



저작자표시-비영리-변경금지 2.0 대한민국

이용자는 아래의 조건을 따르는 경우에 한하여 자유롭게

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

다음과 같은 조건을 따라야 합니다:



저작자표시. 귀하는 원저작자를 표시하여야 합니다.



비영리. 귀하는 이 저작물을 영리 목적으로 이용할 수 없습니다.



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

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

저작권법에 따른 이용자의 권리는 위의 내용에 의하여 영향을 받지 않습니다.

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

[Disclaimer](#)

강 경 선 교수지도
석사학위 청구논문

말기암 환자의 '희로애락(喜怒哀樂)'
인생회고를 위한 노래심리치료

2010

성신여자대학교 대학원
음악치료학과
김 유 림

말기암 환자의 '희로애락(喜怒哀樂)'
인생회고를 위한 노래심리치료

강 경 선 교수지도

이 논문을 석사학위 논문으로 제출함

2009년 11월

성신여자대학교 대학원

음악치료학과

김 유 림

인 준 서

김유림의 석사학위 논문으로 인준함.

심사위원 고 은 미 인

심사위원 박 은 현 인

심사위원 강 경 선 인

성신여자대학교 대학원

논문개요

본 연구는 생의 마지막 길을 걷고 있는 말기암 환자가 음악치료의 과정 속에서 어떠한 과정을 경험하게 되는지, 그로 인해 나타나는 현상은 무엇인지 규명함으로써 인생을 회고하는 데 있어서 음악치료가 어떻게 기여할 수 있는지 알아보기 위한 사례 연구이다.

본 연구를 위하여 서울특별시 소재 J의원 호스피스 완화의료센터에 입원 중인 여 환자 2명을 대상으로 2009년 8월 4일부터 9월 26일까지 8주 동안 주 2회씩, 40분간 총 9~16회기에 걸쳐 음악치료 프로그램을 진행하였다.

매 회기마다 노래 부르기, 감상, 악기 연주, 즉흥연주 등 여러 형태의 음악 활동을 실시하되, 노래를 치료의 주 자원으로 하는 노래심리치료 기법에 중점을 두어 프로그램을 구성하였다. 본 프로그램의 진행 시간은 환자의 신체적 상황을 고려하여 40분 내에서 조정하였으며, 매 회기별 녹음 자료 및 관찰 기록을 토대로 연구 사례를 내용 분석하였다.

연구 결과를 요약하면 다음과 같다.

첫째, 환자에게 의미 있는 노래 대부분은 그들 인생의 특정한 시점에 느꼈던 감정을 반영해주는 것은 물론 새롭게 재 경험할 수 있도록 하는 계기가 돼주었다.

둘째, 노래를 통해 지난날을 회상하고 삶을 검토하면서 과거 및 현재 자신의 주요 사건을 확인할 수 있었고, 인생을 통해서 무엇을 성취했는지 과거 업적의 긍정적인 면은 물론 부정적인 면까지도 균형 있게 볼 수 있도록 해주었다.

셋째, 노래를 통해 자신의 감정을 솔직하게 드러냄으로써 긍정적인 내적변화를 경험하는 동시에 나아가 내적으로 성장하는 데 있어서 삶의 의미를 발견할 수 있도록 해주었다.

품위 있고 아름다운 죽음에 대한 인식이 점차 확산되고 있는 현 시점에서
본 연구는 인생회고를 위한 음악치료를 통하여 죽음을 준비하는 것은 물론
자신이 살아온 인생을 가치 있는 삶으로 평가하고 수용함으로써 삶을 의미
있게 마무리할 수 있도록 하는 데 의의가 있다.

목 차

논문개요

I. 서론	1
1. 연구의 필요성 및 목적	1
2. 연구 문제	5
3. 제한점	5
II. 이론적 배경	7
1. 말기암 환자의 이해와 음악치료	7
1) 말기암 환자의 신체적 요구와 음악치료	8
2) 말기암 환자의 심리·사회적 요구와 음악치료	12
3) 말기암 환자의 영적 요구와 음악치료	16
2. 말기암 환자의 인생회고를 위한 음악치료적 접근	20
1) 인생회고를 위한 음악치료	20
2) 희로애락(喜怒哀樂)과 노래	22
3) 노래심리치료	26
III. 연구 방법	30
1. 연구 대상	30
2. 연구 방법 및 절차	30
1) 음악치료 프로그램의 절차	31
2) 음악치료 프로그램의 구성	32
3. 자료 분석 방법	34

IV. 연구 결과	36
1. 사례별 내용 분석	36
1) 사례 A	36
2) 사례 B	55
V. 결론 및 제언	70
1. 결론	70
2. 제언	72

참고문헌

ABSTRACT(영문초록)

표 목 차

<표 1> 통증의 성격	9
<표 2> 숫자통증등급	10
<표 3> 임종환자를 돌보는 데 필요한 사항들	14
<표 4> 영적 요구	17
<표 5> 통증과 정신적 고통의 상호작용에 대한 질문	19
<표 6> Frankl이 제시한 생의 의미를 실현하는 세 가지 방법	21
<표 7> 사단	23
<표 8> 대상자의 특성	30
<표 9> 매 회기별 프로그램의 절차	31
<표 10> 음악치료 프로그램에 사용된 여러 형태의 음악활동	32
<표 11> 감정 분류를 위한 항목	34
<표 12> 전체 회기 동안 사용된 노래 및 활동 내용	38
<표 13> 감정 분류에 따른 A의 노래 곡목	39
<표 14> 전체 회기 동안 사용된 노래 및 활동 내용	56
<표 15> 감정 분류에 따른 B의 노래 곡목	58

그림 목 차

<그림 1> 인생회고를 위한 음악치료 프로그램의 적용	33
<그림 2> A의 감정별 회상 내용	40
<그림 3> B의 감정별 회상 내용	59

I. 서론

1. 연구의 필요성 및 목적

통계청이 발표한 2008년 사망원인 통계 결과에 의하면, 한국인의 3대 사망원인은 암, 뇌혈관 질환, 심장 질환으로 총 사망자의 절반가량(48.1%)을 차지하고 있는 것으로 보고되었다. 그 중에서도 암은 사망원인 1위로 인구 10만 명당 139.5명이 사망한 것으로 조사되었다(통계청, 2009). 최근 10년간 암에 의한 사망률 변화를 보면 1998년 인구 10만 명당 108.6명에서 2007년 137.5명(통계청, 2008), 2008년 139.5명으로 해마다 암으로 인해 사망하는 인구가 꾸준히 증가하고 있다는 것을 알 수 있다.

암 조기 발견 시에는 수술, 항암 화학 요법, 방사선 치료 등 적극적인 항암 치료를 통해 완치가 가능하지만, 말기암 환자의 경우 근원적인 회복의 가능성이 없고 병세가 점차 악화되어 더 이상 의학적으로 치료효과를 기대하기 어렵다. 때문에 증상 지향적이고 환자에 초점을 맞춘 치료를 통해 신체적, 정신적, 사회적, 영적 고통을 돌봄으로써 삶의 질을 향상시킬 수 있는 전인적인 돌봄이 필요하다(Abrahm, 2008).

말기암 환자는 신체적 고통뿐만 아니라 복잡한 심리적 갈등과 영적 고통에 시달린다(성기순, 1996). 신체적 기능의 상실, 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 휩싸이게 되면서 경험하게 되는 부정적인 정서는 환자가 생의 마지막 단계에서 자신의 삶을 되돌아보고 정리하는 데 부정적인 영향을 미친다(최성윤, 2003;

Cook & Oltjenburns, 1998).

이 시기에 신체적·정서적 위기상황을 잘 극복하지 못할 경우, 환자는 자신이 버림받았고 살아가는데 아무런 희망이 없다고 느끼게 됨으로써 쉽게 삶을 포기해버리게 된다. 이는 환자를 간병하는 가족들에게도 부정적인 영향을 준다. 죽어가는 환자를 바라보며 자신이 해줄 수 있는 것이 아무 것도 없다는 것에 대해 죄책감을 갖게 되기 때문이다. 이것은 후에 환자의 가족들이 사별의 아픔을 극복하는 과정에도 부정적인 영향을 미친다. 하지만 신체적, 정신적, 사회적, 영적으로 평안하도록 해주는 주의 깊은 돌봄은 환자와 그 가족들로 하여금 인생의 마지막 시간을 통해 성장할 수 있는 계기를 마련해준다. 따라서 자신의 삶을 잘 정리하여 남은 여생동안 인간으로서 존엄성과 삶의 질을 높일 수 있도록 하는 것은 매우 중요하다.

최근에는 '총체적 돌봄', '삶의 질을 높일 수 있는 전인적 의료'의 중요성이 대두되면서 통증 및 신체적 증상 완화를 위한 약물 치료 외에도 정서적 안정 및 심리적 지지를 위한 음악치료, 미술치료, 원예치료, 아로마 치료 등 다양한 비약물적 치료가 행해지고 있다.

음악치료는 비약물적 접근의 대표적인 방법으로 말기암 환자와 그 가족들에게 신체적, 심리적, 사회적, 영적 필요를 채우는 데 매우 유용한 도구로 사용될 수 있다.

실제로 호스피스 환자를 대상으로 한 국외 연구에서 음악치료는 개인의 통찰력을 얻는 데 도움을 줄 수 있을 뿐만 아니라 자기표현을 도와줌으로써 환자와 가족들 간의 의사소통을 원활하게 해주어 개인적 고립감을 줄여줄 수 있기 때문에 호스피스에서의 음악치료 사용을 권장하고 있다(Whittal, 1991; Martin, 1991; Hilliard, 2001; Krout, 2003).

Longfield(1995)는 호스피스 환자를 대상으로 음악치료 시행 후 통증이 감소되었으며 피곤, 불안, 에너지에 관한 기분 또한 긍정적으로 변하였다는 연구 결과를 보여주었다.

Salmon(2001)은 음악치료가 환자들의 감정을 표면 의식과 내면 의식, 각각의 의식 단계에 맞게 진전시키고 연결해주어 안정적인 공간을 제공해준다는 것을 확인하였고, Porchet-Munro(1993)는 음악이 비언어적 메시지를 통한 강력한 감정 표현의 수단으로 제공되기 때문에, 환자는 음악치료 활동을 통해 좀 더 쉽게 내면에 깊숙이 존재하는 감정은 물론 인식하지 못한 문제들까지 도달할 수 있다고 보고하였다. 이것은 감정적 영향력, 즉 절대음악이 음악 그 자체로써 반응을 일으켜 감정에 영향력을 행사함을 의미하는 것으로, 음악이 인간의 감정을 표현한다는 측면과 음악이 듣는 이의 감정에 영향을 미친다는 측면 모두를 설명해준다.

이에 반해 말기암 환자를 대상으로 한 국내 음악치료 연구는 미흡한 실정이다. 유현순(2002)은 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. 이수현(2009)의 연구에서도 기독교적 음악 감상이 말기암 환자의 긍정적 언어적 표현 횟수를 증가시켜 죽음 불안과 우울을 감소시키는 데 효과가 있다는 것이 입증되었다.

최성윤(2003)은 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 한다고 보고하였다. 이숙(2006)은 음악자서전 활동이 종말기 환자에게 즐겁고 행복했던 시절과 사건을 재 경험하도록 해주어 긍정적인 정서를 유지하게 해주었고, 미처 해결하지 못했던 인생의 과제를 해결할 수 있는 뜻 깊은 기회를 제공해준다고 보고하였다.

이렇듯 음악치료는 인간의 신체적, 심리적, 사회적 반응을 야기하는 다차원적 접근방식으로써, 다차원적인 돌봄이 필요한 말기암 환자와 그 가족들에게 유용한 치료 중재라 할 수 있다.

선행 연구를 통해 통증 완화라든지 불안 및 우울 감소, 기분상태의 긍정적 변화 등 음악치료의 비약물적 치료 효과가 이미 입증되었기 때문에 연구자는 이러한 연구 결과를 기본 전제하에 두고 인생회고를 통해 자아통합을 획득하는 것을 목적으로 하였다. 말기암 환자의 경우, 치명적인 질환으로 인해 발달상의 마지막 과업을 제대로 성취하지 못한 채 죽음을 맞이하게 되기 쉽다. 에릭슨(Erikson)의 심리사회적 발달 단계나 펙(Peck)의 성인 중기 성격 발달 이론이 보여주듯이 생의 과정에서 노쇠와 죽음을 앞두고 자신의 삶을 통합하고 점검하는 것은 생을 완성하고 평화로운 죽음을 맞이하는 데 중요한 의미를 갖는다. 때문에 신체적 기능의 상실, 가족이나 사회로부터의 고립, 죽음에의 직면 등 여러 가지 위기 상황에 따른 심리적 적응 및 성공적인 자아통합을 돕는 치료적 중재로써 인생회고가 바람직하다고 판단하였다.

따라서 본 연구는 말기암 환자를 대상으로 '회로애락' 인생회고를 위한 노래심리치료를 실시하여 환자가 음악치료의 과정 속에서 어떠한 과정을 경험하게 되는지, 그로 인해 나타나는 현상은 무엇인지 규명함으로써 인생을 회고하는 데 있어서 음악치료가 어떻게 기여할 수 있는지 알아보고자 한다. 궁극적으로 남아 있는 시간 동안 자신의 과거와 현재의 생활을 돌아봄으로써 인생의 긴 여정에 참된 삶의 의미와 가치를 발견하고 삶을 완성할 수 있도록 도움을 주고자 함이다.

2. 연구 문제

본 연구는 말기암 환자를 대상으로 한 사례 연구로써 '희로애락' 인생회고를 위한 노래심리치료를 실시한 후, 질적 분석을 통해 음악치료 경험을 보고자 하였다. 여기서 '희로애락'은 가사와의 관계가 아닌, 노래로 인해 떠올려진 특정 사건, 인물 및 상황과 연관된 감정을 뜻한다.

연구 문제는 다음과 같다.

임종을 앞둔 말기암 환자들은 '희로애락' 인생회고를 위한 노래심리치료에서 인생을 회고하는 데 어떠한 과정을 경험하는가?

임종을 앞둔 말기암 환자들에게 '희로애락' 인생회고를 위한 노래심리치료는 인생을 회고하는 데 어떻게 기여하는가?

3. 제한점

본 연구는 다음과 같은 제한점을 갖는다.

첫째, 두 명의 말기암 환자를 대상으로 한 사례 연구로써 연구 결과를 말기암 환자 전체 대상으로 일반화시키는 데 제한점이 있다.

둘째, 환자의 개별적인 필요에 따라 음악치료 프로그램을 계속적으로 고안하고 수정하여야 했기 때문에 회기 계획 및 진행이 유동적일 수밖에 없었다.

셋째, 특별한 경우를 제외하고 가사 없는 노래는 거의 포함되지 않았으며, 환자 중심의 악곡 선정으로 인해 다양한 장르 중 대중가요와 가곡으로 그 범위가 제한되었다.

Ⅱ. 이론적 배경

1. 말기암 환자의 이해와 음악치료

말기암은 수술, 항암제, 방사선 등 적극적인 항암치료가 더 이상 효과가 없고, 병세가 점차 악화되어 수개월 내에 사망할 것으로 예상되는 상태를 말한다. 말기 진단을 받은 이후, 생존할 수 있는 기간은 개개인마다 차이가 있으나 통계적인 결과에 따르면, 말기 판정 시점부터 10명 중 5명은 약 2~3개월 생존하고 평균적으로 3~4개월 생존하는 것으로 나타났다(윤영호, 2008).

말기암 환자는 더 이상 치료받을 수 없다는 절망감과 대인관계 및 사회활동 제한으로 인한 사회적 고립감, 여러 가지 불편한 신체적 증상을 비롯하여 치료의 부작용으로 인해 유발되는 통증을 경험하게 된다. 이러한 과정 속에서 죽음과 인간 삶의 본질에 대해 의문을 가지게 되고 "왜 나에게 이런 일이 일어났을까" 질문을 던지게 된다. 때문에 말기 환자들의 총체적 고통을 완화해 줄 수 있는 호스피스 완화의료 간호가 절대적으로 필요하다(윤영호, 1998). 호스피스 완화의료란 말기암 환자와 그 가족들이 질병의 마지막 과정과 사별기간에 접하게 되는 신체적, 정신적, 사회적, 영적 문제를 해소하기 위해 제공되는 전인적인 의료를 뜻한다(국립암센터, 2004).

말기암 환자와 가족의 신체적, 정서적, 사회적, 영적 요구를 충족시키기 위해 의료, 간호, 사회복지, 영적 상담, 사별관리 등 다양한 서비스가 제공된다. 이 때 중요한 것은 환자와 가족의 요구를 지속적으로 평가함으로써 환자에게 적합한 개별화된 서비스를 제공하는 것이다. 최근에는 환자의 심

리·사회적 욕구 충족 및 삶의 질 향상을 위해 음악치료, 미술치료, 원예치료, 아로마 치료 등을 제공함으로써 불안, 분노, 무기력감, 우울과 같은 정서 및 사고, 행동반응에 효율적으로 대처하도록 하고 있다.

말기 환자들을 위한 음악치료의 주된 목적은 우울감, 사회적 고립·격리의 감소, 의사소통과 자아표현 향상, 삶의 회상, 긴장 이완 등이 있는데, 1978년에서 1999년까지 21년 동안의 음악치료 임상보고서들을 재검토한 결과 감정 표현, 긴장 이완, 고통 경감이 음악치료에서 다루어진 주된 문제들로 나타났다(이효정, 2007; Krout, 2000). 국내 연구에서도 음악치료가 불안과 우울을 감소시키고 자신의 사고와 감정을 표현할 수 있도록 도우며, 지난 세월의 중요한 경험을 승화시키는 데 효과적임을 제시한 바 있다(유현순, 2002; 이수현, 2009; 이숙, 2006; 최성윤, 2003).

1) 말기암 환자의 신체적 요구와 음악치료

말기암 환자에게 흔히 볼 수 있는 신체적 증상으로는 통증을 비롯하여 무력감, 피곤함, 수면장애, 호흡곤란, 식욕부진, 오심과 구토, 변비 등이 있다. 그 중에서도 통증은 가장 빈번하면서도 괴로운 증상으로 말기암 환자의 경우, 80~90%가 중등도 이상의 통증을 경험한다.

통증이란 "실질적인 또는 잠재적인 조직 손상이나 이러한 손상에 관련하여 표현되는 감각적이고 정서적인 불유쾌한 경험"을 말한다(최윤선 외, 2003, p. 153). 통증은 병태생리에 따라 통각수용성 통증과 신경병증성 통증, 통증의 성격에 따라 체성통 통증, 내장성 통증, 신경병증성 통증으로 나누어진다.

<표 1> 통증의 성격(암성통증관리 지침, 2002, p. 17)

- 체성통 통증(somatic pain)

피부, 근육, 뼈의 통증으로 찌른 듯한, 박동성, 혹은 압박감으로 표현

- 내장성 통증(visceral pain)

내부 장기의 통증으로 위치가 애매하며 갈아 먹는 듯한, 경련성 혹은 체성통과 유사한 양상

- 신경병증성 통증(neuropathic pain)

신경의 손상에 의한 통증으로 화끈거리거나, 저린듯한, 쭈시는 듯한, 혹은 육신거리는 양상

통증은 주관적이기 때문에 통증 평가 시 이를 적절하게 평가하고 객관화할 수 있는 신뢰도와 타당도가 입증된 도구를 사용해야 하며 환자의 통증 보고를 신뢰하는 것이 원칙이다(최윤선 외, 2003).

