

# 예술통합 무용교육이 초등학교 1학년 아동의 스트레스 감소에 미치는 효과 연구

김 자 영\*

## 목 차

Abstract	2. 측정도구
I. 서론	3. 실험 설계
II. 이론적 배경	4. 자료수집과 분석방법
1. 초등학교 예술통합 무용교육	IV. 결과 및 논의
2. 아동기의 스트레스	V. 결론
III. 연구 방법	참고문헌
1. 실험대상	

## Abstract

### Effect on stress reduction integrated arts in dance education 1st graders elementary school

Kim, Ja-young · Wonkwang University

This study integrates the art of dance education in elementary school a year to examine the effects of stress reduction arts integrated dance classes after nine minutes ago whether the test scores through its effect was verified by analysis.

According to research in this study the following conclusions.

First, the art of integrated dance lessons grade 1 stress showed significant differences across sub-factors. Therefore, it was found that stress reduction in arts integrated dance influenced positively.

\* 원광대학교 강사

논문투고일: 2012. 7. 20. 심사일: 2012. 8. 10. 게재확정일: 2012. 9. 1.

Children expressed through physical activity has to eliminate the need to have the opportunity to emotive children's stress is reduced. Therefore, children dance classes through the integration of art and irritation causes positive psychological stress can be reduced.

Second, Integrated Arts Dance Lessons (before, after) a grade of elementary sub-factors (sex, birth order, mother's occupation or without) showed a significant difference in stress level.

Integrated Art dance classes such as physical activity, art or music to express feelings through different genres, so regardless of gender affects stress reduction.

Children through dance class stability and self-control, sense of self has improved peace of mind by controlling your emotions and care about their own stress-reducing effect in the hearts that were interpreted as a positive influence.

**key words:** integrated arts dance education, stress

**주요어:** 예술통합 무용교육, 스트레스

## I . 서론

놀이중심의 조작 활동을 우선으로 한 비교적 자유로운 분위기에서 교육이 이루어진 유치원을 갓 졸업하고 처음으로 공교육기관에 들어서게 되는 초등학교 입학은 아동들에게 큰 의미를 준다. 입학은 학교라는 테두리 속에서 물리적인 환경의 변화뿐 아니라 심리적으로도 많은 변화를 겪게 하며, 이전의 유아교육기관에서의 경험과 다른 환경적 차이 즉, 또래 및 교사 관계의 차이, 교육과정의 차이, 아동을 통제하는 학교규범의 차이 등을 경험하게 되어 새로운 환경에 적응해야하는 과업을 가지게 된다(고정곤, 최태식, 2003:28). 이러한 적응과정에서 입학 초기의 아동들은 학교의 규칙이나 학습을 위한 기본 생활습관 습득, 또래관계 형성, 새로운 선생님과 의 관계 형성 등의 심리적, 사회적, 인지적인 압력을 경험하게 되고(오명희, 1995:2), 크고 작은 두려움을 느끼게 되며, 그러한 것은 아동에게 신체적, 정신적 스트레스를 유발한다(이정현, 2009:17). 특히 초등학교 1학년 아동들은 근과 신경계의 미발달로 인한 운동이나 감각적 착오, 사실과 상상을 혼동하는 인지적 미숙, 도덕성 및 규칙과 질서의 개념이 분명하지 못하고(배점옥, 2004:2), 자기중심적이고 의존적인 경향이 여전히 강하여 교사나 친구관계에 어려움을 느끼게 된다(이선미, 2009:14).

김승희(2005) 연구에 의하면 초등학교 1학년 아동들은 지적인 능력이 낮아서 자신들이

경험하고 있는 스트레스에 대한 이해가 부족하다. 따라서 스트레스에 효과적으로 대처하지 못하며 스트레스를 생산성 및 창조성을 자극하는 긍정적인 요인으로 활용하지 못하고 있다(임미은, 2011:2 재인용). Brenner(1984)는 아동들이 일상생활에서 항상 스트레스를 받고 있으며, 성장 자체가 스트레스를 주고 동생이 태어날 때, 새집으로의 이사, 친구와의 싸움 등으로 긴장이 초래된다(서동근, 2008:8. 재인용)고 밝히고 있다.

초등학교 1학년 시기는 학교에 대한 태도와 인식을 형성하게 되는 시기로 넓은 범위의 사회에 적응하는 밑바탕이 되므로 스트레스로 인해 학교생활에 잘 적응하지 못하게 되면 건전한 인격형성을 저해하는 등 심각한 문제를 초래하게 되므로 아동들의 스트레스 감소를 위하여 본 연구에서는 예술통합 무용교육을 적용하고자 한다. 이에 본 연구의 목적은 예술통합 무용교육이 초등학교 1학년 아동들의 스트레스 감소에 미치는 효과를 밝히고자 한다. 따라서 다음과 같은 연구 문제를 설정하였다.

- 1) 예술통합 무용수업 전·후 스트레스 정도에는 차이가 있는가?
- 2) 예술통합 무용수업 전·후 하위요인별(성별, 출생 순위, 어머니 직업 유, 무) 스트레스 정도에 차이가 있는가?

