

Effects of a Song Psychotherapy Intervention on the Change Readiness of Alcoholics

Kim, Sun Sik^{*}, Hong, Geum Na^{**}, Choi, Min Joo^{***}

This study investigated whether a song psychotherapy based on the change stages of alcohol addiction impacted the change readiness of alcoholics. The song psychotherapy intervention consists of six activities (listening to a song, singing, songwriting, song sharing, lyrics analysis, and discussion and analysis of a song), which considers the change stages of alcohol addiction. A total of 64 inpatients diagnosed with alcoholism were randomly assigned to either the control ($n = 33$) or experimental group ($n = 31$). The experimental group took part in the intervention program for 45 minutes twice a week for 6 weeks (total of 12 sessions). The intervention effect was evaluated with SOCRATES-K. The results showed that the SOCRATES-K score significantly increased by 14.6% ($p < .001$) for the experimental group, whereas it remained almost unchanged (0.8% increase, $p = .141$) in the control group. For subcategory scales, the experimental group showed the highest increase in the ambivalence factor, followed by the recognition and taking-steps factors. Meanwhile, no significant changes in all three scales were found in the control group. Therefore, the song psychotherapy intervention based on the change stages of alcohol addiction was found to significantly increase the change readiness of alcoholics.

Keywords : Alcohol addiction, Change stages, Change readiness, Alcoholics, Song psychotherapy

* Professor, Yewon Arts University

** Deputy Director, Hope in Music Society

*** Corresponding Author: Professor, Graduate School of Medicine, Jeju National University
(mjchoi@jejunu.ac.kr)

알코올 중독의 변화단계를 반영한 노래심리치료가 알코올 중독자의 변화 준비도에 미치는 효과

김선식*, 홍금나**, 최민주***

본 연구에서는 알코올 변화단계에 근거한 노래심리치료가 알코올 중독자의 변화 준비도에 미치는 임상적인 효과를 평가하였다. 중재에 사용된 노래심리치료 프로그램은 알코올 변화단계를 반영한 여섯 가지 활동(노래 듣기, 노래 부르기, 노래 만들기, 노래 공유하기, 가사 토의, 노래 토의 및 분석)으로 구성되었다. 본 연구에서는 64명의 알코올 중독자를 무작위 배정하여 실험 집단(33명)과 통제 집단(31명)으로 나누었다. 실험 집단은 주 2회 45분 단위로 6주 동안 전체 12회기의 노래심리치료 프로그램에 참여하였다. 프로그램의 중재 효과는 SOCRATES-K를 이용하여 평가되었다. 실험 결과, 노래심리치료 프로그램 중재 후 실험 집단의 SOCRATES-K점수는 14.6% 증가했으나($p < .001$), 통제 집단에서는 유의한 수준에서의 변화는 없었다(0.8% 증가, $p = .141$). 실험 집단에서 SOCRATES-K 세부 요인별 증가율은 양가성 요인, 실천 요인, 인식 요인 순이었다. 통제집단의 경우 모든 요인에서 유의한 변화는 없었다. 결론적으로, 알코올 변화단계를 근거로 한 노래 심리 치료 프로그램은 알코올 중독자들의 변화 준비도를 유의하게 높여준 것으로 확인되었으며, 향후 알코올 중독자들을 위한 중재로서 유용하게 활용될 수 있을 것으로 기대된다.

핵심어 : 알코올 중독, 변화단계, 변화 준비도, 알코올중독자, 노래심리치료

* 예원예술대학교 전담교수

** (사)희망예술기지 부대표

*** 교신저자: 제주대학교 의학전문대학원 교수 (mjchoi@jejunu.ac.kr)

I. 서론

알코올 중독은 만성적으로 알코올을 음용한 결과 초래되는 정신적, 신체적 변화로서, 사회적 또는 직업적인 기능장애를 보이며 음주의 감량이나 중지에 따른 금단 증상이 생기는 것을 말한다(김창원, 2007). 2011년 국민건강통계에서 연간음주자의 고위험 음주율(만 19세 이상, 표준화)은 남자 26.0%, 여자 6.3%였고, 연령별로는 남자는 30~40대, 여자는 20~30대에서 높은 경향을 보였다. 또한 사망원인통계에 의하면 알코올 관련 사망자수는 4,549명에 달하며, 음주로 인한 사회경제적 비용 또한 20조 990억으로 GDP 대비 2.9%를 차지하는 것으로 조사되었다(보건복지부, 2012).

최근 알코올중독 환자의 재활치료는 치료의 형태보다는 환자의 내면적인 변화 동기에 초점을 맞추어 병식개선치료 및 약물치료를 포함한 다양한 치료들로 발전되고 있다. 변화 동기에 대한 다양한 임상 연구들은 알코올중독자의 행동에 변화를 가져오는 필수 요소로서의 변화 동기를 강조하며, 높은 변화 동기는 치료 참여를 증진시키고 효과적인 개입을 위한 중요한 변인으로 보고되고 있다(박성애, 2007). 즉 알코올 중독을 치료하기 위해서는 적절한 치료 방법을 선택하는 것과 중독자가 스스로 적극적인 치료를 하려는 동기가 중요하다.

변화동기는 개인의 문제인식 및 변화준비도(Change readiness)에 관한 개념으로, 문제성 음주와 같은 습관적 문제행동의 변화와 관련된 중요한 예측요인(Miller, 1995)으로 보고되고 있다. 행동의 변화란 일련의 단계를 거치며 점진적으로 일어나는 과정이다(Miller & Rollinick, 2002). Prochaska와 DiClemente(1984)는 초이론모델(Transtheoreticalmodel)을 통해 변화동기의 수준을 반영하여 점진적이고 연속적으로 일어나는 각 변화의 단계를 설명하였다. 해외 뿐 아니라 국내의 여러 선행연구들에서도 변화동기의 중요성을 강조하였다(김진실, 이봉건, 2012; 박상규, 2010; 조금이, 박현숙, 2013).

알코올 중독자의 변화 동기를 높여주기 위해서 다양한 기법이 활용되고 있는데, 주로 지적통찰에 초점을 맞춘 교육, 상담, 토의 등의 언어적 기법(윤우상, 2011)이 사용되고 있다. 반면 언어적 표현을 회피하는 대상자들의 경우 심리 정서 반응을 유도하기 위해 언어적, 비언어적 활동을 포함한 중재 프로그램을 제안할 수 있으며, 이 중 비언어적 활동으로는 음악, 미술 등 매체를 활용한 예술치료프로그램이 그 범주에 속한다.

음악치료에는 음악감상, 악기연주(재 창조적 연주, 즉흥 연주 등), 노래심리치료(노래부르기, 노래만들기 등), GIM(Guided Imagery and Music)등 다양한 접근이 있다. 이 가운데 노래심리치료 활동은 노래활동을 통해 내담자의 정서가 표현될 수 있도록 촉진하고, 내담자 스스로 치료에 참여하고자 하는 동기를 강화할 수 있는 비언어적 접근방식이다. 노래를 이용한 심리치료에는 회상중심의 치료, 감상중심의 치료, 노래 부르기 중심의 치료, 악기중심의 치료 형태(정현주, 2005)와 노래 나누기를 포함할 수 있다.

