

교수일반분과/세계관/04/

기독교인 치매에 대한 기독교상담적 이해와 접근

황정은(상담학박사)/ 한국열린사이버대학교

I. 여는 글

한국사회가 급속히 고령화되고 있는 시점에서 노년기의 삶이 사회의 주목을 받고 있다. 우리나라 국민의 평균수명은 1971년에는 62.3세였던 것이 2000년에는 75.9세, 2005년에는 77.9세, 2014년에는 평균수명 82세 남자 78.5세 여성 85.1세로서 지난 35년간 13년 이상 수명연장 추세를 나타내고 있다.¹⁾ 이처럼 노인 인구가 증가함에 따라 노인 문제는 사회 전반적으로 중요한 문제가 되었다. 특히 장기요양 보호가 필요한 만성질환 중 치매는 노인의 사망 원인 중 심장병, 암, 뇌졸중에 이어 4위를 차지하고 있다. 치매는 암과 AIDS와 함께 세계보건기구가 정한 21세기 3대 질환의 하나로 인간의 독립적인 생활능력을 현저히 감퇴시키는 대표적인 진행성, 퇴행성 정신계 질환이다. 또한, 65세 이상 노인 574만 2천 명 중 9.1%인 52만 2천 명이 치매를 앓고 있는 것으로 나타났다. 65세 이상 치매노인은 앞으로 꾸준히 증가해 2050년에는 전체 노인 1천 615만 6천 명 가운데 21만 7천 명을 차지해 치매 유병률이 13.2%로 늘어날 것으로 추정하고 있으며 매 5년 마다 약 2배씩 증가를 나타내는 것으로 보고되고 있다.²⁾ 치매노인은 신체 및 정신기능의 저하로 일상생활 동작 능력과 자립 정도가 약하기 때문에 가족, 지역사회 등과 같은 부양체계 또는 지원체계에 대한 의존도가 매우 높게 나타난다.

2018년 중앙치매 센터 보고에 따르면 우리나라는 12분마다 1명씩 치매 환자가 발생하고 있으며 치매에서 벗어나지 못한 가족은 배우 배우자, 자녀, 손 자녀를 포함해서 약 245만 명에 이르는 것으로 나타나는 등 치매가 환자 개인뿐만 아니라 전반적인 사회문제로 대두되고 있음을 다시 한 번 시사하고 있다.³⁾

이 연구의 목적은 기독교 상담의 관점에서 음악치료 중심으로 노인의 삶을 심리·사회적 차원에서 해석하고 분석하여 노인의 신체적, 정신적, 영적 전략을 세우고자 하는데 목적이 있다. 또한, 기독교 상담학적인 관점에서 본 음악치료를 질적 연구방법을 통해 삶의 질을 분석하고자 하였으며, 이야기식 면접상담과 음악치료를 통해 질적 자료를 수집하고 그들의 건강유지를 위해 실행하는 행동 즉, 음악치료를 통해 치매노인의 삶의 질적 향상을 위한 연구를 하는데 목적이 있다.

1) www. kostat. go. kr 2017. 03. 10.

2) 중앙치매센터, 『중앙치매센터 연차보고서』(경기: 중앙치매센터, 2018), 13-24.

3) www. nid. co. kr 2017. 02. 17.

기독교상담의 접근으로는 매 회기마다 기도로 시작과 끝마침을 하였으며, 곡의 응용을 찬송가로 선택하였다.

II. 펴는 글

1. 치매노인의 이해

치매노인은 인지기능의 저하뿐만 아니라 신체기능도 저하되며 사회성 기술 역시 결핍된다. 국내 노인에서 치매의 유병률은 6.3%에서 13.0%에 이르는 것으로 보고되었으며, 노인 인구의 급격한 증가에 따라 치매 환자의 숫자도 빠르게 증가하고 있다.⁴⁾

1) 치매의 이해

치매란 ‘대뇌 신경 세포의 손상 따위로 말미암아 지능, 의지, 기억 따위가 지속적 본질적으로 상실되는 병으로 주로 노인에게 나타난다.’ 라고 국어사전에 정의되어 있다. 영문으로는 Dementia라고 하여 라틴어의 ‘de(out of)+mens(mind)+ia(state of)’ 에서 유래한 것으로 ‘정신이 없어진 것’ 을 뜻한다.⁵⁾ 노인성 치매를 나타내는 영어 단어 senile dementia에서 senile은 라틴어 senilis에서 비롯되었고 그 뜻은 ‘노인’ 이라는 말이다.⁶⁾

WTO(세계보건기구)의 ICD-10 분류에 의하면 치매란 뇌의 질환으로 인해 생기는 하나의 증후군으로 대개 만성적이고 진행성으로 나타나며, 기억력, 사고력, 지남력, 이해력, 계산능력, 학습능력, 언어 및 판단력 등을 포함하는 고도의 피질 기능(higher cortical function)의 다발성 장애로 일컬어진다.⁷⁾ DSM-5기준에 따르면 치매는 정신상태 검사 상 기억장애를 포함하여 두 가지 이상의 영역에서 인지기능 장애로 인해 일상생활이나 사회생활 및 대인 관계에 지장을 초래하는 정도가 6개월 이상 지속되는 상태이다.⁸⁾ 또한, 치매는 후천적 인지 저하인데, 다음 두 가지에 근거한다. 첫째, 환자를 잘 아는 정보 제공자 또는, 임상과의 편에서 인지에 대한 걱정이다. 둘째, 수행 능력이 객관적 평가에서 기대하는 수준이하로 떨어지거나 또는, 시간이 지나면서 저하가 관찰되며, 걱정과 객관적 증거는 서로 보완적이기 때문에 두 가지 모두가 필요하다.

신경인지장애(Neurocognitive Disorders NCD)에서는 먼저 섬망을 기술했고,

4) 조맹제, “국내 치매노인 유병률 현황과 위험요인,” 「한국보건사회연구원」 156 (2009): 43-8.

5) 윤수진, 이윤환, 손태용, 오현주, 한근식, “지역사회 노인의 치매와 우울증의 관련요인,” 「한국노년학」 63(2002): 21-3.

