

# Heather Hill의 무용치료 구성요소를 활용한 치매노인 그룹치료 사례연구

서 주 연\*

## 목 차

Abstract

I. 서론

II. 이론적 배경

1. 치매의 개념

2. 회상과 무용치료

3. Heather Hill의 무용치료 구성요소

III. 사례연구

1. 연구 대상자의 선정과 주 호소 문제

2. 사례집단의 특성

3. 치료목적 및 계획 수립

4. 치료 준비과정

5. 치료 진행과정

6. 치료 종결 평가

IV. 결론 및 제언

참고문헌

## Abstract

### A case study of group dance therapy for reminiscence by applying Heather Hill's dance therapy components for the elderly with dementia

Suh, Joo-Yeon · Wonkwang University

This study examined the process of reminiscence memory by the movement of the female aged with dementia of the dance therapy inducing reminiscence, and traced the change of reaction and body movement of the group by case study.

For this study, 5 female aged in their 80s with heavy dementia who used home welfare center in Seoul.

\* 원광대학교 박사과정, 원광대학교 강사, 한국무용/동작심리치료학회 부회장  
논문투고일: 2012. 7. 20. 심사일: 2012. 8. 10. 게재확정일: 2012. 9. 1.

The dance therapy inducing reminiscence was revised by applying Heather Hill's dance therapy Session structure and components for the aged with dementia. The therapy was executed for 12 times with 50 minutes per time.

As a result, in the dance therapy inducing recollection, the female aged with dementia recollected child growth experience and plays in their youth at the earlier stage of their treatment. In the middle of the treatment, they recollected ordinary life pattern by seasons and school life. In particular, at their reminiscence of school period, their oppressed sentiment (under the war period in the Japanese occupation) by Japanese name, Japanese song and mutual surveillance and warning was expressed as rigid body shape to the front, and specific life features during the war period appeared. Such oppressed sentiment was attempted to resolve by the intervention of a therapist. The group members talked their emotion and consoled and support to each other. As such, in the middle stage of the therapy, various emotions such as joy by reminiscence of life, sorrow by loss, fear under the war, which gave an opportunity to deal with feeling. And the therapy inducing reminiscence helped a temporary improvement of exercise function with somatization reaction and improving blurred eyes and focusless pupil. At the final stage of the therapy, such emotions were stabilized, and the body of the aged who lied down while lifting up head and legs became relaxed naturally and comfortably with putting down head and legs on the floor so that they could achieve comfortable and bright face.

Such therapy demonstrates that it is very usable as a means of treatment to restore senses and to keep memory by recognition of memory, physical and emotional reaction and change of the aged with dementia. Thus, it is recommended to make a continual study on dance therapy for long term effect and the treatment of dementia.

**key words:** dementia, reminiscence, dance movement therapy

**주요어:** 치매노인, 회상, 무용치료

## I . 서론

인간의 노화로 인한 질병인 치매는 뇌 과학, 신경과학, 생명과학, 정신의학 등 여러 분야에서 그 연구가 활발하게 이루어지고 있으며 현재, 노인의 인지기능 장애를 가장 적절히 표현하고 있는 용어라고 할 수 있다. 의학적 용어로 치매는 “명확하지 않은 기질적 원인으로 인한 지적 기능의 퇴행”을 의미하며(박현철, 2009:14) 증상들로는 기억, 추상적 사고, 판단 및 고등 대뇌피질기능들의 장애이고 여기에 성격변화, 불면, 망상, 행동장애 등도 흔히 동반된다(민성길, 1999:189). 이러한 증상 중에 치매의 인지적 증상의 대표적인 것으로 기억력 상실을 들 수 있는데, 기억장애는 모든 치매환자에게서 가장 먼저 나타나는 흔한 증상으로 기억을 저장하는 구조물 중 특히 해마와 대뇌피질의 신경과괴에 기인하는 것으로 알려져 있다. 해마가 파괴되면 단기기억력이 감소하고 친숙한 일을 수행하

는 능력이 떨어지고 대뇌피질이 파괴되면 언어능력과 사고능력이 감소하게 된다(이미정, 2009:11-15).

