

## Effects of Song Discussion on Depression and Rehabilitation Motivation in Stroke Patients

Jung, Yong Ra\*

This study investigated the effects of song discussion on depression and rehabilitation motivation in stroke patients. Older adults with chronic stroke participated in this study: nine for the experimental group and eight for the control group. The experimental group was divided into three subgroups and participated in 12 sessions over 6 weeks. Target lyrics were selected by the investigator among popular songs from the participants' young adulthood. The song-based discussion was facilitated to address issues targeted at supportive, insight-focused, or reconstructive stage. The control group was provided with delayed intervention. At pre and posttest, the short form of Geriatric Depression Scale and the Rehabilitation Motivation Scale were measured. The experimental group showed significantly decreased depression and significantly increased rehabilitation motivation ( $p < .01$ ), while the control group showed no significant changes. Positive changes were also observed in all subcategories of rehabilitation motivation in the experimental group, particularly in significantly increased task-oriented motivation and decreased amotivation. This study suggests that song discussion will be effectively applied in rehabilitative settings to address psychological issues of older adults with stroke.

*Keywords* : song discussion, stroke, depression, rehabilitation motivation, song  
psychotherapy

---

\* Korean Certified Music Therapist (KCMT) (yongra.jung@gmail.com)

## 노래 가사 토의가 뇌졸중 환자의 우울 및 재활동기에 미치는 효과

정용라\*

본 연구는 노래 가사 토의 프로그램이 뇌졸중 환자의 우울 및 재활동기에 미치는 효과를 알아보  
고자 하였다. 노인 만성 뇌졸중 환자가 본 연구에 참여하였고, 실험군 9명과 통제군 8명으로 배  
정되었다. 실험군은 세 그룹으로 나누어 6주간 총 12회기에 걸쳐 노래 가사 토의 프로그램에 참  
여하였고, 통제군에는 중재가 적용되지 않았다. 통제군에게는 연구 종료 후 실험군이 참여한 것  
과 동일한 프로그램이 제공되었다. 노래 가사 토의를 위해 대상자들이 20대였을 때 유행하였던  
대중가요 중 치료 목표에 적절한 가사가 연구자에 의해 사전에 선정되었고, 토의 과정은 활동 중  
심, 통찰 중심, 재구성적 접근에 근거해 단계별로 진행되었다. 프로그램 사전 사후에는 단축형 노  
인 우울척도와 재활동기 척도가 측정되었다. 연구 결과, 노래 가사 토의 프로그램에 참여하였던  
실험군의 경우 우울 점수는 유의하게 감소하고 재활동기 점수는 유의하게 증가한 것으로 나타났  
다( $p < .01$ ). 반면 통제군은 사전-사후 검사 시 유의한 변화를 보이지 않았다. 실험군은 재활동기  
의 모든 하위영역에서 긍정적으로 변화되는 양상을 보였고, 특히 과제 지향적 동기가 유의하게  
증가하고 무동기는 유의하게 감소한 것으로 나타났다. 본 연구 결과는 노래 가사 토의가 노인 뇌  
졸중 환자의 심리적, 정서적인 이슈를 적절하게 다룸으로써 재활 환경에 효과적으로 적용될 수  
있음을 시사한다.

핵심어 : 노래 가사 토의, 뇌졸중, 우울, 재활동기, 노래심리치료

---

\* 음악중재전문가 (KCMT) (yongra.jung@gmail.com)

## I. 서 론

뇌졸중은 뇌혈관질환의 일종으로 뇌혈관의 폐색이나 파열로 인해 뇌의 혈액공급에 장애가 생겨 발생하는 질환으로, 전 세계적으로 주요한 사망원인이 되고 있다(Han, Kim, & Paik, 2008; World Health Organization [WHO], 2014). 2012년 통계에 따르면 우리나라에서 뇌혈관질환은 사망원인 중 암과 심장질환에 이어 3위였으며, 뇌혈관질환의 일종인 뇌졸중은 단일 질환 사망원인 1위를 차지했다(Statistics Korea, 2013).

뇌졸중 발병 후 70~75%의 환자는 신체기능, 언어기능, 인지기능 등의 기능 장애를 경험하게 된다. 이러한 후유증으로 인해 뇌졸중 환자는 일상생활에 제한을 받게 되고, 심리적으로는 수면 장애, 정서장애, 무력감, 피로, 절망감 등 우울증의 증상을 겪을 수 있다(Han et al., 2008; Ring, Feder, Schwartz, & Samuels, 1997). 뇌졸중 환자의 우울증 발병률은 연령, 발병 시기, 경과와 중증도, 우울증을 진단하는 척도 등에 따라 다양한 수준을 보이는 것으로 보고되고 있다. 최근 국내 연구를 종합해 보면, 뇌졸중 환자의 약 18~56%에서 뇌졸중 후 우울증(Post-Stroke Depression, PSD)이 발생한다고 밝혔다(Kang, 2011; Kim & Jeong, 2009; Ko, 2013). 이러한 뇌졸중 후 우울증은 뇌졸중 환자의 삶의 질을 떨어뜨리고, 재활동기를 저하시켜 회복과 치료를 지연시킴으로 환자의 예후에 부정적인 결과를 가져올 수 있다(Gillen, Tennen, McKee, Gernert-Dott, & Affleck, 2001). 이러한 선행 연구결과는 뇌졸중 환자에게 발생하는 우울증의 예방과 치료 개입의 필요성을 시사하고 있으나, 기존에 제공되어 온 뇌졸중 환자에 대한 개입은 신체재활과 기능회복에만 초점을 맞추어왔기 때문에, 뇌졸중 후 우울증과 관련된 심리, 환경 요인에 대한 치료 개입은 부족한 실정이다(Soung & Lee, 2013; Turner, 2012).

뇌졸중에 대한 급성기 치료 체계의 확립으로 뇌졸중으로 인한 연간 사망률은 10년 동안 약 14.9% 감소했으나 연령에 따른 뇌졸중 환자의 분포도를 보면 나이가 많을수록 뇌졸중 환자가 급격하게 증가하는 것을 볼 수 있다(Clinical Research Center for Stroke [CRCS], 2013; Statistics Korea, 2013). 이는 우리 사회가 고령화 되면서 노령 인구가 증가되어 뇌졸중 환자의 수는 늘어나지만 뇌졸중으로 인한 사망자 수는 감소하고 있다는 결과이다(Statistics Korea, 2013). 이러한 현상은 뇌졸중으로 인해 발생한 장애로 장기간 관리를 받아야 하는 인구집단의 절대적 수가 증가하고 있음을 의미한다.

뇌졸중 환자의 재활치료 성과에서 가장 중요한 영향을 미치는 요인은 뇌졸중 발생으로부터 재활치료 프로그램을 시작하기까지 소요된 시간으로, 활력 징후가 안정된 환자가 얼마나 신속하게 기능손상에 적합한 재활치료를 시작하는지의 여부인 것으로 알려져 있다(Han et al., 2008; Musicco, Emberti, Nappi, & Caltagirone, 2003). 뇌졸중으로 인해 손상된 신경학적 기능의 자연적 회복이 가장 효율적으로 이뤄지는 발병 후 첫 3개월 동안에는 적극적인 재활치료를 받을 수 있도록 동기를 부여해야 한다. 급성기 치료와 적극적인 초기 재활치료가 완료된 이후에도 지역사회

회에서 재활을 꾸준히 시행해야 한다. 그러나 뇌졸중 발병 이후의 재활치료의 중요성과는 무관하게, 뇌졸중 환자가 우울감으로 인하여 재활치료를 받고자 하는 의지가 저하된다면 기능 회복에 한계를 가질 수밖에 없고 최대한의 재활 성과를 기대하기 어려워진다(Choi, 2002; Han et al., 2008). 우울증이 뇌졸중 환자의 재활동기에 미치는 영향에 대한 선행연구를 살펴보면, 우울증이 있는 뇌졸중 환자는 재활치료를 지속해서 받지 않으려고 하는 경향을 보였으며, 재활서비스를 비효율적으로 이용했다(Gillen et al., 2001). 이처럼 우울감으로 인하여 재활치료의 의지가 없는 환자에게 지속된 재활훈련은 오히려 심리적 부담을 줄 수 있기 때문에, 신체적 재활뿐만 아니라 심리적 재활치료를 통해 자신의 질병을 이해하고, 자신의 상황에 적응해 나갈 수 있도록 지지하여, 적절한 재활동기가 부여될 수 있도록 해야 한다(You & Ann, 2009). 뇌졸중으로 인한 장애가 남은 생애동안 지속적으로 일상생활 수준에 영향을 미치는 점을 감안한다면, 이러한 연구결과는 뇌졸중 환자가 경험하는 우울감을 감소시키고 재활치료에 적극적으로 참여해야 할 필요가 있음을 시사하고 있다. 따라서 뇌졸중 환자에게 재활치료가 갖는 중요성을 고려하여 뇌졸중 환자의 우울감을 감소시키고 재활동기를 향상시킬 수 있는 전문적인 치료 개입이 요구된다.

