

난타북을 이용한 난타활동이 지적장애 학생의 스트레스와 자아존중감에 미치는 영향*

허 선**

인제대학교 교육대학원

문 현 미***

인제대학교 특수교육과 교수

《 요 약 》

본 연구의 목적은 난타북을 이용한 난타활동이 지적장애 학생의 스트레스와 자아존중감에 미치는 영향에 대해 알아보기 위한 것이었다. 대상 학생은 감각장애를 수반하지 않고 의사소통이 가능하며 지적장애로 진단받은 특수학교 학생 30명으로, 이들 중 난타 방과후수업에 참여하는 실험집단 15명과 동질한 통제집단 15명으로 구성하였다. 난타활동 프로그램은 주 4회 12주간에 걸쳐 실시되었다. 자아존중감 검사 SEI-R과 스트레스 평정 척도를 사용하여 사전·사후 검사를 실시하여 스트레스와 자아존중감의 변화를 측정하였다. 두 집단의 사전검사를 공변인으로 한 공분산분석(ANCOVA)을 실시하여 스트레스와 자아존중감 변화에 대한 두 집단 간의 차이를 알아보았다.

연구 결과 난타북을 이용한 난타활동에 참여한 실험집단 지적장애 학생들은 난타활동에 참여하지 않은 지적장애 학생들에 비해 전체 스트레스는 물론 부모요인 스트레스, 친구요인 스트레스, 교사·학교요인 스트레스 모두 유의미하게 감소된 수준을 보였다. 그러나 자아존중감의 경우에는 실험집단이 통제집단에 비해 전체 자아존중감과 일반적 자아존중감의 평균치는 조금 높았으나 전체, 일반적, 사회적, 가정적, 학교 자아존중감 모든 영역에서 통계적으로 유의한 차이는 없었다. 결론적으로 난타북을 이용한 난타활동은 지적장애 학생의 스트레스를 감소시키는 데 효과가 있었다.

주제어 : 난타활동, 지적장애, 스트레스, 자아존중감

* 허선(2013)의 석사논문을 수정·보완하였음.

** 제1저자(hs5496@naver.com)

*** 교신저자(lije@inje.ac.kr)

1. 서론

1. 연구의 필요성 및 목적

현대인들에게 스트레스는 만병을 일으키는 원인이면서 그 자체로 정신건강을 위협하는 가장 심각한 질병 중 하나로 인식되어 어떻게 하면 스트레스에서 벗어나 행복한 삶을 영위할 수 있는가 하는 것이 많은 사람들의 관심사가 되고 있다. 급속히 변화하는 사회와 다양한 환경에 적응하고 대처하는 데 있어 장애가 있는 학생은 일반 학생에 비해 쉽게 스트레스를 받을 수 있으며, 장애에 대한 편견과 차별행동이 가해지는 경우라면 한층 과중한 스트레스에 노출될 수밖에 없다(Turner & McLean, 1989).

지적장애 학생들이 학교와 가정환경에서, 또래 및 교사와의 관계에서 경험하는 스트레스는 다양하다. 또래관계에서 자신의 부적응행동으로 인해 비롯된 사회적 거절과 고립을 경험하기도 하며, 특히 친구로부터 신체적인 공격을 받는 경우에 심하게 스트레스를 받는다(김향지, 2001; 류주미, 2006). 학교 환경에서는 교사의 꾸중이나 어려운 과제가 요인이 되며, 차례를 기다리는 것과 같은 일상적인 학교생활도 자주 스트레스를 야기시킨다(김향지, 2001). 가정에서는 주로 부모에게 야단을 맞거나 갖고 싶은 물건을 갖지 못하거나, 어머니와 아버지가 싸우는 상황에서 가장 스트레스를 크게 받는다고 한다(최성숙, 1998).

지적장애 학생들이 경험하는 스트레스는 스트레스 대처에 필요한 인지적 기술과 언어 능력이 떨어질 때 보다 가중된다(최성숙, 1998). 경중의 지적장애를 가진 학생의 경우 자신이 장애를 가지고 있으며, 그로 인해 또래나 급우, 교사들이 자신을 다르게 본다는 사실에 대한 자기 인식은 있으나 이로 인해 발생하는 스트레스를 다루는 전략을 거의 가지고 있지 않기 때문에 이중의 스트레스를 경험한다(Shulman et al., 1994; Helms, 1995). 외부 사건이나 요구에 대해 부정적인 내적 반응을 하게 만드는 지적장애 학생들의 심리적 특성 역시 스트레스를 가중시키는 요인이 되는데, 이는 성공에 대한 낮은 기대감, 실패에 대한 두려움, 타인의 인정에 대한 높은 욕구, 문제해결에 대한 타인 의존 성향 등이 속한다(Zigler, 1999). 심각한 스트레스의 경우 자신의 부족한 인지능력에 대한 열등감과 낮은 자아존중감에서 비롯되기도 한다(김향지, 2001).

스트레스와 자아존중감 간의 상관관계를 조사한 연구들이 이들 간에 부적 상관관계가 있는 것으로 보고하고 있다(Abouserie, 1994; Hudd et al., 2000). 미국 지적장애 및 발달장애 협회(American Association on Intellectual and Developmental Disabilities: AAIDD)는 2010년 11차 편람에서 지적장애의 핵심적 특성인 사회적 적응행동에 자존감을 포함시켜 명시함으로써 많은 지적장애 학생들이 낮은 자존감을

가지고 있음을 말해주고 있다. 지적장애 학생들은 자신의 인지발달 지체만큼 지체된 자아인식 능력을 가지며, 이렇게 지체된 자아인식 능력은 낮은 자아개념 형성으로, 이어 낮은 자존감 형성으로 연계되는 경향이 있다(박현옥, 1988; Zigler & Balla, 1989). 자아개념과는 달리 자신에 대한 신념을 의미하는 자아존중감 형성에는 자기 가치와 자기 평가 과정이 관여한다. 타인이 자신을 어떻게 평가하는가에 대한 자기 인식이 자존감에 영향을 주는 것이다. 즉, 타인이 자신을 중요하고 가치 있게 평가한다고 생각할 때 자아존중감이 높아지며, 반대로 열등하게 평가한다고 생각하면 자아존중감은 낮아진다. 특히 학령기에서는 타인의 평가에 대한 자기 인식이 자아존중감의 낮고 높음에 결정적 요소로 작용하기 때문에 사회적 관계 속에서 자아존중감을 다룰 필요가 있다(송인섭, 2000). 이러한 지적장애 학생들의 내적 특성뿐만 아니라 외적인 영향 즉, 학업이나 사회적 관계에서 누적된 실패 경험도 낮은 자아존중감을 형성하는 요인이 된다(유명화, 2006).

지적장애 학생들이 갖는 높은 스트레스와 낮은 자아존중감은 이들의 정신건강과 적응에 중대한 영향을 미친다(Murphy & Corte, 1990). 가정과 이웃, 학교에서 지속적으로 발생하는 적응행동상의 요구로 인해 지적장애 학생이 경험하는 스트레스는 좌절감이나 무기력과 같은 부정적인 내적 반응을 남기기도 하고, 스트레스가 만성화 되면 정서적 안정감을 잃으며 인내심이 없어지고, 쉽게 다투고 공격적인 행동이 증가하는 것으로 보고되고 있다(윤성남, 2000). 지적장애 학생들의 낮은 자아존중감은 이들의 부족한 사회성 기술과 결합되면서 대인관계에서 부정적인 행동으로 이어지고, 사회적 상황에 대처하는 능력 또한 떨어져 주변 사람들과 원만한 관계를 형성하거나 유지하기 어렵게 된다. 이는 궁극적으로 이들의 사회 적응에 부정적 영향을 준다(신종호, 신태섭, 2006). 따라서 지적장애 학생들에게서 나타나는 높은 스트레스와 낮은 자존감과 같은 정의적 특성에 대한 지원을 간과해서는 안 된다.

