

음악심리상담사

1급



차시	강좌 내용	페이지
1강	음악심리치료의 정의	2
2강	음악심리치료	3
3강	음악치료 적용 영역	4
4강	노래심리치료1	5
5강	노래심리치료2	7
6강	음악치료 악기	8
7강	음악치료 실제1	9
8강	음악치료 실제2	11
9강	음악치료 실제3	12
10강	음악치료 실제4	14
11강	음악치료 실제5	15
12강	음악치료 실제6	16
13강	음악치료 실제7	17
14강	음악치료 실제8	18
15강	음악치료 실제9	19
16강	음악치료 실제10	20
17강	음악치료 실제11	22
18강	음악치료 실제12	23
19강	음악치료 실제13	24
20강	음악치료 실제14	25
21강	음악치료 실제15	26
22강	음악치료 실제16	27
23강	음악치료 실제17	28
24강	음악치료 실제18	29
25강	음악치료 적용을 위한 계획서	30

【1강】 음악치료의 정의

● 음악치료는 치료적인 목적,

즉 정신과 신체건강을 복원 및 유지시키며 향상시키기 위해 음악을 사용하는 것이다. (AMTA, 미국전국 음악치료사협회)

- 정신과 신체건강을 복원, 유지, 향상
- 치료적 환경, 즉 음악적 활동(행동)을 통해 음악 외적인 목표, 즉 내담자의 행동을 바람직한 방향으로 변화시킨다.
예 : 복치기 (자신감, 지속력, 집중력, 감정표현, 대 근육 향상)
피아노 연주 (소 근육, 집중력, 상호교류 향상)
노래부르기 (발성법, 자기표현력 향상)
- 체계적인 치료과정(치료기간)



1. 음악이 인간에게 끼치는 영향

1) 생리적 반응

- 혈압, 맥박의 속도, 호흡, 피부반응, 뇌파, 그리고 근육반응

2) 심리적 반응

- 음악을 듣는 사람의 그 음악과 관련된 과거경험이나 문화적 배경, 선호도와 음악교육 정도 등이 음악을 들을 때의 정서적 반응과 관계가 있다.

3) 사회적 반응

- 음악은 가장 오래되고 가장 자연스러운 의사소통과 자기표현 수단이다. 음악은 비언어적인 의사소통 수단으로서 특별히 언어사용 능력이 제한된 환자라도 치료사와 함께 연주하면 자신의 감정을 음악으로 표현할 수 있다.

2. 음악의 사회적 기능

- | | |
|-----------|-------------------|
| ① 감정표현 | ⑥ 신체적 반응 |
| ② 미적인 즐거움 | ⑦ 사회적 규범제시 |
| ③ 오락의 방법 | ⑧ 사회기관과 종교의식의 확인 |
| ④ 커뮤니케이션 | ⑨ 사회와 문화와 연속성의 기여 |
| ⑤ 상징적 표현 | ⑩ 사회통합에 기여 |

【2장】 음악심리치료

1. 음악심리치료의 목적

- 1) 자아인식
- 2) 내면의 갈등해결
- 3) 감정 방출
- 4) 자아표현
- 5) 감정과 태도에서의 변화
- 6) 건강한 관계의 발달
- 7) 잠정적 충격에서 치료
- 8) 깊은 자기성찰
- 9) 현실인식
- 10) 인지적 재 구성
- 11) 행동변화
- 12) 삶의 의미와 충족
- 13) 영적 개발

2. 음악심리치료의 형태

- 1) 음악경험 그 자체가 변화로 인도될 때
 - 즉흥연주
 - 노래(Song Writing)
 - 음악과 심상(G.I.M.)
- 2) 전체적으로 치료과정을 내포하는 질적 연구가 이루어진다.
데이터 숫자보다 소리/음악, 서술, 그림, 개인적 기록 등이 포함되는 단어로 구성 된다.

【3장】 음악치료 적용영역

● 음악치료 적용영역

→ 음악치료영역을 다섯 가지로 나누었지만, 음악치료 활동의 적용영역이 한 부분에만 국한 되어 있지 않다. 음악활동이 가지고 있는 **다양한 음악 외적인 영향력**을 인지해야 한다.

인지발달 (cognitive development)	운동기술향상 (Motor development)	의사소통 (communication)
<ul style="list-style-type: none"> • 소리지각 • 시각지각 • 학습개념 • 집중력/지속력 • 기억력 • 자긍심 발달 	<ul style="list-style-type: none"> • 균형감각 • 민첩성 • 소 근육 운동 • 대 근육 운동능력 • 눈-손 협응 • 긴장이완 	<ul style="list-style-type: none"> • 발성 • 청각변별 • 시선 접촉 • 표현언어 • 수용언어 • 언어/비언어 교류

사회교류기술 (Social Interaction)	정서발달 (Emotion Development)
<ul style="list-style-type: none"> • 자기인식 • 타인인식 • 그룹참여 • 그룹교육 • 자기감정 표현 • 여가선용 	<ul style="list-style-type: none"> • 동기유발 • 긍정적 정서경험 • 침체된 정서고양 • 충동조절 • 감정표현 • 스트레스대처기술

