

집단음악치료가 비행청소년의 정서적 안정성과
자기효능감에 미치는 효과

The Effect of Group Music Therapy on the Emotional Stabilisation
and the Self-Efficacy of Juvenile Delinquents

대전대학교 예술치료학과

교수 최애나*

원광대학교 예술치료학과

석사 차은선

Dept. of Art Therapy, Daejeon Univ.

Professor : Choi, Ae-Na

Wonkwang Univ.

Master : Cha, Eun-Sun

<Abstract>

The purpose of this study was to investigate the effects of group music therapy on the emotional stabilisation and Self-Efficacy of juvenile delinquents. The subjects, who were from age 15 to 19 as juvenile delinquents, received juvenile protection Order one (1) and three (3) or Order (4) and were placed in custody designated by the Gwang Ju Family Court. The 24 subjects were divided into the experimental group (N=12), and the control group (N=12) at random.

The experimental group was given 14 group music therapy session for 90 minutes each, two times a week, and the control group was not given any.

Emotional stabilisation and the Self-Efficacy scores for each adolescent was compared before and after the experiment. Statistical methods used for data analysis were mean, the standard deviation, and the ANCOVA.

Results are as follows.

The experimental group was significantly increased in emotional stabilisation compared with the control group. The experimental group was significantly decreased in aggressive behavior compared and in stress compared with the control group. The experimental group was significantly increased in self-efficacy compared, in self-confidence compared and in self control efficacy compared with the control group.

These results suggest that group music therapy are positive effects on improving the emotional stabilisation and the Self-Efficacy of juvenile delinquents.

▲주요어(Key Words) : 자기 효능감(self-efficacy), 비행 청소년(juvenile delinquents)

I. 서 론

1. 연구의 필요성 및 목적

청소년기는 아동기와 성인기를 연결하는 과도기적 단계로 정체감의 위기를 체험하는 시기이며, 좌절과 갈등을 경험하기 시작하고 기성세대의 권위와 간섭에 반항적인 성향이 두드러지게 나타남으로써 여러 가지 문제노출의 가능성을 내포하는 시기이다(윤덕중, 1989). 또한, 충동과 자극에 민감해지고 정서적으로도 불안정한 상태에 처하기 쉽고, 주위환경에 크게 영향을 받는 등 사소한 비행일 일으킬 가능성이 높다(정문성, 1992).

지난 5년간 총범죄는 매년 증가추세에 있는 반면 청소년 범죄는 2000년 소년범죄 151,176명에서 2004년 92,976명으로, 총범죄 대비 청소년 범죄의 구성율은 2000년에 6.5%였던 것이 2004년에는 3.6%에 그치고 있다(청소년백서, 2005). 최근 청소년 범죄가 감소추세에 있다고는 하지만, 급격히 감소한 청소년 인구를 감안하면 큰 차이는 없다고 할 수 있다. 2004년 소년범죄의 유형별 분포상황을 보면 폭행, 상해, 공갈 등 폭력범이 29,940명으로 32.2%, 절도, 사기, 횡령 등 재산범이 32,487명으로 34.9%, 교통사범이 22,452명으로 24.1%, 살인, 강도, 강간 등 강력범이 2,877명으로 3.1%를 차지하고 있다(청소년백서, 2005). 특히 최근에 오면서 청소년 범죄는 점차 폭력화, 저연령화 되면서 우발적 범죄 증가, 범죄의 집단화, 재범률 증가의 특징을 보이고 있어 더욱 문제가 아닐 수 없다.

이렇게 비행청소년들은 낮은 자아개념과 감정 및 욕구 표현에 있어서의 어려움, 관계형성 능력의 어려움이 있고, 충동적이며, 생활에서 직면하는 문제들을 해결할 적절한 능력을 갖고 있지 못하다. 비행집단은 일반집단에 비해 더 많은 문제를 겪고 있거나 스트레스를 경험하고 있으나, 이에 비해서 스트레스 대처능력이나 문제해결 능력이 떨어지는 것으로 나타났다(청소년대화의 광장, 1995).

한편, 정서는 모든 행동의 근본이며 모든 정신생활을 조절한다고 할 수 있는데 공격성, 스트레스, 열등감 등은 정서를 불안정하게 한다고 할 수 있다(민영순, 1976). 류경이(2003)는 정서적 안정성은 정신건강과 적응의 조화를 이루며 정신적 균형의 유지, 감정의 안정, 확고한 자신과 낙관, 조용하고 침착하며 태연함을 의미하고, 정서적 안정성이 낮은 경우의 정서는 심리적 긴장, 신경과민, 불행감, 자기무가치감 등이라고 하였다. Bandura(1993)는 이것을 인간은 외적 자극에 대해서 강한 부담감을 느껴 심리적 부적응과 정신건강을 위협받고 있지만 내적인 인지과정을 거쳐 그것을 중재할 능력이 있으며 이것을 자기효능감으로 설명하였다.

박영신·김의철(2000)은 학교폭력 행동 유형집단별 자기효능감 차이를 비교하였는데 의미있는 차이를 보였으며, 가해행동 경험집단이 무경험집단보다 스스로를 조절하면서 학습하는 자신감이나 어려운 일을 잘 극복할 수 있다는 자기의 능력에 대한 긍정적인 자신감이 낮았다고 했다.

비행청소년들은 대부분 결손가정, 빈약한 가정환경에 처해있고, 학업중퇴의 학력으로 이에 따른 심리, 정서상의 문제를 보이는 경우가 많다. 따라서 비행청소년들을 건전한 청소년으로 다시 사회에 복귀하여 적응시키고, 재비행 방지를 위하여 심리, 정서적인 문제를 다루어주는 다양한 활동들이 필요하다. 이러한 필요성과 함께 최근 들어 상담, 심리극, 음악치료, 미술치료, 동작치료 등을 활용한 다양한 접근들이 이루어지고 있다.

음악은 비행청소년들이 지적인 저항감 없이 마음껏 자기를 표현할 수 있는 기회를 제공한다. 특히 음악 그 자체는 매우 구체화된 행동을 요구하며 동시에 인간에게 즐거움을 주고, 행동에 대한 동기를 부여한다(여옥희, 1985). 음악을 듣거나 만들어가는 경험을 통해 그들은 감정적인 과정들을 다루어가며 이 때 음악의 구성요소들은 행동으로부터 감정을 분리하는 것을 경험적으로 가능하게 만들어 결과적으로 여러 형태의 감정들을 수용할 수 있도록 한다(Zwelling, 1979). 음악활동을 통한 감정의 표현은 정서적 안정성을 주며 사회성을 육성하는 수단으로 음악적 적성, 능력과는 관계없이 그들의 기능적, 시각적, 정서적 자극을 돕는 작용을 한다(Bruscia, 1987). 음악은 정서적인 안정감을 제공하며, 비행청소년들의 감정에 많은 영향을 주어 행동의 변화를 일으킬 수가 있어 다양한 접근을 할 수 있을 것이다.

집단음악치료는 개인을 집단으로 통합하여 타인과의 교류를 증진시키고 말로 표현하지 못하는 감정을 쉽게 표현하도록 해주어 사회적 기술을 증진시킬 수 있도록 도와주며, 자존감이 부족한 청소년들에게 자기가치에 대한 느낌을 향상시키면서 만족감과 성취감을 갖게 해준다. 또한, 음악치료를 통해 느낀 생각이나 감정이 치료사에게 공감받고 치료사와 내담자가 대화를 통해 재정립하면서 문제해결 기술을 음악공간 안에서 자연스럽게 발달시킬 수 있을 것이다. 이러한 점들은 비행청소년에게 있어 음악이 적절한 치료적 도구로 사용될 수 있는 이론적 토대를 제공한다고 볼 수 있다.