## II . 이론적 배경

### 1. 초등학교 예술통합 무용교육

우리나라에서 통합교과라는 공식적인 명칭은 제 4차 교육과정부터 등장하며, ‘전인교육’, ‘통합된 인격의 완성’ 등을 교육목표로 하고 있다. 초등학교 1-2학년 ‘슬기로운 생활’은 사회와 자연을 통합했고, ‘즐거운 생활’은 체육·미술·음악의 세 교과를 통합했으며, ‘바른 생활’은 도덕교과에 해당한다. 무용은 바로 슬기로운 생활 체육부분에 포함되어 있었으나 제7차 교육과정에서는 바른 생활, 슬기로운 생활, 즐거운 생활이 어떤 교과를 통합하고 있는지를 구분해주던 선도 사라졌다.

무용은 ‘즐거운 생활’의 통합교과 안에 포함되어 있으며, 즐거운 생활 교과는 초등학교 1-2학년 학생들의 발달단계에 맞는 다양한 놀이와 신체적, 음악적, 조형적, 표현활동을 통하여 학생들의 기본적인 활동 욕구를 충족시켜 즐거운 학교생활이 되게 함은 물론, 건강한 심신과 창의적인 표현능력, 심미적인 태도를 함양하는 통합교과이다. 내용은 ‘놀이

와 표현 활동', '감상', '이해'의 3가지 활동영역으로 이루어져 있다.

예술은 인간교육의 수단이면서 동시에 인간을 발견하는 수단으로서 세계에 대한 지각과 그것의 감각적 해석을 종합한 인간적 창조의 유일한 영역이다. 정서, 상상력, 그리고 창의성의 생활은 아동기에 가장 풍부하므로 이 단계는 통합적 의미에서의 예술의 효과에 가장 민감한 시기이다(강일선 역, 1989:182.186) 따라서 초등학교에서의 예술통합교육은 아이들의 다양한 감각 활성화와 상상력, 창의성 개발에 반드시 필요한 교과이므로 철저하게 계획되어 학습이 이루어져야 한다.

브린슨(1991)은 통합교육과정을 통해 무용은 움직임과 시각 이미지를 통한 의사소통의 기술을 발달시키고, 협동적 교수와 학습전력을 장려한다. 사고와 행동에 있어서 선택적이고 유연한 방법을 통해 문제를 해결하고, 활동적이고 독립적인 학습을 발달시킨다. 그리고 통합 교육과정의 과제를 위한 자극을 제공하고, 초등과 중등교육 주제에 기초한 작업에 있어서 학습을 강화한다. 또한 사회적 태도와 가치를 고려하는데 필요한 내용을 제공하고, 언어의 발달을 강화한다(김화숙, 2003:59. 재인용)고 통합교육과정에서 무용의 역할을 밝히고 있다.

인간은 태어나서 자라면서 배우고 익히는 교육과정을 거치게 되는데, 예술교육은 인간을 조화롭게 하는 원리에 교육목적이 있다. 예술교육은 인간의 조화로운 발달에 목적을 두고 그 실현 방법을 예술에서 찾는다(고경화, 2003:17~19). 또한, 교육은 환경을 조성해주는 것이며 경험을 제공하는 것이다, 아직 미성숙한 개체에게 해로운 환경과 경험의 가능성을 줄이거나 제거하는 소극적인 의미든, 반대로 유익한 환경과 경험을 제공해서 성장을 돕는 적극적인 의미든, 교육은 피교육자에게 환경과 경험을 제공하는 것이다(Dewey, 1921:11)라고 듀이도 통합교육적 관점에서의 교육에 대해 언급하고 있다.

오세곤(2008:135)은 “예술통합교육이란 모든 장르의 예술을 여러 다른 교과와 도구로 활용하는 교육방법을 뜻한다”라고 정의하고 있으며, 초등학교 예술통합 무용교육 방법론을 제시한 한혜리(2011:35)는 다양한 감각적 지각을 추구하고 사물이나 현상을 다원적으로 인지하는 체험적 지식 교육인 무용교육은 지적 유용성에 그 가치를 두고 있으므로 더 이상 다른 교과와 분리되지 않도록 해야 하며 교육과 문화 그리고 예술의 세 영역에서의 성취를 교육내용 구성의 원칙으로 설정해야 한다고 하였다. 또한 교육에서 예술통합무용은 문제해결력, 지구 자체의 중요성 인식, 문화 정체성, 자신의 삶에 대한 리더십 개발을 목표로 하며, 무용 체험을 통한 예술통합무용은 계속성, 개방적 태도, 상보성이 있어야 한다(김화숙·전혜리·한혜리·오레지나, 2011:107-108)고 주장하고 있다.

예술통합 무용교육은 보기, 듣기, 쓰기, 만지기 등을 통해 스스로 느끼면서 움직이기

때문에 다양한 감각과 사고력, 지각력, 상상력, 창의력, 향유력을 발달시킨다. 이러한 예술통합 무용은 예술의 공통 요소인 감각, 상징, 소통으로 구성된다.