지적장애 학생들의 스트레스를 감소시키고 자아존중감을 향상시키기 위해 도예 활동과 같은 미술치료 프로그램(박정미, 2009; 강명숙, 2009), 무용동작이나 운동을 이용한 신체활동 프로그램(주성용, 2011), 원예치료 프로그램(윤현덕, 2013), 음악치료 프로그램(박이남, 권주석, 2006), 자아존중감 증진 프로그램(지은숙, 박승희, 2010) 등 다양한 영역에서의 지원 노력이 이루어져왔다. 이 중에서 음악은 일상생활에서 친근히 접하는 예술적 소재로 음악을 통해 자기감정을 표현할 수 있는 기회를 얻고, 정서적 긴장을 이완시킬 수 있는 유익함이 있다. 지적장애 아동이나 청소년을 대상으로 음악놀이, 음악활동, 음악치료 등을 실시한 결과 스트레스 완화 효과가 있었음을 보고한 연구들이 있다(박이남, 권주석, 2006; 양지선, 2011; 정성배, 2003). 음악은 또한 자아개념을 긍정적으로 변화시키고 음악활동 안에서 자신의 가치를 발견하게 하여 자아존중감을 높여주는 것으로 알려져 있다. 지적장애 청소년을 대상으로 음악치료적 접근을 한 연구들이 자아존중감이 향상되었다는 긍정적인 결과를 보고하고

있다(심정아, 2008; 이순금, 2010; 최유선, 2001),

음악을 매개로 한 지적장애 학생들의 스트레스와 자아존중감 관련 선행연구들을 살펴보면 많은 연구들이 음악치료적 접근으로 이루어진 것을 알 수 있으나, 일반인을 대상으로 한 선행연구들은 악기연주가 특별히 스트레스 감소에 유용한 방법으로 활용될 수 있음을 보고하고 있다(김수정, 2012; 염상석, 2012, 이덕조, 2003; 정현권, 2000). 직접 악기를 연주하는 과정을 통해 잠재되어 있는 내면의 문제, 부정적 감정(분노, 불안, 긴장, 우울, 고통)과 얽힌 스트레스를 여과 없이 표출할 수 있는 기회를 제공해주기 때문이다. 그러나 악기연주와 지적장애 학생의 스트레스와의 관련성을 조사한 연구는 찾아보기 어렵다. 악기연주는 또한 연주 과정에서 경험하는 성취감과 교사나 또래와의 활발한 상호작용을 통해서 장애학생의 자아존중감 향상에도 긍정적인 도움을 준다. 구조화된 연주활동은 고등학교 특수학급 학생의 자아존중감을 향상시켰으며(심정아, 2008), 피아노 교습을 적용한 음악치료는 중학교 특수학급 학생의 자아존중감을 향상시켰다(최유선, 2001).

악기연주 중에서도 음악의 3요소 중 하나인 리듬을 이용한 타악기 연주는 신체의 긴장을 완화시켜 기분전환을 유도하고 신체리듬을 조절해준다. 이는 리듬의 빠르기 변화가 연주자의 에너지를 발산하도록 돕고 동일한 빠르기와 강약이 반복되는 리듬의 박자는 몸과 마음을 안정시키는 효과가 있기 때문이다(권애경, 1996). 지적장애 학생은 반복되는 리듬을 좋아하고 타악기에 관심이 많으며 특히 진동이 큰 타악기를 좋아하는 음악적 특성을 가지고 있다(김관일, 2001).

타악기 연주에서도 난타는 리듬과 비트만으로 설정된 비언어극으로 서양리듬과 전통 장단을 적절히 섞어 흥겨운 소리 한마당을 만들어낸다. 따라서 타악기에 특히 관심이 많은 지적장애 학생이 즐겁게 참여할 수 있는 연주활동이라 하겠다. 또한 난타는 두드림을 통해서 두드리는 사람과 그 소리를 듣는 사람 모두에게 마음의 빗장을 열고 묵고 맺힌 것을 풀어내게 하는 매력적인 타악기 연주활동이다(강윤희, 2001). 난타활동은 생활 주변에서 볼 수 있는 물건을 사용하기도 하나 북을 많이 이용한다. 북을 이용한 난타활동은 그 소리의 웅장함과 손쉬운 접근으로 타악기 중에서도 진동이 큰 타악기를 선호하는 지적장애 학생들의 흥미를 더욱 돋울 수 있다. 북 중에서도 난타를 위해 개발된 난타북은 난타활동에서 느낄 수 있는 웅장함과 흥겨움을 극대화시켜줌으로써 청각적 자극 효과가 탁월하다.

난타활동이 일반 청소년이나 학교부적응 학생의 불안, 스트레스, 자기효능감에 긍정적인 영향을 준다는 연구 결과를 보고한 연구들은 있으나(강성경, 2012; 염상석, 2012), 난타활동이 지적장애 학생들의 스트레스와 자아존중감에 미치는 영향을 살펴본 연구는 찾아보기 어렵다. 이에 본 연구는 스트레스에 취약하게 만드는 지적장애 학생들의 심리적인 특성을 보완하고 자존감 증진에 긍정적인 작용을 하는 요소들을 난타활동에 통합함으로써 그 영향을 알아보고자 하였다. 선행연구들의 결과를

종합해보면 청소년 시기에 있는 학생들의 스트레스와 자아존중감의 변화에는 사회적 맥락이 중요한 역할을 하는 것으로 보인다. 따라서 본 연구에 참여하는 지적 학생들은 집단 난타활동에서 또래들과 함께 곡을 완성하고 연주하는 경험을 통해 성취감을 경험하고, 활동 중에 또래나 교사와 공유하는 긍정적인 교감이나 수용감, 긍정적인 피드백과 인정받음을 경험할 수 있도록 설계하였다. 이는 지적장애 학생들의 실패에 대한 두려움을 감소시키고, 성공에 대한 기대감을 높일 뿐 아니라, 자기성취감을 넘어서 다른 사람으로부터 인정받을 수 있는 기회를 갖게 함으로써 스트레스 완화는 물론 타인이 자신을 중요하고 가치 있게 평가하고 있다고 인식하게 함으로써 자아존중감 또한 개선될 수 있을 것으로 기대하였다.

2. 연구 문제

본 연구는 특수학교에서 난타북을 이용한 난타활동 방과후 수업에 참여하는 15명의 지적장애 학생들과 난타활동 방과후 수업에 참여하지 않는 15명의 지적장애 학생들의 스트레스와 자아존중감을 비교하여 난타활동이 지적장애 학생의 스트레스와 자아존중감에 미치는 영향을 알아보려고 하였다. 구체적인 연구 문제는 다음과 같다.

- 첫째, 난타북을 이용한 난타활동에 따라 스트레스(전체, 부모, 친구, 교사·학교)에 있어서 실험집단과 통제집단 지적장애 학생 간에 차이가 있는가?
- 둘째, 난타북을 이용한 난타활동에 따라 자아존중감(전체, 일반적, 사회적, 가정적, 학교)에 있어서 실험집단과 통제집단 지적장애 학생 간에 차이가 있는가?

II. 연구 방법

1. 연구 대상

본 연구 참여자는 A특수학교 재학생 중 (1)지적장애로 진단받았으며, (2)의사소통이 가능하고, (3)감각장애를 수반하지 않아야 한다는 세 가지 선정조건에 부합하는 30명의 학생이었다. 구체적인 대상학생의 선정 및 배치 절차는 다음과 같다. 일차적으로 담임교사들로부터 선정조건에 부합되는 학생을 추천받았다. 추천받은 학생들 중에서 방과후 북난타활동에 지원한 학생 15명을 실험집단에, 방과후 북난타활

동에 지원하지 않은 학생 중에 15명을 무선으로 통제집단에 배치하였다. 지적장애의 핵심적 특성인 지능과 적응능력의 차이가 난타활동에 따른 스트레스나 자아존중감에 결과에 영향을 미칠 수 있으므로 중재 전에 두 집단의 동질성을 확인하기 위하여 지능과 적응행동에 대한 독립표본 *t*-검정을 실시하였다. 그 결과 <표 1>와 같이 두 집단 간에 지능과 적응행동에 유의미한 차이가 없는 동질집단임을 확인하였다.

