



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](#)

백혜선 교수 지도
석사학위 청구논문

음악심리치료가 암환자와 가족의
삶의 질에 미치는 영향에 대한
질적 연구

2017

성신여자대학교 대학원
음악치료학과
김민정

음악심리치료가 암환자와 가족의
삶의 질에 미치는 영향에 대한
질적 연구

백혜선 교수 지도

이 논문을 석사학위논문으로 제출함

2017년 5월

성신여자대학교 대학원

음악치료학과

김민정

인 준 서

김민정의 석사학위 논문으로 인준함

2017년 5월

심사위원장.....(서명 또는 인)

심사위원.....(서명 또는 인)

심사위원.....(서명 또는 인)

성신여자대학교 대학원

논문개요

본 연구의 목적은 음악심리치료 경험이 암환자와 가족의 삶의 질에 미치는 영향과 그 의미를 알아보는 데 있다. 연구자는 본 연구의 시행을 위해 경기도 소재 A대학병원에서 IRB승인을 받았으며, 원내 게시판에 모집공고문을 게시하여 참여자를 모집하였다. 모집된 연구 참여자는 자발적 참여의사를 밝힌 암환자와 그 가족으로 음악심리치료가 시행되기 전 사전 면담을 통해 연구 참여 동의서와 일반적 특성 및 음악 선호도에 대한 설문지를 작성하였다. 이후 10회기의 음악심리치료 동안 총 4회의 면담 및 설문지 작성이 이루어졌으며 면담과 매 회기 음악심리치료 활동은 참여자의 동의하에 녹음을 하여 질적 분석을 위한 자료로 사용되었다.

분석 결과 총 130개의 의미단위가 선정되었으며, 최종적으로 암환자와 가족의 삶의 질에 음악심리치료가 다음과 같은 영향을 미치는 것으로 나타났다. 첫째, 암환자와 가족은 음악적 경험을 통해 개별적인 인생회고의 시간을 가졌으며 자신의 인생에 대한 재정립의 기회를 가질 수 있었다. 둘째, 음악적 지지 환경을 통한 자기표현 활동은 암환자와 가족이 서로를 이해하며 배려하는 관계의 성장을 이루었으며 가족관계에 대한 인식변화를 통해 가족간의 결속력 강화의 경험을 하였다. 셋째, 암환자와 가족의 희망적인 삶과 인생에 대한 내용을 담은 가족노래는 정서적 지지의 역할로 작용하였다.

이와 같은 결과를 통해 본 연구는 음악심리치료가 암환자와 가족의 심리적 지지와 정서적 재정립의 기회를 제공하고, 정서적 정화로 이루어진 자기표현을 통해 가족 관계개선을 촉진하여 가족공동체의 상호적 지지역할을 가능하게 하는 심리, 정서, 가족 상태의 삶의 질에 긍정적인 영향을 미치는 것을 살펴볼 수 있었다.

목 차

논문개요

I. 서론	1
1. 연구의 필요성 및 목적	1
2. 연구 문제	5
II. 이론적 배경	6
1. 암환자와 가족	6
1) 암환자와 가족의 심리적, 정서적 상태	6
2) 암환자와 가족의 삶의 질	8
2. 암환자와 가족을 위한 프로그램	10
1) 암환자와 가족을 위한 심리치료	10
2) 암환자와 가족을 위한 예술심리치료	12
3. 음악심리치료	13
1) 음악심리치료 정의	13
2) 암환자와 음악심리치료	17
3) 암환자와 가족을 위한 음악심리치료	18
III. 연구방법	22
1. 질적 연구	22
2. 연구 참여자	23
1) 연구 참여자	23
2) 윤리적 고려	25
3. 연구 설계 및 절차	26
1) 연구 기간	26
2) 자료 수집 및 절차	26

3) 자료 분석	28
4. 음악심리치료 활동 구성	28
1) 음악심리치료 구성	28
2) 단계별 음악심리치료 활동 구성	29
3) 회기별 음악심리치료 활동 구성	36
IV. 연구 결과	41
1. 구성요소 도출 및 내용	41
2. 연구 결과	41
1) 암환자 남편G의 음악심리치료 경험에 대한 의미별 분석	41
2) 가족 부인K의 음악심리치료 경험에 대한 의미별 분석	56
3) 가족내담자의 의미도출 결과에 대한 비교분석	69
V. 결론 및 제언	78
1. 결론	78
2. 제언	81

참 고 문 헌

ABSTRACT

부 록

표 목 차

<표 1> 자료 수집을 위한 서술적 설문조사 및 면담 내용	27
<표 2> 회기 별 진행상황	36
<표 3> 회기별 음악심리치료 활동 내용	37
<표 4> 남편G의 음악심리치료 경험에 대한 구성요소	42
<표 5> 부인K의 음악심리치료 경험에 대한 구성요소	57
<표 6> 가족내담자의 음악심리치료 경험에 대한 구성요소	69
<표 7> 음악심리치료 활동 예시	111

I. 서론

1. 연구의 필요성 및 목적

암환자와 가족은 암의 발견부터 치료의 모든 과정 속에서 심리적 충격 및 두려움과 같은 정서적 변화로 삶의 질 저하를 경험한다. 삶의 질은 만족감, 행복감, 안녕감과 같은 개인의 주관적인 요소에 의해 결정되며, 암환자와 가족의 심리적, 정서적, 사회적 상태를 돌보는 치료적 접근을 통해 관리할 수 있다. 삶의 질과 관련된 치료적 접근은 환자의 치료예후와 생존기간에 영향을 미치는 중요한 역할로 작용하고 있다(국가암정보센터, 2013; 국립암센터, 2009; Ferrell, & Dow, 1997).

암환자와 가족의 삶의 질과 높은 연관성을 가지는 심리, 정서, 사회적 영역의 통합적인 돌봄은 흔히 심리사회적 중재로 일컬어지며 삶의 질 향상을 주된 목표로 삼는다. 심리사회적 돌봄은 주로 호스피스 및 완화의료 기관에서 심리교육, 상담, 명상, 원예치료, 예술치료, 음악심리치료와 같은 프로그램을 통해 이루어지고 있다. 이러한 프로그램은 암환자와 가족의 심리, 정서, 사회적 측면의 어려움을 이해하고 공감하는 지지적 접근으로서 작용하고 있으며(국가암정보센터, 2013; 국립암센터, 2009; 김삼철 외, 2009; 조계화 외, 2015; 배지혜, 2015), 환자의 치료적 상황에 대한 대처능력과 내적 힘을 기르는데 중요한 역할을 하고 있다(이명선, 김종훈, 박은영, 김종남, 유은승, 2010; 조계화, 박애란, 이진주, 2015).

암환자의 심리, 정서적 어려움과 그 필요에 따라 적용된 음악심리치료는 암환자의 우울, 불안과 같은 기분상태에 효과성을 나타냈으며(김은정, 2014), 음악심리치료 경험이 많아질수록 암환자의 삶의 질에 긍정적인 영향을 미치

는 것으로 나타났다(Hilliard, 2003). 다양한 음악심리치료 활동 중 노래자서전 활동은 암환자의 힘들었던 과거에 대한 회상을 통해 두려움과 같은 감정을 정화하고, 자신의 존재가치를 느끼는 시간을 제공하였으며(김경희, 2010), 암환자가 매 회기마다 직접 선택한 선호음악 감상은 환자들의 질병상태와 통증정도에 상관없이 정서와 스트레스에 대한 긍정적 전환의 기회가 되었다(이은혜, 최성은, 2012). 이외에도 음악심리치료 연구자들은 암환자의 필요에 집중된 음악심리치료 활동에 가족이 함께 참여하면서 나타나는 암환자와 가족의 심리적 어려움에 대한 발견을 통해 그들을 함께 돌볼 수 있는 음악심리치료 적용의 필요성과 그들의 필요에 따른 다각적인 음악중재를 제시하고 있다(김경희, 2010; 김유림, 2010; 김은정, 2014; 서한나, 2015; 이해정, 2013).

암환자와 가족의 필요를 충족시키고 그들의 심리, 정서적 어려움을 돕기 위한 음악심리치료가 시행되기 위해서는 암환자와 가족의 개별적 상태를 살펴볼 필요가 있다. 주로 집단 활동으로 이루어지고 있는 음악심리치료는 암환자와 가족이 가지고 있는 복잡한 개념의 심리, 정서적 상태와 필요에 따른 개별적 접근에 한계점을 가진다. 암환자와 가족의 심리, 정서적 상태는 환자의 진단명과 병기, 가족의 상황에 따라 다르게 나타나기 때문에 단순하게 개념화할 수 없다. 따라서 암환자와 가족의 심리, 정서적 도움을 위한 적용은 집단 활동보다 개별적인 접근이 더욱 적합하며 환자와 가족을 위한 체계적이고 다양한 음악심리치료의 적용과 방법의 개발이 요구되고 있다(Avis, Ip, & Foley, 2006; Osborn, Demoncada, & Reuerstein, 2006).

가족만의 시간과 공간에 타인의 개입을 원하지 않는 암환자와 가족을 위한 음악심리치료의 개별적인 접근은 개인의 심리, 정서적 고통에 대한 요구를 충족시켰으며, 암환자와 가족은 음악심리치료 활동에서 자신의 감정을 표현하고 공유하면서 가족 간의 원활한 상호작용을 경험하였다(Demmer, 2004; Krout, 2003). 이러한 음악심리치료는 치료 상황과 필요에 대해 의료

진과의 자유로운 의사소통을 가능하게 하며 암환자의 질병 극복에 대한 원동력을 제공하여 질병을 적극적으로 대처해 나갈 수 있는 자세를 이끌었다. 또한 환자를 돌보는 가족의 스트레스 감소에 영향을 미치고, 환자의 질병 상태에 따라 나타나는 복잡한 감정에 대한 문제를 탐구할 수 있는 기회를 제공하였다(Hanser, 2011; Magill, 2009). 이처럼 암환자와 가족의 심리, 정서적 어려움을 돌볼 수 있는 음악심리치료는 가족의 지지적 역할과 암환자의 질병 극복에 대한 의지를 강화시키면서 가족 전체의 삶의 질에 영향을 미치고 있다.

암환자는 물론 그 가족까지도 돌보는 호스피스 및 완화의료 기관은 음악심리치료의 적용을 통해 삶과 영적의미, 그 외에 가족단위의 역동성과 관련한 접근의 중요성에 집중하였으며(Burns et al., 2015; Choi, 2009; Dvorak, 2011; Magil, 2009), 암환자와 가족을 위한 음악심리치료 적용에 대한 연구의 확장을 언급하고 있다. 국내에서 진행된 암환자와 가족을 위한 음악심리치료 연구는 소아암 환아와 어머니의 음악치료 경험에 대한 질적연구(이찬양, 2015)와 성인 암환자 부부의 응집력 향상을 위한 노래심리치료를 적용한 연구(전혜진, 2009)로 연구의 필요성과 암환자와 가족을 위한 음악심리치료 적용에 대한 중요성을 제시하고 있다. 음악심리치료는 암환자와 가족의 건강관리, 심리, 정서적 지지, 가족과 사회적 관계 개선과 같은 요구의 충족을 통해 그들의 삶의 질에 긍정적인 영향을 미칠 수 있으며, 개별적 필요에 따른 접근을 통해 개인은 물론 가족 모두를 돌볼 수 있다.

국내 의료진은 암환자에 대한 체계적인 간호 및 증상에 대처하는 예방법과 삶의 질을 증진시키기 위해 사회복지사, 음악치료사, 물리치료사, 미술치료사 등 전문 인력을 통한 심리사회적 중재를 요구하고 있으며 이를 통한 암환자의 증상완화를 시도하고 있다(백형원, 김명, 2014; 오복자, 한숙정, 2013; 전미선, 이은현, 문성미, 강승희, 유희석, 2005; 최명주, 2005). 간호학,

가정의학 등 의료 분야에서도 암환자와 가족의 심리, 정서적 어려움에 대한 접근으로서 심리상담 및 예술심리치료의 효과성을 경험하면서 개입의 확장과 필요성에 대한 인식의 변화를 나타내고 있다(이현미, 2011; 정명실, 2012; 정지연, 황은영, 2016). 하지만 암환자와 가족의 삶의 질을 돕기 위한 예술심리치료가 시행 될 수 있는 공간, 정보지원, 재정적 지원의 부족으로 전문 치료사의 개입이 적절히 이루어지지 못하고 있다(박정숙, 오윤정, 2010; 정지연 외, 2016). 이는 암환자와 가족을 위한 심리치료가 시행될 수 있는 치료적 환경의 제공과 전문 인력의 참여로 진행될 수 있는 프로그램의 확장에 대한 요구이며, 보다 전문적인 음악심리치료의 도입과 제도적 개선의 필요성을 시사한다(김은정, 2014; 김은정, 최윤선, 김원철, 김경숙, 2016; 박주영, 2010; Lai, Li, & Lee, 2013).

본 연구는 암환자와 관련된 음악심리치료 연구들을 통해 제시된 암환자와 가족 모두의 심리적 어려움에 대한 음악심리치료 개입의 필요성을 바탕으로 고안되었으며, 다양한 의료계 분야의 연구를 통해 밝혀진 암환자와 가족의 삶의 질에 대한 중요성에 초점을 맞추어 음악심리치료 활동의 목표를 설정하였다. 이에 따라 본 연구는 음악 감상, 즉흥연주, 노래심리치료 등의 다각적인 접근으로 이루어지는 음악심리치료 활동을 암환자와 가족의 상호작용 촉진의 경험으로 국한시키지 않고 개별적인 심리적 어려움에 접근하여 개인의 삶의 질과 가족공동체의 삶의 질에 어떠한 영향을 미치는지를 알아보고자 한다.

2. 연구 문제

본 연구는 작은 사회적 구성원인 가족 내의 암환자 발생으로 심리적, 정서적 어려움에 직면한 암환자와 가족의 삶의 질에 음악심리치료 경험이 어떠한 영향을 미치는지 알아보기 위함이며 연구문제는 다음과 같다.

첫째, 암환자의 음악심리치료 경험은 어떠한가?

둘째, 암환자 가족의 음악심리치료 경험은 어떠한가?

셋째, 음악심리치료 경험이 암환자의 삶의 질에 어떠한 영향을 미치는가?

넷째, 음악심리치료 경험이 암환자 가족의 삶의 질에 어떠한 영향을 미치는가?

Ⅱ. 이론적 배경

1. 암환자와 가족

1) 암환자와 가족의 심리적, 정서적 상태

가족 내 암환자의 발생은 암환자와 가족 모두에게 불안, 우울, 걱정, 두려움, 슬픔, 절망감 등의 심리적, 정서적 어려움을 경험하게 한다(보건복지부, 국립암센터, 2012). 암환자의 3분의 1이 경험하는 심리적, 정서적인 어려움은 불면증, 식욕부진과 같은 증상으로 나타나기도 하며, 이를 지켜보는 가족은 피로감, 스트레스 등의 증상을 경험한다. 이는 암 질병자체에 영향을 주기보다는 암환자의 치료진행 상황에 따른 대처능력에 영향을 미치며 가족의 심리적, 정서적 상태를 더욱 악화시키는 요인이 된다(National Comprehensive Cancer Network, 2016).

암환자는 치료과정 속에서 경험하는 투병생활, 암 세포 전이, 기능의 퇴화와 같은 신체적 고통을 경험하면서 사회적 고립감, 절망감, 정서적 불안, 우울 등의 심리사회적 문제를 동반하게 된다(국립암센터, 2009; 보건복지부, 국립암센터, 2012; 서지영, 이명선, 2015). 그 중 우울, 불안의 정서는 정신과적인 약물 치료를 동반해야 하는 심각한 수준에 이르기도 한다. 이는 질병과 관련한 예상수명에 영향을 주는 요인이 되기도 하며 암을 극복하고자 하는 환자의 의지에도 영향을 미친다(김유진, 김경희, 양선희, 광연희, 2016). 또한 암이 만성질환으로 진행된 암 생존환자는 성공적인 치료로 생존기간이 연장되었음에도 재발에 대한 공포와 불안으로 심리, 정서적 고통을 지속적으로 경험한다. 이는

치료예후에 영향을 미쳐 질병 증상을 악화시키거나 재발과 전이의 결과로 나타나며(하은혜 외, 2010), 암환자의 증상을 곁에서 지켜보며 돌보는 가족의 심리, 정서적 상태에도 부정적인 영향을 미치게 된다.

암환자의 가족은 환자의 암 발병이 환자 개인의 책임이 아닌 가족 모두의 책임으로 받아들여 그로 인한 슬픔과 죄책감, 책임감 등의 심리적 고통을 경험하며 암 질병의 발견부터 환자의 보호자로서 역할을 적극적으로 수행하면서 간호에 동참하게 된다(국가암정보센터, 2015). 이러한 생활의 지속은 가족이 환자를 돌보는 것에 대한 부담감과 신체적인 피로와 스트레스가 가중되어 우울의 정서가 상당히 높은 수준에 이르게 된다(김희승, 2003; 이문경, 윤현숙, 최경원, 2010; 이영선, 2009; Sun et al., 2017). 특히 암이 만성질환으로 진행된 생존환자를 돌보는 가족은 환자의 재발 위험과 치료 상황에 대한 불확실성으로 무력감, 절망감, 불안 등의 증상을 경험하게 된다.

가족은 인간의 정신 건강뿐 아니라 신체질환의 상당부분에도 막대한 영향을 미치는 공동체이며, 환자와 가족이 경험하게 되는 다양한 심리적, 정서적 어려움에 대한 해결에 있어서 중요한 역할을 한다(Given, Given, & Sherwood, 2012; Nausheen & Kamel, 2007). 호스피스 및 완화의료 등 의료 분야에서는 암환자의 질병에 대한 완화와 대처능력 조절 방안을 위해 환자와 그 가족의 심리, 정서적 고통까지 돌보는 중재 개입을 시도하고 있다. 이러한 돌봄은 암환자와 가족의 어려움에 대한 격려와 지지를 통해 환자의 질병 발생 빈도와 위험성을 감소시키고, 가족의 돌봄 역할에 대한 의미를 찾을 수 있도록 돕는다. 또한 암환자와 가족에게 대표적으로 나타나는 정서인 우울감과 사회적 고립감을 감소시키고, 개인의 능력과 에너지를 최대한 발휘하도록 도와 자신뿐만 아니라 타인의 행복까지도 증진시킬 수 있다(조숙행, 2004).

2) 암환자와 가족의 삶의 질

국내 암환자의 70.3%는 5년 이상 생존하는 암 생존환자로 치료가 완료된 경우라도 재발위험 여부에 대한 검사와 정기검진을 지속적으로 진행해야 하는 만성질환자로 분류된다(국가암정보센터, 2016; 통계청, 2016). 이에 따라 의료진은 만성질환자인 암환자의 삶의 질 향상을 이끌고 지속시키는 것에 관심을 가지게 되었으며, 이들을 돌보는 가족의 삶의 질도 함께 돌보아 관리해야하는 주요한 치료적 목표를 가지게 되었다(국립암센터, 2013; 임연옥, 김여진, 윤현숙, 2013; 태영숙, 윤수정, 2006).

치료가 진행 중인 암환자와 가족의 삶의 질은 환자의 증상 정도와 가족간의 관계, 개인의 심리, 정서적 상태에 따라 영향을 받는다. 암환자의 불안, 스트레스, 재발에 대한 염려는 삶의 질과 밀접한 관련성을 가지며, 가족은 환자를 돌보는 역할과 관련된 신체적 건강문제와 정신적 문제, 대인관계의 변화, 대화의 회피, 심리적 위축으로 심리사회적 영역에 대한 미충족 요구를 나타냈다. 이러한 암환자와 가족의 심리, 정서적 어려움은 가족 모두의 삶의 질을 위협하고 있으며, 가족지지는 환자의 삶의 질에 영향을 미치는 중요한 요인으로 작용하였다(김혜진, 2014; 양은영, 김영아, 2015; 전영희, 2010). 환자의 질병 진행속도와 치료 방향에 대한 염려, 재발과 전이에 대한 두려움은 삶에 대한 확신과 의미 있는 삶에 대한 불확실성을 제공하였으며, 환자를 돌보는 가족의 지지적 역할 수행과 환자의 삶의 질에 영향을 미치게 되었다. 이처럼 암환자와 가족의 삶의 질은 상호적으로 작용하고 있으며 가족관계가 곧 개인의 삶의 질과 연관된다(김승남 외, 2010; 김춘길, 1997; 박주영, 2010; 이문경 외, 2010; 한경희 외, 2005).

삶의 질은 신체적, 심리적, 정서적, 사회적, 영적 영역을 포함하는 다차원적인 개념으로 개인의 상황과 주관적인 인식에 따른 만족감 혹은 안녕감으

로 정의할 수 있다(변혜선, 김정덕, 정복례, 김정혜, 2010; 송광례, 하춘광, 김효순, 2010; Ferrell et al., 1997; Lim, & Zebrack, 2006). 세계보건기구(WHO)에서는 삶의 질에 대한 개념적 논의와 이를 평가하기 위해 삶의 질의 하위 구성요소를 신체적 건강, 정신적, 독립의 수준, 사회적 관계, 환경적 측면, 영적, 종교적, 개인의 신념으로 분류하였다(1997). 이러한 삶의 질에 대한 개념은 일반적인 건강의 개념과 관련해 그 중요성이 강조되고 있으며 암 생존환자의 삶의 질 관리에 대한 관심이 높아지고 있다.

암환자의 삶의 질은 미국의 국립암연구소(NCI, 1990)의 삶의 질 측정법을 바탕으로 신체적 안녕, 심리적 안녕, 사회적 안녕 및 영적 안녕으로 분류되었으며(Ferrell, Hassey, Leigh, Ly, & Gulasekaram, 1995), 이를 통해 암환자의 삶의 질에 대한 측정과 평가가 용이하게 되었다. 신체적 안녕은 암환자의 증상조절과 경감, 신체적 기능 유지 및 독립적인 활동 유지를 통해 증진될 수 있으며, 심리적 안녕은 암환자로 하여금 정서적인 통제감과 삶의 긍정적인 태도를 갖게 하는 것으로 증진될 수 있다. 사회적 안녕은 지지그룹을 통한 사회적 관계개선을 통해 돌볼 수 있으며, 영적 안녕은 암환자로 하여금 질병에 대한 불확실성에서 벗어나 희망을 유지하게 하고 삶의 의미를 갖게 하는 개인의 신앙과 영적간호 중재로 향상될 수 있다.

미국임상종양학회(ASCO)는 완화의료의 치료적 환경에 대한 가이드라인에서 환자와 가족 모두를 포함하는 삶의 질 측정과 관리를 제시하고 있다(2012). 암 생존환자와 가족의 삶의 질 관리는 과거 암 진단만으로 생존기간이 정해지던 암환자 중심의 치료적 환경에서 벗어나 암 생존환자와 가족, 그 주변의 어려움까지도 살피는 전인적인 관리의 확장을 의미한다(National Coalitions for Cancer Survivorship, 2016). 암환자와 가족 모두를 포함하는 돌봄은 신체, 심리, 사회, 영적 요구의 다차원적인 개념들에 대한 통합적인 관리 차원의 가족 지지와 사회적 지지프로그램을 통해 이루어지고 있으며,

암환자와 가족의 우울, 불안감, 무력감, 소외감, 부담감과 스트레스에 따른 심리사회적 상태에 긍정적인 영향을 주어 삶의 질 향상을 돕는 것으로 나타났다(배미형, 2016; 보건복지부, 국립암센터, 2012; 송광례 외, 2010; Nausheen, & Kamal, 2007).

2. 암환자와 가족을 위한 프로그램

1) 암환자와 가족을 위한 심리치료

암환자와 가족은 암이라는 질병으로 인한 심리, 정서적 고통을 경험하면서 삶의 유지, 상황 대처능력에 대한 원활하지 못한 심리, 사회적 기능을 나타낸다. 암환자를 대상으로 하는 의료기관은 개인의 어려움에 대한 이해와 가족체계, 환자의 주변 환경과 관계에 관심을 가지고 암환자와 가족의 심리, 정서적 역동을 돌보고 변화를 시도하는 다양한 심리치료 프로그램의 지원을 시도하고 있다(국립암센터, 2009; 이경순, 민영춘, 2008).

개인의 정서적 어려움에 대한 이해를 바탕으로 공감적이고 지지적인 환경을 제공하고 있는 심리치료는 암환자와 가족의 어려움에 대한 다각적 측면에서의 삶의 질 향상을 주요 목표로 삼는다(Lederberg, Greenstein, & Holland, 2015). 심리치료는 환자의 질병으로부터 시작된 심리, 정서적 고통을 관리하여 치료 상황에 대한 심리적 변화에 대처하고 수용하는 능력을 증진시키기 위해 적용되고 있다. 의학적 치료와 심리치료의 병행은 환자의 심리, 정서적 고통에 대한 감소를 이끌고, 암환자와 가족의 다양한 심리, 정서적 어려움과 사회적, 영적 측면에 작용하여 질병에 대한 치료적 효과를 증진시킨다. 이러한 심리치료의 적용은 삶의 질에 대한 예측을 가능하게 하며

암환자와 가족이 환경을 스스로 개선해 나갈 수 있는 방향을 제시하고, 개인에게 필요한 변화를 발견해 내도록 도와 치료적 효과를 높이는데 매우 중요하게 작용하고 있다(박다정, 2016; 보건복지부 외, 2012; McGregor & Antoni, 2009).

암환자와 가족을 위한 심리치료 프로그램은 심리상담, 원예치료, 심리적 간호중재, 심리사회적 중재 프로그램, 표현적 글쓰기치료 등이 있다. 이러한 심리치료 프로그램은 암환자와 가족의 심리적 안녕감과 삶의 질 향상을 주제로 적용되고 있다. 암환자와 가족은 심리치료를 통해 질병에 대한 두려움, 우울, 스트레스 등 정서적 고통의 개선과 치료 상황에 대한 대처기술 향상, 감정 표현의 증진, 질병에 대한 인식변화, 희망의 증진, 삶의 질 향상 등의 효과성을 경험하였다(국가암정보센터, 2013; 김문돌, 조성제, 2014; 김연희, 2013; 김호찬, 문창우, 박시성, 1999; 신영원, 현명호, 2014; 신현미, 2014; Burton, & Watson, 2003; Gallagher et al., 2017).

