

석사학위논문

기독교 창작무용
「생명의 빛을 찾아」에 대한 연구

2025년

한 성 대 학 교 대 학 원

무 용 학 과

기 독 교 무 용 전 공

강 미 연

석사학위논문
지도교수 박영애

기독교 창작무용
「생명의 빛을 찾아」에 대한 연구

A Study on the Christian Creative Dance
「In Search of the Light of Life」

2024년 12월 일

한성대학교 대학원

무용학과

기독교무용전공

강미연

석사학위논문
지도교수 박영애

기독교 창작무용
「생명의 빛을 찾아」에 대한 연구

A Study on the Christian Creative Dance
「In Search of the Light of Life」

위 논문을 무용학 석사학위 논문으로 제출함

2024년 12월 일

한성대학교 대학원

무용학과

기독교무용전공

강미연

강미연의 무용학 석사학위 논문을 인준함

2024년 12월 일

심사위원장 김 남 용 (인)

심 사 위 원 안 신 희 (인)

심 사 위 원 박 영 애 (인)

국 문 초 록

기독교 창작무용 「생명의 빛을 찾아」에 대한 연구

한 성 대 학 교 대 학 원
무 용 학 과
기 독 교 무 용 전 공
강 미 연

본 연구는 기독교 창작무용, 「생명의 빛을 찾아」 작품 분석을 통해 작품의 의미와 구조에 관한 연구를 목적으로 한다. 이 작품은 연구자의 신앙 고백이자 삶의 철학을 담았다. 작품의 주제 선정은 우울증에 대해 생각하게 되면서 시작되었다.

30대 초반 중증도의 심각한 우울증에 걸린 여성이 현대의학으로도 쉽게 고쳐지지 않는 질병인데도 불구하고 기독교 무용을 통해 하나님의 따뜻한 사랑으로 회복되어 새로운 제2의 삶의 인생을 살아가고 있다는 점을 발견하게 되었다.

작품의 움직임과 구상에서도 우울한 내면의 감정 표현을 삶에서 느꼈던 좌절과 괴로움 속에 있었던 모습이 잘 표현되었으면 하는 마음으로 작품을 준비하였다. 본 연구 절차는 2024년 11월 18일 PM 7:00 양재 M 극장에서 공연된 기독교 창작무용 작품, 「생명의 빛을 찾아」에 관한 것으로 기독교 창작무용, 「생명의 빛을 찾아」의 이론적 배경을 살펴보고, 작품의 의도와 내용, 작품의 형식과 구조를 분석하였다. 기독교 창작무용, 「생명의 빛을 찾

아」을 분석하는 데는 2024년 11월 18일 양재 M 극장에서 발표된 작품을 촬영한 공연 DVD와 사진 자료를 사용하였다. 이 작품을 위한 이론적 배경으로는 우울증의 개념과 원인 유형을 알아보고자 한다. 우울증을 바탕으로 한 심리치료를 살펴보고, 기독교적 입장의 관련된 단행본과 학위 논문, 학술지, 성서, 인터넷 자료 등을 통한 문헌 연구를 중점으로 연구하였다.

기독교 창작무용, 「생명의 빛을 찾아」에서는 우울증을 극복하는 길은 생명의 빛인 예수 그리스도밖에 없음을 나타내고자 한다. 인간의 욕심으로 채워도 채워지지 않는 영혼의 빈 공간을 오직 예수 그리스도의 따뜻한 사랑으로 채울 수 있다는 작품의 주제이다.

인간은 ‘죽음, 우울함, 괴로움, 좌절’과 같은 존재의 궁극적인 문제를 예수님의 사랑으로 치유되어 회복될 수 있다. 그 예수님에 대한 감사와 사랑의 고백이 이 작품의 핵심 내용이다.

구성은 총 3장으로 이루어져 있다. 1장은 ‘어둠과 혼돈’으로 여인의 우울한 내면의 모습과 하나님 말씀의 혼동을 느낀다. 2장은 ‘영혼의 빈 공간’으로 사탄이 우울한 여인을 방황하게 만드는 장면을 보여주며 3장에서는 어둠 속에 갇혀있던 여인이 예수 그리스도의 따뜻한 ‘생명의 빛’으로 거듭나고 회복되어 새로운 삶을 살아가고 있다는 내용을 담고 있다. 하얀 한지 lamp를 사용하여 앞으로의 삶도 예수님이 영혼의 밝은 등불이 되어 기쁨과 소망의 삶을 살아가는 데 도움을 주고자 한다.

【주요어】 기독교 창작무용, 우울증, 양극성 장애, 조발성 장애,
Beck의 우울척도

목 차

I. 서 론	1
1.1 연구의 필요성 및 목적	1
1.2 연구의 방법 및 절차	3
II. 이론적 배경	4
2.1 선행연구	4
2.2 우울증의 개념	7
2.3 우울증의 원인 및 유형	8
III. 작품 개요	18
3.1 안무 의도 및 작품 내용	18
3.1.1 안무 의도	18
3.1.2 작품 내용	19
3.2 작품의 형식 및 구조	20
3.3 작품의 구성요소	22
3.3.1 오브제	22
3.3.2 의상	24
3.3.3 음악	26
3.3.4 조명	27
3.3.5 무대 공간 사용	30

IV. 작품 분석	33
4.1 제1장 : 어둠과 혼돈	33
4.1.1 주제 및 내용	33
4.1.2 움직임 구성 및 표현	34
4.1.3 무대장치 및 조명	36
4.1.4 음악	38
4.2 제2장 : 영혼의 빈 공간	38
4.2.1 주제 및 내용	38
4.2.2 움직임 구성 및 표현	39
4.2.3 무대장치 및 조명	40
4.2.4 음악	41
4.3 제3장 : 생명의 빛	41
4.3.1 주제 및 내용	41
4.3.2 움직임 구성 및 표현	41
4.3.3 무대장치 및 조명	44
4.3.4 음악	45
V. 결 론	47
참 고 문 헌	49
부 록	52
1. Beck의 우울척도	52
2. 공연 프로그램 요약	55
3. 공연 프로그램	56
ABSTRACT	57

표 목 차

[표 3-1] 작품의 구조	20
[표 3-2] 색채 이미지 및 연상 단어	26
[표 3-3] 음악	26
[표 3-4] 색채조명에 따른 표정 및 감정	30
[표 3-5] 무대 위치	31
[표 3-6] 무대 공간 사용	32
[표 3-7] 생명의 빛 가사	46

그림 목 차

[그림 3-1] 1~3장의 이동 경로 무대 사용	31
[그림 4-1] 1장 이동 경로	34
[그림 4-2] 1장 이동 경로	35
[그림 4-3] 1장 조명	36
[그림 4-4] 1장 조명	37
[그림 4-5] 2장 이동 경로	39
[그림 4-6] 2장 이동 경로	40
[그림 4-7] 3장 이동 경로	42
[그림 4-8] 3장 이동 경로	43
[그림 4-9] 3장 조명	44
[그림 4-10] 3장 조명	45

사 진 목 차

[사진 3-1] 오브제의 상징적 의미	22
[사진 3-2] 무용수 1 흰 의상	24
[사진 3-3] 무용수 2 검정 의상	25
[사진 3-4] 1장 조명의 변화	28
[사진 3-5] 2장 조명의 변화	29
[사진 3-6] 3장 조명의 변화	30
[사진 4-1] 1장 움직임의 구성	34
[사진 4-2] 1장 움직임의 구성	35
[사진 4-3] 1장 조명의 변화	36
[사진 4-4] 1장 조명의 변화	37
[사진 4-5] 2장 움직임의 구성	39
[사진 4-6] 2장 조명의 변화	40
[사진 4-7] 3장 움직임의 구성	42
[사진 4-8] 3장 움직임의 구성	43
[사진 4-9] 3장 조명의 변화	44
[사진 4-10] 3장 조명의 변화	45

I. 서 론

1.1 연구의 필요성 및 목적

현대사회는 ‘우울증이 만연한 시대’라고 할 수 있다. 한병철은 “시대마다 주요한 질병이 있는데 현대사회는 우울 사회, 피로 사회”라고 말하고 있다.¹⁾ 우울 사회는 개인의 정서적인 고통과 사회적 고립이 증가하면서 사람들과 서로 연결되기 보다는 단절되는 경향이 있어 삶의 질이 저하되고 개인의 행복감이 감소하는 현상이 나타난다. 피로 사회는 현대사회에서 사람들의 지속적인 노동과 경쟁으로 인한 피로감으로 정신적, 신체적 탈진이 생기며 일과 삶의 균형을 찾기 어려워져서 우울증과 같은 정신 건강 문제가 생긴다. 이러한 문제를 해결하기 위한 개인의 자각과 사회의 노력이 필요하다. 그중에서도 우울증은 상당히 오늘날에 정신적인 문제, 사회 문제, 가족 문제, 범죄의 문제를 일으키는 중요한 이슈다. 우울증은 일반적인 요인, 사회 심리적인 요인으로 정신질환 중 뇌 질환에 속한다. 뇌 질환 중 우울증을 관하는 ‘세로토닌’이 뇌에서 감정과 행동 생각을 조절하는 신경전달물질로 기분이 떨어지면 기분과 행동, 생각을 가라앉게 하여 우울증을 발생하게 한다.²⁾ 특히 욕심으로 인한 대인관계에서 겪는 문제, 학업으로 인한 스트레스, 무한 경쟁에서 오는 스트레스 등으로 인해 우울증이 발생한다. 이러한 우울증은 다양한 연령층에서 나타나 결국 자살로 가는 경우도 적지 않다. 우울증은 해를 거듭할수록 점점 증가하는 추세를 보이고 있다. 2017년~2021년까지 평균 2만 명씩 여성 우울증이 증가하고 있는 것을 보여주고³⁾있어 현대 시대에 중요한 이슈로 대두되고 있다. 우울증의 현실적인 문제는 사회 심리적인 변화, 신체적인 변화와 여러 가지 역할 변화도 생겨 그와 함께 안정성과 삶이 깨어지기 쉬우며 인생에 자아 정체감 위기를 겪게 되고 이로써 분노와 절망감과 같은 부정적인 감

1) 한병철. 『피로 사회』, (서울:문화과지성사, 2012). p.11.

2) <http://www.healtip.co.kr/news/articleView>.

3) <http://www.healtip.co.kr/news/articleView>.

정들이 일어나는 어려운 시기로 이것은 우울증으로 이어지는 경우가 많다. 이러한 우울증을 개선하기 위해 현대인들은 희망을 주는 “마음의 빛”을 찾기 위해 자기 이해, 자기 수용, 내면의 평화, 감사, 사랑 등의 다양한 표현예술 심리치료를 찾아다닌다. 치료 기법으로는 자연을 느끼는 산책, 마음을 안정시키는 명상기법, 행동기법, 인지 요법, 대인 요법, 정신분석, 정신 역동 심리치료, 보조적인 심리치료의 도움을 받으며 다양한 원인의 우울로 상처받은 마음들을 치료받고 있다. 심리치료를 받아 마음의 안정감을 찾은 사람들은 마음에 빛이 생겨났다고도 표현한다.

박정혜(2023)는 인간 내면의 감정에 대해 다음과 같이 서술하고 있다.

내면은 숨을 쉬는 동안 성장할 수 있고 그것은 바로 진정한 의미에서 희망이고 인간이 꽃보다 아름답다고 할 수 있는 이유라고 하였다. 또한 감성은 마음으로 보는 것이고 감정은 마음의 빛깔을 내는 것, 감수성은 마음의 빛과 향기를 내는 것이다. 그럴 때 긍정 에너지가 작용한다.⁴⁾

위의 인용처럼 인간은 감수성 사랑의 빛과 향기를 낼 때 긍정 에너지가 작용한다. “빛”으로 인해 인간의 우울이 새롭게 변화되며 따뜻한 사랑과 위로함을 얻어 새 소망으로 일어설 수 있는 희망이 있다고 언급하였다.⁵⁾

그 마음의 빛을 찾기 위해 심리학에서는 긍정적인 감정, 행복, 희망, 그리고 정신적 평화를 상징하는 개념으로 내면의 긍정적인 에너지를 찾고 이를 통해 삶의 어려움이나 도전에 대응하는 힘을 의미한다. 이처럼 심리학에서는 인간의 내면이 감수성으로 긍정적, 부정적인 마음이 될 수 있지만, 기독교적인 입장에 볼 때는 하나님이 베풀어 주시는 치유와 빛을 찾는 것이 중요하다. 하나님은 생명의 원천이시고 하나님의 말씀은 길이므로 어둠 가운데 우울하고 공허한 인생을 하나님이 주신 따뜻한 사랑의 빛으로 삶을 회복할 수 있다. 빛은 완전하신 하나님이 주시고 하나님의 빛은 영원한 생명의 빛이며 온전한

4) 박정혜.(2023). 「마음의 빛 호모 룩스」. 서울 : 오도스 p.1.

5) 김한나.(2007). “기독교적 감성에 의한 빛의 상징성 표현 연구 ; 본인 작품을 중심으로.” 석사학위 논문, 충남대학교 대학원 p.3.

치유를 가져다준다. 이러한 우울증의 치유는 기독교적인 치유 안에서도 가능
한데 하나님의 한없는 사랑과 치유하심을 경험할 때 우울증이 완전히 치유될
수 있는 사례를 많이 볼 수 있게 된다. 따라서 본 연구는 심각한 우울증에
걸린 30대 초반의 여성이 하나님 안에서 치유되고 극복된 주제로 창작된 줄
업 청구 작품 「생명의 빛을 찾아」에 대한 분석 연구로써, 세상의 욕심으로
채울 수 없는 공허하고 우울한 영혼의 빈 공간을 예수 그리스도의 따뜻한 생
명의 빛으로 채워져 하나님께 감사의 고백을 드리는 작품의 안무 의도와 내
용을 살펴보았다.

1.2 연구의 방법 및 절차

본 연구는 작품 분석 연구로써 사진 DVD 영상 등을 바탕으로 하였으며
문헌을 참고하였다.

연구의 절차는 다음과 같다.

II장에서는 우울증의 의미와 개념을 알아보고 우울증의 원인과 유형에 대
해 살펴보았다.

III장에서는 작품 개요 기독교 창작 「생명의 빛을 찾아」에 나타난 안무 의
도와 작품 내용, 작품의 형식 및 구조와 구성 요소를 설명하였다.

IV장은 작품 분석을 기독교 무용창작 「생명의 빛을 찾아」의 공연을 토대
로 주제 및 내용, 움직임 구성 및 표현, 음악과 오브제 그리고 무대장치 및
표현 형태의 특징을 분석 연구하였다.

II. 이론적 배경

2.1 선행연구

우울증에 대한 무용동작치료 선행연구로는 구수연(2007)의 기독교 무용의 움직임 프로그램을 활용한 청소년 우울 감소 적용 사례 연구부터 시작하여 현재까지 다양한 연령층을 대상으로 무용동작 프로그램의 효과검증을 나타내고 있다. 따라서 본 연구자는 일반 무용동작치료와 기독교 무용동작치료에 대한 선행연구를 살펴보고자 한다.

1) 일반 무용동작치료 선행연구

장은정(2012)은 LMA의 움직임을 바탕으로 빈곤층 중년여성의 움직임을 통해 갈등과 내적 심리상태를 표출해 내는 무용동작치료 기법이다. 이 연구에서는 신체적인 면(Bady), 형태적인 면(Shape), 공간적인 면(Space)에서도 질적인 면(Effort)을 초점으로 동작을 관찰하는데 분석하였다. 이를 통해 빈곤층 중년여성 움직임이 질적 변화의 도움을 받은 연구로 무용/동작치료 프로그램을 만들어 인지적인 영역과 정서적인 영역의 우울증 감소에 도움을 준 연구로 입증할 수 있다. 또한 알몸의 치료적 요인에서 실존적 요인, 집단 응집성, 이타주의, 대인관계학습, 보편성의 치료적 도움을 받은 연구로 효과적이었다.⁶⁾

정보배(2017)는 중년여성의 우울증 치료로 무용동작 프로그램을 만들어 효과성 검증을 하였다. G지역의 중년여성들을 모집단으로 선정하여 2017년 3월~4월 G지역의 기관과 센터에 배부하여 420명을 대상으로 개별 면접 조사인 자기평가 기재법에 따라 설문 응답을 조사하였다. 설문조사는 자가평가 기재법과 편의표본추출을 활용하였다. 총 397부의 설문지를 최종 연구하여 사용하였으며 구조모형 방정식을 시행하여 연구의 가설을 검증하였다. 따라서 무용동작 치료가 정신 건강이 생활 만족에 영향을 미쳐 중년여성들이 건강하고 안정적인 중년기를 보내는데 긍정적인 효과가 검증되어 우울증 치료가 되

6) 장은정.(2012). “무용/동작치료를 통한 빈곤층 중년여성의 우울감과 움직임 질적 변화에 대한 연구 ; 라반의 LMA Effort를 중심으로” 석사학위 논문. 순천향대학교 건강과학대학원, p.54.