## 2. 아동기의 스트레스

아동기란 초등학교시기를 말하며, 아동의 생활 중심이 가정에서 학교로 변화되는 시기이다. 아동이 학교에 가게 되면 유치원과 다른 더 큰 사회에 적응해야 하는 어려움에 부딪히게 된다. 더욱 명확하고 논리적인 의사소통 능력이 요구되며, 자유로운 분위기에서 놀이를 통해 학습하던 이전 단계와는 다른 딱딱하고 긴장된 환경이 아동에게 또 다른 어려움을 주게 된다. 이렇게 변화된 환경 속에서 규칙적인 생활을 해야 하며, 미처 준비가 되기도 전에 다양한 성취를 해야 하므로 이 시기의 아동은 급격한 스트레스를 경험하게 된다(서동근, 2008:7).

Elkind(1983)는 아동의 스트레스를 다음 네 가지로 정리하였다(박효정, 2001:18~20. 재인용).

첫째, 안정감이 없는 증세 - 몇몇의 아동들에게 나타나는 고질적인 스트레스가 있는데 특별한 공포나 불안에 속하지 않는다는 의미로 프로이드는 이것을 안정감이 없는 증세라고 표현하였다. 소아과 의사들은 스트레스 때문에 아동들에게 복통과 두통이 많이 생기는 것 같다고 한다. 사춘기에는 안정감이 없는 증세가 우울의 증세로 나타나고 또한 자살의 원인이 되기도 한다.

둘째, 학교 도피증 - 학교에 다니는 것은 아동들과 청소년들의 일 혹은 직업이다. 그러나 계속해서 공부 때문에 생긴 스트레스에 견디지 못한 학생들은 심리적 좌절을 겪게 된다. 이것이 학생들에게 만성적인 스트레스를 주어서 학교 도피증 증세가 나타난다. 가끔 이러한 학생들은 학교에 가는 것을 싫어하고, 집에 있고 싶으면 아프다고 거짓말하고 집에 있으려고 한다.

셋째, 학습된 무기력함 - 아동에게 나타나는 폭넓게 연구된 스트레스의 반응은 학습된 무기력함이다. 무기력함은 2차적 부류의 스트레스이고 스트레스에 반응을 나타낼 수 없는 것이다. 아동들은 무기력함을 느껴서 위협을 받게 되고 행동으로 옮길 수 없는 것이 학습되어 질 수 있다. 그러한 아동들은 움츠러들고 의욕이 없으며 무감각하게 되어서, 모든 학습 동기와 다른 아동과의 관계를 맺는 모든 동기가 상실된 것처럼 보인다.

넷째, 조숙한 성장 - 신동처럼 재촉 받은 아동들은 사춘기가 되면 '나는 무엇을 하고 있나?' '나는 왜 그것을 하고 있나?'와 같은 질문을 하게 된다. 만약 그것에 대한 답이 부

모를 위한 것이고 자신들을 위한 것이 아니면 젊은이들은 도망가거나 약물을 복용하거나 학교를 다니지 않고 비행을 저지르기 시작하거나 혹은 단순히 거절하는 것과 같은 다양한 방법으로 반항을 할 수 있다.

이와 같이 아동들은 성인 못지않은 스트레스를 받지만 성인에 비해 아동들은 스트레스에 대한 이해와 스트레스에 대응하는 대처 능력이 부족하므로 많은 관심과 세심한 배려가 필요하다. 예술통합 무용교육은 아동이 즐거움이나 분노, 슬픔 등으로 자신과 타인의 감정을 인식하고 직접 경험함으로써 자신의 감정을 다스리고 조절하며 타인의 감정 또한 배려할 줄 알게 된다(반민주, 2010:7). 따라서 아동들의 예술통합 무용교육은 아이들의 감성을 길러주며, 유연한 태도와 친구들에 대한 배려심을 갖게 하여 스트레스에 노출되는 기회를 감소시킬 수 있는 하나의 방안이 될 것이다.

### III. 연구 방법

#### 1. 실험대상

본 실험대상은 한국문화예술교육진흥원의 무용(교과)수업 선정학교인 전북 익산시 I초등학교에 재학 중인 1학년 총 91명(남자50명, 여자41명)이다. 일반적 특성으로는 <표 1>과 같다.

표 1. 실험대상의 일반적 특성

		N	%
성별	남자	50	42.2
	여자	41	37.8
가정에서의 위치	외동, 1째	38	42.2
	2째	34	37.8
	3째 이상	18	20.0
어머니의 직업유무	유	44	51.8
	무	41	48.2

\*결측 값을 제외한 빈도 값과 퍼센트

## 2. 측정도구

본 연구에 사용된 스트레스 측정도구는 1989년 Parfenoff가 분류한 스트레스 측정 변인을 이정은(1992)이 우리나라 초등학교 아동 수준에 맞게 수정·보완하여 사용한 것을 변화한 시대의 특성에 맞는 어휘와 내용으로 연구자가 수정하여 사용하였다. 연구대상이 초등학교 1학년임을 고려하여 아동에게 질문지를 한 문제씩 읽어주고 충분히 설명한 후 검사지에 기록하도록 하였다.

하위 영역은 자아감, 안정감, 또래관계, 가족관계, 높은 기대수준, 학교, 책임감, 자아통제, 건강 등의 9개 영역 총 30문항으로 구성되었다. 점수는 문항 당 1-3점으로 점수가 낮을수록 아동의 스트레스는 적은 것으로 하였다. 스트레스를 측정하는 문항의 신뢰도를 검증한 결과  $\alpha$ 가 .70이상으로 나타났다.

