

무용치료의 국제적 사례 분석과 한국 내 적용 방안: 정신 건강 회복을 위한 융합적 접근

인간무이(AID)

목 차

I. 서론	3
1. 탐사 주제	
2. 탐사 주제의 논의 배경	
3. 논의의 필요성	
4. 연구 방법	
II. 본론	8
1. 기존 문헌 연구	
2. 연구 방법 제시	
3. 국내 탐사	
4. 해외 탐사	
5. 탐사의 의의	
6. 정책적 제언	
7. 결과물	
1) 정책제안서 K-DMT 국가 무용치료 종합 발전 전략	
2) DanceHeal 어플리케이션 데모 버전	
8. 아쉬운 점	
III. 결론	45
IV. 참고문헌	57
V. 부록	58
1. 탐사 사전 준비	
2. Mark Morris Group의 Ohad Mzor 수업 감상평	
3. 정책제안서 원문	
4. Dance Heal 앱 개발 계획서	

I. 서론

1. 탐사 주제

현대 사회에서 정신 건강 문제는 점점 더 중요한 이슈로 부각되고 있으며, 이를 해결하기 위한 다양한 치료적 접근이 연구되고 있다. 그중에서도 무용치료(Dance/Movement Therapy, DMT)는 신체 움직임을 활용하여 감정과 정신적 안정을 회복하는 치료법으로, 비언어적 의사소통을 통해 내면의 감정을 탐색하고 신체적·정신적 통합을 돕는 효과가 있다. 그러나 한국에서는 무용치료의 인식이 여전히 낮고, 공인된 교육과정 및 제도적 지원이 미흡하여 정신 건강 치료에서 적극적으로 활용되지 못하는 실정이다. 이에 본 연구는 무용치료의 효과성과 필요성을 실증적으로 검토하고, 이를 한국의 정신 건강 치료 시스템에 적용할 수 있는 방안을 모색하기 위해 진행되었다. 특히, 미국 내 무용치료 교육기관 및 임상 현장을 직접 탐사하여 무용치료가 실제로 어떻게 활용되고 있는지를 조사하고, 이를 기반으로 한국에서의 적용 가능성을 분석하는 것을 주요 목표로 하였다.

무용치료는 전통적인 상담 치료나 약물 치료와 달리, 신체 움직임을 활용하여 감정과 트라우마를 직접적으로 표출하고 조절할 수 있도록 돕는다는 점에서 차별성을 가진다. 이는 감정을 언어로 표현하는 것이 어렵거나, 언어적 접근만으로 치료 효과가 충분하지 않은 내담자들에게 특히 효과적인 방법이 될 수 있다. 또한, 최근에는 소매틱스(Somatics), 신경과학, 인공지능(AI) 등과의 융합을 통해 치료 효과를 확장하려는 연구가 활발히 진행되고 있어, 무용치료의 발전 가능성은 더욱 크다고 할 수 있다.

본 연구의 탐사 주제는 “무용치료의 국제적 사례 분석과 한국 내 적용 방안: 정신 건강 회복을 위한 융합적 접근”으로, 무용치료가 정신 건강 회복에 미치는 영향을 다각적으로 분석하고, 한국적 맥락에서 실질적으로 적용 가능한 방안을 모색하는데 초점을 두었다. 이를 위해, 무용치료의 국제적 사례 검토, 다학문적 융합 가능성 탐색, 한국 내 제도적 정착 방안 연구라는 세 가지 주요 방향을 설정하여 탐사를 진행하였다.

2. 탐사주제의 논의 배경

한국에서 무용치료가 자리 잡지 못한 이유

1) 무용치료에 대한 인식 부족과 치료법으로서의 정착 미비

한국에서는 무용치료가 전문적인 치료법이 아닌 예술 활동의 일환으로 인식되는 경우가 많다. 이는 무용치료의 과학적 연구 부족과 의료 및 복지 시스템 내 정식 치료법으로 인정받지 못한 현실에서 기인한다. 현재 한국에서 무용치료는 주로 일회성 행사나 워크숍 형태로 운영되고 있으며, 특정 기관에서 정기적인 치료 프로그램으로 활용되는 경우는 드물다. 예를 들어, 이화여대 간호학과 김다운 교수와의 인터뷰에 따르면, 한국의 무용치료 프로그램은 ‘정신건강의 날’과 같은 특정 행사에서만 시행되는 경향이 있으며, 치료 과정의 일환이라기보다 신체 활동을 통한 정서 지원 수준에 머물러 있다고 지적했다. 이러한 환경에서는 무용치료의 장기적인 효과를 검증하기 어렵고, 치료를 지속적으로 받을 수 있는 구조적 시스템이 부재한 상태이다.

2) 체계적인 교육 과정 부재

무용치료는 심리학, 신경과학, 신체 움직임 분석 등의 다학문적 접근을 요구하는 전문적인 치료법이다.¹⁾ 하지만 한국에서는 무용치료를 심층적으로 배우고 실습할 수 있는 교육 과정이 제한적이며, 일부 대학에서만 개설되어 있다. 기존의 대학 과정에서는 무용요법이나 무용심리학 관련 과목이 개설되어 있지만, 이는 임상 적용에 필요한 체계적인 커리큘럼과 실습을 충분히 포함하지 못하고 있는 실정이다. 반면, 미국에서는 무용치료사를 양성하기 위한 교육 과정이 보다 체계적으로 운영되고 있다. 대표적인 교육기관으로는 Lesley University, Antioch University, Naropa University, Drexel University 등이 있으며, 이들 대학에서는 심리학, 신경과학, 신체 움직임 분석 등을 포함한 학제 간 커리큘럼을 운영하고 있다. 특히, 무용치료 학위 과정에서는 학생들에게 정식 임상 실습이 필수적으로 요구되며, 병원, 정신건강센터, 복지기관 등에서 실제 환자를 대상으로 치료 경험을 쌓도록 한다.²⁾

미국에서 무용치료사로 활동하기 위해서는 ADTA(American Dance Therapy Association, 미국무용치료협회)의 인증을 받아야 한다. ADTA는 1966년에

1) 김창근.(2015). 「한국의 예술치료와 호스피스 완화의료」. 한국호스피스 완화의료학회지, 18(2), 85-96

2) 이선미. (2011). 「무용치료 교육과정의 발전 방향: 한국과 미국의 비교를 중심으로」. 한국무용치료학회지, 5(1), 23-38.

설립된 기관으로, 미국 내 무용치료 교육과 실습, 연구를 총괄하는 전문 기관이다. ADTA는 공인된 무용치료 교육기관에서의 석사 학위 취득과 일정 시간 이상의 임상 실습을 요구하며, 이를 충족한 사람들에게 BC-DMT(Board Certified Dance/Movement Therapist)라는 자격증을 부여한다. 이 자격증을 취득하면, 공인된 무용치료사로서 병원, 재활센터, 정신건강센터 등에서 활동할 수 있다.³⁾ 이와 비교했을 때, 한국에는 국가 차원의 공인된 자격증 제도가 부재하며, 무용치료사 양성을 위한 전문적인 교육 과정도 미국처럼 체계적으로 운영되지 않는다. 현재는 일부 기관과 대학에서 자체적으로 수료증을 발급하는 형태에 머물러 있으며, 이로 인해 무용치료사가 정식 직업군으로 인정받기 어려운 구조적 문제가 발생하고 있다.

3) 정부 차원의 정책적 지원 부족

미국에서는 무용치료가 공공 의료 및 복지 시스템에 정식으로 포함되어 있으며, 다양한 임상 환경에서 활용되고 있다. 예를 들어, 미국에서 정신과 치료, 신경 재활, 노인 치료, 소아 치료 등 여러 분야에서 무용치료가 활용되며, 공공 병원 및 정신건강센터에서도 정식 치료법으로 인정받고 있다.⁴⁾ 반면, 한국에서는 무용치료가 공공 의료 시스템이나 건강보험 체계에 포함되지 않아, 환자가 무용치료를 받으려면 개인적으로 비용을 부담해야 하는 상황이다. 이에 따라 무용치료는 의료 기관에서 활용되기 어렵고, 개별 치료사나 민간 기관이 운영하는 프로그램 위주로 한정될 수밖에 없다. 한국에서 예술치료 전반에 대한 건강보험 적용 논의는 일부 진행되고 있다. 예를 들어, 2015년 보건복지부는 호스피스 완화의료 건강보험 수가를 일당정액제로 시행하면서 음악치료, 미술치료, 원예치료 등의 치료법에 대해 건강보험 적용을 논의한 바 있다. 또한, 정신과 환자를 대상으로 한 음악 및 오락요법(음악, 서화, 조각, 운동, 작업 등)은 1977년부터 국민건강보험 수가가 인정되었으나, 현재까지도 동일한 코드 체계를 유지하고 있어 현실적인 개선이 필요하다는 지적이 나오고 있다.⁵⁾

이처럼 한국에서도 예술치료의 건강보험 적용에 대한 논의는 진행되고 있지만, 무용치료는 여전히 그 범주에 포함되지 못하고 있다. 무용치료가 보다 체계적인 공공

3) American Dance Therapy Association (ADTA). (2023). 「Approved Graduate Programs in Dance/Movement Therapy.」 <https://www.adta.org>, , 2025. 01.25 검색

4) American Dance Therapy Association (ADTA). (2023). 「Approved Graduate Programs in Dance/Movement Therapy.」 <https://www.adta.org>, , 2025. 01.25 검색

5) 대한병원협회.(2024) 「건강보험요양급여비용」 제8장 정신요법료

의료 시스템 내에서 자리 잡기 위해서는, 국내에서도 치료 효과를 입증할 수 있는 연구와 공신력 있는 자격 인증 체계 구축이 필요하다. 또한, 정부 차원의 정책적 지원을 통해 무용치료가 정신건강 및 재활 치료의 한 분야로 정식 인정받을 수 있도록 지속적인 노력이 요구된다.

3. 논의의 필요성

한국에서 무용치료가 필요해지는 사회적 배경

1) 정신 건강 문제의 증가와 기존 치료법의 한계

현대 사회에서 정신 건강 문제는 점점 심각한 사회적 이슈로 부각되고 있으며, 특히 한국의 경우 높은 스트레스 환경, 경쟁적인 사회 구조, 코로나19 팬데믹 이후의 정신적 고립 등의 요인이 맞물리면서 우울증, 불안장애, 외상 후 스트레스 장애(PTSD) 등의 정신질환 유병률이 증가하고 있다. 세계보건기구(WHO)에 따르면, 전 세계 인구의 25% 이상이 평생 한 번 이상 정신 건강 문제를 경험하며⁶⁾, 특히 한국은 OECD 국가 중 자살률이 가장 높은 국가 중 하나로, 정신 건강 문제가 심각한 수준에 이르렀다.⁷⁾ 그러나 정신 질환에 대한 사회적 편견이 여전히 존재하며, 이에 따라 전통적인 정신 건강 치료(상담 치료, 약물 치료)에 대한 접근성이 낮은 현실이다. 기존의 정신 건강 치료는 주로 언어적 소통을 기반으로 한 상담 치료 및 약물 치료가 중심을 이루고 있다. 하지만 언어를 통한 감정 표현이 어렵거나, 약물 치료에 부담을 느끼는 환자들에게는 한계가 있을 수밖에 없다. 따라서 비언어적 접근 방식으로 감정을 표현하고, 신체 움직임을 통해 심리적 안정을 유도하는 무용치료가 대안적 치료법으로 주목받을 필요가 있다.

2) 기존 치료법의 한계를 보완할 수 있는 무용치료

무용치료는 기존의 정신 건강 치료법과 달리, 신체 움직임을 통해 내면의 감정을 자연스럽게 표현하도록 유도하며, 정신적·신체적 통합을 이루는 과정을 중시한다. 특히, 신체 움직임을 조절하는 과정에서 신경계의 조절 기능이 활성화되고 감정

6) 세계보건기구 및 국제노동기구. (2022년 9월 29일). 「불안으로 불안한 사람들이 25% 증가했습니다.」 WHO . <https://www.who.int>, 2025.01.25 검색

7) 강우량. (2024년 10월 4일). 비통한 OECD 1위...자살률 8.5% 치솟아 9년만에 최대. 조선일보 . <https://www.chosun.com> 2025.01.25. 검색.

표현이 자유로워지는 효과가 연구를 통해 검토되고 있다. 또한, 무용치료는 언어적 소통이 어려운 내담자들에게 적합하여 PTSD, 발달 장애, 치매 등의 환자들이 감정을 비언어적으로 해소할 수 있도록 돕고, 우울증 및 불안장애 환자들의 신체 감각을 회복하고 자기 인식을 강화하는 데 기여한다. 뿐만 아니라, 신체 움직임을 통한 감정 표현 과정은 스트레스 호르몬 분비를 줄이고 심리적 안정감을 증가시키는 효과를 가진다. 이처럼, 무용치료는 기존 치료법이 가지는 한계를 보완하며, 다양한 내담자들에게 효과적인 치료적 접근법을 제공할 가능성이 높은 방법이다.⁸⁾

무용치료의 효과성을 입증하는 연구 필요성

1) 해외 연구 사례를 통한 무용치료 효과 검증

미국에서 무용치료의 치료 효과를 검증하는 연구가 활발히 진행되고 있으며, 이에 따라 공공 의료 및 복지 시스템에 무용치료가 정식 치료법으로 포함되는 사례가 증가하고 있다. 예를 들어, 미국 Drexel University의 연구팀은 무용치료가 우울증 및 PTSD(외상 후 스트레스 장애) 환자의 감정 조절과 신체 긴장 완화에 효과적임을 실험적으로 입증하였다.⁹⁾ 또한, Laban/Bartenieff Institute of Movement Studies(LIMS)에서는 라반 움직임 분석(Laban Movement Analysis, LMA)을 활용하여 신체 움직임과 정서적 반응 간의 관계를 연구하며, 이를 무용치료의 평가 및 치료 계획 수립에 적용하고 있다.¹⁰⁾ 이 외에도 노인성 치매, 파킨슨병, 정신질환 치료 등에 무용치료가 적극적으로 활용되면서, 무용치료의 임상적 유효성이 인정받고 있다.

반면, 한국에서는 무용치료의 과학적 효과를 검증한 연구가 아직 부족한 상황이다. 현재까지 진행된 연구들은 대부분 소규모 임상 연구나 사례 연구 수준에 머물러 있으며, 무용치료가 정신 건강에 미치는 영향을 장기적으로 분석한 연구가 많지 않다. 따라서 무용치료가 한국에서도 정식 치료법으로 자리 잡기 위해서는, 그 효과성을 과학적으로 입증하는 연구가 확대될 필요가 있다. 해외의 연구 사례를 분석하고, 한국에서 실질적으로 적용할 수 있는 무용치료 프로그램을 개발하는 과정이 필수적이

8) 고흥월, 김형정. (2016). 「Fran J. Levy의 무용/동작치료 사례에 나타난 치료적 접근 방법 탐색」. 대한무용학회논문집, 74(5).1-16.

9) 「New Drexel research shows dance and movement therapy can increase emotional and social intelligence in middle school students」. (2024, August 15). Drexel Home. Retrieved from <https://drexel.edu/news/archive/2024/August/Drexel-Research-Dance-Movement-Therapy-Can-Increase-Emotional-and-Social-Intelligence-in-Students> (2025.01.25 검색).

10) 정재임. (2021). 「무용동작치료에서의 라반 움직임 분석(LMA)을 통한 활용방안 탐색」. 한국무용동작심리치료학회, 5(1). 5-21.

다.

4. 연구 방법

본 연구는 문헌 조사, 전문가 인터뷰, 현장 탐사를 통해 무용치료의 효과성과 국제적 사례를 분석하고, 이를 한국적 맥락에서 적용할 수 있는 방안을 모색하는 것을 목표로 한다. 이를 위해 미국과 한국의 무용치료 교육 과정을 비교하고, 무용치료의 임상적 효과를 검토하며, 소매틱스 이론과의 연계성 및 VR·AI 기술을 활용한 무용치료 가능성을 탐색할 예정이다. 이를 통해 무용치료의 교육 및 임상 적용 방식을 보다 체계적으로 이해하고, 한국에서의 실질적인 도입 방안을 마련하고자 한다.

본 연구는 문헌 조사, 전문가 인터뷰, 현장 탐사를 통해 무용치료의 효과성과 국제적 사례를 분석하고, 이를 한국적 맥락에서 적용할 수 있는 방안을 모색하는 것을 목표로 한다. 이를 위해 미국과 한국의 무용치료 교육 과정을 비교하고, 무용치료의 임상적 효과를 검토하며, 소매틱스 이론과의 연계성 및 VR·AI 기술을 활용한 무용치료 가능성을 탐색할 예정이다. 이를 통해 무용치료의 교육 및 임상 적용 방식을 보다 체계적으로 이해하고, 한국에서의 실질적인 도입 방안을 마련하고자 한다.

우선, 문헌 연구를 통해 무용치료의 교육 과정과 임상 적용 방식, 치료 효과, 소매틱스 이론과의 연계성, 최신 기술과의 융합 가능성을 심층적으로 분석할 것이다. 미국과 한국의 무용치료 교육 과정을 비교하여 각국의 교육 체계와 실습 환경을 검토하고, 이를 바탕으로 한국의 무용치료 교육 체계 개선을 위한 시사점을 도출할 계획이다. 또한, 무용치료의 임상적 효과를 검토하여 신체 재활 및 정신 건강 회복에 미치는 영향을 분석하고, 소매틱스 기법과의 연계성을 연구하여 무용치료 프로그램에서의 활용 가능성을 탐색할 것이다. 더 나아가, VR 및 AI 기술을 활용한 무용치료의 확장 가능성을 연구하여 디지털 기술과의 융합을 통해 보다 효과적인 치료 방법을 개발할 수 있는 가능성을 모색할 예정이다.

이와 함께, 미국 내 무용치료 교육기관 및 임상 현장을 탐사하고 전문가 인터뷰를 진행하여 실제 적용 사례를 조사할 계획이다. Laban/Bartenieff Institute of Movement Studies(LIMS)에서 라반 움직임 분석(LMA) 및 바르테니에프 펀더멘탈(BF)의 교육 과정을 직접 참관하고, 교수 및 학생들과의 인터뷰를 통해 무용치료 교육과의 연계성을 분석할 예정이다. Drexel University에서는 무용치료 교육 환경을 조사하고, Nalini Prakash 교수와의 인터뷰를 통해 미국 내 무용치료 교육 및 임상

적용 방식을 심층적으로 연구할 계획이다. 또한, The Behavioral Wellness Center at Girard(비웰 정신병원)에서 무용치료 프로그램이 실제 임상 환경에서 어떻게 운영되는지를 경험하고, 무용치료사가 정신과 치료에서 어떤 역할을 수행하는지를 분석할 것이다. Gaga 테크닉 수업에도 참여하여 신체 인식과 감각적 탐색이 무용치료와 어떻게 연결될 수 있는지를 연구하고, Gaga의 즉흥적 움직임 탐색 방식이 심리적 해방감, 감정 표현, 신체 인식을 증진시키는 데 미치는 영향을 검토할 예정이다.

이러한 연구 과정을 통해 해외 무용치료의 교육 및 임상 적용 사례를 종합적으로 검토하고, 한국적 맥락에서 무용치료가 효과적으로 도입될 수 있는 방안을 모색할 것이다. 이를 바탕으로 무용치료의 학문적·정책적 기초를 마련하고, 최신 기술과 융합하여 새로운 치료 가능성을 제시할 계획이다.

II. 본론

1. 기존 문헌 연구

1) 기존 논의 요약 및 정리

(1) 무용/동작치료가 뇌졸중 편마비 환자의 불안에 미치는 효과(2008)¹¹⁾

해당 논문은 뇌졸중으로 인한 편마비 환자들은 신체적 기능 상실뿐만 아니라 심리적 불안, 우울과 같은 정신적 증상에 직면하며, 이는 삶의 질 저하로 이어진다. 이에 따라 신체적, 심리적 회복을 동시에 도모할 수 있는 치료적 접근이 요구된다. 문숙정의 연구는 이러한 배경에서 무용/동작치료가 뇌졸중 편마비 환자의 심리적 불안 감소에 미치는 효과를 탐구한 것이다. 이 연구는 서울 소재 노인 재활 전문 병원에서 뇌졸중 편마비 환자 18명을 모집하여 실험집단(9명)과 통제집단(9명)으로 나누고, 신체이완 기법을 활용한 무용/동작치료 프로그램을 실험집단에 적용하였다. 치료는 12회기로, 주 1회 60분씩 진행되었으며, 환자의 안전을 위해 간호사와 함께 실시되었다. 프로그램은 주로 신체와 심리적 긴장을 완화시키고 정서를 안정시키는 데 중점을 두었으며, 구체적으로는 호흡 인식, 긴장 완화, 근육 이완과 같은 단계적 기법을 포함했다.

연구 결과, 무용/동작치료를 받은 실험집단의 심리적 불안 점수가 통제집단에 비해 유의미하게 감소하였고, 이는 신체적 이완과 심리적 안정이 정서적 안정을 도모하는 데 효과적임을 시사한다.

또한 치료 과정에서 환자들은 정서 표현과 감정의 통찰을 경험하며, 불안 감소뿐만 아니라 신체적 균형 회복 및 일상생활 적응력 향상에서도 긍정적인 변화를 보였다. 이 연구는 무용/동작치료가 단순히 신체 재활에 국한되지 않고, 환자의 내면적 안정과 심리적 회복을 통합적으로 지원할 수 있는 중요한 치료적 접근법임을 보여준다.

특히 불안을 줄이고 자아를 회복시키는 비언어적 정서표출의 과정은 환자들에게 새로운 동기부여와 희망을 제공했다는 점에서 그 의의를 가진다. 따라서 이 연구는 신체적 치료와 더불어 심리적, 정서적 치유를 포함하는 통합적 재활 프로그램 개발의 필요성을 시사하며, 무용/동작치료의 정서적 측면에서의 활용 가능성을 강조한다.

11) 문숙정. (2008). 「무용/동작치료가 뇌졸중 편마비 환자의 불안에 미치는 효과」 (석사학위논문). 서울여자대학교 특수치료전문대학원.

(2) 만성뇌졸중환자를 위한 무용동작치료프로그램 개발과 그 적용이 자세조절능력과 우울감 및 삶의 질에 미치는 영향(2017)¹²⁾

해당 논문은 뇌졸중 환자들이 겪는 운동 능력 저하, 우울증, 삶의 질 저하 문제를 해결하기 위한 연구로, 만성 뇌졸중 환자를 대상으로 한 무용동작치료 프로그램의 효과를 심리적, 정신적 측면에서 분석하였다.

연구는 15명의 만성 뇌졸중 환자를 무용동작치료그룹(중증/경증)과 비치료그룹으로 나누어 8주 동안 주 2회, 회당 50분의 치료를 진행하였다. 프로그램은 Feldenkrais Method를 참고하여 신체적 회복과 심리적 안정성을 동시에 도모하도록 설계되었으며, 환자들의 신체 긴장을 줄이고 정서적 표현을 촉진하는 동작으로 구성되었다. 무용동작치료 프로그램 적용은 요양병원과 데이케어센터에서 각각 주 강사 1인, 보조강사 2인 등 3명의 지도자가 1주일에 2회, 1회에 50분씩 8주간 실시하였다.

연구 결과, 무용동작치료는 만성 뇌졸중 환자의 신체적 회복뿐 아니라 심리적 안정과 삶의 질 향상에 효과적임을 확인하였다. 중증 환자들은 이동 능력과 자기간호 능력이 개선되었고, 경증 환자들은 가족과 사회적 역할 수행에서 긍정적인 변화를 경험하였다. 특히, 우울감 감소와 가족 역할 개선은 재활 과정에서 중요한 동기부여 요소로 작용하였다.

홍미성의 연구는 무용동작치료가 신체적 회복을 넘어 심리적 안정과 정서적 치유를 통합적으로 지원할 수 있는 치료법임을 실증적으로 보여준다. 또한, 이 연구는 환자의 삶의 질을 높이고 재활 과정에서 동기를 부여할 수 있는 통합적 치료 접근의 중요성을 강조하며, 무용동작치료가 재활 프로그램의 핵심 구성 요소로 자리 잡을 가능성을 제시하였다.

(3) Clinical study of dance art therapy on hospitalized patients with chronic schizophrenia(2024)¹³⁾

해당 논문은 만성 정신분열증 환자에 대한 무용 예술 치료(DMT)의 효과를

12) 홍미성. (2017). 「만성뇌졸중환자를 위한 무용동작치료프로그램 개발과 그 적용이 자세조절능력과 우울감 및 삶의 질에 미치는 영향」. 한국체육학회지, 56(5), 589-605.

13) Kong, Y., Min, H., Zhu, X., Zhang, L., & Hu, J. (2024). 「Clinical study of dance art therapy on hospitalized patients with chronic schizophrenia. Medicine,」 103(24), e37393. Retrieved from https://journals-lww-com-ssl.access.ewha.ac.kr/md-journal/fulltext/2024/06140/clinical_study_of_dance_art_therapy_on.64.aspx.

탐구한 연구이다. 연구는 2019년 6월부터 2020년 6월까지 상하이 푸둥 신구 정신 건강 센터에서 수행되었으며, 120명의 남성 환자를 무작위로 intervention 그룹(60명)과 control 그룹(60명)으로 나누어 진행되었다. intervention 그룹은 표준 약물 치료와 간호를 받는 동시에, 주 2회 90분씩 무용 치료를 받았다. 무용 치료는 간호 중재의 연장선에서 실시되었으며, 환자의 신체활동을 증진시키는 동시에 정서적 표현과 자기이해를 강화하는 프로그램으로 구성되었다. 치료 효과는 6주와 12주 후에 PANSS, WCST, MoCA, BMI 등의 척도를 통해 측정되었다.

연구 결과, intervention 그룹은 PANSS 점수가 유의미하게 감소하였고, WCST와 MoCA에서도 인지 기능이 개선되었다. BMI는 두 그룹 모두 감소하였으나, intervention 그룹에서 더 뚜렷한 감소가 나타났다. 이 연구는 DMT가 만성 정신분열증 환자의 임상 증상을 완화하고 인지 기능을 향상시키며 신체 건강을 증진시키는 데 효과적임을 보여준다.

이 연구는 DMT가 만성 정신분열증 환자의 임상 증상을 완화하고 인지 기능을 향상시키며 신체 건강을 증진시키는 데 효과적임을 시사한다. 특히, DMT는 환자들이 언어 이외의 방법으로 감정을 표현할 수 있게 하여, 사회적 상호작용을 촉진하고 정서적 안정감을 제공하는 데 기여한 것으로 보인다.

결론적으로, DMT는 전통적인 약물 치료와 함께 적용될 때, 만성 정신분열증 환자의 심리적 및 신체적 회복에 긍정적인 영향을 미치는 중요한 치료 방법임을 제시하고 있다.

연구자	대상	치료기간 및 횟수	치료 방법	주요 결과	의의
홍미성	만성 뇌졸중 환자	8주간 주 2회, 회당 50분	Feldenkrais Method 기반 무용 동작 치료	신체 기능 회복, 심리적 안정, 우울감 감소, 가족 관계 개선	무용치료가 뇌졸중 환자의 삶의 질 향 상에 기여
문숙정	편마비 뇌졸중 환자	12회, 주 1회, 회당 60분	신체 이완 기법 활용 무용치료	심리적 긴장 완화, 불안 점수 감소, 비언어적 정서 표출	무용치료가 불안 감 소 및 내면적 회복 에 효과적임을 입증
Yan Kong	만성 정신 분열증 남성 환자	6주간 주 2회, 회당 90분	정서적 표현 과 자기이해 강화 무용치료	PANSS, WCST, MoCA 척도에서 유의미한 향상	정신과적 질환 관리 에서 비약물적 보조 치료법으로서 가능 성 확인

(4) 소매틱스(Somatics)에 관한 국내 연구 현황 및 경향 분석: - 움직임 교육 방법

론을 중심으로(2006)¹⁴⁾

해당 논문의 필자 전미현은 해당 논문에서 소매틱스의 개념과 발전 배경을 살펴보고, 다양한 움직임 훈련법들이 왜 소매틱스라는 용어에 통합될 수 있는지를 밝히고자 하였다. 이는 소매틱스라는 분야가 한국 무용학 연구에서 새로운 영역으로 자리 잡아가는 과정을 이해하는 데 중요한 의미가 있다. 아울러, 필자는 국내 소매틱스 관련 분야의 연구 현황 및 경향을 분석하는 것도 두 번째 목적 중 하나로 삼았다. 이러한 분석을 통해 소매틱스 연구가 앞으로 나아갈 방향과 가능성을 제시하고, 무용 교육 및 치료에 기여할 수 있는 다양한 방법론을 모색하는 기회를 제공하고자 하였다.

이 연구는 소매틱스 방법론이 움직임 교육 및 치료 분야에서의 적용 가능성을 중심으로 진행되었으며, 총 21개의 관련 논문을 분석 대상으로 삼았다. 1998년부터 2006년 6월까지 발표된 5개의 주요무용학회지를 대상으로 문헌논문 14편, 실험논문 7편 총 21편의 소매틱스 관련 논문들을 선별하여 진행하였다.

먼저, 필자는 과거의 무용 교육 방식이 도제 시스템에 의존해 왔음을 지적하였다. 이러한 전통적인 방법은 무용 수업에서 스승의 움직임을 단순히 모방하고 반복하는 형태로 이루어져 왔으며, 이는 무용가들이 자신의 신체적 조건과 특성을 고려하지 않은 채 다른 사람의 방식만을 따르게 되는 문제점을 발생시킬 수 있음을 강조하였다. 이를 통해, 필자는 많은 무용가들이 비효율적인 움직임 패턴을 지속함으로써 만성적인 무용 상해에 노출될 위험이 있다는 점을 밝혀내었다.

