

석사학위논문

무용 작품
「Scroll」에 관한 연구

2026년

한 성 대 학 교 대 학 원

무 용 학 과

무 용 공 연 전 공

이 수 연

석사학위논문
지도교수 정석순

무용 작품
「Scroll」에 관한 연구
A study on the Dance Work
「Scroll」

2025년 12월 일

한성대학교 대학원

무용학과

무용공연전공

이수연

석사학위논문
지도교수 정석순

무용 작품
「Scroll」에 관한 연구
A study on the Dance Work
「Scroll」

위 논문을 무용학 석사학위 논문으로 제출함

2025년 12월 일

한성대학교 대학원

무용학과

무용공연전공

이수연

이수연의 무용학 석사학위 논문을 인준함

2025년 12월 일

심사위원장 박재홍 (인)

심사위원 김남용 (인)

심사위원 정석순 (인)

국 문 초 록

무용작품 「Scroll」에 관한 연구

한 성 대 학 교 대 학 원
무 용 학 과
무 용 공 연 전 공
이 수 연

본 논문은 현대인의 스마트폰 중독에 대한 경각심을 알리기 위해 표현한 작품 「Scroll」에 대한 연구 분석한 논문이다.

오늘날 스마트폰은 일상에서 빼놓을 수 없는 필수품이다. 그 이면에는 중독이라는 사회적 문제가 자리 잡고 있다. 과도한 스마트폰 사용은 정서적 고립, 사회적 관계 단절 등 인간의 삶 전반에 부정적인 영향을 미치고 있으며, 많은 현대인들이 이러한 변화를 인식하지 못한 채 스마트폰에 과도하게 의존하고 있다. 본 연구자는 현대 사회에서 심각한 문제로 떠오르고 있는 스마트폰 중독에 대해 말하고자 한다. 스마트폰 중독은 단순한 습관의 문제를 넘어, 정신 건강과 일상생활까지 위협하는 중요한 사회적 문제로 자리 잡고 있다. 2024년 한국갤럽 조사에 따르면 국내 성인의 스마트폰 사용률은 98%에 달하며, 60대 이하는 거의 100%에 육박하며 70대 이상에서도 처음으로 90%를 넘어섰다. 스마트폰은 단순한 통신 기기를 넘어 일상의 거의 모든 영역에서 활용되고 있다. 알람부터 시작해 정보 확인, 쇼핑, 금융거래 등 일상의 모든 영역에서 활용되고 있다. 한국지능정보사회진흥원이 실시한 2024년 스마트폰 과

의존 실태조사 결과에 따르면 스마트폰 과의존 위험군 비율은 22.9%로 국민 5명 중 1명 이상이 스마트폰 중독 위험에 노출되어 있는 것으로 나타났다. 과의존 위험군은 불안, 우울, 수면 장애, 무기력감 등을 일반 사용자들에 비해 3~4배 높게 나타나며, 불안 증상은 76%에 달한다고 한다.

스마트폰 중독 문제가 초래하는 사회적, 심리적, 신체적 피해를 연구하고, 심각한 현실을 알리고자 무용작품 「Scroll」를 창작하였다.

본 작품에서는 스마트폰 중독으로 인해 고통받는 인간의 모습을 나타내고자 하였다. 이를 효과적으로 전달하기 위해 투명 아크릴 박스와 휴대용 조명을 오브제로 사용했다. 아크릴 박스는 현대인을 가두는 디지털 공간을, 휴대용 조명은 스마트폰 화면 속 불빛을 표현하며 사용자의 시선을 사로잡는 자극을 표현했다.

본 작품은 연구자 외에 3명의 무용수와 함께 총 4장의 구성으로 이루어졌다. 무용수들은 스마트폰 화면에 시선을 고정한 채 주변을 인식하지 못하고 알림음에 반응하며 더 강한 자극을 쫓는 모습을 통해 중독된 모습을 드러낸다. 본 연구자는 연구 과정과 창작 과정을 통해 스마트폰 중독의 심각성을 시각적으로 제시하고, 이로 인해 발생할 수 있는 문제의 경각심을 일깨우고자 하였다. 나아가 관객들이 이러한 자극 속에서 잃어버린 자신의 모습을 되돌아볼 수 있도록 유도하며, 건강한 스마트폰 사용 습관을 만들어 갈 수 있는 행동 변화의 필요성을 전달하고자 한다.

【주요어】 스마트폰 중독, 스마트폰 과의존, 감각 마비, 사회적 관계 단절

목 차

I. 서 론	1
II. 이론적 배경	5
2.1 스마트폰 시대의 생활환경	5
2.2 스마트폰 중독	5
2.2.1 현대인의 스마트폰 이용 특성	6
2.2.2 스마트폰 중독 현황	7
2.2.3 스마트폰 중독이 일상생활에 미치는 악영향	9
2.3 스마트폰 중독으로 인한 사회적 문제	10
2.4 선행연구	12
III. 작품 개요	15
3.1 작품의 형식 및 구조	15
3.2 작품의 구성요소 및 표현 매체	16
3.2.1 움직임 표현 방법	16
3.2.2 의상	17
3.2.3 조명	19
3.2.4 음악	20
3.2.5 소품	21
IV. 작품 분석	24
4.1 1장: 중독된 일상	26
4.1.1 내용 및 안무 의도	26
4.1.2 움직임 및 구성 표현	26
4.1.3 음악	28
4.1.4 조명	29
4.2 2장: 자극과 반응	31

4.2.1 내용 및 안무 의도	31
4.2.2 움직임 구성 및 표현	31
4.2.3 음악	34
4.2.4 조명	34
4.3 3장: 결핍과 갈망	36
4.3.1 내용 및 안무 의도	36
4.3.2 움직임 구성 및 표현	37
4.3.3 음악	40
4.3.4 조명	40
4.4 4장: 잠식과 소멸	42
4.4.1 내용 및 안무 의도	42
4.4.2 움직임 구성 및 표현	42
4.4.3 음악	45
4.4.4 조명	46
V. 결 론	48
참 고 문 헌	50
부 록	52
ABSTRACT	54

표 목 차

[표 3-1] 장면의 특징	15
[표 4-1] 도표 기호 설명	29
[표 4-2] 1장 조명 및 동선	30
[표 4-3] 2장 조명 및 동선	35
[표 4-4] 3장 조명 및 동선	41
[표 4-5] 4장 조명 및 동선	46

그림 목 차

[그림 2-1] 연도별 스마트폰 과의존 위험군 비율	8
[그림 2-2] 이용하고 있는 숏폼 플랫폼	9

사 진 목 차

[사진 2-1] 〈Man - Made〉 공연 사진	12
[사진 2-2] 〈다다익선〉 연출 사진	13
[사진 3-1] 무용수 의상 〈정면〉	18
[사진 3-2] 무용수 의상 〈옆면〉	18
[사진 3-3] 무용수 의상 〈옆면〉	18
[사진 3-4] 무용수 의상 〈뒷면〉	18
[사진 3-5] 사용된 소품 〈정면〉	22
[사진 3-6] Pre Set 〈정면〉	22
[사진 3-7] 사용된 소품 〈정면〉	22
[사진 3-8] 사용된 소품 〈후면〉	22
[사진 3-9] 사용된 소품 〈정면〉	23
[사진 4-1] 현대인 일상 모습 1	27
[사진 4-2] 현대인 일상 모습 2	27
[사진 4-3] 현대인 일상 모습 3	27
[사진 4-4] 스마트폰 빛에 고정된 시선 1	28
[사진 4-5] 스마트폰 빛에 고정된 시선 2	28
[사진 4-6] 기계적인 움직임 1	32
[사진 4-7] 기계적인 움직임 2	32
[사진 4-8] 빛을 향한 응시 1	32
[사진 4-9] 빛을 향한 응시 2	32
[사진 4-10] 자극을 향한 갈망 1	33
[사진 4-11] 자극을 향한 갈망 2	33
[사진 4-12] 기계적 움직임 1	37
[사진 4-13] 기계적 움직임 2	37

[사진 4-14] 기계적 움직임 3	38
[사진 4-15] 집단적 혼란 1	38
[사진 4-16] 집단적 혼란 2	38
[사진 4-17] 집단적 혼란 3	39
[사진 4-18] 이탈과 고립 1	39
[사진 4-19] 이탈과 고립 2	39
[사진 4-20] 통제력을 잃은 움직임 1	43
[사진 4-21] 통제력을 잃은 움직임 2	43
[사진 4-22] 통제력을 잃은 움직임 3	43
[사진 4-23] 통제력을 잃은 움직임 4	43
[사진 4-24] 도파민 잠식 1	44
[사진 4-25] 도파민 잠식 2	44
[사진 4-26] 추락과 소멸 1	45
[사진 4-27] 추락과 소멸 2	45

I. 서론

본 논문은 현대인의 스마트폰 중독에 대한 경각심을 알리기 위해 표현한 작품 「Scroll」에 대한 연구 분석한 논문이다.

21세기 디지털 기술로 발전하면서 사람들은 언제 어디서나 서로 소통할 수 있게 되었다. 특히 스마트폰의 등장은 인간의 생활 방식을 근본적으로 변화시켰으며, 소셜 네트워크 서비스의 빠른 성장과 함께 일상의 정보가 실시간으로 공유되는 사회를 만들어 냈다. 스마트폰은 단순한 통신 수단을 넘어 업무, 학습, 금융, 의료, 여가 등 생활에 꼭 필요한 도구가 되었으며, 현대인의 삶을 더욱 편리하고 효율적으로 만드는 핵심 매체로 자리 잡았다.¹⁾

그러나 이러한 편리함의 이면에는 새로운 형태의 문제가 나타나고 있다. 스마트폰 없이는 불안해하고, 화면을 확인하지 않으면 건디지 못하는 사람들이 늘어나고 있으며, 이는 단순한 습관을 넘어 중독으로 발전하고 있다.

스마트폰 중독은 개인의 일상생활뿐만 아니라 대인관계, 신체 건강, 심리 상태까지 넓은 범위로 영향을 미치며 현대 사회의 심각한 문제로 떠오르고 있다.²⁾ 사회적 고립감과 낮은 자존감 역시 스마트폰 중독과 관련된 요인으로 보고되었으며, 이러한 특성을 가진 개인들은 과도한 온라인 상호작용을 통해 사회적 연결 욕구를 충족시키려는 경향이 나타난다(Bian & Leung, 2015).

스마트폰 중독에 관한 기존 연구는 주로 우울, 불안, 고립감, 충동성과 같은 심리적 문제와 일상생활의 어려움을 밝히는 데 집중되어 왔다. 이러한 학술 연구들은 스마트폰 중독의 원인과 결과를 과학적으로 분석하는 데 중요한 역할을 했지만, 이론적 설명만으로는 일반 사람들에게 문제의 심각성을 실감하게 하고 실제 행동 변화를 이끌어 내기에는 한계가 있다. 통계 자료와 이론적 설명은 이해를 돕지만, 사람들이 자신의 일상과 직접 연결하여 진심으로 공감하고 받아들이기에는 거리가 멀게 느껴진다.

이러한 상황에서 예술, 특히 무용은 추상적이고 이론적인 개념을 몸의 움직임

1) 최숙영. “제 4차 산업혁명 시대의 디지털 역량에 관한 고찰” 2018. 09 p.1

2) 신현지, 김남희. “스마트폰은 좋은 친구인가?: 외로움, 의인화, 그리고 스마트폰 과의존의 관계” 한국 심리학회지 2025.05 p.1

직임과 시각적 이미지로 보여줌으로써 관객이 직접 느끼고 공감할 수 있게 만드는 것을 가지고 있다. 무용 작품은 관객이 단순히 정보를 받아들이는 것이 아니라, 무대 위 무용수의 움직임과 감정을 보며 자신의 경험을 떠올리고 스스로를 돌아볼 수 있는 기회를 제공한다. 본 연구자는 스마트폰 중독에 관한 여러 연구를 살펴보면서 이 문제가 현대인의 삶에 미치는 영향이 얼마나 심각한지 깨닫게 되었고, 이를 이론으로만 이해하는 것을 넘어 관객이 몸으로 느끼고 마음으로 공감할 수 있는 예술적 방식으로 표현해야겠다고 생각하게 되었다. 이에 본 연구는 현대인의 스마트폰 중독에 대한 심각성을 무용이라는 예술을 통해 어떻게 효과적으로 전달해야 하는지 알아보기 위해, 무용 작품 「Scroll」을 중심으로 분석하고자 한다.

일상에서 자연스럽게 사용하는 스마트폰이 편리함과 달리 다양한 문제를 일으킬 수 있음을 작품을 통해 보여주고자 한다. 스마트폰 중독의 심각성을 일깨우는 동시에, 현대인들이 일상 속에서 무심코 사용하는 스마트폰이 초래하는 문제를 시각적으로 표현하는데 중점을 두었으며 투명 아크릴 박스와 휴대용 조명을 활용하였다.

본 연구는 무용 작품 「Scroll」을 통해 스마트폰 중독의 심각성과 그로 인해 발생하는 다양한 문제들을 시각적으로 제시하고, 기술 중심의 생활 방식이 인간의 삶에 미치는 영향을 되돌아볼 기회를 제공하고자 한다. 반복되는 자극에 따라 무의식적으로 움직이는 신체의 변화, 감각이 점점 무뎠어지는 모습 등 움직임 속에서 어떻게 나타나는지 보여주며, 스마트폰 중독을 단순한 심리, 사회적 문제가 아니라 ‘몸을 통해 드러나는 중독의 과정’으로 바라보고, 디지털 자극 속에서 지쳐가는 인간의 모습을 표현한다.

