



## 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](#) 

양 은 아 교수지도  
석사학위 청구논문

노래 만들기 활동이 저소득층 아동의  
자아존중감에 미치는 영향

2013

성신여자대학교 대학원

음악치료학과

임 운 영

# 노래 만들기 활동이 저소득층 아동의 자아존중감에 미치는 영향

양 은 아 교수지도

이 논문을 석사학위논문으로 제출함

2012년 11월

성신여자대학교 대학원

음악치료학과

임 윤 영

# 인 준 서

임윤영의 석사학위 논문으로 인준함

심사위원\_\_\_\_\_ (인)

심사위원\_\_\_\_\_ (인)

심사위원\_\_\_\_\_ (인)

성신여자대학교 대학원

## 논문 개요

본 연구의 목적은 노래 만들기 활동이 저소득층 아동의 자아존중감에 미치는 영향을 알아보는 데 있다. 연구 대상은 김포 바우처 센터의 만 9~13세의 저소득층 아동 12명으로 선정하여 실험집단 6명과 통제집단 6명으로 구성하였다.

실험집단에게 실시한 노래 만들기 활동은 2012년 10월 20일부터 2012년 11월 10일까지 주 3회, 매 회당 50분씩 총 10회기 동안 진행되었다. 연구자는 프로그램의 효과 검증을 위해 최보가와 전귀연(1993)이 개발한 자아존중감 척도를 사용하여 실험집단과 통제집단에게 사전과 사후에 자아존중감 검사를 실시하였다. 자료 분석은 PASW 18.0 버전의 통계프로그램을 사용하여, 두 집단의 자아존중감의 변화를 알아보기 위해 대응표본 t-검증(parried t-test analysis)을 실시하였다.

연구의 결과, 실험집단은 자아존중감의 각 하위 영역인 총체적 자아존중감, 사회적 자아존중감, 가정에서의 자아존중감, 학교에서의 자아존중감의 점수에서 향상된 결과를 나타내어 전체 자아존중감 평균점수는 62.50에서 100으로 증가하였다. 반면, 통제집단은 자아존중감의 각 하위 영역 중 총체적 자아존중감, 가정에서의 자아존중감, 학교에서의 자아존중감 점수에서 낮아진 결과를 가져왔고, 전체 자아존중감 평균점수는 62.50에서 56.66으로 감소하였다.

따라서 본 연구에서 시행하였던 노래 만들기 활동은 저소득층 아동의 자아존중감 향상에 긍정적인 영향을 미쳤음을 알 수 있다.

# 목 차

## 논문개요

I. 서 론 .....	1
1. 연구의 필요성 및 의의 .....	1
2. 연구의 목적 및 가설 .....	4
3. 용어 정의 .....	5
II. 이론적 배경 .....	7
1. 저소득층 아동 .....	7
2. 자아존중감 .....	8
1) 자아존중감 .....	8
2) 저소득층 아동의 자아존중감 .....	10
3. 노래 만들기 음악치료 .....	12
1) 노래 만들기 .....	12
2) 노래 만들기와 저소득층 아동의 자아존중감과의 관계 .....	15
III. 연구 방법 .....	19
1. 연구 대상 .....	19
2. 측정 도구 .....	19
3. 연구 설계 .....	20
4. 연구 방법 및 절차 .....	21
1) 사전검사 .....	21
2) 실험기간 및 방법 .....	21
3) 사후 검사 .....	21

4) 노래 만들기 프로그램 .....	22
(1) 프로그램 목표 및 구성 .....	22
(2) 프로그램 회기 별 구성 .....	24
(3) 프로그램 구성에 따른 치료적 논거 .....	27
5. 자료 분석 .....	31
<b>IV. 연구 결과 .....</b>	<b>33</b>
1. 자아존중감의 변화 .....	33
1) 두 집단 간의 자아존중감 동질성 검사 .....	33
2) 두 집단 간의 자아존중감 변화 .....	34
2. 자아존중감의 각 하위 영역별 변화 .....	34
1) 집단 별 전체 자아존중감의 사전-사후 비교 .....	35
2) 집단 별 총체적 자아존중감의 사전-사후 비교 .....	36
3) 집단 별 사회적 자아존중감의 사전-사후 비교 .....	38
4) 집단 별 가정에서의 자아존중감의 사전-사후 비교 .....	39
5) 집단 별 학교에서의 자아존중감이 사전-사후 비교 .....	41
<b>V. 결론 .....</b>	<b>44</b>
1. 결론 및 논의 .....	44
2. 제언 .....	48

참고 문헌

ABSTRACT

부    록

## 표 목 차

<표 III-1> 자아존중감 검사 문항 구성 .....	20
<표 III-2> 자아존중감 검사의 하위 영역 문항 구성 .....	20
<표 III-3> 1단계 프로그램 회기 별 구성 .....	25
<표 III-4> 2단계 프로그램 회기 별 구성 .....	25
<표 III-5> 3단계 프로그램 회기 별 구성 .....	26
<표 IV-1> 집단 간 자아존중감 점수에 대한 동질성 검사 .....	33
<표 IV-2> 집단 간 자아존중감의 사후검사 비교 결과 .....	34
<표 IV-3> 집단 별 전체 자아존중감의 사전-사후 검사 결과 .....	35
<표 IV-4> 집단 별 총체적 자아존중감의 사전-사후 검사 결과 .....	36
<표 IV-5> 집단 별 사회적 자아존중감의 사전-사후 검사 결과 .....	38
<표 IV-6> 집단 별 가정에서의 자아존중감의 사전-사후 검사 결과 .....	40
<표 IV-7> 집단 별 학교에서의 자아존중감의 사전-사후 검사 결과 .....	41

## 그림 목 차

<그림 IV-1> 전체 자아존중감 사전-사후 점수 비교 .....	36
<그림 IV-2> 총체적 자아존중감 사전-사후 점수 비교 .....	37
<그림 IV-3> 사회적 자아존중감 사전-사후 점수 비교 .....	39
<그림 IV-4> 가정에서의 자아존중감 사전-사후 점수 비교 .....	41
<그림 IV-5> 학교에서의 자아존중감 사전-사후 점수 비교 .....	43

# I. 서론

## 1. 연구의 필요성 및 의의

급격히 변화하는 현대사회는 사회·경제적 양극화 현상을 나타내면서 빈부격차를 가져오고, 이에 따라 저소득층 가정이 늘어나면서 저소득층 가정의 문제점이 심각하게 대두되고 있다. 저소득층 가정은 최저 생계비 이하로 생활을 하면서 정부의 기초 생활비를 보장받고 있는 계층으로, 다른 계층의 가정과 비교하였을 때 경제적 어려움으로 인한 침체된 가정 분위기, 자녀에 대한 부적절한 양육, 자녀에 대한 교육적 지원과 문화적 지원의 무능력함 등의 문제를 지닌다(김지선, 2010).

대부분의 저소득층 아동은 부모로부터 안정적이고 지속적인 양육환경을 제공받지 못하기 때문에(박량규, 강우선, 2006), 또래 아동에 비해 학업 능력 및 인지 발달 면에서 뒤쳐지는 문제를 보이고(천희영, 1999), 자신의 열악한 환경을 인식하고 주변 친구들에 비해 열등하다고 느끼면서 수치심과 박탈감 등의 심리적 위축을 보인다. 이러한 심리적 위축은 저소득층 아동에게 낮은 자아존중감을 형성하게 하여 소극적인 태도나 공격적인 태도, 학업성취의 어려움, 또래 관계 안에서의 부적응, 감정표현의 어려움 등 사회·정서적으로 부적절한 태도를 보이게 한다(박지선, 2010).

실제로 저소득층 아동과 그 외 일반계층 아동의 학교생활에 대해 조사한 결과, 저소득층 아동 75%이상이 다른 계층의 아동보다 학업성적이 낮았을 뿐 아니라, 삶의 불만족, 친구와의 관계에서의 무시와 따돌림을 느끼고 있다고 응답하였고, 자신을 지지해주고 자신의 문제를 해결 해 줄 안전한 환

경이 없다는 것을 인식하고 있어 부모나 교사로부터 도움을 받거나 해결책을 찾으려 하지 않고, 자신의 처한 현실에 대해 수긍한다고 답하였다(서울신문, 2012. 6. 5).

앞서 언급한 저소득층 아동의 문제점은 자신의 감정, 갈등, 욕구를 해결할 수 있는 지지와 보호가 부족하고, 억압되어 있는 상태에 방치되어 있기 때문에 생기는 현상으로서, 저소득층 아동은 다른 계층의 아동보다 긍정적인 자아형성의 어려움을 겪고 인지적 발달 뿐 만 아니라 사회·정서적 발달에 있어 위축되거나 부정적인 태도를 보이는 것으로 볼 수 있다. 특히, 아동기 시기의 발달 과업 중, 자아의 형성은 청소년기, 성인기까지의 사회적 태도를 결정짓는 중요한 역할을 하기 때문에 아동은 이 시기에 긍정적인 자아를 형성하는 것이 중요하다(서나라, 2006). 하지만 저소득층 아동은 열악한 가정환경의 영향으로 기인된 문제점으로 인해 또래 아동에 비해 부적절한 자아를 형성하게 될 우려가 있으므로 저소득층 아동에게 긍정적인 자아형성을 유도할 수 있는 접근이 모색되어야 한다. 이러한 맥락에서 노래심리치료는 저소득층 아동에게 치료적 접근으로 사용될 수 있다. 노래심리치료는 억압된 감정이나 내재된 심리적 갈등으로 고통 받는 사람, 자기표현을 위한 긍정적인 분출구가 필요한 사람, 자기 탐구가 필요한 사람, 통찰의 기회가 필요한 사람 등에게 현재의 내적 갈등을 자연스럽게 드러내면서 자신의 마음에 고통을 주는 감정을 파악하게 하고, 자아의 건강을 위한 목적으로 사용되므로 효과적인 접근 방법이 된다(최미환, 2008). 이러한 노래심리치료의 기법에는 노래 대화하기, 노래 부르기, 노래 회상하기, 노래 즉흥연주, 노래그림 그리기, 노래 만들기, 노래 패러디 등의 방법이 적용되고 있다(이영미, 2005).

특히, 노래심리치료기법 중 노래 만들기는 언어적인 노래의 가사와 음악

적인 특징을 이용하여 대상자의 감정표현과 통찰력을 향상시키는 방법으로 (이영미, 2005), 노래심리치료의 다른 기법보다 현재 상태와 심리적 문제를 탐색하고 해결방안을 모색하게 하여, 긍정적인 자아형성을 유도하는 데 더욱 더 효과적으로 사용된다. 이러한 노래 만들기는 다양한 대상자의 자아존중감 향상을 위한 목적으로 계속적으로 시행되고 있다. 현수경(1999)은 알코올 중독 환자를 대상으로 노래 만들기 활동을 시행하여 자아존중감의 향상을 가져왔고, 고난영(2008)은 뇌졸중 성인 환자를 대상으로 한 노래 만들기 활동을 통해 뇌졸중 성인 환자의 긍정적인 장애수용과 자아존중감의 향상을 가져왔다. 또한 오상희(2003)는 성인 화상 환자를 대상으로 노래 만들기 활동을 접근하여 자아존중감의 향상을 가져왔다.

이와 같은 긍정적인 자아형성을 위한 노래 만들기는 노랫말 채우기, 개사하기, 노래 변주하기, 즉흥노래 만들기, 작사·작곡하기 등의 방법으로 나누어진다. 노래 만들기 방법 중 노랫말 채우기는 치료사가 의도적으로 가사에 빈칸을 남겨놓고 대상자가 직접 단어를 채우게 하여 노래를 완성시키는 방법이다. 노랫말에 빈칸을 채우는 활동은 아동에게 심층적으로 심리·정서적 문제를 탐색하기 전, 자신의 상황이나 감정을 비위협적이고 부담감 없이 가사의 빈칸에 짧은 단어를 넣게 하면서 노랫말 채우기 완성을 통해 성취감과 만족감을 경험하게 한다(Ficken, 1976; Schmidt, 1983). 또한 개사하기는 기존의 노래가사를 자유롭게 바꾸는 방법으로 노랫말 채우기보다 깊이 있게 대상자에게 접근할 수 있고, 구조화된 음악적 접근 안에서 자신의 감정을 좀 더 정확하고 구체적으로 표현하기에 효과적이다(이다운, 2005). Wigram 외(2005)는 대상자에게 개사하기처럼 한 마디, 혹은 한 줄의 가사 수를 예측할 수 있는 구조화된 음악적 접근은 노래 만들기에 대한 거부감이나 부담감 없이 자신의 감정을 표현하게 하는데 효과적으로 사

용된다고 하였다(고난영, 2008, 재인용).

연구자는 이러한 점을 바탕으로 노래 만들기 활동을 구성하였는데, 연구의 대상자가 음악적 경험이 없는 저소득층 아동임을 고려하여 연구 대상자의 수준에 맞춰 노래 만들기 방법 중 노랫말 채우기와 개사하기에 중점을 두었다. 노랫말 채우기와 개사하기의 구조화된 음악적 접근은 아동에게 음악적 배경과 능력 없이도 치료 활동에 대한 거부감과 부담감을 덜 가지게 하여 참여를 유도하는데 효과적일 것이라고 판단하였다. 노랫말 채우기와 개사하기의 단계별 접근 즉, 빈칸의 수와 가사 길이를 점차적으로 늘려가며 구조화된 음악적 접근을 제시하는 것은 성공적인 음악경험 제공과 더불어 아동의 심리·정서적 문제를 점차적으로 깊이 있게 다가갈 수 있는 기회가 될 것이다. 또한 그룹 형태로 이루어지는 노래 만들기는 사회적 지지와 지원에서 방치된 저소득층 아동에게 자신과 타인에 대한 이해와 수용을 배우게 하고, 치료사와 구성원으로부터의 지지와 격려를 통해 심리적 안정을 찾게 하며, 안전한 환경에서 상호작용의 기술을 배우면서 자유롭게 감정을 표현할 수 있는 기회가 될 것이다.