국내의 음악치료 선행연구에서 뇌졸중 환자의 심리·정서적 측면에 대한 음악치료 개입이 뇌졸중 환자의 우울 감소에 유의미한 결과를 나타냈다(Chang, 2005; Jung, 2002; Kim, 2002). 또한 음악중재가 뇌졸중 환자의 재활동기 향상에 긍정적인 효과를 가진다고 밝힌 연구들이 보고되었다(Seo, 2009; Son, 2006). 이상의 선행 연구들은 뇌졸중 환자의 우울이나 재활동기를 각각 개별적으로 개선하는 데 사용될 수 있는 다양한 음악치료 접근법이 갖는 심리·정서적 효과를 보여주고 있다. 그에 비해 뇌졸중 환자의 우울이 재활동기에 미치는 영향을 고려하여 재활동기를 측정하는 연구는 미비한 편이었다. 이에 본 연구는 뇌졸중 환자의 우울증상 회복이 재활과정의 개선과 재활결과에 영향을 줄 수 있다는 선행연구(Chemerinski, Robinson, & Kosier, 2001; Gillen et al., 2001; Hackett & Anderson, 2005; Kim et al., 2009)를 바탕으로, 뇌졸중 환자의 우울감 감소에 초점을 둔 음악치료 프로그램을 진행하여, 이러한 음악치료 개입이 재활동기에 미치는 효과를 살펴보고자 한다.

우울감 감소에 효과적인 개입 중 하나는 자신의 내면에 존재하는 부정적인 사고나 경험에 대한 이야기 또는 부정적인 감정을 표출하는 것이다(Kim & Chung, 2004). 이는 이야기나 토의를 통해 자신의 내면을 외부로 표현하는 것이 효과적 개입이 될 수 있음을 보여주는 것이다(Grocke & Wigram, 2007). 노래 가사는 언어와 음악의 결합으로 이루어진 것으로, 언어로 표현되기 부담스러운 상황에서 자연스럽게 음악적 환경에 노출되어 자신의 내면을 살펴보고 자연스럽게 자신의 이야기를 이끌어 낼 수 있도록 한다(Kim, Hong, & Choi, 2014). 또한 노래 가사의 내용을 통해 자신을 재발견하여 자신이 인지하지 못한 내면의 문제를 인식하고 해결방안을 찾을 수 있도록 돕는다(Chang, 2005; Choi, 2006; Choi, 2012; Soon, 2002). 기존 음악치료는 규명된 긍정적인 영향에 비해 선곡된 노래에 대한 근거가 명확히 제시되어 있지 않은 경우가 있거나 노래가사

토의의 단일 효과를 규명하는데 제한이 있었다. 따라서 본 연구는 선행 연구결과를 토대로 노래 가사 토의의 구체적인 절차와 그에 대한 논거를 제시한 단계별 프로그램을 구성하여 뇌졸중 환자의 우울감을 완화하고, 재활동기에 긍정적인 효과를 미치는지를 알아보려고 한다.

본 연구는 노래 가사 토의가 뇌졸중 환자의 우울 및 재활동기에 미치는 효과에 대하여 알아보려고 하는데 목적이 있다. 본 연구의 목적을 위한 연구문제는 다음과 같다.

1. 노래 가사 토의 프로그램에 참여한 실험군은 참여하지 않은 통제군과 비교할 때 우울감에 어떠한 변화가 나타나는가?
2. 노래 가사 토의 프로그램에 참여한 실험군은 참여하지 않은 통제군과 비교할 때 재활동기에 어떠한 변화가 나타나는가?

## II. 연구방법

### 1. 연구 참여자

본 연구에는 서울 소재 병원에 입원중인 65세 이상에서 70세 이하의 노인 뇌졸중 환자가 참여하였다. 연구 대상자의 선정 조건은 다음과 같다.

- 가. 뇌졸중이 발생한 후 약 6개월 이상-3년 이하 경과된 자
- 나. 단축형 노인 우울척도(Korean version of Short Geriatric Depression Scale: SGDS-K)에서 8점 이상의 점수를 받은 자.
- 다. 주 1회 이상 재활치료를 받고 있는 자.
- 라. 의사소통이 가능하여 연구자에 의해 질문지를 읽고 응답할 수 있는 자.
- 마. 한국판 간이 정신상태 검사(MMSE-K) 점수가 30점 만점에 24점 이상으로 연구자의 지시를 따르는데 인지적 어려움이 없는 자.
- 바. 뇌졸중 발병 전의 일상생활수행능력(Activity of Daily Living)이 독립적인 상태였던 자.

### 2. 연구 절차

#### 1) 실험 절차

서울 소재 병원에서 모집된 모든 대상자에게 연구 내용에 대한 설명이 구두로 이루어졌으며,

연구의 목적 및 절차를 듣고 자발적으로 동의서에 서명한 대상자에 한해 연구가 실시되었다. 초기 실험에 동의한 대상자 중에서 무작위로 각각 12명씩 실험군과 통제군에 배정하였고, 실험군에 배정된 대상자는 세 그룹으로 나누어 음악치료 프로그램에 회기당 50분씩 주 2회 총 6주 동안 참여하였다. 실험 기간 동안 통제군은 음악치료 프로그램에 참여하지 않았으나 연구 종료 후 실험군이 참여하였던 것과 동일한 프로그램이 제공되었다. 사전 검사로는 실험 시작 전 단축형 노인 우울 척도와 재활동기 척도가 측정되었고, 사후 검사는 12회기 실험이 종결된 직후 사전 검사와 동일한 척도를 사용하여 실시되었다.

## 2) 환경 구성

음악치료 프로그램은 독립된 공간에서 진행되었으며, 대상자는 휠체어나 의자에 앉은 상태에서 프로그램에 참여하였다. 프로그램에 사용된 곡은 연구자가 미리 CD에 저장해 사용하였고, 매 회기 프로그램이 시작되기 전 재생 여부를 확인함으로써 적절한 음량을 점검하였다. 음악에 대한 몰입도를 높이기 위하여, 매회기 음악을 감상할 때는 보드판에 노래의 가사를 제공하여 가사의 의미 전달이 수월하도록 하였다. 프로그램 동안 진행된 노래 가사 토의에 사용될 질문 또한 보드판에 준비하여 대상자들이 질문을 볼 수 있도록 하였다. 마무리 단계에서 진행된 노래 만들기 동안에는 편마비 뇌졸중 환자가 글씨 쓰기에 제한이 있을 가능성을 고려하여 연구자가 대상자를 대신해서 노래가사를 기록할 수 있도록 하였다.