이에 본 연구의 목적은 비행청소년을 대상으로 집단음악치료를 실시했을 때 이들의 정서적 안정성과 자기효능감에 어떠한 영향을 미치는지를 분석하는데 있다.

2. 연구가설

본 연구의 목적을 충족시키기 위하여 다음과 같은 구체

적인 가설을 설정하였다.

<가설 1> 집단음악치료는 비행청소년의 정서적 안정성을 향상시킬 것이다.

[1-1] 집단음악치료에 참여한 실험집단과 통제집단간에는 공격성에 있어 유의한 차이가 나타날 것이다.

[1-2] 집단음악치료에 참여한 실험집단과 통제집단간에는 긴장수준에 있어 유의한 차이가 나타날 것이다.

[1-3] 집단음악치료에 참여한 실험집단과 통제집단간에는 열등감에 있어 유의한 차이가 나타날 것이다.

<가설 2> 집단음악치료는 비행청소년의 자기효능감을 향상시킬 것이다.

[2-1] 집단음악치료에 참여한 실험집단과 통제집단간에는 자기조절 효능감에 있어 유의한 차이가 나타날 것이다.

[2-2] 집단음악치료에 참여한 실험집단과 통제집단간에는 과제난이도선호에 있어 유의한 차이가 나타날 것이다.

3. 용어의 정리

1) 비행청소년

비행청소년이란 소년법 제2조의 규정에 따라 범죄행위, 촉법행위, 우범행위를 한 12세 이상 20세 미만의 청소년을 말한다.

2) 정서적 안정성

특정상황에서 얼마나 쉽게 흥분하고 또한 강한 정서적 반응을 보이는가를 의미한다. 이는 다양한 환경에 대한 정상적인 정서반응 패턴에 관한 것으로, 자신이 세상을 얼마나 통제할 수 있으며, 세상을 위협적이지 않다고 생각하는 정도를 말한다. 정서적 안정성의 하위 항목으로 공격성, 열등감, 긴장수준을 중심으로 하였다(한태영, 1998).

3) 자기효능감

자기효능감(self-efficacy)이란 어떤 결과를 이루기 위해 필요한 행동을 조직하고 수행할 수 있는 개인의 능력에 대한 판단이다(Bandura, 1986). 이것은 주어진 상황에서 얼마나 유능한 것인가에 대한 개인의 판단인 동시에(Perterson & Stunkard, 1992), 특정행동을 수행할 수 있는가에 대한 개인의 신념이다(Owen, 1988). 자기효능감의 하위 항목으로 자기조절 효능감, 과제난이도 선호가 있다. 자기 조절 효능감이란 개인이 어떠한 과제를 달성하기 위해 자기 조절

즉, 자기 관찰, 자기 판단인 인지과정과 자기 반응의 동기 과정을 잘 사용할 수 있는가에 대한 효능기대라고 할 수 있다(Bandura, 1993). 또한 과제 난이도 선호는 개인이 어떤 수행 상황에서 목표를 선택하고 설정할 때 어떤 수준의 난이도를 선호하는가를 측정하는 것이다.

II. 이론적 배경

1. 청소년의 정서적 안정성과 자기효능감

1) 정서적 안정성

일반적으로 정서란 어떤 자극을 받았을 때에 개인의 내부에 일어나는 강한 감정을 말하는 것으로 정서는 개인이 어떤 상황에 직면해서 강한 동요상태에 빠져 있을 때, 심리적 변화와 표출 운동을 수반한 강한 감정이라고 정의할 수 있다. 이것은 단기간의 경과를 거치는 것이 특징이어서 어떤 욕구가 실현되거나, 혹은 제한 당했을 때에는 여러 가지 정서가 일어날 수 있다(김충기·맹석영, 1980).

정서는 모든 행동의 근본이며 모든 정신생활을 조절한다고 할 수 있는데 공격성, 스트레스, 열등감 등은 정서를 불안정하게 한다고 할 수 있다. 특히 노여움 등의 격심한 정서의 직접적인 표출을 억제하고 성적인 것이나 기타의 정서에 있어서 의식적인 억압이 일어날 때 그로 인한 자기혐오의 열등감이 증가하며, 내면적으로 침울하여져서 정서적으로 불안정하게 된다(민영순, 1976).

정서적 안정성은 특정상황에서 얼마나 쉽게 흥분하고 또한 강한 정서적 반응을 보이는가를 의미한다. 이는 다양한 환경에 대한 정상적인 정서반응 패턴에 관한 것으로, 자신이 세상을 얼마나 통제할 수 있으며, 세상을 위협적이지 않다고 생각하는 정도를 말한다. 정서적 안정성의 하위 항목으로 공격성, 긴장수준, 열등감이 있다(한태영, 1998). 공격성이 안정적이면 불쾌하거나 좌절 상황에서도 화를 잘 내지 않으나, 공격성이 예민하면 쉽게 화를 내며, 분노의 대상에 보복하고자 한다. 긴장수준이 안정적이면 혼자서 어려운 상황을 잘 다룰 수 있다고 믿으며 스트레스나 불쾌감을 잘 견디지만, 긴장수준이 예민하면 불안해하고, 위급한 상황에서 무기력해진다. 열등감이 안정적이면 타인 앞에서도 당당하고 쉽게 당황하지 않으나 열등감이 예민하면 자신감이 부족하여 타인의 평판에 예민하게 반응을 하고자 한다.

Mark(1986)는 청소년들이 직면하는 많은 정서적 갈등들을 해결할 수 없어 좌절, 혼란 등을 느낄 때 그들의 심각한 문제를 빠르게 정리하는 것을 묘사하는 음악 가사에서 해결을 찾을 수 있다고 하였고, Thomas(1987)는 청소년들의 스트레스 조절에 음악감상이 자주 사용된다고 하였다.

Cassity, M. & Cassity, J.(1994)는 정신과 음악치료의 진단 및 치료에 관련된 일련의 내용들을 조사한 결과 청소년을 위한 진단 및 치료영역은 정서(33%), 대인관계(31%), 인지(21%)영역이라고 밝혔다. 또한 이러한 각 영역의 특정 문제 행동은 여러 가지가 있는데 정서영역에는 감정규정의 어려움, 표현능력의 부족, 타인을 향한 분노가 제시되었다.

음악을 통한 절정의 경험은 정서-기분 반응을 유발하고 기분을 변화시킬 수 있는데, 이런 변화를 통한 정서적 반응은 관련행동에 긍정적인 영향을 미치게 된다(Abeles, 1980).

2) 자기효능감

자기효능감은 Bandura가 [Self-efficacy : Toward a unifying theory of behavioral change]라는 논문에서 최초로 발표한 개념으로 어떤 결과를 이루기 위해 필요한 행동을 조직하고 수행할 수 있는 개인의 능력에 대한 판단을 말한다(Bandura, 1986). 자기효능감은 주어진 과제를 달성하는데 필요한 행위과정을 조직하고 실행할 수 있는 가능성에 대한 신념으로, 예측할 수 없으며 특수한 상황에서 어떤 결과를 성취하기 위해서 요구되는 행동을 잘 해낼 수 있는가 하는 자신의 능력에 대한 개인적 판단이다.

청소년기는 자기효능감을 발달시키고 실행하는 시기이다. 자기효능감(Self-efficacy)이란 개인이 어떤 행동이나 활동을 성공적으로 수행할 수 있다는 자신의 능력에 대한 확신이나 기대를 말하는데 자기개념, 자아존중감, 지각된 능력 등과 유사한 개념이다.

