

A Study on the Grounded Theory of Motivation in Clinical Music Therapy Practice for the Mental Rehabilitation Members

Kang, Kyungsun*

This study is conducted to analyse the process and the pattern of motivation for musical expression in clinical music therapy for the adults in the mental health center. The participant were 8 adults purposive sampling who had more than one year music therapy experience in the mental health center and their age ranged from 27 to 53. A major category derived and analysed from the grounded theory method by Strauss and Corbin. The qualitative analysis indicated that motivation for musical expression in music therapy, which was the central phenomenon in this study, was determined by the music therapist and songs used in the sessions. The central phenomenon was caused by the therapist's friendly attitude, high musical capacity, the familiarity of the selected songs and the significancy of the lyrics of selected songs. The levels of reliability about the therapist's personality and musical ability as a professional music therapist and the positive arousal of the songs used in sessions affected as the contextual condition. Spontaneous musical expression in music therapy brought the escape from reality, release of stress and sharing by the intervening condition 'empathy' and this resulted in mood regulation, the instillation of hope and group cohesion. It has been found that there were three types of motivation in music therapy: intrinsic motivation, relationship dependent extrinsic motivation and evasive motivation.

Keywords : Music therapy, Motivation, Grounded theory, Mood regulation, Instillation of hope, Group cohesion

* Assistant Professor, Department of Music Therapy, Graduate School, Sungshin women's University

정신재활 회원을 위한 음악치료 임상실습에서의 동기부여에 관한 근거이론 연구*

강경선**

본 연구는 성인 정신보건센터의 성인들을 위한 임상 음악치료에서 음악적 표현 동기의 과정과 패턴을 분석하기 위하여 수행되었다. 참가자들은 27에서 53세 사이의 1년 이상 음악치료를 경험한 8명의 의도 표집된 정신보건센터 회원들이었다. 주요 범주와 분석은 Strauss와 Corbin의 근거이론 방법에 의하여 이루어졌다. 질적 분석 결과 음악치료에서 자발적 음악표현 동기는 치료사와 세션에서 사용되는 노래에 의해 결정된다. 치료사의 친화적 태도, 높은 음악적 역량, 선곡된 노래의 친숙성 그리고 선곡된 노래 가사에 대한 의미부여가 중심현상의 인과적 조건으로 작용한다. 이때 음악치료사에 대한 전문인으로서 인격적, 음악적 신뢰도 정도와 세션에서 사용된 노래의 긍정적 환기가 맥락적 조건으로 작용한다. 음악치료에서 자발적 음악 표현은 공감이라는 중재조건을 통해 현실 도피, 스트레스 해소 그리고 나눔이라는 작용을 일으키며 이것은 무드조절, 희망의 고취 그리고 집단 응집력이라는 결과를 가져왔다. 음악치료에서 참여 동기 유형은 3가지로 내재적 동기, 관계 의존적인 외재적 동기 그리고 회피적 동기유형이 발견되었다.

핵심어 : 음악치료, 동기, 근거이론, 무드조절, 희망의 고취, 집단 응집력

* 이 논문은 2011년도 성신여대 학술 조성비 지원에 의하여 연구되었음.

** 성신여자대학교 음악치료 대학원 조교수 (kskang70@hanmail.net)

I. 서 론

1. 연구의 필요성과 의의

동기(motivation)는 인간의 행동을 조정하는 심리적 원천이자 인간 행동의 에너지원이다. 진화 과정에서 인류는 생존을 위한 신체적 욕구와 유해한 환경으로부터의 보호를 위하여 동기라는 심리적 기제를 발현하여 행동을 유도해왔다. 이러한 심리적 기제는 현대에서 다양한 영역에서 연장선으로 작용하고 있다(Hallam, 2002). 돈은 사람들을 일하게 하는 중심 동기이며, 부모의 칭찬과 물질 보상은 학생들을 공부하게 하는 동기이다(Maslow, 2009). 또한 사랑, 명예, 소속감 등과 같은 추상적인 개념들을 추구하게 하는 것 역시 동기이다. 여기서 추구한다는 것은 움직이기 원하는 강한 에너지와 어느 곳으로 움직일지에 대한 방향성으로 동기가 내포하는 의미를 정의한다(Deci & Ryan, 2000; Ford, 1992).

상담과 심리치료에서 동기는 치료결과의 성공여부를 결정하는 핵심적인 요소이다. 왜냐하면 내담자의 적극적 치료 참여 동기, 자기개방의 동기, 그리고 자기 변화에 대한 동기에 이르기까지 동기는 치료의 전 과정에 중요한 요소로 작용하기 때문이다. Ryan, Lynch, Vansteenkiste와 Deci (2011)에 따르면 치료의 효과성은 내담자가 치료기술을 수용하고 치료사의 방향에 동의하여 자발적 참여 의지를 보일 때 분명하게 나타난다고 한다. 즉, 잘 동기화(well-motivated)된 내담자일수록 치료의 효과성에 대한 기대가 높다는 것을 의미한다.

Ryan et al.(2011) 분석에 따르면 심리치료에서 내담자의 동기부여 스타일을 내재적 동기에서부터 외재적 동기까지 수준별로 다음과 같이 구분한다. 먼저 내담자의 스스로 변화를 이끌어내는 내재적 동기(intrinsic motivation)이다. 내재적 동기는 내담자가 변화의 필요성과 의지를 갖고 자신의 행동을 스스로 조절하게 도와주는 내담자 중심의 치료에서 치료핵심 기전이기도 하다(Raskin & Rogers, 1995). 다음으로는 자신의 가치와 외부의 가치와 목적이 부합된 통합적 규제(integrated regulation)의 수준을 들 수 있다. 이것은 예를 들어 성도착증 환자가 자신의 행동과 생각이 부적절함을 인식하고 사회적 법과 질서를 위해 치료에 참여하는 것과 같이 내적 가치와 외적 가치가 통합된 규제를 갖고 있다. 세 번째 인식된 규제(identified regulation)는 통합적 규정과 마찬가지로 내담자가 의식적으로 치료활동에 가치를 둬서 동기가 부여된 상태이다. 네 번째 내사된 규제(introjected regulation)는 내담자의 동기부여가 타인의 설득이나 교육에 의하여 부여된 상태를 말한다. 다섯 번째 외적 규제(external regulation)는 강화나 벌과 같은 외적 환경 자극을 통해 내담자의 동기를 부여하는 방식으로 행동주의 치료의 주 원리이기도 하다. 이렇듯 치료에서 동기는 개인이 치료에 대한 가치부여를 어떻게 하느냐에 따라 차별적 수준을 갖는다.