노래심리치료 활동에서의 노래는 세 단계로 나누어 진행 된다(정현주 외, 2006). 초기단계에서는 대상자들이 쉽게 이해하고 따라 부를 수 있는 대중적이고 노래의 구조가 단순한 곡과 이미지 연상이 가능한 음악 감상을 실시한다. 중기단계인 준비와 실행과정에서는 내면의 문제를 발견하고 이를 인식하는 것을 돕기 위해 내담자의 필요에 맞는 다양한 노래를 선택한다. 후기단계인 실행과 유지 과정 동안에는 부정적 감정을 긍정적 감정으로 전환하고 이를 유지하기 위한 노래를 선정한다(정현주, 2005; 정현주 외, 2006) 이처럼 노래심리치료과정은 치료 대상자들은 자신의 삶을 돌아보며, 중독의 상황 및 문제를 인식하고, 치료를 위한 동기를 갖도록 하기 위한 주제와 과정으로 구성되어 있다. 알코올 중독자들에게는 알코올 중독을 질환으로 인식하도록 하고, 치료를 위한 동기를 자극하며, 유발된 동기를 지속적으로 강화할 수 있는 단계적 중재 프로그램이 필요하다. 알코올 중독자의 변화를 강화하기 위한 중재 방법으로 노래심리치료 활동을 고려할 수 있다.

본 연구의 목적은 알코올 중독의 변화 단계를 반영한 노래심리치료를 적용하여 알코올 중독자의 변화 준비도에 미치는 효과를 평가하기 위함이다. 이를 위해 본 연구에서는 알코올 중독자 중재를 위한 노래심리치료 프로그램을 구성하고 병원에 입원중인 알코올 중독자를 대상으로 임상 중재 효과를 평가하고자 한다. 이에 따른 연구문제는 다음과 같다.

1. 알코올 중독의 변화단계를 반영한 노래심리치료는 알콜중독 대상자들의 변화준비도에 있어서 통제집단과 실험집단 간 유의미한 차이를 가져오는가?

II. 연구방법

1. 연구 대상

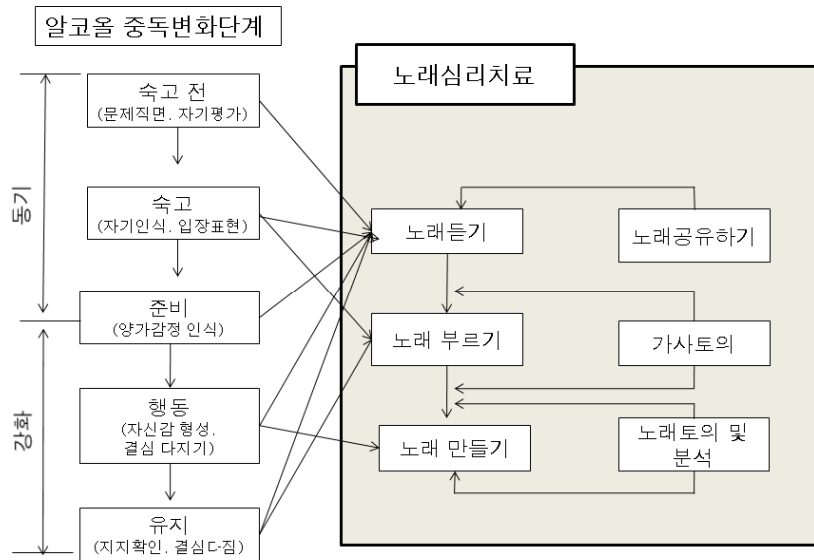
본 연구에서 연구대상자는 DSM-IV의 진단준거(American Psychiatric Association, 1994)에 의거하여 알코올 의존으로 진단을 받고 A알코올전문병원에 입원중인 45명과 B병원에서 에 입원중인 19명으로 구성되었다. 선정된 총 64명의 연구대상자 중 오전에 자유 시간을 갖는 연구대상자를 실험집단(33명)으로, 오후에 자유 시간을 갖는 연구대상자를 통제집단(31명)으로 배정했다. 병원별 실험 집단의 분포는 A알코올 전문병원에서 실험집단 24명, 통제집단에 21명, B병원에서는 실험집단 10명, 통제집단 9명으로 배정되었다. 연구대상자의 평균연령은 49.8세이며, 여자 6명, 남자 58명으로 구성되었다(<표 1>참조).

〈표 1〉 연구대상자의 인구학적 특성에 따른 SOCRATES-K 점수

인구학적 특성		실험군			통제군			전체		
		<i>n</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>n</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>N</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>
성별 (명)	남성	33	44.6	2.9	25	46.5	4.9	58	45.4	3.9
	여성	-	-	-	6	44.0	3.5	6	44.0	3.5
연령 (세)	21-40	4	42.8	3.9	2	49.0	0	6	44.8	4.6
	41-50	16	44.3	2.9	12	46.67	4.8	28	45.3	3.9
	51-60	10	43.9	4.1	13	44.85	4.8	23	44.4	4.4
	61-70	3	45.3	6.7	4	46.25	4.9	7	45.9	5.2
교육 (년)	초졸	5	46.0	2.7	-	-	-	5	46.0	2.7
	중졸	9	44.6	3	11	46.0	4.2	20	45.0	3.7
	고졸	14	44.7	2.9	15	46.0	5.2	29	45.4	4.2
	대졸	5	42.6	2.5	5	46.0	4.9	10	44.3	4.1
직업	무직	16	45.3	2.4	16	45.7	4.0	32	45.5	3.2
	자영업	7	43.4	2.9	10	46.0	5.7	17	44.9	4.9
	일용직	6	44.5	3.9	-	-	-	6	44.5	3.9
	기타	4	43.5	3.1	5	47	5.2	9	45.4	4.5
합계		33	51.1	4.1	31	46.4	2.4	64	48.9	3.2

2. 노래심리치료 증재 프로그램

본 연구에서 구성한 노래심리치료 프로그램의 목적은 문제 행동에 대한 연구대상자들의 내적 동기를 강화하는 것이다. 노래심리치료 프로그램은 알코올 중독의 변화단계의 ‘전 숙고’ → ‘숙고’ → ‘준비’ → ‘실행’ → ‘유지’의 5단계와 노래심리치료 기법에서의 ‘노래듣기’, ‘노래 부르기’, ‘노래 만들기’, ‘노래 공유하기’, ‘가사 토의’, ‘노래토의 및 분석’ 활동으로 구성한다(〈그림 1〉 참조).



〈그림 1〉 노래심리치료 중재 프로그램 구조

변화단계는 행동의 변화가 점진적으로 일어나는 과정으로, 각 과정을 단계적으로 경험하게 되는데(DiClemente, 2003; Miller & Rollnick, 2002) 단계별 목표를 기준으로 노래활동을 적용하게 된다. 활동에 사용되는 노래는 대상자들이 선호하는 곡으로 할 수도 있고, 각 단계의 목표에 맞는 곡으로 쉽게 따라 부를 수 있는 곡을 시행자가 선정할 수도 있다. 시행자는 노래를 통한 문제 인식, 양가감정 인식, 행동, 유지를 위한 이미지 연상과 가사토의 및 분석을 유도한다. 활동 시 한 단계에서 다음 단계로 넘어가는 변화에 대한 동기가 필수적이기는 하나 실패할 경우 처음 단계로 회귀할 수 있다(Prochaska & DiClemente, 1984). 노래심리치료 프로그램에서도 연구대상자의 상황에 따라 각 단계로 순차적으로 넘어갈 수도 있고, 이전 단계로 돌아갈 수도 있다. 각 변화 단계별 특징은 다음과 같다.

