

The effect of musical application to develop the emotional expression of mentally retarded adults

Sun Ju Jin, Misojin Neuropsychiatric Clinic

Music has a vital meaning in peoples' lives, mostly as a communication medium for thoughts and feelings. Because music is nonthreatening and nonjudgmental, its viability works for everyone. The purpose of this research is firstly to compare the effectiveness of existing social rehabilitation program and music integrated social rehabilitation program for people with mental retardation. Secondly, the study purported to find out if the music integrated social rehabilitation program was effective, then how various musical activities can assist communication and expression, and further assist social interactions among the people with mental retardation. The data were collected using Emotions Assessment Tool, Social Skills Assessment, and Skills development in Music were used. Also, verbal contents, voices, gestures, nonverbal expressions were observed and analyzed.

As the result, it is shown that the music integrated social rehabilitation program has enhanced communicative and expressive skills of adults with mental retardation, and further improved social interactive skills. This implies that music had positive effects to the mental patients on their social relationship activities, than the program without music integration. The results support previous findings that music can be an effective communicative and expression tool.

[keyword] mentally retarded adult, musical application, the emotinal expression

성인정신지체인의 감정 표현 향상을 위한 음악 활용의 효과

진선주, 미소진신경정신과

음악은 가장 오래되고 자연스러운 자기 표현의 수단으로 인간의 역사 속에서 현재 까지 내려와 인간과 관계 맺고 있다. 이는 음악이 개인의 감정을 자유롭게 표현할 수 있는 통로의 역할을 하면서도 그 내용에 대해 직접적인 판단을 받지 않은 음악이라는 매체의 특성 때문인데, 이는 클라이언트에게 자유롭고 비위협적인 안전한 환경을 조성해 주기 때문이다. 이러한 음악의 특성들은 사회적 위축감과 무기력감으로 인해 수동적이거나 공격적인 부적절한 감정 표현의 양상을 보이는 정신지체인들에게 긍정적인 도구가 될 것이다.

본 연구에서는 정신지체를 가진 성인들에게 기존의 감정 표현 훈련에 음악을 활용할 경우 정신지체를 가진 성인들의 자기 감정 표현 및 사회생활기술에 음악이 긍정적인 영향성을 미치는지 알아 보기 위함이다. 각 3명의 실험집단과 통제집단으로 나누어 실시하였으며, 실시한 프로그램의 효과를 분석하기 위해, 자기 표현 평정 척도 및 사회 생활 기술 척도 도구를 사용하여 사전 사후 검사를 실시하였다.

연구 결과 기존의 감정 표현 훈련보다 음악을 활용한 감정 표현 훈련이 성인정신지체인들의 말할 때의 내용표현, 음성 표현, 신체 및 비언어적 표현력을 모두 포함한 자기 감정 표현력에서 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났고, 이는 전반적인 정신지체인들의 사회생활기술의 향상에도 긍정적인 영향을 주었다고 해석할 수 있다. 이는 전반적인 사회생활기술의 향상과 자기 감정 표현의 불가분의 관계를 보여주는 것과 동시에 음악을 활용한 감정 표현 훈련이 정신지체를 가진 성인들의 효과적인 감정 표현 훈련의 방법으로 사용될 수 있다는 것을 제시했다고 볼 수 있다.

[핵심어] 성인정신지체인, 음악활용, 감정표현향상

정신지체인은 자신과 타인의 감정 및 사회적 행동에 대한 이해 능력에 있어 발달적인 지연을 보이거나 이것은 자폐성 장애 아동들과는 달리 근본적인 결함이 있는 것이 아님에도(오경민, 1999; Sodian & Frith, 1992), 타인의 감정을 읽고 묘사하며, 그에 따라 적절히 반응하는데 어려움을 보이고 있는데(김성남, 2000), 이는 감정을 읽는 능력에 있어 지적 기능이 지체된 정도가 심할수록, 사회적 기술에서의 낮은 수행력과 상관이 있기 때문이다.

또한, 이들은 일반적인 방식으로는 자신의 욕구나 필요를 표현하는데 한계를 느끼기 때문에 이를 보완해주기 위해 어렸을 적부터 부모나 교사 혹은 전문가가 그들의 삶에 개입하게 되어 여러 가지 노력을 기울이게 됨에도 불구하고, 성장 과정에서 여러 가지 현실적인 측면과 맞닿게 되면서 심리적인 요인 및 후천적 환경과의 상호작용에 의해서 좀 더 뚜렷한 양상을 보이게 되며, 이를 크게 두 가지로 분류해 보면 아래와 같다.

첫 번째는 수동적이고, 위축되거나, 무기력한 정신지체인으로 유아기부터 성장하면서 지속적인 욕구 좌절이나, 낮은 성공기대를 경험한 후 성인이 되어서도 사회생활에서 위축감을 느껴 수동적이고 무기력하고 수줍음을 타는 수동적인 성격을 형성하게 되는 경우다. 이들은 자신의 감정과 욕구, 의견 등을 표현하지 못함으로 자신의 권리를 상실하게 되고, 이러한 수동적인 반응을 통해 불만족과 우울, 무능력한 느낌으로 인한 무기력한 감정을 가지게 된다.