Kitwood(1993)는 치매는 이러한 신경학적 손상만이 아니라 사회 환경적 영향을 받아 뇌의 손상된 정도보다 더 심한 기능장애를 유발하는데 신경학적 손상은 어쩔 수 없으나 사회 환경적인 중재를 통해 장애를 감소시키는 것은 가능하다고 주장하였다. 이를 뒷받침하는 것으로 권석만(2003)은 환경적 자극이 차단되거나 사회적으로 고립된 상태에서는 인지적 손상이 가속화되는 반면, 환경적 자극이 충분히 주어지면 인지적 손상이 지연되거나 완화될 수 있다고 하였다(최윤정, 2011:2,3). 이러한 이유로 현재 치매에 의한 인지적 손상의 지연과 완화를 위한 치료로써 회상요법, 인지치료, 무용치료, 미술치료, 음악치료와 같은 다양한 심리·사회적 치료가 적용되고 있으며, 특히 신체와 움직임을 심리 치료적으로 적용하는 무용치료는 치매노인의 신체적, 사회적, 심리적 향상에 효과(Hill, 2001; 김은미, 2001; 김명숙, 2005; 강희, 2005; 최윤정, 2010)가 있는 것으로 보고되고 있다.

한편, Millor(1994)는 치매노인에게 향수 어린 과거를 회상하게 하는 것이 긍정적인 치료효과를 가져온다고 하였다(박현철, 2009:9 재인용). Payne(1992)에 의하면 무용치료에서 회상은 감각적인 움직임 표현에서 과거로부터 유도된 상징적인 표현으로 발전한다고 하였으며, 무용치료에서의 움직임 경험은 과거의 회상이나 제언, 재 경험의 매개를 위한 상징성을 띠면서 그것이 현재의 경험으로 통합될 수 있는 기회를 제공한다고 하였다. Sandel(1978)은 요양소에서 회복중인 노인병 환자들을 위하여 부드러운 동작을 통하여 사회화를 촉진하고 환자의 감각을 더 많이 자극하는 것을 목적으로 무용치료를 적용하였는데 강도가 낮은 부드러운 동작은 근육과 관절의 탄력성을 높여주며 스트레스를 해소시켜 주는 것으로 보고하였으며(Sigel, 1999:177-178), 이렇게 감각적 표현움직임에서 과거로부터 결합된 상징적인 움직임으로 발전하게 되는 회상은 나이가 들어감에 따른 행동의 적용이 될 수 있으며 무용치료는 이러한 과정을 복돋아주고 강화시킬 수 있다고 하였다(Payne, 1992:85). 이것은 무용치료가 치매노인에게 다양한 신체 감각자극으로 신경학적 손상의 보호와 움직임을 통한 환경적 자극으로 인지적 손상의 지연과 완화를 유도할 수 있다는 것을 의미한다고 할 수 있다.

이러한 무용치료 선행연구로 Heather Hill(2001)은 신체와 감정을 통합 시키는 무용치료의 구성요소를 제안하며, 이를 적용한 다양한 감각자극과 이미지 연구가 치매를 앓고 있는 노인들에게 자기역할 및 여성성과 같은 기억의 연결과 다른 사람들과 공유할 수 있는 기회를 갖게 되며 이로써 개성화 하고 보상과 강화하는데 매우 긍정적이며 상호작용

에 효과가 있음을 사례로써 밝히고 있다. 또한 김명숙(2005)은 정신병원에 입원 중인 치매노인을 대상으로 무용치료 구성요소인 Touch와 소품을 적용하여 과거로부터 행복한 시간을 재창조함으로써 감정과 정서안정과 자기표현에 효과가 있음을 사례를 통해 밝히고 있다. 그리고 강희(2005)는 노인종합복지관에 주간보호시설을 이용하는 치매노인을 대상으로 무용치료를 적용하여 신체긴장의 이완과 신체 통증에 호전을 보이고, 신체 Touch를 통해 회상으로 고립된 관계에서 상호적인 관계가 형성되며 집중력이 향상되는 효과를 사례를 통해 밝히고 있다. 이러한 선행연구 사례를 볼 때 꾸준한 신체적 자극과 움직임의 통한 회상이 퇴화와 퇴행으로 보호가 필요한 치매노인들에게 긍정적인 환경적 자극을 줄 수 있는 주요 요인임을 알 수 있었다.

