

댄스스포츠 참여자의 참여과정 및 의미에 관한 근거이론적 분석

Grounded Theoretical Analysis on Participation Process and Meaning in Dancesports Participants

이민선*, 김이정**, 임영삼***
단국대학교*, 협성대학교**, 중원대학교***

Min-Sun Lee(eyeeye1@naver.com)*, Yee-Jeung Kim(Yeejeung@hanmail.net)**,
Young-Sam Lim(lysgolf@jwu.ac.kr)***

요약

본 연구의 목적은 근거이론을 토대로 댄스스포츠 참여자의 참여과정이 그들의 삶에 어떠한 의미로 해석되고 작용하는지에 대한 이론적 패러다임을 제시하는데 있었다. 연구대상은 댄스스포츠 종목 중 라틴과 모던 춤을 출수 있고 경력이 3년 이상인 여성 12명이었다. 자료분석은 Strauss와 Corbin(1998)이 제시한 근거이론 방법을 이용하여 개방코딩, 축 코딩, 선택코딩을 실시하였다.

이와 같은 과정을 통해 자료를 분석한 결과 인과적 상황은 댄스스포츠에 대한 갈망, 주변사람들의 권유, 생계수단으로, 맥락적 상황은 잠재능력확인, 대중매체, 여가기회로, 중심현상과 관련하여 상호작용을 촉진하는 중재적 조건은 자기만족, 대인관계 개선으로, 상호전략은 수업장소개선, 건강증진 등으로 나타났다. 결론적으로 댄스스포츠 참여자들은 댄스스포츠에 참여하면서 긍정적, 부정적 감정과 더불어 삶의 활력을 느끼고 있었다.

■ 중심어 : | 여가활동참여 | 참여과정 | 의미 | 근거이론 |

Abstract

The purpose of this study was to analysis the characteristics on participation process and meaning of Dancesports participants. The participants could dance both Latin and Modern with more than three years of participation experience. The data analysis was based on open coding, axial coding and selective coding from the grounded theory of Strauss & Corbin(1998). The results of the analysis were as follows;

It was found that causal situation have a longing for Dancesports and a means of living, contextual situation indicated perception of potential ability, media, and leisure chance, intervene condition given improvement of interpersonal relationships, bilateral strategies betterment of lesson place and health promotion and others. As results, the participants were able to find out their positive and negative aspects of participating Dancesports classes, and showed that Dancesports provided the participants for vitality of life .

■ keyword : | Leisure Activity Participation | Participation Process | Meaning | Grounded Theory |

I. 서론

세계보건기구(WHO)는 건강을 단순히 질병에 시달리거나 허약한 상태만을 의미하는 것이 아니라, 신체적·정신적·사회적으로 양호한 상태라고 정의하고 있다. 댄스스포츠와 같은 신체활동 중심의 규칙적인 참여는 육체적 건강뿐만 아니라 심리적 정신적 건강 역시 증진된다는 제안이 인정되고 있다. 또한 신체적 활동을 동반하는 댄스스포츠는 불안·긴장·우울증 등의 부정적 정서를 억제하고 즐거움·활력·자신감·행복감 등의 긍정적 감정을 가져다주는 것으로 알려져 있다[3]. 사실 산업화 및 도시화가 가속화되면서 현대인들은 물질적 풍요를 얻게 되었지만 신체의 생활리듬이 깨지고 지식정보의 홍수 속에서 매시간, 매분마다 긴장된 생활의 연속으로 정신적 여유와 안정을 점차 잃어가고 있으며, 이로 인해 신체적·정신적 스트레스가 가중되고 있는 실정이다.

따라서 현대인들은 이런 스트레스에서 벗어나 건강한 삶을 살아가기 위해 여가시간을 이용해 다양한 스포츠 및 문화 활동에 참여하고 있으며, 그 중에서도 즐거운 음악에 맞춰 춤을 추는 댄스스포츠에 참여하는 사람들이 꾸준히 증가하고 있다.

댄스스포츠는 신체적 접촉과 율동에 따라 아름다움을 표현하는 남녀 한 쌍의 움직임으로 이루어져 있다. 남성과 여성의 명확한 성역할이 주어지며 이에 따른 움직임과 상호배려가 존재하는 신체활동의 특징을 갖고 있다. 또한, 댄스스포츠는 남성들은 남성적인 역할로서 여성들을 리드하며, 여자들은 여성적인 역할로서 남성들의 움직임을 도우는 남녀 상호작용적 댄스의 형태로 구성되어 있다[11]. 특히 현대 사회에서 생활체육 활동의 하나로 댄스스포츠에 대한 대중들의 관심과 참여가 증가하면서 댄스스포츠 참여와 관련된 다수의 연구들이 진행되었다. 그에 따른 선행연구를 살펴보면 댄스스포츠참여와 관련된 선행연구는 크게 두 가지로 분류할 수 있는데, 댄스스포츠참여를 통한 신체적 변화 및 댄스스포츠참여와 정신적·정서적 변화와 관련된 연구논문들이 주를 이루고 있다.

댄스스포츠참여를 통해 생활만족을 탐색하는 연구 [1][5][6][9][13][15], 댄스스포츠 참여자들이 느끼는 삶

에 관한 주관적 느낌을 탐색한 연구로서 질적 연구 방법론으로 진행된 연구가 있다[2][12]. 마지막으로 댄스스포츠에 참여한 후 참여자들의 사회 속 변화에 관해 근거한 연구[8][14][17]등이 있다. 이렇듯 댄스스포츠에 대한 연구는 짧은 기간 입에도 불구하고 수적으론 적지 않은 연구가 진행되고 있다. 그러나 선행 연구의 대부분은 양적연구 방법을 채택하여 참여 경험에 따른 일반적인 경향성에 대한 결과만 편중되어 있어, 댄스스포츠 참여자들만이 갖고 있는 이들만의 독특한 하위문화적 특성을 심층적으로 분석하고 이해하는데 한계점을 내포하고 있다. 따라서 댄스스포츠의 본질을 좀 더 심도 있게 파악하기 위해선 경험내용을 수치로만 제시하기 보다는 주관적 관점에서 해석하고 이해하는 것이 요구된다. 질적 연구는 연구참여자의 있는 그대로의 경험과 의미, 상호작용 등에 대한 정확한 정보를 얻을 수 있다.