두 번째의 경우는 공격적이고 비협조적인 행동을 보이는 정신지체인으로 유아기부터 성장해오면서 일반인들에 비해 잦은 실패를 경험하게 될 때, 이들은 앞으로 일에서도 실패하게 될 것이라고 쉽게 실패를 예상하게 되며, 실패를 야기하는 상황을 피하려는 경향을 보이게 된다. Zirpoil 와 Melloy(1993)는 난폭한 감정의 정서를 보이는 정신지체인의 특성을 언어적, 신체적 강압, 직접거림, 성가시게 하기, 말다툼, 주먹다짐, 타인의 권리에 대한 무시나 훼손으로 설명했다. 이러한 난폭하거나 수동적으로 위축된 정신지체인들은 성인이 되어서도 이것과 비슷한 유형의 실패 경험이 직장 등에서 재연되면 욕구불만에 대한 내성(frustration tolerance) 즉, 참는 힘이 부족하기 때문에, 따라서 쉽게 좌절 해 버리고, 다시 재도전해 보려는 노력을 전혀 보이지 않거나 때로는 거부하고 공격적인 반응과 같은 양상을 보인다. 이들의 사회생활 능력이나 사회적 적응성에서도 효과적이고 적절하지 못한 감정적 표현을 행동으로 나타내보여 행동상의 결함을 나타낸다.

이러한 정신지체인들의 감정의 특성 때문에 원활한 사회적 관계를 맺기 위해서도 정신지체인들의 감정 이해 및 올바른 감정 표현의 중요성이 요구되어짐에도 감정 표현 훈련에 대한 연구는 아직 미흡한 실정이고, 기존의 감정 표현 훈련도 치료가 리더가 되어 상황 설정을 한 후 역할 연기를 하거나, 비디오를 보면서 상황을 재현하여 상대방의 감정을 이해하는 방식을 많이 취한다. 그러나, 정신지체인들은

정상인들보다 경험의 폭이 좁고 인지도 부족하여 이해력이 떨어진다. 이들에게는 좀 더 구체적이고 직접적인 방법으로 피부에 와 닿게 감정을 스스로 체험하여 느끼도록 해야 한다.

Gaston(1968)은 인간의 감정 표현에 있어서, 언어를 사용한 감정 표현에서는 한계를 느끼는 반면, 음악은 비언어적 커뮤니케이션으로 잠재력과 가치가 있다고 하였다. 따라서 음악활동이 타인과 접촉하기 어려운 사람도 그룹으로 유도하여 타인과 가까이 교류할 수 있는 기회를 제공함으로써 이러한 음악적 경험을 통해 사회생활에서의 적응행동을 향상시킬 수 있다고 하였다. 이와 관련하여 Merram(1964)은 음악이 감정 표현과 상징적 표현을 가능하게 하며, 미적 즐거움, 오락을 주고, 커뮤니케이션을 하도록 하고, 신체적 반응을 일으키며, 사회적 규범, 사회기관과 종교 의식의 확인, 사회와 문화의 연속성, 사회의 통합에 기여하는 등 음악이 가지는 사회적 기능에 대해 주목하였다. 특히, 감정 표현의 기능은 평소 표현하지 못한 생각이나 감정을 자연스럽게 표현하게 해주며 커뮤니케이션의 기능은 음악적 경험을 통해 타인과 언어적 • 비언어적 교류를 경험함으로써 개인을 사회에 융화시키는 등 음악적 경험이 갖는 사회적 기능과 영향력을 밝히고 있다.

음악은 인간의 내면에 숨겨져 있거나, 표현하지 못했던 감정을 깨닫고 느끼고 표현해 주도록 하는 도구가 되는데, 이는 음악이 분노를 감추고 내면화하고 방어하기 보다는 기쁜 감정이든, 슬픈 감정이든, 언어로 표현되지 못하는 미묘한 감정이라도 적절히 표현하게 하여 음악을 통해 자신의 감정을 재 확인 시켜주기 때문이다(박수정, 2002). 또한, 음악은 불안, 분노, 적의와 같은 부적 감정의 느낌을 표현하는 출구로서 음악을 통해 신체와 목소리, 감정의 카타르시스를 경험하면서 격렬한 외부적 폭발을 방지하며(Gardstom, 1999), 평소 표현하지 못한 생각이나 감정을 자연스럽게 표현하게 하여 정서적 안정감을 갖도록 하는데, 음악활동이 심리적으로 안전한 환경에서 타인과의 상호적인 관계를 가지면서 그 속에서 적절히 자신의 욕구와 요구를 발출할 수 있는 배출구를 제공하여 공격성과 열등감으로 표출될 수 있는 정서들을 긍정적인 행동으로 이끌어 준다고 보았다(지은미, 2001).

이러한 음악의 특성들은 사회적 위축감과 자신(self)에 대한 무기력감으로 인해 수동적이고 소극적인 감정 표현을 보이거나, 부적 감정의 또 다른 표현 방법인 공격적이고 부적절한 사회적인 행동을 보이는 정인지체인들에게 정서적 안정감 및 자아 존중감 향상, 부적응 행동의 감소 등을 가져올 수 있는 좋은 도구가 될 수 있다.

Luise와 Edgar(1978)는 능동적이고 리듬에 기초한 타악기 활동에 대해서 자기 표현을 촉진시키며, 공격, 적대감 감소에 효과를 미칠 수 있다고 했는데, 북을 치는 것은 몸의 움직임을 리듬과 소리로 변형시키는 행동이고 초조감이나 자극적인 감정, 고통 등을 손으로 느끼는 일종의 신체 경험이라고 할 수 있으며, 분노, 격분, 증

오와 같은 감정이 연주를 통해 건설적이고 창의적인 것으로 만들어 질 수 있다고 하였다. 이유진(2001)도 음악활동 참여 후 정신지체 청소년의 10가지 부적응 행동 영역 가운데 8 가지(독립기능, 자기관리, 사회화, 반사회적 행동, 반항, 위축, 대인관계 예법, 과잉행동)에서 유의미한 차이가 나타났음을 보여주어 결과적으로 부적응 행동이 감소하고 주의집중 행동이 증가되어 음악활동이 정신지체 청소년이 사회생활 능력 향상에 효과적으로 사용될 수 있음을 보여주었고, 김인숙(1982)과 박인숙(1986)도 음악이 가진 위안적 효과 역시 그 음률이나 리듬이 심한 정서적 불안정을 보이는 발달장애아동에게 안정감을 줄 수 있다고 하였다.