Ex) 인사노래 만들기

• 목적 : 라포형성, 진단목적, 안정감 주기, 인지발달

G C C Am G
 ○○○ ○○○ 사랑하는 ○○○

G C Dm C G
 ○○○ ○○○ 사랑하는 ○○○

Ex) 헤어지는 노래 만들기

C C F C G
 안녕 안녕 안녕히 또` 만나요

C C F F C
 안녕 안녕 건강하세 요

【4강】 노래심리치료 <1>

● 노래심리치료의 목적

※ 목소리 사용을 통한 정체성 확립, 표현



◆ 가시나무새

내속엔 내가 너무도 많아
당신의 쉼 곳 없네

내 속엔 헛된 바람 들로
당신의 편할 곳 없네

내 속엔 내가 어쩔 수 없는 어둠
당신의 쉼 자리를 뺐고

내 속엔 내가 이길 수 없는 슬픔
무성한 가시나무 숲 같네

*바람만 불면 그 메마른 가지
서로 부대끼며 울어대고

쉼 곳을 찾아 지쳐 날아온
어린 새들도 가시에 찔려 날아가고

바람만 불면 외롭고 또 괴로워
슬픈 노래를 부르던 날이 많았는데

내 속엔 내가 어쩔 수 없는 어둠
당신의 쉼 자리를 뺐고

내 속엔 내가 이길 수 없는 슬픔
무성한 가시나무 숲 같네

◆ 한계령

저 산은 내게 오지마라
오지마라 하고
발 아래 젖은 계곡 첩첩산중

저 산은 내게 잊으라
잊어버리라 하고
내 가슴을 쓸어내리네

아` 그러나 한 줄기 바람처럼 살다 가고파
이 산 저 산 눈물 구름 물고 다니는
떠도는 바람처럼

저 산은 내게 내려가라
내려가라 하네
지친 내 어깨를 떠미네

※ 노래선곡 과정

- 1) 가사나 멜로디가 단순하여 누구나 쉽게 따라 부를 수 있고 좋아 할 수 있는 곡
- 2) 개인의 정서나 심리적 이슈들을 찾아가고 확인하는 데에 목표를 두고 다양한 소재의 곡들을 선택, 여러 가지 문제들에 접근 할 수 있도록 한다.
- 3) 확인된 문제들을 정리하고 해결할 수 있는 노래들을 선택, 스스로 부정적인 감정들을 처리, 자신의 문제에 대해 통찰, 긍정적인 자아상을 만들어 가도록 돕는다.

【5강】 노래심리치료 <2>

1. 노래심리치료의 활용

● 노래 대화하기

예) '당신만 있어준다면', '클레멘타인', '찐레꽃'

당신만 있어준다면

세상 부귀영화도 세상 돈과 명예도
당신 당신이 없으면 아무 소용이 없죠
세상 다 준다 해도 세상 영원타 해도
당신 당신이 없으면 아무 의미가 없죠
아무도 모르는 둘만의 세월
이젠 알아요 그 추억 소중한단 걸

가진 건 없어도 정말 행복했었죠
우리 아프지 말아요 먼저 가지 말아요
이대로도 좋아요 아무 바램 없어요
당신만 있어준다면 당신 당신 나의 사람
당신만 있어준다면

● 노래 부르기

예) '시월의 어느 멋진날에'

● 노래 회상하기

예) '굳세어라 금순아', '칠갑산', '갯돌이와 갯순이'

● 노래 즉흥연주

● 노래 그림그리기

● 노래 대화하기

예) '장미', '인생은 미완성', '그대없이는 못살아'

2. 노래 심리치료적 기능

- 문제의 규명
- 감정이입
- 투사
- 자기정화
- 설득
- 보편화
- 외면화
- 자기표현

【6강】 음악치료 악기

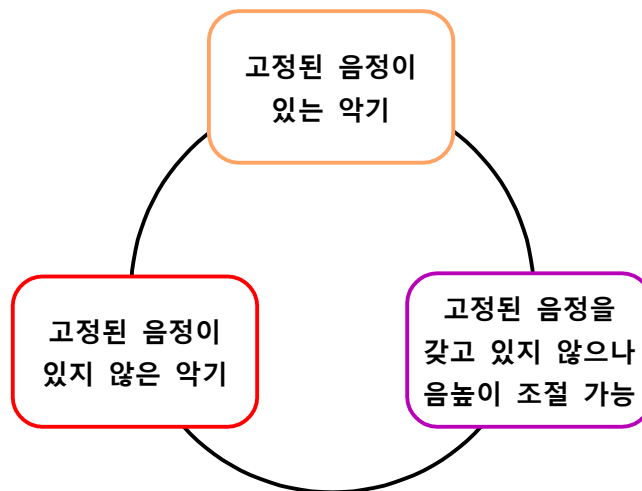
● 음악치료 악기 소개

- 음악활동에서 악기들은 가장 중요한 표현 수단
- 다양한 종류의 악기를 활용하는 것은 주제에 대한 음악적 표현을 가능케 해 준다.
- 음악을 만드는 경험의 깊이와 질을 향상 시킨다.

1. 소리 내는 방법과 재질에 따른 분류

이디오 폰 (Idiophone)	<ul style="list-style-type: none"> • 트라이앵글 • 심벌
멤브라노 폰 (Membranophone)	<ul style="list-style-type: none"> • 톰툼 • 봉고
코더 폰 (Chordophone)	<ul style="list-style-type: none"> • 피아노 • 첼발로
에어로 폰 (Aero-phone)	<ul style="list-style-type: none"> • 윈드차임 • 슬라이드휘슬

2. 악기가 가지고 있는 음악적 특징에 따른 분류



- 글루켄 슈펠 - 심벌 - 마라카스 - 공명실로폰 - 봉고 - 오션드럼 - 윈드차임
- 카우벨 - 아고고벨 - 귀로 - 비브라슬랩 - 패들드럼 - 카바사 - 스프링드럼
- 소고 - 투바노 - 스네어 드럼 - 셰이크 - 레인스틱

【7강】 음악치료 실제 <1>

1. 신체악기활동

- 목적 : 집중력 향상, 운동기술향성, 진단
- 도구 : 키보드
- 방법
 - 1) 도, 레, 미, 파, 솔 다섯 가지 음정을 같이 불러 본다.
 - 2) 각 음정과 신체부위를 연결 해 불러 본다.
 - 3) 손을 신체 부위에 대고 협응 시키며 노래한다.

