creative commons
COMMONS DEED

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

dCollection

정 명 실 교수 지도
석사학위 청구 논문

음악요법이 혈액투석 환자의 긍정적 사고와 안위에 미치는 효과

The effect of music therapy on positive thinking and comfort of hemodialysis patients

2017

성신여자대학교 대학원
간호학과
배 윤 혜

음악요법이 혈액투석 환자의 긍정적 사고와 안위에 미치는 효과

The effect of music therapy on positive thinking and comfort of hemodialysis patients

정 명 실 교수 지도

이 논문을 석사학위논문으로 제출함

2016년 11월

성신여자대학교 대학원

간호학과

배 윤 혜

인 준 서

배윤혜의 석사학위 논문으로 인준함

2016년 11월

심사위원장 _____인

심사위원 _____인

심사위원 _____인

성신여자대학교 대학원

감사의 글

오늘의 결실이 있도록 도움을 주신 모든 분들께 진심으로 감사드립니다. 특히, 학문의 길을 인도해주시고 논문이 완성되기까지 많은 가르침과 사랑으로 지도해 주신 정명실 교수님께 가슴깊이 감사드립니다. 또한 논문의 전문성을 위하여 논문의 세심한 부분까지도 지도해주신 양승애 교수님과 임경춘 교수님께도 진심으로 감사드립니다.

환자를 돌보느라 바쁜 상황에서도 연구를 할 수 있도록 자료수집에 도움을 주고 격려와 용기를 주신 유영조 원장님께 감사드립니다. 더불어 논문을 쓰도록 배려해 주고 도움을 준 동료 간호사들과 연구에 동참해 주신 환자분들께 진심으로 감사드립니다.

늦게 시작한 딸의 공부를 안타까워하시지만 자랑스러워하시며 지금까지 건강을 챙겨주고 걱정해 주시는 어머니! 공부할 수 있도록 물심양면으로 아낌없는 지원을 하여주고 늘 삶의 큰 의미가 되어준 남편, 그리고 자주 엄마의 역할을 대신해 주며 엄마의 빈 공간을 메워 주었던 사랑하는 딸과 엄마를 자랑스러워하는 든든한 아들에게 고마움을 이번 결실로 보답하고자 합니다.

오늘의 이 논문 완성하기까지 많은 힘이 되어주신 여러분들께 진심으로 감사한 마음을 올리며 이 감동을 가슴 깊이 간직하겠습니다.

2016년 12월

연구자 배 윤 혜 올림

논 문 개 요

본 연구자는 17년 동안 혈액 투석실에서 근무 한 간호사로서, 환자들이 투석하는 동안 심리적인 상태와 간호중재에 따라 투석치료가 달라지는 경험을 하였다. 단순히 기계를 통한 혈액을 거르는 작업이 아닌 환자의 보다 나은 삶의 질적 향상을 위하여 기여할 수 있는 적극적인 간호중재가 필요함을 인식하였다.

이런 인식을 배경으로 본 연구는 음악요법이 혈액투석 환자의 긍정적 사고와 안위에 미치는 효과를 확인하고자 실시한 비동등성 대조군 전 · 후 시차설계의 유사 실험연구이다.

연구대상자는 S시에 소재한 Y의원에서 혈액투석치료를 받고 있는 환자로서 실험군 28명 대조군 28명으로 총 56명을 선정하였고, 자료수집 기간은 2016년 9월 1일부터 2016년 11월 30일까지였다.

음악요법은 연구자가 직접 편집한 MP4로, 이어폰을 사용하여 선호하는 음악을 실험군에게 1회당 30분씩 총 8회 청취하도록 하였다. 이를 검정하기 위하여 실험군과 대조군의 실험 전 · 후 긍정적 사고와 안위를 비교하였다.

연구도구는 김현정 등(2006)의 5점 척도인 긍정적 사고 척도(Positive Thinking Questionnaire: PTQ)를 Kolcaba (1991)가 개발하고 조은숙(2002)이 번안한 5점 척도의 안위 척도(Comfort Scores)를 사용하여 설문조사를 하였다.

자료분석은 SPSS 18.0 통계프로그램을 이용하여 빈도와 백분율(%)로 산출하고, 일반적 특성 및 종속변수의 동질성 검정은 x^2-test, t-test로 분석하였다. 대상자수가 5이하인 경우는 Fisher's exact test를 사용하였고, 도구의 신뢰도는 Cronbach's α값을 구하였다.

본 연구의 결과는 다음과 같다.

1. 제1가설: ‘음악요법을 받은 실험군은 받지 않은 대조군보다 긍정적사고 점수가 높을 것이다’ 라는 제1가설은 두 집단 간 통계적으로 유의한 차이를 보여 지지되었다(t=-5.72, p<.001).
2. 제2가설: ‘음악요법을 받은 실험군은 받지 않은 대조군 보다 안위 점수가 높을 것이다’ 라는 제2가설은 두 집단 간 통계적으로 유의한 차이를 보여 지지되었다(t=3.16, p=.003).

이상의 연구결과에서 혈액투석을 받는 동안 간호사가 제공한 음악요법은 긍정적 사고와 안위를 증가시키는데 효과적이었음이 검증되었다. 따라서 간호 실무에서 음악요법은 혈액투석 환자에게 활용 가능성이 크다고 사료된다.

목 차

Ⅰ. 서 론 ····· 1

1. 연구의 필요성 ····· 1
2. 연구의 목적 ····· 4
3. 가설설정 ····· 4
4. 용어의 정리 ····· 5

Ⅱ. 문헌고찰 ····· 7

1. 혈액투석 ····· 7
2. 음악요법 ····· 10
3. 긍정적 사고 ····· 12
4. 안위 ····· 16

Ⅲ. 연구방법 ····· 19

1. 연구설계 ····· 19
2. 연구대상 ····· 19
3. 연구도구 ····· 20
   1) 긍정적 사고 측정도구
   2) 안위 측정도구
4. 연구의 진행절차 ····· 21
5. 표본의 크기 및 자료 수집기간 ····· 23
6. 자료 분석 ····· 23
7. 연구의 제한점 ····· 24

Ⅳ. 연구결과 ····· 25

Ⅴ. 논의 ····· 29

Ⅵ. 결론 및 제언 ····· 33

Ⅶ. 참고문헌

Ⅷ. ABSTRACT

Ⅸ. 부 록

표 목 차

<표1> 비동등성 대조군 전후 시차설계 ····· 19
<표2> 긍정적 사고척도 Cronbach's α 값 ····· 20
<표3> 인구통계학적 특성 ····· 26
<표4> 긍정적 사고 및 안위의 동질성 검정 ····· 27
<표5> 긍정적 사고의 차이 검정 ····· 27
<표6> 안위의 차이 검정 ····· 28

부 록 목 차

부록1. 참여 동의서
부록2. 설문지
부록3. 음악 선호도 조사표
부록4. 음악목록(MP4)
부록5. 도구개발자 도구 사용승인

Ⅰ. 서 론

1. 연구의 필요성

경제적 생활수준의 향상과 의료기술의 발달로 평균수명이 증가하고 사망률이 감소한 만큼 급성질환보다 만성질환에 대한 치료와 관리가 요구되어지는 상황으로 변화하고 있다(Dungey 등, 2013). 특히, 우리나라 전체 노인의 90.9%가 만성질환을 한 가지 이상 가지고 있으며, 두 가지 이상은 73.8%로 증가하는 양상이다(손현숙 등, 2013). 만성질환의 일환인 말기 신부전으로 등록된 환자수를 살펴보면 2015년 신장 대체요법을 받는 수는 87,014명으로 혈액투석은 72%, 복막투석은 8%, 이식은 20%이고, 또한 2015년 새로 등록된 신장 대체요법 수는 전체 14,756명이고 혈액투석 12,011명, 복막투석 854명, 이식 1891명으로 보고되고 있다(대한신장학회, 2015). 이처럼 점점 혈액투석 환자의 수는 증가되고 있는 실정이다.

만성 신부전의 치료방법으로 현재 가장 많이 이용되고 있는 기법들은 주로 혈액투석, 복막투석, 신장이식 등인데 이중에서 혈액투석 방법은 기술적인 발전을 통하여 만성 신부전 환자의 생명연장을 위한 실용적이고 안전한 대체요법으로 널리 사용되고 있다(손현숙 등, 2013). 만성 신부전 환자에게 실시되는 혈액투석은 치유법이라기보다는 주기적으로 노폐물과 수분을 걸러내어 증세를 완화시키는 정도의 대체요법에 불과하여 일생동안 계속 치료를 받아야 한다. 그 결과 원인질병과 합병증으로 인해 신체적, 정신·심리적인 다양한 증상을 경험하게 되어 혈액투석 환자의 삶의 질에 영향을 미친다(송우정, 2011).

의료에서의 서비스와 프로그램은 재정적인 측면뿐 만 아니라 환자의 만족도, 긍정적인 결과, 건강관련 환경에서 보여줄 수 있어야 한다. 최근에 환자

중심의 의료현장에서 약물 치료가 아닌 비약물 치료로서 음악을 치료적으로 사용하는 방법은 좋은 치료모델의 가능성을 가지고 있다(황은영, 2015). 음악은 대표적인 비약물 치료로서 감정을 조절하고 심신의 건강과 웰빙을 촉진하는 역할을 함으로써 환자들의 삶의 질 향상에 긍정적인 영향을 미친다(Berridge, 2007). 구체적으로 음악은 병원의 물리적 환경으로 오는 불안으로부터 즐거움과 행복, 기쁨 등의 감정을 제공하는 보상의 역할을 하며(Berridge, 2007), 질병으로 인한 신체적, 심리적인 스트레스를 감소시켜 준다(Kuntson, Jeffrey, & Jaak, 2002). 또한 NK(Natural Killer ·자연살해) 세포를 증가시키고, 코티졸에 감소및 면역기능을 향상시키며(Bittman et al., 2001), 그 외 입원으로 인한 사회적 고립감으로부터 벗어나서 친밀감을 느끼게 해준다(Clair, & Davis, 2008). 선행 연구를 통해 병원에서의 음악사용은 불안과 고통을 감소시키며, 혈압과 맥박 등의 생리적인 반응을 조절하여 병원생활에 대한 만족감을 증가시켜 결국 삶의 질을 향상시킬 수 있다(Mandelm Hanser, & Davis, 2007; Moore, 2013). 국내에서는 비교적 안전한 환경의 정형외과에서 많이 적용되고 있으며, 음악 중재 시기는 수술 전에 시행함으로써 음악적 효과를 크게 경험하고 있다(황은영, 2015). 이처럼 음악은 심리적, 신체적 측면에서 각 개인에게 개별화된 치유환경을 제공하기에 효과적인 도구가 될 수 있다.

또한 음악은 일반 의료현장에서 비용-효과분석(cost-effectiveness analysis)측면 에서도 상대적으로 효과적인 치료모델이라고 할 수 있다(Standley & Walworth, 2005). 음악요법 치료효과에 대한 메타분석에서는 1회 처치 시간별 평균효과 크기를 비교한 결과 26분에서 40분 사이의 처치를 한 경우가 효과 크기가 큰 것으로 나타났다(김수희, 2002). 일정한 간격으로 음악요법 효과를 평가한 연구결과 4회에서 음악 효과가 나타나기 시작하여 8회에서 유의한 차이가 있었다(박영숙과 김금숙, 1996). 또한 선호하는 음악

의 경우 더욱 효과가 크다는 연구결과가 있다(Laura, & Raymond, 2006). 그러므로 병원에서 주기적으로 투석을 받고 있는 환자에게 음악요법은 신체적, 심리적 안정을 줌으로써 치료 효과를 높일 수 있을 것이다.

