

집단 음악치료 프로그램이 청소년의 문제행동 및 공격성 감소에 미치는 효과

김 상 철¹⁾ 김 영 숙²⁾ 이 현 립³⁾

영남대학교 교육학과

본 연구의 목적은 청소년들의 문제행동과 공격성을 감소시킬 수 있는 집단 음악치료 프로그램을 개발하여 그 효과를 검증하는 데 있다. 이를 위해 먼저 선행연구들을 토대로 본 연구의 프로그램의 틀을 갖춘 다음, 청소년의 심리적, 인지적, 신체적 특성을 고려하여 프로그램의 내용을 구성하였다. 연구 대상은 프로그램에 참여하기를 희망한 실업계 S고등학교의 2학년 남학생 48명 중 실험집단 16명, 비교집단 1에 16명, 비교집단 2에 16명으로 무선 배치하였다. 프로그램의 효과를 검증하기 위하여, 실험집단에는 집단 음악치료 프로그램을 실시하고, 비교집단 1은 아름다운 삶을 위한 구조화 집단상담 프로그램을, 비교집단 2에는 음악치료에 대한 강의로 구성된 프로그램을 각각 13회기 동안, 매회 90분간 실시하였다. 청소년의 문제행동, 공격성을 감소하기 위한 집단 음악치료 프로그램은 신뢰감 형성 및 인식, 자기개방 및 타인이해, 실행의 세 단계로 구성되었다. 프로그램의 효과를 분석하기 위해 사용된 도구는 이영숙(1994)이 기존 연구에서 사용된 질문지 항목 중 한국 실정에 맞게 68문항으로 제작한 문제행동 검사지와 노안녕(1983)이 제작한 공격성 검사 중 본 연구의 의도와 부합된다고 판단되는 16개 문항을 선별하여 사용하였다. 본 연구에서 수집된 자료는 사전·사후 검사의 평균과 표준편차를 구하고, 프로그램의 효과를 검증하기 위하여 공변량 분석(ANCOVA)을 하였다. 본 연구에서 얻어진 결론은 첫째, 집단 음악치료 프로그램은 청소년의 문제행동을 감소시키는 데 긍정적인 효과를 보여 주었다. 둘째, 집단 음악치료 프로그램은 청소년의 공격성을 감소시키는 데 긍정적인 효과를 보여 주었다.

주요어 : 집단 음악치료 프로그램, 청소년, 구조화 집단상담, 문제행동, 공격성

1) 영남대학교 교육학과 박사과정 수료

2) 영남대학교 교육학과 객원교수

3) 교신저자 : 영남대학교 교육학과 교수 (E-mail : hrlee@yu.ac.kr)

I. 서론

청소년기는 사춘기에서 시작하여 성인기로 이행하는 중간 과정으로서 아동기와 성인기의 특성을 함께 가지고 발달되어가는 과정의, 과도기적 성격 때문에 이중적 성격, 즉 周邊人(marginal man)으로 정신적, 신체적 불안정과 불균형이 심하게 일어나는 ‘폭풍과 노도’의 시기이다(표갑수, 1986). 이 시기의 청소년들은 다양하고 복잡한 요인들에 의해 심리적 갈등과 욕구 불만 뿐만 아니라 학교 학습과 사회 적응, 인간관계들에 직접적으로 영향을 미치는 정서적 불안정을 경험하게 되며, 더 나아가 이는 그들의 삶의 질을 좌우하는 요인이 되기도 한다(한상철, 1997). 청소년기는 개인의 성숙된 정체성을 확립하기 위하여 부단히 노력하고 사소한 욕구좌절에도 고민하고 방황하는 인생의 중요한 시기라고 할 수 있다(Erikson, 1956). 이와 같이 청소년들은 의존성과 독립성의 내적 갈등 속에서 가정, 학교 및 사회 전반에 걸쳐 다양한 문제행동 등을 야기할 수 있다(Paterson, 1961; Jones, 1965; Dunbar, 1968).

청소년기의 문제행동을 Popper(1993)는 개인의 권리나 사회적 법칙의 반복되는 위반이라고 하였다. 황응연(1988)은 문제행동에 대해, 인간의 욕구에 있어서 가치관에 대한 갈등, 자기모순에 의한 사회적 부적응으로 일어나는 반사회적이고 비사회적인 행동이라 하였다.

문제행동은 대체로 그 적용 분야에 따라 의미와 용어가 다양하게 사용되고 있다. 정신의학에서는 부적응이나 이상행동, 사회병리학에서는 반사회적 행동이나 비행, 교육학에서는

문제행동, 요(要)선도 행동, 또는 비행으로 불리는 경우가 많다(양정화, 1996). 그럼에도 일관되게 적용되는 공통점을 찾을 수 있는데, 문제행동은 법과 규범으로부터 이탈한 이탈행동, 가치기준에서 탈락한 이상행동, 환경에 적응하지 못하는 부적응행동 등을 지칭하는 것으로, 한 개인의 행동이 개인적으로나 사회적으로 바람직하지 않은 경우를 의미한다(김주분, 1994)는 것이다. 청소년기의 심각한 문제행동은 성인기의 반사회적 인격 장애와 불가분의 관계가 있고, 소년기에 행동문제가 있었던 아이들은 나중에 여러 가지 정신과적 질환의 유병율이 높기 때문에, 이에 대한 대응책을 강구하는 것은 사회적으로 매우 중요한 문제이다(Robins & Price, 1991). 이에 본 연구에서는 복잡하고 다양한 청소년의 문제행동들 중 특히 교육현장에서 주로 나타나는 책임회피성(다른 사람에게 책임을 전가하는 행동), 학업 불성실(커닝을 하고, 숙제를 하지 않는 등의 행동), 비행성(술을 마신다거나, 가출을 하는 등의 행동)의 3가지 하위영역을 중심으로 하여 집단 음악치료 프로그램이 어떤 영향을 미치는지의 효과를 분석하고자 한다.

청소년들은 새로운 환경에 적응하고, 변화에 발맞추기 위해 많은 스트레스와 함께 욕구 불만과 욕구좌절을 경험한다. 이러한 욕구좌절은 때로는 공격성을 부르기도 한다. 공격적인 청소년들은 무단결석 및 가출, 학교중퇴, 약물남용 등 현실적응에서 심각한 어려움을 나타내기도 한다(Dodge, 1985; 임태숙 1991). Feshbach(1970)는 ‘일반적으로 타인의 물건이나 타인을 해치는 행위’를, Bandura(1973)는 ‘사람을 상처 내어 해를 입히거나 물건을 파괴하는

결과를 초래하는 행동'을 공격성이라 했다. Berkowitz(1983)는 공격성이란 '타인을 상해할 의도를 가진 목표 지향적인 반응'이라고 규정하고 여기에 신체적 물리적 상해는 물론 언어적 상해도 모두 포함시켰다. 박덕규(1986)는 공격성을 가정, 학교, 직장, 사회생활 속에서 어떤 개인이나 사물에 대한 가해 행위로서 특히 타인에게 공포심을 주거나 위축감을 갖게 하는 의식, 또는 무의식적인 행위로, 폭력행위, 즉 싸움, 격투, 공갈, 협박, 욕설, 비웃음, 격한 목소리, 불안한 행동과 분노, 원한, 증오 등이 모두 포함된다고 하였다. 행동주의 입장에서 말하는 공격성은 어떤 갈등상황에서 자신의 목적을 달성하고자 하는 의도로 물리적, 언어적 힘을 사용하는 것이다(Steinmetz, 1977). 여러 학자들의 공격성에 대한 정의를 종합해보면, 결국 공격성이란 욕구좌절이나 불만 그리고 억압이나 분노, 적대감으로 나타나는 언어적, 물리적 표현을 통하여, 타인에게 해를 끼치려는 의도를 포함한 모든 행동들을 의미한다. 청소년기에 나타나는 공격성은 매우 흔하면서도 이 시기를 대표하는 문제행동이라 할 수 있다.

공격성향을 띄는 청소년들의 심리적 특성은 주로 자신의 감정이나 욕구를 조절하지 못하고, 부모와의 애착관계가 잘 형성되지 않아 타인과의 관계 형성이 어렵고, 충동적이고 산만하고, 타인의 권리와 감정을 공감하지 못하고, 가치관의 혼란을 경험하며, 지속적인 좌절의 경험으로 부정적인 자아개념과 자아존중감이 낮다(이정희, 1998). 공격성이 강한 청소년들은 대부분의 일상생활에서 부적응의 문제를 가지는데, 이들은 자신의 공격적인 성향 때문

에 또래들과 어른과의 관계에서 거부당하기 쉽고, 그로 인해 열등감을 갖게 되는 경향이 많기 때문이다(류소영, 1996; Dodge, 1985). 본 연구에서는 청소년의 공격성에 대한 하위영역으로 폭행(다른 사람에게 행하는 육체적 폭력 행위를 의미), 부정성(협동하기를 거절하거나 반항하는 것으로 수동적인 불순종으로부터 규칙이나 관례에 대한 공개적 저항, 반대되는 행동을 의미), 흥분성(쉽게 화를 내거나, 미세한 자극에도 부정적 감정과 함께 폭발, 격노하는 행동을 의미하는 것으로 울화, 토라짐, 격노, 무례함 등을 포함)의 3가지로 나누어 분석하였다(노안녕, 1983).

