

음악요법이 노인의 우울과 삶의 만족도에 미치는 영향

박 미 정* · 정 영**

I. 서 론

1. 연구의 필요성

의학의 발달과 사회, 경제적 수준 향상으로 인간의 수명이 연장되고 있으며 그와 함께 노인인구의 비율이 급속히 증가하고 있는 것은 세계적인 추세이다. 노인 인구는 증가하는 국가 및 사회의 모든 영역에 영향을 미치면서 노인문제가 곧 사회 문제가 되고 있고, 노인 문제는 국가적 차원에서 볼 때 노인들의 건강과 부양에 관련되는 복지 문제와 연관되며 국가는 막대한 재정적 부담을 떠맡게 된다. 사회적, 개인적 차원에서 본다면 늘어나는 노령화와 더불어 맞이하게 되는 노인 인구의 심리적 위기와 함께 무력감, 소외감, 고독감, 소득의 상실, 가족, 친구, 이웃과의 관계 변화, 사회적 지위 및 역할 상실, 건강상의 문제 등과 같은 변화가 나타난다(Hong, 1995). 노인은 노화과정에서 정신적, 신체적 변화를 겪게 되며, 정신적인 문제로 지적능력 감퇴, 감각기능 감퇴, 감정반응의 둔화, 인격변화와 함께 우울정도가 증가한다(Yoon, 1985). WHO(2000)는 2020년에 가서는 우울증이 전 세계적으로 두 번째로 흔한 질병이 될 것임을 전망하였고, 저소득층 재가노인의 25%에서 우울증이 있으며(Badger et al., 2000), 우리나라 농촌지역 재가노인의 경우 20%에서 우울성향이 있다고 보고 되고 있다. 노인의 우울은 감각장애나 신체장애가 있을 때 더욱 일

어나기 쉽지만 실제로 간호중재가 가능하고 치료 가능성이 있는 장애이다(Kim, 1999).

노인 문제의 발생은 사회적 환경과 심리적 불안 등이 사회 복합적인 형태를 나타내고 있기 때문에 신체적, 심리적, 사회적으로 약화된 기능을 보완해 줄 수 있고 변화하는 생활환경 등을 이해하고 노년 생활의 환경적 변화를 적절히 대처할 수 있는 능력을 배양하기 위한 단체 활동 프로그램 참여가 필요하다. 우리나라 대부분의 복지관 노인을 대상으로 하는 단체 활동 프로그램으로는 종이접기, 영화감상, 회상요법, 예배드리기, 운동 프로그램, 음악 프로그램 등이 이루어지고 있는데, 음악 프로그램의 경우 간호사들이 음악적 자질을 활용하여 활동을 주도함으로써 노인들을 참여시킬 수 있으며, 노인들은 예전에 사용한 적이 있었던 오래된 기술을 사용할 수 있고 활동을 통해 신체적 움직임과 사회적 상호작용을 경험할 수 있다는 장점이 있다(Prinsley, 1986). 이 점에서 음악 프로그램은 노인들에게 쉽게 적용할 수 있는 간호중재라고 볼 수 있다.

국외연구로서 복지관 노인을 대상으로 한 음악 중재효과에 대한 보고로서, 청각 손실이 없는 한, 신체적으로 혹은 인지적으로 손상된 경우에도 음악을 도구로 하였을 때, 이완을 주고, 긍정적인 감정을 유도하는 결과를 나타낸 것으로 보고되고 있다(Hanser, 1988). 우리나라에서는 정신질환자 대상에게 적용한 연구(Hong, M. S., 2001; Park, Y. S., 2001)와 수술 환자에게 적용한

* 해남, 해민병원

** 조선대학교 의과대학 간호학과 (교신전자 E-mail: tito1945@hanmail.net, yjung@chosun.ac.kr)

연구(Hong, 2001; Jung, Y. J., 2001, Hong, S. T., 2001)가 주류였으며, 노인을 대상으로 음악 중재효과를 실시한 연구로서는 치매노인을 대상으로 한 것들이 있다(Kim, 1999; Kong, 1999; Na, 1999).

