



저작자표시-비영리-변경금지 2.0 대한민국

이용자는 아래의 조건을 따르는 경우에 한하여 자유롭게

- 이 저작물을 복제, 배포, 전송, 전시, 공연 및 방송할 수 있습니다.

다음과 같은 조건을 따라야 합니다:



저작자표시. 귀하는 원저작자를 표시하여야 합니다.



비영리. 귀하는 이 저작물을 영리 목적으로 이용할 수 없습니다.



변경금지. 귀하는 이 저작물을 개작, 변형 또는 가공할 수 없습니다.

- 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](#)

강 경 선 교수 지도
석사학위 청구논문

가창 중심의 음악치료가 저소득층
아동의 자아존중감과 자기표현 향상
및 공격성 감소에 미치는 영향
: 지역아동센터 아동을 중심으로

2019

성신여자대학교 대학원
음악치료학과
이 나 경

가창 중심의 음악치료가 저소득층
아동의 자아존중감과 자기표현 향상
및 공격성 감소에 미치는 영향
: 지역아동센터 아동을 중심으로

강 경 선 교수 지도

이 논문을 석사학위논문으로 제출함

2019년 5월

성신여자대학교 대학원

음악치료학과

이 나 경

인 준 서

이나경의 석사학위 논문으로 인준함

2019년 5월

심사위원장_____ (인)

심사위원_____ (인)

심사위원_____ (인)

성신여자대학교 대학원

논문개요

본 연구의 목적은 가창 중심의 음악치료 프로그램이 저소득층 아동의 자아존중감과 자기표현 향상 및 공격성 감소에 미치는 영향에 대해 알아보고자 실시되었다. 연구대상은 인천시에 위치한 S 지역아동센터를 이용하는 아동 12명으로 이들은 실험집단 6명, 통제집단 6명으로 무선배치 되었다. 실험은 2019년 3월 5일부터 4월 18일까지 각 회기 당 50분씩 총 13회기에 걸쳐 시행되었으며, 대상 아동들의 자아존중감과 자기표현에 대한 변화를 알아보고자 프로그램 실시 전과 종결 후, 자아존중감 척도와 자기표현평정 척도를 실시하였다. 또한 실험집단 아동의 공격성 감소에 대한 변화를 알아보고자 프로그램 실시 이전, 중재기간, 종결 이후에 행동을 촬영하여 관찰하였다.

가창 중심의 음악치료 프로그램이 저소득층 아동의 자아존중감과 자기표현 향상 및 공격성 감소에 유의미한 효과가 있었는지 알아보기 위해 SPSS 20.0 통계 프로그램을 사용하여 Mann-Whitney U 검정을 실시하였고, 사후분석으로 Wilcoxon Matched Pair 검정을 실시하였다. 또한 실험집단 아동을 관찰하기 위해 기초선, 중재기간, 종결 후에 촬영된 녹화영상을 관찰자 1명과 함께 사건기록법으로 기록하여 평균값을 도출하였다.

연구 결과, 자아존중감 전체점수는 실험집단과 통제집단 간 비교에서 통계적으로 유의미한 차이($p < .05$)를 보였다. 자아존중감 하위요인에서는 총체적 자아존중감과 가정에서의 자아존중감에서 유의미한 차이($p < .05$)를 보였다. 자기표현 전체점수에서도 실험집단과 통제집단 간 비교에서 통계적으로 유의미한 차이($p < .05$)를 보였으며, 자기표현 하위요인에서는 음성적 요소와 체언적 요소에서 유의미한 차이($p < .05$)를 보였다. 실험집단의 공격적 행동은 초기에 8.9회 발생하였으나 후기에는 3.2회로 감소하였다.

이러한 연구결과를 통해 가창 중심의 음악치료 프로그램이 저소득층 아동의 자아존중감과 자기표현 향상 및 공격성 감소에 효과적인 중재 방안이 될 수 있음을 나타낸다.

목 차

논문개요

I. 서론	1
1. 연구의 필요성 및 목적	1
2. 연구 가설	5
II. 이론적 배경	7
1. 저소득층 아동의 개념 및 현황	7
2. 저소득층 아동의 심리적 특성	8
1) 저소득층 아동의 공격성	9
2) 저소득층 아동의 자아존중감	11
3) 저소득층 아동의 자기표현	13
3. 가창 중심 음악치료	15
1) 목소리의 치료적 의미	15
2) 가창 중심 음악치료의 방법적 요소	17
3) 저소득층 아동을 위한 가창 중심 음악치료	21
III. 연구방법	24
1. 연구 대상	24
2. 측정 도구	24
1) 자아존중감 척도	24

2) 자기표현평정 척도	25
3) 관찰행동 및 자료수집	26
3. 연구 설계	26
4. 연구 절차	27
5. 가창 중심 음악치료 프로그램	28
1) 가창 중심 음악치료 프로그램 회기구성	28
2) 가창 중심 음악치료 프로그램 각 회기별 프로그램 내용	29
6. 자료 분석 및 측정 방법	36
IV. 연구결과	38
1. 연구 대상자의 일반적 특성과 동질성 검사	38
1) 연구 대상자의 일반적 특성	38
2) 실험집단과 통제집단의 사전검사 동질성 비교	39
2. 자아존중감에 대한 프로그램의 효과	40
1) 자아존중감 전체점수에 대한 프로그램의 효과	40
2) 자아존중감 하위요인에 대한 프로그램의 효과	41
3. 자기표현에 대한 프로그램의 효과	43
1) 자기표현 전체점수에 대한 프로그램의 효과	43
2) 자기표현 하위요인에 대한 프로그램의 효과	45
4. 공격적 행동에 대한 프로그램의 효과	46
V. 결론	48
1. 결론 및 논의	48

2. 제언50

참 고 문 헌

ABSTRACT

부 록

표 목 차

<표 III-1> 자아존중감 척도 문항 구성.....	25
<표 III-2> 자기표현평정 척도 문항 구성	25
<표 III-3> 관찰행동에 대한 조작적 정의	26
<표 III-4> 사전사후 실험통제 설계.....	27
<표 III-5> 가창 중심 음악치료 프로그램의 회기구성.....	29
<표 III-6> 가창 중심 음악치료 프로그램의 회기별 내용.....	32
<표 IV-1> 연구대상자의 일반적 특성	39
<표 IV-2> 실험집단과 통제집단의 사전검사 동질성 검증	40
<표 IV-3> 자아존중감 전체점수에 대한 Mann-Whithney U 검정.....	40
<표 IV-4> 자아존중감 전체점수에 대한 Wilcoxon Matched Pair 검정 ..	41
<표 IV-5> 자아존중감 하위요인에 대한 Mann-Withney U 검정.....	42
<표 IV-6> 자아존중감 하위 요소에 대한 Wilcoxon Matched Pair 검정.....	42
<표 IV-7> 자기표현 전체점수에 대한 Mann-Whiteny U 검정	44
<표 IV-8> 자기표현 전체점수에 대한 Wilcoxon Matched Pair 검정.....	44
<표 IV-9> 자기표현 하위요인에 대한 Mann-Whitney U 검정	45
<표 IV-10> 자기표현 하위요인에 대한 Wilcoxon Matched Pair 검정.....	45
<표 IV-11> 공격적 행동 평균 수치.....	47

그림 목 차

<그림 IV-1> 실험집단과 통제집단의 자아존중감 평균 점수.....	41
<그림 IV-2> 총체적 자아존중감.....	43
<그림 IV-3> 사회에서의 자아존중감.....	43
<그림 IV-4> 가정에서의 자아존중감.....	43
<그림 IV-5> 학교에서의 자아존중감.....	43
<그림 IV-6> 실험집단과 통제집단의 자기표현 평균점수.....	44
<그림 IV-7> 내용적요소.....	46
<그림 IV-8> 음성적요소.....	46
<그림 IV-9> 체언적요소.....	46
<그림 IV-10> 공격적 행동 변화 추이.....	47

I. 서 론

1. 연구의 필요성과 목적

최근 학교폭력의 저연령화 현상이 심화되고 있다. 2018년 학교폭력 실태 조사에 따르면 학교폭력의 피해를 당했다고 응답한 학생 중 초등학생의 피해 응답률은 전년대비 0.7% 증가한 2.8%로 중학생의 응답률 0.7%와 고등학생의 응답률 0.4%보다 월등히 높았다(교육부, 2018).

학교폭력을 야기하는 심리·사회적 특성 중 가장 많은 부분을 차지하는 것은 공격성이다(김창균, 임계령, 2010; 도기봉, 2008; 심웅철, 1999; 이상균, 1999). 공격적인 학생은 학교의 질서나 규범을 고려하지 않고 자기중심적으로 행동하는 경향이 있다(정종진, 2012). 또한 화를 참고 조절하는 능력이 부족하여 즉각적이고 비언어적으로 분노 감정을 표현한다(노성호, 2004). 이는 자신뿐만 아니라 타인에게 육체적·심리적인 손상을 입혀 또래와 교사 및 부모와의 갈등을 불러일으키고 더 나아가 사회·심리적인 부적응 문제로 이어질 수 있다(길주현, 2008; 최애나, 2007).

공격성의 요인으로는 분노 통제력, 부정적 자아 개념, 낮은 자아존중감과 같은 여러 가지 심리적 특성을 들 수 있다(김민정, 도현심, 2001; 장신재, 양혜원, 2007; 유안진, 한유진, 김진경, 2002). 심리적 특성 중 자아존중감은 공격성에 직접적인 영향을 미친다(이창식, 장하영, 2018). 자아존중감이 낮을수록 공격성이 높게 나타난다는 것이다(이은하, 천성문, 2013; 백혜정, 황혜정, 2006). 자존감이 낮은 사람은 자신의 열등감과 낮은 자존감을 보호하기 위해 외부환경을 탓하면서 타인에 대한 분노, 공격성을 드러낸다(Tracy, Robin, 2003). 또한 자의식이 강하고 남들의 비판에 매우 예민하고, 타인 비난적이며 비합리적인 신념을 가지게 되어 분노를 많이 경험하는데 이를 적

절치 않은 상황에 공격적으로 표현할 가능성이 높다(윤선아, 성보훈, 2010, 서수균, 2007; 서수균, 권석만 ; 2002).

공격성과 높은 상관관계를 보이는 자아존중감은 경제적 상황과도 밀접한 연관이 있는 것으로 나타났다. 박상규, 이병하(2004)의 연구결과에 따르면 경제적으로 빈곤한 상황일수록 자아존중감은 현저히 낮은 것으로 보고되었다. 빈곤은 이를 경험하는 사람에게 악영향을 미칠 수 있으며, 아동의 경우 가정의 경제적 상황이 어려울수록 자신의 자아존중감을 지키는 것에 더욱 취약한 것으로 나타났다. 저소득층의 아동은 필요한 학습 준비물을 챙기지 못하거나 학원을 다니지 못해 상대적 박탈감을 경험한다(어주경, 정문자, 1999; 장현희, 2013). 또한 또래에서 유행하는 것을 손쉽게 구입할 수 없게 되어 또래 문화에서 소외되거나 또래 관계에서 위축되어 자존감이 낮아질 수 있다(박민선, 박성연, 1999).

아동의 자아존중감은 가정의 소득 수준뿐만 아니라 부모의 양육태도에 의해서도 낮아질 수 있다. 부모의 온정·수용적인 양육태도는 아동이 높은 자존감을 형성할 수 있도록 도와준다(박영애, 정옥분, 1996; 박은경, 1992). 부모와 자녀와의 관계가 수용·온정적이면 부모-자녀 간 대화 빈도가 높다(신원영, 2010). 이러한 가정은 문제를 함께 공유하고 해결해나가기 때문에 아동이 자신에 대해서 자신감을 가지며 이로 인해 높은 자존감을 형성한다(방경숙, 채선미, 김지영, 강현주, 2012; 박은경, 1992). 그러나 가정의 사회·경제적 수준이 낮은 환경에 처해있는 부모는 낮은 학력과 시간 부족으로 적절한 양육방법에 대한 정보가 부족하여 잘못된 훈육을 할 수 있다(박랑규, 강우선, 2006). 저소득층의 부모는 낮은 수입으로 가정 경제에 대한 압박과 부담으로 스트레스를 많이 받게 되고 이는 부부 싸움으로 이어질 수 있으며 폭언, 학대로 이어져 아동을 칭찬해 주는 것에 인색하고 체벌을 하는 비율이 높다(정미라, 곽은순, 윤장숙, 2007; 최은희, 손영빈, 2008). 가정의 경제적 환

경에서 비롯된 부모의 부정적인 양육태도는 아동이 부모에게서 사랑과 관심을 받지 못한다는 좌절감을 경험하게 한다(윤진주, 강신영, 이복주, 2005). 아동이 부모와의 상호작용에서 겪는 부정적인 경험은 자아존중감의 취약성을 가중시켜 정서적, 행동적 적응 문제를 심화시킬 우려가 있다(이윤정, 박성현, 2011).

아동의 자아존중감은 자기표현을 통해 증진될 수 있다. 문근숙(2004)의 연구에 따르면 아동의 자기표현 능력이 높아질수록 자신의 생각과 감정을 공격적인 표현이 아닌 긍정적인 방법으로 전환하여 표현할 수 있다고 한다. 또한 자기 인식, 욕구 충족, 내적 통제감과 책임감이 증진되고, 또래와 공격적인 방법으로 상호작용하지 않게 되어 관계의 질을 향상시킨다(김선미, 홍상환, 2014 ;장유정, 2008). 대인관계의 갈등을 감소시켜 일상생활에 대한 자신감이 높아지고 긍정적인 자기개념이 형성되어 자아존중감 향상에 영향을 미칠 수 있다(구분화, 2007; 이민화, 2014). 이처럼 아동의 성장과 발달에 있어 자아존중감의 중요성은 이미 많은 선행연구를 통해 입증되었다.(Coopersmith, 1967; Harter, 1983; 김문혜, 강문희, 1999; 박영애, 최영희, 박인전, 2000).

아동의 자아존중감에 영향을 미치는 다양한 심리적인 요소를 보완하기 위해(김양이, 박미란, 2007) 지역아동센터에서는 미술치료, 음악치료, 놀이치료, 독서치료, 심리극 치료, 원예치료 등 다양한 분야의 프로그램을 진행하고 있다(김정희, 정다운, 2011). 특히 음악은 리듬, 강약, 템포, 크기와 같은 음악적 요소를 내포하고 있어 다양한 방법으로 에너지를 표출할 수 있도록 돕기 때문에 공격성 감소와 자아존중감 향상을 위한 좋은 치료적 매개체이다(조정은, 2017). 특히 인간이 가지고 있는 신체 악기인 목소리는 개개인마다 고유한 음색과 소리를 가지고 있어 자신을 직접적으로 표현할 수 있는 수단이 될 수 있다(정현주, 2015). 음악에서 목소리의 활용은 자신의 감정 상태를

적절하게 표현할 수 있도록 도울 뿐만 아니라 언제 어디서나 사용할 수 있는 인간의 신체 악기로 융통성과 유연성을 가지며 역동적이기 때문에 음악 치료에서 목소리는 주요한 치료 매개체로 사용된다(임영숙, 2000; 이현주, 2007). 목소리는 성대를 통해 산출되는데, 성대는 말하는 이의 정서 상태에 따른 체신경계와 자율신경계에서의 변화에 영향을 받아 긴장·이완하여 목소리의 강약, 흥분 정도, 크기, 높낮이, 빠르기가 다르게 나타난다(김성지, 조성호, 2000; 남경식, 민경환, 2001). 목소리의 굵기, 세기 등의 음성적 특성은 감정적 표현을 나타내는 단서가 되어 이를 통해 말하는 이의 의도나 마음 상태 그리고 감정을 파악할 수 있다(Scherer, 1986).

이러한 목소리는 음악치료에 다양하게 활용되어왔으며 치료적으로도 의미가 있다. 서종현(2018)은 랩을 통한 목소리 표현은 자신과 타인을 바르게 인식할 수 있도록 유도함으로써 비언어적인 자기표현을 향상시키는데 도움을 준다고 하였다. 신상미(2011)와 조흥기(2017)는 아카펠라 활동은 그룹원들이 함께 소리의 크기와 음정, 강약의 다이내믹을 경험하는 기회를 제공하여 자신의 소리를 조절하여 표현할 수 있게 된다고 하였다. 이지혜(2007)는 가창 활동은 목소리 표현의 확장을 도와 내적인 자신감을 길러줄 수 있다는 연구 결과를 보고했다. 음악을 통한 목소리의 표현과 탐색은 자신에 대한 긍정적 인식과 자신감을 형성하는데 도움을 준다. 선행연구에서는 다양하게 목소리를 활용하였으나 아동에게 있어서 선곡된 노래를 사용하거나 곡의 완성이나 결과를 위한 활동이 목표로 설정되었다. 또한 주로 성인을 대상으로 한 정신분석이나 심리치료를 위한 활용에 치중되어 있어 아동이 목소리를 탐색하고 자유롭게 표현할 수 있는 기회가 적었다. 성인에 비해 사회화가 덜 된 아동들에게 있어 목소리는 가장 직접적으로 자신을 표현할 수 있는 도구가 될 수 있다. 목소리는 신체적, 생리적, 그리고 심리적 특성을 반영하고 있어 인간의 성장·발달에 따라 함께 변화하기 때문에 특히, 아동기 때에 목소리

를 탐색하고 표현할 수 있는 것은 아동이 스스로를 이해하고 성장하는 데에 긍정적인 영향을 미치므로 음악치료에서도 목소리는 아동이 자신을 자유롭게 표현함으로써 아동의 특성을 살펴볼 수 있는 중요한 치료적 매개체가 될 수 있다.