6) Andrew M. Colman, *A Dictionary of Psychology* (New York: Oxford University, 2001), 664.

7) 치매노인연구소, 『노인치매의 현황과 과제』 (서울: 동인, 1996), 15.

8) APA, *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fifth Edition*, 권준수 외 13인 역, 『정신질환의 진단 및 통계 편람 5권』 (서울: 학지사, 2015), 661.

이어서 주요 NCD, 경도 NCD 그리고 이들의 병인에 따른 아형의 증후군들을 기술한다. 주요 또는 경도의 NCD의 아형에는 알츠하이머병으로 인한 NCD, 혈관성 NCD, 루이소체 NCD, 파킨슨병으로 인한 NCD, 전측두엽 NCD 등과 명시되지 않는 NCD가 있다. 치매라는 용어는 일반적인 용어이므로 병인적 아형에서 이 용어의 사용을 배제하지 않지만, 치매는 이제 새롭게 명명한 주요 신경인지장애에 포함시킨다. 그뿐 아니라 DSM-5에서는 인지 손상의 수준이 덜 심하지만, 역시 치료의 초점이 될 수 있는 경도 신경인지장애를 인정하고 있다.⁹⁾

2) 치매의 원인과 유형

치매는 다양한 장애를 동반하는 임상 증후군으로 내과와 신경외과 그리고 정신과 질환 등 다양한 원인에 의하여 일어나며 현재까지 알려진 원인을 세분화하면 80여 가지에 이른다. 서울대학교 병원이 실시한 보건복지부 치매노인 유병률 조사에 따르면 한국노인의 치매 원인으로 69%가 알츠하이머병이고, 21%가 혈관성 치매이며, 루이체 치매와 파킨슨 치매가 4% 그 밖에 전 측두엽 퇴행을 비롯한 퇴행성 뇌 질환과 정상압 뇌 수두증, 두부 외상, 뇌종양, 대사성 질환, 결핍성 질환, 중독성 질환, 감염성 질환 등 기타 질환 치매가 6%로 치매는 다양한 원인 질환으로 인해 발생되고 있다고 보고 했다.¹⁰⁾ 치매의 원인적 질환으로는 80여 가지의 질환이 보고되고 있다. 대표적으로는 알츠하이머병(Alzheimer's disease), 혈관성 치매(Vascular Dementia)와 루이체 치매(Lewy-body dementia) 등이 3대 치매의 원인 질환으로 알려져 있다. 우리나라의 경우에는 알코올성 치매 및 뇌 손상 후 치매가 특히 문제되고 있다. 현재 치매의 원인은 분자 생물학 및 유전학의 발달로 점차 규명되어가고 있으며, 이러한 원인 규명은 신약 개발로 이어져 치매 치료의 새로운 지평을 열어주었다.¹¹⁾ 치매의 원인은 증상이 다양하고 임상적 경과 또한, 다양하기 때문에 대표적인 치매로 가장 중요시 되는 것은 원발성퇴행성 치매로 알려진 알츠하이머병과 뇌동맥 경화증 및 뇌혈관 장애가 원인이 되는 혈관성 치매 중 다발성경색성 치매가 대표적이다.¹²⁾ 노인성 치매는 '노망'(老妄)이라고 부르기도 하면서 노화의 필연적 과정으로 이해되어왔다. 이는 65세 이상의 노인에게서 나타나는 증상으로 그 유

9) APA, 『정신질환의 진단 및 통계 편람 5권』, 645.

10) www. mohw. go. kr 2017. 08. 15.

11) 오병훈, 『치매의 이해와 치료의 바른 길잡이』, 20.

12) 오병훈, 『치매의 이해와 치료의 바른 길잡이』, 22.

형도 다양하다.¹³⁾ 알코올성 치매도 치매의 주요 원인으로 지적되고 있다. 그러나 알츠하이머병과 혈관성 치매는 치매의 대표적인 질환으로 알려져 오고 있다.

3. 치매노인에 대한 음악치료의 영향 이해

치매가 혼란(confusion), 장단기 기억손상, 인격해리(personality aberration), 정신흡분과 같은 진단요인으로 분류되면서 치매증상 및 경과가 나아질 수 있다고 가정하고 있다.¹⁴⁾ 음악은 기억과 감정을 촉진시키고 음악 외적인 연관을 일깨우는 인지기술을 강화시킬 수 있다.

1) 치매노인과 음악

음악은 대부분의 일상생활 속에 널리 편재해 있으며, 위협적이지 않은 환경과 비 약물 치료로써 치매노인에게 긍정적인 도움을 제공한다. 음악은 기억과 감정을 촉진시키고 음악 외적인 연관을 일깨우는 등 인지기술을 강화시킬 수 있으며,¹⁵⁾ 음악중재가 기억회상에 미치는 영향에 대해 언어중재와 비교한 결과 음악 세션 집단에서 더 높은 MMES-K점수를 나타낸다.¹⁶⁾ 또한, 청각적 자극을 통한 악기의 역동적인 소리는 자신의 감정을 발산하고 긴장과 불안을 해소함으로써 긍정적인 정서를 유도한다.¹⁷⁾

Alf Gabrielsson에 따르면 리듬은 인간에게 심리적·생리적 반응을 유도하여 경험적, 행동적, 생리적 세 가지의 형태로 드러난다고 했다. 이는 경험과 관련된 지각적, 인지적 그리고 감정적인 다양한 요인으로 리듬에 따라 발 박자를 맞춘다거나 몸을 움직이거나 춤을 추는 것 호흡이나 심장박동 또는 근육의 이완 등으로 나타난다고 하였다.¹⁸⁾ 이와 같이 음악이 목적에 맞게 안전한 음악 구조 안에서 벗어남과 비지시적인 구조로 치료적 접근을 가능하게 함을 말하고 있다.

Suzanne B. Hansel와 Larry W. Thompson은 30명의 우울을 진단받은 노인 객

13) Colman, *A Dictionary of Psychology*, 668.

14) APA, 『정신질환의 진단 및 통계 편람』, 679.

15) Thomas E. Gaston, *Music in Therapy* (New York: The Macmillan Company, 1968), 21-36.