그렇다면 치료에서 음악이라는 행위는 어떠한 동기에 의해서 부여되며 어떠한 가치에 의해서 구분될까?, 지금까지 음악치료에서 내담자의 음악적 표현 또는 활동 동기에 대한 심층적 연구는

거의 찾아볼 수 없었다. 주로 개인의 음악적 동기는 실험과 조사를 통해 과학적 태도로 이론을 적립하는 음악교육과 심리학에서 다루어져왔다. 음악교육에서 음악적 동기는 왜 연주하는가? 어떠한 왜적 요소들이 음악적 훈련에 동기부여를 할 수 있는가?, 음악적 동기의 내적 요인들은 무엇인가? 등 주로 음악연주에 관한 동기에 집중되어 있다. 반면 심리학에서는 왜, 언제, 누가, 어떠한 음악을 듣는가에 대한 음악 감상에 대한 동기연구가 주를 이루고 있다. 음악교육이 적극적인 음악활동 참여 동기라면 심리학은 정서조절로서의 음악동기를 설명한다. 음악교육에서 동기는 과제의 난이도, 성취감, 환경적 요소 등 개인의 연주활동은 개인성과 환경사이의 상호작용에 의해 결정된다(Hallam, 2002). 즉 인성, 자기개념, 자존감 같은 내재적 동기요소들과 칭찬, 상과 같은 외재적 동기요소가 함께 작용한다. 반면 심리학에서 음악 감상에 대한 동기는 주로 자신의 정서조절을 목적으로 하는 내재적 동기화에 의한 것임을 알 수 있다. 많은 연구에서 음악소비의 가장 중요한 이유 중 하나를 무드조절(mood regulation)로 들고 있다(Christenson & Roberts, 1998; Denora, 1999; Laiho, 2004; North, Hargreaves & O'Neil, 2000; Roe, 1985; Sloboda & O'Neil, 2001; Well & Hakanen, 1991). 음악을 기분의 전환 또는 무드 조절을 목적으로 사용하는 현상은 청소년기에 두드러지게 나타나며(Saarikallio & Erkkila, 2007) 정서적으로 불안정한 부적응 청소년일수록 이러한 현상은 더욱 심화된다(이승아, 2005; 이은화, 2007; 이정실, 2009).

치료에서 음악은 때론 내담자도 모르게 우회적으로 자신을 표현하게 하거나 언어로 표현하지 못하는 감정을 미학적으로 표현하게 함으로서 치료적 효과를 가져 오기도 한다. 보다 발전된 형태로는 음악적 표현을 통해 진정한 자기통찰을 이루는 결과로 이어지기도 한다. 이렇듯 음악치료에서 음악적 표현은 표현 자체로서도 그리고 표현을 통한 진정한 자기 통찰의 중요한 열쇠로 치료의 핵심 행위이다.

이러한 음악적 자기표현은 치료에서 자발성을 필요로 한다. 그리고 자기표현의 자발성을 갖기 위해서는 핵심 에너지인 동기(motivation)라는 심리적 기제가 요구된다. 언어 중심의 심리치료와 비교할 때 음악치료는 음악이 주는 미적 즐거움과 자유로움으로 인해 내담자의 참여 동기와 자기표현 동기를 유발하는 이점을 가지고 있다. 그러나 치료에서 음악은 내담자의 문화, 교육, 개인성의 변인으로 인해 항상 주의 깊은 중재를 요구한다. 다시 말해 음악이라는 미적 경험은 개인의 문화와 선호도에 부합할 때 이루어지며 이러한 개인의 주관적 경험을 매개로 변화를 추구하는 음악치료는 우선적으로 예술적 정서의 공감대를 필요로 한다. 특히 사회, 문화 의존적 성격이 강한 음악은 치료에서 정서적 공감대 형성을 통해 관계형성과 자기표현의 동기를 유발한다.

음악치료에서 내담자들은 연령과 문화, 성별 등에 따른 뚜렷한 음악 선호도나 거부감을 보이기도 한다. 이들의 선호음악은 치료에서 참여 동기와 음악을 통한 자기표현의 동기를 부여하지만 불편감을 느끼는 음악은 거부감과 저항을 불러일으켜 치료 참여 동기를 저하시키기도 한다. 또한 즉흥연주와 같은 자유로운 자기표현의 악기연주나 즉흥노래 부르기는 내담자가 음악을 통해 자신을 표현하고 싶은 충분한 정서적 동기부여와 지지적인 환경이 조성되어야 한다.

음악치료에서 노래하기, 악기 연주하기와 같은 음악 만들기(music making)는 내담자가 음악을 통해 자신을 표현하는 창구이므로 음악이 충분한 동기부여에 의하여 진솔하게 연주되었을 때 치료적 가치와 효과를 갖는다. 그렇다면 이러한 음악 만들기에 동기를 부여해 주는 요인은 무엇이며 어떠한 치료적 결과를 가져오는가? 본 연구는 음악치료를 직접 경험한 성인 음악치료 경험자들을 대상으로 그들과의 인터뷰를 통해 음악치료 임상에서 음악적 동기부여의 과정과 결과를 근거이론을 통해 분석하고자 한다. 근거이론 연구방법은 현장 인터뷰에서 나타난 개념을 단계별로 코딩하고 중심현상에 대한 인과조건, 맥락, 상호작용, 중재조건, 결과와 같은 구체적인 구성 틀을 갖는다는 점에서 음악치료에서 동기부여에 관한 연구의 과정과 결과를 체계적으로 기술하여 분석할 수 있다는 점에서 본 연구의 질적 연구방법으로 사용되었다.