음악은 성공적인 경험을 통해 자기 속에 긍지를 높일 수 기회를 마련해 준다. 음악치료에서 노래를 부르거나 악기를 연주하거나 또한 음악을 만드는 것은 비록 성취감이 낮을지라도 학생들에게 자신감을 줄 수 있고 성격 발달에 도움을 줄 수 있다. 즉각적이고 기초적인 성공에 바탕을 둔 이런 자신감은 자기존중을 하는데 도움을 줄 수 있으며(Kadushin, 1980), 자신감은 잘 계획된 음악활동을 통해서 향상될 수 있다. 즉 적극적 음악활동, 악기연주와 노래하기처럼 음악내의 구조는 자아정체감과 성격발달을 위해 필수적이라 할 수 있는 자기표현을 안전하게 할 수 있도록 해준다(Bruscia, 1987).

악기연주 활동을 통해서 그룹원의 소리를 들으며 자신의 차례를 기다리는 경험이 집단응집력을 만들고, 함께 연주를 완성한 성공적인 결과에서 자신감과 만족감을 얻게 된다.

비행청소년의 음악치료는 음악활동 즉 음악연주, 즉흥연주, 창작, 작곡, 노래만들기, 음악감상 등을 통해 그들의 문제행동을 바람직한 행동으로 변화시키는 목적을 가지고 시행하는 것이다. 비행청소년들에게 음악치료의 효용성은 음악이 비행청소년들에게 안정하고 지지적인 환경을 제공해주고, 감정 경험의 고양을 통하여 긍정적 감정상태를 경험

하게 하며 동기를 부여해 준다는 데에서 찾아볼 수 있다(Nordoff & Robbins, 1971).

음악치료 그룹안에서 공감받고 수용되어지는 성공적인 경험을 통해 자기효능감을 높이고 대인관계를 원활하게 하며 사회적응을 위한 유용한 행동학습으로 이어지게 한다. 이러한 음악을 치료의 도구로 사용하는 음악치료가 비행청소년의 탈 비행에 유용한 접근방법으로 관심이 높아지고 있다.

2. 음악치료의 정의

음악치료(Music Therapy)란 음악(Music)과 치료(Therapy)의 합성어이다. 음악의 개념은 멜로디, 하모니, 리듬의 3요소가 갖추어진 우리 귀에 듣기 좋은 아름다운 소리를 말하기도 하고, 현대의 음악들처럼 우리 주변의 소음이나 짐목, 컴퓨터에 의한 인공적인 음까지도 음악의 범주에 포함시키는 경우도 있다(최병철, 1999).

음악치료에서 음악(Music)이란 단어는 사용되는 특정 매체를 지칭한다(William B. Davis et al., 2000). 즉 음악은 치료 매체로서 사용되며, 치료 상황에서 음악의 최적 효과는 음악치료사의 적절한 사용에 좌우된다.

음악은 범세계적인 현상이므로 모든 문화권에서 모든 연령층의 사람들이 음악을 듣고, 연주하고, 창조해내고 즐긴다. 어떤 음악은 매우 복잡해서 이해하기 힘들고 어떤 음악은 굉장히 단순해서 이해하기 쉽다. 어떤 이들은 음악을 만들거나 연주하는 것을 좋아하고 또 어떤 이들은 단지 음악을 듣는 것만으로도 커다란 즐거움을 느낀다. 음악은 그 스타일의 다양성과 다각적인 참여 방식으로 인해 융통성 있는 치료매체가 된다(William B. Davis et al., 2002).

치료(Therapy)의 개념을 고찰해 보면, 치료 즉 therapy는 '보조하다' 또는 '사람을 도와주다'라는 의미를 갖는 단어로써, 신체적 또는 정신적 문제의 맥락에서 자주 쓰인다(William B. Davis et al., 2002).

치료의 개념은 병원에서 의사가 행하는 의술(Medical Treatment)이 아닌 요법의 개념이며 치료의 사전적 의미는 행동과학으로서 다양한 임상 현장에서 일하는 전문치료진에 의해 시행되는 보조 의료 서비스의 한 종류로 약물이나 수술을 이용하지 않고 정신적 신체적 질병을 치료하는 것이다. 치료사는 개념은 심리치료, 물리치료, 작업치료 등 다양한 영역에 걸쳐 사용되지만 음악치료에서의 개념은 심리치료(psychotherapy)의 의미이다(최병철, 2000).

치료적 도구로 사용되는 음악의 여러 가지 방법을 보면 음악치료를 포괄적으로 정의하는 것이 어렵다. 음악치료의 분야가 발전해 가면서 여러 가지 다른 음악 치료의 정의가 대두되었는데, 음악치료 성장기 중 첫 10년 동안 『Music

Therapy as a Career』(NAMT, 1960)라는 제목의 안내 책자에서는 음악치료를 “치료적 목표를 달성하기 위한 음악 예술의 과학적 적용이다. 이때 음악의 사용방법과 음악치료사는 환자의 행동변화에 가장 영향을 미치는 요소이다.”라고 하였다(William B. Davis et al., 2002).

그로부터 20년 후 NAMT의 회원수가 늘어나고 더욱 다양한 해진 내담자들을 상대하기 위한 새로운 기법들 및 임상 활동 기준이 마련되면서 『A Career in Music Therapy』(NAMT)라고 하는 책자에서 음악치료를 다음과 같이 정의하였다.

“음악치료는 치료적 목적을 달성하기 위해 음악을 사용하는 것이다. 이때 치료적 목표란 정신적·신체적 건강의 복원, 유지 및 향상을 의미한다. 음악치료는 치료적 환경 속에서 바람직한 행동 변화를 일으키기 위해 음악 치료사가 음악을 체계적으로 적용하는 것을 뜻한다(William B. Davis et al., 2002).”

또한 1997년에 American Music Therapy Association (AMTA)은 직업의 고용기회에 관한 정보를 제공하는 책자에서 음악치료를 다음과 같이 정의하였다.

“음악치료는 장애를 가진 사람의 신체적·정신적·인지적 및 사회적 욕구에 부응하기 위해 음악과 음악활동들을 사용하는 의료 관련 분야의 전문직이다(William B. Davis et al., 2002).”

그리고 전국 음악치료협회(The National Association for Music Therapy(1977)(C>H>Schulbeg, The Music Therapy Sourcebook(New York : Human Science Press, Inc., 1981), P.14)에서는 음악을 사용해서 정신적 신체적 건강의 개선, 회복, 유지 등의 치료적 목적을 수행하는 것이라 하고 그것은 치료적 환경에 있는 음악치료사의 지도로써 조직적인 음악의 적용인데, 행도의 바람직한 변화를 일으킨다고 했다(은희경, 2001).

Bruscia(1989)는 음악치료의 정의를 내리기 쉽지 않은 것을 ‘음악’과 ‘치료’라는 두 단어가 다양한 내용을 함축하고 있기 때문이라고 말하고 있다. 그는 “음악치료의 정의”(Defining Music Therapy, 1989)라는 책에서 음악치료를 다음과 같이 정의하고 있다.

“음악치료는 치료사가 환자를 도와 건강을 회복시키기 위해 음악적 경험과 관계들을 통해 역동적인 변화를 이끌어내는 체계적인 치료의 과정이다.”

이렇듯 학자들에 따라 음악치료에 대한 정의는 약간씩 차이가 있지만 일단 ‘음악치료’로 간주되기 위해서는 먼저, 치료계획이 설정되어야 하고, 어떤 형태든 음악이나 음악활동이 있어야 하며, 음악치료사에 의해 실시되어야 하고, 치료를 받는 환자가 있어야 하며, 치료적인 목적이 분명하게 규정되고 설정되어야 한다(최병철, 2000).

