

석사학위논문

무용 작품  
「화해하는 중입니다」에 대한 연구

2024년

한 성 대 학 교 대 학 원

무 용 학 과

무 용 공 연 전 공

김 주 현



석사학위논문  
지도교수 정석순

무용 작품  
「화해하는 중입니다」에 대한 연구

A Study on the Dance Work,  
「Reconcile」

2023년 12월 일

한성대학교 대학원

무용학과

무용공연전공

김주현

석사학위논문  
지도교수 정석순

무용 작품  
「화해하는 중입니다」에 대한 연구

A Study on the Dance Work,  
「Reconcile」

위 논문을 무용학 석사학위 논문으로 제출함

2023년 12월 일

한성대학교 대학원

무용학과

무용공연전공

김주현

김주현의 무용학 석사학위 논문을 인준함

2023년 12월 일

심사위원장 박재홍 (인)

심사위원 김남용 (인)

심사위원 정석순 (인)

# 국 문 초 록

## 무용 작품 「화해하는 중입니다」에 대한 연구

한 성 대 학 교 대 학 원  
무 용 학 과  
무 용 공 연 전 공  
김 주 현

본 논문은 상처받은 내면 아이와의 소통을 통한 자아존중감 회복을 주제로 하여 상처받은 개인의 회복 과정을 표현한 현대무용 창작 작품 「화해하는 중입니다」에 대한 연구와 분석이다.

본 연구자는 본인의 감정을 들여다보고 내재되어있는 내면의 상처를 직면하는 것이 얼마나 중요한 것인지에 대해 말하고자 하였다. 과거의 아동기 혹은 유년기에 발생한 마음의 상처를 미처 치유하지 못한 채 방치해두었을 경우, 우리가 받은 내면의 상처는 성인이 된 이후에도 내면에 자리 잡게 된다. 이는 성인으로서 살아가는데 마음의 병이 되어 사회적 여러 부적응 상태가 되거나, 자기 파괴, 혹은 정서적으로 어려움을 겪게 되는 데 많은 영향을 준다. 이러한 개념을 심리학에서는 ‘상처받은 내면 아이’라고 정의한다.

무용 작품 「화해하는 중입니다」는 작품 속 ‘현재의 나’가 겪는 우울과 불안 등 상처받은 마음에서부터 발현된 정서적 어려움에 대해 벗어나고자 하고, 이를 위해 과거의 상처받은 ‘나’, 즉 ‘상처받은 내면 아이’를 직면하고 소

통을 통해 상처를 치유하고 자아존중감의 회복에 대한 과정을 나타내고자 하였다. ‘내면 아이’라는 이름으로 내재되어있는 과거의 상처를 회피하고 부정하기보다, 있는 그대로의 사실을 직면하여 받아들이고 ‘상처받은 내면 아이’를 보살피고 이해하며 본인의 감정을 들여다보고 자기 자신을 돌보는 것에 대한 중요성을 전달하고자 하였다. 이에 본 연구자는 주제를 보다 효과적으로 전달하기 위해 ‘과거의 나’와 ‘현재의 나’를 나타낼 수 있도록 두 명의 무용수를 출연시켰으며, 추상적 이미지인 마음의 상처를 시각화하기 위해 빨간색 천을 이용해 심장을 형상화하여 나타내었으며, Intro를 포함하여 총 4장의 구성으로 이루어졌다.

본 연구자는 무용 작품 「화해하는 중입니다」의 창작과정과 연구 과정을 통해, 내면의 상처를 들여다보고 ‘상처받은 내면 아이’를 돌보며 이해하며 소통하는 것이 자아존중감 향상을 위해 선행되어야 한다는 것을 깨달았고, 이를 알리고자 하였다. 더 나아가 이를 바탕으로 자기 자신이 누구인지 돌아볼 수 있는 시간을 제공하고, 그동안의 아픔과 슬픔 속에 지쳐있는 현대인들에게 공감과 위로를 건내며, 앞으로 나아갈 수 있는 따뜻한 발판이 되고자 한다.

**【주요어】** 상처받은 내면 아이, 자아존중감, 내면의 상처, 직면, 회복

# 목 차

I. 서 론 .....	1
II. 이론적 배경 .....	5
2.1 내면 아이 .....	5
2.1.1 불운한 아동기 경험과 성인기 정신건강의 상관관계 .....	8
2.2 자아존중감 .....	9
2.2.1 자아존중감과 우울 및 불안의 상관관계 .....	11
III. 무용 작품 「화해하는 중입니다」에 대한 연구 .....	13
3.1 작품형식 및 구조 .....	13
3.2 작품의 구성요소 및 표현매체 .....	15
3.2.1 움직임 표현방법 .....	15
3.2.2 의상 .....	17
3.2.3 조명 .....	21
3.2.4 음악 .....	24
3.2.5 소품 .....	26
IV. 작품 분석 .....	29
4.1 Intro: 마음을 잃다 .....	31
4.1.1 내용 및 안무 의도 .....	31

4.1.2 움직임 구성 및 표현 .....	32
4.1.3 음악 및 조명 .....	33
4.2 1장: 상처의 모순 .....	35
4.2.1 내용 및 안무 의도 .....	35
4.2.2 움직임 구성 및 표현 .....	35
4.2.3 음악 및 조명 .....	37
4.3 2장: 엇갈린 마음 .....	39
4.3.1 내용 및 안무 의도 .....	39
4.3.2 움직임 구성 및 표현 .....	39
4.3.3 음악 및 조명 .....	41
4.4 3장: 나를 마주하다 .....	43
4.4.1 내용 및 안무 의도 .....	43
4.4.2 움직임 구성 및 표현 .....	43
4.4.3 음악 및 조명 .....	46
V. 결 론 .....	48
참 고 문 헌 .....	51
부       록 .....	53
ABSTRACT .....	56

## 표 목 차

[표 1] .....	14
[표 2] 색채의 이미지와 심리적 작용 .....	19
[표 3] 색의 감정 및 심리적 효과 .....	23

## 사 진 목 차

[사진 1] 무용수A 의상 .....	17
[사진 2-1] 무용수B 의상1 .....	18
[사진 2-2] 무용수B 의상2 .....	18
[사진 3-1] 소품으로 활용한 빨간 천_1 .....	26
[사진 3-2] 소품으로 활용한 빨간 천_2 .....	26
[사진 3-3] 무대 설치 소품으로 활용한 천_1 .....	26
[사진 3-4] 무대 설치 소품으로 활용한 천_2 .....	26
[사진 4-1] 상처받은 마음 .....	32
[사진 4-2] 상처에서 벗어나고 싶은 모습_1 .....	32
[사진 4-3] 상처에서 벗어나고 싶은 모습_2 .....	33
[사진 4-4] 상처에서 벗어나고 싶은 모습_3 .....	33
[사진 4-5] 무너져버린 마음 .....	36
[사진 4-6] 스스로에게 상처주는 모습_1 .....	36
[사진 4-7] 스스로에게 상처주는 모습_2 .....	36
[사진 4-8] 각인돼버린 상처 .....	36
[사진 4-9] 쉽게 다가서지 못하는 마음 .....	40
[사진 4-10] 혼란스러운 마음 .....	40
[사진 4-11] 엇갈려버린 마음 .....	40
[사진 4-12] 남겨진 상처받은 마음 .....	40
[사진 4-13] 내면의 상처로부터 벗어나지 못한 현재의 ‘나’ .....	45
[사진 4-14] 현재의 ‘나’를 바라보는 과거의 ‘나’ .....	45
[사진 4-15] 괴로워하는 마음 .....	45
[사진 4-16] 과거의 ‘나’와 현재의 ‘나’의 화해 .....	45

## 그림 목 차

[그림 1-1] 조명 플랜 .....	34
[그림 1-2] 조명 플랜 .....	34
[그림 2-1] 조명 플랜 .....	38
[그림 1-1] 조명 플랜 .....	38
[그림 3-1] 조명 플랜 .....	42
[그림 3-2] 조명 플랜 .....	42
[그림 3-3] 조명 플랜 .....	42
[그림 4-1] 조명 플랜 .....	47
[그림 4-2] 조명 플랜 .....	47
[그림 4-3] 조명 플랜 .....	47

# I. 서론

본 논문은 상처받은 내면 아이와의 소통을 통한 자아존중감 회복을 주제로 하여 상처받은 개인의 회복 과정을 표현한 현대무용 창작 작품 「화해하는 중입니다」에 대한 연구와 분석이다.

아동기와 유년기에 발생한 부정적 경험으로 인한 트라우마를 제때 치유하지 않을 경우, 성인이 되어서도 ‘상처받은 내면 아이’가 내면에 자리잡게 되고, 이는 지속적으로 정서적·신체적 어려움을 초래하게 되어 결국 사회적 문제로 나타나게 된다.

‘상처받은 내면 아이’라는 용어를 직접 사용한 Bradshaw는 우리가 경험하는 불행의 큰 원인이 치료적으로 해결되지 않은 ‘상처받은 내면 아이’라고 주장했으며, 상처를 지닌 그 아이를 잘 다루어주지 않는다면 앞으로의 삶에서 끊임없이 고통과 아픔을 줄 것이라고 말한다. 이 내면 아이의 감정은 체계적인 관점에서, 작게는 가족관계와, 넓은 의미로는 사회적인 인간관계의 어려움을 초래함으로써 개인적 자존감을 훼손시킨다고 하였다(박창용, 2023).

Bradshaw는 이런 사람들에게서 어린 시절 동안 줄곧 해결하지 못했던 슬픔을 발견하게 된다고 말한다. 이와 같은 주장은 에릭슨(Erikson)의 심리 사회적 8단계 발달 이론(eight stages of psychosocial development)과 연관이 있는데 각 발달단계에 없어서는 안 될 의존이 받아들여지지 않고 충족되지 않은 채 성장하여 상처받은 내면 아이를 품게 된다는 것이다(강준영, 2022; Bradshaw, 1990/2011).

아동기 부정적 경험은 매우 흔하게 경험되며, 성인기까지 그 부정적 영향이 광범위하고 지속적으로 미치게 된다. Anda(2006) 등과 Merrick & Guninn(2018)을 비롯한 많은 연구가는 아동기 부정적 경험이 성인기의 당뇨, 천식, 암, 비만 등과 같은 신체적 문제를 비롯하여 우울, 환각, 자살 시도 등 정신건강 문제, 흡연, 약물 남용, 폭력의 가해 및 피해 등 문제행동과 연관이

있으며, 교육수준, 성인기의 취업, 근로성과 그리고 빈곤에 이르기까지 매우 광범위한 부정적 영향을 미치고 있음을 보고해 왔다(강준영, 2022).

이렇듯 우울, 불안, 공황장애 등과 같은 정신질환에 대해 본 연구자는 아동기 혹은 유년기의 부정적 경험에 관련하여 접근하였으며, 이로 인해 자살뿐만 아니라 2023년 8월에 발생한 서현역 흉기난동 등과 같은 정신질환자에 의한 범죄로 정신건강은 비단 개인의 문제가 아닌 사회적인 문제로 인식하였다.

실제로 헬스조선(2023)에 따르면 2021년 기준 국내 자살자 수는 1만 3352명이고 이는 OECD 회원국 평균(11.1명)의 2배를 웃도는 수치다. 정부 분석에 따르는 2021년 자살 원인 중 정신건강 문제가 39.8%로 가장 높은 비율을 차지하며 정신건강 문제가 가장 크게 작용한 것으로 보인다. 국민건강보험공단 자료를 보면 정신질환으로 국내 병원을 방문한 환자 수는 2015년 289만명에서 2021년 144만명으로 정신질환자 수가 급증한 것을 볼 수 있다. 특히 우울증 환자 수는 2018년보다 32.9% 급증하여 지난해 100만 744명을 기록해 처음으로 100만명을 넘어섰다.<sup>1)</sup> 또한 국민건강보험공단 발표에 따르면, 국내 공황장애 진료 인원의 연평균 증가율은 9.6%로 나타났다.<sup>2)</sup>

이에 따라 2023년 12월, 정부는 ‘정신건강 정책 대전환, 예방부터 회복까지’라는 비전을 선포하였고, 정신건강 정책 4대 전략을 수립했다.<sup>3)</sup>

이와 같이 사회적 문제로 대두되는 정신건강 문제는 여러 가지 원인이 제기되지만, 본 연구자는 ‘상처받은 내면 아이’의 발생 근거가 되는 아동기 및 유년기의 부정적 경험이 정신건강 문제와 유의미한 상관관계를 가진다고 보았다. 실제로 한국심리학회지(김은희, 이인혜, 2022)에 따르면 불운한 아동기 경험에 관한 ACE(Adverse Childhood Experiences) 연구들은 불운한 아동기 경험에 노출된 사람들이 건강위험 행동들에 자주 관여되어 있다는 것을 발견하였다. 성인 9,508명을 대상으로 한 Felitti(1998) 등의 연구에서 4개 이상의 ACE에 노출된 사람은 ACE가 전혀 없는 사람에 비해 알코올 중독의 확률이

1) 우울증 환자 첫 100만 명 넘어... 치료 받을 정신과 의사가 없다 출처 : [https://health.chosun.com/site/data/html\\_dir/2023/12/06/2023120602552.html](https://health.chosun.com/site/data/html_dir/2023/12/06/2023120602552.html) . (2023).

2) 연 20만명 공황장애·우울증...기안84→조민아, 이젠 무기가 된 내면의 단단함[TEN피플] . (2023). <https://tenasia.hankyung.com/topic/article/2023071705234>.