소매틱스라는 개념은 1970년대 미국에서 등장한 이후, 움직임의 과학적인 훈련법으로 국내에서도 점차 그 관심이 높아지고 있으며, 이는 웰빙 문화와도 밀접한 연관이 있음을 설명하였다. 필자는 이 연구가 소매틱스의 이론과 방법론이 무용 교육 및 치료 분야에서 효과적으로 활용될 가능성을 제시하며, 앞으로의 연구가 더욱 확대될 것이라고 전망하였다.

특히, 필자는 소매틱스가 무용과 심리적 상태 사이의 상호작용을 중요시할 것을 강조하였다. 그는 이러한 명제 아래, 심상이나 이미지 트레이닝이 움직임 수행자의 심리적 상태를 조절하긴 하지만, 실제 움직임의 경험을 대체할 수는 없다는 점을 분명히 하였다. 人間은 소마(soma)로서 유기체이며, 그 정신과 신체는 상호작용의 관계

14) 전미현. (2006). 「소매틱스(Somatics)에 관한 국내 연구 현황 및 경향 분석: 움직임 교육 방법론을 중심으로」. 한국무용기록학회, 11, 139-156.

속에 존재한다는 것이다.

결론적으로, 필자는 소매틱스 연구가 한국 무용계에서 활발히 진행되고 있으며, 이 분야의 연구가 앞으로도 질적, 양적으로 발전할 가능성이 크다고 주장하였다. 이는 궁극적으로 무용가들이 건강을 유지하고 상해를 예방하는 데 도움이 될 것이라고 기대하였다. 소매틱스가 제공하는 새로운 접근법은 무용 교육 및 치료의 새로운 방향을 제시하며, 향후 연구자들에게 의미 있는 주제가 될 것이라고 보았다.

(5) 미국 무용치료 커리큘럼 분석을 통한 국내 무용치료 발전과제(2019)¹⁵⁾

이 논문에서 필자는 미국의 무용치료 대학원 커리큘럼을 분석하여 국내 무용치료 교육의 현황을 진단하고, 앞으로 나아갈 방향을 모색하는 것을 목적으로 하고 있다. 필자는 현대 심리치료가 언어적 접근 방식의 한계를 극복하기 위해 신체와 정신의 통합을 중요하게 여기면서 무용동작치료가 발전해왔다고 설명한다. 특히, 무용동작치료는 신체 움직임이 내적 감정을 반영하며, 이를 통해 정신적 건강을 향상시킬 수 있다는 점에서 주목받고 있다.

논문에서는 미국과 한국의 무용치료 교육과정을 비교 분석하는데, 미국의 경우 무용동작치료협회(ADTA)의 체계적인 인증을 통해 전문 무용치료사를 양성하는 반면, 한국은 아직까지 이러한 시스템이 부족하다고 지적한다. 미국에서는 무용치료 교육과정이 다학제적 접근을 기반으로 하고 있으며, 심리학, 신경과학, 상담학 등의 분야와 연계된 커리큘럼을 운영하고 있다. 또한, 학생들은 철저한 임상실습과 평가 과정을 거쳐 실무 능력을 배양할 수 있도록 교육받는다.

반면, 국내의 무용치료 교육과정은 심리학 기반의 이론 교육에 초점이 맞춰져 있고, 미국과 같은 체계적인 임상실습 과정이 부족하다는 한계가 있다. 특히, 무용치료를 전공한 학생들이 직접 실습기관을 찾아야 하는 현실적인 어려움이 있으며, 병원 및 치료기관과의 연계가 미흡하여 실질적인 임상 경험을 쌓기 어렵다는 점이 문제로 지적된다.

필자는 이러한 문제를 해결하기 위해 몇 가지 제안을 한다. 첫째, 무용치료가 다학제적 융합학문이라는 점을 고려하여 심리학, 의학, 사회학 등의 기초 과목과 연계된 교육이 이루어져야 한다. 둘째, 대학과 지역사회, 병원과의 협력을 강화하여 체계

15) 이경희. (2019). 「미국 무용치료 커리큘럼 분석을 통한 국내 무용치료 발전과제」. 대한무용학회, 77(5), 187-203.

적인 실습 환경을 조성해야 한다. 셋째, 무용치료사는 움직임뿐만 아니라 다양한 예술 매체를 활용한 심리치료적 접근법을 익힐 필요가 있으며, 이를 위해 통합 예술치료 교육이 필요하다고 강조한다.

결국, 무용치료가 단순한 무용교육이 아니라 신체적·정서적·인지적 통합을 목표로 하는 심리치료의 한 분야로 자리 잡기 위해서는 전문적인 교육과 실습 시스템이 마련되어야 한다고 결론짓는다.

(6) 한국과 미국 대학원의 무용치료 교육과정 비교 연구(2010)¹⁶⁾

해당 논문에서 필자는 한국과 미국 대학원의 무용치료 교육과정을 비교 분석하여 국내 무용치료 교육의 발전 방향을 모색하는 것을 목적으로 한다. 현대사회에서 예술치료는 점차 중요한 역할을 하고 있으며, 그중에서도 무용치료는 움직임을 통해 개인의 감정을 표현하고 심리적 치료를 돕는 분야로 자리 잡고 있다. 특히, 무용치료는 1940년대 미국에서 시작되어 체계적으로 발전했으며, 현재는 다양한 대학원에서 전문 치료사를 양성하는 교육과정을 운영하고 있다.

논문은 한국과 미국 대학원의 무용치료 교육과정을 비교하여 그 차이점을 분석한다. 미국에서는 무용치료 교육이 체계적으로 확립되어 있으며, 이론과 실습을 균형 있게 포함한 커리큘럼을 제공한다. 또한, 미국무용치료협회(ADTA)가 공인하는 자격증 제도를 통해 무용치료사의 전문성을 보장한다. 반면, 한국의 경우 무용치료 교육 과정이 아직 체계적으로 정립되지 않았으며, 교육 내용이 통합적이거나 일반론에 그치는 경우가 많다. 또한, 학점 이수 요구 사항도 미국(평균 60학점)에 비해 한국(30학점)은 절반 수준에 머물러 있으며, 국가적 차원의 공인된 자격증 제도가 부재한 상황이다.

필자는 이러한 차이를 극복하기 위해 몇 가지 개선 방안을 제안한다. 첫째, 무용치료 교육과정의 다양성과 실용성을 강화하고, 전문성을 높이기 위해 이수 학점을 확대해야 한다. 둘째, 국가적 차원의 자격증 제도를 마련하여 무용치료사의 전문성을 공인하고 인증해야 한다. 셋째, 보다 체계적인 임상 실습 환경을 조성하고, 대학과 지역사회 및 병원의 협력을 강화해야 한다.

결론적으로, 필자는 무용치료가 단순한 무용 교육을 넘어 심리치료의 한 분야

16) 이선미. (2010). 「한국과 미국 대학원의 무용치료 교육과정 비교 연구」(석사학위논문). 이화여자대학교 대학원.

로 자리 잡기 위해서는 보다 전문적인 교육과 실습 시스템이 마련되어야 한다고 주장한다. 이를 위해 국내 무용치료 교육기관들은 미국의 체계적인 교육 모델을 참고하여 보다 심층적인 연구와 실무 중심의 커리큘럼을 도입할 필요가 있다고 강조한다.

(7) Dance Therapy Today: An Overview of the Profession and Its Practice Around the World(2022)¹⁷⁾

필자는 본 논문에서 전 세계 무용치료(Dance Movement Therapy, DMT)의 발전 과정과 현황을 분석하며, 각 지역별 차이점과 과제를 논의한다. 무용치료는 1940년대 미국에서 시작되어 현재 대부분의 국가에서 시행되고 있으며, 전문 협회와 교육과정이 운영되고 있다. 그러나 일부 국가에서는 여전히 대학 기반의 공인된 교육과정이 부족하고, 치료사 수가 적어 실질적인 임상 경험을 쌓기 어려운 현실이다.

무용치료의 발전 과정은 지역별로 차이가 있다. 아시아에서는 전통적인 신체-정신 통합 개념과 결합되어 발전하였으며, 한국, 중국, 일본 등에서 서구의 이론을 기반으로 한 교육과정이 점차 정착되고 있다. 오세아니아에서는 호주와 뉴질랜드가 비교적 체계적인 교육과 협회를 운영하며, 유럽에서는 다양한 심리치료 기법과 결합된 형태로 발전했다. 북미에서는 미국이 무용치료의 중심지로, 1966년 미국무용치료협회(ADTA) 설립 이후 전문 교육과 인증 시스템이 확립되었다. 반면, 중남미와 아프리카에서는 공식적인 교육과정과 치료사 네트워크가 아직 부족하지만 점진적으로 성장하고 있다.

필자는 무용치료가 보다 체계적으로 발전하기 위해 몇 가지 방향을 제시한다. 첫째, 대학 기반의 교육과정 확대와 공인된 자격증 제도를 마련해야 한다. 둘째, 실습 기회를 늘려 치료사들이 실무 경험을 충분히 쌓을 수 있도록 해야 한다. 셋째, 무용치료가 각국의 문화적 배경과 융합될 수 있도록 다양한 접근 방식을 개발해야 한다. 마지막으로, 국제적인 협력을 강화하여 무용치료의 표준화된 교육과 연구를 발전시켜야 한다.

결론적으로, 필자는 무용치료가 단순한 신체적 활동을 넘어 심리치료의 한 분야로 자리 잡기 위해서는 보다 체계적인 교육과정과 정책적 지원이 필요하다고 주장한다. 이를 위해 각국의 무용치료 협회와 교육기관이 협력하여 연구를 활성화하고, 임

17) Dunphy, K., Federman, D., Fischman, D., Gray, A., Puxeddu, V., Zhou, T. Y., & Dumaresq, E. (2022). 「Dance therapy today: An overview of the profession and its practice around the world. Creative Arts in Education and Therapy」, 7(2), 158-186.

상 실습을 강화하며, 국제적인 네트워크를 구축하는 것이 필수적이라고 강조하며 마무리한다.

(8) 정신건강을 위한 인공지능 활용과 유망 서비스(2020)¹⁸⁾

해당 논문에서 필자는 현대 사회에서 정신건강 문제가 심각하게 증가하고 있으며, 인공지능(AI)이 이를 예방하고 진단하며 치료하는 데 효과적으로 활용될 수 있음을 주장했다. 경제적 양극화, 개인화 증가, 사회적 복잡성 증대 등으로 인해 우울증, 불안장애, 자살률 상승과 같은 정신질환이 증가하고 있으며, 이러한 문제를 해결하기 위해 보다 체계적인 대응책이 필요하다고 강조했다. AI 기술은 감성컴퓨팅, 감성증강, 뇌공학, 바이오인포매틱스, 인간-컴퓨터 상호작용(HCI) 등과 결합하여 정신건강 관리에 활용될 가능성이 크다고 보았다.

필자는 정신건강 분야에서 AI가 적용되는 주요 연구 동향을 분석하고, AI를 활용한 정신질환 예방, 진단, 치료 및 사후관리의 가능성을 검토했다. 특히, AI 기반 감성컴퓨팅 기술을 활용하면 웨어러블 기기나 스마트 디바이스를 통해 생체 신호, 표정, 언어 패턴 등을 분석하여 정신건강 이상을 조기에 감지할 수 있다고 설명했다. 또한, AI 챗봇이나 디지털 치료제 등의 도입으로 정신질환 환자들이 보다 접근하기 쉬운 치료 서비스를 받을 수 있는 환경이 조성될 수 있음을 강조했다.

구체적인 사례로, AI가 정신건강 진단 및 치료에 적용된 글로벌 연구 동향을 소개하며, 미국, 유럽, 한국 등에서 AI 기반 정신건강 서비스가 개발되고 있음을 설명했다. 예를 들어, 미국에서는 국립보건원(NIH)과 MIT, 뉴욕대 등이 스마트 디바이스 및 SNS 데이터를 활용하여 정신질환을 진단하는 연구를 진행하고 있으며, 한국에서도 AI 기반 자살 위험 예측 및 정신건강 상담 기술이 개발되고 있다고 언급했다.

결론적으로, 필자는 AI가 정신건강 증진을 위한 중요한 도구로 자리 잡을 가능성이 크며, 이를 보다 효과적으로 활용하기 위해서는 데이터 확보, 연구개발 투자, 윤리적 문제 해결이 필요하다고 강조했다. 또한, AI를 활용한 정신건강 관리의 부작용을 최소화하고, AI 의존성을 줄이면서도 보다 효과적인 치료법을 개발하는 방향으로 연구가 지속되어야 한다고 제안했다.

18) Electronics and Telecommunications Trends. (2020). 「정신건강을 위한 인공지능 활용과 유망 서비스. Electronics and Telecommunications Trends」, 35(6), 12-23. Retrieved from <http://dx.doi.org/10.22648/ETRI.2020.J.350602>.

(9) Virtual Reality in Dance/Movement Therapy: An Informed Practice Approach and Application with College Students(2021)¹⁹⁾

해당 논문에서 필자인 Bigbee는 가상 현실(Virtual Reality, VR)이 무용/동작 치료(Dance Movement Therapy, DMT)에서 정신 건강 문제와 스트레스 완화에 어떻게 활용될 수 있는지를 분석했다. 필자는 VR은 몰입감 있는 환경을 제공하여 내담자가 자신의 감정을 보다 적극적으로 탐색하고 표현하도록 돕는 역할을 할 수 있다고 주장하며 특히 대학생의 정체성과 정신 건강 문제 해결에 기여할 가능성을 제시한다. 불안장애 치료에서는 DEEP 프로그램(바이오피드백 기반 호흡 훈련 프로그램)을 사례로 제시하며, VR이 호흡 훈련과 명상을 통해 불안 조절을 돕는 역할을 한다는 점을 강조했다. 8~13세 아동을 대상으로 한 연구에서 DEEP 사용 후 불안 수준이 유의미하게 감소한 것으로 나타나, VR이 정서적 안정감과 자기 조절을 지원하는 효과적인 도구가 될 수 있음을 시사했다.

PTSD 치료에서는 VR 기반 노출 치료의 효과를 설명하며, 베트남 전쟁 참전 용사와 9/11 생존자를 대상으로 한 연구에서 PTSD 증상이 각각 34%, 90% 감소한 사례를 소개했다. 이를 통해 VR이 현실에서 직접 노출하기 어려운 환경을 가상으로 재현하여 보다 안전한 방식으로 치료를 진행할 수 있음을 보여준다.

또한, VR과 DMT의 융합 가능성을 탐색하며, 미러링(Mirroring) 기법을 가상 환경에서 활용할 수 있다는 점을 논의했다. 연구에 따르면, 아바타의 비언어적 움직임이 사용자에게 영향을 미쳐 감정 표현과 공감 형성을 유도할 수 있었다. 이는 VR을 이용해 내담자의 정서적 교감을 증진시키는 새로운 방법이 될 수 있음을 보여준다. 이와 함께 코로나19 이후 원격 치료(Telehealth)의 중요성이 커지면서, VR이 장거리 치료의 대안으로 활용될 수 있다는 점도 강조했다. 원격 치료는 치료 접근성을 높이는 장점이 있지만, 기술적 제약과 동작 관찰의 한계가 있다는 단점도 존재한다.

마지막으로, 필자는 VR 기반 DMT의 가능성을 높이기 위해 Wired Gloves, Wands, Microsoft Kinect 등의 기술적 도구를 활용할 것을 제안했다. 이러한 장비들은 내담자의 움직임을 보다 자연스럽게 구현하고, 치료 효과를 높이는 데 기여할 수 있다. 필자는 VR이 기존 DMT의 한계를 보완하고 보다 몰입적인 치료 환경을 제공할 수 있는 도구로 자리 잡을 가능성이 크다고 결론지으며, 향후 보다 체계적인 연

19) Bigbee, A. (2021). 「Virtual reality in dance/movement therapy: An informed practice approach and application with college students (Master's thesis)」. Drexel University. Retrieved from <https://doi.org/10.17918/00001550>.

구와 표준화된 치료 지침이 필요하다고 주장했다.

2) 기존 연구의 한계점

기존 연구들은 무용/동작치료(DMT), VR 및 AI 기반 정신건강 치료가 신체적·정신적 회복에 긍정적인 영향을 미친다는 점을 입증해왔다. 뇌졸중 환자, 정신분열증 환자, PTSD 환자 등을 대상으로 무용치료의 효과성을 검증하였으며, VR 기반 PTSD 치료 및 AI 활용 정신건강 관리의 가능성을 분석했다. 또한, 소마틱스(Somatics) 연구를 통해 움직임 교육과 신체 인식 향상이 무용치료 및 재활 과정에서 중요한 역할을 할 수 있음을 강조했다. 한국과 미국의 무용치료 교육과정을 비교한 연구에서는 한국의 교육 과정이 실습과 임상 경험이 부족하고, 자격 인증 시스템이 미비하다는 점을 지적했다. 그러나 이러한 연구들은 몇 가지 중요한 한계를 내포하고 있다.

첫째, 한국의 무용치료 교육 과정의 질이 여전히 낮으며, 제도적 개선이 이루어지지 않았다. 기존 연구에서 한국과 미국의 무용치료 교육과정을 비교한 바 있으며, 특히 "한국과 미국 대학원의 무용치료 교육과정 비교 연구(2010)" 및 "미국 무용치료 커리큘럼 분석을 통한 국내 무용치료 발전과제(2019)" 논문에서 미국의 체계적인 무용치료사 양성 시스템과 비교하여 한국의 교육이 부족하다는 점을 지적하였다. 미국의 경우, 무용치료사 양성을 위해 무용/동작치료협회(ADTA)의 인증을 받은 석사 과정을 필수적으로 이수해야 하며, 심리학·신경과학·사회복지 등과 연계된 다학제적 커리큘럼이 제공된다. 또한, 대학원 과정에서 최소 700시간 이상의 임상 실습을 요구하여 치료사가 실질적인 경험을 쌓을 수 있도록 한다. 반면, 한국의 경우 공식적인 자격 인증 제도가 부재하며, 대학마다 교육 내용이 상이하고, 실습 과정이 체계적으로 마련되지 않았다. 국내의 무용치료 교육과정이 여전히 심리학 기반의 이론 교육에 초점이 맞추어져 있다는 점은 미국의 다학제적 교육 과정과 대비된다. "미국 무용치료 커리큘럼 분석 연구"에서도 이러한 문제를 제기하며, 한국 내 무용치료 전공자들이 실습 기관을 직접 찾아야 하는 어려움이 있으며, 병원 및 심리 치료 기관과의 연계 부족으로 인해 임상 경험을 충분히 쌓기 어렵다는 점을 한계로 지적하였다. 이로 인해 한국의 무용치료사들은 전문성을 갖추기 어려우며, 무용치료가 의료 시스템 내에서 정식 치료법으로 자리 잡기 어려운 구조적 문제가 지속되고 있다.

둘째, 실제 임상 연구에서 치료 방법이 일관되지 않았다. 기존 연구들은 다양

한 무용치료 기법을 적용했지만, 연구마다 접근 방식이 달라 비교가 어렵고, 최적의 치료 모델을 도출하기 어려운 문제가 있다. 예를 들어, "무용/동작치료가 뇌졸중 편마비 환자의 불안에 미치는 효과(2008)" 연구에서는 신체 이완 기법, "만성 뇌졸중 환자를 위한 무용동작치료 프로그램 개발(2017)" 연구에서는 Feldenkrais Method, "Clinical study of dance art therapy on hospitalized patients with chronic schizophrenia(2024)" 연구에서는 정서적 표현 강화 기법을 활용했다. 또한, 연구마다 세션 빈도, 치료 기간, 참여자의 특성이 다르며, 치료법 간 비교 연구가 부족하여 최적의 방법을 검증하기 어렵다. 예를 들어, 한 연구에서는 주 1회, 총 12회기, 또 다른 연구에서는 주 2회, 6~12주간 치료를 시행하는 등 적용 방식이 다르다. 이러한 차이로 인해 특정 치료법이 다른 방법보다 더 효과적인지, 또는 치료 빈도와 기간이 결과에 미치는 영향을 체계적으로 분석하는 연구가 부족한 실정이다.

셋째, 문화적 다양성을 고려한 연구가 미비하다. 무용치료 및 VR 기반 PTSD 치료 연구들은 주로 미국과 유럽의 연구를 기반으로 진행되어 왔으며, 해당 연구들은 대상자의 문화적 배경을 반영한 치료 기법을 적용하는 방식으로 발전해왔다. 하지만 한국에서는 이러한 접근이 부족하며, 미국 및 서구 중심으로 설계된 치료법을 그대로 도입하는 방식이 대부분이다. "Virtual Reality in Dance Movement Therapy(2021)" 연구에서는 VR을 활용한 PTSD 치료 사례로 베트남 전쟁 참전용사 및 9/11 생존자를 대상으로 한 노출 치료를 소개하며, PTSD 증상이 각각 34%, 90% 감소했다는 연구 결과를 제시하였다. 그러나 이러한 연구는 한국의 실정과 맞지 않으며, 한국 사회에서 PTSD를 겪는 주요 대상자에 대한 연구가 부족하다는 한계를 보인다. 또한, 무용치료는 문화적 배경에 따라 정서 표현 방식이나 치료 접근법이 달라질 수 있음에도 불구하고, 한국적인 정서 및 문화적 요소를 반영한 무용치료 프로그램이 개발되지 않은 점이 문제로 지적된다. 서구 사회에서는 무용치료가 개방적인 정서 표현을 유도하는 방식으로 진행되는 경우가 많지만, 한국에서는 비교적 간접적인 방식으로 감정을 표출하는 경향이 강하기 때문에, 동일한 치료법이 한국 환자들에게 적절하게 적용될 것인지에 대한 연구가 필요하다.

넷째, 정책적·제도적 연구가 부족하여 한국의 의료 시스템에서 실제 적용이 어렵다. 기존 연구들은 무용치료나 VR·AI 기반 치료의 효과성을 강조하지만, 이 치료법들이 한국의 의료 시스템 및 법적·제도적 환경에서 어떻게 자리 잡을 수 있는지에 대한 분석이 거의 없다. 미국에서는 일부 주에서 무용치료가 공식적인 정신건강 치료

법으로 인정받아 의료보험 적용이 가능하지만, 한국에서는 공식적인 치료법으로 인정되지 않아 건강보험 적용이 불가능하고, 이에 따라 병원 및 치료 기관에서 무용치료를 적극적으로 도입하기 어려운 실정이다. "미국 무용치료 커리큘럼 분석 연구(2019)"²⁰⁾에서도 미국에서는 무용치료사가 공식적인 치료사로 인정받아 정신과 및 재활 치료 팀의 일원으로 활동하는 반면, 한국에서는 무용치료가 개별적인 프로그램 형태로 운영되며, 의료 전문가들과 협업할 수 있는 구조가 부족하다는 점을 지적했다. 또한, "정신건강을 위한 인공지능 활용과 유망 서비스(2020)"²¹⁾ 연구에서는 AI 기반 정신건강 관리 시스템이 한국에서도 도입될 가능성이 높다고 분석했지만, AI 활용 치료의 법적 근거 마련 및 공공의료 시스템에서의 활용 방안에 대한 연구가 부족하여, 실제 정책으로 연결되지 못하고 있다는 점을 한계로 지적된다.

3) 본 연구의 기여 방향성 및 기대효과

학생 신분으로서 실제 임상 환자들을 대상으로 표준화된 방법과 자료를 활용한 양적 연구를 조직하고 실행하는 것은 현실적으로 어려운 과제이다. 무용치료의 효과를 보다 정밀하게 검증하기 위해서는 대규모 환자군을 대상으로 한 장기적인 임상 연구가 필요하며, 이를 위해서는 연구 설계, 치료 적용, 데이터 수집 및 분석을 위한 상당한 자원과 기관의 협력이 요구된다. 그러나 본 팀의 연구는 두 가지의 한계를 극복하리라 기대한다.

첫째, 한국의 무용치료 교육과정을 실무 중심으로 개선하기 위해, 기존 연구에서 무용치료사 양성 교육이 체계적으로 이루어지는 대표적인 기관으로 언급된 Drexel University를 방문하여, 문서화되지 않은 현장 정보를 확보할 예정이다. 특히, 해당 대학의 교수진 및 졸업한 치료사들과의 면담을 통해 무용치료 교육과정의 구성, 임상 실습 환경, 학생들이 직면하는 도전 과제 및 실무에서 요구되는 핵심 역량 등을 심층적으로 분석하고자 한다. 이를 통해 현재 이론 교육에 치우쳐 있는 한국의 무용치료 교육과정을 보다 실무 중심으로 개편할 수 있는 방향성을 제시할 계획이다.

둘째, 무용치료 과정에서 문화적 다양성을 반영하는 전략을 모색하기 위해,

20) 이경희. (2019). 「미국 무용치료 커리큘럼 분석을 통한 국내 무용치료 발전과제」. 대한무용학회, 77(5), 187-203.

21) Electronics and Telecommunications Trends. (2020). 「정신건강을 위한 인공지능 활용과 유망 서비스」. Electronics and Telecommunications Trends, 35(6), 12-23. Retrieved from <http://dx.doi.org/10.22648/ETRI.2020.J.350602>.

Philadelphia에 위치한 The Behavioral Wellness Center at Girard를 방문하여, 다문화적 요소를 고려한 치료 프로그램을 직접 참관하고 분석할 예정이다. 예를 들어, Torre De La Raza - Tower of the People (TDLR) 프로그램은 언어 및 문화적 배경에 따른 치료 접근 방식을 적용하고 있으며, Women Helping Other Women(WHOW) 프로그램은 여성들이 경험하는 특수한 심리·사회적 문제를 반영한 맞춤형 치료 모델을 운영하고 있다. 본 연구팀은 이러한 프로그램을 심층적으로 조사하고, 치료사 및 환자들과의 인터뷰를 통해 문화적 배경과 사회적 요인을 고려한 무용치료 모델을 분석하여, 한국적 맥락에 적합한 적용 방안을 도출하고자 한다.

2. 연구 방법 제시

1) 현지 조사 및 전문가 인터뷰의 필요성

현재 한국에서는 무용치료가 대중화되지 않았으며, 체계적인 교육과정과 제도적 지원이 미비하여 임상에서의 활용이 제한적이다. 국내 대학에서 무용치료 관련 전공 과정이 거의 개설되지 않았고, 이를 전문적으로 연구하거나 임상적으로 적용할 수 있는 전문가 양성 시스템도 부족한 상황이다. 또한, 무용치료의 치료적 효과에 대한 국내 연구가 제한적이어서 객관적인 데이터 기반의 치료 모델을 구축하는 데 어려움이 있다. 이로 인해 무용치료가 정신 건강 치료의 한 분야로 자리 잡지 못하고 있으며, 의료 기관에서도 무용치료를 정식 치료법으로 인정하는 사례가 드물다.

반면, 미국에서는 무용치료가 정신 건강 회복을 위한 중요한 치료법으로 활용되고 있다. 미국무용치료협회(ADTA)와 같은 기관에서는 무용치료사 자격 인증 제도를 운영하며, Drexel University와 같은 대학에서는 체계적인 무용치료 교육과정을 통해 전문 치료사를 양성하고 있다. 또한, 병원, 재활센터, 정신과 클리닉 등에서 무용치료가 임상적으로 적용되고 있으며, 파킨슨병 환자를 위한 Mark Morris Dance Group의 Dance for PD 프로그램과 같은 성공적인 사례도 존재한다. 미국에서는 무용치료가 심리치료 및 신경과학과 결합하여 PTSD(외상 후 스트레스 장애) 치료, 자폐 스펙트럼 장애 치료 등 다양한 분야에서 연구되고 있으며, 치료 효과를 입증하는 임상 연구도 활발하게 진행 중이다. 이러한 환경 속에서 무용치료는 단순한 예술 활동이 아니라 과학적 근거를 갖춘 치료법으로 자리 잡고 있으며, 이를 활용한 맞춤형 치료 프로그램도 개발되고 있다.

따라서, 한국 내 무용치료의 실질적인 도입을 위해서는 무용치료가 제도적으

로 정착된 미국의 사례를 직접 조사하고, 이를 통해 효과적인 적용 방안을 도출하는 것이 필수적이다. 미국에서 성공적으로 운영되고 있는 무용치료 프로그램의 설계 원리와 치료 효과를 분석하고, 실제 임상 현장에서 무용치료가 어떻게 활용되는지를 확인함으로써, 한국에서도 이를 효과적으로 적용할 수 있는 모델을 개발할 수 있다. 또한, 무용치료 전문가와의 인터뷰를 통해 무용치료사 양성과정, 치료 프로그램 운영 방식, 정책적 지원 체계 등에 대한 실질적인 정보를 얻고, 이를 바탕으로 한국 내 도입 방안을 구체화할 필요가 있다.

특히, 무용치료와 인공지능(AI), 신경과학, 심리치료 등의 융합 가능성을 연구하는 것은 무용치료의 효과를 객관적으로 분석하고, 치료 방법을 최적화하는 데 중요한 역할을 할 수 있다. 미국에서는 AI 기반 움직임 분석, VR 활용 등의 기술이 무용치료에 적용되고 있으며, 이러한 기술적 접근이 치료 효과를 극대화하는 데 기여하고 있다.

결국, 현지 조사를 통해 무용치료가 제도적으로 정착한 국가들의 사례를 직접 분석하고, 전문가 인터뷰를 통해 실질적인 운영 방안을 탐색하는 것은 한국 내 무용치료의 도입과 활성화를 위한 필수적인 과정이다. 이를 통해 한국의 의료 환경과 문화적 특성에 적합한 무용치료 모델을 개발하고, 무용치료의 효과성을 입증할 수 있는 과학적 근거를 마련함으로써 무용치료가 정신 건강 회복을 위한 중요한 치료법으로 자리 잡을 수 있도록 기여할 것이다.

2) 현지 조사 및 전문가 인터뷰를 통해서 얻을 수 있는 기대효과

미국은 국가 차원에서 무용치료사의 교육과 연구에 많은 노력을 기울이고 있으며, 다양한 기관과 연구소에서 무용치료가 정신 및 신체 건강에 미치는 영향을 분석하고 이를 실무에 적용하고 있다. 본 연구팀은 미국 내 무용치료 관련 주요 기관을 방문하여 현장 조사를 수행하고 전문가 인터뷰를 통해 보다 심층적인 통찰을 얻고자 한다.