암환자의 심리, 정서적 고통과 삶의 질에 미치는 영향에 대한 심리적 간호중재 프로그램은 암환자의 심리, 정서적 고통과 불안 감소에 효과적이었다(김연희, 2013). 원예치료는 식물을 키우며 생명을 다루는 활동을 통해 암환자의 심리적 안정감을 찾을 수 있도록 도왔고, 식물을 가꾸기 위한 신체적 활동이 증가하면서 암환자의 정서적인 회복에 영향을 미치는 것으로 나타났다(오경옥, 강문희 정관숙, 2012). 이외에도 암환자와 가족에게 적용되는 심리치료는 암환자의 치료진행 상황에서 가족 모두가 경험하는 심리적 어려움을 돕고 있으며, 암환자의 희망증진을 위해 적용되고 있다(신현미, 2014).

국내 암환자와 가족의 심리, 정서적 어려움과 필요에 대한 돌봄이 이루어지고 있는 호스피스 및 완화의료를 포함한 의료시설의 환경적인 문제는 재정적 지원체계가 미흡하여 전문 인력의 활동이 제한적이며, 법적으로도 심리치료 프로그램의 도입이 체계화 되지 못하고 있다(경민호, 장유미, 한경

회, 윤영호 2010; 이건설, 주지수, 김정희, 김건엽, 2008; 한옥선, 2011). 이에 따라 호스피스 및 완화의료 기관은 암환자의 질병 진행에 따른 완치, 수명 연장, 완화에 중점을 두었던 과거의 치료적 환경에서 벗어나 환자의 임종 전과 사후의 가족까지도 돌보는 것을 모두 포함하는 다양한 심리치료 프로그램 개입을 위한 치료적 환경의 개선을 추진하고 있다(국립암센터, 2011; 보건복지부 외, 2012).

2) 암환자와 가족을 위한 예술심리치료

예술심리치료는 예술을 매개체로 하는 표현활동을 통해 희노애락, 걱정, 불안, 고뇌 등 인간의 심리적 상태를 반영할 수 있도록 도와 심리, 정서적 변화를 끊임없이 시도한다. 예술적 표현활동이 인간의 생존문제와 절대적인 관계를 가지진 않지만, 인간사회와 깊숙이 연관되어 있으며 인간의 표현활동을 이끌어 치료적 효과를 나타내는 하나의 활동으로 자리 잡고 있다(이근매, 2010). 예술은 인류시작과 함께 자연스럽게 인간과 관계를 맺어왔다. 고대인들은 노래하고 춤추며 북을 두드렸으며, 모래로 그림을 그리고 일상생활에 필요한 물건을 만들었다. 그들은 정신적 믿음에 대한 찬미를 위해 음악과 미술과 같은 예술적 매개체를 사용했으며 예술적 표현과 경험을 통한 정신적 치유가 일어나기도 했다(Williams, 2010).

암환자와 가족을 대상으로 이루어지는 예술심리치료는 음악심리치료, 표현적 글쓰기치료 등이 있으며 암환자와 가족의 심리, 정서적 이슈와 가족과의 관계 상태에 접근하여 가족 간의 의사소통, 가족 모두의 삶의 질에 영향을 미치고 있으며 의미 있는 삶을 이끌어 유지할 수 있도록 돕고 있다(김혜정, 고수진, 2014; 노진아 외, 2016; 박다정, 2016; 신유현, 2012; 오경옥 외, 2012; 이명선, 2010; 이태연, 권윤희, 2014; 한경희 외, 2005; Northouse,

Katapodi, Song, Zhang, & Mood, 2010). 미술치료는 가족단위의 접근으로 이루어졌으며, 가족 간 관계와 개인의 삶을 되돌아보고 환자와의 남은 시간과 삶에 대한 소중함, 자신의 행복을 깨닫는 시간을 제공하였다. 암환자와 가족은 미술치료 참여를 통해 오랜 기간 억눌려있던 감정을 표현할 수 있었으며 분노와 두려움과 같은 부정적인 정서 조절에 영향을 미치는 것으로 나타났다(노진아 외, 2016; 단정수, 장엽집, 2013). 암환자의 가족을 위한 표현적 글쓰기 치료는 가족이 돌봄을 통해 경험한 정서적 고통을 자유롭게 서술하고 공개하면서 돌봄 부담감이 감소되었으며 심리적 안녕감이 증가하였다(신영원 외, 2014).

이처럼 정서적 지지 측면에서 매우 큰 도움이 되고 있는 예술심리치료는 암환자와 가족의 심리적 어려움을 돌보고 삶에 대한 휴식과 안녕감 증진에 효과적이었으며, 내적 치유나 내적 통합을 포함하는 예술심리치료 활동은 개인의 가치와 희망을 확인하는 의미 있는 시간을 제공하였다(국가암정보센터, 2013). 이렇게 예술심리치료를 통한 개인적인 희망의 경험은 지지적인 구성체인 가족의 삶이 상호 영향을 주고받아 암환자와 가족의 삶의 많은 부분이 서로에게 긍정적인 영향을 미치도록 돕는다(보건복지부 외, 2012).

3. 음악심리치료

1) 음악심리치료 정의

음악심리치료는 음악치료와 심리치료가 결합된 형태로 내담자가 가진 감정 또는 정서 결핍과 같은 개인내적 문제와 이로 인한 관계적 문제에 초점을 두고, 내담자의 내적 자원과 힘이 실현되도록 음악활동을 통해 돕는 전

문화된 치료 영역이다(정현주 외, 2010; Bruscia, 2003). 음악심리치료에서 내담자의 필요에 의해 세워진 치료목표를 달성하기 위해 노래 부르기, 악기 연주, 작곡, 즉흥연주 등의 음악 활동이 적용되며, 이러한 음악적 경험은 내담자의 심리, 정서적 차원의 내적 의미를 찾을 수 있도록 돕는다(김선영, 2016; 정현주, 2011). 내담자는 치료사와 함께 다양한 치료적 음악을 공유하면서 미해결된 심리적 문제에 접근하여 자신의 정서를 인식하고 표현할 수 있는 기회를 가지며, 음악적 상호작용을 통한 정서적 교감과 재경험을 통해 음악 환경 안에서 심리적, 정서적 어려움에 대한 지지적 경험을 할 수 있다.

음악심리치료의 주된 목적은 내담자의 기능적인 능력을 강화하거나 기술을 습득하기보다는 음악, 치료사, 내담자의 관계를 통해 자신의 문제를 인식하고 이를 스스로 해결할 수 있도록 돕는 것이다(정현주 외, 2010). 음악, 치료사, 내담자의 관계는 상호적 음악경험을 통해 개인에게 일어나는 정서적 반응을 주고받으며 서로에게 영향을 미친다. 치료 상황에서 연주되는 음악이 상호 교환적인 전이의 형태로 나타나며 이는 내담자와 내담자, 내담자와 치료사, 내담자와 음악, 음악과 치료사의 복잡한 관계에 적용된다(Bruscia, 2006). 이처럼 복잡한 관계의 적용을 통해 나타나는 음악은 언어를 통한 해석으로 그 의미를 심층적으로 파악할 수 있으며, 음악과 언어의 결합을 통해 이루어지는 음악심리치료는 성인 및 암환자의 심리, 정서적인 어려움에 대한 행동을 조절하고 의사소통 및 사회 기술의 증진을 돕는다(황은영, 정은주, 이유진, 2014).

Bruscia(2006)는 음악심리치료를 음악적 경험과 언어의 사용에 따라 ‘치료에서 음악’과 ‘치료로서 음악’으로 분류하였으며, 내담자의 필요에 의해 설정된 음악활동의 목적과 음악의 치료적 역할이 치료사의 철학적 관점과 관련하여 구성될 수 있도록 하였다. 치료에서 음악은 음악과 언어의 사용이 번갈아 일어나거나 동시에 일어나면서 치료적 이슈가 제기되고 변화하며 해결

된다. 언어의 사용은 치료 과정에서의 음악적 경험에 대한 감정적 통찰, 확인 및 규명을 위해 적용되며 언어가 음악적 경험보다 상당 부분을 차지한다. 음악은 내담자의 언어적 표현을 위한 촉진 역할을 하며 치료 목표를 달성하기 위한 도구로서 사용된다. 치료로서 음악은 음악을 만들거나 감상하는 과정을 통해 치료적 이슈가 제기되고 음악적 활동이 역동적으로 변화하면서 해소된다. 이때 언어는 사용되지 않을 수 있으며 내담자가 경험하는 음악 그 자체가 치료의 과정이 된다. 이러한 음악적 경험과 언어적 개입에 따른 음악심리치료의 구분은 치료사의 철학과 기법에 따라 다양한 치료적 역할을 하며 내담자에게 적용되고 있다(정현주 외, 2010).

음악심리치료에서 사용되는 기법은 즉흥연주, 음악 감상, 노래를 활용한 노래 부르기, 노래 만들기, 노래가사토의 등의 활동이 있다. 이 중 즉흥연주는 본질상 자신의 고유한 관점과 배경 및 가치를 지니고 ‘지금-여기에서’ 일어나는 상호작용을 바탕으로 이루어지며 내담자의 참여를 증가시킨다. 내담자는 자신의 감정이나 생각을 연주를 통해 표현하면서 자신의 숨겨진 감정이나 생각을 인식하고 표현하는 과정을 통해 사회적 기술과 자기 변화를 경험하게 된다(황은영 외, 2014; Bruscia, 2003). 즉흥연주를 통해 나타나는 내담자의 음악적 경험, 치료적 과정 및 결과물은 내담자의 역동에 의해 결정되는 특징을 가지는데, 치료사는 이러한 즉흥연주에서 내담자가 선택하는 악기, 연주방법, 참여수준을 관찰하면서 내담자의 이슈를 탐구할 수 있다. 음악심리치료에서의 즉흥연주는 대화를 주고받는 언어적 심리치료 기법 보다는 상호적 음악경험이 동시에 일어날 수 있기 때문에 치료사와 내담자가 함께 한다는 관계적 동시성을 제공하는 대표적인 치료방법이다(Wigram, 2006).

음악 감상은 크게 긴장이완과 심리적 안정감을 이끌어 내담자가 음악심리치료 환경에 적응하는 것을 돕는다. 음악 감상을 통해 내담자는 내면의 감

정에 집중할 수 있으며, 과거 회상을 통해 기억을 떠올릴 수 있다. 또한 내담자의 정서와 감정을 변화시키거나 현재 가진 감정을 강화시키는 데 사용된다. 음악심리치료 환경에서 감상을 위한 선곡은 치료사가 선택하는 것 보다 내담자가 직접 선택한 음악에서 더 큰 정서변화를 기대할 수 있다(이은혜 외, 2012; 정현주 외, 2010). 이러한 내담자 중심의 치료적 환경은 내담자가 온전히 음악 감상에 집중하며, 음악을 지속적으로 들을 수 있는 원동력이 되기도 하며 감상을 통한 위안과 지지는 내담자의 정서 변화에 크게 영향을 미친다.

노래는 인간이 가장 흔하게 접할 수 있는 음악 매개체로 내담자는 노래를 통한 음악적 접근을 친숙하게 받아들여 음악심리치료 활동에 적응할 수 있도록 돕는다. 노래는 언어와 음악적 표현이 동시에 사용되는 특징을 가지고 있으며 내담자의 인지와 감성을 동시에 자극할 수 있는 음악활동이다(정현주, 2005). 음악심리치료에서는 노래 부르기, 노래 회상, 노래 만들기 등의 노래활동이 내담자의 치료적 목표에 따라 적용된다(정현주 외, 2006). 노래 부르기 활동은 내담자와 치료사가 음악심리치료 환경을 보다 친밀한 환경으로 만들어 가도록 도우며 내담자의 무의식적 감정이 담긴 노래의 사용은 내담자의 내적 문제에 접근할 수 있는 환경을 제공하여 문제해결의 기회가 되기도 한다(Austin, 2010). 언어를 통해 직접적인 표현을 담아낼 수 있는 노래 만들기 활동은 내담자가 노래 가사 속에서 자신의 모습을 객관적으로 발견하도록 도우며 자신의 감정과 생각을 구체적으로 살펴볼 수 있도록 한다(Schmidt, 1983). 노래는 인간의 감정을 표현하는 방식이며 과거를 회상하고, 현재를 고찰하며, 미래에 대한 꿈을 이야기 할 수 있도록 돕는다(Bruscia, 2006).

2) 암환자와 음악심리치료

음악심리치료는 음악적 표현과 경험을 통해 암환자의 심리, 정서, 사회적 어려움에 접근하여 그들의 삶을 의미 있게 이끌 수 있도록 돕는다. 암환자를 위한 음악의 치료적 접근은 신체적 증상에 적용한 음악과 심리사회적 기능에 적용한 음악으로 나누어 살펴볼 수 있다(서한나, 2015). 여기서 음악심리치료로 분류할 수 있는 심리사회적 기능에 적용한 음악은 심리적 지지, 사회적 상호교류, 자기표현 증진, 인지전환을 통해 최종적으로 암환자의 삶의 질에 영향을 미친다.

암환자를 위한 음악심리치료 적용은 심리적 증상 완화 뿐 아니라 삶의 질과 대처전략에 관해 밝히고 있다(Allen, 2010; Maureen, Linda, Darlene, Clement, & Ona Z, 2001). 음악심리치료를 경험한 암환자 그룹과 호스피스 간호만 받은 그룹을 비교했을 때, 삶의 질 수준에서 음악심리치료를 경험한 그룹이 유의하게 높은 결과를 나타냈다(Hilliard, 2003). 암환자가 직접 선택한 선호음악을 감상하는 음악심리치료 활동은 방사선치료 중인 환자의 증상 조절과 심리, 정서적 고통을 환기하도록 돕는 긍정적 자극이 되었으며, 우울, 불안과 같은 정신적 증상에 작용하여 암환자의 안정감과 심리적 지지에 도움이 되었다(Daykin, Bunt, & McClean, 2006; Magill, 2000). 선호음악 감상은 암환자의 심리적 불안과 치료관련 고통 감소에 영향을 미쳤으며(Clark et al., 2006), 암환자의 심리상태에 편안함을 제공하고, 통증으로부터 주의전환을 이끌어 의사소통 개선 및 긴장을 이완시키고 암환자들의 욕구를 채워 줄 수 있는 중재로 적용되었다(서바른, 홍해숙, 2010; Hilliard, 2005).

음악적 표현 중에서도 가장 쉽고 편하게 접할 수 있는 노래를 활용한 노래심리치료는 암환자의 인지전환과 표현증진을 돕기 위해 적용되고 있다. 노래의 가사를 통한 표현이 암환자의 감정적 표현을 도왔으며 자신의 감정

을 객관적으로 바라볼 수 있도록 하였다. 노래가사의 창작활동을 통한 음악적 완성은 암환자의 성취감과 만족감을 이끌었다(김유림, 2009; 박다정, 2016). 목소리를 직접적으로 사용하는 가창활동은 암환자의 내재된 감정들을 스스로 탐색하고 표현할 수 있도록 하였으며, 심리적 안정감 증진을 도모하여 질병으로 인한 불안, 통증지각, 불쾌함 등의 정서에 도움이 되었다(오지은, 2015). 노래 만들기와 재창작의 경험, 감상을 통한 음악심리치료 적용은 암환자의 우울 불안 감소 및 활력증진에 긍정적으로 작용하였다(김은정, 김경숙, 2014). 말기 암환자의 인생회고를 위한 노래심리치료의 적용은 인생을 가치 있는 삶으로 평가하고 수용하도록 도왔으며 과거를 회상하고 정화할 수 있는 기회를 제공하여 현재와 미래의 고통에 대한 두려움에서 벗어날 수 있도록 하였다(김경희, 2010; 김유림, 2009).

3) 암환자와 가족을 위한 음악심리치료

암환자와 같은 만성질환자들은 가족에게 매우 의존적이며, 가족의 지지적 태도와 심리, 정서적 상태에 따라 치료에 직접적인 영향을 받는다(국가암정보센터, 2013). 가족과 환자는 개인의 심리, 정서적 상호작용을 통해 서로에게 영향을 주고받는 공동체이며, 서로의 삶에 영향을 미친다. 개인의 심리, 사회, 영적 영역을 아우르는 전인적인 접근으로서 적용되는 음악심리치료는 가족 개인의 신체적 기능은 물론 정신기능의 향상을 이끌고 개인의 삶의 질 향상을 추구한다(최병철, 2006).

국내 가족단위를 대상으로 진행된 음악심리치료는 암환자와 가족(이찬양, 2015; 전해진, 2009) 외에도 다양한 환경에 처한 가족에게 적용되었다. 뇌졸중 노인부부를 위한 음악심리치료는 음악의 노래에 적용되는 가사와 같은 언어적 요소와 악기연주로 이루어지는 비언어적 요소의 접근을 통해 부부의

상호작용에 긍정적인 변화를 이끌었다(한정아, 2005). 치매어머니와 딸이 경험한 음악심리치료는 치매어머니를 회피하던 딸이 음악적 경험 안에서 어머니와 만나고 직면할 수 있도록 도왔으며, 딸에게는 가족의 의미를 되새기고 자신의 문제를 스스로 표출하는 경험이 되었다. 이러한 표출과 자기인식의 과정은 삶을 유지할 수 있는 힘의 원동력으로 작용 하였다(이인애, 2009). 아동을 포함한 가족단위의 음악심리치료는 한부모 가정의 어머니와 자식 간의 경청하고 공감하는 의사소통의 변화를 치료적 음악 만들기 활동을 통해 이끌었으며(이나경, 2011), 장애가 있는 형을 가진 비장애 동생의 즉흥연주 경험은 형에 대한 배려, 이해, 존중, 인정, 친밀감 등을 일깨워 형제간의 관계가 개선되었다(김은혜, 2011). 이처럼 가족단위의 음악심리치료 적용은 가족 모두의 심리, 정서, 사회적 측면의 어려움에 대한 다각적인 접근이 용이 하여 암환자와 그의 가족까지 격려하고 지지하는 역할로 작용하고 있다. 암환자와 가족을 위한 음악심리치료는 그들의 우울감과 사회적 고립감 감소, 의사소통과 자아표현의 향상, 삶의 회상과 추억의 자극 및 긴장이완을 돕는 총체적인 돌봄으로 이루어지고 있다(정현주 외, 2010; Dileo & Loewy, 2005).

암환자와 가족을 위한 돌봄은 주로 호스피스 완화의료에서 이루어지고 있으며, 암환자와 가족은 호스피스 및 완화의료 돌봄에서 환자의 죽음을 받아들이는 과정에 대한 정서적 지지를 요구하였다(강경아, 김신정, 김영순, 2004; 강경아, 김신정; 2005). 이러한 요구를 충족시키는 음악심리치료의 적용은 국내의 호스피스 및 완화의료 기관 중 46.8%의 기관에서 시행되고 있으며(김은정, 최윤선, 김원철, 김경숙, 2016), 암환자와 가족이 가진 독특한 역동에 대한 선호음악의 활용과 언어적 표현이 가능한 노래, 비언어적 표현의 특징을 가진 즉흥연주, 심상유도음악 기법을 활용한 감상을 통한 적절한 개입으로 이루어지고 있다.

선호음악의 적용은 암환자와 가족의 불안, 피로, 우울의 정서를 감소시키고 심리적 안정에 도움을 주고, 집중도 높은 참여를 이끌어 음악적 경험에 대한 효과를 극대화 시킨다(이은혜 외, 2012; Clark et al., 2006). 노래심리치료는 암환자와 가족의 다차원적인 피로와 정서적인 불안을 감소시키고 삶의 균형을 회복하도록 도우며, 가사에 감정을 투사하여 회상하는 과정을 통해 삶을 재정립할 수 있도록 돕는다(김경희, 2010; 이해정, 2013). 즉흥연주는 내면의 감정을 인식하고 표현할 수 있도록 도우며, 암환자와 가족의 의사소통과 상호작용의 기회를 제공한다. 음악 감상은 암환자와 가족이 음악 환경에 보다 쉽게 적응할 수 있는 신체적, 심리적 이완을 도우며, 감상을 통해 불러일으켜진 이미지는 내면의 문제를 발견하고 재정립할 수 있는 기회가 되기도 한다(정현주 외, 2010). 암환자와 가족의 상황과 필요에 따라 수동적 혹은 능동적 참여가 가능한 음악심리치료의 적용은 가족관계 개선, 인생회고의 시간을 제공하며, 심리, 정서, 사회적 측면 모두를 포함하는 삶의 질 향상을 이끌어 유지할 수 있도록 돕는다(김유진 외, 2016; 이문경 외, 2010; 정현주 외, 2010; Miller, 1994).

암환자와 가족은 음악심리치료에서 경험하는 음악적 활동을 통해 정서적인 안정감과 긍정적인 의사소통 축진의 결과로 가족 간의 관계 회복을 이루었다(도정은, 2010; Miller, 1994; Gordon & Clements, 2013). 가족은 환자와 음악심리치료에 함께 참여했을 때 환자의 참여 모습을 보며 공감적 기쁨을 경험하였고 환자를 지속적으로 돌볼 수 있는 역량을 가질 수 있게 되었다. 이처럼 음악 안에서 자신을 발견하고 타인까지도 만날 수 있는 경험은 가족 간 관계증진과 더불어 암환자의 치료적 상황에 따른 환자와 가족의 심리, 정서적 어려움을 돕고 삶의 질에 긍정적인 영향을 미치고 있다(Magill, 2011). 암환자와 가족을 대상으로 이루어진 음악심리치료 연구 중 소아암 영역에서 이루어진 음악심리치료 적용은 암환아의 어머니가 현실을 인정하

고 받아들이는 과정을 통해 정서적인 안정감을 찾게 되었으며, 암환아 역시 안정감을 가지고 행동의 변화를 나타냈다(이찬양, 2015). 또한 암환자 부부를 대상으로 이루어진 노래심리치료는 활발한 언어적 반응을 이끌었으며 가족의 정서적 유대에 영향을 미친 것으로 나타났다(전혜진, 2009).

Ⅲ. 연구 방법

1. 질적 연구

본 연구는 암환자와 가족의 음악심리치료 경험이 삶의 질에 미치는 영향에 대한 의미를 질적 연구를 통해 알아보고자 한다. 질적 연구는 창의적인 연구 문제를 다루는 특성을 가지며, 개인의 경험, 개인적인 관계에 초점을 맞추어 주관적인 시점을 중심으로 이루어진다(Bruscia, 1995). 연구자는 연구가 진행되는 동안 연구 참여자와 관계를 맺으면서 자연스러운 상황 속에서 개인의 반응에 대한 자료를 수집하며 개인 경험에 의해 도출되는 내용의 의미와 구조를 밝히고자 귀납적 접근을 통해 자료를 분석한다(신경림, 2004; 이미영, 1999).

연구 참여자의 내적 경험에 중점을 두는 질적 연구는 언어적 정보에 관한 자료 수집을 위해 형식적, 비형식적 면담을 진행하며, 면담의 내용을 통해 참여자의 경험을 발견하고 조직하여 해석하는 절차를 거친다(Bruscia, 1995). 면담은 연구자가 연구 참여자의 기본적인 지식이나 정보를 알아내고자 하는 조사 과정이 아니며 면담을 통해 참여자와 연구자 모두 연구 주제에 접근하여 보다 확대되고 심화된 이해를 통해 새로운 의미의 발견을 경험하는 것이다. 면담의 순서는 가장 기본적인 질문으로 시작하여 반구조화된 질문으로 진행하며, 참여자와의 관계가 친밀해지고 자연스러워진 조건에서 구조화된 개방적 질문을 하는 것이 좋다(Creswell, 2015). 연구자는 연구 목적에 부합하는 내용에 초점을 맞추어 질문을 하되 연구자의 주도적인 면담 방향과 통제는 최소한으로 한다. 반구조화 된 질문에는 감추어진 문제에 중점을 둔 면담 지침이 포함되어야 하며 연구자는 개방적 질문에 대한 참여자의 의미에 주의를 기울여 자료를 분석해야 한다(박순 외, 2016). 또한 연구자의 일기는 경험적 자료를

분석하는 데 좋은 해석적 실마리를 제공할 수 있다(유혜령, 2015).

본 연구에서는 암환자와 가족의 음악심리치료 참여에 대한 개인의 경험이 삶의 질에 미치는 영향을 연구 참여자의 언어적 표현을 통해 그 의미를 알아보고자한다. 따라서 개별적 반응과 독특성을 심층적, 통합적으로 살펴보기 위해 다음과 같은 절차를 통해 질적 분석하였다. (1)연구자는 연구 참여자의 음악심리치료 활동과 면담 내용이 녹음된 음성 파일을 반복하여 검토하였으며, 연구 참여자의 언어적 표현을 그대로 기술하여 필사본을 작성하였다. (2)필사본의 반복 검토와 연구자의 로그를 비교분석하여 선정된 연구 참여자의 경험에 대한 의미단위를 주제별로 구분하여 하위범주를 도출하였다. (3)도출된 하위범주를 주제별로 통합하여 연구자의 언어로 범주화가 이루어졌다. (4)각 범주에 대한 해석과 결론에 대한 신뢰성을 갖기 위해 평정자와 의견을 나누었으며, 의견을 조합해 나타난 최종적인 범주를 연구 참여자의 개별적 관점과 공통적 관점으로 분류하여 기록하였다.

2. 연구 참여자

1) 연구 참여자

본 연구의 참여자 선정은 경기도 소재 A대학병원의 IRB승인을 받은 연구 대상자 모집 공고를 통해 모집되었다. 공고문은 승인 일인 2016년 10월 11일부터 원내 게시판에 게시되었으며 자발적으로 연구 참여에 의사를 밝힌 암환자와 가족을 대상으로 이루어졌다. 연구 참여자 선정 기준은 암 진단을 받고 외래진료를 받으며 암센터를 방문하는 암환자와 가족을 한 팀으로 구성하였으며, 음악심리치료에 참여하기를 동의한 암환자와 가족을 이하 가족

내담자로 정리 하였다.