<표 1> 두 집단 간 지능과 적응행동 비교 (N=15)

구분	집단	평균	표준편차	<i>t</i>	<i>p</i>
지능	실험집단	55.87	11.08	.61	.550
	통제집단	58.27	11.08		
적응행동	실험집단	52.80	7.95	.90	.378
	통제집단	55.47	8.35		

연구에 참여한 30명의 지적장애 학생의 평균 연령, 지능, 적응행동지수 특성은 다음 <표 2>에 제시한 바와 같다.

<표 2> 연구 대상자의 특성

집단구분	성별		평균 연령	평균 지능 (IQ)	평균적응행동지수 (KISE-SAB)
실험집단 (N=15)	남	여	15.47 (범위 12-20)	55.87 (범위 40-69)	52.80 (범위 40-63)
	12	3			
통제집단 (N=15)	남	여	16.67 (범위 12-20)	58.27 (범위 41-69)	55.47 (범위 40-63)
	9	6			

난타활동 실시 전 두 집단이 동일한 스트레스 수준에 있음을 검증하기 위해 독립표본 *t*-검정을 실시하였으며, 결과 <표 3>과 같이 서로 동일한 스트레스 수준에 있는 것으로 확인되었다.

<표 3> 두 집단 간 스트레스에 대한 동질성 검증 (N=15)

하위요인	집단	평균	표준편차	t	p
스트레스 전체	실험집단	44.00	9.27	.85	1.544
	통제집단	38.47	10.33		
부모요인 스트레스	실험집단	14.47	3.23	.91	.525
	통제집단	13.80	3.71		
친구요인 스트레스	실험집단	12.60	3.07	.878	1.388
	통제집단	10.87	3.67		
교사·학교요인 스트레스	실험집단	16.93	3.39	.88	2.429
	통제집단	13.80	3.67		

난타활동 실시 전 자아존중감 역시 두 집단이 동일한 수준에 있음을 확인하기 위해 독립표본 t-검정을 실시하였으며, 결과 <표 4>와 같이 서로 동일한 것으로 확인되었다.

<표 4> 두 집단 간 자아존중감에 대한 동질성 검증 (N=15)

요인	집단	평균	표준편차	t	p
자아존중감 전체	실험집단	86.53	2.39	-1.05	.094
	통제집단	87.80	4.00		
일반적 자아존중감	실험집단	39.73	1.16	-1.64	.177
	통제집단	40.67	1.88		
사회적 자아존중감	실험집단	17.07	.59	-.59	.025
	통제집단	17.27	1.16		
가정적 자아존중감	실험집단	13.00	1.41	-.14	.804
	통제집단	13.07	1.22		
학교 자아존중감	실험집단	16.73	.88	-.19	.870
	통제집단	16.80	1.08		

2. 연구 도구

1) 검사 도구

본 연구의 종속변인 중 하나인 스트레스를 측정하기 위하여 사용한 스트레스 평

정척도는 한미현(1996)이 개발하고 김남희(2004)와 임혜연(2011)에 의해 개정된 도구이다. 총 16개 검사문항과 5점 Likert 척도로 구성되어 있으며 총점수가 높을수록 스트레스를 많이 받는다는 것을 의미한다. 4개의 하위검사 중 본 연구에서는 교사의 수업지도 방식이나 숙제와 같이 학습활동에 직접적으로 관련된 학업요인 스트레스 검사를 제외하고 부모, 친구, 교사와의 사회적 관계와 관련된 스트레스 항목을 포함하는 3개 하위 평정척도를 사용하였다. 문항내적합치도(Cronbach α)는 .82이며, 하위요인별 신뢰도는 부모요인 .81, 친구요인 .87, 교사·학교요인 .87이다.

또 하나의 종속변인인 자아존중감을 측정하기 위하여 사용한 자아존중감 검사(Self-Esteem Inventory-Revised)는 Gurney(1988)가 특수학급 아동에게 적용하기 위해 개정한 자아존중감 검사(SEI-R)로 조원성(1996)이 번역하여 아동과 청소년에게 적용할 수 있도록 재구성한 도구이다. 총 32개 검사문항과 4점 Likert 척도로 구성되어 있으며, 총점수가 높을수록 자아존중감이 높다. 검사는 4개의 하위영역, 즉 일반적 자아상을 의미하는 일반적 자아, 친구와의 사회적 관계를 반영하는 사회적 자아, 가정에서의 자신의 가치를 반영하는 가정적 자아, 학교에서의 자신의 지각을 알아보는 학교 자아 요인으로 구성되어 있다. 이 검사 전체 문항내적합치도(Cronbach α)는 .83이며, 하위요인별로는 일반적 자아 .81, 사회적 자아 .66, 가정적 자아 .56, 학교 자아 .56이다.

2) 실험 도구

본 연구에 사용되어진 실험 도구는 난타북과 북채를 이용한 난타활동이다. 난타북은 82cm 높이의 강화 플라스틱 통에 질이 좋고 두꺼운 45cm 지름의 황소 가죽을 부착하여 만든 다용도 난타북으로 가죽부전(조이개)이 부착되어 줄을 조이고 풀어줌으로써 음의 높낮이를 조절할 수 있게 제작된 것이다. 북채는 단단한 오동나무로 만들어진 45cm 길이의 나무채로 2개를 사용하였다.

난타활동은 지적장애 학생의 수준을 고려하여 배경음악을 반주처럼 사용하고 지적장애 학생이 배경음악에 맞추어 좀 더 쉽고 재미있게 북을 칠 수 있도록 고안하였다. 배경음악은 리듬이 복잡하지 않으면서 지나치게 느리거나 빠르지 않고 재미있는 선율과 리듬감, 속도감을 가진 흥겨운 악기연주와 노래를 중심으로 다양한 장르의 음악을 정하였다. 사용된 구체적인 배경음악은 뱃노래, 종달새, 우유송, 숫자송, 오 대한민국이었다.

3. 연구 설계

본 연구는 난타북을 이용한 난타활동이 지적장애 학생의 스트레스와 자아존중감

에 미치는 효과를 알아보기 위한 것으로 난타복을 이용한 난타활동이 독립변인이며 지적장애 학생의 스트레스와 자아존중감이 종속변인이다. 실험집단과 통제집단에겐 스트레스와 자아존중감 사전검사를 실시한 후 실험집단은 난타복을 이용한 난타활동에 참여하였다. 중재 종료 후 두 집단에 대한 스트레스와 자아존중감 사후 검사를 실시하였다. 연구 설계는 <표 5>와 같다.

<표 5> 실험설계

구분	사전검사	실험실시	사후검사
실험집단	O ₁	X	O ₂
통제집단	O ₃		O ₄

X: 난타복을 이용한 난타활동

O₁, O₃ : 사전검사(자아존중감 검사, 스트레스검사)

O₂, O₄ : 사후검사(자아존중감 검사, 스트레스검사)

4. 연구 절차

본 연구는 총 4개월 동안 다음과 같은 순서로 진행되었다.

1) 사전검사

본 연구는 먼저 2주 동안 30명 학생들에 대한 정보 수집, 라포 형성, 스트레스와 자아존중감 사전검사를 개별적으로 실시하였다. 두 검사 모두 연구자가 지적장애 학생과 문항을 함께 읽고 필요시 내용을 이해할 수 있도록 설명해줌으로써 문항을 이해하고 답하는지를 점검하면서 검사를 실시하였다.

