



저작자표시 2.0 대한민국

이용자는 아래의 조건을 따르는 경우에 한하여 자유롭게

- 이 저작물을 복제, 배포, 전송, 전시, 공연 및 방송할 수 있습니다.
- 이차적 저작물을 작성할 수 있습니다.
- 이 저작물을 영리 목적으로 이용할 수 있습니다.

다음과 같은 조건을 따라야 합니다:



저작자표시. 귀하는 원저작자를 표시하여야 합니다.

- 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](#) 

김 명 속 교수지도
석사학위 청구논문

음악활동이 노인의 삶에 미치는 영향

2013

성신여자대학교 교육대학원
교육학과 음악교육전공
양 세 은

음악활동이 노인의 삶에 미치는 영향

김 명 속 교수지도

이 논문을 석사학위논문으로 제출함

2012년 11월

성신여자대학교 교육대학원

교육학과 음악교육전공

양 세 은

인 준 서

양세은의 석사학위논문으로 인준함.

심사위원 _____인

심사위원 _____인

심사위원 _____인

성신여자대학교 교육대학원

논문개요

이 연구의 목적은 노인 음악활동이 노인의 삶의 질, 여가만족, 사회·심리 자기효능감 증진에 어떠한 영향을 미치는지 알아보고자 하는데 있다. 이를 토대로 다음과 같은 연구문제를 설정하였다.

첫째, 노인 음악활동은 삶의 질에 어떠한 영향을 미치는가?

둘째, 노인 음악활동은 여가만족도에 어떠한 영향을 미치는가?

셋째, 노인 음악활동은 사회·심리 자기효능감에 어떠한 영향을 미치는가?

연구 대상은 첫째, 참관 연구 대상자는 광주광역시에 소재한 A복지관 40명, B복지관 30명으로 각각 주 1회씩 4번으로 총 8회 참관하였다. 둘째, 실험 연구 대상자는 광주광역시에 소재한 C복지관으로 10명을 선정한 후 주 2회씩 총 8차시 수업을 실시하였다.

연구 도구는 노인의 삶의 질, 여가만족, 사회·심리 자기효능감을 측정하기 위해 만든 김아영·차정은(1996)의 것을 토대로 노인 수준에 맞는 어휘로 구성하여 사용하였다. 설문지는 자기효능감 하위요인인 삶의 질, 여가만족, 사회·심리 자기효능감으로 세 가지로 분류하여 검사하였다. 이를 분석한 결과는 다음과 같다.

첫째, ‘삶의 질’에 대해 살펴보면 “나는 음악활동을 통해 하루하루가 기쁘고 보람된다.” 상의 응답자수 55명(77.46%)으로 가장 높게 나타났다. 이는 음악활동을 통해 하루하루가 기쁘고 보람됨을 알 수 있다.

둘째, ‘여가 만족’에 대해 살펴보면 “나는 음악활동이 정신 건강에 좋다고 생각한다.” 상의 응답자수 67명(94.37%)으로 가장 높게 나타났다. 이는 음악활동이 정신 건강에 매우 긍정적인 영향을 미치는 것을 알 수 있다.

셋째, ‘사회·심리 자기효능감’에 대해 살펴보면 “나는 음악활동에서 새롭게 배운다는 것이 재미있다.” 상의 응답자수 61명(85.92%)으로 가장 높게 나타났다. 이는 음악활동에서 새롭게 배우는 것에 대해 긍정적인 영향을 미치는 것을 알 수 있다.

넷째, ‘사회·심리 자기효능감’ 부정형 문항을 살펴보면 “주변 사람들이 나보다 모든 일에서 뛰어난 것 같다.” 중의 응답자수 39명(54.93%), “나는 음악활동을 시작하기 전부터 실패 할 것 같은 느낌이 들곤 한다.” 중의 응답자수 37명(52.11%)으로 나타났다. 응답자 절반 이상이 중 이상을 선택하였고 사회·심리 자기효능감에 대해 긍정적인 영향을 미치는 것을 알 수 있다.

질적 분석에 대한 결과를 토대로 다음과 같은 결론을 얻을 수 있다.

첫째, 노인 음악활동 프로그램은 노인의 자신감 향상에 도움이 된다. 노인 음악활동 프로그램을 통하여 다른 그룹원과 서로 이야기를 나누고 협력하여 음악을 만들어 나가는 활동은 자신감과 성취감에 더 중점을 두었다고 볼 수 있다.

둘째, 노인 음악활동 프로그램은 노인의 자기조절효능감 향상에 도움이 된다. 노인 음악활동 프로그램에서 자신의 작업을 계속적으로 반성하는 활동을 통해 자기관찰, 자기판단, 자기반응과 같은 자기조절적 기제를 수행할 수 있는 능력을 발달 시켰기 때문이다.

셋째, 노인 음악활동 프로그램은 노인의 과제난이도 선호 귀인(성취감) 향상에 도움이 된다. 회기가 거듭 될수록 대상자들의 자발적인 참여와 과제해결 능력의 증가가 관찰되었으며, 음악활동을 통해 성취감과 자신감을 경험한 것을 확인 할 수 있었다.

목 차

논문 개요

I. 서론

1. 연구의 필요성 및 목적 1
2. 연구문제 4
3. 연구 제한점 4
4. 선행 연구 고찰 5

II. 이론적 배경

1. 노인 10
2. 외국 예술 프로그램 교육기관 13
3. 우리나라 노인복지관 21
4. 자기효능감 25

III. 연구방법

1. 연구대상 및 기간 30
2. 연구방법 및 절차 31
3. 조사도구 32
4. 결과처리 33
5. 노인을 위한 음악프로그램 개발 33

IV. 연구 결과

1. 양적 결과 37
2. 질적 결과 47

V. 결론 66

참고문헌

ABSTRACT

부 록

표 목 차

<표Ⅱ-1> 미국 오아시스 연속 음악프로그램	14
<표Ⅱ-2> 영국 음악프로그램 내용	15
<표Ⅱ-3> 독일 프랑크푸르트 시민대학 음악프로그램	17
<표Ⅱ-4> 노인여가복지시설 총괄표	22
<표Ⅱ-5> A복지관 음악프로그램	23
<표Ⅲ-1> 연구대상자분포	30
<표Ⅲ-2> 참관기간	31
<표Ⅲ-3> 실험기간	32
<표Ⅲ-4> 일반적 자기효능감 척도의 문항 구성	32
<표Ⅲ-5> 지도계획안	34
<표Ⅲ-6> 수업지도안 예)	35
<표Ⅳ-1> 삶의 질 1	37
<표Ⅳ-2> 삶의 질 2	38
<표Ⅳ-3> 삶의 질 3	38
<표Ⅳ-4> 삶의 질 4	39
<표Ⅳ-5> 삶의 질 5	39
<표Ⅳ-6> 삶의 질 6	40
<표Ⅳ-7> 여가만족 7	40
<표Ⅳ-8> 여가만족 8	41
<표Ⅳ-9> 여가만족 9	41
<표Ⅳ-10> 여가만족 10	42
<표Ⅳ-11> 사회·심리 자기효능감 11	42
<표Ⅳ-12> 사회·심리 자기효능감 12	43

<표IV-13> 사회·심리 자기효능감 13	43
<표IV-14> 사회·심리 자기효능감 14	44
<표IV-15> 사회·심리 자기효능감 15	44
<표IV-16> 사회·심리 자기효능감 16	45
<표IV-17> 사회·심리 자기효능감 17	45
<표IV-18> 사회·심리 자기효능감 18	46
<표IV-19> 사회·심리 자기효능감 19	46
<표IV-20> 사회·심리 자기효능감 20	47
<표IV-21> 질적 분석 영역	47

사 진 목 차

<사진Ⅳ-1> 음악활동 시작하기 전 어르신들 모습	48
<사진Ⅳ-2> 1차시 가명 만들기 활동 중	51
<사진Ⅳ-3> 4차시 인간음표 활동 중	52
<사진Ⅳ-4> 5차시 캐스터네츠 연주 활동 중	54
<사진Ⅳ-5> 7차시 추억 속 노래 활동 중	55
<사진Ⅳ-6> 1차시 “안녕하세요” 노래 부르기 활동 중	56
<사진Ⅳ-7> 3차시 몸 게이름 활동 중	57
<사진Ⅳ-8> 4차시 인간 음표 활동 중	58
<사진Ⅳ-9> 5차시 캐스터네츠 연주활동 중	59
<사진Ⅳ-10> 7차시 추억 속 노래 활동 중	61
<사진Ⅳ-11> 3차시 선생님 역할 활동 중	62
<사진Ⅳ-12> 5차시 캐스터네츠 연주활동 중	63
<사진Ⅳ-13> 8차시 추억 속 노래 마지막 활동 중	65

그 립 목 차

[그림 Ⅱ-1] 효능기대와 결과기대의 차이점(Bandura, 1977)	26
-----------------------------------------------	----

I . 서 론

1. 연구의 필요성 및 목적

전 세계적으로 급속한 산업화와 경제발전, 그리고 의학기술의 발달과 생활양식 개선으로 인해 고령화가 가속화되고 있다. 고령사회로 진입하는데 걸리는 기간은 프랑스 115년, 노르웨이 92년, 스웨덴 85년, 호주 73년, 미국 71년, 캐나다 64년, 이탈리아 61년, 영국 47년, 독일 40년, 일본 24년인 반면, 우리나라는 18년으로 고령화 속도가 가장 빠르게 진행되고 있다.¹⁾

우리나라 평균수명의 연장으로 2012년 현재 총인구에서 65세 이상 고령자가 차지하는 비중은 11.8%로 1970년 3.1%에서 지속적으로 증가하여 2030년 24.3%, 2050년 37.4% 수준에 이를 것으로 전망하고 있다. 특히 85세 이상 초 고령인구 비중은 2012년 0.9%에서 2030년 2.5%, 2050년 7.7%로 크게 증가할 것으로 전망한다. 성별 고령인구는 2012년 현재 65세 이상 고령자의 성비(여자인구 100명당 남자의 수)는 70.1로 2030년에는 81.1로 크게 높아질 것으로 전망하고 있다. 이는 의료기술의 발달 및 건강에 대한 관심 고조 등으로 인해 남자 고령자의 사망률이 점차 낮아지고 있기 때문이다.²⁾

사회화 과정에서 노인은 지위와 역할을 상실하고, 소외와 고독을 느끼며 자아상실감을 갖고 자아 정체성의 혼란을 느끼며 삶에 대해 무기력함을 가지게 된다. 이처럼 현대 사회의 고령화 현상은 심각한 사회 문제로 발전하는 양상을 보이고 있으며 세대 간의 문제로도 야기되고

1) 이중엽(2008). 「사회복지법제론」. 서울 : 유풍출판사. 313쪽.

2) 통계청 <http://www.nes.go.kr>.

있다. 노인에 대한 가장 이상적인 보호와 해결은 가족에 의한 것이지만 현대 사회의 특성상 이미 가족의 한계를 넘어선 것이라 할 수 있어 사회와 국가가 그 역할을 분담하고 사전 예방이 절실히 필요하다.³⁾

노인은 노화의 정도에 따라 신체 기능의 저하 및 기능 장애와 기능 상실 등의 신체적 문제가 나타난다. 또한 고립과 소외, 수입 절감, 여가 시간과 역할 상실 등으로 정서적·사회적 문제에 직면하게 되는데, 이는 노인에게 자존감을 저하시켜 삶의 질을 떨어뜨리는 요인이 되기도 한다. 특히, 노인들이 일상적으로 겪게 되는 신체적 건강문제와 소외감 및 고독감 등 사회·심리적 문제를 해결함으로써 삶의 질을 향상시키는 것도 주안점을 두어야 한다.

이러한 노인은 음악활동을 통해 다른 사람들과 친근한 환경을 형성해 줌으로써 삶의 사회적 측면을 높여주고, 또한 노인의 인지적각에 영향을 미쳐 기억력과 언어 능력, 주의력을 향상 시킬 수 있다. 좋은 음악을 접하는 것은 보다 행복을 추구할 수 있고 나아가 긍정적 인격형성에 도움이 된다.⁴⁾

음악활동은 인간의 에너지를 상승시켜 일상의 다른 활동도 즐겁게 하도록 하며 만족감과 즐거움은 음악이 지닌 본질적인 특징 중 하나로 특별한 능력이나 기술에 상관없이 지루함을 없애주고 구조화된 시간 사용을 가능하게 하며 큰 즐거움을 제공하고 표현 수단을 제공함으로써 궁극적으로 훌륭한 삶의 질에 기여하는 역할을 한다.⁵⁾

자기효능감은 어떤 결과에 필요한 행동을 성공적으로 수행할 수 있다는 개인의 능력에 대한 신념으로서 자신의 삶을 주체적으로 영위하는데 기여한다. 노인들에게는 음악활동이 그들의 흥미를 끄는 적절한 활

3) 정성배(2006), 노인복지시설의 포괄적 음악활동을 적용한 건강증진 프로그램 개발. 대전대학교 사회복지 대학원 박사논문. 2쪽.

4) 매클리스(1980). 「음악의 즐거움 (上)」. 서울: 이화여자대학교 출판사. 10~11쪽. 재인용.

5) 정성배(2006), 상계서. 3쪽.

동이며 음악에서의 성공적인 경험으로 인한 성취감과 만족감은 노인들의 고통과 불쾌감과 지루함을 해소 시키고, 보상을 얻게 되는 음악활동에 지속적으로 참석하기 위해 그들의 기능 수준을 유지하도록 동기화시킨다. 따라서 노인에게 자기효능감은 심리적 안녕과 삶의 질 증진을 위한 필수 요인이라고 할 수 있다.⁶⁾

이처럼 노인 음악활동 프로그램에 관한 연구들이 이루어졌는데 운영 실태 및 분석과 개선 방안 연구는 박은숙⁷⁾, 유하영⁸⁾, 조민서⁹⁾, 김은숙¹⁰⁾, 허지혜¹¹⁾, 강승미¹²⁾ 와 국악프로그램에 관한 실태 조사 연구는 김민경¹³⁾, 오용원¹⁴⁾, 오진경¹⁵⁾과 노인음악선호도에 관한 연구는 백승은¹⁶⁾, 김경혜¹⁷⁾ 그리고 신언미¹⁸⁾의 음악 개념과 태도가 노인 노래 부르기 활동에 어떠한 영향을 미치는가에 관한 연구 등이 있다.

-
- 6) 김천사(2011). “판소리 창작 음악치료 프로그램을 통한 독거노인의 자기효능감 증진에 관한 연구: 성음을 중심으로”, 「음악치료교육」, vol.8No.1, 45쪽. 재인용.
 - 7) 박은숙(2012), 강릉시 노인복지기관 및 노인대학의 음악교육 실태와 개선방안. 관동대학교 교육대학원 음악교육전공 석사논문.
 - 8) 유하영(2012), 노인의 사회 참여에 기여하는 대학교육 연구: 음악교육을 중심으로. 상명대학교 교육대학원 음악교육전공 석사논문.
 - 9) 조민서(2012), 노인대학의 음악교육에 대한 실태조사연구: 서울특별시에 등록된 노인대학을 대상으로. 건국대학교 교육대학원 음악교육전공 석사논문.
 - 10) 김은숙(2011), 전라북도 내 노인복지관의 음악프로그램 실태와 개선방안 연구. 전북대학교 교육대학원 음악교육전공 석사논문.
 - 11) 허지혜(2010), 노인복지관의 사회교육프로그램을 중심으로 한 노인음악교육 실태분석. 이화여자대학교 교육대학원 음악교육전공 석사논문.
 - 12) 강승미(2008), 제주도내 노인 복지·여가 시설에서의 음악교육 실태와 개선 방안 연구. 제주대학교 교육대학원 음악교육전공 석사논문.
 - 13) 김민경(2012), 노인의료복지시설의 국악 활용 프로그램 실태조사 연구. 중앙대학교 국악교육대학원 국악유아교육전공 석사논문.
 - 14) 오용원(2011), 전통음악을 활용한 노인복지 프로그램의 효과성에 관한 연구: 평택시 노인복지관을 중심으로. 중앙대학교대학원 음악학과 한국음악(이론)전공 박사논문.
 - 15) 오진경(2010), 노인 국악교육 지도방안 연구: 민요·장구교실 중심으로. 국민대학교 교육대학원 음악교육전공 석사논문.
 - 16) 백승은(2011), 노인들이 선호하는 노래의 분석 연구. 이화여자대학교 교육대학원 음악치료교육전공 석사논문.
 - 17) 김경혜(2001), 노인의 음악선호도 조사 연구. 숙명여자대학교대학원 임상음악치료전공 석사논문.
 - 18) 신언미(2012), 노인의 노래 부르기 활동이 음악 개념과 태도에 미치는 영향. 상명대학교 교육대학원 음악교육전공 석사논문.