2. 연구문제

- 1) 정신보건 센터 회원들이 음악치료 안에서 음악적 동기부여의 과정은 어떠한가?
- 2) 정신보건 센터 회원들은 음악치료에서 자발적이고 자기 표현적 음악활동을 통해 어떠한 경험을 하는가?

II. 연구방법

1. 연구 참여자 선정

본 연구의 대상자는 서울 성북구에 위치한 D 성인 정신건강센터의 정신재활 회원들로 1년 이상 음악치료 경험을 한 회원들을 대상으로 의도적 표집(purposeful sampling)하였다. 연구에 참여한 회원들은 길게는 7년 짧게는 1년 정도 정신건강센터에서 음악치료를 경험하여 음악치료의 대략적 구조와 목적 등을 이해하고 있었으며 음악 치료사, 음악선곡, 악기연주에 대한 자신의 의견을 제시할 수 있었다.

D 정신건강센터에서의 음악치료는 2006년부터 음악치료 대학원생들의 실습을 통해 이루어졌으며 회원들은 두 집단으로 나뉘어 각각 다른 학교 대학원생들의 음악치료를 경험 해왔다. 집단 A는 약 7~8명의 회원들로 매주 월요일 오후 A 음악치료 대학원생들과, 집단 B는 7~8명으로 매주 금요일 오후에 B 음악치료 대학원생들과 음악치료 세션을 경험해왔다. 회원들이 경험하는 음악치료사와의 기간은 6개월이며 본 연구에 참여한 회원들은 집단 A, B에서 표집한 회원들로 사회 복지사의 도움을 받아 연구취지에 동의하며 연구자와 심층 면접이 가능한자를 표집하였다.

인터뷰는 정신건강센터의 상담실에서 개인면담으로 짧게는 30분에서 길게는 1시간으로 더 이상 새로운 내용이나 개념이 나타나지 않는 포화(saturation)상태까지 이루어졌으며 반구조적(semi-structured) 방식으로 진행되었다. 모든 면담은 사전 허락을 받고 녹음되었다. 심층 면담에 참여한 회원은 모두 8명으로 이 중 3명이 여성, 5명이 남성이며 연령별로는 27세에서 53세까지이다. 회원들은 공통적으로 모두 10대 후반에 발병하여 정신병원과 정신건강센터를 반복적으로 드나들었으며 현재 증상의 재발을 막기 위한 약을 복용하기 있는 상태이다. 본 연구는 2012년 1월 9일부터 13일까지 일주일간 정신보건센터 상담실에서 시행되었다.

〈표 1〉 연구 참여자들의 사회, 인구학적 특성

	나이	성별	음악치료 경험기간	D 정신보건센터 이용기간	학력	병력	결혼여부
A	42	남	3년	3년	고졸	정신분열증	미혼
B	52	여	1년	1년	고졸	정신분열증	미혼
C	39	여	3년 6개월	4년	고중퇴	정신분열증	미혼
D	35	남	4년	4년	고중퇴	정신분열증	미혼
E	41	남	5년	5년	고졸	정신분열증	미혼
F	27	여	1년 6개월	3년	고졸	정신분열증/ 경도지적장애 동반	미혼
G	38	남	2년	10년	고졸	정신분열증	미혼
H	53	남	7년	7년	고졸	정신분열증	미혼

2. 자료수집 및 분석

본 연구는 음악치료를 경험한 정신보건 센터의 회원들을 대상으로 심층면담을 녹음하여 녹음자료를 기반으로 Strauss와 Corbin(2001)이 활용한 개방코딩(open coding), 축코딩(axial coding), 선택코딩(selective coding)을 활용하여 분석하였다. 개방코딩은 근거이론 연구에서 연구 참여자에서 얻은 정보의 지속적 비교접근(constant comparative approach)을 통해 상위 범주와 하위 범주를 구성하는 과정이다. 다음 축코딩은 범주들을 서로 연결시키는데 이 과정에서 연구자의 관심사인 중심현상을 발견하고 이 중심현상을 중심으로 인과조건, 맥락, 상호작용, 중재 그리고 결과를 도출한다. 마지막으로 선택코딩은 범주들을 연결하는 전체적인 이야기를 구성한다.

3. 신뢰도와 타당도

본 연구에서는 연구의 신뢰도와 타당도를 높이기 위하여 연구대상자에 대한 정보를 연구자의 심층 면접에서 뿐만 아니라 해당 기관의 사회복지사 2명, 음악치료사 2명의 관점을 참고하여 삼각(triangulation) 관점에서 연구대상자들의 기술을 분석하였다. 연구자는 분석과정에서 녹음된 내용을 여러 번 듣고 필사하여 범주화 분석과 핵심내용을 파악하였다.