1) 단계 1: 전 숙고단계

전 숙고단계에서는 대상자가 방어적이거나 자신에 대한 문제 제기를 거부하는 상태에서 편안하게 자신의 문제에 직면할 수 있는 환경을 만들어 주기 위해 자율성이 요구된다(신성만, 권정옥, 2008). 이 단계 중재 활동은 자기표현 환경설정을 위한 노래공유하기, 노래듣기, 가사토의 활동을 포함한다. 이 과정에서 연구대상자들은 노래듣기를 통해 치료사에 대한 신뢰와 자신의 문제를 탐색하도록 한다.

2) 단계 2: 숙고단계

숙고단계에서는 숙고에 대한 저항 과정으로 연구대상자가 변화가 필요한지, 아닌지에 대한 심각한 고민을 하게 된다. 변화를 원한다면 어떻게 될 것인가에 대한 양가감정을 경험하는 과정이다(신성만, 권정옥, 2008). 이 단계에서 중재 활동은 자기모순을 탐색하기 위한 노래 감상과 자신의 입장을 표현하기 위한 노래 부르기와 노래 토의 및 분석으로 구성된다. 노래토의 및 분석은 노래가사에서 자신이 떠오르는 낱말을 선택하고, 그 낱말들 중에서 자신의 감정과의 연관성을 찾으며, 부정적인 단어를 긍정적인 단어로 바꾸는 과정을 거친다.

3) 단계 3: 준비단계

준비단계는 연구대상자에게 동기를 부여하지 않고 스스로 동기를 찾아내고 그것을 인식하여 변화하도록 도와주는 과정이다(신성만, 권정옥, 2008). 이 단계의 목표는 음악적인 활동을 통하여 연구대상자들이 변화를 향한 동기가 결여되어 있는 상태를 인식하도록 하는데 있다. 연구 대상자들은 노래듣기를 통해 음악의 다양한 요소(리듬, 멜로디, 화성, 구조, 악기음색)에 의한 자신의 감정을 파악하고, 변화를 두려워하는 감정과 변화를 원하는 감정을 인식하는 노래토의 및 분석을 포함한 활동으로 진행된다.

4) 단계 4: 실행단계

변화를 위한 결심을 행동으로 실천하도록 하는 행동단계는 연구대상자의 결심을 지지해 실천하도록 하는 과정이다(신성만, 권정옥, 2008). 이 단계에서는 자신감을 갖게 하기 위한 노래 만들기 및 만들어진 노래를 통해 변화 위한 결심을 하도록 하며, 이를 강화하기 위해 노래토의 및 분석을 토대로 노래표현 활동을 진행한다.

5) 단계 5: 유지단계

이 단계는 스스로 변화를 선택하고 실천함을 통해 얻은 자신감으로 연구대상자가 중독 행동 중단과 재발 예방을 위해 지속적으로 노력하게 하는 과정이다(신성만, 권정옥, 2008). 이 단계에서는 자신에 대한 지지를 확인하기 위한 노래듣기와 계획을 다짐하기 위한 노래 부르기와 토의가 포함된다. 본 연구에서 노래나누기를 기반으로 한 음악치료 프로그램의 구체적인 중재 활동 내용은 <표 2>에 기술되어 있다.

〈표 2〉 노래심리치료 프로그램의 단계별 활동 및 치료적 근거

단계	목표	활동내용	치료적 근거
전 숙 고	문제 직면 / 라포 형성	<ul style="list-style-type: none"> • 노래 듣기 (Evening bell/Sheila Ryan) - 활동에 대한 두려움과 거부감을 감소시키고 연구대상자간의 친밀감을 형성하기 위해 감상을 실시함 - 새로운 환경에 대한 자기감정의 인식 기회를 제공함 • 노래공유하기 - 대상자가 선정한 노래 공유는 치료 환경에 대한 긍정적 인식을 유도함 • 가사 토의 - 이미지 연상에서 갖게 되는 감정을 공유 - 노래듣기를 통해 경험한 감정이 자기와 어떠한 연관성을 가지게 되는지 발표함 	<p>노래듣기는 곡을 통해 이미지를 연상하거나 자신의 감정을 느끼게 함</p> <p>노래를 공유하며 객관적인 자기평가 기회를 갖게 함</p> <p>익숙한 곡은 라포형성을 도움</p>
숙고	자기 인식 / 자신의 입장 표현	<ul style="list-style-type: none"> • 노래 듣기(가시나무/조성모) - 오카리나 연주곡을 감상함 - 연주 음악에 따른 연상된 이미지와 가사와 결합하여 감정을 느끼게 도움 - 가사에서 갖게 되는 공감대를 기반으로 자신의 모습 변화에 대한 인식을 제공함 • 노래 부르기(두 바퀴로 가는 자동차/김광석) - 모순을 주제로 한 대중가요를 부르면서 노래가사 중에 자신과 관련된 긍정과 부정에 대한 단어 카드를 작성함 - 원곡을 노래한 가수의 심리적 상황을 추측하여 지금의 내가 아닌 그 당시 가수와 관련한 감정으로 전이될 수 있도록 유도함 • 노래 토의 및 분석 - 작성된 단어 카드에서 현재 자기 모습을 과거의 모습과 비교하도록 격려함 - 노래의 의미에 담긴 내용과 가사 속의 자기 모습을 비교하여 문제행동에 대한 변화가 가지는 강점을 인식하도록 도움 - 자신의 음주 문제에 대해 걱정되는 점을 어느 정도 인식하였는지 토론 - 자기가 살아온 과거를 돌아보고 버려야 할 것이 무엇인지 정리해보는 기회 제공함 	<p>자기인식을 지지하기 위한 노래 듣기는 자발적으로 자신에 대하여 생각을 떠올리고 표현하도록 도움</p> <p>가사의 내용을 토대로 한 노래분석은 노래가사에서 비유되는 내용과 연관하여 자신의 입장을 간접적으로 조명해 볼 수 있음</p>

