

## 몸성 형성의 기반\*

\*\*  
오 레 지 나

목차	Abstract
	I. 서론
	II. 몸에 대한 사회적 풍토와 영향
	III. 몸성의 구성요인
	1. 몸
	2. 동기화된 움직임
	3. 체화된 가치
	IV. 결론
	참고문헌

---

\* 이 결과물은 2023년도 대구가톨릭대학교 학술연구비에 의한 것임

\*\* 대구가톨릭대학교 생활체육학과 교수

논문투고일 : 2023.08.11

논문심사일 : 2023.08.21

게재확정일 : 2023.08.30

## The basis for the formation of Bodiness

Oh, Regina · Daegu Catholic University

---

The Bodiness is the nature of the body that is formed by various knowledge through learning and lucid awareness of “self.” Therefore, the bodiness reflects the individual’s peculiar and independent character. At the same time, it reveals the level of knowledge and recognition on which the individual thinks and acts. As life is process, the bodiness can be considered as the “result in the process.” This article analyzes the nature and the components of bodiness in terms of pedagogy as follows.

First, the body, as a cultural being, acquires the bodiness under the influence of the society and culture. As social environment influences one’s actions for his or her goals, efforts for changing the concept of body in current society, which is problematic, become very important.

Second, Bodiness consists of the body, motivated movement, and the incarnated value.

Third, “body,” one of the components of the bodiness, is the “soma” that is recognized by the subject. It is also recognized as several aspects such as biological body, ecobody, living body, and emotional body.

Fourth, the motive that is studied under the sociocultural conditions influences movement and action.

Fifth, as the bodiness is formed by the internalized and motivated values, it makes practice and habit. That is, “karma” is formed in bodiness. Incarnated value realizes bodiness.

Therefore, Bodiness can be described as the practical inclination propelled by sociocultural influence and motivated movement caused internalized value.

<key words> body, bodiness, bodiness education, motivation, motivated movement, the incarnated value, motivated body, cultural body

<주요어> 몸, 몸성, 몸성교육, 동기, 동기화된 움직임, 체화된 가치, 동기화된 몸, 문화적인 몸

“지난 2월 대한비만학회가 진행한 설문조사에선 젊은 여성일수록 보기 좋은 외모를 중시하는 사회적 분위기에 따라 체중 관리에 강박을 느끼는 비율이 높게 나타났다. 전국 일반인 남녀 만 20~59세 1000명을 대상으로 진행한 이 조사에 따르면, 여성 응답자의 71%는 ‘비만인에 대한 무시와 차별이 있다’고 생각하는 것으로 나타나, 남성 응답자의 응답률 52%를 상회했다”(정다민, BBC 코리아, 2023년 4월 28일). 대한비만학회의 조사 결과에서 보이듯이 외모를 중시하는 사회적 분위기는 건강에 치명적인 다이어트를 진행하는 사례 등 몸에 대한 왜곡된 이해와 문화를 형성하고 있다. 몸에 대한 문화는 몸에 대한 인식과 연결되어 있기 때문이다.

몸은 생명적 시스템을 갖춘 존재의 토대이다. 그럼에도 불구하고 몸을 대상화하고 상품화하는 시각에 의해 형성된 외모 중시의 사회적 분위기는 생명의 본질을 훼손하는 과오를 범하게 하고 있다.

그렇기 때문에 몸에 대한 이해와 건강한 몸 문화의 형성은 매우 중요하다. 또한 몸은 육체만을 의미하지 않으며, 삶의 체험과 지식이 체화되어 형성되는 “개인의 고유함으로서의 몸성”(오레지나, 2021:10)을 형성하므로 몸성에 대한 이해 또한 매우 중요하다. 몸성은 인간 고유의 특성이면서 동시에 학습을 통해 형성되는 성향으로 이해될 수 있다. 그리고 몸성은 현대인의 정서적 문제, 사회적 관계 그리고 개인 삶의 다양한 문제 해결과도 연결되어 있기 때문에 몸과 몸성에 대한 이해는 우리의 삶에 대한 이해와 맞닿아 있다. 그럼에도 불구하고 몸성에 대한 본질적 탐구나 이에 대한 연구가 거의 없는 상태이다.