이처럼 대부분의 연구가 노인 인구의 노령화에 따른 사회적인 문제를 파악하기 위함이었으며, 일반재가노인을 대상으로 음악요법을 적용한 연구는 거의 없었기에 본 연구자들은 음악요법 프로그램을 복지관노인에게 적용하여 노인들의 우울 정도를 감소시키고 삶의 만족도를 높일 수 있는지 알기 위해 본 연구를 시도하였다.

2. 연구의 목적

본 연구는 복지관 노인을 대상으로 가창을 이용한 일 음악 프로그램이 우울과 삶의 만족도에 어떠한 영향을 미치는가를 알아보기 위한 연구로 구체적인 목적은 다음과 같다.

- 1) 대상자들의 우울정도와 삶의 만족도를 확인한다.
- 2) 음악요법이 대상자들의 우울정도에 미치는 효과를 확인한다.
- 3) 음악요법이 대상자들의 삶의 만족도에 미치는 효과를 확인한다.

3. 연구가설

- 1) 음악요법을 받은 실험군은 음악요법을 받지 않은 대조군 보다 우울 점수가 낮을 것이다.
- 2) 음악요법을 받은 실험군은 음악요법을 받지 않은 대조군 보다 삶의 만족도가 높을 것이다.

II. 연구 방법

1. 연구 설계

본 연구는 비동등성 대조군 사전 사후 설계를 이용한 유사 실험 설계이다.

2. 연구대상

연구 대상자는 G 광역시 공원에 위치한 일 노인복지관에 등록되어 있는 3,900명의 명단 중 65세 이상으로서 복지관시설을 6개월 이상 이용하고, 본 연구에의 참

여를 허락한 노인 80명을 등록번호순으로 기, 우수군으로 나누어 각각 40명씩 실험군과 대조군에 배정하였다.

3. 연구 측정 도구

1) 우울측정척도

본 연구에서는 Yesavage 등(1983)이 개발한 30개 문항의 노인우울척도(Geriatric Depression Scale : 이하 GDS)로 실시가 용이하며 비교적 짧은 시간 내에 가능한 검사로서, 대상자가 '예/아니오'로 응답하는 양분 척도로서 30문항으로 이루어져 있다. 각 문항 당 0점 또는 1점을 부여하였으며, 11점 이상이면 약간의 우울 증상이 있는 것이며 21점 이상인 경우는 우울 정도가 높은 것을 의미한다. 제작 당시 Cronbach's $\alpha = .94$ 였고, 검사-재검사 신뢰도는 .85 였으며, 본 연구시 신뢰도는 Cronbach's $\alpha = .80$ 이었다.

2) 삶의 만족도 척도

본 연구에서는 삶의 만족도의 측정도구는 Stones 와 Kozma(1980)가 생활만족, 행복, 사기 등을 기초로 하여 만든 The Memorial University of Newfoundland Scale for Happiness(MUNSH)를 기초로 하여 Yoon (1982)이 우리나라 노인을 삶의 만족정도를 측정하기 위해 제작한 것이다. 삶의 대한 만족도는 본래 3점 척도였으나 5점 척도로 재구성하였다. 도구의 항목은 긍정적 정서 4문항, 부정적 정서 4문항, 긍정적 경험 7문항, 부정적 경험 5문항으로서 총 20개 문항으로 구성되어 있다. 측정기준은 '전혀 그렇지 않다.' 1점에서 '매우 그렇다' 5점 까지 점수를 두었으며 점수가 높을수록 삶의 만족도가 높은 것을 의미한다. 도구의 제작당시 척도들 간의 상관관계는 $r = .83$ 이었고, 본 연구시 신뢰도는 Cronbach's $\alpha = .94$ 였다.

4. 연구진행절차

음악요법의 절차는 대상자의 기능에 기초하여 단계별로 적용시킬 수 있도록 문헌에 근거하여 현실인식, 동기 유발, 오락과 취미생활, 회고 등을 포함시켰으며 노인의 우울과 삶의 만족도는 욕구 충족을 기본으로 하기 때문에 우울과 삶의 만족도에 필요한 욕구를 충족할 수 있도록 노인의 시간 전망을 감안하여 이 요법 전문 음악치료사와 토의를 거친 후 프로그램을 구성하였다. 대상자의

operator	researchers, co-leader
time	40 minutes
resource	guitar, tape-recorder, music-tape, chart, instruments
operating procedure	opening : playing tape-recorder for 5 min. introduction : singing hello-song for 5 min development : sing activities according to each subject for 25 min conclusion : evaluation and introduction for next meeting, singing goodbye-song for 5 min
music type	old korean pop-song, folk-song

〈Figure 1〉 The composition of music therapy

음악 선호도는 음악에 대한 민감도, 각 곡에 대한 특수한 반응에 따라 음악요법의 치료적 효과가 달라지므로 처치 전 대상자에게 개방적 질문으로 사정하였다. 본 연구의 음악요법 구성은 〈Figure 1〉과 같다.