었다고 입증하였다.⁷⁾

신우정(2018)은 2017년 12월~2018년 1월 중 8주간 중년기에 다양한 심리적인 변화가 발생하는 원인을 무용 기반을 바탕으로 하여 통합예술 프로그램을 만들어 중년여성 우울에 미치는 영향에 관해 연구하였다.⁸⁾ 개발 과정은 45~60세 중년여성들로 구성된 통제집단 23명, 실험집단 23명의 2개 그룹에게 실험을 시행하였다. 프로그램 종료 직후에 측정 도구인 설문지를 이용하여 보호 요인의 수준을 확인하였으며 연구를 통해 얻은 미시적, 거시적 성과는 무용을 이용하여 치유를 목적으로 하였다. 특히 이 프로그램은 심리 치유적인 측면에 초점을 두었으며 긍정적인 정서와 강점인 자아존중감, 행복감, 자기효능감의 요소들을 증가시켜 우울증을 감소시키는데 연구하여 효과적이었다.⁹⁾

김밀아리(2023)는 비대면 집단의 무용동작 치료가 중년여성 우울증 회복탄력성과 자아존중감에 미치는 효과를 연구하였다. 연구의 방법으로는 팬데믹 상황을 지나오면서 정서적, 신체적 지원이 필요한 중년여성을 대상으로 대면과 비대면의 2가지 방법으로 실시하고 또 다른 비교집단으로 미시행 집단을 구성하여 3개 집단의 집단 결과를 검증함으로써 중년여성의 우울을 감소하였다. 참여자들은 프로그램을 통하여 그룹원들과의 접촉에서 강한 친밀감, 자기표현, 신체 탐색, 자기개방 도움의 요인을 다룸으로써 긍정적인 영향이 나타났고, 비언어적인 움직임 표현함으로써 자신의 감정을 개방하고, 긍정적인 정서를 이해함으로써 우울 감소에 효과를 검증하였다. 또한 움직임을 통한 활동은 긍정적인 자아존중감 향상을 주었으며 신체 에너지를 높이고 창조적인 움직임은 심리적인 행복감을 느꼈으며 긍정적인 회복 탄력성 향상에 효과가 나타났다.¹⁰⁾

7) 정보배.(2017). “중년여성의 우울증 치료를 위한 무용동작치료 프로그램의 효과성 검증 : 정신건강의 생활만족의 효과를 중심으로” 석사학위 논문. 조선대학교 교육대학원, p.46

8) 신우정.(2018). “무용 기반 통합예술 프로그램이 중년여성 우울에 미치는 영향” 석사학위 논문. 동방문화대학교 대학원, p.109.

9) 김광수, 고영미.(2011). “긍정 심리학 기반의 행복 증진 상담 교육 프로그램이 초등학생의 행복감과 우울에 미치는 효과.” 한국초등교육, Vol.22 No.3, 129-152.

10) 김밀아리.(2023). “비대면 집단 무용동작치료가 중년여성의 우울, 자아존중감 및 회복 탄력성에 미치는 효과” 박사학위 논문, 수도권제대학원 대학교, p.94.

박정연(2018)은 청소년의 신체화 동반 자아존중감 향상과 우울증을 감소시키는 데, 연구 목적을 두었다. 실험 결과를 확인하기 위해 아동 및 청소년의 우울 측정 도구의 아동 신체화 척도와 한국판 아동 신체화 척도로 자아존중감 자료 수집의 도구로 사용하였다. 무용 동작 움직임은 라반의 움직임 4대 요소 중 질적인 면 에포트를 중심으로 움직임을 분석한 결과 척추는 곧게 펴졌으며 표정이 밝아졌고 몸의 긴장감이 완화되었으며 내적인 힘이 생겨났고 긴장감과 불안감이 완화되었다는 연구 결과가 나왔다.

2) 기독교 무용동작치료 선행연구

구수연(2008)은 기독교 무용의 움직임 프로그램을 만들어 청소년들의 우울감을 감소하는 효과를 제시하였다. 연구대상으로는 경기도 Y고등학교 학생 1,781명에서 심각한 우울증의 학생 381명 중 40명을 대상으로 하였으며 Beck 우울척도 설문지로 진단하여 정하였으며 실험집단은 21주 동안 1시간 30분씩 주 2회 진행하여 기독교 무용 움직임의 프로그램을 적용하였다. 주로 하나님께 감사하기, 죄책감에서 벗어나 자유 해지기, 용서를 통한 분노의 해결 및 자존감 향상, 슬픈일 내려놓기, 성격 읽기와 소그룹 나눔과 심리치료 요소와 함께, 워십 무용 배우기, 찬양에 맞는 스트레칭으로 몸을 이완시키기, 창작무용으로 감정을 정화 시키고 발산시키는 등의 신체적인 기독교 무용 움직임 프로그램을 만들어 청소년들의 정신적, 신체적, 정서적으로 긍정적인 영향을 주어 우울감 감소의 효과적인 제시를 하였다.¹¹⁾

따라서 기독교적 관점의 치료 연구에서는 기독교 무용 움직임 프로그램을 적용하여 자신의 생각이나 감정을 인식하고 표현하여 심신을 안정시키고 개선하는 데 효과가 있었고 그 외 영적인 면까지도 내적 치유가 가능하다는 측면에서 영향력 있는 효과를 제시해 주고 있다.

11) 구수연.(2008). “기독교 무용의 움직임 프로그램을 활용한 청소년 우울 감소 적용사례 연구” 석사학위 논문. 세종대학교 대학원, p.114.

2.2 우울증의 개념

‘우울’이라는 단어의 어원은 라틴어인 ‘deprivere’라는 동사에서 찾아볼 수 있는데 이는 무겁게 내리누른다, 밀으로 가라앉는 상태를 의미한다. 국어사전에서는 기분이 언짢아 명랑하지 아니한 심리상태로 표기되어 있으며 울병, 울증이라고도 한다.¹²⁾ 우울증의 정의는 기분장애 일종으로 우울한 기분이 지속해서 들고 즐거움과 흥미가 일상생활에서 거의 없고 부정적인 생각하게 하는 주요 증상이다.¹³⁾ 또한 적절한 정서와 기분으로써 의미, 지속적이고 병적인 기분 상태의 의미, 임상 증후군으로서 우울 기분이 있는 것으로 세 가지 의미를 지니고 있다. 세계보건기구의 ICD-10(1992)는 우울증을 기분장애로, 조증 삽화(manic episode), 양극성 정동장애(bipolar affective disorder), 지속성 기분장애(persistent mood disorder), 반복성 장애(recurrent depressive disorder), 기타 기분장애, 비 특정 기분장애로 구분하고 있다. 정신질환 진단 및 통계 편람(Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders : DSM)에서는 우울증을 기분장애로 정의한다.

기분(mood)이란 자신의 내적인 요인으로 감정 상태(emotional state)가 결정되는 것을 뜻하고 감정의 외적 표현은 정동(affect)이라고 한다. 정동장애는 우울하거나 들뜬 기분이 주축이 되는 정신장애를 말한다. 여기에는 기분이 들뜬 상태를 조증 기분, 기분이 저조한 상태를 우울증이라고 한다. 또한 주요 우울장애에는 혼재성 삽화, 조증 삽화, 경조증 삽화의 병력이 단 한 번이나 그 이상의 주요우울증 삽화를 보이는 경우를 말하는데 다른 정신장애도 빈번하게 동반한다. 물질 곤란 장애, 강박 장애, 공황장애, 거식증, 폭식증, 경계선 성격장애를 동반한다. 주요우울증 삽화의 DSM-IV 진단기준에서는 정한 증상 가운데에서 5개 또는 그 이상의 증상이 연속 2주 동안 지속하며, 증상 가운데 적어도 하나는 우울 기분이거나, 흥미나 즐거움의 상실인 상태를 주요 우울장애라고 말한다.¹⁴⁾ 우울증은 심한 슬픔, 무기력감, 흥미 상실, 자존감 저

12) 『표준국어사전』, 서울 : 국립국어 연구원, 2014), 453

13) <https://naver.me/GPFfYlrX> 자생한방병원 한방의학정보

14) 조가영.(2010). “우울증에 관한 미술치료의 기존연구 비교분석 및 프로그램 연구” 석사학위 논문. 한양대학교 교육대학원, p.3.

하, 식욕 변화, 수면 문제 등과 같은 다양한 증상을 포함하는 정신 건강 장애이다. 우울증은 히포크라테스가 정서적으로 문제가 되어 발생하는 정신질환으로 오래전부터 알려져 있다. 또한 일시적 이거나 항구인 적인 경우, 만성적이거나 급성인 경우 사람에 따라 다양한 형태로 나타난다. 우울증의 빈도는 나이가 들면서 남성보다 여성에게 주로 발생하며 여성의 경우 35~45세 사이에 우울증이 가장 높은 것으로 알려져 있다.¹⁵⁾

2.3 우울증의 원인 및 유형

2.3.1 우울증의 원인

우울증을 포함하는 정서 장애들은 현대 시대에 흔하게 나타나는 문제 행동들이다. 일생 동안 30~40% 가벼운 우울증을 경험한다고 한다.¹⁶⁾ 특히 남녀가운데에서도 여자에게 흔한 장애라고 할 수 있다. 여러 이유 들이 있겠지만 성차와 유전적 기질, 호르몬의 생물학적 요인, 사회적 지위 같은 심리 사회적 요인들도 관련되어 있다.

정신분석자인 Sigmund Schlomo Freud는 우울을 자기 자신에 대한 분노로 보았다. 또한 Leman은 주위 환경에 대한 능력 상실로 인한 우울, Daniel Gotlib는 대인관계 기술 부족으로 인한 우울, Abramson, Martin Martin Seligman & John Teasdale은 성격 결함과 개인적 기질로 인한 우울 등 여러 접근법이 있다.¹⁷⁾ 또한 Aaron Beck은 우울증에 걸린 사람은 주변 세계 및 자기 자신의 미래를 합리적이지 못한 결론을 이끌어 내고 현실을 부정하고 가상적인 생각을 하는 경향이 있어서 우울해진다고 보았다. 그래서 Beck은 부정적인 사고를 긍정적 사고로 전환 시키는 합리적이고 현실적인 사고로 우울증을 치료하는 인지 치료 이론을 제안하였다.

이처럼 우울증의 원인에 대해서는 서로 다른 견해를 학자마다 다르게 진단

15) 조가영.(2010). 전개서, p.5.

16) 권석만.(2000). 『우울증 : 침체와 절망의 늪』 서울 : 학지사. p.49

17) 권석만.(2000). 상개서, p.6.

하고 있어서 우울증을 한가지 모형만으로 설명할 수는 없지만 크게 나누면 기본적으로 생물학적 요인, 심리적인 요인, 사회적인 요인으로 우울증의 발병 원인을 나누어 볼 수 있다.¹⁸⁾

1) 생물학적 요인

가) 유전적 요인

우울증을 유발하는 신체적 원인으로서는 뇌의 신경과 구조, 유전적 요인, 생체 리듬의 이상, 내분비 계통 등에 초점을 맞추어 연구가 진행되고 있다. 소규모의 쌍생아 연구를 수행한 Wierzbicki는 35%의 하위 임상적 우울증이 유전 가능성이 있다고 보고했다. 가족 연구에 의하면 양극성 환자 추정 빈도는 17~23%, 일란성 쌍생아 33~90%, 이란성 쌍생아에서 5~25%라고 한다.¹⁹⁾ 반면에 Kendler는 가까운 친척이 우울증에 걸릴 확률을 예측하는 연구에서, 우울증이 가족 환경에 의해서 상당히 발생하는 부분이 있다고 설명하였다. 우울증에 걸린 어머니의 자녀는 우울증이 유전적으로 전이 될 뿐 아니라 어머니의 우울한 양육 행동, 어머니의 심리 사회적 위험요인을 공유함으로써 우울증을 나타낼 확률이 증가한다는 연구 결과들이 많다.²⁰⁾

나) 생화학적 요인

신경세포의 신경 수용체의 변화와 관례가 있으며 시냅스 부위에 신경전달 물질의 과소나 과다, 혹은 결함이 있는 것과 관련이 있다. 신경전달물질의 기능결함이 있다면 전기 화학적 충격이 신경세포들 사이에 전달되지 않게 하며, 신경수용체막의 변화는 다른 행동증상을 유도한다. 아민계통을 포함한 신경전

18) 조가영.(2010). 상계서, p.6.

19) 정정숙.(2004). 『성장과정에 따른 이야기 치료, 상담과 선교』 45호, 한국상담선교연구원 p.118-121

20) 정나영.(2005).“우울로 인한 학교 부적응 아동의 미술치료 사례” 석사학위 논문. 나사렛 대학교 재활복지대학원, p.7.

달물질의 생물학적 작용기전 이해는 기분장애의 분류 및 진단이나 약물치료에 중요한 근거가 되고 있다.²¹⁾ 또한 카테콜아민, 노르아드레날린, 혈중 도파민 등의 스트레스와 농도, 불면증, 우울증, 정신질환 등의 밀접한 관련이 있는 것으로 보인다.²²⁾

우울증은 비타민 B2, B1 혹은 B6의 결핍도 우울증을 일으킬 수 있다. 비타민 B12의 결핍은 우울증을 포함하여 신경학적인 문제와 빈혈을 일으킬 수가 있다. 비타민C를 복용하는 것은 면역계를 강화하는 데 도움이 되고, 매일 복합 미네랄을 보충하면 아연, 철, 마그네슘, 망간의 결핍을 해결할 수 있다.²³⁾ 어떤 영양제나 보약보다도 식사를 잘하며 하루에 8컵 이상 물을 마시는 것도 우울증에 도움이 된다. 현대인들은 사회 활동을 하고 배우는 일에 있어서 생리적 변화를 동반하여 뇌를 흥분시키기 때문에 우울한 뇌의 상태를 역전시킨다. 또한 우울증 환자의 뇌척수액에서 신경 전달물질인 세로토닌의 농도가 더 낮았다는 연구 결과도 있었다.²⁴⁾

2) 심리적 요인

정신분석학에서 지적하는 우울증의 요인은 모든 외부 가치들을 내향화 하는 기제로써 설명할 수 있다. 이 기제는 모든 외부 가치들을 받아들이기를 차단하고 자기 내부 사태를 외부의 것으로 투사하는 정신분열병의 기제와는 정반대이다.²⁵⁾

우울증은 일상생활에서 자주 겪게 되는 사례가 많다. 인간은 자신을 가꾸어가기 위해 많은 것들에 대해 의미를 부여한다. 자신의 소중한 물건이나 늘 긍정적인 관계를 가졌던 사람의 상실은 인간에게 부정적인 영향을 준다. 이러한 부정적인 영향의 상실은 추상적 상실, 실제로 만져지거나 느껴지는 상실과 위

21) 임윤선.(2006).“예술인의 우울증과 자살에 관한 예술치료의 필요성에 관한 연구” 박사학위 논문. 한양대학교, p.88.

22) 김유진.(2001). 『심리학과 일상생활』 . 서울 : 시그마프레스. p.5.

23) 이정림.(2011).“우울증 유형에 따른 대상관계 특성” 석사학위 논문. 건국대학교 대학원 p.23.

24) 민성길.(1999). 최신정신의학, 일조각 p.10

25) 조가영.(2010). 전개서, p.8.

협받는 상실, 상상의 상실, 우울증으로 나타나기도 하며 반응은 각 개인에 따라 다르다.

정신분석학의 창시자인 Sigmund Schlomo Freud는 우울을 무의식적인 본능이 자신에게 향해진 현상이라고 했으며, 생의 초기의 분리를 경험하는 것이 우울증에 영향을 미치고 있다고 말한다. 자궁으로부터의 분리, 어머니와의 분리가 그것이라고 할 수 있다.²⁶⁾ 인간의 행동과 정신을 이해하기 위해 꿈의 분석, 무의식의 개념, 성격 이론 등을 발전시켰다. 또한 인간의 심리 구조를 이드, 자아, 초자아로 구분하여 설명하였고 정신적인 장애와 심리적 갈등에 대한 이론은 정신의학과 심리학에 큰 영향을 미쳤다. 특히 중요하게 생각하는 무의식의 개념은 무의식의 저장소로 개인이 인식하지 못하는 감정, 생각, 기억, 등을 저장하는 공간으로 개인의 반응과 행동에 깊은 영향을 미칠 수 있다. 정신적인 갈등으로 무의식에 저장되어 억압된 욕망이나 감정을 의식적인 사고와 충돌하여 심리적인 갈등을 일어나게 하는데, 이 갈등은 불안, 스트레스, 우울증 등의 정신적인 문제로 나타날 수 있다. 또한 방어기제로 고통스러운 감정을 피하기 위해 투사, 억압, 합리화 등의 방어기제를 하며 개인의 반응을 조절한다. Freud는 꿈의 상징으로 개인의 갈등이나 무의식적인 욕망이나 갈등을 반영하여 행동이나 선택에 영향을 미칠 수 있다고 하였다. 마지막 무의식적 동기는 개인의 행동을 이끄는 동기로 이러한 동기는 의식적으로 인식되지 않기 때문에 자신의 행동 이유를 정확히 하지 못할 수도 있다. 이처럼 무의식은 개인행동에 상당히 중요한 영향을 미치고 이를 이해하는 것은 심리적 문제를 해결하고 자신의 행동 패턴을 인식하는 데 도움이 될 수 있다.²⁷⁾

정신분석학자 Karl Abraham 심리학적 개념과 그리스 신화와 연결하는 작업으로 알려져 있다. 연구로는 무의식의 역할, 꿈 분석, 무의식의 역할 그리고 성격 형성에 대한 이해를 포함한다. 특히 Abraham은 부모의 애정에 대한 반복적인 실망과 반복적인 경험이 있을 때 우울증적인 질병으로 나타난다고 보았다.²⁸⁾ 애정 상실은 우울증 환자들의 가장 대표적으로 타인으로부터 위축

26) 조가영.(2010). 상계서, p.9.