16) Herbert G. Smith, "A Comparison of the Effects of Three Treatment Interventions of cognitive Functioning of Alzheimer's Patients," *Music Therapy*, 64-1 (1986): 41-56.

17) Rudolf E. Radocy & David J. Boyle, *Psychological foundations of Musical Behavior*, 최병철, 이경숙 공역, 『음악심리학』 (서울: 시그마프레스, 2018), 36-42.

18) Alf Gabrielsson, "Music, Mind and Brain, Perception and Performance of Musical Rhythm," in *Psychology of Music*, 13 (1996): 56-67.

인에게 8주 동안 음악치료사가 방문하여 음악 감상, 스트레스 관리전략을 받게 한 후 실험군과 대조군의 우울, 스트레스, 정서, 자아존중감의 정도를 측정하였을 때 음악을 이용한 치료는 스트레스를 받는 노인이나 우울을 경험하는 노인에게 효율적인 치료 중재법이라는 것을 보고 하였다. 이렇게 치매노인을 포함한 심각한 노인성 질환 때문에 의학적, 사회적 보살핌을 전적으로 필요로 하는 내담자들을 대상으로 음악치료가 널리 적용된다.¹⁹⁾ 이와 같이 음악은 목적에 맞게 안전한 음악 구조 안에서 자유로움과 비지시적인 구조로 치료적 접근을 가능하게 한다.

2) 치매노인을 위한 음악치료

음악치료는 음악이라는 안전한 구조 안에서 다양한 중재를 적용하여 인지, 정서, 사회, 행동 등 전반적인 영역에 걸쳐 치매노인의 삶의 질을 향상시키고 정신 및 신체적 퇴행을 지연시키고 예방하는데 효과적이다. 음악치료의 적극적인 활동 중 하나인 노래 부르기는 심장, 혈액순환, 폐와 호흡 등에도 긍정적인 영향을 주며,²⁰⁾ 구성원과 함께 노래를 부르는 것은 구성원들과 공감대를 형성하여 정서적인 지지를 제공해 준다.²¹⁾

대상자에 맞게 구성된 노래 만들기 활동 역시 치매노인의 언어결핍과 같은 인지기능과 기억력 향상에 유용하게 적용될 수 있다. Richeson Nancy의 연구에서는 치매노인에게 4일 동안 이완음악으로 이루어진 CD들을 저녁식사 시에 한 시간 동안 듣게 한 결과 초조행동은 감소하고 음식섭취량은 증가하였다고 한다.²²⁾

음악치료는 치매노인에게 정신적 즐거움을 줄 수 있는 몇 안 되는 방법 중의 하나이다. 음악은 치매노인에게 성취감과 활력과 자극을 제공하고, 언어를 유도한다. 신체적 기능이 저하된 치매 환자도 음악활동에 참여할 수 있고, 음악적으로 지각할 수 있으며, 음악적 맥락 안에서 새로운 곡을 연주 할 수 있다. 비록 언어적 인지 기능이 소멸 되었을지라도, 음악치료는 치매노인에 대한 대안적인 의사소통의 방법을 사용될 수 있다.²³⁾

음악치료는 치매노인의 기억력 증진에 효과적으로 사용될 수 있다. 치매노인은

19) Suzanne B. Hanser, Larry W. Thompson, "Effects of a Music Therapy Strategy on Depressed Older Adults," *Journal of Gerontology* 49 (1994): 265-69.

20) 김군자, 『음악치료의 이론과 실제』 (서울: 양서원, 1998), 27.

21) 정현주 외 13인 공저, 『음악치료 기법과 모델』 (서울: 학지사, 2010), 36-41.

22) Nancy E. Richeson, Janssen, M. A. & Mc Mahan, C. "Van Puymbroeck Therapeutic recreation Interventions for Older Adults and their Caregivers," *American Journal of Recreation Therapy*, 7-1 (2008): 7-9.

23) 김부영, "치매노인의 음악요법 효과에 관한 연구," 『노인간호학회지』 2-1 (2000): 22-34.

음악적 활동을 통해 언어적 반응, 주의 집중, 방향정위 등의 인지기능을 증가시킬 수 있고, 음악적으로 언어적인 단서를 제공했을 때 회상을 증가시킬 수 있다. 또한, 음악 감상과 악기연주 및 노래 등은 현실감을 향상시키기 위한 목적으로 사용될 수 있으며, 음악과 춤을 기반으로 한 프로그램은 현실감 향상, 사회적, 정서적인 기능을 모두 개선시키는 것으로 나타났다.²⁴⁾ 이는 음악치료가 치매환자에게 효과적으로 적용될 수 치료 방법임을 시사한다.

Howard Gardner의 연구에서는 친숙한 노래를 들려주었을 때 치매노인의 공격적 행동과 같은 문제행동이 진정되었다고 밝혔다.²⁵⁾ 이와 같이 친근한 음악은 치매 내담자를 위한 치료 중재로 사용되는데 이는 특정 시대의 노래가 과거 특정 사건 및 경험과 관련되어 시간적 상징성과 연관성 있는 장기 기억을 자극하고 현실 지각을 촉진하기 때문이다. 알츠하이머병에 의한 치매로 고통을 받으면서도 극도로 위축되고 혼돈된 상태에 있는 내담자들도 음악치료 과정에 적극적으로 참여할 수 있으며, 가장 심각한 지각장애를 앓고 있는 내담자들 역시 실패 위험을 개의치 않는다.²⁶⁾ 순간순간의 현실 지향적 행동을 요구하는 음악을 통해서 음악 과제의 습득과 자아존중감의 향상을 함께 맛보게 된다.

III. 음악치료와 기독교 상담의 연계 방안

1. 음악치료 활용 방안

음악치료는 음악 또는 음악적 요소를 촉진하는 치료의 목적에 도달하기 위해 사용, 적용하는 것을 말한다. 또한, 음악을 사용하는 방법 측면에서 볼 때 음악은 노래를 부르고, 악기를 연주하고, 악보를 읽고, 다른 사람의 연주를 들으면서 귀, 입, 눈, 손, 발 등 많은 신경 조작의 통로를 통해 습득할 수 있다.