또한, 직접적이고 순간적인 표현과 확인의 작업이 반복되는 다양한 음악 안에서의 경험은 자신을 객관화 시키며 타인을 이해하게 하는 기초가 되는데, 이는 환경 안에서의 재사회화를 유도하며 여기서 얻어진 자신감은 궁극적으로 정신지체인들의 사회성을 향상시킬 수 있다.

이것은 음악 치료 환경 안에서 자신이 어떤 악기를 선택하는지, 어떤 음색을 좋아하는지, 어떤 곡을 선호하는지, 어떤 패턴으로 연주하는지 등의 다양한 음악적 경험과 선택들은 그 자체만으로 자신을 표현하는 기회가 될 수 있으며, 이러한 음악 치료 활동 안에서는 개인이 선택하거나 창안하는 것 모두 나름대로 표현의 의미를 담고 있게 되며(정현주, 2000), 이러한 감정의 표현과 확인을 통해 사회적으로 허용되는 상과 그렇지 않은 행동을 위한 기회를 제공 받아 특히, 평소 표현하지 못한 생각이나 감정을 자연스럽게 표현, 조절할 수 있도록 하기 때문이다.

김관일(1980)은 정신지체인에게 있어 음악활동이 다른 어떤 활동보다 빠른 반응을 보이며 보다 효과적이어서 어떠한 행동의 변화나 수정에 중요함을 알 수 있다고 한다. 이로 인해 특수 교육 현장에서도 정신지체인들의 교육에 음악 활동의 적용이 확산되어가고 있다.

이렇듯, 음악을 통해 체험하게 되는 감정의 경험은 마음의 움직임을 질서 있게 배열하도록 인간의 기분을 바꾸어주고, 자기표현을 하게 하는 기능을 가지며, 자신의 정서와 접촉하고 통합하는 것을 도와준다(임은희, 1997). 이는 음악을 통한 감정 표현이 그 내용에 대해 다른 사람으로부터 직접적인 판단을 받지 않으면서도 자신의 감정이 솔직하게 표출되는 안전한 환경안에서 정신지체인들이 자유롭고 비위협적인 환경을 조성하고(최병철,1999), 구체적 개념이나 언어의 표현 없이도 정신지체인들에게 직접 전달될 수 있는 매체로 작용되기 때문이다.

신혜진(1997)은 부정적 자아태도가 성공의 경험기회가 주어지는 수용적 환경에서는 자신감으로 변하여 부적절한 행동 및 불안정한 감정 표현을 줄이고 보다 적극적이고, 긍정적으로 변한다고 하였는데, 정신지체인들의 부적절한 감정 표현 및 부정적 자아 태도는 그들의 선천적인 장애에서 기인한 요인과 심리적이고 환경적인 후천적 요인이 결합된 결과이므로, 그들에게 지지적인 환경을 조성하고 성공과 성취의 기

회를 제공하여 사회화에 필요한 적합한 태도의 형성과 동기 및 욕구를 강화하고 현실화하며, 자신감과 통제력 향상을 시도하게 된다면 이들의 부적절하고 부정적인 감정 표현은 긍정적으로 변화할 수 있을 것이다(최유선,2002).

앞에서 언급했듯이, 음악적인 경험은 이처럼 수용적이고 지지적인 환경이 조성되고 성공을 경험할 수 있는 기회를 제공하여, 정인지체인들의 긍정적인 감정의 경험을 촉발시키고 그러한 감정을 확인하며 표현하고 그것을 타인과 더불어 표현하고 감정적인 교류를 통하여 자신이 감정적인 행동을 종합, 조절, 변형시킬 수 있음을 알 수 있다(이수진,2002). 따라서, 정인지체인들이 부적인 감정을 유발하는 사회적 상황에 상호 관련된 자신의 감정을 바로 알고 적절히 표현하고, 나아가 다른 사람의 감정을 파악할 수 있도록 감정의 질적인 향상을 가져오게 된다면 문제 상황을 해결하고자 하는 동기를 향상시킬 수 있게 되고, 이는 자아 존중감 향상 및 적극적인 삶의 대처 기술향상을 가져올 수 있을 것이다.

본 연구는 감정 표현에 미치는 음악의 영향성을 고려하여 정인지체인들을 대상으로 한 기존의 감정 표현 훈련에 음악적 적용을 추가할 때 훈련의 효과에 긍정적인 영향을 줄 수 있는지를 알아보고자 하였다.

연구 방법

1. 연구 대상

본 연구는 서울시에 소재하고 있는 S 복지관의 재가 서비스 대상자 중 나이는 20대에서 30대 사이로, 사회성숙도 검사로 측정된 사회적 지능이 11세 이상이며, 웨슬러 지능검사에서 지능지수가 50 이상인 대상자 중에서 일차적으로 선택하였다. 1차적 선택 후 사회복지사의 추천을 통해 언어적 지시에 따른 수용이 가능하고, 대화가 가능하여 언어소통에 문제가 없고 악기 연주에 결격 사유가 없는 성인정인지체인 6명을 이차적으로 선별하였으며, 이를 3명의 실험집단과 3명의 통제 집단으로 구성하였다.