아동은 다양한 음악적 요소를 목소리로 표현함으로써 자신의 목소리 특성을 이해할 수 있게 된다(이현주, 2007; 정현주, 김동민, 2010). 더 나아가 아동은 목소리를 통해 자신의 감정을 외부로 드러낼 수 있으며 타인과 소통을 도와 올바르게 소통할 수 있는 방법을 배울 수 있다(Baker& Uhlig, 2010; 정현주 외, 2013; 우지은, 2016). 아동은 자신의 목소리를 탐색하는 과정을 통해 자신을 인식하고 성찰하게 되고, 다른 사람의 소리와의 하모니의 과정을 통해 타인과의 긍정적인 교류를 하게 된다(백자중, 2018). 아동에게 있어 목소리는 자신을 표현할 수 있는 하나의 수단이며, 타인과 함께 할 때 내적인 변화와 더불어 외적으로도 긍정적인 변화를 가져올 수 있는 중요한 지표이다. 따라서 본 연구에서는 가창 중심 음악치료가 저소득층 아동의 자아존중감과 자기표현 향상 및 공격성 감소에 유의미한 변화가 있는지를 알아보려고 한다.

2. 연구 가설

본 연구의 목적은 가창 중심 음악치료가 저소득층 아동 6명의 자아존중감과 자기표현 향상 및 공격성 감소에 미치는 영향을 알아보는 것에 있다. 따라서 본 연구를 통하여 알아보려고 하는 연구 가설은 다음과 같다.

가설 1. 가창 중심 음악치료에 참여한 실험집단이 참여하지 않은 통제집단보다 자아존중감이 유의미하게 증가할 것이다.

가설 2. 가창 중심 음악치료에 참여한 실험집단이 참여하지 않은 통제집단보다 자기표현이 유의미하게 증가할 것이다.

가설 3. 가창 중심 음악치료는 저소득층 아동의 공격성 감소에 효과가 있을 것이다.

Ⅱ. 이론적 배경

1. 저소득층 아동의 개념 및 현황

저소득층이란 일반적인 공적인 빈곤을 기준으로 생활보호의 수준과 동등하거나 그 이하의 소득으로 생활하고 있는 계층을 말하며, 영세민을 포함하여 불안정 취업으로 생활하는 계층을 총괄한다(박용순, 2001). 저소득층은 소득을 기준으로 기초 생활수급계층과 차상위계층으로 구분한다(보건복지부, 2010). 기초 생활수급계층은 소득 인정액이 최저생계비 100% 이하로 규정되며, 차상위계층은 소득 인정액이 최저생계비의 120% 이하인 계층으로 규정된다(보건복지부, 2016). 한국보건사회연구원에서 조사한 빈곤 통계연보에서 1990년대의 저소득층 비율은 10% 미만이었으나 2015년에는 13.3%로 증가하였는데 이는 1998년 외환위기 이후 지속된 경제 불황으로 인한 실업률 증가와 신용불량자의 발생 등으로 중산층에서 저소득층으로 전락했기 때문이다(정선진, 2013)

저소득계층은 경제적으로 생활에 필요한 각종 서비스를 구매할 능력이 부족하거나 취업활동에 어려움이 있다. 저소득층의 부모는 경제적 어려움으로 인한 맞벌이로 인해 아동이 방임되는 경우가 많다. 이에 따라 가정에서 보호받지 못하는 아동들을 보호하고 가정의 기능을 대신하기 위해 국가에서는 지역아동센터를 설립하여 운영하고 있다(김혜진, 2008). 지역아동센터는 2017년 전국에 4,189개소가 운영 중이고 5년 전 4,036개소가 설립된 이후 계속 증가하고 있는 추세이다(지역아동센터 중앙 지원단, 2018). 지역아동센터를 이용하는 아동의 80%는 빈곤계층인데(김현정, 최은영, 2014), 전국 지역아동센터 실태조사 보고서(2013)에 따르면 지역아동센터를 이용하는 전체

아동의 73.6%가 초등학생이며 저소득계층의 아동은 47.6%이고 일반 계층의 아동은 13.1%로 조사되었다. 빈곤은 자녀 세대로 이어질 수 있으며 점차 경제 양극화의 심화로 지역, 계층 세대 간의 격차가 더욱 커질 것이며, 빈곤의 악순환이 반복될 가능성도 높다. 이처럼 가정에서 보호받지 못하는 환경에 놓인 저소득층 아동은 점차 증가하고 있으며, 지역아동센터를 이용하는 저소득층 아동에게 신체 발달, 심리·정서, 교육, 문화 등의 지원이 필요하다.

2. 저소득층 아동의 심리적 특성

아동은 성인보다 환경에 취약한 존재이며 민감하여 주위의 환경에 의해 영향을 받는다. 특히 아동이 빈곤을 경험하는 것은 사회·정서적 발달에 큰 영향을 미치는 요소이다. 저소득층 아동은 가정의 경제적 소득이 낮음으로 인해 경제적, 사회적, 심리적, 문화적 등 다양한 측면에서 박탈감을 경험한다.

McLeod와 Shanahan(1993)의 연구에 따르면 지속적으로 빈곤한 환경에 놓인 아동일수록 우울, 불안과 같은 내면화 문제가 많은 것으로 나타났다. 더 나아가 저소득층 아동은 빈곤으로 인해 유발되는 여러 가지 어려움으로 인해 자신에 대해 부정적으로 인식한다. 박영숙(1984)은 저소득층 아동의 부모는 대체적으로 일이 불안정하기 때문에 부모의 충분한 돌봄을 받지 못하여 성취동기가 낮다고 하였다. 또한 최일섭(1989)에 의하면 저소득층 아동은 잦은 욕구좌절로 인해 자아존중감이 낮아져 비난에 대해 민감한 반응을 보이며 충동적이고 공격적인 성향을 더 많이 보인다. 저소득층 아동은 어려운 경제 환경으로 인해 자신들이 원하는 것들에 대해 실현 가능성이 낮은 것을 스스로 지각하고 있으며 실제로도 바라는 것들을 이루거나 얻지 못하여 좌절감과 심리적 위축감을 느낀다.

아동기는 신체·사회·심리적 성장이 계속 이루어지는 시기이며, 사회 적응

을 학습해야 하는 시기이다. 아동의 성장 및 발달과 행동에 영향을 미치는 여러 요인이 사회적인 적응과 정서적 발달에 결정적인 영향을 미칠 수 있으므로, 빈곤이라는 환경적 요인으로 인해 심리적인 문제를 겪는 아동에게 직접적인 개입이 필요함을 알 수 있다.

1) 저소득층 아동의 공격성

공격성은 누군가에게 물리적·심리적으로 해를 끼치고자 의도한 반사회적 행위를 뜻한다(Tedeschi, Lindskold, & Rosonfeld, 1985).

공격성의 유형은 학자마다 다양하게 분류되는데, Monks, Ruiz & Val(2002)은 공격성을 표출 형태에 따라 신체적 공격성, 언어적 공격성, 관계적 공격성 3가지 유형으로 구분하였다. 신체적 공격성은 사람 혹은 사물을 세계 차거나 미는 등 물리적인 힘을 가하는 행동을 의미한다. 언어적 공격성은 타인에게 폭언, 욕설을 하는 등 상대에게 언어적으로 모욕감을 주는 것을 의미한다. 관계적 공격성은 집단 내에서 누군가를 의도적으로 소외시키거나, 거짓 소문을 퍼뜨리는 등 간접적인 방법으로 개인에게 심리적인 상처를 주는 것이 해당된다(Monks, Ruiz & Val, 2002).

Hudley와 Graham(1993)에 의하면 공격성은 시간이 지날수록 유지되어 아동기 때 형성된 공격성은 청소년기의 학업중단, 범죄 등의 문제로 이어지며 성인기 때에도 심리·정신적으로 부정적인 결과를 초래한다고 하였다. 특히, 경제적 어려움에 처해있는 아동은 그렇지 않은 아동에 비해 높은 공격성을 보이며 이후 비행,品行장애 등의 문제가 나타날 수 있다고 하였다(McLeod & Shanahan, 1993).

경제적 어려움은 부모의 양육태도를 매개로 하여 직·간접적으로 아동의 공격성에 부정적인 영향을 미친다(장신재, 2012). 부모의 양육행동과 아동의

공격성 간의 연관성에 대한 연구에 따르면 부모의 신체적 처벌, 위협, 강압적인 명령 그리고 거부, 무관심 등의 양육태도가 자녀의 공격성을 증가시키는 요인임을 알 수 있다(Barber, 1996; Hart, Nelson, Robinson, Olsen, & McNeilly-Choque, 1998).

저소득층 부모는 생계유지를 우선으로 하다 보니 아동을 양육하는 시간이 부족하며 일관성 없는 훈육 등 의도하지 않은 학대와 방임적 양육을 할 가능성이 높다(심지현, 2008). 정미라, 곽은순, 윤장숙(2007)은 실제로 저소득층 부모는 가정의 생계를 유지하기 위한 경제 활동으로 자녀와 함께하는 시간이 부족하고, 경제적인 압박과 스트레스로 인해 자녀에게 칭찬보다는 체벌을 자주 한다고 하였다. Pynoo과 Nader(1990)은 신체적 체벌과 같이 직접적인 방법으로 부모에게 학대를 경험한 아동은 분노와 스트레스를 경험하고 높은 수준의 공격성을 나타낸다고 하였다.

부모가 아동에게 무관심하거나 적절한 통제를 하지 않는 방임 등의 부적절한 양육태도도 아동의 공격성과 연관이 있다. 김광혁, 김예성(2008)과 장신재(2014)는 빈곤한 가정일수록 부모가 아동을 방임할 가능성이 높다고 하였다. 부모의 방임은 아동이 부모와의 관계에서 신뢰감을 상실하여 타인과의 관계 형성에도 어려움을 경험하며 공격성과 같은 행동문제를 일으키는 요인이 된다(유정아, 정익중, 2014). 유혜경(1986)은 부모의 방임으로 인해 아동과 부모와의 관계가 악화되면 아동은 비슷한 문제행동을 보이는 친구에게 친밀감을 느끼고 문제행동이 강화되어 공격성과 같은 문제를 지속적으로 일으킬 가능성이 높아진다고 하였다.

저소득층 아동은 부모의 체벌, 방임과 같은 부정적인 양육태도로 인하여 공격성 뿐만 아니라 다양한 심리적인 문제가 나타날 수 있으므로 적절한 개입이 필요하다. 공격성을 보이는 저소득층 아동은 대부분 자아존중감이 낮고 자신의 감정을 표현하지 못하거나 하고 싶은 말이나 행동을 적절하게 표

현하는 것이 어렵다(김선이, 2005). 이러한 아동에게 교사와 또래의 수용과 지지는 정서적 안정, 신뢰를 주며 자신의 생각과 감정을 안전하게 표현할 수 있도록 도와 타인에게 해를 끼치는 공격적인 행동이 감소시키는 요인이 된다(심승원, 2001). 저소득층 아동에게 있어 타인의 지지와 수용 그리고 상호작용은 공격성 감소에 긍정적인 영향을 미칠 수 있다.

2) 저소득층 아동의 자아존중감

Rosenberg(1965)에 의하면 자아존중감이 높다는 것은 자신을 수용하고 존중하며 자신을 좋아하고 스스로를 가치 있는 인간으로 느끼는 것을 의미하는 반면, 자아존중감이 낮다는 것은 자신에 대한 거부, 자기 불만족, 자기 비하를 의미한다(정옥분, 2012).

아동의 자아존중감은 자신을 둘러싸고 있는 가정, 학교 등의 환경에 영향을 받는다. 특히 가정의 사회·경제적 계층은 아동의 자아존중감에 직·간접적으로 영향을 미친다(김수주, 2004). 김영애(1981)는 가정의 사회·경제적 계층이 낮을수록 자아존중감이 낮다고 보고하였다. 박수경(1992)은 저소득계층일수록 부모의 학력이 낮고 일용직이나 비전문 직종에 종사하며 이러한 가정의 아동은 자아존중감이 낮다고 하였다. 가정의 경제적 어려움과 아동의 자아존중감 간에는 높은 관련이 있음을 알 수 있다.

아동이 가정의 사회·경제적 수준을 스스로 인지하고 있을 때에도 자아존중감이 더 낮아질 수 있다. 사회·경제적 계층이 낮은 가정에 속하는 생활보호대상자 가정의 아동은 또래 친구가 자신의 가정이 빈곤한 것을 아는 것이 수치스럽다고 하였다(최은영, 1994).

경제적으로 어려운 저소득층 가정의 아동이 낮은 자아존중감을 갖는 것은 아동이 가정의 경제적 어려움으로 인해 학업과 관련된 교육 활동이나 오락

활동 등 일상생활 영역에서 많은 선택의 제약을 받기 때문이다(Gouldner, 1978). 저소득층 아동은 또래에서 유행하는 것을 손쉽게 구입하기 어려워 또래 문화에서 소외되어 위축감과 박탈감을 느낀다(박민선, 박성연, 1999). 정선옥(2011)은 저소득층 아동은 빈곤으로 인해 또래에게 놀림을 당함으로써 스스로에 대한 미움과 가정에 도움이 되지 못한다고 생각하여 죄책감 등의 부정적인 감정을 경험한다고 하였다. 빈곤한 환경은 아동으로 하여금 심리·정서적인 어려움뿐만 아니라 낮은 자아존중감을 형성하는 요인임을 알 수 있다.

한편, 경제적 어려움은 부모의 부정적 양육태도를 야기하여 아동의 낮은 자아존중감 형성에 영향을 미친다. 저소득층 부모는 소득으로 인한 압박감과 스트레스로 인하여 체벌과 같은 공격적이고 권위주의적인 양육태도를 보이는데, 이는 아동의 반사회적인 행동과 낮은 자아존중감과 관련 있다고 하였다(정익중, 민성혜, 박은미, 신혜원, 전해정, 2013; 김석화, 김정희, 2009; 박미령, 1992; 김경희, 황혜정, 1998). 저소득층 아동은 부모의 부적절한 양육태도로 인해 부모에게 적절한 애정과 통제를 받지 못해 자신이 사랑을 받지 못한다고 느껴 자아존중감이 낮다(이희숙, 1983). 가정의 경제적 어려움은 빈곤한 상황 자체, 부모의 양육행동 등의 환경적 요인에 영향을 미쳐 아동이 낮은 자아존중감을 갖는 원인이 됨을 알 수 있다.

저소득층 아동의 낮은 자아존중감은 불안, 우울과 같은 부정적인 정서, 소극적인 태도나 공격적인 태도, 학업의 부적응, 또래관계 형성의 어려움 등의 문제를 야기한다(박지선, 2010). 자아존중감이 낮은 아동은 타인을 때리는 등의 행동으로 또래를 괴롭힐 가능성이 높아 타인과의 원만한 관계 형성이 어려워 외로움을 경험하며(최미경, 2006), 학업성취도가 낮고(백정재, 1997), 비행, 일탈과 같은 부적응적인 행동을 할 수도 있다(권효정, 2002). 저소득층 가정의 불안정한 경제·사회적 상황이 저소득층 아동의 자아존중감에 부정적

인 영향을 미치므로 저소득층 아동의 성장과 발달을 위해 자아존중감 향상에 대한 대책이 마련되어야 한다.

자아존중감은 외부환경과 상호작용에 의해 향상될 수 있다. 아동은 자신이 사회적으로 수용·지지 받고 있음을 느낄 때 정서적 안정과 신뢰감을 느끼며 자기에 대한 긍정적인 인식을 가질 수 있다(정옥분, 2018). 그러므로 저소득층 아동들을 사회·심리적으로 지지해 줄 수 있는 프로그램을 통하여 긍정적인 경험과 자기탐색을 통하여 자아존중감을 향상시키고자 한다.

3) 저소득층 아동의 자기표현

아동기는 가정을 벗어나 학교라는 환경에서 타인과의 관계를 맺으며 자아의 형성과 성장이 일어나는 시기이므로 자신이 원하는 바를 드러내고 표현하는 것은 중요하다(우진경, 2016). 아동은 자신의 억제된 생각과 감정을 적절하게 표현할 때, 부정적인 행동과 정서가 변화되어 학교에서 긍정적인 생활을 할 수 있게 된다(김한형, 1999). 또한 자신의 생각과 감정을 이해하고 타인에게 솔직하게 표현을 함으로써 또래와 긍정적인 관계를 맺을 수 있다(김소연, 2014). 구본화(2007)의 연구에 따르면 아동은 언어적 요소와 비언어적 요소를 통해 자신이 표현하고자 하는 바를 명확하게 표현할수록 자신을 비하하지 않으며, 타인과의 관계가 원만해져 자신감과 자존감이 높아짐을 알 수 있다. 반면, 아동이 대인관계에서 자신의 의사나 감정 표현을 억제할수록 정서적 불안이나 긴장으로 인해 심리적 손상 및 정신적인 문제를 야기할 수 있다(Adler, 2001).

경제적 어려움은 아동의 정서와 발달에 부정적인 영향을 미쳐 자기표현에도 어려움을 유발한다. Mcloyd & Wilson(1992)은 저소득층 아동은 정서, 행동문제, 학업 수행 문제와 가정에서의 여러 가지 부정적인 경험을 할 확률

이 높아 이로 인해 심리적으로 위축되어 자신을 표현하고 전달함에 있어 매우 서툴다고 하였다(김현남, 2011). 저소득층 아동은 일차적인 관계인 부모와의 관계에서의 불안정한 경험으로 인한 관계 형성에 대한 신뢰감을 상실로 자신의 생각과 욕구를 표현하는데 미숙하거나 또래 집단보다 공격적이고 파괴적인 행동으로 자신을 표현하기도 한다(이윤정, 박성현, 2011; 정희자, 2008; 김현남, 2011).

장혜자(2000)는 저소득층의 부모는 경제적인 어려움에서 비롯된 스트레스로 인해 아동을 통제하고 복잡하게 하도록 요구하는 경향이 크므로 저소득층 아동은 주로 자신의 감정과 생각을 표현하기보다 억제하는 경향이 있다고 하였다. 아동은 억제된 감정을 공격적이고 파괴적인 방식으로 표출할 가능성이 높아 자신의 사회적 행동에 대한 거절감과 실패감을 경험하여 자신감이 떨어지고 대인관계에도 어려움을 겪게 된다(권세미, 2009; 안주희, 2013). 자기표현을 잘하지 못하는 아동은 타인으로부터 소극적이고 수줍은 아동으로 보일 수 있고, 또래와의 관계에 있어 소극적이고 위축된 태도를 보이기도 한다(권세미, 2009; 한현숙, 2002). 이처럼 경제적 어려움은 여러 가지 정서, 사회, 발달적 문제를 야기하여 아동이 자신을 표현함에 있어 소극적이고 위축되거나 오히려 공격적인 방식으로 자신을 드러내게 한다.