현재 사용되어지고 있는 통증 평가 도구들은 크게 주관적 평가 방법과 복합적 평가 방법 두 가지로 나누어 살펴볼 수 있다. 주관적 평가 방법은 시각통증등급(Visual Analogue Scale, VAS), 숫자통증등급(Numeric Rating Scale, NRS), 언어통증등급(Verbal Rating Scale, VRS)을 들 수 있고, 복합적 평가 방법은 얼굴통증등급(The Face Pain Scale), 간이통증조사지(Brief Pain Inventory, BPI), 기억통증 평가카드(Memorial Pain Assessment Card), 맥길통증설문(The MacGill Pain Questionnaire)를 들 수 있다.

이 중에서 통증 평가에 가장 많이 사용되는 도구는 숫자통증등급(Numeric Rating Scale, NRS)이다. 직선을 0에서부터 10까지 11단계로 나누어 환자가 자신의 통증 정도를 숫자로 표현하도록 한다. NRS 1-10점까지의 통증은 경도(1-4), 중등도(5-6), 중증(7-10)으로 구분된다.

<표 2> 숫자통증등급(암성통증관리 지침, 2002, p. 15)

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
통증이 없음										상상할 수 없을 정도의 심한 통증

앞서 설명한 바와 같이 통증 평가 도구라든지 통증 평가를 위한 지침을 통해 지속적으로 환자의 통증을 평가하고 기록하는 것은 말기암 환자에게 통증관리가 가장 중요하기 때문이다. 암으로 인한 통증은 흔히 만성적이고 진행적이어서, 역할 수행을 어렵게 하고 대처자원을 방해하여 결과적으로 인생의 의미를 상실시키는 아주 파괴적인 힘을 갖고 있다(윤매옥, 2003). 실제로 말기암 환자는 통증으로 인해 식사, 휴식, 수면, 활동 장애 등 전반적인 일상생활에 방해를 받게 됨에 따라 불안과 죽음에 대한 두려움이 가중되어 삶의 질이 크게 저하된다.

말기암 환자의 통증관리를 위해 세 가지 통증 조절 방법이 사용될 수 있다. 첫 번째 방법은 관문 통제 이론(gate control theory)이다. 관문 통제 이론은 Melzack에 의해 개발된 것으로, 피부의 감각 수용기(sensory receptor)와 뇌는 척수(spinal cord)로 신호를 보내 관문을 열거나 닫게끔 만드는데 통증을 야기하는 물리적 자극 외에도 자극에 대한 정서적 반응이라든지 자극의 맥락, 장면에 대한 해석과 같은 심리적 요인이 통증 경험에 관여할 수 있다(박권생 외, 2008, p. 121). 이러한 관점에서 본다면 통증에서 오는 부정적인 신경 정보는 감소시키고 음악적 자극에 대한 긍정적인 신경 정보는 전달하도록 유도함으로써 통증을 조절할 수 있게 된다. 이렇게 음악은 통증을 조절할 수 있는 주의 전환의 역할을 하는데, 이 때 환자의 음악적 배경 및 선호도를 고려하여 음악을 선곡하는 것이 중요하다.

실제로 Branch(1985)는 환자의 병실에 들어갈 때 환자의 소망, 분위기, 욕

구에 맞춰 음악을 들려주는 것의 중요성을 강조한 바 있으며(O'Callaghan, 1998, 재인용) Curtis(1986)는 음악이 말기 환자가 지각하는 고통 경감, 신체적 안정, 긴장 이완, 만족도에 미치는 효과를 알아보기 위하여 대상자의 개인적 선호와 견해를 바탕으로 평온한 기악음악을 발췌하여 들려준 결과, 아무런 개입이 없는 상태와 비교해볼 때 모든 영역에 있어서 높은 점수를 보였다.

Malsa(1986)에 따르면 음악 자극이 청각적 자극을 통하여 통증을 감소시키는 진통제적 역할을 하는 것은 물론, 통증을 일으키는 불안도 감소시켰다고 보고하였다(윤용, 2006, 재인용). Lee(2005)는 생음악, 녹음음악 이 두 가지 음악치료 방법이 환자의 통증 완화와 긴장 이완을 촉진시켰으며 이 때 동질성의 원리(iso principle)를 적용한 음악치료 활동이 환자의 통증 완화 및 긴장 이완을 더욱 효과적으로 촉진시킨다는 것을 밝혀내었다.

두 번째 방법은 긴장 이완이다. 긴장 이완은 주의 전환제 외에 통증을 조절할 수 있는 접근 방법으로, 특히 음악이 효과적인 매개체로 활용될 수 있다. 통증을 경험하게 되면 이와 상관관계에 있는 불안과 두려움이 증가되면서 호흡에 영향을 미치는데 음악을 통한 이완은 호흡을 규칙적이고 고르게 조절해준다. 또 원활한 호흡은 근육의 압박을 줄이고 근육 조직에 지속적인 산소 공급을 회복시켜준다(정현주, 2008).

세 번째 방법은 엔도르핀이다. "조깅이나 신체운동, 음악 감상 등을 통해서 엔도르핀이 분비된다는 것은 일반적으로 널리 알려져 있는 사실"이다(최병철, 2006, p. 86). 엔도르핀은 뇌에서 만들어지는 신경전달물질로 통증 조절에 중요한 역할을 한다. 아편이나 모르핀은 뇌에서 엔도르핀이 작용하는 것과 동일한 수용기에 결합하므로 뇌에서는 거기에서 생성되는 모르핀인 엔도르핀을 분비하여 통증을 조절한다. 이러한 관점에서 본다면 음악적 자극은 엔도르핀의 생성을 증가시키기 때문에 통증 감소에 유익하게 사용되어질 수 있다. 음악적 자극을 통해 통증으로부터 즐겁고 유쾌한 음악활동으로 관심

을 돌릴 수 있을 뿐만 아니라 노래 부르기, 악기 연주, 간단한 동작활동을 통해 신체적 에너지를 이끌어냄으로써 일상생활에 활력을 불어넣어 줄 수 있기 때문이다.

2) 말기암 환자의 심리·사회적 요구와 음악치료

말기암 환자는 암 진단 후 커다란 충격을 받게 되고 삶이 극적으로 변화함에 따라 심리·사회적 측면에서 위기를 겪게 된다. 말기암 환자 대부분은 충격, 불안과 우울 증상이 뒤섞인 혼란, 공포 등 특징적인 정서 반응을 보이며 가까운 사람들과의 교류 상실을 경험한다. 따라서 스스로를 보호하는 방법, 사회적 역할을 유지하고 효과적으로 의사소통하는 방법을 다시 배울 필요가 있다.

이 때 환자의 심리·사회적인 상태를 세심하게 평가하고 적극적 경청 등의 정서적 지지를 제공하는 것과 같은 적극적인 치료 중재는 환자의 생각이나 정서, 사회적 관계를 변화시켜주기 때문에 중요하다. 또한 통증에 대한 민감성을 낮추는 동시에 통증 반응을 경감시켜줌으로써 환자로 하여금 스스로 자신을 통제하는 능력을 배양하여 자아 정체성을 회복할 수 있도록 도와준다(문지영, 2007).

(1) 말기암 환자의 심리적 요구와 음악치료

말기암 환자는 신체적 쇠약과 극심한 고통으로 인해 야기되는 통증, 죽음 후의 세계에 대한 불확실성, 가족과의 이별, 상실에 대한 두려움 등으로 심리적 불안, 우울, 슬픔, 분노, 절망을 느끼며 정서적 변화를 겪게 된다(Daykin, 2006).

Kübler-Ross는 죽음의 단계 이론을 통해 암환자들이 말기 질환을 선고받았을 때 흔히 경험하게 되는 감정을 5단계로 나누어 설명하였다. 감정의 단계들은 부정(Denial), 분노(Anger), 타협(Bargaining), 우울(Depression), 수용(Acceptance)으로 이루어진다. 일부 환자의 경우 모든 단계를 경험하지 않고 이들을 다른 순서로 경험하기도 하며, 심지어 동시에 경험하기도 한다고 하였다(Abrahm, 2008).

- 첫 번째, 부정은 충격과 불신의 시기로 명백한 의학적 증거가 있음에도 불구하고 주치의가 오진한 것으로 간주하여 여러 병원을 전전하며 확인하는 것이 특징이다. 이는 상실을 인정할 때 생기게 되는 지나친 스트레스에서 자신을 보호하기 위한 일종의 방어기제로 자신을 정리할 시간을 갖게 된다.
- 두 번째, 분노는 왜 하필 자기 자신에게 이러한 일이 일어나게 되었는지에 대해 자기 자신, 다른 사람, 주위환경으로 분노를 투사하는 단계이다. 공격적이고 파괴적인 행동이 특징적으로 나타나며 투약이나 치료의 거부가 나타난다.
- 세 번째, 타협은 불가피한 사실을 연기하려는 시도로 절대자 및 자신과 타협하는 단계이다. 이 시기에는 절대자와의 타협을 통해 불가피한 사실을 어떻게든 연기하려는 시도를 하게 된다.
- 네 번째, 우울은 상실에 대한 반응성 우울로써 분노와 걱정이 극도의 상실감으로 바뀌며 심한 우울증에 빠지게 되는 시기이다. 침묵, 식욕상실, 수면장애, 피로,宿命론적인 생각, 무력감, 계속되는 울음이 특징이다.
- 다섯 번째, 수용은 상실에 대한 마지막 반응으로 초월, 체념의 시기이다. 자연스럽게 모든 감정을 드러내고 죽음을 수용, 임종을 예견하고 준비하며 화해, 용서, 감사 등을 통해 내적 평화를 맞게 된다.

Deeken(2002)은 '임종을 앞둔 환자와 사별가족을 위한 호스피스'를 주제로 한 세미나 강연에서 임종환자를 돌보는 데 있어서 필요한 지침을 말기 환자의 심리적 요구에 비추어 다음과 같이 제시한 바 있다.

<표 3> 임종환자를 돌보는 데 필요한 사항들(최상옥, 2008, p. 85)

-
- 환자와 함께 있어 주기
 - 환자의 자율성을 존중해 주기
 - 환자가 적극적으로 살며 스스로 성장할 수 있도록 격려해 주기
 - 환자가 '죽음'이라는 드라마에서 주인공이 되고 적극적인 역할을 하도록 도와주기
 - 암 환자들에게 병의 진실을 알려줄 것
 - 환자가 존엄하게 죽을 수 있도록 도와주기
 - 환자가 자신의 삶을 검토하여 갈등을 해결하고 존엄성을 유지하도록 도와주기
 - 환자의 통증이 조절되도록 도와주기
 - 환자가 유머감각을 키우고 웃을 수 있도록 도와주기
 - 죽음 후의 세계의 가능성에 대해 생각할 수 있도록 도와주기
-

<표 3>의 임종환자를 돌보는 데 필요한 사항들 중 '환자의 자율성을 존중해 주기', '환자가 적극적으로 살며 스스로 성장할 수 있도록 격려해 주기'는 특히나 중요하다. 주체성 상실에 대한 좌절감으로 위축되어 있는 말기암 환자에게 자신이 원하는 것을 표현하고 결정에 참여할 수 있도록 기회를 제공해주는 것은 환자로 하여금 '할 수 있다'는 자신감을 되찾게 해준다. 음악치료는 노래 선곡에서부터 악기 선택에 이르기까지 환자에게 가능한 많은 선택의 기회를 제공하도록 격려한다. 이 때 노래 부르기, 악기 연주, 즉흥연주 등 보다 더 구체적인 음악활동을 통해 얻게 되는 보상적인 결과는 자존감 향상

은 물론 성취감을 높여주는 데 효과적이다.

'환자가 자신의 삶을 검토하여 갈등을 해결하고 존엄성을 유지하도록 도와주기'를 통해 여생 동안 희망, 인내, 용기를 가지고 삶의 가치에 대해 긍정적인 자세를 유지할 수 있도록 하는 것 또한 중요하다고 할 수 있겠다. 이숙(2006)은 음악자서전 활동을 통해 음악치료가 해결하지 못했던 인생의 과제를 해결할 수 있는 기회를 제공해주고, 자신의 삶을 가치 있는 삶으로 마무리 할 수 있는 통로를 제공할 수 있다는 것을 확인하였다. 지나간 삶의 사건과 경험을 되돌아봄으로써 자신의 삶을 긍정적으로 정리하는 것은 물론 남은 삶에 대한 의미와 목적, 위안을 더해 주어 삶의 질을 높여준다.

Burns(2001)와 김은정(2008)은 암환자의 심리적 필요 측면에서 기분상태를 살펴보기 위해 음악치료를 적용하였다. Burns(2001)는 GIM 연구에서 음악치료 시행 후 실험집단의 개개인 모두 효과 측정에서 더 좋은 기분을 나타내었고, 삶의 질 측정에서도 향상된 점수를 보였는데 이는 암환자의 기분상태 유지에 있어서 음악치료가 효과적이라는 것을 명백히 입증해주는 결과이다. 김은정(2008)의 연구에서도 음악치료 활동이 암환자의 불안, 우울, 분노, 활력에 미치는 영향에 대해 알아본 결과, 음악치료가 암환자의 불안, 우울을 감소시키고 활력을 증가시켜 암환자의 기분상태 변화에 긍정적인 영향을 주었다는 것이 확인되었다.

(2) 말기암 환자의 사회적 요구와 음악치료

말기암 환자는 신체적 증상의 악화, 곧 임종에 직면케 되리라는 예감 등 내적 자원의 고갈로 인해 위기 상황에 대한 대처능력이 현저히 떨어진다. 그래서 타인과 전혀 상호교류를 하지 않으려고 한다든지 방어기제를 사용하는 등 외부와의 소통을 차단함으로써 의사소통 면에서 문제를 갖게 된다.

Maxwell(1982)은 암환자가 질병에 잘 대처하기 위해서 무엇보다 사회적

지지가 중요하다고 하였고, Anderson(1989)은 가족뿐만 아니라 규칙적으로 접촉하는 사람들을 통해서도 의미 있는 사회적 유대관계를 맺을 수 있다고 주장하였다(신금미, 2009, 재인용). 따라서 사회적 기능을 회복할 수 있도록 지지 체계를 형성해주는 것이 필요하다고 할 수 있겠다.

문지영(2007)은 노래 부르기, 악기 연주, 즉흥연주와 같은 활동들이 환자로 하여금 자신의 감정을 표현하고 타인과 의사소통하는 데 통로를 마련해 준다고 하였고, Gaston(1968) 역시 비언어적인 커뮤니케이션으로써 음악이 가진 잠재력에 대해 강조하였다(최병철, 2006, 재인용). 평소 말로 표현하기 어려운 생각이나 감정들을 음악을 통하여 보다 쉽게 전달할 수 있기 때문에 사회적 상호작용을 촉진시키고 유지시키는 데 도움을 준다(문지영, 2007). 이렇게 내면의 감정과 욕구들을 자연스럽게 표현할 수 있게 되면, 부정하고 회피했던 문제들에 대해서도 환자 스스로 대처할 수 있는 방안을 찾아 나갈 수 있게 되기도 한다. 그리고 환자와 가족들이 함께 참여하는 그룹 단위의 음악활동은 노래 부르기, 악기 연주, 음악 감상 및 토의를 통해 환자에게 사회적 활동의 장소를 마련해준다(최병철, 2006).

3) 말기암 환자의 영적 요구와 음악치료

말기암 환자를 돌보는 데 있어서 의학적 치료뿐만 아니라 종교적, 영적인 차원 역시 중요한 역할을 담당한다. 회복할 수 없는 말기 질환으로 임종과정에 있는 환자를 돌보는 데 있어서 영적 케어를 통하여 직면문제에 잘 대처하도록 할 경우, 영적 안녕(spiritual well-being) 상태가 심리·사회, 문화적 안녕은 물론 신체적 안녕감에도 긍정적으로 기여할 수 있기 때문이다.

실제로 임종과정을 겪는 환자와 가족들은 초월적인(절대자) 힘에 의지, 자신의 영적인 부분을 돌아보게 되며, 그 과정 안에서 다양한 영적 요구를 가

지게 된다. 따라서 간병과정에서 환자의 영적 고통을 최대한 감소시키고 잘 극복하도록 도와주는 것이 필요하며 환자의 영적인 욕구를 이해하고 해결하려는 노력을 통하여 절대자(신), 자신, 이웃, 환경과의 올바른 관계를 맺음으로써 영적인 안녕 상태에서 희망을 가지고 평온한 죽음을 맞이하도록 도와주어야 한다.

모든 인간은 세 가지 기본적인 영적 요구를 경험한다. 첫째, 의미와 목적에 대한 요구, 둘째, 사랑하고 사랑받고자 하는 요구, 셋째, 용서하고 용서받고자 하는 요구이다. 영적 요구를 좀 더 구체적으로 살펴보면 다음과 같다.

<표 4> 영적 요구(김수지 외, 1997, pp. 38-39)

-
- 의미 추구의 요구: 과거와 현재의 삶을 되돌아보면서 삶의 의미와 목적을 알고자 한다. 즉 의미 있는 죽음을 맞이하고자 하는 요구, 죽음에 대한 두려움을 줄이고 적응하려는 요구, 미지의 세계에 대해 이해하고자 하는 요구, 죽음에 대한 좌절감을 극복하려는 요구, 생의 가치를 확인하고자 하는 요구와 고통의 의미를 이해하고자 한다.
 - 용서에 대한 요구: 누구나 지난 세월을 돌이켜보면 후회와 아쉬움이 있게 마련이다. 말기암 환자들도 점차 쇠약해지는 상황 속에서 지난날 자신의 잘못을 용서받고 싶어 하며 타인의 잘못을 용서하려는 마음을 갖게 된다. 이 때 절대자나 의미 있는 타인이 자신을 용서해준다는 것을 느끼거나 확인하게 되면 좀 더 평화롭게 죽음을 맞을 수 있으며, 생의 마지막까지 최선을 다하려고 노력하게 된다.
 - 사랑에 대한 요구: 남은 생의 기간 동안 절대자의 사랑뿐 아니라 대인관계에서도 사랑을 경험하고자 한다. 또한 과거에 사랑을 나누었던 이들을

기억하며, 특히 임종이 가까워지면 사랑하는 이와 가족, 친지들을 그리워하고 만나서 인사를 나누고 싶어 한다. 가족과 친지들은 그 환자가 자신에게 베풀었던 사랑에 대해 감사를 표현하는 것이 필요하고 또한 환자에 대한 자신들의 애뜻한 마음과 사랑을 표현하는 것이 바람직하다.

- 희망에 대한 요구: 말기암 환자들은 '혹시 기적이 일어나서 완치되지 않을까', '혹시나'하는 희망을 가진다. 이러한 희망을 꺾을 이유는 없지만 부추기는 것도 의미가 없다. 이 때 환자에게 줄 수 있는 희망은 “끝까지 최선을 다하겠다.”, “당신이 필요로 할 때 늘 옆에서 도움이 되어 주겠다.”, “정기적으로 방문하겠다.”는 말이다. 환자가 영원한 세계에 대한 소망을 간직하게 된다면 그것이야말로 더없이 좋은, 의미 있는 희망이 될 것이다.

