조로 구성되며 그 적절성

이 어떻게 검증되는지를 규명함으로써 시니어 뇌건강을 위한 춤 기반 교육의 새로운 가능성을 탐색하고자 한다.

본 연구의 목적은 시니어의 뇌건강과 웰에이징을 지원하는 BWD 지도자 교육과정 모형을 개발하고 전문가 내용타당도 검증을 통해 그 적절성을 확인하는 데 있다. 이를 위해 본 연구는 교육과정을 지탱하는 핵심 이론적 체계를 정립하고 이를 실제 수업에 적용하기 위한 1회기 운영 구조와 전체 과정을 아우르는 단계별 순환 구조를 설계한 뒤, 개발된 모형 전반에 대한 전문가 내용타당도를 검증하고자 하였다. 이를 통해 초고령 사회에서 시니어 대상 무용교육의 가치와 현장 적용 가능성을 탐색하고 후속 연구와 실천을 위한 기초 자료를 제공하고자 한다.

2. 연구문제

본 연구의 목적을 달성하기 위하여 설정된 연구문제는 다음과 같다.

- 첫째, BWD 지도자 교육과정 모형의 핵심 이론적 체계는 어떻게 구성되었는가?
- 둘째, BWD 지도자 교육과정 모형의 1회기 구조는 어떻게 구성되었는가?
- 셋째, BWD 지도자 교육과정 모형의 단계별 순환 구조는 어떻게 구성되었는가?
- 넷째, BWD 지도자 교육과정 모형은 내용타당도 검증을 통해 어떻게 수정·보완되었는가?

II. 연구 방법

1. 연구 배경

본 연구는 서울특별시가 추진하는 지역혁신중심 대학지원체계(RISE: Regional Innovation System & Education) 사업의 일환으로 운영되는 평생교육 프로그램에서 출발하였다. RISE는 대학 지원의 행정 및 재정 권한을 지방자치단체로 이양하여 지역과 대학의 동반 성장을 도모하는 정책 사업으로 2025년부터 전국에서 본격 시행되었으며 서울특별시는 이 체계 아래 지역 연계 대학 지원 사업을 운영하고 있다. 이에 D 대학은 이 사업의 평생교육 영역에서 시니어의 뇌건강과 웰에이징을 지원하기 위한 '시니어 웰에이징 아카데미'를 운영하며 2인의 연구자는 그 과정에서 춤을 매개로 뇌건강에 접근하는 BWD 지도자 교육과정 모형을 개발하였다. 이 교육과정은 단순한 여가 프로그램을 넘어 신경-신체 통합 기반의 시니어 헬스케어 전문가 양성을 지향한다는 점에서 기존 시니어 예술교육과 차별성을 가진다. 또한 무용교육, 무용창작, 무용치료 등 예술 분야에서 약 30년의 교육 및 연구 경력과 약 26년의 예술치료 경력을 보유하고 생명과학(유전공학) 분야의 학제적 학습 경험을 겸비한 책임 연구자와 통합예술치료학 박사 수료 후 예술교육 및 예술치료 현장의 프로그램 운영과 임상 및 연구 경험을 갖춘 공동 연구자가 함께 개발하였다. 예술과 생명과학을 아우르는 책임 연구자의 다학제적 배경과 공동 연구자의 현장 기반 실행 역량은 신경과학, 움직임 경험, 교육적 실천을 유기적으로 통합하고자 하는 BWD 지도자 교육과정 모형의 설계 기반이자 차별점이 되었다.

2. 연구 절차

본 연구는 BWD 지도자 교육과정 모형을 개발하고 그 타당성을 검증하기 위한 교육과정 개발 연구로서 선행연구 분석을 통한 근거 도출, 핵심 구성요소 분석, 교육과정 설계, 전문가 검증의 절차에 따라 수행되었다. 이에 본 연구의 전체 절차는 <그림 1>과 같이 진행되었다.

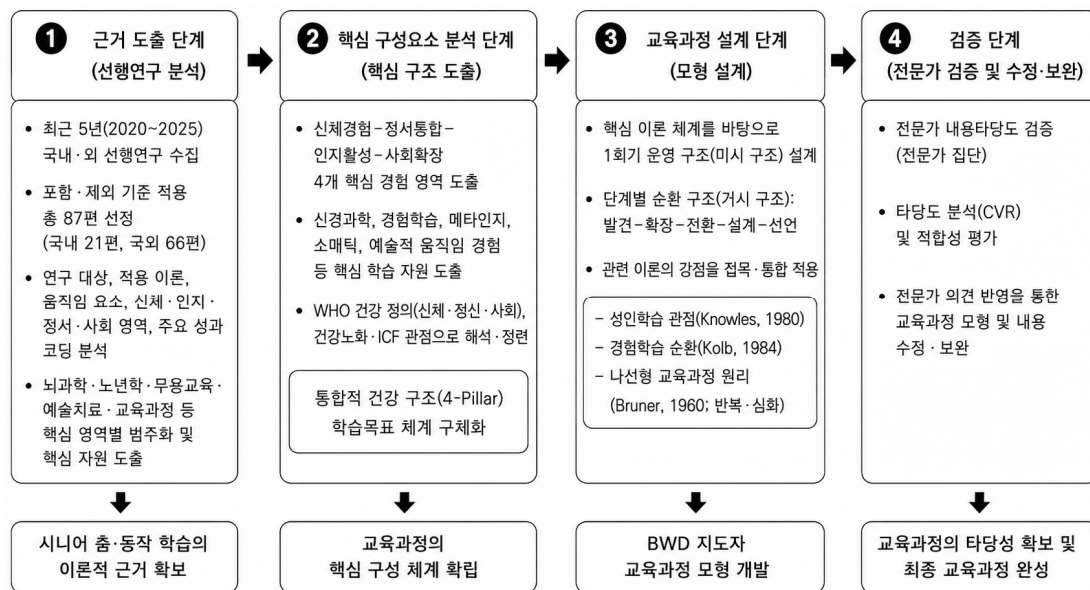


그림 1. BWD 지도자 교육과정 모형 개발 및 내용타당도 검증 절차

첫째, 선행연구 분석 단계에서는 최근 5년간(2020~2025년) 국내·외 학술 데이터베이스를 대상으로 ‘시니어·노인’, ‘춤·무용·동작(dance/movement)’, ‘뇌건강·인지’ 등을 검색어로 관련 연구를 수집하였다. 수집된 자료는 내용 분석을 통해 검토하였으며 분석의 신뢰성을 확보하기 위해 반복적인 교차 검토와 전문가 자문회의를 실시하며 연구 목적과의 관련성에 따른 포함 및 제외 기준을 적용하였다. 그 결과 최종 87편(국내 21편, 국외 66편)의 문헌을 분석 대상으로 선정하였다.

선정된 문헌은 연구 대상, 적용 이론, 움직임 요소, 신체·인지·정서·사회 영역 및 주요 성과를 분석 범주로 하는 분석틀에 따라 검토하였다. 이 과정에서 2인의 전문가 회의를 7회 이상 실시하여 각 문헌을 독립적으로 코딩한 뒤 불일치 항목에 대한 합의를 통해 조정하였으며, 그 결과를 뇌과학·노년학·무용교육·예술치료·교육과정 분야로 범주화하여 다학제적 핵심 학술 자원의 분포와 수렴 양상을 체계적으로 검토 및 분석하였다.

둘째, 핵심 구성요소 분석 단계에서는 선행연구에서 공통적으로 확인된 신체경험-정서통합-인지활성-사회확장의 4개 핵심 경험 영역(Basso, Satyal & Rugh, 2021)과 신경과학·경험학습·메타인지·소매틱·예술적 움직임 경험 등의 핵심 학술 자원을 도출하였다(Kindelan, N., 2010; Zardi, A., et al, 2021; Foster Vander Elst. et al, 2023; Yang, C.-J., et al, 2024; 윤혜선, 김한솔, 2024). 본 연구는 이러한 선행연구 분석에서 귀납적으로 도출된 통합적 학습 구조를 WHO의 건강 정의(신체·정신·사회; WHO, 1948)와 노년기 ‘기능적 능력’을 강조하는 건강노화 관점 그리고 기능·활동·참여·환경의 상호작용을 강조하는 ICF의 관점에 비추어 해석 및 정련하였다(구교만, 박채희, 김춘중, 2017; Cornaro & Koch, 2024). 그 결과 시니어의 신체·인지·정서·사회 영역이 상호 연계되는 통합적 건강 구조(이하 4-Pillar)를 학습목표 체계로 구체화하였다. 따라서 본 연구의 4-Pillar는 WHO가 직접 제시한 영역 구분이 아니라 선행연구 분석에서 도출된 구조를 WHO 건강 개념과 ICF의 관점으로 정련한 결과임을 밝힌다.

셋째, 교육과정 설계 단계에서는 도출된 핵심 이론 체계를 바탕으로 1회기 운영 구조(미시 구조)와 단계별 순환 구조(거시 구조)를 설계하였다. 이때 본 연구는 특정 단일 이론을 그대로 따르기보다 성인 학습자의 경험과 자기 주도성을 강조하는 성인학습 관점(Knowles, 1980), 경험-성찰-개념화-적용의 순환을 강조하는 Kolb의 경험학습

이론, 개념을 점진적으로 심화 및 확장하는 나선형 교육과정(Bruner, 1960)의 설계 원리 등 관련 이론들의 강점을 절충하여 통합적으로 적용하였다. 특히 나선형 교육과정은 아동 발달단계 이론으로서가 아니라 '반복·심화'라는 구조적 설계 원리에 국한하여 활용하였으며, 경험학습 이론 또한 학습 효과 검증의 준거가 아니라 단계 구조를 체계화하기 위한 설계 원리로 제한적으로 활용하였다. 이러한 경험 및 실천 기반의 통합적 설계는 연구자의 선행 무용수업 사례연구에서도 그 적용 가능성이 확인된 바 있다(윤혜선, 2022).

넷째, 검증 단계에서는 개발된 교육과정 모형 초안을 대상으로 전문가 내용타당도 검증을 실시하고 그 결과를 반영하여 교육과정의 구조와 내용을 수정 및 보완하였다.

이를 통해 본 연구는 BWD 지도자 교육과정이 초고령 사회의 시니어 뇌건강을 위한 새로운 춤 기반 교육 방법론으로서 적용 가능성을 가지며 신경과학, 움직임 경험, 교육학 및 예술적 실천이 유기적으로 통합된 다학제적 교육모형으로 해석될 수 있음을 제안하고자 하였다.

3. 내용타당도 검증 및 분석 방법

본 연구는 개발된 모형의 내용타당도를 검증하기 위하여 정량적 검증과 정성적 분석을 결합한 혼합적 접근을 적용하였다. 즉 정량적 지표로 교육과정 구성의 전반적 타당도를 확인하는 한편, 전문가의 개방형 의견에 대한 질적 분석을 통해 교육과정을 정련하고자 하였다. 전문가 패널은 의도적 표집(purposive sampling)으로 선정하였으며 선정 기준으로는 관련 분야의 박사급 학위 또는 전문 자격 보유, 교육·임상·연구 또는 예술 분야의 전문 경력 보유, 시니어 대상 프로그램 운영·현장 적용 경험 보유로 설정하였다(Lynn, 1986; Polit & Beck, 2006). 또한 BWD 지도자 교육과정이 신경과학, 움직임 경험, 교육학 및 예술적 실천을 통합하는 다학제적 성격을 지니고 있으므로 전문가 패널은 해당 연구와 관련된 두 개 이상의 전문 영역에 대한 학문적·실천적 전문성을 겸비한 전문가들로 구성하였다. 각 전문가는 최소 한 분야에서 10년 이상의 경력을 보유하고 있으며 복수의 전문 영역에서 축적된 경험을 바탕으로 다학제적 역량을 갖춘 전문가들로 선정되었다. 이에 총 5인의 전문가 패널은 BWD 지도자 교육과정의 핵심 이론적 체계, 1회기 운영 구조, 단계별 순환 구조 및 지도자 역할 체계에 대한 내용타당도 검증을 수행하였다. 이에 전문가 구성은 다음<표 1>과 같다.

표 1. BWD 지도자 교육과정 내용타당도 검증을 위한 전문가 구성

구분	학력·자격	주요 전문 영역	검증 초점
전문가 A	전문의(M.D.), 박사수료	재활의학·뇌과학, 노년학·시니어 헬스케어	의학적 검증 (뇌 기전·고위험군 안전성)
전문가 B	박사	무용교육·문화예술교육, 교육과정 설계	교육학·현장 검증
전문가 C	박사	노년학·시니어 헬스케어, 무용교육, 교육과정 설계	교육학·현장 검증
전문가 D	박사	무용교육, 예술치료·심리상담, 교육과정 설계	현장·정서 검증
전문가 E	석사	무용교육, 예술치료(표현예술상담)	교육학·현장·정서 검증

본 연구의 내용타당도 검증지는 모듈 1의 핵심 이론적 체계, 모듈 2의 1회기 운영 구조, 모듈 3의 단계별 순환 구조에 대한 5점 척도 평정 문항과 영역별 개방형 의견란으로 구성하였다. 이에 내용타당도 전문가 검증 모듈 구성은 다음 <그림 2>와 같다.