저소득층 아동에게 자신을 표현할 수 있는 기회를 제공하는 프로그램은 여러 가지 긍정적인 변화를 가져올 수 있다. 송소원(2008)은 자기표현은 자신의 부정적인 정서까지도 그대로 표현할 수 있도록 도와 자신을 이해할 수 있도록 하며 더 나아가 타인에게 수용 받는 경험을 통해 조금 더 적극적으로 긍정적으로 자신의 의사를 표현할 수 있게 된다고 하였다. 장유정(2008)은 아동은 자신의 생각과 의견을 상대방에게 솔직하고 존중하는 방법으로 표현함으로써 타인 관계에서의 신뢰감을 경험하여, 또래관계에 있어서도 소극적이나 공격적인 표현이 감소하여 또래관계도 개선되었다고 하였다.

따라서 자신의 생각과 느낌 등을 자유롭게 표현하는 것은 대인관계를 형성함에 있어 필요한 부분이므로 표현에 어려움을 겪는 저소득층 아동들의 생각과 정서 그리고 표현이 지지 받을 수 있는 기회를 제공해 주어야 한다.

3. 가창 중심 음악치료

1) 목소리의 치료적 의미

인간의 목소리는 신체적 악기이자 자신을 표현하는 수단이다(표화영, 심현섭, 2007). 목소리는 개인의 신체, 정서, 발달에 따라 변화하기 때문에 그 사람의 상태를 파악할 수 있는 도구이다(정현주, 2015; 김창희, 2014; 박찬욱, 김혜리, 2012).

목소리를 발현하는 데에 있어 가장 기본이 되는 것은 호흡이며, 호흡에 따라 음량, 음색, 톤, 음도가 달라진다(송주병, 2010). 호흡에 따른 음고, 강도, 음질의 변화는 신체의 상태를 직접적으로 반영한다(김선우, 김향희, 박은숙, 최홍식, 2010). 과도한 신체활동은 심박수와 호흡 빈도의 증가로 목소리의 발화 길이와 속도에 영향을 주며(김경화, 2007), 신체 근육과 성대의 수축으로 목소리의 높낮이 변화가 심해져 음성 변이를 불러일으킨다(김태홍, 권철홍, 2015). 목소리는 신체 상태에 따라 달라지기 때문에 건강 상태를 알 수 있는 중요한 지표이다. 심장질환, 뇌성마비와 같은 질병으로 인해 호흡근의 발달이 제대로 이루어지지 않으면 발성의 지속력이 감소하여 음성의 질과, 크기, 정확도에 악영향을 미치게 된다(주정열, 신형수, 2010; 김봉현, 조동욱, 2010). 이처럼 목소리는 신체·생리적인 변화를 직접적으로 반영하는 도구라고 할 수 있다.

신체의 상태를 반영하는 목소리는 말하는 이의 감정과 표현 의도에 따라

서도 변화하므로 개인의 정서·심리를 알 수 있는 중요한 도구이다(이수정, 유재호, 2000). 김성지, 조성호(2000)는 기쁜 정서 상태일 때의 목소리는 높고 빠르며 높낮이 변화가 매우 심하고 강한 반면, 슬픈 정서 상태일 때의 목소리는 낮고 느리며 높낮이 변화가 없으며 매우 약하다고 하였다. 이처럼 목소리의 높낮이, 크기 그리고 음색은 감정 상태를 알 수 있는 단서가 된다(이수정, 김명재, 김정수, 1999). 감정 변화에 따라 신체도 긴장·이완하며 변화하는데, 인간은 자신의 감정이 억압되어 있고 긴장상태에 놓여있을 때, 호흡과 신체가 경직되어 목소리를 발현하는 데에 있어 어려움을 갖는다(이정실, 이정은, 2005; 최은영, 2014). 김소연, 이옥분(2010)은 스트레스로 인한 심리적 부담감은 신체적 경직 상태를 불러일으키는데 이로 인해 음성의 떨림이 심해지며 강도가 세져 지속될 경우 음성 문제를 야기할 수 있다고 밝혔다.

더 나아가 목소리는 개인의 성격 특성을 반영하기도 한다. 신지은, 서은국, 손미나(2014)는 사람들은 자신의 성격에 잘 어울린다고 여겨지는 방식으로 말할 가능성이 높기 때문에 목소리를 통해 개인의 성격 특성이나 성향을 파악할 수 있다고 하였다. 특히 아동의, 심리·행동 특성은 목소리를 통해 잘 드러난다. 아동은 자신의 뜻대로 되지 않을 때 신경질적인 심리상태를 소리를 지름으로써 표현하거나, 공격적이고, 산만한 행동을 할 때 목소리를 과도하고 적절치 않게 사용한다(송경화, 김재욱, 2016). 이처럼 목소리를 통해 개인의 심리·정서 상태뿐만 아니라 성격을 파악할 수 있다.

음악에서의 목소리는 자기인식과 탐색을 돕는 매개체로써 작용한다. 목소리를 사용할 때 호흡을 함으로써 신체 내부의 공명이 이루어지는데 이는 신체와 정서를 연결해줌으로써 자신을 인식할 수 있도록 도우며, 목소리를 외부로 표현함으로써 타인과의 공감과 교감을 유도할 수 있다(Austin, 2012). 이순화(2012)와 송영숙(2005)은 내담자는 음악적 요소인 강약, 템포, 멜로디,

리듬 등을 사용하여 목소리에 자신의 감정을 투사하여 표현함으로써 무의식에 있는 심리적인 문제를 인식하고 완화할 수 있도록 돕는다고 하였다. 더 나아가 음악에서의 목소리는 감정 상태가 음색, 선율, 리듬 등을 통하여 표현되기 때문에 서로의 감정을 알아차릴 수 있도록 하며 더 나아가 타인을 이해할 수 있도록 돕는 매개체이다(Dessert, 1998). 타인에 대한 수용과 이해의 경험은 심리적 문제 완화, 긍정적 인식과 같은 내적인 변화와 더불어 자신감 등의 외적인 변화를 이끌어 낼 수 있다. 이승진(2009)은 음악 안에서 홀로 노래를 부르는 과정이 타인으로부터의 수용 및 정서적 지지를 경험하게 하고 내적인 자신감을 강화시켜줄 수 있다고 하였다. 자신의 목소리에 대한 인식과 안정감은 자신에 대한 내면적 자신감을 길러주어 긍정적 사고를 할 수 있게 된다(우지은, 2016).

이처럼 목소리는 개인의 발달과 신체·정서 상태를 반영하는 사람의 고유한 자기표현 수단이다. 목소리는 내적·정서적인 것을 표현하도록 도우며 자기를 잘 인식할 수 있는 매개체가 된다. 자기 인식은 자기 수용을 통한 변화를 이끌어 올 수 있으므로 목소리를 통한 자기표현, 자기탐색의 과정은 자기 변화를 위한 동기부여가 된다.

2) 가창 중심 음악치료의 방법적 요소

음악 안에서 목소리를 사용하는 가창 중심의 음악치료 방법은 호흡, 토닝, 챠트, 노래 부르기, 아카펠라가 있다. 우선 목소리를 발성하기 위해 가장 기본이 되는 것은 호흡이다. 호흡은 신체의 성대, 후두와 같은 발성기관을 통해 신체에 공명과 진동을 일으켜 긴장 이완을 유도하는 활동이다(Uhling, 2006). 호흡은 사람마다 발성 기관이 각기 다르기 때문에 발성 위치에 따라 목소리에 변화를 가져온다. 호흡을 어떻게 하느냐에 따라 공명되는 신체 부

위가 달라지며 이에 따라 목소리의 성량, 음색, 톤 높이가 달라진다. 신체의 가장 높은 부분에서 공명될수록 고음이 나오며 아래로 내려갈수록 저음이 나오게 된다(송주병, 2010). 호흡을 통한 공명은 신체적 이완을 통해 심리적인 안정감을 불러일으킨다. 이처럼 목소리는 호흡을 통해 외부로 표출되기 때문에 신체의 긴장 이완의 정도와 개인의 특성을 파악할 수 있는 지표이다(송주병, 2010). 특히 음악에서는 호흡이 원활하게 이루어지지 않으면 목소리의 변화가 생기기 때문에 이를 통해 내담자의 상태를 파악할 수 있다. 호흡이 부족하면 음정이 부정확하여 반음 낮은 소리를 내는 경향이 있으며, 음이 흔들리기도 한다(송주병, 2010). 또한 자신의 음색, 톤을 제대로 발현하기 어려우며, 프레이즈의 연결이나 음악을 표현하는데 있어서 여러 가지 어려움을 초래하게 된다(송주병, 2010). 이처럼 호흡은 개인의 신체 발성기관을 통해 이루어지므로 목소리의 톤, 성량, 크기 등이 변화함을 알 수 있으므로, 개인의 신체 상태와 긴장 이완 정도를 탐색할 수 있는 활동이다.

두 번째, 토닝은 허밍과 같은 원리로써, 신체에 공명을 주어 긴장감을 해소시키고 에너지를 조절할 수 있도록 돕는 활동이다(Austin, 2011). 토닝은 다양한 모음을 활용하여 자유롭게 자신의 목소리를 탐색할 수 있도록 한다. 토닝은 공명과 근육 이완에 도움을 주며 신체 내부의 울림을 탐색하고 표현할 수 있는 좋은 발성법이다(최연정, 1996). 토닝은 호흡 활동보다 소리를 더 깊게 탐색·몰입하게 도와주고, 자신의 무의식적인 상태를 표출할 수 있도록 도와주는 역할을 한다(Austin, 2008). 현경실(1997)은 모음의 활용을 통한 목소리 탐색은 언어적으로는 의미가 없는 소리일지라도 음악에서는 다양한 음악적 요소를 경험할 수 있는 의미를 지닌다고 하였다. 이처럼 토닝은 목소리를 탐색하고 표현함으로써 에너지 조절을 도우며 자신의 소리에 몰입할 수 있게 하는 활동으로서 치료적 의미를 지닌다.

세 번째, 챌트는 일정한 박자 안에서 리듬으로써 자신의 목소리를 표현하

는 활동이다. 사람의 목소리에는 일정한 리듬과 억양 패턴이 있어 이는 음악에서 리듬과 선율로 표현될 수 있다. 챗트는 선율과 리듬을 통해 다양한 소리 탐색을 경험할 수 있도록 돕는다. 더 나아가 음악의 구조 안에서 다양한 음악적 표현력을 기를 수 있다(이연경, 고정미, 2018). 조정민(2007)의 연구에서 아동은 일정한 박자, 운율의 패턴 등 음악의 구조 안에서 임의대로 리듬을 만들어 표현함으로써 목소리 사용에 대한 자신감이 향상되었다. 아동은 목소리를 리듬으로 표현하는 활동을 통해 목소리에 자신감이 생기고 명확해졌으며, 신체적인 표현도 다양해진다(김세정, 2004). 챗트를 통해 자기를 표현할 수 있는 다양한 방법을 습득할 수 있게 된다. 정소영(2010)은 실제로 초등학생들이 음악에서 챗트를 활용함으로써 흥미 유발, 자신감 향상, 창작 능력을 발견할 수 있었다고 한다. 이처럼 챗트는 아동에게 흥미 유발을 이끌어 표현의 확장과 자신감을 불러일으킬 수 있는 효과적인 활동이다.

네 번째로, 음악치료에서 가장 많이 쓰이는 노래 부르기는 악기와 같은 음악적 도구가 없이 목소리만으로도 가능하기 때문에 보편적이며 접근이 용이한 방법 중 하나이다. 노래는 가사, 멜로디, 리듬, 화성 등을 모두 함축하고 있어 언어로 표현하기 어려운 것을 자연스럽게 풍부하게 표현할 수 있다는 장점을 가지고 있다. 박연희(2007)에 따르면 노래 부르기는 개인은 물론 집단이 함께 활동할 수 있으며, 자신의 목소리를 사용함으로써 인해서 긍정적인 자기 인식을 돕는다. Austin(1998)은 노래 부르기가 고통, 두려움, 분노를 해소하고 기쁨을 표현할 수 있는 경험을 제공한다고 하였다(박수정, 2002, 재인용). 내담자는 노래 부르기를 통해 자신이 가진 목소리에 대한 가치를 발견할 수 있으며 자신감을 갖고 자기를 표현하게 된다. 가창은 음악이라는 구조 안에서의 미적 표현이며, 자신의 목소리를 누군가에게 들려주는 작업을 통해, 타인에게 자신의 감정과 표현이 받아들여지는 경험을 할 수 있게 도와주며 타인을 정신적으로 이해할 수 있게 된다(Baker & Wigram, 2006).

가창 활동은 소극적인 표현을 하는 아동이 점차 큰 목소리로 노래를 부를 수 있도록 변화시키며, 성공적인 경험을 통해 타인 앞에서 자신을 표현할 수 있는 자신감을 향상시킬 수 있도록 도왔다(김수희, 2009). 이처럼 가창 활동은 타인으로부터의 수용 경험을 통해 심리적으로 억압되어 있는 아동에게 있어 자신을 표현하고 타인과 상호 교류할 수 있는 효과적인 중재 도구이다.

마지막으로 아카펠라는 합창의 방법 중 하나로, 리듬, 멜로디, 화음을 표현함으로써 하모니, 음색의 조화, 음악적 다이내믹을 체험하도록 도와 음악적 표현력을 향상시킬 수 있는 활동이다(백자종, 2018; 조흥기, 2017). 아카펠라는 멜로디 이외에 오스티나토, 꾸밈음, 비트박스 등의 소리로 구성되는데 이를 통해 음악적 능력이 없는 사람도 함께 하모니를 만들어낼 수 있기 때문에 음악적인 즐거움을 제공한다(조흥기, 2017). 신상미(2010)는 아카펠라 활동이 내담자들이 그룹원들의 소리를 귀 기울여 크기와 빠르기 등을 조절하고 화음을 만듦으로써 음악적 즐거움뿐만 아니라 서로를 공감할 수 있는 경험을 제공한다고 하였다. 더 나아가 내담자는 아카펠라 활동을 통해 자신의 목소리의 음역대와 특징에 대해 알게 되며, 자신의 목소리가 그룹에 기여된 것을 경험함으로써 자신감을 얻는다(신상미, 2010). 백자종(2018)의 연구에 의하면 아동은 아카펠라 활동이 기존의 합창과는 색다른 경험을 느끼게 하였으며, 타인과 소리를 함께 내는 것이 어렵고 부족함에도 화음을 느끼는 그 순간들을 통해 다양한 감정을 느낄 수 있었다. 아카펠라 활동은 아동에게 있어 자신과 타인에 대한 이해와 수용을 도우며 더 나아가 음악 안에서의 여러 가지 경험을 통한 외적인 변화를 불러일으킬 수 있으므로 중요한 의미를 지닌다.

3) 저소득층 아동을 위한 가창 중심 음악치료

인간은 자기를 표현하고자 하는 욕구가 내재되어 있는데, 아동은 울음, 소리 지르기와 같은 일차적 소리를 통해 자신의 정서를 표현한다(Baker& Uhlig, 2010; 정현주 외, 2013). 아동은 자신의 음성을 말, 노래를 통해 자신의 필요와 욕구를 표출하며, 이러한 과정을 통해 자기 목소리의 질과 특성을 인식한다(정현주 외, 2006). 특히 음악 구조 안에서의 노래 등의 목소리 활용은 감정을 표출하고 전환 시킬 수 있도록 돕는다(Baker& Uhlig, 2010; 정현주 외, 2013).

저소득층 아동은 결핍된 환경으로 인하여 욕구와 감정의 해소 및 표현이 자유롭지 않다(이민화, 2014). 저소득 가정의 아동은 낮은 자아존중감, 심리적 위축 등의 심리적인 문제를 지니고 있어 자신을 능동적으로 표현함에 있어 어려움을 지닌다. 저소득층 아동은 소극적이고 자신감이 부족하여 긴장, 불안, 공포, 부끄러움 같은 비합리적인 감정과 태도를 가지게 됨으로써 대인관계에서 자신의 생각이나 주장을 자발적으로 표현하지 못하는 경우가 많다(한현숙, 2002).

음악은 감정을 표현하는 출구로서 평소 표현하기 어려운 생각이나 감정을 자연스럽게 표현하게 하여 정서적 안정감을 갖도록 하며, 분노, 적대심 등의 부적 감정을 외현적인 행동문제로 표출하지 않게 도와준다. 음악은 인간의 내면에 숨겨져 있거나 표현하지 못했던 감정을 깨닫고, 표현해 주도록 하는 도구가 되는데 이는 분노를 감추고 내면화하고 방어하기보다는 기쁜 감정 이든, 슬픈 감정이든, 언어로 표현되지 못하는 미묘한 감정이라도 적절히 표현하게 하여 음악을 통해 자신의 감정을 재확인 시켜준다(채민, 2009).

음악에서 사용되는 다양한 도구 가운데 신체 악기인 목소리는 아동의 감정과 정서를 잘 반영한다. 감정과 정서 표현에 억압받은 아동의 경우 호흡

수축과 제한된 음역, 그리고 작은 크기의 목소리를 갖게 된다(Baker& Uhlig, 2010; 정현주 외, 2013). 김수희(2009)에 의하면 저소득층 아동들은 세션 초기에 노래를 부르지 않거나 목소리의 크기가 작거나 불분명하다는 특징이 있다.