위의 영적 욕구와 더불어 환자가 지니게 되는 문제는 영적 고통이다. Carpenito(1983)는 영적 고통을 힘과 희망의 근원이 되는 믿음·가치 체계의 붕괴를 경험하게 되는 위험한 상태라고 하였다. 이러한 영적 고통은 대개 죄의식, 원하는 종교의식에의 참여·수행 불가능, 자신의 삶과 실제 처하고 있는 환경에 대한 의미감 결여, 절대자와의 관계 붕괴, 의미 있는 사람을 용서하지 못하는 것과 관련된다고 하였다(김수지 외, 1997, 재인용).

실제로 많은 환자들이 죽기 전에 해결되지 못한 영적 문제를 해결하기 위해 필요한 것이 무엇인지 알기를 원한다고 한다. Byock(1997)는 “나는 당신을 용서합니다.”, “나를 용서해주세요.”, “감사합니다.”, “나는 당신을 사랑합니다.”, “안녕” 이 다섯 가지 문장만으로도 관계 완성이 충분하다고 하였다(Abrahm, 2008, p. 195).

영적 안정은 통증 경험을 조절할 수 있는데 관련 연구들에 따르면 통증 빈도가 같을 경우, 비종교인보다 종교인에게서 통증 강도가 더 낮게 나타났을 뿐만 아니라 영적 안정감이 높을 경우 불안감 및 통증 빈도, 통증 강도는

상대적으로 더 낮아짐을 확인할 수 있었다.

<표 5> 통증과 정신적 고통의 상호작용에 대한 질문(Abrahm, 2008, p. 195)

-
- 당신의 종교적인 가르침은 통증에 대해서 어떻게 말합니까?
 - 통증을 느끼기 시작했을 때부터 신앙과 가치관이 어떻게 변했습니까?
 - 통증을 느끼며 생활할 때 어디서 힘을 얻었습니까?
 - 고통과 같이하는 삶 속에서 의미를 발견합니까? 고차원적인 삶을 얻었습니까?
 - 통증으로 신앙생활에 장애가 됩니까?
 - 신과의 관계에 통증이 영향을 미칩니까?
-

영적 안정과 관련하여 '영적 건강' 문제를 다룬 음악치료 연구는 다음과 같다. Włodarczyk(2003)는 음악치료가 시행된 날에 환자의 영적 건강 지수가 유의미하게 높아진 것을 확인하였고, Munro & Mount(1978)는 말기 환자들의 영적인 요구와 관련하여 음악치료에서 다룰 수 있는 주제를 도출해 내었다. 첫째, 정신적인 감정 표출을 통한 재인식된 감정의 의미 확인, 둘째, 불신과 분노, 형벌에의 두려움을 표현하는 방법, 셋째, 인생의 궁극적인 의미에 대한 질문을 제시하였다(최성윤, 2003, p. 23).

안성섭(2003)은 음악이 우리의 마음을 더 높은 차원의 종교적인 마음으로 이끌어주기 때문에 찬양을 통해 성장과 치유를 경험할 수 있다고 주장한 바 있다. 궁극적으로 종교음악은 환자의 마음에 영감을 불러일으키고 그 과정 안에서 평화와 기쁨을 얻는 데 영적인 도움을 준다. 즉 죽음 후의 세계에 대한 두려움에서 벗어나 확신을 가질 수 있도록 해줌으로써 인생에 대한 의미를 확립시킬 수 있게 해준다(최병철, 2006).

2. 말기암 환자의 인생회고를 위한 음악치료적 접근

1) 인생회고를 위한 음악치료

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.

Butler(1963)는 인생회고에 대한 최초의 논문에서 "인생회고는 자연스레 발생하는 보편적·인지적 과정으로 과거의 경험으로 돌아가 미해결의 갈등을 해결하며, 이러한 과정을 통하여 과거의 경험과 갈등을 탐구하고 재통합할 수 있다."라고 언급하였다(양희복, 2004, 재인용, p. 11). 이처럼 인생회고는 과거의 경험을 적극적으로 분석하고 평가하는 역동적인 과정이다.

Webster & Young(1998)은 인생회고가 "기억(recall), 평가(evaluation), 종합(synthesis)의 세 가지 과정으로 구성된다"고 보았다(양희복, 2005, 재인용, p. 13).

기억은 의식적이며 의도적인 행위로, 명백하게 기억하는 과거 경험이나 사건이 있는가 하면 반대로 모호하거나 희미하게 기억되는 사건도 있다. 또한 어떠한 기억은 행복감이나 자랑, 애정과 같은 긍정적 정서와 관련되는 반면, 다른 기억은 죄책감이나 무력감, 혐오감과 같은 부정적 정서와도 관련된다. 평가는 과거의 경험이나 사건을 재해석하거나 분석하는 것을 뜻하는데 이 때 현재 상황이나 환경적·역사적 요인이 작용한다. 이와 같이 개인의 현재 상황 틀 안에서 기억은 끊임없이 재수정되므로 인생회고는 정적인 현상도 아니며 또한 객관적인 정확성을 요하는 것도 아니다. 종합은 개인의 과거가 기억과 평가를 통해 수정되고 정교화 되면서 재통합되는 마지막 단계이다. 기억되고 평가된 과거는 자아의 현재와 과거를 새로이 조직화하여 수용된다.

즉 개인의 과거 경험이나 사건은 기억(recall)과 평가(evaluation)를 통해 수정되고 정교화 되는데, 마지막 종합(synthesis) 단계를 거쳐 자아의 현재와 새롭게 조직화되어 수용된다는 것이다. 이러한 관점에서 볼 때 과거에 대한 회고는 단순한 과거 사건이 아니라 현재 사건이며, 인생회고는 현재 시점에서 과거를 재구성하는 것이라 할 수 있겠다.

연구자는 말기암 환자가 인생회고를 통해 인생 여정을 되돌아보면서 자신이 얻어내었던 삶의 가치와 의미를 재발견할 때, 비로소 생을 보다 더 의미 있게 완성할 수 있을 것이라 생각되었다.

Frankl(1967)은 생의 의미를 실현하는 방법으로 창조적 가치실현, 경험적 가치 실현, 태도적 가치실현 세 가지 가치실현 방법을 제시하였다. 그 중에서도 태도적 가치실현은 인간의 존엄성을 나타낼 수 있는 가치라고 하였다. 또한 무의미한 삶은 곧 심리적 안녕을 위협하는 죽음 상태이며 우울은 삶의 의미에 대한 상실의 또 다른 표현이라고 주장하였다(김숙남, 2006, 재인용). 이것은 말기암 환자가 죽음을 직면하고 있는 상황에서 지난 삶에 대해 의미를 느끼게 해주는 것이 곧 심리적 안녕이라는 것을 강하게 시사해준다.

<표 6> Frankl이 제시한 생의 의미를 실현하는 세 가지 방법

삶의 가치	<ul style="list-style-type: none"> • 창조적 가치실현 • 체험적 가치실현 • 태도적 가치실현 	우리가 삶에서 이루어 나가는 창조적인 작업(행위)로 구체적으로 자신만의 작품을 통해서 세상에 내어놓는 것 예술작품, 자연 그리고 다른 사람들과의 만남과 같은 세상의 경험을 통해 의미발견을 경험하는 것 우리가 변경할 수 없는 운명에 직면해야만 할 경우에 그 곤경에 대해서 취하는 태도
-------	--	---

죽음의 고통에 직면해있는 말기암 환자에게 생의 의미 발견을 돕는 작업은 죽음의 두려움으로부터 벗어날 수 있도록 해줄 수 있다. 더 나아가 내적 성장을 할 수 있도록 도와줌으로써 인간으로서 존엄성과 삶의 질을 유지하는 가운데 생을 정리하고 완성하도록 해준다.

실제로 Dileo & Magill(2005)은 호스피스 환자를 대상으로 한 다문화적 노래 만들기의 사용에서 자신의 삶을 재조명하는 과정을 통해 인생에서의 성취와 성공 경험에 대해 회고할 수 있도록 해줄 뿐만 아니라 아직 해결되지 못한 문제에 대해서도 알 수 있게 한다고 하였다(최미환, 2008, 재인용). 또한 자신의 인생에 있어서 연대기라든지 주제별로 회고해 보도록 인도될 수 있었고, 특별히 치료사가 지시하지 않아도 기억들이 자유롭게 떠오르기 시작하면서 새로운 작업과정을 향해 발전적으로 나아갈 수 있다고 하였다.

2) 희로애락(喜怒哀樂)과 노래

희로애락은 예로부터 인간의 본성과 감정을 논할 때 등장하는 사단칠정론에 근간을 두고 있다. 사단칠정론은 16세기 조선의 유학자들이 창안한 독창적인 이론 체계이다. 여기서 사단과 칠정이라는 용어는 유교의 경전인 『맹자』와 『예기』에 나온다. 사단은 인의예지라는 본성이 발현된 정감을 말하는데 쉽게 말해, 인간 본성의 선함을 뜻한다.

<표 7> 사단(최영진, 2007, p. 63)

-
- 측은지심은 타자의 고통에 대해 안타까워하고 아파하는 마음으로 '인'이 나타난 것이다.
 - 수오지심은 자신의 잘못을 부끄러워하고 다른 사람의 불의에 의해 분노하는 마음으로 '의'가 나타난 것이다.
 - 사양지심은 양보하고 남을 배려하는 마음으로 '예'가 나타난 것이다.
 - 시비지심은 선악을 판단하는 마음으로 '지'가 나타난 것이다.
-

이렇게 도덕적으로 네 가지 선한 정감이 있기 때문에 인간은 누구나 도덕적 행위가 가능하다고 하였다.

칠정은 『예기』 「예운」편에 나오는데 그 구절은 다음과 같다.

무엇을 인간의 정이라고 하는가? 희로애구애오욕喜, 怒哀懼愛惡欲 일곱 가지는 배우지 않아도 능한 것이다(최영진, 2007, p. 64).

기쁨, 분노, 사랑, 두려움, 슬픔, 싫어함, 욕구 등 인간의 일반적인 정감 일곱 가지를 칠정이라고 한다.

희로애락은 『중용』 1장의 나오는데 그 구절은 다음과 같다.

희로애락喜怒哀樂이 아직 발동하지 않을 것을 중中이라고 하며, 발동해 절도에 맞는 것을 화和라고 한다. 중은 천하의 큰 근본이며 화는 천하의 보편적인 길이다(최영진, 2007, p. 64).

기쁨과 노여움, 슬픔과 즐거움 다시 말해, 사람의 여러 가지 감정을 이르는

말이다. 이렇게 희로애락은 사단칠정론을 통해 한국 철학사에서 처음 사용되었다. 후대에서는 대개 『중용』에서 말하는 기쁨, 노여움, 슬픔, 즐거움을 가리켜 칠정이라 하였다.

이에 비해 서양에서는 얼굴 표정이라든지 뇌의 반응에 기초하여 감정을 상이하게 구분하고 있다. Darwin(1872)은 기본이 되는 감정으로 기쁨, 놀라움, 슬픔, 두려움, 혐오, 분노를 꼽았는데, 이는 때때로 다윈의 Big Six라고 불리기도 한다(배영란, 2008, 재인용). Ekman은 이를 16가지 감정으로 확장할 것을 제안하며 여기에 즐거움, 경멸함, 만족감, 당혹감, 흥분, 죄책감, 자존감, 충만감, 감각적 쾌락, 수치심을 더하였다. 이는 동서고금을 막론하고 인간이 경험하는 대표적인 감정은 유사하다는 것을 입증해준다.

감정이 갖는 여러 가지 기능 중 특별히 주목할 만한 것은 감정이 뇌의 생리적 반응을 일으킨다는 것이다. 그 중에서도 변연계(limbic system)는 감정과 동기유발에 대한 중추로써 오감을 통해 전달되는 정보를 수집하고, 감정과 연관이 있는 정보를 걸러서 뇌의 다른 쪽으로 전달하는 역할을 한다. 이때 생리적·인지적 결과를 모두 관장하므로 인간이 경험하는 공포, 분노, 슬픔, 기쁨 등의 감정이 여기서 다루어지게 된다.

Roederer(1975)는 "생리적인 측면에서 음악이 시상을 중개자로 하여 피질과 변연계 내부의 작용을 통해 정서적인 반응을 불러일으킨다고 강조"하였다(최병철, 2006, 재인용, p. 81). 또 우뇌는 감각기관을 입력하는 데 있어 주로 정서적 요소에 관한 내용을 처리한다. 그래서 변연계에서 발생된 즉각적이고 풍성한 입력을 처리하는데, 음악적 자극 요소들은 우뇌와 변연계를 연결하여 대단히 강력한 정서적인 반응을 일으키는 작용을 한다. 연구자는 이러한 이론을 토대로 인생을 회고하는 데 있어 시대별 연대기보다는 희로애락과 같은 주제별 감정이 과거 경험을 떠올리는 데 더 적합할 것이라고 생각되었다. 기쁨, 노여움, 슬픔, 즐거움 네 가지 감정은 살아가면서 누구나 경험하고 표현할 뿐만 아니라 인생의 중대한 사건과 반드시 연관되어 있기 때

문이다.

여기서 감정을 떨어뜨려 놓고 절대 논할 수 없는 것이 바로 노래이다. Bruscia(1998)는 노래야말로 우리의 기쁨과 슬픔을 이야기해주고 희망과 좌절, 불안과 승리의 순간들을 표현해준다고 하였다. 실제로 노래는 우리의 삶 속에서 다양한 기능을 수행하며, 이러한 기능들은 치료적 자원으로써 역할을 가능케 한다(최미환, 2006, 재인용).

노래의 이점은 치료에 적용될 때 각 사람으로부터 매우 개별화된 반응을 불러일으킬 수 있다는 것이다. 이는 개인의 고유성과 관련된 것이라는 것을 알려주는 좋은 예로써, 노래가 악곡이 아니라 경험으로써 존재하며 동일한 노래를 듣고도 사람마다 다르게 반응할 수 있다는 사실을 알려준다. 다시 말해, 우리가 같은 노래를 듣고 좋아한다고 할지라도 개개인이 노래에 두는 의미는 모두 다를 수 있다는 것이다. 각 사람이 선호하는 노래, 노래와 관계를 맺는 방법, 투사 및 연상되는 내용 등은 그 사람의 과거와 현재의 삶을 반영해준다. 그렇기 때문에 노래는 치료의 진단은 물론 분석과정에서 매우 유익한 자원이 될 수 있다(최미환, 2006).

순진이(2001)는 대중가요를 노래 자료(Song Material)로 선택하였을 때 얻을 수 있는 노래심리치료의 효과에 대해 연구한 바 있다. 총 2068곡의 한국 대중가요를 주제와 내용에 따라 가사를 분류한 결과, 남녀 간의 애정 관계, 대인관계, 주제가 있는 노래, 묘사적인 노래, 기타 등 다섯 가지의 범주를 확인하였다. 노래 자료를 통한 자신의 문제 확인 및 외면화, 자기정화, 내면의 성찰, 문제 상황 일반화, 문제 해결에 대한 이해 및 해결 방안 모색, 자기표현, 회상, 무의식 탐색 등은 효과적인 심리적 중재로써 노래심리치료가 적용될 수 있음을 뒷받침해준다.

3) 노래심리치료

노래심리치료는 다양한 형태의 노래를 치료의 주 자원으로 하여 대상자의 삶의 질을 향상시키는 데 도움을 주는 음악심리치료의 한 접근이다. 연구자가 다양한 형태의 음악활동 중 악기 연주, 감상이 아닌 노래를 치료에 적용한 것은 다음과 같은 이유 때문이다.

첫 번째, 노래는 언어와 음악의 결합으로 이루어져 있기 때문에 인지와 감정을 동시에 자극하여 개인의 생각과 느낌에 대한 표현을 더욱 풍부하게 해준다. 즉 음악과 언어를 통해 구체적인 자기표현을 가능케 하고, 개인의 경험과 그로 인한 감정들을 치료 현장으로 쉽게 끌어내주기 때문에 환자의 반응이라든지 통찰을 유도하는 데 효과적이라고 판단되었다.

두 번째, 노래는 노래 부르기(Singing)를 포함하여 노래 대화하기(Song Communication), 노래 회상하기(Song Reminiscence), 노래 만들기(Song Writing) 등 다양한 차원에서 활용되어질 수 있다는 이점을 가지고 있다.

노래 대화하기(Song Communication)를 통해 노래를 듣고 노래 가사라든지 관련된 정서, 이미지, 추억 등 노래에 대한 개인의 생각이나 느낌을 함께 나눌 수 있으며, 노래 회상하기(Song Reminiscence)를 통해 과거 회상을 할 수 있다. 또 노래 만들기(Song Writing)를 통해 기존의 곡에 부분적 또는 전체적으로 직접 가사를 바꾸거나 새로운 노래를 만들 수 있다.

세 번째, 노래는 정서변화 차원에서 연상이라든지 관련된 기분, 심상, 기억, 상징 등 음악 외적 반응에서의 경험을 수월하게 해준다. 이는 노래로 인해 떠올려진 경험과 관련된 정서나 이미지, 추억 등이 환자의 개인적 과거 경험과 깊은 연관이 있기 때문이다. 이 때 환자의 개인적 음악 선호도가 반영될 경우, 동기를 유발시키는 데 긍정적 영향을 미치며 더 나아가 환자로 하여금 정신적인 만족감을 얻게 해준다.

본 연구에서 말기암 환자의 인생회고를 위한 음악치료적 접근으로 사용되

어진 노래심리치료 기법에 대해 좀 더 구체적으로 살펴보겠다.

노래심리치료는 치료 대상자가 자신에게 의미 있는 노래들을 통해 자신의 과거 및 현재의 내적인 갈등을 자연스럽게 드러내면서 현재 자신의 마음에 고통을 주는 핵심감정을 다스리도록 통찰의 경험을 주는 과정중심의 치료방법이다(최미환, 2006).

최미환(2006)은 치료자원으로써 노래가 갖는 기능을 다음과 같이 제시하였다. 첫째, 노래는 인간의 본질을 반영하고 인간 내면의 다양한 감정들을 여러 차원의 수준과 정도로 전달하기 때문에 대상자가 고통 받고 있는 감정의 공명상자(emotional resonating box)가 되어준다. 둘째, 노래는 삶의 다양하고 보편적인 부분들을 담고 있기 때문에 대상자가 삶의 많은 주제들과 접하고 있는 자신의 상태를 객관적으로 볼 수 있도록 해준다. 셋째, 노래는 비위협적이기 때문에 대상자가 자신의 내면을 탐색하고 심도 있게 관찰할 수 있는 안전하고 편안한 구조를 제공해준다. 따라서 노래심리치료는 “대상자가 내면적 문제를 가장 잘 표현한 노래를 선곡하고 들으면서 대상자의 반응이나 통찰을 유도하는 도구”로 노래를 사용하게 된다(정현주, 2006, p. 254).