27) 한재선.(2005). “융과 프로이트의 종교에 관한 연구” 석사학위 논문. 성공회대학교 신학전문대학원 p.30~49.

28) 안재숙.(2007). “청소년 우울증과 치료대책” 석사학위 논문. 총신대학교 선교대학원, p.19.

되는 행위로 온다. 이것은 자기 몰두의 사고 형태로 발전되는 아주 해로운 상태이므로 이 사고의 형태가 변화하지 않는 한 우울증은 고조된다고 하였다.²⁹⁾

B.F. Skinner을 중심으로 한 미국의 심리학자로, 행동주의적 관점에서 중요한 인물 중 한 사람이다. 그는 주로 조작적 조건 형성의 이론을 주장하였으며 행동의 학습과 수정에 관한 연구를 진행하였다. Skinner의 주요 개념으로는 조작적 조건 형성, 강화와 처벌, 스키너 상자, 행동 수정이다. 첫째 조작적 조건 형성은 행동 결과에 따라 악화하거나 강화된다고 주장하였고, 둘째 강화와 처벌에서는 긍정적인 강화는 바람직한 행동 후에 보상을 주는 것이고, 셋째 부정적 강화는 불쾌한 자극을 제거하여 행동을 증가시키는 것이라고 하였다. 스키너의 상자에는 동물의 실험을 통해 ‘스키너 상자’라는 실험 장비를 개발하여 특정 행동을 통해 전기 충격을 피하거나 음식을 얻게 되는 실험을 하였다. 넷째로 행동 수정은 행동을 수정하는 방법으로 처벌과 강화를 사용하는 것을 강조하여 교육, 훈련, 치료 등 다양한 분야에서 활용되고 있다. 이처럼 Skinner의 이론은 교육학, 심리학, 행동 치료, 교육학 등 여러 분야에 큰 영향을 미쳤으며, 인간의 행동을 수정하고 이해하는데 중요한 기초를 제공한다.

Martin Seligman의 인지적 귀인이론에 의하면 개인의 통제 불능 상황을 경험하면 무력감을 느끼게 되고, 그 결과를 내적(intetnal), 안정적(stable), 전반적(global)으로 귀인을 하게 될 때 우울이 유발된다고 하였다. 그러나 Blantly는 무력감이 우울을 초래하면 자존심에 영향을 주어야 한다고 주장한다. 한편 David D. Burns는 우울이 사고의 왜곡으로부터 비롯되고 지속하며 재발되는 경향이 있고 자존심의 상실 또는 저하를 포함한다고 했으며, 우울감을 감소시키려면 사고를 개선해야 할 필요가 있다고 하였다.³⁰⁾ 이처럼 심리적인 요인을 요약하면 심리학자들의 이론으로 자신에 대한 분노, 부정적인 경험, 자존감의 저하 등을 들 수 있다.

Aaron Beck이 제시한 인지행동치료의 중심 원리는 감정, 행동, 생각이 밀

29) 조용백.(2009).“청소년 우울에 대한 성격적 상담연구” 석사학위 논문. 대신대학교 신학대학원, P36~39.

30) 이현정.(2004).“소조활동 중심의 미술치료가 우울증 환자의 우울, 불안 감소에 미치는 효과” 석사학위 논문. 영남대학교 환경보건대학원 p.18.

접하게 서로 연결되어 있다. 인지치료 이론은 4가지 이론에 근거하고 있는데 첫째 어린 시절부터 형성되는 인생관이 신념에 기초가 되거나 선택이 되는 도식, 둘째로는 비합리적일지라도 비합리적이라고 생각하지 않고 그대로 믿어지고 또 학습하는 자동적인 사고, 셋째 자신, 미래, 세계에 대한 자기의 가치감을 상실하는 인지 삼제, 넷째로는 인지적 왜곡의 유형이 있다.

인지적 왜곡은 다시 임의적 추론, 선택적 추상화, 과장과 축소, 개인화, 흑백논리/이분법적 사고, 정서적 추론으로 6가지 유형으로 구분된다. 첫째로 임의적인 추론은 상황을 충분히 판단할 근거가 없는데도 불구하고 자신의 생각대로 결론을 내리는 것으로 주로 비극적인 예측과 부정적인 추론이다. 둘째 선택적인 추상화는 생활 속에서 사소한 문제에만 매달려 우울한 상태를 벗어나지 못하고 부정적인 것을 부각시키는 것이다. 셋째 과장과 축소로 자신의 결점과 실수는 최대화하고 강점은 최소화하려는 경향 또는 다른 사람의 강점은 최대화하고 단점은 최소화하려는 경향, 넷째로 개인화는 자신과 관련이 없는 사건을 인과 관계없이 자신에게 연결하는 것이다. 다섯 번째 흑백논리/이분법적 사고로 어떤 것에 대해서 완전한 실패나 대단한 성공을 극단적으로 구분하려는 경향이다. 마지막 정서적 추론으로 정서적 감정에 근거하여 실제로 확인하는 것이다.³¹⁾ 이처럼 현대 시대에는 우울증의 부정적인 원인을 파악하고 긍정적인 심리상태로 변화하기 위하여 Beck의 우울척도 검사를 실시하여 우울증 감소를 위해 여러 사람이 병원과 심리기관을 찾아 검사를 시행하고 있다. Beck의 우울척도의 기준은 다음과 같다.

문항의 질문은 슬픈 기분, 비관적 사고, 실패감, 만족감 감소, 죄책감 1, 죄책감 2, 자기 실망, 자기 비난, 자살 사고, 울음, 짜증, 다른 사람에 관한 관심, 우유부단성, 신체적인 상, 시작하기 어려움, 수면 장애, 피곤함, 식욕 저하, 체중 감소, 건강염려, 식욕 감퇴로 문항 수는 총 21개로 되어 있으며 점수는 0~3점으로 문항 수마다 체크 하게 되어 있다. 검사 결과는 0-9는 정상, 10~15점은 가벼운 우울, 16~25점은 중등도 우울, 26~63점은 심한 우울로 검사 결과가 16~25점의 중등도 이상일 경우 병원에 내원하여 치료를 받아야 한다.³²⁾ Beck의 우울 검사지는 부록에 첨가되어있다.

31) 양현주.(2011). “불안 장애에서 벡 우울 척도의 요인 분석” 석사학위 논문. 한양대학교 대학원 p.13~20.

3) 사회 문화적 요인

우울증의 사회 문화적인 요인은 외부나 환경에서부터 오는 다양한 이유로 스트레스 자극을 받는 것으로 현재에도 많은 임상들을 통해 우울증에 관한 연구가 보고되고 있다. 요인으로는 전쟁에 대한 두려움, 가까운 사람의 죽음, 일과 돈에 대한 걱정과 집안에 대한 책임감, 학업에 대한 스트레스 등이 우울증에 영향을 준다. 이러한 우울증 발생을 주는 부정적인 요인은 크게 사소한 생활 사건, 사회적 지지의 결여, 생활사건 등 크게 세 가지 유형으로 살펴볼 수 있다. 첫째 사소한 생활 사건은 차츰차츰 쌓여 저서 누적되는 작은 부정적인 사건들이 생겨나 일상생활 속에서 부정적인 사건들이 오랫동안 지속하여 우울증을 유발한다. 둘째 사회적 지지의 결여는 개인이 사회적 상호 작용이나 관계에서 느끼는 지원이나 이해가 부족한 상태를 의미한다. 이러한 결여는 여러 가지 형태로 나타날 수 있으며, 그로 인해 여러 부정적인 결과가 초래될 수 있는데 대표적으로 정신 건강의 문제, 신체 건강의 문제, 스트레스 증가의 문제, 사회적 고립의 문제가 있다. 이러한 문제를 해결하는 방법으로는 가족, 친구와의 관계를 강화하거나, 지역 사회 활동에 참여하는 것이 있으며 이러한 활동들은 서로의 지지를 받을 기회를 제공한다. 셋째 주요한 생활 사건은 큰 좌절감을 주는 충격적인 사건을 의미하는데 자신의 심각한 질병이나 가정불화, 가족관계나 이성 관계의 악화, 실적이나 사업실패, 학업 부진이나 현저한 업무 부진 등의 다양한 사건에 포함된다.³³⁾

2.3.2 우울증의 유형

우울증은 다양한 유형이 있으며, 주요한 유형은 다음과 같다. 주요 우울장애, 조발성 우울장애(조기 발병 우울증), 양극성 장애(조울증), 정신분열증(조현병) 등이 있다.

첫째로 주요 우울장애는 가장 흔한 유형으로, 지속적인 우울한 감정으로 즐

32) <https://m.blog.naver.com/junedu79/220574290307>

33) 조가영.(2010). 전제서, pp. 11~12

거움이나 흥미를 잃은 상태를 특징으로 하여 일상생활에서 지장을 준다. 증상으로서는 슬픔, 우울, 공허감, 불안감이 있고, 과거의 일을 후회하거나, 타인을 원망하고 미래를 비관적으로 생각한다. 불면증이나 과도한 수면이 생기고, 에너지가 부족하며 무가치감과 죄책감을 느끼며 집중력을 저하 시켜 판단과 집중에 어려움 있어 자살 시도를 하는 사례도 있다. 이러한 우울증의 치료 방법으로는 심리치료, 약물치료, 생활 습관 개선, 대처 요법, 지원 그룹이 있다.

심리치료는 부정적인 사고 패턴을 변화시키는 데 도움을 주는 인지 행동 치료(CBT)와 감정과 무의식적 갈등을 탐구하는 정신역동적 치료, 비슷한 경험을 가진 사람들과의 상호작용을 통해 소통하고 지지받는 집단치료가 있다. 약물치료로는 항우울제로 노르에피네프린과 세로토닌 등 신경전달물질의 균형을 맞추는 데 도움을 주고 생활 습관 개선은 규칙적인 운동, 충분한 수면, 건강한 식습관 등은 우울증 증상을 완화하는 데 도움을 줄 수 있다. 또한 대체 요법으로 요가, 명상, 아로마테라피 등 다양한 대체 요법을 시도하는 경우도 있으며 지원 그룹으로 같은 경험을 가진 사람들과의 대화와 지지를 통해 감정적으로 안정감을 가는 치료 방법이 있다.

둘째, 조발성 우울장애(조기 발병 우울증)는 어린 시절이나 청소년기에 처음 발생하는 우울의 한 형태이다. 주요 우울장애보다 덜 심한 경우로 지속적인 우울감이 2년 이상 지속하는 상태로 에너지가 부족하고 무기력하며 식욕의 변화가 생기며 무관심 등 다양한 증상을 가지고 있는 뇌 화학 불균형으로 인한 우울증이다. 초기 증상으로는 무기력, 우울한 기분, 피로, 식욕 변화, 인터넷, 불안, 스마트폰 등에 지나치게 빠지는 것, 충동적인 행동, 자신에 대한 부정적인 생각 등이 있다. 이러한 증상이 지속하면 전문가와 상담할 필요가 있다. 치료 방법으로 정확한 진단과 치료가 필요한데 약물치료, 정신 치료, 인지 행동 치료, 건강한 라이프 스타일을 유지하는 치료 방법 등이 있다. 특히 건강한 라이프 스타일을 유지하기 위해서는 규칙적인 운동, 충분한 휴식, 건강한 식습관, 스트레스 관리 등이 필요하다. 또한, 자신이 편안하고 즐거운 일을 하며 사회적 지원을 받는 것이 중요하다.³⁴⁾

셋째로 양극성 장애(조울증)는 이상적인 기분과 우울한 기분이 번갈아 나

34) 김문두, 박용진(2002). “조발성 우울증과 만발성 우울증의 임상적, 생물학적인 차이.” 대한생물치료 정신의학회 생물치료정신의학.” p. 15.

타나는 상태이다. 양극성 장애는 주요 우울장애와 유사한 증상을 보이지만, 우울한 상태와 이상적인 상태가 번갈아 나타난다. 양극성 동요 장애는 기분의 변동이 더 커지는 상태로, 우울한 상태와 고조 상태가 번갈아 나타난다. 이러한 우울한 기분을 인간의 뇌가 조절하는 기능을 가지고 있는데 문제가 생기면 조증, 경조증 또는 우울 상태에 빠져서 학업, 가정생활, 직장생활, 대인관계 등에 부정적인 영향을 끼치게 된다. 우울증 에피소드로는 절망감, 슬픔, 무기력, 흥미, 상실 등의 증상이 나타나며, 일반적인 일상 활동이 어렵게 느껴질 수 있다. 또한 조증 에피소드는 에너지 증가, 비정상적으로 높은 기분, 과도한 자신감, 충동적인 행동 등의 증상이 포함된다. 조증의 경우 심한 경우에는 현실 인식에 문제가 생길 수 있다. 이처럼 양극성 장애는 일반적으로 치료가 필요하며 상담 치료와 약물치료가 효과적이다. 이 장애를 앓고 있는 사람은 주기적으로 기분이 변화할 수 있으며, 이러한 변화는 개인마다 다르게 나타날 수 있어 치료와 지원을 통해 증상을 관리하고 만족스러운 삶을 영위할 수 있다. 양극성 장애의 기분 변화는 개인마다 다양하게 나타날 수 있으며 그 빈도와 지속 시간도 차이가 있다. 일반적으로 기분 변화는 주기적 변화, 빈번한 변화, 계절적 변화로 나타난다. 주기적인 변화는 어떤 사람들은 몇 주 또는 몇 개월 간격으로 기분 변화가 발생할 수 있다. 이 경우 우울증 에피소도와 조증 에피소도가 교대로 나타날 수 있다. 둘째로 빈번한 변화는 일부 환자는 하루에도 여러 번 기분이 변화하는 경우도 있다. 이러한 경우를 “빠른 주기”라고 하며, 주기 사이에 짧고 빈번한 것이 특징이다. 계절적 변화는 기분 변화가 계절에 따라 특정 패턴을 보이는 경우도 있다. 예를 들면 가을이나 겨울에 우울증이 심해지는 경향이 있을 수 있다. 이러한 기분 변화의 빈도와 지속 시간은 개인의 상황, 스트레스 요인, 치료 반응 등에 따라 달라질 수 있으므로, 전문가와 상담을 통해 개인에 맞는 관리 방법을 찾는 것이 중요하다.

