

## A study on the Anger-Control Music Program for Decrease in Aggressiveness and Anger of Neglected Children

Lee, Ju Young\*

This study aims to decrease aggressiveness and anger of neglected children through anger-control music program. In this study, 4 neglected children were provided with 15 anger-control music programs for 30 minutes twice a week. Based on anger-control program, song writing and music therapy such as playing musical instruments were applied to the children according to the objective of each stage of the program.

The changes in aggressiveness and anger were measured, and the behaviors of the participants during the musical activity were analysed.

According to the analysis of the data, the anger-control music program proved to be effective in reducing aggressiveness and anger of the neglected children. What this result means is that the neglected children, who lack social skills and confidence, are able to express their emotions without difficulty and anxiety by playing musical instruments and singing songs.

*Keywords : Neglected Children, Aggressiveness, Anger, Anger-Control Music Program*

---

\* Music Therapist at Good Neighbors

## 방임된 아동의 공격성과 분노 감소를 위한 분노조절 음악 프로그램 연구

이주영\*

본 연구는 방임된 아동의 공격성과 분노를 감소시키기 위하여 방임된 아동 4명을 대상으로 분노조절 음악프로그램을 실시하였다. 프로그램은 주 2회, 30분씩 총 15회기로 진행되었다. 분노조절 음악 프로그램은 분노조절 프로그램을 바탕으로 하여 본 연구자가 각 단계별 목표에 따라 노래 만들기, 악기 연주 등의 음악활동으로 재구성하였다.

대상자의 공격성과 분노의 변화를 알아보기 위해 척도 검사를 통한 양적인 자료와 음악 활동에서 보인 대상자의 행동을 분석한 질적인 자료를 수집하였다. 연구 자료를 분석한 결과, 분노조절 음악 프로그램에 참여한 방임아동의 공격성과 분노는 모두 감소한 것으로 나타났다. 대상자들이 음악 활동에서 보인 공격성과 분노표현도 아동의 음악행동을 관찰하여 분석한 결과 긍정적으로 변화하였다.

이러한 결과는 음악활동을 통해 불안정도가 높고 심리적으로 위축되어 있는 방임 아동들이 자신의 분노 감정을 안전하게 표현하여 해결할 수 있었음을 의미한다.

핵심어 : 방임된 아동, 공격성, 분노, 분노조절 음악 프로그램

---

\* 굿네이버스 경기북부 아동보호전문기관 (musik317@hanmail.net)

## I. 서론

현대 사회가 산업화, 도시화되어 가면서 가정의 붕괴로 인해 많은 문제점들이 나타나고 있다. 전통적인 가치관의 변화와 개인주의의 확산, 가정 경제의 어려움 등으로 인해 이혼 가정이 급증하고 있으며 가족 지원체계의 부족으로 인해 아동이 가정폭력의 희생이 되는 사건이 증가하고 있다. 보건복지부에 따르면 2007년 전국아동보호기관 신고 아동학대 건수는 9천 478건으로 전년 대비 6.5% 증가하였으며 2001년도의 4천 133건보다 2배 이상 증가하였다(보건복지부, 2008).

아동학대는 모든 사회에서 오랫동안 지속되어 온 문제이다. 하지만 아동학대는 가정이라는 사적인 영역에서 발생한다는 특수성 때문에 문제의 심각성에도 불구하고 거의 드러나지 않았다. 특히 우리나라는 전통적인 가부장적 가정제도 아래에서 아동 양육에 있어 체벌을 사용하는 것과 같은 장유유서의 사회문화적 특성 때문에 아동학대의 심각성에 대한 인식이 부족하였다(홍강의, 2000).

중앙아동보호 전문기관이 2007년도에 발생한 아동학대사례 5,581건을 분석한 결과 방임이 2,107건(37.7%)으로 가장 높은 비율을 차지하였고 다음으로 중박학대 2,087건(37.4%), 정서학대 589건(10.6%), 신체학대 473건(8.5%), 성학대 266건(4.8%), 유기 59건(1.0%)의 순으로 나타났다. 지난 7년 동안의 아동학대 사례 유형 변화추이를 살펴보면, 매년 방임과 중박학대가 가장 많은 비중을 차지하고 있으며 해를 거듭할수록 40%에 가까운 압도적인 비율을 차지하고 있다(보건복지부, 2008). 이에 따라 방임에 대한 보다 현실적이고 근본적인 대책 마련이 시급함에도 불구하고 그동안 방임은 신체·정서 학대에 비해 주목을 받지 못했다(동아일보, 2005년 12월 20일). 신체적 학대가 사건적이며 시간제한적인 데에 반해 방임은 만성적이며 지속적인 특성이 있기 때문에 방임에 대한 연구는 더욱 필요하다. 그러나 아동 방임의 증가 추세에 비해 방임에 초점을 둔 연구는 부족한 실정이다(한인영, 2000). 아동의 방임과 관련된 선행연구는 학대에 포함되어 실태를 파악한 것이 대부분이고 그 영향 요인을 직접적으로 다룬 연구는 거의 없다(한인영, 정슬기, 김현수, 유서구, 2006). 또한 방임의 결과가 물리적 학대의 경우처럼 사후에 분명히 노출되지 않기 때문에 사회적으로 덜 심각한 문제인 것으로 인식되고 있다. 따라서 방임이 아동에게 어떠한 영향을 끼치며 방임된 아동을 위한 효과적인 치료방법에는 어떠한 것이 있는지에 대한 연구가 더욱 필요하다.

보건복지부(2008)에 따르면 아동 학대의 가해자는 81.1%가 아동의 부모로, 대부분의 아동이 자신의 부모로부터 학대를 받기 때문에 아동은 자신의 분노를 표출하지 못하고 억압하게 된다. 이렇게 억압된 분노가 해소되지 못할 경우 공격적인 행동으로 표출되기도 하는데 이로 인해 또래로부터의 거부를 당하게 되며 비행으로 이어지게 된다. 반면 분노감정이 표출되지 못하고 억압될 경우 우울증 등의 심리적인 문제를 가져오게 된다. 따라서 방임된

아동을 대상으로 치료를 할 때에는 아동의 분노 감정을 안전하게 표출하여 해소시킬 수 있도록 하는 것이 매우 중요하다고 할 수 있다.

방임된 아동은 분노를 적절히 표현하는 방법을 가정 안에서 학습하지 못하기 때문에 분노를 조절하기 위한 치료적 중재가 필요하다. 분노를 조절하는 방법으로 집단 상담의 형태로 진행되는 분노조절프로그램이 많이 실시되고 있다. 그러나 방임을 경험한 아동들은 대부분 불안 정도가 높고 심리적으로 위축되어 있기 때문에 자신의 경험을 직접적인 언어로 표현하는 데에 어려움을 가진다. 따라서 언어적인 접근보다 아동에게 친근하게 느껴지는 방법을 통해 안전하고 비위협적인 환경을 제공하는 것이 더욱 효과적이다.

이러한 점에서 음악은 방임 아동에게 적합한 치료적 중재를 제공할 수 있다. 음악적 환경은 아동에게 비위협적이고 친근하게 느껴져 학대 아동의 불안과 방어적인 태도를 감소시킨다. 악기연주와 노래 부르기 등과 같이 아동이 흥미 있어 하는 음악활동은 아동에게 치료에 참여하고자 하는 동기를 제공한다. 음악은 인간의 감정과 유사한 맥락으로 작용하기 때문에 음악활동을 통해 아동은 방임으로 인한 억압된 에너지를 표출할 수 있으며 이는 아동의 정서를 환기시켜 치료적인 효과가 있다(정현주, 2005). 음악은 슬픈 감정이나, 기쁜 감정뿐만 아니라 말로 표현할 수 없는 미묘한 감정까지도 표현하게 해 주기 때문에 음악활동을 통해 방임된 아동은 자신의 감정을 확인할 수 있다.

이처럼 음악이 방임아동에게 효과적인 치료 환경을 제공함에도 불구하고 방임아동을 대상으로 하는 음악치료 연구는 다른 연구들에 비해 매우 저조하다. 최근 10년 동안 'Journal of music therapy'에 발표된 논문 중 방임아동을 대상으로 이루어진 연구는 1건도 없었으며 다른 유형의 학대 아동을 대상으로 한 음악치료 연구도 발표되지 않았다. 국내 음악치료 연구에서도 방임 아동만을 대상으로 한 연구는 발표되지 않았으며, 아동 학대와 관련되어 국내 학술지에 발표된 음악치료 논문은 2건이었고(이지영, 2005; 이현림, 김영숙, 1996) 학위 논문에서는 1건만이 (이종미, 2006) 발표되었다. 국내에서 발표된 음악치료 연구는 모두 음악치료 활동을 통해 학대아동의 자아 존중감을 향상시키기 위한 것으로 아동의 사회응응에 필수적인 공격성과 분노 감소를 위한 음악치료연구는 전혀 이루어지지 않은 실정이다. 따라서 방임된 아동의 사회성을 향상시키고 심리적인 문제를 해결할 수 있도록 아동의 분노를 조절하여 공격성을 감소시키는 음악치료 연구가 필요하다고 할 수 있다. 이에 따라 본 연구에서는 분노조절 음악 프로그램을 통해 방임된 아동의 분노와 공격성을 감소시킬 수 있는지 알아보려고 한다.

