



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](#)

송 인 령 교수지도  
석사학위 청구논문

노래자서전 활동을 통한 말기  
암환자의 죽음수용에 대한 질적 연구  
:관조(觀照)와 희망의 노래

2010

성신여자대학교 대학원  
음악치료학과  
김 경 희

노래자서전 활동을 통한 말기  
암환자의 죽음수용에 대한 질적 연구  
:관조(觀照)와 희망의 노래

송 인 령 교수지도

이 논문을 석사학위논문으로 제출함

2010년 5월

성신여자대학교 대학원

음악치료학과

김 경 희

# 인 준 서

김경희의 석사학위논문으로 인준함.

심사위원 양 은 아 인

심사위원 강 경 선 인

심사위원 송 인 령 인

성신여자대학교 대학원

## 논문 개요

본 연구는 말기 암환자들이 노래자서전 활동을 통하여 죽음과 관련한 감정의 5단계를 어떻게 경험하고 있는가, 노래자서전 활동에서 음악은 어떠한 역할을 하고 있는가, 노래자서전 활동을 통한 음악치료사의 경험을 기록하고 그 의미를 현상학적 시각에서 해석한 사례 연구이다.

본 연구를 위하여 서울특별시 소재 J구 보건소 ‘맞춤형 방문 건강관리 사업부서’에서 담당하고 있는 말기 암 환자 1명과 J구 노인병원에 입원 중인 말기 암환자 1명을 참여자로 하여, 2009년 9월 28일부터 2010년 1월 31일까지 각 10회기씩 진행되었다.

노래자서전 활동은 매 회기마다 노래 감상하기·노래 부르기·노래 만들기·노래 회상하기, 노래 대화하기 등 여러 형태의 음악 활동을 통하여 참여자가 자신의 과거를 회상하고 두려운 감정을 정화하여 죽음을 수용해갈 수 있도록 하는데 중점을 두어 구성하였다. 진행 시간은 환자의 신체적 상황을 고려하여 30~40분 내에서 조정하였다. 연구 결과는 다음과 같다.

첫째, 말기 암환자들은 노래자서전 활동을 통하여 죽음과 관련한 감정의 5단계 중 모든 단계를 경험하지 않기도 하고 또 동시에 경험하기도 하였다. 그러나 회기를 거듭할수록 점차 수용의 감정으로 나아감을 볼 수 있었다.

둘째, 노래자서전 활동에서 음악의 역할은 참여자의 자신을 여는 계기가 되었고, 힘들었던 과거를 회상하고 정화하도록 하였으며, 자신의 존재가치를 느끼고 현재와 미래의 고통에 대한 두려움에서 벗어날 수 있도록 도왔다.

셋째, 음악치료사는 프로그램을 진행하면서 자신이 경험하게 된 전이·역전이·투사 등의 감정들을 직면하고 음악의 치유적 힘을 경험할 수 있었다.

이에 본 연구는 노래자서전 과정에서 말기 암환자들의 변화 과정과 음악치료사의 경험 사례를 현상학적 관점에서 기술하였다는 점에서 의의를 지닌다.

# 목 차

논문개요

목차

표목차

<b>I. 서론</b> .....	1
1. 연구의 필요성 및 목적 .....	1
2. 연구 문제 .....	4
<b>II. 이론적 배경</b> .....	5
1. 말기 암환자의 죽음 수용 .....	5
2. 말기 암환자를 위한 음악치료적 접근 .....	7
1) 말기 암환자와 노래심리치료 .....	7
2) 말기 암환자를 위한 노래자서전 .....	10
<b>III. 연구 방법</b> .....	14
1. 연구 참여자 .....	14
2. 연구 기간 및 절차 .....	16
3. 자료 수집 및 분석 .....	17
1) 현상학적 연구방법론 .....	17
2) 자료 수집 및 분석 절차 .....	19

4. 노래자서전 프로그램의 구성 .....	20
1) 회기별 진행 상황 .....	20
2) 회기별 구성 및 활동 .....	21
<b>IV. 연구 결과</b> .....	<b>26</b>
1. 회한과 울분에서 관조적 조망, 그리고 희망으로 .....	26
1) 참여자 A의 사례에 대한 질적 분석 .....	26
2) 참여자 B의 사례에 대한 질적 분석 .....	32
2. 음악의 역할 .....	42
3. 음악치료사로서의 경험 .....	54
<b>V. 결론 및 제언</b> .....	<b>60</b>
1. 결론 .....	60
2. 제언 .....	63

참고문헌

ABSTRACT(영문초록)

## 표 목 차

<표 1> 참여자 특성 .....	16
<표 2> 연구 기간 및 절차 .....	20
<표 3> 회기별 진행 상황 .....	21
<표 4> 참여자 A의 회기별 구성 및 활동 .....	22
<표 5> 참여자 B의 회기별 구성 및 활동 .....	24
<표 6> 참여자 A의 죽음 수용의 단계 .....	26
<표 7> 참여자 B의 죽음 수용의 단계 .....	33
<표 8> 회기별 음악의 역할과 관련 노래 .....	43

# I. 서론

## 1. 연구의 필요성 및 목적

인간의 수명이 연장 되었지만 현대 사회에서도 암은 인간을 위협하는 가장 무서운 질병이다. 통계청 발표에 의한 한국인의 사망원인 1위는 암이며, 10만 명당 139.5명이 사망한 것으로 조사되었다(통계청, 2009).

암발생률의 증가와 생존기간이 길어지면서 장기적인 만성상태를 보이며 해마다 암환자수가 증가 되고 있어 이들에 대한 이해와 간호중재의 개발 및 적용요 구도 높아지고 있다(허혜경, 김대란, & 김대화, 2003). 또한 암은 재발 가능성으로 인해 단순히 생존율과 치료율로 암 치료의 효과를 평가하기보다 삶의 질을 중요하게 고려해야한다는 인식이 크게 강조되고 있다(Ferrell, Wisdom & Wenzel, 1989).

암이 걸렸을 때 어려운 것은 죽음 자체라기보다는 죽음을 받아들이는 과정이다. 말기 암환자는 근본적으로 회복의 가능성이 없고, 병세가 점차 악화되며 더 이상 의학적 치료효과를 기대하기 어렵다는 사실이 고려되어야 한다. 그들은 이미 죽음을 선고받고 기다리고 있는 처지이므로 신체적 고통뿐만 아니라 복잡한 심리적 갈등과 영적 고통에 시달린다(성기순, 1996). 그들은 신체적 기능의 상실과 통증 등 다양한 위기상황을 직면하면서 불안·우울·절망과 같은 다양한 정서적 변화를 경험하게 된다(문지영, 2007). 또 알 수 없는 두려움과 죄의식·좌절감·무기력감 등에 휩싸이면서 경험하게 되는 부정적인 정서는 환자가 생의 마지막 단계에서 자신의 삶을 되돌아보고 정리하는데 부정적인 영향을 미친다(최성윤, 2003; Cook & Oltjenburns, 1998).

말기 암환자에게는 환자에 초점을 맞춘 통증 및 신체적 증상을 완화하는 치료가 제공되어야 하며, 이러한 목적을 위한 약물 치료 이외에 신체적, 정신

적, 사회적, 영적 고통을 돌봄으로써 삶의 질을 향상시킬 수 있는 전인적인 돌봄도 요구된다(Abrahm, 2008). ‘삶의 질’이란 말은 생애를 가치 있는 삶으로 만드는 간호측면의 의미가 내포되어 있다.

말기 암환자를 위한 호스피스 케어는 치료 불가능한 질병에 관심을 두는 것이 아니라 인간의 존엄성을 인정하고 인간애에 기초한 휴머니티 케어이며, 죽음을 새로운 시작으로 새롭게 인식시켜 사는 동안 삶의 질이 충분하도록 도와주는 행위이자 총체적 간호라고 할 수 있다(고영란, 2002).

그러나 말기 암환자에 대한 연구는 주로 간호사와 의료계통의 연구들이었고, 음악치료적 입장에서 환자의 삶의 질에 대한 경험적 연구는 부족한 실정이다. 따라서 환자의 존엄한 삶의 마지막 준비를 위해 현실적인 호스피스 차원에서의 음악치료적인 연구와 개입이 필요하다.

음악은 언어적으로 표현하기 어려운 감정들을 비 위협적으로 표현할 수 있게 해주는 도구로서 언어적으로나 비언어적으로 감정적·심리적인 이슈를 표현하게 해주는 역할을 한다(정현주·최성윤, 2004). 또한 음악이 비언어적 메시지를 통해 강력한 감정 표현의 수단으로 제공되기 때문에, 환자는 음악치료 활동을 통해 좀 더 쉽게 내면 깊숙이 존재하는 감정은 물론 인식하지 못한 문제들까지 드러낼 수 있다고 한다(Porchet-Munro, 1993).

음악치료는 말기 암환자의 부정적인 인지 및 감정 양상을 긍정적으로 전환시키는데 효과적으로 작용하여 환자들의 우울감을 감소시킨다(Covington, 1997). Longfield(1995)의 연구에서는 음악치료 시행 후 통증이 감소되었으며 피곤·불안감 등이 긍정적으로 변화였다.

국내의 선행연구들 역시 음악치료가 환자 개인의 정서적 불안과 우울을 감소시키는데 효과가 있음을 입증하여 왔다. 말기 환자에게 감상을 중심으로 한 음악중재를 실시한 결과, 상태불안이 감소하여 죽음에 대한 부정적인 생각 및 두려움을 조절할 수 있는 효과적인 접근 방법으로써 음악치료의 가능성을 보여주었다(유현순, 2002). 또한 기독교 음악 감상이 말기 암환자의 긍정적

언어 표현 횟수를 증가시켜 불안과 우울을 감소시키기도 한다(이수현, 2009).

말기 환자를 대상으로 음악적 개입을 한 결과, 부정적 노출이 감소하고 중립적·긍정적 노출이 증가하여 환자들로 하여금 부정적인 감정에 대한 통찰을 이끌어낼 수 있도록 만들어주는 역할을 한다는 연구도 있다(최성운, 2003). 음악치료가 암환자의 통증 감소에 영향을 주어 불안 및 우울감 감소에 효과적임을 밝히거나(윤웅, 2006), 암환자의 기분상태가 음악치료를 통해 긍정적 기분상태로 지속될 수 있다는 효과를 증명한 연구도 있다(김은정, 2008).

심리적 긴장의 완화와 고통의 경감을 위주로 하는 음악치료적 접근과는 별도로 노래심리치료라는 장르의 음악 활동이라는 구조 안에 참여자가 안전하고 비위협적인 상태에서 자신과 대화할 수 있도록 하는 인지 재구조화의 한 방안이다. 노래는 가사라는 언어적 메시지와 멜로디라는 음악적 정서가 통합되어 유연하게 생각과 감정의 변화를 나타낼 수 있는데, 노래를 부르는 사람은 노래를 투사 도구로 활용하며, 감정 작업에서 안전하게 자신을 동일시할 수 있게 된다. 내담자는 노래심리치료를 통하여 자신의 환경과 삶에 대한 시각과 태도에 대해 통찰할 수 있고, 자신의 문제를 노래 안에서 간접적으로 다루면서 내재된 심리적인 이슈를 적극적으로 다루도록 기회를 제공받는다(정현주, 2005).

노래자서전은 노래심리치료의 한 방법인 노래인생회고를 통하여 내담자의 삶을 확인시켜주고, 자아 존중감을 유지하도록 도와주며, 과거 활동과 업적을 살펴봄으로써 인해 인생의 의미를 부여하고, 과거에 사용되었던 개인적 재능이나 장점을 회복하는 기회를 제공한다(Katzman, 1986). 노래자서전 활동은 말기 암환자가 죽음을 직면하고 있는 상황에서 자신의 지난 삶에 대해 의미를 느끼고 현재의 자신을 긍정적으로 바라보며 죽음을 수용하는데 효과적이다. 음악자서전 활동이 환자에게 즐겁고 행복했던 시절과 사건을 재경험 하도록 해주어 긍정적인 정서를 유지하게 하였고, 미해결 상태의 인생과제를 해결할 수 있도록 기회를 제공해 준다고 보고하였다(이숙, 2006).

현재 국내의 연구로는 말기암환자와 관련하여 노래자서전 활동을 적용한

선행연구가 많지 않은 시점이다. 말기 암환자를 위한 선행연구에 나타난 불안 및 우울감, 통증 감소를 위한 활동 위주의 양적연구로 진행되어 진 것과는 달리 본 연구에서는 개인의 죽음과 고통을 어떻게 받아들이고 있는지에 대하여 질적 연구방법 중의 하나인 현상학적 연구방법을 통하여 연구하고자 한다. 연구자는 노래자서전 활동에 따라 말기 암환자가 어떤 인지적, 정서적 변화들을 보이는지 죽음 수용의 단계에 비추어 살펴보고, 노래자서전 활동이 말기 암환자들의 고통과 우울을 경감하는 일과 남은 자들과의 이별을 보다 적극적으로 준비할 수 있는 심리적 자원을 개발하도록 돕는 호스피스 역할에 어떻게 수행하는지 알아보려고 한다.

Giorgi(1970)의 현상학적 연구방법은 개인의 체험의 독특성을 설명하는 데에 초점이 맞춰진 질적 연구방법이다. 본 연구에서는 노래자서전 활동 중에 말기 암환자들이 각기 개인적으로 다르게 받아들이게 될 죽음의 의미나 연구자가 경험하고 인식한 현상을 보다 심층적으로 드러내기 위하여 현상학적 연구방법을 채택하였다. 이를 통해 노래자서전 프로그램 회기들에서 나타난 참여자들의 죽음 수용 단계와 음악의 역할을 확인하고, 연구자의 음악치료사로서 경험에 대하여 심층적으로 접근해보고자 한다.

## 2. 연구 문제

본 연구의 연구문제는 다음과 같다.

첫째, 노래자서전 프로그램에서 말기 암환자들은 죽음 수용의 단계를 어떻게 경험하고 있는가?

둘째, 노래자서전 프로그램에서 음악의 역할은 어떠한가?

셋째, 노래자서전 프로그램에서 음악치료사의 경험의 의미는 무엇인가?

## Ⅱ. 이론적 배경

### 1. 말기 암환자의 죽음 수용

암으로 진단을 받으면 불치의 병이라는 일반적인 생각이 앞서고 이로 인해 서 두려움, 우울감, 절망감 등의 복잡한 심정을 드러낸다. 특히 말기 암환자들은 신체적인 통증, 심리적인 불안과 공포, 치료비용과 관련한 경제적 문제, 다른 사람과 고립되는 사회적인 문제, 죽음을 직면하게 되면서 겪게 되는 영적인 문제 등 복잡하고 다양한 차원의 문제를 지니게 된다. 더욱이 임종을 앞둔 말기 암환자는 신체적 고통뿐 만 아니라 죽음을 받아들이고 삶을 새로이 정리해야 하는 시기에서 총체적인 고통을 경험하게 된다.

죽음이라는 일반적인 용어는 ‘육체적 죽음’의 의미뿐만이 아니라 ‘심리적 죽음’·‘사회적 죽음’·‘문화적 죽음’이 있다(Deeken, 1996). 다양한 차원의 죽음의 의미 가운데 ‘심리적 죽음’은 환자가 ‘육체적 죽음’ 이전에 심리적으로 죽음을 체험하는 것으로 머리와 가슴을 통해 자신의 죽음을 맛보거나 미리 체험하는 것이고 ‘사회적 죽음’이란 사회적인 인간관계가 끊어진 것으로 사회적 존재로서의 인간의 죽음을 의미한다. ‘문화적 죽음’이란 문화적 혜택이 부족한 병원에서 환자는 ‘육체적 죽음’ 이전에 이미 문화적인 의미에서의 죽음을 맛보게 된다는 것이다(박미란, 2009).

Kübler-Ross ‘죽음의 단계 이론’을 통해 암환자들이 말기 질환을 선고받았을 때 흔히 경험하게 되는 감정을 부정(Denial)·분노(Anger)·타협(Bargaining)·우울(Depression)·수용(Acceptance)의 5단계로 구분하여 제시하였다.

첫 번째 감정인 부정은 충격과 불신의 시기이다. 명백한 의학적 증거가 있음에도 불구하고 진단을 부정하며 주치의가 오진한 것으로 간주하여 여러 병

원을 전전하며 확인하는 것이 특징이다. 이는 사실을 인정할 때 생기게 되는 지나친 스트레스에서 자신을 보호하기 위한 일종의 방어기제로 작용된다.

두 번째 감정인 분노는 사실을 인정된 후에 생기는 감정으로 왜 하필 자기 자신에게 이러한 일이 일어나게 되었는지에 대해 자기 자신, 다른 사람, 주위 환경에 대하여 분노를 투사하는 단계이다. 투약이나 치료를 거부하고 공격적이고 파괴적인 행동이 특징적으로 나타난다.

세 번째 감정인 타협은 불가피한 사실을 인정된 후에 자신의 노력을 통하여 상황을 변화시켜 보려는 노력을 하게 되는 시기이다. 신이라는 절대자 에 귀의하여 자비를 구하거나 의료적 도움이나 기타 여러 가지 대안적 치료 등을 통해 이미 정해진 불가피한 죽음의 예정을 어떻게든 연기하려는 시도를 하게 된다.

네 번째 감정인 우울은 타협의 노력에도 불구하고 죽음이 다가옴을 인정할 수밖에 없는, 상실에 대한 반응성 우울이다. 죽음을 인정해야 한다는 인식은 분노와 걱정이 되고, 곧 극도의 상실감으로 바뀌며 심한 우울증으로 침묵, 식욕상실, 수면장애, 피로,宿命론적인 생각, 무력감, 계속되는 울음이 특징이다.

다섯 번째 감정인 수용은 상실에 대한 마지막 반응으로 초월, 체념의 시기이다. 이제 자연스럽게 자신의 모든 감정을 드러내고 죽음을 수용, 임종을 예견하고 준비하며 화해, 용서, 감사 등을 통해 내적 평화를 맞게 된다.

이러한 죽음의 수용 단계는 여러 학자들에 의하여 여러 가지 다른 말로 설명되기도 하였는데, 주로 말기 암환자들이 경험하게 되는 신체적 쇠약과 극심한 고통으로 인해 야기되는 통증, 죽음 후의 세계에 대한 불확실성, 가족과의 이별, 상실에 대한 두려움 등이 심리적 불안, 우울, 슬픔, 분노, 절망이라는 정서적 변화를 가져오게 된다고 한다(Daykin, 2006). 일부 환자의 경우 모든 단계를 경험하지 않거나 다른 순서로 경험하기도 하며, 심지어 동시에 경험하기도 한다(Abrahm, 2008).

