

춤 치유가 외상 후 성장에 미치는 효과 -쉼터거주 가정폭력 피해여성을 중심으로- Effects of Dancing Healing on Post-traumatic Growth -Focused on Female Victims of Domestic Violence in Shelter-

신우정, 임동호
동방대학원대학교 자연치유학과

Woo-Jung Shin(gfriendship@naver.com), Dong-Ho Lim(eatiger@hanmail.net)

요약

본 연구는 가정폭력 피해여성을 대상으로, 춤을 통한 치유적 신체표현 프로그램을 적용하여, 이들의 외상 후 성장에 미치는 효과를 검증하였다. 본 연구의 대상은 서울지역의 가정폭력 피해여성을 위한 쉼터(7개 시설)에 거주하는 가정폭력 피해여성으로서, 실험집단 23명, 통제집단 23명으로 구성하였다. 실험집단에게 적용한 춤 치유 신체표현 프로그램은 총 18회기로 구성하였고, 주 3회, 6주에 걸쳐 진행되며, 각 회기는 90분 동안 실시하도록 하였다. 본 연구의 춤 치유 신체표현 프로그램은 신체표현과 동작 경험을 중심으로 한 춤을 기반으로 삼되, 내면의 표출을 위한 즉흥적·비형식적이고 창조적인 표현에 초점을 두고 있다. 이에 다수의 춤 치유 및 무용치료 선행연구들의 활동과 원리를 참조하고, 가정폭력과 외상 관련 심리·상담 선행연구에서의 상담기법 및 상호작용, 치유적 원리의 특성을 회기 구조 단계마다 적용하였다. 연구 결과, 춤 치유 신체표현 프로그램은 실험집단의 외상 후 성장 전체 및 하위차원인 대인관계깊이, 자기지각, 가능성발견, 영적관심 차원에 향상 효과가 있는 것으로 나타났으며, 실험집단과 통제집단의 사후점수 및 향상 정도에서 유의한 차이가 나타났다. 결국 본 연구는 춤의 근원적이고 치유적인 속성을 이해하고, 사회적 차원에서 가정폭력 피해여성과 같이 심리적 고통을 경험하는 대상들에게 스스로 회복할 수 있는 기회를 제공하는 선순환적 치유방식 및 춤의 활용성에 관한 기초자료를 제공하였다는데 의의가 있다.

■ 중심어 : | 춤 | 무용-동작치료 | 치유 | 가정폭력 피해여성 | 외상 후 성장 |

Abstract

The purpose of this study was to investigate the effect of applying physical expression program through dancing on the post-traumatic growth of domestic violence female victims. The subjects of this study were female victims of domestic violence living in shelters (7 facilities) for women victims of domestic violence in Seoul, consisting of 23 experimental groups and 23 control groups. The dancing healing physical expression program applied to the experimental group consisted of 18 sessions, which was conducted three times a week for 6 weeks, and each session was conducted for 90 minutes. This study was aimed to dancing based on physical expression and movement experience, but focuses on improvisational, non-formal and creative expression for inner expression. We referred to the activities and principles of previous studies, and applied characters, which were counseling techniques, interactions, and healing principles of previous counseling psychology studies on domestic violence and trauma, to every stage of the session. As a result of this study, it was found that the dancing healing physical expression program had an effect on the entire post-traumatic growth of the experimental group and lower dimension lists of the depth of interpersonal relationship, self-perception, potential discovery, spiritual interest level, The results of the post - test were compared. There was a significant difference between the experimental and control groups after the test. In conclusion, this study aimed to understand the fundamental and healing attributes of dance, and provided basic data to establish a virtuous intervention strategy that provided opportunities for self-recovery to those who experienced psychological pain, such as women victimized by domestic violence at the social aspect.

■ keyword : | Dance | Dance-Movement Therapy | Healing | Female Victims of Domestic Violence | Post-traumatic Growth |

I. 서론

‘춤’은 근본적으로 몸을 움직여 표현하는 예술이다. 동양철학에서는 ‘심신일여(心身一如)’, ‘심신일체(心身一體)’를 주장하는데, 이는 인간이 몸의 존재인 동시에 그 자체가 도구라는 것이며, 인간의 감동이 절정에 도달하면 그 감동을 억누를 수 없어 흥분하고 결국에는 몸을 통해 이를 표현하게 된다[1]. 따라서 춤은 우리 인간의 정서를 최고조로 상승시키는 기능을 가진 예술로서[2], 육체를 소재로 한 가장 인간적인 예술이다. 특히, 심리학적 관점에서 춤은 개인의 인격적 성장과 통합의 과정을 위하여 신체의 표현적 움직임을 사용하는 것으로서, 복잡한 신체-정신 상호작용을 인식하고, 신체운동의 증대를 통하여 정서적, 인지적 및 신체적 원인이 있는 자신의 표현을 다룬다는 점에서 총체적인 치료접근이라고 볼 수 있다[2]. 신체동작, 즉 춤을 통해 정신과 내면의 만남이 카타르시스를 일으키는 과정을 근거로, 춤 치유가 긍정적으로 사용된 것은 춤의 역사만큼이나 오래되었다[3].

이에, 춤에 의한 신체적 표현에 대한 접근은 한 개인의 의식이 놓치는 부분까지 담고 있다는 점 때문에 실존적 탐구로서 중요하다. 신체적 표현은 한 개인이 자신의 신체에 대해 갖고 있는 지각이나 생각, 감각, 상상, 판단을 전제한다. 이는 탄생과 함께 주어지는 것이 아니라 성장과정을 통해서 알아가고 배우는 것이기 때문에, 개인이 가족, 또래, 사회 속에서 어떤 경험을 해왔는지를 짐작할 수 있게 한다[4]. 결국 춤을 통한 신체의 움직임은 우리의 마음속에 형성되는 자신의 모습으로써 자기의 외면적 표현이며 개성을 대표하는 것이다. 따라서 움직임의 사용은 자신의 마음상태나 기분, 활동성, 무기력 혹은 경직성을 말해 주며 움직임의 상호작용은 한 사람의 성격을 변화시키거나 적어도 새로운 경험이나 감각을 일으키도록 할 수 있다[5]. 즉, 춤은 고도로 합일된 인간의 본성이라 할 수 있고, 춤을 통한 신체표현 활동은 마음과 몸의 결합, 자신의 내면과 만남을 통해, 자신을 치유하며 성장시키는 과정의 한 부분이라고 할 수 있다.

이러한 관점에서 본 연구의 ‘춤’이란 일반적인 현대무

용, 한국무용, 스포츠댄스 등 일반적 공연무용과는 차이가 있다. 즉, 공연으로서의 무용이나 댄스가 다른 사람, 즉 공연을 보는 관람자를 위한 행위라면, 춤을 통한 신체표현 치유는 ‘타인이 아니라 자신을 위한 몸짓으로 자기 느낌이나 감정을 표현하는 움직임과 동작[3]’을 말한다.

