



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](#)

양 은 아 교수 지도  
석사학위 청구논문

악기연주 중심의 그룹음악치료가  
주간보호시설 노인의 무력감 및  
사회적 지지에 미치는 영향

2020

성신여자대학교 대학원

음악치료학과

김 희 정

악기연주 중심의 그룹음악치료가  
주간보호시설 노인의 무력감 및  
사회적 지지에 미치는 영향

양 은 아 교수 지도

이 논문을 석사학위논문으로 제출함

2019년 11월

성신여자대학교 대학원

음악치료학과

김 희 정

# 인 준 서

김희정의 석사학위 논문으로 인준함

2019년 11월

심사위원장 \_\_\_\_\_ (인)

심 사 위 원 \_\_\_\_\_ (인)

심 사 위 원 \_\_\_\_\_ (인)

성신여자대학교 대학원

## 논문개요

본 연구는 악기연주 중심의 그룹음악치료가 주간보호시설 노인의 무력감과 사회적 지지에 미치는 영향을 알아보고자 실시되었다. 연구 대상은 서울시 K구에 위치한 K주간보호시설, 경기도 A시에 위치한 L주간보호시설을 이용하는 노인 중 한국형 간이 정신상태 검사 점수인 16-24점을 충족한 노인으로 선별하였으며 K주간보호시설을 이용하는 노인 9명은 실험집단으로 L주간보호시설을 이용하는 노인 10명은 통제집단으로 배치하였다. 연구기간은 2019년 9월 19일부터 10월 31일까지 50분씩 주 2회 총 13회기에 걸쳐 진행하였다. 본 연구에서는 노인들이 선호하는 대중가요를 중심으로 다양한 악기로 연주하는 그룹음악치료 활동으로 구성하여 실시하였다. 악기연주 중심의 그룹음악치료를 시행하기 전 실험집단과 통제집단을 대상으로 사전검사를 실시하였으며, 시행 후 동일한 방법에 의해 사후검사를 실시하였다. 사전·사후 검사에서 수집한 자료는 SPSS 24.0 통계 프로그램으로 카이제곱검정과 Wilcoxon 부호순위 검정, Mann-Whitney U 검정을 사용하여 분석하였다.

연구 결과, 악기연주 중심의 그룹음악치료를 실시한 실험집단은 통제집단에 비해 무력감 감소와 사회적 지지 향상에 유의미한 효과가 있는 것으로 나타났다( $p < .05$ ). 구체적으로는 사회적 지지의 하위요인인 사회적 지지, 사회적 갈등에서도 유의미한 효과를 나타냈다( $p < .05$ ).

이러한 연구 결과는 악기연주 중심의 그룹음악치료가 노인의 정서적 안정과 삶의 질을 위한 사회·정서적 지원 방안일 뿐 아니라 무력감 감소와 사회적 지지 향상을 위한 효과적인 중재 방법이 될 수 있음을 시사한다.

# 목 차

## 논문개요

<b>I. 서론</b> .....	1
1. 연구의 필요성 및 목적 .....	1
2. 연구 가설 .....	4
<b>II. 이론적 배경</b> .....	5
1. 노인 .....	5
1) 노인의 개념 .....	5
2) 노인의 특성 .....	6
3) 주간보호시설 노인 .....	7
4) 주간보호시설 노인의 무력감 및 사회적 지지 .....	8
(1) 주간보호시설 노인의 무력감 .....	8
(2) 주간보호시설 노인의 사회적 지지 .....	9
2. 노인과 음악 .....	11
1) 노인음악치료 .....	11
2) 주간보호시설 노인을 위한 그룹음악치료 .....	13
3) 주간보호시설 노인을 위한 악기연주 중심의 음악치료 .....	14
<b>III. 연구 방법</b> .....	17
1. 연구 대상 .....	17

2. 측정 도구 .....	19
1) 한국형 간이 정신 상태 검사 .....	19
2) 무력감 검사 .....	19
3) 사회적 지지 검사 .....	19
3. 연구 설계 .....	20
4. 연구 절차 .....	21
5. 악기연주 중심의 그룹음악치료 프로그램 .....	22
1) 악기연주 중심의 그룹음악치료 프로그램의 회기 내 구성 .....	22
2) 악기연주 중심의 그룹음악치료 프로그램 내용 .....	23
6. 자료 분석 .....	30
<b>IV. 연구 결과 .....</b>	<b>31</b>
1. 일반적 특성 .....	31
2. 실험집단과 통제집단의 동질성 검증 .....	32
3. 가설에 대한 검증 결과 .....	34
<b>V. 결론 .....</b>	<b>43</b>
1. 결론 및 논의 .....	43
2. 제언 .....	45

## 참 고 문 헌

## ABSTRACT

## 부        록

## 표 목 차

<표 III-1> 실험집단의 인구통계학적 자료 .....	18
<표 III-2> 통제집단의 인구통계학적 자료 .....	18
<표 III-3> 사전·사후검사 통제집단 설계 .....	20
<표 III-4> 악기연주 중심의 그룹음악치료 프로그램 회기 내 구성 .....	22
<표 III-5> 악기연주 중심의 그룹음악치료 프로그램의 단계별 구성 .....	24
<표 IV-1> 실험집단과 통제집단의 일반적 특성 .....	31
<표 IV-2> 실험집단과 통제집단의 일반적 특성에 대한 동질성 검증 .....	32
<표 IV-3> 실험집단과 통제집단의 사전점수에 대한 동질성 검증 .....	33
<표 IV-4> 무력감에 대한 Mann-Whitney U 검정 .....	34
<표 IV-5> 무력감에 대한 Wilcoxon 부호순위 검정 .....	35
<표 IV-6> 사회적 지지에 대한 Mann-Whitney U 검정 .....	36
<표 IV-7> 사회적 지지에 대한 Wilcoxon 부호순위 검정 .....	37
<표 IV-8> 사회적 지지(하)에 대한 Mann-Whitney U 검정 .....	38
<표 IV-9> 사회적 지지(하)에 대한 Wilcoxon 부호순위 검정 .....	39
<표 IV-10> 사회적 갈등에 대한 Mann-Whitney U 검정 .....	40
<표 IV-11> 사회적 갈등에 대한 Wilcoxon 부호순위 검정 .....	41

## 그림 목 차

<그림 IV-1> 무력감의 실험집단과 통제집단 평균 점수 .....	35
<그림 IV-2> 사회적 지지의 실험집단과 통제집단 평균 점수 .....	37
<그림 IV-3> 사회적 지지(하)의 실험집단과 통제집단 평균 점수 .....	39
<그림 IV-4> 사회적 갈등의 실험집단과 통제집단 평균 점수 .....	41

# I. 서 론

## 1. 연구의 필요성 및 목적

현재 우리나라는 과학·의료기술의 발달로 인한 평균수명의 연장으로 고령 인구의 비율이 급증하고 있다. 통계청(2019)은 한국의 현재 고령인구비율은 14.9%이며, 2024년에는 19.2%, 2029년에는 24.1%에 이르는 초고령 사회에 도달 할 것으로 전망하고 있다.

급격한 고령인구비율의 증가로 인해 노인의 경제, 의료, 부양 부담에 대한 사회적인 문제가 양산되었으며, 가족규모의 축소와 역할상실로 인한 노인의 소외감 및 고독감 등의 문제도 발생하고 있다(김호식, 정미녀, 손경숙, 2005). 이러한 노인 문제의 근본적인 원인은 노화이며 노화가 진행이 되면 노인은 신체기능의 약화, 제한된 경제능력, 생활환경과 사회적 관계의 변화가 뒤따른다. 노인들은 이런 변화 속에서 심리적인 불안을 경험하며, 낮은 자존감을 가지게 되고, 정서적 위축과 우울 등의 취약한 정신건강을 가지게 된다(남지영, 심교린, 2018).

노인은 특히, 노화 기능장애나 만성퇴행성 질환 등의 장기간 질병으로 인해 활동력이 감소되면서 스스로 쓸모없는 사람이라 생각하는 무가치함과 무력감을 경험한다(주현정, 공희경, 2019). 김조자, 임종락, 박지원(1992)은 무력감이란 노인의 의사결정권이 감소되거나 독립성이 상실되며 타인의 의존이 필요함을 지각할 때 느끼는 감정이라고 언급하였다.

즉 무력감은 노화로 인한 신체적 통제력 상실이나 낮은 자존감과 같은 심리적 통제력 상실에 의해 지각되어진다. 이외에도 무력감은 소외나 심리적 지지원의 상실과 같은 낮은 사회적 관계에서도 지각되며, 조무용(1995)의 연

구에 의하면 사회적 지지는 노인이 가지고 있는 스트레스 완충의 역할을 하며, 무력감의 감소에 영향을 끼친다고 보고하였다(박영주, 2001). 또 다른 선행연구인 Bestida(1984)에 의하면 친족이나 친구관계의 지지체계의 부족 또는 결핍은 노인들에게 더욱 무력감을 가지게 한다고 하였다(김정순, 김미숙, 2000에서 재인용). 이를 볼 때 무력감은 사회적 지지와도 밀접한 관련이 있음을 알 수 있다.

무력감은 노인이 일상생활이나 친교모임의 참여에도 의욕이 없게 하며, 환경의 적응과 더 나아가 삶의 질과 직결된다는 점에서 해결되어야 할 중요한 문제이다(김귀분, 조성은, 이윤정, 2012). 이러한 노인의 무력감을 감소시키기 위해 다양한 예술치료에서 연구가 진행되고 있으며 이와 관련한 선행연구들을 보면 원예치료(권명주, 정승진, 이진실, 조원근 2012; 정다혜 등, 2010), 미술치료(김동연, 류정자, 2001; 최영순, 김현리, 2004), 무용·동작치료(성윤아, 류분순, 2015)가 효과적인 중재로써 사용되고 있음을 보여준다. 이러한 선행연구는 예술치료가 노인에게 동기와 에너지를 부여하고 자연스런 타인과의 상호작용의 기회를 제공한다는 것을 알 수 있다(김동연, 류정자, 2001).

그 중에 음악치료는 사회·정서 영역에 효과적인 중재로써 김연옥(2017)의 연구에서는 음악치료 프로그램이 노인의 우울, 무력감 감소에 영향을 끼친다고 밝혔으며, 어진(2017)에 의하면 음악치료 프로그램이 무력감 감소 뿐 아니라 사회적 지지를 향상시킨다고 하였다. 또한 그룹음악치료는 노인이 그룹 안에서 사회적 관계를 맺고 소속감과 친밀감을 높이며(송미희, 전현중, 2015; McClosky, 1985), 무기력, 우울과 같은 부정적인 정서를 해소하는데 효과적이다(박진술, 2017).

한편 그룹음악치료의 활동 중 악기연주는 노래 부르거나 음악 감상 등 다른 활동보다 노인에게 시각, 청각, 촉각, 등 감각적으로 풍부한 자극을 주어

능동적인 활동을 할 수 있도록 돕는다(남지영, 심교린, 2018; 최애나, 김윤희, 정광조, 2010). 이인용(2000)의 연구에 따르면, 노인들은 노래나 동작활동보다 악기연주에 참여도가 높은 것으로 보고되어있으며, 이영(2007)의 연구에서도 노인의 음악활동 중 소고로 악기연주를 할 때 적극적인 반응을 보였다고 한다. 악기연주 중심 음악치료는 노인의 선호곡을 사용하여 노인이 연주하기에 용이하도록 구조화되기 때문에 노인의 음악활동 참여도를 높일 수 있다. 또한 악기연주는 감정표현의 범위와 강도를 극대화하게 하여 노인의 억압된 감정을 능동적으로 해소할 수 있도록 돕는다(김연옥, 2017). 구조화된 악기연주는 노인에게 자신의 차례를 예측하도록 도우며 이로 인해 노인은 성취감을 가지며 그룹원들과 협동하는 과정에서 집단응집력이 강화됨을 경험할 수 있다(문지영, 2010; 박진솔, 2017).

따라서 본 연구는 주간보호시설 노인을 대상으로 악기연주 중심의 그룹음악치료 프로그램을 시행하여 무력감과 사회적 지지에 긍정적인 영향을 살펴보고자 한다. 선행 연구 중에서 박연주(2019), 양은희(2018)연구에서 주간보호시설 노인을 대상으로 음악이 우울, 사회성에 미치는 영향에 대한 연구를 제외하고는 악기연주 중심의 그룹음악치료에 따른 사회·정서적 반응을 알아본 연구는 미비하다(이주미, 2003). 이에 본 연구는 악기연주 중심의 그룹음악치료 프로그램을 통하여 제한적이고 수동적인 환경으로 인해 무력감과 낮은 사회적 지지를 가지고 있는 주간보호시설 노인에게 즐거움과 정서적 지지를 제공하는데 그 의의가 있다.

## 2. 연구 가설

본 연구에서는 악기연주 중심의 그룹음악치료가 주간보호시설 노인의 무력감과 사회적 지지에 미치는 영향을 알아보는 것이며, 구체적인 연구의 가설은 다음과 같다.

가설 1. 악기연주 중심의 그룹음악치료에 참여한 실험집단은 통제집단에 비해 무력감 점수의 유의미한 변화를 보일 것이다.

가설 2. 악기연주 중심의 그룹음악치료에 참여한 실험집단은 통제집단에 비해 사회적 지지 점수의 유의미한 변화를 보일 것이다.

2-1. 악기연주 중심의 그룹음악치료에 참여한 실험집단은 통제집단에 비해 사회적 지지의 하위요인인 사회적 지지 점수의 유의미한 변화를 보일 것이다.

2-2. 악기연주 중심의 그룹음악치료에 참여한 실험집단은 통제집단에 비해 사회적 지지의 하위요인인 사회적 갈등 점수의 유의미한 변화를 보일 것이다.

