

# 무용 전공 중·고등학생의 완벽주의 성향이 경쟁불안 및 무용몰입에 미치는 영향

민윤미<sup>1</sup>, 유영주<sup>2\*</sup>

<sup>1</sup>단국대학교 무용학과 박사과정, <sup>2</sup>단국대학교 평생교육원 무용학 주임교수

## The Perfectionist Tendencies of Middle and High School Students who Major in Dance Impact on Competitive Anxiety and Dance Immersion

Yun-Mi Min<sup>1</sup>, Young-Ju Yu<sup>2\*</sup>

<sup>1</sup>Ph. D. course, Dept. of Dance, Dankook University

<sup>2</sup>Principal professor educational service quality, Dankook University

요약 이 연구는 무용전공 중·고등학생의 완벽주의 성향이 경쟁불안 및 무용몰입에 미치는 영향을 규명하는데 목적이 있다. 연구대상은 무용전공 중·고등학생 279명을 유의표집방법으로 표집하였으며 조사도구는 설문지를 사용하였다. 자료분석은 t-test, 일원변량분석, 상관분석, 다중회귀분석을 실시하여 다음과 같은 결론이 도출되었다. 첫째, 완벽주의 성향과 경쟁불안에 유의한 차이가 나타났다. 둘째, 완벽주의 성향이 무용몰입에 유의한 차이가 나타났다. 셋째, 완벽주의 성향과 경쟁불안 및 무용몰입 간에는 인과관계가 있다. 무용전공 중·고등학생들의 무용몰입을 높이기 위해서는 다양한 심리적 요인들을 탐색함으로써 무용몰입을 높일 수 있는 요인을 파악하는 것이 중요함을 알 수 있다.

주제어 : 무용전공 중·고등학생, 완벽주의 성향, 경쟁불안, 무용몰입, 무용수행

Abstract The purpose is to identify the impact of perfectionism among middle and high school students majoring in dance on competition anxiety and dance immersion. 279 people were collected by means of a significant collection and survey tools were used in questionnaires. Data analysis was conducted for t-test, one-way random analysis, correlation analysis, and multiple regression analysis. There was a significant difference between perfectionist tendencies and competitive anxiety. There was a significant difference in perfectionism in dance immersion. There is a causal relationship between perfectionist tendencies and competitive anxiety and dance immersion. In order to increase dance immersion among middle and high school students, it is important to identify factors that can increase dance immersion by exploring various psychological factors.

Key Words : A middle and high school student majoring in dance. Perfectionist tendencies. competitive instability. immersion in dance. Made dance.

\*Corresponding Author : Young-Ju Yu(danceyou2@naver.com)

Received March 23, 2021

Accepted July 20, 2021

Revised July 5, 2021

Published July 28, 2021

## 1. 서론

### 1.1 연구의 필요성 및 목적

“그대가 자신의 불행을 생각하지 않게 되는 가장 좋은 방법은 일에 몰두하는 것이다”

—Ludwig van Beethoven—

세계 최고의 명성을 지닌 음악가 베토벤은 몰입이 자신의 불행을 생각하지 않게 되는 가장 좋은 방법이라고 말하였다. 미국의 긍정 심리학자 칙센트 미하이(Mihaly Csikszentmihalyi, 1934~)가 말하는 몰입은 ‘몸이 저절로 움직이는 듯한 느낌’에 이르는 상태, 몰입은 고난도의 과제를 수행하고 있지만 ‘생각할 필요도 없이 수월하게 그냥 실행되는 듯한 느낌’이라고 말한다[1]. 발레리나 강수진 또한 몰입에 대해 오직 하나의 분야에 자신이 가진 모든 에너지를 쏟는 것이며 완전한 몰입은 때때로 놀라운 결과를 가져다준다고 하였다[2].

몰입의 정의를 살펴보면 개인의 태도와 행동의지의 결합으로 자신의 목표와 가치를 결정하고 받아들이는 신념의 강도, 최선의 노력을 하고자 하는 의지, 개인의 업무에 있어 성공적으로 수행하고자 하는 지속적인 활동이라고 할 수 있겠다[3]. 무용은 타 예술에 비해 유일하게 신체를 매개로 자신의 감정을 작품을 통해 표현하고 전달하는 매력적인 예술이다. 무용수의 일회적인 수행능력에 의해 결과가 좌우되는 무용은 시공간이라는 일회성의 특징을 지니고 있다. 전문 무용수의 경우 실생활의 연속이 공연을 위한 삶이라면 중·고등학생들은 입시와 경연대회라는 경쟁 구도 속에서 만족할 만한 성과를 얻기 위해 자신만의 매커니즘을 찾기 위한 시간을 보내고 있다. 보다 나은 수행능력을 높이기 위한 긍정적인 심리상태가 바로 몰입이며, 몰입은 효율적인 무용 수행의 능력을 고취시키는 데에 긍정적인 영향을 미칠 것으로 사료된다.

의식적인 연습은 부단한 인내와 노력이 필요하지만 몰입은 정의 자체가 노력이 필요 없는 상태를 가르키기 때문에 몰입과 의식적인 연습은 전혀 다르다고 말하였다[4]. 의식적인 연습도 매우 만족스러운 결과를 도출할 수 있겠지만, 의식적인 연습이 주는 만족감과는 다른 긍정적인 경험을 하는 몰입은 무용전공 중·고등학생에게 최대의 기량을 발휘할 수 있게 하는 주요한 요인 중 하나라는 점에서 충분한 연구의 가치가 있다[5].

무용과 관련한 몰입에 대한 선행연구를 살펴보면, 대부분 무용몰입은 심리적 요인들과 정적인 상관관계를 가진다고 주장하였다. 학자들은 몰입이 무용인의 무용수행

능력향상을 위한 순기능적인 면과 역기능적인 면도 같이 내포하고 있다고 하였다. 학자들은 무용수의 의식과 신체가 완벽하게 하나가 되고 탁월한 수행을 한 순간에 가능케 하는 몰입 상황은 고도의 집중, 즐거움, 시공간의 초월, 심신의 일치 등의 체험적인 요인을 동반한다고 하였다[6].

이렇듯 현장성이 강한 무용은 훌륭한 공연을 위해서 무용수의 몰입은 필수적이며, 여러 가지 심리 요인을 무용수의 몰입과 관련하여 분석하는 일은 중요하다. 무용수가 만족한 공연의 결과를 얻기 위해서는 현장에서 발생하는 여러 안 좋은 상황에 반하는 몰입에 있어야 하며, 이러한 몰입을 통해 무용수는 불완전한 심리적인 요인을 조절하고 통제해야 한다.

완벽주의에 대한 정의는 학자마다 달리 정의되며 초기 완벽주의에 관한 연구에서 [7]은 완벽주의를 ‘당위성의 폭정’이라고 정의하였다. 또한, [8]은 ‘상황이 요구하는 것 이상의 높은 수준의 수행을 자신 또는 타인에게 요구하는 것’이라고 정의하였다. [9]는 완벽주의자를 ‘도달할 수 없는 높은 기준을 설정하고, 그 기준을 달성하도록 스스로를 강박적으로 밀어붙이며, 자신의 가치를 전적으로 생산성과 성취에 기반하여 평가하는 사람들’이라고 보았다. [10]은 완벽주의란 ‘높은 기준을 설정하고 그에 따라 자신을 가혹하게 비판하는 것’이라고 정의한다. 완벽주의에 대한 이러한 정의에는 비현실적으로 높은 기준, 기준 도달에 대한 경직된 열망, 비판적으로 편향된 자기평가 과정 등과 같은 부적응적인 인지과정이 내포되어 있다. 이에 비해 [11]은 정상적인 완벽주의와 신경증적 완벽주의를 구분하여 정의하였고 1990년대 초 몇몇 연구자들 [10], [12]을 중심으로 완벽주의 구성개념을 다차원적으로 이해하려는 시도가 있었다[13].