결국, 춤은 자기표현 형성에 있어 수단적 가치를 지닌다. 신체를 이용하여 지적, 정서적 무의식 내면의 심리상태를 춤을 통해 표현하는 것으로써 갈등요인을 해소할 수 있다[4]. 춤을 통한 신체표현이 가진 변화의 힘은 이전에 우리 자신이 인식할 수 없었던 부분을 표현하고 표출하며 활동하면서 자신을 잊어버리게 한다. 춤을 통해 순수한 창조와 즐거움을 느끼고, 억압된 욕망을 표출함으로써 자유로움을 느끼며, 심신의 안정을 가져다주는 것이다[3]. 이것은 곧 춤을 통한 치유효과의 가능성을 보여주는 것이다.

‘치유(healing)’란 ‘치료’란 말과 같이 사용되어질 정도로 그 쓰임새가 비슷하나, 치료와는 다른 의미를 갖는다. 즉, 치료는 타인에 의해서 가능하지만, 치유는 스스로 정확하고 회복하는 것이다[6]. 이에, 춤을 통한 신체표현을 활용하여 복잡다변화하는 현대사회에서 가치 혼돈과 자아상실을 경험하는 개인들에게 치유적 효과를 통한 회복의 기회가 더욱 다양하게 제공될 필요가 있다. 그에 따라, 현대인들에게는 다양한 문제들이 있으나, 춤이 억압된 개인의 내면을 표출하여 갈등을 해소하고 다시 건강한 삶을 살 수 있도록 돕는다는 점에서, 춤의 치유적 적용을 할 수 있는 대상에 대해 보다 사회적 의미가 있는 접근이 요구된다.

이러한 대상들 중, 가정폭력 피해여성은 매우 오래전부터 광범위하게 사회적 문제로 대두되었고, 그 피해가 유·무형적으로 매우 다양하며, 특히 이들의 고통이 억압적 형태의 심리·정신적 ‘외상(trauma)’에 원인이 있다는 점[23]에서 춤을 통한 치유적 활동의 대상으로 적절하다고 판단된다.

가정폭력은 가정구성원 사이의 신체적, 정신적, 재산상의 피해를 수반하는 행위로 남편의 아내에 대한 폭력, 부모의 자녀에 대한 폭력, 자녀의 부모에 대한 폭력, 형제간의 폭력, 아내의 남편에 대한 폭력 등 가족이나

동거하는 친족 간의 모든 폭력을 뜻한다[7]. 이중 남편의 아내에 대한 폭력은 가장 많이 나타나는 가정폭력의 유형으로, 여성가족부[8]의 '2016년 가정폭력 실태조사' 결과에 따르면, 2016년 기준으로 여성이 응답한 '지난 1년간 배우자로부터의 폭력' 피해율은 12.1%로 폭력유형별로는 정서적 폭력 10.5%, 신체적 폭력 3.3%, 경제적 폭력 2.4%, 성적 폭력 2.3% 순이었다.

특히 이들 가정폭력 피해여성은 극심한 공포와 불안 등의 증세를 보이는 외상 후 스트레스 장애나 일시적 급성 해리 장애가 나타날 만큼 심각한 정신과적 증상을 드러내기도 하고, 만성적 우울과 불안, 신경과민, 주의집중 곤란 등 다양한 부정적 정서를 나타낸다[9]. 그리고 만성적인 가정폭력을 겪는 피해여성들은 불안과 긴장, 공포로 인한 신체적 증상을 호소하며, 사회적 고립으로 인한 위축감, 낮은 자기개념, 부정적인 현실대처 및 문제해결 방식 등의 역기능을 경험하면서 학대관계가 단절된 이후에도 삶에 적응하는데 어려움을 느낀다[7]. 또한 이들 피해여성의 심리적 특성은 스스로를 가치 없는 사람이라고 생각하는 '학습된 무기력'과 부정적이고 낮은 자기개념으로 볼 수 있다[10]. Walker[10]는 가정폭력 피해 여성들은 과거부터 폭력에 적응하는 방법으로 복종을 선택했다는 점을 강조하였다. 이러한 관점은 피해여성이 나타내는 불안감, 수치심, 증오심, 예민함, 무기력감과 열등감, 관계형성의 어려움 등의 심리적 증상이 폭력으로 억압당한 경험과 관련이 있다고 보고 이를 '피해대 여성 증후군'으로 설명한다. 이와 유사하게, 가정폭력 피해여성의 인지, 행동, 정서, 대인관계에 걸친 광범위한 증상을 폭행 경험에 초점을 맞추어 접근하는 경우, 그 심리적 특징은 자기 비난과 수치심, 무력감, 어리석고 무가치함으로 인해 의사표현 능력이 저하되어 다른 사람에게 순응하는 "수동성"으로 대표되어졌다[12].

한편, 이와 같은 남편으로부터의 폭력은 여성에게 충격적인 경험으로, 앞서 언급한 바와 같은 이들의 다양한 증상은 외상후 스트레스장애(PTSD: Posttraumatic Stress Disorder)의 형태를 보인다[11][12]. 1990년대 이후 전문가들은 가정폭력 피해 여성이 나타내는 다양한 정신건강 문제들에 대하여 외상후 스트레스장애를 가

장 적절한 진단명으로 여기고 있으며, 이는 가정폭력의 경험이 재해의 경험, 목격 등 외상의 경험의 하나로 인식되고 있음을 보여준다[23]. 또한 선행연구에서는 외상후 스트레스장애가 배우자 폭력 피해 여성의 33~83%가 가지고 있는 흔한 정신장애임을 보고한 바[24-28] 있으며, 그 외 많은 연구에서 배우자 폭력과 외상후 스트레스장애의 관련성을 찾을 수 있으며[26], 그 유병율은 45~84% 수준으로 매우 높다고 알려져 있다[29][30]. 다만, 모든 가정폭력 피해여성이 외상후 스트레스 장애의 진단을 받는 것은 아니며, 개인에 따라 증상이나 수준이 다르게 나타난다고 볼 수 있으므로, 외상의 경향성 관점에서 정도의 차이로 이해하는 것이 타당하다고 판단된다. 따라서 가정폭력 피해여성의 외상후 스트레스장애에 대한 개념보다는 외상 사건 이후의 심리에 초점을 두어야 할 것이다.