4. 결과분석

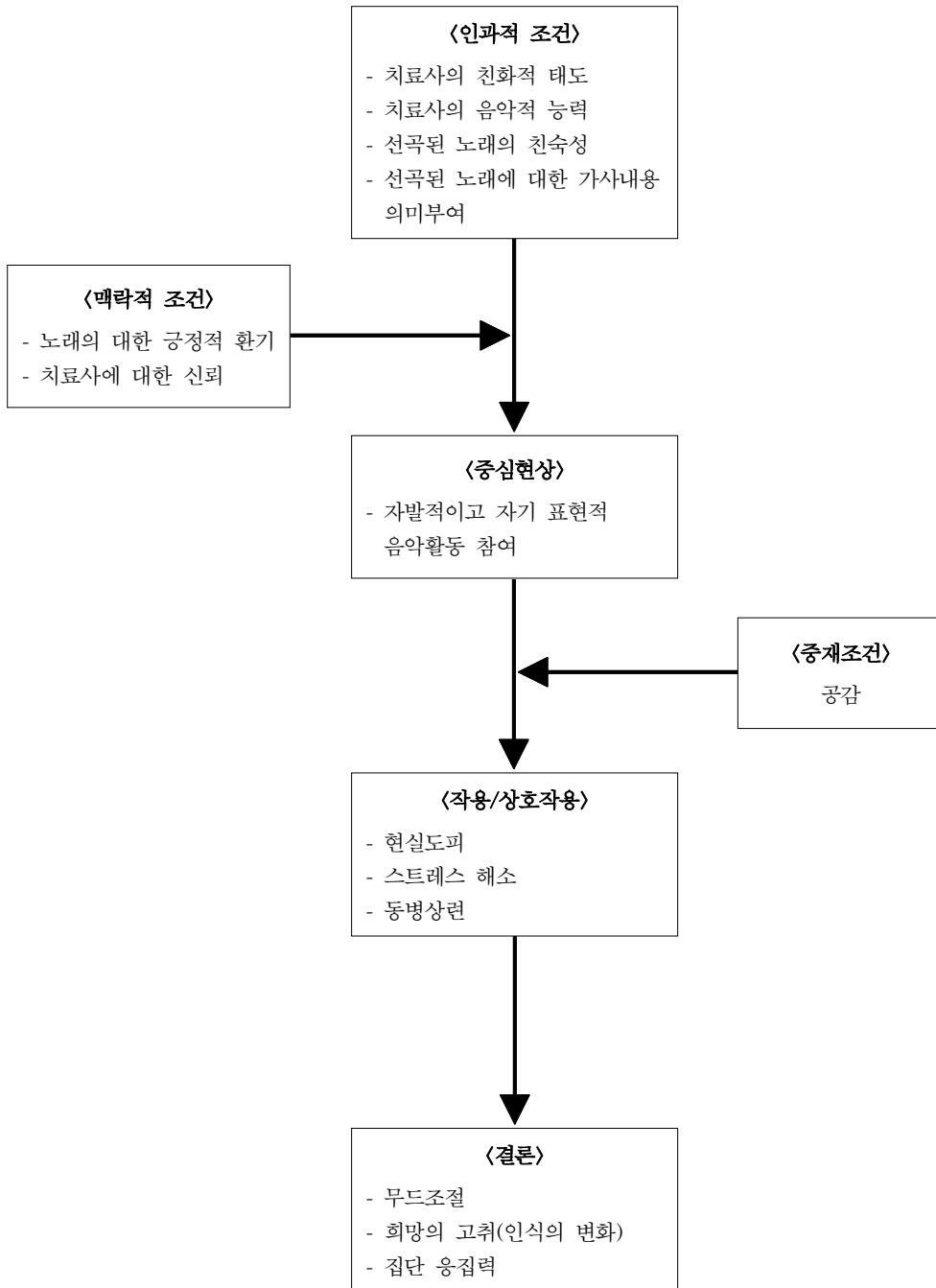
1) 근거자료에 나타난 개념과 개념의 범주화 (개방코딩)

회원들과의 심층 면접에서 나온 자료들을 통해 중요한 현상을 중심으로 지속적인 비교를 통해 범주화 하였다. 일차적으로 심층 면접을 통해 나타난 개념들을 비슷한 유형들 끼리 묶어서 하나의 하위 범주를 구성하였고 그 범주는 다시 상위 범주로 추출하였다.

〈표 2〉 음악치료 참여 동기 부여 과정

상위범주	범주	개념
치료사의 친화적 태도	치료사에 대한 이상화	치료사는 특별한 사람, 사랑이 많은 사람, 봉사정신이 남다른 사람, 타고난 사람
	친근한 치료사	회원들이 원하는 것을 많이 물어봄, 요구하는 음악을 준비해줌, 노래 속에서 이름 불러주며 친근하게 다가오는 치료사
치료사의 음악적 역량	음악적 리더십	치료사의 편곡, 즉흥연주 실력, 준비한 프로그램의 전체적 음악적 분위기 적절히 구성하여ダイナミック한 세션
	선곡된 음악을 통한 긍정적 메시지 수용	회원들의 수준, 취향을 고려한 음악 선곡능력, 긍정적이고 희망적인 노래선곡 능력
선곡된 노래의 친숙성	멜로디의 친숙함	익숙하고 따라하기 쉬운 멜로디, 과거에 많이 불렀던 노래, 맘에 드는 멜로디, 따라하고 싶음, 감정 전환
	리듬의 친숙함과 신남	악기연주도 같이 활동하기 쉬운 노래, 신나는 리듬의 여흥
선곡된 노래 가사 내용에 대한 의미부여	발병이전의 과거 회상	과거 중고교 시절, 연애하던 시절, 고향생각, 친구들과 놀던 젊은날을 회상하게 하는 노래들, 개인적 의미부여
	현재 하고 싶은 것	여행, 연애하기, 가족들에게 미안하고 사랑한다고 말하기, 계절 즐기기 활동 (수영, 스키, 등산 등)
	긍정적 자기 암시	할 수 있어, 이겨 낼 수 있어, 일어나, 괜찮아 잘 될거야 등 긍정적이고 희망을 고취하는 노래 내용

상위범주	범주	개념
노래의 긍정적 환기	행복한 과거	발병 이전 행복 했을 때 즐기던 음악, 행복함, 그리움, 신남
	소망충족	현재 병으로 인해 할 수 없는 소망들을 노래를 통해 표현, 안타까움, 가슴이 찡함, 몽클함, 답답함
	희망의 고취	병의 회복과 다시 평범한 일상으로 돌아가는 것에 대한 희망적 노래, 기분 좋음, 몽클함, 힘이남
치료사에 대한 신뢰도	인간적 신뢰도	가까움, 치료에 대한 열정, 최선을 다함, 열심히 함
	음악적 신뢰도	음악치료를 위한 노래, 악기, 세션 구성 준비성, 음악적 능력
현실도피	전환적 음악 활동	아무 생각 없이 노래 부르기, 시간 때우기, 생각 없이 악기 두들기기, 힘든 기분전환
	인지적 자극의 음악	행복한 과거 회상, 신나는 환상의 세계로
스트레스 해소	감정표현	시원함, 기분 좋음, 과거 상처를 자꾸 표현하면서 맘의 위로를 받음, 즐거워짐
	소통	내 이야기를 들려주어서 기분 좋음, 전달하고 싶은 가사를 음악 안에서 전달할 수 있어서 좋음
고통의 나눔	심리, 신체적 고통	우울함, 힘든 감정 조절, 피곤함, 집중력 결여, 인지 기능 저하, 위축감
	환경적 고통	사회적 고립감, 가족에 대한 미안함, 경제적 어려움
공감	정서적 공감	가사내용을 통해 알게 되는 회원들의 힘든 마음, 상처, 소망에 공감, 도움이 되고 싶음
	현실적 공감	음악 자극을 통해 한시적 시원함, 여기 지금 함께하는 여흥의 음악
무드 조절	에너지의 방출	신나게 연주하고 노래하면 맘이 뭔가 해소되는 느낌
	기분전환	우울하거나 화나는 기분을 긍정적 분위기로 전환
	임파워(empower)	강한 긍정적 환기의 음악을 통해 힘을 얻음
희망의 고취	인식의 변화	뭔가 할 수 있을 것 같은 나, 힘겨운 현실을 이겨내고 변할 수 있는 나, 음악의 치료적 효과에 대한 신뢰
	행동의 변화	치료를 적극적 참여
집단 응집력	음악적 유대감	노래, 연주, 율동, 게임 등을 회원들 간의 상호작용을 통해 유대감 형성
	동병상련의 정	형제, 자매 같은 회원들, 비슷한 고통을 가진 착하고 불쌍한 회원들