작품 「Scroll」은 총 4장으로 구성되어 있으며, 스마트폰 중독으로 인해 발생하는 문제들을 단계적으로 심화시키며 시각화하였다. 무대 전면에는 투명 아크릴 박스 22대가 배치되어 있고, 각 박스 안에는 끊임없이 재생되는 22대의 미디어 기기들이 들어 있다. 이때 투명색 아크릴 박스는 현대인들이 겉으로는 연결되어 있는 것처럼 보이지만 실제로는 서로 단절되어 있는 모습을 나타낸다. 미디어 기기에서는 예능, 시사, 뉴스 등 서로 다른 영상들이 동시다발적으로 재생되는데, 이는 현대인들이 끊임없이 다양한 콘텐츠들을 소비하며

살아가는 모습을 보여주기 위함이다. 무용수들이 손에 들고 있는 휴대용 조명은 스마트폰을 대신하는 오브제로서, 어둠 속에서도 꺼지지 않는 스마트폰 화면 속 불빛을 표현하였다.

1장에서는 스마트폰 보편화로 인한 현대 사회의 일상적인 모습을 보여준다. 무용수들은 타인의 존재를 의식하지 않은 채 각자 아크릴 박스 안에 있는 미디어 기기들과 자신의 손안에 있는 스마트폰 화면만을 응시하며 무대 위를 걸어 다닌다. 이들은 서로 스쳐 지나가지만 눈을 마주치지 않으며, 같은 공간에 있지만 정신적으로 완전히 고립되어 있다. 이러한 움직임은 대중교통이나 거리에서 각자의 스마트폰에만 몰두한 채 걷는 현대인의 모습을 재현했다. 그러던 중 갑자기 찾아온 암전 속에서 한 무용수의 스마트폰에서 알림음이 울리고 화면이 밝혀지자, 모든 무용수들이 그 화면과 알림음에 반응하며 한 명의 무용수에게 모여든다. 이 장면은 사회적 관계의 단절과 스마트폰에 의존하는 개인의 정신적 고립을 표현하였다.

2장에서는 스마트폰의 자극에 신체가 지배당하는 단계를 더욱 구체화하였다. 무용수들은 알림음이 울릴 때마다 몸을 반응하며, 휴대용 조명, 즉 스마트폰을 든 채로 스마트폰이 움직이는 방향으로 몸이 함께 이끌려간다. 무용수들의 움직임은 자신의 의지가 아닌 기계에 의해 결정되며, 신체의 자유로움이 점차 상실된다. 또한 암전 속에서 조명이 갑자기 밝혀지면 무용수들은 그 빛을 따라 뛰고 움직이면서, 스마트폰이라는 디지털 자극에 완전히 종속되어 있는 모습을 드러낸다.

3장에서는 중독이 심해지면서 더욱 강렬한 자극을 끊임없이 추구하는 단계로 나아간다. 무용수들의 시선은 오로지 스마트폰 화면에만 고정되어 있으며, 주변의 현실은 완전히 사라지고 오직 화면 속에서 나오는 빛에만 의지하여 움직이는 행동 패턴을 보여준다. 이들은 점점 더 빠르게 스크롤하고, 더 자극적인 콘텐츠를 찾아 헤매며, 이전보다 더 강한 도파민 반응을 얻기 위해 끊임없이 화면을 넘긴다. 이러한 움직임은 갈수록 격렬해지고 반복적이며 현대인의 내면적 갈등을 시각화하였다.

4장에서는 중독의 정점이자 파국을 맞이한다. 무용수들은 스마트폰으로부터 벗어나려 하지만, 벗어나려 할수록 오히려 더 깊이 중독의 늪에 빠져드는

상황에 놓인다. 서로 부딪히고 넘어지며 격렬한 움직임 속에서 신체의 리듬은 점차 망가지기 시작한다. 무용수들의 동작은 불규칙해지고 흐트러지며, 에너지는 고갈되어 가고, 결국 무기력과 공허함만이 남은 채 바닥에 쓰러지는 상태가 된다. 이 마지막 장면은 디지털 중독이 개인의 신체적, 정신적 건강을 어떻게 파괴하는지를 드러내며, 중독으로부터의 탈출이 얼마나 어려운지를 보여준다.

본 작품은 현대인의 스마트폰 중독을 탐구한 작품으로서, 관객들이 단순히 이해하는 것을 넘어 무대 위에서 나타내는 움직임과 표현을 통해 스마트폰이 우리의 삶과 대인관계, 일상의 리듬, 나아가 신체와 정신건강에 미치는 심각한 부정적 영향을 직접 보며, 자신의 스마트폰 사용 습관을 되돌아 볼 수 있는 기회를 제공하고자 한다. 이를 통해 관객 스스로 디지털 기기와의 건강한 관계에 대해 고민할 수 있기를 기대한다.

Ⅱ. 이론적 배경

2.1 스마트폰 시대의 생활환경

스마트폰은 이동통신 기능에 고성능 컴퓨터의 정보처리 능력을 결합한 지능형 단말기로, 음성 통화 중심의 기존 휴대전화와 달리 인터넷 접속, 영상, 음악 활용 등 다양한 정보통신 기술을 하나로 모은 복합적인 기기이다. 방송통신위원회(2011)는 이를 “사용자가 원하는 애플리케이션을 자유롭게 설치하고 실행할 수 있는 휴대형 단말기”로 정의하며, 확장된 정보처리 능력을 갖춘 미디어임을 강조한다.

스마트폰의 가장 핵심적인 특성은 ‘24시간 연결’이다. 이는 언제 어디서나 실시간으로 정보를 습득하고 타인과 소통하며 사회적 교류를 할 수 있게 함으로써 시간과 공간의 제약을 크게 줄여주었다. 그러나 이러한 편리함은 반대로 스마트폰이 사용자의 일상 리듬 속에 깊이 파고들어 생활 방식 자체를 바꾸는 결과를 가져왔다. 즉, 스마트폰은 휴대성·접근성·즉시성·개인화·다기능성을 바탕으로 현대인의 필수 도구로 자리 잡았으며, 단순한 통화 기기를 넘어 정보적·감각적·사회적 경험을 이어주는 핵심적인 도구로 작용하고 있다.

2.2 스마트폰 중독

스마트폰은 우리 생활을 편리하게 만들었지만, 여러 가지 부작용도 낳고 있다. 바로 스마트폰 의존증이 생기고 그로 인한 정신적·신체적 피해를 주기 때문이다. 스마트폰 중독이란 스마트폰을 과하게 사용하며 스마트폰 없이는 불안하고 초조함을 느끼며 점점 더 오래 사용해야 만족감을 느끼는 상태를 말한다. 이로 인해 일상생활에 지장이 발생하게 된다(한국정보화진흥원, 2013). 일반적으로 중독이란 어떤 특정한 활동에 지나치게 빠져들어 스스로 쾌락과 만족감을 얻기 위해 하는 행동을 반복하는 것을 말하며, 일상생활에서는 느끼

기 어려운 강한 쾌락을 추구하면서 그 경험에 의존하게 되는 것을 의미한다 (Marie, 1977).

이러한 스마트폰 중독은 크게 조절 실패, 현저성, 문제적 결과의 3요인으로 구성되어 있다. 첫째, 조절 실패는 스마트폰 사용을 스스로 조절하는 능력이 줄어들어, 원래 세웠던 목표보다 더 많이 사용하게 되는 상태를 말한다. 둘째, 현저성은 일상생활에서 스마트폰 사용이 다른 활동들 보다 많아지고 가장 중요한 일이 되어버린 상태를 말한다. 셋째, 문제적 결과는 스마트폰 이용으로 인해 몸과 마음, 사회의 부정적인 결과를 경험함에도 불구하고 스마트폰을 지속적으로 이용하는 상태를 의미한다.³⁾ 실제로 스마트폰 중독자들은 마약이나 알콜중독자들과 비슷하게 스마트폰을 사용하지 못하면 불안, 초조, 우울감을 느끼며 하나같이 ‘심리적 불안감’을 호소하고 있다. 사용에 대한 이는 사용자의 의지 통제를 벗어난 중독적 행동 양상을 보일 뿐만 아니라, 우울이나 불안과 같은 정서적 문제를 심화시키고, 나아가 신체 구조의 변형과 생체 리듬의 붕괴라는 물리적 손상으로까지 이어진다.⁴⁾

2.2.1 현대인의 스마트폰 이용 특성

현대인의 스마트폰 사용 시간은 지속적으로 증가하고 있다. 방송통신위원회의 조사에 따르면 한국인 평균 스마트폰 이용 시간은 약 5시간으로, 이는 수면 시간을 제외한 활동 시간의 약 3분의 1에 해당한다.⁵⁾ 애플리케이션 분석 업체 데이터에이아이(Data.ai)의 조사에도 하루 평균 스마트폰 사용 시간이 2019년 1분기 4.7시간에서 2022년 1분기 5.2시간으로 3년 만에 약 11% 증가한 것으로 나타났다.

스마트폰의 주요 이용 목적도 크게 변화하고 있다. 과거에는 전화 통화나 문자메시지를 주고받는 기본적인 연락 수단으로 사용되었다면, 현재는 SNS, 쇼핑, 금융거래, 정보 검색 등 훨씬 다양한 용도로 활용되고 있다. 한국언론진

3) 안소영. “청소년의 중독에 관한 문헌분석 : 게임중독, 스마트폰 중독, SNS 중독을 중심으로” 고려대학교 교육대학원 2018. p.25

4) 최기라. “스마트폰 중독이 청소년의 정신건강에 미치는 영향” 대전대학교 통일대학원 2020. p.7

5) 노영희. “한국인 스마트폰 및 하루 평균 5시간 이용, 눈 건강 빨간불” 메디포뉴스 2023.11.16

홍재단의 2024년 조사에 따르면 카카오톡 이용률이 98.9%로 가장 높았으며, 유튜브 84.9%, 인스타그램 38.6% 순으로 나타났다.⁶⁾ 이처럼 현대인들은 스마트폰을 통해 사람들과 소통하고 필요한 정보를 찾으며 여가 시간을 보내는 등 하루 일과의 많은 부분을 스마트폰과 함께하고 있다.

이처럼 스마트폰에 대한 의존이 높아지면서 '노모포비아(Nomophobia)'라는 새로운 현상이 나타나고 있다. 노모포비아는 '노 모바일폰 포비아(No Mobile-phone Phobia)'의 줄임말로, 스마트폰이 손에 없으면 불안하고 초조해지는 증상을 말한다.⁷⁾ 스마트폰이 단순히 전화를 거는 도구를 넘어서 결제 수단, 길 찾기, 쇼핑, 은행 업무까지 맡게 되면서, 현대인들에게 스마트폰은 없어서는 안 될 생활 필수품이 되었다. 그 결과 스마트폰 없이는 하루를 보내기 어려운 상황에 이르렀고, 이러한 과도한 의존은 중독으로 이어질 위험성을 높이고 있다.

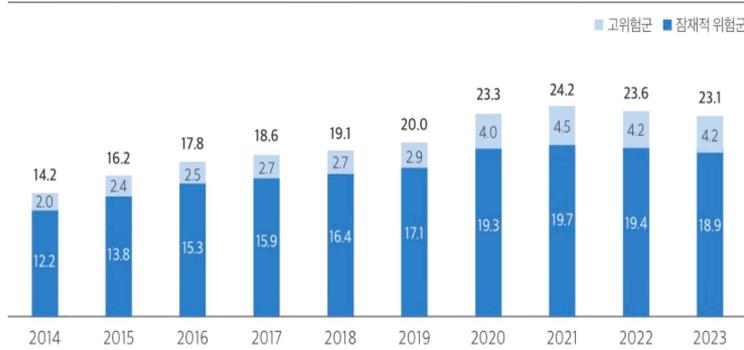
2.2.2 스마트폰 중독 현황

2010년대 중반 이후, 스마트폰의 전국적 보급과 중독성 높은 콘텐츠의 확산으로 인해 스마트폰 과의존 위험군 비율은 지속적으로 증가하고 있다. 특히 코로나19 팬데믹이 본격화된 2020년에는 사회적 거리두기에 따른 대면 활동 감소와 실내 생활 증가로 인해 스마트폰 과의존 위험군 비율이 23.3%까지 급증하였다. 2019년 이전의 평균 증가율이 1.2% 수준이었던 점을 고려할 때, 이는 재난 상황이 디지털 의존도를 급격히 높였음을 시사한다. 이후 2021년에는 과의존 위험군이 24.2%로 역대 최고치를 경신하며 그 심각성을 드러냈다.

6) 한국언론진흥재단. “2024 소셜미디어 이용자 조사 결과 발표” 2024.