(1) Mark Morris Dance Group

Mark Morris Dance Group은 파킨슨병 환자를 위한 전문 무용치료 프로그램인 'Dance for PD'로 널리 알려져 있으며, 무용의 치료적 가치를 극대화하는 데 집중하고 있다. 본 연구팀은 해당 기관에서 진행되는 겨울 Gaga Lab 워크숍에 직접 참여하여 Gaga 테크닉과 수업의 흐름을 체험하였다. 이 워크숍은 전문 무용치료사가

아니더라도 누구나 참여할 수 있는 개방형 프로그램이므로, 다양한 참가자의 특성을 관찰할 수 있었으며, 수업이 어떠한 방식으로 구성되고 진행되는지 파악할 수 있었다. 이를 통해 무용을 활용한 치료적 개입이 실질적으로 어떻게 이루어지는지 분석할 수 있으며, 치료 효과를 극대화할 수 있는 요소를 도출할 수 있다.

(2) Drexel University

Drexel University는 Dance/Movement Therapy 박사과정을 운영하며, 무용을 활용한 치료적 접근을 전문적으로 연구하고 실천할 수 있도록 설계된 심화 교육을 제공하고 있다. 본 연구팀은 해당 프로그램에서 활동하는 Nalini Prakash 교수를 인터뷰하여, 무용치료가 정신건강과 신체적 건강에 미치는 영향을 심층적으로 탐색하였다. 특히, 무용치료를 단순한 치료 도구로 한정하는 것이 아니라 사회적 변화와 문화적 포용성을 촉진하는 수단으로 활용하는 점에 주목하였다. 또한, Drexel University의 독창적인 교육 방식과 임상 적용법을 조사함으로써, 무용치료 전문가 양성 체계 및 임상 적용 방안에 대한 실질적인 지침을 마련할 수 있는 기회를 얻었다.

(3) Laban/Bartenieff Institute of Movement Studies, LIMS

LIMS는 라반 움직임 분석(Laban Movement Analysis, LMA)과 바르테니에프 움직임 원리(Bartenieff Fundamentals)를 기반으로 신체 움직임과 정신적, 정서적 연결을 탐구하는 교육 및 연구 기관이다. 본 연구팀은 LIMS에서 제공하는 무용치료 관련 강의 및 워크숍에 참여하여 프로그램의 구조, 교육 방식, 운영 규모를 파악하였다. 또한, 교육 책임자, 교수 및 재학생과의 인터뷰를 통해 무용치료 교육이 실제 현장에서 어떻게 적용되는지 다각도로 분석할 수 있었다. 이를 통해 무용치료의 학문적 기초뿐만 아니라 임상적 활용 가능성을 보다 구체적으로 이해할 수 있었다.

(4) The Behavioral Wellness Center at Girard

The Behavioral Wellness Center at Girard는 필라델피아에 위치한 대규모 의료 기관으로, 16개의 병동을 갖추고 있으며 필라델피아 지역에서 심각한 사회 문제로 대두되고 있는 마약 중독 환자들을 위한 외래 및 입원 치료 프로그램을 운영하고 있다. 본 연구팀은 이 기관에서 시행하는 예술치료 프로그램, 특히 무용치료 세션에 주목하여 현장 조사를 진행하였다. 병원 내 병동을 투어하며 무용치료가 치료 과정에서 어떻게 활용되는지 관찰하였으며, 무용치료 전문가와 함께 무용치료 세션에 참여하여 실제 적용 사례를 분석하였다. 이를 통해 무용치료사의 역할을 보다 명확하게

이해할 수 있었으며, 임상 환경에서 무용치료가 환자의 신체적·정신적 회복에 미치는 영향을 실증적으로 검토할 수 있었다.

3. 국내 탐사

1) 국내 탐사 내용 정리

미국으로 실질적인 탐사를 떠나기 전, 본 팀은 국내에서 무용과 신체 움직임, 정신 건강과 관련된 전문가들을 인터뷰하여 무용치료의 다양한 적용 가능성을 탐색하고자 했다. 무용치료는 신체적 움직임과 심리적 요소가 결합된 치료법이기 때문에, 이를 보다 깊이 이해하기 위해 신체 움직임 연구와 교육을 담당하는 전문가뿐만 아니라 정신 건강 전문가의 관점도 함께 반영할 필요가 있었다.

본 팀은 무용치료의 학문적, 실천적 접근을 모두 고려하기 위해 다양한 분야의 전문가들을 선정했다. 먼저, 이화여자대학교 무용과의 한혜주 교수님을 인터뷰하여 무용치료의 개념과 예술적·임상적 중요성, 그리고 국내외 무용치료 사례에 대한 견해를 들었다. 이어서, 한국소매틱연구교육원의 홍세희 교수님을 만나 소매틱 움직임과 무용치료의 연계성, 한국에서의 소매틱 접근법 활용 가능성에 대해 논의했다. 마지막으로, 이화여자대학교 간호학과 김다운 교수님과의 인터뷰를 통해 무용치료가 정신건강 및 재활 치료에 미치는 영향을 의료적 관점에서 살펴보았다.

이번 국내 인터뷰를 통해 본 팀은 무용과 움직임이 단순한 예술적 표현을 넘어 심리적 안정과 신체적 재활에 기여할 수 있는 가능성을 확인하고, 무용치료가 보다 체계적으로 연구되고 적용될 수 있는 방안을 고민해볼 수 있었다. 또한, 이를 바탕으로 미국 탐사에서 보다 구체적인 비교 연구를 수행할 수 있도록 방향을 설정하는데 도움을 주었다. 아래는 각 인터뷰 내용을 정리한 것이다.

2) 국내 전문가 인터뷰 내용 정리

이화여자대학교 무용과 한혜주 교수님

이화여자대학교 무용과 교수님이신 한혜주 교수님께서 진행해주신 이번 국내 탐사 인터뷰에서는 무용치료의 필요성과 중요성, 그리고 국내외 사례와 향후 과제에 대해 심도 있는 논의가 이루어졌다. 교수님은 한국에서 무용치료가 아직 인지도와 체계가 부족하며, 보험 적용도 되지 않아 접근성이 낮은 상황임을 지적

하셨습니다. 이에 따라 단순히 심리적 접근만으로 해결하기 어려운 문제들에 대한 대안으로, 움직임과 예술을 통한 효과적인 치료의 필요성을 강조하셨습니다. 특히 무용치료는 약물이나 기존 심리치료보다 더 나은 결과를 보여주는 사례들이 많으며, 유럽이나 서구 사회에서는 이미 활발히 활용되고 있는 반면, 한국은 아직 초기 단계에 머물러 있다고 설명하셨습니다.

교수님은 무용치료를 병리적 상태를 다루는 ‘치료(Therapy)’와 일상적인 치유를 목표로 하는 ‘치유(Healing)’로 구분하여 설명해 주셨습니다. 치료는 병원이나 정신병원 같은 임상 환경에서 전문적인 자격 과정과 체계를 갖춰 진행되는 반면, 치유는 특정 질병이 없더라도 개인의 내면적 상처를 회복하거나 자아를 돌아보는 과정으로 더 폭넓게 적용될 수 있다. 이러한 과정은 예술적 표현을 통해 삶의 질을 높이고 스스로를 치유하는 경험을 제공하며, 일상과 가까운 영역에서 접근성을 높이는 데 기여한다고 덧붙이셨습니다.

해외와 국내 사례를 통한 무용치료의 다양한 접근법과 가능성이 있었다. 예를 들어, 마크 모리스 센터의 파킨슨병 환자를 위한 움직임 치료와 타말파 연구소의 현대 무용과 표현예술 치유 프로그램, 펠덴크라이스 메소드 등은 세계적으로 주목받는 사례들이다. 한국에서는 조기숙 교수님이 운영하시는 한국 소매틱 연구교육원이 대중 교육과 시민 교육을 통해 무용치료의 가능성을 확장하고 있으며, 세월호 사건 당시 학생들의 충격을 치유하기 위해 소매틱 기법을 활용한 프로젝트를 진행했던 사례도 언급해 주셨습니다.

무용치료의 효과에 대해 교수님은 사람의 몸이 트라우마, 기억, 감정 등 다양한 내면적 요소를 포함하고 있어 이를 움직임으로 표현하며 치유하는 과정이 효과적이라고 설명하셨습니다. 무용치료는 언어적 표현 없이도 자신의 상태를 드러낼 수 있어, 고통스러운 기억을 말로 꺼내기 어려운 사람들에게 특히 적합하다. 또한, 무용치료는 사람의 창의성과 내면 세계를 탐구하며 자신과의 관계를 회복하고, 움직임을 통해 주변과의 연결성을 증진시키는 데에도 기여한다고 말씀하셨습니다.

마지막으로 앞으로 무용치료의 활성화를 위해 정신 건강 보험과 같은 제도적 뒷받침이 필요하며, 치료와 치유의 범주를 명확히 정의하고 발전 방향을 설정해야 한다고 제언하셨습니다. 더불어, 무용치료의 효과성과 필요성을 알리고 이를 기반으로 한 프로그램과 교육을 강화하여 인식을 확산시키는 노력도 필요하다. 이번 인터뷰를 통해 교수님은 무용치료가 단순한 예술적 활동을 넘어, 사람들의 몸과

마음을 치유하는 통합적인 치료법으로 자리 잡을 수 있는 가능성을 상세히 제시해주셨다.

한국소매틱연구교육원 홍세희 교수님

홍세희 교수님과의 인터뷰를 통해서는 한국소매틱연구교육원의 역할과 무용치료의 방향성에 대해 심도 깊은 통찰을 얻을 수 있었다. 한국소매틱연구교육원은 몸(soma)의 인식을 확장하고 치유와 교육을 목적으로 다양한 소매틱 프로그램을 개발하며, 초중고, 대학교, 기업 등에서 폭넓게 활용되고 있다. 홍 교수님은 소매틱을 몸 교육으로 정의하며, 움직임의 통해 알아차림(awareness)을 얻고, 잠재된 가능성과 창의력을 발견하도록 돕는 과정이라고 설명하셨다. 이러한 소매틱 접근법은 심리적 불안이나 신체적 기능 문제를 스스로 회복할 수 있는 힘을 부여한다는 점에서 무용치료를 높은 적용 가능성을 보여준다.

홍세희 교수님께서 소개하신 주요 사례로는 약 400여 명의 학생들에게 소마 기반 개인 및 그룹 세션을 통해 이완과 치유를 제공한 이화여대 힐링 프로그램, 일반 시민들을 대상으로 창의성과 해방감을 느끼도록 도운 대규모 행사인 서울시민몸축제, 다양한 연령과 직업군을 대상으로 창의적 자기 표현과 사회적 연결감을 증진시킨 움직임의 창의성 프로그램이 있다. 이들은 모두 무용치료가 심리적 회복과 자기 표현 능력을 높이는 데 기여할 수 있음을 보여주는 사례들이다.

교수님은 무용치료가 신체적 및 정신적 통합을 통해 스트레스를 해소하고, 창의성과 예술성을 활용하여 삶의 질을 높이는 강력한 도구라고 강조했다. 그러나 음악치료나 미술치료에 비해 체계적인 교육과정과 연구가 부족하다는 점을 지적하며, 공인된 교육과정 개발과 제도적 지원이 필요함을 언급하셨다. 특히, 한국 사회의 문화적 특성상 자신을 표현하거나 감정을 드러내는 데 어려움을 느끼는 사람들이 많다는 점에서, 무용치료가 이를 보완하고 건강기본권의 측면에서 확산될 수 있는 장치가 마련되어야 한다고 강조하셨다.

또한, 심리학, 간호학 등 학문 간 융합과 인공지능 및 디지털 기술을 활용한 맞춤형 무용치료 프로그램 개발의 가능성도 제시되었다. 이는 참여자의 데이터를 기반으로 한 개인화된 치료를 가능하게 하며, 무용치료의 새로운 방향성을 제시할 수 있을 것으로 보인다. 나아가 무용 전공 학생들이 새로운 직업적 가능성을 모색할 수 있도록 전문 인력을 양성하고 경험할 수 있는 장을 마련해야 한다고 강조하였다. 이러한 통찰은 소매틱 기반 무용치료가 대중화와 효과를 극대화하는 데

필요한 제도적, 교육적 방향성을 명확히 제시하고 있다.

이화여자대학교 간호학과 김다운 교수님

김다운 교수님과의 인터뷰를 통해 무용치료는 정신건강 관리와 신체적 회복을 통합적으로 지원하는 강력한 도구임을 알 수 있었다. 무용치료는 정신질환자와 노인, 장애인 등 다양한 대상자들에게 적용 가능하며, 신체 활동을 통해 정서적 안정, 사회적 연결성, 그리고 자기 표현 능력을 향상시키는 데 기여한다. 특히 댄스 무브먼트 테라피(DMT)는 단체 활동을 기반으로 하여 사회적 상호작용과 협동심을 강화하며, 정신질환자의 사회화 기능 회복에 효과적이라는 점이 강조되었다.

김다운 교수는 정신질환자의 특성을 고려할 때, 증상이 심각하지 않은 중증도가 낮은 환자들에게 무용치료가 효과적일 수 있으며, 증상이 안정된 상태에서 시행해야 치료적 효과를 극대화할 수 있다고 언급했다. 예를 들어, 마포구 복지센터에서 정신건강의 날 행사로 환자들이 줌바댄스를 공연했던 사례는, 환자들에게 성취감과 정서적 안정감을 제공하며 긍정적 효과를 보여준 사례로 제시되었다. 그러나 이러한 활동은 정기적이지 않으며, 국내에서는 무용치료 프로그램이 체계적으로 운영되지 못하고 있다.

무용치료의 효과는 단순한 신체적 움직임에 그치지 않고, 심리적 안정과 인지 기능의 개선으로 확장된다. 특히 치매 환자와 같이 인지 기능 저하가 있는 대상자들에게 동작을 외워 수행하는 과정이 인지 자극을 제공하며 긍정적인 영향을 미친다는 연구 결과가 있다. 하지만 신체적 제약이 있는 대상자들에게는 개인의 움직임 가능성을 고려한 유연한 프로그램이 필요하다. 예를 들어, 앉아서 할 수 있는 동작이나 가벼운 움직임을 중심으로 설계된 프로그램이 효과적일 수 있다.

더 나아가, 바이오 피드백 기술과 같은 디지털 헬스케어 도구와 무용치료의 융합 가능성도 논의되었다. 이러한 기술은 환자의 신체 반응 데이터를 실시간으로 수집하고 시각화하여, 치료 효과를 측정하고 개인 맞춤형 프로그램을 설계하는 데 도움을 줄 수 있다. 이는 환자들이 치료 과정에서 자기 상태를 확인하며 동기를 부여받는 데 유용하며, 무용치료의 임상적 효과를 더욱 구체적으로 증명하는 데 기여할 것이다.

무용치료의 정착을 위해서는 다학제적 접근이 필수적이다. 김다운 교수는 간호학, 심리학, 무용학 등의 융합 연구와 체계적인 데이터 축적이 필요하며, 이를 기

반으로 한 정책적 제도화가 이루어져야 한다고 강조했다. 또한, 무용치료 전문 강사 양성을 위한 교육 커리큘럼 개발과 연구 중심의 프로그램 설계가 필요하며, 이는 무용치료의 대중화와 효과적 확산을 위한 핵심 과제가 될 것이라고 제안하였다.

결론적으로, 무용치료는 정신적, 신체적 회복을 통합적으로 지원하는 강력한 치료법으로, 교육적·기술적·정책적 기반 마련을 통해 한국의 정신건강 및 재활 분야에서 중요한 도구로 자리 잡을 가능성이 높다.

4. 해외 탐사

1) 해외 탐사 내용 정리

본 팀은 무용치료의 국제적 사례를 조사하고 한국 내 적용 가능성을 모색하기 위해 미국의 여러 기관을 탐사기관으로 선정했다. 한국에서는 무용치료가 아직 체계적으로 자리 잡지 않은 반면, 미국에서는 학문적 연구와 임상 적용이 활발하게 이루어지고 있으며, 다양한 의료 및 사회복지 시스템 내에서 적극적으로 활용되고 있다. 따라서 우리는 미국에서 무용치료를 연구하고 실천하는 주요 기관들을 방문하여, 현장의 전문가들과 인터뷰를 진행하고 실습 과정을 직접 경험함으로써 무용치료의 실질적인 적용 방식을 심층적으로 탐색하고자 했다.

이번 해외 탐사는 첫번째로 미국에서 무용치료가 어떠한 학문적 기반을 바탕으로 발전해 왔으며, 현재 어떠한 이론과 실천 모델이 적용되고 있는지를 분석하는 것이었다. 이를 위해 무용치료 분야에서 권위 있는 기관인 Laban/Bartenieff Institute of Movement Studies(LIMS)와 Drexel University의 무용치료 및 상담 프로그램을 방문하여 교수진과 연구자들을 인터뷰했다. 또한, 무용치료가 임상 환경에서 어떻게 활용되는지를 이해하기 위해 정신 건강 및 재활 치료 기관을 탐방하고, 실제 무용치료 세션을 관찰하고 참여하는 경험을 가졌다. 이를 위해 The Behavioral Wellness Center at Girard에서 무용치료사로 활동하는 전문가들과 대화를 나누고, 환자들에게 제

공되는 무용치료 프로그램을 직접 살펴보았다.

탐사 과정에서 우리는 무용치료가 단순한 신체 활동이 아니라 심리 치료, 사회적 상호작용, 정서적 표현 및 자아 탐색의 중요한 도구로 활용되고 있음을 확인할 수 있었다. 특히, Laban/Bartenieff 움직임 분석과 같은 체계적인 움직임 연구 기법이 치료 과정에 어떻게 적용되는지에 대해 심층적인 논의가 이루어졌으며, Drexel University의 무용치료 프로그램을 통해 무용치료가 되기 위한 교육 과정과 임상 훈련의 중요성을 실감할 수 있었다. 또한, 미국 내 정신 건강 및 재활 치료 기관에서는 무용치료가 약물 치료나 기존 심리 치료와 병행하여 활용되며, 환자들의 사회적 고립을 완화하고 신체적·정신적 균형을 회복하는 데 기여하는 방식에 대해 구체적으로 배울 수 있었다. 이번 해외 탐사를 통해 우리는 무용치료의 학문적 체계와 실천적 적용 방식을 보다 깊이 이해할 수 있었으며, 이를 바탕으로 한국 내 무용치료 발전을 위한 시사점을 도출할 수 있었다.

(1) Mark Morris Dance Group의 가가(Gaga) 수업 참여

인터뷰를 진행하기에 앞서서, 본 팀은 무용이 신체적·정신적 건강에 미치는 영향을 보다 깊이 이해하고, 무용치료의 다양한 접근 방식을 탐색하기 위해 뉴욕의 Mark Morris Dance Group에서 진행된 가가(Gaga) 수업에 참여하였다. 가가는 이스라엘 출신 안무가 오하드 나하린이 개발한 독창적인 움직임 언어로, 특정한 동작을 따라 하기보다 개인의 감각과 상상력을 기반으로 자유롭게 움직이는 데 중점을 둔다. 이번 탐사는 가가 테크닉이 무용치료적 요소를 어떻게 포함하고 있으며, 움직임을 통한 자기 탐색과 심리적 치유가 어떤 방식으로 이루어지는지를 경험적으로 분석하는 데 목적이 있었다.

수업은 Ohad Mzor 선생님의 지도 아래 약 60분간 진행되었으며, 약 40명의 참가자가 함께했다. 참가자들은 다양한 연령과 배경을 지니고 있었으며, 무용 전공자뿐만 아니라 비전공자들도 함께 수업을 들었다. 수업은 일반적인 무용 클래스와 달리 특정한 동작을 배우는 방식이 아니라 개별적인 감각을 자극하는 언어적 지시를 통해 진행되었다. 참가자들은 선생님의 안내에 따라

움직이며, 각자의 방식으로 몸을 탐색하고 표현하는 경험을 하였다. 초반에는 원형을 이루어 서서 몸을 푸는 워업 과정이 진행되었으며, 이후 감각과 에너지를 확장해나가는 다양한 움직임이 이어졌다. 참가자들은 공간을 자유롭게 활용하며 움직였고, 특정한 형태나 정해진 틀 없이 몸이 이끄는 대로 자연스럽게 흐름을 따라갔다. 수업의 주요 특징 중 하나는 특정한 동작을 정확히 수행하는 것이 아닌, 각자가 느끼는 감각과 움직임을 기반으로 자유롭게 표현하는 것이었다. 신체의 한계를 넘어서는 과정을 경험하기 위해 10부터 1까지 거꾸로 카운트하며 점진적으로 움직임을 극대화하는 훈련이 포함되었으며, 이를 통해 몸의 한계를 확장하는 색다른 감각을 체험할 수 있었다.

가가 수업에서는 몸의 일부만을 사용하는 것이 아니라, 몸 전체가 유기적으로 연결되어 움직이는 방식을 탐구하도록 유도한다. 움직임의 흐름이 자연스럽게 이어지며, 신체의 각 부분이 서로 반응하는 감각을 체험할 수 있었다. 또한, 움직임을 통해 작은 에너지에서 큰 에너지로 확장되고, 다시 축소되는 과정이 반복되었으며, 이때 움직임이 끊기지 않고 지속적으로 유지되도록 유도되었다. 이를 통해 몸의 흐름과 에너지를 조절하는 감각을 익힐 수 있었다. 참가자들은 외부의 시선이나 기준에서 벗어나 온전히 자신의 감각과 움직임에만 집중할 수 있었으며, 이는 무용치료의 중요한 요소 중 하나인 자기 탐색과 연결될 수 있었다. 움직임을 통해 내면을 표현하는 기회를 제공받으며, 신체적 움직임과 감정적 해방이 동시에 이루어지는 경험을 할 수 있었다. 수업이 진행됨에 따라 근육이 자연스럽게 수축과 이완을 반복하며 신체의 긴장이 풀리는 것을 경험했으며, 이는 신체의 긴장 해소뿐만 아니라 심리적 안정에도 긍정적인 영향을 미쳤다. 이러한 과정은 스트레스와 불안을 완화하는 데 도움을 주었으며, 무용이 신체적 움직임을 넘어 감정적 조절과 심리적 균형을 찾는 데 효과적인 방법이 될 수 있음을 시사한다.

이번 가가 수업을 통해 무용이 단순한 신체 활동을 넘어 감각과 감정을 탐구하는 강력한 도구가 될 수 있음을 확인할 수 있었다. 특히, 무용이 신체적 건강뿐만 아니라 정신적 치유에도 기여할 수 있는 가능성을 직접 체험하

며, 자기 표현의 자유로움, 감각과 정서의 연결, 스트레스 해소 및 심리적 안정감, 그리고 비전공자도 쉽게 접근할 수 있는 개방성이 무용치료적 요소로 작용할 수 있음을 확인했다. 가가 수업은 신체의 움직임을 통해 감각을 탐구하고, 창의적인 동작을 개발하며, 심리적 안정과 치유의 가능성을 직접 경험할 수 있는 기회를 제공했다. 무용 경험이 없는 참가자들도 자연스럽게 자신의 움직임에 몰입할 수 있도록 유도되었으며, 이는 무용이 특정 전문가들만의 영역이 아닌 누구나 참여할 수 있는 보편적인 치유적 활동이 될 수 있음을 보여주었다.

(2) Laban/Bartenieff Institute of Movement Studies의 Cheryl Clark 교수님 수업 참여

본 팀은 뉴욕에 위치한 Laban/Bartenieff Institute of Movement Studies(LIMS)에서 진행된 수업에 참여하며, Laban/Bartenieff 움직임 분석이 실제 교육 과정에서 어떻게 적용되는지를 직접 경험하는 기회를 가졌다. LIMS는 움직임 연구와 분석을 전문적으로 다루는 기관으로, 무용뿐만 아니라 치료, 스포츠, 교육 등 다양한 분야에서 활용되는 체계적인 움직임 원리를 가르치고 있다. 이번 탐사는 움직임이 인간의 신체적·정신적 상태에 어떤 영향을 미치는지, 그리고 무용치료적 요소가 LIMS의 교육 과정에 어떻게 내재되어 있는지를 탐색하는 데 목적이 있었다.

수업 초반에는 참가자들이 몸을 느끼는 과정을 통해 신체를 깨우고 움직임에 집중하는 시간이 주어졌다. 숨을 들이마시고 내쉬는 과정을 반복하며 신체의 내부 감각에 집중하도록 유도되었으며, 근육을 이완하고 수축하면서 자연스럽게 몸을 편안하게 만드는 과정이 진행되었다. 이러한 초기 과정은 몸과 공간, 신체의 구조와 기능을 보다 명확하게 인식할 수 있도록 돕는 중요한 단계였다.

본격적인 수업에서는 ‘3차원 움직임(Three-dimensional movement)’을 주제로 다양한 움직임이 전개되었다. 참가자들은 "당신이 정육면체 안에 있다고 상상하고 몸을 모서리로 뻗는다고 생각하며 움직여보세요."라는 지시를

따라 가상의 공간 속에서 자신의 움직임을 확장하고 방향성을 탐색하는 연습을 진행했다. 이는 공간 속에서 신체의 관계를 이해하고, 움직임의 범위를 넓히는 데 도움을 주었다. 또한, 참가자들은 움직임을 수행하면서 자신이 어떤 방식으로 공간을 활용하는지에 대한 인식을 높이는 시간을 가졌다.

이와 함께 수업에서는 ‘주기(giving)과 받기(receiving)’, ‘운동적(motor)과 감각적(sensory)’, ‘내부(inner)와 외부(outer)’, ‘이동성(mobility)와 안정성(stability)’ 등의 키워드를 중심으로 움직임을 탐구하는 과정이 진행되었다. 각각의 개념은 움직임이 내재하는 다양한 요소와 신체의 역동적 균형을 이해하는 데 중요한 역할을 하며, 참가자들은 이를 몸으로 직접 경험하며 움직임의 본질을 탐색할 수 있었다. 또한, 각자의 움직임이 어떠한 의미를 갖는지 성찰하는 시간을 가졌다. 이에 대한 참가자들의 답변으로는 ‘기능(function)과 표현(expression)’, ‘긴장(exertion)과 회복(recuperation)’ 등이 나왔으며, 이는 움직임이 단순한 신체 활동이 아니라 개인의 경험과 감정, 에너지를 반영하는 과정임을 시사했다.

LIMS 수업을 통해 본 팀은 움직임이 단순한 형태적 훈련을 넘어 신체와 정신, 감각의 통합적 경험을 제공할 수 있음을 체험했다. 특히, 신체를 통해 공간과 관계를 탐구하는 과정이 무용치료적 요소와 연결될 수 있음을 확인할 수 있었다. 또한, 움직임을 통한 자기 탐색과 감각적 인식이 참가자들의 신체적 균형과 심리적 안정에 기여할 수 있음을 직접 경험하며, 무용치료와 움직임 분석이 상호 보완적인 역할을 할 수 있다는 점을 인식할 수 있었다.

수저본 팀은 Laban/Bartenieff 움직임 분석이 무용치료에 어떻게 효과적으로 적용될 수 있는지를 구체적으로 분석하기 위해 수업을 진행해주신 Cheryl Clark 교수님과 인터뷰를 진행하였다. 이번 탐사를 통해 본 팀은 움직임이 단순한 신체 훈련을 넘어 신체와 정신을 통합적으로 탐색하고 치유하는 강력한 도구가 될 수 있음을 다시 한번 확인할 수 있었다.



그림 1 LIMS 수업 참여 모습



그림 2 Mark Morris에서의 Gaga 수업 모습

2) 해외 전문가 인터뷰 내용 정리

Laban/Bartenieff Institute of Movement Studies의 Cheryl Clark 교수님
Laban/Bartenieff Institute of Movement Studies(LIMS)의 CMA(Certified Movement Analyst) 프로그램은 총 520시간의 교육 과정으로 이루어져 있다. 프로그램은 이론과 실습 수업으로 구성되며, 주요 학습 요소로는 몸(body), 에포트(effort), 형태(shape), 공간(space)이 포함된다. 프로그램의 이론적 구조는 Warren Lamb, Dr. Judith Kestenberg 등의 연구를 기반으로 하며, 수업에서는 몸의 사용(body use), 공간의 활용(space use), 움직임의 질(quality use), 역동성(dynamic use) 및 몸의 형태(shape use)를 다룬다. 이러한 네 가지 개념은 상호 연계되어 종합적으로 적용된다. 학생들은 다양한 체험적 연습을 수행하며, 신체 작업(bodywork)뿐만 아니라 여러 평가 과정을 거친다. 평가 요소로는 실기 및 서면 과제가 있으며, 학생들은 모티프 기법(motif writing)을 배워 움직임을 기록하는 법을 익힌다. 이는 춤이 단순히 무용수 간 구두로 전수되는 것이 아니라 문서화되어 원래의 의도를 유지할 수 있도록 하는 역할을 한다. 무용동작치료사로서의 교수님은 이러한 기록법을 치료 세션에서 단기적인 기억 도구로 사용한다. 예를 들어, 정신과 환자 7명을 대상으로 한 세션에서 각 환자의 에포트 특성을 기

록하고, 신체 부위의 사용 패턴을 간단히 메모함으로써 환자의 치료 진행 과정을 추적할 수 있다.

