

국악을 이용한 집단음악치료가 주간보호시설 노인들의 인지기능과 생활만족도에 미치는 효과

The Effects of Group Music Therapy with the Use of Korean Classical Music on Cognitive Function and Life Satisfaction in the Elderly at Daycare Facilities

송백윤(Song Baek Yun)¹, 정광조(Cheong Kwang Jo)¹, 최애나(Choi Ae Na)^{2*}

¹Department of Art Therapy, Daejeon University

²Department of Psychology & Philosophy, Pai Chai University

<Abstract>

The purpose of this study is to examine the effects a music group therapy program has on cognitive function and life satisfaction. We targeted the elderly who are receiving service at a daycare center. This study monitored seventeen elderly subjects who were available for language communication, walking, and defecation function even if the subject had a slight mind-body function disorder based on using the service of the daycare facilities. The subjects visited each of the welfare centers one week prior to the Korean classical music group therapy program. We conducted a pre-test of MMSE-K(Mini-Mental State Examination, Korean version) modified by Park and Gwon(1989). We also supplemented the MMSE developed by Folstein(1975) and LSI-A(Life Satisfaction Index) for the elderly developed by Neugarten, Havighurst and Tobin(1961).

We conducted the Korean classical music group therapy program for 15 sessions at 50 minutes each for 1~2 times a week from July 9 to September 13, 2013 at the daycare center for OO senior welfare center. The welfare center belongs to the experimental group, excluding the OO general welfare center, which is the control group.

Finally, we carried out the post-test of the MMSE-K and LSI-A in the same manner as the pre-test. We carried out the post-test on July 17, 2013, 4 days after concluding the Korean classical music group therapy program.

A t-test was used in order to analyze the differences in cognitive function and life satisfaction according to each group. We used SPSS/WIN 18.0 program.

This study has significance by proving that the use of Korean classical music is conducive in the improvement of cognitive function and life satisfaction of the elderly at the daycare facilities. Also, we presented the actual contents of the study to the clinical field.

▲주제어(Key Words) : 국악을 이용한 집단 음악치료(group music therapy with korean classical music), 주간보호시설 노인(the elderly of the daycare facilities), 인지기능(cognitive function), 생활만족도(life satisfaction)

• 본 논문은 제1저자의 석사학위 논문 중 일부임.

* Corresponding Author : Choi Ae Na, Department of Psychology & Philosophy, Pai Chai University, Daejeon Metropolitan City in the Western exclude 155-40, Korea, Tel: +82-10-042-520-5114, E-mail: aena617@pcu.ac.kr

I. 서론

1. 연구의 필요성 및 목적

현대사회는 급속한 의학, 과학의 발달로 인한 보건, 의료부분의 발전과 함께 인간수명 연장이라는 쾌거를 이루었고, 동시에 경제적인 풍요로움으로 인해 라이프스타일의 급격한 변화를 가져왔다. 반면, 이와 같은 성과들의 이면에는 노인 인구의 비율 상승, 출산의 저하 등 또 다른 사회문제를 야기 시켰다. 뿐만 아니라 전통적으로 '효(孝)'를 근간으로 하는 가족중심의 문화에도 큰 변화를 가져왔다.

Statistics Korea(2011)은 고령화율은 11.4%이며, 65세 이상 노인인구는 총 5,656천명으로 집계된다. 지금까지 진행되어온 급격한 고령화는 향후 계속적으로 지속되어 2017년에는 14.0%에 도달하여 고령 사회(aged society)로 진입할 것으로 예상된다고 밝혔다.

또한, 노년기에는 질병과 같은 신체적, 생리적 변화뿐 아니라 직장에서의 은퇴, 사회와 가정에서의 역할변화, 경제적·심리적 불안정 등의 문제로 우울, 소외감, 죽음에 대한 공포 등 많은 어려움에 직면하게 된다. 특히 우리 사회는 인구의 고령화는 물론 핵가족화, 여성의 사회 진출 등 가족·사회구조의 변화로 인해 가족의 보호기능과 부양의지는 감소하고 있다. 이에 따라 전통적으로 개별가족이 수행해 왔던 노부모 부양기능이 약화되고 있는데, 이 문제점을 보완하기 위해서 지역사회 역할의 중요성이 강조되고 있으며, 부양가족과의 상호 보완적인 복지시스템을 갖출 필요성이 있다.

노인을 위한 주간보호(day care)는 만성질환이나 기능장애로 인하여 거동이 불편한 노인들이 낮 시간, 또는 일정기간동안 가족으로부터 보호를 받을 수 없을 때 지역사회의 복지시설이나 노인전문병원에서 보호를 받으며 노인에게 필요한 재할 사회복지 서비스를 제공하여 노인의 심신기능의 약화 예방, 노후 생활의 안정과 심신기능의 유지 및 향상을 도모함은 물론 부양하는 노인 가족에게는 휴식 및 상담, 정서적 지원 등을 제공하여 노인의 수용시설 입소를 예방하고 계속적으로 가족이 노인을 부양할 수 있도록 지원한다(Ministry of Health and Welfare, 2013).

최근 생활만족도(life satisfaction), 또는 삶의 질(quality of life)을 결정하는 요인들에 대한 많은 연구가 이루어져 왔으며 우리나라에서도 그러한 연구들이 점차 활발히 진행되고 있다. 그 동안 우리나라는 사회 여러 분야에서 급속한 변화가 진행되어 왔으며, 특히, 의학의 발달에 기인한 인류의 평균 수명의 증가로 우리사회에서 급속한

고령화 현상이 나타남에 따라 앞으로 일상생활에서 사람들이 경험하고, 기대하고, 추구하는 삶의 만족도에는 이전과는 다른 큰 변화가 있을 것이다. 그 이유는 평균기대수명 증가로 인한 고령화 시대에 노후에도 건강한 생활의 영위와 경제적으로 안정된 노후 생활이 삶의 만족도에 가장 중요한 요인이 될 수 있기 때문이다(D. Kim, 2011).

이러한 고령화 사회 안에서 노인의 사회적, 심리적, 신체적 등 여러 가지 사항들을 치료하기 위해서 여러 가지 치료접근들의 필요성이 강조되며, 진행되고 있다.

음악은 감각을 자극하고 인간의 감정과 정서를 불러 일으켜 사고방식의 형식을 구체화시켜 정신적 반응을 유발하여 몸과 마음에 활력을 일으키는 역할을 한다. 이러한 음악은 여러 가지 기능을 포함하고 있는데 그 중 치료적인 매개체로서 여러 분야에서 다양하게 쓰여 지고 있다.

음악은 노인에게 몇 가지 남지 않은 즐거움 중의 하나이며 대부분의 사람들이 본능적으로 좋아한다. 음악에 몰입하다 보면 자연스럽게 신체와 정신기능이 향상된다(D. Aldridge, 1994). 인지기능이 약화되면서 노인들이 가장 먼저 잃는 것은 현실 소재 인식(reality orientation)이므로 음악은 다양한 현실 소재 인식프로그램에 활용되어 왔으며, 음악이 가지고 있는 시간적 상징성, 즉 특정한 시대의 노래들은 어떠한 과거의 사건과 경험에 관련된 연관성들을 가지고 있기 때문에 장기 기억을 자극하고 현실 지각을 촉진시키는 도구로 사용될 수가 있다.

그러므로 인지기능 저하로 인한 사회적 문제를 가진 노인들은 음악이라는 환경 안에서 규칙적인 리듬과 균형적인 박자 속에서 긍정적인 반응을 경험하게 되고 정서적인 안정감을 경험함으로써 저하된 인지기능이 향상될 수 있을 것이다(S. Lee, 2004).