7) 조수완. “폰이 없을 때 불안하다면? ‘노모포비아’ 자가 진단법 하이닥. 2023. 06

연도별 스마트폰 과의존 위험군 비율



[그림 2-1] 연도별 스마트폰 과의존 위험군 비율

특히 성인 계층의 경우, 업무 처리와 대인 관계 유지 등 일상생활의 대부분이 모바일 환경으로 전환됨에 따라 과의존 위험군 비율이 지속적으로 20%대를 나타내고 있다. 또한 최근 급부상한 ‘숏폼’ 콘텐츠의 확산은 이러한 현상을 더욱 부추기고 있다. 실제로 대학생을 대상으로 한 조사 결과, 응답자 10명 중 9명 정도(88.0%)가 숏폼 콘텐츠의 중독성이 강하다고 느끼고 있었다(최선우, 2023). 이러한 숏폼 콘텐츠는 짧고 강렬한 자극을 반복적으로 제공함으로써 사용자가 끊임없이 다음 콘텐츠를 찾게 만들며, 결과적으로 장시간 스마트폰 사용으로 이어지게 한다.⁸⁾

이러한 객관적인 통계뿐만 아니라, 사용자들이 체감하는 중독의 심각성 또한 높게 나타나고 있다. 한경닷컴이 네이버 스마트폰 카페 회원 612명을 대상으로 진행한 설문조사 결과, 응답자의 약 44%가 ‘스마트폰에 중독된 것 같다’고 답했으며, 과반수가 넘는 52%는 ‘손에서 스마트폰을 놓기 힘들다’고 호소했다. 중독의 피해는 일상 영역으로 확장되며 독서나 친구 만남 등 오프라인 활동이 줄었다는 응답이 23%, 학업이나 업무에 직접적인 악영향을 미친다는 답변이 40%에 달했다.⁹⁾

8) 유연선. “2023년 스마트폰 과의존 실태조사 결과 분석” 한국지능정보사회진흥원 2024. 06 p.6

9) 강지연. “화장실에서도 스마트폰 들고 있는 나, 혹시 중독?” 2010. 한국경제

이용하고 있는 숏폼 플랫폼 전체

(N: 온라인 동영상 서비스 이용자, 단위: %)

		유튜브 숏츠	틱톡	인스타릴스	그 외 기타 숏폼 플랫폼	전혀 이용하지 않음
전체		51.7	11.2	9.7	0.8	26.5
스마트폰 과의존 수준별	과의존 위험군	51.4	13.5	13.8	0.9	20.4
	고위험군	48.2	10.4	11.3	1.2	28.9
	잠재적 위험군	52.1	14.2	14.4	0.8	18.6
	일반 사용자군	51.8	10.5	8.5	0.8	28.4

[그림 2-2] 이용하고 있는 숏폼 플랫폼

2.2.3 스마트폰 중독이 일상생활에 미치는 악영향

스마트폰 중독은 개인의 가장 기초적인 생활 습관인 식생활, 신체활동, 수면 패턴과 밀접하게 연관되어 있으며, 이러한 기본 욕구의 불균형은 심리적 불안정성을 심화시킨다. 개인 신체 리듬을 파괴하며 학업 및 업무 효율을 저하 시키며 일상생활에 악영향을 미치고 있다. 스마트폰의 과도한 사용은 수면의 질을 심각하게 떨어트리고 있다. 한국인터넷진흥원(2015)에 따르면 실제로 ‘자기 전 또는 잠에서 깨자마자 스마트폰을 이용한다’라고 응답한 비율이 53.9%에 달했다. 문제는 침대에 누워 스마트폰으로 메시지를 보내거나 게임, 음악 듣기 등 눈과 귀, 손을 계속 움직이게 되면 뇌가 잠들지 못하고 깨어 있는 상태가 된다는 점이다. 이로 인해 잠이 들기까지 시간이 오래 걸리고, 결과적으로 늦게 잠들게 되어 수면 부족으로 이어진다. 이렇게 잠을 제대로 자지 못하게 되면 집중력과 기억력이 떨어지게 된다.¹⁰⁾

스마트폰 기기가 우리의 일상이 되면서 세상을 받아들이는 방식도 크게 변화하였다. 스마트폰 화면을 손가락으로 끊임없이 터치하지만 이것은 실제 물건을 만질 때 오는 느낌이 다르다. 그저 매끄러운 유리 화면을 만지는 느낌이기에 때문에 스마트폰을 계속 사용하고 있어도 겉으로만 닿아 있기 때문에

10) 신혜교, “대학생의 스마트폰 중독이 공격성, 수면, 대학생활 적응에 미치는 영향 : 우울의 매개효과를 중심으로 제주대학교 행정대학원 2019. p.10

깊이 연결되는 느낌을 받기 어렵다. 이렇게 현실의 몸 감각보다 화면 속 세상에만 집중하게 되면 심각한 문제가 생긴다. 사람을 직접 만나 대화하는 능력이 떨어진다. 화면 속 문자에만 익숙해지면 직접 얼굴을 보고 대화하는 것을 힘들어하거나 다른 사람의 기분을 이해하고 공감하는 능력이 약해질 수 있다.¹¹⁾

2.3 스마트폰 중독으로 인한 사회적 문제

스마트폰 중독은 개인의 건강 문제에서 그치지 않고 정신건강 악화, 대인관계 문제, 사회성 저하 등 다양한 사회적 문제로 확산되고 있다. 스마트폰 중독으로 나타나는 대표적인 사회적 문제로는 우울증, 대인관계 악화, 자존감 저하 등이 있으며, 특히 SNS와 메신저 사용이 이러한 부정적 요소와 가장 관련이 높은 것으로 나타났다.¹²⁾ 특히 우울은 스마트폰 과의존과 가장 높은 상관관계를 보이는 심각한 사회적 문제로, 최근 젊은 세대의 정신건강 지표에서 그 위험성이 두드러지게 나타나고 있다.

특히 우울은 스마트폰 과의존과 가장 높은 상관관계를 보이는 심각한 사회적 문제로, 최근 젊은 세대의 정신건강 지표에서 그 위험성이 두드러지게 나타나고 있다. 보건복지부의 2024년 국민 정신건강 지식 및 태도 조사에 따르면 수일간 지속되는 우울감을 경험한 비율이 2022년 30.0%에서 2024년 40.2%로 10%p 이상 증가하였으며, 인터넷·스마트폰 중독을 경험한 비율 역시 같은 기간 6.4%에서 18.4%로 약 3배 가까이 급증하였다. 이는 스마트폰 중독과 우울이 서로 밀접하게 연관되어 있음을 보여준다.¹³⁾

또한 SNS를 통한 타인과의 비교는 자존감 저하와 우울감을 심화시키는 주요 원인이 되고 있다. SNS에서는 대부분 자신의 긍정적인 모습만을 집중적으로 노출하며 이를 최대한 미화해서 나타내려는 경향이 있다. 이러한 게시물

11) 김기란. “디지털 매체 시대, 연극의 신체성: ‘탈신체화’와 ‘재신체화’의 관점에서”, 한국드라마학회, 34호, 2011, pp. 5-32.

12) 최도현. “한국인의 스마트폰 중독과 정신건강 경향 개선에 관한 연구” 융합정보논문지 9권 11호 2019. p.22-27

13) 보건복지부. “2024년 국민 정신건강 지식 및 태도 조사 발표” 2024. 07. 05

을 반복적으로 접하게 되면 나와 다른 삶을 사는 사람들과 끊임없이 비교하게 되어 자존감이 낮아지고, 기존에 우울한 성향이 있는 사람은 이러한 박탈감이 우울증으로 발전하기 쉽다. 연구에 따르면 SNS 이용강도가 강할수록 타인과의 상향 비교를 더 많이 경험하게 되어 우울로 이어지는 것으로 나타났다.¹⁴⁾ 스마트폰 중독은 대인관계에도 부정적인 영향을 미치고 있다. 스마트폰 중독과 대인관계 건강은 부적 상관관계가 있으며, 스마트폰 중독이 심할수록 주변 사람들과의 의사소통에 문제가 발생하고 직접 만나서 하는 대화가 줄어드는 것으로 나타났다.¹⁵⁾

14) 정소라, 현명호. “SNS 이용강도와 우울의 관계에서 인지적 유연성에 의해 조절된 상향비교의 매개 효과: 인스타그램을 중심으로” 한국심리학회지:건강 22권 4호 2017. p.1035-1053

15) 김인경, 박상욱, 최혜미. “대학생의 스마트폰 중독, 의사소통 능력, 외로움, 대인관계 건강 간의 관계” 한국산학기술학회논문지 18권 1호 2017. p.637-648

2.4 선행연구

스마트폰이 우리 삶의 필수품이 되면서, 기체가 우리 몸을 어떻게 변화시키는지에 대한 주제는 매우 중요한 관심사가 되었다. 본 연구자는 「Scroll」을 구상하는 과정에서 기술과 몸의 관계를 다룬 작품들을 분석하였다.

신창호(2018) 예술감독의 작품 〈Man-Made〉는 사람이 기술을 만들었지만 오히려 기술이 사람을 지배하는 상황들을 표현하였다. 무용수들은 컴퓨터 프로그램처럼 움직임이 부드럽게 이어지지 않고 툭툭 끊기며, 같은 동작을 반복하고 감정의 흐름 없이 정해진 듯 움직인다. 본 연구자는 〈Man-Made〉 작품을 분석하고 참고하여 2장에서 무용수들이 스마트폰 속 화면에 시선이 쏠리며 기계적인 부품처럼 움직이도록 안무를 구상하였다. 더 나아가 3장에서는 무용수들이 스마트폰 화면의 불빛을 따라 움직일 때 같은 각도로 고개를 숙이고 같은 속도로 손가락을 움직이며 스크롤하는 동작을 반복하였다. 이를 통해 스마트폰 중독이 심해질수록 인간의 신체 리듬이 무너지는 현대인의 모습을 보여주하고자 하였다.



[사진 2-1]
Man-Made 공연 사진

백남준(1988) 작가의 비디오 아트 〈다다익선〉은 1,003개의 텔레비전을 거

대한 탐처럼 쌓아 올려 정보가 쏟아지는 미래 세상을 보여준 작품이다. 탐처럼 쌓인 수많은 화면에서 동시에 쏟아져 나오는 영상들은 사람들의 시선을 사로잡으며 정보 과잉 시대를 보여준 작품이다. 본 연구자는 <다다익선> 작품을 분석하며 텔레비전을 높게 쌓아 올린 형태에 영감을 받았다. 가장 인상 깊었던 점은 화면이 많다는 것이 아니라, 그 화면들이 하나의 거대한 구조물을 형성하면서 둘러싸고 있다는 점이었다. 1,003개의 화면에서 각기 다른 영상이 동시에 재생되면서 관객이 어디를 봐야 하는지, 무엇에 집중해야 할지 혼란스럽게 만든다.

이를 작품에 적용하여 무대 앞쪽에 투명 아크릴 박스를 쌓아 두고 박스 안에 미디어 기기들을 넣어 서로 다른 영상이 끊임없이 재생되는 것을 연출하였다. 각 미디어 기기에서는 예능, 시사, 유튜브 영상 등 현대인이 일상에서 접하는 다양한 콘텐츠들이 무작위로 재생된다. 투명 아크릴 박스는 서로 볼 수 있는 것처럼 보이지만 실제로는 물리적인 벽이 존재하여 접촉이나 소통이 불가능 한 상태를 표현하였다. 무용수들이 아크릴 박스 사이를 걸어 다니며 각자의 화면만 응시하는데 투명 아크릴 박스 너머로 다른 무용수들이 보임에도 불구하고 서로를 인식하지 못한다. 이처럼 단절된 현대인의 모습을 표현하였다.



[사진 2-2]
다다익선 연출 사진

앞선 두 작품이 ‘거대한 기술 시스템’이나 ‘정보 과잉’ 같은 큰 주제를 다

루었다면, 본 연구자의 작품 「Scroll」은 스마트폰 중독이 우리 몸을 어떻게 파괴하는가에 집중하였다. 가장 강조하고자 한 것은 스마트폰 중독이 단순히 시간을 많이 쓰는 습관의 문제가 아니라, 우리 몸 자체를 변화시키고 망가뜨린다는 점이다. 스마트폰에 지나치게 의존하는 생활이 계속되면 우리 몸이 가진 자연스러운 리듬이 무너지고, 신체의 균형이 깨지며, 건강한 움직임의 패턴이 사라진다. 예를 들어, 우리는 보통 자신의 의지로 몸을 움직이고, 자신의 감정에 따라 표정을 짓고, 자신의 생각에 따라 행동을 결정한다. 하지만 스마트폰 중독에 빠지면 이러한 자유로움이 사라지고, 알림음이 울릴 때마다 반응하며, 화면이 켜지면 자동으로 고개를 숙이고, 스크롤을 멈출 수 없게 되는 등 자신의 의지와 상관없이 몸이 움직이게 된다. 이는 마치 우리 몸의 주인이 우리 자신이 아니라 스마트폰이 된 것과 같은 상태이다.

이러한 표현을 통해 본 연구자는 관객들에게 스마트폰 중독이 단순히 마음의 문제나 습관의 문제가 아니라, 우리의 신체 건강을 직접적으로 해치는 심각한 문제라는 것을 전달하고자 하였다.