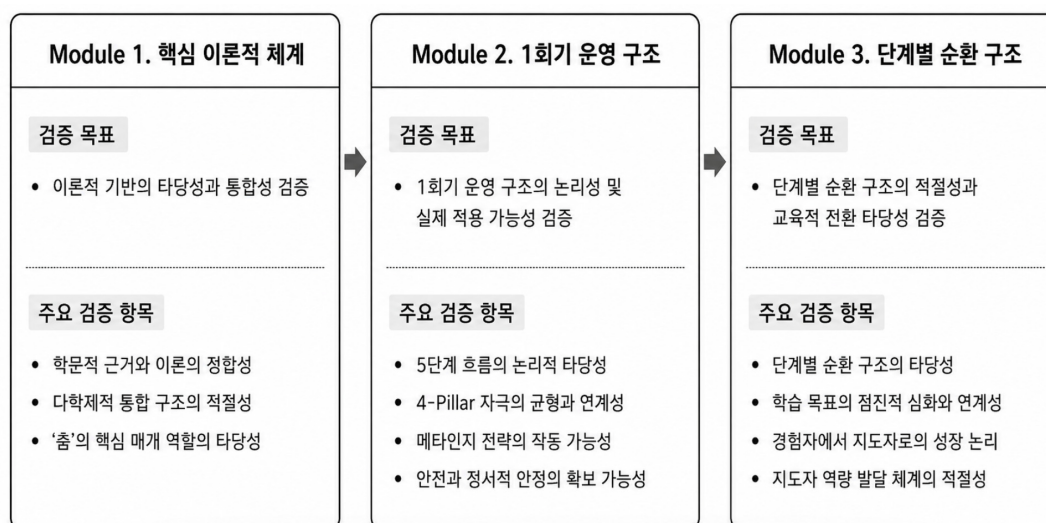


그림 2. BWD 지도자 교육과정 내용타당도 전문가 검증 모듈 구성

내용타당도 검증지는 BWD 지도자 교육과정 모형이 시니어 뇌건강을 위한 교육과정으로서 적절한 이론적 근거와 교육적 체계를 갖추고 있는지를 검토할 수 있도록 구성하였다. 구체적으로 핵심 이론적 체계의 타당성, 1회기 운영 구조의 적절성, 단계별 순환 구조의 교육적 정합성을 중심으로 문항을 구성하였으며 각 구성 요소가 상호 유기적으로 연결되어 통합적 학습 경험을 지원하는지에 대하여 평가하도록 하였다. 또한 BWD 지도자 교육과정에서 지도자의 역할 체계가 신체·인지·정서·사회 영역의 균형적 성장을 촉진하는 교수·학습 전략으로 적절하게 반영되어 있는지에 대해서도 함께 검토할 수 있도록 하였다. 아울러 정량적 평가와 함께 개방형 의견 작성 항목을 포함하여 전문가들이 교육과정의 수정·보완 사항 및 추가 제안을 자유롭게 기술할 수 있도록 구성하였다.

정량적 분석에서는 4점과 5점 응답을 '타당'으로 간주하여 문항별 내용타당도지수(I-CVI)와 내용타당도 비율(CVR)을 산출하고, 척도수준 내용타당도지수(S-CVI/Ave)와 우연 일치률 보정한 수정 카파(modified kappa, κ^*)를 함께 검토하였다(Lawshe, 1975; Lynn, 1986; Polit & Beck, 2006; Polit, Beck, & Owen, 2007). 본 연구에서는 Lawshe의 내용타당도비율(CVR) 산출 원리를 5점 평정척도에 적용하기 위하여 4점 이상의 응답을 '내용상 타당'으로 이분화하여 지수를 산출하였다. 이는 BWD 지도자 교육과정 모형 개발 연구에서 전문가 합의의 정도를 확인하기 위한 절차적 지표로 활용한 것이며 문항의 절대적 효과성을 의미하지는 않는다. 이에 5인의 전문가 패널에서 개별 문항의 합의 기준(CVR=.99, I-CVI=1.00)은 보수적인 특성이 있으므로 본 연구에서는 척도수준 지표(S-CVI/Ave)와 수정 카파(κ^*)를 함께 보고하여 내용타당도를 다각적으로 판단하였다.

정성적 분석에서는 전문가의 개방형 의견을 반복적으로 검토하며 의미 단위를 도출하고 주제별로 범주화하는 주제분석(thematic analysis)을 실시하였으며 이를 교육과정의 수정 및 보완을 위한 근거 자료로 활용하였다. 또한 분석의 신뢰성을 확보하기 위하여 연구자 간 교차 검토를 실시하고 합의된 결과를 최종 분석에 반영하였다. 이어 본 연구는 전문가의 자발적 참여와 동의를 전제로 수행되었으며 수집된 자료는 연구윤리 원칙에 따라 익명으로 처리하였다.

III. 연구 결과 및 논의

1. BWD 지도자 교육과정 모형의 핵심 이론적 체계

본 연구는 브레인 웰에이징 댄스(Brain Well-Aging Dance; 이하 BWD) 지도자 교육과정의 핵심 이론적 체계를 구성하기 위하여 최근 5년간(2020~2025년) 발표된 국내·국외 시니어 춤·동작 학습 관련 선행연구 총 87편을 분석하였다. 분석 대상은 국내 연구 21편과 국외 연구 66편으로 구성되었으며 연구의 목적, 활동 유형, 적용 이론, 학습 경험 및 주요 효과 구조를 중심으로 시니어 춤·동작 학습의 공통적 특성과 구조적 흐름을 검토하였다.

분석 결과, 국내 연구는 공동체 기반 움직임 활동과 정서적 관계 형성, 자기표현 및 삶의 의미 경험과 같은 심리·사회적 접근을 중심으로 이루어지는 경향을 보였다. 반면 국외 연구는 실행기능, 주의집중, 작업기억, 이중과제 수행 및 신체 균형과 같은 신경인지적 접근을 중심으로 움직임과 뇌 기능 간의 관계를 탐색하는 경향이 상대적으로 활발하게 나타났다. 그러나 이러한 접근의 차이에도 불구하고 대부분의 연구는 움직임 경험을 중심으로 신체적, 정서적, 인지적, 사회적 경험이 상호 연결되는 통합적 특성을 공통적으로 나타내었다.

이에 본 연구는 시니어 춤·동작 학습에서 어떠한 경험 영역이 반복적으로 나타나는지를 확인하기 위하여 신체(Physical), 인지(Cognitive), 정서(Emotional), 사회(Social)의 네 영역을 기준으로 다중응답 분석을 실시하였으며 이에 따른 분석 결과는 <표 2>와 같다.

표 2. 시니어 춤·동작 학습 연구의 영역별 분석

영역	국내		국외		전체		다중응답(%)
	빈도(n)	백분율(%)	빈도(n)	백분율(%)	빈도(n)	백분율(%)	
신체(Physical)	20	95.2	54	81.8	74	85.1	균형, 보행, 협응, 고유수용감각, 신체기능
인지(Cognitive)	20	95.2	57	86.4	77	88.5	주의집중, 기억, 실행기능, 이중과제, 인지기능
정서(Emotional)	10	47.6	22	33.3	32	36.8	우울감소, 정서안정, 자기표현, 감정조절
사회(Social)	6	28.6	29	43.9	35	40.2	관계형성, 사회적 유대, 공동체참여, 상호작용
합계(N)	56	-	162	-	218	-	

선행연구 총 87편(국내 21편과 국외 66편)을 신체·인지·정서·사회 영역에 따라 다중응답 방식으로 분석하였으므로 각 영역의 백분율은 해당 집단의 연구 수 대비 비율로서 그 합은 100%를 초과한다. 분석 결과, 인지 영역이 77편(88.5%)으로 가장 높은 비율을 나타냈으며, 신체 영역은 74편(85.1%), 사회 영역은 35편(40.2%), 정서 영역은 32편(36.8%)으로 확인되었다. 특히 정서(36.8%)와 사회(40.2%) 영역이 신체·인지 영역(85% 이상)에 비해 상대적으로 낮게 나타난 점은 기존 시니어 춤·동작 연구가 신체와 인지 기능에 집중해 온 반면 정서·사회 영역을 통합적으로 다루는 데에는 상대적으로 소홀하였음을 시사한다. 본 연구가 제안하는 4-Pillar 기반 BWD는 이러한 불균형을 네 영역의 균형적 통합으로 보완하고자 한다. 이는 최근 시니어 춤·동작 학습 연구가 단순한 신체 활동의 효과 검증을 넘어 인지 기능 활성화와 뇌건강 증진에 높은 관심을 두고 있음을 보여준다. 특히 신체와 인지 영역은 대부분의 연구에서 동시에 다루어지고 있었으며 정서 및 사회 영역 또한 일정 수준 이상 반복적으로 보고됨에 따라 시니어 춤·동작 학습이 특정 영역에 국한되지 않고 다양한 경험 영역이 상호 연계되는 통합적 특성을 지니고 있음을 확인할 수 있었다.

나아가 각 연구가 네 영역 중 몇 개 영역을 통합적으로 다루는지를 확인하기 위하여 영역 수별 분포와 조합 패턴

턴을 추가로 분석하였으며 그 결과는 <표 2-1>과 같다. 2개 영역 이하를 다룬 연구가 전체의 51.7%(45편)를 차지하여 기존 시니어 춤·동작 연구가 대체로 신체·인지 중심의 부분적 통합에 머물러 있음을 직접적인 수치로 확인하였다. 각 영역 간 조합 패턴을 구체적으로 살펴보면 신체·인지 2개 영역에 집중된 연구가 34편(39.1%)으로 가장 많았고, 여기에 사회 영역을 더한 신체·인지·사회 조합이 17편(19.5%), 정서 영역을 더한 신체·인지·정서 조합이 12편(13.8%)으로 뒤를 이었다. 그 밖에 기타 2개 영역 조합은 8편(9.2%)으로 정서·사회 4편, 인지·정서 2편, 신체·정서 1편, 인지·사회 1편이었으며, 기타 3개 영역 조합 역시 8편(9.2%)으로 인지·정서·사회 5편과 신체·정서·사회 3편으로 나타났다. 이러한 기타 조합은 모두 정서 또는 사회 영역을 포함하고 있었으나 특정 유형으로 집중되기보다는 다양한 형태로 소규모 분산되어 나타났다. 반면 신체·인지·정서·사회 네 영역을 모두 통합적으로 다룬 연구는 5편(5.7%)에 불과하여 정서·사회 영역까지 포괄하는 통합적 연구가 매우 희소함을 보여준다. 이러한 결과는 시니어 대상 춤·동작 연구에서 신체·인지·정서·사회 영역을 균형 있게 연계한 통합적 접근의 필요성을 보여주며, 본 연구에서 제안한 4-Pillar 기반 지도자 교육과정 모형의 학술적 근거를 뒷받침한다.

표 2-1. 시니어 춤·동작 학습 연구의 영역 통합 수준 및 조합 유형 (N=87)

통합 영역 수	주요 조합 유형	연구 수(편)	비율(%)
1개 영역	신체 또는 인지 단독	3	3.5
2개 영역	신체+인지	34	39.1
	기타 2개 영역 조합	8	9.2
3개 영역	신체+인지+사회	17	19.5
	신체+인지+정서	12	13.8
	기타 3개 영역 조합	8	9.2
4개 영역(통합)	신체+인지+정서+사회	5	5.7
합 계		87	100.0

또한 각 연구에서 보고된 주요 학습 경험과 성과를 종합적으로 검토한 결과, 신체 영역에서는 균형, 보행, 협응 및 감각 통합과 같은 움직임 기반 경험이 주로 나타났으며, 인지 영역에서는 주의집중, 기억, 실행기능 및 이중과제 수행과 같은 인지적 활성화 경험이 반복적으로 확인되었다. 정서 영역에서는 자기표현, 정서 조절 및 심리적 안정과 관련된 경험이 보고되었고, 사회 영역에서는 관계 형성, 상호작용 및 공동체 참여와 관련된 경험이 주요하게 나타났다.