아동은 자신의 목소리를 내보고 탐색하는 활동을 통해 자기 자신의 소리를 스스로 들음으로써 자신의 내면 상태를 인식할 수 있다(김수희, 2009). 특히 아동기는 아직 성격이 완전하게 형성되어 있지 않으므로 호흡과 발성을 통한 목소리 탐색 및 표현의 기회는 자신을 이해하고 알아가는 데에 중요한 경험이 된다(오경자, 2001). 목소리는 호흡과 발성 그리고 노래하기 외에 여러 가지 소리를 음악적 요소를 사용하여 다양하게 표현될 수 있다. 모음과 자음이 결합된 소리나 자연스럽게 발현되는 목소리를 리듬과 선율을 통해 탐색하는 것은 음악의 구조나 개념을 이해하고 음악적인 표현을 기를 수 있다(현경실, 1997). 이수연(2017)은 음악은 내담자가 언어적으로 표현하기 어려운 것을 음악에서 목소리를 선율, 음높이, 길이, 세기 등의 특성을 활용하여 정서를 자유롭게 표현할 수 있다고 밝혔다. 아동은 음악의 구조에 대한 이해와 표현력을 습득함으로써 자신의 생각과 표현을 음악 안에서 구조화하여 안전하게 표현하는 방향으로 변화한다. 백자중(2018)의 실험에 따르면 아동은 아카펠라 활동에서 목소리 통해 함께 화음을 만들며 아름다움을 경험하는데 이는 자신의 부정적인 감정을 긍정적인 감정으로 전환되며 더 나아가 정서 순화 및 표현을 할 수 있다. 아동이 그룹원들 앞에서 목소리로 자신을 표현하는 것은 타인으로부터 수용과 지지를 경험하여 적극적인 표현을 할 수 있도록 변화한다. 음악의 구조 안에서 다양한 음악적 요소를 통한 목소리의 활용은 아동이 자신의 감정을 음악 안에서 안전하고 자유롭게 사용할 수 있도록 도움으로써 자신감을 향상시키는 계기가 될 수 있다.

목소리는 타인과의 상호작용을 위한 효과적인 중재 도구이다. 아동은 자

신의 목소리뿐만 아니라 타인과의 목소리로 함께 음악을 만들 때, 서로의 소리를 경청하며 자신의 목소리를 조절하게 되는데 이러한 과정을 통해 자신의 욕구와 충동을 조절할 수 있다. 아동에게 있어 타인과 목소리를 함께 하는 과정은 서로 교감과 공감의 정서적 경험을 하여 대인관계와 자아존중감에 긍정적인 영향을 미친다고 하였다(정승원, 2015; 조은희, 2013). 박혜영, 박부진(2013)은 아동은 타인과 음악적인 조화를 이루기 위해 타인에게 자신의 요구 사항을 표현하기도 하며 의사소통하였으며, 그러한 의사소통 과정을 통해 음악적인 화음을 만들어 나가는 과정을 경험할 수 있도록 도왔다고 하였다. 더 나아가 이애리(2013)에 의하면 저소득층 아동들은 자신만의 아이디어와 생각을 음악을 통해 표출함으로써 자신을 표현할 수 있는 방법을 알게 되었으며 상대방의 표현과 생각을 수용·인정하는 경험을 하였다.

저소득층 아동은 자신의 사고와 정서 그리고 환경에 대해 지지 받을 수 있는 기회와 음악 안에서 다양한 방법을 통해 목소리를 자유롭게 표현할 수 있는 치료적 환경이 필요하다. 욕구와 감정 해소에 어려움이 있는 저소득층 아동에게 있어 목소리는 자기 탐색과 수용의 기회를 제공하며 타인의 표현 방법을 존중하고 이해하게 됨으로써 내적·외적으로 긍정적인 변화를 이끌 수 있다. 가창 중심 음악치료의 기회 제공과 치료적 환경은 저소득층 아동이 겪는 심리·정서적 문제 해결을 위한 효과적인 접근 방법이 될 수 있다.

Ⅲ. 연구 방법

1. 연구 대상

본 연구 대상은 인천시에 위치한 S 지역아동센터를 이용하고 있는 초등학생 2학년-4학년을 대상으로 2019년 3월부터 4월까지 50분씩 주 2 회기로 총 13회기 그룹 세션을 진행하였다. 대상자들에 대한 정보는 설문지를 통해 수집하였으며, 총 12명의 대상자 중 6명은 실험집단, 6명은 통제집단으로 무선 배치하여 가창 중심 음악치료 프로그램을 실시하였다.

2. 측정 도구

1) 자아존중감 척도

Coopersmith(1967)의 아동용 자아존중감 척도를 재구성한 전규혁(1999)의 검사지를 사용하였다. 이 척도는 총체적 자아존중감 6문항, 사회적 자아존중감 9문항, 가정에서의 자아존중감 9문항, 학교에서의 자아존중감 8문항으로 총 32문항이다. 부정 진술 문항(4, 10, 17, 23, 29, 32, 38)은 역으로 환산 처리한다. 총점은 160점이며, 배정이, 박현주, 양미경(2012)에 의해 보고된 하위 척도별 신뢰도 Cronbach's $\alpha = .73$ 에서 .86 으로 나타났다.

<표 III-1> 자아존중감 척도 문항 구성

하위요인	문항수	문항번호	신뢰도
총체적 자아존중감	6	1, 5, 9, 13, 17, 21	.76
사회적 자아존중감	9	2, 6, 10, 14, 18, 22, 25, 28, 31	.73
가정에서의 자아존중감	9	3, 7, 11, 15, 19, 23, 26, 29, 32	.84
학교에서의 자아존중감	8	(4), (8), (12), (16), (20), (24), (27), (30)	.86
계	32	32	.88

()는 역채점 문항.

2) 자기표현 평정 척도

아동의 자기표현 측정을 위해 Rakos와 Schroeder(1979)에 개발한 자기표현 평정 척도(Self Directed Assertiveness Training, SDAT)를 우리나라 문화에 적합하고 아울러 초등학교 아동이 응답할만한 수준으로 재구성한 변창진과 김성희(1980)의 척도를 사용하였다. 이 척도는 내용적 요소 9문항, 음성적 요소 7문항, 체언적 요소 4문항으로 총 20문항으로 구성되어 있다. 강문희, 김소희(2005)의 연구에서 나타는 자기표현 평정 척도의 내적 신뢰도 Crombach's $\alpha = .91$ 이다.

<표 III-2> 자기표현평정 척도 문항 구성

하위요인	문항수	문항번호	신뢰도
내용적요소	9	1,2,3,4,5,6,7,8,9	.74
음성적요소	7	10,11,12,13,14,15,16	.81
체언적요소	4	17, 18, 19, 20	.74
계	20	20	.80

3) 관찰 행동 및 자료수집

아동의 공격행동 측정은 자유놀이 시간 때 기초선과 중재 그리고 유지 단계 총 18회 동안의 모습을 촬영하였으며, 관찰자 1명과 영상을 보며 치료사가 정의한 행동의 사건이 일어났을 때 표시하는 사건 기록 법으로 측정하였다. 관찰자 간 신뢰도 공식은 행동 발생 횟수(작은 수)/행동 발생 횟수(큰 수) X 100이다. 관찰 행동으로는 <표 1>과 같이 본 연구자가 조작적 정의하였다.

<표 III-3> 관찰행동에 대한 조작적 정의

관찰행동	조작적 정의
공격적인 행동	<ul style="list-style-type: none"> - 물건을 던지거나 세게 가격하는 행동 - 타인을 때리거나 가지고 있는 것을 빼앗으려는 행동 - 타인의 목소리가 들리지 않게 고함을 지르거나 욕을 하는 행동

3. 연구 설계

본 연구에서는 목소리를 활용한 음악치료 프로그램이 지역아동센터를 이용하는 저소득층 아동들의 자아존중감 및 자기표현 그리고 공격성 감소에 어떠한 영향을 미치는지 알아보기 위해 사전-사후 실험 통제 설계 (Pretest-Posttest Control Group Design)를 한다. 목소리를 활용한 음악치료 프로그램을 시작하기 전에 아동의 자아존중감과 자기표현을 측정하는 사전검사를 실시하고 총 13회기의 음악치료 프로그램이 끝난 후 자아존중감과 자기표현을 측정하는 사후검사를 실시하였다.

<표 III-4> 사전사후 실험통제 설계

집단	사전검사	음악치료활동(처치)	사후검사
실험집단	O ₁	X	O ₃
통제집단	O ₂		O ₃

X : 창작 음악극 음악치료 프로그램

O₁ , O₂ : 자아존중감, 자기표현 사전검사

O₃ , O₃ : 자아존중감, 자기표현 사후검사

4. 연구 절차

본 연구는 인천에 위치한 S 지역아동센터에 소속된 초등학생 6명을 대상으로 2019년 3월 5일부터 4월 18일까지 매 50분 총 13 회기동안 지역아동센터 기관 내의 프로그램실에서 음악치료 세션을 진행하였다. 프로그램 종결 후 사후검사를 실시하여 실험집단과 통제집단의 변화 차이를 검증하였다.

1) 사전 검사 실시(2019년 2월 27일-2019년 3월 4일)

지역아동센터를 이용하는 아동 가운데 실험집단 6명과 통제집단 6명에게 자아존중감 척도, 자기표현 평정 척도를 통해 아동의 자아존중감과 자기표현 정도를 측정하였다. 실험집단 아동 6명의 공격적 행동이 자유놀이 시간 30분 동안 몇 번 발생하는지 4일에 걸쳐 기초선 측정을 하였다. 공격성의 빈도수를 기록하는 방법은 사건 기록 표집법으로 조작적 정의한 공격적 행동이 발생할 때마다 그 빈도를 기록하였다.

2) 음악치료프로그램 실시(2019년 3월 5일-2019년 4월 18일)

지역아동센터를 이용하는 아동 가운데 실험집단 6명을 대상으로 7주 동안 주 2회(화, 목)로 음악치료 프로그램을 총 13회기 진행하였다. 방과 후 17시 40분부터 18시 30분(50분)까지 진행하였으며 실험집단 아동 6명의 공격적 행동은 프로그램 이후 10회기에 걸쳐 19시부터 30분 동안 촬영하여 관찰되었다.

3) 사후 검사 실시(2019년 4월 19일-2019년 4월 25일)

음악치료 프로그램이 종결된 후, 실험집단 6명과 통제집단 6명에게 자아존중감 척도와 자기표현 평정척도를 통해 아동의 자아존중감과 자기표현을 측정하였다. 음악치료 프로그램이 실험집단 아동 6명의 공격적 행동에 영향을 미쳤는지 알아보기 위해 프로그램 종결 이후 실험집단 아동 6명의 공격적 행동이 자유놀이 시간 30분 동안 몇 번 발생하는지 4일에 걸쳐 관찰하였다.

5. 가창 중심 음악치료 프로그램

1) 가창 중심 음악치료 프로그램 회기구성

프로그램의 각 회기는 50분으로 진행되었으며 구성은 도입, 주 활동, 마무리 활동으로 이루어졌다. 도입에는 인사 노래를 시작으로 목소리와 신체를 활용한 스트레칭 활동을 하였으며 스트레칭 후 호흡을 정리하며 도입활동을 마무리하였다. 주 활동에는 가창 중심 활동 위주로 진행되어 토닝, 챗트, 화

음 만들기, 즉흥 노래 부르기, 신체와 목소리를 활용한 바디 퍼커션, 목소리로 리듬 만들기, 아카펠라 등의 음악 활동을 하였다. 마무리에는 활동을 정리하며 마침 노래를 부른 후 종결하였다.

<표 III-5> 가창 중심 음악치료 프로그램의 회기구성

구성	시간	활동내용
도입	10분	인사노래와 함께 활동의 시작을 알리고, 목소리 및 신체를 활용하여 스트레칭한 후, 호흡 정리하며 마무리
주 활동	35분	목소리를 활용한 음악치료 (토닝, 첸트, 가창, 아카펠라)
마무리	5분	활동을 정리하며 마침 노래 부르기

2) 가창 중심 음악치료 프로그램 각 회기별 프로그램 내용

본 연구의 가창 중심 음악치료 프로그램은 김은실, 손현동(2015)의 자존감 향상 프로그램과 김종인(2008)의 아동음악치료 방법론을 참고로 하여 본 연구자가 내담자의 특성과 연구의 목적에 맞게 재구성하였다. 단계별 내용은 자기소개, 친밀감 형성, 자기인식과 이해, 자기수용, 또래관계 이해 및 수용, 협동 및 문제 해결, 성취감, 자기평가 및 수용으로 구성하였다.

회기별 음악치료 프로그램을 살펴보면 다음과 같다. 1회기는 목소리를 활용한 음악치료 프로그램 및 자기소개를 하는 단계이다. ‘엘가 - 사랑의 인사’ 노래의 멜로디에 각자 자신의 이름을 소개하고 그룹원들이 인사로 화답하는 형식의 가사를 넣어 서로를 소개하는 시간을 가졌다.

2회기는 친밀감 형성을 위해 그룹원들 간 긍정적인 감정을 교류하는 것을 목표로 하였다. 활동 시작 전 긴장 이완을 위해 서로의 동작을 모방하며 스트레칭을 하였다. 본 활동에서는 스타카토, 음고, 세기 등의 음악 요소를 활

용하여 자신의 이름을 선으로 그리고 목소리로 표현하였다. 이 활동을 통해 그룹원들이 서로의 목소리를 모방하고 자신의 이름을 목소리로 자유롭게 표현해보는 시간을 가졌다.

3회기는 자기 인식과 이해 단계로 자신의 욕구를 탐색하는 것을 목표로 하였다. 내담자들에게 친숙한 동요와 좋아하는 노래를 퀴즈로 내고 노래를 부르는 활동을 하여 동기부여 및 흥미를 유발하였다. 익숙하고 좋아하는 노래의 후렴구에 각자 갖고 싶은 것, 좋아하는 것들을 가사로 적어 불러보는 시간을 가졌다. 4회기는 자기 인식과 이해 단계로 자신의 장점 및 강점을 찾는 것을 목표로 하였다. 4/4박자 구조 안에서 그룹원들은 신체를 활용하여 4박자의 기본리듬을 만들고, 다양한 모음과 높낮이, 세기, 리듬을 활용하여 서로의 목소리를 모방하고 각자 표현해보았고 이후에는 자신의 장점을 챗트로 그룹 안에서 질문하고 응답하는 형식으로 표현하는 시간을 가졌다.

5회기는 자기수용 단계로 긍정적인 자신의 모습을 수용하는 것을 목표로 하였다. 지난 시간에 함께 했던 챗트에 자신이 들었던 기분 좋은 말, 칭찬의 말을 감정을 담은 목소리로 표현해보았고, 이후에는 call & response 형식의 음악적 구조 안에서 그룹원들이 서로를 칭찬해주고 소감을 노래로 불러보는 시간을 가졌다. 6회기는 자기수용단계로 부정적인 자기 모습을 수용하는 것을 목표로 하였다. 4가지 반복되는 코드로 진행되는 '비틀즈 - Let it be' 곡 멜로디에 8마디로 편곡을 하여 4마디는 각자 기분 나빴던 상황 또는 말과 상대를 가사로 넣어 부르면 뒤의 4마디에는 자신이 듣고 싶었던 위로의 말을 그룹원들이 가사로 만들어 노래를 부르고 지지해주는 시간을 가졌다.

7회기와 8회기는 또래관계 이해 및 수용 단계로 친구와의 관계를 인식하고 수용하는 것을 목표로 하였다. 7회기에는 A 블루스 모드의 12마디 코드 진행을 사용하여 반복되는 음악 구조 안에서 내담자들은 목소리와 신체를 활용하여 자신만의 리듬을 1마디 안에서 만들고 그룹원들이 모방하는 활동

을 하였다. 8회기는 그룹원들이 4박자 안에서 목소리와 신체를 활용하여 1마디 이상 다양한 소리와 리듬을 만들어내면 그룹원들이 모방하며 서로의 표현 방법을 이해하는 시간을 가졌으며, 더 나아가 그룹원이 제시한 동작과 소리를 변형하여 전달하는 활동을 하였다.

9회기와 10회기는 협동 및 문제 해결 단계로 협동활동을 통해 집단원에 대한 신뢰감을 형성하는 것을 목표로 하였다. 9회기에는 'Alan turry의 singing on the microphone' 노래를 G 블루스로 편곡하여 앞부분은 '마이크로 노래해요'라는 가사로 그룹원들이 다함께 노래를 부르고 뒷부분의 1-2마디는 지정된 멜로디로 함께 부르다가 한 명씩 솔로로 즉흥 노래를 부르며 음악을 완성해 나가는 활동을 하였다. 10회기에는 그룹원이 게이름의 높낮이를 앞거나 손으로 표현하여 함께 같은 소리를 낼 수 있도록 연습한 후, 팀을 나누어 I도, IV도, V도 3음으로 이루어진 협화음 소리를 만들어보는 시간을 가졌다. 그리고 같은 코드가 반복되는 노래를 활용하여 2성부로 나누어 노래를 불러보는 활동을 하였다.

11회기와 12회기는 성취감 단계로 창의적인 활동을 통해 성취감을 경험하는 것을 목표로 하였다. 11회기에는 5음계 음을 실로폰 연주와 5음계로 이루어진 곡을 함께 부르며 익힌 후, 5음계 음 가운데 2-3음을 활용하여 반복되는 선율을 만들어 2파트로 나누고 화음을 쌓아 노래를 불러보는 활동을 하였다. 12회기에는 그룹원이 5음계를 활용하여 16마디 가운데 반복되는 첫째줄과 넷째줄을 제외한 8마디에 들어갈 멜로디 선율을 함께 만드는 시간을 가졌다. 그리고 그 선율에 맞는 비트박스 파트와 반복되는 베이스 선율을 익혀 함께 불러보는 활동을 하였다.

13회기는 자기평가 및 수용 단계로 자신에 대한 긍정적인 변화에 대한 인식 및 격려하는 것을 목표로 하였다. 지난 시간 그룹원들이 함께 만든 멜로디 선율에 지금까지 프로그램을 하며 느꼈던 변화나 감정을 함께 가사로 만

듣고 노래를 부른 후, 소감을 나누며 활동을 마무리하였다.