## 3) 노래 선정기준

노래 선정은 기존의 선행 연구 결과에 근거하여 이루어졌다. 기존의 국외 연구들은 노인들이 자신의 20~30대에 즐겨 들었던 노래와 중년 시절의 노래를 선호한다고 보고하였다(Gibbons, 1977; Jonas, 1991; Larson, 1982; McCullough, 1981). 국내 연구 역시 노인 대상군이 대중가요를 선호하고, 그 중에서도 자신이 20-30대였던 시절에 들었던 음악을 선호한다고 보고하고 있다(Kim, 2001). 해당 연구에서는 노인들이 30대에 들었던 음악보다 20대 시절의 음악에 대한 선호가 높은 것으로 나타났고, 또 다른 연구 역시 65세 이상의 노인들이 가장 선호한다고 보고한 트로트 장르의 곡 20개를 분석한 결과, 노인들이 20대였던 시절(약 1964~1979년도)에 들었던 음악이 다수였다고 보고하고 있다(Baek, 2011). 본 연구에서는 이와 같은 선행 연구를 바탕으로, 대상자 집단이 20대였던 시절의 대중가요를 프로그램에 사용할 노래로 선정하였다. 선정된 노래와 토의에 사용된 가사의 분석 내용은 <부록 1>에 제시되어 있다.

## 4) 프로그램 구성 및 진행

노래 가사 토의의 프로그램 구성은 각 회기별로 목표를 정하고, 각각의 목표를 달성할 수 있도록 적합한 노래를 치료사가 선곡하였다. 선곡은 치료 과정에 따라 크게 세 단계로 나누었다.

1단계는 1~3회기에 진행되었고, 활동 중심의 활동으로 치료사와 그룹원간의 친밀감 및 신뢰감 형성을 목표로 하였다. 1단계에 사용된 곡은 대중성을 가지고 있어, 초기 세션에서 대상자가 느낄 수 있는 심리적인 긴장감과 불안감을 절감시키고자 하였다. 이는 대상자가 음악적 환경에서 안정감을 찾고 빠르게 치료 프로그램에 적응할 수 있도록 돕는다. 또한 노래를 통해 자연스럽게 자신을 소개함으로써 연구자와 그룹원 간 관계를 형성하는 기회를 갖게 한다. 나아가 구조화된 노래 가사 채우기 활동으로 자신의 노래를 만드는 과정은, 초기 세션에 노래를 만들기 부담스러운 상태에서, 프로그램 활동을 성공적으로 이끌어 갈 수 있도록 하여, 대상자에게 향후 진행될 음악치료 활동에 대한 부담감을 경감시켜 준다.

2단계는 4~7회기로 통찰 지향적인 프로그램으로 구성되었고, 4회기에서는 내면의 문제 감정이입, 5회기에서는 내면의 문제 지각하기, 6~7회기에서는 내면의 문제 수용하기를 목표로 하였다. 2단계에서 사용된 노래는 가사를 통해 자신을 돌아보고 내면을 지각하고 수용할 수 있도록 도울 수 있는 곡으로 선정하였다. 이러한 가사를 통해 전반적인 자신의 삶에 대한 마음 상태, 문제 등을 확인하며 자신의 문제를 극복하기 위한 방법을 찾도록 돕고자 하였다. 노래 가사 채우기와 노래 패러디 활동은 제한된 시간을 유용하게 사용하도록 하며, 대상자에게 노래 만들기에 대한 부담감을 덜어준다. 자신의 이야기가 노래로 만들어지는 과정을 통해 좀 더 객관적으로 자신을 바라보며 이해의 폭을 넓힐 수 있도록 한다.

3단계는 8~12회기 동안 진행되는 재구성적 프로그램을 중점적으로 구성되었고, 8~9회기에서는 자신에 대한 긍정적 인식 확립하기와 10~12회기에서는 자신에 대한 긍정적 인식 확장하기를 목표로 하였다. 해당 단계에서 사용된 곡은 노래를 통해 자신에 대하여 긍정적인 인식을 가질 수 있게 하며, 자신의 장점과 삶에서 힘이 되는 점을 찾을 수 있도록 하였다. 이는 앞으로의 삶에 대한 목표, 의지, 신념을 가질 수 있도록 돕는다. 노래 가사 채우기와 노래 패러디 활동에서는 노래 가사에 자신의 생각이 그대로 표현되고 반영하고 이를 통해 프로그램의 마무리 단계에서 대상자가 스스로를 재확인하여, 보다 긍정적이고 발전적인 사고와 감정을 가질 수 있도록 하였다.

또한 노래를 통한 토의는 Wheeler(1983)가 기술한 활동중심, 통찰지향, 재구조화의 세 단계로 이루어진 기법을 토대로 <Table 1>의 절차대로 진행하였다.

활동 중심 토의는 초기 단계로서 노래의 표면적 정보를 수집하는 데 중점을 두고, 음악자체에만 초점을 맞춘다. 중기 단계에서의 통찰지향적 토의는 노래 가사에 대하여 의미를 탐색하며, 자신의 감정이나 내적인 부분까지 이야기 할 수 있도록 도전적인 질문을 할 수 있다. 후기 단계에서의 재구조화적 토의는 대상자의 생애 전반의 과정과 노래의 의미를 현재의 삶에 반영하거나 연관 지을 수 있도록 토의를 진행한다. 절차 2~5의 가사 토의 과정에서 사용된 질문은 <Table 2>와 같다.

〈Table 1〉 Steps of Song Discussion

Step	Procedures of song discussion
1	Projective listening
2	Collection of information from the lyrics (Activity-oriented)
3	Identification of emotions and meaning in the lyrics (Insight-oriented)
4	Connection of discussion on the lyrics with issues in a real life (Reconstructive)
5	Expanded discussion based on communication with the group members
6	Completion of song writing

### 3. 측정 도구

#### 1) 단축형 노인 우울 척도(Korean version of Short Geriatric Depression Scale: SGDS-K)

단축형 노인 우울 척도(SGDS)는 Sheikh와 Yesavage(1986)가 기존의 Yesavage와 그의 동료들(1983)이 개발한 Geriatric Depression Scale(GDS)에 대한 진단적 타당도 연구를 바탕으로, GDS의 문항 중에서 우울증상과 상관관계가 가장 높은 15문항 선택해서 축소 제작한 것이다. Cho와 그의 동료들(1999)은 SGDS를 한국어로 표준화하여 타당성을 입증하였다. 개발 당시 도구의 신뢰도 Cronbach's  $\alpha = .88$  이었다. 우울증을 판별하는 SGDS의 절단점(cutoff point)은 8점이며, 점수가 높을수록 우울증상이 심한 것으로 해석된다.

#### 2) 재활동기척도

재활동기는 뇌졸중 환자가 재활치료에 참여하고자 하는 심리적 욕구이다. Han(2001)이 개발한 재활동기 척도는 18세 이후에 발생한 질병이나 사고에 의한 지체장애인과 뇌병변장애인을 대상으로 개발하였다. 본 도구는 총 27개 문항으로 4점 척도로 구성되어 있고, 자기-결정 정도에 따라 5가지의 동기유형이 포함된 도구이다. 동기 유형을 살펴보면, 과제 지향적 동기, 변화 지향적 동기, 의무적 동기, 외부적 동기, 무동기로 구성되었다. 과제 지향적 동기는 아무런 요건 없이 능동적으로 행동을 시행하고자 하는 자발적 욕구이다. 변화 지향적 동기는 현재의 상태보다 더 나은 상태로 변화되기를 바라거나 최소한 현재의 상태를 유지하고자 하는 욕구이다. 의무적 동기는 재활치료에 대한 부정적 사고와 심리상태에 따라 나타난 의무감에서 비롯된 행동을 야기하는 상태를 의미한다. 외부적 동기는 자신의 내면에서 비롯된 것이 아니라 외부의 통제에 따라 수동적으로 시행한 행동의 배경이 되는 동기를 의미한다. 무동기는 자신의 행동이 무의미 하여 내적, 외적으로 동기화 되지 않을 때 나타나는 행동이다(Han, 2001). 척도의 점수는 '매우 그렇다' 4점, '그렇다' 3점, '그렇지 않다' 2점, '전혀 그렇지 않다'에 1점을 주고, 각각의 동기유형에 따라 주어