2. 박수치기

- 목적 : 집중력 향상, 소 근육 발달, 사회교류기술
- 도구 : 소고
- 방법
 - 1) 열 번까지 구음과 함께 박수를 쳐 본다.
 - 2) 열 번째에서 박수를 안치고 구음만 한다.
 - 3) 점점 숫자를 줄여가며 실시한다.

3. 숫자와 노래 부르기

- 목적 : 인지발달, 사회교류 기술
- 도구 : 숫자 표, 찬트
- 방법
 - 1) 익숙한 노래를 정해서 가사마다 숫자를 붙인다.
 - 2) 숫자 표를 만들어 나누어 뽑는다.
 - 3) 본인이 선택한 숫자를 인지한다.
 - 4) 본인이 숫자가 나올 때 노래가사를 부른다.

◆ 산토끼

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12
산토끼 토끼야 어디를 가 느 냐

13 14 15 16 17 18 19
깡 총 깡 총 뛰 면 서

20 21 22 23 24 25
어 디 를 가 느 냐

4. 움직이며 라포형성하기

● 목적 : 운동기술향상, 사회교류기술, 인지발달

● 도구 : 북, 키보드

● 방법

1) 치료사의 지시에 따라 짝을 이루어 손동작을 배운다.

2) 노래에 맞춰 손동작을 해 본다.

3) 악기의 리듬 빠르기에 따라 움직이다가 악기 소리가 멈추면 새로운 짝을 만나 손 동작을 한다.

4) 만난 짝들의 이름을 기억하게 한다.

C C G C C C

● 가사 : 좋아해 앓! 사랑해 그 누가 뭐라 해도 너를 사랑해

【8강】 음악치료 실제 <2>

1. 에그쉐이킹 활동

- 목적 : 운동 기술 향상, 집중력 향상
- 도구 : 에그쉐이크, 음원
- 방법
 - 1) 에그쉐이크를 한 사람에게 2개씩 나누어 준다.
 - 2) 익숙한 노래를 들으며 치료사의 동작을 모방한다.

2. 에그쉐이크 돌리기

- 목적 : 몸의 조절능력 향상 (팔동작)
- 도구 : 에그쉐이크
- 방법
 - 1) 원모양으로 둘러 앉는다.
 - 2) 왼손 바닥(오른손 바닥)을 위로 펴 왼쪽 무릎 위에 고정한다.
 - 3) 오른손으로 왼손 바닥 위의 에그쉐이크를 집어 오른편 사람의 손바닥에 전달하는 동작을 치료사의 지시에 따라 하도록 연습시킨다.
 - 4) 익숙한 노래를 부르며 옆 사람에게 전달한다.

【9강】 음악치료 실제 <3>

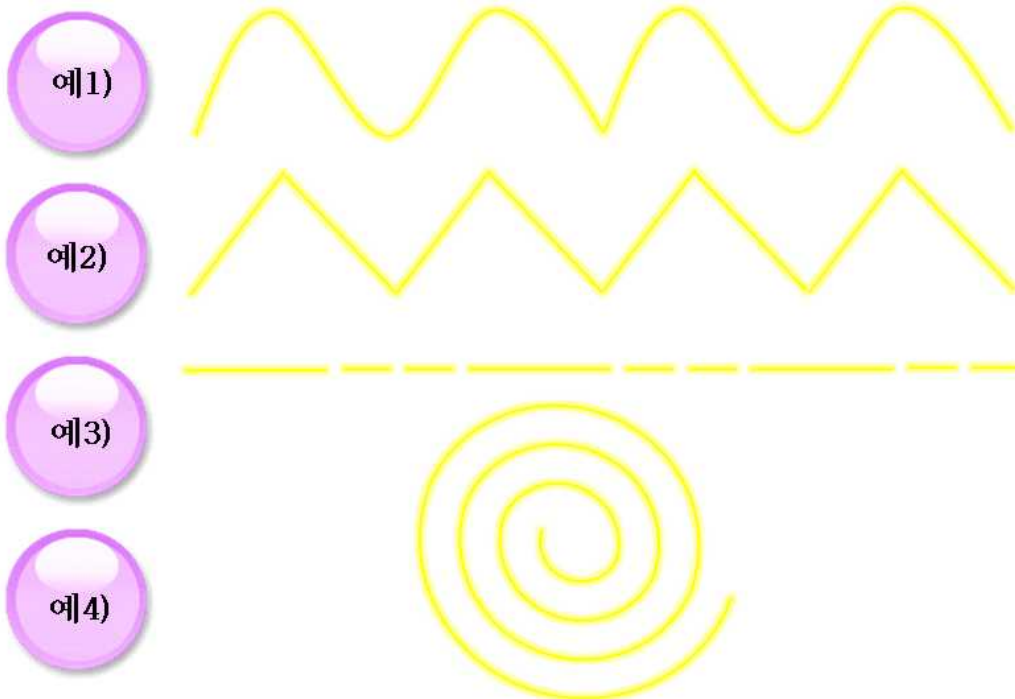
1. 요일 노래

- 목적 : 인지발달, 사회교류기술
- 도구 : 키보드
- 방법
 - 1) 내담자들에게 오늘의 요일을 물어 본다.
 - 2) 어제, 내일, 모레 요일을 인지 해 본다.
 - 3) 노래 부르며 치료사와 요일을 주고 받으며 노래한다.