〈표 2〉 계속

단계	목표	활동내용	치료적 근거
준비	양가 감정 인식 / 선택	<ul style="list-style-type: none"> • 노래 듣기(핑계/김진모) - “핑계”를 주제로 한 대중가요에서 자기모순을 의미하는 단어를 형광펜으로 표시하게 함. 표시된 단어에서 “내가 나에게, 내가 너에게” 입장을 바꿔 어떠한 모순점을 갖고 있는지 생각하도록 함 	양가감정의 가사로 된 노래 듣기는 자신의 내적 갈등인식을 도움
		<ul style="list-style-type: none"> • 노래 듣기(Evening bell/Sheila Ryan) - 1단계에서 실시했던 음악을 감상한 후 밀레의 “만종”을 보고 그림에 대한 의견을 나눔 - “만종” 그림에 대하여 각자의 느낌의 차이점을 설명하도록 함 - 노래듣기와 그림 감상 활동 과정에서 느껴지는 감정에 대한 변화가 자기인식과 어떠한 연관성이 있는지 비교하게 함 • 노래 토의 - 자기모순에 대한 통찰이 음악과 관련이 있었는지에 대해 발표함 - 내가 보는 나와 세상이 보는 나의 모습의 양가감정 중 부적절한 사고와 행동이 어떤 영향을 가져왔는지에 대해 발표하고 토론함 	자기모순이 나타나 있는 노래의 가사토의는 부적절한 사고나 행동에 대해 자신을 들여다보게 하고, 긍정적 사고 선택에 대한 단서를 제공함
실행	자신감 형성 / 변화를 위한 결심 및 다지기	<ul style="list-style-type: none"> • 가사 토의 및 노래 만들기 - 두 그룹으로 나누어 1단계에서 작성한 단어카드를 활용하여 가사 만들기를 함 - 자신감이 연상되는 긍정적 단어카드를 보고 그 느낌을 허밍으로 노래함 - 연구대상자들이 제시한 허밍멜로디를 녹음하여 치료사가 악보로 작성함 - 가사에 멜로디를 연결시키며 노래를 완성함 - 만들어진 노래의 리듬과 빠르기에 변화를 주기 위해 타악기로 리듬 자극을 강화함 • 노래 토의 및 분석 - 자신의 변화에 대한 신뢰에 대해 토의함 - 연주과정에서 음악적 요소와 악기선택에 대한 자신의 생각이 얼마나 반영되었는지 토론함 - 자기가 살아온 과거를 돌아보고 새로운 결심을 위해서 내 마음속에 버려야 할 것이 무엇인지를 발표하고 토의함. 자신이 바라는 변화를 위한 결심을 행동으로 실천하기 위해 어떠한 도움을 줄 수 있는지에 대해 자기유도를 실시함 	허밍으로 친숙한 멜로디를 만드는 것은 새로운 변화를 시도하게 함 부정적 단어를 긍정적 단어로 바꾸는 노래 가사 만들기는 자신의 새로운 변화에 대한 동기를 강화함

〈표 2〉 계속

단계	목표	활동내용	치료적 근거
유지	지지 확인 / 결심 구축	<ul style="list-style-type: none"> • 노래 듣기 <ul style="list-style-type: none"> - 대상자들이 스스로 만든 노래를 감상하면서 각 단계에서 경험한 생각과 감정에 대해 스스로 다짐하고 정리하는 시간을 가짐 - 가사 내용에서 희망, 어느 멋진 날, 미래의 단어를 통해 1 단계에서 제시했던 부정적 입장에 대한 자신의 변화 의지를 인정하고 이를 지지함 • 노래 부르기 <ul style="list-style-type: none"> - 대상들이 스스로 만든 노래를 두 그룹으로 나누어 한 소절씩 교차로 부르다가 후렴구에서 전체가 합창하게 함 - 후렴구를 반복하는 과정에서 결심을 다짐하게 하는 가사와 멜로디가 결합되는 음악적 경험이 결심을 구축하기 위한 이미지로 연상 되는지를 확인함 • 노래토의 <ul style="list-style-type: none"> - 노래를 통해 의사결정 주체가 자신임을 확인함 - 목표를 달성하기 위해 다섯가지 실천내용을 작성하여 구성원들 앞에서 발표함 - 알코올 중독 치료의 열망 및 변화 준비도에 대해 평가함 	<p>노래 부르기에서 코러스는 타인과의 협력을 경험하게 함</p> <p>긍정적 가사로 만들어진 노래를 부르는 것은 결심을 재강조하게 함</p>

3. 평가도구: 중독 치료 열망 및 변화 준비도 평가(SOCRATES-K)

본 연구에서 구성된 노래심리치료 프로그램은 변화단계의 전 숙고, 숙고, 준비, 실행, 유지단계에서의 목표(문제직면, 자기평가, 자기모순, 억압된 자신의 입장표현, 양가감정인식 및 선택, 역할 파악, 자신감 형성, 변화를 위한 결심 및 다지기, 지지 확인 및 결심 구축 등)를 반영했다. 이러한 변화단계의 목표들은 변화 동기의 하위 요인인 인식, 양가성, 실천 등과 연관지을 수 있다. 이에 본 연구에서는 알코올 변화 동기에 관한 선행연구(김진실, 이봉건, 2012; 박상규, 2010; 전영민, 2005; 조금이, 박현숙, 2013)에서 사용된 SOCRATES-K를 사용하였다.

SOCRATES(Stages of Change Readiness & Treatment Eagerness Scale)는 알코올중독 연구대상자들이 자신의 행동 및 심리적 문제에 대해 스스로 답을 하도록 하여 알코올 중독 치료에 대한 열망 및 변화 준비도를 평가하는 도구이다(Miller & Tonigan, 1996). SOCRATES-K(Stages of Change Readiness and Treatment Eagerness Scale - Korea)는 SOCRATES를 한국인에게 적합하게 수정된 도구이다(조성민, 전영민, 2009). SOCRATES-K는 총 19문항으로 행동실천(8문항), 인식(7문항), 양가성(4문항)의 세 가지 요인으로 구성된다. SOCRATES-K의 각 문항은 5점 척도로, ‘거의 그렇지 않다(1점)’, ‘그렇지 않다(2점)’, ‘그저 그렇다(3점)’, ‘그렇다(4점)’, ‘매우 그렇다(5점)’

으로 표시하게 한다. SOCRATES-K 총 점수는 최저 19에서 최고 95점 범위의 값을 가지며, 요인 별로 실천 요인은 최고 40점, 인식 요인 최고 35점, 양가성 요인은 최고 20점의 값을 가진다(〈표 3〉참조).

〈표 3〉 SOCRATES-K 의 세부 요인별 평가항목 및 할당된 측정 점수

요인	점수범위	항목
인식	7 ~ 35	7, 15, 10, 3, 17, 12, 1
양가성	4 ~ 20	11, 16, 6, 2
실천	8 ~ 40	9, 8, 13, 18, 19, 4, 5, 14
합계	19 ~ 95	1 ~ 19

SOCRATES-K 점수는 백분위로 하여 30%이내 일 때 'low', 30-70%일 때 'medium', 70% 이상일 때 'high'로 분류하며(〈표 4〉참조), 점수가 높을수록 알코올 중독 치료에 대한 열망 및 변화의 준비도가 높다는 것을 의미한다(조성민, 전영민, 2009). 예를 들어 한 대상자가 인식, 양가성, 실천 요인에서 각각 29점, 12점, 37점으로 총 78점을 받았다면, 알코올 중독 치료에 대한 동기 변화가 효과적으로 작용한 것을 의미한다. 한 요인별로 알코올 문제 심각도에 대한 인식은 높은 수준이지만 알코올 문제에 대한 양가성 감정은 보통 수준이고, 실천 동기는 높다고 평가할 수 있다. SOCRATES-K의 개발 당시 문항에 대한 신뢰도인 Cronbach's α 값은 .94였다.