또한 실험 내용은 한국무용교육학회(2005)에서 개발한 「초등학교 무용교수·학습과정안」 1학년 예술통합·무용 17차시를 그대로 적용하였으며, 구체적인 수업 프로그램은 <표 2>와 같다.

표 2. 초등학교 1학년 예술통합교육 무용수업의 차시별 주제

차시	영역	학습주제
1	감각열기 (몸과 세상)	내 몸이 좋아하는 것·내가 좋아하는 것
2		소리 내는 몸·연주하는 몸
3		몸으로 만들기·종이로 만들기
4		몸으로 말하기·발표하기
5	감각열기 (보고 기억하기)	그림(사진)으로 보여 주세요
6		설명해주세요
7		편지를 보내요
8		내 편지 보세요
9	감각열기 (이야기듣기)	우리가 만든 이야기
10		내가 ..라면
11		친구를 찾아서
12		우리 함께 만나요

차시	영역	학습주제
13	감각열기 (소리듣기)	어떻게 하면 소리가 날까?
14		길게 · 짧게
15		소리친구와 함께 걸어보아요
16		친구를 만났어요
17	소통하기	춤추는 몸 · 그림이 움직여요 · 동화나라 · 소리 친구와 함께

(한국무용교육학회, 2005:7)

### 3. 실험 설계

본 실험은 익산시 I초등학교 1학년 91명을 대상으로 2012년 3월 5일부터 7월 9일까지 주 1회 총 17차시를 시행하였다. 수업은 월요일 2교시~4교시에 하였으며, 1차시 수업 시간은 40분이었다. 본 연구는 이 수업 기간을 활용하여 사전, 사후 검사를 실시하였다.

### 4. 자료수집과 분석방법

자료수집은 무용수업 첫 시간인 2012년 3월 5일 사전검사용으로 질문지를 배포하고 응답 시 유의할 사항과 질문 문항에 대한 내용과 질문지 목적을 설명한 뒤 질문 내용에 대하여 ‘자기평가 기입법(self-administration method)’으로 응답하도록 한 후, 1학기 마지막 무용수업 시간인 2012년 7월 9일 사후검사에서도 동일한 척도를 사용하여 반복 측정하였다. 또한 측정된 모든 자료는 SPSS 19.0K 통계 프로그램을 이용하여 평균과 표준편차로 산출하고, 인구학적 특성을 알아보기 위해 빈도분석을 실시하였다. 또한, 무용수업 전 · 후(2수준)의 대응표본 t-test(paired t-test) 실시하였다. 이러한 결과에 대하여 유의한 차이가 있을 시 contrasts 대비분석을 사용 하였다. 이때 통계처리에 대한 수락기준은  $\alpha = .05$ 로 하였다.

## IV. 결과 및 논의

본 연구는 2012년 3월부터 7월까지 총17차시 예술통합 무용 수업을 통해 초등학교 1학년의 스트레스가 어느 정도 변화되었는가를 알아보기 위해서 사전검사(1차시)와 사후검사(17차시)를 실시하여 비교분석한 결과는 다음과 같다.

### 1. 결과

#### 1) 예술통합 무용에 따른 스트레스 정도

표 3. 예술통합 무용수업 전·후 스트레스 정도의 차이

	사전		사후		t	p
	M	SD	M	SD		
자아감	2.46	1.27	1.88	0.68	3.711	.000
안정감	2.45	1.70	1.78	1.16	3.285	.001
또래관계	2.14	1.68	1.81	0.83	0.780	.045
가족관계	2.57	1.36	2.08	1.10	3.558	.001
높은 기대수준	2.40	1.47	1.87	0.93	3.920	.000
학교	2.37	1.64	1.80	1.16	3.286	.001
책임감	2.28	1.69	1.75	1.14	2.878	.005
자아통제	2.50	1.63	2.00	1.28	3.031	.003
건강	2.66	1.47	2.12	1.23	3.315	.001
스트레스 전체	2.43	1.40	1.90	0.72	4.056	.000

모든 하위영역에서 예술통합무용 수업 전·후에 따른 스트레스 정도에는 통계적으로 유의한 차이가 있고(자아감=.000, 안정감=.001, 또래관계=.045, 가족관계=.001, 높은 기대수준=.000, 학교=.001, 책임감=.005, 자아통제=.003, 건강=.001<.05), 예술통합무용 수업 전보다 후에서 모든 하위영역 스트레스 점수가 낮아 졌음을 알 수 있다. 전체적인 스트레스에서는 예술통합무용 수업 전·후에 따른 스트레스 정도에는 통계적으로 유의한 차이가 있고( $p=.000<.05$ ), 예술통합무용 수업 전보다 후에서 전체적인 스트레스 점수가 낮아 졌음을 알 수 있다(그림 1. 참조).