3) '자살률 1위 국가' 오명 벗을까...2년마다 '청년 정신건강검진'(종합) . (2023). [https://www.newsis.com/view/?id=NISX20231205\\_0002547188&cID=10201&pID=10200](https://www.newsis.com/view/?id=NISX20231205_0002547188&cID=10201&pID=10200).

7배, 약물사용 10배 그리고 자해 및 자살시도를 할 확률은 12배가 높았다고 보고하였다(김은희 외, 2022). 이러한 불운한 아동기 경험은 여러 국가들에서 만연한 것으로 나타났으며 그러한 경험들에 많이 노출되었을수록 신체 및 정신건강의 위험이 뚜렷하게 증가하는 것을 확인하였다(김은희 외, 2022).

따라서 아동기 및 유년기의 부정적 경험에 의해 발생한 ‘상처받은 내면 아이’가 우울, 불안, 공황장애 등과 같은 정신적 질환의 원인 중 하나라고 보았고, 이러한 정신적 질환은 더 이상 개인의 문제가 아닌 사회적 문제로 인식함에 따라 문제를 제기하고자 무용 작품 「화해하는 중입니다」를 제작하였다.

상처받은 아이가 빚어내는 문제들을 극복하기 위해서는 이 아이와 대면하는 것이 필요하다. 프로이트는 노이로제와 성격장애가 우리의 인생에서 반복되는 ‘풀리지 않은 어린 시절의 갈등(unresolved childhood conflicts)’이라고 밝힌 바 있다(Bradshaw, 1990/2011). 상처받은 내면 아이의 문제를 극복하는 것은, 상처받은 내면 아이를 대면하여 과거의 경험을 새롭게 의미화하고, 이 과정에서 상처받은 내면 아이의 슬픔에 공감하여 그 슬픔을 함께 애도하는 과정, 더 나아가 스스로가 새로운 부모가 되어 상처받은 내면 아이를 끌어안고 보살피는 과정으로 요약될 수 있다(강준영, 2022; Bradshaw, 1990/2011).

본 연구자는 이러한 상처받은 내면 아이와의 소통에서부터 ‘자아존중감’에 대한 근본적인 치유와 실마리를 찾을 수 있음을 말하고 있으며, 다시 말해, 과거의 상처를 외면하고 회피하기 보다는 직면하여 그 근본적인 상처를 파악하고 치유함에 따라 본인 스스로를 진정으로 아낄 수 있는 자아존중감이 회복될 것을 말하고 있다.

이에 따라 무용 작품 「화해하는 중입니다」는 상처받은 과거의 ‘나’와 현재의 ‘나’가 만나 소통하며 내면을 들여다 보고 스스로 치유하는 과정을 표현하고자 하였고, 인간관계 속에서 생긴 상처를 시각화하기 위해 경계와 상처를 의미하는 빨간색의 천을 활용하여 나타내었다. 무용수들이 빨간 천 안에서 일그러지고 발버둥 치는 모습을 통해 상처에서 벗어나고자 하는 모습을 나타내하고자 하였고, 작품 말미에 과거의 ‘나’가 현재의 ‘나’를 안아주는 모습을 통해 내면의 화해와 치유가 이루어짐을 표현하고자 하였다.

이로써 본 작품을 통해 그동안의 아픔과 슬픔 속에 지쳐있는 현대인들에게 공감과 위로를 건네고 앞으로 나아갈 수 있는 따뜻한 발판이 되고자 한다.

## II. 이론적 배경

### 2.1 내면 아이

사람은 누구나 자신의 마음속에 내면 아이를 가지고 있다(Berne, 1978; Donovan & McIntyre, 1990; Capacchione, 1988). 성인이 된 우리의 마음 안에 아이와 같은 심리기제가 있다는 것이다. 내면에 있는 어린 자아는 어린 시절 체험했던 감정이나 행동을 기억하고 보존하는 부분을 말한다. 이것은 나이에 상관없이 상황에 따라 갑자기 재현되는 행동으로 나타나며, 이 내면 아이는 우리의 정서적 습관을 대표적으로 반영한다. 즉, 과거에 숨겨진 내적 아이가 순간순간 개인의 행동, 반응, 외모, 행위 전반을 지배하며 어린 시절의 억압되고 상처받은 감정들은 성인이 되어서도 되살아나 분노, 우울, 견잡을 수 없는 정력, 열등의식, 고독, 거절당한 느낌으로 표현되어 삶의 태도나 대인 관계에 영향을 미치게 된다(김영신, 2018)

Bradshaw에 의하면, 내면 아이란 한 사람의 정신 속에서 하나의 독립된 인격체처럼 존재하는 아이의 모습이다. 내면 아이는 어린 시절의 주관적 경험을 가지고 있으며, 한 사람의 인생에 유년기부터 지속적인 영향을 준다. 또한, 내면 아이는 뇌 속에 저장된 가장 어릴 적 기억을 뜻하기도 하며, 개인 정서에 관련된 기억을 설명해 줄 수 있는 중요한 경험 자원이다(강준영, 2022; 오재은, 2009, 재인용).

Bradshaw는 어린아이의 성장이 저지되거나 감정이 억제되었을 때, 특히 화가 났거나 마음에 상처를 받았을 때의 감정들을 그 아이가 그대로 가진 채 자라나서 성인이 된다면, 그 화가 나 있고 상처 입은 아이는 어른이 된 후에도 계속해서 그의 내면에 자리 잡게 된다고 말한다(Bradshaw, 1990/2011). 그리고 내면의 아이가 그 사람이 성인으로서 살아가는데 계속해서 파괴적인 영향을 끼치게 된다는 것이다(Bradshaw, 1990/2011). 이와 같은 주장은 에릭슨(Erikson)의 심리 사회적 8단계 발달 이론(eight stages of psychosocial

development)과 연관이 있는데, 각 발달단계에 없어서는 안 될 의존이 받아들여지지 않고, 충족되지 않은 채 성장하여 상처받은 내면 아이를 품게 된다는 것이다(강준영, 2022; Bradshaw, 1990/2011).

프로이드는 어린 자아의 욕구의 불 충족, 좌절, 억압이 어린 자아를 병들게 하고, 상처 입은 어린 자아는 인간의 내면에 끊임없이 갈등과 문제로 작용하게 된다고 한다. 어렸을 때의 갈등이 해결되지 않았을 때에, 일생을 통해 갈등을 계속해서 반복하게 되며, 그 결과로서 신경성 질환과 치명적인 정신적 결과를 초래하기도 한다(김영신, 2018).

모든 사람 안에는 성장과정에서 상처 받은 내면아이가 있다. 과거에 무시당하고 상처받은 내면 아이로 인해 많은 사람들은 고통을 당하며, 다른 사람과의 관계 속에서 힘들어 한다. 문제가 겉으로 들어난 경우도 있지만 정상적인 생활을 하는 사람들 안에서도 정서적인 어려움이나 관계의 어려움을 겪게 되는데, 다만 그들이 그 이유를 모르기 때문에, 또는 알아도 마음에 그것을 숨기고 살면서 활기차고 즐거운 삶을 잃어버리게 되었다. 다시 말해, 정신적으로 건강하게 살아가고 있는 많은 사람들 안에도 상처 입은 내면 아이로 인해 정서적으로 어려움을 겪는 경우가 많은데, 이 내면 아이에 대해 알아주고 내면 아이를 성숙시킬 때 정서적 어려움에서 벗어날 수 있고, 더 성숙하고 즐거운 삶을 살아갈 수 있을 것이다(김영신, 2018).

존 브레드쇼(John Bradshaw)는 “나는 과거에 무시당하고 상처받은 내면 아이가 바로 사람이 겪는 모든 불행의 가장 큰 원인이라고 믿는다. 그리고 우리가 그 아이를 잘 발견해서, 상처 난 부분을 회복시켜주지 않으면 그 아이는 성인이 된 우리의 인생에 지속적인 악영향을 끼치며 모든걸 엉망으로 만들어 버리고 말 것이다.”라고 내면 아이와 성인 자아의 관계를 설명하고 치유의 필연성을 강조하고 있다(장재향, 2023).

상처받은 내면 아이의 문제를 극복하는 것은, 상처받은 내면 아이를 대면하여 과거의 경험을 새롭게 의미화하고, 이 과정에서 상처받은 내면 아이의 슬픔에 공감하여 그 슬픔을 함께 애도하는 과정, 더 나아가 스스로가 새로운 부모가 되어 상처받은 내면 아이를 끌어안고 보살피는 과정으로 요약될 수 있다(강준영, 2022; Bradshaw, 1990/2011).

이러한 과정을 통하여 자신이 누구인지, 왜 지금까지 그런 삶을 살게 되었는지 알게 되어 정체성과 자존감이 회복되어지며, 자신의 치유과정을 통해 자신을 이해한 것처럼 다른 사람을 이해할 수 있게 된다(김영신, 2018).

### 2.1.1 불운한 아동기 경험과 성인기 정신건강의 상관관계

아동기에 신체적 학대나 성학대, 심각한 방임과 같은 강렬하고 만성적인 스트레스를 경험하면 그 당시에 직접적인 손상을 입을 뿐만 아니라 이후 성인이 되어서도 신체 및 정신건강에 해로운 영향을 미친다는 것은 잘 알려진 사실이다. 그럼에도 불구하고 어린 시절의 외상적인 경험은 성인기에 이르러서 그 부정적 영향이 과소평가되는 경향이 있다. 예를 들어, 아동기 외상을 경험한 사람은 종종 과거의 기억에 연연하기 보다는 성인으로써 좀 더 책임감 있는 삶을 살 것을 도전받는다(김은희 외, 2022; 박미선, 2008; Carr, Martins, Stingel, Lemgruber, & Juruena, 2013; Widom & White, 1997).

누적된 연구들은 학대와 방임이 아동의 뇌와 신경계에 기능 이상을 초래하고 심리사회적 발달을 크게 저해한다는 증거들을 보고해왔다. 자기공명(MRI) 스캔을 통해 관찰된 학대받은 아동의 편도체 위축은 이후 삶에서 공포 자극에 민감해지고 감정조절에 취약할 수 있음을 예견케 한다(김은희 외, 2022; Driessen et al., 2000). 그러므로 여러 문제 행동들에는 실제로 신경학적인 이유가 존재하는 것이다. 심리적인 측면을 보더라도 부모로부터 학대와 방임을 경험한 아동은 부정적인 내적 작동모델을 발달시켜 낮은 자존감과 세상에 대한 부정적인 기대를 가지고 인생을 출발할 가능성이 크다. 이들은 자신을 가치 없고 무능하며 도움이 안 되는 존재로 여기면서 세상을 위험한 곳으로 인식하고 위협에 대처하는 자신의 능력을 과소평가한다(김은희 외, 2022; Briere & Elliott, 1994; Kendall-Tackett, 2002). 또한 자신 및 타인의 정서를 정확히 인식하고 각성 상태에서 감정을 조절하는 등의 정서 처리 방식에도 손상을 준다(김은희 외, 2022; Ehring & Quack, 2010). 아울러 괴로운 감정과 생각, 기억, 신체 감각들과 같은 내적 경험들을 회피하게 만들어 신체화 문제를 초래하기도 한다(김은희 외, 2022; Marx & Sloan, 2002).

이처럼 아동기 외상은 건강한 심리사회적 발달을 저해하고 다양한 역기능을 일으키며 이후 성인기 정신건강의 위험을 높인다(김은희 외, 2022; Cukor & McGinn, 2006; Johnson, Cohen, Kasen, Smailes, & Brook, 2001).

## 2.2 자아존중감

자아존중감(이하 자존감)은 심리학적 문헌에서 가장 높은 빈도로 등장하는 주제 중 하나이다(Rhodewalt & Tragakis, 2003). 자존감은 개인이 자신의 가치에 대해 생각하는 방식을 나타낸 것으로 내담자의 치료에서 뿐만 아니라, 인간의 전반적인 생애에 걸쳐 중요한 주제로 다루어지고 있다. 이처럼 자존감은 개인의 주관적인 경험을 포함하여 전반적인 삶의 질과 정신건강에 매우 밀접한 연관이 있는 중요한 개념으로 보고 있으며 개인의 환경에서와의 상호작용을 통해 발생하는 개인의 가치에 대한 주된 느낌으로 간주한다. 위의 일련의 연구에서도 알 수 있듯이 기존의 자존감은 그 수준을 기점으로 하여 ‘높은 자존감’ 즉 본인 스스로를 가치 있게 여기고 ‘좋은’ 존재로써 존중 받으며 좋아할만한 사람으로 여기는 것과 이와 반대로 ‘낮은 자존감’ 즉 본인 스스로를 무가치하게 여기며 ‘나쁜’ 존재로써 경멸하고, 가련하게 여기는 것으로 명료하게 구분되어 왔다(장재원, 2009; Kernis, 2003).

이러한 자존감은 자아에 대한 긍정적 혹은 부정적인 태도로 정의하며 자기 존경의 정도와 자신을 얼마나 가치 있는 사람으로 생각하는지에 따른 정도를 반영한다(Rosenberg, 1965). Branden(1992)이 말하는 보다 구체적인 자존감의 정의는 다음과 같이 정리할 수 있다. 첫째, ‘우리 자신에게는 생각하는 능력이 있으며, 인생의 역경에 스스로 맞서 이겨낼 수 있는 능력이 있다는 본인에 대한 믿음’이며, 둘째, ‘우리 스스로가 가치 있는 존재임을 자각하고, 필요한 것과 원하는 것 등을 자신있게 주장할 자격이 있으며, 행복을 누릴 수 있고, 본인의 노력을 통해 얻은 결과를 스스로가 자유롭게 즐길 수 있는 권리가 있다는 본인에 대한 믿음’이라고 정의내린다(이민선, 2011, 재인용). 이렇듯 자존감은 자신에 대한 느낌을 비롯하여 전반적인 자기평가, ‘나는 본인 스스로에 대해 어떻게 느끼는가?’라는 물음에 대한 응답을 의미한다(정현진, 2014; Campbell et al., 1996; 김민희, 2012, 재인용).