2) 프로그램 실시

실험집단은 약 3개월간(총 48회기) 주 4회 40분 동안 이루어지는 방과후활동 시간에 복난타활동을 하였으며 동일한 시간에 통제집단 학생들은 다른 방과후활동으로 컴퓨터, 영화감상, 종이접기, 태권도, 발레 등에 참여하였다.

(1) 프로그램 선정 기준

본 연구에서는 임재우(2007)가 제시한 난타활동을 위한 프로그램을 참조하여

다음과 같은 점들을 고려하여 난타전문 지도교사의 도움을 받아 프로그램을 제작하였다. 첫째, 전통리듬과 서양리듬을 사용해 흥겹고, 신나고, 역동적인 느낌의 다양한 곡을 배경음악으로 사용하여(2분박, 3분박, 4분박) 지적장애 학생들의 수준에 맞게 수정 제작하였다. 둘째, 두개의 소집단으로 나누어 교대로 연주와 관람의 기회를 가지기, 팀원 간의 인사, 칭찬, 격려하기 등의 상호작용 기회를 프로그램에 포함하였다. 셋째, 성취감과 자신감을 고취시키기 위해 완성된 곡을 무대에서 발표할 수 기회를 제공하였다. 본 연구의 프로그램은 계획 수립 후 난타전문 지도교사의 검증을 받아 실험집단에 적용하였다.

(2) 프로그램 진행 절차

전체 프로그램의 진행에 따른 프로그램 내용과 기대효과는 <표 6>에, 한 회기별로 진행되는 난타활동 구성 내용은 <표 7>에 제시된 바와 같다.

<표 6> 난타복을 이용한 난타활동 프로그램 내용 및 기대효과

회기	난 타 활 동		기대효과
	주 제	내 용	
1~8	난타 기본리듬 익히기	<ul style="list-style-type: none"> ○ 난타에 대한 설명듣기와 난타공연 동영상 보기 ○ 복채 잡는 법 익히기 ○ 복채로 서로 인사하는 법 익히기 ○ 자세와 타법 익히기 ○ 구름하는 법 익히기 ○ 기본 리듬 익히기 	<ul style="list-style-type: none"> ○ 프로그램 이해 ○ 흥미 유발 ○ 라포 형성 ○ 기초 리듬 및 연주기술 습득
9~42	음악에 맞추어 난타활동 하기	<ul style="list-style-type: none"> ○ 하나의 배경음악에 맞추어 팀별로 난타 리듬치기 연습하기 ○ 전체 다함께 연습한 곡 연주하기 뱃노래(9-13회기) → 종달새(13-20회기) → 숫자송(21-28회기) → 우유송(29-35회기) → 오대한민국(36-42회기) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ 리듬치기 활동을 통한 스트레스 해소 ○ 집단 음악활동을 통한 성취감과 자기효능감 경험
43~48	전체복습 및 공연준비	<ul style="list-style-type: none"> ○ 4개 곡 각각에 맞춰 난타 리듬치기 복습하기 ○ 복습한 4개곡을 전체 다함께 연주하기 	<ul style="list-style-type: none"> ○ 완성된 연주를 통한 스트레스 해소와 자아존중감 향상

<표 7> 난타북을 이용한 난타활동의 회기 내 구성 내용

소요시간(분)	난타활동 구성
도입(5')	<ul style="list-style-type: none"> • 인사하기(북채를 이용해 옆 친구들과 인사나누기) • 손목운동 및 난타북을 이용해 리듬치기 준비운동
전개(30')	<ul style="list-style-type: none"> • 배경음악 듣기 • 구음하며 악보 읽기 • 교사 시범에 따라 구음하며 난타북을 이용해 리듬치기 • 한국 전체 시범, 다음으로 한 소절씩 시범 보여주고 따라 리듬치기 • 두 팀을 나누어 구음 없이 배경노래에 맞추어 연주 연습하기 • 두 팀이 교대로 연주하고 관람하면서 서로에게 칭찬과 격려 보내기
마무리(5')	<ul style="list-style-type: none"> • 전체 학생이 배경노래에 맞추어 난타북을 이용해 난타 연주하기

3) 사후검사

사후검사는 중재프로그램인 난타활동을 적용한 후에 2주 동안 사전검사와 동일한 스트레스 검사와 자아존중감 검사를 실시하였다. 사후검사도 사전검사와 같이 문장이해가 어려운 학생은 교사의 도움을 받아 검사를 실시하였다.

5. 자료 처리

SPSS 19.0 프로그램을 이용하여 자료 처리하였다. 먼저 실험집단과 통제집단의 동질성 확인을 위하여 사전에 독립표본 *t*-검증을 실시하였다. 실험 종료 후 스트레스와 자아존중감 변화에 있어서 실험집단과 통제집단 간의 차이를 알아보기 위하여 스트레스와 자아존중감 사전검사를 공변량으로 한 공분산분석(ANCOVA)을 실시하였다.

III. 연구 결과

1. 난타활동이 지적장애 학생의 스트레스에 미치는 영향

난타활동 프로그램 종료 후 나타난 실험집단과 통제집단의 사전-사후 스트레스 평균 변화는 <표 8>에 제시된 바와 같다. 실험집단의 평균은 35.27, 통제집단의 평균

은 38.13으로 사전검사 결과에 비해 실험집단은 8.73, 통제집단은 0.34 감소하였다. 사전검사의 영향을 통제된 추정된 결과 점수는 실험집단의 평균은 32.83이고 통제집단의 평균은 40.58로 통제집단과 비교해 실험집단의 스트레스가 평균 7.75 낮았다.

<표 8> 스트레스 사후검사 기술통계량 및 추정된 평균

기술통계량				추정된 평균				
집단구분	N	평균	표준편차	집단구분	평균	표준편차	95% 신뢰구간	
							하한값	상한값
실험집단	15	35.27	7.67	실험집단	32.83 ^a	.69	31.42	34.23
통제집단	15	38.13	10.22	통제집단	40.58 ^a	.69	39.17	41.98
합 계	30	36.70	9.00					

a. 모형에 나타나는 공변량은 다음 값에 대해 계산된다.: 스트레스검사_사전=41.23.

난타활동으로 인한 전체 스트레스 변화에 있어 두 집단 간의 차이가 있는지에 대한 공분산분석(ANCOVA) 결과는 <표 9>와 같다. 사전검사의 영향을 통제된 후 스트레스 사후검사의 통계적 유의성을 검정한 결과 F 값은 61.23, 유의수준($p < 0.001$)에서 통계적으로 유의한 차이가 있었다. 즉, 복을 이용한 난타활동에 참여한 실험집단 학생들이 통제집단 학생들에 비해 스트레스 수준이 크게 감소하였음을 의미한다.

<표 9> 실험집단과 통제집단의 스트레스 공분산분석 결과

변량원	제곱합	자유도	평균 제곱	F	p
모형	2163.20 ^a	2	1081.60	159.50	.000
스트레스_사전	2101.57	1	2101.57	309.91	.000
집단구분	415.18	1	415.18	61.23	.000
오차	183.10	27	6.78		
합계	42753.00	30			

a. R 제곱=.922(수정된 R 제곱=.92)

난타활동을 통해 다양한 사회적 관계와 관련된 스트레스 영역별로 평균 변화가 있었는지 알아본 결과는 <표 10>과 같다. 실험집단의 부모요인 스트레스는 평균

11.67로 사전검사에 비해 2.80, 친구요인 9.47로 3.13, 교사·학교요인 14.13으로 2.80 감소하였다. 통제집단의 경우 부모요인 13.60으로 사전검사에 비해 0.20, 친구요인 10.73으로 0.14 감소하였으며, 교사·학교요인 스트레스는 13.80으로 사전검사 결과와 동일하였다. 사전검사의 영향을 통제한 추정평균은 실험집단 부모요인 11.36, 친구요인 8.74, 교사·학교요인 12.73이고, 통제집단의 평균은 부모요인 13.91, 친구요인 11.46, 교사·학교요인 15.20이었다. 실험집단의 스트레스는 통제집단과 비교해 부모요인 2.55, 친구요인 2.72, 교사·학교요인 스트레스가 2.47 낮았다.