이와 관련하여, 심리사회적으로 가정폭력 피해여성의 실질적인 치유를 통한 재적응을 돕는 해결방안 측면에서 생각해볼 수 있는 것이 '외상 후 성장(Post-Traumatic Growth; PTG)'이다. 외상 후 성장이란 외상 사건을 경험하고 난 후에 개인이 느끼는 긍정적인 심리적 변화를 의미한다[16][17]. 외상을 경험한 개인은 외상으로 인한 극심한 스트레스를 겪는다. 그러나 외상을 경험한 모든 사람들에게 외상후 스트레스 장애나 심리 부적응과 같은 문제가 발생하는 것은 아니다[18]. 오히려 외상 경험으로 인하여 자기 자신의 강점을 발견하게 되고, 타인과의 친밀감 및 공감 능력이 높아지며, 삶의 작은 부분에서부터 감사하며 전반적인 삶에 대한 철학적 인식이 변화하는 긍정적인 변화를 겪는 사람들도 있다[19]. 이에 외상 후 성장의 개념에서는 외상 사건을 정의함에 있어 사건 자체의 객관적인 특성보다는 사건에 대한 개인의 지각 및 사건으로 인해 유발되는 심리적 반응과 개인의 주관적 경험을 중요시 여긴다[13][20]. 즉, 외상사건은 객관적인 기준에 의해 측정되는 고통이 아닌 개인이 주관적으로 느끼는 고통의 깊이라고 할 수 있으며, 사건의 객관적인 특성과 유형보다는 사건에 대한 개인의 지각 및 반응에 초점을 두는 것이 바람직하다[17]. 따라서 외상 후 성장의 측정에 있어서도 외상사건 경험 이후의 긍정적인 변화에 주목하고

있으며[40], 대인관계 깊이, 자기 지각, 가능성 발견, 영적 관심의 4가지 단계적 차원에 따라, 외상을 극복하는 과정에서 타인에 대한 친밀감, 신뢰, 정서적 공감을 얻고, 변화를 통해 인생의 새로운 길과 가능성을 발견하며, 자신의 강점과 약점을 지각하고, 이를 극복할 수 있는 내적인 가능성에 대해 신뢰를 가지며, 영적으로 삶의 의미에 대한 재구조화를 통해 통찰을 얻는 방향으로 나아가야 함을 강조하고 있다[15][16].

결국, 가정폭력 피해여성들의 외상은 개인의 성격적 결함이 아니라 폭력의 결과이므로, 피해여성의 자기결정을 부정하고 무력한 피해자로서 인식하여 수동적인 치료만을 제공하는 지원방법은, 증상에만 초점을 둔 단기적이고 한정적인 접근으로 진행될 우려가 있다. 이에 춤의 상징적인 신체표현은 적극적으로 위축된 자신의 내면을 표출하여 스스로 치유의 실마리를 찾으려 한다는 점에서, 가정폭력 피해여성의 외상 후 성장에 긍정적 효과가 있을 것으로 판단된다.

이와 관련하여, 다수의 선행연구[2][3][31-38]에서 춤의 치유적 효과나 무용치료의 심리적 효과에 관한 논의나 분석결과들을 제시한 바 있다. 하지만, 가정폭력 피해여성을 대상으로 치유적 관점의 춤을 통한 신체표현 활동을 적용하여, 외상이나 외상 후 성장에 대한 효과를 실증적으로 검증한 경우는 부재하다.

따라서, 본 연구는 가정폭력 피해여성을 연구대상으로 삼고, 춤을 통한 치유적 신체표현 프로그램을 적용하여, 이들의 외상 후 성장에 미치는 효과를 검증하는데 목적이 있다. 이러한 연구는 춤의 근원적이고 치유적인 속성을 이해하고, 사회적 차원에서 가정폭력 피해여성과 같이 심리적 고통을 경험하는 대상들에게 스스로 회복할 수 있는 기회를 제공하는 선순환적 치유방식으로 춤을 이용한 개입전략을 설정하는데 기초준거를 제공할 것으로 판단된다.

II. 연구방법

1. 연구대상

본 연구의 대상은 서울지역의 가정폭력 피해여성으

로서, 서울특별시와 기초자치단체, YWCA, 민간사회단체에서 운영하는 가정폭력 피해여성을 위한 쉼터 및 여성쉼터 7개 시설에 거주하는 여성들이다. 본 연구에서는 이들을 대상으로, 실험집단과 통제집단을 나누어 6주간 주 3회, 각 90분씩 총 18회기의 춤 치유 신체표현 프로그램을 적용하였다.

연구대상의 선정기준은 다음과 같다.

첫째, 가정폭력 피해를 사유로 보호시설에 입소한지 1개월이 경과한 자.

둘째, 신체적 건강상태 및 인지적으로 연구참여에 무리가 없고, 전문의에 의한 정신과적 진단의 소견이 없는 자.

셋째, 연구의 취지와 윤리적 고려(익명성, 사전동의, 철회권리, 연구목적외로만 사용 등) 등에 대한 설명을 듣고, 연구참여에 동의하여 동의서를 작성한 자.

넷째, 실험 외의 환경통제를 위해 현재 시설의 일상생활 외에 다른 상담 및 예술치료 프로그램에 참여하지 않고 있으며, 과거에 전문적인 무용교육에 참여해본 경험이 없는 자.

그에 따라, 본 연구 대상의 일반적 특성은 [표 1]과 같다.

표 1. 대상의 일반적 특성

구분		실험집단 (N=23)	통제집단 (N=23)
연령	30대이하	6	4
	40대	7	6
	50대	7	9
	60대이상	3	4
시설 입소기간	3개월미만	11	12
	6개월미만	8	6
	6개월이상	4	5

연구대상의 표본 크기는 G-power 표본수 계산프로그램을 이용하여 산출하였는데, t-test에서 유의수준 $p < .05$ 하의 검정력을 얻기 위한 표본 수는 집단별로 19명으로 총 38명이 필요했으나 탈락율을 고려하여 실험군과 통제군 각각에 23명씩 총 46명을 배정하였다.

이에 춤 치유 신체표현 프로그램을 적용하는 실험집단 23명, 아무런 실험처치를 시행하지 않는 통제집단 23명의 2개 집단을 연구대상으로 추출하였으며, 각 집단의 할당은 연구대상의 희망여부와 연구참여환경, 시

설관계자의 의견을 고려하였고, 연구계획에 대한 기관장의 승인을 얻었다. 실험집단은 하나의 활동학급으로 구성하였고, 통제집단은 다른 상담 및 예술치료 프로그램에 노출되지 않도록 하여, 환경적 통제변인의 영향력을 최소화하도록 하였다.