## Ⅱ. 이론적 배경

### 1. 노인

#### 1) 노인의 개념

노화란 점진적인 에너지의 감소를 가져오며, 창조적인 상상력의 감소와 제한된 흥미, 성격적인 왜곡이 나타나는 것을 말한다(이미경, 박희성, 2007; 홍은표, 1997). 노화는 발달과정 전체의 한 부분이며 정상적인 성장으로써 생물학적, 심리적, 사회적 노화의 세 가지 관점에서 이해되어야 한다. 생물학적인 노화는 신체의 퇴화이며 심리적 노화는 심리적 위축 및 자아존중감의 저하, 사회적 노화는 사회적 지위 및 역할의 상실됨을 의미한다(홍은표, 1997). 이러한 관점에서 일반적으로 노인이란 생리적·신체적 기능의 퇴화와 환경변화에 적응하는 능력의 감소를 겪는 사람으로 정의할 수 있다(오영이, 이숙민, 2016; 최성재, 장인협, 2002).

이러한 노인의 개념은 자신이 처해 있는 개인적 상황, 사회·문화적 상황 등에 따라 다양하게 규정하기 때문에 한마디로 정의하기는 어려우나 대부분은 노인의 개념을 연령으로 정의하고 있다(정승은, 1997; 홍은표, 1997). 보건복지부에서는 노인의 연령을 1994년에 만 60세 이상으로 규정하였으며, 2011년에는 65세 이상으로 상향 조정하였다(보건복지부, 2018b). 의학의 발달로 100세 시대를 살아가고 있는 현 시대에 사람들은 노인 연령기준에 대한 기준을 점차 높게 가지고 있다(문선미, 2018). 2017년 노인실태조사에 따르면 노인이 생각하는 연령기준은 70-74세가 59.4%, 75-79세가 14.8%으로 절반 이상의 노인이 노인의 연령기준을 70세 이상으로 규정하고 있다(보건

복지부, 2018b). 그러나 아직까지는 우리나라 사회체계에 따른 노인복지법, 국민기초생활보장법, 노인장기요양보험법 등의 기준으로 인해 노인의 연령 기준은 65세 이상으로 규정되고 있다(김형익, 이용재, 2013).

## 2) 노인의 특성

노년기는 노화에 따른 신체적 변화와 사회적 역할 상실과 의미 있는 타인의 죽음으로 인한 상실 등과 같이 신체적, 사회적, 심리적인 관점에서 다양한 심리적 변화를 겪는 시기이다(이미경, 박희성, 2007). 특히 노인은 심리적인 부분에서 어려움을 지니는데 노화로 인한 신체의 질환, 경제적 상실감, 사회적 소외감 등으로 인해 스트레스를 겪는다. 스트레스의 지속은 노인에게 무력감을 가지게 하며, 이는 타인과의 관계에 대한 상실과 자신의 가치에 대한 상실을 초래한다(김연옥, 2017; 박상규, 2006). 또 다른 심리적 변화로는 첫 번째로 노인이 느끼는 우울감이 증가한다는 것이다. 이는 가족과 사회로부터의 고립과 소외, 질병, 배우자의 죽음 등의 스트레스로 인한 결과이다(고승덕, 손애리, 최윤신, 2001). 두 번째로는 내향성 및 수동성의 증가이다. 노년기에는 퇴직과 함께 사회적 활동이 감소하게 되면서 자신의 사고와 감정에 의해 사물을 판단하는 내향성이 증가한다. 또한 노화로 인한 체력과 인지능력이 감소하면서 노인은 자신의 환경을 통제하는 능력이 감소되고 타인의 도움을 의존하는 경향이 증가한다(손덕순, 2005; 최성재, 장인협, 2002). 세 번째는 경직성의 증가로 노인은 변화에 대한 저항이 있다. 노인들은 변화보다 안정을 추구하며, 이는 문제해결에서 과거의 방법을 고수하는 경직성을 보인다. 네 번째는 과거에 대한 회상이 증가한다는 것이다. 이런 회고과정을 통해 노년기의 심리적 적응, 인생의 정리와 같은 긍정적인 측면도 있지만, 자신의 무기력함을 느끼고 우울증에 빠지는 부정적인 측면도 있

다(곽미정 등, 2016; 권중돈, 2008; 최성재, 장인협, 2002).

### 3) 주간보호시설 노인

현재 사회는 고령사회에 진입하였으나 핵가족화 현상과 여성들의 취업활동의 증가로 인해 가족의 부양능력이 약화되고 있다. 이러한 역할을 사회가 제공함에 따라 재가노인을 위한 주간보호서비스의 필요성이 증대되었다. 또한 노인을 위한 장기요양보험이 시행되었으며 노인복지시설 인프라 확충의 결과로 노인 주간보호시설이 증가하였다(이미경, 박희성, 2007). 보건복지부(2018a)에 따르면 재가노인복지시설의 주간보호시설은 2013년도에는 848곳, 2017년도에는 1,174곳으로 늘어났다고 한다. 주간보호시설이란 노인복지법 제 38조에 의하면 여러 가지 어려운 상황으로 인해 가족의 돌봄을 받기 어려운 심신이 허약한 노인 및 장애노인을 주간동안 보호시설에 입소시키는 곳이다. 또한 필요한 각종 편의를 제공하고 이들의 생활안정과 심신기능을 유지·향상을 도모하여 그 가족의 신체적·정신적 부담을 덜어 주기 위한 서비스를 제공하는 재가노인복지시설을 말한다(국가법령정보센터, 2019).

주간보호시설을 이용하는 노인들은 주간이라는 대부분의 시간을 시설에서 생활해야 하므로 제한적으로 타인과의 인간관계를 맺게 되면서 사회적 고립감을 경험하게 된다. 또한, 노인은 시설 안에 규칙을 따라야 하므로 자신의 개성을 표현하는 한계를 가질 수 있으며, 이로 인한 무력감 및 자아존중감의 저하등의 심리적 문제를 겪는다(김영숙, 2004). 시설노인들은 타인의 도움을 받아 수동적으로 삶을 살아간다는 생각을 가지고 있으며, 이는 우울감을 가지게 한다. 이러한 상태가 지속되면 수면, 식욕부진 등과 같은 문제가 초래된다(김석훈, 윤혜영, 2013; 이영세, 양승규, 이정숙, 2000).

이와 같은 심리적 어려움을 겪는 주간보호시설 노인들이 새로운 환경에

적응하고 긍정적 정서를 가지도록 돕는 다양한 사회·정서적 지원 프로그램이 필요하다(김석훈, 윤혜영, 2013).

#### 4) 주간보호시설 노인의 무력감 및 사회적 지지

##### (1) 주간보호시설 노인의 무력감

노인은 노화로 인해 신체적, 심리적 변화로 인한 무력감을 겪게 된다. 노인은 신체의 약화로 인해 체력의 감소로 무력감을 겪게 되며, 두 번째로는 심리적 무기력을 경험하는데, 사회와 가정에서의 지위와 역할의 상실로 인한 소외감, 가족과 친구의 상실로 인해 노인은 스스로 무능력하다는 생각을 하게 된다. 노인의 무력감 현상으로는 밀려남, 받아들여지지 않음, 의지할 데가 없음, 텅없음, 기력이 다해감, 단절됨, 뒤쳐짐, 쓸모없음이 있다(김경은, 최영희, 1995). 즉, 무력감이란 활동력을 나타내는 신체적인 힘과 친구, 가족과 같은 지지체계를 나타내는 심리적인 힘과 경제력, 권력과 같은 사회적인 힘을 상실하여 갖는 느낌을 말한다(김정순, 김미숙, 2000; 정승은, 1997). 이와 같이 노인이 무력감을 느끼는 것은 자신 내면과 관련된 것 뿐 아니라 의미 있는 타인과의 관계 속에서도 경험된다고 볼 수 있다. 노인이 경험하는 무력감이 지속될 경우, 노인은 동기의 감소를 겪으며, 이는 문제해결에 대한 능력을 감소시킨다. 또한, 우울, 절망감을 갖게 되고 죽음을 재촉하게 된다(김경은, 최영희, 1995; 박인혜 등, 1997).

시설에 있는 노인의 경우 노인 스스로 능동적으로 지내는 것 보다 시설의 규율 안에서 있어야 하며 가족이 아닌 타인의 도움을 받으며 시설에서 생활해야 하는 상황 안에 있기 때문에 일반 노인보다 자신이 아무것도 할 수 없다는 무력감을 더 크게 느낀다(양정빈, 2010; 최병철, 2006). 김정순, 김미순

(2000)의 연구에 따르면 양로원의 노인이 일상생활에서의 높은 무력감을 보였으며, 방양희, 김옥수(2017)의 연구 또한 재가 장기요양서비스 이용 노인이 일반 재가노인에 비해 무력감이 높다고 보고하였다.

이와 같은 선행연구의 결과를 볼 때, 시설노인은 능동적인 삶을 추구하는데 있어 한계를 가지고 있기 때문에 일반 노인보다 무력감을 더욱 크게 경험한다. 이에 무력감의 감소는 노인의 시설 또는 일상생활에서의 심리적 적응을 돕고 삶의 질을 향상시키는데 있어 해결되어야 할 요인이다.

## (2) 주간보호시설 노인의 사회적 지지

사회적 지지의 개념은 1970년대 이후 스트레스와 적응의 관계를 중재하는 변인으로써 정신건강에 대한 관심과 함께 그 중요성이 논의 되었다(김경배, 2017). 사회적 지지는 가족, 친척, 친구 등의 중요한 타인들에 의해 개인에게 제공되는 생활상의 도움, 재정적 도움을 포함한 도구적 지지, 정서적 지지 등을 가리킨다(이인정, 2007). 박지원(1985)은 사회적 지지를 평가적 지지, 물질적 지지, 정서적 지지, 정보적 지지 등의 4가지 유형으로 설명하였다. 첫 번째 정서적 지지는 존경, 신뢰, 애정, 관심, 경청을 말하며, 두 번째 정보적 지지는 개인이 문제를 해결하는데 있어 필요한 정보를 제공하는 것을 말한다. 세 번째 물질적 지지는 돈이나 물건을 제공하는 것이며, 네 번째 평가적 지지는 개인의 행동을 인정하거나 부정하는 등의 자기평가와 관련된 정보를 제공하는 것을 말한다.

Abbey, Abramis & Caplan(1985)은 사회적 지지와 함께 사회적 갈등에 대해서도 언급하였는데, 사회적 지지는 대인관계에 있어 긍정적인 영향을 미치나 갈등은 부정적인 영향을 끼친다. 대인관계에 있어 항상 긍정적인 부분만 있는 것은 아니므로 갈등에 대해서도 살펴보아야 한다(임소라, 2016).

이와 같은 사회적 지지의 평가는 구조적, 기능적 관점에서 볼 수 있는데, 구조적 관점에서의 사회적 지지는 실제로 제공받은 객관적인 평가로써의 지지이며, 기능적 관점에서의 사회적 지지는 개인이 지각한 주관적 평가로써의 지지이다. 개인이 지각한 사회적 지지가 실제로 제공받은 사회적 지지보다 개인의 적응에 영향을 끼친다(김윤하, 2005; 김인경, 2012). 노인을 위한 악기연주 중심의 그룹음악치료에서 또한 실제로 제공받은 사회적 지지보다 개인이 느낀 지지감에 대한 평가에 초점을 두었다(임소라, 2016).

노년기는 사회적 지지의 필요성이 증대되는 시기이지만 경제적 어려움, 건강의 약화, 사회참여의 기회상실, 배우자나 친구의 상실 등으로 인해 사회적 관계망이 축소하게 되어 사회적 지지가 줄어든다(김행자, 1971). 사회적 지지는 특히 노인의 정신건강에 필요한 요인 중 하나로써, Thompson & Heller(1990)에 의하면 사회적 지지의 부족은 노인의 낮은 심리적 행복을 가져온다고 한다. 높은 사회적 지지는 노인에게 의미 있는 관계를 지속시키고립을 막으며, 건강하고 행복한 삶을 유지하도록 돕는다(유양경, 2004; 이인정, 2007).

또한 사회적 지지는 노년기의 무력감에 주요하게 영향을 미치는 요인으로 주목받고 있다(조무용, 1995). 유수정 등(2013)은 재가노인의 무력감과 사회적 지지의 관련성에 대해 언급하였으며, 박성희, 이지현(2006)은 친구의 지지가 노인의 무력감 감소에 영향을 준다고 하였다. 이러한 선행연구는 사회적 지지가 노인의 무력감과 밀접한 관련이 있음을 알 수 있다. 이 외에도 김귀분(1999), 김정선(1998)연구에서 시설입소노인이 일반노인보다 사회적, 정서적 지지가 매우 낮은 것으로 보고된 것을 살펴보면, 사회적 지지가 주간보호시설 노인의 환경의 적응을 도울 뿐 아니라 성공적인 노화를 위해서 중요한 요인임을 시사한다.

## 2. 노인과 음악

### 1) 노인음악치료

노인음악치료는 음악이 치료적 기능을 가지고 있으며, 이러한 음악의 치료적 기능은 노인에게도 적용 가능하다는 두 가지의 기본전제로 설명한다. 노인을 위한 음악의 치료적 기능은 여섯 가지로 요약하여 제시하면 이와 같다. 첫째, 음악은 노인의 신체적·정서적인 영역에 영향을 준다(이한나, 양은아, 2015; Clair & Memmott, 2009). 이는 노래 부르거나 악기연주와 같은 음악자극은 주간보호노인이 정신활동을 계속 할 수 있도록 유도하여 신체 기능과 심리, 정서적인 기능이 향상되도록 돕는다(박정숙, 정재권, 2010). 둘째, 음악은 사회적 통합을 촉진한다. 대부분의 시간을 시설에서 거주하는 주간보호시설 노인은 제한된 인간관계의 폭을 가지고 있으며, 이러한 노인에게 음악은 비 위협적인 매개체로써 사회적 상호작용의 기회를 제공한다. 셋째, 음악은 의사소통의 기회를 제공한다. 음악의 요소인 리듬, 멜로디, 노래 구조는 노인의 음악잔존능력을 자극하여 음악활동에 참여하도록 도우며 그룹원들과 의미 있는 상호작용을 할 수 있도록 한다. 이에 Gibbons(1983)는 노인이 음악적 능력을 평생 가지고 있기 때문에 음악에 반응하고 그룹원들과 음악적 활동을 할 수 있다고 하였다. 넷째, 음악으로 감정을 표현의 기회를 제공한다. 무력감, 고립, 우울감을 가지고 있는 노인에게 노래 부르고 악기연주는 감정을 표현하고 해소할 수 있도록 한다. 다섯째, 음악에 의해 연상이 가능하다. 음악은 노인들의 기억을 자극하여 삶을 회고하는데 사용된다. 여섯째, 음악활동은 노인의 일상적인 생활에 기분전환을 제공하며 의미 있는 활동으로 인해 노인의 삶의 질을 증진시킨다(이한나, 양은아, 2015; Clair & Memmott, 2009).