실험진행방법은 1주에 2회씩 4주간 모두 8회 실시되었으며 매회 40분씩 이루어졌다. 프로그램은 구성원들이 마음껏 노래를 부를 수 있도록 원으로 둘러앉은 자세로 하였으며, 매 프로그램은 시작 전에 5-10분 정도 고향, 그리움, 사랑 등 인간의 보편적인 주제와 연관된 음악을 선곡, 편집하여 녹음한 테이프를 틀어놓아 시작을 알렸다. 전개단계에서는 집단 가창형태를 사용하였는데, 연구자들과 음악요법지도자에 의한 기타, 장구반주를 이용하였으며, 보조도구로 케도를 이용하였다. 5분 정도 함께 헬로우 송을 부르며 시작되었고, 준비된 프로그램에 대한 설명으로 이어졌다. 종결단계에서도 5분 정도 분위기를 정돈 할 수 있는 곡으로, 굿바이 송을 함께 부르면서 정리하였다. 2회부터는 전개단계에서 참여와 협동심을 유도하기 위해, 선호도에 따라 선곡된 '서울의 찬가' '돌아와요 부산항에' 외 4곡을 박수를 치며 부르게 하였고, 3회에서는 치료적 요소를 위해 '다 함께 차차차', '짝사랑' '단장의 미아리 고개' 외 8곡을 부르도록 하였다. 4회에서는 노래주제에 따라 자신이 추억을 발표할 수 있도록 '고향의 강', '열아홉 순정', '잃어버린 30년' 외 12곡을 부르게 하였다. 5회에서는 4회와 같은 곡을 가지고 개사하

여 부르는 시간을 가졌고, 6회에서는 민요인 '널리리아', '밀양 아리랑'을 부르는 시간을 가졌다. 7회에서는 주방 용기를 가지고 리듬을 맞추어 민요를 부르게 하였고, 8회에서는 익숙한 리듬악기, 혹은 주방 용기를 가지고 장단을 맞추며 노래를 부름으로서 가창과 연주를 경험하게 하였다.

프로그램의 진행 형태는 〈Figure 2〉와 같다.

5. 자료수집 방법

본 연구의 조사 방법은 구조화된 설문지를 이용하여 연구자들과 사전교육을 받은 연구보조원 2명이 응답요령을 설명한 후 자기 기입 식으로 작성토록 하였다. 자료수집기간은 2004년 7월 26일부터 9월 26일까지였다.

6. 자료분석 방법

자료분석은 SPSS/PC를 이용하여 분석하였다.

- 1) 대상자의 일반적 특성은 서술 통계를 하였고 실험군과 대조군의 동질성여부를 파악하기 위해 χ^2 -test를 시행하였다.
- 2) 실험군과 대조군의 실험 전·후 우울정도와 삶의 만족도 차이를 검증하기 위해 t-test 를 시행하였다.

time	therapeutic factor	contents
1	behavior	introduction program and greeting; learning hello-song and good-bye song
2	cognition	singing first by leader and singing together
3	cognition	find out what the leader is singing
4	cognition	listening to music, and announce own old recollection appropriate to the subject
5	cognition	listening to music, announce own future figure
6	mood/behavior	singing with percussion instrument like jangu, sogo
7	mood/behavior	singing playing with cooking instrument
8	mood/behavior	playing, singing with various rhythm music instruments

〈Figure 2〉 The progression of program

Ⅲ. 연구 결과

1. 연구대상자의 일반적 특성

실험군과 대조군의 일반적 특성을 χ^2 로 검증한 결과 통계적으로 유의하지 않아 두 군이 동질 함을 알 수 있었다(Table 1).