몸과 몸성은 어떻게 다른가? 특정한 삶의 체험과 지식이 몸에 체화되어 형성되는 개인의 고유함이 몸성인가? 몸성은 학습될 수 있는가? 몸성은 사회적, 환경적 영향 속에서 형성되는 것인가? 몸성의 구성요인은 무엇인가?

위와 같은 질문들은 몸성의 개념을 확립하고 교육적 토대를 형성하는 데 매우 중요한 본질을 묻고 있다고 할 수 있다. 현재 한국의 교육이 처한 교육의 한계(개인의 소외, 학습된 무기력 등)를 극복하기 위해서도 몸성은 교육에서 풀어야 할 큰 숙제임에 틀림이 없다. 그러므로 ‘몸성’을 기반으로 하는 실천교육, 삶의 교육, 특히 학습의 관점에서 몸과 움직임에 대한 연구는 매우 절실하다고 할 수 있다.

이에 본 연구는 교육의 내실화를 위해 몸성의 본질을 학습의 관점에서 살펴보

고 체화된 가치를 기반으로 움직임을 통해 형성되는 동기화된 몸으로서의 몸성의 구성요인을 탐색함으로써 몸성의 본질을 구체화하고자 한다.

## II / 몸에 대한 사회적 풍토와 영향

몸은 발육, 발달 및 생명 유지를 위한 복잡한 운영시스템을 갖추고 있는 생명의 표상으로 인간으로 존재하게 하는 삶의 출발점이다. 그리고 “지식이 실천을 동반할 수 있는 힘을 가질 때 함(doing)을 동반한 앎(knowing)으로 체화되는 학습의 결과로서 움직임을 통해 지식이 체화된 개인의 고유함이 몸성”(오레지나, 2022:174)이다.

몸성은 “집중력이나 주의를 끌어올려서 하고자 하는 일에 자기 에너지를 집중적으로 쏟아부을 수 있는 자기조절력이나 다른 사람을 존중하고 배려하고 다른 사람의 마음을 헤아리고 아픔이나 느낌에 공감하는 대인관계력, 그리고 내재동기, 자율성, 유능성, 열정 등으로 아이디어를 현실 세계에 구체적으로 만들어 내는 자기동기력”(김주환, 2023:79-95)을 발휘할 수 있는 존재의 토대라고 할 수 있다. 이러한 몸성은 인간의 성품이나 성격을 뜻하는 인성이나 옳고 그름을 판단하고 자유롭게 의지를 결정하고 행동하는 주체를 의미하는 인격과는 구별된다.

“개인의 특질에 대한 인식은 몸과 밀접하게 연관되어 있으며 문화연구에서는 몸이 사회적인 구성물이라는 점을 강조한다. 우리는 몸을 가지고 있으며, 우리는 또한 몸이다. 몸의 행동은 문화적으로 특정한 구성원을 나타내는 후천적 속성으로 이러한 행동들은 자신이 혼자 해낸 것이 아니라 그가 받은 교육과 사회 전체에 의해 조합된 것으로 사회화 과정”(Baldwin, E.외 4인, 2008:126-135)을 통해 형성된 것이다.

사회화 과정을 통해 ‘학습된 몸’이 형성되기 때문에 그 사회에서 형성된 ‘몸에 대한 인식’은 각 개인 고유의 몸성에 지대한 영향을 끼치게 된다. 그러므로 현대사회가 몸에 대해 어떤 인식을 갖고 있는 지를 살펴보는 것은 매우 중요하다.

현대사회에 형성되어 있는 몸에 대한 인식 풍토는 크게 세 가지로 나누어 볼 수 있을 것이다.

첫째, 몸을 쓰는 것에 대한 경시 풍토로서 몸을 쓰는 것은 비인지적 활동으로 인지적 활동에 비해 가치가 낮은 것으로 이해하는 풍토이다. 이 때문에 몸을 쓰는 활동이나 일에 대한 사회적인 가치가 낮게 평가되고 있으며 더 나아가 경시하는 분위기가 형성되어 있다.