특히 이러한 경험들은 독립적으로 나타나기보다 움직임 경험을 중심으로 상호 연결되는 경향을 보였다. 즉, 신체 활동을 통해 형성된 감각적 경험은 정서적 반응과 자기표현으로 확장되었으며 이러한 과정은 주의집중과 자기조절을 포함한 인지적 활성화로 이어졌다. 나아가 참여자 간 상호작용과 관계 형성은 사회적 참여 경험으로 확장되는 양상을 나타냈다. 이는 시니어 춤·동작 학습이 단순한 기능 향상 프로그램이 아니라 신체·인지·정서·사회 영역이 유기적으로 연결되는 통합적 학습 경험으로 작동하고 있음을 시사한다.

이에 본 연구는 선행연구에서 반복적으로 확인된 경험의 흐름을 분석하여 신체경험(Body Experience), 정서통합(Emotional Integration), 인지활성(Cognitive Activation), 사회확장(Social Connection)의 4개 핵심 경험 영역을 도출하였다. 이는 시니어 춤·동작 학습에서 나타나는 통합적 경험 구조를 설명하기 위한 개념적 틀이며 본 연구는 이를 WHO의 건강 개념과 국제기능·장애·건강분류(ICF)의 기능 중심 관점에 비추어 해석하였다. WHO는 건강을 단순히 질병이 없는 상태가 아니라 신체적·정신적·사회적으로 안녕한 상태로 정의하고 있으며(WHO, 1948), ICF는 기능(functioning), 활동(activity), 참여(participation), 환경(environment)의 상호작용을 통해 건강을 이해한다(WHO, 2001).

이를 토대로 본 연구는 4개 핵심 경험 영역을 WHO의 건강 개념과 ICF의 기능 중심 관점으로 정렬하여 신체

(Physical), 인지(Cognitive), 정서(Emotional), 사회(Social)의 4-Pillar 학습목표 체계로 구체화하였다. 따라서 본 연구의 4-Pillar는 WHO가 직접 제시한 영역 구분을 그대로 적용한 것이 아니라 시니어 춤·동작 학습 선행연구에서 반복적으로 확인된 핵심 경험 영역을 건강 및 기능 중심 관점으로 재해석하여 구성한 학습목표 체계라 할 수 있다. 또한 이러한 4개 핵심 경험 영역은 BWD 지도자 교육과정 모형의 핵심 이론 체계를 구성하는 기초 구조로 활용되며 시니어 춤·동작 학습의 통합적 특성을 설명하는 핵심 개념으로 해석될 수 있다. 이에 본 연구에서 도출된 4개 핵심 경험 영역과 4-Pillar 학습목표 체계는 다음 <표 3>과 같다.

표 3. 시니어 춤·동작 학습의 4개 핵심 경험 영역과 4-Pillar 학습목표 체계

시니어 춤·동작 학습의 4개 핵심 경험 영역	WHO-ICF 관점	4-Pillar 학습목표 체계
신체경험 (Body Experience)	신체 기능 및 활동	신체(Physical): 감각 및 움직임 기반의 신체 활성화
정서통합 (Emotional Integration)	심리적 안녕 및 자기조절	정서(Emotional): 감정 표현 및 자기조절 경험
인지활성 (Cognitive Activation)	인지 기능 및 적응적 수행	인지(Cognitive): 주의집중, 기억 및 실행기능 활성화
사회확장 (Social Connection)	참여 및 사회적 상호작용	사회(Social): 관계 형성, 공감 및 공동체 참여

아울러 선행연구 분석 과정에서 시니어 춤·동작 학습을 설명하기 위한 핵심 학술 자원들이 반복적으로 확인되었다. 구체적으로 신경과학, 경험학습, 메타인지, 소매틱 및 무용예술 창작과 움직임 경험은 서로 다른 학문 영역에서 제시되었음에도 불구하고 시니어의 움직임 경험과 학습 과정을 설명하는 공통된 이론적 자원으로 나타났다. 이에 본 연구는 이러한 요소를 BWD 지도자 교육과정의 핵심 구성요소로 도출하고 각 요소가 교육과정 안에서 수행하는 기능적 역할에 따라 재구조화하였다. 즉, BWD 지도자 교육과정 모형의 핵심 이론 체계는 개별 학문 영역을 단순히 병렬적으로 결합한 것이 아니라 시니어 춤·동작 학습에서 나타나는 통합적 경험 구조를 설명하기 위하여 각 학문 영역의 역할과 기능을 재구성한 다학제적 통합 체계라 할 수 있다. 특히 무용학, 교육학, 신경과학, 소매틱, 메타인지는 상호 유기적으로 연계되어 신체적 경험에서 출발한 학습이 정서적 반응과 인지적 활성화, 사회적 관계 경험으로 확장되고 궁극적으로는 자기조절과 학습 전이로 이어질 수 있도록 설계되었다. 이에 따른 BWD 지도자 교육과정 모형의 핵심 이론 체계는 <그림 3>과 같다.

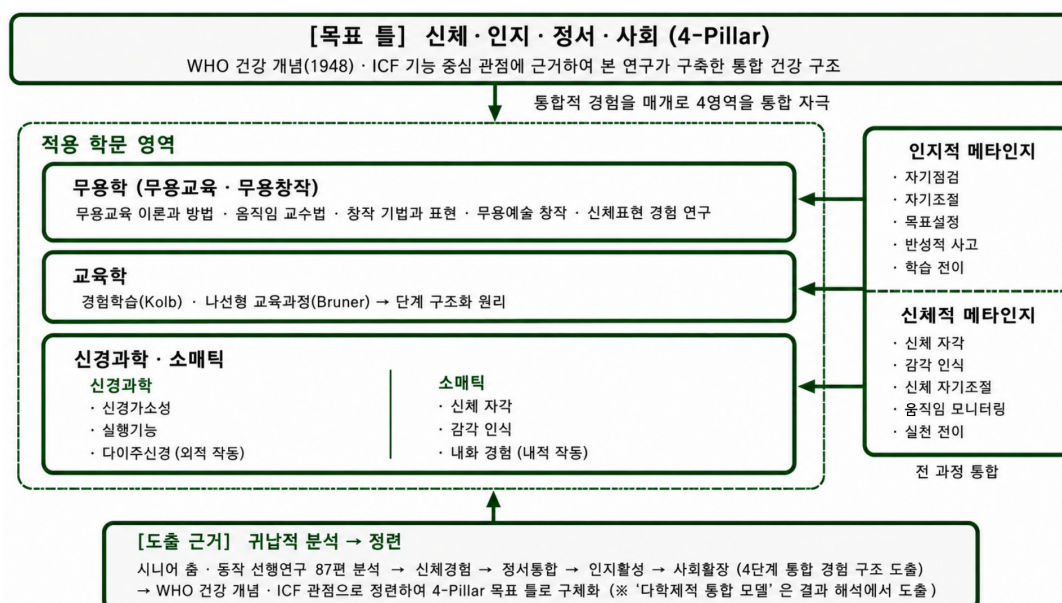


그림 3. BWD 지도자 교육과정 모형의 핵심 이론 체계: 기능적 위계 5층위

〈그림 3〉은 선행연구 분석을 통해 도출된 BWD 지도자 교육과정 모형의 핵심 이론 체계를 나타낸 것으로 본 연구는 선행연구에서 반복적으로 확인된 주요 학문적 자원을 기능적 역할에 따라 재구조화하였다.

구체적으로 무용학(무용교육·무용창작)은 움직임 경험과 신체표현을 매개하는 역할을 수행하며, 교육학은 경험 학습(Kolb)과 나선형 교육과정(Bruner)을 기반으로 학습 경험이 반복·확장·심화될 수 있는 설계 원리를 제공한다. 또한 신경과학과 소매틱은 움직임 경험이 인지 활성화와 감각 자각, 자기조절로 연결되는 작동 기제를 설명하며 메타인지는 자기점검, 자기조절, 목표설정, 반성적 사고 및 학습 전이를 통해 전 과정을 통합하는 상위 조절 기제로 기능한다.

특히 메타인지는 특정 학문 영역이나 단계에 국한되지 않고 전 과정을 통합하는 상위 조절 기제로 작동하며 본 연구에서는 이를 인지적 메타인지와 신체적 메타인지의 두 차원으로 구분하여 적용하였다. 인지적 메타인지는 학습자가 자신의 사고와 학습 과정을 점검 및 조절하는 능력을 의미하고(Flavell, 1979), 신체적 메타인지는 자신의 움직임과 신체 감각을 자각하고 조절하는 능력으로서 내수용감각에 대한 메타인지적 자각 및 운동 수행에 대한 자기 점검과 맞닿아 있다(Price & Hooven, 2018; Arbuzova et al., 2021). BWD 지도자 교육과정은 춤·동작을 매개로 이 두 차원의 메타인지를 함께 활성화하도록 설계되었다는 점에서 인지적 차원에 국한된 기존 메타인지 접근과 구별되는 특성을 지닌다.

이처럼 BWD 지도자 교육과정 모형의 핵심 이론 체계는 특정 학문 분야에 기반한 단일 모형이 아니라 무용학, 교육학, 신경과학과 소매틱, 메타인지가 상호 유기적으로 연결된 다학제적 통합 체계라 할 수 있다. 이러한 구조는 시니어의 움직임 경험이 신체적 감각에서 출발하여 정서적 반응과 인지적 활성화, 사회적 관계 경험으로 확장되고 궁극적으로는 자기조절과 학습 전이로 이어질 수 있도록 설계된 BWD 지도자 교육과정 모형의 이론적 토대를 제시한다.

또한 본 연구에서 도출된 4개 핵심 경험 영역은 WHO와 ICF 관점에 근거하여 신체(Physical), 인지(Cognitive), 정서(Emotional), 사회(Social)의 4-Pillar 학습목표 체계로 구체화되었다. 이에 4-Pillar의 각 영역은 다학제적 이론 및 개념과 정합하는 것으로 나타났다. 구체적으로 신체 영역은 움직임 경험, 고유수용감각 및 운동학습과 연결되며, 인지 영역은 경험학습, 신경가소성, 실행기능과 관련된다. 정서 영역은 정서표현, 체화된 정서, 성찰학습과 연결되고, 사회 영역은 다미주신경, 사회적 안전감, 관계적 움직임의 개념과 정합하는 것으로 나타났다. 아울러 메타인지는 이러한 전 과정을 통합·조절하는 상위 기제로 기능하며, Bruner의 나선형 교육과정 원리는 반복, 확장, 심화, 재구성, 전이의 과정을 통해 학습 경험이 점진적으로 발전하도록 지원한다.

이와 같이 BWD 지도자 교육과정 모형의 핵심 이론 체계는 신경과학, 무용학, 소매틱, 교육학, 메타인지를 통합하여 시니어의 움직임 경험을 신체·인지·정서·사회 영역의 학습과 성장으로 연결하도록 설계된 다학제적 교육모형이라 할 수 있다. 또한 이렇게 정립된 4-Pillar 학습목표 체계는 이후 1회기 운영 구조인 〈표 4〉와 15회차 단계별 교육과정 구조인 〈표 6〉을 일관되게 관통하는 학습목표 축으로 작동한다. 따라서 본 연구에서 도출된 핵심 이론 체계는 BWD 지도자 교육과정 모형의 1회기 운영 구조와 15회차 교육과정의 단계별 성장 구조를 설계하기 위한 이론적 토대로 활용하였다.

이에 본 연구에서 BWD는 춤을 예술교육적 매개로 삼아 시니어의 신체·인지·정서·사회적 경험을 통합적으로 이끌어 뇌건강과 웰에이징을 지원하는 근거 기반 예술교육 중재이자 지도자 교육과정 모형으로 정의한다. 즉, BWD의 4-Pillar 구조는 87편의 시니어 춤·동작 학습 선행연구 분석을 통해 귀납적으로 도출되었으며 이를 실제 지도자 교육과정으로 구현하기 위하여 무용동작치료, 무용창작, 무용교육, 통합예술치료, 성인학습, 소매틱 및 신경과학의 관련 이론을 기능적 역할에 따라 재구성하였다. 이러한 BWD의 통합은 특정 무용 프로그램의 이론을 차용한 것이 아니라 87편의 선행연구에서 도출된 핵심 요소를 다양한 학문적 자원과 유기적으로 통합하여 BWD에 맞게

재구성한 결과이다. 각 학문 자원은 서로 다른 기능적 역할, 곧 예술치유(경험의 매개), 신경과학(설계의 이론적 근거), 성인교육학(학습과 지도자 양성 구조), 운영·안전(현장 적용)을 담당하도록 배치되었다. 특히 무용동작치료의 원리는 BWD의 움직임 기법과 지도자의 역할·역량 형성에 주요하게 반영되었다. 다만 BWD는 무용동작치료의 전통적 운영 구조를 그대로 따르지 않고 시니어의 발달적 특성과 뇌건강이라는 목적을 고려하여 학습·성장·지도자 양성 구조를 새롭게 재구성하였다는 점에 그 고유성이 있다. 덧붙여 발달 움직임에 기반한 브레인댄스(BrainDance; Gilbert, 2019)는 명칭상 유사하나 목적·대상·작동 원리가 다른 별개 개념으로 BWD의 계보적 원천이 아니라 차별성을 밝히기 위한 대조로만 참조하였다. 이상에서 살펴본 각 학문 영역의 주요 적용과 BWD에서의 재구성을 종합하면 <표 3-1>과 같다.