Kübler-Ross는 “죽음은 단지 이 생애를 마감하고 고통과 번뇌가 사라진

곳으로 옮겨가는 일일 뿐이다. 이 사실은 상실과 슬픔에 잠긴 나에게 내가 소중히 여긴 모든 사람들이 괜찮을 것이라는 걸 가르쳐주고 안심하게 만들어 준다. 나는 그들을 다시 만나게 될 것이다.”고 회고하였다(Kübler-Ross · Kessler, 2005, 재인용).

그러나 일반인들이 죽음을 담담히 받아들이고 평화와 수용을 경험하기란 쉬운 일이 아닐 것이다. 따라서 호스피스 완화의료에서는 생을 마감하는 단계에서 중요한 환자의 자율성이나 존재론적 신념 등을 확립하도록 도울 수 있는 적절한 도움을 제공하고, 죽음을 삶의 일부나 자연적인 현상으로 받아들이도록 돕는 전인적인 의료로서 그 필요성이 커지고 있다. 여러 심리적인 중재 방법 중 음악치료는 자신을 되돌아보고 자신의 상태를 안전하게 수용해 나갈 수 있는 한 방법으로 사용되고 있다.

## 2. 말기 암환자를 위한 음악치료적 접근

### 1) 말기 암환자와 노래심리치료

말기 암환자들은 치료과정에서 무력감 · 피곤함 · 수면장애 · 호흡곤란 · 식욕부진 · 오심 · 구토 · 변비 등 다양한 생리학적인 증상들을 경험한다. 하지만 이러한 생리학적인 증상은 신체의 여러 증상 중 하나이기 때문에 신체적 · 정신적 · 사회적 · 심리적인 면을 모두 고려하는 포괄적인 접근이 중요하다(최윤선, 2000). 호스피스는 환자와 가족의 신체적 · 정서적 · 사회적 · 영적으로 도우며 사별한 가족의 고통과 슬픔을 경감시키기 위한 총체적인 돌봄(Holistic Care)이라고 정의된다(노유자 외 3인, 1994). 따라서 생리학적인 치료를 비롯하여 정서적 · 심리적 · 사회적 · 영적 케어를 포함한 총체적 돌봄이 필요하다.

이런 까닭에 말기 암환자들이 직면하게 되는 총체적 문제에 잘 대처할 수 있도록 돕는 중재 방법으로서 음악치료가 사용되고 있다.

말기 암환자를 위한 음악치료의 주된 목적은 우울감, 사회적 고립감, 격리감 등의 감소 및 의사소통과 자아표현력의 향상, 삶의 회고를 통한 내적 성찰 기회 제공 및 긴장 이완 등에 있다. 우선 음악치료의 효과를 연구한 외국의 주요 선행연구들을 시대 순으로 소개하면 아래와 같다.

말기 암환자의 음악치료 효과를 연구하면서 ‘유도된 심상과 음악(GIM: Guided Imagery and Music)’이 환자와 그 가족에게 삶의 의미를 새롭게 바라보는 긍정적인 효과가 있다는 연구 결과를 발표하였고(Wylie · Blom 1986),

GIM 연구를 통해 음악치료 시행 후 실험집단의 개개인 모두에게 긍정적인 효과가 확인되었고, 삶의 질 측정에서도 향상된 점수를 보였다고 보고하고 있다(Burns, 2001). 암환자의 종말기 단계에서 환자가 삶을 회고할 때 ‘노래 만들기’가 매우 중요한 역할을 하는 것으로 보고하고 있으며(O’Callaghan, 1996), 음악은 말기 암환자에게 유용한 치료 도구로 삶의 질을 향상시켜 준다고 보고하고 있다(Hogan, 1997).

국내에서 연구된 선행연구들도 유사한 결과를 보고하고 있는데 음악치료가 환자의 불안감과 우울감을 감소시키고, 자신의 사고와 감정을 잘 드러내고 표현할 수 있도록 도우며, 지난 삶의 과정에서의 긍정적 혹은 부정적 경험들을 자기 성찰적으로 승화시키는 데 효과적이라는 점을 공통적으로 지적하고 있다(유현순, 2002, 최선운, 2003, 이숙, 2006, 이수현, 2009).

음악자서전 활동의 분석을 통해서 음악치료가 지난 삶을 성찰적으로 되돌아보며 해결하지 못했던 인생의 과제를 해결할 수 있는 기회를 제공하고 자신의 삶을 가치있게 마무리 할 수 있도록 되돌아보는 기회와 통로를 제공할 수 있다는 점을 보고하고 있다(이숙, 2006).

음악치료가 호스피스 환자의 통증과 긴장을 완화시키는데 효과적이며 호스피스 환자에게 심리적 안정감을 제공하여 남은 삶을 성찰적으로 돌아보고

삶의 의미를 되찾을 수 있도록 도와준다고 하였다. 또한 음악치료에서 사용되는 음악 자체가 언어적 혹은 비언어적 의사소통의 도구가 되기 때문에 환자와 가족을 소통시키고 상호이해를 높이는데 긍정적인 도움을 준다고 밝히고 있다(문지영, 2007).

음악치료가 암환자의 불안감과 우울감을 감소시키고 삶에 대한 활력을 증가시키는 등 암환자에게 긍정적인 영향을 준다는 것을 보고하고 있고(김은정, 2008), 환자가 자신의 삶을 검토하여 갈등을 해결하고 존엄성을 유지하도록 도와주는 것은 남은 삶의 기간 동안 삶의 가치에 대해 긍정적인 자세를 유지할 수 있도록 하는 효과가 있다고 보고하고 있다(김유림, 2010).

암환자에 대한 음악치료는 생리학적-신체적, 정서적-심리적, 사회적, 정신적-영적 면을 모두 포함한 다양한 방면에서 치료효과를 보이고 있다. 국내외의 선행연구들을 종합하면, 말기 암환자를 대상으로 한 음악치료의 효과는 생리학적-신체적, 정서적-심리적, 사회적, 정신적-영적 면으로 나눌 수 있다.

결국 암환자에 대한 음악치료 효과는 생리학적-신체적으로는 수면장애, 호흡곤란, 식욕부진, 오심, 구토, 변비 등으로 인한 통증을 감소시키고, 정서적-심리적으로는 우울감, 사회적 고립감, 격리감 등을 감소시킨다. 또한 사회적으로는 의사소통과 자아표현력의 향상을 통해 가족이나 타인과의 상호소통 능력과 이해력을 증진시키며, 정신적-영적으로는 지나온 삶의 회고를 통한 자신의 삶에 대한 내적 성찰 기회를 제공하고 자아에 대한 존엄성을 유지하게 하는 것 등이라고 할 수 있다.

음악치료의 구체적인 실천방법으로 음악심리치료라는 큰 틀 안에 노래자서전 프로그램을 활용하여 참여자의 과거와 현재의 삶을 돌아보면서 남은 기간 동안 삶의 목적과 의미를 깨달을 수 있도록 하며, 죽음 수용에 대한 접근이 용이하도록 하는 구체적인 방법으로 노래자서전 프로그램에 대하여 살펴보고자 한다.

## 2) 말기 암환자를 위한 노래자서전

노래자서전은 음악심리치료의 한 방법으로 자신의 삶을 시대별 또는 자신의 삶에서 특별한 사건을 주제별로 나누어 음악적으로 묘사하는 것이다 (Bruscia, 1998). 이 방법은 참여자들이 노래를 통해서 그가 살아왔던 시절의 기억과 추억을 회상하도록 하여 환자의 일생을 정리하고 생을 마감할 수 기회를 제공해주는 기능을 한다.

노래자서전은 인생회고라는 기법을 응용한 것이다. 인생회고는 신체적 기능의 상실, 가족이나 사회로부터의 고립, 죽음에의 직면 등 여러 가지 변화에 따른 심리적 적응과 성공적인 자아통합을 돕는 치료적 중재로써 생을 회고하도록 하는 회상요법으로 널리 사용되고 있다. 개인의 과거 경험이나 사건은 기억(recall)과 평가(evaluation)를 통해 수정되고 정교화 되는데, 마지막 종합(synthesis) 단계를 거쳐 자아의 현재와 새롭게 조직화되어 수용될 수 있다 (양희복, 2005). 이러한 관점에서 볼 때 말기 암환자들의 과거에 대한 회고는 단순한 과거 사건이 아니라 현재 시점에서 자신의 과거와 현재사건에 대하여 통찰, 직면하고 받아들이며 죽음을 삶의 일부로 수용할 수 있도록 계기를 마련하는 방법이라고 할 수 있다.

음악심리치료로서의 노래자서전은 다양한 형태의 노래를 치료의 자원으로 하여 참여자가 자신의 삶에 대한 시각과 태도를 통찰하게 하도록 하고, 참여자의 문제를 노래를 통해 간접적으로 다루면서 참여자의 내재된 심리적 문제들을 적극적으로 다루는 기회를 제공한다(정현주, 2005). 노래는 인간이 삶을 영위하면서 느꼈던 기쁨, 슬픔, 희망, 좌절, 불안 등 모든 과정에서 함께하고 그런 감정을 표현하던 수단이다. 이런 까닭에 우리의 삶과 함께해온 노래는 각각의 경험적 기억들과 연결되어 있어, 특정 노래는 특정의 기억들을 떠올리게 되는 것이다. 이런 노래의 기능을 활용함으로써 노래는 음악치료적 자원으로써 활용되게 되는 것이다. 또한 노래는 안전하고 비 위협적인 환경에

서 대화할 수 있도록 하기 때문에 불안과 자기방어를 감소시켜 치료과정에 긍정적 도움을 줄 수 있다. 또한 참여자에게 의미 있는 노래들을 이용해 과거 및 현재의 내적인 갈등에 자연스럽게 접근하도록 도우며, 현재 마음에 고통을 주는 핵심감정을 파악하고 해결하도록 통찰의 경험을 제공하여 삶의 질을 향상시키는 데 도움을 준다(최미환, 2006).

심리치료는 참여자와의 ‘대화’를 주요 수단으로 사용하지만, 음악심리치료는 참여자와의 ‘대화’를 대신하여 ‘음악’이라는 도구를 사용한다. 노래자서전에서는 노래 부르기, 노래 대화하기, 노래 회상하기, 노래 만들기 등 다양한 형태로 진행되는데 각각의 방법들은 서로 다른 효과를 가져 온다.

첫째, ‘노래 부르기’는 참여자가 노래하는 동안 끊임없이 자신과의 내적인 대화가 일어나 좌절감 등의 위험이 사라지고 자신의 소리를 듣게 되어 자신을 지각하고 자기에게 몰두할 수 있다(정현정, 2009). 또한 Austin(1991)에 의하면 ‘노래 부르기’는 심한 고통, 두려움, 분노를 해소할 수 있도록 표현의 기회를 제공하여 내적 심상을 표현하도록 할 수 있다고 하였다. 특히 우울 상태에 놓인 말기 암환자에게 노래 부르기는 동기를 유발하여 분위기를 조성하고 내면의 문제를 스스로 탐색하고 해결하도록 돕는다.

둘째, ‘노래 대화하기’는 노래를 통해 치료사와 참여자가 대화를 시도하는 것을 말한다. 이는 노래 선택과 음악 감상, 그리고 치료 과정과 관련하여 노래가 무엇을 말하고 있는지를 참여자와 함께 탐구하는 것을 포함한다. 치료사는 참여자가 필요로 하는 것에 대해서 공감해주고 그들이 듣고 싶어 하는 메시지와 감정을 노래의 전달을 통해 참여하고 함께 나누는 것이다(순진이, 2001). 말기 암환자들은 사회적으로 인간관계가 끊어져 소외된 상태이므로 다양한 주제의 이야기를 끌어내어 참여자가 노래와 관련된 생각이나 느낌을 자연스럽게 표현할 수 있는 기회를 갖도록 유도한다.

셋째, ‘노래 회상하기’는 노래를 통해 의도적으로 어느 시점이나 상황을 떠올리게 함으로써 참여자의 과거를 재경험하고 돌아볼 수 있는 기회를 갖도록 도

움을 주는 방법이다. ‘노래 회상하기’에는 보통 ‘노래인생 회고(Song Life Review)’와 ‘노래인생 이야기(Song Life Story)’ 두 가지 방법이 사용된다. ‘노래인생 회고’는 회고를 통해 자신의 삶을 돌아보고 인생의 소중한 시간들을 다시 한 번 떠올리고 기억할 필요가 있는 성인 후기에 있는 환자들에게 적절한 방법이다. ‘노래인생 이야기’는 참여자의 인생에서 의미 있고 중요한 특정 사건이나 인물 또는 시대를 선택하여 거기에 초점을 맞추고 그것과 관련된 노래를 듣고 참여자의 내면을 탐색하는 방법이다(최미환, 2006). 특히 말기 암환자에게는 어떤 시점이나 상황을 떠올려 해결하지 못했던 인생의 과제를 해결할 수 있는 기회를 제공하여 문제해결을 할 수 있도록 돕는다.

넷째, ‘노래 만들기’는 기존 곡의 일부분 혹은 전체의 가사를 바꾸거나 새로운 노래를 만드는 방법을 의미한다(정현주, 2005). ‘노래 만들기’를 통해 말기 암환자는 자기표현의 기회를 제공 받고, 성취감과 자긍심의 회복 같은 심리적 치료 효과를 기대할 수 있게 된다.

이와 같은 4가지 형태의 노래를 통한 접근은 말기 암환자의 삶에 대한 내적 통찰의 경험을 제공하고, 과거 및 현재의 심리적 갈등을 스스로 표출하는 자기표현의 기회를 제공한다. 이를 통해 삶에 대한 긍정적 태도를 회복하고 말기 암환자에게 해결하지 못했던 인생의 과제를 해결할 수 있는 기회를 제공한다.

치료자원으로써 노래가 갖는 기능을 정리하면 노래는 인간 내면의 다양한 감정들을 여러 차원과 수준으로 전달하기 때문에 참여자가 고통 받고 있는 감정의 공명상자(emotional resonating box)가 되어주며 삶의 다양하고 보편적인 부분들을 담고 있어 참여자가 자신의 삶을 객관적으로 볼 수 있도록 해준다. 또한 비 위협적이기 때문에 참여자의 내면을 깊이 탐색하고 관찰할 수 있는 안전하고 편안한 구조를 제공한다(최미환, 2006). 이런 노래의 기능을 활용하는 노래심리치료는 참여자가 내면적 문제를 가장 잘 표현한 노래를 선택하고 들으면서 참여자의 반응이나 통찰을 유도하는 도구로서 노래를 이용하게 되는 것이다(정현주, 2006).

노래자서전에 사용되는 노래는 보통 3단계를 거쳐서 선곡을 하는데, 치료사와 참여자의 친밀감을 높이기 위해 단순하고 누구나 쉽게 부를 수 있는 곡을 우선적으로 선곡하고 이 곡들 가운데서 참여자의 내적 이슈들을 끌어낼 수 있는 곡들을 참여자의 선호도에 의해 먼저 선곡하고 연구자가 2차 선곡을 하도록 한다. 이후 확인된 참여자의 문제점들을 해결할 수 있는 곡으로 최종 선곡을 하게 된다(정현주, 2005).

음악자서전 활동은 참여자가 해결하지 못했던 인생의 과제를 해결할 수 있는 기회를 제공해주고, 자신의 삶을 가치 있는 삶으로 마무리 할 수 있는 통로를 제공할 수 있다. 또한 지나간 삶의 사건과 경험을 되돌아봄으로써 자신의 삶을 긍정적으로 정리하는 것은 물론 남은 삶에 대한 의미와 목적, 위안을 더해줌으로써 삶의 질을 높여준다(이숙, 2006). 또한 노래자서전은 노래의 가사와 음악적 특징들을 이용하여 참여자의 의식·무의식의 내적 갈등을 노래 안에서 자연스럽게 투사하도록 유도하여 내면의 문제들을 확인하고 해결하게 한다. 노래자서전은 사람, 감정을 떠올리게 함으로써 과거 인생에 중요한 사건, 사람, 감정을 되돌아보고 자신을 통찰할 수 있는 기회를 제공하며 나아가 정체성 확립에 도움을 준다(이문정, 2006).

말기 암 환자들이 경험하는 심리적 고통과 외로움은 그들이 심리적·사회적·문화적 죽음을 경험하고 있음을 보여주며, 그들이 죽음을 평화롭게 수용할 수 있는 여유를 가질 수 있도록 도울 필요가 있다. 그러므로 노래자서전 활동은 호스피스환자들에게 자신의 여생을 긍정적으로 정리하는데 치료적 역할을 담당할 수 있다고 본다. 특히 노래자서전 활동 중에 주로 '는 는 여유감상하기'와 '는 는 여유부르기' 활동은 연구자가 특별히 지시하지 않아도 연관된 경험과 기억들을 스스로 떠오르게 하여 참여자의 정체성 확립이나 인생을 정리하는데 많은 도움을 줄 수 있다. 또한 음악치료사는 참여자의 삶료사는 참여 반응적으로 경청하고 공감적으로 지지함으로써, 그가 남은 여생동안 높은 삶의 질을 유지하면서 삶의 마지막 순간을 편안하게 맞이하도록 도울 수 있다.

### Ⅲ. 연구 방법

#### 1. 연구 참여자

본 연구에서는 말기암환자로 4주 이상 본 연구의 목적을 이해하고 음악치료 참여에 동의한 자로 의식이 명료하여 노래자서전 프로그램 참여와 대화가 가능한 자를 선정하였다. 연구 참여자는 서울시 J구 보건소 맞춤형 방문건강관리 사업부서에서 담당하고 있는 말기 암환자 1명과 J구에 위치한 노인병원에 입원해 있는 말기 암환자 1명이다.

##### 1) 참여자 A

A는 자궁암 말기진단을 받은 60세 여성으로 천주교 신자이다. 남편은 A가 병들자 집을 나가버린 상태이고 자녀는 4남을 출생하였다. 4명의 아들 중에 3명은 어려서 사고와 병으로 사망하고 현재 1명이 남아있다. 아들은 어머니를 지금의 남편과 법적으로 이혼 시킨 후 집을 떠난 상태이다. A는 6·25 피난 시절에 부모를 잃고 고아원에서 자라다 도망쳐 나와 힘든 일을 많이 하며 자란 분이다.