〈표 4〉 SOCRATES-K 점수에 따른 치료열망 및 변화 준비도 분류*

치료열망 및 변화준비도	비율(%)	SOCRATES-K 점수	실천	인식	양가성
하	≤ 30	19.0 ~ 41.8	8.0 ~ 17.6	7.0 ~ 15.4	4.0 ~ 11.8
중	$30 < \text{Rate} < 70$	41.8 ~ 72.2	17.6 ~ 30.4	15.4 ~ 26.6	11.8 ~ 22.2
상	≥ 70	72.2 ~ 95.0	30.4 ~ 40.0	26.6 ~ 35.0	22.2 ~ 26.0

* 조성민, 전영민 (2009)의 연구를 참조하여 재구성함

4. 연구절차

본 연구에서는 연구대상자들을 무작위 배정하여 실험집단과 통제집단으로 나누었으며, SOCRATES-K의 검사 실시결과 두 그룹 중재 전 검사 점수가 유사함을 확인하였다. 통제집단은 병원에서 실시하는 기존 프로그램에 참여하였고, 실험집단은 병원에서 실시하는 기존 프로그램에

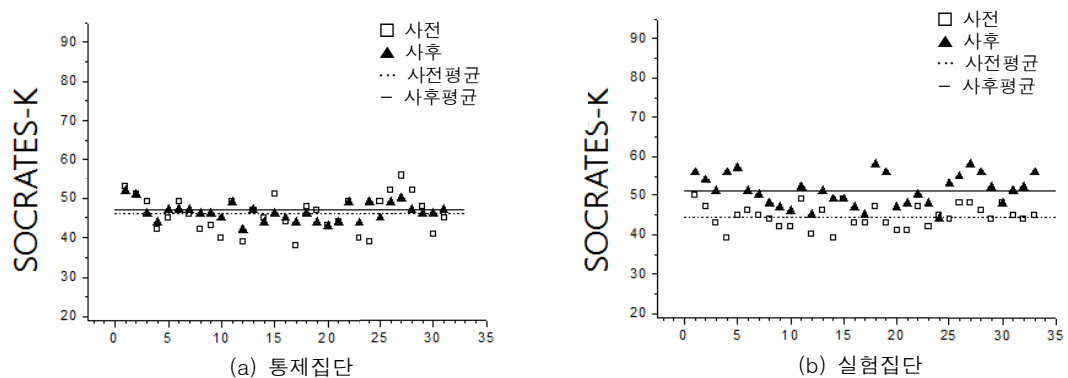
참여하면서 추가적으로 노래심리치료 활동에 참여하였다. 전체 노래심리치료 회기는 12회기로, 한 회당 45분씩 주 2회, 총 6주 동안 진행되었다. SOCRATES-K 검사는 기저선 자료를 얻기 위한 중재 전과 실험 효과를 평가하기 위해 중재 후에 각각 실시되었다. 중재 프로그램은 진행자 1인과 보조진행자 2인에 의해 진행되었다.

5. 자료 분석

SOCRATES-K 검사는 병원 프로그램을 담당하는 보조진행자 2명이 독립적으로 실시하여 두 값의 평균값을 취했다. 두 검사자간 일치도는 90%(±5%)로 나타났다. 연구대상자에서 중 5명(실험집단)은 퇴원으로 인해 연구에서 중도 탈락하였고 자료 분석 및 통계 검증에서 제외하였다. 실험집단과 통제집단의 동질성은 독립표본 *t*-test로 검증했으며, 각 집단의 중재 전후 SOCRATES-K 점수 차는 대응표본 *t*-test 분산분석으로 처리하였다. 통계처리를 위해 유의수준은 $p < .01$ 수준으로 해석하였고, SPSS 17.0 프로그램을 사용하였다.

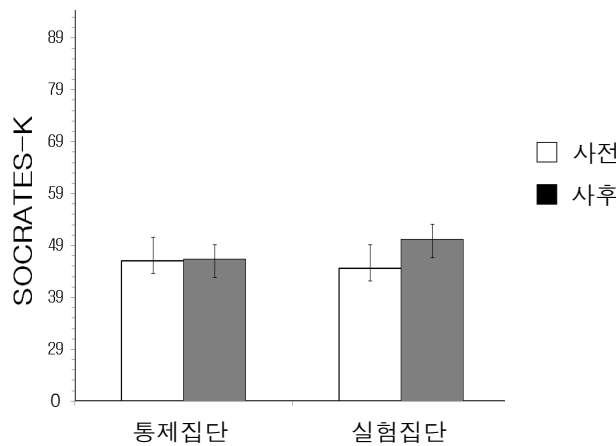
III. 결 과

음악심리치료 프로그램 시행 결과, 통제 집단($n = 31$)에서는 중재 전과 후의 SOCRATES-K 점수에는 유의미한 변화가 없었다. 반면 실험 집단($n = 33$)에서는 중재 후 SOCRATES-K 점수가 중재 전보다 유의하게 증가하였다. <그림 2>는 실험 집단과 통제 집단에서 연구대상자 개인별로 노래심리치료 프로그램 적용 전과 후에 측정된 SOCRATES-K 점수를 보여주고, 평균값은 실선(중재 후)과 점선(중재 전)으로 표기되어 있다.



<그림 2> 노래심리치료 중재 전과 후 참여자 전체 SOCRATES-K 점수분포

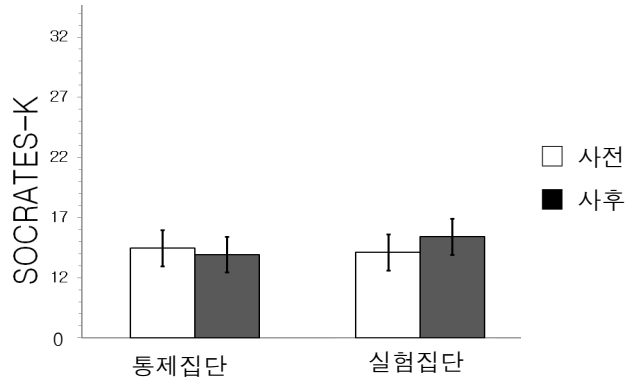
중재 전 실험집단과 통제 집단의 평균값은 동질성 검증에서 유사하나, 중재 후에는 통제 집단의 점수는 변화가 없는 반면, 실험 집단은 평균 5점 이상 점수가 증가했다. 프로그램 시행 전후 실험집단과 통제집단 각각의 중재 전후 SOCRATES-K 점수에 대한 평균 및 표준 편차는 <그림 3>과 같다.