1) 음악치료의 이해

Kenneth E. Bruscia는 음악치료를 내담자의 건강을 회복시키기 위해 음악적 경험과 관계들을 통해 역동적인 변화를 이끌어 내는 치료과정이라고 정의하였으며 체

24) 홍인실, “노인의 인지기능과 우울증에 미치는 음악치료의 개선 효과” (박사학위논문: 제주대학교 대학원, 2008), 4-13.

25) 정현주, 『음악치료학의 이해와 적용』 (서울: 이화여자대학교 출판부, 2005), 57-68.

26) 박정미, “치매노인을 위한 창조적 음악치료프로그램과 분석적 음악치료프로그램 개발 및 효과비교”, 172.

계적인 과정을 거친다는 점을 강조하였다.²⁷⁾ 한두 번에 그치는 치료의 형태이기보다는 구체적이고 체계적인 목표를 세우고, 단계적으로 시행해가는 과정이라 한다. 즉, 치료계획이 설정되어야 하고, 어떤 형태로든 음악이나 음악 활동이 있어야 하며, 음악치료사에 의해 실시되어야 하고 클라이언트가 있어야 하며, 치료 목적이 분명하게 규명되고 설정되어야 한다.²⁸⁾

음악치료는 치료적인 목적 즉, 정신과 신체적 건강을 복원(rehabilitation), 유지(maintenance)하며 향상(habilitation)시키기 위해 음악을 사용하는 것이라고 AMTA에서 정의하였다.²⁹⁾ 이처럼 음악치료는 음악 또는 음악적 요소를 촉진하는 치료의 목적에 도달하기 위해 사용, 적용하는 것을 말한다. 또한, 음악을 사용하는 방법 측면에서 볼 때 음악은 노래를 부르고, 악기를 연주하고, 악보를 읽고, 다른 사람의 연주를 들으면서 귀, 입, 눈, 손, 발 등 많은 신경조직의 통로를 통해 습득할 수 있다. 음악을 사용하면 언어로 표현할 수 없는 감정을 전달할 수도 있다.³⁰⁾ 음악은 언어와 마찬가지로 의사소통과 사회적 교류를 강화하는 매개 역할을 한다.

또한, 악기를 사용한 즉흥연주는 지금-여기(here and now)의 정서 상태를 탐색하고, 감정을 해소하며 집단구성원 간에 상호작용을 도우며 신체적, 감정적, 지적, 사회적 자아와 타인의 인식, 대인관계를 증진하는 중요한 접근법이다. 신체 건강을 복원(rehabilitation) 또는 재활시킨다는 치료 목적의 예로는 뇌졸중으로 잘 걷지 못하는 사람의 보행 기능을 음악의 리듬으로 회복시키는 것을 들 수 있다. 유지(maintenance)는 특별히 노인질환자의 경우 삶의 질을 유지하도록 하는 치료적 목적을 가질 수 있겠는데, 이것은 정신적이고 신체적인 경우 모두를 포함한다. 향상(habilitation)하는 치료 목적은 장애인의 경우를 생각해 볼 수 있다.³¹⁾ 음악치료사에게 중요한 도구는 음악이다.

‘음악치료’로 간주되기 위해서는 다섯 가지 요소가 갖추어져야 한다. 첫째, 치료 목적을 포함한 치료 계획이 설정되어야 한다. 둘째, 치료 대상자가 있어야 한다. 셋째, 훈련된 음악치료사에 의해 실시되어야 한다. 넷째, 음악적 경험이 있어야 한다. 다섯째 건강을 증진하는 목적을 달성하는 것이어야 한다.³²⁾ 사람들이 음악치료에

27) Kenneth E. Bruscia, *Defining Music Therapy*, 최병철 역, 『음악치료』 (서울: 학지사, 2003), 15.

28) Bruscia, *Defining Music Therapy*, 17.

29) 최병철, 『음악치료』 (서울: 학지사, 2015), 14.

30) 김동주, 박금주 공저, 『음악치료의 방법과 적용』 (서울: 교육아카데미, 2012), 13.

31) 최병철, 『음악치료학』, 15-19.

32) 김동주, 박금주 공저, 『음악치료의 방법과 적용』, 24.

대해 호기심을 갖는 것은 음악치료가 일반인이나 여러 전문인에게 아직도 널리 알려지지 않은 새로운 분야라는 사실과 음악치료라는 개념 그 자체에 대해 궁금증 때문이다. 특히 음악치료는 치매노인의 삶의 질을 높일 뿐만 아니라 회상, 사회성과 긍정적인 감정의 향상에 효과적이며 부정적인 감정완화와 문제행동 감소에 효과적인 중재로 사용된다.³³⁾ 음악치료 안에서 노래의 가사와 멜로디가 치매 환자의 기억을 자극시키고 인지, 행동, 정서 등 전반적 영역에서 효과적인 것으로 보고되고 있다. 음악의 의미가 집단적 무의식에서 파생될 경우에는 음악은 일종의 원형이나 과정으로 경험된다. 음악치료는 성공적인 경험을 가질 수 있는 환경을 제공해 주며 성취 경험을 통해 자신에 대한 바람직한 자아상을 가지도록 도와주어 자아존중감 증진에 긍정적인 영향을 줄 수 있으며 이러한 활동은 집단을 통해 극대화되어 지므로 집단의 형태로 음악치료를 실시하는 것은 의미가 있다.³⁴⁾

Irvin D. Yalom은 효과적인 치료집단이란 집단구성원이 서로 자유롭게 상호작용 할 수 있도록 하며, 그로 인해 무엇이 잘못되었는지 파악하고 이해하도록 도와주어 궁극적으로 각자의 부적응 행동을 변화시킬 수 있도록 도와주는 집단이라고 하였다. 특히 집단 안에서 음악이 사용될 때 그 힘은 더욱 극대화된다고 한다.³⁵⁾

2) 성경에 근거한 음악치료

성경 속에 나타난 음악치료의 효과는 다양하고 폭넓게 나타난다. 찬양은 하나님께 영광을 돌리기 위한 도구이며 하나님께 기쁨이 되며 전적으로 드러지는 것을 의미한다.