이상을 정리해보면 음악은 범세계적인 현상이며 모든 문

화권에서 모든 연령층의 사람들이 창조하고 연주하고 즐길 수 있는 것이며, ‘치료(therapy)’란 신체적, 정신적인 맥락에서 ‘사람을 도와주다’라는 의미로 쓰인다. 음악치료에서의 치료는 심리치료의 의미이며, 음악치료는 정신적·신체적 건강의 복원 유지 및 향상 등의 치료적 목적을 달성하기 위해 음악을 사용하는 것을 말한다. 음악치료에서는 바람직한 행동 변화를 일으키기 위해서 치료사가 음악을 체계적으로 적용하며, 음악적인 경험을 통해 대상자의 역동적인 변화를 이끌어내는 치료의 과정이다.

3. 비행청소년을 위한 집단음악치료 연구

청소년을 대상으로 하는 집단 음악치료에서 의미있는 방법으로 즉흥연주, song writing, 악기 연주등을 주로 사용한다. 자기 표현과 의사소통에 어려움을 나타내는 비행청소년에게 음악치료를 통한 자기 표현과 의사소통의 경험은 비행청소년의 정서적 안정성과 자기 조절 효능감에 효과적인 방법으로 사용할 수 있다.

즉흥 연주는 음악을 즉흥적으로 만들어 가는 것으로 음악 치료에서 다양한 형태로 응용되는 방법 중의 하나이다. 분노, 증오의 감정 등이 지적인 저항감 없이 즉흥연주를 통해 음악으로 표현되어 나타난다.

음악치료를 통해 청소년은 전에는 경험하지 못한 자기 표현의 가능성을 알게 되고 자신의 마음속에 갇혀 있는 것을 표현하는 자유로운 즉흥연주에서 자신과 주위의 세계를 대하는 기본적인 독창적인 방법들이 잘 드러날 수 있도록 할 수 있다(Nordoff & Robbins, 1971).

노래가사를 쓰고 노래를 만드는 Song writing은 청소년 그룹의 응집력과 자신의 표현력 향상, 자아개념 향상, 자신과 동료들의 감정적 필요성을 느끼게 하며, 청소년의 심리적 안정과 신체적 회복을 돕는데 기여할 수 있다(EDgerton, 1990).

그러므로 여러 집단치료 프로그램 가운데 음악치료는 청소년 및 비행청소년에게 유용한 방법의 하나라고 할 수 있다.

청소년들의 자아개념에 음악이 긍정적인 영향을 끼치고 그룹 협동을 돕는 음악의 기능과 청소년의 하위문화로서 중요한 음악이라는 증거를 고려해볼 때 매우 큰 증거가 되고 음악치료는 청소년을 위한 그룹치료의 중요한 치료적 요인이다(Clendenon-Wallen, 1991).

음악치료는 치료 대상자의 행동을 바람직한 방향으로 변화시키기 위한 것이 목적이며, 치료를 받는 개인으로 하여금 자신과 주변의 세계를 깊이 있게 이해하게하여 사회에 보다 잘 적응할 수 있도록 도와주는 것이 음악치료의 목표이다(Bruscia, 1987). 음악은 인간에게 즐거움을 주기도

하고, 슬픔을 느끼기도 하며 감정을 표현하게 하는 역할을 한다.

국내에서 청소년 대상으로 음악치료를 실시한 연구들이 있는데, 박두인(1984)은 음악감상 및 토론 프로그램이 공격성과 성격특성에 미치는 영향을 연구하였는데 공격성이 감소하고 안정성, 책임성, 사회성이 증가되는 것으로 보고한 바 있다.

최효선(1985)은 비행청소년에 대한 음악요법의 시도에서 음악요법이 심리치료로써 비행청소년 집단의 욕구를 해소시키고 정서를 순화하는데 효과가 있는가에 대한 검증 결과, 음악요법 실시 후 욕구집단 검사는 실험집단과 통제집단에 유의한 차가 나타났고 남자 실험집단에서 굴중, 공격, 정동의 욕구가 유의한 수준으로 향상된 것으로 보고하고 있다.

조민행(1991)은 음악요법을 통해 정서불안 청소년의 정서에서 긍정적인 결과를 얻었는데, 이들은 음악요법 이후에 안정성과 사회성이 증대되었고, 불안성과 우울성향이 감소했으며, 공격욕구는 많이 감소되었다고 보고하였다.

서경아(1995)는 음악치료 프로그램이 비행청소년의 공격성을 감소시키는데 효과적이었고, 공격성 감소효과를 상당시간 지속시키는데 효과적이었음을 증명하였다.

이재열(1996)은 음악이 정서에 미치는 효과를 조사한 연구에서 음악은 청소년들에게 희망과 용기를 주는데 일조하며, 스트레스 해소와 정서안정 등에 많은 도움을 준다고 하였다.

음악치료와 관련된 선행 연구들을 통해 음악이 청소년들에게 여러 가지 긍정적인 영향을 준다는 것을 알 수 있다. 음악은 자기표현을 하게하고 비언어적 교류인 음악을 통해서 타인과 커뮤니케이션을 하게한다. 일반적으로 비행청소년들은 다른 사람과 관계를 맺고, 자신을 표현하는 사회적 기술이 매우 부족한 것으로 나타나고 있다. 대인관계 기술이 떨어지는 비행청소년들에게 음악은 말로 표현하지 못하는 감정의 표현을 가능하게 해주어 관계의 교류를 원활하게 도와주는 수단이 된다.

III. 연구방법 및 절차

1. 연구대상

본 연구는 형벌법령에 위배되는 행위를 하여 1, 3호 처분이나 4호 처분을 받고 전남에 소재한 소년보호시설에 있는 15세에서 19세 사이의 남자 비행청소년 24명을 대상으로 실시되었다. 이들 중 실험집단에 12명, 통제집단에 12명으로 무선배치 하였다.

연구대상자의 특성은 <표 1>과 같다.

2. 연구 설계

본 연구에서 프로그램의 효과를 검증하기 위해 설정한 연구 설계는 다음과 같다. 실험집단과 통제집단에 각각 사전-사후 검사를 실시하여 두 집단의 전체적인 정서적 안정성과 하위요소별 점수, 자기효능감의 전체적인 점수와 하위요소별 점수의 평균(M)과 표준편차(SD)를 산출하였고, 공변량분석(ANCOVA)을 실시하였다.

3. 측정도구

1) 정서적 안정성

한태영이 연구하고 한국적성연구소에서 개발한 Big 5 성격특성 척도지(1998)의 5요인 중 하나인 정서적 안정성을 추출한 것으로 하위요인은 공격성 11문항, 긴장수준 11문항, 열등감 11문항으로 총 33개의 문항으로 구성되어 있다. 측정은 5단계 Likert식 5점 척도로 하였으며, 본 연구에서는 역채점을 하여 점수가 높을수록 공격성, 긴장수준 및 열등감이 낮으며 정서적 안정성이 높다고 볼 수 있다.

본 연구에서 전체 정서적 안정성의 Cronbach α 값은 .83으로 나타났으며, 공격성은 .76, 긴장수준은 .62, 열등감은 .66 이었다.

<표 1> 연구대상자 특성

집 단	대 상	나 이	학 력	보호처분
실험집단	12명	15세 2명	초졸 1명	1, 3호 처분 3명 4호 처분 9명
		16세 4명	중재 2명	
		17세 2명	중퇴 7명	
		18세 3명	고재 2명	
		19세 1명		
통제집단	12명	15세 4명	중재 2명	1, 3호 처분 6명 4호 처분 6명
		16세 4명	중퇴 8명	
		17세 1명	고재 1명	
		18세 1명	고퇴 1명	
		19세 2명		

2) 자기효능감 검사(Self-Efficacy Scale : SES)

자기효능감 척도는 비교적 안정성 있는 개인의 지식과 수행사이에 중요한 매개 변인으로 파악되고 있는 것으로 써 자기효능감을 측정하기 위해 만들어진 차정은(1997)의 자기효능감 척도(Self-Efficacy Scale : SES)를 김달호(2001)가 재사용한 것을 사용하였다. 자기효능감을 측정하는 하위 요인은 자기조절 효능감, 과제난이도 선호로 대표되며 총 30개의 Likert식 5점 평정 문항들로 구성되어 있다. 점수가 높을수록 자기조절 효능감, 과제난이도 선호가 높다고 볼 수 있다.