넷째로 정신분열증(조현병) 증상은 왜곡된 생각과 감정으로 망상이나 환각 그리고 혼란스러운 사고 등으로 인해 직장생활 및 생활에 어려움을 초래할 수 있으며 대표적으로 편집성 정신분열증(조현병), 긴장성 정신분열증(조현병), 와해성 정신분열증(조현병), 미분화 정신분열증(조현병)의 하위 유형으로 구분된다. 편집성 정신분열증(조현병)은 강렬한 청각적 환각과 망상을 수반하

며, 종종 박해에 관한 주제를 중심으로 하며 긴장성 정신분열증(조현병)은 과도한 운동에서부터 완전한 부동에 이르기까지 운동 이상으로 특정 지어진다. 또한, 와해성 정신분열은 밋밋한 감정 반응, 행동, 와해된 언어 등을 특징으로 하며 미분화 정신분열증(조현병)은 다양한 하위 유형의 증상이 혼합된 것을 포함하는 반면, 잔류 정신분열증(조현병)은 이전 에피소드 이후 더 가벼운 증상을 수반한다. 정신분열증(조현병)의 원인으로는 생물학적인 원인 및 유전적인 원인, 심리학적인 원인, 스트레스 등의 복합적으로 작용하는 것으로 알려져 있다. 생물학적인 원인의 경우 뇌에 있는 도파민이라는 신경전달 물질이 너무 많이 분비되어 조현병이 발생한다는 가설이 가장 유력하며, 뇌에서 이러한 물질들의 이상이 일어나는지는 아직 명확히 알려져 있지는 않다. 그 외에도 전두엽, 기저핵, 변연계 등의 뇌 부위에서 다양한 이상 소견이 관찰되어, 뇌 부위들의 이상이 조현병의 원인과 관련되어 있을 것으로 생각되고 있다. 유전적인 원인으로는 완벽하게 갖는 유전자를 가지는 일란성 쌍둥이에게서도 한 쌍둥이가 조현병을 갖고 있을 때 나머지 쌍둥이가 조현병이 발생할 확률이 50%라고 알려져 있으며, 조현병을 앓은 친족이 없어도 조현병이 걸릴 수 있어 유전병이라고 보기는 어렵고, 유전적인 원인이 전부는 아닌 것으로 생각되고 있다. 이 외에도 스트레스 등 심리학적 원인도 관여하는 것으로 알려져 있으며, 기질적으로 뇌가 취약한 소인을 가진 사람들이 환경적으로 스트레스 혹은 충격을 받는 경우 조현병이 발병한다는 이론도 있다. 다만 모든 사회계층, 세계 곳곳에 걸쳐 발생한다는 것으로 알려져 있으며, 부모의 양육 태도나 어린 시절 성장 과정의 문제 때문에 생기는 병은 아닌 것으로 알려져 있다. 치료 방법으로는 약물치료가 기본적이며 필수적인 치료이다. 또한, 정신치료, 정신 사회적 재활치료를 포함한 정신 사회적 치료가 병행되면 더 나은 치료 성과를 가져온다고 보고되고 있다. 가족을 포함한 환자를 돌보는 사람들에 대한 교육이 매우 중요하다.³⁵⁾

35) <https://m.terms.naver.com/서울대학교병원>

III. 작품 개요

3.1 안무 의도 및 작품 내용

3.1.1 안무 의도

땅이 혼돈하고 공허하며 흑암이 깊음 위에 있고 하나님의
영은 수면 위에 운행 하시니라(창1:2)

이 구절은 하나님이 세상을 창조하시는 이야기에서 매우 중요한 구절로 하나님의 주권과 창조 능력을 보여주며, 무질서에서 질서로 공허한 마음에서 충만으로 나아가는 창조 과정을 암시하는 말씀이다. 하나님은 인간의 마음 안에 생기를 불어넣어 “영혼”이라는 것을 주셨는데 하나님이 주신 영혼을 세상의 것으로 채우려고 보니 마음이 채워지지 않는다. 그 공허함으로 인해 인간은 혼돈하고 어둠 가운데에 있을 수밖에 없다. 본 연구자는 이러한 성경적 가정 아래 기독교 창작무용, 예수 그리스도의 「생명의 빛」으로 영혼의 빈 공간을 채울 수 있다는 것을 깨닫는 작품을 시각화하여 나타내고자 했다.

나는 세상의 빛이니 나를 따르는 자는 어둠에 다니지 아니하고
생명의 빛을 얻으리라(요8:12)

인간의 욕심은 끝이 없어 세상의 돈과 부와 명예, 그리고 쾌락 등으로 채우려고 하지만 그 어떤 것으로도 만족하지 못하고 우울하며 그 갈망은 끝이 없다. 그 공허하고 채울 수 없는 영혼의 빈 마음을 하나님만이 채워 주시고 평안함을 주시며 항상 나와 함께 동행하신다는 사실을 깨닫게 되어 하나님 은혜에 감사하여 생명의 빛 되신 주님을 드러내고자 하는 작품이다. 본 연구자는 기독교 창작무용, 「생명의 빛」에서 한 여인의 주인공으로 시각화하여 스토리를 진행하였다. 기독교적 복음을 작품으로 복음적 메시지를 전달하고자 하였다. 특히 세상의 욕심으로 오는 심리적인 우울감은 인간의 자신감을 저하

시키고 타인에게 투사하는 마음을 주며, 슬픈감, 비관적인 사고, 죄책감, 자기 비난, 자살 사고 등 부정적인 영향을 준다. 이러한 심리적인 우울감은 인간이 해결할 수 없는 영역이다. 이 작품은 인간의 끝없는 욕심으로 인해 낙심하고 방황하는 모습과 방탕한 삶의 모습이 결국은 어두운 죽음의 길이라는 작품의 메시지를 표현하고자 하였다. 특히 세상의 끝없는 욕심으로 인해 인간 내면의 갈망은 채워지지 않는 공허하고 우울한 마음의 죄인이 하나님의 따뜻한 사랑으로 영혼의 빈 마음을 채워 나가며 변화하는 과정을 기독교 창작무용, 「생명의 빛」을 통해 시각화하여 전달하였다.

3.1.2 작품 내용

1장 : 어둠과 혼돈

인간의 세속적인 삶의 특징으로 좋은 회사에 취직하고 명문 대학을 졸업하여 성공적인 커리어를 쌓는 것으로 사회적 지위를 추구하는 세속적인 삶을 살고 있다. 특히 물질적인 풍요로움의 욕심 그리고 결혼, 자녀 양육, 출산 등 사회적으로 기대되는 삶의 틀을 따르는 사회적 규범과 관습을 따르는 세속적인 삶의 욕심, 등의 끝없는 욕심에서 오는 공허한 마음의 갈망을 탐 조명과 핀 조명으로 어둠과 혼돈으로 표현하였다. 오브제인 검은 벡타이를 상징으로 몸짓과 표정을 통해 세상의 욕심을 표현하였고, 혼돈으로 하나님의 말씀이 들릴 때마다 무엇인가 찾는 어둠과 혼돈의 내면을 표현하여 전달하고자 하였다.

2장 : 영혼의 빈 공간

한 여인은 채워지지 않는 욕심의 모습을 핀 조명을 사용하여 표정과 몸짓으로 표현한다. 초기 단계는 사탄의 유혹으로 우울하게 만드는 블루 조명으로 시작하여 중간 단계부터는 앰버톤을 추가하여 사탄의 공격이 거세지고 마지막 단계에는 사탄의 채찍질로 여인은 결국 죽는 과정을 표현하였다.

3장 : 생명의 빛

한 줄기의 밝은 핀 조명으로 하나님 은혜에 감격하여 다시 살아나는 장면을 표정과 몸짓으로 표현한다. 우울한 한 여인은 요한복음 8장 12절의 말씀 “나는 세상의 빛이니 나를 따르는 자는 어둠에 다니지 아니하고 생명의 빛을 얻으리라”라는 말씀을 들으며 여인은 일어날 수 있는 힘이 생기고 세상에서 채울 수 없는 우울한 영혼의 빈 공간을 예수 그리스도의 따뜻한 사랑으로 채울 수 있음을 깨닫는다. 사랑을 표현하기 위해 따뜻한 엠버톤의 조명을 사용하였고 또한 오브제로 하얀 한지 lamp를 사용하여 시편 23편 말씀의 CCM 첼로 음원으로 영원하신 예수 그리스도 은혜의 감사하며 생명의 빛 되신 예수 그리스도께 고백하는 장면을 표현하였다.

3.2 작품의 형식 및 구조

작품의 형식은 총 3장으로 구성되었으며 표 3-1과 같다.

[표3-1] 작품의 구조

구분	이미지	표현 방법	시간
1장	세상 적인 욕심을 강조한 탑 조명	세상 적인 탐욕과 욕심을 방향 전환하여 표현함	2분 8초
	어둠과 혼돈 핀 조명	움직임 영상을 주로 솔로로 표현	2분 14초
2장	영혼의 목마름 사탄의 유혹으로 방향	영혼의 목마름을 방향 전환하며 주로 솔로로 표현함 사탄의 유혹을 점점 강도를 높여 표현하였음	4분 8초
	심정지 기계 소리 및 압전	효과음	8초

3장	암전 요한복음 8장 12절 말씀	음성으로 표현	17초
	치유와 예수님과 관계 회복	생명 되신 빛이신 예수님께 기쁨의 고백 하며 표현함	2분 55초
	따뜻한 사랑의 감사함	원형으로 이동하며 영원의 의미로 따뜻한 사랑의 감사함을 표현	1분 43초
총 12분 53초			

본 작품은 종합예술로써 대사, 연극적인 요소 등 한편의 이야기를 다양한 요소로 전달하였고 총 3장으로 「생명의 빛을 찾아」를 주제로 구성하였다. 각 장의 주제에 따라 움직임과 안무를 표현하였으며 관객들에게 영상, 음악의 전환으로 이해도를 높였다. 핀 조명과 노이즈 음원으로 세상의 욕심을 관객들에게 표현하여 이해도를 높였으며 세상 적인 유혹으로 한 여인의 어둠과 혼돈의 모습을 표현하였다. 2장에서는 강렬하고 두려움이 느껴지는 ‘The Pioneers’의 음원을 사용하여 우울증 여인이 사탄의 유혹에 방황하는 모습을 나타내고자 하였다. 3장에서는 어둠에서 죽은 영혼이 다시 살아났음을 표현하여 강하고 웅장한 고백의 찬송으로 “생명이 빛”이신 예수 그리스도를 전달함으로 관객들에게 효과성을 기대하였다. 또한, 잔잔한 첼로 반주로 예수 그리스도의 따뜻한 사랑과 위로로 생명의 빛 되신 예수 그리스도께 감사를 고백할 때 가슴 뭉클함과 감동의 효과를 기대하였다. 음악의 전환과 조명은 무대의 중요한 요소로 각 장마다 표현되었다.

3.3 작품의 구성 요소

3.3.1 오브제



[사진 3-1] 오브제의 상징적 의미

오브제는 물건, 어떤 사물이나 대상의 뜻으로 쓰이며, 재료를 가지는 어떠한 물체로 이해하고 사용한다. 어원학적으로, 오브제는 라틴어 “오브젝툼(objectum)”에서 스콜라 학파들이 사용하던 것으로 유래되었으며 ‘던지다’ 뜻 jectum와 ‘앞’을 의미하는 ob와 결합되어 ‘앞으로 던지거나 놓인 어떤 것’을 의미한다³⁶⁾ 특히 인간 내면에 살아있는 충동과 욕망, 반응을 미학적인 형태로 표현하며 현대인들의 삶과 연결시켜 주는 부조화와 긴장을 받아들이게 되는 예술 용어로 사용되고 있다. 예술로 여러 요소들의 사상을 전달하기 위해 자신의 작품에 삽입하는 특정 객체를 통칭함으로 비감각적인 대상과 일상생활에서 우리가 사용하고 있는 대상과 인식 할 수 있는 것이 오브제의 의미로 사용되고 있으며 오늘날의 오브제는 무대에서 상징적으로 표현할 수 있는 다양한 감각의 언어로 받아들여진다고 한다.³⁷⁾ 본 작품 「생명의 빛을 찾아」

36) 엘리자베스 클레망 외 (1996). p.70

37) 박지연.(2015). “오브제의 기능으로 본 무용창작 작품”: Interaction을 중심으로 석사학위 논문, 국민대학교 대학원 p.7.

야 사용된 오브제는 한 여인의 목마른 갈망을 예수 그리스도의 따뜻한 사랑으로 영혼을 회복시키는 의미를 표현하였다. 성서에서 아론은 “아침마다 그 위에 향기로운 향을 사르되 등불을 손질할 때에 사른다”³⁸⁾고 하였으며, 사울은 “하나님께서 켜도록 명령하신 등불은 하나님을 일컫게 되었고”³⁹⁾하나님의 임재하심을 생각하게 하신 것으로 하나님의 등불로 호칭이 되며, 읍기도 “그 때에는 그의 등불이 내 머리에 비치었고 내가 빛을 힘입어 암흑에서도 걸어 다녔느니라”⁴⁰⁾라고 고백했다. 다윗은 “여호와여 주는 나의 등불이시니 여호와께서 나의 어두움을 밝히시리이다, 주의 말씀은 내 발에 등이요 내 길에 빛이 니이다⁴¹⁾” 라고 하나님의 말씀이 곧 나의 등불이라는 것을 여러 선지자들이 고백했다.

38) 출애굽기 30:7

39) 사무엘서 3:3

40) 읍기 29:3

41) 시편 119편 105절

3.3.2 의상



[사진 3-2] 무용수 1 흰 의상



[사진 3-3] 무용수 2 검정 의상

무대의상은 신비의 의상으로 배우들에게 무언가가 되게끔 만드는 의상으로 배우들이 입고 있는 의상에 의해 캐릭터가 설정된다. 의상뿐 아니라 속옷, 헤드 드레스, 신발, 장신구, 분장까지 포함하는 것으로 시놉시스에서 출발하여 활자로 된 대본이나 3차원의 캐릭터를 완성하는 중요한 무대 구성 요소이다. 기존의 오페라, 무용, 연극, 뮤지컬 등의 공연 의상뿐 아니라 사극 드라마 영

화 의상을 포함한 방송의 상, 축제와 서커스, 애니메이션, 스포츠, 이벤트 의상 등의 장르와 세분화 되면서 그 영역이 점차 확대일로에 있으며 매체의 발전과 문화예술과 기술의 발전과 함께 세계를 매혹 시킬 만한 융·합 콘텐츠를 개발하고 엔터테인먼트의 사업화 활성화 추세에 맞추어 시각적인 언어로써 무대의상이 차지하는 비중은 매우 커지고 있다.⁴²⁾ 본 작품의 의상은 무대예술 중, 무용의 의상으로 흑백논리의 이미지를 중점을 두었다. 사탄의 의상은 검은 중절모와 검은 셔츠와 바지, 검정 자켓으로 어두운 감정과 표현을 연출함으로 여인을 괴롭히고 유혹하는 역할을 표현하였고, 우울한 여인은 자유, 순결, 희망을 상징하는 흰색 상의, 하의를 입고 희망을 나타내는 밝은 빛으로 생명의 빛이신 예수 그리스도를 고백하며 찬양하는 모습의 색감으로 어둠에서 빛으로 기쁨으로 나아가는 의미로 착용하였다.

[표 3-2] 색채 이미지 및 연상 단어

색상	이미지	연상 단어
검은색	두려움, 암흑, 공포, 권위, 죽음, 두려움 등	죽음을 애도하는 색,
흰색	깨끗함, 단순함, 순수함, 승고, 밝음, 순결,	해방감, 위생, 청결, 감정이나 사고를 심리적으로 정화해 주는 역할

3.3.3 음악

[표 3-3] 음악

장 구분	음악	시간
1장	‘Ryoji Ikeda’[supercodex]	3분 27초
2장	‘The Pioneers’ [Bloc party]	4분 9초
3장	‘생명의 빛’ [아이노스]	2분 55초
	‘시편 23편’ 첼로연주	1분 43초

42) 장혜숙.(2015). 무대의상디자인 입문 한국연구재단(NRF) p.1.

기독교 무용창작, 「생명의 빛을 찾아」에서 사용된 음악은 다른 성격의 장단조로 각 장마다 표현되었으며 어둠의 시작을 알리는 강렬한 노이즈 음악으로 시작하여 부드러운 첼로 반주 음악을 선정하여 감정과 내용의 흐름을 이끌어가는 중요한 요소이다. 억압된 걱정, 우울, 분노, 불확실, 좌절 등 부정적인 감정들이 자연스럽게 외부로 드러나 해소될 수 있도록 도와줘야 하는데 그러기 위해서는 무용수가 정서적, 심리적 증상이나 상태를 고려하여 적합한 음악을 선택해야 한다.⁴³⁾ 1장에서 사용한 음악 ‘Ryoji Ikeda(2분)’은 노이즈 음원으로 어두움을 표현하는데 현대무용으로 표현하기에 적합한 비트 음악으로 작곡되었다. 이 곡에 요한복음 8장 12절의 말씀을 부분적으로 삽입하여 우울한 여인의 어둠과 혼돈을 고통스럽고 혼란한 감정으로 표현하였다. 앞부분에 노이즈 음원의 빠른 비트의 음원은 세상의 욕심으로 채워지지 않는 영혼의 빈 공간을 좌절하며 괴로워하는 삶의 움직임으로 표현하였다. 2장에서는 Bloc Party가 작곡한 ‘The Pioneers’(4분 8초) 곡을 사용했다. 이 곡의 특징은 1분 30초 정도 낮은 분위기의 채워지지 않는 영혼의 빈 공간을 표현하다 점점 비트의 속도가 빨라지면서 고조되어 사탄의 유혹과 공격을 현대무용의 움직임으로 구성하여 「생명의 빛을 찾아」의 주제를 이끌고 가기에 충분하였다. 그 부분에 심장 박동 소리(15초)를 넣어 죽음까지 사탄이 끌고 가는 부분을 연결하여 2장을 마무리한다. 3장에서는 죽음의 문턱까지 갔었을 때 요한복음 8장 12절의 말씀(17초)의 부드럽고 따뜻한 음성을 듣고 회복되는 장면으로 가스펠 곡 ‘생명 빛 (2분 55초)’을 사용하여 기쁨의 고백을 표현하였다. 이 곡은 아이노스의 이동영, 김윤희가 작사, 작곡하여 노래를 불렀다. 가사가 있는 곡은 언어가 주는 상황이나 감정을 그대로 전달하는 특징이 있다. 이 곡에 에필로그로 최덕신의 ‘시편 23편’ 첼로 반주로 예수 그리스도가 앞길을 어둠에서 영원한 밝은 길로 인도하시는 표현을 연출하였다.