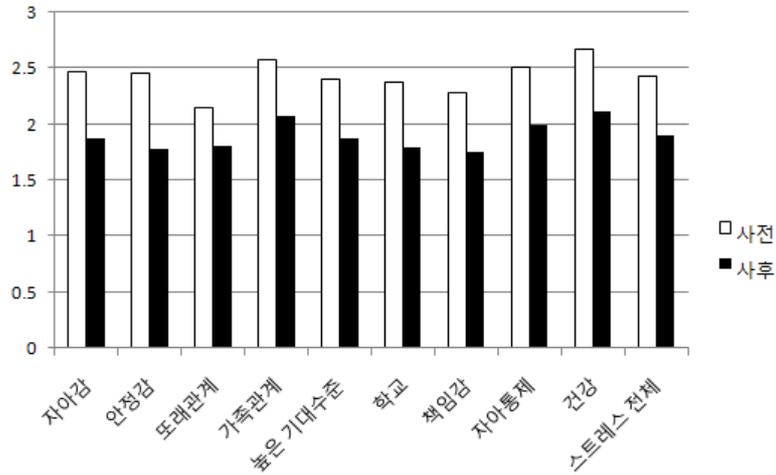


그림 1. 예술통합 무용 수업 전·후 스트레스 정도의 차이

## 2) 예술통합 무용 수업 전·후 성별에 따른 스트레스 정도의 차이

하위영역 중 남학생은 또래관계, 여학생은 안정감, 또래관계, 높은 기대수준에서 통계적으로 유의한 차이가 없음을 알 수 있다( $p>.05$ ). 남학생 하위영역을 보면 예술통합 무용 수업 전·후에 따른 스트레스 정도에는 통계적으로 유의한 차이가 있고(자아감=.001, 안정감=.007, 가족관계=.014, 높은 기대수준=.000, 학교=.016, 책임감=.030, 자아통제=.019, 건강=.011<.05), 예술통합무용 수업 전보다 후에서 자아감, 안정감, 가족관계, 높은 기대수준, 학교, 책임감, 자아통제, 건강에 대한 스트레스 점수가 낮아 졌음을 알 수 있다. 여학생 하위영역을 보면 예술통합무용 수업 전·후에 따른 스트레스 정도에는 통계적으로 유의한 차이가 있고(자아감=.001, 가족관계=.001, 학교=.002, 책임감=.014, 자아통제=.019, 건강=.011<.05), 예술통합무용 수업 전보다 후에서 자아감, 가족관계, 학교, 책임감, 자아통제, 건강에 대한 스트레스 점수가 낮아 졌음을 알 수 있다.

전체적인 스트레스에서는 예술통합무용 수업 전·후 남·녀 모두에 대한 스트레스 정도에는 통계적으로 유의한 차이가 있고( $p=.000<.05$ ), 예술통합무용 수업 전보다 후에서 전체적인 스트레스 점수가 낮아 졌음을 알 수 있다(그림 2. 참조).

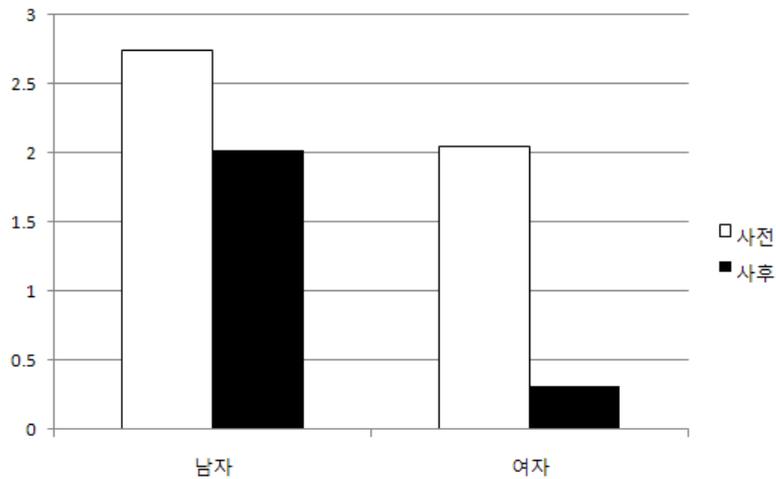


그림 2. 예술통합 무용 수업 전·후 성별에 따른 스트레스 정도의 차이

### 3) 예술통합 무용 수업 전·후 출생순위에 따른 스트레스 정도

하위영역 중 외동 또는 첫째에서는 자아감, 또래관계, 가족관계, 학교, 건강, 둘째에서는 안정감, 또래관계, 책임감, 자아통제, 셋째이상에서는 안정감, 또래관계, 가족관계, 높은 기대수준, 학교, 책임감, 자아통제, 건강에서 통계적으로 유의한 차이가 없음을 알 수 있다( $p > .05$ ).