표 3-1. BWD의 학제적 원천과 재구성

영역	주요 적용	BWD에서의 재구성
무용동작치료	정서·관계·체화의 원리, 움직임을 통한 자기표현과 지도자의 역할·역량	치료적 구조가 아니라 시니어 뇌건강 교육을 목적으로 운영 구조를 재설계
무용창작	예술적 춤 경험, 창의적 움직임·즉흥·자기표현	회기 내 L(Life Lab) 단계의 창의적 표현 활동으로 통합
통합예술치료	다각각·통합적 프로그램 개발 방법론과 안전·정서 운영 원리	뇌건강과 4-Pillar 학습목표 체계로 특화
무용교육·성인학습	교수설계, 경험학습(Kolb)과 나선형 원리, 지도자 양성 구조	15회차 지도자 양성 단계로 구조화
소매틱	고유수용감각·신체 자각의 감각 조율 원리	회기 내 감각 조율 단계로 통합
신경과학	신경가소성 등 활동 설계의 이론적 근거	측정이 아닌 설계의 설명 모델로 배치

2. BWD 지도자 교육과정 모형의 1회기 구조 구성

본 연구에서 개발된 BWD 지도자 교육과정 모형의 1회기 구조는 시니어 춤·동작 학습의 선행연구 분석과 경험 학습 관점, 신경과학적 기전을 통합적으로 반영하여 구성되었다. 최종 모형은 단순한 활동의 나열이 아니라 학습자의 신체·인지·정서·사회 영역이 유기적으로 연결되는 순환적 학습 구조로 설계되었다.

이에 O(Opening)-B(Brain Salon)-S(Somatic Tuning)-L(Life Lab)-C(Closing)의 5단계로 구성되며 ‘사회적 안전 → 인지적 점화 → 신체 감각 조율 → 실행 → 정서·사회적 통합 및 일상 전이’로 이어지는 뇌 활성화 흐름을 따른다.

표 4. BWD 지도자 교육과정 모형의 1회기(OBSLC) 단계별 목표와 다학제적 이론·작동 기제

단계	단계별 목표	주요 4-Pillar	주요 이론·작동 기제 (다학제·메타인지)
O (Opening)	관계 형성과 사회적 안전감 형성	사회(Social) 정서(Emotional)	다미주신경 이론·관계적 움직임 (무용학)
B (Brain Salon)	인지적 각성과 학습 동기 유발	인지(Cognitive)	망상활성계(RAS)·도파민·질문 기반 학습 (교육학)
S (Somatic Tuning)	감각 자각과 신체 조율	신체(Physical)	고유수용감각·소매틱: 신체적 메타인지
L (Life Lab)	인지-운동 통합과 실행기능 활성화	신체(Physical) 인지(Cognitive)	실행기능·Kolb 경험학습 (교육학)
C (Closing)	경험 통합과 삶으로의 전이	정서(Emotional) 사회(Social)	기억 공고화-거울신경계: 인지적 메타인지
전 단계 (메타인지)	자기점검·자기조절의 통합	전 영역	인지적 메타인지+신체적 메타인지 (전 과정 작동)

〈표 4〉에서 제시된 바와 같이 BWD 지도자 교육과정 모형은 1회기(OBSLC)의 다섯 단계별 목표와 주요 4-Pillar 영역과 각 단계를 뒷받침하는 다학제적 이론·작동 기제를 제시한 것이다. 본 교육과정 모형의 1회기 구조는 신경과학적 기제에 국한되지 않고 무용학(관계적 움직임), 소매틱(신체 자각), 교육학(질문 기반 학습·경험학습), 메타인지가 단계별로 통합 적용되도록 설계되었으며 각 단계의 구체적인 목표와 작동 기제는 다음과 같다.

먼저 O(Opening) 단계는 관계 형성과 사회적 안전감 형성을 중심으로 하며 다미주신경 이론(Porges, 2011)에 근거한 심리적 안전 기반 구축과 무용학적 관점의 관계적 움직임 경험이 이루어진다. B(Brain Salon) 단계는 인지적 각성과 학습 동기 유발을 위한 단계로 망상활성계(RAS)의 활성화(Moruzzi & Magoun, 1949)와 교육학의 질문 기반 학습 원리가 적용된다. 이어 S(Somatic Tuning) 단계는 감각 자각과 신체 조율의 단계로 고유수용 감각과 소매틱의 신체 자각 원리에 기반하며 이 과정은 자신의 움직임과 신체 감각을 자각 및 조절하는 신체적 메타인지의 토대가 된다. L(Life Lab) 단계는 신체와 인지가 통합되는 실행 단계로 이중과제를 통한 실행기능 활성화(Miyake et al., 2000)와 Kolb의 경험학습 원리가 움직임 수행 과정에서 구현된다. 마지막으로 C(Closing) 단계는 경험을 통합하고 삶으로 전이하는 단계로 기억 공고화와 학습 전이를 촉진하며(Bransford & Schwartz, 1999) 성찰을 통해 자신의 사고와 학습을 점검하는 인지적 메타인지가 작동한다.

또한 메타인지는 특정 단계에 국한되지 않고 O-B-S-L-C 전 과정에 걸쳐 작동하는 상위 통합 기제로 설계되었으며 앞서 제시한 인지적, 신체적 두 차원의 메타인지가 단계 전반에서 함께 활성화된다. 즉, 학습자는 각 단계에서 자신의 신체 상태와 학습 과정을 인식하고 조절하며 경험의 의미를 성찰하도록 유도된다. 아울러 각 단계는 4-Pillar 중 특정 영역을 중심으로 자극되 회기 전체로는 신체·인지·정서·사회의 네 영역이 균형 있게 활성화되도록 구성하였다. 따라서 BWD 지도자 교육과정 모형의 1회기 구조는 사회적 안전감 형성에서 출발하여 인지적 각성, 감각 자각, 인지-운동 통합, 경험의 전이로 이어지는 통합적 학습 구조를 통해 학습자의 신체·인지·정서·사회 영역의 통합적 성장을 지원하도록 설계되었다.

이와 같은 1회기 구조는 실제 수업에서 주 1회 2시간 45분의 기본 운영 구조로 구현되며 각 단계는 학습자의 신체·인지·정서·사회 영역이 균형 있게 활성화될 수 있도록 구성하였다. 이에 따른 세부 시간·활동 구성은 다음 〈표 5〉와 같다.

표 5. BWD 지도자 교육과정 모형의 1회기(OBSLC) 기본 운영 구조와 주요 활동

OBSLC 단계	운영 구간	시간	주요 활동
O (Opening)	인트로·위밍업	15'	오늘의 키워드, 감각 자극, 짝꿍 인사 및 관계 형성
B (Brain Salon)	이론강의·브릿지체험	40'	핵심 개념 이해, 사례 공유, 브릿지 체험 활동
S (Somatic Tuning)	심화실습 I (신체·인지)	25'	코어 움직임, 균형 훈련, 듀얼태스킹
	심화실습 II (정서·사회)	25'	감정 표현, 파트너 활동, 그룹 움직임
-	휴식	10'	회복 및 정서 안정
L (Life Lab)	지도자훈련	30'	교수 전략 실습, 활동 분석 및 피드백
	토론·현장 적용	20'	프로그램 변형, 현장 적용 방안 논의
C (Closing)	정리·과제	20'	성찰, 리플렉션, 가정루틴 및 실천 계획

〈표 5〉는 BWD 지도자 교육과정 모형의 1회기 구조(OBSLC)가 실제 교육 현장에서 구현되는 기본 운영 체계를 나타낸 것이다. 본 운영 구조는 관계 형성과 학습 준비, 개념 이해와 체험, 움직임 중심 실습, 지도자 훈련 및 현장 적용, 성찰과 전이의 흐름으로 구성되었으며 각 단계가 유기적으로 연결될 수 있도록 시간과 활동을 배분하였다. 특히 움직임 중심 실습은 신체·인지 영역과 정서·사회 영역으로 구분하여 운영함으로써 신체적 감각 경험과

관계적 경험이 균형 있게 이루어질 수 있도록 하였다. 또한 지도자 훈련과 현장 적용 과정을 별도로 배치하여 참여자가 단순한 학습 경험을 넘어 실제 교육 현장에 적용 가능한 지도 역량을 개발할 수 있도록 구성하였다.

아울러 전문가 검증 의견을 반영하여 실습을 25분 내외로 분절하고 회복과 정서 안정을 위한 휴식 시간을 명시함으로써 시니어의 신체적 피로와 인지적 부담을 관리할 수 있도록 설계하였다. 따라서 본 운영 구조는 OBSLC의 학습 원리가 실제 교육 현장에서 체계적으로 구현될 수 있도록 설계된 기본 운영 체계라 할 수 있다.

3. BWD 지도자 교육과정 모형의 단계별 구조 구성

BWD 지도자 교육과정은 시니어의 뇌건강 증진을 목표로 하는 춤·동작 기반 교육과정인 동시에 시니어를 직접 가르칠 지도자를 양성하는 성인 대상 교육과정이라는 이중적 성격을 지닌다. 따라서 본 교육과정 모형의 단계별 구조를 설계함에 있어서는 첫째 성인 학습자의 학습 특성, 둘째 움직임 경험을 학습의 핵심 자원으로 삼는 경험 기반 학습의 원리, 셋째 단일 회기의 학습이 15회차 전반에 걸쳐 반복 및 심화되며 지도 역량으로 발전해 가는 종단적 성장의 원리를 함께 고려할 필요가 있었다. 이에 본 연구는 성인학습 이론(Knowles, 1980; Merriam & Bierema, 2014), Kolb(1984)의 경험학습 이론, Bruner(1960)의 나선형 교육과정 설계 원리가 지닌 강점을 절충·통합하여 교육과정의 거시적 구조를 도출하였다.

먼저 성인학습 관점에서 성인 학습자는 자신의 풍부한 경험을 학습의 중요한 자원으로 활용하며 자기주도성과 실제 현장에서의 적용 가능성을 중시하는 특성을 지닌다(Knowles, 1980; Knowles, Holton, & Swanson, 2015; Merriam & Bierema, 2014). 특히 본 교육과정의 학습자는 단순한 수강생이 아니라 자신이 학습한 바를 시니어 현장에서 실천해야 하는 예비 지도자이므로 학습 과정에서 자신의 경험을 비판적으로 성찰하고 이를 실천 지식으로 전환하는 과정이 핵심을 이룬다. 이는 전문가가 행위 중·행위 후의 성찰을 통해 실천적 전문성을 형성한다는 반성적 실천(reflective practice)의 관점과도 맞닿아 있다(Schön, 1983; 윤지영, 온정덕, 2022). 따라서 본 연구는 움직임 경험을 기반으로 한 체험-성찰-적용의 과정을 교육과정 전반에 반영하고자 하였다.

이러한 경험 기반 학습의 과정을 구조화하기 위하여 본 연구는 Kolb(1984)의 경험학습 이론을 일차적 틀로 삼았다. Kolb는 학습이 구체적 경험(Concrete Experience)-성찰적 관찰(Reflective Observation)-추상적 개념화(Abstract Conceptualization)-능동적 실험(Active Experimentation)의 순환을 통해 이루어진다고 보았으며 본 연구에서는 이를 학습자가 이해하기 쉽도록 '몸으로 경험하기(Feel)-관찰하고 성찰하기(Watch)-이론적으로 구조화하기(Think)-실천하기(Do)'의 과정으로 해석하였다. 이는 움직임이라는 신체적 경험에서 출발하여 성찰과 개념화를 거쳐 지도 실천으로 나아가는 BWD 지도자 교육과정의 학습 흐름과 부합한다. 다만 Kolb의 모형은 네 단계가 고정된 순서로 진행되는 단일 회기 단위의 학습 순환을 설명하는 데 초점이 있어 학습자가 이 순환을 거듭 반복하며 점진적으로 심화·확장해 가는 종단적(longitudinal) 성장 과정을 구조화하는 데에는 한계가 있다는 비판이 제기되어 왔다(Bergsteiner, Avery & Neumann, 2010; Miettinen, 2000; Seaman, Brown, & Quay, 2017). 실제로 학습자는 네 단계를 반드시 순차적으로 거치지 않으며 경험은 사회적·맥락적 조건 속에서 반복적으로 재구성된다는 점이 지적된 바 있다(Morris, 2020). 이러한 한계는 단일 회기를 넘어 15회차에 걸쳐 학습이 누적되고 지도 역량으로 발전해야 하는 본 교육과정 모형에서 특히 고려하여 보완이 필요한 점으로 인식되었다.