완벽주의 성향에 대한 다차원적인 접근의 측면에서 바라보았을 때, 완벽함을 추구하는 무용수들은 자신과 타인을 대하는 데 있어 높은 기대 수준을 가지며 연습 중에도 자신에게 높은 성취기준을 적용하며 지속적으로 최고의 무용수행능력을 기대한다. 이러한 과정에서 문제점을 인지하고 이를 보완하며 끊임없이 자신을 탐구하고 완벽에 가까운 상태를 유지할 수 있도록 한다.

무용을 수행하는데 있어 완벽함을 추구하는 무용수들의 성향은 성공적인 결과와 만족에 이르는 데 있어 중요한 역할을 한다. 이와 같은 이유로 뛰어난 무용수행능력의 기량을 갖춘 무용수들에게 있어 완벽주의 성향은 보편적인 특성이라고 볼 수 있다. [5]는 완벽주의 성향이 경쟁상태 불안에 미치는 영향을 분석하여 타인지향적 완벽주의와 사회적 완벽주의 성향은 경쟁상태 불안에 영향을

미친다고 하였다. 무용수들이 좋은 성적과 성과를 거두기 위하여 높은 기대수준의 목표를 설정하지만 자기 지향적 완벽주의가 아닌 타인지향, 사회지향 완벽주의는 정신적으로 병리상태를 초래 할 수도 있다는 것을 지적하였다.

무용전공 중·고등학생이 우수한 실력을 갖고 있음에도 불구하고 결정적인 순간에 개인적인 요인이나 환경적인 요인에 의해 발생하는 불안으로 인해 자신의 실력을 제대로 발휘하지 못하는 경우가 종종 있다. 무용수들이 탁월한 연기력과 수행능력을 나타내는 데에는 자기 자신에 대한 엄격한 통제가 필요하다. [14]는 ‘불안은 상상적인 위협에 대한 주관적인 느낌으로 불쾌감 또는 짜증감을 동반하는 우울, 긴장, 흥분, 과각성 상태’로 정의하고, 순위를 다투는 스포츠경기나 무용경연대회에서의 불안은 경쟁불안이라고 총칭되며 경쟁 상황에서 무용수가 느끼게 되는 불안정한 심리상태를 말한다.

무용전공 중·고등학생들은 입시와 경연대회에서 좋은 성과를 이루고자 강한 욕구를 느끼게 되고 이로 인한 긴장감과 스트레스는 불안감을 초래한다. 하지만, 경험이 풍부한 무용수는 불안의 요소가 그렇지 않은 무용수에 비해 적게 나타나므로 경쟁에서 상당한 격차를 보인다. 이는, 완벽주의 성향과 경쟁불안과의 상관관계의 정도를 조절할 수 있는 장치가 마련될 수 있는 가능성을 내포하고 있으며, 무용전공 중·고등학생들에게 적극적으로 활용할 필요성이 있음을 시사한다.

따라서 본 연구는 무용전공 중·고등학생의 개인적 특성과 완벽주의 성향과 경쟁불안, 무용몰입의 차이를 규명하고 완벽주의 성향과 경쟁불안 및 무용몰입의 인과적인 관계를 분석하는 데 목적이 있다. 이 연구가 관련주체의 선행연구들과 차별화되는 부분은 연구의 대상을 무용전공 중·고등학생으로 선정했다는 것이다. 이들은 전문 무용수와는 달리 완벽주의 성향과 경쟁불안에 대한 성숙도가 높지 않으며 무용수로서 성장하는 과정에서 무용에 대한 몰입의 정도에 가변성이 크기 때문이다. 이에 본 연구의 학문적 가치에 의의가 있을 것으로 사료된다.

## 1.2 연구 문제

본 연구의 목적을 달성하기 위해서 설정된 연구문제는 다음과 같다.

첫째, 무용전공 중·고등학생의 개인적 특성에 따른 완벽주의 성향과 경쟁불안, 무용몰입의 차이는 어떠한가?

둘째, 무용전공 중·고등학생의 완벽주의 성향이 경쟁불안에 미치는 영향은 어떠한가?

셋째, 무용전공 중·고등학생의 완벽주의 성향이 무용몰입에 미치는 영향은 어떠한가?

넷째, 무용전공 중·고등학생의 완벽주의 성향과 경쟁불안 및 무용몰입 간에는 인과관계가 있는가?

## 2. 연구방법

### 2.1 연구대상

이 연구에서는 현재 무용을 전공하고 있는 무용전공 중·고등학생을 모집단으로 선정하였으며, 자료의 표집방법은 비확률 표본추출 방법인 유의표집(purposive sampling)방법을 사용하여 표본을 수집하였다. 분석에 적용된 연구대상은 총 279명이었으며, 연구대상의 일반적 특성은 Table 1과 같다.

Table 1. Characteristics of Subject

Characteristics	Level	n	(%)
Gender	Male	14	5.1
	Female	265	94.9
Education	Middle school	56	20.1
	High school	223	79.9
Major	Korean dance	100	35.8
	Modern dance	136	48.7
	Ballet	43	15.4
A Dancing career	Less than 2 years	60	21.5
	Less than 2~5 years	88	31.5
	Less than 5~8 years	75	26.9
	More than 8 years	56	20.1

### 2.2 조사도구

이 연구에서는 설문지를 조사도구로 사용하였다. 설문지의 배경변인은 개인적 특성의 성별, 학교급, 전공, 무용경력력을 측정하는 4문항과 독립변인으로 완벽주의 성향을 측정하는 27문항, 매개변인으로 경쟁불안을 측정하는 27문항, 종속변인으로 무용몰입을 측정하는 13문항, 총 67문항으로 구성하였다. 이 연구에서 사용된 완벽주의 성향, 경쟁불안, 무용몰입에 대한 설문지의 타당도와 신뢰도는 Table 2와 같다. 타당도는 요인분석기법(factor analytic technique)을 통해 검사되었으며, 요인추출은 고유치(eigenvalue)가 1.0이상인 경우에 한하여 직교 회전의 Varimax rotation 방법을 통해 이루어졌다. 설문문항의 신뢰도는 Cronbach's  $\alpha$  방법을 통해 검사되었다.

2.2.1 개인적 특성

개인적 특성은 성별, 학교급, 전공, 무용경력을 측정하는 4문항으로 구성하였으며, 보기에서 선택하도록 명목 척도로 구성하였다.

2.2.2 완벽주의 성향

무용전공 대학생들의 완벽주의 성향을 알아보기 위하여 [15]가 개발한 무용전공자의 완벽주의 성향 척도를 사용하였으며, 총 27개 문항이었으나, 요인분석결과 5, 19, 23, 24, 25, 27 총 6문항을 제거되어 부모의 압박, 실수에 대한 염려, 행동에 대한 의심, 신체 관리, 개인적 기준, 5개 요인이 추출되었다. 문항 척도는 ‘전혀 그렇지 않다’(1점)~‘매우 그렇다’(5점)의 Likert척도로 구성되었다. Table 2에서 제시한 바와 같이 완벽주의 성향의 누적 분산율은 65.022%인 것으로 나타났다. 또한 각 요인에 대

한 신뢰도를 검증한 결과 .874 ~ .632로 나타났다.