<표 10> 하위영역별 스트레스 사후검사 기술통계량 및 추정된 평균

기술 통계량				추정된 평균			
구분	하위 영역	평균	표준편차	평균	표준편차	95% 신뢰구간	
						하한값	상한값
실험 집단	부모요인 스트레스	11.67	.81	11.36 ^a	.32	10.69	12.03
	친구요인 스트레스	9.47	.62	8.74 ^a	.36	8.00	9.48
	교사·학교요인 스트레스	14.13	.79	12.73 ^a	.31	12.10	13.36
통제 집단	부모요인 스트레스	13.60	.96	13.91 ^a	.33	13.24	14.57
	친구요인 스트레스	10.73	.97	11.46 ^a	.36	10.72	12.19
	교사·학교요인 스트레스	13.80	.93	15.20 ^a	.31	14.57	15.83

a. 모형에 나타나는 공변량값. : 사전_스트레스_부모=14.13, 사전_스트레스_친구=11.73, 사전_스트레스_교사·학교=15.37

난타활동으로 인한 스트레스 변화에 있어 두 집단 간의 차이가 있는지에 대한 공분산분석(ANCOVA) 결과는 <표 11>과 같다. 사전검사의 영향을 통제한 스트레스 사후검사의 통계적 유의성을 검정한 결과 부모요인 스트레스의 F 값은 30.50, 친구요인 스트레스의 F 값 27.61, 교사·학교요인 스트레스의 F 값 29.55로 세 개 하위영역 모두에서 .001 유의수준에서 부모, 친구, 교사·학교요인 스트레스 점수가 통계적으로 유의한 차이가 있었다. 이는 난타북을 이용한 난타활동이 부모, 친구, 교사·학교요인 스트레스를 감소시키는데 큰 효과가 있음을 말해준다.

<표 11> 스트레스의 하위영역에 대한 사후검사 점수의 공변량 분석표

하위요인	변량원	제곱합	자유도	평균제곱	F	p
부모요인 스트레스	사전	286.29	1	286.29	181.26	.000
	집단	48.17	1	48.17	30.50	.000
	오차	42.64	27	1.58		
	전체	356.97	29			
친구요인 스트레스	사전	228.13	1	228.13	121.88	.000
	집단	51.67	1	51.67	27.61	.000
	오차	50.54	27	1.87		
	전체	26.17	29			
교사·학교요인 스트레스	사전	279.61	1	279.61	218.68	.000
	집단	37.79	1	37.79	29.55	.000
	오차	34.52	27	1.28		
	전체	314.97	29			

2. 난타활동이 지적장애 학생의 자아존중감에 미치는 영향

난타활동 프로그램 종료 후 나타난 실험집단과 통제집단의 사전-사후 자아존중감 평균 변화는 <표 12>에 제시된 바와 같다. 자아존중감 사후검사에서 얻은 실험집단과 통제집단 모두 평균 88.20이었으나, 사전검사 결과와 비교하면 실험집단은 1.67, 통제집단은 0.40 증가하였다. 사전검사의 영향을 통제한 추정된 결과 점수는 실험집단의 평균은 88.74이고 통제집단의 평균은 87.66로 통제집단과 비교해 실험집단의 자아존중감 점수가 평균 1.08 높았다.

<표 12> 자아존중감 사후검사 기술통계량 및 추정된 평균

기술통계량				추정된 평균				
집단구분	N	평균	표준편차	집단구분	평균	표준편차	95% 신뢰구간	
							하한값	상한값
실험집단	15	88.20	2.00	실험집단	88.74 ^a	.422	87.88	89.61
통제집단	15	88.20	4.12	통제집단	87.66 ^a	.422	86.79	88.52
합계	30	88.20	3.19					

a. 모형에 나타나는 공변량은 다음 값에 대해 계산된다.: 자아존중감_사전=87.18

난타활동으로 인한 자아존중감 변화에 있어 두 집단 간의 차이가 있는지에 대한 공분산분석(ANCOVA) 결과는 <표 13>과 같다. 사전검사의 영향을 통제한 후 스트레스 사후검사의 통계적 유의성을 검정한 결과 F 값 16.56은 유의수준($p < 0.05$)에서 통계적으로 유의한 차이가 없었다. 이는 북을 이용한 난타활동에 참여한 실험집단의 자아존중감은 통제집단보다 평균 1.08 향상되었으나, 통제집단과 비교해 의미 있는 정도로 자아존중감이 높아진 것이 아님을 의미한다.

<표 13> 실험집단과 통제집단의 자아존중감 공분산분석 결과

변량원	제곱합	자유도	평균제곱	F	p
모형	223.98 ^a	2	111.99	42.70	.000
자아존중감_사전	223.98	1	223.98	85.40	.000
집단구분	8.53	1	8.53	16.56	.083
오차	70.82	27	2.62	2.62	
합계	294.80	29			

a. R 제곱=.760(수정된 R 제곱=.742)

난타활동을 통해 다양한 자아상 영역에 있어서 어떤 평균 변화가 있는지 알아본 결과는 <표 14>와 같다. <표 14>에서 보는 바와 같이 난타북을 이용한 난타활동 종료 후 사후검사에서 얻은 하위영역별 자아존중감 평균은 다음과 같다. 실험집단의 일반적 자아존중감은 평균 40.80으로 사전검사에 비해 1.07, 사회적 자아존중감 17.07로 동일, 가정적 자아존중감 13.27로 0.27, 학교 자아존중감은 17.07로 0.34 상승하였다. 통제집단의 경우 일반적 자아존중감은 평균 40.93으로 사전검사에 비해 0.26, 사회적 자아존중감 17.27로 동일, 가정적 자아존중감 13.13로 0.06, 학교 자아존중감은 16.87로 0.07 상승하였다.

사전검사의 영향을 통제한 실험집단과 통제집단의 일반적 자아존중감 사후 추정 평균은 41.21과 40.52로 실험집단이 0.69 높다. 실험집단과 통제집단의 사회적 자아존중감 사후 추정평균은 17.16과 17.18로 통제집단이 0.02 높다. 실험집단과 통제집단의 가정적 자아존중감 사후 추정평균은 13.30과 13.10으로 실험집단이 0.20 높다. 실험집단과 통제집단의 학교 자아존중감 사후 추정평균은 17.10과 16.84로 실험집단이 0.26 높았다.

<표 14> 자아존중감의 하위요인에 대한 사후검사 기술통계량 및 추정된 평균

기술 통계량				추정된 평균			
구분	하위영역	평균	표준편차	평균	표준편차	95% 신뢰구간	
						하한값	상한값
실험 집단	일반적	40.80	.416	41.21 ^a	.263	40.67	41.75
	사회적	17.07	.182	17.16 ^a	.12	16.91	17.41
	가정적	13.27	.330	13.30 ^a	.12	13.06	13.54
	학교	17.07	.228	17.10 ^a	.19	16.72	17.48
통제 집단	일반적	40.93	.452	40.52 ^a	.26	39.98	41.07
	사회적	17.27	.300	17.18 ^a	.12	16.93	17.42
	가정적	13.13	.336	13.10 ^a	.12	12.86	13.34
	학 교	16.87	.350	16.84 ^a	.19	16.45	17.22

a. 모형에 나타나는 공변량값: 사전_일반적자아=40.20, 사전_사회적자아=17.17, 사전_가정적자아=13.03, 사전_학교자아=16.77

난타활동을 통해 다양한 자아상 영역별로 자아존중감 변화에 있어 두 집단 간의 차이가 있는지에 대한 공분산분석(ANCOVA) 결과는 <표 15>와 같다. 사전검사의 영향을 통제한 자아존중감 사후검사의 통계적 유의성을 검정한 결과 일반적 자아존중감의 F 값 3.23, 사회적 자아존중감의 F 값 .01, 가정적 자아존중감의 F 값 1.38, 학교 자아존중감의 F 값 .98로 네 개 하위영역 모두 .05 유의수준에서 통계적으로 유의한 차이가 없었다. 이는 난타복을 이용한 난타활동이 실험집단의 일반적 자아존중감, 사회적 자아존중감, 가정적 자아존중감, 학교 자아존중감 모두 통제집단과 비교해 의미 있는 정도의 상승적 변화를 이끌어내지 못했음을 의미한다.

