

## 시설보호청소년의 자아정체감 증진을 위한 치료적 노래만들기 사례\*

황혜진\*\*, 송인령\*\*\*

본 연구는 시설에 거주하는 청소년의 자아정체감 향상을 목적으로 한 노래만들기 활동의 개별 음악치료 사례연구로 연구 대상자는 쉼터에 거주하는 만 16~18세 남자 청소년 3명이다. 노래만들기 프로그램은 각 대상자별 자아정체감을 구성하는 하위요인 중 낮은 영역을 중심으로 선율과 가사 등의 음악적 요소를 활용하여 구성되었다. 프로그램은 주 1회, 각 회기별 60분씩 총 13회기에 걸쳐 진행되었고 자발적으로 참여의사를 밝힌 대상자들에게 시행되었다. 자료분석은 자아정체감 척도에 따른 하위영역별 사전, 사후 검사 결과와 회기별 언어적, 음악적 반응에 따른 변화, 사후 대상자들의 언어적 반응을 분석하는 평가 방법을 사용하였다. 연구 결과 대상자 A를 제외한 대상자 B, 대상자 C는 자아정체감 사전 척도 검사 결과에 비해 사후 결과가 향상하였으며 하위영역 별로 대상자 B는 친밀성이, 대상자 C는 주도성이 가장 많이 향상되었다. 회기별 언어적, 음악적 반응에서 참여 대상자 모두 자아 탐색 과정을 통해 주체성이 향상되었으며 이는 긍정적 자아상 확립에 기여하였다. 또한 사후 언어적 반응에서 대상자 3명 모두 '나'를 주제로 한 창작곡이 자아를 탐색하고 자아정체감을 확립하는 데 실질적으로 도움이 되었다고 표현하였다. 결과적으로 치료적 노래만들기는 시설보호청소년의 자아정체감 확립에 긍정적 영향을 미치는 것으로 사료된다.

핵심어: 노래만들기, 시설보호청소년, 자기인식, 자아정체감

\*본 논문은 주저자의 석사학위논문(2022)을 수정·보완하여 작성한 것임.

\*\*주저자: 독립연구자, 음악중재전문가(KCMT)

\*\*\*교신저자: 가천대학교 특수치료대학원 음악치료학과 전임교수(songir@gachon.ac.kr)

## I. 서론

시설보호청소년이란 보호자의 부재 또는 보호자로부터 학대당하는 경우이거나 보호자의 양육이 부적절하고 양육 능력이 없어 보호 시설에서 지내는 청소년을 말한다. 이들은 대부분 본인의 의지와는 상관없이 부모나 양육자, 사회적 지지자 상실로 인하여 심한 좌절을 경험한다(Park, Shin, & Park, 2003). 특히, 부모와의 트라우마로 인한 자아정체의 혼란으로 사회 환경의 변화에 적응하지 못하고 정서와 행동에 많은 문제들이 나타날 수 있다(Kim & Lee, 2013).

자아정체감은 자신과 타인, 외부환경 등 둘 이상의 상호작용을 통해 자신을 지각하고 인식하며 외부환경으로부터 자신을 구별하거나 통합할 수 있는 능력을 말하는데, 청소년기 가족기능의 붕괴는 낮은 자아정체감을 확립하게 되는 원인 중 하나이다(Lee & Jung, 2006; Oh & Kim, 2020). 특히 시설보호청소년은 정상적 가족기능의 붕괴로 인해 긍정적 자아정체감 형성도가 낮고, 자아정체감 혼미로 인해 문제해결을 위한 노력에 무관심하고 무능력해진다(Han & Jeon, 2009). 최근의 시설보호기관은 가정과 유사한 환경에서 기본적인 의식주를 제공하며 사회와 관련된 전반적인 교육을 제공하고 있지만 정상가정에서 줄 수 있는 정서적인 지지나 따뜻한 보살핌을 주는 데는 한계가 있다(Jeong & Lee, 2014). 또한 시설보호청소년은 시설의 제한된 환경에서 ‘나’에 대한 자신의 정서적 감정 탐색이 어려우며 이로 인한 자기개념, 즉 주체성 확립에 혼미한 상태를 경험하는 경우가 많다(Hong, 2017). 이처럼 다수의 시설보호청소년은 낮은 자아정체감의 형성으로 인하여 미래 확신이 낮고 대인관계 및 사회적 기술, 적응 등에서 어려움을 겪기도 하므로(Oh & Kim, 2020), 사회의 일원으로 성장하는데 정서적, 환경적인 지원이 필요하다.

시설보호청소년에 관한 연구를 살펴보면, 시설보호청소년의 특수한 환경으로 인한 적응 및 성장에 따른 정서적인 어려움을 경험할 수 있다고 보고하고 있다(Kim & Lee, 2013; Kim, Shin, & Moon, 2014). 시설보호청소년의 긍정적 자아 형성과 정체감 확립을 위해서 시설의 규칙, 규율에 대한 의견 존중, 자신의 정서를 표현할 수 있는 치료환경이 중요하며 사회적인 보호와 지지, 진로탐색 기회부여와 같은 현실적 도움의 필요성이 보고되고 있다(Hong, 2017). 이에 따라 여러 중재 연구들이 진행되고 있는데, 특히, 예술치료는 청소년들의 생각이나 감정을 안전한 틀 안에서 다루고 초기 라포 형성에 용이하며, 자기표현과 정서적 안정, 자존감 향상에 효과적인 중재방법들이다(Kim, Park, & Cheon, 2016). 그 중 음악치료는 다양한 음악 활동을 통해 내담자의 정서를 간접적으로 드러내게 하며 부담을 주지 않고 안전하게 효과적으로 개입할 수 있는 중재 방법으로, 청소년에게 적합하다(Chong, 2015; Kim, 2018; Yun & Chong, 2019).

노래심리치료는 언어와 음악의 결합으로 이루어진 노래를 활용하여 언어의 인지적 측면과 음악의 감정적 측면을 동시에 자극하여 개인의 생각과 느낌을 표현하게 하는 접근이다(Baker

& Wigram, 2008). 특히 청소년을 대상으로 한 노래심리치료는 청소년들에게 친숙한 노래를 사용하면서 청소년의 자연스러운 참여를 유도하고 공감대를 얻는 데 용이하여 치료적 접근에 효과적이다(McFerran, 2012). 그 중 노래만들기는 청소년 대상으로 많이 활용되는 기법 중 하나로(Chong, Yun, Kang, & Won, 2020) 내면에 있는 감정과 생각을 외적으로 표현하는 데 치료적으로 적용된다(Robarts, 2003). 노래만들기에서 도입과정 가사토의는 가사를 만드는 활동에 선행하는 작업으로 노래에 대한 감정을 타인과 나누고 직접적으로 표현할 수 없는 내면의 이야기를 가사에 투사하는 과정에서 자신의 문제를 탐색하고 인식할 수 있게 한다(Grocke & Wigram, 2011). 노래를 만드는 과정에서 선율과 리듬을 만들기 위한 악기연주 활동은 자신의 감정적 변화를 비언어적 의사소통을 통해 표현할 수 있으며 또래 관계에 필요한 주도성을 증진시킬 수 있다(Suh, 2007). 또한 노래부르기는 대상자를 신체적, 정서적으로 안정된 상태로 이끌어내어(McFerran, 2012), 자신의 감정을 목소리로 표현하고 공유함으로써 주체성을 높일 수 있고(Baker, Wigram, Stott, & McFerran, 2008), 자신이 만든 곡을 노래로 부를 때 자신의 정서를 외현화하여 표현하여 정서적 충족감을 통해 자신의 감정을 재확인할 수 있다(Yun & Chong, 2019). 이처럼 노래만들기는 창작과정에서 자신의 상황 및 문제를 탐색하고 긍정적인 변화를 경험할 수 있게 하며(Chong, 2015; Yun & Chong, 2019), 창작곡을 통해 자신감과 정서적 지지를 받을 수 있어(Baker & Wigram, 2008), 시설청소년들에게 효과적인 중재 방법으로 적용될 수 있다.

본 연구에서는 선행연구와 차별점을 두고자 청소년 개인의 치료적 필요에 초점화하여 개인별 노래만들기를 중심으로 시행하고자 한다. 청소년의 자아정체감은 통합적으로 개입되기보다는 세분화되어 다루어져야 한다. 선행연구에 따르면 자아정체감의 하위영역은 주체성, 자기수용성, 미래확신성, 목표지향성, 주도성, 친밀성으로 구분될 수 있는데, 이 중 청소년 개인별 자아정체감에 주요하게 영향을 미치는 부분이 다를 수 있다(Lee, 2007). 어떤 하위영역에 주로 개입이 필요한지를 확인한 후 내담자 개인별 치료목표를 초점화할 필요가 있다. 치료적 음악활동의 측면에서는 단순히 개사하여 생각을 표현하는 방식에서 더 나아가 가사뿐 아니라 적극적인 음악만들기 작업을 통해 정서적인 측면까지 지지해보고자 한다.