선행연구들을 살펴보면 청소년들의 문제행동, 공격성 감소를 위한 접근방법으로 긴장이완 훈련, 사회기술 훈련, 문제해결기술 훈련, 자기주장 훈련, 정서적 훈련, 인지행동적 훈련 등이 실시되고 있는데 다양한 행동패턴을 보이는 청소년들의 문제행동과 공격성 감소를 위해서는 각각의 요소들을 통합한 개입이 필요하다는 주장이 제기되고 있다(강신덕, 1997). 청소년들에게 있어서 집단 음악치료 프로그램은 음악이라는 안전한 환경 속에서 사회적, 정서적, 인지적, 운동적인 요소들을 통합한 개입이라는 점에서 시도할 만하다. 사회적인 면으로 문제행동과 공격성 감소에 어려움을 보이는 청소년의 특성 중에는 다른 사람과 관계를 맺고, 자신을 표현하는 사회적 기술이 매우 부족한 것으로 나타나는데, 집단 음악치료 프로그램은 관계의 교류를 원활하게 도와줄 수 있는 가장 유용한 수단으로 사용될 수 있으며, 말로 표현하지 못하는 감정을 쉽게 표현하도록 도와주는 의사소통의 한 가지 방법

으로 이용될 수 있다(Merriam, 1964).

따라서 청소년의 문제행동, 공격성 감소를 줄이기 위한 접근방법들 가운데 하나가 음악치료인데 음악치료는 예술치료 중 가장 오랜 역사 속에서 이용되어 왔으며, 매개체인 음악이 뇌의 시상하부를 자극하여 정서적 안정과 무의식의 깨달음, 기억력, 집중력을 강화시키는 과학적인 치료기법이다. 뿐만 아니라 음악은 비언어적인 방법으로 인해 타인과의 의사소통을 촉진하고 정화(catharsis) 작용에 의한 미해결 감정 해소와 함께 심장박동수, 호흡변화 등 생리적 작용에도 긍정적인 영향을 미친다(Bruscia, 1987; Thaut, 1989).

음악치료는 최근 들어 어린이, 청소년, 노인들을 대상으로 자아존중감을 향상시키고 불안, 우울, 증상들을 감소시키는 데 효과가 있다고 보고되고 있다. 특히 음악치료가 공격적인 행동을 감소시켜 안정감과 삶의 질을 향상시키는 것으로 보고되어, 이미 음악치료가 효과적으로 활용될 수 있음이 입증되고 있다(Lee, 2000; Lee, 2002).

청소년에게 있어서 음악치료는 내담자가 호소하는 문제나 장애를 진단하고, 증상을 제거 또는 경감되도록 유도하며, 심리적 안정과 무의식을 탐색, 표출하고, 자가 치료능력을 발휘함으로써 정화작용을 경험하게 하여 심리적인 안정을 찾을 수 있게 도와준다(김운화, 2003).

김창무(1999)는 청소년의 정서, 행동장애에 음악치료가 긍정적 효과를 나타내고 있다고 하였으며, 음악적 경험이나 활동이 청소년 자신의 감정을 다루기 위한 좋은 배출구가 되어 보다 성숙한 감정 표현 및 통제를 발달시키도록 돕는다고 하였다(Mooman, 1984). 또한, 고은

영(2003)은 우리나라 전통음악의 사물놀이가 청소년기의 문제행동에 긍정적인 효과가 있으며, 주의력 결핍 및 과잉행동장애에도 음악치료가 미치는 효과의 검증을 보여주고 있다고 하였다(이은희, 2000).

정대영(1997)은 음악치료가 다른 사람들과 협동하는 능력을 키우며, 어떠한 행동들이 타인에게 용납, 수용될 것인가에 대한 인식을 배양하므로 사회적 행동을 발달시킬 수 있다고 하였다. 즉, 음악이 인간의 사회기술영역 발달에 효과적임을 언급하였고(신인철, 1978; 최병철, 2000; Bruscia, 1998; Gaston, 1968), 국내의 많은 연구들(김말희, 2001; 박영숙, 1995; 허원, 1996)에서도 치료적 음악활동이 상호작용, 대인관계 등 사회성 향상에 효과가 있음을 밝히고 있다.

음악은 사회적 행동(Gaston, 1968)으로, 특히 집단 음악치료는 동료들과의 교류와 사회적인 발달이 요구될 때 적절한 치료의 형태가 될 수 있다. 음악을 통해서 얻어지는 통일되고 적극적인 목적의식은 집단 활동 속에서 타인의 슬픔과 기쁨에 함께 하는 공감의식의 발달로 이어진다(Mursell, 1948). 집단에 있어서 음악활동은 개인을 다른 사람과 관련시켜 하나의 집단으로 통합시키는 역할을 함으로써 공통된 활동으로 이끌고, 안전하고 지지적인 상호작용 내에서의 감정이입을 경험하고 친밀한 관계형성을 이루도록 하며, 행동에 대한 적절한 피드백과 강화를 통해 대인간 행동에 대한 교훈을 얻을 수 있도록 한다(김말희, 2001).

청소년들은 정서적으로 일관성이 결여되고 불안정하여 정서표출에 장애가 나타나는 경향이 강해진다. 이러한 청소년기의 정서적인 문

제는 내부적으로는 스트레스와 분노라는 감정과, 외부적으로는 공격적인 문제행동으로 드러날 수가 있다. 청소년과 음악을 관련지어 볼 때, Gaston(1968)은 청소년의 반사회적 문제에 대한 음악의 역할에 대해 언급하였는데, 음악은 불안, 분노, 적의와 같은 느낌을 표현하는 출구로서 음악을 통해 신체와 목소리, 감정의 정화를 경험하면서 격렬한 외부적 폭발을 방지할 수 있다고 하였다. 음악의 힘이 강한 거부감을 가진 청소년에게 음악을 통한 치료적인 접근을 가능하게 한다는 효과를 검증(Duerksen & Darrow, 1991)한 것이다.

음악치료는 거부감이나 위협감을 주지 않을 뿐 아니라 다양한 세팅에서 많은 대상자들에게 쉽게 적용할 수가 있고(Chlan, 2004), 특히 의사소통 기술을 향상시키고, 자기효능감과 자아존중감을 향상시킬 수 있으며 창의적인 생각을 하도록 하는 기회를 주는 것이 음악치료의 주요한 치료적 요소로 알려져 있다(Ulfarsdottir, & Erwin, 1999).

적극적인 음악활동이 청소년의 공격성 감소에 효과가 있다는 서경아(1995)의 연구와, 음악활동이 특히 남자 청소년의 공격적인 욕구를 감소시켰다는 최효선(1985)의 연구와도 일치하였으며, 음악치료가 청소년의 원만한 인간관계를 형성하여 사교적 성향을 긍정적으로 변화시키고 충동적인 행동을 자제하고 억제하는 행동이 증가되어 긍정적 행동이 증가되었다는 최승학(1999)의 연구와, 음악감상과 토론이 공격성 감소와 안정성, 책임감, 사회성이 증가하였다는 박두인(1984)의 연구를 지지해 주는 것으로 나타났다.

집단 음악활동이 다른 사람으로부터 필요한

존재라고 느낄 기회와 함께 개인을 집단으로 통합하여 사회적 기술을 증진시킬 수 있도록 도와준다고 하였고(진소영, 2001), 이경숙(1999)은 집단 음악활동이 정신과 영역에서 사회성 영역에 효과가 있음을 입증하였다. 또한 성인영(1999)은 집단 음악치료를 통해 또래와의 관계에 안정감을 갖게 된다고 하였다. 특히 청소년은 스스로 스트레스와 분노를 조절하는데 어려움이 있겠지만, 정서적 행동을 불러일으키는 음악(Sears, 1968)이 청소년들의 긍정적인 감정을 일깨워 줄 수 있고, 목적 있는 삶을 위한 자극이 되거나 감정의 이완을 통해 인성개조에 공헌할 수 있다(김영미, 2000).

Liederman(1967)은 음악활동이 편안함과 재확신의 원천으로 작용하고, 배출되지 않으면 우울증으로 표출되었을 분노와 적대감의 배출구로 제공할 수 있다고 하였다. 이재열(1996)은 사례연구를 통해 음악은 청소년의 상처받은 정서를 치료해주며 지적, 정서적, 도덕적으로 안정되고 희망과 용기를 주며, 스트레스 해소에 도움이 된다고 하였다.

조민행(1991)은 정서불안 청소년의 정서순화를 위해 음악치료를 시행하여 청소년의 안정성, 불안, 우울경향에 긍정적인 영향을 주었을 뿐만 아니라 그들의 증오나 질투를 가라앉히고 자신감과 용기를 주었음을 입증하였다.