그러므로 댄스스포츠 참여과정에서 나타나는 다양한 변화를 기존의 댄스스포츠 관련 연구를 토대로 결과에 치우친 단순작업이 아니라, 댄스스포츠 참여자들의 참여동기 및 참여과정을 알아보고, 참여과정 중 스스로 인식하는 참여의 의미가 무엇인지 자세히 파악해 봄으로써 대중스포츠의 하나로 자리매김하고 있는 댄스스포츠의 새로운 대처방안을 제시하기 위한 의미 있는 작업이 필요할 것으로 판단된다.

따라서 본 연구에서는 개인의 경험을 과도하게 일반화하려는 양적연구와 달리 특정집단의 “특정한 것”을 있는 그대로 이해하고 연구대상이 갖고 있는 속성을 면밀하게 파악할 수 있는 질적 연구를 통해 댄스스포츠 참여자들이 여가활동으로써 댄스스포츠를 참여하면서 이들만이 느끼는 독특한 체험을 심도 있게 이해하고자 한다. 다시 말해 질적연구 방법을 통해 댄스스포츠 참여자들의 참여과정을 알아보고, 참여과정 중 스스로 인식하는 참여의 의미가 무엇이고 그들의 삶에 어떤 의미로 작용하는지 근거이론방법을 이용하여 분석하는데 그 목적이 있다.

II. 연구 방법

1. 연구 설계

경험 주체의 의식 세계를 심층적으로 파악하기 위해 댄스스포츠 참여자들의 특성을 이해하고, 댄스스포츠 참여를 통해 변화되는 내면적, 정신적 상태를 최대한 있는 그대로 분석하고자 노력하였다. 이와 같은 연구를 위해 첫째, 댄스스포츠 참여에 대한 참여과정 및 의미를 심층면담을 통해 알아보았다. 심층면담은 연구대상자의 참여 의미를 깊이 있고 다각적으로 이해하기 위해 일회성이 아닌 최소 3회 이상 실시하였다. 둘째, 자료 수집과 동시에 코딩과 분석을 실시하였다. 코딩은 개방 코딩과 축 코딩, 그리고 선택 코딩을 하였으며, 아울러 지속적인 비교분석(Constant Comparison) 방법을 실시하여 주개념을 산출하여 이론적인 모형을 구축하였다. 셋째, 산출된 범주와 개념들의 연결 및 통합을 위해 연구를 진행하는 동안 순간적으로 떠오르는 생각, 질문, 방향, 계획, 주제, 해석 등 메모 및 도식을 실시하였다. 이상의 자료 설계와 수집을 통하여 댄스스포츠 참여자의 참여 과정을 체계적으로 추출하고, 댄스스포츠 참여를 통한 삶의 의미를 알아보도록 시도하였다.

2. 연구참여자

본 연구의 연구참여자는 서울 강남 소재 사설 'K학원'에 등록되어 있는 여성회원 12명을 선정하였다. 이들의 연령, 경력, 직업, 연습 횟수 등의 개인적 특성[표 1]을 제시하였고, 지속적인 심층면담과 적극적인 연구 참여에 도움을 줄 수 있는 사람들로 선정하였다. 자료 수집은 2011년 1월부터 2011년 4월까지 이루어졌다.

표 1. 연구참여자의 개인적 특성

구분	연구참여자	연령	경력	직업
01	KLR	26	3년	학생
02	LAR	28	3년	일반인
03	LBH	35	5년	강사
04	KBL	40	10년	사업
05	SBH	42	7년	자영업
06	TGS	50	15년	사업
07	TLH	52	11년	사업
08	HGS	49	10년	주부
09	KLK	40	5년	강사
10	KTH	52	7년	주부
11	KHS	45	3년	주부
12	KHK	35	3년	주부

3. 자료 수집

근거이론은 연구자 자신이 연구하려는 상황에 들어가서 참여자의 문화와 행위 패턴에 익숙해지고 그들의 입장에서 참여자의 경험을 탐구하는 것이 중요하다. 하지만 이 과정에서 연구자가 이미 가지고 있는 편견 등에 의해서 연구과정에 영향을 미칠 가능성이 높다. 이에 본 연구에서의 자료 수집은 연구참여자들의 특정 경험 및 사건에 대한 묘사적 기록과 면담 내용들을 모두 원자료로 사용하였다.

4. 자료 분석

본 연구의 자료분석은 심층면담과 서술적 진술지를 통해 자료를 수집하고, 수집된 자료는 사례기록(case record)과 개인별 프로파일을 작성한 후, Strauss와 Corbin(1998)[19]이 제시한 근거이론 방법으로 개방코딩, 축 코딩, 선택코딩의 절차에 따라 실시하였다.

5. 연구의 타당도와 신뢰도

질적연구 방법에서는 연구자가 연구대상자를 얼마나 이해하고 있는지, 수집된 자료에서 연구참여자의 경험에 대한 정보를 어떻게 해석 했는지가 매우 중요하다. 이에 본 연구에서는 내적타당도를 높이기 위해 연구자는 연구 상황에 대한 지속적인 관여(prolonged involvement), 연구참여자의 검토(member checks) 등을 수행하였다. 또한 외적타당도를 높이고 자료의 분류 및 분석, 그리고 해석과정이 올바른지 확인하기 위해 동료연구진의 검토(peer debriefing), 다각측정법(Triangulation)을 실시하였다. 마지막으로 질적 연구의 전문 지식을 갖고 있는 교수와 동료강사, 동료 연구진에게 재검토를 의뢰하였다.