2. 가설 검증

- 1) 제1가설 : '음악요법을 받은 실험군은 받지 않은 대조군보다 우울점수가 낮을 것이다'를 검증한 결과 실험군의 우울 점수가 실험 전 14.80에서 실험 후 9.03으로 낮아 졌는데 비해 대조군은 실험전 10.65 점에서 12.45 점으로 유의한 차이를 보이므로서($t=3.856, p=.000$) 제 1가설이 지지되었다(Table 2).
- 2) 제2가설 : '음악요법을 받은 실험군은 받지 않은 대조군보다 삶의 만족도가 높을 것이다'를 검증한 결과 실험군의 삶의 만족도 점수가 실험 전 3.08점에서 실험 후 3.44점으로 높아졌는데 비해, 대조군은 실

(Table 1) The homogeneity test for general characteristics of experimental group and control group

characters class		exp		cont		total		χ^2	p
		N	(%)	N	(%)	N	(%)		
gender	male	19	(47.5)	23	(57.5)	42	(52.5)	.802	.370
	female	21	(52.5)	17	(42.5)	38	(47.5)		
age	under 65	4	(7.5)	4	(12.5)	8	(10.0)	2.921	.404
	65-under70	9	(25.0)	9	(17.5)	17	(21.3)		
	70-under75	19	(52.5)	19	(42.5)	38	(47.5)		
	over75	9	(15.0)	9	(27.5)	17	(21.3)		
marriage status	couplet	25	(62.5)	21	(52.5)	46	(57.5)	.818	.366
	single	15	(37.5)	19	(47.5)	34	(42.5)		
education	under prim	14	(35.0)	21	(53.8)	35	(44.3)	4.686	.096
	mid-high school	24	(60.0)	14	(35.9)	38	(48.1)		
	over college	2	(5.0)	4	(10.3)	6	(7.6)		
religion	buddhist	15	(37.5)	12	(30.8)	27	(34.2)	3.112	.375
	catholic	13	(32.5)	8	(20.5)	21	(26.6)		
	protestant	6	(15.0)	9	(23.1)	15	(19.0)		
	none	6	(15.0)	10	(25.6)	16	(20.3)		
housing	house	22	(55.0)	23	(57.5)	45	(56.3)	.051	.822
	apartment	18	(45.0)	17	(42.5)	35	(43.8)		
lodger	couple	23	(57.5)	18	(45.0)	41	(51.3)	1.251	.263
	living alone	17	(42.5)	22	(55.0)	39	(48.8)		
monthly pocket money (man won)	under10	11	(27.5)	17	(42.5)	28	(35.0)	3.536	.316
	11-under20	11	(27.5)	11	(27.5)	22	(27.5)		
	21-under30	11	(27.5)	5	(12.5)	16	(20.0)		
	over 31	7	(17.5)	7	(17.5)	14	(17.5)		
Total		40	(50.0)	40	(50.0)	80	(100.0)		

(Table 2) Difference in depression level of exp and control group

group		Before		After		diff in mean	t	p
		M	± SD	M	± SD			
depression	exp	14.80	± 5.51	9.03	± 3.83	5.77	3.856	.000
	control	10.65	± 5.08	12.45	± 4.11	-1.8		

(Table 3) Difference in life-satisfaction level

		Before		After		diff in mean	t	p
		M	± SD	M	± SD			
life satisfaction	exp	3.08	± .38	3.44	± .33	-.37	2.040	.045
	control	3.31	± .42	3.25	± .51	.06		

험 전 3.31점에서 3.25점으로 유의한 차이를 보이며로서($t=2.040$, $p=.045$) 제 2가설은 지지되었다(Table 3).

IV. 논 의

본 연구는 노인복지관 시설을 이용한 노인을 대상으로 노래 부르기와 악기를 이용한 음악요법이 노인의 우울과 삶의 만족도에 미치는 효과가 있는지 규명하기 위해 시도되었다. 본 연구에서 개발된 음악요법은 주 2회씩 전체 8회로 이루어졌는데, 기존의 연구의 경우, 매일 음악요법을 몇 주 동안 계속 하는 실험부터 몇 주에 걸쳐서 하는 방법 등 다양하였으며, 시간도 25분에서 1시간에 걸쳐서 하는 등 적용한 방법이 다양하였고, 표준화된 프로토콜이 없었다. 이에 본 연구자들은 다른 사람과의 협동심과 이해가 필요로 하는 합창과 합주로 다양한 리듬 악기를 활용한 프로그램을 이용하였는데 그 결과 대상자들이 관심과 흥미를 보이면서 적극적인 참여와 활동이 증가하였음을 보여주었다.