〈Table 2〉 Examples of Questions Used During Song Discussion

	Questions
Examples of questions used in activity-oriented sessions	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Who is the main character in the song?</li> <li>• What do you think of the situation that the main character in the song is facing?</li> <li>• What does the main character want in the song?</li> <li>• What is the lyric of the song about?</li> <li>• What types of emotions are present in the song?</li> <li>• What is the mood of the song? How do you like the accompaniment?</li> <li>• How do you like the voice of the singer(s)?</li> </ul>
Examples of questions used in insight-orientated sessions	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Is there a particular phrase that you like in the song? Why did you like it?</li> <li>• Is there anything else that came up to your mind other than the song itself?</li> <li>• Is there any feeling or thoughts in you that aroused while listening to the song?</li> <li>• What impact did the song have on your emotional states?</li> <li>• What is your role in your relationships?</li> <li>• Is there times that you want to cry or feel sad?</li> <li>• Do you think this song is associated to your thoughts?</li> <li>• Do you think this song is associated to your situation?</li> <li>• What is the most important thing in your life?</li> </ul>
Examples of questions used in reconstruction-oriented sessions	<ul style="list-style-type: none"> <li>• What do you think is the message in the song?</li> <li>• Do you find the lyric of the song similar to your current situation? When do you think so?</li> <li>• How would you evaluate your own life at the moment?</li> <li>• How would you live your life?</li> <li>• Is there anything that you cannot give up on your life?</li> <li>• Is there anything that you want to let go as time goes by? Is there anything you want to keep? Can you share what they are?</li> <li>• What is the most difficult thing after the stroke?</li> <li>• What is the source of your strength?</li> <li>• Can you find hope in your life?</li> <li>• What do you hope for in your life?</li> </ul>
Examples of questions used in expanded discussion	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Is there anything new that you got to know about yourself?</li> <li>• Did you learn anything while you are singing with the group?</li> <li>• Did you find any common or different things between you and the group members?</li> <li>• Did you experience or feel that the experience of the group members is similar to your own experience?</li> <li>• Is there anything more you want to tell me about the song?</li> <li>• What impact did today's activity have on you?</li> </ul>

진 가중치를 계산하여 합산한 점수가 높을수록 재활동기가 높다는 것을 의미한다. 본 도구의 신뢰도는 한혜숙(2001)에서 Cronbach's  $\alpha = .86$  이었으며, 본 연구에서는 Cronbach's  $\alpha = .71$  이다.

#### 4. 자료 분석 방법

본 연구에서 수집된 자료는 SPSS 19.0 프로그램을 사용하여 분석하였다. 실험군과 통제군의 동질성 검증을 위하여 사전 검사 시 우울과 재활동기 검사 결과를 독립  $t$  검정으로, 또한 각 집단 간의 우울과 재활동기의 사전-사후 검사를 대응표본  $t$  검정으로 분석하였다.

### III. 연구결과

본 연구 대상자는 만성 뇌졸중 환자로 연구 초기 무작위로 실험군과 통제군에 각각 12명씩 배정하였으나 중도 탈락된 대상자를 제외하고 최종적으로 연구 참여를 완료한 대상자는 실험군 9명과 통제군 8명이었다. 연구 참여를 완료하여 자료 분석에 포함된 대상자의 집단별 일반적 특성은 <Table 3>과 같다.

본 연구에 참여한 실험군과 통제군의 동질성 검정을 위하여 사전 검사 시 우울과 재활동기 검사 결과를 독립  $t$  검정을 사용하여 분석하였다. 분석 결과, 우울과 재활동기 지표 모두에서 집단 간 유의한 차이는 나지 않았다.

#### 1. 단축형 노인 우울 척도 분석

실험군과 통제군의 사전-사후 단축형 노인 우울 점수의 평균을 대응 표본  $t$  검정을 통해 비교 분석한 결과 실험군의 단축형 노인 우울 사후점수는 사전검사에 비해 2.33점 감소하였고 이는 통계적으로 유의한 수치였다( $p < .01$ ). 반면, 통제군은 유의한 수준은 아니었지만 단축형 노인 우울 점수에 있어 사후검사 시 사전점수에 비해 0.38점 증가하였다(<Table 4>와 <Figure 1>참조).

〈Table 3〉 Demographic Information of Participants

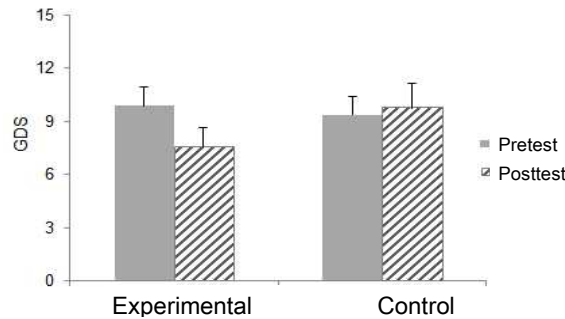
Group	Participant	Sex	Age	Type of stroke	Side of the affected	Severity of language impairment	ADL
Experimental ( <i>n</i> = 9)	A	F	65	Hemorrhage	Lt.	Mild	52
	B	F	65	Infarction	Rt.	Mild	59
	C	M	67	Infarction	Rt.	Mild	95
	D	M	67	Hemorrhage	Lt.	Mild	63
	E	M	65	Infarction	Lt.	Little or no	53
	F	M	65	Hemorrhage	Lt.	Little or no	47
	G	F	68	Infarction	Rt.	Little or no	90
	H	F	70	Infarction	Rt.	Mild	80
	I	F	70	Hemorrhage	Lt.	Little or no	48
Control ( <i>n</i> = 8)	J	M	67	Infarction	Lt.	Little or no	89
	K	F	70	Hemorrhage	Rt.	Little or no	35
	L	M	63	Hemorrhage	Lt.	Little or no	96
	M	F	70	Infarction	Rt.	Severe	35
	N	M	70	Infarction	Rt.	Mild	97
	O	F	67	Infarction	Rt.	Little or no	99
	P	F	70	Infarction	Lt.	Mild	57
Q	F	70	Hemorrhage	Lt.	Mild	39	

\*Lt: left; Rt: right; ADL: Activities of Daily Living Skills

〈Table 4〉 Comparison of Geriatric Depression Scores at Pretest and Posttest

	Pretest		Posttest		<i>t</i>
	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	
Experimental( <i>n</i> = 9)	9.88	2.08	7.55	2.24	-4.42**
Control( <i>n</i> = 8)	9.37	2.06	9.75	2.76	0.70

\*\**p* < .01.



〈Figure 1〉 Changes in depression scores at pretest and posttest

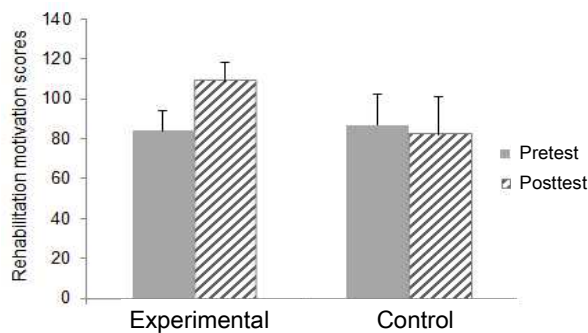
## 2. 재활동기 척도 분석

사전-사후 재활동기 점수 평균을 대응 표본 *t* 검정을 통해 비교 분석한 결과, 실험군의 재활동기 사후점수는 사전과 비교해 24.83점 증가하였고 이는 통계적으로 유의한 수준이었다( $p < .01$ ). 반면 통제군의 재활동기는 사전점수에 비해 사후점수가 4.63점 감소하였으나 통계적으로 유의한 차이는 없었다(〈Table 5〉과 〈Figure 2〉 참조).