2. 연구설계 및 춤 치유 신체표현 프로그램

본 연구에서는 춤 치유 신체표현 프로그램 적용에 따른 가정폭력 피해여성의 외상 후 성장 변화를 사전·사후로 측정하여 그 효과를 통계적으로 비교검증하고자 한다. 즉, 본 연구는 사전·사후검사 통제집단 실험설계 (pretest-posttest control group design)의 유사실험연구로서, 각 23명으로 구성된 2개 집단을 실험집단과 통제집단으로 삼아 실험을 처치하게 되며, 통계적인 검증은 사전 동질성 검증을 거쳐 각 집단의 외상 후 성장 측정도구의 사전·사후 측정값으로 처리한다.

본 연구의 춤 치유 신체표현 프로그램은 시설 특성상 장기간의 프로그램 적용이 어려운 점을 고려하여, 6주간 주 3회, 각 90분씩 총 18회기의 프로그램을 구성하여 적용하였다.

프로그램 구성 전, 예비연구로서 연구대상에 포함되지 않은 가정폭력 피해여성 8명을 대상으로 주 2회, 90분씩, 6회기에 걸쳐 프로그램을 적용한 뒤, 실행상의 문제점을 파악하였다. 그리고 본 연구자를 포함한 춤 치유 지도자 3인과 치유학 분야의 대학교수 2인, 심리상담학 박사학위자 2인 등 총 7인의 전문가 회의 및 평가에 의해 프로그램을 수정·보완하였고, 프로그램의 내용 타당도를 검증하였다. 그에 따라, 최종적으로 춤 치유 신체표현 프로그램을 구성하였다.

춤 치유 신체표현 프로그램은 신체표현과 동작 경험을 중심으로 한 춤을 기반으로 삼되, 타인에게 보여주기 위한 춤이 아니라, 내면의 표출을 위한 즉흥적·비형식적이고 창조적인 표현에 초점을 두고 있다. 그리고 춤 치유 신체표현 회기 구조의 기본 바탕에 신체의 움직임을 치유적으로 활용하는 원리를 적용하였으며, 다양한 무용치료의 기법과 장르적 특성을 통합적으로 활용하면서, 다수의 춤 치유 및 무용치료 교재와 연구들을 통해 춤 치유의 원리[2][3][31]와 심리적 효과에 초점

을 둔 무용동작치료의 세부활동[32-36] 및 가정폭력과 외상피해자 대상 신체표현을 이용한 예술치료의 단계 [37-39]를 참조하였고, 보다 직접적인 프로그램의 효과를 얻고자 가정폭력과 외상 관련 심리치료·집단상담 선행연구[21][22][40-42]에서의 상담기법과 단계구성 및 상호작용적 원리의 특성을 회기 구조 단계마다 지도자의 개입과 집단구성원 간 활동을 통해 적용하였다. 이에 더하여, 춤의 치유적 특성에 관한 여러 가지 이론과 연구자의 실무 경험을 통합적으로 반영하여 회기 단계의 구조로 구성하였다.

이에 각 회기별 프로그램의 구조는 [표 2]와 같이, 준비 - 주제전개 - 나눔 및 정리의 단계로 구성된다.

표 2. 프로그램의 구조

구조	내용
준비 (20분)	·호흡과 신체인식을 위한 느린 움직임(워밍업), 스트레칭 ·지난회기 활동 복습, 본시 활동 안내 ·움직임을 통해 주제를 탐구
주제전개 (40분)	·다양한 기법과 즉흥적 표현의 창조를 활용하여 감정을 표출, 표현하는 단계 ·개인별 움직임, 모듬별 움직임
나눔 및 정리 (30분)	·주제움직임 도출 후, 몸·감정·생각 활동 나눔 ·호흡정리, 감정의 교류 ·다음회기 활동 예고

본 프로그램의 원리를 크게 세 가지로 설명하면, 첫째, 긴장된 근육의 이완, 자유로운 신체 움직임을 통해 심리적인 해방감을 얻을 수 있으며, 내면의 감정과 갈등이 외부로 표출되어 갈등상태를 둔화시키고 정서적 심리 안정을 찾을 수 있다. 둘째, 심리적 갈등으로 인한 신체근육의 기능 저하를 자유로운 호흡과 신체 움직임으로 근육의 긴장상태를 완화시켜 긍정적인 신체인식으로 억압된 운동성을 회복시킨다. 셋째, 심리적 갈등으로 인한 표현능력의 저하를 타인과 같이 즐겁고 자유로운 춤과 동작을 통해 서로 접촉하며 인식하여 보다 나은 사회적 관계를 유도하고 자신에 대한 신뢰와 동질감으로 심리적 안정감을 얻게 하고자 한다. 특히 자신을 통제 및 조정하는 경험을 통해 자신에 대한 두려움이나 의심을 없애게 함으로써 자신의 내부에 반영되어 있는 내면적인 동기를 알게 해준다. 이러한 과정은 춤의 교

육적 과정과 동시에 치유의 기능을 함께 지닌다.

이상과 같은 방향으로 이루어진 본 연구의 춤 치유 신체표현 프로그램은 총 18회기로 구성하였고, 2017년 10월 9일부터 11월 17일까지 주 3회, 6주에 걸쳐 진행되었으며, 각 회기는 90분 동안 실시하였다. 최종적으로 춤 치유 신체표현 프로그램의 회기별 주제와 내용은 [표 3]과 같이 구성되었다.

표 3. 프로그램의 주제 및 내용

회기	주제	내용(목표/원리)
1	오리엔테이션	프로그램 안내 춤의 치유적 특성 강의 자기소개와 인사, 모듬구성
2	몸 인사	느리게 움직이기 감각 일깨우기
3	동작으로 자기소개	자아 찾기
4	다른사람 동작따라하기	관계 맺기
5	천천히 빠르게 걸으며 표현하기	환경에 대한 통제력
6	공을 이용한 신체표현	내어주기과 안아주기
7	탈춤	타인을 의식하지 않기
8	눈가리고 표현하기	오감을 활용한 운동성 회복
9	공간 느끼고 최대한 활용하기	환경에 대한 통제력
10	명상과 호흡	왜곡된 사고와 부정심리의 해소
11	부채춤	환경에 대한 통제력
12	웃음체조	긍정심리의 강화
13	악기와 신체를 이용한 표현	극복력 강화
14	살풀이	하얀 천 끝에 아픔을 승화하여 느리게 표현하기
15	원을 그리고 한사람씩 춤 표현	독립성 강화
16	강강술래	관계를 느끼며 내면의 억압을 표출
17	즉흥자유표현	모듬별 계획/연습/발표
18	행복나눔	소감발표와 다짐 공감과 위로 프로그램 정리

3. 측정도구

본 연구에서 외상 후 성장은 외상 사건이나 위기 사건 이후 개인이 주관적으로 경험하는 심리상태, 혹은 긍정적인 심리적 변화로 정의하고자 한다[16]. 그리고 측정에 있어서는 Tedeschi & Calhoun[14]이 개발한 Post traumatic Growth Inventory(PTGI)를 송승훈 외[15]가 한국판으로 번안 및 수정한 한국판 외상 후 성장 척도(K-PTGI)를 사용하였다. 이 도구는 자기보고식의 5점 리커트 척도로 이루어져 있으며, 외상 사건 후의 심

리적 변화를 총 16문항, 대인관계 깊이, 자기 지각, 가능성 발견, 영적 관심의 4개 하위차원으로 구분하여 측정하도록 되어 있고, 점수가 높을수록 외상 후 성장의 변화 정도가 긍정적임을 의미한다.