Ⅲ. 작품 개요

3.1 작품형식 및 구조

본 연구자의 작품 「Scroll」은 스마트폰의 터치스크린을 상하로 움직이며 정보를 탐색하는 행위인 ‘스크롤’에서 기인하였다. 현대 사회에서 스크롤은 단순한 손가락의 움직임을 넘어, 끊임없이 쏟아지는 정보의 파도 속을 목적 없이 떠다니는 현대인의 삶의 방식을 상징한다. 스마트폰은 시공간의 제약을 없애고 세상을 넓혀주었지만, 반대로 사용자의 몸을 좁은 사각 프레임 안에 가두고 감각을 무대에 만드는 결과를 가져왔다.

구체적으로 본 작품은 1장, 2장, 3장, 4장 총 4장으로 구성되어 있으며, 다음과 같이 <표3-1>로 장면의 특징을 만들었다.

[표 3-1. 장면의 특징]

장면	이미지	표현방법	시간
1장	주위에 동요하지 않고 스마트폰 속 화면만 쳐다보는 모습	일상적 움직임을 통한 표현	2분 20초
2장	스마트폰에서 나오는 다양한 알림 소리에 반응 하는 모습	트리오 움직임과 소품을 통한 표현	3분
3장	화면에 나오는 빛에만 몰두 하는 모습	휴대용 조명과 군무의 움직임을 통해 표현	4분 20초
4장	미디어 중독에 벗어나지 못하는 모습	소품 구성을 통한 표현	5분

3.2 작품의 구성요소 및 표현 매체

3.2.1 움직임 표현 방법

무용 작품 「Scroll」는 현대무용 움직임을 기반으로 창작되었으며 스마트폰 중독으로 인해 주체성을 잃고 수동적인 존재로 변해가는 현대인을 표현한 작품이다. 연구자를 제외한 3인의 무용수를 작품에 출연시켰으며, 연구자를 포함한 총 4인이 스마트폰이라는 디지털 기기에 갇혀 감각이 무뎠진 현대인의 모습을 연기하였다. 오브제로는 무대 전면에 다수의 투명 아크릴 박스와 그 안에 담긴 수많은 미디어 기기를 배치하여, 스마트폰 기기에 중독된 사용자를 가두는 폐쇄적인 디지털 프레임을 직접적으로 연출하고자 하였다. 또한, 휴대용 조명을 ‘스마트폰’으로 설정하여 무용수들이 오직 조명에서 뿜어져 나오는 빛에만 즉각적으로 반응하는 수동적인 모습을 강조하였다. 움직임 표현에서는 스마트폰을 조작하는 손가락의 미세한 움직임을 전신으로 확장하거나, 기계적인 오류로 화면이 푹푹 끊기는 현상을 몸의 떨림으로 표현하여 중독된 신체의 불안한 상태를 나타내고자 하였다.

1장에서는 스마트폰에 몰입하여 소통이 단절된 ‘집중의 왜곡’ 상태와 알림음에 끌려 다니는 몸의 모습을 연결하여 표현했다. 무용수들은 아크릴 박스 속 미디어 기기에 시선을 고정한 채 주변을 인식하지 못하고 혼자 걷는 동작들을 반복하다가, 점차 알림음과 진동, 그리고 빛이라는 디지털 자극에 즉각적으로 반응하는 모습을 보인다. 빛을 맹목적으로 쫓거나 갑작스러운 방향 전환을 반복하는 군무를 통해, 알고리즘에 의해 똑같이 만들어지고 통제되는 수동적인 이미지를 시각화 하였다. 4장에서는 중독이 심해지면서 감각이 빛에 사로잡히고, 그 끝에 찾아오는 신체적 소진을 연속적으로 보여주었다. 스마트폰 화면 속 빛에만 반응하던 몸은, 벗어나려 할수록 구속되는 중독의 모순을 표현하기 위해 아크릴 박스를 향해 돌진하고 충돌하는 격렬한 반복 동작으로 이어진다. 이러한 저항 끝에 결국 과도한 연결로 인해 방전된 신체의 상태를 힘을 잃고 늘어지는 무기력한 움직임으로 표현하고자 하였다.

3.2.2 의상

무용 의복은 무대 위에서 춤을 추는 무용수가 착용하는 장식품, 소품, 의복 등 공연자가 걸치는 모든 것을 뜻하며, 무용수의 춤을 시각적으로 도와주는 환경적인 요소이다. 많은 사람이 무용 의복을 춤출 때 입는 옷으로만 생각하지만, 무용 의복은 작품의 의미를 표현하기 위해 제작되는 예술의 한 부분이다. 안무가는 의상을 통해 작품이 담고 있는 주제를 보여줄 수 있다. 즉 무용 의복은 안무가의 정체성을 시각적으로 표현하는 중요한 요소이다.¹⁶⁾

무용 작품 「Scroll」에서 의상은 스마트폰 중독이 특정한 개인의 문제가 아닌, 동시대를 살아가는 현대인 누구에게나 해당되는 보편적인 현상임을 강조하기 위해 일상적인 형태와 색채를 착용하였다. 사용된 남색과 검정색은 현대 도시의 차가운 이미지를 대면하는 동시에, 개성이 사라지고 모두가 비슷해진 현대인을 나타낼 때 효과적인 색상으로 가정하였다. 의상의 형태로는 길거리나 대중교통 등 일상 공간에서 가장 흔하게 목격할 수 있는 남색 셔츠와 검정색 슬렉스를 선택하였다. 이는 무대 위 무용수를 특별한 캐릭터가 아닌 ‘이웃’ 혹은 ‘관객 자신’으로 투영하기 위한 장치이다. 화려한 장식이 없는 단순한 셔츠와 슬렉스는 정해진 틀 속에서 살아가는 현대인의 정형화된 모습을 상징하며, 이를 통해 스마트폰 중독이 우리의 일상 가장 깊숙한 곳에 침투해 있음을 사실적으로 전달하는 데 중점을 두었다.

16) 이다운. “무용의상의 움직임을 활용한 장신구 디자인 연구” 홍익대학교 2019. 07 p.12



[사진 3-1] (정면)



[사진 3-2] (옆면)



[사진 3-3] (옆면)



[사진 3-4] (뒷면)

3.2.3 조명

공연예술은 관객이 공연 작품을 마주할 때 느끼는 즐거움이 가장 의미 있는 일일 것이다. 공연예술에는 예술적 감흥을 느끼고 예술가의 작품 의도를 부가적으로 설명하고 작품을 이해하고 공감하고, 그 시간을 온전히 즐길 수 있도록 도와주는 무대 조명, 장치, 분장, 의상 등 인접 예술이 있다. 그 중에서 매우 큰 역할을 하는 것이 무대 조명일 것이다. 무대 조명은 인공적인 빛을 이용하고 무대 예술의 근본인 ‘본다’는 본질을 해결하고(신호, 2007, p.4), 나아가 관객의 감성적 부분을 자극하여 미적인 감흥을 일으킨다. 특히 전기 발명과 함께 급속도로 발전된 조명 기재들과 광학의 발달은 무대 예술의 중요한 시각적 표현 매체로서 역할이 더욱 증대되었다(신호, 2007, p.4).

무대 위에서 조명은 단순히 빛을 비추는 것을 넘어, 공간의 분위기나 소품의 질감, 그리고 무대의 전체적인 느낌을 결정짓는 아주 중요한 요소이다. 조명 덕분에 관객은 무대 위의 사물을 분명하게 알아볼 수 있고, 마음속에 감정을 느끼며 더 풍부한 상상을 할 수 있게 된다(고희선, 1999, p.71). 특히 무용은 무용수의 몸짓 자체가 예술 작품인데, 춤 동작은 순간적으로 나타났다가 금방 사라져 버린다. 이 찰나의 아름다움을 놓치지 않고 관객에게 전달해야 하기 때문에, 무용 조명은 더욱 세심하고 꼼꼼한 작업이 필요하다.¹⁷⁾

본 작품에서는 조명의 밝기와 색상 변화를 통해 스마트폰 중독으로 인해 변화하는 심리적 상태와 공간의 성격을 시각적으로 구현하는 데 중점을 두었다. 1장에서는 일상적인 밝은 조명으로 시작하나, 무용수가 스마트폰을 꺼면 핀 조명으로 전환하여 시각적 강조를 주었다. 주변을 소거하고 대상만을 비추는 좁은 빛은 현실과 단절된 채 기기에만 몰입하는 상태를 상징한다. 2장에서는 파란색과 주황색 조명을 대비시켜 사용하였다. 파란색은 스마트폰의 차가운 블루라이트를, 주황색은 중독된 신체의 불안과 과열을 의미하여, 두 색광의 교차를 통해 가상과 현실 사이에서 혼란을 겪는 심리를 표현하고자 하였다. 4장에서는 빠르게 점멸하는 사이키 조명과 밝은 빛을 사용하여 스마트폰 화면 자체를 연출하였다. 이러한 조명은 관객의 눈을 강하게 자극한다. 이를

17) 권순엽. “무용 공연예술에서 무대조명 연출에 관한 연구” 단국대학교 2024. p.7

통해 디지털 화면이 지직거리며 오류가 나는 듯한 현상을 전달하고자 하였다.

3.2.4 음악

무용에 있어서 음악은 결코 빼놓을 수 없는 필수적인 관계이다. 춤과 음악은 서로 조화를 이루며, 음악의 타이밍이 춤으로 표현되기도 하고 춤의 움직임이 음악을 강조하기도 한다. 무용과 음악은 감정이 작용하며, 이 감정을 실어 나르는 핵심적인 실체는 리듬이다.¹⁸⁾

본 작품 Scroll의 음악 1장에서는 특정 곡 대신 카페와 식당의 생활 소음, 스마트폰 타자 소리, 그리고 숏츠와 틱톡의 짧은 효과음들을 믹스하여 편집한 음원을 사용하였다. 이는 우리 일상에 깊숙이 침투한 디지털 소음과 현실의 소리가 뒤섞인 상태를 소리로 구현한 것이다. 불규칙하게 튀어나오는 스마트폰 알림음과 짧고 자극적인 플랫폼 효과음들은 무용수들의 집중력을 흐트러뜨리고 시선을 빼앗는 장치로 작용하며, 일상적 공간이 디지털 신호에 의해 점점 잠식되어가는 과정을 생생하게 보여주고자 하였다. 2장에서는 〈Cloudy-TAD〉를 선곡하고, 곡의 중간에 인위적인 스마트폰 알림음을 삽입하여 편집하였다. 이 곡 특유의 반복적이고 몽환적인 전자 비트는 마치 디지털 회로 속을 다니는 듯한 느낌을 준다. 규칙적인 비트 위에 덧입혀진 알림음은 무용수들의 반사적인 반응을 이끌어내는 신호가 되며, 음악의 흐름에 맞춰 생각 없이 빛을 쫓는 무용수들의 움직임을 통해 수동적인 신체 상태를 강조하였다.

3장에서는 〈Opening - Tae Seong Kim〉을 사용하였다. 곡이 가진 규칙적이고 건조한 템포는 인간의 생체 리듬보다는 기계의 작동 원리를 연상시킨다. 일정한 박자에 맞춰 오차 없이 움직이는 무용수들의 모습을 통해, 감정은 배제된 채 오직 스마트폰 화면의 빛에만 반응하여 기계적으로 스크롤을 반복하는 중독의 심화 단계를 직관적으로 전달하고자 하였다. 4장에서는 영화 ‘검은 사제들’의 OST인 〈Opening〉 테마곡을 사용하였다. 이 곡의 빠르고 긴박

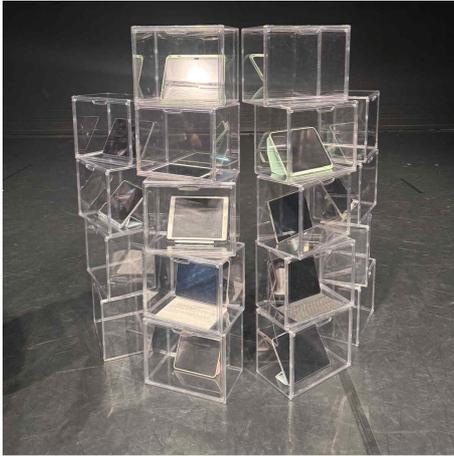
18) 송윤영. “음악과 움직임의 역사와 Emile Jaques-Dalcroze의 영향” 숙명여자대학교 2017.12 p.국문초록

한 템포와 웅장하면서도 기괴한 분위기는 중독의 굴레에서 벗어나려 발버둥치는 무용수들의 절박함과 대비되어 극적인 긴장감을 형성한다. 점차 고조되는 음악의 속도는 무용수들을 신체적 한계까지 몰아붙이며, 결국 벗어나지 못하고 소진 되어버리는 결말의 비극성을 청각적으로 극대화하는 역할을 한다.

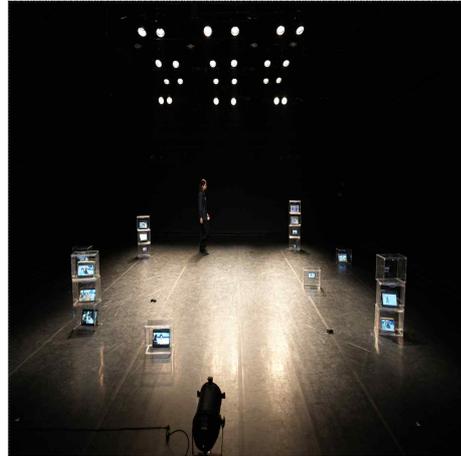
3.2.5 소품

본 연구자는 작품 주제인 스마트폰 중독과 그로 인한 고립된 모습을 직관적으로 시각화하기 위해 휴대용 조명과 투명 아크릴 박스, 그리고 박스 안에 설치된 다양한 미디어 기기를 핵심 소품으로 선정하였다. 특히 실제 스마트폰 대신 휴대용 조명을 사용함으로써, 구체적인 기기의 형태보다 스마트폰이 발산하는 '빛'이라는 시각적 자극 그 자체에 초점을 맞추었으며, 이를 통해 디지털 신호에 맹목적으로 반응하는 인간의 수동성을 상징적으로 나타내고자 하였다.