<표 2> 실험집단과 통제집단의 특성

	실험 집단				통제 집단			
	성별	SA	SMS	IQ	성별	SA	SMS	IQ
사례1	여	35	11.7	60	여	20	10.8	53
사례2	여	25	11.3	57	여	22	11.4	57
사례3	여	23	11.4	55	남	25	11.3	54
평균		28	11.0	55		22	11.0	53

2. 연구 설계

본 논문의 연구기간은 치료 시작 전 후 각 1주간의 검사지 측정 기간이 있었으며, 2004년 2월 23일부터 5월 23일까지 전 과정 13주에 걸쳐 그룹 치료의 형태로 총 16회기에 걸쳐 시행되었고, 각 세션은 50분으로 구성되었다. 본 연구에서 실시한 프로그램의 효과를 분석하기 위해, 자기 표현 평정 척도 및 사회 생활 기술 척도 도구를 사용하여 사전 사후 검사를 실시하였다. 모든 세션에서 객관성을 유지하기 위해 오디오와 비디오 녹화를 하였으며, 제 3자가 척도를 측정하도록 하였다.

본 연구에서 실험군과 통제군은 감정 표현의 질적인 향상이라는 동일한 목적과 단계별 동일한 목표 하에 실험군은 음악을 활용한 감정 표현 훈련을 실행하였고, 통제군은 기존의 감정 표현 훈련프로그램으로써, 프로그램에 감정 카드 및 상황 카드를 사용하여 여러 가지 상황에 대해 토론 및 역할 연기 등을 하였으며 이 때 음악적인 요소를 배제되었고, 실시한 후 두 집단을 비교 분석하였다.

본 프로그램은 매회 활동을 하고, 활동이 끝난 후 느낀 점을 나누는 순서로 진행하도록 한다. 먼저 진행자는 그 프로그램의 주제와 활동 목적을 설명한 후, 집단 활동의 중요성을 인식시키고 동기를 유발시키며, 프로그램의 실제 활동을 하기 전에 활동에 대한 자세한 지시를 해주고 곧 활동에 들어가게 한다. 집단의 크기나 시간의 길이에 따라 활동의 수, 내용, 방법을 적절하게 조절, 변용해서 실시하며, 집단 구성원과 나누는 토론 중 구체적으로 나눌 수 있는 사례가 있을 경우에는 그 문제에 집중하여, 감정에 머물기, 역할 연기, 감정의 변화를 악기로 표현하기, 노래 개사 하기 등 다양한 방법들을 활용하여 좀 더 깊은 체험을 하도록 유도할 수 있다. 활동이 종료되면 정리의 시간을 가짐으로써 그날 집단활동에서 경험한 것을 서로 나누도록 하여 체험이 정리되어 질 수 있도록 하고, 마지막에 진행자가 그날의 집단 활동을 요약하고 마치도록 한다.

3. 측정 도구

(가) 자기 가정 표현 평정 척도

감정표현을 평정하기 위하여 사용한 도구는 Rakos & Schroeder의 자기 표현 평정 척도를 우리 나라의 문화적 배경에 맞게 고친(김성희, 1982) 자기표현 평정 척도이다. 이 척도는 20개 문항으로 구성되어 있고 그 중 9개 문항은 말한 내용 자체에 어느 정도 자기 표현 요소가 포함되어 있는지 평정하는 문항이고, 7개 문항은 음성에 어느 정도 자기표현 요소가 나타나는지를 평정한 문항이며, 나머지 4문항은 말할 때의 몸짓이나 표정에 어느 정도 자기표현 요소가 반영되어 있는가를 평정하는 문항이다. 채점방식은 “아주 그렇다”에 반응한 것은 1점, “대체로 그렇다”는 2

점, “보통 그렇다” 는 3점, “가끔 그렇다”는 4점, “거의 그렇지 않다”에 반응한 것은 5점으로 자기 감정 표현 검사에서 얻은 점수가 높을수록 자기 감정 표현을 바람직하게 잘할 수 있음을 의미한다.

(나) 사회 생활 기술 척도

사회 생활 기술척도는 원래 정신질환자의 사회생활의 기본 기술을 평가하기 위한 것으로 김철권, 변원탄(1996) 과 전석균(1994) 등의 자료를 참조하여 14개 문항으로 구성되었다.

평정자들이 피험자의 역할 연기를 보고 전체 14문항을 평가하였으나, 여기서는 연구에 맞도록 수정하여 그룹 세션 진행 안에서의 행동 및 발표 등 전체적인 면을 평가하였다. 각 문항은 ‘매우 적절하다’부터 ‘매우 부적절하다’의 5단계가 있으며 각각에 1-5점을 주어 점수화 하며 점수가 높을수록 사회생활기술 수준이 낮은 것으로 평정된다.

(다) 음악적 기술 향상 척도

음악적 기술 향상 검사는 Loton과 Walley의 Recording Skill Development in Music을 구현주(1997)가 번안 사용한 것을 연구자가 정인지체학생들에게 적합하게 수정하여 연구목적에 맞게 재구성하여 사용하였다. 프로그램 실시 중 검사문항의 성질에 따라 학생에게 답하도록 하였고 학생들의 반응을 개인별 평정표에 의하여 기록하였다. 이때 평정점수는 듣기, 리듬표현, 노래 부르기, 악기 다루기의 4개 영역에서 한 문항 당 아주 잘함(5), 잘함(4), 보통(3), 부족함(2), 못함(1)으로 평가하였다 (강해주, 2002).

