



저작자표시 2.0 대한민국

이용자는 아래의 조건을 따르는 경우에 한하여 자유롭게

- 이 저작물을 복제, 배포, 전송, 전시, 공연 및 방송할 수 있습니다.
- 이차적 저작물을 작성할 수 있습니다.
- 이 저작물을 영리 목적으로 이용할 수 있습니다.

다음과 같은 조건을 따라야 합니다:



저작자표시. 귀하는 원저작자를 표시하여야 합니다.

- 귀하는, 이 저작물의 재이용이나 배포의 경우, 이 저작물에 적용된 이용허락조건을 명확하게 나타내어야 합니다.
- 저작권자로부터 별도의 허가를 받으면 이러한 조건들은 적용되지 않습니다.

저작권법에 따른 이용자의 권리는 위의 내용에 의하여 영향을 받지 않습니다.

이것은 [이용허락규약\(Legal Code\)](#)을 이해하기 쉽게 요약한 것입니다.

[Disclaimer](#) 

2013년 8월
박사학위논문

국악전공자의 연주불안에 영향을 미치는
배경적 특성, 완벽주의 성향과
자기효능감에 관한 연구

조선대학교 대학원

교육학과

서담

국악전공자의 연주불안에 영향을 미치는
배경적 특성, 완벽주의 성향과
자기효능감에 관한 연구

A Study of Demographic Parameters, Perfectionism,
and Self-efficacy on the Performance Anxiety
of Korean Traditional Music Performers

2013년 8월 23일

조선대학교 대학원

교육학과

서담

국악전공자의 연주불안에 영향을 미치는
배경적 특성, 완벽주의 성향과
자기효능감에 관한 연구

지도교수 박 주 성

이 논문을 교육학박사학위 신청논문으로 제출함.

2013년 4 월 일

조선대학교 대학원

교육학과

서 담

서담의 博士學位論文을 認准함

위원장 조선대학교 조교수 송 경 오 (인)

위 원 광주교육대학교 교 수 김 동 현 (인)

위 원 조선대학교 조교수 김 민 성 (인)

위 원 조선대학교 겸임교수 이 종 철 (인)

위 원 조선대학교 부교수 박 주 성 (인)

2013년 6월 일

조선대학교 대학원

목 차

ABSTRACT

제1장 서론	1
제1절 연구의 필요성 및 목적	1
제2절 연구문제	9
제3절 연구의 제한점	10
제2장 이론적 배경	11
제1절 연주불안에 대한 개념적 논의	11
1. 연주불안	11
2. 국악연주	18
3. 연주불안 측정도구	34
제2절 완벽주의 개념 및 접근이론	39
1. 완벽주의 개념	39
2. 완벽주의의 접근이론	41
3. 완벽주의의 다차원적 측정도구	44
제3절 자기효능감의 개념 및 요소	47
1. 자기효능감의 개념	47
2. 자기효능감의 구성 요소	49

3. 자기효능감의 정보원	50
4. 자기효능감의 측정	51
제4절 국악연주자의 연주불안에 영향을 미치는 요인의 개념적 모형	52
1. 연주불안과 배경적 특성(성별, 전공)의 상관관계	52
2. 완벽주의와 불안의 상관관계	56
3. 완벽주의와 연주불안의 상관관계	58
4. 완벽주의와 자기효능감의 상관관계	59
5. 자기효능감과 연주불안의 상관관계	61
제3장 연구방법	64
제1절 연구대상	64
제2절 연구도구	65
1. 다차원적 완벽주의 척도	65
2. 자기효능감 척도	66
3. 연주불안 척도	67
제3절 연구절차	70
제4절 자료처리 및 분석	72
제4장 연구결과 및 해석	73
제1절 연구의 가설	73
1. 개요	73
2. 연구 가설	73
3. 표본의 배경적 특성에 대한 분석 결과	74
4. 측정 변수에 대한 기술 통계 분석 결과	75

제2절 연구결과	76
1. 국악연주자의 배경적 특성에 따른 완벽주의 성향, 자기효능감이 연주불안에 미치는 영향	76
2. 국악연주자의 완벽주의 성향과 연주불안의 관계에 대한 자기효능감의 조절 효과	82
제5장 논의 및 결론	85
제1절 요약	85
제2절 논의 및 결론	87
제3절 제언	94
참고문헌	97
부 록	112

표 목 차

<표 2-1> 국악연주의 전공분야에 따른 세부전공 분류	19
<표 2-2> 판소리의 성음에 대한 개념 분류	22
<표 2-3> 국내 연주불안 측정도구	36
<표 2-4> 국외 연주불안 측정도구	38
<표 3-1> 연구대상의 집단별, 성별, 전공별 인원 (N=711)	65
<표 3-2> 다차원적 완벽주의 척도의 하위요인별 문항구성과 신뢰도	66
<표 3-3> 자기효능감 척도의 하위요인별 문항구성과 신뢰도	67
<표 3-4> 연주불안 척도의 하위요인별 문항구성과 신뢰도	68
<표 3-5> MPAI-A	69
<표 4-1> 표본의 배경적 특성에 대한 분석 결과	74
<표 4-2> 측정 변수에 대한 기술통계 분석 결과	75
<표 4-3> 성별에 따른 연주불안에 대한 차이 분석	76
<표 4-4> 전공분야에 따른 연주불안에 대한 차이 분석	79
<표 4-5> 배경적 특성에 따른 완벽주의 성향, 자기효능감이 연주불안에 미치는 영향	81
<표 4-6> 자기효능감이 완벽주의가 연주불안에 미치는 영향에 대한 조절 효과	83

그림 목 차

[그림 2-1] 수행과 각성수준과의 관계	16
[그림 2-2] 가야금의 종류에 따른 특징	30
[그림 2-3] 가야금산조의 계보	31
[그림 2-4] Bandura(1997)의 자기효능감 정보원과 그 기능들 간의 관계	51
[그림 2-5] 연주불안에 영향을 미치는 배경적 특성, 완벽주의 및 자기효능감의 개념적 모형	63
[그림 4-1] 성별에 따른 연주불안에 대한 차이	77
[그림 4-2] 전공분야에 따른 연주불안에 대한 차이	80
[그림 4-3] 자기효능감과 완벽주의 성향 집단 간의 상호작용	84

ABSTRACT

A Study of Demographic Parameters, Perfectionism, and Self-efficacy on the Performance Anxiety of Korean Traditional Music Performers

Seo, Dam

Advisor : Prof. Park, Joo Sung, Ph.D

Department of Education

Graduate School of Chosun University

A leading motive for this research was to study systematically on the performance anxiety for Korean traditional music performers because most of the studies on the performance anxiety were for western music performers. The study set up a research model to investigate the relationships among participants' demographic parameters, perfectionism, and self-efficacy, and analyzed the correlation and causal relationship among the variables.

Participants of the study were 711 Korean traditional music performers who were selected to represent their demographic characteristics properly such as music performance career(high school students, college students, and college graduates), major(sing, string, wind, percussion), region, and gender. Demographic parameters which analyzed for the study were career and gender.

Three types of questionnaires were used to measure the effects were Multidimensional Perfectionism Scale(MPS) developed by Hewitt and

Flett(1991), self-efficacy scale developed by Bandura(1997), and Musical Performance Anxiety Inventory for Adolescents(MPAI-A) developed by Osborne and Kenny(2005). These questionnaires used for this study were revised and normalized for Koreans.

A research model for this study assuming that Korean traditional music performers' demographic parameters, perfectionism, and self-efficacy will affect on performance anxiety was established as a result of analyzing the previous studies. The model assumes that self-efficacy works as a moderating effect on the performance anxiety influenced by the perfectionism as well.

Research results from the study are as follows.

First, there is difference between male and female participants on the music performance anxiety. Female musicians showed higher level of the anxiety in terms of physical and cognitive characteristics, performance context and performance evaluation than that of male musicians.

Second, there are differences among music majors on the music performance anxiety. Higher level of the anxiety were found in the string and the wind musicians than in the percussionists and the vocal singers. On the sub-variables of the anxiety of the string musicians showed the highest value of physical and cognitive characteristics of the anxiety. In contrast to the string musicians, the percussionists showed the lowest value of them. In performance context, the wind musicians showed the highest value of them comparing to the vocal singers showed the lowest value. In performance evaluation, the string musicians and the wind musicians showed the highest value of them as compared to the percussionists showed the lowest value. Therefore it concluded that the levels of music performance anxiety are significantly different among music majors.

Third, the study showed that Korean traditional music performers' perfectionism affected on performance anxiety in that self-oriented perfectionism affected negatively and socially prescribed perfectionism affected positively.

Fourth, perfectionism does not affect on performance anxiety in model 1. When self-efficacy is added as a moderating variable in model 2, the regression model increased by 8.2%. Perfectionism affected on performance anxiety positively and self-efficacy affected on that negatively. When the interaction between perfectionism and self-efficacy is added in model 3, regression model increased by 2.8%. Interaction effect affected on performance anxiety negatively. It is concluded that self-efficacy of Korean traditional musicians works as a moderating variable on performance anxiety influenced by the perfectionism. It implies that self-efficacy is a major factor in reducing performance anxiety in that level of performance anxiety is different on the level of self-efficacy.

*** Key Word** : Music Performance Anxiety, Perfectionism, Self-efficacy

제1장 서론

제1절 연구의 필요성 및 목적

음악은 인간의 생각과 감정을 박자(rhythm), 선율(melody), 화음(harmony) 및 음색(tone-color)의 네 가지 요소를 통해 의미 있는 형태로 표현하는 소리의 예술이다 ("Music,", 2013). 음악에 있어 '연주'는 소리를 재조직하여 인간의 정서와 느낌을 소통하는 행위이며, 이러한 음악 연주를 실현하는 사람을 연주자라 부른다. 연주자들은 공개된 상황에서 연주를 통해 능력을 발휘함으로써 자신의 존재가치를 드러낸다. 청중들은 연주자의 연주 능력에 찬사를 보내고 환호하지만, 정작 연주자는 연주에 필요한 고도의 인지(cognitive) 능력과 운동 기술(motor skill), 집중력과 같은 요인 때문에 다양한 형태와 수준의 불안을 경험하기도 한다.

공개된 장소에서의 연주(공연)는 단 하나의 작은 실수도 없이 완벽하게 수행되어야 하기 때문에 연주자들은 청중의 평가와 반응에 대한 걱정과 지나친 긴장으로 인한 울렁거림 등의 불안 증상을 경험하게 된다. 이러한 불안은 연주 중은 물론이고 연주 전후에도 나타나는데, 이 과정에서 연주자들은 자신의 심리적(psychological), 신체적(behavioral), 생리적(physiological) 상태를 통제하고 극복해야 하는 어려움을 겪는다. 만일 연주자가 불안 상태를 통제하고 극복하지 못한다면 연주 실패를 경험할 가능성이 크고, 연주 실패의 반복은 무기력한 학습으로 인지되어 심할 경우 무대공포증(stage fright)이나 연주불안(music performance anxiety)의 증세로 발전하게 될 수 있다(Abel & Larkin, 1990; Brotons, 1994; LeBlanc, 1994; LeBlanc, Jin, Obert, & Siivola, 1997).

Powell(2004)은 미국 인구의 약 2% 정도가 발표나 시험, 무대불안, 작가의 절필

감 등과 같은 다양한 종류의 수행 불안(performance anxiety)을 겪고 있다고 추정하였다. 이러한 불안 경험은 소년기부터 발생하기 시작하여 성인이 되어서도 지속되는 경향이 크다. 연주불안도 무대불안의 하나로써 정도의 차이가 있을 뿐 거의 모든 연주자들이 경험하는 현상이다. Kivimaki와 Jokinen(1994)은 연주자들이 높은 수준의 직업만족도를 유지하고 있는 반면에 높은 수준의 소진, 위염, 두통, 수면 장애 등을 겪고 있다고 하였다. 또한 Brodsky 등(1996)은 오케스트라 단원의 절반 이상이 최소한 1개 이상의 수행 관련 문제로 인하여 단원으로서의 위치를 위협받거나 조기 은퇴하게 될 수도 있다고 주장하였다. Sternbach(1993)는 전문 연주자들이 일반인들보다 치명적인 병에 20~22% 먼저 걸리며, 전문 연주를 생명을 위협하는 상위 5개 직업 중의 하나로 소개하였다. 또한 Wolfe(1989)도 지역 보건소 자료를 검토한 후 전문 연주자들이 정신 질환에 걸릴 위험이 130개 직업 중 상위 5개 직업 중의 하나라고 지적하였다. 프랑스의 작곡가 Hector Berlioz의 “음악은 고상한 예술(noble art)이지만 끔찍한 직업(terrible profession)”이라는 말은 이러한 연주자의 삶을 잘 반영한 말이다(Evans, 1994).

최근 국내에서 음악을 전공하는 학생들이 긴장을 완화하기 위해 베타-차단제(beta blocker)의 역할을 하는 일명 ‘상명탕’이라는 이름으로 불법 제조된 한약을 암암리에 복용하고 있음이 언론 매체를 통하여 알려지게 되었다. 하지만 이러한 상황은 갑자기 생긴 것이 아니라 오랜 시간 동안 연주자들 사이에서 알려진 공공연한 비밀이었다(울렁증 극복하려 상명탕, 2013). 이처럼 우리나라도 상당히 많은 연주자들이 연주불안을 겪고 있으나, 연주불안을 연주자 개인의 담력과 같은 개인적인 성향으로만 치부할 뿐 심각한 질환으로 받아들이고 있지 않는 것이 사실이다.

천재적인 피아노 작곡가인 쇼팽(Frédéric Chopin) 뿐만 아니라 세계적인 성악가(Maria Callas, Enrico Caruso, Luciano Pavarotti 등), 피아니스트(Leopold Godowsky, Vladimir Horowitz, Ignacy Paderewski, Arthur Rubinstein, Sergi Rachmaninoff 등), 첼리스트(Pablo Casals)들도 음악 수행 불안을 겪은 것으로 알려졌다(Ostwald, 1994; Schonberg, 1963, 1992; Valentine, 2002). 아무리 유명한 음

악가라 할지라도 이러한 불안 때문에 공연 기피(예: Frédéric Chopin은 21세부터 19년 동안 단 30회 공연), 조기 은퇴(예: Glenn Gould는 31세에 은퇴), 은퇴와 복귀의 반복(예: Vladimir Horowitz), 또는 공연을 수 시간 앞두고 공연을 취소(예: Aruto Benedetti Michelangeli)하는 사태가 빈번하게 발생하기도 하는 것이다 ("Famous pianists with stage fright," 2013; "Frédéric Chopin," 2013).

대중음악에서도 불안은 양날의 검과 같은 역할을 한다. 적정 수준의 불안은 긍정적인 압박감을 주어 자신의 한계를 뛰어 넘는 수준의 기타리스트나 가수가 되게 하는 긍정적 역할을 하기도 하지만, 반면 최고가 아니면 건디기 어려운 지속되는 불안의 나락에서 헤어날 수 없어 불행한 삶을 초래하기도 한다(Bandelow, 2004). 연주 수행불안의 예로 Barbra Streisand는 1967년 뉴욕 센트럴 파크 공연 중에 가사를 잊어버리는 실수를 한 후, 27년 동안 무대에 서지 못하고 배우로 활동을 하다가 1994년 메디슨 스퀘어 가든에서 성공적인 재기의 무대를 가졌다(BBC News, 2006). 또한 Christina Aguilera는 2011년 제45회 슈퍼볼(Superbowl) 개막식에서 미국 국가 가사를 잊고 앞 구절을 반복하여 부르는 실수를 하여 1억 명이 넘는 미국 TV 시청자들을 당황하게 만들었다(BBC News, 2011). 로큰롤(Rock 'n' Roll)의 제왕이라 불리는 Elvis Presley(1935~1977), 팝(pop)의 여왕 Whitney Houston(1963~2012), 그리고 Jimi Hendrix(1942~1970), Janice Joplin(1943~1970), Jim Morrison(1943~1971), Kurt Cobain(1967~1994) 등도 상당한 수준의 불안을 이기지 못하고 약물 남용 등으로 인하여 생을 일찍 마감하는 불행을 초래하였다.

이는 해외 스타들에게만 국한된 일이 아니다. 우리나라 국악연주자도 연주불안으로 고통을 겪기는 마찬가지이다. 판소리의 대가인 정창업은 전주대사습대회에서 춘향가를 부르던 중 한 대목의 가사를 잊어버려 청중의 야유를 받고 낙향하여 3년간 득음을 한 후 전주대사습에서 비로소 재기하게 되었다(국립민속국악원, 2005). 가야금병창의 명인 문○○도 대회에서 연주 도중 사설을 잊고 당황한 후 가급적 독주는 피하고 있다(개인 간 대화, 2013. 7. 6). 이 외에도 많은 국악연주자들이 실

수한 경험을 가지고 있고, 앞으로 실수할지도 모른다는 걱정으로 인하여 서양음악 연주자들 못지않게 연주불안에 노출되어 있다. 그러나 이에 대한 공개적이고 체계적인 연구가 되어 있지 않아 연주불안과 연주자의 심적 고통 및 치유 방법에 대한 구체적인 내용을 잘 알기 어려운 실정이다. 따라서 연주자 개인의 차원에서 각자의 방법으로 연주불안을 해결하고 있어 정확한 진단과 치료가 어렵다.

연주불안이 다른 사람에게 잘 알려지지 않고, 연주자 개인의 문제로 치부되는 가장 큰 이유는 연주자가 연주불안으로 고통을 받고 있어도 그 사실을 타인에게 알리지 않기 때문이다. 이는 연주불안을 인정함으로써 연주 전문가로서의 자신의 명성에 흠이 갈 것을 우려하거나, 자신의 연주불안이 다른 연주자에게 전염될지도 모른다는 미신적인 생각 때문이다(Kenny, 2011). 따라서 이처럼 숨겨진 고통(inner torment)을 받고 있는 전문 연주자, 특히 국악연주자의 연주불안에 대한 사회적 관심과 교육적 치료법이 절실한 상황이다.

국악연주자는 전통의 보존과 현대에 맞는 변화라는 상충된 요구를 수행해야 하고, 국악이 고루하다는 인식을 깨기 위하여 재미도 함께 추구해야 한다는 압박을 받는다. 또한 서양음악 연주자들보다 더 오랜 시간 동안 사사(師事)를 받아야 하는 부담도 있는데, 이는 판소리나 가야금산조 등의 특성에 기인한다. 판소리의 경우 정해진 악보가 없기 때문에 전적으로 스승으로부터의 구전에 의존할 수밖에 없다. 산조의 경우 직접 전수의 경우를 제외하고는 연주자 나름의 곡에 대한 해석이 허용되지 않는다. 따라서 음원에 기록된 그대로 연주를 해야 하는데, 그 음원을 혼자서 학습을 해야 하는 경우 10년 정도를 반복하면 가락은 암기할 수 있으나 느낌이 잘 전달될 수 있을 정도의 수준에 도달하지는 못한다(국립민속국악원, 2005).

나아가 국악 분야에서도 창작국악이라는 이름으로 전통과 현대를 아우르는 새로운 음악의 흐름이 시작됨에 따라 국악연주자들은 예전과는 다르게 전통곡과 현대곡을 병행하여 섭렵해야하는 부담을 안게 되었다. 우리음악의 보급과 시대에 맞게 재창조된 창작곡과 개량악기가 출현하였는데, 그 중에서도 창작곡의 선두적 역할을 하고 다수의 개량악기가 제작된 가야금을 예로 들자면 전공자가 연주해야 할

필수적 장르인 정악에 쓰이는 정악가야금과 민속음악에 쓰이는 산조가야금 외에도 15현가야금·17현가야금·18현가야금·21현가야금·22현가야금·25현가야금·철가야금, 고음·중음·저음가야금 등이 있다. 이들은 단순히 현의 수만 늘린 것이 아니라 음역과 음계, 현의 재질과 악기의 크기가 모두 달라서 가야금의 또 다른 가야금이라 할 수 있으며, 이들은 사실상 서로 다른 악기에 가깝다.

가야금뿐만 아니라 거문고·해금·아쟁·피리·대금·장고·북 등 거의 모든 국악기들 또한 개량 되고 있다. 그러므로 국악연주자들은 전통악기와 개량악기를 모두 잘 연주해야 하는 부담이 늘어나고, 이와 함께 연주에 대한 불안감도 증가하고 있는 추세다. 그러나 전공에 따라서 악기의 개량 정도가 다르고 음역과 음계의 변화 정도가 다르기 때문에 전공분야에 따른 연주자의 연주불안의 정도에 차이가 있을 수 있음을 예측할 수 있다. 따라서 이 연구에서는 전공분야에 따른 연주불안의 정도를 알아보려고 하였다.

연주불안을 가장 잘 정의한 것으로 알려진 Salmon(1990)은 연주불안을 ‘개인의 음악적 수준이나 연습 정도와 관계없이 공개적인 상황에서의 연주능력에 대한 고통스러운 걱정 또는 그러한 걱정으로 인한 실제 연주 실현의 결함’이라고 정의하였다. 연주불안은 입학시험이나 오디션 등 개인이 중요하다고 느끼는 고부담 평가(high-stakes tests) 상황에서 경험하는 부정적인 정서적 반응과 생리적 변화로서 자신의 기량을 최대한 발휘하지 못하게 작용하여 공연의 질을 떨어뜨리는 것은 물론이고 심각한 경우 연주자의 길을 포기하기도 한다. 이처럼 연주자의 연주불안은 대부분의 연주자에게 심각하게 부정적인 영향을 미치는 심각한 문제이며 고통스러운 경험이다(Osborne & Kenny, 2005).

Dews와 Williams(1989)는 연주불안 조사에서 음악전공 학생들의 96%가 연주불안과 관련된 스트레스에 대한 도움을 요구하고 있다고 밝혔다. 또한 Brotons(1994)는 연주자들은 청중들로부터 평가받고 완벽한 모델링이 되는 레코딩 음악 등을 통해 자신의 연주와 비교가 되는 연주상황이 연주불안에 큰 영향을 미치고 있다고 하였으며, Steptoe와 Fidler(1987)는 연주불안을 일으키는 심리적 요인은 연주를 실

패하지 않을까하는 지속적인 불안과 다소 과장된 걱정 때문이라고 하였다. 이처럼 대부분의 연주불안은 연주자 자신의 불안감이나 연주기술에 대한 걱정 때문에 나타나는 것이라기보다는 연주자와 연주 상황(상태)의 다양한 변인이 서로 상호작용하여 다양한 형태로 나타나기 때문에 연주불안과 관련된 주요 변인을 분석하는 것은 의미 있는 연구라 할 수 있다.

Kenny(2011)는 전문 연주자나 대학생 모두 연주기술이나 준비에 대한 염려보다 (inadequate preparation for performance) 자신으로부터 오는 압박(pressure from self)이 더 수행불안을 야기한다고 보았다. 전문 연주자들은 대학생에 비하여 기술적 결함에 대한 우려와 수행 실패 경험이 더 적었다. 그러나 조건화 이론에 따르면 한번 수행 실패를 경험하게 되면 그러한 경험이 차후 수행에 부정적인 영향을 크게 미치게 될 수도 있다. 따라서 연주자가 완벽한 공연을 하기 위해서는 연주불안을 극복하는 것이 필수적이며, 연주불안을 극복하기 위해서는 관련된 주요 변인들을 이해하는 것이 필요하다.

이러한 주요 변인들로 완벽주의, 자기효능감 등을 들 수 있다. 그 중에서 연주자 개인의 심리적, 기질적 특성인 완벽주의(perfectionism) 성향은 연주불안에 크게 작용되는 변인이라 할 수 있다. 완벽주의는 오랜 기간 동안 심리학의 연구주제로 다루어져왔으나 아직도 학자에 따라 다양하게 정의되고 있다.

Pacht(1984)는 사람들이 실제로는 달성이 불가능함에 가까운 완벽함을 추구하기 때문에 심각한 심리학적 문제나 갈등을 경험한다고 하였다. Hamacheck(1978)은 완벽주의를 정상적인 완벽주의와 신경증적 완벽주의로 구분하였다. 그는 정상적(normal) 완벽주의자는 실현가능한 목표를 애써 노력하면서 진정한 기쁨을 느끼는 사람으로서 상황이 허용될 때는 완벽해지는 것에서 곧 벗어날 수 있는 사람이라고 보았다. 그러나 신경증적(neurotic) 완벽주의자는 실현이 불가능한 높은 성취기준을 세워놓고 스스로 성취감을 얻지 못하는 사람이라고 보았는데, 이들은 실패에 대한 두려움 때문에 새로운 일을 시작하기 전에는 늘 불안해하고 혼란스러워하며 망설이는 특징을 보인다. 이러한 신경증적 완벽주의자는 부모가 자녀에게 제시한

성취 기준과 그에 대한 인정과 관련하여 발생하는 경향이 있다. Kenny(2011)는 대학생들과 전문 연주자들은 부모로부터 오는 압박을 수행불안에 가장 낮게 영향을 미치는 요인으로 평가하였다. 이는 중·고등학생 때와는 달리 대학생이 된 이후에는 부모의 기대나 압력보다는 다른 요인에 의해 더 많은 영향을 받기 때문으로 보인다.

한편 Hewitt과 Flett(1991)은 완벽주의를 완벽주의자의 행동적 특성으로 구분하지 않고 행동 근원의 대상이 누구인가, 즉 누구에게 귀인이 되었는가에 따라 완벽주의를 자기지향 완벽주의, 타인지향 완벽주의, 사회적 완벽주의로 세 가지 차원으로 구분하였다. 자기지향 완벽주의(self-oriented perfectionism)는 자기 자신에게 높은 비현실적 기준을 설정하고 자신의 결점이나 실수, 실패를 받아들이지 못하며 자신의 행위에 대해 엄중하게 평가하고 질책하는 자기 지향적 행동을 말한다. 타인지향 완벽주의(other-oriented perfectionism)는 타인에 대해 비현실적 기준을 부과하고 그 기준을 완벽하게 달성해내도록 기대하며 타인의 과제수행을 엄중하게 평가하는 행동을 말한다. 사회적 완벽주의(socially prescribed perfectionism)는 중요한 타인이 자신에게 비현실적인 기준을 세워서 그에 따라 엄격하게 평가하며, 자신에게 완벽하도록 압력을 넣는 신념이나 지각을 의미한다. Kenny(2011)는 전문 연주자나 대학생 모두 자신으로부터 오는 압박(pressure from self)이 가장 큰 수행불안을 일으킨다고 답하였다. 이에 비하여 동료와의 경쟁에 따른 압박, 부모나 교사로부터 오는 압박은 매우 낮은 것으로 나타났다.

Hamacheck(1978)이 지적한 바와 같이 완벽주의자들은 자기 자신을 철저히 관리함으로써 어떤 일을 완벽하게 수행하려 한다. 그러므로 최상의 공연 수행을 위한 공연자의 자기관리의 필요성은 연주자에게 직접적으로 작용될 필요가 있으며, 이는 모든 영역에 걸쳐 적용된다 할 것이다. 이처럼 완벽주의가 연주불안에 때로는 긍정적으로 때로는 부정적으로 영향을 미친다. 따라서 완벽주의 성향이 연주불안에 미치는 영향을 조절하는 변인으로써 자기효능감을 상정할 수 있다.

자기효능감(self-efficacy)은 개인이 어떤 결과를 산출하기 위해 요구되는 행동을

성공적으로 수행할 수 있다는 신념을 의미한다(Bandura, 1977). 인간의 사고가 실제 수행으로 실천되기 위해서는 동기유발이 선행되어야 한다. 이 때 동기유발은 자기의 능력을 자신이 믿는 것에서 시작된다. 아무리 능력을 갖추었다고 해도 그것을 자신이 믿지 못하면, 동기유발이 되지 않는다. 이처럼 자기의 수행능력에 대한 지각적 판단이 바로 자기효능감이다.

Bandura(1977)는 자기효능감의 세 가지 측정 차원으로 수준, 강도, 일반화 정도 등을 들고 있다. 수준(level)은 주로 과제의 난이도와 관련된 자신감 측면이며, 쉬운 일에 대해서는 자신감을 갖지만 어려운 일에 대해서는 자신감을 가지지 못한다. 강도(strength)는 자기효능감이 어려운 상황에서 지속되는 정도와 관련된다. 일반화(generalization) 정도는 어떤 일에 대한 성공이 그와 유사한 종류의 일에 대한 자신감을 높여줄 뿐만 아니라 그 외의 다른 종류의 일에도 자신감을 갖게 해 준다. 그러나 모든 성공 경험이 꼭 개인의 자기효능감을 모두 높여 주는 것은 아니다. 자기효능감에 대한 기대의 원천은 성취 경험(performance accomplishments), 대리적 경험(vicarious experience), 언어적 설득(verbal persuasion), 생리적 상태(physiological states)의 네 가지가 있다.

자기효능감은 어떤 일을 할 때 얼마만큼의 노력을 투여할 것인지, 장애에 부딪혔을 때 얼마나 지속적으로 대처할 것인지, 반대 상황에 직면했을 때 어떻게 그것을 입증하여 정당화할 것인지를 결정하는 데 도움을 준다. 이러한 영향으로 자기효능감은 개인이 얻을 수 있는 성취 수준에 강한 결정 변인으로 작용한다. 자신감과 관련한 자기효능감은 연주자들에게 매우 중요한 요인으로 보인다. Kenny(2011)의 수행불안에 관한 연구에서도 자신감이나 자기효능감에 관한 질문이 많았다. 자신에 대한 신뢰의 부족(general lack of confidence in self)이 대학생들에게는 매우 높은 수행불안 요인으로 작용하였으나, 전문가 집단에게는 매우 낮은 요인으로 나타났다. 음악인으로서의 자신감의 부족은 중간 정도, 그리고 일반적인 자기효능감은 낮게 수행불안에 영향을 미친 것으로 나타났다.

이처럼 연주불안에 관련한 다양한 연구들이 국외에서 서양음악을 중심으로 이루

어지고 있으나 국악을 중심으로 한 체계적인 연구는 찾아보기 힘든 실정이다. 따라서 이 연구에서는 국악연주자의 배경적 특성과 완벽주의 성향이 자기효능감과 함께 연주불안에 미치는 영향을 규명하기 위하여 연구모형을 설정하고 변인 간의 상관관계 및 인과관계를 분석하고자 한다. 연주자의 연주불안의 형성 요인의 복잡성에도 불구하고 선행연구들의 단편적 접근을 보완하기 위해 다각적 측면의 분석을 시도하고자 하였다. 이 연구는 궁극적으로 연주불안의 사회심리학적 지식체계의 형성에 기여할 것이며, 국악연주자나 국악연주자를 양성하는 교원에게 연주불안을 이해하고 극복하는 방안을 마련하는 데 기초 자료가 될 것으로 기대한다.

제2절 연구문제

이 연구는 국악연주자의 배경적 요인, 완벽주의 성향, 자기효능감 및 연주불안의 관계를 파악하기 위한 연구의 목적을 달성하기 위하여 다음과 같은 세 가지 연구문제를 설정하였다.

연구문제 1. 국악연주자의 연주불안에 미치는 요인의 관계와 이론적 모형은 어떠한가?

연구문제 2. 국악연주자의 배경적 요인(성별, 전공), 완벽주의 성향, 자기효능감이 연주불안에 미치는 영향은 어떠한가?

연구문제 3. 국악연주자의 자기효능감은 완벽주의 성향이 연주불안에 미치는 영향을 조절하는 효과가 있는가?

제3절 연구의 제한점

이 연구는 연구방법 등과 관련하여 다음과 같은 제한점 있다.

첫째, 이 연구에서 연주자의 연주불안은 여러 가지 심리적 변인의 영향을 받음에도 이를 모두 통제할 수 없었다. 이 연구의 성격상 실험연구가 아니므로 이러한 인과성을 입증하기 위한 엄격한 연구 설계에 의해 이루어진 것이 아니라는 지적이 있을 수 있다.

둘째, 이 연구에서 사용된 설문은 모두 자기보고식 검사이기 때문에 응답자가 응답할 당시의 개인적 요인이나 상황적 요인에 의해 왜곡되었을 가능성이 있다.

제2장 이론적 배경

이 장에서는 연구의 주제와 관련된 이론적 배경을 고찰하고자 한다. 우선 불안의 개념을 살펴보고 연주불안의 개념과 요인을 알아본다. 다음으로 국악연주자가 가지고 있는 연주불안의 특성을 고찰한다. 그리고 완벽주의 이론과 자기효능감 이론을 토대로 이들 간의 관련성에 대한 선행 연구들을 토대로 국악연주자의 연주불안에 영향을 미치는 요인의 개념적 모형을 제시하고자 한다.