우리나라는 노인교육 프로그램에서의 음악활동에 대한 관심은 꾸준히 증가하고 있다. 하지만 많은 연구들이 노인 음악활동 프로그램의 전문성 부족, 프로그램의 중복, 체계성 부족 등을 지적하는 연구가 대부분이었다. 이처럼 노인 음악활동에 관한 양적 연구들은 많지만 질적 연구는 보기 드물다.

따라서 본 연구는 삶의 질, 여가만족, 사회·심리 자기효능감을 더욱 향상 할 수 있는 노인 음악활동 프로그램이 노인의 삶에 미치는 영향을 알아보는데 연구 목적이 있다.

2. 연구 문제

음악활동이 노인에게 삶의 질, 여가만족도, 사회·심리 자기효능감에 미치는 효과를 파악하기 위해서 다음과 같은 연구 문제를 제시한다.

첫째, 노인 음악활동은 삶의 질에 어떠한 영향을 미치는가?

둘째, 노인 음악활동은 여가만족도에 어떠한 영향을 미치는가?

셋째, 노인 음악활동은 사회·심리 자기효능감에 어떠한 영향을 미치는가?

3. 연구의 제한점

본 연구의 제한점은 다음과 같다.

첫째, 광주광역시 A, B, C 복지기관으로 국한하여 분석하였기 때문에 결과를 일반화하여 적용시키는데 다소 무리가 있다.

둘째, 연구 대상이 노인이기 때문에 유아음악 수준에 초점을 맞춰서 연구하였다.

4. 선행 연구 고찰

본 연구와 관련된 노인 음악활동에 대한 선행논문은 다음과 같다.

강릉시 노인복지기관 및 노인대학의 음악교육 실태와 개선방안 연구의 박은숙¹⁹⁾은 노인 음악교육 프로그램 현황을 알아보고 개선방안을 제시하였다. 그 결과 정부의 재정지원이 필요하며 노인 음악활동 프로그램을 위한 노인음악 전문공간을 마련되어야 한다고 했고 노인 음악활동 프로그램이 다양하고 체계적으로 계획되고 운영되어야 하며 전문 강사 양성이 시급하고 노인 학습자들의 음악활동 기회를 확대하고 노인 학습자 자신의 의식개혁이 필요하다고 하였다.

서울 소재의 노인대학을 대상으로 노인 음악활동에 대한 실태조사를 한 조민서²⁰⁾의 연구에서는 가장 많이 개설된 강좌는 노래교실이며 다음으로 민요교실, 장구교실의 순이었다. 강사는 60대 고졸의 여성이 대부분으로 자원봉사의 형태로 장기간 강의를 하고 있었다. 학습자의 대부분은 여성이며 연령은 70대 학력은 초등학교 이하가 많았다. 교육만족도는 학력, 연령, 지역 순의 차이가 있는 것으로 나타났다.

전라북도 내 노인복지관의 음악활동 프로그램 실태와 개선방안의 김은숙²¹⁾ 연구는 노인의 특징과 노년기 주요문제점을 알아보고 현장방문조사 및 전화, e-mail등을 통해 노인복지관의 노인 음악활동 프로그램 실태를 파악하고 개선점을 찾았다. 그 결과 모든 기관에서는 재정부족으로 여러 가지 문제점을 안고 있었고 노인 음악활동에 대한 의식과 전문성 향상을 위해 강사의 재교육이 필요하였다. 노인 음악활동 프로그램의 다양화와 음악치료강좌의 개설이 필요하며 노인 음악활동 프로그램이 활성화

19) 박은숙(2012), 전게서.

20) 조민서(2012), 전게서.

21) 김은숙(2011), 전게서.

화되기 위해서는 홍보와 지역사회의 연계가 실현되지 않고 있음을 알 수 있었다.

노인복지관의 사회교육 프로그램을 중심으로 한 노인음악교육 실태분석의 허지혜²²⁾ 연구는 노인복지관에서 실시되고 있는 사회교육 프로그램 중 노인음악교육의 실태조사 및 나아가야 할 방향을 모색 하였다. 그 결과 회원구성에 있어 여성회원이 남성회원보다 많은 것으로 나타났으며 남성회원 비율이 높은 곳은 한 곳이었다. 이는 교육·여가의 기회가 성별에 따라 불균등하게 제공된다고 시사하며 노인교육 전문가 자격을 가진 강사는 소수에 그쳤다. 노인이 음악활동에 참여하며 주체적 자각을 이루고 더 나아가 세대공동체 교육의 담당자로서 능동적으로 활동할 수 있게 하는 노인 음악활동 프로그램도 다양하게 제공되어야 한다고 하였다.

제주도내 노인 복지·여가 시설에서의 음악교육 실태와 개선 방안의 강승미²³⁾ 연구는 제주도내에 거주하는 만 60세 이상의 노인들을 대상으로 설문조사를 통해 실태 조사 및 개선방안을 모색 하였다. 그 결과 노인 음악활동 프로그램을 위한 공간과 시설이 부족하고 노인 음악활동 프로그램이 다양하지 못하며 전문 강사가 부족하고 노인들의 음악활동의 기회가 부족하였다.

노인의 사회 참여에 기여하는 대학교육 연구의 유하영²⁴⁾은 노인 평생교육 음악활동 프로그램에 대해 알아보고 구체적인 대학 내 노인 음악교육을 제시하였다. 그 결과 노인교육은 세대 통합적인 교육을 펼치고, 효율적인 노인인력 양성개발을 하며 노인을 사회에 참여시키기 적합한 교육프로그램을 제공해야한다고 했다. 그리고 대학은 노인 연령의 문제

22) 허지혜(2010), 전게서.

23) 강승미(2008), 전게서.

24) 유하영(2012), 전게서.

가 단점으로 작용하지 않도록 지속적인 자기 개발을 위해 실질적인 교육을 제공하고 삶의 주축자이자 도전의식을 가진 자신감 있는 노년의 삶을 살아가는데 일조하는 중요한 역할을 담당해야 할 것이라고 했다.

노인의료 복지시설의 국악 활용 프로그램 실태조사 연구의 김민경²⁵⁾은 국악프로그램을 활용한 재활프로그램 및 여가프로그램과 만족도를 조사 후 개선방안을 모색하였다. 그 결과 국악 활용 프로그램 참여자의 만족도가 높았으며 노래 부르기가 가장 높은 만족도를 보였다. 국악 프로그램 참여 횟수가 많을수록 만족도가 높았고 국악감상, 전통 춤, 국악기 연주 등을 활용하여 근육을 움직이게 하는 운동 재활적 효과와 정서 함양, 의지력 증진에 효과적인 방법이 될 것이라고 하였다.

전통음악을 활용한 노인복지 프로그램의 효과성에 관한 연구의 오용원²⁶⁾은 노인 복지 프로그램의 효과성 분석을 통해 보다 양질의 복지 서비스 프로그램을 개발 제공하고자 하였다. 그 결과 노인을 대상으로 여가를 목적으로 하는 실천 프로그램 미술·음악·운동 프로그램 등을 운영하고 있으며 이러한 프로그램들은 노인생활의 만족도를 증가시키며 자아 존중감을 높여 주는 것으로 나타났다. 하지만 전통음악을 통한 노인 복지 프로그램이 어떠한 효과성이 있는지에 대한 연구는 존재하지 않고 있다.

노인 국악교육 지도방안 연구의 오진경²⁷⁾은 민요·장구교실 중심으로 국악교육을 통한 노인교육 프로그램 방안을 제시하고 해결방안을 모색하였다. 그 결과 노인 국악교육은 아직도 미비하게 진행되고 있으며 국악에 있어서도 전문적이고 체계적인 연구가 필요하며 초·중·고에서 실시하고 있는 “국악 강사풀제” 제도를 도입하여 전문적인 교사를 배출하며

25) 김민경(2012), 전게서.

26) 오용원(2011), 전게서.

27) 오진경(2010), 전게서.

인력을 보충하고 장르별로 전문적인 수업이 진행되도록 해야 한다고 하였다.

노인의 음악선호도 조사 연구의 김경혜²⁸⁾는 음악선호도를 조사하여 노인 음악치료의 기초 자료를 마련하고자 하였다. 그 결과 음악 유형에 대한 선호도 중 가장 좋아하는 음악은 대중가요이며, 다음으로 국악, 종교 음악, 클래식 성악곡, 클래식 기악곡, 외국 팝송의 순으로 나타났다. 대중가요 중 선호하는 음악은 20-30대의 젊었던 시절에 들던 음악이며 20대 시절의 음악에 대한 선호도가 더 높았다. 빠르기는 느린 음악을 더 선호하였고 분위기는 밝고 경쾌한 분위기 곡을 선호하였으며 추억을 생각하게 하는 내용의 특정 음악을 좋아하였다.

노인들이 선호하는 노래의 분석 연구의 백승은²⁹⁾은 노인들이 선호하는 노래를 수집하여 분석 후 노인 대상 음악치료 및 여가 프로그램을 구성하는데 필요한 기초자료를 마련하고자 하였다. 그 결과 노인들이 가장 선호하는 노래의 장르는 대중가요로 나타났고 그 중 트로트였으며 포크, 발라드, 가곡, 민요 순으로 선호하였다. 이별 주제의 노래를 선호하며 안정적인 정박 리듬을 가장 선호하였다.

노인의 노래 부르기 활동이 음악 개념과 태도에 미치는 영향을 본 신언미³⁰⁾의 연구는 실버중창단 단원을 10주차 수업 지도안을 바탕으로 음악 교육 후 사후 검사를 통해 알아보았다. 그 결과 노래 부르기 활동에 있어서 음악 요소를 습득하기 전보다는 음악 요소의 개념을 이해하는 능력이 향상 된 것으로 나타났고 감정과 태도 영역은 음악 교육을 통해 음악 요소를 느끼는 즐거움으로 인하여 음악적 태도에 영향을 준다고 했다.

28) 김혜경(2001), 전게서.

29) 백승은(2011), 전게서.

30) 신언미(2012), 전게서.

이상과 같이 노인 음악활동에 관한 선행연구를 고찰해 보았다.

이처럼 노인 음악활동에 대한 문제의 심각성과 필요성을 주장하기는 비교적 쉬운 편이지만, 문제를 해결해야 할 방향을 제시하기는 매우 힘들다. 노인문제를 자신의 미래로 받아들이며 노인 음악활동의 필요성을 절실히 느낄 수 있다.

이에 본 연구는 노년의 삶에 도움이 될 노인 음악활동 프로그램의 방향을 제시 하도록 연구 하겠다.

II. 이론적배경

음악활동이 노인의 삶에 미치는 영향을 보기 위하여 노인, 외국 예술 프로그램 교육기관, 우리나라 노인 복지관, 자기효능감으로 4가지로 구분하였다.

1. 노인

노인이란 사전적 의미에서는 ‘나이가 들어 늙은 사람’으로 표현하고 있다.

가. 노인 개념

노인에 대한 개념은 “국가나 사회적·경제적·문화적 배경과 사회의 관습·규범 또는 그 사회의 전통과 역사에 따라 다를 수 있기 때문”³¹⁾에 한마디로 정의하기 어렵다. UN이 정한 세계노인의 해를 맞이하면서 1998년 한국사회복지협의회는 ‘노인’을 대체할 수 있는 새로운 호칭을 공모하여 ‘어르신’으로 결정하고 이후부터는 ‘어르신’으로 부를 것을 장려하였으며, 문서나 정책 등의 표현에서는 ‘노인’이라는 단어를 기존과 같이 사용하여 왔다.

“노화의 개념에는 적어도 생물학적·심리적·사회적 노화의 개념이 포함되어야 한다는 비렌(Birren)”³²⁾과 맥을 같이 하여, 일반적 개념으로서 노인은 생리적·생물학적인 면에서 퇴화기에 있는 사람, 심리적인 면에

31) 김인혁 외(2011). 「노인복지론」. 서울: 창지사. 34쪽.

32) 이인수 외(2012). 「제4판 21세기 노인복지론」. 서울: 대왕사. 34쪽.

서 정신기능과 성격이 노인 특유의 보수·은건·의존·경직 성향으로 변화되고 있는 사람, 사회적인 면에서 지위와 역할이 상실된 사람으로 정의된다.

1951년 제 2회 국제노년학회에서는 노인을 환경의 변화에 적절히 적응할 수 있는 조직기능이 감퇴되고 있는 사람, 생체의 자체통합능력이 감퇴되고 있는 사람, 인체의 기관·조직·기능에 쇠퇴현상이 일어나는 시기에 있는 사람, 생체의 적응능력이 점차로 결손 되고 있는 사람, 조직의 예비능력이 감퇴하여 환경변화에 적응이 제대로 되지 않는 사람으로 정의된다. 즉 “노인은 ‘생리적·신체적 기능의 퇴화와 더불어 심리적인 변화가 일어나서 개인의 자기 유지기능과 사회적 역할이 축소되고 있는 사람’이다.”³³⁾

나. 노인 교육

“고령화 시대의 도래와 노년기의 연장에 따라 노인의 경제적·심리적·사회적 자립욕구가 점점 증가하고 있다.”³⁴⁾ 노인교육은 이러한 노인의 여건 및 요구변화에 대한 복지대책이며 노인 자신에 대해 긍정적 인식을 갖게 하며 이를 통해 노년기의 다양한 문제해결에 도움을 줄 수 있다.

노인교육은 “일반적으로 노인대상의 노인을 위한 교육과 노인, 노화 등 노인에 관한 교육이라는 두 영역으로 구분하며, 더 나아가 노인의 경험과 지혜를 활용하는 노인에 의한 교육 영역의 필요성이 강조되고 있다.”³⁵⁾ 노인을 위한 교육은 노년기의 자기개발과 자아실현을 할 수

33) 이인수 외(2012). 상계서. 34쪽.

34) 변용만 외(2011). 「노인복지론」. 경기도 파주: 정빈사. 205쪽.

35) 김옥 외(2012). 「노인복지론」. 경기도 파주: 양서원. 311쪽.

있는 내용 중심으로 이루어지며 노년기의 특성과 노화과정에 대한 이해를 높이는 교육이다. 즉, 노화과정의 특성과 노년기 과업 등 다른 노인들과의 상호작용에 필요한 지식과 기술을 다룬다. 그리고 노인에 의한 교육은 노인이 가지고 있는 지혜와 경험을 교육적으로 활용하는 교육이다. 노인의 전문영역과 관련된 지식과 기술뿐만 아니라 전통예절, 봉사활동 등도 광범위하게 포함될 수 있다.

노인 교육의 일반적 목적은 노인에 적용하는 교육, 노인에게 필요한 내용을 가르치기 위해 계획된 교육, 노인 특성과 욕구에 맞는 교육방법에 집중하는 교육으로 정의된다.

“노인 욕구를 반영하는 노인 교육의 목적은 그저 시간을 보내기 위해서가 아니라 참된 인간적인 윤택함을 추구하는데 있다.”³⁶⁾ 욕구란, 개인이 느끼고 있는 결핍상태를 충족하기 위한 희망사항 조건을 의미한다. 노인 교육의 근본적인 목적은 노인들이 겪는 4고, 즉 빈고, 병고, 고독고, 무의고 등에 노인들이 어떻게 대처해 나갈 것이다. 또한, 노인에게 대한 교육은 노인이 자주적으로 학습에 임하려는 의욕을 불러 넣어주고, 노인의 학습 권리를 보장하는 데 목적이 있다.

다. 노인 여가생활

여가란 의무적인 업무에서 벗어나 자유롭게 향유할 시간들을 의미하며, 자신을 중심으로 한 자율적인 활동으로 즐거움과 만족감을 구하는 일련의 활동을 의미한다.

현대사회에서 노인은 강제적 혹은 자발적으로 노동시장에서 배제되면서 많은 여가의 시간을 갖게 된다. 핵가족화로 인하여 가정에서의 권위와 역할마저 많이 상실한 노인은 더구나 무료한 시간으로 하

36) 송진영(2011). 상계서. 454-455쪽.