4. 음악을 활용한 감정 표현 프로그램 목표 및 구성

본 연구에서는 정인지체를 가진 성인들이 사회를 구성하는 일원으로 직업 재활의 현장에 참여하기 전 단계인, 사회 기술 훈련 프로그램의 한 카테고리 안에서 부적감정 표현의 감소와 나아가 인간 관계 안에서 감정 표현의 질적인 향상을 통한 사회성 향상을 도모하고자 실행되는 감정 표현 훈련 프로그램에 음악적인 도구의 활용이 감정 표현의 질적인 향상에 미치는 긍정적인 영향성을 보고자 하였는데, 그룹에 따라 음악을 활용한 감정 표현 그룹과 기존의 사회기술 훈련에 근거한 감정 표현 훈련 그룹의 두 그룹으로 나누었다.

<표 4> 감정 표현 훈련 프로그램의 전체 구성

단계	회 차	프로그램	목적
1단계	1회	프로그램 소개 및 나의 소개 하기	
2단계	2회	얼굴 표정 훈련(나의 표정 스스로 느끼기)	나의 감정 탐색
	3회	내 몸의 긴장감 인식하기 & 이완 훈련	
	4회	신체자각을 통한 자기 몸의 긴장감 체험	
	5회	움직임을 통한 자기 표현	
3단계	6-8회	타인의 감정 이해하기	나&타인 감정탐색
4단계	9-12회	과거 상황 속에서 자신의 감정 및 생활을 생각해 보기	나의과거 감정탐색
5단계	13-16회	현재의 상황 속에서 적절한 감정 표현 하기 & 타인의 감정 이해하기	현재 및 미래의 감정 탐색

연구 결과

1. 자기 감정 표현 척도 결과

본 연구에서는, 음악을 활용한 감정 표현 훈련 프로그램이 기존의 감정 표현 훈련 프로그램보다 정인지체를 가진 성인의 자기 감정 표현에 있어 향상을 가져오는 지를 알아 보았다. 이를 위한 자기 감정 표현 척도 검사는 정인지체를 가진 성인의 말하는 내용에 대한 표현력의 변화, 음성 표현력에 대한 변화, 신체 및 비언어적인 표현력의 변화로 크게 나누었으며, 이러한 세 부분을 모두 합쳐서 전체적인 자기 감정 표현의 향상도를 제시했다.

(1) 내용 표현

정인지체를 가진 성인의 말하는 내용 표현력을 살펴 보면, 음악을 활용한 훈련 집단은, 평균이 사전 21.33, 사후 30.33으로 평균 +9.00(SD=3.46)의 향상을 보였으며, 기존 훈련 집단은 평균이 사전 21.00, 사후 26.33 으로 평균 +5.33(SD=1.15)의 향상을 보였다. 두 집단을 비교하면, 두 집단 모두 점수의 변화는 있었으나, 음악을 활용한 훈련 집단이 기존 집단보다 평균 +3.67의 향상을 보였다.

<표 1> 내용 표현의 사전 사후 점수의 평균 및 표준 편차

구 분	그 룹	사 전		사 후	
		M	SD	M	SD
내 용 표 현	실험집단(n=3)	21.33	2.52	30.33	2.08
	통제집단(n=3)	21.00	8.00	26.33	7.02

(2) 음성 표현

정신지체를 가진 성인의 말할 때의 음성 표현력을 살펴 보면, 음악을 활용한 훈련 집단은, 평균이 사전 9.33, 사후 21.33으로 평균 +12.00(SD=3.61)의 향상을 보였으며, 기존 훈련 집단은 평균이 사전 14.33, 사후 19.67 으로 평균 +5.34(SD=1.15)의 향상을 보였다.

두 집단을 비교하면 두 집단 모두 점수의 변화는 있었으나, 음악을 활용한 훈련 집단이 기존 집단보다 평균 +6.66의 향상을 보였다.

<표 2> 음성 표현의 사전 사후 점수의 평균 및 표준편차

구 분	그 룹	사 전		사 후	
		M	SD	M	SD
음 성 표 현	실험집단 (n=3)	9.33	3.21	21.33	2.08
	통제집단 (n=3)	14.33	5.13	19.67	4.04

(3) 신체 및 비언어적인 표현

정신지체를 가진 성인의 말할 때의 신체 및 비언어적인 표현력을 살펴 보면, 음악을 활용한 훈련 집단은, 평균이 사전 5.67, 사후 9.33으로 평균 +3.66(SD=1.53)의 향상을 보였으며, 기존 훈련 집단은 평균이 사전 7.67, 사후 10.00 으로 평균 +2.33(SD=3.51)의 향상을 보였다. 두 집단을 비교하면, 두 집단 모두 점수의 변화는 있었고, 음악을 활용한 훈련 집단이 기존 집단보다 평균 +1.33의 향상을 보인 것으로 음악을 활용한 훈련 집단이 기존 집단에 비해 변화의 폭이 조금 컸다고 볼 수 있다.

<표 3> 신체 및 비언어적 표현의 사전 사후 점수의 평균 및 표준편차

구 분	그 룹	사 전		사 후	
		M	SD	M	SD
신 체 및 비 언 어 적 인 표 현	실험집단(n=3)	5.67	1.53	9.33	1.53
	통제집단(n=3)	7.67	3.79	10.00	2.65

(4) 자기 감정 표현

정신지체를 가진 성인의 전반적인 자기 감정 표현을 향상 정도를 살펴 보면, 음악을 활용한 훈련 집단은, 평균이 사전 36.33, 사후 61.00으로 평균 +24.67(SD=7.09)의 향상을 보였으며, 기존 훈련 집단은 평균이 사전 46.33, 사후 56.00 으로 평균 +9.67(SD=5.13)의 향상을 보였다. 두 집단을 비교하면, 두 집단 모두 점수의 변화는 있었으나, 음악을 활용한 훈련 집단이 기존 집단보다 평균 +15.00의 향상을 보였다.