<표 15> 자아존중감의 하위요인에 대한 사후검사 점수의 공변량 분석표

하위요인	변량원	제곱합	자유도	평균제곱	F	p
일반적 자아존중감	사전	52.50	1	52.50	52.83	.000
	집단	3.21	1	3.21	3.23	.083
	오차	26.83	27	.99		
	전체	79.47	29			
사회적 자아존중감	사전	20.03	1	20.03	92.75	.000
	집단	.00	1	.00	.01	.923
	오차	5.83	27	.22		
	전체	26.17	29			

가정적 자아존중감	사전	41.14	1	41.14	200.90	.000
	집단	.28	1	.28	1.38	.250
	오차	5.53	27	.21		
	전체	46.80	29			
학교 자아존중감	사전	22.62	1	22.62	43.49	.000
	집단	.51	1	.51	.98	.331
	오차	14.04	27	.52		
	전체	36.97	29			

IV. 논의 및 결론

본 연구는 난타북을 이용한 난타활동이 지적장애 학생의 스트레스와 자아존중감에 미치는 영향을 알아보려 하였다. 연구 결과를 중심으로 논의하면 다음과 같다.

먼저 북난타활동이 스트레스 변화에 끼친 영향을 보면 난타활동에 참여한 실험 집단 지적장애 학생들은 난타활동에 참여하지 않은 지적장애 학생들에 비해 전체 스트레스는 물론 부모요인 스트레스, 친구요인 스트레스, 교사·학교 스트레스 모두 유의미하게 감소된 수준을 보였다. 이는 난타활동이 지적장애 학생의 스트레스를 경감시키는데 큰 효과가 있음을 실험적으로 입증한 결과이다. 이러한 결과는 난타활동이 일반학생의 스트레스 감소(염상석, 2012)와 난타를 활용한 집단음악치료 프로그램이 학교부적응 중학생의 스트레스 완화(강성경, 2012)에 효과가 있다는 연구 결과를 지적장애 학생의 스트레스 완화에도 일반화하여 적용할 수 있음을 의미한다. 모든 하위영역에서 일어난 유의미한 스트레스 감소는 난타활동이 난타활동 중에 직접 경험하는 또래나 교사와의 사회적 관계에서 발생하는 스트레스에만 긍정적인 영향을 주는 것이 아니라 전반적인 학교생활이나 부모와의 관계에서 발생하는 스트레스까지 완화시키는 일반화 효과가 크다는 것을 말해준다.

난타활동을 통해 지적장애 학생들의 스트레스가 다양한 사회적 관계에까지 일반화되어 나타나는 큰 변화를 가져온 요인을 살펴보면 다음과 같다. 첫째, 북과 같은 타악기는 현악기, 건반악기에 비해 개인의 감정을 즉각적으로 표현하는데 용이하여 정서적으로 쌓인 스트레스를 쉽게 해소시켜 주는 것으로 보고되고 있다(이경진, 2011). 친숙한 음악을 배경으로 자신들의 수준에 맞는 리듬과 비트로 신나게 두들기는 행위는 그 자체로 난타활동에 참여한 지적장애 학생들의 내면에 있는 부정적인

감정을 즉각적으로 표출시키는 기회를 제공함으로써 결과적으로 스트레스를 해소하고 감소시키는 결과로 이어진 것으로 보인다.

둘째, 권혁호(2003)는 서로에게 관심을 보이는 사회적 지지는 스트레스를 덜 경험하게 하고 스트레스에 유연하게 대처하게 만든다고 하였다. 이에 근거해볼 때 집단활동으로 진행된 난타활동에서 리듬과 비트로 호흡을 맞추면서 서로 간에 공유하는 교감·일체감과 곡의 완성에 따르는 성공감은 학생들에게 사회적 지지로 기능하였을 뿐 아니라 스트레스에 취약하게 만드는 성공에 대한 낮은 기대감이나 실패에 대한 두려움과 같은 부정적 심리적 특성을 개선시키는 역할을 한 것으로 보인다. 또한 두 팀으로 나누어 교대로 연주자와 관람자 역할을 하면서 서로에게 보내는 박수와 인정은 자기 성취보다는 타인의 인정을 더 기대하는 지적장애 청소년들의 욕구를 충족시켜줌으로써 스트레스에 긍정적인 영향을 더한 것으로 보인다.

셋째, 장현갑 등(1998)은 스트레스를 극복하는 한 가지 방법으로 정서적, 마음적 안녕 상태를 이루는 것을 제시한 바 있다. 복난타활동 중재가 끝난 후 학생들을 대상으로 난타활동 시 감정과 마음 상태가 어떠했는지에 대해 조사한 인터뷰에서 학생들 전원은 난타활동을 하고 나면 기분이 좋아지고 즐거워진다고 보고하였다. 이는 지적장애 학생들이 주 4회 실시한 난타활동을 통해 스트레스 상태에서 정서적으로 이완되고 긍정적이고 안정적인 정서 상태로 회복될 수 있었음을 알 수 있다.

다음으로 난타활동이 자아존중감 변화에 끼친 영향을 보면 전체 자아존중감과 하위영역 자아존중감 모두에서 난타활동에 참여한 지적장애 학생들은 난타활동에 참여하지 않은 지적장애 학생들과 비교해 약간의 높은 평균치 향상을 보였으나 통계적으로 유의한 수준의 차이는 아니었다. 하위영역별로 변화를 구체적으로 살펴보면 일반적 자아존중감만 평균 1점 이상의 변화를 보였을 뿐 사회적, 가정적, 학교 자아존중감은 아주 미미한 평균 상승에 그쳐 사전과 유사한 수준을 유지했다고 말할 수 있다. 이러한 결과는 집단음악활동으로 일반 청소년, 비행이나 학교 부적응 청소년의 유의한 자아존중감 변화를 이끈 선행연구들(김정은, 2003; 나미숙, 2002; 백효기, 2002; 지은미, 2002)과 타악기인 모듬북놀이를 통한 집단음악활동이 일반 대학생이나 우울증 경향이 있는 중학생의 자아존중감을 향상시켰다는 선행연구(김수정, 2012; 이미자, 2008)와는 차이가 있는 결과이다.