외동 또는 첫째에서 하위영역을 보면 예술통합무용 수업 전·후에 따른 스트레스 정도에는 통계적으로 유의한 차이가 있고(안정감=.007, 높은 기대수준=.015, 책임감=.012, 자아통제=.019<.05), 예술통합무용 수업 전보다 후에서 안정감, 높은 기대수준, 책임감, 자아통제에 대한 스트레스 점수가 낮아 졌음을 알 수 있다. 둘째에서 하위영역을 보면 예술통합무용 수업 전·후에 따른 스트레스 정도에는 통계적으로 유의한 차이가 있고(자아감=.005, 가족관계=.012, 높은 기대수준=.010, 학교=.018, 건강=.021<.05), 예술통합무용 수업 전보다 후에서 자아감, 가족관계, 높은 기대수준, 학교, 건강에 대한 스트레스 점수가 낮아 졌음을 알 수 있다. 셋째에서 하위영역을 보면 예술통합무용 수업 전·후에 따른 자아감에는 통계적으로 유의한 차이가 있고( $p=.029 < .05$ ), 예술통합무용 수업 전보다 후에서 자아감에 대한 스트레스 점수가 낮아 졌음을 알 수 있다.

전체적인 스트레스에서는 예술통합무용 수업 전·후 출생순위 중 외동 또는 첫째와 둘째에서 스트레스 정도에는 통계적으로 유의한 차이가 있고(외동 또는 첫째=.014, 둘째=.008 <.05), 셋째 이상에서는 통계적으로 유의한 차이가 없다 ( $p.0$ ). 따라서 예술통합 무용수업 전보다 후에서 전체적인 스트레스 점수가 낮아 졌음을 알 수 있다(그림 3. 참조).

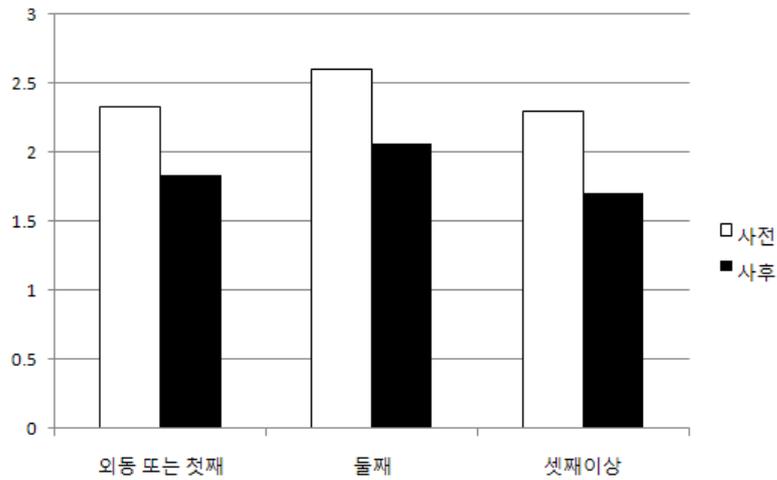


그림 3. 예술통합 무용 수업 전·후 출생순위에 따른 스트레스 정도의 차이

#### 4) 예술통합 무용 수업 전·후 어머니의 직업 유·무에 따른 스트레스 정도

하위영역 중 어머니 직업이 없음에서는 안정감, 또래관계, 가족관계, 높은 기대수준, 학교, 책임감, 자아통제, 건강에서 통계적으로 유의한 차이가 없음을 알 수 있다( $p>.05$ ). 어머니 직업이 있음에서 하위영역을 보면 예술통합무용 수업 전·후에 따른 스트레스 정도에는 통계적으로 유의한 차이가 있고(자아감=.014, 안정감=.007, 또래관계=.017, 가족관계=.006, 높은 기대수준=.000, 학교=.001, 책임감=.010, 자아통제=.002, 건강=.001<.05), 예술통합무용 수업 전보다 후에서 모든 하위영역에 대한 스트레스 점수가 낮아 졌음을 알 수 있다. 어머니 직업이 없음에서 하위영역을 보면 예술통합무용 수업 전·후에 따른 자아감 스트레스 정도에는 통계적으로 유의한 차이가 있고( $p=.001<.05$ ), 예술통합무용 수업 전보다 후에서 자아감에 대한 스트레스 점수가 낮아 졌음을 알 수 있다.

전체적인 스트레스에서는 예술통합무용 수업 전·후 어머니 직업이 있는 경우에서 스트레스 정도에는 통계적으로 유의한 차이가 있고( $p=.000<.05$ ), 예술통합무용 수업 전보다 후에서 전체적인 스트레스 점수가 낮아 졌음을 알 수 있다(그림 4. 참조).