III. 결과 및 논의

1. 결과

1.1 근거이론 패러다임에 따른 범주 분석

댄스스포츠 참여자들의 참여과정을 알아보고, 참여

과정 중 연구참여자가 인식하는 참여 의미와 그것이 삶에 어떤 의미로 작용했는지에 대해 알아보았다. 근거이론은 댄스스포츠 현장에서 수집되는 자료를 중심으로 이론을 생성하거나 근거가 되는 이론을 수정 보완 재해석하여 이론을 도출하는 과정을 말한다. 따라서 근거이론을 통해 준 엘리트 선수 수준의 실력과 열정이 있는 댄스스포츠 참여자들의 세계를 섬세하게 바라보고 설명 및 해석력 높은 이론을 구축할 수 있다는 점에서 댄스스포츠 참여자들에게 매우 유용한 틀이라 볼 수 있다.

이를 토대로 현상을 일으키거나 발전시키는 큰 사건이나 우연히 일어나는 일들을 말하는 인과적 상황, 어떤 현상에 속하는 특정한 속성을 의미하는 맥락적 상황, 일련의 관계 작용들에 대한 중심 생각과 사건들을 기술하는 중심 현상을 제시하였다. 또한, 어떤 현상에 속하는 작용/상호작용적 전략에 필요한 구조상의 조건이나 특정한 전후관계 안에서 취해지는 전략을 촉진시키는 상황을 설명하는 중재적 상황, 특정하게 인지된 상황들 아래서 현상을 다루고 조절하고 실행하고 거기에 대처하도록 고안된 전략을 기술하는 상호작용전략 그리고 작용과 반작용의 결과에 따른 결과를 기술하는 결과를 제시하였다.

1.1.1 인과적 상황

인과적 상황은 댄스스포츠 입문과정으로 세 가지로 요약할 수 있었다. 첫째, '동경심'이다. 이는 대중매체가 댄스스포츠에 대한 방송 빈도가 높아지고, 댄스스포츠를 주제로 한 '댄서의 순정', '바람의 전설', '셀 위 댄스', 등의 영화가 사람들에게 동경심을 불러일으키는데 중요한 역할을 했을 것이다. 무엇보다 최근 MBC 인기 예능 프로그램 '무한도전'에서 인기연예인들이 전국대회에 선수로 출전하고, 명절 때 특집방송으로 자타가 공인 하는 빅 스타들이 댄스스포츠선수와 한 팀을 이루어 경쟁하고 즐기는 모습이 방송 황금시간에 전파를 타면서 전 국민들이 댄스스포츠에 대한 관심과 동경심이 갖게 되었다는 것을 알 수 있었다.

남들 보다 특별한 걸 하고 싶다는 생각이 들어 댄스스포츠에 참여하게 되었어요. 관심을 갖게 된 결정적인 계기는 MBC

방송의 무한도전 편을 보고서부터인 것 같아요. 인기연예인과 댄스스포츠선수들이 한 팀을 이루어 대회를 출전하는 것을 보니까 굉장히 흥미롭고 관심을 갖게 되더라고요(KLR).

둘째, 주변사람들의 추천과 권유이다. 대부분의 사람들은 '가족' 또는 가까운 '지인'들로 부터 댄스스포츠 참여를 권유받아 왔고, 그로 인해 댄스스포츠에 대한 관심을 가지게 되었다.

조경 업계에 종사하는 사람 중 댄스스포츠에 푹 빠져 있는 분이 계시는데, 댄스스포츠는 운동량도 많고 건강에도 좋다고 말한 적이 있어요. 그 분은 부부가 댄스스포츠에 함께 참여하면서 금술도 더 좋아지고, 잔소리도 없어졌다는 말을 하더라고요. 그 소리에 귀가 솔깃하여 나도 한번 해보야겠다는 생각이 들더라고요(TGS).

셋째, 생계수단이다. 처음엔 신체적 건강유지와 스트레스 해소를 위해 여가생활로 시작한 운동이 나중엔 전문 직업인으로 전환한 경우도 있었다.

하던 일이 전문 직업도 아니고 학벌이 좋은 것도 아니고 그렇다고 집안에서 돈이 있어 사업을 할 수 있는 여건도 따라주고 않고... 남들과 다른 기술을 배워야 되는데... 우리가 고등학교 졸업해가지고 사회 생활하면서 정말 기술을 갖는다는 게 특별한 게 없잖아요. 댄스스포츠를 알게 되면서 그래도 그 일 보다는 자기만 열심히 하면 생활이 낫겠다고 생각했고, 이것은 전문 직업으로 갈수 있겠다고 생각했어요(TLH).

1.1.2 맥락적 상황

댄스스포츠 참여자의 참여의미 및 과정의 맥락적 상황은 크게 세 가지 특징으로 나타났다.

첫째, '잠재능력확인'으로 연구참여자들 중엔 처음에는 순수아마추어 선수로 입문하여 별다른 생각 없이 생활하다가 점차 댄스스포츠에 참여 빈도가 높아지면서 자신의 적성과 남다른 재능이 있다는 사실을 발견하고 체계적이고 전문적인 지식을 쌓기 위해 관련 자격증도 취득하고 직접 강습소를 운영하기도 하였다.

둘째, '대중매체'의 파급효과이다. 전파 속도가 가장 빠른 대중매체는 아동, 청소년, 성인에 이르기까지 스포츠와 친숙해질 수 있는 기회를 제공하며 나아가 댄스

포츠 참여를 촉진하는 매개체 역할을 담당하기도 하였다.