긍정적 사고란 인간이 가지고 있는 사고 중에 긍정적인 특성을 말하는 것으로, 개인과 삶에 대해 긍정적으로 경험하며 그로인해 인간 성장을 올바르게 추구하는 태도라고 정의한다(Seligman, 2000). 인간은 행복과 성장을 추구하는 존재로 행복하고 만족스러운 삶을 추구하며 자신의 잠재능력을 개발하고 발휘하고자 하는 성장욕구를 지닌다. 따라서 인간의 행복은 외부적인 환경과 조건에 의한 상황적인 문제로 보지 않는 내면의 경험을 조절하는 능력을 통하여 만들어 갈 수 있으며 부정적인 생활사건이나 역경의 과정에서 인간의 긍정적 성격특성이나 강점 및 자원이 스트레스에 대한 완충 역할을 한다(최원남, 2013). 긍정적 사고를 지닌 사람은 사람과의 관계를 맺으면서 긍정적인 반응을 이끌어 내는 성격적 특성을 가지고 있다(Goodhart, 1985). 긍정적 사고는 인간이 어려움에 처했을 때 포기하지 않고 무엇인가 이루려는 원동력이며 동기로 설명할 수 있고 오랜 기간 혈액투석을 받는 환자에게 있어서 긍정적 사고는 중요하며 투석환자의 긍정적 사고를 위한 간호중재는 반드시 필요하다.

Kolcaba (1991)는 안위는 다차원적으로 신체적, 사회적, 영적, 그리고 환경적인 측면을 내포하고 있으며 이들 측면은 각 개인에 따라 독특하게 통합되어 있으면서 서로 독립될 수 없고 연관되어 있음을 의미한다(Gropher, 1992). 간호사는 물질적 안위의 수단을 제공할 뿐만 아니라 정신적, 영적 지지도 제공한다. 결국 안위는 치료보다 간호 돌봄의 기본적인 부분이다(김경덕, 2005). 따라서 혈액투석 환자에게 다면적이고 복합적, 생리적, 사회적, 영적 상태의 간호중재를 통한 안위관리는 절실히 요구되어지며 매우 중요하다고 할 수 있다.

지금까지 혈액투석 환자를 대상으로 시행한 간호중재는 점진적 근육이완요법(김남숙, 1991), 지시적 심상요법(김주현, 1996), 향요법(하혜정, 1999), 손 마사지(조인희, 2004), 발 반사마사지(김유순, 2004), 미술치료(이정희, 2007), 음악요법(김귀분, 이미훈, 석소현, 2006; 배영순, 2009; 임선미, 정여숙, 2004; 표수진, 2011)등 다양한 중재가 이용되었다. 그러나 마사지는 신체특정부위의 노출, 간호사의 기술적인 방법과 시간소요가 요구되며, 다른 요법은 비용, 도구와 장소가 요구된다. 반면 음악요법은 간편하고 비용면에서도 경제적이며 특별한 도구와 장소, 많은 시간을 요구하지 않으면서 간호 실무에 적용하기가 용이하고, 안전한 방법이다(표수진, 2011).

이에 본 연구자는 음악요법을 통한 혈액투석 환자의 긍정적사고와 안위의 효과를 검증하여 현장 실무자들에게 간호중재의 기초자료를 제공하고자 한다.

2. 연구의 목적

본 연구는 음악요법이 혈액투석 환자의 긍정적 사고와 안위에 미치는 효과를 확인하여 독자적인 간호 중재로 활용하기 위함이다

1) 음악요법이 혈액투석 환자의 긍정적 사고에 미치는 효과를 확인한다.
2) 음악요법이 혈액투석 환자의 안위에 미치는 효과를 확인한다.

3. 가설 설정

가설1: 음악요법을 제공받은 실험군은 제공받지 않은 대조군보다 긍정적 사고 점수가 높을 것이다.

가설2: 음악요법을 제공받은 실험군은 제공받지 않은 대조군보다 안위점수가 높을 것이다.

4. 용어정의

1) 음악요법

가. 이론적 정의

치료목적을 달성하고 정신적, 신체적 건강을 회복 및 증진하기 위해 이용하는 것(미국음악요법협회, 2001)이다.

나. 조작적 정의

환자가 선호하는 음악을 연구자가 MP4로 제작 편집하여 투석이 진행되는 동안 실험군에게 매회 30분씩 이어폰을 이용하여 선호하는 음악을 총 8회 제공한 것을 의미한다.

2) 긍정적 사고

가. 이론적 정의

개인이 삶에서 부정적인 면이 있더라도 긍정적으로 수용하여 개인적인 성장을 추구하는 인지적인 태도 및 대처방식이다(김현정, 오윤희, 오강섭, 서동우, 신영철, 정지영, 2006).

나. 조작적 정의

김현정 등(2006)이 긍정적 사고를 측정하기 위해 개발한 도구로서 총 18문항이며 5점 척도로 구성되어 있다. 최저 5점에서 최고 90점으로 점수가 높을수록 긍정적 사고가 높은 것을 의미한다.

3) 안위

가. 이론적 정의

안위는 스트레스가 있는 건강관리 상황에서 일어나는 완화, 편안함, 또는 초월에 대한 기본적인 인간 요구의 적극적, 소극적, 또는 상호작용으로 나타나는 만족으로써, 총체적으로 안위는 완화, 편안감, 초월요구를 통해 강화되는 즉각적인 경험이다(Kolcaba, 1994).

나. 조작적 정의

Kolcaba (1991)가 개발하고 조은숙(2002)이 번한하여 수정 보안한 총 48문항으로 구성된 도구를 그대로 사용하였다. 5점 평점 척도로 구성되어 있으며 최저 48점에서 최고 240점으로 점수가 높을수록 안위정도가 높음을 의미한다.

Ⅱ. 문헌고찰

1. 혈액투석

1) 혈액투석의 원리

만성신부전(chronic renal failure, CRF; chronic kidney disease, CKD) 이란 신장의 기능이 일상생활을 유지하기에 부적절한 상태를 이르는 진단명으로 사구체여과율이 3개월 이상 60㎖/min 이하로 떨어진 상태를 말한다(정은영, 2016). 신장의 기능 상실로 인해 이중 사구체 여과율이 15㎖/min/1.73㎡ 미만으로 감소한 환자의 경우 혈액투석과 같은 신장 대체요법이나 신장이식을 실시한다(Foundation, 2002).

혈액투석은 '확산과 '한외여과'라는 원리를 이용해 인체 내 노폐물을 제거하는 것이다. 1개의 투석기(dialyzer)에는 약 1만 가닥의 중공사라 불리는 유리 섬유와 같은 것들이 모여 있다. 이 반투막 구조는 물이나 전해질과 같은 작은 분자는 통과시키지만 단백질이나 혈구 성분은 통과하지 못하도록 되어 있는데, 이곳을 통해 혈액과 투석액 사이의 농도 차에 의해 노폐물을 제거하는 '확산현상' 이 일어나는 것이 투석의 원리 가운데 하나이다. 다른 원리인 '한외여과'는 확산 현상을 통해 해결 불가능한 수분 배설을 일정한 압력을 가해 가능하게 해준다. 즉, 혈액투석이란 '확산에 의한 용질 제거'와 '한외여과에 의한 수분 제거'를 통해 체내 용질과 수분을 적절하게 제거하는 요법을 말하는 것이다(장재희 등, 2013).

2) 신체적 특성

혈액투석 환자가 가지는 신체적 특성은 연구자들 간에 다소 차이는 있으

나 투석 과정 전·후에 갖게 되는 부적절한 신체적 적응상태로 표현된다(안희원, 1989). 이러한 신체적 특성은 고혈압, 저혈압, 공기 색전증, 용혈현상, 혈액손실에 따른 빈혈, 성장부전, 불임증, 투석기계에 대한 알레르기 반응, 대사성 골이영양증, 고지혈증 등과 같은 생리적 지표 및 진단에 의해 판단되어지는 객관적 특성과 변비, 수면장애, 식욕과 체중의 변화, 입의 건조감, 가려움증, 피부색의 변화, 성욕감퇴, 근경련, 두통, 구토, 통증, 호흡곤란 등 환자 자신의 경험에 의해 평가 되어지는 주관적 특성으로 나누어 표현되기도 한다(김정희, 1987; 방병기, 민병석, 1979).

말기 신부전 환자들은 고혈압, 당뇨, 다낭신, 결체조직질환 등의 일차적인 문제를 가지며, 이로 인한 이차적인 문제로 뇌졸중, 말초혈관질환, 관상동맥질환 등을 동반하고 있다. 또 한편으로 시력상실 또는 감퇴, 보행곤란, 퇴행성관절염, 골다공증, 청력상실, 약물 또는 알콜중독, 약물상호작용, 약물역동학의 변화, 정신증, 우울증, 암, 사지절단, 영양실조 등의 건강문제를 갖고 있다(Stack & Messana, 2000; 나영례, 2007).

최근 대한신장학회가 집계한 우리나라 말기신부전 환자의 투석현황에 의하면 2015년도 말을 기준으로 투석 환자는 87,014명이며 동반질병을 살펴보면 심장질환 16.7%, 혈관질환(고혈압, 뇌) 48.3%, 감염 5.5%, 간질환 6.1%, 위장관질환 16.2%, 그 외 7.3%이다(대한신장학회, 2015).

투석환자들의 사망원인과 생존율을 살펴보면, 먼저 투석환자의 사망원인으로는 전체 투석환자 중에서 심장질환 36.1%, 혈관질환 11.8%, 감염 24.6%, 간질환 2.6%, 거부 및 자살 2.0%, 그 외 23%이었다. 또한 2015년부터 누적 보고된 투석환자의 5년 생존율은 남자 60.4%, 여자 63.3% 이었다(대한신장학회, 2015).

3) 정신·심리적 특성

혈액투석 환자의 신체적, 정신·사회적 적응과정을 3단계로 나누어 살펴본 Reichman & Levy (1972)의 연구에서 첫번째 단계인 밀월기(honeymoon period)에는 투석 전 죽음의 문턱에서 심한 우울과 불안의 상태에 있다가 신체적 조건과 정서상태가 급속히 회복됨에 따라 자신과 삶에 대한 희망을 갖게 되나 기계조작의 실수에 대한 공포와 연관된 불안이 반복된다. 두번째 단계인 각성과 실망기(perioid of disenchantment and discouragement)에는 건강상태의 회복에 따른 사회 복귀의 스트레스와 문합부위의 응고, 감염, 출혈, 정맥이나 동맥의 경련, 신체적 합병증 등이 반복적으로 생김에 따라 무력감과 비애가 나타나는 우울상태에 빠지게 된다. 마지막 단계인 장기적응단계(period of long-term adaption)에서는 혈액투석에 대한 순응상태에 이르나 이때에도 삽화적인 우울감을 경험하고 분노와 공격성이 종종 발산되기도 한다(한상익, 이성필, 유태열, 1989).

투석생활이 시작되면 환자들은 반복되는 심한 스트레스를 경험하게 되며, 심리적 변화가 생긴다. 환자에게 나타날 수 있는 변화는 인성의 변화, 불안정한 감정, 타인에게 요구하는 것이 많아지고, 기피증, 우울증, 흥분, 망상과 정신병 등이다(서문자 외, 1996). 또한 장기 투병생활로 인한 불안감 및 소외감으로 인해 삶의 희망을 잃기 쉽고 인공적인 방법으로 삶을 연장시키고 있다는 점이 스트레스와 자살기도, 불안, 공포, 강박적 사고, 가정균형의 파괴, 투석기계와 의료진에 대한 양가감정을 유발시킬 수 있으며, 혈액투석 실시과정과 환자자신과의 상호작용에서 나타나는 정서적 충격으로 인하여 충격, 놀람, 혼돈, 부정, 갈등, 무력감, 체념적인 수용 등이 나타난다(신미자, 1994). 따라서 다양한 방법의 간호중재가 필수적으로 필요하다.

기존의 선행연구는 투석환자의 심리적 특성 및 우울과 불안에 대한 연구가 많았고, 최근에 Han (2011)은 혈액투석 환자와 특이질환이 없는 일반인을 대상으로 간이 정신진단 검사를 이용하여 9가지 증상 척도에 따른 심리 분석을

시도하였으며 환자군이 일반인에 비해 신체화, 강박증, 대인예민성, 우울, 불안, 적대감, 공포불안, 편집증, 정신증의 9개 영역 모두에서 통계적으로 유의하게 높게 나타났다(김은순, 2012).