본 연구에 참여 의사를 밝힌 가족내담자는 총 두 팀으로 한 팀은 환자의 진료상황 문제로 연구 대상자에서 조기 탈락하여, 총 10회기의 음악심리치료 활동에 참여한 가족내담자는 한 팀이었다. 가족내담자의 현재 가족 구성원은 암환자인 73세의 남편G와 가족인 65세의 부인K이다.

(1) 암환자 참여자 남편G

암환자인 남편G는 4년 전 폐암이 발병되어 1기 판정을 받았으며 현재는 6개월에 한번씩 CT촬영을 하며 정기적인 진료를 받고 있다. 또한 A대학병원 암센터에서 진행하는 프로그램에 꾸준히 출석 하며 심신을 돌보는 일에 힘쓰고 있다. 남편G는 모든 일에 긍정적인 자세로 임하는 성격의 소유자이며 배움에 있어서 노력하는 모습으로 칠십 평생을 살아왔다고 하였다. 또한 남편G의 음악에 대한 열정은 라디오를 통해 음악적 지식에 대한 정보를 얻거나 합창단원으로 있으면서 음악과 친숙한 삶을 만들기 위한 노력으로 이어지고 있었다. 이러한 음악적 관심은 음악심리치료에 참여하게 된 계기가 되었으며 음악으로 이루어지는 활동에 대한 기대를 가지고 있었다.

(2) 가족 참여자 부인K

가족인 부인K는 남편G의 발병 이후 4년간 가족보호자로서의 역할을 담당하였다. 암 발견당시에는 이 나이에 일어날 수 있는 일이라고 생각하며 순응적인 태도로 그 상황을 받아들였지만 투병생활이 길어질수록 자신이 헤줄 수 있는 것이 아무것도 없다는 것에 대한 무기력과 같은 심리적 어려움을 경험하게 되었다. 현재 부인K는 남편G의 수술이후 회복되는 모습에 만족하며 삶을 살아가고 있으며 남편G의 정기진료에 병원에 동행하고 있었다. 또한 남편G의 요청으로 음악심리치료에 함께 참여하기 위해 총 10회를 남편G

와 암센터에 출석하였으며 음악에 대한 애착과 어린 시절의 음악적 경험이 음악심리치료에 참여할 수 있는 계기가 되었다고 하였다. 부인K는 평소에도 어려운 상황에 대해서 부정적인 마음을 가지기 보다는 그 상황을 받아들이기 위해 노력하며 살아왔다고 했으며, 음악심리치료 시간을 통해 내면의 모습을 발견하고 표현할 수 있었다.

2) 윤리적 고려

질적 연구에서 연구자는 참여자들을 윤리적으로 보호할 책임이 있다. 기본적인 규범들은 연구 참여자에게 해를 끼치지 않을 것, 정직할 것, 자주적 일 것, 사생활을 보호할 것 등이다(Dileo, 2005). 연구대상자를 최대한 존중하며 그들의 신뢰를 잃지 않아야 하며, 익명성과 신원보장이 확실해야 한다. 또한 대상자들에게 손상을 입혀서는 안 되며, 연구 참여과정 중에 대상자들의 생활이 방해받지 않도록 해야 한다(Berg, 1989).

본 연구는 가족내담자의 자발적인 참여를 통해 연구가 시작될 수 있었으며 음악심리치료가 시작되기 전 사전면담부터 진행되었다. 사전면담에서는 연구의 목적과 필요성 및 성격, 음악심리치료의 진행 절차 등에 대한 정보를 제공하였다. 이에 연구 참여를 동의한 가족내담자는 연구를 위한 자료로 쓰일 면담내용 및 음악심리치료 활동 진행 상황에 대한 녹음과 연구 자료의 사용 및 폐기 기간이 기재되어있는 동의서를 작성하였으며, 연구자는 음악심리치료 활동이 진행도중이라도 가족내담자의 상황에 따라 연구진행을 중단할 권리가 대상자에게 있음을 알렸다.

3. 연구 설계 및 절차

1) 연구 기간

본 연구는 2016년 12월 5일 가족내담자의 동의서 작성 및 사전 설문조사 이후 2016년 12월 14일부터 2017년 1월 19일까지 주1회~2회로 진행되는 총 10회기의 음악심리치료가 시행되었다. 음악심리치료의 진행시간은 가족내담자의 스케줄과 상태에 따라 유동적으로 이루어졌으며 회기 당 40분~50분의 시간이 소요되었다.

2) 자료 수집 및 절차

암환자와 가족의 삶의 질에 음악심리치료가 미치는 영향을 알아보기 위한 자료 수집은 다음과 같이 이루어졌다.

본 연구의 대상자 선정을 위해 경기도 소재의 A대학병원에서 2016년 10월 11일 최종적으로 IRB승인(AJIRB-MED-SUR-16-293)을 받았으며 이후 원내 게시판에 연구대상자 모집 공고를 올렸다. 치료사(연구자)는 2016년 12월 1일 자발적으로 연구 참여에 의사를 밝힌 암환자로부터 연락을 받았으며, 사전 조사로 계획된 동의서작성 및 사전 설문조사를 위해 2016년 12월 5일 가족내담자를 만났다. 사전면담을 통해 연구의 목적에 대한 치료사의 충분한 설명과 가족내담자의 연구 참여 동의서 및 사전 설문지 작성이 이루어졌다.

설문조사 내용은 참여자의 인구학적 특성에 대한 기본정보와 질병관련 특수사항, 음악 선호도에 관한 내용으로 본 연구에서 이루어진 첫 번째 자료 수집이다. 음악심리치료 활동을 통한 참여자들의 경험을 질적 분석하기 위

해 가족내담자의 동의하에 총 10회기의 음악심리치료 상황을 녹음 하였으며 음악심리치료의 단계별 목표에 따라 총 4회의 서술적 설문지 작성 및 면담이 이루어졌다. 면담 내용은 녹음을 통해 자료 수집이 이루어졌으며 서술적 설문지 작성과 면담은 음악심리치료 진행 이후 15분~20분간 이루어졌다. 마지막 사후면담은 암환자와 가족을 개별적으로 만나 15분~20분간 진행되었으며 본 연구의 마지막 자료수집이 이루어졌다.

다음은 가족내담자에게 진행된 서술적 설문지 및 면담 내용이다.

<표 1> 자료 수집을 위한 서술적 설문조사 및 면담 내용

면담 회차	자료 수집 방법	서술적 설문조사 및 면담 내용
사전조사	연구 참여 동의서 및 일반적 특성 정보와 음악선호도 설문지 작성	<ul style="list-style-type: none"> - 음악심리치료의 목적을 밝힌 참여 동의서 - 참여자들의 기본정보와 질병특수사항에 대한 설문지 - 음악선호도 및 음악심리치료에 대한 기대감 - 현재 삶의 기능 및 만족도
1회	면담내용 녹음 및 서술적 설문지 작성	1단계: 심리적지지 <ul style="list-style-type: none"> - 음악심리치료에서 느낀 음악에 대한 경험 - 음악심리치료에서 느낀 가족에 대한 경험
2회	면담내용 녹음 및 서술적 설문지 작성	2단계: 감정경험 및 자기표현 증진 <ul style="list-style-type: none"> - 음악심리치료에서 경험한 나의 감정표현 - 음악심리치료에서 경험한 가족의 감정표현에 대한 나의 느낌
3회	면담내용 녹음 및 서술적 설문지 작성	3단계: 인지전환 <ul style="list-style-type: none"> - 음악심리치료를 통한 나의 생각변화 - 음악심리치료를 통한 가족관계의 변화 - 음악심리치료를 통한 인지전환의 효과성
4회 (사후면담)	면담내용 녹음 및 서술적 설문지 작성	4단계: 재경험 및 삶에 적용 <ul style="list-style-type: none"> - 나의 인지전환이 나의 삶에 미치는 영향 - 나의 인지전환이 가족의 삶에 미치는 영향 - 음악심리치료에 대한 생각

3) 자료 분석

본 연구에서 수집된 자료는 음악심리치료 활동의 단계별 목표에 따라 진행된 서술적 설문지 작성 및 면담내용이 녹음된 음성파일, 음악심리치료 프로그램의 상황이 녹음된 음성 파일을 듣고 작성한 필사본이다. 또한 음악심리치료 활동에서 작성된 가족내담자의 가사 작성지, 인생그래프, 그림 등이 포함되었으며, 음악심리치료 활동에서 나타난 가족내담자의 반응 및 특이사항을 작성한 로그를 질적 분석을 위해 사용하였다.

본 연구에서 수집된 모든 자료에 대한 분석은 신뢰성을 갖기 위해 질적 연구의 경험이 있는 음악치료사인 평정자 1명과 지도 교수님이 함께 참여하였다.

4. 음악심리치료 활동 구성

1) 음악심리치료 구성

본 연구는 암환자와 가족의 음악심리치료 경험이 그들의 삶의 질에 미치는 영향을 알아보기와 다음과 같은 총 4단계의 접근이 이루어졌다. 각 단계는 (1)가족내담자의 음악환경 적응을 위한 심리적지지, (2)음악을 통한 자연스러운 자기표현과 감정표현, (3)표현된 개인의 생각과 감정에 대한 인지적 전환, (4)변화된 생각이 표현된 음악을 통한 재경험과 삶에 적용이다. 각 회기별로 진행되는 음악심리치료는 각 단계별 목표에 따라 활동이 구성되었다. 음악심리치료 활동은 신체적, 심리적 이완을 유도하는 음악 감상과 스트레칭 활동으로 시작하였으며, 사전조사를 통해 밝힌 가족내담자의 선호 음

악을 중심으로 이루어졌다. 본 활동은 회기별 목표에 따른 노래, 음악 감상, 즉흥연주, 기악합주, 노래가사 만들기, 노래가사 토의 등의 기법을 활용한 통합적인 음악적 접근이 이루어졌다. 마지막으로 음악심리치료 활동 경험에 대한 가족내담자 개인의 전반적인 생각과 느낌을 나누면서 음악적 경험을 통해 발견된 생각을 재정립하고 삶에 적용할 수 있는 방법에 대해 이야기하며 활동을 마무리 하였다.

2) 단계별 음악심리치료 활동 구성

본 연구의 음악심리치료 활동은 단계별 목표에 따른 10회기의 활동으로 구성되었다. 음악이 가지고 있는 감정적 전개와 구조 내에서 감정 조절과 표현이 단계적으로 이루어지도록 돕는 절차적인 개념(West, 1994: 정현주, 2005에서 재인용)을 적용하였으며, 음악 중재를 통해 가족내담자가 삶에 대한 만족감, 삶의 질 관리에 대한 개념을 포함 할 수 있도록 돕는 심리사회적 기능과 음악적 기능(서한나, 2015; Wlodarczyk, 2007)에 따라 단계별 목표를 설정하였다.

(1) 1단계: 심리적지지

음악심리치료의 도입단계인 심리적지지 단계는 암환자와 가족을 하나의 그룹으로 하는 음악심리치료의 목적을 소개하고 가족내담자의 신체적, 심리적 이완과 음악 환경에 적응을 목표로 한다. 가족내담자는 1회기, 2회기의 음악심리치료 활동에서 선호음악을 활용한 다양한 음악활동을 경험하면서 음악 환경에 적응하고 음악과 친숙해지는 시간을 가진다.

1회기는 가족내담자의 음악활동 적응을 돕기 위해 사전조사를 통해 얻은 정보에 따라 선호음악을 선곡하였으며, 남편G의 선호음악으로는 봄여름가을

겨울의 'Bravo my life'를, 부인K의 선호음악으로는 최성수의 '풀잎사랑'을 활용하여 음악활동을 구성하였다. 풀잎사랑은 부인K가 선호하는 사랑에 관한 내용과 밝고 경쾌한 음악에 부합하는 노래로 타악기를 활용하여 자유롭게 연주하며 노래하였고, 가사에 맞추어 연주구간을 지정하여 리듬 주고받기 활동을 하였다. 또한 Bravo my life는 남편G가 원하는 용기와 희망의 내용이 담긴 음악으로 가족내담자가 노래를 함께 부르고 가사의 의미를 담아서 서로에게 노래를 불러주며 응원의 메시지를 전달하는 정서적 지지의 경험을 할 수 있도록 하였다.

2회기에서는 부인K의 선호음악가인 Mozart음악을 중심으로 음악심리치료 활동이 구성되었으며 '아이네 클라이네 나흐트 무지크(Eine Kleine Nachtmusik)'에 맞추어 기악합주를 하였다. 또한 멜로디가 익숙한 '작은 별'을 활용하여 질문과 대답 형식의 가사를 넣어 서로에게 궁금한 것을 질문하고 답하는 창작적 경험이 이루어졌다. 가족내담자는 감상만으로 경험할 수 있었던 클래식음악을 악기 연주를 통해 직접적인 음악적 경험을 할 수 있었으며 음악활동에 대한 자신감을 가질 수 있었다. 이러한 합주활동은 음악적 완성도에 대한 성취감으로 작용하였다. 또한 익숙한 음악에 간단한 가사를 만들어 노래를 통해 질문하고 대답하는 형식의 창작적 경험은 언어적 의사소통보다 효율적으로 내담자의 유대관계 형성을 도와(최병철, 2006) 자연스러운 활동 참여가 이루어지도록 하였다. 이러한 과정을 통한 음악적 환경에 적응은 표현에 대한 용이한 접근을 도왔다.

(2) 2단계: 감정경험 및 자기표현증진

음악을 통해 개인의 감정 경험과 자기표현의 증진을 목표로 하는 감정경험 및 자기표현증진 단계는 가족구성원으로서 내담자 개인이 가지고 있는 심리, 정서적인 문제를 탐색하고 그와 연관된 주제를 노래와 악기 연주 등

음악적 환경 안에서의 표현을 경험하는 단계로 3회기, 4회기, 5회기로 구성되었다.

3회기에서는 자기표현을 위한 음악적 경험이 처음으로 이루어졌으며 Blues 음악을 활용한 타악기 즉흥연주와 감정을 표현할 수 있는 리듬 만들기 활동으로 구성되었다. 가족내담자는 연주할 악기와 표현하고 싶은 감정은 가족내담자가 스스로 선택하여 연주활동에 참여하였다. 치료사는 가족내담자가 표현한 연주에 대해 생각해볼 수 있는 시간을 제공하였으며, 연주로 표현된 감정을 대화를 통해 나누는 것은 내담자의 선택에 따라 유동성 있게 진행하였다. 가족내담자는 자신의 감정을 리듬으로 만들어보면서 감정표현에 대한 부담감 보다 음악적 완성에 집중하였으며, 음악을 통한 간접적인 감정 표현을 경험하면서 표현에 대한 부담감을 줄일 수 있었다.

4회기는 음악 감상 중심의 활동이 구성되었으며 가족내담자가 음악을 통해 느낀 감정 또는 생각을 그림으로 표현하도록 하였다. 첫 번째 감상 음악은 회상과 추억의 주제를 가진 Keith Jarrett의 'Be My Love'가 의도적으로 선곡되었다. 이 음악은 주제 선율이 제시된 이후 화성패턴의 반복 안에서 화성과 선율이 확장되고 변형되는 즉흥연주 곡으로 주제 선율로 다시 돌아와 마무리 된다. 이러한 즉흥연주곡은 가족내담자로 하여금 음악 감상을 통해 자신의 인생을 돌아보는 시간여행의 기회가 될 수 있으며 다시 주제 선율이 흐를 때 현실로 회귀할 수 있도록 한다. 두 번째 감상 음악인 Schumann의 '첼로 협주곡 가단조 no.129 1악장'은 두려움과 고뇌의 주제를 가진 선곡으로 첼로가 주제 선율을 주도하며 단조에서 진행되는 선율과 급작스러운 저음으로의 진행이 두드러진다. 이러한 폭넓은 도약진행은 감상자로 하여금 불안감과 긴장감을 불러일으키는 요소로 작용할 수 있다. Stacey Kent or Jacob Fischer Trio의 'This happy madness'는 행복과 평안을 주제로 가진 선곡으로 aaba형식은 음악의 진행을 예상하며 감상할 수 있고, 기타의 반복적인 아르페지오 연주로

안정적이며 편안한 감상이 될 수 있다. 네 번째 감상 음악은 두 번째 달의 ‘바다를 꿈꾸다’이며 진취적이며 희망적인 주제를 가진 선곡으로 경쾌한 느낌을 줄 수 있는 드럼의 분할 리듬과 바이올린의 선율로 시작하는 음악이다. 하행 패턴의 화성진행 안에서 이루어지는 순차적 선율 진행은 음악의 진행에 대한 예상감을 가질 수 있고, 음악 감상에 대한 안정감을 제공하여 음악의 분위기에 빠르게 적응하도록 도우며 선율의 반복 패턴이 상승하며 진취적인 느낌을 가질 수 있도록 한다. 또한 콰이어 합창의 도입이 활기찬 느낌을 더해 희망과 진취적인 느낌을 불러일으킬 수 있다. 이렇게 다양한 주제의 음악을 경험할 수 있는 의도적인 선곡을 통해 가족내담자는 자신의 내면에 잠재되어 있던 생각을 그림을 통해 표현할 수 있었으며, 음악 감상을 통해 표현된 생각을 현재와 미래에 비추어 적용시킬 수 있는 대화와 자연스러운 자기표현이 가능하게 되었다.

5회기에서는 음악 감상과 노래가사 토의를 통해 가족내담자가 자신의 삶에 비추어 생각하고 표현할 수 있는 활동이 이루어졌다. 또한 힘들었던 감정에 대한 표현을 재정립 할 수 있는 노래를 통해 정서적 지지를 음악으로 제공하였다. 가족내담자는 유재하의 ‘가리워진 길’을 연주곡으로 감상하였으며 가사가 없는 연주곡에 대한 느낌을 나누었다. 이후의 활동은 가사를 함께 읽어보고 공감에 되는 내용을 삶에 적용시켜 보았으며 힘들었던 시간에 함께 해준 대상자를 생각하며 ‘빛으로 세상을’노래에 레조네이트벨로 5음계 즉흥연주가 이루어졌다. 이러한 재창조 음악의 경험은 표현에 대한 긍정적 정서함양의 시도였으며, 노래 가사의 공감을 통한 자신의 감정에 대한 간접적인 경험은 가족내담자가 내면의 감정을 그대로 묻어두기보다 자신의 감정에 대해 다시 생각해보 수 있도록 하였다. 이는 자기 자신을 객관적으로 바라볼 수 있는 기회가 되며, 감정과 생각을 재정립 할 수 있는 내용의 가사와 조화롭게 어우러지는 악기의 울림을 통해 내면적 표현에 대한 긍정적 인식을 심어줄 수 있다.

또한 악기연주를 통해 그 시기에 경험한 감정적 스트레스를 해소할 수 있는 기회가 될 수 있으며 인지전환 단계로 가기 위한 단계적 접근으로 활동의 연결성을 이루었다.

(3) 3단계: 인지전환

6회기, 7회기, 8회기로 구성된 인지전환 단계는 가족내담자의 심리, 정서적인 문제들을 음악심리치료 시간을 통해 나누고 나와 가족을 바라보는 시각의 변화, 감정의 변화를 통해 유도되는 희망적인 내용을 음악적 경험을 통해 표현하는 것을 목표로 한다.

6회기는 가족내담자의 ‘삶’과 ‘하루’라는 주제를 가지고 활동이 구성되었으며, 이문세의 ‘오늘 하루’와 어반자카파의 ‘어떤 하루’, 권진원의 ‘살다보면’의 노래를 통해 활동이 이루어졌다. 먼저 선곡된 세 곡의 노래를 감상하였고 가족내담자가 노래 감상을 통해 생각나는 내용을 자유롭게 대화 나누면서 노래의 주제를 찾아보도록 하였다. 노래에 제시된 어제와 오늘에 대한 개념은 내담자의 삶에 적용시켜 후회되는 삶은 어제로 표현하게 하였고, 바꾸고 싶은 자신의 모습을 오늘에 적용시켜 노래가사를 만들어 보았다. 노래를 통해 간접적으로 하루의 삶의 바뀌보는 과정을 통해 어제로 표현된 과거의 후회되는 모습을 오늘의 모습으로 재정립 할 수 있도록 하였으며, 삶에 대한 전반적인 생각의 변화를 유도하였다. 가사에 집중하여 언어적 표현으로 이루어지는 음악활동은 자신의 생각을 직접적으로 표현할 수 있는 난이도 높은 과정으로 그동안의 간접적인 경험을 직접적인 표현으로 바꾸어 가는 과정을 음악을 통해 경험해볼 수 있다. 노래를 통해 하루의 삶에 변화를 주는 음악적 경험은 가족내담자의 삶에 적용시킬 수 있는 마음가짐의 변화를 유도할 수 있었다.

7회기에서는 음악 감상을 통한 회상으로 가족내담자가 전반적인 자신의

삶을 되돌아보는 시간을 제공하기 위해 Dvorak의 ‘교향곡 9번 마단조 no.95 신세계로부터 2악장’을 선곡하였으며, 음악 감상과 함께 인생그래프를 그려보는 시간을 가졌다. 치료사는 인생그래프를 통해 자신의 삶을 자연스럽게 나누도록 하였으며 가족내담자가 생각하는 특별한 시점에 경험했던 음악이나 삶에서 경험했던 뜻 깊은 노래를 가족과 함께 나누도록 하였다. 가족내담자는 서로의 인생을 전반적으로 나누면서 함께 했던 시간을 회상하며 가족의 존재에 대해 다시 생각하는 시간을 가졌다. 음악을 통해 불러일으켜진 과거의 회상을 표면적으로 나타낼 수 있는 인생그래프는 가족내담자 개인의 삶을 스스로 되돌아보고 객관적으로 바라볼 수 있는 시간이 되었다. 또한 특별한 시점의 경험을 가족과 공유하고 의미 있는 노래를 나누면서 그 시간에 대한 재경험의 기회는 가족의 존재와 삶에 대한 의미를 재정립할 수 있는 계기가 되었다.

8회기는 남편G의 선호음악이자 가족과 함께 듣고 싶은 음악이라고 밝힌 Thekla Badarczewska의 ‘소녀의 기도’로 음악활동이 시작되었다. 2회기의 부인K의 선호음악을 활용한 음악활동과 동일한 방법으로 가족내담자의 직접적인 참여를 통한 음악활동이 이루어졌다. 가족내담자는 콰이어차임으로 소녀의 기도의 화음을 연주 하면서 화합의 경험을 할 수 있었으며, 소녀의 기도가 사용된 오페라 세자매 이야기를 통해 가족내담자가 진취적으로 생각을 전환할 수 있는 기회가 되었다. 또한 가족내담자는 음악적 경험을 통해 버리고 싶은 감정을 버리고 새로운 삶으로 전환하는 과정을 양희은의 ‘슬픔 이젠 안녕’을 통해 경험하였으며, 새로운 마음가짐으로 다시 시작되는 인생의 과정에 함께 하는 가족에게 자신의 소망을 담은 내용의 글을 양희은의 ‘그대가 있음에’의 나레이션 구간을 통해 표현하였다. 가족내담자는 자신만의 가사를 작성하여 노래로 표현하는 활동을 통해 자신의 감정을 가족과 함께 나누는 소통의 중요성을 느낄 수 있었으며 감정 표현에 대한 생각에 변화를 경험할 수 있었다.

(4) 4단계: 재경험 및 삶에 적용

음악심리치료를 마무리 하는 단계인 재경험 및 삶에 적용 단계는 그동안의 음악심리치료의 경험을 통한 가족내담자의 변화된 생각을 삶에 적용해보는 9회기, 10기의 활동으로 구성되었다. 가족내담자는 음악심리치료 시간을 통해 가족과 나누었던 내용을 다시 생각해보고 음악적 환경에서 표현을 통해 달라진 문제를 의미 있게 되새기며 가족의 남은 시간을 가치 있는 삶으로 이끌어 갈 수 있는 삶에 대한 다짐을 적용해보는 시간을 가진다.

9회기에서는 가족내담자가 서로의 존재에 대해 생각하는 시간을 가지면서 가족에게 전하고 싶은 내용을 담아 노래가사를 만들어 노래를 완성하였다. 가족노래를 만들기 위해 사용된 음악은 Bill Withers의 'Lean on me'와 Beatles의 'Hey Jude'가 사용되었다. 먼저 'Lean on me'를 통해 내가 기댈 수 있는 가족에 대해 생각해볼 수 있는 시간을 가졌으며, 치료사는 'Hey Jude'를 가족내담자에게 적용할 수 있는 내용으로 개사하여 가족내담자와 함께 노래를 불러보았다. 가족내담자는 예시로 제시된 치료사의 가사를 응용하여 각자 1절씩 자신만의 가사로 작성하여 노래를 완성하였다. 가족내담자는 평소 말로 하기 힘들었던 내용을 노래로 만들어 표현하였으며 자신의 소망을 담은 가사를 가족과 함께 공유하였고, 가사 내용을 삶에 적용시키며 서로의 삶에 영향을 미치는 지지적 역할을 감당할 것을 다짐하였다.

10회기는 그동안의 음악심리치료 활동을 정리하면서 음악적 경험을 통해 떠올렸던 생각이나 다짐, 삶에 대한 바람을 다시 한 번 정리할 수 있는 시간을 제공하였다. 치료사는 가족내담자가 작성했던 가사들을 정리한 가사파일을 전달하였고, 기억나는 노래를 다시 불러보면서 기억에 남는 이유에 대해서도 대화를 나누었다. 대화는 가족내담자의 전반적인 삶에 초점이 맞추어 진행되었으며 Nana Mouskouri의 'Try to remember'에 가족내담자의 세월과 추억의 내용을 담은 가사를 작성하여 가족노래를 완성하도록 하였다. 이렇게 만들어

진 가족노래는 가족내담자가 삶을 바라보는 시선, 세상을 바라보는 시선에 영향을 미치며 가족의 남은 시간을 의미 있게 보내기 위한 지지적 역할로 작용하여 음악을 통한 삶에 대한 다짐과 가족과 함께 만들어갈 시간에 대한 소중함을 생각해보는 시간을 제공하였다.

3) 회기별 음악심리치료 활동 구성

각 회기별로 구성된 음악심리치료는 가족내담자의 선호음악을 활용한 신체적, 심리적 이완과 음악 활동에 적응하는 시간으로 시작하였다. 이후 가족내담자의 통합적 필요에 따른 다양한 음악적 중재 활동 후 마지막으로 활동 참여의 의미를 되새기며 삶에 적용시키는 방향을 제시하며 마무리 하였다.