공사현장의 임시식당에서 일하던 중에 주인에게 학대받는 것을 딱하게 본 어느 아저씨의 도움으로 그곳을 빠져나왔고, 성인이 될 때까지 그 집에서 딸처럼 성장할 수 있었다. 그러나 교육은 받지 못하였고 자신을 돌봐주던 두 내외가 돌아가시자 그 집 자녀들에 의해서 거의 빈 몸으로 쫓겨나 다시 공장을 전전하며 살았다. 공장에서 만난 남자와 결혼하여 자녀를 낳고 살았으나 남편은 큰 자녀 출산 후 내내 구타와 폭언을 일삼았다. 자신이 부모 없이 자랐던 탓에 자

녀들이 같은 일을 겪지 않게 하기위해 힘들지만 견디며 살아왔다. 그러나 자녀들이 사고로 사망하는 충격으로 정신병원에 입원하기도 했다. 나이가 들어서 성당에서 할머니들에게 식사도 챙겨드리고 말동무도 해드리는 봉사활동을 하기도 하였다.

A는 자궁암 진단을 받고 수술한지 2년 만에 재발하여 악화되면서 신장까지 전이된 상태이다. 오랜 시간동안 홀로 지내다가 호스피스 병동으로 옮겨지면서 주변에 병원 관계자 및 환우들과 함께 지내며 오히려 심리적으로는 안정을 찾고 있는 상황이다. 그러나 신체적인 통증으로 많이 괴로워하였으며 자신의 죽음을 받아들이는데 표면적으로는 수용하는 것처럼 보였으나 내면적으로는 많은 두려움과 거부를 느끼며 부정을 나타내었고 오히려 그러한 두려움을 느낄 때마다 식음을 전폐하는 등 우울 증상을 드러내 보였다.

## 2) 참여자 B

B는 간암 4기 판정을 받은 58세 여성으로 기독교 신자이다. 남편은 아이들이 어린 시절에 도박에 빠져 비명횡사하였다. 자녀는 1남 1녀로 그중 딸은 연구 기간 중에 시집을 갔다. 아들은 어려서부터 교도 시설을 드나들며 현재는 집에 돌아오지 않다가 가끔 돈을 요구하는 형편이다.

B는 어려서 부모를 잃었지만, 할머니 할아버지와 친척들의 도움으로 어렵지 않은 어린 시절을 보냈다. 소녀 시절에 서울로 올라와 자수 공장에서 일을 하며 친구의 오빠와 사귀었고 이후에 결혼하였다. 20살에 직장을 다니며 야간으로 미용 기술을 배웠지만, 오빠가 반대해서 자격증은 따지 못했다고 한다.

남편은 할머니 밑에서 귀하게 자라 세상물정을 모르고 돈 쓰기를 좋아하는 사람이었고 결국 노름빚만 지고 비명횡사하였다. 친정 식구들은 전라도 사람과 결혼했다는 이유로 예전부터 연락을 끊었다고 한다. 생활비를 주지 않는 남편과, 자신의 친구였으나 남편만 두둔하는 시누와도 사이가 좋지 못했다. B는 도

움을 기대할 수 없는 상태에서 화장품 외판원, 우유배달, 파출부등을 하며 자신의 힘으로 두 아이를 키웠다. 큰 딸은 현재 예전의 자신처럼 미용기술을 배워 미장원에 다니고 있다고 한다.

B는 2007년 간경화로 입원치료를 받으며 고통스러웠던 경험이 있어 간암으로 전이 된 것에 대해 더욱 낙심하고 좌절한 상태이다. 딸이 최근에 시집을 갖는데 엄마로써 고생만 시키고 제대로 챙겨서 보내주지도 못했다는 생각에 많이 미안하다는 심정을 지니고 있다. 아들은 계속 돈을 요구하거나 감옥에 드나들면서 속을 썩이고 있어서 늘 마음이 편하지 않다. 현재 기초생활수급자로 형편이 넉넉하지 않은데다가 자신의 병으로 인해 계속 돈이 들어가고 병도 나을 기미가 없어서 무척 낙심하고 비관하며 우울증세도 보이는 상태이다.

<표 1> 참여자 특성

참여자	성별	연령	진단명	종교	결혼 여부
A	여	60	자궁암 말기	천주교	기혼
B	여	58	간암 4기	기독교	기혼

## 2. 연구 기간 및 절차

본 연구에서는 먼저 참여 가능한 참여자를 선정하고, 사전 면담을 통하여 참여자의 기본 정보와 음악 선호도를 조사하였다.

선정된 각 참여자에게 2009년 9월 28일부터 2009년 12월 30일 까지 1주에 1회기씩 시행하되 말기 암환자이므로 참여자의 상태에 따라 유동적으로 진행되기도 하였다. 음악치료는 10회기씩 실시되었고, 한 회기마다 참여자의 상태에

따라 30~40분간 노래자서전 프로그램이 진행되었다. 프로그램 시행은 참여자의 건강 상태에 따라 호스피스 병동 병실(A)과 참여자 본인의 집(B)에서 이루어졌다.

10회기 간 이루어진 노래자서전 프로그램은 말기 암환자의 죽음 수용을 목적으로 참여자와 치료사가 함께 선곡한 노래를 감상 하거나 부른 후에 드는 느낌이나 감정들, 또는 떠오르는 기억들에 대하여 이야기 나누는 작업으로 구성되었다. 회기 중에는 참여자가 여러 가지 추억들을 떠올리며 내재된 경험의 의미를 재해석 하도록 하고 분노나 죄책감 같은 부정적인 감정이 긍정적으로 재구성 되도록 하였다. 또한 자아의 현재와 과거를 새로이 수용하는 과정에 중점을 두도록 하였다.

### 3. 자료 수집 및 분석

#### 1) 현상학적 연구방법론

현상학적 연구는 하나의 개념이나 현상에 대하여 여러 개인들이 경험하는 체험의 의미를 기술하는 질적 연구 방법의 하나이다. 현상학적 연구는 개인의 경험 현상을 수량화된 가치판단을 통하여 측정하려는 실증주의적, 양적인 접근을 배제하고, Edmund Husserl(1859-1938)이 주창한 바에 따라 자신의 경험을 판단중지(epoke)하고 환원의 절차를 통하여 의식의 지향성(intentionality of consciousness)이 추구하는 본질, 경험의 중심적인 기저를 본질직관의 방법을 통하여 포착하고자 한다(Creswell, 1998; 이남인, 2004).

전통적인 반성적/ 초월론적 현상학, 해석학적 현상학 연구가 연구자의 철학적 사유에 보다 비중을 두는 반면, 현상학적 체험연구(lived experience

research)는 현상에 대한 각자의 경험, 그리고 그 경험에 대한 그의 의식의 구조를 탐색하는 것을 주된 목적으로 삼는다(Polkinghore, 1989; 이남인, 2005). 인터뷰 등을 통하여 연구 참여자의 체험을 수집하고 수집된 자료를 분석하여 연구보고서를 작성하는 과정으로 구성되는 현상학적 체험연구의 과정은 여타 유형의 체험연구와 크게 다르지 않다. 그러나 현상학적 체험연구는 그 구체적인 내용에 있어서 ‘현상학적 판단 중지 및 환원의 방법’과 ‘본질 직관’의 방법을 사용한다는 점에서 기존의 체험연구와 구별된다(이남인, 2005). 즉, 현상학적 체험연구는 단지 참여자들의 체험을 기술하거나 분석하는 것만이 아니라, 체험의 본질을 해명하고자 하는 연구이다(van Manen, 1997).

연구자는 다양한 현상학적 연구방법 중에서 Giorgi(1970)의 현상학적 체험 연구 방법을 선택하였다. Giorgi(1970)의 현상학적 방법은 참여자의 관점에서 파악된 중심의미를 규명하는데 비중을 두기 때문에 말기 암환자의 경험과 음악치료사로서의 연구자의 경험을 보다 생생하게 기술하려는 연구자의 의도를 잘 반영할 수 있었다. 또한 노래자서전 프로그램에 치료자로서 참여한 연구자 자신의 경험에 대하여도 동일한 절차를 통하여 중심의미를 규명하고 일반적인 구조적 기술을 만들어가는 과정을 거칠 수 있었다. Giorgi(1970)가 제안한 현상학적 연구과정은 다음과 같다(Giorgi, 1970; 김분한 외, 1999).

- 1단계: 기술을 숙고한다.
- 2단계: 기술의 애매한 부분을 정교화하기 위해 참여자에게 돌아간다.
- 3단계: 사고를 시작하고 끝내는 단위 즉, 참여자의 언어 그대로의 자신의 경험을 표현한 본래의 의미단위를 규명한다.
- 4단계: 참여자의 언어로 표현된 경험을 나타내는 주제를 규명한다.
- 5단계: 참여자의 언어로 주제를 구체화하여 참여자의 경험이 참여자에게 의미하는 중심의미를 규명한다.

- 6단계: 중심의미를 통합하여 참여자의 관점에서 파악된 경험의 의미인 상황적 구조적 기술을 만든다.
- 7단계: 상황적 구조적 기술을 통해 전체 참여자의 관점에서 파악된 경험의 의미인 일반적인 구조적 기술을 만든다.

## 2) 자료 수집 및 분석 절차

말기 암 환자의 노래자서전 프로그램에 대한 자료수집, 분석, 그리고 글쓰기까지의 진행 과정은 구체적으로 다음과 같다.

참여자에 대한 관찰과 자료수집으로, 매 회기별 음악치료 진행 직후에 세션 중의 참여자들의 언어에 대한 필사본과 음악치료 세션의 녹화테이프, 그리고 음악치료 세션 로그와 연구자의 메모 등을 수집하였다. 수집된 자료 및 관찰 기록에는, 참여자 A와 B가 각 회기 중 음악을 들으며 진술한 내용과 그 외에 다양한 노래를 부르며 느꼈던 감정과 기억들을 이야기한 내용이 포함되었다. 연구자 자신의 음악치료사로서의 경험에 대한 자료수집으로, 각 회기별 참여자의 활동에 대한 연구자의 평가와 감상을 기록하였다.

분류· 분석의 절차로, 수집된 원 자료를 바탕으로 하여 참여자의 죽음에 대한 정서적 수용과 음악의 역할과 관련하여 의미 있는 말, 구절, 문장 자료 등이 포화될 때까지 참여자의 주요 진술들을 추출하여 의미를 구성하였고, 의미 자료들을 다시 중심주제별로 분류· 분석하였다. 참여자 경험을 분석하는 과정수용과 ‘순환론적 사고’를 통하여 연구자의 내적 경험에 대하여 동시에 분석하고 중심 주제를 통찰하도록 노력하였다.

최종적인 글쓰기로, 드러난 중심주제를 중심으로 기록된 원자료 중 참여자의 경험과 음악치료사로서의 경험을 잘 드러내는 자료를 선별하여 일화를 구성하고 재기술하였다.

이상과 같은 연구를 위한 기간 및 절차는 아래 <표 2>와 같다.

<표 2> 연구 기간 및 절차

기 간	연구 진행 내용
2009.08.31 ~ 09.27	. 연구 참여자 선정 . 사전 면담 실시 - 기본정보 수집 - 음악선호도 조사
2009.09.28 ~ 12.30	. 노래자서전 프로그램 실시 (총 10회기) . 자료 수집
2010.01.01 ~ 02.26	. 자료 전사 및 분석 . 연구자의 경험과 심상을 바탕으로 분석, 기술
2010.03.01 ~ 05.20	. 글쓰기 및 검토

## 4. 노래자서전 프로그램의 구성

### 1) 회기별 진행 상황

노래자서전 프로그램은 매 회기마다 동일한 구조로 진행되었다. Hello Song은 ‘시작하는 노래’로 참여자가 따라 부르기 쉽도록 잘 알려진 노래를 개사한 것이다. 연구자의 기타 반주에 맞추어 함께 노래를 부르며 인사를 나누는 뒤, 참여자가 듣고 싶거나 부르고 싶은 노래를 직접 선곡하도록 하였다. 가볍게 노래 부르는 것에서부터 시작하여, 본 활동에서는 노래 부르기, 노래

감상하기, 노래 만들기, 노래 대화하기 등 다양한 형태의 노래활동을 실시하였다. 매 회기마다 연구자가 계획한 음악치료 프로그램을 진행한 뒤 Good-bye Song, ‘마치는 노래’로 마무리 하였다. 본 프로그램의 진행 시간은 참여자의 신체적 상태를 고려하여 30~40분을 기준으로 조정하였다. 매 회기별 진행 상황은 아래 <표 3>과 같다.

<표 3> 회기별 진행 상황

순서	활동 내용	시간
도입	Hello Song	5분
본 활동	노래 부르기, 노래 만들기 노래 감상하기, 노래 대화하기	30~40분
정리 및 종결	Good-bye Song	5분

## 2) 회기별 구성 및 활동

### (1) 참여자 A

참여자 A는 죽음수용 단계 중 세 번째 단계인 타협단계의 상태를 보이고 있었다. 병이 낫기만 한다면 자신이 병이 들어 입원하기 전처럼 병마로 고통 받고 있는 사람들을 위하여 봉사활동을 하며 살고 싶다고 하였다. 따라서 연구자와 참여자 사이에 친밀감을 형성하는 데에는 어려움을 느끼지 않고 자신에 대하여 자연스럽게 이야기를 나눌 수 있었다. 그러나 사전 면담에서 가족에 대한 이야기를 나눌 때 지금까지 행복하다는 생각을 해 보지 못하고 살아왔다고

이야기 하였다. 참여자A를 위한 회기별 구성은 연구자와 친밀감 형성을 위한 준비단계(1~3)와 참여자의 삶을 어린 시절, 청·장년기 등으로 나누어 음악적 사건으로 표현하는 전개단계(4~7회기), 죽음을 수용하고 긍정적 자아를 확립하고 강화하는 종결단계(8~10)로 구성하였다. 각 단계에 맞춘 회기별 구성 및 활동은 아래 <표 4>와 같다.

<표 4> 참여자 A의 회기별 구성 및 활동

단계	회기	목표	활동	사용된 음악	치료적 논거
친밀감 형성	1	치료사와 친밀감 형성 및 자기소개를 한다.	노래 만들기	- 당신은 누구십니까?	노래를 통한 자기소개는 처음 만나는 치료사와 친밀감을 형성하는데 편안함을 제공하며, 언어로 표현하는 부담감을 최소화하는데 도움을 준다.
	2	음악적 환경에 적응 및 친밀감 형성을 한다.	노래 부르기 노래 만들기	- 고향의 봄 - 오빠 생각	고향에 대한 추억을 친숙한 노래로 표현하게 하여 정서적 안정감을 가질 수 있도록 돕는다.
	3	자기표현의 기회를 제공한다. (장단점 이야기)	노래 감상하기 노래 만들기	- 아빠의 청춘 - 똑같아요 - 사랑해	또한 언어로 표현하기 힘든 참여자의 생각을 익숙하고 긍정적인 노래를 통해 표현하도록 도와 표현력을 향상시킨다.
과거 회상 및 현재와	4	어린 시절을 회상한다.	노래 감상하기 노래 부르기 노래 대화하기	- 섬 집 아기 - 오빠생각 - 기도	어린 시절을 생각 할 수 있게 하는 익숙한 노래를 부르면서 가장 행복하고 즐거웠던 추억을 떠올리고 삶의 의미를 좀 더 긍정적으로 정리할 수 있도록 돕는다.
	5	청·장년 시절을 회상하며 활력감을 증진한다.	노래 감상하기 노래 부르기 노래 회상하기	- 17살 이예요 - 즐거운 나의 집	또한 익숙한 노래는 삶을 회고하고 정리하여 언어적으로 표현하는데 도움을 준다. 특히 청장년 시절 떠올리고 싶지 않은 결혼에 관련된 사건

미래수용	6	인생의 보편적 허무함을 공감해 본다.	노래 대화하기 노래 부르기 악기 연주	- 가는 세월 - 하숙생	과 부모님과 어릴 적에 헤어져 양부모님 밑에서 힘들게 살아온 기억을 떠올리며 참여자의 우울감이 확연하게 드러남을 친숙한 노래로 '노래 대화하기'를 통하여 지난 과거의 불운한 삶을 노래로 표현하고 대화하며 의미 있는 시간을 가질 수 있도록 도움을 준다.
	7	부모님에 대하여 기억해 본다.	노래 감상하기 노래 부르기	- 어머니은혜 - 엄마야 누나야 강변 살자	
죽음수용	8	과거와 현재의 삶을 돌아보고 미래에 희망하는 나의 모습에 대하여 긍정적으로 수용한다.	노래 만들기	- 우리의 소원은 통일	감상한 노래를 바탕으로 자신의 삶을 회고하고 긍정적인 면을 재인식하도록 격려하여 죽음에 대한 두려움에서 벗어나 남은 삶을 좀 더 의미 있게 정리하고 표현하도록 도움을 준다. 특히 참여자가 선호하고 의미가 담긴 노래를 부르는 것은 미처 생각하지 못했던 자신의 긍정적인 면을 발견할 수 있도록 도와준다. 참여자 자신에게 의미 있는 가사를 이용한 '노래 만들기'를 통하여 지난 삶을 성찰적으로 되돌아보며 해결하지 못했던 인생의 과제를 해결할 수 있는 기회를 제공하고 마지막 자신의 삶을 가치 있게 마무리 할 수 있도록 기회를 제공한다.
	9	긍정적으로 자신을 돌아본다.	노래 감상하기 노래 부르기	- 당신은 사랑받기 위해 태어난 사람	
	10	자신의 죽음에 대하여 수용하고 긍정적 지지를 경험한다.	노래 만들기	- 내게 강 같은 평화 - 만남	

## (2) 참여자 B

참여자 B는 사전면담에서 경제적 어려움을 호소하고 비판하며 음악치료 활동을 시작하기 전부터 연구자와 눈 마주치기를 어려워하였고, 활동 시작부터 심리적으로 우울한 상태를 확연하게 볼 수 있었다. 참여자 B를 위한 회기별 구성은 친밀감을 형성하는 준비단계(1~3회기), 참여자의 삶을 어린 시절, 청-장년기 등으로 나누어 음악적 사건으로 표현하는 전개단계(4~8회기), 마지막 단계인 죽음을 수용하고 긍정적 자아를 확립하고 강화하는 종결단계(9~10)로 구성하였다. 각 단계에 맞춘 회기별 구성 및 활동은 아래 <표 5>와 같다.