〈그림 1〉 자발적 자기 표현적 음악활동 참여에 대한 패러다임 모형

(1) 인과적 조건

인과적 조건은 현상을 일으키거나 발전시키는 사건으로 본 연구에서는 정신보건센터 회원들이 음악치료에 적극적 참여 동기를 유발시키는 요인들을 4가지로 분석하였다. 중심현상인 회원들의 자발적이고 자기 표현적 음악활동 참여의 조건으로는 치료사의 친화적 태도, 치료사의 음악적 능력, 선곡된 노래의 친숙성 그리고 선곡된 노래의 가사내용 의미부여 정도로 이러한 조건들은 상호 독립적으로 발생하기도 하고 동시에 두, 세 가지 원인이 복합적으로 작용하여 동기부여를 강화하기도 한다. 따라서 이상의 4가지 범주들을 인과적 조건이라고 할 수 있으며 이들 범주의 속성은 다음과 같다.

〈표 3〉 인과적 조건의 속성과 차원

상위범주	속성	차원
치료사의 친화적 태도	정도	적다(소) 크다(대)
치료사의 음악적 능력	수준	낮다(저) 높다(고)
선곡된 노래의 친숙성	정도	적다(소) 크다(대)
선곡된 노래의 가사내용 의미부여	정도	적다(소) 크다(대)

(2) 맥락적 조건

맥락적 조건은 중심현상을 일으키는 속성을 말한다. 본 연구에서는 자발적이고 자기 표현적 음악활동이라는 중심현상의 속성 정도를 설명하는 맥락을 노래의 긍정적 환기와 치료사에 대한 신뢰도로 보았다. 즉, 회원들의 기억 속에 긍정적 정서로 자리 잡은 사건, 사람, 시대 등의 회상과 희망적이고 용기를 북돋는 미래지향적 노래의 긍정적 환기 정도에 따라 중심현상의 강도에 영향을 미친다. 또한 전문인으로서 음악치료사에 대한 신뢰도 정도가 영향을 주는데 치료사의 친화적 태도, 리더십, 음악적 능력 등은 음악치료사에 대한 신뢰도와 동시에 참여 동기에 영향을 준다. 다시 말해 회원들에게 친화적인 태도를 보이며, 강력한 리더십 그리고 뛰어난 음악적 역량을 보이는 치료사에게 회원들은 높은 신뢰도를 느끼며 이러한 신뢰도는 강한 참여 동기를 유발한다. 이러한 점에서 본 연구에서는 두 범주들이 맥락적 조건을 형성한다고 보았으며, 이들 범주들의 속성과 차원은 다음과 같다.

〈표 4〉 맥락적 조건의 속성과 차원

상위범주	속성	차원
노래의 긍정적 환기	정도	낮다(저) 높다(고)
치료사에 대한 신뢰	정도	낮다(저) 높다(고)

(3) 중재적 조건

중재적 조건은 특정한 맥락 안에서 취해지는 전략을 촉진하거나 억제하는 방향으로 작용한다. 본 연구에서는 자발적이고 자기 표현적 음악활동 참여라는 중심현상에 대한 작용/상호작용 전략이 공감에 따라 촉진 또는 억제되는 것으로 나타났다. 예를 들어 노래 가사에 대한 개인적 공감 수준 또는 타 회원의 음악적 표현에 대한 공감이 높을수록 강한 작용/상호작용을 불러일으킨다.

〈표 5〉 중재적 조건의 속성과 차원

상위범주	속성	차원
공감	수준	낮다(저) 높다(고)

(4) 작용/상호작용 전략

작용/상호작용은 중심현상에 대응하는 전략을 말한다. 본 연구에서는 자발적이고 자기 표현적 음악활동 참여라는 현상에 대응하는 전략으로 노래를 통한 현실 도피적 기분전환과 현재 스트레스의 해소 그리고 나눔이라는 현상이 나타났다. 여기서 현실 도피적 기분 전환 음악이라 함은 회원들이 높은 공감을 나타내는 음악들이 발병이전의 과거 선호 노래 그리고 미래에 대한 소망과 희망의 고취 노래로 현실이 아닌 과거와 미래를 통한 긍정적 기분으로의 전환을 말한다. 회원들은 발병이전 청소년기 또는 청년기 즐겨들던 음악을 통해 긍정적 과거를 회상하고 주로 치료사가 제시하거나 요구하는 소망 충족적 또는 미래에 대한 희망 고취를 목적으로 하는 노래활동을 통해 기분의 전환을 경험한다. 이 과정에서 같은 아픔을 가진 타 회원들과의 정서적 교류와 공감은 아픔과 희망의 나눔 현상을 나타나게 한다. 또한 음악을 통한 정서적 표현과 나눔은 현재의 스트레스 해소에 작용한다.

(5) 결과

결과는 중심 현상인 ‘자발적이고 자기 표현적 음악활동 참여’가 여러 작용/상호작용을 거쳐 가져온 결과를 말한다. 본 연구에서는 음악을 통한 무드 조절, 자신의 현실과 미래에 대한 희망의 고취를 통한 인식의 변화 그리고 동병상련의 정을 통한 집단 응집력을 결과로 볼 수 있다.