이에 본 연구는 단일 회기의 경험학습 순환이 교육과정 전반에 걸쳐 반복·심화·확장되는 종단적 구조를 설명하기 위하여 Bruner(1960)의 나선형 교육과정 설계 원리를 함께 적용하였다. Bruner는 동일한 핵심 개념을 반복적으로 제시하되 그 수준을 점차 심화·확장함으로써 학습이 누적적으로 발전한다고 보았다. 따라서 본 연구에서 Kolb의 경험학습은 한 회기 내(미시적 수준)에서 이루어지는 경험-성찰-개념화-실험의 순환을 설명하는 틀로

Bruner의 나선형 원리는 회차 간(거시적 수준)에서 학습 경험이 반복·심화·전이되는 구조를 설명하는 틀로 역할을 분담하며 두 모형은 단일 모형의 한계를 상호 보완하는 통합적 설계 원리로 결합하였다. 다만 Bruner의 이론은 아동 발달단계 이론으로서가 아니라 반복(repetition)·확장(expansion)·심화(deepening)·재구성(reconstruction)·전이(transfer)의 구조적 설계 원리로 제한하여 적용하고자 하였다(Efland, 1995; Ireland & Mouthaan, 2020).

이에 이론적 절충 및 통합을 토대로 본 연구는 OBSLC로 구성된 1회기 학습 원리가 각 회차에서 반복적으로 적용되면서도 학습 수준은 점진적으로 심화되도록 교육과정 모형을 구성하였다. 그 결과 BWD 지도자 교육과정 모형의 거시적 구조는 반복과 심화를 기반으로 하는 ‘나선형 성장 시스템’으로 도출되었다. 본 교육과정 모형은 회차의 진행에 따라 1단계 뇌-몸 기초 회복(1~4회차), 2단계 인지·정서·사회성 활성화(5~9회차), 3단계 지도자 역량 구축(10~12회차), 4단계 시연·피드백·비전(13~15회차)의 네 단계로 전개되며 그 성장의 흐름은 발견(Discovery)-확장(Expansion)-전환(Transition)-설계(Design)-선언(Declaration)의 5단계 구조로 구성되었다(그림 5). 이 때 학습자의 관점이 지도자의 관점으로 옮겨 가는 전환과 학습 경험을 교육적 실천으로 재구성하는 설계는 3단계(지도자 역량 구축)에서 함께 이루어지며 이를 통해 학습은 단계가 진행될수록 점진적으로 심화된다. 각 단계는 학습 경험의 반복적 축적과 질적 확장을 통해 참여자의 신체·인지·정서·사회적 역량이 통합적으로 성장하도록 설계되었으며 이는 참여자가 단순한 경험자에서 교육적 의미를 이해하고 현장에 적용할 수 있는 지도자로 성장해 가는 과정을 반영하도록 구성되었다. 이러한 15회차 단계별 성장 구조를 도식화하면 <그림 4>와 같다.

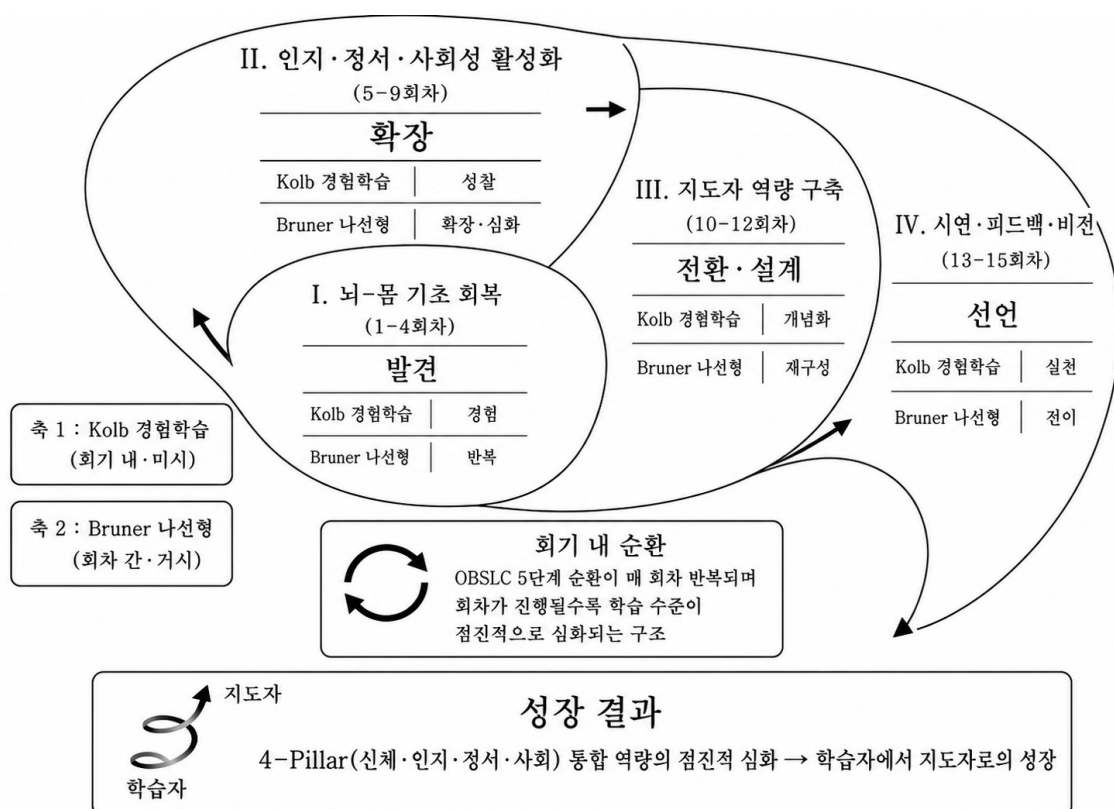


그림 4. BWD 지도자 교육과정 모형의 15회차 나선형 성장 로드맵

〈그림 4〉와 같이 이러한 단계 구조는 학습자가 초기에는 감각과 신체 경험을 중심으로 학습에 참여하고 점차 상호작용과 관찰을 통해 경험을 확장하며 이후 이를 재구성하여 의미를 전환하고 최종적으로는 교육적 설계와 실천으로 확장하는 과정을 반영한다.

먼저 발견 단계에서는 움직임 경험을 통해 자신의 신체와 학습 가능성을 인식하고, 확장 단계에서는 다양한 활동을 통해 경험의 범위를 넓혀간다. 이후 전환 단계에서는 학습자의 관점에서 지도자의 관점으로 사고를 확장하며, 설계 단계에서는 학습 경험을 교육적 실천으로 재구성한다. 마지막 선언 단계에서는 자신만의 지도 철학과 실천 방향을 정립함으로써 참여자에서 지도자로의 성장을 구체화하도록 설계하였다.

따라서 본 교육과정 모형의 나선형 구조는 동일한 경험을 반복하는 단순 순환 구조가 아니라 반복과 확장, 심화와 재구성, 그리고 전이를 통해 학습자의 지도자 역량이 점진적으로 성장하도록 지원하는 거시적 교육과정 체계로 이해할 수 있다.

또한 BWD 지도자 교육과정 모형의 전체 15회차는 ‘기초 이해 → 심화 실습 → 지도자 전문화’의 세 국면으로 전개된다. 초기에는 신경가소성, 안전, 자기조절 등 기초 개념과 감각 및 신체 경험을 중심으로 학습에 참여하고 중반에는 실행기능, 기억, 정서, 사회적 상호작용을 다루는 심화 실습으로 경험을 확장하며 후반에는 미니 수업 설계, 피드백, 지도자 선언 등을 통해 학습 경험을 교수 실천으로 전환한다. 각 회차의 주제와 핵심 이론 및 근거는 〈표 6〉과 같다.

표 6. BWD 지도자 교육과정 모형의 15회차 구조와 학습 원리

회차	주제	4-Pillar 초점	학습목표(요지)	Kolb 단계	Bruner 나선형 원리
1단계 뇌-몸 기초 회복 (1~4회차)					
1	웰에이징-춤의 첫 경험 (보상 회로)	정서·신체	작은 성취로 참여 동기·자기효능 형성	경험	반복 (Repetition)
2	메타인지: 나와 뇌 분리	인지	습관적 움직임을 객관적으로 관찰·조절		
3	소뇌 협응 균형 (몸 지도 회복)	신체	중심잡기·낙상 예방으로 신체 안정성 확보		
4	리듬, 뇌를 안정시키는 원초적 힘	신체·인지	청각·운동 일치로 보행 속도·안정성 개선		
2단계 인지·정서·사회성 활성화 (5~9회차)					
5	이중과제: 두 마리 토끼 잡기	인지	동작+인지 동시 수행으로 전두엽 활성화	성찰	확장 (Expansion) → 심화 (Deepening)
6	뇌 편향성 극복: 익숙함과 결별	인지	패턴 변화에 대한 유연한 적응		
7	정서 회복 댄스: 감정의 해방	정서	몸으로 감정을 표현·조절하는 경험		
8	거울 신경계: 공감의 비밀	사회	파트너와의 관계맺기·공감		
9	창의적 움직임	인지·사회	새 동작 창작으로 인지 유연성·자기조절 강화		
3단계 지도자 역량 구축 (10~12회차)					
10	시니어 친화적 지도 (안전·언어)	사회·인지	저부담 스텝·명료한 큐잉 지도법 습득	개념화	재구성 (Reconstruction)
11	4-Pillar 목표 설계 원칙	인지	목표·이론·활동을 연결한 지도안 작성		
12	루틴 제작·지도자 정체성	정서·사회	자신의 철학을 담은 루틴 완성		
4단계 시연·피드백·비전 (13~15회차)					
13	마이크로 티칭 I (동료 피드백)	사회	성장 중심 긍정 피드백 제공	실험	전이 (Transfer)
14	마이크로 티칭 II (프로그램 완성)	인지·신체	시간·안전·난이도 통합 점검·시연		
15	나의 브레인 웰에이징 여정	정서·사회	최종 시연·비전 나눔으로 정체성 확립		

〈표 6〉에 제시된 15회차 교육과정은 선행연구 분석을 통해 도출된 신체(Physical), 인지(Cognitive), 정서(Emotional), 사회(Social)의 4-Pillar 학습목표 체계를 기반으로 구성되었다. 각 회차의 주제는 특정 영역만을 독립적으로 다루기보다 신체·인지·정서·사회 영역이 상호 연계되도록 설계되었으며 학습목표 또한 시니어의 통합

적 건강과 기능 향상을 지원할 수 있도록 구성하였다. 예를 들어 초기 단계에서는 신체와 정서를 중심으로 움직임 경험에 대한 안전감과 자기효능감을 형성하고, 중기 단계에서는 인지적 활성화와 사회적 상호작용을 확장하며, 후기 단계에서는 지도자 관점의 성찰과 교육적 실천을 통해 통합적 역량을 형성하도록 설계하였다.

먼저 1단계인 ‘뇌-몸 기초 회복(1~4회차)’은 신체와 정서 영역을 중심으로 움직임에 대한 안전감과 자기효능감을 형성하는 단계로 학습자가 자신의 몸과 뇌를 인식하고 기초적인 움직임 경험을 축적하도록 설계하였다. 이는 Kolb의 경험(Experience) 단계에 해당하며 Bruner의 반복(Repetition) 원리에 따라 핵심 움직임 경험을 반복적으로 제공함으로써 이후 학습의 기초를 형성하도록 구성하였다.

2단계인 ‘인지·정서·사회성 활성화(5~9회차)’는 초기의 움직임 경험을 바탕으로 인지, 정서 및 사회 영역을 확장하는 단계이다. 이중과제, 정서 표현, 공감 및 창의적 움직임 활동을 통해 인지적 유연성, 자기조절 및 관계 형성 경험을 촉진하도록 구성하였으며 이는 Kolb의 성찰(Reflection) 단계와 연결된다. 또한 Bruner의 확장(Expansion)과 심화(Deepening) 원리를 반영하여 학습 경험이 보다 다양한 맥락으로 확대되고 심화될 수 있도록 설계하였다.