Bartenieff Fundamentals는 자기 탐색에서 출발하며, 학생들은 바닥에서 시작하여 점차 서서 하는 동작으로 확장해 나간다. 수업에서는 9가지 핵심 원칙을 다루며, 단순한 기계적 동작 수행을 넘어 움직임의 원리를 배우게 된다. 이 과정에서는 정렬(alignment), 코어 서포트(core support), 골반과 어깨의 하부 지지(pelvic floor & shoulder girdle integration) 등 해부학적 개념을 강조하며, 골격의 상호작용을 분석한다. 프로그램의 진행에 따라 학생들은 중력에 저항하는 동작에서 점차 균형을 유지하는 서 있는 자세로 이동하게 된다. 프로그램에는 다양한 배경의 학생들이 참여한다. 무용수뿐만 아니라 요가 지도자, 배우, 무용동작치료사 등이 포함되어 있으며, Bartenieff Fundamentals는 연령과 신체 조건에 관계없이 적용될 수 있도록 설계되어 있다. 이는 유아부터 노년층까지 전 연령대에서 기능적 자율성을 향상시키는 것을 목표로 한다. Laban 이론에서는 신체(body)에서 공간(space)으로, 다시 에포트(effort)와 형태(shape)로 발전하는 구조를 따른다. 공간이 신체의 움직임을 규정하며, 공간과의 관계 속에서 움직임의 특성이 변화한다. 예를 들어, 위쪽으로 이동하면 가벼운 느낌이 강조되며, 아래쪽으로 이동하면 강한 느낌이 강조된다. 이는 인간의 기본적인 반사 작용과도 연관된다.

공간 이론에서는 다양한 기하학적 형태를 활용하여 움직임을 분석한다. 주요 개념은 팔면체(octahedron), 이십면체(icosahedron), 정육면체(cube) 등으로, 각각 안정성, 잠재력, 지구와의 관계를 나타낸다. Laban의 공간 조화 이론(space harmony theory)은 매우 복잡한 체계를 이루며, 이를 통해 다양한 움직임 유형을 분석한다. 7년 전 뉴욕 현대미술관(MoMA)에서 열린 'Abstraction' 전시회에서 Laban의 공간 조화 이론이 현대 미술과 연결되었을 정도로 이 개념은 예술 및 움직임 연구에서 중요한 위치를 차지한다. 에포트 분석에서는 움직임과 정신의 관계를 탐구한다. 흐름(flow)은 감정과 연결되며, 무게(weight)는 감각과, 시간(time)은 직관과, 공간(space)은 사고 과정과 연관된다. Laban의 훈련에서는 공간, 형태, 에포트의 변화를 인식하는 것이 중요하며, 이를 통해 문화적 차이를 이해하는 것도 가능하다. 예를 들어, 한국과 일본 학생들은 각자의 문화적 배경에 따라 흐름(flow)의 개념을 다르게 받아들일 수 있다.

Laban/Bartenieff 기법은 무용동작치료에서 환자의 움직임을 관찰하고 조

절하는 데 사용된다. 교수님은 뉴욕의 정신과 병동에서 근무하며, 조현병, 우울증, 양극성 장애, 경계성 인격 장애 환자를 치료하는 과정에서 Laban 기법을 활용한다고 설명했다. 환자의 움직임을 관찰하면서 충동적인 짧은 동작을 하는 경우에는 이를 보다 긴 구간으로 조절하는 방식으로 개입한다. 환자가 너무 과잉 에너지를 사용하는 경우에는 동작을 안쪽으로 모으는 방식으로 유도하며, 반대로 위축된 환자에게는 확장된 움직임을 유도하여 상호작용을 증진한다. 무용동작치료 세션에서는 그룹 활동을 통해 환자가 '목격되고(witnessed)', '인정받으며(appreciated)', '수용되는(accepted)' 경험을 하도록 한다. 예를 들어, 자살 시도로 인해 팔을 다친 환자가 그룹에서 존중받는 경험을 하며, 자신의 존재를 긍정적으로 인식할 수 있도록 유도한다. 또한, 교수는 정신과 병동의 환경에서 환자들이 스스로를 안전하게 느끼도록 돕는 것이 중요하다고 강조했다. 몸을 통한 자기 인식과 감각 조절은 환자들이 불안과 공포를 극복하는 데 도움을 줄 수 있다.

인터뷰에서는 인공지능(AI)과 가상현실(VR)이 무용동작치료에 적용될 가능성에 대한 논의도 이루어졌다. 교수는 AI가 인간과 동일한 공감 능력을 갖추기 어렵다는 점을 지적하며, "AI는 감정을 느끼지 않으며, 살아 있는 인간의 문화적 경험과 상호작용의 깊이를 대체할 수 없다"고 말했다. 그럼에도 불구하고, 미래에는 AI와 VR을 활용한 움직임 분석 및 훈련 도구가 개발될 가능성이 있다. 현재 애니메이션 및 3D 기술에서도 Laban 이론을 활용하여 보다 자연스러운 인간의 움직임을 구현하는 연구가 진행되고 있다. 하지만 이러한 기술이 무용동작치료의 인간적인 요소를 완전히 대체할 수 있을지는 의문으로 남아 있다.

Laban/Bartenieff Institute of Movement Studies의 CMA 프로그램은 이론과 실습을 종합적으로 다루며, 다양한 배경을 가진 학생들이 참여할 수 있도록 설계되어 있다. 또한, 무용동작치료에서 Laban/Bartenieff 기법이 활용되는 방식과 문화적 차이, 미래 기술의 적용 가능성 등에 대한 논의가 이루어졌다. 본 탐사를 통해 Laban 이론의 깊이와 실용성을 확인할 수 있었으며, 향후 연구 및 임상 적용에 대한 가능성을 탐색할 수 있었다.



그림 3 Cheryl Clark 교수님과의 인터뷰 모습

Drexel University의 Prakash Nalini 교수님

Drexel University의 무용치료 및 상담 프로그램(Dance Movement Therapy and Counseling Program)은 최소 2년간의 정규 과정으로 이루어져 있으며, 무용치료 관련 과목과 일반 정신건강 상담 과목으로 구성되어 있다. 학생들은 두 차례의 실습과 한 차례의 인턴십을 통해 임상 경험을 쌓으며, 개별 및 소그룹 임상 감독을 받는다. Nalini 교수님은 해당 프로그램의 임상 조교수이자 프로그램 디렉터로서, 교육과 행정 업무를 담당하고 있으며, 입학 지원자들의 무용 인터뷰를 감독하고 프로그램 운영을 총괄하고 있다.

프로그램은 필라델피아 지역의 상담사 면허(Philadelphia License) 취득을 위한 필수 과정을 포함하며, 이론과 실습이 균형 있게 조화를 이루도록 설계되어 있다. 학생들은 상담 기술과 무용치료 기술을 함께 익히며, 인간 심리 발달과 움직임의 연관성을 연구한다.

실습 과정은 3쿼터제(quarter system)로 운영되며, 매우 빠르게 진행된다. 학생들은 첫 번째 실습에서 특정 기관에 배정되며, 봄(Spring) 학기가 시작되

면 다른 환경으로 이동하여 실습을 경험하게 된다. 실습 기관에는 의료기관, 정신 건강 센터, 재활 센터, 학교 및 대학 상담센터 등이 포함되며, 섭식장애(eating disorder)와 같은 다양한 임상 사례를 다룬다. 초기에는 대부분 관찰과 보조 역할을 수행하며, 다양한 치료 그룹을 지켜보며 배우는 과정이 포함된다. 인턴십 단계에서는 학생들이 직접 치료에 참여하게 되며, 네트워킹 행사를 통해 상급생들과 실습 기관에 대한 정보를 공유하고 자신에게 적합한 기관을 선택할 기회를 얻는다. 학생들은 같은 기관에 지원할 경우 인터뷰를 통해 선정되며, Nalini 교수는 학생들이 실습 기관에서 수행하는 활동을 직접 관찰하고 피드백을 제공한다. Nalini 교수님은 모든 학생들의 목소리가 존중받을 수 있도록 개방적인 정책을 유지하는 것이 중요하다고 강조했다. 교수님은 학생들이 자유롭게 의견을 나눌 수 있도록 격려했고, 문제가 발생했을 경우 이를 즉시 해결할 수 있도록 지원한다.

교수는 실습 과정에서 인상 깊었던 사례로 병원 실습 중이던 학생의 경험을 공유했다. 해당 학생은 움직임과 거동이 불편했던 환자를 대상으로 무용치료를 적용했으며, 환자가 트라우마로 인해 몸을 닫고 있는 상태에서 점진적으로 움직임을 확장하도록 유도했다. 치료 과정에서 환자의 신체적으로 사용할 수 있는 환경이 제한적이었으나, 무용치료를 통해 환자가 점진적으로 몸을 움직이며 심리적 안정감을 얻을 수 있도록 지원했다. Nalini 교수는 "환자가 무엇을 원하는지를 아는 것이 중요하며, 각 환자의 특수성에 맞는 치료법을 적용하는 것이 필요하다"고 설명했다. Drexel University는 Laban 중심의 접근법을 유지하고 있으며, 교수는 학생들이 Laban Movement Analysis(CMA)를 활용하여 무용 언어를 이해하고 활용할 수 있도록 지도하고 있다.

무용치료 프로그램에서는 다학문적 접근을 장려하며, 학생들이 음악치료, 미술치료 등 다른 창조적 예술치료(creative arts therapy) 분야와 협력할 수 있도록 한다. 또한, 학생들은 무용치료 외에도 신경과학, 심리학 등 다양한 학문에서 발견된 연구 결과를 통합하여 자신의 연구를 발전시키도록 지도받는다.

Nalini 교수님은 과거 정신질환 환자들과의 임상 경험을 바탕으로, 무용치료가 정신질환 환자의 사회적 고립을 완화하는 데 중요한 역할을 한다고 설명했다. 교수님은 7년간 Saint Elizabeths Hospital에서 근무하며, 정신질환 환자의 재활 과정에서 커뮤니티와의 연결을 형성하는 것이 핵심 요소임을 강조했다. 대부분의 정신질환은 사회적 고립(isolation)과 관련이 깊으며, 무용치료는 환자들이 다

시 사회와 연결될 수 있도록 돕는 중요한 수단이 된다. 일반적으로 환자들은 다양한 약물 치료를 받은 후 무용치료 세션에 참여하며, 치료사는 환자들에게 개인적인 질문을 던져 그들이 무엇을 좋아하는지, 어떤 활동을 즐기는지를 파악한 후 맞춤형 치료를 제공한다. 또한, 그룹 치료 중 특정 환자가 참여하기 어려운 경우, 교수는 치료팀과 협력하여 해당 환자가 개별 세션을 받을 수 있도록 조정하기도 한다.

Nalini 교수님은 특별히 기억에 남는 환자로 심각한 트라우마를 겪었던 한 여성을 언급했다. 해당 환자는 처음에는 감정을 말로 표현하는 것이 어려웠지만, 시(poetry)를 쓰면서 자신의 내면을 표현하기 시작했다. 그녀는 Nalini 교수에게 춤을 배울 수 있냐고 요청했고, 이후 자신의 시에 맞는 동작을 배워 이를 몸으로 표현하는 과정에 들어갔다. 교수는 단순히 춤을 가르치는 것이 아니라, 그녀의 이야기를 신체적으로 표현할 수 있도록 돕는 '증인의 역할(witness)'을 수행했다. 환자는 점차 상징(symbolism)과 은유(metaphor)를 활용하여 자신의 경험을 표현하기 시작했고, 마지막에는 자신이 만든 춤을 동료들 앞에서 공연하는 수준에 이르렀다. 이 과정에서 그녀는 자신의 이야기를 새로운 방식으로 재구성하며 치유의 경험을 하게 되었다.

무용치료 분야에서는 최근 연구 및 교육 방식에서 중요한 변화가 일어나고 있다. 연구와 교육이 점점 더 비판적 사고를 요구하는 방향으로 나아가고 있으며, 기존의 자료를 기반으로 하되 이를 확장하고 다양한 문화적 맥락에서 적용하는 것이 중요하다고 강조되었다. 또한, 교수님은 연구를 수행하는 과정에서 학생들이 신경과학, 심리학, 상담학 등 다양한 학문적 관점을 탐구하고 이를 무용치료에 접목하도록 지도하고 있다.

미국 내 무용치료 분야의 제도적 지원은 주로 American Dance Therapy Association(ADTA)를 중심으로 이루어지며, 각 지역별 챕터를 통해 학술 연구 및 정책 개선 활동이 진행되고 있다. Nalini 교수는 ADTA의 역할을 강조하며, 무용치료가 정책적으로 인정받고 보험 적용을 받을 수 있도록 지속적인 옹호 활동(advocacy)이 필요하다고 밝혔다. 특히, 최근에는 재향군인 대상의 예술치료 프로그램이 확대되고 있으며, 무용치료가 문화적 존중과 공감을 확산하는 데 중요한 역할을 하고 있다고 설명했다. "각 문화는 동일한 감정을 다르게 표현하며, 우리는 이러한 차이를 이해하고 존중하는 법을 배워야 한다"고 Nalini 교수님은

덧붙였다.

The Behavioral Wellness Center at Girard의 무용치료사 유지연 선생님

The Behavioral Wellness Center at Girard는 정신질환과 마약 중독을 동시에 치료할 수 있도록 설계된 병원으로, 두 개의 라이선스(정신건강 및 약물 남용 치료)를 보유하고 있다. 이 병원은 총 9개의 치료 프로그램과 16개의 병동을 운영하며, 4개의 폐쇄 병동과 함께 장기 치료가 가능한 주거형(Residential) 프로그램을 제공한다. 입원 환자는 약 300명 정도로, 다양한 치료 방식이 적용되고 있다.

무용치료 프로그램은 이 병원의 창의적 치료(Creative Arts Therapy) 부서에서 운영되며, 정식 심리치료 그룹 형식으로 진행된다. 그룹 치료 세션은 45분에서 1시간 동안 이루어지며, 주로 원형으로 둘러앉아 진행되는 포맷 그룹 사이코테라피의 형식을 따른다. 환자 개개인의 치료 계획에 따라 개별 세션도 제공되며, 무용치료 외에도 음악치료 및 미술치료가 포함된다.

무용치료 프로그램은 주 2~3회 각 병동에서 실시되며, 환자들의 정신 상태와 신체적 상태에 맞춰 다양한 방식으로 개입한다. 치료 방식은 환자의 참여 수준과 요구에 따라 유연하게 변화하며, 음악, 신체 움직임, 게임, 호흡 및 이완 기술을 활용한다. 무용치료는 단순한 신체적 활동이 아니라, 환자들이 감정을 표현하고 자신을 인식할 수 있도록 돕는 과정으로 구성된다.

무용치료는 신체 움직임을 통해 환자들이 자신의 감정과 트라우마를 탐색할 수 있도록 돕는다. 특히, 정신질환과 약물 중독을 동시에 겪고 있는 환자들에게 효과적으로 적용되며, 개별 환자의 상태에 맞춘 맞춤형 개입이 이루어진다. 세션의 시작과 끝에는 말로 표현하는 시간이 포함되며, 환자들은 자신의 경험과 감정을 공유할 수 있는 기회를 갖는다. 세션 초반에는 환자의 현재 감정 상태를 확인하기 위해 간단한 움직임을 함께 진행하고, 이후 치료사의 안내에 따라 점진적으로 신체 표현을 확장해 나간다.

세션의 첫 단계에서는 환자들의 상태를 파악하기 위한 간단한 질문이 이루어지며, 이후 환자들의 반응을 관찰하며 즉각적인 개입 방식이 결정된다. 환자들에게 선택권을 주어 앉아서 진행할 것인지, 서서 움직일 것인지 등을 결정하게 하며, 이를 통해 치료 참여에 대한 자율성을 부여한다. 음악은 치료 과정에서 중요한 요소로 사용되며, 환자들이 선호하는 음악을 적극적으로 반영하여 동기를 부여한다.

다. 예를 들어, 한 환자는 어린 시절 듣던 노래를 들으며 움직이기 시작했고, 이를 통해 잊고 있던 감정을 다시 떠올리는 경험을 하게 되었다.

무용치료사는 트라우마를 경험한 환자들의 경우 움직임을 통해 감정을 표현할 수 있는 방법을 찾도록 도와준다. 한 여성 환자는 트라우마로 인해 자신의 감정을 표현하는 데 어려움을 겪었지만, 시(poetry)를 활용한 무용치료 세션을 통해 자신을 표현할 수 있는 기회를 얻었다. 그녀는 자신이 쓴 시를 춤으로 표현하며, 치료 과정에서 점차 감정을 자유롭게 공유할 수 있게 되었다. 또 다른 사례로, 심한 우울증과 불안 장애를 겪던 환자는 처음에는 움직임을 거의 하지 못했지만, 치료 세션을 거듭하며 점진적으로 동작을 확장할 수 있었다. 이는 신체 움직임이 환자의 심리적 안정과 자기 표현 능력 향상에 중요한 역할을 함을 보여주는 사례였다.

무용치료사는 단순히 움직임을 지도하는 것이 아니라, 환자들이 신체를 통해 자기 자신과의 연결을 회복할 수 있도록 돕는다. 이를 위해 치료사는 환자의 신체 언어를 분석하고, 움직임을 통한 감정 표현을 유도하는 과정을 진행한다. 특히, 환자들의 특수성을 이해하고 개별적인 개입 전략을 마련하는 것이 중요하다. 치료사는 환자들과의 신뢰 관계를 구축하기 위해 일관성 있는 접근 방식을 유지하며, 필요할 경우 개별적인 조정을 통해 치료 방식을 수정한다.

무용치료사의 또 다른 역할은 인턴십 프로그램의 운영이다. The Behavioral Wellness Center at Girard는 대학 및 대학원 과정과 협력하여 무용치료, 음악치료, 미술치료 전공 학생들을 인턴으로 모집하고 있다. 인턴들은 병원에서 실습을 진행하며, 경험 많은 치료사의 감독하에 실제 치료 세션에 참여하게 된다. 학생들은 초기에는 관찰자로 참여한 후 점진적으로 직접 치료를 수행하며, 슈퍼바이저의 피드백을 받는다. 특히, 병원 환경에서 무용치료를 적용하는 방식과 환자들의 반응을 분석하는 과정을 학습하게 된다.

이 병원의 환자들은 다양한 문화적 배경을 가지고 있으며, 무용치료는 환자의 문화적 정체성을 존중하는 방식으로 적용된다. 병원의 창의적 치료 프로그램에서는 환자들의 문화적 경험을 고려하여 개입하며, 특정 문화적 요소가 환자의 신체 움직임과 치료 과정에 어떻게 영향을 미치는지를 탐구한다. 예를 들어, 라틴계 환자들이 많은 병동에서는 해당 문화권의 춤을 활용한 치료법이 적용되기도 한다. 환자들이 익숙한 움직임을 활용함으로써 심리적 안정감을 증진하고, 무용치료

에 대한 거부감을 줄이는 효과를 얻을 수 있다.

무용치료의 효과를 객관적으로 평가하기 위해, 병원에서는 다양한 평가 지표를 사용하고 있다. 환자의 참여 수준, 움직임의 변화, 감정 표현의 정도 등을 기록하며, 치료 과정에서의 진전 여부를 정기적으로 검토한다. 치료 기록은 모든 세션 후 작성되며, 환자의 신체 및 정서적 반응이 상세히 기록된다. 예를 들어, 환자가 처음 세션에서는 움직이지 못했지만 점진적으로 동작이 확장되는 경우, 이를 긍정적인 치료적 변화로 평가한다.

The Behavioral Wellness Center at Girard의 무용치료 프로그램은 정신질환 및 약물 중독 치료의 중요한 요소로 자리 잡고 있으며, 다양한 환자들에게 맞춤형 치료를 제공하고 있다. 무용치료는 단순한 신체 활동이 아니라, 환자들이 자신의 감정을 탐색하고 표현할 수 있도록 돕는 심리치료의 한 형태로 적용된다.

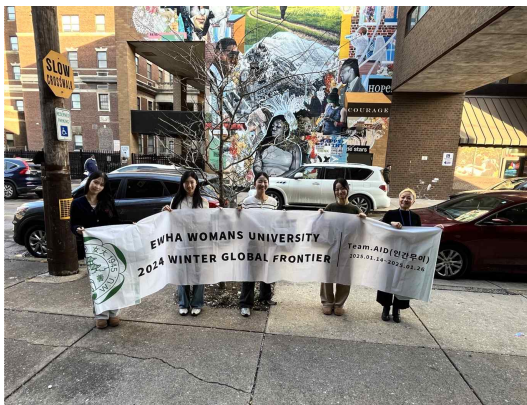


그림 4 유지연 치료사님과 병원 환자들의 벽화 작품



그림 5 Behavioral Wellness Center at Girard의 CEO분들과의 만남

Laban/Bartenieff Institute of Movement Studies(LIMS)의 조희진 선생님

조희진 선생님은 현재 Laban/Bartenieff Institute of Movement Studies(LIMS)의 Instructor로서, 그리고 한국에서 무용치료사로 활동한 경험을 바탕으로 두 국가의 문화적·사회적 차이가 무용치료에 미치는 영향을 설명해주셨다. 한국에서는 많은 사람들이 움직이거나 춤추는 것에 대해 쑥스러움을 느끼고, 자신감이 부족한 경우가 많다. 특히 그룹 세션에서 원형을 만들고 움직이는 것이 어색할 수 있어, 참여를 자연스럽게 유도하는 것이 중요한 과제이다. 또한, 한국 사회에서는 특정한 몸짓과 태도가 정해져 있는 경향이 강하지만, 무용치료를 통해 이러한 억압에서 해방감을 느끼는 사람들이 많다. 따라서, 자연스럽게 움직이도록

유도하는 것이 핵심적인 치료 전략 중 하나이다.

또한, 한국에서는 감정보다 행동을 중시하는 문화적 특성이 있어, 자신의 감정을 신체적으로 표현하는 것에 대한 저항이 크다. 반면, 미국에서는 환자들이 자신의 감정을 표현하는 것에 익숙하고, 움직임을 통해 감정을 해석하는 과정에 보다 적극적으로 참여하는 편이다. 이러한 차이를 고려할 때, 한국에서는 무용치료를 더욱 자연스럽게 편안한 분위기에서 진행할 필요가 있다.

한국에서 무용치료사로 활동하는 데 있어 가장 큰 어려움 중 하나는 무용치료를 수행할 공간을 확보하는 것이었다. 무용치료가 음악치료나 미술치료에 비해 덜 알려져 있어, 교수님은 병원이나 학교 등 기관에 직접 포트폴리오를 제출하고 컨택하는 과정이 필요했다. 또한, 무용치료사가 특정 기관에 소속되기보다는 프리랜서 형태로 여러 기관을 오가며 세션을 진행하는 경우가 많아 안정적인 직업환경을 갖추기 어려웠다. 치료의 효과를 증명하는 임상 연구 자료가 부족하다는 점도 기관에서 무용치료를 정식 프로그램으로 채택하는 데 걸림돌로 작용했다.

무용치료가 의료적 치료로 인정받기 위해서는 보다 많은 연구와 데이터가 필요하다. 한국에서는 무용치료가 심리치료의 한 형태로 도입되었으나, 정신과 의사나 심리학자들과의 협업이 부족하며, 보험 적용이 되지 않는 경우가 많아 환자들이 쉽게 접근하기 어렵다.

미국과 한국의 무용치료 환경 차이에 대해서도 언급하셨다. 미국에서는 병원과 정신과 시설에서 무용치료사가 다른 전문가들과 팀을 이루어 치료를 수행하는 경우가 많다. 반면, 한국에서는 무용치료가 단독 프로그램으로 운영되는 경우가 많으며, 의사나 간호사와의 협업이 상대적으로 적은 편이다. 또한, 미국에서는 무용치료사가 다양한 기관에서 활발하게 활동하며 연구와 임상을 병행하는 경우가 많다. 무용치료는 정신 건강 분야에서 인정받는 치료 방법으로 자리 잡았으며, 대학에서도 체계적인 교육과 연구가 이루어지고 있다.

미국에서는 무용치료가 병원뿐만 아니라 학교, 사회복지기관, 기업의 스트레스 관리 프로그램 등 다양한 분야에서 활용된다. 특히, 트라우마 환자나 PTSD(외상 후 스트레스 장애) 치료에서도 무용치료가 중요한 역할을 하며, 이를 위해 무용치료사들이 심리치료, 신경과학 등의 지식을 함께 익히는 것이 일반적이다.

무용치료 세션에서 환자들이 보이는 반응에 대한 질문에 대해 조희진 선생님은 환자들마다 반응이 다르지만, 일부는 처음부터 저항을 보이기도 한다고 설

명하였다. 치료 공간에서 움직이는 것이 익숙하지 않거나, 기존의 행동 패턴을 깨는 것이 불안하기 때문이다. 이러한 경우, 치료사는 안전한 환경을 제공하고, 환자가 점진적으로 새로운 움직임을 시도하도록 유도한다. 또한, 치료 초기에는 개방형 질문을 통해 환자들의 신체적 경험을 말로 표현할 수 있도록 돕는다. 환자들이 무용치료를 통해 자신의 감정을 이해하고 표현하는 과정에서 눈물을 흘리거나, 몸으로 감정을 표현하면서 심리적으로 해방감을 느끼는 경우가 많다. 특히, 말을 하기 어려운 환자들에게는 움직임이 감정을 전달하는 중요한 수단이 된다.

무용치료가 환자들에게 주는 주요 효과에 대해서는 정신과 환자들에게 무용치료가 신체적·심리적 균형을 회복하는 데 도움을 준다고 설명하였다. 예를 들어, 알코올 중독 환자들은 몸이 경직되고 자기 인식이 부족한 경우가 많은데, 무용치료를 통해 긴장을 풀고 자신의 몸을 인식하는 과정이 중요하다. ADHD 환자의 경우, 움직임 패턴을 분석하고 다양한 움직임을 연습하도록 유도하여 보다 적응적인 행동을 할 수 있도록 돕는다. 무용치료를 통해 감정을 신체적으로 표현할 수 있도록 하여 환자들이 내면의 감정을 보다 자유롭게 표출하고 정리할 수 있도록 한다. 우울증 환자들은 자신의 몸에 대한 인식이 낮거나 부정적인 경우가 많다. 무용치료를 통해 자신의 움직임을 긍정적으로 바라보는 경험을 쌓으며, 점진적으로 자신감을 회복할 수 있다.

미국에서 배우고 있는 내용 중 한국 무용치료를 접목하고 싶은 부분에 대한 질문에서는 Laban/Bartenieff 움직임 분석(LMA/BF)이 무용치료의 중요한 도구로 활용된다고 설명하였다. 움직임의 질을 분석하고 기록하여 환자의 변화를 정량적으로 평가할 수 있는 것이 큰 장점이며, 이러한 접근법은 한국에서도 무용치료 연구와 임상 적용에 도움이 될 것이라고 보았다. 또한, 미국에서는 개인 맞춤형 무용치료 프로그램이 많이 개발되고 있어, 환자의 특성에 맞춘 프로그램 운영이 더욱 강조된다.



그림 6 조희진님과 유시현님 인터뷰 모습



그림 7 조희진님과 사전 인터뷰 모습

5. 탐사의 의의

이번 해외 탐사는 무용치료의 글로벌 적용 사례를 직접 경험하고, 전문가들과의 심층 인터뷰를 통해 이론적·실무적 인사이트를 확보하는 중요한 과정이었다. 미국은 댄스테라피가 임상 환경에서 활발히 활용되고 있는 선진국 중 하나로, 탐사를 통해 치료 기법, 제도적 지원, 기술 융합 등의 다양한 측면에서 유의미한 시사점을 도출할 수 있었다.

1) 실무적 관점에서의 탐사: 무용치료의 임상 적용 방식 확인

한국에서는 무용치료가 주로 웰니스 프로그램이나 단기 프로그램으로 한정적이게 활용되고 있지만, 미국에서는 정신 건강 치료, 재활 치료, 노인 및 아동 복지 등 다양한 분야에서 과학적으로 적용되고 있다. 탐사를 통해 직접 관찰한 정신 질환자, 노숙자, 마약 중독자 등에 적용되고 있는 다양한 사례들은 한국에서의 도입 가능성을 구체화하는 데 중요한 자료가 되었다.

2) 연구적 관점에서의 탐사: 최신 연구 동향 및 전문가 의견 확보

국내 사전조사를 진행하며 한국의 무용치료 관련 논문과 자료들이 대부분 2010년대 초반의 자료들이었기에 최근의 연구 동향을 파악하기 힘들었다. 탐사를 통해 교수, 무용치료사 등 다양한 전문가들을 만나며 무용치료의 연구 동향을 파악하고, 이론적 기반과 임상 적용 사이의 격차를 좁힐 수 있었다. 특히 Laban/Bartenieff

Institute of Movement Studies에서의 교수님과의 인터뷰를 통해 laban 움직임이 어떻게 무용치료에 적용되고 있는지, 또 그 이론과 적용에 대해 구체적으로 이해할 수 있었다.

3) 제도적·문화적 차이 분석을 통한 국내 적용 가능성 탐색

미국에서는 무용치료가 공인 치료법으로 자리 잡고 있으며, 공인된 무용치료가 임상에서 활동할 수 있도록 제도적 지원이 마련되어 있다. 이에 비해 한국에서는 관련 자격 제도나 공적 지원이 미비하여, 제도적 정착을 위한 방향성을 모색할 필요가 있음을 깨달았다. 특히 The Behavioral Wellness Center at Girard에서의 인터뷰를 통해 체계적인 무용치료사 교육과 인증프로그램 운영을 확인할 수 있었고, 도움을 받기 어려운 노숙자, 마약중독자, 정신질환자 등이 미국 내에서는 다양한 제도를 통해 치료기관에서 치료 받고 있음을 확인할 수 있었다. 이에 한국에서도 유사한 시스템을 도입하는 것이 필요함을 인식할 수 있었다. 또한 라틴계열의 환자들이 지내고 있는 병동을 돌아보고 치료 세션에 참여하며, 그들의 문화적 요소를 고려해 치료가 이루어짐을 느낄 수 있었다. 한국에서도 문화적 정서를 반영한 프로그램 개발이 필요함을 확인하였다.

6. 정책적 제언

1. 댄스테라피 공인 자격 및 교육 시스템 구축

1.1 공인 자격 인증 제도 도입

미국에서는 American Dance Therapy Association에서 공인하는 R-DMT(Registered Dance/Movement Therapist) 및 BC-DMT(Board-Certified Dance/Movement Therapist) 등의 자격을 취득해야 현장에서 활동할 수 있다. 이 과정에는 대학 프로그램, 현장실습, 인턴십 등 다양한 과정을 요구하며 모두 수료했을 시 전문 자격을 얻게 된다. 또한 무용치료가 병원, 재활센터, 정신건강기관에서 심리 치료 전문가로 인정받으며, 공공의료 및 보험 체계 내에서 활용 가능하다.