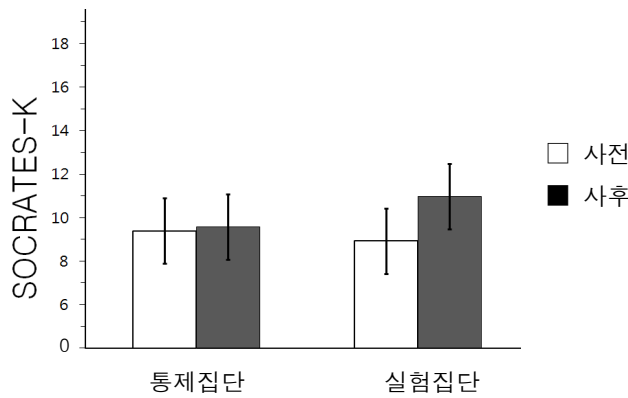
<그림 3> 프로그램 시행 전후 통제집단과 실험집단의 SOCRATES-K 점수변화

SOCRATES-K 하위 요인별 점수비교를 살펴보면 중재 후 통제 집단에서는 하위 요인의 점수가 미세하게 증가 하나 인식 요인에서는 오히려 감소하는 것으로 나타난 반면 실험 집단에서는 모든 SOCRATES-K 하위 요인에서 점수가 상승하였다(<그림 4> 참조).

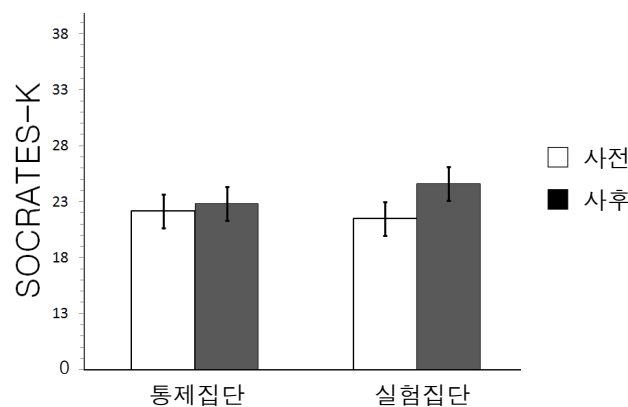
실험 집단과 통제 집단에서 SOCRATES-K 점수 및 통계적 검증을 수행한 결과는 <표 5>에 요약되어 있다. 중재 전 SOCRATES-K 점수는 실험 집단과 통제 집단 간의 차이가 없는 것으로 나타났다($p = .142$). SOCRATES-K 점수에 근거해 분류된 치료 열망 및 변화의 준비도 수준은 중재 전에는 두 집단 모두가 ‘중’ 영역에 속해 있으며, 세부 요인 별로 살펴보면 인식 및 양가감정에 대해서는 ‘하’ 영역, 실천은 ‘중’ 영역에 속하는 것으로 나타났다. 중재 후에는 실험 집단에서 인식 요인의 점수가 ‘하’ 영역에서 ‘중’ 영역으로 상승한 것을 제외하고는 같은 영역 내에서 변화하고 있다(<표 5> 참조).



(a) 인식 요인 점수의 두 집단별 평균 및 표준편차 변화



(b) 양가성 요인 점수의 두 집단별 평균 및 표준편차 변화



(c) 실천 요인 점수의 두 집단별 평균 및 표준편차 변화

<그림 4> 프로그램 시행 전후 통제집단과 실험집단의 SOCRATES-K 하위 요인별 점수변화

〈표 5〉 실험 집단과 통제 집단의 중재 전후 SOCRATES-K 점수 비교

요인	실험집단(n=33)					통제집단(n=31)					실험 - 통제집단 <i>p</i>
	사전		사후		<i>p</i>	사전		사후		<i>p</i>	
	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>		<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>		
전체	44.55	2.89	51.09	4.07	.000	46.00	4.64	46.35	2.36	.587	.000***
인식	14.12	1.54	15.42	1.66	.000	14.45	2.06	13.94	1.12	.133	.001**
양가성	8.93	1.14	10.97	1.21	.000	9.38	1.58	9.58	0.90	.549	.000***
실천	21.48	1.89	24.61	3.69	.000	22.16	3.03	22.84	1.75	.129	.000***

p* < .05, ** *p* < .001, * *p* < .0001

〈표 5〉에서 볼 수 있듯이 실험집단의 SOCRATES-K 평균 점수는 중재 전 44.55점, 중재 후 51.09점으로 중재 후 6.54점 증가하였다(14.6% 증가, *p* < .001). 반면 통제 집단은 중재 전 46.00점에서 중재 후 46.35점으로 0.36점(0.8%)의 차이에 그쳤으며 통계적으로도 유의미하지 않음을 알 수 있다(*p* = .587). SOCRATES-K 하위 요인별로 살펴보면, 실험집단의 인식 요인은 14.12점에서 15.42점으로 9.2%(*p* < .001), 양가성 요인은 8.93점에서 10.97점으로 22.7%(*p* < .001), 실천 요인은 21.48점에서 24.61점으로 14.5%(*p* < .001)증가했다. 반면 통제집단은 인식 요인은 14.45점에서 13.94점으로 3.6%(*p* = .133)으로 감소하였고, 양가성 요인은 9.38점에서 9.58점으로 2.1%(*p* = .549) 증가, 실천 요인에서 22.16점에서 22.84점으로 3.1%(*p* = .129) 증가하는 경향을 보였으나 모두 통계적으로 유의미하지는 않았다.

노래나누기를 기반으로 한 음악치료 프로그램 중재시행 전후 인구사회학적 특징에 따른 SOCRATES-K 점수 변화는 〈표 6〉과 같다. 연령별로 보면 실험집단에서는 연령이 증가할수록 변화준비도 역시 증가한 반면, 통제집단에서는 연령에 따른 변화가 유의미하게 나타나지 않았다. 교육수준별 비교 결과, 실험집단에서는 학력수준이 변화준비도에 영향을 미치는 것으로 나타났고 통제집단의 경우, 학력수준과 상관없이 점수변화가 크게 나타나지 않았다. 직업별 점수변화를 보면 전문직에서 가장 큰 변화가 나타났지만 실험집단에 비해 그 변화폭이 현저하게 낮은 것으로 나타났다.

〈표 6〉 인구학적 특성에 따른 집단별 중재 전후 SOCRATES-K점수 비교

인구학적특성		실험집단					통제집단			
		n	사전		사후		사전		사후	
			M	SD	M	SD	M	SD	M	SD
성별	여자	6	-	-	-	-	44	3.52	46.48	4.80
	남자	58	44.6	2.3	51.1	4.40	44.3	1.0	46.0	1.4
연령	21-40	6	42.8	3.9	49.5	2.60	49.0	2.6	46.0	1.4
	41-50	28	44.3	2.9	50.9	4.40	46.7	4.8	46.3	2.4
	51-60	23	43.9	4.1	51.0	3.50	44.9	4.8	46.2	2.5
	60-70	7	45.3	6.7	56.0	3.50	46.3	4.9	47.3	2.6
학력	초졸	5	46.0	2.7	53.0	4.50	-	-	-	-
	중졸	20	44.6	3.0	49.1	3.80	46.0	4.2	46.2	2.5
	고졸	29	44.7	2.9	51.7	4.30	46.0	5.2	46.3	2.2
	대졸	10	42.6	2.5	51.0	3.08	46.0	4.9	47.0	3
직업	무직	32	45.3	2.4	52.1	3.90	45.7	4.0	46.0	2.2
	자영업	17	43.4	2.9	51.1	3.90	46.0	5.7	45.8	2.2
	일용직	6	44.5	3.9	47.7	4.30	-	-	-	-
	기타	9	43.5	3.1	52.3	2.60	47.0	5.2	48.6	2.3