제1절 연주불안에 대한 개념적 논의

1. 연주불안

가. 불안의 개념

Sigmund Freud(1856~1939)는 불안을 심리학적 관점에서 설명을 시도한 최초의 학자로서 불안을 심리적 압박감으로 느껴지는 어떤 것, 불쾌한 정서적 상태 또는 조건, 또는 억압된 성 에너지(libido)가 적절하게 배출되지 못하고 있는 상태 때문에 형성되는 불안정한 상태라고 정의하였다(Rieff, 1979). 타인과 사회로부터 압박과 억압된 성 에너지 등이 불안정한 심리 상태를 가져오게 한다는 주장이다. 또한 그는 성장 후의 불안을 현실적(reality) 불안, 신경증적(neurotic) 불안, 도덕적(moral) 불안으로 구분하였다. 이처럼 Freud는 불안은 신경증에 의해 유발되는 중요한 문제이며 또한 인간을 이해하는 주요 변인으로 보았다.

Freud 이후 1950년대 초부터 불안은 심리학 영역에서 조금씩 대두되기 시작하였고, Taylor(1951)에 의해서 MAS(Manifest Anxiety Scale)가 개발되면서부터 비교적

활발히 연구되기 시작했다. 불안의 초기 연구는 철학적 측면에서 이루어졌으나 뒤로 갈수록 심리학적 측면에서 연구되었다. 초기 불안에 대한 정신분석적 측면의 연구를 Brenner(1957)는 다음과 같이 요약하였다. 첫째, 불안은 강한 자극으로 인해 통제할 수 없을 때 일어난다. 둘째, 자극은 내적 혹은 외적인 것으로 대부분은 무의식의 본능에서 온다. 셋째, 본능의 충동을 억제하지 못하여 생기는 불안을 외상 불안이라 한다. 넷째, 자동적인 불안은 자아의 미성숙 때문에 생기는 유아기적 특성이다.

철학적 사유로 풀이할 때보다 심리학적 접근법으로 다른 불안은 비교적 과학적으로 이루어져 연구를 보다 객관적으로 가능하게 했다. 사회심리적 측면을 중시한 신프로이드학파는 불안을 ‘잘못 형성된 대인관계의 문제’로 보고 대인관계의 중요성을 강조하였다. 이에 대해 Adler(1956)는 대인관계에서 오는 열등감에 의해서 불안이 나타난다고 보았고, 이는 사회집단에 소속하여 인정받고자 하는 감정의식이라고 하였다. 그는 인간관계를 통해서 불안이 나타나기도 하지만, 반대로 인간적인 유대를 통해서 불안이 해소될 수도 있다고 믿었다.

불안에 대한 Freud의 견해와 달리 Horney(1945)는 갈등이란 인간의 성질 속에서 형성되기 때문에 불안을 일으키는 갈등은 사회적 조건에 의해서 비롯된다고 보았다. 또한 Sullivan(1953)도 불안을 인간관계의 산물로 보았는데, 특히 환경 안에서 이루어지는 중요한 사람과의 관계에서 발달하는 대인관계에 그 이론의 기초를 두었다. 그는 한 개인이 가지고 있는 불안을 밝혀서 알게 되면 정서적 건강을 성취할 수 있는 각성의 확장뿐 아니라 생활의 신장도 가져올 수 있다고 하였다.

Scovel(1978)은 불안을 자아 존중, 근심, 좌절, 자기 의심, 염려 걱정과 같은 인식의 감정 상태로 규정하였다. 불안의 경향성은 개인에 따라 짧게 나타나기도 하지만 지속적으로 나타나기도 한다. 이러한 차이에 근거하여 Spielberger(1972)는 불안의 형태를 오래가지 않는 상태(state)로서의 불안인 상태불안과 비교적 안정된 성격 특성(trait)으로서의 특성불안으로 나누어 제시하였다.

상태불안(state anxiety)은 시간의 경과에 따라 그 강도가 변화하는 인간 유기체

의 정서적 상태 또는 조건으로 규정된다. 또한 주관적이고 긴장이나 염려가 의식적으로 지각된 감정이며 자율신경계통의 활동을 유발한다. 따라서 상태불안은 일시적인 긴장과 두려움을 느끼는 감정적인 상태를 의미하며, 순간적으로 변화할 수 있는 불안을 의미한다. 그러므로 객관적으로 보이는 위험 상황과는 상관없이 자아가 위협을 받는지 그렇지 않는지에 따라 높을 수도 있고 낮을 수도 있다.

반면에 특성불안(trait anxiety)은 선천적으로 타고난 특성적 불안이며 오랜 기간 동안에 지속되는 개인의 안정된 성격적 특성을 나타낸다. 따라서 특성불안이 높은 사람은 낮은 사람보다 더 많은 상황에서 위험성이나 위협을 지각하며, 위협적인 상황에서 더 강한 상태불안을 경험하게 된다. 그는 상태불안과 특성불안을 측정하기 위하여 STAI(State-Trait Anxiety Inventory)를 개발하였다.

하지만 상태불안과 특성불안은 서로 독립적으로만 작용하는 것이 아니라 상당한 연관성을 지니고 있다. 일반적으로 특성불안이 높은 개인은 상태불안도 높고 특성불안이 낮은 개인은 상태불안도 낮다(MacIntyre & Gardner, 1991).

Spielberger(1972)가 구분한 상태불안과 특성불안에 Young(1992)은 상황 특수적 불안을 추가하여 불안을 나누었다. 상황 특수적 불안은 특정한 상황에서만 발생하는 불안을 말한다. 즉, 시험을 치를 때 느끼는 시험불안이나 연주상황에서 느끼는 연주불안 등이 여기에 속한다. 연주불안은 연주자 개인의 성격에 내재되어 다양한 상황에서 지속적으로 나타나는 불안이 아니라 연주상황에서만 경험하는 상황 특수적인 불안이다. 그러므로 연주자 개인이 가지는 불안 수준에 따라 연주 수행에 긍정적 또는 부정적인 영향을 미친다. 이처럼 불안은 연구자들마다 각기 다른 개념이 연구를 통해 드러나므로 한마디로 정의하기 어렵다(Young, 1992).

이를 토대로 이 연구의 종속변인인 연주불안은 연주자 개인의 불안 수준에 따라 다르게 작용되는 상황 특수적 불안이라고 볼 수 있다.

나. 연주불안의 개념

연주불안(Music Performance Anxiety: MPA)은 수행불안의 하나로써 사회 불안 장애(social anxiety disorder, social phobia)에 속한다. 미국정신의학회(American Psychiatry Association: APA)가 2013년 5월 23일 출간한 DSM-5 (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, 정신질환 진단 및 통계 편람)에서는 사회 불안장애를 ① 다른 사람에 의해 세밀하게 평가되는 사회적 상황에서 나타나는 공포나 불안, ② 부정적으로 평가될 것으로 예상되는 상황에 대한 공포나 불안, ③ 항상 공포나 불안을 야기하는 사회적 상황, ④ 회피하거나 견디어야 할 강한 공포나 불안이 존재하는 사회적 상황, ⑤ 사회적 상황이나 사회문화적 맥락에서 실제로 주어지는 위험보다 과도한 공포나 불안, ⑥ 보통 6개월 이상 지속되는 공포, 불안, 회피 등을 진단의 기준으로 제시하였다.

APA(2013)에서 발간한 DSM-5는 사회 불안장애와 관련하여 단지 수행에 관련 하여서만 불안을 느끼는 수행 공포는 연주자, 무용수, 공연자, 운동선수 등과 같이 전문가로서의 삶을 크게 손상시킬 수도 있는 상황으로 정기적으로 대중 앞에서 연설을 해야 하는 직업의 경우에도 발생한다고 하였다. 이러한 수행공포는 많은 사람 앞에서 정기적으로 발표를 해야 하는 업무, 학교와 학술적 필요에 의한 강의 상황에서도 명백하게 나타난다. 수행과 관련된 상황에서만 나타나는 사회 불안장애를 가진 사람은 수행과 관련되지 않은 사회적 상황에서는 회피나 공포감을 느끼지 않는다는 점이 특징이다.

이와 같이 연주불안은 사회적 불안장애(social anxiety disorder)의 하나로 분류되기도 하며, 상황 특수적 불안으로 분류되기도 한다. 연주불안을 사회적 불안장애로 보는 견해는 불안의 경험은 연주 그 자체의 상황, 즉 사회적 상황과 연관되기 때문이다. 이것은 연주에 대한 청중들의 비평에 관한 공포와 관련이 있으므로 연주불안은 사회적 불안장애의 하나로 분류되고 있다(Felice, 2004; 이진화, 2009에서 재인용). 반면에 연주불안을 상황 특수적 불안으로 보는 견해는 연주불안이 특정한 상황에서만 발생하는 불안이라는 것에 초점을 둔다. 불안이 연주자 개인의 성격 자체에 내재되어 광범위한 상황에서 지속적으로 나타나는 것이 아니라 연주상황이

라는 특정 상태에서만 경험하는 것이기 때문이다.

음악연주자는 대부분 자신이 원하는 대로 연주를 실행하지 못한 경험이 있다. 그리고 이러한 실패의 경험은 연주자에게 연주불안의 부정적 감정을 가지게 한다(Harman & Sobaje, 1983). 따라서 연주불안은 연주자로 하여금 충분한 능력을 발휘하지 못하도록 하는 문제로서 전문연주자나 학생 그리고 학부모들 모두에게 중요한 문제로 대두되고 있다.

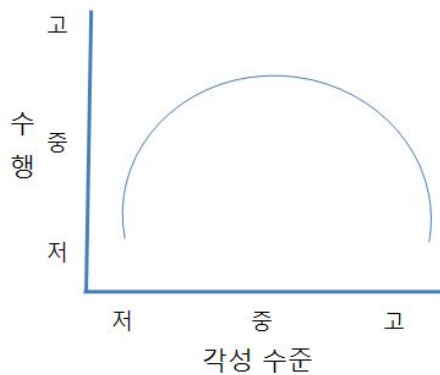
연주불안에 대하여 Kenny(2011)는 음악연주에 대한 지나친 염려로 인해 발생하는 불안을 말하며 연주에 부정적 영향을 미치는 지속적인 불안이라고 보았다. 그리고 이 지속적인 부정적 영향은 연주자의 정서적, 인지적, 신체적 증상을 통해 다양하게 나타난다고 주장한다. 이때 연주불안은 전형적으로 느끼는 과도한 생리적 각성과 혼자서 연주할 때에 비하여 다른 사람들 앞에서 연주할 때 연주의 수준이 저하되는 것과 같은 증상을 모두 포함한다(Abel & Larkin 1990). 그러므로 이러한 반응들이 지나치게 연주 수행에 지장을 초래하는 경우, 연주불안은 치료를 필요로 하는 장애로 간주해야 한다(Ariadna, 2009).

연주불안은 상당한 스트레스를 동반하여 연주에 방해를 줄 수 있다는 극명한 단점이 있으나 긍정적인 측면도 함께 가지고 있다. 우선 부정적 측면에서 연주불안을 살펴보면, Salmon(1990)은 연주불안을 ‘개인의 음악적 수준이나 연습 정도와 관계없이 공개적인 상황에서의 연주 능력에 대한 고통스러운 걱정 또는 그러한 걱정으로 인한 연주 실현의 결함’이라고 정의하였다. LeBlanc(1997)도 연주불안을 연주자들이 능력을 발휘하는 데 있어 장애가 되는 부정적인 경향을 지닌 것으로 정의하고 있다.

반면에 연주불안을 긍정적 측면에서 본 연구도 있다. Maranto와 Scartelli(1992)은 적절한 수준의 연주불안이 있는 상태에서 연주의 질적 수준이 가장 높다고 하였다. 연주의 질적 수준은 중간 정도의 불안 수준에서 가장 좋고, 너무 낮거나 너무 높은 불안은 연주의 수준을 저하시키며, 적절한 불안은 연주 수준 향상에 긍정적인 동기를 부여하고 보다 진취적 성향을 갖는다고 하였다(Sweeney & Horan,

1981). 이러한 불안 수준과 과제 수행과의 관계는 ‘적정수준이론(optimal level theory)’으로 설명할 수 있다.

적정수준이론은 일정한 불안 수준까지는 수행이 향상되며 적정수준일 때 수행 수준은 정점을 유지하다가 불안수준이 적정수준을 초과하면 저하된다는 것이다. 적정수준이론은 각성 수준과 수행과의 관계에서 나타나는 특징으로서 ‘역U가설(inverted U-hypothesis)’이라고도 한다. [그림 2-1]과 같이 각성수준이 높거나 낮을 때 수행정도도 낮고 각성수준이 적절할 때 수행 정도가 가장 높은 것으로 나타난다. 즉, 수행은 일정한 불안 수준까지는 향상되며 적정수준일 때 정점을 유지하다가 불안수준이 적정수준을 초과하면 저하된다(Yerkes & Dodson, 1908). 예술가, 공연가, 운동선수들에게 어느 정도의 불안은 일을 훌륭하게 수행할 수 있도록 자극하는 적당량의 아드레날린을 분비한다. 그러나 불안이 지나치면 오히려 기능을 저하시킬 수 있다.



[그림 2-1] 수행과 각성수준과의 관계

이와 같이 연주불안에 대한 관심이 증폭되면서 최근 수십 년 동안 여러 학자들은 연주불안을 일으키는 요인을 밝히는 연구를 시도하고 있다. Lehrer(1981)는 연주불안의 원인으로 암보 혹은 집중력과 자신감의 결여, 실수에 대한 두려움, 연주에 대한 평가, 자신의 연주 능력에 대한 불확신 등을 들고 있다. LeBlanc(1994)은

연주불안의 원인에 나이, 연주경력, 암보, 준비 정도, 심리, 건강, 무대의 환경, 청중 등과 같은 요소를 포함하고 있다고 한다. 또한 Sherman(1996)은 연주불안의 원인을 긴장과 불안이라 하였다.

이처럼 연주불안을 일으키는 원인은 다양하지만 그 중에서도 특히 연주평가에 대한 두려움이 연주불안의 근본적인 원인으로 작용한다고 여겨지는데, 이는 사회불안과의 유사성을 통해 설명될 수 있다. 연주자는 연주 평가를 통하여 강화를 받고, 이때 받은 강화는 연주불안에 대한 불안과 두려움을 낮출 수 있다. 젊은 연주자들이 부모나 친구, 교사로부터 받은 긍정적 평가는, 그들의 노력과 상호작용하여 자기효능감을 증가시키게 되며 보다 훌륭한 연주자로 성장할 수 있다(Rudolf & David, 2001).

이와 관련하여 Osborne 등(2002)은 연주자들은 음악적 완벽함에 대한 끊임없는 추구와 그에 따른 평가를 항상 염두에 두고 있다고 하였다. 특히 개인이 중요하다고 느끼는 부담이 큰 평가 상황에서 정서적 반응과 생리적 변화를 포함한 연주불안을 더 크게 느낀다. 연주불안이 나타나는 시기는 크게 세 가지로 구분할 수 있다. 무대에 오르기 전과 연주 실행 때와 연주를 마친 후로 나눌 수 있다. 연주자가 다양한 요인에 의해서 연주불안을 느끼게 되면 연주불안은 이 세 시기동안 생리적, 인지적, 행동적 증상으로 나타난다(Salmon, 1990).

이와 같이 수행에 도움을 주는 적당한 불안이 아닌 수행 수준을 저하시키는 불안은 심각한 완벽주의에 기인한 경우가 많다. Hewitt 등(1995)은 완벽주의자들이 비완벽주의자들에 비하여 상대적으로 쉽게 불안감을 느낀다고 보고하고 있다. 또한 여러 선행연구(Flett, Hewitt & Dyck, 1989; Hewitt & Flett, 1991)에서도 완벽주의 성향과 불안은 높은 정적 상관성이 있음을 밝히고 있다. 그리고 연주불안과 관련된 주요 변인으로 자기효능감을 들 수 있다. Bandura(1977)는 자기효능감이란 개인이 어떤 결과를 산출하기 위해 요구되는 행동을 성공적으로 수행할 수 있다는 신념을 의미한다. 선행연구에 의하면 자신의 능력을 믿는 자기효능감은 불안을 조절하는 주요 변인이다(Bandura, 1982; Wood & Bandura, 1989) 따라서 연주자의

연주불안도 자기효능감의 강도에 따라 높아지거나 낮아질 수 있어 연주불안과 상관성이 있음을 알 수 있다.

2. 국악연주

가. 국악연주 장르

국악에는 일반적으로 세 가지의 음악적 장르(정악, 민속음악, 창작국악)가 포함되어 있다(서한범, 1996). 정악(正樂)은 바르고 고상한 음악이란 뜻으로 조선 후기까지의 궁중음악과 지식계급의 민간 상류층에서 향유한 음악을 가리킨다. 정악곡에는 중국에서 유입된 음악이 있어 아악, 당악, 향악으로도 구분하며, 이러한 세 가지의 음악은 모두 궁중의 제례악으로 쓰이거나 연례음악으로 사용하였다. 민속음악(民俗音樂)은 속악(俗樂)이라고도 하며 정악에 대칭되는 말로 쓰인다. 이는 조선 후기의 궁중이나 지식계급이 아닌 일반 서민층의 음악으로 민요, 판소리, 산조, 농악과 잡가 등을 포함한다. 그리고 창작국악(創作國樂)은 해방 이후에 작곡된 국악의 전통적 요소를 포함하거나 국악기를 사용하여 현대 작곡기법에 의해 만들어진 새로운 음악을 말한다.

나. 국악연주의 전공분야

국악연주의 전공분야는 크게 기악과 성악으로 나누어진다. 기악은 악기분류법에 의해 다르게 나타나며 현악, 관악, 타악으로 구분된다. 이 연구에서는 전공분야의 악기구분을 연주법에 의해 분류하였는데 이것은 서양악기의 일반적인 분류법이기도 하다. 그러나 예외적으로 해금은 관악에 포함하였다. 해금은 현을 소재로 한찰현악기(擦絃樂器; rubbed string instrument)이지만 관악기로 구분하는 이유는 가야금이나 거문고, 그리고 아쟁의 연주는 피치카토(pizzicato)적인데 비해, 해금 연주

는 활대를 이용하여 관악기와 같이 지속음을 내는 데 효과적이기 때문이다(백대웅, 1997). 이와 같이 전공악기 구분은 연주법에 따라 분류하지만 관점에 따라 다소 다를 수도 있다. 이 연구에서는 국악전공의 구분을 전문 예술고 입시(2013년도 국립 국악고와 광주예고 입시요강), 대학입시(2013학년도 서울대, 이화여대, 전남대 입시요강 중 국악분야)의 실기고사 공고를 참조하였다. 이를 토대로 성악 분야에 가곡, 민요, 가야금병창, 판소리, 현악 분야에 가야금·거문고·아쟁, 관악 분야에 피리·대금·해금, 그리고 타악 분야에 고법·장단·사물놀이 전공을 포함하였다(<표 2-1> 참조).

<표 2-1> 국악연주의 전공분야에 따른 세부전공 분류

전공 분야		세부 전공
성 악		가곡, 민요, 가야금병창, 판소리
기악	현악	가야금, 거문고, 아쟁
	관악	피리, 대금, 해금
	타악	고법, 장단, 사물놀이

(1) 국악 성악

국악성악 분야는 가창법에 따라 정가(가곡), 민요, 가야금병창, 판소리로 구분된다. 발성법에 의한 차이를 보면 정가는 단전에서부터 소리를 끌어올려 온몸으로 공명하여 사용하고, 민요는 단전에서부터 끌어올린 통성을 사용한다. 김대호(2000)는 국악성악의 판소리와 정가 전공자, 서양음악의 테너 전공자를 대상으로 발성을 비교한 후 판소리 전공자가 정가 전공자의 곡을 부르기가 불가능하다고 주장하였다. 이는 공명의 차이라기보다는 음색을 일차원적으로 결정하는 요인인 음원(voice source) 자체가 다르기 때문이라 하였다. 이러한 특성이 있는 국악성악의 전공별 특성을 살펴보면 다음과 같다.

첫째, 정가는 고상하고 정대한 노래라는 뜻이며 가곡, 가사, 시조를 포함한다. 가곡과 시조는 모두 3장으로 만들어진 시조시를 바탕으로 노래하지만, 가곡은 시조보다 더 전문화된 노래곡이다. 총 5장으로 구성되어 있으며 반주가 포함된 형식미를 갖추고 있다. 현존하는 가곡의 종류는 남창 26곡, 여창 15곡, 총 41곡으로 구성되어 있다. 가곡 분야의 특징으로는 최대한 감정을 절제하고 느린 곡조의 음악을 움직임 없이 앉아서 바른 자세로 노래하며 발성은 온몸을 이용하여 공명하기 때문에 오랜 기간의 전문적인 수련을 요한다.

둘째, 민요(民謠)는 지역에 따른 음악적 특성 중 민요의 선법을 ‘토리’라고 하여 그 특징을 나타낸다. 토리는 크게 경기지역의 경토리, 동부지역의 메나리토리, 서도지역의 수심가토리, 남도지역의 육자백이토리, 제주지역의 제주도토리 등 다섯개로 분류된다. 지역에 따라 방언이 다르듯이 음악적 특징에 있어서도 시김새와 선법, 발성법이 다름을 보여주는 예이다. 이러한 이유로 민요전공자가 여러 지역의 민요를 같이 부를 수 없다. 따라서 경기민요와 서도민요를 부르는 연주자는 민요전공으로 구분되며, 남도지역의 민요를 부르는 연주자는 발성법이 판소리와 같기 때문에 민요전공으로 구분하지 않고 판소리 전공으로 구분하고 있다.

셋째, 가야금병창(伽倻琴竝唱)은 판소리 창법과 가야금산조의 연주기법이 어우러진 가창과 기악의 혼합연주 형태이다. 가야금병창이 또 다른 전공으로 분리되는 것은 판소리의 창법에 있어서도 가야금의 음역과 창법에 제약을 받는 특성이 있기 때문이다. 또한 가야금 연주법에서도 가창과 병행한 반주 역할을 하여 음량에 제한을 받아 사실상은 이 둘의 조화를 이루기 위해 더욱 많은 시간의 연마를 필요로 한다(정자경, 2010). 이처럼 가야금병창 분야는 성악과 기악을 모두 섭렵해야 하는 부담이 가중된 분야이다.

마지막으로 성악의 범주에서 가장 대중적으로 알려지고 폭넓은 연구가 이루어진 것은 판소리이다. 판소리는 현존하는 전통음악에 존재하고 있는 대부분의 음악어법과 독특한 기법은 물론 이 땅에서 발생하는 자연의 소리까지 포용하고 있는 뛰어난 성악곡으로 평가받고 있다.

대부분 판소리 명창들의 소리수련 과정은 상식을 뛰어넘는 인고(忍苦)의 시간을 겪은 일화가 있다. 20세기 초반의 판소리 5명창으로 꼽히는 정정렬(1876~1938) 명창은 20년이 넘는 장구한 시간을 독공하여 득음을 한 후 당대 최고의 명창으로서의 면모를 갖추었다고 전해지고 있다. 이러한 득음은 판소리나 산조 연주가 스승의 품을 떠나서 독공으로 훈련을 쌓는다는 것으로 모든 성음을 자유자재로 구사할 수 있는 상태를 말하는데, 이것은 곧 명인이나 명창으로 평가받는 음악적 기준이 된다(김해숙, 2003). 이러한 득음을 위한 독공의 과정은 한국인들이 이 땅에서 수백·수천 년간 합의하며 우리에게 그 미학성과 역사성을 건네주려는 전통음악의 원리가 포함되어 있는 ‘음악의 기화성(氣化性)’이라 할 수 있다. 기화성이란 기의 운동성을 말한다. 성음, 득음 등은 장단과 가락의 기화성으로 몸과 일체의 극치를 이룬다고 할 수 있다(노동은, 1996).

판소리는 성음을 가지고 즐기는 예술이라는 의미에서 흔히 ‘성음놀이’이라고도 한다. 성음의 의미를 정확히 한정짓기는 어렵지만 대개 소리의 색깔이나 성질을 가리키는 말로 사용되었으며 ‘목성음’이라고도 한다. 음색의 개념으로 성음은 여러 가지 용어가 있다. 예를 들면 좋은 성음으로 꼽는 ‘수리성’과 ‘철성’ 외에 다양하게 가창자의 음색을 설명하는 성음의 하위 개념들이 많다. 다시 말하면, 판소리의 성음은 어떤 한 순간의 특징을 의미하는 음색의 개념과 연속적인 변화에 중점을 둔 ‘목성음의 변화에 따른 개념’으로 세분할 수 있는 것이다. 이를 정리해보면 <표 2-2>와 같다(최동현, 1994).

<표 2-2> 판소리의 성음에 대한 개념 분류

음색의 개념		목성음의 변화에 따른 개념	
통성	뱃속에서 바로 위로 뽑는	아귀성	목청을 좌우로 제껴가면서 힘차게 내는
철성	쇠망치와 같이 견고하고 강하며 딱딱한	푸는목	성음을 느긋하게 스르르 푸는
수리성	선 목소리와 같이 결결하게 나오는	감는목	서서히 몰아들이는
세성	아주 가늘게 미약하고도 분명히 나는	찍는목	소리의 어떤 요점에 맛이 있게 찍어내는
항성	목에서 구부러 나오는	떼는목	소리를 하다가 어느 경우에 뗀어서 꼭 잘라내는
비성	코에서 울려 나오는	마는목	느린 목소리를 차차 빨리 돌려 차근차근 몰아들이는
과성	깨어진 징소리 같이 부서져 나오는 변화된	미는목	소리를 땡기다가 다시 놓아 밀어주는
발발성	떨리며 나오는 변화된	방울목	궁글궁글 굴러 내는
천구성	튀어나오는 소리, 거칠면서도 맑은 소리로 천연적인 명창의 성음	끓는목	예민하고 날카롭게 맺어 끓는
귀곡성	귀신 울음소리같이 사람이 흉내내기 어려운 신비한	엮는목	사뿐사뿐 아주 멋있게 엮어내는
생목	목이 트이지 않은	다는목	떼지 않고 달아 붙이며 하는
속목	목안에서 내며 불분명하게 목 밖으로 내지 않는	깎는목	소리를 하다가 모가 있게 깎아내는
겉목	피상적으로 싱겁게 쓰는	짜는목	평범하게 소리를 하다가 쥐어짜서 맛있게 내는
떡목	텅텅하고 얼붙어서 별 조화를 내지 못하는	찌른목	최상성을 내어 높이 찢러내는
노랑목	너무나 교묘하게 지나쳐 넘치게 쓰는	파는목	아래로 깊이 파서 들어가는
마른목	아주 깔깔하게 말라버린	흡는목	소리를 무덕무덕 넣어서 흡는
굳은목	소리가 굴곡 없이 아주 뻣뻣하게 멋없이 나오는	조이는목	목소리를 맺어 떼려고 바싹 조아들이는
늑은목	상성은 없고 언제나 하탁성으로만 내는	너는목	소리를 쪽쪽 뺀어 넣어놓는
된목	아래로 내려오지 않고 언제나 상성으로만 쓰는	줍는목	차근차근 주어 담는
등근목	본이 있고 원만하게 내는	튀는목	소리를 평성으로 하다가 위로 튀어나오는
군목	흥이 날 때에 혼자서 맛있게 한번 굴러내어 보는	뿔스린목	평탄하게 나가다가 휘잡아 뿔아 올리는
넓은목	아주 넓게 범위를 넓혀 부르는	엮는목	소리를 바로 하여 나가다가 한번 엮어보는

이와 같이 다양한 성음구사로 판소리 창자(唱者)는 일인 다역(一人 多役)으로 혼자 무대에 오르며 이야기에 등장하는 각계각층의 남녀노소로 변하여 극을 이끈다. 따라서 역할마다 각기 다른 특징으로 수만 가지의 소리를 연출해야 한다(정범태·정운아, 1988). 이처럼 판소리는 최고의 명인적 예술성을 요하는 음악으로 우리음악에서 뿐 아니라 세계적으로도 그 유래를 찾기 어려운 독자적인 양식을 지니고 있다. 판소리는 연주 시간이 수 시간에 달하는 장편의 극(劇)노래이며 연주형식은 한 사람이 아니리(말)와 발림(몸짓)을 섞어가며 창(唱)하는 것으로, 반주는 선율악기 없이 오직 북만을 사용한다(황병기, 2003). 이렇게 우리 역사와 회로애락을 함께한 판소리는 그 독창성과 우수성을 인정받아 2003년에 유네스코로부터 세계무형유산에 선정되었다.

오늘날 국악 성악 분야는 대부분 악보없이 사설집만으로 학습에 임하고 있다. 또한 전통의 계승적 요소를 지닌 판소리는 이미 무형문화재로 정형화된 바탕소리를 철저히 모방해야 하는 부담을 지닐 수밖에 없다. 또 시대가 시대인 만큼 과거의 명창들처럼 혼자서 독공하여 득음을 하는 경우는 드물다. 그러므로 오랜 시간을 사사하고 끊임없이 연마하는 과정에서 자신의 소리에 대한 확실한 자신감을 얻기란 쉽지 않다고 할 수 있다.

(2) 국악 현악·국악 관악

국악현악과 국악관악 분야의 특성으로는 연주 장르에서의 차별성과 음률 체계 등을 들 수 있다. 먼저 이 분야에서 주로 연주하는 장르는 정악곡의 영산회상과 수제천, 여민락 등이며 민속음악곡에서는 산조이다. 정악곡에 해당하는 모든 곡은 합주곡으로 구성되어 있으나 중주 및 독주로도 연주가 가능하다. 최종민(2003)은 전통음악이 합주를 하더라도 지휘자 없이 조화를 이루고, 합주를 하는 음악을 독주곡으로도 사용하고 병주곡으로도 사용하는 것은 각 악기마다 음악적 완성도를 가지고 있기 때문이라 하였다. 민속음악의 주요 연주곡목인 산조는 전통음악 가운데 형식미

를 갖춘 대표적인 기악 독주 음악으로 오랜 기간의 숙련을 요하는 전문가들의 음악이다. 산조는 19세기말 경에 형성된 음악으로 산조의 효시인 김창조에 의해 가야금으로 그 틀을 갖추고 독주곡의 형식을 갖추게 되었다. 그 후 점차로 다른 악기들에 확산되어 지금은 거문고, 대금, 아쟁, 해금, 피리 외에도 독주가 가능한 대부분 악기에 기악 독주 음악으로 연주된다(김해숙, 2003). 이러한 기악에서의 산조는 먼저 발생한 판소리의 음악어법이 산조에 그대로 쓰이고 있다. 산조를 흔히 ‘말(사설) 없는 판소리’, 혹은 ‘판소리의 기악화’라고 하는 것도 이 때문이다(백대웅, 1996).

따라서 산조도 판소리와 마찬가지로 오랜 세월동안 수많은 공연자와 청중들에 의해 다듬어졌고 스승으로부터 제자에게 구전으로 전해왔기 때문에 과거에는 음악을 기록한 악보가 없었다. 따라서 오늘날 서양의 오선악보로 기보하는 것은 음악적 변화와 음색 등 여러 면에서 그 진면목을 나타낼 수 없는 한계가 있다(국립민속국악원, 2005). 그러나 국악교육의 현대화를 지향한 오늘날의 학교 교육에서는 오선악보를 활용하여 선율적 측면에서의 정확한 모방학습을 지향하므로 연주자로서 독창적인 개인의 음악적 표현에 한계성을 느낄 수밖에 없다.

또한 현악과 관악연주자의 연주불안을 일으키는 중요한 요인은 음률 체계이다. 현대음악 양식을 수용한 국악관현악단에서는 음률체계로 인하여 특히 관악연주자들이 불편을 겪고 있다. 우리의 전통악기 제작에 있어 음계는 삼분손익법(三分損益法)에 의해 만들어진다. 이것은 우리나라 음계의 십이율(十二律)로, 3(三)으로 나눈(分) 만큼을 빼(損)거나 더하(益)는 방법(法)으로 음을 조율(調律)하는 것이다. 자연을 소재로 한 악기의 재료로 인해 절대적인 음의 높낮이를 갖추기란 다소 어렵다. 그러한 이유로 전통합주 방식에서는 관악기인 피리, 대금이 음높이를 내어주면 현악기가 맞추는 방식이었으나, 창작국악을 연주할 때는 12평균율에 의해 7음 음계로 조율된 전자피아노나 개량 악기에 맞추고 있다. 따라서 음의 소리가 크고 주선율이 많은 관악연주자는 정확한 음고를 위하여 호흡을 조정하여 연주하는 등의 어려움이 따르고 있다.

(3) 국악 타악

‘일고수 이명창(一鼓手二名唱)’이란 말이 있다. 판소리에서 북을 치는 사람이 첫째요, 소리 잘하는 이는 버금이라는 말로 통용된다. 국악타악 분야는 현악기와 관악기의 연주 및 성악의 연주에 반주자로 참여하게 된다. 다시 말해서 모든 전공분야에서 역할을 수행하게 되는 것이다. 반주자는 연주자 개개인의 음악적 특성을 알아야 하고 연주되는 곡의 해석 또한 분명해야 하며, 이들이 적절한 조화를 이룰 수 있도록 해야 하므로 가장 어려운 역할이기도 하다. 타악 분야는 전공악기 외에도 다양한 타악기를 연주하기도 한다. 모듬북과 같은 개량악기를 연주하기도 하고, 퓨전곡을 연주할 때에는 실용악기인 드럼과 각종 퍼커션을 담당하는 경우도 있다. 따라서 국악전공분야 중 가장 많은 종류의 악기를 다루어야 한다고 할 수 있다.