2.2.3 무용경쟁불안

무용전공 중·고등학생의 무용경쟁불안을 측정하기 위하여 [14]등의 의해 개발된 CSAI-2 검사지를 [16]의 설문지를 전문가와 사전 협의를 거쳐 수정·보완하여 사용하였다. 이에 1, 2, 3, 12, 13, 14, 21, 25, 27 총 9문항을 제거되어, 총 18개 연구문항으로 구성되었으며, 인지적 불안, 신체적 불안, 자신감 3개 요인이 추출되었다. 문항 척도는 ‘전혀 그렇지 않다’(1)~ ‘매우 그렇다’(5)의 Likert척도로 구성되었다. Table 2에서 제시한 바와 같이 요인분석을 실시한 결과 3개의 요인에 대한 누적 분산율은 57.621%인 것으로 나타났다. 또한 각 요인에 대한 신뢰도를 검증한 결과 .878 ~ .782로 나타났다.

Table 2. Perfectionist tendencies & competition anxiety, validity & reliability of the immersion in dance

Numb	Perfectionist tendencies					Survey questions	Competition anxiety			Immersion in dance		Behavioral immersion
	Parental pressure	Concern towards mistakes	Doubt towards actions	Physical care	Personal standard		Cognitive anxiety	Physical insecurity	Confidence	Survey questions	Cognitive immersion	
8	.823	.042	.172	.099	-.021	19	.792	.144	.035	3	.834	.070
9	.820	.172	.177	-.029	-.048	16	.786	.186	.168	6	.815	.153
10	.793	.356	.022	.051	-.077	15	.770	.206	.307	5	.781	.185
7	.778	.129	.271	.108	-.087	7	.699	.121	.192	7	.768	.302
17	.157	.850	.117	.105	-.112	22	.650	.262	.231	4	.737	.319
16	.094	.847	.201	.090	-.057	10	.585	.245	.299	2	.714	.213
18	.119	.786	.256	.076	-.049	4	.569	.256	.275	8	.668	.357
20	.301	.609	.079	-.011	.162	23	.119	.721	.057	12	.564	.426
3	.220	.228	.752	.255	.009	20	.395	.694	-.036	9	.329	.779
1	.021	.089	.751	.151	.119	26	.145	.669	.344	10	.190	.756
2	.174	.169	.742	-.098	.129	11	.029	.641	.165	13	.058	.646
4	.252	.152	.652	.347	-.095	5	.282	.607	.157	11	.254	.604
6	.380	.230	.536	.327	-.068	17	.438	.605	-.177			
12	.036	-.013	.021	.758	.175	8	.535	.541	.102			
14	.068	.091	.165	.754	.056	24	.076	.034	.758			
11	-.235	.015	.057	.714	.072	9	.273	.092	.753			
13	.266	.054	.200	.698	.102	18	.161	.174	.753			
15	.357	.208	.195	.532	.043	6	.358	.106	.652			
22	-.083	-.028	-.076	.168	.827							
21	.016	.192	.260	.098	.722							
26	-.087	-.190	.011	.089	.671							
Reliability	.874	.832	.829	.776	.632	Reliability	.878	.828	.782	Reliability	.907	.714
Inherent	3.284	2.895	2.835	2.828	1.813	Inherent	4.399	3.244	2.730	Inherent	4.586	2.569
Dispersed (%)	15.638	13.787	13.498	13.467	8.631	Dispersed (%)	24.437	18.020	15.164	Dispersed (%)	38.218	21.405
Accumulative (%)	15.638	29.426	42.924	56.391	65.022	Accumulative (%)	24.437	42.456	57.621	Accumulative (%)	38.218	59.623

### 2.2.4 무용몰입

무용전공 중·고등학생의 무용몰입을 측정하기 위하여 [17]의 ESCM(Expansion of Sport Commitment Model)을 기초로 [18]이 사용한 설문지를 이연구의 목적과 대상에 부합하도록 전문가와 사전 협의를 거쳐 수정·보완하여 사용하였으며, 인지적 몰입, 행위몰입 문항으로 총 13문항 척도는 '전혀 그렇지 않다'(1)~ '매우 그렇다'(5)의 Likert 척도로 구성되었다. 무용몰입의 설문 문항의 타당도를 검사하기 위해 요인분석을 실시한 결과 인지적몰입, 행위몰입 2개의 요인으로 분류되었으며, 2개의 요인에 대한 누적 분산율은 59.623%인 것으로 나타났다. 또한 각 요인에 대한 신뢰도를 검증한 결과 .907~.714로 나타났다.

## 2.3 조사절차

본 연구에서는 네이버 오피스를 통하여 온라인 설문지를 제작하고 2020년 1월 10일부터 1월 31일까지 3주간 온라인으로 설문을 진행하였다. 총 285명의 자료가 수집되었으며, 불성실한 응답을 한 6부를 제외한 279명의 자료가 최종분석에 사용되었다.

## 2.4 자료처리방법

본 연구에서 수집된 자료는 SPSS Statistics 18.0 프로그램을 이용하여 분석하였다. 구체적 분석절차는 다음과 같다.

- 연구문제 1 : t-test, 일원변량분석
- 연구문제 2, 3 : 상관분석, 다중회귀분석
- 연구문제 4 : 계층적 회귀분석

## 3. 연구결과 및 논의

### 3.1 연구결과

#### 3.1.1 무용전공 중·고등학생의 개인적 특성에 따른 완벽주의 성향과 경쟁불안, 무용몰입의 차이

개인적 특성에 따라 완벽주의 성향과 경쟁불안, 무용몰입의 차이는 어떠한가에 대한 연구문제 1에 대한 검증 결과는 Table 3과 같다. Table 3에서 보면 성별에 따른 완벽주의 성향은 유의미한 차이가 있는 것으로 나타났다. 성별과 완벽주의 성향의 하위변인인 부모의 압박에서만 ( $t=1.985, p<.05$ ) 유의미한 차이가 있는 것으로 나타났으며, 여자( $M=2.08$ )가 남자 ( $M=1.58$ )보다 높았다. 성별

에 따른 경쟁불안과 무용몰입은 유의미한 차이가 나타나지 않았다.

학급에 따른 완벽주의 성향 하위요인인 부모의 압박, 행동에 대한 의심에서 유의미한 차이( $F=-2.948^{**}, P<.01; F=-4.265^{***}, P<.001$ )가 나타났으며, 학급에 따른 경쟁불안의 하위변인인 신체적 불안( $F=-2.759^{**}, P<.01$ )에서 유의미한 차이가 나타났다. 부모의 압박, 행동에 대한 의심에서 고등학생( $M=2.13, 3.10$ )이 중학생( $M=1.74, 2.60$ )보다 높았고, 경쟁불안의 하위변인 신체적 불안 또한 고등학생( $M=3.10$ )이 중학생( $M=2.78$ )보다 높았다. 학급에 따른 무용몰입에는 유의미한 차이가 나타나지 않았다.

전공에 따른 완벽주의 성향과 무용몰입은 유의미한 차이가 나타나지 않았다. 전공에 따른 경쟁불안의 하위요인인 신체적 불안, 자신감에서 유의미한 차이( $F=4.451, p<.05; F=4.514, p<.05$ )가 나타났으며, 신체적 불안은 현대무용( $M=3.16$ )이 한국무용, 발레( $M=2.87, 3.00$ )보다 높았고 자신감에서는 발레( $M=3.04$ )가 현대무용, 한국무용( $M=2.84, 2.66$ )보다 높았다.