예로부터 서양이나 동양이나 전통적인 음악을 통해 주술적 방법으로 사람을 치료했던 공통적인 방법들이 있었지만 문명과 과학이 발전하면서 음악은 새로운 시각으로 재해석되기 시작하였다.

음악은 '소리'가 매개체인 예술이며, 인간의 감정과 생각을 음악으로 표현하는 특별한 예술이다. 음악치료는 '음악'을 주요한 치료 도구로 사용하여 내담자의 기능 향상과 삶의 질이 향상 될 수 있도록 일정한 목적 하에 체계적으로 시행되는 음악활동으로 임상음악을 연구하는 학문이다. 음악에 대한 신체적, 심리적, 사회적인 반응을 이끌어냄으로써 치료적 효과를 기대하는 음악치료를 하기 위해서는 한 문화권 내에 정착되기 위해 치료의 대상인 그 나라 사람들의 음악에 대한 행동양식을 알아야 한다. 음악치료에 있어서도 세계의 다문화적 상황에서 세계 음악장르에 대한 민속음악 지식을 가지고 이를 치료 상황

에 반영해야 한다는 중요성이 보고되었다. 더욱이 자신 고유의 리듬과 선율을 이용해야 하는 노인 음악 치료에 있어서는 자명한 이치일 것이다. 따라서 우리 정서에 맞는 국악이 적절한 음악치료의 매개체로 사용될 수 있고 우리나라의 전통적 음악을 활용하는 방법에 대해 많은 연구가 이루어져야 하겠다.

우리나라의 민속음악인 민요는 우리의 삶의 애환이 깃들인 전통적 노래이며 사람들의 입에서 입으로 만들어 내려온 것이기 때문에 훈련과 기교가 없이 쉽게 접할 수 있는 이점이 있다. 또한 가사적인 부분과 멜로디는 고정되어 있지 않고 부르는 사람이나 시대와 환경에 따라 다양하게 바뀌 부를 수 있다. 그렇기에 민요는 우리 민족의 삶과 연관성이 있고, 민족성을 가장 잘 표현 할 수 있는 요소이기도 하다. 또한 12개의 온음과 반음으로 구성된 서양의 음과 달리 3, 5음의 비교적 단순한 구조로 이루어졌기 때문에 누구나 쉽게 배울 수 있다는 장점이 존재한다(H. Lee, 2010). 또 국악기는 서양 악기에 비해서 자연적인 소재로 만들어져 소리와 울림이 편안하고 안정된 느낌을 주며, 민요의 안정적인 박자와 어우러져 거부감이 적은 편이다.

국악활동의 대표적인 활동은 팽가리, 징, 장구, 북 등으로 구성된 사물악기로 대표되는 타악기활동 인데 타악기는 다른 악기들보다 다루기가 단순하고 쉬운 리듬패턴을 만들어 활동을 이끌 수 있다는 장점이 있어 노인들이 쉽게 다룰 수 있다.

민요의 단선율적인 음의 진행과 수평적 음계의 진행은 서양음악에 비해 따라 부르기 쉽고 기억하기 쉬운 장점을 지녀 인지 기능에 도움을 주고 악기 연주에 맞추어 민요를 부르고 장단을 치는 것은 통합적 활동으로 음악, 신체, 사회, 정서적 영역에 작용하여 친밀한 대인관계를 맺을 수 있도록 하고, 삶의 만족에 긍정적인 영향을 미칠 것이다.

우리나라는 전통적으로 장단의 보고라고 불릴 수 있을 만큼 수많은 장단을 보유하고 있다. 또한 우리나라의 타악기는 세계적으로 매우 희귀하며 재미있는 구성을 가지고 있다. 민족적 정서가 담겨 있는 국악장단을 전통악기를 이용하여 치료에 활용함으로써 긍정적인 자극을 받을 수 있게 하는 것이라는 점에서 더욱 의의가 있을 수 있다고 생각한다.

국악을 이용한 음악치료는 주간보호시설 노인에게 우리의 장단과 민요를 체험하게 하여 심신의 조화로운 발달을 돕고자 하는 것이다. 주간보호시설 노인에게 우리의 국악을 체험하게 하여 음악적으로 즐거움을 느끼고, 장단을 연주하고, 우리나라의 민요를 부르면서 정서적으로, 신체적으로 영향을 받을 수 있게끔 하여 주간보호시설

노인의 변화에 치료적 효과를 나타내고자 하는 것이다.

S. Lee(2005)은 다양한 음악적 리듬에 맞춘 신체리듬활동과 리듬악기 연주, 국악장단에 맞춘 민속악기 연주 등이 치매노인의 인지기능을 향상시킬 수 있는 중요한 매체임을 보고 하였고, H. Kim & O. Lee(2000)은 노인이 선호하는 민요, 창, 유행가, 동요, 클래식 음악을 테이프 로 제작하고 듣기, 따라 부르기, 리듬악기 연주방식으로 집단 프로그램을 실시한 결과 치매노인의 인지기능과 행동, 정서에 유의미한 차이를 가져 왔다고 보고하고 있다.

Y. Kwon(2009)는 민요중심의 음악치료 프로그램을 한 결과 노인들의 우울이 감소하였고, 생활만족도가 증가 하였다고 하였고, S. Kwon(2013)은 민요와 장단을 이용해서 치매노인의 인지기능을 살펴본 결과 다양한 자극과 활동을 제공하여 필요한 인지기술을 촉진 시킬 수 있다고 하였다.

이처럼 노인을 대상으로 한 음악활동의 선행연구결과가 신체적, 정서적, 사회적, 인지적 기능을 향상시켰음을 알 수 있었다. 하지만 기존 선행 연구에서 노인을 대상으로 한 음악치료 프로그램은 많았지만 국악, 특히 장단을 이용한 음악 치료 프로그램은 전혀 없는 실정 이다. 이에 본 연구에서는 국악 연주에 맞추어 장단과 민요를 이용한 프로그램을 도입하여 주간보호시설 노인의 인지기능과 생활 만족도를 향상시킴으로써 심리적인 안정을 도모하고 삶의 여유와 활력, 그리고 인생의 멋스러움과 삶에 에너지를 부여하는데 목적이 있으며, 노인들의 보다 나은 삶을 살기 위한 기초 자료를 제공하여 치료중재적인 프로그램 개발에 기여하고자 한다.

2. 연구 문제

본 연구의 목적을 검증하고자 다음과 같은 연구 문제를 설정하였다.

<연구 문제 1> 국악을 이용한 집단음악치료가 주간보호시설 노인들의 인지기능에 어떠한 효과를 미치는가?

<연구 문제 2> 국악을 이용한 집단음악치료가 주간보호시설 노인들의 생활 만족도에 어떠한 효과를 미치는가?

II. 선행 연구 고찰

1. 노인 인지의 특성과 음악 치료

인지는 능동적으로 알아 나가는 앎의 과정이다. 인지(認知, cognition)라는 개념은 능동적 지적과정이 강조되는 넓은 의미의 개념으로 환경의 정보가 감각기관에 입력되어 행동으로 나타나기까지의 모든 과정을 포함하는 것이다. 즉 각종 환경 자극에서 그 자극이 지니는 의미 또는 정보의 내용을 심적 표상(mental representation)으로 다시 구성하여 보유, 변환, 산출 활용하는 심리적 과정을 말하는 것인데 이것을 인지과정(cognitive processes)이라 한다. 학습, 기억, 언어, 이해 및 산출 그리고 추리, 판단, 결정, 문제해결 등의 사고, 지능, 의식, 정서 등을 말하는 것이다(J. Lee, 2003).