<표 III-6> 가창 중심 음악치료 프로그램의 회기별 내용

세 부 회 영 기 역	목표	활동내용	활동근거
자 기 소 개	자기소개를 통해 집단원 인식하기	① 헬로우 송 ② 자기소개하기 < 엘가 - 사랑의 인사 > ③ 규칙 정하기 ④ 굿바이 송	- 인사 노래와 익숙한 노래를 활 용하여 자기소개하는 활동을 통해 친밀감을 형성하고, 프로 그램에 참여 동기를 유발하는 데에 도움을 준다.
친 밀 감 형 성	긴장감 줄이기 & 집단원 간에 긍정적 감정 교류하기	① 헬로우송 ② 신체동작 표현(스트레칭) ③ 다양한 음악 요소를 선으로 나타내고 목소리로 표현하기 ④ 자신의 이름을 선 악보로 그리기& 목소리로 표현하기 ⑤ 굿바이 송	- 음악에 맞추어 그룹원의 동작을 모방하는 활동은 그룹 내 활발한 상호작용을 위한 친밀감 형성과 긴장감을 완화에 도움을 준다. - 다양한 음악 요소를 선으로 그 리고 목소리로 표현함으로써 목 소리의 크기, 빠르기, 강세 등을 자유롭게 표현해볼 수 있다.
자 기 인 식 과 이 해	나의 욕구 탐색하기	① 헬로우 송 ② 스트레칭 : 목소리에 따른 동작 표현 ③ 동요 및 각자 좋아하는 노래 퀴즈 내어 함께 부르기 ④ 노래 한 가지를 선정하여 좋아하는 것, 하고 싶은 것, 갖고 싶은 것을 가사로 쓰고 노래 부르기. ⑤ 굿바이 송	- 동요는 아동들에게 친숙하고 익 숙하여 긴장감을 줄여주고 편안 한 분위기로 즐거움을 유발한다. - 각자 좋아하는 노래를 활용함으로 써 참여에 동기 부여가 되며, 서 로 좋아하는 노래를 감상하고 이 야기 나누며 친밀감을 형성한다. - 자신이 좋아하거나 익숙한 노래에 가사를 적어보고 불러봄으로써 자신의 생각을 표현할 수 있도록 한다.

4	나의 장점 및 강점 찾기	<ul style="list-style-type: none"> ① 헬로우 송 ② 발성 및 스트레칭 ③ 4/4박자 챗트 : 함께 소리 주고받기 ④ 사과 열매에 장점 쓰기 ⑤ 챗트(QnA 형식) : 자신의 장점을 신체 및 목소리로 표현하기 ex. 여우야 여우야 뭐 하니 ⑥ 사과나무 완성하기 ⑦ 굿바이 송 	<ul style="list-style-type: none"> - 스트레칭을 통해 호흡과 발성을 함으로 신체 및 목소리 사용의 긴장감을 이완시킨다. - 4/4 박자는 내담자들에게 익숙한 동요나 노래에 많이 쓰이므로, 음 악적 구조를 쉽게 이해할 수 있다. - 챗트는 함께 박자를 맞추며 반복 되는 리듬 속에서 자신의 목소리 를 자유롭게 표현할 수 있도록 도와주며, 대화의 형태로 그룹원 들과 흥미롭게 의사소통을 할 수 있는 기회를 제공한다.
---	------------------	---	---

자 기 수 용 5	긍정적인 자기모습수 용하기	<ul style="list-style-type: none"> ① 헬로우 송 ② 스트레칭 및 토닝 ③ 챗트: 타인에게서 들었던 기분 좋은 말 또는 칭찬 등을 감정을 담아 목소리 표현하기 ④ Call&Response 형식 노래 배우기 ⑤ 노래 부르기 : A 부분은 그룹원이 칭찬해주기 B 부분은 칭찬받은 사람이 노래하기 ⑥ 소감 나누기 ⑦ 굿바이 송 	<ul style="list-style-type: none"> - 챗트는 그룹원들과 함께 박자를 맞추며 구조화된 형식 안에서 자신의 목소리와 감정을 챗트 속에 있는 주요 요소(박자, 강세, 억양)등을 통해 표현할 수 있다. - call&response 형태의 주고받 는 음악의 구조 안에서 타인의 소리를 경청하고 자신의 목소 리를 멜로디로 표현할 수 있다.
-----------------------	----------------------	---	---

6	부정적인 자기모습 수용하기	① 헬로우 송 ② 스트레칭 및 토닝 ③ < 비틀즈 - let it be > 노래 배우기 및 악기 연주하기 ④ 가사 만들기 : 내가 들었던 속상한 말과 그때의 상황(A 부분)을 적고 그 상황일 때 듣고 싶은 위로의 말(B 부분)을 적기 ⑤ 노래 부르기 : A 부분은 솔로로 부르고 B부분은 함께 부르기 ⑥ 굿바이 송	- G-D-E-C의 4가지 코드의 반복되는 노래로 악기 연주로 음악을 표현해봄으로써 음악을 쉽게 익힐 수 있다. - 노래의 구조를 이해하고 자신만의 가사로 솔로 노래를 부르고 그룹원들의 노래를 통해 위로의 목소리를 들음으로써 지지감을 경험할 수 있다.
7	친구와의 관계 인식 및 수용하기	① 헬로우 송 ② 발성 및 스트레칭 ③ 다양한 리듬 배우기 <A 블루스 코드 진행 12마디> : 목소리 -> 박수+목소리 -> 신체+목소리 ④ <A 블루스 코드 진행 12마디> 안에서 신체와 목소리를 활용하여 자신만의 리듬 만들기 및 서로의 리듬 주고받기 ⑥ 굿바이 송	- 리듬적 요소를 신체의 움직임에 따라 목소리로 표현함으로써 음악적 구조 안에서 자유롭게 다양한 동작 및 소리를 표현할 수 있도록 도와준다. - A 블루스의 12마디 진행을 음악적 구조로 사용하여 반복되는 음악 진행 안에서 익숙함과 안정감을 느낄 수 있다.
8		① 헬로우 송 ② 스트레칭 및 토닝 - 다양한 리듬을 활용 ③ 다 함께 기본 비트 만들기 ④ 바다퍼커션 게임(신체 및 목소리) : 소리 전달 -> 동작 전달 -> 소리 및 동작 전달 -> 소리 및 동작 변형전달 ⑤ 굿바이 송	- 신체를 활용하는 것은 긴장감을 완화시키고, 이를 통해 자신만의 리듬과 소리를 자유롭게 표출할 수 있도록 돕는다. 또한 상대의 동작과 목소리 표현을 따라 해봄으로써 표현의 확장을 돕는다.

9	<p>① 헬로우 송 ② 발성 및 스트레칭 ③ 노래 배우기 <singing on the microphone > ④ 치료사의 멜로디 모방하여 부르기 ⑤ 솔로로 부르기(1-2마디) ⑥ 멜로디 변형하여 부르기(1-2마디) ⑦ 즉흥으로 노래 부르기(확장) ⑧ 굿바이 송</p>	<ul style="list-style-type: none"> - 블루스 음계로 구성된 곡으로 음정 관계가 반음으로 이루어져 있어 정확한 음을 맞추어 내야 하는 부담감을 줄여주어 자유롭게 음을 탐색할 수 있다. - 다 같이 노래를 부르는 부분과 멜로디를 주고받을 수 있는 구조의 곡인 노래를 통해 자신의 목소리로 다양한 선율을 탐색해 볼 수 있고 그룹원들로부터 수용 받는 경험을 할 수 있다.
<p>협동 및 문제 해결</p> <p>10</p>	<p>협동활동을 통해 집단원에 대한 신뢰감 형성하기</p> <p>① 헬로우 송 ② 발성 및 스트레칭 ③ 게임 익히기 - 신체 활용 ④ 협화음 만들기 ⑤ 2성부로 나누어 노래 부르기 ex. 에델바이스 ⑥ 굿바이 송</p>	<ul style="list-style-type: none"> - 그룹원들과 협화음을 내는 활동을 하면서 자신의 목소리의 에너지를 조절하여 조화를 이룰 수 있도록 한다. - 그룹원들이 반복되는 코드 진행의 익숙한 곡을 오스티나토와 멜로디로 어우러지는 음악을 완성해나감으로써 그룹원들의 지지를 느낄 수 있는 환경을 제공한다.

11	창의적인 활동을 통해 성취감 경험하기	<ul style="list-style-type: none"> ① 헬로우 송 ② 발성 및 스트레칭 ③ 5음계 음 익히기 ④ 5음계로 이루어진 곡 함께 부르기 ex. 아리랑, 사랑을 했다 등 ⑤ 5음계 음으로 화음 쌓기(2성부) ⑥ 굿바이 송 	<ul style="list-style-type: none"> - 아동이 익숙하게 접한 동요도 5음계로 이루어진 음악이 많아 친숙함을 준다. - 그룹원들이 서로 협동하여 5음계로 2성부의 오스티나토를 구성하고 화음을 쌓아가는 과정을 통해 성취감을 느낄 수 있다.
12	창의적인 활동을 통해 성취감 경험하기	<ul style="list-style-type: none"> ① 헬로우 송 ② 발성 및 스트레칭 ③ 5음계로 함께 이카펠라 3성부 만들기(16마디) ④ 함께 멜로디 선을 만들기 ⑤ 굿바이 송 	<ul style="list-style-type: none"> - 5음계의 화음은 내담자가 아무렇게나 내는 발성을 지지하거나 리듬악기에 맞는 음악을 만드는데 특히 유용하다 - 다른 파트와 화음을 맞춰 노래를 부름으로써 그룹원들의 목소리로 형성되는 화음 안에서 자신의 목소리가 어우러지는 것을 경험할 수 있다. - 하나의 노래를 완성하는 것은 아동으로 하여금 자신감과 성취감을 얻을 수 있도록 도와준다 (김수희, 2009)
자기평가 및 수용	자신의 긍정적 변화에 대해 인식하기 & 자신의 긍정적 변화를 격려하기	<ul style="list-style-type: none"> ① 헬로우 송 ② 발성 및 스트레칭 ③ 함께 가사 쓰기 : 지난 시간 함께 만든 곡에 그동안 함께하며 느꼈던 것에 대한 내용 ④ 소감 나누기 ⑤ 굿바이 송 	<ul style="list-style-type: none"> - 하나의 주제 안에서 서로 느낀점을 이야기로 나누고 선율에 맞게 가사로 만드는 과정에서 서로의 생각과 표현을 이해하게 되고 협동할 수 있는 기회를 제공한다. - 지난 회기 때 함께 만들었던 노래를 반복하여 부르는 경험은 그룹원들의 수용과 지지 그리고 성취감을 느낄 수 있다.

6. 자료분석 및 측정방법

본 연구의 자료분석은 SPSS 20.0 통계 프로그램을 사용하여 다음과 같이 분석하였다.

첫째, 연구 대상자들의 특성을 알아보기 위해 성별, 연령 등 일반적 사항에 대한 빈도 분석을 하였다.

둘째, 실험집단과 통제집단이 동일한 집단인지 알아보기 위해 실험집단과 통제집단의 자아존중감 점수와 자기표현 점수의 사전 점수 및 그 하위 요인에 대하여 Mann-Whitney U 검정을 실시하여 동질성을 확인하였다.

셋째, 프로그램이 통계적으로 유의미한 효과가 있는지 알아보기 위해 실험집단과 통제집단의 사후검사에 대한 Mann-Whitney U 검정을 실시하여 차이가 유의미한지 알아보았다.

넷째, 실험집단과 통제집단이 사전과 사후의 자아존중감 전체 점수와 자기표현 전체 점수의 차이에 대한 추이를 알아보기 위해 Wilcoxon Matched Pair 검정을 실시하였다.

다섯째, 실험집단과 통제집단의 사전과 사후의 자아존중감 하위 영역 점수와 자기표현 하위 영역 점수에 대해 Wilcoxon Matched Pair 검정을 실시하였다.

표본의 크기가 작기 때문에($N=12$) 모든 통계적 분석은 비모수 검정을 실시하였다. 본 연구의 통계적 유의수준은 $p < .05$ 이다.

여섯째, 실험집단을 대상으로 자유놀이 시간 30분 동안 녹화한 내용을 바탕으로 공격적 행동에 대한 변화를 알아보기 위해 관찰자 1명과 사건 기록법으로 기록하였고, 대상자들의 관찰 행동 횟수에 대한 평균을 내어 결과를 도출하였다. 관찰자 간 신뢰도는 평균 91.6%로 나타났다.

IV. 연구결과

본 연구는 가창 중심 음악치료가 저소득층 아동의 자아존중감과 자기표현 향상 및 공격성 감소에 어떠한 영향을 미치는지 알아보기 위해 실시되었다. 13회기 간의 음악치료를 실시하기 전과 후에 대상 아동에게 각각 자아존중감 척도와 자기표현 척도와 공격성 감소에 따른 분석 결과는 다음과 같다.

1. 연구 대상자의 일반적 특성과 동질성 검사

1) 연구 대상자의 일반적 특성

연구에 앞서 대상자의 일반적 특성으로 성별, 학년, 지역아동센터 이용 기간, 선호하는 음악을 알아보았다. 대상자의 연령은 실험집단과 통제집단 모두 초등학교 2학년-4학년에 분포되어 있으며, 실험집단은 3학년이 3명으로 가장 많았으며 2학년 2명, 4학년 1명으로 나타났다. 통제집단은 2학년이 4명으로 가장 많았으며 3학년 1명, 4학년 1명으로 나타났다. 성별은 두 집단이 같은 비율로 분포되어 있어 실험집단과 통제집단 모두 남학생은 2명, 여학생은 4명으로 나타났다. 지역아동센터 이용 기간은 두 집단 모두 1년이 가장 많았다. 지역아동센터 이용 기간에 대해 1년이 3명, 2년은 2명 3년은 1명으로 나타났고, 통제집단은 1년이 4명, 2년은 2명으로 나타났다. 선호하는 음악에 대하여 실험집단은 대중음악이 가장 높았으며 통제집단은 대중음악과 동요가 높게 나타났다. 대상자의 일반적 특성에 대한 빈도 분석 (frequency analysis) 결과는 <표 IV-1>과 같다.

<표 IV-1> 연구대상자의 일반적 특성

항목	구분	빈도		백분율(%)
		실험집단	통제집단	
성별	남	2	2	33.3
	여	4	4	66.7
학년	2학년	2	4	50.0
	3학년	3	1	33.3
	4학년	1	1	16.7
지역아동센터 이용기간	1년	3	4	58.3
	2년	2	2	33.3
선호하는 음악	3년	1	0	8.3
	대중음악	5	3	66.7
	힙합	1	0	8.3
	동요	0	3	25.0
계		6	6	100.0

2) 실험집단과 통제집단의 사전검사 동질성 비교

가창 중심 음악치료 프로그램을 실시하기 전, 실험집단과 통제집단이 동일한 집단으로 구성되었는지의 여부를 알아보기 위해 자아존중감 척도와 자기표현 척도, 그리고 각 척도의 하위 요인 사전 점수에 대해 Mann-Whitney *U* 검정을 실시하였다.

검정 결과 자아존중감 척도와 자아존중감 하위 요인 모두 통계적으로 유의미한 차이를 보이지 않았으며($p > .05$), 자기표현 척도와 자기표현 하위 요인 또한 유의미한 차이를 보이지 않았다($p > .05$). 따라서 두 집단은 동질 집단으로 볼 수 있다. 분석 결과는 <표 IV-2>와 같다.

<표 IV-2> 실험집단과 통제집단의 사전검사 동질성 검증

구분	평균순위(순위합)		U	Z	p
	실험집단(n=6)	통제집단(n=6)			
자아존중감 전체	6.50(39.00)	6.50(39.00)	18.00	.000	1.000
총체적	7.67(46.00)	5.33(32.00)	11.00	-1.125	.310
자아존중감 사회적	5.92(35.50)	7.08(42.50)	14.50	-.565	.589
자아존중감 가정에서의	6.83(41.00)	6.17(37.00)	16.00	-.324	.818
자아존중감 학교에서의	6.33(38.00)	6.67(40.00)	17.00	-.162	.937
자기표현 전체	6.17(37.00)	6.83(41.00)	16.0	-.321	.818
내용적요소	6.33(38.00)	6.67(40.00)	17.0	-.161	.937
음성적요소	7.00(42.00)	6.00(36.00)	15.0	-.484	.699
체언적요소	5.33(32.00)	7.67(46.00)	11.0	-1.133	.310

2. 자아존중감에 대한 프로그램의 효과

1) 자아존중감 전체 점수에 대한 프로그램의 효과

가창 중심 음악치료 프로그램 실시 후 자아존중감 전체 점수에서 실험집단이 통제집단에 비해 유의미한 효과가 있었는지 알아보기 위해 사후 점수에 대해 실험집단과 통제집단 간 Mann-Whitney U 검정을 실시하였다.

검정 결과 실험집단과 통제집단의 사후 점수에 대한 통계적 차이는 유의미하였다($p < .05$). 이에 대한 결과는 <표 IV-3>과 같다.

<표 IV-3> 자아존중감 전체 점수에 대한 Mann-Whitney U 검정

측정치	평균순위(순위합)		U	Z	p
	실험집단(n=6)	통제집단(n=6)			
자아존중감	9.00(54.00)	4.00(24.00)	3.00	-2.402	.015*

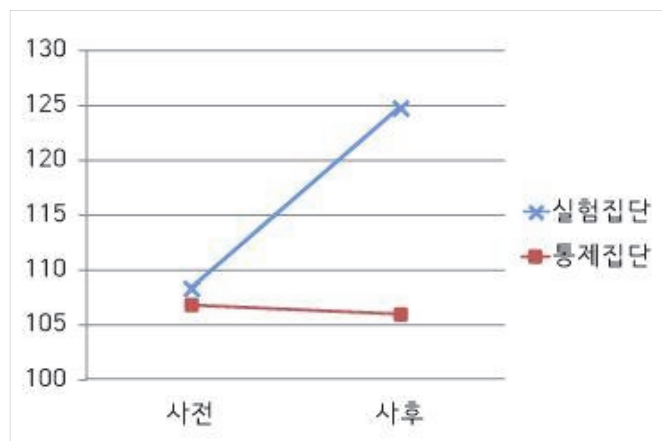
* $p < .05$

변화의 추이를 보기 위해 각 집단의 사전과 사후에 대한 Wilcoxon Matched Pair 검정을 실시하였다. 실험집단은 통계적으로 유의미한 차이($p < .05$)를 보이며 평균이 증가한 반면 통제집단은 유의미한 차이를 보이지 않았다($p > .05$). 이에 대한 결과는 <표 IV-4>, <그림 IV-1>과 같다.