이에 본 연구는 노래심리치료를 통해 시설보호청소년이 가지고 있는 심리, 정서적인 문제를 탐색, 인식하게 하고 긍정적인 자아정체감을 확립하게 하는 데 목적을 갖는다. 또한, 자아정체감의 하위영역인 주체성, 자기수용성, 미래확신성, 목표지향성, 주도성, 친밀성을 진단평가 후, 개인별로 가장 낮은 하위영역을 초점화하여 치료목표를 구성하고 노래만들기 프로그램을 중재한 사례연구로써 시설보호청소년의 자아정체감에 어떠한 변화가 나타나는지 살펴보는 데 그 목적이 있다.

1. 노래만들기 활동에 참여한 시설보호청소년의 자아정체감 및 하위영역별 사전·사후의 변화는 어떠한가?
2. 노래만들기 활동에 참여한 시설보호청소년의 회기별 음악적, 언어적 반응 변화와 프로그램 참여 후 대상자의 언어적 반응은 어떠한가?

## II. 연구 방법

### 1. 연구 대상자

본 연구는 경기도 소재 남자 중장기 쉼터의 시설담당자 및 멘토 선생님들과 시설 내 청소년을 대상으로 본 연구의 목적과 의의 및 전반적인 프로그램의 내용을 사전 설명한 후 해당 내용 및 참여와 철회의 자유에 대해 인지하고 자발적인 참여의사를 밝힌 3인의 시설청소년을 대상으로 선정하였다. 프로그램 진행 전 영상녹화와 참여의 자유등에 관한 서면동의와 가천대학교 생명윤리심의위원회(Institutional Review Board: IRB)의 승인(1044396-202107-HR-159-01)을 받은 후 시설 내 독립된 공간에서 개별로 진행하였다.

대상자 A는 초기 면담 시 타 대상자에 비해 친밀한 태도가 나타났으며, 질문에 대한 대답도 타 대상자보다 자신 있게 대답하였으나 진단평가에서 주체성이 낮게 관찰되었고, 아버지에 대한 부정적 감정, 가족에 대한 부정적 언어를 사용하여 분노, 공격적인 모습이 나타났으며 타인과의 관계에 대한 친밀성이 낮게 관찰되었다. 대상자는 고등학교 3학년 재학 중으로 현재 직업군인(부사관)을 준비 중이다. 유년 시절 아버지로부터 지속적인 가정폭력을 경험하였고 본 쉼터에 입소 직전 아버지의 극단적인 폭행으로 인한 두려움으로 가출을 한 이후 단기 쉼터에서 보호를 받았으며, 가정과 분리가 필요하다는 해당 쉼터 담당자의 판단으로 중장기 쉼터로 이전하였다.

대상자 B는 첫 면담 시 말수가 거의 없고, 자아에 관한 질문에는 잘 모르겠다고 응답하는 경우가 많았고, 개방형 질문보다 폐쇄 또는 선택형 질문에 작은 소리로 대답하는 모습이 관찰되었다. 진단평가에서 전반적으로 위축되어 있고, 미래 목표가 있으나 계획 및 실천을 어려워하여 주체성과 목표지향성이 낮게 관찰되었다. 현재 고등학교 1학년 재학 중으로, 학기 초 강압적인 아버지의 잦은 욕설과 폭행을 원인으로 한 자해 경험으로 인해 학교 상담을 거쳐 중장기 쉼터로 입소하였다.

대상자 C는 첫 대면 시 자신이 먼저 이야기하지 않았으나, 치료사의 질문에는 망설이지 않고 자기 생각이나 감정을 분명하게 이야기하는 모습이 관찰되었다. 진단 세션에서 유년 시절 중국 국적으로 인한 차별에 대한 억울함과 부모에 대한 서운함의 부정적 표현이 나타났다. 진

단평가에서는 자신의 목소리 사용에 대한 어색함과 어려움이 나타났으며 주체성과 주도성이 낮게 관찰되었다. 대상자는 현재 18세이나, 17살에 검정고시를 통해 학업을 시작하여 현재 고등학교 1학년에 재학 중이다. 부모의 이혼으로 현재 중국인 아버지와 살던 중 가정에서의 교육이 어려워 쉼터에 입소하였다.

## 2. 연구 도구

본 연구에서는 Dignan(1965)이 개발한 Ego-Identity Scale을 바탕으로 다차원적이고 객관적인 자아정체감 검사항목 구성 및 타당화 검증을 통해 수정·보완한 한국형 자아정체감 검사(Park, 2003)를 사용하였다. 하위영역별로는 주체성, 자기수용성, 미래확신성, 목표지향성, 주도성, 친밀성으로 구성되어 있으며 문항 수는 각 영역별 10개로 총 문항 수 60개 문항(역 채점 39문항 포함)이다. 이 검사 도구는 리커트 5점 척도이며, 전체 응답 문항의 신뢰도(Cronbach's  $\alpha$ )는 .94로 높다(Park, 2003).

## 3. 연구절차 및 프로그램 내용

### 1) 연구 절차

본 연구는 경기도에 소재한 중장기 쉼터에서 2021년 9월 9일부터 11월 30일까지 주 1회, 각 회기별 60분, 총 13회기에 걸쳐 개별 세션으로 진행하였으며 자아정체감을 하위영역별로 나누어 노래만들기 활동을 진행하였다. 프로그램 내용은 음악치료 전문가 2명에게 프로그램의 내용타당도 검증을 받았으며 가천대학교 생명윤리심의위원회(Institutional Review Board: IRB)에서 IRB 승인(1044396-202107-HR-159-01)을 받았다. 또한 자아정체감 사전검사, 프로그램 종결 후 사후검사를 통해 자아정체감 점수를 측정하고, 프로그램에 따른 회기별 변화를 언어적, 음악적으로 분석하여 자아정체감의 변화와 사후 언어적 반응을 관찰하였다.

### 2) 프로그램 구성

노래만들기 활동 프로그램은 진단평가를 통해 자아정체감의 하위영역인 주체성, 자기수용성, 미래확신성, 목표지향성, 주도성, 친밀성 중 각 대상자에 따라 낮은 하위영역에 초점화하여 노래만들기 활동을 구성하였다. 대상자 A는 주체성과 친밀성, 대상자 B는 주체성과 목표지향성, 대상자 C는 주체성과 주도성 향상을 목표로 프로그램을 구성하였다.

주체성은 자신에 대한 탐색, 자신의 감정에 따른 상황, 자신이 바라는 신념에 관한 곡 위주로 선정하였고, 목표지향성은 자신이 하고 싶은 일이나 좋아하는 일들에 대해 어떻게 계획하고 실천해야 할지 음악적 작업을 통해 통찰하고 실제로 수행할 수 있도록 구성하였다. 주도성

은 대상자가 자신이나 타인과의 관계에서 해야 할 일, 자신의 역할이 어떤 것들이 있을지와 관련된 가사의 곡을 통해 탐색하고 창작곡 만들기를 통해 선율과 가사를 스스로 선택하고 결정하여 주도적인 음악 만들기를 할 수 있게 구성하였다. 친밀성은 대상자와 치료사가 즉흥연주를 통해 비언어적 의사소통을 하고 반영을 통해 상대방의 의도나 감정을 읽을 수 있도록 유도하여 대상자가 감정을 표현하고 반영할 수 있도록 구성하였으며 자아정체감 하위영역별 프로그램 구성은 다음 <Table 1>과 같다.

<Table 1> Outline of Constructed Program

Target subcomponent of self-identity	Primary task	Content of activity
Subjectivity	<ul style="list-style-type: none"> <li>To write a song about the self</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>To discuss the lyrics of the presented song and write a song based on the discussion</li> </ul>
Goal orientation	<ul style="list-style-type: none"> <li>To explore bad habits needed to be broken</li> <li>To explore the goal and the way to achieve it</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>To identify the factors for unaccomplished goals from the presented original song and relate the identified factors to one's own life issue</li> <li>To explore barriers to achieve a goal and self-aspects needed for a change and to write a lyric based on such exploration</li> </ul>
Initiative	<ul style="list-style-type: none"> <li>To identify a theme of a song to be created</li> <li>To compose a song in a self-initiative manner</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>To explore the ways used for self-expression and express the 'self' proactively</li> <li>To determine a theme of a song to be written and lead the process of songwriting</li> </ul>
Intimacy	<ul style="list-style-type: none"> <li>To explore the sense of the self in relation to others</li> <li>To compose a song together with an investigator</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>To identify and discuss the type of self in relation to others and how to cope with the relationship issues from the lyric of the presented original song</li> <li>To increase intimacy by composing a song together</li> </ul>

### 3) 노래만들기 구성 및 진행방법

1단계는 노래 감상으로 초기 진단에서 나타난 하위영역을 치료목표로 각 주제에 맞는 곡을 대상자가 선정하거나 치료사가 제시한 곡을 들으며 의미 있는 가사, 공감되는 가사를 찾으며 감상하고 토론하는 단계이다. 대상자가 가사를 찾기 어려워할 경우 치료사가 특정 가사나 구절을 선택하여 다시 활동곡을 감상하고 토론하는 활동으로 구성하였다.