DSM-IV(2004)에서는 인지는 집중력, 추상적 사고력, 계산력, 언어능력, 시·청각력, 지남력, 의사결정 능력 상실, 감성, 성격, 그리고 판단력 등 광범위한 두뇌활동의 모든 영역이라 정의 하였다.

인지기능은 주로 뇌의 대뇌 피질 영역이 맡아 수행하는 기능으로 기억, 언어, 행동, 시공관계, 판단력, 계산력 등의 분야로 나누어진다(Korean Psychiatric Association, 2002).

모든 인간은 세월이 흐르면 노화과정이 찾아오고, 그 결과 대부분 인지기능이 둔화되며, 일상생활을 하는데 있어 큰 영향을 미치게 된다.

노년기에는 일반적으로 지능이 쇠퇴한다고 보고 있으나, 지능은 연령이외의 변인, 즉 교육수준, 생활경험, 직업, 동년배집단 효과, 지능검사 시 신체 및 건강상태 등의 많은 영향을 많이 받는다고 할 수 있다. 그리고 창의성은

30대에 정점에 이른 후 그 이후부터는 조금씩 감퇴 되지만, 60~70세에도 20대와 동일한 수준의 창의성을 발휘할 수 있으며, 80세에도 여전히 중요한 일들을 훌륭하게 수행하는 경우가 많이 있다(Simonton, 1990).

노인에서 인지 기능감퇴는 노화과정 이외에 신경학적 질환, 심혈관성 질환, 우울증, 당뇨병 등 여러 가지 요인들이 관여하는 것으로 노년기에 이르게 되면 일반적으로 단기기억과 최근의 능력이 약화되며, 암기보다는 논리적인 것의 기억능력이 더 많이 감퇴되는 것으로 알려져 있다. 그리고 연습이나 경험을 통하여 정보나 기술을 습득하는

학습능력은 일반적으로 연령이 증가함에 따라 저하되는 것이 일반적이지만, 노인들은 오랜 삶의 경험을 통하여 나름대로의 삶에 대한 지혜를 갖게 된다(Vaillant, 2002).

인지기능에 영향을 주는 요소로는 연령, 성별, 교육수준, 건강인식정도 등이 있으며, 이중 연령이 가장 관련이 높은 요인으로 지목되고 있다(A. Choi, 2007).

인지기능은 일상생활에서 <Table 1>과 같은 역할을 한다.

인지기능을 평가할 수 있는 인지기능의 영역들은 학습과 기억력, 언어능력, 주의집중력, 시공간능력, 문제해결 능력과 추상적 사고 및 수행기능, 행동, 정서 등으로 <Table 2>에 나타나 있다.

2. 노인의 생활만족도와 음악 치료

노인이 갖는 생활만족도는 노인에게 있어서 노화되어 가는 현실에 적응함으로써 얻을 수 있는 상태인 삶의 궁극적인 목적이자 '성공적인 노화'의 지표라고 할 수 있다(C. L'm, 2004). 또한 H. Oh(2003)은 노인의 삶의 만족도는 한 개인이 노화되어가는 현실에 적응해 가며 자신의

Table 1. Role in the Daily Lives of Cognitive Function DSM- IV(Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder of 4th Edition)

Attention	The cognitive function of basic items, when any one, the ability to maintain a continued interest
Language and language management skills	Reading, speaking, understanding, basic knowledge, vocabulary, numbers
Visual and spatial perception and configuration capabilities	Sense of direction, spatial concepts, visual perception skills through
Exercise capacity	Sense of direction, spatial concepts, visual perception skills through
Frontal management skills	Judgment, understanding, planning, abstract thinking, reasoning, tool manipulation, emotional control
Personality and emotional features	Emotion

Table 2. Sub-region and the Characteristics of Cognitive Function DSM- IV(Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder of 4th Edition)

Sub-concept	Features
Memory	The main symptoms of dementia, Specific stimuli or acquire information through output
Language features	Reading, speaking, writing, vocabulary
Attention	Ability to sustain cognitive function of primary interest
Space-time capacity	Behavior, sense of direction, spatial concept that looked at the space
Other areas	Computing power, performed sequentially, care transitions, complex planning tasks

생애를 의미 있게 받아들이는 성공적인 노화의 개념과 직결된다고 하였다.

J. Cho & J. Kwon(2000)은 인구사회학적 특성, 신체 및 정신건강, 경제활동 및 경제수준, 사회적 관계, 여가활동 등을 노인의 삶의 만족에 영향을 미치는 요인이라고 하였고, S. Lew & H. Park & B. Song(1996)은 삶의 각 영역을 20개로 세분하여 측정된 만족을 요인분석 하여서 만족에 3개의 구조적 수준이 있음을 확인했는데, 첫 번째 요인은 경제적 수입, 저축, 사회적 지위, 노후대책, 문화생활을 포함하는 사회·경제적 지위에 대한 만족이고, 두 번째는 자녀와의 관계, 가족관계, 애정, 육아, 자녀교육으로 구성된 가족관계에 대한 만족이며, 세 번째는 공공안정과 사회보장이 포함된 공적복지에 대한 만족이라고 하였다.

또한 유진은 노인의 생활 만족을 논의할 때 생활 만족의 수준이 높은 인생을 살아왔다면, 그것은 '성공적인 노화'를 성취한 것이라고 본다. 인간은 누구나 인생주기 가운데 어느 한 시기 즉, 아동기, 청소년기, 중년기에만 높은 삶의 만족을 향유하고자 하는 것은 아니다. 그들은 결국 '노년기'에 이르러 지난 일생을 회고해 볼 때 삶의 만족도가 높았다거나 만족할 만한 수준에 도달했다고 평가할 수 있을 때 그의 인생은 성공적일 수 있고 만족한 인생을 마감할 수 있을 것이기 때문이다. 이렇듯 우리나라에서는 아직 합의된 개념정의가 없지만 성공적 노후를 보내는 사람은 삶에 만족한다고 전제하고 있다(M. Klim & K. Shin, 2005).

즉, 성공적인 노후를 성취했을 때 노년기의 생활만족도가 증가하는 것이다.

H. Yoo & H. Yoon(2006)은 성공적 노화는 늙지 않는 것이 아니라 잘 늙는 것이다. 이는 성공적 노화란 질병이 없이 건강하여 인지적 기능이 상대적으로 높은 수준을 유지하고 사회생활에 있어서 적극적으로 참여하고 심리적으로 만족하게 살아가는 것이라고 하였다.

요약하면, 노인의 생활 만족은 자신의 삶, 현재의 생활 즉, 노인의 객관적 환경요인에 얼마나 만족하는지에 대

한 문제를 다루는 종합적인 주관적 판단이며, 만족이다. 이는 긍정적 자아상과 생활습관, 성공적인 노후를 결정하는 중요한 지표이다.

3. 국악을 이용한 음악치료

국악을 이용한 음악치료를 주간보호시설 노인을 중심으로 논문을 준비하기로 했을 때 필자는 가(歌)·무(舞)·악(樂)으로 대상자에게 접근하고자 했다.

S. Moon(2008)은 민요(歌)를 통하여 자신을 표현하고 다른 사람과 서로 지지해 주면서 자존감이 향상되고 증가되어 민요중심 음악치료가 노인의 생활만족도를 높인는데 효과적이라 하였다.

춤(舞)은 인간이 원시시대에서부터 신과 교류하는 매체로 사용되어왔고, 자연의 힘을 움직이는 데에도 사용되어 왔으며, 아픈 사람 또는 곧 죽어가는 사람을 위해 치료의 목적으로도 사용되어 왔다. 또한 춤은 이와 같은 목적 외에도 움직임을 통하여, 인간의 정서적인 면을 순화시켜주는 역할을 하는 수단으로 사용되었다.

