



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](#)

순진이 교수 지도

석사학위 청구논문

드럼서클을 활용한 음악치료가
학령후기 아동의 일상생활 스트레스
및 또래관계에 미치는 영향

2017

성신여자대학교 대학원

음악치료학과

이 주 선

드럼서클을 활용한 음악치료가
학령후기 아동의 일상생활 스트레스
및 또래관계에 미치는 영향

순진이 교수 지도

이 논문을 석사학위 논문으로 제출함

2017

성신여자대학교 대학원

음악치료학과

이 주 선

인 준 서

이주선의 석사학위 논문으로 인준함

2017년 5월

심사위원장 _____ (인)

심 사 위 원 _____ (인)

심 사 위 원 _____ (인)

성신여자대학교 대학원

논문개요

본 연구는 드럼서클을 활용한 음악치료가 학령후기 아동의 일상생활 스트레스와 또래관계 기술에 미치는 영향에 대해 알아보고자 실시되었다. 본 연구의 대상은 경기도 소재의 J초등학교에 재학 중인 학령후기(4학년-6학년) 아동 32명으로, 실험집단(15명)과 통제집단(17명)으로 구분하여 무선배치 하였다. 드럼서클을 활용한 음악치료 활동은 각 회기 당 50분씩 주 2회, 총 14회기로 7주간 진행되었으며, 주의 집중시키기(Attention Call), 즉흥연주 유도하기(Call to Groove), 연주 멈추기(Stop Cut), 음량 조절하기(Volume Attention) 등 드럼서클에서 사용하는 기법들을 활용하여 구성하였다.

드럼서클을 활용한 음악치료 활동의 시행 전 실험집단과 통제집단을 대상으로 일상생활 스트레스와 또래관계 기술에 대하여 사전검사를 실시하였고, 활동의 시행 후 동일한 방법으로 사후검사를 실시하였다. 사전·사후 검사에서 수집된 자료는 SPSS 20.0 통계 프로그램에서 빈도분석, 공분산분석(ANCOVA), 독립표본 t 검정, 대응표본 t 검정을 사용하여 분석하였다.

연구 결과 드럼서클을 활용한 음악치료 활동은 학령후기 아동의 일상생활 스트레스 감소($F=21.06, p<.001$)와 또래관계 기술 향상($F=10.47, p<.003$)에 통계적으로 유의한 효과가 나타났다. 이는 드럼서클을 활용한 음악치료가 사회·정서적 측면에서 발달적 지원을 필요로 하는 학령후기 아동을 위해 치료적 중재 방안으로 적용될 수 있다는 근거를 제시한다. 본 연구는 드럼서클을 활용한 음악치료가 임상적 목적의 시행 뿐 아니라 다양한 대상과 현장에 적용될 수 있는 실질적 활용 가치를 가진 긍정적 접근임을 입증하였다는 의의가 있다.

목 차

논문개요

I. 서론	1
1. 연구의 필요성과 목적	1
2. 연구문제	5
II. 이론적 배경	7
1. 학령후기 아동	7
1) 학령후기 아동의 발달과 특성	7
2) 학령후기 아동의 일상생활 스트레스	8
3) 학령후기 아동의 또래관계	11
2. 학령후기 아동을 위한 음악치료	12
1) 학령후기 아동의 일상생활 스트레스를 위한 음악치료	12
2) 학령후기 아동의 또래관계를 위한 음악치료	14
3) 드럼서클을 활용한 음악치료	16
III. 연구방법	23
1. 연구대상	23
2. 연구설계	25
3. 측정도구	25
1) 일상생활 스트레스 척도	25
2) 또래관계 기술 척도	26

4. 연구절차	26
5. 드럼서클을 활용한 음악치료	28
6. 자료분석	32
IV. 연구결과	34
1. 드럼서클을 활용한 음악치료 활동이 학령후기 아동의 일상생활 스트레스에 미치는 영향	34
1) 실험집단과 통제집단의 일상생활 스트레스에 대한 동질성 검정	34
2) 일상생활 스트레스 전체	35
3) 일상생활 스트레스 하위요인	36
2. 드럼서클을 활용한 음악치료 활동이 학령후기 아동의 또래관계 기술에 미치는 영향	40
1) 실험집단과 통제집단의 또래관계 기술에 대한 동질성 검정	40
2) 또래관계 기술 전체	40
3) 또래관계 기술 하위요인	42
V. 결론	44
1. 결론 및 논의	44
2. 제언	46

참고문헌

ABSTRACT

표 목 차

<표 II-1> 드럼서클에서 사용되는 기술	17
<표 III-1> 연구 대상 아동의 일반적 특성	23
<표 III-2> 전후 검사 통제집단 설계	25
<표 III-3> 드럼서클을 활용한 음악치료 활동의 단계별 구성	28
<표 III-4> 드럼서클을 활용한 음악치료 활동 방법 및 치료적 논거	29
<표 IV-1> 일상생활 스트레스 사전검사에 대한 동질성 검정	33
<표 IV-2> 일상생활 스트레스에 대한 공분산분석	34
<표 IV-3> 일상생활 스트레스에 대한 기술통계와 대응표본 t 검정	35
<표 IV-4> 일상생활 스트레스 하위요인에 대한 공분산분석	36
<표 IV-5> 일상생활 스트레스 하위요인에 대한 기술통계와 대응표본 t 검정	37
<표 IV-6> 또래관계 기술 사전검사에 대한 동질성 검정	39
<표 IV-7> 또래관계 기술에 대한 공분산분석	40
<표 IV-8> 또래관계 기술에 대한 대응표본 t 검정	40
<표 IV-9> 또래관계 기술 하위요인에 대한 공분산분석	41
<표 IV-10> 또래관계 기술 하위요인에 대한 대응표본 t 검정	42

그림 목 차

<그림 II-1> 드럼서클 참여자가 경험할 수 있는 음악적 경험	20
<그림 IV-1> 일상생활 스트레스의 실험집단과 통제집단 평균점수	35
<그림 IV-2> 부모 및 가정환경	38
<그림 IV-3> 교사 및 학교환경	38
<그림 IV-4> 친구 및 개인환경	38
<그림 IV-5> 주변 및 사회환경	38
<그림 IV-6> 학업	38
<그림 IV-7> 또래관계 기술의 실험집단과 통제집단 평균점수	40
<그림 IV-8> 주도성	42
<그림 IV-9> 협동/공감	42

I. 서론

1. 연구의 필요성 및 목적

학령후기는 초등학교 고학년인 4학년에서 6학년에 해당하는 시기로, 이 시기의 아동은 다양한 경험을 통해 인지적, 사회적, 정서적 측면에서 유용한 기술을 습득하고, 인성의 한 부분을 형성한다(강진령, 연문희, 2009). 학령후기 아동은 급격한 신체적 변화이외에도 정서적 변화를 함께 경험하게 되는데, 이러한 변화는 점차 가속화되고 있는 추세이다. 실제 청소년기의 대표적 특징인 사춘기가 평균 9.5세에 시작되어 11.6세경에 정점에 도달하였다가 13.6세경에 끝난다고 보고되었을 만큼 사춘기는 학령후기 아동에게 중요한 과업이며(안용수, 2007), 학령후기 아동이 자신의 급격한 신체적 변화와 정서적, 인지적 변화에 대하여 적응하지 못하였을 때, 심리적으로 부정적인 여러 형태의 문제행동이 나타난다(한유경, 2013).

학령후기 아동이 경험하는 심리적 문제로는 학교폭력, 스마트폰 중독, 과도한 학업으로 인한 스트레스 등이 있다. 특히 학교 폭력의 경우 초등학생들의 피해 경험이 높은 것으로 나타났는데, 초·중·고 학생을 대상으로 학교 폭력의 피해 경험을 조사한 결과 68%가 초등학생인 것으로 나타났다(최일생, 2017). 스마트폰 사용의 대중화로 인해 사용자의 연령 또한 점차 낮아지고 있는 추세이며, 초등학생의 스마트폰 사용이 꾸준히 증가하면서 사이버 폭력의 비율도 지속적으로 증가하는 것으로 알려져 있다(교육부, 2017). 이러한 문제는 스마트폰 중독 고위험군 아동 중 16.3%가 초등학생으로 다른 연령에 비해 상대적으로 높은 수준이라는 보고(교육부, 2017)와 더불어 학령후기 아동의 문제행동으로 이어질 수 있다.

초등학교 진한 후 학업에 대한 비중이 점차 높아지면서 학령후기 아동의 사교육 비중도 높아져 이에 따른 스트레스도 증가하고 있다. 실제로 학령후기 아동의 10명 중 7명은 사교육을 받고 있으며(통계청, 2014), 국내 아동의 학업스트레스는 OECD국가 중 가장 높은 것으로 알려져 있다(보건복지부, 2015). 학령후기 아동은 규율적인 생활의 요구, 학업이나 입시에 대한 과중한 부담 등으로 스트레스를 경험하면서 정서적인 어려움을 함께 경험한다(김용수, 박현주, 2008; Skybo & Buck, 2007). 이들이 자신이 겪고 있는 스트레스에 대하여 적절하게 대처하지 못할 경우 다른 친구들과의 비교에서 오는 열등감, 힘든 상황이 반복되면서 겪게 되는 학습된 무력감, 우울, 과잉행동과 같은 문제행동을 보이며(Morales & Guerra, 2006), 이러한 문제행동이 건강한 방식으로 다루어지지 않을 경우 학령후기 아동의 삶에 부정적인 영향을 미칠 수 있다.

학령후기 아동의 삶의 맥락은 주로 가정과 학교에서 구성된다. 학령후기 아동은 학교 환경에서 처음으로 가족이 아닌 타인과 사회관계를 형성하게 되며, 동년배의 아동들과 또래관계를 형성해 간다. 또래관계를 통해 형성된 또래집단은 아동이 스트레스에 대처할 수 있는 정서적, 심리적 지지를 제공하는 지지집단으로서의 역할을 수행한다(하나래, 2016). 아동들은 또래관계를 통하여 집단에서의 규칙, 소속감, 위계, 경쟁적 상호관계에서 필요한 감정 조절과 같은 사회적 기술을 습득할 수 있고(엄보미, 2013), 또래관계에서 경험하는 인정과 수용은 긍정적 자아개념 형성에 도움을 주어 일상생활에 안정감이 생기도록 돕는다(조수정, 2014).

또래관계에서 경험할 수 있는 좌절이나 사회적인 문제로 대두되고 있는 학교폭력이나 왕따 등과 같은 현상은 아동의 사회적 관계에 스트레스 요인으로 작용할 수 있다. 부정적인 또래관계는 아동의 심리 과업 달성을 방해하여 자존감 저하를 유발시켜 아동의 자아 성장을 저해할 수 있다(김순혜,

2012). 이처럼 또래관계는 아동의 사회·정서발달에 필요한 특성과 기술을 익히는데 영향을 미치며(김지혜, 김순옥, 2011), 또래관계를 포함하여 학령후기 아동이 겪는 사회적 경험은 학령후기 뿐만 아니라 청소년기, 성인기에도 지속적으로 영향을 미칠 수 있다(김상희, 2015; 백혜정, 2007; 우소연, 박경자, 2009; Bruil & Detmar, 2005). 이는 아동기의 관계 경험이 이후 사회적 발달에 있어 매우 중요하다는 것을 의미한다.

최근 조사된 한국아동의 삶에 대한 만족도와 행복도는 OECD국가 중 최하위로 나타났다(보건복지부, 2013). 아동의 삶에 대한 만족도와 행복도 제고를 위해서는 아동의 스트레스 해소가 우선적으로 요구되며, 이는 또한 아동의 또래관계 및 여가활동과 중요한 관계를 가지고 있다(보건복지부, 2015). 다시 말해 아동이 학령후기에 경험하는 정서적, 사회적 삶의 질이 아동의 성장에 매우 큰 영향을 미친다는 점을 인식하고, 학령후기 아동의 스트레스 해소 및 또래관계에 긍정적인 영향을 미칠 수 있는 지원적 중재방안의 마련이 필요하다는 것이다.

김상숙과 신영희(2005)는 학령후기 아동의 일상생활 스트레스 정도와 대처 정도를 파악하고 상관관계를 알아보았다. 연구결과, 일상생활의 스트레스가 높은 아동일수록 상황을 왜곡하고 자신의 문제를 정확하게 인지하지 못하는 것으로 밝혀졌다. 유지언(2014)은 일상적 스트레스가 높은 학령기 아동일수록 우울정도가 높게 나타남을 보고하였다. 유설희, 박보경과 도현심(2015)은 학령후기 아동의 또래관계와 주관적 안녕감의 상관관계를 알아보는 연구를 수행하여 아동의 또래관계가 좋을수록 주관적 안녕감도 높게 나타난다는 결과를 보고하였다. 그러나 이러한 연구들은 스트레스나 또래관계가 학교생활 적응, 주관적 안녕감 등과의 상관관계만을 알아보는데 집중되어 있으며, 아동의 일상생활 스트레스 감소와 또래관계 향상에 대한 지원적 관점의 연구는 상대적으로 미흡한 실정이다.

학령후기 아동의 일상생활 스트레스 감소나 또래관계 향상에 대한 지원적 관점의 선행연구는 다양한 음악활동을 활용하여 수행되었다. 창작음악극 프로그램(허혜진, 2010), 기악합주활동(김혜정, 양은아, 2010), 노래 부르기, 즉흥연주(김혜원, 2011) 등의 음악활동은 아동의 신체 활동에 변화를 줄 수 있어 긍정적인 기분과 정서 상태를 강화시켜주며, 같은 그룹 구성원과의 사회적 관계 형성을 도울 수 있다(천애영, 2008). 따라서 음악활동을 통한 학령후기 아동의 사회·정서적 지원은 이들의 일상생활 스트레스 감소 및 또래와의 상호작용을 촉진하는 중재 방안이 될 수 있다.

음악은 감정적 문제나 심리적인 이슈를 비언어적으로 표현할 수 있는 매체이다. 음악은 아동이 심리적 저항 없이 자신을 마음껏 표현할 수 있는 정서 표현의 기회를 제공한다(김혜원, 2011). 또한 음악은 억압된 정서를 정화시켜 자아의 긴장을 완화시키고 긍정적인 정서 상태로 유도하여 정서적 갈등을 감소시킬 수 있다(박지은, 최병철, 2012). 김혜원(2011)은 노래 부르기, 즉흥연주 등의 음악활동이 아동의 부정적인 이슈나 드러내기 힘든 개인적 상황을 표현할 수 있도록 도와주어 스트레스 감소에 긍정적인 영향을 미쳤다고 보고하였다.

타악기 연주는 특정한 연주기술과 음악에 관한 선행 지식 없이도 쉽게 활용될 수 있어 남녀노소 구분 없이 다양한 연령을 대상으로 연구되고 있다(김경민, 2014; 김은주, 2015; 유지아, 2016; 이경진, 2010; 장빛나, 김수지 2013). 타악기 연주에서 일정한 리듬이나 패턴을 만들어 연주하는 것만으로도 연주자는 타인과 음악적으로 상호작용할 수 있고(Alvin & Warwike, 1978), 타악기 연주를 통한 비언어적인 의사소통은 정서적, 감정적 표현 및 교류의 기회를 제공하여 사회적 상호작용을 도울 수 있다(장상민, 2016). 김경민(2015)은 그룹 타악기 리듬연주 활동이 자기 및 타인의 대한 인식, 이해, 자기표현 등과 같은 대인관계에 필요한 사회적 기술 향상에 긍정적인

영향을 주었음을 보고하였다.