<표 5> 참여자 B의 회기별 구성 및 활동

단계	회기	목표	활동	사용된 음악	치료적 논거
친밀감 형성	1	치료사와 친밀감 형성 및 자기소개를 한다.	노래 만들기	- 당신은 누구십니까?	친밀감 형성이 어려운 참여자에게 간단한 선율로 노래를 부르며 자신을 소개하도록 하는 것은 심적으로 편안함을 제공하며, 언어로 표현하는 부담감을 최소화하는데 도움을 준다.
	2	음악적 환경에 적응 및 친밀감을 형성한다.	노래 부르기 노래 만들기	- 고향의 봄	고향에 대한 추억을 친숙한 노래로 표현하게 하여 정서적 안정감을 가질 수 있도록 돕는다.
	3	자기표현의 기회를 제공한다. (장단점 이야기)	노래 만들기	- 그대 없이는 못살아 - 똑 같아요	또한 언어로 표현하기 힘든 참여자의 생각을 익숙하고 긍정적인 노래를 통해 표현하도록 도와 표현력을 향상시킨다.
과거 회	4	어린 시절을 회상한다.	노래 감상하기 노래 만들기	- 어린 시절 - 그대 없이는 못살아	어린 시절을 생각할 수 있게 하는 익숙한 노래는 참여자가 옛 추억을 통해서 삶을 긍정적으로 생각할 수 있게

상 및 현 재 와 미 래 수 용	5	청·장년 시절을 회상하며 활력감을 증진한다.	노래 감상하기	- 17살 이에요	한다. 익숙한 노래에 제공 되어지는 노래의 가사는 힘들었던 참여자의 삶을 정리하여 언어적으로 표현하도록 도와준다. 따라서 ‘노래 대화하기’를 통하여 자신의 삶을 노래로 표현하고 의미 있는 시간을 가질 수 있도록 도움을 준다. 특히 분노와 우울감을 많이 보였던 참여자에게 자신의 맘속 가장 힘이 되어 주는 딸의 이름을 넣어 친숙한 노래로 ‘노래 만들기’를 함으로써 내적 편안함을 제공하여 주고 가족의 소중함을 느낄 수 있도록 하며, 삶의 의미를 좀 더 긍정적으로 정리 할 수 있도록 돕는다.
	6	청·장년 시절을 회상하며 활력감을 증진한다.	노래 부르기	- 17살 이에요 - 섬마을 선생님 - 노란 샤스 입은 사나이	
	7	결혼과 출산경험의 기쁨을 회상하며 정서적 안정을 찾는다.	노래 만들기 노래 부르기	- 생일 축하 - 그대 없이는 못살아	
	8	부모님에 대하여 기억해 본다.	노래 부르기 노래 감상하기 노래 회상하기	- 허공 - 어머님 은혜 - 엄마야 누나야 강변 살자	
죽 음 수 용	9	자신의 삶을 회고하고 긍정적으로 자신을 수용한다.	노래 감상하기 노래 부르기	- 당신은 사랑받기 위해 태어난 사람	감상한 노래를 바탕으로 자신의 삶을 회고하고 긍정적인 면을 재인식하도록 격려하여 삶을 좀 더 의미 있게 정리하고 표현하도록 도움을 준다. 참여자 자신에게 의미 있는 가사를 이용한 ‘노래 만들기’를 통하여 지난 삶을 성찰적으로 되돌아보며 해결하지 못했던 인생의 과제를 해결할 수 있는 기회를 제공하고 자신의 삶을 가치 있게 마무리 할 수 있도록 기회를 제공한다.
	10	자신의 죽음에 대하여 수용하고 긍정적 지지를 경험한다.	노래 감상하기 노래 부르기 노래 만들기	- 사랑으로 - 사랑의 인사 - 내게 강 같은 평화	

## IV. 연구 결과

### 1. 회한과 울분에서 관조적 조망, 그리고 희망으로

#### 1) 참여자 A의 사례에 대한 질적 분석

A의 경우는 타인에게 의지를 많이 하는 편인데, 프로그램 초기에는 병에 의한 고통이나 주변 환자들의 죽음을 보며 놀라고 힘든 심정을 가지고 있었다. 그러한 부정, 분노, 우울의 단계는 프로그램 후반이 되자 모든 것을 포기하고 죽음을 수용하고, 스스로 주변의 도움과 신께 감사하고 봉사하는 등의 선한 역할을 함으로써 죽음의 시간을 연장하게 해달라는 수용과 타협의 단계로 나아갔다. 참여자 A의 죽음 수용의 단계 상황을 보면 아래 <표 6>와 같다.

<표 6> 참여자 A의 죽음 수용의 단계

죽음 수용의 단계	중심 주제	하위 주제	관련 회기
부정 분노 우울	소외되고 약한 나, 서운한 세상	나는 외톨이	A3, A4
		서운한 사람들	A3, A4
		병이 두려워요	A3, A6
타협 수용	포기와 관조, 나의 역할을 찾음	빈손으로 가는 거지	A3, A6,
		나도 사랑받고 줄 수 있어	A3, A5, A6, A7, A9
		감사와 소망	A6, A9, A10

## (1) 소외되고 약한 나, 서운한 세상

### ① 나는 외톨이

프로그램 초기에 A는 주로 자신이 고생하며 지내온 것을 부각시키며 다른 사람으로부터 많이 배신당하였으며 외톨이었다고 회상하였다.

A3. 그렇게 친한 사람이 없어요, 조금 친해지고 나서 조금 있으면 그렇게 등을 지고 돌아서더라구요. 나는 사람을 사귀면 폭 빠져가지고 그러는데, 게는 그렇게 등을 돌리고 그렇게 돌아서 버리더라구.

A3. 가족하고는 그렇게 지내보지를 못해서 몰라. 나는 외톨이잖아.

A4. 다 돌아가시고 나니까 나 혼자잖아.

### ② 서운한 사람들

병들기 전에는 많은 사람들과 어울렸었지만, 병이 든 다음에는 다른 사람들이 자신을 기피한다고 느끼고 있었다.

A3. 어떤 사람들은 문도 안 열어 주는 사람도 있어, 암환자라고 하면. 근데 나는 내가 사람을 좋아하니까 아무나 문 열어주고, 난 그냥 얘기하고 그래. 아! 내가 이제 몸도 안 좋으니까 사람도 안 따르는구나 생각하니까(울먹임), 그럴 때 서럽더라구(고개를 숙이며 울먹임).

A4. 아유, 뭐 어차피 같 사람인데 뭐 저거 하냐고. 그때는 정말 자꾸 나쁜 생각만 들더라고.

### ③ 병이 두려워요

프로그램 초기에 A는 주위 사람들의 죽음을 자신의 경험인 양 크게 두려워하는 태도를 보였다.

A3. 매일 보다가 안 보이면 왜 안 보이냐 싶구, 또 옆에 계시던 할머니가 돌아가시고 안 보이시니까 또 보고 싶고 궁금해지고.

A는 병이 진행되어 감에 대하여 예민하게 반응하고 많이 두려워하는 심성을 보였다. 그의 관심은 ‘신체적 고통이 어떻게 줄어들 수 있을까?’ 하는 점이었는데, 점차 몸의 상태가 나빠진다는 것을 자각하게 될 때마다 크게 두려워하였다.

A6. 어제 병원 갔다 왔잖아. 큰 병원이요. 이거(Urine-Bag; 소변 주머니) 막혀서. 뚫고 왔어.(웃음) 여기서 또 긴장하고, 잘못되었을까 걱정하니까 혈압이 얼마나 올라갔는지. 거기서 혈압 잴는데. (한숨) 어휴~.

A6. 가는 세월을 어떻게 막아. (노래를 흥얼거리며 따라 부르심. 집중해서 감상하시는 듯 보임. 노래가 후반부로 갈수록 가사를 음미하시는 듯 보이고 표정이 조금 어두워지심.) 그렇지 뭐, 우리 아픈 사람들은 가는 세월, 가는 것이 빠르잖아. 안 갔으면 ....

A6. 에이, 그렇게 좋아진 것도 아니야. 병원에서 뭐라고 그러더라? 또 잊어버렸어. 조금 조심하는 게 좋겠다고 그러니까. 수치가 더 올라갔다는 뜻인가봐. (손에 들고 있는 봉을 바빠 움직이심.) 수치가 올라갔다. 그렇지. 수치 올라가면 안 좋지. 투석을 안 받았는데, 투석을 받을 수도 있으니까.

A의 병에 대한 두려움은 타인의 중한 모습을 보면서 자신의 현재 상황을 다

시 직면해야 할 때마다 증폭되는 모습을 보였다.

A6. 우리 이번에 암환자 분 또 하나 들어왔어. 여자, 자궁암. 마흔 여섯인데 (?) 많이 안 좋은 것 같아. 오줌 줄을 보니까 시커먼 물이 나와. 그러니까, 아프지 오래 되었는데가봐. 아주 빼~짝 말라서 뼈만 남았어. 여자가. (표정이 좋지 않음)

## (2) 포기와 관조, 나의 역할을 찾음

### ① 빈손으로 가는 거지

A는 죽음에 대한 두려움을 사람들과 어울리고 보살핌을 받는 현실을 통해 잊으려 하였다. 그로서는 자신을 돌보아주는 사람이 있는 병원이 오히려 고맙고 소중한 곳으로 여겨지기도 하였다.

A3. 내가 여기밖에 없으니까, 그냥 털어 버리고 지내는 게 낫지.

A3. 병원에 와서 더 즐거워.

A3. 그냥 그러려니 하고 물어뒀어.(울먹임) 그냥 여기 병원에서 재미나게 지내야겠다는 생각이 들어.

A3. 맞아요, 풀 것은 풀고, 털어버릴 것은 털어버리고 해야 하는데, 지금은 내가 이러니까. 마음을 비우고 살아야 하는데 하면서 나 혼자 재미있게 신나게 이것밖에 없구나 해요.

A6. 빈손으로 왔다가 가는 거야. 맞아. 구름이 흘러가....(생각에 빠진 듯한 표정) 맞아. 진짜. 다 맞는다. 맞아, 그러니까. 다 하고(사랑만 하고 살아도 모자르다는) 가도 못 갈 텐데.(아이고..)

## ② 나도 사랑받고 줄 수 있는 존재

A는 과거를 회상함으로써, 자신의 삶에서 아쉬웠던 점을 구체적으로 언급하기 시작하였다. 회상이 진행됨에 따라 자신이 늘 보살핌을 받지 못하였던 것이 아님을 기억해냈고, 도움을 주었던 이들과 그들에 대해 감사하다는 생각을 가질 수 있었다. 어릴 때 자신을 돌보아준 아저씨를 꿈을 통해 만나서 ‘하늘에서 지켜주겠다’는 말을 들은 것이나, 자신이 성당에서 노인들을 위해 봉사를 하던 좋은 시절을 떠올린 것 등은 자신이 타인으로부터 인정받을 만한 좋은 사람임을 다시 확인하는 계기가 되었다.

- A3. 아니, 나는 이 노래만 부르면 ‘남들은 그렇게 사랑하고 살았는데 나는 왜 그렇게 하지 못하고 살았나?’ 그게.....(가족에 대한 애착을 많이 보임)
- A5. 그렇지. 나한테 이렇게 해주는 사람 얘기 해주고,... 이렇게 사는 건 없었지 그렇게 얘기해주는 사람이 있었으면.....
- A6. 그렇죠. 그래도 재미있게는 살았죠, 그렇죠. 축복이지요.
- A7. 아무 걱정하지 말고 잘 살아 다 지켜줄게, 그러면서 가는 거야. 그런데 그렇게 꿈을 꾸고 일어났는데도 참 신기하다...싶더라고. 참 진짜 희한하다 ... 싶었어. 어떻게 아버지 꿈을 이렇게 두 번이나 ... 희한하다 싶었어. 하늘에서 지켜주긴 하나보다 했어. 감사합니다 했어.
- A9. 음. 수족 못 쓰고 바깥출입이 안 되는 어른들, 그런 사람들 이제 성당에서 경로 식당에서 밥 배달이 나가. 그럼 밥을 드리고 목욕 씻겨드리고, 닦아드리고, 방 치워 주고, 빨래해드리고 그리고 앉아서 얘기도 해드리고, 잡수신 것 담아가지고 오는 거야. (미소~)
- A9. 그러면 그렇게 가며는 좋은데, 가고나면 할머니가 혼자 계시니까 쓸쓸하고 심심하니까 항상 기다리신대. 그 시간만 되면 . 그럼 어쩔 때는 나

혼자니까 그러니까 이제 점심만 하면 다 끝나잖아. 그럼 집에 가서 대충 정리해 놓고 할머니한테 가서 말동무 해드리고, 그러면 너무 좋아하는 거야~(회상에 젖은 표정으로 미소)

### ③ 감사와 소망

A는 프로그램 후기에 자신이 현재 만나고 있는 의사나 연구자를 포함한 치료사들에게 감사하는 마음을 표현하였으며, 자신이 여기에서 얻은 행복에 대해 여러 차례 언급하였다.

A6. 하나님 감사합니다. 아버지, 지금 우리.....만날 수가 없겠지만.....제 몸이 건강해서 아들을 만날 수가.....감사합니다..... 또 우리 의사 선생님들도 저에 대해서 .....지켜주셔서 감사합니다.

A6. 그래도 나도 또 선생님 만났으니까 고마워. 여기 와서 많은 행복을 느꼈잖아(미소). 매일 울상이었는데 여기 와서는 행복을 누렸으니까. 선생님부터 다 감사하고. 친절하고 다 잘해주고 하니까. 여기 와서 많이 활달해지고 많이 웃고. 내가 웃지도 않았어요. 내가 여기 와서 내 행복을 찾았다는 거지. 여기 와서 내가 많이... 말도 안하고 우울해가지고 그랬는데, 여기 와서 말도 잘 하고 얘기도 하고. 난 여기 와서 느낀 것도 많고 즐겁게 사는 것 같아.

이러한 A의 태도는 ‘신이 자신이 이전에 노인들 말벗을 하며 봉사를 하였기 때문에 생명을 연장시켜주셨다’고 믿고 있음을 보여준다. 열심히 기도하고 감사함으로 건강을 회복할 수 있었으면 좋겠다는 소망과, 아들을 보고 죽음을 맞이하고 싶다는 소망을 가지고 있음을 보여준다.

- A6. 아버지! 또 건강 주셔서 내가 나가서 나보다 더 저거한 사람한테 봉사하는 것 저에게도 내려 주셨으면 좋겠습니다.(울음)..... 이렇게 즐겁게 우리 선생님 만나게 해주셔서 감사합니다.
- A6. 이제 그런데 한 가지 그런 건 아프고 아들을 만나보고 내가 저거 해야 하는데(약간의 표정 변화.) 못 만나고 저거 하는 것이 좀 그렇지. 만약에 아들 못 만나고 가면 그게 좀 두려워 그렇지, 아무 그거 없이 편하게 갈 수 있을 것 같은데.... 아들은 보고 갈 수 있을까 하는 생각도 들고. 응. 아무 그냥 저런 건 없어. 아들 보고 간다면 아무 것도 없어. (표정이 어둡고 슬퍼 보이심..)
- A9. 그냥 난, “아버지! 내가 나가서 이런저런 거 말고 그냥 누운 할머니들 못 저거 하는 할머니들한테 가서 대화나 하면서 그러게 해주세요.” 하는데 모르지.
- A10. 할렐루야!

## 2) 참여자 B의 사례에 대한 질적 분석

B는 2년 전 간경화로 입원치료를 받으며 고통스러웠던 경험이 있어서 이번 병에 대해 더욱 낙심하고 좌절한 상태이다. 딸이 최근에 시집을 갔는데 엄마로써 고생만 시키고 제대로 챙겨서 보내주지도 못했다는 생각에 많이 미안하다는 심정을 지니고 있다. 아들은 계속 돈을 요구하거나 감옥에 드나들면서 속을 썩이고 있어서 늘 마음이 편하지 않다. 현재도 형편이 넉넉하지 않은데 자신의 병으로 인해 계속 돈이 들어가고 병도 나을 기미가 없어서 무척 낙심하고 화가 난 상태이다. 그런 관계로 5회기에는 자신의 상황을 비판하여 음악치료를 거부하여 6회기에 같은 내용으로 음악치료를 진행하게 되었다. 참여자 B의 죽음 수용의 단계 상황을 보면 아래 <표 7>와 같다.

<표 7> 참여자 B의 죽음 수용의 단계

죽음 수용의 단계	중심 주제	하위 주제	관련 회기
부정 분노 우울	별수 없지 어찌겠어	사람들은 날 몰라줘	B2, B3
		돈 잡아먹는 병	B3, B5
		내 미래는 절벽	B4, B5, B8, B9
타협 수용	시리고 아픈, 아쉬운 삶	나를 사랑해준 사람들	B3, B4, B6
		아이들에게 미안함	B3, B7, B9, B2, B4
		외로움으로 상심하고 기다림	B6, B9, B10
	담담하고 비통함으로 죽음을 맞이함	빈 몸으로 가는 거지	B8, B9
		희망사항	B9
		미련 가질 거 없어	B10

(1) 별 수 없지 어찌겠어?

① 나는 괜찮은 사람, 사람들은 날 몰라줘

B는 몸이 좋지 않거나 마음이 불편할 때는 이야기를 나누는 것조차 거부할 만큼 다가가기 어려운 사람이었다. 그녀는 다른 사람에게 기대지 않는 것을 당연하게 여기는 사람이며, 남편이나 아들로 인해 마음의 상처를 많이 받은 편이어서 자신의 과거를 편안한 마음으로 드러내지 않으려 하였다. 그녀의 회상은 주로 자신이 얼마나 고생하였는지, 이전에 얼마나 노력했고 유능했는지에 대한 것이었다. 그만큼 현재 자신의 처지에 대한 비판과 분노가 큰 편이었다.

- B2. 나는 옛날에는 고상한 색깔을 좋아했어요. 제가 옛날에는 멋쟁이였어요.
- B3. 나는 남한테 너무 퍼줘서 문제라니까.
- B3. 난 원래 가만히 있는 꼴을 못 봐.
- B3. 그러니까, 내가 어디 가서 밋상은 아니야. 주인들도 다 좋아하고, 나 떠나면 싫어하고.
- B3. 그런데 대부분의 사람들은 내가 이런 일을 다 잘하니까 싫어하더라고.
- B3. 근데, 내가 배플었을 때 상대방이 몰라줬을 때 그걸 몰라주는 사람이 많아. 그게 속상하더라고

## ② 돈 잡아먹는 병

B는 2년 전 간경화로 입원치료를 받으며 고통스러웠던 경험이 있어서 죽음을 선고받은 것에 대한 충격보다는 치료로 인한 신체적 고통과 경제적 어려움을 더 크게 걱정하고 있었다. 또한 다른 사람의 도움에 대해서도 거부적인 태도를 보였다.