일반적으로 분노조절이 어려운 청소년은 낮은 자존감을 가지고 있기 때문에 스스로의 문제해결 능력에 어려움을 보인다. 이에 음악은 자아성찰을 통한 자긍심을 증진시키는 역할을 한다고 하였는데(Gaston, 1968), 집단 음악치료 활동에 참여한 구성원들은 자신의 음악적 배경이나 사회적 배경에 관계없이 동등한 참여

를 하게 되고, 이러한 진행과정 중에 집단 활동에서 인식되는 자기성찰의 과정과 경험을 통하여 자아존중감을 높이게 된다. 따라서 자존감이 부족한 청소년들에게 음악활동에 참여하게 하는 것은 자기표현의 수단을 제공하고 자기의 가치에 대한 느낌을 향상시키며 만족감과 성취감을 갖도록 한다(Duerksen & Darrow, 1991).

기존의 많은 연구들 중 음악치료와 문제행동, 공격성에 관련된 논문이 부족한 실정므로 음악치료가 청소년의 사회적, 인지적, 정서적 영역에 긍정적인 영향을 미칠 수 있다는 이론을 바탕으로 하여, 본 연구는 청소년들이 일상생활에서 겪게 되는 문제행동, 공격성을 통제하고 조절하여 감소시킬 수 있도록 돕는 집단 음악치료 프로그램을 적용하여 그 변화과정과 효과를 검증하고자 한다. 이를 위한 연구 가설은 첫째, 집단 음악치료 프로그램을 실시한 실험집단은 비교집단 1이나 비교집단 2보다 문제행동 수준이 감소될 것이다. 둘째, 집단 음악치료 프로그램을 실시한 실험집단은 비교집단 1이나 비교집단 2보다 공격성 수준이 감소될 것이다.

II. 연구방법

대상

연구 대상을 선정하기 위해 실업계 S고등학교 2학년 남학생을 대상으로 집단 음악치료 프로그램에 대한 공고를 낸 후, 프로그램의 목적과 기간 및 시간 등의 전개 방향에 대한

설명을 듣고 참여하기를 희망한 학생 48명을 실험집단 16명, 비교집단 1에 16명, 비교집단 2에 16명을 각각 무선 배정하였다. 본 연구는 실험집단에 행해진 음악치료 프로그램의 효과를 좀더 구체적으로 살펴보기 위한 것이므로, 모든 학생들에게 동일한 프로그램을 적용하지 못한 점은 연구의 제한점으로 본다.

도구

문제행동 검사

본 연구에서 사용된 도구는 이영숙(1994)이 기존 연구에서 사용한 질문지 항목 중 한국 실정에 맞게 68문항으로 제작한 문제행동 검사지를 사용하였다. 본 연구에서는 책임회피성(예: 다른 사람에게 책임을 전가한다 등), 학업불성실성(예: 커닝을 한다 등), 비행성(예: 가출을 한 적이 있다 등)에 대한 3가지 하위영역에 대해 검사를 실시하였다.

점수가 높을수록 긍정적 의미를 갖는 것으로 볼 수 있으며, 이 검사의 신뢰도는 .80~.89로 나타났다.

공격성 검사

본 연구에서는 공격성을 측정하기 위한 도구로 노안녕(1983)이 제작한 공격성 검사를 기본으로 하여 논문의 주제와 부합된다고 판단된 16개 문항만을 선별하여 사용하였다. 공격성 검사의 하위영역은 폭행(예: 나는 누구나 하고 자주 싸운다 등), 부정성(예: 나는 누군가에게 화가 나면 침묵으로 대한다 등), 흥분성(예: 나는 흥분했을 때 누군가를 때릴 수도 있다 등)의 3가지로 구성되어 있다. 점수가 높을수록 긍정적 의미를

표 1. 실험집단 음악치료 프로그램 구성

단계	회 기	제목	목표 및 내용	준비물
신 뢰 감 형 성 및 인 식 단 계	1	프로그램 소개 및 자기소개	◆ 목표 : 본 프로그램을 이해하고, 프로그램에 대한 동기유발이 생성되며, 집단 구성 원 상호간에 신뢰감을 형성한다. ① 사전검사 실시 ② 프로그램의 목적 및 집단 활동 시 유의점 소개 ③ 구성원의 소개(별칭 짓기)	검사지 명찰 싸인펜 크레파스
	2	신뢰감 형성	◆ 목표 : 집단 구성원 간의 신체활동을 통하여 신뢰감을 발달시키고, 자유로운 상호작용을 촉진하는 데 도움을 줄 수 있다. ① 세탁기 돌리기 ② 근육이완을 통해 집단원들이 안정감을 갖도록 한다. ③ 눈을 감고 편안하게 음악을 듣는다(Mascagni/ Intermezzo from CavalleriaRusticana) ④ 'here and now'의 기분을 돌아가면서 표현한다.	음악 CD
	3	자신의 감정을 자각하기	◆ 목표 : 지금 떠오르는 생각이나 감정을 아무런 방해받지 않고 자기를 개방하기 ① 나의 참 모습 알기 ② 나는 누구인가? ③ 국악명상 : 해오름의 강가 중 “옛날 그 시간”	음악 CD 종이 필기도구
	4	자신을 개방하여 인정하기	◆ 목표 : 자신의 목소리 경험을 통해 감정표현을 할 수 있다. ① 가공되지 않은 원초적인 소리 지르기 ② 비지시적 타악기 즉흥연주 ③ 나의 장점 탐색하기	피아노 악보 드럼 징
	5	자기표현 능력 향상 및 타인 이해하기	◆ 목표 : 자신을 적극적으로 표현하는 능력을 향상시키고 타인을 이해하는 능력을 기른다. ① 자기의 특징(성격, 습관) 등을 종이에 기록한다. ② 쓴 것을 발표하게 하고 느낌을 나눈다. ③ 악기로 자신을 표현한다.	종이 필기도구 드럼,북, 장고,징, 뿔과리
	6	자신의 감정을 긍정적으로 바꾸기	◆ 목표 : 상대방에 대한 공감적 반응을 가진다. ① 어렸을 적의 나, 지금의 나, 미리 보는 나 ② 살아오면서 잊혀지지 않는 사건(충격, 외상후 스트레스)을 쓰게 한다. ③ 명상음악(Nocturn op.9-2(Chopin))을 조용히 들려준다. ④ 각자 돌아가면서 발표한다.	종이 필기도구 음악 CD

표 1. 실험집단 음악치료 프로그램 구성(계속)

단계	회 기	제목	목표 및 내용	준비물
자기 개 방 및 타 인 이 해	7	자기노출	◆ 목표 : 자기노출을 통해 참만남을 경험한다. ① 평소에 좋아하는 노래연주 ② 즉흥연주와 타악기를 연주하고 느낌을 발표한다.	피아노 드럼 악보
	8	자기의 장점과 단점 찾기	◆ 목표 : 자신의 장점과 단점을 발견하고 자신을 사랑하는 마음을 갖는다. ① 인간의 소중함, 존귀함을 깨닫게 한다. ② 자신의 장점 7가지 이상 적어보기 ③ 작성 후 발표하게 한다. ④ 서로 손을 마주 잡고 “당신은 사랑받기 위해 태어난 사람”을 부른다.	A4용지 매직 크레파스 피아노
	9	나의 가족 이해하기	◆ 목표 : 가족의 사랑과 중요성을 깨닫는다. ① 자기가족에 대한 자기감정을 정확하게 표현하는 능력을 기른다. ② 가족에 대한 느낌을 꽃과 동물로 그려본다. ③ 모차르트의 클라리넷 5중주 A장조 K581 제2악장	음악 CD 크레파스 도화지
	10	갈등 해결하기	◆ 목표 : 자신이 갈등에 대처하는 방식을 알고 개선방향을 찾는다. ① 자신의 감정을 솔직하게 알고 바르게 전달한다. ② 감정의 개념을 알고, 자신의 감정을 바르게 표현한다. ③ 미사를 위한 아다지오	음악 CD 종이
실 행 단 계	11	피드백 주고 받기	◆ 목표 : 남에게 비쳐진 자신의 모습을 파악하여 남을 돕는 바람직한 피드백 방법을 습득한다. ① 집단원들의 피드백을 통해 자기발견 ② 상대방에게서 느낀 점을 솔직하게 한 가지씩 돌아가면서 쓰고 발표한다. ③ 국악명상(대금, 기타, 가야금, 신디사이저) 중 “회상”	음악 CD 종이 필기도구
	12	분노감정 인식하기	◆ 목표 : 평소에 자주 느끼는 분노감정을 객관적으로 인식해 본다. ① 마스네의 타이스명상곡을 들으면서 언제 분노를 느끼는지 적어본다. ② 분노의 감정을 동물로 표현해 본다. ③ 한 사람씩 지금의 느낌을 발표한다.	도화지 필기도구 크레파스 음악 CD
	13	종결단계	◆ 목표 : 자신의 삶을 반성하고 새로운 각오를 다진다. 인생을 어떤 자세로 살 것인가를 생각한다. ① 조용히 눈을 감고 지난날의 삶을 진지하게 되돌아본다. ② 지난 1년 동안 내가 이루고 싶었던 일은? ③ 자신의 삶을 어떻게 살 것인가를 다짐하는 느낌을 나눈다. ④ 손잡고 “사랑으로” 노래를 부르면서, 서로 포옹하며 격려한다. ⑤ 사후검사(스트레스 및 분노검사)	피아노 악보 검사지

갖는 것으로 볼 수 있으며, 부정적 의미(문항 2, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15)의 13개 문항은 역산하여 계산하였다. 이 검사의 신뢰도는 .83~.88로 나타났다.