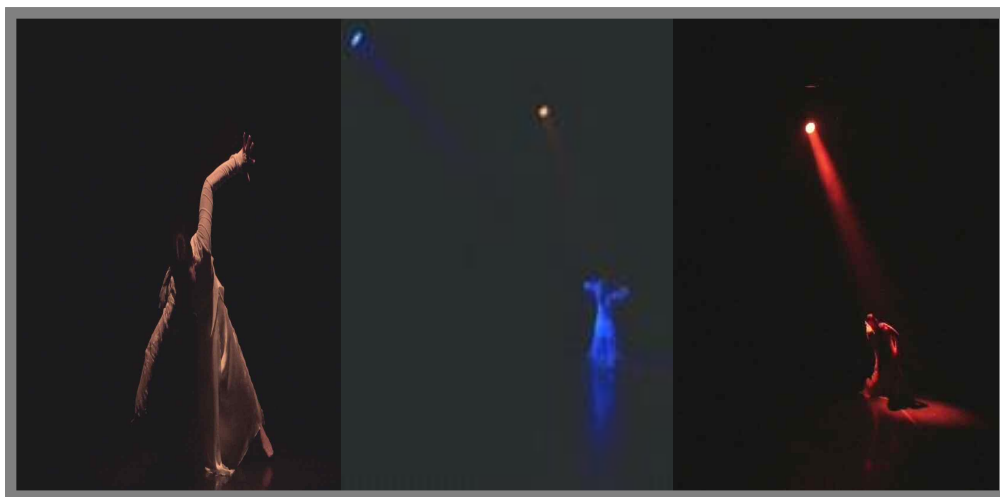
3.3.4 조명

조명은 분위기와 물리적인 환경을 관객에게 조성하고 무용수의 동작을 강

43) 박영애.(2012). 무용요법에서의 음악사용. 「대한무용학회」 p.10

조함으로 시각적인 효과를 극대화하여 무용수가 표현하는 움직임과 감정이 관객에게 더욱 입체감 있게 전달시키는 중요한 분야이다. 무용은 새로운 공연 예술을 창조하기 위한 중요한 연출 효과라고 할 수 있는데⁴⁴⁾ 본 작품 「생명의 빛을 찾아」에서의 조명은 우울한 여인의 어둡고 밝은 내면의 감정을 작품에서 나타내고자 하는 장면을 부각할 수 있어서 표현하는 수단으로 중요하다. 시각적으로 표현하여 의도적으로 관객들에게 집중하도록 하였고, 전환점과 분위기에 따라 표현 방법을 각 장마다 변화시켜 조명의 효과를 주었다.

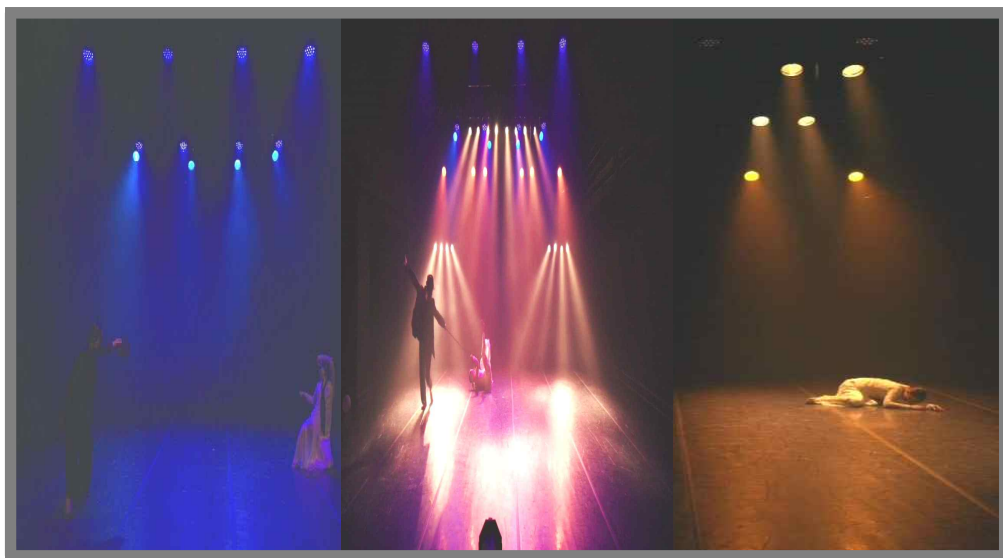
1장에서 인간의 끝없는 욕심에서 오는 우울감을 표현하고자 다양한 색의 조명을 사용하여 어둠과 혼돈을 표현하였고 집중도를 높이기 위해 핀 조명을 사용하였다. 보라, 블루 등의 칼라를 사용하여 우울한 한 여인의 모습을 노이즈 음악에 따라 영혼의 어두움을 움직임으로 표현하였고 빨강, 초록을 추가하여 어둠과 혼돈을 시각적으로 부각시켰다.



[사진 3-4] 1장 조명의 변화

44) 권순엽, 박미영.(2024). “무용 공연예술에서 무대조명 연출에 관한 연구” 한국무용연구학회 p.1.

2장에서는 사탄의 유혹으로 여인이 방황할 때 장면을 블루톤의 조명을 사용하였고 사탄의 유혹이 점차 거세질 때 앰버톤의 색을 80%로 올려 사용하였다. 마지막에는 감정 표현과 분위기를 고조하여 암전으로 마무리하였다.



[사진 3-5] 2장 조명의 변화

3장 조명의 변화

3장 조명의 변화에서는 회복하는 장면으로 앰버톤의 핀 조명을 사용하였고 앰버톤을 점점 밝게 사용하여 예수님의 따뜻한 사랑을 깨닫는 장면으로는 최고조로 밝은 조명을 사용하였다. 그래서 영원한 생명의 길을 인도해 주신다는 시각적인 효과를 주었다.



[사진 3-6] 3장 조명의 변화

[표 3-4] 색채조명에 따른 표정 및 감정

색상	일반적인 감정	표정 및 감정
적색	공포, 분노	무의식, 죽음
황색	기쁨, 희망	행복, 광명
빨강	불, 피,	금지, 위험, 경고, 정지
녹색	불안	우울
자색	불안, 고뇌, 불만족	음울, 고귀, 우아
청색	불안, 비애	냉담, 정적, 신비

3.3.5 무대 공간 사용

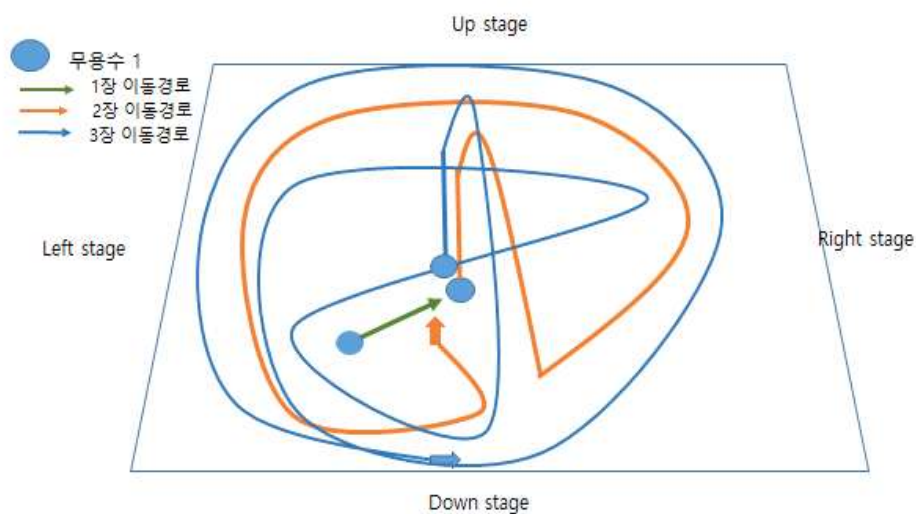
무대 공간은 객석과 무대 사이의 분리를 하며 음악, 간접 조명 장치가 리듬 적인 원칙에 기반을 두어 무대 위에서 관객들과 배우들은 조화로운 하나의 공동체를 형성하며 감정적인 의미가 전달하는 예술의 한 영역으로써 의도적으로 작품의 내용과 주제에 따라 무대 공간을 활용할 수 있다.⁴⁵⁾ 무대 공간은 다음과 같다.

45) 이재민.(2014). 『공간무대의 미학-윌리엄 포사이즈의 작품을 중심으로』 한국연구재단

[표 3-5] 무대 위치

Up Stage Right (상수 오른쪽 위)	USC Up Stage Center (무대 중앙 위)	USL Up Stage Left (하수 왼쪽 위)
CSR Center Stage Right (무대 오른쪽)	CS Center Stage (무대 중앙)	CSL Center Stage Left (무대 왼쪽)
DSR Down Stage Right (상수 오른쪽 아래)	DSC Down Stage Center (무대 중앙 아래)	DSL Down Stage Left (하수 왼쪽 아래)

기독교 창작무용, 「생명의 빛을 찾아」는 프로시니엄 형태의 무대에서 공연되었다. 무대 구분은 <표3-7>과 같이 구분된다. 이 작품에서의 동선은 <그림3-1>과 같이 사용하였다. 1장에서 DSL(무대 상수 왼쪽)을 사용하였고, 2장에서는 DSL(무대 상수 왼쪽)을 중심으로 1명의 무용수가 등장하여 사선으로 이동하며 Center를 사용하였다. 3장에서는 solo로 무대 전체를 사용하였다. 무대 공간 사용의 이동 경로 1장~3장은 다음과 같다.



[그림 3-1] 1~3장의 이동 경로 무대 사용

[표 3-6] 무대 공간 사용

장 구분	무대 공간 사용	기대효과
1장	DSL(무대 상수 왼쪽)을 주로 사용하였다.	세상의 욕심을 표현하며 좌절과 어둠과 혼돈을 표현하는데 초점을 맞출 수 있는 공간이다
2장	DSL(무대 상수 왼쪽)을 중심으로 1명의 무용수가 등장하여 사선으로 이동하며 Center를 사용하였다.	영혼의 목마름을 표현하기 위해 Center(무대 중심)를 사용하기 위해 대각선의 무대 공간을 활용하였다.
3장	solo로 하얀 한지 전지 lamp를 들고 무대전체를 사용하였다.	lamp의 역할이 중심이 되도록 무용수가 원형을 돌며 무대전체를 확장하여 넓게 사용하였다.

IV. 작품의 분석

제목 : 「생명의 빛을 찾아」 (In search of the light of life)

안무 및 연출 : 강 미 연

출연 : 강 미 연, 김 현 정

음악 : 1장 'Ryoji Ikeda'-supercodex(현대무용음악)

2장 'The pioneers'(Bloc party)

3장 '생명의 빛'(아이노스)

‘시편 23편’(최덕신 첼로연주곡)

발표 일시 : 2024년 11월 18일 (월) 오후 7시

발표 장소 : 양재 M 극장

작품 시간 : 총 12분 53초

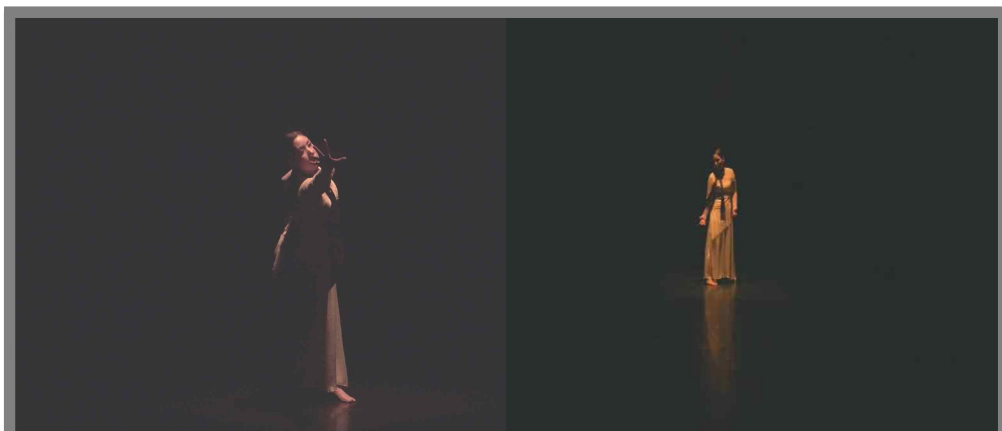
오브제 : 하얀 한지 lamp

4.1 제 1장 : 어둠과 혼돈

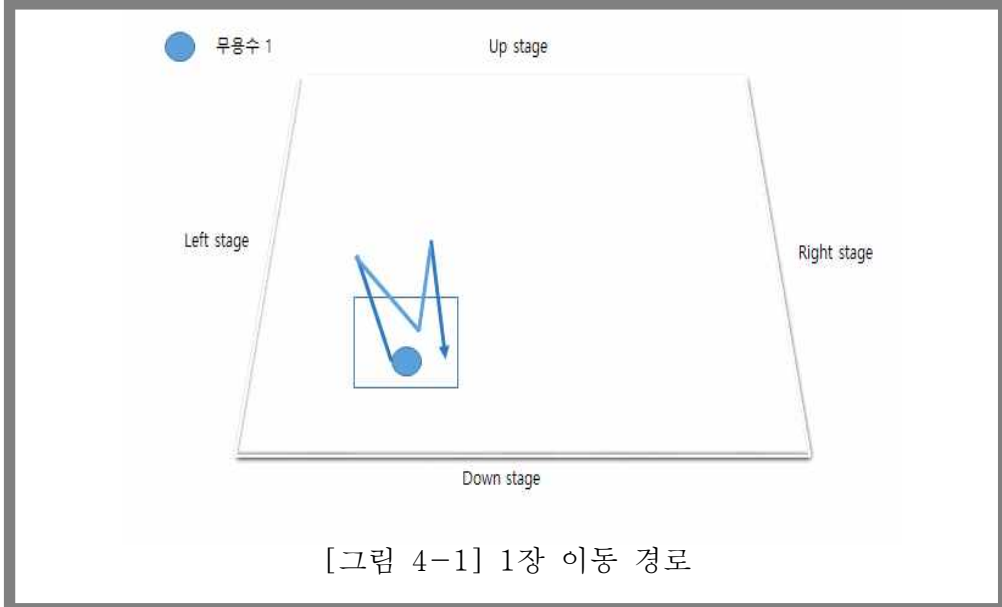
4.1.1 주제 및 내용

기독교 창작무용 「생명의 빛을 찾아」는 조명이 암전 상태에서 들어오고 무용수 1인은 세상 적인 부와 명예, 지위를 가지려는 욕심을 표현하는 장면이다. 세상 적인 부와 명예, 지위를 가지려고 방향을 전환하며 모든 것을 가지려고 몸부림치는 욕심의 표현을 한다. 하지만 끝이 없는 세상의 욕심은 채워도 채워지지 않는 공허함에 낙심하고 우울해하는 장면과 하나님의 말씀이 들릴 때마다 혼란스러워하는 내용이다.