따라서 연구자는 본 연구를 통해 노랫말 채우기와 개사하기를 사용한 노래 만들기 활동이 저소득층 아동의 자아존중감에 어떠한 영향을 미치는지에 대해 알아보고자 한다.

## 2. 연구의 목적 및 가설

본 연구는 노래 만들기 활동이 저소득층 아동의 자아존중감에 어떠한 영향을 미치는지에 대해 알아보고자 한다.

가설 1. 노래 만들기에 참여한 실험집단은 통제집단보다 자아존중감 점수의 향상을 가져올 것이다.

1-1) 노래 만들기에 참여한 실험집단은 통제집단보다 자아존중감 하위 영역인 총체적 자아존중감 점수의 향상을 가져올 것이다.

1-2) 노래 만들기에 참여한 실험집단은 통제집단보다 자아존중감 하위 영역인 사회적 자아존중감 점수의 향상을 가져올 것이다.

1-3) 노래 만들기에 참여한 실험집단은 통제집단보다 자아존중감 하위 영역인 가정에서의 자아존중감 점수의 향상을 가져올 것이다.

1-4) 노래 만들기에 참여한 실험집단은 통제집단보다 자아존중감 하위 영역인 학교에서의 자아존중감 점수의 향상을 가져올 것이다.

### 3. 용어 정의

#### 1) 저소득층 아동

저소득층 아동이란 생활을 유지할 수 있는 최소한의 비용인 최저생계비(4인 기준 1,546,399원)이하의 가구의 자녀로(보건복지부, 2012), 열악한 환경으로 인해 부모의 보호와 관심, 교육적 지원, 정서적 지원 등이 취약한 상태인 아동을 말한다.

## 2) 자아존중감

Coopersmith(1967)는 자아존중감이란 자신에 대한 가치의 판단이라고 정의하였다(서나라, 2006, 재인용). 본 연구에서 자아존중감은 학교, 가정, 또래 관계 등을 포함한 자신의 생활경험 안에서 자신이 얼마나 유능하고 가치 있는 사람인지에 대해 스스로 평가를 하는 것을 말한다.

## 3) 노래 만들기

본 연구의 노래 만들기는 아동의 심리· 정서적 해결을 위해 노래를 사용하여 감정을 표현하는 접근으로, 노랫말 채우기, 개사하기를 활용한 치료적 노래 만들기를 말한다.

## Ⅱ. 이론적 배경

### 1. 저소득층 아동

저소득층 아동이란 최저 임금선 이하의 수준으로 생활하고 있으면서, 정부의 지원을 함께 받고 있는 기초 생활 보장 수급자 가정의 자녀를 말한다(김선하, 2008). 저소득층 아동은 건강과 교육, 안정된 가정환경 등 아동 발달에 필요한 조건에서 제한을 받기 때문에 아동의 가능성과 발전성이 저하되어 인지·사회·정서적 측면의 발달에 어려움을 겪는다(박량규, 강우선, 2006).

저소득층 아동의 부모는 불안정한 취업, 낮은 소득, 생계유지 문제 등의 경제적 어려움을 겪기 때문에 아동에게 학업 및 학교생활을 지도하거나 관리하는데 소홀한 태도를 보일 수 있고, 이러한 이유로 저소득층 아동은 다른 또래 아동에 비해 낮은 학업성적, 낮은 학업성취욕구의 모습을 나타낼 우려가 있다(천희영, 1999). 저소득층 아동의 학업실태에 대한 조사에 의하면 저소득층 아동은 다른 또래 아동에 비해 연산 능력 부족, 한글 이해력 부족 등으로 학교수업에 잘 적응하지 못한다고 하였고(부산일보, 2006. 7. 26), 국어성적, 수학성적 등 학업성적과 학교생활만족도에서 다른 또래 아동에 비해 낮은 결과를 보이기도 하였다(김현주, 2011).

이은주, 이재연(1996)은 저소득층 아동은 부모의 지속적인 보호와 지지, 긍정적인 상호작용을 받지 못하고 적절한 욕구조절과 타협 등의 타인에 대한 사회적 기술을 배우지 못하기 때문에 또래와의 긍정적인 상호작용에서 어려움을 겪는다고 하였다. 저소득층 아동이 경험하는 풍족하지 않은 자신

의 환경에 대한 인식과 자신을 바라보는 주변 친구들의 부정적인 시선, 놀림, 무시 등도 저소득층 아동의 긍정적인 상호작용에서 어려움을 겪게 하는 요인이 된다(장혜자, 2000).

앞서 언급한 저소득층 아동의 문제점은 저소득층 아동에게 상대적 박탈감, 수치심, 열등감 등의 심리적 위축을 느끼게 하여 공격적 성향, 소극적 성향, 우울 등의 부정적인 자아를 형성하게 한다(박량규, 강우선, 2006). 저소득층 아동이 이러한 사회·정서적으로 불안정한 상태에 계속 놓이게 된다면 저소득층 아동은 자신을 이해해주고 지지해주는 환경이 없다는 인식과 하고 싶은 것을 하지 못하는 욕구 불만에 의해 가출, 탈선, 비행 등 더 큰 반사회적 태도를 보이게 될 것이다.

이처럼 저소득층 아동의 열악한 가정환경은 저소득층 아동의 긍정적인 자아형성과 발달과정에 악영향을 미치기 때문에, 저소득층 아동에게 열악한 환경 안에서도 긍정적인 사회·정서적 발달과 적응을 유도할 수 있는 지지와 지원이 필요한 실정이다. 현재 방과 후 수업활성화와 지역아동센터 등을 통해 소외된 저소득층 아동의 사회·정서 발달을 위한 프로그램은 시도되고 있으나, 더 폭넓은 지속적인 지원이 계속되어야 할 것이다.

## 2. 자아존중감

### 1) 자아존중감

자아존중감이란 자신의 유능함에 대한 긍정적 혹은 부정적인 평가를 하는 태도로써, 자신을 가치 있는 존재로 보고 유능하게 여기거나, 자신을

쓸모없는 존재로 지각하는 것을 말한다(최정희, 2010). 자아존중감은 긍정적인 자아개념, 긍정적인 자기평가, 자기안정감, 자기수용 등의 함축적인 의미를 지니기도 한다(윤향미, 2007). 최보가, 전귀연(1993)은 자아존중감을 자신이 지니는 여러 속성 안에서 스스로 가치를 평가하는 것으로 정의하였다. 그리고 사회적 능력의 수행 정도, 타인으로부터의 수용에서 오는 자기 자신에 대한 총체적 평가, 가정, 학교, 사회 등의 속성 안에서 스스로 느끼는 감정 등이 자아존중감에 영향을 준다고 하였다. 즉, 자아존중감은 가정, 학교, 사회 등의 속성 안에서 성공적인 경험이나 타인으로부터 얻은 존중과 수용에 의해 달라지며, 그에 따라 자신의 가치에 대해 평가하는 것을 말한다.

아동은 가정 안에서 자신의 가치를 인정받고 있는지, 부모와의 관계가 얼마나 원만한지, 부모의 양육태도가 어떠한 지에 대해 스스로 느끼고 평가하면서 자아존중감을 형성한다. 정희선, 박성연(2010)과 조희숙 외(1994)에 의하면 아동은 가족원간의 의사소통 및 유대감 등의 가정 분위기를 긍정적으로 느낄 때, 부모가 자신의 수준에 맞는 기대를 설정하고 자신의 능력을 인정하고 격려를 해 줄 때, 긍정적인 자아존중감을 형성한다고 하였다.

또한 아동은 가정에서 뿐 만 아니라 학교나 친구관계 등 전반적인 사회적 경험의 성공에 의해 자아존중감을 형성한다. 긍정적인 친구관계, 높은 학업성취능력, 목표성취의 달성 등은 긍정적인 자아존중감을 형성하는데 중요한 요인이 된다(황매향, 여태철, 2006).

이에 따라 긍정적인 자아존중감을 형성한 아동은 타인과 비교하였을 때 자신이 유능하다고 느끼고, 자신의 의견을 적극적으로 표현하며 또래 관계에서 협동적인 태도를 보이는 반면, 낮은 자아존중감을 형성한 아동은 타

인과 비교하였을 때 자신이 무능하다고 느끼고 소심하며, 자신의 판단과 능력에 대해 회의적인 태도를 보인다(차순석, 2005). Santrock(2006)은 높은 자아존중감을 형성한 아동은 학업이나 사회적 활동 안에서 자신감, 만족감 등과 함께 능동적이고 성공적인 상호작용을 보이지만, 낮은 자아존중감을 형성한 아동은 열등감, 우울 등과 함께 학업이나 사회적 활동 안에서 소극적이고 부정적인 상호작용을 보인다고 하였다.

이처럼 자아존중감은 자신을 둘러싸고 있는 여러 환경과의 상호작용을 하면서 형성되는 것으로, 아동기에 형성된 자아존중감은 청소년기, 성인기까지의 전반적인 사회적 태도에 영향을 미치기 때문에 아동기시기에 긍정적인 자아존중감을 형성하는 것은 매우 중요하다고 할 수 있다(서나라, 2006).

## 2) 저소득층 아동의 자아존중감

아동에게 저소득층이라는 가정의 열악한 환경은 아동의 자아존중감에 부정적인 영향을 줄 수 있다. 부모의 사회 경제적 지위, 가정의 형태, 부모의 소득, 부모의 직업은 아동의 자아존중감 형성에 중요한 영향을 미치고(김수주, 2004), 부모의 역할과 가정 분위기 등의 가정안에서의 상호작용 또한 아동의 자아존중감 형성에 중요한 요인이 된다(최정희, 2010). Coopersmith(1967)는 부모가 자신의 의견을 수용하고 이해한다고 느끼는 아동일수록 높은 자아존중감을 갖는다고 하였고(윤향미, 2007, 재인용), 어주경(1999)은 하류층 가정의 아동이 중류층 이상 가정의 아동보다 낮은 자아존중감을 가진다는 결과를 보고하기도 하였다. 이처럼 가정의 환경과 역할은 아동의 자아존중감 형성에 영향을 미치는 요인으로 작용하고 있지

만, 저소득층 아동은 가정의 환경과 역할에 있어 제한된 조건에 있기 때문에 다른 또래 아동에 비해 부정적인 자아를 형성하게 될 우려가 있다.

저소득층 아동의 부모는 열악한 가정환경 안에서 생계를 꾸려나가야 하는 의무와 스트레스 등으로 자녀에 대한 양육태도에 있어 충분한 보호와 관심을 주지 못하기 때문에 저소득층 아동은 아동기시기에 중요한 발달 과업인 자아존중감 형성에 있어 제한을 받게 된다.

Hurlock(1987)은 수용적이고 온정적인 양육태도를 지닌 부모의 자녀는 자신감이 넘치고 정서적으로 안정되어 있어 올바른 사회적 태도를 보이는 반면, 거부적이고 무관심한 양육태도를 지닌 부모의 자녀는 공격적, 분개, 좌절, 타인에 대한 적개심 등의 반사회적 태도를 보인다고 하였다(김정희, 황혜정, 1998, 재인용). 그리고 부모의 무능력한 교육적 지원과 관리는 저소득층 아동의 낮은 학업성과 학교생활부적응을 나타내고(김현주, 2011), 아동에게 부정적인 능력평가와 실패에 대한 경험을 하게 하여 낮은 자아존중감을 형성하게 한다(Santrock, 2006).

최은영(1994)에 따르면 저소득층 아동은 자신의 처한 환경이 또래 친구들에게 알려지는 것과 비교되는 것에 대해 수치심과 열등감을 느낀다고 하였다. 저소득층 아동은 남들보다 풍족하지 않은 생활환경의 인식과 타인으로부터 받는 무시, 놀림, 선입견 등의 부정적인 시선 때문에 수치심, 열등감 등을 느끼고, 이러한 심리적 위축으로 인해 자신이나 타인에 대한 증오를 가져오면서 부정적인 자아를 형성하게 되는 것이다(민하영, 권기남, 1994).

부정적인 자아의 형성은 저소득층 아동에게 타인에 대한 부정적인 감정 태도와 부적절한 사회적 태도를 보이게 한다. 박지선(2010)에 의하면 부정적인 자아를 형성한 저소득층 아동은 또래 집단인 학교생활 안에서 불안이

나 우울의 정서, 소극적인 태도나 공격적인 태도, 학업의 부적응, 또래관계 형성의 어려움 등의 모습을 보인다고 하였다. 이러한 태도는 저소득층 아동이 제한된 환경에 의해 자신의 욕구를 해결하지 못하는 현실에 대한 좌절과 자신을 이해하고 지지해줄 존재가 없다는 인식에 대한 심리반응이라고 볼 수 있다(이은주, 이재연, 1996).

자아존중감 형성과 관련하여 Coopersmith(1967)는 자아존중감을 형성하는 발달요인으로 타인이 보는 시각이나 속해 있는 집단 안에서의 비교, 자신의 성공행위나 환경에 대한 관찰, 개인적 가치와 포부, 주변의 격려와 지지에서 얻는 심리적 안정감 등의 네 가지 발달요인을 언급하였다(김향중, 김경애, 2003, 재인용). 이러한 네 가지 발달요인에 있어 저소득층 아동은 가정형편의 어려움으로 인해 제한된 조건 속에서 발달이 저하되므로 다른 또래 아동에 비해 부정적인 자아를 형성하게 될 것이다.

하지만 자아존중감 형성은 외부 환경과 상호작용에 따라 변화가 가능하기 때문에(김수주, 2004), 저소득층 아동에게 긍정적인 지원과 경험의 기회를 제공하여, 경제적 어려움으로 인한 총체적 문제점을 개선할 수 있는 긍정적인 자아형성을 위한 접근이 필요할 것이다.

### 3. 노래 만들기 음악치료

#### 1) 노래 만들기

Bruscia(1998)에 따르면 노래는 우리의 삶 속의 다양한 감정을 쉽게 표현하게 하기 때문에 치료적인 도구로 사용이 가능하다고 하였다(최미환,

2008, 재인용). 또한 Montello(1996)는 노래를 내면의 감정을 보다 더 끌어 낼 수 있는 효과적인 자기표현의 수단으로 보았다. 비언어적 표현인 노래는 언어로 표현하지 못하는 감정을 멜로디와 가사를 통해 자연스럽게 표현을 유도할 수 있는 장점을 지니기 때문이다. 이러한 노래의 기능을 활용하여 심리적으로 접근할 수 있는 치료적 방법은 바로 노래심리치료이다.