- B3. 그런 게 아니고, 이게 오래되고 안 되고가 아니고 돈 잡아먹는 병이야. ...(중략)... 생각하면 아우~ 짜증나. 침에는 아무것도 모르고 쫓아다녔는데 이제 아니까. CT 찍는 것도 주사바늘 꽂는 것도 굵은 거라 얼마나 아픈지. 약 맞고 나면 술 먹은 거 마냥 팽팽 돌아...
- B3. 병원에 갈 날짜가 되면 불안해(미소). 다음 주 월요일에 가잖아.(눈가 만짐)
- B5. 안 한다고 했잖아요. 기운이 없어요. 선생님이 나를 그렇게 유혹하시는 데요. 그렇게 힘이 없어요. 요것만 찍고 가세요.
- B5. 병원은 무슨 병원, 선생님만 오시면 되요...(자포자기 상태고, 병원에 가

면 예상치 못한 금액이 나오는 것이 두려워 병원에 가려고 하지 않음)

### ③ 내 미래는 절벽

프로그램이 진행되면서 연구자와 라포가 형성되자, B는 점차 자신의 상실, 두려움, 슬픔 등을 내보였다. 그녀의 심상이 치료 가능성이나 미래에 대한 어떠한 기대도 할 수 없는 지금의 처지와 관련되어 있음을 보여주었다.

B4. 나 안 울기만 해도 괜찮은 것어요, 선생님만 봐도 기분이 좋거든요.

B4. 나는 선생님만 보면 즐거운데 왜 이렇게 속이 상할까? 엄청나게 많이 울었다. 선생님 너무너무 감사하고.

B5 (울음, 한숨) 나 그냥 울고 싶어요. 가슴이 아파요. 내가.(울음) 이렇게 아플 수가 없어요.

B8. 난 전에는 무서운 거 없이 다 했는데, 이제는 무섭고 일이 무섭고 이렇게 치우는 것도 무서워. 이제...내가 성격이 워낙에 이렇게 해놓고 안 사는데 정신없잖아.

B9. 글썸 나의 미래는 절벽인거 같은데...(눈물)

B9. 두렵지 않아요. 예~ 그냥 이렇게 ..... 그거야....암이 어디까지 가겠어요? 뱃속에 뭐... 더 하겠어요?

B9. 지금요? 지금도 우울하고 슬프고 그래요. 뭐 별로 뭐 사람도 싫고, 내 몸이 귀찮으니까 누가 욕을 하든지 말든지.

## (2) 시리고 아픈, 아쉬운 삶

### ① 나를 사랑해준 사람들

프로그램 중에 B가 떠올린 긍정적인 기억은 과거에 자신을 아끼고 위해준 친구들이나 자신을 인정해주는 사람들에 대한 것이었다. 그러한 추억들 속에서 B는 자신이 사랑을 많이 받았으며 존중받을 가치가 있는 사람이었음을 기억해 내는 듯하였다.

B3. 나도 옛날엔 사람 좋아했어요. 나 모르는 사람도 없고. 어떤 때는 나한테 아는 척을 해, 그래서 같이 인사를 해. 그리고는 어디서 봤는지 기억이 안나, 사람을 하도 많이 겪으니까는. 시장 갔다가 오는 길에 누가 인사해서 “저 아세요?” 그랬더니 “중곡동에 우유 아주머니 아니세요?” 딱 알아보더라고. 아줌마 모르는 사람 어디 있냐고.(미소)

B4. 얼마나 친했는데, 골뱅이 잡고 그랬거든요? 경상도 말로 골뱅이라 그러거든요? 그거 잡고 그러던 친구였었는데. 골뱅이, 시골이니까 골뱅이가 있어요, 냇가에. 그 친구랑 잡았어요.(기분이 전환되는 듯한 표정을 지음) 우리 친구랑 또랑가에 가 가지고 골뱅이 잡고, 돌맹이 이렇게 뒤집으면 경상도 말로 골뱅이 있잖아요. 그것도 잡고 그랬던 친구데, 내가 그렇게 힘들 때 몰랐어요.

B4. 예, 너는 그렇게 살 줄 몰랐는데... 나보고 하는 말이 “너가 이렇게 사람이 변했는지 몰랐다”. 나는 돈 들어온 줄도 몰랐어요. 그때는 복수가 이렇게 찼었거든, 기운도 없고 뻘~쩍 말랐었거든. “야, 너 왜 이렇게 변했냐? 옛날에는 펄펄 날던 애가?” 전화로 말해서. 나도 성격이 깔끔하고 안 받는 거 알거든요. 천만 원 넣어 놓고 가면서 전화했으니까. (웃음) 그런 친구가 어디 있어요!(친구를 추억하면서 슬픔이 해소 된 듯)

- B6. 시골가면 친구들과하고 저~기 뒷산에 기타 갖고 올라가서, 나는 그때 술을 입에 못 댔거든. 남자들이 많고 여자들도 먹을 줄 알고 하니까, 큰 고무 다라에 이만한 막걸리, 안주 갖고 저~ 뒷산에 시끄럽지 않은 곳에 가서 .....
- B6. 나도 이미자 노래 있을 때 가수가 되고 싶었어요. 그 노래를 굉장히 많이 좋아했거든요. 동백 아가씨도 잘 부르고 그랬지. 이제 까먹어서 하나도 몰라.
- B6. 기억나는 친구 백민선이라고 순천 아이인데, 조 아래 살아. 그런데 소아마비야 다리가. 그런데 얼굴이 그렇게 예뻐. 개가 나보다 시집을 늦게 갔어. 그런데 우리 딸이 어릴 때, 저기 한강 둔치에 노란 꽃.... 유채꽃 필 때 개랑 나랑 딴 친구들이랑 갔었어. 그런데 우리 딸을 예뻐했었어, 어릴 땐 예뻐거든. 그래서 사진을 찍었는데 사진보면 우리 기집애가 개 딸이라 하지 내 딸인지 몰라, 사진이 그렇게 잘 나왔어. 개 지금 태능시장 있는데 살아.

## ② 아이들에게 미안함

B는 자신이 아이들을 사랑하지 않는 엄마였다고 말하며 자녀들에 대하여 큰 애정을 가지고 있지 않다고 하였지만, 딸이 자신을 닮은 것을 뿌듯해하고 한편으로는 그렇게 고생시킨 것에 대해서 미안해하고 있다.

- B3. 그니깐 내가 애들 버리고가는 사람들 보면, 어떻게 생각을 하면 현명하다 생각도 들고, (미소) 어떻게 생각하면 버리고 갈 수가 있을까....
- B7. 난 아이들 사랑하는 마음 하나도 없어. 기쁜 마음도 없고, 돈도 많이 들고. 똑같아~ 불쌍한 생각은 들더라고, 시집간다고 하니까.
- B7. 몰라. 그게 사랑이 아니고, 엄마니까 의무로 한 거지. 책임감 때문에. 아

니야, 책임감이지. 몰라, 난 의무라서 했어.(눈물을 보이심)

- B7. 착해.(미소, 웃음) 착하긴 착한데. 내가 애들을 너무 강하게 키워왔고...  
(딸의 강한 모습을 보며 자기 자신이 너무 강하게 키운 것이 조금 안  
되었다고 한다),
- B7. 우리 딸아이가 고등학교 졸업하기 전부터 미용실로 빠지면서 그렇게 하  
지 말라고 해도.... 그래도 땡땡이 하는 거 한번 못 봤어. 무척 못실해요.  
(웃음) 개가 그것 하나는 나를 따라하는 것 같아. 12년인가? 땡땡이 한  
번 안하고 아플 때도 약 먹고 나가고 그런 거 보면.
- B7. 글세.... 예뻐야 하는데.. (절레절레 고개를 흔들고 치료사가 '사랑해' 노  
래에 딸의 이름을 넣어 불러보라고 하자) 지금도(절레절레)...(눈물) 아  
니 그건 속상하지. 아니 그게 한쪽 부모만 있는 게 좀 그렇잖아.(청첩장  
에 엄마 이름만 있는 것이 속이 상하다고 하면서)  
아니야~ 그것 밖에 없어.(한 가지 감정이 아닌 복합적인 감정을 표현하  
기를 꺼려함)
- B7. 우리 머슴애는 거기 안 따라 줘서... 머슴애라 그런가? 원망 밖에 없어.  
에휴~ 이제 서른인데.(아들이 정신 차릴 거라고 치료사가 이야기하자)
- B9. 그래도 불만은 많죠. 우리 딸이 고생을 너무 많이 해서 나는 가슴이 너  
무 아파.(울음...)  
저것이 어려서 초등학교 때 자기가 도시락 싸면서 지 동생 도시락 싸주  
고. 내가 새벽 4시에 나가면, 나중에 피가 생기면 밥통을 눌러놓고 나가  
면.... 밤에 반찬을 미리 싸 놔. 아침에 밥만 담아 가는 거야. 고생 많이  
했어.
- B9. 그래서, 고생시키다 시집보내는 게 너무 마음이 아파. 내가 안 아팠으면  
내가 벌은 돈으로 내가 보냈을 텐데. 내 병원비 탈탈 털어 내고...(울음)
- B가 병에 대해 쉽게 포기하고 낙심하고 있는 것은, 자신의 병으로 가족들이

경제적으로나 심적으로 고통을 받고 있음에 대해 속상해 하기 때문이었음을 알 수 있다.

B2. 지(아들) 누나는 내가 병원에 입원해 있는 동안 병원비 1억 이상 대고, 저를 많이 원망해요. 병원에 와 있느라 고생 많이 했어요. 옛날에는 술을 입에도 못 댔어요. 그런데 지금은 술도 먹어요. 너무 속이 상해서.....

B4. 내 추한 모습 보이고 싶지 않아. 내가 병원비가 너무 많이 나와. 엇그제는 40만원 넘게 나왔어. 왜 이렇게 많이 나왔나요?

### ③ 외로움으로 상심하고 기다림

B는 아들이 여전히 이리저리 떠돌며 정착하지 못해 걱정스러워하고 있으며, 딸이 시집간 후로 자주 만날 수 없어서 외로움에 시달리고 있었다.

B6. 글세, 난 그런 건 상상도 안 해 봤고. 하나님께서 자는 동안에 데려가면 그것밖에 없어요. 이제 저녁 때는, 가시내가 올 시간 되면 내가 기다리잖아.(눈물흘림) 그런데 이제 기다릴 사람이 없으니까.... 그런데 아들은 지 마음 내키면 며칠 동안 안 들어오고...

B9. 글세, 아들이 정신 차려서 마음잡고 정착하고 집에서 직장이라도 다니면 좋겠는데. 대화를 하면 좋겠는데 대화를 안 하니까....

B10. 아니, 저녁에 올 것 같은데 안 오잖아요.(눈물 흘림, 딸이 시집을 가고 난 후 혼자 생활하는 상태여서 아직 그 생활에 적응이 되지 않아 매우 외로움을 느끼며, 나름대로 마음을 정리하고 있는 상태로 보임) 저녁에 문 열고 들어오면서 “엄마~” 하며 들어 올 것만 같은데 안 오잖아.

### (3) 담담함과 비통함으로 죽음을 맞이함

#### ① 빈 몸으로 가는 거지

B는 죽음에 대하여 더 이상 두렵지 않으며, 더 이상 심한 일이 생기지 않고 죽을 수 있는 것만으로도 감사하다고 말한다.

B8. 아니야, 나도 감사하게 생각해. 다른 사람에 비하면 아프네 뭐네 해도 풍 맞아 움직이지 못하는 사람들 보면 움직이긴 하니까. 비 안 맞고 사는 것 만해도 얼마나 감사해요. 더 못사는 사람도 얼마나 많은데.

B9. 나는 낫는다는 생각은 안 해. 더 고통 없이 가는 걸 원하지, 두렵지 않아요. 예~ 그냥 이렇게.... 그거야.... 암이 어디까지 가겠어요? 뱃속에 뭐.... 더 하겠어요?

B9. (웃음)오늘 아침에 목사님이 설교를 하시는데 산부인과 의사한테 물어봤데. 아기는 왜 양~ 울면서 태어나냐? 하하하 웃으면서 태어나지.... 우리가 왜 맨몸으로 태어났냐? 우리가 맨몸으로 태어났다가 맨몸으로 가는 거라고. 그 말도 맞다.

#### ② 희망사항

B는 9회기에서 연구자와의 대화중에 딸이 결혼했으니 곧 손자가 태어날 것이라는 것을 상기하는 대목에서, 자신은 받아보지 못했던 외할머니의 사랑을 태어날 손자에게 줄 수 있을 것이라는 희망을 보여주었다.

B9. 연구자: 응... 김\*\*님 앞으로의 모습에 대해서. 딸이 시집가서 아기를 낳

고 내가 좋은 할머니가 될 수 있을까요?

B: (웃음)될 수 있을까요? 모르겠어. 내가 지금 내 몸도 못 이기는데.

B9. (웃음)귀엽겠지 뭐. 나도 남의 애기 보면 예쁘더라고. 내 아이 키울 때는 예쁜지 몰랐지. 지금도 요만한 거 보면 진짜 인형 같애.(외손자에 대한 희망을 가지는 느낌) 우리 아이들은 외할머니 소리 한 번 못해보고 컸거든.

B9. 몰라요, 아직 난. 희망사항인데 그게 그렇게 될라는지 나도 믿고 싶어... (웃음, 희망을 맘속으로 간절히 비는 모습이 보임.)

B9. (노래하는 모습이 힘차고 만족해하는 모습을 보임, 특히 '건강한 모습으로' 후렴구는 혼자서 큰 소리로 독창을 함.) 내가 감사해요.

### ③ 미련 가질 거 없어

그러나 앞서 보여주었던 작은 희망은 현재의 외로움과 고단함 앞에서 곧 좌절되고, B는 다시 냉담하게 죽음을 기다리는 모습으로 돌아간다.

B10. 내가 그날까지 살 수 있을까?(치료사가 손자 볼 날이 얼마 안 남았다고 이야기 하자)

B10. 아니 몸이 아프니까 짜증이 난다고. 밥을 못 해먹고 청소를 못하니까, 푹푹해서 죽겠는 거야. 그래서 오늘은 아침부터 일어나서 빨래 두 번 돌리고 그랬더니, 그걸 줌했더니 손이 붓고.... 조금 힘들어. 청소도 하고 줌 그래야 하는데 한 5일 동안 혼자 있으면서.... 문 잠귀 놓고 있으면 누가 죽어도 몰라....(울음)

B10. 그냥 너무 데리고 있어서 가슴을 아프게 하고 있어. 아니, 저녁엔 혼자 잤어(울음)

B10. 지는 지대로 살고, 나는 나대로 사는 거지....

B10. 내가 그날까지 살 수 있을까? 몰라 내가 살 수 있을지....(눈물) 미련 갖을 것도 없어.

## 2. 음악의 역할

회기 별 음악의 역할에 대한 분석을 통하여 드러난 음악의 중심 역할은 다음과 같다. 첫째, 음악은 마음을 열게 하는 힘을 가지고 있다. 낯설고 서먹한 상황에서 연구자가 다가설 수 있는 부드러운 분위기를 마련해주고 라포가 쉽게 형성될 수 있게 돕는 역할을 하였다. 둘째, 음악은 참여자로 하여금 자신의 힘들었던 과거를 회상하고 정화할 수 있는 힘을 준다. 참여자 A는 노래를 통하여 자신의 힘들었던 과거를 비교적 거리를 두고 회상할 수 있었으며, 현재의 처지를 비판하지 않고 삶을 통찰할 수 있는 힘을 가지게 되었다. 그러나 참여자 B는 자신이 처한 형편이 넉넉하지 않은데 자신의 병으로 인해 계속 돈이 들어가고 병도 나을 기미가 없어서 분노와 우울의 단계가 오래 지속되었다. 그런 관계로 5회기에는 자신의 상황을 비판하며 음악치료를 거부하였고, 6회기에 같은 내용으로 음악치료를 진행하기도 하였다. 그러나 회기가 진행될수록 과거를 떠올리게 도와주는 노래들을 통하여 자신의 과거를 돌아보고 관조하는 일을 보다 쉽게 경험할 수 있었다. 두 참여자 모두 기혼이었지만 배우자에 대한 이야기를 나누는 시간에는 회피하였다. 참여자 A의 경우는 병이 들어 아프기 시작하자 남편은 집을 나가 그의 거처를 알 수 없는 상태지만 지금은 어디에 가서 살던지 건강한 모습으로 살기를 바란다고 이야기하며 스스로 마음을 정리하였고 지난날의 감정을 정화하게 되었다. 그러나 참여자 B의 경우는 아이들이 어릴 때 남편의 놀음과 방탕한 생활 끝에 비명횡사를 하는 지경에 이르러 끝까지 남편에 대한 기억은 떠올리기를 꺼려하였다. 셋째, 음악은 자신의 존재가치를 느

끼게 해준다. 자신이 얼마나 귀한 존재이고 사랑받고 있는지를 노래감상을 통하여 느끼며 큰 위안을 얻었다. 넷째, 음악은 현재와 미래의 고통에 대한 두려움에서 벗어날 수 있게 돕는다. 참여자들은 언제나 두려웠던 죽음을 수용하고 남은 날들을 보다 의미있게 지낼 수 있기를 바라는 새로운 희망을 품게 되었다. 각 회기별 중심 역할과 관련 노래는 <표 8>과 같다.

<표 8> 회기별 음악의 역할과 관련 노래

중심 역할	관련 노래	관련 회기
1. 자신을 여는 계기가 됨	고향의 봄	A2
	사랑이라는 두 글자	B3
	헬로 송	A5
2. 힘들었던 과거를 회상하고 정화함	그대 없이는 못살아	B4
	엄마야 누나야 강변 살자	B8
	오빠생각	A5
	나는 17살 이에요	A5
	섬마을선생님	B6
	노란 샤쓰 입은 사나이	B6
	그대 없이는 못 살아	B7
	사랑해	A4
	섬 집 아기	A4
	기도	A4
	하숙생	A6
3. 자신의 존재가치를 느낌	무엇이 똑같은까	A3
	어머님 은혜	A7
	당신은 사랑받기 위해 태어난 사람	A9, B9
4. 현재와 미래의 고통에 대한 두려움에서 벗어남	우리의 소원은 통일	A8
	내게 강 같은 평화	A10
	사랑의 인사	B10

### 1) 자신을 여는 계기가 됨

참여자 선호했던 노래를 감상하거나 노래를 부르는 활동은 이야기를 자연

스럽게 나눌 수 있는 분위기를 형성하는데 큰 도움이 되었다. 따라 부르기 쉬운 동요를 이용하여 자신의 장·단점을 표현하는 것은, 참여자가 편안한 분위기 속에서 자신을 노출시키는 내적 편안함을 제공 할 수 있었다.