본 연구에서 전체 자기효능감의 Cronbach α 값은 .80으로 나타났으며, 자기조절효능감은 .72, 과제난이도 선호는 .55 이었다.

4. 연구절차

1) 연구기간

연구기간은 2006년 7월 26일부터 9월 19일까지 9주간에 걸쳐 총 14회기의 음악치료를 시행하였다. 실험 집단과 통

제 집단으로 무선 배치한 후 소년보호시설에 있는 비행청소년을 대상으로 정서적 안정성과 자기효능감에 대한 사전검사를 7월 26일에 실시하였다.

실험집단에게는 음악치료를 실시하기 전 8월 2일에 사전 오리엔테이션을 한 뒤, 8월 7일부터 총 14회기의 음악치료를 주2회씩 회기당 진행시간은 90분으로 진행하였다. 실험집단과 통제집단의 사후검사는 실험이 끝난 직후 9월 19일에 정서적 안정성과 자기효능감 척도를 재실시 하였다.

2) 음악치료 프로그램 구성

음악치료 프로그램은 연구자가 비행청소년의 특성을 고려하여 구성하였다. 음악치료 프로그램을 시작하기 2일 전에 사전 오리엔테이션을 통해 음악치료 계획과 내용, 음악치료 장소, 시간, 치료사의 역할과 내담자의 역할 등에 대한 구조화 작업을 하였다. 또한, 음악치료에 사용될 악기에 대해 악기이름, 사용법 등 악기에 대한 소개시간을 갖고, 음악치료 프로그램에 대해 궁금한 것들을 질문하고 답하는 시간을 가졌다. 전체의 진행과정을 1~2회기는 신뢰감형성과 집단원 상호간의 이해에 역점을 둔 관계형성 단계, 3~6회기는

<표 2> 음악치료 프로그램

회기	목 적	방 법	내 용
1	관계형성 (자기조절)	Improvisation	집단규칙 정하기(우리의 약속), 악기로 자기소개
2	관계형성 (자기조절)	Improvisation	악기로 자신의 성격 표현하기, 그룹원의 연주 따라하기(반영하기)
3	감정표출/자기조절	Improvisation	즐거웠던 경험 악기 연주, 토의
4	감정표출/자기조절	Improvisation	가장 소중한 것 악기 연주, 토의
5	감정표출/자기조절 (공격성 감소)	Songwriting Improvisation	현재의 감정 가사로 표현하기, 화가날 때 나의모습 악기로 표현, 토의
6	감정표출/자기조절 (공격성 감소)	Songwriting	<버리고 싶은마음, 갖고싶은 마음>을 가사로 만들기
7	대인관계 향상 (자기조절)	Song discussion	가족 관련 노래 듣고 토의
8	대인관계 향상 (자신감향상)	Improvisation	<내게 영향미친 대상, 나를 아껴주는사람> 연주, 토의
9	대인관계 향상 (자신감향상)	Hand bell 연주	핸드벨 그룹연주 <당신은 사랑받기 위해 태어난 사람>
10	자신감 향상 (열등감 감소)	Song discussion	<가고싶은 여행지> 노래 후 토의
11	자신감 향상 (열등감 감소)	Songwriting	그룹원의 장점을 가사로 노래만들기
12	자신감 향상 (열등감 감소)	Song Drawing	<난 할 수있어> 노래부르며 미래의 나의모습에 대해 그림으로 표현, 토의
13	자신감 향상 (과제난이도선호)	음악동화	<소나무 이야기> 연주
14	자신감 향상 (과제난이도선호)	음악공연	핸드벨 연주, 음악동화 공연, 느낌나누기

감정표출과 자기조절의 단계, 7~9회기는 대인관계 향상에, 10~14회기는 자신감을 향상시키는데 목적을 두고 실시하였다.

음악치료의 구체적인 프로그램 내용은 <표 2>와 같다.

IV. 연구결과

1. 집단동질성 검사

음악치료 전 상황에서 집단간 정서적 안정성과 자기효능감 및 각각의 하위항목 점수가 차이가 나는지 알아보기 위해 t-검증을 실시하였고 그 결과는 <표 3, 4>와 같다.

<표 3, 4>에서 알 수 있듯이, 음악치료 전 상황에서 집단간 다른 영역에서는 유의한 차이를 보이지 않았으나, 정서적 안정성의 하위 항목인 긴장수준에서 유의한 차이가 나타나고 있다. 음악치료 전에 집단간 차이가 있다는 것은 집단간 동질성이 확보되지 않은 것으로 이를 보완하기 위해 본 연구자는 음악치료의 효과 분석 시 공변량 분석을 사용하였다.

2. 정서적 안정성에 미치는 영향

음악치료에 참가한 실험집단과 음악치료에 참가하지 않은 통제집단 간의 음악치료 실시 전과 실시 후의 정서적 안정성 점수의 평균과 표준편차를 비교하였다<표 5>.

실험집단의 사전 정서적 안정성의 평균은 101.75(SD=10.77), 사후 정서적 안정성의 평균은 118.33(SD=14.04)이었으며, 통제집단의 사전 정서적 안정성의 평균은 103.33(SD=12.51), 사후 정서적 안정성의 평균은 100.67(SD=22.98)이었다.

음악치료가 두 집단의 정서적 안정성에 미치는 영향을 알아보기 위하여 두 집단의 사전 정서적 안정성을 공변인으로서 한 공변량 분석을 실시하였다.

공변량 분석 결과 <표 6>에 의하면 음악치료 실시 집단(실험집단)이 음악치료를 실시하지 않은 집단(통제집단)에 비해 정서적 안정성이 유의하게 향상된 것으로 나타났다 (F(1,21)=6.230, p<.05).

1) 정서적 안정성 하위 항목에 미치는 영향

음악치료에 참가한 실험집단과 참가하지 않은 통제집단 간에 정서적 안정성의 하위 항목(공격성, 긴장수준, 열등감)에 어떠한 영향을 미치는지 알아보기 위하여 두 집단 간의 평균과 표준편차를 비교하였다<표 7>.

<표 3> 음악치료 전 집단간 정서적 안정성과 그 하위 항목 평균점수 차이에 대한 분석

	실험집단 M	통제집단 M	Sig
정서적 안정성	101.75	94.66	.151
공격성	34.75	30.25	.103
긴장수준	35.16	29.91	.020*
열등감	31.83	34.50	.198

*p<.05

<표 4> 음악치료 전 집단간 자기효능감과 그 하위 항목 평균점수 차이에 대한 분석

	실험집단 M	통제집단 M	Sig
자기효능감	92.91	94.91	.684
자기조절효능감	38.33	39.91	.600
과제난이도 선호	19.33	18.75	.777

<표 5> 정서적 안정성 사전·사후 평균과 표준편차

정서적 안정성	집단	M	SD
사 전	실험집단	101.75	10.77
		118.33	14.04
사 후	통제집단	103.33	12.51
		100.67	22.98

<표 6> 두 집단 간 음악치료 후 정서적 안정성 점수에 대한 공변량 분석

변량원	df	SS	MS	F	Sig
사전 정서적 안정성	1	1020.424	1020.424	3.081	.094
집 단	1	2063.238	2063.238	6.230	.021*
오 차	21	6954.909	331.186		
전 체	23	9848.000			