노래심리치료는 노래를 치료의 주 자원으로 하여 대상자의 삶의 질 향상을 위한 음악심리치료의 한 접근으로서 노래 부르기, 노래 감상하기, 노래 만들기, 악기연주 등의 형태로 구성되어있다(최미환, 2008). 특히, 노래심리치료기법 중 노래 만들기는 음악적 구조의 틀을 제시하여 대상자로 하여금 안전하고, 편안하게 내재된 감정을 표현할 수 있도록 유도하기 때문에 더욱 효과적으로 사용된다(강정숙, 2005).

노래 만들기는 자신이 만들어 가는 가사의 의미와 음악적인 특징을 이용하여 대상자의 감정표현과 통찰력을 증가시키는 방법으로(이영미, 2005), 대상자의 치료 목적에 따라 적합하게 적용된다. 노래 만들기는 음악적 완성이 우선이 아니라 대상자가 음악적 구조 안에서 내재된 감정을 자유롭게 표현하는 것에 중점을 두고, 인지 능력 향상, 표현력 향상, 자긍심 향상, 긍정적인 상호교류, 심리적 안정을 목적으로 하고 있다(Robb, 1996). 또한 노래 만들기는 자기 자신의 고유한 생각, 감정, 행동들에 기초하여 진행되기 때문에 자신의 현재 모습을 탐색하고 있는 그대로 수용할 수 있도록 도우며 나아가 미래에 대한 긍정적인 계획을 세울 수 있는 기회를 제공한다(고난영, 20008).

이러한 효과의 노래 만들기는 개인 형태 뿐 만 아니라 그룹 형태로도 시행되고 있다. 그룹 형태의 노래 만들기는 그룹 원의 긍정적인 반응과 지지에서 얻는 만족감을 통해 대상자의 활동 참여를 더욱 촉진시켜 자신감을

향상시키고, 적극적인 자기표현을 할 수 있게 돕는다(임현정, 2009). 또한 Ficken(1976)은 그룹 형태의 노래 만들기는 다른 그룹 원들에 의해 지지받고 서로의 감정과 견해를 나눌 수 있어 그룹의 결속력을 높이는 데 효과적이라고, 대상자에게 적절한 표현을 하도록 유도하여 행동 수정의 도움을 준다고 하였다.

노래 만들기는 노랫말 채우기, 개사하기, 노래 변주하기, 노래 즉흥 만들기, 작곡, 작사하기 등의 방법이 적용된다. Backer 외(2005)는 이러한 방법을 접근할 때 대상자의 선호도와 난이도를 고려하여 선택하고, 대상자에게 부담을 느끼지 않게 접근하는 것이 중요하다고 강조하였다(고난영, 2008, 재인용). 노래 만들기의 대상자가 학령기 아동일 경우, 아동의 수준과 난이도를 고려한다면 노래 만들기의 접근 방법으로 노랫말 채우기와 개사하기가 적합할 것이다. 노랫말 채우기와 개사하기는 대상자에게 정해진 음악적 구조의 틀을 제시하기 때문에, 음악적 배경이나 능력 없이도 대상자가 음악적 환경 안에서 부담감을 갖지 않고 자유롭게 감정표현을 하는데 효과적으로 사용될 수 있다.

노래 만들기 방법 중 노랫말 채우기는 치료사가 의도적으로 가사에 빈칸을 남겨 놓고 대상자의 단어로 채우게 하는 것으로, 활동 초기에 어색함을 완화시키거나 거부감을 갖지 않도록 제시하는 방법이다(최미환, 2008). 빈칸을 채워 놓는 노랫말 채우기는 자신의 심리·정서적 문제를 드러내게 하고, 노랫말 완성에 대한 성취감과 만족감을 경험하게 한다(Ficken, 1976; Schmidt, 1983). 또한 대상자의 심리·정서적 문제를 점차적으로 표현하고 강조하게 하기 위해서 빈칸의 수를 늘려가며 제시하는 것은 효과적인 접근이 된다(Schmidt, 1983).

치료사가 노랫말 채우기보다 대상자에게 더 구체적이고 심층적인 접근을

유도할 때에는 개사하기가 사용된다. 개사하기는 치료사가 제시하는 노래 가사에 자신의 감정으로 가사를 바꿔 표현하는 활동으로, 이영미(2005)는 노랫말 채우기에서 개사하기로의 단계적 접근은 감정 표현을 점차적으로 드러낼 수 있고, 단계적인 성공의 경험을 통해 자신감과 성취감을 함께 얻을 수 있다고 하였다.

이상에서 살펴본 바와 같이, 노랫말 채우기와 개사하기를 포함한 노래 만들기는 대상자에게 내재된 감정을 표출하게 하여 긍정적인 자아를 형성하게 하는데 효과적인 방법이라 할 수 있다.

## 2) 노래 만들기와 저소득층 아동의 자아존중감과의 관계

노래는 대상자의 상태와 문제를 수용해주고 비위협적으로 표현 할 수 있게 하기 때문에 노래를 사용한 노래 만들기의 접근은 대상자의 내재된 감정과 욕구 표출을 위한 분출구가 될 수 있다(최미환, 2008). Lindberg(1995)에 의하면, 노래 만들기는 치료사가 대상자에게 멜로디와 가사를 통한 치료적 구조를 제시해주기 때문에 편안하게 내재된 감정을 드러낼 수 있게 유도하고, 감춰진 감정표현을 증가시키며 스스로 필요한 문제 해결을 위한 방법을 생각하게 하여, 자아정체감을 형성해 가는데 긍정적인 영향을 준다고 하였다. 또한 Osweiler(1998)와 Robb(1966)은 노래 만들기는 노래와 관련된 음악적 경험으로 대상자의 자아존중감을 회복시키고, 그들의 생각을 표현하고 이해하는데 효과적이라고 하였다(고난영,2008, 재인용).

노래 만들기의 치료 형태는 개별 형태 뿐 만 아니라 그룹 형태로도 이루어지는데, 그룹 형태의 노래 만들기는 집단 경험을 통해 개별 형태보다 효과를 더 극대화시킬 수 있는 장점을 지닌다. Gfeller(1987)는 그룹 형태의

노래 만들기는 정서적 표현도구일 뿐 만 아니라 그룹 원과의 사회적 교류의 역할을 함께 한다고 하였다. 그룹 형태의 노래 만들기 안에서 구성원과 함께 자신의 감정을 공개하며 나누는 과정에서 얻는 지지와 피드백은 객관적으로 자신을 바라보고, 새로운 자아를 발견할 수 있도록 돕는다. 또한 자신감을 얻고 긍정적인 자아형성과 대인관계를 형성할 수 있게 유도한다.

이러한 노래 만들기는 다양한 대상자에게 자아존중감 향상을 위한 중재 방안으로 시행되고 있다. 현수경(1999)은 알코올 의존 환자 대상으로 노래 만들기 활동을 시행하여 실험집단의 자아존중감 점수가 통제집단에 비해 향상된 결과를 보고하며, 자신에 대한 인식과 바람직한 자아상 형성에 노래 만들기 활동이 긍정적인 영향을 미친다고 하였다. 손현자(2009)는 가정 폭력 피학대 여성을 대상으로 한 노래 만들기 활동을 통해 실험집단의 실패감 감소와 자기만족감, 자신에 대한 긍정적 태도의 증가를 보여주었다. 특히, 손현자(2009)는 노래 만들기 활동 중 공동의 노래 만들기 작업은 실험집단의 구성원간의 역동과 희망찬 미래를 준비하는 긍정적인 변화를 보여주었음을 강조하였다. 또한 오상희(2003)는 성인 화상 환자에게 노래 만들기 활동을 접근하여 손상된 신체로 인한 자기지각과 자아존중감의 변화에 대해 알아보았다. 그 결과, 대상자의 부정적인 자기지각에 대한 점수의 감소, 긍정적인 언어표현의 증가, 자아존중감의 향상을 보여주었고, 노래 만들기 활동은 대상자의 심리적, 정신적 치료 접근에 효과적인 방법이라고 언급하였다. 알코올 의존자 자녀를 대상으로 노래 만들기 활동을 시행한 남여정(2009)은 연구를 통해 실험집단의 분노표현의 감소와 자아존중감 향상의 결과를 보여주었으며, 조미라(2011)는 노래 만들기 활동 접근으로 시설 아동의 자아존중감 향상을 보고하였다.

앞선 선행연구와 같이 노래 만들기는 자기탐구가 필요한 사람, 통찰의

기회가 필요한 사람, 억압된 감정이나 내재된 심리적 갈등으로 고통 받는 사람, 자기표현을 위한 긍정적인 분출구가 필요한 사람 등의 대상자에게 효과적으로 접근할 수 있다(최미환, 2008). 이와 같은 대상자에게 노래 만들기는 새로운 환경인 음악적 환경 안에서의 적응과 성공을 통해, 자신의 능력을 확인 받거나, 어떠한 일을 시도하여 성취할 수 있다는 자신감을 회복시켜주고, 긍정적인 자아존중감을 형성시켜주는 효과적인 치료 방법이 될 것이다(장승희, 2007).

저소득층 아동 역시 부모, 또래, 사회로부터 얻은 심리적 갈등을 해소할 수 있는 긍정적인 경험의 분출구가 필요한 상태이다. 저소득층 아동은 부모의 부적절한 양육태도와 그로 인해 발생하는 심리·정서적 문제, 주변 친구들의 부정적인 시선, 무시, 놀림 등을 통해 느끼는 심리적 위축으로 인해 긍정적인 대인관계 형성에 어려움을 겪거나 부정적인 자아를 형성할 수 있기 때문에, 타인으로부터의 지지와 격려 안에서 이루어지는 그룹 형태의 치료적 접근이 필요하다고 판단된다. 그룹 형태의 노래 만들기는 저소득층 아동에게 심리적 안정과 편안한 환경을 제공하여 자유롭게 내재된 감정을 표현하게 유도할 것이다. 그리고 구성원으로부터의 지지와 격려를 통해 얻은 자신감은 성공적인 음악경험을 할 수 있게 유도하여, 긍정적인 자아형성과 긍정적인 대인관계 형성의 기회를 제공할 것이다.

치료사는 저소득층 아동에게 주제에 의한 음악적 구조를 제시하고, 노래 만들기 활동을 통해 자신의 긍정적인 면을 발견하여 긍정적인 자기인식을 하게하고, 부정적인 면을 있는 그대로 표출하고 수용하게 하여 긍정적인 해결방안을 모색하게 하면서 긍정적인 자아를 형성하게 유도할 것이다. 또한 치료사는 대상자가 아동인 점을 고려하여 노래 만들기 방법 중 노랫말 채우기와 개사하기 활동에 중점을 둘 것이다. 치료사가 제시하는 노래 만

듣기 중 노랫말 채우기는 멜로디와 함께 빈칸을 제시하기 때문에 대상자에게 빈칸을 채우게 하면서 성공의 기회를 주고 자연스럽게 자신의 감정을 표현하게 한다(Robb, 1996). 따라서 노랫말 채우기는 음악적 배경이나 경험이 부족한 저소득층 아동에게 당황하지 않고, 어렵지 않게 자신의 감정을 나타내게 하여 노래 만들기의 성공을 보장 할 것이다. 또한 개사하기는 Wigram 외(2005)가 언급한 것처럼 멜로디와 가사의 수를 예측할 수 있는 구조화된 접근이기 때문에(고난영, 2008, 재인용), 저소득층 아동에게 어려움 없이 자유롭게 구체적으로 내재된 감정, 갈등, 욕구 등을 표출할 수 있는 방법이 될 것이다.

이상에서 살펴 본 것과 같이, 그룹 형태로 이루어지는 노랫말 채우기와 개사하기의 노래 만들기 활동은 저소득층 아동에게 긍정적인 자아 형성을 위한 계기가 될 것이다.

### Ⅲ. 연구 방법

#### 1. 연구 대상

연구 대상자는 김포시 바우처 서비스 대상자에 선정된 저소득층 가정(전 국가구 평균소득 이하 가구원)의 자녀로, 만 9~13세로 나이를 제한하고, 실험집단 6명과 통제집단 6명으로 대상자를 선정하였다.

#### 2. 측정도구

##### 1) 자아존중감 검사

자아존중감 검사는 Coopersmith(1967)와 Pope, MeHak과 Chaighead(1988) 등의 연구를 참조하여 최보가와 전귀연(1993)이 우리나라 아동의 자아존중감을 측정할 수 있는 도구로 개발한 척도를 사용하였다. 검사구성은 총체적 자아존중감, 사회적 자아존중감, 가정에서의 자아존중감, 학교에서의 자아존중감으로 총 4가지 영역으로 구성되어 있다. 측정도구는 리커트 5점 척도로서 ‘전혀 그렇지 않다’ 1점, ‘약간 그런 것 같다’ 2점, ‘보통 그렇다’ 3점, ‘대부분 그렇다’ 4점, ‘정말로 내 경우 같다’ 5점으로 계산하고, 부정적인 태도를 나타내는 문항(4,8,12,16,20,24,27,30문항)에서는 점수를 반대로 계산한다. 측정도구의 신뢰도는 cronbach’s a계수를 산출한 결과, 0.950으로 만족할 만하다.