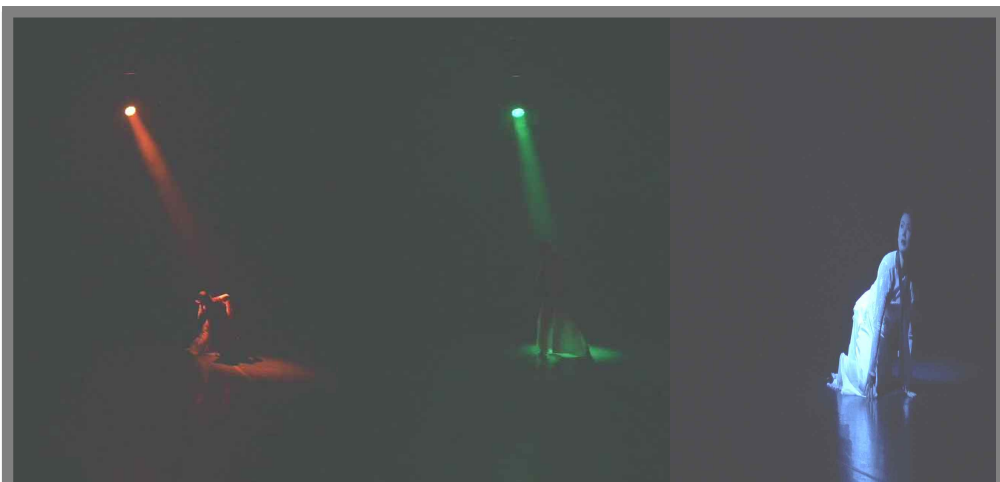
4.1.2 움직임 구성 및 표현



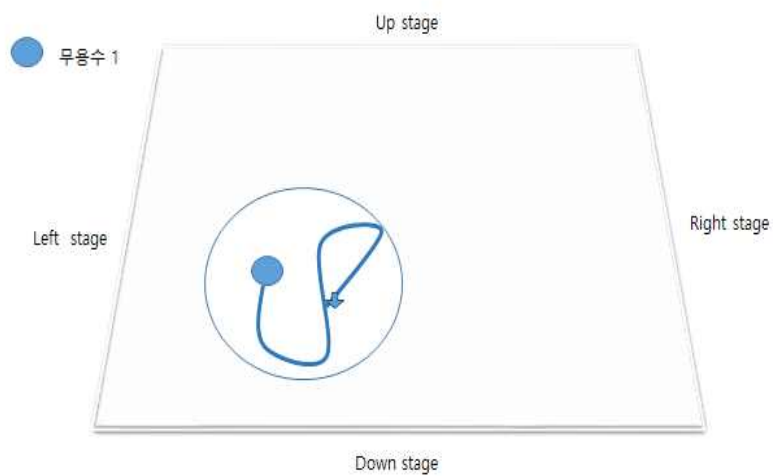
[사진 4-1] 1장 움직임의 구성



[그림 4-1] 1장 이동 경로



[사진 4-2] 1장 움직임의 구성



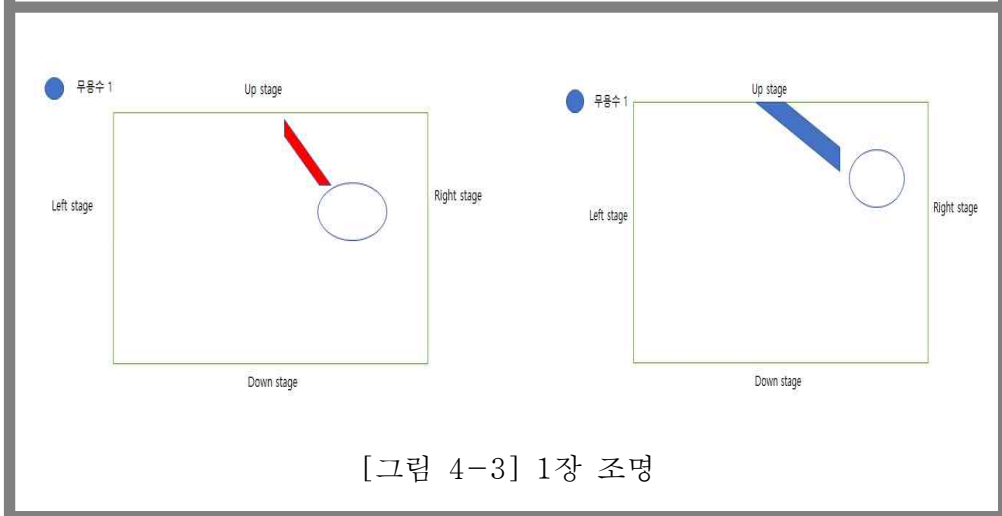
[그림 4-2] 1장 이동 경로

4.1.3 무대장치 및 조명

1장에서의 [사진 4-3 조명]은 세상의 우울하고 괴로운 표현을 나타내기 위해 빨강, 초록색의 핀 조명을 사용하였고 내면의 감정 표현으로 혼돈을 표현하고자 흰 핀 조명을 사용하였다.

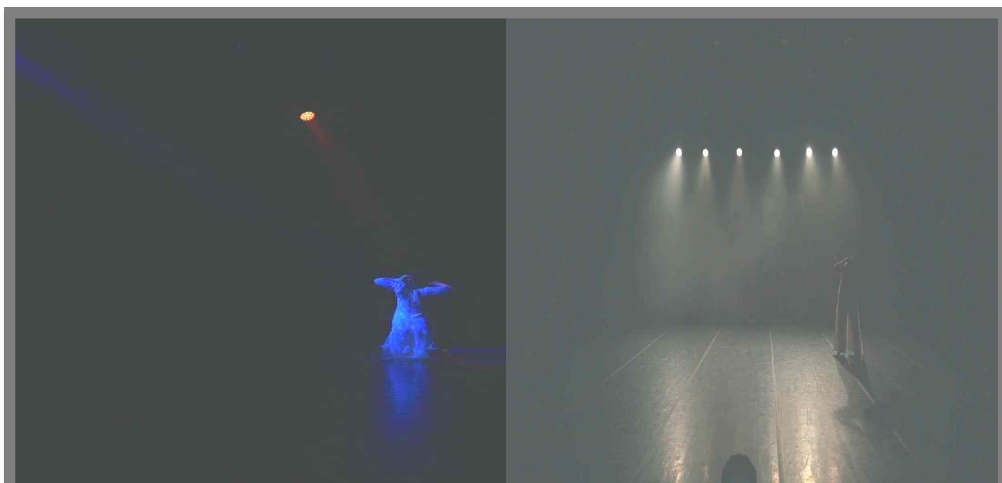


[사진 4-3] 1장 조명

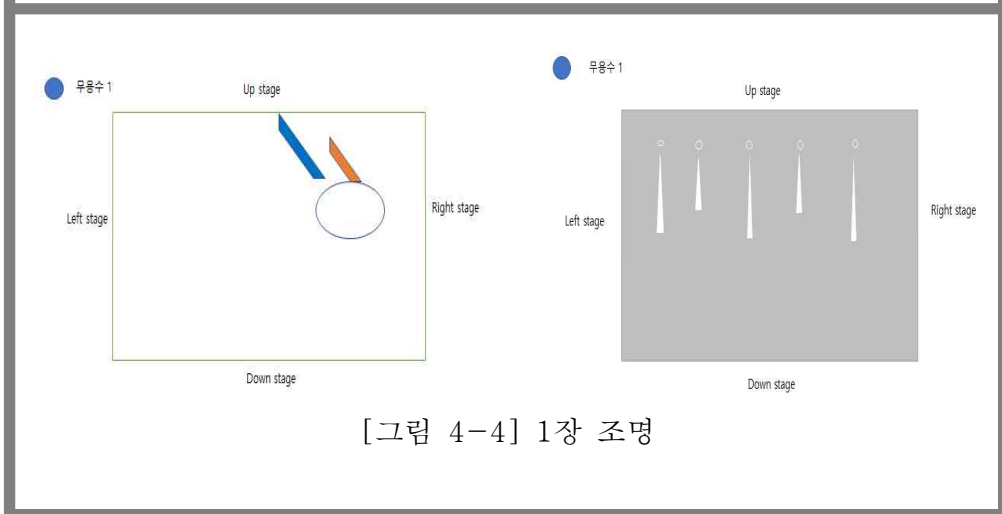


[그림 4-3] 1장 조명

[사진 4-4]의 조명에서는 블루와 적색의 조명으로 어두움과 혼돈으로 표현하였다. 우울한 무용수 1이 빛으로 나아갈 수 있는 요한복음 8장 12절 말씀을 부각시키기 위해 다양한 조명의 효과를 주어 관객들의 시각 효과에 도움을 주었다.



[사진 4-4 조명] 1장 조명



[그림 4-4] 1장 조명

4.1.4 음악

1장의 사용된 음악은 ‘Ryoji Ikeda’[suercodex]의 노이즈 음원이 사용되었다. 한 여인의 어둠과 혼돈을 노이즈 음원에 부분적으로 요한복음 8장 12절 말씀을 삽입하여 혼돈으로 사용하다. 59초까지는 첫 번째 어둠을 표현하였고 2분~2분 3초까지는 “나를 따르는” 혼돈의 음성을 삽입하여 혼돈의 음원을 사용하였다. 두 번째 어둠을 2분 3초~2분 29초까지 표현하고 2분 30초~2분 35초까지 “영생”이라는 혼돈의 음성을 삽입하여 혼돈의 음원으로 사용하였다. 2분 35초~3분 4초까지는 노이즈 음원으로 세 번째 어둠을 표현하였으며 3분 4초~3분 10초까지는 “나는 세상의 빛이니 나를 따르는 자는 어둠에 다니지 아니하고 생명의 빛을 얻으리라 (요한복음 8장 12절)” 는 음성을 삽입하여 어둠과 혼돈의 음원으로 사용하였다. 연구자는 노이즈 음원과 성서의 말씀으로 무용수의 공허하고 허무한 내면의 감정이 관객들에게 전달되기를 기대했다.

4.2. 제 2장 : 영혼의 빈 공간

4.2.1 주제 및 내용

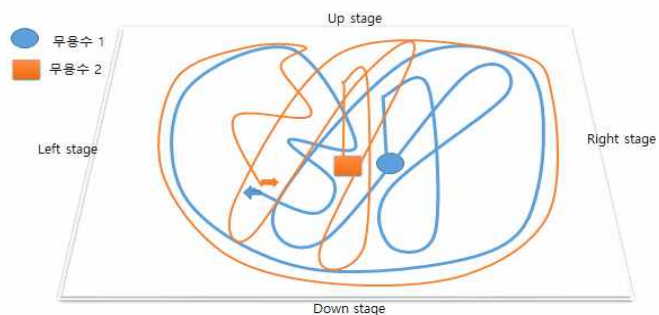
기독교 창작무용 「생명의 빛을 찾아」 는 블루의 암울한 톤의 배경이 들어오고 무용수 1이 CS(무대 중앙)에서 영혼의 목마른 표현으로 시작한다. 세상의 욕심으로 채울 수 없는 갈망을 사탄이 우울한 여인을 더욱 우울하게 만든다. 사탄이 유혹하는 장면의 모습으로 검은색의 중절모와 검은 넥타이를 소품으로 사용하였다. 검정색의 상징적 의미로 무거움, 비밀, 더러움, 슬픔, 죽음, 무의식 등의 뜻이 담겨 있다. DSR(상수 오른쪽 뒤)에서 무용수 1을 주시하고 있다가 서서히 유혹하는 움직임의 하여 사탄은 점점 강도가 거세지고 위협이 느껴지는 움직임의 표현이다. 영혼의 허전함을 느끼는 여인은 사탄이 이끄는 삶을 살며 방황하지만 결국은 죽음에 이르는 장면의 움직임 표현이다.

4.2.2 움직임 구성 및 표현

[사진 4-5]의 사진은 사탄이 우울한 무용수 1을 DSR(상수 오른쪽 뒤)에서 주시하며 서서히 무대 앞쪽을 지나 전체 공간을 사용하고 여인 뒤로 온 뒤 중절모로 여인의 머리를 눌러 일어서지 못하도록 표현하였다. 또한, 사탄이 검은 넥타이를 잡고 흔들며 여인의 방황하는 움직임을 강하게 표현하였다. 사탄의 공격 강도가 점점 강해지면서 여인은 비참하게 끌려다니며 마지막에 채찍질을 당하는 움직임의 표현이다.



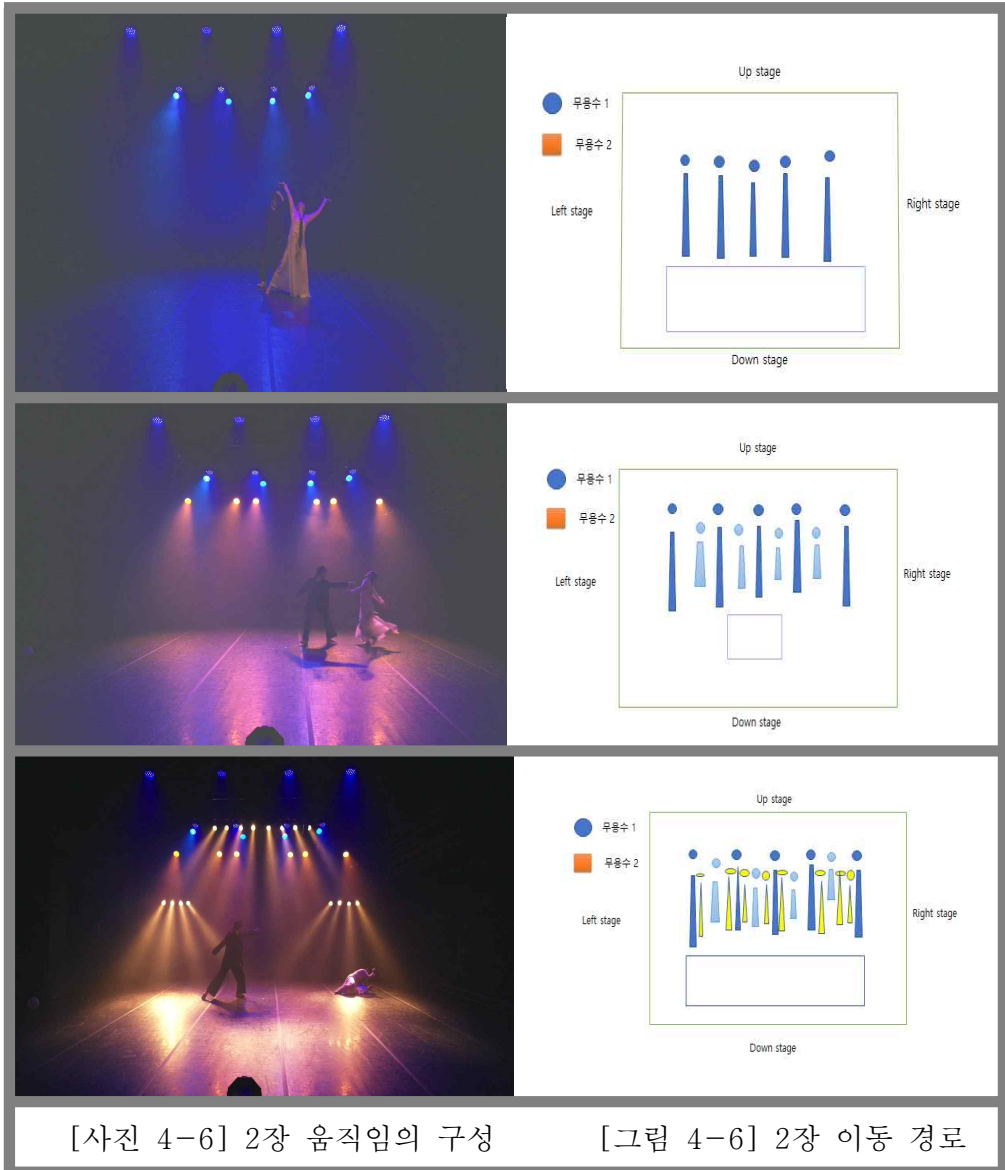
[사진 4-5] 2장 움직임의 구성



[그림 4-5] 2장 이동 경로

4.2.3 무대장치 및 조명

[사진 4-6]에서의 조명은 블루, 적색, 앰버톤을 사용하였다. 무용수 1은 CS(무대 중앙)을 중심으로 영혼의 목마름을 암울한 블루색과 하늘색을 시작으로 하였고, 사탄의 유혹이 점차 거세질 때 호박색을 추가하여 위협적인 장면을 연출하였으며 사탄의 강도가 거세게 느껴지도록 앰버톤을 추가하여 표현하였다.



4.3.4 음악

2장에서 사용된 음악은 Bloc Party가 작곡한 The Pioneers의 위협이 느껴지는 장면을 연출하기에 적합한 음악이다. 이 곡은 위협이 느껴지는 강렬한 음악으로 여인의 욕심으로 사탄의 주도하에 이끌려 사는 삶을 표현하기에 잘 풀어준 음악이므로 선택하였다. 영혼의 빈 공간을 채우려는 표현을 느린 비트로 시작하여 사탄의 공격이 점차 심해질 때는 빠른 비트로 음악이 전환하였다. 채워지지 않는 갈망을 채우려고 방황하는 여인 내면의 감정 표현이 관객들에게 전달되도록 기대했다.

4.3.3장 : 생명의 빛

4.3.1 주제 및 내용

한 여인은 세상의 욕심으로 채워지지 않는 공허함과 우울함이 예수 그리스도로 말미암아 인생이 거듭나 새로운 삶을 살아갈 수 있는 원동력이 되었다. 그 무엇으로도 채울 수 없었던 영혼의 빈 공간을 생명이시고 소망이신 하나님의 따뜻한 사랑으로 채울 수 있다는 사실을 깨닫고 감사하며 고백하는 장면이다. 그 여인의 진실한 고백은 깨지고 무너진 삶의 어둡고 고통스러운 삶의 모습에서 벗어나 예수 그리스도의 십자가로 말미암아 다시 일어설 수 있는 새 힘과 능력을 주셔서 회복하였다. 그 결과 육체적, 정신적, 영적인 전인적 치유를 받아 기쁨과 감사함의 삶을 살아갈 것을 나타낸다. 오브제인 하얀 한지 lamp를 사용하여 영원히 목마르지 않은 생명의 빛이 밝은 길을 인도해 주신다는 하나님 은혜의 감사하는 장으로 구성했다.