2단계는 가사 및 주제토의로 노래 감상을 통한 자신의 생각, 감정을 언어로 표현하여 '자아' 탐색하는 과정으로 구성되었다. 특히 치료사는 가사토의에서 대상자에게 회기에 따라 쉽터로 오게 된 배경, 현재 쉽터에서의 생활, 앞으로의 계획, 일반 가정의 청소년과 다른 점에 대한

자신의 느낌, 생각들을 표현하도록 하고 이를 어려워 할 경우 예시를 통해 쉽게 표현할 수 있도록 구성하였다.

3단계 및 4단계는 가사 및 선율 만들기 단계로 가사토의를 통해 표현한 자신의 생각을 직접 적어보거나 치료사가 제시하는 가사들 중에서 선택하여 가사를 만든다. 1절은 현재 마음에 초점화, 2절은 미래의 마음가짐, 미래 자아상 중심, 후렴구는 자신의 감정을 가장 잘 표현할 수 있는 중심 가사를 넣어 대상자의 마음을 최대로 표현할 수 있는 창작곡으로 구성하였다. 선율 만들기에서는 대상자가 가사에 맞는 정서를 다양한 반주 코드 중에서 선택하고, 선택한 코드 반주에 따라 선율악기로 자유롭게 즉흥연주를 통해 멜로디를 만든다. 대상자의 역량에 따라서 1마디~ 4마디 단위로 다양한 선율을 만들고 이를 지지, 반영할 수 있도록 치료사가 반주한다. 목소리 즉흥 활동은 치료사가 대상자의 선율을 즉각적으로 반영하고 악보화하여 그 다음 세션에서 대상자가 즉흥선율을 기억하여 부를 수 있도록 구성하였다.

5단계의 노래부르기에서는 대상자가 창작한 가사와 선율을 자신의 목소리로 불러보며 자신만의 곡으로 인식하고 내면의 감정을 재확인하며 음악으로 표출, 해소할 수 있도록 하였고 이때 치료사가 화음이나 선율을 같이 불러 줌으로써 대상자가 공감하고 위로와 지지감을 얻을 수 있도록 구성하였다.

6단계의 창작노래 녹음하기는 완성된 창작곡을 음원으로 만들어 하나의 결과물을 남기는 과정으로 구성하였다. 노래만들기 과정을 통해 대상자에게 성취감과 만족감을 줄 수 있도록 다양한 음색 반주와 악기연주를 대상자가 선택하고 음악의 결과물로 완성함으로써 성공적인 목표지향에 대한 경험이 될 수 있도록 구성하였다.

#### 4. 자료수집 및 분석

본 연구의 자료분석은 자아정체감 척도의 사전·사후 결과 분석과 대상자별로 낮은 것으로 평가된 자아정체감의 하위영역과 관련된 언어적, 음악적 반응 분석으로 이루어졌다. 분석의 객관성 확보를 위해 연구자 외 음악치료 전문가 2인이 함께 세션영상을 분석하며 자료의 타당화 과정을 거쳤다. 이때 언어적, 음악적 반응의 타당도가 두 전문가 모두 일치하지 않는 경우 분석에서 제외하였고 사후 대상자들의 언어적 반응은 대상자의 기록지와 연구자의 사후 질문 인터뷰를 통해 분석하였다. 시설청소년의 자아정체감을 고려한 영역별 조작적 정의는 음악치료 전문가 2인의 내용타당도 검증을 통하여 재구성하였으며 대상자들의 치료목표를 정의한 조작적 정의는 다음 <Table 2>와 <Appendix 1>과 같다.

&lt;Table 2&gt; Subcomponents of Self-identity and Operational Definition of Each Component

Sub-component	Operational definition
Subjectivity	To recognize who I am in terms of how I view myself, how I am perceived in schools and a shelter for youth, and how I feel in different situations
Self-acceptance	To express, acknowledge, and accept one's own strength, weakness, and inability
Future conviction	To recognize the future image of identity and plan for future occupation
Goal orientation	To set short-term and long-term goals and make a plan for achieving them
Initiative	To express and initiate one's role, position, or opinions in relationship with others
Intimacy	To be aware of one's own emotion in relation to others and strive to maintain intimate relationship with others

### III. 결 과

#### 1. 자아정체감 척도 사전 사후 점수에 대한 결과

본 연구는 노래만들기 활동이 쉼터에 거주하는 시설보호청소년의 자아정체감에 미치는 영향을 알아보기 위해 Park(2003)의 자아정체감 검사지를 사용하여 사전·사후 검사결과를 분석하였다. 노래만들기 프로그램 참여 사전, 사후 총 점수변동은 대상자 A는 -45점, B는 +5점, C는 +13점으로 대상자 A를 제외한 B, C는 사후 점수 향상이 나타났으며 하위영역별로는 대상자 A는 주체성 -9점, 친밀성 -6점, 대상자 B는 주체성 +2점, 목표지향성 +1점, 대상자 C는 주체성 +3, 주도성 +6점으로 나타났다. 대상자 A의 점수 감소의 원인을 살펴본 결과 대상자 A는 사전검사에서 이상적 자아상의 모습으로 점수를 높게 작성하였고, 사후검사에서 자기 탐색 과정을 통한 진실된 자아상의 모습으로 사후 점수가 낮게 나타났다. 자아정체감 사전, 사후검사 총 점수 및 하위영역별 점수 결과는 <Table 3>과 같다.

<Table 3> Change in Pre- and Post-test Scores of Self-identity Scale

Participant	Subjectivity		Self-acceptance		Future conviction		Goal orientation		Initiative		Intimacy		Total	
	Pre	Post	Pre	Post	Pre	Post	Pre	Post	Pre	Post	Pre	Post	Pre	Post
A	48	39 (-9)	49	39 (-10)	50	50 (-)	47	36 (-11)	50	41 (-9)	50	44 (-6)	294	249 (-45)
B	38	40 (+2)	42	42 (-)	42	37 (-5)	37	38 (+1)	36	39 (+3)	36	40 (+4)	231	236 (+5)
C	40	43 (+3)	39	44 (+5)	50	50 (-)	32	30 (-2)	34	40 (+6)	41	42 (+1)	236	249 (+13)

## 2. 대상자별 자아정체감에 따른 내용분석

노래만들기 프로그램을 중재하여 시설청소년의 자아정체감 하위영역에 관한 언어적, 음악적 반응의 변화를 시설청소년에 대한 자아정체감 조작적 정의의 회기별에 따라 어떠한 반응이 나타났는지 분석하였다. 언어적 내용분석은 가사토의를 통해 대상자가 서술한 것 중 점수가 낮은 하위영역을 중점으로 기술하였으며, 음악적 반응은 대상자의 노래만들기 활동을 통해 점수가 낮은 하위영역을 분석하여 창작 가사, 리듬, 선율, 즉흥연주 중심으로 분석하여 서술하였다. 내용분석 시 비디오 영상과 세션 내용의 전사본을 토대로 영역별 조작적 정의에 따라 음악 치료 전문가 2인 모두 동의한 언어적, 음악적 반응의 변화만 기술하였다.

### 1) 대상자 A(주체성, 친밀성)

초기(1~2회기), 나의 생각, 감정들을 노래로 표현하며 빈칸에 가사 채워넣기 활동에서 과거 아버지의 폭력에 대한 트라우마로 인해 대화 중에 자주 부모를 비난하고 보복하고 싶은 부정적 정서를 많이 표현하였다. “저는 가식이 있으니까, 내가 만날 사람들은 가식이 없었으면 좋겠어요” 등의 자기인식과 관련한 언어적 반응이 나타났다. 쥘레 연주하는 과정에서 “연주를 잘 못 하는데 꼭 해야 하나요?” 등의 부정적이고 자신감 없는 모습이 나타났다.

중기 1(3~5회기), 주체성에서 대상자는 어린시절 아버지로부터의 학대와 사랑받지 못하고 인정받지 못했던 원망스러운 마음을 가사로 표현하였으며 친밀성에서는 타인에게 난폭하고 강하게 보이려 했던 이슈를 가사로 표현하며 대인관계에서의 문제점을 인식하였고 동시에 현재의 자신은 그렇지 않음을 말하며 과거 모습을 부정하고 있음을 ‘흉터’라는 제목의 창작곡 첫 소절에서 다음과 같이 표현하였다.

기억하고 싶지 않아 내 어린시절 난 그저 눈치만 보던 어린아이  
 마음이 편했던 날은 얼마나 될까 남들과 같은 그런 하루는 내겐 없을까  
 날 지키는 방법은 날 더 강하게 하는 것뿐 사실 무섭고 두려운 어린아이  
 기대를 하지 않고 항상 무관심하게 무시했던 사람, 기댈 생각조차 할 수 없게 한 사람

대상자는 가사를 만들 때, “이 가사는 남들이 듣기에 조금 이상해 보일 것 같아요”라고 하며 내면의 솔직한 생각보다 타인에게 어떻게 보일지에 대해 더 의식하는 모습의 낮은 주체성과 친밀성이 관찰되었으며 선율 만들기 과정에서도 치료사의 코드 반주에 선율을 연주하다가 화음으로 나누어 난이도가 올라가면 소극적으로 작게 연주하는 모습이 나타났다. 불협화음이 들리면 연주를 자주 멈추거나 “ 쌤, 못하겠어요, 좀 어려워요”라고 하며 고개를 숙이며 자신감 없는 모습들도 나타났다.