<표 2> 회기 별 진행상황

세션구성	소요시간	음악 활동
도입	10분	가족내담자의 선호음악 또는 회기별 주제에 따른 음악을 활용한 음악 감상과 간단한 스트레칭 활동으로 신체적, 심리적 긴장감을 풀어주는 긴장이완의 시간을 가진다.
본 활동	35분	음악심리치료 목표구성에 따른 활동으로 노래 부르기, 노래 가사 만들기, 악기연주, 즉흥연주 등의 음악활동을 한다.
마무리	5분	음악심리치료 활동에 참여하면서 내담자 개인에게 어떤 시간이었는지 나누는 시간을 가지며 마무리한다.

회기별 음악심리치료는 가족내담자의 음악선호도와 참여도, 음악적 반응에 따라 유동적으로 활동이 구성되었으며, 총 10회기 동안의 가족내담자의 음악적 경험은 다음과 같은 과정을 거치며 삶의 질 향상의 목표를 지향할 수 있었다. 가족내담자는 새로운 음악적 환경에 적응하는 심리적 지지단계

를 거쳐 자기표현과 감정표현이 가능해졌으며 자기표현의 경험을 통해 가족과 자신의 삶을 바라보는 시각과 인지적 변화가 나타났다. 또한 변화된 삶에 대한 음악적 표현을 기억하고 음악을 통한 정서적 지지 체험을 삶에 적용시킬 수 있게 되었다.

<표 3> 회기별 음악심리치료 활동 내용

회기	음악심리치료 활동	치료적 근거
1	선호음악 중심의 노래와 악기연주 <풀잎사랑, Bravo my life>	선호음악의 활용은 가족내담자가 치료적 환경의 적응과 가족내담자와 음악, 치료사의 치료적 관계 형성을 돕는다. 또한 음악심리치료 활동 참여에 대한 동기 부여로 작용하여 가족내담자의 적극적인 참여를 이끌고 음악적 반응에 영향을 줄 수 있다.
2	선호음악가의 음악을 활용한 악기연주와 노래가사 만들기 <Mozart: 아이네 클라이네 나흐트 무지크, 작은 별>	선호음악가의 음악을 활용한 재창조 음악 활동은 가족내담자에게 음악심리치료에 대한 적응의 시간을 제공하고 음악적 아이디어를 표현할 수 있는 기회를 제공할 수 있다(최병철, 2006). 또한 음악심리치료에 대한 기대감과 흥미를 유발하여 음악의 완성도를 자발적으로 높일 수 있도록 한다. 이러한 음악완성에 대한 경험은 음악적 표현에 대한 만족감과 성취감으로 작용하여 가족노래를 만들기 위한 자신감을 가질 수 있는 계기가 될 수 있다.
3	즉흥연주로 감정표현 <Blues, 연주로 표현해요>	12마디 화성패턴의 반복과 질문과 대답을 연상시키는 멜로디의 구성으로 이루어진 Blues음악은 가족내담자의 자연스러운 음악적 반응을 이끌어 즉흥연주에 참여할 수 있도록 한다. 이러한 음악적 상호교류를 통한 즉흥연주의 경험은 비언어적인 도구인 악기에 자신을 투사함으로써

		언어로 표현하기 힘들었던 자신의 감정을 안전하고 편안한 공간에서 표현할 수 있는 기회를 제공하며(백지선, 2006), 음악적 표현에 집중할 수 있도록 한다.
4	음악 감상을 통한 내면탐색과 그림으로 표현 <Be My Love, Schumann: 첼로 협주곡 가단조 no.129 1악장, This happy madness, 바다를 꿈꾸다>	음악 감상은 심신이 지쳐있는 가족내담자에게 잠시 동안의 휴식을 제공하는 동시에 자신의 내면을 깊이 들여다볼 수 있는 시간을 제공한다. 또한 다양한 주제를 가지고 선곡된 음악 감상은 내담자의 정서적 상태와 정서적 경험을 유발 시키고, 기억, 환기, 회귀의 활성화로 작용할 수 있다(최병철, 2006). 가족내담자는 음악 감상을 통해 연상된 자신의 내면의 생각이나 정서적 상태를 그림으로 자유롭게 표현하면서 자기표현에 대한 새로운 경험을 하고, 가족의 문제를 포함한 개인 내면의 이야기를 자연스럽게 나눌 수 있는 기회가 된다.
5	노래가사 토의를 통한 개인 내면의 발견과 즉흥연주로 환기 <가리워진 길, 빛으로 세상을>	노래가사 토의 활동은 개인의 경험, 느낌 등에 대한 주관적인 해석을 외부로 표출하는 자연스러운 언어적 표현을 돕는다. 이러한 과정을 통해 가족내담자는 개인의 생각을 객관적으로 바라볼 수 있는 기회를 가지며 표출된 내용에 대해 재정립 할 수 있다. 자기표현의 목표를 가지고 이루어지는 연주활동은 음악적인 상호작용과 비언어적인 의사소통을 결합할 수 있게 하는 역할을 하여 암환자의 심리, 정서적인 감정을 담은 연주를 할 수 있도록 유도할 수 있다(김은정, 2008).
6	나의 하루를 바꿔보는 노래가사 만들기 <오늘 하루, 어떤 하루, 살다보면>	가족내담자는 노래의 가사를 통해 자신이 경험했던 하루와 삶을 되돌아보고 그 당시의 정서적 상태를 작성한 가사를 통해 자신의 모습을 객관적으로 바라볼 수 있는 기회를 가질 수 있다. 이러한 경험은 자신의 모습에 대한 인지적 변화를 유도할 수 있으며 개인 내면과 삶에 대한

	<p>의미를 확인하고 원하는 삶에 대한 신념을 확고히 할 수 있는 기회가 된다(정현주 외,2010). 또한 노래로 표현된 자신의 변화된 모습에 대한 간접적인 체험을 기억하고 그에 대한 정서적 상태를 유지할 수 있도록 도울 수 있다.</p>
<p>7 인생그래프를 통해 가족에 대해 알고 나의 의미 있는 노래 나누기 <Dvorak: 교향곡 9번 마단조 no.95 2악장 '신세계로부터'></p>	<p>'신세계로부터'의 전주는 안정적인 화음으로 이루어진 관악합주를 통해 엄숙한 분위기를 자아내면서 개인의 내면을 바라볼 수 있도록 한다. 또한 전반적인 분위기를 이끄는 잉글리쉬호른의 선율은 향수의 느낌을 불러일으켜 가족내담자는 음악을 감상하며 과거를 회상할 수 있고 자연스럽게 인생그래프를 그릴 수 있다. 가족내담자는 인생그래프를 통해 자신의 전반적인 삶을 가족과 나누고 특별한 시점에 경험했던 의미 있는 노래를 공유하고 불러보면서 가족과 함께 하는 삶에 대한 소중함을 다시 일깨우는 계기가 될 수 있다. 이러한 경험은 가족의 삶과 시간을 더욱 의미 있게 보낼 수 있는 다짐의 기회가 될 수 있다.</p>
<p>8 나의 버리고 싶은 감정과 가족의 새로운 시작을 노래가사로 만들기, 기악합주 <소녀의 기도, 슬픔 이젠 안녕, 그대가 있음에></p>	<p>기악합주는 가족이 함께 음악을 완성하고 어우러지는 경험을 통해 개인의 존재감과 효능감에 영향을 주며 내재된 에너지 표출의 경험이 된다.</p> <p>자신의 감정이 담긴 직접적인 단어의 선택으로 이루어진 노래가사 작성은 자신의 감정에 대해 언어로 표현해볼 수 있다. 또한 나레이션 기법은 가족내담자가 멜로디와 리듬에 기대지 않고 일상에서 사용하는 대화체의 언어로 자신의 감정과 생각을 표현하고 전달할 수 있기 때문에 표현에 대한 직접적인 경험이 된다. 표현을 통해 소통하고 나눌 수 있는 기회는 개인 내면의 정서를 일깨워주고(정현주, 2015), 표현에 대한 인지적 변화를 유도할 수 있는 긍정적인 동기유발이 될 수 있다.</p>

9	<p>나와 가족을 위한 위로의 노래 만들기 <Lean on me, Hey Jude></p>	<p>위로의 내용이 담긴 ‘Lean on me’와 ‘Hey Jude’의 가사는 가족내담자가 자신과 가족의 삶을 노래에 비추어 생각해 볼 수 있는 시간을 제공한다. 또한 어려운 상황에서 기댈 수 있는 가족의 소중함에 대해 느낄 수 있는 기회를 통해 소중한 사람에 대한 감정을 표현하고 위로할 수 있는 가족노래를 만드는 것에 도움을 줄 수 있다. 이렇게 노래에 자신과 가족만의 사연을 담은 가사를 만들어 음악으로 완성하는 작업을 통해 내담자는 가사에 담긴 내용을 오랫동안 기억하면서 어려운 상황들을 극복할 수 있다(최병철, 2006).</p>
10	<p>우리 가족의 노래 만들기 <Try to remember></p>	<p>‘Try to remember’의 추억을 회상하는 내용의 가사는 가족내담자가 가족의 추억과 연관된 가사를 작성하여 가족노래를 만드는 것에 영향을 줄 수 있다. 가족내담자가 작사한 가사로 이루어진 가족노래는 음악심리치료 활동을 통해 불러일으켜진 생각과 감정에 대한 음악적 자료가 되어 가족이 지속적으로 공유하고 소통하면서 정서적 지지로 작용할 수 있다.</p>

IV. 연구 결과

1. 구성요소 도출 및 내용

본 연구는 음악심리치료가 가족내담자의 삶의 질에 미치는 영향과 그 의미를 암환자와 가족의 개별적 관점과 공통적 관점으로 구별하여 분석하였다. 이는 동일한 사건에서 경험하는 개인의 심리, 정서적인 차이점과 특이성에 의한 것이며, 분석결과 총 130개의 의미단위가 도출되었다. 이후 의미단위를 개별적 관점으로 나누어 구분한 다음, 의미에 대한 연구자의 용어로 변환 하는 과정을 통해 암환자인 남편G에 대한 15개의 하위구성요소와 그에 따른 6개의 구성요소가 도출되었으며, 가족인 부인K에 대한 14개의 하위구성요소와 그에 따른 6개의 구성요소가 도출되었다.

2. 연구 결과

1) 암환자 남편G의 음악심리치료 경험에 대한 의미별 분석

질적 분석을 통해 도출된 구성요소들은 음악심리치료 활동과 단계별로 진행된 면담 및 설문지 작성을 통해 나타난 가족내담자의 언어에 초점을 맞추어 분석하였으며, 암환자 남편G의 구성요소는 다음과 같다.

<표 4> 남편G의 음악심리치료 경험에 대한 구성요소

구성요소	하위구성요소
음악환경에 적응	<ul style="list-style-type: none"> - 음악심리치료에 대한 관심과 기대 - 흥미로운 음악적 경험 - 치료사의 음악적 지지를 통한 심리적 적응
삶에 대한 의지	<ul style="list-style-type: none"> - 배움에 대한 노력 - 음악적 완성에 대한 의지와 성취감 - 음악을 통해 건강했던 과거의 모습을 회상
음악과 내 삶의 연관성	<ul style="list-style-type: none"> - 음악적 공감을 통한 내면 탐색과 회한 - 음악을 통한 인생회고와 정서적 발견
음악환경에서 표현에 대한 경험	<ul style="list-style-type: none"> - 음악적 표현을 통한 인지적 변화 - 음악을 통한 감정표현 - 음악적 경험을 통한 관계적 변화
삶에 적용하는 나의음악	<ul style="list-style-type: none"> - 선호음악 적용에 대한 지속성 - 음악적 경험을 통한 희망의 노래
음악심리치료에 대한 인지적 견해	<ul style="list-style-type: none"> - 음악심리치료에 대한 만족감 - 가족을 위한 음악심리치료의 필요성

(1) 음악환경에 적응

남편G는 음악심리치료 활동에서 이루어진 음악적 선호도에 대한 반영과 다양한 음악적 경험을 통해 흥미를 가지고 음악적 환경에 적응해 나갔으며, 치료사와 음악의 지지적 역할은 남편G가 음악심리치료에 적극적으로 참여할 수 있는 원동력으로 작용하였다.

A. 음악심리치료에 대한 관심과 기대

남편G는 평소 음악에 대한 관심이 크고 노래 부르는 것을 즐겨했다. 이러한 음악적 관심이 음악심리치료에 대한 호기심을 가지게 하였고 처음 경험하는 음악적 환경에 적응할 수 있는 지지적 기반이 되었다.

- (음악심리치료) 어떻게 하는 건지 참 궁금하네요.. 하하하. (1회기)
- (노래 만들기에 대해) 저는 부담보다는 그.. 기대와 흥미! (면담1)
- 저는..(음악이) 많이.. 많이.. 내 생활 속에 일부로 자리 잡으면 좋겠다... 그렇게 되어 갈 것이다.. (면담1)
- 자, 오늘은 또 어떤 음악을! 하하하. (3회기)
- 항상 재밌죠. 알림 올리면 그때부터 마음이 설레요. (5회기)

B. 흥미로운 음악적 경험

다각적인 접근으로 이루어진 음악적 경험은 남편G 음악적 흥미를 부각시키며 음악환경의 적응을 도왔으며, 삶에 적용할 수 있는 새로운 배움에 대한 하나의 제시가 되었다.

- 아! 작사를 했네요! 처음이네.. 하하하. 오늘 너무 재밌었어요. (2회기)
- 악기(연주)가 조금 어색한데, 또 해보니까 재미가 있네. (면담1)
- 하하. 뽕짝 스타일로! 반 박자 쉬고 나오게! 하하하. (3회기)
- 처음 듣는 건데, 찾아서 다시 들어봐야겠네.. (가사지)가져가도 돼요? (4회기)
- (콰이어차임)이거 재밌고 멋있네요. (8회기)
- (선호음악)같이 감상하니 새롭고 하네요. (8회기)

C. 치료사의 지지를 통한 심리적 적응

남편G는 음악심리치료에서 선호음악에 대한 다양한 음악적 경험과 치료사의 지지를 통해 음악의 완성만을 위한 참여가 아닌 심리적 어려움과 같은 정서적 표현이 가능한 음악환경에 완전한 적응을 이루었다.

- 선생님이 부르시니까 더 와 닿네요.. (6회기)
- G(남편): 잘 모르겠네요.. (음악에 대한 내용 설명 이후)
K(부인): 처음 하시는데 너무 잘 따라하시는데요?
G: 선생님이 리딩이 좋으시니까요. 하하. 서로 의지한다는 말이 맞네요..

(2) 삶에 대한 의지

남편G는 평소 음악에 대한 관심은 많았지만 지식이 부족하다고 생각했으며 부인K의 음악적 지식을 따라가고 싶은 열망이 있었다. 늘 새로운 배움에 대한 노력을 게을리 하지 않고 있으며, 완치의 희망을 버리지 않고 운동도 꾸준히 하고 있다고 하였다.

A. 배움에 대한 노력

인생과 삶에 대한 이야기에서 남편G에게서 두드러지게 나타나는 단어는 배움과 노력이었다. 남은 인생이 길지 않다고 생각하는 것에 있어서 아쉬움을 표현하기도 했지만 배움을 게을리 하지 않는 것은 무기력하고 나약해질 수 있는 삶을 벗어나 활기찬 삶을 유지하기 위한 하나의 열망으로 비춰졌다.

- 클래식은 이 양반(부인K)이 잘 알아요. (2회기)

(부인K가) 클래식에 조예가 깊고, 좋아하니까.. 오늘 또 좋은 음악이 나오니까 그 음악에 대해서 백프로 이해하고 있지 않나.. 나도 따라가고 싶다.. 그렇게... (면담1)

- 저는 클래식을 이해하는 것이.. 기초가 잘 안되어 있다고.. 그래서 기독교방송 강석우 방송하는 것, 그것을 즐겨 듣고 있어요. (면담1)
- 노래가사: 내가 바라는 삶의 모습은 바로 노력 그리고 끈기, 함께 만들어요. 노력과 끈기 (2회기)
- 저는 도전하는 것을 좋아하거든요! 평생하고 있습니다. (면담1)
- 내년에도 열심히 배우고 인생을 공부하고 그렇게 보냈으면 좋겠습니다. (4회기)
- 이계(악기연주) 잘 안 돼요. 요령을 좀 익혀야 해요. (5회기)
- (블루투스 스피커를 보고) 아, 휴대폰에서 나오는 소리를 거기로 연결해서 나오나요? (2회기)
선생님 덕분에 블루투스(스피커)도 알게 됐네요. 그걸로 음악 많이 들으려고요. (7회기)
- 청춘은 이미 지나왔고, 마무리를 하는 인생인데.. 하지만 (작사 활동) 새로운 영양소로서 인생을 지탱하는데 뭔가 활력을 제공하지 않겠나.. 이런 기대를 생각합니다. (면담4)

B. 음악적 완성에 대한 의지와 성취감

음악심리치료 초반의 남편G는 음악적으로 완성시키기 위한 노력이 단순한 음악을 위한 완성이었지만, 시간이 지날수록 음악적 완성을 치료사에게 맡기고 음악에 인생을 담아내기 시작했다. 이러한 집중의 시간은 성취감으로 작용하였으며 음악을 삶에 적용시키며 삶을 영위하고자하는 의지가 생겨났다.

- 리듬이 잘 안되네요. 연습해야겠어요. (3회기)
- 이게(악기연주) 잘 안 돼요. 요령을 좀 익혀야 해요. (5회기)
- (가사작성하신 것 치료사가 노래로 불러줌)

T(치료사): 노래가 완성이 된 것 같으세요?

G: (가사가)어려워 가지고..

T: 그래도 제가 부르니까 노래가 되죠? 하하

G: 네, 어떻게 해주셔서 또 (노래가)됐네요. 하하하

T: 라임을 맞춰서 작성하셔서 제가 노래로 가능했던 거예요.

G: 그러게요. 하하하 (중략)... 새로운 인생이 열린 것 같습니다.

업그레이드되고 수준이 높아진 것 같고.. (10회기)
- 작사하는 것도 별거 아니겠네, 작사를 해가지고 한 번 만들어봐?
발표회도 하고? 하하하. (10회기)

C. 음악을 통해 건강했던 과거의 모습을 회상

남편G는 음악을 통해 과거를 회상하면서 건강하게 활동했던 모습에 대해 이야기 하였다. 현재 질병으로 인해 자신의 삶의 많은 부분이 변한 것을 인정하면서 심리적으로 회복에 대한 희망을 잃지 않고 있으며 실제로 운동을 꾸준히 하고 있음을 밝혔다.

- 군무를 그렸는데, 여기 사람은 수십 명을 그린 거예요. 체육대회 하면 머슬게임 같은 것이 있는데 그런 곳에서 꼭 선수로 뛰어봤어요. 땀 흘리면서 느껴지는 건강함이 생각나네요.. (4회기)
- 난 위대한 자연에, 웅장한 자연.. 도전한다는 느낌으로 사람도 그리고 했는데.. (4회기)

- (성장과정 설명) 대입에 성공하고.. 군대를 4년 연장하고 나오니..(중략) 20대를 그렇게 보냈네요. 이후에 결혼하고 직장을 구하고.. 미국으로 가서 5년간 가족과 함께 즐겁게 지냈지요. (7회기)

(3) 음악과 내 삶의 연관성

남편G는 음악을 통해 불러일으켜진 과거를 회상하며 내재된 감정을 음악적 표현을 통해 표출하였고, 이러한 과정은 자신의 모습과 인생을 객관적으로 바라볼 수 있는 기회가 되었다. 또한 직접 작성한 가사를 통해 변화된 삶으로서의 재경험을 할 수 있도록 하였으며 삶에 대한 전반적인 인지적 변화에 도움이 되었다.

A. 음악적 공감을 통한 내면 탐색과 회한

음악심리치료에서 제시되는 음악은 다양한 방법으로 남편G의 공감을 자아냈다. 늘 유쾌하고 즐거운 모습을 유지하였으며 질병에 대한 모든 것을 수용한 듯한 자세는 심리적 어려움에 대한 회피의 모습이였다. 음악적 경험을 통한 공감은 남편G가 삶에 대한 어려움을 인정하고 표현하는 자세의 변화를 이끌었다.

- 그 겨울..에 좀 무거..운.. 고독..(중략), 앙상한 나뭇가지.. 외로운 느낌..의 그런 상태.. 첼로소리가 또 그러네..(5회기)
- 노래가사: 부질없는 욕심으로 아픈 마음들, 그 상처는 다 내 잘못이야 잊힐 줄만 알았는데, 이렇게 생각이 다시 날걸 그뻘 알 수 없었어.

조그만.. 뭐랄까.. 나의 주장이 다툼으로 번지고 상대에게 상처를 주고 나에게 상처를 주고.. 결국.. 내가...(울컥) (6회기)

- (가사 중)힘이 돼주오.. 이 말이.... 나는 어려움을 별로 모르고 살았던 것 같아요. 지나고 보니까 아, 그 당시가 어려웠구나.. 이렇게 생각했어요. 지나온 연장에서는 생각할 겨를도 없었고요.. (5회기)
- 소녀의 기도 치고는.. 좌절하지 않고 절망 슬픔을 표현한 것이 아니고, 아주 희망적인 기쁨을 표현한 것 같고..(그래서인지..음악이 좋았다..) (8회기)
- 젊은 시절에는 별로 그럴 겨를(부인K에 대한 소중함을 느낄 수 있는)이 없었던 거 같아요.. 너무 바빠서..(중략) 지금 생각해보면.. 즐겁고 행복한 것만 (억지로)쏟아 부으려고 했던 게 아닌가.. (9회기)

B. 음악을 통한 인생회고와 정서적 발견

음악은 남편G의 인생여정에 대한 아쉬움, 수용적 자세, 질병에 대한 심리적 어려움으로 인한 무력감 등의 정서를 발견하도록 도왔으며 인생회고의 시간을 제공하였다. 남편G는 이러한 경험을 통해 삶을 재정립하고 도움이 되었던 음악을 지속적으로 기억하며 경험하기를 바란다.

- 그 시대 배경으로 볼 때, 어린이들이 꿈을 키우고 그런 게 아니었던 거 같아요. 뭐 꿈을 키우자 이런 생각을 선생님이 주지 못했던 거 같고, 특별하게 그렇게 생각하지 못했고.. (6회기)
- 이렇게 음악을 바로바로 들을 수 있는 참 좋은 세상인데.. 이런 좋은 세상을 이제 얼마 못 본다고 생각하면.. 그게 너무 아쉽고 그래요.. (7회기)
- 이번에 아픈 것은 내가 어떻게 할 수 없으니까.. 그래서 그게 좀.. 내 자신이 좀.. 자존감도 낮아지고.. (5회기)

- 무역 일을 계속 해오다가 은퇴를 하고 나이 60에 부동산 중개사 시험에 합격해서 그때 너무 좋았어요. 그렇게 새로운 일을 해나가고 있었는데, 병이 찾아와서 힘들다는 것을 겪게 됐네요.. 지금까지 표현하지는 않았지만 굉장히 낙담을 했고, 앞이 캄캄함을 느꼈어요..(7회기)

(4) 음악환경에서 표현의 경험

음악심리치료 회기가 진행될수록 남편G는 자연스럽게 내면의 감정을 음악 안에서 표현하게 되었다. 또한 평소 사랑대화가 부족했으나 음악을 통한 부인K에 대한 고마움과 사랑의 마음을 적극적으로 표현하였다.

A. 음악적 표현을 통한 인지적 변화

음악심리치료 활동 초반, 남편G는 모든 삶이 평온했으며 현재도 잘 지내고 있음을 강조하였다. 하지만 점차적으로 힘들었던 과거와 삶에 대한 의지, 희망의 내용을 이야기 하면서 표현에 대한 생각에 변화를 나타냈다.

- (음악)소녀의 기도와 연결된 소망과 사랑 그리고 마음다짐, 생각에 변화가 생겼다. (면담3)
- 음악을 통해 자신감 있는 삶으로의 변화를 기대한다. (면담3)
- 음악을 통해 상처를 치유하고, 인생에 자신감을 부여하고 행복을 느끼는 방법을 깨우치게 되었다. (면담3)
- 평소 사랑대화가 부족해 표현이 힘들었다... 음악을 통해 감정을 표현할 때 행복하다. (면담3)
- (눈물) 흘러야 될 양이 있나 봐요.. (9회기)

- 사랑해도 연습을 하면 잘 될 것 같아요. (10회기)
- 우리가 평소에 대화는 하지만 일상에 필요한 대화를 위주로 이야기를 했죠. 그런데 음악을 통해서 서로 이해하는데 간접적인 방법으로 음악의 가사를 인용해서 우리 사랑을, 신뢰를 확인하게 되었고, 현재 서로를 염려하고 그런 것을 확인했기 때문에 좀 더 성실한 자세로 부부관계를 임해야 되겠다..하는 것을 세삼 느끼게 되었지요. (면담4)

B. 음악을 통한 감정표현

음악의 매개체를 통한 다양한 표현의 기회는 남편G의 음악적 성취감과 연관되어 표현에 대한 부담감을 줄이고 활동에 집중하며 참여할 수 있도록 하였다. 남편G는 음악심리치료에 참여할 것을 마음먹고 부인K에게 함께 해줄 것을 권유했을 때, 흔쾌히 시간을 내어준 것에 대해 고마운 마음을 가지고 있었다.