무용경력에 따른 완벽주의 성향 하위요인인 행동에 대한 의심, 신체관리에서 유의미한 차이( $F=3.358, p<.05; F=2.825, P<.05$ )가 나타났으며, 무용경력에 따른 경쟁불안의 하위요인인 신체적 불안( $F=2.818, p<.05$ )에서 유의미한 차이가 나타났다. 행동에 대한 의심, 신체관리에서는 8년이상( $M=3.27, 3.67$ )이 5년-8년미만( $M=2.86, 3.33$ )보다 높았고, 개인적 특성에 따른 신체적 불안에서는 2년미만( $M=3.20$ )이 5년-8년미만( $M=2.91$ )보다 높았다.

#### 3.1.2 각 변인들 간의 상관관계 분석

무용전공 중·고등학생들의 완벽주의 성향이 경쟁불안, 무용몰입에 미치는 영향을 알아보기 위해 상관관계를 분석한 결과는 Table 4와 같다. Table 4에서 제시한 바와 같이 완벽주의 성향, 경쟁불안, 무용몰입의 모든 변인들 간에는 유의한 상관관계가 있는 것으로 나타났다.

#### 3.1.3 무용전공 중·고등학생의 완벽주의 성향이 경쟁불안에 미치는 영향

무용전공 중·고등학생의 완벽주의 성향이 경쟁불안에 미치는 영향을 알아보기 위해 다중회귀분석을 실시한 결과는 Table 5와 같다. Table 5에서 제시한 바와 같이 완벽주의 성향의 하위변인인 부모의 압박은 인지적불안( $\beta=-.116$ ), 신체적불안( $\beta=-.202$ ), 자신감( $\beta=-.198$ )에 부(-)적인 영향( $t=-2.035, p<.05; t=-3.272, p<.01$ ;

t=3.104, p<.01)을 미치는 것으로 나타났다. 실수에 대한 염려는 인지적불안( $\beta=-.268$ ), 신체적불안( $\beta=-.216$ )에 부(-)적인 영향( $t=-4.308, p<.001$ ;  $t=-3.220, p<.01$ )을 미치는 것으로 나타났다. 행동에 대한 의심은 인지적불안( $\beta=-.335$ ), 신체적불안( $\beta=.192$ ), 자신감( $\beta=.311$ )에 영향( $t=6.020, p<.001$ ;  $t=3.205, p<.01$ ;  $t=5.018,$

$p<.001$ )을 미치는 것으로 나타났으며, 신체관리와 개인적 기준은 자신감( $\beta=-.191, -.121$ )에 부(-)적인 영향( $t=-3.116, p<.01$ ;  $t=-2.178, p<.05$ )을 미치는 것으로 나타났다. 인지적불안, 신체적불안, 자신감에 대한 완벽주의 성향 변인의 전체 예언변량은 각각 37.5%, 27.4%, 22.5%로 나타났다.

Table 3. Personal characteristics & perfectionist tendencies, competition anxiety, immersion in dance

Variant	Characteristic	Perfectionist tendencies									
		Parental pressure		Concern towards mistakes		Doubt towards actions		Physical care		Personal standard	
		M±SD	F	M±SD	F	M±SD	F	M±SD	F	M±SD	F
Sex	Male	1.58±.51	-1.985*	2.87±.86	.793	3.01±.80	.064	3.41±.56	-.164	3.50±.81	1.427
	Female	2.08±.92		2.68±.88		3.00±.85		3.44±.73		3.18±.77	
Education	Middle school	1.74±.70	-2.948**	2.64±.83	-.482	2.60±.77	-4.265***	3.35±.700	-1.051	3.16±.77	-.408
	High school	2.13±.93		2.70±.89		3.10±.84		3.46±.731		3.20±.78	
Major	Korean dance	2.02±.82	.884	2.70±.81	.092	2.90±.86	.992	3.51±.71	1.562	3.17±.73	.194
	Modern dance	2.03±.95		2.67±.92		3.04±.86		3.43±.70		3.22±.84	
	Ballet	2.22±.96		2.74±.90		3.07±.77		3.28±.79		3.16±.65	
Dance experience	Less than 2 years	2.08±.88	1.824	2.84±.83	2.109	3.07±.87	3.358*	3.45±.60	2.825*	3.05±.77	1.195
	Less than 3~5 years	1.93±.87		2.62±.84		2.89±.85		3.37±.75		3.24±.76	
	Less than 5~8 years	2.01±.80		2.54±.84		2.86±.74		3.33±.76		3.18±.72	
	More than 8 years	2.28±1.08		2.85±1.01		3.27±.89		3.67±.72		3.30±.85	
Variant	Characteristic	Competition anxiety									
		Cognitive anxiety		Physical insecurity		Confidence					
		M±SD	F	M±SD	F	M±SD	F				
Sex	Male	3.24±.88	-1.097	3.02±.78	-.078	2.44±.92	-1.540				
	Female	3.50±.80		3.03±.75		2.83±.70					
Education	Middle school	3.34±.82	-1.496	2.78±.78	-2.759**	2.81±.69	.062				
	High school	3.53±.80		3.10±.74		2.81±.73					
Major	Korean dance	3.41±.83	1.256	2.87±.75	4.451*	2.66±.70	4.514*				
	Modern dance	3.50±.80		3.16±.73		2.84±.73					
	Ballet	3.64±.74		3.00±.76		3.04±.64					
Dance experience	Less than 2 years	3.67±.75	2.312	3.20±.78	2.818*	2.90±.67	.551				
	Less than 3~5 years	3.40±.83		2.93±.79		2.79±.76					
	Less than 5~8 years	3.37±.70		2.91±.59		2.80±.57					
	More than 8 years	3.61±.91		3.17±.83		2.74±.87					
Variant	Characteristic	Immersion in dance									
		Cognitive immersion				Behavioral immersion					
		M±SD	F			M±SD	F				
Sex	Male	3.91±.60	.517			3.98±.61	.668				
	Female	3.82±.71				3.86±.65					
Education	Middle school	3.96±.68	1.647			3.74±.61	-1.801				
	High school	3.79±.71				3.90±.65					
Major	Korean dance	3.91±.72	1.346			3.85±.65	.202				
	Modern dance	3.76±.73				3.87±.66					
	Ballet	3.81±.56				3.93±.58					
Dance experience	Less than 2 years	3.85±.68	.617			3.87±.57	.530				
	Less than 3~5 years	3.89±.70				3.93±.69					
	Less than 5~8 years	3.77±.70				3.81±.63					
	More than 8 years	3.75±.73				3.85±.68					

Table 4. Analysis of correlation between study variants

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Parental pressure	1									
Concern towards mistakes	.434***	1								
Doubt towards actions	.484***	.469***	1							
Physical care	.251***	.237***	.458***	1						
Personal standard	-.084	.012	.139*	.261***	1					
Cognitive anxiety	.415***	.530***	.512***	.300***	.013	1				
Physical insecurity	.416***	.405***	.447***	.291***	.025	.622***	1			
Confidence	.336***	.390***	.222***	-.060	-.172**	.530***	.342***	1		
Cognitive immersion	-.116	.057	.032	.314***	.333***	-.026	-.073	-.117**	1	
Behavioral immersion	-.086	.046	.096	.356***	.206**	.086	.091	-.154*	.564***	1
M	2.05	2.69	3.00	3.43	3.19	3.49	3.03	2.81	3.82	3.87
SD	.91	.88	.85	.72	.77	.80	.75	.72	.70	.65

Table 5. Analysis on multiple regression based on the effects of perfectionism tendencies on competition anxiety