현재 한국에는 공식적인 무용치료사 전문가 양성 과정이나 공인 자격 제도가 부재한 상태이며, 민관 기관 중심으로만 교육이 이루어지고 있어 임상 적용이 어렵다. 따라서 국가 공인 무용치료사(K-DMT) 자격 제도를 마련 마련하고, 정부(보건복지부, 교육부) 주도로 공식적인 교육 커리큘럼을 마련하여 심리치료, 재활치료 등과 연계한

전문 인력 양성이 필요하다. 한국예술치료학회 등 기존의 예술 치료 분야와 협력하여 무용치료를 정신건강 치료의 한 영역으로 제도권 내에서 인정받도록 해야 한다.

1.2 대학 및 연구기관 내 전문 교육 과정 개설

미국의 New York University, Columbia University, Drexel University, Pratt Institute 등에서 무용치료 과정을 운영하고 있으며, 연구 및 임상 실습이 체계적으로 이루어진다. 학문적 연구뿐만 아니라 실제 임상 적용을 위한 필수 교육 과정을 제공하여 이론과 실무가 균형을 이루는 전문가 양성 시스템을 갖추고 있다.

현재 한국 대학 내 무용치료 관련 전공 과정이 거의 없으며, 정신건강, 심리 치료, 재활치료 등의 학문과 연계된 융합형 교육 과정이 필요하다. 국내 보건·의료대학 및 예술대학에 '예술치료·무용치료 석사 과정' 개설을 지원하여 전문 인력을 체계적으로 양성할 수 있도록 해야한다. 또한, 연구기관 및 대학 연구소에서 무용치료의 효과성을 정량적으로 분석할 수 있도록 연구 지원금을 마련하고, 관련 학술 연구를 장려해야 한다.

2. 공공의료 및 정신건강 서비스 내 무용치료 도입

2.1 의료보험 적용 및 국가 정신건강 프로그램 연계

미국의 일부 주에서 무용치료를 공공 의료보험 및 민간 보험 적용 대상 치료법으로 인정하고 있으며, PTSD 환자, 알츠하이머 환자 등을 위한 치료 프로그램으로 활용되고 있다.

한국에서도 정신건강 치료의 한 방법으로 댄스테라피가 인정받을 수 있도록 국가 정신건강 프로그램과 연계해야 한다. 보건복지부 및 국민건강보험공단이 댄스테라피의 효과를 검증한 후, 우울증, PTSD, 치매 예방 등 특정 질환군에 대한 치료 지원 프로그램에 포함하는 방안을 검토할 필요가 있다. 지역사회 정신건강센터 및 공공 병원에서는 댄스테라피 시범사업을 운영하여 효과를 검증하고, 의료 서비스 내 정식 도입 가능성을 검토해야 한다.

2.2 정신건강 및 재활치료 분야에서의 활용 확대

UCSF Benioff Children's Hospitals, Johns Hopkins Peabody Institute 등에서는 어린이 및 노인 대상의 재활 치료 프로그램에 댄스테라피를 포함하고 있다. PTSD 환자, 우울증 환자, 치매 초기 단계 환자 등 정신건강 관리가 필요한 환자군에게 효과적인 치료법으로 활용되고 있다.

한국에서도 국립 정신건강센터, 국립재활원 등에서 댄스테라피 기반의 정신건강 치료 프로그램을 시범 운영하고, 효과 분석을 통해 정식 치료로 편입할 필요가 있다. 국공립 요양병원 및 치매안심센터에서 고령층 대상 댄스테라피 프로그램을 도입하여, 인지 기능 개선 및 우울감 완화에 활용할 수 있도록 해야 한다.

3. AI 및 디지털 기술을 활용한 맞춤형 댄스테라피 연구 지원

3.1 AI 기반 동작 분석 및 맞춤형 치료 설계

Stanford AIMI, Drexel University 등에서는 VR 활용 및 AI 기술을 활용하여 환자의 움직임을 분석하고, 정서 및 신체 건강 상태를 데이터 기반으로 평가하는 연구가 진행되고 있다.

AI 및 데이터 분석 기술을 활용하여 댄스테라피 효과를 정량적으로 측정할 수 있는 연구 지원이 필요하다. 한국의 AI 및 의료기술 기업과 협력하여 환자의 움직임 데이터를 분석하고 맞춤형 치료 프로그램을 설계하는 스마트 헬스케어 솔루션을 개발해야 한다. 정부 연구 지원을 통해 AI 기반 댄스테라피 연구 및 실증 프로젝트를 추진하고, 국내 의료기관과 협업하여 실제 적용 가능성을 검증해야 한다.

4. 문화적 확산 및 대중 인식 개선

4.1 대중 교육 및 인식 개선 캠페인 추진

댄스테라피에 대한 인식이 낮은 만큼, 공공기관과 협력하여 대중 강연, 세미나, 온라인 콘텐츠 제작 등을 통해 일반인 대상 교육을 강화할 필요가 있다. 문화체육관광부 및 예술 기관과 협업하여 ‘댄스테라피 체험 프로그램’을 운영하고, 일반인들이 쉽게 접할 수 있도록 해야 한다.

4.2 공공 및 민간 협력을 통한 확산

기업, 복지기관, 공공의료기관과 협력하여 직장 내 정신건강 관리, 학교 교육 프로그램, 군 PTSD 치료 등 다양한 영역에서 댄스테라피를 접목할 수 있도록 해야 한다.

본 해외 탐사를 통해 확인한 미국의 댄스테라피 제도 및 연구 동향을 바탕으로, 한국에서도 제도적 정착을 위한 정책적 지원이 시급함을 확인할 수 있었다. 이를 위해 ① 공인 자격 및 교육 체계 구축, ② 공공의료 서비스 내 도입, ③ AI 기반 연구 지원,

④ 대중 인식 개선등의 다각적 접근이 필요하며, 이를 통해 한국에서도 댄스테라피를 효과적인 정신건강 치료법으로 자리 잡게 할 수 있다.

7. 결과물

- 1) 정책제안서 K-DMT 국가 무용치료 종합 발전 전략

(대한민국)	
⑩ 제안 제목	K-DWT 국가 무용치료 종합 발전 전략
⑪ 현황과 문제점	현재 대한민국에서 무용치료는 정신건강 치료 및 재활 치료의 한 형태로 활용될 가능성이 높음에도 불구하고, 제도적 미비와 교육 과정의 비체계성, 건강보험 미적용, 공공 지원 부족, 대중적 인식 부족 등의 문제로 인해 정식 치료법으로 자리 잡지 못하고 있습니다. 이러한 문제는 무용치료가 공공 의료 및 복지 시스템 내에서 활용될 수 있는 기반을 약화시키며, 무용치료사의 전문성을 인정받기 어렵게 만드는 주요 원인이 되고 있습니다. 다음은 대한민국에서 무용치료가 활성화되지 못하는 주요 문제점들입니다. 1. 무용치료의 제도적 부재 및 법적 미비 현재 대한민국의 보건복지부는 무용치료에 대한 구체적인 법률이나 지침을 마련하지 않고 있으며, 무용치료가 정신건강 치료법으로 제도적으로 인정받지 못하는 실정입니다. 대한민국에서는 미술치료나 음악치료와 같은 일부 예술치료 분야가 정신건강 치료의 한 방식으로 자리 잡았으며, 1977년부터 정신과 환자에 대한 예술요법이 건강보험 수가로 인정되고 있습니다. 그러나 무용치료는 여전히 공식적인 치료법으로 인정받지 못하고 있어, 건강보험 적용이 이루어지지 않고 있으며, 병원 및 정신건강복지센터에서 무용치료를 정식 치료 옵션으로 제공하는 경우가 거의 없습니다. 이러한 법적 미비는 무용치료가 의료기관 및 복지시설에서 정식 치료법으로 자리 잡기 어렵게 만드는 핵심 요인입니다. 법적 근거가 없기 때문에 의료진이 무용치료를 적극적으로 활용하기 어렵고, 정책 결정자들도 이를 정신건강 치료의 한 축으로 인정하는 데 소극적일 수밖에 없습니다. 2. 국가 공인 자격 제도의 부재 및 교육과정의 비체계성 무용치료가 제도적으로 인정받기 어려운 또 다른 이유는 국가 공인 자격 제도의 부재입니다. 현재 대한민국에서는 여러 기관에서 무용치료 관련 자격증을 발급하고 있으나, 국가가 공인하는 유일한 자격증은 존재하지 않아 공신력이 부족합니다.
(1) 기반별 무용치료 관련 자격증 현황	- (사)한국댄스테라피협회(KDTA): 무용동작치료사 자격증 발급 - 대한무용동작심리치료학회(KSDMP): 무용동작심리상담전문가, 무용동작심리상담가, 아동청소년 무용동작심리지도사 발급 - 한국춤동작심리상담협회: 무용치료 관련 자격증 발급 이처럼 기관별로 자격증이 세분화되어 있고, 체계적인 기준이 마련되지 않아 통일성이 부족합니다. 이에 따라 무용치료사들이 의료기관이나 공공 복지시설에서 정식 치료사로 활동하기 어려우며, 무용치료의 전문성을 확보하는 데에도 한계가 있습니다. 반면, 미국에서는 AOTA(American Dance Therapy Association, 미국무용치료협회)가 무용치료사 자격을 인증하는 공식 기관으로, 체계적인 자격 인증 절차를 운영하고 있습니다.

3. 건강보험 미적용 및 공공 지원 부족	
	현재 한국에서는 무용치료가 건강보험 적용을 받지 못하고 있어, 환자가 무용치료를 이용하려면 개인적으로 비용을 부담해야 하는 구조입니다. 반면, 미국과 유럽에서는 무용치료가 정신과 치료 및 재활 치료의 보조 치료법으로 인정받고 있으며, 일부 국가는 건강보험을 통해 무용치료 비용을 지원하고 있습니다. 한국의 경우, 1977년부터 정신과 환자에 대한 예술요법의 수가가 인정되어 미술치료와 음악치료는 건강보험 적용을 받는 사례가 있으나, 무용치료는 이에 포함되지 않습니다. 이는 무용치료의 효과를 검증하는 연구가 부족하며, 정책적으로 무용치료를 정신건강 치료법의 한 축으로 인정하는 체계가 마련되지 않았기 때문입니다. 또한, 정부 차원의 무용치료 연구 및 정책적 지원이 부족하여, 무용치료가 의료 및 복지 시스템 내에서 정식으로 자리 잡기 어려운 현실입니다. 반면, 미국과 유럽에서는 정부와 연구 기관이 협력하여 무용치료의 효과성을 검증하고 이를 정책적으로 지원하고 있습니다. 한국에서도 무용치료의 임상적 효과를 입증하는 연구를 활성화하고, 이를 바탕으로 건강보험 적용 및 정부 지원을 확대할 필요가 있습니다.
4. 대중적 인식 부족 및 치료법으로서의 공신력 미확보	
	한국에서는 무용치료가 전문적인 치료법이라기보다 단순한 예술 활동의 일환으로 인식되는 경우가 많습니다. 이는 무용치료의 과학적 근거를 입증하는 연구가 부족하고, 의료계 및 대중에게 무용치료의 효과가 충분히 홍보되지 않았기 때문입니다. 정신건강 치료에서 무용치료가 가지는 역할과 효과가 충분히 알려지지 않아, 의료기관에서도 무용치료를 적극적으로 활용하지 않는 경향이 있으며, 정신건강의학과 전문의나 심리치료사들조차 무용치료의 필요성을 인식하지 못하는 경우가 많습니다. 또한, 무용치료의 효과와 과학적 근거를 검증하고 객관적인 데이터를 제공하는 연구가 부족하여, 정책 결정자 및 의료 전문가들이 무용치료를 신중하고 제도적으로 채택하기 어려운 상황입니다. 이를 위해 무용치료의 공신력이 확보되지 못하고 있어 정책적 채택이 더욱 어려워지는 악순환이 지속되고 있습니다. 따라서, 무용치료의 효과성을 검증하는 연구를 확대하고, 의료계와 대중을 대상으로 무용치료의 필요성과 유효성을 적극적으로 알리는 노력이 필요합니다.
⑫ 개선방안	1. 무용치료사 공인 자격 및 교육 체계 정비 1) K-DWT(국가 공인 무용치료사) 자격 제도 도입 현재 대한민국에서는 무용치료의 활용 범위와 대상이 제한적이며, 실질적인 활용도가 낮은 상황입니다. 이러한 문제의 근본적인 원인은 공인된 무용치료사 자격 제도의 부재가 지적됩니다. 앞서 분석한 바와 같이, 한국댄스테라피협회(KDTA)와 대한무용동작심리치료학회(KSDMP), 한국춤동작심리상담협회 등에서 무용치료 자격을 부여하고 있으나, 인증 기관이 통일되지 않았으며 자격 기준도 지나치게 세분화되어 있어 필요성이 떨어지고 있습니다. 반면, 미국에서는 미국댄스테라피협회(ADTA)가 국가공인기관으로서 단일 기관에서 무용치료사 자격을 인증하

그림 8 정책 제안서 중 일부

2) DanceHeal 어플리케이션 데모버전

Dance Heal은 무용치료를 원하는 사람들이 전문가를 쉽게 찾고, 맞춤형 무용치료 프로그램을 추천받으며, 치료 예약을 간편하게 진행할 수 있도록 설계된 플랫폼이다. 본 탐사를 통해 미국에서는 무용치료를 찾을 수 있는 웹사이트가 활성화되

(2) 미국 AOTA 공인 무용치료 자격 인증 체계

- (a) 공인된 석사 과정 필수
 - ADTA가 승인한 대학원 프로그램을 이수해야 하며, 이 과정에는 심리학, 상담학, 신경과학 등의 다학제 교육과 임상 실습이 필수적으로 포함됨
- (b) 임상 실습 필수
 - 대학원 과정 중 총 700시간 이상의 임상 실습 수행
 - 공인된 정신건강 기관에서 전문가 감독하에 실무 경험 축적
- (c) BC-DWT(Board Certified Dance/Movement Therapist) 자격 시험
 - 석사 과정과 임상 실습을 마친 후, ADTA에서 요구하는 추가 실무 경험(현장 경력)을 쌓은 뒤 시험을 통과해야 정식 BC-DWT 자격 취득 가능

즉, 미국은 AOTA-BC-DWT 단일 인증 체계를 운영해 자격증의 공신력을 보장하며, 이에 따라 무용치료사들이 다양한 임상 환경에서 전문성을 인정받고 활동할 수 있습니다.

(3) 국내 무용치료 교육과정의 비체계성

현재 대한민국에서는 일부 대학에서 무용치료 관련 과목을 개설하고 있으나, 국가 차원의 공인된 교육 과정이 마련되지 않았으며, 대학마다 교육 내용이 상이하고 실습 기회가 제한적입니다. 다음 표는 대한민국과 미국의 무용치료 교육과정을 비교한 것입니다(이선미, 2011).

구분	한국	미국
교육 목표	무용치료사 양성을 위한 교육이 이루어지고 있으나, 체계적 기준 부재	AOTA가 공인한 전문 교육과정 운영
교육 내용	심리학 개론, 무용심리학 등 이론 중심	심리학, 신경과학, 상담학 등과 연계한 다학제적 교육
이수 학점	평균 3학점(이론 중심)	평균 6학점(이론+실습 균형)
실습 과정	대학에서 임상 실습 기회 부족, 학점이 제한적	장학 및 정신건강연대와 연계하여 정규 임상 실습 필수
자격증	국가 공인 자격을 부여, 다양한 민간 자격증 난립(KDTA, KSDMP 등)	AOTA 공인 BC-DWT(Board Certified Dance/Movement Therapist) 자격증 발급
취업 연계	치료사로 활동할 수 있는 기관이 제한적, 복지기관과의 연계 부족	병원, 정신건강센터, 재활센터 등 다양한 분야에서 활동 가능

표 1. 한국과 미국의 무용치료 교육과정 비교 (이선미, 2011)

이러한 차이로 인해, 한국의 무용치료 교육과정은 미국에 비해 체계성과 전문성이 부족하며, 임상 실습과 자격 인증 시스템이 미흡하여 무용치료사들이 현장에서 실질적인 경험을 쌓기 어려운 현실입니다. 또한, 무용치료를 전공한 학생들이 취업할 수 있는 기관이 제한적이며, 병원 및 복지기관과의 연계가 부족하여 전문 인력이 양성되더라도 안정적 취업 및 실무 활동이 어려운 구조적 문제가 지속되고 있습니다. 따라서 한국에서도 국가 차원의 공인된 무용치료 교육 과정 및 실습 환경 조성이 필요하며, 미국의 미국무용동작치료협회(ADTA)와 유사한 공신력 있는 자격 인증 시스템을 구축하여 무용치료사의 전문성을 확보할 필요가 있습니다. 또한, 무용치료가 의료 및 복지 시스템 내에서 공식적인 치료법으로 자리 잡을 수 있도록 병원 및 정신건강센터와의 협력 체계를 강화하는 것이 중요합니다.

고 있어 체계적인 자격 관리와 전문성 확보가 이루어지고 있습니다. 이에 따라, 대한민국에서도 보건복지부 주도로 국가 공인 무용치료사(K-DWT) 자격 제도를 마련하고, 공식적인 교육 커리큘럼을 구축하여 심리치료 및 재활치료와 연계한 전문 인력 양성이 이루어질 수 있도록 해야 합니다. 또한, 무용치료사 독립 자격 제도를 신설하는 데에 한계가 있을 가능성이 있으므로, 기존의 예술치료 관련 학회 및 기관과 협력하여 무용치료가 정신건강 치료의 주요 영역 중 하나로 자리 잡을 수 있도록 제도적 노력을 기울여야 합니다.	
2) 대학 및 연구기관 연계 교육과정 개선	
	현재 대한민국에서는 경희대학교, 서울여자대학교 등 일부 대학원 과정에서 무용치료 관련 교육이 이루어지고 있으나, 주로 심리학적 이론 교육에 한정되어 있어 실질적인 임상 활용이 어려운 실정입니다. 이에 따라, 다음과 같은 개선이 필요합니다. 첫째, 국내 보건·의료대학 및 예술대학에 ‘무용치료 석사 과정’ 개설을 지원하여, 전문 인력을 체계적으로 양성할 수 있도록 해야 합니다. 현재 무용치료 전문가 양성 과정의 수가 절대적으로 부족한 만큼, 이를 보완하기 위한 교육 과정 확대가 시급합니다. 정신건강, 심리치료, 재활치료 등의 학문과 연계된 융합형 교육 과정을 마련하여, 다학제적 접근을 보장해야 합니다. 이를 통해 무용치료의 치료적 효과를 극대화하고, 다양한 임상 환경에서의 적용 가능성을 높일 수 있습니다. 둘째, 연구기관 및 대학 연구소에서 무용치료의 효과성을 정량적으로 분석할 수 있도록 연구 자원을 강화해야 합니다. 이를 위해 연구 지원금을 마련하고, 관련 학술 연구를 장려하는 정책을 추진해야 합니다. 이를 통해 무용치료의 과학적 근거를 확보하고, 공공의료 및 정신건강 치료에 정식 도입을 위한 기반을 다질 수 있습니다.
2. 공공의료 서비스 내 도입	
	한국에서도 정신건강 치료의 한 방법으로 무용치료(댄스테라피)가 공식적으로 인정받을 수 있도록 국가 정신건강 프로그램과의 연계가 필요합니다. 이를 위해 보건복지부 및 국민건강보험공단 등 관계 기관에서 무용치료의 치료적 효과를 과학적으로 검증한 후, 특정 질환군을 대상으로 하는 치료 지원 프로그램에 무용치료를 포함하는 방안을 적극적으로 검토해야 합니다. 구체적으로는 지역사회 정신건강센터 및 공공의료기관에서 무용치료를 시범사업을 운영하여 임상적 효과를 체계적으로 분석하고, 이를 기반으로 의료 서비스 내 정식 도입 가능성을 검토하는 것이 중요합니다. 또한, 무용치료의 적용 범위를 보다 확대하는 것도 중요 과제입니다. 미국에서는 Mark Morris Dance Group의 Dance for PD 프로그램이 이미 파킨슨병 환자를 대상으로 물리적 치료의 일환으로 활용되고 있으며, 그 효과가 긍정적으로 평가되고 있습니다. 이와 같이 한국에서도 무용치료의 치료적 가치를 다각적으로 분석하고, 신체적·정신적 건강 증진을 위한 폭넓은 활용 방안을 마련해야 합니다.
3. AI 기반 시스템 구축	
	국가적으로도 AI 및 VR 기술을 포함한 디지털 치료제(digital therapeutics) 연구를 활성화

어 있으며, 각 주별·전문분야별로 맞춤형 치료사를 검색할 수 있는 기능이 잘 구축되어 있음을 확인했다. 이에 착안하여, 국내에서도 무용치료의 접근성을 높이기 위해 Dance Heal 앱을 개발하고자 하였다. 현재는 목업 단계이지만 향후 MVP(최소 기능 제품) 개발을 통해 실제 사용자 피드백을 반영한 개선 작업을 거칠 예정이다. 본 앱을 통해 무용치료의 접근성과 대중성을 높이는 것이 궁극적인 목표이다.

Dance Heal의 주요기능은 다음과 같다.

(1) 맞춤형 치료사 검색

무용치료사들의 프로필 정보를 포함하는 데이터베이스를 구축하여 사용자에게 상세 정보를 제공한다. 사용자가 지역, 치료 목적, 치료 방식 등을 기준으로 필터링하여 맞춤형 치료사를 검색할 수 있다.

(2) 무용치료 관련 정보 제공

무용치료의 원리, 역사, 적용 사례 등을 쉽게 이해할 수 있도록 정리된 콘텐츠를 제공한다. 또한 국내외 무용치료 워크숍, 세미나 등의 정보를 제공한다.

(3) AI 기반 추천 시스템

초기 사용자는 간단한 설문을 통해 현재 정신 건강 상태 및 신체적 컨디션을 입력할 수 있으며 AI가 해당 데이터를 분석해 적절한 치료사 및 치료 프로그램을 추천한다.

(4) 치료 예약 및 후기 공유 기능

치료사와의 일정을 채팅을 통해 실시간으로 확인하고 앱 내에서 바로 예약이 가능하다. 예약 리마인더 기능을 제공하며, 치료 후 사용자가 경험을 공유할 수 있는 리뷰 시스템을 제공한다.

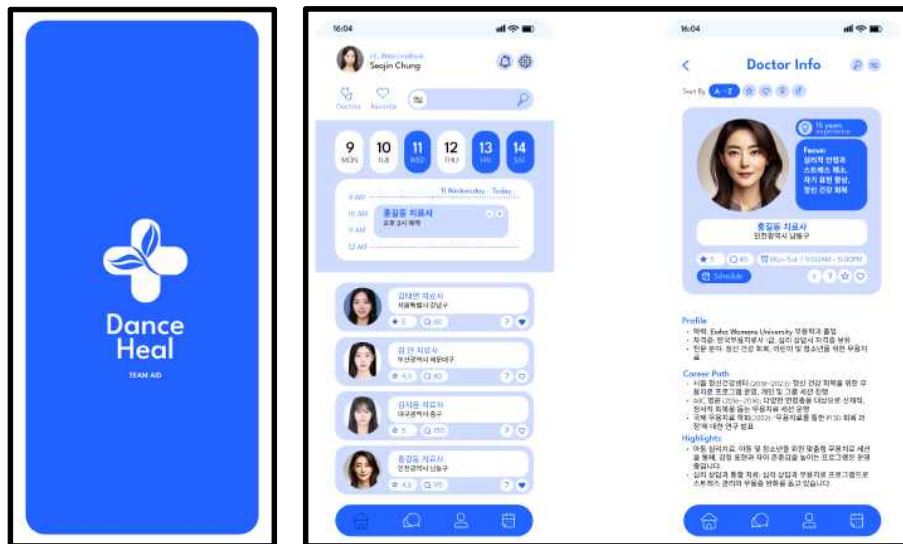


그림 9 DanceHeal 목업

8. 아쉬운 점 및 추가 연구 방향성

1) 무용치료와 AI, 신경과학 등의 융합 가능성에 대한 추가 연구 필요성

본 연구 탐사에서는 인공지능과 데이터 분석 기법을 활용하여 무용치료의 효과를 정량적으로 분석하고, 이를 바탕으로 개인 맞춤형 치료 프로그램을 개발하는 연구가 해외에서 어떻게 진행되고 있는지에 대한 실질적인 사례를 조사하고자 했다.

Drexel University의 Nalini 교수와의 인터뷰를 통해 AI 및 신경과학을 활용한 무용치료 연구가 일부 진행되고 있음을 확인하였으나, 구체적인 연구 방법론과 실험 설계, 데이터 분석 기법에 대한 세부적인 논의를 진행할 기회는 제한적이었다. 특히, 해당 연구가 어느 정도의 임상적 신뢰성을 확보하고 있으며, 무용치료의 개별화된 치료 모델에 어떻게 적용될 수 있는지에 대한 실질적인 연구팀과의 직접적인 논의가 이루어지지 못한 점은 본 연구의 한계로 작용하였다.

따라서 AI 기반 신체 움직임 데이터 분석을 활용하여 무용치료의 효과를 정량적으로 측정하는 연구들을 체계적으로 검토하고, 신경과학적 측면에서 뇌파(EEG), 심박수(HRV) 등의 생리적 지표를 활용한 무용치료의 효과 분석 연구를 심층적으로 조사할 필요가 있다. 또한, 실제 AI 기반 치료 프로그램 개발을 진행 중인 연구팀과 협업하여 실질적인 임상 연구 데이터 확보 및 분석 기법 적용 방안을 모색하는 것이 필요하다.

2) 무용치료의 효과 및 과학적 근거

무용치료는 심리적·정서적 치유뿐만 아니라 신체적 재활 및 사회적 관계 형성에도 긍정적인 영향을 미칠 수 있는 치료법으로 알려져 있으나, 과학적 근거를 확보하기 위한 실험적 연구와 데이터 기반 분석이 충분히 이루어졌는지에 대한 검토가 필요했다.

해외 연구진 및 관련 기관과의 인터뷰를 통해 무용치료의 효과를 평가하는 다양한 접근법을 확인할 수 있었으나, 치료 효과를 수치적으로 검증하는 구체적인 실험 방법과 분석 기법에 대한 명확한 정보를 확보하는 데에는 한계가 있었다. 예를 들어, 미국에서 무용치료가 정신 건강 치료의 한 분야로 인정받고 있으며, 특정 임상 연구에서는 무용치료가 우울증, 불안장애, 외상 후 스트레스 장애(PTSD) 등의 증상 완화에 긍정적인 영향을 미친다는 연구 결과가 보고되고 있다. 그러나 이러한 연구들은 주로 환자의 자기 보고(self-report) 방식에 의존하는 경향²²⁾이 있으며, 뇌파 분석(EEG), 신체 활동 센서(motion capture), 생체 신호 측정(biometric data) 등을 활용한 정량적 연구는 상대적으로 부족한 실정이다.

이에 따라 무용치료의 효과를 보다 객관적으로 평가할 수 있는 신경과학적·생리학 데이터 기반의 연구가 필요하며, 특히 무용 동작과 감정적 변화 간의 상관관계를 정량적으로 분석할 수 있는 첨단 기술(예: AI 기반 영상 분석, 웨어러블 디바이스 활용 생체 신호 측정)과의 융합 연구가 필수적이다. 이러한 연구는 무용치료의 과학적 타당성을 강화하고, 나아가 개인 맞춤형 치료 프로그램 개발로 이어질 수 있는 중요한 기반을 제공할 것이다.

22) 이수진. (2022). 가정폭력 생존자를 위한 무용/동작치료 연구 동향. 한국무용연구학회, 40(3), 45-62.

III. 결론

1. 탐사주제의 핵심 내용 요약

본 연구에서는 무용치료(Dance/Movement Therapy, DMT)의 효과성과 적용 가능성을 탐색하기 위해 다양한 국내외 문헌을 분석하였다. 이를 통해 무용치료가 신체적·정신적 건강에 미치는 긍정적 영향을 확인하였으며, 한국과 미국의 무용치료 교육과정 및 제도적 차이를 비교하였다. 또한, 무용치료와 신기술(AI, VR) 융합 가능성을 검토하였으며, 기존 연구의 한계를 분석하여 향후 연구 방향을 제시하고자 하였다.

무용치료는 신체적 움직임을 활용하여 감정을 표현하고 심리적 안정을 도모하는 치료법으로, 다양한 임상 연구에서 그 효과가 검증되었다. 뇌졸중 및 신체 재활 환자를 대상으로 한 연구에서는 무용치료가 신체 기능 회복뿐만 아니라 정서적 안정에도 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 문숙정(2008)의 연구에서는 뇌졸중 편마비 환자들에게 신체 이완 기법을 적용한 무용치료를 진행한 결과, 심리적 불안이 유의미하게 감소하였다. 또한, 홍미성(2017)의 연구에서는 만성 뇌졸중 환자를 대상으로 Feldenkrais Method를 활용한 무용치료를 실시한 결과, 자세 조절 능력과 우울감 감소, 삶의 질 향상이 관찰되었다. 이는 무용치료가 단순한 신체 재활을 넘어 심리적 안정과 정서적 치유에도 기여할 수 있음을 시사한다.

정신질환 환자를 대상으로 한 연구에서도 무용치료의 효과가 입증되었다. Yan Kong(2024)의 연구에서는 만성 정신분열증 환자를 대상으로 무용치료를 적용한 결과, 정신증 증상(PANSS)이 감소하고, 인지 기능(WCST, MoCA)이 향상되었으며, 신체 건강에도 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 무용치료가 신체 활동을 촉진하는 동시에, 정서적 표현과 사회적 상호작용을 강화하여 정신질환자의 회복을 돕는 데 효과적임을 보여준다. 또한, 신기술과의 융합 가능성을 탐색한 연구에서는 가상현실(VR)을 활용한 무용치료가 불안 장애 및 PTSD 치료에 효과적이라는 점이 확인되었다. Bigbee(2021)의 연구에서는 VR 기반 미러링 기법이 환자가 자신의 움직임을 보다 객관적으로 인식하고, 정서적 교감을 형성하는 데 기여한다는 점을 강조하였다. 아울러, AI 기반 감성컴퓨팅을 활용한 연구(2020)에서는 웨어러블 기기와 스마트 디바이스를 통해 환자의 감정 변화를 실시간으로 분석하고 맞춤형 치료를 제공할 수 있는 가능성을 제시하였다.