<표 4>전체적인 자기감정 표현력의 사전 사후 점수의 평균 및 표준편차

구 분	그 룹	사 전		사 후	
		M	SD	M	SD
자 기 감 정 표 현	실험집단 (n=3)	36.33	21.33	61.00	3.00
	통제집단 (n=3)	46.33	10.26	56.00	11.79

2. 사회 생활 평정 척도결과

정신지체를 가진 성인의 전반적인 사회생활기술의 향상 정도를 살펴 보면, 음악을 활용한 훈련 집단은, 평균이 사전 58.22, 사후 49.33으로 평균 -8.89의 향상을 보였으며, 기존 훈련 집단은 평균이 사전 58.78, 사후 55.78 로 평균 -3.00의 향상을 보였다. 두 집단을 비교 해 보면, 두 집단 모두 변화의 폭에는 차이가 있었으나, 음악을 활용한 훈련 집단이 기존 집단보다 평균 -5.89의 향상을 보였다.

<표 6> 사회 생활 기술 척도의 사전 사후 점수의 평균 및 표준편차

그 룹	사 전		사 후	
	M	SD	M	SD
실험집단 (n=3)	58.22	5.36	49.33	6.96
통제집단 (n=3)	58.78	8.90	55.78	11.17

3. 음악 기술 향상 척도

음악을 활용한 감정 표현 훈련 프로그램을 실시한 실험 집단에 있어서 프로그램 실시 전과 후의 음악 기술의 향상을 알아 보고자 실시한 음악 기술 향상 척도는 실험 집단에 참여한 정신지체를 가진 성인들의 음악 듣기, 리듬 표현, 노래 부르기, 악기 다루기의 향상 정도를 통합한 음악 기술의 향상도를 제시했다.

(1) 듣기 능력

성인정신지체인의 음악 듣기능력을 살펴보면, 평균이 사전 13.67, 사후 24.67 로, 음악을 활용한 감정 표현 훈련 후 음악 듣기 능력은 11.00 정도 향상을 보였다.

<표 7> 듣기 능력의 사전 사후 점수의 평균 및 표준편차

구 분	사 전		사 후	
	M	SD	M	SD
듣기 능력	13.67	2.08	24.67	4.04

(2) 리듬 표현

성인정신지체인의 리듬 표현 능력을 살펴보면, 평균이 사전 7.67, 사후 19.33으로, 음악을 활용한 감정 표현 훈련 후 리듬 표현 능력은 11.66 정도 향상을 보였다.

<표 8> 리듬 표현 능력의 사전 사후 점수의 평균 및 표준편차

구 분	사 전		사 후	
	M	SD	M	SD
리듬표현능력	7.67	1.15	19.33	2.08

(3) 노래 부르기

성인정신지체인의 노래 부르기 능력을 살펴보면, 평균이 사전 15.33, 사후 22.33으로, 음악을 활용한 감정 표현 훈련 후 노래 부르기 능력은 7.00 정도 향상을 보였다.

<표 9> 노래 부르기 능력의 사전 사후 점수의 평균 및 표준편차

구 분	사 전		사 후	
	M	SD	M	SD
노래부르기능력	15.33	0.57	22.33	1.53

(4) 악기 다루기

성인정신지체인의 노래 부르기 능력을 살펴보면, 평균이 사전 10.33, 사후 20.33으로, 음악을 활용한 감정 표현 훈련 후 악기 다루는 능력은 10.00 정도 향상을 보였다.

다.

<표 10> 악기 다루는 능력의 사전 사후 점수의 평균 및 표준편차

구 분	사 전		사 후	
	M	SD	M	SD
악기다루는능력	10.33	0.58	20.33	1.15

(5) 전반적인 음악 기술 향상

성인지체인 정신지체의 전반적인 음악 기술 향상도를 살펴보면, 평균이 사전 37.25, 사후 62.75로, 음악을 활용한 감정 표현 훈련 후 악기 다루는 능력은 25.50 정도 향상을 보였으며, t 검증시 .05 퍼센트에서 유의미한 수준이 나왔다고 볼 수 있다.

<표 11> 전반적인 음악 기술 향상의 사전 사후 점수의 평균 및 표준편차

구 분	사 전		사 후	
	M	SD	M	SD
전반적인 음악기술향상	37.25	13.38	62.75	4.03

결론 및 제언

본 연구는 정신지체를 가진 성인들의 원만한 사회 생활을 돕기 위한 사회 재활의 목적으로 시행 되는 사회기술훈련의 한 분야인 감정 표현 훈련에 있어서, 기존의 감정 표현 훈련 프로그램과 음악을 활용한 감정 표현 훈련 프로그램이 정신지체를 가진 성인의 자기 감정 표현 및 사회생활에 필요한 전반적인 사회적 기술 향상에 차이를 나타내는지 알아보려고 하였다.

본 연구에서 나타난 결과는 다음과 같다.

첫 번째, 성인 정신지체의 자기 감정 표현에 있어서 기존의 감정 표현 훈련 집단과 음악을 활용한 감정 표현 훈련 집단의 프로그램의 사전 사후 변화 정도를 비교해 볼 때 두 집단 모두 자기표현력 향상에 긍정적인 영향을 미쳤으나, 음악을 활용한 감정 표현 훈련 집단의 자기 표현력이 기존 훈련 집단보다 상대적으로 향상된 변화 폭이 큰 것으로 나타났다.