2. 음악요법

미국음악치료협회(AMTA, 1998)에서는 음악요법을 치료적인 목적, 즉 정신과 신체 건강을 복원 및 유지시키며 향상시키기 위해 음악을 사용하는 것으로 이것은 치료적인 환경 속에서 치료 대상자의 행동을 바람직한 방향으로 변화시키기 위한 목적으로 사용하는 것이라고 정의하고 있다. 음악은 다른 소리와 마찬가지로 공기 진동의 형태로 청각기관을 통해서 지각되어 들어와 고막을 거치면서 물리적 진동으로, 달팽이관(와우각)을 거치면서 액체 운동으로 바뀌고, 와우각 속 기저막에 있는 약 30000개 정도의 말초신경이 들어온 진동(자극)을 감지하여 대뇌로 전달하여 준다(서바른, 2009).

여기서 주목할 점은 지각정보가 대뇌 피질에 들어가기 전에 변연계를 거친다는 점이다(박경주, 1994). 변연계는 정서의 두뇌라 할 만큼 사람의 정서생활을 통제하여 들려지는 음악을 이성적으로 판단하기 전에 음악이 감성에 미칠 수 있게 하고(박경주, 1994) 음악지각이 강한 정서적 경험으로 이어지도록 변연계가 음악적 자극에 관여하고 있다(최병철, 2003).

또한 음악이 정서를 불러일으킨 후에는 점차 신체의 반응을 일으킨다는 것이 오늘날의 공통적인 견해로 음악적 자극이 인간의 신체에 직접적인 반응을 일으킨다는 연구는 지난 수십 년간 활발히 이루어져 음악이 맥박, 혈압, 신진대사, 심장박동, 호흡수, 뇌파, 피부반응, 호르몬분비, 그리고 근육반응 등에 영향을 미친다는 점을 밝히고 있다(도복늠, 1992).

그리고 음악에 대한 반응은 획일적인 것이 아니어서 각 개인마다, 나이,

성별, 몸의 상태, 심리적 상태 등에 따라 달리 나타나게 되며, 특히 자신이 듣는 음악에 대한 개인별 선호도나 취향에 많은 영향을 받게 된다(이은해, 2014). Bartlett, Kaufman, Smeltekop (1993)의 연구에서는 자신이 좋아하는 음악을 감상할 때 면역을 강화시키는 호르몬에 어떤 변화가 일어나는지를 연구한 결과, 대상자 18명 중 17명에서 NK(인터루킨)이 증가되었고 코티졸이 감소한 것으로 나타났다(Bittman et al., 2001). Buckwalter (1985)는 음악이 청각과 시각의 감각 역치를 낮출 수 있고 그 영향은 청취자와 음악 선호와 사용된 음악 종류와 관련이 있다고 하였다. 음악적 요소의 특징, 즉 멜로디, 리듬, 강세 등과 화성적 구조는 음악이 개인적인 특정한 경험을 하도록 결정하며, 음의 고저는 자율신경계를 자극하여 높은 음은 긴장감을 일으키고, 낮은 음은 이완감을 준다고 하였다(Cook, 1986).

국내 선행연구에서는 음악치료가 신체 및 생리적 질환자들에게 치료효과가 크고 음악 감상과 같은 수동적인 음악 활동보다는 능동적이고 통합적인 음악활동으로 처치한 경우 평균효과 크기가 더 크다는 연구 결과가 있다. 또한 집단별 처치보다는 개인별 처치가 음악 치료에 성과를 높일 수 있다는 연구결과도 있다(김수희, 2002).

또한 음악치료는 흉부외과 수술에서 가장 큰 효과가 나타났고, 좀 더 안전한 환경에서 음악을 적용하는 정형외과에서 많이 적용되고 있다. 또한 음악 중재 시기는 수술 전 그리고 음악 적용은 1회가 아닌 연속적 진행일 때 더 효과가 나타났다(황은영, 2015).

요양시설에 있는 치매노인 역시 음악요법을 적용한 경우를 볼 때 우울을 감소시킬 수 있었고 자율 활성도 또한 상승시키는 결과를 볼 수 있다(채경숙. 2015). 또한 치매의 초초 행동 감소에 관한 2000년에서 2012년 동안 메타분석 자료에 의하면 음악요법이 치매환자의 초조행동을 감소시키는 효과를 나타내고 있었다(공은희. 2015).

음악요법은 병원에서 심리적이고 주관적인 안녕을 제공할 뿐만 아니라 객관적인 측면에서도 효과적인 도구임이 입증되었다. 따라서 병원에서 주기적으로 투석을 받고 있는 환자에게 음악요법은 신체적, 심리적 안정을 줌으로써 치료 효과를 높일 수 있다고 사료된다.

이러하듯 수많은 연구에서 신체적, 정서적, 심리적으로 음악요법은 효과가 있다는 연구결과가 나왔다. 따라서 혈액투석으로 인한 계속적인 치료를 받아야 하는 환자에게 음악요법은 반드시 필요한 간호중재일 것이다.

3. 긍정적 사고

2차 세계대전 전 심리학의 주요 과제는 정신질환을 치료하는 것, 좀 더 생산적인 삶을 살도록 하는 것, 재능을 발견하고 육성시키는 것이었다. 그러나 세계대전 이후에는 정신질환을 치료하는 것에만 심리학이 초점을 맞추어졌는데 이는 전쟁 이후 사람들에게 우울, 불안, 공포 등에 대한 치료가 필요했기 때문이다(Seligman, 1995). 수 천 명의 심리학자들은 정신질환에 관심을 보임으로 인해 정신질환 치료에 많은 발전이 이루어지고 그로 인해 정신질환자들이 치료되거나 어느 정도 완화되었다(Seligman, 1995). 그러나 2차 세계대전 전의 심리학의 기본적인 과제인 사람들이 좀 더 생산적인 삶을 살도록 하는 것과 재능을 발견하고 육성시키는 것에 대한 관심이 사라졌다.

그 이후 인간의 부정적인 상태에 대해 지나치게 강조되어 왔던 것에 반성으로, 인간의 보다 긍정적인 상태에 초점을 두며, 정상적인 삶의 질을 더욱 향상시키는 것을 목적으로 하는 긍정적 사고학이 대두 되었다. 긍정적 사고학은 부정적인 인지와 정서에 초점을 맞추는 것이 아니라 긍정적인 인지와 정서에 초점을 맞추는 것이다(Diener, Suh, Lucas, & Smith, 1999).

사실 긍정적 사고는 그 중요성이 널리 알려져 왔고 행복을 얻는 수단뿐만

이 아니라 건강과 성공을 성취할 수 있는 것으로 널리 알려져 왔다. 1985년 Beck은 긍정적인 스키마(schema)가 스트레스의 효과를 중재하고 우울감에 저항할 수 있다고 이야기하며 다른 연구에서는 부정적인 생각 보다는 긍정적인 생각이 적응 및 부적응에 중요한 결정 요소가 된다고 제안하였다(김희중, 2007).

가. 긍정적 사고의 개념

스트레스 상황에 처해 있는 사람들은 스트레스를 경험하지 않는 상태의 사람들보다 질환, 우울, 불안, 낮은 자신감, 불만족 등을 나타낸다. 그러나 스트레스 사건들이 심리적 안녕에 반드시 해로운 영향을 미치지만은 않는다는 이론이 대두되었다. 역경을 만났을 때 굴복하는 사람이 있는가 하면, 역경을 통하여 삶의 새로운 방향과 진실, 혹은 의미를 발견하는 사람이 있다는 것이다(김희중, 2007). 이와 같은 개인적 차이를 드러내는 원인은 개인의 인지적 해결의 차이로서 긍정적 전환이라는 긍정적 사고의 개념으로 설명되었다(김희중, 2007, Goodhart, 1985).

긍정심리학은 긍정적 사고를 인간이 가지고 있는 사고 중에 긍정적인 특성을 말하는 것으로, 개인과 삶에 대해 긍정적으로 경험하며 그로인해 인간 성장을 올바르게 추구하는 태도라고 정의한다(Seligman, 2000). 긍정심리학은 기존의 심리학이 질병과 결핍에 초점을 두고 불안이나 우울과 같은 부정적인 상태를 완화하는 데에 지나치게 강조되어 왔던 것에 대한 반성으로 개인의 성격 장점과 미덕 등의 인간의 보다 긍정적 측면이나 심리에 초점을 맞추려는 심리학의 새로운 연구동향이다(권석만, 2009). 인간은 행복과 성장을 추구하는 존재로 행복하고 만족스러운 삶을 추구하며 자신의 잠재능력을 개발하고 발휘하고자 하는 성장욕구를 지닌다. 긍정심리학은 인간의 행복을 외부적인 환경과 조건에 의한 상황적인 문제로 보지 않고 내면의 경험을 조

절하는 능력을 통하여 만들어 갈 수 있으며 부정적인 생활사건이나 역경의 과정에서 인간의 긍정적 성격특성이나 강점 및 자원이 스트레스에 대한 완충 역할을 한다는 점을 강조한다(최원남, 2013).

긍정적 사고를 지닌 학생들은 사람과의 관계를 맺으면서 긍정적인 반응을 이끌어 내는 성격적 특성을 가지고 있었다(Goodhart, 1985). 이정연(1998)은 긍정적 사고란 결과에 연연하지 않고 과정에 충실한 것이며, 사물의 현상이 가진 밝은 면과 어두운 면을 모두 인정하고 수용하는 동시에 부정적인 사건이면의 좋은 점을 발견하고 그것을 자원으로 활용하여 성장 가능성을 높이는 대처방식 또는 인지적 태도라고 하였다(차경애, 2007) 또한 긍정적 정서란 인간 심리의 긍정적인 특성으로 인간의 삶에 기여하며 인간적 성장을 추구하는 인지적, 정서적 상태 및 태도라고 정의한다(이현정, 2008). 즉, 긍정적 사고는 상황이 긍정적이든, 부정적이든 간에 그 자체를 수용하고 의미를 찾으며 미래를 위해 대처하는 방식을 포함한다(차경애. 2007).

긍정적 사고와 낙관주의를 비교해 보면 다음과 같다. 낙관주의는 미래에 좋은 일이 가득할 것이고 나쁜 일은 일어나지 않을 것이라고 기대하는 일반적인 경향(Carver & Scheier 1998; 김희중, 2007)이라고 정의 내리며, 긍정심리학에서는 낙관적 사고를 '인간이 어려움에 처했을 때 포기하지 않고 무엇인가 이루려고 하는 원동력이며 동기' 로 파악하고 있다(유성경, 조하나 2003). Andrew와 Brewin (1996)은 낙관적 사고를 '긍정적 사고방식'으로 정의하여 연구하였고, Segerstrom (2006)은 낙관적인 사고를 지닌 사람은 미래를 긍정적으로 보기 때문에 미래를 위해 무슨 일이든지 하려고 하며 그 과정 속에서 문제나 장애물을 만나더라도 그것을 해결하기 위해 적극적으로 행동하기 때문에 미래를 긍정적으로 만들어 준다고 하였다. 김희중(2007)은 긍정심리 안에 낙관주의가 포함되었다고 보는 연구를 발표하였다. 따라서 본 연구에서는 낙관적 사고를 긍정적 사고 안에 포함되어 있는 하위영역으

로 보고 연구하도록 하겠다.

나. 긍정적 사고의 효과

Seligman (1995)은 긍정적 사고를 지닌 사람은 희망이 넘치고 자신의 주변에서 일어나는 모든 일을 밝게 보고, 좋지 않은 일을 당해도 일시적으로는 충격을 받지만 곧 회복되는 특성이 있다고 하였다. Carver와 Scheier (1992)는 낙관성이란 시간과 맥락에 걸쳐 비교적 안정적이고 일반적이며 총체적인 기대로 개인의 사고, 판단, 행동에 아주 광범하고 강력한 영향을 미치며, 이는 자신의 미래에 대해 적극적인 기대를 가짐으로 긍정적이 된다고 하였다(김필기, 2004).

Fredrickson (1998)은 긍정적 정서로 인한 즐거운 정서를 경험하면 부정적인 정서가 줄어들고(정봉교 외 2003), 유연한 인지적 과정으로 다양한 대안을 가질 수 있게 된다(Isen, 2002). Gable(2004)의 연구에서도 사람들이 즐거운 일을 경험한 것을 여러 사람들과 함께 나누는 행동이 긍정적 영향을 높일 수 있다는 것을 확인할 수 있었다. 또한 긍정적 사고는 스트레스 사건의 영향을 매개하는 요인으로 사회적 지지가 직접적 효과와 완충적 효과를 지닌다는 연구들 속에서 긍정적 사고와 완충적 효과에 대한 가설 확인이 이루어 졌다(김희중, 2007; Lighsey, 1994).