무용치료 교육과정 및 제도에 대한 연구에서는 한국과 미국의 큰 차이가 드

러났다. 미국은 무용치료가 공식적인 정신건강 치료법으로 자리 잡고 있으며, 체계적인 교육 및 자격 인증 제도를 통해 무용치료사의 전문성을 확보하고 있다. 미국무용치료협회(ADTA)가 인증한 대학원 과정에서는 심리학, 신경과학, 상담학 등과 연계된 다학문적 교육이 이루어지며, 최소 700시간 이상의 임상 실습이 필수적으로 요구된다. 또한, BC-DMT(Board Certified Dance/Movement Therapist) 자격을 취득해야 병원 및 심리치료 기관에서 정식 치료사로 활동할 수 있다. 반면, 한국은 공인된 무용치료사 자격 제도가 부재하고, 교육 과정이 대학마다 상이하며, 실습 기회가 제한적이다. 국내에서는 KDTA(한국댄스테라피협회), KSMDP(대한무용동작심리치료학회) 등 민간 기관이 자체적으로 자격증을 발급하고 있으나, 국가 공인 인증이 이루어지지 않아 무용치료사의 전문성이 공식적으로 인정받기 어려운 실정이다. 또한, 대학 내 무용치료 교육 과정이 심리학 기반의 이론 교육에 치우쳐 있으며, 미국과 같은 체계적인 임상 실습 환경이 조성되지 못하고 있다.

기존 연구들은 무용치료의 효과를 입증하는 데 집중하였으나, 연구 방법론의 일관성이 부족하고, 문화적 다양성을 고려한 연구가 미흡하며, 정책적·제도적 연구가 부족하다는 한계를 가진다. 연구마다 무용치료 기법이 다르게 적용되어 최적의 치료 모델을 도출하기 어렵고, 연구 설계가 표준화되지 않아 장기적인 치료 효과를 분석하기 어렵다. 또한, 대부분의 연구가 서구 중심으로 진행되었으며, 한국의 문화적 특성을 반영한 무용치료 모델은 거의 개발되지 않았다. 서구에서는 무용치료가 개방적인 정서 표현을 유도하는 방식으로 이루어지는 반면, 한국에서는 보다 간접적인 방식으로 감정을 표현하는 경향이 강하다. 따라서, 문화적 차이를 반영한 맞춤형 무용치료 프로그램이 필요함에도 불구하고, 이에 대한 연구는 부족한 실정이다.

정책적·제도적 연구의 부족 또한 한국에서 무용치료가 정식 치료법으로 자리 잡지 못하는 주요 원인 중 하나이다. 미국에서는 일부 주에서 무용치료가 건강보험 적용을 받으며, PTSD 및 치매 예방 치료법으로 공식적으로 인정되고 있다. 반면, 한국에서는 무용치료가 의료 서비스 내에서 정식 치료법으로 채택되지 않아 건강보험 적용이 이루어지지 않고 있으며, 이로 인해 병원 및 치료 기관에서 무용치료를 적극적으로 도입하기 어려운 실정이다. 이러한 제도적 문제는 무용치료사의 전문성을 인정받기 어렵게 만들며, 무용치료가 의료 및 복지 시스템 내에서 자리 잡는 것을 방해하는 요인으로 작용하고 있다.

본 연구는 한국에서 무용치료의 제도적 정착을 위한 실질적인 방안을 마련하

고자 한다. 이를 위해 Drexel University 및 Laban/Bartenieff Institute of Movement Studies(LIMS) 등 미국의 대표적인 무용치료 기관을 방문하여 현장 정보를 수집하고, 무용치료 전문가 및 연구자들과의 인터뷰를 진행하였다. 또한, The Behavioral Wellness Center at Girard에서 정신질환 환자 및 마약 중독자를 대상으로 한 무용치료 프로그램을 직접 관찰하며, 미국에서 무용치료가 임상 현장에서 어떻게 활용되는지를 조사하였다. 이를 통해 한국에서 무용치료가 보다 실질적으로 정착할 수 있는 교육 및 제도적 개선 방안을 도출하고자 한다.

미국으로 실질적인 탐사를 떠나기 전, 본 연구팀은 국내에서 무용과 신체 움직임, 정신 건강과 관련된 전문가들을 인터뷰하여 무용치료의 다양한 적용 가능성을 탐색하고자 했다. 무용치료는 신체적 움직임과 심리적 요소가 결합된 치료법이기 때문에, 이를 보다 깊이 이해하기 위해 신체 움직임 연구와 교육을 담당하는 전문가뿐만 아니라 정신 건강 전문가의 관점도 함께 반영할 필요가 있었다. 이를 위해 무용치료의 학문적, 실천적 접근을 모두 고려하여 다양한 분야의 전문가들을 인터뷰했다.

먼저, 이화여자대학교 무용과 한혜주 교수님을 인터뷰하여 무용치료의 개념과 예술적·임상적 중요성, 그리고 국내외 무용치료 사례에 대한 견해를 들었다. 교수님은 한국에서 무용치료가 아직 제도적으로 정착되지 못했으며, 인지도 부족과 보험 적용 문제로 인해 접근성이 낮은 상황임을 지적했다. 이에 따라, 무용치료가 보다 공식적인 의료 시스템 내에서 자리 잡기 위해서는 치료(Therapy)와 치유(Healing)의 개념을 구분하고, 임상 환경과 일상적인 심리적 회복을 위한 무용치료 프로그램을 병행하여 운영할 필요가 있다고 강조했다. 또한, 서구에서 이루어지고 있는 파킨슨병 환자를 위한 움직임 치료, 타말파 연구소의 표현예술치료 프로그램 등의 사례를 언급하며, 한국에서도 무용치료가 보다 체계적인 연구를 통해 발전할 필요가 있다고 덧붙였다.

다음으로, 한국소매틱연구교육원의 홍세희 교수님과의 인터뷰에서는 소매틱스(Somatics)와 무용치료의 연계성에 대한 논의가 이루어졌다. 교수님은 무용치료가 신체적 움직임을 통해 내면적 치유를 촉진하는 과정이며, 이는 소매틱 접근법과도 밀접한 관련이 있음을 강조했다. 특히, 소매틱스는 몸의 인식을 확장하고 자기 조절 능력을 향상시키는 데 초점을 맞추고 있으며, 무용치료에서 이를 활용할 경우 보다 효과적인 심리적·신체적 회복이 가능할 것이라고 설명했다. 그러나 한국에서는 소매틱스 기반 무용치료 연구가 부족하며, 체계적인 교육과정이 마련되지 않았다는 점이 한계로 지적되었다.

이화여자대학교 간호학과 김다운 교수님과의 인터뷰에서는 무용치료가 정신 질환자와 노인, 장애인 등의 다양한 대상자들에게 적용될 수 있으며, 신체 활동을 통해 정서적 안정, 사회적 연결성, 자기 표현 능력을 향상시키는 데 기여할 수 있다는 점이 강조되었다. 교수님은 무용치료가 특히 우울증, 치매, 불안장애 등의 치료에 효과적일 수 있으며, 신체적 움직임이 인지 기능 회복과도 연관이 깊다는 점을 설명했다. 그러나 국내에서 무용치료는 현재 주된 치료법으로서의 입지는 확보하지 못하고 있으며, 다학제적 연구가 선행되지 않았다는 점이 문제로 지적되었다.

이러한 국내 인터뷰를 통해 우리는 한국의 무용치료가 아직 제도적·학문적 정착이 미흡하며, 연구 및 교육 체계가 체계적으로 확립되지 않았다는 점을 확인할 수 있었다. 또한, 무용치료가 보다 효과적으로 활용되기 위해서는 소매틱스와 같은 움직임 연구 기법을 접목하고, 정신건강 전문가들과의 협력을 강화해야 할 필요성이 있음을 알게 되었다. 이러한 사전 연구 결과를 바탕으로, 우리는 미국에서 보다 체계적인 무용치료 교육 과정과 임상 적용 사례를 탐색하고자 하였다.

미국 탐사는 무용치료가 학문적으로 어떻게 발전해왔으며, 임상 현장에서 어떻게 활용되고 있는지를 분석하는 것을 목표로 진행되었다. 이를 위해 Laban/Bartenieff Institute of Movement Studies(LIMS)의 수업에 참관하고 교수진 및 연구자를 인터뷰하였으며, Drexel University을 방문하여 교수진 인터뷰, The Behavioral Wellness Center at Girard에서 무용치료 세션을 직접 관찰하였다. 또한, Mark Morris Dance Group의 Gaga 테크닉 수업에 참여하여, 이 움직임 기법이 무용치료와 어떻게 연계될 수 있는지 탐색하였다.

Laban/Bartenieff Institute of Movement Studies(LIMS)에서 만난 Cheryl Clark 교수님은 Laban 움직임 분석(Laban Movement Analysis, LMA)과 Bartenieff Fundamentals가 무용치료에서 활용되는 방식을 설명해주었다. 교수님은 무용치료사가 환자의 움직임 패턴을 분석하고, 이를 토대로 적절한 개입을 제공하는 것이 중요하며, 특히 신체 사용(body use), 공간 활용(space use), 움직임의 질(quality use) 등의 요소를 고려해야 한다고 강조했다. 또한, 정신질환 환자들과의 치료 경험을 바탕으로, 무용치료가 환자들의 자기 표현과 감정 조절 능력을 향상시키는 데 기여할 수 있음을 확인할 수 있었다. LIMS의 Instructor이자 한국에서 무용치료사로 활동한 경험이 있는 조희진 선생님 또한 한국 무용치료에 접목할 요소로 Laban/Bartenieff 움직임 분석(LMA/BF)의 활용을 강조하였다. LMA/BF는 환자의

움직임을 정량적으로 분석하고 기록할 수 있어 무용치료 연구와 임상 적용에 도움이 될 수 있다. 특히, 미국에서는 개인 맞춤형 무용치료 프로그램이 활발히 개발되고 있으며, 환자의 특성에 맞춘 치료 방식이 더욱 강조되고 있다. 조희진 선생님은 이러한 맞춤형 접근 방식을 한국에도 도입하면 무용치료의 효과를 더욱 높일 수 있을 것으로 기대하였다.

Drexel University의 Prakash Nalini 교수님과의 인터뷰에서는 미국의 무용치료 교육 과정이 임상 실습 중심으로 이루어지고 있으며, 학생들이 상담 기술과 무용치료 기법을 동시에 익히도록 구성되어 있다는 점이 강조되었다. 특히, 무용치료가 정신질환 환자의 사회적 고립을 완화하는 데 중요한 역할을 하며, 다학문적 접근을 통해 심리치료, 신경과학 등의 지식을 접목할 필요가 있다는 점이 언급되었다.

The Behavioral Wellness Center at Girard에서는 유지연 무용치료사를 만나 병원의 무용치료 프로그램 운영 방식을 조사하였다. 병원 내 무용치료는 창의적 치료 부서에서 운영되며, 정신질환과 약물 중독을 동시에 치료하는 환자들을 대상으로 개별 및 그룹 세션이 진행된다. 무용치료는 단순한 신체적 활동이 아니라, 환자들이 감정을 탐색하고 표현할 수 있도록 돕는 과정으로 구성되며, 치료사의 역할이 매우 중요하다는 점이 강조되었다.

또한, Mark Morris Dance Group의 Gaga 테크닉 수업에 참여하며, 이 움직임 기법이 무용치료와 접목될 가능성을 탐색하였다. Gaga 테크닉은 감각을 활성화하고 신체를 자유롭게 움직이는 것을 강조하는 기법으로, 참가자가 내면의 감각을 탐색하며 움직임을 통해 감정을 표현하도록 유도한다. 이러한 접근 방식은 무용치료와 유사한 원리를 기반으로 하며, 특히 감각 인식과 자기 표현을 촉진하는 데 효과적일 수 있음을 확인하였다.

이번 해외 탐사를 통해 우리는 무용치료의 글로벌 적용 사례를 직접 경험하고, 전문가들과의 심층 인터뷰를 통해 이론적·실무적 인사이트를 확보할 수 있었다. 미국은 무용치료가 임상 환경에서 활발히 활용되고 있는 선진국 중 하나로, 탐사를 통해 치료 기법, 제도적 지원, 기술 융합 등의 다양한 측면에서 유의미한 시사점을 도출할 수 있었다. 특히, 한국에서는 무용치료가 주로 웰니스 프로그램이나 단기적인 심리적 치유를 위한 수단으로 활용되고 있지만, 미국에서는 정신 건강 치료, 재활 치료, 노인 및 아동 복지 등 다양한 분야에서 과학적이고 체계적으로 적용되고 있음을 확인할 수 있었다. 정신 질환자, 노숙자, 마약 중독자 등 다양한 대상들에게 무용치료

가 적용되는 사례를 직접 관찰하며, 한국에서도 보다 실질적인 임상 적용이 가능할 수 있도록 제도적 개선이 필요함을 인식하게 되었다. 또한, 연구적 관점에서 최신 무용치료 연구 동향과 이론적 기반을 확인할 수 있었다. 국내 사전 조사에서 확인한 무용치료 관련 연구들은 대부분 2010년대 초반에 발표된 자료들이 많아 최신 연구 경향을 파악하는 데 한계가 있었으나, 해외 탐사를 통해 무용치료의 발전 방향과 다학문적 접근 방식이 강조되고 있음을 확인할 수 있었다. 특히, Laban/Bartenieff Institute of Movement Studies(LIMS)에서 Laban 움직임 분석(LMA)이 무용치료에서 어떻게 적용되고 있는지, 그리고 그 이론과 실천적 활용 방식에 대해 구체적으로 이해할 수 있었다.

이와 함께, 미국과 한국의 제도적·문화적 차이를 분석하며 국내 적용 가능성을 모색하였다. 미국에서는 무용치료가 공식적인 치료법으로 자리 잡고 있으며, 공인된 무용치료사들이 임상 환경에서 활발히 활동할 수 있도록 제도적 지원이 마련되어 있다. 반면, 한국에서는 무용치료의 법적·제도적 기반이 미비하여 심리치료나 재활치료의 한 영역으로 인정받기 어려운 현실이다. 특히, The Behavioral Wellness Center at Girard에서의 인터뷰를 통해 체계적인 무용치료사 교육과 인증 프로그램이 운영되고 있으며, 도움이 필요한 취약 계층에게 무용치료가 적극적으로 활용되고 있음을 확인하였다. 이처럼 미국에서는 정신질환자, 노숙자, 마약중독자 등을 위한 정부 지원 치료 프로그램이 운영되고 있어 보다 실질적인 개입이 가능하지만, 한국에서는 그러한 제도적 지원이 부족한 현실을 재확인하게 되었다. 또한, 라틴계열 환자들이 있는 병동을 직접 방문하고 치료 세션에 참여하며, 무용치료가 문화적 요소를 반영하여 적용된다는 점을 알게 되었다. 한국에서도 정서적 특성과 사회적 문화에 맞춘 맞춤형 무용치료 프로그램 개발이 필요함을 확인할 수 있었다.

이러한 연구 결과를 바탕으로, 우리는 한국에서 무용치료가 보다 체계적으로 정착될 수 있도록 몇 가지 정책적 제언을 도출하였다. 첫째, 무용치료 공인 자격 인증 제도를 도입하여 전문 인력 양성을 체계화할 필요가 있다. 미국에서는 American Dance Therapy Association(ADTA)에서 공인하는 R-DMT(Registered Dance/Movement Therapist) 및 BC-DMT(Board-Certified Dance/Movement Therapist) 등의 자격을 취득해야 무용치료사로 활동할 수 있다. 이 과정에는 대학 교육, 현장 실습, 인턴십 등의 과정이 포함되며, 이를 모두 수료한 후에야 전문 자격을 취득할 수 있다. 반면, 한국에서는 무용치료사 자격 제도가 부재한 상태이며, 민간

기관 중심으로만 교육이 이루어지고 있어 임상 적용이 어렵다. 따라서, 국가 공인 무용치료사(K-DMT) 자격 제도를 마련하고, 정부(보건복지부, 교육부) 주도로 공식적인 교육 커리큘럼을 구성하여 심리치료, 재활치료 등과 연계한 전문 인력 양성이 필요하다.

둘째, 대학 및 연구기관 내 무용치료 전문 교육 과정을 개설해야 한다. 미국에서는 New York University, Columbia University, Drexel University, Pratt Institute 등의 대학에서 무용치료 과정을 운영하고 있으며, 연구 및 임상 실습이 체계적으로 이루어지고 있다. 이에 반해 한국에서는 무용치료 관련 정규 학위 과정이 부족하며, 정신건강 및 심리치료와 연계된 융합형 교육 과정이 필요하다. 국내 보건·의료 대학 및 예술대학에서 무용치료 석사 과정을 개설하여 연구와 실습이 균형을 이루는 전문가 양성 시스템을 갖추는 필요가 있다.

셋째, 공공 의료 및 정신건강 서비스 내 무용치료를 도입하는 방안을 검토해야 한다. 미국 일부 주에서는 무용치료가 공공 의료보험 및 민간 보험 적용 대상 치료법으로 인정되고 있으며, PTSD 환자, 알츠하이머 환자 등을 위한 치료 프로그램으로 활용되고 있다. 이에 따라 한국에서도 국가 정신건강 프로그램과 연계하여 무용치료를 공식 치료법으로 인정받을 수 있도록 해야 한다. 보건복지부 및 국민건강보험공단이 무용치료의 효과를 검증한 후, 우울증, PTSD, 치매 예방 등의 특정 질환군에 대한 치료 지원 프로그램에 포함하는 방안을 검토해야 한다.

넷째, AI 및 디지털 기술을 활용한 맞춤형 무용치료 연구를 지원해야 한다. Drexel University 및 Stanford AIMI 등에서는 AI 기반 동작 분석 및 맞춤형 치료 설계를 연구하고 있으며, 이러한 기술을 활용하여 무용치료 효과를 정량적으로 분석하고 있다. 한국에서도 AI 및 의료기술 기업과 협력하여 환자의 움직임 데이터를 분석하고 맞춤형 치료 프로그램을 설계하는 스마트 헬스케어 솔루션을 개발할 필요가 있다. 이를 위해 정부 연구 지원을 통해 AI 기반 무용치료 연구 및 실증 프로젝트를 추진하고, 국내 의료기관과 협업하여 실제 적용 가능성을 검증해야 한다.

마지막으로, 무용치료의 대중 인식 개선을 위한 교육 및 홍보 활동이 필요하다. 현재 한국에서는 무용치료에 대한 인식이 낮으며, 심리치료의 보조적인 역할로만 인식되는 경향이 있다. 따라서 공공기관과 협력하여 대중 강연, 세미나, 온라인 콘텐츠 제작 등을 통해 무용치료에 대한 이해도를 높이고, 일반인들이 쉽게 접할 수 있도록 프로그램을 운영할 필요가 있다.

결과적으로 본 팀은 무용치료의 대중화와 제도적 정착을 돕기 위해 두 가지 주요 결과물을 마련하였다. 첫째, 무용치료의 체계적 확립을 위한 정책 제안서를 작성하여, 한국에서의 무용치료 제도화를 위한 실질적인 방안을 도출하였다. 둘째, 무용치료사와 일반인을 연결하는 플랫폼인 Dance Heal 앱 데모 버전을 개발하여, 무용치료 접근성을 높이고 대중화를 촉진하는 시스템을 마련하였다.

정책 제안서에서는 K-DMT(국가 공인 무용치료사) 자격 제도 도입, 대학 및 연구기관 연계 교육과정 개편, 공공의료 서비스 내 무용치료 도입, AI 기반 맞춤형 무용치료 시스템 구축, 그리고 무용치료 대중 인식 개선이라는 다섯 가지 주요 정책 방향을 제안하였다. 현재 한국에서는 무용치료사 자격이 여러 협회에서 개별적으로 발급되고 있어, 전문성을 인정받기가 어려운 실정이다. 이에 따라, 보건복지부 주도로 국가 공인 자격 제도를 마련하여 무용치료사의 전문성을 보장하고, 심리치료 및 재활치료 분야에서의 공식적인 활동을 가능하게 해야 한다. 또한, 대학 내 무용치료 관련 석사 과정 확대를 통해 실무 중심의 교육과 임상 실습이 강화될 필요가 있으며, 연구기관과 협력하여 무용치료의 효과성을 검증하는 데이터 기반 연구를 추진해야 한다. 더 나아가, 무용치료가 공공 의료 시스템 내에서 활용될 수 있도록 정신건강센터 및 재활병원에서 시범사업을 운영하고, 이를 의료보험 적용 대상으로 포함하는 방안을 검토해야 한다. 특히 미국의 Mark Morris Dance Group이 운영하는 Dance for PD 프로그램과 같이, 파킨슨병 환자 및 치매 초기 환자를 위한 무용치료가 정식 치료법으로 활용될 수 있도록 정부 차원의 지원이 필요하다. 또한, AI 및 VR 기술을 활용하여 환자의 움직임 데이터를 분석하고, 맞춤형 치료를 제공하는 연구를 활성화함으로써 무용치료의 과학적 기반을 더욱 강화해야 한다.

이와 함께, 우리 팀은 무용치료의 접근성을 높이기 위한 Dance Heal 앱의 데모 버전을 제작하였다. Dance Heal은 무용치료를 원하는 사람들이 전문가를 쉽게 찾고, 치료 예약을 도울 수 있도록 설계된 플랫폼이다. 기존에는 무용치료 정보를 찾기 어렵고, 치료사와 직접 연결되는 과정이 복잡하여 치료 접근성이 낮았다. 하지만 Dance Heal 데모는 이러한 문제를 해결하고자, 사용자가 자신의 건강 상태에 맞는 무용치료사를 검색하고, 상담 및 예약을 쉽게 진행할 수 있도록 구성되었다. Dance Heal의 주요 기능은 다음과 같다. 첫째, 무용치료사 데이터베이스를 구축하여 사용자가 지역별, 치료 목적별로 맞춤형 치료사를 검색할 수 있도록 한다. 둘째, 무용치료 관련 정보를 제공하여 사용자가 무용치료의 효과와 다양한 프로그램에 대해 이해할

수 있도록 돕는다. 셋째, AI 기반 추천 시스템을 통해 사용자의 정신 건강 상태 및 신체적 조건을 분석하고, 적절한 무용치료 프로그램을 추천한다. 넷째, 치료 예약 및 후기 공유 기능을 통해 사용자들이 신뢰할 수 있는 치료사를 찾을 수 있도록 한다.

이번 연구를 통해 본 팀은 무용치료가 정신 건강 및 신체 재활에 효과적인 치료법이 될 수 있음을 확인하고, 한국에서의 정착을 위한 실질적인 방안을 모색하였다. 국내외 문헌 조사와 전문가 인터뷰를 통해 무용치료의 제도적 한계를 분석하고, 미국의 주요 무용치료 기관 및 임상 현장을 탐방하며 학문적 기반과 실무적 적용 사례를 조사하였다. 앞으로는 무용치료의 효과를 정량적으로 검증하는 실증 연구와 AI 및 디지털 기술을 활용한 새로운 치료 방식의 도입이 필요하며, 다학제적 연구 협력과 정책적 지원이 뒷받침된다면 무용치료는 보다 많은 사람들에게 접근 가능한 치료 방법으로 자리 잡을 수 있을 것이다.

2. 연구의 의의

본 연구는 무용치료(Dance/Movement Therapy, DMT)의 효과성과 적용 가능성을 다각도로 분석함으로써, 무용치료의 학문적·임상적 가치를 체계적으로 조명하였다. 특히, 한국과 미국의 무용치료 교육 및 제도적 차이를 비교·분석하고, 신기술(AI, VR)과의 융합 가능성을 탐색함으로써 무용치료의 발전 방향을 구체적으로 제시한 점에서 중요한 의의를 갖는다.

첫째, 본 연구는 국내외 문헌 분석과 전문가 인터뷰를 통해 무용치료가 신체적·정신적 건강에 미치는 긍정적인 영향을 실증적으로 검토하였다. 기존 연구들은 무용치료의 효과를 단편적으로 입증하는 데 집중하였으나, 본 연구는 임상 연구 사례와 실제 치료 현장 탐방을 병행하여 무용치료의 과학적 근거를 보다 종합적으로 제시하였다. 이를 통해 무용치료가 단순한 예술적 표현을 넘어 심리적 안정과 정서적 치유에 기여할 수 있는 실질적인 치료법임을 확인하였다.

둘째, 한국과 미국의 무용치료 교육과정 및 제도적 차이를 비교·분석함으로써, 한국에서 무용치료가 제도적으로 정착하기 위한 개선 방향을 제시하였다. 미국은 무용치료가 정신건강 치료법으로 자리 잡고 있으며, 체계적인 교육과 인증 제도를 통해 전문 인력을 양성하고 있다. 반면, 한국은 공식적인 무용치료사 자격 제도가 부재하고, 임상 실습 기회가 제한적이어서 무용치료가 의료 및 복지 시스템 내에서 효과적으로 활용되지 못하고 있다. 본 연구는 이러한 한계를 해결하기 위해 국가 공인 자

격 인증 제도의 도입과 대학 내 무용치료 정규 교육 과정 개설 등의 정책적 제언을 도출하였다.

셋째, 본 연구는 무용치료와 신기술(AI, VR) 융합 가능성을 분석하여, 무용치료의 현대적 발전 방향을 제시하였다. 특히, VR을 활용한 무용치료가 PTSD 및 불안장애 치료에 효과적이며, AI 기반 감성 컴퓨팅이 맞춤형 치료를 제공하는 데 기여할 수 있음을 확인하였다. 이는 무용치료가 기술과 결합하여 보다 효과적이고 접근성이 높은 치료법으로 확장될 가능성을 시사한다.

넷째, 본 연구는 문화적 차이를 고려한 맞춤형 무용치료 모델 개발의 필요성을 강조하였다. 기존 연구들은 주로 서구 중심으로 이루어져 한국적 정서와 문화적 특성을 반영한 연구가 부족했다. 본 연구는 한국에서 무용치료가 효과적으로 정착하기 위해서는 정서 표현 방식과 사회적 맥락을 고려한 치료 기법이 필요하다는 점을 지적하며, 향후 연구 방향을 제시하였다.

마지막으로, 본 연구는 무용치료가 정신질환자, 신체 재활 환자, 노인, 장애인 등 다양한 대상에게 적용될 수 있는 가능성을 탐색하였다. 특히, 미국 현장 탐사를 통해 무용치료가 정신질환자, 노숙자, 마약 중독자 치료에 적극 활용되고 있음을 확인하였으며, 이를 통해 한국에서도 보다 실질적인 임상 적용이 이루어질 수 있도록 제도적 개선이 필요함을 강조하였다. 이러한 연구 결과는 무용치료의 학문적 발전뿐만 아니라, 실질적인 임상 적용과 정책 수립에 기여할 수 있을 것으로 기대된다. 앞으로 무용치료가 보다 체계적인 연구와 제도적 지원을 통해 의료 및 복지 분야에서 효과적으로 활용될 수 있도록 후속 연구가 지속적으로 이루어져야 할 것이다.

3. 후속 연구 방향 제시

본 연구를 통해 무용치료가 정신 건강 회복에 효과적인 치료법이라는 점과, 한국에서 이를 체계적으로 도입하기 위한 정책적 방향성이 필요하다는 점이 확인되었다. 그러나 한국적 맥락에서 무용치료가 정식 치료법으로 자리 잡기 위해서는 추가적인 연구와 실천적 노력이 요구된다. 이에 따라 후속 연구에서는 ① 무용치료의 과학적 근거 확보, ② 지속 가능한 프로그램 개발, ③ AI 및 신기술 활용, ④ 교육 및 정책 연구, ⑤ 무용치료 대중화를 위한 방안을 중심으로 탐구가 이루어져야 한다.

우선, 무용치료의 효과성을 검증하기 위해 대규모 임상 연구와 정량적 데이터 축적이 필요하다. 현재 한국에서 이루어진 연구는 대부분 소규모 사례 연구에 머물러

있으며, 장기적인 임상 연구가 부족한 실정이다. 무용치료가 객관적인 치료법으로 인정받기 위해서는 다양한 정신 질환(우울증, PTSD, 조현병 등) 및 신경계 질환(치매, 파킨슨병 등)을 대상으로 한 대규모 연구가 필요하다. 또한, 연령별(청소년, 성인, 노인) 및 질환별 맞춤형 무용치료 프로그램을 개발하고, 기존 치료(상담 치료, 약물 치료)와 병행할 때의 효과를 비교 분석하는 연구도 이루어져야 한다. 이러한 연구를 통해 무용치료가 객관적인 치료법으로 인정받을 수 있도록 정량적 데이터를 축적하는 과정이 필수적이다.

또한, 한국적 환경에 적합한 지속 가능한 무용치료 프로그램 개발 연구가 필요하다. 현재 한국의 무용치료는 일회성 워크숍이나 소규모 기관 중심으로 운영되는 경우가 많아 정기적이고 체계적인 프로그램이 부족하다. 이를 개선하기 위해 병원·정신건강센터·복지기관에서 지속적으로 운영할 수 있는 제도적 기반을 마련하고, 한국인의 정서 및 문화적 특성을 반영한 맞춤형 치료 기법을 개발하는 연구가 필요하다. 특히, 연령별·질환별 맞춤형 무용치료 모델을 구축하고, 정신건강 치료와 병행할 때의 효과를 검증하며, 치료 효과를 지속적으로 평가·개선하는 체계를 마련하는 것이 중요하다. 또한, 공공·민간 협력을 통해 정신건강복지센터, 재활병원, 학교·기업·군대 등에서 무용치료를 적용할 수 있도록 지원 체계를 구축하고, 국가 지원과 보험 적용 가능성을 연구할 필요가 있다. 이를 통해 무용치료가 단순한 보조 요법이 아니라, 장기적으로 지속 가능한 치료법으로 정착할 수 있도록 해야 한다.