Y. Lee(2003)은 춤은 우리의 감정을 나타내는 가장 직접적인 출로가 바로 신체라는 점에서 어떤 분야의 예술보다 치료적인 개념을 지니고 있다고 하였다.

노인음악치료에서 일반적으로 많이 사용되고 있는 노래 부르기보다 악기 연주(樂)가 질병의 가장 마지막까지 높은 참여도를 가지고 즐겁게 참여하여 삶의 만족도를 높이는 활동이라 하였으며, 더 이상 음악 활동에 참여하기 힘든 노인들이 드럼 연주를 포함한 연주활동에는 계속 참여할 수 있다는 점은 리듬 연주 시 진동 촉각에 대해 관심과 선호를 갖고 있다는 점을 보여준다(Bernstein, 1990).

또한 I. Lee(2000)의 연구에서도 노래나 동작 활동보다 악기 연주에 높은 참여를 보인 것으로 보고되고 있으며, Y. Lee(2007)의 연구에서도 노인의 음악활동 과정 중 노래만 하는 과제보다 리듬을 적용하여 소고로 악기를 연주하며 활동을 진행할 때 더 적극적이고 긍정적인 반응을

보였다고 하였고, S. Lee(2005)은 다양한 음악적 리듬에 맞춘 신체리듬활동과 리듬악기 연주, 국악 장단에 맞춘 민속악기 연주 등이 치매 노인의 인지기능을 향상시킬 수 있는 중요한 매개체임을 보고하였다.

Y. Yun(2007)의 연구에서도 노인에게 다양한 악기연주를 사용한 인지훈련을 실시하여 인지기능 향상에 유의미한 효과를 나타내었다고 보고하면서, 인지기능의 하위영역 중 지남력이 가장 유의미한 향상을 나타냈다고 하였다.

본 연구에서는 국악의 가장 기본요소가 되는 장단을 기초로 그를 토대로 민요를 부르며 장단을 치고, 국악기의 연주에 맞춰 대상자들이 직접 반주를 하여 성취감을 높여 인지기능과 삶의 만족도 향상에 노력하고자 하였다.

또, 주간보호시설의 대다수의 노인들은 최소한의 관절염, 치매, 중풍, 그리고 시·청각의 손상과 같은 만성적인 신체적, 정신적 장애로 고통 받고 있는 사유로 무(舞)의 접근 방식을 줄이고 가(歌)·악(樂)의 비중을 높였다는 아쉬움을 남긴다. 하지만 가(歌)·악(樂)으로 자연스럽게 동작을 이끌어 내어 부담스럽지 않은 범위에서 신체 능력을 향상 시켜 삶의 질까지 더불어 좋아질 수 있는 가능성을 충분히 보여 주고 있다.

1) 민요를 이용한 치료

민요는 우리민족의 삶속에서 생겨나고 전해오는 전통적이고 서민적인 노래이다. 또한 민요는 사람들의 입에서 입을 통해 자연스럽게 만들어졌으므로 많은 훈련과 기교가 필요 없이 누구나 쉽게 따라 부를 수 있는 소박한 노래이다. 또 그 곡조나 가사는 한 형태로 고정되어 있지 않고 부르는 사람에 따라 혹은 부르는 시대나 환경에 따라 다양하게 바뀌 부를 수 있다. 그러므로 민요는 민중들의 삶과 밀접하게 관계하며 생겨나고 전해 내려왔기 때문에 우리 민족의 고유한 민족성이나 정서를 가장 잘 표현하고 있는 예술이라고 할 수 있다(B. Song, 1985).

민요의 음계는 3음계와 5음계의 구성이 주를 이룬다. 이는 12개의 온음과 반음으로 구성된 보편적인 서양의 음계와 비교하여, 단순한 구성이기 때문에 누구나 쉽게 배울 수 있다는 것이 장점이다. 특히 민요는 노인에게 자극제가 되어 회상을 통한 기억력 향상 시키고 쉬운 민요를 부름으로 자아 존중감과 감정 표현에 도움이 되어 생활 만족도에 도움을 준다.

2) 장단을 이용한 치료

S. Lee(2004)은 장구를 이용하여 대상자들에게 세마치 장단을 인지시킨 후에 제시된 박에 따라 민요를 부르며 장단을 치게 하였고, M. Na(1999)는 아리랑 민요를 부르고 손뼉으로 세마치장단을 연습하고 악기로 세마치장단

을 연습한 후에 다함께 민요를 다시 부르며 자유롭게 세마치장단을 연주하는 방식을 적용한 결과 노인들의 우울이 감소할 뿐만 아니라 일상생활에 긍정적 영향을 미쳤다고 언급하였는데 이는 장단을 이용한 치료가 효용성이 있음을 시사한다. 또한 우리 장단은 서양 장단과 달리 긴장과 이완을 반복함으로 자극을 통해 인지 기능을 향상시키고 익숙한 장단으로 정서 표현을 쉽게 할 수 있다.

3) 국악기를 이용한 치료

본 연구에서 사용된 악기는 관악기와 현악기 각각 2대의 국악기를 선택하였다.

여러 가지의 국악기가 있으나, 가장 대중적이고 쉽게 접할 수 있으며, 표현력과 음색의 변화가 다양하며, 대상자들의 호기심을 유발할 수 있는 악기들로 구성 하였으며 치료자가 잘 연주 할 수 있고 노인들이 쉽게 장단을 맞출 수 있는 악기로 선택했다.

① 가야금

가야금은 우리나라 대표적인 악기이고, 아름다운 선율을 연주하는 악기이다. 12줄로 이루어져 있는 가야금은 청아한 소리와 다양한 연주로 우울감과 사기가 저하되어 있는 대상자들에게 긍정적으로 다가갈 뿐만 아니라 대상자로 하여금 호기심을 자극시키고, 구성지고 애절한 악기의 소리에서는 자신의 인생을 회고하며 기쁘고 즐겁고 행복했던 순간들과, 힘들고 슬프고 불행했던 일들을 생각할 수 있다.

② 단소

단소는 우리가 쉽게 접할 수 있는 관악기로서 악기를 부는 행위를 통하여 대상자의 심폐기능의 향상과, 기억력 향상, 자신의 감정에 긍정적인 변화를 일으켜 우울이 감소된다.

③ 해금

해금은 2줄로 된 활현악기로 소리를 내기 시작하면 해금은 어떤 악기보다 사람의 마음에 깊게 와 닿는다. 해금의 소리는 때려야 땔 수 없는 성음 안에 애정이 깃들여져 있다. 해금 소리를 듣고 있으면 옛 추억들을 회상할 수 있다.

④ 피리

피리는 대나무 관대에 겹서를 끼워 입에 물고 부는 방식으로 단소와는 연주방법에 있어서 조금의 차이가 있다. 피리는 음색변화가 다양하고 표현력이 넓어 피리의 소리를 듣고 있으면 스트레스 해소와 생활에 활력을 불

어 넣을 수 있는 기운을 가진 악기이다.