〈Table 5〉 Comparison of Rehabilitation Motivation Scores at Pretest and Posttest

	Pretest		Posttest		<i>t</i>
	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	
Experimental( <i>n</i> = 9)	84.11	20.20	109.00	18.40	-3.46**
Control( <i>n</i> = 8)	86.75	31.72	82.12	37.64	0.65

\*\* $p < .01$



〈Figure 2〉 Changes in rehabilitation motivation scores at pretest and posttest

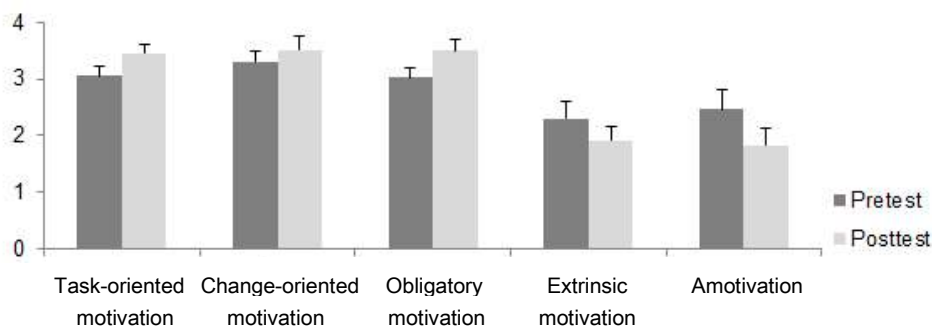
### 3. 재활동기의 하위영역별 분석

실험군과 통제군의 사전-사후 재활동기를 하위영역별로 대응 표본  $t$  검정을 통해 비교 분석하였다. 그 결과, 과제 지향적 동기에 있어 실험군의 사후점수는 사전점수에 비해 0.39점 증가하였고, 이는 통계적으로 유의한 수치였다( $p < .05$ ). 변화 지향적 동기와 의무적 동기에 있어서는 프로그램 참여 후 각각 0.21점과 0.48점 향상되었으나 통계적으로 유의한 수준에는 도달하지 않았다. 외부적 동기 점수 변화는 0.39점 감소하였고, 이는 긍정적인 변화였지만 통계적으로는 유의한 차이는 아니었다. 무동기 점수에 있어서는 사후검사 시 0.64점 감소되었고, 이는 통계적으로 유의한 수치이었다( $p < .05$ ). 하위영역별 분석 결과는 <Table 6>과 <Figure 3>에 제시되어 있다.

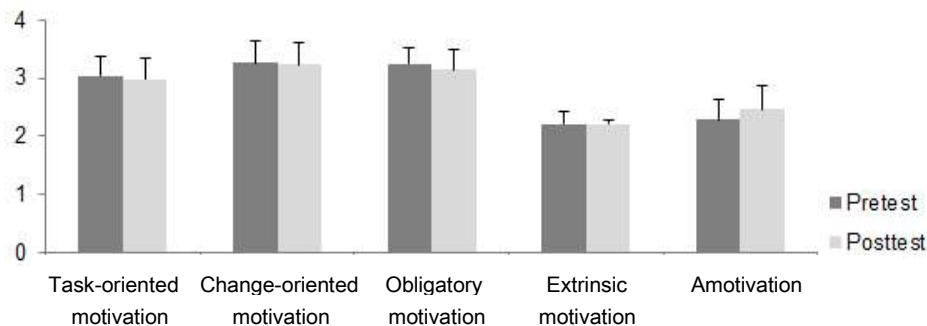
<Table 6> Scores for Subcategories in Rehabilitation Motivation at Pretest and Posttest

Subcategory	Experimental					Control				
	Pretest		Posttest		$t$	Pretest		Posttest		$t$
	$M$	$SD$	$M$	$SD$		$M$	$SD$	$M$	$SD$	
Task-oriented	3.06	0.33	3.45	0.33	-3.22*	3.04	0.66	2.98	0.70	0.50
Change-oriented	3.31	0.38	3.52	0.47	-1.02	3.26	0.74	3.23	0.79	0.17
Obligatory	3.02	0.38	3.50	0.41	-2.05	3.25	0.52	3.15	0.68	0.55
Extrinsic	2.30	0.58	1.91	0.52	1.76	2.21	0.41	2.21	0.16	0.00
Amotivation	2.47	0.69	1.83	0.61	2.42*	2.28	0.71	2.46	0.80	-0.89

\* $p < .05$ .



<Figure 3> Changes in scores on subcategory of rehabilitation motivation in the experimental group



〈Figure 4〉 Changes in scores on subcategory of rehabilitation motivation in the control group

통제군의 경우 과제 지향적 동기와 변화 지향적 동기 점수는 사후 검사 시 사전점수에 비해 각각 0.06점과 0.03점으로 감소되었다. 의무적 동기 점수는 사후 검사 시 0.1점 감소하였고, 외부적 동기는 사전점수와 사후점수에 변화가 없었으며, 무동기 사전점수와 사후점수의 변화는 0.18점으로 증가하였다. 통제군은 재활동기의 모든 하위 영역에서 통계적으로 유의미한 차이가 나타나지 않았고, 점수의 변동이 없었던 외부적 동기를 제외한 모든 영역에서 오히려 부정적인 점수 변화가 나타났다(〈Table 6〉과 〈Figure 4〉 참조).

#### IV. 결론 및 제언

본 연구는 노래 가사 토의가 뇌졸중 환자의 우울 및 재활동기에 미치는 효과를 알아보려고 하였다. 노래 가사 토의 프로그램 실시 전후에 단축형 노인 우울 척도를 사용하여 프로그램의 효과를 알아본 결과, 노래 가사 토의에 참여한 실험군은 중재 이후에 우울 점수가 긍정적으로 감소되었고, 이는 통계적으로도 유의한 것으로 분석되었다. 반면에 통제군은 우울 점수가 오히려 증가되는 경향이 나타났다. 재활동기척도를 사용하여 프로그램의 효과를 알아본 결과, 노래 가사 토의에 참여한 실험군은 중재이후에 재활동기 점수가 긍정적으로 증가하였고, 이는 통계적으로도 유의한 것으로 분석되었다. 하지만 통제군은 재활동기 점수가 감소하는 경향이 나타났다. 재활동기의 하위영역에서의 프로그램의 효과를 알아본 결과, 과제 지향적과 무동기의 긍정적 변화는 통계적으로 유의미한 것으로 분석되었다. 변화 지향적, 의무적, 외부적 동기는 긍정적으로 변화되는 경향이 나타났다. 이에 반해 통제군은 재활동기의 하위영역에서 외부적 동기를 제외한 모든 영역에서 부정적인 점수의 변화가 나타났다. 이러한 결과를 바탕으로 본 연구를 분석한 결론은 다음과 같다.

첫째, 노래 가사 토의는 뇌졸중 환자의 우울감을 낮추는데 효과가 있었다. 노래 가사 토의를

위해 대상자의 연령을 고려하여 선곡된 노래는 대상자로부터 매우 긍정적인 반응을 얻었다. 특히 중기에서 대상자의 심리적 상태와 음악 간의 동질성의 원리가 작용하여, 대상자의 심리상태에 접근하기가 용이했다. 이때 노래 가사가 주는 언어적 정보는 말하기 어려운 주제를 자연스럽게 노래를 매개로 표현할 수 있도록 하여 대상자의 내면을 외부로 표출할 수 있도록 했다(Choi, 2012; Soon, 2002). 이러한 활동들은 대상자가 자신의 문제를 지각하고 긍정적으로 승화해 나갈 수 있도록 도와주어 우울감소에 긍정적인 효과를 나타냈다.