AI 및 신기술을 활용한 무용치료 연구 역시 중요한 후속 연구 방향이다. 최근 웨어러블 기기와 AI 기반 움직임 분석 기술의 발전으로 무용치료의 효과를 보다 체계적으로 검증하고, 환자 맞춤형 치료 프로그램을 개발할 가능성이 높아지고 있다. 이를 위해 AI를 활용한 감정 상태 및 움직임 패턴 분석, VR(가상현실) 및 AR(증강현실) 기술을 접목한 몰입형 치료 환경 조성, 웨어러블 센서를 이용한 실시간 신체 반응 측정 및 치료 효과 모니터링 시스템 개발이 필요하다. 이러한 연구가 진행된다면 무용치료가 보다 과학적 근거를 갖춘 객관적인 치료법으로 자리 잡을 수 있을 것이다.

무용치료의 발전을 위해서는 전문 치료사 양성을 위한 교육 연구 및 정책 연구도 필수적이다. 현재 한국에는 ADTA와 같은 공인된 무용치료사 인증 제도가 없으며, 체계적인 교육 과정 또한 부족하다. 따라서 무용치료 교육과정을 표준화하고, 국가 공인 자격증 제도를 도입하기 위한 연구가 필요하다. 이를 위해 전문 치료사 양성을 위한 교육 기관 설립, 대학 및 대학원 과정 내 관련 학위 및 실습 과정 개설, 정

책적 지원 확대 방안을 모색해야 한다. 또한, 미국, 유럽, 일본 등 무용치료가 활성화된 국가들의 교육 및 정책 사례를 분석하여 한국에 적용할 수 있는 최적의 방안을 도출하는 연구도 필요하다.

마지막으로, 무용치료의 대중화를 위한 연구가 이루어져야 한다. 무용치료가 널리 확산되기 위해서는 일반 대중이 쉽게 접근할 수 있는 플랫폼 구축이 필수적이며, 이를 위해 무용치료 관련 모바일 애플리케이션(앱) 개발이 중요한 역할을 할 수 있다. 이러한 플랫폼을 통해 일반인을 위한 무용치료 가이드 및 영상 콘텐츠 제공, AI 기반 맞춤형 무용치료 추천 기능 개발, 전문가와의 온라인 상담 및 커뮤니티 기능 추가 등을 연구해야 한다. 또한, 무용치료 교육 및 워크숍 정보를 제공하여 전문가뿐만 아니라 일반 대중도 쉽게 무용치료를 접할 수 있도록 지원하는 방안도 고려해야 한다. 이와 같은 후속 연구가 진행된다면, 한국에서도 무용치료가 정신 건강 치료의 중요한 한 축으로 자리 잡을 수 있으며, 다학문적 접근을 통해 더욱 발전할 가능성이 높아질 것이다. 무용치료가 단순한 예술 활동이 아니라, 신체적·정신적 통합을 이루는 과학적 치료법으로 정착할 수 있도록 지속적인 연구와 실천적 노력이 필요하다.

IV. 참고문헌

- 강우량. (2024년 10월 4일). 「비통한 OECD 1위...자살률 8.5% 치솟아 9년만에 최대」. 조선일보. Retrieved from <https://www.chosun.com> (2025.01.25. 검색).
- 고흥월, 김형정. (2016). 「Fran J. Levy의 무용/동작치료 사례에 나타난 치료적 접근 방법 탐색」. 대한무용학회논문집, 74(5).
- 김창곤.(2015). 「한국의 예술치료와 호스피스 완화의료」. 한국호스피스 완화의료학회지,18(2), 85-96
- 대한병원협회.(2024) 「건강보험요양급여비용」 제8장 정신요법료
- 문숙정. (2008). 「무용/동작치료가 뇌졸중 편마비 환자의 불안에 미치는 효과」 (석사학위논문). 서울여자대학교 특수치료전문대학원.
- 세계보건기구 및 국제노동기구. (2022년 9월 29일). 「불안으로 불안한 사람들이 25% 증가했습니다.」 WHO. Retrieved from <https://www.who.int> (2025.01.25. 검색).
- 이경희. (2019). 「미국 무용치료 커리큘럼 분석을 통한 국내 무용치료 발전과제」. 대한무용학회, 77(5).
- 이선미. (2010). 「한국과 미국 대학원의 무용치료 교육과정 비교 연구」 (석사학위논문). 이화여자대학교 대학원.
- 이수진. (2022). 「가정폭력 생존자를 위한 무용/동작치료 연구 동향」. 한국무용연구학회, 40(3).
- 정재임. (2021). 「무용동작치료에서의 라반 움직임 분석(LMA)을 통한 활용방안 탐색」. 한국무용동작심리치료학회, 5(1). 5-21.
- 진미현. (2006). 「소매틱스(Somatics)에 관한 국내 연구 현황 및 경향 분석: 움직임 교육 방법론을 중심으로」. 한국무용기록학회, 11.
- 홍미성. (2017). 「만성뇌졸중환자를 위한 무용동작치료프로그램 개발과 그 적용이 자세조절능력과 우울감 및 삶의 질에 미치는 영향」. 한국체육학회지, 56(5),
- American Dance Therapy Association (ADTA). (2023).「Approved graduate programs in dance/movement therapy」. Retrieved from <https://www.adta.org> (2025.01.25. 검색).
- Bigbee, A. (2021). 「Virtual reality in dance/movement therapy: An informed practice approach and application with college students (Master's

thesis)」. Drexel University. Retrieved from

<https://doi.org/10.17918/00001550>.

Dunphy, K., Federman, D., Fischman, D., Gray, A., Puxeddu, V., Zhou, T. Y., & Dumaresq, E. (2021). 「Dance therapy today: An overview of the profession and its practice around the world」. *Creative Arts in Education and Therapy (CAET)*.

Electronics and Telecommunications Trends. (2020). 「정신건강을 위한 인공지능 활용과 유망 서비스」. *Electronics and Telecommunications Trends*, 35(6), 12-23. Retrieved from <http://dx.doi.org/10.22648/ETRI.2020.J.350602>.

Kong, Y., Min, H., Zhu, X., Zhang, L., & Hu, J. (2024). 「Clinical study of dance art therapy on hospitalized patients with chronic schizophrenia.

Medicine」, 103(24), e37393. Retrieved from

https://journals-lww-com-ssl.access.ewha.ac.kr/md-journal/fulltext/2024/06140/clinical_study_of_dance_art_therapy_on.64.aspx.

「New Drexel research shows dance and movement therapy can increase emotional and social intelligence in middle school students」. (2024, August 15). Drexel Home. Retrieved from

<https://drexel.edu/news/archive/2024/August/Drexel-Research-Dance-Movement-Therapy-Can-Increase-Emotional-and-Social-Intelligence-in-Students> (2025.01.25. 검색).

V. 부록

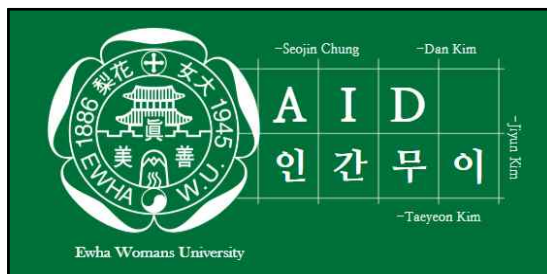
[부록 1] 인터뷰 사전 준비

1) 팀 브랜딩 & 프로모션

(1) 팀명

TEAM AID는 인공지능(AI), 간호학(Nursing), 무용학(Dance)의 융합을 통해 신체의 움직임을 기반으로 한 치료적 접근을 연구하고 실현하는 것을 목표로 한다. 한국어 팀명인 ‘인간무이’는 인공지능(인) + 간호학(간) + 무용(무)의 앞 글자를 조합하여 만들어졌으며, ‘인간’이라는 단어를 포함함으로써 몸짓을 통한 치유와 인간 중심의 치료적 접근을 강조한다. 학문 간의 융합을 통해 새로운 치료 패러다임을 제시하고, 신체와 정신 건강을 아우르는 혁신적인 솔루션을 모색하고자 한다. 영어 팀명 "TEAM AID"는 Artificial Intelligence(AI)와 Dance(D)의 앞 글자를 조합한 것으로, 팀의 핵심 연구 분야를 상징한다. 동시에 ‘AID’(돕다, 치유하다)라는 의미를 통해 신체적·정신적 치유를 위한 혁신적 접근을 탐구한다는 팀의 비전을 담고 있다.

(2) 팀 명함



(3) 현수막



(4) 브로슈어

본 브로슈어는 TEAM AID(인간무이)의 팀 소개, 팀원 구성, 이화여자대학교 Global Frontier 프로그램 개요, 그리고 연구 목표와 팀의 전문성을 체계적으로 정리하였다. 특히, 무용치료와 다양한 학문 및 기술의 융합 가능성을 탐구하고, 이를 기반으로 무

용치료의 효과적인 적용 방안을 도출하는 데 중점을 두었다. 브로슈어는 무용치료의 정의와 치료적 효과, 연구의 구체적 방향성과 목표를 간결하면서도 명료하게 전달하며, TEAM AID의 다학제적 접근과 전문성을 강조한다. 또한, 미국의 사례를 바탕으로 한국 내 정신건강 치료 및 재활 분야에서 무용치료를 효과적으로 활용할 수 있는 전략을 제시하고 있다. 본 자료는 인터뷰 대상자들에게 연구의 핵심 내용을 전달하고, 상호 협력을 원활히 도모하며, 연구의 비전과 가치를 효과적으로 공유하기 위해 제작되었다.

01 Team.AID(인간무이)



Seojin Chung (Artificial Intelligence)
Team Leader with a focus on AI-driven innovations in dance therapy, including biofeedback integration and application development for commercialization in Korea. Leads interviews and project management.



Dan Kim (Contemporary Dance)
Experienced in designing lesson plans for dance education, with insights gained through interviews with specialists in special education. Focused on training programs for dance therapists. Manages interview documentation and research organization.



Taeyeon Kim (Contemporary Dance)
Dedicated to structuring effective dance therapy programs. Acts as a key interviewer, gathering information and expanding networks to enhance project reach and depth.



Jiyun Kim (Nursing)
Brings clinical experience from a psychiatric internship in both hospital and community mental health settings. Passionate about the therapeutic impact of dance therapy on mental health. Supports interviews, research organization, and public relations.



Ewha Global Frontier

무용치료의 국제적 사례 분석
과 한국 내 적용 방안:
정신 건강 회복을 위한
융합적 접근

"Analysis of
International Cases in
Dance Therapy and
Approaches for
Application in Korea:
An Integrative Approach
to Mental Health
Recovery."

Thank you sincerely
for sharing your time and insights with us.
Your knowledge and experience have greatly enriched
our exploration.

aiddinganmuk@gmail.com

Team.AID(인간무이)

(5) 답례품

답례품으로는 이화 골프공 3구 세트를 이화 포장지에 담아 인원수에 맞게 준비하였다.

02 About Global Frontier

It is a short-term overseas education program at Ewha Woman's University aimed to support the academic development of global female leaders.

Students form teams, establish exploration topics and plans, and conduct investigations by visiting international organizations, public institutions, global companies, and universities located overseas for approximately two weeks during vacations.

글로벌 프론티어 프로그램은 이화여자대학교에서 운영하는 단기 해외 교육 프로그램으로, 글로벌 여성 리더들의 학문적 발전을 지원하기 위해 마련되었습니다.

학생들은 팀을 구성하여 탐구 주제와 계획을 수립한 뒤, 방학 기간 동안 약 2주간 국제기구, 공공기관, 글로벌 기업, 그리고 해외 대학들을 방문하며 탐사 활동을 수행합니다.

03 Research Topic

"무용치료의 미국 사례 분석과 한국 내 적용 방안: 정신 건강 회복을 위한 통합적 접근"

무용치료는 신체 움직임을 통해 정신적·신체적 통합을 이루는 심리치료로, 미국에서는 정신 건강 회복을 위한 대안적 치료법으로 자리 잡았습니다. 그러나 한국에서는 정책적 지원이 부족한 상황이며, 본 연구는 미국 사례를 바탕으로 한국에 적합한 무용치료 프로그램 상용화 방안을 모색하고자 합니다.

"Analyzing U.S. Cases of Dance Therapy and Proposing Applications in Korea: An Integrated Approach for Mental Health Recovery"

Dance therapy, a non-pharmacological treatment using body movement for mental and physical integration, has been established in the U.S. as an alternative treatment for mental health recovery. However, in Korea, it lacks policy support. This study seeks to explore U.S. cases and develop localized dance therapy programs for implementation in Korea.

04 Our Goals

1) 무용치료의 다양한 국제적 적용 사례 조사

Exploring International Applications of Dance Therapy

2) 무용치료와 다른 학문 및 기술의 융합 가능성 탐구

Investigating the Integration of Dance Therapy with Other Disciplines and Technologies

3) 무용치료의 한국 내 적용을 위한 구체적 방안 제시

Developing Specific Strategies for the Application of Dance Therapy In Korea





2) 기관 컨택 과정

기관 조사는 구글 검색을 통해 정보를 수집한 뒤, 이를 노션 페이지에 체계적으로 정리하였다. 이후, 팀 및 프로그램을 효과적으로 소개하기 위해 인터뷰 제안서를 제작하였으며, 국내외 기관과의 원활한 소통을 위해 메일 컨택 양식(국내/해외용)을 별도로 작성하였다. 또한, 메일 컨택의 편의성을 위해 팀 전용 메일 계정(aidinganmui@gmail.com)을 개설하여 활용하였다. 메일 컨택에 활용된 인터뷰 제안서는 아래에 첨부하였다.

Project AID

INTERVIEW PROPOSAL

Analysis of International Cases in Dance Therapy and Approaches for Application in Korea:
An Integrative Approach to Mental Health Recovery

이화여자대학교

What is Global Frontier Program?

It is a short-term overseas education program at Ewha Womans University aimed to support the academic development of global female leaders.

Students form teams, establish exploration topics and plans, and conduct investigations by visiting international organizations, public institutions, global companies, and universities located overseas for approximately two weeks during vacations.

이화여자대학교

Exploration Topic

Dance Therapy

+

Nursing

+

Artificial Intelligence

"Analysis of International Cases in Dance Therapy and Approaches for Application in Korea:
An Integrative Approach to Mental Health Recovery"

이화여자대학교

Interview Details

We would like to request the following interview with

Purpose	To explore the impact of Moving For Life's dance therapy programs on mental health, understand how these programs are structured and implemented, and learn about the reasons behind the relatively widespread acceptance of dance therapy in the United States.
Date	January 15-21, 2025, adjustable to Moving For Life's availability.
Contents	To understand the structure, impact, and challenges of Moving For Life's dance therapy programs and explore why dance therapy has become widely accepted in the U.S.

이화여자대학교



[부록 2] Mark Morris Group의 Ohad Mzor 수업 감상평

Mark Morris Dance Center에서 Ohad Mzor 선생님이 진행한 GaGa 수업에 참여한 후, 팀원들이 각자의 시각에서 느낀 점을 서술하였다. 본 팀은 무용 전공자와 비전공자가 함께 구성되어 있어, 서로 다른 배경을 가진 팀원들이 수업을 통해 경험한 감각과 인상을 생생하게 담고자 하였다. 해당 수업은 녹화 및 녹음이 불가능하므로, 수업 종료 직후 팀원들이 개별적으로 경험을 복기하여 감상평을 작성하였다. 이를 통해 수업 당시의 분위기와 체험적 요소를 최대한 그대로 기록하고자 하였으며, GaGa 움직임 언어가 각 개인에게 어떤 방식으로 전달되고 해석되었는지를 다각도로 조명하였다. 수업 감상평은 하단에 첨부하였다.

현대무용 전공 김단

뉴욕 마크 모리스에서 경험한 가가 수업은 기존의 무용 수업과는 전혀 다른 새로운 방식의 움직임 체험이었다. 수업은 한 시간 동안 쉬지 않고 몸을 움직이는 형태로 진행되었으며, 특정 춤 동작을 배우는 것이 아니라 자신의 몸에 대한 인식을 확장하고, 새로운 감각을 깨우는 데 초점을 맞췄다. 특히 인상 깊었던 점은 비전공자들이 대부분임에도 불구하고 수업 내내 서로 눈치를 보지 않고 자신만의 움직임에 몰두하는 모습이었다. 한국에서는 무용 전공자들조차도 서로의 움직임을 평가하거나 비교하는 경향이 강하지만, 가가 수업에서는 움직임을 “만드는 것”이 아니라 그 순간에 온전히 자신의 신체와 감각에 몰입하는 경험을 할 수 있었다. 수업 중 “미소를 지어라”는 선생님의 말에 따라 모두가 미소를 짓고 몸을 흔들었

을 때, 내 몸이 뇌를 속이며 마치 행복하고 편안한 상태라는 인식을 만들어냈다. 이 과정에서 몸이 마음과 감정을 조절할 수 있다는 점을 체감하게 되었으며, 그동안 잘 인식하지 못했던 신체 부위까지 세밀하게 움직일 수 있었다. 가가는 단순한 움직임의 기술을 넘어 몸과 마음의 깊은 연결을 이끄는 수업임을 느낄 수 있었다.

현대무용 전공 김태연

가가 수업에서는 몸의 일부만 사용하는 것이 아니라, 신체의 연결성을 통해 전체적으로 유기적인 움직임을 경험할 수 있었다. 몸의 각 부분이 서로 연결되어 있어 움직임의 흐름이 자연스럽게 이어지는 점이 인상적이었다. 작은 에너지가 점점 확장되었다가 다시 축소되는 과정이 반복되었으며, 움직임이 끊기지 않도록 쉽 없이 지속하는 방식이 흥미로웠다. 움직임을 통해 에너지가 끊임없이 순환하고 유지되는 경험을 할 수 있었다.

수업에서는 내가 움직임의 주체가 되어 오직 내 몸과 감각에 집중할 수 있었으며, 외부의 기준이나 시선에서 자유로워지는 경험을 했다. 온전히 나만의 움직임을 탐구하며 신체가 주는 감각에 몰입할 수 있었고, 이러한 과정이 주는 해방감과 자기 탐색의 의미를 깨달을 수 있었다.

움직임 속에서 근육이 자연스럽게 이완과 수축을 반복하며 몸이 점차 편안해지는 것을 느낄 수 있었다. 이 과정은 신체의 긴장을 풀어주고, 움직임을 더욱 자연스럽게 유연하게 이어갈 수 있도록 도와주었다. 몸이 편안해지면서 머릿속의 복잡한 생각들이 사라지고, 오롯이 움직임 자체에 몰입할 수 있었다. 신체적 감각을 세밀하게 탐구하는 과정에서 내면의 몰입을 경험할 수 있었으며, 이는 신체와 정신이 연결되어 있음을 실감하는 순간이었다.

특정한 움직임의 틀에 갇히지 않고 자유롭게 나만의 움직임을 찾아가는 과정이 흥미로웠다. 다른 사람들의 움직임 또한 그들만의 감각과 해석을 반영하고 있어, 움직임이 개별적으로 다르게 표현된다는 점이 인상적이었다. 다음 동작을 미리 계획하지 않고, 몸이 흐르는 대로 움직임을 이어가면서 큰 편안함을 느낄 수 있었다. 움직임을 통해 신체의 감각을 더욱 섬세하게 경험하는 과정에서, 몸과 마음이 연결되어 움직임의 표현이 더욱 풍부해질 수 있음을 깨달았다. 평소에 사용하지 않았던 신체의 다양한 움직임을 탐구하며, 몸과 움직임의 영역을 확장할 수 있는 뜻 깊은 기회가 되었다.

간호학 전공 김지윤

수업은 약 60분간 진행되었으며, 약 40명의 학생들과 함께 참여했다. 무용학 비전공자로서 무용 경험이 전혀 없는 상태였기에, 처음에는 모두가 자신의 몸에 주의를 기울이고 소리 없이 움직이는 시간이 다소 어색하고 부끄럽게 느껴졌다. 선생님의 지시에 따라 몸을 움직이려고 했으나, 익숙하지 않은 동작들이 연속적으로 이어져 상당히 어렵게 느껴졌다. 특히, 대부분의 시간이 선생님의 구체적인 설명 없이 음악에 맞춰 자신의 감각과 느낌에 따라 자유롭게 움직이는 방식으로 진행되었기 때문에 동작을 취하는 과정이 쉽지 않았다. 처음에는 어색함과 긴장감으로 인해 웃음이 터지기도 했으나, 주변의 학생들이 각자 동작에 집중하며 자신을 표

현하는 모습이 인상 깊었다. 어느 순간부터는 나 또한 음악과 선생님의 말, 그리고 내 몸짓에 자연스럽게 몰입하고 있음을 깨달았다. 60분 동안 온전히 내 몸에 집중하며 자유롭게 움직였던 경험은 뜻깊었으며, 오랫동안 기억에 남을 소중한 순간이 되었다. 오랜만에 몸을 움직이고 땀을 흘리며 평소 시도해보지 않았던 동작을 수행하니, 몸과 마음이 한결 가벼워졌고, 시차 적응과 피로로 인해 무겁게 느껴졌던 컨디션이 눈에 띄게 개선되었다.

특히, 무용에 익숙하지 않았던 내가 점차 수업에 집중할 수 있었던 이유는 몇 가지 요소에서 기인했다. 학생들이 서로를 신경 쓰지 않고 각자 자신의 움직임에만 집중하는 분위기, 선생님의 열정적인 지도와 그로부터 전달된 에너지, 음악이 주는 몰입감과 자유로운 수업 방식, 그리고 새로운 환경이 주는 신선한 자극이 복합적으로 작용했다. 이러한 요소들이 어우러지면서, 단순한 움직임을 넘어 자기 표현과 심리적 치유의 과정으로 이어졌음을 실감할 수 있었다.

이 경험은 무용치료가 정신건강에 미치는 긍정적인 영향을 직접 체험할 수 있는 기회가 되었다. 음악과 신체 움직임에 몰입하는 과정에서 스트레스가 해소되고, 자기 표현을 통해 심리적 안정이 도모되었으며, 무엇보다 무용치료가 특정한 기술이나 경험 없이도 누구나 쉽게 참여할 수 있는 치료법이라는 점을 보여주었다.

인공지능 전공 정서진

Ohad Mzor 선생님의 Gaga 테크닉 강의에 참여하며, 몸의 움직임과 감각을 깊이 탐구하는 특별한 경험을 할 수 있었다. Gaga는 이스라엘의 안무가 Ohad Naharin이 개발한 독창적인 움직임 언어로, 특정 동작을 따라 하기보다는 개인의 감각과 상상력을 기반으로 자유로운 움직임을 탐구하는 데 중점을 둔다.

수업은 Ohad Mzor 선생님을 중심으로 수강생들이 큰 원형을 이루고 움직임을 이어가는 방식으로 진행되었다. 무용 전공자가 아닌 나에게는 처음 시작할 때 나 자신의 몸에 대한 이해가 부족했고, 움직임을 자연스럽게 표현하는 것이 쉽지 않아 다소 어색함을 느꼈다. 그러나 다양한 나이, 인종, 환경의 사람들이 각자의 방식으로 자유롭게 움직임을 표현하는 모습을 보며, 나 또한 점차 스스로의 움직임에 집중할 수 있었다. 수업은 선생님의 언어적 지시를 통해 진행되었고, 이는 상상력을 자극해 감각을 더욱 풍부하게 깨울 수 있도록 도와주었다. 특히, 신체의 한계에 도전하는 동작을 수행하며 10부터 1까지 거꾸로 카운트하는 과정은 점진적으로 긴장감과 성취감을 극대화시켜, 몸의 한계를 넘어서는 색다른 경험을 선사했다. 무엇보다도 이 수업은 단순한 움직임 학습을 넘어 무용이 지닌 치유적 효과를 깊이 느낄 수 있는 시간이었다. 자유로운 움직임을 통해 몸의 긴장을 해소하고, 억눌려 있던 감정들이 자연스럽게 표출되면서 심리적 해방감을 경험했다. 몸의 감각에 집중하며 불안이나 스트레스와 같은 부정적인 감정들이 서서히 해소되는 것을 느꼈다.

비록 무용을 배워본 적이 없어 Gaga 테크닉의 동작을 올바르게 수행했는지, 혹은 얼마나 습득했는지는 확신할 수 없었다. 그러나 이 수업을 통해 온전히 나의

몸에 집중하고, 일상에서의 걱정과 잡념을 내려놓는 시간을 가질 수 있었다. 이러한 경험은 몸과 마음의 경계를 허물고, 자유로운 움직임을 통해 내면의 감정을 자연스럽게 드러내는 데 큰 도움이 되었다. Gaga 테크닉은 단순한 움직임 수업을 넘어, 스스로의 몸을 인식하고 감각을 확장시키는 특별한 예술적 경험임을 깊이 느낄 수 있었다. 특히, 무용이 신체적 건강뿐만 아니라 정신적 치유에도 긍정적인 영향을 미칠 수 있다는 점에서 무용치료의 가능성을 깨닫는 계기가 되었다.

[부록 3] 국민신문고 - 국민정책제안 (보건복지부) 원문

보건복지부 *국민의 안전과 복지*

어린이 | 국가상징 | 화면크기 | Language

검색어를 입력해주세요 🔍 전체메뉴 ≡

정보공개 ▼ 민원 ▼ 참여 ▼ 정보 ▼ 알림 ▼ 소개 ▼ 정책 ▼ 이용안내 ▼

참여

- 제안신청** -
- 제안신청
- 나의제안확인
- 공개제안

적극행정	+
규제개혁	+
설명/토론/공청회	+
장관과의 대화	+
모범공직자추천	+
정부포상공개검증	+
나눔문화	+
전공의 보호·신고센터	

☛ 참여 > 제안신청 > 제안신청

제안신청

- 「행정절차법」 제52조의 2 및 「국민제안규정」에 의거 국민의 창의적인 의견과 고안을 우리부 사책에 반영하고 불합리한 제도를 개선함으로써 행정의 능률성과 효과성을 향상하기 위하여 국민제안제도를 운영하고 있습니다.
- 분민인증시스템의 작업으로 서비스 오류가 발생할 수 있으나 메모장 등 문서편집기를 이용하여 작성하신 후 내용을 복사하여 붙여넣는 방식으로 등록해 주시기 바랍니다.
- 서비스 이용 문의는 국민권익위원회 HelpDesk(1600-8172)로 연락해 주시기 바랍니다.

✎ 1 신청서 작성
📄 2 신청완료

**김지윤님의 제안이 보건복지부로 신청되었습니다.
신청 번호는 1AB-2502-0002585 입니다.**

(제2호)	
⑤ 제언 제육	
K-DMT 국가 무용치료 종합 발전 전략	
⑥ 현황과 문제점	
현재 대한민국에서 무용치료는 정신건강 치료 및 재활 치료의 한 형태로 활용될 가능성이 높음에도 불구하고, 제도적 미비와 교육 과정의 비체계성, 건강보험 미적용, 공공 지원 부족, 대중적 인식 부족 등의 문제로 인해 정식 치료법으로 자리 잡지 못하고 있습니다. 이러한 문제는 무용치료가 공공 의료 및 복지 시스템 내에서 활용될 수 있는 기반을 약화시키며, 무용치료사의 전문성을 인정받기 어렵게 만드는 주요 원인이 되고 있습니다. 다음은 대한민국에서 무용치료가 활성화되기 못하는 주요 문제점들입니다.	
1. 무용치료의 제도적 부재 및 법적 미비	
현재 대한민국의 보건복지부는 무용치료를 대한 구체적인 법률이나 지침을 마련하지 않고 있으며, 무용치료가 정신건강 치료법으로 제도적으로 인정받지 못하는 실정입니다. 대한민국에서는 미술치료나 음악치료와 같은 일부 예술치료 분야가 정신건강 치료의 한 방식으로 자리 잡았으며, 197년부터 정신과 환자에 대한 예술요법이 건강보험 수기로 인정되고 있습니다. 그러나 무용치료는 여전히 공식적인 치료법으로 인정받지 못하고 있어, 건강보험 적용이 이루어지지 않고 있으며, 병원 및 정신건강복지센터에서 무용치료를 정식 치료 옵션으로 제공하는 경우가 거의 없습니다. 이러한 법적 미비는 무용치료가 의료기관 및 복지시설에서 정식 치료법으로 자리 잡기 어렵게 만드는 핵심 요인입니다. 법적 근거가 없기 때문에 의료진이 무용치료를 적극적으로 활용하기 어렵고, 정책 결정자들도 이를 정신건강 치료의 한 축으로 인정하는 데 소극적일 수밖에 없습니다.	
2. 국가 공인 자격 제도의 부재 및 교육과정의 비체계성	
무용치료가 제도적으로 인정받기 어려운 또 다른 이유는 국가 공인 자격 제도의 부재입니다. 현재 대한민국에는 여러 기관에서 무용치료 관련 자격증을 발급하고 있으나, 국가가 공인하는 단일한 자격증이 존재하지 않아 공신력이 부족합니다.	
(1) 기관별 무용치료 관련 자격증 현황	
(사)한국댄스테라피협회(KDTA): 무용동작치료사 자격증 발급 - 대한무용동작심리치료학회(KSDMP): 무용동작심리상담전문가, 무용동작심리상담가, 아동청소년 무용동작심리지도사 발급 - 한국춤동작심리상담협회: 무용치료 관련 자격증 발급	
이처럼 기관별로 자격증이 세분화되어 있고, 체계적인 기준이 마련되지 않아 통일성이 부족합니다. 이에 따라 무용치료사들이 의료기관이나 공공 복지시설에서 정식 치료사로 활동하기 어려우며, 무용치료의 전문성을 확보하는 데에도 한계가 있습니다.	
반면, 미국에서는 ADTA(American Dance Therapy Association, 미국무용치료협회)가 무용치료사 자격을 인증하는 공식 기관으로, 체계적인 자격 인증 절차를 운영하고 있습니다.	