*p<.05

<표 7> 정서적 안정성 하위 항목 사전·사후 평균과 표준편차

하위 항목	집 단	사전 검사 M / SD	사후 검사 M / SD
공격성	실험집단	34.75 / 6.08	41.08 / 5.33
	통제집단	35.75 / 6.85	35.08 / 9.25
긴장수준	실험집단	35.17 / 4.84	40.08 / 5.76
	통제집단	36.08 / 5.40	34.17 / 7.53
열등감	실험집단	31.83 / 4.32	37.00 / 5.24
	통제집단	31.50 / 5.45	31.42 / 8.01

<표 8> 두 집단 간 음악치료 후 정서적 안정성의 하위항목 중 공격성 점수에 대한 공변량 분석

변량원	df	SS	MS	F	Sig
사전 공격성	1	475.779	475.779	12.841	.002**
집 단	1	269.052	269.052	7.262	.014*
오 차	21	778.054	37.050		
전 체	23	1469.833			

*p<.05, **p<.01

<표 9> 두 집단 간 음악치료 후 정서적 안정성의 하위항목 중 긴장수준 점수에 대한 공변량분석

변량원	df	SS	MS	F	Sig
사전 긴장수준	1	3.927	3.927	.084	.775
집 단	1	213.577	213.577	4.555	.045*
오 차	21	984.656	46.888		
전 체	23	1198.625			

*p<.05

본 연구에서는 역채점을 하여 점수가 높을수록 공격성, 긴장수준, 및 열등감이 낮으며 정서적 안정성이 높다고 볼 수 있다.

하위 항목 중 공격성은 실험집단의 사전 평균은 34.75 (SD=6.08), 사후 평균은 41.08(SD=5.33)이었으며, 통제집단의 사전 평균은 35.75(SD=6.85), 사후 평균은 35.08(SD=9.25)이었다. 또 다른 하위 항목인 긴장수준에서 실험집단의 사전 평균은 35.17(SD=4.84), 사후 평균은 40.08(SD=5.76)이었으며, 통제집단의 사전 평균은 36.08(SD=5.40), 사후 평균은

34.17(SD=7.53)이었다. 마지막 하위 항목인 열등감은 실험집단의 사전 평균은 31.83(SD=4.32), 사후 평균은 37.00(SD=5.24)이었으며, 통제집단의 사전 평균은 31.50(SD=5.45), 사후 평균은 31.42(SD=8.01)이었다.

음악치료가 두 집단의 정서적 안정성의 하위항목 중 공격성, 긴장수준, 열등감에 미치는 영향을 알아보기 위하여 두 집단의 사전 정서적 안정성의 하위항목을 공변인으로 한 공변량 분석의 결과는 <표 8, 9, 10>과 같다.

정서적 안정성의 하위항목 공격성에 대한 공변량 분석

<표 10> 두 집단 간 음악치료 후 정서적 안정성의 하위항목 중 열등감 점수에 대한 공변량분석

변량원	df	SS	MS	F	Sig
사전 열등감	1	137.366	137.366	3.317	.083
집 단	1	175.652	175.652	4.242	.052
오 차	21	869.551	41.407		
전 체	23	1193.958			

<표 11> 자기효능감 사전·사후 평균과 표준편차

자기효능감	집 단	M	SD
사 전	실험집단	92.92	12.24
사 후		109.33	17.14
사 전	통제집단	94.92	11.48
사 후		94.83	12.82
사 전	합 계	93.92	11.65
사 후		102.08	16.55

<표 12> 두 집단 간 음악치료 후 자기효능감 점수에 대한 공변량 분석

변량원	df	SS	MS	F	Sig
사전 자기효능감	1	2777.153	2777.153	25.769	.000***
집 단	1	1600.226	1600.226	14.848	.001***
오 차	21	2263.181	107.771		
전 체	23	6301.833			

***p<.001

결과 <표 8>에 의하면 음악치료 실시 집단(실험집단)이 음악치료를 실시하지 않은 집단(통제집단)에 비해 공격성이 유의하게 감소된 것으로 나타났다(F(1,21)=7.262, p<.05).

또한 정서적 안정성의 하위항목 긴장수준에 대한 공변량 분석 결과 <표 9>에 의하면 음악치료 실시 집단(실험집단)이 음악치료를 실시하지 않은 집단(통제집단)에 비해 긴장수준이 유의하게 감소된 것으로 나타났다(F(1,21)=4.555, p<.05).

마지막 정서적 안정성의 하위항목 열등감에 대한 공변량 분석 결과 <표 10>에 의하면 음악치료 실시 집단(실험집단)이 음악치료를 실시하지 않은 집단(통제집단)에 비해 열등감은 차이를 보이지 않았다(F(1,21)=4.242, p>.05).

3. 자기효능감에 미치는 영향

음악치료에 참가한 실험집단과 음악치료에 참가하지 않은 통제집단 간의 음악치료 실시 전과 후의 자기효능감 점수의 평균과 표준편차를 비교하였다.

실험집단의 사전 자기효능감의 평균은 92.92(SD=12.24),

사후 자기효능감의 평균은 109.33(SD=17.14)이었으며, 통제집단의 사전 자기효능감의 평균은 94.92(SD=11.48), 사후 자기효능감의 평균은 94.83(SD=12.82)이었다<표 11>.

음악치료가 두 집단의 자기효능감에 미치는 영향을 알아보기 위하여 두 집단의 사전 자기효능감 점수를 공변인으로서 한 공변량 분석을 실시하였다<표 12>.

공변량 분석 결과 <표 13>에 의하면 음악치료 실시 집단(실험집단)이 음악치료를 실시하지 않은 집단(통제집단)에 비해 자기효능감이 유의하게 향상된 것으로 나타났다(F(1,21)=14.848, p<.001).

1) 자기효능감 하위 항목에 미치는 영향

음악치료에 참가한 실험집단과 참가하지 않은 통제집단 간에 자기효능감의 하위 항목(자신감, 자기조절효능감, 과제난이도 선호)에 어떠한 영향을 미치는지 알아보기 위하여 두 집단 간의 평균과 표준편차를 비교하였다<표 13>.

하위 항목 중 자기조절 효능감에서 실험집단의 사전 평균은 38.33(SD=8.51), 사후 평균은 43.91(SD=7.71)이었으며, 통제집단의 사전 평균은 39.91(SD=5.80), 사후 평균은 39.08

<표 13> 자기효능감 하위 항목 사전·사후 평균과 표준편차

하위 항목	집 단	사전 검사 M / SD	사후 검사 M / SD
자기조절효능감	실험집단	38.33 / 8.51	43.91 / 7.71
	통제집단	39.91 / 5.80	39.08 / 7.19
과제난이도 선호	실험집단	19.33 / 5.28	22.91 / 5.96
	통제집단	18.75 / 4.67	19.50 / 4.40

<표 14> 두 집단 간 음악치료 후 자기효능감의 하위항목 중 자기조절효능감 점수에 대한 공변량 분석

변량원	df	SS	MS	F	Sig
사전자기조절효능감	1	497.848	497.848	14.401	.001***
집 단	1	203.919	203.919	5.899	.024*
오 차	21	725.985	34.571		
전 체	23	1364.000			

*p<.05, ***p<.001

<표 15> 두 집단 간 음악치료 후 자기효능감의 하위항목 중 과제난이도 선호 점수에 대한 공변량 분석

변량원	df	SS	MS	F	Sig
사전 과제난이도 선호	1	212.404	212.404	11.393	.003**
집 단	1	55.722	55.722	2.989	.099
오 차	21	391.513	18.643		
전 체	23	673.958			

**p<.01

(SD=7.19)이었다. 마지막 하위 항목인 과제난이도 선호는 실험집단의 사전 평균은 19.33(SD=5.28), 사후 평균은 22.91(SD=5.96)이었으며, 통제집단의 사전 평균은 18.75(SD=4.67), 사후 평균은 19.50(SD=4.40)이었다.