이제까지 국악연주의 전공분야별 특성을 살펴보았다. 오늘날 국악전공 교육에서 기악분야는 대부분 악보를 활용하여 교육되고 있는 반면, 성악분야는 사설집을 제외한 선율은 악보를 활용하지 않는 현실 속에서 국악전공자들은 전통음악을 보존하고, 한편으로는 국악의 보급과 시대적 타협을 위한 실용국악을 위해 변화를 추구해야 하는 어려움이 있다고 할 수 있다. 그러므로 다른 어느 분야보다도 경쟁이 치열하고 자신만의 차별화된 전략을 추구하기 위해 연주자의 완벽주의적인 사고가 작용한다고 유추할 수 있다. 특히 전공분야 중에서도 전공인원이 많은 분야에서 연주불안은 더 크게 작용하는데, 이러한 과정에서 완벽주의는 더 강하게 작용한다고 할 수 있다.

따라서 경쟁 인원이 많은 전공분야일수록 현대인이 쉽게 빠지는 경쟁과 비교 의식은 자신도 모르게 연주자를 완벽주의로 몰아가며(송동립, 2009.), 이렇게 상호 영향을 주는 경쟁 관계 속에서는 연주자의 완벽주의 특성이 강화될 소지가 크다(현진원·최정훈, 1992).

다. 국악연주의 특성과 변화

(1) 국악연주의 특성

우리나라 최초 공립 국악정규교육기관은 1955년 국립국악원 부설 ‘국악사양성소’에서 중·고등학교과정을 개소한 이후 1972년 중학교과정은 폐지하여 국악고등학교로 승격하였고 1991년 중학교 과정인 국립국악학교로 개교하였다. 대학교 과정은 1954년 덕성여자대학교에 국악과가 신설되었으나 2년 후 폐과되고, 1959년 서울대학교에 국악과가 신설되었다. 이후 현재 전국에 설치된 국악 관련 정규교육기관은 중학교 8개교, 고등학교 26개교, 대학교는 31개교로 조사되었다(국립국악원, 2012).

이러한 교육기관에서 신입생을 선발할 때는 전공 실기고사를 실시하며 성악 분야는 전공별로 장르가 다르게 나타나지만, 기악분야의 경우 실기곡목 장르는 정악(正樂)과 민속음악(民俗樂)으로 나누어져 두 개의 곡을 필수로 연주해야 한다(국립국악고등학교, 국립국악학교, 서울대학교, 전남대학교 2013년 입시요강). 또한 입학 후 교육과정에서도 이를 중점으로 지속하여 심화교육을 하고 있다.

그러나 20세기 후반 포스트모더니즘이 거론되고 서양의 현대음악 작품에서는 실험적 음악이 대두되었다. 기존의 조성체계와 리듬구조의 근본적 변혁으로 멀티리듬(multirhythm), 폴리리듬(polyrhythm), 무조음악(atonality music)이 서양의 작곡가 스트라빈스키(Stravinsky, I. F.: 1882~1971) 힌데미트(Hindemith, P.: 1895~1963) 슈톡하우젠(Stockhausen, K.: 1928~2007) 등에 의해 작곡되고 발표되었다. 국악에서도 이러한 시대적 변화를 반영하여 서양음악의 현대음악과 같은 새로운 장르의 음악이 탄생하게 되었다.

따라서 전통과 현대를 아우르는 새로운 음악이 등장하기 시작했고, 새롭게 작곡된 음악을 전통음악과 구분된 의미로 창작국악이라 하였다. 창작국악은 전통음악의 5음 음계에서 7음 음계로의 변화를 시도하였고 장르가 다른 음악과의 혼합을 시도한 크로스오버(crossover) 음악들이 주목을 받게 되었다. 이에 국악연주자들은 전통곡과 현대곡을 병행하여 섭렵해야하는 부담을 안게 되었다. 창작국악의 음악

형식은 주로 서양음악의 영향을 받아 악보로 체계화되었으며 서양음악의 화성적 특성을 반영한 곡들이 발표되면서 전통악기의 음역과 음량의 확대, 음고의 표준화 등의 문제점을 보완하기 위해 개량악기 제작이 필요하게 되었다(김종미, 2011; 노동은; 백대웅; 이소영; 1996).

첫째, 음악 연주 형태의 변화와 함께 음역적으로 더 넓은 음역대의 필요성이 제기되었다. 1964년 국내 최초로 국악관현악단이 창단된 이후로 국악관현악단은 서양의 오케스트라와 같은 연주형태로 시작되었다. 악기 배치 방식과 의자에 앉아 악보 보면대를 놓는 방식도 유사하다. 또한 국악관현악단이지만 구성된 악기는 국악기와 개량국악기, 서양악기 등이 연주 장르에 따라 다양하게 편성되었다. 또한, 음악의 양식에 있어서도 화성적인 표현을 강조하다 보니 전통악기에 부족한 저음역대의 악기가 필요하게 되었다.

둘째, 악기의 음량에 관한 것으로 연주환경의 변화로 인해 그동안 비교적 작은 공간에서의 연주가 가능했던 전통악기는 현대화된 대극장에 맞는 음량 확대의 필요성이 제기되었다. 음량이 작은 악기들은 마이크를 사용하여 연주가 가능하였지만 악기마다 마이크를 사용할 때는 음향시스템의 섬세한 조절에도 불구하고 음량이 작은 악기는 음량의 한계가 나타났고 음량확대가 필요하였다. 이에 음량이 작은 현악기는 현의 재질을 바꾸거나 공명통을 개량하였고, 관악기는 음량을 줄이기 위해 개량되었다.

마지막으로, 개량악기 필요성은 국제표준음고의 적용이다. 국제표준음고(International Pitch Standard)는 음악에 사용하는 음의 높이를 세계적으로 표준화한 것을 말한다. 이 표준음고가 정해지기 전 19세기말까지는 국가별로 동일음의 높이가 같지 않았다. 음의 높이(pitch)는 일정한 단위시간에 울리는 진동수에 따라 결정된다. 즉 음의 높이는 진동수에 비례하며 1초 간의 진동수를 사이클(c/s)이나 헤르츠(Hz)라고 한다. 사람의 귀로 들을 수 있는 음의 범위(가청한계)는 16Hz~20,000Hz(가청주파수)이며, 음악에서 사용하는 한계는 30Hz~4,000Hz정도의 음이다. 그러나 1885년의 비인(Wein)회의에서 가(A4)음을 435Hz로 정하여 이를 국제

표준음고로 정하였으나, 1834년 슈트트가르트(Stuttgart)회의에서 연주효과를 높이기 위해 국제고도를 높여 440Hz의 음높이를 쓰고 있으며 1939년 유럽국제위원회에서 채택하여 현재 전 세계적으로 사용하고 있다. 따라서 2007년 국악분야에서도 국립국악원이 주관하여 국제표준음고를 적용한 ‘국악표준음고’로 황종(Eb)을 311Hz로 제정하여 발표하였다. 이에 따라 국악관현악단의 다양한 창작국악의 시도 즉, 퓨전음악 양상으로 서양악기와 국악기의 만남, 아시아 각국의 악기와 국악기의 만남 그리고 국악기로 서양음악과 국내 대중음악을 연주하게 되었다. 그러나 전통음악의 5음음계 체계로 이어진 전통악기 조율체계에서 7음 음계의 악곡을 연주했을 때 음을 만들어 내야 하는 부분에 정확한 음높이를 표현하기가 어려워졌고,조를 옮기는 전조(轉調, modulation)와 이조(移調, transposition)에 있어서 한계가 나타났다. 특히 이조에 제한성을 가진 산조가야금과 대금은 곡의 변화에 따라 악기를 교체하여 연주한다거나 조율기인 가야금 안쪽 위치를 옮겨 사용하였다. 따라서 조율체계와 악기구조상의 어려움이 있는 가야금과 대금 등은 7음 음계로의 개량이 불가피하였다.

(2) 국악기의 변화

국악기의 변화는 시대의 요청에 의해 악기를 개량하면서부터 시작되었다. 1964년 국립국악원을 중심으로 ‘국악기개량위원회’가 결성된 이후, 단체나 기관에 의해 공식적으로 국악기 개량사업이 본격화되었다. 이외에도 작곡가와 연주자에 의해 개인적으로 개량악기 제작이 이루어지고 있다.

그 중 전통악기 중에 가장 잘 알려지고, 기악독주곡의 산조 음악에서 독보적인 위치를 차지하고 있는 가야금을 예로 들자면(김종미, 2011) 전공자가 연주해야 할 필수적 장르인 정악에 쓰이는 정악가야금과 민속음악에 쓰이는 산조가야금 외에도 15현가야금·17현가야금·18현가야금·21현가야금·22현가야금·25현가야금·철가야금, 고음·중음·저음가야금 등 다수의 개량가야금이 있다. 그러나 일반적으로

잘 알려지고 꾸준히 연주되고 있는 가야금은 [그림 2-2]에 제시된 바와 같이 전통 가야금 2개와 개량가야금 8개이다. 개량된 가야금들은 음역과 음계가 다르고 현의 재질과 악기의 크기도 모두 달라 사실상 가야금이 아닌 ‘가야금의 또 다른 가야금’이라 할 수 있다.

이러한 국악기의 개량화는 가야금뿐 아니라 대부분의 다른 악기들에게도 일어나고 있다. 현악에서 거문고는 기존의 6현거문고를 8현거문고, 회현금, 전자거문고 등으로 개량되었으며, 아쟁은 기존의 9현대아쟁에서 10현대아쟁으로 저음역을 확대하여 개량되었다. 관악에서 해금은 기존의 2현해금에서 4현해금으로 현의 수를 늘리거나, 고음·중음·저음해금, 대해금 등으로 개량되었으며, 대금은 개량정악대금, 개량산조대금으로 개량되었고, 피리는 개량향피리, 개량대피리로 음역을 확대하여 개량되었다. 그리고 타악기에는 모듬북, 난타북, 편종, 운라 등의 개량타악기가 출현하였다.

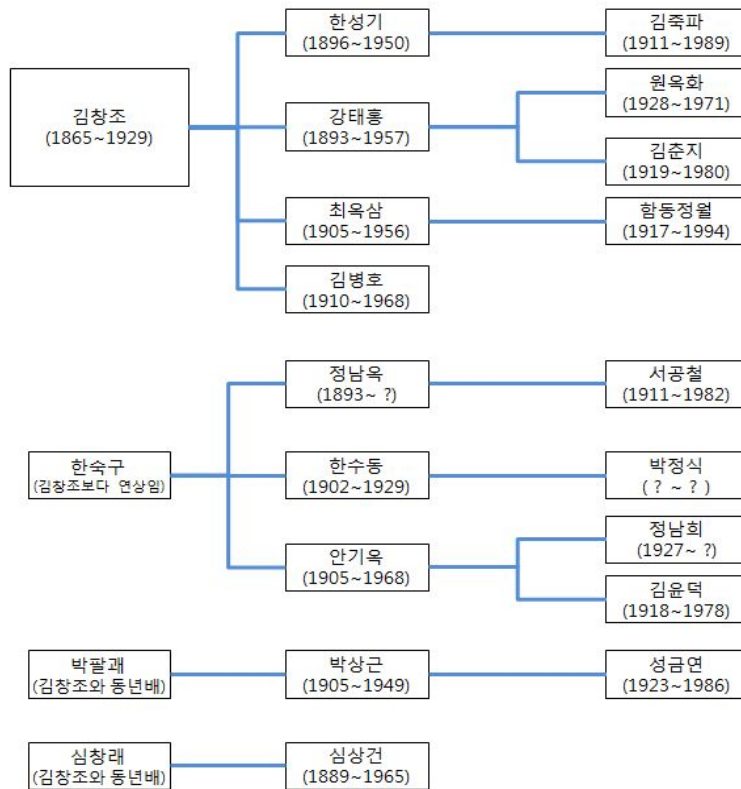
이와 같이 시대의 요청에 따라 ‘전통이란 변화할 수 있다’는 가능성을 열어놓고 있으나, 실험적으로 보이는 개량악기를 수용해야 하는 부담감이 존재할 수밖에 없다. 국악연주자들은 전통의 보존과 현대에 맞는 변화라는 상충된 요구를 수행해야 하고, 국악이 고루하다는 인식을 깨기 위하여 새로운 변화를 추구하기 때문이기도 하다.

가야금 종류		현의 수	음계 종류	음역	크기(cm) (세로 X 가로)	현의 재질	악기구조 주요 특징	
전통 가야금	정악가야금	12	5음	2옥타브4도	162 X 27	명주	▶ 돌괘와 부들로 현을 연결	
	산조가야금	"	"	2옥타브5도	145 X 21	"		
개량 가야금	철가야금	12	"	2옥타브5도	128 X 21	철(강선)	▶ 상단과 하단의 돌괘로 현을 연결	
	고음·중음·저음가야금	"	"	2옥타브2도	128 X 21(고)	명주		
					134 X 21(중)			
					145 X 25(저)			
	15현가야금	15	"	2옥타브6도	120 X 25	"		
	17현가야금	17	"	3옥타브2도	152 X 27.5	합성현		▶ 돌괘 대신 나사조율기부착
	18현가야금	18	"	3옥타브4도	145 X 28	"		▶ 하단의 부들 대신 현침을 대어 돌괘로 현을 연결.
21현가야금	21	"	4옥타브6도	150 X 29	명주	▶ 좌식받침대 부착.		
22현가야금	22	7음	3옥타브	150 X 29	합성현			
25현가야금	25	"	3옥타브4도	153 X 33	"			

※ 악기 크기와 사진은 '고흥곤 국악기' 홈페이지 내용을 일부 참조하였으며, 악기 크기는 제작사에 따라 다를 수 있음.

[그림 2-2] 가야금의 종류에 따른 특징

(3) 국악의 보존



[그림 2-3] 가야금산조의 계보(한국학중앙연구원, 1991)

한국전통음악의 보존에 가장 큰 역할을 한 것은 1962년 제정된 문화재보호법이다. 그러나 오히려 중요무형문화재 지정으로 인하여 전통음악은 화석화(fossilization)·박제화(stuffing)로 이어지는 부정적 영향을 미쳤다고 할 수 있다. 이는 법제 자체가 ‘원형(archetype)’을 보존해야 하기 때문인데 전통음악에서의 원형소리는 없기 때문이다(이용식, 2009). 그러나 명인들의 이름을 붙이거나 음악적 특징으로 구분된 명칭을 붙여, ○○류(流)와 ○○제(制)등으로 문화재가 지정되고 있다. 산조 음악의 효시인 가야금을 예로 들면 [그림 2-3]에서 보는 바와 같이 최초 기악 독주곡인 산조는 김창조(1865~1929)가 가야금 가락을 만들어 체계를 갖

추었다. 김창조와 동시대에 활동한 한숙구, 박팔괘, 심창래가 있지만 김창조를 효시로 보는 것은 그가 산조라는 이름을 붙여서 처음으로 사용하였기 때문이다. 가야금산조가 생성된 시기부터 구전으로 전승되었으며 전수받은 연주자마다 각각의 음악적 특성과 선율이 다르게 형성되며 변천해 왔다. 그러나 1962년부터 시행된 ‘인간문화재’, 1964년부터 시행된 ‘중요무형문화재’ 정책의 제도아래 지정 받을 당시의 가락을 고스란히 보존해야 하였고 이를 악보화해서 현재 전수되고 있다.

[그림 2-3]의 계보에서 보는 바와 같이 국가지정 중요무형문화재, 시·도지정 무형문화재로 지정되어 보존되고 있는 유파는 김죽파류, 강태홍류, 최옥삼류, 김병호류, 김윤덕류, 성금연류, 심상건류, 서공철류 등이 있다. 제시된 계보에서 생존해 있는 연주자는 없지만, 초창기 가야금연주의 명인 이름을 붙인 유파가 계승되고 있는 것이다. 이와 같은 현상을 이용식(2009)은 국악의 창조적 특성이 중요무형문화재 조사 당시인 1960년대에서 정지되었다고 표현하였다. 전통음악의 특성 중 민속음악의 경우는, 연주자에 의해 끊임없이 재창조되어 새로운 음악이 생성되는 음악 전수방법이었기 때문이다(이용식, 2009).

조선시대부터 판소리 명창들은 판소리 대목에서 각자의 특유한 소리를 개발해 내고 이를 ‘더늠’이라 하였다. 더늠은 음악어법을 말하는 것으로 같은 사설에 조와 장단 등을 바꾸어 새롭게 표현해내는 것이다. 그리고 스승과 똑같이 하는 소리를 ‘사진소리’라 하고 가장 기피하였다.

이처럼 전통음악은 즉흥성과 창조를 기저에 두고 발전해왔다고 할 수 있다. 그러나 창작이 허용되지 않은 현대의 국악실기교육의 실정에서, 연주자는 스승과 음원에 의존을 하게 되고 스승에게 사사(師事)를 받는 기간도 늘어 날 수밖에 없는 것이다. 따라서 국악연주자의 연주불안은 일차적으로 원관의 답습에 의한 재현의 압박감과 이를 차별화하기 위한 전략으로 창작국악에의 혁신적 추구 즉, 이분화된 구조로 추론할 수 있다.

(4) 국악연주형태의 특성

국악연주 형태의 특성으로는 전공분야의 연주 자세에 따른 청중과의 상호작용을 들 수 있다. 먼저 전공분야별 연주 자세를 독창이나 독주로 혼자서 하는 경우를 살펴보면 다음과 같다.

첫째, 국악성악에서 정가와 가야금병창은 무대에 돛자리를 설치하고 앉아서 연주하며 판소리와 민요는 서서 연주한다. 판소리 연주자는 무대에서 청중을 바라보며 소리를 하게 되지만 상당부분은 반주자인 고수를 보며 연주할 수도 있다. 그러나 정가, 가야금병창, 민요전공의 경우 청중을 바라보는 것은 판소리와 같지만 반주자를 보며 연주할 수 없다. 다만, 연주시작과 끝, 연주 중 필요한 경우는 호흡을 맞추기 위하여 눈으로 신호를 보낼 수 있다. 국악성악은 정가와 속가(민요, 가야금병창, 판소리)로 구분한다. 정가는 조용한 음악으로 연주자가 정좌하여 표정의 변화 없이 연주된다. 따라서 청중들도 추임새를 한다거나 중간에 박수를 치는 경우는 없다. 반면 속가는 흥을 돋우는 음악으로 추임새가 적절히 필요하다. 판소리의 경우는 청중(계층, 연령층), 계절, 그리고 공연의 취지에 따라 사설을 바꾸어 부르기도 하고, 사설을 잊었을 경우 고수와 화답형의 사설을 하기도 하며, 지치거나 흥이 필요할 때는 청중의 박수를 이끌어 내기도 한다. 따라서 성악 중 판소리의 경우가 가장 청중과의 소통이 원활하여 연주불안을 해소할 수도 있으나 무대에서 즉흥적인 요소가 늘어나는 것은 연주자의 경력과 재능적 요소가 뒷받침되어야 하기 때문에 부담이 가중될 수도 있다.

둘째, 국악기악의 연주는 전통적인 방법으로 무대 위에 돛자리를 설치하여 앉아서 연주하며 시선은 악기를 바라보며 연주한다. 현악과 관악연주에서 반주자가 있을 경우에는 연주의 시작과 끝, 그리고 연주 중 장단의 흐름이 바뀌거나 할 때 호흡을 맞추기 위하여 반주자와 눈으로 신호를 보낼 수 있다. 따라서 청중과의 상호작용은 암묵적(暗默的)이라 할 수 있다. 기악곡에서 정악은 본래 감정의 표현을 절제하는 음악이라 표정이 없이 일관되게 연주가 가능하지만, 민속음악은 감정을 최

대한 드러내는 음악인데도 불구하고 대부분 내적으로 승화시킨다. 또한 국악기악은 창작국악이 크게 발전한 분야로, 창작곡을 연주할 때는 곡의 성격과 작곡자의 의도에 따라, 바닥에 앉아서 연주하는 전통적인 방법과 악기 받침대를 놓고 의자에 앉아 연주하는 방법 그리고 스탠드형 악기 받침대를 놓고 서서 연주하는 연주 방법이 있다. 이렇게 다양한 연주 자세는 오히려 연주자에게 익숙하지 않은데서 오는 불안을 초래할 수 있기 때문에 충분한 연습과 적응기간을 요한다고 할 수 있다.

3. 연주불안(MPA) 측정도구

가. 국내 연주불안 측정도구

연주불안에 관한 연구는 1981년 영국에서 설립된 The International Society for the Study of Tension in Performance에서부터 시작되었다고 본다. 그 후 많은 미국학자들도 연주불안의 연구에 중대한 공헌을 하고 있다(김향원, 1993).

국내의 연주불안 선행연구는 김향원(1993)의 연구를 시작으로 1993년부터 2012년까지 총 32개의 연구가 확인되었고, 설문조사를 통한 양적논문으로는 총 19개의 연구가 확인되었다. 연주불안의 측정과 조사에 관한 연구(강은주·한주희, 2009; 고현숙, 2010; 김보라, 2011; 김영신, 2008; 김혜정, 1999; 소미희, 2001; 이순옥, 1999; 이진화, 2006; 진은경, 2004; 최미영, 1999, 2006; 최진호·정완규, 2011), 연주불안 감소 연구 및 요인의 특성이 연주불안에 미치는 영향 등을 조사한 연구(강유선, 2011; 김영신, 2007; 김지애, 2012; 김준모, 2008; 송지애, 2009; 이의정, 1995; 정인지, 2009; 조명희, 2009) 등이 있다.

이처럼 국내의 연주불안 연구는 김향원(1993)의 연주공포에 관한 문헌 연구를 시작으로 꾸준히 이어지고 있지만 그 양이나 질이 아직은 매우 미흡한 상태다. 연주불안 연구는 문헌연구와 양적연구인 조사연구, 면담을 통한 질적연구 방법 등으

로 이루어지고 있는데 국내에서는 측정 도구를 활용한 자기보고식 설문조사 연구 방법이 가장 많은 비중을 차지하고 있다.

국내 연구에서 연주불안의 측정도구는 일반적인 불안측정 도구인 Spielberger(1970)의 STAI가 가장 많이 쓰인다. 도구 사용에 대한 연구자들의 표현에 따르면 문헌을 토대로 도구를 개발하거나 제작, 수정, 구성, 재구성하여 사용하고 있다. 표준화된 연주불안 도구로는 김영신이 사용한 Osborne과 Kenny(2005)의 MPAI-A와 Lehrer 등(1990)의 MPAQ를 사용하고 있다.

연주불안을 측정한 연구 중에서도 국악전공자가 포함된 연구로는 총 4개의 연구가 있으나 이 연구들은 연구대상으로서의 국악전공자의 수가 너무 적어 진정한 의미의 국악전공자를 대상으로 연구하였다고 보기 어렵다. 또한 연구대상으로는 대학생이 가장 많았으며 청소년을 대상으로 한 연구는 매우 미흡하였다. 최미영(1999)의 연구에서 174명 중 20명, 소미희(2001)의 연구에서 189명 중 12명, 강유선(2011)의 연구에서는 386명 중 1명만이 국악전공자로 포함되었다. 정인지(2009)의 연구는 질적 연구로서 연구대상 6명 중 1명을 국악전공자로 음악치료적 접근을 하였다. 예외적으로 고교생 국악전공자를 대상으로 한 원영실(2005)의 ‘불안수준의 개인차와 전공실기 성취도와 의 상관관계연구’에서는 연주불안 측정이 아닌 일반 불안수준을 측정하였다.

국내 선행연구에서 사용된 연주불안 측정도구를 살펴보면 <표 2-3>과 같다. 연주불안 측정도구의 하위요인으로는 연주불안의 정도와 인지적 요인, 신체적 증상, 심리적 상태, 극복방안, 연주평가가 대체적으로 많았다. 신뢰도를 제시한 연구에서는 이순옥의 연구가 신뢰도 계수(Cronbach α) .94로 가장 높게 나타난다.

<표 2-3> 국내 연주불안 측정도구

저자(연도)	측정도구	문항수	하위요인					대상		
			인지	신체	정서	극복방안	기타	고교생	대학생	전문가
이의정(1995)	연구자 제작	8	○		○	○			○	
김혜정(1999)	Hutter(1980)의 설문지와 Henderson(1985)의 설문지 연구자 재수정	85	○	○	○	○			○	
최미영(1999)	연구자 구성	18	○		○	○			○	
이순옥(1999)	연구자 개발	36	○	○	○				○	
소미희(2001)	연구자 제작	45	○	○	○		○			○
진은경(2004)	Spielberger(1970)STAI→김종섭·고홍환·김기웅(1986)번안 사용/대처방안설문지 연구자 구성	78	○	○	○	○			○	
이진화(2006)	연구자 제작	19	○	○	○	○	○		○	
최미영(2006)	연구자 개발	17	○	○	○	○	○		○	
김영신(2007)	Lehrer(1990)MPAQ	18	○		○	○	○	○		
김영신(2008)	Osborne & Kenny(2005)MPAI-A	15	○	○	○		○	○		
김준모(2008)	연구자 제작	9	○		○	○	○		○	
송지애(2009)	Spielberger(1966)TAI→안현주(2006)번안→연구자 재구성	20	○	○	○				○	
정인지(2009)	Smith(1990)SPAS→표내숙·김정숙·표종현(2003)무대불안척도→연구자 재구성	18	○		○				○	
조명희(2009)	Spielberger(1970)STAI→조윤라(1995)번안 사용	20	○							○
고현숙(2010)	연구자 구성	14	○	○	○	○	○	○		
강유선(2011)	표내숙·김정숙·표종현(2003)무대불안척도→음악전공자대상으로 사용한 정인지(2009)의 도구사용	18	○		○				○	
김보라(2011)	연구자 구성	9	○	○	○	○			○	
최진호·정완규(2011)	이순옥(1999)도구사용	36	○	○	○				○	
김지애(2012)	Jackson & Latane(1981)의 연주불안도구사용	2	○		○				○	○

나. 국외 연주불안 측정도구

Osbone과 Kenny(2005)는 그의 연주불안에 관한 연구에서 연주불안 측정도구의 20개 목록을 제시하였다. 이 도구들을 토대로 국외의 연주불안 연구가 상당히 진척되고 있기 때문에 본 절에서는 이 연구들을 분석하였다.

먼저 국내 연주불안 연구에서와 마찬가지로 전공분야는 연주법에 의해 구분되었다. 국내연구에 비해 건반(피아노, 오르간 등) 전공의 연구가 가장 많았으며 3개 이상의 전공분야를 비교하는 조사도 많이 나타났다. 연구대상으로 고등학생(청소년) 대상 연구는(Brodsky et al. 1994; Kenny, 2004)가 있고, 아마추어집단을 비교대조군으로 보는 연구도 있었다(Cox & Kenardy, 1993; Wesner et al., 1990).

연주불안 도구의 하위요인을 보면 불안이 연주를 돕는 경우와 불안이 연주를 방해하는 경우를 조사한 연구와(Kubzansky & Stewart, 1999; Sweeney & Horan, 1982; Wolfe, 1989) 불안 차이·수준·강도를 보는 경우(Craske & Craig, 1984; Sweeney & Horan, 1982), 그리고 특정상황에 대한 걱정과 대처 방법 및 비판적 태도를 조사하는 연구(Steptoe & Fidler, 1987)가 있다. 특히 도구에서 많이 연구되어진 하위요인은 인지·집중력·감정·자율신경계 등으로 보는 연구로 파악되었다(Cox & Kenard, 1993; Kenny, 2004; Neftel et al., 1982; Sweeney & Horan, 1982; Wolfe, 1989).

이를 토대로 이 연구에서는 신체적 인지적 증상, 독주와 합주에서의 불안 정도, 연주의 평가 등으로 구성된 Osbone과 Kenny(2005)의 MPAI-A(MusicPerformance Anxiety Inventory-Adolescent)를 사용하였다.

국외에서 개발된 연주불안 측정도구의 전공과 대상은 <표 2-4>와 같다.

<표 2-4> 국외 연주불안 측정도구

측정도구	개발자	연도	문항수	전공					대상			
				현악	관악	성악	타악	건반	고등학생	대학생	대졸이상	비전문가
PRCP	Appel	1976	30					o			o	
AATS	Sweeney & Horan	1982	19					o		o		
AD	Sweeney & Horan	1982	18					o		o		
PASSS	Kendrick et al.	1982	15					o		o	o	
PPAS	Sweeney & Horan	1982	24					o		o		
SFRS	Neftel et al.	1982	6	o							o	
SES	Craske & Craig	1984	2					o			o	
SSQ	Steptoe & Fidler	1987	20	o	o		o			o	o	
MQ	Wills and cooper	1988	110	o	o	o	o	o		o	o	
AAS-MAS	Wolfe	1989	18	o	o	o	o	o			o	
MPAS	Wolfe	1989	55	o	o	o	o	o			o	
PAI	Nagle et al.	1989	20		o	o		o		o		
MPAQ	Lehrer et al.	1990	32							o	o	
PAQ-WND	Brodsky et al.	1994	21	o	o					o	o	
	Wesner et al.	1990		o	o					o	o	o
TAS	Wolfe	1990	18	o	o	o	o	o		o		
PAQ-CK	Cox & Kenardy	1993	20							o	o	o
MPSS	Brodsky et al.	1994	20	o	o				o	o	o	
PI	Kubzansky & Stewart	1999	12	o	o					o	o	
SEQ	Kubzansky & Stewart	1999	15	o	o					o	o	
K-MPAI	Kenny	2004	32	o	o		o		o	o		
MPAI-A	Osbone & Kenny	2005	15	o	o		o					

Note1. PRCP(Personal Report of Confidence as a Performer); AATS(Achievement Anxiety Test Scale); AD (Anxiety Differential); PASSS(Performance Anxiety Self-statement Scale); PPAS(Piano Performance Anxiety Scale); SFRS(Stage Fright Rating Scale); SES(Self-efficacy Scale); SSQ(Self-statement Questionnaire); MQ (Musician's Questionnaire); AAS-MAS(Adaptive-Maladaptive Anxiety Scale); MPAS(Music Performance Anxiety Scale); PAI(Performance Anxiety Inventory); MPAQ(Music Performance Anxiety Questionnaire); PAQ-WND (Performance Anxiety Questionnaire-WND); TAS(Trait Anxiety Scale); PAQ-CK(Performance Anxiety Questionnaire-CK); MPSS(Music Performance Stress Survey); PI(Performance Inventory); SEQ(State Emotion Questionnaire); K-MPAI(Kenny Music Performance Anxiety Inventory); MPAI-A(Music Performance Anxiety Inventory-Adolescent)

Note 2. M.S. Osbone, & D.T. Kenny(2005). Development and validation of a music performance anxiety inventory for gifted adolescent musicians. p.728의 내용을 연구자가 재구성함).

제2절 완벽주의 개념 및 접근이론

1. 완벽주의 개념

완벽주의는 많은 연구자들의 이론에 따라 다양하게 정의되고 있다. 완벽성의 초기 연구자인 Adler(1956)는 완벽을 추구하는 것을 비현실적 기준을 성취목표에 부가할 때에만 나타나는 정상적인 과정으로 보았다. 그에 따르면 높은 기준의 설정과 완벽을 추구하는 것은 병리적 현상이 아니며 삶에 대한 긍정적인 관점을 반영하는 것이라 할 수 있다. 따라서 완벽성을 추구하는 사람은 작은 일에도 최선을 다하고, 그러한 성실함을 통해 다른 사람들로 부터 쉽게 인정받는다고 보았다.

완벽주의 성향의 개념을 정의한 최초의 학자는 Hamaccheck(1978)이다. 그는 완벽주의에 대한 초기 연구들이 완벽주의를 단일차원의 구성으로 보는 것(Hollender, 1965; Horney, 1950)과는 달리 다차원적인 구성 개념으로 연구하여 완벽주의를 정상적 완벽주의와 신경증적 완벽주의로 구분하였다(김윤희·서수균, 2008; 배은정·조옥귀, 2005; Hewitt & Flett, 1991).

Hamacheck(1978)은 완벽의 의미 속에 심리학적인 다차원적 구성개념을 제시하면서 정상적 완벽주의와 신경증적 완벽주의를 구분하였다. 그의 정의에 따르면 정상적인 완벽주의는 인정을 받으려는 욕구가 강하고 노력에 의해서 만족감을 느끼며 상황의 변화에 따라서 완벽성에서 쉽게 벗어나는 것이다. 반면에 신경증적 완벽주의는 자신이 스스로 노력해도 이룰 수 없는 높은 기준을 설정하며 자신의 실수를 용납하지 못한다. 그러므로 신경증적 완벽주의자는 항상 만족을 못하며 실패에 대한 두려움으로 인하여 대부분 일을 시도하지 못한다고 본다.