2) 선택적 코딩

선택적 코딩은 근거이론 마지막 데이터 분석단계이다. 본 연구에서는 음악치료 임상현장에서 회원들의 자발적이고 자기 표현적 음악활동이 일어나는 중심현상을 기준으로 이야기 윤곽 전개를 통해 핵심 범주와 다른 범주를 체계적으로 연결시켰으며 회원들의 진술에 나타난 이야기를 통해 유형을 도출하였다.

(1) 이야기 윤곽

본 연구에서는 1년 이상 음악치료를 경험한 정신보건 센터의 회원들이 '자발적이고 자기 표현적 음악활동 참여'라는 현상이 일어나는 과정에 대한 이야기이다.

정신보건센터 회원들은 음악이 즐거울 거라는 기대감과 사회복지사의 추천으로 음악치료를 참여하게 되는데 음악치료를 대한 치료적 기대감 보다는 정신보건센터에서 일상의 하나로 제공된 프로그램으로서 참여하게 된다. 음악치료에서 중심현상인 회원들의 자발적이고 자기 표현적 음악활동 동기는 치료사와 치료에서 사용되는 노래에 의해 결정된다. 치료사의 친화적 태도, 높은 음악적 역량, 선곡된 노래의 친숙성, 선곡된 노래의 가사내용 의미부여가 중심현상의 인과적 조건으로 작용한다. 이때 음악 치료사에 대한 전문인으로서의 인격적, 음악적 신뢰도와 음악치료를 사용된 노래의 긍정적 환기의 정도에 따라 중심현상의 강도가 결정된다. 즉 음악 치료사에 대한 신뢰도가 높고 음악치료를 사용된 노래의 긍정적 환기가 높을수록 회원들의 자발적이고 자기 표현적 음악활동 참여 동기는 강하게 나타난다. 자발적이고 자기 표현적 음악활동 참여는 현실 도피적 노래를 통한 기분 전환이라는 작용/상호작용을 불러일으킨다. 이러한 현상은 공감이라는 중재조건에 따라 회원들은 음악 안에서 힘든 현실을 떠나 긍정적 정서 환기를 일으키는 과거 회상과 소망 충족적, 희망 고취적인 미래 지향적 노래가사를 통해 스트레스를 해소하고 회원들 간의 동병상련의 감정을 나눈다. 그리고 이것은 무드 조절, 희망의 고취, 집단 응집력이라는 결과를 가져온다. 즉, 음악치료에서 인과적 조건에 의해 나타난 중심 현상인 회원들의 자발적이고 자기 표현적 음악활동 참여는 음악을 통해 치료적 이슈를 다루는 현실 직면이 아닌 현실 회피적 주제를 통해 그리고 노래 가사에 대한 감정이입을 통해 기분의 변화인 무드 조절과 인식의 변화인 희망의 고취 그리고 회원들 간의 공감을 통해 집단 응집력으로 나타난다.

(2) 유형의 도출

본 연구의 근거자료를 통해 음악치료에서 자발적이고 자기 표현적인 음악활동 참여 유형은 3가지로 분석할 수 있다.

〈유형 1〉 내재적 동기 부여형

내재적 동기 부여형은 노래 부르거나 악기연주와 같은 적극적인 음악활동이 가져다주는 기분 전환 경험을 통해 어떠한 외적요인 없이 자발적으로 음악치료를 참여하고 음악활동에 적극적인 유형이다. 이 유형의 회원들은 발병 이전의 행복했던 시절의 유행가나 현재의 소망 충족적 그리고 미래의 희망을 담은 노래활동을 통해 음악치료가 한시적으로나마 자신의 무드를 긍정적으로 환기시키는 것을 적극적으로 이용한다. 또한 음악치료를 치료사가 가져오는 악기에도 관심이 많은데 이들은 좀 더 다양하고 새로운 악기들을 경험하길 바라며 치료사의 즉흥연주나 편곡능력이 음악치료를 중요한 요인이라고 생각한다. 이는 음악치료에서 긍정적 정서 환기의 노래활동 뿐만

아니라 새로운 청각적 감각추구도 기분전환에 중요한 요인으로 작용함을 나타낸다. 이러한 경향은 음악적 경험 자체를 통해 자신의 기분을 조절하려는 전략으로 참여하는 음악치료에서 내재적 동기부여형의 특징을 보여준다.

〈유형 2〉 관계 의존 외재적 동기 부여형

본 연구에서 외재적 동기 부여형은 관계 지향적 성격으로 음악치료사 그리고 타 회원들과의 관계가 자발적이고 자기 표현적 음악활동 참여에 영향을 주는 유형이다. 회원의 이야기를 잘 들어주고, 요구하는 음악적 레퍼토리를 성의껏 준비해오며 치료사의 개인적 이야기도 개방하여 회원들과 나누는 음악치료사의 친화적 태도는 핵심적인 외재적 동기로 작용한다. 또한 노래 안에서 자신의 이름이 치료사나 타 회원들에 의해 불리어 지거나 지지적 내용의 음악선물을 받았을 때 기분이 좋아지고 안정되며 자신의 존재를 알아주는 것 같다고 느끼는 음악적 나눔을 중요시 한다. 반면 자신의 음악적 표현 또는 특정 노래를 함께 하자는 음악적 요구에 있어서 자신의 원하는 방향보다는 집단의 분위기를 먼저 생각한다. 예를 들어, 자신의 원하는 슬픈 사랑노래는 집단의 분위기를 어둡게 만들 수 있기 때문에 포기하고 집단을 위해 희망적이고 긍정적인 노래를 선택한다. 외재적 동기 부여형 회원들은 음악치료에 참여하는 동료 회원들에 대해 모두 착하고 순한 사람들이라는 긍정적 인식과 함께 오랜 시간 정신장애 때문에 신체적, 심리적 그리고 사회적 어려움에 공감하는 동병상련의 정을 가지고 있다. 특히 음악을 통해 나누는 타 회원과의 동병상련의 감정은 유대감을 강화시킨다. 이 유형의 회원들에게 내재적 동기부여가 있음을 배제할 수 없지만 음악치료에서 자발적이고 자기 표현적 음악활동 동기부여의 핵심요인이 치료사와 타 회원들과의 관계에 기인하기 때문에 외적요인에 의한 동기부여로 하겠다.