## II. 연구 방법

### 1. 연구 대상

본 연구에 참여하는 대상은 J 지역 아동 센터를 이용하고 있는 방입 학대 아동 중 사회 복지사가 공격성향을 보인다고 평가하여 추천한 아동 4명이다. 대상자의 연령은 10세 아동 2명과 12세 아동 2명이며, 성별은 여아 3명, 남아 1명이다.

공격성에 영향을 미치는 다른 요인들을 통제하기 위해서 과잉행동, 품행장애로 진단받지 않은 아동으로 구성하였으며, 음악 치료 외에 다른 치료활동을 받지 않는 아동으로 선정하였다.

### 2. 측정 도구

#### 1) 공격성 측정 도구

공격성 측정 도구는 Buss & Durkee(1957)가 제작한 도구를 노안녕(1983)이 번안하여 4명의 심리학자로부터 문항수정을 받아 완성한 공격성 검사를 대상의 연령에 따라 문항 수와 내용을 다르게 하여 적용하였다. 본 공격성 검사는 아동의 자기 보고식 검사로서 각 문항에 대해 ‘전혀 그렇지 않다’(1점), ‘대체로 그렇지 않다’(2점), ‘가끔 그렇다’(3점), ‘자주 그렇다’(4점)의 4점 척도로 응답하도록 되어 있으며 신체적 공격성, 언어적 공격성, 흥분성, 적의성, 수동적 공격성, 부정성의 6개 하위영역으로 구성되어 있다.

3학년 아동의 공격성 정도를 측정하기 위하여 이윤경(2003)이 초등학교 저학년 수준에서 이해하기 쉬운 용어로 바꾼 것으로 평가하도록 하였으며 총 문항수는 30문항으로, 이 도구의 검사-재검사 신뢰도는  $r=0.78$ 이다. 5학년 아동의 공격성 정도를 측정하기 위하여 김백영(1997)이 초등학교 아동의 발달수준에 맞게 문항을 재구성한 것을 사용하였으며 검사지의 총 문항 수는 75문항으로 15문항이 도치되어 있다. 이 도구의 검사-재검사 신뢰도는  $r=0.83$ 이다.

#### 2) 분노 측정 도구

아동의 분노의 정도를 측정하기 위해 Spielberger와 그의 동료들(Spielberger, Jacobs, Russell, & Crane, 1983)이 12세에서 18세의 연령층에 있는 남·여 학생 2469명의 표본에서 제작한 분노척도검사를 김백영(1997)이 아동 수준에 맞게 수정하여 전문가와 6학년 담임교사 3인의 검토를 받은 것을 사용하였다. 이 도구는 아동의 자기 보고식 검사로서 각 문항에 대해 ‘전혀 그렇지 않다’(1점), ‘대체로 그렇지 않다’(2점), ‘가끔 그렇다’(3점), ‘자주 그렇다’(4점)의 4

점 척도로 응답하도록 되어 있으며 검사지의 총 문항수는 44문항이다. 상태분노, 특성분노, 분노억압, 분노표출, 분노조절의 5개 하위영역으로 구성되어 있고, 검사-재검사 신뢰도는  $r=0.79$ 이다.

### 3. 연구 설계 및 절차

본 연구는 J 아동 복지시설을 이용하는 방임학대 아동 중 사회복지사의 추천을 통해 총 4명의 아동을 대상으로 선정하여 음악치료 프로그램을 실시하였다. 아동의 공격성과 분노의 감소 정도를 비교하기 위해 음악치료프로그램을 실시하기 전·후에 공격성 척도, 분노 척도 검사로 사전·사후 검사를 실시하였다. 분노조절 음악 프로그램은 2008년 3월 6일부터 5월 7일까지 주 2회 30분간, 총 15회기의 개인세션으로 진행되었다. 매 회기는 인사노래로 시작하였으며 각 회기 별 목표에 따라 구성된 활동을 실시하였다. 활동을 마친 후에는 대상자의 소감을 나누었으며 마침 노래로 마무리하였다.

### 4. 연구 자료 분석

본 연구에서는 분노조절 음악 프로그램을 시작하기 전과 종결한 후에 실시한 공격성 척도와 분노 척도 검사를 통해 대상의 공격성과 분노에 대한 양적인 자료를 수집하였다. 수집된 자료는 SPSS 12.0 K 프로그램을 사용하여 t검정을 통해 분석하였다. 또한 음악활동에서 보인 대상자들의 공격성과 분노표현의 변화를 측정하기 위해 분노조절 음악 프로그램의 매 회기를 녹화하였으며 이를 관찰하여 대상자들의 악기연주와 작성한 가사를 질적으로 분석하였다.

### 5. 프로그램 목적 및 내용

#### 1) 분노조절 음악 프로그램의 목표

본 연구는 방임된 아동의 공격성과 분노 감소를 위해 김용태, 강신덕, 박한샘(1995)이 개발한 분노조절 프로그램을 본 연구자가 노래 만들기, 악기 연주의 활동으로 재구성한 프로그램을 사용하였다. 이 프로그램은 인지-정서-행동을 통합한 것으로, 인간의 개인적 변인으로 간주되는 생각, 감정, 행동의 영역이 포함 되어 있다. 인지적 영역에서는 비합리적인 신념을 다루고, 정서적인 면에서는 감정적인 흥분 상태와 이로 인해서 생기는 신체적인 변화의 측면을, 행동적인 면에서는 조절된 행동들을 다루었다. 특히 정서적인 면에서 감정의 흥분된 상태를 다루기 위해서 이완 기법이 도입되었다. 프로그램은 도입, 전개, 실행, 종결의

4단계로 나누어지며 단계별 목표는 다음과 같다.

도입단계(1~2회기)는 치료사와의 친밀감 형성 및 음악치료 환경에 적응하기 위한 단계로, 대상자들이 치료사와의 친밀한 관계와 신뢰감을 형성하는 데에 목적을 둔다. 치료사는 대상자들에게 음악치료프로그램에 대해 소개하고 음악치료에 대한 흥미와 동기를 부여하고 음악활동을 통해 자신에 대해 소개하여 친밀감을 형성하도록 하였다.

전개단계(3회기~8회기)는 대상자들이 자기 자신과 타인의 모습을 인식하기 위한 단계로 3~6회기는 대상자들이 현재 자신의 기분과 화가 났을 때 자신의 기분과 행동을 음악활동 안에서 표현하도록 하여 자신에 대해 인식하도록 하였으며 다른 사람이 화를 냈을 때 자신이 경험하는 느낌을 노래 부름으로써 자기 자신에 대해 인식하도록 하였다. 7~8회기는 다른 사람을 이해하기 위한 단계로 앞서 살펴본 자신의 기분을 바탕으로 자신이 화를 냈을 때 다른 사람들은 어떻게 느꼈는지 생각해보고 표현해보도록 하였다.

실행단계(9~14회기)는 분노를 조절하기 위한 단계로 9~10회기는 화가 났을 때 화를 조절할 수 있도록 활동을 구성하여 화를 다루도록 하였으며 11~12회기는 대상자들이 화가 날 때 떠오르는 생각을 살펴보고 이 중 잘못된 생각을 바꾸어 봄으로써 자신의 생각을 변화시킬 수 있도록 하였다. 13~14회기에서는 화가 났을 때 긍정적으로 표현할 수 있는 방법을 생각해보고 자신의 감정을 상대방에게 표현하도록 하여 행동을 변화시키도록 하였다.

종결단계(15회기)는 프로그램을 정리하는 단계로 그동안 세션에서 행하였던 방법들을 정리하고 소감을 나누었다.

## 2) 분노조절 음악 프로그램의 구성

분노조절 음악 프로그램은 개인 세션으로 구성하여 주 2회 30분씩 총 15회기가 진행되었으며, 대상자들이 자신의 분노를 표현하고 조절할 수 있도록 각 단계별 목적에 따라 활동을 구성하였다. 원래 분노조절 프로그램은 집단상담의 형태로 진행되나 본 연구에서는 대상자들이 사회적 기술이 부족하고 대상자들의 내적 문제와 신뢰, 통제감, 정체감과 같은 발달상의 과제를 다루는 데 있어 개인세션이 효과적이기 때문에(강란혜, 공계순, 도미향, 박인전, 박정윤, 송순, 이경희, 이소희, 조성연, 최영희, 한국가족복지학회, 2004) 개인 세션으로 진행하였다. 매 세션은 대상자의 안부를 묻는 인사노래로 시작하였다. 주 활동에서는 각 회기 별 주제에 따라 본 연구자가 작곡한 곡을 바탕으로 대상자들이 가사를 만들어 노래 부르고 악기 연주를 하였다. 활동이 끝나면 소감을 나누는 뒤 마침노래로 세션을 마무리하였다.