셋째, ‘여가참여기회확대’로서 경제성장과 더불어 생활이 질적·양적으로 풍요로워지고 근무시간은 감소하고 있는 가운데 여가 시간은 증가하는 추세이다. 오현옥(2005)[10]의 연구에 따르면 댄스스포츠 참가자들은 여행도 좋지만 댄스스포츠에 참가 할 때 가장 즐겁고 유쾌하다고 말함으로써 본 연구 결과와 유사함을 알 수 있다.

인터넷으로 등록해서 왕초부부터 해요. 분위기도 활기차고 사람들도 마음이 잘 맞는 것 같아 정말 좋아요. 학교를 다니면서 그냥 수업만 듣고 무미건조했는데 이런 것(댄스스포츠)을 접하고 보니까 생활이 즐겁고 자꾸 생각나게 되요. 또, 같이 수업 듣는 회원들끼리 따로 만나서 영화도 보고 밥도 먹고, 또래의 젊은 사람들이라 보니까 호흡도 잘 맞고 완전 생활의 활력소죠(KLR).

결혼하기 전까지는 혼자서도 괜찮았는데 오히려 결혼하고 난 다음에는 주말이 심심해졌어요. 남편은 남편대로 놀고, 자식들은 지들 바쁘다고 그렇고, 그래서 뭐 할 것 없나 보다가 우연찮게 댄스스포츠를 시작하게 됐죠. 근데 제 생활이 완전 바뀌게 됐어요. 지금은 이렇게 활력이 넘치고 음악이 나오면 나도 모르게 흥얼거리게 되고 청소를 하면서도 왈츠를 추듯 몸을 움직이게 된다니까요(LAR).

1.1.3 중심현상

연구참여자들은 댄스스포츠에 참여하면서 삶이 활기차고 즐거워졌으며 대인관계 및 성격개선에도 효과를 봤다고 주장하였다. 이영희(2005)[13]의 연구에 따르면 댄스스포츠 활동에 참가할수록 외롭고, 우울하고, 허무한 느낌이 줄어들고, 삶이 보다 적극적이고 긍정적인 모습으로 변해간다고 주장함으로써 본 연구 결과와 유사함을 알 수 있다.

댄스스포츠를 하면서 성격이 참 많이 변했어요. 성격이 예전에 비해 상당히 부드러워진 것 같아요. 사실 제가 젊었을 땐 철인경기에도 참여했거든요. 주로 남자들이 참여하는 운동에 참여해서 그런지 지금도 말투가 거칠고 남성다운 기질이 남아 있어요. 그런데 댄스스포츠에 참여하고 나서부터 주변사람들한테 상당히 여성스러워졌다고 놀림을 받기도 해요(HGS).

대부분의 연구참여자들은 한결같이 댄스스포츠가 할수록 난해한 운동이며, 정확한 동작과 올바른 기술을 습득하기 위해선 관련 지식과 더불어 반복 훈련을 꾸준히 해야 한다는 인식을 갖고 있었다. 오현옥(2005)[10]이 댄스스포츠는 경제적인 뒷받침이 중요하다고 지적했듯이 연구참여자들은 고가의 의상과 댄스슈즈, 적지 않은 강습비에 대한 부담감으로 자괴감에 빠지는 경우가 있다고 토로하였다. 그러나 이러한 물질적인 부담과 경제적인 어려움이 있음에도 불구하고 대부분의 참여자들은 지속적으로 댄스스포츠를 배우고 싶어 하는 마음을 가진 것으로 나타났다.

단체강습을 듣는데 우연히 상급자 반에 들어갔거든요 그 사람들 따라 하기가 너무 벅찬 거예요. 처음엔 힘들어 가는 것이 두렵더라고요. 너무 잘하는 팀에 들어가서 하니까 주눅도 들고(HGS).

시간도 시간이지만 금전적인 부담을 많이 느끼는 것 같아요. 하고 싶어도 개인 사정 때문에 한계가 있죠. 그런 부분은 아쉬움이 많죠. 개인 강습은 너무 고액이라 망설여져요(KLK).

1.1.4 중재적 상황

‘자기만족’은 자기 자신에 대해 흡족하게 생각하는 정도로 연구참여자들은 댄스스포츠에 참여하면서 큰 만족감을 느끼고 있었다.

음악에 맞춰 댄스스포츠를 하다보면 마치 제가 영화주인공이 된 것 같은 착각에 빠져요. 라틴은 굉장히 잔잔하잖아요. 마치 명상시간 같기도 하구요. 산과 물이 나오고 잠시 그 속에 흠뻑 빠져드는 듯한 느낌이 든다니까요. 그래서 저는 누가 물어 보면 댄스스포츠는 음악을 듣고 춤만 추는 것이 아니라 댄스스포츠는 음악을 감상하며 자기성찰 하는 시간이라고 얘기해요(HGS).

‘대인관계’로 연구참여자들은 댄스스포츠를 통하여 새로운 친구를 사귀고, 가족들과의 관계도 한층 더 돈독해지기도 한다. 또한 단체 강습을 통해 동료와 만나고, 동호회 활동에도 적극 참여하고, 모든 상황을 긍정적인 시각으로 바뀌어 가족들의 전폭적인 지지를 받고 있었다. 이영희(2006)[13]의 연구에서도 회원이었다. 수

업 후 단합대회나 인간적인 교류를 하는 것으로 나타나 본 연구 결과와 유사한 것으로 나타났다.

여기서(강습소) 일면식도 없는 사람들이 서로 만나 얘기도 주고받는 거 보면 신기해요. 이제 자주 만나니깐 가족 같은 느낌이 들어 좋아요. 어디 사회생활에서 만나서 이렇게 친해지겠어요. 우리 나이쯤 되면 밖에서 새로운 친구를 사귄 수가 없잖아요(KLK).

제약요인으로는 불친절한 강사, 음지문화의 충격, 신체접촉의 불쾌감 등을 겪는 것으로 나타났다.