중기 2(6~8회기), 대상자는 첫 창작곡 ‘흥터’ 가사만들기를 하던 중 과거 어린 시절에 보인 애정결핍과 자존감에 대한 자신의 문제점들과 9회기 ‘Song for me’ 곡 중 ‘내가 얼마나 소중한지 세상에 소리쳐 줄거야’라는 가사 만들기를 통해 애정결핍과 낮은 자존감을 수용하고 자신이 소중한을 인식하는 모습을 보였다. 창작곡을 만드는 과정에서는 여전히 “좋은 작품을 보여주고 싶어요”라고 하며 타인에게 인정받고 싶은 모습들이 나타났다. 선율을 만들며 점차 기존 회기와는 다르게 “뭔가 좋은 선율을 만들고 싶어요”, “잠깐만요. 다시 해볼게요”라고 하며 새로운 선율을 찾으려는 시도하는 모습들이 지속되면서 타인에 대한 의식보다는 자신의 연주에 집중하고 노력하는 모습이 나타났다. 특히, 후렴 부분에서는 치료사가 상행하는 선율로 즉흥연주를 하자 대상자도 상행음을 만들며 후렴구 가사내용을 선율로 표현하는 모습에서 다른 사람의 소리를 들으며 표현하는 모습들이 나타났다. 대상자가 기본 코드 진행(C-G/B-Am-C/G-F/C/E-Dm-G)에 붙여 만든 창작곡 ‘흥터’의 후렴과 마지막 소절의 가사는 다음과 같다. 후렴구 가사에 맞추어 표현한 선율과 후렴구의 예시는 <Appendix 2>에 제시되었다.

전부 내 잘못이고 나 때문이고 내가 문제야 상처로만 가득찬 내 마음하나  
 사실은 그냥 사랑받고 싶고 인정받고 싶은 어린아이였는데,  
 남들처럼 웃으며 밥한끼 먹고싶던 아이 (후렴)  
 ...  
 아픈기억 울던기억 지울 순 없지만 그 위에 다시 그리고 싶어  
 내가 나에게 말해주고 싶어 잘 견뎌왔다고 이젠 웃는날이 더 많을 거라고 (마지막 소절)

중기 3(9~11회기), 두 번째 창작곡으로 ‘나의 바람’을 주제로 가사토의를 한 후 정해진 코드 ‘C-C-F-F’ 안에서 대상자가 라임을 넣어 랩으로 부르며 곡을 만드는 과정에서 스스로 현재와 다른 모습의 ‘나’를 바라고 있음을 인식하였고 이는 “애정결핍이 있는 걸 사실 난 괜찮다고

자기최면을 걸고 있었어요”라고 작은 목소리로 이야기하며 아직 이 부분이 해결되지 않았음을 인지하고 수용하는 모습들도 나타났다. 미래에 바뀌었으면 하는 자신의 모습을 창작곡 ‘바람’의 후렴구에 랩으로 표현하였는데 랩의 예시는 <Appendix 2>에 제시되었다. ‘바람’의 중간 소절 및 후렴구에는 창작곡 ‘흥터’, ‘바람’의 녹음 과정을 통해 대상자가 자신에 대해 긍정적으로 인식하고 스스로 위로받고 지지하는 모습들이 가사로 표현되었는데, 대상자가 구성한 가사는 다음과 같다.

사실 지금은 잘 모르겠어 어떤 삶이 날 위한 삶인지  
 지금의 내모습이길 바라는지 더 사랑받는 나이길 바랄지  
 ...  
 그래도 그 땀 외롭지 않았으면 누군갈 사랑하고 있었으면  
 여전히 담뱃 피고 있더라도 사람으로 위로받았으면

종결(12~13 회기), 모든 창작곡을 부른 후 “ 쌤, 이제 명언집을 읽을 필요가 없을 것 같아요. 저를 더 잘 알게 되고 이해가 됐고, 이제는 저에 대한 정리가 된 것 같아요” 등의 표현을 통해 주체성이 확립되는 모습이 나타났다. 친밀성에서는 “최근 내 마음이 편한 대로 해도 뭐랄까, 애들이 서운해하는 느낌이 안 들더라고요”, “다른 사람에게도 그렇게 있는 그대로 보여도 되겠구나 생각했어요”라고 타인과의 관계에서도 솔직한 자신의 모습이 나타났다. 또한 가사를 만들고 함께 곡을 부르며 타인과의 대인관계에 있어 언어적, 음악적 소통에서도 긍정적인 관계를 형성하려는 모습들의 변화가 나타났다.

대상자 A의 변화를 살펴보면 주체성으로는 부모님에 대한 부정적 정서를 가사로 만들며 그 원인을 탐색하고 수용하였고 가족과의 갈등에 대한 자신의 감정을 노래로 표현함으로써 위로와 지지를 받았다. 또한 미래 자아상의 모습을 통해 긍정적인 자아 인식 및 주체성 확립을 알 수 있었다. 친밀성으로는 가식적인 모습으로 인한 대인관계의 문제점을 인식한 후 솔직한 마음을 가사로 표현하며 대인관계에서의 새로운 변화를 시도하는 모습이 나타났다. 이처럼 대상자 A는 주체성, 친밀성이 긍정적으로 표현되었다.

## 2) 대상자 B(주체성, 목표지향성)

초기(1~2회기), 가사토의에서 “생각이 안 나요”, “잘 모르겠어요” “안하면 안돼요?”라고 하는 등 자신에 관한 이야기나 현재의 감정에 대해 대답하지 못하는 모습이 보였으며 쉼터 내에서의 어려움에 관한 질문에도 “그냥 지금이 좋아요. 다 괜찮아요.” 등의 표현으로 자신의 감정을 정확히 표현하지 못하는 모습이 나타났다. 또한 “간호사가 되고 싶긴 하지만 공부하는 건 싫어요”, “간호사는 힘들 것 같아서 못할 것 같아요” 등의 표현들로 주체성과 목표지향성이 낮

게 나타났다. 1회기 송라이팅을 할 때도 치료사가 “이건 어때? 이건 좋아해?”라는 질문을 할 때 “네”, “아니요”의 단답형 대답하였고, “잘 모르겠어요”, “생각해 본 적이 없어요...”라는 표현들로 자신감이 낮게 나타났다. 2회기 악기연주 활동에서는 치료사의 지시에 따라서만 연주하고 새로운 리듬 연주는 어려워하며 같은 리듬을 반복하거나 치료사의 음악을 모방하여 작게 연주하는 의존적인 모습이 나타났다.

중기1(3~5회기), 가사토크를 통해 공감되는 가사를 찾아보았고 ‘내가 좋아하는 것’을 주제로 창작곡을 만들 때 “참, 어렵네요”라고 하면서도 ‘나’에 대해 조금씩 탐색하기 시작하였다. 또한 대상자는 3회기 이후 악기 연주로 선율을 만들 때 치료사와의 공명실로폰 즉흥연주 활동에서 “어? 신기하네”, “오~”라고 하며 적극적으로 참여하고 시도하려는 모습이 나타났다. 대상자가 창작곡 ‘나의 매력’의 가사 도입부 및 중간 소절에서 자신이 좋아하는 것들에 대해 표현한 가사는 다음과 같다. 또한 해당 노래를 위해 즉흥적으로 연주한 공명실로폰의 즉흥멜로디는 <Appendix 2>에 제시되어 있다.

완벽하진 않지만 내 매력들을 노래해 내가 주인공인 삶 내 매력들을 들어봐  
완벽하진 않지만 누구보다 날 잘 알아

...

나쁘지 않은 외모, 멋져보이는 룩킹 배려많은 나야 안 듯 모른 듯 챙기지  
미안해 할 때도 웃어줄 수있어 편한 웃음으로 대하지

중기2(6~8회기), 자신의 감정을 가사로 만드는 활동 중 “아빠에게 드는 마음은...화가 매우 나는 것 같아요” 등의 부모와의 갈등과 그에 대한 자신의 속마음을 표현하고 감정을 인식하였다. “우울해요”“ 화가나요”등의 자신의 감정을 주체적으로 표현하기 시작하였고 “왜 그런지 잘 모르겠어요”와 같이 내면의 갈등을 인식하지 못하는 모습들도 나타났다. 대상자는 내적 혼란과 갈등을 가사로 적어본 뒤 major, minor의 반복되는 코드와 감정에 따라 목소리 즉흥으로 조금씩 소리를 내며 자유롭게 부르는 모습이 나타났다. 처음에는 자신의 목소리로 선율만들기를 어색해하고 어려워 했지만 치료사가 같은 소절을 여러 번 같이 부르기 시작하자 점차적으로 정확한 선율라인을 기억하고 점점 큰 소리로 부르는 모습이 나타났으며 이때 만든 목소리 즉흥 창작곡 ‘지금이야 좋아’ 도입부의 목소리 즉흥선율과 후렴은 <Appendix 2>에 제시되었다.