- 감정을 표현하기에 가장 편했던 음악적 경험에 대해: (즉흥)연주를 통한 감정표현이 부담 없이 있는 그대로 표현할 수 있어서 편했다. (면담2)
- 음악을 통해 나의 감정을 표현한 것에 대해: 행복하고, 현재의 희로애락을 표현하고 미래에 대한 희망을 가질 수 있다. (면담2)
- T: 기댈 수 있는 한사람 있으신가요?
G: (부인K를 가리키며)한사람 그대.
노래가사: 그대 있어 나의 삶 밝고 행복해 (5회기)
- 노래가사: 내 인생 어렵고 지쳐 있을 때, 함께 웃어줄 수 있는 사람, 그 사람 그 사랑 내 곁에 있는 한 즐거운 세상, 사랑

꽃 만발하리. (8회기)

- 노래가사: 당신 정말 고마워 어려운 일 참고 견디며, 자식까지 잘 키워 놓았으니 다시 한 번 정말 고마워. (9회기)
- 사랑하는 당신 고맙고, 고맙고 또 고맙고, 사랑해..사랑해..(울컥)
(10회기)
- 수술하는 날이 눈이 오는 크리스마스였는데, 그런 날을 병실에서 있게 했네요....(7회기)
- 나 만나서.. 고생했구나.. 싫어서.. 미안한 마음이 들어요. (7회기)
- 우리 음악 끝날 시간이 벌써 다 되어 가는데.. 제가 처음에 요청했을 때 흔쾌히 같이 해준다고 해서.. 썩스러워 해도.. 처음에 조건부였잖아요. 보호자랑 아니면 안된다가.. 사실은 좀 암울하더라고요.. 만약 내가 이야기해서 노하면 어떻게 할까.. 첫 말에 흔쾌히 해주셔서.. 지금까지 같이 이렇게 해주니까..(울컥) 고맙죠.. (9회기)

C. 음악적 경험을 통한 관계적 변화

음악심리치료 초반에는 부인K보다는 본인의 음악적인 완성에 집중하며 참여하였지만 시간이 지날수록 부인K의 음악적 표현에 귀를 기울이게 되었다. 남편G는 자신의 표현에 대한 생각의 변화와 실천이 가족 간의 신뢰, 존중, 사랑에 영향을 미친다고 하였다.

- 아 이거 매칭이 돼야겠네요. 하하하. (중략) 모르는 게 뭔지 모르는 게 문제예요. 하하하 (2회기)
- G: (악기 고르며) 남자는 큰 거죠! 하하하 (중략)
(부인K가 리듬을 만들어 연주)
T: 아버님 들으셨죠?

(부인K의 연주를 듣지 못하고 계속해서 자신의 리듬을 만듦)

G: 어어???

K: 내가 (연주)한거요. 하하하 (3회기)

T: 어머니가 연주 이렇게 하고 싶으시네요.

G: 아아.... (3회기)

- 잘 모르겠어요.. 처음부터 맞히는 건지 알았으면 생각을 했을 텐데..(3회기)
- 부인K의 음악적 표현에 대해: 나를 사랑하고 위하는 마음이 생각보다 극진하다. 사랑과 신뢰를 재확인했다. (면담2)
- (부인K의 인생그래프 발표를 들으며) 어린 시절을 평탄하게 사랑받고 잘 살았는데.. (7회기)
- 마누라한테 기대고 싶고.. 그런 현상이.. 제일 간절한 사람이지.. (7회기)
- T: 두 분 호흡이 너무 잘 맞으시는데요? 하하
G: 하하하하 재밌고 멋있네요. (8회기)

(5) 삶에 적용하는 나의 음악

평소 음악을 좋아하고 노래 부르기를 즐겨했던 남편G는 질병 발병 이후 성대결절과 같은 신체적 어려움으로 노래를 마음껏 즐길 수 없었다고 하였다. 하지만 음악심리치료에서 경험하는 음악은 새롭지만 편하게 접근할 수 있었고, 삶에 적용시키며 지속적으로 음악적 표현에 도전해보고 싶다고 하였다.

A. 선호음악 적용에 대한 지속성

사전조사를 통해 밝힌 남편G의 선호음악은 용기와 희망의 노래, 안

정감을 주는 차분한 음악이며, 음악심리치료에 반영된 선호음악에서 노래가 주는 메시지를 의미 있게 받아드리는 모습이었다.

- 노래가 좋네요! 브라보!! (1회기)
집에 가서 브라보! 브라보! 계속했어요. (2회기)
브라보 한 번 할까요? 야호! (10회기)
- G: (선호음악 노래부름)
T: 노래로 리듬을 저한테 주셔서 제가 그 리듬 따라갔어요.
G: 아 그랬어요? 하하하. 노래 이거 너무 좋네요. 새로 보니까 더
멋있네요. (노래하는 것)자꾸 훈련해야 할 것 같아요. (9회기)

B. 음악적 경험을 통한 희망의 노래

남편G는 후회되는 과거의 경험을 노래를 통해 인지하게 되었고, 그 당시 자신의 모습을 표현하면서 재정립할 수 있는 시간이 제공되었다. 또한 노래의 가사를 작성하면서 후회되는 과거의 모습을 바라는 모습으로 바꾸어 재경험 하였고, 현재와 미래에 대한 희망의 노래를 불렀다.

- 노래가사: 부질없는 욕심으로 아팠던 어제, 너와 더불어 행복했던, 네가 있어 행복한 오늘 (6회기)
- 노래가사: 미움이젠 안녕 견디기 힘이 드니까, 불신도 이젠 안녕 나는 치쳤어요, 어느 날 파랑새 찾아와 내 마음 열기를 기다린다면, 시련이 찾아와도 괜찮아 이젠 제대로 버텨낼 거야(8회기)
- 노래가사: 내가 바라는 삶의 모습은, 바로 용기 그리고 사랑 우리

함께 만들어요. 용기와 사랑, 행복을.. (2회기)

- 노래가사: 이제 그 해답이 사랑이라면, 나는 당신의 사랑을 위해서 기도하겠네. (4회기)

- (음악 감상하면서)현재.. 새로운 출발, 그런 것을..(생각했어요).. (6회기)

- 노래가사: 우리의 삶을 노래로 불러본다면 나는 행복 하겠네, 다함께 울고 웃던 그 시절들 40년이 어느덧 흘렀다네, 우리의 열정과 낭만의 청춘은 아쉽게 흘러갔지만, 우리의 사랑은 영원하리라(울컥) 우리의 사랑은 아름다워라.

(10회기)

- 음악을 통해 감정을 표현할 때, 현재의 회로애락을 표현하고 미래에 대한 희망을 가질 수 있다. (면담2)

- T: 가장 기억에 남는 활동이 있으신가요?

G: 노래를 부르는 것도 재밌었지만 특별히 개작(작사)을 해서 멜로디를 붙여서 이렇게 내 마음을 표현한다는 것이 평생에 처음 있는 일인데, 나도 소질이 좀 있을 것 같다는 그런 희망적인 것을 느껴서 계속 시도하고 노력해볼 예정입니다. (면담4)

(6) 음악심리치료에 대한 인지적 견해

남편G가 음악심리치료를 접한 것은 처음이고, 이전에도 들어보지 못했다고 하였다. 남편G는 음악심리치료 활동 초반에 음악적 지식과 배움에 대한 기대를 가지고 참여 하였으나 음악을 통한 인생회고, 감정표현 등의 다양한 경험으로 음악심리치료에 대한 필요와 만족감에 대해 이야기 하면서 삶으로의 적용에 대한 의지를 나타냈다.

A. 음악심리치료에 대한 만족감

음악에 대한 관심과 배움에 대한 열정을 가진 남편G는 되도록 많은 기회에 참여하면서 인생을 설계해 왔고, 현재도 그러한 자리에 참여해 세상을 즐기고 있다고 하였다. 이러한 자신의 인생관과 접목되어 음악심리치료 활동이 인생을 돌아보는 시간이 되었고, 감정적 표현에 대한 인지적 변화를 제공해 주었으며, 경험한 음악을 삶에 적용할 수 있는 하나의 제시가 되어 매우 만족하고 있음을 수시로 밝혔다.

- 여러 가지로 좋은걸 많이 하게 되네요. (4회기)
- (편안한 마음가짐을 위해 노력) 그렇게 하면 좋겠다고 생각하던 차에 접목이 되어가지고 타이밍이 아주 좋았어요. 나한테 아주 깊이 있게..(5회기)
- 이 노래는 내가 좋아하는, 내가 찾고 있던 노래예요. 장르, 내용.. 이런 노래가 참 귀하다고..(6회기)
- 참 좋네요. 좋은 프로그램이에요. (6회기)
- 새로운 인생이 열린 거 같습니다. 업그레이드되고, 수준이 높아진 것 같고..(10회기)
- 김선생님(치료사) 만난 후에 새로운 세상을 접하게 된 것 같아서 고마워요. 평생 잊을 수 없을 거예요. 또 어떤 가이드라인을 제시한다는 것 자체가 새로운 시작을, 길을 알려주시는 것이고 길을 알려주신 것이기 때문에, 그거를 잘 이용해서 멋진 나머지 인생에 보탬이 될 것이라 확신합니다. (면담4)
- 평생에 음악을 가지고.. 학교 때 공부를 해보고 처음인거 같은데, 단순한 공부보다 우리가.. 인간의 소양을 깊고, 넓게, 높게 함양하는데 상당한 도움이 된다. 라고.. 스스로 업그레이드 된 것 같아서

아주 기쁨이 충만해요. 스스로도.. (면담4)

B. 가족을 위한 음악심리치료의 필요성

남편G는 병원 내 센터에 출석하며 다양한 프로그램을 통해 마음을 다스리는 것에 힘쓰고 있지만 가족이 함께 참여하는 프로그램은 없다고 하였다. 가족단위로 이루어지는 프로그램의 부재의 문제도 있지만 취미생활도 함께 하기 어렵다는 것이 부인K의 의견이었다. 남편G는 음악심리치료 참여의 기회를 통해 부인K와 상호적으로 마음을 알았고, 표현할 수 있는 기회가 되어 매우 만족하고, 가족의 삶에도 적용할 것을 다짐했다.

- 수술 후에 보호자들이 굉장히 고생을 하는데.. 이후에 대한 관리를 위한 프로그램으로 눈치를 챘어요. (면담1)
- 아내에게 행복한 시간, 마음을 읽어주는 기회였다고 생각합니다. (면담3)
- 저희 부부한테 이런 기회가 찾아 왔다는 게 제 인생에서 상당히 큰 행운으로 생각하고, 이 행운을 고이 간직해서 생활에서 활용하도록 노력 할 것입니다. (면담4)

2) 가족 부인K의 음악심리치료 경험에 대한 의미별 분석

질적 분석을 통해 도출된 구성요소들은 음악심리치료 활동과 단계별로 진행된 면담 및 설문지 작성을 통해 나타난 가족내담자의 언어에 초점을 맞추어 분석하였으며, 가족 부인K의 구성요소는 다음과 같다.

<표 5> 부인K의 음악심리치료 경험에 대한 구성요소

구성요소	하위구성요소
가족의 책임감	- 남편G와 다른 시작 - 남편G에 대한 배려
표현의 어려움	- 표현 자체에 대한 쑥스러움 - 내면의 생각이 표현되는 것에 대한 거부감
음악심리치료에 대한 인지적 변화	- 위로의 시간 - 편안한 공간
음악환경에 적응	- 음악적 표현에 대한 관심 증가 - 음악을 통한 자연스러운 참여와 표현 - 음악적 지지에 대한 만족감
음악을 통한 내면의 발견	- 인생여정을 통해 나타난 심리적 상태 - 남편G의 질병과 관련된 심리적 어려움과 무의식 - 남편G에 대한 연민의 감정
가족의 삶과 희망의 노래	- 삶에 대한 바람을 음악환경에서 표현 - 추억공유에 대한 소중함

(1) 가족의 책임감

부인K의 음악에 대한 관심과 친숙함은 남편G와 음악심리치료에 함께 참여할 수 있는 원동력이 되었다. 부인K는 익숙하지 않은 음악적 표현에 대한 어색함도 있지만 본인과 음악 활동에 집중하던 남편G와 다르게 남편G의 행동에 신경 쓰며 남편G를 배려하려는 모습이 나타났다.

A. 남편G와 다른 시작

부인K는 남편G의 제안으로 음악심리치료에 참여할 것을 결심했다. 음악을 활용한 프로그램이기에 쉬운 결정이기도 했지만, 무엇보다 남편G의 제안에 대한 거절로 후회하고 싶지 않았음을 밝혔다.

- 지금에 와서 내가 후회할 것은 안하고 싶어요. 거절을 꼭 해야 될 것이 아니면 안 하는 게 내가 편하더라고요. (중략)가능한 하면 내가 편하고 싶어서 해달라는 거는 하는 편이에요. (면담4)

B. 남편G에 대한 배려

부인K는 음악적 반응에 대한 남편G의 행동에 집중하며 음악적 표현을 돕거나 맞춰주기도 하였다.

- (남편G가 계속 연주에 집중하자) 내가 먼저 할게요.. (3회기)
- T노래: 어머님 좋아하는 계절은 무엇이죠?
G노래: 우리 마누라는 여름을 좋아해요
K노래: 나는 시원한?... 여름을...? 좋아해요
T: 여름에 시원하려면 어떤 걸 즐기세요?
K: 음...? 빙수?? 하하(중략) 여름 안 좋아해요.. 제일 싫어하는데.. 하하 (2회기)

(2) 표현의 어려움

남편G에 의하면 평소 부인K는 쑥스러움을 많이 타는 성격으로 앞에 나서기를 좋아하지 않는다고 하였다. 부인K는 수용적 음악활동에 대한 거부감은 없었지만 직접적인 음악적 표현에는 거부감을 나타내기도 했다.

A. 표현 자체에 대한 쑥스러움

부인K는 악기 연습과 같은 음악의 완성도를 높이기 위한 노력에는 어색함 없이 참여하는 모습이였다. 하지만 음악에 본인의 생각이나 감정이 표현되어야 할 때면 음악과는 상관없이 쑥스러워 하며 표현에 대한 회피의 모습이 나타나기도 했다.

- 글썸.. 뭐를 할까.. 아이디어가 없는데.. 하하.. (3회기)
- 북이 작는데 대게 크게 소리가.. 하하하 (3회기)
- 내랑 적용시키는 것은 아니고, 그냥 음악 자체가 뭐랄까.. (4회기)

B. 내면의 생각이 표현되는 것에 대한 거부감

남편G에 비해 표현이 익숙하지 않은 성격으로, 그나마 음악심리치료에서 표현의 경험을 하였다고 한 부인K는 음악을 통해 내면의 이야기를 외부로 드러내는 것에 대한 거부감을 나타내기도 했다.

- 하하.. 다 까발리고 이야기해야 되나.. 하하 (6회기)
- 속을 너무 보이는게.. 표현하기 힘들다. (면담3)

(3) 음악심리치료에 대한 인지적 변화

부인K는 음악심리치료 활동이 본인이 스스로 무엇을 하기보다 수동적으로 치료를 받는 것이라는 인식을 가지고 있었다. 하지만 치료사와 음악적 환경에 적응해 가면서 음악환경을 편안한 공간으로 받아드리기 시작하였고 음악적 완성도와 더불어 음악심리치료 활동 자체와 공간, 그 시간에 더욱 의미를 부여하면서 참여에 대한 집중도가 점차적으로 높아졌다.

A. 위로의 시간

부인K는 남편G의 질병 발생으로 인한 어려움 속에서 스스로를 위로할 수 있는 마음의 여유가 없었다. 하지만 음악심리치료에서 제공되는 음악은 부인K를 위로하였고, 삶에 대해 생각할 수 있는 시간의 여유를 제공하였다.

- 음악 감상하며 그림으로 표현했을 때 편안함을 느꼈고, 마음이 차분해졌다. (면담2)
- 음악적으로 감정을 표현했을 때 위로받는 느낌이였다. (면담2)
- 음악시간동안에 마음에 치료를 했던 것 같습니다. (면담3)
- 마음을 차분하게 할 시간을 가진 적이 없었는데.. 노래듣고 생각하고 했던 시간인거 같다..고 생각해봤어요. (10회기)

B. 편안한 공간

남편G와 함께 한다는 것과 음악심리치료라는 새로운 환경이 어색할 것 같았지만 이야기 나누는 시간이 생각보다 좋았고, 음악이라는 매개체를 활용한 활동이라 더욱 좋았다고 하였다.

- 공동체로 이야기 나눌 수 있는게.. (음악적 표현)거리감도 조금 좁혀졌죠..(면담1)
- 음악을 같이 하면 어색할 것 같았는데 뭐.. 그런 분위기가 생각보다.. (면담1)

(4) 음악환경에 적응

부인K는 선호음악의 반영과 치료사의 음악적지지 등 다양한 음악적 환경의 제공으로 점차적으로 마음을 열고 음악심리치료에 참여할 수 있게 되었다. 음악환경에 적응하며 여유가 생기자 음악과 음악적 표현에 더욱 집중하였다.

A. 음악적 표현에 대한 관심 증가

부인K는 음악심리치료 활동에서 대부분 차분한 모습으로 참여하였다. 하지만 제시되는 음악에 대한 질문을 하거나 음악적 표현에 대해 관심을 가지며 회기가 거듭될수록 표현에 대한 적극적인 참여의 모습으로 변화되었다.

● 이 곡(mozart)은 거진 마지막 때에 작곡 된 거네요? (2회기)

● K: 그럼 안 좋을 때는 어떻게..(연주해요?)

G: 뭐 이렇게!(북으로 쿵쿵쿵!!)

T: 네, 이렇게 크게 하셔도 되고요.. 스트레스 풀듯이.

K: 아.. 그럼 시끄럽겠다.. 밖에.. 옆 사람한테 방해되고..

T: 괜찮아요, 지금 밖에 아무도 없어요.

K: 아... 하하 (3회기)

● 음악적 표현 중에서 감상이 제일 편한데, 음악적으로 하니 악기 다루는 것이 흥미로웠어요. (면담1)

● (작사) 처음 해보는 거라 흥미로웠어요. (2회기)

B. 음악을 통한 자연스러운 참여와 표현증진

음악이 익숙했던 부인K는 음악에 집중할 수 있는 마음의 여유가 생기

자 점차적으로 표현이 자연스러워졌다. 치료사가 질문하지 않아도 음악에 대한 생각이나 느낌을 이야기하거나 선호음악에 대한 지식이 있으면 치료사의 설명을 보태기도 하였다.

- 영화 같은데 보면 음악 영화를 연상시켜서 모차르트 이런데 보면 마차타고 가면서 웅장한.. 뭐 씩씩한..(중략) 멜로디가 웅장하고 무게감이 있고, 첼로 소리가 마음을 가라앉혀주는.. 느낌.. 창조주를 찬양하는 듯한.. 이런 흡사한.. 작곡한 사람의 의도가 들어가 있지 않은가.. (4회기)
- 후렴에 계속 베리 베리(better better)가 계속 이어지고 (9회기)
- T: 어머님도 제일 기댈 수 있는 대상이 아버님이신가요?
K: 그럴 때도 있고 아닐 때도 있고 하하 솔직히 말하는 거예요. 하하 하. (9회기)
- (평소에 표현) 에이, 잘 안해요.. 그래도 여기서 좀 한 편이지..(면담4)

C. 음악적 지지에 대한 만족감

부인K는 어린 시절부터 경험해온 예술적 표현의 음악과 음악심리치료에 이루어지는 표현적 음악활동에 대해 거리감이 있었다. 하지만 음악활동 공간에서 이루어지는 음악적 지지를 통해 마음을 열고 자신을 표현하는 음악에 점차적으로 익숙해지는 모습을 나타냈다.

- 나는 선생님이 연주 하시는 게 참 좋았고... (음악을)같이 할 수 있어서 좋았어요. (3회기)
- 프로그램이 좋았어요. (7회기)

(5) 음악을 통한 내면의 발견

예능에 소질이 있었던 부인K에게 음악은 단지 예술적인 활동이었다. 하지만 음악심리치료 활동에서의 음악은 새로운 음악적 경험이 되어 내적인 어려움에 대한 무의식이 담긴 표현으로 나타났으며 표현된 내용은 대체로 현재 삶과 연관되어 있었다.

A. 인생여정을 통해 나타난 심리적 상태

부인K는 음악을 통해 과거를 회상하며 힘들거나 어려운 시간을 보내게 되더라도 그대로 받아드리는 성격이었음을 밝혔다. 이렇게 음악을 통한 회상은 주로 과거로 진행되었으며 과거의 삶에 대한 시대적 아쉬움과 무던했던 성격으로 인한 인생의 선택들에 대한 후회가 현재와도 닮아있음을 나타냈다. 부인K는 현재 삶에서 나타나는 수용적인 자세와 남편G의 질병에 대한 무기력한 자신의 태도를 후회되는 과거 모습에 대입시켜 음악환경에서 표현했다.

- 밤바다에 편안하게 등대보고 찾아가는 인생의 여정 같은.. (그림의 배를 가리키며) 이 중간 같아요.. 중간을 지나고 있는데 편안하게 찾아가고 싶다.. 바다에.. 잔잔한 바다에서.. (4회기)
- (힘든 시절)있었어요.. 옛날 시절에 있었지.. 있었는데 짧았던 것 같아요.. (5회기)
- 결혼이후에 서로 의지하면서 뭐... (5회기)
- 나는 어릴 때.. 생각해 보건데.. 음.. 그.. 꿈과 미래가 없이 살았던 것 같아요.. 그리고.. 또 미래를 생각해 볼 때는.. 그런대로 뭐 그냥.. 살아가지 않을까.. 현재와 비슷하지 않을까..(6회기)
- 요즘 애들은 방송 접하고 뭐 주변에 선생님이 많잖아요.. 개발도 해주

면서 꿈도 갖게 해주면서.. 그때는 그런 게 없었던 거 같아요.. 특히 여자는 더더군다나.. (중략) 뭐 그런 부분이 아쉽고.. 뭐 적극적으로 했으면.. 뭔가 자기가 하고자 하는 게 있거나 그랬으면.. 좋았겠지만.. 그런 욕구도 별로 없었고, 욕심이 별로 없었던 거 같아요.. 우리 때라고 다 그런 건 아니었는데.. (6회기)

- 중학생 때 내 삶이 환경에 영향을 받는다고 처음 생각을 했던 것 같아요.. 지금도 그런 생각은 여전히 가지고 있어요.. (7회기)
- 노래가사: 미워하며 후회하는 나의 뉘우침, 참지 못한 것 다 내 잘못이야, 잊힐 줄만 알았는데, 이렇게 생각이 다시 날걸 그뻐 알 수 없었어. (가사작성지에서)나의 이기심이 나는 싫어. (6회기)
- 아.. 내가 중학교 때부터 피아노를 배우러 다녔었어요. 엄마가 이래 데려가서 해라가 아니라 내가 하겠다! 해서.. 대학을 음대를 가겠다고 하면 충분히 갈 수 있었을 텐데.. (면담4)
- 노래가사: 미워하며 후회했던 나의 뉘우침, 후회하며 반성했던 나의 경솔함, 또 다른 마음으로 채워진 어제 (6회기)

B. 남편G의 질병과 관련된 심리적 어려움과 무의식

표면적으로 나타나는 부인K의 언어와 행동에는 어떠한 상황이든 적응하여 받아들이는 순응적 태도의 내용이 담겨있다. 부인K는 남편G의 질병과 관련한 심리적 반응 또한 순응적 태도로 적응해 나갔으나 해소되지 못한 심리적 어려움이 음악환경 안에서 발견 되었다. 음악을 통해 이별에 대해 떠올린 부인K는 음악적 표현을 통해 이별에 대한 내용을 담아내기도 했다. 치료사의 의도와 상관없이 나타난 이러한 반응은 부인K가 가족으로서 가지는 심리적 두려움에 대한 표출이었으며 부인K의 ‘이

별'이라는 직접적인 단어 선택과 음악적 표현은 삶의 질 관련 면담을 통해 죽음에 대한 두려움과 돌봄 부담감에 대한 정서적 변화에 영향을 미친 것으로 나타났다.

- 그렇게 힘들고 슬퍼서 그랬던 적이 별로 없었던 거 같아요.. 처음에 아프다 할 때도.. 거기에 대해 절망적인 생각도 없었으니까...(중략) 생각해보면 제일 큰 70고비를 넘겼다고 생각하고.. (남편G)감당할 수 있으니까... 요즘에 주변에 무슨 일들이 있어서 사람들이 힘들어 하는 거 보면은 아 나는 잘 넘겼다.. 잘했다는 아니고, 잘 넘겼다.. 그렇게 그냥 위로해요. (9회기)
- 아무래도 바빠 일하다가.. 이제 아프면서 준비하는 상태에서 올데이를 같이 지나니까.. (중략) 그때는.. 감당을 못했고.. (9회기)
- 남편 병이 발견되고 나서 제일 힘들었는데.. 내가 해줄 수 있는 것도 없고.... (7회기)
- 해줄 수 있는 것도 예전 같지 않죠 뭐.. (면담4)
- 처음노래.. 80년대 노래라고 했나요? 힘든 시기..에 관한.. (6회기)
- 노래 들어봤는데..이별.. 원망보다는 가는 사람을 축복하는 그런 느낌.. (5회기)
- 노래가사: 눈물 이젠 안녕 건디기 힘이 드니까, 이별도 이젠 안녕 나는 지쳤어요, 어느 날 행복이 찾아와 내 마음 열기를 기다린다면, 또 다시 이별해도 괜찮아, 이젠 제대로 시작할거야 (8회기)
- 음악으로 감정을 표현할 때, 현재 상태를 생각하게 된다. (면담2)
- 노래가사: 그동안 함께 하였지만, 언젠가 이별이 오면, 서로 마주보고 고맙다고 말할 수 있는 마음이 되었으면.. (8회기)

C. 남편G에 대한 연민의 감정

부인K는 일생동안 함께 해온 남편G에 대해 강인한 사람으로 표현하면서 나이가 들어가면서 변하는 모습에 대한 자신의 감정과 생각을 담담한 어조로 이야기 하였다. 또한 남편G의 감정표현에 대해 속스러워하면서도 울컥하는 모습을 보이기도 했으며 음악적 표현을 통해 남편G에 대한 감정을 표현하였다.