각 하위차원별 정의와 구성은 다음과 같다. 첫째, 대인관계 깊이를 나타내는 문항은 5개로서, 대인관계의 필요성 인정, 주변인에 대한 정성, 애정, 친밀감, 타인에 대한 의지로 구성되어 있다. 둘째, 자기 지각을 나타내는 문항은 6개로서, 내적 강인함, 적극적 행동, 감사, 수용, 유능성, 극복에 대한 신념으로 구성되어 있다. 셋째, 가능성 발견을 나타내는 문항은 3개로서, 새로운 계획, 관심, 가치관으로 구성되어 있다. 넷째, 영적 관심을 나타내는 문항은 2개로서, 영적·정신적 세계에 대한 이해, 영적인 믿음으로 구성되어 있다.

본 한국판 외상 후 성장 척도(K-PTGI)는 송승훈 외[15]의 연구에서 전체 신뢰도가 Cronbach's $\alpha=.84$ 이었고, 본 연구에서는 대인관계 깊이 $\alpha=.84$, 자기 지각 $\alpha=.92$, 가능성 발견 $\alpha=.87$, 영적 관심 $\alpha=.85$, 전체 $\alpha=.88$ 로 양호하게 나타났다.

4. 자료분석방법

본 연구에서는 다음과 같은 구체적인 방법을 통해서 분석을 실시하고자 한다.

첫째, 대상의 일반적 특성을 빈도분석을 통해 알아보고, 변수의 기술통계량을 산출하였다.

둘째, 측정도구의 신뢰도를 검증하기 위하여 문항내적신뢰도 검사를 통해 Cronbach's α 계수를 산출하였다.

셋째, 집단 간 사전과 사후검사 각각의 외상 후 성장의 동질성 및 차이를 알아보기 위하여 독립표본 t-test를 실시하였다.

이상의 실증분석을 위해서 SPSS 18.0 프로그램을 이용하였으며, 유의수준 5%에서 검증하였다.

III. 결과 및 논의

1. 연구결과

표 4. 프로그램의 효과 검증

구분		실험집단(N=23)		통제집단(N=23)		t	p
		M	SD	M	SD		
전체	사전	2.95	.41	2.92	.37	1.702	.094
	사후	3.28	.49	2.96	.45	3.276**	.001
	전후차이	.33	.29	.04	.27	8.493***	.000
대인관계깊이	사전	3.36	.57	3.30	.55	1.034	.107
	사후	3.42	.71	3.27	.51	2.606**	.008
	전후차이	.06	.46	-.03	.39	2.104*	.025
자기지각	사전	3.26	.61	3.22	.40	.315	.754
	사후	3.53	.52	3.24	.36	2.462*	.012
	전후차이	.27	.32	.02	.27	4.758***	.000
가능성발견	사전	2.76	.79	2.70	.58	1.713	.092
	사후	3.24	.83	2.73	.64	2.097*	.027
	전후차이	.48	.40	.03	.33	11.276***	.000
영적관심	사전	2.41	.87	2.34	.64	1.300	.114
	사후	2.90	.71	2.40	.89	2.346*	.015
	전후차이	.49	.38	.06	.36	7.165***	.000

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

본 연구의 춤 치유 신체표현 프로그램 적용에 따른 가정폭력 피해여성의 외상 후 성장의 전체 및 하위차원 평균의 변화를 사전·사후로 측정하여 그 효과를 통계적으로 비교검증한 결과는 [표 4]와 같다.

먼저, 사전점수의 차이를 이용하여 집단간 동질성을 독립표본 t-test로 검증하였다. 그 결과, 외상 후 성장의 전체 및 하위차원인 대인관계깊이, 자기지각, 가능성발견, 영적관심의 4개 요인에서 실험집단과 통제집단 간 사전점수에 유의한 차이가 나타나지 않았다. 따라서 실험집단과 통제집단의 가정폭력 피해여성은 외상 후 성장 측면에서 실험 전 서로 동질한 집단임이 확인되었다.

다음으로, 실험집단과 통제집단의 사후 외상 후 성장의 차이 및 전후간 차이값을 비교분석한 결과를 전체 및 하위차원별로 살펴보면 다음과 같다.

첫째, 외상 후 성장 전체에서 실험집단의 사후평균은 M=3.28, 통제집단의 사후평균은 M=2.96으로 나타나, 통계적으로 유의수준 하에서 차이가 있는 것으로 나타났다(t=3.276, p<.01). 또한 각 집단의 전후간 차이값을 비교한 결과에서도 실험집단의 전후간 차이가 통제집단보다 유의하게 높은 것으로 나타났다(p<.001).

둘째, 외상 후 성장의 대인관계깊이에서 실험집단의 사후평균은 M=3.42, 통제집단의 사후평균은 M=3.27로 나타나, 통계적으로 유의수준 하에서 차이가 있는 것으로 나타났다(t=2.606, p<.01). 또한 각 집단의 전후간 차

이값을 비교한 결과에서도 실험집단의 전후간 차이가 통제집단보다 유의하게 높은 것으로 나타났다(p<.05).

셋째, 외상 후 성장의 자기지각에서 실험집단의 사후평균은 M=3.53, 통제집단의 사후평균은 M=3.24로 나타나, 통계적으로 유의수준 하에서 차이가 있는 것으로 나타났다(t=2.462, p<.05). 또한 각 집단의 전후간 차이값을 비교한 결과에서도 실험집단의 전후간 차이가 통제집단보다 유의하게 높은 것으로 나타났다(p<.001).

넷째, 외상 후 성장의 가능성발견에서 실험집단의 사후평균은 M=3.24, 통제집단의 사후평균은 M=2.73으로 나타나, 통계적으로 유의수준 하에서 차이가 있는 것으로 나타났다(t=2.097, p<.05). 또한 각 집단의 전후간 차이값을 비교한 결과에서도 실험집단의 전후간 차이가 통제집단보다 유의하게 높은 것으로 나타났다(p<.001).