Variant	Cognitive anxiety			Physical insecurity			Confidence		
	B	$\beta$	t	B	$\beta$	t	B	$\beta$	t
(Invariant)	1.519		6.445	1.358		5.698	2.602		11.115
Parental pressure	.103	.116	2.035*	.168	.202	3.272**	.157	.198	3.104**
Concern towards mistakes	.255	.268	4.308***	.193	.216	3.220**	.071	.084	1.215
Doubt towards actions	.307	.335	6.020***	.165	.192	3.205**	.254	.311	5.018***
Physical care	.088	.079	1.444	.105	.100	1.698	-.189	-.191	-3.116**
Personal standard	-.041	-.039	-1.790	-.017	-.107	-3.15	-.113	-.121	-2.178*
R <sup>2</sup> /F <sub>값</sub>	.375/34.382 p<.001			.274/21.987 p<.001			.225/17.123 p<.001		

Table 6. Analysis on multiple regression based on the effects of perfectionism tendencies on the immersion in dance

Variant	Cognitive immersion			Behavioral immersion		
	B	$\beta$	t	B	$\beta$	t
(Invariant)	2.357		10.024	2.687		12.157
Parental pressure	-.127	-.163	-2.502*	-.129	-.181	-2.717**
Concern towards mistakes	.084	.105	1.655	.033	.045	.689
Doubt towards actions	-.099	-.119	-1.677	-.017	-.023	-.312
Physical care	.311	.319	5.095***	.338	.376	5.879***
Personal standard	.229	.251	4.408***	.080	.095	1.639
R <sup>2</sup> /F <sub>값</sub>	.190/14.037			.153/11.081		

3.1.4 무용전공 중·고등학생의 완벽주의 성향이 무용몰입에 미치는 영향

무용전공 중·고등학생의 완벽주의 성향과 무용몰입의 관계에 대해 분석한 결과는 Table 6과 같다. Table 6에서 제시한 바와 같이 완벽주의 성향의 하위요인인 부모의 압박은 인지몰입( $\beta = -.163$ ), 행위몰입( $\beta = -.181$ )에 부적(-) 영향( $t = -2.502, p < .05$ ;  $t = -2.717, p < .01$ ;  $t = 3.062, p < .01$ )을 미치는 것으로 나타났으며, 신체관리는 인지몰입( $\beta = .319$ ), 행위몰입( $\beta = .376$ )에 유의한 정(+ )적인 영향( $t = 5.095, p < .001$ ;  $t = 5.879, p < .001$ )을 미치며, 개인적 기준은 인지몰입( $\beta = -.251$ )에 유의한 정(+ )적인 영향( $t = 4.408, p < .001$ )을 미치는 것으로 나타났다. 인지몰입, 행위몰입에 대한 완벽주의 성향 변인의 전체 예언변량은 각각 19%, 15.3%로 나타났다.

3.1.5 무용전공 중·고등학생의 완벽주의 성향과 경쟁불안 및 무용몰입의 인과관계

본 연구에서는 완벽주의 성향, 경쟁불안, 무용몰입의 인과적 영향력을 알아보기 위해 3단계 매개효과 분석과 정인 회귀분석을 실시한 결과는 다음 Table 7과 같으며, 매개효과에 대한 간접효과 검증은 Sobel-test Z검정을 실시하였다. Table 7에 제시된 바와 같이 1단계에서 독립변인인 완벽주의 성향이 매개변인인 경쟁불안에 유의한 정(+ )적인 영향을 미치는 것으로 나타났으며( $\beta = .630, p < .001$ ), 2단계에서 독립변인인 완벽주의 성향이 종속변인인 무용몰입에 유의한 정(+ )적인 영향( $\beta = .218, p < .01$ )

을 주는 것으로 나타나 매개효과 검증에서 1단계와 2단계가 충족되었다. 3단계 독립변인 완벽주의 성향과 매개변수인 경쟁불안이 동시 투입된 단계에서는 독립인 완벽주의 성향이 무용몰입에 유의미한 영향( $\beta = .356, p < .001$ )을 미쳤으며 또한, 매개변인인 경쟁불안은 무용몰입에 부(-)적인 영향( $\beta = -.219, p < .01$ )을 미쳤다.

3.2 논의

본 연구는 무용전공 중·고등학생을 대상으로 완벽주의 성향이 그들의 경쟁불안과 무용몰입에 미치는 영향을 분석하기 위해 수행되었다. 본 연구의 연구가설을 중심으로 분석한 결과는 다음과 같다.

3.2.1 개인적 특성과 완벽주의 성향과 경쟁불안, 무용몰입

무용전공 중·고등학생의 개인적 특성에 따른 완벽주의 성향과 경쟁불안, 무용몰입에 미치는 영향을 살펴본 결과 완벽주의 성향은 성별, 학교급, 무용경력에 따라 유의미한 차이가 있는 것으로 나타났으나, 전공에 따라 차이가 나타나지 않았다. 완벽주의 성향은 성향에 따라 완벽주의 하위변인인 부모의 압박에 유의미한 영향력을 미치는 것으로 나타났는데, 이와 같은 연구결과는 관련 연구인 [19]의 무용경연 현장에서 나타나는 무용 전공 고등학생들의 완벽주의 성향과 불안의 관계에서 개인적 특성에 따른(학년, 전공, 무용경력) 무용경연 참여자의 완벽주의 성향에는 차이가 있는 것으로 나타났다는 연구결과와 부

Table 7. Perfectionist tendencies & competition anxiety, immersion in dance, cause-and-effect of immersion in dance

Level	Independent	Dependent	Unstandardized coefficients		Standardized coefficients	t
			B	SE	$\beta$	
1	(Invariant)		1.300	.172		7.554
	Perfectionist tendencies	Competition anxiety	.630	.059	-.541	10.720***
R <sup>2</sup> = .291						
2	(Invariant)		3.224	.194		16.652
	Perfectionist tendencies	Immersion in dance	.218	.066	.194	3.295**
R <sup>2</sup> = .034						
3	(Invariant)		3.509	.209		16.794
	Perfectionist tendencies	Immersion in dance	.356	.077	.317	4.605***
	Competition anxiety		-.219	.066	-.227	-3.298**
R <sup>2</sup> = .067						

분적으로 일치하고 있다. 이와 같이 무용전공 중·고등학생들 중 여학생들이 남학생들보다 완벽주의 성향이 높게 나타난 이유는 생리적 또는 심리적인 요인들로 여학생들이 환경적 요인과 특정상황에 따라 완벽주의 성향에 대한 생각이 더욱 가중되는 경향을 보일 수 있기 때문으로 판단된다.

완벽주의 성향은 학교급에 따라 완벽주의 하위변인인 부모의 압박, 행동에 대한 의심에 유의미한 영향력을 미치는 것으로 나타났다. 이는 곧 대학진학을 앞두고 있는 학년이 가까워질수록 저학년 학생들에 비하여 고학년들이 자신을 엄격하게 평가하게 하는 완벽함을 더욱 추구하게 되기 때문이라 사료된다. 이는 [20]의 프로골퍼의 경력이 상이수준인 경우 완벽성향이 높게 나타났다고 보고한 연구결과를 지지해 주고 있다.

완벽주의 성향은 무용경력에 따라 완벽주의 성향의 하위변인인 행동에 대한 의심과 신체관리에 대한 완벽주의 성향에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났는데, 무용경력에 따라 경연대회라는 무용경험을 하는 횟수가 높고 좋은 성적을 내기 위해 자신의 행동에 대한 엄격한 기준과 신체관리를 하게 된다. 이와 같은 성향은 개인적으로 자신을 비난하거나 자책하는 적대감을 초래할 수 있기 때문에 무용의 몰입에 있어 큰 장애물로 작용할 수 있기도 하다. 따라서 무용전공 중·고등학생들을 지도하는 지도자는 단체적인 군무활동 또는 경연대회라는 상황에서 무용전공 중·고등학생의 완벽하고자 하는 욕구를 효과적으로 조절하여 그들이 무용을 하는데 있어 심리적 부담을 줄일 수 있도록 도울 필요가 있겠다.