둘째, 노래 가사 토의는 재활동기를 높이는데 효과가 있었다. 노래 가사 토의는 회기별 목표에 따라 선곡된 노래를 통해 자신과 자신의 주변을 재인식하고 나아가 긍정적 인식으로 확장해 나갈 수 있도록 구성하여 대상자에게 지지적인 음악적 환경을 제공하였다. 또한 매회기 프로그램의 마무리 단계로 자신의 소망과 희망, 계획 등에 대한 자신만의 노래를 만들어 구성한 활동이 재활동기에 보다 효과적으로 영향을 미쳤다.

셋째, 노래 가사 토의가 재활동기의 하위영역에 미친 영향에 있어서는 과제 지향적 동기와 무동기에서 가장 큰 효과가 나타났다. 실험군은 본 연구를 위해 음악치료 프로그램에 본인의 의지로 매 회기 참여 했다. 음악치료 프로그램을 재활치료의 한 부분으로 보았을 때 자발적으로 음악치료 프로그램에 참여했던 과제 지향적 동기부여가, 더 나아가 그밖에 시행되고 있는 재활치료 프로그램에도 상응하여 적용되었다는 것을 나타낸다. 또한 노래 가사 토의는 우울 감소에 초점을 맞추어서 진행하였으나, 토의에서 다뤘던 내용이 재활 동기 척도의 문항 중 8개가 과제 지향적 동기의 내용과 유사한 부분이 있어, 과제 지향적 동기에 긍정적으로 영향을 미쳤다. 또한 노래 가사 토의 프로그램을 통해 자신이 기존에 무의미하다고 생각했던 행동들이 의미 있게 변화되는 과정이 될 수 있었다. 그룹 활동은 그룹원간에 서로의 모습을 점검하는 시간이 되어, 자신의 재활치료가 의미 있게 진행되는 것을 재인식하는데 도움을 주어 무동기가 감소하는데 긍정적인 영향을 미쳤다.

마지막으로, 전반적인 프로그램 진행에 있어서 그룹 활동은 대상자들에게 긍정적인 영향을 미쳤다. 이는 그룹진행을 통한 상호지지하기, 공감하기 등이 치료의 효과를 더욱 극대화 할 수 있다는 선행연구들과 같은 맥락으로 이해할 수 있다(Camilleri, 2007; Choi, 2006; Cordobés, 1997; Robb, 1996; Silber & Hes, 1995). 본 연구에서 그룹원들은 그룹 활동에 대해, “옆 사람의 말을 듣고 서로 이야기하는 시간이 지루하지 않고 좋았다”, “함께해서 편하게 할 수 있었다”, “옆 사람의 이야기가 힘이 될 때가 있었다” 등의 긍정적인 의견을 나타냈다. 이는 그룹원들이 서로를 지지하며 상호교류 하였던 것이 프로그램 전반에 긍정적인 영향을 주었던 것으로 사료된다. 단계적으로 시행된 노래 가사 토의의 진행은 치료사와의 친밀감 및 신뢰감을 형성하고, 내면의 문제에 대한 감정이입, 내면의 문제를 지각하여 수용하였다. 나아가 자신에 대해 긍정적인 인식을 확립하고 확장하도록 도운 것이 우울과 재활동기에 효과적으로 작용하였다. 그밖에도 세션 종결 후에 프로그램에 참여한 한 대상자는 앞으로의 삶을 긍정적으로 바라볼 수 있게 되었고, 음악치료 시

간이 유익했다고 언어적으로 표현했다. 또 다른 대상자의 보호자는 평소 소극적이었던 대상자가 음악치료 프로그램을 진행한 후에 자신의 의사를 적극적으로 표현하게 되었다고 했으며, 3명의 담당 간병인을 통해 프로그램이 진행됨에 따라 대상자들의 얼굴 표정이 이전보다 밝아졌다고 하였다. 이는 노래 가사 토의가 대상자에게 효과적으로 작용되었다는 것으로 보여준다.

반면 노래 가사 토의는 대상자들이 내면을 성찰하는 과정에서 아직 자신의 상황을 인정하는 것과 자신을 타인에게 노출할 충분한 준비가 되어있는지에 대한 확인이 필요하다. 연구 중 한 대상자는 자신의 이야기를 표출하는 과정에서 어떠한 심신의 변화로 프로그램 참가를 중단했다. 이러한 부분은 그룹세션의 한계로, 향후 진행될 연구에서는 개인세션과 그룹세션을 병행하여 진행하는 방안을 고려하면 대상자에게 더 효율적인 프로그램이 제공될 수 있을 것이다. 또한 치료사는 토의 진행에서 질문의 단계가 현재 대상자의 상황에 적절한지에 대해 신체의 반응을 면밀히 살펴야 한다(Grocke & Wigram, 2007). 또한 각 대상자마다 노래에 대한 관점이 다르므로 각자 해석에 있어 차이가 날 수 있으나, 치료사가 계획한 목적에는 벗어나지 않도록 해야 한다. 토의가 치료계획과 다른 방향으로 진행된다면, 자연스럽게 치료사가 계획한 방향으로 돌아올 수 있도록 치료사는 주제에 따른 대상자의 관심을 이끌어 낼 수 있는 대화방식을 염두에 두면 더욱 매끄러운 진행이 될 수 있을 것이다.

본 연구는 뇌졸중 환자에게 노래 가사 토의가 우울감을 낮추고, 재활동기를 높이는데 효과적이었다는 결론을 도출해 냈다. 구체적으로 노래 가사 토의를 통한 음악 중재는 재활동기의 하위영역인 과제 지향적 동기와 무동기를 개선하는 데 효과적인 것으로 나타났다. 그러나 통제군에서는 역으로 우울감이 높아지고 재활동기가 낮아지는 경향이 나타났다. 본 연구를 근거로 향후 뇌졸중 환자의 우울수준을 감소시키고, 재활동기를 고취시킬 수 있는 다양한 음악치료 연구가 시행되어야 할 것이다.

## References

- Baek, S. E. (2011). *A study on song preferences of the elderly* (Master's thesis). Retrieved from <http://www.riss.kr/link?id=T12469851>
- Camilleri, V. A. (2007). "Hear Me Sing" : Structured group songwriting. In V. A. Camilleri (Ed.), *Healing the inner city child: Creative arts therapies with at-risk youth* (pp. 75-91). Philadelphia, PA: Jessica Kingsley Publishers.
- Chang, J. Y. (2005). *The effect of song psychotherapy on depression for elderly stroke patients* (Master's thesis). Retrieved from <http://www.riss.kr/link?id=T10026433>



- Chemerinski, E., Robinson, R. G., & Kosier, J. T. (2001). Improved recovery in activities of daily living associated with remission of poststroke depression. *Stroke*, *32*(1), 113-117.
- Cho, M. J., Bae, J. N., Suh, G. H., Hahm, B. J., Kim, J. K., Lee, D. W., & Kang, M. H. (1999). Validation of geriatric depression scale, Korean version (GDS) in the assessment of DSM-III-R major depression. *Journal of Korean Neuropsychiatric Association*, *38*(1), 48-63.
- Choi, B. C. (2006). *Music therapy* (2nd ed.). Seoul: Hakjisa.
- Choi, E. J. (2002). *Effects of rehabilitation program based on self-efficacy on poststroke patients* (Doctoral dissertation). Retrieved from <http://www.riss.kr/link?id=T8724471>
- Choi, M. H. (2006). Song psychotherapy. In H. J. Chong (Ed.), *Music therapy techniques and models* (pp. 235-266). Seoul: Hakjisa.
- Choi, Y. R. (2012). *The effect of modality presenting lyrics on mood-congruent recall when listening to song* (Master's thesis). Retrieved from <http://www.riss.kr/link?id=T13054140>
- Clinical Research Center for Stroke (2013). *Clinical practice guidelines for stroke*. Seoul: Clinical Research Center for Stroke.
- Cordobés, T. K. (1997). Group songwriting as a method for developing group cohesion for HIV-seropositive adult patients with depression. *Journal of Music Therapy*, *34*(1), 46-67.
- Gibbons, A. C. (1977). Popular music preferences of elderly people. *Journal of Music Therapy*, *14*(4), 180-189.
- Gillen, R., Tennen, H., McKee, T. E., Gernert-Dott, P., & Affleck, G. (2001). Depressive symptoms and history of depression predict rehabilitation efficiency in stroke patients. *Archives of Physical Medicine and Rehabilitation*, *82*(12), 1645-1649.
- Grocke, D., & Wigram, T. (2007). *Receptive methods in music therapy: Techniques and clinical applications for music therapy clinicians, educators, and students*. Philadelphia, PA: Jessica Kingsley Publishers.
- Hackett, M. L., & Anderson, C. S. (2005). Predictors of depression after stroke: A systematic review of observational studies. *Stroke*, *36*(10), 2296-2301.
- Han, H. S. (2001). *Development of an instrument to measure motivation for rehabilitation in disabled* (Doctoral dissertation). Retrieved from <http://www.riss.kr/link?id=T8117581>
- Han, T. R., Kim, Y. H., & Paik, N. C. (2008). Stroke Rehabilitation. In T. R. Han & M. S. Bang (Eds.), *Rehabilitation medicine* (3rd ed.) (pp. 509-547). Seoul: Koonja Publishing Inc.
- Jonas, J. L. (1991). Preferences of elderly music listeners residing in nursing homes for art music, traditional jazz, popular music of today, and country music. *Journal of Music*