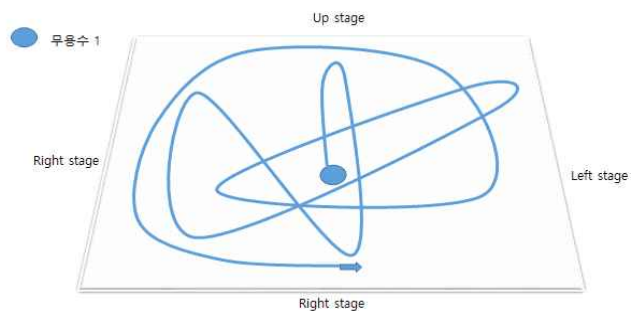
4.3.2 움직임 구성 및 표현

Fade In과 동시에 [사진 4-7]의 장면에서 서서히 조명이 켜지면서 무용수 1의 낮은 동작으로 무대에 엎드려 있다가 고개를 서서히 들어 살아난 자신의

모습을 보고 감격하며 감사의 고백을 표현하였다. 여인은 십자가의 보혈로 깨끗하고 정결하게 되어 회복과 치유의 기쁨을 표현하는 수어 동작의 움직임도 표현하였다. 또한, 어둠 속에 있던 우울한 마음이 회복되는 움직임으로 높이 뛰며 기뻐 찬양하는 모습을 표현하였다.

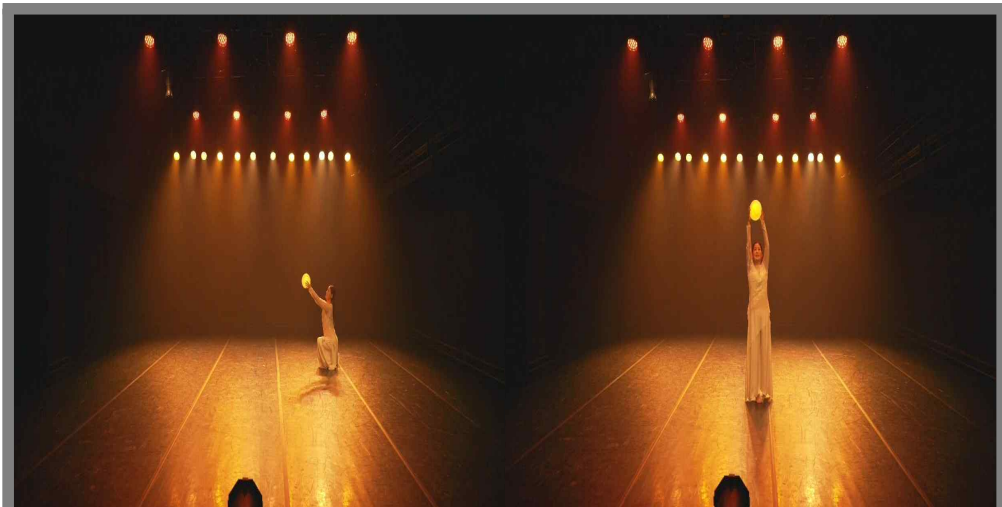


[사진 4-7] 3장 움직임의 구성

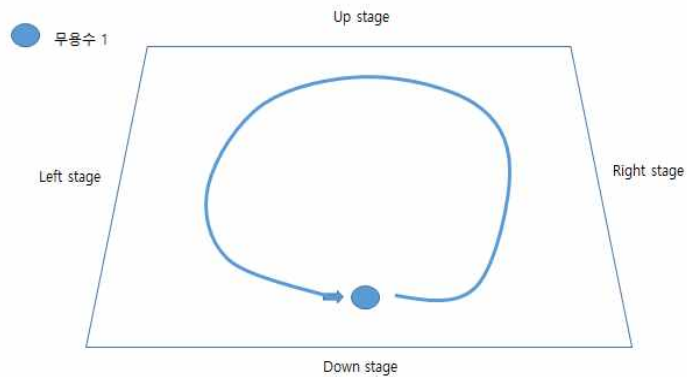


[그림 4-7] 3장 이동 경로

[사진 4-8]에서의 장면은 암울하고 외롭던 인생의 삶에서 새로운 사람으로 변화시켜 주시고 여인의 앞길을 환하게 비춰주시는 분은 예수 그리스도 한 분이라는 진실한 고백으로 오브제 하얀 한지 lamp를 사용하여 움직임 표현하였다. 밝은 생명의 빛이 영원토록 앞길에 밝히 비춰주신다는 의미를 전달하고자 원형의 동선으로 이동하며 움직임을 표현하였다.



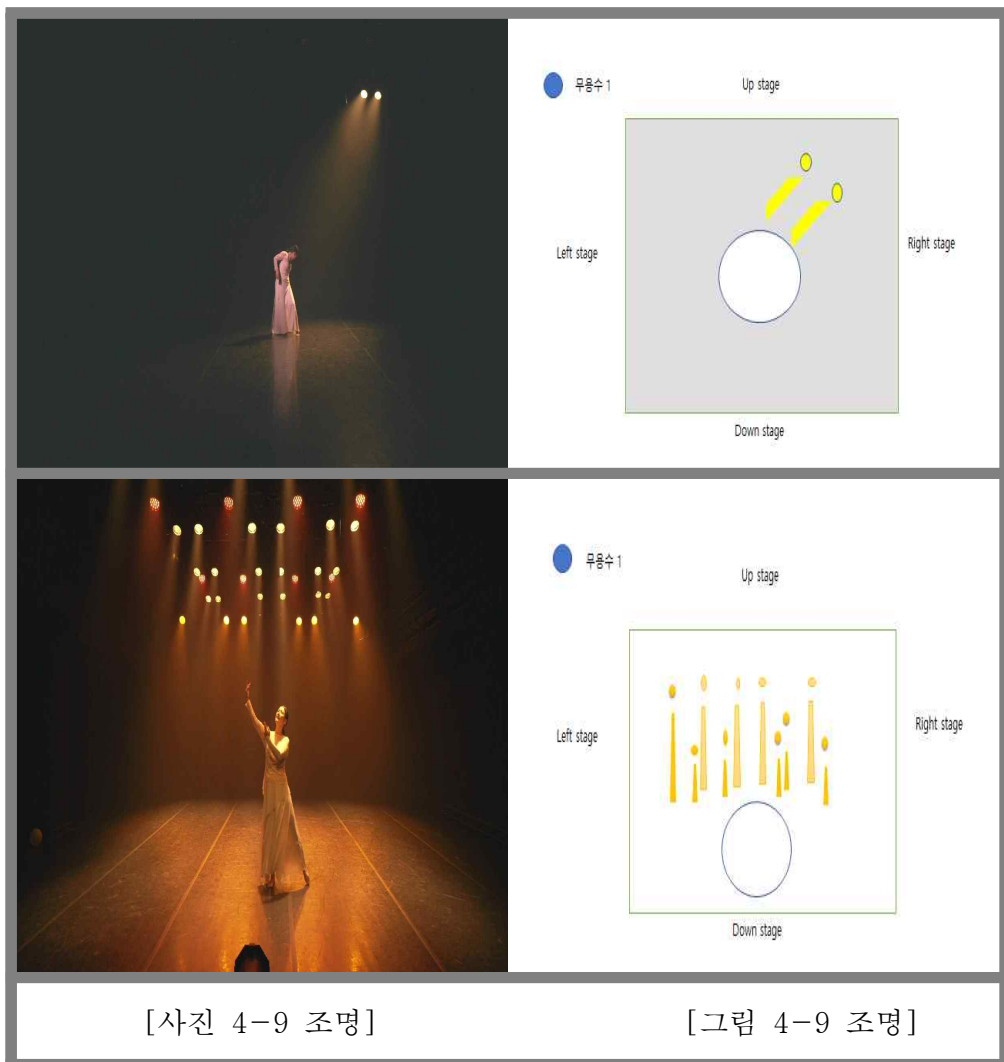
[사진 4-8] 3장 움직임을 구성



[그림 4-8 이동 경로]

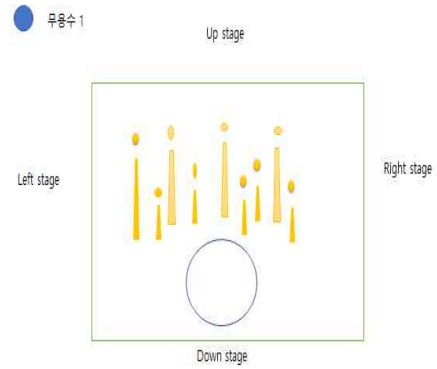
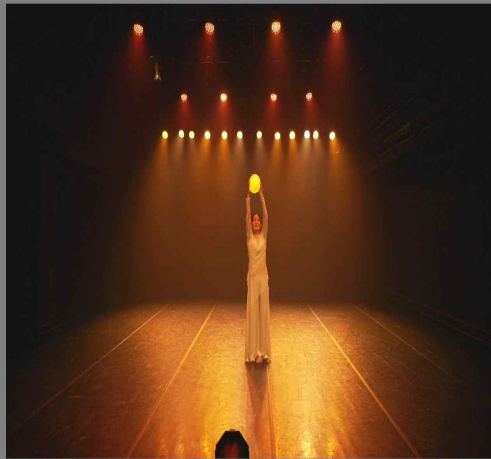
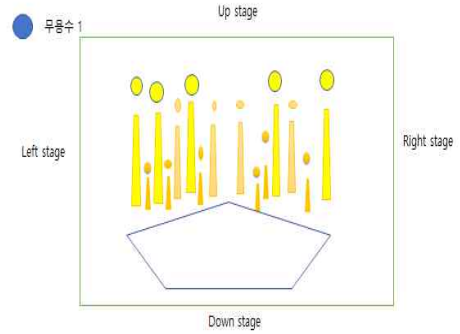
4.3.3 무대장치 및 조명

[사진 4-9]의 장면에서 무용수 1이 죽음에서 다시 살아난 장면을 강조하기 위하여 밝은색의 조명을 사용하였다. DSL(상수 왼쪽)에서 CS(무대 중앙)로 동선 이동하는 조명을 사용하여 현장감 있는 장면을 표현하였다. 또한, 예수 그리스도를 나의 구주로 영접한다는 내면의 표현을 황색 조명과 주황색의 조명을 사용하였다.



[사진 4-9 조명]

[그림 4-9 조명]



[사진 4-10 조명]

[그림 4-10 조명]

4.3.4 음악

3장의 음악은 아이노스가 작곡, 작사한 가스펠, ‘생명의 빛’을 사용하였다. 가사는 [표 3-7]과 같다.

[표 3-7] 생명의 빛 가사

생명의 빛(아이노스)

가물어 메마른 내 영혼 하늘의 빗물이 적실 때 내 영 회복 되어 저 하늘
바라보네.

깨지고 무너진 내 삶이 십자가 주님을 볼 때에 하늘의 능력 내 삶을 일으키시네

하나님의 아들 십자가 달리셨네 그 사랑의 완성 이루기 위하시려
예수, 생명이 되신 분 예수, 소망이 되신 분 예수, 하나님의 나라 이 땅을
회복시키네

예수 그 빛난 영광, 내게 부으시네. 주님 나라 이 땅에 영원히 빛나리

예수의 심장을 가지고 담대하게 나가리. 주의 손에 이끄시네 영원히 영원히
생명이 되신 분 소망이 되신 분. 하나님의 나라 이 땅을 회복시키네

예수, 생명이 되신 분. 예수 소망이 되신 분. 이 땅을 회복시키네
예수 그 빛난 영광, 내게 부으시네. 주님 나라, 이 땅에 영원히 빛나리

이 곡의 특징은 웅장한 음색으로 예수님이 십자가에 달리심으로 죄사함을 얻어 다시 소망으로 일어설 수 있는 표현을 하기 위해 사용하였다. 세상에서 채울 수 없는 여인의 공허하고 우울한 영혼을 예수 그리스도의 따뜻한 사랑의 “생명의 빛”으로 채울 수 있다는 감정 표현을 하기 위하여 이 음원을 선택하였다.

V. 결론

본 연구는 기독교 창작무용 「생명의 빛을 찾아」에 대한 작품 분석 연구다. 작품의 구조와 의미를 연구하는 것에 목적을 두고 상징적으로 기독교적인 메시지를 투영시켜 현실적인 모습을 표현하였으며 현대무용 성향의 연극적인 표현 방법으로 발전시켰다. 본 연구자는 중증도의 심각한 우울증에 걸린 30대 초반 여성의 참여자를 대상으로 기독교 무용동작치료를 실시하여 치유된 사례의 연구 작품이다.

자살까지 시도했던 30대 초반 여성은 현대의학으로도 치유되기 쉽지 않은 분야임에도 불구하고 예수 그리스도의 따뜻한 사랑으로 치유를 받았다. 본 연구자는 참여자의 아픈 마음을 공감해 주고 반영하는 등 최대한 관심을 많이 가져 치료에 집중하려고 노력하였다. 본 작품의 장면 구성은 1장 2장 3장 순으로 과정을 진행하였고 무용 이외에 대사 연극적인 요소 등 다양성을 추구하여 이야기를 전개하는 종합예술로서의 공연을 시도하였다. 이 작품은 기독교 무용창작으로 표현하기 위한 적절한 오브제, 음악, 의상, 조명, 시나리오, 연기 등, 하나의 공연이 이루어지는 과정과 메시지를 전달하는 종합예술의 공연을 시도하였지만 움직임 구성과 감정 표현은 쉽지 않았고 특히 영적인 내면을 표현할 때에는 더 많은 말씀과 기도로 묵상해야 함을 배웠다. 준비하는 과정마다 아쉬움과 어려움은 있었지만 앞으로 한 단계 성장하는 계기가 될 수 있었고 학습 할 수 있는 좋은 경험이 있어서 귀한 시간이었다.

본 작품의 주제는 기독교 창작무용 「생명의 빛을 찾아」이다. 인간의 끝없는 욕심으로 인해 채워지지 않는 영혼의 빈 공간을 세상 적인 욕심으로 채우려다 보니 죽음을 직면하게 된 인간의 문제를 기독교적 입장에서 다루어 보고자 하였다. 세상 적인 욕심으로 가득 찬 여인을 주인공으로 선정하여 이야기 형식으로 끌어갔다.

성경은 “땅이 혼돈하고 공허하며 흑암이 깊음 위에 있고 하나님의 영은 수면 위에 운행 하시니라(창1:2)”라는 말씀의 시작으로 세상의 부와 명예, 사회적 지위, 쾌락 등의 욕심을 1장에서 표현하였고 2장에서는 세상 적인 욕심

으로 채워도 채워지지 않는 공허하고 우울한 인간 내면을 표현하였다. 사탄의 유혹으로 세상을 방황하는 여인을 결국 죽음까지 데리고 가는 비극적인 장면이었다. 하지만 3장에서는 “나는 세상의 빛이니 나를 따르는 자는 어둠에 다니지 아니하고 생명의 빛을 얻으리라”(요8:12)라는 말씀의 주제로 우울하고 어둡던 죄의 질병에서 생명의 빛이신 예수 그리스도의 따뜻한 “사랑”으로 다시 평안함을 얻어 회복할 수 있게 되는 것이다. 이처럼 참여자는 예수님의 사랑으로 정신적, 육체적, 영적인 면까지 치유를 받았고 하나님의 사람으로 온전함을 입은 것은 그 일을 담당하시는 예수 그리스도의 전인적 치유가 가능하다고 할 수 있다. 이 작품은 중증도의 심각한 우울증에 걸린 30대 여성의 치유를 표현하고 있지만, 연구자도 하나님의 복음을 증거 하는 전도자가 되기를 소망하고 있다. 또한, 인생에서 “스스로 길을 찾으려고 어둠 속에서 방황하지 말고 밝히 비춰주시는 하나님의 은혜의 길을 걸을 때 세상을 이기고 주의 강한 용사로 거듭난다.”라고 우울증을 겪는 모든 대상자에게 말하고 싶다.

우울증을 작품화하면서 제언하고 싶은 점은 현대 시대에 다양한 연령층이 우울증을 겪고 있는데 이러한 우울증 질병으로 고통받는 사람들이 기독교 무용동작치료를 통해 우울하고 부정적인 정서들이 감소 되길 바란다. 또한, 일반 신도들에게도 다가가 우울증을 기독교 무용동작치료로 치유되는 사례를 논문으로 많이 발전시켜 우울증이 개선되는 효과검증의 논문이 많이 나오길 바란다. 마지막으로 여러 어둠과 고통이 있는 많은 사람이 예수님께 치유 받고 평안함을 얻어 감사와 기쁨이 가득 찬 삶을 영위 할 수 있기를 기대해 본다.