다윗은 심적 장애자에게 음악적 기법을 사용한 최초의 음악가 중의 한 사람이었다. 다윗은 음악의 신경증적인 우울상태와 심인성 질환에 음악치료 기법을 사용하여 치료효과를 입증한 상경의 대표적 인물이다.³⁶⁾

음악으로 치유를 한 예를 성경에서 찾아보면 사울이 악령에 사로잡히고 다윗이 음악으로 낮게 한 경우(삼상 16:14-23), 다윗 왕과 언약궤(역상 15장)등을 들 수 있다.

상담자는 내담자를 돕는 자로서 중재하거나 개입(intervention)하는 자이며 하나

33) Bette R. Bonder, "Alzheimer Disease and Associated Disorders," *Psychotherapy for Individuals with Alzheimer Disease* 3 (1994): 75-78.

34) Bruscia, *Defining Music Therapy*, 32.

35) Irvin D. Yalom & Molyn Leszcz, *The Theory and Practice of Group Psychotherapy*, 최해림, 장정숙 공역, 『최신 집단정신치료의 이론과 실제』 (서울: 하나의학사, 2008), 76-89.

36) 박정희, 이드보라, "독거노인의 우울과 심리적 안녕감에 트로트와 민요를 이용한 노래회상음악치료의 비교 연구," 『노인복지 연구』 61 (2013): 328.

님과 내담자 사이를 연결하는 다리(bridge)이다. 예배를 통한 치료 및 치유와 회복이 목회나 예배의 본질 또는 최상의 목적은 절대로 아니다. 하지만 예배를 통해 신자들이 하나님의 임재를 인식하게 된다. 그리고 예배 가운데 찬송하고 기도하는 행위를 통해 하나님께 더욱 가까이 나아가게 됨으로써 죄와 공포, 불안으로부터 해방되고 자유를 맛보게 되는 것이 가능하다. 그럼으로써 예배를 통하여 심리 정서적 문제가 해결되고 육체적 질병이 치료될 수 있는 부가적인 의의를 모색할 수 있는 것이다.³⁷⁾ 예배의 찬양이 내면의 치유를 돕듯이 기독교 상담을 통한 음악치료 역시 내면의 해소와 치유를 가져옴을 알 수 있다.

2. 치매노인을 위한 기독교 돌봄

치매노인을 돌보는 가족의 정서적, 심리적 어려움과 고통도 역시 마음의 동기와 관계가 있다. 즉, 하나님에 대한 믿음 없음, 자기중심적인 이해와 행동, 그리고 최악된 마음의 동기에서 자연스럽게 일어나는 죄책감, 수치심, 그리고 완벽주의 등이다. 이러한 것들이 말씀 안에서 잘 다루어진다면 치매노인 돌봄을 주님 안에서 거뜰히 감당하고 견디며 천국 환송식 때까지 더욱 성숙해 갈 것이다.

치매노인 돌봄 가족을 위한 기독교적 돌봄과 상담의 목적은 이들이 하나님과의 관계를 온전히 회복하고 하나님께서 주신 은혜에 감사하며 소명 받은 자답게 치매노인을 돌보고 가족 간 갈등을 극복할 수 있는 능력을 회복하도록 돕는 것이다. 더불어 치매노인이 구속의 은혜를 기억하고 하나님의 이야기 속에서 자신의 구원을 기억하도록 돕는 것이다.³⁸⁾ 타인이 겪고 있는 고난을 대신하거나, 그들의 모든 필요를 충족시킬 수 있는 능력에는 한계를 가지고 있다는 점을 철저히 인식해야 한다. 때때로 돌봄 과정에서 너무 많은 것을 희생하고 있다는 것을 깨달을 때가 있다. 이때에도 자신도 도움이 필요하며 타인의 도움을 받을 수 있다는 점을 인정해야 한다.³⁹⁾

37) 전요섭, 『은혜의 방편을 활용한 기독교 상담』 (서울: CLC, 2018), 409-10.

38) 이수희, “크리스천 가족의 치매와 상실경험: 질적 사례 연구”, 142-44

39) Benjamin Mast, *Second Forgetting: Remembling the Power of the Gospel During Alzheimer's Disease*. (Michigan:: Zondervan, 2014) 132-33.

3. 치매노인에 대한 음악치료의 영향 이해

1) 치매노인과 음악

음악은 대부분의 일상생활 속에 널리 편재해 있으며, 위협적이지 않은 환경과 비 약물 치료로써 치매노인에게 긍정적인 도움을 제공한다. 음악은 기억과 감정을 촉진시키고 음악 외적인 연관을 일깨우는 등 인지기술을 강화시킬 수 있으며,⁴⁰⁾ 음악중재가 기억회상에 미치는 영향에 대해 언어중재와 비교한 결과 음악 세션 집단에서 더 높은 MMES-K점수를 나타낸다.⁴¹⁾ 또한, 청각적 자극을 통한 악기의 역동적인 소리는 자신의 감정을 발산하고 긴장과 불안을 해소함으로써 긍정적인 정서를 유도한다.⁴²⁾

2) 치매노인을 위한 음악치료

대상자에 맞게 구성된 노래 만들기 활동 역시 치매노인의 언어결핍과 같은 인지능과 기억력 향상에 유용하게 적용될 수 있다. Richeson Nancy의 연구에서는 치매노인에게 4일 동안 이완음악으로 이루어진 CD들을 저녁식사 시에 한 시간 동안 듣게 한 결과 초조행동은 감소하고 음식섭취량은 증가하였다고 한다.⁴³⁾

Howard Gardner의 연구에서는 친숙한 노래를 들려주었을 때 치매노인의 공격적 행동과 같은 문제행동이 진정되었다고 밝혔다.⁴⁴⁾ 이와 같이 친근한 음악은 치매 내담자를 위한 치료 중재로 사용되는데 이는 특정 시대의 노래가 과거 특정 사건 및 경험과 관련되어 시간적 상징성과 연관성 있는 장기 기억을 자극하고 현실 지각을 촉진하기 때문이다. 알츠하이머병에 의한 치매로 고통을 받으면서도 극도로 위축되고 혼돈된 상태에 있는 내담자들도 음악치료 과정에 적극적으로 참여할 수 있으며, 가장 심각한 지각장애를 앓고 있는 내담자들도 역시 실패 위험을 개의치 않고 순간순간의 현실 지향적 행동을 요구하는 음악을 통해서 음악 과제의 습득과 자기존중심의 향상을 함께 맛보게 된다.⁴⁵⁾

40) Thomas E. Gaston, *Music in Therapy* (New York: The Macmillan Company, 1968), 21-36.

