

호스피스와 음악치료

이화여대 교수

김 군 자

음악치료에 대한 소개 및 배경

1. 음악의 의미

음악이란 멜로디, 리듬, 화음 등의 요소들이 합쳐져서 하나의 의미를 가진 체계화된 형태로써 이념과 감정을 표현하는 시간적이며 소리의 예술이다.

음악은 인간생활의 경험을 재현하고 표현하며 삶의 의미를 가져다 주는 표현적인 양식을 취한다.

음악은 또한 창조되어지고 이해하고 해석하기 위한 소리와 그것들의 다양한 물리적 경험적 요소를 일시적으로 구성하는 한 예술이다.

음악은 음악을 작곡한 사람의 의식과 그의 주관적인 경험이지만 듣는 사람들은 각기 물리적 특성이나 자신의 의식과 주관적인 경험에서 감상하게 된다.

음악활동은 음악치료에서 내재적인 성격이 드러나게 되는데 여기서 자기이해 Self-understanding, 과 개인적인 성장 Personal group 과 자기조절능력 Self-control 등이 치료적 측면에서 다루게되며, 자기표현, 의사소통, 연상, 동시성 등은 치료적인 매개체로 음악치료에서 다루게 된다.

음악이 청각적 예술로 생각했었지만, 음악은 청각적, 시각적, 촉각적 근육운동지각 에 영향을 주어 치료의 한 분야로서 임하고 있다.

2. 음악치료의 정의 및 적용

음악치료란 음악치료 전문가가 음악을 이용하여

인간의 신체적 정신적 감정적 이상상태를 교정하기 위한 일체의 활동을 말하는데, 여기서 이상상태란 신체적으로나 정서적으로 적응능력에 결함을 가짐으로써 고통을 겪고 있거나 또한 통합적인 인격형성에 여러 가지 장애 및 결함이 있음으로써 주위의 사람들과 원만한 인간관계를 맺지 못하고 있거나 적응능력이 부족한 상태를 일컫는다.

즉, 음악을 도구로 이용하여 인간을 긍정적인 방향으로 변화시켜서 바람직한 삶으로 개선시켜 주는 것을 말한다.

음악치료는 음악치료사가 음악적 경험과 역동으로서의 내담자와의 관계성을 가지고 내담자의 건강을 돕는 조직적인 과정으로 이끄는 치료이다.

음악치료는 심리치료의 방법론, 이론, 기법, 진단, 평가 등을 채택하며 임상을 통해 분석하고 재 치료에 과학적인 방법을 채택한다.

음악이 예술로서의 자리에서 과학의 범위로 포함되어 대인관계 과정이라는 치료적 관념에 포함될 때 음악치료라 한다.

음악치료가 활발히 적용되고 있는 외국의 경우를 예를 들면, 발달장애아동, 비행청소년, 성인정신 질환자, 노인 질환자, 약물, 알콜 환자, 신체적 중병 환자, 말기 호스피스 환자, 재향군인, 신체장애인, 감호소에 있는 자들, 등의 다양한 집단들에게 적용하고 있다.

이렇듯 음악치료가 다양한 형태로 제공되어야 하기 때문에 음악치료는 다양한 접근방법을 적용해야만 한다.

그러므로 이 많은 접근 방법은 심리치료 방법을 이용하여 음악치료의 한 방법을 구사하며 한 학문으로써 구축하게 된다.

음악치료의 대표적인 방법론

- 행동주의음악치료
- 인본주의음악치료
- 분석적 음악치료
- GIM (심상유도음악치료)
- 창조적 음악치료
- 자유즉흥연주음악치료
- 게슈탈트 음악치료

분야별 음악치료

1. 소아의 완화 의료에서의 음악치료

자녀를 어떤 경우에서든 잃는다는 것은 가장 큰 비극이며 아픔인 것이다.

소아과에서 생명이 위독한 환아와 가족들을 위한 완화의료가 필요하다는 것을 느끼게 되어 최근에서는 소아 완화 의료에서의 음악치료 또는 음악적 완화 치료의 필요성을 느끼고 요구되고 있는 실정이다.

1) 아동의 성장에 따른 음악적 증상 조절

지능, 지각, 심상의 개념형성과정을 연구한 피아제(Piaget)의 인지발달 4단계에 의해서 볼 때 죽음에 대한 이해는 아동의 성장과정에 따라 변한다.

그러므로 감각운동성단계(0~2세)에서는 선천적인 간단한 반사운동의 인지구조를 가진 이 아기에 게 아기의 음악적 선천적 반사 운동은 자극되어 지고 행복해 질 수 있는 구조가 간단하고 화성적 음악형태가 좋을 것 같다.

자아중심적으로 사물을 이해하고 불변이나 존속의 원리를 이해하지 못하는 전 조작기 단계(2~7세)

에서는 행동으로 묘사될 수 있는 음악들이 적합하다고 볼 수 있다.

구체적 조작기 단계(7~11세)에서의 아동은 주된 특징이 추상적 사고는 못하지만 존속원리를 이해하고 구체적 사실에 인식능력을 활용 할 수 있기에 동물을 표현한 생상의 동물의 사육제나 슈만의 어린이 정경같은 곡들을 선정해서 제공한다면 도움이 되겠다.

논리적 조작단계(11~15세)에 있는 아동은 죽음에 대한 개념이 보편적이고 개인적 거리가 있다.

자연적이고 신체적, 이론적 설명이 가능하므로 클래식 음악에서는 바로크 인상파 음악까지 이해하고 즐길 수 있고 위로가 될 수 있다고 본다.

2) 소아의 통증 감소 음악의 장르

(1) 통증

많은 의사들이 소아에서 강한 진통제 사용에 대한 경험부족으로 진통제를 충분히 사용하지 못하고 있다.

WHO에서 제시한 진통제 사용의 3단계 사다리 원칙은 소아에서도 동일하게 적용된다.

(2) 소아 통증의 특징 과 음악

소아들의 통증은 신경계가 통증을 감지한다고 하는데 음악은 심리적으로나 생리적으로 우리 인간에게 영향을 주고 있다는 과학적 근거로써 볼 때 아동이 통증을 느낄 때나 통증을 기억하게 되는 경우 음악을 들려줌으로써 조금이나마 통증감소에 효과를 보고 있다는 외국의 사례를 볼 때 음악을 사용하여 아동들의 통증 감소에 효과가 있기를 바라는 바이다.

3) 정서 및 통증 완화에 도움을 줄수 있는 음악

(1) 정서적 동요를 위한 음악

- Wagner Sword Episode, from Die Walkurie
- Wagner Spring Song
- Gounod The Meeting, from Faust
- Gounod Love Duet, from faust

- Haydn Water music
 - Grieg Concerto in A minor
 - Ives Largo for Violin
 - Martucci Symphony No. 2 in F, op.81
 - Mendelssohn Symphony No.4 in A, op.90
 - Libera 소년합창단
 - ① Ave Maria (based on Ave Maria by Caccini)
 - ② Attendite
 - ③ Sacris solemnis (based on Symphony No.7 : Allegretto by Beethoven)
 - ④ Luminosa (based on Clair de Lune by Debussy)
 - ⑤ Santus II (based on Canon by Pachelbel)
 - ⑥ Lacrymosa (based on Aquarium from Carnival of the Animals by Saint Saens)
 - ⑦ Semele (where 'Ere You Walk from Semele by Handel)
 - ⑧ Veni Sancte
 - ⑨ Stabat
 - ⑩ Vespera
 - ⑪ Gaudete
 - ⑫ Silencium
-