따라서 본 연구에서는 Hill(2001)의 치매노인을 위한 보호관점의 무용치료 구성요소를 근거로 이를 활용한 무용치료를 치매노인에게 적용하여 움직임을 통해 일어나는 기억의 재 경험 과정을 밝히고 이러한 회상과정에서 발생하는 감정과 정서반응, 그리고 신체 움직임의 변화를 사례로 고찰하였다.

## II . 이론적 배경

### 1. 치매의 개념

치매(dementia)의 어원을 살펴보면 라틴어의 디멘스(demens)에서 나온 말로, 디(de)의 제거한다, 멘스(mens)의 정신, 그리고 티아(tia)의 병이라는 뜻이 결합된 용어으로써 문자 그대로 ‘정신이 제거된 질병’이라는 의미로 유래되었으며 치매라는 용어를 처음 사용한 사람은 프랑스의 의사인 Pinel이다(권태연, 2011:7. 재인용). 치매(dementia)는 흔히 말하는 ‘노망’ 또는 ‘망령’을 말한다. 치매는 주로 내과적·신경과적 원인으로 인하여 뇌신경의 일시적 혹은 지속적인 손상이 발생하여 직업 활동을 비롯한 사회생활과 일상생활하기가 어려운 ‘증후군’이다. 즉 성장기에 정상적인 지적수준을 유지하다가 후천적으로 지적 기능이 저하되는 것을 바로 치매라고 한다(강희, 2005:111). 의학적 정의로 치매란 일단 정상적으로 성숙한 뇌가 후천적인 외상이 아닌 질병 등 요인에 의해서 기질적으로 손상 내지는 파괴되어 전반적으로 지능, 학습, 언어 등의 인지기능과 고도정신기능이 감퇴하는 복합적인 임상증후군을 일괄하여 지칭하는 것(최신정신의학, 1999:189)이라고 하였으며,

미국 정신 의학회 DSM-IV(1995)에서는 일반적인 의학적 상태의 직접적인 생리적 효과, 물질의 지속적 효과, 또는 여러 가지 원인으로 유발된 복합적인 인지 결손(기억 장애 포함)의 발생이 특징이라고 하였다. 이렇게 다양한 증상을 보이는 치매 노인들의 신체적 특성을 살펴보면 퇴화와 퇴행으로 인하여 공간적 움직임 범위가 한정되어 있고 동작의 범위가 좁으며, 호흡이 안정되지 못한 모습과 인지 및 기억능력의 장애로 위축된 모습을 발견할 수 있다(박성혜, 1995. 강희, 2005:114. 재인용). 이러한 증상과 특징의 치매현상은 연령과 관계가 깊은 것으로 알려져 있으며 치매의 유병률은 노인의 경우 1.3~20.3%로 다양하게 보고되고 있고 65세 이상에서 약 5~10% 내외를 차지하며, 80대에서는 20~30%를 나타낸다고 보고되었으며(최신정신의학, 1999: 189), 65세를 기준으로 노인성 치매와 초기 노인 치매로 분류된다(안경아, 2009:4).

최근에는 치매 가운데 10~25% 정도는 원인질환을 치료함으로써 완치될 수도 있으나 치매를 일으키는 원인은 200여 가지가 되어 실제적으로 원인적 치료가 어렵다. 약물치료는 인지기능의 저하를 막아주지만 신경세포간의 연결을 늘려서 뇌의 인지기능을 개선 시켜주지는 못한다. 그러나 비 약물요법은 독소에 의한 신경세포의 소멸은 막을 수 없으나 신경세포간의 연결을 늘려서 인지기능의 유지와 개선을 동시에 이룰 수 있다. 따라서 치매의 치료는 약물치료를 우선적으로 하는 의학적 치료와 이를 대체할 만한 대체치료를 동시에 요구하고 있다(김명숙, 2005:151). 이러한 요구로 현재 여러 가지 대체치료가 이루어지고 있는데, Calmel B. Sheridan(1987)은 치매 노인을 위한 치료 프로그램의 가장 효과적인 방법은 예전에 노인들이 사용한 적이 있었던 오래된 기술을 사용하고, 사회적 상호작용을 제공하며, 신체적 움직임을 고려함과 동시에 인지기능을 지지하는 것이 바람직한 것으로 나타났다고 하였다(서주연. 김명숙, 2003:5).