〈유형 3〉 회피적 동기 부여형

회피적 동기 부여형은 음악을 자신의 기분조절을 위하여 전략적으로 사용한다는 점에서 내재적 동기부여 형과 같으나 음악을 통한 긍정적 환기 목적 보다는 현재의 심리적 고통을 음악활동을 통해 잊고자 하는 목적이 동기부여에 핵심으로 작용한다. 이 유형의 회원들은 음악치료에서 과거 지향적 노래추구 현상을 보이는데 발병 이전 젊을 시절 즐겨 듣거나 부르던 노래를 통해 기분전환을 경험한다. 노래가사에 대한 개인적인 의미부여는 거의 없으며 기억속의 익숙한 노래를 부르고 노래에 맞추어 악기 연주하는 경험을 통해 우울감을 벗어나고자 한다. 이것은 노래를 통해 과거에 대한 긍정적 환기, 미래 희망에의 고취라는 의미를 부여하는 내재적 동기유형과 구별되는 현상이다. 회피적 동기부여형의 음악추구는 자신의 즐거움에 초점이 맞추어져 있다. 즉 관계지향적인 외재적 동기 부여형과 반대로 음악은 개인적 경험이고 현재의 심리적 고통을 잠시 잊게 해주는 전환제이다.

III. 결론 및 논의

본 연구는 1년 이상 음악치료를 경험한 성인 정신보건센터 회원들을 의도적 표집하여 이들과의 심층적 면담을 통해 음악치료에서 음악활동 참여 동기를 유발하는 요소를 질적으로 분석하였다. 연구 참여자들은 D 정신 보건센터에서 정신재활 프로그램에 참여하고 있는 남자 5명, 여자 3명, 총 8명이며 연령은 만 27세에서 53세 사이로 모두 정신분열증 병력을 가지고 있다. 음악치료에서 자발적이고 자기 표현적 음악활동 동기가 유발되는 과정과 요인들의 질적 분석은 Strauss와 Corbin의 근거이론 방법을 이용하였다. 분석결과 중심현상인 자발적이고 자기 표현적 음악활동은 치료사의 친화적 태도, 치료사의 높은 음악적 역량, 선곡된 노래의 친숙성 그리고 선곡된 노래에 가사내용 의미부여라는 인과적 조건에 의해 나타남을 알 수 있었다. 맥락적 조건으로는 치료사에 대한 전문인으로서 인격적, 음악적 신뢰도와 음악치료에 사용된 노래의 긍정적 환기 정도에 따라 중심현상의 강도가 결정된다. 즉 음악치료사에 대한 신뢰도와 음악치료에서 사용되는 노래의 긍정적 환기 정도가 높을수록 회원들의 자발적이고 자기 표현적 음악활동 동기는 강하게 나타난다. 중심현상의 작용/상호작용으로는 현실 도피적 음악활동, 음악을 통해 스트레스 해소, 음악 안에서 회원들 간의 정서적 나눔이 발견되었다. 회원들은 힘들 현실을 떠나 긍정적 정서 환기를 일으키는 과거회상, 소망 충족적, 희망 고취적인 노래가사를 통해 스트레스를 해소하고 회원들 간의 동병상련의 정을 나눈다. 다시 말해 음악치료에서 인과적 조건에 의해 나타난 중심 현상인 회원들의 자발적이고 자기 표현적 음악활동은 음악을 통해 치료적 이슈를 다루는 현실 직면이 아닌 현실 회피적 주제를 통해 그리고 노래 가사에 대한 감정이입을 통해 무드 조절, 희망의 고취를 통한 인식과 행동의 변화, 마지막으로 회원들 간의 동병상련의 정을 통한 집단 응집력으로 나타난다.

회원들의 진술을 통해 나타난 중심현상의 유형 패턴은 내재적 동기 부여형, 외재적 동기 부여형, 회피적 동기 부여형 이렇게 3가지로 분석하였다. 각 유형은 음악 자체만으로 중심현상을 경험하는 내재적 동기 부여형, 치료사와 다른 회원들과의 관계 지향적 성격의 외재적 동기 부여형 마지막으로 음악을 즐거운 감각 추구의 목적으로 이용하여 현재의 고통을 벗어나고자 하는 회피적 동기 부여형이라는 특징을 나타낸다.

본 연구는 성인 대상 집단 음악치료에서 내담자의 자발적이고 자기 표현적 음악활동 동기를 유발하는 요소와 이러한 현상의 체계적 과정을 분석하기 위하여 연구 참여자들이 경험한 현상에 초점을 맞추어 과정과 결론을 분석하였다. 연구의 결과를 분석해보면 성인 집단 음악치료에서 자발적이고 자기 표현적 음악활동이 치료의 결과에 긍정적 영향을 미침을 알 수 있다. 이것은 심리치료에서 내담자가 치료사의 치료기술을 수용하고 치료 방향에 동의하여 자발적 참여의지 높을 때 치료의 효과성이 높게 나타난다는 심리치료의 이론(Ryan et al., 2002)과 일맥상통 한다. 이러한 현상에 대해 Westen, Novotny & Thompson(2004)은 잘 동기화된 내담자 일수록 치료에서

자기개방의 수준이 높기 때문이라고 해석한다. 그런데 여기서 내담자의 높은 자기개방의 수준이 치료의 성공에 영향을 미친다는 해석은 두 가지 차원에서 볼 수 있다. 첫째는 내담자가 치료자에게 치료에 필요한 많은 정보를 제공해주어 치료자의 통찰을 높여 나타나는 결과로서의 해석이고 두 번째는 내담자가 자신에 관한 많은 이슈들을 표출하면서 스스로 해소와 통찰이라는 과정을 통해 치료적 효과를 경험하는 차원이다. 물론 이러한 현상은 상호보완적으로 또는 상호 독립적으로도 나타날 수 있다. 본 연구에서는 참여자들이 강한 정서적 환기를 불러일으키는 음악을 통해 과거, 현재, 미래를 표출하고 그 과정에서 해소와 통찰이라는 경험이 무드조절, 희망의 고취를 통한 인식과 행동의 변화, 동병상련의 정을 통한 집단 응집력이라는 연구결과에 기인했음을 알 수 있다.