음악치료는 신체적·정신적 및 심리적 상태와는 관계가 없으며 대부분의 사람들에게 도움을 줄 수 있으므로(김태련, 장희숙, 1994), 단순한 노화를 겪고 있는 사람에서 치매와 같은 질병을 가진 사람에게까지 폭넓게 적용될 수 있다. 또한 노인의 운동·인지·사회·정서영역에서 노화에 따른 기능 저하를 늦추며 기능을 유지·향상시키도록 기여한다(최병철, 2006).

McClosy(1985)는 음악이 다른 예술 활동보다 사회적인 면을 가장 잘 반영하며 노인들에게 안전한 사회 환경을 제공한다고 언급하였다. 특히 노인에게 있어 음악은 타인과의 교류에 효과적이며 일상생활에서 쉽게 접할 수 있는 친숙함이 있기에 치료적 중재로써 많이 활용되고 있다(이예빛나, 김수지, 2016). 뿐만 아니라 장문정, 박지선, 황은영(2012)은 음악이 노인을 대상으로 정서적인 영역에서 많이 사용되고 있음을 보고하였는데, Langer(1953)에 의하면 인간의 감정 및 정서를 표현하는데 있어 음악이 효과적이라고 하였다. 이는 음악이 사회·정서영역에 가장 영향을 많이 끼친다는 것을 알 수 있다(위아름, 2016에서 재인용).

노인음악치료의 선행연구를 보면 김현주, 박성옥(2014)은 음악이 노인의 사회·정서영역에서 긍정적 영향을 끼침을 언급하였으며 음악치료 활동 안에서 치료사나 그룹원들과의 자연스럽게 교류함을 통해 노인의 활력을 넣어준다고 한다. 윤현정, 심의보(2013)는 음악활동이 실내 프로그램이 많은 노인들의 삶에 즐거움을 줄 뿐 아니라 갈등을 표현하고 해소함을 통해 긍정적인 정서경험을 가진다고 하였다. 이와 같이 음악은 노인에게 치료적 도구로써 사용될 수 있을 뿐 아니라 사회 및 정서 영역에 긍정적인 영향을 끼칠 수 있음을 알 수 있다.

## 2) 주간보호시설 노인을 위한 그룹음악치료

그룹음악치료는 음악의 힘이 개인보다는 집단에서 극대화된다는 Gaston 이론을 바탕으로 한 치료형태로써 이는 음악의 힘이 집단 속에서 개인의 역할을 중요시할 뿐 아니라 그룹원들의 상호작용을 통해 강화됨을 의미한다(최병철, 2006). 그룹음악치료는 음악을 비언어적인 도구로써 타인과의 소통을 하는데 있어 효과적인 방법이며(Laman, Hussey & Laing, 2002), 주간보호시설 노인과 같이 시설이라는 새로운 환경에 적응을 해야 하는 대상자에게 그룹원과의 친밀한 관계형성을 맺도록 도우며 자신이 그룹에 소속되어 있다는 만족감을 제공한다(이미영, 2011). 그룹음악치료는 공통된 음악활동을 통해 그룹원 간의 상호관계가 증진 될 수 있게 하며, 같은 동시대를 살아온 그룹원에게 자연스럽게 자신의 감정을 공유하고 다른 그룹원의 감정을 이해 및 존중하도록 돕는다. 이는 그룹음악치료가 그룹원들 사이에 정서적 유대감과 공감을 경험하는 매개체로서의 역할을 하며 그 안에서 그룹원들 서로가 지지적인 역할을 하게 한다(박진솔, 2017; 윤현정, 심의보, 2013). 음악은 Sears(1968)에 의하면 그룹 안에서 타인과의 관련된 경험을 통해 그룹 응집력을 높이는 역할을 한다고 하였으며, Hanser(1999)에 의하면 음악은 사람의 기분과 감정에 변화를 일으키기도 한다고 언급하였다(김동주, 2010에서 재인용). 이와 같이 그룹음악치료는 그룹원들 간의 정서적 지지를 경험하게 하며 그룹원에게 활력을 주고 자발적인 참여를 하도록 돕는다(신보영, 황은영, 2015).

이와 관련하여 김영숙(2004)은 그룹음악치료가 시설노인의 사회성을 향상하는데 영향을 끼쳤다고 하였으며, 송미희, 전현중(2015)는 집단음악치료 프로그램을 통한 상호교류가 시설거주노인의 사회적 고립감 감소에 효과적이라고 하였다. 따라서 그룹음악치료 안에서의 지지적 경험은 주간보호시설

노인의 사회적 지지를 향상시키고 이에 따른 무력감을 감소시킬 수 있을 것이다.

### 3) 주간보호시설 노인을 위한 악기연주 중심의 음악치료

음악치료에서 연주는 특별한 음악적인 기술을 필요로 하는 것이 아닌 그룹원들과 악기를 같이 연주함을 통해 내담자 스스로가 만족감을 느끼는 성취과정을 의미한다(박진솔, 2017). 악기연주는 악기 다루기, 악기를 통한 리듬 및 선율을 표현하기, 주어진 소리 및 리듬을 모방하기, 독주 혹은 합주 등을 말하며 형식적인 틀이 없이 악기를 연주하는 사람이 느끼는 감정과 생각을 표현할 수 있다(김석훈, 윤혜영, 2013; 이일경, 2009; 정현주, 2005). 이경진, 김수지(2011)는 노인들에게 타악기연주가 그룹 안에서 관계성을 경험하게 하고 개인이 느끼는 감정을 자유롭게 표현할 수 있도록 긍정적인 도움을 준다고 하였다.

이러한 악기연주는 자신의 개성을 표현하는데 한계를 가지는 주간보호노인에게 다양한 정서표현의 배출구로써 사용될 수 있으며, 노인은 악기를 그룹원들과 연주함을 통해 자연스런 상호교류를 경험할 수 있다(김영숙, 2004; 하정화, 이순화, 2007). 노인을 대상으로 한 악기연주 중심의 음악치료는 노인의 선호곡을 활용하여 수준에 맞는 난이도로 구조화하여 연주하기 때문에 음악활동에 대한 만족감과 성취감을 경험할 수 있다. 이러한 성취감은 노인의 활동참여에 대한 동기부여를 일으키고 무력감 해소에 도움을 준다(김경혜, 2001; 정현주, 2005). 또한 악기연주 중심의 음악치료는 그룹원과 함께 악기를 연주하고 서로의 리듬을 모방하는 과정에서 지지를 경험하는 그 자체를 치료과정으로 본다. 이는 무력감, 우울과 같은 부정적인 감정을 해소하는 데에도 영향을 끼친다(박진솔, 2017; 최주은, 문소영, 2017). 악기연주 중

심의 음악치료는 노인이 그룹원과 리듬합주와 리듬주고받기의 연주를 함께 함으로써 즐거움을 가지게 하며, 그 과정에서 얻게 되는 만족감이나 그룹원들과의 감정교류를 통한 카타르시스를 경험하게 한다(이수경, 2005; 최병철, 2006).

악기연주에서 리듬은 음악으로 인식하게 하는 요소이자 음악적 표현을 다양하게 할 수 있게 하며(김관일, 박인수, 2003), 청각적 자극으로써 노인의 움직임에 동기화하는데 영향을 미친다(이경진, 김수지, 2011; Kwak, 2007). 또한 리듬을 만들거나 모방하는 활동은 노인의 집중력을 강화하여 활동의 참여도를 높일 수 있다(원초롱, 정현주, 2010). 리듬 이외에도 악기를 연주할 때 사용되는 요소인 빠르기나 소리의 강도 등은 노인의 에너지를 표출하고 감정을 조절하는데 효과적인 방법으로 사용되어진다(박진솔, 2017). 이인용(2000)의 연구에 의하면 노래부르기나 동작활동과 같은 다양한 음악활동보다 악기연주가 노인들의 자발적 참여도를 높인다고 하였으며, 최말옥, 박혜령(2005)은 시설노인들이 악기를 연주하는 것에 대해 높은 흥미를 보였다고 한다.

뿐만 아니라 악기연주 시 사용되는 악기는 노인의 촉각적, 시각적, 청각적인 다양한 감각을 자극하여 정서적, 사회적인 영역에서 치료적 효과를 가능하게 한다(정현주, 2006). 악기연주 시 사용되는 악기로는 타악기, 벨, 웨이커 등으로 분류할 수 있으며 타악기 모든 형태의 리듬 연주가 가능하며 신체적으로 기능이 약한 노인의 작은 움직임에도 큰 피드백을 주는 효과를 준다. 벨은 기능 수준이 낮은 노인에게도 치료사의 구조화된 음악자극의 지시를 통해 합주가 가능하며 웨이커는 모양과 크기, 안의 내용물에 따라 소리의 크기나 음색이 달라져 노인에게 다양한 청각자극을 제시하는데 도움을 준다(정현주, 2005; Clair & Memmott, 2008).

이러한 악기연주 중심의 활동에 대한 국내의 연구들을 살펴보면 이경진, 김수지(2011)는 타악기 연주가 시설노인의 우울감을 감소시키고 자아존중감

을 향상시키는데 효율적인 프로그램으로 사용된다고 한다. 김두연, 양은아(2013)는 노래, 악기연주 및 동작으로 구성된 프로그램이 경도인지장애 노인의 기분상태를 개선시키며 무력감을 감소시킨다고 하였으며, 양은희(2018)는 주간보호시설 노인에게 악기활동 중심의 그룹음악치료를 실시하여 우울 감소와 대인관계의 향상의 긍정적 효과를 나타냈다고 하였다. 위와 같은 선행 연구는 악기연주 중심의 음악치료가 주간보호시설 노인에게 적합한 중재방법으로써 효과적임을 알 수 있다.

### Ⅲ. 연구 방법

#### 1. 연구 대상

본 연구의 대상자는 서울시 K구, 경기도 A시에 위치한 주간보호시설을 이용하는 노인 중 한국형 간이 정신상태 검사를 시행한 후 그 결과에 충족한 20명으로 하였다. 실험집단은 서울시 K구의 K주간보호시설을 이용하는 노인 10명, 통제집단은 경기도 A시 L센터를 이용하는 노인 10명으로 총 20명으로 시작하였으나 이 중 실험집단의 1명은 결석일수가 많아 대상자에서 제외되었다. 연구대상자 선정기준은 다음의 조건을 충족하는 자이다. 대상자에 대한 인구통계학적 자료는 <표 Ⅲ-1>, <표 Ⅲ-2>와 같다.

첫째, 70-90세 노인

둘째, 한국형 간이 정신상태 검사(MMSE-K) 결과 16-24점에 충족한 자

셋째, 청각장애가 없고 의사소통이 가능한 자

넷째, 연구 목적에 동의하고 연구 참여를 수락한 자

<표 III-1> 실험집단의 인구통계학적 자료

	성별	연령	학력	MMSE-K 점수
A	여	82	무학	20
B	여	74	무학	24
C	여	90	무학	22
D	남	79	중졸	22
E	여	81	초졸	21
F	남	86	대졸	22
G	여	87	무학	21
H	여	90	고졸	24
I	여	93	무학	19

<표 III-2> 통제집단의 인구통계학적 자료

	성별	연령	학력	MMSE-K 점수
J	남	84	초졸	16
K	여	80	초졸	21
L	남	81	무학	19
M	남	91	무학	19
N	남	80	초졸	23
O	여	81	초졸	24
P	남	79	대졸	23
Q	여	81	무학	21
R	여	96	중졸	22
S	여	83	무학	20

## 2. 측정 도구

### 1) 한국형 간이 정신 상태 검사

본 연구에서는 Folstein, Mchugh & Folstein(1975)에 의해 개발되었으며 권용철, 박종한(1989)이 번역한 노인용 한국판 간이정신상태 검사 도구를 사용하였다. 이 도구는 시간 및 장소에 대한 지남력, 주의집중 및 계산, 기억 회상, 기억등록, 이해 및 판단, 언어기능을 평가하는 12항목으로 구성되어있다. MMSE-K의 점수범위는 0-30점으로 25점 이상은 인지기능 장애 없음을 의미하며 16-24점은 경도 인지기능 장애이다. 이 검사의 신뢰도는 MMSE-K를 표준화했을 당시 Cronbach's  $\alpha$  값은 .84로 나타났다.

### 2) 무력감 검사

본 연구에서는 정승은(1997)이 개발하였으며, 김경호(2004)가 수정 및 보완한 것을 사용하였다. 본 도구는 하나의 요인으로 구성된 총 13문항이며 리커트 5점 척도이다. 이 도구의 신뢰도는 정승은(1997)의 연구에서는 Cronbach's  $\alpha$  .91, 김경호(2004)의 연구에서 Cronbach's  $\alpha$  .86으로 나타났다.

### 3) 사회적 지지 검사

본 연구에서는 Abby, Abramis & Caplan(1985)가 고안하였고 전지아(1990)가 번안하였으며, 유성은, 권정혜(1997)가 일부 수정한 것을 사용하였다. 이 척도는 리커트 5점 척도이며 모두 11문항으로 사회적 지지는 6문항,

사회적 갈등 5문항으로 구성되어 있다. 사회적지지 점수가 높을수록 사회적 지지가 높음을 의미하며 사회적 갈등은 역문항(\*)으로 사회적 갈등 점수가 높을수록 사회적 갈등이 낮은 것을 의미한다. 유성은, 권정혜(1997)연구에서 신뢰도는 사회적 지지는 Cronbach's  $\alpha$  .76, 사회적 갈등은 Cronbach's  $\alpha$  .83으로 나타났다.