자아존중감은 스트레스와 관련하여 심리적인 기능에 대하여 스트레스의 효과를 중재하는 것처럼 보인다(Campbell et al., 1991; Whisman & Kwon,

1993). 높은 자아존중감을 가지고 있는 사람은 심리적인 어려움에도 자기 자신을 잃지 않고 보호할 수 있어(Emmon & Diener, 1985) 스트레스에 관련된 사건에도 비교적 취약하지 않고 대응하거나 회복할 수 있는 능력이 있는 것으로 나타나고 있다(Aspinwall & Taylor, 1992; Taylor & Brown, 1988). 또한 낮은 자아존중감을 가지고 있는 사람보다 높은 자아존중감을 가진 사람이 보다 효율적이고 적극적으로 대처를 하고자 하는 의지를 지니고 있고 스트레스에 대한 반응으로 이를 적극적으로 해결하고자 하는 높은 동기를 가지고 있다(최미례, 2000; Pearlin & Schooler, 1987; Taylor & Brown, 1988; Zuckerman, 1989).

자아존중감의 중재효과를 귀인양식과 관련시켜 살펴 본 선행 연구들 (Metalsky, Joiner, Hardin, & Abramson 1993; Robinson, Garber & Hilsman, 1995)에서도 자아존중감이 낮은 사람이 부정적인 귀인양식을 지녔을 때 실패 경험에 있어서 우울이 증가하였으나, 자아존중감이 높은 사람은 부정적인 귀인양식을 지니고 실패를 경험하더라도 우울이 증가하지 않았음을 볼 수 있었다. 이러한 결과는 자아존중감이 우울에 대한 취약성 요인이 될 수 있다는 점과 자아존중감의 중재효과를 지지하는 것을 보여준다(최미례, 2000).

흔히 자아존중감은 심리학에 있어서 매우 중요한 변인으로 알려져 있다. 그러나 자아존중감이 모든 심리적인 현상을 설명하고 결정짓는 것은 아니다. 자아존중감을 객관적인 시선으로 바라보고 자존감 안정성과 자기개념 명료성과 같은 자기개념의 여러 중요한 측면들을 포함하여 고려해 볼 때 보다 일관된 시각에서 확고한 심리학적인 연구결과를 도출할 수 있을 것이라고 본다(고현석 외, 2012).

### 2.2.1 자아존중감과 우울 및 불안의 상관관계

자아존중감은 개인의 우울 및 불안의 척도에도 매우 밀접한 영향을 보이는 것으로 나타나고 있다. 선행연구에 따르면 낮은 자존감으로 인한 부정적인 자기평가와 환경에 대한 잘못된 인지체계로 인하여 그렇지 않은 사람보다 우울을 경험할 확률이 비교적 높아진다고 한다(정현진, 2014; Beck et al., 1979; Brown, & Dutton, 1995). 또한 높은 자존감은 우울과 관계지어 보았을 때 부적인 상관관계가 있다는 Beer(1987)의 연구결과와 안정된 높은 자존감을 가진 개인은 우울에 대한 취약성이 매우 낮다고 보고한 Kernis와 Mathis(1991)의 연구 역시 ‘고수준 고안정성 집단’이 타 집단에 비해 우울과 불안이 낮다는 보고가 있다. Greenier(1995)의 연구결과에 따르면 자존감 안정성은 개인의 자존감 수준에 따라 다르게 영향을 미친다고한다. 즉, 자존감이 높을 경우 자존감 안정성이 낮을 경우 자기감정(self-feeling)이 취약하고 예민해 자신과 관련된 피드백에 대하여 더 강력하게 반응해, 특히 부정적인 피드백에 대해 더 방어적이고 부정적인 태도를 취하는 것으로 보이지만, 자존감이 낮을 때 안정성 또한 낮을 경우 심리적인 어려움과 함께 부적응의 양상을 함께 보인다는 것이다. 다시 말해, 이 결과를 보았을 때 자존감 안정성이 높은 경우보다 안정성이 낮아 자존감이 불안정하게 될 경우에 자존감 수준에 따라 미치는 영향이 다르다는 것을 알 수 있다. 때문에, 자존감 수준이 높을 때 보다 낮은 경우에 있어서 미치는 자존감 불안정성의 영향으로인해 우울과 불안 수준이 높아지는 것으로 해석할 수 있다(정현진, 2014)

이러한 연구결과를 상담 장면에 적용시킬 경우, 우울과 불안 장애로 불편함을 호소하는 내담자일 경우에 대인관계문제와 마찬가지로 단기적으로는 자존감 수준을 더 높일 수 있는 방향을 제시하고, 장기적으

로는 자존감을 안정적으로 유지할 수 있도록 도와줌으로써 우울과 불안의 정도를 낮출 수 있을것으로 보고 있다(정현진, 2014)

### Ⅲ. 무용작품 「화해하는 중입니다」에 대한 연구

#### 3.1 작품형식 및 구조

본 연구자의 작품 「화해하는 중입니다」는 상처받은 내면 아이와의 소통을 통한 자아존중감 회복을 주제로 한 안무이다. 과거에 받은 상처로부터 본인을 탓하고 미워함으로 부정적 감정의 굴레에 더 깊이 빠져들게 되고, 타인에 의해 구원받길 원하지만, 결국에 본인을 구원할 수 있는 것은 본인 자신뿐이라는 것을 깨닫게 된다. 이러한 모습을 표현하기 위해 마음의 상처를 시각화하였고 그 매개체로 빨간 천을 소품으로 사용하였다.

본 연구자의 작품은 'Intro: 마음을 잃다'를 포함하여 '1장: 상처의 모순', '2장: 엇갈린 마음', '3장: 나를 마주하다'로 도입부(Intro)를 포함해 총 4장으로 이루어졌으며 소품과 조명 및 음악 등 다양한 요소를 통해 주제를 보다 명확하게 표현할 수 있도록 구상하였다. 다음은 본 연구자의 작품 「화해하는 중입니다」의 구성을 돕기 위한 표이다.

[표 1]

장면	이미지	표현방법	음악	시간
Intro	마음의 상처로 인해 무기력해져 있는 모습과 상처에서부터 벗어나고자 하는 모습	빨간 천 안에서 일그러지고 발버둥 치는 듯한 모습	Taylor Deupree - Curl To Me	3분
1장	상처로부터 벗어나고자 하지만, 발버둥 칠수록 더 선명하게 각인되는 상처의 모순적인 모습	빨간 천을 주고 받은 모습과 심작 박동을 형상화 한 손 움직임의 반복	Taylor Deupree - Curl To Me	4분
2장	‘현재의 나’와 ‘과거의 나’가 만나 소통하는 과정에서 오는 복잡한 내면	듀엣 미러링(Mirroring) 움직임과 접촉 움직임	Alva Noto - Uni Mic B	4분
3장	상처받은 내면 아이와 현재의 ‘나’가 소통하여 회복하는 과정	Solo 움직임을 통한 자신과의 소통, 상처로부터 극복하는 모습과 듀엣 움직임으로 과거의 상처받은 자신으로부터 되려 위로받고 화해하는 모습	Johann Johannsson - Johannsson: Flight From The City	4분

## 3.2 작품의 구성요소 및 표현매체

### 3.2.1 움직임 표현방법

무용 작품 「화해하는 중입니다」는 현대무용을 기반으로 한 창작 작품으로 과거에 상처받은 내면을 스스로 마주하고 치유하는 과정을 담은 작품이다. 상처받은 마음을 시각화하기 위해 빨간 천을 소품으로 사용하였으며, 무대 상측과 측면 역시 빨간색 천으로 무대에 연출적인 효과를 극대화하였다. 또한, 현재의 ‘나’와 과거의 상처받은 나(=상처받은 내면 아이)를 구분하여 효과적으로 표현하기 위해 연구자를 제외한 무용수 1명을 출연시켜 듀엣 움직임(Duet Movement)으로 안무를 구성하였다.

Intro에서는 무대 소품으로 사용한 빨간색 천을 활용하여 상처받은 마음, 즉 심장을 형상화 시켜 나타내었는데, 두 무용수가 빨간 천 안에서 일그러지고 무너지며 천을 뚫고 나오려는 모습을 통해 상처받은 마음에서 벗어나고자 하는 의지를 표현하였다. 이와 동시에 움직임이 천 안에서만 이루어짐으로 인해 생기는 불명확한 동작을 의도적으로 연출하여 상처에서 쉽게 벗어나지 못하는 것에 대한 답답한 마음을 이미지적으로 나타내고자 하였다.

1장과 2장에서는 두 무용수의 듀엣 미러링 움직임(Duet Mirroring Movement)으로 구성되어 있는데, 계속되는 같은 움직임의 프레이즈를 서로 다른 질감으로 나타내며 두 무용수가 하나의 같은 인물이지만, 동시에 각자의 다른 성격을 띠는 독립적인 자아임을 나타내며 작품의 이해도를 높일 수 있도록 설정하였다.

작품의 주요 핵심어인 상처받은 마음을 Intro에서는 빨간색 천을 활용하여 나타내었다면, 1장과 2장에서는 심장박동에서 착안한 손의 움직임을 반복적으로 나타냄으로써 표현하였다. 처음에는 심장박동을 연상시키는 단순한 손의 움직임에서 시작하여 작품이 진행됨에 따라 점차적으로 움직임의 범위가 넓어지는데, 두 무용수의 신체가 어긋나고 꼬이는 움직임에 따라 상처받은 마음으로 인해 진정한 자신의 내면을 바라보기 어려운 모습을 표현하고자 하였다. 또한, 2장에서는 두 무용수가 함께 기대고 내쳐지며 다시 일어서는 등의 접촉

움직임을 통해 자신의 상처받은 내면과 화해하는 과정에서 오는 우여곡절을 나타내고자 하였다. 마지막 3장에서는 ‘상처받은 나’가 ‘현재의 나’를 다독여 줌으로써 자신 스스로와의 화해가 이루어졌으며 상처받은 마음에서 회복됨을 암시하며 작품이 마무리된다.

### 3.2.2 의상

공연예술에서 무대의상은 작품에서의 캐릭터 창조, 인물간의 상호관계 설정뿐만 아니라 시각예술로서의 효과를 준다. 의복은 신체를 보호하거나 단순한 장식목적 이상의 다양한 의미를 부여받고 있고 인간의 예술적인 표현으로 까지 이르게 된다. 특히 연극이나 오페라, 뮤지컬 무용 등과 같이 무대에서 이루어지는 공연 예술만을 위한 복식을 무대의상(stage costume)이라고 한다(이문재, 2013).

더글러스 러셀은 “Stage Costume Design”에서 무대의상은 속옷, 악세서리, 미용과 분장을 포함한 전반적인 의상으로 정의하고 있으며 무대의상은 연기자의 몸에 걸쳐지는 의상과 배역의 캐릭터를 표현하기 위해 사용되는 소품, 머리 모양과 그에 관계되는 아이템, 가면이나 화장을 포함한 분장과 연관되는 모든 것들을 포함하고 있다. 이처럼 무대의상은 무대 위의 중요한 시각예술로서 극에서 언어가 표현하지 못하는 부분을 말해주기도 한다(이문재, 2013).

[사진 1] 무용수 A의상





[사진 2-1] 무용수B 의상1



[사진 2-2] 무용수B 의상2

작품 의상 선택에 있어서 상의는 전반적인 움직임과 몸의 선이 잘 드러날 수 있도록 개방감 있는 크롭 기장의 민소매 의상을 선택하였으며, 작품 속 캐릭터의 성격이 잘 나타날 수 있도록 목을 살짝 덮는 형태의 터틀넥 디자인으로 선택하였다. 이는 과거의 상처에 의한 경계심과 방어적인 성격을 캐릭터에 부여해주는 역할을 한다. 하의는 상의와 마찬가지로 움직임에 따라 허리의 선이 잘 드러나지만 움직임에 있어서 방해되지 않기 위해 부피감이 있는 의상이 요구되었다. 이와 동시에 작품 캐릭터에 있어서 현대인들의 두 가지 자아를 나타내기 위해 일상에서 자주 접할 수 있는 캐주얼 정장 형태의 슬랙스를 선택하였다.

“무대의상이란 살아있는 등장인물이 꾸미는 이야기(극)를 그 내용으로 구성하는 무대예술, 즉 연극, 무용 (현대 무용, 발레 등), 뮤지컬, 오페라, 음악극 등과 같은 공연을 위하여 전문적으로 계획되고 마련되는 의상이라 말한다 (김현숙, 1995).”