둘째, 신체 외형 중시 풍토로서 “20세기 초 소비문화가 나타나면서 청춘, 아름다움, 날씬함 등에 대한 시각적 이미지 때문에 몸의 외모가 더욱 중요해지면서”(Baldwin, E.외 4인, 2008:185-186) 몸은 보여주기 위한 몸으로서 대상화되고 상품화되었다. 이러한 분위기는 비교가치에 의해 폭력화될 가능성이 있다. 자존감을 일시적으로 높여주기도 하지만, 자기를 상대화하고 몸은 비교 기준 그 이상의 가치를 가지지는 못한다.

셋째, 몸성 중시 풍토로서 비인지적 활동을 통해 실천적 삶, 행복한 삶의 기초(동력)가 되는 몸성을 형성하고자 하는 보다 나은 삶을 위해 노력하는 풍토이다. 아직 영향력 있는 분위기를 형성하고 있지 않으나 이를 추구하는 분위기가 점점 형성되어 가고 있다고 할 수 있다.

몸에 대한 사회적 풍토는 동기적 풍토처럼 목적관여를 통해 행동에 영향을 끼치게 된다. 인간의 행동을 이해하는 데 중요한 기초가 되는 것이 동기(motivation)이다. “어떤 이론가들(예: Atkinson, 1964; Dweck & Elliott, 1983; Feather, 1982; Wigfield, 1994; Wigfield & Eccles, 1992)은 특정한 과제를 수행할 때의 동기에 두 가지 변수가 존재한다고 주장한다. 첫째 변수는 성공할 수 있다는 믿음, 즉 과제 수행에 대한 높은 기대(expectancies)이고, 둘째 변수는 과제 자체 또는 결과물에서 찾을 수 있는 가치이다”(임규혁, 임웅, 2016:239). “동기란 목표지향적 활동이 유발되고 유지되는 과정의 의미한다. Rogers, C.는 인간의 삶 속에서의 중심 동기는 실현경향성이며, 이는 개인 성장과 전체성(wholeness)을 성취하는 지속적인 과정이라고 믿었다”(Schunk, D. H.외 2인, 2013:88-89). 이러한 기대와 가치는 행동을 유발하고 그 행동은 성취와 연결되어 있다. “개인 내의 특성적인 성질의 성취목적성향은 개인이 속해있는 환경적 속성(성향)의 영향을 받아 상대적인 성질의 성취목적지향성인 목적관여(goal involvement)의 형태로 나타난다. 한 개인이 특정한 시간과 특정한 상황에서 어떤 종류의 상태성취목적지향성을 갖느냐에 영향을 주는 환경적 요인으로서 중요한 것은 환경이 갖는 동기적 풍토(motivational climate)이다”(김기웅 외 1인, 2020:83). 동기적 풍토가 목적관여를 통해 행동에 영향을 미치듯이 사회적 풍토 또한 목적관여를 통해 행동에 영향을 끼친다고 할 수 있다. 환경적 속성의 영향을 받아 개인이 추구하는 목적이 형성되고 그 목적을 추구하면서 사회문화적인 몸성이 형성된다고 할 수 있다.

“인간은 순수 생물학적 존재가 아니라, 생물학적 조건을 지닌 문화적 존재이다”(신승환, 2008:23). 그렇기 때문에 생물학적 몸은 사회문화적 영향 속에서 문화적 인간으로서의 몸을 갖게 된다. 인간은 생물학적 존재성을 그대로 드러내고 있는 몸을 통해 생물학적 존재로 태어나지만 가정, 학교, 사회의 문화적 학습을 통해 문화적인 존재로 거듭나게 되며, 생물학적 몸은 사회문화적 태도와 지향을 갖게 되면서 문

화적인 몸, 즉 몸성을 갖게 된다. 몸과 몸성의 가장 큰 차이는 바로 생물학적 몸이 문화적 몸성을 갖는 것이라 할 수 있을 것이다.

그렇기 때문에 어떤 사회문화적 영향을 받는가가 중요하며 개인이 어떤 노력을 하느냐에 따라 다양한 형태와 수준의 몸성을 갖게 된다고 할 수 있다. 어떤 환경 속에서 무슨 생각을 하고 무엇을 먹고 어떤 움직임을 하느냐에 따라 몸성은 달라진다. A가 한국에 살다가 외국에 가서 살게 되면 처음에는 모르나 시간이 지날수록 몸성이 바뀌게 된다. 그렇게 변화된 몸성은 삶의 과정과 학습의 과정을 그대로 담고 있기 때문에 과정적 결과 또한 다르게 나타나게 되는 것이다.