3단계인 ‘지도자 역량 구축(10~12회차)’은 학습자가 자신의 경험을 교육적 관점에서 재해석하고 구조화하는 단계이다. 시니어 친화적 지도 원리와 4-Pillar 기반 수업 설계 원리를 학습하고 이를 지도안 작성으로 연결함으로써 Kolb의 개념화(Conceptualization) 단계가 구현되도록 하였다. 또한 Bruner의 재구성(Reconstruction) 원리를 반영하여 기존의 학습 경험을 지도자 관점에서 새롭게 조직하고 교육적 실천 지식으로 전환하도록 구성하였다.

마지막으로 4단계인 ‘시연·피드백·비전(13~15회차)’은 학습자가 습득한 지식과 경험을 실제 교육 상황에 적용하는 단계이다. 이는 Kolb의 실험(Experimentation) 단계와 Bruner의 전이(Transfer) 원리가 적용된 단계라 할 수 있다.

이와 같은 단계별 구조는 각 차시에서 적용되는 1회기 기본 운영 구조(OBSLC)를 기반으로 반복적으로 운영되면서도 점진적으로 심화·확장되도록 구성한데 특징이 있다. 즉, 사회적 안전감 형성(O), 인지적 각성(B), 신체 감각 조율(S), 실행 및 적용(L), 경험의 통합과 전이(C)라는 1회기 학습 원리가 15회차 전반에 걸쳐 누적적으로 작동하며 단일 회기의 학습 경험이 반복, 확장, 심화, 재구성, 전이되는 과정을 통해 학습자에서 지도자로 성장하도록 구성되었다.

4. 전문가 내용타당도 검증에 따른 BWD 지도자 교육과정 모형의 수정·보완

본 연구의 선행연구 분석에서 신체·인지·정서·사회의 네 영역을 귀납적으로 도출하고 이를 4-Pillar 기반 교육과정으로 설계하여 전문가 내용타당도 검증을 통해 그 타당성을 확인하는 일련의 순환적 과정의 귀결에 해당한다.

1) 내용타당도의 정량적 검증 결과

핵심 이론적 체계(모듈 1, 5문항), 1회기 운영 구조(모듈 2, 6문항), 단계별 순환 구조(모듈 3, 4문항)의 총 15개 문항에 대한 전문가 5인(A~E)의 내용타당도 결과는 <표 7>과 같다. 분석 결과, 15개 문항 중 11개 문항이 모든 전문가로부터 ‘타당’ 평정을 받아 I-CVI 1.00, CVR 1.00으로 채택되었으며 척도수준 S-CVI/Ave는 .95로 우수한 수준이었다. 특히 4-Pillar 도출 근거, 예술·교육·뇌과학의 융합 논리, OBSLC 기전의 정밀 연동, 4영역 균형 자극 등 BWD 지도자 교육과정 모형의 핵심 개념과 이론적 체계의 타당성에 대한 문항이 모두 채택됨으로써 본 교육과정이 새로운 개념을 논리적·체계적 근거 위에 적용하였음을 전문가 합의로 확인하였다. 반면 4개 문항은 CVR 기준의 엄격한 채택 수준에는 미달하였으나(CVR .60, I-CVI .80) 우연 일치를 보정한 수정 카파(k^*)가 .76으로 ‘우수($\geq .74$)’ 기준을 충족하였다. 또한 해당 문항들이 모형의 핵심 구조가 아니라 운영·적용상의 정밀화와 관

련된 항목이라는 점을 고려하여 본 연구는 이를 기각하지 않고 전문가 의견을 반영한 수정·보완 대상으로 분류하였다. 아울러 15개 문항 중 11개 문항이 전원 채택된 가운데 4개 문항에서 수정 의견이 도출되었다는 점은 본 검증이 형식적 추인에 그치지 않고 전문가 간 이견을 변별해 내는 충분한 엄격성을 갖추었음을 보여준다.

표 7. 전문가 내용타당도 정량적 검증 결과

영역	문항(요약)	A	B	C	D	E	CVR	I-CVI	판정
이론체계 (모듈1)	Q1. 4-Pillar 도출 근거	4	4	5	4	5	1.00	1.00	채택
	Q2. Kolb 나선형 성장 구조	4	5	5	4	5	1.00	1.00	채택
	Q3. 촉진자(통합) 교수자 역할	4	5	5	5	5	1.00	1.00	채택
	Q4. 예술·교육·뇌과학+메타인지 융합	4	5	5	4	4	1.00	1.00	채택
	Q5. OBSLC 기전 정밀 연동	4	5	5	4	5	1.00	1.00	채택
1회기 (모듈2)	Q1. 4영역 균형 자극	4	5	5	5	5	1.00	1.00	채택
	Q2. 메타인지 훈련 구성	4	5	5	4	4	1.00	1.00	채택
	Q3. OBSLC 순환 기전	4	5	4	5	5	1.00	1.00	채택
	Q4. 1회기 운영 시간 배분	4	4	3	5	4	0.60	0.80	수정
	Q5. 15회차 일관·심화 적용	4	5	5	4	5	1.00	1.00	채택
단계별 (모듈3)	Q6. 도입부 사회적 안전 (다미주신경)	3	5	4	5	5	0.60	0.80	수정
	Q1. 15회차 학습주기 정합	4	5	5	5	5	1.00	1.00	채택
	Q2. 단계별 성장(CE→AC/AE)	5	5	5	4	5	1.00	1.00	채택
	Q3. 주제별 활동의 신경과학적 적합성	2	4	5	5	5	0.60	0.80	수정
	Q4. 단기 집중 이수 구조	4	5	3	4	4	0.60	0.80	수정

N=5, 4·5점=타당, CVR 임계값=99, S-CVI/Ave=.95, 수정4문항의 $\kappa^*=.76$.

2) 내용타당도의 정성적(주제분석) 결과 및 수정·보완사항 분석

전문가의 개방형 의견에 대한 주제분석 결과, 수정·보완은 BWD 지도자 교육과정 개념의 타당성 자체가 아니라 그 적용을 정밀화하는 두 축에 집중되었다. 첫째는 시니어의 심리적·신체적 안정성을 고려한 운영 구조의 보완(안전·회기 운영·이수)이며, 둘째는 단계별 활동이 신경과학적 기전과 더 촘촘히 대응되도록 하는 적용 근거의 정밀화이다. 이는 전문가들이 BWD 지도자 교육과정의 개념·이론 체계 자체는 타당하다고 평정(채택)하면서도 시니어라는 대상 특성과 근거의 정밀성 측면에서 보완을 제안한 것으로 해석된다. 두 축별 전문가 의견과 수정 방향은 <표 8>과 같다.

표 8. 내용타당도 정성적 평가 의견의 주제 분석 및 수정·보완 사항

주제	전문가 의견 (요약)	수정 전	수정 후
① 시니어 안정성 기반운영 (전 회차 공통) [모듈2 Q4·Q6, 모듈3 Q4]	감염·컨디션 점검과 다미주신경 기반 '안전 신호·상호조절'이 필요하고, 장시간 운영에 따른 휴식이 요구되며, 단기 집중 이수의 적절성을 재검토할 것	정서적 환대 중심 도입, 장시간·집중 운영	모든 회차 공통으로 적용되는 기본 운영 구조로 보완(표 9): 이론·실습 병행, 휴식(10~20분), 활동별 안전 환경, 지도자2인 이상·짜깁, 안전 신호등
② 개념 적용의 정밀화 (단계별 신경과학적 근거 적합성) [모듈3 Q3]	단계 간 중첩이 불가피하므로 회차별 기전 근거를 구체화하고, 노인의 이질성·급기 동작을 고려할 것	단계-기전의 개략적 대응	전체 15회차 각각의 활동을 표적 뇌·신체 기전과 명시적으로 연계(표 10): 기저핵·거울신경·실행기능 등, 동작 난이도·안전 보완

전문가 의견을 종합한 결과, 수정·보완 사항은 BWD 지도자 교육과정 모형의 핵심 이론 체계 자체를 변경하기

보다는 시니어 대상 교육과정으로서의 안전성과 적용 근거를 보다 구체화하는 방향에 집중되었다. 이에 따라 모든 회차에서 적용되는 기본 운영 구조를 마련하고 단계별 활동이 신경과학적 기전과 보다 명확하게 연결될 수 있도록 교육과정 내용을 보완하였다.

또한 전문가들은 시니어 대상 교육에서 안전성 확보와 지도자의 역할 범위를 명확히 설정할 필요성을 강조하였다. 이에 본 연구에서는 BWD 지도자 교육과정의 지도자를 의료적 진단이나 치료를 수행하는 전문가가 아니라 시니어의 신체·인지·정서·사회적 참여를 촉진하는 교육적 매개자이다. 따라서 지도자는 학습자의 상태를 관찰하고 안전한 학습 환경을 조성하는 역할을 수행하되 고위험군이나 이상 반응이 확인될 경우 이를 직접 처치하기보다 의료 및 상담 전문기관과 연계하는 역할을 수행하도록 그 범위를 명확히 하였다.

아울러 본 연구는 이러한 지도자의 역할을 구체적인 역량 체계로 정리하였다. BWD 지도자의 핵심 역량은 이론(신경과학 기전·웰에이징·4-Pillar 이론 이해), 실습(춤·소매틱 감각 조율·이중과제 실습 운용), 교수설계(OBSLC 기반 회기 설계 및 지도안 작성), 안전관리(안전 신호등·다층 인적 안전망·감염 예방 절차), 평가(카드 기반 내재적 질적 평가), 윤리(참여 동의·철회권·개인정보 익명화·데이터 보안), 기관 연계(고위험군·이상 반응 시 의료·상담 전문기관 연계)로 구성된다. 이는 15회차 교육 내용이 최종적으로 지도자가 갖추어야 할 역량으로 수렴됨을 보여준다.

이러한 전문가 검증 결과는 BWD 지도자 교육과정 모형의 신경과학적·교육학적 타당성을 확인하는 동시에 춤이 단순히 뇌기능 향상을 위한 수단에 머무르지 않고 시니어가 자신의 신체를 감각하고 정서를 표현하며 타인과 관계를 형성하는 예술적 매개로 기능함을 재확인하게 한다. 즉, BWD 지도자 교육과정은 신체·인지·정서·사회 영역을 통합적으로 연결하는 움직임 기반 교육과정으로서 시니어의 웰에이징을 지원하는 교육적 실천 모형의 가능성을 보여주었다.

3) 전문가 내용타당도 검증을 통한 BWD 지도자 교육과정 모형의 수정·보완 사항

전문가의 정량·정성 검증 결과가 교육과정으로 이어지는 구조는 <그림 5>와 같다. 정성적 의견의 두 축은 성격이 서로 다르고 ① 시니어 안정성 운영은 특정 회차에 국한되지 않고 모든 회차에 공통으로 적용되는 운영 구조의 보완이며, ② 신경과학적 근거 정밀화는 회차별 활동을 해당 기전과 더 촘촘히 연계하는 것이다. 따라서 전자는 전(全) 회차 공통 운영 구조로 <표 9>를, 후자는 전체 15회차의 활동-기전 연계로 <표 10>에 제시한다.

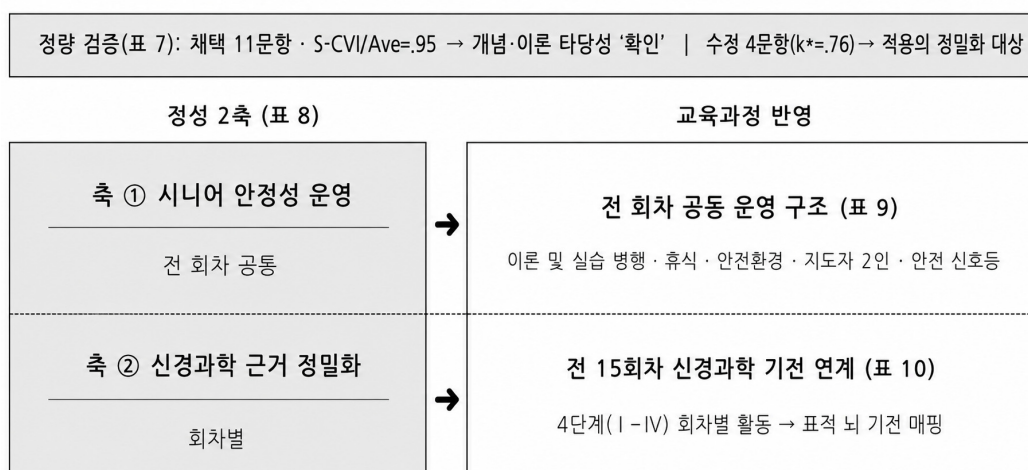


그림 5. 내용타당도 검증 결과를 반영한 BWD 지도자 교육과정의 수정·보완

먼저 <그림 5>의 축 ① 안정성 축에 대한 수정·보완사항은 특정 회차가 아니라 모든 회차에 공통으로 적용되는 기본 운영 구성에 대해 보완하여 <표 9>와 같이 적용되었다. <표 5>가 BWD 지도자 교육과정 모형의 1회기(OBSLC) 기본 운영 구조와 주요 활동(원설계)을 제시한 것이라면, <표 9>는 전문가 검증을 거쳐 모든 회차에 공통으로 강화한 안전·운영 장치를 보완 영역별로 제시한 것이다. 이는 특정 회차의 내용이 아니라 교육과정 전반의 운영 원칙이므로 시니어의 안전성과 현장 적용성을 회차 전체에 일관되게 확보한다.