- 작사할 때 생각의 변화를 느꼈고, 상대(남편G)를 배려하고 싶은 마음이 생겼습니다. 같이 늙어가면서 이해를 해주고 싶어요. (면담3)
- (남편G의 우는 모습)원래 안 그랬어요. 아프고 난 뒤에 여기 와서 그런 시간들이 좀 있었나 봐요.. 서로 위로하는 시간에 그런 게 마음이 울컥 울컥 하는 것이.. (중략) 뭐.. 인간의 나약함을 본거죠.. 이렇게도 변할 수 있구나.. 젊었을 때 같으면 참 별짓을 다한다.. 했는데, 지금은 아이고 늙으니까 할 수 없다..는 생각이 강했어요.. 자존심도 세고 그랬는데.. 지금은 편안해요 늙으니까.. (면담4)
- 이 사람은 이 사람대로 아프니까 심신이 조금 괴로워가지고..(중략) 저번에 그런 소리(음악을 통해 감정을 표현한 것) 들어본 것도 없었고.. 그래요 뭐.. (9회기)

(6) 가족의 삶과 희망의 노래

가족의 대화는 주로 일상적이었으며 감정표현의 대화는 부족하였다. 부인K는 현재에 만족하며 삶에 힘든 일이 닥쳐와도 막연하게 현실을 받아들이며 내면의 감정을 묻어두었다. 이러한 삶은 부인K의 심리적 어려움을 해소할 수 있는 여유를 제공하지 못하였다. 음악심리치료는 부인K의 생각과 심리적 어려움에 대해 스스로 생각하고 표현할 수 있는 시간을 제공하였으며 남편G와 함께

삶에 적용할 수 있는 노래의 가사들을 통해 가족의 삶에 대한 바람이 희망적으로 작용할 수 있도록 도왔다.

A. 삶에 대한 바람과 희망을 음악적 환경에서 표현

부인K는 음악에 집중하면서 음악을 통해 생각나는 내용을 접목시키며 자유롭게 생각을 표현 하는 것은 물론, 가족에 대한 이야기도 자연스럽게 할 수 있었다. 또한 음악환경 안에서의 표현을 통해 평소에 하지 않던 남편G에 대한 마음의 표현도 가능하였다.

- 노래가사: 내가 바라는 삶의 모습은 바로 배려 그리고 평안, 함께 만 들어요 배려와 평안을. (2회기)
- 내년엔 좀 더 신중하게 생각하고 하루하루 잘 보내고 싶다. 그냥 일 년 지나가서 올해 지나갔네.. 이런 소리 안하고 잘 보냈네.. 하면서.. 열심히.. 살고싶다.. (4회기)
- 노래가사: 이제 그 해답이 노력이라면, 나는 당신의 건강을 위해서 기도하겠네. (4회기)
- 노래가사: 아름답고 행복한 우리 잘 살아가요 잘 살아가요 (5회기)
- 노래가사: 감사해 내가 사는 이 시간 오늘 (6회기)
- 남편이 잘 받아드리고 잘 이겨나가는 모습을 보면서 나도 많이 편안해 졌어요.. 이시기에 겪을 수 있는 일이라고 생각하고..(중략) 지금처럼 마음 편하게 잘 관리해서 잘 살아가면 좋겠어요.. (7회기)
- 음악심리치료 시간에 주로 희망적인 내용을 표현했다고 생각한다. (면담2)
- 올림픽 세계대회인데, 선수들의 진취적인 모습이 떠올랐어요..(중략) 아...!! 올해 식구가 늘어났고, 남편이 병을 잘 이겨내고 있는 것이 좋

아요. (4회기)

B. 추억공유에 대한 소중함

부인K는 남편G의 질병 발견 이후 함께 하는 시간은 많아졌지만, 함께 할 수 있는 활동은 부재했고, 함께 한다는 생각은 하지도 않았었다. 남편G는 질병을 극복하기 위해 많은 활동을 하며 이전과 비슷한 시간을 보내고 있었지만 부인K는 마음 편하게 활동을 하기에는 가족으로서 부담감이 있었던 것으로 비춰졌다. 이러한 부인K에게 음악심리치료 시간은 표현적 활동을 통한 남편G와의 관계적 발견도 있었지만 함께 오고가는 길에 소소한 추억이 생겼고, 노래를 공유하고 가사를 만들면서 하나의 의미 있는 가족노래가 생긴 소중함에 만족감을 나타냈다.

- 아이고.. 추억이 되겠네 하나의.. 하하 (10회기)
- 노래가사: 남편과의 세월 노래로 기억된다면 나는 행복하겠네, 우리 만났던 그 시절부터 40년의 세월을 생각하네, 배려하며 지내온 우리의 청춘과 젊은 시절들이, 흐르고 흘러 여기까지 왔네요, 아름다운 애뜻한 우리 인생. (10회기)
- 부부가 같은 시간대에서 같은 생각을 느꼈을 거라고 생각합니다.
(면담3)
- 적용시킬 수 있는 내용들이.. 좋은 추억들로 많이 추억하면 좋을 것 같고, 옆에 사람을 편안하게 해주고 싶다는 마음들..(이 생겼다).
(면담4)
- 음악, 가사로 표현했을 때, 거기서 뭐 마음을 느꼈지.. 뭐.. (면담4)
- 생활에는 별 차이는 없어요.. 마음 적으로 추억이 생긴거지.. (면담4)
- 아프면서 놀게 되니까.. 같이 있는 시간이 많잖아요.. 그래서 취미

활동을 따로 하는게 더 낫을 때가 있어요.. 같이 하면은 또 이제 뭐.. 한 마음이 되어가지고 끌고 가면 좋은데, 또 비판적일 수 있거든.. 사람이.. 서로가.. 그러니까.. 이거는 취미보다는 내가 선택하는 게 아니고 내가 받는 거잖아요. 그냥 좋은 시간 보냈던 것 같아요.. 음악으로 하는 프로그램도 좋고 하니까. (면담4)

- 아침에 같이 시간 맞춰 나오고, 같이 일어나고.. 끝나고 맛있는 거 먹고, 그런 거지 뭐.. 같이 시간 보내는 거.. (면담4)
- 서로 마음을 알 수 있었고.. (중략) 뭐.. 새삼스럽게 이런 시간 가지니까 좋지요. 좋았어요.. 생각도 안한 시간을 같이 보내고.. (면담4)

3) 가족내담자의 의미도출 결과에 대한 비교분석

가족내담자의 음악심리치료에 경험에 의미를 개별적으로 분류하여 질적 분석한 결과, 남편G와 부인K는 같은 상황에서 서로가 다른 음악적 경험을 하였고 결과적으로 서로의 삶에 영향을 미치는 것으로 나타났다.

<표 6> 가족내담자의 음악심리치료 경험에 대한 구성요소

구성요소	하위구성요소
음악환경에 적응	(남편G)
	- 음악심리치료에 대한 관심과 기대
	- 흥미로운 음악적 경험
	- 치료사의 지지를 통한 심리적 적응
	(부인K)
	- 음악적 표현에 대한 관심 증가
	- 음악을 통한 자연스런 참여와 표현
	- 음악적 지지에 대한 만족감

삶에 대한 의지	<ul style="list-style-type: none"> - 배움에 대한 노력 - 음악적 완성에 대한 의지와 성취감 - 음악을 통해 건강했던 과거의 모습을 회상
가족의 책임감	<ul style="list-style-type: none"> - 남편G와 다른 시작 - 남편G에 대한 배려
음악과 내 삶의 연관성	<ul style="list-style-type: none"> - 음악적 공감을 통한 내면 탐색과 회한 - 음악을 통한 인생회고와 정서적 발견
음악을 통한 내면의 발견	<ul style="list-style-type: none"> - 인생여정을 통해 나타난 심리적 상태 - 남편G의 질병과 관련된 심리적 어려움과 무의식 - 남편G에 대한 연민의 감정
음악환경에서 표현에 대한 경험	<ul style="list-style-type: none"> - 음악적 표현을 통한 인지적 변화 - 음악을 통한 감정표현 - 음악적 경험을 통한 관계적 변화
표현의 어려움	<ul style="list-style-type: none"> - 표현 자체에 대한 쑥스러움 - 내면의 생각이 표현되는 것에 대한 거부감
삶에 적용하는 나의음악	<ul style="list-style-type: none"> - 선호음악 적용에 대한 지속성 - 음악적 경험을 통한 희망의 노래
가족의 삶과 희망의 노래	<ul style="list-style-type: none"> - 삶에 대한 바람을 음악환경에서 표현 - 추억공유에 대한 소중함
음악심리치료에 대한 인지적 견해	<ul style="list-style-type: none"> - 음악심리치료에 대한 만족감 - 가족을 위한 음악심리치료의 필요성
음악심리치료에 대한 인지적 변화	<ul style="list-style-type: none"> - 위로의 시간 - 편안한 공간

(1) 음악적 경험에서 나타난 가족내담자의 개별적 관점

같은 공간에서 같은 음악활동이 제공되었으나 가족내담자가 개별적으로 경험하는 내용은 각자 다르게 나타났다. 이러한 개별적인 경험은 가족내담자가 음악을 받아들이는 초점에서 영향을 받은 것으로 남편G의 초점은 주로 본인에게 있었으며, 부인K는 자신의 모습을 돌아보면서도 결국은 남편G 즉, 가족의 삶에 초점이 맞추어져 있었다. 가족내담자가 유일하게 초점이 바뀌었던 구성요소는 음악심리치료에 대한 견해였다.

A. 질병 대처 방식

가족내담자의 질병에 대한 자세는 매우 다른 모습으로 나타났다. 남편G는 본인의 질병에 대해 극복과 완치에 대한 희망을 놓지 않는 자세로 신체적, 심리적인 문제들을 꾸준히 관리하며 삶을 유지하고 있었다. 이러한 남편G의 노력은 음악적 표현에 그대로 반영이 되었으며 미래에 초점이 맞춰진 ‘삶에 대한 의지’의 구성요소가 나타났다. 남편G의 삶에 대한 의지는 ‘배움에 대한 노력’과 ‘음악적 완성에 대한 의지와 성취감’, ‘음악을 통해 건강했던 과거의 모습을 회상’하면서 질병을 이겨내고 삶이 연장되기를 바라고 있었다.

남편G의 배움에 대한 노력은 삶에서 지속적으로 이루어지고 있었지만 음악적 환경에서는 부인K의 음악적 지식을 따르고 싶은 열망과 음악적 표현 기술을 완성시키고자 하는 노력이 나타났다. 이러한 배움을 통해 남편G가 얻고자 하는 것은 인생을 지탱하는 활력으로서 작용하길 바라는 소망과 인생의 완성을 음악적 성취감을 통해 간접적으로 이루고자 하였다.

부인K는 남편G의 질병을 대처하기 위해 자신이 해줄 수 있는 것이면 무엇이든 함께 하려고 노력하고 있었다. 이러한 자세는 가족의 책임감의 구성요소로 나타났으며 음악심리치료에 참여하는 ‘남편G와 다른 시작’,과 ‘남편G에 대한 배려’의 하위구성요소로 나타났다. 부인K는 음악에 대한 친숙함으로 음악

심리치료에 참여하기 위한 결정이 어려운 것은 아니었으나 남편G의 제안에 대한 거절로 후회하고 싶지 않은 생각이 더 강해서 남편G를 위해 참여를 결심하였다. 또한 음악적 반응이 남편G보다 더 민첩했던 부인K는 남편G의 음악적 반응을 살피며 음악적 완성을 돕는 모습이 나타났다. 이러한 부인K의 자세는 남편G의 질병에 함께 반응하며 음악심리치료를 통해 자신의 어려움을 돌보기보다 남편G의 어려움을 돕기 위한 도움자로서의 역할과 가족에게 초점이 맞추어진 행동의 모습이 나타났다.

B. 음악과 자아발견

가족내담자는 음악심리치료 활동에 함께 참여하면서 음악을 통해 발견한 개인이 지닌 내면의 어려움을 음악적 표현을 통해 외부로 표출하면서 제시된 음악을 완성하였다. 이러한 음악적 경험은 각자가 다른 인격체로서 살아온 삶에 대한 어려움을 다른 방식으로 느끼고 경험하게 하였으며 남편G는 자신의 인생에서 후회되는 삶을 주로 회상하였으며 여전히 자신에게 초점이 맞추어진 음악적 경험을 나타냈다. 반면 부인K의 음악적 경험은 자신의 무기력했던 과거의 모습을 회상하면서 결국은 현재 가족의 삶에 자신의 모습을 적용시키는 가족에 초점이 맞추어진 결과의 내용으로 나타났다.

남편G의 자아발견은 음악과 내 삶의 연관성으로 나타났으며 음악적 경험을 통한 ‘음악적 공감을 통한 내면 탐색과 회한’과 ‘음악을 통한 인생회고와 정서적 발견’의 하위구성요소가 나타났다. 남편G는 제시된 음악에서 악기의 음색이나 노래 가사에 집중하면서 떠오르는 생각이나 공감되는 내용에 대해 자연스럽게 표현하였고, 후회되는 자신의 모습을 누우치며 울컥이는 모습이 나타나기도 했다. 이렇게 삶과 연관되어 나타나는 정서적 발견은 질병으로 인해 경험한 심리적 어려움을 직접적으로 표현하도록 하였으며 감정을 표현하면서 느낄 수 있는 정서적 어려움에 대한 해소와 음악적 표현을 통해 삶을 재정립

할 수 있는 기회가 되었다.

부인K는 남편G의 질병 발견 이후 심리적인 고통을 해소할 수 있는 마음의 여유가 없었다. 또한 남편G의 질병에 대해 해줄 수 있는 것이 없는 것에 대한 무기력함과 순응하는 자세로 삶을 이끌어 온 자신의 모습을 ‘이기적인 내 모습’으로 표현하면서 후회가 담긴 내용을 음악에 담아내기도 하였다. 이러한 부인K의 심리적 어려움들은 음악적 경험을 통해 과거의 모습을 회상하게 하였고, 음악 안에서 내면의 어려움을 표현하는 과정을 통해 ‘음악을 통한 내면의 발견’의 구성요소가 나타났다. 부인K의 초점은 남편G에게 맞추어져 있었으며 ‘인생여정을 통해 나타난 심리적 상태’, ‘남편G의 질병과 관련된 심리적 어려움과 무의식’, ‘남편G에 대한 연민의 감정’으로 나타났다. 부인K는 음악을 통해 자신의 인생여정을 떠올렸으며 힘든 시절에 관한 노래에 감정적 반응을 일으키며 무의식에 있던 심리적 어려움을 ‘눈물’, ‘이별’, ‘미움’, ‘후회’, ‘경솔함’의 단어로 표현하였다. 이러한 표현은 결국 남편G의 질병으로 인한 심리적 어려움과 연관성을 가진 것으로 나타났으며 표현을 통한 재경험으로 가족에 대한 생각을 재정립할 수 있었다.

C. 음악심리치료

가족내담자가 유일하게 초점이 바뀐 구성요소로 남편G는 음악심리치료에 대한 인지적 견해에서 ‘음악심리치료에 대한 만족감’과 ‘가족을 위한 음악심리치료의 필요성’으로 하위구성요소가 나타났다. 남편G는 음악의 예술적 활동에 치중되어 있던 생각을 음악심리치료를 통해 표현의 도구로서 음악이 활용할 수 있다는 발견으로 음악적 완성에 대한 부담감은 치료사에게 맡기고 삶에 적용할 수 있는 음악의 완성을 위해 집중하였다. 또한 음악심리치료의 필요가 부인K의 어려움에 도움이 되었으며 부인K의 마음을 알 수 있는 기회가 되어 가족의 관계개선에 도움이 되었음을 밝혔다.

부인K는 남편G의 질병 발견이후 자신의 어려움을 돌볼 수 있는 여유가 없었다. 모든 초점이 남편G에게 맞추어져 있었으며 자신에 대한 발견도 가족의 삶에 적용시키는 모습이었다. 하지만 음악적 경험은 이런 부인K의 심리적 어려움에 작용하여 마음이 차분해지는 경험을 하도록 도왔으며 가족의 삶과 더불어 자신의 삶에 대해 생각할 수 있는 시간을 제공하였다. 부인K에게 음악심리치료의 경험은 음악심리치료에 대한 인지적 변화로 ‘위로의 시간’과 ‘편안한 공간’을 제공하였다.

(2) 음악적 경험에서 나타난 가족내담자의 공통된 관점

남편G와 부인K는 음악적 환경에서 각자의 방식으로 적응하였으며 음악적 표현을 통한 자기표현은 그동안의 대화와는 다른 감정적 표현의 언어로 이루어지면서 상호적 이해관계를 확장시켰다. 이러한 음악적 표현을 통해 경험된 음악들은 가족내담자가 공통적으로 바라는 삶의 모습인 희망의 내용이 담긴 노래로 완성되었으며 삶에 적용할 수 있는 정서적 지지의 결과가 나타났다.

A. 음악환경적응

가족내담자 남편G와 부인K는 음악에 대한 관심이 많고, 합창단원으로 활동하면서 음악과 친숙한 삶을 살아 왔다. 음악과의 친숙함이 음악심리치료에 참여할 수 있는 계기가 되었고, 음악심리치료에 대한 정보는 없었지만 음악으로 하는 프로그램이라는 인식을 가지고 있었다.

남편G의 음악환경 적응에 대한 하위구성요소는 ‘음악심리치료에 대한 관심과 기대’, ‘흥미로운 음악적 경험’, ‘치료사의 지지를 통한 마음의 동함’으로 나타났다. 남편G는 기본적으로 음악에 대한 관심과 열정을 가지고 있었으며 음악심리치료에 대한 기대감도 있었다. 음악심리치료 초반에는 단순히 음악적

완성을 이루는 것이 아닌 표현의 작업을 통해 이루어지는 음악에 어색함을 나타내기도 하면서 음악적 완성에만 치중되는 모습이 발견되기도 하였다. 하지만 선호음악을 활용한 노래, 타악기 연주활동, 가사 만들기 등의 다양한 음악적 표현의 경험을 통해 음악심리치료 활동에 적응해 나갔으며, 치료사의 음악적 지지는 남편G가 스스로 자신을 발견하고 표현할 수 있는 마음의 여유를 제공하였다.

부인K는 음악에 소질을 가진 어린 시절을 보냈으며 음악에 대한 지식과 소양으로 남편G의 부러움을 사기도 했다. 하지만 표현에 대한 어색함이 있어 음악적 표현에 적응하기까지 오랜 시간이 소요되었다. 부인K의 음악환경 적응과 관련된 하위구성요소는 ‘음악적 표현에 대한 관심 증가’, ‘음악을 통한 자연스러운 참여와 표현’, ‘음악적 지지에 대한 만족감’으로 나타났다. 부인K는 선호음악 반응을 통해 새로운 음악적 환경에 적응하기 시작했으며 음악적 환경 안에서의 표현이 자연스러워졌다. 음악심리치료 초반에는 가사를 그대로 사용하여 서로에게 노래를 불러주는 활동에서도 작은 목소리로 노래를 부르는 모습이었지만 회기가 거듭될수록 음악 안에 감정표현의 단어들을 자연스럽게 담아내거나 음악을 통해 불러일으켜진 생각이나 느낌을 자연스럽게 이야기 하는 모습으로 변화되었다. 또한 치료사의 음악적 지지에 만족감을 드러내면서 음악적 완성에 동참하는 모습이었다.

B. 자기표현

표현을 대하는 가족내담자의 자세는 매우 다른 모습으로 나타났다. 가족내담자의 일반적인 표현 방식은 서로에게 상호적인 영향을 미친다고 하였지만 감정표현에는 가족내담자 모두 서툰 모습이었다. 남편G는 사랑대화가 부족하다고 하였으며 부인K는 그러한 표현 자체를 쑥스럽게 생각하고 있었다. 하지만 음악적 환경을 통한 감정표현의 시간들은 남편G가 부인K를 생각하는 극진

한 마음을 적극적으로 표현하도록 도왔으며 부인K 또한 쑥스럽지만 음악적 표현으로 마음을 담아내는 모습이 나타났다.

남편G의 음악환경에서 표현에 대한 경험은 ‘음악적 표현을 통한 인지적 변화’, ‘음악을 통한 감정표현’, ‘음악적 경험을 통한 관계적 변화’로 나타났다. 이러한 하위구성요소들은 일상적인 대화를 벗어난 감정표현을 통해 가족관계 개선에 대한 의미를 가지며 남편G는 음악적 표현의 경험이 이러한 감정표현을 도왔다고 하였다.

부인K는 표현의 어려움에 대한 하위구성요소가 나타났으며, ‘표현 자체에 대한 쑥스러움’, ‘내면의 생각이 표현되는 것에 대한 거부감’이다. 부인K에게 표현은 굉장히 낯선 경험이며 감정표현은 더욱 힘든 모습을 나타냈다. 하지만 음악적 환경에 적응해 나가면서 음악 안에서의 표현은 가능해졌고, 자연스러웠다. 이러한 참여는 남편G와 부인K가 표현에 대한 영향력을 직접적으로 체험하고 느낄 수 있는 시간이 되었으며 서로에게 상호보완적인 지지적 역할을 가능하게 하였다.

C. 삶에 적용하는 가족노래

음악심리치료에서 경험한 음악들은 가족내담자가 삶에 적용할 수 있는 정서적 지지의 내용을 담은 노래들로 완성되었다. 가족내담자의 희망의 노래는 ‘행복’, ‘용기’, ‘사랑’, ‘배려’, ‘평안’, ‘감사’등의 단어로 채워졌으며 이러한 내용을 담은 노래를 추억하며 삶에 적용할 것을 다짐했다.

남편G는 삶에 적용하는 나의 음악에 대한 하위구성요소로 ‘선호음악 적용에 대한 지속성’, ‘음악적 경험을 통한 희망의 노래’로 나타났다. 남편G의 선호음악은 용기와 희망의 내용이 담긴 노래이며 음악심리치료에서 제공된 노래를 간직하고 기억하여 지속적으로 노래를 부를 수 있기를 원했다. 또한 현재와 미래에 대한 희망을 작사를 통해 표현하면서 삶에 적용할 수 있는 활동으로

작사에 대한 새로운 희망을 보았고 계속해서 시도해보겠다는 의지를 나타냈다.

부인K의 가족의 삶과 희망의 노래는 ‘삶에 대한 바람을 음악환경에서 표현’, ‘추억공유에 대한 소중함’의 하위구성요소로 나타났다. 부인K는 처음으로 열심히 살고 싶은 자신의 삶에 대한 바람을 음악적 환경에서 표현했으며 가족에 대한 희망의 내용들을 이야기하면서 노래에 가사로 담아냈다. 특히 음악심리치료에 참여하면서 남편G와 함께 공유한 노래들이 추억이 되어 삶에 적용될 것이며 가족이 함께 한 것 자체에 특별한 의미를 가지고 있었다.

가족내담자가 음악심리치료에서 표현한 언어로 만들어진 노래는 다양한 단어를 통해 완성되었으며 단어가 가진 의미는 희망적인 삶에 대한 내용이다. 이러한 음악을 삶에 적용하기 위해 남편G는 지속적으로 노래가사 작성에 도전할 것을 다짐했으며, 부인K는 음악심리치료에서 경험한 음악을 추억하며 삶에 적용시켜볼 것을 다짐했다. 가족내담자가 음악적 경험을 삶에 적용시키려는 다짐은 방법적인 차이를 나타냈지만 음악을 삶에 적용시키려는 의지는 공통적으로 나타났다.

V. 결론 및 제언

1. 결론

본 연구는 암환자와 가족의 음악심리치료 경험이 삶의 질에 미치는 영향과 그 의미를 질적 연구를 통해 알아보았다. 이를 위해 음악심리치료에 대한 가족내담자의 개별적인 경험에 초점을 맞추어 분석하였으며, 가족내담자의 음악심리치료 경험에 대한 개별적 분석결과를 토대로 개별적 관점과 공통된 관점을 비교분석하였다. 이를 위해 암환자인 남편G와 가족인 부인K에게 총 10회기의 음악심리치료 활동과 총4회의 면담이 적용되었으며, 녹음과 면담을 통해 수집된 자료를 질적 분석하였다.

연구 결과 총 130개의 의미단위가 선정되었으며, 이 중에서 암환자 남편G의 경험과 관련된 의미단위를 통해 15개의 하위구성요소와 6개의 구성요소가 도출되었다. 또한 가족 부인K의 경험과 관련된 의미단위를 통해 14개의 하위구성요소와 6개의 구성요소가 도출되었다.

음악심리치료 경험에 대한 가족내담자의 개별적 관점을 통해 가족내담자의 음악심리치료 참여에 대한 초점의 방향을 발견할 수 있었다. 첫째, 가족내담자는 질병 대처 방식에 대한 초점이 가족내담자 모두 남편G의 신체, 심리적 어려움에 초점이 맞추어져 있었고, 음악을 통한 자아 발견 또한 남편G의 질병과 관련되어 있었다. 이를 통해 부인K의 음악적 경험은 모두 남편G를 위한 헌신적인 배려에 집중되어 있는 것을 확인해볼 수 있었다. 둘째, 음악심리치료에서 부인K의 심리적 어려움을 발견한 남편G는 부인K의 음악적 표현에 귀를 기울이게 되었으며, 부인K는 음악적 경험을 통해 발견한 자신의 심리적 어려움을 돌보고 위로받는 경험을 하였다. 이를 통해 음악심리치

료 참여에 대한 남편G와 부인K의 초점의 변화를 살펴볼 수 있었다. 또한 가족내담자의 음악심리치료 경험에 대한 공통된 관점을 통해 가족 상태의 삶의 질에 영향을 미치는 것을 확인할 수 있었다. 남편G와 부인K는 질병이 발병된 이후 돌봄에 대한 부담감과 같은 심리적 어려움을 서로에게 표현할 수 있는 기회가 없었다. 부인K는 무조건적인 배려로 심리적으로 지쳐있었고, 남편G는 부인K에게 의지하기 보다는 스스로 질병을 대처해 나가기 위해 자신에게 집중하며 노력하는 삶이 지속되었다. 가족내담자는 이러한 심리적 어려움을 음악심리치료 활동을 통해 표현하는 기회를 가질 수 있었으며, 상호적 이해를 통한 배려의 지지역할이 가능하도록 변화되었다. 이러한 가족내담자의 개별적 관점과 공통점 관점을 통해 살펴본 음악심리치료 경험은 최종적으로 가족내담자의 삶의 질에 다음과 같은 영향을 미치는 것으로 나타났다.