사회화 과정에 의해 몸성이 형성되므로 몸성 중시 풍토가 중요한 가치로 자리할 수 있도록 사회적 풍토를 바꾸고자 하는 노력 또한 매우 중요하다 하겠다.

### III 몸성의 구성요인

몸성을 논의하기 위해서는 먼저 몸에 대한 이해로부터 출발해야 할 것이다. 그리고 그러한 몸은 발육발달에 의해 형성될 뿐만 아니라 사회적인 가치에 기초한 다양한 움직임을 통해 형성되기 때문에 움직임에 대한 탐색 또한 중요하다 할 수 있다. 그렇다면 그 움직임은 어떤 움직임이고 어떻게 형성될까? 사회적, 그리고 개인적 가치에 의해 동기화되었을 때 다양한 움직임 그리고 실천적 행동이 가능할 것이다. 이러한 질문에 기초하여 몸성의 구성요인을 몸, 동기화된 움직임, 체화된 가치로 구체화해 보고자 한다.

#### 1. 몸

몸성에서 논의하는 몸(body)은 생물학적인 몸, 생태적인 몸(ecobody), 살아있는 몸(living body), 정서적 몸(emotional body)이며, 개인이 내부에서 제일자의 관점으로 인지하는 몸(soma)이다.

‘생물학적인 몸’은 생물학적인 구조와 기능에 충실한 몸으로 생명적 토대로서의 몸이다. “생태적인 몸(ecobody)”(오레지나, 2011:43)은 몸의 생물학적인 구조와 기능을 기반으로 생태적 몸관(觀)에 의한 생명적 유기성을 강조하고 있는 몸이다. “살아있는 몸’은 비이원론적인 논제, 즉 고전적 데카르트식의 이원론의 거부로서 몸이 다른 도구들처럼 하나의 도구가 될 수는 없고, 몸이 하나의 대상으로 환원될 수 없

는”(Fraleigh, 1996, 조기숙, 2009:264 재인용) 몸이다. “정서적인 몸(emotional body)은 전언 어적(pre-verbal) 수준의 이미지, 전이성적 충동, 연상, 기억 등의 비언어적 요소들이 만나 활발한 상호 작용을 일으키며 개인의 몸, 마음 통합을 위해 기여하는 역동적 공간”(이정명, 2010:94)으로서의 몸이다.

“소마soma는 몸과 마음이 분해될 수 없는 합일체로서, 직접 체험에 의해 감지되고 제삼자적 관점으로부터의 여과와 해석과정이 필요치 않은 제일자적 관점의 경험이며, 감각과 운동기능의 합일 현상이자 알아차림, 자발성 등 내부적인 의지가 행위의 범주를 넓혀가는 것을 말한다”(조기숙, 2009:4, 이정명, 2010:90-91 재인용). “소매틱 이론가인 하나(Hanna, T. 1993)에 의하면 소마는 자의성의 정도를 극대화하고 비자의적 조건화의 정도를 최소화한 개인 자율성의 최적 상태라고 한다. 이때 의식은 인간의 자유를 위한 도구가 된다”(이정명, 2010:91).

“몸은 학습의 장벽(barrier)이 아니라 학습에 꼭 필요한 수단(means)이라고 할 수 있다. 신체 행동(body action)은 내면의 앎을 겉으로 드러내거나 혹은 받아들이는 매개 과정에 머물지 않는다. 오히려 앎과 학습의 근본적 양상 그 자체이다. 나의 몸은 내가 누구인지를 통합적으로 보여주는 나의 필수불가결한 한 부분이다. 또한, 몸 자체도 학습의 과정 속에서 함께 변화하는 실체라고 할 수 있다”(Davis, B.외 2인, 2021:121-122).