중기 3(9~11회기), 자신의 목표에 대해 “간호학 공부할 때가 가장 뿌듯하고 나에게 가치있는 삶이에요”라고 인식하는 모습과 “공부는 알아서 하는데 쌤들이 강요해서 그게 싫어요”, “내신공부도 해야 간호과를 가는데..내신은 정말 하기 싫어요.” 등의 목표지향성에 대한 양가적인 모습이 나타났다. 8회기에서 ‘오늘을 찾아요’라는 곡 중 ‘게으름’, ‘핑계’라는 가사 마인드맵을 통해 공부 대신에 선택한 것, 목표에 방해가 요인들을 탐색하고 가사로 만들며 자신의 문제점

을 인식하는 모습이 나타났으며 이는 창작곡 ‘나의 열아홉’의 가사에서 확인할 수 있다.

내게도 고3이 오겠지 수능을 볼 날이 오겠지  
그 때의 내 모습은 어떨까 지금의 내 모습을 후회하고 있진 않을까  
아니면 꿈에 닿아 있을까

만약에 내가 중학교때처럼 방황하며 놀았던 시절처럼 지낸다면  
편한 지금에, 머물고 피할 수 있는 것들을 외면하고 지낸다면  
그냥 꿈만 기대어 그 꿈을 위한 고민들을 하지 않는다면  
내게 소중한 것들을 그냥 지나친다면

내게도 고3이 곧 다가오겠지 수능이 날 찾아 오겠지  
현실의 나와 마주하겠지 어떤 모습이든 받아들여야 하겠지  
그때 후회하진 않겠지 아마도 그 땀 웃고 있지 않을까

그 외 대상자는 첫 창작곡의 만족감과 자신감을 통해 두 번째 선율을 만드는 과정에서는 다양한 음역을 사용하며 새로운 선율을 만들려고 시도하는 주체적인 모습이 나타났다.

종결(12~13 회기), 지난 회기 곡들을 다시 불러보고 현재 감정과 일치하는 가사에 대해 이야기하며 “그때 불렀을 때와 지금 감정이 달라졌어요”라며 과거와 현재가 어떻게 달라졌는지 인식하는 모습이 나타났다. 또한, 주체성의 ‘나의 감정이 상황에 적절하게 느끼고 생각되는가’ 부분에서는 초기에 비해 긍정적으로 변화되었다고 언어적으로 표현하였으며 목표지향에 대한 자신의 문제점을 인식하였고 목표지향 곡의 마지막 가사에 ‘아마도 훗날에 웃고 있을거야’ 등의 표현으로 긍정적인 미래자아상을 표현하였다.

대상자 B의 변화를 살펴보면 주체성으로는 자신의 감정과 생각을 정확히 표현하지 못했던 초기와 달리 중기 이후, 제시된 곡의 가사에서 자신의 감정을 찾기 시작하였고 이를 가사로 만들고 선율로 표현을 통해 감정을 인지하였으며 종결 시 자신의 현재 감정과 느낌을 노래와 언어로 표현하였다. 목표지향성으로는 목표를 위한 노력과 실천이 부족함을 가사토의와 마인드 맵을 통해 인지하였으며 미래의 긍정적 목표를 가사만들기로 표현하였다. 이처럼 대상자 B는 주체성, 목표지향성이 긍정적인 모습으로 나타났다.

### 3) 대상자 C (주체성, 주도성)

초기(1~2회기), ‘나’에 관한 송라이팅을 할 때 빈칸에 자신의 성격, 좋아하는 것에 관한 질문들에 대해서는 뚜렷한 주관 가지고 자신을 설명하는 모습이 나타났다. 반면, 켐베연주 시 대상자가 아는 곡을 연주할 때는 모델링 해준 리듬으로 연주하였지만, 즉흥연주 시에는 주저하

고 망설이며 “어떻게 연주해야 할지 모르겠어요” 하며 ‘자신이 주도해서’ 자유롭게 주도적으로 연주하는 것을 어려워하는 모습이 나타났다. 예측 가능한 연주에서는 적극적으로 참여하는 모습으로 나타났으나 즉흥연주에서는 치료사의 연주를 모방하여 의존적으로 작게 연주하는 주도성이 낮은 모습이 나타났다.

중기 1(3~5회기), 3회기 “현재 가장 스트레스받는 것은 코로나로 인한 외출 금지와 자유롭게 놀 수 없는 마음이에요”, 4회기 관련 노래가사토의를 하며 “놀고 싶어요”, “뭘 하고 놀아야 할까 노는 것만 자꾸 생각나요” 등의 표현을 하였고 이에 대상자의 놀고 싶은 감정을 주제로 ‘내가 하고 싶은 것들’에 대해 창작곡 ‘놀고 싶다’의 가사 도입부에 표현하였다.

코로나 때문에 못 놀게 된 나의 2년(two years)  
 이렇거면 처음에 하루에 8명 나올 때 냅두지  
 에버랜드 캐리비안베이 보드도 타고 싶고  
 번지점프 썰라인 카트도 바다에도 가고 싶어  
 그것도 아니면 노래방 피씨방 that's what I want to

또한, 창작곡 ‘놀고 싶다’에서 자신이 원하는 가사와 악기선정, 리듬으로 조금씩 수정하며 주도적으로 이끌어가는 모습들이 나타났으며 5회기에 “이 곡 너무 마음에 들어요. 저 이 곡 보내주실 수 있나요?”라며 자신이 원하는 것을 정확하게 표현하는 모습이 나타났다. 또한 노래를 배운 적이 없다며 창작곡을 듣기만 하던 모습에서 점차 큰소리로 주도적으로 노래를 부르기 시작하였다. 내담자가 창작곡 ‘놀고 싶다’에서 사용한 미디 악기(드럼, 키보드)와 기본 리듬의 예시는 <Appendix 2>에 제시되어 있다.

중기 2(6~8회기), 대상자는 치료사와 라포가 형성되면서 ‘나는 어떤 사람인가’에 대해 이중적인 자아의 모습을 이야기하기 시작하였다. 곡 ‘stars’ 가사토의 중 ‘외적으로 보여지는 나의 모습’에서 ‘내면의 나는 누구인지, 어떤 성격을 가진 사람인지’ 등 내적 자아의 모습에 관해 표현하였고, 그 과정에서 부모님과 함께 있지 못하고 중국인으로서 차별받았던 어린시절의 부정적 감정이 표출되었다. 또한 “솔직히 제가 누군지 모르겠어요”, “저는 어느 나라 사람도 아닌 지구인이라고 말할 꺼예요”, “세상에서 제외되고 혼자있는 기분이예요”이라는 표현을 통해 국적에 대한 소속감 혼란과 “진짜 내가 누군지 모르겠어요”라고 하는 자아정체성의 혼란을 표현하는 모습이 나타났다. 치료사와 대상자는 주체성 관련 창작곡을 만들기 위해 ‘이전의 나’ → ‘지금의 나’ → ‘달라진 모습의 이유’로 나누어 가사를 만드는 과정에서 후렴구 ‘그 시절의 내가 지금의 나인 거라고’, ‘지금 이 시간이 나를 찾아가는 중이라고’ 등의 가사에서 지금까지 보인 모든 모습을 ‘그대로의 나’로 수용하고 인지하는 모습이 나타났으며 이러한 모습은 아래의 창작곡 ‘나의 별자리’의 가사에서 확인할 수 있다.

내 마음속에 나를 아직 잘 모르겠어  
 나의 별자린 어딜까 내 모습은 무얼까 다른 사람의 시선에 나를 맞춰간건 아닐까  
 변해버린 내가 나인걸까 내가 기억하는 그때의 모습이 나 인걸까  
 아니면 그 사이 어디쯤인 내가 나인걸까  
 ...  
 힘들 땀 울고 싶고 기쁠 땀 맘껏 웃고 싶은데 그게 잘 안돼  
 이미 그러기엔 변해버린 나인 것 같아

그 시절의 내가 지금의 나인 거라고  
 지금 이 시간이 나를 찾아가는 중이라고 훗날 변해가는 나의 모습도 나인거라고

특히 ‘힘들 땀 울고 싶고 기쁠 땀 맘껏 웃고 싶은데’..를 여러 번 부르면서 “이 가사 멜로디가 마음에 들어요. 딱 제 마음이에요. 부를 때마다 마음이 뭉클하고 좋아요”라고 하며 노래로 자신의 감정을 주도적으로 표현하였다.

중기 3(9~11), 치료사와 같이 파트를 나누어 곡을 만드는 과정에서 행복에 대해 “내가 하고 싶은 것, 원하는 것을 하는 거요”라고 하며 자신이 행복할 때를 찾아 그 감정을 스스로 표현하기 시작하였다. 그리고 자신의 행복에 대한 가사를 ‘행복송’이라는 창작곡에서 치료사와 대상자에게 해당된 파트에서 완성하는 모습이 나타났다.