III. 연구 방법

1. 연구 대상

본 연구의 국악을 이용한 음악치료활동이 주간보호노인의 인지기능과 삶의 만족도에 미치는 효과를 분석하기 위해서 D시에 위치한 OO노인복지관과 OO종합복지관 내에서 주간보호서비스를 받고 있는 69세 이상부터 92세까지의 노인들에게 실시하였다. 노인 전기와 후기로 나누어야 될 만큼 다소 대상 연령의 폭이 넓지만 주기적으로 참가하실 수 있고 기능적으로 문제가 없어 음악치료에 참가할 수 있는 어르신을 대상으로 하였다. 전기의 노인을 대상으로 하거나 후기로 나누어 대상을 구하면 참가 대상이 적어 의미가 없을 것 같아 주간보호센터 노인, 각각 실험집단 9명과 통제집단 8명으로 구분 하였다.

이 노인 대상들은 MMSE-K를 실시한 결과, 10점에서 24점에 해당하며 LSI-A는 28점에서 53점으로 주간보호시설 서비스 이용을 위한 기준으로 약간의 심신 기능 장애는 있으나, 언어를 통한 의사소통가능, 보행가능, 배변조절 능력이 가능한 남, 여 노인 17명을 대상으로 구성되었다.

일반적 사항에 대해 살펴보면 성별의 경우에는 여자가 88.2%로 대부분이었고 남자는 11.8%로 나타났으며 연령의 경우에는 71-80세가 52.9%로 과반수이상을 차지하였고, 다음으로 81세 이상이 35.3%, 70세 이하가 11.8% 순으로 나타났다. 결혼 상태로는 기혼이 29.4%, 사별이 70.6%였으며, 학력별로는 고등학교이상이 64.7%로 과반수이상이었으며, 초등학교이하가 23.5%, 중학교가 11.8%로 나타났다. 종교별로는 불교가 35.3%, 천주교가 29.4%, 무교와 기독교가 각각 23.5%, 11.8%로 나타났다.

2. 조사도구

1) 한국판 간이정신상태검사

(Mini-Mental State Examination-Korea, MMSE-K)

간이 정신상태검사 MMSE(Mini-Mental State Examination)는 1975년 Folstein등에 의해 개발된 인지기능 측정도구로 전 세계적으로 가장 많이 사용 되고 있는 인지 기능 유무 측정을 위한 선별도구이다. 이 검사 도구는 본래 기질성 장애와 기능적 정신장애를 구별하기 위하여 개발된 것으로서 매우 간편하고 피검자를 당황하게 하는 문항이 없고 주관적이고 판단을 요구하는 문항이 거의 없기 때문에 약간의 훈련만 받은 검사자라도 쉽게 이용할

수 있는 장점이 있다.

MMSE는 인지기능 장애가 있다는 막연한 인상을 더욱 객관화시키고 초기와 그 이후에 연속적인 평가를 할 수 있어 시간의 경과 또는 치료에 의한 악화 및 호전 여부를 평가 할 수 있다. 검사항목으로는 지남력(orientation)으로 시간 5점, 장소 5점, 기억등록(registration) 3점과 기억 회상(recall) 3점, 주의집중과 계산능력 5점, 그리고 언어 기능 7점, 이해 및 판단능력 2점들이 포함되어 있다. 본 연구에서는 문맹자에게도 사용할 수 있도록 권용철과 박종환(1989)에 의해 번안된 MMSE-K를 사용하였다.

국내 기준의 경우 MMSE-K의 점수범위는 0-30점으로 16~24점은 경도인지 장애를 의미한다. MMSE-K의 표준화한 당시 내적일치도(Cronbach's alpha)는 0.84이었으며, 본 연구에서는 사전-사후검사 신뢰도는 0.629의 신뢰도를 보여 주었다.

2) 생활만족도(Life Satisfaction Index-A, LSI-A)

본 연구에서 사용된 생활만족도 측정도구는 Havighurst와 동료들에 의해 개발된 LSI-A를 사용하였다(Neugarten, Havighurst & Tobin, 1961).

LSI-A는 5개의 구성요소를 가진 20문항으로써 긍정적인 문항 12문항과 부정적인 문항 8문항으로 구성되어 있다. LSI-A 구성내용은 첫째, 현재 생활을 구성하고 있는 활동에 대한 열성 또는 자아투입, 둘째, 자신의 삶을 의미 있는 것으로 받아들이고 책임감 있게 느끼는 통합력, 셋째, 인생에서 바라던 목적과 성취한 목적간의 일치감, 넷째, 긍정적인 자아관, 다섯째, 행복하고 낙관적인 태도와 기분이다(Robert J. Havighurst, 1963).

LSI-A는 서열척도로 구성되어 각 문항은 노인들이 이해하기 쉽게 '매우 그렇지 않다' '그렇지 않다.' '그렇다' '매우 그렇다'로 구성되었으며, 긍정적인 문항에서 '매우 그렇다'에 4점, '매우 그렇지 않다'에 1점을 주고 부정적인 문항에서는 '매우 그렇지 않다'에 4점, '매우 그렇다'에 1점을 주는 Likert척도를 사용하여 환산하였다. 점수가 높을수록 삶의 만족도가 높은 것을 의미한다. 본 척도의 신뢰도는 개발 당시의 신뢰도는 .85였으며, 본 연구에서의 신뢰도는 Chronbach's $\alpha = .839$ 으로 나타났다.

3. 음악 치료 프로그램

1) 국악을 이용한 음악치료 프로그램 회기 절차

본 연구에서는 국악을 이용한 음악치료 프로그램은 사전검사 1주일 후부터 주 1~2회씩 50분 동안 총 15회기로 집단음악치료로 실시하였다.

프로그램 구성은 1~5회기에서는 장단위주의 음악치료를

Table 3. Music Therapy Program

Session	In the session topic	Goal	Activities	List	
Music therapy program with presidency	1	HR rhythm and one rhythm	Perception of rhythm and rapo form, Fine motor	Program Description and Personality HR rhythm and played one rhythm	HR rhythm and one
	2	Two rhythm	Attention and calculation skills, Improve memory Interesting cause Fine motor	Playing two rhythm To repeat	Two rhythm (Hwimori rhythm)
	3	Three rhythm	Attention, language skills, Improved computing power Fine motor	Three rhythm playing Playing handprints read counted as gueum the rhythm	Three rhythm (jajinmori rhythm)
	4	Semachi rhythm	Attention, language skills, Improving judgment Fine motor	Semachi rhythm playing Read to the rhythm gueum handprints, to determine the origin of the rhythm	Semachi rhythm
	5	Gutgeori rhythm	Attention and orientation, Improve memory Fine motor	Gutgeori rhythm playing To repeat	Gutgeori rhythm
Music therapy program with folk songs	6	Two rhythm (Hwimori rhythm) View Call of folk rhythm	Attention, Self-esteem, Improve memory	Arirang, shanty, See the moon, Wat ballad called rhythm repeated practice	Arirang, shanty, See the moon
	7	View ballad called (jajinmori) of three rhythm	Attention, Self-esteem, Memory, improve social	Call Ganggangsullae views, flowers Wat, chestnut, Wat folk rhythm repeated practice	Ganggangsullae, flowers Wat, chestnut, Wat
	8	View Ballad of rhythm called semachi	Attention, Self-esteem, Improve memory and recall	Arirang, Bellflower, River View nodes is called folk rhythm repeated practice	Arirang, Bellflower, Riverside nodes
	9	View Ballad of rhythm called gutgeori	Attention, Self-esteem, Memory, improve self-esteem	Pungnyeonga, cheongchunga, Cheonan Junction, called views nuilririya folk rhythm repeated practice	Pungnyeonga, cheongchunga, Cheonan Junction, nuilririya
	10	Two, three, semachi, called View Ballad of gutgeori rhythm	Attention, Self-esteem, Memory, interpersonal relationships, Improve social	It was used in a session and the last time I learned rhythm repeated minyogok	The call in session all minyogok
Music therapy program with Gukakgi	11	According to the beating rhythm playing gayageum called folk views	Self-esteem, Interpersonal function, Memory, social improvement, recall	Gayageum enjoy playing, According to the beating rhythm playing gayageum called folk views	Gayageum
	12	According to the chancel beating rhythm playing folk call views	Self-esteem, Interpersonal function, Memory, improve social	Chancel enjoy playing, Played according to the chancel beating rhythm called folk views	Chancel
	13	According to the beating rhythm playing ban called folk views	Self-esteem, Interpersonal function, Memory, improve social	Enjoy playing ban, According to the beating rhythm playing flute called folk views	Ban
	14	According to the beating rhythm playing flute called folk views	Self-esteem, Interpersonal function, Memory, improve social	Enjoy playing flute, According to the beating rhythm playing flute called folk views	Flute
	15	End of session	Different subjects and whether any problems with the Music of Music Therapy, during breaks in treatment information, talk with participants about		