단체 강습 때 여러 사람이 하다보니깐 서로 말을 조심해야 겠더라고요. 제가 그 동작은 그렇게 한 게 아니라고 얘기 하니깐 어이없어 하더라고요. 상대에게 상처를 주려고 한말은 아닌데 상대가 잘 받아주면 괜찮은데 '너도 못하면서 누구한테 뭘 가르쳐' 라고 은연중에 말하는 분들도 있거든요. 정말이지 그뻐 쥐구멍이라도 있으면 들어가고 싶은 심정이더라고요. 창피해서 혼났어요. 그리고 나면 학원에서는 누구와도 얘기하지 말아야지라고 다짐도 했어요. 그렇게 되면 상처받는 건져더라고요(HGS).

1.1.5 상호작용 전략

댄스스포츠 강습소는 댄스스포츠와 참여자의 중간 다리 역할을 해주는 장소이다. 강습소에서 정확한 지식과 정보를 제공함은 물론 공익성과 책임감 등을 강조함으로써 댄스스포츠 이미지 개선에 힘을 보태야 할 것이다. 또한, 댄스스포츠가 하나의 스포츠로 자리 매김하고 일종의 교육기관이라는 인식을 심어주기 위해선 시대적 흐름을 반영된 댄스스포츠 관련 정책이 수립되어야 한다고 이야기하고 있다.

전에 다니던 학원에서 선생님들이 너무 상업적인 것 같더라고요.. 개인레슨 받는 사람하고 단체레슨 받는 사람하고 차별하는 것 같고, 처음에는 원래 댄스스포츠계가 그런 건가 했는데 사람들에게 물어보니깐 그렇지도 않더라고요. 그래서 친구가 다닌 학원으로 옮겼죠. 지금이 훨씬 좋은 것 같아요(KHK).

둘째, '자신의 변화'로 Diensbier(1989)는 장기간의 운동참가에 따라 심폐지구력과 같은 생리적 기능의 강화

가 긍정적인 심리적 효과를 유발할 수 있다는 생리적 강인성(physiological toughness)기전을 지지하고 있다. '꾸준한 연습', '이미지 트레이닝', '동료 간 친목도모자리 마련' 등의 하위범주는 '자신의 변화'라는 상위 범주로 통합되었다.

처음에는 신랑 말고 다른 남자 손잡는 것도 너무 싫고 이상했는데, 댄스스포츠 룰을 알고 나서 부턴 바디 컨택을 하는 게 이상한 게 아닌 걸 아니까 이전 제가 다른 사람들한테 먼저 연습하자고 손도 내밀어요(LAR).

1.1.6 결과

연구참여자들은 댄스스포츠에 참여하면서 성격 변화 등의 개인 품성과 대인관계에서 변화가 일어났으며, 질 높은 댄스스포츠에 참여하기 위해 노력을 마다하지 않았다. 댄스스포츠는 신체조성 및 각종 질병 예방에 상당히 긍정적인 효과가 있는 것으로 알려져 있다. 직장 및 일상생활을 하면서 매일 매일의 삶이 점점 우울하고 지루함을 느끼기도 하지만 댄스스포츠란 단체 활동에 참여하면서 리더십도 많이 향상 되었다고 진술하고 있다. 댄스스포츠의 경우 동작의 움직임 그 자체만으로도 즐거움을 느낄 수 있고, 기술습득 과정에서 만족감을 느끼며 정신적으로 개운함과 스트레스 해소에서 오는 상쾌함을 경험할 수 있다고 진술하고 있다.

저 같은 경우에 예전에 부모님이 항상 어깨 펴고 다니지 왜 이렇게 웅크리고 다니느냐고, 타박을 하셨는데, 댄스 시작하고부터는 사람들에게 그런 소리 안 들은 것 같아요. 그리고 정장이나 T같은 캐주얼한 옷을 입을 때도 전 보다는 옷맵시도 나는 거 같고, 몸도 많이 예뻐지고 자세가 많이 좋아진 거 같아요. 전에는 허리가 많이 아팠는데 댄스스포츠 하면서 자세 잡아가고 스트레칭을 많이 하니깐 이제 전혀 아프지 않아요(KLR).

늦둥이를 본 후 앞으로 아무 일도 못할 거라는 생각에 정말 산후 우울증이 심했었어요. 그때 뭐 할게 없나 하는데 길 가다 우연히 학원 간판을 보게 된 거예요. 순간 아무런 생각 없이 무작정 들어갔죠. 댄스스포츠는 우울증치료엔 특효인 것 같아요. 음악 들으면서 춤추고 우울증이 생길 수가 없죠(SBH).

댄스스포츠 참여자들은 부상에서 자유롭지 못한 부정적인 결과도 나타났다. 댄스스포츠는 약 2시간 이상 춤을 춰야 하는 고강도 운동이며 자치하면 운동 중독에 걸릴 개연성이 높은 운동이다. 또한 가족 행사에 소홀하거나, 단체생활에서의 불편함으로 인해 사회성이 결여 되는 부작용이 동반되기도 하였다.

전에 골프 치다 무릎 연골이 파열됐었어요. 댄스스포츠하면서 근육양이 늘어 좋아진 것 같아요. 아무래도 하루에 1-2시간씩 레슨 받으니까 운동량이 얼마나 많겠어요. 무릎 주변에 근육이 좀 붙어서 훨씬 다리에 힘이 생겼어요. 처음에는 왼쪽 무릎을 구부리지도 못했었는데.. 좋아졌다가 요즘 춤춘다고 무릎을 하다보니깐 무릎이 또 안 좋네요(HGS).