드럼서클(Drum Circle)은 타악기 연주 방법 중 하나로 여러 명의 참여자가 원의 모양으로 모여 다양한 타악기를 연주하면서 음악을 만들어 가는 활동이다(한국드럼서클연구회, 2010). 드럼서클 활동에서는 그룹을 이끌어 가는 리더의 역할인 퍼실리테이터(Facilitator)가 존재하며, 드럼서클의 참여자는 퍼실리테이터의 신체동작과 언어적 지시에 따라 타악기를 연주할 수 있다. 드럼서클의 연주는 구조화된 연주와 즉흥연주가 모두 가능하다. 악보가 필요하지 않고, 정해진 음악적 규칙 없이 즉흥적이고 자유롭게 리듬을 연주하는 역동적인 활동인 드럼서클은 그룹 구성원들이 음악적 표현을 통해 자신의 역량을 드러낼 수 있도록 유도한다.

본 연구에서는 학령후기 아동을 대상으로 드럼서클을 활용한 음악치료 활동을 구성하고 시행하여, 학령후기 아동의 일상생활 스트레스 감소와 또래 관계 향상에 미치는 영향을 알아보고자 한다.

2. 연구문제

본 연구는 드럼서클을 활용한 음악치료가 학령후기 아동의 일상생활 스트레스와 또래관계에 미치는 영향을 살펴보고, 음악치료 활동 시행 여부에 따른 집단 간의 차이를 검증하고자 다음과 같이 연구문제를 설정하였다.

1. 드럼서클을 활용한 음악치료에 참여한 실험집단은 참여하지 않은 통제 집단에 비해 일상생활 스트레스의 감소에 유의미한 차이를 보이는가?

1-1. 드럼서클을 활용한 음악치료에 참여한 실험집단은 참여하지 않은 통제 집단에 비해 부모 및 가정환경 스트레스의 감소에 유의미한 차이를 보이는

가?

1-2. 드럼서클을 활용한 음악치료에 참여한 실험집단은 참여하지 않은 통제 집단에 비해 부모 및 가정환경 스트레스의 감소에 유의미한 차이를 보이는가?

1-3. 드럼서클을 활용한 음악치료에 참여한 실험집단은 참여하지 않은 통제 집단에 비해 부모 및 가정환경 스트레스의 감소에 유의미한 차이를 보이는가?

1-4. 드럼서클을 활용한 음악치료에 참여한 실험집단은 참여하지 않은 통제 집단에 비해 부모 및 가정환경 스트레스의 감소에 유의미한 차이를 보이는가?

1-5. 드럼서클을 활용한 음악치료에 참여한 실험집단은 참여하지 않은 통제 집단에 비해 부모 및 가정환경 스트레스의 감소에 유의미한 차이를 보이는가?

2. 드럼서클을 활용한 음악치료에 참여한 실험집단은 참여하지 않은 통제 집단에 비해 또래관계 향상에 유의미한 차이를 보이는가?

2-1. 드럼서클을 활용한 음악치료에 참여한 실험집단은 참여하지 않은 통제 집단에 비해 주도성 향상에 유의미한 차이를 보이는가?

2-2. 드럼서클을 활용한 음악치료에 참여한 실험집단은 참여하지 않은 통제 집단에 비해 공감/협동 향상에 유의미한 차이를 보이는가?

II. 이론적 배경

1. 학령후기 아동

1) 학령후기 아동의 발달과 특성

학령후기는 아동의 사회적, 심리적, 신체적 발달 측면에서 통합이 이루어지기 시작하고 사춘기에 입문하는 시기이다(고영희, 2013; 권재기, 정미경, 2012). 학령후기 아동은 사회발달과 영양상태의 영향으로 신체 발달이 빠르게 나타나기 시작하여 청소년기의 발달특성인 2차 성징이 나타난다(Alsop & McCaffrey, 1993). 또한 이 시기의 아동은 자아의 발달이 가장 두드러지며, 자립적인 생활에 필요한 자아개념과 사회적 가치관을 형성해 간다(강경아, 김신영, 송미경, 심소용, 김성희, 2007). 아동은 올바른 자아개념과 신체상을 확립하고, 자신의 정서를 조절할 수 있는 통제력을 키우며, 또래관계를 통하여 사회적 역할을 시작하고, 성취감을 통하여 근면성을 획득한다(이보람, 박혜준, 2011). 그러나 아동이 자신의 정서를 상황에 맞게 조절하지 못하거나, 자신의 신체변화에 불만족 할 때 일상생활과 학교생활 등 전체적인 생활 적응에 불만족으로 확대되어 문제행동이 나타나기도 한다(곽금주, 2016).

학령후기 아동은 자신의 자아개념에 대하여 객관적으로 지각하게 되면서 타인의 기대와 태도, 평가 등에 영향을 받으며(이보람, 박혜준, 2011), 부모와 또래 교사 등 타인과 관계를 통해 아동은 자신에 대한 정체감을 형성해 나간다(이은정, 2015). 부정적인 경험이 지속될 경우 아동 자신에 대한 자존감이 낮아지고, 자신의 성취에 대하여 낮게 평가하여 학교적응, 또래관계 등 사회적 관계에 어려움을 보인다(Masten et al., 2005; Mcgrath & Reopetti, 2002). 이처럼 학령후기 아동은 자아개념이나 신체상, 사회적 관계를 형성할 때 자신의

일상생활 경험으로부터 영향을 받으며, 이 시기의 긍정적인 또는 부정적인 경험은 아동의 자아개념, 통제력 등의 발달에 영향을 주는 중요한 부분이다(송인섭, 2011).

학령후기 아동의 사회적 관계는 학교생활의 비중이 높아지면서 가족 이외의 구성원인 교사나 또래 등과의 관계로 확장된다. 아동이 경험하는 사회적 관계 중 동일 연령의 또래관계의 형성은 수평적인 사회적 관계의 시작을 의미한다. 아동은 또래와 자신들만의 문화와 습관을 형성하고, 이러한 과정을 통해 자신감, 독립심 발달에 영향을 받는다(정옥분 외, 2008). 아동에게 있어 원만한 또래관계를 형성하고 유지하는 경험은 사회·정서발달에 긍정적인 영향을 미치는 요인이 될 수 있다(조수정, 2014).

반면 높은 교육열, 아동에 대한 부모의 높은 기대와 요구로 아동은 방과 후에도 사교육이나 과도한 학습활동에 많은 시간을 보내게 되므로 또래관계, 여과활동 시간 등을 통해 정서적인 관계를 형성하고 유지할 기회가 부족하다(정영임, 2008). 이러한 경험이 부족할 때 아동은 자신의 정서를 이해하고 올바른 방법으로 표현하여 소통하는데 어려움을 겪을 수 있다(이인희, 2012). 학령후기에 형성된 인지개념과 사회·정서 기술 등은 청소년기와 성인기의 근간을 이루며 추후의 삶에도 영향을 미칠 수 있으며(김상희, 2015; 백혜정, 2007; 우소연, 박경자, 2009; 임희은, 2016; Bruil & Detmar, 2005), 학령후기 아동은 일상생활의 경험을 통하여 사회·정서발달 등에 필요한 개념을 학습하고 기술을 습득한다.

2) 학령후기 아동의 일상생활 스트레스

스트레스란 어떠한 자극이 주어졌을 때 개인이 가진 역량에 부담이 되거나 그 한계를 초과하여 신체적·심리적 긴장 상태를 유발하는 것으로 특정한 사

건·사고로 인한 스트레스와 일상생활에서 나타나는 스트레스로 구분된다(노지은, 2013; 민하영, 2009). 일상생활 스트레스는 심리적 안녕감의 지표로 간주될 만큼 우울, 외로움, 문제행동, 자살과 같은 행동적 차원에 있어 직·간접적인 영향을 주며(이숙, 김수미, 2009), 동시다발적으로 발생할 수 있어 특정한 사건·사고로 인한 스트레스보다 삶에 더 큰 영향을 미칠 수 있다(기채영, 신영숙, 홍경자, 2009).

과도한 경쟁구조로 인해 아동의 성장을 재촉하는 사회적 압력과 평가위주의 환경은 아동에게 스트레스 요인이 된다(소원영, 2006). 학령후기 아동은 학교생활의 비중이 높아지면서 규율적인 생활, 학업·입시에 대한 부담, 친구·교사와의 관계 등으로 인해 일상생활에서 많은 스트레스를 경험할 수 있다(김용수, 박현주, 2008; 오진아, 2011; Skybo & Buck, 2007). 아직 성장발달단계의 과도기에 있는 학령후기 아동은 성인에 비해 자신의 스트레스에 대한 이해와 대처능력이 부족하므로, 자신의 스트레스를 건강하게 다루면서 성장하도록 중재할 필요가 있다.

김지혜(2010)는 초등학생이 경험하는 일상생활 스트레스를 부모 및 가정환경, 교사 및 학교환경, 친구 및 개인환경, 주변 및 사회환경, 학업요인으로 구분하여 초등학생의 일상생활 스트레스 척도를 연구하였다. 구체적으로 살펴보면, 부모 및 가정환경 요인에는 학비, 용돈, 형제간의 비교, 공부강요 등이 있고, 교사 및 학교환경 요인은 편애, 무관심, 교사의 태도, 교육과정 등이 있다. 친구 및 개인환경 요인은 자신감, 키, 몸무게, 진로, 고민 등이 있고, 주변 및 사회환경 요인으로는 오락시설, 대중매체, 빈부격차 등이 있으며, 학업요인으로는 학업성적, 공부시간 등이 일상생활 스트레스 요인으로 작용한다(김지혜, 2010).

이처럼 학령후기 아동이 경험하는 일상생활 스트레스가 지속될 경우, 아동의 신체 및 정서 발달, 학업 등에서 문제가 나타날 수 있다(Lupien, McEwen,

Gunnar, & Heim, 2009; Rutter, 2006). 아동은 두통, 복통, 소화불량, 신체적 무기력함 등의 신체적 증상을 보이기도 하며(Michale, Gail, & Neil, 2010), 우울, 불안, 분노감, 과잉행동 등과 같은 부정적인 사회적 행동(유지언, 2014; 이은영, 2004; Morales & Guerra, 2006)을 나타내고, 폭식 및 비행 등 불건전한 방법으로 표출하기도 한다(Martyn-Nemeth, Penckofer, Culanich, Velsor-Frierich, & Bryant, 2009). 노지은(2013)은 일상생활 스트레스 경험이 많은 아동일수록 자신의 정서 및 대인관계에 대해 긍정적으로 느끼는 안녕감이 낮다고 보고하였다.

아동이 스트레스를 해소하기 위해서는 먼저 자신이 경험하는 스트레스에 대해 정확히 인지하고 대처할 수 있어야 한다. 성인에 비해 아동은 자신이 겪는 스트레스에 대한 이해와 경험이 부족하여 스트레스에 대한 대처능력이 부족하다(한신애, 2013). 이효정(2008)은 스트레스가 많은 아동일수록 스트레스의 요인을 적극적으로 해결하기 보다는 회피, 기분전환 등의 방법을 사용하여 소극적으로 대처한다고 하였다. 이러한 아동의 특성들을 고려하여 아동이 자신의 스트레스 요인을 정확히 살펴보고, 원인에 따른 적절한 대처능력을 기를 수 있도록 지원할 필요가 있다.

심일수, 유형근, 조용선(2012)은 독서치료 프로그램을 실시하여 학령후기 아동의 스트레스 대처능력을 향상하기 위한 연구를 수행하였다. 이들은 아동이 주제에 맞는 독서 자료를 읽고, 토론, 그림 그리기, 편지쓰기 등의 활동을 통하여 그룹 안에서 자신을 표현하고, 지지적인 상호작용을 경험하면서 스트레스 대처능력이 향상되었다고 하였다. 박세정, 박분희(2004)는 초등학교 5학년 아동을 대상으로 인지·행동적 집단상담 프로그램을 실시하여 아동의 스트레스가 통계적으로 유의미하게 감소하였다고 보고하였다. 이 연구에서 아동은 회기별 주제에 따라 자신의 스트레스 문제를 재인식하고, 이를 해소하기 위한 기술을 습득하고 연습하는 과정을 통해 스트레스를 감소하였다.

3) 학령후기 아동의 또래관계

또래관계란 수평적인 사회관계로 비슷한 연령이나 수준의 관계를 형성하는 것을 의미한다(이윤미, 2014). 학령후기 아동은 성장함에 따라 학교생활의 비중이 늘어 또래와 많은 시간을 보내게 되고 친밀감에 대한 욕구가 증가하여 또래관계의 중요성이 부각된다(박은미, 2007; 정성철, 홍상황, 김종미, 2011; 정혜원, 2008). 학령후기 아동은 또래관계를 통하여 자신이 가진 문제와 고민을 나누며, 스트레스에 대처할 수 있는 정서적, 심리적 지지를 제공 받는다(최승희, 2000; 하나래, 2016).

또래관계는 아동에게 새로운 역할, 사고, 행동 등을 자유롭게 시도할 수 있게 하고 이러한 과정을 통해 아동은 자신과 타인에 대한 이해를 증진시킬 수 있다(박주희, 이은혜, 2001; 엄보미, 2013). 긍정적인 또래관계는 학령후기 아동에게 안정감, 소속감, 애정, 신뢰감, 인정 등의 경험을 제공하여 아동의 내적 성장에 긍정적인 영향을 주고, 학령후기 아동은 이러한 경험을 통해 외부환경에 긍정적으로 인식하는 태도를 가질 수 있다(장미희, 2010; 전해련, 2014; Birch & Ladd, 1997). 반면 부정적인 또래관계는 아동에게 스트레스, 좌절감, 소외감, 낮은 자아존중감을 경험하게 하고, 이는 저조한 학업 수행과 학업중단, 학교 부적응 등의 문제행동으로 나타날 수 있다(김은숙, 2009; 백민정, 2011; 하나래, 2016).

학령후기 아동은 긍정적인 또래관계를 형성하기 위하여 원만한 상호작용을 할 수 있는 사회적 기술이 필요하다(유정이, 2002). 사회적 기술은 사회적 환경을 조절할 수 있는 능력으로 공감, 협동, 주도성과 같은 상황에 대처하기 위한 기술을 의미한다(원미희, 2010; 주빛나, 2014). 공감은 타인의 감정을 이해하고 자기감정처럼 대리 경험하는 정서반응으로 원만한 또래관계 축진의 도움을 줄 수 있는 요소이며(강유선, 2013), 타인의 이야기를 경청하거나 이해하는

태도와 관련되어 대인관계 기술에서 매우 중요한 사회 정서적 지표이다(서영석, 홍선아, 2007).

협동은 아동이 과제를 수행하는 과정에서 필요한 기술로 또래를 도와주거나 규칙 따르기, 공유하기 등이 포함된다. 아동은 또래와 협동하여 과제를 수행하고, 자신의 행동을 조절하는 것을 경험하면서 문제 해결방법과 같은 기술을 익힐 수 있다(원미희, 2010). 주도성은 또래관계에서 상호작용을 시작하거나 이끌어 나가는데 필요한 기술이다. 주도적인 태도는 긍정적이고 효율적인 자아개념과 자신의 능력에 대한 믿음으로부터 발현된다(주빛나, 2014).

이지선(2014)은 초등학교 4·5학년의 또래관계 증진을 위한 집단예술치료 프로그램을 수행하여, 미술, 역할극 등을 통하여 타인의 입장을 인식하고 이해하면서 아동의 공감능력이 향상되었음을 보고하였다. 김도희(2014)는 집단미술 치료를 통하여 초등학교 5·6학년의 또래관계가 통계적으로 유의미하게 증가되었음을 보고하였다. 이 연구에서 아동은 집단미술활동 안에서 타인의 생각을 존중하여 의논하며 공동 작품을 완성함으로써 또래들과 긍정적인 상호작용을 경험하여 또래관계가 향상되었다.