- Therapy*, 28(3), 149-160.
- Jung, W. H. (2002). *The effects of music therapy on reducing the symptoms of depression and anxiety of stroke patients* (Master's thesis). Retrieved from <http://dcollection.ewha.ac.kr/jsp/common/DcLoOrgPer.jsp?sItemId=000000057369>
- Kang, H. J. (2011). *Prevalence and risk factors of poststroke depression* (Master's thesis). Retrieved from <http://www.riss.kr/link?id=T12486194>
- Kim, B., Susan, B., Sue, C., Genevieve, K., Sue, W., & Emma, S. (2009). Goal achievement in the six months after inpatient rehabilitation for stroke. *Disability and Rehabilitation*, 31(11), 880-886.
- Kim, D. Y., & Jeong, J. H. (2009). Influencing factors of depression in stroke patients. *Kosin Medical Journal*, 24(2), 69-75.
- Kim, K. H. (2001). *A study of musical preferences of elderly* (Master's thesis). Retrieved from <http://www.riss.kr/access.ewha.ac.kr/link?id=T10207480>
- Kim, M. Y., & Chung, H. H. (2004). A comparison of cognitive-behavioral group counseling and supportive group counseling: Effects on elderly depression and loneliness. *Korean Journal of Counseling and Psychology*, 16(3), 367-382.
- Kim, S. J. (2002). *The effect of music activity leading participation in society upon the life satisfaction and the depression of the stroke patient* (Master's thesis). Retrieved from <http://www.riss.kr/link?id=T8463461>
- Kim, S. S., Hong, G. N., & Choi, M. J. (2014). Effects of a song psychotherapy intervention on the change readiness of alcoholics. *Journal of Music and Human Behavior*, 11(2), 19-39.
- Ko, M. H. (2013). *Post stroke depression and emotional incontinence: Focused on TPH2 polymorphisms* (Master's thesis). Retrieved from <http://www.riss.kr/link?id=T13293082>
- Ko, N. Y. (2008). *The change of adult stroke patient's acceptance of disability through therapeutic songwriting* (Master's thesis). Retrieved from <http://www.dcollection.net/handler/ewha/000000038394>
- Larson, P. S. (1982). *An exploratory study of lifelong musical interest and activity: Case studies of twelve retired adults* (Unpublished doctoral dissertation). Temple University, Philadelphia.
- McCullough, E. C. (1981). An assessment of the musical needs and preferences of individuals 65 and over. *Dissertation Abstracts International*, 42(3), 909A. (University Microfilms No. AAT81-18455).

- Musicco, M., Emberti, L., Nappi, G., & Caltagirone, C. (2003). Early and long-term outcome of rehabilitation in stroke patients: The role of patient characteristics, time of initiation, and duration of interventions. *Archives of Physical Medicine and Rehabilitation, 84*(4), 551-558.
- Ring, H., Feder, M., Schwartz, J., & Samuels, G. (1997). Functional measures of first-stroke rehabilitation inpatients: Usefulness of the functional independence measure total score with a clinical rationale. *Archives of Physical Medicine and Rehabilitation, 78*(6), 630-635.
- Robb, S. L. (1996). Techniques in song writing: Restoring emotional and physical well being in adolescents who have been traumatically injured. *Music Therapy Perspectives, 14*(1), 30-37.
- Seo, D. O. (2009). *The influence of song-focused program on motivation for rehabilitation in stroke patients* (Master's thesis). Retrieved from <http://www.riss.kr/link?id=T11743775>
- Sheikh, J. I., & Yesavage, J. A. (1986). Geriatric depression scale (GDS): Recent evidence and development of a shorter version. In T. L. Brink (Ed.), *Clinical gerontology: A guide to assessment and intervention* (pp. 165-173). New York, NY: The Haworth Press.
- Silber, F., & Hes, J. P. (1995). The use of songwriting with patients diagnosed with Alzheimer's disease. *Music Therapy Perspectives, 13*(1), 31-34.
- Son, K. W. (2006). *The effect of reading training on the repetition ability, self-esteem and the motivation for rehabilitation in Broca's aphasic by musical intervention* (Master's thesis). Retrieved from <http://www.riss.kr/link?id=T10835492>
- Song, Y. M. (2003). *A study on the effects of musical activities focused on lyric discussion on reducing the level of anxiety and depression of the patients suffering from spinal injuries* (Master's thesis). Retrieved from <http://www.riss.kr/link?id=T10203250>
- Soon, J. Y. (2002). *Study on lyric analysis of Korean popular songs for song psychotherapy* (Master's thesis). Retrieved from <http://www.riss.kr/link?id=T8953561>
- Soung, Y. M., & Lee, J. H. (2013). Factors in post stroke depression of stroke patients hospitalized in university medical centers. *Journal of Korean Gerontological Nursing, 15*(2), 85-94.
- Statistics Korea (2013, 10). Annual report on the cause of death statistics. Retrieved from <http://kostat.go.kr/portal/korea/kornw/2/6/2/index.board?bmode=read&aSeq=308559> on Sep. 3, 2013.
- Turner, J. (2012). Journal of the australasian rehabilitation nurses association. *Journal of the Australasian Rehabilitation Nurses Association, 15*(1), 11-15.

- Wheeler, B. L. (1983). A psychotherapeutic classification of music therapy practices: A continuum of procedures. *Music Therapy Perspectives, 1*, 8-12.
- World Health Organization. (2014). The top 10 causes of death. Retrieved from <http://who.int/mediacentre/factsheets/fs310/en/>
- Yesavage, J. A., Brink, T. L., Rose T. L., Lum, O., Huang, V., Adey, M., & Leirer, V. O. (1983). Development and validation of a geriatric depression screening scale: A preliminary report. *Journal of Psychiatric Research, 17*(1), 37-49.
- You, Y. Y., & Ann, C. S. (2009). A study of the relationships between perceived rehabilitation-motivation and quality of life in patients after a cerebrovascular accident. *Journal of Korean Society of Occupational Therapy, 17*(2), 1-16.

- 게재신청일: 2015. 04. 22.
- 수정투고일: 2015. 05. 20.
- 게재확정일: 2015. 05. 27.