다섯째, 외상 후 성장의 영적관심에서 실험집단의 사후평균은 M=2.90, 통제집단의 사후평균은 M=2.40으로 나타나, 통계적으로 유의수준 하에서 차이가 있는 것으로 나타났다(t=2.346, p<.05). 또한 각 집단의 전후간 차이값을 비교한 결과에서도 실험집단의 전후간 차이가 통제집단보다 유의하게 높은 것으로 나타났다(p<.001).

따라서 춤 치유 신체표현 프로그램을 실시한 실험집단에서 외상 후 성장을 긍정적으로 변화시키는 효과가 있는 것으로 볼 수 있다.

2. 논의

본 연구의 분석 결과에 대한 논의는 다음과 같다. 연구 결과, 가정폭력 피해여성을 대상으로 한 6주간 18회기의 춤 치유 신체표현 프로그램은 외상 후 성장의 전체 및 하위차원 향상에 효과가 있는 것으로 나타났다. 즉, 춤 치유 신체표현 프로그램을 실시한 실험집단이 통제집단보다 통계적으로 유의미한 외상 후 성장의 긍정적 변화 효과를 보였다.

하위차원별로 실험집단과 통제집단간 사전-사후 차이값의 비교검증 결과에서 효과의 크기는 가능성발견 > 영적관심 > 자기지각 > 대인관계깊이의 순으로 나타났다.

이러한 결과는 춤 치유 신체표현 프로그램이 가정폭력 피해여성의 외상을 완화 및 해소하고, 외상 사건으로 인한 부정적 심리정신 문제를 스스로 극복하는데 단계적 성장 및 회복의 촉진효과가 있음[40]을 의미하는데, 외상 후 성장의 이론[16]에서 제시하는 ‘대인관계 깊이 - 자기 지각 - 가능성 발견 - 영적 관심’의 단계가 심화될수록 프로그램의 효과는 더 크게 나타나는 것으로 해석할 수 있다.

가정폭력으로 인한 피해여성들은 불안과 긴장, 공포로 인한 신체적 증상을 호소하며, 사회적 고립으로 인한 위축감, 낮은 자기개념, 부정적인 현실대처 및 문제 해결 방식 등의 역기능적 심리상태를 경험하면서, 학대 관계가 단절되거나 쉼터 등의 시설에 입소한 이후에도 사회적 적응에 어려움을 겪는다. 그리고 가정폭력 피해 여성은 우울, 불안, 분노, 사회적 철회, 자살 시도, 대인관계의 불신감, 성문제, 알코올 문제, 수치심, 죄책감, 자존감, 무기력 등 많은 정신 병리를 경험할 가능성이 현저히 높다. 이는 모두 폭력적 외상 사건경험과 연관이 있으며, 피해여성의 심리정신적 문제가 심화될 경우 외상후 스트레스장애로 증상화된다. 예를 들면, 정서 조절이 어렵다거나 우울감, 불안감, 자기 파괴적이고 충동적 행동을 나타내거나, 대인관계가 손상되는 등, 성격장애의 특징들과 유사하게 보이는 경향이 있고, 특히 반복되는 신체화 증상, 재경험 및 각성 증상, 해리 및 마비 증상 등이 이에 포함된다. 이로 인해 가정폭력 피해 여성은 남편의 폭력을 자신의 탓으로 여겨 죄책감과 수치

심의 고통을 받고, 자녀를 포함한 모든 타인과 부정적인 정서를 경험하는 대인관계를 지속하여 스스로 소외감과 무기력감에 빠져들거나 해결되지 않은 극심한 의존욕구로 미성숙한 자아상태를 가진다[7][12]. 따라서 이들이 외상에서 벗어나 현실적이고 합리적인 현실인지와 사회정서성을 형성하는 것이 가장 시급한 문제라고 볼 수 있다. 이런 측면에서, 본 연구의 외상 후 성장 효과는 스스로 외상 경험을 극복하고 긍정적인 내적자원을 형성하여 성장을 얻도록 하는 힘을 제공하였다는 점[22]에 의의가 있으며, 여기서 춤을 통한 신체표현은 집단 상호작용과 자신의 감정과 욕구를 이해하고 해소하도록 도와, 자신의 삶을 긍정적으로 인식하며 통제감을 얻는데 효과적으로 활용된 것으로 볼 수 있어, 선행연구[37-39]와 유사한 맥락의 결과로 해석된다.

본 연구의 실험처치 과정에서 춤 치유 신체표현 프로그램에 참여한 가정폭력 피해여성들은 나눔 단계를 통해 동작과 율동을 통해 신체의 긴장을 해소시킬 수 있었고, 프로그램이 제공하는 신체활동의 기회를 통해 긴장된 근육을 이완시켜 신체 기능의 회복을 경험하였다고 진술하였다. 뿐만 아니라 자연스런 호흡과 표현을 통해 내재되어 있는 심리적 갈등을 외부로 표출해냄으로써 긍정적인 자아상에 대한 자각을 할 수 있었다고 하였다. 즉, 춤 치유 신체표현 프로그램은 근육의 이완을 통해 잘못된 신체를 올바르게 바꿔주며 심리적인 억압을 신체의 긴장을 통해 밖으로 표출하고 해결하는 역할을 하였다. 그리고 무의식속에 깊게 내재된 불안한 정서·감정의 상태가 신체표현을 통해 감정 이입이 되고 자유로운 신체 움직임을 통해 심리적 해방감을 느껴 결과적으로 갈등이 해소되고 정화의 단계에 이르게 되었다. 즉, 춤 치유 신체표현 프로그램은 심리적인 문제를 지니고 있는 대상자들에게 신체의 표현적인 움직임을 통해 내면의 자리 잡고 있는 복잡한 내적 갈등요인들을 찾아 외부로 표출시킴으로써 갈등 해결과 함께 정서적 안정을 찾을 수 있게 하였다. 특히 선행연구[5][34]와 같이 말로써 자신의 내적문제를 표현하는데 한계가 있는 대상자들에게 대화의 방법을 신체의 움직임으로 사용한다는 것은 중요한 출구가 된 것으로 보인다. 그리고, 대인관계깊이에 대해 가장 큰 변화가 나타난 점은

외상 사건을 겪고 프로그램에 참여하여 자신의 상황을 공유, 표현하는 과정에서 인간이 홀로 살아가는 존재가 아닌 타인의 도움과 지지를 필요로 하는 상호보완적 존재임을 인식하였기 때문[35]으로 판단된다. 즉, 춤 치유 신체표현 프로그램은 집단심리상담 기법의 적용을 통해 대인관계 속에서 본인의 문제를 탐색하고 그것을 각 개인들이 움직임으로 표현해 내어 타인의 감정, 갈등요소를 파악해내는 과정을 거치게 하였다. 심리적 문제를 지니고 있는 대상자들은 비언어적 의사소통인 움직임으로 타인과의 공감대를 형성하고 타인과 접촉을 하면서 상호 인식하여 타인과의 관계에서 긍정적인 변화를 일으켜 사회적응력을 향상시킬 수 있다. 그에 따라, 춤 치유 과정을 통해 내적 갈등을 해소시킴으로서 집단 속에서 다른 이를 받아 드릴 수 있는 자세를 갖추게 하고 집단 속에서 이루어진 타인과의 경험은 사회적 관계를 유지하고 발전시킬 수 있는 가능성을 얻게 하였다.