강습이 끝나고 다들 연습하는 데 제가 하는 카운터가 틀렸다고 지적하는 거예요. 분명히 내 카운터가 맞는데.. 다들 저보고 틀렸다고 하는 거예요. 분명히 저는 그렇게 배운 것 같은데.. 다음 수업 때까지 얼마나 스트레스를 받았는지 몰라요. 내가 못하니까 내말을 듣지 않은 것 같아요. 자존심도 상하고 괜히 댄스스포츠가 싫더라고요(HGS).

오늘날 댄스스포츠 참여 인원이 약 6백만 명 정도 참여하는 것으로 알려졌지만 조직적으로 참여하는 인구는 그리 많지 않을 것으로 추정된다. 이들이 댄스스포츠 발전을 위해서는 ‘이미지 개선’과 ‘적당한 가격’, ‘대중 매체 활용’이 필요하다.

전 보다는 저변 확대가 이루어지고 의식도 많이 변하긴 했지만 모든 사람들이 그냥 함께 즐길 수 있다는 차원에서 주민자치센터 및 학교 클럽활동을 이용해도 되고 시에서 아침마다 운영하는데 그런 곳에서 끌고 나갔으면 좋겠어요. 건전하게 밝게 끌고 나갔으면 좋겠어요(LAR).

2.1 댄스스포츠 참여자의 참여과정 및 의미

2.1.1 핵심 범주

“이 연구가 무엇에 관한 것”인지를 알려주는 핵심 범주는 여러 단어를 몇 단어로 축약하는 작업이다. 따라서 이러한 핵심 범주는 다른 범주들을 끌어 모아 하나의 통합적인 설명을 할 수 있게 만드는 힘을 가지고 범주내의 변화를 설명할 수 있어야 한다. 이 연구의 핵심 범주는 ‘댄스스포츠 참여 과정을 통한 삶의 의미 탐색’이다. 댄스스포츠 참여자들은 대중매체를 통해 연예인들의 모습을 보고 동경심을 갖기도 하지만, 주변 지인들의 추천, 접대수단, 단조로운 일상생활 탈출, 자아성찰의 장으로 인식하고 있는 것으로 나타났다. 또한, 댄스스포츠 참여는 참여자들에게 긍정적 및 부정적인 감정 및 변화를 가져다주는 것으로 나타났다. 먼저 긍정적인 변화로는 근육강화와 다이어트 효과, 체형교정, 집중력 및 자신감 향상, 대인관계 개선, 스트레스 해소 등이었다.

반면에 부정적인 측면은 운동중독, 무리한 운동에 따른 부상, 직장 동료와의 갈등, 가정 소홀 등으로 나타났다. 이처럼 긍정적인 변화와 부정적인 변화가 동시에 나타나지만 연구참여자들은 그 속에서 나름대로 ‘삶의 활력소’를 찾고 있었다. 삶의 활력소를 찾아준 댄스스포츠가 좀 더 대중적으로 자리매김 되길 희망하고 있었으며 이미지개선과 동호회 증가, 댄스스포츠 홍보 대사와 같은 역할도 하고 있었다.

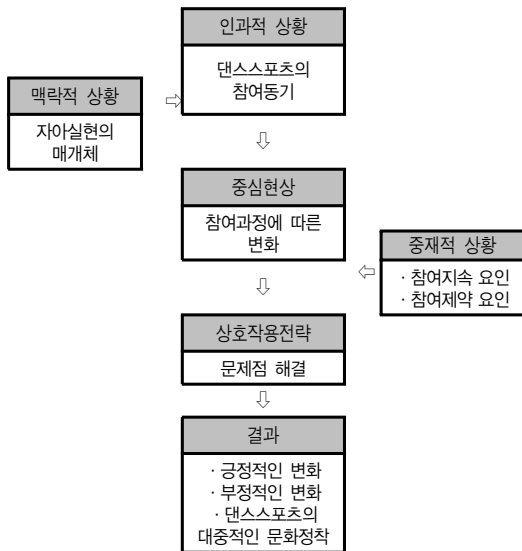


그림 1. 댄스스포츠 참여자의 참여과정 및 의미에 대한 패러다임 모형

2.1.2 스토리 라인(Story Line) 전개

스토리 라인은 연구의 본질을 밝히는 개념이나 다른 범주를 체계적으로 연관시키고 관련성을 확인하여 어떠한 상호작용을 통해 결과가 도출되었는지 분석적으로 서술하는 과정이다. 연구참여자들은 댄스스포츠를 주제로 한 MBC 인기 예능 프로그램 '무한도전' 등의 댄스스포츠 관련 매체를 보면서 나도 특별한 사람이 되고 싶다는 막연한 예술가의 꿈도 꾸고 있었다. 아울러 직장 동료, 선후배, 친구 등의 가족 또는 지인으로부터 권유를 받고, 사업상 접대 및 지루한 가정생활의 일탈을 위해, 자아성찰의 기회를 가지기 위해 참여하는 것으로 나타났다.

또한, 국내 댄스스포츠 대회는 물론 해외 댄스스포츠 대회의 중계권료를 지급하고 인터넷의 확산으로 카페 및 동호회 문화가 최대 전성기를 맞이하고 있다. 이러한 대중매체 및 주5일제 도입은 여가참여 기회를 확대시켜주는 매개체 역할을 하는 것으로 나타났다. 댄스스포츠 참여는 소극적이었던 성격이 적극적으로 변화하고 자신의 내면에 숨어있던 끼를 발산할 수 있는 계기가 되었다. 그러나 열악한 재정적인 환경으로 자괴감에 빠지기도 하고, 신체 콤플렉스로 인해 자신감이 위축되기도 하는 것으로 나타났다.