음악요법은 기분증가, 자기표현, 언어, 인지기능, 운동기능을 자극시키며, 정서표현의 기회, 우울, 불안 증상 개선에 효과적이다(Lee, W. Y., 2000). Park, S. W. (1999)은 Lee, W. Y. (2000)의 연구에서, 음악요법이 갖는 치료효과의 기전은; 첫째, 균형의 기능인데 즉, 인간의 심리와 생리는 적당한 진폭을 갖고 진동하면서 균형을 유지하는 작용이 있으므로 그것을 이용하는 것이며, 둘째, 카타르시스작용인데 이는 건강에 나쁜 것을 물리적, 심리적으로 배출하고 정화시키는 작용이며, 셋째, 동질의 원리로서 인간의 기분이나 템포와 동질한 음악을 들려주고 바람직한 기분의 방향으로 이끌어 나감으로서 대상자의 닫혀져 있는 마음의 문을 열어가는 것이라고 하였다(Lee, W. Y., 2000).

노인인구의 증가로 노인의 건강문제에 관심이 높아지고 있는데, 우울 증가가 특징 중의 하나이다. 우울의 첫 증상은 관심이 줄어들어 일상 활동에 참여하지 않게 되는 것인데(Cohen, 1990), 본 연구 결과 실험군에서 음악요법 후 우울점수가 감소된 반면 대조군에서의 우울점수는 약간 증가하였고 그 차이는 통계적으로 유의한 수준이었다. 이는 Na(1999)의 '삶의 대한 만족은 활동과정에서 생기는 긍정적 경험의 부산물이다'라는 연구결과와 일치하는 것이며, Kim, Y. H.(1999)의 양로원 노인들을 대상으로 레크리에이션 요법을 적용한 연구에서,

이 요법을 받은 집단이 받지 않은 군에 비해 우울이 유의한 수준으로 낮아지고 자아존중감과 생활만족도는 다소 높아졌다는 보고와도 유사한 결과이다. 또, Abraham(1992)은 시설노인을 대상으로 집단 인지행동요법을 적용한 연구에서 이들이 적용하지 않은 대조군에 비해 우울 및 인지정도에서 유의한 정도로 우울정도가 감소되었음을 보고한 바 있으며, Hanser(1994)는 음악 감상을 통하여 음악치료를 받게 한 결과 우울, 스트레스 정서, 자아존중감의 유의한 감소를 보여 효율적인 중재법이라고 보고하고 있다.

음악요법은 환자를 도와 건강을 회복시키기 위해 음악적 경험과 관계들을 통해 역동적인 변화를 이끌어 내는 체계적인 치료과정이다. 음악요법은 치료적인 목적으로 정신과 신체건강을 복원 및 유지시키며, 향상시키기 위해 음악을 적용하는 것으로서, 치료적인 환경에서 치료 대상자의 행동을 바람직한 방향으로 변화시키기 위한 목적을 갖고 있다. 심한 우울증환자의 경우, 이 증상으로 인한 여러 제한된 기능들을 음악요법을 통하여 이전의 기능으로 회복시켜주는 것이 목적이 될 수 있다(Choi, H. C., 1999).

삶의 만족도 개념은 심리적 안녕, 행복감, 사기, 성공적 노화, 적응 등의 개념과 혼용되어 사용되며, 개인의 정신건강을 결정짓는 중요한 변수이고, 타인과의 상호작용을 통하여 개인의 기대수준이 합리적으로 충족되었는가에 대한 평가정도(Medley, 1979)이다. 또한 자신이 바라는 것과 실제 성취한 것을 비교하여 인생을 장기적인 관점에서 전반적인 존재태도로 평가하는 것(George, 1979)이고, 과거 및 현재의 삶과 활동에 대한 전반적인 전망에 대한 긍정적인 정도(Choi, S. J., 1986)인 동시에, 노인자신의 인생을 스스로 판단함에 있어 가치있고 성공적(Lee, Y. A., 1997)인 것을 의미한다. 본 연구에서는 노인의 전반적인 삶의 만족수준에 긍정적인 영향을 주며 한정된 시간과 공간 내에서 제한된 경험을 하게 되는 노인들에게 음악활동을 제공함으로써 삶의 만족을 높이는 계기가 되며 경험뿐만 아니라 정서적으로도 긍정적인 효과를 나타냄을 알 수 있었다.