알코올 중독자의 입원 및 절주 유형별로 인한 SOCRATES-K 점수의 변화 및 통계적 검증 결과 입원 방법별로는 실험집단에서 강제(11명)의 경우 모든 하위 그룹에서 비슷한 수준의 증가를 보였으며, 통제집단의 경우 강제입원과 자발적 입원에서는 약간의 증가가, 자타의적 입원에서는 약간의 감소를 보였다(〈표 7〉참조). 입원 횟수별 사전, 사후 SOCRATES-K의 점수 변화를 보면, 실험집단에서 1-5회(17명) 14.9%증가, 6-10회는(10명) 15.4%, 11회(6명)는 13%의 증가율을 보였다. 반면, 통제집단에서 1-5회(20명) 1.3%, 6-10회(8명) 0.4% 각각 증가하였으며, 11회 이상(3명) 0.9%의 감소를 보였다. 절주 횟수별로는 실험집단에서 6회 이상의 절주 횟수를 갖고 있는 대상자에게서 중재효과가 있는 것으로 나타났고 통제집단에서는 절주횟수와 상관없이 중재 전후 점수 차이가 거의 나타나지 않았다.

〈표 7〉 입원 및 절주기록에 따른 노래심리치료 중재 전후 집단별 SOCRATES-K점수 비교

유형	실험집단 (n= 33)						통제집단(n= 31)					실험 - 통제집단	
	n	사전		사후		p	사전		사후		p	p	
		M	SD	M	SD		M	SD	M	SD			
입원 방법	강제	22	43.50	2.88	50.00	3.97	.16	44.20	3.46	46.00	2.00	.05	.01*
	자발	15	45.60	3.17	52.30	4.11	.23	46.20	5.81	46.80	3.03	.12	.01*
	자·타 의적	21	44.70	2.53	51.10	4.19	.06	47.30	4.86	46.50	2.50	.00*	.00*
입원 횟수	1-5	37	43.50	3.10	50.00	4.11	.44	45.40	5.08	46.00	2.45	.01*	.01*
	6-10	18	45.40	2.32	52.40	4.03	.07	46.60	3.74	46.80	2.43	.11	.01*
	11이상	9	46.00	2.37	52.00	3.79	.17	48.70	3.51	47.70	1.15	.01*	.00*
절주 횟수	1-5	26	44.40	3.07	49.30	2.93	.14	46.40	5.55	46.40	2.75	.00*	.00*
	6-10	18	44.50	2.73	52.20	4.45	.06	45.40	4.47	46.40	2.64	.14	.00*
	11이상	20	44.90	3.14	52.20	4.49	.16	45.90	3.91	46.30	1.85	.09	.04*

*p < .05

IV. 논의 및 결론

본 연구에서는 알코올 중독의 변화를 반영한 노래심리치료 프로그램을 구성하고, 병원에 입원한 64명의 알코올 중독 연구대상자를 대상으로 중재 프로그램의 임상적 효과를 평가했다. 알코올 중독 치료에 대한 열망 및 변화의 준비도 단계를 평가하는 SOCRATES-K 점수 비교결과 중재 전과 비교하여 중재 후 점수가 크게 증가한 반면(14.6%, $p < .001$), 통제 집단에서는 거의 변화가 없었다($p = .587$). 이러한 결과는 사용된 노래심리치료 중재 프로그램이 알코올 중독자의 동기변화에 효과가 있음을 시사한다.

중재 프로그램 중재 후 점수가 가장 크게 상승한 SOCRATES-K의 요인은 양가성으로 나타났으며, 실천, 인식 순으로 나타났고 같은 순서로 중재 프로그램 단계들과 관련성이 높은 것으로 이해된다. 세부 요인별로 알코올 문제 심각도에 대한 인식은 낮은 수준이지만 알코올 문제에 대한 양가성 감정은 높은 수준이고, 실천 동기는 보통으로 평가할 수 있다. 비록 SOCRATES-K 점수의 상승률은 인식 요인에서 가장 낮으나, 인식 요인의 점수 역시 ‘하’ 영역에서 ‘중’ 영역으로 상승하였다.

SOCRATES-K의 세부 요인별 중재 효과를 살펴보면, 프로그램 중재 후 인식 요인의 점수는 14.12점에서 15.42점으로 증가하였다(9.2%, $p < .001$). 초기에 연구대상자들은 알코올과 관련한 자신의 이야기가 노출되는 것을 거부하고 토의에 참여하기를 꺼려했으나, 지시적이지 않고 감상을 돕는 치료사의 안내에 따라 점차 자신에 대하여 이야기하였다. 이러한 노래 감상은 생각과 행동에 대한 갈등을 갖고 있는 알코올 환자에게 감정이입을 할 수 있고, 자기갈등의 문제점을 인식하는데 도움을 줄 수 있다고 볼 수 있다(James, 1988).

노래 부르기에서는 가사의 내용을 토대로 자신의 사고와 감정에 대한 관찰을 위해 김광석의 '두 바퀴로 가는 자동차' 노래가사를 분석했다. 해당 노래가사에서 상식과 비상식의 개념이 충돌하는 내용을 다루며 변화를 두려워하거나 거부하는 감정과 연관 지을 수 있도록 했다. 또한 가수에 대한 추억과 자신의 모습을 조명한 것은 다른 사람과 교감을 할 수 있는 동기유발을 갖게 하는 Grocke와 Wigram(2007)의 연구를 뒷받침 한다. 또한 단순한 멜로디에 반복적인 대중가요 노래 부르기에서 연구대상자는 자신의 목소리에 의한 음성표현과 템포 변화를 점차적으로 주도할 수 있었다. 밀레의 '만종' 그림과 관련하여 '저녁종 소리' 음악 감상 활동에서는 자신의 문제에 대한 적절한 결심을 내리지 못하고 또한 지속적으로 유지하지 못함을 보여주었다. 감상과 노래 부르기를 마친 후 가사토의에서는 자기를 합리화하거나 자신의 태도가 불만족하다는 양가적 감정을 나타냈다. 이러한 양가적 감정은 인식의 변화에 대한 긍정적 인식과 부정적 인식이 충돌하는 것으로 행동에 대한 이해득실의 양면을 고려하여 양가감정이 자연스럽게 진행되고(Velasquez, Maurer, Crouch, & DiClemente, 2001) 있음을 알 수 있다.

실천 요인과 관련된 노래나누기 활동은 중재 프로그램 4와 5단계에서 진행되었다. 노래 만들기에서 선택한 단어와 멜로디는 자기를 반영하는 표현의 방법으로 인식되었다. 초기에는 대상자들이 매우 소극적이거나 부정적인 모습이었으나 멜로디에 가사를 완성하여 치료사가 연주하는 과정에서 리듬에 맞추어 몸짓을 표현하는 적극적인 모습을 나타냈다. 노래표현을 강화하기 위한 그림 그리기 활동에서 대상자들은 그림속의 문제와 해결을 선택하는 주체가 자기이며, 올바른 결정에 대해 자기주장을 지지하는 모습을 보였다. 이러한 표현은 중독환자들이 부정적인 현재 상황에 대해 긍정적으로 인식하여 변화에 대한 표현이 증가한 것으로(Jones, 2005), 자신에게 어려운 감정과 경험들을 간접적인 방식으로 접근한 것을 의미한다. 궁극적으로 변화를 위한 실천과정에서 중재 활동은 양가감정을 가까스로 수습하고 치료의 주체가 자신이라는 확신을 갖도록 하여 동기를 강화하는 효과를 얻게 하였다.