2. 학령후기 아동을 위한 음악치료

1) 학령후기 아동의 일상생활 스트레스를 위한 음악치료

음악은 일상생활에서 누구나 쉽게 접할 수 있는 매체 중 하나이며, 음악을 인식하기 시작하면 몸을 흔들거나 노래를 흥얼거리는 등 자발적인 반응을 보인다(정현주, 2011). 또한 음악은 심리적인 이슈를 비언어적으로 표현할 수 있는 통로이며(Davis, Gfeller, & Thaut, 2002), 순간적 혹은 지속적으로 일어나는 정서 반응 및 정서 경험과 가장 밀접하게 관련되어 있다(전희란, 2009). 이

처럼 음악은 인간의 다양한 신체적, 정서적 반응을 이끌어 낼 수 있는 도구로 사용이 가능하다.

음악 감상, 악기연주, 노래 부르기, 즉흥연주 등의 다양한 음악활동은 음악 치료에 참여하는 아동의 수준에 따라 선정될 수 있으며, 아동이 음악적 교류를 통하여 타인과 상호작용하는데 도움을 줄 수 있다(김수지, 2012). 또한 음악활동은 아동에게 적극적인 참여를 격려하여 자신감과 흥미를 가지게 도와주며(윤소연, 2001), 활동에 참여하는 아동은 음악을 듣거나 연주하는 활동을 통해 감정의 변화를 경험할 수 있다(Kaser, 1993). 다시 말해, 음악은 아동에게 즐거움과 만족감의 경험을 제공하여 긍정적인 정서를 향상시키는데 중요한 역할을 한다(Gilbert, 1997).

음악활동은 아동의 부정적인 감정을 자연스럽게 표현하도록 유도하여 정서적 안정감을 갖게 한다. Robb(1996)은 노래 만들기 활동 중 가사 만들기 활동이 아동의 고민과 생각을 표출하는데 도움을 주어 아동의 부정적인 정서를 표출하는데 효과적이었다고 보고하였다. 또한 아동은 자신이 선호하는 음악을 통해 정서의 변화를 가져와 부적절한 행동을 감소할 수 있다(Harris, Bradley, & Titus, 1992).

수동적 음악활동인 감상은 대상자의 불안상태, 혈압 등을 안정적이게 유도하여 신체적·심리적 이완을 유도한다(Watkins, 1997). Kemper, Hamilton, MaLean과 Lovato(2008)는 음악 감상이 소아 백혈병 환자의 통증 점수(visual analogue scale: VAS) 감소에 긍정적인 영향을 주었다고 보고하였다. 김도애(2005)는 아동의 스트레스 감소를 위해 그룹음악활동을 시행하였고, 통계적으로 유의미한 효과를 보고하였다. 이 연구는 음악 감상을 통해 아동이 편안한 상태에서 자신의 의견이나 감정을 드러내 보일 수 있음을 시사하였다.

능동적 음악활동인 악기연주, 노래 부르기 등도 아동의 스트레스 감소에 긍정적인 영향을 미친다. 김혜원(2010)은 리듬악기연주, 노래 부르기, 즉흥연주

등 다양한 음악활동을 통하여 초등학교 6학년 아동의 일상생활 스트레스를 감소시키기 위한 연구를 수행하였다. 연구 결과, 감상과 연주, 즉흥연주 등의 다양한 음악활동은 아동이 일상생활에서 경험한 힘들었던 상황을 드러나게 하고, 부정적인 정서를 표출할 수 있게 함으로써 스트레스 감소에 효과적임이 밝혀졌다.

타악기 연주는 활동 참여자가 특정한 음악적 기술 없이도 연주할 수 있어 다른 악기에 비해 접근성이 높고 상대적으로 활용도가 높아 청소년, 성인, 아동 등 다양한 연령층의 대상을 위한 스트레스 중재방안으로 사용되었다(김경민, 2015; 김은주, 2015; 유지아, 2016; 장빛나, 2008). 고은혜(2015)는 타악기 중심 음악치료를 통해 아동이 자신의 감정을 표현하고, 감정변화에 긍정적인 영향을 주어 아동이 일상생활 스트레스를 감소할 수 있었다고 보고하였다. 한지현(2005)은 초등학교 4학년 아동을 대상으로 난타 리듬을 활용한 타악기 중심 음악치료를 수행한 결과, 아동이 타악기 연주를 통하여 에너지를 분출할 수 있었고 그 과정에서 신체적 긴장과 이완을 경험하여 감정통제와 행동조절 향상에 긍정적인 영향을 주었음을 밝혔다.

특히 타악기 연주활동은 리듬을 통해 연주자의 에너지를 집중시킬 수 있으며, 타악기를 연주하는 행위를 통해 기분이나 감정, 정서를 표출할 수 있다(김경량, 2011). 다양한 타악기를 활용한 연주활동은 두드리는 행위와 행위를 통해 창조되는 리듬으로 자신의 감정을 적극적으로 표현할 수 있다. 또한 비언어적인 수단으로 부정적인 정서를 해소할 수 있는 기회를 제공하여 참여자의 스트레스 감소에 효과적으로 작용할 수 있다.

2) 학령후기 아동의 또래관계를 위한 음악치료

음악의 요소 중 리듬은 음악의 에너지 흐름에 영향을 주고 신체 변화에도 영향을 미친다. 인간은 누구나 심장 박동, 호흡, 뇌파를 통해 내재된 자신만의

리듬 패턴을 연주 할 수 있다(김주연, 2005). 리듬에 반응하는 것은 인간의 기본적인 본능이며 그룹 활동에서 다함께 규칙적인 리듬을 반복하여 연주하는 것은 그룹 구성원에게 자신이 속한 그룹의 응집력과 소속감을 느끼게 한다(Bittman, 2001). 또한 리듬을 중심으로 한 역동적인 악기연주는 정서의 만족감, 적극적인 참여, 타인과의 상호작용 등을 돕는다(김수지, 2012).

리듬 연주는 반복, 확장 및 축소, 변형 등의 과정을 통하여 이루어진다(신창훈, 2008). 이러한 연주 과정은 비언어적 의사소통을 형성하여 정서적, 감정적 표현 및 교류의 기회를 제공하고 사회적 교류 향상에 효과적으로 적용할 수 있다(장상민, 2015). 리듬을 활용한 그룹 연주활동은 리듬을 연주하면서 경험하는 상호작용을 통하여 그룹 구성원과 관계를 맺고 사회적 기술을 습득하는데 긍정적인 영향을 준다(최순연, 2007).

김지혜(2009)는 구조화된 리듬 중심의 그룹음악치료를 통하여 참여자의 사회기술과 대인관계를 향상하기 위한 연구를 수행하였다. 연구자는 구조화된 리듬을 전체 그룹 또는 소그룹별로 연주하는 활동이 자신과 타인의 연주 소리를 인식하도록 하며, 그룹 구성원간의 음악적 상호작용 경험을 통해 사회기술과 대인관계가 향상되었다고 보고하였다. 이는 그룹 음악활동의 경험이 참여자가 자신과 타인을 인식하고, 상호적인 음악적 관계를 형성하는 기회를 제공함으로써 아동의 사회·정서 발달에 긍정적인 영향을 줄 수 있음을 시사한다.

음악치료에서 그룹 연주는 아동에게 긍정적인 자기 인식과 자기 이해 및 자기 수용을 경험할 수 있게 하고, 타인과 음악적 교류를 통해 정서 및 행동 변화를 유도할 수 있다(최병철, 2006). 그룹 음악활동은 아동에게 상호의사소통의 기회를 제공하여 사회적 기술을 학습할 수 있도록 한다. 김선영(2009)은 그룹 음악치료가 대상아동이 활동에 흥미를 갖고, 차례 지키기, 협동하기, 공감하기 및 자신의 감정과 의견을 나누는데 효과적이었다고 하였다. 아동은 특히 다른 연령대 보다 또래 그룹의 반응과 지지를 중요하게 생각하여 그룹에서 형성된 신뢰감은 아동에게 안전한 환경 속에서 자신의 내면을 표현할 수 있는

촉매제 역할을 한다(김은정, 2007).

그룹 음악활동은 학령후기 아동의 또래관계 형성에 필요한 공감, 협동, 주도성 등의 사회적 기술 향상에 도움을 줄 수 있다. 허혜진(2010)은 지역아동센터 아동에게 창작 음악극 프로그램을 시행한 결과 그룹 구성원이 주제에 맞게 악기를 구성하고 악보를 만들어 함께 연주하는 과정에서 아동의 공감, 협동과 같은 또래관계 기술이 향상되었다고 하였다. 김혜정과 양은아(2010)는 기악합주활동을 시행하여 지역아동센터 아동의 또래관계 기술이 통계적으로 유의미하게 향상되었음을 보고하였다. 교류적인 악기 연주경험은 지역아동센터 아동의 타인인식, 의사표현, 협동심 향상에 영향을 주어 그룹 구성원의 상호적 관계 구성에 도움을 주었다.

Gooding(2011)은 그룹 즉흥연주가 구성원 간의 상호교류적인 음악활동을 경험하게 하고, 하나의 음악을 공유하는 기회를 제공함으로써 아동의 사회적 기술 향상에 효과적이라고 하였다. Montello와 Conns(1998)는 그룹 음악치료가 아동에게 자신의 감정을 표현할 수 있는 기회를 제공하여 자기표현 과정의 촉매제 역할을 할 수 있다고 하였다. 학령후기 아동은 그룹음악치료를 통해 자신을 표현하고, 타인과의 교류적인 음악활동 경험함으로써 또래관계에 필요한 사회적 기술을 습득할 기회를 제공받음으로 환경에 따른 스트레스 감소는 물론 이에 대한 대처기술도 습득 할 수 있다.

3) 드럼서클을 활용한 음악치료

드럼서클(Drum Circle)이란 그룹 타악기 연주의 한 형태로 그룹 구성원이 하나의 원형으로 모여서 다양한 타악기를 자유롭게 연주하는 것을 의미한다(한국드럼서클연구회, 2010). 드럼서클은 참여자들의 음악적 수준에 구애받지 않고 특정한 악보 없이도 자유롭게 연주할 수 있어 남녀노소 모두 참여가 가

능한 음악활동이다. 또한 그룹 구성원에게 특별한 악기 연주 방법의 교습이 요구되지 않고, 타악기의 음색과 소재에 따라 악기를 배치하여 단순한 리듬연주만으로도 음악적 즐거움을 제공한다(Hill & Hull, 2013/2014).

드럼서클은 서아프리카 원주민 문화의 영향으로 시작되었으며, 주변 공동체의 사람들과 연주하는 방식으로 점차 확장되면서 함께 음악을 창조하는 것의 의미를 지닌다(Snow & D'Amico, 2010). 현대의 드럼서클은 커뮤니티 드럼서클(Community Drum Circles), 교육적인 드럼서클(Educational Drum Circles), 건강을 위한 드럼서클(Health & Wellness Drum Circles)의 유형으로 구분되며, 스트레스 해소, 친밀감 형성, 타인과의 상호작용 등 다양한 목적에 따라 적용하여 사용된다(한국드럼서클연구회, 2012). 커뮤니티 드럼서클은 공동체 의식 형성을 위한 드럼서클로 자유롭고 자발적인 놀이형식의 드럼서클이며, 교육적인 드럼서클은 참여자의 음악성, 사회성, 자기 개발을 위해 진행되고, 건강을 위한 드럼서클은 신체적, 정서적 잠재력 향상을 위한 목적으로 진행된다(한국드럼서클연구회, 2012).

Longhofer(1993)는 아프리카 음악의 리듬을 활용한 교육적인 드럼서클을 통하여 정신보건센터 내담자에게 성취감을 증진시키고, 그룹의 정체성을 형성하는데 효과가 있음을 보고하였다. Blackett와 Payne(2005)는 약물남용 환자들을 대상으로 건강을 위한 드럼서클을 활용하여 환자들이 프로그램에 적극적으로 참여하도록 유도하였다. Bensimon, Amir와 Wolf(2008)는 외상 후 스트레스 장애를 가진 군인을 대상으로 커뮤니티 드럼서클의 형태인 즉흥적인 연주에 초점을 맞춘 활동을 시행하여 불쾌한 기억, 무기력함, 사회로부터 소외감 등을 감소시켰다고 보고하였다.

드럼서클은 여러 사람이 함께 시간과 공간을 공유하며 동시에 음악을 만들어어나가는 활동이므로, 그룹의 연주를 이끌어가는 리더의 역할을 필요로 한다. 드럼서클에서 리더를 퍼실리테이터(Facilitator)라고 지칭하며, 퍼실리테이터는

그룹 구성원들이 연주를 지속할 수 있도록 유도하고, 서로 간의 음악적 상호 작용을 할 수 있도록 중재하는 역할을 한다(Hull, 2006). 퍼실리테이터는 다양한 기술을 사용하여 그룹의 연주를 지휘하듯 자신만의 특정한 신체동작과 언어로 음악적 지시를 제공하여 드럼서클에 참가하는 사람들의 연주를 돕는다. 또한 그룹 연주의 빠르기, 음량, 리듬 등의 변화를 주어 음악에 표현되는 심리적 불안이나 억제된 감정을 정화하도록 유도한다.

드럼서클에서 퍼실리테이터는 그룹 구성원의 연주를 유도하기 위하여 주의 집중시키기, 모방 연주하기, 음량 조절하기 등의 다양한 기술을 사용한다. 구체적으로 살펴보면, 주의 집중시키기(Attention Call)는 그룹 구성원들의 이목을 집중시킨 후 다음 진행으로 이어나가기 위해 사용되며, 즉흥연주 유도하기(Call to Groove)와 연주 멈추기(Stop Cut)는 참여자가 즉흥적으로 연주하도록 유도하거나 연주를 멈추게 할 때 사용된다. 음량 조절하기(Volume Attention)와 속도 조절하기(Tempo Attention)는 그룹 구성원들의 악기 연주의 볼륨과 속도를 퍼실리테이터의 의도에 따라 유도할 때 사용하는 기술이다.

연주 모방하기(Call and Response)는 그룹 구성원들이 특정한 리듬, 행동, 목소리 등을 듣고 따라 연주하도록 유도할 때 사용되며, 리듬 통제하기(Rumble)를 사용하여 모두의 연주를 이끌어냄으로써 그룹의 연주를 혼돈상태로 유도하거나 통제할 수 있다. 강세에 맞춰 연주하기(Accent Note)는 특정한 박자 또는 패턴에 강세를 주어 그룹 구성원이 따라 연주하도록 하고, 리듬 겹쳐 연주하기(Layering in)는 연주되고 있는 기존의 리듬위에 새로운 리듬을 겹쳐 연주하도록 하는 기술이다. 조각하기(Sculpt) 기술은 전체 그룹을 2-3개의 소그룹으로 나누어 활동할 경우 사용하는 기술이며, 이렇게 나뉜 그룹간의 교류적인 음악활동을 위하여 시소(Teeter-Totter), 연주 주고받기(Sequencing) 등의 기술을 사용한다. 드럼서클에서 사용되는 기술은 <표II

-1>과 같다(Hill & Hull, 2013/2014).