이러한 몸에 대한 이해에 기초하여 “몸의 감각 체계와 ‘물질적 성격의 총체’를 의미하며, 동시에 몸에 대한 ‘표현성과 반영성’을 내포하고 있는 몸성(Körperlichkeit:corporeality)”(김정숙, 2011:43), 영성에 대비되는 의미로서의 “몸성(Mo-mirity)”(김영학, 2018:241), “몸틀을 사용하여 몸이 체득한 주체로서의 몸성(Bodiliness)”(조광제, 2003:353), 사회문화적인 가치에 기반하여 동기화된 몸으로서 “함(do-ing)을 동반한 앎(knowing)으로 체화된 몸성(bodiness)”(오레지나, 2022:174) 등 몸에 대한 연구는 몸성의 연구로 그 방향을 전환하고 있다.

## 2. 동기화된 움직임

“동기는 행동의 에너지와 방향을 제공”(Reeve, J., 2011:9) 하는 심리적 요인으로 “행동을 조작하고 활기 있게 하는 힘이다. 힘이 무엇인가를 움직이게 하는 것처럼 동기는 사람을 움직이게 한다. 동기(motivation)란 움직인다는 의미의 라틴어 Movere에서 유래되었으며, 인간의 행동을 일으키는 근원적인 힘으로 이해되고 있다”(임규혁, 임용, 2016:226). “높은 동기에 의해 유발된 행동은 (1)행동이 유발된 강도 혹은 활성화된 수준이 높으며, (2)지향하고 있는 목표에 몰입한 수준이 높으며, (3)외부 환경의

요인들로 인해서 이 행동을 지속하기 어려운 조건에서도 꾸준히 노력을 유지시키는 행동”(한덕용, 2004:4-5)이다. 이처럼 인간은 동기 수준에 따라 행동의 에너지와 방향 그리고 지속성이 달라진다.

그렇지만 인간은 항상 능동적이며, 항상 행동한다. 본질적으로 “인간은 항상 스스로 동기화되어 있다고 가정”(김연주 외 2인, 2010:40)할 수 있다. 인간이 스스로 동기화되어 있음을 확인할 수 있는 것은 행동이다. 이러한 행동은 학습을 통해 구체화된다. “학습, 즉 배우는 과정은 적합한 활동을 선택적으로 매개함으로써 가능해진다. 사람들의 행동에 영향을 주는 신념, 관념, 가치는 사회적인 학습을 통해서 다른 사람들로부터 습득된다. 이 과정에서 ‘참여’를 매개로 얻어지는 행동 모방을 통해 기존 지식을 학습하게 된다. 이러한 사회화와 학습의 관계에서 행동을 통해 모방할 수 없는 틈새가 발생하게 되며 이러한 간극은 일종의 창발적 특징으로 나타나게 된다. 이것이 인간의 독특성이다”(한승희, 2019:131-136). 이러한 독특성은 학습을 통한 과정과 결과로서의 지식이 몸에 체화되어 개인의 고유함으로 나타나는 것이라고 할 수 있다.

몸성은 학습의 다양한 요소들 간의 복잡한 관계 속에서 형성되는 몸과 몸에 체화된 앎에 대한 개념으로 변화의 속성을 가지고 있으며 학습에 의해 형성된다. 그렇기 때문에 학습된 행동 즉, 움직임에 의해 스스로 동기화된다고 할 수 있다.

다음의 연구를 살펴보자. 실험에 참가하는 사람들을 ‘직립 자세’나 ‘구부린 자세’로 일하도록 하였다. 두 집단 간에는 정서상의 차이는 없었다. 실험과제는 해결할 수 없는 문제였다. 실험의 목적은 어떤 자세로 일하는 사람이 더 오랫동안 일하는 것을 보는 것이었다. 직립 자세로 일하는 사람이 더 오랫동안 일하였다. 유사한 실험이 진행되었다(Stepper&Strack, 1993). 한 집단은 해결할 수 있는 과제를 주고 직립 자세로 실험하도록 하고, 다른 한 집단은 구부린 자세로 실험하도록 하였다. 실험이 끝난 후 어느 집단이 더 프라이드를 느끼는가를 조사하였다. 직립 자세로 실험한 집단이 구부린 자세로 실험한 집단에 비해 유의하게 더 높게 프라이드를 갖는다고 보고하였다. 이러한 연구들은 전혀 의식하지 못하는 가운데 일하는 자세가 끈기와 프라이드에 영향을 준다는 것을 보여준다(김연주 외 2인, 2010:21-22).