아크릴 박스는 사용자를 가두는 디지털 프레임이자 폐쇄된 가상 공간을 상징하며, 그 안에서 재생되는 수많은 영상 매체는 현대인의 시각을 끊임없이 자극하는 정보 과부하 환경을 보여준다. 아크릴 박스 안에 설치된 미디어 기기들에서는 다양한 유튜브 영상들이 재생된다. 시사 프로그램, 예능, 교양 채널 등 서로 다른 장르의 영상들이 동시에 흘러나오는데, 이는 현대인들이 스마트폰을 통해 접하는 콘텐츠의 다양성을 보여주기 위함이다. 우리는 하루에도 뉴스부터 예능, 교육 영상까지 수많은 종류의 콘텐츠를 쉴 새 없이 넘기며 소비하고 있다. 이처럼 장르에 상관없이 끝없이 쏟아지는 영상들은, 내용이 무엇이든 결국 우리의 시선을 붙잡아두는 자극제 역할을 한다는 점을 표현하고자 하였다. 즉, 중요한 것은 영상의 내용이 아니라 끊임없이 우리를 화면 앞에 머물게 하는 '자극 그 자체'라는 메시지를 담고 있다.



[사진 3-5]
사용된 소품 <정면>



[사진 3-6]
Pre Set 소품 <정면>

위 [사진 3-5], [사진 3-6] 와 같이, 무대 위에 배치된 아크릴 박스와 미디어 기기는 무용수들의 시선을 강제로 빼앗아 타인과의 소통을 차단하는 물리적 장벽으로 작용한다. 무용수들이 박스 속 영상을 응시하며 주변을 인지하지 못하는 모습은 디지털 콘텐츠에 매몰된 현대인의 고립된 일상을 시각적으로 증명한다.

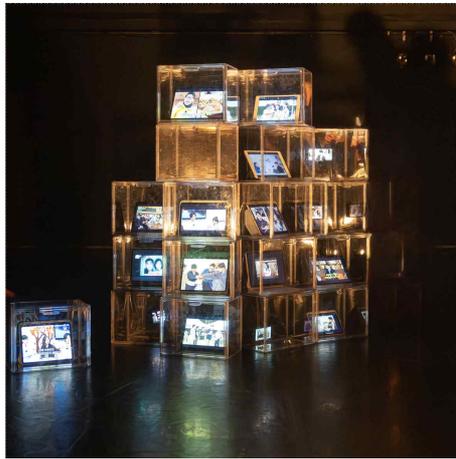


[사진 3-7]
사용된 소품 <정면>



[사진 3-8]
사용된 소품 <후면>

또한, 무용수들이 휴대용 조명을 손에 쥐고 이동하는 과정에서 기기는 몸의 일부처럼 표현된다. 움직이는 와중에도 집요하게 빛에 고정된 시선은 스마트폰이 단순한 도구를 넘어 사람의 움직임을 조종하는 주인이 되어버린 상황을 보여준다. 특히 암흑 속에서 오직 조명 빛에만 의지하거나, 빛을 밀어내려 하면서도 다시 홀린 듯이 빛을 찾아 돌아오는 모습은 스마트폰 중독에서 벗어나고 싶어도 끝내 벗어나지 못하는 현대인의 안타까운 현실을 표현한 것이다.



[사진 3-9]
사용된 소품 <정면>

IV. 작품 분석

1. 작품 제목 및 주제 : 「Scroll」

본 연구자는 스마트폰 중독이 우리 사회의 심각한 문제임을 알리고, 이에 대한 위험성을 깨닫게 하는 것을 주요 주제로 선정하였다. 오늘날 스마트폰은 언제 어디서나 세상과 연결되게 해주지만, 오히려 사용자를 작은 화면 속에 가두어 현실 감각을 잃게 하고 중독에서 빠져나오지 못하게 만드는 결과를 가져왔다. 끝없는 자극에 갇혀 기계처럼 같은 동작만 반복하는 현대인의 위태로운 모습을 보여주고, 중독의 위험을 경고하기 위해 작품 제목을 「Scroll」로 선정하였다.

2. 작품 의도

스마트폰은 언제 어디서나 세상을 연결해 주는 편리함을 주기 위해 만들어졌지만, 지금은 너무 지나치게 의존하고 많이 사용하는 탓에 우리 몸과 마음의 균형을 깨뜨리는 심각한 문제가 되고 있다. 수많은 연구와 뉴스에서 스마트폰 중독이 불러오는 거북목, 수면 장애, 대화 단절 같은 문제들을 계속해서 경고하고 있지만, 우리는 그 위험성을 알면서도 틈만 나면 습관적으로 작은 화면을 채우며 끊임없이 액정을 두드리고 있다.

이 작품은 스마트폰 중독 때문에 내 몸의 주인이 내가 아니라 기계가 되어버리는 상황, 즉 알고리즘에 지배당해 수동적으로 변해버린 인간의 모습에 초점을 두었다. 스마트폰 때문에 몸이 구부정하게 변하는 것뿐만 아니라, 자극적인 것만 쫓아다니다가 마치 기계처럼 변해버린 상태와 텅 빈 마음을 춤으로 담아내려 했다.

쏟아지는 정보와 화려한 화면 속에서 오히려 더 외로워지고 지쳐만 가는 현대인의 모습을 통해, 스마트폰 중독이 우리 몸의 감각을 어떻게 무디게 만

들고 ‘나 자신’을 잃어버리게 만드는지 생생하게 보여주고자 한다.

3. 작품 내용

뉴미디어 시대를 살아가는 현대인은 끊임없이 울리는 알림음과 멈추지 않는 화면 스크롤의 굴레 속에서 점차 ‘쉼’의 감각을 상실해가고 있다. 이는 생물학적으로는 깨어 있으나 정신적으로는 진정으로 깨어 있지 못한, 의식이 부유하는 삶의 반복이다.

디지털 자극에 매몰된 일상 속에서 “현대인의 주의를 과연 어디에 머물고 있는가”, “우리는 진정으로 휴식하고 있는가”라는 근원적인 질문을 던진다.

세상과 끊임없이 연결되어 있음에도 정작 홀로 남겨진 현대인의 외로움이다. 디지털 자극 때문에 뇌가 쉬지도 못하고, 끝내 진정한 휴식과 잠을 잃어버린 채 살아가는 우리의 슬픈 자화상을 보여주고자 한다.

안무	이수연
출연	이수연, 강혜민, 정지윤, 강현진
음악	1장 : Cloudy-TAD 2장 : Opening - Tae Seong Kim 3장 : ‘검은 사제들’ OST Opening
소품	아크릴 박스, 미디어기기, 휴대용 조명
작품시간	14분 40초

4.1 1장 : 중독된 일상

4.1.1 내용 및 안무 의도

1장에서는 디지털 몰입으로 인한 관계 단절과 자극에 종속된 군중심리를 표현하고자 하였다. 무대 중앙의 무용수는 타인과의 물리적 충돌에도 반응하지 않을 만큼 화면 속 빛에 깊이 함몰된 상태를 보여줌으로써, 현실 감각이 차단된 중독의 심각성을 묘사한다. 이어 다발적인 알림음이 공간을 채우자, 개별적으로 고립되어 있던 무용수들이 흠린 듯 중앙의 빛으로 집결하는 구성을 통해, 디지털 자극이 개인을 넘어 집단 전체를 통제하고 조종하는 수동적인 현대인의 초상을 강조하였다.

4.1.2 움직임 구성 및 표현

[사진 4-1], [사진 4-2], [사진 4-3]에서 스마트폰에 중독되어 타인을 인지하지 못하는 인간의 모습을 표현하기 위해, 4명의 무용수가 각자 분리된 동선과 보행을 통해 고립된 일상의 모습을 드러내고자 하였다. 또한 스마트폰 사용의 심각성을 인지하지 못한 채 화면 속에 매몰된 인간의 모습을 고정된 시선과 무표정을 통해 소통이 단절된 장면으로 연출하고자 하였다. 신체를 지배하고 시야를 차단하는 이미지를 전달하기 위해, 상체를 굽히고 시선을 기기에 고정한 동작을 사용하여 주변 환경을 인지하지 못하는 모습을 표현하였다.



[사진 4-1]
현대인 일상 모습 1



[사진 4-2]
현대인 일상 모습 2



[사진 4-3]
현대인 일상 모습 3

특히[사진 4-2], [사진 4-3] 무대 중앙에 위치한 무용수는 주변 무용수들이 어깨나 팔을 치고 지나가는 물리적 충돌이 발생함에도 불구하고, 시선과 고개를 전혀 움직이지 않는 ‘무반응’ 상태를 연기한다. 이는 외부의 물리적 충격보다 손안의 디지털 자극이 우위를 점하고 있는 ‘감각의 전도 현상’을 표현한 것으로, 현실 세계의 감각이 차단된 중독자의 무감각함을 강조하였다.



[사진 4-4]
스마트폰 빛에 고정된 시선 1



[사진 4-5]
스마트폰 빛에 고정된 시선 2

이후 [사진 4-4], [사진 4-5] 공간을 메우는 다발적인 알림음이 울려 퍼지는 순간, 무용수들의 움직임은 개인적인 배회에서 빛과 소리를 향한 집단적인 쏠림으로 급변한다. 이는 지속적인 알림음과 화면 속 빛에 의해 시청각적 감각이 발달함에 따라, 자극이 발생하는 곳이라면 어디든 이성적 판단보다 앞서 시선과 몸이 즉각적으로 향하는 자동화된 반응 기제를 표현한다.

4.1.3 음악

일상의 소음과 디지털 신호가 혼재된 현대인의 환경을 표현하기 위해, 카페와 식당의 백색 소음을 바탕으로 스마트폰 타자 소리, 알림음, 그리고 쓱츠나 톡톡의 효과음을 믹스하여 편집한 음원을 사용했다. 이 음원은 평온한 일상 소음 사이를 불규칙하게 파고드는 날카로운 전자음과 반복적인 슛폼 사운드를 특징으로 하여, 현실 공간을 잠식해 들어오는 디지털 세상의 산만함과 보이지 않는 긴장감을 효과적으로 드러낸다.

4.1.4 조명

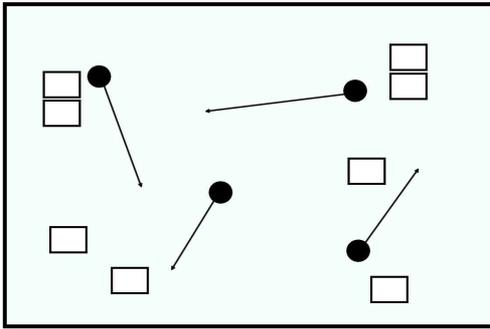
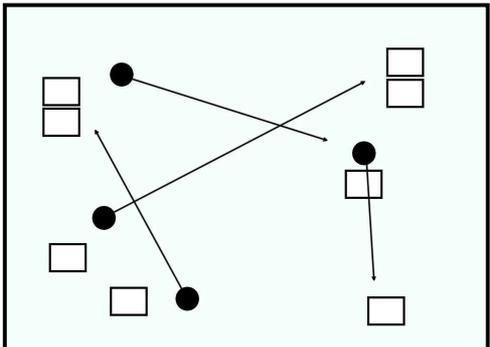
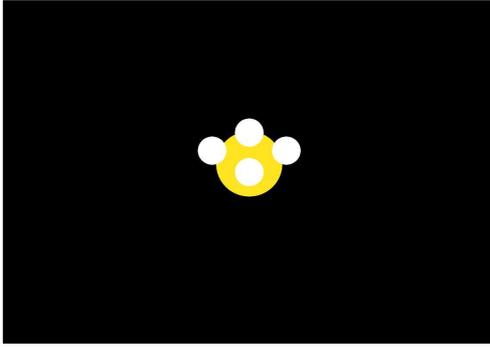
1장의 조명은 스마트폰 중독으로 인해 일상적인 공간이 소거되고 시야가 극도로 좁아지는 ‘집중의 왜곡’ 과정을 시각적으로 표현하는 데 중점을 두었다. 도입부에서는 무대 전체를 환하게 비추는 밝은 조명을 사용하여, 스마트폰과 미디어 기기에 노출된 현대인의 보편적이고 평범한 일상 풍경을 자연스럽게 드러냈다.

이어 센터 무용수가 휴대용 조명을 점등하는 순간, 주변 공간을 즉각적으로 암전시키고 중앙의 무용수에게만 강렬한 핀 조명을 투사하여 시각적 대비를 극대화하였다. 이러한 조명의 급격한 변화는 스마트폰 화면에 몰입하는 순간 주변의 현실 세계가 어둠 속으로 사라지고, 오직 손안의 디지털 자극(빛)만이 유일한 실재로 남게 되는 고립된 심리 상태와 시야의 협착을 시각적으로 전달하고자 하였다.