실시하였고, 6~10회기에는 1~5회기의 장단을 이용한 프로그램을 토대로 민요를 이용하여 프로그램을 실시하였고, 11~15회기에는 1~10회기의 프로그램을 바탕으로 국악기를 활용하여 프로그램을 실시하였다.

국악을 이용한 음악치료활동이 주간보호노인의 인지기능과 삶의 만족도에 미치는 효과를 분석하고자 다음과 같은 절차로 프로그램을 설정하였다.

2) 국악을 이용한 음악치료 프로그램의 구성

MMSE-K의 하위영역에 근거하고 LSI-A의 구성요소 문항을 대략적 목록으로 정하여 국악음악치료 프로그램을 구성하였다.

프로그램은 총 15회기로 1~5회기에서는 장단위주의 음악치료를 실시하였고, 6~10회기에는 1~5회기의 장단을 이용한 프로그램을 토대로 민요를 이용하여 프로그램을 실시하였고, 11~15회기에는 1~10회기의 프로그램을 바탕으로 국악기를 활용하여 프로그램을 실시하였다.

전체 프로그램 구성내용은 <Table 3>과 같다.

4. 자료처리 및 분석방법

연구는 설문지의 각 문항을 점수화 하여 통계처리 하였다. 통계처리는 SPSS/WIN 통계프로그램 18.0을 활용하였으며 분석방법은 다음과 같다.

첫째, 본 연구에 사용된 척도의 신뢰도 검사를 위해 Cronbach's α 를 사용하였다.

둘째, 연구대상자의 일반적인 사항에 대해 빈도, 백분율과 같은 기술통계방법을 사용하였다.

셋째, 집단에 따른 인지기능, 삶의 만족도의 차이를 알아보기 위해 t-test를 사용하였다.

넷째, 본 연구의 실증분석은 모두 유의수준 $p < .05$, $p < .01$, $p < .001$ 에서 검증하였다.

IV. 연구결과

본 연구에서 제시한 연구문제는 국악을 이용한 음악치료 프로그램을 통해 주간보호시설 노인들의 인지기능과

삶의 만족에 미치는 효과에 관한 것이다. D시 OO구에 있는 OO종합복지관과 OO노인복지관을 각각 통제집단과 실험집단으로 나누어 복지시설의 서비스를 받고 있는 주간보호노인으로 국악을 이용한 음악치료활동이 인지기능과 삶의 만족에 미치는 효과를 프로그램 참여 전과 참여 후의 변화를 통계로 나타낸 결과는 다음과 같다.

1. 실험집단과 통제집단의 동질성 검증

1) 인지기능의 동질성 검증

실험집단과 통제집단의 프로그램 수행하기 전에 인지기능에 있어서 동질의 집단인지 알아보기 위하여 두 집단 간 사전검사 점수에 대해 독립표본 t-검증을 실시하여 비교하였다.

두 집단 간 인지기능 사전검사에 대해 검증한 결과는 <Table 4>와 같다. 인지기능 하위요인 사전검사에 대한 검증 결과는 다음 <Table 5>와 같다.

<Table 4>의 결과를 살펴보면 실험집단과 통제집단간의 유의미한 차이가 없다($p > .05$). 또한 <Table 5>와 같이 인지기능의 하위변인(지남력, 기억력, 주의집중 및 계산, 언어기능, 이해 및 판단)에 있어서도 실험집단과 통제 집단 사이에는 유의미한 차이가 없다($p > .05$). 따라서 실험 집단과 통제집단은 인지기능에 있어 동질집단임을 알 수 있다.

2) 생활만족도의 동질성 검증

실험집단과 통제집단의 프로그램 수행하기 전에 삶의 만족도에 있어서 동질의 집단인지 알아보기 위하여 두 집단 간 사전검사 점수에 대해 독립표본 t-검증을 실시하여 비교하였다. 두 집단 간 삶의 만족도 사전검사에 대해 검증한 결과는 <Table 6>과 같다.

2. 주간보호시설 노인들의 인지기능과 생활만족도에 미치는 효과

1) 주간보호시설 노인들의 인지기능에 미치는 효과

① 통제집단과 실험집단 간 사후검사 차이 검증 <연구문제 1>에 대해서 실험집단과 통제집단의 인지

Table 4. Differences in Cognitive Function in Experimental and Control Group Pre-test Verification

Measured factors	Group	Number of cases	Average	Standard deviation	t	p
Cognitive Function	Experiment	9	13.56	5.548	1.221	.241
	Control	8	10.63	4.138		

$p < .05$

Table 5. Validation Sub-factors of the Pre-test Differences in Cognitive Function Test and Control Groups

Measured factors	Group	Number of cases	Average	Standard deviation	t	p	
Orientation	Time	Experiment	9	2.33	1.658	.602	.556
		Control	8	1.88	1.458		
	Place	Experiment	9	2.44	1.014	.624	.542
		Control	8	2.00	1.852		
	Total	Experiment	9	4.78	2.279	.748	.466
		Control	8	3.88	2.696		
Cognitive sub-factors	Remember Register	Experiment	9	1.78	1.202	.043	.967
		Control	8	1.75	1.488		
	Remember Recall	Experiment	9	1.00	.707	.243	.812
		Control	8	.88	1.356		
	Total	Experiment	9	2.78	1.481	.155	.879
		Control	8	2.63	2.504		
	Attention and calculation	Experiment	9	1.33	2.062	1.449	.168
		Control	8	.25	.463		
	Language features	Experiment	9	3.33	2.062	.545	.594
		Control	8	2.88	1.246		
Understanding and judgment	Experiment	9	1.33	.866	.710	.489	
	Control	8	1.00	1.069			

$p < .05$

Table 6. Differences in Life Satisfaction Pre-validation Tests of the Experimental and Control Groups

Measured factors	Group	Number of cases	Average	Standard deviation	t	p
Life satisfaction	Experiment	9	2.29	.534	1.127	.277
	Control	8	2.05	.287		

$p < .05$

Table 7. Differences in Cognitive Function in Experimental and Control Groups Post-test Verification

Measured factors	Group	Number of cases	Average	Standard deviation	t	p
Cognitive Function	Experiment	9	23.00	3.202	5.110***	.000
	Control	8	13.63	4.340		

*** $p < .001$

기능 사후검사점수에 대한 평균차이를 검증하기 위해서 독립표본 t-검정(Independent-Sample T Test)을 실시한 결과는 <Table 7>과 같다. 대상자들의 MMSE-K(30점 만점)의 평균이 음악치료 프로그램 전에는 실험집단 13.56,

통제집단 10.63의 평균에서 음악치료 프로그램 후에는 실험집단 23.00, 통제집단 13.63의 평균이 나타났다.