프로그램

본 연구에 사용된 음악치료 프로그램은 김군자(2001, 2002)와 나해숙(2003)의 연구를 토대로 프로그램의 틀을 갖춘 다음 내용을 구성하였다. 본 프로그램은 세 단계의 총 13회기로 되어 있다. 구체적인 프로그램을 요약하면 표 1과 같다. 1단계의 신뢰감 형성 및 인식단계에서는 ① 프로그램 소개 및 집단원 소개 ② 신뢰감 형성하기 ③ 자신의 감정을 자각하기 ④ 자신을 개방하여 인정하기 ⑤ 표현 능력 및 타인 이해하기 ⑥ 자신의 감정을 긍정적으로 바꾸기 ⑦ 자기 노출하기, 2단계 자기 개방 및 타인이해 단계에서는 ⑧ 자신의 장점과 단점 찾기 ⑨ 나의 가족 이해하기 ⑩ 갈등해결하기, 3단계인 실행 단계에서는 ⑪ 피드백주고 받기 ⑫ 분노 감정 인식하기 ⑬ 마무리의 시간으로 전체 활동에 대한 평가 및 소감 나누기로 구성되었다.

프로그램 진행은 매회 각각 90분이 소요되었으며, 집단 구성원들의 특성에 따라 탄력적으로 운영할 수 있도록 하였다. 13주에 걸쳐 실험집단에서는 음악치료를 적용한 집단 음악활동 프로그램을, 비교집단 1에서는 경상북도 교육과학연구원(2001)에서 개발한 집단상담 프로그램(아름다운 삶을 위한 구조화 집단상담)을, 비교집단 2에서는 일반적인 음악치료 이론을 재구성한 후 강의를 실시하였다. 이는 음악치료를 적용한 집단상담 프로그램의 효과를 입증하기 위해서는 일반 상담 프로그램과 음악치료에 대한 강의만

으로 이루어진 집단이 비교집단으로 가장 타당한 것으로 생각된다. 비교집단 1, 2에 실시한 프로그램의 구체적인 내용은 표 2와 같다.

프로그램의 진행절차

연구기간은 2006년 9월 11일부터 11월 29일까지였으며, 프로그램의 진행절차를 구체적으로 살펴보면 다음과 같다.

1단계: 9월 1일부터 9일까지 프로그램을 공고하고 집단을 구성하였다. 자발적으로 참가한 48명의 고등학생을 실험집단(16), 비교집단 1(16), 비교집단 2(16)에 각각 무선 배정하였다.

2단계: 2006년 9월 11일에 집단 간 동질성의 검증을 위해, 프로그램을 실시하기 전에, 실험, 비교집단 1, 2의 모든 구성원들에게 문제행동 검사와 공격성 검사를 실시하였다.

3단계: 실험집단과 비교집단 1, 2를 대상으로 2006년 9월 11일부터 11월 29일까지 매회 각각 90분간 13회기 동안 프로그램을 실시하였다. 실험집단은 연구자가 개발한 청소년을 위한 집단 음악치료 프로그램을 실시하고, 비교집단 1, 2는 기존의 집단상담 프로그램과 음악치료 이론을 강의하였다.

4단계: 2006년 11월 29일에 프로그램 종결 후 실험집단, 비교집단 1, 2의 구성원들 모두에게 사전검사와 동일한 검사를 실시하였다.

자료 분석

본 연구에서 모든 자료는 SPSSWIN 12.0을 사용하여 통계 처리하였다. 설정된 연구문제를 검증하기 위해 다음과 같이 통계분석을 실시하였다. 첫째, 측정도구의 타당성을 평가하기

표 2. 비교집단에 실시한 구조화 집단상담 프로그램

회 기	비교집단 1 (아름다운 삶을 위한 구조화 집단상담)		비교집단 2 (음악치료 이론 강의)	
	내용	단계	내용	영역
1	- 프로그램 소개 - 자기소개	신뢰감 형성 및 자기소개	음악치료의 의미	음악치료 기 초
2	- 내 마음 열기 - 자신의 관심사 그리기		음악치료의 정의	음악치료 이 론
3	- 마음의 선물 - 상대방에 대한 느낌 나누기	자기감정 탐색하기	음악치료의 역사	
4	- 나의 참 모습 - 가장 행복한 때는?		음악치료의 현황	
5	- 나의 가족 이해하기 - 가족을 동물로 표현하기	자기개방 타인이해	음악치료의 방법과 진행	음악치료 진 행
6	- 자신의 장점 찾기 - 자신의 장점 10가지 적기		음악치료와 집단상담	
7	- 맹인과 달팽이 3일간만 볼 수 있다면?	자기개방 타인이해	즉흥연주 음악치료	음악치료 종 류
8	- 내 마음 전달하기 - 바꾸어 생각하기		음악심상기법(GIM)	
9	- 나의 감정 자각하기 - 분노가 자주 일어나는 때는?		음악치료에 사용되는 악기	음악치료 악 기
10	- 피드백 주고받기 - 상대방에게 비춰진 자신의 모습을 파악하기	자신의 진로이해	음악치료의 대상	음악치료 대 상
11	- 나는 누구인가? - 자기노출을 통해 참모습을 경험하기		음악과 뇌의 구조와의 관계	음악과 뇌구조
12	- 나의 진로 - 나의 미래설계	종료 단계	음악치료의 대상	음악치료 대 상
13	- 마무리 - 활동 소감 나누기		음악치료의 실제 적용	음악치료 적 용

위하여 각 척도별 요인분석을 실시하여 적절한 요인을 선정하였으며, 선정된 요인에 대해서는 각 요인별 신뢰도 평가를 실시하여 Cronbach α 를 산출하였다. 둘째, 실험 후 세 집단의 사전과 사후검사 결과의 차이를 알아보

기 위해 각각 평균과 표준편차를 구하였고, 집단 간 평균차의 유의성을 검증하기 위해 사전검사 점수를 공변인으로 하고 사후검사 점수를 종속변인으로 한 공변량분석(ANCOVA)을 하였으며, 그 차이가 통계적으로 유의한 경우

사후검증(Bonferroni)을 실시하였다.

III. 결과 및 해석

문제행동에 대한 집단 간 차이 분석

집단 음악치료 프로그램이 청소년의 문제행동 수준에 미치는 효과를 알아보기 위하여 각 집단에 사전·사후검사를 실시한 후, 각 영역별 점수의 평균과 표준편차, 수정된 평균을 산출한 결과는 표 3과 같다.

‘책임회피성’ 요인의 사전검사에서는 실험집단의 점수가 가장 높았고, 비교집단 1은 비교집단 2의 점수보다 높은 것을 볼 수 있으며, 사후검사에서도 실험집단의 점수가 가장 높고, 비교집단 1의 점수가 비교집단 2보다 높게 나타났다. 사전검사 점수를 공변인으로 통제한 후 수정된 사후평균은 실험집단의 점수가 가장 높고, 비교집단 1과 비교집단 2는 거의 비

슷하게 나타났다.

‘학업불성실성’ 요인의 사전검사는 실험집단의 점수가 가장 높았고, 비교집단 1은 비교집단 2의 점수보다 높은 것을 볼 수 있으며, 사후검사에서도 실험집단의 점수가 가장 높고, 비교집단 1의 점수가 비교집단 2보다 높게 나타났다. 사전검사 점수를 공변인으로 통제한 후 수정된 사후평균도 실험집단의 점수가 가장 높고, 비교집단 1이 비교집단 2보다 높게 나타났다.

‘비행성’ 사전검사는 비교집단 1의 점수가 가장 높았고, 다음으로 비교집단 2, 실험집단의 순으로 나타난 것을 볼 수 있으며, 사후검사에서는 실험집단의 점수가 가장 높고, 비교집단 1의 점수가 비교집단 2보다 높게 나타난 것을 볼 수 있다. 또, 사전검사 점수를 공변인으로 통제한 후 수정된 사후평균도 사후검사의 점수와 동일하게 나타났다. 각 하위영역별로 사전, 사후 검사의 점수변화는 그림 1, 2, 3에 제시되어 있다.