41) Herbert G. Smith, "A Comparison of the Effects of Three Treatment Interventions of cognitive Functioning of Alzheimer's Patients," *Music Therapy*, 64-1 (1986): 41-56.

42) Rudolf E. Radocy & David J. Boyle, *Psychological foundations of Musical Behavior*, 최병철, 이경숙 공역, 『음악심리학』 (서울: 시그마프레스, 2018), 36-42.

43) Nancy E. Richeson, Janssen, M. A. & Mc Mahan, C. "Van Puymbroeck Therapeutic recreation Interventions for Older Adults and their Caregivers," *American Journal of Recreation Therapy*, 7-1 (2008): 7-9.

44) 정현주, 『음악치료학의 이해와 적용』 (서울: 이화여자대학교 출판부, 2005), 57-68.

3) 치매 노인을 위한 기독교상담 방안

치매노인 돌봄 가족을 위한 기독교적 돌봄과 상담의 목적은 이들이 하나님과의 관계를 온전히 회복하고 하나님께서 주신 은혜에 감사하며 소명 받은 자답게 치매 노인을 돌보고 가족 간 갈등을 극복할 수 있는 능력을 회복하도록 돕는 것이다. 더불어 치매노인이 구속의 은혜를 기억하고 하나님의 이야기 속에서 자신의 구원을 기억하도록 돕는 것이다.⁴⁶⁾

또한 실존적 영적 안녕감은 자신이 믿고 있는 초월신과의 관계에서 경험하는 사랑, 용서, 믿음과 같은 성격의 가치들을 자신이 살고 있는 지역사회와 상호작용을 하는 과정에서 실현하도록 영성을 회복하고 강화하는 요인으로 작용할 수 있다.⁴⁷⁾ 기독교인은 물론 일반인들은 자신이 가지고 있는 신념, 가치, 생활양식에서 삶의 의미와 목적을 찾는 것이 필요하다. 또한, 반피득은 기독교 상담이 한 인간이 하나님의 자녀로서 살고, 한 인간으로 성장하며, 그리스도 안에서 보다 성숙한 인간이 될 수 있도록 그의 숨은 가능성을 개발시켜 줄 수 있는 것은 ‘인간 대 인간의 관계’이기 때문이라고 하였다.⁴⁸⁾

기독교 상담에서는 은혜의 방편이 실제적으로 활용될 때 그 상담은 기독교적 권위를 가진 상담이 되는 것이다. 웨인 오티스(Wayne E. Oates)는 이것을 ‘상징적 권위’(symbolic power)라고 표현 했다.⁴⁹⁾ 심리학자나 상담학자만이 인간 문제를 해결하는 데 충분한 능력을 가진 사람은 절대로 아니다. 진정으로 인간 문제를 해결하기 위하여 상담하기에 가장 적합한 사람은 바로 기독교 사랑을 실천할 수 있는 기독교 상담자이다. 기독교 상담자는 원칙적으로 상담을 어떻게 할 것인가의 문제보다 성령의 역사를 인식하고 기대한다면 방법적인 문제로 인해서 연약해질 수는 없을 것이다. 기독교 상담자는 성령께서 주시는 변화의 능력에 힘입어 내담자로 하여금 고난 및 고통의 상황에서 안정감을 가지고 효과적으로 적응, 극복, 회복하도록 돕는 일에 힘쓰는 자이어야 한다.⁵⁰⁾

Mitchell C. Ben 과 Robert David Orr 그리고 Susan A. Salladay의 연구결과에서도 치매내담자들은 자신을 사랑으로 대하는 사람에게 호의적으로 잘 반응한다는

45) 박정미, “치매노인을 위한 창조적 음악치료프로그램과 분석적 음악치료프로그램 개발 및 효과비교”, 172.

46) 이수희, “크리스천 가족의 치매와 상실경험: 질적 사례 연구”, 142-44

47) 민장배, 송진영, “노인의 우울이 삶의 질에 미치는 영향,” 『신학과 실천』 51 (2016): 303.

48) 박은정, “학대받은 어린이의 치유를 위한 놀이목회상담연구,” 『신학과 실천』 5 (2016): 245.

49) 전요섭, 『은혜의 방편을 활용한 기독교 상담』, 58-59.

50) Gary R. Collins, *Care Studies in Counseling*, Dallas: Word (1991), 42.

보고가 있다.⁵¹⁾ 노인성 치매로 인해 인지기능 장애가 생겼다 할지라도 가족을 포함한 주변사람들의 사랑을 느끼지 못하는 경우는 없다. 그러므로 치매노인이 사랑받고 있으며 돌봄을 받고 있다는 느낌을 갖도록 하고 더 나아가 그것을 확신할 수 있도록 만들어 주는 것이 좋다.⁵²⁾ 치매뿐만 아니라, 어떤 심리적 증상이든 그것을 치료, 회복하기 위해서는 심리적 안정감을 제공해 주는 것이 가장 기본적인 일이다.⁵³⁾ 또한, 은혜의 방편은 상담 전반에 걸쳐 상담자가 관심을 가져야 할 것이다.

4) 치매 노인 회복을 위한 사례 결과 분석

(1) 연구대상

본 연구의 대상자는 수원의 요양시설에 있는 73세에서 93세까지의 노인으로 국민기초생활 보장 수급자를 비롯한 저소득 노인을 대상으로 하였다. 수원에 거주하는 노인을 대상으로 이루어졌으며, MMSE-K의 결과로 치매노인으로 추정되는 노인 5명을 대상으로 하였다. 인지적, 정서적, 행동적 기능은 약화하였으나 정신과 질환이 없고 시각장애나 청각장애가 없는 의사소통이 가능한 자로 프로그램 실시 기간 중에도 병원에서의 기본적인 약물치료와 간호 중재가 계속 진행되었다.