[표 2] 색채의 이미지와 심리적 작용<sup>4)</sup>

색상	긍정적 이미지	부정적 이미지	심리 작용
빨강	활동적, 세정적, 흥분, 긴장, 환희.	공격적, 분노, 미움, 현란함.	- 충격적, 파벌적, 의욕적, 충동적, 활동적, 외향적, 적극적, 정액적, 비난적 심리 표현.
노랑	명랑, 세활, 가벼움, 윤택심, 기쁨.	경박, 냉담, 경순, 주의, 불안증, 경고, 불안, 신경질.	- 음치심리로 신맛, 배운맛 표현, 의사소통 능력 탁월, 정신전 모험가로 늘 색로움 지향하며 자기 실현 피하고자 함. 위험 느끼게 해 주의 환기, 치료에 효과적, 의사 소통 능력 탁월함.
녹색	침착, 동경, 평온, 평등, 에너지, 조화, 협조, 수용, 자연, 희망, 부활, 재생.	미숙, 미경험.	- 동경, 이해, 수용, 배려, 협조, 질결, 청량감, 자애로움, 조화, 균형, 희망, 평화의 심리.
파랑	자세, 자립, 필적함, 이성, 믿음, 지성, 자기반성, 냉정, 평화, 절결.	우울, 고독, 슬픔, 소극적, 내성적.	- 진정, 안정, 집중유도, 내향적, 자기반성, 자기규제, 투구와 욕망, 억제, 자제력 유도, 꽃 지식과 권위 좋아함.
검정	영권, 신비, 세련, 지식 있는, 현대적, 도회적, 색조높음, 고급상품, 현대적.	현망, 어두움, 불길, 태위비판.	- 개성적인 감정 표현 억압, 자아상승, 자아 최상의식, 명랑, 순직 결여, 위압감, 고급스러운 표현.
흰색	순수, 정결, 밝음, 원진, 절초, 순진.	참박, 경박, 경계심 긴장감.	- 타협 불허, 절면 못할 기쁨 간직, 불안정한 성격, 고귀 또는 권박의 극적 상황의 이중적 성격.
주황	은화, 성숙, 건강, 단박, 원희, 단란, 평온, 명랑, 기쁨.	질투, 혐오, 건조함.	- 기본 고조와 자신 부각의 심리, 외톨이가 되기 싫어하는 심리, 건강함, 지위와 상관없이 사교성 뛰어난 모든사람이 좋아함, 사치, 환희 심리 작용.
보라	의지력, 사고력, 우아, 고귀, 예술적, 상상력.	불안 고독, 자만, 경서불안.	- 자립심, 개성적, 창조적, 상상력, 고독감 유도, 문화 지향성 성향으로 예술가 등이 많다.

의상의 색상을 선택하는 과정에 있어서는 위의 표와 같이 색채의 이미지와 심리 작용에 근거하여 설정하였다. <사진 1>의 무용수A는 ‘현재의 나’를 나타내는 인물로, 과거의 상처로부터 자신의 내면과 자아존중감의 회복을 하고자 하는 인물로 나타난다. 때문에, 아직 과거의 상처로부터 불안정한 성격을 나타내고자 하였고 이에 불안정과 경계를 상징하는 흰색 의상을 선택하였다. 또한 <사진 2-1>과 <사진 2-2>의 무용수B는 상처받은 내면(=과거의 ‘나’)를 나타내는 인물로, 상처에 대한 분노를 나타내고자 하였고 이에 분노와 미움을 상징하는 빨간색 의상을 선택하였다. 또한, 이와 함께 흰색 의상을 선

4) 임누리, (2009). 색채심리와 색채치료 관련 연구 고찰(석사학위논문). 서경대학교 미용예술대학원, 서울.

택함으로써 상처로 인해 불안정한 심리와 타인에 대한 경계심을 나타내고자 하였다. 의상 디자인을 선택하는데 있어서 두 인물을 동일시함을 암시함과 동시에 다른 성격을 띄는 것을 보여주기 위해 하나의 디자인으로 통일하되 색상에 있어 차이점을 두었다.

### 3.2.3 조명

무대조명이란 무대 상에 있어서 모든 빛의 효과를 지칭하는 것으로, 교육 세계백과사전에는 다음과 같이 명시되어 있는데, 인간이 발명한 인공광선으로 피사체로 하여금 그 선과 색 및 덩어리와 움직임이 그 자체가 지닌 가치 그 이상으로 돋보이게 조작하는 원리의 한 방법이라고 한다(교육세계백과사전, 1975). 이에 따라 무대조명의 목표는 빛의 효과를 보기 위한 기술적인 측면과 미(美)적 측면이 결합해 무대에 올려지는 공연에 대해 관객으로 하여금 공연의 의도를 극대화시키는 것이라 할 수 있겠다(이영미, 2000).

무대조명의 기능은 연기자에게 주어진 주위 환경에 처하게 된 동기를 설정해 주며 주어진 상황 속에서 그가 할 바를 논리적으로 전개 할 수 있도록 분위기를 조성해 주는 데 있다(방송공학회, 1998). 동시에 무대조명은 작가의 의도와 감정과 전체적인 의미를 관객에게 전달해 주며 동작에 어울리는 분위기 조성의 보조역할을 담당한다(이영미, 2000).

또한, 조명은 강도·색·변화·배치 등 빛의 여러 가지 양상들을 통해 무대에서 이루어지는 동작을 설정하거나 분위기를 조성하고 작품의 주제를 강조할 뿐만 아니라 작품의 내용 또는 이와 관련된 형식을 설정하는 데 도움이 될 수 있도록 적절한 환경을 제공한다(이영미, 2000).

무용 작품 「화해하는 중입니다」는 Intro를 포함해 총 4장으로 이루어져 있으며, 각 장마다 작품의 주제를 효과적으로 전달하기 위한 수단으로서 조명의 색이 주는 감정 및 심리적 효과의 특성을 활용하여 연구자가 전달하고자 하는 이미지를 보다 효과적으로 전달하고자 하였다.

Intro에서 첫 장면은 상처받은 마음을 시각화하기 위해 빨간색 천을 활용하여 심장을 형상화 시킨 움직임이 주된 이미지로서 보여주고 있다. 따라서 이를 극대화 시키기 위해 적색(Red) 조명을 사용하여 상처받은 마음의 위태로움과 분노를 나타내고자 하였다.

1장에서는 Intro의 연장선으로 과거의 상처로 힘들어하는 나 자신의 모습을 미워하며 도리어 다시 스스로에게 상처를 주는 모습을 나타내고자 하였다. 이에 두광(Top Light)를 사용하여 다소 공격적인 분위기를 연출하였다.

2장에서는 1장에서 사용된 두광(Top Light)에서 측광(Side Light)로 전환 시킴에 따라 무용수들의 듀엣 움직임의 질감을 보여줌과 동시에 조명의 밝기를 낮춤으로써 전체적으로 무거운 분위기를 연출하고자 하였다. 또한, 2장 후반부에서 심장을 형상화 한 무용수B의 손을 청색(Blue) 두광(Top Light)를 사용하여 강조함으로써 상처받은 마음의 쓸쓸한 모습을 극대화 하였다.

3장 시작 조명은 무대 상측에 위치한 빨간색 천을 전광(Front Light)를 활용해 비추어 극적인 효과를 나타냄과 동시에 천 뒤에서 이루어지는 움직임에 집중할 수 있도록 유도하는 효과를 주었다. 이후 측광(Side Light)로 전환함에 따라 무대에 전반적인 분위기를 형성하였으며, 황색(Yellow)과 주황색(Orange)를 적절히 배합하여 사용함에 따라 희망차고 온화한 분위기를 형성하여 자아존중감 회복과 자아 치유에 대해 더 극적으로 연출하였다.

[표 3] 색의 감정 및 심리적 효과(안현숙, 1994, p23)<sup>5)</sup>

색상	감정	심리적 효과
적색(Red)	따뜻한	흥분, 회열, 환희, 정열, 애정, 걱정, 노기, 분노, 혁명, 활력, 적극, 지성, 용기, 위험
황적색(Yellow Red)	적극적, 자극적	유혹, 경계, 기쁨, 활발, 원기
황색(Yellow)	활동적, 온화함	태양, 황금, 쾌활, 유쾌, 명랑, 활동, 적극, 활기, 환희, 희망, 광명, 발전, 원기, 권력
녹색(Green)	중용, 평정	평온, 평안, 평화, 느긋, 불변, 정조, 충절, 이상, 안전, 안식, 신선, 젊음, 성장, 중용
보라색(Violet)	평범함	우아, 고귀, 신비, 매력, 온순, 정숙, 엄숙
청록색(Blue Green)	차가움, 서늘함	안식, 서늘, 우울, 신비, 침착
청색(Blue)	소극적	침착, 쓸쓸, 비애, 심원, 병상, 진실, 이지, 이상, 영원, 희망, 평정, 유구, 거룩, 학문
청자색(Blue Purple)	침정적, 시원함	우아, 숭고, 고독
자색(Purple)	여성적, 음기, 온난, 복종	우아, 거만, 고상, 고귀, 신비, 환상, 장관, 장중, 영혼, 종교, 애도, 부호
적자색(Red Purple)	음산함, 중압감, 화려함, 흥분감	욕정, 비속, 화려, 현란, 심상, 거만, 허영, 호색, 회열, 양기, 사치, 마비, 비속, 경솔
백색(White)	양기, 명랑함	환희, 명쾌, 순수, 시원, 결백, 청결, 신성, 청조, 신앙, 소박, 위엄, 불길
회색(Gray)	침착함, 차분함	침착, 중용, 평범, 온화, 겸의, 요령, 부덕, 음울, 억울, 우울, 중립, 중성, 소극, 공포
흑색(Black)	음기, 중후함	비애, 절망, 침묵, 공포, 불안, 죄악, 위엄, 엄숙, 사멸, 강건, 성실, 부정, 죽음
주황색(Orange)	신선함, 발랄함, 느긋함	열렬, 격심, 정열, 강인, 혐오, 질투, 온화
연분홍색(Light Pink)	평화, 온화함	상냥, 사랑스러움, 우아
다홍색(Cherry Red)	고상함, 침착함, 차분함	침착, 차분, 평화

5) 구자현. (2009). 무용예술에 있어 무대조명에 관한 사례 연구(석사학위논문). 중앙대학교 예술대학원, 서울.

### 3.2.4 음악

무용 작품에 있어서 음악은 작품이 전하고자 하는 이미지와 주제, 분위기를 더 효과적으로 나타낼 수 있게 하는 매우 중요한 역할을 하고 있다. 오늘날 무용은 음악, 미술, 문학, 연극과 같은 여러 예술 장르와의 접목을 통한 종합예술적 형태를 나타내고 있으며, 무용 작품에 있어서 표현하고자 하는 효과를 극대화하는 데 중요한 역할로 자리 잡고 있다.

무용은 역사를 통해 보더라도 음악과 매우 밀접한 관계를 가지고 있으며, 무용에 있어서 음악은 필연적 관계로 움직임의 효과를 극대화 시켜주고 무용을 더욱 아름답게 느껴지도록 하였다(이선민, 2010).

이처럼 무용에서 음악은 서로 밀접한 관계로서 상호 끊임없이 보완하고 조화를 이루며 다양한 방법으로 변화 되어왔다. 또한 무용과 음악은 초기 원시시대부터 현재까지 필연적인 관계로 이어왔으며, 안무가 안나 소코로는 “무용은 움직임과 음악의 상호관계에 의하여 성립한다”고 하였다(이선민, 2010).

무용 작품 「화해하는 중입니다」는 Taylor Deupree, Alva Noto, Johann Johannsson의 음악까지 총 3곡을 사용하였다.

우선 Intro와 1장에 사용된 음악으로는 〈Taylor Deupree - Curl To Me〉가 있다. 본 작품에서 이루어지는 움직임들은 내면에서 이루어지는 심리적인 요인들을 시각화한 것이기 때문에 비현실적인 상황적 무대 연출이 요구되는데, 이는 해당 음악에 전반적으로 깔려있는 여성의 음성과 멜로디의 신비로운 음색으로 비현실적인 분위기를 형성할 수 있었다. 또한, 해당 음악에 전반적으로 들리는 베이스음은 심장박동을 연출한 소리로, 관객으로 하여금 심장 소리를 연상시키는 역할을 하였다. 이는 Intro의 빨간색 천과 1장에서의 손의 움직임으로써 시각화한 내면의 상처받은 마음이라는 핵심어를 청각적으로 함께 각인시킴으로써 극의 몰입도와 이해도를 높일 수 있도록 설정하였다.

2장에서는 〈Alva Noto - Uni Mic B〉 곡을 사용하였는데, 해당 음악은 전반적으로 여러 형태의 비트가 빠르게 전환되고 겹치면서 음악이 진행됨에 따라 풍성하고 예측하기 어려운 음형을 만들어낸다. 이는 앞의 Intro와 1장에서의 무거운 분위기와는 상반되는 음악적 연출로, 자칫 루즈해질 수 있는 작

품의 분위기를 환기함과 동시에 2장에서부터 확장되는 동작과 움직임에 음악이 함께 어우러져 작품의 긴장도를 높이는 역할을 하였다. 이로써 ‘과거의 나’와 ‘현재의 나’가 서로를 마주하며 소통하는 과정에서의 낯섦, 경계심, 절박함 등의 다양한 감정을 음악과 함께 나타냄으로써 장면에 대한 몰입도를 높이고자 하였다. 해당 음악은 일렉트로닉 장르의 음악인 만큼 전자음이 돋보이는 곡의 형태를 가지고 있는데, 이는 앞의 음악과 같이 작품에서의 비현실적인 무대 상황적 공간 연출을 조성하는 역할을 하고 있다.

마지막 3장에서는 〈Johannsson: Flight From The City〉 곡을 사용하였다. 해당 곡은 피아노와 바이올린 소리가 돋보이는 곡으로 서정적이고 반복적인 음형들로 차분한 이미지를 주는 곡이다. 앞선 곡들의 역할과는 달리, 3장에서는 반복적으로 무너지고 일어서는 움직임과 상처에서 벗어나고자 하는 격렬한 움직임과 상반되는 차분한 음악으로 작품에서 전하고자 하는 무용수의 간절하고 절박한 이미지를 음악과 대비시켜 극대화 하고자 하였다. 또한, 작품의 마지막에서 나타나는 내면의 화해와 자아존중감의 회복을 연출하기에 해당 음악의 편안함을 주는 리듬이 적합하다 판단하여 해당 곡을 선정하였다.