[표 4-1] 도표 기호 설명

기호	명칭	설명
●,○	무용수	무대 위 무용수의 위치
←	이동 동선	무용수의 이동 방향 및 경로
■	암전	
□	투명 아크릴 박스	아크릴 박스 위치

[표 4-2] 1장 조명 및 동선

장면	동선 및 조명	조명 플랜	소요 시간
1장		<p>0:00 음악 on</p> <p>1. 화이트 계열 전체 조명 on (무용수 네명 등장)</p>	2분 20초
		<p>2. 화이트 계열 전체 조명</p> <p>(각자 미디어 기기를 응시하며 무대를 자유롭게 배회함)</p>	
		<p>3. 센터 무용수 휴대용 조명 점등 시 전체 암전 및 센터 핀 조명 on</p>	

4.2 2장 : 자극과 반응

4.2.1 내용 및 안무 의도

2장에서는 스마트폰에서 나오는 빛과 알림 소리가 사람의 생각과 의지를 대신하여 몸의 움직임을 결정하고 통제하는 현상을 표현하고자 하였다. 현대인들은 스마트폰 알림이 울릴 때 마다 즉시 화면을 확인하며 자신도 모르게 손가락을 움직여 스크롤을 내린다. 이처럼 우리의 몸은 더 이상 스스로 판단에 따라 움직이는 것이 아니라, 스마트폰이 보내는 신호에 따라 자동으로 반응하는 상태가 되어버렸다.

본 장에서는 이러한 모습을 무용수들의 움직임에 통해 눈에 보이게 표현하고자 하였다.

4.2.2 움직임 구성 및 표현

2장의 움직임은 스마트폰 중독이 점점 더 심해지면서 따라 사람의 몸이 디지털 신호에 의해 조종당하는 과정을 표현하였다. [사진 4-6], [사진 4-7]에서 마치 인형사가 줄을 당겨 움직이는 꼭두각시 인형을 떠올리게 한다. 스마트폰의 빛이 움직이는 길을 따라 몸이 힘없이 끌려가는 듯한 모습을 조여준다. 이를 통해 디지털 세상에 갇혀 자신만의 생각과 리듬을 잃어버린 현대인의 모습을 드러내고자 하였다.



[사진 4-6]
기계적인 움직임 1



[사진 4-7]
기계적인 움직임 2

무용수들은 휴대용 조명 [사진 4-8] 이 비추는 방향에 따라 마치 자석에 이끌리듯 움직이며 기계적인 동작을 반복한다. 빛이 가는 길을 따라 인위적으로 몸을 움직여 기계적인 움직임을 반복한다. [사진 4-9] 무용수들은 주변의 다른 것들은 전혀 인식하지 못하는 모습을 보여준다.



[사진 4-9]
빛을 향한 응시 1



[사진 4-10]
빛을 향한 응시 2

이러한 동작들은 내몸을 움직이는 힘이 더 이상 나의 ‘생각’이나 ‘의지’가 아니라, 손끝의 디지털 기기에 있음을 보여준다. 사람이 기기를 조종하는 것이 아니라, 오히려 기기가 이끄는 대로 신체가 수동적으로 끌려 다니는 상황을 표현한 것이다. 무용수들의 모습은 감정을 가진 사람이라기보단, 입력된 신호에 따라 움직이는 로봇과 같은 느낌을 준다.

이어서 [사진 4-10], [사진 4-11] 무대 특정 지점에 강렬한 한 조명이 비춰지면, 무용수들은 수행하던 기계적인 반복 동작을 즉시 멈춘다. 그리고 마치 더 강력한 자석에 이끌리듯, 빛이 발생한 지점을 향해 맹목적으로 달려가거나 손을 뻗는 반응을 보인다. 이때 4명의 무용수가 약속된 듯 동시에 방향을 틀어 빛을 쫓아가는 모습은, 이성적인 판단 없이 불빛에 모여드는 나방떼를 떠올리게 한다. 이는 내 손안의 작은 자극 보다 더 새롭고 강력한 외부의 이슈가 등장했을 때, 스스로 판단하지 못하소 우르르 휩쓸려 가는 현대인의 모습을 표현한 것이다.



[사진 4-10]
자극을 향한 갈망 1



[사진 4-11]
자극을 향한 갈망 2

4.2.3 음악

디지털 신호가 인간의 청각을 지배하고, 나아가 신체의 움직임까지 통제하는 과정을 청각적으로 표현하는데 중점을 두었다. Cloudy - TAD는 제목처럼 뿌옇고 몽환적인 전자음과 끊임없이 반복되는 단순한 비트가 특징적인 곡이다. 단순하고 중독적인 리듬은 마치 끝이 보이지 않는 디지털 세계 속을 목적 없이 떠다니는 듯한 비현실적인 분위기를 만들어내며, 중독의 늪에 빠져 현실 감각이 무뎠진 심리 상태를 효과적으로 보여준다. 특히 원곡의 중간에 인위적인 스마트폰 알림음을 불규칙적으로 넣어서 편집하였다. 배경음 사이를 날카롭게 파고드는 알림 소리는 무의식 상태에 빠져 있던 뇌를 자극하여 강제로 깨우는 명령처럼 작동한다. 이러한 음악적 장치는 시각적 자극을 쫓아 기계적으로 움직이는 무용수들의 동작과 결합하여 극적인 효과를 낸다.

무용수들이 자신의 의지가 아닌 것처럼 방향을 틀거나 멈추는 모습은 알고리즘에 의해 통제당하는 수동적인 모습을 표현하였다.

4.2.4 조명

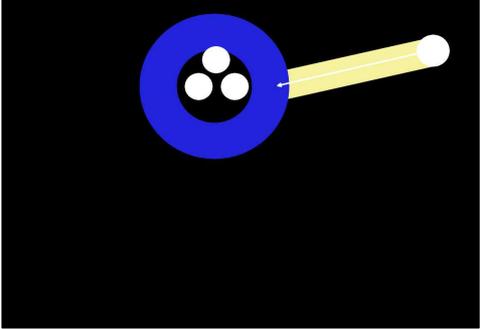
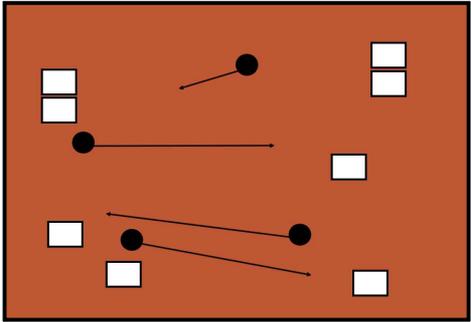
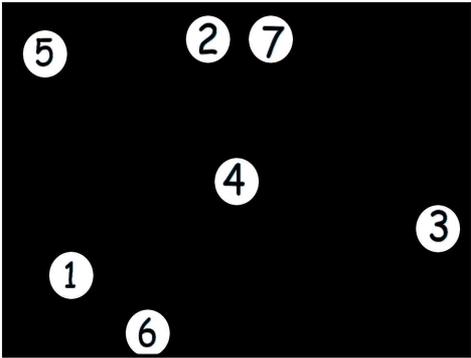
2장에서는 스마트폰 중독이 점점 심해지면서 겪게 되는 심리적인 불안감과, 내 의지가 아닌 디지털 자극에 의해 조정당하는 상황을 시각적으로 생생하게 구현하는 데 중점을 두었다. 장면의 도입부에서는 기계적인 동작을 하는 3명의 무용수에게 원형의 파란색 조명을 투사한다. 이는 스마트폰 화면에서 나오는 '블루라이트'를 상징하며, 따뜻한 인간의 온기가 사라지고 차가운 디지털 세상에 갇혀버린 고립된 분위기를 연출하였다.

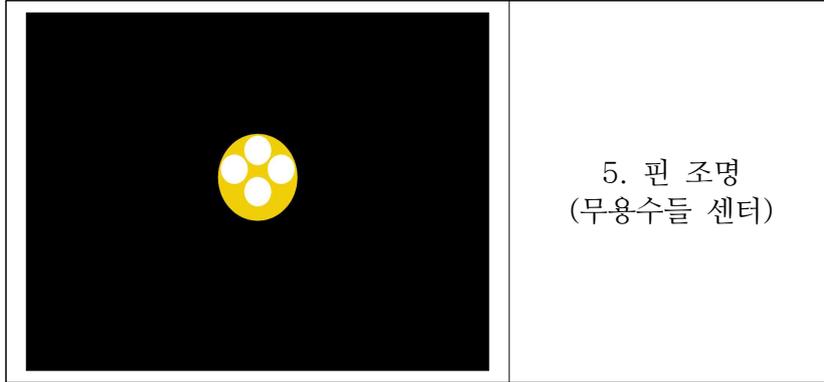
이어 알림음 소리에 맞춰 등장하는 무용수에게는 길 조명을 사용하였다.

이는 정해진 알고리즘의 경로로만 움직이는 수동적인 상태를 표현하였다. 중독 증세가 고조되는 중반부에서는 분위기를 반전시켜 강렬한 붉은색 조명을 사용하였다. 휴대용 조명에서 눈을 떼지 못한 채 움직이는 무용수들을 붉게 물들임으로써, 신경이 과열되고 중독이 위험수위에 도달했음을 알리는 '경고 신호'를 표현하고자 하였다.

또한, 무대 곳곳에 핀 조명이 순서대로 빠르게 깜빡이는 효과를 주어 쏟아지는 시각적 자극에 정신을 차릴 수 없는 혼란스러운 상태를 극대화하였다. 마지막 장면에서는 모든 빛이 사라지고 페이드아웃 효과를 사용하여, 중독의 끝에서 결국 자아가 희미하게 지워지고 어둠 속으로 사라지는 결말을 암시하여 마무리 하였다.

[표 4-3] 2장 조명 및 동선

장면	동선 및 조명	조명 플랜	소요 시간
		<p>1. 원형 파란색 조명 on (3명 무용수 센터에서 등장)</p> <p>2. 길조명 (상수에서 무용수 1 등장)</p>	소요 시간
2장		<p>3. 빨강, 주황 조명 (무용수들 휴대용 조명 바라볼 때)</p>	3분
		<p>4. 핀 조명 7번 (핀 조명에 따라 무용수들 움직임)</p>	



4.3 3장 : 결핍과 갈망

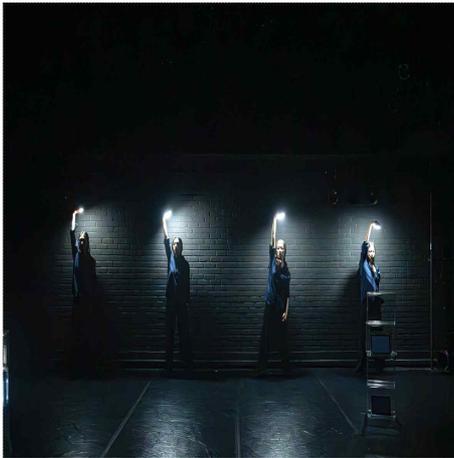
4.3.1 내용 및 안무 의도

3장에서는 스마트폰 중독이 가장 심각한 단계에 이르러, 현실 세계와는 멀어지고 오직 디지털 자극에만 매달리는 상태를 표현하고자 하였다. 이를 효과적으로 보여주기 위해 무대 전체를 어둡게 암전시키고, 다른 무대 조명 없이 무용수들이 손에 든 휴대용 조명의 작은 불빛에만 의지해 움직이도록 연출하였다. 짙은 어둠 속의 무대는 스마트폰이 없으면 방향조차 잡지 못하는 중독자의 불안한 마음과, 현실과의 단절을 상징한다.

스마트폰은 세상과 연결되는 유일한 끈으로 여기며 과도하게 집착하는 현대인의 모습을 보여주는 동시에 사실은 그 작은 화면 속에 갇혀버린 내면의 결핍을 드러낸다. 빛을 찾아 계속해서 헤매는 움직임을 통해, 채워지지 않는 디지털 자극에 대한 끝없는 갈망과 기기가 없을 때 느끼는 두려움을 시각적으로 표현하고자 하였다.

4.3.2 움직임 구성 및 표현

3장의 움직임은 암전된 공간 속에서 휴대용 조명의 좁은 시야에 갇힌 신체의 제한된 움직임과, 빛을 놓치지 않으려는 기계적인 반복을 중심으로 구성된다. [사진 4-13], [사진 4-14],[사진 4-14] 와 같이 무용수들은 휴대용 조명의 불빛에 시선을 고정한 채, 단순한 동작을 기계적으로 반복한다. 이때 마치 입력된 명령어에 따라 움직이는 로봇처럼 딱딱하고 분절적인 질감을 유지한다. 이는 스마트폰 화면 속 정보의 흐름에 뇌가 잠식당해, 스스로 사고하지 못하고 무의식적인 반응만을 되풀이 하는 중독자의 자동화된 신체를 시각화한 것이다.



[사진 4-13]
기계적 움직임 1



[사진 4-14]
기계적 움직임 2



[사진 4-14]
기계적 움직임 3

이후 무용수들은 [사진 4-16], [사진 4-17], [사진 4-18] 대각선 방향으로 만들고 군무를 진행한다. 무대를 가로지르는 날카로운 대각선 구도는 중독 상태의 불안정한 심리와 채워지지 않는 갈망의 방향을 시각적으로 극대화하는 장면이다.