수원의 소재지에 있는 양로원에 거주하는 노인들 대상으로, 음악치료를 2016년 5월부터 2017년 3월까지 시행하였다. 연구대상은 수원에 거주하는 6명의 노인이었고, 연령은 73세부터 93세까지며, 평균 연령은 83.6세이다.

(2) 측정도구

간이 정신 상태검사(Mini-Mental State Examination: MMSE)와 치매노인의 삶의 질 척도(Geriatric Quality Of Life-Dementia: GQOL-D)를 실시 검사하여 사용하였다.

(3) 연구방법

Bruscia는 다음의 5가지로 분류하였다.

- a) 노래 교류(Song Communication)
- b) 노래 연주(Song Performance)

51) Mitchell C. Ben, Robert D. Orr & Susan A. Salladay *Aging, Death, and the Quest for Immortality* (Grand Rapids: Cambridge: Eerdmans, 2004), 88.

52) Edward T. Welch, *Blames It on the Brain? Distinguishing Chemical Imbalances, Brain Disorders, and Disobedience* (Phillipsburg NJ: P&R, 1998), 82.

53) Mark A. Yarhouse & James N. Sells, *Family Therapies A Comprehensive Christian Appraisal*, 전요섭 외 공역, 『기독교가족치료』 (서울: CLC, 2017), 387.

c) 유도된 노래 회상(Induced Song Recall)

㉠ 의식적으로 유도된 노래 ㉡ 무의식적으로 유도된 노래

d) 즉흥연주(Improvisation)

e) 노래만들기(Song Writing)

다음 중 공통으로 적용될 수 있는 분류는 다음과 같다.⁵⁴⁾

노래 부르기는 악기나 다른 도구 등 다른 매개체를 사용하지 않고 인간의 목소리만을 사용하여 표현하는 것으로 자발적인 음악적 표현의 형태를 지닌다.

혈관성 치매노인을 위한 음악치료에서 노래 부르는 다양한 임무를 수행한다. 첫째, 친숙한 노래는 내담자가 동작의 범위를 증대할 수 있으며 율동적인 노래는 리듬에 따라 깊은 호흡과 손뼉, 발장단을 유도하여 근육 및 관절 운동의 효과가 있다.⁵⁵⁾ 둘째, 호흡과 발성에 문제가 있는 내담자에게 발성과 발화를 자극하고 호흡 근육의 힘을 강화해 조절함으로써 전체 폐활량을 증가시킨다. 셋째, 노래의 가사는 경험과 정서를 느끼도록 도와주는 강력한 촉매제가 되어 언어를 촉진하고 반복되는 가사와 특정 소절의 자극은 기억을 발달시키고 인지능력을 향상 시켜 줄 수 있다. 넷째, 오래되고 친숙한 노래는 불안과 긴장을 감소시키며 노래의 가사는 구어적인 단어나 정보들보다 회상을 더 잘 불러일으킨다. 회상된 과거와 연관된 놀의 가사는 내담자로 하여금 감정이입을 일으키고 투사하는 과정을 통해 내면의 생각, 내적 갈등, 자신의 문제점 등을 확인하고 해결해 나갈 수 있다. 다섯째, 계절이나 특정한 기념일과 관련된 노래를 통한 소재로 생각이 혼란되고 현실 감각이 없는 내담자에게 현실을 확인시킬 수 있으며 구성원들이 공통된 주제의 노래를 부름으로 집단에 대한 소속감 및 결속력을 증가시킬 수 있다.⁵⁶⁾

노래 회상하기는 노래를 이용하여 과거 회상을 목적으로 하는 방법이다. 회상이란 ‘지난 일을 돌이켜 생각 하는 것’으로 과거의 사건이나 경험에 대한 재고 또는 재인식을 말한다. Butler는 회상에 대해 처음으로 정의를 내리고 ‘회상을 노인에게서 두드러지게 나타나는 경험의 과정이라고 설명하였으며 회상이 특별한 목적이나 기능을 위해 노인들에게 사용될 수 있다’고 주장했다.⁵⁷⁾ 노인 음악치료에서 노래의

54) Kenneth E. Bruscia, *Dynamics of Music Psychotherapy*, 최병철, 김영신 공역, 『음악 심리치료의 역동성』 (서울: 학지사, 2006), 230-56.

55) Alice-Ann Darrow, *Introduction to Approaches in Music Therapy*, 김영신 역, 『음악치료 접근법』 (서울: 학지사, 2006), 127-82.

56) Victoria P. Vega, "Music therapy: Group vignettes," *Journal of Music Therapy*, 41 (2004): 259-62.

57) Cherry J. Michael "The Gene Ontology Consortium," *Journal Nature Genetics* 25, (2000), 26.

가사는 경험과 정서를 느끼게 해주며 언어발달과 인지기능향상을 도와준다. 그리고 노래의 멜로디는 가사를 반영하고 멜로디가 가지고 있는 리듬은 감정을 반영하게 된다. 회상을 이용한 음악치료 프로그램은 노인들이 과거의 경험을 긍정적인 지지를 통해 재구성할 수 있는 기회를 제공한다.

노래 만들기는 치료적 이슈에 적합한 노래를 만드는 작업으로, 기존의 곡에 부분적 또는 전체적으로 직접 가사를 바꾸거나 새로운 노래를 만드는 방법이다. 노래 만들기는 노랫말 채우기(fill-in-the-Blank), 개사하기, 노래 변주하기(song variation), 랩 만들기(rap), 작사하기, 멜로디 만들기, 해설 기악을 통한 즉흥 노래 만들기, 작곡하기 등의 활동이 있다.

악기 연주란 적극적인 참여를 유도하는 음악 경험 중 하나로 기존의 음악을 다양한 악기로 연주하는 연주 활동과 새로운 음악을 즉흥적으로 창조하는 즉흥연주 활동을 모두 포함한다. 음악치료에서 '연주'라는 단어 대신 '재창조'라는 단어를 쓰는데 음악치료에서의 연주는 특별한 음악적 기술을 필요로 하는 연주가 아니라 음악을 만드는 과정에서 참여하는 다양한 차원의 작업들을 모두 포함하기 때문이다. 따라서 악기연주에는 악기 다루기, 주어진 소리 모방하기, 악기를 통한 리듬 및 선율 표현, 독주 혹은 합주, 즉흥적 연주 등이 실시된다.