<Table 7>에서 보듯이, 두 집단의 인지기능 차이는 유의미한 것으로 나타났다($p < .001$). 실험집단의 평균 점수

Table 8. Validation Sub-factors of the Post-test Differences in Cognitive Function Test and Control Groups

Measured factors		Group	Number of cases	Average	Standard deviation	t	p	
Cognitive sub-factors	Orientation	Time	Experiment	9	4.56	.527	2.757*	.015
		Control	8	3.00	1.604			
	Place	Experiment	9	4.22	1.093	2.376*	.031	
		Control	8	2.88	1.246			
	Total	Experiment	9	8.78	1.394	3.395**	.004	
		Control	8	5.88	2.100			
Memory	Remember Register	Experiment	9	2.78	.441	3.662**	.002	
		Control	8	1.25	1.165			
	Remember Recall	Experiment	9	2.78	.441	2.582*	.021	
		Control	8	1.50	1.414			
	Total	Experiment	9	5.56	.527	3.741**	.002	
		Control	8	2.75	2.188			
Attention and calculation	Experiment	9	2.56	1.333	2.630*	.019		
	Control	8	1.00	1.069				
Language features	Experiment	9	4.44	1.130	2.144*	.049		
	Control	8	3.25	1.165				
Understanding and judgment	Experiment	9	1.67	.707	2.155*	.048		
	Control	8	.75	1.035				

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

가 높기 때문에 통제집단보다 실험집단의 인지기능 점수가 더 높다고 할 수 있다. 따라서 국악을 이용한 집단음악치료의 영향에 따라 인지기능에 변화를 가져왔다고 할 수 있다.

<Table 8>에서 보듯이, 실험집단과 통제집단의 인지기능 하위요인 사후검사 차이가 조금씩 차이가 있음을 알 수 있는데, 점수의 향상 정도를 통계적으로 검증한 결과 인지기능의 9개 영역 중에서 시간($p < .05$), 장소($p < .05$), 지남력 전체($p < .01$), 기억등록($p < .01$), 기억회상($p < .05$), 기억력 전체($p < .01$), 주의집중 및 계산($p < .05$), 언어기능($p < .05$), 이해 및 판단($p < .05$) 등 모든 영역에서 유의미한 차이가 있음을 알 수 있다. 따라서 본 연구의 국악을 이용한 집단음악치료를 실시한 실험집단의 사후점수가 통계적으로 유의미한 차이로 높기 때문에 모든 영역의 인지기능이 향상되었다고 할 수 있다. 또한 실험집단의 MMSE-K 분석결과를 하위영역별로 살펴보면, 지남력은 평균 4.78점에서 8.78점으로 4.00점이 향상, 기억력은 평균 2.78점에서 5.56점으로 2.78점이 향상, 주의집중 및 계산은 평균 1.33점에서 2.56점으로 1.23점이 향상, 언어기능은 평균

3.33점에서 4.44점으로 1.11점 향상, 이해 및 판단은 평균 1.33점에서 1.67점으로 0.34점이 향상 되었다.

반면, 통제집단의 MMSE-K 분석결과를 하위영역별로 살펴보면, 지남력은 평균 3.88점에서 5.88점으로 2.00점이 기억력은 평균 2.63점에서 2.75점으로 0.12점이 향상, 주의집중 및 계산은 평균 0.25점에서 1.00점으로 0.75점이 향상, 언어기능은 평균 2.88점에서 3.25점으로 0.37점 향상, 이해 및 판단은 평균 1.00점에서 0.75점으로 0.25점이 감소되었다.

2) 주간보호시설 노인들의 생활만족도에 미치는 효과

① 통제집단과 실험집단 간 사후검사 차이 검증

<연구문제 2>에 대해서 실험집단과 통제집단의 삶의 만족도 사후검사 점수에 대한 평균차이를 검증하기 위해서 독립표본 t-검정(Independent-Sample T Test)을 실시한 결과는 <Table 9>와 같다. 실험 집단의 LSI-A 분석결과를 보면 평균 2.29점에서 2.82점으로 0.53점 향상되는 반면, 통제 집단의 LSI-A 분석결과를 보면 평균 2.05점에서 1.98점으로 0.07점 감소되었다.

Table 9. Verified by Group Differences in Life Satisfaction Due to Time

Group	Time	Number of cases	Average	Standard deviation	t	p
Experiment	Pre	9	2.29	.534	-2.366*	.031
	Post	9	2.82	.415		
Control	Pre	8	2.05	.287	.514	.615
	Post	8	1.98	.296		

* $p < .05$

<Table 9>에서 보듯이, 두 집단의 삶의 만족도 차이는 유의미한 것으로 나타났다($p < .001$). 실험집단의 평균 점수가 높기 때문에 통제집단보다 실험집단의 삶의 만족도 점수가 더 높다고 할 수 있다. 따라서 국악을 이용한 집단음악치료의 영향에 따라 삶의 만족도에 변화를 가져왔다고 할 수 있다.

V. 결론 및 논의

본 연구는 주간보호센터에서 서비스를 받고 있는 노인들을 대상으로 국악을 이용한 음악치료 프로그램을 실시하였을 때 인지기능과 삶의 만족도에 어떠한 효과를 미치는지에 대해 알아보고자 하였다.

주간보호시설 서비스 이용을 위한 기준으로 약간의 심신 기능 장애는 있으나, 언어를 통한 의사소통가능, 보행가능, 배변조절능력이 가능한 남, 여 노인 17명을 대상으로 구성되었다. 구성된 대상자들은 국악을 이용한 음악치료 프로그램이 실시되기 1주일 전, 2013년 7월 2일에 각각의 복지관을 방문하여, 간이정신상태검사한국판(MMSE-K)와 삶의 만족도 척도(LSI-A)를 사전 검사가 이루어졌다.

국악을 이용한 음악치료 프로그램은 통제집단인 OO 종합복지관은 배제하고, 실험집단인 OO노인복지관 주간보호센터에서 2013년 7월 9일부터 9월 13일까지 주 1~2회씩 50분간 총 15회기로 집단음악치료로 진행하였다.

마지막 사후 검사는 국악을 이용한 음악치료 프로그램을 종결하고, 4일 후 2013년 9월 17일에 사전검사와 같은 방식으로 간이정신상태검사(MMSE-K)와 삶의 만족도 척도(LSI-A) 검사가 이루어졌다.

집단에 따른 인지기능, 삶의 만족도의 차이를 알아보기 위해 t-test를 사용하였다. 통계처리는 SPSS/WIN 통계프로그램 18.0을 사용하였다.

이 연구의 결과를 중심으로 결과를 요약하고 논의하면 다음과 같다.

첫째, 주간보호시설 노인들의 인지기능검사에서 국악

을 이용한 음악치료 프로그램을 시행한 실험집단의 노인들이 통제집단의 노인들에 비해 척도 점수가 더 향상되었다는 결과를 보여 주었다. 이것은 국악을 이용한 음악치료 프로그램이 인지기능의 향상에 효과가 있다는 것을 의미하는 것이다. 이와 같은 결과는 S. Lee(2005)과 H. Yang(2006)의 연구 결과와 일치하며 이는 주간보호시설 노인들의 인지기능향상을 위해 국악을 이용한 음악치료 개입이 효과적인 치료법이 되었음을 나타내는 것이다.