표 3. 검사시기별 문제행동 점수

영역	집단	사례수	사전검사	사후검사	수정된	
			평균(표준편차)	평균(표준편차)	사후평균(표준오차)	
문제행동	책임회피성	실험집단	16	3.30(0.69)	4.08(0.54)	4.00(0.06)
		비교집단1	16	3.23(0.77)	3.50(0.61)	3.47(0.06)
		비교집단2	16	3.02(0.60)	3.37(0.50)	3.48(0.06)
	학업 불성실성	실험집단	16	3.90(0.48)	4.38(0.35)	4.27(0.05)
		비교집단1	16	3.75(0.83)	4.02(0.74)	4.03(0.05)
		비교집단2	16	3.60(0.67)	3.75(0.59)	3.87(0.05)
	비행성	실험집단	16	3.86(0.53)	4.30(0.43)	4.34(0.06)
		비교집단1	16	3.98(0.65)	4.24(0.51)	4.18(0.06)
		비교집단2	16	3.87(0.44)	4.11(0.49)	4.15(0.06)

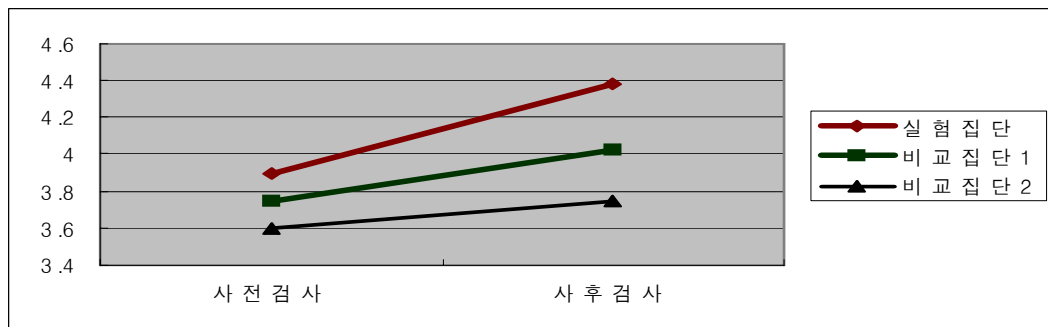


그림 1. 책임 회피성

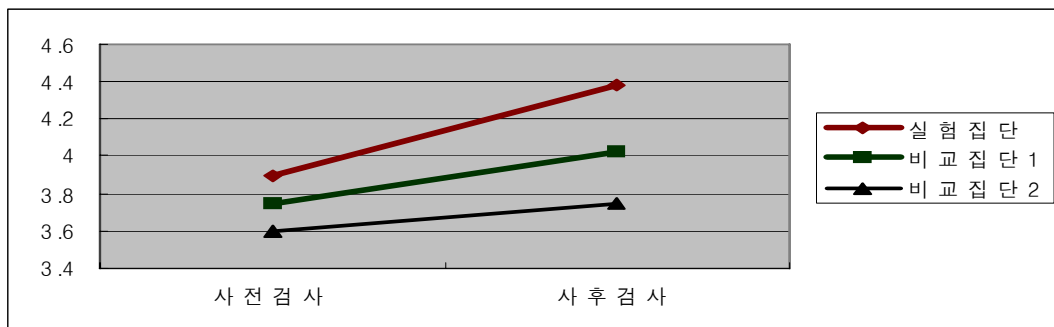


그림 2. 학업 불성실성

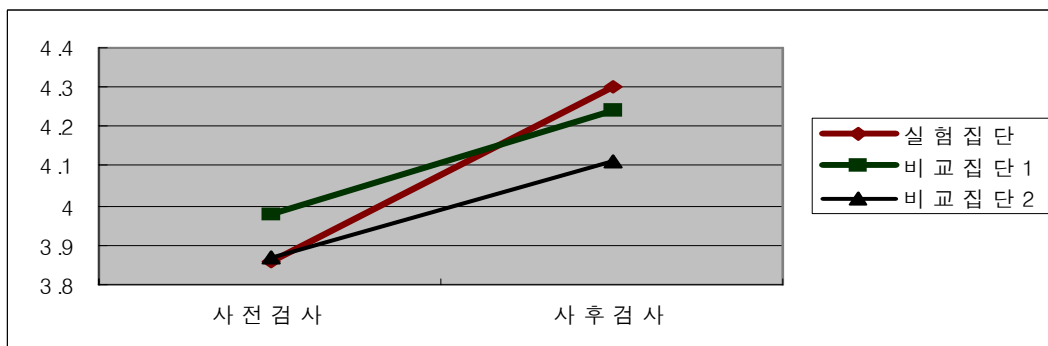


그림 3. 비행성

음악치료 프로그램이 청소년의 문제행동 수준에 미치는 효과를 알아보기 위하여 사전검사 점수를 공변인으로 하고, 사후검사 점수를 종

속변인으로 한 공변량 분석(ANCOVA) 결과를 살펴보면 표 4와 같다. 문제행동 수준에서는 책임회피성, 학업 불성실성, 비행성 세 가지 영

표 4. 영역별 문제행동 점수의 공변량 분석

하위요인	변량원	자유도	제곱합	평균제곱	F	사후비교 (Bonferroni)	
문제행동	책임회피성	공변인	1	11.14	11.14	190.00**	
		집단	2	2.93	1.47	24.98**	A>B,C
		오차	44	2.58	0.06		
	학업 불성실성	공변인	1	13.71	13.71	369.16**	
		집단	2	1.22	0.61	16.36**	A>B,C
		오차	44	1.63	0.04		
	비행성	공변인	1	8.16	8.16	167.73**	
		집단	2	0.37	0.19	3.85*	A,B>C
		오차	44	2.14	0.05		

* $p<.05$, ** $p<.01$ (A: 실험집단, B: 비교집단 1, C: 비교집단 2)

역에 대해서 비행성에서 실험집단과 비교집단 1 이 차이가 없다는 것을 제외하고, 실험집단이 비교집단보다 문제행동 점수의 평균이 높게 나타났다으며, 이는 통계적으로 유의미하였다.

‘책임회피성’ 요인에서, 공변인은 통계적으로 유의한 것으로 나타났으며, 사전검사 결과를 공변인으로 통제한 조건에서 집단 간의 효과 차이가 있는 것을 알 수 있다. 각 처리에 대한 사후검증(Bonferroni)을 실시한 결과를 보면 실험집단이 비교집단 1, 비교집단 2보다 높은 점수를 나타내는 것을 볼 수 있으며, 비교집단 1과 2간에는 통계적으로 유의미한 차이가 없는 것으로 나타났다. 따라서 표 3으로부터 음악치료 강의집단과 구조화 집단상담에 의한 ‘책임회피성’의 개선은 나타났다고 볼 수 있으나, 표 4의 사후검증에는 개선정도는 차이가 없음을 알 수 있다. 또한 표 4의 사후검증으로 음악치료 프로그램에 의한 ‘책임회피성’의 개선정도는 음악치료 강의집단이나 구

조화된 집단상담보다 탁월한 것을 볼 수 있다.

‘학업 불성실성’ 요인에서, 공변인은 통계적으로 유의한 것으로 나타났으며, 사전검사 결과를 공변인으로 통제한 조건에서 집단 간의 효과 차이가 있는 것을 알 수 있다. 표 3으로부터 세 가지 방법 모두 ‘학업불성실성’의 개선은 나타났다고 볼 수 있으나, 표 4의 사후검증으로부터 음악치료의 효과가 다른 두 방법보다 효과적인 것을 알 수 있다.

‘비행성’ 요인에서, 공변인은 통계적으로 유의한 것으로 나타났으며, 사전검사 결과를 공변인으로 통제한 조건에서 집단 간의 효과 차이가 있는 것을 알 수 있다. 표 3으로부터 세 가지 방법 모두 ‘비행성’에 대하여 사전점수보다 사후점수가 높아졌으므로 개선에 효과적임을 알 수 있고, 표 4의 사후검증으로부터 음악치료 프로그램 집단과 구조화 집단상담 집단은 음악치료 강의집단보다 효과적인 방법임을 알 수 있다.

공격성에 대한 집단 간 차이 분석

음악치료 프로그램이 청소년의 공격성 수준에 미치는 효과를 알아보기 위하여 각 집단에 사전·사후검사를 실시한 후, 각 영역별 점수 평균과 표준편차, 수정된 평균을 산출한 결과는 표 5와 같다. 각 하위영역별로 사전, 사후검사의 점수변화는 그림 4, 5, 6에 제시되어 있다.

집단 음악치료 프로그램이 청소년의 공격성 수준에 미치는 효과를 알아보기 위하여 사전검사 점수를 공변인으로 하고, 사후검사 점수

를 종속변인으로 한 공변량 분석(ANCOVA) 결과를 살펴보면 표 6과 같다. 공격성 수준에서는 하위영역인 폭행, 부정성과 흥분성 모두 실험집단이 비교집단 1, 2보다 평균이 높게 나타났으며, 이는 통계적으로 유의미하였다.