노래심리치료는 크게 네 가지의 작업 형태로 구성되어 있는데 회상 중심의 치료, 감상 중심의 치료, 노래 부르기 중심의 치료, 표현예술·글쓰기 및 악기연주 중심의 치료이다. 회상 중심의 치료는 대상자가 노래를 회상하는 과정을 통하여 자신을 돌아보고 분석하는 기회를 갖도록 도움을 주는 방법으로 노래회상유도(Induced Song Recall)와 노래회상(Song Reminiscence)이 포함된다. 노래회상유도는 치료과정에서 무의식적으로 떠오르거나 의식적으로 유도하여 회상하게 되는 노래 모두를 분석의 주 자료로 삼게 되며 전이·역전이와 같은 관계를 주제로 다루게 된다. 노래회상은 의식적으로 어느 시점이나 상황을 떠올리게 함으로써 노래를 통해 과거를 재 경험하고 분석하는 형태를 취한다. 호스피스 환자들이 음악치료를 통해 그들 인생의 중요 사건들을 회상하면서 관련된 노래를 찾고 분석하는 작업이 여기에 해당

된다.

최미환(2006)은 노래회상에 일반적으로 노래인생 회고(Song Life Review)와 노래인생 이야기(Song Life Story) 두 가지 방법이 사용된다고 하였다. 노래인생 회고는 회고를 통해 자신의 삶을 돌아보고 인생의 소중한 시간들을 다시 한 번 떠올리고 기억할 필요가 있는 성인 후기에 있는 환자들이나, 병의 말기에서 고통 받는 환자들 또는 어떤 사건이나 사고로 인해 상실감에 빠져 있는 사람들에게 적절한 방법이다. 노래인생 회고에서는 대상자의 삶에 있어 중요한 시점, 예를 들어 유년기, 청소년기, 대학시절, 취업, 결혼 등에 적합한 노래들을 찾아 함께 감상하거나 부른 후에 그 때를 회상하며 여러 가지 추억을 떠올리고 이야기를 나눔으로써 자신의 인생을 정리해보고 의미 있는 시간을 기억하도록 한다. 노래인생 이야기는 노래인생 회고와 달리 대상자의 인생에서 의미 있고 중요한 특정 사건, 인물 또는 시대를 선택하여 거기에 초점을 맞추고, 그것과 관련된 노래를 듣고 대상자의 내면을 탐색한다. 이 과정에서 선택된 특정 사건이나 인물 등은 매우 주의 깊게 분석되며, 대상자가 그것에 대한 감각적인 기억을 최대한으로 되살리도록 함으로써 재 경험을 가능하도록 한다. 예를 들어, 가족과 떨어져 생활하면서 가족에 대한 그리움으로 고통 받는 외국인 노동자들에게 자녀와 함께 한 기쁜 순간에 관련한 노래를 부르며 감각적인 기억들을 떠올려보도록 한다. 그 때 자녀의 얼굴 표정은 어떠했는지, 눈은 어떠한 표정을 짓고 있었는지, 어떤 행동을 보였는지, 자녀를 안아 주었을 때 어떤 향기가 났는지 등을 구체적으로 회상하도록 한다.

감상 중심의 치료는 대상자나 치료사가 선곡한 노래를 감상하거나 함께 부른 후 노래 분석과정을 통하여 대상자의 생각이나 느낌을 분석하는 방법으로, 투사적 감상 방법과 의식적 감상 방법이 사용된다. 투사적 감상에서는 노래를 감상하고 자유롭게 대상자에게 연상되는 느낌, 기분 등을 분석 주제로 다루게 되고, 의식적 감상에서는 대상자에게 감상 전이나 후에 주제를

제시하고 그것에 대해 대상자의 감상 후 생각이나 느낌을 분석하게 된다.

노래 부르기 중심의 치료는 대상자가 자신의 목소리를 사용하여 표현하는 모든 형태의 음악적 행동을 포함한다. 노래 부르는 것은 일반적으로 매우 효과적인 치료적 접근이라고 알려져 있다. 하지만 갑작스러운 사고나 성적학대 등의 경험으로 타인과 접촉하는 것을 두려워한다거나 말로 표현하는 것을 어려워하는 대상자들에게는 매우 위협적인 행위가 될 수 있다. 때문에 그러한 경우, 성악즉흥(Vocal Improvisation)으로 시작하여 일단 자신의 목소리를 통해 표현하는 것에 대해 편안함으로 느낄 수 있도록 도와주는 것이 필요하다. 그 후에 즉흥노래 부르기(Song Improvisation), 노래 부르기(Singing · Song Performance) 등 목소리를 사용한 방법들을 통해 대상자에게 도움을 주는 것이 바람직하다.

표현예술·글쓰기 및 악기연주 중심의 치료는 노래를 감상한 후에 자유롭게 연상되는 심상을 그림이나 동작으로 표현하게 하는 방법이다. 기존의 노래에서 가사의 빈 부분을 새로운 단어로 채워 넣거나 원래 가사를 개사하거나 작사, 노래와 연상되는 스토리를 만드는 것 모두 노래심리치료의 한 부분이다. 말로 표현하는 것에 대해 거부감을 가지고 있거나 글쓰기 혹은 그림 그리기를 더 선호하는 대상자들의 경우, 표현예술·글쓰기 및 악기연주 중심의 치료가 더욱 효과적이다.

Ⅲ. 연구 방법

1. 연구 대상

본 연구의 대상은 서울특별시 소재 J의원 호스피스 완화의료센터에 입원하고 있는 말기암 환자로, 연구 시작 전에 연구자에게 연구의 취지와 목적, 계획에 대하여 설명 듣고 환자 스스로 연구 참여에 동의한 여 환자 2명이다.

<표 8> 대상자의 특성

대상	성별	연령	진단명	종교	결혼 여부
A	여	60	간암	천주교	기혼
B	여	71	자궁암	천주교	미혼

2. 연구 방법 및 절차

본 연구는 2009년 8월 4일부터 9월 26일까지 8주에 걸쳐 1주에 2회씩, 40분간 총 9~16회기 동안 진행되었다. A는 계속되는 남편의 설득과 가정상의 이유로 도중에 퇴원을 하였기 때문에 A의 경우, 실제로 시행한 세션은 총 9회이다. 전체 16회기 세션 동안 J의원 사회사업가는 지속적으로 참여하였다.

1) 음악치료 프로그램의 절차

음악치료 프로그램은 매 회기마다 아래 <표 9>와 같이 동일한 구조로 진행되었다. Hello Song은 '시작하는 노래'로 대상자가 따라 부르기 쉽도록 잘 알려진 노래를 개사한 것이다. 치료사의 기타 반주에 맞추어 함께 노래를 부르며 인사를 나누는 뒤, 대상자가 듣고 싶거나 부르고 싶은 노래를 직접 선곡하도록 하였다. 가볍게 노래 부르는 것에서부터 시작하여 본 활동에서는 노래 부르기, 감상, 악기 연주, 즉흥연주 등 다양한 형태의 음악활동을 실시하였다. 매 회기마다 치료사가 계획한 음악치료 프로그램을 진행한 뒤 Good-bye Song, '마치는 노래'로 마무리 하였다. 본 프로그램의 진행 시간은 환자의 신체적 상황을 고려하여 40분 내에서 조정하였다.

<표 9> 매 회기별 프로그램의 절차

순서	활동 내용	시간
도입	Hello Song	5분
본 활동	노래 부르기 감상 악기 연주 즉흥연주	40분
정리 및 종결	Good-bye Song	5분

본 연구의 음악치료 프로그램에 사용된 각각의 음악활동의 정의는 다음과 같다.

<표 10> 음악치료 프로그램에 사용된 여러 형태의 음악활동

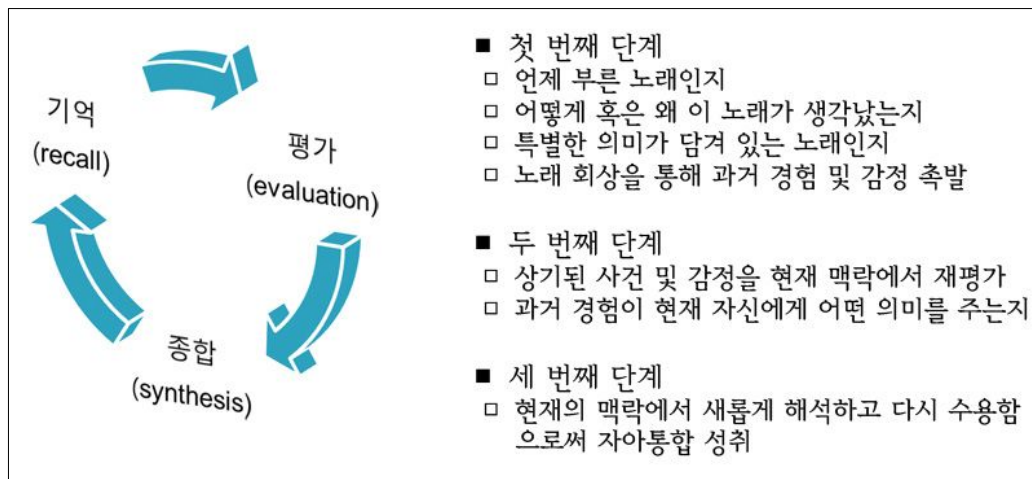
음악활동	정의
노래 부르기	치료사의 기타 반주에 맞추어 음색, 선율, 가사 등을 소리 내어 직접 표현하는 것을 말한다.
감상	환자가 선곡한 곡 또는 환자의 개별적인 필요에 따라 치료사가 임의로 선정한 곡을 MP3 플레이어와 소형 스피커를 사용하여 듣는 것을 말한다.
악기 연주	환자가 선곡한 곡을 노래 부를 때, 노래에 맞추어 가볍게 들고 흔들거나 두드릴 수 있는 다양한 종류의 타악기를 연주하는 것을 말한다. <ul style="list-style-type: none"> · 고정된 음높이의 타악기: 윈드차임, 콰이어차임, 핸드벨, 핑거 심벌, 돌림실로폰 · 고정된 음높이가 없는 타악기: 탬버린, 우드블럭, 마라카스, 리듬스틱 · 오션드럼, 에그쉐이커, 레인스틱, 카바사, 징글스틱
즉흥연주	악보나 미리 구상된 음악을 연주하는 구조화된 연주가 아니라 즉흥적으로 악기를 연주하는 것을 말한다.

2) 음악치료 프로그램의 구성

본 연구에 사용된 음악치료 프로그램은 말기암 환자의 인생회고를 목적으로 9~16회기 간 진행되었다. 환자가 직접 선곡한 노래를 함께 감상하거나 부른 후에 드는 느낌이나 감정, 마음에 드는 혹은 그렇지 않은 단어나 구절, 연상되는 것들에 대해 이야기 나누는 작업을 시행하였다. 여러 가지 추억들

을 떠올리며 자연스럽게 의미 있는 시간을 기억하도록 하는 데 중점을 두었으며 대상자의 개별적인 필요에 따라 음악치료 접근 방법을 계속적으로 고안하고 수정하였다.

<그림 1> 인생회고를 위한 음악치료 프로그램의 적용



3. 자료 분석 방법

본 연구는 질적 연구 방법을 사용하여 내용 분석을 통해 관찰된 내용들을 서술하였다. 본 연구에서는 내용 분석의 기준을 인간이 보편적으로 경험하는 '희로애락', 네 가지 감정으로 삼았다. '희로애락'을 바탕으로 하여 전체 16회기 세션을 녹음한 오디오 녹음 자료 전체와 관찰 기록을 토대로 내용 분석하였다.

환자가 선곡한 노래를 '희', '로', '애', '락' 네 가지 감정으로 분류하기 위해 먼저 노래와 연관되어진 구체적인 사건을 정리하였다. 그리고 각각의 구체적인 사건을 대표할 수 있는 주제어를 선정하고 그에 따른 연구자의 해석을 기록하였다.

'희로애락'을 단순히 기쁨, 노여움, 슬픔, 즐거움만으로 분류하기에는 한계가 있어 각각의 한자가 내포하고 있는 여러 가지 의미들을 참고하여 그 내용을 더욱 세분화하였다. <표 11>은 감정 분류를 위한 구체적인 항목과 그에 해당하는 의미를 간략하게 정리한 것이다.

<표 11> 감정 분류를 위한 항목

희(喜)	로(怒)	애(哀)	락(樂)	애(愛)
기쁘다	성내다	슬프다	즐겁다	사랑하다
기뻐하다	화내다	가없다	즐거워하다	사모하다
좋다		불쌍히 여기다	즐기다	그리워하다
좋아하다		슬퍼하다		소중히 하다
기쁨		마음 아파하다		아끼다
행복		슬픔		
		애처롭다		

마지막으로 연구자가 희로애락, 네 가지 감정 외에 애(愛)를 추가한 것은 애(愛)는 인간의 여러 가지 감정을 통틀어 일컫는 칠정(七情), 즉 기쁨(喜), 노여움(怒), 슬픔(哀), 두려움(懼), 사랑(愛), 미움(惡), 욕망(欲) 중의 하나이며, 연구에 참여한 여 환자 2명 모두 이 애(愛) 감정을 의미 있게 경험하였기 때문이다.

IV. 연구 결과

1. 사례별 내용 분석

1) 사례 A

A는 60세 된 여자 말기 간암 환자로 가정 호스피스를 통해 살아온 가정환경에서 돌봄을 받다가 신체적 증상 악화로 인해 호스피스 완화의료센터에 입원하게 되었다. A는 시어머니가 돌아가시고 49제가 안 되어 쓰러지면서 간암이 폐에 전이된 것을 알게 되었다고 하였다.

가족관계는 배우자와 두 아들을 두었는데 배우자의 잦은 폭력으로 인해 10년 동안 별거 생활을 해왔으며 그 때 배우자는 큰 아들과, A는 작은 아들과 함께 지내게 되었다고 하였다. 하지만 배우자가 알츠하이머 치매 질환을 앓게 되면서 분리되었던 가정을 다시 하나로 합치게 되었는데, 함께 거주하고 있는데도 불구하고 큰 아들과 의사소통이 전혀 이루어지지 않아 갈등이 심각하였다. 입원하기 전에는 주로 배우자와 함께 집에 있는 시간이 대부분이었는데, 배우자는 말이 없고 무뚝뚝한 편으로 방에서 텔레비전을 보며 지내는 시간이 많았다고 하였다. 주에 몇 번씩 정해진 요일에 요양보호사가 집에 오긴 하지만 주로 작은 아들이 아버지 및 환자를 돌보며 가정 일을 도맡아 하고 있었다.

A는 황달로 인해 피부색이 노란 편이었으며 주로 숨이 차는 것과 같은 호흡곤란으로 인한 불편감을 호소하였다. 간단한 초기 면담 시, 노래마다 사연이 있다고 이야기하는 모습에서 환자 자신에게 의미 있는 노래들을 통해 자연스럽게 접근한다면 인생을 회고하는 데 있어서 더욱 효과적일 것이라고

생각되었다.

9회기 동안 사용된 음악은 <표 12>와 같다. '동백아가씨', '사랑', 색소폰 연주곡, '섬집 아기', '사랑해', '작사랑' 8곡을 제외하고는 모두 A가 직접 선곡한 것이다. 평소 A가 가수 패티김과 최진희의 노래를 좋아하였기 때문에 세션 초반에는 이렇게 두 특정 가수의 노래가 주를 이루었지만 다양한 레퍼토리를 가지고 있다는 것을 알 수 있다.

<표 12> 전체 회기 동안 사용된 노래 및 활동 내용

	노래	활동 내용
1	패티김 '초우'	노래 부르기, 악기 연주
2	최진희 '사랑의 미로'	노래 부르기
3	김연숙 '그 날'	노래 부르기
4	유심초 '사랑이여'	노래 부르기
5	최진희 '꼬마인형'	노래 부르기, 악기 연주
6	최진희 '카페에서'	노래 부르기
7	김태곤 '망부석'	노래 부르기, 악기 연주
8	현숙 '월화수목금토일'	노래 부르기, 악기 연주
9	김창남 '선녀와 나무꾼'	노래 부르기, 악기 연주
10	한울타리 '그대는 나의 인생'	노래 부르기
11	신형원 '개똥벌레'	노래 부르기, 악기 연주
12	나훈아 '무시로'	노래 부르기, 악기 연주
13	석미경 '물안개'	감상, 노래 부르기
14	한경애 '옛 시인의 노래'	노래 부르기
15	오기택 '충청도 아줌마'	노래 부르기, 악기 연주
16	조경수 '행복이란'	노래 부르기
17	라나에로스포 '사랑해'	노래 부르기, 악기 연주
18	나훈아 '울엄마'	노래 부르기, 악기 연주
19	이태호 '버팀목'	감상, 노래 부르기
20	이미자 '동백아가씨'	노래 부르기, 악기 연주
21	나훈아 '사랑'	노래 부르기, 악기 연주
22	색소폰 연주곡 이봉조 '무인도'	감상
23	색소폰 연주곡 이봉조 '밤안개'	감상
24	색소폰 연주곡 강승룡 '애모'	감상
25	섬집 아기	노래 부르기, 악기 연주
26	주현미 '짝사랑'	노래 부르기, 악기 연주

감정 분류에 따른 A의 노래 곡목은 다음과 같다. A는 전체 회기 동안 사용된 노래 총 26곡 중 아래 <표 13>에 제시된 13곡에서 희(喜), 애(哀), 락(樂), 애(愛) 감정을 의미 있게 회상하였다. 나머지 13곡은 감정이 뚜렷하게 나타나지 않았으므로 표에 포함시키지 않았다.

<표 13> 감정 분류에 따른 A의 노래 곡목

	노래	감정				그 외
		희(喜)	로(怒)	애(哀)	락(樂)	애(愛)
1	개똥벌레	√			√	
2	무시로	√		*	√	
3	옛 시인의 노래	√			√	
4	사랑이여			√		
5	그 날				√	
6	꼬마인형				√	
7	선녀와 나무꾼				√	
8	울엄마	√		*	√	
9	월화수목금토일				√	
10	버팀목				√	
11	사랑해	*				√
12	사랑의 미로					√
13	행복이란					√

*는 과거 사건과 별개로, 음악치료의 과정 속에서 새롭게 느끼게 된 감정을 표시한 것이다.

<그림 2> A의 감정별 회상 내용

감정별 회상 내용				
희(喜)	로(怒)	애(哀)	락(樂)	애(愛)
직장생활		11살 어린 나이 어머니의 죽음	내 인생에 있어서 노래	사랑해 당신을
· 개똥벌레 · 무시로 · 옛 시인의 노래		· 울엄마	· 초우 · 꼬마인형 · 선녀와 나무꾼	· 충청도 아줌마 · 사랑해 당신을 · 행복이란
어린 시절, 오징어 간재미		남편과 떨어져 있던 2년	즐거웠던 그 날 그 날	
· 개똥벌레		· 사랑이여	· 그 날	
아들				
				· 울엄마
잊을 수 없던 색소폰 연주				
· 밤안개 · 무인도 · 애모				

(1) 희(喜)

직장생활

5회기 세션을 마칠 즈음, A는 히트가요 대백과에서 <개똥벌레>, <무시로>, <옛 시인의 노래>를 가리키며, 다음 시간에는 이 세 곡을 꼭 부르고 싶다고 말하였다. 6회기 세션에서 치료사가 많은 노래들 중에서 특별히 이렇게 세 곡을 고른 이유가 있는지 묻자 "이게 다 그 때 시절에 만났던 친구들한테 배운 노래야."라고 말하며 직장생활 하던 때를 떠올렸다.