위의 실험을 통해서 특정한 자세와 움직임이 욕구, 인지, 정서처럼 행동을 제기하고 지속하게 하는 동기를 불러일으키는 자극으로 작용한다는 것을 확인할 수 있다. 동기는 학습되며 사회문화적 영향을 받는다. 사회문화적 영향을 통해 학습된 동기는 움직임에 내재되어 행동에 영향을 미치고 있는 것이라 할 수 있다. 자세(움직임)를 통해 동기화되었기 때문에 행동에 변화가 일어나고 더 높은 프라이드를 갖게 된 것이다. 특정한 자세나 움직임은 이처럼 동기의 원인이 되기도 하고 동기가 되어 행동을

변화시키기도 한다. 움직임은 통한 동기화는 행동하는 몸 즉, 동기화된 몸을 형성하게 된다. 몸성 학습은 동기화된 움직임에 의해 가능하게 된다고 할 수 있다.

몸성은 동기화된 움직임의 실천적 과정성으로 동기화된 몸으로 발현되는 실천적 성향이라고 할 수 있다. 그렇기 때문에 움직임을 통한 동기화는 매우 중요하며 어떤 움직임을 어떻게 하느냐가 교육적인 시각에서도 매우 중요하다 할 수 있다.

### 3. 체화된 가치

“유인동기가 상호작용적으로 또는 부가적으로 결합함으로써 축적된 행동에너지가 일정 수준을 초과하면 행동을 위한 발현 잠재력으로 전환되어 특정한 행동 반응으로 나타나게 된다”(김기웅 외 1인, 2020:67). 즉 가치 있다고 판단되는 움직임의 반복은 특정 행동을 유발하게 된다는 것이다. 움직임은 학습을 통해 몸에 체화되고 습질을 형성하게 된다. 반복적인 연습을 통해 형성된 습질은 학습의 정도를 의미하기도 하고 유의미한 행동을 발현하게 하는 동력이 된다.

몸성은 지식의 체화를 통해 유인가치를 형성하게 되고 내면화된 유인가치에 의해 실천습관을 형성하고 이를 기반으로 습질을 키워가는 몸이다. 올바른 습질이 형성되면 행동 발현 가능성 또한 높아지게 된다. 습질이 태도를 형성하고 실천 또한 습질을 통해 형성된다. 이처럼 몸성은 연습과 학습에 의해 변화되고 진보, 발전하는 변화성을 특징으로 한다. 이것을 가능하게 하는 것이 가치의 지향이며 지향하는 가치의 내면화 즉, 체화이다.

학습동기는 “학업적 활동에 의미와 가치를 부여하고 그것을 통하여 의도한 학업적 이득을 얻으려고 노력하는 경향성”(이신동 외 2인, 2012:300)이라 할 수 있다. 내재적 동기이론 중 하나인 자기결정성이론은 “외재적 동기와 내재적 동기라는 이분법적인 구분에서 벗어나 ‘자기’ 결정의 정도에 따라 동기를 설명한다. 처음에는 외적인 이유 때문에 시작한 행동이 개인에게 점차 내면화되어 자율적인 행동, 즉 자기결정된 행동으로 바뀌게 되는 과정을 설명해주고 있다”(이신동 외 2인, 2012:320). 이처럼 ‘가치 및 공유된 신념’은 자기 결정에 의해 무동기에서 외재적 동기로 그리고 내재적 동기로 동기가 변형되는 과정을 통해 내면화된다.

특히 “자기 자신에게 주의를 돌리는 인지적 과정을 폭넓게 하여 나 자신의 생각, 감정, 행동 등을 알아차리는 자기참조과정(self-referential processing)을 통해 전전두피질을 활성화할 수 있으며 진정한 자아인 배경자아를 인식하여 알아차림 자체가 나의 본질이고 지금-여기에 존재하는 자아임을 인식하고 이러한 배경자아를 내 의식의 전면으로 끌어올리는 과정”(김주환, 2023:554-556)을 통해 온전한 존재로서의 몸성을 형성할 수 있다.