<표 II -1> 드럼서클에서 사용되는 주요 기술

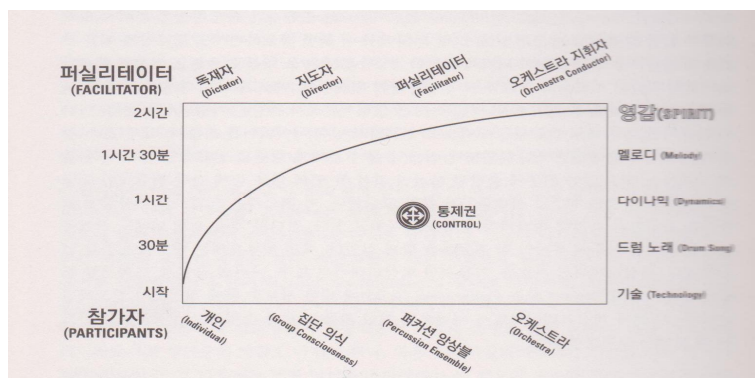
기술	정의
주의 집중시키기 (Attention Call)	- 두 손을 머리 위로 높이 들어 그룹 구성원들의 주의를 집중 시키고 퍼실리테이터의 의도를 전달하기 위하여 사용하는 기술이다(p.26).
즉흥연주 유도하기 (Call to Groove)	- “하나, 둘 다 같이 연주”, “하나, 둘 자유롭게 연주” 등의 언어지시와 손가락으로 숫자를 나타내는 등의 신체동작을 함께 사용하여 그룹 구성원이 즉흥 연주 할 수 있도록 유도한다(p.27).
연주 멈추기 (Stop Cut)	- 주의 집중시키기를 시도한 다음 “4, 3, 2, 1 그만”과 같이 언어지시와 신체동작을 함께 사용하여 그룹 또는 개인의 연주를 멈추게 한다(p.26).
음량 조절하기 (Volume Attention)	- 양손을 옆으로 펼쳐 손의 높이에 따라 그룹 구성원들이 악기 소리의 크기를 조절하도록 하면서 연주 하도록 한다(p.26).
속도 조절하기 (Tempo Attention)	- 걸음걸이, 팔 동작 등 퍼실리테이터의 개성에 따라 신체동작을 사용하여 그룹의 연주 속도를 빠르거나 느리게 유도한다(p.26).
연주 모방하기 (Call and Response)	- 퍼실리테이터 또는 연주 모방하기를 주도하는 연주자와 그룹 구성원들 간의 교류적인 연주를 할 수 있도록 한다(p.26).
리듬 통제하기	- 그룹의 연주를 혼돈상태를 유도하거나 통제하기

(Rumble)	위하여 양손을 빠르게 흔들면서 그룹 구성원들에게 자신의 악기를 빠르게 연주하도록 한다 (p.26).
강세에 맞춰 연주하기 (Accent Note)	- 그룹 연주의 리듬 또는 퍼실리테이터가 제시하는 리듬 패턴에 악센트를 주어 그룹 구성원들이 악센트를 인식하여 리듬 연주할 수 있도록 한다 (p.27).
리듬 겹쳐 연주하기 (Layering in)	- 리듬을 겹쳐 연주하도록 하는 기술로 한명 또는 두세 명의 그룹 구성원은 제시된 리듬을 연주하고, 제시되는 리듬에 맞춰 연주하도록 하는 기술이다 (p.30).
조각하기 (Sculpt)	- 그룹을 전체의 1/2 또는 1/4로 나누거나, 악기의 음색에 따라 그룹 구성원들을 소그룹으로 구분하여 연주하도록 하는 기술이다(p.34).
시소 (Teeter-Totter)	- 전체 그룹을 1/2로 조각하여 한쪽의 소그룹의 볼륨은 점점 작게, 나머지 한 그룹의 연주는 점점 크게 연주하도록 하는 기술이다(p.54).
연주 주고받기 (Sequencing)	- 전체 그룹을 조각한 다음 하나의 그룹을 제외한 다른 그룹의 연주를 멈추게 하여 상대방의 연주를 듣고 받아 이어 연주할 수 있도록 하는 기술이다(p.56).

드럼서클은 참여자가 경험할 수 있는 음악적 경험을 개인(Individual), 집단 의식(Group Consciousness), 음악적 앙상블(Percussion Ensemble), 오케스트라(Orchestra)와 같이 4단계로 나누어 구분한다(Hill & Hull, 2013/2014). 개인 단계에서 참여자는 자신의 악기를 탐색하고, 자신만의 리듬을 찾아가는 과정을 경험하며, 이때 퍼실리테이터는 자신의 신체언어를 참여자들에게 인식시킨

다. 집단 의식 단계에서 퍼실리테이터는 드럼서클의 기술을 사용하여 전체 그룹의 음량과 빠르기를 조절하거나 특정한 리듬을 모방하여 연주하도록 유도하여 하나의 음악을 만들어 간다.

음악적 상상블 단계에서 퍼실리테이터는 참여자의 연주를 듣고 상상블의 음악적 요소들을 직접 조각한다. 이 때 참여자는 타인의 연주를 이해하고 수용하여 초기 단계의 연주보다 견고한 리듬으로 연주에 참여할 수 있다. 마지막 단계인 오케스트라 단계는 참여자가 악기연주와 리듬연주에 익숙해져 음악적 상호작용을 경험할 수 있으며, 퍼실리테이터가 가장 적은 역할과 비중을 차지하는 단계이다. 드럼서클 참여자가 경험할 수 있는 음악적 경험을 시각화한 자료는 <그림 II-1>과 같다(Hill & Hull, 2013/2014).



<그림 II-1> 드럼서클 참여자가 경험할 수 있는 음악적 경험(p.8)

개인의 연주로 시작하여 그룹의 연주로 완성되는 과정에서 그룹 구성원은 타인과의 교류적인 음악적 상호작용을 경험할 수 있다. 이처럼 드럼서클은 타악기를 활용하여 참여자의 교류적인 연주를 유도할 수 있어 사회적 기술 향상을 위한 음악치료에 자주 사용되고 있다. 또한 드럼서클에 참여하는 사람은 연주 활동과 음악적 표현을 통해 자발적인 자기표현이 향상되고, 하나의 음악을 만들어가는 과정에서 소속감을 경험하며 스트레스를 해소할 수 있다(노경

외, 2012; 유지아, 2016).

보호소에 거주하고 있는 청소년을 대상으로 실시한 드럼서클 연구(Bittman, Bruhn, Stevens, Westengard, & Umbach, 2003)에 따르면, 드럼서클은 청소년의 학교 적응 및 지역사회 적응과 정서적·합리적 사고 과정을 촉진시켜 참여자들의 삶의 질을 향상하였다. 장기 입원환자들의 간병인을 대상으로 실시한 드럼서클 연구에서는 간병인의 피로 감소와 부정적인 감정상태가 감소되었으며(Bittman Dickson, & Kim, 2009), 스트레스 감소를 목적으로 한 프로그램에 드럼서클 활동을 접목시킨 결과, 참여자의 종양 및 바이러스를 죽이는 세포(Natural Killer cells: NK세포)의 증가와 백혈구의 순환에 효과적이었다는 보고가 있다(Bittman et al. 2001).

노경외(2012)는 중·고등학교 청소년을 대상으로 드럼서클 활동을 실시한 결과, 드럼서클 중심의 음악치료 프로그램이 청소년의 스트레스 해소 및 사회·정서적 긍정적인 변화를 주었다고 보고하였다. 참여자들은 그룹에서 타인을 인식하고 관계를 형성하며, 그룹 구성원들의 지지와 수용을 통해 일상적 스트레스에 대처할 수 있는 에너지를 얻을 수 있었다. 안성환(2014)은 직장여성의 직무스트레스 감소를 위해 드럼서클을 시행하여 스트레스가 감소되었음을 보고하였다. 참여자들은 드럼서클 활동이 자유로운 분위기 속에서 재미를 제공하여 긍정적인 기분을 느끼게 해주고, 사회적 지지의 경험을 제공받을 수 있었다.

Ⅲ. 연구방법

1. 연구대상

본 연구는 경기도 지역에 소재한 J초등학교에 재학 중인 11세-13세의 학령 후기 아동을 대상으로 연구 참여자를 모집하였다. 아동의 보호자와 학교 담당자에게 사전의 연구에 대해 설명하고 참가 신청을 받아 총 32명(남자17명, 여자15명)의 아동을 선별한 후, 실험집단 15명(남자 8명, 여자 7명)과 통제집단 17명(남자 9명, 여자 8명)으로 구분하여 무선배치 하였다. 집단 전체의 평균연령은 12.2세이며, 실험집단의 평균연령은 11.8세, 통제집단 평균연령은 12.5세이다. 연구에 참여한 학령후기 아동의 일반적 특성 및 부모가 생각하는 아동의 주 호소문제는 다음의 <표 Ⅲ-1>에 제시하였다.

<표 Ⅲ-1> 연구 대상 아동의 일반적 특성

항목	구분	빈도		
		실험(%)	통제(%)	전체(%)
성별	남	8(53.3)	9(52.9)	17(53.1)
	여	7(46.7)	8(47.1)	15(46.9)
아버지 연령	31-35세	0(0)	1(5.9)	1(3.1)
	36-40세	5(33.3)	6(35.3)	11(34.4)
	41-45세	6(40)	5(29.4)	11(34.4)
	46-50세	3(20)	3(17.6)	6(18.7)
	51-55세	1(6.7)	2(11.8)	3(9.4)

어머니 연령	31-35세	1(6.7)	5(29.4)	6(18.7)	
	36-40세	7(46.7)	2(11.8)	9(28.1)	
	41-45세	5(33.3)	9(52.9)	14(43.8)	
	46-50세	1(6.7)	0(0)	1(3.1)	
	51-55세	1(6.7)	1(5.9)	2(6.3)	
주 양육자	어머니	14(93.3)	16(94.1)	30(93.8)	
	아버지	1(6.7)	0(0)	1(3.1)	
	조모	0(0)	1(5.9)	1(3.1)	
아버지 최종학력	고등학교 졸업	11(73.4)	13(76.6)	24(75)	
	전문대 졸업	2(13.3)	3(17.6)	5(15.6)	
	대학교 졸업	2(13.3)	1(5.9)	3(9.4)	
어머니 최종학력	중학교 졸업	1(6.7)	0(0)	1(3.1)	
	고등학교 졸업	11(73.4)	13(76.5)	24(75)	
	전문대 졸업	2(13.3)	3(17.6)	5(15.6)	
월평균 수입	대학교 졸업	1(6.7)	1(5.9)	2(6.3)	
	150만원 이상				
	250만원 미만	2(13.3)	2(11.8)	4(12.5)	
	250만원 이상				
	350만원 미만	2(13.3)	4(23.5)	6(18.7)	
	350만원 이상				
주 호소 문제	450만원 미만	10(66.7)	10(58.5)	20(62.5)	
	기타	1(6.7)	1(5.9)	2(6.3)	
	학교 생활	학습 성적	3(20)	5(29.4)	8(25)
		또래 관계	11(73.3)	10(58.5)	21(65.6)
		교사와의 관계	0(0)	1(5.9)	1(3.1)
	일상 생활	학교생활	1(6.7)	1(5.9)	2(6.3)
		부모 및 가정환경	1(6.7)	2(11.8)	3(9.4)
		교사 및 학교환경	1(6.7)	1(5.9)	2(6.3)
		친구 및 개인환경	3(20)	5(29.4)	8(25)
		주변 및 사회환경	1(6.7)	2(11.8)	3(9.4)
학업		8(53.3)	8(47.1)	16(50)	
또래 관계	주도성	5(33.3)	8(47.1)	13(40.6)	
	협동 및 공감	6(40)	8(47.1)	14(43.8)	

2. 연구설계

본 연구는 학령후기 아동의 일상생활 스트레스 및 또래관계에 미치는 영향을 규명하기 위하여 드럼서클을 활용한 음악치료의 시행여부에 따라 실험집단과 통제집단으로 구분되는 ‘전후 검사 통제집단’(Pretest-Posttest Control-Group Design)설계로 이루어졌다. 실험집단과 통제집단으로 구분하여 무선배치 한 뒤, 실험집단에는 드럼서클을 활용한 음악치료를 시행하고 통제집단에는 시행하지 않았다. 각 집단별로 사전·사후검사를 실시하였다. ‘전후 검사 통제집단’의 설계는 <표 III-2>에 제시 하였다.

<표 III-2> 전후 검사 통제집단 설계

분류	무선배치	사전검사	처치	사후검사
실험집단	R	O	X	O
통제집단	R	O		O

(R은 무선배치, O는 사전·사후 검사, X는 처치)

3. 측정도구

1) 일상생활 스트레스 척도

본 연구에서는 학령후기 아동의 생활스트레스 정도를 측정하기 위하여 김지혜(2010)가 초등학교 고학년을 대상으로 개발한 ‘한국형 초등학생의 일상생활 스트레스 설문지’를 사용하였다. 일상생활 스트레스 설문지는 총 65개의 문항으로 구성되었으며 하위요인은 부모 및 가정환경 요인 17문항, 교사 및 학교 환경 요인 13문항, 친구 및 개인 요인 17문항, 주변 환경 및 일상생활 요인 10문항, 학업 요인 8문항으로 이루어져 있다. 초등학생의 일상생활

스트레스 척도는 자기보고식 설문지이며, Likert 4점 척도로 전혀 그렇지 않다(1점), 별로 그렇지 않다(2점), 약간 받는다(3점), 많이 받는다(4점)로 구분하여 총점이 클수록 스트레스 수준이 높은 것을 의미한다. 문항 전체에 대한 신뢰도(Cronbach's α)계수는 .96로 신뢰할만한 수준이었다(김지혜, 2010).

2) 또래 관계 기술 척도

본 연구에서는 학령후기 아동의 또래관계 기술을 측정하기 위해 양윤란과 오경자(2005)가 개발한 '또래관계 기술 설문지'를 사용하였다. 이 설문지는 초등학교 4학년부터 중학교 3학년 학생을 대상으로 개발되었으며, 총 19 문항으로 주도성 9문항과 협동/공감 10문항으로 이루어졌다. 주도성은 또래와 상호작용을 시작하거나 관계를 주도적으로 이끌어나가는 행동을 측정한다. 협동은 타인을 돕거나 규칙을 지키는 등의 행동을 측정하고, 공감은 타인의 감정을 이해하거나 자신의 감정을 표현하는 것을 측정한다. 또래관계 기술 척도에 사용된 설문지는 자기보고식이며, 설문지는 Likert 4점 척도를 사용하였다. 전혀 그렇지 않다(1점), 별로 그렇지 않지만 가끔 그런 편이다(2점), 자주 그런 편이다(3점), 항상 그렇다(4점)로 점수가 높을수록 또래 관계 기술이 긍정적임을 의미한다. 초등학생 집단의 신뢰도(Cronbach's α)계수는 .81로 신뢰할 만한 수준이었다(양윤란, 오경자, 2005).

4. 연구절차

1) 연구동의 및 설문지

본 연구의 참여자인 학령후기 아동에 대한 기초 정보를 수집하기 위하여 사전에 학교와 보호자의 동의를 얻어 설문지 조사를 실시하였다. 연구자는 사전

에 본 연구의 목적과 드럼서클을 활용한 음악치료 활동 시행에 대한 정보를 알리고 연구 참여에 대한 동의를 구하였다. 연구 참여 동의서에는 개인정보의 비밀보장 내용을 포함한 설명이 기재되었다. 설문지는 학교 상담교사를 통해 배포 하고 수거하였으며 설문지의 내용에는 참여자의 성별과 연령, 부모의 연령과 학력, 주 양육자, 부모가 생각하는 아동의 주 호소문제 등 참여자의 일반적 특성에 관한 정보를 수집할 수 있는 문항이 포함되었다.

2) 사전검사

일상생활 스트레스와 또래관계 사전검사는 드럼서클을 활용한 음악치료를 실시하기 1주일 전인 2015년 3월 24일에 연구자와 학교 상담 교사 1명에 의하여 학내 내에서 실시되었다.