루하루를 보내야 하는 입장에 놓이게 된다. 따라서 가정과 사회에서의 역할이 축소되어 가는 노년기에 있어 노인이 자신의 여가시간을 어떻게 활용하느냐 하는 것은 생계문제 이상으로 중요한 문제로 부각되게 되었다. 37)

카플란(kaplan, 1961)은 “즐거운 여가의 내용을 경제적 활동과 반대되는 것, 즐거운 것, 자발적이면서 의무감이 적은 것, 심리적으로 자유를 느낄 수 있는 것, 놀이의 요소를 어느 정도 포함하고 있는 것”³⁸⁾으로 구체화하고 있다. 카플란은 노인의 욕구를 다음과 같이 구분하고 있다. 친구들과 함께 지내려는 욕구, 오래도록 건강을 유지하고 싶은 욕구, 사회적으로 공헌하면서 봉사활동을 하고자 하는 욕구, 자신의 존재를 타인에게 인정받으려는 욕구, 가족관계를 원만히 유지하려는 욕구, 종교적 신앙을 포함한 정신적 안정을 얻으려는 욕구, 자기표현과 성취감의 기회를 가지려는 욕구이다.

반면에 해비거스트(Havighurst, 1973)는 “여가의 개념에 창조적 여가의 내용으로 직업활동, 가정유지활동, 가사활동, 교회활동, 시민정치활동, 취미생활 등을 제시하여 생활과 여가를 구별하지 않고 있다.”³⁹⁾ 즉, 노인 자신이 원하고 즐겁게 할 수 있는 활동은 여가활동으로 볼 수 있다.

2. 외국 예술 프로그램 및 교육기관

가. 미국 오아시스(OASIS)

미국의 노인교육은 그 대상과 특성에 따라 다양한 교육기회를 제공하고 있고 다방면에 걸쳐 세분화된 프로그램이 운영되고 있다.⁴⁰⁾ 그 중

37) 김인혁 외(2011). 상계서. 319쪽. 재인용.

38) 김옥 외(2012). 상계서. 304-305쪽.

39) 김옥 외(2012). 상계서. 305쪽.

대표적인 노인교육기관인 오아시스(Older Adult Service and Information System)에서 진행되고 있는 음악프로그램을 분류해보면 다음과 같다. 중복된 수업은 제외하였다(표Ⅱ-1 참조).

〈표Ⅱ-1〉 미국 오아시스 연속 음악 프로그램⁴¹⁾

분류	개설 교과목	수업내용
가창	즐거움을 위한 노래	다양한 장르를 즐겁게 노래하는 모임 클래식한 곡부터 포크송, 재즈곡 등을 다룬다.
	합창	남성, 여성의 합창. 교회와 지역 센터에서 연주활동기회
감상	오페라	서정오페라 역사와 배경지식의 이해. 나비부인, 트리스탄과 이졸데, 룰루 등
	독일 오페라	1750-1850년대 글록에서 모차르트, 베토벤, 베버와 호프만의 작품을 다룬다.
	오스트리아의 오페레타	요한 스트라우스의 작품 감상
음악사 및 이론	세계 축제음악	세계 축제음악의 종류와 CD를 통해 감상
	국민주의와 동유럽음악	19세기 체코, 러시아 음악가에 대한 강의와 음악의 특성을 살펴본다.
	빅밴드 (Big Band)	빅밴드 음악가, 밴드에 대한 이해를 한 후 음악 감상
	로베르트 슈만	슈만의 다양한 작품 감상과 그에 생애. 낭만주의 음악의 특징
	‘로미오와 줄리엣’의 음악적 해석	많은 작곡가들에게 영향을 준 셰익스피어의 작품 ‘로미오와 줄리엣’을 음악적 관점에서 살펴본다.
	미국의 디바 (DIVA)	국제적으로 유명한 오페라 성악가들의 음악 감상과 음악 역사
	블루스의 탄생	랙타임, 정통 뉴올리언즈 재즈, 초기블루스, 스윙시대, 비밥의 영향. 시범을 통한 강의
영화 음악	영화‘킹콩’(1933)에 나타나는 라이트모티프와 영화음악의 역사, 할리우드의 새로운 음악적 경향	
기악	오케스트라	다양한 악기와 수준에 따른 지도

40) 송선희 외(2011). 「노인교육론」. 서울: 신정. 123쪽.

41) 미국 노인교육기관 오아시스 홈페이지 <http://oasisnet.org>.

소그룹 윈드 앙상블	목관악기 중심으로 구성되어 있으며 중급, 고급 이상의 연주 실력을 갖춘 경우 신청가능. 앙상블 기술습득과 다양한 연주경험제공
타악기 스윙 앙상블	모든 악기제공. 음악에 대한 기초지식만 있으면 누구나 신청 가능
재즈 앙상블	전통적, 현대적 형식의 재즈연주. 새롭게 편곡된 다양한 곡을 접할 수 있다.
콘서트 밴드 (중급, 고급)	

연속프로그램에서 음악사 부분의 ‘국민주의와 동유럽음악’, ‘블루스의 탄생’, ‘세계축제음악’, ‘영화음악’등을 통해 음악에 대해 구체적이고 다양한 분야에 관심을 갖고 있음을 짐작할 수 있다. 특정악기를 위한 프로그램보다 앙상블 수업이 진행되는데 프로그램은 음악을 즐기고자 하는 노인이라면 수준에 상관없이 신청이 가능하다. 분야는 가창, 감상, 음악사 및 이론, 기악 형태이다.

나. 영국의 U3A

영국의 평생교육기구인 U3A(University of the Third Age)는 영국 전역에 노인대상 교육을 실시하고 있는 기관으로, 영국의 음악 프로그램을 살펴보면 다음과 같다(표Ⅱ-2 참조).

〈표Ⅱ-2〉 영국 음악프로그램 내용⁴²⁾

분류	내용	
가창	노래의 즐거움	과거, 현대에 이르는 다양한 음악을 즐기는 수업이다. 크리스마스를 위한 음악회 준비 등.
	실내악 합창	고전, 포크송 등 다양한 장르의 음악.

42) 영국 런던 U3A 홈페이지 <http://www.u3alondon.org.uk>.

	피아노 곁에서	성악이나 합창의 모임이 아닌 편안한 노래 시간. 피아노 곁에서 서로 준비해온 노래를 함께 부른다.
감상	음악 감상	CD와 DVD를 통해 회원들의 집에서 음악 감상.
	실내악 감상	18세기-20세기 작곡가들의 피아노 음악 작품 중심으로 감상과 토의하는 시간.
	음악 감상 (작곡가 중심으로)	한 작곡가의 다양한 기악작품을 듣고 한 가지 주제로 토론하는 수업.
	재즈 감상	각자 좋아하고 소장하고 있는 재즈 CD나 DVD를 공유하는 시간.
	오페라 감상	바그너, 베르디, 베를리오즈 오페라 감상. 즐겁고 자유로운 분위기에서 감상, 토의.
	빅밴드 & 재즈 그룹	커피나 차를 나누면서 회원들의 집에서 음악 감상. (12명-18명)
음악사 및 이론	음악읽기수업	음악읽기를 위한 기초과정. 음표나 쉼표, 음정에 관한 수업.
	교회음악	교회음악의 발전, 초기교회음악의 이해와 감상.
	1900년대 음악	20세기 음악을 듣고 작곡가의 생애와 음악 양식, 표현법에 대한 연구.
	음악연구	1명의 발표자가 주제에 대한 것을 발표. 1870년대 음악의 역사, 형식, 오케스트라, 표현의 특징에 대한 수업.
기악	바이올린	
	리코더 앙상블	지휘자가 있는 리코더 연주단. 현재 기초반과 연주반으로 나누어 운영.
	헨드벨	크리스마스 음악연습. 현재 여자 15명, 남자 3명. 신입회원은 독보가 가능한 사람.
	음악적 키보드 주법	
	실내악 음악	아마추어 연주단. 바이올린, 2대의 클라리넷, 플루트, 피아노로 구성됨
	음악 하기 (Music Making)	지휘자가 있는 작은 오케스트라. 현악기, 목관악기, 금관악기, 리코더, 건반 부분. 관중을 위한 음악보다 즐겁게 연주하는 것이 목표.
	재즈 밴드	색소폰, 클라리넷, 트럼펫, 성악, 기타, 밴드, 베이스, 타악기로 구성. 지역행사와 매년 크리스마스 파티에 연주를 한다.
	재즈 콤보	초보자나 경험 있는 연주자가 함께 재즈를 연주

영국의 U3A 경우 다양한 음악 감상프로그램이 나타났다. 프로그램 중 대부분이 음악 감상 프로그램을 개설하여 활동하고 있었다. 음악 감상 프로그램은 강의 보다 회원들의 집에 모여 자신이 소장하고 있는 음반을 공유하며 토의하는 형태이다. 학문적으로 접근하는 수업인 음악사에 관한 강의도 개설 되어있다. 그리고 기악부분은 다양한 형태로 진행되는 앙상블 수업이 있다. 영국 U3A 음악 프로그램의 특징은 다양한 음악 감상과 기악수업이 활발하게 진행된다는 점이다.

다. 독일 프랑크푸르트 시민대학(VHS)

독일 프랑크푸르트 시민대학(Volkshochschule)에 개설되어 있는 음악프로그램을 살펴보았다. 노인이 음악프로그램에 참여하고자 할 때 선택할 수 있는 종류는 다음과 같다(표II-3 참조).

〈표 II-3〉 독일 프랑크푸르트 시민대학 음악 프로그램⁴³⁾

분류	개설교과목	내용
음악가 및 작곡가	작곡가 바그너 (W. R. Wagner)	바그너의 음악적 특성 과 음악극(music drama)의 역사와 이해
	작곡가 그리그 (E. H. Grieg)	그리그의 작품세계. 역사적, 문화적 배경 낭만시대 음악의 표현성
	작곡가 브루흐 (M. Bruch)	유명한 독일 작곡가 중 한명으로서 그의 첫 번째 <바이올린 콘체르트>에 대한 이해
	작곡가 베르디 (Verdi)	레퀴엠의 음악역사, 모차르트 레퀴엠, 브람스 독일 레퀴엠, 베르디 미사 레퀴엠 등
	오페라 토의	오페라 전문가와 함께 사설, 기사를 통한 현대 오페라의 동향, 오페라 감상
	악보읽기	다 성부 노래나, 악기연주를 위해 악보를 익히는 수업, 악보읽기를 위한 음악기초과정을 빠른 시간에 익힐 수 있다.

43) 독일 프랑크푸르트 시민대학 홈페이지 <http://www.vhs.frankfurt.de>.

	음표와 음악의 기초	음악에 관심 있는 청중으로서 음악을 이해하기. 음표읽기나 장, 단조 성부나 화성 및 빠르기말 등을 익힌다. 음악은 모차르트에서 비틀즈 음악까지 다양하게 듣는다.
	음색, 화음, 종지의 종류	악보를 읽을 줄 알면 그 다음 음정, 종지, 음색 등을 배운다. 음악을 직접 들으면서 수업 진행
	음악 작곡 입문	음악이론과 약간의 연주경험이 있는 사람은 신청 가능. 가사가 있는 노래작곡을 하며 수업은 악기를 다루면서 진행하기 때문에 기초연주 능력을 갖춰야 한다.
오페라	오페라 토의	오페라 전문가와 함께 사설, 기사를 통한 현대 오페라의 동향, 오페라 감상
	영어 오페라	영어로 진행되는 오페라 수업
	베르디 오페라	베르디 초기오페라를 중심으로 오페라 발전 양상을 살펴보는 수업
악보읽기	악보읽기	다 성부 노래나, 악기연주를 위해 악보를 익히는 수업, 악보읽기를 위한 음악기초과정을 빠른 시간에 익힐 수 있다.
	음표와 음악의 기초	음악에 관심 있는 청중으로서 음악을 이해하기. 음표읽기나 장, 단조 성부나 화성 및 빠르기말 등을 익힌다. 음악은 모차르트에서 비틀즈 음악까지 다양하게 듣는다.
	음색, 화음, 종지의 종류	악보를 읽을 줄 알면 그 다음 음정, 종지, 음색 등을 배운다. 음악을 직접 들으면서 수업 진행
	음악 작곡 입문	음악이론과 약간의 연주경험이 있는 사람은 신청 가능. 가사가 있는 노래작곡을 하며 수업은 악기를 다루면서 진행하기 때문에 기초연주 능력을 갖춰야 한다.
플루트	기초과정 I	비디오시스템을 갖춰 그룹음악수업이 가능하다. 최소 5-6명으로 구성, 목표는 간단한 작품으로 독주나 앙상블 연주하는 것이다.
	기초과정 II	2옥타브까지 넓혀 연주하는 과정 기초심화과정이다.
	기초과정 III	2옥타브까지 넓혀 연주하는 과정 기초심화과정이다.
	기초과정 IV	기초 완성과정
	중급	연주를 위한 과정으로 다른 종류의 음색, 음악적 구성 등을 앙상블을 통해 이해한다.
	앙상블	앙상블 작품을 통한 음악적 교류. 바로크 시대에서부터 현대경향까지 파악하고 연주기술의 향상과 세밀한 표현이 가능한 사람이 지원 가능하다.

하모니카	입문	하모니카 연주의 기본, C장조 하모니카를 사용하고 유명한 포크송 2곡을 배운다.
	중급	학습목표는 다양한 주법과 음색을 모방을 통해 배우게 되는 것이다. 화음, 음정과 하모니카 연주법
드럼	국제 아프리카 드럼	염소가죽으로 만들어진 나무 북으로 보통 앙상블로 이용된다. 서부 아프리카의 전통악기
	타이코 일본 드럼	일본드럼은 크기나 무게, 울림이 다른 북과는 차이가 있다. 연주기술과 함께 연주동작 및 태도를 배우게 된다.
기타	입문	기본 음표지식, 장 화음, 단순한 멜로디 익히기
	기초	교육의 목적은 기타의 소리, 자세, 여러형식의 간단한 멜로디, 간단한 노래반주
	중급 I	깊이 있는 선율연주와 전통적인/현대적인 기타 연주. 솔로연주연습
	중급 II	솔로연주의 집중과정, 다양한 리듬과 기타 테크닉 연주
	노래반주	독보능력에 관계없이 신청가능. 널리 알고 있는 팝송을 기초로 기타 연주를 위한 중요한 코드, 리듬, 기초요소를 배운다.
	노래 부르며 연주 상급	다양한 화음, 리듬 주법들을 배우며 노래와 함께 기타연주를 하는 수업
	기타 워크숍	솔로와 듀오연주, 주로 팝과 재즈 연주곡을 다룬다.
	블루스 기타	블루스 형식과 다양한 화성, 프레이즈, 다이내믹을 배우는 상급 기타과정이다.
기타 앙상블	섬세한 음악구성, 리듬감 발전시키는 수업. 다양한 음악형식으로 편집된 곡을 연주한다.	
피아노	입문	악보읽기와 연주기술, 수업을 들은 후에는 작은 피아노곡 연주가능
	기초	소그룹수업, 화음연주를 익힌다. 피아노 소품을 연주한다.
전자키보드	강조하기 I	리듬훈련 중심으로 수업이 진행된다. 리듬, 화음, 선율 등을 연주
	강조하기 II	유명한 노래를 효과적으로 연주하기 위한 화성기초와 리듬수업
	상급	확장된 리듬과 화성의 가능성에 대한 수업. 왼손, 오른손의 독립적인 연주
가창	듣고, 노래하고, 말하고	성악의 기초, 호흡과 연습방법
	노래와 즉흥연주	단계적으로 자유로운 즉흥연주가 가능하도록 지도, 다양한 리듬의 움직임과 색다른 분위기로 노래하기
	쉽게 노래 부르기	
	다문화 합창	호흡과 발성법. 전 세계에 걸친 다양한 언어의 합

		창곡을 배운다. 고전적 형식에서부터 재즈적인 곡까지 다양하게 다룬다.
	재즈, 팝 합창	재즈와 팝에서 리듬과 즉흥연주는 중요한 요소이다. 따라서 수업에서는 리드미컬한 동작과 함께 합창

독일 프랑크푸르트 시민대학의 경우는 음악수업이 구체적이고 체계적으로 구성되어있다. 다양한 분야에서 골고루 개설되었는데 특히 인상 깊은 것은 음악 이론 수업이다. 악보읽기, 음표와 음악기초, 음악 작곡 입문 과정으로 작곡을 위한 수업뿐 아니라 각자의 음악수준에 맞게 수업을 들을 수 있어 악기연주를 시작하는 사람들에게 중요한 수업이다. 많은 노인들은 솔로로 연주하는 것보다 앙상블 연주를 선호하는데 앙상블 연주를 위해서 다양한 음악적 능력이 필요하다. 특히 음악이론이 밀받침되지 않고서는 지속되기 어렵기 때문에 장기적인 관점에서 음악활동과 연주에 중요한 수업이다.