“안나 할프린은 움직임을 통한 예술 교육, 삶/예술 과정의 원리를 통해 우리의 몸 (body)은 알아차림(awareness)의 매개체이며, 몸의 감각, 자세, 그리고 몸짓(gesture)은 우리의 과거를 반영하고 현재의 우리 존재를 반영한다. 그리고 우리가 예술 작업을 할 때 그것은 바로 우리 삶을 작업하는 것으로 예술로 창조된 상징은 우리 삶의 상황에 대한 가치 있는 메시지를 포함하고 있다”(Halprin, D., 2003:119, 이정명, 2010:96 재 인용)고 하였다.

몸은 삶의 가치를 내면화하여 행동으로 드러내고 그 행동을 통해 각 개인을 삶의 주체로 거듭나게 한다.

위에서 살펴본 바와 같이 몸성은 생물학적인 몸, 생태적인 몸(ecobody), 살아있는 몸(living body), 정서적 몸(emotional body) 그리고 개인이 내부에서 제일자의 관점으로 인지하는 몸(soma)을 기반으로 한다. 그리고 몸성은 학습된 행동 즉, 움직임에 의해 스스로 동기화된다고 할 수 있으며, 학습된 동기는 움직임에 내재되어 행동에 영향을 미친다고 할 수 있다. 몸성은 연습과 학습에 의해 변화되고 진보, 발전하는 변화성을 특징으로 한다. 이것을 가능하게 하는 것이 가치의 지향이며 지향하는 가치의 내면화 즉, 체화이다. 이러한 몸성의 구성요인은 몸, 동기화된 움직임, 체화된 가치로 정리될 수 있다.

## IV 결론

위드 코로나시대를 살면서 포스트 코로나시대를 대비하고, 예측할 수 없는 변화와 불확실성, 복잡성이 특징인 미래사회에 대응할 수 있는 기본 역량과 변화대응력을 키우고, 저출산 초고령화사회 속에서 삶과 연계한 자기 주도적 실천교육을 위해, 학생과 교사가 소외되는 학교 현실을 변화시키기 위해 필요한 것은 사회의 주체로 내가 나로 서는 것일 것이다. 이를 위해 우리가 시작해야 하는 노력은 앎을 함으로 실천하는 것이며 이를 위해 필요한 것은 몸성교육이라 할 수 있다.

“몸성은 학습의 다양한 요소들 간의 복잡한 관계 속에서 형성되는 앎에 대한 이해에 기초한 몸과 몸에 체화된 앎에 대한 개념으로 개인의 고유성과 주체성을 드러내면서 개인의 앎의 상태를 반영하고 있는 과정적 결과를 의미한다고 할 수 있다”(오레지나, 2022:175). 본 연구는 교육현장의 문제를 해결하고 내실화를 위해 교육의 시각에서 몸성의 구성요인을 중심으로 그 본질을 탐색하였으며 그 결과는 다음과 같다.

첫째, 몸은 사회문화적 영향 속에서 문화적 인간으로서의 몸성을 갖게 된다. 사회적 풍토는 목적 관여를 통해 행동에 영향을 끼치므로 현대사회가 갖고 있는 몸에 대한 잘못된 인식을 바꾸고자 하는 노력은 매우 중요하다.

둘째, 몸성의 구성요인은 ‘몸, 동기화된 움직임, 체화된 가치’로 정리할 수 있다.

셋째, 몸성의 구성요인 중 하나인 몸은 생물학적인 몸, 생태적인 몸(ecobody), 살아있는 몸(living body), 정서적 몸(emotional body)이며, 개인이 내부에서 제일자의 관점으로 인지한 몸(soma)이다.

넷째, 사회문화적 영향을 통해 학습된 동기는 움직임에 내재되어 행동에 영향을 미친다.

다섯째, 몸성은 내면화된 유인가치에 의해 실천습관을 형성하고 이를 기반으로 습관을 키워가는 몸이다. 이것을 가능하게 하는 것이 가치의 체화이다.