3) 실험

본 연구의 실험은 사전검사에 이어 2015년 03월 31일부터 05월 15일까지 실험집단을 대상으로 7주 동안 주 2회 실시하였다. 한 회기에 소요된 시간은 50분으로 전체 활동은 총 14회기로 구성되었다.

4) 사후검사

일상생활 스트레스와 또래관계 사후검사는 드럼서클을 활용한 음악치료가 종결되고 1주일 후인 2015년 05월 22일에 사전검사와 동일한 방법으로 실시되었다.

5. 드럼서클을 활용한 음악치료

본 연구에서는 드럼서클에서 참여자가 경험하는 음악적 경험의 수준을 기반으로 하여 전체 활동을 총 4단계 14회기 활동으로 구성하였다. 드럼서클을 활용한 음악치료 활동에는 악기탐색, 구조화 및 비구조화 연주, 즉흥연주, 모방연주, 악기음색별 즉흥연주, 타악기 앙상블 등이 포함되었다. 일상생활 스트레스 감소와 또래관계 향상을 위해 연구자가 구성한 드럼서클을 활용한 음악치료 활동의 단계별 구성은 표<Ⅲ-3>과 같다.

<표Ⅲ-3> 드럼서클을 활용한 음악치료 활동의 단계별 구성

단계	회기	목표	드럼서클을 활용한 음악치료 활동
1	1-2	치료사와 아동, 참여 아동간의 친밀감, 소속감 및 긍정적인 관계 형성	악기탐색 구조화 및 비구조화 연주
	3-4	자기표현 향상 및 긍정적 정서 함양	즉흥연주
2	5-6	타인에 대한 인식	구조화 및 비구조화 연주
	7-8	타인에 대한 공감 및 이해	즉흥연주 모방연주
3	9-11	협동적인 활동을 통한 그룹 구성원과의 교류 및 상호작용 경험	악기음색별 즉흥연주
4	12-14	성취감 및 자긍심 향상	구조화 및 비구조화 연주 즉흥연주 타악기 앙상블

드럼서클을 활용한 음악치료 활동의 1회기와 2회기에는 드럼서클 활동에 사용되는 타악기의 탐색과 다 함께 음악을 연주하다 멈추고, 다시 연주를 시작하게 하는 치료사의 지시에 따른 연주를 통하여 치료사와 아동, 참여 아동간의 친밀감과 소속감을 경험하고 긍정적인 관계를 형성하도록 하였다. 3회기와

4회기에서는 아동이 스스로 원하는 악기를 선택하여 자유롭게 연주하도록 하면서 그룹 연주의 전체 음량(Volume)과 빠르기(Tempo)의 변화를 주어 자기 표현 및 긍정적 정서가 함양되도록 하였다.

5회기와 6회기에서는 전체 그룹을 반원의 구조로 나누거나 악기의 음색에 따라 두 개의 소그룹으로 나누어 상대그룹의 연주를 듣고 다함께 연주하는 활동을 통해 타인의 연주를 인식하고 이해하도록 하였다. 7회기와 8회기에서는 전체 그룹을 다시 두 그룹으로 나누어서 연주하되 각 그룹의 연주가 대화하듯이 교류적으로 연주되도록 유도하여 참여자들이 타인에 대하여 이해하고 공감할 수 있는 기회를 제공하였다. 9회기와 10회기 및 11회기에는 전체 그룹을 1/4로 나누어서 자신이 속한 그룹의 연주를 표현하고, 상대그룹의 연주를 듣고, 음악적으로 모방하는 교류적인 활동을 통해 상호작용을 촉진할 수 있도록 하였다. 12회기와 13회기, 14회기에서는 전체 그룹이 치료사의-특별한 지시 없이 자연스럽게 연주를 시작하도록 유도하여 비언어적 상호작용을 경험하게 하였으며, 아동이 직접 퍼실리테이터의 역할을 수행할 수 있도록 하여 그룹의 리더 역할을 경험함으로써 성취감 및 자긍심이 향상되도록 구성하였다. 드럼서클을 활용한 음악치료의 자세한 활동내용과 치료적 논거는 표<Ⅲ-4>와 같다.

<표 Ⅲ-4> 드럼서클을 활용한 음악치료 활동 내용 및 치료적 논거

회기	활동 방법 및 사용 기술	치료적 논거
1회기	<ul style="list-style-type: none"> - 드럼서클을 활용한 음악치료 활동 설명 - 다양한 타악기 탐색 - 익숙한 리듬(♪♪♪♪)에 맞춰 자신의 이름 소개 	<ul style="list-style-type: none"> - 다양한 타악기를 그룹 구성원들과 함께 탐색하는 과정으로 모두에게 동일한 경험을 제공하여 그룹 구성원 간의 친밀감을 형성할 수 있다. - 일정한 리듬에 맞춰 자신을 소개

		하는 활동으로 익숙한 리듬(♪♪♪)을 활용하여 그룹 구성원들 간 소속감을 형성할 수 있다.
2회기	<ul style="list-style-type: none"> - 음악의 시작과 멈춤을 알리는 치료사의 신체 동작에 맞춰 그룹 즉흥연주 - 그룹 전체 연주 유도하기, 주의집중하기, 연주 멈추기 	<ul style="list-style-type: none"> - 치료사의 음악적 지시에 맞춰 그룹연주가 동시에 멈추고, 시작하는 과정에서 내담자들은 합주 경험을 통해 소속감을 경험하고, 그룹 구성원과의 긍정적인 관계를 경험할 수 있다.
3회기	<ul style="list-style-type: none"> - 자신의 선호악기를 선택하여 연주 - 치료사가 제시한 특정한 리듬을 듣고 전체 그룹이 모방하여 연주 - 모방 연주하기 	<ul style="list-style-type: none"> - 자신의 선호악기를 선택하는 과정은 자신의 의사를 표현하도록 하여 자기표현 향상에 도움을 준다. - 단순한 리듬(♪♪♪♪)을 시작으로 점차적인 분할리듬을 제시하여 그룹 전체가 같은 리듬으로 연주하는 과정은 내담자에게 성공적인 음악경험을 제공하여 자신감 향상에 도움을 준다.
4회기	<ul style="list-style-type: none"> - 치료사의 음악적 지시에 따라 연주의 음량과 빠르기를 조절한 그룹 즉흥연주 - 음량 조절하기, 빠르기 조절하기 	<ul style="list-style-type: none"> - 치료사가 음악적 지시를 신체동작으로 제공하는 과정은 내담자에게 단순히 언어적 지시를 제공하는 것보다 시각과 청각적 자극을 모두 제공하여 드럼서클을 활용한 음악치료 활동의 참여 동기를 유발하므로 긍정적 정서 함양에 도움을 준다.
5회기	<ul style="list-style-type: none"> - 두개의 그룹으로 나누어 치료사의 음악적 지시에 따른 구조화된 형식의 그룹 즉흥연주 - 전체 그룹을 1/2 조각하기 	<ul style="list-style-type: none"> - 구조화된 형식의 소그룹 연주와 악기의 음색에 따른 그룹 즉흥연주는 자신과 다른 음색의 악기로 다른 리듬을 연주하는 구성원을 인식하도록 도와준다.

6회기	<ul style="list-style-type: none"> - 악기의 음색에 따라 드럼과 퍼커션으로 두 그룹으로 나누어 치료사의 음악적 지시에 따라 구조화된 형식의 그룹 즉흥연주 - 드럼/퍼커션 조각하기 	<ul style="list-style-type: none"> - 타인의 연주를 듣고 함께 연주하는 과정에서 내담자는 타인의 연주가 자신과 다름을 이해하고 음악적으로 수용하는 경험을 할 수 있다.
7회기	<ul style="list-style-type: none"> - 두 그룹으로 나누어 주고받는 형식의 그룹 즉흥연주 - 전체 그룹을 1/2 조각하기, 대화하듯 연주 주고받기 	<ul style="list-style-type: none"> - 두 개의 그룹의 주고받는 형식의 그룹 즉흥연주는 상대 그룹의 연주를 듣고 자신의 연주에 반영할 수 있도록 해주어 교류적인 음악 활동을 경험할 수 있다.
8회기	<ul style="list-style-type: none"> - 악기의 음색별로 두 그룹으로 나누어 주고받는 형식의 그룹 즉흥연주 - 드럼/퍼커션 조각하기, 대화하듯 연주 주고받기 	<ul style="list-style-type: none"> - 참여자들은 자신의 연주가 그룹에 수용되어 함께 연주되는 과정을 통해 음악적 지지를 경험하여, 그룹 구성원과의 긍정적인 상호작용이 촉진될 수 있다.
9회기	<ul style="list-style-type: none"> - 네 그룹으로 나누어 치료사의 음악적 지시에 따른 구조화된 형식의 그룹 즉흥연주 - 전체 그룹 1/4 조각하기 	<ul style="list-style-type: none"> - 네 개의 그룹으로 나누어 주고받으면서 이어지는 그룹연주 활동은 더 작은 인원으로 구성한 소그룹의 연주를 통해 보다 더 견고한 리듬연주를 유도할 수 있어 내담자의 음악적 협력과 협동심향상에 도움을 준다.
10회기	<ul style="list-style-type: none"> - 네 그룹으로 나누어 주고받는 형식의 그룹 즉흥연주 - 대화하듯 연주 주고받기 	<ul style="list-style-type: none"> - 타인의 리듬연주에 자신의 리듬을 반영하여 함께 연주하는 음악 활동을 통해 타인과의 음악적 상호작용을 촉진할 수 있다.
11회기	<ul style="list-style-type: none"> - 타인의 리듬을 듣고 그 리듬에 맞게 자신의 악기 연주 - 리듬 겹쳐 연주하기 	<ul style="list-style-type: none"> - 타인의 리듬연주에 자신의 리듬을 반영하여 함께 연주하는 음악 활동을 통해 타인과의 음악적 상호작용을 촉진할 수 있다.
12-14회기	<ul style="list-style-type: none"> - 이전 회기들에서 사용한 드럼서클 도구를 활용한 타악기 즉흥연주 - 퍼실리테이터 역할 경험하기 	<ul style="list-style-type: none"> - 익숙한 악기와 다양한 리듬을 활용한 즉흥연주는 내담자에게 음악적 완성의 경험을 제공하여 성취감 향상에 도움을 줄 수 있다.

-
- 그룹의 퍼실리테이터 역할은 내담자에게 그룹의 리더가 되는 경험을 제공하여 주도성 향상에 도움을 주며, 자신의 요구가 수용되어 연주에 반영될 때 그룹 구성원에게 성취감을 줄 수 있다.
-

드럼서클에서 사용하는 타악기는 크게 수르도(surdo), 쟀베(djembes) 등과 같은 드럼 종류의 악기와 귀로(Guiro), 우드블럭(wood blocks) 등의 퍼커션 악기로 구분된다. 본 연구에서 시행한 드럼서클을 활용한 음악치료는 수르도, 쟀베, 아고고벨(agogo bells), 카바사(kabasa), 우드블록, 카우벨(cowbell) 등 드럼과 퍼커션이 혼용된 다양한 타악기를 사용하여 실시되었다. 사용된 각각의 악기들은 음색과 크기, 연주방법 등이 상이하여 학령후기 아동의 흥미를 유발할 수 있고 활동에 적극적으로 참여할 수 있는 동기를 부여하도록 선정되었다. 전체 악기의 비율은 드럼 종류의 악기 50%와 퍼커션 종류의 악기 50%로 동일하게 구성되었다.

6. 자료분석

수집된 자료는 SPSS 20.0 통계 프로그램을 사용하여 다음과 같이 분석하였다. 첫째, 연구 참여아동들의 특성을 알아보기 위하여 성별, 연령 등 일반적인 사항에 대한 빈도분석을 실시하였다. 둘째, 실험집단과 통제집단이 동질한지를 알아보기 위해 실험집단과 통제집단의 사전검사에 대한 독립표본 *t* 검정을 실시하였다.

셋째, 드럼서클을 활용한 음악치료 활동이 통계적으로 유의미한 효과가 있는지 알아보기 위해 사전점수의 영향력을 통제한 상태에서 사후점수의 차

이를 검정하는 공분산분석(ANCOVA)을 실시하였다. 넷째, 실험집단과 통제 집단의 사전점수 및 사후점수 변화의 추이를 살펴보기 위해 대응표본 t 검정을 실시하였다. 본 연구의 모든 통계 분석은 모수 검정을 실시하였으며, 통계적 유의수준은 $p < .05$ 이다

IV. 연구결과

1. 드럼서클을 활용한 음악치료 활동이 학령후기 아동의 일상생활 스트레스에 미치는 영향(연구문제 1)

1) 실험집단과 통제집단의 일상생활 스트레스에 대한 동질성 검정

드럼서클을 활용한 음악치료 활동을 실시하기 전, 실험집단과 통제집단 간의 동질성을 알아보기 위하여 실험집단과 통제집단의 일상생활 스트레스에 대한 독립표본 t 검정을 실시하였다. 그 결과는 <표IV-1>에 제시된 바와 같이 유의한 차이를 보이지 않은 하위 요인이 일부분 있으나, 일상생활 스트레스 전체 점수가 $p=.007$ 로 유의한 차이를 보였다($p<.01$).

<표IV-1> 실험집단과 통제집단의 일상생활 스트레스 사전검사에 대한 동질성 검정

측정치	실험집단(n=15)	통제집단(n=17)	t
	평균(표준편차)	평균(표준편차)	
일상생활 스트레스 전체	115.47(34.54)	85.88(22.78)	2.89**
부모 및 가정환경	30.47(11.33)	21.12(6.35)	2.83*
교사 및 학교환경	18.93(6.19)	15.71(3.87)	1.74
친구 및 개인환경	30.93(11.29)	21.41(5.98)	3.03**
주변 및 사회환경	19.67(4.51)	16.24(6.51)	1.71
학업	15.47(5.11)	11.41(4.37)	2.42*

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

두 집단의 동질성이 확보되지 않았기 때문에 사전점수의 영향을 통제된 상태에서 사후점수의 차이를 알아보는 공분산분석을 실시하였다. 이 방법은 집단 간 동질성이 확보된 경우에 적용하여도 정확한 결과를 얻을 수 있으므로 사전검사에서 동질성이 확보된 경우에도 동일하게 적용시켜 검증하였다.

2) 일상생활 스트레스 전체

드림서클을 활용한 음악치료 활동에 참여한 실험집단이 참여하지 않은 통제집단에 비해 일상생활 스트레스 전체에 유의한 효과가 있었는지 알아보기 위해 사전점수의 영향을 통제된 상태에서 사후점수의 차이를 알아보는 공분산분석을 실시하였다. 검정 결과 $F=21.06$, $p=.000$ 으로 유의한 차이를 보였다 ($p<.001$). 이에 대한 결과는 <표IV-2>와 같다.

<표IV-2> 일상생활 스트레스에 대한 공분산분석

영역	분산원	제곱합	자유도	평균제곱	F
일상생활 스트레스	공분산(사전 점수)	22647.24	1	22647.24	
	주효과(집단)	2637.54	1	2637.54	21.06***
	오차	3631.58	29	125.23	
	합계	26736.72	32		

*** $p<.001$

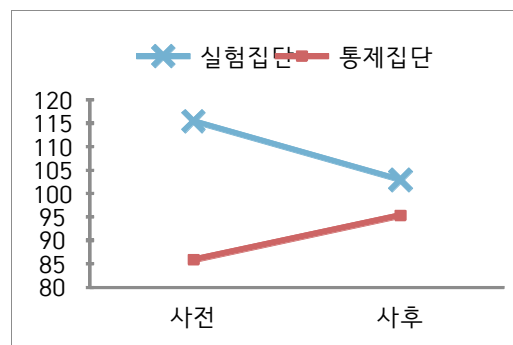
변화의 추이를 보기 위해 각 집단의 사전과 사후, 교정된 사후점수에 대한 대응표본 t 검정을 실시하였다. 실험집단은 $p=.000$ 으로 통계적으로 유의한 차이($p<.001$)를 보이며 평균점수가 감소하였으나 통제집단은 $p=.009$ 로

유의한 차이($p<.01$)를 보이며 평균이 증가하였다. 이에 대한 결과는 <표 IV-3>, <그림 IV-1>과 같다.