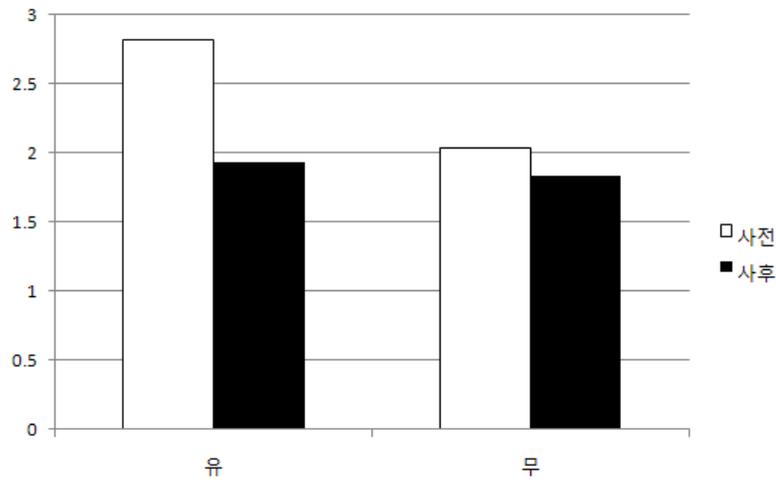


그림 4. 예술통합 무용 수업 전·후 어머니의 직업 유·무에 따른 스트레스 정도의 차이

## 2. 논의

### 1) 예술통합 무용수업 전·후 스트레스 정도

본 논의는 예술통합 무용교육과 관련된 선행연구가 부족한 실정이므로 일반 무용관련 수업에 관한 선행연구와 비교하여 논의하고자 한다. 창작무용수업 전·후 스트레스 정도를 분석한 최진희(2005)는 창작무용 수업이 스트레스 정도를 감소시켰다고 하였고, 남상아(2012)의 무용치료 프로그램에 참여한 초등학생 역시 스트레스 인식이 유의미하게 낮아졌다고 하였다. 또한 유아의 무용경험이 일상적 스트레스를 효과적으로 해소한다고 한 박경미(2010)와 박성희(2002) 연구에서도 본 연구결과와 일치하였다. 이상과 같이 창작무용, 무용치료 프로그램 그리고 예술통합 무용과 같은 신체를 통한 예술적 표현 활동은 아동들의 표현 욕구 해소와 함께 가슴 속에 내재되어 있는 감정을 표출하는 기회를 갖게 되어 아동들의 스트레스가 감소되어진 것으로 해석할 수 있다. 따라서 아동들이 예술통합 무용수업을 통해서 물체를 보고 소리를 듣고 연결 주제를 탐색하면서 무엇을 표현할 것인지 생각하고 친구들과 의견을 나누면서 긍정적인 심리자극을 받을 수 있다. 이로 인해 나 외에 타인의 생각을 듣고 이해하면서 공동체를 인식하며 스트레스 정도를 감소시킬 수 있다고 할 수 있다.

## 2) 예술통합 무용수업 전·후 하위요인별 스트레스 정도

예술통합 무용 수업은 **성별**에 관계없이 스트레스 감소에 영향을 준다는 결과가 도출되었다. 본 연구 결과는 체육활동 프로그램이 유아의 성별과 관계없이 스트레스 해소에 효과적이라는 김명신(2000)의 연구결과와 박경미(2010)의 유아의 무용교육 참여가 성별에 관계없이 스트레스 해소에 효과적이라는 결과와 일치한다. 아동들은 무용 수업을 통해 안정감과 자아통제, 자아감을 향상시켜 편안한 마음을 가지며 자신의 감정을 조절하여 자기 자신을 아끼는 마음속에서 스트레스가 감소 효과에 긍정적인 영향을 주는 것으로 해석되어진다. 또한 **출생순위와 스트레스 정도**의 차이에 있어서는 출생순위와 상관없이 모두의 스트레스 정도에 유의한 차이가 있었다. 이 역시 이영미(1999)와 김명신(2000)의 연구 결과와도 일치한다. 그리고 예술통합 무용수업이 초등학교 1학년 **어머니의 직업 유,무에 따른 스트레스 정도**에도 유의한 차이를 보였다. 어머니가 직장에 나가는 경우가 나가지 않는 경우보다 스트레스 정도가 높은 걸로 나타났으며 예술통합 무용수업 후에 어머니의 직업 유,무 모두 경우 스트레스 감소에 긍정적인 영향을 주었다. 특히 어머니 직업이 있는 아동에 비해 어머니 직업이 없는 아동이 더 큰 차이를 나타내었다. 이러한 결과는 창작무용 학습이 어머니 직업이 없는 아동의 스트레스 해소에 효과적이라는 최진희(2005)와 무용 경험이 있고 어머니의 직업이 없는 유아의 스트레스가 더 낮다는 이영미(1999)와 체육활동 프로그램을 학습 한 후 어머니의 직업이 없는 유아의 스트레스가 더 낮다는 김명신(2000)의 연구결과와도 일치한다.

따라서 아동들은 성별, 출생 순위, 어머니의 직업 유, 무와 상관없이 예술통합무용 수업을 통해 안정감과 자아통제, 자아감을 향상시켜 편안한 마음을 가지며 자신의 감정을 조절하여 자기 자신을 아끼는 마음속에서 스트레스 감소 효과에 긍정적인 영향을 주는 것으로 해석되어진다.

## V. 결론

본 연구는 예술통합 무용교육이 초등학교 1학년의 스트레스 감소에 미치는 효과를 알아보기 위하여 2012년 3월부터 7월까지 전북 익산시 I초등학교 1학년 91(남50,여41)명을 대상으로 1차시에 40분 동안 17차시 수업을 실시하였다. 수업 전, 후 스트레스 검사지를 통한 점수를 SPSS 19.0K 통계 프로그램을 이용 분석하여 효과를 검증하였으며, 다음과 같은 결론을 도출하였다.

첫째, 예술통합 무용 수업이 초등학교 1학년의 스트레스 감소에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타난 바, 초등학교 수업에서 예술통합 무용 수업은 계획적으로 학습되어야 한다. 따라서 현재 예술강사지원제를 실시하고 있는 학교를 통해 예술통합 무용교육을 실시하고 있는 학교 이외에도 확대 실시되어야 한다.