경쟁불안은 학교급, 전공, 무용경력에 따라 유의미한 차이가 있는 것으로 나타났으나, 성별에 따라 차이가 나타나지 않았다. 이와 같은 연구결과는 관련 연구인 경쟁불안은 경쟁적인 상황에서 시험 상황을 위협적으로 지각하고, 경쟁상황은 불확실한 고조 우려하는 감정으로 반응하려는 경향이며, 선천적 타고난 성격으로써 경쟁 또는 시험이라고 하는 일종의 자극을 위협적인 것으로 느끼는 성격적 특성이라 하였다[21]. 이러한 경쟁에 따른 불안을 자기 주장적, 협동적이지도 않은 상태로 감정을 조절함으로써 불안에 대한 회피를 통해 자신감을 향상시키기 때문에 나타난 결과로 보여진다는 [22]의 연구 결과와 부분 일치한다고 판단된다.

경쟁불안은 학교급에 따라 경쟁불안의 하위변인인 신체적불안에 유의미한 차이가 나타났는데 이는 고등학교, 대학교에 따른 경쟁불안의 차이는 인지적 상태불안, 상태 자신감, 신체상태 불안감에서 유의한 차이를 보이고 있다

는 연구 결과 [23]과 부분적으로 일치하였다. 이러한 결과는 무용전공 중·고등학생이 중학생보다 고등학생들이 경쟁불안에 따라 신체적 불안을 느끼는 정도가 다른 것으로 해석된다.

경쟁불안은 전공에 따라 경쟁불안의 하위변인인 신체적 불안감, 자신감에 유의미한 차이가 나타났는데, 전공별로 경쟁불안감, 자신감을 살펴본 결과 이는 전공별로 특성상 집단 간의 느끼는 정도가 다른 것으로 해석된다.

경쟁불안은 무용경력에 따라 경쟁불안의 하위변인인 신체적 불만에 유의미한 차이가 나타났는데, 이는 곧 무용전공 중·고등학생 무용시간이 많을수록 경험을 많이 할수록 경연대회 및 그룹 활동 즉, 군무적인 춤을 출 때 적응력 및 자신감이 좋아져서 상대적으로 불안감이 낮아지고 상태자신감이 높아짐을 알 수 있다. 또한, 이러한 연구 결과는 [24]가 연구한 고등학교, 대학교 씨름 선수 간에 인지적 불안과 신체적 불안에서 유의한 차이가 나타나지 않았으나 상태자신감에서 유의한 차이가 나타나는 결과와 부분적으로 일치하였다. 이는 스포츠종목의 특성상 조직 간의 경쟁불안을 느끼는 정도가 다른 것으로 해석된다. 따라서 무용 경력은 공연수행 중에 신체적 불안상황을 사전에 경험해본 즉, 수상경력이 및 수행경험이 상대적으로 많은 학생들이 이러한 경험들이 적은 무용수보다 심리적으로 경쟁상태 불안의 정도가 낮음을 알 수 있다. 그러므로 무용경력에 따른 경쟁상태 불안을 살펴보면 무용경력이 낮을수록 학생들의 무용경력 시에 느끼는 인지불안이 높으며 무용경력이 많을수록 느끼는 인지불안이 낮은 것으로 나타났음을 알 수 있겠다.

무용몰입은 성별, 학교급, 전공, 무용경력에 따라 유의미한 차이가 나타나지 않았다.

### 3.2.2 무용전공 중·고등학생의 완벽주의 성향과 경쟁불안

무용전공 중·고등학생의 완벽주의 성향의 하위변인들이 경쟁불안의 하위변인인 인지적불안, 신체적불안, 자신감에 미치는 영향을 살펴본 결과 완벽주의 성향의 하위변인 부모의 압박이 경쟁불안의 하위변인인 인지적불안, 신체적불안, 자신감에 정(+)적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 즉, 부모의 압박 완벽주의 성향이 높을수록 이를 충족시키려는 노력을 하게 됨으로써 인지적불안, 신체적불안, 자신감이 높아진다는 것이다. 이는 완벽주의 성향이 부모의 기대를 무겁고 부담스럽게 여기며 실패에 대한 강한 두려움과 수행에 대한 의심이 가중되어 경연이라는 평가 상황에서 높은 불안을 유발시키는 것이라고

해석되었다고 보고한 [19]의 연구는 이 연구의 결과와 부분 일치한다.

완벽주의 성향의 하위변인 실수에 대한 염려는 경쟁불안의 하위변인인 인지적 불안, 신체적불안에 정(+ )적인 영향을 미치는 것으로 나타났는데 이는 무용 중·고등학생들에게 실수에 대한 염려같은 심리적 완벽주의 성향은 경쟁상태의 불안을 야기시키는 부정적이며 부적응적인 차원이라는 것을 시사한다.

완벽주의 성향의 하위변인 행동에 대한 의심은 경쟁불안의 하위변인인 인지적 불안, 신체적불안, 자신감에 정(+ )적인 영향을 미치는 것으로, 완벽주의 성향의 하위변인인 신체관리와 개인적 기준은 자신감에 정(+ )적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이와 같은 결과는 운동선수들의 완벽주의 성향은 신체불안과 유의미한 관련이 있다는 [25, 26]의 연구에서 완벽주의 성향이 인지 상태불안과 자신감에 영향을 미친다는 결과와 유사하다. 또한, 이 연구의 대상은 무용전공 중·고등학생을 대상으로 했지만 이와 같은 유사점이 있는 대학 태권도 선수들의 완벽주의 성향과 스트레스의 관계를 살핀 연구 [27]에서도 스트레스의 하위요인인 심리 환경 정서 불안, 특히 자신감 결여에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타난 점은 이 연구의 결과와 맥락을 같이 한다고 할 수 있겠다.

다음과 같은 맥락으로 운동선수들의 완벽주의 성향과 경쟁불안과의 관계에 대한 선행연구[28-34]을 살펴보면 이들 심리적 특성 간 유의미한 상관관계가 존재한다는 객관적 증거가 다양하게 제시되어 있고, 무용분야에서의 완벽주의 성향과 경쟁불안과의 관계에 대한 [19], [35] 선행연구들은 본 연구 결과의 일부를 지지하였다. 또한 다양한 운동선수를 대상으로 한 선행연구에서 제시되고 있는 완벽주의 성향과 경쟁불안과의 부(-)적인 인과관계에 대해서 무용전공 학생들 대해서도 확인할 수 있었다.

또한, 경쟁불안은 경쟁적인 상황에서 시험 상황을 위협적으로 지각하고, 경쟁상황은 우려와 긴장의 감정으로 반응하려는 경향이며, 선천적 기질로써 경쟁 또는 시험이라고 하는 일종의 자극을 위협적인 것으로 느끼는 성격적 특성이라 하였다[21]. 이러한 경쟁에 따른 불안을 자기 주장적, 협동적이지도 않은 상태로 감정을 조절함으로써 인지적 불안, 신체적 불안에 대한 회피를 통해 자신감을 향상시키기 때문에 나타난 결과로 보여진다. [31]의 연구결과에선 완벽주의 성향은 오히려 스트레스와 경쟁상태 불안을 가중시키는 요인으로 작용한다는 것이 이 연구의 핵심이라고 밝혔다. 따라서 무용 중·고등학생들의 경험속에서 스트레스 및 경쟁불안을 낮출 수 있게 하려

면 완벽을 추구하는 행위나 동작을 학습하고 인지하는 과정 중 선생님이나 부모 또는 동료에 의해 불안을 적절히 조절하는 것이 주요 원인으로 작용하는 것으로 판단된다.