아울러 본 교육과정은 시니어 현장 적용을 위한 안전·윤리 체계를 별도로 구성하였다. 이는 참여자에게 중단 권한을 부여하는 자기조절 체계(안전 신호등), 교수자와 보조강사로 구성된 다층 인적 안전망, 동료 상호 점검(peer monitoring), 참여 동의·철회 및 개인정보 익명화 절차를 포함한다. 이러한 안전·윤리 체계는 전문가 내용타당도 검증 과정에서 제안된 보완 의견을 반영하여 전 회차 공통 운영 원칙으로 구체화하였으며, 수업 운영, 휴식 구조, 안전 환경 조성, 인적 안전망 및 자기조절 체계를 중심으로 보완하였다. 그 내용은 <표 9>와 같다.

표 9. 내용타당도 전문가 검증을 반영한 전(全) 회차 공통 운영 구조 보완 (축 ① 수정·보완 반영)

보완 영역	전문가 의견(근거)	보완 내용(전 회차 공통 적용)	적용 이론·근거
수업 운영 방식	장시간 단일 활동의 인지 부하 우려	모든 회기 이론·실습 병행, 학습 공간 분리·이동(2-Room Flow)으로 주의 전환	인지부하-주의 전환
휴식 구조	장시간 운영에 따른 피로·안전	매 회기 10~20분 휴식을 명시 (중간 정비·수분 섭취)	고령자 피로·회복
안전 환경 조성	활동별 낙상·금기동작 위험	활동마다 동선·난이도 조절·보조기구 등 안전 환경을 사전 조성	낙상 예방 (Sherrington et al., 2019)
인적 안전망	시니어 개별 케어 필요	주강사+보조강사 등 지도자 2인 이상 + 학습자 짝공 (동료 돌봄) 운영	사회적 안전·상호조절
자기조절 장치	다미주신경 기반 안전 신호 필요	전 회기 '안전 신호등 (빨강·노랑·초록)'으로 학습자 자기조절	다미주신경 (Porges, 2011)

다음으로 <그림 5>의 축 ② 신경과학적 근거 정밀화에 대한 수정·보완사항은 회차별 핵심 활동을 표적 뇌·신체 기전과 명시적으로 연계하는 방식으로 <표 10>과 같이 적용되었다. <표 6>이 4-Pillar 이론체계 <그림 3>과 <그림 4>에 따른 교육과정 설계를 제시했다면 <표 10>은 동일한 15회차를 신경과학적 기전의 관점에서 정밀화하여 각 회차의 핵심 활동이 표적으로 하는 뇌·신체 기전에 대해 명시하고자 하였다. 특정 회차를 선별하지 않고 전체 15회차를 제시함으로써 신경과학적 근거의 정밀화가 일부 회차가 아니라 교육과정 전반(4단계)에 일관되게 적용되었음을 보였다.

다만 <표 10>에 제시된 회차별 활동과 뇌·신체 기전의 연계는 본 연구에서 직접 측정·검증한 생리학적 결과가 아니라 교육과정 설계의 논리적 근거를 제시하기 위한 이론적 설명 모델 수준임을 밝힌다. 이는 특정 활동이 특정 뇌 기전을 인과적으로 활성화함을 단정하는 것이 아니라 선행 신경과학 연구에 근거하여 각 활동의 설계 의도를 설명하기 위해 제시하는 것이다. 따라서 활동-기전 간 연계의 실제 효과에 대한 생리학적·행동적 측정은 후속 연구를 통해 확인되어야 할 과제로 남긴다.

표 10. 전문가 검증을 반영한 전(全) 15회차 신경과학적 기전 연계 (축 ② 수정·보완 반영)

회차	핵심 활동(강의안 기반)	표적 뇌·신체 기전(부위·작용)	근거·이론
1단계 뇌·몸 기초 회복 (1~4회차)			
1	쉬운 동작 5회 반복 성공 (첫 성취 경험)	중뇌 보상 회로·도파민 분비 (동기·긍정적 기대)	보상 회로 이론
2	자세 편향·습관적 움직임 관찰 (거울·영상)	전두엽 집행기능·자기 모니터링 (메타인지)	Flavell(1979)
3	중심잡기·낙상 예방 움직임	소뇌·전정계 협응, 균형 정보의 해마 전달	감각운동 통합
4	다양한 BPM 음악에 맞춘 발 구르기 (리듬·뇌 안정)	기저핵의 운동 시작·속도 조절, 청각-운동 동기화 (운동 피질→보행 속도·안정성)	청각-운동 동기화·치매 예방
2단계 인지·정서·사회성 활성화 (5~9회차)			
5	동작+인지 동시 수행 (이중과제)	전두엽·두정엽 동시 활성화, 실행기능	Miyake et al.(2000)
6	익숙한 패턴 깨기 (방향·박자 변화)	인지적 전환·인지 유연성	인지 유연성
7	감정 표현·텐션 조절 ('몸으로 쓰는 일기')	변연계 정서 조절, 감각-운동 출력 분리	정서 조절
8	파트너 관찰·모방, 관계맺기	거울신경계 활성화 (공감·타인 의도 이해)	거울신경
9	새 동작 창작, 라포 튜닝·그룹 공명	인지 유연성·화자-청자 신경 동기화·옥시토신	Stephens et al.(2010)
3단계 지도자 역량 구축 (10~12회차)			
10	저부담 스텝·짧고 명료한 큐잉	주의력·작업기억 부하 관리	작업기억·주의
11	기전을 적용한 수업 흐름 지도안 작성	전두엽 집행기능·메타인지 (설계)	메타인지
12	시니어 특성에 맞춘 나만의 철학 루틴 완성	자기참조 처리 (내측 전전두엽)·가치 기반 동기	자기참조·동기
4단계 시연·피드백·비전 (13~15회차)			
13	동료 관찰·성장 중심 긍정 피드백	거울신경·공감 회로	거울신경
14	시간·안전·난이도 점검 후 시연	전두엽 집행기능·통합 수행	실행기능
15	최종 시연·비전 나눔 (정서적 성취)	보상 회로 재활성·정서적 전이	보상 회로

〈표 9〉와 〈표 10〉은 내용타당도 검증을 통해 전문가가 제안한 두 축의 보완이 전(全) 회차 공통의 운영 구조와 회차별 콘텐츠 양면에서 구현되었음을 보여주며 이는 〈표 5〉와 〈표 6〉의 설계가 전문가 검증을 거쳐 정련되는 '검증-수정-구현'의 연속성을 드러낸다.

이러한 보완은 고령자 운동·학습에 관한 근거와도 정합한다. 이는 균형·기능 중심 운동이 지역사회 노인의 낙상을 유의하게 감소시킨다는 점에서(Sherrington et al., 2019) 본 교육과정의 안전 절차와 균형·감각 활동은 낙상 예방의 원리에 부합한다. 다만 본 교육과정 모형의 한 회기(2시간 45분)는 이론·인지·정서·실습과 휴식을 포함하는 통합 구성이므로 회기 전체 시간을 곧바로 권장 운동량과 직접 동일시하기는 어렵다. 이에 본 연구의 BWD 지도자 교육과정 모형의 기본 운영 구조는 회기 내에서 신체 실습이 차지하는 비중과 회차 간 반복을 통해 낙상 예방에 필요한 균형·기능 운동량을 확보하였다. 동시에 시니어의 피로를 고려하여 이론·정서 활동과 휴식을 분산 배치하였으며 운동 강도와 실습 시간의 최적화 및 그 효과 검증은 후속 연구의 과제로 남긴다.

또한 도입 단계의 사회적 안전 형성은 다미주신경 이론에 근거하며(Porges, 2011) 운동학습 연구가 일반적으로 분산 연습이 고령자의 기술 파지에 유리하다고 보고하는 점을 고려하여 본 연구는 집중 이수 구조 안에서도 회기 내 휴식과 회차 간 나선형 반복을 통해 분산 학습의 이점을 설계에 반영하였다. 아울러 단계별 활동과 신경과학적 기전 간의 연계를 명시함으로써(Miyake et al., 2000) 새로운 개념의 적용 근거를 보다 정교하게 구체화하였다.

이상의 검증을 통해 본 교육과정은 양호한 정량적 내용타당도($S-CVI/Ave=.95$)를 확보하는 동시에 전문가의 질적 의견을 반영하여 시니어 대상 수업의 현장 적용성, 안전성, 신경과학적 근거의 정밀성을 보완하였다. 이는 전문가 검증이 모형의 적절성을 단순히 확인하는 데 그치지 않고 전문가의 수정·보완 의견을 교육과정에 실제로 반영하여 모형을 더 정교하게 다듬은 과정으로서 '반응적 타당화(responsive validation)'였음을 의미한다. 요컨대

본 검증을 거쳐 BWD 지도자 교육과정 모형은 핵심 이론 체계의 타당성을 전문가 합의로 확인받고 운영 및 적용의 세부를 정밀화함으로써 이론적으로 정합하고 시니어 현장에서 운영 가능한 교육과정 모형으로 체계화되었다.

IV. 결론

본 연구는 초고령사회에서 시니어의 뇌건강 증진이라는 시의적 과제에 주목하여 무용동작치료, 무용창작, 무용교육을 아우르는 무용 기반 접근과 통합예술치료, 소매틱, 성인학습, 신경과학의 다학제적 관점을 융합함으로써 신체 및 수행 중심에 머물러 온 기존 무용교육의 외연을 확장하는 새로운 무용 교육과정 모형을 탐구하였다. 선행 연구 총 87편의 분석에서 귀납적으로 도출된 신체·인지·정서·사회의 네 영역은 BWD 지도자 교육과정 모형의 4-Pillar 설계로 구체화되었으며 전문가 내용타당도 검증(S-CVI/Ave=.95)을 통해 그 이론적 체계와 운영 구조의 타당성을 확인하였다. 이는 시니어 춤·동작 학습에서 나타나는 신체·인지·정서·사회 영역의 통합적 특성을 교육과정 수준에서 체계화하고 이를 BWD 지도자 교육과정의 학습목표와 운영 구조로 구체화하였다는 점에서 학술적 의의를 지닌다. 나아가 무용교육의 논의를 단순한 신체 활동이나 기능 향상의 차원을 넘어 시니어의 뇌건강과 웰에이징을 지원하는 통합적 교육 관점으로 확장하였다는 점에서도 의미가 있다. 특히 본 모형은 시니어를 직접 대상으로 하는 프로그램이 아니라 그들을 가르칠 지도자를 양성하는 교육과정이라는 점에서 차별성을 지닌다. 이어 본 교육과정은 성인학습의 관점에서 시니어를 자신의 경험을 학습 자원으로 삼는 자기주도적 학습자로 바라보며 이에 따라 지도자를 정해진 동작을 전달하는 교사가 아니라 학습자의 신체·인지·정서·사회적 변화를 통합적으로 읽고 촉진하는 ‘통합적 교육 촉진자(facilitator)’로 정의한다. 이러한 지도자상은 전문가 내용타당도 검증에서 ‘촉진자로서의 교수자 역할’이 타당한 것으로 확인되었다.

본 연구는 교육과정 모형의 개발과 내용타당도 검증에 초점을 둔 BWD 지도자 교육과정의 첫 연구로서 시니어 뇌건강을 위한 춤의 새로운 가치와 방법론을 모색하는 이론적 토대를 마련하였다는 데 의의가 있다. 다만 본 모형의 실천적 효과를 입증하고 현장 적용 가능성을 확인하기 위해서는 추가적인 후속 연구가 요구된다.