### (1) 고향의 봄

A에게 ‘고향의 봄’ 노래 가사를 자신을 소개하는 가사로 만들어서 노래하도록 권했다. ‘고향의 봄’ 노래의 가사가 전해주는 정서적 공감대와 선율의 편안함은 참여자가 자신의 생각을 자연스럽게 표현하는데 도움을 줄 수 있다. A는 노래를 부르며 고향 얘기를 하고나서는 별 반응 없이 가만히 계셨다. 연구자가 기분을 묻자 “좋지 뭐.” 라고 짧게 말하였다. 구체적으로 어떤 면이 좋으냐고 다시 묻자 “고향 이야기 하면 무조건 좋지.” 라고 대답하며 노래를 부르는 내내 고개를 끄덕였다(A2).

### (2) 그대 없이는 못살아

연구자와 라포를 형성하기 어려워하던 B를 위하여, 노래 선호도 사전조사를 통해 알게 된 ‘사랑이란 두 글자’ 노래를 CD 음반으로 틀어 놓고 감상하며 몸을 조금씩 움직이도록 하였다. 젊은 시절에 좋아했던 곡이라고 하며 익숙한 선율과 리듬에 맞춰 굳은 몸을 움직이더니 표정이 점차 풀리기 시작했다. 이처럼 경쾌한 리듬과 분위기는 우울한 감정을 정화시키는데 많은 도움이 되었다(B3).

### (3) 헬로 송

A는 세션 시작 전부터 울고 있었다. 자궁암에서 신장암으로 전이된 상태라

서, 신장 양쪽으로 연결해 놓은 소변 주머니(Urine-bag)가 막혀서 시술을 해야 한다는 것이었다. 그 전에 수술을 받았던 서울대 병원으로 이송되어 처치를 해야 하는 상태였다. 당시에는 지금 지내고 있는 병원에서 비교적 안정적으로 생활하고 있었고, 움직일 수 있는 한 다양한 요법의 치료 시간에 참여하면서 나름대로 적응하고 있어서 정도 들고 다른 환자들과도 서로 위로하며 잘 지내고 있었다. 그러나 정든 곳을 떠나야할지도 모르고 병이 악화되었을지도 모른다는 생각에, 암환자인 A의 불안감과 우울감이 더 커진 것이다. 연구자는 위로의 말을 전하고 함께 세션을 시작하는 헬로 송으로 A를 안내했다. A는 이내 노래에 맞춰 고개를 끄덕이며, 조금 전의 모습과는 다르게 환하게 웃는 모습을 보였다. 헬로 송은 우리에게 익숙한 민요 멜로디로 노래 만들기를 하였는데 민요의 신나는 장단을 통해 무기력한 암환자들에게 감정의 변화를 가져올 수 있었다 (A5).

## 2) 힘들었던 과거를 회상하고 정화함

자신의 솔직한 감정을 표현할 때, 노래는 언어적인 표현보다는 덜 위협적인 방법이 되어 준다. 참여자들은 청-장년 시절에 부르던 노래를 기억하며 자신이 선택한 노래를 부르고, 자신 있는 노래에는 악기 연주를 함께 하면서 연상되는 것들에 대해서 자연스럽게 이야기하였다. 이러한 과정에서 그동안 위축되고 직면하지 못하였던 자신의 감정과 욕구를 자신감 있게 표현하게 되었다. 함께 노래를 부르며 연구자와 지금 이 순간에 온전히 친밀한 관계를 형성하고, 그 관계 속에서 기쁨을 찾으며 견디기 힘든 외로움을 떨쳐버릴 수 있는 기회가 되기도 하였다

## (1) 그대 없이는 못 살아

연구자가 B의 집에 도착했을 때 그녀는 술에 조금 취해 황설수설하고 있었다. 자신의 고통스런 상황을 혼자 힘으로 감당해 내기엔 너무 고단했던 것이다. 그런 그녀에게 노래가 과연 어떤 위로를 줄 수 있을까 회의가 들기도 했었다. 그래서 직접 노래를 하는 세션으로 곧바로 들어가기보다는, 함께 자연스럽게 이야기를 꺼낼 수 있는 ‘어린 시절’ 노래를 듣도록 CD를 계속 틀어주었다. 음악 감상은 음악치료를 경험하는 참여자들의 긴장이완을 유도하며 이 곡에 쓰이는 악기들의 조합은 화성적 질서에 따라 정서적으로 만족감을 가져다 주었다. 이는 자신의 고통 속에 몰입되어 있던 그녀가 점차 노래의 리듬과 화성에 따라 곁에 두었던 트라이앵글을 들어 연주를 시작하도록 하였고, 악기를 연주하며 표정이 조금씩 밝아질 수 있도록 이끌었다.

B의 표정과 몸짓에서 조금씩 긴장이 풀리는 것을 보면서, 연구자는 어린 시절 친하게 지냈던 친구의 이름을 넣어 ‘그대 없이는 못 살아’ 노래를 부르도록 청하였다. B는 친구의 이름을 부를 때 악기를 더욱 힘차게 연주하며 큰 목소리로 친구의 이름을 부르며 밝게 노래 불렀다. 이는 심리적으로 불안한 말기 암 환자의 정서 상태나 기분에 영향을 주고 있음을 확인하는 계기가 되었다.(B4).

## (2) 엄마야 누나야 강변 살자

B는 부모님이 일찍 돌아가셔서 마음의 고향인 엄마에 대한 기억이 전혀 없었다. 그러나 자신이 부모 없이 자란 그 빈자리를 자식에게는 물려주고 싶어 하지 않았다고 한다. 그래서 남편 없이도 이제껏 책임감을 가지고 꾸밈이 살아왔다고 이야기하였다. 연구자는 노래의 가사에 자신을 투사하도록 유도하여 자기표현의 기회를 제공하고자 ‘엄마야, 누나야 강변 살자’ 노래를 부르도록 시도

하였다. 이 노래의 선율은 3/4박자로서 정서적으로 편안함을 제공하도록 유도하였다. 또한 이 노래의 가사가 전해주는 내용에 B의 굳어버린 마음을 풀어나가는데 도움이 되도록 노래 부르기를 시도하였다. B는 노래를 부르다가 갑자기 눈물을 글썽거렸다(B8).

### (3) 오빠생각

A는 어린 시절을 추억하며 ‘오빠 생각’ 노래를 함께 감상하다가, ‘기럭 기럭 기러기...’ 대목에서는 자신의 처지를 떠올리며 누군가를 오랫동안 기다리는 듯한 표정을 지었다.

‘오빠 생각’ 노래를 부른 후 연구자가 가족에 대한 기억을 묻자, A는 덩덤히 “아무 기억이 없다.”고 하였다. 엄마를 잃고 항상 혼자였고 공사현장 임시식당에서 일만 하면서 고생했다고 낮은 목소리로 말하면서 표정이 어두워졌다. 잠시 후, 엄마와 헤어지고 남편에게 버림받고 아들의 거처도 알지 못하는 상태에서 오랜 세월을 보낸 자신의 모습이 한스럽다고 하였다. 그러나 B의 감정을 비언어적으로 촉진하고 그녀의 기억 속에 저장되었던 부정적인 감정들조차도 표현하도록 촉진시키는 데에 음악이 큰 힘이 된다는 것을 다시금 확인 할 수 있었다(A5).

### (4) 나는 17살 이에요

A와 함께 처녀 시절을 생각나게 하는 ‘나는 17살이에요’ 노래를 불렀다. 이 노래를 함께 부르기 전에 너무 많이 울었기 때문에, 노래 부르는 내내 A의 표정은 그리 밝지 않았다. 그러나 노래 가사 토의를 하는 동안에 예전에 A를 예뻐해 주던 오빠를 추억하며 행복했던 시절을 떠올리게 하였는데 그 시절을 회

상하도록 노래 부르기를 하는 것이 과거의 행복한 순간을 상기시키는 기회를 제공할 수 있다는 것을 확인할 수 있었다(A5).

### (5) 섬마을 선생님

B는 젊은 시절에 가수 이미자의 노래가 유행했을 때는 자신도 가수가 되는 것이 꿈이었다고 이야기했다. ‘섬마을 선생님’ 노래를 부를 때, B는 탬버린을 크게 흔들며 소리 높여 노래를 불렀다. 이 노래는 4/4박자의 노래로 리듬의 경쾌함에 자신의 감정을 실어 그 한 순간만이라도 기쁨을 만끽할 수 있는 기회를 가질 수 있었다.(B6).

### (6) 노란 샤쓰 입은 사나이

B는 ‘노란 샤쓰 입은 사나이’ 노래를 부르다가 갑자기 눈물을 흘렸다. 곧 시집을 가게 되는 딸의 청첩장에 자신의 이름만 혼로 새겨져 있는 것을 보고, 가족을 두고 먼저 세상을 떠난 남편에 대한 원망이 밀려온 것이다. 남편에 대한 기억을 직면할 수 있도록 노래 부르기를 권하였지만 계속 회피하는 모습을 보였다(B6).

### (7) 그대 없이는 못살아

B와 함께 자식 사랑에 대한 이야기를 나누고 싶어서 ‘그대 없이는 못살아’ 노래에 자녀의 이름을 넣어 노래하도록 청하였다. 하지만 B는 노래하기를 회피하였다. 그녀는 부모에 대한 불만으로 가득찬 아들과 불화가 있다고 하였다. B는 아이들이 예뻐서가 아니라 아빠가 없었기 때문에 하는 수 없이 책임감으로

키우게 된 것이라고 강조하였다(B7).

## (8) 사랑해

세션 동안에 A는 살아오며 받았던 무시나 소외감을 연구자에게 호소하며 이야기하였다. 그녀의 마음을 위로하기 위하여 ‘사랑해’ 노래를 함께 부르자고 하자 “남들은 그렇게 사랑하며 살았는데 나는 왜 그렇게 하지 못하고 살았나!” 하면서, 남편에 대한 기억을 떠올리며 회한의 눈물을 보였다. 이것은 노래를 통하여 부정적이었던 감정을 정화하여 현재 자신의 삶에 대해 재인식하도록 하였다(A4).

## (9) 섬 집 아기

A에게 지내온 삶에서 가장 행복했던 시절은 언제인지를 질문하자 ‘막내아들 낳아 기를 때’라고 말씀하셨다. 연구자가 아이를 재우며 우리가 흔히 부르는 ‘섬 집 아기’ 노래를 들려드리고 함께 노래를 부르자고 하자, 차분한 목소리로 노래를 부른 후 “아들 키우는 재미 말고는 재미있는 거 몰랐어.” 라고 대답하였다. 재미없는 인생을 살아왔지만 노래를 부르면서 노래 가사가 전해주는 따스함으로 그 덧없는 세월을 보상이라도 받는 듯 조금 위로가 되는 느낌이라고 하였다(A4).

## (10) 기도

A는 10년 전 자궁암이 발견되었을 때, 힘든 세월을 보내면서도 자신이 살아야 하는 이유는 오로지 남아 있는 아들을 위해서였다고 하였다. 어려서 혼자

된 자신의 처지를 돌이켜 보며, 아들에게는 그런 상처를 주고 싶지 않아서 몇 번이고 죽고 싶었던 유혹을 기도로 극복했던 시간을 떠올렸다. 연구자가 준비한 ‘기도’ 노래를 함께 부르자, A의 노래 소리는 점점 커져갔고 “이제는 기도의 힘으로 살고 있다.” 고 말하며 더없는 영적 위로가 되는 듯 보였다(A4).

### (11) 하숙생

A와 함께 ‘하숙생’ 노래를 불렀다. 노래 가사가 전해주는 내용을 듣고, 때로는 표정이 어둡기도 하고 때로는 깊이 공감하는 표정을 짓기도 하였다. “빈손으로 왔다가 가는 거야.” 하시며 인생의 허무함을 토로하였다. “그런데 왜 우리가 미워하고 싸우고 그렇게 살았나 몰라.” 하시며, 아들이 돌아오면 아버지를 찾아 쌓인 원망과 미움을 풀었으면 좋겠다고 말씀하셨다. 이것은 자신의 맘속에 깊이 자리 잡고 있던 남편에 대한 미움을 직면할 수 있는 계기를 마련해 주었다(A6).

### 3) 자신의 존재 가치를 느낌

음악은 나의 존재 가치에 대하여 긍정적인 생각을 가질 수 있게 하는 계기를 마련해준다. 음악을 통해 나의 존재 가치를 생각하게 하고, 기쁜 감정 역시 적극적으로 표현하게 도울 수 있다. 노래로 추억하는 동안 나의 존재 가치를 인정해준 이들에 대한 감사의 감정을 지니게 되기도 하였다. 노래 속의 음악은 참여자가 경험한 것과 느낌을 표현하는 수단으로 내적 감정을 표현하는데 많은 도움을 주었다.

### (1) 무엇이 똑같을까

A와 ‘무엇이 똑같을까’ 노래를 노래 만들기로 활동하며, 자신의 장점에 대하여 이야기를 나누어 보았다. A는 어려서 부모님을 잃어 양부모 밑에서 자라어 양자존감을 많이 상실한 상태이기 때문에 “장점이 없어.” 라고 대답하였다. 연구자가 A의 장점은 웃음. 연구노래하자, A는 수줍은 듯 웃었다. 또 다른 장점은 무엇이 있는지 생각해 보자고 하자 “선생님처럼 미소 짓는 거.” 라고 대답하였다. 그녀에게 그것을 노래로 부르도록 청하자 끝까지 큰 소리로 노래를 불렀다(A3).

### (2) 어머니 은혜

A는 부모님에 대한 기억이 거의 없었다. 어려서 피난길에 부모를 잃어버려 양부모 밑에 크면서 자신이 힘들었던 기억이 많아 부모님에 대한 언급은 거의 하지 않았다. 그러나 ‘어머니 은혜’ 노래를 감상하자 양어머니가 치매에 걸렸을 때 자신이 끝까지 양어머니를 돌보게 된 사실을 조심스럽게 이야기하였다.

자신이 부모로부터 받았을 은혜에 감사하는 마음으로 양어머니를 돌보았다고 하였다. 치매에 걸린 양어머니를 돌보면서도 양어머니의 친자식과 자신에 대한 차별적인 대우에 소외감을 느끼기도 하였다고 한다. 그러나 먼저 돌아가신 양아버지가 꿈속에서 자신을 끝까지 돌보아 주겠다고 한 것에 대하여 감사하면서 긍정적인 감정적 반응으로 양어머니를 행복하게 이끌었다고 한다.(A7).

### (3) 당신은 사랑받기 위해 태어난 사람

A와 ‘당신은 사랑받기 위해 태어난 사람’ 노래를 함께 불렀다. A는 아무도

자신을 돌보아주지 않았으며, 현재는 아들도 곁에 있지 않아 소외감과 외로움으로 긴 세월을 보낸 사람이었다. 그러나 병원 생활을 하며 고통 속에서도 행복감을 느끼게 되는 부분은 노래 가사의 “당신의 삶 속에서 그 사랑 받고 있지요” 라는 가사였다. 병원 관계자에게도 감사를 느끼고 지금 함께 하는 연구자에게도 감사드린다고 하였다. 현재의 힘든 고통을 잊고 감사의 마음으로 가득한 당시의 순간은 9회기 동안의 표정 중 가장 밝고 행복한 순간이었다(A9).

B의 감정 저변에는 회한과 원망이 가득 차 있었다. 연구자는 세션을 시작하면서 현재 자신의 모습에 대하여 생각해 볼 것을 제안하면서, ‘당신은 사랑 받기 위해 태어난 사람’ 노래를 들려주었다. B는 노래 감상 후 “마음이 차분해지니 좋네요.” 라고 말하면서, 목사님이 설교하신 내용을 기억해내면서 인간이 맨몸으로 태어났다가 맨몸으로 가는 거라는 말에 동감이 간다고 하였다. 이렇게 노래 감상 중에 노래 가사가 주는 긍정적인 의미로 인해서, 그녀의 모습은 스스로 감정적 정화가 일어나는 듯이 보였다(B9).

#### 4) 현재와 미래의 고통을 부각하는 두려움에서 벗어남

죽음 인식은 시간적, 공간적, 관계적, 심리적, 신체적 등 다양한 경로를 통해서 일어난다. 그러나 말기 암환자에게 있어서 신체적 경로를 통한 죽음 인식은 가장 큰 부분일 것이다. 참여자들은 현재와 미래에 대하여 고통스러운 국면들을 부각시키고 낙심하고 좌절하는 일을 반복하고 있었는데, 8회기 이후부터는 노래 부르기와 노래 만들기를 통하여 자신의 처지에서 긍정적인 부분을 인정하거나 관조하면서 작은 희망들을 일깨우는 모습을 볼 수 있었다.

### (1) 우리의 소원은 통일

자신이 원했고 지금 현재 원하는 자신의 모습에 대하여 이야기 하면서, ‘우리의 소원은 통일’을 노래 만들기로 시도하였다. 어릴 때 소원은 공부를 해 보는 것이었으며, 지금의 소원은 아들과의 만남이었다. 이처럼 안전한 노래 구조 속에 자신의 소원을 노래로 표현하는 것을 보면서, 삶의 끝 부분에서도 희망을 놓지 않고 그동안의 삶에서 아쉬웠던 부분들을 음악 속에서 해결해 나가려고 애쓰는 모습을 볼 수 있었다(A8).

### (2) 내게 강 같은 평화

A는 자신의 몸 상태에 대하여 하루하루 누구보다 예민하게 느끼고 있는 상태였다. 그러나 병원 의료진의 부정적인 예후 언급에 심리적으로 많이 힘들어 하였고 음악치료 시간도 회피하려고 하였다. 마지막 회기 음악치료 시간에는 울음으로 시종일관 하며 그래도 ‘내게 강 같은 평화’ 노래를 부르며 조금은 위로가 되는 듯 보였다. 노래 시작은 힘들었지만 노래 부르기를 통하여 삶의 희망을 잡고 싶은 듯 자신의 의지를 실어 연구자의 별다른 지시 없이 나지막한 목소리로 노래 부르기를 지속하였다(A10).