## 부록 1. 각 회기의 곡과 가사 분석

회기	제목 주제	치료적 논거
1	열일곱살이예요 박단마(1938) 자기 소개	스윙(Swing)기법에 의한 연주는 율동감이 강하여 활동에 집중할 수 있도록 한다. Brass의 음색은 곡의 분위기를 밝게 하여, 세션에 적응하고 참여를 유도할 수 있도록 한다. 노래는 주인공 나이가 소개되는 부분을 통해 자연스럽게 대상자가 실제 나이를 말하거나 느끼는 나이, 보이는 나이, 상대적 혹은 비교적 나이, 원하는 나이 등을 말하도록 한다.
2	고향의봄 (1927) 자신의 고향 소개	곡의 박자는 4/4박자로 안정감이 있으며 B플랫(b)장조로 구성되어 따뜻하고 아련함을 준다. 곡의 가사 내용은 고향에 대한 간절한 그리움을 담고 있다. 가사는 '복숭아 꽃 등의 고향의 배경을 말하거나, '꽃 동네 새 동네' 등의 비유를 사용하여 자신의 고향을 떠올리고 있다. 자신의 고향에 대해 이야기함으로써 자신을 노출하는 것은 그룹원간의 관계형성에 도움이 된다.
3	비둘기집 이적 (1967) 집, 가족 구성원 소개	노래는 beguine rhythm pattern으로 진행되기 때문에 율동감이 있고 프로그램 참여를 촉진 시킨다. 곡의 가사 내용은 이상적인 집에 관한 내용이다. 노래의 시대적 배경으로 볼 때 빨간 장미꽃 넝쿨이 우거진 전원주택, 별장에 사는 사람들은 부와 행복을 향유하여 모두가 부러워하는 집과 가정이 있는 사람으로 상징된다. 이에 이상적인 집에 관하여 이야기할 수 있으며, 나아가 가족의 이야기, 가족에서의 나의 역할 등을 이야기할 수 있다.
4	울고싶어 배호(1971) 현재 나의 삶	마지막 코드는 Dm6를 사용하여 불완전한 느낌을 주어 종지에서 여운을 준다. 특히 트로트 음계사용은 애상적인 느낌을 준다. 노래 가사는 사랑에 대한 상처, 이별에 대한 이야기로 울고 싶은 마음이 담겨 있다. 본 노래에서의 사랑은 연인의 사랑뿐만 아니라 다른 대상으로 확장하여 생각 할 수 있다. 또한 가사의 느낌을 통해, 현재 대상자의 내면(삶)을 이야기 할 수 있도록 유도할 수 있다.
5	하숙생 최희준(1968) 인생 전반에서의 현재 삶	곡은 A-B-A 형식으로 되어 있어, 음악에 대한 친숙도를 높인다. 또한 2도 음정의 음계적 진행은 안정적인 분위기를 조성한다. 노래의 전반적 내용은 삶에 대하여 이야기 하고 있다. 인생은 나그네 길에 비유되고 이는 세월의 무상함도 느끼게 한다. 대상자는 자신의 삶을 돌아보고 인생 전반에서의 현재의 삶을 이야기 할 수 있는 계기를 가질 수 있다.
6	가는세월 서유석(1976) 세월의 흐름에 따른 삶	곡은 반복적으로 셋잇단음표가 약박에, 점 이분음표가 강박에 음으로서, 리듬에 안정감을 갖는다. 노래의 가사내용은 세월의 흐름에 대한 아쉬움 혹은 깨달음 등으로 해석할 수 있다. 노래에서 비유된 흘러가는 시냇물과 함께 씻겨 내려가길 바라는 것과 세월이 흘러도 변하지 않고 영원하기를 바라는 마음, 그것을 지켜 낼 수 있게 하는 원동력을 생각한다.
7	아침이슬 김민기(1971)	시작은 2도 음정의 음계적 진행으로 부드럽고 안정된 분위기를 갖는다. 26마디 A음과 29, 30마디의 E음의 반복된 사용은 자신의 내면적 감정을 자제하고 억누르는 듯한 분위기를 표현한다. 후렴부에는 음의 폭을 넓힘으로 자신이 의지를 더욱 부각시키고자 하였다.

## 부록 1. 계속

회기	제목 주제	치료적 논거
7	나를 알아 가기	작사가의 의도에 따라 노래의 가사내용을 표현된 그대로 해석할 수 있다. 노래의 2절 첫 소절의 가사를 통해 자신의 마음에 상태를 확인하며 이야기를 도출해 낸다. 또한 자신의 문제를 알고 극복하기 위한 방법은 무엇인지 말할 수 있다.
8	고귀한 선물 장은아 (1978)  가장 귀한 것 찾기	5음만을 사용하는 메이저 펜타토닉(major pentatonic)곡으로 대상자들이 접근하기에 용이하다. 가수의 목소리는 청아하며 담백한 창법의 사용하여 감상자에게 편안함을 제공한다. 노래의 가사는 '그대'를 통해 자신의 감정을 긍정적으로 표현을 하고 있다. 대상자는 노래에서의 주인공과 같이 가장 고귀하고 소중한 것을 생각해 볼 수 있다. 나아가 고귀하고 소중한 것을 생각했을 때 떠오르는 것을 이야기하며 자신에 대한 긍정적인 인식을 확립 할 수 있도록 돕는다.
9	상록수 양희은 (1978)  나의 좋은 점 찾기	곡의 마지막 소절(가사: 깨치고 나아가)에서 페르마타를 사용하여 극적인 감정을 표현하였다. 또한 순차진행(stepwise)과 함께 선율이 도약되면서 평화로움을 느낄 수 있다. 노래의 전반적인 가사 내용은 어려움이 있어도 그것을 견디고 나아가면 마침내 목표하는 바를 이룰 수 있다는 내용을 담고 있다. '거친 들뜬에 변함없는 솔잎(인내함)'과 같이 대상자 자신의 가장 큰 장점이 무엇인지 찾고, 그러한 자신의 장점을 갖고 앞으로의 의미 있게 보낼 수 있는 긍정적인 인식을 확립하도록 돕는다.
10	행복한 사람 조동진 (1979)  소소한 행복 찾기	본 곡은 E플랫(b)장조의 곡으로 따뜻한 곡 분위기를 연출한다. 연주는 slow gogo 리듬으로 연주되어 서정적이고 잔잔한 느낌을 준다. 노래의 가사는 울고 있을 때도 있고 외로울 때도 있지만 아름다운 마음이 있어서 행복한 사람이라고 말 하고 있다. 이 노래의 가사를 통해 마음에 어려움이 있었지만 삶에서의 행복과 자신이 바라는 행복에 대해 말할 수 있다. 나아가 행복에 대한 자신만의 생각을 구체적으로 이야기하여 긍정적인 인식을 확장 할 수 있도록 돕는다.
11	해뜰날 송대관 (1975)  삶의 목표 세우기	본 곡에 자주 사용되는 부점은 율동적인 리듬감을 주고 후렴구의 순차진행은 부드러운 느낌도 준다. 또한 같은 프레이즈가 반복되는 멜로라인을 사용하여 곡에 빠르게 적응할 수 있도록 구조화 되어있다. 노래는 자신이 노력하면 쟁하고 해가 뜨듯이 좋은 날이 올 거라는 긍정적인 가사를 담고 있다. 이 노래를 통해 대상자들은 자신만의 해뜰날이 올 수 있도록 삶의 명확한 목표를 세우며, 나아가 자신의 목표를 향해 희망적인 인식을 가질 수 있다.
12	행복의 나라로 한대수(1974)  삶의 희망 찾기	Country stroke rhythm으로 연주되는 컨트리장르의 음악이다. 인생의 여유를 주는 듯한 컨트리장르의 음악은 곡이 전달하려는 내용을 더욱 효과적으로 부각시키고 있다. 노래의 가사는 눈을 크게 뜨고 넓은 세상을 보고 넓은 세상을 느껴보자 라고 말 하고 있다. 또한 이제는 세상에 자신의 희망사항을 말 할 수 있고, 마음의 상처가 있으면 누군가에게 위로받을 수 있다는 내용을 담고 있다. 이 노래를 통해 대상자들은 자신이 원하는 삶과 희망을 이야기 할 수 있다.