C C G F C C G C
오늘은 ○○○ 내일은 ○○○ 모레는 ○○○ 오늘은 ○○○

2. 그림보고 발성하기

- 목적 : 운동 기술 향상, 집중력 향상
- 도구 : 그림판
- 방법
 - 1) 그림을 보여 주고 '아 에 이 오 우'로 치료사의 지시에 따라 소리 내어 본다.
 - 2) 소리의 셈여림을 발성한다.



3. 노래 부르고와 손동작

● 목적 : 집중력 향상, 사회교류 기술, 운동기술 향상

● 도구 : 키보드

● 방법

1) 치료사의 지시로 노래를 배워 본다.

2) 손동작과 노래가사를 연결 시킨다.

3) 노래가사 일부분을 내창으로 부르고 범위를 넓혀 간다.

◆ 야쁘이 따이따이 예야

야쁘이 따이따이 예야 야쁘이 따이따이 예야

야쁘이 따이따이 야쁘이 도끼도끼 야쁘이 도끼도끼 예

야쁘이 도끼 도끼 예

야쁘이 도끼 도끼 예

야쁘이 도끼도끼

야쁘이 도끼도끼



























야쁘이 도끼도끼 예~

【10강】 음악치료 실제 <4>

리듬 연주하기

- 목적 : 집중력 향상, 사회교류 기술
- 도구 : 그림 악보, 소고
- 방법
 - 1) 치료사가 그림악보를 설명 해 준다.
 - 2) 그림이 있는 부분에 손뼉과 함께 소리를 낸다.
 - 3) 소리는 내창으로 하고 악기를 연주 해 본다.
 - 4) 익숙한 노래에 맞춰 악기를 연주한다.

예1)

1								
2								
3								
4								
*	야	하	하	하				

예2)

1					5				
2					6				
3					7				
4					8				

【11강】 음악치료 실제 <5>

카드리듬 연주하기

- 목적 : 집중력 향상, 사회교류 기술
- 도구 : 낱말카드, 패들드럼, 메트로놈
- 방법
 - 1) 치료사가 낱말카드를 제시한다.
 - 2) 치료사가 "준비" "보고" "따라하세요"라는 구호를 말하며 카드를 제시 한다.
 - 3) 메트로놈의 박자에 따라 내담자는 단어가 쉬는 부분에서 악기를 연주한다.

예시)



【12강】 음악치료 실제 <6>

도구를 이용한 리듬 만들기

- 목적 : 집중력 향상, 사회교류 기술
- 도구 : 플라스틱 컵, 음원
- 방법
 - 1) 컵을 한 개씩 나누어 준다.
 - 2) 치료사의 지시에 따라 구음을 반복 한다.
 - 3) 음악에 맞춰 컵을 움직인다.

예시)



【13강】 음악치료 실제 <7>

아프리카 리듬 연주하기

- 목적 : 창의력 향상, 사회기술 교류
- 도구 : 찬트, 패들드럼, 롤리팝, 소고
- 방법
 - 1) 치료사의 지시에 따라 찬트에 있는 리듬글자를 강약을 넣어 **반복** 해 읽는다.
 - 2) 글자의 "강" 부분에 악기를 연주하게 한다.

A : 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12

B : 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12

C : 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12

D : 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12

E : 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12

♪사 랑 해

사랑**해** 당신을 정**말**로 사랑**해**

당**신**이 내 **결**을 떠나간 뒤**에**

얼마나 눈**물**을 **흘**렸는지 모**른**다오

예**예**예 **예**예예 **예**예예 **예**예예 **예**예예 **예**예예

예예예 **예**예예 **예**예예 **예**예예 **예**예예 **예**예예 **예**

사랑**해** **당신**을 정**말**로 사랑**해**

【14강】 음악치료 실제 <8>

숫자악보 연주하기

- 목적 : 사회교류기술, 집중력 향상
- 도구 : 핸드터치벨, 콰이어 차임, 공명실로폰
- 방법
 - 1) 숫자가 붙어 있는 악기를 내담자들에게 나누어 준다.
 - 2) 치료사의 지시에 따라 숫자에 대한 인지를 한다.
 - 3) 숫자악보를 설명 해 준다.
 - 4) 숫자악보를 보고 연주 해 본다.

아름다운 것들	젓가락 행진곡
3 3 2 1 3 5 6 6 5 3 2 1 1 1 3 5 3 2 꽃잎 끝애- 달 러 있 는 작-은이슬 방-울들	555 555 555 555 444 444 333 333
5 8 8 7 7 6 5 5 3 2 1 1 2 빗줄기 이들을 찾아 와- 서 음- 3 4 3 2 1 2 1 어디로 데려 갈까 (후렴) : 3 3 2 1 3 5 6 6 5 바람아 너는 알고 있나 3 2 1 1 1 3 5 3 2 비- 야 네 가 알고 있나 5 8 8 7 7 6 5 3 2 1 무 엇 이 이- 숲속 예-서 1 2 3 4 3 2 1 2 1 음- 이들을 데려갈까	777 777 888 876 222 222 123 444 555 555 555 555 444 444 333 333 777 777 853 1 222 222 1 ~ Fine I: 3 2~ 8 7~ 6 5~ 5565 8 7~ 6 5~ 4 3~ 3343 4~ 4454 3~ 4(3) 5~(3) 2~ 2232 1~ 1~1 1~: D.C

【15강】 음악치료 실제 <9>

1. 지휘자 되어 보기

- 목적 : 사회교류 기술, 정서발달
- 도구 : 싱글심벌즈, 캐스터네츠, 패들드럼, 롤리 팝, 음원
- 방법
 - 1) 치료사의 지시에 따라 각자 악기를 연주 해 본다.
 - 2) 음악이 시작되면 치료사의 지시에 따라 악기를 연주한다.
 - 3) 내담자가 각자의 지시대로 악기를 연주한다.