### (3) 사랑의 인사

연구자가 B의 집에 도착하자 악수를 청하며 인사를 건네는 모습은 처음이었다. 게다가 “내 손이 차지요?” 라고 까지 말하며 연구자에게 배려하는 모습은 사뭇 그 전의 모습과는 달라져 있었다. 병중에 있으면서 데리고 있던 딸을 시집보내고 이제는 정말 혼자라는 외로운 마음으로 하루하루를 보내고 있는 그녀

에게, 연구자는 우리가 감사하는 것들에 대하여 이야기 하도록 했다. 자신의 부정적인 면들을 수용하도록 돕고 자신의 변화에 대한 의지를 돕기 위하여 ‘사랑의 인사’ 노래로 노래 만들기 활동을 하면서 연구자의 기타 반주에 노래를 불렀다. 이것은 노래가사에서 감사와 희망을 그리고 가족이 함께 있음에 감사한다는 가사가 전하는 메시지가 그녀의 마음을 움직일 수 있었다. 노래를 부른 후에 B는 미래의 자신은 다시 홀로서기를 단단히 해야겠다고 스스로 결심하는 모습을 보였다(B10).

### 3. 음악치료사로서의 경험

#### 1) 죽어간 친구와 같은 경험을 하는 암환자들을 도울 수 있을 것이다

내가 호스피스 환자에 대한 연구에 관심을 갖게 된 것은 절친한 친구의 죽음을 지켜보고 함께한 경험 때문이었다. 친구가 죽음을 맞이할 즈음 나는 음악치료사의 길을 위하여 대학원 3학기에 재학 중이었다. 나는 점점 죽음에 가까워지고 있는 친구를 위해 함께 노래도 부르고 많은 이야기를 나누었다. 그녀의 죽음은 내게 무척 상심이 되는 일이었지만, 죽음을 맞이하기 전 하루하루를 온전한 기쁨으로 보내려고 노력했던 그녀의 삶에 대한 태도에 많은 감동을 받으며 죽음에 대해 새롭게 생각하게 되었다.

#### 2) 이들의 죽음은 내게도 예외가 아니다

친구가 세상을 떠난 지 10개월 후 서울시 J구에 위치한 노인병원 호스피스

병실에서 인턴 생활을 시작하게 되었다. 나는 친구와 같은 어려움을 당하고 있는 이들을 도울 수 있을 것이라고 생각했고, 이미 경험하였으니 죽음 앞에 의연하리라고 생각했었다. 인턴 생활 시작 초기에는 친구와 함께 한 경험 때문이었는지 더욱 깊게 환자들과 세상을 함께 느끼고 이야기 나누며 그들의 애환을 가슴으로 느낄 수 있었다. 호스피스 병동에 계신 분들이 대부분 나와 얼마 차이나지 않는 연령대였고 친구의 죽음도 경험한 터라 그들의 이야기에 더 많이 동감하고 경청해 줄 수 있었던 것 같았다.

하지만 점차 그들의 죽음이 내게도 예외가 아닐 수 있다는 생각에, 인턴 생활에서 죽음을 마주하는 것이 힘들어지기 시작했다. 음악치료사로서 죽음을 객관화해서 바라볼 수 있어야한다고 교육을 받았지만, 이틀 전에 분명히 나와 이야기하고 노래하며 웃었던 그 분이 싸늘한 주검으로 변해 있는 모습을 보면서 죽음을 의연히 받아들이기는 쉽지 않았다. 나는 두려워졌던 것이다.

### 3) 말 한마디도 조심해야 한다

호스피스 병동에서 간호를 받는 말기 암환자들의 정서는 불안과 고통과 우울감으로 가득 차있기 때문에, 호스피스 환자에게 가장 우선적으로 필요한 것은 그들의 이야기를 들어주는 것이다. 나는 한 병실에서 함께 지내는 환자들이 서로 같은 처지를 위로하고 동정하며 서로에게 얼마나 큰 위로가 되는지를 절감할 수 있었다.

병실 내의 다른 환자가 혼수상태에 빠지거나 운명하는 것을 접하게 될 때마다, 남은 환자들은 이웃을 잃은 슬픔과 함께 곧 자신에게도 유사한 상황이 닥치게 되리라는 불안한 생각을 한다. 따라서 부정적인 예후를 언급하며 치료적 한계를 밝히는 것이 주는 압박감과 좌절감은 환자 개인 뿐 아니라 그 주변에 있는 다른 환자들에게도 심리적 영향을 주게 된다. 그들의 두려움을 바라보며 의료진이나 돌봄을 제공하는 이들은, 말 한마디 할 때마다 환자에게 주는 심리

적 영향을 고려해야 한다는 생각을 갖게 되었다.

#### 4) 시큰둥한 반응 앞에서도 기타를 치는 용기

말기 암환자들은 대부분 하루 종일 통증에 시달리기 때문에, 연구자가 음악치료에 함께 하기를 권하면 “내 몸이 아파 죽겠는데 무슨.....” 이라고 반응하신다. 죽음이 삶의 연장선상에 있다는 것을 깨닫게 된다면 얼마나 좋을까? 나는 그분들에게 전달하고 싶은 이야기가 많았지만, 실제로는 음악치료 세션에서 참여를 이끌어내고 교감을 나누는 일이 그리 쉽지만은 않았다.

삶도 죽음도 우리 모두의 모습이다. 나는 호스피스 환자들에게 우리가 죽음을 인정하고, 죽음에 의미를 부여할 수만 있다면 죽음이 목전에 있을지라도 두려워하지 않는 용기를 가질 수 있다는 말을 전하고 싶었다.

그러나 한 병실에 6명의 환자가 함께 병상에 누워 저마다 고통을 호소하고 있는 상황에서, 기타 소리로 그 고요한 적막을 깨며 음악치료를 진행한다는 것이 무척 긴장되고 불편한 일이었다. 혹시 기타 소리를 싫어하는 환자가 있으면 어쩌나? 나는 걱정하는 나의 속마음이 드러날까봐 일부러 뻑뻑한 목소리로 애써 힘을 주며 “한 번 노래를 불러 볼까요?” 라고 더 힘을 주어 기타를 치곤 했다. 시큰둥한 반응을 보이는 환자들 앞에서 조심스럽게 기타연주를 시작하는 것 큰 용기를 필요로 하는 것임을 알게 되었다.

#### 5) 노래 앞에서 잠시라도 행복해질 수 있다면

하루는 통증으로 한순간도 깊이 잠들지 못하는 환자 한 분이 내가 불러드리는데 ‘섬 집 아기’ 노래를 들으신 후 잠시나마 깊이 숙면할 수 있었다며 감사의 말을 전해 왔다. 나는 그분의 감사의 말에 놀랐다. 노래가 지속되는 시간은 단

지 1분 30초그분도 뿐이었기 때문이었다. 그 짧은 시간이 그 분에게는 더할 수 없이 편안하고 행복한 시간이었다고 하니 이제 그분께 남은 시간은 더 이상 사치가 될 수 없다는 것이다. 나는 그분의 남은 시간을 조금이나마 행복하게 해드렸다는 것이 너무도 뿌듯했다.

내게 ‘음악의 힘’을 확신하게 만들어준 것은 오히려 참여자들인 환자들이었다. 환자인 참여자들은 고통이 심한 가운데에서도 집중하여 노래를 듣고, 부르고 또 악기를 연주하며 조금씩 마음을 열기 시작했다. 그들은 노래를 통해 물어보지도 않은 이야기를 스스럼없이 토해내고, 답답한 병원 생활에서 잠시라도 벗어나고 싶어 하는 속마음도 보여주었다. 음악치료 세션을 하는 동안 해맑게 웃으며 리듬에 맞추어 악기를 연주하고 작은 소리이지만 노래하는 모습을 보면서, 음악 자체가 그분들에게 주는 치유의 힘을 느낄 수 있었다.

노래하고 악기 연주하기를 통해 ‘나 혼자서도 할 수 있는 것이 있다.’ 라는 것을 보여주고, 노래와 연주 후에 흐뭇해하며 행복한 미소를 짓는 그들의 모습에 응원의 박수를 보낸다.

## 6) 내가 과연 무엇을 도울 수 있을까

내가 만난 참여자 B는 10회기를 마치면서도 생에 대한 그녀의 부정적인 태도가 그렇게 호전되어 보이지 않았다. 단지 스스로 일어설 수 있는 힘을 조금 가지게 된 것이 전부였다. 나는 음악치료를 하는 동안에도 그녀가 자신은 불행하고 힘들게만 살아왔다는 생각에 부정과 원망으로 가득 차 있는 것이 마음이 아팠다. 아예 지난날을 돌아보려고 하지 않거나, 새로 태어날 외손자에 대한 희망마저도 삶의 고단함으로 인해서 포기하는 모습을 지켜보기가 힘들었다. ‘내가 과연 무엇을 도울 수 있을까?’ 하는 자괴감이 들기도 하였다.

병원에서 만나게 된 환자의 대부분은 B와 같이 기초생활수급자들이었다. 그들이 아플 때 통증을 호소할 수 있는 대상은 단지 간병인뿐이었다. 기초적인

처치 이외에 치료를 받는다는 것이 경제적인 면에서 큰 부담이었기 때문에, 무기력하게 죽음을 기다릴 수밖에 없는 상황이었다. 그들은 버림받았다는 생각을 가지고 있었고, 이미 존재의 의미와 삶의 희망을 잃은 채 살고 있어서 죽음의 그림자가 너무나 깊이 드리워져 있었다.

가정 호스피스 환자의 경우 병원에서도 같은 체계적이고 총체적인 돌봄이 불가능하다. 환자가 피해야 할 상황이나 금지해야 할 상황들을 제어할 수 없어서, 우울한 기분상태일 때 자신의 상태를 지각하지 못하고 음주를 하면서 자신의 고통스러운 상황을 잊어버리고 싶어 할 때도 있다.

호스피스 환자를 위한 통증 관리는 약물 처치가 주류를 이룬다. 통증 예방에 목표를 두는 마약성 진통제는 중추신경의 일정 부분을 마비시킨다. 음악치료 세션을 하러 갔을 때, 참여자들이 음악치료 세션에서 함께 참여하고 교감을 나누는 일은 물론 의사소통에도 어려움을 보이며 멍한 모습을 하고 있는 것을 보는 것이 고통스럽기도 했다.

나는 개인적으로 통증을 일시적으로 가라앉혀 주는 약물 요법이, 말기 암환자들이 자신의 삶을 반추하고 죽음을 직면하는 일을 오히려 방해하고 있는 것은 아닐까 걱정이 되기도 하였다. 그들에게 보다 더 중요한 것은 삶에 대한 정리, 용서와 가족과의 관계 회복, 마음의 평화 등이 아닐까? 얼마 남지 않은 그들의 삶에서 가족과 이별할 시간, 그들의 뜻대로 죽음을 받아들일 수 있는 준비가 필요한데, 내가 도울 수가 없다는 안타까움이 자꾸 커져만 갔다.

## 7) 스스로 변화해 가는 소중한 경험

세션을 마치고 B의 딸과 인터뷰를 했다. 그녀는 “엄마가 그전보다는 밝아지고, 아무것도 하려고 하지 않았는데 가끔 계획을 세우시는 모습을 보면 놀라워요. 선생님과 음악치료 하는 것에 대해 뿌듯해 하시는 모습도 볼 수 있었어요.” 라고 전해 주었다.

곰곰이 생각해보니, B는 회기가 늘어나면서 점차 자식과 이웃들이 열심히 살아온 자신의 모습을 인정했었다는 것을 기억해냈고, 새로 태어나게 될 외손자에게 기억될 자신의 모습에 대해서 새로운 기대를 하는 등의 변화를 보이고 있었다. A나 B는 연구자가 찾아오는 시간을 기다리고, 자신의 말에 귀 기울여주고 함께 음악을 듣고 연주해주는 나에게 미소를 지으며 농담을 건네기도 하였다. 그들은 자신이 살아온 날들을 의미 있었던 것으로 기억하고, 앞으로 살아가거나 죽음으로 이별한 후에도 가지게 될 삶의 의미를 조금씩이나마 찾아가게 되었던 것이다.

그것은 내가 처음 기대한 것만큼 극적인 변화는 아니었다. 하지만 그들이 얻은 작은 변화 역시 남은 삶의 기간 동안 그들의 삶을 윤택 아니해줄 소중한 경험이 될 것이다. 나는 노래자서전 프로그램을 통해서 죽음을 수용할 수 있도록 돕고, 그들의 삶의 질을 높이는데 힘을 발휘하였다는 것을 몸소 체험할 수 있었다.

## V. 결론 및 제언

### 1. 결론

본 연구는 말기 암환자가 노래자서전 활동을 통하여 과거의 삶을 되돌아보고 재경험하면서 관조하고 남은 날들에 대한 희망을 확인하는 과정과 음악치료사의 경험을 구체적으로 기록하여, 그 의미를 현상학적 시각에서 해석한 사례 연구이다.

본 연구는 서울특별시 소재 J구 보건소 ‘맞춤형 방문 건강관리사업’ 부서에서 담당하고 있는 말기 암환자 1명과 J구 노인병원에 입원중인 말기 암환자 1명을 참여자로 하여 노래자서전 활동을 2009년 9월 28일부터 2010년 1월 31일까지 각 10회기씩 진행하였다.

노래자서전 활동은 매 회기마다 노래 감상하기, 노래 부르기, 노래 만들기, 노래 회상하기 등 여러 형태의 음악 활동을 통하여 참여자가 자신의 과거를 회상하고 재경험하며 병과 관련한 두려운 감정을 정화하며 죽음을 수용해갈 수 있도록 하는데 중점을 두어 구성하였다. 진행 시간은 환자의 신체적 상황을 고려하여 30~40분 내에서 조정하였다.

자료 수집과 처리 절차는 현상학적 연구방법에 의거하여 매 회기별 진행 상황을 녹화하여 수집하고, 수집된 자료 및 관찰 기록을 토대로 참여자의 죽음에 대한 정서적 수용과 음악의 역할, 그리고 연구자 자신이 음악치료사로서 경험하고 인식한 내용들을 순환론적 사고를 통하여 통찰하고 드러난 중심주제를 중심으로 원자료 중 참여자의 경험과 음악치료사로서의 경험을 잘 드러내는 자료를 선별하여 일화를 구성하고 재기술하였다.

연구 결과는 다음과 같다.

첫째, 노래자서전 활동에서 말기 암환자들은 죽음 수용의 5단계를 경험하고 있음을 보여주었다. 수용의 단계는 개인마다 편차가 있어서 참여자 B는 1회기부터 5회기까지 죽음 수용 5단계 중에 분노와 우울의 단계에 머물며 숙명론적인 생각과 계속되는 울음으로 인하여 음악치료 과정을 소화해 내기가 힘들어 하였다. 그러나 회기를 거듭할수록 두 참여자 모두 점차 수용의 감정으로 나아감을 볼 수 있었다.

둘째, 회기 별 음악의 역할에 대한 분석을 통하여 드러난 음악의 중심 역할은 다음과 같다. 하나, 음악은 마음을 열게 하는 힘을 가지고 있다. 낯설고 서먹한 상황에서 연구자가 다가설 수 있는 부드러운 분위기를 마련해주고 라포가 쉽게 형성될 수 있게 돕는 역할을 하였다. 그러나 참여자 B는 4회기가 돼서야 연구자와 눈을 마주보고 이야기를 나누기 시작하였다. 회기가 거듭될수록 편안해지는 모습을 보였지만 여전히 자신의 이야기를 드러낼 때에는 조심스럽고 회피하려는 경향을 보였다. 둘, 음악은 참여자로 하여금 자신의 힘들었던 과거를 회상하고 정화할 수 있는 힘을 준다. 과거를 떠올리게 도와주는 노래들을 통하여 참여자들은 자신의 과거를 돌아보고 관조하는 일을 보다 쉽게 경험할 수 있었다. 참여자 B가 젊음을 추억하고 노래 부르기 활동을 하며 과거 자신의 모습이 꽤 멋있었다고 이야기하며 뜻밖의 환한 미소를 지어보이기도 하였다. 셋, 음악은 자신의 존재가치를 느끼게 해준다. 음악을 통하여 참여자들은 자신이 존귀한 존재이며 사랑받고 있음을 통하여 큰 위안을 얻었다. 참여자 A는 점점 병이 악화되어 10회기 마지막 음악치료 활동을 침대에 누워서 하게 되었는데 활동내내 울음을 보이며 음악치료 활동 안에서 자신이 얼마나 영적으로 죽음에 대하여 확신을 가지게 되었으며 또한 자신이 얼마나 사랑받고 있는지에 대하여 확실히 깨닫고 죽음을 맞이할 수 있는 것 같다고 이야기하였다. 넷, 음악은 현재와 미래의 고통에 대한 두려움에서 벗어날 수 있게 돕는다. 참여자들은 언제나 두려웠던 죽음을 수용하고 남은 날들을 보다 의미있게 지낼 수 있기를 바라

는 새로운 희망을 품게 되었다. 참여자 B는 미래에 대하여 큰 희망은 가지지 못하지만 시집간 딸이 아이를 생산하거든 자신이 외할머니가 된다는 사실에 자신이 또 다른 존재로 삶을 살아갈 수 있을 것 같다고 이야기 하였다.

과거 회상과 정화의 정도는 음악에 대한 선호도나 참여자의 심성, 과거 어려움의 크기에 영향을 받는 것으로 보인다. 예를 들어, 원래 노래를 좋아하고 타인에게 수용적이고 지지받는 일을 좋아하는 참여자 A는 자신의 과거를 이야기하는 일을 어려워하지 않았고 노래 가사에 나오는 내용을 자신의 입장에 빗대어 자신의 힘들었던 과거를 비교적 거리를 두고 회상하거나 현재의 처지를 비판하지 않고 긍정적인 측면을 바라보는 태도를 보여주었다. 이에 비해 타인의 도움을 거부하고 음악을 크게 즐기지 않는 참여자 B는 자신의 상황을 비판하며 음악치료에 대한 참여를 거부하는 경우도 보여주었다.