대상자: 내가 부르고 있는 이 노래  
 치료사: 내가 함께 부르고 있는걸  
 같이: 이제부터 우리의 행복노래 시작해 볼까

대상자: 내가 생각하는 행복들은 원하는 것들을 하는 것, 하고싶은 것들을 하는 것  
 치료사: 내가 생각하는 행복은 일상 중에서 반짝이는 기쁨같은 것  
 될 수 있는 안식처 같은 것

대상자: 버스에 내가 좋아하는 자리 위에 벨이 딱 거기 있을 때  
 길을 가다가 나만큼 키 큰 사람을 봤을 때  
 누군가 내 편을 들어줄 때 내가 하고 싶은 말 들어줄 때  
 기대하지 않았던 내 요리가 맛있을 때  
 누군가에게 고백받을 때 사실 이성 친구와 썸을 탈 때  
 놀기위한 계획을 고민할 때에도  
 대화 중 누군갈 설득했을 때 내가 중심이 되어 있을 때 그날의 웃을 입어볼 때

또한 선율만들기에서는 Dm-G-C-Am의 밝은 느낌을 주는 코드 안에서 대상자가 주도적으로 즉흥선율을 만들고 완성해가는 모습이 나타났다. 대상자가 창작한 선율 도입부와 주선율은

<Appendix 2>에 제시되었다.

종결(12~13회기), 그동안 완성한 곡들을 불러본 후 아버지에 대해 “기적 영화에서 아빠가 주인공에게 한 행동들이 저와 아빠를 생각나게 해서 울었어요”라고 하며 아버지에 대한 부정적 감정을 표출하였다. 가족에 대한 갈등은 아직 해결되지 않았다고 하면서도 가족 갈등에 대한 자신의 솔직한 감정을 표현하였다. 창작곡 녹음을 하는 동안 “녹음 다시 해볼게요”, “선생님이랑 같이 부르고 싶어요”, “키를 조금 낮춰주세요”라는 표현에서 주도성의 조작적 정의 중 ‘나의 마음을 얼마나 잘 표현하는가’와 ‘어떤 일에 주도적으로 잘 할 수 있는가’의 영역이 높게 나타났다.

대상자 C의 변화를 살펴보면 주체성으로는 ‘나’의 외적 모습만 언급하던 모습에서 점차 자아정체성의 혼란을 표현하였고 ‘나’를 주제로 한 창작곡을 통해 과거의 ‘나’와 현재의 ‘나’를 수용하며 긍정적 자아상을 확립하였다. 주도성으로는 초기 즉흥연주시 의존적 연주로 시작하였으나 회기가 지날수록 주도적인 연주로 바뀌었고 창작곡의 가사와 멜로디를 수정하면서 자신의 생각과 의견을 주도적으로 이야기하였다. 이처럼 대상자 C는 주체성, 주도성 측면에서 긍정적인 변화를 보였다.

### 3. 대상자별 자아정체감에 따른 사후 언어적 반응

대상자 A는 자신을 되돌아보고 현재 자신의 부족한 것들을 알게 된 점과 창작곡이 부모님과 소통의 계기가 되어 부모님과의 관계가 조금이나마 회복되어 좋았다고 이야기하였다. 대상자 B는 내가 어떤사람인지 잘 알게 되었으며 창작곡을 만들며 나의 이야기를 할 수 있어서 좋았다고 하였다. 대상자 C는 솔직하지 못한 예전의 나와는 달리 내가 만드는 노래에는 솔직한 마음을 표현하고 싶었고 노래를 녹음하며 스스로 공감하고 나를 이해하게 되었다고 표현하였다. 구체적인 대상자의 사후 언어적 반응은 <Appendix 3>에 제시되었다.

## IV. 논의 및 결론

본 연구는 노래만들기 활동 중심의 음악치료를 통하여 시설보호청소년의 자아정체감에 관한 변화과정을 알아보기 위한 사례연구이다. 노래만들기 활동 중심의 음악치료 활동의 사전, 사후 척도 검사와 프로그램에 대한 회기별 언어적, 음악적 반응을 통하여 얻게 된 연구 결과를 토대로 한 논의는 다음과 같다.

첫째, 대상자들의 사전, 사후 척도 검사 결과, 대상자 B와 C의 점수는 상승하였으나 대상자 A의 점수는 하락하였다. 대상자 A의 언어적, 음악적 반응 및 사후 언어적 반응을 토대로 한

점수 하락 원인은 인정받고 싶은 가면적 모습으로 작성하여 높게 나타난 사전검사 점수가 프로그램 중재 과정에서는 객관적인 통찰로 인한 사후검사 결과 점수가 감소한 점에 있다. 이는 점수는 감소하였으나 자신을 객관화하여 자아를 탐색, 통찰하게 되었다는 대상자의 사후 반응을 살펴볼 때 긍정적인 내면 탐색의 변화로 볼 수 있다. 그러므로 대상자 3명 모두에게 회기별 언어적, 음악적 변화에서 자아정체감의 긍정적인 변화가 나타났다고 사료된다. 대상자 A는 어린 시절의 자신과 가족에게 하고 싶었던 말들을 언어로 표현하지 못했으나, 선율과 노래 가사로 만들어 솔직한 감정을 낼 수 있었다고 표현하였다. 특히 완성된 곡을 부모님에게 들려주면서 가족과의 소통의 계기가 되었다. 대상자 B는 자신의 솔직한 심정을 창작한 가사와 노래로 표현하는 것이 언어적 표현보다 편안하고 좋았다는 사후 표현을 볼 때 음악 안에서 자신을 솔직하게 표현하고 편안하게 탐색할 수 있음을 알 수 있었다. 대상자 C는 노래 만들기 과정에서 진솔한 감정을 가사로 만들고 자신만의 곡을 완성하면서 자신을 더 이해하고 인식하며 자신감을 갖게 되었다고 사후 표현하였다. 이와 같이 노래만들기 활동은 언어로 표현하는 것보다 함축적 의미를 담은 가사로 만들어 자신을 표현하는 것이 안전한 틀로 작용하여(Baker, 2014), 자신을 이해하고 인식하는데 효과적임을 알 수 있었다. 특히, 자신의 이야기를 외부로 표출하기 꺼리는 시설보호청소년에게 본 활동은 이들의 정서를 선율과 가사로 표현하고 만드는 과정에서 자아를 탐색하고 긍정적인 자아상을 확립하게 되었다.

둘째, 노래심리치료 활동은 시설보호청소년의 가족 간 갈등, 불화, 대화의 단절로 인한 불안 및 우울 등의 정서적 문제를 탐색, 수용하게 하여 부정적 자아상을 긍정적 자아상으로 변화시키는 데 효과가 있음을 알 수 있었다. 대상자 A는 자신을 학대했던 부모를 원망하고 분노하는 감정을 드러냈으나, 어린 시절 부모에게 사랑받고 인정받고 싶었던 내면을 가사로 담은 곡을 부모님에게 들려주면서 가족과 소통의 계기가 되어 가족관계에 긍정적인 변화가 나타났다. 대상자 B는 어린 시절 부모에게 사랑받고 이해받기를 바랐던 마음을 가사를 통해 간접적으로 표현하고 인식하였다. 대상자 C의 경우는 어린 시절 부모의 이혼으로 인한 어머니에 대한 그리움과 아버지를 따라 한국에 오게 되면서 국적은 중국인이지만 한국인으로 살아야 했던 정체성의 혼란에 대해 가사로 만들고 노래로 표출하였다. 이처럼 모든 대상자들의 기저에는 가족 간의 갈등으로 인한 부정적 자아정체감의 문제들이 있었으며 이를 노래만들기 과정을 통하여 자신의 감정을 표현하여 있는 그대로의 ‘나’를 발견하고 수용하게 되었다고 사료된다.

셋째, 자아정체감 하위영역별 초점화된 프로그램이 다른 하위영역에도 긍정적인 영향을 미쳤으며 완성된 곡이 대상자 모두에게 성취감과 자신감을 주었음을 알 수 있었다. 대상자 A는 창작곡의 제목을 정할 때 “흥터 어때요? 딱 보면 상처가 많았고 이게 지워지진 않을 것 같지만 그걸 이제 다시 바꿔보자는 의미로 두고 싶어요”라고 하며 과거 부정적인 모습의 ‘나’를 수용하고 미래의 ‘나’를 긍정적으로 바꾸려는 모습을 볼 수 있었다. 그리고 창작곡을 완성한 것에 대해 “뿌듯하고 잘 만들어졌네요”라며 만족감, 성취감을 표현하였다. 대상자 B는 ‘내가 바라는

나의 모습'을 주제로 고등학교 3학년의 미래 나의 모습을 현재의 모습으로 지낼 때와 바뀐 모습으로 지낼 때를 상상하며 가사로 표현하고 곡을 만드는 과정에서 "간호사를 다시 하기로 마음을 먹고 이제 다시 정말 시작해보려고요"라고 하며 목표지향성이 미래확신성으로 연결되는 모습이 나타났다. 선율을 만드는 과정에서는 타인의 연주에도 집중하며 "어? 피아노는 다음에 꼭 배워봐야겠어요, 재밌어요"라고 하며 연주에 대한 성취감과 만족감을 표현하는 모습도 나타났다. 대상자 C는 창작곡을 녹음하는 동안 "수업 시간엔 이제 집중해서 공부해요", "다시 맘 잡고 공부를 해야 해요. 이제 기말고사도 있으니..."라고 이야기하며 목표를 위한 실질적인 행동들을 실천하는 모습들이 나타났고 처음에는 하기 싫어하는 모습에서 곡을 끝까지 완성하는 과정을 통해 목표지향에 따른 성취감을 경험하였다. 또한 노래만들기 과정 안에서 초기 저항하는 모습에서 중기이후 치료사와 친밀한 관계를 잘 유지하려고 노력하는 모습들도 나타났다. 이처럼 대상자들은 가사토의, 가사작성, 즉흥연주를 통한 멜로디 작성 등 창작곡을 만드는 일련의 과정을 통해 자신감과 성취감도 얻게 되었고, 완성된 곡을 녹음하면서 세상에 하나뿐인 '나'를 위한 곡이 생겼다는 만족감을 경험함으로써 자신의 긍정적인 자아정체감 확립에 도움이 되었다고 사료된다.