## 2. 회상과 무용치료

기억력회상이란 과거에 대한 다양한 측면의 정신과정으로 인지과정, 감정과 정서과정, 및 언어과정을 통하여 상대방에게 과거경험을 이야기 하는 것이며(Robert Butler, 1963: 이소영, 2008:5 재인용), 회상은 자신에게 의미 있는 과거의 일을 생각하고 이야기하는 것으로 ‘지난 일을 돌이켜 생각함’ 또는 ‘옛일을 돌이켜 생각함’이라고 정의된다. 또한 회상은 의미 있는 과거 경험을 고찰하는 것이며(McMahon & Rhudick, 1961), 생애 회고 과정으로 각자의 인생을 되돌아보는 내적경험 또는 정신과정이다(Butler, 1981). 한편, 심리적·정서적 관점에서는 회상을 개인의 생애 대한 해석의 실제적인 표현 또는 개인 생활

의 활동 및 상황에 대한 평가이며, 긍정적 또는 부정적인 감정과 정서 상태를 포함하는 것으로 본다(Coleman, 1974). 또한 회상의 상호작용 측면에서는 개인의 과거 경험에 대한 느낌을 되살려 이를 다른 사람과 나누는 것으로, 여기에는 인간적인 만남, 돌봄, 들어주는 것 등이 관여된다(Hamilton, 1985; 엄선화, 2009:16-17 재인용).

Hill(2001)은 무용치료의 Session 안에서 동작들은 자주 기억들을 가져온다고 하였으며 이러한 움직임들이 치매노인들을 과거의 사람들과 연결시켜 줄 뿐만 아니라 다른 사람들의 경험들을 공유할 수 있게 해 준다고 하였다. 또한 Levy(1988)는 무용치료를 통한 움직임의 활동은 특정 기억들을 불러일으킴으로써 노인들에게 어린 시절의 기억이나 생애에서 중요하게 체험되었던 일들을 기억나게 한다고 하였으며, Garnet(1987)은 기억과 과거에 대한 체험은 노인들과의 무용치료 작업에서 매우 중요한 테크닉으로 사용된다고 하였다(윤혜선, 2004:15-17 재인용).

무용치료는 사회적인 맥락에서의 회상을 위한 기회를 제공하는데, 조화롭게 하게 되는 율동적인 행동은 즐거울지도 모르거나 아플지도 모르는 기억, 또는 지배의 과거 경험, 잊게 되었던 기억과 감각의 껍질을 벗긴다. 이미지에 적용하는 기본적인 법칙은 여기에 적용되는데 언제나 움직임과 함께 시작하고 행동으로부터 발전되는 회상을 허락한다(김인숙, 김명숙, 2007:31). Sandel(1978)은 노인들을 위해 심리적이고 사회적 목적을 이루는 효과적인 수단으로서 회상기법을 사용하였다. Chacian기법에 바탕을 둔 Sandel은 치료 Session에서 음악과 구조화된 움직임으로 시작하여, 움직임에 관해서 질문을 함으로써 이미지를 자극하고 참여자들이 주제의 소재를 발전시키거나 자발적인 표현을 하는 것을 허락함으로써 감각적 경험으로부터 하나의 상징적 경험, 마침내 하나의 언어적 경험으로의 과정을 통해 그룹을 이끌었다. 나눔과 지지의 분위기는 가장 고통스럽고 부정적인 기억의 표현까지도 촉진하게 하고 참여자들이 표현을 한 후에는 부정적 기억의 위협적이고 고통스러운 부분이 감소된다고 하였다(Levy, 2005). 이러한 회상기법은 Session 안에서 안전하게 자신의 삶을 되돌아보고 과거속의 좋고, 나쁜 기억들을 재조명하고 통합한다(이승희, 2007:61).