### 3.2.5 소품



[사진 3-1]

소품으로 활용한 빨간 천\_1



[사진 3-2]

소품으로 활용한 빨간 천\_2



[사진 3-3]

무대 설치 소품으로 활용한 천\_1



[사진 3-4]

무대 설치 소품으로 활용한 천\_2

본 연구자는 작품의 주제를 보다 효과적으로 전달하기 위해 <사진 3-1>, <사진 3-2>와 같은 소품을 활용하여 작품을 구상하였다. 소품은 빨간 색상의 천으로 단면 기준 가로 170cm, 세로 220cm의 크기를 가지고 있으며 주머니 형태로 제작하여 천 안에 무용수가 들어가서 움직임의 할 수 있도록 제작하였다.

빨간색 천은 작품의 Intro와 1장에서 사용이 되는데, 이는 작품 내에서 상처받은 마음을 시각화하는 수단으로써 사용되며, 사람의 심장을 형상화하고자 작품의 소품으로 사용되었다. 다시 말해 작품 전반적으로 표현하고자 하는 ‘마음의 상처’라는 추상적인 개념을 시각화하기 위해서 마음의 또 다른 이미지인 심장을 연상시켰고, 이에 심장을 의인화하여 나타내고자 하였다. 이로써 작품에서 주된 핵심어인 ‘상처받은 마음’에 대한 이해와 공감을 이끌어내고자 하였다.

무용수들은 빨간색 천 안에서 들어가 있는 상태로 작품이 시작된다. Intro에서 무용수들의 움직임에 따라 빨간색 천이 무너지고 일그러지는 이미지를 통해 상처받은 마음에 대한 무력감을 나타내며, 빨간색 천을 두드리고 팽창과 수축하는 모습을 통하여 작품에서 답답한 분위기를 연출하고 상처받은 마음에서 벗어나고자 하는 모습을 극대화하여 나타낼 수 있었다.

1장에서는 빨간색 천 밖으로 머리와 손을 내밀며 상처받은 마음에서 벗어나고자 하는 모습을 암시할 수 있도록 하였다. 또, 1장 중반부에서는 빨간색 천 밖으로 나오는 모습을 통해 상처받은 마음으로부터 온전히 벗어남을 보여주고 무용수들이 빨간색 천을 주고받는 모습을 통해, 본인 스스로에게 상처를 주게 되는 이미지를 나타내었다.

또한, 무대라는 공간을 상처받은 내면이라는 공간적 설정을 위해 [사진 3-3]과 같이 무대 상측에 빨간색 천을 설치하였다. 이로써 작품이 이루어지는 무대가 무용수의 내면과 동일시됨을 나타내고자 하였고, 내면에서 이루어지는 작품의 내용에 공간적 연출이 뒷받침해주는 역할을 하여 관객들의 이해도를 높이하고자 하였다. <사진 3-4>와 같이 작품의 마지막인 3장에서는 무대 상측에 설치된 빨간색 천 뒤에서 시작이 되는데, 이는 내면의 상처로부터 온

전히 벗어나지 못한 상황을 나타내고자 하였다. 무용수가 빨간색 천 뒤에서 손을 뻗거나 천을 두드리는 등의 실루엣을 활용한 움직임은 마치 Intro에서와 같이 답답한 분위기를 연출하여 아직 ‘상처받은 내면 아이’가 치유되지 못함으로 인해서 오는 무용수의 답답한 마음을 관객들에게 효과적으로 전달하는 역할을 하도록 하였다. 이후, 천 앞으로 나와 확장된 움직임을 하며 ‘상처받은 내면 아이’로부터 치유가 되는 상황을 보여주며 상처받은 마음에 대한 해방감을 나타내고자 하였다.

#### IV. 작품분석

안무	김주현
출연	김주현, 박은아
음악	Taylor Deupree - Curl To Me Alva Noto - Uni Mic B Johann Johannsson - Johannsson: Flight From The City
소품	주머니 형태의 빨간색 천 (제작)
작품 시간	약 15분
발표 일시	2023년 11월 20일 (월) 19시
발표 장소	M극장

## 1. 작품 제목

- 「화해하는 중입니다」

본 연구자는 인간이 살아가면서 겪는 우울, 불안 등 정서적 어려움에 대해 근본적인 원인을 찾고자 하였다. 개인에 따라 다양한 성향적, 상황적 이유들이 있겠지만, 본 연구자는 과거의 상처로 인해 자기 자신을 있는 그대로 바라보지 않고 문제 상황에 대해 회피하는 것이 결정적인 이유 중 하나라고 판단하였다. 이에 과거의 상처에 대한 반추를 끊어내고 앞으로 더 나아가기 위해서는 과거의 나와 직면하여 그 시절 미워하고 이해하지 못했던 나의 모습에 대해 보살피주고 화해함으로써 스스로에게 주었던 상처에 대해 청산하는 시간이 필요하다고 생각하였다. 따라서 과거의 나와 나의 모습과 직면하여 화해하는 과정을 효과적이고 직접적으로 전달하고자 본 작품의 제목을 「화해하는 중입니다」로 설정하였다.

## 2. 작품 주제

상처받은 내면 아이와의 소통을 통한 자아존중감 회복

## 3. 작품 의도

본 작품은 ‘우리는 타인의 기준에 자신을 맞추기도 하고 그들의 시선에 흔들리기도 한다. 그렇게 우리가 타인들은 신경 쓰는 시간 동안 정작 우리 자신에게는 얼마나 많은 관심과 주의를 기울이고 있을까?’라는 의문에서부터 시작해 작품을 제작하였다. 이를 이해하기 위해 본 연구자는 사람의 마음을 컵안의 물에 비유하여 생각하였다. 컵에 물을 채우기 시작하면 컵의 밑바닥에 물이 떨어지며 물이 차오르는 소리가 들린다. 그러나 일정량 이상 차게 되면

물은 더 이상 소리를 내지 않게 되고, 계속 차오르는 물이 있다는 사실을 잊어버리면 어느새 물은 컵 밖으로 흘러 넘치게 된다.

사람의 마음도 이와 같이 일정량의 상처를 지속적이고 연속적으로 받게 되면 그 상처에 둔감해져 본인의 상처받은 내면을 잊고 생활하게 되는 경우가 있는데, 이를 알아채지 못하고 방치하게 될 경우 내면에서 ‘상처받은 내면 아이’가 자리 잡아 본인을 알아차릴 때까지 외롭게 울고 있을 것이다.

본 연구자는 우리가 각자만의 핑계로 마음속에서 외롭게 울고있는 상처받은 내면 아이를 애써 외면하며 방치하고 있는 건 아닐까 한다. 지금, 이 시점에서 우리는 각자의 마음을 자주 들여다볼 필요가 있다.

#### 4. 작품 내용

‘나’도 모르는 사이에 여러 감정들이 쌓여 나를 무너트렸다. 내가 받은 상처를 참아야 하는 줄만 알았고, 참을 줄밖에 몰랐으며, 되려 상처받는 나를 미워하기도 했다. 그렇게 마음 한구석에 자리 잡아 외롭게 울고 있는 어린 날의 나에게 다가가 이제는 온전히 바라보며 화해하고자 한다.

### 4.1 Into: 마음을 잃다

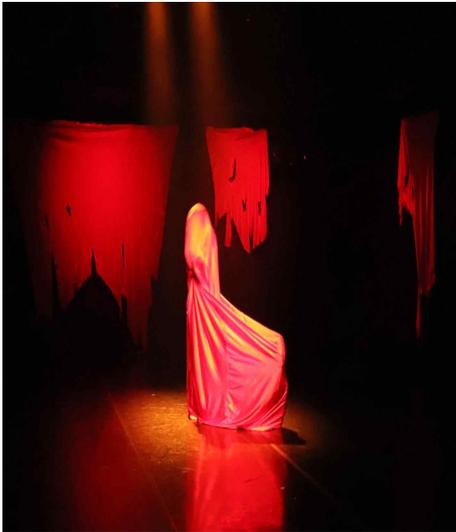
#### 4.1.1 내용 및 안무 의도

개인의 내면에 내재되어 있는 상처받은 마음을 시각적으로 표현하고자 하였다. 과거에 치유되지 못한 상처로 인해 무기력하지만, 그 상처로부터 벗어나고 싶은 모습을 나타내었고, 이를 시각화하기 위해 빨간색 천을 활용하였다. 빨간색 천 안에서 일그러지고 발버둥 치는 모습을 통해 상처에서 벗어나고자 하는 모습을 나타내고자 하였다.

#### 4.1.2 움직임 구성 및 표현

Intro에서는 마음의 상처를 시각화하고자 하였고, 이를 위해 심장을 형상화하여 이미지적으로 구성하였다. 주머니 형태로 제작한 빨간색 천 안에서 움직임이 진행되며 심작박동 소리가 베이스로 깔려있는 음악에 진행에 따라 정지와 일그러지는 움직임의 반복을 통해 상처로 인해 무기력해져 있는 심리적 상황을 묘사하고자 하였다. 또한, 그림에도 불구하고 천 밖으로 손이나 머리를 뺀고, 천을 두드리는 등의 움직임 행위를 통해 상처 받은 마음 안에 계속 갇혀있는 것이 아닌, 밖으로 벗어나고자 하는 의지 또한 표현하였다.

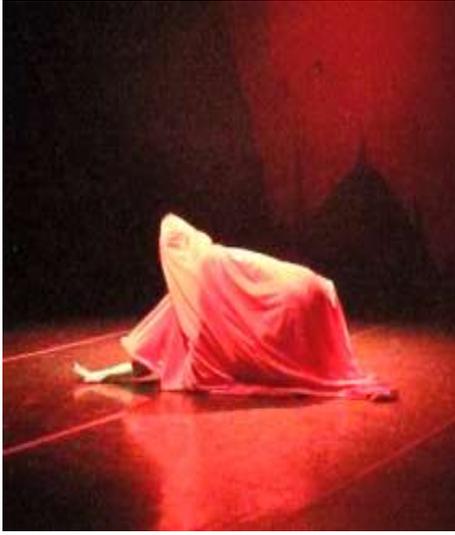
Intro에서는 무용의 안무적인 움직임보다는, 행위적인 움직임과 이미지적인 움직임을 통하여 작품의 전반적인 분위기를 이해시키고, 앞으로 진행될 작품의 이야기에 집중할 수 있도록 구성하였다.



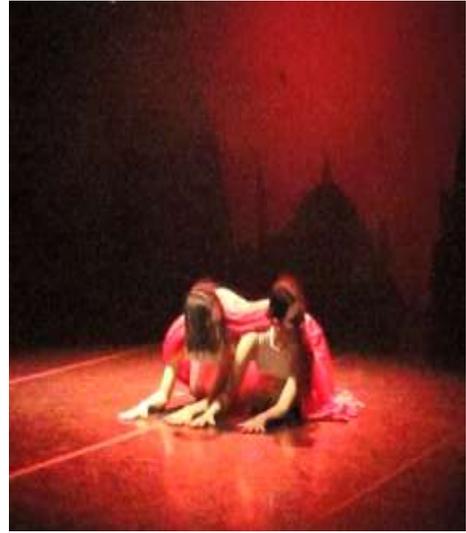
[사진 4-1]  
상처받은 마음



[사진 4-2]  
상처에서 벗어나고 싶은 모습\_1



[사진 4-3]  
상처에서 벗어나고 싶은 모습\_2



[사진 4-4]  
상처에서 벗어나고 싶은 모습\_3

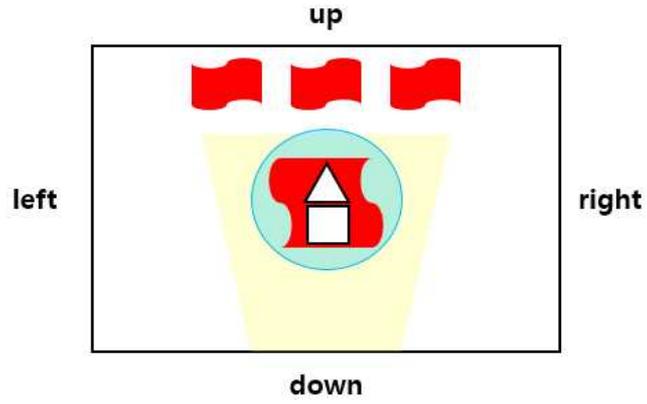
#### 4.1.3 음악 및 조명

작품은 <Taylor Deupree - Curl To Me> 음악이 흘러나오며 시작이 된다. 이 음악은 도입부부터 음악 전반적으로 심장박동 소리가 흘러나오며 곡의 분위기를 조성하는데, 이러한 심장박동 소리가 Intro에서 표현하고자 하는 심장을 형상화한 모습, 즉 상처받은 마음을 시각화하는데에 효과적으로 작용을 할 수 있었다.

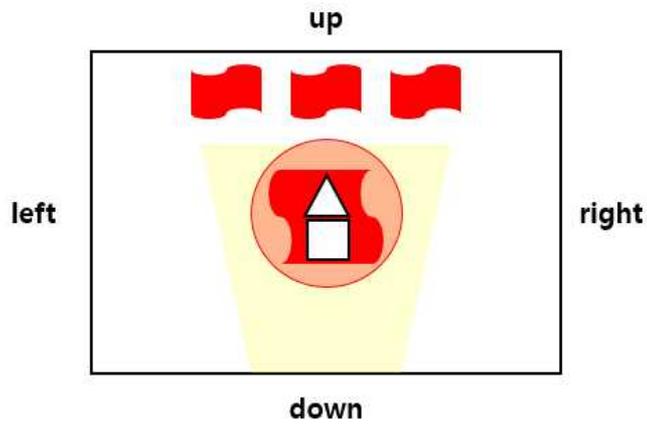
작품이 시작됨에 따라 음악이 흘러나오며 두광(Top Light)과 전면등(Front Light)이 함께 Fade in으로 들어오는데, 먼저 탑 조명은 무대 중앙에 위치한 무용수들이 들어가 있는 빨간색 천을 비추게 된다. 두광(Top Light)은 백색의 조명에서 적색의 조명으로 전환되며 심장을 형상화한 빨간색 천을 더 도드라지게 보여주는 효과와 함께 Intro의 무거운 분위기를 음악과 함께 이끌어 가도록 하였다. 또한, 전면등(Front Light)이 무대 상측에 설치된 소품을 비춰주어 상처받은 마음이라는 무대 공간을 보여줄 수 있도록 설정하였다.