본 연구에서 사용된 음악치료 집단상담 프로그램은 『구조화 집단상담』을 토대로 연구자가 개발한 치매노인을 위한 음악치료 집단상담 프로그램을 실시하였다.⁵⁸⁾본 연구에서 사용한 프로그램은 타악기와 건반악기, 오르프악기, 노래 부르기를 사용하였으며, 즉흥연주와 창의적인 연주로 이끌어 연주를 자발적으로 참여함으로 내담자의 정서함양에 도움을 주고자 하였다. 프로그램의 1단계는 신뢰감 형성하기 및 인식단계이다. 프로그램 소개하기, 집단구성원 소개, 신뢰감 형성하기로 별칭을 지어 부르기를 시도하였다. 자신의 감정을 인식 및 자각하며, 자신을 개방하여 인정하기, 타인 이해하기, 자신의 감정을 긍정적으로 바꾸기 등으로 이루어져 집단 응집력 효과를 기대하였다. 연구자도 기독교 상담사이고 내담자들도 기독교 단체의 양로원이어서 찬양을 치료에 이용하는 데는 무리가 없었으며, 오히려 귀에 익은 곡의 반향을 불러 일으키는 데 도움을 받았다. 2단계인 실행 단계는 피드백 주고받기, 분노 감정 인식하기, 마무리의 시간으로 전체 활동에 대한 평가 및 소감 나누기로 구성하였다. 프로그램 진행은 매 회기 40분 씩 10회기를 진행하였으며, 집단 구성원

58) 전요섭, 『구조화 집단상담』 (안양: 성결대학교 출판부, 2007), 215-30.

의 특성에 따라 탄력적으로 운영할 수 있도록 하였다.

Ⅲ. 닫는 글

이 연구는 노인전문 요양기관의 치매노인에게 집단 음악치료를 제공하여 그들의 기억력과 문제행동에 효과적이며 나아가 치매노인의 전반적인 삶의 질을 높이는 데 연구의 궁극적 목적이 있다. 연구대상은 노인전문 요양기관에 거주하는 73세 이상의 노인 중 MMSE-K 총점이 15점 이하에 해당하는 중등도 중증 치매노인 6명이다. 연구 기간은 2016년 3월부터 2017년 12월까지 시행하였으며, 음악치료 프로그램의 진행은 세 단계로 나누어 매주 1회 40분씩 10회기를 실시하였다. 음악치료 집단 상담은 노인에게 적합한 음악치료 기법과 구조적 프로그램을 구성하였다. 프로그램은 노래 부르기, 악기 연주하기, 즉흥연주하기 등을 사용하였으며, 즉흥연주와 창의적인 연주는 내담자들의 자발적인 참여로 이끌 수 있는 원동력이 되었다.

치매노인의 음악치료에서는 일반적으로 노인 집단에서 많이 사용하고 있는 노래 부르기보다 악기연주가 질병의 가장 마지막까지 높은 참여도를 가지고 즐겁게 참여하여 삶의 질을 높이는 활동으로 보고되고 있다.⁵⁹⁾ 본 연구도 대부분의 회기에 서 재창조를 통한 즉흥연주를 타악기연주를 시도하였다.

연구 결과를 통해 얻은 결론으로 첫째, 치매노인의 기억력에 효과가 있는 것으로 나타났다. 음악치료의 활동은 치매노인의 무의식에 남아 있는 연주기능과 학습화 된 음악 능력이 기억력을 되살리고 유지하는 데 도움을 주었다.

둘째, 문제행동에 효과가 있는 것으로 나타났다. 악기연주를 하며 노래 부르기 등의 즉흥연주를 통해 자신의 감정을 표현함으로써 타인에 대한 관심과 이해가 증가하는 모습을 보였다. 음악치료의 핸드벨 연주나 신체표현 등의 연주는 소근육의 활성화와 오감능력의 강화에 도움을 주었으며, 인지기능을 증진하는 데 효과적이었다.

셋째, 치매노인에게 집단 음악치료가 집단의 역동성을 가져오는 것으로 나타났다. 초기에 무관심과 저항의 모습을 보이던 내담자들이 음악치료를 진행해 나아감으로 점차 옆 사람의 음을 듣고, 기다리고, 협응하여 합주하는 모습을 보이며, 점차 배려와 이해의 모습을 보여주었다. 집단의 일치감과 응집력이 형성되면서 집단의 긍정적 역동이 지속되었다. 또한, 이야기식 상담을 통해 친밀감과 정서적 안정감을

59) Clair & Benstein, "A Preliminary Study of Music Therapy Programming for Severely Regressed Persons With Alzheimer's-Type Dementia," 31.

형성하는 긍정적인 모습을 보였다.

결론적으로 치매노인을 위한 음악치료가 기억력장애와 문제행동을 가지고 있는 치매노인에게 즉흥연주와 반복적인 음악 활동과 옛 노래 함께 부르기, 공동 작업하기, 합주하기 등으로 두뇌활동을 활성화해 기억력 유지에 도움을 주었다. 긍정적인 상호작용의 기회를 가졌으며, 문제행동을 감소시키고 사회적 행동에 효과가 있음을 시사 하였다. 음악치료 프로그램에 있어 보편성과 반복연구를 통한 개입의 효과성을 극대화하고 지속시킬 수 있는 방안에 대한 구체적인 연구가 이어지길 바란다. 또한, 연구 참여자의 치매노인 중등도 중증의 연령이 많아 죽음의 염려를 가지고 있어, 상담자가 질적 연구의 필요한 긴 여정에 불안을 가지고 있었는데 해당 양로원의 질 높은 환경과 돌봄이 상담자와 연구 참여자에게 유익함을 주었다. 또한, 치매노인을 위한 음악치료가 양적 연구는 많이 있는 데 반해 질적 연구는 거의 없어 치매노인을 위한 음악치료의 질적 연구에 시사하는 바가 클 것이다.