이와 같이 무용/동작 치료에서의 이미지 사용은 그것이 동작으로부터 발전되면서 경험을 단순한 동작으로 표현하는 것에서부터 상징적으로 공유된 동작으로 전이시킨다. 회상하기에서도 같은 접근법이 사용되는데, 현재의 감각적인 움직임 표현으로부터 시작해서 과거로부터 결합된 상징적인 것으로 발전한다. 회상은 나이 들어감에 따른 행동의 적응이 될 수 있으며 무용치료는 이러한 과정을 복돋아주고 강화시킬 수 있다(Payne, 1992:85). 이렇게 이미지를 이용한 상징적인 표현은 한 영역에서 다른 영역으로 에너지를 전달함으

로써 자아의 내적 세계와 외적 세계 사이의 관계를 형성(Schmais, 1985)하고, 상징은 경험의 구체화와 보편성에 의해 사람과 사회를 연결한다. 이렇게 생리학, 심리학, 사회학을 통합하는 무용치료는 사회적인 맥락에서의 회상을 위한 기회를 제공하며, 참가자들 사이의 상호작용을 발달시키는데 조력한다(김인숙, 김명숙, 2007:31-35).

따라서 무용치료의 감각자극 움직임은 감각중추를 자극하는 매개체가 되어 지각을 통해 치매노인의 신체를 보호할 수 있으며 적용을 도울 수 있다. 또한 감각자극을 통해 인지된 움직임은 이미지를 형성하여 상징화됨에 따라 기억으로 연결되어지는데, 여기에서 치매노인의 회상으로 나타나는 부정적 감정과 정서는 긍정적으로 이완되어지고 보호되도록 중재되어야 한다. 이로써 움직임을 통한 회상과정은 치매노인의 감정과 정서적 퇴행을 환경과 연결되게 하고 긍정적으로 보호할 수 있게 되는 것이다.

### 3. Heather Hill의 무용치료 구성요소

Hill(2001)은 치매노인들과 오랫동안 임상을 하였던 무용치료사로, 뇌세포가 파괴됨에 따라, 심지어 자아와 인간성을 상실할 때까지 뇌의 기능이 상실되는 치매의 유일한 희망은 치료법을 찾는다고 하였고, 무용은 “인간중심의 치매간호”에 매우 적합하다고 하였다. 많은 무용치료사들이 노인을 위한 무용치료 구성요소를 제안하여 적용(Payne, 1992: Garnet, 1982: Sigel, 1999.)하고 있지만, Hill(2001)은 특별히 치매노인을 위한 보호(간호)로써 구체적인 무용치료의 구성요소-구조와 아이디어들-에 대하여 임상사례를 통해 제안하고 있다. 이것은 퇴화와 퇴행으로 보호가 필요한 치매노인에게 무용치료를 적용하고자 하는 연구자와 연구의 방향성이 같다. 따라서 본 연구는 같은 구조를 적용하였다.

#### 1) 치매노인을 위한 무용치료의 구조

이러한 토대는 단지 보호와 담요 같은 역할을 하는 것으로 이상적으로 볼 때 이것들은 서로 순환해야한다. 시작과 종료의식은 구조에 있어 절대적으로 중요하다. 이것은 시작과 종료 의식 내에서 사람들이 편안함과 안심을 느끼게 되고, 무용치료 Session의 전과 후가 어떻게 달라졌는지를 분리하여 구별 짓는 것이다(그림 1. 참조).



그림 1. 치매노인을 위한 Heather Hill(2001)의 무용치료 구조

(1) 시작의식 **Beginnings: Greeting/Warm up**

워업: 신체적 준비운동-집중-계약-그룹과정-다음 단계의 활동을 위한 준비

워업은 우선 근육과 관절을 유연하게 하여 심장과 폐의 활동을 끌어 올릴 필요가 있으며 정신적·감성적 활력 수준이 올라갈 수 있도록 한다. 또한 집중과 초점이 만들어지도록 하며 각 개인들이 그룹 속의 자신을 넘어서 자각할 수 있도록 신체적 준비운동과정에 입각해야 한다. 그리고 참가자들의 요구사항을 충족시켜 주는 것이 가장 중요하다.