첫째, 음악심리치료에서 가족내담자의 음악활동에 대한 개인적 경험은 인생을 되돌아보는 인생회고의 시간으로 작용하였으며 음악적 재경험으로 개인의 삶을 재정립할 수 있는 기회가 되었다. 남편G는 음악적 경험을 통해 인생회고의 시간을 거치면서 심리적 어려움에 대해 회피하지 않고 표현할 수 있게 되었으며, 부인K는 음악적 경험을 통해 과거의 모습을 회상하면서 자신의 무기력했던 과거의 모습이 현재의 삶과 닮아있음을 발견하였다.

둘째, 음악적 표현을 통한 가족내담자의 자기표현 및 감정표현의 경험은 가족내담자의 인지적 변화를 이끌었으며 서로에 대한 이해의 폭을 넓히고 배려하는 상호적 관계개선의 발전을 이루었다. 음악심리치료 활동을 통해 드러난 가족내담자의 대화는 일상생활에 대한 내용이 주를 이루었으며, 자기표현이나 감정표현에 대해서는 서툰 모습이 나타났다. 남편G는 자기표현에 대해 어려움을 가지고 있었으며, 심리적 어려움에 대한 표현은 회피하려고 하였다. 부인K는 감정표현에 대한 숙스러움이 있었고, 표현의 필요성에

대한 인식이 부족하였다. 음악은 남편G의 내면의 자신의 발견하도록 도와 음악적 환경 안에서 표현할 수 있도록 하였으며 부인K는 남편G에 대한 감정을 음악을 통해 표현하였다. 이러한 과정을 통해 부인K는 남편G의 심리적 어려움을 이해하게 되었으며, 남편G는 자신에 대한 부인K의 감정을 느낄 수 있는 계기가 되었다.

셋째, 음악심리치료는 가족내담자의 희망적인 삶을 가족노래로 표현할 수 있는 기회를 제공하였다. 가족노래는 가족내담자의 정서적지지 역할로 작용하였으며, 가족내담자는 가족노래가 가족의 삶에 긍정적인 영향을 미칠 것을 기대하였다. 남편G는 음악심리치료 활동에서 노래가사 작사에 흥미를 느꼈으며 지속적으로 삶에 적용하면서 남은 인생을 의미 있게 할 것을 결심하였고, 부인K는 음악심리치료를 통해 경험한 음악적 표현과 표현의 결과물인 가족노래를 지속적으로 접하면서 추억할 것을 기대하였다. 이러한 삶에 적용되는 정서적지지 차원의 음악적 경험은 가족내담자가 어려운 상황에 닥치게 되었을 때 정서적 지지역할을 하는 음악의 재경험을 통해 삶의 질에 영향을 미치게 될 것이다(김경희, 이희경, 2011).

본 연구는 암환자와 가족의 음악심리치료 경험이 개인의 인생회고를 통한 재정립의 기회를 제공하고, 개인의 정화된 정서를 통한 자기표현으로 가족공동체의 관계개선에 긍정적인 영향을 미치는 것을 확인할 수 있었다. 이러한 음악심리치료 과정들은 암환자와 가족이 가족노래를 만들 수 있는 원동력을 제공하였으며, 가족노래가 암환자와 가족의 삶의 질에 지속적인 정서적 지지로서 작용할 것을 기대해 볼 수 있다. 현재 암환자의 필요에 집중된 음악심리치료의 접근과, 암환자와 가족의 상호작용 촉진에 집중되어 있는 치료적 접근을 살펴볼 때, 본 연구는 암환자와 가족의 개별적 심리적 어려움을 돌봄으로서 가족공동체의 삶의 질에 심리, 정서적 지지로 작용할 수 있는 하나의 좋은 예시가 될 수 있다.

2. 제언

본 연구의 암환자와 가족의 음악심리치료 경험에 대한 결과에 따른 제한점과 후속연구에 대한 제언은 다음과 같다.

첫째, 연구대상자 모집에 대한 어려움이다. 본 연구의 실행을 위한 대상자 모집공고가 오랜 기간 동안 이루어졌지만 음악심리치료에 자발적인 참여 의사를 밝힌 가족내담자는 단 두 팀이었다. 하지만 총 10회기의 음악심리치료에 모두 참여할 수 있었던 대상자는 한 팀의 가족내담자였고, 나머지 한 팀은 암환자의 진료상황 문제로 조기탈락 하였다. 이 외에 음악심리치료가 진행되는 치료실을 오고가며 관심을 보였던 암환자는 가족이 함께 참여해야 한다는 문제로 연구 참여에 동참하지 못하였다. 이는 가족이 암환자의 시간에 맞추어 매 시간마다 프로그램 참여를 위해 동행하는 것이 쉬운 일이 아니며, 가족이 함께 동참해야 하는 필요성을 느끼지 못하는 문제점도 있다. 또한 질병에 대한 대처방법이 환자에게 맞추어져 있는 치료적 환경의 문제이기도 하다. 따라서 암환자의 다양한 병기와 연령을 구분하고, 그에 따른 암환자와 가족의 심리, 정서적 특성을 고려한 체계적인 접근을 통한 음악심리치료의 확장이 이루어지기를 바란다.

둘째, 의료기관의 음악심리치료에 대한 정보와 인식의 부족이다. 이는 가족을 대상으로 하는 치료적 프로그램의 시행과 정보제공이 의료기관을 통해 이루어지고 있기 때문에 음악심리치료가 활발하게 적용되기 위해 고려되어야 할 중요한 문제점이다. 본 연구는 서울, 경기도 소재의 암병원 및 요양병원에 연구시행을 의뢰하였지만 대부분 거절의 의사를 밝혔고, 치료적 프로그램에 대한 관심을 가진 한 대학병원을 통해 음악심리치료가 시행될 수 있었다. 본 연구자는 이러한 과정을 통해 음악치료 분야에서 암환자를 위한 연구가 지속적으로 이루어지고 있음에도 치료적 환경에서 음악심리치료가

활발히 적용되지 못하고 있는 것을 확인해 볼 수 있었으며, 가족내담자가 음악심리치료의 필요성에 대한 인식 자체를 가질 수 없는 치료적 환경의 문제점을 발견할 수 있었다. 따라서 후속연구는 음악심리치료에 대한 의료기관의 인식도 조사를 통해 암환자 및 암환자와 가족을 대상으로 하는 음악심리치료의 활성화가 이루어지기를 바란다.

참 고 문 헌

- 강경아, 김신정, 김영순 (2004). 암 환자 가족의 호스피스 요구도. **지역사회 간호학회지**, 15(4), 639-647.
- 강흥구 (2003). 암환자 가족의 삶의 질 평가도구 타당도 조사에 대한 토론. **한국사회복지학회 학술발표대회지**, 2003(3), 391-394.
- 경민호, 장유미, 한경희, 윤영호 (2010). 국내 호스피스 완화의료 현황 및 활성화 방안 - 호스피스 완화의료 기관 조사를 바탕으로. **한국 호스피스 완화의료학회지**, 13(3), 143-152.
- 국가암정보센터 (2013). **내가 알고 싶은 암**. 2017년 4월 5일 검색.
<http://www.cancer.go.kr/mbs/cancer/index.jsp>
- 국가암정보센터 (2013). **암환자 생활백서**. 2017년 4월 11일 검색.
http://www.cancer.go.kr/mbs/cancer/subview.jsp?id=cancer_030103010500
- 국가암정보센터 (2015). **암환자 생활백서**. 2017년 4월 9일 검색.
http://www.cancer.go.kr/mbs/cancer/subview.jsp?id=cancer_030101010400
- 국가암정보센터 (2016). **내가 알고 싶은 암**. 2017년 3월 14일 검색.
<http://www.cancer.go.kr>
- 국립암센터 (2009). 암 환자 삶의 질 향상을 위한 디스트레스 관리 권고안 개발. 서울: 보건복지가족부.
- 김경희 (2010). **노래자서전 활동을 통한 말기 암환자의 죽음수용에 대한 질적연구**. 미간행 석사학위논문, 성신여자대학교.
- 김경희, 이희경 (2011). 긍정정서와 자기결정성 요인이 삶의 의미에 미치는 영향. **한국상담학회**, 12(4), 1353-1370.
- 김문돌, 조성제 (2014). 호스피스 케어인식도와 시설이용 만족도에 관한 연구. **한국산학기술학회논문지**, 15(1), 157-164.

- 김삼철, 정다운, 손효림 (2009). 호스피스 환자 간병 가족의 우울 수준. **가정
의학회지**, 30(3), 175-181.
- 김선영 (2016). 음악심리치료에서 치료적 관계형성 및 정서경험하기: 자
폐스펙트럼장애 사례연구. 미간행 박사학위논문, 인제대학교.
- 김승남 외. (2010). 암환자 보호자의 정신병리와 삶의 질. **생물치료정신의
학**, 16(2), 102-110.
- 김연희 (2013). 심리적 간호중재 프로그램이 항암화학요법을 받는 유방암
환자의 심리적 디스트레스와 삶의 질에 미치는 효과. 미간행 박사학
위논문, 중앙대학교.
- 김열 (2012). 암환자 증상 관리와 연구 동향. **한국 호스피스 완화의료학회
지**, 15(2), 61-67.
- 김영란, 유미숙 (2008). 유방암 환자 가족원의 사회적 지지와 부담감에 관한
연구. **한국가족복지학**, 13(2), 5-24.
- 김유림 (2009). 말기암 환자의 '희로애락'인생회고를 위한 노래심리치료.
미간행 석사학위논문, 성신여자대학교.
- 김유진, 김경희, 양선희, 곽연희 (2016). 항암화학요법을 받는 폐암환자의 디
스트레스와 극복력. **한국웰니스학회지**, 11(4), 289-302.
- 김은정 (2014). 음악치료가 암환자 기분상태에 미치는 영향에 관한 연구. **한
국음악치료학회지**, 16(2). 1-20.
- 김은정 (2016). 호스피스 말기암 환자를 위한 음악치료 프로토콜 개발 및
효과검증. 미간행 박사학위논문, 한세대학교.
- 김은정, 최윤선, 김원철, 김경숙 (2016). 2014년 보건복지부 지정 54개 호스
피스 완화의료 기관 내 음악치료 현황. **인간행동과 음악연구**, 13(1),
19-40.
- 김은혜 (2011). 관계증진을 위한 음악치료에서 장애아의 비장애 동생의

- 경험에 대한 사례연구. 미간행 석사학위논문, 이화여자대학교.
- 김춘길 (1997). 암환자 가족 및 호스피스 환자 가족의 삶의 질 비교. **성인간호학회지**, 9(3), 545-557.
- 김혜정, 고수진 (2014). 말기 암 환자들의 필요에 대한 질적 연구. **한국기독교상담학회지**, 25(2), 93-112.
- 김혜진 (2014). **암환자 가족의 미충족 요구와 삶의 질**. 미간행 석사학위논문, 서울대학교.
- 김호찬, 문창우, 박시성 (1999). 방사선 치료중인 암환자의 임상적 특징과 정신과 장애의 관련성. **정신신체의학**, 7(1), 134-141.
- 김효선, 선우현. (2014). 가족놀이음악치료를 통한 부모-자녀관계 증진. **한국기독교상담학회지**, 25(1). 65-92.
- 김화순 (2003). **말기 암 환자의 삶의 질 변화과정에 관한 연구: 근거이론 접근방법으로**. 미간행 석사학위논문, 가톨릭대학교.
- 김희승 (2003). 암환자와 가족원의 스트레스와 대처방법 차이. **대한간호학회지**, 33(5), 538-543.
- 노진아, 금융섭, 김나영, 최미연, 박은정, 김주혜, 조연경 (2016). 암환자와 보호자의 미술치료에 대한 경험: Y 센터를 중심으로. **가족과 상담**, 6(1), 77-86.
- 단정수, 장엽집 (2013). 미술치료를 통한 호스피스 환자 보호자의 상실예감 체험연구. **심리치료: 다학제적 접근**, 13(2), 11-32.
- 도정은 (2011). **그룹 노래 심리치료가 뇌졸중 환자 가족의 적응에 미치는 효과**. 미간행 석사학위논문, 성신여자대학교.
- 류은정, 최경숙 (1994). 암환자 가족의 대처 양상에 관한 연구. **중앙의대지**, 19(2), 203-218.
- 박다정 (2016). **여성암 환자를 위한 지지적 노래심리치료(S-SPT) 프로그램**

- 램개발.** 미간행 석사학위논문, 이화여자대학교.
- 박정숙, 오윤정 (2012). 부인암 환자의 삶의 질 예측요인. **성인간호학회지**, 24(1), 52-63.
- 박주영 (2010). 폐암 환자 가족원의 스트레스와 삶의 질. **중앙간호학회지**, 10(2), 129-136.
- 변혜선, 김경덕, 정복례, 김경혜 (2010). 입원 암환자의 피로와 삶의 질. **한국호스피스.완화의료학회지**, 13(2), 98-198.
- 보건복지부, 국립암센터 (2012). **완화의료 팀원을 위한 호스피스완화의료 개론(개정판)**. 경기도: 보건복지부, 국립암센터.
- 배미형 (2016). **간세포암 환자의 삶의 질 예측요인**. 미간행 석사학위논문, 한양대학교.
- 배지혜 (2015). **항암화학요법을 받는 진행성 암환자의 지지적 간호 요구와 가족지지가 삶의 질에 미치는 영향**. 미간행 석사학위논문, 서울대학교.
- 백형원, 김명 (2014). 암환자의 포괄적 건강 요구도와 삶의 질과의 관계. **디지털융복합연구**, 12(12), 477-484.
- 서경희 (2015). **가족음악치료가 초등학생의 공격성 및 가족 응집력에 미치는 영향**. 미간행 석사학위논문, 성신여자대학교.
- 서바른, 홍해숙 (2010). 음악요법이 말기암 환자의 통증과 우울에 미치는 효과. **기초간호자연과학회지**, 12(1), 48-57.
- 서지영, 이명선 (2015). 항암화학요법을 받는 암 환자의 디스트레스와 삶의 질. **중앙간호연구**, 15(1), 18-27.
- 서한나 (2015). **국내 암환자 대상 음악 적용 연구 고찰**. 미간행 석사학위논문, 이화여자대학교.
- 송광례, 하춘광, 김효순 (2010). 결핵환자의 삶의 질에 영향을 미치는 요인에 관한 연구. **인간발달연구**, 17(1), 325-348.

- 신영원, 현명호 (2014). 표현적 글쓰기 치료가 암환자 가족원의 돌봄부담감과 심리적 안녕감에 미치는 영향. **한국심리학회지: 건강**, 19(3), 655-672.
- 신현미 (2014). **요양병원 암환자의 불안·우울감소와 희망증진을 위한 원예치료**. 미간행 석사학위논문, 건국대학교.
- 양경순 (2001). **암환자와 가족의 무력감에 대한 조사연구**. 미간행 석사학위 논문, 이화여자대학교.
- 양은영, 김영아 (2015). 말기암환자 가족원의 부담감과 삶의 질: 전남지역을 중심으로. **한국산학기술학회논문지**, 16(6), 3954-3962.
- 오경옥, 강문희, 정관숙 (2012). 원예요법프로그램이 여성 암생존자의 상태불안과 피로 및 삶의 질에 미치는 효과. **중앙간호학회지**, 12(2), 125-131.
- 오복자, 한숙정 (2013). 심리사회적 중재가 암환자의 통증완화에 미친 효과. **한국간호과학회**, 43(5), 658-668.
- 오지은 (2015). **구조화된 목소리 활용 프로그램을 통한 호스피스 환자의 심리적 안정감에 관한 사례**. 미간행 석사학위논문, 이화여자대학교.
- 이건세, 주지수, 김정희, 김건엽 (2008). 한국 호스피스.완화의료 기관 현황 및 과제. **한국호스피스.완화의료학회지**, 11(4), 196-205.
- 이경순, 민영춘 (2008). 만성질환자의 심리적 대처 과정 - 근거이론적 접근. **정신간호학회지**, 17(2), 151-160.
- 이근매 (2010). 예술심리치료 효과에 대한 긍정적 견해. **예술심리치료학회 학술대회지**, 2010(1), 1-23.
- 이나경 (2011). 여성 한부모 가족의 의사소통 증진을 위한 치료적 음악 만들기 사례연구. **한국음악치료교육학술지: 음악치료교육연구**, 8(2), 21-46.
- 이명구 (2004). 방사선치료를 받는 암환자의 특성과 사회적지지 및 심리상태

- 에 관한 연구. **방사선기술과학**, 27(3), 59-69.
- 이명선, 김종훈, 박은영, 김종남, 유은승 (2010). 치료 중인 암 환자들의 심리 사회적 어려움에 관한 포커스 그룹 연구. **성인간호학회지**, 22(1), 13-30.
- 이문경, 윤현숙, 최경원 (2010). 암환자 가족의 부양부담에 영향을 미치는 요인에 관한연구. **미래사회복지연구**, 1(1), 5-35.
- 이영선 (2009). 사회적 지지와 암환자 가족의 삶의 질의 관계에서 돌봄 부담감과 내적 성장의 매개효과. **한국사회복지학**, 61(2), 325-348.
- 이은혜, 최성은 (2012). 선호 음악 감상의 음악치료가 말기암환자의 통증 정도에 따른 정서 및 스트레스에 미치는 효과. **한국호스피스 완화의료학회지**, 15(2), 77-87.
- 이인애 (2009). **치매어머니와 함께 음악치료과정에 참여하는 딸의 경험: 시설위탁을 결심하고**. 미간행 석사학위논문, 이화여자대학교.
- 이인정 (2012). 스트레스가 암환자의 삶의 질에 미치는 영향: 외상후성장의 조절효과를 중심으로. **보건사회연구**, 32(3), 522-557.
- 이찬양 (2015). **즉흥연주를 중심으로 한 음악치료에서 소아암 아들과 그 어머니의 성장경험에 대한 현상학적 연구**. 미간행 석사학위논문, 인제대학교.
- 이태연, 권윤희 (2014). 호스피스환자 가족을 위한 지지적 교육프로그램의 효과. **한국간호교육학회지**, 20(2), 175-183.
- 이현미 (2011). **외래에서 항암화학요법을 받는 암환자 가족원의 스트레스, 간호요구도, 삶의 질에 관한 연구**. 미간행 석사학위논문, 한양대학교.
- 이혜정 (2013). **노래중심 음악치료가 방사선치료를 받는 암환자들의 피로와 불안에 미치는 영향**. 미간행 석사학위논문, 성신여자대학교.

- 임연옥, 김여진, 윤현숙 (2013). 노인 암환자를 중심으로 노인 만성질환자 및 중년 암환자 간의 삶의 질과 그 영향 요인 비교. **한국사회복지학**, 54(4), 367-393
- 전미선, 이은현, 문성미, 강승희, 유희석 (2005). 자궁경부암환자의 삶의 질에 영향을 미치는 치료관련 및 심리사회적 요인. **대한방사선종양학회지**, 23(4), 201-210.
- 전영희 (2010). **암환자의 불안, 스트레스, 재발 우려가 삶의 질에 미치는 영향과 사회적지지의 조절효과**. 미간행 석사학위논문, 인제대학교.
- 전혜진 (2009). **암 환자 Client 부부의 응집력 향상을 위한 노래심리치료**. 미간행 석사학위논문, 이화여자대학교.
- 정명실 (2012). 간호대학생의 보완대체요법에 대한 태도 및 교과목 개설희망 종류. **한국간호교육학회지**, 18(2), 188-196.
- 정지연, 황은영 (2016). 호스피스 의료 환경에서 수행되는 음악치료 현황과 관련 의료인의 인식 조사 연구. **예술심리치료연구**, 12(1), 271-291.
- 정현주 (2015). **음악치료학의 이해와 적용 개정판**. 서울: 이화여자대학교출판부. (원저 2005년 출판).
- 정현주, 김동민 (2010). **음악심리치료**. 서울: 학지사.
- 정현주, 최성윤 (2005). 호스피스 환자들의 언어적, 비언어적 표현 증진을 위한 음악적 활용. **한국음악치료교육학술지**, 2(1), 35-46.
- 정현주 (2011). **인간행동과 음악**. 서울: 학지사.
- 조숙행 (2004). 스트레스 평가와 관리. **대한의사협회지**, 47(3), 226-234.
- 조계화, 박애란, 이진주 (2015). 통합적 완화 돌봄 중재가 말기암환자의 삶의 질에 미치는 효과: 메타분석. **한국 호스피스 완화의료학회지**, 18(2), 136-147.
- 최명주 (2005). Hospice Setting에서의 팀 접근에 관한 고찰. **한국임상사회**

- 사업학회, 2(2), 205-222.
- 최병철 (2006). **음악치료학 2판**. 서울: 학지사. (원전은 1999년에 출판됨).
- 태영숙, 윤수정 (2006). 용서간호중재 프로그램이 여성 암환자의 희망과 삶의 질에 미치는 영향. **대한중양간호학회**, 6(2), 111-120.
- 통계청 (2016). **암 생존율**. 2017년 4월 1일 검색. <http://www.kostat.go.kr>
- 통계청 (2017). **만성질환 현황**. 2017년 4월 1일 검색.
<http://www.kostat.go.kr>
- 하은혜, 이선희, 정준, 이희대, 이정언, 남석진, 양정현 (2010). 유방암 환자의 삶의 질 예측요인. **한국유방암학회**, 13(2), 219-226.
- 한경희, 정진규, 오선근, 김종성, 김성수, 김삼용 (2005). 말기암환자 가족간병인의 우울수준. **가정의학회지**, 26(12), 752-758.
- 한옥선 (2011). **국내 말기암환자의 삶의 질 향상을 위한 호스피스 제도화 방안과 제도화 과정 고찰**. 미간행 석사학위논문, 고려대학교.
- 한정아 (2005). **뇌졸중 노인부부의 상호작용 촉진을 위한 음악치료 활동 사례연구**. 미간행 석사학위논문, 이화여자대학교.
- 황은영, 정은주, 이유진 (2014). **음악심리치료 이론과 실제**. 서울: 학지사
- American Society of Clinical Oncology. (2012). *Palliative care should be standard in cancer treatment: guideline*. Retrieved April 11, 2017, from <https://www.asco.org/>
- Avis, N. E., Ip, E. & Foley, K. L. (2006). Evaluation of the quality of life in adult cancer survivors scale for long-term cancer survivors in a sample of breast cancer survivors. *Health and Quality of Life Outcomes*, 4(1), 92-102.
- 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.
- Burton, M., Watson, M. (2003). **암으로 고통받는 사람들을 위한 심리상담**. 이은희(역). 서울: 학지사.
- Bruscia, K. E. (2003). **음악치료** (최병철역). 서울: 학지사. (원저 1998년 출판).
- Bruscia, K. (2005). Designing qualitative research. In B. Wheeler (Ed.), *Music therapy research* (2nd ed.) (pp. 129-138). Gilsum, NH: Barcelona Publishers.
- Bruscia, K. (2005). Data analysis in qualitative research. In B. Wheeler (Ed.), *Music therapy research* (2nd ed.) (pp. 179-186). Gilsum, NH: Barcelona Publishers.
- Bruscia, K. E. (2006). **음악 심리치료의 역동성** (최병철, 김영신 역). 서울: 학지사. (원저 1998년 출판).
- Choi, Y. K. (2010). The effect of music and progressive muscle relaxation on anxiety, fatigue, and quality of life in family care givers of hospice patients. *Journal of Music Therapy*, 47(1), 53-69.
- Clark, M., Isaacks-Downton, G., Wells, N., Redlin-Frazier, S., Eck, C., Hepworth, J. T., Chakravarthy, B. (2006). Use of preferred music to reduce emotional distress and symptom activity during radiation therapy. *Journal of Music Therapy*, 43(3), 247-265.
- Creswell, J. W. (2015). **질적 연구방법론** (조흥식, 정선욱, 김진숙, 권지성 역). 서울: 학지사. (원저 2007년 출판).
- Daniels, J., & Kissane, D. W. (2008). Psycho social interventions for cancer patients. *Current Opinion in Oncology*, 20, 367-371.
- Daykin, N., Bunt, L. & McClean, S. (2006). Music and healing in cancer

- care: A survey of supportive care providers. *The Arts in Psychotherapy*, 33(2006), 402-413.
- Demmer, C. (2004). A survey of complementary therapy services provided by hospices. *Journal of Palliative Medicine*, 7(4), 510-516.
- Dileo, C. (2005). Ethical precautions in music therapy research. In B. Wheeler (Ed.), *Music therapy research* (2nd ed.) (pp. 226-235). Gilsum, NH: Barcelona Publishers.
- Dileo, C., & Loewy, J. V. (Eds.). (2005). *Music therapy at the end of life*. Cherry Hill, NJ: Jeffrey Books.
- Dvorak, A. L. (2011). *Music therapy support groups for cancer patients and caregivers*. Doctor of Philosophy thesis. University of Iowa .
- Ferrell, B. R., Hassey, D. K., Leigh, S., Ly, J., & Gulasekaram, P. (1995). Quality of life in Long-term Cancer Survivors. *Oncology Nursing Forum*, 22(6), 915-922.
- Ferrell, B. R., & Dow, K. H. (1997). Quality of Life Among Long-Term Cancer Survivors. *Oncology*, 11(4), 565-571.
- Gallagher, L. M., Lagman, R., Bates, D., Edsall, M., Eden, P., Janaitis, J., & Rybick, L. (2017). Perceptions of family members of palliative medicine and hospice patients who experienced music therapy. *Supportive Care in Cancer*, 25, 1-10.
- Gordon, M., Clements-Cortes, A. (2013). Music at the end of life. Bringing comfort and saying goodbye through song and story. *Annals of Long-Term Care*, 21(11), 24-29.
- Given, B. A., Given, C. W., & Sherwood, P. R. (2012). Family and caregiver needs over the course of the cancer trajectory. *The Journal*

- of Supportive Oncology, 10(2), 57-64.*
- Hanser, S. B. (2011). Home-based music strategies with individuals who have dementia and their family care givers. *Journal of Music Therapy, 48(1), 2-27.*
- Hilliard, R. E. (2003). The effects of music therapy on the quality and length of life of people diagnosed with terminal cancer. *Journal of Music Therapy, 40(2), 113-137.*
- Hilliard, R. E. (2005). Music therapy in hospital and palliative care: A review of the empirical data. *Evidence-based Complementary and Alternative Medicine, 2, 173-178.*
- Lai, H.-L., Li, Y.-M., Lee, L.-H. (2011). Effects of music intervention with nursing presence and recorded music on psycho-physiological of cancer patient caregivers. *Journal of clinical Nursing, 21, 745-756.*
- 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 & Palliative Care, 20(2), 129-134.*
- Lederberg, M. S., Greenstein, M., Holland, J. C. (2015). Supportive psychotherapy and cancer: A new model for and old therapy. *Psycho-Oncology, 3(55), 443-448.*
- Landgarten. H, B. (2004). **가족미술심리치료** (김진숙 역). 서울: 학지사. (원저 1987년 출판).
- Lim, J. W., Zebrack, B.(2006). Social networks and quality of life for long-term survivors of leukemia and lymphoma. *Support Care Cancer, 14(2), 185-192.*
- Maureen, S., Linda, C., Darlene, J., Clement, G., Ona Z, R. (2001). Music

- as a Therapeutic Intervention for Anxiety in Patients Receiving Radiation Therapy. *Oncology Nursing Forum*, 28(5), 855-862.
- Magill, L. (2001). The use of music therapy to address the suffering in advanced cancer pain. *Journal of Palliative Care*, 17(3), 167.
- McGregor, B. A., Antoni, M. H. (2009). Psychological intervention and health outcomes among women treated for breast cancer: a review of stress pathways and biological mediators. *Brain Behav Immun*, 23(2), 159-166.
- Miller, E. B. (1994). Musical intervention in family therapy. *Music Therapy*, 12(2), 39-57.
- Moss, E., Dobson, K. S. (2006). Psychology, Spirituality, and End-of Life Care: An Ethical Integration? *Canadian Psychology*, 47(4), 284-299.
- National Comprehensive Cancer Network (2016). *Managing Stress and Distress*. Retrieved July 19, 2016, from https://www.nccn.org/patients/resources/life_with_cancer/distress.aspx
- National Coalitions for Cancer Survivorship (2016). *Our mission*. Retrieved April 6, 2017, from <https://www.canceradvocacy.org/about-us/our-history/>
- National Hospice Organization (1987). *National Hospice and Palliative Care Organization*. March 18, 2017, from <http://www.nhpco.org/>
- Nausheen, B., Kamal, A. (2007). Familial social support and depression in breast cancer: An exploratory study on a pakistani sample. *Psycho Oncology*, 16(9), 859-862.
- Northouse, L. L., Katapodi, M., Song, L., Zhang, L. & Mood, D, M. (2010). Interventions with family care givers of cancer patients:

- Meta-Analysis of randomized trials. *A Cancer Journal for Clinicians*, 60(5), 317-339.
- Osborn, R. L., Demoncada, A. C., & Feuerstein, M. (2006). Psychosocial interventions for depression, anxiety, and quality of life in cancer survivors: Meta-analyses. *International Journal of Psychiatry in Medicine*, 36(1), 13-34.
- Schmidt, J. (1983). *Songwriting as a therapeutic Procedure, Music therapy Perspective*, 1(2), 4-7.
- Stanczyk, M. M. (2011). Music therapy in supportive cancer care. *Reports of Practical Oncology and Radiotherapy*, 16(2011), 170-172.
- Sun, V., Raz, D. J., Ruel, N., Chang, W., Erhunmwunsee, L., Reckamp, K., ... Kim, J. Y. (2017). A multimedia self-management intervention to prepare cancer patients and family caregivers for lung surgery and postoperative recovery. *Clinical Lung Cancer*, 18(3), 151-159.
- Watson, M., & Kissane, D. W. (2011). *Handbook of psychotherapy in cancer care*. New York: John Wiley & Sons.
- Wlodarczyk, N. M. (2003). The Effect of Music Therapy on the Spirituality of Persons in an In Patient Hospice Unit as Measured by Self Report. *Journal of Music Therapy*, 44(2), 113-135.
- Wigram, T. (2006). **즉흥연주** (김진아 역). 서울: 학지사. (원저 2004년 출판).