(2) 미국 ADTA 공인 무용치료 자격 인증 체계
(a) 공인된 석사 과정 필수
- ADTA가 승인한 대학원 프로그램을 이수해야 하며, 이 과정에는 심리학, 상담학, 신경과학 등의 다학문적 교육과 임상 실습이 필수적으로 포함됨
(b) 임상 실습 필수
- 대학원 과정 중 총 700시간 이상의 임상 실습 수행
- 공인된 정신건강 기관에서 전문가 감독하에 실무 경험 축적
(c) BC-DMT(Board Certified Dance/Movement Therapist) 자격 시험
- 석사 과정과 임상 실습을 마친 후, ADTA에서 요구하는 추가 실무 경험(현장 경력)을 쌓은 뒤 시험을 통과해야 정식 BC-DMT 자격 취득 가능

즉, 미국은 ADTA-BC-DMT 단일 인증 체계를 운영해 자격증의 공신력을 보장하며, 이에 따라 무용치료사들이 다양한 임상 환경에서 전문성을 인정받고 활동할 수 있습니다.

(3) 국내 무용치료 교육과정의 비체계성

현재 대한민국에서는 일부 대학에서 무용치료 과목을 개설하고 있으나, 국가 차원의 공인된 교육 과정이 마련되지 않았으며, 대학마다 교육 내용이 상이하고 실습 기회가 제한적입니다. 다음 표는 대한민국과 미국의 무용치료 교육과정을 비교한 것입니다(이선미, 2011).

구분	한국	미국
교육 목표	무용치료사 양성을 위한 교육이 이루어지고 있으나, 체계적 기준 부재	ADTA가 공인한 전문 교육과정 운영
교육 내용	심리학 개론, 무용심리학 등 이론 중심	심리학, 신경과학, 상담학 등과 연계한 다학문적 교육
이수 학점	평균 3학점(이론+실습)	평균 6학점(이론+실습+관찰)
실습 과정	체계적인 임상 실습 기회 부족, 학생이 개별적으로 실습 기관을 찾아야 함	병원 및 정신건강센터와 연계하여 정규 임상 실습 필수
자격증	국가 공인 자격증 부재, 다양한 민간 자격증 난립(KDTA, KSDMP 등)	ADTA 공인 BC-DMT(Board Certified Dance/Movement Therapist) 자격증 발급
취업 연계	자료사로 활동할 수 있는 기관이 제한적, 복지기관과의 연계 부족	병원, 정신건강센터, 재활센터 등 다양한 분야에서 활동 가능

표 1. 한국과 미국의 무용치료 교육과정 비교 (이선미, 2011)

이러한 차이로 인해, 한국의 무용치료 교육과정은 미국에 비해 체계성과 전문성이 부족하며, 임상 실습과 자격 인증 시스템이 미흡하여 무용치료사들이 현장에서 실질적인 경험을 쌓기 어려운 현실입니다. 또한, 무용치료를 전공한 학생들이 취업할 수 있는 기관이 제한적이며, 병원 및 복지기관과의 연계가 부족하여 전문 인력이 양성되더라도 안정적인 취업 및 실무 활동이 어려운 구조적 문제가 지속되고 있습니다. 따라서 한국에서도 국가 차원의 공인된 무용치료 교육 과정 및 실습 환경 조성이 필요하며, 미국의 미국무용동작치료협회(ADTA)와 유사한 공신력 있는 자격 인증 시스템을 구축하여 무용치료사의 전문성을 확보할 필요가 있습니다. 또한, 무용치료가 의료 및 복지 시스템 내에서 공식적인 치료법으로 자리 잡을 수 있도록 병원 및 정신건강센터와의 협력 체계를 강화하는 것이 중요합니다.

3. 건강보험 미적용 및 공공 지원 부족
현재 한국에서는 무용치료가 건강보험 적용을 받지 못하고 있어, 환자가 무용치료를 이용하려면 개인적으로 비용을 부담해야 하는 구조입니다. 반면, 미국과 유럽에서는 무용치료가 정신과 치료 및 재활 치료의 보조 치료법으로 인정받고 있으며, 일부 국가는 건강보험을 통해 무용치료 비용을 지원하고 있습니다. 한국의 경우, 197년부터 정신과 환자에 대한 예술요법의 수가가 인정되어 미술치료와 음악치료는 건강보험 적용을 받는 사례가 있으나, 무용치료는 이에 포함되지 않습니다. 이는 무용치료의 효과성 검증하는 연구가 부족하며, 정책적으로 무용치료를 정신건강 치료법의 한 축으로 인정하는 체계가 마련되지 않았기 때문입니다. 또한, 정부 차원의 무용치료 연구 및 정책적 지원이 부족하여, 무용치료가 의료 및 복지 시스템 내에서 정식으로 자리 잡기 어려운 현실입니다. 반면, 미국과 유럽에서는 정부와 연구 기관이 협력하여 무용치료의 효과성을 검증하고 이를 정책적으로 지원하고 있습니다. 한국에서도 무용치료의 임상적 효과를 입증하는 연구를 활성화하고, 이를 바탕으로 건강보험 적용 및 정부 지원을 확대할 필요가 있습니다.
4. 대중적 인식 부족 및 치료법으로서의 공신력 미확보
한국에서는 무용치료가 전문적인 치료법이라기보다 단순한 예술 활동의 일환으로 인식되는 경우가 많습니다. 이는 무용치료의 과학적 근거를 입증하는 연구가 부족하고, 의료계 및 대중에게 무용치료의 효과가 충분히 알려지지 않았기 때문입니다. 정신건강 치료에서 무용치료가 가지는 역할과 효과가 충분히 알려지지 않아, 의료기관에서도 무용치료를 적극적으로 활용하지 않는 경향이 있으며, 정신건강의학과 전문의나 심리치료사들조차 무용치료의 필요성을 인식하지 못하는 경우가 많습니다. 또한, 무용치료의 효과와 과학적으로 검증하고 객관적인 데이터를 제공하는 연구가 부족하여, 정책 결정자 및 의료 전문가들이 무용치료를 신뢰하고 제도적으로 채택하기 어려운 상황입니다. 이로 인해 무용치료의 공신력이 확보되지 못하면서 정책적 채택이 더욱 어려워지는 악순환이 지속되고 있습니다. 따라서, 무용치료의 효과를 검증하는 연구를 확대하고, 의료계와 대중을 대상으로 무용치료의 필요성과 유효성을 적극적으로 알리는 노력이 필요합니다.
⑥ 개선방안
1. 무용치료사 공인 자격 및 교육 체계 정비
1) K-DMT(국가 공인 무용치료사) 자격 제도 도입
현재 대한민국에서는 무용치료의 활용 범위와 대상이 제한적이며, 실질적인 활용도가 낮은 상황입니다. 이러한 문제를 근본적인 원인으로 공인된 무용치료사 자격 제도의 부재가 지적됩니다. 앞서 분석한 비와 같이, 한국댄스테라피협회(KDTA)와 대한무용동작심리치료학회(KSDMP), 한국춤동작심리상담협회 등에서 무용치료 자격을 부여하고 있으나, 인증 기관이 통일되지 않았으며 자격 기준도 지나치게 세분화되어 있어 실효성이 떨어지고 있습니다. 반면, 미국에서는 미국댄스테라피협회(ADTA)가 국가공인기관으로서 단일 기관에서 무용치료사 자격을 인증하

고 있어 체계적인 자격 관리와 전문성 확보가 이루어지고 있습니다. 이에 따라, 대한민국에서도 보건복지부 주도로 국가 공인 무용치료사(K-DMT) 자격 제도를 마련하고, 공식적인 교육 커리큘럼을 구축하여 심리치료 및 재활치료와 연계한 전문 인력 양성이 이루어질 수 있도록 해야 합니다. 또한, 무용치료사 취업 자격 제도를 신설하는 데에 한계가 있을 가능성이 있으므로, 기존의 예술치료 관련 학회 및 기관과 협력하여 무용치료가 정신건강 치료의 주요 영역 중 하나로 자리 잡을 수 있도록 제도적 노력을 기울여야 합니다.
2) 대학 및 연구기관 연계 교육과정 개편
현재 대한민국에서는 경희대학교, 서울여자대학교 등 일부 대학원 과정에서 무용치료 관련 교육이 이루어지고 있으나, 주로 심리학 이론 교육에 한정되어 있어 실질적인 임상 활용이 어려운 실정입니다. 이에 따라, 다음과 같은 개선이 필요합니다. 첫째, 국내 보건·의료대학 및 예술대학에 ‘예술치료·무용치료 석사 과정’ 개설을 지원하여, 전문 인력을 체계적으로 양성할 수 있도록 해야 합니다. 현재 무용치료 전문가 양성 과정의 수가 절대적으로 부족한 만큼, 이를 보완하기 위한 교육 과정 확대가 시급합니다. 정신건강, 심리치료, 재활치료 등의 학문과 연계된 융합형 교육 과정을 마련하여, 다학제적 접근을 보장해야 합니다. 이를 통해 무용치료의 치료적 효과를 극대화하고, 다양한 임상 환경에서의 적용 가능성을 높일 수 있습니다. 둘째, 연구기관 및 대학 연구소에서 무용치료의 효과성을 정량적으로 분석할 수 있도록 연구 지원을 강화해야 합니다. 이를 위해 연구 지원금을 마련하고, 관련 학술 연구를 장려하는 정책을 추진해야 합니다. 이를 통해 무용치료의 과학적 근거를 확립하고, 공공의료 및 정신건강 치료 내 정식 도입을 위한 기반을 다질 수 있습니다.
2. 공공의료 서비스 내 도입
한국에서도 정신건강 치료의 한 방법으로 무용치료(댄스테라피)가 공식적으로 인정받을 수 있도록 국가 정신건강 프로그램과의 연계가 필요합니다. 이를 위해 보건복지부 및 국민건강보험공단 등 관계 기관에서 무용치료의 치료적 효과를 과학적으로 검증한 후, 특정 질환군을 대상으로 하는 치료 지원 프로그램에 무용치료를 포함하는 방안을 적극적으로 검토해야 합니다. 구체적인로는 지역사회 정신건강센터 및 공공의료기관에서 무용치료 시범사업을 운영하여 임상적 효과를 체계적으로 분석하고, 이를 기반으로 의료 서비스 내 정식 도입 가능성을 검토하는 것이 중요합니다. 또한, 무용치료의 적용 범위를 보다 확대하는 것도 주요 과제입니다. 미국에서는 Mark Morris Dance Group의 Dance for PD 프로그램이 이미 파킨슨병 환자를 대상으로 물리치료의 일환으로 활용되고 있으며, 그 효과가 긍정적으로 평가되고 있습니다. 이와 같이 한국에서도 무용치료의 치료적 가치를 다각적으로 분석하고, 신체적·정신적 건강 증진을 위한 폭넓은 활용 방안을 마련해야 합니다.
3. AI 기반 시스템 구축
국가차원에서도 AI 및 VR 기술을 포함한 디지털 치료제(Digital therapeutics) 연구를 활성화

함으로써 정신건강 치료의 접근성과 효과성을 높이고, 보다 개인 맞춤형 치료가 가능하도록 국가적 차원의 정책적 지원이 이루어져야 합니다. 최근 삼성서울병원과 KAIST(한국과학기술원)가 협업하여 시를 활용한 수면 질환 위험도 예측 알고리즘을 개발한 사례와 같이, 인공지능 기술이 의료 분야에서 혁신적인 변화를 가지고 있는 만큼 정신건강 치료 및 연구에서도 AI 기반 기술 도입을 확대해야 합니다. 특히 정신의학 분야는 신체적 질환과 달리 객관적인 생체 지표를 측정하는 것이 상대적으로 어려우며, 진단과 치료 과정에서 미세한 차이를 정밀하게 분석하는 것이 필수적입니다. 이에 따라 AI 기반 정밀 분석 기술과 바이오메딕 등 다양한 기술이 요구되며, 이를 활용한 정신건강 연구 및 치료 기법 개발에 대한 정부 차원의 연구비 지원이 절실합니다.

또한, 가상현실(VR) 기술을 활용한 정신건강 치료에 대한 연구도 활발히 이루어져야 합니다. 기존 연구에 따르면, PTSD(외상 후 스트레스 장애)나 우울증 환자를 대상으로 가상현실 환경에서 탈감작 기법(desensitization) 또는 홍수 기법(flooding)을 적용했을 때 실질적인 치료 효과가 나타난 것으로 보고되었습니다. 특히, 우울증, 불안장애, 광장공포증 등과 같은 정신 질환을 앓고 있는 환자들의 경우, 대면 치료에 대한 부담이나 신체적 참여의 어려움으로 인해 기존 치료 방식에 접근하기 어려운 경우가 많습니다. 이러한 점을 고려할 때, VR 기반 치료 기법을 적극적으로 연구하고 임상 적용을 확대할 필요가 있으며, 이를 위해 정부 및 공공 연구 기관의 체계적인 연구비 지원이 반드시 이루어져야 합니다.

4. 대중 인식 개선

정신건강증진 및 정신질환자 복지서비스 지원에 관한 법률 [시행 2024. 10. 22.] 제 4조(국가와 지방자치단체의 책무) 제5항에 따르면, 국가와 지방자치단체는 정신질환자의 총괄한 치료 및 재활, 지원을 지원하기 위해 정신건강증진사업 등에 관한 정보를 제공하고, 이를 위한 필요한 시책을 마련해야 할 의무가 있습니다. 이에 따라, 무용치료(댄스트라피)의 효과성과 활용 가능성에 대한 대중적 인식을 제고하고, 정신질환자 및 그 가족들에게 관련 정보를 적극적으로 제공할 필요가 있습니다.

이를 위해 문화체육관광부 및 보건복지부 주도로 '댄스터라피 체험 프로그램'을 운영하여, 일반인들이 직접 무용치료의 효과를 경험할 수 있도록 하는 것이 중요합니다. 또한, 직장 내 정신건강 관리 프로그램, 학교 정신건강 교육 프로그램 등 1차 정신건강 관리 체계에 무용치료를 접목하여 보다 폭넓은 예방적 활용이 이루어질 수 있도록 해야 합니다. 아울러, 유튜브 및 SNS 등 디지털 플랫폼을 활용한 홍보 캠페인을 추진하여 무용치료의 과학적 근거와 치료 효과를 보다 효과적으로 알릴 필요가 있습니다. 이를 통해 무용치료가 단순한 예술 활동이 아닌 정신건강 증진을 위한 과학적이고 실용성 있는 치료 기법임을 인식시키고, 보다 많은 사람들이 이를 활용할 수 있도록 국가적 차원의 홍보와 지원이 이루어져야 합니다.

⑥ 기대효과

본 제안이 실현될 경우, 대한민국 내 무용치료 분야의 제도적 정비와 공공 의료 및 복지 시스템 내 도입이 가능해져 정신건강 및 재활 치료의 새로운 패러다임이 구축될 것으로 기대됩니다. 특히, 국가 공인 무용치료사 자격 제도와 체계적인 교육과정 정비를 통해 무용치료의 전문성이 확보되며, 의료 및 복지 영역에서의 활용도가 증가할 것입니다. 이를 통해 정신건강

치료의 다양성이 확대되고, 보다 효과적인 맞춤형 치료법이 정착될 것입니다. 다음은 K-DMT(국가 공인 무용치료사) 자격 제도 도입의 주요 예상 기대효과입니다.

1. 정신건강 치료 및 재활 치료 분야에서의 활용 확대

무용치료가 정신건강 치료의 정식 치료법으로 인정될 경우, 기존의 약물치료 및 상담 치료와 병행하여 환자 맞춤형 치료가 가능해집니다. 우울증, 불안장애, 외상 후 스트레스 장애(PTSD) 등의 치료에서 무용치료의 효과가 입증된 만큼, 이를 공식적으로 도입하면 정신건강 치료의 선택지가 더욱 확대될 것입니다. 특히, 무용치료는 신체 활동을 기반으로 하는 비언어적 치료법이므로, 언어적 표현이 어려운 아동이나 발달장애를 가진 환자들에게도 효과적으로 적용될 수 있습니다.

또한, 신경계 질환(예: 파킨슨병, 뇌졸중) 환자의 재활 치료에도 무용치료가 적용될 경우, 운동 능력 회복과 정서적 안정에 도움을 줄 수 있어 치료 효과를 극대화할 수 있습니다. 특히, 노인성 질환을 겪는 환자들에게는 신체적 활동을 유지함으로써 근력과 균형 감각을 개선하는 데 기여할 수 있으며, 치매 예방 및 진행 속도를 늦추는 효과도 기대할 수 있습니다. 이러한 점에서 무용치료는 전 연령층에서 활용될 수 있는 치료법으로 자리 잡을 것입니다.

2. 무용치료사의 전문성 강화 및 안정적인 일자리 창출

현재 무용치료사의 자격 기준이 통일되지 않아 민간 자격증의 난립으로 인한 공신력 부족 문제가 존재합니다. 본 제안을 통해 국가 공인 무용치료사(K-DMT) 자격 제도가 도입되면, 체계적인 교육을 받은 전문가들이 의료기관, 정신건강센터, 복지기관 등에서 정식 치료사로 활동할 수 있게 됩니다. 이는 무용치료사의 사회적 지위를 높이고, 직업 안정성을 확보하는 데 기여할 것입니다.

또한, 국가 차원의 무용치료 정책 도입과 함께 관련 기관에서의 채용 기회가 늘어나며, 정신건강 및 재활 치료 분야에서 신규 일자리가 창출될 것으로 예상됩니다. 특히, 무용치료사 배출이 체계적으로 이루어진다면, 이들의 활동 영역이 정신건강 분야뿐만 아니라 스포츠 재활, 특수교육, 직장 내 심리 상담 및 스트레스 관리 프로그램 등 다양한 분야로 확장될 가능성이 있습니다. 더 나아가, 무용치료사들이 학교 교육과 연계하여 정서 지원 프로그램을 운영하거나, 기업 내 스트레스 관리 및 직원 복지 프로그램에 참여하는 등 다양한 방식으로 사회적 역할을 확장할 수 있습니다.

3. 건강보험 적용을 통한 환자 부담 완화 및 치료 접근성 향상

현재 무용치료는 건강보험 적용을 받지 못해 환자가 전액 본인 부담으로 치료비를 지불해야 하는 상황입니다. 반면, 미술치료나 음악치료는 일부 건강보험 혜택을 받고 있으며, 무용치료 역시 정신건강 치료의 한 축으로 인정받을 경우 건강보험 적용이 가능해질 것입니다. 이를 통해 환자의 경제적 부담이 완화되며, 정신건강 치료를 필요로 하는 더 많은 사람들이 무용치료를 활용할 수 있게 됩니다. 특히, 경제적 이유로 치료를 받지 못하는 취약계층의 경우 건강보험이 적용된 무용치료를 이용함으로써 정신건강 관리의 기회를 더욱 확대할 수 있습니다. 공

공의료 시스템 내에서 무용치료가 정식으로 도입될 경우, 정신건강 문제를 조기에 발견하고 치료할 수 있는 환경이 조성될 것입니다. 또한, 건강보험 적용이 이루어지면 공공 의료기관에서도 무용치료를 공식적인 치료 옵션으로 채택할 가능성이 높아지며, 이를 통해 치료 접근성이 개선될 것입니다.

4. 무용치료의 과학적 근거 확보 및 연구 활성화

무용치료가 정식 치료법으로 인정받기 위해서는 과학적 근거 확보가 필수적입니다. 본 제안이 실현되면, 대학 및 연구기관과 협력하여 무용치료의 치료 효과를 정량적으로 분석하는 연구가 활성화될 것입니다. 이를 통해 무용치료의 신뢰성이 강화되고, 연구 결과를 바탕으로 정책적 지원이 확대될 것입니다.

무용치료가 특정 정신질환 및 신경계 질환 치료에 미치는 영향을 검증하는 임상 연구가 이루어질 경우, 무용치료가 단순한 보조 요법이 아닌 필수 치료법으로 자리 잡는 데 기여할 것입니다. 또한, 다학제적 연구가 이루어지면 심리학, 신경과학, 재활의학 등의 학문과 연계하여 무용치료의 효과를 보다 심층적으로 분석할 수 있으며, 이를 바탕으로 국제적으로도 경쟁력을 갖춘 무용치료 모델을 개발할 수 있습니다.

5. AI 및 디지털 기술을 활용한 무용치료 혁신 가능성 확대

4차 산업혁명 시대에 맞춰 무용치료 역시 AI 및 디지털 치료제와 접목될 가능성이 큼니다. AI 기반 동작 분석 기술을 활용하면 환자의 치료 반응을 정밀하게 평가할 수 있으며, 맞춤형 무용치료 프로그램 개발이 가능해집니다. 또한, VR(가상현실) 기술을 접목하여 공간적 제약 없이 무용치료를 진행할 수 있는 환경이 조성될 수 있습니다. 예를 들어, 거동이 불편한 환자나 VR을 통해 가상 환경에서 무용치료를 경험할 수 있도록 한다면, 치료의 접근성과 효과성이 더욱 향상될 것입니다. 이를 위해 정부 및 연구기관의 지원이 이루어진다면, 대한민국이 디지털 기반 무용치료 분야에서 선도적인 역할을 할 수 있을 것입니다. 특히, 원격의료 및 재택치료 시스템과 연계하여 무용치료 프로그램을 운영할 경우, 병원 방문이 어려운 환자들도 가정에서 효과적으로 치료를 받을 수 있는 환경이 조성될 것입니다.

이와 같은 기대효과를 통해 무용치료는 정신건강 및 재활 치료의 혁신적인 치료법으로 자리 잡게 될 것이며, 이를 통해 대한민국 국민의 정신건강 증진과 삶의 질 향상에 기여할 것입니다. 또한, 국가 차원의 제도적 지원을 통해 무용치료가 과학적 기반을 갖춘 치료법으로 발전하게 되면, 향후 국제적인 무용치료 연구 및 정책 개발에서도 대한민국이 선도적인 역할을 할 수 있을 것입니다.

작성 방법

- ① 제목: 제출하려는 국민제안의 내용을 함축적으로 요약한 제목을 작성합니다.
- ② 제출기관: 국민제안을 제출할 행정기관을 적습니다.
- ③ 동일·유사제안의 다른 기관 제출 여부: 동일·유사한 제안을 다른 기관에 제출한 적이 있는지를 판단해 ☒ 표시하고, 있을 경우 제출기관과 제출일시를 적습니다.
- ④ 주제안자: 국민제안 수립에 가장 큰 기여를 한 사항으로서, 공동 제안자와 기여도가 동일할 경우 제안자 간 합의를 통해 결정할 후 적습니다.

- ⑤ 공동제안자: 공동으로 국민제안을 수립한 경우에 작성합니다.
- ⑥ 처리 상황 공개 여부: 인터넷을 통한 국민제안의 접수 및 처리 현황의 실시간 공개 여부를 결정해 ☒ 표시합니다.
- ⑦ 처리 결과 통보방식: 국민제안의 접수 및 처리 상황을 통보받을 수단을 결정해 ☒ 표시하고, 표시한 수단의 세부 연락처를 적습니다.
- ⑧ 현행과 문제점: 국민제안 내용과 관련된 정부시책, 법령제도, 행정 운영 등의 현황과 문제점을 구체적으로 적습니다.
- ⑨ 개선방안: 문제점을 해결할 수 있는 합리적인 방안을 구체적으로 적습니다.
- ⑩ 기대효과: 개선방안을 적용했을 때 예상되는 효과를 적습니다.

인쇄크기: 297mm(가로) 709mm(세로)

[부록 4] Dance Heal 앱 개발 계획서

1) 개요

(1) 앱 개발의 배경 및 필요성

무용치료는 신체 움직임을 통해 정신적·정서적 안정을 돕는 치료법으로, 미국 및 유럽에서는 활발히 활용되고 있다. 그러나 한국에서는 무용치료에 대한 인식이 낮고, 치료사 정보를 찾기 어려우며, 접근성이 부족한 것이 현실이다. 이에 따라, 무용치료를 원하는 사람들이 전문가를 쉽게 찾고, 맞춤형 무용치료 프로그램을 추천받으며, 치료 예약을 간편하게 진행할 수 있도록 Dance Heal 앱을 개발하고자 한다.

(2) 해결 문제 및 목표

Dance Heal은 다음과 같은 문제를 해결하는 것을 목표로 한다:

- 정보 접근성 부족: 무용치료에 대한 정확한 정보와 효과를 쉽게 제공
- 전문가 매칭의 어려움: 지역별, 전문분야별 무용치료사를 검색할 수 있도록 데이터

베이스 구축

- 맞춤형 프로그램 추천 부족: AI 기반 분석을 통해 사용자의 필요에 맞는 치료법 및 프로그램 추천
- 비효율적인 예약 시스템: 실시간 예약 및 일정 관리 기능 제공
- 사용자 간 경험 공유 부재: 후기 및 커뮤니티 기능을 통해 무용치료 경험 공유 가능

(3) 예상 사용자 및 주요 대상층

- 무용치료를 필요로 하는 개인
- 전문 무용치료사
- 의료 기관 및 심리 치료 센터
- 무용치료 연구자 및 교육자

(4) 차별점

구분	기존 무용치료 서비스	Dance Heal
치료사 검색	제한적, 비효율적 검색	지역, 전문분야, 비용 등 맞춤형 검색
치료 프로그램 추천	x	AI 기반 맞춤 추천
예약 시스템	수동 예약, 별도 연락 필요	앱 내 실시간 예약 및 일정 관리
사용자 후기 공유	x	앱 내 후기 공유 커뮤니티 지원
결제 시스템	별도 결제 필요	앱 내 결제 기능 지원

2) 주요 기능 및 서비스

(1) 핵심 기능 설명

(1.1) 맞춤형 치료사 검색

- 무용치료사 데이터 베이스 구축 (전문 분야, 경력, 위치, 비용 등)

- 필터링 및 검색 기능: Elasticsearch, Algolia API 활용
- 실시간 예약 및 일정 관리
- (1.2) 무용치료 정보 제공
 - 블로그 및 전문가 기고문 제공: Strapi CMS 기반
 - 최신 연구 자료 및 워크숍 정보 제공
- (1.3) AI 기반 맞춤 추천 시스템
 - 사용자의 정신 건강 상태 및 신체적 조건 분석
 - 협업 필터링, 콘텐츠 기반 필터링 및 강화학습 적용
 - TensorFlow Serving 또는 AWS SageMaker 활용
- (1.4) 치료 예약 및 후기 공유
 - Google Calender 연동 일정 관리 기능
 - Stripe 또는 Toss Payments를 통한 결제 시스템
 - 사용자 후기 및 커뮤니티 기능: React 기반 Forum 구축
- (2) 예상 사용자 경험 및 UI 개요
 - 초기 회원가입 및 맞춤형 설문: 사용자 맞춤 추천을 위한 기본 정보 입력
 - 치료사 검색 및 추천: AI 분석을 바탕으로 추천되는 치료사 및 프로그램 제공
 - 실시간 예약 및 결제: 간편하게 일정 예약 및 결제 가능
 - 커뮤니티 및 후기 시스템: 치료 후 피드백을 남기고 다른 사용자와 소통 가능

3) 기술 스택

- (1) 프론트엔드
 - Reactive Native: 크로스 플랫폼 개발 (iOS 및 Android 지원)
 - Flutter: 고성능 UI 구성 시 고려
- (2) 백엔드
 - Node.js (Express): 빠른 API 응답을 위한 서버 구축
 - Django: AI 모델 연동 용이
 - Spring Boot: 보안이 중요한 서비스의 경우 고려
- (3) 데이터베이스
 - PostgreSQL: 구조화된 데이터 저장 (치료사 정보, 예약 내역 등)
 - Firbase Firestore: 실시간 데이터베이스 활용 가능 (후기, 예약 관리 등)
- (4) AI 및 머신러닝
 - TensorFlow / Pytorch: 추천 시스템 모델 학습 및 배포
 - BERT NLP 모델: 사용자의 입력 데이터를 분석하여 맞춤 추천
 - Collaborative Filtering: 유사 사용자 기반 추천 시스템 구축
- (5) 결제 및 예약 시스템
 - Stripe/ Toss Payments: 간편 결제 API 연동
 - Google Calender: 예약 일정 관리 및 리마인더 기능 제공

(6) 검색 및 추천 시스템

- Elasticsearch / Algolia API: 빠른 치료사 검색 및 필터링
- 강화학습 적용: 사용자 피드백 기반 지속적인 추천 개선

4) 개발 일정

단계	수행 내용	세부 사항	소요 시간
1	기획 및 요구사항 분석	- 시장 조사 및 목표 설정 - 요구사항 분석 및 기능 정의 - 와이어프레임 및 기획 문서 작성	1~2개월
2	UI/UX 디자인	- 사용자 플로우 및 프로토타입 제작 - UI 디자인 및 피드백 반영 - 디자인 시스템 구축	2~3개월
3	백엔드 및 데이터베이스 구축	- 서버 구조 설계 및 API 개발 - 데이터베이스 모델링 및 구축 - 인증 및 보안 시스템 개발	3~4개월
4	프론트엔드 개발 및 통합	- UI 개발 및 백엔드 연동 - AI 추천 시스템 통합 - 결제 및 예약 기능 구현	4~5개월
5	테스트 및 최적화	- 기능별 유닛 테스트 및 통합 테스트 - 성능 최적화 및 버그 수정 - 사용자 피드백 반영 및 개선	2~3개월
6	출시 및 유지보수	- 앱스토어 및 플레이스토어 배포 - 지속적인 업데이트 및 사용자 피드백 반영 - 데이터 분석을 통한 기능 개선	지속적

5) 향후 발전 계획

(1) 기능 확장 계획

- 영상 기반 무용치료 세션 추가
- 사용자 맞춤형 피드백 시스템 도입
- 커뮤니티 기능 강화 (Q&A, 전문가 상담)

(2) 글로벌 진출 가능성

- 다국어 지원
- 해외 무용치료사 데이터베이스 확장
- 글로벌 마케팅 및 제휴 추진