본 연구와 선행연구 간에 불일치한 연구 결과는 다음과 같은 논의를 통해 그 요인을 추측해보고자 한다. 일반적으로 장애를 가진 학생의 자아존중감은 일반학생에 비해 낮다(유명화, 2006). 또한 자아존중감은 8세 이전에 형성되고 초등학교 이후에는 자아존중감이 조정되는 시기이다(조세핀 김, 2011). 저학년에 비해 고학년의 자아존중감이 낮게 나타나며(신진희, 2005), 고학년으로 갈수록 자아존중감의 변화가 보다 어려운 것으로 보고되고 있다(정지은, 김민태, 2011). 이는 사춘기 청소년들이 타인을 강하게 의식하고 자의식도 높아지면서 보다 엄격한 자기평가와 자기비

관을 하기 때문인 것으로 보인다(송명자, 1998). 이런 점들을 고려할 때 현재 학생이 가지고 있는 자아존중감의 수준이나 연령, 혹은 나이가 자아존중감의 변화 가능성과 밀접한 관련이 있음을 알 수 있다. 일반학생이나 정서·행동문제를 가진 학생들을 대상으로 한 선행연구들이 평균 2개월 ~ 3개월의 중재기간을 가지고 있는 점은 유사하나 본 연구에 참여한 학생들이 지적장애를 가지고 있다는 점, 자아존중감의 변화가 더딘 12세 ~ 20세의 연령분포(평균 연령이 15.47세)를 이룬다는 점을 감안할 때 음악에 맞추어 본격적인 난타활동이 이루어진 10주는 유의한 차이를 이끌어낼 만큼의 충분한 기간이 되지 못했던 것으로 볼 수 있다. 또 다른 한 가지 분석 가능성은 Polk(2009) 연구에서 발견할 수 있다. 일반대학생을 대상으로 스트레스와 자아존중감의 상관관계를 연구한 그는 강한 상관관계를 보고한 선행연구와는 달리 약한 상관관계가 있었을 뿐 통계적으로 유의미한 상관관계를 얻지 못했다. 그는 이러한 상이한 결과를 대상 집단의 크기 차이에 의한 것으로 보았다. 선행연구에서는 675명이 참여함으로써 강하고 분명한 상관관계가 나타난 반면, 64명이 참여한 자신의 연구에서는 약한 상관관계만이 나타났을 뿐 유의미한 상관관계를 밝힐 수 없었다고 보고하였다. 본 연구 결과 역시 조금의 평균 상승은 있었으나 통계적으로 유의미한 변화는 없었다. 따라서 참여학생의 수가 충분하지 못해 나타난 결과일 가능성도 배제하긴 어렵다. 결론적으로 자아존중감의 변화가 없었던 이유가 충분하지 못한 중재기간이나 부족한 참여 학생의 수로 인한 것일 수 있다는 가능성을 제시할 수는 있겠으나 명확하지 않다.

셋째, 난타활동에 참여한 지적장애 학생들의 하위영역별 자아존중감의 평균 변화를 살펴보면 모든 영역에서 통계적으로 유의미한 차이까지 이끌어내진 못했지만 사회적, 가정적, 학교 자아존중감에서 난타활동 중재 전과 유사한 수준에 머문 것과 비교할 때 일반적 자아존중감에서는 조금의 평균 변화가 있었다. 이는 자신의 일반적인 자아상에 대해 자신이 부여하는 가치나 평가에 변화가 있었음을 의미한다. 이러한 결과는 난타활동에서 반복적으로 경험하는 성취감이나 성공감으로 인한 자기효능감의 증진과 더불어 스트레스 감소로 인한 간접적인 영향이 일반적인 자아상에 대한 자기 평가를 좀 더 긍정적으로 변화시킨 것으로 보인다. 그러나 또래와의 관계에서 인식하는 사회적 자아존중감의 경우 최소림(2006)과 심정아(2008)는 또래들이 함께 만든 노래 가사를 가지고 생각을 나누게 하고 음악극에서 역할을 나누어 활동하는 보다 직접적이고 적극적인 상호작용이 사회적 자아존중감의 향상을 이끌었다고 보고하고 있다. 본 연구에서 이루어진 학생들 간 상호작용을 보면 소그룹으로 진행된 리듬 연습, 안무짜기 등의 상호작용 활동이 있었으나 주로 협력적 연주를 통해 느끼는 일체감이나 소속감과 같은 정신적 수준의 교감이었다. 또래나 부모와 같은 사회적 상호작용을 매개로 인식하거나 교과활동의 영향을 받는 사회적, 가정적, 학교 자아존중감의 향상을 이루기 위해서는 직접적인 대화나 상호작용을 통해 자신이 또래, 부모,

교사로부터 존중받고 있다고 느끼는 경험이 보다 많이 필요한 것으로 보인다. 따라서 본 연구의 난타활동 내용은 사회적, 가정적, 학교 자아존중감 변화를 이끌어내기에는 부족한 한계가 있었다고 할 수 있다.

본 연구의 결과와 논의를 바탕으로 한 결론은 다음과 같다.

첫째, 복난타활동은 전체 스트레스는 물론 부모요인 스트레스, 친구요인 스트레스, 교사·학교요인 스트레스를 감소시키는 데 효과적이었다. 둘째, 복난타활동은 전체 자아존중감과 일반적 자아존중감에 있어서 약간의 증진을 가져왔지만 전체 자아존중감, 사회적 자아존중감, 가정적 자아존중감, 학교 자아존중감 모두를 유의미하게 향상시키지는 못했다.

참고문헌

- 강명숙 (2009). 자연물을 활용한 점토활동이 지적장애학생의 학습태도와 자아존중감에 미치는 영향. 석사학위 논문, 영남대학교 교육대학원.
- 강성경 (2012). 난타를 활용한 집단음악치료 프로그램이 학교부적응 중학생의 불안과 스트레스에 미치는 효과. 석사학위 논문, 경성대학교 교육대학원.
- 강윤희 (2001). 문화상품 마케팅전략 연구: 난타를 중심으로. 석사학위 논문, 중앙대학교 예술대학원.
- 권애경 (1996). 특수아동을 위한 음악지도법: 정신지체아 중심으로. 석사학위 논문, 영남대학교 교육대학원.
- 권혁호 (2003). 청소년의 스트레스 경험과 대처에 관한 중단적 연구: 사회적 지원과 자기효능감을 중심으로. 박사학위 논문, 인하대학교 교육대학원.
- 김관일 (2001). 음악활동이 정신지체아의 문제행동에 미치는 영향. **특수교육재활과학연구**, 40(2), 307-333.
- 김남희 (2004). 중등특수학급 경도장애 학생이 인식하는 스트레스에 관련된 변인 분석. 석사학위 논문, 우석대학교 교육대학원.
- 김수정 (2012). 모듬북 놀이를 통한 집단음악치료 프로그램이 대학생의 스트레스 및 자아존중감에 미치는 영향. 석사학위 논문, 남부대학교 일반대학원.
- 김정은 (2003). 집단 음악활동이 학교부적응 청소년의 자아존중감 향상과 우울감 감소에 미치는 영향. 석사학위 논문, 숙명여자대학교 음악치료대학원.
- 김향지 (2001). 경도정신지체 및 학습장애아동의 통합교육 상담방안. **특수교육재활과학연구**, 40(2), 241-257.
- 나미숙 (2002). 비행청소년을 위한 집단음악활동 프로그램의 효과성 연구: 자아존중감을 중심으로. 석사학위 논문, 한영신학대학교 기독교상담대학원.
- 류주미 (2006). 발달장애 청소년의 사회적 기술 증진을 위한 사회기술훈련의 효과. 석사학위 논문, 카톨릭대학교 사회복지대학원.