본 연구의 바탕이 된 분노조절프로그램은 12회기로 구성되어 있으나 본 연구에서는 15회기의 프로그램으로 수정하여 진행하였다. 프로그램에 추가된 내용은 치료사와 대상자간의 친밀감 형성을 위한 활동 1회와 타인의 기분을 이해하는 활동 2회이다. 대상자들이 심리적으로 위축되어 있고 자기표현 능력이 부족하기 때문에 대상자가 자신의 감정을 안전하게

〈표 1〉 분노조절 프로그램과 분노조절 음악 프로그램의 구성 및 논거

단계	분노조절프로그램	분노조절 음악 프로그램 구성	논거
도 입	<b>1회기: 프로그램 소개</b> • 프로그램의 목적, 목표, 구성 및 내용 • 프로그램에 대한 기대 • 자기소개	<b>1회기: 치료사와의 친밀감 형성</b> • 자기소개 노래 부르기  <b>2회기: 치료사와의 친밀감 형성</b> • 자신의 장점 노래하기	아동에게 친숙한 노래에 맞추어 자신을 소개하는 활동은 아동에게 흥미를 제공하여 활동에 참여하는 동기를 유발한다. 또한 치료사와 아동은 서로를 소개함으로써 친밀해질 수 있다.
	<b>2회기: 나의 느낌 알아차리기</b> • 느낌을 표정으로 만들기 • 신체언어 • 화나는 것에 대한 긍정적인 면과 부정적인 면의 이해 • 느낌 발표	<b>3회기: 현재 기분 표현하기</b> • 자신의 기분을 노래하기 • 자신의 기분 악기로 표현하기	아동은 자신의 기분을 노래로 부름으로써 타인에게 표현하는 기회를 제공받게 된다. 노래는 아동이 자연스럽게 자신의 감정을 표현할 수 있도록 해주며 즐거운 정서로 환기시켜 준다. 노래를 부른 후 악기로 자신의 기분을 표현함으로써 아동의 표현 능력을 향상시키고 만족감을 제공한다.
	<b>3회기: 화난 상황에 대한 이해</b> • 화나는 상황 • 느낌 발표	<b>4회기: 화난 기분 표현하기</b> • 자신이 언제 화가 났는지 노래하기 • 화나는 기분 악기로 표현하기	음악 활동 안에서 이루어지는 아동의 악기 연주형태는 모두 수용되며 긍정적인 활동으로 여겨지기 때문에 아동은 안전하게 자신의 감정을 표현할 수 있다. 아동은 악기 연주를 통해 자신의 화를 표출함으로써 감정의 정화를 경험하고 이를 통해 화나는 감정을 해소시킬 수 있다.
	<b>4회기: 나 자신의 반응에 대한 이해 1</b> • 화가 날 때 우리 몸에 일어나는 신체적인 변화 • 화가 날 때 보이는 행동들에 대한 이해	<b>5회기: 화날 때 나의 모습 표현하기</b> • 자신이 화날 때 말하는 모습과 행동을 노래하기 • 화를 내는 모습을 악기로 표현하기	
전 개	<b>5회기: 나 자신의 반응에 대한 이해 2</b> • 내가 화가 날 때 어떻게 행동하는가? • 화를 내고 나면 어떤 결과와 생기는가? • 다른 사람에게는 어떤 일이 생기는가? • 느낌발표	<b>6회기: 나 자신의 반응에 대한 이해</b> • 다른 사람이 화를 낼 때 자신의 느낌을 노래하기 • 악기로 표현하기	노래는 자연스럽게 자신의 이야기를 할 수 있는 환경을 제공하며 아동에게 비위험적으로 느껴지기 때문에 아동이 자신의 기분을 편안하게 표현할 수 있도록 해준다. 또 아동에게 억압되어있던 감정을 악기로 연주함으로써 표출시킬 수 있으며 이를 통해 감정의 정화를 경험하게 한다.
		<b>7회기: 타인 이해하기 1</b> • 자신이 화를 낼 때 다른 사람이 느꼈을 감정을 노래로 부르기	아동은 상대방의 기분을 노래로 불러봄으로써 그의 기분을 자연스럽게 느낄 수 있다. 음악활동 안에서 표현된 타인의 감정은 아동에게 거부감 없이 수용되며 이를 통해 상대방을 이해하게 된다. 또한 아동은 상대방에게 하고 싶은 이야기를 악기로 표현함으로써 언어로 직접 표현했을 때 나타날 수 있는 방어적인 태도를 보이지 않고 자신의 감정을 드러낼 수 있다. 악기로 먼저 연주한 후에는 자신의 감정을 인식하게 되고 표현하고자 하는 동기가 유발되어 언어로 표현할 수 있는 힘이 생긴다.
		<b>8회기: 타인 이해하기 2</b> • 화를 냈던 친구에게 하고 싶은 이야기를 노래로 만들어 부르기	



〈표 1〉 분노조절 프로그램과 분노조절 음악 프로그램의 구성 및 논거 (계속)

단계	분노조절프로그램	분노조절 음악 프로그램 구성	논거
실 행	<b>6회기: 화 다루기 1</b> • 지연작전(심호흡, 천천히 구구 단 외기)	<b>9회기: 화 다루기 1</b> • 화가 났을 때 조절할 수 있는 방법을 노래로 • 부르기	아동은 화를 조절하는 방법들 중에 자신이 사용할 수 있을 것이라고 생각하는 방법을 선택하여 노래로 부름으로써 이를 인식하게 된다. 노래 부르기를 통해 경험하는 긍정적인 정서는 아동은 화가 났을 때 이러한 방법을 적용해 보려는 동기를 제공한다.
	<b>7회기: 화 다루기 2</b> • 화난 감정 들여다보기 • 화난 이유 생각하기 • 느낌 발표	<b>10회기: 화 다루기 2</b> • 누구나 화가 날 수 있음을 인식하고 자신의 화난 감정을 살펴보기 • 화난 이유 노래 부르기	누구나 화가 날 수 있다는 노래가사를 반복적으로 부름으로써 아동은 자신의 화나는 감정이 부정적인 것이 아니라고 인식하게 되며 화를 억누르거나 피하지 않고 받아들여지게 된다. 노래를 통해 아동은 자신의 분노를 의식하게 되며 이는 분노를 조절하고자 하는 동기를 제공한다.
	<b>8회기: 생각 변화시키기 1</b> • 생각이 우리 행동에 미치는 영향 • 내가 가지고 있는 합리적이지만 못한 생각들	<b>11회기: 생각 변화시키기 1</b> • 내가 가지고 있는 합리적이지만 못한 생각들을 바꾸어서 노래 부르기	노래를 통해 자신의 생각을 살펴보고 표현하는 것은 아동에게 흥미를 제공하여 언어적으로 접근했을 때 아동이 경험할 수 있는 지루함을 방지해주고 참여 동기를 유발하며, 집중할 수 있도록 해준다. 이 활동을 통해 아동은 생각의 변화로 인해 기분이 어떻게 달라지는지 경험하게 된다.
	<b>9회기: 생각 변화시키기 2</b> • 이분법적 생각, 극단적 생각 • 합리적 사고로 바꾸기 • 느낌 발표	<b>12회기: 생각 변화시키기 2</b> • 화가 나게 한 잘못된 생각을 살펴보고 이를 바꾸어서 노래 부르기	
	<b>10회기: 행동 변화시키기 1</b> • 나의 행동 변화시키기 • 나만의 대처 방안	<b>13회기: 행동 변화시키기 1</b> • 화가 났을 때 긍정적으로 표현할 수 있는 행동에 대해 노래 부르기 • 행동을 바꾼 뒤의 기분을 악기로 연주하기	아동은 자신의 행동을 직접 바꾸어 노래 부름으로써 행동을 바꾸고자 하는 의지가 생길 수 있다. 또한 아동은 행동을 바꾸었을 때 느껴지는 감정을 악기로 표현함으로써 자신의 기분의 변화를 인식할 수 있다.
	<b>11회기: 행동 변화시키기 2</b> • 화난 감정 전달하는 방법 • 상대방의 입장 들어보기 • 상대방의 입장 듣는 방법 • 느낌 발표	<b>14회기: 행동 변화시키기 2</b> • 두 가지 대화법을 듣고 난 느낌 악기로 연주하기 • 화난 감정을 상대방에게 노래로 표현하기	아동은 각각의 표현 방법을 듣고 느껴지는 감정을 악기로 연주해 봄으로써 객관적으로 자신의 기분을 인식할 수 있다. 또한 치료사가 제시하는 상황을 ‘나’로 표현하여 노래 부름으로써 이러한 표현 방법을 즐겁게 익힐 수 있다.
종 결	<b>12회기: 정리하기</b> • 어려웠던 점 • 나에게 새로웠던 점 • 어떻게 활용할 것인가? • 촛불의식	<b>15회기: 정리하기</b> • 지금까지의 활동 중 화를 조절하는 방법, 화났을 때의 행동, 자신의 감정 표현하는 방법을 노래로 부르고 적용하기 • 소감 나누기	아동은 그 동안의 활동을 정리하고 실제로 적용해 볼 수 있는 방법을 노래로 불러봄으로써 즐겁게 기억하게 된다. 노래 만들기는 아동이 스스로 자신의 변화를 통찰할 수 있도록 해주며 아동은 이를 노래로 부름으로써 자신의 긍정적인 변화를 인식하게 된다.