댄스스포츠 참여자들이 여러 가지 어려움과 역경이 있었음에도 불구하고 꾸준히 지속할 수 있었던 요인은 재활치료효과, 배움의 즐거움, 부부 권태기 극복, 대인관계 개선 등의 효과 때문인 것으로 나타났다. 반면에 댄스스포츠 참여 제약요인은 가정생활 소홀, 신체접촉의 불쾌감, 불건전한 이성적 만남으로 개인적 제약요인과 불친절한 강사와 금전적 부담감 등과 같은 환경적 제약을 느끼고 있었다. 또한, 댄스스포츠 참여자들은 무허가강습소를 적발하고 대외적 활동이 많은 강습소로 옮기는 등 자신의 발전을 꾀하고 동료 간의 친목도모를 마련하려고 노력하였다.

무엇보다 댄스스포츠가 보다 발전하고 우리 생활 문화 속으로 스며들기 위해 동호회 회원이 증가하고 매스컴을 통한 적극적인 홍보의 필요성을 강조하고 있으며 이를 통해 댄스스포츠가 비약적으로 발전하고 대중 및 생활 스포츠로 자리매김 되기를 간절히 바라고 있는 것

으로 나타났다.

2. 논의

이 연구는 댄스스포츠 참여자들의 참여 동기와 댄스스포츠를 참여하는 과정을 알아보고, 참여과정 중 스승로가 인식하는 참여의 의미와 그 의미가 삶에 어떤 의미인지 이해하고자 하였다. 그 결과 댄스스포츠 참여과정 및 의미의 중심 현상은 댄스스포츠 참여과정에 따른 변화이며, 핵심 현상은 댄스스포츠 참여 과정을 통한 삶의 의미 탐색이었다. 이에 나타난 결과를 통하여 다음과 같은 논의를 하고자 한다.

뿌리 깊은 유교사상이 강한 우리나라에서 댄스스포츠에 대한 인식은 긍정적인 측면보다는 부정적인 인식이 높았던 것이 사실이다. 댄스스포츠에 대한 부정적인 인식을 불식시키고 하나의 생활 및 대중스포츠로 자리매김 하기 위해선 무엇보다도 사람들의 인식 제고가 선행되어야 할 것이다. 많은 사람들에게 댄스스포츠에 대한 그릇된 편견 및 인식을 심어준 결정적인 계기는 댄스스포츠강습소의 퇴폐적인 분위기 탓에서 그 원인을 찾을 수 있다. 남녀가 한 쌍이 되어 춤을 춘다는 자체를 "무슨 큰일이라도 일어날 것"처럼 부풀린 측면도 있지만, 실제 퇴폐적인 댄스스포츠강습소의 잘못된 댄스교육은 여러 가지 사회적 문제를 불러 일으켰으며 질타의 대상이 되기도 하였다.

그러나 최근에는 향락적이고 비도덕적으로 인식되어졌던 과거의 댄스 문화에서 벗어나 하나의 건전하고 선망되는 여가활동으로 신체적, 정신적, 사회적, 교육적 가치로 인정받고 있다. 특히, 세계 댄스스포츠를 관장하는 IDSF의 노력으로 제106회 국제올림픽총회에서 댄스스포츠가 국제올림픽위원회 정식종목으로 연맹에 가입되었고[7], 우리나라에선 1999년부터 전국체전 시범종목으로 채택되어 있다.

이러한 노력에도 불구하고 다수의 대중들에게 외면을 받는 주요 이유가 과거 전통적인 유교적 고정관념보다 현행 우리 사회의 법적, 사회제도적인 편견과 지나친 규제에 기인하는 것으로 해석된다. 현 체도에 따르면 댄스스포츠 강습소는 상업지역에서만 운영할 수 있도록 규제하고 있다. 이는 댄스스포츠에 관심을 갖고

있는 청소년 및 대중들이 접근하기 쉽지 않을 뿐만 아니라 상업지역에 위치하여 퇴폐 향락적이라는 그릇된 인식을 심어줄 가능성이 높다. 현재 우리나라 초·중·고등학교에선 댄스스포츠를 특기적성활동으로 권장하고 있으며 대학에선 교양과목으로 채택되어 있다. 현행 댄스스포츠 사업장은 반드시 상업지역 내에서 설치해야 한다는 규정은 대부분의 참여자들이 청소년이라는 사실을 감안할 때 이는 시대적 흐름과 상황을 전혀 반영하지 못하고 있다는 점에서 반드시 제도적인 정비가 필요할 것이다.

이러한 제도적인 약점으로 말미암아 연구참여자를 선정하고 이들과 유대감과 친밀감을 형성하기가 매우 어려웠으며, 특히 댄스스포츠에 참여 후 긍정적 효과 및 변화가 있었음에도 대부분의 참여자들은 댄스스포츠 참여를 숨기는 웃지 못 할 해프닝도 발생하였다. 이는 사람들에게 댄스스포츠를 올바르게 이해할 수 있도록 계속적인 노력과 더불어 각종 교육기관의 적극적인 홍보 및 개입이 필요하다는 것을 시사한다.

IV. 결론 및 제언

본 연구는 댄스스포츠 참여자들을 중심으로 참여 동기 및 참여 과정을 알아보고, 참여과정 중 스스로가 인식하는 참여 의미는 무엇이며, 그러한 의미는 그들의 삶에 어떤 의미로 작용하였는지 주관적 경험을 심층적으로 규명하여 다음과 같은 결론을 얻었다.

첫째, 댄스스포츠에 참여하게 된 동기로는 젊음에 대한 갈망과 주변인들의 추천이며, 지루한 일상생활에서의 탈출과 사교활동을 위한 것으로 나타났다.

둘째, 댄스스포츠 참여 과정 중에 느끼게 되는 긍정적인 변화는 근력강화, 다이어트 효과, 체형교정의 신체적변화가 있었고, 집중력향상, 잠재적 재능발견, 자아성취감의 정신적 변화가 있는 것으로 나타났다. 부정적인 변화로는 운동중독, 부상이 있었고, 가정에 소홀해진다거나 자신감과 사회성이 결여되는 것으로 나타났다.