2. 노래와 세계여행

- 목적 : 사회교류기술, 인지력 향상
- 도구 : 큰북, 스티커, 세계지도, 음원
- 방법
 - 1) 익숙한 노래를 다 같이 들어 본다.
 - 2) 반복되는 리듬에서 다 같이 큰북을 쳐 본다.
 - 3) 가사를 인지한다.
 - 4) 세계지도에서 관련 된 나라를 찾아 스티커를 붙인다.

룩셈부르크

기내에 계신 승객 여러분
안전벨트를 착용하여 주십시오
이 비행기의 도착 예정지는
룩 아아 룩룩 룩룩룩 아아

룩 룩 룩셈부르크 아 아 아리헨티나
룩 룩 룩셈부르크 아 아 아리헨티나
룩 룩 룩셈부르크 아 아 아리헨티나
룩 룩 룩셈부르크 아 아 아리헨티나

자 같이 펼쳐보자 세계지도
너의 꿈들을 펼쳐보아라
자 어디 붙어있나 찾아보자
다같이 불러보자 룩셈부르크

룩 룩 룩셈부르크 아 아 아리헨티나
룩 룩 룩셈부르크 아 아 아리헨티나
석유가 넘쳐나는 사우디
이거 사람이 너무 많은 차이나
월드컵 2연패에 브라질
전쟁을 많이 하는 아메리카

룩 룩 룩셈부르크 아 아 아리헨티나
룩 룩 룩셈부르크 아 아 아리헨티나

하루 종일 레게하네 자마이카
하루 왠 종일 해 떠있는 스웨덴
신혼여행 많이 가는 몰디브섬
이제 곧 하나가 될 KOREA

룩 룩 룩셈부르크 아 아 아리헨티나
룩 룩 룩셈부르크 아 아 아리헨티나

석유가 넘쳐나는 사우디
이거 사람이 너무 많은 차이나
월드컵 2연패에 브라질
전쟁을 많이 하는 아메리카
하루 종일 레게하네 자마이카
하루 왠 종일 해 떠있는 스웨덴
신혼여행 많이 가는 몰디브섬
이제 곧 하나가 될 KOREA

손잡고 떠나보자 세계여행
피부색깔, 말은 모두 틀려도
우리는 자랑스런 인간이다
다같이 노래하자 룩셈부르크
라라라~ 라라라~ 라라라~ 라라라~
다 같이 노래하자 룩셈부르크 Let's go

【16강】 음악치료 실제 <10>

1. 마음 알아가기

- 목적 : 사회교류기술, 집중력 향상
- 도구 : 슬라이드 휘슬, 공명실로폰, 핑거 심벌, 설문지, 스톱워치
- 방법
 - 1) 설문지를 내담자들에게 나누어 준다.
 - 2) 시간을 제한하는 신호를 핑거심벌 연주로 제시한다.

1. 나의 별명은 000 이다.	2. 나는 이럴 때 화가 난다.	3. 나는 이럴 때 기분이 좋다.
4. 나는 이럴 때 엄마가 너무 싫다.	5. 슬라이드 휘슬 5번 불기	6. 나는 이럴 때 슬프다.
7. 내가 만난 사람 중 가장 좋은 사람은?	8. 친구가 함께 물건을 훔치자고 한다면 나는?	9. 내가 가장 하기 싫은 일은?
10. 내가 만약 아빠가 된다면?	11. 내가 만약 엄마가 된다면?	12. 나는 이럴 때 소리지르고 싶다.
13. 공명실로폰으로 (1번악보) 연주하기	14. 3번으로 가세요. T T	15. 아빠는 맨날 ~~만 한다.
16. 내가 운전을 한다면?	17. 내가 가장 좋아하는 과목은?	18. 내가 만약 남자(여자)라면?
19. 슬라이드 휘슬 4번 불기	20. 이 세상에서 중요한 것 3가지 이상 말하기	21. 처음으로 돌아가세요. ππ
22. 내가 지금 고민하는 것은?	23. 나는 이럴 때 선생님이 싫다.	24. 내가 고쳐야 할 가장 나쁜 버릇은?
25. 내가 가장 싫어하는 과목은?	26. 우리 엄마의 좋은 점은?	27. 어떤 여학생(남학생)이 맘에 드는가?
28. 42번으로 가세요. ^^	29. 우리 엄마의 나쁜 점은?	30. 나는 이럴 때 친구와 싸운다.
31. 나를 가장 괴롭히는 것은?	32. 뒤로 세 칸 가세요.	33. 20번으로 가세요.
34. 내가 만약 선생님이 된다면?	35. 나는 이럴 때 무섭다.	36. 나는 이럴 때 칭찬 받는다.
37. 내가 이럴 때 선생님이 좋아하신다.	38. 이 세상에서 사라져야 하는 것은?	39. 공명 실로폰으로 (2번악보) 연주하기
40. 24번으로 가세요. ππ	41. 내가 이럴 때 엄마가 좋아하신다.	42. 심심할 때 나는 ~을 한다.