- 박이남, 권주석 (2006). 음악 치료 프로그램의 적용이 고등부 지적장애 학생의 스트레스에 미치는 효과. **지적장애 연구**, 8(3), 95-112.
- 박정미 (2009). 도예활동에서 자기점검이 정인지체 학생의 주의집중행동과 자아존중감에 미치는 영향. 석사학위 논문, 인제대학교 교육대학원.
- 박현옥 (1988). 정인지체아와 정상아의 자아인식의 발달에 관한 비교 연구. 석사학위 논문, 이화여자대학교 교육대학원.
- 백효기 (2002). 음악활동이 청소년의 우울과 자아존중감에 미치는 영향. 석사학위 논문, 대전대학교 교육대학원.
- 송명자 (1998). **발달심리학**. 서울: 학지사.
- 송인섭 (2000). 자아개념의 위계구조의 재조명, **교육심리연구**, 14(4), 3-103.
- 신중호, 신태섭 (2006). 고등학생의 학업성취와 학업적 자기효능감, 지각된 교사기대, 가정환경 요인 간의 관계 연구. **아동교육**, 15(1), 5-23.
- 신진희 (2005). 학년에 따른 아동의 자아존중감과 학교생활적응과의 관계. 석사학위 논문, 대구대학교 교육대학원.
- 심정아 (2008). 구조화된 연주활동을 통한 고등학교 특수학급 학생의 자아존중감 향상에 관한 연구. 석사학위 논문, 이화여자대학교 교육대학원.
- 양지선 (2011). 통합교육을 받는 지적장애 중학생의 학교스트레스 감소를 위한 음악놀이활동. 석사학위 논문, 이화여자대학교 교육대학원.
- 염상석 (2012). 난타활동이 청소년의 자기효능감 증진과 스트레스 해소에 미치는 효과. **청소년 문화 포럼**, 31(5), 31-59.
- 유명화 (2006). 장애청소년 생활실태와 복지욕구 지원방안 연구. **재활복지**, 10(2), 86-115.
- 윤성남 (2000). 초등학교 아동의 신체활동을 통한 놀이 지도가 스트레스 감소에 미치는 영향. 석사학위 논문, 전남대학교 교육대학원.
- 윤현덕 (2013). 원예치료활동이 고등학교 정인지체학생의 자아존중감에 미치는 영향. 석사학위 논문, 인제대학교 교육대학원.
- 이경진 (2011). 타악기연주프로그램이 시설노인의 우울감과 자아존중감에 미치는 영향. 석사학위 논문, 명지대학교 사회교육대학원.
- 이덕조 (2003). 타악기 연주 프로그램이 정서에 미치는 영향. 석사학위 논문, 경희대학교 교육대학원.
- 이미자 (2008). 모든북놀이를 활용한 집단음악치료프로그램이 우울경향 중학생의 우울과 불안 및 자아존중감에 미치는 효과. **한국동서정신과학회**, 11(1), 29-45.
- 이순금 (2010). 특수학급 학생의 자아정체감 향상을 위한 음악치료 연구-지적·학습장애를 중심으로-. 석사학위 논문, 한세대학교 음악치료대학원.
- 임재우 (2007). 난타 활동을 위한 프로그램 및 지도방안 연구. 석사학위 논문, 한국교원대학교 대학원.
- 임혜연 (2011). 통합학급 중·고등 지적장애 학생의 스트레스와 스트레스 유발요인과의 관계. 석사학위 논문, 우석대학교 교육대학원.
- 장현갑, 권현용, 홍성화 (1998). 스트레스 관리 훈련이 대학생들의 A유형 행동 및 혈압변화율에 미치는 효과. **한국동서정신과학회**, 1(1), 166-181.

- 정성배 (2003). 음악활동이 특수아동의 스트레스 행동에 미치는 영향. *음악교육연구*, 25, 37-55.
- 정지은, 김민태 (2011). **아이의 자존감**. 서울: 지식채널.
- 정현권 (2000). 사물놀이 프로그램이 아동의 스트레스 감소에 미치는 영향. 석사학위 논문, 한남대학교 교육대학원.
- 조세핀 김 (2011). **우리아이 자존감의 비밀**. 서울: 서울문화사.
- 조원성 (1996). 자아존중감 증진 프로그램이 아동의 자아존중감과 학습동기에 미치는 영향. 석사학위 논문, 한국교원대학교 대학원.
- 주성용 (2011). 무용동작치료가 지적장애 여자고등학생의 자기표현능력과 자아존중감에 미치는 영향. 박사학위 논문, 원광대학교 일반대학원.
- 지은미 (2002). 음악활동이 비행청소년의 정서적 안전성과 자아존중감에 미치는 영향. 석사학위 논문, 숙명여자대학교 음악치료대학원.
- 지은숙, 박승희 (2010). 자아존중감 증진 프로그램이 특수학급 지적장애 아동의 자아존중감과 학교생활적응에 미치는 효과. *정서·행동장애 연구*, 25(3), 111-136.
- 최성숙 (1998). 지적장애아동의 스트레스 상황과 대처방법. 석사학위 논문, 단국대학교 교육대학원.
- 최소림 (2006). 노래를 중심으로 한 집단음악치료 활동이 장애청소년의 자아존중감 향상과 불안 감소에 미치는 영향. 석사학위 논문, 숙명여자대학교 음악치료대학원.
- 최유선 (2001). 지적장애 청소년의 자아존중감 향상을 위한 음악의 치료적 접근 방법: 피아노 교습법을 중심으로. 석사학위 논문, 이화여자대학교 교육대학원.
- 한미현 (1996). 아동의 스트레스 및 사회적 지지 지각과 행동 문제. 박사학위 논문, 서울대학교 대학원.
- Abouserie, R. (1994). Sources and levels of stress in relation to locus of control and self esteem in university students [Electronic version]. *Educational Psychology*, 14, 323.
- Gurney, P. W. (1988). *Self-esteem enhancement in children with special educational needs*. London: Routledge.
- Helms, B. J. (1995). School-related stress with children with disabilities. *Eric Document Reproduction Service* No. ED 395-408.
- Hudd, S., Dumlao, J., Erdmann-Sager, D., Murray, D., Phan, E., Soukas, N., & Yokozuka, N. (2000). Stress at college: Effects on health habits, health status, and self-esteem [Electronic version]. *College Student Journal*, 34(2), 217-227.
- Murphy, L., & Corte, S. (1990). *School-Related Stress and the Special Child*. New York: [s.n.].
- Polk, A. N. (2009). Effects of stress on self-esteem. Missouri Western State University [National Undergraduate Research Clearinghouse Site].
- Shulman, S., Carlton-Ford, S., Levian, R., & Hed, S. (1994). Coping styles of learning disabled adolescents and their parents. *Journal of Youth and Adolescents*, 24(3), 281-294.
- Turner, R. I., & Mclean, P. D. (1989). Physical Disability and Psychological Distress,

Journal of Rehabilitation Psychology, 34, 225-242.

Zigler, E., & Balla, D. (1989). *Mental retardation: The developmental-difference controversy*. Hillsdale, NJ: Erlbaum Associates.

Zigler, E. (1999). The individual with mental retardation as a whole person. In E. Zigler & D. Bennett-Gates(Eds), *Personality development in individuals with mental retardation*. Cambridge: Cambridge University Press.

Effects of Nanta Activity Using Nanta Drum on Stress and Self-Esteem of Students with Intellectual Disabilities

Heo, Sun

Graduate School of Education, Inje University

Mun, Hyun Mi

Inje University

<Abstract>

This study aims to investigate to the effectiveness of Nanta activity with Nanta drums on stress and self-esteem of students with intellectual disabilities

The subjects in this study were 30 students in a special education school, who has intellectual disabilities, no sensory impairments, and ability to communication. They were divided into half, and 15 of them were placed in the experimental group and the other 15 in the controlled group. The homogeneity of the two groups was proven, before the program was implemented, by independent *t*-test over preliminary stress and self-esteem test, intelligence, and adaptive behavior. The independent variable was Nanta activity with Nanta drums, and the dependent variable was the change of stress and self-esteem. The program of Nanta activities was carried out 4 times a week for 12 weeks. The change of stress and self-esteem were measured with the self-esteem inventory (SEI) test and the self rating stress scale.

The result showed as the follows. First, the stress of the experimental group decreased statistically significantly on the global score and the three subscale scores of parents, peer, and teacher/school related stress, compared to that of the control group. statistically decreased change Second, the self-esteem of the experimental group increased on average more than that of the control group, but there was no statistically significant difference on the global score and the four subscale scores of self, peer/social, home/family, and school related self-esteem.

In conclusion, this study implies that Nanta activity with Nanta drums has a positive effect to reduce the stress of students with intellectual disabilities.

Key Words : Nanta Activity, Intellectual Disability, Stress, Self-Esteem