이상의 연구로 볼 때 긍정적 사고는 인간이 어려움에 처했을 때 포기하지 않고 무엇인가 이루려는 원동력과 동기로 설명할 수 있고, 오랜 기간 혈액투석을 받는 환자에게 긍정적 사고를 위한 간호중재는 반드시 필요하다고 할 수 있다.

4. 안위

처음 Paterson (1988), Hamilton (1989) 등이 간호를 설명하는데 안위 개념을 사용하여 왔으나 그 정의가 불명확하고, 1990년 이후 안위는 질병과 안녕 연속선 위에서 그 개념을 보려는 시도가 이루어졌다(최귀윤, 1999). 국내에서는 장성욱과 이숙자(1999), 최귀윤(1998)의 개념분석 연구가 있으며, 국외에서는 Kolcaba (1991)와 Morse (1992)에 의해 시작되었다(김경덕, 2005).

Kolcaba (1991)는 안위의 속성을 신체적, 심리영적, 환경적, 사회적 측면의 4가지 구조로 확인하였는데 즉 신체적 측면은 신체감각과 연관이 있고 심리영적안위는 자아에 대한 내적 인식과 삶에 대해 느끼는 의미 및 영적인 존재와 관련되며 환경적 측면은 소음, 분위기, 색깔, 온도 등을 포함하는 인간 경험의 외적인 배경과 관련이 있고, 사회적 측면은 대인관계, 가족관계, 및 사회적 관계와 연관된다고 하였다(Gropher, 1992).

한편 Kolcaba (1994)는 안위는 '스트레스가 있는 건강관리 상황에서 일어나는 완화, 편안함, 또는 초월에 대한 기본적인 인간 요구의 만족(적극적, 소극적, 또는 상호 작용적으로)' 이라고 정의하여, 총체적인 관점에서 안위는 완화, 편안감, 초월요구를 통해 강화되는 즉각적인 경험이라고 정의하였다(김경덕, 2005). 또한 Morse (1992)는 안위란 회복을 지향, 진정된 상태라고 정의하였다(이숙자, 1999).

간호학에서 안위는 중재에서 자주 제기된다. 간호학적 의미에서의 안위는 Nightingale의 시대부터 간호의 바람직한 성과 또는 목표로 이해되어 왔다(Kolcaba, 1991). 흔히 '질병-건강의 연속선상의 어떤 상태 동안 발생하는 안녕상태'를 도모하는 것으로써 정의된다(장성욱과 이숙자, 1999).

국외 안위 중재 연구를 보면 Kolcaba & Fox (1999)는 53명의 유방암 환자를 대상으로 유도심상요법을 이용한 결과 실험군과 대조군 간에 유의한 차

이로 안위가 증가되었다고 하였다. Kolcaba, Dowd, Steiner & Mitzel (2004)은 호스피스 환자에게 손 마사지를 주 2회씩 주간 적용하여 세 시점에서 안위정도를 측정한 결과 실험군이 대조군보다 안위점수가 더 높았다. 고통증상은 더 적게 나타났으며 시간 경과에 따라 손 마사지를 받은 환자들의 안위가 증가된 것으로 나타났다(홍미순, 2008).

지금까지의 국내 안위 중재 연구를 살펴보면 최귀윤(2000)은 혈액투석 환자에게 집단 심상치료를 적용한 결과 혈액투석 환자의 안위를 증진시키고 우울을 감소시켰다고 하였고, 조은숙(2002)은 입원 환자를 대상으로 사회적 지지와 안위 관계를 조사한 결과 사회적 지지가 높을수록 안위정도가 높게 나타났다고 하였다.

이필호(2009)는 아로마 향기 흡입법이 안과 수술 환자의 수술 전 불안감소와 안위에 미치는 효과에 관한 연구를 통해 안위증진에 효과를 얻었고, 이미향(2006)은 집중치료실에서 입원한 심장스텐트 삽관 환자를 대상으로 한 아로마 요법이 대상자의 불안점수의 감소와 수면점수의 증가는 보였으나 안위점수에는 유의한 차이가 없었다.

또한 홍미순(2008)은 말기 암 환자를 대상으로 한 음악요법에서 안위증진에는 효과가 있었으나 통증 점수에는 유의한 차이가 없었다고 하였으며, 전나미와 김상희(2010)는 손 마사지가 항암화학요법을 받은 부인암 환자의 안위에 영향을 미치는지에 관한 실험연구에서 대조군보다 실험군에서 안위점수가 높았다. 윤진영(2011)은 간호정보 제공을 통한 집중 치료실 환자의 환경적 스트레스와 불안, 안위를 연구한 결과 스트레스와 불안 점수가 감소되었고 안위점수가 유의하게 높았다.

최근에는 김정희 외 5인(2016)의 연구에서 순차적 냉·온 요법이 척추 수술 후 통증 상태를 통증조절 만족도, 안위, 주관적 반응으로 살펴보았는데 순차적 냉·온 요법이 통증조절 만족도와 안위, 주관적 반응에 효과가 있다고 하였다.

이러하듯 다양한 간호 중재를 통한 안위 연구는 계속되고 있으며 간호사는 물질적 안위의 수단을 제공할 뿐 아니라, 정신적, 영적지지도 제공한다. 정신적 지지는 환자, 특히 가족에게 중요한 간호 역할이며, 영적 단위는 희망을 주고, 희망은 치유과정에 필요한 요소이다(김경덕, 2005). 따라서 안위는 치료보다 간호 돌봄의 기본적인 부분이다(김경덕, 2005).

만성 질환으로 다면적이고 복합적, 생리적, 사회적, 영적현상을 갖고 있는 혈액투석 환자에게 효과적인 간호 중재는 절실히 필요하며 이를 통한 안위 관리는 매우 중요하다고 할 수 있다.

Ⅲ. 연구 방법

1. 연구 설계

본 연구는 음악요법이 혈액투석 환자의 긍정적 사고와 안위에 미치는 효과를 파악하기 위한 비동등성 전후 시차설계의 유사 실험연구이다.

<표1> 비동등성 전후 시차설계

9월(대조군)		10월~11월(실험군)		
Yc1	Yc2	Ye1	X	Ye2

Yc1, Ye1: Pre-test

Yc2, Ye2: Post-test

X: Intervention(Music Therapy)

2. 연구 대상

연구의 대상은 임의추출 방법에 의해 서울 Y의원에서 2016년 9월 1일부터 2016년 11월 30일까지 만성 신부전 진단을 받고 혈액투석 치료를 받고 있는 환자로서 구체적 선정기준은 다음과 같다.

1) 20세 이상의 성인 환자로서 혈액 투석치료를 시작한지 1개월 이상 경과한 환자.
2) 질문지를 이해하고 답할 수 있는 환자.
3) 음악청취에 지장이 없도록 언어나 청각에 장애가 없는 환자.

4) 본 연구의 목적을 이해하고, 연구 참여에 서명동의를 표한 환자.

3. 연구 도구

1) 긍정적 사고 측정도구(Positive Thinking Question, TQ)

김현정 등(2006)이 일반인을 대상으로 긍정적 사고를 측정하기 위해 도구를 개발하였다. 총 18문항이며 5점 척도로 구성되어 있다. 주관적 요인에 해당하는 13문항과 목표 추구 요인에 속하는 5문항으로 구성되어 있다. 문항은 전혀 그렇지 않다(1점), 그렇지 않다(2점), 보통이다(3점), 상당히 그렇다(4점), 매우 그렇다(5점)로 구성되어 있다. 최저 5점에서 최고 90점으로 점수가 높을수록 긍정적 사고가 높은 것을 의미한다.

개발당시 도구의 Cronbach's α 값은 주관적 요인 .88, 목표 추구 요인 .72, 전체 신뢰도 .88이었고, 본 연구에서 사용된 긍정적 사고 척도의 Cronbach's α 값은 주관적 요인 .85, 목표 추구 요인 .78, 전체 신뢰도 .90이었다<표2>.

<표 2> 긍정적 사고척도 Cronbach's α 값

변인		문항수	Cronbach's α
긍정적 사고척도	주관적만족	13	.85
	목표추구	5	.78
	전체	18	.90

2) 안위 측정도구

Kolcaba(1991)가 말기환자를 대상으로 개발한 도구로서 신체적 영역 11문항, 심리·영적 영역 12문항, 환경적 영역 12문항, 사회문화적 영역 14문항의 총 49 문항으로 구성되어 있다. 본 도구는 조은숙(2002)이 번한하여 수정 보안한 총 48문항으로 매우 그렇다(1점), 그렇다(2점), 보통이다(3점), 그렇지

않다(4점), 매우 그렇지 않다(5점) 등으로 구성되어 있다. 최저 48점에서 최고 240점으로 점수가 높을수록 안위정도가 높음을 의미한다. 개발당시 도구의 신뢰도는 Cronbach's α값은 .91이었고, 본 연구에서 신뢰도는 Cronbach's α값은 .77이다

4. 연구의 진행절차

1) 연구 승인

본 연구는 2016년 7월 19일 성신여자대학교 기관생명윤리위원회의 연구승인 (SSWUIRB 2016-45)을 받아 시행되었다. 긍정적 사고, 안위 측정도구의 사용을 위해 도구 개발자에게 연락하여 도구사용에 대한 승인을 받아 설문지를 제작하였다. 서울 소재 Y혈액투석의원에서 만성 신부전 진단을 받고 혈액투석 치료를 받고 있는 환자에게 본 연구자가 직접 연구의 목적을 설명하고 연구에 참여할 의사를 밝힌 대상자에게 동의를 구하여 설문지를 작성하였다.

본 연구자는 대상자에게 설문지를 연구목적으로만 사용할 것과 연구대상자의 개인정보 보호를 보장한다는 내용을 설명한 후 동의한 대상자에게만 진행하여 연구 대상자의 윤리적 측면을 고려하였다. 연구진행 중인 자료는 보안이 유지되는 곳에 보관하고 연구가 완료된 후에는 바로 폐기할 것임을 설명한 후 자료를 수집하였다.

2) 실험 전 처치

본 연구자는 대상자에게 선호하는 음악에 대한 음악선호도 설문지를 배부하여 조사하였다. 조사 결과는 트로트 40%, 대중가요 17.5%, 팝송 15%, 찬송가 10%, 한국가곡 10%, 클래식 7.5% 순이었다.

3) 실험 처치

환자가 선호하는 음악을 연구자가 MP4로 제작 편집하여 투석이 진행되는 실험기간 동안 매회 30분씩 선호하는 음악을 총 8회 청취하도록 하였다. 이는 선행 연구에서 음악요법 치료효과 메타분석에서 1회 처치 시간별 평균효과 크기가 26분에서 40분 사이의 처치를 한 경우와(김수희, 2002), 선호도를 고려하여 음악을 선곡한 경우 효과가 컸다((Laura, & Raymond, 2006)는 결과와 음악요법 효과를 평가한 연구결과 4회에서 음악 효과가 나타나기 시작하여 8회에서 유의한 차이가 있었다(박영숙과 김금숙, 1996)는 연구에 근거를 두었다.

실험군에게는 음악요법과 함께 혈액 투석실 간호사가 제공하는 일상적인 간호는 그대로 제공되었다. 대조군에게는 음악요법만을 제외한 실험군과 똑같은 일상적인 간호가 제공되었다. 실험의 확산을 막기 위하여 실험군과 대조군의 대상자를 분류하여 조사하였다. 즉 실험군은 주3회 월, 수, 금 오전·오후(6am-3pm) 환자를 선정하였다. 대조군은 월, 수, 금 밤(5am-10pm), 화, 목, 토 오전(7am-1pm)에 혈액투석을 받는 환자를 선정하였다. 먼저 대조군을 조사 한후 그다음 실험군 조사하는 방법인 비동등성 전후 시차설계를 사용하였다.