### 3.2.3 무용전공 중·고등학생의 완벽주의 성향과 무용몰입

완벽주의 성향이 무용몰입에 미치는 영향을 알아보기 위해 다중회귀분석을 실시한 결과 완벽주의 성향에 대한 부모의 압박 요인이 인지몰입 및 행위몰입에 부(-)적인 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 완벽주의 성향에 신체관리 요인이 인지몰입 및 행위몰입에 정(+ )적인 영향을 완벽주의 성향에 개인적 기준 요인은 인지몰입에 정(+ )적인 영향을 미치는 것으로 나타났다.

이러한 결과는 무용전공 중·고등학생의 완벽주의 성향이 높을수록 무용몰입에 정(+ )적인 영향을 미친다고 보고한 [36-38]의 연구와 부분 일치하고 있다.

또한, 무용을 해온 기간이 길면 길수록 강한 몰입을 경험하며 경력이 짧은 무용수보다 경력이 긴 무용수가 몰입 경험에 있어서 높게 나타난다는 선행연구 결과와 일치하고 있다[38-40]. 이는 무용전공 고등학생들에 완벽주의 성향에 긍정적인 부분을 무용몰입으로 보았을 때 [12], [29], [41]의 연구에서 완벽주의 성향 중 자기지향 완벽주의는 부정적인 측면만 있는 것이 아니라 긍정적인 측면도 있다는 연구 결과를 지지하고 있다.

그러나 완벽주의 우려는 운동몰입에 영향을 미치지 않는다고 보고한 [42]의 연구와 차이를 보이고 있다.

따라서 후속 연구에서는 완벽주의 성향이 무용몰입과 관련된 변인들의 세밀한 탐색을 통해 이러한 결과에 대한 더 많은 논의를 진행해야 할 것으로 사료된다.

### 3.2.4 무용전공 중·고등학생의 완벽주의 성향과 경쟁불안 및 무용몰입

완벽주의 성향과 경쟁불안 및 무용몰입의 인과관계를 분석하기 위해 회귀분석을 실시한 결과 완벽주의 성향은 경쟁불안 및 무용몰입에 완전 매개효과가 있는 것으로 확인되었다. 이러한 결과는 무용전공 학생들이 수많은 경쟁 상황에서 완벽주의 성향을 높이기 위해서는 무용몰입에 몰입할 수밖에 없고 그에 따른 경쟁불안에 영향을 미친다는 의미 있는 연구 결과가 나타났다.

이는 완벽주의 성향과 경쟁불안과의 상관관계의 정도를 조절할 수 있는 장치가 마련될 수 있는 가능성을 내포하고 있으며, 이러한 연구결과는 무용전공 중·고등학생들에게 적극적으로 활용할 필요성이 있음을 시사한다.

#### 4. 결론

본 연구는 무용전공 중·고등학생의 완벽주의 성향이 경쟁불안 및 무용몰입에 미치는 영향의 관계를 규명하는데 목적이 있으며 다음과 같은 결론을 얻었다.

첫째, 개인적 특성에 따른 완벽주의 성향이 경쟁불안 및 무용몰입에 미치는 영향을 살펴본 결과 완벽주의 성향에 따른 성별은 부모의 압박에서 차이가 나타났고, 학교급에선 부모의 압박과 행동에 대한 의심에, 전공에 따른 완벽주의 성향의 차이는 나타나지 않았으며, 무용경력에 따른 완벽주의 성향은 행동에 대한 의심과 신체관리에 차이가 나타났다. 경쟁불안에 따른 성별은 차이가 나타나지 않았고, 학교급에선 신체적 불안에, 전공에서는 신체적 불안 및 자신감에 무용경력에서는 신체적 불안에 대해 차이가 나타났다. 또한, 무용몰입에 따른 성별, 학급, 전공, 무용경력에 차이는 나타나지 않았다.

둘째, 무용전공 중·고등학생의 완벽주의 성향이 경쟁불안에 미치는 영향을 살펴본 결과 완벽주의 성향의 하위변인인 부모의 압박은 인지적불안, 신체적불안, 자신감에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났고 실수에 대한 염려는 인지적불안, 신체적불안에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 행동에 대한 의심은 인지적불안, 신체적불안, 자신감에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 또한, 신체관리와 개인적 기준은 자신감에 미치는 것으로 나타났다.

셋째, 무용전공 중·고등학생의 완벽주의 성향이 무용몰입에 미치는 영향을 살펴 본 결과 완벽주의 성향의 하위변인인 부모의 압박은 인지몰입, 행위몰입에 부(-)적 영향을 미치는 것으로 나타났다.

신체관리는 인지몰입, 행위몰입에 유의한 영향력을 미치는 것으로 나타났으며, 개인적 기준은 인지몰입에 유의한 영향력을 미치는 것으로 나타났다.

넷째, 무용전공 중·고등학생의 완벽주의 성향과 경쟁불안 및 무용몰입과의 인과 관계가 있다.

이상의 결론을 종합하여 볼 때, 무용전공 중·고등학생의 무용몰입은 완벽주의 성향과 경쟁불안에 각각 영향을 미치며 경쟁불안은 완벽주의 성향과 무용몰입을 매개하는 강력한 변인임을 알 수 있었다. 또한, 무용전공 중·고등학생들의 무용몰입에는 다양한 심리적 요인들이 작용하고 있으며, 완벽주의 성향은 무용몰입에 긍정적 영향을 미치지만 부정적인 경쟁불안은 무용몰입을 낮춘다는 것을 알 수 있었다. 이는 완벽주의 성향에 대한 긍정적인 측면이 나타나기도 했지만 대체로 완벽주의에 대한 연구

는 부정적 측면이 강조된 연구가 많았다. 따라서 후속 연구에서는 무용전공자들의 완벽주의 성향에 대한 깊이 있는 연구를 포함해서 완벽주의 성향의 긍정적 영향력에도 관심을 갖고 경쟁불안이나 무용몰입을 높이는 요인에 대한 객관적 이해가 증진될 수 있도록 해야 할 것이다.

#### REFERENCES

- [1] Angela Duckworth. (2016). *Grit: The Power of Passion and Perseverance*. Seoul : Businessbooks.
- [2] S. J. Kang. (2013). *I don't wait for tomorrow*. Seoul : Influential
- [3] C. Y. Oh. (2011). The Influence of Perfectionism on Exercise Stress and Exercise Commitment of College Athletes. Master's thesis. Kyunghee University, Seoul.
- [4] Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and Crisis*. New York. Norton.
- [5] R. KO & O. S. Cho. (2017). The Impact of Student Athlete's Perfectionism on Competitive State Anxiety and Sport Commitment. *Korea Sport Society*, 15(4), 721-732.
- [6] J. S. Roh & H. J. Hong. (2011). The Relationship between Self-management, Perfectionism and Flow of Dancers. *Official Journal of the Koeran Society of Dance Science*, 24, 1-18.
- [7] Honey, K. (1950). *Neurosis and human growth*, New York : Norton.
- [8] Hollender, H. M. (1965). Perfectionism. *Comprehensive Psychiatry*, 6(2), 94-103. [https://doi.org/10.1016/S0010-440X\(65\)80016-5](https://doi.org/10.1016/S0010-440X(65)80016-5)
- [9] Burns, D. D. (1980). The perfectionist's script for self-defeat. *Psychology Today*, November. 34-51.
- [10] Frost, R. O. Maren, P. A., Lahart, C., & Rosenblate, R. (1990). The dimensions of perfectionism. *Cognitive Therapy and Research*, 14, 449-468.
- [11] Hamachek, D. E. (1978). Psychodynamics of normal and neurotic perfectionism. *Psychology*, 15, 27-33.
- [12] Hewitt, P. L., & Flett, G. L. (1991). The Multidimensional of Perfectionism Scale: Reliability, Validity and Psychometric Properties in Psychiatric samples. *Psychological assessment A Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 3.
- [13] Y. H. Kim & S. G. Seo. (2008). A Review of Perfectionism: Assessment and Treatment. *The Korean Journal of Counseling and Psychotherapy*, 20(3), 581-613.
- [14] Martens, R., Vealey, R. S., & Burton, D. (1990). *Competitive anxiety in sport*. Champaign, IL: Human Kinetics.