[사진 4-15]
집단적 혼란 1



[사진 4-16]
집단적 혼란 2



[사진 4-17]
집단적 혼란 3

군무의 절정에서 한 명의 무용수가 대열에서 이탈하여 어둠 속으로 사라지는데, 이는 현실과의 끈을 놓아버리거나 경쟁적인 디지털 환경에서 도태되어 고립되는 개인의 상실을 암시한다. 남겨진 [사진 4-19], [사진 4-20] 3인의 무용수는 빈자리를 채우지 못한 채 서로의 신체에 의지하며 트리오 움직임의 짧게 지속하다가, 결국 해소되지 않은 갈망을 안은 채 불안정하게 멈추며 3장을 마무리한다.



[사진 4-18]
이탈과 고립 1



[사진 4-19]
이탈과 고립 2

4.3.3 음악

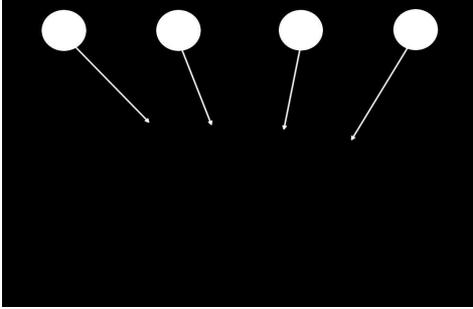
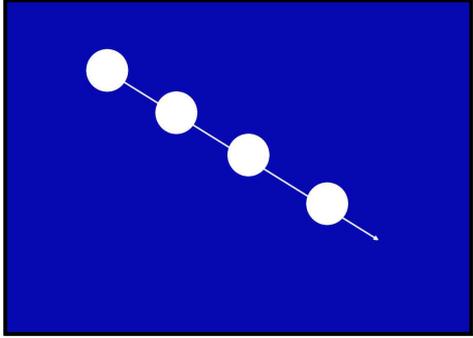
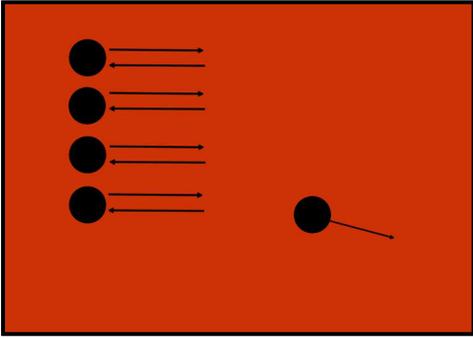
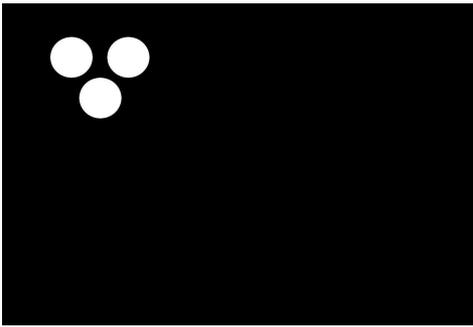
3장에서는 외부와의 연결이 차단된 암흑 속에서, 스마트폰 화면의 빛에만 맹목적으로 반응하는 무용수들의 강박적인 상태를 표현하기 위해 영화 <검은 사제들>의 OST인 <Opening>의 도입부를 활용하였다. 이 곡의 초반부에 나타나는 차갑고 건조한 전자음과 일정하게 반복되는 단순한 비트를 반복 재생하여 편집함으로써, 감정이 배제된 기계적인 반복을 소리로 표현하였다.

특히 끊임없이 제자리로 돌아오는 음악의 반복 구조는, 아무리 갈망해도 채워지지 않는 결핍과 빠져나갈 수 없는 중독의 굴레에 갇힌 무용수들의 심리적 압박감을 대변한다. 이러한 소리의 반복성은 암전 속에서 단순 동작을 기계적으로 되풀이하는 움직임과 결합하여, 스스로 움직이는 힘을 상실하고 알고리즘에 의해 자동화된 신체의 삭막함을 강하게 드러내는 장치로 작동하였다.

4.3.3 조명

3장은 빛이 없는 상태와 급격한 색채 대비를 통해, 스마트폰 중독의 깊은 곳에 빠진 무용수들의 불안정한 심리와 채워지지 않는 갈망을 시각화하는 데 집중하였다. 장면의 초반부는 무대 전체를 완전한 암전 상태로 설정하고, 외부 조명을 차단한 채 오직 무용수들이 손에 쥔 휴대용 조명의 미세한 빛에만 의존하도록 연출하였다. 어둠 속에서 흔들리는 좁은 빛은 현실 감각이 사라지고 디지털 자극만이 유일한 생존 수단이 된 중독자의 극단적인 ‘결핍’과 ‘고립’을 상징한다. 이후 무용수들이 대각선 대형으로 군무를 시작하는 시점에서는 차가운 파란색 조명으로 디지털 세계의 우울함을 표현하였고 군무가 고조되고 절정 부분에서는 붉은색 조명으로 급격하게 변화를 주었다. 붉은빛은 내적 불안과 스마트폰 금단 현상이 한계치에 다다랐음을 알리는 ‘경고’이자, 해소되지 않는 자극에 대한 타는 듯한 ‘갈망’을 표현한다. 마지막으로 트리오의 움직임이 멈춤과 동시에 조명이 서서히 사라지며, 아무것도 채우지 못한 채 어둠 속으로 가라앉는 공허한 결말을 암시하며 장을 마무리하였다.

[표 4-4] 3장 조명 및 동선

장면	동선 및 조명	조명 플랜	소요 시간
3장		<p>1. 암전 (무대 뒤 벽에서 시작)</p>	4분 20초
		<p>2. 파란색 조명 (무용수들 사선 동선)</p>	
		<p>3. 빨강색 조명 (무용수 3명 트리오 무용수 1명 퇴장)</p>	
		<p>4. 페이드 아웃</p>	

4.4 4장 : 잠식과 소멸

4.4.1 내용 및 안무 의도

4장에서는 스마트폰 중독이 한계를 넘어 정신적 붕괴와 신체적 소진으로 이어지는 파국적 결말을 그려내고자 하였다. 도입부의 2분간 진행되는 솔로 퍼포먼스는 도파민 과잉과 금단 현상 사이에서 분열하는 자아의 혼란 상태를 표현한다. 벽에 부딪히거나 허공의 미디어를 잡으려 허우적거리고, 넘어지기를 반복하는 불안정한 움직임은 현실 감각을 잃고 디지털 환각에 시달리는 중독자의 내면적 혼란을 눈에 보이게 표현한 것이다.

이어 등장하는 무용수들이 아크릴 박스 주변에서 통제력을 잃고 쓰러지거나 바닥에 누워 수행하는 군무는, 이러한 병적인 현상이 개인을 넘어 집단으로 퍼지고 있음을 암시한다. 이는 뇌의 도파민 회로가 고장 나 완전히 잠식당해버린, 즉 이성을 잃고 본능만 남은 인간의 원초적인 상태를 형상화한 것이다. 작품의 결말부에서는 주변 무용수들이 아크릴 박스를 이동시켜 센터 무용수를 포위함으로써, 스마트폰이 만들어낸 디지털 세상이 결국 인간을 가두는 ‘투명한 감옥’임을 물리적으로 구현하였다. 갇힌 무용수가 눈앞의 미디어 기기를 갈망하며 손을 뻗지만 끝내 닿지 못하고 천천히 뒤로 쓰러지는 장면은, 디지털 자극에 저항할 힘을 모두 소진하고 결국 스스로 생각하고 행동하는 힘을 잃은 채 사라져가는 현대인의 슬픈 모습을 담아내며 작품을 마무리한다.

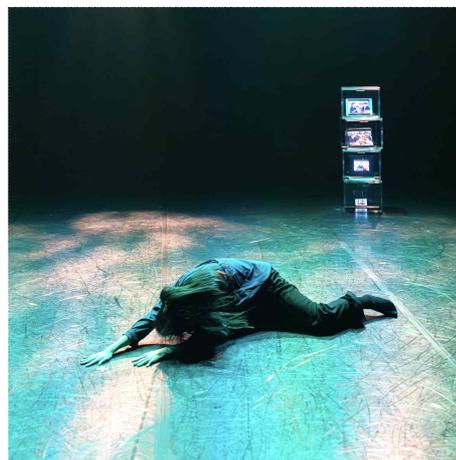
4.4.2 움직임 구성 및 표현

4장의 움직임은 도파민 과잉으로 인한 정신적 혼란과 신체적 통제 불능 상태를 표현하기 위해, 균형과 호흡이 무너진 ‘불규칙한 움직임’을 중심으로 구성된다. [사진 4-20], [사진 4-21], [사진 4-22], [사진 4-23] 도입부의 솔로 퍼포먼스에서 무용수는 무대 벽면에 자신의 몸을 강하게 부딪치거나, 아크릴 박스 안에 있는 미디어 기기들을 잡으려 허우적거리는 등 방향성을 상실

한 채 뛰어다니는 ‘비이성적 행동’을 반복한다.



[사진 4-20]
통제력 잃은 움직임 1



[사진 4-21]
통제력 잃은 움직임 2



[사진 4-22]
통제력 잃은 움직임 3



[사진 4-23]
통제력 잃은 움직임 4

중심을 잡지 못하고 바닥으로 주저앉거나 비틀거리는 불안정한 동선은, 현실 감각이 차단되고 디지털 환각에 시달리는 중독자의 갈라진 자아를 시각화한 것이다.

이어 등장하는 [사진 4-24], [사진 4-25], [사진 4-26] 군무진은 아크릴 박스 주변에서 쓰러지거나 과격한 동작을 하며, 개인의 병적인 현상이 여러 사람에게 퍼지는 과정을 묘사한다. 특히 아크릴 박스를 이동시킨 뒤 플로어에 누워서 하는 짧은 군무는, 이성을 잃고 오직 쾌락(도파민)에만 지배당해 본능적으로 꿈틀거리는 인간의 가장 원초적인 상태를 형상화하였다.

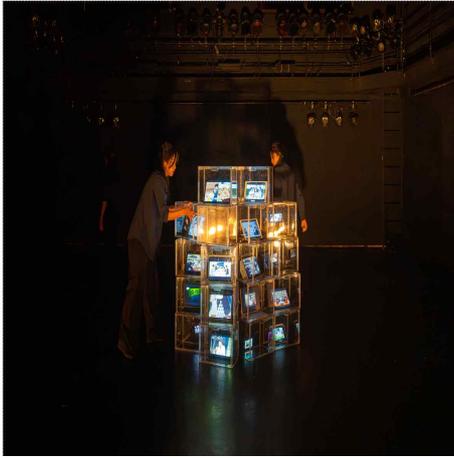


[사진 4-24]
도파민 잠식 1

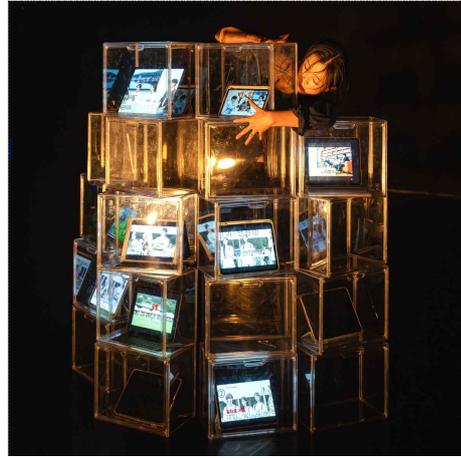


[사진 4-25]
도파민 잠식 2

모든 무용수가 아크릴 박스를 센터 무용수 주위로 밀집시켜 ‘물리적 감옥’을 형성한다. [사진 4-26], [사진 4-27] 투명한 벽에 갇힌 센터 무용수는 눈 앞의 미디어 기기를 향해 절박하게 손을 뻗어 ‘갈망’하지만, 끝내 닿지 못하고 단절된다. 모든 에너지가 소진된 상태에서 무용수가 저항을 멈추고 천천히 뒤로 쓰러지는 마지막 장면은, 디지털 세계에 주체성을 완전히 잠식당하고 소멸해 가는 현대인의 비극적 실존을 암시하며 작품을 끝맺는다.



[사진 4-26]
추락과 소멸 1



[사진 4-27]
추락과 소멸 2

4.4.3 음악

4장에서는 중독으로 인해 정신이 무너지고 신체적 소멸이라는 파국적 결말을 강조하기 위해, 앞선 3장과 동일한 영화 <검은 사제들> OST인 <Opening> 테마곡의 후반부 파트를 사용하였다.