(2) 쉼: 일시정지 **Time to Pause/Pacing the session**

일시정지: 회복-개인별 승인-창조-유머-테마로의 변환

노인들의 활력은 대개 짧은 순간에 나타나므로 회복의 시간이 되도록 하는 것이 필요한데, 이는 Session의 보조를 맞추어가기 위한 것이다. 또 이와 같은 시간은 개인에게 초점을 맞출 수 있는 중요한 순간이지만 그룹의 초점과 관심도 유지해야한다.

(3) 주제탐구 **Theme**

테마: 움직임에 관한 생각, 그룹으로서 함께 일하기에 대한 창조적 탐구

그룹과정에서 함께 할 수 있는 감각을 가지고 있을 준비가 되어진 상태로, 그룹과정 안에서 벌어지고 있는 것에 이미 관련되어 있으며, 움직임에 관한 생각 또는 그룹으로서 함께 움직이는 것에 대한 창조적 탐구이다.

(4) 끝맺음 **Winding Down**

테마에 대한 경험을 완성하는 것은 테마와 연관되어있다. 예를 들어 테마에서 손의 움직임을 탐구했다면 손과 관련된 그룹 무용이나 서로 다른 손 움직임을 한다거나, 그룹이 손을 잡고 흔들어 정리할 수 있다. 또는 간단한 휴식이나 어깨 마사지를 포함시킬 수도 있다.



## (5) 작별의식 Goodbyes

Session의 종료를 분명히 나타내는 작별 의식을 만들어라. 주변을 돌아다니며 다른 사람들과 악수를 하거나 손을 잡는 것은 단순하지만 의미가 있는 일이다.

## 2) 무용치료의 방법

기본적인 구성요소인 공간과 다양한 움직임의 특성들은 무한한 다양성이 있어 변화로운 무용치료를 위한 움직임을 구성할 수 있으며, 서로 다른 방법으로 조합되는 다른 특성을 가지고 있기 때문에 풍부한 경험을 유도할 수 있다. 그리고 치매환자들에게 공동체적인 움직임으로 함께 하도록 하는 것은 가장 중요하다.

- (1) **호흡과 소리 The Breath/Voice** : 호흡은 인간에게 기본적인 것이며, 호흡을 느끼는 것은 지각에 좋을 뿐만 아니라 세션 내에서 조용히 쉴 때도 좋다. 또한 호흡을 내뱉는 것은 몸을 자유롭게 하는 것과 관련이 있다. 그리고 가끔 호흡과 관련된 작업은 발성으로 이어지기도 하는데 소리를 내면서 숨을 내뱉을 수 있다. 이렇게 하면 최대한으로 숨을 들이쉬고 내뱉을 수 있도록 용기를 북돋아 줄 수 있을 뿐 아니라 다른 소리나 노래, 그리고 떠들썩한 무용세션으로 이어질 수도 있다. 또한 호흡을 동반한 목소리를 사용하는 것이나 노래로 움직여지는 것은 보다 더 통합적이고 경험을 증가시키는 것을 만든다.
- (2) **터치 움직임 A Special word about Touch** : Hill(2001)은 노인, 병동사람들은 “touch가 빼앗긴 상태”가 될 수 있다고 하였다. 터치는 움직임이 자유롭지 못한 사람에게도 움직임으로 의사소통 할 수 있으며 직물의 다양성, 손의 터치, 나무 톨러, 울록볼록한 고무볼의 터치 등, 터치의 질의 다양성은 감각의 경험을 풍부하게 해 줄 수 있다. 무용치료 세션 안에서 터치는 두려움이 없는 방법이 될 수 있으며 허용 안에서 배려하며 조심스럽게 하는 것이 매우 중요하다. 적당한 터치가 주어진 사람은 물리적인 존재로서의 현실을 느낄 수 있고 다른 사람과 관계성을 느낄 수 있다. 또한 다양한 형태의 손의 터치를 행하는 것-꼭 쥐는 것, 가볍게 두드리기, 쓰다듬기는 사람들이 상호작용할 수 있는 재미있는 방법이다. Hill은 척추, 등뼈를 찾는 것을 자주 즐긴다고 하였는데, 그것을 통해 치매노인들이 강한 등뼈를 가졌다는 것과 그들이 몸의 매우 감각적인 부분의 마사지를 즐기며 매우 좋게 느끼므로 척추 마사지를 추천한다고 하였다.