<표 IV-4> 자아존중감 전체 점수에 대한 Wilcoxon Matched Pair 검정

구분	집단	평균(표준편차)		Z	p
		사전	사후		
자아존중감	실험집단	108.33(7.39)	124.83(11.10)	-2.201	.028*
	통제집단	106.83(9.13)	106.00(6.81)	-.535	.593

* $p < .05$



<그림 IV-1> 실험집단과 통제집단의 자아존중감 평균 점수

2) 자아존중감 하위요인에 대한 프로그램의 효과

가창 중심 음악치료 프로그램 실시 후 자아존중감 하위 요인에서 실험집단이 통제집단에 비해 유의미한 효과가 있었는지 알아보기 위해 사후 점수에 대해 실험집단과 통제집단 간 Mann-Whitney U 검정을 실시하였다.

검정 결과 하위 요인 가운데 총체적 자아존중감과 가정에서의 자아존중감

에서 유의미한 차이를 보였다($p < .05$). 이에 대한 결과는 <표 IV-5>와 같다.

<표 IV-5> 자아존중감 하위요인에 대한 Mann-Whitney U 검정

측정치	평균순위(순위합)		U	Z	p
	실험집단(n=6)	통제집단(n=6)			
총체적 자아존중감	9.50(57.00)	3.50(21.00)	.00	-2.918	.002*
사회적 자아존중감	7.00(42.00)	6.00(36.00)	15.00	-.481	.699
가정에서의 자아존중감	8.83(53.00)	4.17(25.00)	4.00	-2.266	.026*
학교에서의 자아존중감	7.17(43.00)	5.83(35.00)	14.00	-.647	.589

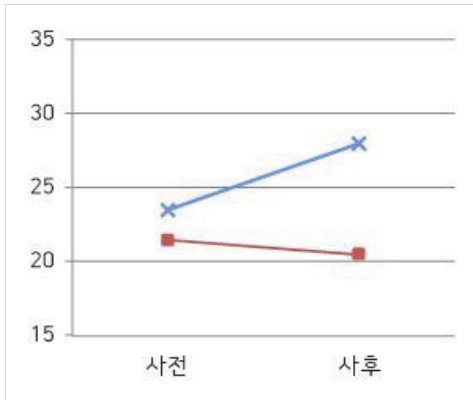
* $p < .05$

각 하위 요인에 대한 점수 변화의 추이를 보기 위해 각 집단의 사전과 사후에 대한 Wilcoxon Matched Pair 검정을 실시하였다. 검정 결과 실험집단은 총체적 자아존중감과 가정에서의 자아존중감에서 유의미한 차이를 보였다($p < .05$). 이에 대한 결과는 <표 IV-6>, <그림 IV-2>, <그림 IV-3>, <그림 IV-4>, <그림 IV-5>와 같다.

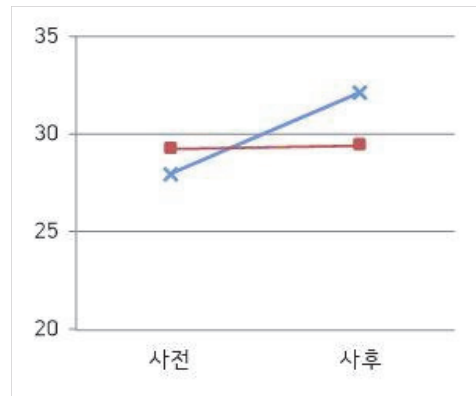
<표 IV-6> 자아존중감 하위 요소에 대한 Wilcoxon Matched Pair 검정

구분	집단	평균(표준편차)		Z	p
		사전	사후		
총체적 자아존중감	실험집단	23.5(3.39)	28.00(0.89)	-1.992	.046*
	통제집단	21.50(3.14)	20.50(1.76)	-1.342	.180
사회적 자아존중감	실험집단	28.00(5.47)	32.16(9.28)	-1.355	.176
	통제집단	29.33(4.88)	29.50(5.04)	-.577	.564
가정에서의 자아존중감	실험집단	34.66(4.32)	40.83(4.07)	-2.014	.044*
	통제집단	33.66(5.04)	33.66(4.88)	.000	1.00
학교에서의 자아존중감	실험집단	22.16(3.18)	23.83(5.19)	-.425	.671
	통제집단	22.33(3.72)	22.33(3.98)	.000	1.000

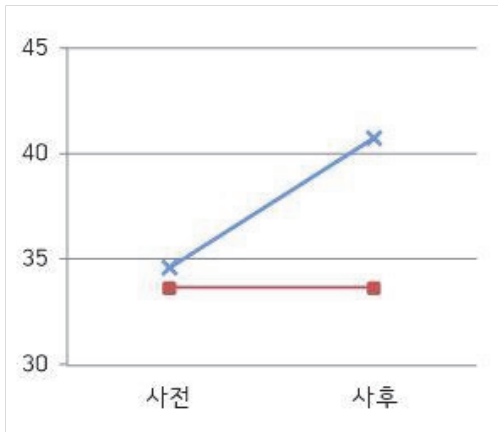
* $p < .05$



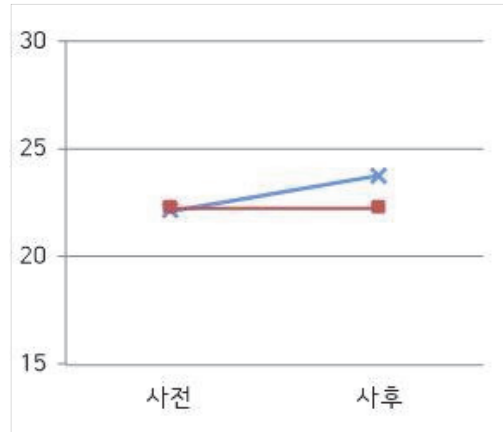
<그림 IV-2> 총체적 자아존중감



<그림 IV-3> 사회에서의 자아존중감



<그림 IV-4> 가정에서의 자아존중감



<그림 IV-5> 학교에서의 자아존중감

3. 자기표현에 대한 프로그램의 효과

1) 자기표현 전체 점수에 대한 프로그램의 효과

가창 중심 음악치료 프로그램 실시 후 자기표현 전체 점수에서 실험집단이 통제집단에 비해 유의미한 효과가 있었는지 알아보기 위해 사후 점수에 대해 실험집단과 통제집단 간 Mann-Whitney U 검정을 실시하였다.

검정 결과 실험집단과 통제집단의 사후 점수에 대한 통계적 차이는 유의미하였다($p < .05$). 이에 대한 결과는 <표 IV-7>과 같다.

<표 IV-7> 자기표현 전체점수에 대한 Mann-Whitney U 검정

측정치	평균순위(순위합)		U	Z	p
	실험집단(n=6)	통제집단(n=6)			
자기표현	9.33(56.00)	3.67(22.00)	1.000	-2.722	.004**

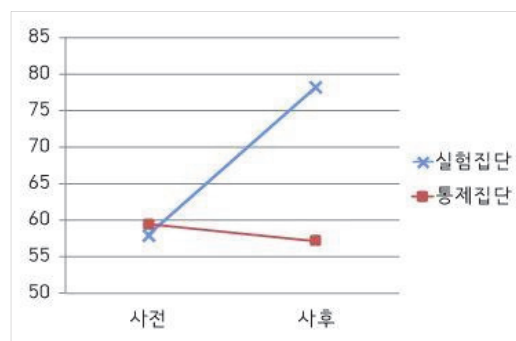
** $p < .01$

변화 추이를 보기 위해 각 집단의 사전과 사후에 대한 Wilcoxon Matched Pair 검정을 실시하였다. 실험집단은 통계적으로 유의미한 차이($p < .05$)를 보이며 평균이 증가한 반면 통제집단은 유의미한 차이를 보이지 않았다($p > .05$). 이에 대한 결과는 <표 IV-8>, <그림 IV-6>과 같다.

<표 IV-8> 자기표현 전체점수에 대한 Wilcoxon Matched Pair 검정

구분	집단	평균(표준편차)		Z	p
		사전	사후		
자기표현	실험집단	58.00(8.02)	78.16(9.68)	-2.201	.028*
	통제집단	59.50(5.78)	57.16(5.07)	-1.633	.102

* $p < .05$



<그림 IV-6> 실험집단과 통제집단의 자기표현 평균점수

2) 자기표현 하위요인에 대한 프로그램의 효과

가창 중심 음악치료 프로그램 실시 후 자기표현의 하위 요인에서 유의미한 효과가 있었는지 알아보기 위해 사후점수에 대해 실험집단과 통제집단 간 Mann-Whitney *U* 검정을 실시하였다. 검정 결과 하위 요인 가운데 음성적 요소에서 유의미한 차이를 보였다($p < .05$). 이에 대한 결과는 <표 IV-9>와 같다.

<표 IV-9> 자기표현 하위요인에 대한 Mann-Whitney *U* 검정

측정치	평균순위(순위합)		<i>U</i>	<i>Z</i>	<i>p</i>
	실험집단(<i>n</i> =6)	통제집단(<i>n</i> =6)			
내용적요소	8.33(50.00)	4.67(28.00)	7.000	-1.764	.093
음성적요소	9.33(56.00)	3.67(22.00)	1.000	-2.741	.004*
체언적요소	7.75(46.50)	5.25(31.50)	10.50	-1.214	.240

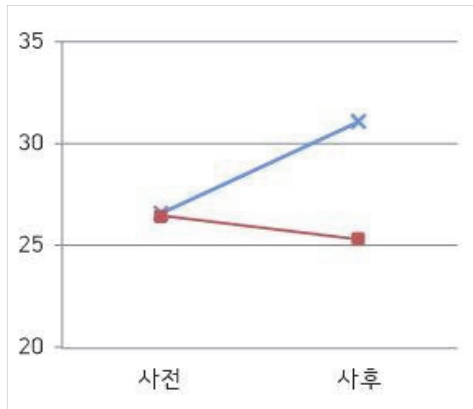
* $p < .05$

각 하위 요인에 대한 점수 변화의 추이를 보기 위해 각 집단의 사전과 사후에 대한 Wilcoxon Matched Pair 검정을 실시하였다. 검정 결과 실험집단은 음성적 요소와 체언적 요소에서 유의미한 차이($p < .05$)를 보였다. 이에 대한 결과는 <표 IV-10>, <그림 IV-7>, <그림 IV-8>, <그림 IV-9>와 같다.

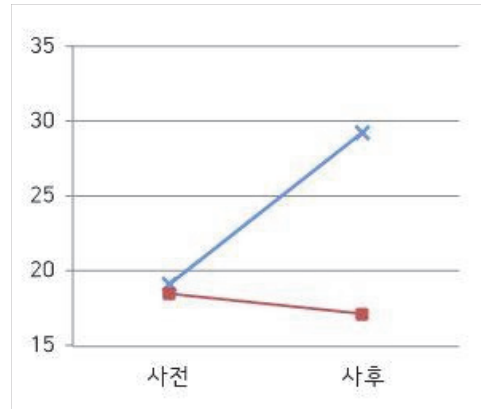
<표 IV-10> 자기표현 하위요인에 대한 Wilcoxon Matched Pair 검정

구분	집단	평균(표준편차)		<i>Z</i>	<i>p</i>
		사전	사후		
내용적요소	실험집단	26.66(5.08)	31.16(4.79)	-1.156	.248
	통제집단	26.50(5.00)	25.33(4.50)	-1.604	.109
음성적요소	실험집단	19.16(6.79)	29.33(4.67)	-2.201	.028*
	통제집단	18.50(3.27)	17.16(3.12)	-1.604	.109
체언적요소	실험집단	12.16(4.07)	17.66(2.42)	-2.207	.027*
	통제집단	14.83(4.87)	14.83(4.79)	.000	1.000

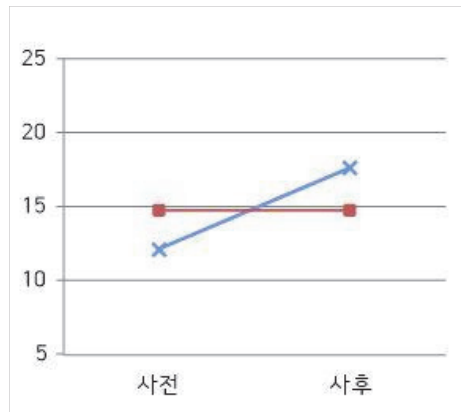
* $p < .05$



<그림 IV-7> 내용적요소



<그림 IV-8> 음성적요소



<그림 IV-9> 체인적요소

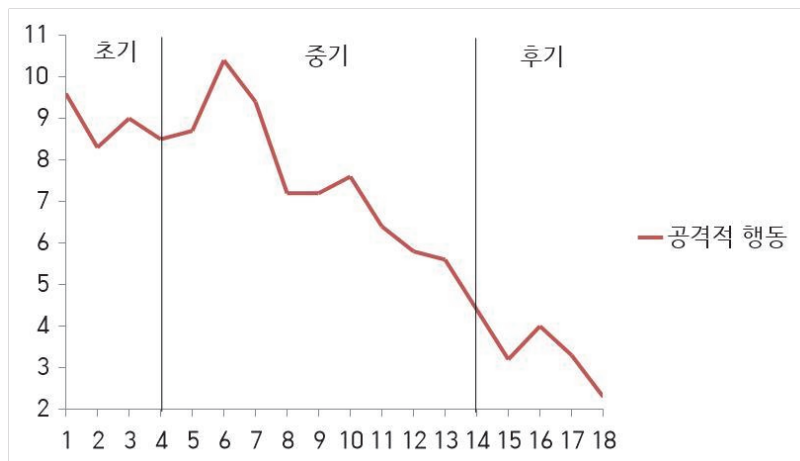
4. 공격적 행동에 대한 프로그램의 효과

음악치료 프로그램 후 실험집단의 공격적 행동은 초기보다 후기로 갈수록 발생이 현저히 줄어든 것을 볼 수 있으며 목표 행동 발생 빈도의 평균 결과는 <표 IV-11>과 <그림 IV-10> 와 같다.

<표 IV-11> 공격적 행동 평균 수치

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
공격적 행동	9.6	8.3	9	8.5	8.7	10.4	9.4	7.2	7.2	7.6	6.4	5.8	5.6	4.4	3.2	4	3.3	2.3

실험집단의 <표 IV-11>의 목표 행동 발생 빈도수 변화를 그래프화하면 <그림 IV-10>과 같으며 초기 때보다 중재 후에 그래프가 감소한 것을 알 수 있다. 이는 초기 때보다 후기로 갈수록 공격적 행동이 감소함을 보여주는 결과이다.



<그림 IV-10> 공격적 행동 변화 추이

V. 결 론

1. 결론 및 논의

본 연구에서는 가창 중심 음악치료가 저소득층 아동의 자아존중감과 자기표현 향상 및 공격성 감소에 긍정적인 영향을 미치는지 살펴보았다. 가창 중심 음악치료 프로그램을 실시한 결과, 본 연구의 결론은 다음과 같다.

첫째, 가창 중심 음악치료는 저소득층 아동의 자아존중감 향상에 효과가 있었다. 목소리를 활용한 음악치료에 참여한 실험집단은 통제집단에 비해 자아존중감 점수가 통계적으로 유의미한 효과를 보였다($p = .015$). 실험의 추세를 보기 위해 각 집단의 사전 사후에 대한 Wilcoxon Matched Pair 검정을 실시한 결과, 실험집단의 평균 점수는 108.33에서 124.83으로 증가하여 통계적으로 유의미한 결과를 보였다($p = .028$). 반면, 통제집단 평균 점수는 106.83에서 106.00으로 감소하여 통계적으로 유의미하지 않았다($p = .593$). 이에 대해 본 연구에 사용된 프로그램에서는 어떤 정답의 틀이 없었기 때문에 내담자들은 자신의 생각과 표현을 자유롭게 표현할 수 있어 자신감을 가지게 되었다. 내담자들은 자신의 목소리를 통한 음악적 표현이 타인의 모방과 확장을 통해 수용·지지 받는 경험을 함으로써 자신에 대한 긍정적인 가치가 형성하는데 도움이 된 것으로 보여진다. 이는 치료사와 또래의 지지가 아동에게 정서적 안정, 신뢰를 주며 자신이 사회적으로 수용 받고 있음을 느끼게 한 것으로 보이는데, 타인과 주변 환경의 지지와 수용이 자기에 대한 긍정적인 인식을 갖도록 돕는다고 보고한 심승원(2001)의 연구 결과와 같은 맥락이다.

둘째, 가창 중심 음악치료는 저소득층 아동의 자기표현 향상에 효과가 있

다. 가창 중심 음악치료에 참여한 실험집단은 통제집단에 비해 자기표현 점수가 통계적으로 유의미한 효과를 보였다($p = .004$). 실험의 추세를 보기 위해 각 집단의 사전 사후에 대한 Wilcoxon Matched Pair 검정을 실시한 결과, 실험집단의 평균 점수는 58.00에서 78.16으로 증가하여 통계적으로 유의미한 결과를 보였다($p = .028$). 반면, 통제집단 평균 점수는 59.50에서 57.16으로 감소하여 통계적으로 유의미하지 않았다($p = .102$). 그룹 안에서 자기를 표현하기 어려웠던 아동들이 자신의 목소리가 음악적 표현과 구조로 전환됨으로써 자기표현력과 개방성이 증가되었음을 알 수 있다. 이러한 결과는 실험집단이 토닝과 챗 활동 때의 변화를 통해 알 수 있다. 치료 초반에는 소리를 크게 지르거나 어떤 소리를 내야 할지 망설여 자신의 목소리를 크게 내지 못했던 모습이었다면 치료 후반에는 음악의 구조 안에서 다양한 모음과 음을 사용하여 자신의 소리를 리듬과 선율 등의 음악적으로 표현해가는 모습을 보였다. 목소리를 다양한 요소로 활용하여 창조적으로 표현하는 경험이 긍정적인 변화를 가능하게 하였다. 이는 음악에서 챗을 활용하여 초등학교의 자기표현력이 향상되었음을 입증한 정소영(2010)의 연구와 음악에서 모음을 활용한 목소리 탐색이 다양한 자기표현을 도왔음을 입증한 현경실(1997)의 연구결과와 맥락을 같이 한다.