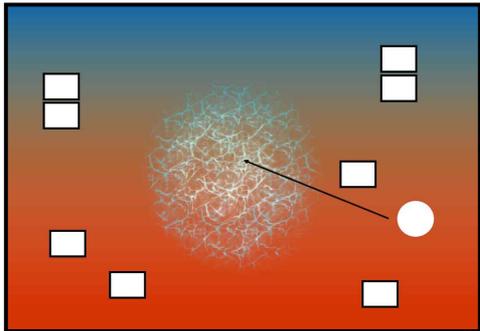
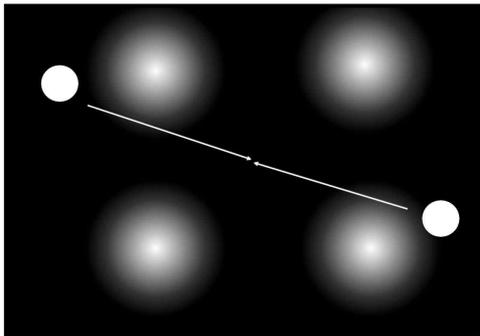
3장의 곡의 반복적이고 정적인 도입부를 활용하여 벗어날 수 없는 중독의 굴레를 표현했다면, 4장에서는 이 곡의 가장 빠르고 긴박한 빠르기와 웅장하면서도 불안감을 느끼게 하는 소리 구성을 집중적으로 활용하였다. 이는 중독이 점점 심해져 파국으로 치닫는 긴장감을 소리로 극대화한다. 특히 무용수들이 아크릴 박스를 향해 돌진하고 몸을 밀치는 이성을 잃은 동작들은 점점 고조되는 음악의 속도와 만나 디지털 자극에 저항할 힘을 모두 소진하고 결국 무너져 내리는 현대인의 이르는 비극적인 결말을 강렬하게 전달하는 역할을 하였다.

4.4.4 조명

4장의 조명은 정신적 붕괴와 구속을 시각적으로 나타내는 데 중점을 두었다. 무용수의 솔로 구간에서는 파란색과 흰색 고보 조명에 포그를 더해, 디지털 환각에 빠진 듯한 혼란스럽고 몽환적인 분위기를 조성하였다.

무용수들이 등장하는 순간에는 빠르게 깜빡이는 사이키 조명을 사용하여, 뇌의 정보 과부하 상태와 통제 불가능한 광기를 시각적으로 전달하였다. 누워서 군무할 때는 다시 파란색 조명과 고보 패턴을 사용하여 신체가 디지털 코드 속에 갇혀 있음을 암시했다. 아크릴 박스를 모아 감옥을 만들 때는 풋 조명을 사용해 고립감과 위협적인 분위기를 극대화하였다. 센터 무용수가 쓰러지면 조명이 천천히 사라지는 페이드 아웃으로 비극적인 소멸을 상징하며 마무리하였다.

[표 4-5] 4장 동선 및 조명

장면	동선 및 조명	조명 플랜	소요 시간
4장		1. 파란색, 빨강색, 초록색 조명에 밝은색 고보 조명 (무대 상수에서 무용수 솔로 이동)	4분 20초
		2. 사이키 조명 (상수 하수에서 무용수 부딪히고 슬라이딩)	

	<p>3. 파란색 조명 및 밝은 색 고보 조명 (무용수들 아크릴 박스 앞에서 슬라이딩)</p>
	<p>4. 풋 조명 (아크릴 박스 센터로 이동)</p> <p>5. 페이드 아웃 (무용수 뒤로 쓰러짐)</p>

V. 결론

본 논문은 현대인의 스마트폰 중독이 인간에게 미치는 악영향을 주제로 삼아, 이를 무용 작품 「Scroll」을 통해 깊이 있게 연구하고 분석한 논문이다. 본 연구자는 작품 제작에 앞서 스마트폰 과의존이 단순한 생활 습관이 아니라, 우울증과 집중력 저하를 함께 불러오며 뇌의 도파민 체계에 의해 움직이는 중독임을 명확히 인식하고자 했다. 이러한 인식을 바탕으로, 우리에게 편리함을 주는 스마트폰이 사실은 우리 몸의 감각을 마비시키며 디지털 공간에 고립시키고 있다는 메시지를 작품에 담고자 하였다.

작품의 핵심 요소인 중독으로 인해 고립되고 수동적으로 변해가는 인간의 모습을 관객에게 직접적으로 전달하는 것에 중점을 두었다. 이를 위해 무대에 투명 아크릴 박스와 휴대용 조명 같은 핵심 장치를 활용하여, 무용수들이 자극적인 빛에 시선을 뺏기고, 기계처럼 움직이다가 결국은 힘없이 쓰러지는 과정을 4단계로 표현하고자 하였다.

특히 손가락의 작은 움직임이 반복되면서 몸 전체가 힘을 잃어가는 과정을 보여줌으로써, 스마트폰 중독이 멀리 있는 문제가 아니라 우리 몸이 직접 겪는 고통임을 강조했다. 본 연구는 이처럼 스마트폰 문제를 단순히 비판하는 것을 넘어, 무용수의 몸을 통해 중독이 미치는 구체적인 영향을 보여줬다는 점에서 의미가 있다. 그러나 작품을 제작하고 분석하는 과정에서 다음과 같이 아쉬웠던 점과 앞으로 개선해야 할 부분을 발견하게 되었다.

첫째, 무대 공간의 활용 측면이다. 아크릴 박스를 사용하여 ‘갇힌 느낌’을 강하게 주는 데는 성공했지만, 이로 인해 무용수들이 자유롭고 넓은 움직임을 충분히 보여주는 데 제약이 따랐다. 추후에는 등장과 퇴장이 자유로운 무대 막이나 변화 가능한 공간을 활용하여 무용수들의 이동 경로와 표현 방식을 더욱 다채롭게 구성할 계획이다.

둘째, 안무 표현의 다양성 측면이다. 중독의 수동성을 강조하기 위해 ‘기계적’이고 ‘반복적’인 움직임이 주를 이루었는데, 이는 주제 전달에는 효과적이었으나 예술적 구성이 단조롭게 느껴질 수 있다는 점을 인지하였다. 앞으로

는 움직임 분석 이론을 더 깊이 연구하여, 같은 반복 동작 안에서도 다양한 감정이나 힘의 변화를 보여줄 수 있도록 표현 방식을 확장할 계획이다.

결론적으로, 무용 작품 「Scroll」은 관객들에게 스마트폰 과의존의 위험성을 강조하며, 쏟아지는 정보 속에서 우리가 잃어버린 내 몸의 소중한 감각과 리듬을 되찾아야 한다는 경각심을 일깨워주고자 하였다. 본 연구는 이러한 디지털 시대의 사회적 문제를 무용이라는 신체 예술의 영역으로 가져와 성찰함으로써, 문제의 심각성을 효과적으로 전달하고 사회적 관심을 유도할 수 있는 장을 마련했다는 데 의의가 있다. 나아가 이는 단순히 탐구에 머무르지 않고, 동시대의 사회적 관심을 불러 일으키는 계기가 되기를 기대하는 메시지를 담고 있다.

참 고 문 헌

1. 국내문헌

- 최속영. (2018). 『제 4차 산업혁명 시대의 디지털 역량에 관한 고찰』 p. 1
- 신현지, 김남희, (2025). 『스마트폰은 좋은 친구인가?; 외로움, 의인화, 그리고 스마트폰 과의존의 관계』 한국심리학회지, p.1
- 강채린, 조옥귀, (2025). 『대학생 스마트폰 중독 경향 집단의 충동성과 알코올 접근 경향성』 한국지능정보사회진흥원, p.6
- 안소영. (2018). 『청소년의 중독에 관한 문헌분석 : 게임중독, 스마트폰 중독, SNS 중독을 중심으로』 고려대학교 교육대학원 p.25
- 최기라. (2020). 『스마트폰 중독이 청소년의 정신건강에 미치는 영향』 대진대학교 통일대학원 p.7
- 신혜교. (2019). 『대학생의 스마트폰 중독이 공격성, 수면, 대학생활 적응에 미치는 영향 : 우울의 매개효과를 중심으로』 제주대학교 행정대학원 p.10
- 김기란, (2011). 디지털 매체 시대, 연극의 신체성: ‘탈신체화’와 ‘재신체화’의 관점에서 『한국드라마학회』, 34호, p. 5-32.
- 최도현. (2019). 한국인의 스마트폰 중독과 정신건강 경향 개선에 관한 연구 『융합정보논문지』 9권 11호 p.22-27
- 정소라, 현명호. (2017). SNS 이용강도와 우울의 관계에서 인지적 유연성에 의해 조절된 상향비교의 매개 효과: 인스타그램을 중심으로 『한국심리학회지: 건강』 22권 4호 p.1035-1053
- 김인경, 박상욱, 최혜미. (2017). 대학생의 스마트폰 중독, 의사소통 능력, 외로움, 대인관계 건강 간의 관계 『한국산학기술학회논문지』 18권 1호 p.637-648

2. 기타

- 노영희. (2023). 『한국인 스마트폰 및 하루 평균 5시간 이용, 눈 건강 빨간 불』 메디포뉴스
- 한국언론진흥재단. (2024). 『2024 소셜미디어 이용자 조사 결과 발표』
- 조수완. (2023). 『폰이 없을 때 불안하다면? ‘노모포비아’ 자가 진단법』 하이닥
- 유영선. (2024). 『2023년 스마트폰 과의존 실태조사 결과분석』 한국지능정보사회진흥원 p.6
- 강지연. (2010). 『화장실에서 스마트폰 들고 있는 나, 혹시 중독?』 한국경제
- 보건복지부. (2024). 『2024년 국민 정신건강 지식 및 태도 조사 발표』

부 록

작품명	Scroll
일시	2025년 11월 12일 수요일 19시 30분
장소	M극장
작품 시간	14분 40초
안무자	이수연
출연진	이수연, 강혜민, 강현진, 정지윤
음악	1장 : Cloudy-TAD 2장 : Opening - Tae Seong Kim 3장 : '검은 사제들' OST Opening
소품	투명 아크릴 박스 21개, 휴대용 조명 4개, 아이패드 21개
무대감독	손성현
조명감독	허환
영상감독	.

팸플릿

12 NOV
2025

2025 한성대학교대학원
무용학과 무용공연전공
석사학위청구 작품발표회

M 극장
2025. 11. 12. (wed) 7:30pm

HSU 한성대학교 HANSUNG UNIVERSITY 주최 주관 한성대학교 일반대학원 무용학과
전화 / 02)760-4107 홈페이지 www.hansung.ac.kr

SCROLL



안무 및 출연
이수연

출연



강혜민



강현진



정지윤

뉴 미디어 시대를 살아가는 현대인들의 끊임없이 올리는 알림음,
멈추지 않는 화면 스크롤 속에서 우리는 점점 '심'의 감각을 잃어가고,
깨어 있지만 진정으로 깨어 있지 못한 삶을 반복하고 있다.

나는 지금 어디에 주의를 기울이고 있는가,
나는 제대로 쉬고 있는가 그리고 그 질문의 끝에서 마주하게 되는 것은
끊임없이 연결된 세계 속에서 점점 고립되어 가는 우리 자신의 모습
잠들지 못한 현대인의 초상이 될지도 모른다.

ABSTRACT

Analysis of dance work 「Scroll」

LEE, Su-Yeon

Major in Dance Performance

Dept. of Dance

The Graduate School

Hansung University

This thesis is a research analysis of the dance work 「Scroll」, which was created to raise awareness about the seriousness of smartphone addiction among modern people. Today, smartphones are an indispensable part of everyday life. However, behind this convenience lies the social problem of addiction. Excessive smartphone use negatively affects various aspects of human life, including emotional isolation and disconnection from social relationships. Many modern people are excessively dependent on their smartphones without even recognizing these changes. This researcher aims to address smartphone addiction, which has emerged as a serious problem in contemporary society. Smartphone addiction has become an important social issue that goes beyond a simple habit problem, threatening mental health and daily life. According to a 2024 Korea Gallup survey, the smartphone usage rate among Korean adults

has reached 98%, with nearly 100% for those under 60 years old, and for the first time, it has exceeded 90% among those over 70. Smartphones are now used in almost every area of daily life, beyond being simple communication devices—from alarms to checking information, shopping, and financial transactions.

According to the 2024 Smartphone Overdependence Survey conducted by the National Information Society Agency, the proportion of those at risk of smartphone overdependence is 22.9%, indicating that more than 1 in 5 Koreans are exposed to the risk of smartphone addiction. Those in the at-risk group show anxiety, depression, sleep disorders, and lethargy at rates 3 to 4 times higher than general users, with anxiety symptoms reaching 76%.

The dance work 「Scroll」 was created to study the social, psychological, and physical damage caused by smartphone addiction and to raise awareness of this serious reality. Despite many people being aware of the seriousness of smartphone addiction, they still excessively depend on their smartphones due to the convenience and habits of daily life. This work aimed to represent the image of humans suffering from smartphone addiction. To effectively convey this message, transparent acrylic boxes and portable lights were used as objects. The acrylic boxes represent the digital space that confines modern people, while the portable lights represent the light from smartphone screens and express the stimuli that capture users' attention.

This work consists of 4 chapters and was performed by the researcher along with 3 other dancers. The dancers reveal their addicted state by fixing their gaze on the smartphone screen, being unaware of their surroundings, responding to notification sounds, and chasing stronger stimuli. Through the research and creative process, this researcher aimed to visually present the seriousness of smartphone addiction and raise

awareness of the problems that can arise from it. Furthermore, this work encourages the audience to reflect on what they have lost amid these stimuli and aims to convey the necessity of behavioral change to develop healthy smartphone usage habits.

【Key words】 Smartphone Addiction, Smartphone Overdependence, Sensory Numbness, Disconnection from Social Relationships