본 연구에서 사용한 아동의 자아존중감검사의 하위 영역과 문항 구성은

<표 III-1>, <표 III-2>와 같다

<표 III-1> 자아존중감 검사 문항 구성

하위영역	측정내용
총체적 자아존중감	자기 자신의 모든 부분에 대한 전반적인 평가
사회적 자아존중감	다른 사람에 대한 친구로서 자기 자신에 대해 느끼는 감정
가정에서의 자아존중감	가정생활에서 자신의 가치가 얼마나 인정되고 있으며 부모와의 관계가 얼마나 원만한가에 대한 평가, 가족 구성원으로서 자신에 대해 느끼는 감정
학교에서의 자아존중감	학업적 평가를 포함한 학교생활에서 자신이 느끼는 유능함의 평가

<표 III-2> 자아존중감 검사의 하위 영역 문항 구성

하위영역	문항번호	문항수
총체적 자아존중감	1, 5, 9, 13, 17, 21	6
사회적 자아존중감	2, 6, 10, 14, 18, 22, 25, 28, 31	9
가정에서의 자아존중감	3, 7, 11, 15, 19, 23, 26, 29, 32	9
학교에서의 자아존중감	④, ⑧, ⑫, ⑯, ⑳, ㉔, ㉗, ㉓	8

\* ○표시는 역문항을 말한다.

### 3. 연구 설계

본 연구는 노래 만들기 활동이 저소득층 아동의 자아존중감에 미치는 효과를 측정하기 위해 실험집단에만 노래 만들기 활동을 실시한 후, 실험집

단과 통제집단의 사전-사후 분석을 하였다.

#### 4. 연구 방법 및 절차

##### 1) 사전검사

본 연구의 사전검사는 음악치료가 실시되는 2012년 10월 20일 실험을 실시하기 전 자아존중감 검사지를 사용하여 실험집단과 통제집단에게 실시하였다.

##### 2) 실험기간 및 방법

본 연구는 2012년 10월 20일부터 2012년 11월 10일까지 3주에 걸쳐 주 3회씩 매주 목요일, 토요일, 일요일에 총 10회기 동안 진행되었다. 실험기간 동안 실험집단에게 자아존중감 향상을 위한 접근으로 연구자가 직접 계획한 노래 만들기 활동을 한 회기 당 50분씩 진행하였다. 통제집단은 사전-사후 검사에만 참여하였으며 노래 만들기 활동에 참여하지 않았다.

##### 3) 사후검사

사후검사는 마지막 세션인 2012년 11월 10일 세션 후 자아존중감 검사지를 사용하여 실험집단과 통제집단에게 실시하였다.

#### 4) 노래 만들기 프로그램

##### (1) 프로그램 목표 및 구성

연구의 구성은 Wheeler(1983)가 제안한 심리 치료적 적용 단계(정현주, 2009, 재인용)와 최미환(2008)이 제안한 치료적 노래 만들기에 적용되는 PEC(Preparing-Exploring-Creating)의 단계를 바탕으로, 본 연구자가 3단계 접근 구조의 노래 만들기 활동으로 재구성하였다. Wheeler(1983)의 심리 치료적 적용 세 단계 중 첫 번째, 지지적 활동중심으로 음악이 제공되는 단계는 치료사가 대상자의 현재 감정상태, 기능, 선호를 지지하면서, 구조화된 음악적 제시를 통해 대상자에게 활동 요구의 조절과 절제를 지시하는 단계이고, 두 번째, 통찰력을 통한 재교육에 목표를 두고 접근하는 단계는 대상자에 대한 심층적인 음악적 접근으로 개인과 타인의 감정이해와 탐색을 통해 감정적 고리를 풀어가는 단계에 해당된다. 마지막 세 번째 단계는 성격의 재구성의 목표로 과거의 감정 경험을 더 깊이 파고들어 미해결된 문제를 인식하고 통찰하는 단계인데, 본 연구에서는 과거 감정의 문제 해결을 하기 위한 개선의 단계, 과거의 경험과 다른 기대되는 모습을 준비하는 재확립 단계로 해석하였다.

최미환(2008)의 PEC 단계 중 첫 번째, 준비단계는 세션에 대한 부담감을 줄이기 위한 단계로 현재 감정, 노래에 대한 자신의 생각, 선호하는 노래 등에 관한 대화를 나누며 본격적인 활동에 앞서 참여유도를 돕는 단계이다. 두 번째, 탐색 단계는 본격적으로 자신의 핵심 감정을 노래 안에 적용시키면서 노래와 나의 관계를 형성하여 내재된 감정을 표현하는 단계이고, 세 번째, 창작단계는 그동안의 연습한 음악적인 기술과 함께 노래 멜로디 만들기, 변주하기, 악기연주 등 창작경험과 공동 작업을 통한 표현방식을

찾는 것이다. 하지만 본 연구에서는 노랫말 채우기, 개사하기의 노래 만들기에 중점을 두었기 때문에 세 번째 창작단계에 포함되는 악기연주와 작곡 등의 창작경험을 포함하지 않았고, 노랫말 채우기와 개사하기에서 표현 할 가사의 길이를 길게 제공을 하거나 공동 가사 만들기를 포함하여 완성된 가사를 함께 공유하고 토론하는 단계로 두었다.

본 연구의 프로그램은 그룹 형태의 지지적 활동 중심의 음악치료접근으로 그룹 안에서 이루어지는 치료사와 동료들의 격려와 지지, 감정공유와 피드백은 자신의 감정을 가사로 표현하고 완성하여 나의 감정을 존중받고, 공감 받고 있다는 것을 느끼게 하며 긍정적인 상호교류를 할 수 있도록 유도한다. 프로그램의 주제는 가정, 학교, 친구관계 등의 전반적인 사회적 경험에 관련된 주제로 구성되었고, 긍정적인 자기인식과 새로운 자아 확립, 내재된 갈등, 욕구표출과 그에 따른 해결방안 모색, 성공적인 음악경험을 통한 자신감 향상 등을 위한 접근으로 자아존중감 척도의 하위 영역인 총체적 자아존중감, 사회적 자아존중감, 학교에서의 자아존중감, 집에서 자아존중감을 증가시킬 수 있도록 구성하였다. 이를 바탕으로 본 연구자가 재구성한 프로그램 단계별 목표는 다음과 같다.

1단계는 1-2회기로 친밀감형성 단계이다. 치료사가 초기부터 치료중재를 개입하면 대상자는 거부감을 가질 수 있으므로, 치료사가 제시하는 멜로디 구조 안에서 질문하고 대답하기 형식의 자기소개를 하고, 활동에 참여하는 소감과 좋아하는 노래 등의 대화를 나누면서 활동의 부담감을 줄이고 활동의 참여를 유도할 수 있게 친밀감 형성을 목표로 한다.

2단계는 3-8회기를 포함한 표현단계로, 이 단계에서는 자신의 핵심 감정을 심층적인 음악적 접근을 통해 표현하는 단계이다. 2단계는 노래를 통해 자신과 타인에 대한 이해와 수용, 긍정적인 자기인식과 새로운 자아의 발

견, 내재된 갈등의 표출과 문제 해결, 긍정적인 대인관계와 자신감 향상을 목표로 한다. 치료사는 아동에게 자아존중감 하위 영역을 포함한 가정, 학교, 친구관계 등 전반적인 사회적 경험과 관련된 주제를 제시하고, 자신의 긍정적인 면을 표출하여 긍정적인 자기가치를 발견하고, 부정적인 면을 표출하여 새로운 자아확립을 위한 긍정적인 해결방안을 모색하게 유도한다. 그리고 새로운 나의 가치를 발견하여 자신감을 찾고 긍정적인 자아를 형성할 수 있게 한다.

3단계는 9-10회기로 재확립의 단계이다. 아동은 그동안 경험한 음악적인 기술을 활용하여 노래 만들기를 하고, 공동 노래 만들기를 통해 결속력, 성취감, 자신감 향상, 새로운 자아의 확립을 목표로 한다. 9회기에서 치료사는 아동에게 ‘미래의 나’에 대한 주제를 제시하여 노래 만들기를 통해 새로운 미래에 대한 의지, 확신, 믿음을 가지게 한다. 치료사가 제시하는 구조 외에 더 많은 표현을 원하는 아동에게는 충분히 표현할 수 있는 구조를 제공한다. 10회기는 그동안 활동에 참여하여 완성한 결과물을 보며 토론하는 시간을 갖고, 앞으로 변화될 자신의 모습을 다짐을 하면서 세션을 마무리한다.

## (2) 프로그램 회기 별 구성

본 연구의 프로그램 단계에 따른 회기 별 구성은 다음과 같다.

<표 III-3> 1단계 프로그램 회기 별 구성

단계	회기	주제	활동내용
친민감형성 단계	1	자기소개 라포형성	새로운 음악적 환경에서 치료사와 아동, 구성원간의 친밀감을 형성하기 위해 치료사의 음악적 구조 안에서 질문-대답의 형식으로 서로 자기소개를 하며 알아가는 시간을 갖는다. 또한 치료사와 아동은 선호하는 음악과 활동에 대한 전반적인 소개 등 이야기를 나누며, 활동에 대한 아동의 호기심과 관심을 모은다.
	2	좋아하는 것 VS 싫어하는 것	치료사의 노래에 맞춰 아동은 자신의 좋아하는 것과 싫어하는 것을 대답하거나, 치료사의 노래 중간에 외친다. 구성원 모두 자신의 선호하는 것에 대해 공개를 하고, 서로 알아가는 시간을 갖는다.

<표 III-4> 2단계 프로그램 회기 별 구성

단계	회기	주제	활동 내용
표현 단계	3	나의 모습 (학교,집에서의 나)	개사된 치료사의 <희망사항>노래에 아동은 노랫말 빈칸 채우기를 한다. 치료사는 아동에게 학교, 집 등 일상 생활에서 나의 모습과 표정은 어떠한지 노래를 통해 자신의 모습을 드러내게 한다.
	4	나의 마음 (버리고 싶은 것, 가지고 싶은 것)	개사된 치료사의 <희망사항>노래에 아동은 노랫말 빈칸 채우기를 한다. 치료사는 아동에게 학교, 집 등 일상 생활에서 느끼는 감정(행복, 좌절, 기쁨, 슬픔)에 대해 이야기를 나누며 생각하게 한다. 아동은 버리고 싶은 것과 버리기 위해 이겨내는 방법, 가지고 싶은 것과 갖기 위해 노력해야 할 방법을 노래를 통해 표현한다.
	5	잘하는 것 원하는 것	개사된 치료사의 <푸른 꿈을 키워가요>노래에 아동은 노랫말 빈칸 채우기와 한 줄 개사하기로 자신의 잘 하는 것, 원하는 것을 찾아 노래를 통해 표현한다.

6	친구로서의 나의 모습, 서로의 모습	개사된 치료사의 <네모의 꿈>노래에 아동은 개사하기를 한다. 아동은 친구들과 있을 때 나는 어떤 존재인지, 어떤 존재이고 싶은지, 언제 기분이 좋고, 언제 기분이 나쁜 지에 대해 노래를 통해 표현한다. 또한 서로 보이는 모습(신체, 외모, 성격 등)중 친구로서 팬찮은 점, 좋은 점을 가사 안에 넣어 서로의 칭찬을 노래를 통해 표현한다.
7	장점과 단점	아동은 치료사의 <스마일 보이>노래에 자신의 장점과 단점을 주제로 개사하기를 한다. 치료사는 아동에게 노래의 후렴구 가사 중 “힘을 내봐, 용기를 내봐 너라면 할 수 있어”부분을 포함하여 가사를 통해 자신감을 심어주고, 아동은 자신의 장점과 단점을 노래를 통해 표현한다.
8	칭찬하기	아동의 선호도에 따라 선정된 <숲속을 걸어요>노래에 아동은 노래 안에 서로의 이름을 넣어 가사의 한 줄을 상대방의 칭찬 표현으로 만들고, 주고받는 노래형식을 통해 서로를 칭찬한다.

<표 III-5> 3단계 프로그램 회기 별 구성

단 계	회 기	주 제	활 동 내 용
재 확 립	9	미래의 나	아동의 선호도에 따라 선정된 <년 할 수 있어>노래에 아동은 ‘미래의 나’의 모습에 대해 개사하기를 한다. 아동이 치료사가 제시한 분량 외에 더 많은 표현을 원한다면 스스로 표현할 분량을 정해 자신의 꿈에 대한 가사를 만들게 한다. 또한 구성원 각자의 꿈이 담긴 공동의 노래를 완성해본다.
	10	토론 및 활동 정리	노래 만들기의 결과물을 보면서 토론시간을 갖는다. 서로 활동에 대한 소감을 나누고 새로운 나에 대한 다짐을 하며 세션을 마무리한다.

### (3) 프로그램 구성에 따른 치료적 논거

본 연구의 노래 만들기 프로그램은 노랫말 채우기와 개사하기가 주 활동이었다. 치료사는 본 연구 대상자가 학령기 아동과 음악적 경험이 부족한 저소득층 아동인 것을 고려하여 쉽고 반복적인 멜로디와 대상자의 선호곡을 바탕으로 노래를 제시하고, 빈 칸과 가사의 수를 점차적으로 늘리는 구조적인 접근의 활동으로 구성하였다. 치료사는 노랫말 채우기와 개사하기 활동을 위해 치료사에 의해 만들어진 가사지를 대상자들에게 제공하고, 활동의 완성 후에는 구성원간의 가사에 대한 의견 나누기를 함께 진행하였다.

연구자는 대상자인 저소득층 아동에게는 구성원의 지지와 격려를 경험할 수 있는 그룹 형태 안에서 자신의 가치에 대한 낮은 평가를 지양하고 긍정적인 자아형성을 유도하는 것이 필요하다고 판단하였다. 따라서 프로그램의 구성은 그룹 형태의 노래 만들기로 자아존중감 척도의 하위 영역인 총체적 자아존중감, 사회적 자아존중감, 가정에서의 자아존중감, 학교에서의 자아존중감을 향상시킬 수 있도록 가정, 학교, 친구관계 등 전반적인 일상생활의 주제 안에서 긍정적인 자기인식과 새로운 자아 확립, 내재된 갈등, 욕구표출과 그에 따른 해결방안 모색, 성공적인 음악경험을 통한 자신감 향상, 긍정적인 대인관계 형성 등을 위한 목적으로 구성하였다.

노래 만들기 프로그램은 1단계 친밀감형성 단계, 2단계 표현단계, 3단계 재확립 단계로 3단계 접근 구조로 이루어졌고, 각 단계별 치료적 논거는 다음과 같다.