### 3. 연구 설계

본 연구에서는 악기연주 중심의 그룹음악치료가 주간보호시설 노인의 무력감 및 사회적 지지에 미치는 영향을 알아보기 위하여 사전·사후 통제집단 설계(pretest-posttest control group design)로 사용하였다. 사전·사후검사 통제집단 설계는 <표 III-3>과 같다.

<표 III-3> 사전·사후검사 통제집단 설계

집단	사전검사	음악치료활동(처치)	사후검사
실험집단	O <sub>1</sub>	X	O <sub>2</sub>
통제집단	O <sub>3</sub>		O <sub>4</sub>

X : 악기연주 중심의 그룹음악치료 프로그램 개입

O<sub>1</sub> , O<sub>3</sub> : 사전검사(무력감 검사, 사회적 지지 검사)

O<sub>2</sub> , O<sub>4</sub> : 사후검사(무력감 검사, 사회적 지지 검사)

## 4. 연구 절차

### 1) 사전 연구 절차

본 연구자는 실험에 들어가기 2019년 9월 12일에 대상자의 동의하에 MMSE-K검사를 실시하였으며 이를 통해 선별된 연구 대상자에 대한 정보를 센터에서 보관하고 있던 기록을 토대로 수집하였다.

### 2) 사전 검사

무력감 검사와 사회적 지지 검사에 대한 사전검사는 악기연주 중심의 그룹음악치료프로그램 개입이 이루어지기 2019년 9월 16일에 실시하였고 이를 연구자와 노인이 일대일로 실시하였다.

### 3) 실험

본 연구의 실험은 2019년 9월 19부터 10월 31일까지 7주 동안 진행되었으며, 실험집단을 대상으로 주 2회, 50분씩 총 13회기로 구성된 악기연주 중심 그룹음악치료프로그램을 시행하였다. 프로그램의 원만한 진행을 위해서 프로그램의 목적과 진행방법을 훈련받은 요양보호사 1명이 프로그램에 참여하였다.

### 4) 사후 검사

무력감 검사와 사회적 지지 검사에 대한 사후검사는 악기연주 중심의 그

그룹음악치료 프로그램이 종결된 이후인 2019년 11월 1일에 사전검사와 동일한 방식으로 연구자와 노인이 일대일로 실시하였다.

## 5. 악기연주 중심의 그룹음악치료 프로그램

### 1) 악기연주 중심의 그룹음악치료 프로그램의 회기 내 구성

악기연주 중심의 그룹음악치료프로그램은 총 13회기로 구성되었으며, 동일한 구조인 도입, 본 활동, 마무리로 진행되었다. 도입은 그룹원의 이름을 넣어 부르는 인사노래로 시작하여 그룹원들의 상호교류를 통한 친밀감이 형성되도록 구성하였다. 본 활동은 회기 목표에 맞는 악기연주 중심의 그룹음악치료 활동으로 이루어졌으며 마무리에는 본 활동 후 느꼈던 부분들을 나누고 함께 한 시간의 소중함과 다시 만날 것을 기약하는 내용으로 구성된 마침 노래를 부른 후 종결하였다. 본 연구의 프로그램의 회기 내 구성은 <표 III-4>와 같다.

<표 III-4> 악기연주 중심의 그룹음악치료 프로그램의 회기 내 구성

구성	소요시간	활동내용	목적
도입	5분	인사노래	프로그램 시작을 알림 및 친밀감 형성
본 활동	40분	회기 목표에 맞는 악기연주 중심의 그룹음악치료 활동	무력감 감소 및 사회적 지지 향상
마무리	5분	본 활동에 대한 느낌 나누기 마침노래	프로그램 마침을 알림

## 2) 악기연주 중심의 그룹음악치료 프로그램 내용

본 연구에서는 Wheeler (1983)의 지원적이며 활동중심의 성인음악치료에 근거하여 치료활동에 참여하는 자체와 그룹 안에서의 지지적 경험을 통한 내담자의 정서변화에 대한 내용을 단계별 목표로 구성하였다(최병철 외, 2015). 이를 본 연구의 대상인 노인에 적절하게 재수정하였으며, 교수 1인의 내용타당도 검증은 거쳤다. 음악치료 프로그램은 초기(1-2회기), 중기(3-11회기), 후기(12-13회기)의 총 3단계로 구성하였다. 단계별 목표로는 초기단계에는 치료사와의 친밀감 형성을 목표로 두었으며, 중기단계에는 자신의 감정 이해 및 표현, 타인의 감정을 이해 및 지지, 상호교류증진을 목표로 두었다. 후기단계에서는 집단응집력으로 설정하였다. 악기연주 중심의 그룹음악치료 프로그램은 노인의 사회·정서변인과 관련된 선행연구(남지영, 심교린, 2018; 양은희, 2018; 이경진, 김수지, 2011)를 참고하여 악기 탐색 및 선택, 다양한 악기로 연주하는 활동으로 구성하였다. 노래선정은 노인의 음악 선호도에 관련한 선행연구(김경혜, 2001; 백승은, 2011)와 악기연주와 관련한 선행연구(문지영, 2010)를 참고하였으며, 음악치료 대상자의 노래 선호도를 조사한 후, 연구자가 회기별 목표에 맞는 노래를 선별하였다.

초기단계(1-2회기)에서는 치료사와 그룹원간의 라포형성을 통해 소속감 및 친밀감을 형성하는 것을 목표로 하였다. 그룹원이 선호하는 노래를 통해 활동에 대한 흥미와 동기를 가질 수 있도록 하였으며, 악기탐색과 악기연주로 인한 음악적 만남 안에서 그룹원의 음악을 경청함을 통해 친밀감을 형성하도록 하였다.

중기단계(3-11회기)는 자신 및 타인의 감정을 이해함을 통해 형성된 신뢰감을 바탕으로 그룹원의 지지를 경험하는 단계로 구성하였다. 그룹원은 노래의 가사나 멜로디를 통해 객관적으로 자신의 감정을 투사하여 자신의 감

정을 인식하고 이후 그룹원은 그룹 안에서 노출된 감정을 다른 그룹원들과 공유하도록 하였다. 이를 통해 타인의 감정을 이해 및 공감하는데 도움을 주게 하였다. 또한 그룹원과의 악기연주를 통한 리듬모방 및 반영을 통해 상호교류를 증진시키게 하였으며, 악기연주를 통하여 그룹원은 자신의 긍정적, 부정적 감정 자연스럽게 감정을 표현하도록 하였다. 이를 통해 부정적인 자신의 생각, 감정을 적절하게 조절할 수 있도록 유도하여, 무력감의 감소를 가져오도록 하였다.

후기단계(12-13회기)에서는 악기연주를 통한 음악을 완성해가는 과정에서의 집단응집력을 목표로 하였다. 음악을 완성하는 과정으로 인해 그룹의 응집력은 강화되며, 노인에게 각각 음악적 역할을 부여하여 자신이 맡은 부분에 대한 책임감과 성취감을 경험하며 이를 통한 사회적 지지가 증진되도록 구성하였다.

<표 III-5> 악기연주 중심의 그룹음악치료 프로그램의 단계별 구성

회기	치료목표	활동 방법	치료적 논거
1	치료사와 그룹원과의 라포 및 친밀감 향상	<p>&lt;잘했군 잘했어&gt; &lt;경기아리랑&gt;</p> <p>잘했군 잘했어의 응답형식의 구조를 통한 인사송과 경기아리랑을 개사한 마무리 송 부르기</p> <p>음악의 응답형식에 맞게 악기 연주하기</p>	<p>·응답구조의 형식은 자연스런 참여를 유도하여 활동의 참여도를 높이며 이를 통한 친밀감을 높일 수 있다.</p> <p>·‘아리랑’의 반복되는 멜로디는 그룹원들이 다같이 부르기 쉬우며 익숙한 멜로디이므로 내담자에게 안정감을 제공한다.</p> <p>아리랑이 가지고 있는 세마치 장단은 3박자의 리듬으로 무력</p>

		감을 가지고 있는 내담자에게 활력을 느끼게 할 수 있다.
2	<p>&lt;고향의 봄&gt;          &lt;너는 늙어봤나 나는 젊어봤단다&gt;</p> <p>자신이 선택한 악기로 그룹원들과 동일한 리듬을 연주하며 자신의 고향과 나이 말하기</p> <p>치료사가 제시한 리듬으로 연주하기</p>	<p>·다양한 악기의 탐색 및 연주는 노인에게 다양한 감각자극을 제공하여 활동의 집중력을 높이고 흥미를 갖게 한다(남지영, 심교린, 2018).</p> <p>·4/4박자의 반복되는 리듬은 내담자에게 안정감을 주며 분할된 리듬은 경쾌한 느낌을 가지게 한다.</p>
3	<p>자신의 감정 탐색 및 이해</p> <p>주어진 장조와 단조의 곡 중 현재의 기분과 비슷한 느낌의 곡을 선택하여 그룹을 나누어 노래를 부르고 그에 노래의 분위기와 비슷한</p>	<p>&lt;나는 열입곱살이에요&gt;          &lt;동백아가씨&gt;</p> <p>·장조와 단조의 서로 다른 분위기의 곡은 노인이 다른 정서 경험을 하며(이주미, 2003), 이와 비슷한 악기를 선택하는 과정은 자신의 감정을 인식하도록 돕는다.</p> <p>·‘동백아가씨’는 단조 트로트로써 5음계를 사용하고 있어 노래를 익히기 어렵지 않으며 2박자로 되어 있어 박자를 익히기 쉽다.</p>

		악기를 선택하여 자유롭게 연주하기	
4	자신의 감정을 표현	<p>&lt;진도 아리랑&gt; &lt;밀양아리랑&gt; 소고를 가지고 자유롭게 연주하기</p>	<p>·민요는 한국민족 정서를 바탕으로 만들어졌기 때문에 노인의 정서적 공감대를 형성하고 소통할 수 있는 매개체로서의 역할을 할 수 있으며(박경호, 김현정, 2017), 감정을 표현할 수 있는 친숙한 환경을 제공한다.</p> <p>·세마치 장단의 리듬과 2부가요 형식은 노인이 쉽게 연주할 수 있도록 예측된 리듬과 구조를 제시한다.</p>
5	타인에 대한 이해 및 수용	<p>&lt;네박자&gt; 다양한 타악기 중 한 가지 악기를 선택하여 네박자 곡의 주어진 리듬을 연주하기</p>	<p>·각자 다른 악기를 선택하고 연주하는 과정가운데 개인의 성격을 알아볼 수 있으며 곡의 주어진 리듬을 같이 연주함을 통해 서로에 대한 지지감을 형성할 수 있다(이경진, 김수지, 2011).</p>
6		<p>&lt;오빠 생각&gt; &lt;과수원 길&gt; 3개의 음 중 각자 한 음 씩 선택하고 봄웨</p>	<p>·각자 연주해야 할 음은 개인에게 책임감을 가지게 하며 자신의 그룹원과의 관계를 이해하며 소속감을 형성할 수 있도록 한다(정진희, 정규진, 최애</p>

		<p>나, 2015).</p> <p>·3음(D, E, A)으로 구성되어 같이 연주하기에 어렵지 않으며, 분산화음으로 이루어져 내담자에게 리듬감을 느끼게 하며 흥미를 유발한다.</p>
7	<p>&lt;다함께 차차차&gt;</p> <p>곡의 주어진 리듬인 ‘차차차’ 부분에 자신이 선택한 악기로 리듬모방하기 및 리듬 주고받기</p>	<p>·타인의 리듬을 모방하고 함께 연주하는 경험은 자신의 표현이 타인에게 수용됨을 경험하여 상호작용을 증진시킨다(백경실, 2012).</p> <p>·주어진 리듬인 ‘차차차’는 노인의 청각적 리듬을 자극하여 연주하기에 용이하다.</p>
8	<p>상호교류 증진</p> <p>&lt;화개장터&gt; &lt;내 나이가 어때서&gt;</p> <p>다양한 악기를 가지고 노래에 맞춰 곡의 주어진 리듬으로 연주하기.</p>	<p>·구조적인 음악 안에서 주어진 자신의 역할을 맡아 연주하는 것은 상호교류적인 집단 기술을 학습하도록 돕는다(문지영, 2010).</p> <p>·벗점 리듬과 고고리듬은 경쾌하며 신나는 느낌을 주므로 노인이 즐겁게 연주할 수 있도록 돕는다.</p>
9	<섬마을 선생님>	·집단에서의 악기연주는 하나

		<p>&lt;소양강처녀&gt;</p> <p>치료사가 제시한 리듬으로 자신만의 리듬을 만들고 그 리듬을 그룹원들이 다같이 연주하기.</p>	<p>의 지지적 역할을 하며 내적으로 의 행복도 증진시킨다(이국희, 2016).</p> <p>·트로트 형식의 리듬은 내담자가 노래의 집중하도록 하며, 흥을 돋우도록 돕는다</p>
10		<p>&lt;님과 함께&gt;</p> <p>곡의 주어진 리듬을 같이 연주해보고 상호적인 구조에 맞춰 리듬을 주고받기.</p>	<p>·선율적 A-B의 대화 형식은 A와 B의 상호적인 교류를 돕는다(주빛나, 2014). 즉 상호적인 형식을 가지고 있는 곡은 자연스런 내담자 간의 상호교류를 높인다.</p>
11		<p>&lt;노란 샤쓰의 사나이&gt;</p> <p>주어진 노래에 패들 드럼으로 곡의 주어진 리듬을 연주하기.</p>	<p>·타악기를 가지고 동일한 리듬으로 그룹원이 함께 연주하는 것은 그룹의 소속감과 응집력을 강화시킨다(이경진, 김수지, 2011).</p> <p>·상행과 하행의 반복적인 음은 내담자 곡을 쉽게 익히는데 도움을 주며 반복되는 리듬은 구조적으로 악기연주하기에 용이하다.</p>
12	집단응집력 증진	<p>&lt;옹헤야&gt;</p> <p>&lt;괘지나 칭칭나네&gt;</p>	<p>·메기고 받기의 형식은 메기는 사람이 자신의 감정을 표출 할 수 있는 기회를 가지며 다른 사</p>

	<p>메기고 받는 형식의 람들의 지지를 받을 수 있게 한 노래를 부르고 그 형 다. 이를 통해 집단의 심리적인 식에 맞게 소고를 가 유대감을 가지면서 집단의 응집 지고 리듬을 주고받 력이 형성된다(박경호, 김현정, 기 2017).</p>
<p>13</p>	<p>&lt;서울의 찬가&gt;</p> <p>핸드벨을 세 개의 코드로 그룹원들을 나누어서 자신의 차례에 연주하기</p> <p>·주어진 가사와 악기의 연관성은 활동에 대한 관심도를 높이며, 3개의 코드로만 이루어져 노인들도 쉽게 연주할 수 있다. 이에 그룹원들이 함께 하나의 곡을 완성할 수 있다.</p>

## 6. 자료 분석

본 연구의 자료 분석은 SPSS 24.0 프로그램을 사용하여 다음과 같이 분석하였다.