음악요법을 복지관 노인에게 적용할 때는 소극적이고 수동적인 생활로 인해 감정표현의 결여나 대인관계의 위축되어 있는 점을 고려하여 참여부담이 적은 감상형태에서 시작하여 점진적이고 체계적인 노래부르기 등의 가창이나 악기 연주와 같은 형태로 진행한다 보면 효과적일 것으로 사료된다.

본 연구결과 음악요법의 효과를 나타내기 위해서는 일정한 기간동안 대상자에게 익숙한 형태의 음악장르의 감상을 포함하여, 개별적인 적용을 병행하면서 점진적으로 적극적인 형태로 나아가는 방법이 효과적인 것으로 사료되었다.

V. 결론 및 제언

본 연구는 음악요법이 복지관 노인의 우울과 삶의 만족도에 미치는 효과를 측정하여 노인의 우울을 감소시키고 삶의 만족도를 높이기 위해 시도하였다.

연구대상은 G 광역시에 소재한 1 노인복지회관의 음악프로그램에 참여하고 있는 65세 이상의 노인 80명이었고, 자료수집기간은 2004년 7월 26일부터 9월 26일까지였다.

연구도구는 Yesavage 등(1983)이 개발한 노인우울 척도 도구와 Yoon(1982)이 개발한 삶의 만족도 측정도구를 사용하였다.

본 연구 결과를 요약하면 다음과 같다:

제1 가설인 "음악요법을 받은 실험군은 받지 않은 대조군 보다 우울점수가 낮을 것이다"는 지지되었다($t = 3.856, p = .000$)

제2가설인 "음악요법을 받은 실험군은 받지 않은 대조군 보다 삶의 만족도가 높을 것이다"는 지지되었다($t = 2.040, p = .045$).

이상의 결과로 음악요법이 우울정도를 감소시키고 삶의 만족도를 증가 시키는데 효과가 있는 것으로 나타나 노인 대상의 간호중재로서 활용할 가치가 있다고 사료된다.

본 연구 결과를 통해 다음과 같은 제언을 하고자한다.

1. 현재 복지관이나 문화센터에서 많은 프로그램이 실시되고 있지만 성별과 연령층에 따른 요구에 따라 적절한 음악프로그램이 개발되고 제공되어야 하리라고 본다.
2. 적절한 효과를 얻기 위해서는 최소한 몇 회를 얼마간의 주기로 시행하는 것이 좋은가에 대한 반복연구가 필요하다고 사료된다.

References

Abraham, I. L. (1992). Effects of Group

Interventions on Cognition and Depression in Nursing Home Residents. *Nur Res*, 41(4), 196-202.

Choi, B. C. (1999). *The Music Therapy*. Hakjisa, Seoul.

Badger, T. A., McNiece, C., Gagon, M. J. (2000). Depression, service need, and use in vulnerable populations. *Arch of Psychiatric Nursing*, 14(4), 173-182

Choi, S. J. (1986). *A Study on Development of Life-Satisfaction Scale of Elderly*. Non-chong, 42 Korean Culture Center, Ewha Women University.

Cohen, G. D. (1990). Prevalence of psychiatric Problems in older Adults. *Psychiatric Annals*, 20, 433-438

Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95, 542-575.

George, L. K. (1979). The Happiness Syndrome: Methodological and substantive issues in the study of social-psychological well-being in adulthood. *The Gerontologist*, 19, 210-216.

Hanser, S. B. (1988). Controversy in Music Listening / Stress Reduction Research. *The Arts in Psychotherapy*, 15, 211-217.

Hanser, S. B. (1994). Effects of a Music Therapy Strategy on Depressed Older Adults. *J of Gerontol*, 49(6), 265-269.

Hong, H. J. (1995). *A Study of Elderly Education for Life Adjustment of Aging Stage*. Unpublished Master thesis, Graduate School, HongIk University.

Hong, M. S. (2001). *The Effect of Using Music Therapy on the Behavior of Operational Patients*. Unpublished Master thesis, Graduate School, Ewha Women University.