- [15] Y. J. Jung. (2014). Development of perfectionism scale for university student of major in dance. Doctoral dissertation. Dankook University, Yongin.
- [16] G. J. Kim. (2006). (The)effect of competition type on stress hormone response, immune response, competitive state anxiety and competition performance in golf player. Doctoral dissertation. Seoul University, Seoul.
- [17] Scanlan, T. K., Carpenters, P. J., Schmit, G. W., & Simons, J. P.(1993). The sport commitment model: Measurement development for theyouth-sport domain. *Journal of sport & Exercise Psychology*, 15
- [18] H. K. Shin. (2018). *Relationships among Perfectionism Inclination, Self-management, Dance Stress and Dance Commitment of Female High School Students Majoring in Dance*. Doctoral dissertation. Kongju University, Kongju.
- [19] K. L. Choi & M. Y. Park. (2019). The Relationship between Perfectionism and Competitive Anxiety among High School Students in Dance Competition. *The Korean Society for Dance Studies*, 76(4), 75-95.
- [20] H. J. Chun. (2000). The purpose of this study was to investigate the effect of Perfectionism disposition of Pro-Golfers on Competitive Anxiety and State Sports confidence. Master's thesis. Kyunghee University, Seoul.
- [21] Landers, D. M. (1980). The Arousal-performance relationships revisited. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 51(1), 77-90.  
DOI: 10.1080/02701367.1980.10609276
- [22] J. R. Seo. (2014). Game Immersion and Competition Anxiety of Taekwondo Player's in Relation to Emotional Control. *The Korea Journal of Sport*, (12)4, 103-114.
- [23] T. H. Kim & S. J. Lim & J. H. Kwak. (2010). The Influence of Competition Anxiety on the Flow of Taekwondo Players. *The Journal of Taekwondo Science*, 3(1), 1-12.
- [24] K. S. Kim. (2001). A Study on the competition anxiety of korean ssireum players. Master's thesis. Yonsei University, Seoul.
- [25] Stoeber, J., Otto, K., Pescheck, E., Becker, C., & Stoll, O. (2007). Perfectionism and competitive anxiety in athletes: Differentiating striving for perfection and negative reactions to imperfection. *Personality and Individual Differences*, 42, 959-969.  
<https://doi.org/10.1016/j.paid.2006.09.006>
- [26] J. K. Park. (1999). A Study on Sources of Stress and Coping Strategies in Korea National Soccer Players. *Korean Journal of Sport Psychology*, 10(1), 83-103.
- [27] W. J. Shim. (2012). The relationship of the tendency of perfectionism ofuniversity Taegwondo athletes and the tendency of achievement goal/stress. Master's thesis. Kwandong University, Gangneung.
- [28] Y. E. Kim. (2015). The Mediating effect of coach's individualized consideration in the relations between perfectionism and competition state anxiety. Doctoral dissertation. Gyeongsang National University. Jinju.
- [29] Y. H. SO. (2011). The Relationship between Perfectionism, Competition Anxiety, and Burnout of Physical Education High School Athletes. *Korean Journal of Sports Psychology*, 22(1), 79-92.  
UCI : G704-000291.2011.22.1.005
- [30] Y. T. Oh & M. H. Yang. (2014). Test of Moderate Effect of Autonomy Support in the Relationship Between Perfectionism and Competitive State Anxiety among Middle and High School Taekwondo Players. *Journal of Coaching Development*, (16)3, 175-187.  
UCI : G704-001507.2014.16.3.016
- [31] S. J. Won & S. H. Oh. (2019). The Structural Relationship between Perfectionism, Stress, and Competitive Anxiety of Taekwondo Student-Athletes. *Journal of The World Society of Taekwondo Culture*, 10(3), 77-93.
- [32] H. K. Jang & J. M. Song. (2020). The Relationship between Post-Transfer Accidents and Competitive Characteristics Anxiety According to the Evaluation Concern Perfectionism of High School Taekwondo Players. *Korean Society of Martial arts*, 14(2), 111-130.
- [33] S. Jo. (2015). The Relationship among perfectionism, self management strategics and competitive anxiety of university taekwondo athletes. Master's thesis. Dankook University, Yongin.
- [34] S. W. Cha. (2014). The Effect of Social Support on Perfectionism and Competitive Anxiety of Kumdo Players. Master's thesis. Daegu University, Gyeongsan.
- [35] T. S. Jung. (2017). Relations among Tendency of Perfectionism, Self-Management and Competition Anxiety of the High School Students Majoring in Dancing. *The Korean Journal of Physical Education*, 56(5), 607-619.
- [36] M. J. Oh. (2000). The Relationship between Physical Self - Efficacy , Stage Anxiety and Achievement Level of Dance Performance by Goal Setting Training. *The Korean Society for Dance Studies*, 27(27), 227-253.
- [37] J. H. Yu. (2001). (The)relationship between the body image and stage confidence of dancers. Master's thesis. Dankook University, Yongin.
- [38] S. K. Shin. (2008). A Study of the Influences of Dance Majors' Flow Experience on Their Performance Satisfaction. Master's thesis. Ewha womans University, Seoul.
- [39] J. S. Roh. (2010). The Relationship between Perfectionism, Self-management, Performance Anxiety and Flow of Dancers. Doctoral dissertation. Sejong University, Seoul.
- [40] G. H. Yeom. (2008). The influences of self-management on dance flow of performance in college dancer's. *The Korean Society for Dance Studies*, 55(55), 215-232.

- [41] M. H. Lee. (2002). The Positive and Negative Function of Perfectionism. *Korean journal of youth studies*, 9(3), 293-316.
- [42] S. J. In & M. H. Yang. (2018). The Relationship Between Perfectionism, Exercise Commitment, and Athlete Burnout in Elite Taekwondo Athlete: The Mediating Role of Basic Psychological Needs. *The Journal of Korean Alliance of Martial Arts*, 20(1), 1-19. DOI : 10.35277/kama.2018.20.1.1

민 윤 미 (Yun-Mi Min)

【장학원】



- 2008년 2월 : 단국대학교 무용과(무용학사)
- 2010년 2월 : 단국대학교 무용학과(무용학석사)
- 2019년 2월 ~ 현재 : 단국대학교 무용학과 박사과정
- 관심분야 : 교육, 심리, 문화예술교육

· E-Mail : minyunmi@wsu.ac.kr

유 영 주 (Young-Ju Yu)

【장학원】



- 1997년 2월 : 단국대학교 무용과(무용학사)
- 2000년 2월 : 단국대학교 체육학과(체육학석사)
- 2008년 2월 : 단국대학교 무용학과(무용학박사)
- 2021년 7월 ~ 현재 : 단국대학교 평생교육원 무용학 주임교수

· 관심분야 : 무용사회학, 무용교육, 융·복합예술

· E-Mail : danceyou2@naver.com