‘폭행’ 요인에서, 공변인은 통계적으로 유의한 것으로 나타났으며, 사전검사 결과를 공변인으로 통제된 조건에서 집단 간의 효과 차이가 있음을 알 수 있다. 표 5와 그림 4로부터 알 수 있듯이 사전검사는 각 집단별로 비슷한 점수를 나타내었으나, 사후검사는 실험집단의

표 5. 검사시기별 공격성 점수

영역	집단	사례수	사전검사	사후검사	수정된	
			평균(표준편차)	평균(표준편차)	사후평균(표준오차)	
공격성	폭행	실험집단	16	2.55(0.49)	3.73(0.51)	3.75(0.09)
		비교집단1	16	2.63(0.72)	3.22(0.54)	3.20(0.09)
		비교집단2	16	2.59(0.66)	2.98(0.53)	2.98(0.09)
	부정성	실험집단	16	2.85(0.82)	3.75(0.73)	3.73(0.11)
		비교집단1	16	2.97(0.73)	3.42(0.63)	3.31(0.11)
		비교집단2	16	2.64(0.55)	3.08(0.59)	3.20(0.11)
	흥분성	실험집단	16	3.14(0.45)	3.64(0.36)	3.43(0.06)
		비교집단1	16	2.79(0.51)	3.12(0.53)	3.20(0.60)
		비교집단2	16	2.70(0.62)	2.96(0.54)	3.10(0.60)

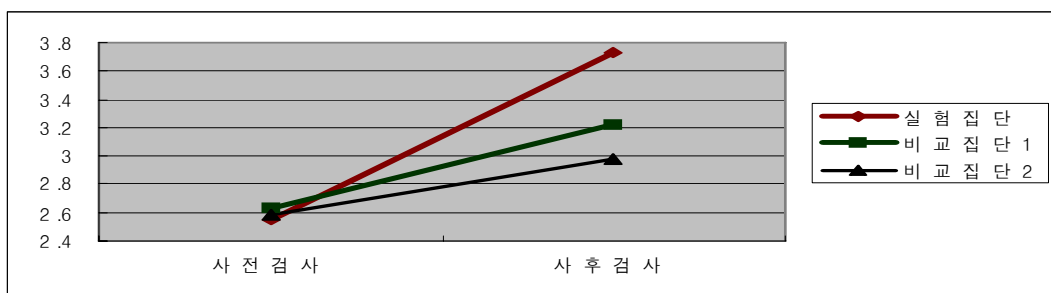


그림 4. 폭행

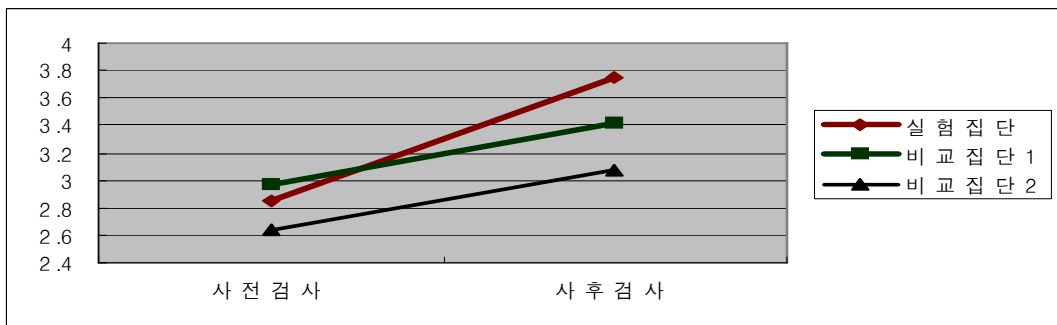


그림 5. 부정성

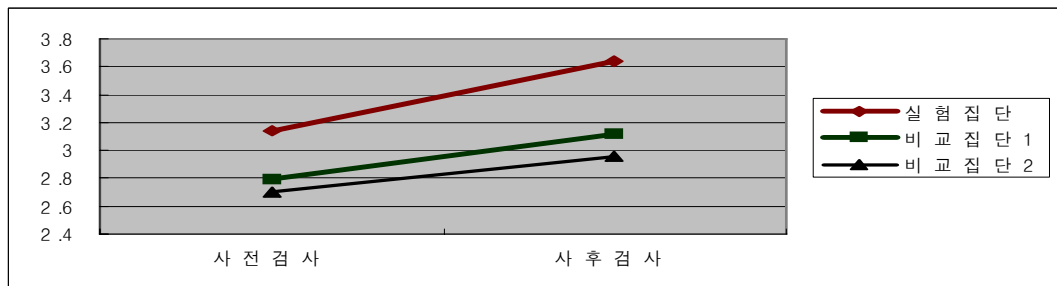


그림 6. 흥분성

표 6. 영역별 공격성 점수의 공변량 분석

하위요인	변량원	자유도	제곱합	평균제곱	F	사후비교	
공격성	폭행	공변인	1	6.88	6.88	54.30**	
		집단	2	5.08	2.54	20.04**	A>B,C
		오차	44	5.57	0.13		
	부정성	공변인	1	10.13	10.13	57.44**	
		집단	2	2.47	1.24	6.99**	A>B,C
		오차	44	7.76	0.18		
	흥분성	공변인	1	8.11	8.11	148.97**	
		집단	2	0.80	0.40	7.31**	A>B,C
		오차	44	2.40	0.054		

* $p < .05$, ** $p < .01$ (A: 실험집단, B: 비교집단 1, C: 비교집단 2)

점수가 가장 높았고, 비교집단 1, 비교집단 2 한 사후검증을 실시해 보면 실험집단이 다른의 순위였다. 각 집단의 개선정도 차이에 대 비교집단들보다 개선정도의 차이가 통계적으

로 유의하다는 것을 알 수 있다. 따라서 집단 음악치료 프로그램에 의한 ‘폭행’의 개선은 음악치료 강의집단이나 구조화 집단상담 프로그램보다 탁월한 것을 볼 수 있다.

‘부정성’ 요인에서, 공변인은 통계적으로 유의한 것으로 나타났으며, 사전검사 결과를 공변인으로 통제한 조건에서 집단 간의 효과 차이가 있는 것을 알 수 있다. 표 5와 그림 5에서 볼 수 있듯이, ‘부정성’에 대하여 실험집단의 개선정도가 탁월함을 알 수 있고, 비교집단 1과 비교집단 2는 개선정도가 비슷함을 볼 수 있다. 표 6의 사후검사의 같은 결과를 나타내고 있다. 따라서 음악치료에 의한 ‘부정성’의 개선은 다른 두 방법보다 효과가 뛰어난 것을 알 수 있다.

‘홍분성’ 요인에서, 공변인은 통계적으로 유의한 것으로 나타났으며, 사전검사 결과를 공변인으로 통제한 조건에서 집단 간의 효과 차이가 있는 것을 알 수 있다. 각 처리에 대한 사후검증(Bonferroni)을 실시한 결과를 보면 실험집단이 비교집단 1, 비교집단 2보다 높은 점수를 나타내는 것을 볼 수 있으며, 비교집단 1과 2 간에는 통계적으로 유의미한 차이가 없는 것으로 나타났다. 따라서 표 5로부터 음악치료 강의집단과 구조화 집단상담 프로그램에 의한 ‘홍분성’의 개선이 나타났다고 볼 수 있으나, 표 6의 사후검증으로 개선 정도는 차이가 없음을 알 수 있고, 표 6의 사후검증으로 음악치료에 의한 ‘책임회피성’의 개선은 음악치료 강의집단이나 구조화된 집단상담 프로그램보다 탁월한 것을 볼 수 있다.

IV. 논의 및 결론

본 연구의 결과, 집단 음악치료 프로그램을 경험한 실험집단이 기존의 일반 구조화 집단상담 프로그램이나 음악치료 이론을 강의한 비교집단보다 문제행동, 공격성의 사후검사 평균이 유의미하게 높게 나타났다. 이는 청소년을 위한 집단 음악치료 프로그램이 문제행동, 공격성 감소에 긍정적인 영향을 미친다는 것을 나타내는 것이다. 이를 연구문제별로 논의하면 다음과 같다.

첫째, 집단 음악치료 프로그램은 청소년의 문제행동을 감소시켜주는 긍정적인 결과를 보여 주었다. 이러한 결과는 음악치료 프로그램이 청소년의 가정과 학교생활, 학업성적, 또래관계에서 겪게 되는 스트레스와 같은 부정적 감정이나 반사회적인 문제들에 대하여 음악이라는 매개체를 통해 감정의 정화를 경험하면서 격렬한 외부적 폭발을 방지할 수 있다는 Gaston(1968)의 주장을 지지해 준다. 본 연구의 결과는 청소년의 정서 및 행동장애에 음악치료가 긍정적인 효과를 준다는 김창무(1999)의 연구와 우리나라 전통음악의 사물놀이가 청소년의 문제행동을 줄이는 데 긍정적인 역할을 담당한다는 고은영(2003)의 연구결과와 일치하고 있으며, 주의력 결핍 및 과잉행동장애에 음악치료가 긍정적이었다는 점(이은희, 2000)은 청소년의 문제행동에도 동일한 효과를 보여줄 수 있다는 사실을 시사해 준다.