2. 오늘은 기분이 좋아요

- 목적 : 사회교류기술, 집중력 향상
- 도구 : 패들드럼, 롤리 팝, 음원 키보드
- 방법
 - 1) 치료사의 지시에 따라 다같이 노래를 불러 본다.
 - 2) 일정한 부분에서치료사의 지시에 따라 악기를 연주한다.

오늘은 기분이 좋~ 아요. (빠랏빠빠 빠랏 빠빠 빠랏빠)

우리 친구를 만났어요. (빠랏빠빠 빠랏 빠빠 빠랏빠)

큰소리로 노래해요 (빠랏 빠) 웃으면서 노래 해요 (빠랏 빠)

오늘은 기분이 좋~ 아요. (빠랏빠빠 빠랏 빠빠 빠랏빠)

【17강】 음악치료 실제 <11>

1. 등글게 등글게

- 목적 : 사회교류 기술, 운동기술력 향상
- 도구 : 끈, 눈가리개, 오션 드럼, 봉고, 비브라 슬랩, 싱글심벌
- 방법
 - 1) 두 조로 나누어 눈가리개와 끈을 각각 나누어 준다.
 - 2) 조의 이름을 정하게 한다.
 - 3) 눈을 가리고 각자 조의 이름을 부르며 흩어져 같은 조끼리 만나면 끈을 연결한다.
 - 4) 먼저 끈을 연결한 조가 승리한다.
 - 5) 한 명의 내담자가 악기들의 연주 지시를 정 해 설명 하고 지휘자 역할을 한다.

2. 악기 연주와 퀴즈

- 목적 : 사회교류기술, 정서발달
- 도구 : 상황설명 쪽지, 봉고, 아고고벨, 오션 드럼, 싱글심벌
- 방법
 - 1) 내담자에게 앞으로 나와 쪽지를 선택하게 한다.
 - 2) 상황의 발생 장소만 설명하고 몸과 악기로만 그 상황을 표현한다.
 - 3) 나머지 내담자는 그 상황을 설명 할 수 있다면 정답을 외치며 손을 든다.

예)

게임을 오래 한다고 엄마에게 야단 맞았다.
시험을 망쳤다.
생일날에 내가 원하는 선물을 받았다.
학교에서 친구와 싸워서 기분이 나쁘다.

【18강】 음악치료 실제 <12>

1. 오스티나토

- 목적 : 사회교류 기술, 운동 기술 향상
- 도구 : 장삼, 소고
- 방법
 - 1) 익숙한 민요를 치료사의 지시에 따라 부른다.
 - 2) 세 그룹으로 나누어 반복되는 동작과 언어를 연습 해 본다.
 - 3) 세 그룹이 동시에 계속적으로 반복 해 실시한다.
 - 4) 치료사의 지시에 따라 역할을 바꿔 불러본다.

군밤타령	
바람이 분다 바람이 분다 연평 바다에 어허이 얼싸 봄바람 분다.	얼싸 좋네 아 좋아 군밤이여 어허라 생울 밤이로구나
1그룹: 노래 부르기, 2그룹: 장삼 끼고 "어허 좋다" 3그룹: 손을 군밤 만지듯이 동작하며 "군밤이요 군밤"	

2. 잘했군 잘했어

- 목적 : 사회교류 발달, 인지력 향상
- 도구 : 아고고벨, 소고
- 방법
 - 1) 다같이 노래를 불러 본다.
 - 2) 두 그룹이 역할을 정하여 노래를 주고 받는다.
 - 3) 노랫말을 일부분 바꾸어 불러 본다.

잘했군 잘했어	
영감 왜 불러 (뒷뜰에 뛰어놀던) (병아리 한 쌍)을 보았소 보았지 어쨌소 이 몸이 늙어서 (몸 보신 할려고) 먹었지 잘했군 잘했어 잘했군 잘했군 잘했어 그러게 내 영감이라지	마누라 왜 그래요 (외양간 매어 놓은) (얼룩이 황소를) 보았나 보았죠 어쨌나 (친정집 오라비 장가들 밀천에) 주었지 잘했군 잘했어 잘했군 잘했군 잘했어 그러게 내 마누라지

【19강】 음악치료 실제 <13>

1. 이야기 이어가기

- 목적 : 사회교류기술, 운동기술 향상
- 도구 : 음원
- 방법
 - 1) 치료사와 내담자들이 이야기의 부제를 정해 본다.
 - 2) 치료사의 지시에 따라 음악에 맞춰 다리를 움직여 본다.
 - 3) 내담자들과 이야기를 주고 받으며 운동 영역을 넓혀 간다.
 - 4) 내담자들과 느낌을 나누어 본다.

2. 요리 만들기

- 목적 : 사회교류 기술, 인지력 향상
- 도구 : 오션드럼, 셰이크, 귀로, 마라카스, 우드블럭
- 방법
 - 1) 내담자들과 요리주제를 정한다.
 - 2) 내담자들과 요리순서를 이야기 한다.
 - 3) 요리를 만드는 순서를 악기를 나누어 표현 해 보며 인지한다.

【20강】 음악치료 실제 <14>

여행을 떠나요

- 목적 : 사회교류기술
- 도구 : 비브라슬랩, 패들드럼, 작은북, 봉고, 음원
- 방법
 - 1) 노래의 프레이즈가 끝나는 부분에서 숫자를 외치며 악기를 연주한다.
 - 2) 내담자들이 여행을 가고 싶은 여행지를 생각하고 지점을 정한 후 선다.
 - 3) 치료사가 여행지를 물어보고 여행의 목적을 나눈다.
 - 4) 여행을 다녀 온 공항장면을 연출하고 실행 해 본다.