표현할 수 있도록 치료사에 대한 신뢰와 친밀감을 형성할 수 있는 활동을 추가하였다. 또 대상자가 자신이 화를 냈을 때 상대방이 느낀 기분을 생각해보도록 하여 자신의 화를 조절하고자 하는 동기를 형성할 수 있도록 하기 위해 타인을 이해하는 활동을 추가하였다. 분노 조절프로그램과 본 연구에서 실시한 음악치료 프로그램의 구성 및 논거는 <표 1>과 같다.

### III. 연구 결과

#### 1. 척도검사결과

##### 1) 공격성 척도 사전·사후검사 결과 비교 분석

본 연구에 참여한 방임학대 아동에게 실시한 공격성 척도 사전·사후 검사의 총 점수 결과는 <표 2>와 같다.

<표 2> 공격성 척도 사전·사후 검사 총 점수

	대상자 A	대상자 B	대상자 C	대상자 D
사전검사 S(M)	226(3.01)	186(2.48)	67(2.23)	99(3.3)
사후검사 S(M)	203(2.71)	167(2.23)	63(2.1)	82(2.73)

\*S=총점, M=총점/문항수

음악치료 프로그램이 종결된 후 실시한 사후검사와 사전검사의 점수를 비교한 결과 대상자들의 공격성 수준이 모두 감소하였다. A는 사전 검사에서 226점이었으나 사후 검사에서는 23점이 감소한 203점으로 나타났다. B는 사전 검사에서 186점의 공격성 수준을 보였는데 사후 검사에서는 167점으로 19점이 감소하였다. C는 67점에서 4점이 감소하여 63점을 나타내었으며 D는 99점에서 17점 감소하여 82점을 나타냈다.

대상자 간의 점수를 비교하기 위해 대상자들의 점수를 문항수로 나누어 평균값을 비교한 결과, 사전검사에서 가장 높은 공격성 수준을 보인 대상자는 D였고, 그 다음으로 대상자 A의 공격성이 높았다. 음악치료 프로그램을 실시한 후 가장 큰 폭의 공격성 감소를 보인 대상자는 사전 검사에서 가장 높은 점수를 보였던 대상자 D와 대상자 A의 순으로 나타났다.

대상자들의 공격성 척도 사전·사후 점수가 통계적으로 유의미한 변화인지 알아보기 위해 대응표본 t검정으로 분석하였다. 음악치료프로그램을 실시하기 전 대상자들의 공격성 척도 평균점수는 144.5점이었고 프로그램 종결 후에 실시한 검사에서는 평균 128.75점으로

15.75점 감소하였다. 분석 결과 대상자들의 공격성은  $p=.031$ 로  $p < .05$  수준에서 유의미하게 감소한 것으로 나타났다.

공격성 척도의 하위 요인별 사전·사후 검사의 결과는 <표 3>과 같다.

<표 3> 공격성 척도 하위 요인별 사전·사후 검사 결과

	신체적공격성	언어적공격성	홍분성	적의성	수동적공격성	부정성
사전검사 S(M)	110(2.62)	93(2.58)	97(3.46)	94(2.47)	116(3.05)	68(2.43)
사후검사 S(M)	103(2.45)	93(2.58)	78(2.79)	85(2.24)	95(2.5)	61(2.18)

\*S=총점, M=총점/문항수

각 하위요인별 문항수가 서로 다르기 때문에 하위 요인별 점수를 비교하기 위해 하위요인의 평균값을 비교하였다. 그 결과 프로그램을 실시하기 전에 대상자들은 홍분성과 수동적 공격성에서 높은 점수를 보였으며, 부정성과 죄의식에서는 낮은 점수를 보였다. 프로그램의 중재가 있는 후에 가장 큰 폭의 감소를 보인 하위요인은 사전검사에서 가장 높은 수준의 결과를 보인 홍분성과 수동적 공격성이었다. 그 밖에 신체적 공격성과 적의성, 부정성의 점수도 음악치료 프로그램 중재 이후 감소한 것으로 나타났다. 그러나 언어적 공격성은 사전 검사와 사후 검사의 점수가 동일하였다.

홍분성과 수동적 공격성이 가장 큰 폭의 감소를 보인 것은 프로그램에서 대상자들이 화를 억압하지 않고 적절한 방법으로 표현하도록 하였고 자신의 감정대로 행동하기 전에 미리 생각하고 조절하여 행동하도록 하였기 때문인 것으로 보인다. 반면 대상자들의 언어적 공격성은 프로그램 종결 후 변화가 없었는데 이는 언어 표현 자체를 프로그램에서 다루지 않았고 아동에게 습관화된 언어 표현 방식을 15회기의 기간 동안 바꿀 수 없었기 때문인 것으로 생각된다.

## 2) 분노 척도 사전 사후 결과 비교 분석

본 연구에 참여한 방임학대 아동에게 실시한 분노 척도 사전·사후 검사의 총 점수 결과는 <표 4>와 같다.

<표 4> 분노 척도 사전·사후 검사 총 점수

	대상자 A	대상자 B	대상자 C	대상자 D
사전검사	109	80	107	104
사후검사	81	68	88	89

분노 척도의 사전·사후 검사 점수를 비교한 결과 대상자들의 분노 수준이 모두 감소한 것으로 나타났다. 사전 검사에서 가장 높은 분노 수준을 보인 대상자는 A였고 대상자 C와 D도 높은 점수를 보였다. 가장 큰 폭의 감소를 보인 대상자는 사전검사에서 가장 높은 수준의 분노를 보였던 A였다. A는 사후 검사에서 28점이 감소하여 81점을 나타냈고 B는 사전 검사에서 가장 낮은 점수인 80점에서 가장 작게 감소하여 사후 검사에서 68점을 나타냈다. 대상자 C는 107점에서 88점으로 19점 감소하였으며 대상자 D는 104점에서 89점으로 15점 감소하였다.

대상자들의 분노 척도 사전·사후점수에 대한 대응표본 t검정 결과는 <표 5>와 같다. 분노조절 프로그램을 음악 치료 기법을 적용하여 실시한 결과 대상자들의 분노척도 점수는 평균 100점에서 81.5점으로 18.5점 감소하였으며  $p=.013$ 로 이는  $p<.05$ 에서 유의미한 감소로 나타났다.

분노 척도의 하위요인 별 사전·사후 검사 결과는 <표 5>와 같다

<표 5> 분노 척도 하위 요인별 사전·사후 검사 결과

	상태분노	특성분노	분노억압	분노표출	분노통제
사전검사 S(M)	86(2.15)	100(2.5)	69(2.16)	82(2.56)	63(1.97)
사후검사 S(M)	55(1.38)	72(1.8)	63(1.97)	69(2.16)	67((2.09)

\*S=총점, M=총점/문항수

하위 요인의 문항수가 동일하지 않기 때문에 하위요인 간의 사전·사후 검사 점수의 차이를 비교하기 위해서 평균점수를 산출한 결과, 사전 점수에서 가장 높은 수준을 보인 하위 요인은 분노표출과 특성분노였다. 반면 분노통제는 가장 낮은 수준의 점수를 보였다. 음악치료 프로그램 실시 이후 가장 큰 폭으로 감소한 하위요인은 상태분노와 특성분노로 나타났다. 분노표출과 분노억압의 점수도 감소하였다. 이러한 결과는 음악치료 프로그램에서 대상자가 화가 난 이유를 생각해 보고 화가 나게 한 생각을 바꾸어 보는 등의 활동과 화가 나는 감정이 부정적인 것이 아니라는 것을 인식하게 하여 이를 억압하지 않고 적절하게 표현할 수 있도록 하였기 때문인 것으로 생각된다. 반면 분노통제는 사후검사에서 오히려 점수가 증가하였다. 이는 본 연구에서 화를 조절하는 방법에 대한 활동을 구성하여 실시하였기 때문에 대상자가 화가 났을 때 이전보다 화를 통제하는 경향이 증가하였기 때문인 것으로 파악된다.