이것은 감정 표현이라는 것이 언어적인 요소로만 이루어진 것이 아닌, 제스처, 목소리의 억양 등 비언어적인 요소들을 포함하고 있기 때문이며, 음악은 이러한 비

언어적인 요소들이 안정적인 환경 안에서 가장 잘 표현할 수 있도록 이끌어 낼 수 있는 도구가 될 수 있기에 감정 표현 훈련에서 좋은 도구로 사용될 수 있다는 것으로 해석된다. 또한, 이는 음악 활동이 심리적으로 안전한 환경에서 타인과의 상호적인 관계를 가지면서 그 속에서 적절히 자신의 욕구와 요구를 발출 할 수 있는 배출구를 제공하여 공격성과 열등감으로 표출될 수 있는 정서들을 긍정적인 방향으로 이끌어 준다고 한 선행 연구들의 결과를 지지해 준다(지은미, 2001; 이유진, 2001; 박인숙, 1986).

두 번째, 정신지체를 가진 성인들의 전반적인 사회생활기술에 있어 음악을 활용한 감정 표현 프로그램이 기존의 감정 표현 훈련보다 프로그램 시작 전 · 후 변화폭을 볼 때, 향상된 변화폭이 더 큰 것으로 나타났다. 이는 음악치료가 정신지체인의 부적응 행동 및 자해 행동 감소, 학습 능력 증진 및 사회적 향상에 효과적이라는 음악치료 선행연구들과도 일치한다고 볼 수 있다(이유진, 2001; Nicozia, 1965; Wolfe & Hom, 1993).

셋째, 첫 번째와 두 번째의 결론을 미루어 볼 때, 정신 지체를 가진 성인들의 자기 감정 표현력이 향상 된다는 것은 언어적인 표현력 외 비언어적인 여러 요소의 표현력이 향상된다는 것으로 이는 사회적 관계 및 생활에서 필요한 기초적인 사회 기술 향상에도 긍정적인 영향을 미친다고 할 수 있다.

넷째, 음악을 활용한 감정 훈련 프로그램에 참여했던 정신지체를 가진 성인들의 음악 활동 안에서 음악 듣기, 리듬 표현하기, 노래 부르기, 악기 다루기를 포함한 전반적인 음악 활동에 향상성을 가져 왔다고 볼 수 있다.

이 외에 음악을 활용한 감정 표현 훈련 프로그램에 참여했던 정신지체를 가진 성인 세 명에 대해 시작 전 매번 ‘오늘 기분 어떠세요’ 와 ‘지금 하고 싶은 말이 있다면 자유롭게 하세요’ 라는 질문을 하였는데, 대상 A,B,C는 프로그램 1-2단계에서는 처음 질문에는 ‘좋아요’, ‘네, 좋아요’, ‘... (미소만 짓고 말을 하지 않음)’ 로 답하고, 두 번째 질문에도 ‘없어요’, ‘선생님, 건강하세요’, ‘... (미소만 짓고 말을 하지 않음)’ 등 질문에 대한 답의 단어수가 두 단어 이하였고, 항상 일률적이고 동일한 답을 했으며, 답한 시간은 전체적으로 5초를 넘지 않았으나, 프로그램의 마지막 단계는 5단계에서는 동일한 질문을 시행했을 시, 첫 번째 질문인 ‘오늘 기분 어떠세요’에서는 ‘좋아요 ... 아니, 우울해요. 어제 엄마가 아파서 지금도 기분 안 좋아요’, ‘시어머니한테 혼나서 많이 속상해요.’, ‘**를 다녀와서 기분이 너무 좋아요’ 등으로 답하였고, 두 번째 질문인 ‘지금 하고 싶은 말이 있다면 자유롭게 하세요’ 라는 질문에는 ‘노래 부를게요...’라고 하면서 노래를 부르거나, ‘어제 내가 **에게 잘못된 일이 있는데, ... 지금 사과할게요’, ‘어제 어디를 다녀왔어요’라고 하면서 다녀온 이야기를 상세히 하였는데, 전반적으로 일률적인 대답에서 벗어나 일상 생활에서의 직접적인 체험을 이야기 하거나, 자신의 감정 상태를 주로 이야기 하였

고, 단어 수도 10 단어 이상 많아 졌으며 답한 시간도 1분 이상 지속되기도 하였다.

대상 ABC의 악기 연주 패턴을 보면, 1-2단계에서는 치료사의 지시대로 크게 연주하고자 할 때에도 처음엔 북채로 북을 두드리는 각도가 20도 이상을 넘기 어려웠으며, 치료사의 지시에 따라서만 소극적이고 수동적으로 연주하였으나, 5단계에서는 북채로 북을 연주할 때의 각도가 90도 이상 되는 큰 동작으로 연주하였으며, 치료사만이 리더를 맡는 것이 아닌, 참여자 모두 자발적인 리더가 되기도 하였으며, 즉흥 연주에 있어서도 자신이 원하는 연주의 방향성을 직접 제시('**의 소리가 너무 커요, 줄였으면, 좋겠다', '제가 ** 악기를 연주해 볼게요', '**한 장면을 표현했으면 좋겠네요') 하여, 적극적으로 연주에 참여하여, 토론을 통한 음악적 조율을 그룹원 모두가 공동으로 함께 해 나가는 모습을 보여주었다.

따라서, 음악을 활용한 감정 표현 훈련 집단은 음악의 기술적인 측면 - 듣기, 리듬 표현, 노래 부르기, 악기 다루기- 의 향상 외에 언어적인 요소의 향상 및 참여태도의 적극성이 향상 되었다고 볼 수 있다.