여행을 떠나요

푸른 언덕에 (12345678) 배낭을 메고 (12345678)

황금빛 태양 (12345678) 축제를 여는 (12345678)

광야를 향해서 (12345678) 계곡을 향해서 (12345678)

먼동이 트는 (12345678) 이른 아침에 (12345678)

도시의 소음 (12345678) 수많은 사람 (12345678)

빌딩 숲 속을 (12345678) 벗어나 봐요 (12345678)

메아리 소리가 들려오는
계곡 속의 흐르는 물 찾아
그 곳으로 여행을 떠나요

【21강】 음악치료 실제 <15>

1. 숲 속 작은집 창가에

- 목적 : 사회교류 기술 인지력 향상
- 도구 : 창틀, 북
- 방법
 - 1) 익숙한 노래를 같이 불러 본다.
 - 2) 노랫말대로 치료사와 함께 동작을 해 본다.
 - 3) 창틀 너머로 치료사가 지지의 노래를 불러 준다.

2. 스탱 앤 고

- 목적 : 운동기술 향상 인지력 향상
- 도구 : 북웨이크, 음원
- 방법
 - 1) 악기를 나누어 준다.
 - 2) 음악에 따라 악기를 연주 하면서 움직임과 멈춤을 반복한다.

3. 똑같이 연주하기

- 목적 : 운동기술향상 집중력 향상
- 도구 : 북, 키보드
- 방법
 - 1) 익숙한 노래를 같이 불러 본다.
 - 2) 치료사의 지시에 따라 동일한 단어나 리듬에서 악기를 연주한다.

【22강】 음악치료 실제 <16>

1. 노래 자서전

- 목적 : 사회교류기술
- 도구 : 키보드, A4용지, 필기도구
- 방법
 - 1) A4용지에 선을 긋는다.
 - 2) 나이 대 순으로 선을 긋고 그 시절에 내담자들이 선호했던 노래를 써 본다.
 - 3) 치료사의 지시에 따라 그룹에 참여한 사람들과 이야기를 나누기도 하고 노래를 불러 본다.

2. 오블라디 오블라다

- 목적 : 사회교류기술, 운동기술 향상
- 도구 : 키보드
- 방법
 - 1) 치료사와 함께 익숙한 멜로디의 노래를 같이 부른다.
 - 2) 치료사의 지시에 따라 일정한 동작을 표현 해 본다.
 - 3) 치료사의 지시에 따라 서로 나누어 표현한다.

C	G	F	C
우리 모두 (손뼉 쳐요. 손뼉 쳐)	0 0 0 0	0 0 0 0	0
C	G	F	C
우리 모두 (손뼉 쳐요. 손뼉 쳐)	0 0 0 0	0 0 0 0	0

【23강】 음악치료 실제 <17>

1. 단어 외치기

● 목적 : 인지력 향상, 사회교류 기술

● 도구 : 그림판, 소고, 스톱워치

● 방법

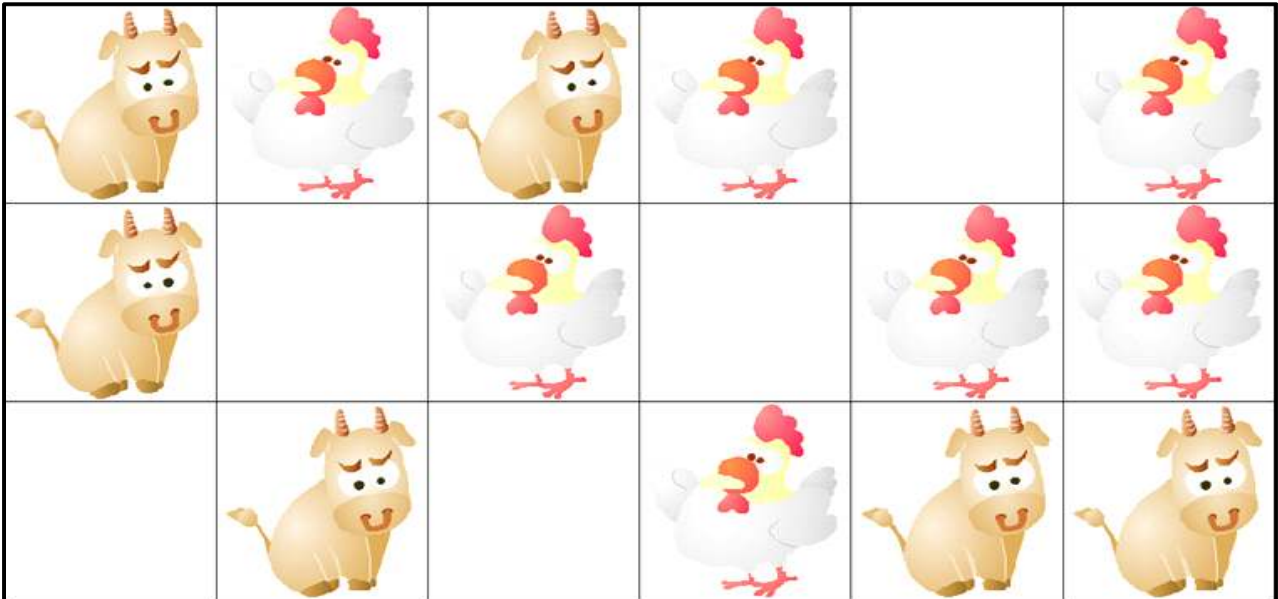
1) 두 가지 종류의 그림이 그려진 그림판을 내담자들에게 나누어 준다.