4) 실험 후 처치

대조군에 대한 실험 이후 조치로는 본 연구결과 실험군에서 음악요법이 환자의 긍정적 사고점수와 안위점수가 높게 나타남으로써 대조군에도 같은 음악요법을 시행하였다. 또한 연구에 참여한 모든 환자에게 답례품을 지급하였다

5. 표본의 크기 및 자료 수집기간

표본크기 산정을 위하여 G*POWER 3.1.2.9 프로그램을 이용한 결과, 유의수준 .05, 검정력 80%, 효과크기 .5로 계산하였다. 연구에 필요한 대상자는 총52명으로 각 집단별 26명이다. 탈락율을 대비하여 실험군과 대조군에 각각 30명 씩 총 60명을 배정하였고, 입원, 거부 등의 이유로 최종 대조군은 28명, 실험군은 28명으로 분석 대상자를 선정하였다. 실험기간은 9월에 총 8회 대조군을 먼저 조사하고, 10월에 11월에 걸쳐 총 8회 실험군 조사를 하였다.

6. 자료 분석

수집된 자료는 부호화하여 SPSS 18.0 프로그램을 이용하여 다음과 같이 분석하였다.

1) 대상자의 일반적 특성은 빈도와 백분율(%)로 산출하였다.

2) 실험군과 대조군의 일반적 특성과 종속변수에 대한 동질성 검증은 x^2-test, t-test로 분석하였고 대상수가 5이하인 경우는 Fisher's exact test를 사용하였다

3) 음악요법 적용 후 실험군과 대조군의 긍정적사고 및 안위에 대한 가설검증은 t-test로 분석하였다.

4) 도구의 신뢰도는 Cronbach's α계수로 산출하였다.

7. 연구의 제한점

본 연구는 혈액투석 환자에게 음악요법이 긍정적 사고와 안위에 영향을 미치는 정도를 파악하고자 하였으나 다음과 같은 제한점이 있다.

첫째, 본 연구는 방법상 편증된 표본을 편의표집 하였으며 대상자 수가 많지 않았으며 개인 의원의 투석실 환자만을 대상으로 하였기 때문에 이 연구의 결과를 일반화하기에는 제한이 있다.

둘째, 긍정적 사고와 안위를 결과 변수로 한 선행연구가 미비하므로 결과를 확대 해석하는 데 제한이 있다.

Ⅳ. 연구 결과

1. 실험군과 대조군의 동질성 검증

가. 일반적 특성에 대한 동질성 검증

본 연구 대상자의 일반적 특성에 따른 실험군과 대조군의 동질성 검정 결과는 <표 2>와 같다. 성별은 실험군간 대조군 모두 남자가 각각 61%, 71%이었다. 연령별로는 60-69세 이하가 실험군은 43%, 대조군은 50-59세 이하가 32%로 많다. 직업은 없는 경우가 실험군 86%, 대조군 64%로 많은 부분을 차지하고 있으며, 결혼 상태는 기혼이 실험군은 86%, 대조군은 64%로 나타났다. 종교는 실험군에서는 무교가 39%, 대조군은 기독교가 46%로 많았으며, 교육정도는 실험군과 대조군이 각각 고졸이 36%, 46%로 가장 많았다. 경제 상태는 실험군은 '중' '하' 가 각각 68%, 32% 이며 대조군은 '중' 이 57%, '하' 가 43%로 비교적 열악함을 보였다. 투석 외 질병으로는 실험군과 대조군 각각 68%, 54%로 과반수이상을 차지하였다.

따라서 실험군과 대조군의 일반적 특성에 따른 동질성을 확인한 결과 두 군간의 통계적으로 유의한 차이가 없어 동질한 것으로 나타났다.

<표 3> 인구 통계학적 특성

변인		실험군(n=28)	대조군(n=28)	전체	x^2	p
		n(%)	n(%)	n(%)		
성별	남	17(61)	20(71)	37(66)	0.72	0.397
	여	11(39)	8(29)	19(34)		
연령	40대 이하	2(7)+	6(21)	8(14)	5.06	0.168
	50대	5(18)	9(32)	14(25)		
	60대	12(43)	7(25)	19(34)		
	70대 이상	9(32)	6(21)	15(27)		
직업	유	4(14)+	10(36)	14(25)	3.43	0.064
	무	24(86)	18(64)	42(75)		
결혼	미혼	2(7)+	5(18)	7(13)	3.43	0.180
	기혼	24(86)	18(64)	42(75)		
	사별/이혼	2(7)+	5(18)	7(13)		
종교	개신교	7(25)	13(46)	20(36)	5.38	0.250
	천주교	2(7)+	2(7)+	4(7)		
	불교	7(25)	5(18)	12(21)		
	없음	11(39)	5(18)	16(29)		
	기타	1(4)+	3(11)+	4(7)		
교육	초졸이하	9(32)	2(7)+	11(20)	7.21	0.066
	중졸	6(21)	5(18)	11(20)		
	고졸	10(36)	13(46)	23(41)		
	대졸이상	3(11)+	8(29)	11(20)		
경제	중	19(68)	16(57)	34(64)	0.69	0.408
	하	9(32)	12(43)	19(36)		
병명	유	19(68)	15(54)	34(61)	1.20	0.274
	무	9(32)	13(46)	22(39)		

+ : Fisher Exact Test

나. 종속변수에 대한 동질성 검증

실험 전 종속변수에 대한 동질성 검증은 <표 4>과 같다. 실험 전 대상자의 종속변수 중 긍정적 사고의 총 평균 평점은 실험군이 55.50, 대조군이 60.46으로 통계적으로 유의한 차이가 없었다(t=1.85, p=.069). 안위점수 역시 실험군이 133.93, 대조군이 129.07로 유의한 차이가 없었다(t=-1.57, p=.123).

<표 4> 긍정적 사고 및 안위의 동질성 검정

변인	실험군(n=28) Mean±SD	대조군(n=28) Mean±SD	t	p
긍정적 사고	55.50±10.19	60.46±9.85	1.85	.069
안위	133.93±13	129.07±10.01	-1.57	.123

2. 가설검증

가설1: 음악요법을 받은 실험군은 받지 않은 대조군보다 긍정적 사고 점수가 높을 것이다.

‘음악요법을 받은 실험군은 받지 않은 대조군보다 긍정적사고 점수가 높을 것이다’ 라는 제1 가설은 두 집단 간의 통계적으로 유의한 차이를 보여 지지되었다(t=-5.72, p<.001). <표 5>

<표 5> 긍정적 사고의 차이 검정

변인		Pre-test Mean±SD	Post-test Mean±SD	Difference Mean±SD	t	p
긍정적 사고	실험군	55.5±10.19	65.68±10.79	10.18±9.45	-5.72	<.001
	대조군	60.46±9.85	58.21±8.96	-2.25±6.57		

가설2: 음악요법을 받은 실험군은 받지 않은 대조군보다 안위 점수가 높을 것이다.

‘음악요법을 받은 실험군은 받지 않은 대조군보다 안위 점수가 높을 것이다’ 라는 제2 가설은 두 집단 간의 통계적으로 유의한 차이를 보여 지지되었다(t=3.16, p=.003). <표 6>

<표 6> 안위의 차이검정

변인		Pre-test Mean±SD	Post-test Mean±SD	Difference Mean±SD	t	p
안위	실험군	133.93±13	125.54±11.49	-8.39±16.04	3.16	.003
	대조군	129.07±10.01	131.5±12.43	2.43±8.46		

Ⅴ. 논 의

본 연구는 혈액투석 환자에게 음악요법을 실시하여 긍정적 사고와 안위를 증진시키는 여부를 확인하였다.

우선 음악요법이 혈액투석 환자의 긍정적 사고에 미치는 효과에 대해서 살펴보면 혈액투석 환자들에게 1주일에 3회씩(30분/1회) 3주간으로 총 8회의 음악요법을 시행한 결과 실험군이 대조군에 비해 긍정적 사고 점수가 유의하게 높게 나타났다. 이러한 결과는 음악요법 치료효과에 대한 메타분석에서 1회 처치 시간이 26분에서 40분 사이의 처치를 한 경우가 효과를 나타내며 결과와 일치한다(김수희, 2002). 또한 일정한 간격으로 음악요법을 시행 했을때 4회에서 음악 효과가 나타나기 시작하여 8회에서 유의한 차이가 있다(박영숙과 김금숙, 1996)는 결과와 일치하였다. 그리고 음악 선호도에 따라 실험군에게 처치한 결과 선호하는 음악의 경우 더욱 효과가 크다(Laura, & Raymond, 2006)는 선행연구와 일치하는 결과이다.

음악치료 영역에서도 일반 의료현장과 마찬가지로 근거중심임상(evidence based practice)이 강조되면서 음악사용 근거에 대한 객관적인 실험이 강조되고 있다(Abrams, 2010). 현재 음악을 치료적으로 사용하는 영역은 수술 등의 일반 진료 현장보다는 정신과 혹은 재활영역 등의 영역에서 주로 적용되어왔다(이은선, 2013). 그러나 본 연구에서 음악요법을 혈액투석 환자에게 적용하여 긍정적 사고를 증진시킨 점은 의의가 있다.

국내 일반 의료현장에서 음악요법효과에 대한 메타분석을 살펴보면 2000년부터 2015년까지 간호영역에서의 연구가 81%를 차지하고 있다(황은영, 2015). 이런 연구 결과는 일반 의료현장에서 음악이 간호 중재로써 적용하기에 용이하며 효과 역시도 의료 환경에서 좋은 효과를 얻을 수 있음을 보

여주며, 본 연구 결과와 일치한다.

긍정적 사고를 향상시키기 위한 다양한 중재에 관한 연구들은 웃음요법 프로그램을 이용한 긍정적 사고효과(김현영, 2014), 원예활동을 통한 긍정적 사고효과(김경미, 2014), 얼굴 이미지 메이킹 프로그램을 통한 긍정적 사고효과(송은영, 2009), 요가수련을 통한 긍정적 사고효과(송순자, 2016), 긍정심리 집단프로그램을 통한 효과(정일용, 2016)와 같은 것들이 있으며, 최근에는 긍정적 사고를 향상시키기 위한 중재에 관한 연구가 일반의료 현장에서 말하는 의료진 중심이 아닌 환자중심으로의 변화(정두채, 2004)와 환자가 의료 환경에서 직면하게 되는 스트레스를 극복하도록 도와주는 치유환경으로까지 나아가고 있다(Water, 2009). 본 연구에서도 음악요법이 긍정적 사고를 높인다는 결과는 긍정적 사고가 단순이 주어진 현실을 낙관하거나 좋게 해석하는 것만이 아니라, 현 상황에서 문제 해결이 어려울 지라도 좋은 결과를 기대하며 해결을 위한 계속적인 노력을 해 나가는 데에(김현정 등, 2006) 긍정적인 효과가 있음을 보여주는 것이라 의의가 있다. 따라서 음악요법은 의료현장에서 긍정적 사고를 위한 중재로서 간호사가 시행할 수 있는 효과적인 방법이다.

본 연구에서 음악요법이 혈액투석 환자의 안위에 효과가 있는지를 파악하기 위해 비교한 결과 실험군의 안위점수가 대조군보다 유의하게 높게 나타나 음악요법이 혈액투석 환자에게 효과가 있는 것으로 확인되었다. 본 연구에서 나타난 것처럼 안위효과는 환자들이 선호하는 음악에 따라 달랐다. 트로트를 선호하는 대상자들은 트로트를 들을 때, 흥이 나며 기분전환이 되었다. 친밀감 있는 음악(대중가요)을 선호하는 대상자는 그런 종류의 음악을 들을 때 편안함을 느꼈다. 또한 기독교를 믿는 대상자는 찬송가를 들을 때, 에너지를 충전시키는 것 같은 기분을 느낀다고 하였다. 팝송을 선호하는 대상자는 팝송을 들을 때, 마음의 안정과 옛날의 좋았던 기억을 추억하기도 했다. 환자

들에게 나타난 효과는 안위란 통증과 고통으로부터 자유롭고 단순히 불편감이 없는 상태보다 그 이상의 의미가 있는 긍정적인 상태의 결과로서 완화, 평온, 그리고 초월에 대한 인간의 기본욕구와 관련된 복합적인 결과라는 Kolkaba(1994)의 이론에 비추어 볼 때, 혈액투석 환자에게 음악이 편안함을 제공해 주고 있다는 결과를 나타내었다. 또한 음악요법은 말기 암환자에게 안위를 높이는 효과가 있었고(홍미순, 2008), 혈액투석 환자의 우울감소(임선미, 2004; 표수진, 2011), 말기 암 환자의 우울감소(서바른, 2010), 시설 노인의 우울감소(조경숙, 2008)에 효과가 있었다. 또한 음악요법은 불안 감소에 있어서도 수술 중 국소마취환자 불안감소(신효연, 2004), 수술 환자의 불안감소(이선희, 2004), 슬관절 전치환술 환자의 불안감소(정미연, 2009)가 있다는 선행연구들의 결과를 통해서도 안위증진이 있었음을 확인하였고 이는 본 연구결과와 일치한다. 그러므로 본 연구의 결과는 음악요법이 혈액투석환자의 긍정적 사고와 안위증진에 결과를 미치는 것으로 나타났다.