참 고 문 헌

1. 국내 문헌

- 강지석. (2003). “인터넷 팝업광고(Pop-up Advertising)가 인터넷 정보검색 이용편이성에 미치는 영향” 석사학위 논문. 연세대학교 언론홍보대학원 광고홍보 전공
- 구수현. (2008). “기독교 무용의 움직임 프로그램을 활용한 청소년 우울 감소 적용사례 연구”. 석사학위 논문. 세종대학교 대학원
- 권석만. (2000) 『우울증 : 침체와 절망의 늪』 서울 : 학지사
- 권순엽, 박미영.(2024). “무용 공연예술에서 무대조명 연출에 관한 연구”. 한국무용 연구학회 무용연구
- 김광수, 고영미.(2011). “긍정 심리학 기반의 행복 증진 상담 교육 프로그램이 초등학생의 행복감과 우울에 미치는 효과”. 한국초등교육, Vol.22 No.3,
- 김문두, 박용진(2002). “조발성 우울증과 만발성 우울증의 임상적, 생물학적인 차이”. 대한생물치료정신의학회 생물치료정신의학
- 김필아리. (2023). “비대면 집단 무용동작치료가 중년여성의 우울, 자아존중감 및 회복탄력성에 미치는 효과”. 박사학위 논. 수도권국제대학원 대학교
- 김유진. (2001). 『심리학과 일상생활』, 서울 : 시그마프레스
- 김한나. (2007). “기독교적 감성에 의한 빛의 상징성 표현 연구 : 본인 작품을 중심으로.” 석사학위 논문. 충남대학교 대학원
- 민성길. (1999). 최신정신의학, 일조각
- 박민석. (2011). “마음챙김에 기반한 인지치료가 역기능적태도, 스트레스대처 및 자아존중감에 미치는 효과 : 만성 정신분열병 환자를 대상으로”. 서울 성신여자대학교
- 박영애. (2012). 무용요법에서의 음악사용. 『대한무용학회』
- 박정혜. (2023). 『마음의 빛 호모 룩스』. 서울 : 오도스

- 박지연. (2015). “오브제의 기능으로 본 무용창작 작품 : Interaction을 중심으로”. 석사학위 논문. 국민대학교 대학원
- 신우정. (2018). “무용 기반 통합예술 프로그램이 중년여성 우울에 미치는 영향” 석사학위 논문. 동방문화대학교 대학원
- 안재숙. (2007). “청소년 우울증과 치료대책”. 석사학위 논문. 충신대학교 선교대학원
- 이정림. (2011). “우울증 유형에 따른 대상관계 특성”. 석사학위 논문. 건국대학교 대학원
- 이현정. (2004). “소조활동 중심의 미술치료가 우울증 환자의 우울, 불안 감소에 미치는 효과”. 석사학위 논문. 영남대학교 환경보건대학원
- 임윤선. (2006). “예술인의 우울증과 자살에 관한 예술치료의 필요성에 대한 연구”. 박사학위 논문. 한양대학교
- 장은정. (2012). “무용/동작치료를 통한 빈곤층 중년여성의 우울감과 움직임 질적변화에 대한 연구 : 라반의 LMA Effort를 중심으로”. 석사학위 논문. 순천향대학교 건강과학대학원
- 장혜숙. (2015). 무대영상디자인 입문 한국연구재단(NRF)
- 정나영. (2005). “우울로 인한 학교 부적응 아동의 미술치료 사례”. 석사학위 논문. 나사렛 대학교 재활복지대학원
- 정보배. (2017). “중년여성의 우울증 치료를 위한 무용동작치료 프로그램의 효과성검증 : 정신건강의생활만족의 효과를 중심으로”. 석사학위 논문. 조선대학교 교육대학원
- 정새해, 이현진.(2019). “키치가 주는 안락함과 소외감을 통한 미적 경험” : 아브라함 몰르의 키치의 심리학을 중심으로. 한국기초조형학회
- 정정숙. (2004). 『성장 과정에 따른 이야기 치료, 상담과 선』 45호, 한국상담선교연구원
- 조가영. (2010). “우울증에 관한 미술치료의 기존 연구 비교분석 및 프로그램 연구”. 석사학위 논문. 한양대학교 교육대학원
- 조용백. (2009). “청소년 우울에 대한 성격적 상담 연구”. 석사학위 논문. 대신대학교 신학대학원
- 한병철. (2012). 『피로 사회: 문화』. 문학과지성사

한재선. (2005). “융과 프로이드의 종교에 관한 연구” 석사학위 논문. 성공회대학교
신학전문대학원

2. 기타

성경 개역개정판. (1998). 서울 : 대한성서공회

<http://www.healtip.co.kr/news/articleView>

<https://naver.me/GPFfYlrX> 자생한방병원 한방의학정보

<https://naver.me/FaVu1yJq>

<https://m.blog.naver.com/junedu79/220574290307> 서울대학병원 의학정보

부 록

1. Beck의 우울척도

B.D.I (우울증 진단)

성명		성별 / 나 이	☐ 남 ☐ 여 / 세
연락처		검사일	년 월 일
주소			

각 내용은 모두 네 개의 문장으로 되어 있는데, 이 네 개의 문장들을 자세히 읽어 보시고 그 중 요즈음(오늘을 포함하여 지난 일주일 동안)의 자신을 가장 잘 나타낸다고 생각되는 하나의 문장을 선택하여 그 번호를 체크란에 기재해 주세요. 하나도 빠지 말고 반드시 한 문장만을 선택하시되, 너무 오래 생각하지 마시고 솔직하게 응답해 주시기 바랍니다.

N O	문 항	점수 체크
1	0 나는 슬프지 않다 1 나는 슬프다 2 나는 항상 슬프고 기운을 낼 수 없다 3 나는 너무나 슬프고 불행해서 도저히 견딜 수 없다	
2	0 나는 앞날에 대해서 별로 낙심하지 않는다 1 나는 앞날에 대해서 용기가 나지 않는다 2 나는 앞날에 대해서 기대할 것이 아무것도 없다고 느낀다. 3 나의 앞날은 아주 절망적이고 나아질 가망이 없다고 느낀다.	
3	0 나는 실패자라고 느끼지 않는다 1 나는 보통 사람들보다 더 많이 실패한 것 같다 2 내가 살아온 과거를 되돌아보면, 실패투성이인 것 같다 3 나는 인간으로 완전한 실패자라고 느낀다.	
4	0 나는 전과 다름없이 일상생활 속에서 만족을 느끼고 있다	

	1 나는 전과 같이 일상생활이 즐겁지 않다 2 나는 더 이상 어떤 것에서도 만족을 얻지 못한다 3 나는 매사가 다 불만스럽고 지겹다	
5	0 나는 특별히 죄책감을 느끼지 않는다 1 나는 종종 죄책감을 느낀다. 2 나는 자주 죄책감을 느낀다. 3 나는 항상 죄책감을 느낀다.	
6	0 나는 내가 별을 받고 있다고 느끼지 않는다 1 나는 내가 별을 받을지도 모른다고 느낀다. 2 나는 내가 앞으로 별을 받을 그거라고 생각한다. 3 나는 지금 별을 받고 있다고 느낀다.	
7	0 나는 내 자신에 대해 실망하지 않는다 1 나는 내 자신에 대해 실망하고 있다. 2 나는 내 자신이 싫다. 3 나는 내 자신을 증오하고 있다.	
8	0 나는 내가 다른 사람보다 못하다고 느끼지 않는다 1 나는 나의 약점이나 실수에 대하여 내 자신을 비판하는 편이다 2 나는 나의 잘못에 대해 항상 내 자신을 질책한다. 3 나는 주변에서 일어나는 잘못된 모든 일에 대하여 내 자신을 질책한다.	
9	0 나는 자살할 생각 같은 것은 하지 않는다 1 나는 행동에 옮기지는 않지만 자살할 생각을 하고 있다 2 나는 자살하고 싶다. 3 나는 기회만 있으면 자살하겠다.	
10	0 나는 전보다 더 자주 울지 않는다 1 나는 요즘 전보다 자주 운다. 2 나는 요즘 항상 운다. 3 나는 너무 울어 이제는 울고 싶어도 눈물이 안 나온다.	

11	0 나는 전보다 더 자주 화를 내지는 않는다 1 나는 전보다 더 신경질적이고 짜증스럽다 2 나는 요즘 항상 짜증스럽다. 3 전에는 짜증스럽던 일인데도 이젠 짜증조차 나지 않는다	
12	0 나는 전처럼 다른 사람에 대한 관심이 있다 1 나는 전보다 다른 사람에 관한 관심이 줄었다. 2 나는 다른 사람에 대해 거의 관심이 없어졌다. 3 나는 다른 사람에 대해 전혀 관심이 없어졌다.	
13	0 나는 전처럼 어떤 일을 결정하는 데에 어려움이 없다 1 나는 전에 비해 결정을 잘 내리지 못하고 뒤로 미룬다. 2 나는 전보다 어떤 일을 결정하기가 상당히 어렵다. 3 나는 더 이상 어떤 결정을 내릴 수가 없다	
14	0 나는 전보다 내 모습(외모)이 추해졌다고 느끼지 않는다 1 나는 내가 나이 들고 매력 없게 보일까 봐 걱정한다. 2 이젠 남에게 매력을 주지 못할 만큼 내 모습이 변했다. 3 나는 내가 못생겼다고 생각한다.	
15	0 나는 전과 다름없이 일을 잘 할 수 있다	

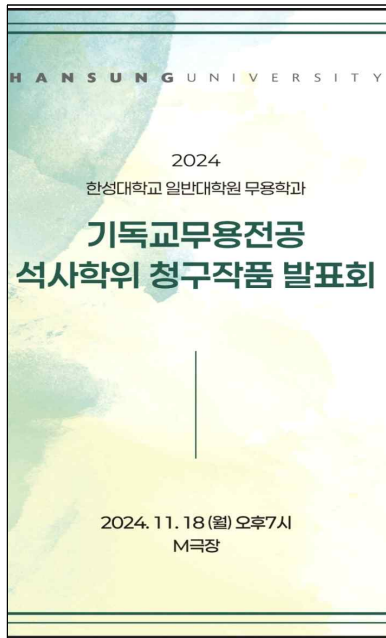
	1 어떤 일을 시작하려면 전보다 더 힘이 든다. 2 어떤 일을 하기가 무척 힘들다. 3 나는 아무런 일도 할 수가 없다	
16	0 나는 전처럼 잘 잔다. 1 나는 전처럼 잘 자지 못한다. 2 나는 전보다 한 두 시간 일찍 잠을 깨며 다시 잠들기가 어렵다 3 나는 전보다 몇 시간 일찍 잠을 깨며 다시 잠들 수가 없다	
17	0 나는 전보다 더 피곤을 느끼지는 않는다 1 나는 전보다 더 쉽게 피곤을 느낀다. 2 나는 거의 모든 일을 할 때마다 피곤을 느낀다. 3 나는 너무 피곤해서 아무 일도 할 수 없다	
18	0 내 식욕은 전보다 나빠지지 않았다 1 내 식욕은 전처럼 좋지 않다 2 내 식욕은 요즘 매우 좋지 않다 3 요즘은 전혀 식욕이 없다.	
19	0 나는 요즘 몸무게가 줄지 않았다 1 나는 전보다 몸무게가 조금 줄었다. 2 나는 전보다 몸무게가 많이 줄었다. 3 나는 몸무게가 너무 많이 줄어 건강에 위협을 느낄 정도다	
20	0 나는 전보다 건강에 대해 더 신경 쓰지는 않는다 1 나는 두통, 소화불량, 변비 등으로 건강에 신경이 쓰인다. 2 나는 건강에 신경이 많이 쓰여 다른 일을 하는 데 어려움이 있다 3 나는 다른 일을 할 수 없을 정도로 건강에 대해 걱정이 심하다.	
21	0 나는 요즘도 성(性)에 관한 관심에 변화가 없다고 생각한다. 1 나는 전보다 성(性)에 관한 관심이 적어졌다. 2 나는 요즘 성(性)에 관한 관심이 현저하게 줄었다 3 나는 성(性)에 대한 흥미를 완전히 잃어버렸다 ⁴⁶⁾	
총 점		

46) 박민석. (2011). “마음챙김에 기반한 인지치료가 역기능적태도, 스트레스대처 및 자아존중감에 미치는 효과 ; 만성 정신분열병 환자를 대상으로”. 서울 성신여자대학교 p. 89.

2. 공연 프로그램 요약

작품명	「생명의 빛을 찾아」
일시	2024년 11월 18일 월요일 오후 7시
장소	양재동 M 극장
안무	강 미 연
음악	1장 ‘Ryoji Ikeda-supercodex’ (현대무용음악), 2장 ‘The Pioneers’(작곡:Bloc party), 3장 ‘생명의 빛’ (작곡, 작사:아이노즈) 가스펠 ‘시편 23편’ 첼로반주
출연	강미연, 김현정
조명감독	강현석
사진영상	김찬호
주최	한성대학교
소요시간	12분 53초

3. 공연 프로그램



작품 제목	성령의 빛을 찾아
지도교수	박영애
연무자	김미연
음악	Roxa Rocks - Supercodes(Full Album) The Runners 성령의 빛(아이노스) (cello hymn) - 사뮈엘 23편
연무의도	요한복음 8장 12절의 말씀을 바탕으로 하여 인간이 품고 있는 욕망을 깨우쳐주 도 채워지지 않는 허전하고 우울한 영혼의 반공간을 '성령의 빛'이란 오직 예수 그리스도만이 영혼의 반공간을 채울 수 있다는 사실을 깨닫게 하였다. 어둠과 혼란으로 시작하여 사탄의 유혹으로 인생을 방황하지만 한 여인은 하나님 의 빛과 아름다움인 영혼의 반공간을 채울수 있다는 사실을 깨닫고 기쁨과 감사 함으로 고백의 찬송을 부른다.
작품 내용	인간의 욕심은 끝이 없이 이루어 줄만 못할 것을 가져오 채워지지 않는다. 그 갈망 으로 인해 그 갈망하고 우울한 영혼의 반공간을 채울수 있는 주안기를 찾으 려고 방황하지만 갈망은 사탄의 공격으로 점차 더 심해지고 결국은 욕망의 분식까지 간다. 그러나 한 여인은 예수그리스도의 '성령의 빛'으로만 영안함과 영생을 받아 영혼적 인 공간을 채우실수 있다는 사실로 깨달은 사실으로 채울 수 있다는 것 을 깨닫고 찬는 작품이다.
출연자	
	 
	김미연 김현흥

ABSTRACT

A Study on the Christian Creative Dance 『In Search of the Light of Life』

Kang, Mi-Yeun

Major in Christian Dance

Dept. of Dance

The Graduate School

Hansung University

This study aims to analyze the work and study the meaning and structure of the work by finding the light of life in Christian creative dance. This work contains the researcher's confession of faith and philosophy of life. The selection of the theme of the work began with thinking about depression.

We discovered that a woman in her early 30s who suffered from severe depression, an illness that is not easily cured even with modern medicine, was able to recover through Christian dance and live a new second life with the warm love of God.

In terms of the movement and concept of the work, I prepared the work with the hope that it would well express the frustration and

suffering I felt in life, as well as the expression of my inner melancholy. This research procedure was about the Christian creative dance work, *In Search of the Light of Life*, performed at Yangjae M Theater on November 18, 2024 at 7:00 PM. It examined the theoretical background of the Christian creative dance, *In Search of the Light of Life*, and analyzed the intention and content of the work, as well as the form and structure of the work. Christian creative dance, *In Search of the Light of Life* To analyze "Find", the work was released at Yangjae M Theater on November 18, 2024.

The performance DVD and photographic materials were used. The theoretical background for this work is to examine the concept and types of causes of depression. The research was focused on studying psychotherapy based on depression and literature from a Christian perspective, including related books, dissertations, academic journals, the Bible, and Internet materials.

In the Christian creative dance, "In Search of the Light of Life," the goal is to show that the only way to overcome depression is through Jesus Christ, the light of life. The theme of the piece is that the empty space in the soul that cannot be filled with human greed can only be filled with the warm love of Jesus Christ.

Humans can be healed and restored from the ultimate problems of existence such as 'death, depression, suffering, and frustration' through the love of Jesus. Gratitude and confession of love for Jesus are the core contents of this work.

The composition consists of three chapters. Chapter 1 is 'Darkness and Chaos', which is about a woman's depression.

I feel confused between my inner appearance and the word of God. Chapter 2 shows a scene where Satan makes a depressed woman wander through the 'empty space of the soul', and Chapter 3 contains the

meaning that the woman who was trapped in the darkness is now moving towards the 'light of life'. Using a white paper lamp, it is said that Jesus will also brighten the woman's soul in her future life. We want to be a light to help you live a life of joy and hope.

【Key words】 Christian creative dance, depression, bipolar disorder, manic-onset disorder, Beck's Depression Scale