2) 그림의 이름을 말하고 빈칸을 "쉬고"라고 구음한다.

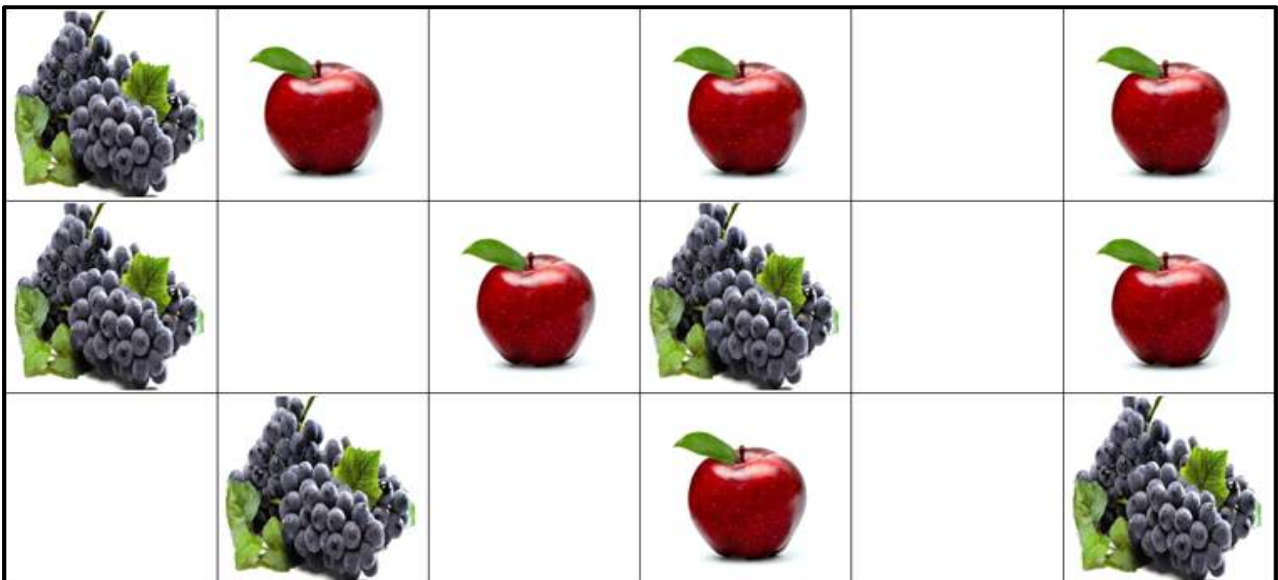
3) 그림의 이름을 바꾸어 구음한다.

4) "쉬고"에서 악기를 연주한다.

예1)



예2)



2. 단어 조합하기

- 목적 : 인지력 향상
- 도구 : 화이트 보드, 키보드
- 방법
 - 1) 화이트 보드에 동물 종류의 단어를 자음만 제시한다.
 - 2) 다같이 단어를 조합한다.
 - 3) 익숙한 노래에 맞춰 단어를 넣어 불러 본다.

예)



【24강】 음악치료 실제 <18>

빛나는 마음

- 목적 : 사회교류기술
- 도구 : 야광공, 큰 북, 천, 오션 드럼, 건출지, 필기도구, 음원
- 방법
 - 1) 내담자에 따라 다루고 싶은 주제를 정하여 건출지에 쓴다.
 - 2) 야광공에 건출지에 붙인다.
 - 3) 내담자들이 공에 붙인 내용을 나눈다.
 - 4) 음원을 들으며 천의 움직임을 표현 해 본다.
 - 5) 치료사의 지시에 따라 천에 공을 던진다.
 - 6) 천을 움직이며 공끼리의 부딪혀 본다.

【25장】 음악치료 적용을 위한 계획서

음악치료 적용을 위한 계획서 만들기

- 교수학습계획서(lesson plan), 활동계획서 (activity plan), 치료계획서(treatment plan)이라고 한다.

<치료적용 계획서>

대상	
제목	
목적	
목표	
방법	
도구	
응용	
음악의 치료적 역할	

- 대상 : 대상영역을 구체화. 여기서 말하는 '대상'이란 음악치료를 시행하는 환자집단을 의미
(예) 학습장애아동, 조현증 환자, 비행청소년, 5세 아동, 치매어르신
- 제목 : 활동을 가장 잘 설명 할 수 있는 활동제목을 정한다.
(예) 핸드벨 그룹연주, 노래 만들기, 음악감상
- 목적 : 내담자들에게 보이는 가장 주요한 문제 행동을 더 바람직한 방향으로 변화 시키기 위해 넓게 목적을 세운다.
(예)사회교류 기술, 운동기술 향상
- 목표 : 치료전반에 걸친 내담자의 문제 행동에 대한 목적을 성취하기 위해 설정한 각 세션마다의 세부 목표를 의미한다.
- 방법 : 음악활동을 자세히 순서대로 기술하되, 치료사를 주체로 하여 적는다.
- 도구 : 각 세션에 필요한 악기를 비롯한 자료 등을 의미한다.
- 응용 : 치료사가 의도한 대로 내담자가 반응하지 않을 때를 대비해서 치료사는 내담자의 기능이 우수 할 때와 그렇지 못할 때를 예상하여 활동을 준비한다.
- 음악의 치료적 역할 : 음악치료활동이 시행되는 원리와 이론적 배경 등을 풀이해서 적는다.