## 1단계(1회기-2회기): 친밀감형성 단계

최미환(2008)은 첫 세션부터 치료중재를 개입하면 대상자가 치료접근에 대한 부담감, 거부감을 가질 수 있기 때문에 치료사는 치료중재의 개입 전에 대상자가 음악적 치료 환경에 익숙해지도록 준비단계를 제공해야 한다고 하였다. 또한 준비단계에서는 선호하는 노래와 관련된 전반적인 대화를 통한 참여유도와 위협적이지 않는 수준의 노래 가사에 대한 파악과 분석 등의 준비가 필요하다고 하였다. Hanser(1999)는 성공적인 치료 경험을 위해 라포형성이 되어야 하고, 라포형성 단계 안에서 자신의 소개, 활동의 소개, 선호하는 음악 등, 서로에 대해 공유하는 시간이 필요하다고 하였다. 따라서 본 연구자는 이를 바탕으로 1단계 친밀감형성 단계는 총 2회기로 나누어 1회기는 자기소개, 대상자의 선호하는 노래, 선호하는 가사 등 활동에 관한 이야기로 참여 유도를 하고, 2회기는 치료사의 질문-대답 형식의 노래가사를 통해 자신의 좋아하는 것과 싫어하는 것 등 자신을 공개하고, 서로를 알아가는 과정으로 친밀감 형성을 유도하였다.

## 2단계(3회기-8회기): 표현단계

2단계 표현단계는 1단계와는 달리 본격적인 심층적 접근으로 노래-나의 관계를 형성하는 단계이다. 치료사는 연구 대상자인 저소득층 아동에게 자아존중감 척도의 하위 영역인 총체적 자아존중감, 사회적 자아존중감, 가정에서의 자아존중감, 학교에서의 자아존중감과 관련하여 긍정적인 자아형성을 위한 구체적인 접근과 표현기회를 제공하였다. 자신을 바르게 이해하고 자신을 알아가는 것은 긍정적인 자아형성에 필요한 요인이다. 또한 부

정적인 정서는 감정, 소망, 동기 등이 겉으로 표현되지 못하여 심리적으로 불안이나 긴장 상태를 가져오기 때문에 생기는 것으로, 자신의 정서상태가 적절히 표현되고 해소될 때 긍정적인 자아를 키우고 긍정적인 대인관계를 이룰 수 있다(박수정, 2002).

따라서 긍정적인 자아형성 유도를 위한 2단계 표현단계는 총 6회기를 포함하여 활동의 비중을 두었다. 긍정적인 자아형성을 위해서는 자기에 대한 인식과 수용, 긍정적인 자기 평가, 열등감 해소, 타인의 격려와 지지에서 얻는 심리적 안정감, 성공적인 경험 등이 필요하므로 저소득층 아동에게 각 회기마다 자아존중감 척도 항목을 바탕으로 한 주제를 제시하고 노랫말 채우기와 개사하기의 표현기회를 제공하였다.

3회기는 집, 학교에서 나의 모습이 어떠한지에 대한 자신을 드러내는 노래를 통해 자신에 대한 긍정적인 면 또는 부정적인 면, 새로운 면을 발견하여 구성원의 인정과 지지 안에서 자신에 대해 이해하는 경험을 한다. 자아존중감 형성을 위해서는 자신의 모습이나 행위에 대한 관찰과 인식하는 과정이 필요하기 때문에(윤향미, 2007) 3회기는 나의 모습을 인식하고 이해하는 단계로 두었다.

4회기-5회기는 집, 학교 등 전반적인 일상생활 안에서 느끼는 나의 내재된 감정을 노래를 통해 표현하는 활동이다. 치료사는 아동에게 자신의 내재된 감정 중 버리고 싶은 마음, 가지고 싶은 마음, 잘 하는 것, 원하는 것 등의 감정을 표출하게 하고 자신의 핵심 감정을 파악하게 한다. 이 회기는 아동에게 부정적인 마음과 열등감 등 심리적으로 위축된 마음을 버리게 하고, 긍정적인 해결 방안을 찾게 하여 자신의 가치를 재인식하고 자신감을 심어준다. 또한 자신의 긍정적인 면과 내재된 욕구와 의지를 표출하여 자신의 희망에 대한 의지와 긍정적인 기대를 가지게 한다. 여기에 구성원

의 긍정적인 지지는 아동에게 더욱 자신감을 얻게 하여 긍정적인 자아를 형성할 수 있도록 돕는다.

6회기는 ‘친구관계에서의 나’에 대한 감정을 노래를 통해 표현하는 활동이다. 친구관계에서 얻는 긍정적인 감정과 인식은 자아존중감 형성에 있어 중요한 역할을 하기 때문에(황매향, 여태철, 2006), 이 회기는 친구관계 안에서 긍정적인 자아를 형성할 수 있게 유도하였다. 아동은 친구들과 있을 때 나는 어떤 존재인지, 언제 기분이 좋고, 언제 기분이 나쁜 지에 대해 노래를 통해 표현하여 자신의 상황과 감정을 생각해보고, 자기통찰의 기회를 갖는다. 그리고 친구관계에서 자신의 긍정적인 변화를 위해 해야 할 방법을 노래를 통해 모색하게 하고, 나의 기대되는 긍정적인 모습을 찾게 한다. 또한 구성원들은 서로의 친구로서 팬찮은 점, 좋은 점을 노래를 통해 표현하는 과정을 통해 자신의 있는 그대로의 모습을 수용하고, 타인의 이해와 수용을 배우면서 긍정적인 대인관계를 형성하며 서로의 칭찬으로 자신감을 갖는다.

7회기는 나의 장점과 단점을 노래를 통해 표현하는 활동을 포함한다. 이 회기는 장점 가사를 통해 긍정적인 자기인식과 나에 대한 확신을 갖게 하고, 구성원의 인정과 지지로 자신감을 형성하게 한다. 또한 단점 가사를 통해 자신의 열등감과 부적절함을 인식하게 한다. 열등감은 자아존중감 발달에 영향을 미치고 자신의 의지와 태도에 따라 달라지므로(장승희, 2007), 긍정적으로 새로운 나를 찾기 위한 해결방안을 모색하게 유도함으로써 열등감을 해소하고 긍정적인 자아를 형성하게 한다.

8회기는 서로의 칭찬을 노래로 표현하는 활동으로, 타인의 칭찬과 격려를 심리적 안정감을 주고 자아존중감 향상에 영향을 미치기 때문에(김인홍, 2008), 치료사는 아동에게 서로의 장점을 찾아 노래로 칭찬하게 하였

다. 이 과정은 칭찬을 통해 아동에게 자신감, 만족감을 얻게 하고 긍정적인 자아형성과 긍정적인 대인관계 형성을 유도한다.

### 3단계(9회기-10회기): 재확립 단계

3단계는 재확립 단계로 9회기, 10회기를 포함하였다. 이연갑(1988)은 아동이 미래에 ‘어떤 사람’이 되고 싶은지에 대한 생각은 자신이 현재 어떤 사람인지, 어떠한 수행이 필요한지 깨닫게 하고 자신에 대한 낙관적인 시각을 유도하여 긍정적인 자아형성에 영향을 준다고 하였다. 따라서 9회기는 ‘미래의 나’에 대한 주제로 노래를 통해 아동에게 자신의 내재되어 있는 욕구와 의지를 드러내게 하고, 새로운 미래에 대한 확신과 기대감을 높이게 한다. 또한 구성원 각자의 꿈과 관련된 공동의 노래 만들기를 통해 결속력, 대인관계 형성을 유도한다. 10회기는 치료사와 구성원간의 토론시간으로 그동안 활동에 참여하여 완성한 결과물을 보면서 서로의 소감을 나누고, 앞으로 변화될 자신의 모습에 대한 다짐을 하며 활동의 정리를 한다. 노래 만들기의 결과물은 아동에게 성공의 경험을 느끼고, 자신감, 성취감을 형성하게 한다.

## 5. 자료 분석

수집된 자료는 PASW 18.0 버전의 통계패키지프로그램을 사용하여 분석하였다. 실험집단과 통제집단의 자아존중감 점수와 자아존중감의 하위 영역 점수의 유의한 차이를 알아보기 위하여 독립표본 t-test를 실시하였다. 또

한 실험집단과 통제집단 내에서 실험 전과 후의 자아존중감 점수와 자아존중감의 하위 영역 점수를 비교하기 위하여 대응표본 t-test를 실시하였다.

## IV. 연구 결과

본 연구는 노래 만들기 활동이 저소득층 아동의 자아존중감에 어떠한 영향을 미치는지에 대해 알아보기 위한 것으로, 실험집단과 통제집단의 동질성 검증을 위해 독립표본 t-검증을 실시하였고, 가설 검증을 위하여 실험집단과 통제집단 내에서 사전-사후 검사를 비교하기 위해 대응표본 t-검증을 실시하여 통계 처리하였다. 그 결과는 다음과 같다.

### 1. 자아존중감의 변화

#### 1) 두 집단 간의 자아존중감 동질성 검사

실험집단과 통제집단의 사전검사 비교를 통한 동질성 검증을 위해 독립표본 t-검증을 실시하였다. 그 결과, 자아존중감 점수에서 통계적으로 유의한 차이를 보이지 않아 두 집단은 동질 집단으로 확인되었다. 이에 대한 검증결과는 <표 IV-1>와 같다.

<표 IV-1> 집단 간 자아존중감 점수에 대한 동질성 검사

구분	집단	N	평균	표준편차	t	$\rho$
자아존중감	실험	6	62.50	1.76	0.00	1.00
	통제	6	62.50	1.97		

( $p < .05$ )

## 2) 두 집단 간의 자아존중감 변화

실험집단과 통제집단의 사후검사 비교를 통한 집단 간의 유의한 차이를 알아보기 위해 독립표본 t-검증을 실시하였다. 그 결과, 실험집단은 사전 점수에 비해 사후점수가 향상되었고, 통제집단은 사전점수에 비해 사후점수가 더 낮아졌으며 두 집단은 자아존중감 점수에서 통계적으로 유의한 차이를 보였다. 이러한 결과는 노래 만들기가 자아존중감 향상에 영향을 미친다는 것을 보여준다. 이에 대한 검증 결과는 <표 IV-2>와 같다.

<표 IV-2> 집단 간 자아존중감 사후검사 비교 결과

구분	집단	N	평균	표준편차	t	$\rho$
자아존중감	실험	6	100	16.64	16.64	0.00
	통제	6	56.67	3.01		

( $p < .05$ )

## 2. 자아존중감의 각 하위 영역별 변화

실험집단과 통제집단의 각 하위 영역별 자아존중감의 사전-사후 점수 비교를 통한 가설 검증을 위하여 대응표본 t-검증을 실시한 결과는 다음과 같다.

1) 집단 별 전체 자아존중감의 사전-사후 비교

실험집단과 통제집단의 실험 전과 실험 후의 전체 자아존중감 점수를 비교하기 위해, 대응표본 t-검증을 실시한 결과는 <표 IV-3>와 같다.

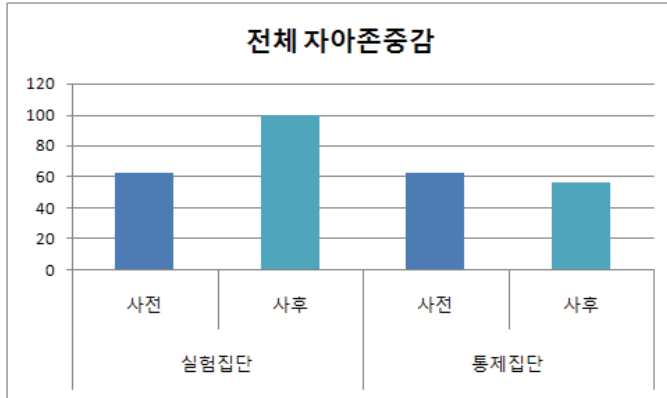
<표 IV-3> 집단 별 전체 자아존중감의 사전-사후 검사 결과

구분	전체 자아존중감	N	평균	표준편차	t	p
실험집단	사전	6	62.50	1.76	17.26	.000
	사후	6	100	5.62		
통제집단	사전	6	62.50	1.97	-5.00	.004
	사후	6	56.66	3.01		

( $p < .05$ )

전체 자아존중감 항목에 대한 대응표본 t-검증 결과, 실험집단의 평균점수는 62.50에서 100으로 증가하였으나, 통제집단의 평균점수는 62.50에서 56.66으로 낮아졌다. 두 집단 모두 유의확률  $p < .05$  으로 통계적으로 유의한 차이를 보였다. 이는 긍정적인 자아형성을 위한 요인을 바탕으로 실시한 노래 만들기가 자아존중감 향상에 긍정적인 영향을 미치고, 치료사와 동료들의 격려와 지지 안에서 이루어지는 그룹 형태의 노래 만들기가 자아존중감 향상에 효과가 있음을 보여준다. 이 결과를 그림으로 나타내면 <그림 IV-1>와 같다.

<그림 IV-1> 전체 자아존중감의 사전-사후 점수 비교



따라서 ‘노래 만들기에 참여한 실험집단은 통제집단보다 자아존중감 점수의 향상을 가져올 것이다.’ 라는 가설 1은 증명되었다.

## 2) 집단 별 총체적 자아존중감의 사전-사후 비교

실험집단과 통제집단의 실험 전과 실험 후의 총체적 자아존중감 점수를 비교하기 위해, 대응표본 t-검증을 실시한 결과는 <표 IV-4>와 같다.