음악치료가 두 집단의 자기효능감의 하위항목 중 자신감, 자기조절효능감, 과제난이도 선호에 미치는 영향을 알아보기 위하여 두 집단의 사전 자기효능감의 하위항목을 공변인으로 한 공변량 분석의 결과는 <표 14, 15>와 같다.

자기효능감의 하위항목 자기조절효능감에 대한 공변량 분석 결과 <표 14>에 의하면 음악치료 실시 집단(실험집단)이 음악치료를 실시하지 않은 집단(통제집단)에 비해 자기조절효능감이 유의하게 향상된 것으로 나타났다(F(1,21)=5.899, p<.05).

마지막 자기효능감의 하위항목 과제난이도선호에 대한 공변량 분석 결과 <표 15>에 의하면 음악치료 실시 집단(실험집단)이 음악치료를 실시하지 않은 집단(통제집단)에 비해 과제난이도선호의 경우 유의한 차이를 보이지 않았다(F(1,21)=2.989, p>.05).

V. 논의 및 결론

1. 결론

본 연구는 집단 음악치료가 비행청소년들의 정서적 안정성과 자기 효능감에 어떠한 영향을 미치는지 알아보기 위한 목적으로 이루어졌다.

아울러 정서적 안정성의 하위항목인 공격성, 긴장수준, 열등감에 미치는 영향과 자기 효능감의 하위항목인 자기조절효능감, 과제 난이도 선호에 미치는 영향에 대하여 살펴보았다.

연구결과를 중심으로 결론을 제시하면 다음과 같다.

첫째, 집단 음악치료가 비행청소년의 정서적 안정성에 효과가 있는지 분석한 결과, 실험 집단이 통제 집단에 비해 정서적 안정성이 유의하게 향상된 것으로 나타났다. 이는 집단 음악치료가 비행청소년의 정서적 안정성을 향상시키는데 효과가 있었다는 것을 시사해 준다.

둘째, 집단음악치료가 비행청소년의 공격성에 미치는 효과가 있는지 분석한 결과, 공격성이 유의하게 감소된 것

으로 나타났다.

셋째, 집단음악치료가 비행청소년의 긴장수준에 미치는 효과가 있는지 분석한 결과, 긴장수준이 유의하게 감소된 것으로 나타났다.

넷째, 집단음악치료가 비행청소년의 열등감에 미치는 효과가 있는지 분석한 결과, 열등감에는 실험집단의 사후검사가 사전검사보다 감소된 것으로 나타났으나 통계적으로 유의한 차이는 나타나지 않았다.

다섯째, 집단음악치료가 비행청소년의 자기 효능감에 미치는 효과가 있는지 분석한 결과, 실험집단이 통제집단에 비해 자기효능감이 유의하게 향상된 것으로 나타났다. 이는 집단음악치료가 비행청소년의 자기효능감을 향상시키는데 효과가 있었다는 것을 시사해준다.

여섯째, 집단음악치료가 비행청소년의 자기 조절 효능감에 미치는 효과가 있는지 분석한 결과, 자기 조절 효능감이 유의하게 향상된 것으로 나타났다.

일곱째, 집단음악치료가 비행청소년의 과제난이도 선호에 미치는 효과가 있었는지 분석한 결과, 과제난이도 선호에는 실험집단의 사후검사가 사전검사보다 향상되었으나 통계적으로 유의한 차이는 나타나지 않았다.

2. 요약 및 논의

본 연구는 집단음악치료가 비행청소년들의 정서적 안정성과 자기효능감에 어떠한 영향을 미치는지 알아보기 위한 목적으로 이루어졌다. 아울러 정서적 안정성의 하위항목인 공격성, 긴장수준, 열등감에 미치는 영향과 자기효능감의 하위항목인 자기조절 효능감, 과제난이도 선호에 미치는 영향에 대하여 살펴보았다.

첫째, 본 연구에서는 실험집단과 통제집단 간의 정서적 안정성의 하위항목인 공격성, 긴장수준에 미치는 영향과 자기 효능감의 하위항목인 자기 조절 효능감에 유의한 차이가 나타났다. 음악은 두려움 없는 진정한 만족감을 제공하여 무엇보다도 안정적인 환경에서 활동할 수 있게 하고, 언어보다 효과적으로 상호 교류하여 감정을 표현할 수 있는 방법으로 제공되며, 이런 성공적인 음악경험을 통해 긍정적인 자아를 인식하게 된다. 본 연구에서도 음악치료를 통해 긍정적 정서에 있어 향상된 결과를 보인 것이라고 볼 수 있다. 이것은 정서적 안정성 향상에 음악치료가 효과적임을 보고한 이재열(1996), 최승학(1999)의 연구결과와 일치한다. 또한, 음악치료 실시 후 비행청소년의 욕구해소와 정서순화에 효과적이었다는 최효선(1985), 여옥희(1985)의 연구결과와 일치하는 결과이다.

둘째, 음악치료에 참여한 실험집단은 통제집단에 비해 자기효능감 점수와 하위항목 점수에 유의한 차이가 나타

났다. 자기효능감이란 개인이 어떤 행동이나 활동을 성공적으로 수행할 수 있다는 자신의 능력에 대한 확신이나 기대를 말하는데 자기개념, 자아존중감, 지각된 능력 등과 유사한 개념이다. 김의철(1999)은 효능감이 높을수록 자아존중감이 높고 건전한 여가활동을 한다고 보고하였고, 안순자(1997)는 자기존중감이 높을수록 자기효능감이 높다는 연구와 맥을 같이 한다. 또한, 비행청소년의 자아존중감을 향상시키는데 효과가 있다는 연구결과와 유사하다. Bandura(1986)는 자신의 성취에 따른 직접적인 성공경험을 통해서 자기효능감을 증가시킬 수 있다고 한다.

셋째, 집단음악치료가 비행청소년의 자기조절 효능감에 유의하게 향상을 보였다.

비행청소년들의 자기조절 효능감의 변화를 보면 초기에는 그룹원들 대부분 주의가 산만하고 그룹원들을 배려하지 않고 그룹원의 이야기를 들어주는 것에 익숙하지 않았다. 또한, 그룹원에게 부정적인 감정을 즉각적으로 표현하는 경향이 있었다. 그러나 회기가 진행될수록 그룹원들의 이야기를 들어주고 기다려주는 모습을 보이고, 부정적인 감정을 표현하는 것에도 눈치를 보거나 자제하려는 노력들이 보였다. 음악치료를 마치는 것에 아쉬워하며 또 참여하고 싶다고 하였다.

넷째, 집단음악치료가 비행청소년의 과제난이도 선호에는 효과를 미치지 못했다.

실험집단의 사후검사가 사전검사보다 향상되기는 했으나 통계적으로 유의한 차이는 없었다. 과제난이도 선호가 높은 개인은 도전적인 목표를 선택하는데 비해 과제난이도 선호가 낮은 개인은 자신의 기술을 뛰어넘는 위협적인 상황을 무서워하고 피하려 하며, 그들이 조절할 수 있다고 생각되는 쉬운 과제를 선택하고 행동한다(김달호, 2001). 이것은 비행청소년들이 성공경험보다는 실패경험을 많이 하게 되었고, 실패에 대한 두려움이 복잡하고 어려운 도전적인 과제보다는 쉬운 과제를 선택하여 안전함을 추구하려는 경향이 있음을 보여주었다.

본 연구의 결론을 바탕으로 다음과 같은 제언을 하고자 한다.

첫째, 연구대상이 모두 남자 청소년들이었다. 최근들어 청소년범죄 주 여학생 비행의 증가를 고려할 때 여자 비행청소년에 대한 접근이 필요하다.

둘째, 본 연구에서는 1, 3호 처분과 4호 처분 비행청소년 24명만을 대상으로 실시하였으므로 그 효과성을 일반화시키기에는 한계가 있다. 1호 처분에서 7호 처분 비행청소년을 대상으로 실시하여 효과성을 검증하는 것이 필요하다.