IV. 결론

본 연구는 가정폭력 피해여성을 대상으로, 춤을 통한 치유적 신체표현 프로그램을 적용하여, 이들의 외상 후 성장에 미치는 효과를 검증하였다.

본 연구의 대상은 서울지역의 지자체와 YWCA, 민간 사회단체에서 운영하는 가정폭력 피해여성을 위한 쉼터 시설에 거주하는 가정폭력 피해여성으로서, 실험집단 23명, 통제집단 23명으로 구성하였으며, 실험집단에 적용한 춤 치유 신체표현 프로그램은 총 18회기로 구성하였다.

본 연구의 결과, 춤 치유 신체표현 프로그램을 적용한 실험집단은 통제집단과 비교하여 외상 후 성장 전체 및 하위차원인 대인관계깊이, 자기지각, 가능성발견, 영적관심의 4개 요인 사후점수에 유의한 향상 효과가 있는 것으로 나타났으며, 각 집단의 전후간 차이값을 비교한 결과에서도 모든 차원에서 실험집단의 전후간 차이가 통제집단보다 유의하게 높은 것으로 나타났다. 결국 본 연구는 춤의 근원적이고 치유적인 속성을 이해하고, 사회적 차원에서 가정폭력 피해여성과 같이 심리적 고통을 경험하는 대상들에게 스스로 회복할 수 있는 기

회를 제공하는 선순환적 치유방식으로서 춤을 활용한 개입전략의 기초자료를 제공하였다는데 의의가 있다.

특히 본 연구에서의 ‘춤’은 예술이나 공연으로서의 춤이 아니라, 신체를 수단으로 정형화되지 않은 내적심리의 외적표현이다. 따라서 어떠한 신체표현이든 춤으로서 치유의 가치가 있다는 점을 확인하였다. 또한 가정폭력 피해여성들이 초기 상담 및 치료과정에서 깊은 불안감과 방어적 행동, 낮은 상담동기를 갖는 것이 일반적인데, 본 연구는 이들의 이러한 심리적 특성을 고려하여 춤을 매개로 한 효과적인 중재프로그램을 개발하고 적용하는 임상적 자료로써 의미가 크며, 외상 후 성장이라는 치유적 차원에 접근하여 향후 이들의 적응적 삶을 촉진하고 가정폭력 피해에 따르는 이차적인 문제 예방 방안을 모색하였다는 데 의미가 있다.

다만, 본 연구의 결과를 통하여 제언하자면, 본 연구의 대상은 일부 가정폭력 피해여성을 대상으로 표본을 얻었으나 그 개체수가 적기 때문에 지역별, 가정폭력 유형 및 외상경험에 의한 효과가 다르게 적용되는 것을 알 수 없다. 이에 연구대상의 범위와 경험별 요인의 작용 여부를 확인하여 각각의 효과를 검증한다면 보다 큰 연구의 의의가 있을 것이다. 또한, 본 연구는 외상을 경험성 측면에서 외상 사건 이후 개인마다 갖게 되지만 정도의 차이가 있을 것이라는 관점으로 연구하였으나, 정신과적으로 외상후 스트레스장애 진단을 받은 대상에게 실험처치를 하여 효과를 검증한다면, 보다 실질적인 시사점을 얻을 수 있을 것이다. 그리고 본 연구는 기존의 연구를 바탕으로 외상 후 성장 척도를 선정하고 설문과 통계를 통하여 효과를 검증하였으나 가정폭력 피해여성에 맞는 새로운 외상 후 성장 변수들의 학술적 추출이 절실히 필요로 한다. 이에 가정폭력 피해여성 외상 후 성장 척도에 대한 개발과 측정방식에 대해서 연구할 필요가 있다고 생각한다.