뿐만 아니라 음악치료가 마음의 움직임을 질서있게 배열하는 것으로 인간의 기분을 바꾸어주고, 자기표현을 하게 하는 기능을 가지며, 자신의 정서와 접촉하고 통합하는 것을

도와준다는(임은희, 1999)의 주장과 맥을 같이 하고 있다. 본 연구에서도 집단 음악치료 프로그램을 경험한 실험집단의 책임회피성, 학업불성실성, 비행성이 감소한 것으로 나타나, 이와 같은 연구결과들을 지지해 주고 있다.

청소년의 특성 중에는 다른 사람과 관계를 맺고 자신을 표현하는 능력이 부족한 것으로 나타나는데, 본 연구에서는 말로 표현하지 못하는 감정을 쉽게 표현하도록 돕는 의사소통의 유용한 방법으로 집단 음악치료(Merriam, 1964; Bruscia, 1987; Thaut, 1989) 프로그램을 적용하였기 때문에 문제행동을 감소시키는 데 유용한 방법이었음을 알 수 있다. 뿐만 아니라 음악이 청소년의 정서순화에 도움이 된다는 이옥희(1985)의 연구와 음악이 청소년의 상처받은 정서를 치료해 주고, 지적, 정서적, 도덕적으로 안정감을 준다는 이재열(1996)의 주장도 이와 같은 사실을 증명해 주고 있다. Priestley(1994)는 즉흥연주가 연주하는 사람에게 모든 종류의 훈육(discipline)을 피하고 자발성과 자기표현을 가능하게 하는 완벽한 기회를 제공하므로 즉흥연주를 통해 자기 자신의 느낌을 나타낸다고 주장하였는데, 이는 문제행동을 하는 청소년들에게 좀 더 저항 없이 접근할 수 있는 유용한 방법이다. 특히 드럼은 분노나 다른 감정들을 해소하는 데 주로 쓰이는 유용한 악기이며, 크고, 강하게 북을 치는 것은 문제행동을 하는 사람에게 카타르시스를 일으킨다는 Le(1997)의 연구에서처럼 본 연구의 프로그램에서도 즉흥연주 방법을 사용하는데, 이는 청소년들이 자신의 부정적인 감정과 행동을 긍정적으로 표현할 수 있게 도와준다. 또한 본 연구의 결과는 음악치료가

청소년의 문제를 예방하고 해결하는 데 효과적인 것으로 밝힌 Hendricks, Robinson, Bradley, & Davis Kenneth(1999)의 연구결과를 지지해 주고 있다.

둘째, 집단 음악치료 프로그램은 청소년의 공격성을 감소시키는 데 긍정적이었다. 이는 음악활동이 분노와 적대적인 배출구로 제공될 수 있다고 한 Liederman(1967)의 주장을 반영해주는 것이며, 음악치료가 청소년의 증오나 질투를 가라앉힌다는 조민행(1991)의 연구결과를 부분적으로 지지해 준다고 볼 수 있다. 본 연구에서 집단 음악활동을 경험한 실험집단은 분노와 공격성의 점수가 모두 감소하였는데, 이는 분노와 공격성이 서로 밀접한 상호작용의 관련을 맺고 있다고 주장한 연구(Novaco, 1977)와 부분적으로 일치하는 결과이다.

뿐만 아니라 본 연구의 결과는 적극적인 음악치료활동 프로그램이 청소년의 원만한 인간관계 형성과 사교적 성향을 긍정적으로 변화시키고 충동적인 행동을 자제하고 억제하는 행동이 증가되었다는 최승학(1999)의 연구와 음악감상과 토론이 청소년의 공격성 감소와 안정성, 책임감, 사회성 증가에 큰 영향을 미친다는 박두인(1984)의 연구결과를 지지해 주었다. 또한 적극적인 음악활동이 청소년의 공격성 감소에 효과가 있다는 서경아(1995)의 연구와 특히 남자 청소년의 공격적인 욕구를 감소시켰다는 최효선(1985)의 연구결과와 같이 집단 음악활동이 청소년들의 문제행동과 공격성 조절에 긍정적인 영향을 미친다는 주장을 지지해 주었다.

음악치료에서 이완적 접근은 분노 조절에 유용한 치료방법이라고 주장한 학자들은(Hazaleus

& Deffenbacher, 1986; Warren & McLeiriarn, 1982) 긴장과 양립할 수 없는 이완을 하도록 하면 긴장 수준을 감소시켜 줄 수 있고, 이는 분노를 감소시키는 데 효과적이라고 주장했다. 본 연구에서 사용된 집단 음악치료 프로그램의 내용 중에는 음악을 듣고 긴장을 이완하는 훈련을 매 회기마다 실시하도록 되어 있어, 청소년의 분노수준을 낮춰 문제행동과 공격성을 감소시킬 수 있다는 가능성을 제시해주고 있음을 알 수 있다.

이에 본 연구의 결론을 살펴보면 첫째, 청소년들에게 집단 음악치료 프로그램을 실시함으로써 문제행동을 감소시키는 데 긍정적인 결과를 얻게 되었다. 이러한 결과는 책임회피성, 학업 불성실성, 비행성을 구체적으로 탐색하고, 효율적으로 활용하는 능력을 길러주는 프로그램을 제공함으로써, 학생 스스로 자신의 정체성을 찾는 데 도움을 주는 방안을 모색할 수 있다. 둘째, 집단 음악치료를 적용한 실험집단이 청소년들의 공격성을 감소시키는 데 긍정적인 효과를 보게 되었다. 이는 급변하는 사회 속에서 다양한 적응과 부적응을 경험해야 하는 학생들에게 가정과 학교에서 겪게 되는 대인관계에서 생기는 좌절과 분노를 스스로 통제하고 줄여나갈 수 있는 방법을 제시한다는 점에서 그 의의를 찾을 수 있다. 앞으로 음악치료 집단상담 프로그램을 다양한 연령층과 집단에 적용하여 그 효과를 살펴볼 필요가 있음과 동시에 음악치료의 어떤 부분이 치료적인 효과를 가지고 있는지의 심층적인 연구 또한 절실하다고 본다.

참고문헌

- 고은영 (2003). 사물놀이가 청소년의 행동에 미치는 영향에 관한 연구. 석사학위논문, 계명대학교 교육대학원.
- 강신덕 (1997). 비행청소년 분노조절 교육 프로그램 개발 및 효과연구. 박사학위논문, 서울대학교 대학원.
- 경상북도 교육과학연구원 (2001). 집단상담 프로그램. 경상북도: 교육과학연구원.
- 김군자 편저 (2001). 음악치료 프로그램 연구. 서울: 김군자 음악치료 연구소.
- 김군자 (2002). 알코올 환자들을 위한 음악치료 효과의 검증. 박사학위논문, 이화여자대학교 대학원
- 김말희 (2001). 치료적 그룹 음악활동이 시설아동의 친사회적 행동에 미치는 영향. 석사학위논문, 숙명여자대학교 음악치료대학원.
- 김운화 (2003). 통합예술치료의 매체활용과 기법에 관한 연구. 석사학위논문, 원광대학교 보건환경대학원.
- 김영미 (2000). 장애아동의 음악치료에 대한 특수교사, 부모, 음악치료사의 인식도 조사 연구. 석사학위논문, 숙명여자대학교 음악치료대학원.
- 김주분 (1994). 어머니-자녀 간의 역기능적 의사소통이 청소년 문제행동과의 관계, 석사학위논문, 건국대학교 대학원.
- 김창무 (1999). 음악치료에 관한 연구: 정서, 행동장애 중심으로. 석사학위논문, 영남대학교 교육대학원.
- 나해숙 (2003). Gestalt 집단음악치료가 내담자