Hamacheck(1978)은 신경증적 완벽주의는 자신의 실수를 절대로 용납하지 않으며, 자신에게 도달할 수 없는 높은 기준을 부과하여 그 결과에 대해 완벽하게 해냈다고 믿지 못하기 때문에 더 이상 삶을 향상시키려는 욕구를 갖지 못한다고 하였다. 또한 자신의 패배를 인정하지 못하고 두려워하여 항상 실패를 우려하기 때

문에 과제를 시작하기 전부터 혼란스럽고 불안해한다고 하였다. Rice(1998)는 부적응적 완벽주의는 낮은 자존감과 높은 우울과 관련 있다고 보았는데, 부적응적 완벽주의를 겪는 사람은 자신의 행동을 의심하며 실패를 하게 될 것에 대하여 지나친 걱정을 한다고 하였다.

Pacht(1984)는 Hamacheck의 완벽주의에 대한 양면성을 비판하면서 완벽주의를 부정적으로 정의 내렸는데, 그는 모든 완벽주의자들은 실현할 수 없는 불가능한 완벽을 추구함으로써 심각한 심리적 갈등을 경험한다고 하였으며, 완벽주의 성향을 정신병리의 일종으로 보는 극단적인 입장을 취하였다. Burns(1980)도 완벽주의가 부정적인 의미만 갖는 개념이라고 생각하였다. 그는 완벽주의 성향이란 도달하기 어려운 높은 기대수준을 가지고 이에 도달하기 위하여 노력하며, 인간의 가치를 일의 결과로 판단하는 경향이라고 하였다. 그리고 남보다 탁월해야만 한다는 욕구로 인해 자기 패배감과 자괴감을 느끼게 된다고 하였다.

Sorotzkin(1985)도 마찬가지로 완벽주의 성향을 신경증적 성격장애에서 나타나는 완벽주의와 자기애적 성격장애에서 나타나는 완벽주의로 구별하였다. 신경증적 성격장애에서 나타나는 완벽주의는 억압된 적대감의 결과로 생긴 거대한 초자아의 요구에 대한 반응으로 심리적 갈등에 대한 방어이다. 반면 자기애적 성격장애에서 나타나는 완벽주의는 도덕이나 이상보다는 거대한 자기상에 맞추어서 심리적 갈등에 대한 방어를 하는 게 아니라 거대한 자기상의 표상을 지키는 것이다.

따라서 완벽주의자에게 나타나는 부정적인 개념은 다음과 같이 요약할 수 있을 것이다. 첫째, 완벽주의자는 대체로 자존감이 낮다. 둘째, 완벽주의는 과중한 스트레스와 탈진의 원천이다. 셋째, 완벽주의자는 다른 사람의 결점이나 실수를 용납하는 것이 쉽지 않기 때문에 대인관계에서도 갈등을 경험하기 쉽다. 넷째, 완벽주의자가 반드시 더 많은 성취를 이루어 내는 것은 아니다(민병배, 이한주, 2000).

2. 완벽주의의 접근 이론

완벽주의에 관한 접근 이론에는 다양한 이론들이 많지만, 이 연구에서는 심리학의 대표적인 접근 방식인 정신역동적 접근과 학습이론적 접근, 인지적 접근의 세 가지 방식으로 구분하여 설명하고자 한다.

가. 정신역동적 접근

정신분석학은 흔히 제1의 심리학이라 불리며, 인간의 행동을 기존의 의식적 사고를 통해서 이해하려는 것에서 벗어나 무의식을 통해서 이해하려고 한다.

정신분석학에서 완벽주의는 강박증에 기반을 둔 완벽성향으로 이해된다. 즉 완벽주의를 포함한 모든 강박적인 행위들은 적대적 충동을 억압하려는 욕구에서부터 나온다고 보고, 완벽주의를 손상에 대한 위협을 감소시켜 위협으로부터 통제를 유지함으로써 안전을 얻으려는 시도로 규정한다.

이와 같은 측면에서 연구한 바로는 Horney(1950)와 Sullivan(1953), Adler(1964)의 접근이 있다. Horney(1950)는 완벽성을 신경증적인 성격의 유형으로 보고, 사회적 조건 때문에 발생한 근본적인 불안을 해결하기 위해서 인간이 사용하는 5가지 전략 중 한가지로 완벽성을 지적하였다. 또한 완벽주의자들은 타인에 대한 우월감을 가지고 있으며 타인을 자기 기준과 동일시하는 경향이 있는데, 이런 성향으로 인해 부정적인 결과를 가져온다고 보았다. Sullivan(1953)은 강박행위의 원인을 대인관계나 사회적 조건으로 보고, 이로 인해 발생한 근원적인 불안들을 해소하기 위한 전략 중 하나로 완벽주의 성향을 들었다. Adler(1964)는 완벽성은 선천적인 특성으로서 다양한 형태로 나타난다고 보았으며 사람들이 흔히 열등감을 보상받기 위해 우월성을 추구하는 경향이 있는데 이로 인해 실수를 용납하지 않고 모든 생활에 완벽을 기하려 할 때 문제가 생긴다고 보았다.

또한 Higgins(1987)는 ‘자기 불일치 이론’(self-discrepancy theory)에서 자신의 영

역을 세 가지 측면으로 구분하여 설명하였다. 첫째, 실제 자기(actual self)는 실제 자기 모습이라고 믿는 표상이고, 둘째 이상적 자기(ideal self)는 자신이나 타인이 기대하는 자신의 이상적인 표상이며, 셋째 의무적 자기(ought self)는 자신이 생각하는 의무적 표상을 말한다. 이러한 세 가지 정서에 불일치가 있다면 그 불일치를 줄이려고 노력하며 그 갭이 클수록 정서적 고통 즉 우울과 불안을 느낀다고 하였다.

나. 학습이론적 접근

정신분석학이 제1의 심리학이라고 불린다면, 학습이론은 제2의 심리학이라고 불리며 인간의 행동을 자극과 반응의 결합을 통해서 이해하려고 한다. 학습이론에서는 인간의 모든 행동을 학습되는 것으로 보기 때문에 대부분의 학습 이론가들은 어린 시절에 부모와의 상호작용을 통해서 완벽주의가 학습되거나 모델링된 행동을 통하여 완벽주의가 형성된다고 본다(Pacht, 1984).

Missildine(1963)는 부모의 양육 방식에 따라 완벽주의도 달라진다고 보았다. 완벽성향이 강한 부모는 자신들의 성취도 만족하지 못하지만 자녀들의 노력에 대해서도 쉽게 인정하지 않는 경향이 있다. 따라서 이러한 부모의 자녀들은 어릴 때부터 인정받지 못하여 자존감이 낮게 자라고, 결국 스스로의 가치와 만족을 느낄 수 없게 된다. Hamacheck(1978)도 부모의 양육방식에서 부모의 일관성과 자녀에 대한 인정이 완벽성을 다르게 발달시키고 있다고 주장하였다. 즉 자녀들은 부모의 비승인과 비일관적 승인, 조건적 승인의 세 가지 조건에서 완벽한 행동을 통하여 부모로부터 승인을 얻고 비난을 회피하려 한다고 보았다.

Burns(1980)는 완벽성을 강화를 통하여 설명하였다. 그는 완벽성향이 높은 부모들은 자녀들의 더 우수한 수행을 위한 보상으로 사랑과 승인을 이용한다고 보았다. 즉 완벽주의적 부모들은 자녀의 문제를 자신의 것으로 생각하며, 자신의 자기 존중감을 자녀들의 성공에 의존하는 성향이 있기 때문에 아이들에게 실패하지 않도록 압력을 가하게 된다. 이러한 압력이 수행에 대한 선별적인 강화로 나타나고,

꾸준히 형성되어서 결국 완벽주의자가 된다. Frost(1991)의 경험적 연구에서도 부모의 완벽성향과 자녀의 완벽성향간에 높은 상관성이 있음이 나타난다. 그는 어린 시절 부모의 혹독한 양육태도가 현재 자녀가 보여주는 완벽성향의 많은 부분을 설명하고 있다는 것을 밝혔다. 이 연구는 완벽성의 기원에 관한 행동주의적 접근을 뒷받침하고 있다. 반면에 Barrow와 Moore(1983)는 사회학습적 관점에서 관찰학습을 통하여 완벽주의가 형성되고 있음을 제시하고 있다. 그들은 완벽한 부모를 둔 자녀들은 부모의 완벽성 때문에 자신들의 삶에도 완벽을 기하는 태도와 행위를 익히게 된다고 강조하였다.

다. 인지적 접근

인지적 접근은 인간의 내적 정신과정을 정보처리적 입장에서 이해하려고 한다. 완벽성에 관한 인지적 접근을 시도한 Beck(1967)는 완벽주의적 인지 사고를 강조하며 위험을 인지평가에 따르는 감정 상태로 보았다. 즉 위험이란 개인이 감당하지 못할 비합리적인 완벽주의적 인지사고로 생각한 것이다. 한편, RET(Rational-Emotive Therapy)이론을 제시한 Ellis(1962)는 Beck(1967)와 같은 견해로 심리적인 부적응이 대부분 비합리적인 신념 때문에 생긴다고 하였다. 완벽성을 추구하는 것은 매우 비합리적이며 세상에는 오히려 불확실함이 있을 뿐이다. 따라서 완벽을 추구하면 불안하고 좌절을 느끼게 되며 개인적으로는 가능성과 경험의 기회를 놓치고 있다는 주장을 한다. Tangney(2002)는 완벽주의자들은 비현실적인 목표를 설정하기 때문에 매사에 비판적이고 모든 실패를 자신의 능력 부족 탓으로 돌리므로 부정적인 사고가 강화되어 수치심을 유발하는 등 심리적 부적응과 관련을 갖게 된다고 하였다. Hollender(1965)는 완벽주의자는 자기 패배적 사고의 인지적 왜곡으로 이분법적인 극단적 사고를 하기 때문에 완벽하게 인지된 성공 혹은 실패로 양분한다고 한다.

이처럼 완벽주의자들의 인지적 왜곡은 자신을 비판적이고 부정적으로 바라보기

때문에 우울을 일으키는 요인이 된다. 과정보다 결과를 중요시하고 경쟁을 부추기는 시대를 살면서 많은 사람들은 보다 완벽주의적인 신념을 갖게 되었고, 그 완벽주의를 무너트리는 좌절 경험이 다양한 부적응을 일으키게 된 것이다(박정화, 2013).

3. 완벽주의의 다차원적 측정도구

완벽주의에 대한 다차원적 접근은 다차원적 완벽주의 측정도구가 개발되면서 완벽주의의 경험적 연구가 본격화되었다. 대표적인 척도는 Frost, Martin, Lahart와 Rosenblate(1990)의 다차원적 완벽주의 척도(Multidimensional Perfectionism Scale: FMPS)와 Hewitt과 Flett(1991)의 다차원적 완벽주의척도(Multidimensional Perfectionism Scale: HMPS)이다. Frost 등(1990)은 완벽주의의 특징을 자신의 수행에 대한 높은 기준(high standard)을 세우는 것과 이에 대해 지나치게 비판적인 평가를 내리는 경향(overly critical tendency)으로 보았다. 그 중에서도 특히 완벽주의를 심리적 문제들과 더 많은 관련이 있다고 보고 인지, 행동, 발달적 측면에서 다음과 같은 6가지 하위 차원으로 분류하여 정의하였다.

첫째, ‘실수에 대한 염려(concern over mistakes)’는 성취에 대한 욕구보다는 실패에 대한 두려움으로 인한 노력과 실수에 대한 부정적 반응을 나타내는 것이다. 실수와 실패를 동등하게 해석하고 실수와 실패를 할 시 타인의 존경과 관심을 잃게 된다고 생각하는 것으로서 부적응적인 평가 염려와 관련되며, 이는 Frost의 MPS 중심차원이다.

둘째, ‘개인적 기준(personal standards)’은 자신의 수행에 대해 스스로 과도하게 높은 기준을 가지고 그 기준을 중요시하는 경향을 말한다. 이 요인은 긍정적인 성취추구, 자기효능감 등의 긍정적인 정서와 일부 관련된 것으로 나타난다.

셋째, ‘부모의 기대(parental expectation)’는 부모가 자신의 탁월함과 우월성에 큰 기대를 걸고 있다는 스스로의 지각이다.

넷째, ‘부모의 비난(parental criticism)’은 부모의 기대에 부응하기 어려우며 일을

잘 수행하지 못해서 부모로부터 비난을 받아 왔다고 지각하는 것이다.

다섯째, ‘수행에 대한 의심(doubts about action)’은 자신의 능력과 수행에 대하여 자신이 주어진 일을 완수할 수 있는지 끊임없이 반복하여 의심하는 행동들을 포함한다.

여섯째, ‘조직화(organization)’는 정리와 정돈, 질서, 조직하는 것을 강조하고 중요하게 생각하는 것을 말한다.

한편 완벽주의 성향의 다차원적 특성을 강조한 Hewitt과 Flett(1991)은 완벽주의를 자기지향 완벽주의, 타인지향 완벽주의, 사회적 완벽주의로 구분하여 다차원적 완벽주의 척도(HMPS)를 개발하였다. 자기지향 완벽주의는 자신에게 엄격한 기준을 세우고 자기의 행동을 보다 엄격하게 평가하고 비판하는 성향을 말한다. 일을 실패하지 않고 완벽하게 성취하려고 하기 때문에 자기지향 완벽주의는 적응적 완벽주의로 받아들여진다. 자기지향 완벽주의 성향이 강한 사람일수록 일을 처리하는 능력이나 목표를 세우는 데 있어서 최선을 다하고 완벽해야 한다는 것에 가치를 두는 적응적인 가치를 보이는 반면에 부정적인 생활사건, 즉 자신의 실패의 경험과 상호작용하며 우울을 유발하는 부정적인 기능을 하기도 한다(최승희, 2009).

타인지향 완벽주의는 중요한 타인에 대하여 높은 기준을 적용하고 다른 사람의 행동을 엄격하게 평가한다. 자기지향 완벽주의가 자기처벌이나 비판을 유발시킨다면 타인지향 완벽주의는 타인에 대한 비난과 불신감, 적대감 등을 유발시킨다고 할 수 있다(김명주, 2010).

사회적 완벽주의는 중요한 타인이 자기 자신에 대하여 높은 기준으로 평가하고 있으며, 그들의 기준을 충족시키지 못하면 자신을 거부할 것이라는 신념과 지각이다. 또한 심리적 부적응 및 부정적 대인관계와 관련이 있기 때문에 부적응적인 완벽주의로 받아들여진다. 사회적 완벽주의 성향이 강한 사람들은 사회적 평가와 관련된 상황에서 타인의 부정적 평가에 대한 두려움을 가지며, 이는 불안으로 연결될 수 있다(한영숙, 2011).

이처럼 1990년대에 들어와서는 완벽주의 성향을 긍정적, 부정적 기능을 가진 개

념으로 보고 있다(Blatt, 1995; Parker, 1997). Pacht(1984)은 완벽주의를 철저하게 부정적 기능으로 보았다. 인간이 ‘완벽하다’는 것은 실제로는 불가능한데, 사람들은 이러한 불가능한 완벽함을 추구하기 때문에 이상과 실제의 괴리감을 비롯한 여러 가지 심리적 문제와 갈등을 경험할 수밖에 없다는 것이다.

과거 완벽주의에 대한 연구는 부정적 측면을 강조하는 경우가 대부분이었다. 이 연구들은 완벽주의와 부정적 측면의 정신병리와의 관계를 밝히고자 하였다. 이와 관련된 연구로는 완벽주의와 우울과의 관계 연구(김근홍 · 이민규 1998; 유성은, 1997; 홍혜영, 1994; Frost, et al., 1990; Hewitt & Flett, 1991; Rice, Ashby, & Slaney, 1998), 완벽주의와 불안과의 관계 연구(박주영, 1998; 채숙희, 1998; 최정임, 1998; Frost & Henderson, 1991; Mor, Day, Flett, & Hewitt, 1995), 완벽주의와 강박증과의 관계 연구(Frost, et al., 1990), 완벽주의와 자살과의 관계 연구(Adkins & Parker, 1996; Blatt, 1995) 등이 있다.

반면 완벽주의를 긍정적으로 본 연구는 Slaney 등(1992)이 완벽성에 대한 기존의 부정적 기능의 주장과 달리 긍정적 측면을 강조하면서 시작되었다. Slaney와 Johnson(1992)은 완벽주의 척도들의 요인분석으로 인하여 ‘Almost Perfect Scale’ 척도를 개발하여 ‘적응적 완벽주의’와 ‘부적응적 완벽주의’로 나누었다. 적응적 완벽주의는 긍정적인 성취욕구가 높고 우울이나 부정적인 정서와는 관련이 없다고 보았다. Slaney, Asby와 Trippi(1995)는 높은 기준, 질서 정연함, 지연 행동, 대인 관계에서의 문제 등 완벽주의의 핵심적인 네 가지 요소들을 포함한 적응적 완벽주의와 부적응적 완벽주의를 구분하였다. 그들은 기존의 연구에서 나타난 완벽주의를 부정적으로 바라보는 시각은 양극화된 완벽주의자를 표본으로 하고 있기 때문이라고 생각하였다. 그래서 그들은 완벽주의자 집단을 확인하고 면접하여 완벽성의 성격을 규명하려는 연구를 시행하였다. 적극적인 개인의 특성을 연구한 Rice(1998)는 적응적 완벽주의를 “삶에 대한 긍정적인 지향을 드러내고 높은 개인적 기준과 질서, 조직화에 대한 욕구를 가진다.”고 정의하였다. 또한 완벽주의자들은 불분명한 것을 싫어하기 때문에 망설이지 않는 특성을 지니고 있다고 하였다.

Adkin과 Parker(1996)는 완벽주의를 적극적 완벽주의와 수동적 완벽주의로 나누어 정의하고 긍정적 측면에서 적극적 완벽주의를 제안하였다. 적극적 완벽주의자는 완벽주의적 추구로 인해 자신의 행동에 동기를 부여하고, 그 완벽주의는 성취를 억제하기보다는 성취에 박차를 가하는 것으로 보았다. 이 외에도 Silverman(1994) 또한 완벽성을 가진 사람이 정리정돈을 잘하고 조직적인 특성을 가진다고 하였다.

이와 같은 연구들을 종합해보면 완벽주의가 갖는 높은 기준의 설정과 추구는 그 자체로는 병리적 현상이 아님을 알 수 있다. 높은 기준 설정과 추구는 오히려 삶을 긍정적이고 적극적으로 추구하려는 행동임을 시사하고 있다고 할 것이다.

제3절 자기효능감의 개념 및 구성 요소

1. 자기효능감의 개념

자기효능감(self-efficacy) 이론은 Albert Bandura(1925~)가 1977년 Psychological Review에 Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change라는 제목의 논문을 발표하면서부터 연구되기 시작하였다(Bandura, 1986). 그는 자기효능감 이론을 사회인지이론에서 발전시켰는데, 사회인지이론의 전제인 자기조절체계를 통해서 인간의 행동이 이해되어야 한다고 하였다. 또한 각 개인은 각자의 사고와 감정 행동을 어느 정도 조절하게 하는 자기체계를 가지고 있으며 이러한 자기조절체계는 개인의 인지적, 정의적 구조를 이용하여 들어오는 자극을 상징화하고 타인으로부터 학습된 다양한 전략들을 계획하여 자기행동을 조절과 자기반성적 사고의 능력을 포함하고 있다고 보았다(김아영, 2004). 자기효능감은 자신이 노력한 결과로 추구하고 있는 것을 얻을 수 있을 것이라는 신념으로 지각된 자기효능감이 강할수록 보다 더 높은 목표에 도전하고 목표를 달성하는 데 전념한다

(Locke & Latham, 1990). 그러므로 자기효능감이 낮은 사람들은 분석적 사고가 점점 더 산만해지고 기대수준이 낮아지며 수행의 질은 저하된다(Wood & Locke, 1987).

자기효능감에 대한 여러 학자들의 정의를 살펴보면, Bandura(1977)는 자기효능감을 “개인이 어떤 결과를 도출하기 위해 요구되는 행동을 성공적으로 수행할 수 있다는 신념”으로 규정하고 있다. 그는 자기 수행능력에 대한 지각적 판단을 자기효능감으로 보며 목표를 수행하기 위한 인지적이고 정서적이며 행동적인 기술이 구체화되어 효과적으로 포함된 능력으로 보았다.

Schunk(1981)은 예측할 수 없는 불확실한 것과 강박을 주는 요소들이 포함된 상황에서 자신의 행동을 어떻게 조직적으로 수행할 수 있는가를 자기효능감의 판단 기준으로 삼았다. 즉 활동 수행에 있어 자기의 능력에 대한 판단을 중시한 것이다.

Wood와 Locke(1987)도 자기효능감을 주어진 상황과 관련하여 요구되는 구체적 행동을 수행할 수 있는가에 대한 자기 능력의 개인적 확신으로 정의하고 있다. 허경철(1991)도 자기효능감이란 자신이 자신에게 느끼고 있는 유능성, 효능성, 자신감을 의미한다고 하였다. 홍혜영(1995)은 자기효능감을 상황에 대처하기 위해서 요구되는 행동을 얼마나 잘 조직하고 수행할 수 있는가에 대한 판단과 관계가 있다고 보고, 어떤 행동을 수행할 수 있는 자신의 능력에 대한 판단으로 정의하고 있다. 이상미·이숙(2007)은 자기효능감을 인지적 측면을 행동적 측면과 연계시킨 개념으로 보고, 개인이 어떤 결과를 얻고자 하는 행동을 성공적으로 수행하여 바람직한 변화를 가져다 줄 수 있을 것이라는 신념으로 정의하고 있다. 이러한 정의들을 살펴보면, 자기효능감은 개인이 처한 상황이나 개인의 행동 그리고 인지적 판단 등을 포함한다는 것을 알 수 있다.

덧붙여 자기효능감의 조작적 개념은 Bandura(1997)의 자기효능이론의 효능기대감(efficacy expectancy)과 결과 기대감(outcome expectancy)의 차이를 통해 이해할 수 있다. 효능기대감은 결과를 얻기 위해서 필요한 행동을 성공적으로 수행할 수 있다는 신념으로써, 결과를 생산해내는 데 요구되는 행동을 자신이 성공적으로 해

낼 수 있을지에 대한 확신감을 의미한다. 결과기대감은 어떤 행동이 어떤 결과를 수반할 것이라는 평가의 의미로써, 하나의 주어진 행동이 어떤 확실한 결과를 유출할 것이라는 추측을 내포하고 있다. 그러므로 효능기대감과 결과기대감은 어떤 행동이 어떤 결과를 수반한다는 것을 알더라도 그 행동을 수행할 수 있는 능력 유무에 따라 행동의 유발과 불유발로 구분할 수 있다. 또한 Bandura(1982)는 효능기대감이 결과기대감보다 인간의 행동변화와 더 밀접하게 관련되어 있다고 주장하였다. 개인이 어떠한 행동을 함에 있어 결과에 대한 기대가 있다 하더라도 스스로 수행할 능력에 대해 확신감이 없을 때 결국 결과 기대감은 행동에 영향을 미칠 수 없기 때문이다. 이와 같이 효능 기대감을 인간의 행동을 중재하는 주요 기제로 예측하였고 효능 기대감이 결과 기대감보다 과제성취의 향상을 더 잘 설명한다고 하였다.

2. 자기효능감의 구성요소

자기효능감(Self-Efficacy) 이론의 구성요소는 자신감, 자기조절 효능감, 과제난이도, 귀인 등이며, 이러한 구성요소는 상호작용을 통하여 복합적인 개념을 갖는다. Sherer 등(1982)은 자기효능감을 자신의 가치와 능력에 대한 개인의 확신이나 신념이라고 보았다. 자신감이란 개인의 확신적인 신념이라는 해석이다.

Bandura(1977)은 자신감을 자신의 가치에 대한 개인의 확신을 제외한 자신의 능력에 대한 개인의 확신 또는 신념으로 규정하고, 이때 자신감은 자신의 능력에 대한 인지적 판단과정을 통해서 나타난다고 보았다. 그는 과제난이도 선호도를 자기효능감이 높은 사람은 진취적이고 지향하는 목표에 능동적으로 실행해가지만, 자기효능감이 낮은 사람은 실천 가능한 상황만을 선호하며 새로운 도전은 회피하는 경향이 있다고 보았다. 따라서 과제난이도 선호도는 스스로 가능한 과제만을 선택하는 과정을 통해 나타난다고 볼 수 있다.

비슷한 맥락에서 자기효능감이란 개인이 자기 관찰, 자기 판단, 자기 반응과 같은 자기 조절적 기제를 잘 수행할 수 있는가에 대한 효능기대라고 정의할 수 있다

(Bandura, 1986). 이것은 개인이 자기 조절을 잘 할 수 있는가에 대한 효능 기대로써, 자신의 행동을 관찰하고 목표기준에 비추어 자신의 수행을 판단하며 긍정적이면 새로운 목표를 설정하고 부정적이라면 부가적인 행동을 수행하는 반응을 보인다. 또한 자기효능감은 동기적 과정을 통해서 영향을 미친다(Silver et al., 1995). 어떤 결과에 대해서 어떤 방식으로 귀인을 하는가가 자기효능감의 증진이나 감소, 유지에 영향을 미치기 때문이다.

3. 자기효능감의 정보원

Bandura(1977)는 사람들이 자신의 자기효능감을 형성하는 데 사용하는 네 가지 정보원을 구체적으로 제시하고 있다. 그것은 성취 경험(performance accomplishments), 대리적 경험(vicarious experience), 언어적 설득(verbal persuasion), 생리적 상태(physiological states)에 의해 형성되며, 이를 이용해 자기효능감을 자신의 능력에 대한 신념으로 향상시킬 수 있다고 하였다.

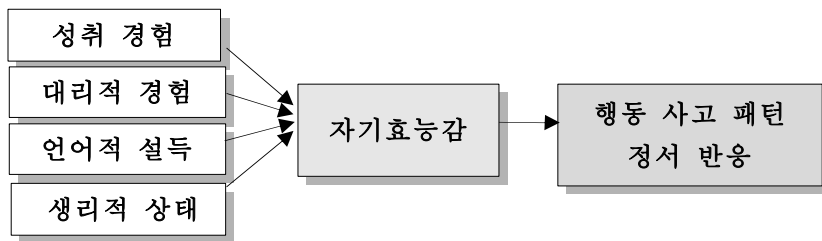
첫째로 성취 경험은 과거의 성공적인 경험에 기초하기 때문에 자기효능감에 가장 큰 영향을 미치는 요인이 되는데, 이 성취경험이 반복되면 자기효능감은 높아진다. 성취 경험이 가장 중요한 정보원인 셈이다. 수행의 성공을 통하여 자기효능감은 강화되며, 실패경험은 자기효능감의 약화를 초래한다(Bandura, 1977, 1986).

둘째로 대리적 경험이란 성공적으로 행동을 성취한 타인을 관찰함으로써 자신도 할 수 있을 것이라는 확신을 갖게 한다. 즉, 간접적인 경험에 의해서 자기효능감 정보를 얻을 수 있으며, 타인의 유능함도 자기 효능정보에 영향을 미친다고 본다. 그러므로 대리 경험은 자신과 비슷한 타인의 성공을 통하여 자기효능감을 높이는 반면, 타인의 실패는 낮은 효능감을 갖게 할 수 있다(Bandura, 1997).

셋째로 언어적 설득은 가족, 교사, 동료 친구들에 의해 주로 이루어지는 것으로 설득의 효과는 설득자의 지위나 능력에 따라 다를 수 있으며, 적극적인 영향력 행사를 통해 자기효능 신념에도 영향을 미친다. 그러한 언어적 설득은 대화자가 신

되할 만하고 전문적일 때 더욱 효과적이다(Petty & Cacioppo, 1986).

마지막으로 생리적 상태는 불안하거나 공포적인 상황에서 인간은 정서적으로 흥분하게 되는데, 이러한 생리적 상태가 개인의 수행능력을 방해할 수 있다는 것이다. 긴장되고 불안할 때보다 그렇지 않을 때 개인은 더 높은 성취를 보여준다. 어려운 수행과정이나 위협을 주는 수행과정에 대처하는 동안의 낮은 각성 수준은 확실한 효능감을 나타낸다. 반대로 정서적 각성의 수준이 높은 것은 자기효능감으로 해석되기 쉽다. 이와 같은 Bandura의 자기효능감 정보원과 그 기능들 간의 관계는 [그림2-4]와 같다.



[그림2-4] Bandura(1997)의 자기효능감 정보원과 그 기능들 간의 관계

4. 자기효능감의 측정

Bandura(1977)는 자기효능감의 세 가지 측정 차원으로 수준(level), 강도(strength), 일반화 정도(generalization) 등을 들고 있다. 첫째로, 수준은 주로 과제 의 난이도와 관련된 자신감 측면이며, 어떤 쉬운 일에 대해서는 자신감을 갖거나 어려운 일에 대해서는 자신감을 가지지 못한다. 따라서 자신감 정도는 수행해야 할 과제의 난이도에 따라 달라지므로 이러한 난이도의 수준에 따른 자기효능감은 달라질 수 있다. 둘째, 강도 차원은 자기효능감이 어려운 상황에서 지속되는 정도와 관련된다. 셋째, 일반화 정도는 어떤 일에 대한 성공이 그와 유사한 종류의 일 에 대한 자신감을 높여줄 뿐만 아니라 그 외의 다른 종류의 일에도 자신감을 갖게

해 준다. 따라서 상황에 따라 효능감의 정도가 제한되거나 그 범위가 넓을 수도 있다. 이러한 일반화 차원에 따라 자기효능감은 일반적 자기효능감과 특수적 자기효능감으로 구분된다. 먼저 특수적 자기효능감은 개인이 처한 특수한 상황에 따라 자기효능감이 다르게 변화한다고 한다. 그러나 자기효능감이 다양한 직무 등과 관련하여 적용될 수 있다는 일반적 개념이 등장하였다. Sherer 등(1982)은 일반적 자기효능감은 특수적 자기효능감보다 과제에 직면하여 따르는 결과 등에 예측력은 못 미치지만 개인의 정보가 확실하지 않은 상황에서는 더 유효하다고 하였다. 반면에, 특수적 자기효능감은 개인의 다른 행동에 대한 전반적인 자기효능감으로 일반화시키기 어렵고, 자기효능감에 대한 일반적인 정의로 조작하기 어렵다는 제한점이 있다(김아영·차정은, 1996).

이에 국내 연구에서도 김아영·차정은(1996)은 Bandura(1977)의 이론에 입각하여 자기효능감의 척도 개발을 처음으로 시도하였다. 하위요인으로 자기효능감의 특성요소인 자신감, 자기조절 효능감, 과제난이 선호도 세 요인이 포함되어 있다.

제4절 국악연주자의 연주불안에 영향을 미치는 요인의 개념적 모형

이 연구에서는 국악전공자의 연주불안에 영향을 미치는 배경적 특성, 완벽주의 성향과 자기효능감의 관계를 규명하기 위하여 연구모형을 설정하고 변인간의 상관관계 및 인과관계를 분석하고자 하였다. 따라서 이 연구에서 검증하고자 하는 국악연주자의 배경적 특성에 따른 완벽주의 성향과 연주불안의 관계에 자기효능감이 조절하는 연구 모형을 설정하고 그 모형이 적합한지를 개념적 정의를 통해 확인해보고자 하였다.

1. 연주불안과 배경적 특성(성별, 전공)의 상관관계

이 연구에서는 국악전공자의 배경적 변인을 성별과 전공으로 정하였다. 먼저 연주불안과 성별의 상관관계를 살펴보면 다음과 같다.

Craske와 Craig(1984)는 공포와 불안의 행동 양식을 대조된 조건으로 연구하였다. 스트레스 조건과 그렇지 않은 조건에서 피아니스트의 연주불안과 연주 비불안 차이를 예측하였고 자기효능감 정도를 대조하였다. 40명의 피아니스트는 상대적 불안그룹과 비불안그룹으로, 혼자 연주하는 것과 비평적 관객 앞에서 연주하는 것으로 나뉘었다. 그 결과 여성의 불안이 남성에 비해 높게 나타났다. 또한 관객 앞에서 연주할 때 여성은 자기효능감에서 낮은 강도를 보였다.

Wesner 등(1990)은 Iowa school of music의 학생과 교수들(학부생, 대학원생, 교수)을 대상으로 연주불안 측정도구 PAQ-WND를 사용하여 연주불안과 관련된 태도와 경험에 관한 설문조사를 통한 연구를 하였다. 그 결과 여성이 남성보다 더 자주 연주불안으로 인한 고통과 경험을 겪으며, 그 불안으로 연주를 망치는 피해를 입었다고 나타났다. 그러나 성별과 달리 나이는 연주불안과 관련된 문제에 영향을 미치지 않았다고 밝혔다.

다음으로 성별과 전공분야에 따른 연주불안의 연구를 살펴보면 다음과 같다.