<표IV-3> 일상생활 스트레스에 대한 대응표본 t 검정

	사전	사후	교정사후	t
	평균(표준편차)	평균(표준편차)	평균(표준오차)	
실험집단	115.47(34.54)	102.93(33.21)	87.98(3.10)	6.01***
통제집단	85.88(22.78)	95.35(26.02)	108.55(2.89)	-2.96**

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



<그림 IV-1> 일상생활 스트레스의 실험집단과 통제집단 평균점수

3) 일상생활 스트레스 하위요인

드럼서클을 활용한 음악치료 활동에 참여한 실험집단이 참여하지 않은 통제집단에 비해 일상생활 스트레스 하위요인에 유의한 효과가 있었는지 알아보기 위해 사전점수의 영향을 통제된 상태에서 사후점수의 차이를 알아보는 공분산 분석을 실시하였다. 검정 결과 부모 및 가정환경($F=10.96, p=.002$), 친구 및 개

인환경($F=10.34$, $p=.005$), 주변 및 사회환경($F=10.34$, $p=.003$)에서는 유의한 차이를 보였으나($p<.01$), 교사 및 학교환경($F=2.28$, $p=.142$), 학업($F=.65$, $p=.427$)에서는 유의한 차이를 보이지 않았다($p>.05$). 이에 대한 결과는 <표IV-4>와 같다.

<표IV-4> 일상생활 스트레스에 대한 공분산분석

영역	분산원	제곱합	자유도	평균제곱	F
부모 및 가정 환경	공분산(사전점수)	2057.22	1	2057.22	
	주효과(집단)	224.18	1	224.18	10.96**
	오차	593.17	29	20.45	
	합계	2702.97	32		
교사 및 학교 환경	공분산(사전점수)	161.51	1	161.51	
	주효과(집단)	47.84	1	47.84	2.28
	오차	609.62	29	609.62	
	합계	780.88	32		
친구 및 개인	공분산(사전점수)	1950.19	1	1950.19	
	주효과(집단)	384.35	1	384.35	9.23**
	오차	1204.09	29	41.52	
	합계	3158.47	32		
주변 및 사회 환경	공분산(사전점수)	815.10	1	815.10	
	주효과(집단)	139.70	1	139.70	10.34**
	오차	391.70	29	13.51	
	합계	1218.88	32		
학업	공분산(사전점수)	434.26	1	434.26	
	주효과(집단)	11.53	1	11.53	.65
	오차	515.59	29	17.78	
	합계	980.00	32		

** $p<.01$

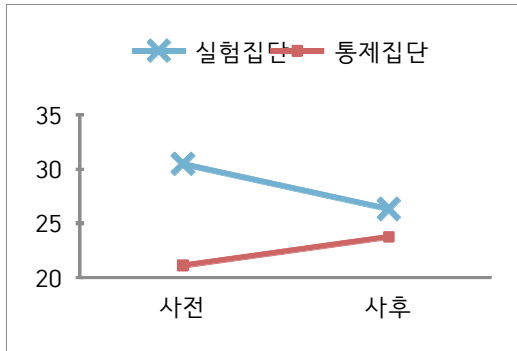
각 하위요인에 대한 변화의 추이를 보기 위해 각 집단의 사전과 사후, 교정된 사후점수에 대한 대응표본 t 검정을 실시하였다. 실험집단은 부모 및

가정환경($p=.000$), 친구 및 개인환경($p=.005$), 주변 및 사회환경($p=.019$) 하위요인이 유의한 차이를 보이며($p<.05$) 평균이 감소하였으나, 교사 및 학교환경($p=.183$)과 학업($p=.370$) 하위요인은 유의한 차이를 보이지 않았다($p>.05$). 통제집단은 부모환경 및 가정환경($p=.066$), 교사 및 학교환경($p=.056$), 학업($p=.300$) 하위요인이 유의한 차이를 보이지 않았고($p>.05$), 친구 및 개인환경($p=.022$)과 주변 및 사회환경($p=.026$)은 유의한 차이를 보이며($p<.05$) 평균이 증가하였다. 이에 대한 결과는 <표 IV-5>, <그림 IV-2>, <그림 IV-3>, <그림 IV-4>, <그림 IV-5>, <그림 IV-6>과 같다.

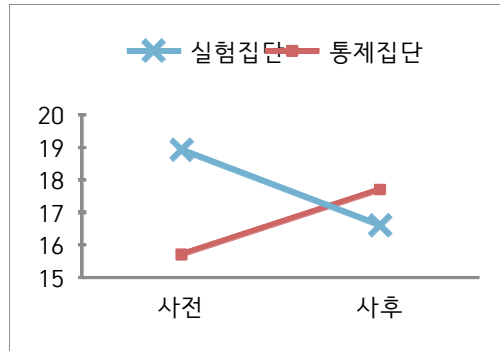
<표 IV-5> 일상생활 스트레스에 대한 대응표본 t 검정

하위요인		사전	사후	교정사후	t
		평균(표준편차)	평균(표준편차)	평균(표준오차)	
부모 및 가정	실험	30.47(11.33)	26.33(10.49)	21.77(1.25)	5.43***
	통제	21.12(6.35)	23.76(8.33)	27.79(1.17)	-1.98
교사 및 학교	실험	18.93(6.19)	16.60(4.53)	15.82(1.22)	1.40
	통제	15.71(3.87)	17.71(5.50)	18.40(1.14)	-2.06
친구 및 개인	실험	30.93(11.29)	26.67(12.07)	22.06(1.79)	3.30**
	통제	21.41(6.98)	25.94(8.35)	30.00(1.67)	-2.53*
주변 및 사회	실험	19.67(4.51)	16.53(6.90)	14.86(.97)	2.66*
	통제	16.24(6.51)	17.76(5.82)	19.24(.91)	-2.45*
학업	실험	15.47(5.11)	14.53(6.91)	12.80(1.14)	.93
	통제	11.41(4.37)	12.59(4.20)	14.12(1.07)	-1.07

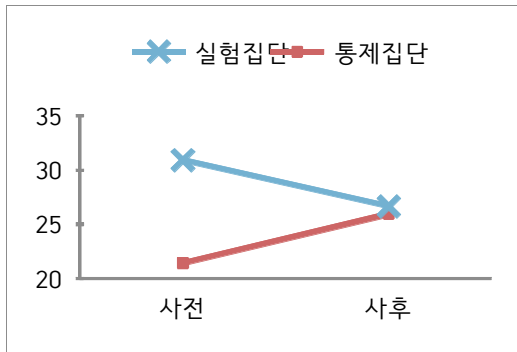
* $p<.05$ ** $p<.01$, *** $p<.001$



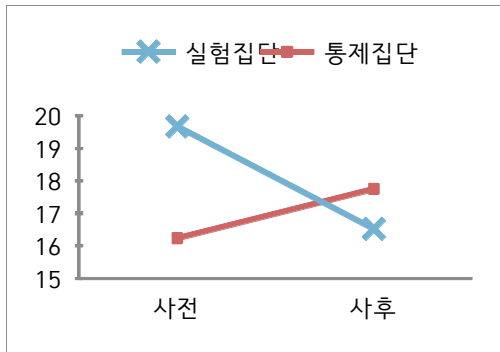
<그림 IV-2> 부모 및 가정환경



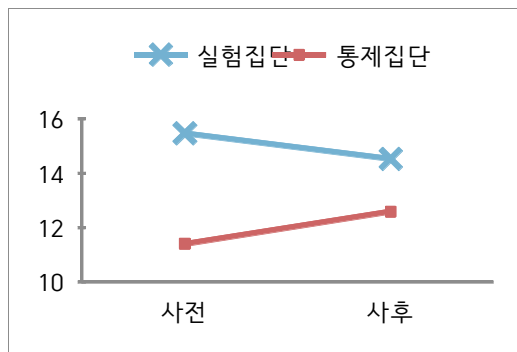
<그림 IV-3> 교사 및 학교환경



<그림 IV-4> 친구 및 개인



<그림 IV-5> 주변환경 및 사회



<그림 IV-6> 학업

2. 드럼서클을 활용한 음악치료가 학령후기 아동의 또래관계 기술에 미치는 영향

1) 실험집단과 통제집단의 또래관계 기술에 대한 동질성 검정

드럼서클을 활용한 음악치료 활동을 실시하기 전, 실험집단과 통제집단 간의 동질성을 알아보기 위하여 실험집단과 통제집단의 또래관계 사전검사 점수에 대한 독립표본 t 검정을 실시하였다. 그 결과 <표IV-6>에 제시된 바와 같이 유의한 차이를 보이지 않아($p>.05$) 동질성이 확보되었다.

<표 IV-6> 실험집단과 통제집단의 또래관계 사전검사에 대한 동질성 검정

측정치	평균(표준편차)		t
	실험집단	통제집단	
또래 관계 기술	58.47(10.24)	58.47(13.22)	.00
주도성	26.00(5.36)	25.94(8.50)	.02
협동/공감	32.47(5.46)	32.53(7.07)	-.03

$p>.05$

2) 또래관계 기술 전체

드럼서클을 활용한 음악치료 활동에 참여한 실험집단이 참여하지 않은 통제집단에 비해 또래관계 전체에서 유의한 효과가 있었는지 알아보기 위해 사전점수의 영향을 통제된 상태에서 사후점수의 차이를 알아보는 공분산분석을 실시하였다. 검정결과 $F=10.47$, $p=.003$ 으로 유의한 차이를 보였다($p<.01$). 이에 대한 결과는 <표IV-7>과 같다.

<표IV-7> 또래관계 기술에 대한 공분산분석

영역	분산원	제곱합	자유도	평균제곱	F
또래 관계 기술	공분산(사전 스트레스)	1375.59	1	1375.59	
	주효과(집단)	388.97	1	388.97	10.47**
	오차	1077.91	29	37.17	
	합계	2842.22	32		

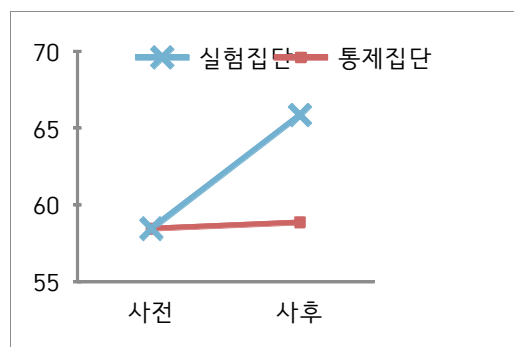
** $p < .01$

변화의 추이를 보기 위해 각 집단의 사전과 사후, 교정된 사후점수에 대한 기술통계를 나타내었으며 대응표본 t 검정을 실시하였다. 실험집단은 $p = .000$ 으로 통계적 유의한 차이를 보이며($p < .001$) 증가하였으며, 통제집단은 $p = .866$ 으로 유의한 차이를 보이지 않았다($p > .05$). 이에 대한 결과는 <표IV-8>, <그림 IV-8>과 같다.

<표IV-7> 또래관계 기술에 대한 대응표본 t 검정

	사전 평균(표준편차)	사후 평균(표준편차)	교정사후 평균(표준오차)	t
실험집단	58.47(10.24)	65.87(8.63)	65.87(1.57)	-6.09***
통제집단	58.47(13.22)	58.88(9.39)	58.88(1.48)	-.17

*** $p < .001$



<그림 IV-8> 또래관계 기술에 대한 실험집단과 통제집단 평균점수

3) 또래관계 기술 하위요인

드럼서클을 활용한 음악치료 활동에 참여한 실험집단이 참여하지 않은 통제 집단에 비해 또래관계 기술 하위요인에서 유의한 효과가 있었는지 알아보기 위해 사전 점수의 영향을 통제된 상태에서 사후점수의 차이를 알아보는 공분산분석을 실시하였다. 검정결과 주도성은 $F=8.77$, $p=.006$ 으로 유의한 차이를 보였으나($p<.01$), 협동/공감은 $F=3.03$, $p=.093$ 으로 유의한 차이를 보이지 않았다($p>.05$). 이에 대한 결과는 <표IV-9>와 같다.

<표IV-9> 또래관계 기술 하위요인에 대한 공분산분석

영역	분산원	제곱합	자유도	평균제곱	F
주도성	공분산(사전점수)	225.55	1	225.55	
	주효과(집단)	209.11	1	209.11	8.77**
	오차	691.51	29	23.85	
	합계	1128.00	32		
협동/ 공감	공분산(사전점수)	307.94	1	307.94	
	주효과(집단)	27.89	1	27.89	3.03
	오차	267.33	29	9.22	
	합계	602.22	32		

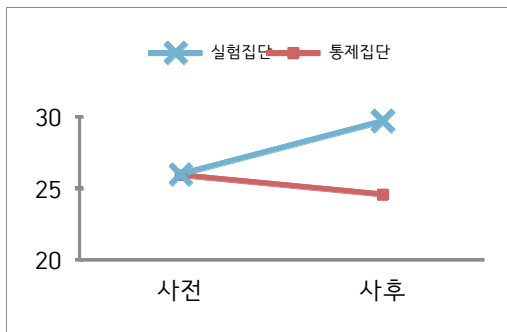
** $p<.01$

변화의 추이를 보기 위해 각 집단의 사전과 사후, 교정된 사후점수에 대한 기술통계를 나타내었으며 대응표본 t 검정을 실시하였다. 실험집단의 주도성 ($p=.000$)과 협동/공감($p=.002$) 하위요인은 유의한 차이($p<.01$, $p<.001$)를 보이며 평균이 증가하였다. 통제집단의 주도성($p=.519$)과 협동/공감($p=.156$) 하위요인은 유의한 차이를 보이지 않았다($p>.05$). 이에 대한 결과는 <표 IV-10>, <그림 IV-9>, <그림 IV-10>과 같다.

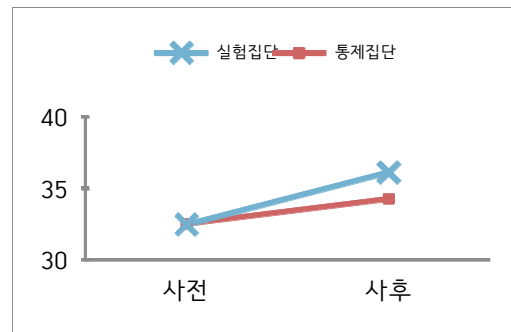
<표 IV-10> 또래관계 기술 하위요인에 대한 대응표본 *t* 검정

하위요인		사전	사후	교정사후	<i>t</i>
		평균(표준편차)	평균(표준편차)	평균(표준오차)	
주도성	실험	26.00(5.36)	29.73(5.34)	29.72(1.26)	-4.53***
	통제	25.94(8.50)	24.59(5.69)	24.60(1.18)	.66
협동/ 공감	실험	32.47(5.46)	36.13(4.55)	36.15(.78)	-3.90**
	통제	32.53(7.07)	34.29(4.22)	34.28(.74)	-1.49

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



<그림 IV-8> 주도성



<그림 IV-9> 협동/공감

V. 결 론

1. 결론 및 논의

본 연구는 학령후기 아동에게 드럼서클을 활용한 음악치료 활동을 시행하여 일상생활 스트레스와 또래관계에 미치는 영향을 규명하고자 하였다. 이를 위해 경기도에 소재한 J초등학교에 재학 중인 학령후기 아동 32명(실험집단 15명, 통제집단 17명)을 연구 참여자로 선정하고, 드럼서클을 활용한 음악치료 활동을 각 회기 당 50분씩 주 2회로 총 14회기에 걸쳐 실시하였다. 연구에 참여한 학령후기 아동의 일상생활 스트레스와 또래관계의 변화를 측정하기 위해 초등학생 일상생활 스트레스검사, 또래관계 기술검사를 실험 전후에 동일하게 실시하였다. 수집된 자료를 분석한 결과를 바탕으로 다음과 같은 결론을 내릴 수 있었다.