본 연구를 통해서 음악요법이 간편하고 비용면에서도 경제적이며 특별한 도구와 장소, 많은 시간을 요구하지 않으면서 간호 실무에 적용하기가 용이하기 때문에 안전한 방법이 될 수 있다는 것을 알 수 있다. 또한 음악요법은 병원에서 심리적이고 주관적인 안녕을 제공할 뿐만 아니라 객관적인 측면에서도 효과적인 도구가 될 수 있고, 치료적인 면에서도 만성질환으로 오랜 기간 투석을 받는 환자에게 음악요법을 통해 긍정적사고와 안위를 증진시킴으로서, 임상에서는 투석치료 효과를 높일 수 있다. 그러나 대상자마다 음악적 배경과 선호도에 대한 개인차이가 있기 때문에 음악요법으로 간호중재를 할 경우에는 획일적인 음악보다는 대상자의 요구도를 바탕으로 개별화되고 유연성 있게 고안되어야 한다(Hanser, 1999). 본 연구에서도 이와 같이 대상자의 선호도를 미리 조사하여 좋아하는 음악을 들려줌으로써 획일적인

간호보다 전인적인 간호를 실시할 수 있었고 그 효과로 긍정적사고와 안위 증진의 효과를 나타냈다고 사료된다. 따라서 간호 현장에서 혈액투석 환자의 치료를 위한 중재방법으로 음악요법의 활용가능성 크다는 사실을 인식하고 간호중재의 방법으로 사용되기를 기대한다.

Ⅵ. 결론 및 제언

1. 결론

본 연구는 혈액투석 환자에게 음악요법을 적용하여 긍정적 사고와 안위에 미치는 효과를 확인하기 위한 비동등성 대조군 전·후 시차설계의 유사 실험 연구이다.

연구 대상자는 S시의 Y의원에서 만성신부전 진단을 받고 혈액투석 치료 받고 있는 환자 중 대상자 선정 기준에 따라 임의표출 하여 실험군 28명, 대조군 28명을 선정하였다. 연구 기간은 2016년 9월 1일부터 2016년 11월 30일까지였으며, 사전조사, 8회의 실험처치, 사후조사의 순으로 이루어졌다.

음악요법은 실험군에게 일주일의 3회씩(30분/1회) 3주간으로 총 8회의 음악요법을 실행하였으며, 이를 검정하기 위하여 실험군과 대조군의 실험 전·후 긍정적 사고와 안위를 비교하였다.

연구도구는 김현정 등(2006)의 5점 척도인 긍정적 사고 척도(Positive Thinking Questionnaire: PTQ)와 Kolcaba(1991)가 개발하고 조은숙(2002)이 번안한 5점 척도의 안위 척도 (Comfort Scores)를 사용하였다.

자료분석은 SPSS 18.0 통계프로그램을 이용하여 빈도와 백분율(%)로 산출하였고, 일반적 특성 및 종속변수의 동질성 검정은 x^2-test, t-test로 분석하였다. 대상수가 5이하인 경우는 Fisher's exact test를 사용하였고, 도구의 신뢰도는 Cronbach's α값을 구하였다.

본 연구의 결과는 다음과 같다.

1. 제1가설: '음악요법을 받은 실험군은 받지 않은 대조군보다 긍정적사고

점수가 높을 것이다' 라는 제1가설은 두 집단 간의 통계적으로 유의한 차이를 보여 지지되었다(t=-5.72, p<.001).

2. 제2가설: '음악요법을 받은 실험군은 받지 않은 대조군 보다 안위 점수가 높을 것이다' 라는 제2가설은 두 집단 간의 통계적으로 유의한 차이를 보여 지지되었다(t=3.16, p=.003).

이상의 연구결과에서 혈액투석을 받는 동안 제공된 음악요법은 긍정적 사고와 안위를 증가시키는데 효과적이었음이 검증되었다. 따라서 간호 실무에서 음악요법은 혈액투석 환자에게 활용 가능성이 크다고 사료된다.

2. 제언

본 연구의 결과를 토대로 다음과 같이 제언하고자 한다.

첫째, 음악선택의 표준화와 연구 결과의 일반화를 위해 표본수를 늘려서 연 구가 필요하다.

둘째, 안위에 대한 다양한 각도의 도구 개발이 필요하다.

셋째, 음악요법의 효과를 검증할 수 있는 다른 질환에 긍정적 사고 및 안위 정도를 측정하는 연구의 시행을 제언한다.

참고문헌

대한신장학회 (2015). 우리나라 신대체 요법의 현황. www.ksn.or.kr.

공은희, 박명화 (2015). *음*악요법이 치매의 초조행동에 미치는 효과. *성인간호학회지, 27*(1), 106-116.

권석만 (2009). 긍정심리학: 행복의 과학적 탐구. 서울: 학지사.

김경덕, 변혜선 (2005). 안위에 대한 개념분석. *대구보건대학 논문집, 25*, 381-395.

김경미 (2014). *원예활동이 초등학생의 긍정적 사고와 언어 사용에 미치는 영향.* 서울교육대학교. 교육전문대학원.

김귀분, 이미훈, 석소현 (2006). 음악요법이 혈액투석 환자의 불안과 우울에 미치는 효과. *대한간호학회지, 36*(2), 321-329.

김금순외 7인 (2002). 임상간호사가 지각하는 환자의 안위에 관한 연구. *기본간호학회지, 9*(2), 300-310.

김남숙 (1991). 점진적 근육이완 요법이 혈액 투석 환자의 불편감 감소에 미치는 영향. *가톨릭대학의학부 논문집, 44*(3), 967-976.

김수희 (2002). *음악요법/치료효과에 대한 메타분석.* 숙명여대 음악치료대학원. 석사학위논문.

김인선 (2009). *음악요법이 늑막천자 대상자의 불안과 불편감에 미치는 영향.* 가천의과학대학교 대학원. 석사학위논문.

김유순 (2004). *발반사 마사지가 혈액투석환자의 피로와 근력에 미치는 효과.* 을지의과대학교 대학원. 석사학위 논문.

김정희 (1987). 장기 혈액투석 환자의 간호. *대한간호, 26*(2), 21-26.

김정희외 5인 (2016). 순차적 냉·온 요법이 척추 수술 후 통증과 통증조절 만족도 안위 주관적 반응에 미치는 효과. *기본간호학회지, 23*(2),

184-193.

김주현 (1996). 혈액투석환자에게 적용한 지시적 심상요법의 효과. *간호학논문집, 10*(2), 256-257.

김필기 (2004). *여중생의 낙관성 수준에 따른 우울, 학습된 무기력, 자기 효능감의 차이.* 계명대학교 교육대학원. 석사학위논문.

김현영 (2014). *웃음활동 프로그램이 초등학생의 일상적 스트레스와 긍정적 사고에 미치는 영향.* 한국교원대학교대학원. 석사학위논문.

김현정, 오윤희, 오강섭, 서동우, 신영철과 정지영, (2006). 긍정적 사고 척도의 개발 및 타당화 연구. *한국심리학회지, 11*(4), 767-784.

김희중 (2007). *긍정적 사고와 주관적 행복감 및 학교생활적응과의 관계. 충남대학교 대학원.* 석사학위논문.

나영례 (2006). *혈액투석 노인환자 가족의 부담감과 노인요양시설 이용의사에 관한 연구.* 이화여자대학교 대학원. 석사학위.

도복늠 (1992). 최신 정신간호학. 서울: 현문사.

박경주 (1994). 건강과 음악치료. 서울 : 빛샘.

박영숙, 김금순 (1996). 음악요법이 정신질환자의 우울과 정신병적 행동에 미치는 영향. *간호학논문집, 10*(1), 53-69.

방병기, 민병석 (1979). 우리나라 투석현황의 문제점. *대한의학협회지, 3*, 133.

배영순 (2009). *음악요법이 혈액투석 환자의 피로와 불안에 미치는 효과.* 동의대학교 대학원. 석사학위논문.

서문자 외(1997). 성인간호학. 서울: 수문사

서바른 (2009). *음악요법이 말기암 환자의 통증과 우울에 미치는 효과.* 경북대학교대학원. 석사학위논문.

손현숙 외 8인 (2013). 혈액 투석 환자의 운동 신념. 신체활동과 삶의 질. *기초간호자연과학회지, 15*(1), 15-23.

송우정 (2011). *점진적 저항운동이 혈액투석환자의 신체조성. 체력 및 삶의 질에 미치는 효과.* 가톨릭대학교 대학원. 박사학위논문.

송은영 (2009). *얼굴 이미지 메이킹 프로그램이 자아 존중감, 긍정적 사고, 얼굴 이미지 효능감에 미치는 효과분석.* 명지대학교 대학원. 박사학위논문.

신미자. (1994). *장기 혈액투석 수혜자들의 생활 경험에 관한 연구.* 중앙대학교. 박사학위논문.

신효연 (2004). *수술중 음악요법이 국소마취 수술환자의 불안에 미치는 효과.* 서울대학교대학원. 석사학위 논문.

안희원, 김달숙 (1989). 혈액투석 환자의 적응 상태와 관련요인에 대한 분석적 연구. *충남 의대 잡지, 16*(2), 560-578.

유성경, 조하나 (2003). 낙관성 수준, 상황, 대상에 따른 대인관계도식의 차이. *한국심리학회, 15(3), 567-580.*

윤진영 (2011). *간호 정보제공이 집중치료실 환자의 환경적 스트레스 불안 및 안위에 미치는 영향.* 관동대학교 대학원. 석사학위논문.

이미향 (2006). *아로마요법이 중환자실에 입원한 심장 스텐트 삽관 환자의 안위, 불안 및 수면에 미치는 효과,* 동아대학교 대학원. 석사학위논문.

이선희 (2004). *음악요법이 수술환자의 불안과 활력징후에 미치는 효과.* 대전대학교 보건스포츠대학원. 석사학위논문.

이정애 (2012). *우울한 노인들을 대상으로 한 집단 긍정심리치료 프로그램의 효과.* 고려대학원. 박사학위논문.

장성욱, 이숙자 (1999). 안위의 개념분석. *성인간호학회지, 11*(1). 159-178.

이은선, 황은영, 박지선 (2013). 국내 음악 치료 서비스 운영방안과 발전방안에 대한 조사연구. *예술심리치료연구, 9*(3), 1-17.

이은해 (2014). *선호음악 감상이 항암화학요법을 받는 성인 유방암환자의 불*

안, 우울 및 수면에 미치는 효과. 계명대학교 대학원. 박사학위논문.

이정연, 장미선 (1998). 청소년의 자기효능감에 영향을 미치는 관련변인. *한국생활과학회지, 12(4), 433-447.*

이정희 (2007). *미술치료가 혈액투석환자의 우울과 불안에 미치는 효과.* 순천향대학교 건강과학대학원. 석사학위 논문

이현정 (2008). *일반계 고등학생의 긍정적 정서, 몰입, 삶의 의미가 행복감에 미치는 영향.* 계명대학교 교육대학원. 석사학위논문.

임선미 (2004). *음악요법이 혈액투석 환자의 우울과 불안에 미치는 영향.* 대전대학교 보건스포츠대학원 보건학. 석사학위논문.

장재희 (2013). 레지던트를 위한 혈액투석 첫걸음. 군자출판사.

이필호외 2인 (2009). 아로마 향기흡입법이 안과 수술 환자의 수술 전 불안 감소와 안위에 미치는 효과. *중앙간호논문집, 13*, 49-57.