## 2. 음악활동 분석

### 1) 음악활동에서 보인 공격성의 변화

본 연구에서는 아동의 공격성과 분노 표현의 변화를 알아보기 위해서 분노조절프로그램의 중재가 이루어지기 전 단계인 5회기와 프로그램을 통한 중재가 이루어진 후인 13회기를 분석하였다. 5회기에서는 아동이 화가 났을 때의 행동을 노래가사로 표현하여 부르고 악기로 연주하였으며 13회기에서는 프로그램 중재 이후 아동이 화날 때 보이하고자 하는 행동을 노래로 부르고 악기로 표현하였다. 아동이 작성한 가사의 내용과 악기를 연주하는 모습을 관찰하여 분석하였으며 음악이 아동의 행동에 어떠한 영향을 미쳤는지 서술하였다.

#### (1) 대상자 A

〈표 6〉 음악치료활동에서 보인 대상자 A의 공격성의 변화

	5회기	13회기
노래 가사	나는 화가 나면 (때려버려요) 나는 화가 나면 (욕을 해요) (높고 크게 날카롭게) 나는 화가 나면 (소리 질러요)	나는 화가 나면 (부드럽고) (작은 목소리로 설득해요) (자리를 피하고 다른 친구와) 나는 화가 나면 (놀아요)
해석	<ul style="list-style-type: none"> <li>노래를 통한 접근은 화가 났을 때 자신의 행동을 자연스럽게 표현하도록 해주었다. 노래는 A가 자신의 부정적인 모습을 이야기할 때 느낄 수 있는 부끄러움이나 창피스러운 감정을 긍정적인 정서로 환기시켜 주었다.</li> <li>노래가사를 통해 A가 화가 났을 때 공격적으로 행동함을 알 수 있었다. A는 자신이 화가 났을 때 때리거나 욕을 하고 소리를 지른다고 말하였는데 이러한 자신의 부정적인 모습을 숨기거나 방어적인 태도를 보이지 않고 편안하게 노래하는 모습을 보였다.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>A는 ‘화가 나면 때리고 욕을 한다’고 작성한 5회기의 내용을 ‘부드럽게 설득하고 화를 누그러뜨리기 위해 자리를 피한다’고 바꾸었다. 이는 공격적인 행동을 조절하기 위한 방법을 사용한 것으로 긍정적인 변화가 이루어졌음을 알 수 있다.</li> </ul>
악기 연주	<ul style="list-style-type: none"> <li>버팔로 드럼과 패들드럼을 규칙적인 리듬으로 매우 세게 연주하였으며 패들드럼을 연주할 때에는 너무 세게 연주하여 말렛이 튕겨져 나갔다.</li> <li>오션드럼과 리듬스틱을 연주하였으며 리듬스틱을 연주할 때에는 윗니로 아랫입술을 깨물고 세게 연주하였다.</li> <li>심벌을 손잡이 높이까지 흔들릴 정도로 세게 연주하였고 연주를 마치고 나서 A는 너무 세게 연주해서 손이 저렸다고 말했다.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>리듬스틱을 문지르며 연주하였고 중간에 두드려서 연주하기도 하였으나 작은 소리로 연주하였다.</li> <li>패들드럼을 연주하였는데 말렛을 손목만 움직여서 매우 작게 연주하였다.</li> </ul>

해석	<ul style="list-style-type: none"> <li>악기 연주는 A에게 내재된 에너지를 표출할 수 있도록 해주었으며 악기를 연주하고 나서 J는 시원한 느낌이 들었다고 말하여 악기 연주를 통해 감정의 정화가 이루어졌음을 알 수 있었다. 악기를 연주할 때 J는 활짝 웃으며 흥미를 보였는데 이로 인해 부정적으로 여겨지는 공격적인 에너지를 마음껏 표출할 수 있었던 것으로 보인다.</li> <li>A는 악기를 굉장히 세게 연주하여 말렛을 놓치고 악기가 심하게 움직였는데 이는 A에게 내재된 공격에너지의 정도가 매우 높다는 것을 나타내 준다.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>A는 5회기 때보다 훨씬 작아진 세기로 악기를 연주하였다. 5회기 때 말렛을 놓칠 정도로 세게 연주하던 것과 달리 손목만을 이용하여 작게 연주하였다.</li> <li>이 활동에서 먼저 자신의 행동을 노래로 불러봄으로써 어떠한 느낌이 들지 인지할 수 있었다. 또한 이러한 느낌을 악기로 연주함으로써 아동은 자신의 기분을 객관적으로 인식할 수 있게 되었다.</li> </ul>
----	--	---

(2) 대상자 B

<표 7> 음악치료활동에서 보인 대상자 B의 공격성의 변화

	5회기	13회기
노래 가사	<p>나는 화가 나면 (때려 버려요) 나는 화가 나면 (말을 안해요) (너무 화가 나 참기 어렵죠) 나는 화가 나면 (때려요)</p>	<p>나는 화가 나면 (공을 차요) 나는 화가 나면 (TV를 봐요) (공을 차면 생각 안나요) 나는 화가 나면 (공을 차요)</p>
해석	<ul style="list-style-type: none"> <li>노래를 통한 접근은 자기 표현력이 낮은 B가 자신의 모습과 생각을 표현할 수 있도록 도와 주었다. 평소 B는 치료사의 질문에 대부분 “잘 모르겠어요”라고 대답하였으나 노래로 질문할 때에는 자신의 모습과 생각을 표현하였다. 이를 통해 노래 활동이 B의 동기를 유발시키고 방어적인 태도를 감소시켰음을 알 수 있었다.</li> <li>노래 가사에서 보인 B의 모습은 화가 날 때 때리는 등의 공격적인 행동으로 표출하거나 이와 반대로 말을 하지 않고 억압해버리는 등 부정적인 모습을 보이는 것을 알 수 있었다.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>B는 ‘화가 날 때 때리거나 말을 안한다’던 모습에서 ‘공을 차거나 TV를 본다’는 행동으로 바뀌었다. 예전에는 화를 공격적으로 표출하거나 억눌러버리는 등의 부정적인 행동을 보였었는데 이것을 공을 차면서 표출하거나 긍정적인 정서로 환기시키기 위해 TV를 보는 것으로 바뀌었다.</li> </ul>
악기 연주	<ul style="list-style-type: none"> <li>버팔로 드럼, 리듬스틱을 짧게 보통강도로 연주하였고 노래를 부른 뒤에는 패들드럼과 리듬스틱을 처음보다는 조금 더 길게 연주하였으나 강도는 처음과 같았다.</li> <li>오션드럼을 연주하기 전에 소리가 너무 크다고 말했으며 치료사가 B의 기분보다 큰 건지 여기에서 연주하기에 소리가 큰 건지 묻자 소리가 울려서 옆방에 있는 사람들에게 방해된다고 말하였고 소리가 큰 것이 싫다고 하였다.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>말렛으로 심벌, 버팔로 드럼, 패들드럼을 번갈아 가며 연주하였다. 강도는 크지 않았고 경쾌한 리듬으로 고개를 끄덕이며 연주하였다.</li> <li>이어서 공차는 소리가 나는 악기로 버팔로 드럼을 선택하여 말렛으로 연주하였는데 보통정도의 강도였다.</li> </ul>

해석	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 악기연주의 지속시간은 짧은 편이었으며 강도도 강하지 않고 보통 정도였다. 악기연주에서는 강한 공격 에너지의 표출이 보이지 않았는데 이것은 B가 자신감이 부족하여 자기표현을 자유롭게 하지 못하고 다른 사람에게 방해가 될까봐 염려하였기 때문인 것으로 보인다. 또 B가 말한 것처럼 큰 소리를 싫어하기 때문에 작게 연주한 것으로 보인다. B가 자신감이 부족하다는 것은 악기를 선택할 때 스스로 선택하지 못하고 치료사에게 묻거나 말렛을 돌려 말렛이 멈춘 악기를 택하는 모습을 통해 알 수 있었다.</li> <li>• 악기를 작게 연주하기는 하였지만 B는 연주를 마치고 나서 화나는 기분을 표현할 수 있었다고 하였고 재미있었다고 말하였다. 이를 통해 <b>악기 연주가 B의 감정을 표출시키는 흥미 있는 활동임을 알 수 있었다.</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• B는 초기보다 세션환경이 편안해진 모습이었다. 악기를 선택할 때에도 5회기 때에는 말렛을 돌려서 멈춘 악기를 선택했던 것과는 달리 자신이 원하는 악기를 선택하였고 연주하는 방법도 다양하였다. 자신의 기분을 적절하게 표현할 수 있었는데 공을 차면서 느껴지는 즐거운 기분을 표현하기 위해 악기를 번갈아가며 즐겁게 연주하였다.</li> <li>• 연주를 마치고 나서 짜증났던 기분이 풀렸다고 말함으로써 <b>악기 연주를 통해 즐거운 정서로 환기되었음</b>을 알 수 있었다.</li> </ul>
----	---	--