- 의 우울, 불안 및 대인관계에 미치는 효과. 석사학위논문, 영남대학교 대학원.
- 노안녕 (1983). 비행청소년에 있어서 공격성과 불안 감소에 미치는 주장훈련의 효과. 석사학위논문, 서울대학교 대학원.
- 류소영 (1996). 비행청소년을 위한 분노대처 훈련 프로그램의 효과성에 관한 일 연구. 석사학위논문, 이화여자대학교 대학원.
- 박덕규 (1986). 청소년의 성격형성과 공격성. 서울: 배영사.
- 박두인 (1984). 음악감상과 토론 프로그램이 공격성 성격특성에 미치는 영향. 석사학위논문, 동아대학교 교육대학원.
- 박영숙 (1995). 음악요법이 정신질환자의 우울과 정신병적 행동에 미치는 영향. 석사학위논문, 서울대학교 대학원.
- 서경아 (1995). 적극적인 음악치료 프로그램이 비행 청소년의 공격성 감소에 미치는 효과. 석사학위논문, 계명대학교 대학원.
- 성인영 (1999). 음악활동이 정신지체아의 부적응 행동감소에 미치는 효과. 석사학위논문, 숙명여자대학교 음악치료대학원.
- 신인철 (1978). 현대유아음악교육법. 서울: 동아음악사.
- 양정화 (1996). 중학생의 문제행동에 대한 학생, 교사, 부모의 의견 차이에 관한 연구. 석사학위논문, 인하대학교 교육대학원.
- 이경숙 (1999). 집단음악활동이 정신분열증 환자의 감정표현력과 정신병적 행동에 미치는 영향. 석사학위논문, 숙명여자대학교 대학원.
- 이영숙 (1994). 고등학생의 문제행동과 정신건강과의 관계. 석사학위논문, 한양대학교 대학원.
- 이옥희(1985). Chopin Ballade에 나타난 음악적 특성 연구. 석사학위논문 숙명대학교 대학원.
- 이은희 (2000). 주의력 결핍 및 과잉행동장애 청소년을 위한 음악치료 사례연구. 석사학위논문, 이화여자대학교 교육대학원.
- 이재열 (1996). 음악요법이 청소년의 정서에 미치는 영향에 관한 연구. 석사학위논문, 관동대학교 대학원.
- 이정희 (1998). 비행청소년을 위한 심리극과 사회극 프로그램의 상담효과 요인 및 회귀성의 분석. 석사학위논문, 부산대학교 대학원.
- 임은희 (1999). 음악치료학 입문. 서울: 시유시.
- 임태숙 (1991). 분노통제훈련이 비행청소년의 분노 및 공격성 감소에 미치는 효과. 석사학위논문, 계명대학교 대학원.
- 조민행 (1991). 음악요법을 통한 정서불안 청소년의 정서순화에 관한 탐색 연구. 석사학위논문, 인하대학교 대학원.
- 정대영 (1997). 장애학생들을 위한 음악치료. 서울: 국립특수교육원.
- 진소영 (2001). 음악활동이 초등학교 아동의 우울성향 감소에 미치는 효과. 석사학위논문, 숙명여자대학교 음악치료대학원.
- 최병철 (2000). 음악치료. 서울: 학지사.
- 최승학 (1999). 음악치료가 비행청소년들의 인성에 미치는 영향. 석사학위논문, 경기대학교 대학원.
- 최효선 (1985). 비행청소년에 관한 음악요법의 시도. 석사학위논문, 숙명여자대학교 대학원.

- 한상철 (1997). 청소년 폭력의 심리학적 원인과 대응 전략. *청소년 행동연구*, 2, 33-54.
- 황응연(1988). 초등학교 생활지도의 실제. 서울: 갑을출판사
- 허원 (1996). 음악치료를 통한 자폐아의 행동수정에 관한 연구-과잉 행동 감소와 대인관계 개선을 중심으로. 석사학위논문, 목포대학교 대학원.
- 표갑수 (1986). 청소년의 가치관 형성을 위한 방안. *청소년*, 34, 23-28. 서울청소년지도육성회.
- Bandura, A. (1973). *Aggression: A social learning analysis*. Englewood Cliffs. NJ: Prentice-Hall.
- Berkowitz, L. (1983). Aversively stimulated aggression: Some parallels and difference in research with animals and human. *American Psychologist*, 45(4), 494-503.
- Bruscia, K. E. (1987). *Improvisational models of music therapy*. Phoenixville, PA: Barcelona.
- Bruscia, K. E. (1998). *Defining music therapy*. Spring City, PA: Spring House Books.
- Chlan, L. (2004). Effectiveness of a music therapy intervention on relaxation and anxiety for patients receiving ventilatory assistance. *Heart and Lung*, 27(3), 169-176.
- Dodge, K. A. (1985). Social cognition and children's aggressive behavior. *Child Development*, 52, 162-170.
- Duerksen, G. L., & Darrow, A. A. (1991). Music class for the at-risk: A music therapist's perspective. *Music Educators Journal*, 78(3), 46-49.
- Dunbar, F. (1968). Homeostasis during puberty. *American Journal of Psychiatry*, 114, 673-682.
- Erikson, E. H. (1956). The problem of ego identity. *American Journal of Psychoanalytical Association*, 4, 56-121.
- Feshbach, S. (1970). Aggression. In P. H. Mussen (Ed.), *Carmichael's manual of child psychology* (p. 159). New York.: John Wiley & Sons.
- Gaston, E. T. (1968). *Music in therapy*. New York: Macmillan.
- Hazaleus, S. L., & Deffenbacher, J. L. (1986). Relaxation and cognitive treatments of anger. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 54, 222-226.
- Hendricks, C. B., Robinson, B., Bradley, L. J., & Davis, K. (1999). Using music techniques to treat adolescent depression. *Journal of Humanistic Education and Development*, 38(1), 39-45.
- Jones, M. C. (1965). Psychological correlates of somatic development. *Child Development*, 36, 899-911.
- Le, B. A. (1997). *How music therapy ameliorates the negative effects of violence on emotionally disturbed and learning disabled children*. Unpublished master thesis, New York University.
- Lee, E. M. (2002). *Effect of group music activity on anger control in patients with schizophrenia*. Unpublished master's thesis, Sookmyung Woman's University.
- Lee, J. H. (2000). *The effect of group music program on depression in the institutionalized elderly*. Unpublished master's thesis, Yonsei

- University.
- Liederman, P. C. (1967). Music and rhythm group therapy for geriatric patients. *Journal of Music Therapy*, 49(4), 126-127.
- Merriam, A. P. (1964). *The anthropology of music*. Chicago, IL: Northwest University Press.
- Mooman, S. (1984). *Discovering music in early childhood*. Newton, MA: Allyn & Bacon.
- Mursell, J. L. (1948). Education for musical growth. New York: Ginn & Co.
- Novaco, R. W. (1977). The cognitive regulation anger and stress. In P. C. Kendall & S. D. Hollon(Eds.). *Cognitive-behavioral intervention: Therapy, research and procedures* (pp. 241-285), New York: Academic Press.
- Paterson, D. R. (1961). Behavior problems of middle childhood. *Journal of Consulting Psychology*, 25, 205-209.
- Popper, C. W. (1993). Psychopharmacological treatment of anxiety disorders in adolescents and children. *Journal of Clinical Psychiatry*, 54, 52-63.
- Priestley, M. (1994). *Essays on analytical music therapy*. Phoenixville, PA: Barcelona.
- Robins, L. N., & Price, R. K., (1991). *Adult disorders predicted by childhood conduct problems: Result from the NIMH epidemiologic catchment area project*. *Psychiatry*, 54: 116-132.
- Sears, W. (1968). Processes in music therapy. In E. T. Gaston, *Music therapy* (p. 33). New York: MacMillan.
- Steinmetz, S. K. (1977). *The cycle of violence assertive aggressive, and abusive family interactions*. New York: Praeger.
- Thaut, M. H. (1989). The influence of music therapy interventions on self-rated changes in relaxation, affect and thought in psychiatric prisoner-patients. *Journal of Music Therapy*, 26(3), 155-166.
- Ulfarsdottir, L. O., & Ervin, P. G. (1999). The influence of music on social cognitive skills. *The Arts in Psychotherapy*, 26(2), 81-84.
- Warren, R., & McLeiriarn, R. (1982). Systematic desensitization as a treatment for maladaptive anger and aggression: A review. *Psychological Reports*, 50, 1095-1102.

1 차원고접수 : 2007. 07. 01.
수정원고접수 : 2007. 09. 02.
최종게재결정 : 2007. 09. 04.

The Effects of a Group Music Therapy Program on Delinquency and Aggression Reduction in Adolescents

Sang-Chul Kim Young-Suk Kim Hyun-Rim Lee

Department of Education, Yeungnam University

The purpose of this study was to develop and verify the effects of a group music therapy program to reduce delinquency and aggression in adolescents. Based on the results of previous research studies, the program framework was developed with consideration of the psychological, cognitive and physical features of adolescents. The research subjects were 48 male junior high school students from S vocational high school who volunteered to take part in the program. Using a complete randomized design method, 16 students were placed into an experimental group, while the remaining 32 students were divided equally into two comparison groups of 16 each: Comparison group 1 and comparison group 2. A group music therapy program was implemented with the experimental group, while structured group counseling on a beautiful life was implemented with comparison group 1 and thirteen 90 minute lectures on music therapy were implemented with comparison group 2. This therapeutic program to reduce delinquency and aggression in adolescents was composed of three stages: trust development and cognitive stage; self-disclosure and understanding of others stage; and execution stage. Lee (1994) and No (1983) tests were used to develop the test instruments. After careful considerations, sixty eight items from Youngsuk Lee's Adolescent Delinquency Test (1994) and sixteen items from the Anyoung No's Aggression Test (1983) were selected as test instrument items to examine the effects of the program. The data from this study determined the mean and standard deviation before and after the experiment, and used the analysis of covariance (ANCOVA) to measure the effects of the program. The findings demonstrated that the group music therapy program produced positive outcomes in reducing adolescent delinquency and also decreased adolescent aggression.

Key words : group music therapy program, adolescent delinquency, aggression