전나미, 김상희 (2010). 손 마사지가 항암 화학요법을 받은 부인암 환자의 안위에 미치는 효과. *종양간호학회지, 10*(1), 88-94.

정두채, (2004). 우리나라 의료 환경의 변화 정책과제. *보건복지연구집, 1*(1), 289-302.

정미현 (2009). *음악요법이 슬관절 전치환술 환자의 수동적 관절운동 시 통증, 불안, 슬관절 운동범위에 미치는 효과.* 고려대학교 교육대학원. 석사학위논문.

정봉교 외 (2003). 정동유형과 정적 정서의 복원효과. *한국심리학회지 인지 및 생물, 15(4), 499-519.*

정여숙 (2004). *음악요법이 혈액투석환자의 스트레스, 불안, 우울 및 면역기능에 미치는 효과.* 가톨릭대학교 대학원. 박사학위논문.

정일용 (2016). *긍정심리집단 상담프로그램의 효과에 대한 메타분석.* 경북대학교대학원. 석사학위논문.

조경숙 (2008). *음악요법 적용이 시설노인의 우울감과 자아존중감 및 스트레스에 미치는 효과*. 가천의과학대학교 대학원. 석사학위논문.

조은숙 (2002). *입원환자의 사회적 지지와 안위에 관한 연구*. 중앙대학교. 석사학위논문.

조인희 (2004). *손마사지가 혈액투석 환자의 동정맥루 천자시 불안과 통증에 미치는 효과*. 동국대학교 대학원. 석사학위 논문.

차경애 (2007). *청소년의 긍정적 사고와 학교 적응과의 관계*. 단국대학교 교육대학원. 석사 학위 논문.

채경숙 (2015). 요양시설에 거주하는 치매노인을 위한 웃음요법과 음악요법이 우울과 자율신경활성도에 미치는 영향. *기초간호자연과학학회지, 17*(3), 245-252.

최귀윤 (1998). 안위에 대한 개념분석. *울산대학교 연구논문집, 25*(1), 229-239.

최귀윤 (1999). 혈액투석환자의 대처유형, 안위 및 우울에 관한 연구. *울산과학대학 연구논문집, 26*(1), 241-258.

최귀윤 (2000). *집단 심상치료가 혈액투석 환자의 안위와 우울에 미치는 효과. 경북대학교 대학원*. 박사학위논문.

최병철 (2003). 음악치료학. 서울: 학지사.

최원남 (2013). *청소년 자아강도와 학교생활적응과의 관계에서 긍정적사고의 매개효과*. 순천대학교 교육대학원. 석사학위논문.

표수진 (2011). *음악요법이 혈액투석 환자의 불안과 우울 지루함에 미치는 효과*. 전남대학교 대학원 석사논문.

하혜정 (1999). 향 요법이 혈액투석 환자의 피부건조와 소양증에 미치는 효과. *대한간호학회지, 29*(6), 1284-1293.

한상익 외 2인 (1989). 혈액투석기간에 따른 불안의 변화. *신경정신의학, 28(4), 649-654*

홍미순 (2008). *음악요법이 말기암환자의 안위에 미치는 효과.* 경북대학교 대학원. 박사학위논문

황은영 (2015). 수술 및 진료의 국내 일반의료 현장에서 음악요법효과에 대한 메타분석. *예술심리치료연구. 11*(4), 89-109.

Abrams, B. (2010). Evidence-bases music therapy pratice: An integral understanding. *Journal of Music Therapy, 47*(3), 351-379.

Bartlett D, Kaufman D, Smeltekop R. (1993). The effects of music listening and perceived sensory experiences on the immune system as measured by interleukin-1 and cortisol, *Kornal of Music Therapy, 30*(4), 194-209.

Beck AT. (1985). Congintive therapy bahavior therapy, psychoanalysis, and pharmacotherapy. Plenum. Newyork.

Berridge, K. C. (2007). The debate over dopamine's role in reward: The case for incentive salience. *Phychopharmacology, 191,* 391-431.

Bittman, B. B., Berk, L. S., Felten, D. L., Westengard, J., Simonton, O. C., Pappas, J., & Ninehouser, M. (2001). Composite effects of group drumming music therapy on modulation of neuroendocrine-immune parameters in normal subjects. *Alternative Therapy and Health Medicine, 7*(1), 38-47.

Buckwalter, K. Hartsock, J. and Gattney, J. (1985). Music Therapy In G. M. *Nursing Interventions: Treatment for Nursing Diagnosis,* Bulechek and McCloslkey(Ed), Philadelphia : W. B. Saunders Co., 58-74.

Carver, C. S. & Scheier, M. F. (1992). Effects of optimism on psychological and physical well-bing: Theoretical overview and empirical update. *Cognitive Therapy and Research, 16,* 201-228.

Carver, C. S., S. M., & Scheier, M. F. (1998). Optimism, motivation, and

mental health (Vol. 3). San Diego, CA: Academic Press.

Clair, A A., & Davis, W. B. (2008). Music therapy and elderly populations. In W. B., Davis, K. E., Gfwkkwe & M. H. Thaut (Eds), *An introduction to music therapy theory and parctice* (pp. 181-207). Silver Spring, Maryland: American Music Therapy Association.

Cook, J. D. (1986). Music as an intervention in the Oncology Setting, *Cancer Nursing, 9*(1), 23-28.

Diener, E.,Suh,E.M., Lucas.R.E & Smith,H (1999). Subjective Well-being; Three decades of progress. *Phychological Bullestin, 68*, 653-663.

Dungey, M., Hull, K. L., Smith, A. C., burton, J. O., & Bishop, N. C. (2013). Inflammatory factors and exercise in chronic kidney disease. *International Journal of Endocrinology,* 1-12.

Dowd T, Kolcaba K, Novak B., Steiner R.. (2001). Measuring comfort in caregivers and patients during late end-of-life care. *American Journal of Hospice & Palliative Care*, 18(3), 170-80.

Foundation, N. K. (2002). Clinical practice guidelines for chronic kidney disease: evaluation, classification and stratification: National Kidney Foundation.

Fredrickson, B. L. (1998). What good are positive emotion? *Review of General Psychology, 2,* 300-319.

Gable, L.I. (1989). The Sociological Study of Sterss, *Journal of Health and Social Behavier, 30,* 241-256.

Goodhart, D. E(1985). Some psychological effects associated with positive and negative thinking about stressful event outcome; was Pollyanna right? *Journal of Personality and Social Psychology, 48*(1), 216-232.

Grophen (1992). Promotimg health by promoting comfort, *Nursing forum, 27*(2), 5-8.

Hamilton, J. (1989). Comfort and the hospitalized chronically ill. *Journal of Gerontological Nursing, 15*(4), 28-33.

Isen, A. M. (2002). A role for neuropsychology in understanding the facilitating influence of positive affect on social behavior and cognitive processes. In C. R. Synder., & S. J, Lopez. (Eds.), Handbook of positive psychology (pp, 528-540). New York: Oxford University Press.

Kolcaba K, & Fox, C (1999). The effect if guided imagery on comfort of women with early stage breast cancer undergoing radiation therapy. *Oncology Nursing Forum, 26*(1), 67-72.

Kolcaba K. (1994) A theory of holistic comfort for nursing, *Journal of Advanced Nursing, 19*(6). 1178-1184.

Kolcaba, K. Y., & Kolcaba, R. J.(1991). An analysis of the concept of comfort. *Journal of Advanced Nursing, 16,* 1301-1310.

Kuntson, B., Jaak, P. (2002). Ultrasonic vocalization as induces of affective states in rats. *Phychological Bullentin, 128*(6), 961-977.

Kolcaba K, DiMarco MA.(2005). Comfort theory and its application to pediatric nursing. *Pediatric Nursing*, 31(3),187-194.

Laura, M., & Raymond. M. (2006). An experimental investigation of the effects of preferred and relaxing music listening on pain perception. *Journal of Music Therapy, 43*(4), 295-316

Lightsey, Jr., O. R. (1994). "Thinking positive" as a stress buffer: The role of positive automatic cognitions in depression and happiness. *Journal of Counseling Psychology, 41*(3), 325-334.

Mandel, S. E., Hanser, M., & Davis, B. A. (2007). Effect of music therapy on health-related outcoms in cardiac rehabilitation: A randomized controlled trial. *Journal of Music Therapy, 44*(3), 176-197.

Morse, J. M., Bottorff, J., Hutchinson, S. (1992). The Paradox of comfort. *Nursing Research, 44*(1), 14-19.

Patterson, E.F, (1988). The philosophy and physics of holistic health care: spiritual healing as workable interpretation, *Journal of Advanced Nursing, 27,* 287-293.

Reichman, F. & Levy, N. B. (1972). Problems in adaptation to maintenance hemodialysis, *Archieve of Internal Medicine, 130*, 859-865.

Segerstrom, Suzanne C (2006). Breaking Murphy's Law : How Optimists Get What They Want From Life - and Pessimists Can Too. New York . The Guilford Press.

Seligman, M.E.P. (1995). Effectiveness of psychotherapy: The consumer report study, *American Psycholo, 50*, 965-974.

Seligman, M.E.P. (2000). PositivePsychology: A progressreport. Paper presentedat the Positive Psychology, Washington, D.C.

Siedlecki, S. L. (2005). The effect of music on power, pain, depression, and disability: a clinical trial. Case Western Reserve University.

Stack, A. G. and Messana, J. M. (2000). Renal replacement therapy in the elderly: medical, ethical, psychological considerations. *Advances in Renal Replacement Therapy, 7*(1), 52-62.

Water, P. (2009). *Characteristics of healing environnment as described by expert nurse who practice within the conceptual framework of Rogers' science of unitary human beings: A qualitative study.* Unpublished

doctorial dissertation, University of Taxas.

Watson, D., & Clark, L. A., McIntyre, C. W., & Hamaker, S. (1992). Affect, personality and social activity. *Journal of Personality and Social Psychology, 63,* 1011-1025.

ABSTRACT

The Effect of Music Therapy on Positive Thinking and Comport in Patients Undergoing Hemodialysis

Bae, Yun Hye
Departmrnt of Nursing Science
Graduatr School of
Nursing
Sungshin Women's
Univerity

This study was designed to test the effects of music therapy on positive thinking and comport in patients undergoing hemodialysis. The research was a quasi-experimental study using nonequivalent control group-synchronized design. The subjects of the study were patients undergoing hemodialysis in a general hospital located in S city. The 56 participants were assigned to either the experimental group(28) or the control group(28). Data were collected from Sep 1, 2016 to Nov 30, 2016.

The Music therapy was applied for 30mins three times a week, for 3 weeks(total 8 times)to the experimental group.

Surveys were done to compare on the musical preference and the pre-post test states of positive thinking and comport between experimental group and control group. Data were analyzed by frequency and percentage (%) using SPSS 18.0 statistical program. The homogeneity test of general

characteristics and dependent variables was analyzed by χ^2-test and t-test. Fisher's exact test was used when the number of subjects was 5 or less, and Cronbach's α was obtained as the reliability of the instrument.

The results obtained from this study are summarized as follows:

1. First hypothesis: The first hypothesis that 'experimental group receiving music therapy will have higher positive thinking score than non-experimental group' showed a statistically significant difference between the two groups(t=-5.72, p<.001).
2. Second hypothesis: The second hypothesis is that the second hypothesis that 'experimental group receiving music therapy will have higher score of safety than untreated control group' showed a statistically significant difference between the two groups(t=3.16, p=.003).

These results confirm that the music therapy provided during hemodialysis was effective in increasing positive thinking and comfort. Therefore, music therapy in the nursing practice is likely to be applied to hemodialysis patients.

부록1. 참여 동의서

인사의 말씀

안녕하십까?
저는 성신여자대학교 대학원 간호학과 노인전문간호사 과정에 재학중인 학생입니다.

본 설문지는 혈액투석환자에게 긍정적 사고와 안위와 관련된 음악요법을 실시한 후에 귀하의 긍정적 사고와 안위를 파악하고자 마련되었습니다.

귀하의 모든 응답사항은 순수한 연구 목적으로만 사용되며 개인적 정보는 비밀이 보장됩니다.

귀하의 응답은 연구의 귀중한 자료로 활용될 것이오니 평소에 느끼신 대로 부담없이 질문에 응답해 주시면 고맙겠습니다.