둘째, 국악을 이용한 음악치료 프로그램이 주간보호시설 노인들의 삶의 만족도 검사에서 실험집단의 노인들의 평균 점수는 향상되는 반면, 통제집단의 노인들의 평균 점수는 감소되는 결과를 보였다. 이것은 국악을 이용한 음악치료 프로그램이 주간보호시설 노인의 생활만족도 향상에 효과가 있다는 것을 의미하는 것이다. 이와 같은 결과는 Y. Lee(2002), Y. Kwon(2009)의 연구 결과와 일치하며 이는 주간보호시설 노인들의 삶의 만족도 향상을 위해 국악을 이용한 음악치료 개입이 효과적인 치료법이 되었음을 의미하는 것이다.

이상의 논의를 바탕으로 다음과 같은 결론을 내릴 수 있다.

첫째, 국악을 이용한 음악치료 프로그램을 통해 주간보호시설 노인들의 인지기능과 생활 만족도에서 실험집단의 노인들이 통제집단의 노인들에 비해 척도 점수의 향상이 더 높다는 결과를 보였다. 이는 주간보호시설 노인들에게 국악을 이용한 음악치료 프로그램이 인지기능과 삶의 만족도의 능력을 향상시킬 수 있음을 의미하는 것이다.

둘째, 국악을 이용한 음악치료 프로그램을 통해 주간보호시설 노인들의 인지기능과 생활 만족도에 대한 질적인 분석에서도 긍정적인 변화가 있었다. 이는 주간보호시설 노인들의 인지기능과 생활 만족도 능력을 향상을 위해 국악을 이용한 음악치료 개입이 효과적인 치료법이 되었음을 의미하는 것이다.

셋째, 기존 선행 연구에서 노인을 대상으로 한 음악치료 프로그램은 많았지만 국악, 특히 장단을 이용한 음악

치료 프로그램은 전혀 없는 실정 이다. 이에 본 연구에서는 국악 연주에 맞추어 장단과 민요를 이용한 프로그램을 도입하여 주간보호시설 노인의 인지기능과 생활 만족도를 향상시킴으로써 심리적인 안정을 도모하고 삶의 여유와 활력, 그리고 인생의 멋스러움과 삶에 에너지를 부여하는데 목적이 있으며, 노인들의 보다 나은 삶을 살기 위한 기초 자료를 제공하여 치료중재적인 프로그램 개발에 기여하고자 하며 더 나아가 국악을 이용한 음악치료 프로그램의 역할을 더 중요시 하고, 그 영역과 대상에 알맞게 확장 개발되어야 하겠다.

본 연구의 결과를 토대로 후속연구를 위한 몇 가지 제언을 하고자 한다.

첫째, 본 연구의 대상은 주간보호시설이라는 국한된 시설의 노인들에 한정하여 실시하였으나 보다 다양한 노인들, 더 나아가 다양한 연령층을 위한 연구가 이루어져야 할 것이다.

둘째, 본 연구는 15회기의 국악음악 프로그램으로 국악을 이용한 효과 지속성과 추후변화를 알 수 있도록 장기적인 연구가 이루어져야 할 것이다.

셋째, 국악음악치료 프로그램과 기타 여러 통합적인 예술치료 접근방법을 병행한 연구가 이루어져야 할 것이다.

REFERENCES

- Aldridge, D. (1994). Alzheimer's disease. rhythm, timing and music astherapy. *Biomedicine and Pharmacotherapy*, 48(7), 275-81.
- Cho, J. Y. & Kwon, J. D. (2000). A study of factors influencing the life satisfaction of the aged. *Journal of the Korea Gerontological Society*, 20(3), 61-76.
- Choi, A. N. & Ryu, K. K. (2007). The effect of group music therapy on cognition, depressive mood, quality of life and BPSD(Behavioral and Psychological Symptoms of dementia) in patients with dementia. *Journal of Special Education & Rehabilitation Science*, 46(3), 143-174.
- Kim, M. H. & Shin, K. R. (2005). The study on the development of the 'Successful Aging' scale for Korean elderly. *Journal of the Korea Gerontological Society*, 26(2), 35-52.
- Kim, H. K. & Lee, O. R. (2000). A Study on the Effects of cognition, behavior and affection of the Music Therapy for Dementia Senile People. *The Journal of Korean Academic Society of Adult Nursing*, 12(3), 463-476.
- Kwon, S. Y. (2013). *The Effect of Korean Folk Song and Rhythm-used Music Therapy on the Cognitive Function of Elderly People with Dementia*. Sungshin Women's University, Seoul, Korea.
- Kwon, Y. A. (2009). *The effects of folk based music therapy on the depression and life satisfaction for the elderly*. Unpublished master's thesis. Myonji University, Seoul, Korea.
- Lee, H.-J. (2010). *A study on the music therapy using Korean traditional music - With special reference to therapy for the elderly*. Unpublished master's thesis. Pusan National University, Pusan, Korea.
- Lee, I.-Y. (2000). *Preferences of dementia patients for music activities - taking a serious view of singing, instrumental playing, & movement -*. Unpublished master's thesis. Ewha Womans University, Seoul, Korea.
- Lee, S. J. (2005). *The effects of rhythm - Based music therapy on cognitive function of the elderly with dementia*. Unpublished master's thesis. Wonkwang University, Jeonbuk, Korea.
- Lee, Y. (2007). *A study of rhythmic activities as a strategy for advancing short-term memory against dementia*. Unpublished master's thesis. Ewha Womans University, Seoul, Korea.
- Lew, S. C. & Park, H. K. & Song, B. (1996). With an Emphasis on the Region, Residence and Satisfaction: A Study on the Quality of Korean Life. *Journal of Social Development studies*, 2, 1-38.
- Lee, Y. S. (2003). *The Effect of Dance/Movement Therapy On Anxiety*. Korea University, Seoul, Korea.
- L'm, C. H. (2004). *A study on life traits of the old age and the satisfaction of life style*. Unpublished doctoral dissertation. Sungshin women's University, Seoul, Korea.
- Na, M. H. (1999). *The effects of therapeutic music activities on the depression scale and the self-esteem scale of the elderly*. Unpublished master's thesis. Sookmyung Women's University, Seoul, Korea.
- Neugarten, B. L., Havighurt, R. J., & Tobin, S. S. (1961). The Measurement of Life Satisfaction, *Journal of Gerontology*, Vol. 16, No. 2, 134-143.
- Oh, H. S. (2003). *The impact of the individual and envi-*

- ronmental factors on the Life-Satisfaction of the elderly*. Unpublished doctoral dissertation. Taegu University, Kyungbuk, Korea.
- Lee, S. J. (2005). *Effects of Rhythm-Based Music Therapy on Cognitive Function of the Elderly with Dementia*. Wonkwang University.
- Lee, Y. S. (2002). *Influences of Music Therapy Program on Elderly Persons' Powerlessness and Life Satisfaction*. Myongji University.
- Statistics Korea. (2011). *The aged Statistics*. www.kostat.go.kr
- Yang, H. K. (2006). *The Effects of the Recreational Music Therapy on the Cognitive Functional of the Aged People with Dementic*. *Journal of the Korean Gerontological Society*, 26(4), 749-765.
- Yoo, H.-J. & Yoon, H.-S. (2006). *Influences of family relations on the successful aging*. *The Korean family welfare association*, 18(2), 5-31.
- Yun, Y.-J. (2008). *Effects of playing musical instruments for the purpose of cognitive on cognitive functioning of dementia patients*. Unpublished master's thesis. Sookmyung Women's University, Seoul, Korea.

- 접수일 : 2014년 09월 14일
- 심사일 : 2014년 10월 23일
- 게재확정일 : 2014년 12월 16일