수업을 보면 다양한 기악수업이 단계적으로 마련되어 있다. 플루트의 경우 기초과정 I, II, III, IV, 중급, 앙상블 등 각 단계마다 다르게 될 수업내용을 구체적으로 적고 수업신청 시 조건과 수준을 제시하였다. 기초를 시작으로 최상급 과정은 앙상블 수업이다. 음악에 있어서 수준을 정확하게 규정할 수 없지만 구체적인 단계수업을 통해 학습자에게 성취감도 줄 수 있고 연주를 위한 앙상블 수업도 비슷한 수준의 연주자들이 모여 효율적으로 운영할 수 있는 점 때문에 좋은 예이다.

3. 우리나라 노인복지관

가. 노인복지관

노인복지관은 노인복지법 제 36조에 의해 노인여가 복지시설로 규정되어 있으며, 노인의 교양, 취미생활 및 사회참여 활동 등에 대한 각종 정보와 서비스를 제공하고, 건강증진 및 예방과 소득보장, 재가복지 등 그 밖의 노인의 복지증진에 필요한 서비스를 제공하는 것을 목적으로 하는 노인 복지시설이다. 노인복지관은 건강한 노인들에게는 노후의 취미여가 활동, 다양한 사회교육, 자원봉사활동, 일자리 참여 기회를 제공하며, 저소득요보호 대상노인들에게는 주간보호, 단기보호, 가정봉사원 파견사업 등 신체적 보호를 위한 재가복지 서비스를 제공하고 있다. 또한, 노인을 위한 다양한 상담은 물론 노인가족상담, 치매상담, 법률 및 재무상담 등 전문상담프로그램도 제공하고 있다.

노인종합복지관들은 만 60세 이상 노인을 대상으로 교육 프로그램을 운영하며, 복지관회원을 대상으로 하고 복지관에 따라 무료에서 월 1만원 내외의 회비를 받는다. 노인복지관에서 실시하는 구체적인 노인교육 프로그램 내용은 복지관마다 특화된 내용에서는 조금씩 차이가 있긴 하지만 대체적인 내용은 거의 대부분 유사하게 진행되고 있다. 최근에는 복지관들 중에 지역의 평생교육시설로 등록을 하거나 평생학습관으로 지정 받는 곳도 점차 증가하고 있는 추세이다(표Ⅱ-4 참조).

<표 II -4> 노인여가복지시설 총괄표⁴⁴⁾

(단위 : 개소, 명)

시·도	65세이상 노인인구 (2011.12.31 주민등록 인구기준)	노인복지관
		시설수
서울	1,044,750	41
부산	418,043	17
대구	260,038	11
인천	250,528	18
광주	136,411	9
대전	135,740	6
울산	80,465	8
경기	1,072,462	48
강원	233,219	9
충북	209,473	16
충남	315,079	13
전북	291,919	20
전남	356,349	29
경북	424,386	13
경남	399,530	17
제주	72,580	6
합계	5,700,972	281

자료 : 보건복지부, 「노인복지시설 현황」 (2012)

<표 II -4>에서 보는바와 같이 2011년 12월 31일 주민등록 인구 기준으로 65세 이상 노인인구는 총 5,700,972명으로 경기지역이 1,072,462명으

44) 보건복지부 www.mw.go.kr.

로 가장 많았고 노인인구가 가장 적게 나온 지역은 제주지역으로 72,580명이었다. 노인여가복지시설 수는 가장 노인인구가 많은 경기지역이 총 48개로 시설수가 많았다. 대전지역과 제주지역은 총 6개로 가장 시설수가 없었다.

나. A복지관 음악프로그램

참관수업을 하였던 광주광역시 A복지관에 개설되어 있는 음악프로그램을 살펴보았다. 음악프로그램 내용은 다음과 같다(표Ⅱ-5 참조).

〈표Ⅱ-5〉 A복지관 음악프로그램 내용

분류	개설교과목	내용
통기타	초급반	기타의 기초지식, 음악적 이론, 간단한 주법을 통한 실전연습 및 독주곡 익히기
	중급반	기타의 기초지식과 음악적인 이론과 다양한 주법을 통한 실전연습 및 독주곡 익히기
색소폰	초급	색소폰을 알고 익혀 즐겨 아는 노래를 색소폰으로 연주하기
	중급	인생의 즐거움을 느끼며 색소폰을 연주하기
아코디언	초급	동요 연주하기
	중급	4/2박자, 트롯곡 단조 장조곡 연주하기
	고급	고고, 트로트곡 4곡 연주하기
플루트		기초 운지법 익히고, 연주하기
오카리나	초급	오카리나의 기초 지식을 배우고 연주하기
	중급	중고급 테크닉을 익히고 연주하기
	고급	고급 테크닉을 익히고 연주하기
합창	1반	풍부하고 고운 발성(두성)으로 악곡의 특징과 악상을 살려 노래 부르기

	2반	리듬과 박자를 정확하고 올바르게 표현하여 노래 부르기
판소리		우리 전통 음악을 즐겁게 부르기
민요		전해오는 민요 우리에게 편하게 다가오는 민요를 배워본다
풍물놀이	초급	우리 악기 알기, 유행가 기본 장단 익히기
	중급	굿거리가락과 자진가락 익히기, 태평가 노랫가락 익히기
	고급	오방진과 호허굿 익히기, 앓은 판굿 완성하기
가락장구	초급	전통가락의 기본이 되는 12박자의 구성과 흐름을 이해하기
	중급	중중모리장단과 굿거리장단의 짜임새와 구성을 이해하며 연주하기

A북지관의 음악프로그램 중 대부분이 기악수업으로 개설하여 활동하고 있다. 기악수업은 서양악기와 국악기로 분류하여 볼 수 있다. 서양악기는 통기타, 색소폰, 아코디언, 플루트, 오카리나 프로그램으로 구성되어있으며 통기타, 색소폰, 아코디언, 오카리나는 단계적으로 수업이 진행되고 있다. 국악기는 풍물놀이, 가락장구 수업으로 구성되어있으며 두 수업 모두 단계적으로 수업이 진행되고 있다. 가창 수업은 합창 1반, 2반, 판소리, 민요로 구성되어있다. 이와 같이 A북지관은 다양한 음악수업이 운영되고 있지만 기악, 가창 두 종류의 음악프로그램으로만 구성되어 있다.

A북지관 한곳의 음악프로그램만 살펴보았지만 외국 음악프로그램과 같이 음악수업이 구체적이고 체계적이며 다양한 분야에서 골고루 개설되어 운영되어질 필요성이 있음을 알 수 있다.

4. 자기효능감

반두라 (Bandura)는 자기효능감을 학습자가 과제수행에 필요한 행위를 조직하고 실행해 나가는 자신의 능력에 대한 판단이라고 정의한다. 이것은 자기 자신의 효능성을 어떻게 보느냐에 대한 판단의 결과이기 때문에 지각된 효능성(perceived efficacy), 자기효능성에 대한 신념 혹은 기대(belief or expectation of self-efficacy)라고 부르기도 한다.

또한 자기효능감은 과제수행에 필요한 동기, 인지적 원천, 행동의 방향을 결정하는 개인의 능력에 대한 판단이며(Eden & Aviram, 1993)이라고 정의하기도 한다. “효능성에 대한 신념은 행동에 대해 영향력을 행사할 뿐만 아니라 사고과정에 대한 자기조절, 동기 그리고 정서적·생리적 상태와도 관련되어 있다.”⁴⁵⁾

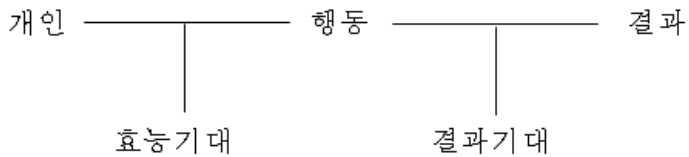
가. 자기효능감의 개념

사람은 자신의 삶에 영향을 미치는 사건들을 통제하기 위해서 노력한다. 통제할 수 있는 영역에 영향을 미치려는 노력에 의해서, 보다 더 바람직한 미래 혹은 바람직하지 않은 미래를 막을 수 있었기 때문이다. 바람직한 결과를 산출할 수 있다는 믿음이 없다면, 사람들은 행동하지 않을 것이다. 따라서 “효능감에 대한 신념은 행동의 주된 근원이며, 우리의 삶은 이러한 효능감에 대한 신념에 의해서 유도된다.”⁴⁶⁾

45) 김아영(2010). 「학업동기 - 이론, 연구와 적용」. 서울: 학지사. 276-277쪽.

46) 전영수(2007), 레크리에이션댄스가 노년기의 자기효능감 증진에 미치는 효과-프로그램 개발과 효과성 검증. 경기대학교 정치전문대학원 사회복지학과 박사논문.

반두라는 자기효능감과 결과기대(outcome expectancy)는 구별되어야 한다고 주장하는데, 결과에 대한 기대는 특정한 행동 후의 결과에 대한 믿음이기 때문에 후견(afterthought)의 개념이고, 효능성에 대한 기대는 앞으로 수행할 행동이 성공적일 것이라는 데 대한 확신이기 때문에 선견(forethought)의 개념이라고 한다. 사람들은 과거 경험에 비추어서 효능기대를 설정하여 동기를 유발시키고 행위를 예상한다. 그리고 행위를 하고 난 후에 결과에 대해 예상하기 때문에 두 가지 기대는 구분되어야 한다는 것이다. [그림 II-1]에서는 효능기대와 결과기대의 차이를 보여주고 있다.



[그림 II-1] 효능기대와 결과기대의 차이점 (Bandura, 1977)⁴⁷⁾

이러한 효율성에 대한 기대는 성취상황에서 근접동기기제로서 개인으로 하여금 활동을 선택하고, 노력을 투여하며, 어려운 상황에서도 끈기를 보이는 정도에 영향을 미친다. 효율성에 대한 기대가 긍정적이고 클수록 그 개인은 과제수행을 할 때 희망과 확신을 가지고 적극적으로 임하고 어려움이 있을 때에도 많은 노력을 투여하고 더욱 끈기 있게 매달릴 것이다.⁴⁸⁾

자신의 수행에 대해 평가한 결과는 긍정적이거나 부정적인 정서를 수반한다. 긍정적인 정서반응은 자기효능감을 증진시킨다. 이렇게 증진된 효능감은 후속적인 목표설정과 자기조절 기능에 긍정적인 영향을 준다. 이론개발의 초기에 반두라는 한 번 증진된 자신감은 다른 상황에 접하

47) 김아영(1998). “동기이론의 교육현장 적용 연구와 과제-자기효능감 이론을 중심으로”, 『교육심리연구』, 12(1), 107-108쪽.

48) 김아영(2010). 상계서. 278쪽. 재인용.

는 경우에도 일반적으로 적용된다고 하였다. 즉, 자기효능감은 다른 상황에도 전이된다고 보았다.

반두라는 자기효능감의 본질을 유사한 개념들과 비교해서 설명하였다. 자기효능감은 구체적인 상황에서의 ‘자신감(self-confidence)’이라고 볼 수 있으며, 자기가치(self-worth)에 대한 평가결과 얻어지는 자존감(self-esteem)과는 구별된다고 하였다. “자신감이란 자신의 가치와 능력에 대한 개인의 확신 또는 신념의 정도라고 할 수 있다.”⁴⁹⁾

나. 자기효능감의 측정

반두라는 자기효능감을 측정할 때는 수준(level), 강도(strength), 일반성(generality)의 세 가지 측면을 고려한다고 주장하였다. 이론개발 초기에 ‘크기(magnitude)’의 수준은 과제가 어려워짐에 따라 효능기대가 달라지는 정도를 측정하는 것이다. “즉, 난이도에 따라 배열된 일련의 과제 중 수행자가 어느 수준의 과제까지 해결할 수 있는가를 스스로 판단하게 함으로써 측정한다.”⁵⁰⁾

반두라는 “개인의 자기효능감은 특정 상황에서 목표달성을 위한 수행에 대한 상황 특수적 효능감을 알아보아야 한다고 주장”⁵¹⁾하며, 상황 특수적 자기효능감에 대한 영역-관련 평가(domain-linked assessment)를 위해 ‘다차원 자기효능감척도(Multidimensional Self-efficacy Scales)’를 개발하였다. 이 척도에는 9개의 하위척도가 57개의 Likert식 문항으로 구성되어 포함되어 있다. 9개 하위척도는 사회적 자원(social resource), 학업 성취(academic achievement), 자기조절 학습(self-regulated learning), 여가

49) 김아영(2010). 전게서. 279쪽.

50) 김아영(2010). 전게서. 287쪽.

51) 김아영(2010). 전게서. 289쪽.

(leisure), 자기조절(self-regulatory), 부모의 지원(parental support)에 대한 효능기대를 측정하는 것이다.

다. 자기효능감 이론

자기효능감은 자기 자신에 대한 정보를 근원으로 이루어지는데, 획득된 정보가 변화하면 자기효능감도 변화한다.

“반두라는 성공경험(enactive mastery experiences), 대리적 경험(vicarious experiences), 언어적 설득(verbal persuasion), 생리적·정서적 상태(physiological and affective states)의 4가지 요소가 자기효능감의 중요한 근원이며 이러한 근원들이 자기효능감에 미치는 영향은 다음과 같다고 하였다.”⁵²⁾

첫째, 성공경험은 자기효능감에 가장 영향력 있는 근원으로서 자신의 개인적 경험에 기초를 두고 있다. 본인의 성공경험은 성공하기 위해 행하는 과정에서 얻을 수 있는 가장 신뢰감 있는 증거로, 성공을 반복적으로 경험하면 자기효능감이 높아지고 계속 실패하면 자기효능감은 낮아지게 된다.

둘째, 대리적 경험은 타인의 행동 관찰에 의해 학습이 일어나는 것을 말하며, 성공적인 행동은 타인 관찰을 통해 자신도 그 사람처럼 노력하면 성공할 수 있을 것이라는 기대를 하게 되고 그로 인해 행동의 변화를 가져올 수 있다. 대리적 경험은 성공경험보다 자기효능감 형성에 상대적으로 약한 효과를 미치는 것은 하지만 수행에 대한 노력이 유의미하다는 믿음과 지속적인 노력에 영향을 줄 수 있다.

셋째, 언어적 설득은 어떤 일을 효과적으로 수행할 수 있는 능력을 지

52) 한은미(2009), 고등학생이 지각한 담임교사의 변혁적 리더십과 학생의 자기효능감과의 관계, 이화여자대학교 교육대학원 석사논문.

났다고 스스로 믿도록 말해주는 것으로, 언어적 설득에 의해 생긴 자기효능감은 직접 경험이나 대리적 경험에 의해 생긴 것 보다는 약하지만 설득자의 지위, 신뢰성, 전문적 지식, 노력 등에 따라 효과가 달라진다.

넷째, 사람들은 자신의 능력을 판단할 때 생리적·정서적 상태에 의해 전달되는 신체적 정보에 의존한다. 자기효능감을 증진시키기 위해서는 신체적 건강상태 유지, 스트레스 수준과 부정적 정서 경향 감소, 생리적·정서적 상태에 대한 잘못된 해석 정정 등이 필요하다.

Ⅲ. 연구방법

본 연구는 노인 음악활동을 통해 삶의 질, 여가만족, 사회·심리 자기 효능감의 관계를 규명하는데 그 목적이 있다. 광주광역시 A복지관, B복지관은 음악활동을 참여하는 노인 학습자를 관찰한 후 설문조사를 하였고 C복지관의 노인 학습자를 대상으로 수업을 실시 한 후 설문조사를 하였다. 본 연구에서 사용한 연구대상, 조사도구, 조사절차, 결과처리, 노인 음악활동 프로그램 개발 방법은 다음과 같다.

1. 연구 대상

본 연구는 2012년 음악활동 참여자로 광주광역시 A복지관, B복지관 주 1회 이상, 6개월 이상, 참여시간이 1시간 이상인 참여자로 표본을 추출하였다. 광주광역시 C복지관의 실험연구대상 10명을 선정하고 표본으로 추출하였다. 연구대상자의 분포는 표와 같다(표Ⅲ-1 참조).

〈표Ⅲ-1〉 연구대상자분포

참관대상자		실험대상자
A복지관	B복지관	C복지관
40명	30명	10명

2. 연구방법 및 절차

광주광역시에 있는 노인 복지관 중심으로 담당자에게 논문의 취지 및 방법을 설명하고 참관수업 가능성 여부를 전화와 직접 방문을 통해 알아봤다. 음악 강사, 노인학습자의 의사파악 후 가능하다고 답을 준 복지관은 A복지관, B복지관이였다. A복지관, B복지관의 오카리나 프로그램을 참관하였다.