과거 회상과 정화의 정도는 과거 어려움의 크기에 따라 관련이 있는데 이것은 배우자에 대한 이야기를 회피하는 대목에서 살펴볼 수 있다. 참여자 A의 경우는 병이 들어 아프기 시작하자 남편은 집을 나가 그의 거처를 알 수 없었으며, 참여자 B의 경우는 아이들이 어릴 때 남편의 놀음과 방탕한 생활 끝에 비명횡사를 하는 지경에 이르렀기 때문에 그의 기억조차 떠올리기를 꺼려하였다. 지나치게 어려웠던 과거의 기억에 압도되는 경우, 회기 내에서 음악을 통해 과거의 일을 직면하는 일도 어려움을 겪곤 하였다.

셋째, 노래자서전 활동을 진행한 음악치료사는 친구의 죽음을 통해 말기암 환자를 돕고자 하는 마음을 가지게 되어 음악치료를 시작하였으나 점차 자신도 죽음에서 자유로울 수 없다는 것을 인식하며 부담을 느끼게 되었다. 자신의 역할에 의구심을 품게 되었으나 환자들 앞에서 노래하는 용기를 내고, 환자들이 스스로 변화해가는 것을 보며 음악의 치유적 힘을 경험할 수 있었다.

본 연구에서 노래자서전 활동은 치료자와의 라포 형성을 용이하게 할 수 있고, 말기 암환자들에게 그들의 과거를 관조적으로 반추하고 죽음을 직면하고 수용할 수 있도록 도움을 주며, 남은 삶 동안 보다 활기차고 희망적인 태

도로 생을 즐길 수 있게 하는 역할을 하는, 보다 적극적인 대안치료로서 활용될 수 있음을 보여주었다.

또한 연구자의 음악치료사로써의 경험은 말기암환자를 만나는 음악치료사가 환자들에 대한 전이현상을 겪을 수 있음을 보여준다. 사례에서는 죽은 친구와 말기 암환자에 대한 동일시, 환자들의 병세 악화에 대한 전위로써의 의료적 접근에 대한 불편감 등이 나타났는데, 이는 환자들의 죽음을 지켜보아야 한다는 과도한 스트레스와 음악치료사로서의 자신의 역할에 대한 부담으로 인한 정상적인 반응일 수 있다.

본 연구에서는 노래자서전 프로그램이 말기 암환자들에게 그들의 삶을 반추하고 죽음을 직면하고 수용할 수 있도록 도움을 주는 보다 적극적인 대안치료로서 활용될 수 있는지를 살펴보고자 하였다. 이 연구는 노래자서전 프로그램 과정을 통한 말기 암환자들의 변화 과정과 음악치료자의 경험을 현상학적 관점에서 사례 기술하였다는 점에서 연구의 의의를 가진다.

## 2. 제언

연구 결과를 바탕으로 본 연구의 제한점을 밝히고 후속 연구에 대한 논의 및 제언을 하고자 한다.

본 연구의 제한점은 안정적인 프로그램 제공이 어려웠다는 점이다. 안정적인 프로그램 제공이 어려웠던 이유는 시간적인 제약, 회기의 불연속성, 심리적 불안으로 인한 산만성 등이다. 연구자는 환자들의 하루 시간 중에 의식이 회복되어 있는 시간에만 제한적으로 음악치료 활동을 제공할 수 있었다. 또한 프로그램의 흐름을 유지하거나 환자의 호전된 상태를 확인하기 어려운 경우가 있었다. 병원에서 프로그램을 시행하는 경우 6명의 환자가 함께

사용하는 병실에서 프로그램을 진행해야 하였기 때문에, 외부 환경과 감정에 민감하게 반응하기 쉬운 참여자에게 안정적인 프로그램을 제공하기 어려운 공간적 한계성이 있었다. 말기 암환자들은 계절과 날씨에 민감하기 때문에 그들의 심리적 변화에 따라 음악치료 시간을 정했다가도 취소하는 경우도 자주 있었다. 다른 환자들의 계속되는 임종을 지켜보는 일은, 죽음이 자신에게도 곧 닥쳐올지 모른다는 생각 때문에 불안을 야기시킨다. 이런 심리적 불안으로 인하여 치료사와 친밀한 관계를 지속하는 것뿐만 아니라 치료활동을 지속하는 데에도 어려움이 있었다.

이는 말기 암환자를 대상으로 한 연구라는 특수성으로 인해 내재적으로 가지게 될 수밖에 없는 문제인 것으로 보인다. 따라서 구조화되고 정형화된 틀을 요구하는 양적 측정보다는 회기별 변화와 심층적 의미를 밝히고자 하는 질적 연구가 더욱 합당한 연구방법인 것으로 보인다.

본 연구는 질적 연구의 특성상 연구자가 관찰하고 기술한 내용의 비중이 높고, 연구자의 '판단 중지'와 '현상학적 환원'에 의한 통찰의 과정이 중요한 비중을 차지한다. 연구자는 자료의 수집방식을 다원화하고 다수의 참여자가 경험한 동일한 현상을 다각적으로 분석함으로써 질적 연구의 '간주관성'을 확보하였다.

하지만 노래자서전 활동의 회기 구성의 타당성과 회기 진행의 질을 담보하는 부분은 선행연구 검토와 별도의 관찰자의 평가를 통하여 검증 받는 절차가 필요하며, 회기를 진행하는 동안 참여자들과 대화를 나누는 방식 등에 대해서도 전문가의 조언을 받는 절차가 마련되면 좋을 것으로 생각된다.

연구자는 프로그램 선정 작업에서 환자의 음악적 선호를 고려하여 프로그램을 구성하고, 계획된 프로그램에 맞추어 회기를 진행하고자 노력하였다. 그러나 말기 암환자를 위한 음악치료적 접근은 단순히 음악 감상이나 연주 활동으로 이루어지는 구조화된 프로그램을 지향하기 어렵다는 한계점을 지니고 있다는 것을 알게 되었다. 왜냐하면 그들은 매우 깊은 마음의 상처를 입은

상태이고 극단적인 심상을 경험하곤 하므로, 음악치료사로서 그들의 상황을 이해하고 그들을 전적으로 지지해주는 ‘공감적 지지’가 우선적으로 제공되어야 할 경우가 많았던 것이다.

따라서 프로그램 진행 시 이미 계획된 프로그램의 범위 안에서 그들의 심정을 따라가고 편안하게 마음을 열게 하며, 과거에 대한 안전한 회상 그리고 현재와 미래에 대한 소박하지만 구체적인 희망을 가질 수 있는 단계까지 함께 나아갈 수 있는 ‘공감적 지지 프로그램’을 구성할 수 있는 음악치료사로서의 역량이 절대적으로 요구된다고 하겠다.

음악치료 프로그램은 더 이상 미래를 기약할 수 없는 말기 암환자와 그 가족들이 갖는 심리적 어려움에 대하여, 휴식과 안녕감의 증진 외에도 내적 치유나 내적 통합을 목표로 하는 목적성 있는 활동이 포함될 필요가 있다. 물론 환자의 신체적·정서적 상태가 시시각각 다르기 때문에 프로그램의 내용은 유동적일 수 있지만, 신체적 쇠약·사회적 고립·우울의 위험 등 모든 상황이 급격히 나빠지는 상황 속에서도 개인은 여전히 가치 있으며 의미 있는 접촉을 가질 수 있다는 희망을 줄 수 있어야 한다는 것이다.

음악치료사는 말기 암환자와의 만남에서 단지 프로그램을 진행하는 역할만이 아니라 그의 심리적 안정을 도모하는 ‘대화 상대자’, 그의 삶의 질을 고려하는 ‘호스피스’로써의 역할을 담당할 수 있어야 한다. 치료사로서 느끼는 당황감·낙심·환자의 상황에 대한 역전이 등이 일반적인 음악치료 프로그램 진행보다 더욱 힘들 수 있을 것이므로 이에 대한 슈퍼비전의 제공이 필요하다고 본다.

이 연구는 노래자서전 프로그램 과정을 통한 말기 암환자들의 변화 과정과 음악치료자의 경험을 현상학적 관점에서 사례 기술하였다는 점에서 연구의 의의를 가진다. 본 연구가 호스피스 완화 의료 분야에서 음악치료의 활성화를 위한 기초 자료로 활용되고, 이를 토대로 다양한 연구가 이루어지기를 바란다.

## 참고문헌

- 고영란(2002). 말기 암환자의 삶의 질에 호스피스케어가 미치는 영향에 관한 연구. 석사학위논문 경기대학교.
- 구민재(2008). 그룹 노래심리치료 프로그램이 시설노인의 생활만족도에 미치는 영향. 석사학위논문 이화여자대학교.
- 김분한 · 김금자 · 박인숙 · 이금재 · 김진경 · 홍정주 외(1999). 현상학적 연구방법의 비교고찰 - Giorgi, Colaizzi, Van Kaam 방법을 중심으로, *대한간호학회지*, 29(6), 1208-1220.
- 김선숙(2007). 호스피스 자원봉사활동이 자원봉사자의 삶의 질에 미치는 영향. 석사학위논문. 나사렛대학교.
- 김유림(2010). 말기암 환자의 '희노애락(喜怒哀樂)' 인생회고를 위한 노래심리치료. 석사학위논문. 성신여자대학교.
- 김은정(2008). 음악치료가 암환자 기분상태에 미치는 영향에 관한 연구. 석사학위논문. 성신여자대학교.
- 김정미(2003). 사회적 지지를 중심으로 한 가정 호스피스 활동이 노인의 죽음 태도에 미치는 영향. 석사학위논문. 호남대학교.
- 김화순(2003). 말기 암 환자의 삶의 질 변화과정에 관한 연구 : 근거이론 접근방법으로. 석사학위논문. 가톨릭대학교.
- 노유자 · 한성숙 · 안성희 · 김충길. (1994). *호스피스와 죽음*. 서울: 현문사.
- 문지영(2007). 호스피스에서의 음악치료. *한국호스피스·완화의료학회지*, 10(2), 67-73.
- 박미란(2009). 양로원 할머니들의 죽음인식과 교육과의 관계 고찰. *교육인류학 연구*, 12(1), 203-232.

- 성기순(1996). 호스피스 프로그램 개발을 위한 임종환자의 가족의 실태조사 연구. 석사학위논문. 중앙대학교.
- 순진이(2001). 노래심리치료(Song Psychotherapy)를 위한 한국 대중가요의 내용분석: 사회 심리적 현상을 중심으로. 석사학위논문. 이화여자대학교.
- 양지은(2007). 그룹 음악심리치료 프로그램이 장애아동 어머니의 양육 스트레스와 자기효능감에 미치는 영향: 초등학교 특수학급 학부모를 중심으로. 석사학위논문. 이화여자대학교.
- 양희복. (2004). 여성 노인의 자아통합을 위한 집단프로그램 사례 연구: 회상 요법 적용을 중심으로. 석사학위 논문, 서울여자대학교 사회복지대학원.
- 윤 웅(2006). 음악치료가 암환자의 통증감소와 수면에 미치는 영향. 석사학위논문. 한세대학교.
- 이문자(2009). 구조화된 회상을 중심으로 노인집단 미술치료 사례연구. 석사학위논문. 동국대학교.
- 이문정(2006). 외상 후 스트레스 장애 환자를 위한 노래자서전 활동. 석사학위논문. 숙명여자대학교.
- 이수현(2009). 기독교적 음악 감상이 말기 암환자의 언어적 표출에 미치는 영향. 석사학위논문. 성신여자대학교.
- 이 숙(2006). 고통 속에서도 행복한 내 삶의 여정: 종말기 환자의 음악자서전 경험에 관한 질적 연구. 한국음악치료학회지, 8(2), 22-44.
- 이옥자(1995). 말기 암환자의 체험에 관한 현상학적 연구. 박사학위논문. 이화여자대학교.
- 이용호(2005). Effect of Life Review Program (LRP) on Emotional Welbing of Korean elderly with dementia, Unpublished

doctoral dissertation manuscript, University of Minnesota .

- 이인애(2009). **치매어머니와 함께 음악치료과정에 참여하는 딸의 경험 : 시설위탁을 결심하고**. 석사학위논문. 이화여자대학교.
- 전혜진(2009). **암 환자 Client 부부의 응집력 향상을 위한 노래심리치료**. 석사학위논문. 이화여자대학교.
- 정현정(2009). **음악심리치료가 새터민 아동의 문화적응 스트레스에 미치는 효과**. 석사학위논문. 이화여자대학교.
- 정현주(2006). **음악치료학의 이해와 적용**. 서울: 이화여자대학교 출판부.
- 정현주 · 최성윤(2004). 호스피스 환자들의 언어적 · 비언어적 표현 증진을 위한 음악적 활용. **호스피스교육연구소지**, 8, 44-53.
- 최미환(2006). **노래심리치료. 음악치료 기법과 모델**. 정현주(편). (2006). **노래심리치료**. 서울: 이화여자대학교 출판부.
- 최윤선(2000). **호스피스·완화의학**. 서울: 고려대학교 출판부.
- 허혜경 · 김대란 · 김대화(2003). 암환자의 치료 부작용, 가족지지, 삶의 질과의 관계연구. **대한간호학회지**, 33(1), 71-78.
- 통계청(2009). **사망원인통계 결과**. 2009년 8월 28일.  
<http://www.kostat.go.kr>로부터 검색
- Abrahm, J. L. (2000). **암환자를 위한 완화의학: 통증 및 증상조절**. 김준석 외 (역). (2008). 서울: 고려대학교 출판부.
- Austin, D. (1991). The musical mirror: Music therapy for the narcissistically injured. *In Case Studies in Music Therapy*, Barcelona Publishers. 291-308.
- Bruscia, K. E. (1998). **The Dynamics of Music Therapy**. 최병철 · 김영신 (역). (2006). **음악 심리치료의 역동성**. 서울: 학지사.
- Covington, H. & Crosby C. (1997). Music Therapy as a nursing ntervention.

*Journal of Psychosocial Nursing*. 35(3), 34-37.

- Daykin N, Bunt L, McClean S. (2006). Music and healing in cancer care: a survey of supportive care provider. *Arts in Psychotherapy*. 33(5), 402-413.
- Deeken, A. (1992). **알폰스 데켄 강의집**. 서울: 각당복지재단.
- Dürmüller, J. *Life and Death, Death and life*. 심상영 (역). (2007). **삶과 죽음, 죽음과 삶-죽어가는 한 여성의 꿈 이야기**. 서울: 한국심층심리연구소.
- Ferrell, B. R. , Wisdom, C. , & Wenzel, C. (1989). Quality of life as an outcome variables in the management of cancer pain. *Cancer*, 63, 2321-2327.
- Giorgi, A. (1970). *Psychology as Human Science*. New York: Harper & Row.
- Hanser S. (2006). Music therapy in adult oncology: research issue. *Journal of the Society for Integrative Oncology*, 4(2), 62-66.
- Hogan, B. (1997). *The experience of Music therapy for terminally III patients master of music*. Australia: The University of Melbourne.
- Kubler-Ross E. (1969). *On death and dying*. New York: The MacMillan.
- Kubler-Ross, E. & Kessler, D. (2005). *On Grief and Grieving: Finding the meaning of life through the five stages of loss*. 김소향 (역). (2007). **상실 수업**. 서울: 이레.
- Katzman, R. (1986) Alzheimer's disease. *New England Journal of Medicine*, 314, 964-973.
- Longfield, V. (1995). *The effects of music therapy on pain and mood in hospice patients* (Unpublished master's thesis, Saint

Louis University).

- O'Callaghan, C. (1996). Lyrical themes in songs written by palliative care patients. *Journal of Music Therapy*, 33(2), 74-92.
- Porchet-Munro, S. (1993). Music therapy perspectives in palliative care education. *Journal of Palliative Care*, 9(4), 39-41.
- Salmon, D. (2001). Music therapy as psychospiritual process in process in palliative care. *Journal of Palliative Care*, 17(3), 142-146.
- Storr, A. (1992). *Music and Mind*. New York: The Free Press.
- Wylie, M. E. & Blom, R. (1986). Guided imagery and music with hospice patients. *Music Therapy Perspectives*, 3, 25-28.

## <ABSTRACT>

# A Qualitative Study on Death Acceptance among Terminal Cancer Patients via the Song Autobiography Program : a Musical Experience of Contemplation and Hope

Kyoung-hee, Kim  
Department of Music Therapy  
Graduate School of  
Sungshin Women's University

This paper is a case study on the effectiveness on the Song Autobiography program for the treatment of terminal cancer patients. This paper records the processes that terminal cancer patients experienced as they used the Song Autobiography program to look back over their lives, re-experience the past, and reconfirm hope for their remaining time. I interpreted the meaning of these records from a phenomenological perspective.

This study contained three questions : 1) How do terminal cancer

patients, as they used the Song Autobiography, experience the five step of feelings related to death? 2) To what degree are the song in the Song Autobiography program effective? 3) What is the music therapist's experience in the process of using the Song Autobiography?

The Song Autobiography program for terminal cancer patients involved ten sessions from September 28, 2009 to January 31, 2010. And two terminal cancer patients participated in this program.

The song autobiography program consists of a patients listening to music, singing songs, writings songs, and reminiscing through songs. In order to purify patients's fear related to cancer and accepting death, this program focuses on patients's remembrances of the past and their re-experiencing days gone by. Because of the physical condition of patients, the Song Autobiography program's sessions last for only 40 minutes.

The process of collecting and processing materials was as follows: I recorded and collected each session's progress, and then I categorized and analyzed specific elements of the emotional acceptance and the role of music in the patients' attitudes toward death. In addition, I wrote about inner changes that I experienced as a music therapist, and freely described inner changes through a first person narrative point of view. I can present the results of this study as follows.

First, I found that terminal cancer patients experienced "the five steps of feelings"(e.g., denial, anger, bargaining, depression, and acceptance) related to death during the program's processes. The direction of most patients' experience came close to "acceptance" feelings.

Second, I found that the songs in the Song Autobiography helped the patients develop an open mind. The songs helped the patients reflect upon and contemplate their past in a way that enabled them to overcome their fatigue. The patients also regained the ability to be themselves and look to the future with hope when they communicated with therapist.

Third, as a music therapist I was confronted with an uneasy and burdened feeling in leading the program. At the same time, I experienced the healing power of music. I felt a sense of worth as a music therapist and gained an intimate relationship with patients.

In this study, I tried to find out whether the Song Autobiography program could be an effective and alternative method to help patients place in retrospect their lives and to confront and accept their approaching death.

This study has a significance that describes the inner processes of change in both terminal cancer patients and the music therapist. The Song Autobiography program represents a study in end-of-life experience.