이는 음악이 개인의 감정을 자유롭게 표현을 할 수 있는 통로의 역할을 하면서도 그 내용에 대해 음악이라는 매체를 사용하기 때문에 다른 사람으로부터 직접적인 판단을 받지 않아 클라이언트에게 자유롭고 비위협적인 안전한 환경을 조성해 주기 때문인데(최병철, 1999), 이러한 음악의 특성들은 사회적 위축감과 무기력감으로 인해 수동적이며 부적절한 감정 표현의 양상을 보이는 정인지체인들에게 긍정적인 도구가 될 수 있다. 음악을 활용한 감정 표현 훈련 집단은 음악이란 매체를 통해 서로를 조율할 수 있는 사회의 축소판으로, 이들이 재 사회화할 수 있는 환경을 조성하며, 이를 기반으로 이들이 정서적 안정감 및 자아 존중감 향상, 부적응 행동의 감소 등을 가져 올 수 있는 좋은 매개체 역할을 할 것이다.

사람은 자기의 감정에 대해 많이 열려 있을수록 타인의 감정을 읽는 능력이 증가하며, 이는 사회적 관계의 기초가 되는 대인 관계에 영향을 미치게 된다(Dunlop, 1984). 정인지체인들도 이러한 자신의 감정 표현에 향상을 가져오게 된다면, 이는 사회 생활기술의 향상을 가져오고, 이는 전반적인 사회성 향상에 긍정적인 영향을 가져오게 될 것이다.

결론적으로 음악을 활용한 감정 표현 훈련은 기존의 감정 표현 훈련보다 성인정인지체인의 자기 감정 표현력의 향상을 가져온다고 볼 수 있으며, 이러한 자기 감정 표현력의 향상을 가져온 그룹이 동일하게 사회생활기술의 전반적인 향상을 영향을 보여주었다는 것은 긍정적인 감정 표현이 전반적인 사회성의 향상을 가져온다고 볼 수 있다.

또한, 음악을 활용한 감정 표현 훈련 집단에서 음악 기술의 향상 및 언어적 표현의 증가 및 적극적인 태도의 참여는 감정 표현 훈련에 음악을 활용한 영향이라는 것을 입증 해 주는 것으로 이는 음악이 정인지체를 가진 성인들의 효과적인 감정

표현 훈련 방법으로 사용될 수 있다는 것을 보여주는 것이다.

본 연구는 감정 표현 훈련에서의 음악 활용이 주는 효과를 연구 주제로 하였으나, 참여한 표본수가 작아 연구의 결과를 일반화하기에는 한계를 가지고 있다. 따라서 추후 연구에서는 충분한 표본 수의 확보와, 훈련 프로그램에서의 음악의 역할에 관한 과학적인 분석이 이루어 져야 된다고 본다.

참고 문헌

- 강해주(2002). 노래방 기기 활동 수업이 정인지체학생의 표현력에 미치는 영향. 대구대학교 특수교육대학원 석사학위 논문.
- 김관일(1997). 정신박양아동의 음악치료. 특수교육학회지. 제7집.
- 김성남(2000). '마음-읽기'훈련이 정인지체 학생이 감정 파악 능력에 미치는 효과, 단국대학교 특수대학원 석사학위 논문.
- 김인숙(1982). 정인지체아의 음악교육 내용 및 가창 프로그램 연구, 경희대학교 교육대학원 미간행 석사학위 논문.
- 박수정(2002). 정서장애 청소년의 자기표현력 향상을 위한 음악치료적 접근. 이화여자대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 오경민(1999). 정인지체아동의 정신상태 이해의 발달. 단국대학교 대학원 석사학위 논문
- 임은희(1997). 불안 우울 증세를 호소하는 클라이언트의 사회적응을 위한 음악 치료 효과에 관한 연구. 숭실대학교 대학원 박사학위 논문.
- 이수진(2002). 집단음악활동이 초등학생의 공격성 감소에 미치는 영향. 숙명여자 대학교 음악치료대학원 석사 학위 논문.
- 이유진(2000). 음악활동이 정인지체청소년의 사회생활 능력 향상에 미치는 효과. 숙명여자 대학교 음악치료대학원 석사학위 논문.
- 전석균(1994). 정신분열증 환자 재활을 위한 사회기술훈련 프로그램의 효과성에 관한 연구. 숭실대학교 사회복지대학원 박사학위 논문.
- 정현주(2001). 한국대중음악의 심리 사회적 의미 분석, 대한음악치료학회 정기학술 대회 학회지.
- 지은미(2001). 음악활동이 비행청소년의 정서적 안정성과 자아존중감에 미치는 영향. 숙명여자대학교 음악치료대학원 미간행 석사 학위논문.
- 최병철(1999). 음악치료학. 서울:학지사.
- 최유선(2002), 정인지체청소년의 자아존중감 향상을 위한 음악의 치료적

접근 방법. 이화여자대학교 교육대학원 석사학위 논문.

- Gaston, T. (1968). *Music in therapy*. New York: the Macmillan company.
- Louise, Montello. & Edger, E. Coons,(1978). Effects of Active Versus Passive Group Music Therapy on Preadolscents with Emotional, Learning and Behavioral Disorders. *Journal of Music Therapy*, 49-67.
- Sodian, B. & Frith, U.(1992). Deception and sabotage in autistic , retarded and normal children. *Journal of Child Psychology and Psychiatry and Allied Disciplines*, 33, 591-605.
- Zirpoli, T. F. & Melloy, K. F. *Behavior Management: Applications for Teachers and Parents* New York: Macmillan, 1993.