이순옥(1999)은 음대생을 대상으로 전공분야를 관현악, 피아노, 성악으로 구분하여 연주불안과 상황 및 특성불안 정도와 연주수행 정도를 살펴본 결과 성별에서는 여학생이 상황불안과 연주불안이 더 높고, 전공에서는 피아노전공이 성악전공보다 불안 수준이 더 높게 나타났다. 그리고 연주시기별 모두 연주불안 수준이 높은 학생이 낮은 학생보다 연주수행 정도가 낮게 나타나 연주불안 감소 지도는 연습에서부터 연주 직전, 연주 중, 연주 직후 모든 시기에 이루어져야한다고 하였다.

최미영(1999)의 연구에 따르면 음대생을 대상으로 연주불안의 정도와 영향, 현상, 원인 해소방법을 조사한 결과 79.31%가 연주할 때 불안을 느끼는 것으로 나타났다. 전공분야는 성악, 건반, 현악, 관악, 타악으로 구분하였고 총 169명의 대상자 가운데 국악전공자는 21명이 포함되어 있다. 주요 연구결과로는 성별과 전공분야에 따른 연주불안감은 유의적인 차이가 없고, 연주불안감 정도와 연주와의 상관관

계는 긍정적인 관계가 있다고 나타났다.

김영신(2008)은 예술고교 음악과 학생들의 연주불안의 심각성을 인식하며 불안에 미치는 영향을 확인하였다. 예술고교의 교과과정은 향상음악회, 실기시험, 오케스트라 연주를 통해 학생들이 자신의 연주를 지속적으로 평가받게 된다. 그러한 결과가 내신 성적에 영향을 미치기 때문에 많은 학생들은 연주불안을 경험할 가능성이 있다고 보았다. 연구결과 성별에 있어서는 여학생의 불안수준이 남학생보다 더 높았으며 전공분야별로는 피아노, 현악, 관악전공들이 성악전공자들에 비해 연주불안이 유의미하게 높은 것으로 나타났다.

진은경(2004)은 연주불안에 대한 실태 조사에서 관현악, 피아노, 성악전공의 음대생을 대상으로 불안을 측정한 결과 상태-특성불안의 정도는 여성이 더 높았고, 전공분야별로는 피아노와 관현악전공자들이 성악보다 더 높게 나타나 유의미한 차이를 보였다고 한다. 이것은 악기를 통해 숙달하는 데서 오는 불안이거나 일반적으로 성격 형성의 기초가 되는 어린시기에 악기 연주를 시작하여 무리한 연습을 한 데 있다고 볼 수 있다. 반면에 성악전공은 사춘기를 지나 본격적으로 시작하는 경향이 짙으므로 이들의 자아는 불안 형성에 영향을 미친다고 하였다.

소미희(2001)는 연주자는 대중 앞에서 연주를 할 때 집중할 수 있어야 하는데 인간의 감각기관이 외부의 여러 상황들을 무의식적으로 지각하여 내면의 감성과 기교를 완벽하게 발휘하는 데 장애를 일으킨다고 보았다. 그래서 장애요인을 장소, 신체적, 악기, 시각적, 음향상, 심리적 요인 등의 6개로 구분하여 조사하였다. 대상으로는 교수 및 강사 189명, 전공분야는 건반, 성악, 현악, 관악, 국악으로 구분하였고 국악전공자가 12명 포함되었다. 연구결과 전체 응답자 중 87.2%가 연주 중 떨린 경험이 있었는데, 특히 성악과 국악전공자들이 떨림을 많이 경험하는 것으로 나타났다. 그리고 심리적 장애, 신체적 장애, 시각적 장애 중에서 심리적 장애를 가장 많이 느낀 것으로 나타났다. 주목할 만한 결과로는 연주를 준비하며 국악전공자의 41.7%가 안정제를 사용한다는 것에 ‘매우 그렇다’에 응답하여 안정제 사용의 ‘매우 그렇다’가 성악은 3.2%, 피아노는 6.5%인 것에 비해 비율이 몹시 높다는

것이다. 또한 국악연주자가 무대 오르기 전에 가장 많이 떨림을 느끼며, 징크스를 더 많이 의식한다고 하였다.

Wolfe(1989)는 193명의 아마추어와 전문연주자에 대한 연구에서 연주불안과 연주자의 나이, 성별, 전문 경력, 전공(성악, 현악, 관악, 건반, 타악), 연주형태(독주, 소규모 합주, 대규모 합주)와 같은 요소들의 연관성을 몇 가지 측정 도구로 연구하였으며, 불안의 특성(촉진, 적응, 약화, 부적응)도 측정하였다. 그 결과 연주불안은 긍정적인 요소와 부정적인 요소가 모두 있었고, 전문연주 경력이 있는 사람은 경력이 없는 사람보다 긍정적인 요소의 점수는 더 높고 부정적인 요소의 점수는 더 낮게 나타났다. 자율신경계 흥분으로 인한 증상(입 안 건조, 손가락 떨림)은 연주 악기에 따라 다르게 나타났으며, 나이가 많은 연주자들은 조금 덜 불안해했지만 성별과 주된 연주 형태는 불안과 유의미한 관련이 없다고 밝혔다.

Kubzansky와 Stewart(1999)는 불안은 연주자의 연주 능력이나 관중의 인식에 영향을 미치거나 혹은 이들의 조합에 의한 효과로 연주에 영향을 미칠 수 있다고 하며 연주불안측정도구 PI를 사용하여 연주불안의 효과를 조사하였다. PI는 PAI로부터 수정된 것으로 “관객들이 내 연주에 호응하지 않을 때, 나는 낙담한다”와 같은 항목 12개로 구성되어 있는데, 그 점수가 높을수록 불안의 정도가 심한 것이다. 조사 결과 평가자의 불안에 대한 인식이 자기인지 불안 수준보다 더 강하게 연주 평가와 관련 있다고 나타났으며, 더 불안하다고 인식된 사람들은 낮은 평가점수를 받았다. 그리고 남성과 여성의 자체 평가 불안 수준이 다르지 않음에도 불구하고 평가자는 여성이 더 불안하다고 인식했다. 참가자는 대학생, 대학원생 이상이며, 전공분야는 현악기, 목관악기 연주자였다.

Neftel 등(1982)은 연주불안 측정도구 SRRS를 이용하여 조사하였는데 SRRS는 6개의 상반된 문장으로 구성되어 있으며 정신적, 신체적, 기술적 증상들이 포함되어 있다. 무대 공포증은 급성 불안에서 베타 차단제의 작용과 22명(여성 9명, 남성 13명)의 현악기 연주자(바이올리니스트 11명, 비올리스트 5명, 첼리스트 6명)의 운동기술에 대해 조사하는 데 이용되었다. 조사자들은 관객이 있거나 없는 연주회

시작 6.5시간 전에 100mg의 아테놀(Atenol)과 위약을 받았다. 베타 차단제는 연주회 전의 무대공포 측정에는 영향을 미치지 않았으나, 연주회 중의 무대공포를 줄인다고 밝히고 있다.

앞서 살펴본바와 같이 연주불안은 성별 차이에서는 일관된 결과를 나타내고 있지 않지만 전공분야에 따라서는 비슷한 결과를 나타내고 있다. 따라서 이 연구에서는 국악전공자의 배경적 특성과 연주불안은 차이가 있을 것이라는 가설을 설정할 수 있다.

2. 완벽주의와 불안의 상관관계

다음으로 완벽주의에 대한 많은 연구들이 불안과의 관계를 밝히고자 하였다. 이 연구들은 완벽주의의 긍정적인 측면보다 부정적인 측면을 밝히는 데 주목했다. 완벽주의 성향이 강한 사람은 성취에 대한 중압감과 실패에 대한 두려움 때문에 항상 불안을 느낀다는 것에 초점을 둔 것이다. 또한 실수를 하지 않으려는 강박관념과 항상 최고의 우월성을 유지하려는 태도가 완벽주의의 부정적 측면을 더욱 부각시킨다고 할 수 있다(송동림, 2009).

성공과 결과를 중요시하는 현대 사회를 살아가는 사람들에게 완벽주의는 하나의 필요한 덕목이 되었다. 우리가 살아가는데 이러한 완벽주의의 추구는 성취감과 만족을 주기도 하지만, 상당한 불편감과 함께 자신을 조여 오는 족쇄와도 같은 역할을 해 심리적 어려움을 경험하게 한다(박정화, 2013). 이러한 완벽성향의 특징은 심리적 기제를 사용하여 지연행동을 하기도 하고 실패를 외부 기인으로 돌리기 위해 과제 수준을 높이거나 이를 통하여 자신을 정당화하는 방법을 사용한다. 또한 약물이나 알코올의 복용, 긴장감의 표출, 질병으로 인한 회피 등의 방어기제를 사용하기도 한다.

Mor 등(1995)의 연구에 따르면 완벽주의는 불안과 상관이 높을 뿐 아니라 자기 지향 완벽주의와 사회적 완벽주의 모두 수행불안과 관련이 있다. 완벽주의 경향이

강한 사람일수록 불안을 더 쉽게 느끼며 연주자의 실제 현실의 자아와 이상적 자아 사이에서 괴리감을 느끼고 민감한 문제로 인식한다는 것이다. 한기연(1993)은 완벽주의자들이 비완벽주의자들보다 자신과 타인에 대한 비판적인 평가와 자신의 수행에 관한 높은 기대를 가지고 있고, 타인으로부터 받은 평가에 대해 매우 예민하고 자신과 타인을 많이 비교하며 이분법적인 사고를 한다고 보았다. 완벽주의적 성향이 강한 사람들은 그렇지 않은 사람들에 비해 부정적인 정서를 많이 경험하는데 이는 완벽주의 성향이 높은 사람들이 스트레스에 취약할 뿐 아니라 부정적 정서가 완벽주의적인 사고에서 비롯된다고 하였다.

따라서 완벽주의는 발표불안 같은 불안을 예측할 수 있는데, 완벽주의와 불안간의 관계에 대한 연구를 살펴보면 Hewitt 등(2002)의 연구결과에서 자기지향 완벽주의 성향이 높은 아동이 우울 및 불안과 유의한 관계를 갖는 것으로 나타났고, 사회적 완벽주의 아동 역시 우울 및 불안과 높은 관련성이 있음이 밝혀졌다. 또한 완벽주의성향은 발표불안과 유의미한 관계가 있을 것이라는 것이 밝혀졌다. 각 변인들 간의 관계를 살펴보면, 발표불안은 완벽주의와 정적 상관관계를 갖는 것으로 나타났다. 완벽주의의 각 하위 요인인 자기지향 완벽주의와 사회적 완벽주의는 발표불안에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 사회적 완벽주의가 높을수록 시험불안이 높게 나타났다는 이러한 결과는 완벽주의가 높을수록 시험불안이 높다고 보고한 송은영·하은혜(2008), 최원혜·문은식(2004)의 연구와 대체로 일치하는 결과이다. 그러므로 사회적 완벽주의가 타인의 지나친 기대로 인한 압박감으로 불안을 야기할 수 있음을 보여주고 있다.

송은영과 하은혜(2008)는 완벽주의와 사회불안과의 관계를 알아본 결과, 긍정적인 측면에서 자기지향, 타인지향의 완벽성향은 불안과 부적상관이 있다는 것을 알아냈다. 반대로 부정적 측면인 사회적 완벽성향과 대인불안, 수행불안은 유의한 정적상관이 있음을 밝혔다. 최원혜와 문은식(2004)은 과도한 비합리적 사고는 시험불안을 과도하게 일으키고 시험 스트레스 상황에서는 자기지향 완벽주의가 타인지향 완벽주의와 사회적 완벽주의에 비해 상대적으로 더 적응적이며, 완벽주의에 따라

적응적이고 긍정적인 심리적 특성도 있음을 나타내고 있다.

완벽주의와 불안과의 관계에 관한 연구들에 따르면 걱정이 많은 사람들이 완벽주의 성향을 가지고 있을 것이라는 가정은 설득력이 있다. 걱정이 확인 강박행동 및 강박적 의심과 높은 상관을 보이며, 이것은 걱정과 강박행동이 기능적으로 유사함을 설명한다는 주장(Freeston et al., 1994a; Tallis & De Silva, 1992)도 이런 가정을 뒷받침한다(유성진 · 권석만, 2000).

하지만 최근에 와서 완벽주의에 관한 긍정적인 측면을 강조한 연구도 체계적으로 이루어지고 있다. 음악연주불안도 사회적 불안장애로 분류되기 때문이다. 그러므로 완벽주의와 연주불안 역시 밀접한 관계가 있다고 할 수 있다. 불안을 경험하는 음악전공생에 관련한 최근 연구에서 불안의 원인으로 완벽주의적 사고가 대두되고 있다. 이는 선행연구들에서 연주불안을 일으키는 사고의 대부분이 완벽주의적 사고와 관련되어 있음을 확인할 수 있다.

3. 완벽주의와 연주불안의 상관관계

완벽주의와 연주불안의 관계를 연구한 선행 연구를 살펴보면 다음과 같다.

강유선(2011)은 여대생을 대상으로 완벽주의와 수치심 연주불안의 관계를 연구하였다. 완벽주의를 적응적 완벽주의와 부적응적 완벽주의로 구분하여 조사한 결과 적응적 완벽주의성향과 연주불안 사이는 유의한 부적 상관이 있었다고 보고하였다. 이는 불안을 경험하는 연주자의 심리적 기제에는 청중의 평가를 염려하고 완벽한 연주를 하고자 하는 성향이 있기 때문이다.

기주희(1993)는 미국 음대생과 대학원생을 대상으로 연주불안을 연구한 결과 연주불안의 원인이 완벽을 추구하려는 비현실적인 생각에 있기 때문이라고 하였다. Kenny(2004)도 솔로 연주자의 완벽주의와 연주불안 간의 상관관계를 연구하여 두 변인 간에 유의미한 상관관계가 있음을 밝혔다. 이는 완벽주의와 불안 간에 높은 상관이 있다고 밝힌 선행연구(강유선, 2011; 기주희, 1993)와 맥을 같이 한다. 이러

한 연구결과들은 완벽주의가 불안과 같은 심리적 부적응과 관련되어 있음을 입증한 것이다.

완벽주의가 지닌 성격으로 볼 때, 높은 기준의 설정과 추구는 그 자체가 병리적 현상이 아니고 오히려 삶에 대한 적극적 관점을 반영하는 것이라 할 수 있다 (Adler, 1956). 그러므로 완벽주의자들은 매사에 철저하며 타인으로부터 쉽게 인정받는 것을 통해서 완벽성을 추구하려 한다. 완벽주의가 지닌 이러한 특성은 자기 자신의 능력을 믿는 것을 통해서 다른 사람으로부터 인정받으려는 자기효능감과도 밀접한 관계가 있음을 보여준다.

완벽주의와 관련한 선행연구는 완벽주의가 우울이나 불안과 같은 심리적 부적응과 관련이 있다는 연구결과와, 이와 반대로 긍정적 정서와 관련이 있을 수 있다는 연구결과가 함께 존재한다. 이러한 연구결과들은 완벽주의가 불안과의 관계에서 긍정적, 부정적 측면으로 구분될 수 있으나 다른 한편으로는 중립적인 속성을 지니고 있다는 것을 예측할 수 있다. 따라서 완벽주의 성향과 상호작용하여 완벽주의의 긍정 또는 부정의 결과를 일으킬 수 있는 개인 내적인 성격요인이나 인지기제 등의 변인에 의해 중재될 가능성과 불안에 영향을 미칠 수 있다는 관점으로 제 3의 변인을 상정할 필요성이 제기된다.

4. 완벽주의와 자기효능감의 상관관계

자기효능감은 개인이 어떤 결과를 도출하기 위해 요구되는 행동을 성공적으로 수행할 수 있다는 신념이라 할 수 있다(Bandura, 1977). 이러한 자기효능감의 정의는 개인의 수행에 대한 신념과 관련성이 있음을 알 수 있다. 완벽주의 성향과 자기효능감의 관계에 대한 연구에서도 완벽주의 성향이 높을수록 자기효능감은 낮은 것으로 나타났다. Bandura(1986)는 완벽주의자는 자기비하, 비관주의, 낮은 자기효능감과 같은 부적절한 반응과 관련이 있다고 밝히고 있다.

완벽주의와 자기효능감에 대한 선행연구들을 살펴보면 다음과 같다.

먼저 국외 연구를 살펴보면, Higgins(1987)는 ‘자기 불일치 이론 (self-discrepancy theory)’에서 실제 자기(actual self)와 이상적인 자기(ideal self) 간의 불일치, 혹은 실제 자기와 보여주는 자기(ought self) 간의 불일치가 있다면 그 불일치를 줄이려고 노력하는 갭이 클수록 정서적 불안을 느낀다고 하였다. 또한 완벽주의자들은 성취 욕구보다는 실패에 대한 두려움 때문에 목표를 달성하려고 애쓰게 된다고 말한다. 자신을 스스로 통제하는 완벽주의자들의 자기효능감은 불안이나 우울과 같은 부정적 행동을 경험하게 한다(Hollander, 1965; Pacht, 1984; Sorotzkin, 1985). 즉 완벽주의적인 경향이 높을수록 자기 자신의 능력을 통해서 인정받고 싶어 하고, 또한 타인의 평가에 민감성을 보이기 때문에 자기효능감의 정도에 따라 수행불안도 달라짐을 알 수 있다.

자기조절 모델(Bandura, 1986)은 높은 목표수준을 설정하고 있는 사람이 우울이나 불안과 같은 부정적 행동을 경험할 것인지를 자기효능감이 결정한다는 것이다. 따라서 자기지향 완벽주의 성향은 자기효능감과 상호작용하여 우울 수준에서 차이가 나타나며, 자기지향 완벽주의 성향이 높고 자기효능감이 높은 사람은 자기지향 완벽주의 성향이 높고 자기효능감이 낮은 사람보다 우울 수준이 낮음을 알 수 있다.

완벽주의와 자기효능감에 대한 국내 선행연구를 살펴보면, 김근홍과 이민규(1998)는 완벽주의성향이 과제수행에 미치는 영향이 자기효능감 수준에 따라 달라진다고 하였다. 이러한 연구결과는 홍혜영(1995)이 연구한 낮은 자기효능감을 갖는 사람은 어떤 상황에 자신이 적절하게 대처행동을 하지 못한다는 무력감 때문에 문제나 상황을 더 어렵게 인식한다는 결과와 같은 맥락의 결과를 보여준다. 따라서 자기효능감은 완벽주의성향에 의해 영향을 받음을 알 수 있다.

정승진(2008)은 완벽주의와 자기효능감 간의 연구에서 자기효능감이 높은 사람은 도전적이고 구체적인 목표를 설정하며 이를 성취하기 위한 방향으로 행동한다고 했다. 뿐만 아니라 자기효능감이 낮은 사람에 비해 더 많이 노력하고 어려움이 닦쳤을 때도 과제를 지속적으로 해결하려 한다고 밝히고 있다. 이에 따르면 자신의 능력을 자기 스스로 믿는 자기효능감은 어떤 상황에서든지 잘 대처할 수 있는 완벽성

과 밀접한 관계가 있다고 할 수 있다. 이와 같이 자기효능감은 자신이 노력하여 원하는 결과를 얻을 수 있을 것이라는 믿음으로, 지각된 자기효능감이 강할수록 사람들은 보다 높은 목표에 도전하고 목적을 수행하는 데 더욱 전념(Locke & Latham, 1990)하는 특성을 갖고 있기에 완벽주의와 밀접한 관계가 있음을 시사한다.

이상에서 살펴본 완벽주의와 자기효능감은 모두 연주불안과 밀접한 관계가 있음을 보여주고, 완벽주의의 성향이 높을수록 연주불안의 정도 또한 높을 것으로 기대된다. 따라서 이 연구에서는 완벽주의와 연주불안의 관계에서 자기효능감이 조절변수로 작용할 것으로 예측할 수 있다.

5. 자기효능감과 연주불안의 상관관계

연주불안의 또 다른 변인으로 자기효능감을 들 수 있다. 개인이 어떤 상황에서 스트레스를 어떻게 지각하느냐에 따라 불안의 수준은 달라진다. 여기에서 개인의 인지적 평가와 관련된 요인으로 자기효능감(self-efficacy)을 들 수 있다. 자기효능감 이론을 처음 제안한 Bandura(1977)에 의하면 자기효능감은 자신이 노력한 결과로 추구하는 것을 얻을 수 있으리라는 믿음으로써, 지각된 자기효능감이 강할수록 사람들은 보다 높은 목적에 도전하고 수행하는 데 더욱 전념한다(Locke & Latham, 1990). 그러므로 효능감이 낮은 사람들은 분석적 사고가 점점 더 산만해지고 기대가 낮아지며 수행의 질은 악화된다(Bandura & Wood, 1989). 자기효능감은 사람들의 모든 사고와 행동에 영향을 미치는데, 이러한 자기효능감이 지닌 특성은 불안과의 상관관계가 있음을 시사한다.

Hamacheck(1978)은 자기효능감을 설명하면서 사람들은 자기가 도달할 수 없는 높은 기준을 자신에게 부과하며 실수한 것에 대해서 잘 용납하지 못한다고 보았으며, 결과에 대해 충분히 잘 했다거나 완벽하게 했다고 느끼지 못하게 되면 새로운 일을 시작하기 전에 불안하고 혼란스러운 감정을 느끼게 된다고 하였다. 그러므로 사회인지이론에서는 잠재적으로 위협적인 사건에 대해 통제할 수 있는 효능감이

불안 각성에서 중요한 역할을 한다고 보았다.

Bandura(1982)는 효능감과 불안각성의 관계를 알아보기 위한 연구에서 사람들은 높은 효능감을 지닌 채 잠재적으로 위협이라고 보는 대상에 대처하는 동안 불안각성을 거의 보이지 않았음을 밝혔다. 그러나 사람들이 자신의 효능감을 믿지 않으면서 위협에 처했을 때 불안감이 높아졌고 심장박동은 증가했으며, 혈압이 상승하는 현상을 보인다고 지적하였다. 이러한 상황에서 자신이 통제할 수 있다고 믿으면 불안은 낮아지는데, 그 상황에서 자신이 대처행동을 해낼 수 있을지에 대한 믿음을 자기효능감이라 하였다. 따라서 자기효능감의 강도에 따라 불안도 달라짐을 알 수 있다.

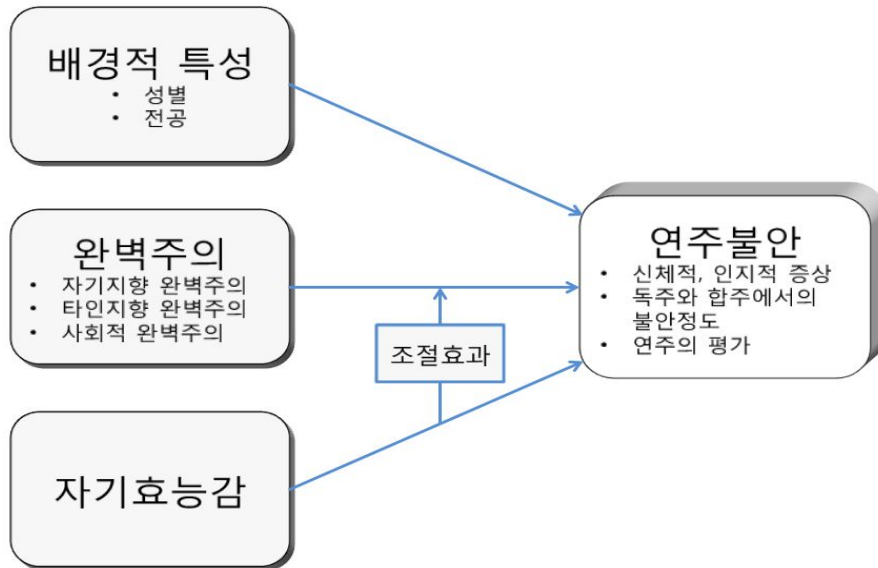
조영미(2003)의 “중학생의 완벽주의 및 자기효능감이 시험불안에 미치는 영향을 분석”에 의하면 완벽주의와 자기효능감의 상호작용 효과가 시험불안에 대한 유의미한 설명력을 갖지 못하였으나, 이와는 다르게 홍혜영(1995), 문경(1997)은 완벽주의를 자기효능감의 수준에 따라 비교한 결과 적응적이거나 부적응이 될 수도 있다고 하였다.

위의 연구들은 완벽주의 및 자기효능감이 시험불안에 미치는 영향을 분석한 연구들이 많고, 발표불안에 관한 연구들도 있지만 대부분이 발표불안 감소를 위한 집단프로그램의 효과를 검증하는 데 치우치고 있다. 발표불안에 영향을 미치는 변인에 대한 연구에서도 조절변인의 효과를 밝히는 연구는 충분하지 않다. 자기효능감의 선행연구들을 종합해 보면, 자신의 능력을 믿는 자기효능감은 불안을 조절하는 주요 변인임을 알 수 있다. 따라서 연주자의 연주불안도 자기효능감의 강도에 따라 높아지거나 낮아짐을 시사한다.

이 연구에서는 위의 여러 선행연구 분석을 통하여 국악연주자들의 완벽주의 성향과 자기효능감 및 연주불안에 관련되어 있는 여러 요인들의 영향과 상관관계를 살펴보았으며, 이를 토대로 연구문제를 도출하였다.

완벽주의 성향을 독립변인으로, 연주불안을 종속변인으로 설정하였고 독립변인과 종속변인에 영향을 미칠 수 있는 배경변인으로 성별과 전공을 설정하였으며, 독립

변인과 종속변인의 관계에 개입하는 조절변인으로 자기효능감을 설정하였다. 이 연구에서 검증하고자 하는 국악전공자의 배경적 특성, 완벽주의 성향과 연주불안의 관계에 자기효능감이 조절하는 연구 모형은 [그림 2-5]와 같다.



[그림 2-5] 연주불안에 영향을 미치는 배경적 특성, 완벽주의 및 자기효능감의 개념적 모형

제3장 연구방법

이 장에서는 국악전공자의 연주불안에 영향을 미치는 배경적 특성, 완벽주의 성향과 자기효능감 간의 관계를 밝히기 위한 연구방법으로 연구대상, 연구도구, 연구절차, 자료처리 순으로 기술하고자 한다.

제1절 연구대상

연구 목적의 의도를 달성하기 위하여 국악전공자 중 이론과 작곡전공을 제외한 국악연주자만을 대상으로 설문조사를 실시하였다. 설문 대상을 선정함에 있어서 학력(경력), 지역, 소속 기관, 국악 전공분야를 고려하여 고루 분포되도록 하였다. 지역적으로는 일부지역을 제외한 전국 지역(서울, 경기, 충남, 광주, 전남, 전북 지역)을 대상으로 표집하였다.

예술고등학교 학생은 실기 전형 후 입학이 허가되므로 연주경력이 짧은 국악연주자로서 포함하였고, 대학생 역시 실기 전형 후 입학이 허가되므로 연주경력이 중간 정도인 국악연주자로 분류하였으며, 국악 연주 단체에 소속되어 있거나 프리랜서로 일하는 전문 연주인들은 경력이 많은 국악연주자로 분류하여 포함하였다. 이처럼 연주경력을 중심으로 3개의 집단 711명(국악과가 설치되어 있는 예술고등학교 3개교의 고등학생 집단 245명, 국악과가 설치되어 있는 4년제 대학 4개교와 2년제 대학 1개교의 대학생 집단 219명, 그리고 6개의 국악 연주단체 단원 146명과 국악 관련 기관에서 강사나 연주가로 활동 중인 5개 지역의 프리랜서 101명의 대학교 졸업 이상 집단 247명)의 인원이 고르게 포함되도록 표집하였다. 또한 국악연주자의 전공을 중심으로 4개의 집단(성악 147명, 현악 240명, 관악 228명, 타악 96명)의 인원이 고르게 포함되도록 표집하였다.

이처럼 집단과 전공을 고려하여 배부한 총 786부의 설문지 중에서 752부가 회수

되었으며(95.6%), 이 중 반응이 부실한 41명(5.45%)의 자료를 제외한 711명(94.5%)의 자료를 분석에 사용하였다. 연구 분석에 사용된 설문지의 성별, 전공별 인원은 <표 3-1>과 같다.

<표 3-1> 연구 분석 대상의 성별, 전공별 인원 (N=711)

인원/비율	성별		전공별			
	남	여	성악	현악	관악	타악
인원	184	527	147	240	228	96
비율(%)	25.8	74.1	20.6	33.7	32.0	13.5

제2절 연구도구

1. 다차원적 완벽주의 척도

다차원적 완벽주의를 측정하기 위해서 Hewitt과 Flett(1991)의 다차원적 완벽주의 척도(Multidimensional Perfectionism Scale: MPS)를 한기연(1993)이 수정한 것을 사용하였다. 다차원적 완벽주의 척도(MPS)는 자기지향 완벽주의(self oriented perfectionism), 타인지향 완벽주의(other oriented perfectionism), 그리고 사회적 완벽주의(socially prescribed perfectionism)의 세 가지 하위요인으로 구성되어 있는 자기보고식 척도이다.

다음 면 <표 3-2>에서 밝힌 것과 같이 이 척도는 총 45문항으로 3개의 하위 요인으로 구성되어 있으며, 각 하위 요인은 15문항씩으로 구성되어 있다. 이 척도는 ‘전혀 그렇지 않다(1점)’에서 ‘매우 그렇다(7점)’의 7점 척도를 사용한다. 이 척도에

서 높은 점수는 완벽주의의 성향이 높음을 의미하며, 각 하위 척도의 높은 점수도 측정된 요인의 완벽주의 성향이 높음을 의미한다. 이 척도의 신뢰도 계수(Cronbach α)는 .85이고, 이 연구에서 나타난 신뢰도는 .86이었다.

<표 3-2> 다차원적 완벽주의 척도의 하위요인별 문항구성과 신뢰도

하위 요인	문항 번호	문항 수	신뢰도 (%)	
			Hewitt 등	이 연구
자기지향 완벽주의	1, 6, 8*, 12*, 14, 15, 17, 20, 23, 28, 32, 34*, 36*, 40, 42	15	.82	.87
타인지향 완벽주의	2*, 3*, 4*, 7, 10*, 16, 19*, 22, 24*, 26, 27, 29, 38*, 43*, 45*	15	.86	.63
사회적 완벽주의	5, 9*, 11, 13, 18, 21*, 25, 30*, 31, 33, 35, 37*, 39, 41, 44*	15	.87	.64
전체		45	.85	.86

* 역 채점 문항

2. 자기효능감 척도

자기효능감 척도는 Bandura의 이론을 근거로 김아영·차정은(1996)이 만들고 김아영(1997)이 수정한 것을 사용하였다. 문항구성은 다음 면 <표 3-3>과 같이 자신감, 자기조절효능감, 과제난이선호도 등 3개 하위영역을 포함하여 총 24문항으로 되어 있다.

이 척도는 ‘전혀 그렇지 않다(1점)’에서 ‘매우 그렇다(5점)’의 Likert식 5점 척도를 사용하여 평정하도록 되어 있다. 이 척도의 신뢰도 계수(Cronbach α)는 .76이고, 이 연구에서 나타난 신뢰도는 .81이었다.

<표 3-3> 자기효능감 척도의 하위요인별 문항구성과 신뢰도

하위 요인	문항 번호	문항 수	신뢰도 (%)	
			Bandura	이 연구
자신감	2*, 6*, 8, 12*, 15*, 16*, 19*	7	.79	.77
자기조절효능감	1, 3, 4, 5, 7, 9, 10, 14, 18, 21, 23, 24	12	.73	.86
과제난이선호도	11, 13, 17*, 20, 22	5	.74	.66
전체		24	.76	.81

* 역 채점 문항

3. 연주불안 척도

이 척도는 Osborne과 Kenny(2005)가 개발한 청소년용 음악 연주불안 척도로서, 12세에서 19세 사이의 음악에 재능이 있는 청소년 381명을 표본으로 표준화한 청소년용 음악 연주불안(Musical Performance Anxiety Inventory for Adolescents: MPAI-A) 척도로서 개발되었고 타당성이 검증되었다

이 척도는 다음 면 <표 3-4>와 같이 3개의 하위요인으로 신체적, 인지적 증상, 독주와 합주에서의 불안정도, 연주의 평가(이하 신체인지 증상, 독주합주 불안, 연주평가로 줄임) 총 15개의 문항으로 구성되어 있으며, ‘전혀 그렇지 않다(1점)’에서 ‘매우 그렇다(7점)’까지의 7점 척도로 구성되어 있다. 이 척도의 신뢰도 계수(Cronbach α)는 .91이고, 이 연구에서 나타난 신뢰도는 .87이었다.