셋째, 가창 중심 음악치료는 저소득층 아동의 공격성 감소에 효과가 있다. 이는 그룹 안에서 타인과 화음을 만드는 과정을 통해 알 수 있다. 아동은 음악을 완성하기 위해 타인의 소리를 듣고 목소리의 에너지를 조절하려는 모습을 보였다. 그룹원들과 목소리로 화음을 만들고 음악을 함께 공유하는 경험이 에너지 조절 및 발산, 부정적인 감정의 정화 등의 효과를 불러일으켜 행동의 변화로도 이어졌다고 볼 수 있다. 이는 지역아동센터 아동이 함께 화음을 만들어 노래 부르는 활동을 통해 문제행동에 긍정적인 변화를 나타냈다고 보고한 김은임, 송선희(2017)의 연구 결과와 부합하는 결과이다.

연구 결과를 종합해보면, 가창 중심 음악치료는 다양한 음악적 활동을 통해 자신의 생각과 감정을 자연스럽게 표현할 수 있도록 하였으며, 타인에게 지지·수용 받는 경험을 통해 자아존중감과 자기표현력이 향상되었다. 타인과 함께 목소리를 조절하여 음악을 만들고 또래 친구들과 상호작용을 함으로써 문제행동인 공격성 감소에도 긍정적인 영향을 미친다는 것을 시사한다.

결론적으로 연구 결과를 통해 가창 중심 음악치료가 지역아동센터 저소득층 아동의 자아존중감과 자기표현 증진과 공격성 감소에 긍정적인 영향을 주었음이 확인되었다. 따라서 본 연구에서 실시한 가창 중심 음악치료는 저소득층 아동의 자아존중감 및 자기표현 증진과 공격성 감소를 위한 치료적 접근 방법이 될 수 있음을 시사한다.

2. 제언

본 연구에서의 제한점과 후속 연구를 위한 제언은 다음과 같다.

첫째, 본 연구는 실험집단의 사전·사후 자아존중감과 자기표현 향상과 공격성 감소에 유의미한 변화를 보였다는 점에서 의의가 있지만, 인천 소재의 특정 지역아동센터 아동을 대상으로 한 것과 초등학교 저학년 6명의 적은 인원으로 구성되었다는 점에서 이 결과를 일반화하여 적용하기에는 제한점이 있다고 할 수 있다.

둘째, 본 연구는 전체 치료의 회기가 총 13회기로 주 2회씩 진행되어 비교적 짧은 기간에 세션이 진행되었다는 점에서 치료 효과에 대한 지속성을 알아보는데 제한점을 가지고 있다. 이 프로그램을 통해 다양한 음악적 경험과 타인의 지지 및 교류 경험이 아동의 자아존중감과 자기표현 그리고 공격성 감소에 변화를 가져왔는데, 어떠한 추후에도 이러한 변화가 유지되고 일상생활에서는 어떠한 영향을 미쳤는지에 대한 추후의 평가나 분석이 필요하다.

셋째, 본 연구에서는 지역아동센터 아동을 대상으로 호흡, 토닝, 챗트, 가창, 아카펠라의 다양한 방법을 통해 가창 중심 음악치료를 적용하여 효과를 입증하였으나 짧은 기간 진행되었다. 또한 본 연구에서는 주로 블루스 음계와 펜타토닉 음계를 활용한 음악이 사용되었다. 이로 인해 다양한 음악적 분위기를 탐색할 기회가 적었으며, 각 단계별로 심층적이고 폭넓은 탐색과 활동이 이루어지기에 제한점이 있다고 할 수 있다. 따라서 다양한 분위기의 음악을 사용하여 각 단계를 구체화하여 충분한 탐색과 접근을 통해 보다 심층적인 효과를 줄 수 있는 프로그램 연구가 이루어질 필요가 있다고 사료된다.

참 고 문 헌

- 교육부(2018). 2018년 1차 학교폭력 실태조사.
- 강명순(2007). 한국의 빈곤아동과 지역아동센터 법제화에 관한 이론과 실천. 서울: 부스러기.
- 강희경(2003). 빈곤 가족에서의 학령기 아동의 자존감. 아동간호학회지, 9(3), 301-308.
- 구분화(2007). 아동의 자기표현 능력과 자아존중감 및 학교생활 적응과의 관계. 춘천교육대학교 대학원 석사 학위 논문.
- 권세미(2009). 유아의 자기표현능력 증진을 위한 오르프 음악활동의 적용. 이화여자대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 권효정(2002). 저소득층 아동의 집단활동이 자아존중감과 사회적 능력에 미치는 영향. 대구대학교 대학원 석사학위논문.
- 김광혁, 김예성(2008). 가족빈곤이 아동학대 및 방임에 영향을 미치는 경로. 한국생활과학회지, 17(5), 847-859.
- 김경화(2007). 신체 스트레스와 개인 내부 음성 및 발화 변이. 서울대학교 대학원 박사학위논문.
- 김경희, 황혜정(1998). 저소득층 아동의 정서·행동 문제와 부모의 자녀양육 태도에 관한 연구. 한국심리학회지:발달, 11(1), 12-26.
- 김문혜, 강문희(1999). 아동의 자아존중감 관련변인의 인과모형 분석. 아동학회지, 20(4), 195-211.
- 김민정, 도현심(2001). 부모의 양육행동, 부부갈등 및 아동의 형제자매관계와 아동의 공격성간의 관계. 아동학회지, 22(2), 149-166.
- 김봉현, 조동욱(2010). 심장 상태와 발음간의 연관성 분석을 위한 성대 진동의 변화를 추출. 한국통신학회논문지, 35(2), 191-196.

- 김석화, 김정희(2009). 초등학생들의 가정 소득 수준과 자기존중감 및 창의성의 관계. **사고개발**, 5(1), 1-18.
- 김선미, 홍상환(2014). 아동의 거부민감성과 공격성의 관계에서 정서인식과 표현 능력의 매개효과. **초등상담연구**, 13(4), 409-429.
- 김선이(2005). **연극치료가 저소득가정 아동의 사회성과 자기표현에 미치는 효과**. 원광대학교 동서보완의학대학원 석사학위논문.
- 김선우, 김향희, 박은숙, 최홍식(2010). 노령화에 따른 건강한 정상 성인의 음향음성학적 특성 비교. **말소리와 음성과학**, 2(4), 19-28.
- 김선정, 김근식(2015). 집단음악활동이 아동의 자아존중감과 사회성 향상에 미치는 영향 분석 - 지역아동센터 이용 아동을 중심으로 -. **한국자치행정학보**, 29(2), 209-226.
- 김성지, 조성호(2000). 내담자 정서에 따른 음성 정보 특성. **한국심리학회 학술대회 자료집**, 2000(1), 172-173.
- 김세정(2004). **언어 리듬 표현 프로그램이 발표능력 향상에 미치는 효과**. 전북대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 김소연(2014). **초등학생이 지각한 부모-자녀 의사소통과 또래관계의 관계에서 자기표현의 매개효과**. 경인교육대학교 대학원 석사학위논문.
- 김소연, 이옥분(2010). 스트레스 상황에 따른 음성의 음향학적 및 청지각적 특성. **언어치료연구**, 19(1), 85-97.
- 김수주(2004). **미술활동을 통한 집단상담이 저소득층 아동의 자존감 및 사회적 기술 향상에 미치는 효과**. 이화여자대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 김수희(2009). 저소득층 가정 아동의 위축행동 감소를 위한 가창 프로그램 연구. **인간행동과 음악연구**, 6(1), 33-53.
- 김아리(2011). **집단 스노젤렌 프로그램이 저소득층 아동의 공격성과 너파**

- 지수에 미치는 효과. 남서울대학교 대학원 석사학위논문.
- 김양이, 박미란(2007). 지역아동센터 아동의 자아존중감에 관한 연구. **임상 사회사업연구**, 4(3), 61-89.
- 김영애(1981). 아동의 자아개념과 사회계층간의 상관에 관한 연구. 이화여자대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 김은실, 손현동(2015). **자존감 향상 프로그램 (원리와 실제)**. 서울: 학지사.
- 김은임, 송선희(2017). 지역아동센터 아동대상 합창프로그램이 인성, 사회력 기술, 문제행동, 주의력 결핍에 미치는 효과. **한국산학기술학회논문지**, 18(12), 310-320.
- 김정희, 정다운(2011). 집단미술치료 프로그램 참여가 저소득층 한부모가족 아동의 자아존중감 및 또래관계에 미치는 효과. **한국생활과학회지**, 20(5), 967-981.
- 김종인(2008). **아동음악치료방법론**. 서울: 한국학술정보
- 김지현, 박경자(2006). 아동의 공격성에 영향을 미치는 개인 내적, 외적 요인에 대한 구조방정식 모형 검증. **아동학회지**, 27(3), 149-168.
- 김창균, 임계령(2010). 학교폭력의 발생원인과 대처방안. **법학연구**, 38(0), 173-198.
- 김창희(2014). 초기성인 여성의 자기 목소리 인식과 노래하기에 대한 태도 조사. 이화여자대학교 대학원 석사학위 논문.
- 김한형(1999). 자기표현훈련 프로그램이 초등학교 학습부진아의 학습된 무력감 감소에 미치는 효과. 충북대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 김현남(2011). 무용 프로그램이 저소득층 아동의 표현력 향상에 미치는 영향. **예술교육연구**, 9(3), 69-84.
- 김현정, 최은영(2014). 지역아동센터 이용 아동의 부모자녀관계, 사회적 자본, 자아존중감: 통합연구방법의 적용. **보건사회연구**, 34(1), 239-267.

- 김혜진(2008). **지역아동센터 교육환경에 대한 아동 및 보호자의 서비스 만족도와 교사의 직무 만족도**. 명지대학교 사회복지대학원 석사학위 논문.
- 길주현(2008). **자기애와 자기개념 명확성이 공격성에 미치는 영향**. 연세대학교 대학원 석사학위 논문.
- 남경식, 민경환(2001). 음성 정서표현의 음향프로파일 및 재인. **한국심리학회지: 사회 및 성격**, 15(1), 39-52.
- 노성호(2004). 학교폭력의 실태와 문제점. **범죄방지포럼**, 15(0), 11-33.
- 도기봉(2008). 학교폭력에 영향을 미치는 공격성과 생태체계요인의 상호작용 효과. **청소년복지연구**, 10(2), 73-92.
- 문근숙(2004). **인지행동적 자기표현훈련이 초등학생의 발표불안 감소에 미치는 영향**. 아주대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 박랑규, 강우선(2006). 저소득층 아동의 정서, 행동 특성. **한국아동심리치료 학회지**, 1(1), 1-23.
- 박민선, 박성연(1999). 경제불황에 따른 부모의 양육태도와 아동의 적응. **아동학회지**, 20(2), 57-74.
- 박상규, 이병하(2004). 빈곤층의 심리적 특성에 관한 연구. **한국심리학회지 상담 및 심리치료**, 16(4), 813-824.
- 박수경(1992). **부모자녀의 상호작용 및 부모양육행동과 아동의 자아존중 감각의 관계**. 경희대학교 대학원 석사학위논문.
- 박수정(2002). **정서장애 청소년의 자기표현력 향상을 위한 음악치료적 접근: song psychotherapy를 이용한 질적연구 중심으로**. 이화여자대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 백정재, 이재연(1997). 빈곤아동이 지각한 가정의 심리적 환경과 부적응 행동. **생활과학연구지**, 12(1), 71-93.

- 박연희(2007). 집단음악활동이 학교생활 부적응 아동의 스트레스 감소 및 자기 표현력 향상에 미치는 영향. 공주교육대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 박영숙(2017). 지역아동센터의 방과 후 돌봄 서비스 이용아동 만족도 영향 요인에 관한 다층모형분석. 경기대학교 대학원 박사학위논문.
- 박영애, 정옥분(1996). 양육행동 및 형제관계와 아동의 자존감과의 관계 연구. 아동학회지, 17(1), 189-212.
- 박영애, 최영희, 박인전(2000). 아동의 정서지능과 자아존중감의 특성 및 상호 관계. 아동학회지, 21(3), 5-23.
- 박용순(2001). 빈곤과 자립. 서울: 학지사
- 박은경(1992). 애착유형이 자존감 및 대인관계에 미치는 영향. 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 박지선(2010). 집단미술치료가 저소득층 아동의 자기표현력 및 자아존중감 향상에 미치는 효과. 한국예술치료학회지, 10(1), 127-147.
- 박찬욱, 김혜리(2012). 말의 음성적 특성에 기초한 정서 판단의 발달. 한국심리학회지:발달, 25(1), 153-167.
- 백자중(2018). 아카펠라를 활용한 합창이 아동의 정서지능에 미치는 영향 : 초등학교 3학년을 중심으로. 경인교육대학교 교육전문대학원 석사학위논문.
- 백혜정, 황혜정(2006). 초등학생의 문제행동에 영향을 미치는 부모관련 변인 및 자아관련 변인 .한국심리학회지, 19(3), 1-27.
- 방경숙, 채선미, 김지영, 강현주(2012). 학령기 후기 아동의 신체상과 자존감, 가족건강성. 부모자녀건강학회지, 15(1), 33-38.
- 보건복지부(2016). 기초생활보장 통합검색. <http://www.mohw.go.kr>
- 서수균, 권석만(2002). 자존감 및 자기에 성향과 공격성의 관계. 한국심리학

- 회지, 21(4), 809-826.
- 서수균(2007). 자존감과 자기에 수준에 따른 분노사고, 신념, 분노표현의 차이. **한국심리학회지: 상담 및 심리치료**, 19(3), 719-734.
- 서종현(2018). **랩 중심 음악치료가 소년원 퇴원생의 자기표현력에 미치는 영향**. 명지대학교 사회교육대학원 석사학위논문.
- 송경화, 김재욱(2016). 아동의 음성문제와 음성 관련 행동특성에 대한 부모 및 담임교사의 인식. **말소리와 음성과학**, 8(2), 49-56.
- 송소원(2008). 자기표현향상 프로그램이 대학생의 우울, 대인관계, 자기표현에 미치는 영향. **청소년상담연구**, 16(1), 103-117.
- 송영숙(2005). **노래치료를 통한 정신분열증 환자의 자기표현 사례연구**. 이화여자대학교 교육대학원 석사학위 논문.
- 송주병(2002). 음정에 영향을 미치는 발성기관의 사용에 관한 연구. **한국고등직업교육학회논문집**, 3(4), 761-770.
- 신상미(2011). **아카펠라 합창의 청소년 사회성 증진에 대한 효과 연구**. 이화여자대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 신원영(2010). 가족 내 사회적 자본과 자아존중감과의 관계. **한국아동복지학**, (32), 7-32.
- 신지은, 서은국, 손미나(2014). 3초의 목소리를 통한 외향성 판단. **한국심리학회지: 사회 및 성격**, 28(2), 41-61.
- 심승원(2000). **아동이 지각한 사회적 지지와 자아존중감 및 공격성과의 관계**. 이화여자대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 심응철(1999). 청소년의 충동성 및 공격성과 폭력행동의 상관관계. **한국심리학회지: 발달**, 12(2), 24-34.
- 심지현(2008). **문학치료를 통한 빈곤아동의 공격성 해소: 아동상담센터의 5, 6학년을 대상으로**. 경북대학교 대학원 석사학위논문.

- 안주희(2013). 저소득층 아동을 위한 연극치료 연구: 자기표현 능력과 자
아존중감 중심. 동덕여자대학교 공연예술대학원 석사학위논문.
- 어주경, 정문자(1999). 저소득층 가족의 경제적 어려움이 아동의 자존감에
미치는 영향. 아동학회지, 20(2), 21-40.
- 오경자(2001). 성악 지도가 유년기 아동의 성격에 미치는 영향에 대한 연
구: 소그룹 합창 지도를 중심으로. 중앙대학교 예술대학원 석사학위
논문.
- 오경자, 배도희(2002). 아동 청소년의 얼굴표정을 통한 정서인식능력과 심리
사회적 적응의 관계. 한국심리학회지, 21(3), 515-532.
- 우지은(2016). 목소리 변화가 자신감, 자아존중감, 긍정적 사고에 미치는
영향. 고려대학교 언론대학원. 석사학위논문.
- 우진경(2016). 자기표현 중심 아동인권교육 프로그램 개발 연구. 숙명여자
대학교 대학원 박사학위논문.
- 유미숙, 이영애, 유승민, 박소연, 박현아(2018). 사회정서발달(애착관계와 자
기발달). 서울: 시그마프레스
- 유안진, 한유진, 김진경(2002). 초기 청소년의 공격성과 또래관계의 질. 아동
학회지, 23(3), 79-90.
- 유정아, 정익중(2014). 방임이 초등저학년 아동의 우울 및 공격성에 미치는
영향. 한국아동복지학, (47), 157-183.
- 유혜경(1986). 청소년 비행에 영향을 미치는 제 변인에 관한 연구. 고려대
학교 교육학과 박사학위논문.
- 윤선아, 성보훈(2010). 행복의 정의와 발달단계별 결정요인. 뇌교육연구,
6(0), 103-134.
- 윤진주, 강신영, 이복주(2005). 유아의 공격성과 관련변인들의 관계성 연구 -
유아의 기질과 자기조절 및 어머니의 양육효능감과 양육행동을 중심

- 으로. **한국생활과학회지**, 14(5), 761-770.
- 이강이(2002). 가정의 소득수준과 지각된 부모의 양육행동 및 학령기 아동의 자아정체감간의 관계. **대한가정학회지**, 40(10), 65-76.
- 이경남(2006). 아동의 개인, 가족 변인 및 학교적응과 공격성의 관계. **한국생활과학회지**, 15(1), 31-44.
- 이민화(2014). 노래중심 집단음악치료 활동이 저소득층 아동의 자기표현, 자아존중감, 학교생활적응에 미치는 영향. 숙명여자대학교 음악치료 대학원 석사학위 논문.
- 이병하, 박상규(2004). 빈곤층의 심리적 특성에 관한연구, **한국심리학회지: 상담 및 심리치료**, 16(4), 813-824.
- 이상균(1999). 학교에서의 또래폭력에 영향을 미치는 요인. **비판사회정책**, (5), 303-310.
- 이수연(2009). 아동과 청소년의 공격성 관련요인에 관한 고찰. **청소년행동연구**, 14(), 89-104.
- 이수연(2017). 노래만들기를 위한 정서 어휘를 운율과 선율 특성 및 화성. 이화여자대학교 대학원 박사학위논문.
- 이수정, 김명재, 김정수(1999). 구어체 정서표현에 있어서의 음성 특성 연구. **감성과학**, 2(2), 53-66.
- 이수정, 유재호(2000). 정서의 잠재적 차원연구. **한국심리학회지: 사회 및 성격**, 14(1), 139-154.
- 이수진(2002). 집단음악활동이 초등학생의 공격성 감소에 미치는 영향. 숙명여자대학교 석사학위 논문.
- 이순화(2012). 정신분석과 음악치료. 예술심리치료학회 2012년 추계학술대회, pp.23-49. 11월 20일 서울.
- 이승진(2009). 노래심리치료를 통한 십대 미혼모의 자기수용에 관한 연