셋째, 청소년들의 심리적 변화와 행동의 변화를 사전, 사후 검사지를 통한 통계적 분석으로는 부족하다. 앞으로 후속연구에서는 청소년에 대한 다양한 질적분석이 필요하다.

넷째, 본 연구자는 음악치료가 비행청소년의 정서적 안정성, 자기효능감에 미치는 효과를 14회기의 프로그램을 실시하여 규명하고자 하였다. 추후 연구에서는 보다 장기적으로 음악치료를 실시하여 효과를 지속할 수 있는 다양한 방법의 연구가 필요하다고 본다.

집단음악치료는 비행청소년의 정서적 안정성 및 자기효능감 향상에 긍정적인 효과를 미쳤다는 점에서 적절한 상담 방법으로 여겨진다. 집단 안에서 집단원들과 치료사로부터 수용 받고 지지받은 경험들은 비행청소년들의 사회적응을 돕고, 비행청소년 문제의 예방 및 치료 프로그램으로서 활용할 수 있을 것이다. 더 나아가 청소년비행을 예방하기 위한 적절한 개입을 하기 위해서는 그들에 대한 정확한 이해가 선행되어야 한다.

사회와 가족, 친구들과 단절되어 있는 시설 청소년들은 반복되는 일상으로 인해 정서가 메마를 수 있고, 사람들과의 정서적인 교감을 할 기회가 줄어들게 된다. 비행청소년들 대부분이 정서적인 문제를 안고 있다고 볼 때 정서교육과 심리치료의 필요성이 더욱 커진다. 비행청소년들의 심리적 갈등을 완화하고 정서적 안정을 도모하며 행동의 변화가 일상생활에 적용되기 위해서는 심리치료, 음악치료, 미술치료 등의 심리 정서적인 프로그램이 요구된다.

비행청소년 보호교육기관에 있는 비행 청소년을 대상으로 음악치료를 실시하고 음악치료의 효과를 검증할 수 있는 연구들이 많이 이루어져 효과적인 프로그램이 개발되기를 기대한다.

- 접수일 : 2007년 07월 09일
- 심사일 : 2007년 07월 29일
- 심사완료일 : 2007년 10월 21일

【참 고 문 헌】

김달호(2001). 신문제작이 청소년의 자기효능감에 미치는 영향. 서강대학교 언론 대학원 석사학위 논문.
 김의철 · 박영신 · 양계민(1999). 자기효능감의 인간행동. 서울: 교육과학사.
 김준호(1990). 청소년 비행의 원인에 관한 연구. 한국형사정책 연구원.
 김충기, 맹석영 공저(1980). 청년발달 심리학. 세광공사
 류경이(2003). 명상음악이 초등학교생의 정서 안정에 미치는 효과. 창원대학교 교육대학원 석사학위 논문.
 민영순(1976). 발달심리학. 서울: 교육출판사.
 박두인(1984). 음악감상과 토론 프로그램이 공격성 성격특성에

미치는 영향. 동아대학교 교육대학원 석사학위 논문.
 박영신 · 김의철(2001). 위탁청소년과 중고등학교의 하교폭력 행동 및 관련변인 비교분석. 한국교육심리학회 2001년도 학술세미나 자료집.
 서경아(1995). 적극적인 음악치료 프로그램이 비행청소년의 공격성 감소에 미치는 효과. 계명대학교 교육대학원 석사학위 논문.
 안순자(2002). 자기성장 프로그램이 초등학교 아동의 자기존중감 및 자기효능감에 미치는 효과. 한국교원대학교 대학원 석사학위 논문.
 여옥희(1985). 비행 청소년의 음악태도에 관한 연구. 이화여자대학교 교육대학원 석사학위 논문.
 원호택(1991). 청소년 범죄행동 유발요인에 대한 심리학적 연구. 한국형사정책연구원.
 윤덕중(1989). 소년집단비행의 원인과 대책. 청소년범죄연구. 7.
 이석재(1996). 자기제시책략척도의 타당도검증. 한국심리학회: 사회심리 10.
 이재열(1996). 음악요법이 청소년의 정서에 미치는 영향에 관한 연구. 관동대학교 대학원 석사학위 논문.
 정문성(1992). 거주환경과 청소년 비행과의 관계. 한국청소년 연구, 8.
 조민행(1991). 음악요법을 통한 정서불안 청소년의 정서순화에 관한 탐색연구. 인하대학교 대학원 석사학위 논문.
 청소년대화의 광장(1995). 비행청소년 상담지원정책. 청소년위원회(2005). 청소년백서.
 최병철(1999). 음악치료학. 서울: 학지사.
 최승학(1999). 음악치료가 비행 청소년들의 인성에 미치는 영향. 경기대학교 대학원 석사학위 논문.
 최효선(1985). 비행청소년에 관한 음악요법의 시도. 숙명여자대학교 대학원 석사 학위논문.
 한태영(1998). Big 5 성격특성 검사지, 한국적성연구소.
 Abeles, H.(1980). Response to music. In D. A. Hodges(Ed.), Handbook of music psychology. Dubuque, IA: Kendall-Hunt.
 Bandura, A. (1986). Social foundations of thought and action : A social cognitive theory. Englewood Cliffs, NJ : prentice-Hall.
 Bandura, A. (1993). Self-efficacy : The exercise of control. N.Y.: Freeman.
 Bruscia, K(1987). Improvisational Model of Music Therapy. spring field : Charles C, Thomas.
 Buss, A. H. & Plomin, R.(1975). A temperament theory of personality development. N.Y.; John Wiley & sons.
 Cassity, M. & Cassity, J.(1994). Psychiatric music therapy assessment and treatment in clinical training facili-

- ties with adults, adolescents, and children, *Journal of Music Therapy*, 31(1), 2-30.
- Clendenon-Wallen, J.(1991). The use of music therapy to influence the self-confidence and self-esteem of adolescents who are sexually abused. *Music Therapy Perspectives*, 9, 74-77.
- Edgerton, C.D.(1990). Creative group Songwriting. *Music Therapy Perspective*, 9, 15-19.
- Jensen, G. F. & D. G. Rojek(1980). *Delinquency : A Sociological view*, Lexington, MA : D. C. Health.
- Kadushin, A(1980). *Child Welfare Services* 3rd ed. N.Y.: colombia university.
- Kagan, J.(1966). Reflection-impulsivity : The generality and dynamics of conceptual tempo. *Journal of Abnormal psychology*, 71, 17-24.
- Mark, A.(1986). Adolescents discuss themselves and drugs through music. *Journal of Substance Abuse Treatment*, 3, 243-249.
- Nordoff, P & Robbins, C.(1971), *Therapy in Music for Handicapped Children*. London : Victor Gallancy, Ltd.
- Owen(1988). Self-Efficacy in University Faculty. *Journal of Vocational Behavior* V33 n1, 1-14.
- Parsons.(1964). *Social Structure and personality*, London ; The Free press of Glences.
- Perterson & Stunkard(1992). Cognates of personal control: locus of control, self-efficacy and explanatory style. *Applied & preventive Psychology*, 1, 111-117.
- Sieper, B. B. & Kandaras, C. S.(1985). *Group music therapy with Child and Adolescents*. N.Y.: Human sciences press.
- Thomas, E.(1987). *Stress and schooling: A search for profiles adolescent students*. N.Y.: Paper presented at the International Council of psychologists Annual Convention.
- William B,D,(2000). 김수지 · 고일주 · 권혜경 공역(2002). *음악 치료학 개론*. 서울: 권혜경 음악치료센터.
- Zwerling, I.(1979). The creative arts therapies as "real therapies". *Hospital and Community Psychiatry*, 30, 841-844.