참관기간은 6월 5일부터 7월 26일까지 각 수업을 주1회씩 4번으로 총 8회 참관하였다.

음악활동이 노인의 삶에 미치는 영향을 확인하기 위해 설문지를 작성하였다. 설문지는 직접 방문하여 이루어졌다(표Ⅲ-2 참조). 참관수업을 바탕으로 수업 지도안을 작성하였다.

〈표Ⅲ-2〉 참관기간

복지관	기간	요일 및 시간	설문기간
A 복지관	2012년 06월 05일 ~ 06월 26일	매주 화요일 1시간	07월 24일
B 복지관	2012년 07월 05일 ~ 07월 26일	매주 목요일 1시간	07월 26일

실험연구는 광주광역시에 있는 노인 복지관 중심으로 수업가능 여부를 직접 방문하여 알아봤다. 수업을 실시한 곳은 C복지관이였다. 실험연구대상은 음악활동을 신청한 노인 10명으로 선정하였다.

수업기간은 8월 6일부터 8월 30일까지 주 2회씩 총 8회 수업을 실시하였으며 학습자의 동의하에 녹음과 비디오 촬영하였다. 인터뷰는 수업 전 준비시간과 중간 휴식시간에 이루어졌으며 설문지는 마지막 수업 후 실시하였다

(표Ⅲ-3 참조).

〈표Ⅲ-3〉 실험기간

복지관	기간	요일 및 시간	설문기간
C 복지관	2012년 08월 06일 ~ 08월 30일	매주 월요일, 목요일 1시간	08월 30일

3. 조사도구

본 연구에서 사용된 설문지는 노인의 삶의 질, 여가만족, 사회·심리 자기효능감을 측정하기 위해 만든 김아영·차정은(1996)의 것을 토대로 노인 수준에 맞는 어휘로 구성하여 사용하였다. 삶의 질 6개 문항, 여가만족 4개 문항, 사회·심리 자기효능감 10개 문항으로 세 가지 하위요인을 포함하는 총 20개 문항으로 이루어져 있다. 모든 문항은 3점을 사용하였다. 긍정형 문항인 1번-18번 문항은 ‘상’이면 3점, ‘중’이면 2점, ‘하’이면 1점으로 배정하였고 부정형 문항인 19번, 20번 문항은 ‘하’이면 3점, ‘중’이면 2점, ‘상’이면 1점으로 배정하였다(표Ⅲ-4 참조).

〈표Ⅲ-4〉 설문지 문항 구성

하위요인	문항번호	문항수
삶의 질	1, 2, 3, 4, 5, 6	6문항
여가만족	7, 8, 9, 10	4문항
사회·심리 자기효능감	11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19*, 20*	10문항

* 부정형 문항

4. 결과처리

본 연구는 양적 · 질적 두 방법으로 나눠 결과를 처리하였다.

첫째, 모든 설문지는 직접 방문하여 조사하였으며, 수거한 설문지를 대상으로 각각의 설문 문항별로 빈도분석을 하였다. 분석에 사용된 통계 프로그램은 Microsoft office Excel 2007이었다.

둘째, 노인 음악활동을 통해 삶의 질, 여가만족, 사회·심리 자기효능감이 일어나는 변화에 대하여 알아보기 위해 질적 분석을 하였다.

5. 노인을 위한 음악활동 프로그램

노인의 자기효능감 증진을 위한 음악활동프로그램의 학습 내용 및 목표를 선정하고 수업지도안을 작성하였다.

가. 수업 프로그램

노인 음악활동 프로그램은 총 8차시로 구성하였다.

1차시는 “안녕하세요” CF곡을 활용해 가사를 창작하여 인사송과 자기소개송을 부르는 것이었다. 달크로즈 유리드믹스 교수방법 중 2차시는 몸 계이름, 3차시는 팔 동작 계이름으로 활동 하였다. 4차시는 바닥에 테이프를 붙여 오선지를 만들고 자신이 음표가 되어 활동 하였다. 5차시 캐스터네츠, 6차시 핸드벨을 활용한 기악 활동을 하였다. 자신의 추억을 회상하는 시간으로 추억 속 노래를 선곡하고 자신의 이야기를 발표한 후 다 같이 노래를 부르는 활동영역으로 7차시, 8차시에 활동이 이루어졌다(표Ⅲ-5 참조).

<표Ⅲ-5> 지도계획안

차시	단원	내용	곡	악기
1차시	안녕하세요 (인사송)	“안녕하세요” CF광고를 보며 동기 유발 후 인사송을 부른다. 자기 별명이나 가명을 넣고 창작하여 자기소개를 개사하여 부른다.	CF광고 곡	
2차시	몸 계이름	달크로즈 유리드믹스 몸 계이름을 게임을 통해 개인별 및 그룹별 발표하기.	비행기 작은별	피 아 노
3차시	팔동작 계이름	달크로즈 유리드믹스 팔동작 계이름 게임을 통해 개인별 및 그룹별 발표하기.	비행기 작은별	피 아 노
4차시	인간음표놀이	바닥에 테이프로 오선지를 만들고 인간 음표가 되어 곡에 맞춰 연주하기.	나비야 자전거	피 아 노
5차시	캐스터네츠 연주	각각 계이름을 정해주고 자신이 나오는 부분만 캐스터네츠를 치며 연주하기.	비행기 작은별 나비야 자전거 똑같아요	캐 스 터 네 츠
6차시	핸드벨 연주	각각 계이름을 정해주고 자신이 나오는 부분만 핸드벨 연주하기.	비행기 작은별 나비야 자전거 똑같아요	핸 드 벨
7차시	추억 속 노래 I	추억 속 노래를 선택한 후 자신의 이야기를 발표 하고 다 같이 회상하며 노래 부르기.		
8차시	추억 속 노래 II	추억 속 노래를 선택한 후 자신의 이야기를 발표 하고 다 같이 회상하며 노래 부르기.		

나. 수업지도안

실험연구 수업 중 5차시 캐스터네츠 연주 활동 영역의 학습목표는 첫째, 타악기 연주를 통해 신체근육 기능을 강화한다. 둘째, 다양한 연주법을 통해 자신감을 향상한다. 학습내용은 캐스터네츠 연주법을 배운 후 <비행기> 곡을 통해 다양한 연주법을 활용하는 지도안이다(표Ⅲ-6 참조).

〈표Ⅲ-6〉 수업지도안 예)

단원명	캐스터네츠 연주 (5차시)
학습목표	<ol style="list-style-type: none"> 1. 타악기 연주를 통해 신체근육 기능을 강화한다. 2. 다양한 연주법을 통해 자신감을 향상한다.
학습자료	캐스터네츠, 피아노, PPT 연주곡: 비행기
학습내용	<ol style="list-style-type: none"> 1. 캐스터네츠 연주 기법 배우기. <ul style="list-style-type: none"> * 자신의 악기 한 번 치기. (짹) * 자신의 악기 두 번 치기. (짹짹) * 자신의 악기 한 번 옆 사람 악기 한 번 치기. (쿵 짹) * 자신의 악기 두 번 옆 사람 악기 두 번 치기. (쿵 짹 쿵 짹) 2. <비행기> 다 같이 계명창으로 부르기. <ul style="list-style-type: none"> * 다장조로 이조하여 부른다. * PPT 악보를 보며 연주한다.

IV. 연구결과

음악활동이 노인의 삶에 미치는 영향을 보기 위해 양적 · 질적으로 두 가지 방법으로 분석하였다. 첫째, 자기효능감 설문지를 문항별로 분석 하였다. 둘째, 실험연구수업을 촬영한 동영상, 녹음, 인터뷰를 교사의 관찰에 의한 질적 분석을 실시하였다.

1. 양적 분석 결과

이 연구의 양적 결과는 노인 학습자에게 음악활동을 함으로써 노인의 삶에 대한 변화를 보기 위해 설문지를 분석한 결과이다.

A, B, C 복지관의 노인 학습자는 총 80명이었다. 그러나 설문 기간 중 9명의 결석으로 총 71명이 설문에 응하였다. 부정형 문항 19번, 20번은 하는 3점, 중은 2점, 상은 1점으로 배정하였다.

자기효능감 검사에 대한 각 문항별 결과는 다음과 같다.

<표IV-1> 삶의 질 1

번 호	문항내용	상		중		하	
		응 답 수	백분율	응 답 수	백분율	응 답 수	백분율
1	나는 음악활동을 통해 하루하루가 기쁘고 보람된다.	55	77.46%	15	21.13%	1	1.41%

<표IV-1>에서 보는 바와 같이 ‘나는 음악활동을 통해 하루하루가 기쁘고 보람된다.’에 대해 살펴보면 ‘상’이 77.46%로 가장 높았고 ‘중’은

21.13%, ‘하’는 1.41% 순으로 나타났다. 이는 음악활동을 통해 하루하루가 보람됨을 알 수 있다.

〈표Ⅳ-2〉 삶의 질 2

번호	문항내용	상		중		하	
		응답수	백분율	응답수	백분율	응답수	백분율
2	나는 음악활동을 통해 삶의 여유가 생겨졌다.	37	52.11%	33	46.48%	1	1.41%

〈표Ⅳ-2〉에서 보는 바와 같이 ‘나는 음악활동을 통해 삶의 여유가 생겨졌다.’에 대해 살펴보면 ‘상’이 52.11%로 가장 높았고 ‘중’은 46.48%, ‘하’는 1.41% 순으로 나타났다. 이는 삶의 여유에 있어 긍정적인 영향을 미치는 것을 알 수 있다.

〈표Ⅳ-3〉 삶의 질 3

번호	문항내용	상		중		하	
		응답수	백분율	응답수	백분율	응답수	백분율
3	나는 음악활동을 통해 젊은 시절처럼 즐겁고 행복하다.	54	76.06%	17	23.94%	0	0%

〈표Ⅳ-3〉에서 보는 바와 같이 ‘나는 음악활동을 통해 젊은 시절처럼 즐겁고 행복하다.’에 대해 살펴보면 ‘상’이 76.06%로 높았고 ‘중’은 23.94%, ‘하’는 0% 순으로 나타났다. 이는 음악활동을 통해 젊은 시절처럼 즐겁고 행복한 것을 알 수 있다.

〈표Ⅳ-4〉 삶의 질 4

번호	문항내용	상		중		하	
		응답수	백분율	응답수	백분율	응답수	백분율
4	나는 음악활동 후 외로움을 느낄 때가 적어졌다.	41	57.75%	28	39.44%	2	2.82%

〈표Ⅳ-4〉에서 보는 바와 같이 ‘나는 음악활동 후 외로움을 느낄 때가 적어졌다.’에 대해 살펴보면 ‘상’이 57.75%로 높았고 ‘중’은 39.44%, ‘하’는 2.82% 순으로 나타났다. 이는 음악활동이 외로움을 적게 느끼도록 도와주는 것을 알 수 있다.

〈표Ⅳ-5〉 삶의 질 5

번호	문항내용	상		중		하	
		응답수	백분율	응답수	백분율	응답수	백분율
5	나는 이제까지 내가 살아온 인생에 대해 꽤 만족한다.	45	63.38%	25	35.21%	1	1.41%

〈표Ⅳ-5〉에서 보는 바와 같이 ‘나는 이제까지 내가 살아온 인생에 대해 꽤 만족 한다.’에 대해 살펴보면 ‘상’이 63.38%로 가장 높았고 ‘중’은 35.21%, ‘하’는 1.41% 순으로 나타났다. 이는 음악활동을 통해 이제까지 살아온 인생에 대해 긍정적 영향을 미치는 것을 알 수 있다.

〈표Ⅳ-6〉 삶의 질 6

번호	문항내용	상		중		하	
		응답수	백분율	응답수	백분율	응답수	백분율
6	나는 음악활동을 참여하면서 가정생활이 훨씬 더 즐겁고 만족스럽다.	45	63.38%	26	36.62%	0	0%

〈표Ⅳ-6〉에서 보는 바와 같이 ‘나는 음악활동을 참여하면서 가정생활이 훨씬 더 즐겁고 만족스럽다.’에 대해 살펴보면 ‘상’이 63.38%로 가장 높았고 ‘중’은 36.62%, ‘하’는 0% 순으로 나타났다. 이는 음악활동을 통해 가정생활이 훨씬 만족스러운 것을 알 수 있다.

〈표Ⅳ-7〉 여가만족 7

번호	문항내용	상		중		하	
		응답수	백분율	응답수	백분율	응답수	백분율
7	나는 음악활동을 통해 스트레스 해소에 도움이 된다.	58	81.69%	13	18.31%	0	0%

〈표Ⅳ-7〉에서 보는 바와 같이 ‘나는 음악활동을 통해 스트레스 해소에 도움이 된다.’에 대해 살펴보면 ‘상’이 81.69%로 가장 높았고 ‘중’은 18.31%, ‘하’는 0% 순으로 나타났다. 이는 음악활동이 스트레스 해소에 도움을 주는 것을 알 수 있다.

〈표Ⅳ-8〉 여가만족 8

번호	문항내용	상		중		하	
		응답수	백분율	응답수	백분율	응답수	백분율
8	나는 음악활동이 정신 건강에 좋다고 생각한다.	67	94.37%	4	5.63%	0	0%

〈표Ⅳ-8〉에서 보는 바와 같이 ‘나는 음악활동이 정신 건강에 좋다고 생각한다.’에 대해 살펴보면 ‘상’이 94.37%로 가장 높았고 ‘중’은 5.63%, ‘하’는 0% 순으로 나타났다. 이는 음악활동이 정신건강에 있어 긍정적인 영향을 미치는 것을 알 수 있다.

〈표Ⅳ-9〉 여가만족 9

번호	문항내용	상		중		하	
		응답수	백분율	응답수	백분율	응답수	백분율
9	나는 음악활동 시간이 기다려진다.	56	78.87%	15	21.13%	0	0%

〈표Ⅳ-9〉에서 보는 바와 같이 ‘나는 음악활동 시간이 기다려진다.’에 대해 살펴보면 ‘상’이 78.87%로 가장 높았고 ‘중’은 21.13%, ‘하’는 0% 순으로 나타났다. 이는 음악활동 시간이 기다려지는 것을 알 수 있다.

〈표Ⅳ-10〉 여가만족 10

번호	문항내용	상		중		하	
		응답수	백분율	응답수	백분율	응답수	백분율
10	나는 음악활동을 통해 다른 사람과 어울려서 활동 하는 것을 좋아하게 됐다.	51	71.83%	20	28.17%	0	0%

〈표Ⅳ-10〉에서 보는 바와 같이 ‘나는 음악활동을 통해 다른 사람과 어울려서 활동하는 것을 좋아하게 됐다.’에 대해 살펴보면 ‘상’이 71.83%로 가장 높았고 ‘중’은 28.17%, ‘하’는 0% 순으로 나타났다. 이는 음악활동이 타인과의 관계에 있어 긍정적인 영향을 미치는 것을 알 수 있다.

〈표Ⅳ-11〉 사회·심리 자기효능감 11

번호	문항내용	상		중		하	
		응답수	백분율	응답수	백분율	응답수	백분율
11	나는 음악활동을 통해 성취감과 자신감을 갖게 되었다.	44	61.97%	26	36.62%	1	1.41%

〈표Ⅳ-11〉에서 보는 바와 같이 ‘나는 음악활동을 통해 성취감과 자신감을 갖게 되었다.’에 대해 살펴보면 ‘상’이 61.97%로 가장 높았고 ‘중’은 36.62%, ‘하’는 1.41% 순으로 나타났다. 이는 성취감과 자신감에 대해 긍정적인 것을 알 수 있다.

〈표Ⅳ-12〉 사회·심리 자기효능감 12

번호	문항내용	상		중		하	
		응답수	백분율	응답수	백분율	응답수	백분율
12	나는 음악활동에서 새롭게 배운다는 것이 재미있다.	61	85.92%	10	14.08%	0	0%

〈표Ⅳ-12〉에서 보는 바와 같이 ‘나는 음악활동에서 새롭게 배운다는 것이 재미있다.’에 대해 살펴보면 ‘상’이 85.92%로 가장 높았고 ‘중’은 14.08%, ‘하’는 0% 순으로 나타났다. 이는 새롭게 배운다는 것에 대해 긍정적인 것을 알 수 있다.