귀한 시간을 마련해 응답해 주셔서 감사드리며 건강과 가정내 늘 평강이 가득하시길 기도하겠습니다.

2016년 9월

성신여자간호대학원 간호학과 석사과정
연구자: 배윤혜

연구참여자 성명:
서명:

부록2. 설문지

* 다음 문항을 읽으시고 귀하께서 해당되는 곳에 V표 하거나 자세히 기록해 주십시오.

1. 성별 : ① 남 ( ) ② 여 ( )

2. 연령 : 만 ( )세

3. 직업 : ① 있다 ( ) ② 없다 ( )

4. 결혼상태 : ①미혼 ( ) ② 기혼 ( ) ③ 사별 또는 이혼 ( )

5. 종교

① 개신교 ( ) ② 천주교 ( ) ③ 불교 ( ) ④ 없음 ( ) ⑤ 기타 ( )

6. 교육정도

① 무학 ( ) ② 국졸 ( ) ③ 중졸 ( )

④ 고졸 ( ) ⑤ 대졸 ( ) ⑥ 대졸이상 ( )

7. 경제상태: ① 상 ( ) ② 중 ( ) ③ 하 ( )

8. 진료비 보조는 누가하십니까?

9. 혈액투석을 받기 시작한지 얼마나 되셨습니까?

( )년 ( )개월

10. 일주일에 투석을 받는 횟수는?

① 1회 ( ) ② 2회 ( ) ③ 3회 ( )

11. 만성신부전증 이외에 진단을 받은 병명이 있으시면 기록해 주십시오.

2-1. 긍정적 사고척도

평소에 자신이 느끼고 행동하는 것과 얼마나 유사한지를 자신에게 해당되는 것에 표시해 주십시오.

	내용	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	보통이다	상당히 그렇다	매우 그렇다
1	나는 모든 일을 긍정적으로 해석한다	1	2	3	4	5
2	나는 특별히 욕심내지 않고 긍정적으로 산다	1	2	3	4	5
3	나는 어느 상황에 처하든지 쉽게 만족하는 편이다	1	2	3	4	5
4	내 인생은 순조롭게 진행되고 있다	1	2	3	4	5
5	나는 운이 좋은 사람이다	1	2	3	4	5
6	과거에 실수를 저지르기도 했지만, 전체적으로는 모든 일이 잘 되었다고 생각한다	1	2	3	4	5
7	나에게 있어서 삶은 끊임없이 배우고, 변화하고, 성장하는 과정이다	1	2	3	4	5
8	과거를 돌이켜보면, 좋았던 때도 있었고 힘들었던 때도 있었지만 대체로 만족한다	1	2	3	4	5
9	전반적으로 나에게 나쁜 일보다 좋은 일이 더 많을 거라고 기대한다	1	2	3	4	5
10	나는 성공할 것이다	1	2	3	4	5
11	내 인생에서 무엇을 성취하려고 하는지 잘 모르겠다	1	2	3	4	5
12	나는 인생의 목표를 가지고 살아간다	1	2	3	4	5
13	생활을 만족스럽게 꾸려나가는 것이 쉽지 않다	1	2	3	4	5
14	전반적으로 나는 나 스스로를 행복한 사람으로 여긴다	1	2	3	4	5
15	나는 다른 사람들과 잘 지낸다	1	2	3	4	5
16	나에게는 좋은 점이 많다	1	2	3	4	5
17	나의 외모에 만족한다	1	2	3	4	5
18	나는 포기하지 않는다	1	2	3	4	5

2-2. 안위척도

각각의 질문에 느낌에 가장 근접하다고 생각되는 곳에 √표해 주시면 감사하겠습니다.

현재 나의 안위 상태는	매우 그렇다	그렇다	보통이다	그렇지 않다	매우 그렇지 않다
1 .내 몸은 지금 편하다					
2. 나는 열심히 일하고 있기 때문에 유능하다고 느낀다					
3. 나는 충분한 사생활을 가지고 있다					
4. 내가 도움이 필요한 때 의지할 수 있는 것이 있다					
5. 나는 운동하는 것을 원치 않는다					
6. 내 상태는 침체되어 있다					
7. 나는 자신감이 있다					
8. 나는 타인에게 의지하고 있다고 느낀다					
9. 나는 지금 내 삶이 보람 있다고 느낀다					
10. 나는 사랑받고 있어서 좋다(고무 되어 있다)					
11. 내 주변 상황은 유쾌하다					
12. 나는 소음 때문에 쉬기가 어렵다					
13. 그 누구도 나를 이해하지 못한다					
14. 통증 때문에 참기가 어렵다					
15. 나는 최선을 다하려고 한다					
16. 나는 혼자 있을 때 불행하다					
17. 나의 신념은 내가 두렵지 않도록 도와준다					
18. 나는 여기가 싫다					
19. 나는 지금 변비가 있다					
20. 나는 지금 건강하지 않다고 느낀다					
21. 이 방은 나를 겁먹게 한다					
22. 나는 앞으로 일어날 일이 두렵다					
23. 나에게 관심을 갖게 하는 좋아하는 사람이 있다					
24. 나를 불편하게 하는 변화를 경험한 적이 있다					
25. 나는 배가 고프다					
26. 나는 좀더 자주 의사를 만나고 싶다					
27. 이방의 온도는 적절하다					
28. 나는 매우 피곤하다					
29. 나는 통증을 극복할 수 있다					

30. 이곳의 분위기는 나를 기분 좋게 한다					

31나는 만족한다					
32.이 의자는 나를 불쾌하게 한다					
33.현재 상황이 나에게 병이 호전되리라는 자신감을 준다					
34.내 개인 소지품은 여기 있지 않다					
35.나는 여기서 소외감을 느낀다					
36.나는 산책할 수 있을 만큼 좋은 상태라고 생각한다					
37.내 친구들은 카드나 전화로 안부를 물어본다					
38.나의 믿음은 나에게 마음의 평화를 준다					
39.나는 나의 건강에 대해 좀더 알고 싶다					
40.나는 통제할 수가 없다					
41.나는 몸단장을 하지 않아 초라하게 느껴진다					
42.이방에서 지독한 냄새가 난다					
43.나는 혼자가 아니지만 쓸쓸하다					
44.나는 평화롭다고 느낀다					
45.나는 우울하다					
46.나는 내 삶의 의미를 찾았다					
47.이곳은 찾아오기 쉬운 곳이다					
48.나는 다시 기분이 좋아질 필요가 있다					

부록3. 음악선호도 조사표

1. 음악을 어느 정도 좋아하십니까?

1) 매우 싫어한다 ( )

2) 약간 싫어한다 ( )

3) 보통이다 ( )

4) 약간 좋아한다 ( )

5) 매우 좋아한다 ( )

2. 평소에 음악을 어느 정도 듣습니까?

1) 전혀 듣지 않는다 ( )

2) 하루에 30분 정도 듣는다 ( )

3) 하루에 1시간 정도 듣는다 ( )

4) 하루에 1시간 이상 듣는다 ( )

5) 하루에 대부분 음악을 듣는다 ( )

3. 어떤 종류의 음악을 좋아하십니까? 해당사항에 모두 표시해 주십시오

1) 클래식 ( ) 2) 팝송 ( ) 3) 찬송가나 복음성가 ( )

4) 대중가요 ( ) 5) 한국가곡 ( ) 6) 기타 ( )

4. 어떤 형식의 음악을 좋아하십니까?

1) 경음악이나 기악곡 ( )

2) 성악곡(가곡, 합창곡 등) ( )

3) 두 가지 다 ( )

5. 특별히 듣고 싶은 곡명이 있으면 곡명을 써 주십시오.

부록4. 음악목록(MP4)

MP4-1. 찬송가

1. 슬픈 마음 있는 사람
2. 세상을 보며 사람을 볼땐
3. 목마른 내 영혼
4. 내가 매일 기쁘게
5. 일어나 걸어라
6. 은혜 아니면
7. 생명수 강가에
8. 주께 가까이
9. 전부
10. 예수사랑 하심은
11. 기도
12. 내 삶을 역전 시키는 주
13. 천 번을 불러도
14. 찬송가 484장
15. 찬송가 488

MP4-2. 대중가요목록

1. 거위의 꿈- 7080인기가요
2. 아름다운 세상- 박학기
3. 벚꽃엔딩- 버스커 버스커

4. 새들처럼- 변진섭
5. 여러분- 에일리
6. 사랑하기 때문에- 유재하
7. 광화문 연가- 이문세
8. 한바탕 웃음으로- 이선희
9. 종이학- 장미여관
10. 허공- 조용필
11. 그 겨울의 찻집- 조용필
12. 이 밤을 다시 한 번- 조하문

MP4-3. 트로트목록

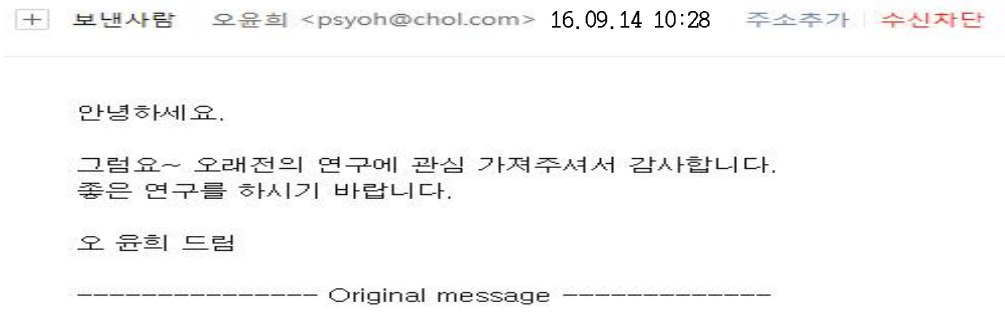
1. 해바라기 꽃- 김란영
2. 남행열차- 김수희
3. 사랑님- 김용임
4. 낙엽 떠라 가버린 사랑- 나훈아
5. 당신이 최고야- 민승아
6. 내 나이가 어때서- 오승근
7. 걱정을 말아요- 윤항기
8. 동백아가씨- 이미자
9. 섬마을 선생님- 이미자
10. 어머나- 정윤정
11. 또 만났네- 주현미
12. 오동잎- 최헌
13. 내 마음 별과 같이- 현철
14. 봉선화 연정- 현철

MP4-4. 팝송목록

1. Dancing Queen - ABBA
2. Mamma Mia - ABBA
3. MY Way - Frank Sinatra
4. Love Never Flet So Good - Michel Jakson
5. Let It Be - The Beatles
6. Yesterday - The Beatles
7. Raindrops Keep Falling - Various Artists
8. Time In A Bottle - Various Artists
9. Words - Various Artists
10. When A Man Loves A W - Various Artists
11. Reality - Various Artists
12. Time Of The Season - Various Artists
13. I'd Rather Go Blind - Various Artists
14. I Will Always Love You - Whitney Houston

부록5. 도구개발자 도구 사용승인

긍정적사고 측정 도구자 승인



보낸사람 오윤희 <psyoh@chol.com> 16.09.14 10:28 주소추가 수신차단

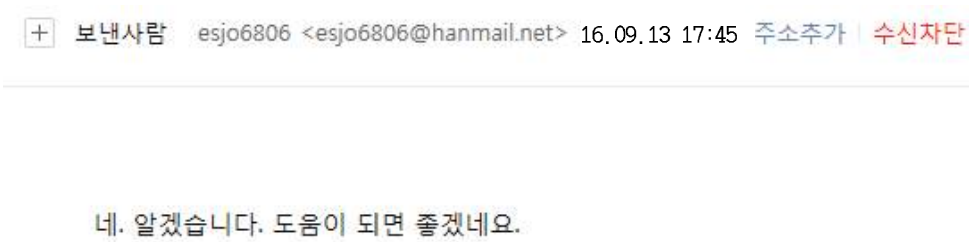
안녕하세요.

그럼요~ 오래전의 연구에 관심 가져주셔서 감사합니다.
좋은 연구를 하시기 바랍니다.

오 윤희 드림

---------- Original message ----------

안위 측정 도구자 승인



보낸사람 esjo6806 <esjo6806@hanmail.net> 16.09.13 17:45 주소추가 수신차단

네. 알겠습니다. 도움이 되면 좋겠네요.