- (3) **이완 움직임 Stretch** : 호흡과 병행할 때 다수의 테마를 제공할 수 있으며 자유롭거나 강하고 약하게 할 수 있고 하품과 같이 과장할 수도 있다. 이것은 치매환자들을 위해 매우 분명한 공간적 집중을 만들어 내고, 그들은 원을 가로질러 다른 누군가와 연결될 수 있다.
- (4) **소품을 이용한 움직임 Props** : 소품은 감각을 풍부하게 하고 움직임을 고무시켜주며, 상호작용을 일어나게 한다. 소품은 뭔가 일어나는 것이 기대되어질 만한 것으로 부족한 상상력을 북돋아줄 뿐 아니라, 움직임으로 연관된 여러 가지 것들을 탐험하는 것을 제공한다. 이러한 소품은 관심을 이끌어야하고 터치나 움직임이 일어날 수 있도록 해야 한다.
- (5) **일과 활동에 관련된 움직임 Work/Activity Movement** : 움직임은 자발적으로 이전 활동에 대한 기억을 이끌어 낸다. 요리, 빵 굽기, 설거지 등과 관련된 움직임 등 이러한 움직임은 과거에 일어난 일들을 기억해 낼 수 있고, 이렇게 되면 그룹 내부의 기억을 일부 공유하기에 이른다.

이와 같은 방법으로 무용치료 세션을 적용함에 있어 Hill은 즉흥적인 움직임을 만들어 내고 집중시키며 어떠한 형태의 움직임이든지 단순한 구조로 모든 사람들이 일치되어 움직일 수 있는 ‘Chorus’ 움직임을 하여 따라하도록 하고 동작들을 하게 하는 것에 이름을 반복하도록 하였다. 이것은 치매환자들에게 개인의 일정한 보상과 강화를 주고 그 춤에 기여하게 한다. 또한 참여자들 서로가 격려하고 상호작용 할 수 있도록 노력해야 하며 원을 가로질러 초점을 맞출 수 있게 해주거나 원을 만들어 주어 참여자들의 인식을 자기 자신이나 다른 사람에게 열어 놓을 수 있도록 해 주어야 한다.

### III. 사례연구

#### 1. 연구 대상자의 선정과 주 호소 문제

##### 1) 대상

서울시 M구의 재가노인복지센터를 이용하고 있는 80대 후반의 여성치매노인그룹(5명)

## 2) 기관의뢰 및 주 호소 문제

본 연구는 여성 치매노인을 대상으로 무용치료를 실시하는 데에 있어 기관에서의 의뢰로 이루어졌으며, 기관에서는 중증의 치매로 그룹 활동에서 참여가 떨어지며 편마비의 중복장애가 있는 여성 노인 3명과 중증치매노인 2명을 대상으로 선정하여 5명으로 그룹을 형성하였다. 참여가 어려운 신체적 조건을 고려하여 기관의 직원이 보조자로 참여함으로써 적극적 협조가 있었으며 안전한 상황 등의 통제가 어느 정도 가능할 수 있도록 책임자의 허락과 협조 하에 공간을 마련하여 무용치료를 진행하였다. 기관에서는 무용치료를 통해 그룹과정을 인식하는 데에 어려움이 있는 여성치매노인들이 그룹과정에 참여될 수 있도록 하는 데에 목적을 두고 의뢰하였다.

## 2. 사례집단의 특성

사례집단의 특성은 그룹의 특성과 개별특성을 구분하여 본 연구의 목적과 그룹치료의 세션을 계획하기 위해 환경 안에서의 신체움직임을 관찰하였다.