"친구들이 부르는 노래를 듣고 내가 좋아하게 됐지. 좋으니까 내가 이제 다시 부르고 싶고...", A는 지금도 전화만 하면 연락이 되지만 몸이 아파 연락을 하지 않는다면 한숨을 쉬었다. 그리고는 "직장 내에서 내가 팀장이었거든. 개네들도 팀장이고... 팀장끼리 모임이 자주 있었어... 그 때 개네들이 불렀던 노래인데 개네들을 생각하면서...(잠시 생각에 잠김) 이 노래가 딱 떠오르더라구"하고 말하며 웃음을 지어보였다.

A가 직장생활을 꽤 오래 했었다고 들었기 때문에 치료사가 돈독한 사이였겠다고 이야기를 건네자, 다들 자신보다 나이가 어려 많이 챙겨주었고 실제로 "언니 언니"하며 잘 따랐다고 말하며 적극적으로 대화를 이끌어가는 모습을 볼 수 있었다.

팀 업적이 올라갈 때마다 성과급이 나오는데 그 때마다 함께 여행을 다녔다고 말하며 굉장히 즐거워하였다. "강원도 오대산에 갔더랬지... 월정사 절도 있고... 그 밑에 계곡물이 참~ 맑아.", "먹어서 없애는 것보다 그걸로 놀러가자~ 하하! 너무 좋은 거지~ 먹어서 없어졌으면 기억에 없는데... 그 기억이 다~ 이렇게 추억이 됐잖아."라고 말하였다. 동생들도 돈을 허투루 안 쓰고 유익하게 사용한 것에 대해 자신에게 고마워했다며 흐뭇해하는 표정을 지어보였다. 이야기를 마치고 난 뒤 다시 반복하여 노래를 부를 때에는 더

욱 커진 목소리로 마라카스를 힘차게 흔들며 연주하는 모습을 볼 수 있었다.

A는 <개똥벌레>, <무시로>, <옛 시인의 노래> 세 곡을 부르면서 젊은 시절 직장 내에서 팀장으로 일하던 활동적인 행적들을 떠올렸다. 직장동료들과 친밀한 관계를 형성하고 사랑과 보살핌을 줌으로써 그 관계 속에서 기쁨을 찾았던 A에게 혼자라는 외로움은 견디기 힘든 고통 중 하나이지는 않았을까 짐작되었다.

대부분의 사람들은 자신이 다른 사람에게 얼마나 인정받고 사랑 받는 존재인지 확인함으로써 스스로를 평가한다. 이것은 한 개인이 자기 자신에 대하여 어떻게 생각하는지를 의미하는 '자아개념'이 사회적 상호작용과 사회적 관계에 큰 영향을 받는다는 것을 뒷받침해준다. 과거 인간관계 속에서 삶의 활력과 만족을 느껴왔을 A의 모습을 통해 사회적 관계 상실이 주는 의미에 대해 생각해보게 되었다.

전성기 시절 직장동료들로부터 존중 받고 가치를 인정받았던 때를 회상하며, "난 뭐든지 하면 오래해. 직장생활도 20년 했지. 아프니까 일을 못했지만 아팠으면 여태까지 일했을 거야.", "일할 때는 화끈하게 앞장서서 일하고 놀러 갈 때는 화끈하게 놀고" 매 순간순간 최선을 다해 노력하며 살아온 자신을 발견하는 모습을 보면서 치료사로서 기쁨을 느꼈다.

어린 시절, 오징어 간재미

노래를 다 부른 뒤에는 간병인에게 개똥벌레가 무엇인지 아느냐고 물으며 A는 자연스럽게 어린 시절을 회상하였다. 상기된 표정으로 "시골의 벼 밭에 가면 불이 반짝반짝했는데"하고 말하며 캄캄한 밤에 보면 더 멋있다고 말하였다.

치료사가 어릴 때 친구들과 함께 했던 놀이 중 어떤 것이 생각나는지 이야기하자, "고무줄 놀이"라고 말하며 키가 작은데도 잘 넘는 사람이 있는데 자신은 잘 넘지 못했다며 축스러운 듯 이야기하였고, "전우의 시체를 넘고 넘어 앞으로 앞으로..." 고무줄 놀이를 할 때 부르던 노래를 흥얼거렸다. 그러다가 또 다른 생각이 났는지 "고무줄 놀이 아니면 마당에다 그림을 그려놓고... 딱딱한 기왓장을 갖다가 한쪽발로 착착 칸을 넘는 거 있잖아...", "그러면은 또 다음 칸으로 넘어가고, 한발로 균형을 잘 잡는 게 중요한데... 그런 것도 했지..." 사방치기에 얽힌 이야기를 하였다. 그러던 중에 "오징어 간재미가 제일 재미있어! 박력 있고."라고 말하며 치료사에게 놀이 방법을 소개해주었다.

A는 흥분된 목소리로 "오징어처럼 이렇게 그려... 좁은 데가 있잖아요... 그림 술래들이 바깥에 서 있어... 거기를 지나가길 기다리는 거지... 지나가면 막 때 밀어뜨려서 싸우는 거야~", "그 좁은 데 할 때는 막 넘어뜨리니까 안 맞으려고 애를 쓰지~" A는 마치 정말 그 시절로 돌아간 것처럼 천진난만한 표정으로 넘어지지 않으려고 애쓰는 몸동작까지 함께 표현해 가며 신이 나서 설명해주는 모습을 보였다.

A는 어린 시절 이야기를 계속해서 이어 가길 원하였는데 방학을 하면 아침마다 넓은 뒷동산에 모두 모여 뛰어놀며 동네 청소를 했다고 "참 재밌었어. 하하." 밝게 웃어보였다.

아들

A는 8회기 세션에서 노래 <울엄마>를 통해 유년기 시절 어머니가 일찍 돌아가시게 되면서 겪을 수밖에 없었던 슬픔과 힘들었던 감정에 대해 표현하였다. 치료사는 이후 세션에서 가사 분석을 통해 반대로 A가 두 아들을

둔 어머니의 입장에서 이야기를 나눌 수 있도록 이끌어내었다.

노래를 부른 뒤, 치료사가 아들을 가졌을 때 태몽을 기억하는지 묻자 "아유 기억하지~"하고 말하며 나무 밑에 떨어진 상수리를 치마 한 가득 주워 담은 이야기를 들려주었다. "나는 저기... 나무 밑에... 상수리라고 있어... 도토리보다 더 동그란 것... 그거를 막 치마에 담았어... 상수리를 주워다가..." 그 때 간병인이 도토리와 비슷한 것인지 묻자 "도토리하고 같은데 달라요. 그 생김새가... 도토리는 빠죽하고 상수리는 동그랗고... 임금님한테 진상했다고 해서 상수리라고 하는데~ 여기다 한 아름 주워가지고..."라고 말하며 상수리가 임금님께 진상할 만큼 귀중한 열매라는 것을 강조하였고, 큰 아들에 대한 애정을 표현하였다.

두 아들을 키우면서 언제가 가장 흐뭇하고 기뻐는지 묻자 그 즉시 "학교 들어갔을 때! 반장 됐어 엄마~ 하고 뛰어올 때"라고 말하며 큰 소리로 웃었다. 큰 아들이 공부는 잘하는데 너무 내성적이어서 걱정을 많이 했는데 반장이 될지는 꿈에도 생각을 못했다고, 아들이 반장이 되었다며 자신에게 뛰어오던 장면을 구체적으로 생생하게 묘사하였다.

"애가 올 시간이 되어서 대문 앞에 앉아 있는데 저~기서 애가 막~ 뛰어 오잖아... 엄마~ 반장 됐어~ 하면서..." 아들이 달려오는 모습을 직접 몸동작으로 표현하는 것은 물론 목소리 톤을 높여 어린 아이가 엄마한테 이야기 하는 것처럼 말하였다.

노래 <울엄마>는 A가 노래교실을 다닐 때 처음 접하게 된 노래로, 몸 상태가 악화되어 비록 끝까지 배우지 못했지만 꼭 한 번 다시 부르고 싶어 했던 노래였다. A는 이 노래를 통해서 자신을 '딸로서 나', '엄마로서 나' 다른 두 각도에서 바라볼 수 있었다. 노래 속의 '울엄마'라는 특정 주제는 자연스럽게 부모, 자녀와 같은 가족관계에 초점을 맞추게 해주어 A의 삶에 기쁨이 되어주었던 자녀와의 과거 경험을 생각나게 해주었다.

하지만 사실 A는 큰 아들과 관계가 그리 좋지 못했다. 남편과 별거 생활을

하게 되면서 큰 아들과도 10년 동안 떨어져 지내게 되었는데 큰 아들은 이 모든 것이 A 때문이라며 원망을 해왔다고 한다. 한 집에 살면서도 눈 한 번 제대로 맞추는 일이 없었고 전혀 이야기를 나누지 않는 심각한 상태였다.

치료사는 A가 큰 아들과의 단절된 관계를 음악치료 시간을 통해 다시 연결해나가려고 하는 것처럼 느꼈다. 실제로 노래를 부른 후에, 치료사가 두 아들에 대해 질문했을 때 A는 늘 큰 아들에 대해 이야기하는 모습을 나타냈다. 비록 직접적인 소통은 아니었지만 아들과의 소중한 추억을 회상함으로써 분리된 아들과의 만남을 이어가고자 하는 것처럼 느껴졌다.

잊을 수 없는 색소폰 연주

치료사가 병실을 찾아갔을 때 A는 잠에서 덜 깬 모습이였다. 오늘 남편이 병원에 찾아와서 같이 노래 한 곡 부르고 가라고 했는데, 기다리다가 결국 그냥 가버렸다고 아쉬운 마음을 표현하였다. 간병인 역시 치료사에게 A가 오늘은 선생님이 왜 빨리 안 오시냐며, 자꾸 시간을 물어봤다고 당시 상황을 설명해주었다.

A는 그래도 자고 나니까 개운하다며 탬버린을 집어 들고 노래에 맞추어 신나게 흔들기도 하고 "으차!"하고 추임새도 넣는 등 스스로 흥을 돋우려고 노력하는 모습을 보였다.

노래를 마친 뒤에는 점심시간에 작은 아들에게 전해들은 이야기가 생각났는지 "우리 개는 낫지도 않고 멍청이가 됐대요... 요양보호사 아줌마가 올 시간이 되면 알아서 방으로 딱 간대... 천덕꾸러기처럼 되어버렸어..."라고 말하며 깊은 한숨을 쉬었다. 아프지 않을 때에는 커다란 분수가 있는 공원에 데리고 가서 자주 산책도 하고 그랬는데 병원에 입원해있는 동안 얼굴을 못 봐서 그런지 자신도 모른 척한다며 속상한 마음을 드러내보였다. 그런 뒤

노래를 부를 때에는 목청 높여 부르기는 했지만 부쩍 힘에 부쳐하였으며 본인 스스로도 멧쩍은 웃음을 지어보였다.

A는 노래에 맞추어 더욱 신나게 악기를 흔든다든지 추임새를 넣어 노래 부르는 등 우울로부터 기분을 전환시키기 위해 본인 스스로 노력하였으나 잘 되지 않는 것 같아 보였다. 3회기 세션에서 여행에 관한 이야기를 나누다가 성지순례를 가는 길에 버스 운전기사가 연주해주었던 색소폰 소리를 아직도 잊을 수가 없다며 "그 색소폰 소리를 더 들어봐야 하는데... 빨리 나아가서 또 가야되는데..." 안타까운 마음을 표현한 적이 있었는데, 기분 전환을 위해 그 때 준비해두었던 색소폰 연주음악을 들려주는 것이 좋겠다고 판단하였다.

치료사가 <무인도>, <밤안개>, <애모> 세 곡 중 가장 먼저 듣고 싶은 곡을 선택하도록 이야기하자 "무인도"라고 말하였고, 연주음악이 흘러나오자 그 즉시 흥얼거리며 노래를 따라 부르기 시작하였다. 후렴부분에서는 탬버린을 연주하며 몰입하는 모습을 볼 수 있었는데 특히 '드높아라' 부분에서는 목소리가 가장 컸다.

색소폰 연주음악의 템포가 상당히 빠르고 경쾌했기 때문에 평소 숨이 차는 증상 때문에 호흡이 힘든 A에게는 따라 부르기 조금 버거웠을 텐데도 불구하고 노래 간주 부분에서는 치료사를 향해 밝게 웃으며 "너무 좋다~"하고 박수를 치는 모습을 볼 수 있었다. 노래가 끝난 뒤에도 "또 하나 해요. 세 곡이라면서~ (가사 중이는) 나중에 꽃을게. 시간 없어."하고 치료사를 재촉하며 그 다음 노래를 빨리 듣고 싶어 하였다. <애모>의 간주부분을 듣고는 멜로디를 흥얼거리며 노래에 집중하는 모습을 볼 수 있었는데 활동 후에 표정이 한결 밝아지고 부드러워진 것을 느낄 수 있었다.

그리고 "색소폰은 이봉조가 하고 노래는 현미가 한 거잖아. 둘이 부부였어."라고 말하며 혼자 <밤안개>를 부르기 시작하였다. A는 노래가 끝나고도 흥이 가시지 않는지 계속해서 탬버린을 흔들며 이야기하는 모습을 보였

다. 그리고 나서 자연스럽게 "아~ 그 때 갔다 오다가 비가 와가지고... 회 먹고 오다가 놀았지... 거기 대... 대... 무슨 향 있잖아... 대포항 가서 회 먹고 차 속에서 노래를 하는 거야 그냥~", "참 거기도 좋지만 난 남양이 제일 좋대... 거기는 또 가고 싶어~" 성지순례를 다녀오던 때를 회상하면서 세션 초반 가라앉았던 기분이 한결 나아진 듯 보였다.

성지순례 가는 길에 버스 운전기사가 연주했던 색소폰 소리가 너무 좋아 잊을 수가 없었는데 다시 한 번 그 때의 기분을 떠올릴 수 있어 기쁘고 고마웠다고 이야기하였다.

성지순례 중 들었던 색소폰 연주는 A에게 아주 강렬하게 남아 있는 기억 중 하나로, 비록 똑같은 연주는 아닐지라도 그 때의 기분 좋은 감각의 경험을 다시금 느낄 수 있도록 해주었다. 이 때 제공된 색소폰 연주음악은 당시 A의 감정적·심리적 필요와 잘 맞아떨어졌기 때문에 동기를 유발하고 긍정적인 정서 변화를 가져오도록 해주었다. 부적 정서는 감소시키고 정적 각성을 유도함으로써 내재되어있던 에너지를 분출시킬 수 있었다.

(2) 애(哀)

11살 어린 나이, 어머니의 죽음

A가 지금보다 몸이 조금 덜 아팠을 때 다녔던 복지관 노래교실에서 미처 끝까지 다 배우지 못한 노래를 음악치료 시간을 통해 다시 배우고 부르기를 원하였기 때문에 나훈아의 <울엄마>를 불러보는 시간을 가졌다. 이 날 치료사가 병실을 찾았을 때 A는 옆으로 돌아누워 있었는데 이상하게 자꾸 줄음이 온다고 하였다. 세션 초반, 노래에 맞추어 손뼉을 치며 노래를 부르기는 하지만 평소 때보다 기운이 없어 보였는데 <울엄마>를 부를 때에는 목

소리가 조금 더 커진 것을 알 수 있었다. 평소 A가 부르고 싶어 했던 노래였기 때문에 자연스럽게 동기 부여가 되지 않았나 생각되었다.

어린 나이에 어머니가 돌아가셨기 때문에 기억이 많지 않지만 어머니께서 베 짜던 모습은 생각난다고 하였다. 그리고 갑자기 생각이 난 듯 "내가 학교 갔다 오려면 뚝방이 있어... 뚝방... 하루는 집으로 가는데 우리 어머니가 저~기서 막 걸어가는 거야... 집 쪽에서 학교 쪽으로... 알고 보니까 월사금 내러 가시는 거야... 나는 돈을 만져보지를 못했어... 부모님이 다 갖다 내셨거든..." 바쁜 걸음으로 월사금을 내러 가시던 어머니의 모습을 떠올리며 그렇게 도와주던 어머니가 하루아침에 없어졌으니 내가 어떻게 컸겠느냐며 공허함, 상실감을 표현하였다. 마음에 와 닿은 가사를 이야기해보도록 하자 나지막한 목소리로 '눈에 넣어도 아프지도 않겠다던 울 엄마가 그리워진다.' 부분을 이야기 하였다.

이전 세션에서 A는 친정 식구에 대해 이야기하면서도 '어머니'에 대해서는 일체 언급하지 않는 모습을 보였었다. 노래 가사 속에 구체적으로 묘사되어 있는 '어머니'라는 인물이 그간 회피하였던 감정과 생각들을 표현할 수 있도록 돕는 역할을 한 것 같았다.

남편과 떨어져 있던 2년

3회기 세션에서 유심초의 <사랑이여>를 함께 불러보았는데 노래마다 다사연이 있다고 한 A에게 이 노래는 남편과 관련된 노래였다. A는 기타반주에 맞추어 천천히 노래를 부르기 시작하였는데 2절 '한 송이 꽃으로 피어나라. 지지 않는' 부분에서 목소리가 조금씩 떨리기 시작하더니 결국 울음을 터트렸다. A는 한동안 노래를 잊지 못하였는데 후렴부분부터는 안정된 모습으로 다시 노래를 부르기 시작하였다. 치료사는 남편과 떨어져 지낼 때 외

로움이라든지 남편에 대한 그리움이 노래를 통해 전해지는 것을 느낄 수 있었다.

노래를 다 부른 뒤에는 남편이 2년 동안 외국에 나가 있었는데 그 때 이 노래를 참 많이 불렀다고 말하였다. 그 때는 울지도 않았는데 병이 들어 마음이 약해져서 그런지 원래 누구 앞에서 눈물을 보이지 않는데, 요즘은 눈물이 그렇게 잘 난다고 하였다. 그리고는 남편 생각이 났는지 "우리 아저씨는 노래를 못해. 딱하나 하는 거는 <충청도 아줌마>, 그런데 내가 충청도야~"라고 이야기하며 다시 밝게 웃었다. 남편에 이어 두 아들이 좋아하는 노래까지 이야기한 뒤에는 마음이 진정되었는지 "웃었으니까 울지 않고 잘 불러볼게잉!"하고 씩씩하게 이야기하며 노래를 불렀다. 음악은 억제되었던 감정을 표출하도록 해줌으로써 감정 정화를 유도하고 촉진시키는 데 중요한 매개체임을 다시 한 번 확인할 수 있었다.

처음 노래 부를 때와 비교해볼 때 A의 목소리가 훨씬 더 크고 굵어진 것을 느낄 수 있었으나 노래가 끝날 즈음에는 숨이 차 호흡이 거칠었다. 그럼에도 불구하고 끝까지 힘을 다해 부르는 모습을 볼 수 있었다.