참고문헌

- [1] 정병호, *한국 무용의 미학*, 집문당, 2004.
- [2] A. Halprin, *치유 예술로서의 춤*, 임용자, 김용량

- 역, 물병자리, 2002.
- [3] 박선영, *춤 테라피의 이론과 실제*, 학지사, 2010.
- [4] 최경실, "춤의 사회적 기능 - 삶을 치유하는 춤," 한국콘텐츠학회 종합학술대회 논문집, 제2014권, 제11호, pp.177-178, 2014.
- [5] 주성용, *무용동작치료가 지적장애 여자고등학생의 자기표현능력과 자아존중감에 미치는 효과*, 원광대학교 일반대학원, 박사학위논문, 2011.
- [6] 이애주, "치유 이전의 몸과 춤," 한국정신과학회 학술대회 논문집, 제2016권, 제10호, pp.159-169, 2016.
- [7] 심희정, 서미아, "가정폭력 피해여성의 애착손상 및 상태-특성 불안이 부부 적응에 미치는 영향," 한국콘텐츠학회논문지, 제15권, 제3호, pp.133-145, 2015.
- [8] 여성가족부, *2016년 가정폭력 실태조사*, 2017.
- [9] 김소정, "가정폭력 피해경험이 기혼여성의 우울에 영향을 미치는 과정 연구: 자아존중감과 사회적 지지체계 매개효과를 중심으로," 한국사회복지학회 학술발표대회지, 제2008권, 제1호, pp.329-334, 2008.
- [10] L. E. Walker, *The battered woman*, Harper & Row, 1979.
- [11] APA(America Psychiatric Association), *DSM-IV: 정신장애에 관한 진단 및 통계편람(제4판)*, 하나의 학사, 1994.
- [12] 변은주, "폭력피해 여성들의 심리적 후유증과 치유," 여성연구논집, 제25호, pp.5-17, 2014.
- [13] 최성희, 이영희, "유방암 환자의 외상 후 성장 영향 요인," 한국콘텐츠학회논문지, 제16권, 제11호, pp.499-509, 2016.
- [14] R. G. Tedeschi and L. G. Calhoun, "The posttraumatic growth inventory: Measuring the positive legacy of trauma," *Journal of Traumatic Stress*, Vol.9, No.3, pp.455-472, 1996.
- [15] 송승훈, 이홍석, 박준호, 김교현, "한국판 외상 후 성장 척도의 타당도 및 신뢰도 연구," 한국심리학회지: 건강, 제14권, 제1호, pp.193-214, 2009.
- [16] T. Zoellner and A. Maercker, "Posttraumatic growth in clinical psychology-A critical review and introduction of a two component model," *Clinical Psychology Review*, Vol.26, No.5, pp.626-653, 2006.
- [17] 김옥희, 김연경, "중년여성의 애착, 외상 후 성장 및 자기실현과의 관계," 한국콘텐츠학회논문지, 제16권, 제12호, pp.507-517, 2016.
- [18] 최권호, *소아암 부모의 외상 후 성장을 위한 가족 프로그램 TSL®-CCF 개발과 효과성 검증*, 연세대학교 사회복지대학원, 박사학위논문, 2015.
- [19] R. G. Tedeschi and L. G. Calhoun, *Trauma and transformation: Growing in the aftermath of suffering*, Sage Publications, 1995.
- [20] L. G. Calhoun and R. G. Tedeschi, *Handbook of posttraumatic growth Research & practice*, Lawrence Erlbaum Associates Publishers, 2006.
- [21] 유해선, *치료·회복 프로그램이 가정폭력 피해여성의 심리사회적 요인, 정신건강, 자립의지에 미치는 효과*, 서울벤처대학원대학교, 박사학위논문, 2015.
- [22] 차지영, *외상경험 청소년의 외상 후 성장 프로그램 개발 및 효과*, 경성대학교 일반대학원, 박사학위논문, 2017.
- [23] 이수정, "가정폭력에 기인하여 배우자를 살해한 여성 재소자의 심리특성에 관한 연구," 한국심리학회지: 사회 및 성격, 제20권, 제2호, pp.35-55, 2006.
- [24] D. G. Saunders, "Posttraumatic stress symptom profiles of battered women: A comparison of survivors in two settings," *Violence and victims*, Vol.9, No.1, pp.31-44, 1994.
- [25] S. Perrin, V. B. Van Hasselt, and M. Hersen, "Validation of the Keane MMPI-PTSD Scale against DSM-III-R criteria in a sample of battered women," *Violence and victims*, Vol.12, No.1, pp.99-104, 1997.
- [26] S. Vitanza, L. Vogel, and L. L. Marshall, "Distress and symptoms of post traumatic stress disorder in abused women," *Violence and victims*, Vol.10, No.1, pp.23-34, 1995.
- [27] C. G. Watson, M. Barnett, L. Nikunen, C. Schultz, T. Randolph-Elgin, and C. M. Mendez, "Lifetime prevalences of nine common psychiatric/personality

disorders in female domestic abuse survivors," The Journal of nervous and mental disease, Vol.185, No.10, pp.645-647, 1997.

[28] E. S. Kubany, S. N. Haynes, F. R. Abueg, F. P. Manke, J. M. Brennan, and C. Stahura, "Development and validation of the Trauma-Related Guilt Inventory(TRGI)," Psychological Assessment, Vol.8, No.4, pp.425-437, 1996.

[29] B. M. Houskamp and D. W. Foy, "The assessment of posttraumatic stress disorder in battered women," Journal of Interpersonal Violence, Vol.6, No.3, pp.367-375, 1991.

[30] A. Kemp, B. L. Green, C. Hovanitz, and E. I. Rawlings, "Incidence and correlates of posttraumatic stress disorder in battered women shelter and community samples," Journal of Interpersonal Violence, Vol.10, No.1, pp.43-55, 1995.

[31] 김인숙, (무용·동작) 심리치료의 이론과 실제, 이담Books, 2012.

[32] 류분순, 고경순, "무용동작치료가 식사장애 여성의 신체에 미치는 영향," 임상예술, 제13호, pp.41-49, 2002.

[33] F. Kline, R. W. Burgoyne, and F. Staples, "A report on the use of movement therapy for chronic," The Art in psychotherapy, Vol.4, pp.59-71, 1977.

[34] 김홍자, 무용동작치료가 입원중인 정신분열증환자의 분노 및 분노표현, 우울, 불안, 양성과 음성증상에 미치는 영향, 원광대학교 대학원, 박사학위논문, 2009.

[35] 김월녀, 무용동작치료가 알코올의존환자부인의 자아존중감 및 불안, 우울, 혈청 cortisol 농도에 미치는 효과, 원광대학교 대학원, 박사학위논문, 2008.

[36] 김연금, 이선규, 백기자, "치유예술로서의 춤이 여성노인의 뇌기능에 미치는 영향," 한국산학기술학회논문지, 제15권, 제5호, pp.2655-2661, 2014.

[37] 고명희, 가정폭력 피해여성들의 통합예술치료 프로그램에서의 치유경험, 제주대학교 교육대학원, 석사학위논문, 2016.

[38] 정은희, 신체활동 중심의 치료레크리에이션 참

여가 가정폭력 피해여성의 자아존중감 및 사회성에 미치는 영향, 이화여자대학교 대학원, 석사학위논문, 2013.

[39] 류분순, 무용동작 심리치료가 성폭력 피해 청소년의 외상후 스트레스, 뇌파 및 자아 정체감에 미치는 효과, 홍익대학교 대학원, 박사학위논문, 2009.

[40] 박철옥, 안현의, "복합외상경험자의 자기의 회복과정," 상담학연구, 제17권, 제6호, pp.63-85, 2016.

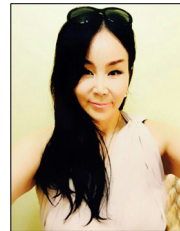
[41] 김유순, 이재원, "외상 사건 생존자의 외상후 성장 촉진을 위한 해결중심상담전략 탐색," 해결중심학회지, 제3권, 제1호, pp.35-53, 2016.

[42] 이영호, 박지윤, "가정폭력 피해여성의 자아존중감과 자기효능감 향상에 여성주의 집단상담이 미치는 효과," 교류분석상담연구, 제4권, 제2호, pp.79-103, 2014.

저 자 소 개

신 우 정(Woo-Jung Shin)

정희원



- 2004년 8월 : 한국방송통신대학교 교육과(교육학사)
- 2009년 8월 : 동국대학교 공연예술학과(예술학 석사)
- 2015년 9월 ~ 현재 : 동방문화대학원 자연치유학과(박사과정)

현재 신우정과 함께하는 힐링학교 대표

<관심분야> : 무용, 측정, 평가, 치유

임 동 호(Dong-Ho Lim)

정희원



- 1990년 2월 : 대전 대학교(철학 학사)
- 1993년 4월 : 인도뿌네대학교(요가철학 석사)
- 1998년 8월 : 인도뿌네대학교(요가철학 박사)

• 현재 : 동방문화대학원대학교 자연치유학과 부교수

<관심분야> : 요가, 철학, 분석, 치유