조명 플랜 기호는 다음과 같다.

△=무용수 A, □=무용수 B, =소품(빨간색 천)



[그림1-1] 조명 플랜



[그림1-2] 조명 플랜

## 4.2. 1장: 상처의 모순

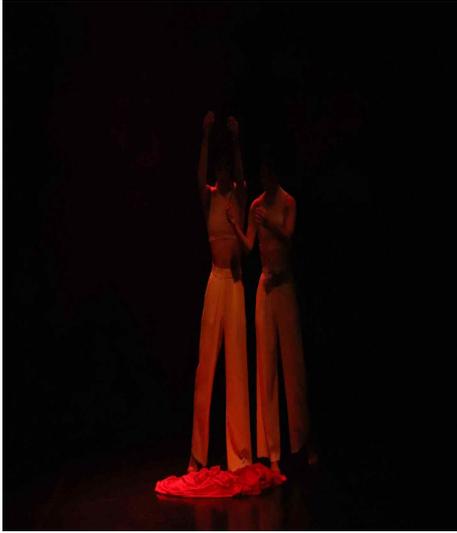
### 4.2.1 내용 및 안무 의도

1장에서는 상처의 모순적인 모습에 대해 표현하고자 하였다. 우리는 모두 상처를 받지 않고 싶어 하지만, 의도치 않게 타인에게 상처를 주거나 타인으로부터 상처를 받기도 한다. 이는 자기 자신에게도 적용될 수 있는데, 우리는 자책이나 반추 등의 행위로 자기 자신에게 스스로 상처를 주는 행동도 한다. 또한, 상처의 아픔으로 인해 그 상처로부터 벗어나고자 하지만, 그렇게 발버둥 칠수록 상처는 모순적이게도 더 선명하고 진하게 각인이 되는 것을 알 수 있다. 이렇듯 1장에서는 상처에 대한 모순적인 모습을 단면적으로 보여주고자 하였다.

### 4.2.2 움직임 구성 및 표현

두 무용수가 하나의 인물임을 나타내기 위해 듀엣 미러링(Mirroring) 움직임을 통해 표현하였다. 두 무용수가 마치 거울에 비춰진 모습처럼 통일된 움직임을 함으로써 전혀 다른 두 인물이 등장하는 것이 아닌, 하나의 인물을 두 명의 무용수가 연기하는 것을 암시하고자 하였다.

앞서 Intro에서 마음의 상처를 나타내는 빨간색 천에서 나와 움직임을 하며 표면적으로는 마음의 상처로부터 벗어난 것처럼 보여지지만, 다시 빨간색 천을 서로 주고, 받으며 자신도 모르게 스스로에게 상처를 입히는 모습을 표현하고자 하였다. 또한, 이후 빨간색 천을 던져버렸지만 이미 마음속에 각인되어버린 상처를 표현하기 위해 심장박동을 형상화 한 손 움직임을 반복적으로 보여줌으로써 나타내고자 하였다.



[사진 4-5]  
무너져버린 마음



[사진 4-6]  
스스로에게 상처주는 모습\_1



[사진 4-7]  
스스로에게 상처주는 모습\_2



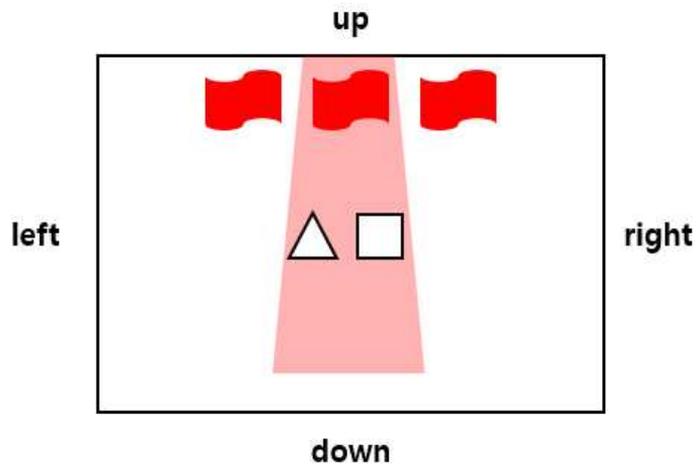
[사진 4-8]  
각인돼버린 상처

### 4.2.3 음악 및 조명

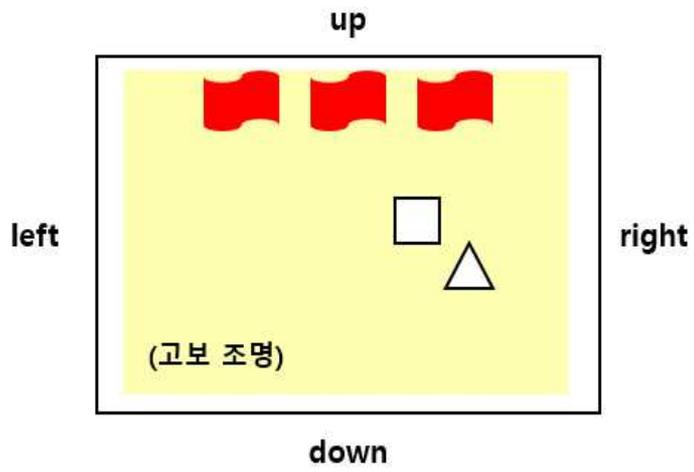
1장은 Intro의 연장선으로, 상처받은 마음에서 벗어나고자 하지만 이미 마음속에 상처가 각인되어 버린 모순적인 모습을 나타낸 것이다. 이에 Intro의 분위기를 끌어오기 위해 다른 음악의 전환 없이 앞서 사용된 Intro의 음악인 〈Taylor Deupree - Curl To Me〉를 그대로 이어서 사용하였다.

본 작품은 현실 세계에서 이루어지는 이야기가 아닌, 내면에서 이루어지는 비현실적인 이야기이며, 이는 음악 전반적으로 흘러나오는 심장박동 소리와 함께 여성의 음성 멜로디가 신비로운 분위기를 조성함으로써, 보다 극(劇)적인 연출을 할 수 있게 도와주는 역할을 한다.

1장에서는 인트로의 무거운 분위기를 연결해오고자 적색의 파 라이트(Par Light)를 사용하였고 밝기 또한 낮게 설정하여 극적인 분위기를 연출하였다. 이후 내면에 각인된 상처로 인해 힘들어하는 모습을 나타냄에 따라 서정적인 분위기를 연출하고자 고보 조명으로 전환하여 연출하였다.



[사진 2-1] 조명 플랜



[사진 2-2] 조명 플랜

## 4.3 2장: 엇갈린 마음

### 4.3.1 내용 및 안무 의도

2장에서는 현재의 ‘나’와 과거의 상처받은 ‘나’가 만나 소통하는 과정에서의 복잡한 내면을 표현하고자 하였다. 현재의 나는 과거의 나를 마주하고 치유하지 못한 채 지나쳤던 지난날들의 상처를 마주하며 괴로워하기도 하고 어떻게 해야 하는지에 대한 혼란스러움이 몰려오기도 한다. 그렇게 하나의 인물 속에 두 개의 내면이 만나 서로를 경계하면서도 함께 소통해나가는 과정을 접촉 안무를 통해 나타나고자 하였으며, 서로 엮히고 섞히는 움직임은 통해 복잡하고도 혼란스러운 내면의 모습을 시각화 하고자 하였다.

### 4.3.2 움직임 구성 및 표현

1장에서와 같이 2장에서도 두 무용수가 하나의 인물임을 표현하기 위해 듀엣 미러링(Mirroring) 움직임을 기반으로 안무를 구성하였다. 다만 1장에서는 주로 같은 움직임을 하는 미러링(Mirroring) 움직임을 위주로 구성하였다면, 2장에서는 미러링(Mirroring) 움직임에서 더 나아가 무용수A가 무용수B에게, 무용수B가 무용수A에게 서로 다가가고 작용하며 움직임에서의 확장을 시킬 수 있도록 하였다. 이로써 과거의 나와 현재의 내가 만나 서로를 살펴보고 경계하기도 하며 소통하는 과정을 안무로서 풀어내고자 하였다.

두 무용수의 신체가 서로 엮히고 꼬여지기도 하고 엇나가기도 하며 과거의 상처를 마주하고 치유해가는 과정에 있어서 순조롭지만은 않은 모습을 보여주며 현재의 ‘나’가 가지고 있는 복잡한 마음을 안무적으로 표현하고자 하였다. 또한, 1장에서 사용되었던 심장박동을 형상화한 손 동작을 2장에서도 반복적으로 보여주어 상처받은 마음에 대한 이미지를 극대화 시키고, 전반적

인 작품을 풀어내는 중요한 메시지로서 작용할 수 있도록 하였다.



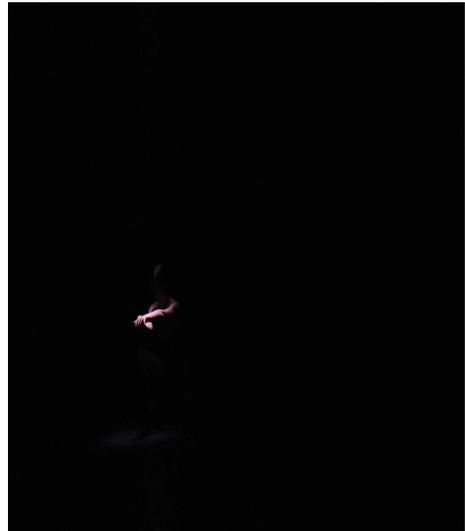
[사진 4-9]  
쉽게 다가서지 못하는 마음



[사진 4-10]  
혼란스러운 마음



[사진 4-11]  
엇갈려버린 마음



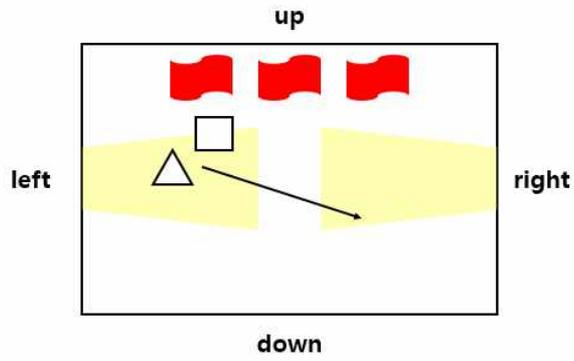
[사진 4-12]  
남겨진 상처받은 마음

### 4.3.3 음악 및 조명

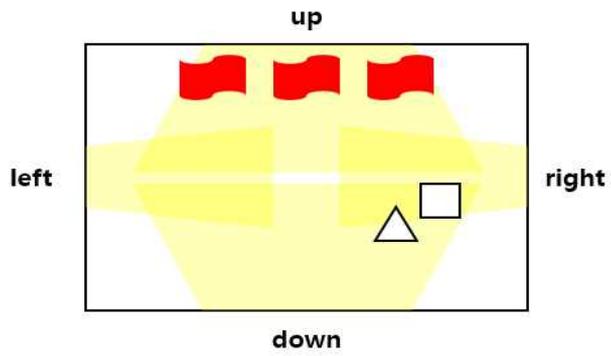
앞의 Intro와 1장에서는 다소 신비로우면서 무거운 분위기였다면, 2장에서는 과거의 ‘나’와 현재의 ‘나’가 마주하고 소통하는 과정에서 일어나는 복잡하고 혼란스러운 마음을 나타내기 위해 비교적 속도감 있는 안무들로 생동감 있게 안무를 구성하였다. 이에 따라 반복적이면서도 음악이 진행됨에 따라 음형과 박자감이 쌓여지는 형태의 음악인 <Alva Noto - Uni Mic B>를 사용하였다. 음악 중반부에 나오는 신디사이저 소리는 신비한 분위기를 계속 이끌어 갈 수 있도록 도와주며 강렬한 비트는 과거의 ‘나’와 현재의 ‘나’가 부딪히고 엇갈리는 모습에 긴장감을 더해주는 역할을 한다.

조명 역시 2장에서는 확장된 움직임과 동선이 사용되는 2장의 안무 구성에 따라 무용수들의 움직임이 보다 잘 보일 수 있도록 전체 조명을 사용하였으며, 측광(Side Light)를 함께 사용해 무용수들의 움직임에 그림자가 묻어날 수 있도록 하여 입체감을 더하고자 하였다. 또한, Intro와 1장에서는 조명의 밝기를 낮추었다면, 2장에서는 조명의 밝기를 높이고 전체 조명을 함께 사용하여 시야를 확장시키고 분위기를 전환하는 효과를 줄 수 있도록 하였다.