첫째, 실험집단과 통제집단의 동질성 검증을 위해 무력감 점수 및 사회적 지지 점수와 사회적 지지의 하위요인의 사전점수에 대한 Mann-Whitney U 검정을 실시하였다.

둘째, 프로그램의 효과를 검증하기 위해 사전점수에서 사후점수를 뺀 점수에서 실험집단과 통제집단의 차이가 통계적으로 유의미한지를 알기 위해 Mann-Whitney U 검정을 실시하였다.

셋째, 실험집단과 통제집단의 사전과 사후점수에 대한 변화량을 알기 위해서 Wilcoxon 부호순위 검정을 실시하였다.

표본의 크기가 작기 때문에( $N=19$ ) 모든 통계적 분석은 비모수 검정을 실시하였다.

## IV. 연구 결과

### 1. 일반적 특성

본 연구에 참여한 대상자의 성별, 연령, 학력, 인지기능의 일반적 특성에 대한 빈도 분석을 하였다. 그 결과는 <표 IV-1>과 같다.

<표 IV-1> 실험집단과 통제집단의 일반적 특성

		실험집단(%)	통제집단(%)
성별	남	2(22.2)	5(50.0)
	여	7(77.8)	5(50.0)
	합	9(100.0)	10(100.0)
연령	70대	2(22.2)	1(100.0)
	80대	4(44.4)	7(70.0)
	90대	3(33.3)	2(20.0)
	합	9(100.0)	10(100.0)
학력	무학	5(55.6)	4(40.0)
	초졸	1(11.1)	4(40.0)
	중졸	1(11.1)	1(10.0)
	고졸	1(11.1)	0(0)
	대졸	1(11.1)	1(10.0)
	합	9(100.0)	10(100.0)
인지 기능	20점 이하	2(22.2)	4(40.0)
	21점	2(22.2)	2(20.0)
	22점	3(33.3)	1(10.0)
	23점 이상	2(22.2)	3(30.0)
	합	9(100.0)	10(100.0)

## 2. 실험집단과 통제집단의 동질성 검증

### 1) 실험집단과 통제집단의 일반적 특성에 대한 동질성 검증

실험집단과 통제집단의 일반적 특성이 동질한지 알아보기 위하여 카이제곱 검정을 시행하였다. 검정결과 통계적으로 실험집단과 통제집단의 성별, 연령, 학력, MMSE-K에서 유의미한 차이를 보이지 않았으며( $p > .05$ ) 이는 두 집단이 동질함을 알 수 있다. 이에 대한 분석결과는 <표 IV-2>와 같다.

<표 IV-2> 실험집단과 통제집단의 일반적 특성에 대한 동질성 검증

항목	구분	실험	통제	전체	$\chi^2$ (df)	$p$
성별	남	2 (22.2%)	5 (50.0%)	7 (36.8%)	1.57 (1)	.210
	여	7 (77.8%)	5 (50.0%)	12 (63.2%)		
연령	70대	2 (22.2%)	1 (10.0%)	3 (15.8%)	1.30 (2)	.521
	80대	4 (44.4%)	7 (70.0%)	11 (57.9%)		
	90대	3 (33.3%)	2 (20.0%)	5 (26.3%)		
학력	무학	5 (55.6%)	4 (40.0%)	9 (47.4%)	2.87 (4)	.580
	초졸	1 (11.1%)	4 (40.0%)	5 (26.3%)		
	중졸	1 (11.1%)	1 (10.0%)	2 (10.5%)		
	고졸	1	0	1		

		(11.1%)	(0.0%)	(5.3%)		
	대졸	1	1	2		
	20점 이하	(11.1%)	(10.0%)	(10.5%)		
		2	4	6		
	21점	(22.2%)	(40.0%)	(31.6%)		
		2	2	4		
인지	22점	(22.2%)	(20.0%)	(21.1%)	1.82	
기능	23점 이상	3	1	4	(3)	.611
		(33.3%)	(10.0%)	(21.1%)		
		2	3	5		
	23점 이상	(22.2%)	(30.0%)	(26.3%)		

## 2) 실험집단과 통제집단의 사전점수에 대한 동질성 검증

악기연주 중심의 그룹음악치료를 시행하기 전에 실험집단과 통제집단의 동질성을 알아보기 위해 무력감 척도와 사회적 지지 척도와 각 하위요인의 사전점수에 대한 Mann-Whitney U 검정을 실시하였다. 분석결과는 <표 IV-3>과 같다.

### <표 IV-3> 실험집단과 통제집단의 사전점수에 대한 동질성 검증

측정변인	평균순위(순위합)		U	Z	p
	실험집단 (n=9)	통제집단 (n=10)			
무력감	10.44(94.00)	9.60(96.00)	41.00	-.33	.780
사회적 지지	9.22(83.00)	10.70(107.00)	38.00	-.58	.604

검정결과 무력감에 대한 사전점수에서 두 집단 간 통계적으로 유의미한 차이를 보이지 않았으며( $p = .780$ ), 사회적 지지의 사전점수에서도 통계적으

로 유의미한 차이를 보이지 않았다( $p = .604$ ). 이에 대한 결과는 두 집단이 동질하다는 것을 알 수 있다.

### 3. 가설에 대한 검증 결과

**제 1 가설:** 악기연주 중심의 그룹음악치료에 참여한 실험집단은 통제집단에 비해 무력감 점수의 유의미한 변화를 보일 것이다.

악기연주 중심의 그룹음악치료에 참여한 실험집단과 통제집단 간의 무력감 사전과 사후점수의 변화가 통계적으로 유의미한지를 알기 위해 실험집단 및 통제집단의 사전점수와 사후점수의 차를 구한 후에 Mann-Whitney U 검정을 실시하였다. 검정결과 통계적으로 실험집단이 통제집단보다 사후점수에서 유의미한 차이를 보였다( $p < .001$ ). 분석 결과는 <표 IV-4>와 같다.

<표 IV-4> 무력감에 대한 Mann-Whitney U 검정

측정변인	평균순위(순위합)		U	Z	p
	실험집단 변화량	통제집단 변화량			
무력감	5.00(45.00)	14.50(145.00)	.00	-3.69	.000***

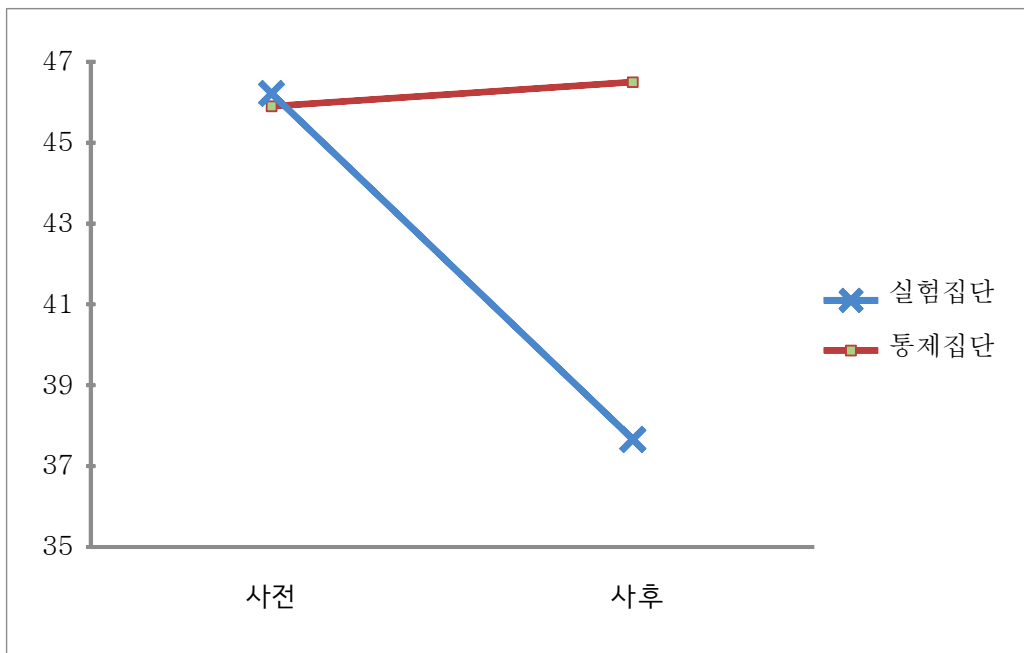
\*\*\*  $p < .001$

한편, 실험집단과 통제집단의 무력감에 대한 사전과 사후 점수의 변화량을 알기 위해 Wilcoxon 부호순위검정을 실시한 그 결과는 <표 IV-5>, <그림 IV-1>과 같다.

<표 IV-5> 무력감에 대한 Wilcoxon 부호순위 검정

집단	평균(표준편차)		Z	p
	사전검사	사후검사		
실험집단	46.22(3.45)	37.66(2.29)	-2.67	.008**
통제집단	45.90(3.54)	46.50(4.62)	-0.25	.799

\*\*  $p < .01$



<그림 IV-1> 무력감의 실험집단과 통제집단 평균 점수

검정결과 실험집단의 평균은 사전에 46.22점, 사후에 37.66으로 8.56점 감소하였으며, 통제집단의 평균은 사전에 45.90점, 사후에 46.50점으로 0.6점 증가하였다. Wilcoxon 부호순위에 대한 검정결과 통계적으로 실험집단은 사전 및 사후 점수에서 유의미한 차이를 보였다( $p < .01$ ). 반면, 통계적으

로 통제집단은 사전 및 사후 점수에서 유의미한 차이를 보이지 않았다. 따라서 가설1은 지지되었으며 악기연주 중심의 음악치료가 주간보호시설 노인의 무력감 감소에 긍정적인 영향을 미쳤다고 볼 수 있다.

**제 2 가설:** 악기연주 중심의 그룹음악치료에 참여한 실험집단은 통제집단에 비해 사회적 지지 점수의 유의미한 변화를 보일 것이다.

악기연주 중심의 그룹음악치료에 참여한 실험집단과 통제집단 간의 사회적 지지 사전과 사후점수에서 변화가 통계적으로 유의미한지를 알기 위해 실험집단 및 통제집단의 사전점수와 사후점수의 차를 구한 후에 Mann-Whitney U 검정을 실시하였다. 검정결과 통계적으로 실험집단이 통제집단보다 사후점수에서 유의미한 차이를 보였다( $p < .001$ ). 분석 결과는 <표 IV-6>과 같다.

**<표 IV-6> 사회적 지지에 대한 Mann-Whitney U 검정**

측정변인	평균순위(순위합)		U	Z	p
	실험집단	통제집단			
	변화량	변화량			
사회적 지지	14.72(132.50)	5.75(57.50)	2.50	-3.48	.000***

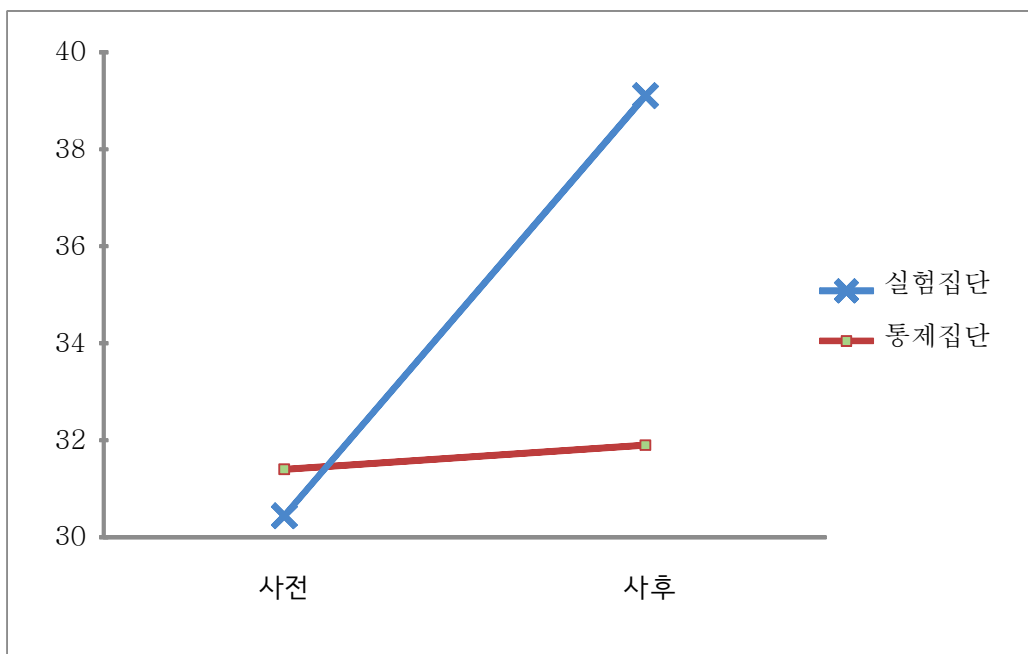
\*\*\*  $p < .001$

한편, 실험집단과 통제집단의 사회적 지지에 대한 사전과 사후 점수의 변화량을 알기 위해서 Wilcoxon 부호순위 검정을 실시하였으며, 그 결과는 <표 IV-7>과 <그림 IV-2>와 같다.