첫째, 드럼서클을 활용한 음악치료 활동은 학령후기 아동의 일상생활 스트레스 감소에 효과가 있다($F=21.06, p<.001$). 드럼서클을 활용한 음악치료 활동에 참여한 실험집단의 일상생활 스트레스 평균 점수는 유의한 차이를 보이며($p<.001$)감소하였고, 반면 활동에 참여하지 않은 통제집단의 일상생활 스트레스는 유의한 차이를 보이며($p<.01$) 증가하였다. 이러한 결과는 드럼서클을 활용한 음악치료 활동이 자유롭고 역동적인 음악 경험을 통해 학령후기 아동의 부정적인 정서를 표현할 수 있도록 유도하고, 표출된 정서를 긍정적인 방식으로 변화시킬 수 있는 시간을 제공하였기 때문이다. 즉, 드럼서클을 활용한 음악치료는 학령후기 아동의 부정적인 정서를 표현할 수 있도록 유도하여 일상생활 스트레스를 감소시킬 수 있었다. 이는 드럼서클을 활용한 음악치료가 스트레스 감소에 효과적이라고 보고한 노경외(2012)와 안성환(2014)의 연구와 일

치한다.

일상생활 스트레스 하위요인에서는 부모 및 가정환경($p<.001$) 친구 및 개인환경($p<.01$), 주변 및 사회환경($p<.05$) 요인에서 유의한 차이를 나타냈으나, 교사 및 학교환경($p>.05$), 학업 요인($p<.05$)에서는 통계적으로 유의한 차이를 보이지 않았다. 이를 통해 드럼서클을 활용한 음악치료 활동이 부모 및 가정환경, 친구 및 개인환경, 주변 및 사회환경 스트레스 감소에 긍정적인 영향을 미쳤다는 것을 알 수 있다. 통계적으로 유의한 결과는 아니지만, 실험집단의 사전·사후 평균 점수의 차이를 살펴보면 교사 및 학교환경, 학업 요인에서도 평균 점수가 감소하는 가시적인 변화를 확인할 수 있었다. 이는 본 연구가 학기 초인 3월에 진행되어 아동들이 새로운 학급에 적응하는 결정적인 시기에 작용하는 스트레스의 수준을 통제하지 못 했고, 학생의 주요 과업이 학업이라는 점을 감안할 때 본 연구에서 구성한 단기 활동이 학업 스트레스 감소에는 유의한 효과를 나타내기 어려웠던 것으로 추측된다.

둘째, 드럼서클을 활용한 음악치료 활동은 학령후기 아동의 또래관계 기술 향상에 효과가 있다($F=10.47$ $p<.01$). 드럼서클을 활용한 음악치료 활동에 참여한 실험집단의 또래관계의 평균 점수는 유의한 차이를 보이며 증가하였으나($p<.001$), 그렇지 않은 통제집단의 또래관계의 평균점수는 유의한 변화를 보이지 않았다($p>.05$). 이러한 결과는 드럼서클을 활용한 음악치료 활동이 개인의 음악과 소그룹, 전체그룹의 음악적 경험을 넘나들며 교류적인 음악 경험을 공유하고 이를 통해 학령후기 아동이 타인과의 음악적, 사회적 상호작용이 장려될 수 있는 자연스러운 협력의 시간을 제공하였기 때문이다. 즉, 드럼서클을 활용한 음악치료는 학령후기 아동에게 타인과의 교류적인 음악활동을 통해 사회적 상호작용을 증진하여 또래관계 기술을 향상시킬 수 있었다.

또래관계 기술 하위요인에서는 주도성($p<.001$), 공감/협동($p<.01$) 모두 유의한 차이를 보이며 증가하였다. 이를 통해 드럼서클을 활용한 음악치료가 주도

성과 공감/협동 향상에 긍정적인 영향을 미쳤다는 것을 알 수 있다. 이는 능동적인 악기 연주 활동을 중심으로 이루어진 음악치료가 초등학교 3-6학년 지역아동 센터아동의 또래관계 기술 향상에 긍정적인 효과가 있다고 보고한 김혜정(2013)과 악기연주 중심의 음악치료가 초등학교 3-6학년 시설보호아동의 또래관계 기술 향상에 긍정적인 영향을 미친다고 보고한 주빛나(2014)의 연구와 그 맥락을 같이 한다.

본 연구는 학령후기 아동의 일상생활 스트레스와 또래관계에 미치는 음악치료의 영향을 규명하기 위하여 드럼서클을 활용한 음악치료 활동을 구성하고 각 변인에 미치는 치료적 효과를 검증하였다. 그 결과, 드럼서클 활동은 학령후기 아동에게 자신의 에너지를 분출하고 표현할 수 있는 기회를 제공하며, 그룹 구성원과 함께 연주하면서 그룹의 지지와 교류적인 음악활동을 경험할 수 있게 하였다. 이는 드럼서클을 활용한 음악치료 활동이 학교 현장에서 학령후기 아동의 일상생활 스트레스와 또래관계에 대한 중재로 활용될 수 있는 가능성을 시사한다. 본 연구는 드럼서클을 활용한 경험적 음악치료 연구가 상대적으로 부족한 상황에서 드럼서클의 적용 대상 범위를 확장하고, 드럼서클의 치료적 가치에 대한 이해를 높이는 기초 자료로써 활용될 수 있다는 의의를 지닌다.

2. 제언

본 연구의 결론 및 논의를 바탕으로 연구의 제한점과 후속 연구를 위한 제언은 다음과 같다.

첫째, 본 연구는 경기도에 소재한 초등학교 학령후기 아동을 대상으로 하였기 때문에 표본의 크기가 작아 이를 일반화하는데 한계가 있다. 또한 표

집의 문제로 각 집단 참여자의 연령과 성별 비율을 동일하게 구성하지 않아 이에 따른 차이를 검증하지 못했다. 추후 연구에서는 일반화 가능성을 높이기 위해 표집 범위를 확대하고, 동일 집단을 구성하여 연구 참여자의 연령 및 성별에 따른 차이가 있는지 구체적으로 검증해 볼 것을 제언한다.

둘째, 본 연구의 드럼서클을 활용한 음악치료 활동은 14회기의 단기 활동으로 진행되었다. 이는 학교의 제반 여건과 학사 일정을 존중하여 학교 현장에서 적용하기에 적합한 기한으로 구성되었으나, 음악치료의 장기적인 효과를 검증하기에는 무리가 있다. 추후 연구에서는 학교와의 세부 논의를 통해 활동의 장기적 효과를 검증할 필요가 있다.

셋째, 본 연구에서는 학령후기 아동의 음악 교육 및 음악 활동에 대한 참여 등 개인적인 음악 경험에 대한 통제가 이루어지지 못했다. 후속 연구에서는 이러한 환경적 영향을 통제하거나 최소화할 수 있는 방안을 모색하여 연구할 필요가 있다.

참고문헌

- 강경아, 김신영, 송미경, 심송용, 김성희(2007). 학령기 후기 아동의 삶의 의미 측정도구 개발. **아동간호학회지**, 13(3), 308-317.
- 강유선(2013). 청소년의 또래관계 질에 미치는 공감과 정서표현성의 영향에 대한 고찰. **심리치료학회지**, 13(1), 153-176.
- 강진령, 연문희(2009). **학교상담 : 학교생활지도**. 파주: 양서원.
- 고영희(2013). **초등학교 고학년의 사춘기 초기 적응을 위한 교육과정 기준 개발 연구**. 미간행 박사학위 청구논문, 고려대학교 대학원.
- 고은혜(2015). **타악기 연주 중심의 음악치료가 목회자 초등학교 자녀의 일상생활 스트레스에 미치는 영향**. 미간행 석사학위 청구논문, 고신대학교 대학원.
- 교육부(2017). **학교폭력 조사 실태**. 교육부.
- 곽금주(2016). **발달심리학: 아동기를 중심으로**. 서울: 학지사.
- 권재기, 정미경(2012). 학령후기 학교적응 프로파일과 관련된 개인, 가정 환경 변인의 단기 종단적 분석. **아동교육**, 21(3), 147-167.
- 기채영, 신영숙, 홍경자(2009). 아동의 스트레스와 심리적 부적응의 관계에서 자기격려의 매개효과. **한국놀이치료학회지**, 12(4), 117-133
- 김경민(2015). **단기 그룹 타악기 리듬연주를 통한 조현병 성인의 대인 관계변화에 대한 사례 연구**. 미간행 석사학위 청구논문, 이화여자대학교 대학원.
- 김도애(2005). **집단음악활동이 아동의 스트레스 감소에 미치는 영향**. 미간행 석사학위 청구논문, 숙명여자대학교 대학원.
- 김도희(2014). 집단 미술치료가 초등학생의 사회성과 또래관계에 미치는 영향. **예술심리치료연구**, 10(4), 213-239.

- 김상숙, 신영희(2005). 학령 후기 아동의 일상생활스트레스와 대처에 관한 연구. **계명간호과학**, 9(1), 85-98.
- 김상희(2015). **아동이 지각한 부모의 공감능력이 또래관계에 미치는 영향 : 정서표현성의 매개효과**. 미간행 석사학위 청구논문, 전남대학교 대학원.
- 김선영(2009). **집단음악치료가 방과 후 교실 아동의 공격성과 정서적 부적응행동에 미치는 효과: 즉흥연주와 난타를 중심으로**. 미간행 석사학위 청구논문, 한양대학교 대학원.
- 김수지(2012). 아동의 정서행동 문제를 위한 음악의 치료적 사용. **한국 예술 연구**. 6. 99-116.
- 김순혜(2012). 초등학교 학교폭력 피해아동의 위험요인과 보호요인 분석. **아동교육연구**, 21(3), 5-17.
- 김영은(2016). **초등 고학년 위축아동의 또래 관계 향상을 위한 구조화된 그룹 타악기 연주**. 미간행 석사학위 청구논문, 이화여자대학교 대학원.
- 김용수, 박현주(2008). 초등학교 아동이 지각하는 스트레스의 분석. **아동 교육**, 17(4), 63-76.
- 김은숙(2009). **아동상담의 과정과 성과요인 연구**. 미간행 박사학위 청구논문, 숙명여자대학교 대학원.
- 김은정(2007). **결손가정 청소년의 자기표현을 위한 노래 만들기 (Therapeutic song writing)활동 연구**. 미간행 석사학위 청구논문, 이화여자대학교 대학원.
- 김은주(2015). **교정음악치료가 재소자의 자아존중감 및 부정적 정서 변화에 미치는 효과 : 타악기를 중심으로**. 미간행 석사학위 청구논문, 가천대학교 대학원.

- 김주연(2005). 리듬 연주를 통한 몰입 경험에 관한 연구. 미간행 석사학위 청구논문, 이화여자대학교 대학원.
- 김지혜(2009). 구조화된 리듬 중심의 그룹 음악치료가 정신분열증 환자의 사회기술과 대인관계에 미치는 영향. 미간행 석사학위 청구논문, 한세대학교 대학원.
- 김지혜(2010). 초등학생의 일상생활 스트레스 척도개발. 미간행 석사학위 청구논문, 서울교육대학교 대학원.
- 김지혜, 김순옥(2011). 청소년의 정서지능이 또래관계에 미치는 영향. **생활과학**, 14, 71-87.
- 김혜원(2011). 음악치료가 초등학생의 스트레스에 미치는 영향 : 6학년 학생을 중심으로. 미간행 석사학위 청구논문, 한세대학교 대학원.
- 김혜정, 양은아(2013). 기악합주활동 중심의 음악치료사 지역아동센터 아동의 또래 관계 기술에 미치는 영향. **예술치료심리연구**, 9(4), 75-96.
- 노경외(2013). 드럼서클 중심의 음악치료 프로그램이 청소년의 일상적 스트레스에 미치는 영향. 미간행 석사학위 청구논문, 인제대학교 대학원.
- 노지은(2013). 학령후기 아동이 지각하는 일상적 스트레스가 주관적 안녕감에 미치는 영향 : 낙관적 사고의 중재적 역할. 미간행 석사학위 청구논문, 이화여자대학교 대학원.
- 도현심, 홍주영(2002). 부부갈등 및 부모에 대한 애착과 청소년의 또래 관계간의 관계. **한국가정관리학회지**, 20(5), 125-136.
- 최일생(2017, 03). 초등학생의 사이버폭력, 과연 장난일까. **아시아뉴스통신**, <http://www.anews.com/detail.php?number=1139766>
- 민하영(2009). 학령기 남녀 아동의 일상적 생활 스트레스의 유형별 수준

- 및 우울에 미치는 영향. **가족과문화**, 21(3), 109-127.
- 박세정, 박분희(2004). 아동의 가정 내 스트레스 관리를 위한 인지·행동적 집단상담 프로그램개발과 효과검증. **아동교육**, 13(2), 111-132.
- 박은미(2007). **교사개입전략을 통한 비사회적 유아의 또래관계 변화 과정**. 미간행 석사학위 청구논문, 한양대학교 대학원.
- 박주희, 이은혜(2001). 아동의 또래 유능성에 관련된 어머니의 양육목표, 양육행동 및 또래관계 관리전략. **한국아동학회**, 22(4), 1-15.
- 박지은, 최병철(2012). 유아의 정서조절능력 증진을 위한 음악활동 프로그램 개발 연구. **한국음악치료학회지**, 14(3), 1-30.
- 백민정(2011). **아동이 지각한 부모의 언어통제가 또래관계 질에 미치는 영향 : 자아 탄력성의 매개효과 검증**. 미간행 석사학위 청구논문, 아주대학교 대학원.
- 백혜정(2007). 자아통제, 자기신뢰 및 교사애착이 청소년의 학교생활 적응에 미치는 영향에 관한 종단연구. **한국심리학회**, 19(2), 357-373.
- 보건복지부(2013). **2013 아동종합실태**. 보건복지부.
- 보건복지부(2015). **‘제1차 아동정책기본계획’ 초등학교 고학년**. 보건복지부.
- 서영석, 홍선아(2007). 공감훈련 프로그램이 초등학교 아동의 분노수준, 분노표현 및 공격성에 미치는 영향. **미래교육연구**, 20(2), 61-82.
- 소원영(2006). **초등학생의 사회적 지지와 스트레스 및 스트레스 대처 행동과의 관계**. 미간행 박사학위 청구논문, 홍익대학교 대학원.
- 송인섭(2011). Guilford의 지능구조모형에 의한 유아 학습능력 검사의 개발 및 타당화 연구, **아동교육**, 20(2), 33-48.
- 신창훈(2008). **기악 즉흥연주가 지적장애인의 직업적응 훈련 수행능력**