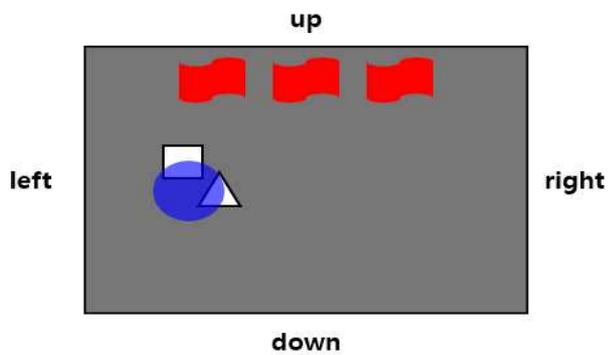
2장에서의 마무리에서는 무용수의 손 위치에 핀 조명의 초점을 맞춰 심장 박동을 시각화한 움직임에 집중할 수 있도록 하였다. 조명은 차가운 계열의 파란색 조명을 사용하여 상처받은 마음에 대한 쓸쓸하고도 슬픈 이미지를 더 극대화 할 수 있도록 설정하였다.



[그림3-1] 조명 플랜



[그림3-2] 조명 플랜



[그림3-3] 조명 플랜

## 4.4 3장: 나를 마주하다

### 4.4.1 내용 및 안무 의도

과거의 상처받은 마음인 ‘상처받은 내면 아이’와 현재의 ‘나’가 소통하여 회복하는 과정을 나타내고자 하였다. 현재의 ‘나’는 그동안의 상처에서 오는 무기력함을 극복하고자 하고, 자신의 상처를 치유하는 것은 타인이 아닌 ‘나’ 스스로 극복해야 함을 나타내고자 하였다. 다시 말해 내 내면의 목소리에 귀를 기울이며 나 자신과 소통하고 마주했을 때 비로소 스스로를 일으켜 세우고 내면의 상처에서부터 회복되고 자유로워질 수 있음을 말하고자 한다.

### 4.4.2 움직임 구성 및 표현

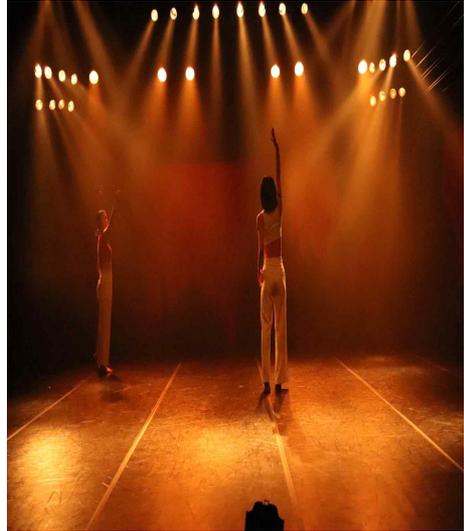
작품에서 상처를 상징하는 빨간색 천 뒤에서 움직임을 시작하며 아직 내면의 상처에서 벗어나지 못한 모습으로 3장이 시작된다. 앞선 2장에서 과거의 ‘나’와 직면하고 소통했지만, 아직 ‘상처받은 내면 아이’가 온전히 치유되지 못한 상황이기에 내면의 상처로부터 벗어나지는 못한 모습으로 3장을 시작하였다. 이를 표현하기 위해 무대 상측에 설치한 빨간색 천 뒤에서 손을 뻗는 동작을 통해 내면의 상처에서부터 벗어나고자 하는 모습을 나타내었다.

3장은 이전의 막과 달리 솔로로 시작이 되는데, 이는 작품 속 현재의 ‘나’가 온전히 자기 자신에게 집중해서 내면을 들여다보는 과정을 표현하기 위해 이와 같이 구성하였다. 빨간색 천 뒤에서 앞으로 나와 반복적인 롤링(Rolling) 움직임을 통해 상처받은 마음으로부터 갈피를 잡지 못하고 헤매는 모습을 보여주었고, 얼굴을 가리거나, 무언가에 걸리는 듯한 움직임에서 파생된 움직임의 반복을 통해 현재의 ‘나’가 상처받은 마음에 의해 고통스러워하는 모습을 이미지적으로 풀어내고자 하였다. 또한, 무너지고 일어서는 움직임 역시 반복적으로 사용하여 상처에 대한 고통과 무기력부터 다시 일어서고자 하는 의지를 안무적으로 풀어내었다.

이후, 3장 중반부부터 과거의 ‘나’가 등장해 현재의 ‘나’가 마음의 상처로부터 고통받고 다시 회복하기 위해 고뇌하는 모습을 바라보는 모습을 통해 ‘상처받은 내면 아이’가 다시 마음을 열고 현재의 ‘나’에게 다가가고자 하는 모습을 나타내었다. 작품의 마지막 부분에서는 과거의 ‘나’가 현재의 ‘나’를 안아주고 다독여주는 모습을 통해 두 자아가 화해하고 과거의 상처 즉, 내면의 상처로부터 치유됨을 나타냄과 동시에 앞으로의 희망적인 모습을 보여주고자 하였다.



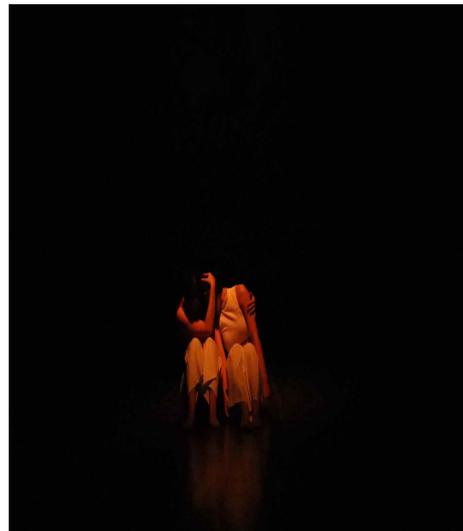
[사진 4-13]  
내면의 상처로부터 벗어나지 못한  
현재의 '나'



[사진 4-14]  
현재의 '나'를 바라보는  
과거의 '나'



[사진 4-15]  
괴로워하는 마음



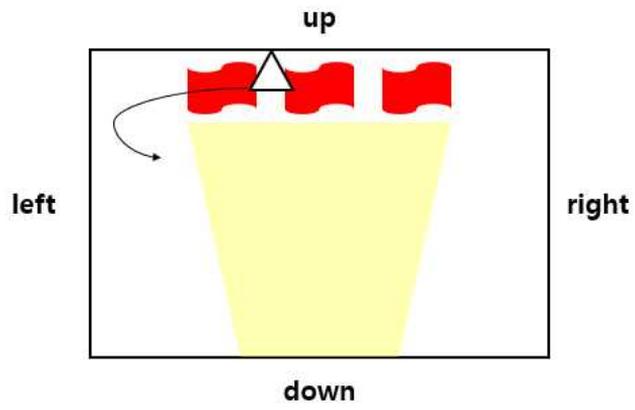
[사진 4-16]  
과거의 '나'와 현재의 '나'의  
화해

#### 4.4.3 음악 및 조명

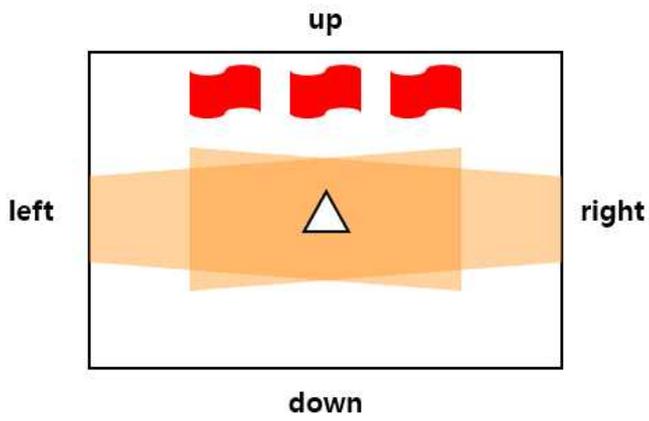
3장에서는 현재의 ‘나’에 대한 감정선을 보여주기 위해 피아노와 바이올린의 선율이 돋보이는 곡인 〈Johannsson: Flight From The City〉를 사용하였다. 3장의 시작과 함께 흘러나오는 곡을 시작으로 해당 장면의 분위기를 조성하는 것에 도움을 줄 수 있었고, 장면이 진행됨에 따라 고조되는 안무적 연출과 달리 반복적인 음율의 대비로 무용수의 절박한 움직임이 더 돋보일 수 있도록 하였다.

빨간색 천 뒤에서 시작되는 장면인 만큼 무용수의 움직임에 따라 요동치는 천의 모습에 집중될 수 있도록 전면등(Front Light)을 빨간색 천을 향해 비추도록 설정하였다. 이후 무용수A가 빨간색 천 앞으로 나옴과 동시에 측광(Side Light)과 전체 조명을 함께 사용해 무용수의 움직임과 동선이 잘 보일 수 있도록 하였으며, 조명의 색은 주황색으로 설정하고 밝기 역시 낮게 설정하여 서정적인 장면의 분위기를 연출하였다. 또한, 주황색 조명을 사용함으로써 따뜻한 분위기를 연출하여 3장에서 핵심적인 주제인 두 자아의 화해와 자아존중감 회복에 대한 이미지를 극대화할 수 있도록 하였다.

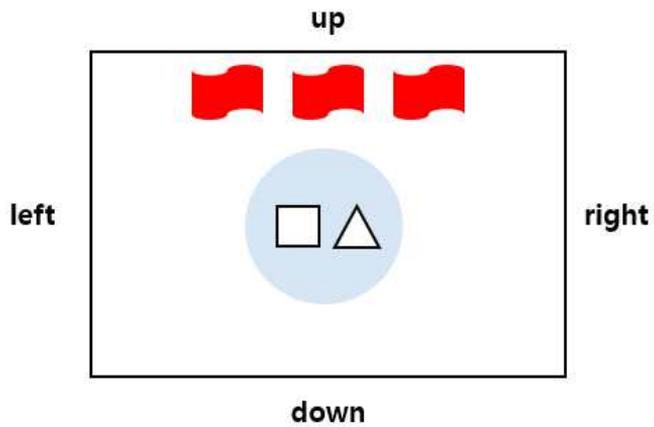
마지막으로 과거의 ‘나’와 현재의 ‘나’가 마주하고 서로의 어깨에 기대는 장면에서 두광(Top Light)를 사용하여 두 무용수에게 집중할 수 있도록 하였으며 안무적인 동작보다 이미지적인 동작인 만큼 극(劇)적인 연출을 할 수 있도록 하였으며, 마지막 장면에서 조명을 Fade Out을 함으로써 작품의 끝에 여운을 남길 수 있도록 연출하였다.



[그림 4-1] 조명 플랜



[그림 4-2] 조명 플랜



[그림 4-3] 조명 플랜

## V. 결론

본 논문은 상처받은 내면 아이와의 소통을 통한 자아존중감 회복을 주제로 하여 상처받은 개인의 회복 과정을 표현한 현대무용 창작 작품 「화해하는 중입니다」에 대한 연구와 분석이다.

과거의 아동기 혹은 유년기에 발생한 마음의 상처를 미처 치유하지 못한 채 방치해두었을 경우, 성인이 된 이후에도 과거의 상처가 내면에 자리 잡게 되는데 이를 ‘상처받은 내면 아이’라 한다. 본 연구자는 이러한 내면의 상처로부터 자유롭지 못한 현대인들의 모습에 초점을 맞추어 빠르게 변화하는 현대 속에서 미처 자신을 돌보지 못하며 살아가는 현대인들의 단면적인 모습을 표현하고자 하였고, 이에 본 연구자를 작품 「화해하는 중입니다」에 투영 시킴으로써 효과적으로 전달할 수 있도록 제작하였다.

작품의 주제에 핵심적인 요소인 내면의 상처라는 추상적인 개념과 내면의 상처로부터 회복되는 과정을 관객들에게 전달하고 이해시키는 것이 작품을 제작하는 데에 있어서 가장 중점적인 연구 과제였다. 이를 위해 내면의 상처 즉, 마음의 상처라는 추상적인 개념에 대해 시각화하는 것을 우선적으로 두었고 많은 움직임 리서치 과정을 통해 심장을 형상화하여 이미지적으로 나타내고자 하였다. 따라서 빨간색 천을 소품으로 사용하여 심장을 형상화한 움직임을 찾을 수 있었고, 안무적인 요소보다는 관객들에게 주제에 대한 이미지를 각인시키고 이해를 도울 수 있는 도구로써 사용할 수 있었다. 또한, 내면의 상처로부터 회복되는 과정을 나타내기 위해 ‘상처받은 내면 아이’가 발현된 시기적 배경을 통해 ‘과거의 나’와 ‘현재의 나’라는 한 인물에 대한 두 가지 독립적인 자아의 모습으로 표현할 수 있었다.

작품을 제작하는 과정에서 몇 가지 제한점이 있다면, 우선 내면의 상처라는 추상적인 개념을 시각화하기 위해 빨간색 천을 소품으로 활용하는데 움직임의 제약이 있었다. 불투명한 천을 활용함으로써 천 안에서의 움직임이 명확하게 드러나지 않았고, 작은 움직임에도 변화하는 천의 모양에 따라 보여지는 이미지나 질감이 달라진다는 점에서 더욱 정확하고 계산적인 안무 구성이 필요하였다. 또한, 무용수의 움직임에 따라 달라지는 천의 실루엣을 통해 작품

을 이미지적으로 풀어내기 위해서는 소품으로 활용하는 천의 두께와 신축성, 재질 등 다양한 방면에서 세밀한 설정이 필요하였다. 이러한 안무 경험은 추후 소품을 활용한 안무를 구성할 때 움직임 연구를 하는 과정에서 많은 도움이 될 것이라고 본다.

‘상처받은 내면 아이’라는 개념을 연구하는 과정에서도 선행연구나 자료의 부족함을 느꼈으며 이와 같이 잘 알려지지 않은 사회 심리적 현상에 대해 더욱 객관적이고 다양한 연구가 필요하다는 사실에 공감하게 되었다.