〈표Ⅳ-13〉 사회·심리 자기효능감 13

번호	문항내용	상		중		하	
		응답수	백분율	응답수	백분율	응답수	백분율
13	나는 음악활동에서 다른 사람보다 연주를 잘하고 싶다.	54	76.06%	17	23.94%	0	0%

〈표Ⅳ-13〉에서 보는 바와 같이 ‘나는 음악활동에서 다른 사람보다 연주를 잘하고 싶다.’에 대해 살펴보면 ‘상’이 76.06%로 가장 높았고 ‘중’은 23.94%, ‘하’는 0% 순으로 나타났다. 이는 음악활동에서 다른 사람보다 연주를 잘하고 싶어 하는 것을 알 수 있다.

〈표Ⅳ-14〉 사회·심리 자기효능감 14

번호	문항내용	상		중		하	
		응답수	백분율	응답수	백분율	응답수	백분율
14	나는 음악활동 중 발표 (혼자 나와서) 하는 것이 두렵지 않다.	29	40.85%	40	56.34%	2	2.82%

〈표Ⅳ-14〉에서 보는 바와 같이 ‘나는 음악활동 중 발표 (혼자 나와서) 하는 것이 두렵지 않다.’에 대해 살펴보면 ‘중’이 56.34%로 가장 높았고 ‘상’은 40.85%, ‘하’는 2.82% 순으로 나타났다. 이는 음악활동에서 발표하는 것에 대한 부담감이 있는 것을 알 수 있다.

〈표Ⅳ-15〉 사회·심리 자기효능감 15

번호	문항내용	상		중		하	
		응답수	백분율	응답수	백분율	응답수	백분율
15	나는 나에게 필요한 것이 있으면 배우려고 한다.	58	81.69%	13	18.31%	0	0%

〈표Ⅳ-15〉에서 보는 바와 같이 ‘나는 나에게 필요한 것이 있으면 배우려고 한다.’에 대해 살펴보면 ‘상’이 81.69%로 가장 높았고 ‘중’은 18.31%, ‘하’는 0% 순으로 나타났다. 이는 배우려는 것에 대해 긍정적인 영향을 미치는 것을 알 수 있다.

〈표Ⅳ-16〉 사회·심리 자기효능감 16

번호	문항내용	상		중		하	
		응답수	백분율	응답수	백분율	응답수	백분율
16	나는 음악활동을 통해 일상에서 문제가 생기면 두려움이 적어졌다.	34	47.89%	33	46.48%	4	5.63%

〈표Ⅳ-16〉에서 보는 바와 같이 ‘나는 음악활동을 통해 일상에서 문제가 생기면 두려움이 적어졌다.’에 대해 살펴보면 ‘상’이 47.89%로 가장 높았고 ‘중’은 46.48%, ‘하’는 5.63% 순으로 나타났다. 이는 일상생활에서 겪는 두려움에 대해 긍정적인 영향을 미치는 것을 알 수 있다.

〈표Ⅳ-17〉 사회·심리 자기효능감 17

번호	문항내용	상		중		하	
		응답수	백분율	응답수	백분율	응답수	백분율
17	나는 내가 할 수 있는 일과 그렇지 않은 일을 판단할 수 있다.	46	64.79%	23	32.39%	2	2.82%

〈표Ⅳ-17〉에서 보는 바와 같이 ‘나는 내가 할 수 있는 일과 그렇지 않은 일을 판단할 수 있다.’에 대해 살펴보면 ‘상’이 64.79%로 가장 높았고 ‘중’은 32.39%, ‘하’는 2.82% 순으로 나타났다. 이는 내가 할 수 있는 일과 그렇지 않은 일을 판단하는 것에 대해 긍정적인 영향을 미치는 것을 알 수 있다.

〈표Ⅳ-18〉 사회·심리 자기효능감 18

번호	문항내용	상		중		하	
		응답수	백분율	응답수	백분율	응답수	백분율
18	나는 좋은 성품을 가졌다고 생각한다.	35	49.30%	33	46.48%	3	4.23%

〈표Ⅳ-18〉에서 보는 바와 같이 ‘나는 좋은 성품을 가졌다고 생각한다.’에 대해 살펴보면 ‘상’이 49.30%로 가장 높았고 ‘중’은 46.48%, ‘하’는 4.23% 순으로 나타났다. 이는 자신이 좋은 성품을 가졌다고 생각하는 것에 대해 긍정적인 영향을 미치는 것을 알 수 있다.

〈표Ⅳ-19〉 사회·심리 자기효능감 19

번호	문항내용	상		중		하	
		응답수	백분율	응답수	백분율	응답수	백분율
19	나는 음악활동을 시작하기 전부터 실패 할 것 같은 느낌이 들곤 한다.	13	18.31%	37	52.11%	21	29.58%

〈표Ⅳ-19〉에서 보는 바와 같이 ‘나는 음악활동을 시작하기 전부터 실패 할 것 같은 느낌이 들곤 한다.’에 대해 살펴보면 ‘중’이 52.11%로 가장 높았고 ‘하’는 29.58%, ‘상’은 18.31% 순으로 나타났다. 이는 음악활동을 시작하기 전부터 실패 할 것 같은 느낌이 들곤 한 것을 알 수 있다.

〈표Ⅳ-20〉 사회·심리 자기효능감 20

번호	문항내용	상		중		하	
		응답수	백분율	응답수	백분율	응답수	백분율
20	주변 사람들이 나보다 모든 일에서 뛰어난 것 같다.	26	36.62%	39	54.93%	6	8.45%

〈표Ⅳ-20〉에서 보는 바와 같이 ‘주변 사람들이 나보다 모든 일에서 뛰어난 것 같다.’에 대해 살펴보면 참관대상자는 ‘중’이 54.39%로 높았고 ‘상’은 36.62%, ‘하’는 8.45% 순으로 나타났다. 이는 모든 일에 있어 주변 사람이 나보다 뛰어난 것 같다고 느끼는 것을 알 수 있다.

2. 질적 분석 결과

수업을 촬영한 동영상, 녹음, 인터뷰로 교사의 관찰에 의한 질적 분석을 실시하였다. 분석 영역은 자기효능감의 세 가지 하위요인인 자신감, 자기조절효능감, 과제난이도 선호 귀인(성취감)등 3가지로 하였다(표Ⅳ-21 참조).

〈표Ⅳ-21〉 질적 분석 영역

영역		제목
자기효능감	자신감	친근함을 느끼다
	자기조절효능감	또 다른 나를 보다
	과제난이도 선호 귀인 (성취감)	성취감을 맛보다

가. 친근함을 느끼다

노인 음악활동 프로그램에 대한 전반적인 흐름과 함께 자신감의 변화를 분석해 보고자 한다.

처음 음악활동을 시작하였을 때 어르신들은 호기심과 걱정이 뒤섞인 표정이었다. C복지관 노인음악프로그램에는 노래가요 프로그램만 운영되고 있어 여러 음악활동에 대해 많이 접해보지 못하였음을 알 수 있었다. 그리고 음악활동이라는 프로그램은 어르신들에게 새로운 것을 도전하기에는 흥미도 끌었지만 쑥스러워 하는 모습도 볼 수 있었다(사진 IV-1 참조).

- ◆ “음악활동은 무슨 프로그램입니까?”
- ◆ “가요 부르고 하는 건가요?”
- ◆ “나는 음악에 대해 아무것도 몰라요.”
- ◆ “이 나이가 되면 새롭게 도전하고 싶어 하지 않아 쉽고 편하게 즐기고 살고 싶지.”

-첫 시간 인터뷰 중-



<사진 IV-1> 음악활동 시작하기 전 어르신들 모습

첫 번째 활동은 “안녕하세요” CF곡을 활용해 가사를 창작하여 인사 송과 자기소개송을 부르는 것이었다. 어르신들은 생소한 활동에서 오는 두려움과 호기심을 가졌다. 그래서 새로운 활동에 대한 적응이 필요하여 어르신 연배의 배우가 나오는 CF 장면을 통해 동기유발을 하였고 적극적으로 참여하는 모습이 나타났다.

<1차시 안녕하세요>의 학습 목표는 첫째, CF의 나오는 단어를 기억하고 따라 부르는 것이었다. 둘째, 자신의 가명을 짓고 CF곡의 가사를 창작하여 자기소개를 다양한 방법으로 표현해 보는 것이었다. <인사 송> CF 곡을 들었을 때 어르신의 반응은 옆 사람 눈치를 보며 소극적으로 참여하는 모습이였다. 곡을 여러 차례 들려주고 PPT를 통해 영상을 본 후 어르신들 스스로 대답하고 서로 이야기를 주고받으며 확인하는 모습이였다.

- ◆ 선생님 : “지금 보신 CF 보신 적 있으세요?”
- ◆ 어르신 : “네 본 것도 같고.. 아니 모르겠네요.”
- ◆ 어르신 : “가수 비랑 나문희가 CF를 찍었네.”
- ◆ 선생님 : “(중략)... 단어들 잘 들리셨어요? 어떤 단어들이 나왔을까요?”
- ◆ 어르신 : “안녕하세요만 나는 들리네.”
- ◆ 어르신 : “나는 하나도 모르겠어.”
- ◆ 어르신 : “안녕하슈 너도 나도 안녕하냐 라고 묻는 거구만.”
- ◆ 어르신 : “안녕하자 이것이 젤로 쉽네요.”
- ◆ 어르신 : “안녕하모니카는 무슨 의미 일까?”

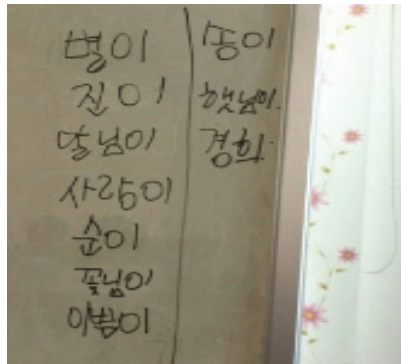
-1차시 수업 중-

<자기소개송>은 CF곡의 음을 기억하고 자신의 가명을 만들고 자기 소개를 하는 창작활동이었다. 첫째, 음악활동 수업시간에서는 지금까지 살아왔던 자신을 버리고 자유롭게 자신을 표현하기 위해 가명을 만들어 부르기로 하였다. 하지만 기발하고 예쁜 이름이 아닌 자신의 이름을 그대로 쓰시는 분들이 많았다. “별이”라고 가명을 하신 어르신이 답답한 마음에 “왜 다들 촌스러운 이름을 쓸려고 하는지 모르겠어... 요즘은 예쁘고 멋진 이름이 많은데 예쁜 이름 들 좀 지어봐 자네는 진이하면 되겠어.”라며 옆에 어르신 가명까지 직접 지어주셨다. 마지막에는 자신의 이름을 쓰셨던 어르신들도 가명을 생각해 고쳐달라고 하셨다. 나왔던 이름이 중복이 되면 자신이 먼저 가명을 했다고 다른 이름을 만들어 주시기도 하였다(사진Ⅳ-2 참조). 둘째, CF곡을 토대로 자신의 가명을 넣어 다양한 방법으로 자기소개를 하는 것이었다. 가명이 익숙하지 않아 다른 어르신 가명을 말하기도 했다. 한명씩 나와 발표하는 부분에서 부담도 되고 잘 할 수 있을지 걱정스러운 모습이 나타났다. 하지만 쑥스러워 하던 모습과 달리 “울동도 하면서 애기처럼 예쁘게 해야겠어요.”라며 소녀처럼 두 손 모아 자기소개를 하셨다.

- ◆ 선생님 : “음악활동 수업시간에는 지금까지 살아왔던 자신을 버리고 자유롭게 표현하기 위해 가명을 만들어 앞으로 저의끼리 있을 때는 가명으로 부를꺼예요.(중략)..”
- ◆ 어르신 : “가명은 석자만 해야 하나요?”
- ◆ 어르신 : “나는 별이 할래요. 자네는 진이하면 되겠어.”
- ◆ 어르신 : “귀손이로 할께요.”
- ◆ 어르신 : “아니 왜 다들 옛날 촌스러운 이름을 쓸려해 요즘은 예쁘고 멋진 이름이 많은 데 예쁘게 좀 지어봐”

- ◆ 어르신 : “예속이 지워버리고 달님으로 고칩시다.”
- ◆ 어르신 : “그럼 난 꽃님으로 해주소.”
- ◆ 어르신 : “네. 내 이름은 햇님입니다. 호호호(웃으시며) 이렇게 하면 되나?”
- ◆ 선생님 : “(중략)... 한분 씩 나오셔서 자기소개 하실 수 있으시겠어요?”
- ◆ 어르신 : “앞에 나가서 하라구요? 여기서 하면 안될까요?”
- ◆ 어르신 : “나무희 처럼 울동하면서 불러야겠네.”
- ◆ 어르신 : “그럼 나가서 해야 하는 거 아닌가? 아이처럼 예쁘게 해야겠어요.”

-1차시 수업 중-



<사진 IV-2> 1차시 가명 만들기 활동 중

<2차시 몸 계이름>은 유리드믹스 달크로즈 교수방법 중 하나이다. 몸 계이름 활동에 들어가기 전 어르신들에게 계이름을 아시는지 확인하였다. “악보 볼 줄 모르지”라는 어르신들이 대부분이었다. 음정이 올라가고 내려가는 정도는 알고 있으므로 교사가 가르쳐 주면 볼 수 있을 거라는 자신감을 나타냈다. <2차시 몸 계이름> 활동은 몸 계이름을 익히고 난 후 동요 <비행기> 곡을 통해 심화학습을 하였다. <비행기> 곡에 나오는 계이름은 도, 레, 미 세 가지가 나오는 것을 알 수 있었다. 계이름이 세 가지만 나와서 쉽게 할 수 있겠다는 자신감을 나타냈다.

- ◆ 선생님 : “악보 보실 수 있으신가요? 게이름은 아시나요?”
- ◆ 어르신 : “악보 볼 줄 모르지.”
- ◆ 어르신 : “음정이 올라가고 내려가는 거는 알아요.”
- ◆ 어르신 : “게이름을 다 알진 못해도 선생님이 알려주면 볼 수 있어요.(종략)..”
- ◆ 선생님 : “무슨 곡인지 아시겠어요?”
- ◆ 어르신 : “이 노래가 떴다떴다... ”
- ◆ 어르신 : “동요 비행기 아닌가요?”
- ◆ 선생님 : “(종략)... 비행기에는 게이름이 몇 가지 나오나요?”
- ◆ 어르신 : “도,레,미 세 가지만 나와요?”
- ◆ 어르신 : “세 개만 나오면 심긴 하겠어요.”

-2차시 수업 중-

<4차시 인간음표놀이>은 바닥에 테이프로 오선지를 만들어 자신이 음표가 되는 활동이었다. 2차시, 3차시에 나왔던 게이름을 토대로 진행되었다. 서서 활동하는 부분이라 어르신들이 싫어하실 줄 알았는데 오히려 움직이면서 운동도 되고 좋은 것 같다고 하셨다. 한 어르신은 무릎 관절 수술을 하셨는데 <인간음표놀이> 활동이 무릎에 무리도 안 가고 손주들이랑 집에서 같이 해도 좋을 것 같다는 자신의 생각을 나타냈다(사진 IV-3 참조).

- ◆ 선생님 : “일어나서 바닥에 있는 오선지 위에 인간음표가 되실거예요.”
- ◆ 어르신 : “서서 하는 건가요?”
- ◆ 어르신 : “무릎관절 수술을 했는데...”
- ◆ 선생님 : “무릎이 안 좋으시면 어머니는 앉아 계시겠어요?”

- ◆ 어르신 : “아니에요. 갑자기 일어나서 살짝 놀랬나봐요.”
- ◆ 선생님 : “(중략)... 인간음표가 되보셨는데 어떠셨어요?”
- ◆ 어르신 : “무릎 관절 수술했는데 이렇게 움직이니 운동도 되고 좋은 것 같아요”
- ◆ 어르신 : “내가 콩나물이 된 것 같아... 호호호”
- ◆ 어르신 : “피아노 학원 다닌 손주들이 있는데 집에 가서 같이 해봐야겠어요.”

-4차시 수업 중-



<사진 IV-3> 4차시 인간음표 활동 중

<5차시 캐스터네츠 연주>의 학습 목표는 첫째, 타악기 연주를 통해 신체근육 기능을 강화한다. 둘째, 다양한 연주법을 통해 자신감을 향상하는 것이었다. 캐스터네츠는 한 번 짚은 봤던 악기고 캐스터네츠는 쉽고 편하게 연주 할 수 있어 어르신들이 거부감 없이 다가갈 수 있었던 악기영역 활동이었다(사진 IV-4 참조).