둘째, 예술통합 무용 수업이 초등학교 1학년의 성별, 출생순위, 어머니의 직업 유, 무에 따른 스트레스 정도에 모두 유의한 차이를 보인 바와 같이 스트레스 정도의 차이는 일반적 특성과는 무관함을 알 수 있다. 그러므로 새로운 교육 환경에 적응하면서 스트레스를 감소시킬 수 있는 예술통합 무용교육에 대한 중요성에 대한 인식은 확대 되어야 한다.

이상과 같은 결과를 종합해볼 때 예술통합 무용교육은 듣고, 보고, 만지고, 관찰하면서 표현하고자하는 주제를 탐색하게 되고 또한, 모둠활동을 통한 공동체 생활 속에서 초등학교 1학년 아동들은 스트레스를 긍정적으로 변화시키는 치료적 가능성이 있음을 예술통합 무용교육을 통해 확인하였다. 따라서 앞으로 체계적이고 깊이 있는 연구를 통해 아동뿐 아니라 다양한 계층에게도 예술통합 무용교육의 기회가 주어지기를 바라며, 예술통합 무용교육이 스트레스에 관한 후속 연구가 지속적으로 이루어지기를 바란다.

---

## 참고문헌

- 고경화(2003), **예술교육의 역사와 이론**, 서울:학지사.
- 고정곤, 최태식(2003), **유·초등 연계교육의 이론과 실제**, 서울: 양서원.
- 김명신(2000), “체육활동 프로그램이 유아의 스트레스에 미치는 영향”, 미간행, 석사학위논문, 한양대학교 대학원.
- 김화숙(2003), “교육으로서의 무용”, **무용교육이란 무엇인가**, 서울: 한학문화. 55-73.
- 김화숙·전혜리·한혜리·오레지나(2011), **커뮤니티댄스**, 서울:한학문화.
- 남상아(2012), “무용치료 프로그램이 초등학생의 스트레스 인식 및 대처에 미치는 영향”, 미간행, 석사학위논문, 서울교육대학교 교육대학원.
- 박경미(2010), “유아의 무용교육 참여가 일상적 스트레스에 미치는 영향”, 미간행, 석사학위논문, 경성대학교 교육대학원.
- 박성희(2002), “유아의 무용 경험이 일상생활 스트레스에 미치는 영향”, 미간행, 석사학위논문, 성균관대학교 대학원.

- 박효정(2001), “초등학교 1학년 아동의 학교 스트레스에 대한 담임교사의 인식”, 미간행, 석사학위논문, 이화여자대학교 교육대학원 .
- 반민주(2010). “예술통합교육·무용이 저학년 초등학생의 감성지능에 미치는 영향”, 미간행, 석사학위논문, 조선대학교 교육대학원.
- 배점옥(2004). “유아교육기관 유형이 초등학교 1학년의 학교생활 적응에 미치는 영향”, 미간행, 석사학위논문, 인제대학교 교육대학원 .
- 서동근(2008), “초등학생의 학교생활 관련 스트레스 요인과 대처행동 분석”, 미간행, 석사학위논문, 춘천교육대학교 교육대학원.
- 오세곤(2008), “통합예술 교과와 예술통합 교과운영”, 한국문화예술교육학회, **모드니예술 2권** 133-138.
- 오명희(1995). “국민학교 1학년 아동의 스트레스와 문제행동간의 관계 연구”. 미간행, 석사학위논문, 숙명여자대학교 .
- 이선미(2009). “다문화가정 초등학교 저학년 학생의 학교적응력 향상 프로그램의 효과”, 미간행, 석사학위논문, 창원대학교 교육대학원.
- 이영미(1999), “유아의 무용경험과 스트레스 경험 정도의 관계”, 미간행, 석사학위논문, 이화여자대학교 대학원.
- 이정은(1992). “유치원과 국민학교 저학년 어린이의 일상적 스트레스”, 미간행, 석사학위논문, 이화여자대학교 대학원.
- 이정현(2009), “협동적 미술활동이 입학초기 아동의 학교적응 스트레스 감소에 미치는 영향”, 미간행, 석사학위논문, 서울교육대학교 교육대학원 .
- 임미은(2011), “점토를 활용한 집단미술치료가 초등학교1학년 아동의 학교스트레스 및 대처능력과 자아존중감에 미치는 효과”, 미간행, 석사학위논문, 영남대학교 환경보건대학원 .
- 최진희(2005), “창작무용 학습이 초등학교 저학년 아동의 스트레스에 미치는 영향”, 미간행, 석사학위논문, 청주교육대학교 대학원.
- 한국무용교육학회(2005), **초등학교 무용교수·학습과정안**, 서울:한국문화예술교육진흥원.
- 한혜리(2011), “예술통합 무용교육 방법론 연구”, 한국무용교육학회, **한국무용교육학회지 제22권 2호**, 21-38.
- Dave, R. H., 강일선(역, 1989), **현대인의 삶과 참교육**, 서울: 나남.
- Dewey, J.(1921), *Democracy education, An introduction to the philosophy of education*, New York :Macmillan.