(3) 대상자 C

〈표 8〉 음악치료활동에서 보인 대상자 C의 공격성의 변화

	5회기	13회기
노래 가사	<p>나는 화가 나면 (노려봐요) 나는 화가 나면 (화를 내요) (말을 안 하고 짜증부리죠) 나는 화가 나면 (노려봐요)</p>	<p>나는 화가 나면 (방에 가서) (잠을 자며 화를 가라 앉혀요) (피아노 치면 풀어져요) 나는 화가 나면 (방에 가요)</p>
해석	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>노래를 통한 접근은</b> C가 자신의 부정적인 모습들을 자연스럽게 표현할 수 있도록 도와주었다. C는 노래 만들기를 하면서 화가 날 때 자신의 모습을 웃으면서 노래 불렀는데 <b>노래활동을 통해 경험한 긍정적인 정서가 다른 사람에게 보이기 꺼려지는 모습까지 거부감 없이 표현할 수 있게 해준 것</b>으로 생각된다.</li> <li>• C는 가사를 작성한 후 자주 노려본다고 말하며 노려보는 행동도 해보었는데 가사와 행동을 통해 C가 <b>타인에 대한 원망과 적의성을 가지고 있음</b>을 알 수 있었다.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• C는 5회기에서 ‘화가 나면 노려보고 짜증을 부린다’고 했던 것에서 화를 조절하기 위한 행동으로 바꾸어 노래하였다. 즉각적으로 자신의 화를 조절하기 힘들기 때문에 잠을 자고, 정서를 환기시키기 위해 자신이 좋아하는 피아노를 치는 <b>긍정적인 행동으로 변화</b>하였다.</li> </ul>
악기 연주	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 심벌을 택하여 치료사에게 세게 쳐도 되는지 물은 뒤, 불규칙한 리듬으로 크게 연주하였으며 마지막에는 팔을 휘둘러 세게 친 뒤 책상위에 소리 나게 내려놓고 밀어버렸다.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 버팔로 드럼을 천천히 연주하였으며 보통 강도로 연주하였다.</li> <li>• 오션드럼을 다양한 방법으로 연주하였는데 미소를 지으며 연주하였다.</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 심벌을 연주하였는데 강도는 보통 강도였고 손목만을 이용하여 연주하였다.</li> </ul>
<p>해석</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 각 악기의 연주시간은 짧았으나 C는 불규칙한 리듬으로 악기를 매우 세게 연주하였으며 카바사를 연주할 때에도 말렛으로 두드려 연주하였다. 이를 통해 C에게 <b>내재된 공격적인 에너지가 크다는 것</b>을 알 수 있었다.</li> <li>• 악기 연주를 마친 후에 C는 자신의 기분이 상쾌해졌다고 표현함으로써 <b>악기 연주가 C의 부정적인 감정을 표출하게 하여 정화시켰음을</b> 알 수 있었다.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 화가 날 때 기분을 악기로 표현할 때 C는 웃으면서 연주하였으며 다양한 방법으로 연주하며 즐거워하였다. 이는 가사에 작성한 피아노를 칠 때 느껴지는 자신의 기분을 표현한 것으로 보인다. <b>악기 연주는 기분을 표현할 수 있도록</b> 해 주었으며 C의 기분을 한층 더 즐겁게 변화시켰다. 이러한 정서는 앞으로 화가 날 때 이와 같은 행동을 하며 화를 조절해야겠다고 생각할 수 있도록 지지해주는 역할을 하였다.</li> <li>• 악기를 연주하는 강도는 5회기보다 작아졌으며 템포도 느렸는데 이를 통해 C가 <b>자신의 감정을 조절하게 되었음</b>을 알 수 있다.</li> </ul>

(4) 대상자 D

<표 9> 음악치료활동에서 보인 대상자 D의 공격성의 변화

	5회기	13회기
<p>노래 가사</p> <p>나는 화가 나면 (짜증나서) (혼자서만 몰래 욕을 해요) 나는 화가 나면 (입을 깨물어 피가 났죠) 나는 화가 나면 (참아요)</p>	<p>나는 화가 나면 (기도를 해요) 나는 화가 나면 (사과해요) (다른 친구와 놀면서 잊어요) 화가 난 이유를 설명해줘요)</p>	
<p>해석</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 치료사가 욕을 상대방에 직접 하지는 않는지 묻자 D는 그렇다고 대답하며 ‘그러면 저를 싫어해요’라고 말했다. 작성한 가사를 통해 D는 <b>자신의 감정을 표현하지 않고 억누르고</b> 있다는 것을 알 수 있었다. 이처럼 화를 표출하지 못하고 억압하고 있기 때문에 D에게 <b>내재된 분노 수준이 높을 것</b>이라고 생각된다.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 5회기에서 화가 나면 이를 억누르고 혼자서 욕을 하는 등의 부정적인 방법으로 대응하던 것에서 <b>긍정적으로 변화된 모습</b>을 보였다. 감정을 다스리기 위해 기도를 하거나 다른 친구와 놀면서 즐거운 정서로 환기시키는 것은 분노를 조절하는 방법이다. 또한 자신의 잘못을 사과하거나 자신이 화가 난 이유를 설명하는 것은 감정을 억압하지 않고 적절한 방법으로 표현하는 방법이다.</li> <li>• H는 5회기에 작성한 가사의 내용을 보고 이렇게 하면 기분이 나쁠 것 같은데 바꾼 가사대로 행동하면 화가 없어질 것 같다고 말하였다.</li> </ul>	
<p>악기 연주</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 버팔로 드럼, 패들 드럼, 오션 드럼, 심벌을 리듬 스틱으로 다양한 리듬으로 연주하였으며 보통의 강도였다.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 리듬스틱을 팔에 힘을 주지 않고 휘둘러 소리가 작게 연주하였다. 다른 악기는 연주하지 않았다.</li> </ul>	



	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ 패들드럼과 버팔로 드럼을 다시 연주할 때 말렛을 크게 휘두르며 빠르고 세게 연주하였다.</li> <li>◆ 이어서 심벌을 연주하였고, 리듬스틱을 연주하다가 다시 모든 악기들을 리듬스틱으로 연주하였다.</li> </ul>
해석	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ D는 다양한 악기를 선택하여 연주하였으며 드럼을 연주할 때에는 센 강도로 빠르게 연주하였다. 이러한 연주 모습을 통해 H에게 <b>내재된 공격 에너지의 수준이 높았음</b>을 알 수 있었다.</li> <li>◆ 연주를 마친 후 D는 웃으면서 악기로 스트레스를 풀어서 기분이 좋았다고 말하였는데 이를 통해 <b>악기 연주가 D의 감정을 표출하게 하여 정화시켰음</b>을 알 수 있었다.</li> <li>◆ D는 기분을 악기로 표현해보자는 말에 리듬스틱을 선택하여 힘없이 작게 연주하였으며 다른 악기는 연주하지 않았다. 이러한 연주 모습은 D가 <b>노래를 통해 자신의 행동 변화를 인식</b>하였고 이를 통해 D의 <b>공격 에너지 수준을 감소시켰음</b>을 의미한다고 할 수 있겠다.</li> </ul>

2) 음악활동에서 보인 분노표현의 변화

본 연구에서는 아동의 분노표현의 변화를 알아보기 위하여 전체 세션의 중반부와 프로그램의 중재가 이루어지고 난 후반부의 활동 내용을 분석하였다. 분석한 회기는 대상자가 화를 냈던 사람에게 하고 싶은 이야기를 노래로 만들어 부른 8회기와 프로그램의 중재 이후 자신의 화난 감정을 상대방에게 표현한 14회기이며, 아동이 작성한 노래가사를 바탕으로 분석하였다. 대상자 별로 각 세션을 분석한 내용은 다음과 같다.