<표 3-4> 연주불안 척도의 하위요인별 문항구성과 신뢰도

하위 요인	문항 번호	문항 수	신뢰도	
			Osborne 등	이 연구
신체적, 인지적 증상	1, 2, 4, 5, 6, 9, 12, 15	8	.91	.84
독주와 합주에서의 불안정도	3, 11, 14	3		.57
연주의 평가	7, 8, 10, 13	4		.54
전체		15		.87

다음 면 <표 3-5>에 제시된 MPAI-A는 국내에서 김영신(2008)의 예술고교 음악과 학생들의 연주불안 조사 연구를 위해 최초로 사용하였고 현재까지는 유일하다. 그러나 이 연구에서는 청소년 및 성인 대상으로 한 연구이기 때문에 표준화된 연주불안도구를 사용하기 위하여 연구자가 번안하여 청소년 및 성인 대상으로 두 개의 문항(11, 13)을 수정하여 도구로 사용하였다.

<표 3-5> 음악과 연주에 대해 나는 어떻게 생각하는가 (MPAI-A)

번호	내용	비고	
1	Before I perform, I get butterflies in my stomach		
	연주하기 전에 가슴이 두근거린다		
2	I often worry about my ability to perform		
	가끔 연주 능력에 대해 걱정한다		
3	I would rather play on my own, than in front of other people		
	다른 사람들 앞에서 연주하는 것보다 혼자서 연주하는 게 더 편하다		
4	Before I perform, I tremble or shake		
	연주하기 전에 떨리거나 안절부절 못하게 된다		
5	When I perform in front of an audience, I am afraid of making mistakes		
	청중들 앞에서 연주할 때 실수할까봐 두렵다		
6	When I perform in front of an audience, my heart beats very fast		
	청중들 앞에서 연주할 때 심장이 매우 빨리 뛰다		
7	When I perform in front of an audience, I find it hard to concentrate on my music		
	청중들 앞에서 연주할 때 음악에 집중하기가 어렵다		
8	If I make a mistake during a performance, I usually panic		
	연주 중 실수를 하게 되면 공황상태에 빠진다		
9	When I perform in front of an audience I get sweaty hands		
	청중들 앞에서 연주할 때 손에 땀이 난다		
10	When I finish performing, I usually feel happy with my performance		
	연주를 마치면 보통 나의 연주에 대해 만족하게 생각한다		
11	I try to avoid playing on my own at a school concert		
	학교 연주회에서 혼자 연주하는 연주회를 피하려고 노력한다		수정 전
	혼자 연주하는 연주회를 피하려고 노력한다		수정 후
12	Just before I perform, I feel nervous		
	연주하기 직전에 긴장이 된다		
13	I worry that my parents or teacher might not like my performance		
	부모님이나 선생님이 나의 연주를 좋아하지 않을까봐 걱정이 된다		수정 전
	부모님이나 선생님, 동료가 나의 연주를 좋아하지 않을까봐 걱정이 된다		수정 후
14	I would rather play in a group or ensemble, than on my own		
	혼자서 연주하는 것보다 단체나 앙상블로 연주하는 것이 더 좋다		
15	My muscles feel tense when I perform		
	연주할 때 근육이 경직된다		

제3절 연구절차

설문지는 두 가지 방법으로 배부되고 회수되었다. 연구자가 설문 받을 기관을 직접 방문하여 설문을 배부하고 설문지 작성 종료 후 바로 회수하는 방법과 연구자에게 교육을 받은 연구원을 통해 설문을 완성한 후 우편으로 회수하는 방법을 병용하였다.

설문지에 대한 성실한 응답을 유도하기 위하여 해당 단체나 학교를 방문하기 전에 교사 및 단체장에게 전화로 미리 연구 취지를 설명하고 양해를 구한 뒤 요청하고자 한 예상인원의 가능성을 파악한 후 방문하였다. 고등학교는 교사가 직접 참관하였고 대학교는 학과 조교의 참관 아래 휴식 시간을 이용하여 설문조사를 하였다.

설문은 2012년 11월 12일부터 12월 10일까지 약 1개월에 걸쳐 이루어졌다. 지역은 연구자와 연관된 학교와 단체, 프리랜서 위주로 대상을 표집함으로써 설문지의 응답에 대한 신뢰도와 회수율을 높이고자 하였다. 이는 설문지 회수율 및 성실한 응답률이 이를 증명한다고 할 수 있다.

1. 예비 연구

이 연구를 실시하기 전에 다차원적 완벽주의 척도(MPS), 자기효능감 척도, 음악 연주불안 척도(MPAI-A)의 적절성과 실시상의 문제점이 있는지 알아보기 위하여 다음과 같은 예비검사를 실시하였다.

우선 예비검사를 위하여 광주광역시와 전라남도 소재한 고등학교, 대학교, 전문연주가를 대상으로 하여 성별, 분석 대상 수, 전공을 고려하여 선정하였다. 분석 대상 수는 고등학교 20명, 대학교 20명, 전문연주가 20명, 총 60명(대상별 남·여 각 10명), 전공분야는 성악 15명, 현악 15명, 관악 15명, 타악 15명으로 선정하였다. 이들 60명을 대상으로 2012년 9월 2일부터 17까지 16일간에 걸쳐서 다차원적 완벽

주의 척도(MPS), 자기효능감 척도, 음악 연주불안 척도(MPAI-A)에 대하여 예비 검사를 실시하였다. 예비검사를 실시한 결과 실시상에 별다른 문제점이 발견되지 않아서 이 연구에 위 검사 도구를 그대로 사용하기로 하였다.

2. 본 연구

가. 실시기간

설문은 2012년 11월 12일부터 12월 10일까지 약 1개월에 걸쳐 이루어졌으며, 지역적으로는 일부지역을 제외한 전국 지역(서울, 경기, 충남, 광주, 전남, 전북 지역)을 대상으로 표집하였다.

나. 실시 순서 및 방법

연구대상자의 검사는 완벽주의 척도를 알아보기 위하여 먼저 다차원적 완벽주의 검사를 하였고, 그 후 자기효능감 척도와 그리고 마지막으로 음악 연주불안 척도(MPAI-A)를 검사하였다.

지역은 연구자와 연관된 학교와 단체, 프리랜서 위주로 대상을 표집함으로써 설문지의 응답에 대한 신뢰도와 회수율을 높이고자 하였다. 또한 설문지는 연구자가 설문을 받을 기관을 직접 방문하여 설문을 배부하고 회수하는 방법과, 연구자에게 교육을 받은 연구원을 통해 설문을 완성한 후 우편으로 회수하는 방법을 병용하였다.

설문 실시에 앞서 이 연구에 사용된 다차원적 완벽주의 척도 (MPS), 자기효능감 척도, 연주불안 척도(MPAI-A)의 검사 목적과 답변 방법을 간단하게 설명하였다. 유의사항으로는 이 연구에서 사용하는 세 개의 척도 중 완벽주의 척도와 연주불안 척도는 7점 척도를 사용하고 자기효능감 척도만 5점 척도로 평정하게 되어 있어, 혼란을 피하기 위하여 사전에 설명한 후 실시하였다. 그리고 각 도구의 검사

시간은 통제하지 않았다.

제4절 자료처리 및 분석

이 연구의 수집된 자료는 SPSS(Statistical Package for the Social Science) WIN 12.0 프로그램을 이용하여 다음과 같이 통계적 자료처리를 실시하였다.

첫째, 표본의 배경적 특성에 대해서는 빈도수와 백분율을 산출하는 빈도분석을 실시하였다.

둘째, 측정 변수에 대한 분포를 분석하기 위해서 평균과 표준편차를 산출하는 기술통계분석을 실시하였다.

셋째, 표본의 배경적 특성, 완벽주의 성향, 연주불안의 차이를 분석하기 위하여 독립표본 t-test와 일원변량분석(One way ANOVA)을 실시하고 독립표본 t검증에서 등분산검증인 Levene 검증을 실시하여 등분산이 가정될 때와 가정되지 못할 때로 구분하여 t값을 사용하였다. 일원변량분석(One way ANOVA) 분석에서 사후 검증은 Levene 검증을 실시하여 등분산인 경우에는 Scheffe 방식을 실시하였고, 등분산이 아닐 경우에는 Dunnett의 T3 방식을 통하여 검증하였다.

넷째, 국악연주자의 배경적 특성, 완벽주의 성향, 자기효능감이 연주불안에 미치는 영향력을 알아보기 위해서 위계적 회귀분석을 실시하였으며 마지막으로 국악연주자의 완벽주의와 연주불안간의 관계에 대한 자기효능감의 조절효과를 검증하기 위하여 위계적 회귀분석을 실시하였다.

제4장 연구결과 및 해석

이 장에서는 국악전공자의 배경적 특성, 완벽주의 성향과 연주불안의 관계에 대해 알아보고 자기효능감의 조절효과를 규명하고자 하였다. 이는 완벽주의와 자기효능감의 재인식을 통하여 국악연주자의 불안감을 줄이고 궁극적으로는 보다 근본적인 연주불안을 극복할 수 있는 이론적 토대를 마련하고자 한 것이다.

제1절 연구의 가설

1. 개요

이 연구에서는 국악전공자의 배경적 특성, 완벽주의 성향과 연주불안의 관계에 대한 자기효능감의 조절효과를 밝히고자 하였다. 연주자들의 완벽주의 성향과 자기효능감 및 연주불안에 관련되어 있는 여러 요인들의 영향과 상관관계를 알아보기 위해서 선행연구 분석을 토대로 연구 변인을 설정하였다. 이 연구에서는 완벽주의 성향을 독립변인으로, 연주불안을 종속변인으로 설정하였고, 독립변인과 종속변인에 영향을 미칠 수 있는 배경변인으로 성별과 전공을 설정하였으며, 독립변인과 종속변인의 관계에 개입하는 조절변인으로 자기효능감을 설정하였다.

2. 연구 가설

연구문제 2의 ‘국악연주자의 배경적 요인(성별, 전공)과 완벽주의 성향, 자기효능감이 연주불안에 미치는 영향은 어떠한가?’와 연구문제 3의 ‘국악연주자의 자기효능감은 완벽주의 성향이 연주불안에 미치는 영향을 조절하는 효과가 있는가?’를 알아보기 위하여 다음과 같은 가설을 설정하였다.

가설 2-1. 국악연주자의 배경적 요인(성별)은 연주불안에 영향을 미칠 것이다.

가설 2-2. 국악연주자의 배경적 요인(전공)은 연주불안에 영향을 미칠 것이다.

가설 2-3. 국악연주자의 배경적 특성, 완벽주의 성향과 자기효능감은 연주불안에 영향을 미칠 것이다.

가설 3-1. 국악연주자의 자기효능감은 완벽주의 성향이 연주불안에 미치는 영향을 조절하는 효과가 있을 것이다.

3. 표본의 배경적 특성에 대한 분석 결과

선행연구의 분석을 토대로 설정한 표본의 배경적 특성과 연구문제를 분석하였으며, 표본의 배경적 특성에 대한 분석 결과는 <표 4-1>과 같다.

<표 4-1> 표본의 배경적 특성에 대한 분석 배경적 특성에 대한 분석

구 분		빈도	퍼센트
성별	남자	184	25.9
	여자	527	74.1
전공	현악	239	33.6
	관악	228	32.1
	성악	148	20.8
	타악	96	13.5
합계(N)		711	100.0

<표 4-1>에서 보는 바와 같이, 표본의 배경적 특성에 대한 분석 결과 성별의 분포는 여자가 74.1%, 남자가 25.9%이며, 전공별로는 현악이 33.6%로 가장 높고, 관악 32.1%, 성악 20.8%, 마지막으로 타악이 13.5%로 가장 낮게 분포되었다.

4. 측정 변수에 대한 기술 통계 분석 결과

측정 변수에 대한 기술통계 분석 결과는 <표 4-2>와 같다.

<표 4-2> 측정 변수에 대한 기술통계 분석 결과 (N=711)

구 분		<i>M</i>	<i>SD</i>	범위
완벽주의	자기지향 완벽주의	4.76	.88	1.00-7.00
	타인지향 완벽주의	4.17	.57	
	사회적 완벽주의	4.24	.60	
	완벽주의 전체	4.39	.54	
자기효능감		3.12	.35	1.00-5.00
연주불안	신체인지 증상	4.81	1.14	1.00-7.00
	독주합주 불안	4.22	1.18	
	연주 평가	3.96	1.11	
	연주불안 전체	4.33	.97	

<표 4-2>에서 보는 바와 같이 측정변수에 대한 기술통계 분석결과는 완벽주의에서 전체에서는 4.39로 다소 높게 나타났으며, 이를 하위변수별로 살펴보면 자기지향 완벽주의는 4.76, 사회적 완벽주의 4.24, 타인지향 완벽주의 4.17순으로 다소 높게 나타났다. 자기효능감에서는 전체에서 3.12로 다소 높게 나타났다. 연주불안은 전체에서 4.33으로 다소 높게 나타났으며, 이를 하위 요인별로 살펴보면 신체적·인지적 증상이 4.81로 가장 높게 나타났으며, 연주의 평가는 3.96으로 다른 요인에 비하여 다소 낮게 나타났다.

제2절 연구결과

1. 국악연주자의 배경적 특성, 완벽주의 성향, 자기효능감이 연주 불안에 미치는 영향

(1) 가설 2-1. 국악연주자의 배경적요인(성별)은 연주불안에 영향을 미칠 것이다.

이 연구의 목적인 국악연주자의 연주불안에 영향을 미치는 배경적 특성 중 성별이 얼마나 영향을 미치는지 알아보기 위해 남녀에 따른 연주불안의 차이를 분석한 결과, <표 4-3>과 같은 결과가 도출되었다.

<표 4-3> 성별에 따른 연주불안에 대한 차이 분석

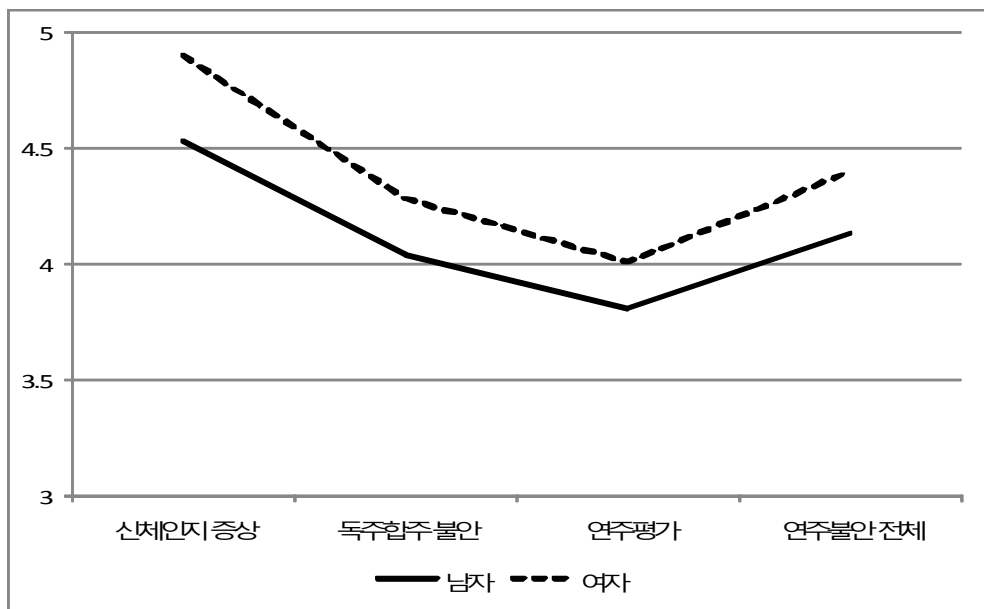
구 분		<i>n</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>t</i>	<i>p</i>
신체인지 증상	남자	184	4.53	1.22	-3.588***	.000
	여자	527	4.90	1.10		
독주합주 불안	남자	184	4.04	1.25	-2.369*	.018
	여자	527	4.28	1.15		
연주평가	남자	184	3.81	1.15	-2.142*	.033
	여자	527	4.01	1.08		
연주불안 전체	남자	184	4.13	1.00	-3.282**	.001
	여자	527	4.40	.94		

* : $p < .05$, ** : $p < .01$, *** : $p < .001$

<표 4-3>에서 보는 바와 같이 성별에 따른 연주불안에 대한 차이를 분석한 결과는 연주불안 전체에서 통계적으로 유의미한 차이를 보이고 있다($t = -3.282$,

$p<.01$). 즉 여자 연주자가 남자 연주자보다 연주불안을 더 많이 느끼는 것으로 나타난 것이다. 연주불안의 하위변수를 살펴보면 신체인지 증상($t=-3.588, p<.001$), 독주합주 불안($t=-2.369, p<.05$), 연주평가($t=-2.142, p<.05$)에서 모두 통계적으로 유의미한 차이가 나타난다. 즉 여자 연주자가 남자 연주자보다 신체인지 증상, 독주합주 불안, 그리고 연주평가 하위영역에서 불안을 더 많이 느끼는 것으로 볼 수 있다.

성별에 따라 연주불안에 미치는 영향을 꺾은선 그래프로 나타내면 [그림 4-1]과 같다.



[그림 4-1] 성별에 따른 연주불안에 대한 차이

[그림 4-1]에서 보는 바와 같이 모든 영역에서 남자 연주자가 여자 연주자보다 연주불안을 적게 느끼는 것으로 나타났다. 따라서 국악연주자의 성별에 따른 연주불안의 정도는 여자가 신체인지 증상, 독주합주 불안, 연주평가, 연주불안 전체에서 남자보다 불안을 더 강하게 느끼고 있어 성별간의 차이를 보인다. 이에 대한

논의는 5장에서 더 자세히 다루고자 한다. 따라서 ‘국악연주자의 배경적요인(성별)은 연주불안에 영향을 미칠 것이다.’는 가설은 옳다는 결론이 도출된다.

(2) 가설 2-2. 국악연주자의 배경적요인(전공)은 연주불안에 영향을 미칠 것이다.

이 연구의 목적인 국악연주자의 연주불안에 영향을 미치는 배경적 특성 중 전공이 얼마나 영향을 미치는지 알아보기 위해 전공에 따른 연주불안의 차이를 분석한 결과, <표 4-4>와 같은 결과가 도출되었다.

<표 4-4> 전공분야에 따른 연주불안에 대한 차이 분석

구 분		<i>n</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>F</i>	<i>p</i>	사후검증
신체인지 증상	현악(a)	239	4.99	1.11	9.725***	.000	d<c<b< a
	관악(b)	228	4.93	1.19			
	성악(c)	148	4.58	1.07			
	타악(d)	96	4.38	1.02			
	합계(<i>N</i>)	711	4.80	1.14			
독주합주 불안	현악(a)	239	4.32	1.17	9.103***	.000	c<d<a< b
	관악(b)	228	4.45	1.21			
	성악(c)	148	3.89	1.15			
	타악(d)	96	3.95	1.01			
	합계(<i>N</i>)	711	4.22	1.18			
연주평가	현악(a)	239	4.08	1.11	3.799*	.010	d<a,b
	관악(b)	228	4.01	1.11			
	성악(c)	148	3.88	1.08			
	타악(d)	96	3.66	1.03			
	합계(<i>N</i>)	711	3.96	1.10			
연주불안 전체	현악(a)	239	4.46	.95	9.582***	.000	c,d<a,b
	관악(b)	228	4.46	.99			
	성악(c)	148	4.11	.94			
	타악(d)	96	3.99	.83			
	합계(<i>N</i>)	711	4.33	.96			

** : $p < .01$, *** : $p < .001$

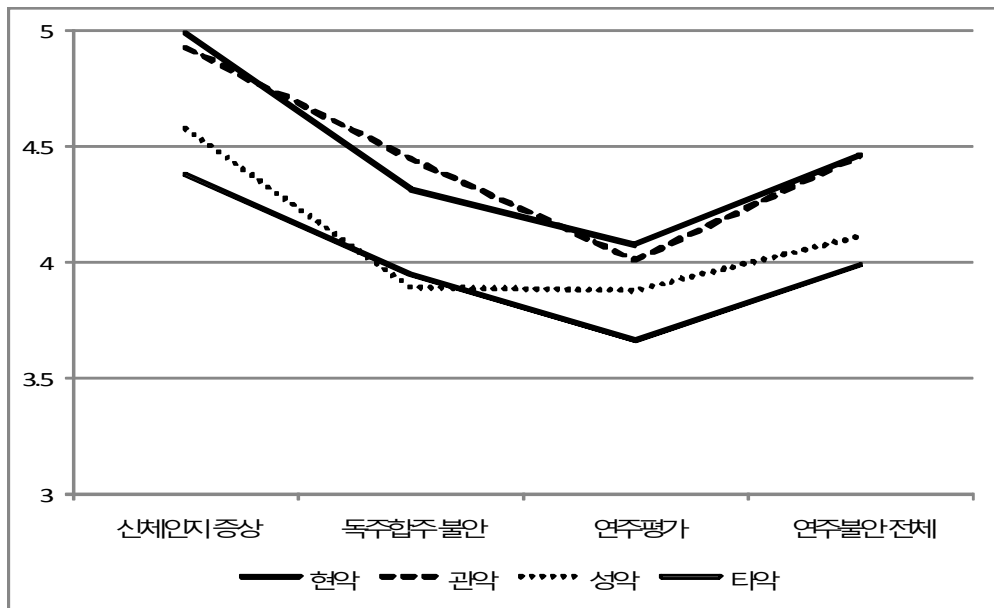
등분산 검증인 Levene검증을 실시하였으며, 등분산이 가정될 때에는 Scheffe 방식을 사용하였고, 등분산이 가정되지 못할 때에는 Dunnett의 T3 방식을 사용하였다.

<표 4-4>에서 보는 바와 같이 전공분야에 따른 연주불안에 대한 차이를 분석한 결과는 연주불안 전체에서 통계적으로 유의미한 차이를 보이고 있다($F=9.582$,

$p<.001$). 또한 사후검증을 실시한 결과 현악과 관악에서 비슷하게 가장 높게 나타났으며, 성악과 타악은 비슷하게 낮게 나타나 유의미한 차이를 보였다.

연주불안의 하위변수를 보면, 신체인지 증상($F=9.725, p<.001$), 독주합주 불안($F=9.103, p<.001$), 연주평가($F=3.799, p<.05$)에서 모두 통계적으로 유의미한 차이를 보이고 있다. 이에 대한 사후검증을 실시한 결과 신체인지 증상은 현악이 가장 높고, 타악이 가장 낮았으며, 독주합주 불안에서는 관악이 가장 높고, 성악이 가장 낮게 나타났다. 연주평가에서는 현악과 관악이 가장 높고, 타악이 가장 낮게 나타나 유의미한 차이를 보였다.

전공분야에 따라 연주불안에 미치는 영향을 꺾은선 그래프로 나타내면 [그림 4-2]와 같다.



[그림 4-2] 전공분야에 따른 연주불안에 대한 차이

[그림 4-2]에서 보는 바와 같이 전공분야가 연주불안에 미치는 영향을 검증한 결과 관악과 현악이 다른 영역에 비하여 연주불안이 가장 높고 타악은 다른 전공

분야보다는 거의 모든 영역에서 연주불안을 낮게 느끼는 것으로 나타났다. 이에 대한 논의는 5장에서 자세히 다루고자 한다.

따라서 ‘국악연주자의 배경적요인(전공)은 연주불안에 영향을 미칠 것이다.’는 가설은 옳다는 결론이 도출된다.

(3) 가설 2-3. 국악연주자의 배경적 특성, 완벽주의 성향과 자기효능감은 연주불안에 영향을 미칠 것이다.

이 연구의 목적인 국악연주자의 연주불안에 영향을 미치는 배경적 특성과 완벽주의 성향, 자기효능감이 연주불안에 영향을 끼치는지 알아보기 위해 모형1, 2, 3을 분석한 결과, 다음과 같은 결과가 도출 되었다.

<표 4-5> 배경적 특성, 완벽주의 성향, 자기효능감이 연주불안에 미치는 영향

구 분	모형1			모형2			모형3		
	베타	t		베타	t		베타	t	
(상수)		22.700			9.064			10.076	
성별	.227	.103	2.602**	.247	.112	2.959**	.192	.087	2.315*
관악	.062	.030	.686	.026	.013	.308	.024	.012	.283
성악	-.327	-.138	-3.303**	-.372	-.157	-3.958***	-.386	-.162	-4.167***
타악	-.355	-.126	-2.908**	-.358	-.127	-3.067**	-.352	-.125	-3.062**
자가지향(A)				-.220	-.201	-4.710***	-.089	-.082	-1.679
타인지향(B)				-.134	-.080	-1.957	-.135	-.080	-1.995*
사회지향(C)				.550	.339	8.678***	.454	.280	6.934***
자기효능감(D)							-.550	-.200	-4.873***
R Square		.048			.149			.177	
△R Square (△F)					.101(27.766***)			.028(23.742***)	
F		8.937***			17.588***			18.855***	

* : $p < .05$, ** : $p < .01$, *** : $p < .001$

<표 4-5>에서 보는 바와 같이, 배경적 특성, 완벽주의 성향, 자기효능감이 연주 불안에 미치는 영향을 분석하기 위하여 모형1에서는 배경적 특성을, 모형2에서는 완벽주의 성향을, 모형3에서는 자기효능감을 추가로 투입하여 효과를 분석하였다. 전공의 경우는 명목척도이기 때문에 더미처리를 하여 분석에 사용하였다.

모형1에서는 회귀모형의 설명력이 4.8%로 나타났으며, 회귀모형도 유의미한 것으로 나타났다. 그리고 성별($\beta=.103$, $t=2.602$, $p<.01$)은 정(+)의 영향, 성악($\beta=-.138$, $t=-3.303$, $p<.01$), 타악($\beta=-.126$, $t=-2.908$, $p<.01$)은 연주불안에 부(-)의 영향을 미치고 있었다.

완벽주의 성향이 추가로 투입된 모형2에서는 회귀모형의 설명력이 10.1% 증가하였으며, 자기지향 완벽주의($\beta=-.201$, $t=-4.710$, $p<.001$)는 부(-)의 영향, 사회지향 완벽주의($\beta=.339$, $t=8.678$, $p<.001$)는 정(+)의 영향을 미치고 있었다.

자기효능감이 추가로 투입된 모형3에서는 회귀모형의 설명력이 2.8% 증가하였으며, 자기효능감($\beta=-.200$, $t=-4.873$, $p<.001$)은 부(-)의 영향을 미치고 있었다.

따라서 ‘국악연주자의 배경적 특성, 완벽주의 성향과 자기효능감은 연주불안에 영향을 미칠 것이다.’는 가설은 옳다는 결론이 도출된다.

2. 국악연주자의 완벽주의 성향과 연주불안의 관계에 대한 자기효능감의 조절효과

이 연구의 목적인 자기효능감이 완벽주의가 연주불안에 미치는 영향에 대한 조절효과를 알아보기 위해 분석을 한 결과, 다음과 같은 결과가 도출되었다.

(1) 가설 3-1. 국악연주자의 자기효능감은 완벽주의 성향이 연주불안에 미치는 영향을 조절하는 효과가 있을 것이다.

우선 자기효능감과 완벽주의 성향이 연주불안에 미치는 영향에 대한 조절효과를 분석하기 위하여 위계적 회귀분석을 실시하였다. 조절효과를 분석하기 위하여 독립변수와 조절변수간의 상호작용을 분석하였으며, 이때 다중공선성이 발생하게 되어 독립변수와 조절변수는 평균중심화(Mean Centering)를 실시하였다. 독립변수와 조절변수를 평균중심화하여 분석한 결과는 <표 4-6>과 같다.

<표 4-6> 자기효능감이 완벽주의가 연주불안에 미치는 영향에 대한 조절효과

구 분	모형1		모형2		모형3	
	베타	t	베타	t	베타	t
(상수)		119.601		124.727		123.242
완벽주의(A)	.007	.189	.102	2.684**	.129	3.423**
자기효능감(B)			-.301	-7.943***	-.286	-7.609***
A * B					-.171	-4.720***
R Square	.000		.082		.110	
△R Square (△F)			.082(63.087***)		.028(22.274***)	
F	.036		31.563***		29.099***	

** : p<.01, *** : p<.001

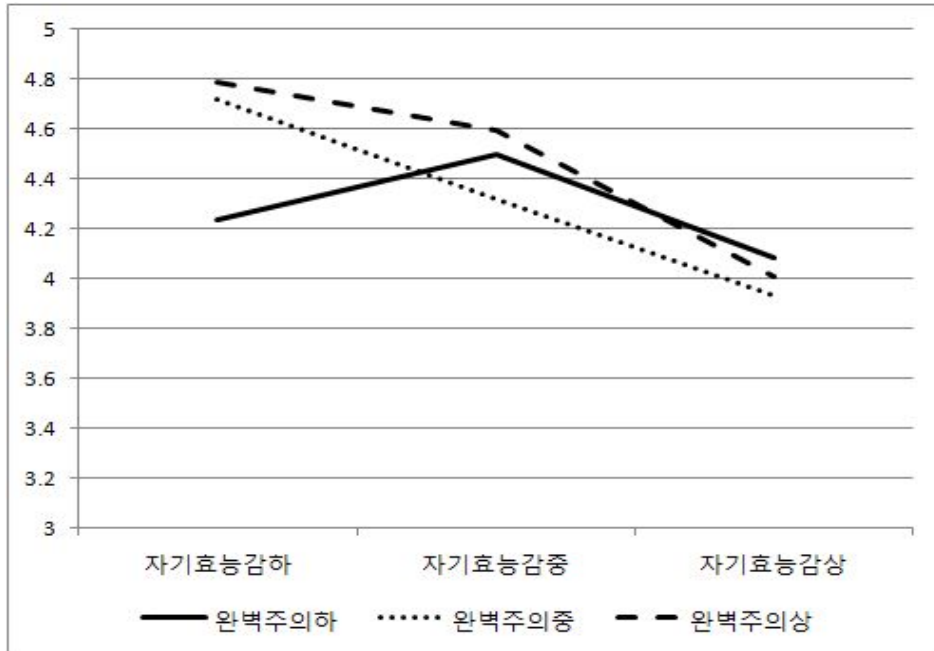
<표 4-6>에서 보는 바와 같이, 자기효능감이 완벽주의가 연주불안에 미치는 영향에 대한 조절효과를 분석한 결과 모형1에서는 완벽주의가 연주불안에 영향을 미치지 못하는 것으로 나타났다.

자기효능감이 추가로 투입된 모형2에서는 회귀모형이 8.2% 증가하였으며, 완벽주의($\beta=.102$, $t=2.684$, $p<.01$)는 정(+)의 영향, 자기효능감($\beta=-.301$, $t=-7.943$, $p<.001$)은 부(-)의 영향을 미치는 것으로 나타났다.

완벽주의와 효능감의 상호작용이 투입된 모형3에서는 회귀모형이 2.8% 증가하였으며, 상호작용효과($\beta=-.171$, $t=-4.720$, $p<.001$)는 연주불안에 부(-)의 영향을 미치는 것으로 나타났다. 즉, 자기효능감은 완벽주의가 연주불안에 미치는 영향을 조

절하고 있다고 볼 수 있다.

완벽주의와 자기효능감 간의 상호작용이 연주불안에 미치는 영향에 대한 그래프를 표시하기 위하여 완벽주의와 자기효능감을 상·중·하 집단으로 구분하여 연주불안에 대한 상호작용을 그래프로 표시하면 [그림 4-3]과 같다.



[그림 4-3] 자기효능감과 완벽주의 성향 집단 간의 상호작용

[그림 4-3]에서 보는 바와 같이 자기효능감과 완벽주의 성향 집단 간의 상호작용을 그래프로 표시하면, ‘완벽주의 하’ 집단의 경우는 ‘자기효능감 중’ 집단에서 가장 높게 나타나고 있으나, ‘완벽주의 중’과 ‘완벽주의 상’ 집단에서는 ‘자기효능감 하’ 집단에서 가장 높게 나타나고 있다.

따라서 “국악연주자의 자기효능감은 완벽주의 성향이 연주불안에 미치는 영향을 조절하는 효과가 있을 것이다”는 가설은 옳은 것으로 도출된다.

제5장 논의 및 결론

제1절 요약

이 연구는 국악연주자의 배경적 특성, 완벽주의 성향과 연주불안 간의 관계에 대해 알아보고 자기효능감의 조절효과를 규명하고자 하였다.

설정된 연구문제를 검증하기 위한 연구대상은 국악전공자들이었으며, 이들을 대상으로 설문조사를 실시하였다. 설문 대상을 선정함에 있어서 지역, 소속 기관, 국악 전공분야를 고려하여 고루 분포되도록 하였다. 지역적으로는 일부지역을 제외한 서울, 경기, 충남, 광주, 전남, 전북 지역에서 연구대상을 표집하였다.

대상이 된 3개의 집단은, 예술고등학교 3개교의 고등학생 집단, 4년제 대학 4개교와 2년제 대학 1개교의 대학생 집단, 그리고 6개의 국악 연주단체와 국악 관련 기관에서 강사나 연주자로 활동 중인 프리랜서를 5개의 지역으로 포함한 대졸 이상의 집단이다. 또한 국악연주자의 전공분야는 2013학년도 예술고교 입시와 대학 입시 공고를 참조하여, 4개의 집단(성악, 현악, 관악, 타악)으로 구분하고 그 인원이 고르게 포함되도록 표집하였다. 그러나 예체능계열의 특성 상 성별의 인원은 여자가 더 많이 분포되어 있다.