마지막으로 어느 부분이 가장 기억에 남느냐는 치료사의 질문에 '사랑은 타버린 불꽃'이라고 이야기하며 타버려서 없어지는데도 매달리고... 기다리고... 그리워한다고 말하였다. 또 "근데 표현을 안 해 사람이... 표현을 해야 하는데... 그리고 오해도 잘하고 나는 그게 아닌데 외국 갔다 오니까 더 심하더라구... 아유~ 근데 그런 사람을 놓지 못하고 사랑하고 있으니..."하며 허심탄회하게 자신의 감정을 정직하게 드러내는 모습도 볼 수 있었다. 그리고 자연스럽게 남편과 어떻게 만나게 되었는지에 대해 이야기를 나누면서 남편과 자주 극장에 다녔던 이야기, 깜짝 놀래켜 주었던 이야기 등 즐거운 추억들도 함께 떠올릴 수 있었다.

남편과의 이슈를 드러낼 수 있는 기회를 갖게 해주었던 이러한 작업들은 후에 A가 남편을 용서하고 받아들이는 데 긍정적인 영향을 미쳤다. 실제로

A는 "내가 요즘 통회의 기도를 막 했어요... 우리 아저씨 용서해준다고... 예전에는 안 나왔었어... 그런데... 마음이 움직이게 되는가봐..."라고 이야기하며 과거의 아픈 상처로 인해 미처 해결하지 못한 남편과의 관계를 조금씩 정리해가는 듯 보였다.

(3) 락(樂)

내 인생에 있어서 노래

첫 만남 때 좋아하는 노래가 무엇이냐는 치료사의 질문에 패티김의 <초우>를 들려줄 정도로 A는 노래에 대해 각별한 애정을 보였다. 또 "어우~ 노래마다 사연이 있지~", "난 어려운 노래만 좋아해. 성량이 좋고 감정이 풍부해서... 지금은 숨이 차서 못하지..."라고 말하며 예전처럼 멋들어지게 노래를 부르지 못하는 것에 대해 아쉬움을 표현하곤 하였지만 노래에 관한 이야기를 나눌 때에는 언제나 즐겁고 유쾌한 모습을 볼 수 있었다.

예를 들어, 노래 부르는 것으로는 내가 선두를 달렸다면 노래방에 갔던 기억을 떠올려 "노래방에 가도 내가 스타트를 꺼버려. 그래야 분위기가 살거든. 그리고 나 노래방 가면 신청곡이 엄청 들어와."라고 이야기하며 아이처럼 즐거워한다든지 최진희의 <꼬마인형>을 부르며 "내가 놀러 가면 그걸로 마무리 해버려. 그 노래하면 다들 그렇게 좋다고 하더라구" Good-bye Song 대신 자신에게 특별한 의미가 있는 노래 <꼬마인형>으로 세션을 마무리하고 싶어 하였다. 또 "성지순례 가서도 색소폰 연주해준 운전기사 아저씨... 답가로 내가 꼬마인형을 불러줬더니 꼬마인형까지 나왔다고 하하하!", "놀러가고 하면 선녀와 나무꾼. 그런 거는 또 요청이 들어와요. 신청이 들어와. 하하! 재미있게 살았는데"라고 말하는 등 노래에 얽힌 즐거운 기억을 많이

가지고 있었으며 이를 추억하고 싶어 하였다.

A가 즐겨 불렀다고 이야기한 노래 대부분은 현재와 과거 그 시절의 기억을 연결시켜주는 다리 역할을 해주었다. 실제로 A가 이야기를 할 때 표정이 라든지 목소리 톤 등은 마치 그 시절로 되돌아간 듯 보였다.

남편이 물리치료를 받느라 복지관에 다닐 때 노래교실에 다녔는데 새로운 노래를 많이 가르쳐주어 좋았다고 하였다. "거기는 가서 앉아서 박수치고 노래하고... 그래서 남편이 안 가려고 하는 바람에..." 아픈 남편을 혼자 봐두고 다닐 수가 없어 아쉽지만 더 이상 갈 수가 없었다고 말하였다. 세션을 마칠 때 즈음이면 노래교실에서 배웠던 책을 꺼내어 "선생님이 해보셔. 그럼 따라할게." 배우고 싶은 노래를 꼭 한 두곡씩 치료사에게 이야기할 만큼 노래에 대한 열의가 상당히 컸다.

즐거웠던 그 날... 그 날...

2회기 세션에서 김연숙의 <그 날>을 함께 부를 때 치료사가 A에게 이 노래에는 어떤 사연이 있는지 물어보자 A는 그리운 친구들을 생각하면서 불렀다고 말하였다. <그 날>은 사랑했던 옛 연인과의 추억을 그리워하는 노래이긴 하지만 A의 경우, 노래 속 옛 연인에 포커스가 맞춰지기 보다는 오히려 '그 날'이라든지 '소중했던'과 같은 특정한 몇몇 단어가 영향을 미쳤던 것은 아닌지 생각되었다. 왜냐하면 A가 그리운 친구들에 대한 이야기를 나누기 원하였으며 어릴 때부터 지금까지 만나는 고향 빨개동이 친구들, 또 여러 모임에 이르기까지 구체적으로 설명해가며 이야기를 시작하였기 때문이다.

"비행기 표를 사서 줬어. 4시까지 오라고 했지. 티켓팅을 해야 되는데 표 가진 애가 안 나타나는 거야. 표 가진 애가 안 나타나. 자리를 껴서 갈 순

없잖아. 그러니까 우리는 못 타고 기다리고 있고. 막~ 발을 동동동동 구르면서 전화를 하니까 온대. 그런데 이제 비행기는 떠야 된대. 그래서 우리가 조금만 기다리세요. 와요. 와요. 나중에는 워키토기로 왔습니다. 도착했습니다. 하하하하! 그런 추억들이 있어~ 하하하하하"

"그 날도 있고. 한 번은 속초를 아무 예약도 없이 갔어 그냥~ 가서 바다가 보이는 20만원 짜리 방 큰 거 하나 잡아가지고... 반찬이고 뭐고 전부 싹 해가지고 갔지... 아침에는 갈비 구워서 맛있게 먹고... 속초에서 영등포 가는 차가 있겠지 했는데 가보니까 차가 없더라구... 그래서 그 친구들 비행기도 한 번 얼~씨구나 하고 태워봤네. 처음 타봤대~"라고 말하며 노래 하나로 옛날 즐거운 기억을 다시 떠올리고 이야기할 수 있다니 참으로 좋다고 말하였다.

(4) 애(愛)

사랑해 당신을

7회기 세션에서는 A의 남편과 작은 아들이 함께 참여하였다. 남편이 평소 사랑에 대한 감정 표현을 거의 하지 않는다고 들었기 때문에 노래 <사랑해>를 통해 자연스럽게 감정을 표현할 수 있도록, 아내에 대한 사랑과 고마움을 노래 안에서 표현할 수 있도록 하는 데 초점을 맞추었다.

남편이 자주 불렀다고 이야기한 <충청도 아줌마>를 권하자 남편 입가에 미소가 살짝 지어지는 것을 볼 수 있었다. 남편분께 리듬악기를 소개해드리고 연주하기 싶은 악기 한 가지를 고르도록 하자 천천히 둘러보더니 우드블럭을 선택하였다.

첫 번째 부를 때 A의 남편은 악기를 유심히 살펴보았는데 우드블럭의 투

톤을 번갈아가며 연주하였다. 이에 치료사가 노래도 함께 부르면 좋을 것 같다고 이야기를 건네자 쑥스러운 듯 고개를 숙인 채 우드블럭만 연주하였다. 하지만 리듬이 다양해지고 치는 횟수도 더욱 잦아진 것을 알 수 있었는데 무엇보다도 멜로디 흐름에 맞추어 우드블럭을 연주하는 것을 볼 수 있었다. 그리고 중간 중간 입을 떼려다 말려다 하는 모습을 보였는데 이 모습을 본 A 역시 남편에게 "한 번 해보시죠. 술 한 잔 하시면 목소리도 아주 큰 목소리로 잘 부르셨잖아~"하며 노래 부르기를 권하였다. 치료사가 한 번 더 부를 것을 권하자 A도 남편에게 "크게"하고 말하며 용기를 북돋아주었다. 세 번째 부를 때에는 '충청도 아줌마가' 부분부터 노래를 부르기 시작하여 우드블럭 연주에서 노래 부르기로 옮겨가는 모습을 볼 수 있었는데 멈추지 않고 끝까지 다 불러 가족이 모두 기뻐하였다.

용기 내어 노래를 불러준 남편에게 답가를 불러주면 어떨지 A에게 묻자 주저함 없이 크고 우렁찬 목소리로 <행복이란>을 불러주었다. 노래 중간에 '이 생명 다 바쳐서 당신을' 부분에서는 두 손으로 남편을 가리키며 간접적으로 사랑을 표현하기도 하였다. 노래가 끝난 뒤 남편도 만족스러운 표정으로 우드블럭을 빠르게 연주하며 박수를 쳐주었다.

치료사가 콰이어차임을 소개해주자 소리가 너무 예쁘다며 신기해하였고 연주를 마친 뒤에는 "아하하하하" 크게 웃으며 흡족해하였다. A의 남편도 노래를 부르며 색깔악보를 보고 콰이어차임을 끝까지 하는 연주하는 모습을 볼 수 있었다. 노래를 부른 뒤 A의 남편에게 노래를 부르면서 사랑하는 사람을 생각하였는지 묻자 "있죠."하고 대답하였는데 고개를 들고 A를 바라보며 "○○씨"라고 대답하였다. 가사를 바꾸어 부르면 어떨지 묻자 고개를 끄덕이며 '○○씨'라고 바꾸어 부르겠다고 하였다. 노래를 부르는 동안 남편의 목소리가 점점 커지는 것을 알 수 있었는데 후렴부에서는 얼굴이 붉어지면서 눈물을 흘리는 모습을 보였다. 콰이어차임을 연주하며 남편의 노래를 듣고 있던 A는 그 모습을 보고 한참을 남편과 눈을 마주치지 못했지만 노

래가 끝나자마자 "감사해요~"라고 말하였다.

A는 <충청도 아줌마>는 많이 들었는데 이렇게 나를 위한 노래는 처음 듣는다고 남편에게 고마운 마음을 전달하였고, "사랑해 여보"라고 가사를 바꾸어 노래를 시작하였다. 옆에서 이 모습을 지켜보던 작은 아들도 "두 분이 이렇게 서로 사랑하시는 모습을 보니 기쁘네요."라고 말하며 흐뭇해하였다.

대개 인간은 삶의 종말을 직면할 때 자신의 지난 삶을 재조명하고 미처 끝내지 못한 일과 사람들과의 관계에서 해결하지 못한 문제를 매듭짓고 싶어하는 경향이 있다. 치료사는 설령 그것이 지금 당장 해결될 수 없는 문제라 하더라도 단지 감정을 밖으로 표출하는 것만으로도 환자의 목은 감정이 해소될 수 있다는 것을 깨닫게 되었다. 환자와 그 가족들에게는 이러한 작은 표현들이 계기가 되어 관계를 정리하는 시점에서 안도감·해소감과 같은 감정을 경험할 수 해주므로 과거의 상처를 치유하는 것은 물론 용서와 화해를 위한 중재의 첫 단추가 되어준다.

2) 사례 B

B는 71세 된 여자 자궁암 환자로 오랜 기간 외국에서 생활하다가 병의 악화로 1년 전에 다시 한국으로 돌아왔다. A와 마찬가지로 가정 호스피스를 통해 지내온 가정환경에서 돌봄을 받다가 신체적 증상 악화로 인해 호스피스 완화의료센터에 입원하게 되었다. 2남 3녀의 셋째로 대구에서 태어났으며, 대학교를 마치고 난 뒤 미국으로 건너가 학업을 계속하였다. B는 미국에 있는 동안 작은 오빠가 갑작스런 사고로 사망하게 되면서 상당한 쇼크를 경험하였다고 하였다. 한국에 도착하고 난 뒤에는 한 번도 걸어서 바깥에 나가보지도 않았을 뿐 더러 바깥에서 어느 누구와도 만나보지 못했기 때문에 어떨 때는 아직도 미국에 있는 것 같다고 하였다. 주로 여동생이 B의 간병을 맡고 있었기 때문에 가족 중 여동생과 함께 하는 시간이 가장 많았다.

16회기 동안 사용된 음악은 <표 14>와 같다. B는 대학 졸업 후 해외로 유학을 갔기 때문에 학창시절 음악 교과서에 실린 가곡이 주를 이루었다. B는 호기심이 많아 다른 환자는 어떤 노래를 불렀는지 궁금해 하였으며 가끔 듣고 싶어 하였기 때문에, 음악 감상을 통해 새롭게 노래를 배우기도 하는 등 적극적인 참여 동기를 가지고 프로그램에 임하였다.

<표 14> 전체 회기 동안 사용된 노래 및 활동 내용

	노래	활동 내용
1	가고파	노래 부르기
2	윤형주 '라라라'	노래 부르기, 악기 연주
3	You Are My Sunshine	노래 부르기, 악기 연주
4	한명숙 '노란 샤쓰 입은 사나이'	노래 부르기, 악기 연주
5	김상희 '대머리 총각'	노래 부르기, 악기 연주
6	켄터키 옛 집	노래 부르기
7	보리수	노래 부르기, 악기 연주
8	Danny Boy	노래 부르기, 감상
9	동심초	노래 부르기
10	도레미송	노래 부르기, 악기 연주
11	에델바이스	노래 부르기
12	방울꽃	노래 부르기, 악기 연주
13	성가 '주 예수와 바꿀 수는 없네'	감상
14	가야금 연주곡 황병기 '신명나게'	감상
15	가야금 연주곡 황병기 '평화롭게'	감상
16	가야금 연주곡 황병기 '신비롭게'	감상
17	가야금 연주곡 황병기 '애절하게'	감상
18	La Vie En Rose	감상
19	Irlandaise	감상
20	고향의 봄	노래 부르기
21	그네	노래 부르기
22	성가 '주께선 나의 피난처'	노래 부르기
23	성가 '주 하느님 크시도다'	노래 부르기
24	가을 편지	감상, 노래 부르기
25	가을	노래 부르기
26	주현미 '신사동 그 사람'	노래 부르기, 악기 연주
27	김상희 '코스모스 피어있는 길'	노래 부르기, 악기 연주

	노래	활동 내용
28	나훈아 '울엄마'	감상, 노래 부르기
29	은희 '꽃반지 끼고'	노래 부르기, 악기 연주
30	만리포 사랑	감상, 노래 부르기, 악기 연주
31	감사송	노래 부르기, 악기 연주
32	달타령	노래 부르기, 악기 연주
33	아리랑 목동	노래 부르기, 악기 연주
34	기러기	노래 부르기
35	양희은 '가을 아침'	감상, 노래 부르기

감정 분류에 따른 B의 노래 곡목은 다음과 같다. B는 전체 회기 동안 사용된 노래 총 35곡 중 아래 <표 15>에 제시된 20곡에서 희(喜), 로(怒), 애(哀), 락(樂), 애(愛) 감정을 의미 있게 회상하였다. 나머지 15곡은 A와 마찬가지로 뚜렷한 감정의 변화를 읽을 수 없었으므로 표에 포함시키지 않았다.

<표 15> 감정 분류에 따른 B의 노래 곡목

	노래	감정				그 외
		희(喜)	로(怒)	애(哀)	락(樂)	애(愛)
1	가고파	√		√		
2	라라라	√			√	
3	You Are My Sunshine	√				√
4	켄터키 옛 집	√		√	√	
5	보리수				√	
6	Danny Boy	√				
7	동심초	√				
8	주 예수와 바꿀 수는 없네	√				
9	주께선 나의 피난처	√				
10	주 하느님 크시도다	√				
11	그네	√				
12	가을	√				
13	코스모스 피어있는 길	√				
14	꽃반지 끼고	√				
15	감사송	√			√	*
16	기러기	√			√	
17	도레미송	√				
18	에델바이스	√				
19	방울꽃	√			√	
20	가을 아침	√			√	

<그림 3> B의 감정별 회상 내용

감정별 회상 내용				
희(喜)	로(怒)	애(哀)	락(樂)	애(愛)
힘들었지만 재미있던	왜 이렇게 됐을까	갑작스러운 오빠의 죽음	켄터키 그 곳	소중한 사람들
· 라라라	· 윈드차임 즉흥연주	· 가고파	· 켄터키 옛 집	· 보리수 · 라라라
내가 좋아하는, 오빠와 함께 부르던 노래			한 여름밤의 음악회	
· 그네			· 기러기	
아들				
· 감사송				

(1) 희(喜)

힘들었지만 재미있던

B는 노래책을 보며 윤형주의 <라라라>를 보고 자연스럽게 과거 스카우트 시절을 떠올렸기 때문에 세션에 적용해보기로 하였는데 치료사가 노래를 부르기 시작하자 "아, 맞아요. 내가 참 좋아해 그 노래"라고 이야기하며 노래를 따라 부르기 시작하였다.

B는 가사가 적힌 종이를 받고 1절부터 읽으며 천천히 가사를 살펴보았는데 다 읽은 뒤에는 "네, 조개껍질 해봅시다."라고 이야기하며 이제 노래를 함께 부를 준비가 되었다는 표시를 하였다. 3절을 부를 때에는 '모기가 밤새 물어도' 부분에서 오른손으로 왼쪽 팔을 가볍게 탁 치며 모기를 잡는 제스처를 재미있게 표현하는 모습도 볼 수 있었다.

노래를 부르고 난 뒤 기억에 남는 가사가 있었는지 묻자 "그런 것이 없네요. 이상하게 없어요."라고 대답하여 특별히 마음에 드는 가사가 있었는지 다시 한 번 묻자 "전부 다 마음에 들어요."라고 이야기하며 천천히 3절 가사를 읽기 시작하였다.

"밥이 새까맣게 타버려 못 먹어도 모기가 밤새 물어도... 어쩔 수가 없네... 이게 나한테는 사실 좀... 누군가가 지도하고 하는데 내가 갔으면은 추억도 있고 좋기만 했을 텐데, 내가 지도를 하는 입장이었기 때문에 그게 아니고, 힘들었어요~"하고 아쉬운 감정을 드러냈다. 그리고 무엇이 생각났는지 "진짜 그 때 홍수가 났었어요. 그래가지고 애들이 텐트를 전부다... 쓰러진 텐트를 바로 세워주고... 그리고 골을 파가지고 물이 딴 데로 내려갈 수 있게 그렇게 해준 적이 있었고... 어느 애는 신발을 잃어버렸다 뭐 신발이 떠내려갔다 난리였지만...(웃음) 그래도 그게 재미있었어요. 고생스러웠지만 참 재미있었고...(중략) 지금 생각해보면 그런 게 재미있었고...(중략) 할 수 있었다는

것이 재미있었어요.”라고 말하며 지금 이렇게 노래를 부르면서 또 한 가지 느낀 것은 가수 윤형주씨가 아주 신이 나서 이렇게 노래 부르던 그 모습도 기억에 남는다고 하였다.