(1) 대상자 A

<표 10> 음악치료활동에서 보인 대상자 A의 분노표현의 변화

	8회기	14회기
노래 가사	너는 내가 화도 내지 않았는데 그런 식으로 하면 안되지 XXX 뭐 어찌라고	OO아 니가 그렇게 얘기해서 웬지 짜증이 났어 그렇게 얘기하면 다른 사람들도 널 싫어할꺼야 그러니 말투 좀 조심! 앞으로 사이좋게 지내자
해석	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ 이 활동에서 아동은 자신이 작성한 내용으로 직접 선율을 만들었는데 이는 아동에게 흥미를 제공하여 하고 싶은 말을 그대로 표현할 수 있도록 하였다.</li> <li>◆ A는 상대방의 행동이 부당했기 때문에 자신이 화를 내는 것은 당연하다고 생각하고 있었으며 상대방을 책망하며 욕을 적었다.(XXX 부분) 가사를 통해 A가 <b>분노를 조절하지 못하고 부정적으로 표현하고 있음</b>을 알 수 있었다.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ A는 8회기에서 자신을 화나게 한 사람에게 욕과 상대방을 탓하는 내용을 적었던 모습에서 <b>긍정적으로 변화된 모습</b>을 보였다. <b>상대방의 행동으로 인해 자신이 어떤 기분이 들었는지 표현</b>하면서 앞으로 사이좋게 지내자고 말하였다. 이렇게 자신의 기분을 나타내는 방법은 상대방이 자신의 잘못을 깨닫게 하여 화해할 수 있도록 한다.</li> </ul>

## (2) 대상자 B

〈표 11〉 음악치료활동에서 보인 대상자 B의 분노표현의 변화

8회기		14회기
노래 가사	너랑 말하기 싫어. 대들어서	OO아 대들지말렴 니가 대들면 내 기분이 짜증나 니가 대들지 않으면 잘해 줄게
해석	<ul style="list-style-type: none"> <li>B는 자신을 화나게 한 아들에게 하고 싶은 말이 없다고 말하였으며 그 아이가 대들어서 말하기 싫다고 하였다. 상대아동에 대한 <b>분노는 높은 수준</b>이었으며 대화를 차단하는 모습을 보였다.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>B는 8회기에서 자신을 화나게 한 사람에게 말을 하기 싫다고 말하며 회피하던 모습에서 타 이르는 말투로 자신의 기분을 표현하였다.</li> <li>이 활동에서 B는 자신이 먼저 대상아동에게 하고 싶은 말을 적는 등 <b>이전보다 자신의 생각을 자연스럽게 표현</b>하였으며 분노를 억압하던 모습이 감소하였다. 또한 앞으로 상대방이 행동을 변화시킬 경우 잘 대해 주겠다고 하는 등 <b>긍정적인 관계로 바꾸려는 의지</b>를 보였다.</li> </ul>

## (3) 대상자 C

〈표 12〉 음악치료활동에서 보인 대상자 C의 분노표현의 변화

8회기		14회기
노래 가사	언니 내가 노력보아서 미안해 다음부터 안 그럴게	내가 너한테 말한 비밀을 니가 소문내고 다녀서 나는 정말 짜증이 나고 기분이 나뻐어
해석	<ul style="list-style-type: none"> <li>C는 <b>화를 조절하지 못하고 그대로 표출하는 경향을 보이나</b> 이 활동에서 망설이지 않고 미안하다고 하는 모습에서 <b>자신의 행동이 잘못되었다는 것을 알고 나면 이를 인정하고 사과한다는 것을</b> 알 수 있었다.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>C는 8회기에서 자신의 행동에 대한 잘못만 이야기 한 것과는 달리 <b>자신이 화가 났던 이유와 감정을 분명하게 표현</b>하였다. 이렇게 자신의 화난 감정을 인식하고 표현하는 것은 분노가 쌓이지 않도록 하는 긍정적인 모습이다.</li> </ul>

(4) 대상자 D

〈표 13〉 음악치료활동에서 보인 대상자 D의 분노표현의 변화

8회기		14회기
노래 가사	얘기가 미안해 정말 미안 하지만 날 때리면 짜증이 나 얘기가 우리 크면 서울랜드 가는 대신 언니한테 사 과해	내가 화장실에 있을 때 너희가 불 켜다 켜서 나는 정말 무섭고 짜증이 났어 앞으로 너희가 이런 장난을 치지 않고 우리 셋이 모두 사이좋게 지내자
해석	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 작성한 가사를 통해 D가 자신이 화를 냈던 것                      에 대해 반성을 하고 사과를 하고 있음을 알                      수 있다. 자신이 화가 난 이유에 대해서 이야기                      하는 모습을 보이나 <b>표현하는 방식이 서투르                      며</b> ‘언니한테 사과해’라고 말하면서 동생이 잘                      못했다는 것을 이야기하려 함을 알 수 있다.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 8회기에서보다 자신의 감정을 더 자연스럽게                      표현하는 모습을 보였다. H는 <b>자신의 감정을                      억누르지 않고</b> 기분이 좋지 않았던 까닭과 함                      께 <b>표현</b>하였으며 앞으로 사이좋게 지내자고 말                      하며 긍정적인 관계로 발전하도록 하였다.</li> </ul>

IV. 결 론

본 연구는 방임된 아동의 공격성과 분노를 감소시키기 위하여 심리상담 분야에서 사용되고 있는 분노조절프로그램을 음악치료 기법을 적용하여 실시하였다. 대상자는 서울시 소재 J 아동복지시설을 이용하고 있는 방임 학대 아동 4명이었으며 음악치료 프로그램은 2008년 3월 6일부터 5월 7일까지 총 15회기의 개별 세션으로 진행되었다. 대상자의 공격성과 분노 변화의 양적인 자료를 수집하기 위해 음악치료 프로그램을 시작하기 전에 공격성 척도와 분노 척도 검사를 실시하였으며 프로그램 종결 후 이와 동일한 검사를 실시하여 그 점수를 비교하였다. 또한 음악 활동에서 보인 대상자의 모습을 관찰하여 대상자의 공격성과 분노 표현의 변화를 질적으로 분석하였다. 연구 결과는 다음과 같다.

첫째, 분노조절 음악 프로그램을 통해 방임된 아동의 공격성이 유의미하게 감소하였다. 프로그램을 실시하기 전과 후에 이루어진 공격성 척도의 사전·사후 검사 점수를 분석한 결과 대상자들의 공격성이 통계적으로 유의미하게 감소한 것으로 나타났다. 이것은 본 프로그램에서 대상자들이 악기연주를 통해 공격적인 에너지를 표출할 수 있었고 이러한 감정의 표출이 대상자들의 공격성을 감소시켰음을 의미한다. 공격성의 하위요인별 사전·사후 점수 결과를 비교하였을 때 언어적 공격성을 제외한 모든 요인의 점수가 감소하였다. 특히 수동적 공격성과 흥분성에서 높은 감소율을 보였다. 반면 언어적 공격성은 사전 검사와 사후 검사의 차이가 없었다. 수동적 공격성이 감소한 것은 본 프로그램을 통해 대상자들이

자신의 감정을 적절한 방법으로 표현할 수 있도록 하였고, 분노를 조절하는 활동을 통해 충동적으로 행동하던 모습이 변화하게 되었기 때문이라고 생각된다. 그러나 언어적 공격성에서는 변화가 없었는데 이는 본 프로그램에서 언어적인 공격성을 직접적으로 다루지 않았고 대상자들에게 습관화된 언어적 태도를 15회기의 기간 동안 변화시키기 어려웠기 때문이라고 할 수 있다.

둘째, 분노조절 음악 프로그램을 통해 방임된 아동의 분노가 유의미하게 감소하였다. 분노 척도의 사전·사후 검사 점수를 분석한 결과 대상자들의 분노 점수는 유의수준  $p < .005$ 에서 유의미하게 감소한 것으로 나타났다. 이는 본 프로그램에서 대상자에게 분노를 유발하는 생각들을 변화시켜 보고 대상자들이 상대방의 입장에서 생각해 봄으로써 분노를 조절할 수 있었기 때문으로 생각된다. 분노 검사의 하위 요인별 사전·사후 검사 점수를 비교한 결과 분노통제를 제외한 다른 요인들의 점수가 감소하였으며 특히 상태분노와 특성분노가 큰 폭으로 감소하였다. 상태 분노가 감소한 것은 음악활동이 대상자에게 즐거운 정서를 제공하였기 때문에 대상자들이 음악치료 시간에 분노 감정을 보이지 않고 긍정적인 정서를 가지게 된 것으로 생각된다. 특성분노가 감소한 것은 본 프로그램의 활동을 통해 대상자들이 분노를 유발하는 생각들을 변화시켰고 타인을 이해함으로써 이전보다 분노를 적게 경험하게 된 것으로 판단된다. 그러나 분노통제 점수는 프로그램 실시 후 오히려 증가하였는데 이는 본 프로그램 내용이 분노를 조절하는 방법에 대한 것이기 때문에 대상자들이 화가 날 때 분노를 통제하는 모습을 많이 보인 것으로 판단된다.