셋째, 댄스스포츠 참여는 단조로운 일상생활에서 오는 권태감 및 스트레스를 해소하고 삶에 활력과 만족감

을 가져다주는 것으로 나타났다.

마지막으로 댄스스포츠가 대중스포츠로 정착해 나가기 위해 연구결과를 중심으로 몇 가지 제언을 하고자 한다.

첫째, 댄스스포츠 정책은 매우 중요한 역할을 한다. 그럼에도 불구하고 아직까지 댄스스포츠 정책에 대한 연구가 이루어지고 있지 않고 있다. 따라서 많은 사람들이 댄스스포츠에 참여할 수 있는 정책 수립과 동시에 시대적 흐름을 반영한 연구가 필요할 것이다.

둘째, 지금까지 진행된 대부분의 연구들은 댄스스포츠에 대한 긍정적인 효과에만 초점을 맞추고 있지만 향후엔 댄스스포츠 문화에서 드러나 있지 않은 내재된 문제점을 심층 분석하고 그 문제점에 대한 개선 방향을 제시해주는 연구가 수행되길 바란다.

마지막으로, 남성참여자의 댄스스포츠 참여제약 및 참여동기 등을 심층적으로 파악해 봄으로써 여성스포츠로 인식된 댄스스포츠 분야에도 많은 남성들이 참여할 수 있는 방법을 모색하는 연구가 필요할 것이다.

참고 문헌

- [1] 강은영, 이양출, “부부댄스스포츠참가자의 참가정도와 정서표현 및 참여만족의 관계”, 한국여성체육학회지, 제22권, 제1호, pp.177-190, 2008.
- [2] 강현미, *성인의 댄스스포츠참여가 정신건강에 미치는 영향*, 목포대학교 교육대학원 석사학위논문, 2005.
- [3] 김은미, *댄스스포츠 참가가 삶의 질에 미치는 효과*, 대구대학교 대학원 박사학위논문, 2004.
- [4] 김인형, “댄스스포츠 매니아의 재미요인과 몰입 경험 및 댄스스포츠 중독과의 관계”, 한국스포츠사회학회지, 제21권, 제1호, pp.129-149, 2008.
- [5] 김재현, *중·장년의 댄스스포츠 참가정도가 참여동기와 여가만족에 미치는 영향*, 전남대학교 대학원 석사학위논문, 2009.
- [6] 김준희, 전성욱, “댄스스포츠 참가자들의 사회적 지지 및 몰입경험과 생활만족의 관계”, 한국여성

체육학회지, 제15권, 제2호, 2001.

[7] 박영숙, “댄스스포츠 참가와 사회적 지지 및 정신 건강과의 관계”, 한국사회체육학회지, 제24권, pp.529-538, 2005.

[8] 서수진, 이창섭, “청소년의 댄스스포츠 참가와 대인관계 성향 및 사회적 발달에 미치는 영향”, 한국체육교육학회지, 제13권, 제2호, pp.21-42, 2008.

[9] 송대진, *직장여성의 댄스스포츠 참가가 직무스트레스, 직무만족, 생활만족의 변화에 미치는 영향*, 충남대학교 대학원 석사학위논문, 2008.

[10] 오현옥, *댄스스포츠 참가자의 신체적 자기개념과 행복한 삶의 인식*, 동덕여자대학교 대학원 박사학위논문, 2005.

[11] 유진, 염계화, *댄스스포츠 참여자의 성역할 정체감과 심리적 웰빙 프로파일*, 2005년도 전국체전 기념 한국체육학회 학술발표회, 한국체육학회, 2005.

[12] 유희철, 주석범, “기혼여성의 댄스스포츠참가와 삶의 질의 관계”, 한국여성체육학회지, 제20권, 제1호, 2006.

[13] 이영희, 최길례, “댄스스포츠 참여자의 참여 동기 와 참여만족 그리고 지속적인 참여의도 분석”, 한국여가레크리에이션학회지, 제30권, 제1호, pp.111-123, 2006.

[14] 이제홍, 이광수, “댄스스포츠 활동에 참여하는 여성의 스포츠사회화 참여정도에 미치는 영향”, 순천향 자연과학연구논문집, 제10권, 제2호, pp.507-513, 2004.

[15] 이하얀, 손재현, “기혼여성의 댄스스포츠 참여에 따른 운동몰입 및 생활만족에 관한 연구”, 한국여가레크리에이션학회지, 제30권, 제2호, pp.47-58, 2006.

[16] 정은숙, 송은주, 임수원, “동호인마라톤 참가자의 운동중독 과정과 경험”, 한국체육학회지, 제44권, 제4호, pp.605-615, 2005.

[17] 황미숙, “댄스스포츠 움직임에 관한 해석학적 접근”, 한국체육학회지, 제44권, 제6권, pp.147-157, 2005.

[18] Csikszentmihalyi, M. *Beyond boredom and anxiety; Experiencing flow in work and play*, San Francisco, 1975.

[19] A. Strauss and J. Corbin, *Basic of Qualitative Research*, New Deli: sage Publication, 1998.

저자 소개

김 이 정(Yee-Jeung Kim)

정회원



- 2007년 8월 : 숙명여자대학교 체육학과(이학박사)
- 2012년 3월 ~ 현재 : 협성대학교 강의교수

<관심분야> : 여가문화

이 민 선(Min-Sun Lee)

정회원



- 2010년 8월 : 단국대학교 체육교육과(교육학석사)
- 20011년 3월 ~ 현재 : 조선대학교 체육학 박사과정

<관심분야> : 스포츠마케팅

임 영 삼(Young-Sam Lim)

정회원



- 2004년 8월 : 고려대학교 체육교육과(이학박사)
- 2010년 3월 ~ 현재 : 중원대학교 스포츠과학부 교수

<관심분야> : 여가경영