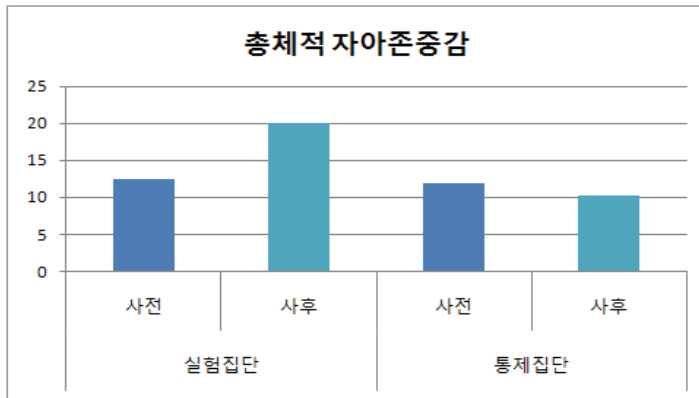
<표 IV-4> 집단 별 총체적 자아존중감의 사전-사후 검사 결과

구분	총체적 자아존중감	N	평균	표준편차	t	p
실험집단	사전	6	12.33	2.58	11.50	.000
	사후	6	20.00	2.28		
통제집단	사전	6	11.83	2.04	-2.39	.062
	사후	6	10.20	1.37		

( $p < .05$ )

총체적 자아존중감 항목에 대한 대응표본 t-검증 결과, 실험집단의 평균 점수는 12.33에서 20.00으로 증가하여 통계적으로 유의한 차이를 나타냈다 ( $t=11.50, p<.05$ ). 그러나 통제집단의 평균점수는 11.83에서 10.20으로 감소되었으며 통계적으로 유의한 차이를 보이지 않았다( $t=-2.89, p>.05$ ). 이는 노래 만들기의 성공이 실험집단에게 자신감 향상의 요소로 작용하여 자신에 대한 전반적인 평가인 총체적 자아존중감 점수의 향상을 가져왔음을 보여주고, 통제집단은 긍정적인 자아형성을 위한 접근인 노래 만들기가 이루어지지 않은 상태로, 자신의 열등한 환경으로 인한 심리적 위축이 해결되지 않아 총체적 자아존중감점수가 낮아진 것으로 보인다. 이 결과를 그림으로 나타내면 <그림 IV-2>와 같다.

<그림 IV-2> 총체적 자아존중감의 사전-사후 점수 비교



따라서 ‘노래 만들기에 참여한 실험집단은 통제집단보다 자아존중감 하위 영역인 총체적 자아존중감점수의 향상을 가져올 것이다.’ 라는 가설 1-1)은 증명되었다.

### 3) 집단 별 사회적 자아존중감의 사전-사후 비교

실험집단과 통제집단의 실험 전과 실험 후의 사회적 자아존중감 점수를 비교하기 위해, 대응표본 t-검증을 실시한 결과는 <표 IV-5>와 같다.

<표 IV-5> 집단 별 사회적 자아존중감의 사전-사후 검사 결과

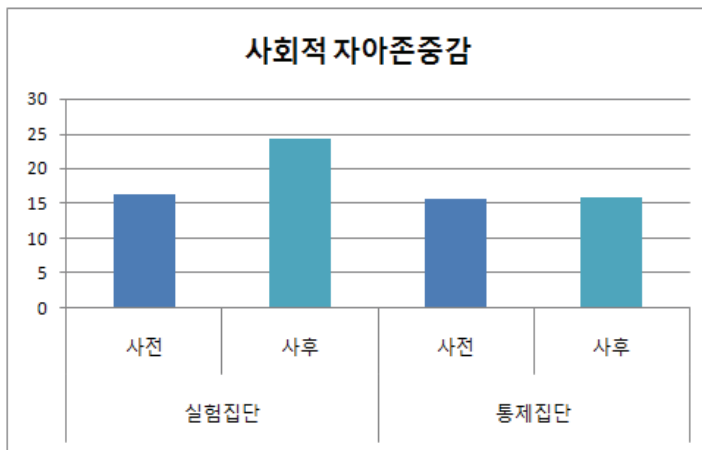
구분	사회적 자아존중감	N	평균	표준편차	t	p
실험집단	사전	6	16.33	3.66	7.27	.001
	사후	6	24.16	1.60		
통제집단	사전	6	15.66	3.50	.892	.413
	사후	6	15.83	2.48		

( $p < .05$ )

사회적 자아존중감 항목에 대한 대응표본 t-검증 결과, 실험집단의 평균 점수는 16.33에서 24.16으로 증가하여 통계적으로 유의한 차이를 나타냈다 ( $t=7.27$ ,  $p < .05$ ). 통제집단의 평균점수는 15.66에서 15.83으로 0.23점 향상되었으나 통계적으로 유의한 차이를 보이지 않았다( $t=.892$ ,  $p > .05$ ). 이는 노래 만들기에서 실시한 주변사람들과의 관계에 있어 전반적인 나에 대한 이해와 수용, 타인의 감정이해, 억압된 감정표출과 문제해결 등의 접근이 다른 사람과 함께 있을 때 느끼는 감정의 평가인 사회적 자아존중감 점수의 향상을 가져왔음을 보여준다. 반면, 통제집단은 사회적 자아존중감과 관련하여 구성원들의 지지나 격려, 공동 활동의 경험에서 제한된 조건에

있었기 때문에 실험집단보다 크게 향상된 점수를 나타내지 않은 것으로 보인다. 이 결과를 그림으로 나타내면 <그림 IV-3>와 같다.

<그림 IV-3> 사회적 자아존중감의 사전-사후 점수 비교



따라서 ‘노래 만들기에 참여한 실험집단은 통제집단보다 자아존중감 하위 영역인 사회적 자아존중감 점수의 향상을 가져올 것이다.’ 라는 가설 1-2)은 증명되었다.

#### 4) 집단 별 가정에서의 자아존중감의 사전-사후 비교

실험집단과 통제집단의 실험 전과 실험 후의 가정에서의 자아존중감 점수를 비교하기 위해, 대응표본 t-검증을 실시한 결과는 <표 IV-6>와 같다.

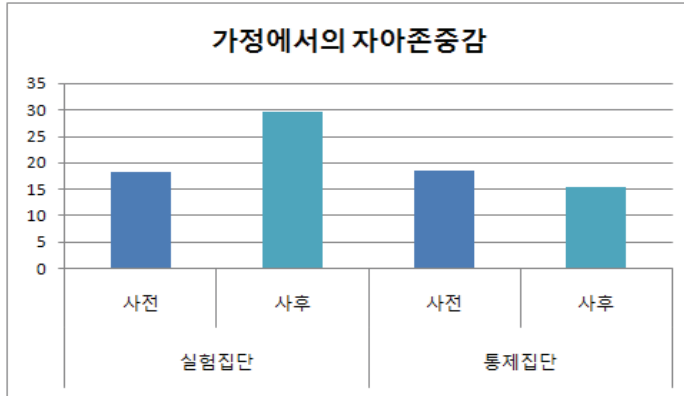
<표 IV-6> 집단 별 가정에서의 자아존중감 사전-사후 점수 결과

구분	가정에서의 자아존중감	N	평균	표준편차	t	p
실험집단	사전	6	18.16	3.54	9.89	.000
	사후	6	29.50	2.42		
통제집단	사전	6	18.50	2.16	-6.63	.001
	사후	6	15.33	1.96		

( $p < .05$ )

가정에서의 자아존중감 항목에 대한 대응포본 t-검증 결과, 실험집단의 평균점수는 18.16에서 29.50으로 증가하여 통계적으로 유의한 차이를 나타냈다( $t=9.89$ ,  $p < .05$ ). 반면, 통제집단의 평균점수는 18.20에서 15.33으로 2.87점 감소하며 통계적으로 유의한 차이를 보였다( $t=-6.63$ ,  $p < .05$ ). 통제집단의 낮은 점수로 인한 유의한 변화는 열악한 가정환경에 대해 아동이 갖는 인식이 아동의 자아존중감에 부정적인 영향을 미친다는 선행연구를 뒷받침해준다. 하지만, 실험집단의 긍정적인 결과는 열등한 가정환경 안에서도 열등감 해소, 긍정적인 자기평가, 자기 기대 등의 긍정적인 자아형성을 위한 접근을 통해 자신의 의지와 태도에 따라 긍정적인 변화가 가능하다는 것을 보여주고 있다. 이 결과를 그림으로 나타내면 <그림 IV-4>와 같다.

<그림 IV-4> 가정에서의 자아존중감의 사전-사후 점수 비교



따라서 ‘노래 만들기에 참여한 실험집단은 통제집단보다 자아존중감 하위 영역인 가정에서의 자아존중감 점수의 향상을 가져올 것이다.’ 라는 가설 1-3)은 증명되었다.

#### 5) 집단 별 학교에서의 자아존중감의 사전-사후 검사 결과

실험집단과 통제집단의 실험 전과 실험 후의 학교에서의 자아존중감 점수를 비교하기 위해, 대응표본 t-검증을 실시한 결과는 <표 IV-7>와 같다.

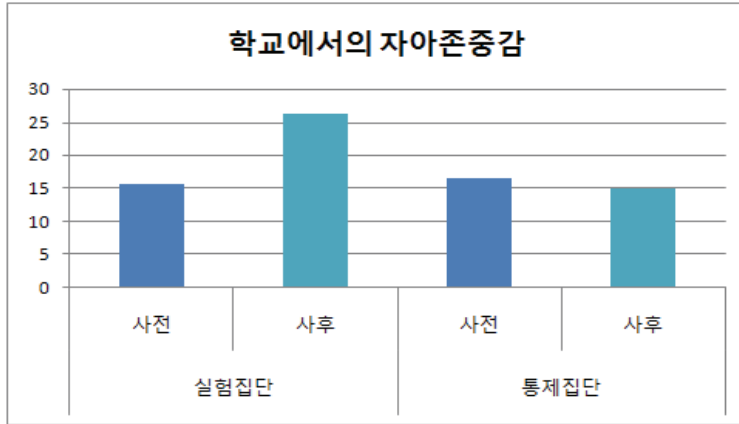
<표 IV-7> 집단 별 학교에서의 자아존중감의 사전-사후 검사 결과

구분	학교에서의 자아존중감	N	평균	표준편차	t	p
실험집단	사전	6	15.66	2.25	9.82	.00
	사후	6	26.33	1.03		
통제집단	사전	6	16.50	2.42	-1.19	.287
	사후	6	15.00	2.00		

( $p < .05$ )

학교에서의 자아존중감 항목에 대한 대응포본 t-검증 결과, 실험집단의 평균점수는 15.66에서 26.33으로 증가하여 통계적으로 유의한 차이를 나타냈다( $t=9.82$ ,  $p < .05$ ). 통제집단의 평균점수는 16.50에서 15.00으로 낮아졌으며 통계적으로 유의한 차이를 보이지 않았다( $t=-1.19$ ,  $p > .05$ ). 실험집단의 긍정적인 결과는 노래 만들기에서 적용되었던 치료사와 구성원들의 지지와 격려, 열등감해소, 자신감 향상 등의 요소가 학교 안에서의 비교와 눈치로 인해 상실했던 자신감을 심어주고, 자기기대를 높여주었기 때문이라고 볼 수 있다. 반면 통제집단은 중재가 되지 않은 조건에서 학교 안에서의 무능함이 계속적으로 친구들과 비교되고 인식되어 자아존중감 점수가 낮아진 것으로 보인다. 이 결과를 그림으로 나타내면 <그림 IV-5>와 같다.

<그림 IV-5> 학교에서의 자아존중감의 사전-사후 점수 비교



따라서 ‘노래 만들기에 참여한 실험집단은 통제집단보다 자아존중감 하위 영역인 학교에서의 자아존중감 점수의 향상을 가져올 것이다.’ 라는 가설 1-4)은 증명되었다.

## V. 결 론

### 1. 결론 및 논의

본 연구는 노래 만들기 활동이 저소득층 아동의 자아존중감에 미치는 효과를 알아보기 위한 목적으로 이루어졌다. 본 연구 대상자는 김포시 바우처 서비스 대상자에 선정된 만 9~13세의 저소득층 가정의 자녀로 노래 만들기 활동에 참여한 6명의 실험집단과 노래 만들기 활동에 참여하지 않은 6명의 통제집단으로 배치하였으며, 연구 기간 동안 실험집단은 매 회기 50분 씩 총 10회기에 걸쳐 노래 만들기 활동에 참여하였다.

적용된 노래 만들기 활동은 여러 문헌을 바탕으로 연구자가 직접 계획하여 자아존중감 향상을 목적으로 구성하였고, 노래 만들기의 효과를 알아보기 위하여 실험집단과 통제집단에게 자아존중감 검사지를 사용하여 사전-사후 데이터를 분석하였다.

수집된 자료는 PASW 18.0 버전의 통계패키지프로그램을 사용하여 분석하였다. 실험집단과 통제집단의 자아존중감 점수와 자아존중감의 하위 영역 점수의 유의한 차이를 알아보기 위하여 독립표본 t-test를 실시하였고, 실험집단과 통제집단 내에서 실험 전과 후의 자아존중감 점수와 자아존중감 하위 영역의 점수를 비교하기 위하여 대응표본 t-test를 실시하였다. 본 연구의 결론은 다음과 같다.

실험 전, 독립표본 t-검증을 통해 실험집단과 통제집단은 통계적으로 유의한 차이를 보이지 않아 동질한 집단임이 확인되었다. 실험집단과 통제집

단간의 전체 자아존중감 사전-사후 점수에 대한 대응포본 t-검증 결과, 실험집단의 평균점수는 62.50에서 100으로 증가하였고, 통제집단의 평균점수는 62.50에서 56.66으로 낮아졌으며 두 집단 모두 유의확률  $p < .05$  으로 통계적으로 유의한 차이를 보였다. 결과적으로 ‘노래 만들기에 참여한 실험집단은 통제집단보다 자아존중감 점수의 향상을 가져올 것이다,’ 라는 가설 1은 지지되었다.

본 연구에서는 두 집단 간 자아존중감의 하위 영역별 사전-사후 점수 비교를 알아보았다. 자아존중감의 하위 영역별 결론은 다음과 같다.