앞서 밝힌 바와 같이 설문지는 두 가지 방법으로 배부되고 회수되었다. 연구자가 설문을 받을 기관을 직접 방문하여 설문을 배부하고 설문지 작성 종료 후 바로 회수하는 방법과 연구자에게 교육을 받은 연구원을 통해 설문을 완성한 후 우편으로 회수하는 방법을 병용하였다. 설문지에 대한 성실한 응답을 유도하기 위하여 해당 단체나 학교를 방문하기 전에 교사 및 단체장에게 전화로 미리 연구 취지를 설명하고 양해를 구한 뒤 요청하고자 한 예상인원의 가능성을 파악한 후 방문하였다. 고등학교는 교사가 직접 참관하였고 대학교는 학과 조교의 참관 하에 휴식 시

간을 이용하여 설문조사를 하였다.

이 연구에서 사용된 연구도구는 완벽주의 척도, 자기효능감 척도, 연주불안 척도 등 3가지 척도가 사용되었다.

완벽주의 척도는 Hewitt과 Flett(1991)의 다차원적 완벽주의 척도 (Multidimensional Perfectionism Scale: MPS)를 한기연(1993)이 수정한 것을 사용하였다. 이 척도는 총 45문항으로 3개의 하위 요인으로 구성되어 있으며, 각 하위 요인은 15문항씩으로 구성되어 있다. 이 척도는 ‘전혀 그렇지 않다(1점)’에서 ‘매우 그렇다(7점)’의 7점 척도를 사용한다. 이 척도에서 높은 점수는 완벽주의의 성향이 높음을 의미하며, 각 하위 척도의 높은 점수도 측정된 요인의 완벽주의 성향이 높음을 의미한다. 이 척도의 신뢰도 계수(Cronbach α)는 .85이고, 이 연구에서 나타난 신뢰도는 .86이었다.

자기효능감 척도는 Bandura의 이론을 근거로 김아영·차정은(1996)이 만들고 김아영(1997)이 수정한 것을 사용하였다. 이 척도는 자신감, 자기조절효능감, 과제난이 선호도 등 3개 하위영역을 포함하여 총 24문항으로 되어 있다. 이 척도는 ‘전혀 그렇지 않다(1점)’에서 ‘매우 그렇다(5점)’의 Likert식 5점 척도를 사용한다. 이 척도의 신뢰도 계수(Cronbach α)는 .76이고, 이 연구에서 나타난 신뢰도는 .81이었다.

연주불안 척도는 Osborne과 Kenny(2005)가 개발한 청소년용 음악 연주불안 (Musical Performance Anxiety Inventory for Adolescents: MPAI-A) 척도를 사용하였다. 이 척도는 3개의 하위 요인 총 15문항으로 구성되어 있으며, ‘전혀 그렇지 않다(1점)’에서 ‘매우 그렇다(7점)’까지의 7점 척도로 구성되어 있다. 이 척도의 신뢰도 계수(Cronbach α)는 .91이고, 이 연구에서 나타난 신뢰도는 .87이었다.

이 연구를 위해 수집된 자료는 SPSS(Statistical Package for the Social Science) WIN 12.0 프로그램을 이용하여 통계적 자료처리를 실시하였다. 첫째, 표본의 배경적 특성에 대해서는 빈도수와 백분율을 산출하는 빈도분석을 실시하였다. 둘째, 측정 변수에 대한 분포를 분석하기 위해서 평균과 표준편차를 산출하는 기술통계분석을 실시하였다. 셋째, 표본의 배경적 특성, 완벽주의 성향, 연주불안의

차이를 분석하기 위하여 독립표본 t -test와 일원변량분석(One way ANOVA)을 실시하고 독립표본 t 검증에서 등분산검증인 Levene 검증을 실시하여 등분산이 가정될 때와 가정되지 못할 때로 구분하여 t 값을 사용하였다. 일원변량분석(One way ANOVA)에서 사후 검증은 Levene 검증을 실시하여 등분산인 경우에는 Scheffé 방식을 실시하였고, 등분산이 아닐 경우에는 Dunnett의 T3 방식을 통하여 검증하였다. 넷째, 국악연주자의 배경적 특성, 완벽주의 성향, 자기효능감이 연주불안에 미치는 영향을 알아보기 위해서 위계적 회귀분석을 실시하였다. 그리고 마지막으로 국악연주자의 완벽주의와 연주불안간의 관계에 대한 자기효능감의 조절효과를 검증하기 위하여 위계적 회귀분석을 실시하였다.

제2절 논의 및 결론

이 연구는 연주자의 완벽주의 성향이 자기효능감 및 공연불안에 어떤 영향을 미치는지를 검증하고자 하였다. 연구결과에 대한 논의 및 결론은 다음과 같다.

먼저 이 연구의 첫 번째 연구문제인 ‘국악연주자의 연주불안에 미치는 요인의 관계와 이론적 모형은 어떠한가?’에 대한 결과는 국악연주자들의 완벽주의 성향과 자기효능감 및 연주불안에 관련된 여러 요인들의 영향과 상관관계를 알아보기 위해서 선행연구를 토대로 연구 변인을 설정하였다. 이 연구에서는 완벽주의 성향을 독립변인으로, 연주불안을 종속변인으로 설정하였고, 독립변인과 종속변인에 영향을 미칠 수 있는 배경변인으로 성별과 전공을 설정하였으며, 독립변인과 종속변인의 관계에 개입하는 조절변인으로 자기효능감을 설정하였다. 이것을 토대로 이 연구에서 검증하고자 하는 국악전공자의 배경적 특성, 완벽주의 성향과 연주불안의 관계에 자기효능감이 조절하는 연구 모형을 도출하였다

두 번째 연구문제인 ‘국악연주자의 배경적 요인(성별, 전공), 완벽주의 성향, 자

기효능감이 연주불안에 미치는 영향은 어떠한가?’와 관련하여 설정한 ‘가설 2-1. 국악연주자의 배경적 요인(성별)은 연주불안에 영향을 미칠 것이다.’는 검증 결과 성별에 따른 연주불안에 대한 차이는 연주불안 전체에서 통계적으로 유의미한 차이를 보이고 있다. 연주불안의 하위변수를 살펴보면 신체인지 증상, 독주합주 불안, 연주평가에서 모두 통계적으로 유의미한 차이를 보이고 있다. 따라서 여자 연주자가 남자 연주자보다 신체인지 증상, 독주합주 불안 그리고 연주평가의 하위영역 모두에서 불안이 더 높다고 볼 수 있다.

이 연구결과는 연주불안의 경험에 있어서 두드러진 성차를 보이는(김영신, 2008; 이순옥, 2000; 진은경, 2004; Abel & Larkin, 1990; Craske & Craig, 1984; Kubzansky & Stewart, 1999; Wesner et al., 1990) 연구와 일치한다.

성차와 연주불안에 대한 대부분의 연구는 남자 연주자는 연주불안을 다루는 데 있어 여자 연주자보다 초연한 태도를 보이고, 여자 연주자는 남성 연주자보다 전반적으로 높은 불안을 느끼는 것으로 나타났다. Hembree(1988)는 일반적으로 불안은 남자에 비해서 여자가 높게 나타나며, 이것은 나이가 많아짐에 따라 점점 증가한다고 보았다. 이는 남자가 실제로 여자에 비해서 불안을 덜 느끼는 것이 아니라, 남자는 여자보다 자신이 불안하다고 인정하기를 더 꺼리기 때문으로 여겨진다. 이처럼 연주불안 상황도 남자들은 불안을 스스로 인정할 수 없게 하는 문화적 요인 때문에 여성보다 더 낮은 상태를 보이는 것이라고 유추할 수 있다.

성별에 따른 연주불안의 차이를 좀 더 명확하게 파악하기 위해서는 다양한 변인의 통제를 통한 체계적인 후속 연구가 필요할 것이다.

그리고 ‘가설 2-2. 국악연주자의 배경적 요인(전공)은 연주불안에 영향을 미칠 것이다.’의 검증 결과, 전공분야에 따른 연주불안에 대한 차이를 분석한 결과는 연주불안 전체에서 통계적으로 유의미한 차이를 보인다. 또한 사후검증을 실시한 결과 현악과 관악에서 비슷하게 가장 높게 나타났으며, 성악과 타악은 비슷하게 낮게 나타나 유의미한 차이를 보였다. 연주불안의 하위변수를 보면, 신체인지 증상, 독주합주 불안, 연주평가에서 모두 통계적으로 유의미한 차이를 보인다. 이에 대한

사후검증을 실시한 결과 신체인지 증상은 현악이 가장 높고 타악이 가장 낮았으며, 독주합주 불안에서는 관악이 가장 높고, 성악이 가장 낮게 나타났다. 또 연주평가에서는 현악과 관악이 가장 높고, 타악이 가장 낮게 나타나 유의미한 차이를 보였다. 그러므로 가설 2-2의 전공에 따라 연주불안에 영향을 미칠 것이라는 가설은 옳다고 판명되었다.

아직 국악에서 전공분야에 따른 연주불안의 차이에 대한 선행연구는 없다. 그러나 서양음악에서는 전공분야에 따른 불안에 대한 연구가 이루어졌으며, 이 연구결과는 서양음악에서의 연주불안은 현악 연주자가 성악가보다 더 높게 나타난다는 연구결과(김영신, 2008; 진은경, 2004; 이순옥, 2000)와 맥락을 같이 한다.

또한 진은경(2004)의 연구결과에서도 전공별로는 피아노와 관현악전공자들이 성악보다 더 높게 나타나 유의미한 차이를 보였다. 이것은 악기를 통해 숙달하는 데서 오는 불안이거나 성격의 형성의 기초가 되는 어린 시기에 시작하여 무리한 연습을 하는 데 있다고 보인다. 반면에 성악전공은 사춘기를 지나 본격적으로 시작하는 경향이 있으므로 이들의 자아는 불안 형성에 영향을 미친다고 하였다. 이순옥(2000)의 연구에서도 악기를 시도하는 학습입문 시기의 차이에서 이런 결과가 비롯될 수 있음을 지적하였고, 이런 시기적 요인은 특성불안 형성에 영향을 주어 결국 연주불안과 관련이 있을 가능성이 있다고 보았다.

앞서 국악전공분야별로 특성을 고찰한 결과, 국악 현악과 관악연주자의 연주불안을 일으키는 요인으로 관현악 합주에서의 음률 체계로 인한 고충과 개량악기 등의 제작에 따른 부담감, 연주장르에 있어서도 정악, 민속음악, 창작국악의 세 갈래를 섭렵해야 하는 어려움이 크게 작용한 것으로 보였다. 현재 국악전공자의 전공분야별 인구가 현악과 관악에 더 많이 분포되어 있다. 따라서 현악과 관악연주자들은 더욱 치열한 경쟁 구도 속에서 연주불안을 느끼는 것으로 여겨진다. 한편 타악 전공자의 연주불안이 비교적 낮게 나타난 것은 전공 시작 시기와의 관련성이 있지만 현악과 관악은 대부분 암보를 통해서 연주가 이루어지는 반면, 타악은 정해진 박자를 보다 융통성 있게 변형할 수 있기 때문에 연주불안이 상대적으로 덜

하다고 여겨진다.

국악 전공에 따른 연주불안의 차이를 좀 더 명확하게 파악하기 위해서는 보다 많은 전공자의 설문과 면접을 통한 체계적인 후속 연구가 필요할 것이다.

다음으로 ‘가설 2-3. 국악연주자의 배경적 특성, 완벽주의 성향과 자기효능감은 연주불안에 영향을 미칠 것이다.’의 검증 결과는 다음과 같다.

국악연주자의 배경적 특성, 완벽주의 성향과 자기효능감이 연주불안에 미치는 영향을 분석하기 위하여 모형1에서는 배경적 특성, 모형2에서는 완벽주의 성향, 모형3에서는 자기효능감을 추가로 투입하여 효과를 분석하였다. 전공의 경우는 명목 척도이기 때문에 더미처리를 하여 분석에 사용하였다.

[모형1]에서는 회귀모형의 설명력이 4.8%로 나타났으며, 회귀모형도 유의미한 것으로 나타나고 있었다. 성별은 정적인 영향을, 성악과 타악은 연주불안에 부적인 영향을 미치고 있었다.

완벽주의 성향이 추가로 투입된 [모형2]에서는 회귀모형의 설명력이 10.1% 증가하였으며 자기지향 완벽주의는 부적인 영향을 미치고 있었고, 사회적 완벽주의는 정적인 영향을 미치고 있었다.

자기효능감이 추가로 투입된 [모형3]에서는 회귀모형의 설명력이 2.8% 증가하였으며, 자기효능감은 부적인 영향을 미치고 있었다. 이것은 국악연주자의 자기효능감이 연주불안에 미치는 직접적 영향이 유의미하지 않다는 점을 고려했을 때 자기효능감의 조절변인으로서의 영향력을 재해석할 수 있다고 하겠다.

[모형1]에서 남녀 간의 성별은 정적 차이를 보이는데 여자가 남자에 비하여 불안을 더 느끼는 것으로 나타났으며, 현악과 관악에 비하여 타악과 성악이 상대적으로 낮게 나타났다.

[모형2]에서 완벽주의 성향과 연주불안은 자기지향 완벽주의는 부적 영향을, 사회적 완벽주의는 정적 영향을 나타냈다. 이러한 연구결과는 완벽주의 성향이 강할수록 불안을 더 느낀다는 Mor 등(1995)의 연구와 일치한다. 이는 완벽주의가 모든 수행 불안과 관련이 있음을 의미한다. 특히 사회적 완벽주의가 높으면 타인이 자

신에게 부과하는 기준이 지나치게 높다고 인식하여 불안을 경험하게 된다. 사회적 완벽주의가 연주불안, 신체인지 증상, 독주합주 불안, 연주평가에서 정적인 영향을 미친다는 선행연구(기주희, 1993; 박혜진, 2001; 송은영 등, 2008; 한기연, 1993; 현진원, 1992; Hollender, 1965; Kenny, 2004; Mor, et al., 1995; Pacht, 1984; Sorotzkin, 1985)의 연구결과와 일치하고 있다.

연주평가에서 자기지향 완벽주의가 부적인 영향을 나타내는 것은 자기지향 완벽주의 성향이 낮을수록 연주평가의 불안이 높게 나타나고 있다. 이는 평가 위험이 높을수록 불안수준이 높아진다는 현진원(1992)의 연구결과와 맥락을 같이한다. 그리고 Hewitt과 Flett(1991)은 사회적 완벽주의가 타인을 즐겁게 해주지 못하기 때문에 그 결과 분노, 우울을 겪는다고 가정하였다. 여기에서의 타인은 완벽을 바라는 부모나 스승일 수 있으며, 국악연주자들의 특성이기도 한 유파의 이수나 전수를 전제로 모델링이 되는 음원에 정확성을 기하는 것이다.

이를 지지해 주는 가야금연주자 김○○의 경험을 들면, 초등학교 입문과 더불어 부모님의 권유로 인해 전공악기를 시작하고 이후 부모님의 기대에 부합한 상급학교에 순차적으로 진학하였다. 현재는 대학원을 졸업하고 프리랜서로 연주활동을 하고 있으면서도, 연주회를 앞두고 사사(개인지도)를 받지 않고는 무대에 서지 못하며 매 연주마다 극도의 스트레스로 인해 죽음과 같은 공포를 경험한다고 하였다. 그가 가장 염려하는 것은 음악적 표현력의 미흡으로 인해 부모님과 스승에게 실망을 안겨 드릴까봐 걱정이 된다고 하였다. 즉 자신은 항상 완벽하고 탁월해야 한다는 기대수준을 우려하는 것이라 할 수 있다(개인 간 대화, 2013. 5. 13).

또한 주요 연주 및 오디션 등의 평가에 심한 불안감을 느낀다는 대금 연주자 채○○는 전공악기의 가변적 특성으로 불안감을 느낀다고 한다. 이는 대금 취구(吹口) 옆 청공(淸孔) 위에 붙이는 ‘청(갈대속청)’이라는 얇은 막이 습도와 적절한 조절력에 민감하여 연주 전 불안을 갖기도 하며, 주로 합주에서는 피리와 대금이 주선율을 맡고 있기 때문에 합주상황에서도 긴장감을 지속하고 있다고 하였다(개인 간 대화, 2013. 7. 5).

이를 종합해 보면 연주자의 완벽주의 성향이 연주불안에 미치는 영향은 크다고 볼 수 있다. 그러므로 가설 2-3의 국악연주자의 배경적 특성, 완벽주의 성향과 자기효능감은 연주불안에 영향을 미칠 것이라는 가설은 옳다고 판명되었다.

국악연주자의 배경적 특성, 완벽주의 성향과 자기효능감이 연주불안에 영향을 미친다는 것은 대부분의 연구에서 긍정적으로 드러나는 결과이지만, 좀 더 명확하게 파악하기 위해서는 보다 많은 전공자의 설문과 면접을 통한 체계적인 후속 연구가 필요할 것이다.

세 번째 연구문제인 ‘국악연주자의 자기효능감은 완벽주의 성향이 연주불안에 미치는 영향을 조절하는 효과가 있는가?’와 관련하여 설정한 ‘가설 3-1. 국악연주자의 자기효능감은 완벽주의 성향이 연주불안에 미치는 영향을 조절하는 효과가 있을 것이다.’를 분석한 결과, [모형1]에서는 완벽주의가 연주불안에 영향을 미치지 못하는 것으로 나타났다. 자기효능감이 추가로 투입된 [모형2]에서는 회귀모형이 8.2% 증가하였으며, 완벽주의는 정적인 영향, 자기효능감은 부적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 완벽주의와 자기효능감의 상호작용이 투입된 [모형3]에서는 회귀모형이 2.8% 증가하였으며, 상호작용효과는 연주불안에 부적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 즉 자기효능감은 완벽주의가 연주불안에 미치는 영향을 조절하고 있다고 볼 수 있다. 따라서 가설 3-1의 국악연주자의 자기효능감은 완벽주의 성향이 연주불안에 미치는 영향을 조절하는 효과가 있을 것이라는 가설은 옳다고 판명되었다.

이 연구결과는 완벽주의 성향과 자기효능감 간의 상호작용은 유의미하다는 선행연구(김근홍, 이민규, 1998; 홍혜영, 1995; 정승진, 2008; 문경, 1997)의 연구결과와 일치한다. 이는 자기효능감이 높은 연주자는 자신의 성과나 목표를 위해 수행해야 하는 행동에 대해 충분히 할 수 있다는 높은 신념을 가지고 있는 반면, 자기효능감이 낮은 연주자는 수행해야 하는 행동에 대해 불안감이나 무능력함을 느끼고, 그 결과 높은 수준의 연주불안으로 이어짐을 의미한다고 할 것이다.

이와 같은 맥락으로 완벽주의와 자기효능감에 대한 국내 선행연구를 살펴보면

김근홍과 이민규(1998)는 완벽주의성향이 과제수행에 미치는 영향이 자기효능감 수준에 따라 달라진다고 하였다. 이러한 연구결과는 홍혜영(1995)이 연구한 낮은 자기효능감을 갖는 사람은 어떤 상황에 자신이 적절하게 대처하지 못한다는 무력감 때문에 문제나 상황을 더 어렵게 인식한다는 결과와 같은 맥락의 결과를 보여준다. 따라서 자기효능감은 완벽주의성향에 의해 영향을 받음을 알 수 있다. 그리고 정승진(2008)은 완벽주의와 자기효능감 간의 연구에서 자기효능감이 높은 사람은 도전적이고 구체적인 목표를 설정하고 이를 성취하기 위한 방향으로 행동하고 자기효능감이 낮은 사람에 비해 더 많이 노력하고 어려움이 닦쳤을 때도 과제를 지속적으로 해결하려 한다고 밝히고 있다. 따라서 자신의 능력을 자기 스스로 믿는 자기효능감은 어떤 상황에서든지 잘 대처할 수 있는 완벽성과 밀접한 관계가 있다고 할 수 있다. 또한 문경(1997)의 연구에서도 완벽주의를 자기효능감의 수준에 따라 비교한 결과 적응적이거나 부적응이 될 수도 있다고 하였다. 이와 같이 자기효능감이 자신이 노력하여 원하는 결과를 얻을 수 있을 것이라는 믿음으로써, 지각된 자기효능감이 강할수록 사람들은 보다 높은 목표에 도전하고 목적을 수행하는 데 더욱 전념하는 특성을 갖고 있기에 완벽주의와 밀접한 관계가 있음을 시사한다(Locke & Latham, 1990).

이러한 연구결과를 지지하는 일례로 국악연주자의 경험을 들면, 가야금병창의 명인인 문○○는 무형문화재 예능 보유자로 평소에 왕성한 연주활동을 하고 있으며, 대학에서 후학 양성에도 주력하고 있다. 그러나 오래전 수상을 목표로 심리적 부담을 안고 대회에 참가하여 연주 도중 사설을 잊고 한참을 당황한 기억이 있다. 이후로 무대 연주를 할 때마다 그때의 참혹했던 상황이 떠올라 공황 상태가 되어 원활한 연주를 할 수 없다고 한다. 그리고 여럿이 연주하는 합주에서는 불안감이 덜하지만 독주로 무대에 서는 상황에서는 불안감이 더 높다고 하였다. 또한 그의 말에 의하면 판소리 명창이나 가야금병창 명인들도 사설을 잊고 당황하여 지속하지 못하고 무대를 내려오는 경우가 더러 있다고 한다. 그러한 경우 판소리의 연주 특성상 즉흥으로 대처할 수 있는 방안이 있음에도 불구하고 음악을 중단한 이유는

‘실수’라는 인식이 크게 작용한 개인의 심리적 요인이 있는 것 같다고 하였다(개인 간 대화, 2013. 7. 6).

가야금연주자인 연구자 본인도 2005년 가야금 종류별 연주로 다섯 개의 가야금(정악가야금, 산조가야금, 17현가야금, 21현가야금, 25현가야금)을 이용한 독주회 이후 주요 연주회를 하지 못하고 있는 실정이다. 특별한 실수를 하지 않았음에도 불구하고 연습과정 때부터 치중했던 악곡의 일부분에 대한 기술적 능숙함에 만족하지 못하여, 연주회 전체를 실패로 인식하며 자신감을 상실하였다. 이는 사실상 오랜 기간 동안 연주자의 길을 포기한 것이라 할 수 있다.

이와 같이 완벽을 추구하는 사람들은 자신의 수행에 만족하지 못하고 불완전한 요소들을 찾아내는 데 더 관심을 둔다. 따라서 완벽주의자들은 연주의 포괄적인 평가보다도 본인의 기대와 수행에 있어 어긋난 것을 떠올리게 되고, 자기효능감이 낮아져서 더욱 수행에 어려움을 겪게 되는 것이라 할 수 있다. 완벽주의 성향과 연주불안의 관계에서 자기효능감의 수준에 따라 연주불안의 정도를 달리하고 있기 때문에 자기효능감의 역할은 연주불안을 줄이는 데 중요한 요인으로 작용한다고 할 것이다. 자기효능감에 영향을 주는 요인은 과거의 연주 성공과 실패의 경험이다. 다시 말해서 연주를 실패하더라도 지각된 효능감이 충격을 받지 않는다면 연주불안에 영향을 주지 않는다고 할 수 있다.

따라서 추후 연구에서는 연주의 실패와 성공에 따른 지각된 효능감을 어떻게 발달시킬 수 있는가를 연구하는 것도 의미 있는 연구가 될 것으로 사료된다.

제3절 제 언

이 연구에서는 국악연주자의 완벽주의 성향과 자기효능감이 공연불안에 어떤 영향을 미치는지를 분석하였고, 각각의 변인을 통하여 연주자의 완벽주의 성향 검증 을 시도했다는 점에서 의의가 있다. 또한 국악연주자만을 대상으로 하여 심리적

측면을 다각적으로 연구한 것은 최초이기 때문에 추후 국악연주자들에게 심리적 부담이 되고 있는 연주불안에 대한 연구가 활발히 이어질 수 있는 지침이 될 수 있다는 점도 의의가 있다.

따라서 이 연구의 자료 분석 결과 학문적으로 의미 있는 몇 가지 결과가 도출되었으며, 이에 이 연구결과를 바탕으로 후속 연구에서 기대되는 바를 다음과 같이 제언하고자 한다.

첫째, 이 연구에서 사용된 측정도구의 문제이다. 완벽주의 성향, 연주불안 등을 측정하는 도구는 우리나라에서 자체적으로 개발된 것이 없다. 국외에서 개발된 도구를 일부 수정하여 사용하고 있기 때문에 국내의 실정에 맞는 정확한 측정에 한계가 있다. 따라서 추후 연구에서는 우리 문화와 실정에 맞는 측정 도구를 개발하고, 이를 통해서 경험적으로 재검증해 볼 필요가 있다.

둘째, 이 연구에서는 완벽주의 성향과 자기효능감이 공연불안에 미치는 영향에 대하여만 분석하였으나, 추후 연구에서는 공연불안을 감소할 수 있는 프로그램의 개발이 요구된다. 이 프로그램을 통하여 공연불안을 감소시킬 수 있다면 공연의 질적 향상을 도모할 수 있을 것이다.

셋째, 이 연구에서는 국악연주자의 완벽주의 성향이 자기효능감 및 공연불안에 어떤 영향을 미치는지에 대한 분석이 양적 연구에만 의존하여 이루어졌으나, 이 연구를 시발점으로 표본 집단을 더 크게 잡고, 질적 연구와 병행한 국악연주자와 연주불안의 상관관계를 모색하는 훌륭한 후속 연구가 이어질 것이라 기대한다.

넷째, 이 연구에서는 연주자의 완벽주의 성향이 연주불안에 미치는 영향을 자기효능감의 조절변인을 통하여 밝히면서 관련 요인간의 상호관계를 분석하였다. 그러나 연주불안에 대한 조절변인은 다양할 수 있으므로 추후 연구에서는 다양한 조절변인을 활용하여 보다 심도 있는 연구가 이어져야 할 것이다.

마지막으로 바라는 점은 교육현장에서도 이를 활용하여 국악전공자의 교과과정에 있는 연주와 관련된 ‘연주’, ‘전공실기’, ‘향상음악회’, ‘실내악연주’, ‘관현악 합주’ 등의 수업 외에도 연주불안을 이해하고 대응할 수 있는 교과목이 개설되었으면 한

다. 따라서 전공자로서의 연주인의 삶에 불안을 없애거나 최소화할 수 있는 방안들이 모색되어 연주 실력을 최대한 발휘할 수 있는 ‘훌륭한 국악 연주의 실현’이 가능해지길 바란다.

참 고 문 헌

- 강유선(2011). 음악전공 여대생의 완벽주의와 연주불안의 관계에서 수치심의 매개 효과 검증. 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 강은주·한주희(2009). 음악전공생의 학습동기와 경력관련 변수가 연주불안감에 미치는 영향. **예술교육연구**, 7(2), 37-51.
- 고현숙(2010). 청소년 피아노 연주자들의 무대 공포증에 관한 조사 연구. 숙명여자대학교 사회교육대학원 석사학위논문.
- 고흥곤국악기(2013). Retrieved July 7, 2013 from <http://www.gohgon.com/index.htm>
- 광주예술고등학교(2013). Retrieved July 1, 2013 from <http://www.kj-art.hs.kr/sub4/02.htm>
- 국립국악고등학교(2013). Retrieved July 1, 2013 from <http://www.gukak.hs.kr/entrance/index.htm>
- 국립국악원(2012). **국악연감** 2011. 서울: 국립국악원.
- 국립국악학교(2013). Retrieved July 1, 2013 from <http://www.gukak.ms.kr/entrance/index.htm>
- 국립민속국악원(2005). **명창을 알면 판소리가 보인다(개정판)**. 남원: 국립민속국악원.
- 김근홍·이민규(1998). 완벽주의 성향과 자기효능감이 우울과 과제수행에 미치는 영향. **한국심리학회지 임상**, 17(1), 211-222.
- 김대호(2000). 테너 발성과 국악(남창 정가 및 판소리) 발성 비교 연구. 서울대학교 대학원 석사학위논문.
- 김명주(2010). 대학무용수용 완벽주의성향척도의 구인타당도. **한국체육측정평가학회지**, 12(3), 45-57.
- 김보라(2011). 연주불안감에 대한 고찰과 조사연구. 상명대학교 교육대학원 석사학위논문.

- 김아영(1997). 학구적 실패에 대한 내성의 관련변인 연구. **교육심리연구**, 11(2), 1-19.
- 김아영(2004). 자기 효능감과 학습동기. **교육방법학회**, 16(1), 1-38.
- 김아영·차정은(1996). 자기효능감과 측정. **산업 및 조직심리학회 동계학술발표대회 논문집**, 51-64.
- 김영신(2007). 음악을 이용한 둔감각 훈련과, 음악을 이용한 점차적 근육이완 훈련과 명상이 예술고등학교 재학생들의 연주불안 감소에 미치는 영향. **아동교육**, 16(2), 5-15.
- 김영신(2008). 예술고교 음악과 학생들의 연주불안 조사 연구. **한국음악치료학회지**, 10(2), 40-56.
- 김윤희·서수균(2008). 완벽주의에 대한 고찰: 평가와 치료. **상담 및 심리치료**, 20(3), 581-613.
- 김종미(2011). 국악관현악의 수용에 따른 음률감의 변화와 그 대응. 성균관대학교 대학원 박사학위논문.
- 김준모(2008). 연주자의 심리적 부담 완화에 관한연구 : 성악 연주를 중심으로. 연세대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 김지애(2012). 자기효능감과 시간적 거리가 연주불안에 미치는 영향. 상명대학교 대학원 석사학위논문.
- 김향경(2006). 피아노연주에서의 긴장심리 완화방안 연구: 프로이트와 에릭슨의 정신역동이론에 근거하여. 경원대학교 대학원 석사학위논문.
- 김향원(1993). 연주공포에 관한 문헌 연구. 이화여자대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 김해숙(2003). **산조란 어떤 음악인가?**. 전통예술원편. 서울: 민속원.
- 김혜정(1999). 연주불안 증상과 심리적 요인에 관한 연구. 숙명여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 노동은(1996). **노동은의 음악상자**. 서울: 웅진출판.
- 노동은(1996). 국립관현악단의 새틀짜기와 새틀깨기 그리고 새틀세우기. **한국음악**

사학보, 16(1). 95-101.

문경(1998). 완벽주의 차원과 자기효능감이 우울에 미치는 영향. **가톨릭대학교 학생생활상담**, 17, 82-102.

민경희(1998). 무대 공포의 심리 및 대처방안에 관한 연구. **수원대학교 논문집**, 35. 409-426.

민병배 · 이한주(2000). 강박성 성격장애. 서울: 학지사.

박정화(2013). 대학생의 부적응적 완벽주의와 우울 간의 관계에서 자기몰입의 조절 효과. 전남대학교 대학원 석사학위논문.

박주영(2004). 피아노 연주의 심리적 불안과 긴장완화에 대한 연구. 전북대학교 대학원 석사학위논문.

박혜진(2011). 무용전공자의 완벽주의 성향이 성취목표 및 공연자신감에 미치는 영향. 동국대학교 교육대학원 석사학위논문.

배은정 · 조옥귀(2005). 아동의 완벽주의 성향, 우울 및 학업성적의 관계. **교육이론과 실천**, 15, 161-185.

백대웅(1996). **다시보는 판소리**. 서울: 어울림.

백대웅(1996). 전통음악의 시대적 변화와 국악기개량. **한국음악사학보**, 16(1), 102-104.

백대웅(1997). 국악의 이해(3) : 악기의 이해. **음악과 민족**, 14, 58-70.

서울대학교(2013). 2013 서울대학교 음악대학 국악과 입학고사 일반전형 실기 곡목. Retrieved July 1, 2013 from http://plaza.snu.ac.kr/~kukak/html/menu_01.htm

서한범 외(1996). **우리소리 우리가락**. 서울: 국악춘추사.

서혜선(2001). 무대공포증 극복 방법 연구. 숙명여자대학교 대학원 석사학위논문.

소미희(2001). 대중연주상의 장애요인에 관한 조사[Ⅲ]. **서원대학교 예술문화논총**, 10, 1-41.

송동림(2009). 완벽주의에 대한 심리학적 고찰. 광주: 광주가톨릭대학교출판부.