우리는 인생을 살아가고 성장하는 과정에 있어서 다양한 경험을 하게 된다. 그 경험을 통해 새로운 사실을 깨닫기도 하고, 삶의 바탕으로서 앞으로 우리가 살아갈 날들에 관한 판단의 근거와 지표로 작용하게 된다. 이러한 경험은 하나의 개인으로서 기억할 수 있는 과거의 전부를 뜻하기도 하는데, 여기서 관건은 부정적인 경험은 개인에게 부정적인 기억으로 자리 잡아 내면에 상처로 남기도 한다는 것이다. 이러한 내면의 상처를 제때 치유하지 못할 경우 마음의 병이 되어 정서적으로 어려움을 겪게 되는 데 많은 영향을 주게 된다. 이러한 내면의 상처로 인한 사회적 부적응, 정서적 어려움 등 개인의 정신적 건강의 문제는 비단 개개인만의 문제가 아닌 사회 전반적인 문제로 이어지며 이에 본 연구자는 과거의 경험으로 인한 내면의 상처로 현재의 삶에 어려움을 겪는 현대인들의 단면적인 모습을 극대화하여 표현하였다. 이러한 과정을 통해 본 연구자는 내면의 상처를 들여다보고 ‘상처받은 내면 아이’를 돌보며 소통하는 것이 자아존중감 향상을 위해 선행되어야 한다는 것을 깨달았고, 이를 전달하고자 하였다.

본 연구자는 작품을 제작하고 연구하는 과정에서 작품을 제작하기에 앞서 했던 의문점인 ‘우리는 타인의 기준에 자신을 맞추기도 하고 그들의 시선에 흔들리기도 한다. 그렇게 우리가 타인들을 신경 쓰는 시간 동안 정작 우리 자신에게는 얼마나 많은 관심과 주의를 기울이고 있을까?’로부터 많은 생각을 하게 되었다. 관객에게 공감과 위로를 주기 위해 제작하기 시작했던 본 작품을 진행하며 도리어 본 연구자 내면에 있던 ‘내면 아이’에 귀를 기울일 수 있었다.

오늘날 현대인들은 무한한 경쟁 시대와 함께 사회적인 성공과 인정을 받

기 위해 끊임없이 자신을 증명하고 외부의 평가에 민감하게 반응할 수밖에 없는 사회 분위기 속에 살아가고 있다. 이러한 사회적 압박은 일과 생활의 불균형을 가져오기 쉬울뿐더러 사회적 기대에 부응하기 위해 자신을 강요하고 자아를 희생하기도 하며 정서적 어려움을 초래하기도 한다. 그러나 이를 극복하기 위해 스스로를 이해하고 자신의 가치를 되새기며 자신과의 소통을 통해 심리적 안녕과 안정감을 찾아가야 한다. 따라서 본 연구자는 본 작품 「화해하는 중입니다」를 통해 관객들에게 자기 자신이 누구인지 돌아볼 수 있는 시간을 제공하고, 그동안의 아픔과 슬픔 속에 지쳐있는 현대인들에게 공감과 위로를 건내며, 앞으로 나아갈 수 있는 따듯한 발판이 되고자 한다.

# 참 고 문 헌

## 1. 국내문헌

- 강준영. (2022). “글쓰기문학치료를 통한 내면아이 치유가 성인의 내면화된 수치심 감소 및 자기수용 향상에 미치는 영향”. 나사렛대학교 재활복지대학원 석사학위논문
- 고현석, 김민희, 민경환. (2012). 자존감, 자존감 안정성, 자기개념 명료성과 심리적 적응과의 관계 탐색. 『한국심리학회지』 일반, 31(3), pp. 825-846.
- 구자현. (2009). “무용예술에 있어 무대조명에 관한 사례 연구”. 중화대학교 예술대학원 석사학위논문.
- 김영신. (2008). “부모의 양육태도와 내면아이의 상관관계성 및 치유방안 연구”. 상명대학교 정치경영대학원, 석사학위논문.
- 김은희, 이인혜. (2022). 불운한 아동기 경험이 성인기 신체 및 정신 건강에 미치는 영향. 『한국심리학회지 건강』, 27(4), pp. 627-648.
- 김현숙. (1995). 무대의상 디자인의 세계 (pp. 25). 서울: 고려원.
- 박창용. (2023). “상처받은 내면아이와 실존주의 상담의 연관성에 관한 연구”. 한세대학교 일반대학원 박사학위논문.
- 이문재. (2013). ‘공연예술에서 무대의상이 관람선택요인에 미치는 영향 연구’. 세종대학교 공연예술대학원 석사학위논문.
- 이선민. (2010). “무용작품에 나타난 음악적 특성 연구”. 한양대학교 대학원 석사학위논문.
- 이영미. (2000). “무용공연에서 조명의 활용 방안에 관한 연구”. 공주대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 임누리. (2009). “색채심리와 색채치료 관련 연구 고찰”. 서경대학교 미용예술대학원 석사학위논문.
- 장재원. (2009). “자존감의 안정성 척도 개발 및 타당화”. 아주대학교 일반대

학원 석사학위논문.

장재향. (2023). "〈내면 아이〉에 잠재된 내면치유의 표현". 인천 가톨릭대학교 대학원 석사학위논문.

정현진. (2000). "자존감 유형에 따른 대학생의 대인관계능력과 우울 및 불안의 차이". 숙명여자대학교 대학원 석사학위논문.

최미래. (2000). "스트레스와 우울의 관계에 대한 자아존중감의 중재효과와 매개효과". 중앙대학교 대학원 박사학위논문.

## 2. 기타

연 20만명 공황장애·우울증...기안84→조민아, 이젠 무기가 된 내면의 단단함[TEN피플]. (2023). <https://tenasia.hankyung.com/topic/article/2023071705234>.

우울증 환자 첫 100만 명 넘어... 치료 받을 정신과 의사가 없다 출처 : [https://health.chosun.com/site/data/html\\_dir/2023/12/06/2023120602552.html](https://health.chosun.com/site/data/html_dir/2023/12/06/2023120602552.html) . (2023).

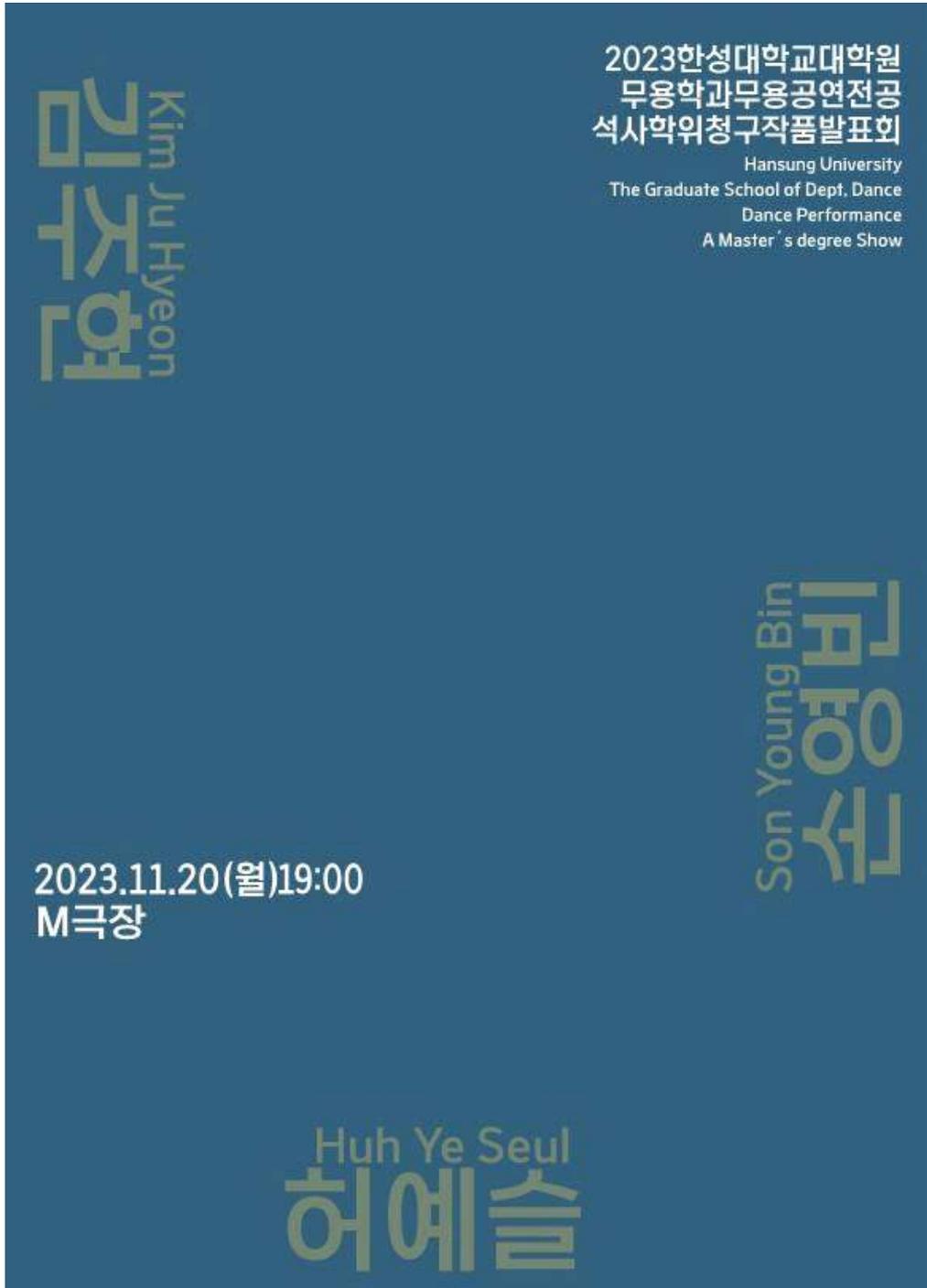
'자살률 1위 국가' 오명 벗을까..."2년마다 '청년 정신건강검진'"(종합) . (2023). [https://www.newsis.com/view/?id=NISX20231205\\_0002547188&cID=10201&pID=10200](https://www.newsis.com/view/?id=NISX20231205_0002547188&cID=10201&pID=10200).

## 부 록

### 공연 프로그램 요약

작품명	화해하는 중입니다
일 시	2023년 11월 20일 월요일 19시
장 소	M극장
출연진	김주현, 박은아
무대감독	최원준
조명감독	허환
음악감독	-

팸플렛



작품내용

## 화해하는 중입니다

Reconcile

안무 김주현

작품 <화해하는 중입니다>는 본인의 감정을 들여다보고 직면하는 것이 얼마나 중요한 것인지에 대해 말하고 있다. 이러한 행위를 심리학에서는 '마음챙김'이라 칭하는데, 마음챙김은 부정적 사고와 감정을 피하지 않고 직면하여 현재 자신이 느끼는 감정과 본인이 놓인 상황을 직면하게 해주는 것을 일컫는다.

본 작품은 이러한 마음챙김으로부터 '자아존중감'에 대한 근본적인 치유와 실마리를 찾을 수 있음을 말하고 있다.

“ '나'도 모르는 사이에 여러 감정들이 쌓여 나를 무너트렸다. 인간관계에서 타인에게 받은 상처를 참아야 하는 줄만 알았고 참을 줄 밖에 몰랐으며, 되려 상처받는 나를 미워하기도 했다. 이제 온전히 나를 바라보고 받아들임으로써 지난날의 나와 화해하고자 한다.”

“  
내가 아는 유일한 방식으로 나를 대했을 뿐,  
내 감정을 돌볼 수 없었던 그 시절의 나를 더 이상 미워하지 않기로 했다.  
”

출연

김주현



박은아



# ABSTRACT

## Analysis of Dance Work 「Reconcile」

Kim, Ju-Hyeon

Major in Dance Performance

Dept. of Dance

The Graduate School

Hansung University

This paper is a study and analysis of the modern dance creation work "Reconciling", which expresses the recovery process of a wounded individual under the theme of restoring self-esteem through communication with a wounded inner child.

This researcher tried to look into one's emotions and talk about how important it is to face the inherent inner wounds. If the wounds of the mind that occurred in the past childhood or childhood are left unhealed, the inner wounds we received will be established inside even after adulthood. This has a great influence on living as an adult, becoming a disease of the mind, leading to various social maladjustments, self-destruction, or emotional difficulties. This concept is defined as 'a wounded inner child' in psychology.

The dance work "Reconciling" tried to get out of the emotional difficulties expressed from the hurt mind, such as depression and anxiety experienced by the "present me" in the work, and to this end, it tried to face the hurt "me," that is, the "wounded inner child," and to heal the wounds through communication and express the process of recovering self-esteem. Rather than avoiding and denying the wounds of the past inherent in the name of "my inner child," it tried to accept the facts as they are, take care of and understand the "wounded inner child," look into one's feelings, and convey the importance of taking care of oneself. Accordingly, this researcher featured two dancers to represent "me of the past" and "me of the present" to convey the subject more effectively, and represented the heart using a red cloth to visualize the wounds of the mind, an abstract image, and consisted of a total of 4 chapters including an intro.

Through the creative process and research process of the dance work "Reconciling", the researcher realized that looking into the inner wounds, taking care of the "hurt inner child," understanding, and communicating should be preceded in order to improve self-esteem, and tried to inform this. Furthermore, based on this, we want to provide time to look back on who we are, touch empathy and comfort to modern people who have been tired of pain and sadness, and serve as a warm foothold to move forward.

**【Key Words】** Hurt inner child, self-esteem, inner hurt, face to face, recover