SOCRATES-K의 세 가지 요인인 인식 요인, 양가성 요인, 실천 요인은 서로 유기적으로 결합되어 있으며, 상호적으로 영향을 주고받는다. 양가성 갈등은 인식을 통해 유발되며, 양가성 상태는 선택을 통해 실천 단계로 이어진다. 양가성 감정은 중독자가 중독을 질환으로 인식하고 치료를 위한 실천적인 행동을 결심하기 전에 필요한 심리적인 대립 상태이다. 프로그램에서는 양가성 심리 상태를 통해 인식 단계에서 태동한 치료 동기가 재확인되고 갈등과 대비를 통해 동기를 높이

고자 하였다. 실천 단계에서 높아진 동기는 치료를 위한 구체적인 행동에 대한 추진력으로 작용하게 된다. 양가성이 인식 및 실천 요인의 가교 역할을 하는 갈등 상황으로 심리적인 요인에 영향을 받기 때문에, 심리 치료의 성격을 가지는 노래심리치료 프로그램에 의해 양가성이 상대적으로 큰 변화를 보인 것으로 해석된다.

본 연구에서 노래심리치료 프로그램은 병원에서 기존 치료 프로그램을 통해 치료를 받고 있는 입원 중인 환자를 대상으로 적용했다. 향후 노래심리치료 프로그램의 임상적 효과를 일반화하기 위해서는 개방된 집단 및 입원하지 않은 외래 연구대상자들에게 프로그램 중재의 효과를 평가하는 후속 연구가 필요하다. 또한 본 연구에서 <표 1>에서와 같이 입원 횟수, 입원 유형, 절주 기록, 인구 사회학적 요인 등에 따른 프로그램의 중재 효과는 연구대상자의 수가 충분치 못해 통계적으로 의미 있는 결과를 도출할 수 없었으며, 이에 대한 추가적인 연구가 요구된다.

본 연구의 실험 결과는 프로그램이 알코올 중독자의 알코올 중독 치료에 대한 열망 및 변화 준비도를 평가하는 SOCRATES-K의 점수를 크게 상승시키는 것으로 확인하였고, 특히 양가성 요인을 가장 크게 개선하는 것으로 나타났다. 결론적으로 본 연구에서 구현된 노래심리치료 프로그램은 연구 대상자들의 변화 동기를 질적으로 강화하는데 도움을 주었음을 시사한다. 하지만 국내에서 변화단계를 이용한 연구사례는 미비한 실정으로 다양한 프로그램의 후속 연구가 지속되어야 할 것이다. 이러한 연구결과는 중재 효과가 확인된 알코올 중독 대상자뿐만 아니라 최근 환자가 급증하는 게임, 약물, 인터넷 중독 대상자에게도 적용 가능할 것으로 기대된다.

참 고 문 헌

- 김진실, 이봉건 (2012). 알코올 의존 환자를 대상으로 한 인지행동치료를 병행한 자기사랑 프로그램의 효과 연구. **한국심리학회지: 임상**, 31(1), 289-304.
- 김창원 (2007). **알코올과 알코올 의존증: 술의 정체, 그 모든 것을 밝힌다**. 서울: 하나의학사.
- 박상규 (2010). 알코올 의존환자의 정신과적 문제와 변화동기의 관계. **상담학연구**, 11(3), 943-955.
- 박성애 (2007). 교류분석프로그램이 입원 알코올중독자의 변화동기와 변화전략에 미치는 효과, 인제대학교 대학원 석사학위논문.
- 보건복지부 (2012). **2011 국민건강통계 국민건강영양조사 제5기 2차년도**. https://knhanes.cdc.go.kr/knhanes/sub04/sub04_03.do에서 인출.
- 신성만, 권정옥 (2008). 알코올 중독자를 위한 동기강화 상담. **한국알코올학회지**, 9(1), 69-95.
- 윤우상 (2011). 입원중인 알코올중독자를 위한 동기강화 역할극 프로그램 모형개발. **한국사이코드라마학회지**, 14(2), 111-128.
- 전영민 (2005). 알코올 의존자의 변화동기 평가: 변화단계척도(SOCRATES) 개발연구. **한국심리학회지: 임상**, 24(1), 207-223.
- 정현주 (2005). **음악치료학의 이해와 적용**. 서울: 이화여자대학교 출판부.
- 정현주 외 공저 (2006). **음악치료기법과 모델**. 서울: 학지사.
- 조금이, 박현숙 (2013). 알코올 의존자의 변화동기 설명. **한국산학기술학회지**, 14(11), 5762-5770.
- 조성민, 전영민 (2009). **한국어판 변화동기척도(SOCRATES-K)의 교차 타당화 연구**. 서울: (재)한국음주문화연구센터.
- American Psychiatric Association (1994). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders, (4th ed.)*. Washington DC: American Psychiatric Press.
- DiClemente, C. C. (2003). *Addiction and change: How addictions develop and addicted people recover*. New York: Guilford Press.
- Grocke, D., & Wigram, T. (2007). *Receptive methods in music therapy: Techniques and application for music therapy clinicians, educators and student*. London; Jessica Kingsley Publishers.
- James, M. R. (1988). Music therapy and alcoholism: Part II-treatment services. *Music Therapy Perspectives*, 5(1), 65-68.
- Jones, J. D. (2005). A comparison of songwriting and lyric analysis techniques to evoke emotional change in a single session with people who are chemically dependent. *Journal of Music Therapy*, 42(2), 94-110.

- Miller, W. R. (1995). Increasing motivation for change. In R. K. Hester, & W. R. Miller (Eds.), *Handbook of alcoholism treatment approaches: Effective alternatives* (pp. 89-104). New York: Pergamon Press.
- Miller, W. R., & Rollnick, S. (2002). *Motivational interviewing: Preparing people to change addictive behavior*. New York: The Guilford Press.
- Miller, W. R., & Tonigan, J. S. (1996). Assessing drinkers' motivation for change: The stages of change readiness and treatment eagerness scale(SOCRATES). *Psychology of Addictive Behaviors*, 10(2), 81-89.
- Prochaska, J. O., & DiClemente, C. C. (1984). *The transtheoretical approach: Crossing traditional boundaries of therapy*. Homewood, IL: Dow Jones-Irwin.
- Velasquez, M. M., Maurer, G. G., Crouch, C., & DiClemente, C. C. (2001). *Group treatment for substance abuse: A stages of change therapy manual*. New York: Guilford Press.

- 게재신청일: 2014. 09. 02.
- 수정투고일: 2014. 11. 06.
- 게재확정일: 2014. 11. 17.