<표 IV-7> 사회적 지지에 대한 Wilcoxon 부호순위 검정

집단	평균(표준편차)		Z	p
	사전검사	사후검사		
실험집단	30.44(3.39)	39.11(2.66)	-2.67	.008**
통제집단	31.40(1.89)	31.90(2.76)	-.24	.809

\*\*  $p < .01$



<그림 IV-2> 사회적 지지의 실험집단과 통제집단 평균 점수

검정결과 실험집단의 평균은 사전에 30.44점, 사후에 39.11로 8.67점 증가하였으며, 통제집단의 평균은 사전에 31.40점, 사후에 31.90점으로 0.5점 증가하였다. Wilcoxon 부호순위에 대한 검정결과 통계적으로 실험집단은 사전 및 사후 점수에서 유의미한 차이를 보였다( $p < .01$ ). 반면, 통계적으로 통제집단은 사전 및 사후 점수에서 유의미한 차이를 보이지 않았으며,

따라서 가설2는 지지되었다.

**제 2-1 가설:** 악기연주 중심의 그룹음악치료에 참여한 실험집단은 통제 집단보다 사회적 지지의 하위요인인 사회적 지지(하)의 유의미한 변화를 보일 것이다.

악기연주 중심의 그룹음악치료에 참여한 실험집단과 통제집단 간의 사회적 지지 하위요인인 사회적 지지(하)의 사전과 사후점수에서 변화가 통계적으로 유의미한지를 알기 위해 실험집단과 통제집단의 사전점수와 사후점수의 차를 구한 후에 Mann-Whitney U 검정을 실시하였다. 검정결과 사회적 지지(하)에서 통계적으로 실험집단이 통제집단보다 사후점수에서 유의미한 차이를 보였으며( $p < .001$ ), 분석 결과는 <표 IV-8>과 같다. 사회적 지지척도와 그 하위요인을 구분하기 위해 하위요인은 ‘사회적 지지(하)’로 표시하였다.

<표 IV-8> 사회적 지지(하)에 대한 Mann-Whitney U 검정

측정변인	평균순위(순위합)		U	Z	p
	실험집단 변화량	통제집단 변화량			
사회적 지지(하)	14.94(134.50)	5.55(55.50)	.50	-3.65	.000***

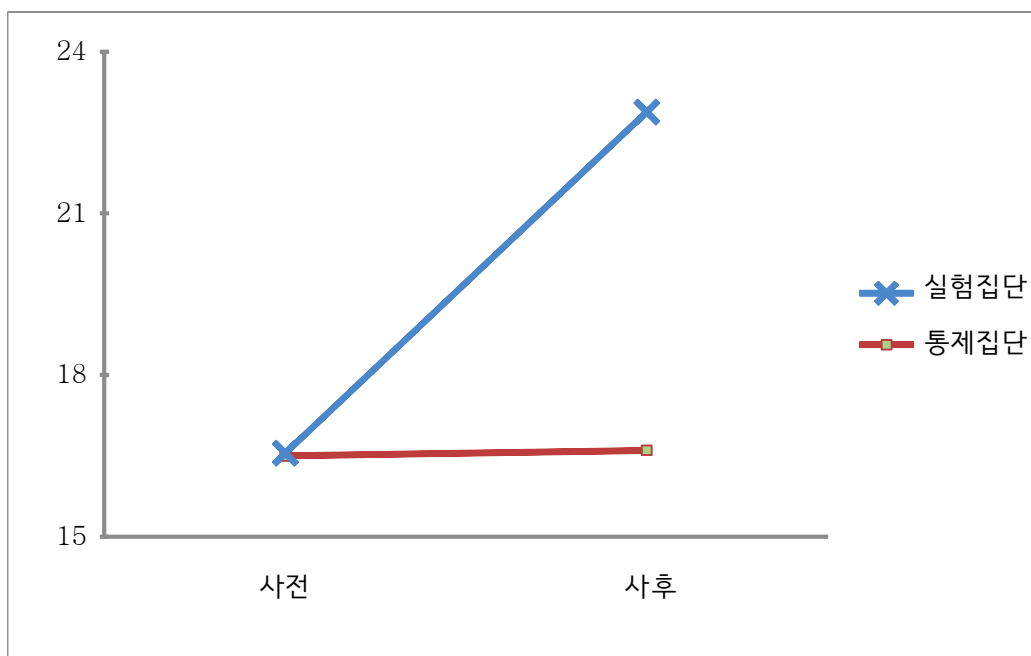
\*\*\*  $p < .001$

한편, 실험집단과 통제집단의 사회적 지지(하)에 대한 사전과 사후 점수의 변화량을 알기 위해서 Wilcoxon 부호순위 검정을 실시하였으며, 그 결과는 <표 IV-9>, <그림 IV-3>과 같다.

<표 IV-9> 사회적 지지(하)에 대한 Wilcoxon 부호순위 검정

하위영역	집단	평균(표준편차)		Z	p
		사전검사	사후검사		
사회적 지지 (하)	실험집단	16.55(2.65)	22.88(2.02)	-2.67	.008**
	통제집단	16.50(1.84)	16.60(1.50)	-.09	.932

\*\*  $p < .01$



<그림 IV-3> 사회적 지지(하)의 실험집단과 통제집단 평균 점수

검정결과 사회적 지지(하)에서 실험집단의 평균은 사전에 16.55점, 사후에 22.88로 6.33점 증가하였으며, 통제집단의 평균은 사전에 16.50점, 사후에 16.60점으로 0.1점 증가하였다. Wilcoxon 부호순위에 대한 검정결과 통계적으로 실험집단은 사전 및 사후 점수에서 유의미한 차이를 보였다( $p < .01$ ). 반면, 통계적으로 통제집단은 사전 및 사후 점수에서 유의미한 차이

를 보이지 않았으며, 이는 가설 2-1을 지지한다.

**제 2-2 가설:** 악기연주 중심의 그룹음악치료에 참여한 실험집단은 통제집단보다 사회적 지지의 하위요인인 사회적 갈등 점수의 유의미한 변화를 보일 것이다.

악기연주 중심의 그룹음악치료에 참여한 실험집단과 통제집단 간의 사회적 지지 하위요인인 사회적 갈등의 사전과 사후점수에서 변화가 통계적으로 유의미한지를 알기 위해 실험집단과 통제집단의 사전점수와 사후점수의 차를 구한 후에 Mann-Whitney U 검정을 실시하였다. 검정결과 통계적으로 사회적 갈등에서 실험집단이 통제집단보다 사후점수에서 유의미한 차이를 보였으며( $p < .05$ ), 분석 결과는 <표 IV-10>과 같다.

<표 IV-10> 사회적 갈등에 대한 Mann-Whitney U 검정

측정변인	평균순위(순위합)		U	Z	p
	실험집단	통제집단			
	변화량	변화량			
사회적 갈등	12.94(116.50)	7.35(73.50)	18.50	-2.21	.028*

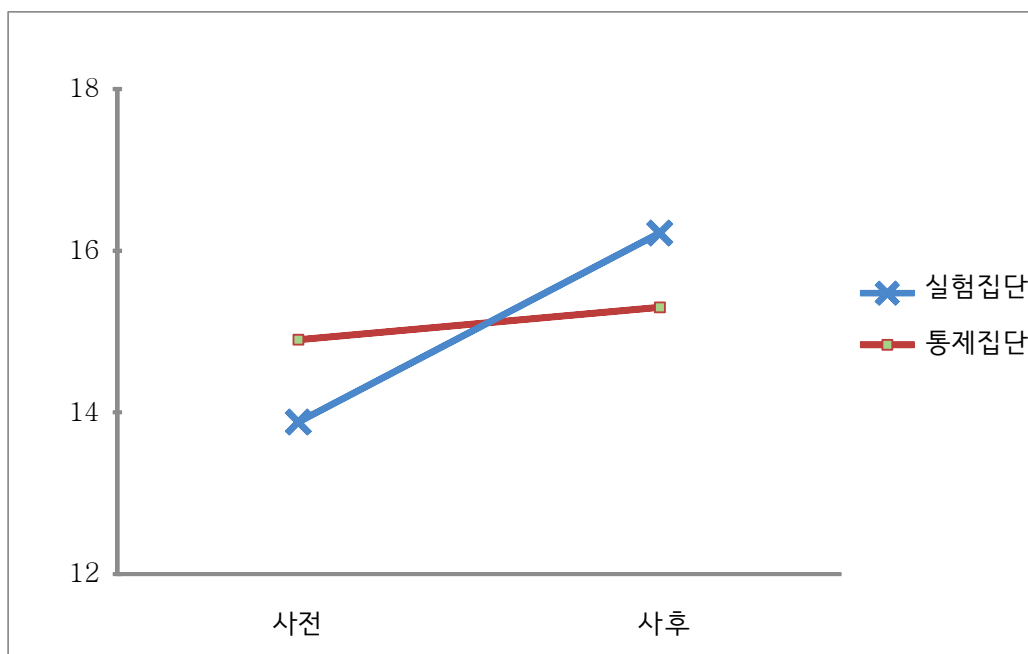
\*  $p < .05$

한편, 실험집단과 통제집단의 사회적 갈등에 대한 사전과 사후 점수의 변화량을 알기 위해 Wilcoxon 부호순위 검정을 실시하였으며, 그 결과는 <표 IV-11>, <그림 IV-4>와 같다.

<표 IV-11> 사회적 갈등에 대한 Wilcoxon 부호순위 검정

하위영역	집단	평균(표준편차)		Z	p
		사전검사	사후검사		
사회적 갈등	실험집단	13.88(1.36)	16.22(14.81)	-2.57	.010*
	통제집단	14.90(1.44)	15.30(2.40)	-0.31	.757

\*  $p < .05$



<그림 IV-4> 사회적 갈등의 실험집단과 통제집단 평균 점수

검정결과 사회적 갈등에서 실험집단의 평균은 사전에 13.88점, 사후에 16.22로 2.34점 증가하였으며, 통제집단의 평균은 사전에 14.90점, 사후에 15.30점으로 0.4점 증가하였다. Wilcoxon 부호순위에 대한 검정결과 통계적으로 실험집단은 사전 및 사후 점수에서 유의미한 차이를 보였으나( $p < .05$ ), 통제집단은 사전 및 사후 점수에서 유의미한 차이를 보이지 않았다.

따라서 가설2-2는 지지되었으며 이는 악기연주 중심의 음악치료가 주간보호 시설 노인의 사회적 갈등 감소에 긍정적인 영향을 미쳤다고 볼 수 있다.

## V. 결 론

### 1. 결론 및 논의

본 연구는 주간보호시설 노인에게 악기연주 중심의 그룹음악치료를 시행하여 무력감과 사회적 지지에 미치는 영향을 알아보고자 하였다. 연구 대상자는 서울시 K구, 경기도 A시에 위치한 노인 주간보호센터를 이용하는 노인들로 구성되었다. 연구기간은 2019년 9월 5일부터 10월 31일까지 주 2회, 50분씩 총 13회기로 실험집단에게만 악기연주 중심의 그룹음악치료를 시행하였다. 연구에 참여한 주간보호시설 노인의 무력감과 사회적 지지의 사전과 사후변화를 비교하기 위해 무력감 척도와 사회적 지지 척도는 실험 전·후에 측정하였으며 수집된 자료는 SPSS 24.0으로 분석하였다. 본 연구에서 얻은 결과를 근거하여 다음과 같은 결론을 내릴 수 있다.

첫째, 악기연주 중심의 그룹음악치료는 주간보호시설 노인의 무력감 감소에 효과가 있다. 악기연주 중심의 그룹음악치료에 참여한 실험집단은 통제집단에 비해 무력감 감소에 유의미한 차이를 보였다( $p < .001$ ). 따라서 가설 1은 지지되었으며, 악기연주 중심의 그룹음악치료가 주간보호시설 노인의 무력감 감소에 영향을 미친다는 것을 알 수 있다. 이는 악기의 다양한 탐색이 노인의 능동적인 선택을 이끌어내며, 선호곡의 활용은 노인의 만족감을 높여 심리적 통제력에 대한 회복을 이끌어냈다는 선행연구의 결과를 지지한다(김조자, 임중락, 박지원, 1992; 남지영, 심교린, 2018). 또한 그룹원들과의 악기연주를 통해 음악을 만드는 과정에서 성취감 및 만족감이 제공되었다는 선행연구의 결과(양은희, 2018)를 지지한다. 이러한 연구결과는 예측하기 쉬운 멜로디와 리듬이 노인의 연주 참여도와 완성도를 높여 노인의 에너지를

활성화시켜 노인의 무력감을 감소시키는데 영향을 주었다고 볼 수 있다. 또한 그룹원들과 악기연주를 통한 긍정적 음악교류의 경험은 주간보호시설 노인의 무력감 감소에 긍정적 영향을 미친 것으로 보여진다. 따라서 악기연주 중심의 그룹음악치료가 주간보호시설 노인의 무력감 감소에 효과적인 심리·사회적 중재방법임을 알 수 있다.