본 연구의 결과, 논의 및 결론을 토대로 제언점은 다음과 같다. 첫째, 입소 이전에 경험한 가족과의 갈등, 불화로 인해 표출된 정서적 트라우마를 해결하기에는 본 회기 수로 한계가 있었다. 후속 연구에서는 가족과의 갈등해결을 위한 음악치료 프로그램을 진행하기를 제언한다. 둘째, 본 연구는 대상자마다 각 자아정체감 하위영역 중 취약한 부분의 개별 프로그램을 진행하였다. 따라서 후속 연구에는 노래만들기 활동이 자아존중감에 미치는 영향과 자아정체감과 의 상관관계를 입증하는 연구가 진행되어야 함을 제언한다.

본 연구 노래만들기 활동은 개별 사례연구로써 시설보호청소년의 긍정적 자아정체감 확립에 효과적이며 긍정적인 현재와 미래의 자아상에 대해 깊이 탐색하고 인식 및 통찰하게 하는 연구라는 점에서 본 연구의 의의를 갖는다.

## References

- Baker, F. A. (2014). An investigation of the sociocultural factors impacting on the therapeutic songwriting process. *Nordic Journal of Music Therapy*, 23(2), 123-151.
- Baker, F., & Wigram, T. (2008). *Songwriting: Methods, techniques and clinical applications for music therapy clinicians, educators and students* (M. H. Choi, Trans.). Seoul: Hakjisa. (Original work published 2005)
- Baker, F., Wigram, T., Stott, D., & McFerran, K. (2008). Therapeutic songwriting in music therapy:

- Part I: Who are the therapists, who are the clients, and why is songwriting used? *Nordic Journal of Music Therapy*, 17(2), 105-123.
- Chong, H. J. (2015). *Music therapy: Understanding and application* (2nd ed.). Seoul: Ewha Womans University Press.
- Chong, H. J., Yun, J. R., Kang, H. J., & Won, H. K. (2020). Satisfaction study of the music therapy program for adolescents at-risk: Adolescents in suspension and probation under the condition of consultation. *Korean Journal of Correctional Discourse*, 14(1), 185-209.
- Dignan, M. H. (1965). Ego identity and maternal identification. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1(5), 476-483.
- Grocke, D., & Wigram, T. (2011). *Receptive methods in music therapy: Techniques and clinical applications for music therapy clinicians, educators and students* (S. Y. Moon, Y. J. Lee, Trans.). Seoul: Hakjisa. (Original work published 2007)
- Han, Y. J., & Jeon, Y. K. (2009). The effects of group art therapy on the ego-identity and self-expression of adolescents in institutional care. *Journal of Korean Council for Children and Rights*, 13(1), 131-157.
- Hong, Y. Y. (2017). *A qualitative case study on the psychological change process of adolescents prior to discharge from foster care institutions* (Unpublished doctoral dissertation). Seoul Women's University, Seoul.
- Jeong, W. C., & Lee, H. M. (2014). A study factors affecting on adaption of the youth in residential care center. *Korean Journal of Youth Studies*, 21(3), 243-365.
- Kim, J. S., Shin, H. S., & Moon, H. J. (2014). The effect of the daily hassles, self-esteem, public stigma and internalized shame to resilience of adolescence in institutional care: Focused on the moderating effect of forgiveness. *Youth Facilities and Environment*, 12(3), 63-74.
- Kim, J. W. (2018). Supportive songwriting to improve resilience of adolescents with school maladjustment. *Journal of Music and Human Behavior*, 15(2), 41-67.
- Kim, S. H., Park, M. K., & Cheon, S. M. (2016). Effect of integrated arts therapy on self-expression, self-efficacy, and peer relationship of withdrawn youth. *Journal of Arts Psychotherapy*, 12(3), 109-136.
- Kim, Y. A., & Lee, M. O. (2013). Effects of group art therapy with reality-therapeutic approach on the ego identity and self-supporting volition of institutionalized adolescents. *Korean Journal of Art Therapy*, 20(1), 159-185.
- Lee, E. H., & Jung, S. O. (2006). Ego identity as a mediator between parenting behaviors, peer relationships, and depression in adolescence: A structural equations analysis. *Studies on Korean Youth*, 17(2), 213-239.

- Lee, J. M. (2007). The influences of ego-identity and school adjustment on adolescents' depression. *Korea Journal of Counseling, 8*(4), 1593-1603.
- McFerran, K. (2012). *Adolescents, music and music therapy: Methods and techniques for clinicians, educators and students* (M. H. Choi, I. S. Hong, E. A. Jang, Trans.). Seoul: Huimangyesulgiji. (Original work published 2010)
- Oh, M. A., & Kim, S. B. (2020). Influence of family support on the establishment of ego identity for middle school students: The mediating effect of interpersonal relations by gender. *Journal of School Social Work, 49*, 131-153.
- Park, A. C. (2003). Validation of Korean adolescent ego-identity scale. *Korean Journal of Educational Psychology, 17*(3), 373-392.
- Park, S. O., Shin, K. S., & Park, J. O. (2003). Self-esteem and stress in a child of deficiency family. *Korean Journal of Human Ecology, 12*(4), 403-416.
- Robarts, J. Z. (2003). The healing function of improvised songs in music therapy with a child survivor of early trauma and sexual abuse. In S. Hadley (Ed.), *Psychodynamic music therapy: Case studies* (pp. 141-182). Gilsum, NH: Barcelona.
- Suh, E. S. (2007). The use of group drumming with Korean middle school students in school violence Prevention. *Journal of Music and Human Behavior, 14*(1), 85-108.
- Yun, J. R., & Chong, H. J. (2019). At-risk adolescents' inner resource through resource-oriented song psychotherapy. *Journal of Music and Human Behavior, 16*(2), 1-25.

- 게재신청일: 2022. 04. 04.
- 수정투고일: 2022. 05. 09.
- 게재확정일: 2022. 05. 20.

## **A Case Study of Therapeutic Song Making to Enhance the Self-identity of Adolescents in Residential Treatment Facility\***

**Hwang, Hyejin\*\* , Song, Inryoeng\*\*\***

This is a case study of therapeutic song making activities aimed at improving the self-identity of adolescents in residential treatment facility. The participants were three male teenagers (16 to 18 years of age). The song making intervention was conducted individually with the participants once a week over 13 weeks, and each session lasted 60 minutes. The participants took the lead in making songs by discussing on the self-image and his/her role in the relationship and using musical elements to reflect his/her perception. For analysis, an evaluation method was used to analyze the pre- and post-test results for each sub-domain of the self-identity scale, and changes in the verbal and musical responses during each session. Two of the participants demonstrated higher post-test results compared to their pre-test performance, and their highest post-test scores were for the subdomains of intimacy and initiative respectively. In terms of verbal and musical responses per session, all three participants improved their subjectivity through the self-exploration process, which contributed to the establishment of a more positive self-image. This study suggests that facility youth engaging in making creative songs can positively change their perception of their present and future selves and have a positive effect on their sense of identity.

*Keywords: therapeutic song making, adolescents in residential facility, self-perception, self-identity*

---

\*This article was based on the first author's master's thesis(2022).