연구에서 중심현상을 일으키는 인과적 조건은 크게 음악치료사와 음악으로 구분할 수 있다. 음악치료사가 제공하는 인간적, 음악적 지지는 연구 참여자들의 자발적이고 자기 표현적 음악활동 참여 동기가 되는데, 이것은 로저스의 내담자 중심의 치료에서 중심 철학이자 기법인 진정성, 공감, 무조건적 긍정적 존중과 같은 의미의 선상에서 볼 수 있다. 그러나 내담자 중심의 치료에서 치료자의 태도가 내담자의 자기 발전적 변화를 유도하는데 내재적 동기로 작용한다고 본다면 음악치료에서 치료자의 태도와 음악은 환경적 조건인 외재적 요소로 해석한다. 음악치료에서 내재적 동기의 작용은 내담자 스스로가 자신의 음악을 통해 의미를 부여함으로써 나타나는 내적 역동의 긍정적 결과로 보아야할 것이다. 본 연구의 결과에서 알 수 있듯이 내담자의 변화는 음악에 의미부여를 통해 나타난 해소와 통찰의 결과인 무드 조절, 희망의 고취를 통한 인식과 행동의 변화, 집단 응집력 이었다. 즉, 음악치료에서 내담자에게 모든 치료에서 이상적으로 여겨지는 심리 에너지인 내재적 동기는 음악을 통해 부여됨을 알 수 있었다.

본 연구는 성인 집단음악치료 참여자들의 음악치료 경험을 토대로 음악치료에서 자발적이고 자기 표현적 음악활동의 과정과 결과를 근거이론 방법을 이용하여 분석하였다. 그러나 자발적이고 자기 표현적 음악활동이라는 동기를 일으키는 요소에만 초점을 맞추어 음악치료에서 동기와 관련된 현상에 관한 포괄적 분석은 배제되었다. 즉 연구 처음부터 음악치료에서 동기가 어떠한 긍정적 결과를 가져오는지를 분석하기 위해 동기부여에 부정적 영향을 미치는 요소와 그 과정에 대한 분석은 배제되었다. 연구 참가자들과의 인터뷰에서 음악치료에서 참여 동기에 부정적 요소로 작용하는 환경과 개인의 상황적 요소가 거론되기도 하였다. 그러나 참여 동기 저하 요인과 동기부여 요인의 비교는 가능 하나 동기저하는 단순히 음악치료 참여거부라는 결과만을 가져올 뿐 동기부여 결과와 의미 있는 비교가 불가능하였다. 추후 연구에서는 음악치료에서 나타나는 현상에 대한 보다 심층적인 질적 분석을 통해 표현과 통찰로서의 음악의 치료적 기능에 관한 포괄적 주제가 다루어지길 희망한다.

참 고 문 헌

- 이승아 (2005). 가출 청소년의 음악적 선호도에 대한 연구. 명지대학교 석사학위논문.
- 이은화 (2007). 청소년의 음악감상교육을 위한 연구. 경상대학교 석사학위논문.
- 이정실 (2009). 근거이론에 의한 쉼터 청소년들의 정서에 따른 음악추구전략 연구. *청소년학 연구*, 16(3), 209-236.
- Christenson, P. G. & Robert, D. F. (1998). *It's Not Only Rock & Roll: Popular Music in the Lives of Adolescents*. Cresskill, NJ: Hampton Press.
- Deci, E., L & Ryan, R. M. (2000). The "what" and "why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11, 227-268.
- DeNora, T. (1999). Music as a technology of the self, poetics. *Journal of Empirical Research on Literature, the Media, and the Arts*, 26, 1-26.
- Ford, M. E. (1992). *Motivating humans*. Newberry Park, CA: Sage.
- Hallam, S. (2002). Musical motivation: towards a model synthesizing the research. *Music Education Research*, 4(2), 225-244.
- Laiho, S. (2004). The psychological function of music in adolescent. *Nordic Journal of Music Therapy*, 13(1), 49-65.
- Maslow, A. (2009). *Motivation and personality* (3rd ed.). 오혜영(역). 서울: 21세기 북스
- North, A. C., Hargreaves, D. J., & O'Neil, S. A. (2000). The importance of music to adolescents. *British Journal of Education Psychology*, 70, 255-272.
- Raskin, N. J., & Rogers, C. R. (1995). Person-centered therapy. In R. Corsini & D. Wedding (Eds.), *Current Psychotherapies*. Itasca: Peacock Publishers.
- Roe, K. (1985). Swedish youth and music: Listening patterns and motivations. *Communication Research*, 12(3), 353-362.
- Ryan, R. M., Lynch, M. F., Vansteenkiste, M., & Deci, E. L. (2011). Motivation and autonomy in counseling psychotherapy, and behavior change: A look at theory and practice, *The Counselling Psychologist*, 39(2), 193-260.
- Saarikallio, S., & Erkkila, J. (2007). The role of music in adolescents' mood regulation. *Psychology of Music*, 35(1), 88-109.
- Slobado, J. A., & O'Neil, S. A. (2001). Emotions in everyday listening to music in P. N. Juslin & J. A. Slobado(Eds.), *Music and Emotion: Theory and Research*. New York: Oxford University Press.
- Strauss, A. & Cornin, J. (2001). *질적연구 근거이론의 단계*. (신경림 역). 서울: 현문사.

- Westen, D., Novotny, C. M., & Thompson, B. H. (2004). The empirical status of empirically supported psychotherapies: Assumptions, findings, and reporting in controlled clinical trials. *Psychological Bulletin, 130*, 631-663.
- Wells, A. & Hakanen, E. A. (1991). The emotional use of popular music by adolescents. *Journalism Quarterly, 68*(3), 445-454.

- 게재신청일: 2012. 4. 15.
- 수정투고일: 2012. 4. 30.
- 게재확정일: 2012. 5. 10.