Hong, M. S. (2001). *The Effect of a Nursing Intervention Using Music Therapy on the Behavior and Emotional Change of Psychiatric Patients*. Unpublished Master thesis, Graduate school of Education, Ewha Women University

- Hong, S. H. (1984). A Study on Life-Satisfaction of Korean Elderly According to Activity Theory, Unpublished Master thesis, Graduate School, Seoul National University
- Hong, S. T. (2001). The Effects of Music Therapy on Vital Sign Changes of Operational Patients, *J. Korean Acad. Nsg*, 24(3), 377-388.
- Jung, Y. J. (2001). The Origin and Development of Psychiatric Music Therapy. *Clin Art*, 2, 26-33.
- Kim, B. Y. (1999). A Study on the Effect of Music Therapy on Senile-Dementia, Unpublished master thesis, Graduate School, Hanyang University.
- Kim, Y. H. (1999). The Effect of Group Recreation Therapy on Depression, Self-Esteem and Life-Satisfaction of the Elderly, *J of Korean Comm Nsg*, 10(1), 19-31.
- Kong, E. H. (1999). The Effect of Application of Korean Relaxation Music on Impatient Behavior of Dementia Patients of a Nursing Home. Unpublished Master thesis, Graduate School, Seoul National University.
- Lee, Y. A. (1997). A Study on Leisure Activities Type and Life-Satisfaction of Elderly. Unpublished Master thesis, Graduate School of Administration, Chung Ju National University.
- Lee, W. Y. (2000). The Literature Review of Music Therapy in the United States. *J of Korean Comm Nur* 14(3), 245-261.
- Medley, M. L. (1976). Satisfaction with Life among persons sixty-five years and older. *J of Gerontol*, 31(4), 448-455.
- Na, M. H. (1999). The Effect of Musical Activities through Depression Scale and Self-Esteem Scale of Elderly, Unpublished Master thesis, Graduate School, Sookmyung Women University.
- Park, S. W. (1999). The Effect of Reminiscence Therapy on the Depression of Hospitalized Elderly Patients, Unpublished Master thesis, Graduate School of Public Health, Yon-Sei University.
- Park, Y. S. (2001). The Effect of Music Therapy on the Depression and Psychiatric Behavior of Psychiatric Patients. Unpublished Master thesis, Graduate School Seoul National University.
- Prinsley, D. M. (1986). Music Therapy in Geriatric Care. *J Australian Nurses*, 15(9), 48-49.
- Yesavage, J. A., Brink, T. L. (1983). Development and Validation of a Geriatric Depression Screening Scale. *J of Psychiatry Research*, 7(1) 37-49.
- Yoon, J. (1982). A Study on Life-Satisfaction Scale. Abstract presented on Korean Acad Psychology.
- Yoon, J. (1985). The Relationship of Aging Process and Psychological Trait. *Korean Nurse*, 28(4), 6-11.
- You, S. Y. (2003). The Effects of the Music Therapy on the Anxiety and Satisfaction of Clients with Cataract Surgery under Local Anesthesia. 14(3). 407-414.

- Abstract -

The Effect of Music Therapy on the Elderly People's Depression and Life-Satisfaction

Park, Mi Jeong · Chung, Young***

Purpose: This research was carried out to examine if music therapy is effective in decreasing elderly people's depression level and in increasing their life satisfaction level.

* Hae-Min Hospital, Haenam

** Department of Nursing, College of Medicine, Chosun University

Methods: This study used the quasi-experimental design with nonequivalent control group and the pre-test and post-test design, and was conducted from the 26th of July to the 26th of September in 2004. Data were collected using a questionnaire developed by Y.esavage et al. (1983) to measure depression level and one developed by Yoon (1982) to measure life satisfaction level. The subjects were 80 elderly people who were the members of an elderly welfare center in G city. The subjects were divided into an experimental group (n=40) and a control group (n=40). **Results:** The first hypothesis "The depression level will be lowered

in the experimental group who received music therapy" was supported ($t=3.856$, $p=.000$). The second hypothesis "The life satisfaction level will be raised in the experimental group who received music therapy" was supported ($t=2.040$, $p=.045$). The results above suggest that music therapy can be an effective nursing intervention for reducing the depression level and increasing the life satisfaction level of elderly people.

Key words : Music therapy, Depression,
Life-Satisfaction