ABSTRACT

A Qualitative Study on the Influence of Music Psychotherapy on the Quality of Life of Cancer Patients and The Family

Kim, MinJeong

Department of Music Therapy

Graduate School of

Sungshin Women's University

The initial purpose of current research is to examine the influence of experimental music psychotherapy to the quality of life of cancer patient and families. Through announcing a recruit notice at the A university hospital where located in Kyeonggi Province, the participant and his family voluntarily took part in the research after approval of the IRB. The participant completed the questionnaire, dealing with the general features and musical preference, and research consent form beforehand to undertake the research. For the research, four times face-to-face meeting and questionnaire took

place. All of materials used in the meeting had been recorded and participants approved the consent form for the qualitative research.

As a result, 130 meaningful units, and 29 components and its 11 sub-components have been surfaced, and each component is classified by the individual experience of participants. The meaning of the experimental music psychotherapy could be understood as follows. First, the participants had an opportunity to recall past life and used it to re-establish their own life. Second, the self-expression activity by musical supportive environment made enhancement in terms of understanding each other and developing strong relationship between family members. Finally, the family song contained the desirable living and their life played an emotionally supportive role, and influenced to enhance the quality of life.

Through these results, this study has observed that the musical psychotherapy provides mental support and an opportunity to reestablish emotionally of cancer patients and family which the positive effect to their quality of life in the area of psychology, emotional, and family relationship, enabled reciprocal supports.

부 록

<부록 1> 연구 참여자 설명문 및 동의서	99
<부록 2> 연구 참여자 일반적 특성 정보 및 음악선호도 설문지	102
<부록 3> 면담내용 및 서술적 설문지	109
<부록 4> 음악심리치료 활동 예시	111
<부록 5> 가족내담자의 가족노래 가사지	113

대상자 설명문 및 동의서

<국문> 암환자와 가족의 삶의 질 향상을 위한 음악심리치료 적용 사례연구

<영문> Music Psychotherapy case studies for improvement of quality of life in cancer patients and the family

1. 연구의 필요성 및 목적

암은 우리나라의 사망원인 1위로 꾸준한 증가율을 보이고 있으며 암이라는 질병은 환자를 포함한 가족의 삶의 질에 다양한 방법으로 영향을 미치고 있습니다. 암이 만성질환으로 분류(통계청, 2008)됨에 따라 환자와 가족의 신체, 심리·정서, 사회적 고통을 동반하는 삶의 질에 대해 관심을 가질 필요가 있으며, 암환자를 위한 음악치료 연구에서는 가족이 함께 참여했을 때의 효과와 필요성에 대해서 밝히고 있습니다(김경희, 2010; 김유림, 2010; 김은정, 2008; 이해정, 2014).

음악심리치료는 음악 활동을 통해 본인의 심리·정서적 고통을 바라보고 사회적 필요를 살펴봄으로서 본인의 삶에 영향을 미치는 심리적인 요인들을 개선해 나갈 수 있도록 도움을 주고 있으며, 많은 대상자들에게 적용되고 있습니다. 본 연구자는 암환자와 가족보호자를 하나의 가족대상자로 하는 음악심리치료의 경험이 환자와 가족보호자의 삶의 질에 영향을 미칠 것으로 기대합니다.

2. 연구방법

본 연구는 암환자를 대상으로 한 음악치료의 선행연구들을 바탕으로 고안되었으며, 환자와 가족보호자의 심리·정서적 고통을 살피고 삶의 질 향상을 목적으로 하는 음악심리치료 중재 프로그램입니다.

본 연구의 대상은 암환자와 가족보호자를 하나의 그룹으로 음악활동을 실시합니다. 프로그램 참여를 위해 연구자와 상의 하에 시간을 정하며 주1~2회, 총10회기의 음악심리치료 프로그램에 참여하시게 됩니다. 활동 시간은 1회당 30분~40분의 시간이 소요됩니다. 연구 시작 전에 일반적 사항에 대한 설문지와 음악선호도 및 음악적 관심에 대한 설문지를 작성하시게 되며, 10회기의 음악심리치료 동안 총4회의 면담 또는 서술적 설문조사가 15분~20분간 진행 될 것입니다. 면담 내용은 음악심리치료 시간에 경험한 내용이 주로 다루어 질 것이며, 서술적 설문 조사지를 통해 내용을 작성하실 수도 있습니다.

모든 음악심리치료 상황과 면담내용은 녹음을 통해 기록되며 녹음된 내용은 연구의 효과성을 밝히기 위한 후향적 분석방법을 위한 자료로 쓰일 뿐 연구 이외의 목적으로 사용되지 않을 것입니다.

대상자 설명문 및 동의서 version.1.1. 20160812

3. 연구 참여에 따른 혜택

본 연구에 필요한 음악적 재료는 무상으로 제공되며, 프로그램이 모두 마친 뒤에는 가족 당 3만원 상당의 감사선물을 지급할 예정입니다.

4. 연구의 중도 탈락

본 연구는 시작부터 종료시점까지 귀하의 자발적인 동의와 참여에 의해 프로그램이 진행됩니다. 프로그램 참여 도중에도 귀하의 의사 결정에 따라 중단하실 수 있으며 그에 따른 불이익은 발생하지 않습니다.

5. 개인정보 수집 및 보호에 관한 사항

본 연구를 위해 필요한 몇 가지 개인정보에 대해 간단한 설문조사가 이루어집니다. 이는 귀하와 연구자의 의사소통을 위한 정보수집으로 타인에게 공개되지 않습니다. 연락처 및 주소는 연구기간 중 불가피한 상황이 발생할 경우 미리 연락을 드리기 위함입니다.

귀하의 모든 개인정보는 연구의 목적을 위해 사용될 것이며 본 연구에 대한 논문에 작성되는 개인적인 사항은 기호화 하여 표기할 것입니다. 또한 연구가 종료된 이후 수집된 자료들은 안전하게 폐기할 것입니다.

연구 진행을 위해 필요한 개인정보 수집의 내용은 다음과 같습니다.

1)성함 2)연령 3)생년월일 4)병기 5)주소 6)연락처(피험자 본인, 대리인)

6. 기타

연구 참여에 영향을 줄 수 있는 새로운 정보가 발생하는 즉시 피험자 본인 또는 대리인에게 알려드릴 것입니다.

7. 연구관련 직원 및 책임자

연구와 관련된 질문사항은 연구담당자 또는 암센터로 연락을 주시면 자세히 답변해드리겠습니다.

연구책임자: 전미선(아주대학교병원 방사선종양학교실 교수)

연구담당자: 김민정(성신여자대학교대학원 음악치료학과 학생)

공동연구자: 백혜선(성신여자대학교대학원 음악치료학과 겸임교수)

음악치료연구자: 010-5313-4324

경기지역암센터: 031-219-7142

아주대학교병원 기관연구윤리심의위원회: 031-219-5569/4061/7065

대상자 설명문 및 동의서 version,1.1. 20160812

<부록 2> 연구 참여자 일반적 특성 정보 및 음악선호도 설문지

<환자용>

※ 일반적 특성 및 질병과 관련된 질문입니다. 해당하는 번호를 선택 또는 기입해 주십시오.

1. 성별 : 남() 여()

2. 연령 : 만()세

3. 종교 : 기독교() 천주교() 불교() 무교() 기타:

4. 주소 :

5. 연락처 :

6. 현재 귀하의 가족구성원을 기입해 주십시오.

※ 다음은 환자와 관련된 사항입니다. 해당하는 번호를 선택 또는 기입해 주십시오.

1. 귀하의 진단명과 병기를 기입해 주십시오.

진단명:

병기:

2. 최초 진단 후 경과 기간을 선택해 주십시오.

- ① 6개월 미만
- ② 6개월 - 1년 미만
- ③ 1년 - 2년 미만
- ④ 2년 이상

3. 귀하의 현재 치료 방법에 대해 기입해 주십시오.

- ① 약물요법()
- ② 방사선치료()
- ③ 약물요법과 방사선치료의 병행()
- ④ 기타:

4. 수술 경험에 대해 선택해 주십시오.

유() 무()

5. 수술경험에 대해 '유'에 답한 경우 수술 후 경과 기간을 기입해 주십시오.

- ①수술 후 ()개월 이상 ②수술 후 ()년 이상

6. 치료에 대한 기대는 어떠합니까?

- ① 절망적이다.
- ② 완치될 것이라 기대한다.
- ③ 생명연장을 기대한다.
- ④ 재발에 대한 두려움이 있다.
- ⑤ 기타:

7. 귀하의 치료에 있어서 가족보호자의 역할에 대한 생각을 기입해 주십시오.

<가족 보호자용>

※ 일반적 특성 및 질병과 관련된 질문입니다. 해당하는 번호를 선택 또는 기입해 주십시오.

1. 성별 : 남() 여()
2. 연령 : 만()세
3. 종교 : 기독교() 천주교() 불교() 무교() 기타:
4. 주소 :
5. 연락처 :
6. 현재 귀하의 가족구성원을 기입해 주십시오.

※다음은 환자의 보호자와 관련된 사항입니다. 해당하는 번호를 선택 또는 기입해 주십시오.

1. 환자와의 관계는 어떻게 됩니까?
 - ① 환자의 배우자 ()
 - ② 환자의 부(), 모()
 - ③ 환자의 자녀()
 - ④ 환자의 형제(), 자매()
 - ⑤ 기타:

2. 환자의 병명을 알게 된 시기는?

- ① 1-3개월 전
- ② 4-6개월 전
- ③ 7-12개월 전
- ④ 1년 이상
- ⑤ 기타:

3. 환자의 치료에 있어서 귀하의 현재 상태에 대해 선택 또는 기입해 주십시오.

- ① 나의 생활보다는 환자의 상태가 우선이다.
- ② 환자를 중심으로 이루어지는 삶에 대해 무기력함을 느낀다.
- ③ 기타:

4. 귀하의 환자를 돌보는 시간에 대해 기입해 주십시오.

하루 중()시간 이상, 일주일 중()일 이상
기타:

5. 귀하의 가족 구성원 안에서의 주 역할을 선택 또는 기입해주십시오.

- ① 환자의 주 보호자 ② 경제적 지원 ③ 환자의 보호자 및 경제적 지원
- ④ 기타:

6. 치료에 대한 기대는 어떠합니까?

- ① 절망적이다.
- ② 완치될 것이라 기대한다.
- ③ 생명연장을 기대한다.
- ④ 재발에 대한 두려움이 있다.
- ⑤ 기타:

7. 환자의 병에 대한 가족들의 반응과 귀하의 생각을 기입해 주십시오.

※음악에 대한 관심과 선호도에 대한 질문입니다.

1. 귀하는 평소에 음악을 접할 기회가 얼마나 되십니까?

- ① 음악을 자주 접하는 편이다.(음악듣기, 악기연주, 노래하기 등)
- ② 음악을 접할 기회가 없으며 노력도 하지 않는다.

2. 귀하는 음악을 좋아한다고 생각하십니까?

- ① 매우 좋아한다 ② 좋아하는 편이다 ③ 그저 그렇다 ④ 좋아하지 않는다

2. 귀하가 좋아하는 음악의 종류를 2가지 이상 골라주십시오.

- ① 대중가요(TV 또는 라디오를 통해 쉽게 접할 수 있는 가수가 부르는 노래)
- ② 클래식 음악(연주곡 성악곡 모두 포함)
- ③ 팝송(외국가수들이 부르는 노래)
- ④ 종교음악(교회의 찬송가, 복음성가/ 불교의 찬불가/ 성당 미사곡 등)
- ⑤ 동요(아동가요)
- ⑥ 국악(판소리, 사물놀이, 민요, 국악기 연주곡 등 한국 전통음악)

3. 다음 중 가장 좋아하는 음악활동은 무엇입니까?

- ① 음악 감상하기 ② 악기 연주하기 ③ 노래 부르기 ④ 음악에 맞춰 춤 추기
- ⑤ 창작활동(작곡, 작사, 편곡) ⑥ 공연 보기(음악회, 콘서트, 뮤지컬, 오페라 등)

4. 다음 중 어떤 빠르기의 음악을 좋아하십니까?

- ① 빠른 음악 ② 약간 빠른 음악 ③ 보통 빠르기의 음악
- ④ 약간 느린 음악 ⑤ 느린 음악

5. 다음 중 어떤 내용의 노래 가사를 좋아하십니까?

- ① 사랑에 관한 내용 ② 용기와 희망의 내용
- ③ 어린시절(고향) 추억에 대한 내용

④ 사회문제를 다루는 내용 ⑤ 자연에 관한 내용 ⑥ 기타:

6. 다음 중 어떤 분위기의 음악을 주로 좋아하십니까?

- ① 밝고 경쾌한 음악 ② 무게감이 느껴지는 장중한 음악
③ 안정감을 주는 차분한 음악 ④ 슬프고 애잔한 음악 ⑤ 기타:

7. 귀하가 좋아하는 음악가(가수, 작곡가 등)가 있다면 자유롭게 기입해주시시오.

※다음은 음악과 귀하의 친밀도에 관한 질문입니다.

1. 귀하는 하루에 음악 활동에 투자하는 시간은 어느 정도입니까?

- ① 0시간 ② 1시간미만 ③ 1시간이상 ④ 2시간 이상 ⑤ 3시간 이상

2. 귀하가 음악 활동을 하기 위해 어떤 방법을 선택하십니까?

- ① 음악 듣기 ② 노래 부르기 ③ 악기 연주 ④ 창작활동

3. 귀하가 음악을 듣는 방법은 무엇입니까?

- ① TV나 라디오를 통해 음악프로그램을 시청한다.
② 컴퓨터의 다양한 방법으로 음악을 듣는다(동영상, 음악재생 프로그램 등).
③ 휴대폰의 음악재생 어플리케이션
④ MP3(음악 파일 다운로드)
⑤ CD 또는 레코드 구입

4. 음악 활동을 유지하는 목적은 무엇입니까?

- ① 습관적인 활동 ② 종교적 단체 활동 ③ 스트레스 해소, 기분전환
④ 특정 음악가를 좋아함 ⑤ 음악적 지식, 교양의 발전

5. 지금까지 활동했던 음악단체의 종류는 무엇입니까?

- ① 합창단 ② 오케스트라 ③ 종교단체 찬양팀 ④ 없음 ⑤ 기타:

6. 음악단체에서 활동하셨다면 어떠한 역할을 수행하셨습니까?

- ① 지휘자 ② 단원(합창, 연주) ③ 기타:

※다음은 음악심리치료 활동에 대한 질문입니다. 자유롭게 기입해주시오.

1. 귀하는 음악심리치료(음악치료)를 들어보신 적이 있습니까?

- ① 예 ② 아니요

2. 음악심리치료 시간에 나의 가족과 함께 듣고 싶은 음악은?

3. 음악심리치료 시간에 가장 하고 싶은 음악활동은?

<부록 3> 면담내용 및 서술적 설문지

<음악심리치료 경험 질문지1: 1회기, 2회기>

1. 음악심리치료 참여 이전의 음악에 대한 생각은 어떠하십니까?
2. 지금까지의 음악심리치료 활동 참여에 대한 경험은?
3. 가족의 음악적 표현에 대한 생각은 어떠하십니까?
4. 가족과 함께한 음악활동을 통해 어떠한 경험을 하셨습니까?
5. 앞으로 음악심리치료에서 만들게 될 가족 노래에 대해 어떻게 생각하십니까?

<음악심리치료 경험 질문지2: 3회기, 4회기, 6회기>

1. 평소 나와 가족의 소통, 감정표현은 어떠한 방법으로 이루어집니까?
2. 평소 가족의 감정표현에 대한 나의 태도는 어떠했습니까?
3. 음악심리치료에서 음악적 표현을 통해 어떠한 감정을 경험 하셨습니까?
4. 음악심리치료를 통해 나의 가족이 경험한 감정은?

<음악심리치료 경험 질문지3: 6회기, 7회기, 8회기>

1. 음악심리치료에서 다양한 음악적 표현의 경험이 나에게 어떠한 영향을 미친다고 생각하십니까?
2. 나의 생각 변화가 가족에게 어떠한 영향을 미친다고 생각하십니까?
3. 음악심리치료 시간에 경험한 가족의 음악적 표현에서 어떠한 느낌을 받으셨습니까?
4. 음악적 표현을 통해 나타난 가족의 변화된 생각이나 감정이 나에게 어떤 영향을 미친다고 생각하십니까?
6. 음악적 경험을 통한 생각 변화가 가족 공동체의 삶에 어떤 영향을 미칠 것이라 생각하십니까?

<음악심리치료 경험 질문지4: 9회기, 10회기>

1. 지금까지의 음악심리치료가 귀하에게 어떠한 경험이 되었습니까?
2. 음악심리치료 시간에 경험한 음악 중 나의 삶에 적용시킬 수 있는 음악이 있으십니까?
3. 음악심리치료 경험이 나의 삶에 어떤 영향을 미친다고 생각하십니까?
4. 음악심리치료를 경험하기 전과 후에 느끼는 변화가 있으십니까?
5. 음악심리치료를 경험하는 동안 가족대상자가 표현한 음악 중 기억나는 내용은 무엇입니까?
6. 가족과 함께 경험한 음악심리치료 시간이 서로의 삶에 어떤 영향을 미친다고 생각하십니까?

<부록 4> 음악심리치료 활동 예시

<표 7> 음악심리치료 활동 예시

1회기	
치료목적	음악치료 환경 적응 및 라포형성
활동목표	1. 음악심리치료에 대한 전반적인 내용을 알린다. 2. 음악치료 시간에 대한 부담감을 다양한 음악활동을 통해 해소한다.
활동순서	1. 치료사가 준비한 음악을 함께 감상한다. Bred Dina Vida Vingar(당신의 넓은 날개를 펴고)- 조수미 2. 감상곡에 대한 느낀점을 자유롭게 이야기 나눈다. 3. 사전 설문조사를 통해 선택된 선호하는 가사내용의 곡을 함께 감상해본다. (용기와 희망의 노래- Bravo my life, 사랑노래- 풀잎사랑) 4. 치료사는 노래를 감상하면서 다양한 타악기를 소개하고, 내담자가 악기를 탐색할 수 있도록 한다. 5. 치료사가 노래를 하면 내담자는 자유롭게 자신이 선택한 악기로 연주를 해본다. 6. 노래에 자신이 연주할 구간을 정하고 자신이 선택한 구간에서 연주를 한다. 7. 음악치료 시간에 경험한 음악에 대한 생각, 자신의 선호를 반영하여 선택된 곡을 가족과 함께 노래하며 활동 한 것에 대한 느낀점을 간단하게 나누고 활동을 마무리한다.
확장	1. 풀잎사랑 노래에 “그대는 풀잎~(가족1 리듬제시)~” “나는 이슬~(가족2 리듬모방)~”
2회기	
치료목적	음악치료 환경 적응 및 음악 만들기 경험
활동목표	1. 악기연주를 통해 음악활동에 대한 부담감을 완화 시키고 앞으로 만들 가족노래에 사용될 음악적 기법에 적응한다. 2. 치료사, 가족 대상자 간의 음악적으로 새로운 관계를 형성한다.
활동순서	1. 활동곡 ‘아이네클라이네 나흐트무지크 2악장’을 감상한다. 2. 치료사는 곡에 대한 설명을 간단히 하고 색깔악보를 보며 다시 감상한다. - 감상하면서 리듬에 맞춰 색깔악보를 볼 수 있도록 알려준다.

3. 치료사가 기본박(4beat)을 제시하고 색깔악보와 악기를 일치시켜 연주해본다.

- 빨강(강박: 북) , 노랑(약박: 웨이커) , 초록(강박과 트레몰로: 트라이앵글)

●	●	●	●	●	●	●	●
●	●●	●	●●	●	●●	●	●●
●	●	●	●	●	●●	tt	tt

4. 치료사가 멜로디를 넣어 연주를 해주고 내담자는 자신이 익힌 리듬연주로 합주한다.

5. 모차르트 곡으로 유명한 ‘작은별’ 멜로디에 개사된 노래로 가사 만들기 활동을 한다.

- 질문과 답을 하는 형태의 구성으로 이루어진 가사로

(ex. T: 아버님 좋아하는 계절은 무엇이죠?

K: 우-리 (남편은 가을)을 좋아해요

G: 나-는 (시원한 가을)이 제일 좋아

6. 같은 방법으로 다양한 질문을 넣어 여러 번 반복한다.

7. 마지막으로 치료사가 준비한 단어 카드 중 바라는 점에 가까운 단어를 선택해서 가사로 넣어 노래한다. (용기, 사랑, 행복, 여행, 배려 등등)

(ex. 내-가 바라는 삶-의 모습은

바-로 (용기) 그-리고 (사랑)

함께 만들어-요 (용-기)와 (사랑)을

8. 직접 가사를 만든 ‘작은별’ 노래와 이전에 연주한 ‘아이네클라이네’의 기본박 연주를 함께 해본다.

9. 노래를 하며 서로에 대해 알아가는 시간이 어땠는지, 노래를 만들어 본 것에 대한 느낀점을 나누고 활동을 마무리한다.

그대가 있음에

자그만 개울이 바다가 되듯이
우리의 사랑도 언젠간 그렇게
거칠은 돌들이 둥글게 되 듯이
우리의 사랑도 그렇게 되겠지

아름다운 그대
세상의 그 어떤 어려움도 난 두렵지 않아
이 사랑 때문에 절망이 우릴 막는다 해도
그대가 있음에

슬픔이 슬픔을 눈물이 눈물을 아픔이
아픔을 안아줄 수 있죠

내 인생 어렵고 지쳐 있을 때
함께 울어줄 수 있는 사람
그 사람 그 사랑 내 곁에 있는 한
즐거운 세상, 사랑 꽃 만발하리

그동안 함께 하였지만
언젠가 이별이 오면
서로 마주보고 고맙다고
말할 수 있는 마음이 되었으면

Hey, Jude

당신 정말 고마워 어려운 일 참고 견디며
자식까지 잘 키워 놓았으니
다시 한 번 정말 고마워

당신은 건강할 수 있어요
이겨내고 견딜 수 있으니까
사랑하는 우리 가족들과 함께 한다면
할 수 있어요

Try to Remember

우~리의 삶이 노래로 기억된다면 나는 행복 하겠네
우~리가 만났던 그 시절부터 40~년의 세월을 노~래하네

사~랑하며 아껴 온 우리의 청춘과 젊은 시절들이
흐르고 흘러 우리 삶이 완성 되어 가네 찬란한 우~리 인생