송은영 · 하은혜(2008). 청소년의 외상경험, 완벽주의 성향 및 부정적 사고가 사회

- 불안에 미치는 영향. 인지행동치료, 8(1), 41-56.
- 송지애(2009). 목소리 즉흥을 통한 음대생의 연주불안 감소 연구. 이화여자대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 원영실(2005). 불안수준의 개인차와 전공실기 성취도와의 상관관계. **음악교육연구**, 28, 53-79.
- 울렁증 극복하여 상명탕 먹었더니 더 어지러워 (2013). Retrieved June 17, 2013 from http://www.bbsi.co.kr/news/news_view.asp?nIdx=557841
- 유성은(1997). 완벽주의적 성향, 사회적 지지, 스트레스에 대한 대처 방식이 중년 여성의 우울에 미치는 영향. 고려대학교 대학원 석사학위논문.
- 유성진·권석만(2000). 걱정이 많은 사람들의 성격특징. **심리과학**, 9(1), 15-37.
- 이의정(1995). 성악인들의 연주 긴장감 완화를 위한 방법론 연구. 숙명여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 이상미·이숙(2007). 내현적 자기애와 청소년의 우울 및 자기효능감 간의 관계. **놀이치료연구**, 13(2), 15-28.
- 이소영(1996). 국악기 개량 및 그 논의의 현황과 이후 전망. **한국음악사학보**, 16(1), 105-122.
- 이순옥(1999). 음악전공 대학생의 연주불안과 연주성취 연구. 동아대학교 대학원 박사학위논문.
- 이용식(2009). 한국전통음악의 전승과 미래: 가야금 산조를 중심으로. **공연문화연구**, 19, 281-315.
- 이진화(2006). 피아노 전공 대학생의 연주불안에 관한 조사. 서울대학교 대학원 석사 학위논문.
- 이화여자대학교(2013). Ewha 정시모집 요강 2013. Retrieved July 1, 2013 from <http://enter.ewha.ac.kr/admission/html/regular/guide.asp>
- 전남대학교(2013). 2014학년도 대학 신(편)입학 전형 예체능계 실기고사 과제 공고. Retrieved July 1, 2013 from <http://admission.jnu.ac.kr/sub.aspx?PID=25&cate=146>

- 전인평(2007). **우리 음악의 매력: 우리가 정말 알아야 할 우리 음악**. 서울: 현암사.
- 정범태·정운아(1988). **우리 시대의 가무악**. 서울: 눈빛.
- 정승진(1998). 완벽주의의 긍정-부정적 특성. 수원: 경희대학교 학생생활센터.
- 정승진(2008). **완벽주의로 고통받는 이들을 위한 집단상담 프로그램**. 서울: 학지사.
- 정인지(2009). 음악전공생의 완벽주의적 사고 및 무대불안 감소를 위한 즉흥연주의 효과. 이화여자대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 정자경(2010). 소리 시김새를 활용한 가야금병창 교육 프로그램 개발. 조선대학교 대학원 박사학위논문.
- 정희선(1994). 음악연주와 무대공포증. 이화여자대학교 음악대학. **음악예술논단**, 3, 7-35.
- 조명희(2010). 연주자의 심리적 특성과 연주관련특성이 연주만족도에 미치는 영향. 백석대학교 대학원 박사학위논문.
- 조영미(2003). 청소년의 완벽주의 성향 및 자기효능감이 시험불안에 미치는 영향. 이화여자대학교 석사학위논문.
- 진은경(2004). 연주 불안에 대한 실태조사 및 그에 따른 극복방법의 문헌적 고찰. 경성대학교 대학원 석사학위논문.
- 채숙희(1997). 완벽주의 성향 및 주의 방향이 수행불안과 인지적 방해에 미치는 영향. 전남대학교 대학원 석사학위논문.
- 최동현(1994). **판소리란 무엇인가**. 서울: 에디터.
- 최미영(1999). 음대생의 연주불안감에 관한 조사연구. 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 최미영(2006). 연주불안감에 대한 음대생들의 인식조사 연구. **예술교육연구**, 4(2), 31-40.
- 최승희(2009). 발레무용수의 다차원적 완벽주의 성향, 신체불만족, 섭식태도의 관계 분석. 세종대학교 대학원 석사학위논문.
- 최원혜·문은식(2004). 고등학생의 완벽주의 성향에 따른 시험불안의 차이. **교육심리연구**, 18(1), 23-35.

- 최정임(1998). 완벽주의 성향, 시험 불안, 학업성취도의 관계: 고등학생을 중심으로. 연세대학교 대학원 석사학위논문.
- 최종민(2003). **한국 전통음악의 미학 사상**. 서울: 집문당.
- 최진호 · 정완규(2011). 피아노 전공 대학생들의 연주불안과 연주경험과의 관계. **음악교육연구**, 40(1), 169-190.
- 한국학중앙연구원(1991). **한국민족문화대백과**. 성남: 한국학중앙연구원
- 한기연(1993). 다차원적 완벽성: 개념, 측정 및 부적응과의 관련성. 고려대학교 대학원 박사학위논문.
- 한영숙(2011). 완벽주의, 자기효능감, 실패공포가 학업지연행동에 미치는 영향. **청소년학 연구**, 18(4), 277-299.
- 허경철(1991). Bandura의 자아효능감 발달 이론과 자주성 함양을 위한 교수-학습 방법. **한국교육**, 18(10), 67-84.
- 현진원(1992). 완벽주의성향과 평가수준이 과제 수행에 미치는 영향. 연세대학교 대학원 석사학위논문.
- 현진원 · 최정훈(1992). 완벽주의 성향과 평가수준이 과제 수행에 미치는 영향. **한국심리학회 연차 학술발표대회 논문집**, 463-472.
- 홍혜영(1995). 완벽주의 성향, 자기효능감, 우울과의 관계연구. 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 황병기(2003). **판소리와 산조에 나타난 한국인의 미의식: 전통예술원편**. 서울: 민속원.
- Abel, J. L., & Larkin, K. T. (1990). Anticipation of performance among musicians; Physiological arousal, confidence, and state-anxiety. *Psychology of Music*, 18, 171-182.
- Adkins, K. K., & Parker, W. D. (1996). Perfectionism and suicidal preoccupation. *Journal of Personality*, 64, 529-543.
- Adler, A. (1956). The neurotic disposition. In H. L. Ansbacher & R. R. Ansbacher (Eds.), *The individual psychology of Alfred Adler*. New York:

- Harper & Row.
- American Psychiatry Association (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (5th ed., DSM-5)*. Arlington, VA: American Psychiatry Association.
- Appel, S. S. (1976). Modifying solo performance anxiety in adult pianists. *Journal of Music Therapy, 13*(1), 2-16.
- Ariadna, O. B. (2009). Music performance anxiety; a review of literature. Dissertation Medizinische Fakultat/Universitätsklinikum.
- Bandelow, B. (2004). *Das Angstbuch*. 한정희 역(2008). *불안, 그 두 얼굴의 심리학*. 서울: 뿌리와 이파리.
- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review, 84*(2), 191-215.
- Bandura, A. (1982). Self-efficacy in human agency. *American Psychologist, 37*, 122-147.
- Bandura, A. (1986). *Social foundation of thought and action: A social cognitive theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. New York: W. H. Freeman.
- Bandura, A., & Wood, R. E. (1989). Effect of perceived controllability and performance standards on self-regulation of complex decision-making. *Journal of personality and Social psychology, 56*, 805-814.
- Barrow, J. C., & Moore, C. A. (1983). Group interventions with perfectionistic thinking. *Personnal and guidance Journal, 61*, 612-615.
- BBC News(2006). Streisand makes stage comeback. Retrieved June 28, 2013 from <http://news.bbc.co.uk/2/hi/entertainment/5405166.stm>
- BBC News(2011). Superbowl: Christina Aguilera fluffs national anthem.

Retrieved June 28, 2013 from <http://www.bbc.co.uk/news/world-us-canada-12378790>

- Beck, A. T.(1967). *Depression: Clinical, experimental and theoretical aspects*. New York: Harper & Row.
- Blatt, S. J. (1995). Impact of perfectionism and need for approval on the brief treatment of depression: The national institute of mental health treatment of depression collaborative research program revisited. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 63*, 125.
- Brenner, C. (1957). *An elementary textbook of psychoanalysis*. New York: Double Day Anchor Book.
- Brodsky, W. (1996). Music performance anxiety reconceptualized: A critique of current research practices and findings. *Medical problems of performing artists, 11*(3), 88-98.
- Brodsky, W., Sloboda, J. A., & Waterman, M. G. (1994). An exploratory investigation into auditory style as a correlate and predictor of music performance anxiety. *Medical Problems of Performing Artists, 9*, 101-112.
- Brotons, M. (1994). Effect of performing condition on music performance, anxiety, and performance quality. *Journal of Music Therapy, 31*, 63-81.
- Burns, D. D. (1980 November). The perfectionist's script for self-defeat. *Psychology Today, 34*-52.
- Cox, W. J., & Kenardy, J. (1993). Performance anxiety, social phobia, and setting effects in instrumental music students. *Journal of Anxiety Disorders, 7*(1), 49-60.
- Craske, M. G., & Craig, K. D. (1984). Musical performance anxiety: the three-systems model and self-efficacy theory. *Behavior Research and Therapy, 22*(3), 267-280.

- Dews, C. L. B. & Williams, M. S. (1989). Student musicians personality styles, stresses, and coping patterns. *Psychology of Music*, 17, 37-47.
- Ellis, A. (1962). Reason and emotion in psychotherapy. New York: Lyle Stuart.
- Ely, M. C. (1991). Stop performance anxiety! *Psychology*, 15, 27-33.
- Epstein, S. (1967). Toward a unified theory of anxiety. In B. A. Maher(Ed.), *Progress in experimental personality research*(Vol. 4, pp. 1-89). New York: Academic Press.
- Evans, A. (1994). *The secrets of musical confidence: How to maximize your performance potential*. Sydney. Australia: Harper Collins.
- Famous pianists with stage fright (2013). Retrieved June 17, 2013 from <http://www.pianostreet.com/smf/index.php?topic=39044.0>
- Flett, G. L., Hewitt, P. L. & Dyck, D. G. (1989). Self-oriented perfectionism, neuroticism and anxiety. *Personality and Individual Differences*, 10(7), 731-735
- Flett, G. L., Hewitt, P. L., Blankstein, K., & O'Brien, S. (1991). Perfectionism and learned resourcefulness in depression and self-esteem. *Personality and Individual Differences*, 12(1), 61-68.
- Frost, R. O., & Henderson, K. J. (1991). Perfectionism and reaction to athletic competition. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 13(4), 323-335.
- Frost, R. O., Marten, P., Lahart, C., & Rosenblate, R. (1990). The dimensions of perfectionism. *Cognitive Therapy and Research*, 14(5), 449-468.
- Hamacheck, D. E. (1978). Psychodynamics of normal and neurotic perfectionism. *Psychology: A Journal of Human Behavior*, 15(1), 27-33.
- Hamann, D. L. (1982). An assessment of anxiety in instrumental and vocal performances. *Journal of Research in Music Education*, 30(2), 77-90.

- Hamann, D. L., & Sobaje, M. (1983). Anxiety and the college musician: A study of performance conditions and subject variables. *Psychology of Music*, 11(1), 37-50.
- Hembree, R. (1988). Correlates, causes, effects, and treatment of test anxiety. *Review of Educational Research*, 58(1), 47-77.
- Hewitt, P. L., & Flett, G. L. (1991). Perfectionism in the self and social contexts: Conceptualization, assessment, and association with psychopathology. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60(3), 456-470.
- Hewitt, P. L., Flett, G. L., Besser, A., Sherry, S. B., McGee, B. (2002). Perfectionism is multidimensional: a reply to Shafran, Cooper and Fairburn. *Behaviour Research and Therapy*, 41, 1221-1236.
- Higgins, E. T. (1987). Self- discrepancy: A theory relating self and affect. *Psychological Review*, 94, 319-40.
- Hollender, M. H. (1965). Perfectionism. *Comprehensive Psychiatry*, 6(April), 94-103.
- Horney, K. (1945). *Our inner constructive theory of neurosis*. New York: Norton.
- Horney, K. (1950). *Neurosis and human growth*. New York: Norton.
- Kee, J. (1993). Performance anxiety in violin playing. Unpublished doctoral dissertation, University of Illinois at Urbana-Champaign.
- Kendrick, M. J., Craig, K. D., Lawson, D. M., & Davidson, P. O. (1982). Cognitive and behavioral therapy for musical performance anxiety. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 50(3), 352-362.
- Kenny, D. T. (2004). Music performance anxiety: Is it the music, the performance or the anxiety? *Music Forum*, 10(4), 38-43..

- Kenny, D. T. (2011). *The psychology of music performance anxiety*. Oxford: Oxford University Press.
- Kenny, D. T., Davis, P. J., & Oates, J. (2004). Music performance anxiety and occupational stress amongst opera chorus artists and their relationship with state and trait anxiety and perfectionism. *Journal of Anxiety Disorders, 18*(6), 757-777.
- Kivimaki, M., & Jokinen, M. (1994). Job perceptions and well-being among symphony orchestra musicians: A comparisons with other occupational groups. *Medical Problems of Performing Artists, 9*, 73-76.
- Kubzansky, L. D., & Stewart, A. J. (1999). At the intersection of anxiety, gender and performance. *Journal of Social and Clinical Psychology, 18*(1), 76-97.
- LeBlanc, A. (1994). A theory of music performance anxiety. *The Quarterly Journal of Music Teaching and Learning, 5*(4), 62-65.
- LeBlanc, A., Jin, Y. C., Obert, M., & Siivola, C (1997). Effect of audience on music performance anxiety. *Journal of Research in Music Education, 45*(3), 480-496.
- Lehrer, P. M. (1981). What is performance anxiety? A psychological study of the responses of musicians to a questionnaire about performance anxiety. *Proceedings of International Conference on Tension in Performance*, Kingston Polytechnic, UK.
- Lehrer, P. M., Goldman, N. S., & Strommen, E. F. (1990). A principal components analysis assessment of performance anxiety among musicians. *Medical Problems of Performing Artists, 5*(1), 12-18.
- Lock, E. A., & Latham, G. P. (1990). *A theory of goal setting and performance*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.

- Macintyre, P. D. & Gardner, R. C. (1991a). Methods and results in the study of anxiety and language learning: A review of the literature. *Language Learning*, 41(1), 85-117.
- Maranto, C. D., & Scartelli, J. (1992). Music in the treatment of immune-related disorders. In R. Spintge & R. Droh(Eds.), *Music Medicine*(pp. 142-154). St. Louis, MO: MMB Music.
- Missildine, W. H. (1963). *Your inner child of the past*. New York: Simon & Schuster.
- Mor, S., Day, H. I., Flett, G. L., & Hewitt, P. L. (1995). Perfectionism, control, and components of performance anxiety in professional artists. *Cognitive Therapy and Research*, 19, 207-225.
- Music (2013). Retrieved June 17, 2013 from <http://dictionary.reference.com/browse/music>
- Nagle, J. J., Himle, D. P., & Papsdorf, J. D. (1989). Cognitive-behavioural treatment of musical performance anxiety. *Psychology of Music*, 17, 12-21.
- Neftel, K. A., Adler, R. H., Kappeli, L., Rossi, M., Dolder, M., & Kaser, H. E. (1982). Stage fright in musicians: A model illustrating the effect of beta blockers. *Psychosomatic Medicine*, 44(5), 461-469.
- Osborne, M. S. & Franklin, J. (2002). Cognitive processes in music performance anxiety. *Australian Journal of Psychology*, 54, 86-93.
- Osborne, M. S., Kenny, D. T., & Holsomback, R. (2005). Assessment of music performance anxiety in late childhood: A validation study of the music performance anxiety inventory for adolescents (MPAI-A), *International Journal of Stress Management*, 12, 312-330.
- Ostwald, P. F. (1987). Psychotherapeutic strategies in the treatment of performing artists. *Medical Problems of Performing Artists*, 2(4),

131-136.

- Pacht, A. R. (1984). Reflections on perfection. *American Psychologist*, *39*, 386-390.
- Parker, W. D. (1997). An empirical typology of perfectionism in academically talented children. *American Educational Research Journal*, *34*, 545-562.
- Powell, D. H. (2004). Treating individuals with debilitating performance anxiety: An introduction. *Journal of Clinical Psychology/In session*, *60*(8), 801-808.
- Petty, R. E., & Cacioppo, J. T. (1986). *Communication and persuasion: Central and peripheral routes to attitude change*. New York: Springer.
- Rice, K. G., Ashby, J. S., & Slaney, R. B. (1998). Self-esteem as a mediator between perfectionism and depression: A structural equations analysis. *Journal of Counseling Psychology* *45*, 304-314.
- Rieff, P. (1979) Freud: The mind of the moralist(3rd ed.). Chicago: Chicago University Press.
- Rudolf, E. R., & J. David, B. (2007). *Psychological foundations of musical behavior*. 최병철 · 방금주 역(2001). **음악심리학**. 서울: 학지사.
- Salmon, P. G. (1990). A psychological perspective on musical performance anxiety: A review of the literature. *Medical Problems of Performing Artists*, *51*, 2-11.
- Schonberg, H. C. (1963). *The great pianists*. New York: Simon & Schuster.
- Schunk, D. H. (1981). Modeling and attributional feedback effects on children's achievement: A self-efficacy analysis. *Journal of Educational Psychology*, *74*, 93-105.
- Scovel, T. (1978). The effect of affect of foreign language learning: A review of the anxiety research. *Language Learning*, *28*(1), 129-142.
- Sherer, M., Maddux, J. E., Mercandante, B., Prentice-Dunn, S., Jacobs, B., &

- Rogers, R. W. (1982). The self-efficacy scale: Construction and validation. *Psychological Reports, 51*, 663-671.
- Silver, E. J., Bauman, L. J., & Ireys, H. T. (1995). Relationships of self-esteem and efficacy to psychological distress in mothers of children with chronic physical illnesses. *Health Psychology, 14*, 333-340.
- Silverman, L. K. (1994). *Counseling the gifted and talented*. Denver, CO: Lovelock Publishing.
- Slaney, R. B., & Johnson, D. G. (1992). *The almost perfect scale*. Unpublished manuscript, Pennsylvania State University.
- Slanny, R. B., Asbby, J. S., & Trippi, J. (1995). Perfectionism: Its measurement and career relevance. *Journal of Career Assessment, 3*, 177-196.
- Sorotzkin, B. (1985). The quest for perfection: Avoiding guilt or avoiding shame? *Psychotherapy, 22*, 564-571.
- Spielberger, C. D. (1972). Anxiety as an emotional state. In C. D. Spielberger (Ed.), *Anxiety: Current trends in theory and research*. New York: Academic Press.
- Stephens, A., & Fidler, H. (1987). Stage fright in orchestral musicians: A study of cognitive and behavioural strategies in performance anxiety. *British Journal of Psychology, 78*, 241-249.
- Sternbach, D. (1993). Addressing stress-related illness in professional musicians. *Maryland Medical Journal, 42*, 283-288.
- Sullivan, H. S. (1953). *The interpersonal theory of psychiatry*. New York: Norton.
- Sweeney, G. A., & Horan, J. J. (1982). Separate and combined effects of cue-controlled relaxation and cognitive restructuring in the treatment of music performance anxiety. *Journal of Counseling Psychology, 29*(5), 486-497.
- Tangney, J. P. (2002). Perfectionism and the self-conscious emotion: shame,

- prone to guilt, and psychopathology. *Journal of Abnormal Psychology*, 101, 469-478.
- Taylor, J. A. (1951). The relationship of anxiety to the conditioned eyelid response. *Journal of Experimental Psychology*, 41(2), 81-92.
- Valentine, E. (2002). The fear of performance. In J. Rink (Ed.), *Musical performance: A guide to understanding*(pp. 168-182). Cambridge, UK: Cambridge University Press.
- Wesner, R.B., Noyes, R., & Davis, T. L. (1990). The occurrence of performance anxiety among musicians. *Journal of Affective Disorders*, 18, 177-185.
- Wolfe, M. L. (1989). Correlates of adaptive and maladaptive musical performance anxiety. *Medical Problems of Performing Artists*, 4(1), 49-56.
- Wood, R. E., & Locke, E. A. (1987). The relation of self-efficacy and grade goals to academic performance. *Educational and Psychological Measurement*, 47, 1013-1024.
- Yerkes, R. M., & Dodson, J. D. (1908). The relation of strength of stimulus to rapidity of habit formation. *Journal of Comparative Neurology and Psychology*, 18, 459-482.
- Young, D. J. (1992). Language anxiety from the foreign language specialist's perspective: Interview with Krashen, Omaggio Hadley, Terrell, and Rardin. *Foreign Language Annals*, 25(2), 157-172.

부 록

▣ 설 문 지

안녕하십니까?

먼저 귀중한 시간을 할애해 주심을 감사드립니다.

이 설문은 국악을 전공하는 사람의 완벽주의 성향과 자기효능감 및 연주불안과의 관계를 연구하고자 하는 목적으로 작성되었습니다.

각 문항은 맞고 틀린 답이 있는 것은 아니므로, 솔직한 본인의 생각을 한 문항도 빠짐없이 답변해 주시기 바랍니다.

귀하께서 응답하신 내용은 통계법 제33조 및 제34조에 의거하여 비밀이 보장되며, 연구 이외의 다른 목적으로는 절대로 사용되지 않습니다.

귀하의 성의 있는 답변은 연구 주제에 대한 학문적 발전에 기여함은 물론 나아가 국악계의 발전에도 귀중한 자료가 될 것입니다.

귀한 시간을 허락하여 설문에 협조해 주심에 다시 한 번 진심 어린 감사를 드립니다.

2012. 11.

□ 연 구 자 : 조선대학교 대학원 교육학과 박사과정 서 담

□ E - mail : ssdam@hanmail.net

○ 다음 문항에서 귀하가 해당되는 사항에 ○ 또는 √로 표시해 주시기 바랍니다.

1	성 별	① 남자		② 여자					
2	학 력	① 고재			② 대재				③대졸이상
		1년	2년	3년	1년	2년	3년	4년	
3	전 공	① 현악		② 관악		③ 성악		④ 타악	

다음 문항들은 개인의 성격과 특성을 기술해 놓은 것입니다. 각 문항을 주의 깊게 읽고 그 내용이 ‘나 자신을 얼마나 잘 나타내고 있는지?’의 정도를 판단하여, 그 정도를 ‘1(전혀 그렇지 않다) ~ 7(매우 그렇다)’의 수준에서 자신과 가장 가까운 수준에 ○ 또는 √표 해 주시기 바랍니다.

번호	내 용	전혀 그렇지 않다			보통이다			매우 그렇다
		1	2	3	4	5	6	
1	일단 일을 시작하고 나면, 다 끝마칠 때까지는 쉬지 않는다.	1	2	3	4	5	6	7
2	다른 사람이 일을 너무 쉽게 포기하는 것을 봐도 욕하지 않는다.	1	2	3	4	5	6	7
3	친한 사람이 성공하는 것은 그리 중요한 일이 아니다.	1	2	3	4	5	6	7
4	친구가 최선이 아닌 선택을 해도 비난하지 않는다.	1	2	3	4	5	6	7
5	남이 내게 기대하는 것을 맞추기가 어렵다.	1	2	3	4	5	6	7
6	나의 목표는 모든 일에서 완벽해지는 것이다.	1	2	3	4	5	6	7
7	다른 사람이 하는 모든 일은 최고의 것이어야 한다.	1	2	3	4	5	6	7
8	일을 하면서 완벽을 기하지는 않는다.	1	2	3	4	5	6	7
9	주위 사람들은 내가 실수를 할 수도 있다고 생각한다.	1	2	3	4	5	6	7
10	주위 사람들이 최선을 다하지 않는 것을 봐도 나는 별로 문제 삼지 않는다.	1	2	3	4	5	6	7
11	내가 일을 잘 할수록 사람들은 더 잘할 것으로 기대한다.	1	2	3	4	5	6	7
12	나는 완벽해지고자 하는 욕구가 거의 없다.	1	2	3	4	5	6	7
13	내가 하는 일이 최고가 아니라면 사람들은 나를 형편없게 볼 것이다.	1	2	3	4	5	6	7
14	나는 가능한 한 완벽 하려고 애쓴다.	1	2	3	4	5	6	7
15	모든 일을 완벽하게 하는 것이 나에게서 매우 중요한 일이다.	1	2	3	4	5	6	7
16	나에게 중요한 사람들에게 큰 기대를 한다.	1	2	3	4	5	6	7
17	내가 하는 모든 일에서 최선을 다한다.	1	2	3	4	5	6	7

번호	내 용	전혀 그렇지 않다			보통이다			매우 그렇다
		1	2	3	4	5	6	
18	주변 사람들은 내가 모든 일에서 성공하기를 기대한다.	1	2	3	4	5	6	7
19	주위 사람들에게 대해 높은 기준을 갖고 있지는 않다.	1	2	3	4	5	6	7
20	나 자신이 완벽하기를 바란다.	1	2	3	4	5	6	7
21	내가 모든 일을 다 잘하지 않더라도 사람들은 나를 좋아할 것이다.	1	2	3	4	5	6	7
22	더 나아지려고 노력하지 않는 사람들을 보면 참을 수가 없다.	1	2	3	4	5	6	7
23	내가 한 실수를 발견하게 되면 매우 속이 상한다.	1	2	3	4	5	6	7
24	친구들에게 많은 것을 기대하지 않는다.	1	2	3	4	5	6	7
25	성공이란 다른 사람을 기쁘게 하기 위해서 더욱 열심히 일을 해야만 한다는 것이다.	1	2	3	4	5	6	7
26	내가 누군가에게 일을 부탁한 경우, 그 일이 완벽하게 되어있기를 기대한다.	1	2	3	4	5	6	7
27	나와 가까운 사람들이 실수하는 것을 참을 수가 없다.	1	2	3	4	5	6	7
28	나는 목표를 완벽하게 세우려고 한다.	1	2	3	4	5	6	7
29	내게 중요한 사람들은 결코 나를 실망시켜서는 안 된다.	1	2	3	4	5	6	7
30	내가 성공하지 못하더라도 사람들은 나를 관찮은 사람으로 생각한다.	1	2	3	4	5	6	7
31	나는 사람들이 내게 너무 많은 요구를 한다고 생각한다.	1	2	3	4	5	6	7
32	나는 일을 하는 데 항상 최선을 다해야 한다.	1	2	3	4	5	6	7
33	내가 실수했을 때 사람들은 비록 나타내지는 않지만 매우 실망할 것이다.	1	2	3	4	5	6	7
34	내가 하는 모든 일에서 최고일 필요는 없다.	1	2	3	4	5	6	7
35	나의 가족은 내가 완벽하기를 기대한다.	1	2	3	4	5	6	7
36	나 자신에게 매우 높은 목표를 세우지 않는다.	1	2	3	4	5	6	7
37	부모님은 내가 하는 모든 일에서 뛰어나기를 기대하지는 않는다.	1	2	3	4	5	6	7
38	나는 평범한 사람을 존경한다.	1	2	3	4	5	6	7
39	사람들은 나에게서 완벽함을 기대한다.	1	2	3	4	5	6	7
40	나 자신에게 높은 기준을 부여한다.	1	2	3	4	5	6	7
41	사람들은 내가 할 수 있는 것보다 많은 것을 기대한다.	1	2	3	4	5	6	7
42	나는 학업에서나 일에서나 항상 성공해야만 한다.	1	2	3	4	5	6	7
43	친한 친구가 최선을 다하지 않아도 내게는 그리 문제가 되지 않는다.	1	2	3	4	5	6	7

번호	내 용	전혀 그렇지 않다			보통 이다			매우 그렇다
		1	2	3	4	5	6	
44	내 주위 사람들은 내가 실수를 할 경우에도 여전히 나를 유능하다고 생각한다.	1	2	3	4	5	6	7
45	나는 다른 사람들이 모든 일을 잘 할 것이라고 기대하지 않는다.	1	2	3	4	5	6	7

다음 문항들은 여러분이 자기 스스로를 어떻게 생각하고 있는지 알아보기 위한 것입니다. 각 문항을 주의 깊게 읽고 그 내용이 '나 자신을 얼마나 잘 나타내고 있는지?'의 정도를 판단하여, 그 정도를 '1(전혀 그렇지 않다) ~ 5(매우 그렇다)'의 수준에서 자신과 가장 가까운 수준에 ○ 또는 √ 표 해 주시기 바랍니다.

번호	내 용	전혀 그렇지 않다	별로 그렇지 않다	보통 이다	대체로 그렇다	매우 그렇다
1	나는 어려운 상황을 극복할 수 있는 능력이 있다.	1	2	3	4	5
2	나는 위험한 상황을 잘 대처할 수 없을 것 같아 불안하다.	1	2	3	4	5
3	나는 계획을 잘 세울 수 있다.	1	2	3	4	5
4	나는 어떤 일의 원인과 결과를 잘 분석 해낼 수 있다.	1	2	3	4	5
5	나는 조직적으로 일을 처리하는 편이다.	1	2	3	4	5
6	나는 어떤 일을 시작할 때, 실패할 것 같은 느낌이 들곤 한다.	1	2	3	4	5
7	나는 목표를 세우고 일의 진행 상태를 확인한다.	1	2	3	4	5
8	나는 큰 문제가 생기면 불안해져서 아무것도 할 수가 없다.	1	2	3	4	5
9	나는 주어진 일을 처리하기 위해 정보를 충분히 활용할 수 있다.	1	2	3	4	5
10	나는 내가 할 수 있는 일과 없는 일을 판단할 수 있다.	1	2	3	4	5
11	어렵거나 도전적인 일에 매달리는 것은 재미있는 일이다.	1	2	3	4	5
12	모든 일에서 주변 사람들이 나보다 뛰어난 것 같다.	1	2	3	4	5
13	일은 쉬운 것일수록 좋다.	1	2	3	4	5
14	나는 어떤 일이 처음에 잘 안되더라도 될 때까지 해본다.	1	2	3	4	5
15	나는 위협적인 상황에서는 스트레스를 필요이상으로 받는다.	1	2	3	4	5
16	나는 부담스러운 상황에서는 우울해진다.	1	2	3	4	5
17	만일 일을 선택할 수 있다면 나는 어려운 것보다는 쉬운 것을 선택할 것이다.	1	2	3	4	5
18	어떤 문제에 대한 나의 판단은 대체로 정확하다.	1	2	3	4	5
19	나는 어려운 일이 생기면 불안해져서 아무 것도 할 수 없다.	1	2	3	4	5
20	나는 아주 쉬운 일보다는 차라리 어려운 일을 좋아한다.	1	2	3	4	5

번호	내 용	전혀 그렇지 않다	별로 그렇지 않다	보통 이다	대체로 그렇다	매우 그렇다
21	나는 일이 잘못되고 있다고 생각되면 빨리 바로 잡는다.	1	2	3	4	5
22	나는 조금 실수를 하더라도 어려운 일을 좋아한다.	1	2	3	4	5
23	나는 어려움이 있더라도 지속적으로 노력한다.	1	2	3	4	5
24	나는 무슨 일이든 정확하게 처리한다.	1	2	3	4	5

다음 면의 문항은 음악과 연주에 대해서 나는 어떻게 생각하는가를 알아보기 위한 것입니다. 각 문항을 주의 깊게 읽고 음악 전반 또는 여러분의 전공 악기 연주에 대해 생각해 본 후 자신의 생각이나 느낌의 정도를 '1(전혀 그렇지 않다) ~ 7(매우 그렇다)'의 수준에서 ○ 또는 √ 표 해 주시기 바랍니다.

번호	내 용	전혀 그렇지 않다			보통 이다			매우 그렇다	
		1	2	3	4	5	6	7	
1	연주하기 전에 가슴이 두근거린다.	1	2	3	4	5	6	7	
2	가끔 연주 능력에 대해 걱정한다.	1	2	3	4	5	6	7	
3	다른 사람들 앞에서 연주하는 것보다 혼자서 연주 하는 게 더 편하다.	1	2	3	4	5	6	7	
4	연주하기 전에 떨리거나 안절부절 하게 된다.	1	2	3	4	5	6	7	
5	청중들 앞에서 연주할 때 실수할까봐 두렵다.	1	2	3	4	5	6	7	
6	청중들 앞에서 연주할 때 심장이 매우 빨리 뛴다.	1	2	3	4	5	6	7	
7	청중들 앞에서 연주할 때 음악에 집중하기가 어렵다.	1	2	3	4	5	6	7	
8	연주 중 실수를 하게 되면 공황상태에 빠진다.	1	2	3	4	5	6	7	
9	청중들 앞에서 연주할 때 손에 땀이 난다.	1	2	3	4	5	6	7	
10	연주를 마치면 보통 나의 연주에 대해 만족하게 생각한다.	1	2	3	4	5	6	7	
11	혼자 연주하는 연주회를 피하려고 노력한다.	1	2	3	4	5	6	7	
12	연주하기 직전에 긴장이 된다.	1	2	3	4	5	6	7	
13	부모님이나 선생님, 동료가 나의 연주를 좋아 하지 않을까봐 걱정이 된다.	1	2	3	4	5	6	7	
14	혼자서 연주하는 것보다 단체나 앙상블로 연주하는 것이 더 좋다.	1	2	3	4	5	6	7	
15	연주할 때 근육이 경직된다.	1	2	3	4	5	6	7	

많은 문항 수에도 불구하고
솔직하고 성의 있게 답변해 주셔서 감사합니다.