- ◆ 선생님 : “이 악기 이름 아시겠어요?”
- ◆ 어르신 : “짜짜이 아니에요?”
- ◆ 어르신 : “아는데 이름이 생각이 안나네... 뭐였더라?(중략)”

- ◆ 선생님 : “캐스터네츠는 어떻게 연주할까요?”
- ◆ 어르신 : “(한 손으로) 이렇게 하든거 아니에요?”
- ◆ 선생님 : “네. 그 방법도 맞는데요. 저희는 옆 사람과도 어울릴 수 있게 왼손 손바닥에 캐스터네츠를 올리시구요. 오른손으로 (시범을 보이며) 이렇게 치실꺼예요. (중략)”
- ◆ 어르신 : “그러네요. 소리가 더 크게 나긴하네.”
- ◆ 어르신 : “나 치고 옆 사람 치고(캐스터네츠를 연주하면서)..”
- ◆ 어르신 : “힘을 너무 많이 줬네. 날아가 버렸어..호호호”
- ◆ 어르신 : “그러니깐 이쪽으로 좀 애줘야 내가 자네 께 칠 수 있지.”
- ◆ 어르신 : “나는 하다 보니 방법을 터득했어.”
- ◆ 어르신 : “그렇지 진짜 이쪽에 낮으면 편하게 할 수 있었잖아.”

-5차시 수업 중-



<사진 IV-4> 5차시 캐스터네츠 연주 활동 중

<7차시 추억 속 노래>는 자신의 과거를 회상하며 곡을 선곡하고 그 곡을 선곡한 이유를 이야기 하면서 그 시절을 돌아보는 시간이었다. 1차시 활동부터 한 분씩 나와 발표하는 시간을 자주 가졌기 때문에 앞에

나와 발표하는 것을 익숙해 하셨다. 처음 음악활동을 시작 했을 때 쑥스러워 하는 모습은 볼 수 없었다(사진Ⅳ-5 참조).

- ◆ 선생님 : “오늘은 자신의 추억을 회상하는 시간인데요. 생각들 많이 하고 오셨어요?”
- ◆ 어르신 : “나는 멀 해야 할지 모르겠는데요.”
- ◆ 선생님 : “어렵게 생각 하실 필요는 없으세요. 그 곡에 연관되어있는 이야기들 친구들이랑 이야기 하신 다 생각하시고 말씀해주시면 되요.”
- ◆ 어르신 : “선생님은 <눈물 젖은 빵> 이라고 알아요?”
- ◆ 선생님 : “<눈물 젖은 빵> 이라는 노래도 있어요? 저는 처음 들어보는데요.”
- ◆ 어르신 : “그렇지 선생님은 모르겠지(노래를 흥얼거리시며)...”
- ◆ 선생님 : “그럼 어머니부터 발표 하실까요?”
- ◆ 어르신 : “그렇시다. 여기서 발표는 많이 해서 그런지 이젠 쑥스럽지도 않아요.”

-7차시 수업 중-



<사진Ⅳ-5> 7차시 추억 속 노래 활동 중

나. 또 다른 나를 보다

<1차시 안녕하세요> 활동 중 노래 부르기 부분에서 한 어르신은 “나는 목소리가 안 이빠서 걱정이다.”라며 겸손한 태도를 보였다. 하지만 다 같이 노래를 부르다보니 목소리의 음량도 커졌고 자신 있게 부르는 모습이였다. 그리고 음정이 높아지면 목소리도 같이 커지는 자신의 행동을 알고 계셨고 “이제 음정이 맞는 것 같다”며 자기 판단을 하는 모습들을 볼 수 있었다(사진Ⅳ-6 참조).

- ◆ 선생님 : “한 분씩 돌아가면서 안녕하세요 노래를 부를꺼예요.”
- ◆ 어르신 : “나는 목소리가 안 이빠서 걱정이네...”
- ◆ 어르신 : “목소리가 잘 나와야 할텐데.. 목청이 좋아야해 크게 부르면 되는거야.”
- ◆ 어르신 : “자네는 목청이 좋아서 걱정 안 해도 되겠네.”
- ◆ 어르신 : “네. 다시 한 번 불러 봐요. 나는 왜 음정이 높아지면 목소리가 같이 커질까 몰라. 호호호(웃으시며)”
- ◆ 어르신 : “이제 음정이 맞는 것 같네요.”

-1차시 수업 중-



<사진Ⅳ-6> 1차시 “안녕하세요” 노래 부르기 활동 중

<3차시 팔동작 게이름>은 유리드믹스 달크로즈 교수방법 중 하나이다. 노인 학습자에게 팔동작 게이름을 알려주고 개인별 연습을 하였다. 개인별 반복 연습 후 3-4명으로 모듬을 나눠 한 모듬씩 나와 발표하는 시간을 가졌다. “레 부분이 잘 안되요”라며 자신이 잘 안되는 부분이 어떤 것인지 알고 같은 모듬 구성원의 조언을 듣고 잘못 된 점을 인식하고 활동하는 모습을 볼 수 있었다(사진Ⅳ-7 참조).

- ◆ 선생님 : “지금 부터는 모듬별로 나오셔서 하실꺼예요. (중략)...”
- ◆ 어르신 : “나는 몇 모듬이라구요?”
- ◆ 어르신 : “우리는 사람이 많으니 좋네.”
- ◆ 선생님 : “1모듬부터 나와서 발표 할텐데요. (중략)...”
- ◆ 어르신 : “시범 보는 것 같아 떨리네.”
- ◆ 어르신 : “레 부분이 잘 안되네요.”
- ◆ 어르신 : “발을 크게 크게 벌려야해.”
- ◆ 어르신 : “아! 그래서 팔이 안 벌어졌었네요.”
- ◆ 어르신 : “이 만큼만 올려야지 (손을 잡고 옆 사람 팔을 올리면서)”

-3차시 수업 중-



<사진Ⅳ-7> 3차시 몸 게이름 활동 중

<4차시 인간음표놀이> 활동에서 한 명씩 하는 것 보다 모듬으로 나와 학습자끼리 함께 어울려 즐기는 모습을 볼 수 있었다. “여기에 치매 걸린 사람 없다”며 반복 연습을 통해 치매예방에 좋을 것 같다며 열심히 활동에 참여하였다. 그리고 자신이 정확히 알고 있는 것을 인식하고 다른 어르신께 알려주며 함께 활동하는 모습을 볼 수 있었다(사진Ⅳ-8 참조).

- ◆ 어르신 : “다 같이 해야 신이나지.. 혼자하면 안돼!”
- ◆ 선생님 : “그럼 지금 부터는 모듬별로 해볼까요? 1모듬 나오세요.”
- ◆ 어르신 : “1모듬 우리 소속이네(나오시면서).”
- ◆ 어르신 : “반복을 많이 하니 다 알겠어요.”
- ◆ 어르신 : “우리 중에 치매 걸린 사람 없어요. 치매는 안 걸리겠어.”
- ◆ 어르신 : “시는 세 번째 줄을 밟으면 되지?”
- ◆ 어르신 : “그렇지, 시는 줄을 밟아야해. 이렇게...(시범을 보이시며)”

-4차시 수업 중-



<사진Ⅳ-8> 4차시 인간 음표 활동 중

<5차시 캐스터네츠 연주> 활동은 캐스터네츠 연주 방법을 알려주고 일대일로 자세를 교정해주고 여러 다양한 방법으로 연주를 진행하였다. 그리고 자신이 어디서 틀렸는지 바로 정정하고 다시 한 번 연주하자고 의욕 넘친 자세를 보였었다(사진Ⅳ-9 참조).

- ◆ 어르신 : “(곡을 마치고 박수를 치시며) 잘했어요. 호호호.”
- ◆ 어르신 : “내가 한 번 더 쳐버렸네..호호호 다시 한 번 해요.”
- ◆ 선생님 : “재미있으셨어요? 어려운 부분은 있으세요?”
- ◆ 어르신 : “아니요. 캐스터네츠는 연주하기 쉬운 것 같아요.”
- ◆ 어르신 : “재미있네요.”
- ◆ 어르신 : “생각보다 잘하는 것 같아요.”

-5차시 수업 중-



<사진Ⅳ-9> 5차시 캐스터네츠 연주활동 중

<6차시 핸드벨 연주> 활동은 핸드벨 연주 방법을 알려주고 일대일로 자세를 교정해주고 여러 다양한 방법으로 연주를 진행하였다. 5차시 캐스터네츠 연주를 통해 자신감을 얻은 어르신은 핸드벨 연주 활동에 대

한 두려움 보다는 기대하는 모습을 볼 수 있었다.

- ◆ 선생님 : “오늘 활동은 핸드벨 연주인데요. 지난 시간에 배운 캐스터네츠 연주처럼 다양한 방법으로 연주를 할꺼예요. 핸드벨 보신 적 있으시죠?”
- ◆ 어르신 : “핸드벨? 본 것 같네요.”
- ◆ 어르신 : “핸드벨 소리가 이쁘네요.”
- ◆ 어르신 : “그런데 계이름을 정확하게 기억해야겠네요.”
- ◆ 어르신 : “그러게 자네 따라 나도 같이 나와 버렸네.”
- ◆ 선생님 : “옆에 분이 나온다고 같이 나오시면 안되요. (중략)... 박자에 맞춰 자신의 부분에만 나오시는거 잊지마시구요. 시작해볼까요?”
- ◆ 어르신 : “내꺼 도 맞아요?”
- ◆ 어르신 : “내가 도고 자네는 파야.”
- ◆ 어르신 : “나는 자꾸 헛갈리네.”
- ◆ 어르신 : “소리가 너무 아름다워서 계속 연주하고 싶어지네요.”

-b차시 수업 중-

<7차시 추억 속 노래>는 자신의 과거를 회상하며 이야기를 나누고 곡을 함께 부르는 활동이었다. 사연을 짧게 이야기 하시다 과거가 회상 되시는 지 이야기를 이어가셨고 옆에 분들도 그런 상황에 동조 되어 함께 그 시절을 회상하였고 박수로 서로를 격려하는 모습을 볼 수 있었다 (사진IV-10 참조).

- ◆ 선생님 : “왜 이 곡을 선곡하셨는지 이야기 해주시겠어요?”
- ◆ 어르신 : “제가 21살에 시집을 가서 힘들게 살았어요. (중략).. 그래서 <눈물 젖은 빵> 이 노래가 생각났어요.”

- ◆ 어르신 : “인생 살아가면서 누구나 다 힘들게 살았지.”
- ◆ 어르신 : “눈물 젖은 빵도 먹어보고 그때 다 힘들었어.”
- ◆ 선생님 : “다들 공감하시나 봐요. <눈물 젖은 빵> 곡을 들으면서 옛 추억을 회상해 보세요.”
- ◆ 어르신 : “참 그때 힘들었는데 이렇게 웃으며 이야기 할 수 있어 좋네요.”

-7차시 수업 중-



<사진 IV-10> 7차시 추억 속 노래 활동 중

다. 성취감을 맛보다

과제난이도 선호는 귀인(성취감) 관점으로 살펴보았다.

<3차시 팔동작 계이름> 활동 중 1명씩 나와 교사가 되어 계이름 문제를 내고 3명씩 모듈별 그룹을 구성하여 계이름 문제에 맞춰 팔동작 계이름을 나타내는 영역 이다. 특정한 사람이 아닌 모든 구성원이 각자 교사가 되어 돌아가기 때문에 “내가 선생님이라고? 나도 선생님이 다 되보고 좋다.”며 이야기 하셨던 것을 볼 수 있다(사진 IV-11 참조).

- ◆ 선생님 : “한 분씩 나오셔서 선생님 역할을 하실꺼예요. 쌤님 앞으로 나오세요.”
- ◆ 어르신 : “앞으로 나오라구요? 뭘 시킬려고 제일 먼저 날 부르데요.”
- ◆ 선생님 : “어머니는 선생님 역할이시니까 문제를 내시고 누가 틀리든지 확인해주시면 돼요.”
- ◆ 어르신 : “내가 쌤님처럼 게임을 말하면 된다고요?”
- ◆ 어르신 : “참말로 내가 쌤님도 다 되보고 좋네. 호호호...”
- ◆ 어르신 : “전부 돌아가면서 쌤님 하나보네.”
- ◆ 어르신 : “모두 쌤님이 되니 좋네.”

-3차시 수업 중-



<사진 IV-11> 3차시 쌤님 역할 활동 중

<5차시 캐스터네츠 연주> 활동에서 캐스터네츠 악기에 대한 관심이 많았었다. 캐스터네츠는 금방 배울 수 있어 어르신들이 성취감을 빨리 느낄 수 있었다. 캐스터네츠 연주는 다양한 방법으로 진행하였는데 그 중 게임을 각자 정해주고 곡을 연주하는 활동이 있었다. 처음에는 곡에 나오는 게임으로 차례대로 정해주었다가 어느 정도 익숙해지면 일정한 규칙이 없이 무작정 정해주고 연주를 하는 부분에서 어르신들은

어려워하시는 모습보다는 자신이 어느 음정인지 확인하고 또 확인하는 적극적인 모습과 서로 한 번 더 하고 연주하고 싶어 하는 모습을 볼 수 있었다. 한 어르신은 캐스터네츠 활동이 재미있으셨는지 남편에게 가르쳐 주고 싶다는 어르신도 계셨다(사진 IV-12 참조).

- ◆ 선생님 : “연주법은 똑같은데요. 이 번에는 재미를 옛갈리게 섞어 놓을 꺼예요. (중략)..”
- ◆ 어르신 : “이제 어렵게 섞어서 하나 보네.”
- ◆ 어르신 : “지금까지는 쉬운 거였어. 정말 옛갈리겠는데요.”
- ◆ 어르신 : “기초는 머리를 잘 돌아가기 위해서 먼저 한 거네.”
- ◆ 어르신 : “정신 바짝 차리고 해야겠어요. 나는 뭐라고 했죠?”
- ◆ 선생님 : “오늘 캐스터네츠 연주해보셨는데 어떠셨어요?”
- ◆ 어르신 : “노래 부르면서 캐스터네츠 연주하니 손이 심심하지도 않고 좋네요.”
- ◆ 어르신 : “손바닥 지압도 되고 운동되니 좋네요.”
- ◆ 어르신 : “이 거 (캐스터네츠) 어디서 살 수 있어요?”
- ◆ 어르신 : “우리 영감한테 가르쳐 줘야겠어요.”

-5차시 수업 중-



<사진 IV-12> 5차시 캐스터네츠 연주활동 중

<6차시 핸드벨 연주> 활동 중 차례대로 돌아가고 악기 하나가 남아 연주 하실 분을 물어봤는데 다들 적극적으로 참여하였다. 그리고 자신의 파트 부분을 틀리지 않기 위해 몇 번이고 확인하는 모습을 볼 수 있었다.

- ◆ 어르신 : “한 악기가 남네... 선생님 어떡하나요?”
- ◆ 선생님 : “누구 혼자 하고 싶으신 분 계세요?”
- ◆ 어르신 : “제가 해도 되나요?”
- ◆ 어르신 : “다음번에는 내가 해야겠네...”
- ◆ 어르신 : “가만히 보는 것 보다 연주하는 것이 재미있어.”

-6차시 수업 중-

<8차시 추억 속 노래> 마지막 수업으로 7차시에 이어 추억 속 노래를 선곡하고 자신의 추억을 회상하며 이야기를 나누고 함께 노래를 부르는 시간이었다. 마지막 수업에 대한 아쉬운 마음을 표현했고 이런 음악활동 수업을 계속 하고 싶어 하는 모습을 볼 수 있었다(사진IV-13 참조).

- ◆ 선생님 : “미움인지 그리움인지 이 곡 선곡하신 분? 어떤 사연이 있는 곡인지 말씀해 주실 수 있으시나요?”
- ◆ 어르신 : “애인은 아니고 옛날에 날 좋아하던 친 오빠 친구가 있었는데.. (중략)..”
- ◆ 선생님 : “(중략)... 오늘이 마지막 수업이었는데요. 즐거우셨나요?”
- ◆ 어르신 : “오늘이 마지막이에요? 또 안하나요?”
- ◆ 어르신 : “선생님 덕분에 즐거웠어요. 또 하면 좋을 텐데요. 아쉽네요.”
- ◆ 어르신 : “동심으로 돌아 간 것 같아 재미있었어요.”

- ◆ 어르신 : “언제 내가 선생님 역할도 해보겠어요. 살다보니 선생님도 다 해봤지.”
- ◆ 어르신 : “이 수업에서 만큼은 무엇을 하든 자신 있게 나가서 할 수 있었던 것 같아요.”