B는 총책임자로서 책임감을 가지고 인솔해나가야 하는 입장이었기 때문에 여러 모로 신경을 곤두 세워야 했고 갑작스러운 비로 고생스러웠지만, 지금 돌이켜보면 참 재미있었다고 이야기하였다. 비록 '즐거움'이라는 개인적 욕구를 채울 수는 없었지만 자기희생과 타인에 대한 배려를 통해 자신이 달성했던 업적을 가치로웠다고 긍정적으로 수용하고 만족하는 모습을 볼 수 있었다.

내가 좋아하는 노래, 그리고 오빠와 함께 부르던 노래

8회기 세션을 마칠 때 즈음 B가 가곡 <그네>를 좋아한다고 미리 알려주어 함께 불러보는 시간을 가졌는데 치료사가 노래 제목을 이야기하자마자 노래를 부르기 시작하였다.

치료사가 B에게 그네를 자주 탔는지 묻자 "나는 그네 타는 거 좋아했어요. 무서워도 그네 타는 거 좋아했어요. 아주 기분이... 처음에는 무서워서 이렇게 벌벌 떨다가도 발에 힘주고 힘껏 구르면 이게 점점... 줄이 길수록 점점 더 멀리 간다구요... 한 번 이렇게 하고 저만큼 올라갈 때까지 기다렸다가 또 되돌아오면 땅!" 말하며 그네를 탈 때처럼 발에 힘을 주어 구르는 모습을 보이기도 하였다.

그리고 나서 잘 알려진 1절 가사도 좋지만 새롭게 알게 된 2절 가사도 참 좋다고 천천히 반복하여 읽었다. 치료사가 멜로디라든지 가사라든지 혹은 노래와 관련된 추억 등이 노래를 좋아하게 된 계기가 있는지 묻자 "나는 가사 자체에 몰려가지고, 그리고 또 한 가지는 돌아가신 오빠가 제일 좋아

하셨어요.”라고 말하였다. 그 때는 남녀가 같이 다니는 것은 상상도 할 수 없는 일이라 등푼길에 “아주 일부러 더 떨어져서 가고 하하” 웃으며 학창시절을 떠올렸다.

B는 노래를 부르기 전에 가사를 천천히 음미하며 읽는다든지 마음에 드는 가사를 반복하여 읽는 등 깊은 감성적 몰입을 통해 근심이나 스트레스로부터 주의를 돌릴 수 있었다. “두 번을 거듭 차니 사바가 밭 아래라... 마음의 일만 근심은 바람이 실어가네...”, 가사를 되뇌며 치료사에게 “가사가 참 멋지지 않아요?”하고 묻는 B의 모습에서 마치 소녀 시절의 감수성이 다시 깨어난 것 같아 보였다.

감사 또 감사

10회기 세션을 마치고 치료사가 “오늘 마무리는 무엇으로 할까요?”하고 묻자 B는 “감사송 없나요? 우리는 우리 마음대로 지어가지고 신부님이랑 같이 우리끼리 불렀었어요.”라고 말하며 노래를 부르기 시작하였다. 그리고는 “우리끼리 신이 나가지고 그렇게 해서 불렀어요. 심심하니까 중간에 알렐루야 넣어가지고.” 노래에 맞추어 손뼉을 치며 감사송을 부른 뒤 “감사합니다~”하고 마무리하였다. 그 때는 우리끼리 신이 나서 부르곤 했는데 한 사람은 일어나서 춤을 추기도 했다며 함박웃음을 지어보였다. 그 후론 B의 요구에 따라 G-S 대신 감사송을 부르며 세션을 종결하였다.

치료사는 B에게 감사송이 특별한 의미를 가지고 있는 노래인 만큼 이후 세션에서 감사송을 부르며 ‘감사’에 대한 의미를 되새겨보는 것이 좋겠다고 판단하였다. 15회기 세션에서 감사송을 만들게 된 계기에 대해 이야기를 나누게 되었다. B는 신부님께서 “다른 거 뭐 있나. 감사하는 게 기도지. 그게 다야~” 말씀하시곤 했는데, 그 후론 모임이 있을 때마다 그렇게 함께 노래

로 부르게 되었다고 말하였다. 치료사는 '감사'에 대해 다시 한 번 생각할 수 있도록 삶의 축복에 대해서 쓴 에세이의 한 부분을 들려주었다.

B는 치료사가 글을 읽는 동안 "음~"이라든지 고개를 끄덕이는 등 비언어적으로 응답하며 귀 기울여 듣는 모습을 볼 수 있었는데, 글을 다 읽은 뒤에는 손에 쥐고 있는 징글스틱을 흔들며 박수를 치기도 하였다.

B는 글쓴이를 가리키며 "이 사람이 자기 신체에 있는 결함... 그런 걸 다 초월하고... 감사할 수 있는 것... 그것도 하나의 지혜죠."라고 말하며 좋지 못한 자세로도 이렇게 같이 듣고 노래 부를 수 있는 것도 참 감사한 일이라고 하였다. 그리고는 여동생을 바라보며 "오늘 아침까지 우리 둘은 재미있는 싸움을 했어요. (웃음)이렇게 싸움을 할 수 있는 상대가 있는 것도 감사."하고 말하였다. B는 내면적 몰입을 통해 '감사'를 새로운 시각에서 통찰하고 가치를 재구성함으로써, 그동안 느끼지 못했던 것들에 대해 감사하는 마음을 가지게 되었다.

(2) 로(怒)

왜 이렇게 됐을까

2회기 세션에서 치료사가 새로운 악기 '윈드차임'을 소개하자 천천히 조금씩 소리를 내보고는 우드블럭 채로 왼쪽 끝에서부터 오른쪽 끝까지 차례로 굽어보기도 하고 가볍게 툭툭 두드리며 연주해보았다. 그렇게 여러 번 두드려보고 난 뒤에는 소리가 점점 커졌는데 리듬도 조금씩 세분화되어 더욱 빈번하게 연주하는 모습을 볼 수 있었다. 그리고는 "내가 왜 이 모양이 됐을까", "응? 내가 왜 이렇게 이 모양으로... 이 모양이 됐을까" 반복적으로 이야기하며 속상하고 답답한 마음을 악기 연주로 표현하였다.

"참... 기가 막힌 모습이다... 왜 이렇게 됐을까... 답답해요... 정말 답답해요... 옛날 같이 돌아가서 진짜 그랬으면 좋겠는데... 지금 제 마음 상태가 이래요." B는 계속해서 윈드차임을 연주하었는데 소리가 점점 크고 빨라졌다.

"내가 진짜 마음이 이래... 속상하고... 다른 사람의 도움을 받지 않으면 일어날 수도 걸을 수도 없고... 왜 이렇게 됐을까? 기가 막힌다... 주님 제 모습이 왜 이렇게 됐나요... 왜 이렇게 됐나요... 저를 빨리 일으켜주십시오. 왜 이렇게 됐나요... 일으켜 주십시오..." 즉흥연주를 통해 복잡한 자신의 내면 상태를 악기에 투사하였다. 마지막에는 "영영영영, 잉잉잉잉", "울어요."라고 이야기하며 즉흥연주를 마쳤다.

치료사는 B가 감정을 추스를 수 있도록 충분히 기다려 준 뒤 "그간 마음이 많이 답답하셨죠."하고 B의 감정을 공감해주자, 다시 조용히 연주를 시작하였다. 그리고 "희망!", "언젠가는 일어납니다. 다시 일어납니다."라고 이야기하였는데 날카롭고 거칠었던 이전 연주와 다르게 긴 바에서 짧은 바 방향으로 윈드차임을 굽으며 부드럽게 연주하는 모습을 볼 수 있었다. B의 윈드차임 소리가 멈출 때까지 충분히 기다린 다음 "이렇게 연주하고 나니까 어떠세요?"하고 묻자 B는 밝은 표정으로 "한결 좋아요. 감사합니다."하고 답하였다.

B는 다른 방식으로는 표현하기 어려웠던 내면의 생각과 감정을 윈드차임 즉흥연주를 통해 표현할 수 있었다. 무엇보다도 윈드차임 연주를 통해 자신의 고통과 직면할 수 있었는데, "내가 왜 이 모양이 됐을까"라는 반복적인 물음은 점차 "답답해요", "속상하고", "기가 막힌다", "영영영영, 잉잉잉잉", "울어요."와 같이 구체적이고 직접적인 표현으로 이어졌으며 그간 표현하기 어려웠던 내면의 복잡한 심정을 그대로 반영해주었다. 이렇듯 내면적 갈등을 음악적으로 표현하는 것은 자신의 감정과의 접촉을 경험하도록 하는 데 큰 도움이 된다.

(3) 애(哀)

작은 오빠의 갑작스런 죽음

1회기 세션에서 B가 평소 즐겨 불렀다고 이야기한 가곡 <가고파>를 함께 불러보았다. B는 "(추억에 잠긴 듯)아... 미국에 있을 때죠... 그 때 시험 때였어요... 그 때 시험 땀에 잘 안 되고 그러니까 속이 상하고 그래서... 운전대 위를 탁 치면서 이 노래를 불렀어요... 누가 옆에서 봤으면... 저 사람이 집에 가고 싶은가 그랬을 거예요... 이 노래 부르면 그 생각나요..."라고 말하며 미국에 있을 때 학교 앞을 지나면서, 이것저것도 못하고 돌아가는 게 아닌가 하는 생각에 답답한 마음에 운전대를 세게 내리쳤던 기억을 회상하였다.

기타 반주에 맞추어 노래를 부르기 시작하자 그래도 한 때 즐겨 부르던 노래인데 지금은 이것까지도 잊어버렸다면 "그냥 가사만 들어봅시다."하고 먼저 가사를 듣기 원하였다. 치료사가 가사가 적힌 종이를 건네자 여유 있는 표정으로 노래 부르는 모습을 볼 수 있었다.

그리고 나서 "우리 오빠가 가시기 몇 주 전인데 이 노래를 부르면서 오빠가 참 좋지 그지?... 이 노래를 가사를 다 외워가지고 더 재미있게 불렀으면 좋았을 텐데...(침묵) 오빠가 왜 이 눈물 없던 때를 찾아가자 찾아가 했던가... 내 마음 색동옷 입혀 웃고 웃고 지내고저... 가사 말 한 마디 한 마디가 굉장하...(침묵) 가사를 같이 못 불러준 게 참으로 마음이 안됐고 갈 때도 곱게 못 가시고 참 마음이 아파요." 갑작스런 사고로 돌아가신 오빠를 떠올리며 오빠가 돌아가시기 전에 이 노래를 함께 부르면서 참 좋다고 이야기하였는데 노래 가사를 외워서 더 재미있게 불렀으면 좋았을 텐데 그러지 못한 것에 대해 안타까운 마음을 표현하였다.

B는 "다시 한 번 부르죠."라고 이야기하며 <가고파>를 반복해서 부르기 원하였는데, 노래의 첫 부분을 시작하기 전에는 "오빠, 이거 가사 외우세요.

오빠에게 바치는 노래입니다.”라고 말하며 스스로 의미를 부여하는 모습도 볼 수 있었다.

B는 작은 오빠의 죽음에 대해 깊은 상실감과 슬픔을 가지고 있었다. 오빠의 기억이 담겨 있는 노래를 반복해서 부르기를 원하는 모습에서, 치료사는 현재 B가 노래를 통해 감정 이입을 받고 싶은 내면적인 필요를 가지고 있다는 것을 느낄 수 있었다. B에게 노래 <가고파>는 유학 시절 미래에 대한 막막함과 오빠에 대한 안타까움, 그리움이 서린 노래이다. B에게 슬픔을 자극하는 정서를 가진 이 노래는 현재 B의 심리적, 감정적 상태를 잘 반영해주었다.

(4) 락(樂)

켄터키 그 곳

4회기 세션에서 노래 <켄터키 옛 집>을 함께 불러보았는데 B는 작은 오빠네 식구들과 다 같이 켄터키에서 노래 부르며 함께 즐겁게 지내던 일을 회상하였다. 그리고 난 뒤 악기 바구니를 가리키며 힘이 많이 들지 않는 것으로 악기를 연주하며 노래를 부르고 싶다고 의사표현을 하였다.

치료사가 새로 준비해 간 돌림실로폰을 보고는 “새로운 거 아니에요?”하고 물으며 높이가 다 다른 것을 보니 음의 높낮이가 다르겠다고 말하였다. 채를 사용하여 크게 한 번 빙~ 돌리며 소리내보기도 하고 하나씩 두드리며 소리내보기도 하며 자유롭게 악기를 탐색하였다. B는 채를 사용하여 첫 박과 셋째 박에 일정하게 돌림실로폰을 연주하였는데 중간에는 분박을 하기도 하고 마지막에는 둥글게 빙~ 돌리며 마무리하였다.

노래를 부르고 난 뒤에는 오빠가 켄터키에 살았기 때문에 이 노래를 부를

때면 특히나 오빠 생각이 많이 난다고 하였다. 켄터키에는 아침 일찍부터 가서 줄을 서서 티켓을 살 정도로 아주 유명한 퍼포먼스가 있는데 그것을 같이 보러 갔던 기억도 있고, 추수감사절은 물론 크리스마스까지 오빠네 아이들까지 와서 함께 지내곤 했었다고 하였다. 그런데 교통사고로 인해 갑작스럽게 돌아가셔서 이루 말할 수 없이 크나큰 상실감을 겪었다고 말하였다. 또 너무 기가 막혀서 어떻게 이런 일이 있을 수 있는지 그 충격이 지금까지도 남아있다고 이야기하면서 "켄터키 옛 집, 정말 옛 생각이 나네요."라고 이야기하였다.

여전히 작은 오빠의 죽음이 큰 상실로 B의 마음속에 자리 잡고 있다는 것을 알 수 있었다. 하지만 필요한 사람으로 불림을 받을 정도로 멋있고 자랑스러운 오빠의 모습을 떠올리며 금세 마음의 평안을 되찾았다.

한 여름밤의 음악회

16회기 세션에서 <기리기>를 함께 불러보았는데 노래를 마친 뒤 B는 노랫말을 그림으로 그리면서 불렀다고 말하였다. 그리고 여동생과 함께 포스터 음악회에 갔던 여름밤의 기억도 함께 떠올렸다. B는 음악회가 열렸던 장소가 유명한 노천강당이 있었던 곳이기도 했지만, <켄터키 옛 집>부터 시작해서 <꿈길에서>, <오 수재너>, <스와니강> 포스터가 작곡한 곡은 그냥 노래가 아니라 특별한 의미가 담긴 노래이기 때문에, 오랜 시간이 흘렀음에도 이렇게 잊지 않고 기억이 나는 것 같다고 하였다.

(5) 애(愛)

소중한 사람들

4회기 세션에서 가곡 <보리수>를 불러보았는데 노래가 끝나자 B는 조용히 "한 번 더 부르까요?"라고 이야기하며 계속해서 노래를 부르고 싶어 하였다. 처음에는 첫째 박과 셋째 박, 강박에만 연주하다가 한 번 더 반복하여 부를 때에는 가사 음절에 따라 돌림실로폰을 연주하는 모습을 볼 수 있었다. 그리고 치료사에게 "너무 좋죠~ 상상을 하면서 보리수를 그려봐도 좋겠네요."라고 이야기하며 노래에 집중하는 모습을 볼 수 있었다.

노래가 끝나자 치료사에게 "You Are My Sunshine 할까요?" 이야기하며 자신이 부르고 싶은 노래를 직접 골라보았고, 뒤이어 "조개껍질 그거 불러봅시다"하고 의사 표현하며 <라라라>를 부르기 원하였다.

치료사가 노래 가사에서처럼 사람이 좋고 분위기, 또 함께 하는 시간이 너무 좋아서 떠나보내기 싫었던 파티나 모임이 있었는지 묻자 "아주 소그룹으로 진~짜 마음에 드는 사람... 그런데 그 마음에 드는 사람이 다른 걸로가 아니라 이렇게 영적으로도 통하고... 내가 이런 말을 하면 이런 말도 줄 수 있는 그런 사람...(중략)" 진짜 마음이 통하는 그런 사람이 몇 명 있었다고 말하였다. "내가 미국에서도 혼자 살고 그랬기 때문에 내 아파트로 모이는 걸 참~ 좋아했어요. 미국 사람들은 조금 모이고 먹을 것 있고 그러면 파티라고 그러니까... 그게 제일 좋은 파티고... 그리고 보니 일곱 사람이구나 진짜~ 일곱 사람이 그렇게 모여서... 오붓하게 고렇게 왔다가 가고... 참 정말 값지고 미국 생활하면은 그게 제일 좋았던 시간이었던 것 같아요."라고 말하며 지금도 눈 감으면 그 때 생각이 난다며 미국 생활을 회상하였다.

또 옛날에 학교에 있을 때 같이 지냈던 지인을 이야기하며 B가 서울에 있을 때 자신의 아파트에서 자고 가기도 하였다고 말하였다. 그런데 지금 그

분이 자신과 똑같은 병에 걸려서 전화통화를 할 때마다 "우리 같 때도... 하늘나라 같 때도 같이 가요... 우리 이웃집에 같이 살아요~" 이야기해주어서 "난 참 행복하다~ 죽는 순간까지 같이 가자는 친구가 있으니" 행복하다고 하였다.

치료사가 "보리수네요."라고 말하자 웃으며 "아~ 정말 보리수야. 보리수 끝으로 한 번 불러볼까요? 그 옛날 보리수를 찾아가겠습니다~"라고 말하며 노래를 부르기 시작하였다.

이 날 B는 세션 시작 전에 표정이 매우 어두워 보였는데 아침에 의사 선생님으로부터 암 덩어리가 더 커졌다는 이야기를 들었다고 하였다. 본인 스스로도 안 좋아질 것이라는 것은 알고 있었지만 막상 의사 선생님께 암 덩어리가 더 커졌다는 이야기를 들으니 감정 조절이 잘 되지 않는다면 불안정한 정서 상태를 보였다.

하지만 노래 <라라라>, <보리수>를 통해 지인들과의 모임과 같이 자기가 속한 공동체에서 소중한 사람들과의 만남을 통해 나누었던 행복한 경험을 떠올리며 긍정적 에너지를 얻는 듯 보였다. B가 2회기 세션에서 다른 사람의 도움을 받지 않고는 아무것도 할 수 없는 자신의 모습을 한탄하며 답답하고 속상한 마음을 윈드차임 연주로 표현했다면, 이번 세션에서는 죽음을 앞둔 상황에서 "내가 왜 이런 고통을 겪고 있는가?"에 대해 계속해서 되묻기보다 오히려 자신과 의미 있는 관계를 맺고 있는 사람에게 감사하는 마음을 표하며 조금 더 편안한 마음으로 죽음을 수용하는 모습을 볼 수 있었다.

V. 결론 및 제언

1. 결론

본 연구는 '희로애락'의 감정을 회상케 한 노래 중심의 음악치료 사례 연구로써, '희로애락' 인생회고를 위한 노래심리치료를 통하여 말기암 환자가 음악 안에서 어떠한 과정을 경험하게 되는지, 그로 인해 나타나는 현상은 무엇인지 규명함으로써 음악치료가 인생을 회고하는 데 어떻게 기여할 수 있는지에 초점을 두었다.