둘째, 악기연주 중심의 그룹음악치료는 주간보호시설 노인의 사회적 지지 향상에 효과가 있다. 악기연주 중심의 그룹음악치료에 참여한 실험집단은 통제집단에 비해 사회적 지지 향상에 유의미한 차이를 보였다( $p < .001$ ). 따라서 가설 2는 지지되었으며 이러한 연구결과는 그룹원간의 리듬모방이나 상호교류 연주를 통해 서로에 대한 음악을 공감하고 지지하는 경험이 사회적 지지 향상에 영향을 주었다고 볼 수 있다. 또한 리듬이나 선율로 하나의 곡을 연주하는 과정은 노인에게 그룹원과의 유대감을 경험하게 하여 사회적 지지 향상에 긍정적인 영향을 미친 것으로 보여진다. 이는 노인이 악기를 연주하고 느낌을 나누는 과정 안에서 다른 노인의 의사표현 방식과 관계를 맺는 방법을 배울 수 있다는 선행연구의 결과(김영숙, 2004)를 지지한다. 또한 서로 다른 악기나 음색을 가지고 각자의 역할을 수행하는 과정은 그룹 안에서 필요한 존재임을 경험하며 그룹원의 칭찬과 격려를 통해 정서적 지지를 경험한다고 보고한 신미경, 정규진, 최애나(2011)의 연구와 부합하는 결과이다.

이와 같은 결과는 악기연주 중심의 그룹음악치료가 주간보호시설 노인의 무력감 감소와 사회적지지 향상에 유용한 치료적 중재로써 사용될 수 있음을 보여준다. 따라서 본 연구에서 시행한 악기연주 중심의 그룹음악치료는 주간보호시설 노인에게 선호하는 음악을 매개로 하여 관계의 축소에서 오는 무력감을 감소시키고 사회적 지지 향상을 돕는 심리·사회적 중재프로그램으로 효과적임을 알 수 있으며 고령화 사회로 인해 증가하는 주간보호시설 뿐

아니라 요양시설 노인들의 시설적응과 일상생활에서의 삶의 질에 도움이 되는 프로그램으로 확대되기를 기대한다.

## 2. 제언

본 연구의 과정 및 결과를 토대로 연구의 제한점과 후속 연구를 위한 제언은 다음과 같다.

첫째, 본 연구에서는 서울시 K구, 경기도 A시에 위치한 노인 주간보호시설을 이용하는 노인 가운데 19명을 대상으로 연구가 진행되었으나 표본의 크기가 작아 이를 일반화하기에는 한계가 있다. 일반화 가능성을 높이려면 연구 대상자의 표집범위와 크기를 확대해야 한다.

둘째, 본 연구의 악기연주 중심의 그룹음악치료는 13회기로 구성하여 프로그램의 효과를 입증하였으나 주간보호시설 노인의 무력감 및 사회적 지지에 미치는 영향에 대해 장기적인 효과를 검증하기에는 어려움이 있다. 이에 장기적인 프로그램의 연구를 통하여 악기연주 중심의 그룹음악치료 효과의 신뢰도를 높이는 연구가 필요하다.

셋째, 본 연구는 양적연구로써 악기연주 중심의 그룹음악치료를 통한 무력감과 사회적 지지에 대한 구체적인 질적변화에 대해서는 알 수 없다. 이에 후속연구에서는 노인의 무력감 및 사회적 지지의 정서 변화에 대한 질적 분석한 심층적인 연구가 필요할 것이다.

## 참 고 문 헌

- 고승덕, 손애리, 최윤신 (2001). 노인의 일반적 특성에 따른 우울감에 관한 연구. **한국가족복지학**, 6(1), 3-10.
- 곽미정, 남미우, 노상은, 전미숙, 홍의석 (2016). **노인복지론**. 경기: 정민사.
- 국가법령정보센터 (2019). **2019년 노인복지법**.
- 권명주, 정승진, 이진실, 조원근 (2012). 원예치료프로그램이 주간보호센터를 이용하는 치매 노인들의 무력감 및 인지 기능에 미치는 영향. **인간식물환경학회 학술대회**, 82-83.
- 권용철, 박종한 (1989). 노인용 한국판 Mini-Mental State Examination (MMSE)의 표준화 연구-제1편: MMSE-K의 개발. **신경정신의학**, 28(1), 125-135.
- 권중돈 (2008). **노인복지론**(제2판). 서울: 학지사.
- 김경배 (2017). **노인의 고독감과 사회적 지지가 우울감에 미치는 영향: 여가활동 만족의 매개효과**. 미간행 박사학위논문, 서울한영대학교 대학원.
- 김경은, 최영희 (1995). 노인의 무력감에 관한 연구. **성인간호학회지**, 7(2), 181-211.
- 김경혜 (2001). 노인의 음악선호도 조사 연구. **한국음악치료학회지**, 3(1), 16-29.
- 김경호 (2004). **노인의 여가활동 참가유형과 가족의 건강성, 무력감, 자긍심 및 행복감의 관계**. 미간행 박사학위논문, 국민대학교 대학원.
- 김관일, 박인수 (2003). 기악합주가 정인지체아의 사회적응 행동에 미치는 효과. **초등특수교육연구**, 5(1), 29-60.
- 김귀분 (1999). 시설노인의 우울과 삶의 질에 대한 음악요법의 효과. **노인간**

- 호학회지, 1(2), 213-223.
- 김귀분, 조성은, 이윤정 (2012). 노인의 무력감에 영향을 미치는 요인. **한국 노년학**, 32(2), 487-499.
- 김동연, 류정자 (2001). 집단미술치료가 노인의 학습된 무기력에 미치는 효과. **미술치료연구**, 8(1), 103-126.
- 김동주 (2010). **창의적 음악치료 프로그램이 아동의 학습동기 증진에 미치는 효과**. 미간행 박사학위논문, 단국대학교 대학원.
- 김두연, 양은아(2013). 음악치료 프로그램이 경도인지장애 노인의 기분상태 및 무력감에 미치는 영향. **한국음악치료학회지**, 15(2), 73-94.
- 김석훈, 윤혜영 (2013). 시설노인을 위한 음악치료프로그램 분석. **한국재활 음악치료학회지**, 1(2), 1-24.
- 김연옥 (2017). 노인의 인지기능과 우울증, 무력감 완화를 위한 음악치료 프로그램 개발. **한국복지실천학회지**, 9(1), 307-336.
- 김영숙 (2004). 시설노인의 사회성 향상을 위한 집단음악치료 사례 연구: 회상을 위주로 한 집단음악치료 프로그램을 중심으로. **월례학술발표회**, 1, 24-43.
- 김윤하 (2005). **초등교사의 자기효능감과 사회적 지지, 직무스트레스와의 관계**. 미간행 석사학위논문, 공주교육대학교 교육대학원.
- 김인경 (2012). 음악치료사의 자아탄력성 및 사회적 지지와 심리적 소진의 관계. **한국음악치료학회지**, 14(1), 41-61.
- 김정선 (1998). 가정노인과 자아존중감, 일상생활활동능력, 생활만족도에 관한 연구. **대한간호학회지**, 28(1), 148-158.
- 김정순, 김미숙 (2000). 양로원 노인의 무력감에 관한 연구. **지역사회간호학회지**, 11(1), 146-157.
- 김조자, 임종락, 박지원 (1992). 노인의 무력감 완화를 위한 심리재활에 관한

- 연구. **대한간호학회지**, 22(4), 506-525.
- 김태련, 장희숙 (1994). **발달심리학**. 서울: 박영사.
- 김행자 (1971). 노인환자 간호에 대한 일반적 고찰. **대한간호**, 10(3), 70-74.
- 김현주, 박성옥 (2014). 음악치료 효과 관련변인에 대한 메타분석: 성인·노인을 중심으로. **예술심리치료연구**, 10(2), 219-239.
- 김형익, 이용재 (2013). 노인의 경제, 사회적 특성에 따른 노인 연령기준에 대한 연구. **인간과사회**, 32, 161-180.
- 김호식, 정미녀, 손경숙 (2005). 고령화 사회의 노인문제에 대한 세대 간 해결방안. **한국정책과학학회**, 9(1), 73-93.
- 남지영, 심교린 (2018). 악기 중심 음악치료 활동이 치매 의심 노인의 인지 기능, 노인 우울, 생활만족도에 미치는 영향. **예술심리치료연구**, 14(3), 71-90.
- 문선미 (2018). 인생 120세를 사는 방식, 일본과 한국에서 60대, 80대 강사를 만나다. **브레인**, 68, 12-15.
- 문지영 (2010). 음악치료 프로그램이 입원 정신질환자의 스트레스 감소에 미치는 효과. **재활복지**, 14(2), 199-221.
- 박경호, 김현정 (2017). 민요 중심 음악치료가 독거노인의 우울 감소 및 자아존중감 향상에 미치는 효과. **인문과학연구**, 53, 261-290.
- 박상규 (2006). 노인의 정신건강과 삶의 질 간의 관계. **한국심리학회지: 건강**, 11(4), 785-796.
- 박성희, 이지현 (2006). 노인의 무력감, 사회적 지지와 생활만족도와의 관계. **지역사회간호학회지**, 17(1), 65-73.
- 박연주 (2019). **치료적 노래 만들기를 활용한 음악치료가 주간보호시설 노인의 우울과 사회성에 미치는 영향**. 미간행 석사학위논문, 성신여자대학교 대학원.

- 박영주 (2001). 여성노인의 무력감과 사회적 지지와의 관계. **한국노년학연구**, 10, 75-95.
- 박인혜, 이정희, 강기선, 권혜진, 김경희 (1997). 노인의 무력감 지각 정도에 관한 연구. **지역사회간호학회지**, 8(1), 61-73.
- 박정숙, 정재권 (2010). 음악치료 노래활동이 노인 우울증과 언어표현에 미치는 영향. **특수교육교과교육연구**, 3(1), 19-36.
- 박지원 (1985). **사회적 지지 척도 개발을 위한 일 연구**. 미간행 박사학위 논문, 연세대학교 대학원.
- 박진솔 (2017). **구조화된 악기연주활동이 양로시설 노인의 주관적 행복감 향상 및 우울감 감소에 미치는 영향**. 미간행 석사학위논문, 명지대학교 사회교육대학원.
- 방양희, 김옥수 (2017). 노인장기요양보험 재가서비스 이용 노인의 무력감, 가족지지, 건강증진행위. **노인간호학회지**, 19(3), 184-193.
- 백경실 (2012). **음악심리치료가 모-자 의사소통과 우울 및 심리적 안녕에 미치는 영향**. 미간행 박사학위 논문, 백석대학교 대학원.
- 백승은 (2011). **노인들이 선호하는 노래의 분석연구**. 미간행 석사학위논문, 이화여자대학교 대학원.
- 보건복지부 (2018a). **2017년도 노인복지시설 현황**.
- 보건복지부 (2018b). **2017년도 노인실태조사**.
- 성윤아, 류분순 (2015). 무용동작치료(DMT)프로그램이 농촌 여성노인의 무력감과 외로움 감소에 미치는 효과 연구. **예술인문사회융합멀티미디어논문지**, 5(6), 227-235.
- 손덕순 (2005). **노인 정신건강에 영향을 미치는 생태체계 요인에 관한 연구: 우울감과 심리적 안녕감을 중심으로**. 미간행 박사학위 논문, 강남대학교 대학원.

- 송미희, 전현중 (2015). 집단음악치료 프로그램이 시설 거주 노인의 사회적 고립감 감소에 미치는 효과. **통합심신치유연구**, 2(1), 90-110.
- 신미경, 정규진, 최애나 (2011). 집단음악치료가 저소득층 아동의 사회성 향상에 미치는 영향. **예술심리치료 연구**, 7(4), 221-237.
- 신보영, 황은영 (2015). 시각적 지원 전략을 적용한 음악활동이 치매노인의 인지기능 재활에 미치는 영향. **예술심리치료연구**, 11(2), 41-62.
- 양은희 (2017). **악기활동 중심의 그룹음악치료가 주간보호시설 노인의 우울과 대인관계에 미치는 효과**. 미간행 석사학위논문, 성신여자대학교 대학원.
- 양정빈 (2010). 뇌졸중 생존 노인들의 건강관련 삶의 질 영향요인. **한국노년학**, 30(4), 1239-1261.
- 어진 (2017). **노래를 활용한 집단음악치료가 독거노인의 사회적 지지와 무력감에 미치는 영향**. 미간행 석사학위논문, 한세대학교 대학원.
- 오영이, 이숙민 (2016). 회상요법을 적용한 집단미술치료가 주간보호시설 경증치매노인의 삶의 질과 정서에 미치는 영향. **산업진흥연구**, 1(2), 79-86.
- 원초롱, 정현주 (2010). 아동의 정서행동적 특성과 리듬 모방 수행력의 상관관계연구, **학습자중심교과교육연구**, 10(3), 286-312.
- 위아름 (2016). 노인의 정서 관련 변인에 대한 음악치료의 효과 메타분석. **한국음악치료학회지**, 18(2), 99-117.
- 유성은, 권정혜 (1997). 완벽주의적 성향, 사회적 지지, 스트레스에 대한 대처방식이 중년 여성의 우울에 미치는 영향. **한국심리학회지 임상**, 16(2), 67-84.
- 유수정, 임경춘, 서현미, 공은희, 김주현 (2013). 재가노인의 무력감 영향요인 분석: 우울, 스트레스, 사회적 지지, 건강증진행위 및 일상생활수행능