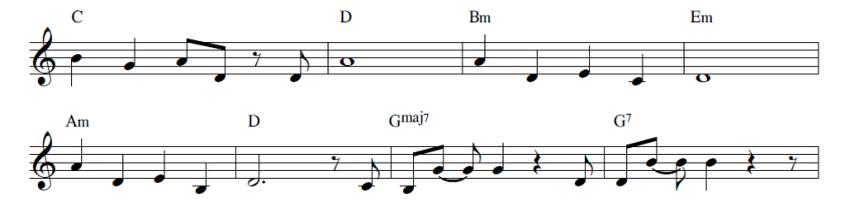
\*\*First author: Independent Researcher, Korean Certified Music Therapist(KCMT)

\*\*\*Corresponding author: Music Therapy Professor, Gachon University Graduate School of Professional Therapy (songir@gachon.ac.kr)

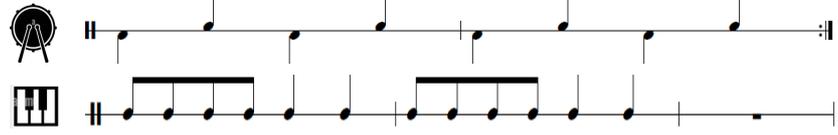
## 〈Appendix 1〉 자아정체감의 하위요인의 조작적 정의 및 기준

하위 요인	조작적 정의 및 세부 기준
주체성	<p>내가 생각하는 나는 어떤 사람인지, 학교나 쉼터에서 나에게 대해 어떻게 생각하고 기대하고 상황에 따라 기분이 어떤지를 인식하는 것</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 나는 어떤 사람인가? (이 질문에 얼마나 자신을 설명할 수 있는지 정도)</li> <li>• 스스로를 어떻게 평가하는가? (자아로부터의 자신감)</li> <li>• 외적으로 보이는 나와 내면의 나의 모습은 일치하는가?</li> <li>• 나의 감정이 상황에 적절하게 느끼고 생각되는가?</li> <li>• 원가족과의 갈등에서 나의 감정은 어떠한가?</li> </ul>
자기 수용성	<p>다른 사람과 비교했을 때 장점 및 내가 부족한 점, 무능한 점, 약점이라 생각하는 것을 표현하고 그것들을 인정하고 수용하기</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 일반 가정에서 생활하는 또래에 비해 내가 불리하다고 느끼는 것은 무엇인가?</li> <li>• 나의 부정적인 모습을 어떻게 인정, 수용할 수 있는가?</li> </ul>
미래 확신성	<p>내가 생각하는 미래의 나의 모습, 나의 장래 희망에 대해 구체적으로 인식하는 것</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 내가 미래에 하고자 하는 것이 정해져 있는가?</li> <li>• 내가 미래에 하고 싶은 직업과 그것을 할 수 있다고 느끼는가?</li> <li>• 내가 잘하는 것과 못하는 것을 뚜렷이 알고 있는가? (직업탐색)</li> </ul>
목표 지향성	<p>나의 현재 할 수 있는 단기적인 목표와 장기적인 목표를 설정하여 어떻게 노력해야 할지 탐색하고 계획하기</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 내가 미래의 꿈(직업)을 이루기 위해 어떤 것을 준비해야 하는가?</li> <li>• 내가 목표로 하는 것들을 이루기 위해 바꾸고 고쳐야 할 것들은 무엇인가?</li> <li>• 목표를 이룰 수 있는지에 대한 스스로의 확신은 어느 정도인가?</li> </ul>
주도성	<p>타인과의 관계에서 나의 위치, 역할, 주장을 어떻게 표현하고 이끌어 갈 수 있는지의 정도</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 나는 누군가에게 하고 싶은 말, 해야 할 말을 스스로 어느 정도 표현하는가?</li> <li>• 다른 사람과 있을 때 나의 마음을 얼마나 잘 표현하는가?</li> <li>• 내가 어떤 일에 주도적으로 잘 할 수 있는가? (느끼는 것만큼 잘하는가?)</li> </ul>
친밀성	<p>사람과의 관계에서 내가 느끼는 나의 감정들은 어떠한고 타인과 어떻게 친밀할 수 있을지 노력하는 정도</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 다른 사람과 있을 때 잘 관계를 맺으려고 하는가?</li> <li>• 다른 사람에게 내가 기대하는 것은 무엇인가?</li> <li>• 다른 사람이 나를 어떻게 보는지, 그것에 대한 나의 느낌은 어떠한가?</li> </ul>

<Appendix 2> 대상자들이 창작한 음악의 예시

대상자	작업된 회기	음악 예시																
		<p>&lt;후렴구의 가사에 맞추어 대상자가 창작한 선율&gt;</p>  <p>중기 (6-8회기)</p> <p>&lt;창작곡 '후터'의 후렴구 가사 및 선율&gt;</p>  <p>칭찬이 필요하고 어 떻게 말해야 할지 알 아 하고 누군가 사랑하는 법을 배우고 싶어</p>																
A		<table border="1"> <thead> <tr> <th>C</th> <th>C</th> <th>F</th> <th>F</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>일년 뒤 아니 미래엔 내가</td> <td>어떤 모습일까 지금과는 다른</td> <td>모습-일까</td> <td>- 돈은</td> </tr> <tr> <td>얼마나 모았는지 내일</td> <td>혼자 뭘 해 먹을지 다른</td> <td>꿈을 찾아 고민하진 않을지</td> <td>- 꿈꾸</td> </tr> <tr> <td>는 대로 된다는 꿈만 꾸고 여전히 그</td> <td>대로인 나 인건 아닐지 내 사</td> <td>람들이 더 많아질까 그 때도 답</td> <td>배가 위로가 될까-</td> </tr> </tbody> </table>	C	C	F	F	일년 뒤 아니 미래엔 내가	어떤 모습일까 지금과는 다른	모습-일까	- 돈은	얼마나 모았는지 내일	혼자 뭘 해 먹을지 다른	꿈을 찾아 고민하진 않을지	- 꿈꾸	는 대로 된다는 꿈만 꾸고 여전히 그	대로인 나 인건 아닐지 내 사	람들이 더 많아질까 그 때도 답	배가 위로가 될까-
C	C	F	F															
일년 뒤 아니 미래엔 내가	어떤 모습일까 지금과는 다른	모습-일까	- 돈은															
얼마나 모았는지 내일	혼자 뭘 해 먹을지 다른	꿈을 찾아 고민하진 않을지	- 꿈꾸															
는 대로 된다는 꿈만 꾸고 여전히 그	대로인 나 인건 아닐지 내 사	람들이 더 많아질까 그 때도 답	배가 위로가 될까-															
		<p>&lt;창작곡 '나의 매력'의 공명실로폰 즉흥멜로디&gt;</p>  <p>중기 (3-5회기)</p>																
B		<p>&lt;창작곡 '지금이 좋아' 도입부의 목소리 즉흥선율&gt;</p>  <p>중기 (6-8회기)</p> <p>나는 잘지내 아 니 잘못지내 는 것 같아 잠도 잘자고 게으름도 하면서 거의 똑 같은하를 보내 가끔 머리 속 이 좀 복잡 해야니 불 안 해 돌아 갈 길 에 내 가 후회없이 잘 할 수 있을 지</p>																

〈Appendix 2〉 계속

대상자	작업된 회기	음악 예시
B	중기 (6-8회기)	<p>&lt;창작곡 ‘지금이 좋아’의 후렴&gt;</p> 
	중기 (3-5회기)	<p>&lt;창작곡 ‘놀고 싶다’에 사용된 미디 악기와 기본 리듬&gt;</p> 
C	중기 (9-11회기)	<p>&lt;창작곡 ‘행복송’의 선율 도입부&gt;</p>  <p>&lt;창작곡 ‘행복송’의 주 선율&gt;</p> 

〈Appendix 3〉 활동 종결 후 각 대상자별 사후 언어적 반응

범주	언어적 반응
노래만들기 활동 전후 자신의 정체성에 대한 인식 변화	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 과거 저의 문제행동들이 왜 나타났는지, 가족에게 서운했던 것과 바랬던 것은 무엇 인지를 알게 되었어요. 노래로 만들면서 저의 어린 시절을 다시 돌아보게 되고 내가 만든 곡으로 부모님과 소통할 수 있어 좋았어요(참여자 A)</li> <li>• 노래만들기 활동 후 내가 누구인지 잘 알게 되어 좋았어요(참여자 B)</li> <li>• 노래만들기 활동을 하고 나서 과거의 저는 스스로 솔직하지 않았지만 ‘나’에 관한 노래를 만들고 다시 노래로 들어보니 저에게 더욱 솔직해지고 나를 잘 이해하게 되었어요(참여자 C)</li> </ul>
노래만들기 활동 전의 기대점과 활동 후 실현된 점	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 처음에는 사랑 관련 노래로 만들어보고 싶었지만 저를 위한 노래를 만들어 다행이고 좋아요. 제가 만든 곡 중 ‘홍터’가 가장 기억에 남고 오랫동안 생각하게 되는 곡이고 그 시절의 저에게 정말로 들려주고 싶고 마음에 드는 곡이에요(참여자 A)</li> <li>• 선생님과 잘 할 수 있을지 걱정도 되었는데 정말 마음에 드는 곡을 만들게 되고 선생님과의 친해지게 되어 좋아요(참여자 B)</li> <li>• 창작곡을 직접 만들고 불러서 녹음해서 좋았어요(참여자 C)</li> </ul>
자아정체감 하위영역중 가장 도움이 된 영역	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 주체성                         <ul style="list-style-type: none"> <li>- 돌아보고 싶지 않았던 과거를 되돌아보며 저를 찾는 데 많은 도움이 되었습니다 (참여자 A)</li> <li>- 나를 알게 되며 해결되지 못한 것들은 지금 꼭 하지 않아도 된다는 것을 알았어요 (참여자 C)</li> </ul> </li> <li>• 목표지향성                         <ul style="list-style-type: none"> <li>- 간호사라는 직업에 대한 가치와 확신을 갖게 되었어요(참여자 B)</li> </ul> </li> </ul>