먼저 실제 시니어를 대상으로 한 효과 검증 연구를 통해 신체·인지·정서·사회 네 영역의 변화와 집중과 분산 이수 구조의 상대적 효과를 실증할 필요가 있다. 특히 본 교육과정이 뇌건강을 핵심 주제로 두는 만큼 인지기능 평가와 뇌파·기능적 뇌영상 등 뇌신경과학적 연구방법을 적용하여 그 효과를 검증한다면 모형의 타당성을 한층 높일 수 있을 것이다. 이와 함께 지도자 양성과 현장 보급을 위한 운영 매뉴얼 및 인증 체계를 구체화하고 경도인지저하 노인을 비롯한 다양한 대상과 맥락으로 모형의 전이 가능성을 검토하며 웰에이징 평생교육 정책 및 지역 체계와의 연계 속에서 지속가능한 운영 방안을 모색할 필요가 있다. 이처럼 춤을 매개로 한 시니어 웰에이징 연구가 다양한 관점에서 지속적으로 축적될 때 초고령 사회에서 시니어를 위한 춤의 가치가 보다 널리 알려지고 확산되어 새로운 무용교육의 지평으로 이어질 수 있을 것이다.

참고문헌

- 구교만, 박재희, 김춘중(2017). 지체장애노인의 신체활동 증진을 위한 요인 탐색: 국제기능장애건강분류(ICF)를 적용한 예비연구. **한국사회체육학회지**, 68, 483-493.
- 국민건강보험공단(2024). 건강iN 통권 158호(6월호). 헬스 트렌드: 안티에이징보다 웰에이징.
- 김남수, 이소은(2019). 경도인지장애 노인을 위한 한국무용프로그램의 효과. **한국체육과학회지**, 28(2), 955-965.

- 배재윤(2024). 노인 여가 스포츠와 액티브 에이징. *여가학연구*, 22(1), 153-179.
- 윤지영, 온정덕(2022). 학습에서의 성찰 개념 및 교육과정예의 적용 방안 고찰. *교육과정연구*, 40(1), 1-27.
- 윤희선(2004). 노인의 자아통합감 증진을 위한 무용/동작치료의 효과: 여성 노인 자원봉사자를 중심으로. 미간행 석사학위논문. 서울여자대학교 특수치료전문대학원.
- 윤희선(2009). 중년여성을 위한 H.A.T. 프로그램 개발과 효과. 미간행 박사학위논문. 동덕여자대학교 대학원.
- 윤희선(2022). PBL을 적용한 대학 무용전공 수업 사례연구. *한국무용과학회지*, 39(4), 1-20.
- 윤희선, 이연정(2023). 노인무용지도자의 교육목적과 역할에 대한 인식 연구. *한국무용과학회지*, 40(3), 31-50.
- 윤희선, 김한슬(2024). 소매틱(Somatic) 기반 프로그램에 관한 국내 연구동향 분석. *한국무용과학회지*, 41(2), 59-77.
- 이연정, 윤희선(2020). 무용지도자가 경험한 노인무용교육의 어려움과 바람. *한국무용과학회지*, 37(3), 13-33.
- 전수경, 류숙희(2016). 노인대상 평생교육 프로그램의 특징 및 시사점. *인문사회* 21, 7(4), 637-654.
- 중앙치매센터(2024). 대한민국 치매현황 2024. 보건복지부.
- 통계청(2024). 고령자통계 2024.
- Arbuzova, P., Peters, C., Röd, L., Koß, C., Maurer, H., Maurer, L. K., Müller, H., Verrel, J., & Filevich, E.(2021). *Measuring metacognition of direct and indirect parameters of voluntary movement. Journal of Experimental Psychology: General*, 150(11), 2208-2229.
- Basso, J. C., Satyal, M. K., & Rugh, R.(2021). *Dance on the brain: Enhancing intra- and inter-brain synchrony. Frontiers in Human Neuroscience*, 14, 584312.
- Bergsteiner, H., Avery, G. C., & Neumann, R.(2010). *Kolb's experiential learning model: Critique from a modelling perspective. Studies in Continuing Education*, 32(1), 29-46.
- Bransford, J. D., & Schwartz, D. L.(1999). *Rethinking transfer: A simple proposal with multiple implications. Review of Research in Education*, 24, 61-100.
- Bruner, J. S.(1960). *The Process of Education*. Harvard University Press.
- Cornaro, C., & Koch, S. C.(2024). *Dance movement therapy and dance interventions for people living with dementia: a PRISMA scoping review. GMS Journal of Arts Therapies*, 6, jat000039.
- Efland, A. D. (1995). *The spiral and the lattice: Changes in cognitive learning theory with implications for art education. Studies in Art Education*, 36(3), 134-153.
- Flavell, J. H.(1979). *Metacognition and cognitive monitoring: A new area of cognitive-developmental inquiry. American Psychologist*, 34(10), 906-911.
- Foster Vander Elst, O., Foster, N. H., Vuust, P., Keller, P. E., & Kringelbach, M. L.(2023). *The neuroscience of dance: A conceptual framework and systematic review. Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 150, 105197.
- Gilbert, A. G.(2019). *Brain-Compatible Dance Education (2nd ed.)*. Human Kinetics.
- Hewston, P., et al.(2021). *Effects of dance on cognitive function in older adults: a systematic review and meta-analysis. Age and Ageing*, 50(4), 1084-1092.
- Ireland, J., & Mouthaan, M. (2020). *Perspectives on curriculum design: Comparing the spiral and the network models. Research Matters: A Cambridge Assessment Publication*, 30, 7-12.
- Kindelan, N.(2010). *Demystifying experiential learning in the performing arts. New Directions for Teaching and Learning*, 2010(124), 31-37.
- Knowles, M. S.(1980). *The modern practice of adult education: From pedagogy to andragogy*. Englewood Cliffs, NJ: Cambridge Adult Education.
- Knowles, M. S., Holton, E. F., & Swanson, R. A.(2015). *The adult learner: The definitive classic in adult education and human resource development (8th ed.)*. New York: Routledge.
- Kolb, D. A.(1984). *Experiential learning: Experience as the source of learning and development*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Lawshe, C. H.(1975). *A quantitative approach to content validity. Personnel Psychology*, 28(4), 563-575.

- Livingston, G., et al.(2024). *Dementia prevention, intervention, and care: 2024 report of the Lancet standing Commission. The Lancet*, 404(10452), 572-628.
- Lynn, M. R.(1986). *Determination and quantification of content validity. Nursing Research*, 35(6), 382-385.
- Merriam, S. B., & Bierema, L. L.(2014). *Adult Learning: Linking Theory and Practice*. Jossey-Bass.
- Miettinen, R.(2000). *The concept of experiential learning and John Dewey's theory of reflective thought and action. International Journal of Lifelong Education*, 19(1), 54-72.
- Miyake, A., Friedman, N. P., Emerson, M. J., Witzki, A. H., Howerter, A., & Wager, T. D.(2000). *The unity and diversity of executive functions and their contributions to complex "frontal lobe"tasks: A latent variable analysis. Cognitive Psychology*, 41(1), 49-100.
- Morris, T. H.(2020). *Experiential learning - a systematic review and revision of Kolb's model. Interactive Learning Environments*, 28(8), 1064-1077.
- Moruzzi, G., & Magoun, H. W.(1949). *Brain stem reticular formation and activation of the EEG. Electroencephalography and Clinical Neurophysiology*, 1(4), 455-473.
- Polit, D. F., & Beck, C. T.(2006). *The content validity index: Are you sure you know what's being reported? Research in Nursing & Health*, 29(5), 489-497.
- Polit, D. F., Beck, C. T., & Owen, S. V.(2007). *Is the CVI an acceptable indicator of content validity? Research in Nursing & Health*, 30(4), 459-467.
- Porges, S. W.(2011). *The polyvagal theory: Neurophysiological foundations of emotions, attachment, communication, and self-regulation*. New York: W. W. Norton & Company.
- Price, C. J., & Hooven, C.(2018). *Interoceptive awareness skills for emotion regulation: Theory and approach of Mindful Awareness in Body-Oriented Therapy (MABT). Frontiers in Psychology*, 9, 798.
- Rehfeld, K., et al.(2017). *Dancing or fitness sport? The effects of two training programs on hippocampal plasticity and balance abilities in healthy seniors. Frontiers in Human Neuroscience*, 11, 305.
- Rehfeld, K., et al.(2018). *Dance training is superior to repetitive physical exercise ... PLOS ONE*, 13(7), e0196636.
- Schön, D. A.(1983). *The reflective practitioner: How professionals think in action*. New York: Basic Books.
- Seaman, J., Brown, M., & Quay, J.(2017). *The evolution of experiential learning theory: Tracing lines of research in the JEE. Journal of Experiential Education*, 40(4), NP1-NP21.
- Sherrington, C., Fairhall, N. J., Wallbank, G. K., Tiedemann, A., Michaleff, Z. A., Howard, K., Clemson, L., Hopewell, S., & Lamb, S. E.(2019). *Exercise for preventing falls in older people living in the community. Cochrane Database of Systematic Reviews*, 1, CD012424.
- Stephens, G. J., Silbert, L. J., & Hasson, U.(2010). *Speaker-listener neural coupling underlies successful communication. Proceedings of the National Academy of Sciences*, 107(32), 14425-14430.
- World Health Organization.(1948). *Constitution of the World Health Organization*.
- World Health Organization.(2001). *International Classification of Functioning, Disability and Health (ICF)*. Geneva: WHO.
- World Health Organization.(2015). *World report on ageing and health*.
- World Health Organization.(2022). *Optimizing brain health across the life course: WHO position paper*.
- Wu, V. X., et al.(2021). *The effect of dance interventions on cognition, neuroplasticity, physical function, anxiety and depression in children and adolescents: A systematic review and meta-analysis. International Journal of Nursing Studies*, 122, 104025.
- Yang, C.-J., Yu, H.-Y., Hong, T.-Y., Cheng, L.-K., & Li, W.-C.(2024). *Embodied metacognition as strengthened functional connection between neural correlates of metacognition and dance in dancers. Frontiers in Human Neuroscience*, 18, 1347386.
- Zardi, A., Carlotti, E. G., Pontremoli, A. P. M., & Morese, R.(2021). *Dancing in your head: An interdisciplinary review. Frontiers in Psychology*, 12, 649121.

ABSTRACT

Development of a Brain Well-Aging Dance (BWD) Instructor Training Curriculum Model[†]

Hyesun Yoon* · Hanseul Kim** Dongduk Women's University

The purpose of this study was to develop a Brain Well-Aging Dance (BWD) instructor training curriculum model designed to support brain health and well-aging among older adults and to verify its appropriateness through expert content validity evaluation. BWD is a multidisciplinary curriculum that integrates perspectives from Integrative Arts Therapy, somatics, adult learning, and neuroscience into a dance-based approach encompassing dance movement therapy, dance creation, and dance education. Rather than focusing solely on the design of an individual program, this study aimed to develop an instructor training curriculum model supported by a coherent theoretical framework and operational structure. To this end, a total of 87 domestic and international studies published over the past five years (2020-2025; 21 domestic and 66 international) were analyzed. Based on the findings, the curriculum model was designed and subsequently underwent expert validation.

First, the integrated framework of physical, cognitive, emotional, and social health derived from the literature review was established as the 4-Pillar of the BWD instructor training curriculum in light of the WHO perspectives on healthy aging and brain health. Subsequently, perspectives on adult learning, Kolb's experiential learning theory, and Bruner's spiral curriculum principles were integrated to construct both a single-session operational structure and a stage-based cyclical structure encompassing the entire curriculum. The developed model was evaluated by five experts using both quantitative indicators, including the Content Validity Ratio (CVR), the Content Validity Index (I-CVI and S-CVI), and the modified Kappa coefficient, together with thematic analysis of expert opinions.

The results showed that the Scale-level Content Validity Index (S-CVI/Ave) was .95. Of the 15 evaluation items, 11 were accepted, while four were revised and refined with particular attention to the safety of class sessions for older adults, operational feasibility, and the alignment between stage-based activities and neuroscientific evidence.

As the first study to develop the BWD instructor training curriculum, which aims to cultivate BWD instructors capable of supporting brain health by facilitating the integrated physical, cognitive, emotional, and social experiences of older adults through dance as an arts-based educational medium, this study is significant in providing a theoretical foundation and a basis for future research exploring new values and methodologies of dance for older adults in a super-aged society. The practical effectiveness and field applicability of the proposed model remain subjects for future investigation through effectiveness verification and multifaceted follow-up studies.

Key words : Brain Well-Aging Dance (BWD), Senior Brain Health, Well-Aging, Dance Education, Instructor Training Curriculum, Curriculum Model Development, Content Validity

논문투고일: 2026.05.25

논문심사일: 2026.07.06

심사완료일: 2026.07.19

[†] This research was supported by the 2024 Research Fund of Dongduk Women's University.

* Corresponding Author. Associate Professor, College of Performing Arts, Department of Dance, Dongduk Women's University. dasom4082@gmail.com

** Doctoral Completion, Major in Integrative Arts Therapy, Dongduk Women's University Graduate School. gkstmf1715@naver.com