-8차시 수업 중-



<사진Ⅳ-13> 8차시 추억 속 노래 마지막 활동 중

V. 결 론

이 연구의 목적은 음악활동이 노인의 삶의 질, 여가만족도, 사회·심리 자기효능감에 미치는 영향을 알아보는 것이었다. 양적 분석 결과와 질적 분석 결과를 통해 얻어진 결론은 다음과 같다.

설문지는 삶의 질, 여가만족, 사회·심리 자기효능감으로 세 가지 하위 요인으로 분류하여 검사하였다.

첫째, '삶의 질'에 대해 살펴보면 “나는 음악활동을 통해 하루하루가 기쁘고 보람된다.” 상의 응답자수 55명(77.46%)으로 가장 높게 나타났다. 이는 음악활동을 통해 하루하루가 기쁘고 보람됨을 알 수 있다. “나는 음악활동을 통해 젊은 시절처럼 즐겁고 행복하다.” 상의 응답자수 54명(76.06%)으로 나타났다. 이는 음악활동을 통해 노인의 삶이 젊은 시절처럼 즐겁고 행복함을 느끼는 것을 알 수 있다. 이 결과 삶의 질에 대해 긍정적인 영향을 미치는 것을 알 수 있다.

둘째, '여가 만족'에 대해 살펴보면 “나는 음악활동이 정신 건강에 좋다고 생각한다.” 상의 응답자수 67명(94.37%)으로 가장 높게 나타났다. 이는 음악활동이 정신 건강에 매우 긍정적인 영향을 미치는 것을 알 수 있다. “나는 음악활동을 통해 스트레스 해소에 도움이 된다.” 상의 응답자수 58명(81.69%)으로 나타났다. 이는 음악활동이 스트레스 해소에 도움이 되며 긍정적 영향을 미치는 것을 알 수 있다. 이 결과 여가만족에 대해 매우 긍정적인 영향을 미치는 것을 알 수 있다.

셋째, '사회·심리 자기효능감'에 대해 살펴보면 “나는 음악활동에서 새롭게 배운다는 것이 재미있다.” 상의 응답자수 61명(85.92%)으로 가장 높게 나타났다. 이는 음악활동에서 새롭게 배우는 것에 대해 긍정적인

영향을 미치는 것을 알 수 있다. “나는 나에게 필요한 것이 있으면 배우려고 한다.” 상의 응답자수 58명(81.69%)으로 자신에게 필요한 것을 배우는 것에 대해 긍정적인 것을 알 수 있다. 이 결과 사회·심리 자기효능감에 대해 긍정적인 영향을 미치는 것을 알 수 있다.

넷째, ‘사회·심리 자기효능감’ 부정형 문항을 살펴보면 “주변 사람들이 나보다 모든 일에서 뛰어난 것 같다.” 중의 응답자수 39명(54.93%), “나는 음악활동을 시작하기 전부터 실패 할 것 같은 느낌이 들곤 한다.” 중의 응답자수 37명(52.11%)으로 나타났다. 응답자 절반 이상이 중 이상을 선택하였고 사회·심리 자기효능감에 대해 긍정적인 영향을 미치는 것을 알 수 있다.

질적 분석에 대한 결과를 토대로 다음과 같은 결론을 얻을 수 있다

첫째, 노인 음악활동 프로그램은 노인의 자신감 향상에 도움이 된다. 한명씩 나와 발표하는 부분에서 부담도 되고 잘 할 수 있을지 걱정스러운 모습이었지만 시간이 지날수록 쑥스러워 하던 모습과 달리 “울동도 하면서 애기처럼 예쁘게 해야겠어요.”라며 소녀처럼 두 손 모아 자기소개를 하는 모습을 볼 수 있었다. 이는 노인 음악활동 프로그램을 통하여 다른 그룹원과 서로 이야기를 나누고 협력하여 음악을 만들어 나가는 활동은 자신감과 성취감에 더 중점을 두었다고 볼 수 있다.

둘째, 노인 음악활동 프로그램은 노인의 자기조절효능감 향상에 도움이 된다. 다 같이 노래를 부르는 활동 중 “나는 왜 음정이 높아지면 목소리가 같이 커질까?”라며 음정이 높아지면 목소리도 같이 커지는 자신의 행동을 알고 계셨고 “이제 음정이 맞는 거 같다.”며 자기 판단을 하는 모습을 보였다. 이는 노인 음악활동 프로그램에서 자신의 작업을 계속적으로 반성하는 활동을 통해 더 넓고 비판적인 시각을 발달시키고, 문제점을 보완하는 것을 통해 자기관찰, 자기판단, 자기반응과 같은 자

기조절적 기제를 수행할 수 있는 능력을 발달 시켰기 때문이다.

셋째, 노인 음악활동 프로그램은 노인의 과제난이도 선호 귀인(성취감) 향상에 도움이 된다. 회기가 거듭 될수록 대상자들의 자발적인 참여와 과제해결 능력의 증가가 관찰되었으며, 음악활동을 통해 성취감과 자신감을 경험한 것을 확인할 수 있었다. 또한 인터뷰를 통한 분석 결과, 노인 음악활동 프로그램에 대해 높은 만족도를 보였으며, 노인 음악활동 프로그램에 적극적으로 참여하는데 기여했음을 확인할 수 있었다. 노인 음악활동 프로그램에서 경험한 자신감과 만족감은 노인의 삶에 긍정적인 도움을 주는 것으로 보인다.

참 고 문 헌

- 김아영 (2010). **학업동기-이론, 연구와 적용**. 서울: 학지사.
- 김육, 김정현, 박현식, 조성희 (2012). **노인복지론**. 경기도 파주: 양서원.
- 김인혁, 구재관, 김준환, 양정빈, 유영주, 이호순, 천덕희, 하영갑 (2011). **노인복지론**. 서울: 창지사.
- 김태준 외 (2007). **고령사회에 대응하기 위한 노년교육 장기 발전 방안 연구**. 서울: 한국교육개발원.
- 매클리스 (1980). **음악의 즐거움 (上)**. 서울 : 이화여자대학교 출판사.
- 변용만, 배기효, 전영록, 임구원, 전대성, 이진우 (2011). **노인복지론**. 경기도 파주: 정민사.
- 송진영 (2011). **노인복지론**. 서울:나눔의집.
- 윤경아, 김형수, 모선희, 유성호 (2012). **현대 노인복지론(4판)**. 서울: 학지사.
- 이강인, 이경구, 이승부, 이은혜, 이종모, 이혜진, 조경훈, 최홍권, 홍성모 (2011). **노인복지론**. 경기도 고양시: 공동체.
- 이인수, 이승명, 정종식 (2012). 제4판 21세기 **노인복지론**. 서울: 대왕사.
- 이중엽 (2008). **사회복지법제론**. 서울: 유풍출판사.
- 진석범 (2010). **현대노인복지론**. 서울: 학이당.
- 한정란 외(2006). **세계의 노인 교육**. 서울: 학지사.
- 황진수, 정길홍, 김귀자, 김종식, 김창진, 김태식, 문정애, 박동수, 양경희, 송선희, 최명숙, 이상매, 서경조, 이화식, 문미, 최상훈, 유찬열, 주민경, 권승숙, 문형남, 정의정, 하경분, 최숙희 (2011). **노인교육론**. 서울: 신정.

- 김아영 (1998). “동기이론의 교육현장 적용 연구와 과제-자기효능감 이론을 중심으로”, **교육심리연구**, 12(1), 105-128쪽.
- 김아영, 박인영 (2001). “학업적 자기효능감 척도 개발 및 타당화 연구”, **교육 방법 학회**, 39(1), 95-123쪽.
- 김천사 (2011), “관소리 창작 음악치료 프로그램을 통한 독거노인의 자기효능감 증진에 관한 연구: 성음을 중심으로”, **음악치료교육연구**, vol.8 NO.1, 45쪽.
- 강승미 (2008), 제주도내 노인 복지·여가 시설에서의 음악교육 실태와 개선 방안 연구. 제주 대학교 교육대학원 음악교육전공 석사논문.
- 김경혜 (2001), 노인의 음악선호도 조사 연구. 숙명여자대학교대학원 임상음악치료 전공 석사논문.
- 김민경 (2012), 노인의료복지시설의 국악 활용 프로그램 실태조사 연구. 중앙대학교 국악교육대학원 국악유아교육전공 석사논문.
- 김은숙 (2011), 전라북도 내 노인복지관의 음악프로그램 실태와 개선방안 연구. 전북대학교 교육대학원 음악교육전공 석사논문.
- 노진자 (2012), 노년기 삶의 질을 향상시키기 위한 음악 교육프로그램 기획 : 평생교육원 음악 프로그램을 중심으로. 전남대학교문화전문대학원 석사논문.
- 박은숙 (2012), 강릉시 노인복지기관 및 노인대학의 음악교육 실태와 개선 방안. 관동대학교 교육대학원 음악교육전공 석사논문.
- 백승은 (2011), 노인들이 선호하는 노래의 분석 연구. 이화여자대학교 교육대학원 음악치료교육전공 석사논문.
- 신언미 (2012), 노인의 노래 부르기 활동이 음악 개념과 태도에 미치는 영향. 상명대학교 교육대학원 음악교육전공 석사논문.
- 오용원 (2011), 전통음악을 활용한 노인복지 프로그램의 효과성에 관한 연

구 :평택시 노인복지관을 중심으로. 중앙대학교대학원 음악학과 한국음악(이론)전공 박사논문.

오진경 (2010), 노인 국악교육 지도방안 연구: 민요 ·장구교실 중심으로. 국민대학교 교육대학원 음악교육전공 석사논문.

유하영 (2012), 노인의 사회 참여에 기여하는 대학교육 연구 : 음악교육을 중심으로. 상명대학교 교육대학원 음악교육전공 석사논문.

정성배 (2006), 노인복지시설의 포괄적 음악활동을 적용한 건강증진 프로그램 개발. 대전대학교 사회복지 대학원 박사논문.

전영수 (2007), 레크리에이션댄스가 노년기의 자기효능감 증진에 미치는 효과 -프로그램 개발과 효과성 검증. 경기대학교 정치전문 대학원 사회복지학과 박사논문.

정지혜 (2009), 아츠 프로펠을 적용한 초등음악 창작프로그램이 자기효능감에 미치는 영향. 경인교육대학교 교육대학원 초등음악교육전공 석사논문.

조민서 (2012), 노인대학의 음악교육에 대한 실태조사연구 : 서울특별시에 등록된 노인대학을 대상으로. 건국대학교 교육대학원 음악교육전공 석사논문.

한은미 (2009), 고등학생이 지각한 담임교사의 변혁적 리더십과 학생의 자기효능감과의 관계, 이화여자대학교 교육대학원 석사논문.

허지혜 (2010), 노인복지관의 사회교육프로그램을 중심으로 한 노인음악교육 실태분석. 이화여자대학교 교육대학원 음악교육전공 석사논문.

독일 프랑크푸르트 시민대학 홈페이지 <http://www.vhs.frankfurt.de>

로드 스칼라 홈페이지 <http://www.road scholar.org>

미국 노인교육기관 오아시스 <http://oasisnet.org>

보건복지부 <http://www.mw.go.kr>

영국 런던 U3A 홈페이지 <http://www.u3alondon.org.uk>

엘더 호스텔 <http://www.roadscholar.org>

통계청. 한국 사회 지수 <http://www.nes.go.kr>

ABSTRACT

Effect of Music Activities upon the Lives of the Elderly

Yang, SE EUN

Major in Music Education

Graduate School of Education

SungShin Women's University

This research has its own objective to see what effect of music activities of the elderly upon the promotion of their life quality, leisure satisfaction, socio-psychological self-efficacy. Based on this, we set the following research problem.

First, what effect of music activities of the Elderly upon their life quality?

Second, what effect of music activities of the Elderly upon their leisure satisfaction?

Third, what effect of music activities of the Elderly upon their socio-psychological self-efficacy?

Sample was: first, the participatory sample was 40 from 1 Welfare Center in Gwangju, 30 from B Welfare Center, once a week, 4 times

a month, 8 times in total. Second, 10 samples were selected from C Welfare Center in Gwangju and 2 times a week, 8 times in total.

For research tool, we used appropriate level of vocabulary for the elderly on the basis of what Kim A Young and Cha Jung Eun(1996) have to measure life quality, leisure satisfaction and socio-psychological self-efficacy of the elderly. Questionnaire was tested in three classification of the subfactor of self-efficacy: life quality, leisure satisfaction, socio-psychological self-efficacy. Its analysis result is as following.

First, observing 'life quality' "I am pleased and worthy every day with music activities." was answered by 55 respondents(77.46%). It shows music activities such that every day one feels pleased and worthy.

Second, observing 'leisure satisfaction' "I think music activities are good for the mental health." was answered by 67 respondents(94.37%). It shows music activities such that it gives a very positive effect upon mental health.

Third, observing 'socio-psychological self-efficacy' "I feel funny to learn new thing in music activities." was answered by 61 respondents(85.92%). It shows a positive effect of learning new thing in music activities.

Fourth, observing negative questions of 'socio-psychological self-efficacy' "people around seem to be better than me in everything" was answered by 39 respondents(54.93%), and "I tended to feel the failure before music activities." was answered by

37respondents(52.11%). More than the half of respondents selected more than the half and had positive effect upon socio-psychological self-efficacy.

Based on the result of qualitative analysis, we got the following conclusion.

First, music activity program of the elderly helps for their self-confidence improved. Through music activity program of the elderly, their activity of talking to each other and of creating music in cooperation would be focused more on self-confidence and achievement.

First, music activity program of the elderly helps for the improved self-efficacy of the elderly. Reflecting their work continued in music activity program of the elderly, they developed their ability of performing self-regulating statement of self-observation, self-judgment, self-reaction.

Third, music activity program of the elderly helps for their preferred attribution(achievement)of task difficulty improved. The voluntary participation and the skill of task solution of samples were increased as time went by, and they experienced achievement and self-confidence through music activity.

부록

<부록1> 노인 음악활동 참여자 안내글

안녕하십니까?

저는 성신여자대학교 대학원에서 음악교육학 석사과정을 전공하고 있는 대학원생이며 「음악활동이 노인의 삶에 미치는 영향」에 대한 논문을 진행하고 있습니다.

본 연구의 결과는 노인음악프로그램 증진을 위한 소중한 자료가 될 것이며, 어르신께서 답변해주신 소중한 의견은 연구의 목적 외에 사적인 목적으로는 사용되지 않을 것을 약속드립니다.

항상 건강과 행운이 함께하시길 기원하며 본 연구를 위하여 어르신께서 소중한 시간을 내주신 점에 대하여 다시 한 번 감사의 말씀을 드립니다.

2012.08

성신여자대학교 교육대학원 음악교육학
석사과정 양세은

<부록2> 설문지

번호	문항 내용	상	중	하
1	나는 음악활동을 통해 하루하루가 기쁘고 보람된다.			
2	나는 음악활동을 통해 삶의 여유가 생겨졌다.			
3	나는 음악활동을 통해 젊은 시절처럼 즐겁고 행복하다.			
4	나는 음악활동 후 외로움을 느낄 때가 적어졌다.			
5	나는 이제까지 내가 살아온 인생에 대해 꽤 만족한다.			
6	나는 음악활동을 참여하면서 가정생활이 훨씬 더 즐겁고 만족스럽다.			
7	나는 음악활동을 통해 스트레스 해소에 도움이 된다.			
8	나는 음악활동이 정신 건강에 좋다고 생각한다.			
9	나는 음악활동 시간이 기다려진다.			
10	나는 음악활동을 통해 다른 사람과 어울려서 활동하는 것을 좋아하게 됐다.			
11	나는 음악활동을 통해 성취감과 자신감을 갖게 되었다.			
12	나는 음악활동에서 새롭게 배운다는 것이 재미있다.			
13	나는 음악활동에서 다른 사람보다 연주를 잘하고 싶다.			

14	나는 음악활동 중 발표(혼자 나와서) 하는 것이 두렵지 않다.			
15	나는 나에게 필요한 것이 있으면 배우려고 한다.			
16	나는 음악활동을 통해 일상에서 문제가 생기면 두려움이 적어졌다.			
17	나는 내가 할 수 있는 일과 그렇지 않은 일을 판단 할 수 있다.			
18	나는 좋은 성품을 가졌다고 생각한다.			
19	나는 음악활동을 시작하기 전부터 실패 할 것 같은 느낌이 들곤 한다.			
20	주변 사람들이 나보다 모든 일에서 뛰어난 것 같다.			