연구 결과, 음악치료의 과정 속에서 감정의 재 경험을 통해 자아통합을 획득할 수 있었다. 환자에게 의미 있는 노래는 과거의 연상과 감정을 촉발시켜 '과거의 나'와 만날 수 있도록 해주는 연결고리가 돼주었다. 상기된 감정 차원은 크게 긍정적 감정인 희(喜), 락(樂)과 부정적 감정인 로(怒), 애(哀)로 나뉘어졌다. 단, 애(愛)는 과거 경험이 자신에게 어떤 의미를 주는가에 따라 긍정적인지 부정적인지 결정되었다.

감정별로 회상 내용을 살펴본 결과, 전반적으로 긍정적 감정이 부정적 감정보다 더 많은 비중을 차지하였다. 그 중에서도 희(喜)가 압도적으로 많았는데 이것은 환자가 선곡한 노래라든지 감정 분류에 따른 노래 곡목을 통해서도 확인되어진다.

긍정적 감정은 기쁘고 즐거웠던, 행복했던 사건과 연합되어 긍정적인 환기를 불러 일으켰다. 친구들과 함께 신나게 뛰어놀던 유년기 시절부터 지도자로서 보람을 느꼈던 순간에 이르기까지 그 당시 기쁘고 즐거웠던 감정이 사

건 장면과 함께 그대로 재현됨으로써 긍정적인 정서를 유지할 수 있었다.

부정적 감정은 어렵고 힘들었던 사건과 연합되었는데 미해결된 문제를 포함하는 중요한 기억을 상기시켜주기도 하였다. A는 아픔과 상처의 근원이었던 남편과의 갈등을 재평가할 수 있는 시간을 가지게 되었다. 스스로 용서하겠다는 마음의 결정을 내리고 감정적 용서를 통해 부정적인 감정을 긍정적인 감정으로 변화시킴으로써 현재의 상황에 통합시킬 수 있었다.

자신의 삶을 그 자체로써 수용하고 갈등이나 상처를 자아 속에 포함시키면서, 만족스러웠고 의미 있었다고 평가하는 모습을 통해 연구자는 삶을 의미 있게 정리한다는 것이 무엇을 뜻하는지 가까이에서 체득할 수 있었다.

노래는 과거 특정 시점의 감정을 그대로 반영해주는 유용한 도구로써 감정의 교류를 가능케 해주었다. 긍정적인 사건에 대해서는 기쁘고 즐거웠던 감정을 환기시켜 긍정적 정서를 유지 및 향상시킬 수 있도록 하였고, 부정적인 사건에 대해서는 현재의 맥락에서 새롭게 해석하고 다시 수용함으로써 자아통합을 성취하도록 해주었다. 또한 '삶에 대한 개인적 탐색'이라는 적극적인 생산적인 활동을 통해 위기 상황 속에서도 자아의 연속성을 유지했다는 측면에서 긍정적으로 기여했다는 것을 알 수 있었다.

특히 스스로 할 수 있는 것들이 차츰 줄어들어 따라 침대에 누워 무기력하게 하루를 보내는 시간이 대부분인 말기암 환자들에게 통합과 성숙을 돕는 인생회고 작업은 특별한 의미를 갖는다. 의료진, 주 간병인을 제외하고 외부와의 접촉이 거의 제한되어 있는 말기암 환자들에게 음악치료는 외부 세계와의 새로운 접촉이자 자신의 생애를 돌아보면서 보람과 가치, 생의 의미를 인식하게 해줌으로써 삶을 의미 있게 정리할 수 있는 내적 통찰까지도 이끌어 내주기 때문이다.

본 연구는 말기암 환자를 대상으로 음악치료 프로그램을 시행함으로써 인생회고를 통해 지난 삶을 되돌아보면서 자신이 얻어낸 가치나 의미를 깨닫고 마지막 성장의 기회로 받아들일 수 있다는 것을 보여주었다. 그러므로

자신의 삶을 잘 정리하여 남은 여생동안 인간으로서 존엄성과 삶의 질을 높일 수 있는 심리적 지지 프로그램의 일환으로 음악치료가 확대되어 시행될 수 있기를 바라는 바이다.

2. 제언

이러한 연구 결과를 바탕으로 본 연구의 제한점과 후속 연구에 대한 제언은 다음과 같다.

첫째, 본 연구는 호스피스 완화의료 분야에서 음악치료 프로그램이 어떻게 적용될 수 있는지 구체적인 정보를 제공해줄 수는 있지만, 두 명의 말기암 환자를 대상으로 한 사례 연구이기 때문에 본 연구의 결과를 말기암 환자 전체를 대상으로 일반화하는 데 어려움이 있다. 환자 개인마다 신체에 생기는 병리적 변화라든지 그에 따른 증상 및 고통은 물론 음악적 반응, 경험 수준이 모두 다르기 때문에 더욱 그러하다고 할 수 있겠다. 본 연구를 일반화하고 타당성 및 신뢰도를 높이기 위해서 이러한 점을 보완한 후속 연구를 반복 시행함으로써 앞으로 계속해서 발전시켜 나가야 할 필요가 있다.

둘째, 연구자의 개인적인 견해나 치료 철학에 영향을 받기 때문에 연구자의 주관적인 해석이 한계점으로 지적될 수 있다. 매 세션마다 호스피스 담당 사회사업가가 함께 참여하고, 치료 기간 동안 기록한 내용에 대한 정보를 공유하긴 하였으나 연구 방법의 정확성을 높이기 위해 삼각측량, 구성원 확인 등 신뢰성을 위한 절차를 밟는 과정이 필요하다. 또한 호스피스 완화의료 분야 특성상, 환자의 총체적 돌봄을 위해 다학제적 팀 접근이 중요한 만큼 팀 협력을 통해 음악치료의 실효성에 대해 지속적으로 입증하는 작업도 중요하다고 하겠다.

후속 연구를 시행하는 데 있어 무엇보다도 음악의 선호가 능동적인 참여를 결정짓는 중요한 요소로 작용한다는 것을 강조하고자 한다. Berlyne이 음악적 자극과 연관된 세 가지 특성 중 환경적 특성으로 음악이 가지고 있는 음악 외적 의미를 제시한 것과 같이, 음악을 통해 학습된 연상이나 기억 등 음악 외적 사건이나 경험들은 '연상'이라는 범주 안에 포함된다. 음악으로 인해 떠올려진 경험과 연관된 정서 및 추억은 환자의 개인적 과거 경험과 직접적인 연결 통로가 되어주므로 환자로 하여금 동기를 유발시켜준다. 연구자 역시 음악 선호도를 통해 환자의 과거 경험에 관심을 갖고 주의를 기울일 수 있었으며, 특정 음악에 대한 생리적·심리적 반응 및 관련된 다양한 정보를 얻을 수 있었다.

또한 단지 일상적인 일들의 반복이 아니라 의미 있게 하루를 보내는 데 있어서 음악의 긍정적 기여 측면에 주목할 필요가 있다. 실제로 음악치료 프로그램이 진행되는 동안 선곡한 노래의 가사를 모아 만든 노래책을 펴 놓고 주말 동안 병원에 찾아온 가족들과 함께 노래를 부르며 복습을 한다든지 시간을 정해놓고 새로 배운 노래를 연습하는 등 일상생활의 활력을 더해가는 모습을 통해 환자의 새로운 동반자로서 음악을 발견할 수 있었다.

호스피스 완화의료 분야에서 말기암 환자의 기분 전환이라든지 심리적 안정을 위해 음악이 사용되고 있긴 하지만, 연구자는 본 연구를 통해 휴식과 안정감 증진 외에도 목적성 있는 활동을 통해 주어진 시간을 의미 있게 보낼 수 있도록 도울 수 있다는 것을 알 수 있었다. 물론 환자의 신체적·정서적 상태가 시시각각 다르기 때문에 유동적일 수 있지만, 신체적 쇠약이라든지 사회적 고립, 우울의 위험 등 급격히 나빠지는 상황 속에서도 여전히 가치 있으며 의미 있는 접촉을 가질 수 있다는 것을 알 수 있었다. 말기암이라는 질환으로 인해 더 이상 미래를 기대할 수 없는 말기암 환자와 그 가족들이 갖는 어려운 문제들을 해결 가능한 구체적인 문제들로 바꾸어 내적 치유라든지 내적 통합을 돕는 데 유용한 치료적 중재로써 음악치료가 긍정

적 역할을 감당할 수 있기를 기대해본다.

마지막으로 호스피스 완화의료 분야에서 음악치료의 활성화를 위한 기초 자료로 활용되어 이를 토대로 다양한 연구가 이루어지기를 바란다.

참고문헌

- 국립암센터 호스피스·완화의료 사업지원평가단. (2004). 호스피스·완화의료 직종별 지침. 경기: 국립암센터.
- 김수지, 오송자, 최화숙. (1997). 호스피스: 사랑의 돌봄. 서울: 수문사.
- 김숙남. (2006). 의미발견을 통한 삶의 질 향상. 한국 호스피스·완화의료학회 학술대회논문집, 하계학술대회, 28-35.
- 김은정. (2008). 음악치료가 암환자 기분상태에 미치는 영향에 관한 연구. 석사학위 논문, 성신여자대학교 대학원.
- 김지영. (2003). 호스피스에서 연령을 고려한 심리학적 접근과 연구과제. 한국 호스피스·완화의료학회 학술대회논문집, 동계심포지엄, 251-280.
- 문지영. (2007). 호스피스에서의 음악치료. 한국 호스피스·완화의료학회지, 10(2), 67-73.
- 성기순. (1996). 호스피스 프로그램 개발을 위한 임종환자의 가족의 실태 조사 연구. 석사학위 논문, 중앙대학교 대학원.
- 순진이. (2001). 노래 심리치료(Song Psychotherapy)를 위한 한국 대중가요의 내용 분석: 사회 심리적 현상을 중심으로. 석사학위 논문, 이화여자대학교 교육대학원.
- 신금미. (2009). 암환자의 사회적 지지와 삶의 질과의 관계. 석사학위 논문, 한양대학교 임상간호정보대학원.
- 안영섭. (2003). 교회와 치유음악목회: 찬양의 치유적 기능에 대한 연구. 석사학위 논문, 협성대학교 신학대학원.
- 양희복. (2004). 여성 노인의 자아통합을 위한 집단프로그램 사례 연구: 회상 요법 적용을 중심으로. 석사학위 논문, 서울여자대학교 사회

- 북지대학원.
- 유현순. (2002). **감상을 중심으로 한 음악중재가 말기 암환자의 불안 감소에 미치는 영향**. 석사학위 논문, 숙명여자대학교 음악치료대학원.
- 윤매옥. (2003). 호스피스 간호가 말기암환자의 통증에 미치는 효과에 관한 연구. **한국 호스피스·완화의료학회지**, 6(1), 34-44.
- 윤웅. (2006). **음악치료가 암환자의 통증감소와 수면에 미치는 영향**. 석사학위 논문, 한세대학교 대학원.
- 윤영호. (1998). 말기 암환자의 이해와 가정 의학적 접근. **가정의학회지**, 19(11), 979-986.
- 윤영호. (2008). **환자 가족을 위한 지침서**. 서울: 국립암센터.
- 이수현. (2009). **기독교적 음악 감상이 말기 암환자의 언어적 표출에 미치는 영향**. 석사학위 논문, 성신여자대학교 대학원.
- 이숙. (2006). 고통 속에서도 행복한 내 삶의 여정: 종말기 환자의 음악자서전 경험에 관한 질적 연구. **한국음악치료학회지**, 8(2), 22-44.
- 이효정. (2007). **춘계 음악치료세미나: 호스피스 환자와 가족들을 위한 음악치료**. 서울: 가족사랑음악치료센터.
- 정현주. (2006). **음악치료학의 이해와 적용**. 서울: 이화여자대학교 출판부.
- 정현주 외 공저. (2006). **음악치료 기법과 모델**. 서울: 학지사.
- 정현주. (2008). **음악과 통증**. 2009년 9월 2일
<http://www.komtea.org>로부터 검색
- 최미환. (2006). **노래심리치료. 음악치료 기법과 모델**. 정현주(편). **노래심리치료**. 서울: 이화여자대학교 출판부.
- 최병철. (2006). **음악치료학 2판**. 서울: 학지사.
- 최상욱. (2008). **가톨릭대학교 강남성모병원 호스피스 1단계 교육**. 가톨릭대학교 강남성모병원 호스피스센터.
- 최성운. (2003). **말기 환자의 자기 노출과 음악치료적 접근에 대한 연구**.

- 석사학위 논문, 이화여자대학교 교육대학원.
- 최영진. (2007). **퇴계 이황: 사단칠정론, 성학십도, 무진육조소**. 경기: 살림출판사.
- 최윤선, 이준영, 박진노, 이명아, 염창환, 장세권. (2003). 표준형 성인 암성통증 평가 도구(K-CPAT): 설문조사의 신뢰도 및 타당도 평가. **한국 호스피스·완화의료학회지**, 6(2), 152-163.
- 통계청. (2008). **사망원인통계(전국편, 2007년): 연도별 사망원인 순위 추이(1997-2007)**. 2009년 8월 28일
<http://www.kostat.go.kr>로부터 검색
- 통계청. (2009). **2008년 사망원인통계 결과**. 2009년 8월 28일
<http://www.kostat.go.kr>로부터 검색
- 한국 호스피스·완화의료학회, 대한항암요법연구회. (2002). **암성통증관리 지침**. 서울: 군자출판사.
- Abraham, J. L. (2008). **암환자를 위한 완화의학: 통증 및 증상조절**. 김준석 외 역. 서울: 고려대학교 출판부. (원전은 2000년에 출판).
- Baker, F. & Wigram, T. (2008). **치료적 노래 만들기: 음악치료의 임상 및 교육을 위한 지침서**. 최미환 역. 서울: 학지사. (원전은 2005년에 출판).
- Bruscia, K. E. (2006). **음악 심리치료의 역동성**. 최병철·김영신 공역. 서울: 학지사. (원전은 1998년에 출판).
- Burns, D. S. (2001). The Effect of the Bonny Method of Guided Imagery and Music on the Mood and Life Quality of Cancer Patients. *Journal of Music Therapy*, 38(1), 51-65.
- Cook, A. S. & Oltjenbruns, K. A. (1998). *Dying and Grieving: life span and family perspective*, (2nd ed.). Harcourt Brace College Publishers.

- Curtis, S. L. (1986). The Effect of Music on pain relief and relaxation of the terminally ill. *Journal of Music therapy*, 23(1), 10-24.
- Daykin N, Bunt L, McClean S. Music and healing in cancer care: a survey of supportive care provider. *Arts in Psychotherapy* 2006; 33(5): 402-13. Merriam, A. P. (1964). *The anthropology of music*. Chicago, IL: Northwest University Press.
- Deeken, Alfons. (2002). **마지막까지 그대 곁에: 호스피스를 위한 길잡이**. 용진선 역. 서울: 성서와 함께. (원전은 1986년에 출판).
- Frankl, V. E. (2005). **삶의 의미를 찾아서**. 이시형 역. 서울: 청아출판사, 2005.
- Gerrig, R. J. & Zimbardo, P. G. (2009). **심리학과 삶 제 18판**. 박권생 외 역. 서울: 시그마프레스. (원전은 2008년에 출판).
- Hilliard, R. E. (2001). The use of music therapy in meeting the multidimensional needs of hospice patient and families. *Journal of Palliative Care*, 17(3), 161-166.
- Krout, R. E. (2000). Hospice and palliative music therapy: A continuum of creative caring. In D. Smith (Ed.), *Effectiveness of music therapy procedures: Documentation of research and clinical practice (3rd ed.)* (pp. 1-64). Silver Spring, MD: American Music Therapy Association, Inc.
- Krout, R. E. (2003). Music Therapy with imminently dying hospice patients and their families: Facilitating release near the time of death. *American Journal of Hospice and Palliative Care*, 20(2), 129-134.
- Lee, H, J. (2005). *The effect of live music via ISO-principle on pain management in palliative care as measured by seif-report using*

- a Graphic Rating Scale(GRS) and pulse rate.* Unpublished master's thesis, Florida State University; Tallahassee, FL.
- Lelord, Francois. & Andre, Christophe. (2008). *내 감정 사용법*. 배영란 역. 서울: 위즈덤하우스. (원전은 2001년에 출판).
- Longfield, V. (1995). *The effects of music therapy on pain and mood in hospice patients.* Unpublished master's thesis, Saint Louis University; St Louis, MO.
- Martin, J. A. (1991). Music Therapy at the end of life. In K. Bruscia (Ed.), *Case studies in music therapy* (pp. 617-632). Phoenixville, PA: Barcelona Publishers.
- O'Callaghan, C. (1998). Effect of the Music Therapy Introduction When Engaging Hospitalized Cancer Patients. *Music Therapy Perspectives, 16*, 67-74.
- 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.
- Toshiro, Mitsutomi. (2005). *음악은 왜 인간을 행복하게 하는가*. 이상술 역. 경기: 해나무. (원전은 2003년에 출판).
- Whittal, J. (1991). Songs in palliative care: A spouse's last gift. In K. Bruscia (Ed.), *Case studies in music therapy* (pp.603-610). Phoenixville, PA: Barcelona Publishers.
- Wlodarczyk, N. (2003). *The effect of music therapy on spirituality of person in an in-patient hospice unit as measured by self-report.* Unpublished master's thesis, Florida State University; Tallahassee, FL.

ABSTRACT

A Case Study of Song Psychotherapy for 'Joy, Anger, Sorrow and Pleasure' Life Review of the Terminal Cancer Patients.

You-Lim, Kim

Department of Music Therapy

Graduate School of

Sungshin Women's University

This study aims to find out how song psychotherapy can affect the terminal cancer patients in reflecting their lives and what they experience through the course of music therapy while recollecting their lives based on the main subject of joy, anger, sorrow and pleasure.

For this study, the researcher conducted a music therapy for two terminal cancer patients at J hospices palliative care center in Seoul for 8 weeks based on 2 times per week (total 9~16 sessions, 40 minute per one session) over the period of Aug. 4 to Sep. 26, 2009.

The researcher carried out various kinds of music activities for each session such as singing, listening, playing instruments and improvisation. But, the focus of the program was a song psychotherapy emphasizing song as a major source of the therapy. This program was adjusted not to exceed 40 minutes considering the conditions of the patients. Every session, the case study was analyzed based on the contents of recording data and observation records. The results of the study are as follows.

Firstly, the majority of the songs which were meaningful for the patients reflects the emotions they felt at the particular time of their lives. In addition, it became a good motive for them to experience the emotions once again.

Secondly, they were able to confirm the major issues they experienced in the past or in the present while recollecting and reviewing their lives through music. In addition, they were able to find out what they achieved through their lives and to observe the positive and negative side of their lives in balance.

Thirdly, they were able to experience positive internal change by expressing their emotions frankly and further to find the meaning of their lives in maturing internally.

From the perspective of current trend that people are recognizing elegant and beautiful death more and more, this study proves that music therapy positively affects not only on preparing for death by reflecting the patients' lives, and but also on finishing their lives by highly evaluating and accepting them. In conclusion, the researcher expect that this study will be used as basic material to activate music therapy at hospices and palliative care and further useful studies will be made based on this study.