셋째, 음악 활동을 통해 관찰된 대상자들의 공격성은 분노조절 음악 프로그램이 진행됨에 따라 감소한 것으로 나타났다. 프로그램의 초반부와 후반부의 아동이 작성한 가사내용과 악기 연주 모습을 비교 분석한 결과 초반부의 가사의 내용은 ‘때린다, 욕을 한다, 말 안 한다’ 등의 공격적인 행동이 주로 나타났으나 후반부에서는 화나는 감정을 조절하고 해소시키기 위해 ‘다른 친구와 논다, 공을 찬다, TV를 본다’ 등의 내용으로 바뀌었다. 또 악기 연주에서는 여러 악기를 매우 세게 연주하여 높은 공격성을 보이던 모습에서 하나 혹은 두 개의 악기를 작은 세기로 연주하는 등의 공격성이 감소한 모습을 보였다. 이러한 모습은 공격성 사전·사후 검사 결과와 일치하는 것으로 대상자가 분노조절 음악 프로그램에 참여함으로써 자신의 공격적인 행동을 조절하게 된 것으로 보인다.

넷째, 음악 활동을 통해 관찰된 대상자들의 분노 표현은 분노조절 음악 프로그램이 진행됨에 따라 감소한 것으로 나타났다. 대상자들의 분노표현의 변화를 알아보기 위해 대상자가 자신을 화나게 한 사람에게 하고 싶은 이야기를 가사로 작성한 중반부와 후반부 세션을 비교 분석하였다. 그 결과 8회기에서는 대상자가 자신의 감정을 격하게 표현하거나 화난 이유를 표현하지 못하는 모습을 보였으나 14회기에서는 자신이 화난 이유와 기분을 분명하게 표현하는 모습을 보였다. 이는 분노조절 음악 프로그램을 통해 대상자들이 자신의 분노

감정을 억압하지 않고 명확하게 인식하게 되었고 음악활동을 통해 이를 조절하여 적절하게 표현하게 되었음을 의미한다.

본 연구의 결과는 방임된 아동의 공격성과 분노를 감소시키기 위해 음악 치료적인 접근이 효과적이라는 것을 시사한다. 기존의 분노조절 프로그램은 집단 상담의 형태로 진행되었기 때문에 심리적으로 위축되어 있고 방어적인 태도를 보이는 대상들에게 적합하지 않았다. 이 때문에 심리적 외상을 가지고 있는 학대 아동을 대상으로 분노조절 프로그램을 적용한 사례 연구가 없었다. 그러나 본 연구 결과 음악을 통한 접근은 방임된 아동의 방어적인 태도를 감소시켜 자신의 감정을 표현할 수 있게 하였으며 이는 치료적인 효과로 이어질 수 있었음이 증명되었다. 또한 악기 연주를 통하여 억압된 에너지를 표출시킴으로써 감정의 정화를 경험하게 하였고 이는 대상의 공격성과 분노를 감소시키는 결과로 나타났다. 이처럼 음악은 직접적으로 표현되는 언어와는 달리 비위협적이며 감정을 표현할 수 있도록 하는 유용한 치료적 도구가 된다. 따라서 심리적 외상을 가진 대상자에게 음악을 통한 치료적 접근은 매우 효과적이라고 할 수 있겠다. 음악치료 연구에서 학대아동을 대상으로 실시된 연구가 적기 때문에 본 연구는 앞으로의 학대아동을 위한 음악치료 연구의 선구자적인 자료가 될 수 있다고 할 수 있겠다. 또한 방임아동만을 대상으로 한 음악치료 연구는 본 연구가 처음이며 학대 아동을 대상으로 한 연구에서도 학대아동의 공격성과 분노를 감소시키기 위한 음악치료 접근은 없었기 때문에 본 연구는 그 의미가 더욱 크다고 할 수 있겠다.

## 참고문헌

- 강란혜, 공계순, 도미향, 박인진, 박정윤, 송 순, 이경희, 이소희, 조성연, 최영희, 한국가족복지학회 (2004). **아동학대 전문상담**. 서울: 시그마프레스.
- 강신덕 (1997). 비행청소년 분노조절 교육 프로그램 개발 및 효과 연구. 서울대학교 박사학위논문.
- 김백영 (1997). 분노 통제 프로그램이 부적응 아동의 분노와 공격성 감소에 미치는 효과. 한국교원대학교 석사학위논문.
- 김용태, 강신덕, 박한샘 (1995). **청소년의 분노조절 훈련 프로그램**. 서울: 청소년 대화의 광장.
- 노안녕 (1983). 비행청소년에 있어서 공격성과 불안의 감소에 미치는 주장훈련의 효과. 서울대학교 석사학위논문.
- 보건복지부·중앙아동보호전문기관 (2008). 2007년 전국 아동학대 현황 보고서.

- 안동현 외 (2003). 신고된 사례의 아동학대 실태와 후유증 연구. *아동권리연구*, 7(1), 121-139.
- 이윤경 (2003). 분노 조절 프로그램이 초등학교 저학년 아동의 공격성 감소에 미치는 효과. 연세대학교 석사학위논문.
- 이종미 (2006). 치료적 음악활동이 피학대 아동의 자아존중감과 정서변화에 미치는 효과. 숙명여자대학교 음악치료대학원 석사학위논문.
- 이지영 (2005). 학대받은 아동을 위한 음악치료 사례연구. *한국음악치료학회지*, 7(1), 90-111.
- 이현림, 김영숙 (1996). 학대받은 아동을 위한 음악치료. *인문연구*, 18(1), 229-249.
- 정현주 (2005). *음악치료학의 이해와 적용*. 서울: 이화여자대학교 출판부.
- 정현주 외 (2006). *음악치료 기법과 모델*. 서울: 학지사.
- 최윤라 (1988). 학대받은 아동의 공격성과 감정억제에 관한 연구. 숙명여자대학교대학원 석사학위논문.
- 한인영 (2000). 아동학대예방과 치료를 위한 아동보호서비스 수행방안 모색. *한국복지재단*, 5-51.
- 한인영, 정슬기, 김현수, 유서구 (2006). 아동방임에 대한 가족의사소통의 영향. *한국가족복지학*, Vol.- No.18.
- 한지현 (2005). 공격성 아동을 위한 음악치료. 이화여자대학교대학원 석사학위논문.
- 홍강의 (2000). 아동 학대의 실태 및 후유증 연구. 보건복지부.
- 홍강의 (2002). 아동학대 원인 및 영향. 국립보건원.
- Amir, D. (2004). Giving a Trauma a Voice: The Role of Improvisational Music Therapy in Exposing, Dealing with and Healing a Traumatic Experience of Sexual Abuse. *Music Therapy Perspectives*, 22, 96-103.
- Bandura, A. (1973). *Aggression: A Social Learning Analysis*. New York: Holt.
- Boxil, E. H. (1985). *Music Therapy for the Developmentally Disabled*. Rockvills, MD: An Systems Corp.
- Bruscia, K. E. (1998). *음악치료* (최병철 역). 서울: 학지사.
- Cerezo, M., & Frias, D., (1994). Emotional and Cognitive Adjustment in Abused Children. *Children Abuse & Neglect*, 18, 923-932.
- Clendenon, W. J. (1991). The Use of Music Therapy to Influence the Self-Confidence and Self-Esteem of Adolescent who are Sexual Abuse. *Music Therapy Perspectives*, 9, 73-81.
- DePanfilis, D., & Dubowitz, H. (2005). Family Connections: A Program for Preventing Child Neglect. *Child maltreatment*. 10(2), 108-123.
- Hawkins, W. & Duncan, D. (1985). Perpetrator and Family Characteristics Related to Child Abuse

- and Neglect: Comparison of Substantiated and Unsubstantiated Reports. *Psychological Reports*, 56, 407-410.
- Novaco, R. W. (1975). *Anger Control: The Development and Evaluation of an Experimental Treatment*. Lexington, MA: D.C. Health & Co.
- Spielberger, C. D., Jacobs, G. A., Russell, S., & Crane, R. S. (1983). Assessment of anger: The state-trait anger scale. *Advancin Personality Assessment*, Vol. 2, N. J.: LEA, pp.159-187.
- Urquiza, A. J. & Winn, C. (2003). **학대와 방임피해 아동의 치료** (노충래 역). 서울: 학지사.
- Wolfe, D. A. (1993). Treatment Strategies for Child Physical Abuse and Neglect: A Critical Progress Report. *Clinical Psychology review*, 13, 473-500.
- Wolpe, J. (1958). *The Practice of Behavior Therapy*. New York: Pergamon Press.

- 게재신청일: 2008. 09. 26.
- 수정투고일: 2008. 10. 20.
- 게재확정일: 2008. 10. 27.