첫째, 자아존중감 하위 영역 중 총체적 자아존중감 항목에서 실험집단이 통제집단에 비해 점수가 향상되고 유의한 차이를 나타내어 1-1)가설이 지지되었다. 둘째, 자아존중감 하위 영역 중 사회적 자아존중감 항목에서 실험집단이 통제집단에 비해 점수가 향상되고 유의한 차이를 나타내어 1-2)가설이 지지되었다. 셋째, 자아존중감 하위 영역 중 가정에서의 자아존중감 항목에서 실험집단이 통제집단에 비해 점수가 향상되고 유의한 차이를 나타내어 1-3)가설이 지지되었다. 한편, 가정에서의 자아존중감 항목에서 통제집단의 자아존중감 점수가 통계적으로 유의한 차이를 보였으나, 이는 점수 감소에 의한 결과였다. 넷째, 자아존중감 하위 영역 중 학교에서의 자아존중감 항목에서 실험집단이 통제집단에 비해 점수가 향상되고 유의한 차이를 나타내어 1-4)가설이 지지되었다. 반면 중재를 하지 않은 통제집단은 각 하위 영역별 자아존중감의 사후점수에서 사전점수보다 낮아진 결과를 볼 수 있었는데, 통제집단은 노래 만들기 활동에 참여한 실험집단에 비해 감정표현과 욕구표출에 있어 방치된 상태에 있기 때문에 실험집단보다 낮은 자아존중감을 가져왔다고 볼 수 있다. 이를 통해 노래 만들기 활동이 총체적 자아존중감, 사회적 자아존중감, 가정에서의 자아존중감, 학교에서

의 자아존중감을 포함한 전체 자아존중감 향상에 긍정적인 효과성이 검증되었다. 이러한 변화된 결과를 알아보기 위해 연구자는 10회기 중재 후 실험집단과 통제집단에게 사후검사를 실시하였는데, 실험집단은 노래 만들기 활동을 통해 치료사와 구성원들과 친밀감 형성이 되어 긍정적인 상호교류가 원활하였고, 구성원들은 치료사의 지시에 따라 사후 검사를 실시할 때, 자신의 변화된 모습을 치료사에게 말하면서 검사지 항목에 자신 있게 표시하는 모습을 보이기도 하였다. 또한 노래 만들기 활동과 사후검사의 모든 연구가 끝난 후에 구성원들은 서로 아쉬워하면서 활동에 사용하였던 노래를 함께 부르며, 첫 세션과는 변화된 적극적인 모습을 보였다. 반면 사후검사를 실시할 때, 중재를 하지 않은 통제집단은 실험집단에 비해 다소 침체된 분위기였고 통제집단의 치료사와 구성원들의 대화횟수나 눈 마주침 정도는 검사지에 관한 질문 외에는 이루어지지 않았다.

실험집단의 이러한 긍정적인 결과는 대부분 집에서 혼자 시간을 보내거나 사회로부터 소외감을 느끼고 있는 저소득층 아동에게 그룹 노래 만들기 활동 안에서의 치료사와 동료들의 지지와 격려가 안정감과 자신감을 심어주었기 때문이라고 볼 수 있다. 노래 만들기 활동에서 제시한 빈칸 채우기와 개사하기는 저소득층 아동이 거부감을 갖지 않고 가사를 채우면서 감정을 드러내고, 그에 대해 자연스럽게 치료사와 이야기를 나누기에 적합하였다. 또한 연구 대상자인 저소득층 아동 중 대부분 아동은 음악에 대한 경험은 부족하였으나 음악에 대한 관심이 많았고, 치료사의 기타소리와 노래에 관심을 가지고 흥미를 보였기 때문에 처음 접해 본 노래 만들기 활동에 자연스럽게 참여할 수 있는 동기 유발이 되었다.

연구자는 대상자가 학령기 아동인 것을 고려하여 쉽고 반복적인 경쾌한 멜로디의 음악과 대상자가 선호하는 음악을 선정하여 노래 만들기 활동에

접근하였다. 치료사가 제시하는 노래는 아동이 함께 따라 부르면서 활동에 참여하기에 적합하였다. 아동이 쉽게 따라 부를 수 있고 아동의 선호도에 의해 선정된 노래 제공은 아동들이 큰 소리로 자신이 만든 노래를 표현하거나 완성된 가사를 보며 서로 자유롭게 대화를 나누는 모습을 유도할 수 있었다. 또한 세션이 거듭 될수록 아동들은 치료사가 노래를 통해 제시한 주제와 관련된 자신의 있었던 일, 기분 등에 대해 치료사에게 먼저 다가와 대화를 시도하였고, 구성원간의 대화횟수가 증가하며 긍정적인 상호교류가 이루어지는 것을 볼 수 있었다.

그룹 활동 안에서도 특정 아동에 대한 치료사의 중재 전략이 필요한데, 연구자는 대상자의 개인적 성향을 고려하여 접근하여야 했다. 그룹 원 중 L아동의 예를 들면, L아동은 다른 아동에 비해 공격적인 특성을 지니고 있었다. 치료사의 질문에 대답을 하지 않고 고개를 숙이고 있거나, 원하는 대로 하지 않으면 큰 소리를 내거나 의자이동 소리를 내는 등 행동조절을 잘 하지 못하고 다른 아동들의 집중을 방해하는 모습을 보였다. 이 아동은 치료사가 그룹 안에서 원활한 진행을 하기 다소 어려운 요인이었고, 활동의 강요보단 격려와 지지를 하면서 친밀감 형성에 집중하여 참여할 수 있게 유도하는 것이 관건이었다. 치료사는 L아동이 말하는 사소한 것을 놓치지 않고, 감탄사를 사용하거나 제스처를 사용하면서 이해하는 모습을 보이며 거리감을 좁혀갔고, 세션이 거듭할수록 L아동은 치료사에게 먼저 안기거나 칭찬을 받기 위해 세션에 열심히 참여하는 모습을 보여주었으며 동료들과도 긍정적인 상호교류의 모습을 보여주었다.

이와 같이 노래 만들기 활동은 저소득층 아동의 자아존중감 향상을 위한 효과적인 중재 방안으로 사용될 수 있을 것이다.

## 2. 제언

본 연구는 노래 만들기 활동이 저소득층 아동의 자아존중감에 긍정적인 영향을 준다는 결과를 통해 자아존중감 향상에 관련된 중재 방안으로 활용될 수 있다는 의의를 가진다. 이 연구의 결론 및 한계점을 토대로 후속연구를 위해 몇 가지 제안하고자 한다.

첫째, 본 연구의 프로그램은 10회기의 단기간 구성이었다. 자아존중감 검사 결과를 통해 효과성이 입증되었으나 저소득층 아동의 자아존중감의 지속적인 향상과 유지를 위해 장기간의 프로그램 지원이 필요할 것이다.

둘째, 본 연구는 그룹의 장점을 살린 그룹 형태의 노래 만들기 활동이었다. 그룹 원 6명의 구성은 그룹의 역동성을 느끼며 참여할 수 있는 적당한 인원수였으나, 구성원 각자 자신의 이야기를 더 하고 싶고, 더 표현하고 싶을 때 인원수와 시간의 제한이 있어 아쉬움이 남기도 하였다. 활동의 깊이를 더하고 효과를 극대화하기 위해 더 작은 인원수의 그룹 세션이나 개별 세션의 치료적 접근도 저소득층 아동의 자아존중감 향상을 위해 필요할 것이다.

셋째, 본 연구에서는 노랫말 채우기와 개사하기 위주의 노래 만들기 활동만 시행되었다. 저소득층 아동에게 노래 만들기 활동 외의 다른 음악치료기법을 통한 치료적 접근을 함께 하면 자아존중감 향상에 더 효과적일 것으로 보인다.

## 참 고 문 헌

- 강정숙 (2005). 집단음악활동 프로그램이 결손가정 자녀들의 정서변화에 미치는 영향. 숙명여자대학교 음악치료대학원 : 임상음악치료전공. 석사학위 논문.
- 고난영 (2008). 치료적 노래 만들기를 통한 뇌졸중 성인의 장애수용 변화. 이화여자대학교 교육대학원 : 음악치료교육전공. 석사학위 논문.
- 김경희, 황혜정 (1998). 저소득층 아동의 정서 행동문제와 부모의 자녀양육태도에 관한 연구. 한국심리학회지, 11(1), 12-26.
- 김선하 (2008). 리듬악기합주 활동이 저소득층 아동의 사회성 향상에 미치는 영향. 숙명여자대학교 음악치료대학원: 임상음악치료전공 석사학위 논문.
- 김수주 (2004). 미술활동을 통한 집단 상담이 저소득층 아동의 자존감 및 사회적 기술 향상에 미치는 영향. 이화여자대학교 교육대학원 : 상담심리전공. 석사학위 논문.
- 김인홍 (2008). 칭찬활동프로그램이 저소득층 아동의 자아존중감과 사회성에 미치는 효과. 정신간호학회지, 17(3), 245-254.
- 김지선 (2010). 노래심리치료가 저소득층 아동의 자아존중감에 미치는 영향. 한세대학교 : 음악과 석사학위 논문.
- 김향중, 김경애 (2003). 진로탐색프로그램이 진로성숙과 자아존중감에 미치는 효과. 학생생활연구, 12, 27-58.
- 김현주 (2011). 빈곤아동과 일반가정 아동의 학교생활적응영향요인 비교 분석 연구. 학교사회복지, 20, 1-22.
- 남여정 (2009). 노래 만들기를 사용한 음악활동이 알코올 의존자 자녀의

- 분노표현과 자아존중감에 미치는 영향.** 숙명여자대학교 음악치료대학원 : 임상음악치료전공. 석사학위 논문.
- 민하영 , 권기남 (2004). 저소득층 아동의 학교 적응 : 아동이 지각한 부모의 양육행동과 아동의 자아정체감을 중심으로. **한국아동학회**, 25(2), 81-92.
- 박랑규, 강우선 (2006). 저소득층 아동의 정서, 행동 특성. **한국아동심리치료학회지**, 1(1), 1-23.
- 박수정 (2002). 정서장애 청소년의 자기표현력 향상을 위한 음악치료적 접근 : Song psychotherapy를 이용한 질적연구 중심으로. 이화여자대학교 교육대학원: 음악치료교육전공. 석사학위 논문.
- 박지선 (2010). 집단미술치료가 저소득층 아동의 자기표현력 및 자아존중감 향상에 미치는 효과. 원광대학교 동서보완의학대학원 : 예술치료학과. 석사학위 논문.
- 보건복지부 (2012). 기초생활보장과, 2012년 8월 29일.  
<http://www.mw.go.kr/frontnew/sch/index.jsp>으로 검색
- 부산일보 (2006). 굿네이버스 설문조사, 2006년 7월 26일.  
<http://www.busanilbo.com/news2000/html/2006/0726/030020060726.1007114649.html>으로부터 검색.
- 서나라 (2006). 독서치료프로그램이 초등학교 저학년 아동의 자아존중감 및 학교 생활적응에 미치는 영향. 이화여자대학교 교육대학원 : 상담심리전공 석사학위 논문.
- 서울신문 (2012). 한국형사정책연구원의 ‘저소득층 아동의 범죄실태 및 보호방안’ 조사, 2012년 6월 5일.  
<http://www.seoul.co.kr/news/newsView.php?id=20120605010009>으

로부터 검색

- 손현자 (2009). 가정폭력 피학대 여성의 자아존중감 향상을 위한 노래 만들기. 이화여자대학교 교육대학원 : 음악치료교육전공. 석사학위 논문.
- 어주경 (1999). 저소득층 가족의 경제적 어려움이 아동의 자존감에 미치는 영향. 연세대학교 대학원 : 아동학과. 박사학위 논문.
- 오상희 (2003). 성인 화상 환자의 노래 만들기(Song Writing)를 통한 자기 지각과 자아존중감 변화. 이화여자대학교 교육대학원 : 음악치료교육전공. 석사학위 논문.
- 윤향미 (2007). 방과후 프로그램의 저소득층자녀 자아존중감 향상 효과에 관한 연구. 원광대학교 : 사회복지학과. 박사학위 논문.
- 이다은 (2010). 중도시각장애인의 자기효능감 증진을 위한 치료적 노래 만들기(therapeutic songwriting)사례연구. 이화여자대학교 교육대학원 : 음악치료교육전공. 석사학위 논문.
- 이연갑 (1988). 아동의 미래관과 자아개념, 학업성적 및 사회측정적 지위의 관계연구. 숙명여자대학교 교육대학원: 유아교육전공. 석사학위 논문.
- 이영미 (2005). 게임 중독 청소년의 충동성과 불안 감소를 위한 노래 만들기(songwriting)기법. 이화여자대학교 교육대학원 : 음악치료교육전공. 석사학위 논문.
- 이은주, 이재연 (1996). 빈곤층 아동의 또래역량. 한국아동학회, 17(2), 195-206.
- 임현정 (2009). 노래심리치료가 내재화된 정서 문제를 갖는 청소년의 자아존중감 증진에 미치는 영향. 이화여자대학교 교육대학원 : 음악치

- 료 교육전공. 석사학위 논문.
- 장승희 (2007). **치료적 노래 만들기(Therpeutic song writing)활동이 청소년의 열등감 감소에 미치는 효과**. 이화여자대학교 교육대학원: 음악치료교육전공 석사학위 논문.
- 장혜자 (2000). 빈곤한 아동의 현황 및 고찰. **한국생활과학회지**, 9(3), 257-270.
- 정현주 (2009). **음악치료학의 이해와 적용**. 서울: 이화여자대학교 출판부.
- 정희선, 박성연 (2010). 가정 분위기 및 또래지지와 자아존중감이 아동의 자기조절능력에 미치는 영향. **아동학회지**, 21(1). 19-33.
- 조미라 (2011). **노래 만들기 활동이 시설아동의 자아존중감에 미치는 영향**. 성신여자대학교 대학원 : 음악치료학과. 석사학위 논문.
- 조희숙, 최인숙, 김경중, 정갑순, 신희식, 류왕효, 조정미, 박은준, 최재숙, 류인숙 (1994). **아동발달심리**. 서울: 학지사.
- 차순석 (2005). **집단미술활동 프로그램이 초등학생의 자아존중감과 학교생활적응에 미치는 효과**. 영남대학교 교육대학원 : 상담심리학과 상담심리전공, 석사학위 논문.
- 최미환 (2008). 노래심리치료. 정현주 (편), **음악치료기법과 모델** (pp. 235-266). 제2판. 서울: 학지사.
- 최보가, 전귀연 (1993). 『자아존중감 척도 개발』에 대한 연구(I). **대한가정학회지**, 31(2).
- 최정희 (2010). **가정의 사회경제적 지위와 어머니의 양육스트레스 및 양육행동이 아동의 자아존중감에 영향을 미치는 경로**. 이화여자대학교 대학원 : 아동학협동과정. 석사학위 논문.
- 최은영 (1994). **생활보호대상자 자녀들의 빈곤에 대한 의식과 태도에 관한**

- 연구. 중앙대학교 사회개발대학원: 사회복지학과 사회복지전공. 석사학위 논문.
- 천희영 (1999). 자기보호 아동의 발달과 부모역할수행의 관계에 관한 기초 연구. **아동연구**, 8, 15-30.
- 황매향, 여태철 (2006). 초등학생의 적응과 자아존중감의 관계. **아동교육**, 15(3), 165-185.
- 현수경 (1999). **Songwriting을 사용한 음악치료가 알코올 환자의 자아존중감 및 통제소 인식에 미치는 영향**. 숙명여자대학교 음악치료대학원 : 임상음악치료전공. 석사학위 논문.
- Ficken, T. (1976). The Use of Song writing in Psychiatric Setting. **Journal of Music Therapy**, 13(4), 163-172.
- Gfeller, K. (1987). Songwriting as a Tool for Reading and Language Remediation. **Journal of Music Therapy**, 6(2), 23-38.
- Hanser, B. (1999). **The New Music Therapist' Handbook**. Boston, MA: Berklee Press.
- Santrock, J. W. (2006). Children development. **곽금주 외 공역. 아동발달 심리학**. 서울: 박학사.
- Linderg, K. A. (1995). Songwriting with an Abused Addolescent. **Journal of Music Therapy**, 13(1), 93-108.
- Montello, L. (1996). Wilber's spectrum Model of Transpersonal psychology and Its Application to Music Therapy. **Journal of Music Therapy**, 14(1), 9-28.
- Robb, S. L. (1996). Techniques in Song Writing : Restoring Emotional and Pysical well being in Adolescents who have been

traumatically injured. **Music Therapy Perspectives**, 14, 30-37.