- 력과의 관련성. **노인간호학회지**, 15(2), 103-111.
- 유양경 (2004). 재가노인의 사회적 지지와 사기. **대한간호학회지**, 34(2), 297-316.
- 윤현정, 심의보 (2013). 집단음악치료가 여성 독거노인의 우울감, 대인관계 및 생활만족도에 미치는 영향. **복지상담학연구**, 7(1), 1-18.
- 이경진, 김수지 (2011). 타악기 연주 프로그램이 시설노인의 우울감과 자아 존중감에 미치는 영향. **한국가정관리학회지**, 29(5), 153-163.
- 이국희 (2016). **유리드믹스를 활용한 노인의 음악활동연구 및 효과: 주관적 행복감을 중심으로**. 미간행 석사학위논문, 숙명여자대학교 대학원.
- 이미경, 박희성 (2007). 음악치료 프로그램이 노인전문병원 주간보호 환자의 우울에 미치는 효과 및 회귀과정 분석. **한국예술치료학회지**, 7(1), 1-27.
- 이미영 (2011). **집단음악치료가 시설노인의 안녕에 미치는 영향**. 미간행 석사학위논문, 한세대학교 대학원.
- 이수경 (2005). 음악 감상 중재와 리듬연주 중재가 직장인의 스트레스와 불안에 미치는 영향. **한국음악치료학회지** 7(2), 54-73.
- 이영 (2007). **치매 노인의 단기 기억력 증진을 위한 리듬 활동 연구**. 미간행 석사학위 논문, 이화여자대학교 대학원
- 이영세, 양승규, 이정숙 (2000). 양로시설 입소노인의 행동과 심리특성. **노인복지연구**, 9, 219-238.
- 이에빛나, 김수지 (2016). 건강한 노화를 위한 음악활용: 국내·외 연구 고찰. **한국콘텐츠학회논문지**, 16(4), 335-346.
- 이인용 (2000). **치매 노인의 음악활동에 대한 선호도연구: 노래부르기, 악기연주, 동작중심으로**. 미간행 석사학위논문, 이화여자대학교 대학원.
- 이인정 (2007). 남녀노인의 우울, 삶의 만족에 대한 심리사회적 요인들의 영

- 향의 차이에 관한 연구. **노인복지연구**, 36, 159-179.
- 이일경 (2009). **악기연주 중심의 음악치료가 치매노인의 우울과 ‘행동 및 심리 증상(BPSD)’에 미치는 영향**. 미간행 석사학위논문, 성신여자대학교 대학원.
- 이주미 (2003). **시설노인과 재가노인의 음악에 대한 정서적 반응 비교연구**. **한국음악치료학회지**, 5(1), 83-102.
- 이한나, 양은아 (2015). **회고적 노래 만들기가 시설 노인의 자아존중감과 삶의 질에 미치는 영향**. **예술심리치료연구**, 11(1), 177-197.
- 임소라 (2016). **인지행동음악치료가 노숙인의 자기효능감 및 사회적 지지에 미치는 영향**. 미간행 석사학위논문, 성신여자대학교 대학원.
- 장문정, 박지선, 황은영 (2012). **주력임상대상에 따른 음악치료 목적과 중재 방법 비교 연구**. **한국음악치료학회지**, 14(3), 55-71.
- 전지아 (1990). **산후스트레스와 사회적 관계망이 산후 우울에 미치는 영향**. 미간행 석사학위논문, 고려대학교 대학원.
- 정다혜, 박영희, 성미경, 윤숙영, 최병진 (2010). **원예치료프로그램이 장기요양시설 노인의 무력감에 미치는 영향**. **인간식물환경학회 학술대회**, 83-84.
- 정승은 (1997). **노인의 무력감 측정도구 개발에 관한 연구**. 미간행 박사학위논문, 이화여자대학교 대학원.
- 정진희, 정규진, 최애나 (2015). **تون차임을 활용한 집단음악치료가 결손가정 아동의 주의집중력과 자아존중감에 미치는 영향**. **예술심리치료연구**, 11(4), 213-233.
- 정현주 (2005). **음악치료학의 이해와 적용**. 서울: 이화여자대학교 출판부.
- 정현주 (2006). **음악치료 기법과 모델**. 서울: 학지사.
- 조무용 (1995). **노인환자의 무력감과 사회적 지지에 관한 관계 연구**. **간호과**

- 학, 7, 109-126.
- 주빛나 (2014). 악기연주 중심의 음악치료가 시설보호아동의 또래 유대감 증진에 미치는 효과. 미간행 석사학위논문, 이화여자대학교 교육대학원.
- 주현정, 공희경 (2019). 노인의 건강증진행위 관련 변인들 간의 융·복합적연구. **디지털융복합연구**, 17(2), 243-254.
- 최말옥, 박혜령 (2005). 노인 생활 만족도 및 자아존중감과 우울감에 대한 집단 음악 프로그램 효과성 비교 연구. **노인복지연구**, 27, 303-324.
- 최병철 (2006). **음악치료학**(제 2판). 서울: 학지사.
- 최병철, 문지영, 문서란, 양은아, 여정윤, 김성애 (2015). **음악치료학**(제 3판). 서울: 학지사
- 최성재, 장인협 (2002). **노인복지학**. 서울: 서울대학교출판부.
- 최애나, 김윤희, 정광조 (2010). 음악치료 활동이 주간보호노인의 인지기능과 우울에 미치는 영향. **예술심리치료연구**, 6(1), 103-121.
- 최영순, 김현리 (2004). 집단미술요법이 노인의 무력감, 고독감, 우울, 자아상에 미치는 효과. **지역사회간호학회지**, 15(2), 255-265.
- 최주은, 문소영 (2017). 첼로연주 중심의 음악치료가 시설보호아동의 자기효능감에 미치는 영향. **한국예술연구**, 17, 31-55.
- 통계청 (2019). **장래인구추계**.
- 하정화, 이순화 (2007). 경증 치매노인을 위한 음악치료 프로그램에 관한 연구. **한국음악치료학회지**, 6(2), 46-63.
- 홍은표 (1997). 노인소비자에 관한 문헌고찰과 미래 연구의 방향. **한국생활과학회지**, 6(2), 73-82.
- Abbey, A., Abramis, D. J., & Caplan, R. D. (1985). Effects of different source of social support and social conflict on emotional

- well-being. *Basic and Applied Social Psychology*, 6(2), 111-129.
- Bestida, E. (1984). Reconstructing the social world at 60: older Cubans in the United States. *The Gerontologist*, 24(5), 465-470.
- Clair, A. A., & Memmott, J. (2009). **노인음악치료**. 노인음악치료연구회 (역) 서울: 시그마프레스(원서출판, 1996).
- Folstein, M. F., Mchugh, P. R., & Folstein, S. E. (1975). Mini-Mental State: A practical method for grading the cognitive state of patients for the clinician. *Journal of Psychiatric Research*, 12, 189-198.
- Gibbons, A. C. (1983). Item Analysis of the Primary Measures of Music Audiation in Elderly Care Home Residents. *Journal of Music Therapy*, 20(4), 201-210.
- Hanser, S. B. (1999). *The New Music Therapist's Handbook*. Boston: Berklee Press.
- Kwak, E. E. (2007). Effect of Rhythmic Auditory Simulation on Gait Performance in Children with Spastic Cerebral Palsy. *Journal of Music Therapy*, 44(3), 198-216.
- Langer, S. (1953). *Feeling and Form*. New York: Schribners.
- Layman, D. L., Hussey, D. L., & Laing, S. J. (2002). Music therapy assessment for severely emotionally disturbed Children: A pilot study. *Journal of Music Therapy*, 39(3), 164-187.
- McClosky, L. J. (1985). Music and the frail elderly. *Activities, Adaptation, and Aging*, 7(2), 73-75.
- Sears, W. (1968). *Processes in Music Therapy*. New York: Macmillan.
- Thompson, M. G., & Heller, K. (1990). Facets of support related to

Well-being: Quantitative social isolation and perceived family support in a sample of elderly women. *Psychology and Aging*, 5(4), 535-544.

Wheeler, B. L. (1983). A psychotherapeutic classification of music therapy practices: A continuum of procedures. *Music Therapy Perspectives*, 1(2), 8-12.

# ABSTRACT

## The Effects of the Musical Instrument Performance-Centered Group Music Therapy on Powerlessness and Social Support of Elderly in the Day Care Center

Kim, Hee-Jeong  
Department of Music Therapy  
Graduate School of  
Sungshin University

This study was conducted to identify the impacts of a group music therapy focusing on playing the musical instruments on a feeling of powerlessness and a social support of the elderly in the day care centers. The subjects of this study included those who satisfy 16-24 points of the Korean version of the Mini-Mental State Examination among the elderly using the K day care center for adults located at K-gu in Seoul and the L day care center for adults located at A city in Gyeonggi-do. Of those subjects, 9 subjects who use the K day care center for adults were assigned to the experiment group and 10 subjects who use the L day care center for adults were assigned to the control

group. In this study, a total of 13 attempts were performed from Sep. 19 to Oct. 31, 2019. Each attempt was composed of two sessions a week and 50 min per each session. In this study, the activities with group musical therapy, which mainly play the popular songs that the elderly prefer using various instruments, were performed. Prior to performing a group musical therapy being mostly focused on playing the instruments, a pretest was conducted on both experiment group and control group, afterwards, a posttest was also conducted with the same procedure. Data collected at the pretest and posttest were analyzed for chi-square test, Wilcoxon matched pairs signedranks test and Mann-Whitney U test using the SPSS 24.0 statistics program.

In the results of this study, the experiment group, which performed a group musical therapy being mostly focused on playing the instruments, exhibited more significant effects on reducing a feeling of powerlessness and enhancing a social support of the elderly than the control group( $p < .05$ ). In more specific, the social support and social conflict, which are the sub-factors of the social support, also exhibited significant effects( $p < .05$ ).

These study results suggest that a group musical therapy being mostly focused on playing the instruments can be not only a social and emotional measures for the emotional stability and quality of life of the elderly but also the efficient intervention method for reducing a feeling of powerlessness and enhancing a social support.

## 부 록

<부록 1> 한국형 간이 정신 상태 검사

<부록 2> 무력감 검사

<부록 3> 사회적 지지 검사

<부록 1> 한국형 간이 정신 상태 검사(MMSE-K)

Mini-Mental State Examination-Korea (MMSE-K)					
					작성일: 년 월 일
관리번호:	성명:		성별	연령	
검사구분	점수	검사명	질문내용	점수	
지남력 (무학+1)	1	시간	지금은 몇 년도인가요?		
	1		오늘은 몇 월인가요?		
	1		오늘은 몇 일인가요?		
	1		오늘은 무슨 요일인가요?		
	1		요즘은 어떤 계절인가요?		
	1	장소	당신은 무슨 도시에 살고 있나요?		
	1		당신은 무슨 구에 살고 있나요?		
	1		당신은 무슨 동네에 살고 있나요?		
	1		여기는 어디인가요?		
	1		여기는 무엇을 하는 곳인가요?		
기억력	3	기억 등록	“세가지 물건을 즉시 암기(사과, 버스, 모자)해주세요.”		
	3	기억 회상	5분 후: “아까 말한 단어3개를 생각해서 말해주세요.”		
주의집중 및 계산 (무학+1)	5	수리력	“100에서 7개씩 계속해서 뺄셈해주세요.” (93, 86, 79, 72, 65, 58, 51) 또는 “삼천리강산을 거꾸로 말해보세요.”		
언어기능 (무학+1)	2	이름 맞추기	“종이”, “시계”		
	3	3단계 명령	“제가 지금 말씀드리는 것을 잘 들으시고 말씀 드린 대로 해보세요. 오른손으로 종이를 집어서 반으로 접어 무릎 위에 올려 놓으세요.”		
	1	복사	“오각형 2개 그려보세요.”		
	1	반복	“간장 공장 공장장을 따라해보세요.”		
이해 및 판단	1	이해	“옷을 왜 빨아서 입을까요?”		
	1	판단	“길에서 주민등록증을 주웠을 때 어떻게 하면 쉽게 주인에게 돌려 줄 수 있을까요?”		
총점					

## <부록 2> 무력감 검사

\*다음 문항들을 읽고 해당되는 항목에 체크를 해주세요.

항목 번호	항목	매우 그렇지 않다	그렇지 않다	보통 이다	그렇다	아주 그렇다
1	품안에 자식이 키워놓고 나면 소용이 없다.	1	2	3	4	5
2	늪이니 매사에 무용지물이다.	1	2	3	4	5
3	자식에게 무슨 일이냐고 물으면 아무것도 아니라고 한다.	1	2	3	4	5
4	젊은 사람만큼 생각이 빠르게 돌아가지 않는다.	1	2	3	4	5
5	자식, 며느리가 무시하거나 전처럼 대우해 주지 않는다.	1	2	3	4	5
6	어제나 오늘이나 매일 매일이 똑같다.	1	2	3	4	5
7	예전에 좋은 시절이 있었다 해도 지금은 누가 알아주지 않는다.	1	2	3	4	5
8	누가 도와줘야 무슨 일이든 제대로 할 수 있다.	1	2	3	4	5
9	잔소리한다고 할까봐 집안일에 관해서 아무 말 하지 않는다.	1	2	3	4	5
10	얘기 할 생기가 없어 적적하고 외롭다.	1	2	3	4	5
11	세상 일에 대해 관심이 없다.	1	2	3	4	5
12	죽을 날이 멀지 않았다는 생각이 든다.	1	2	3	4	5
13	예전만큼 사람들이 찾아오지 않는다.	1	2	3	4	5

### <부록 3> 사회적 지지 검사

\*다음 문항들을 읽고 해당되는 항목에 체크를 해주세요.

항목 번호	항목	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	보통 이다	그렇다	매우 그렇다
1	주위 사람들이 내가 하는 일들에 대해 고맙게 생각했다.	1	2	3	4	5
2	주위 사람들이 나를 존중해 주었다.	1	2	3	4	5
3	주위 사람들이 나를 염려해주었다.	1	2	3	4	5
4	주위 사람들이 나에게 필요한 정보와 충고를 주었다.	1	2	3	4	5
5	내가 너무도 많은 일을 한꺼번에 해야 했을 때 주위 사람들이 도와주었다.	1	2	3	4	5
6	중요한 고민이나 감정 등을 털어놓고 싶었을 때 주위 사람들이 내 이야기를 들어주었다.	1	2	3	4	5
7	주위 사람들과 다뤘다.*	1	2	3	4	5
8	주위 사람들이 나의 신경을 건드렸다.*	1	2	3	4	5
9	주위 사람들이 나의 생각이나 느낌을 잘못 이해했다.*	1	2	3	4	5
10	내가 옳다고 생각하는 것과는 달리 못마땅한 방식으로 주위 사람들이 일을 처리했다.*	1	2	3	4	5
11	주위 사람들이 나를 화난태도나 불쾌하게 대했다.*	1	2	3	4	5