- 에 미치는 영향-자발성과 관계형성을 중심으로-. 미간행 석사학위 청구논문, 명지대학교 대학원.
- 심일수, 유형근, 조용선(2012). 초등학교 고학년의 스트레스 대처능력 향상을 위한 독서치료 프로그램 개발. **교원교육**, 28(1), 61-80.
- 안성환(2014). **드림서클이 직장여성의 성격유형과 직무스트레스에 미치는 영향**. 미간행 석사학위 청구논문, 성신여자대학교 대학원.
- 안용수(2007). **신장의 사춘기 성장 가속기와 초경과의 관계**. 미간행 석사학위 청구논문, 경희대학교 대학원.
- 양윤란, 오경자(2005). 또래관계기술 척도의 개발: 초등학교 4학년-중학교 3학년 학생용. **한국심리학회지**, 24(4), 961-971.
- 엄보미(2013). **초등고학년의 또래관계 향상을 위한 음악 활동집**. 미간행 석사학위 청구논문, 숙명여자대학교 대학원.
- 오진아(2011). 학령기 후기 아동의 스트레스 요인이 자아존중감에 미치는 영향. **한국모자보건학회지**, 15(2), 132-140.
- 우소연, 박경자(2009). 학령후기 아동의 일상적 스트레스가 학교생활 적응에 미치는 영향을 중재하는 보호요인: 자기 통제력과 유머 감각. **아동학회지**, 30(2).
- 유설희, 박보경, 도현심(2015). 학령 후기 아동의 또래관계 및 자아존중감이 주관적 안녕감에 영향을 미치는 경로. **한국아동학회**, 36(2), 55-74.
- 원미희(2010). **자기리더십 프로그램 적용이 초등학생의 또래관계기술 및 사회·정서적 고립감에 미치는 영향**. 미간행 석사학위 청구논문, 경인교육대학교 대학원.
- 유지아(2016). **타악기 연주 중심의 음악치료가 재한 몽골 중학생의 문화적응 스트레스와 불안에 미치는 효과**. 미간행 석사학위 청구

- 논문, 명지대학교 대학원.
- 유지언(2014). **학령기 아동의 일상적 스트레스와 우울의 관계에서 부모-자녀간 의사소통의 역할**. 미간행 석사학위 청구논문, 성균관대학교 대학원.
- 유정이(2002). **따돌림 아동을 위한 사회적 기술 향상 프로그램의 효과**. 미간행 석사학위 청구논문, 부산교육대학교 대학원.
- 윤소연(2001). **집단음악활동이 취학 전 아동의 긍정적 자아개념 향상에 미치는 효과**. 미간행 석사학위 청구논문, 숙명여자대학교 대학원.
- 이경진(2011). **타악기 연주 프로그램이 시설노인의 우울감과 자아존중감에 미치는 영향**. 미간행 석사학위 청구논문, 명지대학교 대학원.
- 이보람, 박혜준(2011). **학령기 아동의 주관적인 삶의 질 양상과 삶의 질에 영향을 미치는 요인**. **한국심리학회지**, 24(3), 129-152.
- 이숙, 김수미(2009). **유아의 일상적 스트레스 및 부적응 행동: 유아의 개인적 변인과 어머니의 심리사회적 변인을 중심으로**. **대한가정학회**, 47(1), 1-12.
- 이윤미(2014). **초등학교 4,6학년의 또래관계 질과 교사-학생 관계 및 주관적 안녕감의 관계**. 미간행 석사학위 청구논문, 경인교육대학교 교육대학원.
- 이은영(2004). **아동의 대인관계 스트레스 및 불안과 신체와 증상**. 미간행 석사학위 청구논문, 숙명여자대학교 대학원.
- 이은정 (2015). **부모애착이 학령 후기 아동의 친사회적 행동에 미치는 영향: 공감과 도덕추론의 매개적 역할**. 미간행 석사학위 청구논문, 이화여자대학교 대학원.
- 이인희(2012). **초등학생의 또래괴롭힘 참여자 역할에 따른 스트레스 대처행동과 사회적 지지의 차이**. 미간행 석사학위 청구논문, 숙명

- 여자대학교 대학원.
- 이지선(2014). **초등학생의 또래관계 증진을 위한 공감능력 향상 집단 예술치료 프로그램 연구**. 미간행 석사학위 청구논문, 한양대학교 대학원.
- 이효정(2008). **초등학생의 스트레스와 스트레스 대처양식, 또래관계의 상관**. 미간행 석사학위 청구논문, 경북대학교 대학원.
- 임희은 (2016). **학령후기 아동의 거부민감성이 또래관계문제에 미치는 영향 : 분노표현 양식의 매개효과**. 미간행 석사학위 청구논문, 한양대학교 대학원.
- 장미희(2010). **모애착, 거부민감성, 정서조절능력이 아동의 또래관계에 미치는 영향**. 미간행 석사학위 청구논문, 인천대학교 교육대학원.
- 장빛나, 김수지(2013). **타악기를 이용한 음악 활동이 유아 스트레스에 미치는 영향**. *아동교육*, 18(3), 213-226.
- 장상민(2016). **타악기 연주활동이 조현병 및 양극성장애의 대인관계 증진에 미치는 효과**. 미간행 석사학위 청구논문, 가천대학교 대학원.
- 전혜련(2014). **어머니의 심리적 통제와 자녀의 또래관계의 관계에서 거부 민감성과 내면화된 수치심의 매개효과**. 미간행 석사학위 청구논문, 인천대학교 대학원.
- 전희란(2009). **그룹음악치료를 통한 과잉-분리과정 청소년의 소외감 감소에 관한 연구**. *음악치료교육연구*, 6(2), 77-107.
- 정성철, 홍상황, 김종미(2011). **아동의 또래지위에 따른 교우관계문제**. *초등상담연구*, 10(2), 167-184.
- 정영임(2008). **초등학생의 과외학습시간, 교우관계, 불안수준에 관한 연구**. 미간행 석사학위 청구논문, 경희대학교 교육대학원,
- 정옥분, 한성열, 이숙자, 이천희, 정순화, 김경은, 엄세진(2008). **아동의**

- 또래 지위에 따른 사회적 능력, 정서적 능력과 우정관계의 질. **인간 발달 연구**, 15(2), 17-52.
- 정현주(2011). **인간 행동과 음악**. 서울: 학지사.
- 조수정(2014). **학령후기 아동용 학교적응 척도의 개발 및 타당화**. 미간행 석사학위 청구논문, 이화여자대학교 대학원.
- 정혜원(2008). 아동용 교우관계문제검사의 개발과 타당화. **초등상담연구**, 7(1), 37-66.
- 주빛나(2014). **악기연주 중심 음악치료가 시설보호아동의 또래 유대감 증진에 미치는 효과**. 미간행 석사학위 청구논문, 이화여자대학교 대학원.
- 천애영(2008). **음악 감상이 초등학생의 스트레스와 공격성 감소에 미치는 영향**. 미간행 석사학위 청구논문, 숙명여자대학교 대학원.
- 최병철(2006). **음악치료학**. 서울: 학지사.
- 최순연(2007). **ADHD아동의 사회성 향상을 위한 음악활동 프로그램**. 미간행 석사학위 청구논문, 숙명여자대학교 대학원.
- 최승희(2000). 학급 또래관계를 활용한 지지적 프로그램의 효과성에 관한 연구: 특수학급 장애학생의 적용을 중심으로. **재활복지**, 4(2), 135-177.
- 통계청(2014). **과목별 사교육**. 통계청.
- 하나래(2016). **집단놀이치료가 아동의 주관적 안녕감과 또래관계 질에 미치는 영향 -방과후 아카데미 지원형 초등 5-6학년 아동을 중심으로-**. 미간행 석사학위 청구논문, 명지대학교 사회교육대학원.
- 한국드럼서클연주회(2012). [Http://www.kdrs.kr/](http://www.kdrs.kr/)
- 한신애(2013). **학령기 아동의 스트레스 대처행동 관련변인들 간의 관계 구조분석**. 미간행 박사학위 청구논문, 대구카톨릭대학교 대학원.

- 한유경 (2013). **위기학생 진단 및 교육적 지원에 관한 연구**. 서울: 교육과학기술부.
- 한지현(2005). 공격성 아동을 위한 음악치료 프로그램-타악기 연주활동 중심의 사례연구-. **음악치료교육연구**, 2(2), 34-56.
- 허혜진(2010). 지역아동센터 아동의 또래관계 기술 증진을 위한 창작 음악극 프로그램 효과 연구. **음악치료학연구**, 20(1), 18-59.
- Alsop, P., & McCaffrey, T. (1993). *How to cope with childhood stress: A practical guide for teacher*. Harlow. Longman Publishing Co.
- Alvin, J., & Warwike, A. (1978). *Music Therapy for the autistic child*. London: Oxford University Press.
- Bensimon, B., Amir, D., & Wolf, Y. (2008). Drumming through trauma: Music therapy with post-traumatic soldiers. *The Arts in Psychotherapy*, 35, 34-48.
- Birch, S. H. & Ladd, G. W. (1997). The teacher-child relationship and children's school adjustment. *Journal of School Psychology*, 35(1), 61-79.
- Bittman, B. B., & L. S., Felten, D. L., Westengard, J., Simonton, O. C., Pappas, J., & Ninehouser, M. (2001). Composite effects of group drumming music therapy on modulation of neuroendocrine-immun parameters in normal subject. *Alternative Therapies in Health and Medicine*, 7(1), 38-47.
- Bittman, B., Bruhn, K. T., Stevens, C., Westengard, J. & Umbach, P. O. (2003). Recreational Music-Making: A Cost-Effective Group Interdisciplinary Strategy for Reducing Burnout and Improving Mood States in Long-Term Care Workers. *Advances Journal*,

19(3,4), 4-15.

- Bittman, B., Dickson, L., & Kim, C. (2009). Creative Musical Expression as a Catalyst for Quality-of-life Improvement in Inner-city Adolescents Placed in a Court-referred Residential Treatment Program. *Advances Journal*, 24(1), 8-19.
- Blackett, P., & Payne, H. (2005). Health rhythms: A preliminary inquiry into group-drumming as experienced by participants on a structured day services programme for substance-misusers. *Drugs: Education, Prevention and Policy*, 12(6), 477-491.
- Bruil, J. & Detmar, S. B. (2005). Measuring health-related quality of life in children: difficulties and challenges. *Expert Review of Pharmacoeconomics & Outcomes Research*, 5(5), 511-514.
- Davis, W. B., Gfeller, K. E., & Thaut, M. H. (2002). Introduction to music therapy : theory and practice. 김수지, 고희정, 권혜경 (역). *음악치료학 개론*. 서울: 권혜경음악치료센터(원서출판, 1998).
- Gilbert, J. P. (1997). Music therapy perspectives on death and dying. *Journal of Music Therapy*, 14(4), 165-171.
- Gooding, L. F. (2011). The effect of a music therapy social skills training program on improving social competence in children and adolescents with social skills deficits. *Journal of Music Therapy*, 48(4), 440-462.
- Harris, C., Bradley, R., & Titus, S. (1992). A comparison of the effect of hard rock and easy listening on the frequency of observed inappropriate behaviors: Control of environmental antecedents in a large public area. *Journal of Music Therapy*, 29(1), 6-17.

- Hill, N. & Hull, A. (2014). *Drum Circle Facillitator's Handbook*. 한국 드럼서클연구회 (역), *드럼서클 퍼실리테이터 핸드북*. 서울: 한국 드럼서클연구회(원서출판, 2013).
- Hull, A.(2006). *Drum Circle Facilitation: Building community through rhythm*. Santa Cruz, CA: Village Music Circles.
- Kaser, V. A. (1993). Musical expressions of subconscious feelings: A Clinical Perspective. *Music Therapy Perspectives*, 11(1), 16-23.
- Kemper, K. J., Hamilton, C. A., Mclean, T. W, & Lovato, J. (2008). Impact of Music on Pediatric Oncology Outpatients. *Pediatric Research*. 64(1), 105-109.
- Longhofer, J.(1993). African drumming and psychiatric rehabilitation. *Psychosocial Rehabilitation Journal*, 16(4), 3-10
- Lupien, S. J., McEwen, B. S., Gunnar, M. R., & Heim C. (2009). Effects of stress throughout the lifespan on the brain, behavior and cognition. *Nature Reviews Neuroscience*. 10, 434-445.
- Martyn-Nemeth. P., Penckofer, S., Culanich, M., Velsor-Frierich, B., & Bryant, F. B. (2009). The relationships among self-esteem, stress, coping, eating behavior, and depressive mood in adolescents. *ResNurs & Health*, 32, 96-109.
- Masten, A. S., Roisman, G. L., Long, J. D., Burt, K. B., Obradovic, J., Riley, J. R., Boelcke-Stennes, K., & Tellegen, A. (2005). Developmental cascade: linking academic achievement and externalizing and internalizing symptoms over 20 years. *Developmental Psychology*, 41(5), 733-746.
- Mcgrath, E. P. & Reipetti, R. L. (2002). A longitudinal study of

- children's depressive symptom, self-perceptions and cognitive distortions about the self. *Journal of Abnormal Psychology*, 111(1), 77-87.
- Michale, H. A., Gail, I., & Neil, S. (2010). Cognitive-behavioral stress management: workbook. 김병휘, 김원 (역). **스트레스의 인지행동 치료**. 서울: 시그마프레스(원서출판, 2007).
- Montello, L., & Coons, E. (1998). Effects of active versus passive group music therapy on preadolescents with emotional, learning, and behavioral disorders. *Journal of Music Therapy*, 35(1), 49-67.
- Morales, J. R., & Guerra, N. G. (2006). Effects of multiple context and cumulative stress on urban children's adjustment in elementary school. *Child Development*, 77, 907-923.
- Robb, S. L. (1995). The effects of music assisted relaxation on preoperative anxiety. *Journal of Music Therapy*, 32(1), 2-21.
- Rutter, M. (2006). Implications of Resilience Concepts for Scientific Understanding. *Annals of the New York Acad Science*. 1094, 1-12
- Skybo, T., & Buck, J. (2007). Stress and coping responses to proficiency testing in school-age children. *Pediatric Nursing*, 33(5), 410-417.
- Snow, S. & D'Amico, M.(2010). The drum circle project: A qualitative study with at-risk youth in a school setting. *Canadian Journal of Music Therapy*, 16(1), 12-39.
- Watkins, G. R. (1997). Music Therapy: Propose physiological mechanisms and clinical implications. *Clinical Nurse Specialist*, 11(2), 43-50

ABSTRACT

Effects of Drum Circle Music Therapy on Late Elementary School Students' Daily Stress Level and Peer Relationship.

Lee, Joosun

Department of Music Therapy
Graduate School of
Sungshin Women's University

The purpose of this study is conducted to find effects of Drum Circle music therapy to late elementary students' daily stress level and peer relationship. The subjects of this study were J elementary school in Gyeonggi-do was selected for the study. 32 late elementary school students were selected and randomly assigned 15 in experimental group and 17 in control group.

Music therapy using Drum Circle sessions were proceeded twice a week, 50 minutes per session for total of 14 sessions. In this study, activity was composed of drum-circle techniques such as Attention Call, Call to Groove and Stop Cut. In order to measure the effect of music therapy using Drum Circle, pre- and post- tests were taken.

Data collected from preliminary and post examination was analyzed

using SPSS 20.0 Statistics Program with frequency analysis, ANCOVA, independent sample t-test, matching sample t-test.

The result is that music therapy using drum-circle has statistically meaningful effect on reducing late elementary school students' daily stress level($F=21.06$, $p<.001$) and improving peer relationship($F=10.47$, $p<.003$). Using drum-circle as music therapy provides basis that it can be applied to social/emotional development of late-elementary students. Result of the research is not only the implementation as clinical trial but proving its positive approach for realistic application value on broad target and field.