- 구. 이화여자대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 이애리(2013). 저소득층 학생들의 창의적 음악활동 경험에 대한 사례연구: 지역아동센터 초등학교 3학년 학생들을 중심으로. 이화여자대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 이연경, 고정미(2018). 음악지도에 말리듬을 활용하는 교수방안. **음악교수법 연구**, 19(2), 1-30.
- 이윤정, 박성현(2011). 계슈탈트 예술치료가 저소득층 아동의 자기표현과 자기조절능력에 미치는 영향. **한국계슈탈트상담연구**, 1(2), 1-29.
- 이은하, 천성문(2013). 초등학생용 공격성 척도 개발 및 타당화. **한국심리학회지: 상담 및 심리치료**, 25(3), 477-495.
- 이정실, 이정은(2005). **소리치료(음악과 소리로 자신을 치유하기)**. 서울: 학지사
- 이주영(2008). 방입된 아동의 공격성과 분노 감소를 위한 분노조절 음악 프로그램 연구. **인간행동과 음악연구**, 5(2), 17-39.
- 이지혜(2007). **가창활동중심의 음악치료가 만성정신분열증 성인의 자아존중감에 미치는 영향**. 이화여자대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 이창식, 장하영(2018). 청소년의 자아존중감이 공격성에 미치는 영향: 공감력의 조절효과. **디지털융복합연구**, 16(1), 47-53.
- 이현주(2007). 성악심리치료활동을 통한 자기의식 변화에 관한 연구. **인간행동과 음악연구**, 4(2), 66-83.
- 이훈, 신혜중(2008). 지역아동센터가 저소득층 아동의 자아존중감에 미치는 영향 -홍성군 아동을 중심으로-. **사회과학연구**, 14(1), 167-193.
- 장신재(2014). 빈곤과 가족구조가 아동의 공격성에 미치는 영향: 방입의 매개효과. **사회과학연구**, 30(2), 81-100.
- 장신재, 양혜원(2007). 부모-자녀관계, 우울 및 공격성과 학교적응 간의 구조

- 모형 검증. 한국청소년연구, 18(2), 5-29.
- 장유정(2008). 자기표현훈련 프로그램이 초등학생의 친구관계 질에 미치는 효과. 이화여자대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 장인숙, 오미영(2017). 집단음악치료가 저소득층 고학년 초등학생의 심리 및 사회적 변인에 미치는 영향. 한국예술치료학회지, 17(1), 1-15.
- 장현희(2013). 자기조절 프로그램이 저소득층 아동의 공격성과 사회성에 미치는 효과. 동국대학교 대학원 석사학위 논문.
- 장혜자(2000). 빈곤한 아동의 현황 및 고찰. 한국생활과학회지, 9(3), 257-270.
- 정미라, 광은순, 윤장숙(2007). 저소득층과 일반계층 아동의 양육 실태 비교. 열린유아교육연구, 12(4), 347-369.
- 정선욱(2011). 빈곤 아동의 빈곤 인식에 관한 연구. 사회과학연구, 27(1), 181-201.
- 정선진(2013). 신빈곤층 가정 청소년의 경험에 대한 근거이론 연구. 조선대학교 대학원 박사학위논문.
- 정소영(2010). 초등학교 음악 수업의 쉼트 활용 과정 및 효과에 관한 연구. 목포대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 정승원(2015). 합창음악교육이 초등학생의 대인관계와 학교생활만족도에 미치는 영향-초등학교 5.6학년을 중심으로. 이화여자대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 정옥분(2012). 아동심리검사. 서울: 학지사.
- 정옥분(2018). 아동발달의 이해(제 3판). 서울: 학지사
- 정익중, 민성혜, 박은미, 신혜원, 전해정(2013). 빈곤영유아의 발달과 적응. 서울: 집문당.
- 정종진(2012). 생태학적 측면에서 본 학교폭력의 유발 요인. 초등상담연구,

- 11(3), 331-350.
- 정현주(2015). **음악치료학의 이해와 적용**(개정판). 서울: 이화여자대학교출판부.
- 정현주, 김동민(2010). **음악심리치료**(제 1판). 서울: 학지사.
- 조은희(2013). **합창이 초등학생의 자아존중감 및 정서지능에 미치는 영향**. 서울교육대학교 교육대학원 석사학위 논문.
- 조정민(2007). 말더듬 아동을 위한 음악치료적 접근. **인간행동과 음악연구**, 4(1), 21-30.
- 조정은(2017). 중학생의 음악경험이 공격성과 자아존중감에 미치는 영향. **음악교육공학**, (31), 79-97.
- 조흥기(2017). 생활화 교육을 위한 초중등학교 아카펠라 합창 활용 방안 연구. **미디어와 공연예술 연구**, 12(3), 157-175.
- 조흥기(2017). 한국적 5음계를 통한 아카펠라 교육방법 연구. **모드니 예술**, 0(14): 38-57.
- 주정열, 신형수(2010). 호흡근 강화운동이 경직형 뇌성마비 아동의 호흡능력 및 발성에 미치는 영향. **한국운동역학회지**, 20(3), 285-292.
- 지선례(2012). 저소득가정 아동의 자아개념. **한국지역사회생활과학회지**, 23(4), 479-490.
- 지역아동센터중앙지원단(2018). **2017년 12월말 기준 전국 지역아동센터 통계조사보고서**.
- 채민(2009). 상호작용중심 집단음악치료가 지적장애 성인의 자기표현과 사회적 기술 향상에 미치는 효과. 대구대학교 대학원 석사학위논문.
- 최미경(2006). 아동의 또래 괴롭힘 및 자아존중감과 외로움간의 관계. **아동학회지**, 27(4), 133-145.
- 최애나(2007). 음악치료가 소득계층별 아동의 공격성 및 자아존중감에 미

- 치는 영향. 한양대학교 대학원 박사학위논문
- 최연정(1996). 가창에 있어서 좋은 공명을 이루기 위하여 수반되어야 할 기본적인 요소들과 그 실습에 관한 연구. 이화여자대학교 석사학위논문.
- 최은영(1994). 생활보호대상자 자녀들의 빈곤에 대한 의식과 태도에 관한 연구. 중앙대학교 대학원 석사학위논문.
- 최은영(2014). 발성과 발음 그리고 노래부르기. 서울: 책과 나무
- 최은희, 손영빈(2008). 경제적 어려움이 아동의 삶의 질에 미치는 영향. *한국생활과학회지*, 17(3), 367-375.
- 한지현(2005). 공격성 아동을 위한 음악치료. *인간행동과 음악연구*, 2(2), 33-56.
- 한현숙(2002). 자기표현 훈련이 아동의 사회성과 문제해결에 미치는 영향. 총신대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 현경실(1997). 오르프 기악지도의 적용 방안. *국악교육*, 15, 122-154.
- Adler, Ronald B. 김인자 역(2004). *인간관계와 자기표현*. 한국심리상담연구소.
- Austin, D. S. (2001). In search of the self: The use of vocal holding techniques with adults traumatized as children. *Music Therapy Perspectives*, 19(1), 22-30.
- Baker, F., & Uhlig, S. (2013). *음악치료에서의 목소리 활용 기법*. (정현주, 김수지, 곽은미, 김경숙, 이수연 (역). 서울: 시그마프레스. (원저출판 2011)
- Baker, F., & Wilgram, T. (2008). *치료적 노래만들기*. 최미환 (역). 서울: 학지사.
- Barber, B. K.(1996). Parental Psychological control: Revisiting a neglected

- construct. *Child Development*, 67, 3296-3319.
- Dessert, H. V.(1998). 음악치료. 공찬숙, 여상훈 (역). 서울: 시유시
- Ducan, G., & Brooks-Gunn, J. (1999). *Consequences of growing up poor*. New York: Rusell Sage Foundation.
- Gouldner, H. (1978). *Teacher's Pets, Troublemakers, and Nobodies: Black Children in Elementary school*. Westport, CT: Greenwood.
- Hart, C. H., Nelson, D. A., Robinson, C. C., Olsen, S. F., McNeilly-Choque, M. K.(1998). Overt and relational aggression in Russian nurse-y-school-age children: Parenting style and marital linkages. *Developmental Psychology*, 34(4), 687-697.
- Hudley, C., & Graham, S. (1993). An attributional intervention to reduce peer-directed aggression among African-American Boys. *Child Development*, 64(1), 124-138.
- McLeod, J. D., & Shanahan, M. J. (1993). Poverty, parenting and children's mental health. *American Sociological Review*, 58(3), 351-366.
- Monks, C., Ruiz, R. O., & Val, T. (2002). Unjustified aggression in preschool. *Aggressive Behavior*, 28(-), 458-476.
- Murphy, Patti(2010). Appreciating the power of a song-and a voice. *Exceptional Parent*, 40(7), 37-38.
- Pynnos, R., & Nader, K. (1990). Children's exposure to violence and traumatic death. *Psychiatric Annals*, 20(6), 334-336.
- Rafal Lawendowski & Lucja Bieleninik(2017). Identity and self-esteem in the context of music and music therapy: a review. *Health Psychology Report*, 5(2), 85-99.

- Scherer, K. R. (1986). Vocal affect expression: A review and a model for future research. *Psychological Bulletin*, 99(2), 143-165.
- Sharma, Mmamta & Jagdev, Tanmeet(2012). Use of music therapy for enhancing self-esteem among academically stressed adolescents. *Pakistan Journal of Psychological Research*, 27(1), 53-64.
- Scarlata, Elide(2016). Using voice in music therapy: therapeutic tool in clinical environment and training in music therapy. *Nordic Journal of Music therapy*, 25(1), 65-65.
- Tedeschi, J., Lindskold, S., & Rosonfeld, P.(1985). *Introduction to social psychology*. New York: West.
- Tracy, J. L. & Robin, R.W(2003). Death of a narcissistic salesman: an integrative model of fragile self-esteem. *Psychological inquiry*, 14(1), 57-62.
- Warnock, Tina(2011). Voice and the self in improvised music therapy. *British Journal of Music Therapy*, 25(2), 32-47.

ABSTRACT

The Effects of Singing-Focused Music Therapy On Improving the Self-Esteem and Self-expression and Reducing Aggression of Children in Low-Income Families : Focused on the Children-Community Center

Lee, Na gyeong
Department of Music Therapy
Graduate School of
Sungshin Women's University

The purpose of this study is to find out the effects of singing-focused music therapy on improving the self-esteem and self-expression and reducing aggression of children in low-income families. The subjects were children who using S Community Child Center that is located in Incheon city. A total of 12 children was selected for testing and assigned randomly into two groups, the experimental group and the control group, each involving 6 children. For the experimental group, a total of 13 music therapy sessions was carried out from March 5 to April 18 of 2019, each session lasting for 50 minutes.

To find out whether the singing-focused music therapy had significant effects on self-esteem, self-expression and aggression of children in low-income families, a Mann-Whitney *U* Test was carried out using

SPSS 20.0 statistical program, and for post-analysis a Wilcoxon Matched Pair Test was carried out. Also, the experimental group was observed for their aggressive behaviors. Since then, the therapist has compiled a operational definition of aggressive behavior and started observing the baseline. Observation and recording were performed during the free-played time of the experimental group baseline, arbitration and the maintenance phase. Afterwards the therapist used the event recording to indicate and record the moment at which their aggressive behavior occurred. With the measured data, the experimental group's average inter-subject baseline, arbitration and maintenance phases were analyzed.

As a result of the tests, statistical difference on self-esteem of children between the test group and the control group turned out to be significant ($p < .05$). The average of pre- and post-test scores of the test group increased and revealed a statistically significant difference ($p < .05$), indicating it had a positive effect on self-esteem. To examine more detailed changes, a Mann-Whitney U Test was carried out for sub-factors of self-esteem. And as a result of the test, the global self-esteem and home-parents self-esteem which were the components of self-esteem turned out to have a statistically significant difference ($p < .05$). In self-expression of children as well, the test group showed a significant difference as well ($p < .05$) in comparison to the control group. Pre- and post-test scores of the test group increased and revealed a statistically significant difference ($p < .05$), indicating it had a positive effect on self-expression. And as a result of the test, the voice areas which were the components of self-expression turned out to have a

statistically significant difference ($p < .05$). The experimental group performed an average of 8.9 times on the baseline and an average of 3.2 times in the maintenance phase.

This result of our research suggests that singing-focused music therapy can become an effective intervention method on improving self-esteem and self-expression and reducing aggression of children in the community child center.

부 록

<부록 1> 일반적 특성 설문지

<부록 2> 자아존중감 척도

<부록 3> 자기표현평정 척도

<부록2> 자아존중감 척도

< 자아존중감 질문지 >

어린이 여러분 안녕하세요?

이 설문지는 나 자신을 얼마나 존중하는지 알아보기 위하여 실시하는 것입니다.

각 물음에 대해 평소 자신의 생각과 같은지 생각해보고 답해주시면 됩니다.

이 질문지는 정답이나 틀린 답이 없으니 편안하게 생각하고 질문에 답해주세요!

여러분이 적은 내용은 부모님이나 선생님도 알 수 없으니 솔직하게 대답해 주세요.

이름 :

번호	내용	전혀 그렇지 않다	약간 그런것 같다	보통 그렇다	대부분 그렇다	정말로 그렇다
1	나는 결심을 하고 그 결심대로 밀고 나갈 수 있다.					
2	나는 내 또래의 친구들 사이에 인기가 있다.					
3	부모님은 내 기분을 잘 맞춰 주신다.					
4	나는 학교에서 실망하는 일이 가끔 있다.					
5	나는 될 수 있는 한 최선을 다하려 한다.					
6	나에겐 친구가 많다.					
7	부모님은 나를 잘 이해해 주신다.					
8	내가 원하는 만큼 학교생활이 원만치 않다.					
9	나는 주저하지 않고 결심할 수 있다.					
10	누구든지 나를 좋아한다.					
11	나는 집에서 상당히 행복하다.					
12	나는 학교에서 가끔 화날 때가 있다.					
13	내 문제는 주로 내가 해결할 수 있다.					

14	나와 함께 있는 것을 다른 사람들은 좋아한다.					
15	나는 부모님과 함께 즐거운 시간을 많이 가진다.					
16	선생님은 나를 착하지 않다고 생각하시는 것 같다.					
17	나는 나 자신을 잘 알고 있다.					
18	나는 남을 재미있게 해 주는 사람이다.					
19	나는 가족들과 함께 있을 때 기분이 좋다.					
20	나는 학교 성적에 실망이 된다.					
21	나는 나 자신에 대해 매우 만족한다.					
22	나는 남에게 좋은 친구이다.					
23	우리 가족은 이 세상에서 제일 훌륭하다.					
24	나는 학교에서 하는 일이 서툴다.					
25	내 친구들은 내 생각을 귀담아 들어준다.					
26	나는 좋은 딸(아들)이다.					
27	내가 좀 더 나은 학생이면 좋겠다.					
28	친구들은 주로 내 생각에 따른다.					
29	부모님이 나를 자랑스러워 하실만 하다.					
30	선생님이 설명하실 때 내가 좀 더 잘 이해할 수 있었으면 좋겠다.					
31	나는 원하면 항상 친구를 사귄다.					
32	나는 우리 가족 중 중요한 사람이다.					

<부록3> 자기표현평정 척도

< 자기표현 질문지 >

어린이 여러분 안녕하세요?

이 질문은 여러분이 다른 사람과 이야기를 할 때 어느 정도 솔직하게 자신의 생각을 표현하는지 알아보기 위한 것입니다. 평소 자신의 태도를 잘 생각해보고, 솔직하게 답해 주시기 바랍니다. 이 질문지는 정답이나 틀린 답이 없으니 편안하게 생각하고 질문에 답해주세요! 여러분이 적은 내용은 부모님이나 선생님도 알 수 없으니 솔직하게 대답해 주세요.

이름 :

번호	내용	항상 그렇다	자주 그렇다	가끔 그렇다	대체로 그렇지 않다	거의 그렇지 않다
1	나는 말하고 싶은 것이 있어도 참는 경우가 많다.					
2	나는 대화가 끝날 무렵이 되어서야 나의 생각을 말한다.					
3	나는 내가 무엇에 대해 말하는지 잘 모를 때가 많다.					
4	나는 남에게 사과를 많이 한다.					
5	내가 말하는 태도는 예의 바르지 못하다.					
6	내 생각과는 다르지만 부득이한 이유로 그렇다고 우길 때가 있다.					
7	나는 잘 아는 사람에게 말할 때 별로 조심하지 않고 말한다.					
8	친한 사람과 말할 때 나의 행동에 대해 설명하지 않는다.					
9	친한 사람과 말할 때 내 생각을 끝까지 내세운다.					

10	나는 중얼거리는 것은 하지만, 상대가 알아듣기 어려울 만큼 작은 목소리로 말할 때가 있다.					
11	나는 딱 잘라서 내 의견을 말하지 못한다.					
12	나는 말할 때 입안에서만 중얼거린다.					
13	나는 말의 높낮이가 어색할 때가 있다.					
14	나는 말하는 중간에 '에', '음' 등의 말 때문에 말이 잘 끊어진다.					
15	나는 말하기 전에 주저하고 망설인다.					
16	나는 말하기 전이나 말하는 도중에 서두른다.					
17	나는 말할 때 상대방을 바로 보지 못한다.					
18	나는 말할 때 웃거나 찡그리는 등 얼굴 표정이 바르지 못할 때가 많다.					
19	나는 말하는 도중 손을 비비거나 발을 움직일 때가 있다.					
20	나는 말할 때 몸이 굳어져서 어색하게 느껴질 때가 있다.					