Schmidt, J. (1983). Songwriting as therapeutic procedure. **Music Therapy Perspectives**, 1, 4-7.

## ABSTRACT

### The Effects of Song Writing Activities on Low-income Class children' s Self-Esteem.

Lim, Yun Young

Department of Music Therapy

The Graduate School

Sungshin Women's University

The purpose of this study is to examine the effects of song writing activities on low-income class children's self-esteem. The subjects of this study were 12 low-income class children(ages 9~13) from Gimpo voucher center and they were divided into two groups, the experimental group (n=6) and the control group (n=6).

For this experimental group, song writing activities were conducted 3 days a week for 50 minutes each for a total of 10 times from October 20th 2012 to November 10th 2012. To verify the effectiveness of the program, the tools for children's self-esteem researched and developed by Boga Choi and Kuiyeon Cheon(1993) were administered both group before and after the treatment.

For statistical analysis, PASW 18.0 program was used. T-paired test was used to find the significant difference between the scores of self-esteem before and after the music therapy.

From the results of this study, the experimental group was indicated to have high post-average in sub-domains of general self-esteem, social self-esteem, home-parents self-esteem, school-academic self-esteem. The average score increased from 62.50 to 100. However, the control group was indicated to have low post-average in sub-domains of general self-esteem, home-parents self-esteem, school-academic self-esteem. The average score decreased from 62.50 to 56.66.

Accordingly, the song writing activities executed in this study were found to have a positive effect on low-income class children's self-esteem.

## 부 록

- <부록 1> 1회기 활동 악보
- <부록 2-1> 2회기 활동 악보
- <부록 2-2> 2회기 활동 악보
- <부록 3> 3회기 활동 악보
- <부록 4> 4회기 활동 악보
- <부록 5> 5회기 활동 악보
- <부록 6-1> 6회기 활동 악보
- <부록 6-2> 6회기 활동 악보
- <부록 7> 7회기 활동 악보
- <부록 8> 8회기 활동 악보
- <부록 9-1> 9회기 활동 악보
- <부록 9-2> 9회기 활동 악보
- <부록 10> 자아존중감 검사지

<부록 1> 1회기 활동 악보

자기소개

음 악 파하는이 - 시 - 간 모 두 여기모여  
모 두 안 녕 - 하세 요 함 께인사-해 -요  
이름은 나이는 사 는곳은 가족은  
오늘기분은 - 함께한 소감은

The image shows a musical score for a self-introduction song. It consists of four staves of music in a treble clef with a key signature of one sharp (F#). The lyrics are written below the notes. The first staff contains the first line of lyrics. The second staff contains the second line of lyrics and ends with a 'Fine' marking. The third and fourth staves contain the remaining lyrics. The music is written in a simple, melodic style suitable for a group activity.

<부록 2-1> 2회기 활동 악보

좋아하는 것

0 0 이 를 소 개 해 0 0 을 주 목 혜  
0 0 가 좋 아 - 하 는 것 노 래 로 부 르 자  
좋아하는노래 0 0 0 좋아하는음식 0 0 0 좋아하는사람 0 0 0 좋아하는색깔 0 0 0  
좋아하는과목 0 0 0 좋아하는티비 0 0 0 좋아하는친구 0 0 0 좋아하는계절 0 0 0

<부록 2-2> 2회기 활동 악보

싫어하는 것

0 0 이 를 소 개 해 0 0 을 주 목 해  
0 0 가 싫 어 - 하 는 것 노 래 로 부 르 자  
싫어하는 노래 0 0 0 싫어하는 음식 0 0 0 싫어하는 사람 0 0 0 싫어하는 색깔 0 0 0  
싫어하는 과목 0 0 0 싫어하는 티비 0 0 0 싫어하는 친구 0 0 0 싫어하는 계절 0 0 0

<부록 3> 3회기 활동 악보 (원곡: 희망사항)

나의 모습



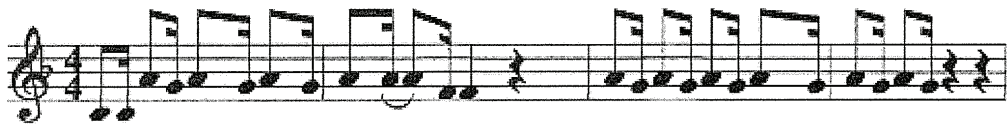
학교에서 나는 어떤 모습일까      나 - 의 - 모 - 습 을 바라봐요  
 집에서 나는 어떤 모습일까      나 - 의 - 모 - 습 을 바라봐요  
 나의 모습은 어떤가요      나의 얼굴표정은 어떤가요



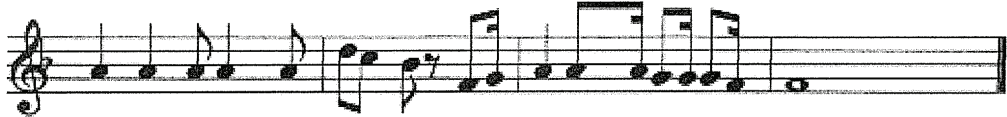
학 교 예 서 - 나 는 요 0 0 0 0      0 0 0 0 모 습  
 집 - 예 서 - 나 는 요 0 0 0 0      0 0 0 0 모 습  
 - - - - - 한 일 굴 0 0 0 0      0 0 0 0 표 정

<부록 4> 4회기 활동 악보 (원곡: 희망사항)

나의 마음



나-의-마-음-을-보-여-줘-요                    솔-직-하-게-마-음-을-보-여-줘-요  
 나-나-나-나-의-마-음-속-에                    - - - - - 버-리-고-싶-어-요  
 나-나-나-나-의-마-음-속-에                    - - - - - 갖-고-싶-어-요



음-츠-러-있-는-마-음-을-당-당-하-게-말-해-봐-요  
 - - - 버-리-기-위-해-서- - - - - --하-고-싶-어-요  
 - - - 갖-기-위-해-서- - - - - --하-고-싶-어-요



<부록 6-1> 6회기 활동 악보 (원곡: 네모의 꿈)

친구사이에서나

나와 너의 사이에서 친구의 사랑이 꽃피고 있다. 나의 마음속에는 친구의 모습이 그려져 있다. 친구의 웃음은 나에게 힘이 되어 준다. 친구의 눈빛은 나에게 희망을 준다. 친구의 말은 나에게 지혜를 준다. 친구의 손길은 나에게 따뜻함을 준다. 친구의 존재는 나에게 행복을 준다. 친구의 사랑은 나에게 생명을 준다. 친구의 기쁨은 나에게 웃음을 준다. 친구의 슬픔은 나에게 눈물을 준다. 친구의 기쁨과 슬픔은 나의 기쁨과 슬픔이다. 친구의 기쁨과 슬픔은 나의 기쁨과 슬픔이다. 친구의 기쁨과 슬픔은 나의 기쁨과 슬픔이다.

<부록 6-2> 6회기 활동 악보 (원곡: 네모의 꿈)

친구사이에서나

친구 의 - 예쁜모 - 습 을 따 - 라 봐요 서 로 의 - 보 - 습 - 을 -

칭찬해 봐요 0 0 간 - - - - -

00 간 - - - - - 00 간 - - - - -

- - - 00 간 - - - - - 0 0 간 - - - - -

00 간 - - - - -

<부록 7> 7회기 활동 악보 (원곡: 스마일보이)

장점과 단점

happy in your smile 더크 게 웃 어 봐 나 의 장 - 점 - 을 찾 아  
 happy in your smile 더크 게 웃 어 봐 나 의 장 - 점 - 을 찾 아

- 날 게 를 피 고 가 숨 을 피 고 힘 깰 날 아 - 을 - 라 - 봐  
 - 날 게 를 피 고 가 숨 을 피 고 힘 깰 날 아 - 을 - 라 - 봐

내가 있잖아 괜찮은나의 모습 세 로 운 나 를 찾 아  
 내가 있잖아 괜찮은나의 모습 세 로 운 나 를 찾 아

서 힘 을 내 봐 용 길 내 봐 너 라 면 - 할 - 수 - 있 어  
 서 힘 을 내 봐 용 길 내 봐 너 라 면 - 할 - 수 - 있 어

1절: : : : : : : : : :  
 2절: : : : : : : : : :  
 1절: : : : : : : : : :  
 2절: : : : : : : : : :

happy in your smile 더크 게 웃 어 봐 나 의 장 - 점 - 을 찾 아  
 happy in your smile 더크 게 웃 어 봐 나 의 장 - 점 - 을 찾 아

- 날 게 를 피 고 가 숨 을 피 고 힘 깰 날 아 - 을 - 라 - 봐  
 - 날 게 를 피 고 가 숨 을 피 고 힘 깰 날 아 - 을 - 라 - 봐

내가 있잖아 괜찮은나의 모습 세 로 운 나 를 찾 아  
 내가 있잖아 괜찮은나의 모습 세 로 운 나 를 찾 아

서 힘 을 내 봐 용 길 내 봐 너 라 면 - 할 - 수 - 있 어  
 서 힘 을 내 봐 용 길 내 봐 너 라 면 - 할 - 수 - 있 어

<부록 8> 8회기 활동 악보 (원곡: 숲속을 걸어요)

칭찬송

The image shows a musical score for a song titled '칭찬송' (Praise Song). It consists of four staves of music, each with a treble clef and a 4/4 time signature. The melody is simple and repetitive, using a mix of quarter and eighth notes. Below the notes, there are lyrics in Korean: '0 0 0 - 는 요 - - - - -'. The lyrics are repeated across the four staves, with some variations in the placement of the '0' characters, likely representing rests or specific rhythmic values. The music ends with a double bar line on the fourth staff.

<부록 9-1> 9회기 활동 악보 (원곡: 넌 할 수 있어)

넌 할 수 있어

나 - 의 꿈 - 은 - - - - -

나의 꿈을 이루기 위해 해야 할 일 - - - 은

넌 할 수 있어

<부록 9-2> 9회기 활동 악보 (원곡: 넌 할 수 있어)

넌 할 수 있어

우 리 의 꿈 을 말 해 보 세 요  
 우 리 는 무 엇 이 든 할 수 있 지 요  
 0 0 꿈 은 : : : : :  
 0 0 꿈 은 : : : : :  
 0 0 꿈 은 : : : : :  
 0 0 꿈 은 : : : : :  
 우 리 모 두 지금 부 터 힘 을 내 보 요  
 0 원 하 는 것 무 엇 이 든 할 수 있 지 요  
 0 우린 할 수 있 어

## <부록 10> 자아존중감 검사지

정말로 내 경우와 같다.	대부분 그렇다	보 통 그렇다	약간그런 것 같다	전혀그렇 지 않다
------------------	------------	------------	--------------	--------------

1. 나는 결심을 하고 그 결심대로 믿고 나갈 수 있다.	.....	.....	.....	.....
2. 나는 내 또래의 친구들 사이에 인기가 있다.	.....	.....	.....	.....
3. 부모님은 내기분을 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 자 자신에 대해 매우 만족하다.	.....	.....	.....	.....
22. 나는 남에게 좋은 친구이다.	.....	.....	.....	.....
23. 우리 가족은 이세상에서 제일 훌륭하다.	.....	.....	.....	.....
24. 나는 학교에서 하는 일이 서툴다.	.....	.....	.....	.....
25. 내 친구들은 내 생각을 귀담아 들어준다.	.....	.....	.....	.....
26. 나는 좋은 딸(아들)이다.	.....	.....	.....	.....
27. 내가 좀 저 나은 학생이면 좋겠다.	.....	.....	.....	.....
28. 친구들은 주로 내 생각에 따른다.	.....	.....	.....	.....
29. 부모님이 나를 자랑스러워 하실만 하다.	.....	.....	.....	.....
30. 선생님이 설명하실 때 내가 좀더 잘 이해할 수 있으면 좋겠다.	.....	.....	.....	.....
31. 나는 원하면 항상 친구를 사귄 수 있다.	.....	.....	.....	.....
32. 나는 우리 가족중 중요한 사람이다.	.....	.....	.....	.....