위의 내용을 기초로 몸성은 사회문화적 영향과 개인의 가치에 의해 동기화된 움직임의 실천적 과정성인 동기화된 몸으로 발현되는 실천적 성향이라고 할 수 있을 것이다.

본 연구는 교육의 시각에서 몸성의 본질을 밝힘으로써 몸성과 관련된 사회적 분위기를 학습의 관점에서 이해하는 중요한 이론적 토대를 형성하게 될 것이며, 몸성 교육을 통해 교육의 새로운 패러다임을 형성하는 데 중요한 기초가 될 것으로 기대하는 바이다.

- 김기웅, 홍승분(2020), **스포츠심리학**, 서울: 보경문화사.
- 김영학(2018), “김우진 희곡 〈이영녀〉에 나타난 몸성 연구 -3막을 중심으로”, **한민족어문학회, 한민족어문학 79**, 241-261.
- 김정숙(2011), “박근형의 연극의 몸성, 공간성 그리고 주체 -〈청춘예찬〉, 〈경숙이 경숙아버지〉, 〈너무 놀라지마라〉를 중심으로-”, **한국연극학회, 한국연극학 1(43)**, 41-85.
- 김주환(2023), **내면소통**, 서울: 인플루엔셜.
- 김연주, 민현숙, 심재영(2010), **인간동기의 이해와 적용**, 서울: 신정.
- 신승환(2008), **문화예술교육의 철학적 지평**, 경기: 한길아트.
- 오레지나(2011), “에코댄스의 구조 및 교육적 의미”, **한국무용교육학회, 한국무용교육학회지 22(2)**, 39-51.
- \_\_\_\_\_ (2021), “몸성(性)교육에 관한 기초연구”, **한국무용교육학회, 한국무용교육학회지 32(3)**, 5-16.
- \_\_\_\_\_ (2022), “몸성(性)교육의 본원성 탐색”, **한국무용교육학회, 한국무용교육학회지 33(3)**, 167-177.
- 이신동, 최병연, 고영남(2012), **최신교육심리학**, 서울: 학지사.
- 이정명(2010), “소마(soma), 정서적 몸(emotional body), 그리고 이들 재료의 창조적 변형”, **한국무용기록학회, 한국무용기록학회지 20**, 85-105.
- 임규혁, 임웅(2016), **학습효과를 위한 교육심리학**, 서울: 학지사.
- 조광제(2003), “몸의 매체성과 매체의 몸성 : 맥루언의 매체론에 대한 존재론적인 고찰”, **한국철학사상연구회, 시대와 철학 14(1)**, 353-371.
- 조기숙(2009), “자발적이고 주체적인 살아있는 몸; 몸학(somatics)에 기초한 안무에 관한 연구”, **대한무용학회, 대한무용학회지 61**, 259-276.
- 한덕웅(2004), **인간의 동기심리**, 서울: 박학사.
- 한승희(2019), **교육이 창조한 세계 : 학습활동에서 교육체계로의 진화**, 경기도 : 교육과학사.
- Davis, B., Sumara, D., Luce-kapler, R.(2015), *Engaging Minds(3rd Edition)*, 한승희, 강영숙, 양은아, 이현경, 정혜령(역, 2021), **표준화 교육에서 복잡성 교육으로**, 경기도 : 교육과학사.
- Schunk, D. H., Pin-trich, P. R., Meece, J. L.(2007), *Motivation in Education(3rd ed)*, 서울대학교 인지학습연구회, 신종호(역, 2013), **학습동기 이론, 연구 그리고 지원**, 서울 : 학지사.
- Baldwin, E., Longhurst, B., Mccracken, S., Ogborn, M., Smith, G.(2004), *Introducing Cultural Studies*, 조애리, 강문순, 김진옥, 박종성, 유정화, 윤교찬, 최인환, 한애경(역, 2008), **문화코드**, 서울 : 한울.

Reeve, J.(2008), *Understanding Motivation and Emotion*, 정봉교, 윤병수, 김아영, 도승이, 장형심(역, 2011), **동기와 정서의 이해**, 서울 : 박학사.

정다민, BBC 코리아 '여성 : 요즘 MZ 사이에 주목받는 '아름다운 몸'이란', 2023년 4월 28일.