움직임 평가는 무용치료 첫 세션의 만남을 통해 대상자들의 움직임에서 관찰되어진 것을 LMA(라반 움직임 분석)<sup>1)</sup>을 토대로 Body(몸), Effort(에포트), Space(공간), Shape(셰이프)로 구분하여 평가기술 하였다.

### 1) 그룹의 전체적 특성

사례집단의 전체적 특성은 환경과의 관계 안에서 대상자들의 내적의지와 연결된 신체 형태를 관찰하여 Space, Effort, Shape으로 구분하여 평가기술 하였다.

---

#### 1) LMA(라반 움직임 분석)

라반은 몸과 공간의 관계 속에서 나타나는 움직임을 다각도로 연구하기 위한 분석도구를 창안했으며, LMA는 움직임의 구조와 특질이 몸을 통해 어떠한 방식과 모양으로 공간상에서 표현되고 있는가를 찾을 때 유용하게 사용할 수 있는 분석 도구이다. LMA에서는 움직임에서 일어나는 구체적인 변화와 감정이나 분위기를 나타내는 다양한 구성 인자 등 아주 미세한 부분까지 다룬다. LMA에서 다루는 주요 움직임 분석 카테고리는 몸(Body), 공간(Space), 에포트(Effort), 셰이프(Shpae)이며, 각 카테고리는 밀접하게 연결되어 있다. 라반 움직임 분석은 몸-마음-정신이 움직임을 통해 하나의 통합체를 이룬다는 측면에서 삼위일체론의 개념으로 이해할 수 있다. 즉, 인간 개인의 몸을 둘러싸고 있는 공간과의 내적 충동을 드러내는 에포트, 그리고 움직임의 결과 우리 눈에 보이는 셰이프의 모든 요소가 우주 공간안에서 서로 융화되고 있음을 보여준다(신상미, 김재리. 2010:37, 39)

표 1. 그룹의 전체적 특성

평가범주	관찰내용
Effort	<p>① 구부정한 다리는 각 관절들이 뻣뻣하게 굳어 긴장되어 있다.</p> <p>② 아래로 숙여진 상태를 유지하고 있는 목, 올라가 있는 어깨와 굳어 보이는 팔과 다리에서 긴장도가 매우 높음을 볼 수 있다.</p> <p>③ 걸을 때 몸의 부분이 아니라 몸 전체가 움직여 신체의 과 긴장을 볼 수 있다.</p> <p>④ 바닥에 누는 것 자체를 불편해 하며 편안하게 이완되지 못하는 것으로 전반적으로 신체의 긴장이 큰 것을 볼 수 있다.</p> <p>⑤ 무기력한 듯 내려앉은 모습에서 내적인 무게감은 없어 보인다.</p> <p>⑥ 노인들 대부분은 전체적으로 눈에 초점이 없어 자신에게도 주의를 두지 않고, 주변에 관심을 기울이거나 집중함이 없다.</p> <p>⑦ 무표정하게 굳어진 얼굴은 긴장되어 보이고 초점이 없어 무관심해 보인다.</p>
	<p>신체는 전반적인 긴장으로 Bound Flow가 관찰되며, 환경과의 관계에 초점을 두지 않고 주의를 기울이지 않는 Indirect Space로 Effort States는 Remote State가 관찰된다.</p>
Space	<p>① 그룹으로 모여지지 않고 각자 떨어져 있으며 자기 공간을 지키고 있는 것으로 자신의 영역 안에 머물러 상호작용이 없다.</p> <p>② 서로 눈 맞춤이 없는 것으로 상호작용이 없음이 관찰된다.</p> <p>③ 앉은 자세는 전반적으로 에너지 레벨이 낮고 가라앉아있어 무기력해 보이며 긴장으로 신체사용 범위가 제한적인 것이 관찰된다.</p>
	<p>신체는 Low level로 움직임은 Personal space를 유지하고 있고 Near Space 사용하며 주위 환경과의 관계에 초점을 두지 않고 주의를 기울이지 않는 Indirect space가 관찰된다.</p>
Shape	<p>① 걸을 때 신체 각 관절들이 구부정한 형태로 다리를 끌면서 걷는다.</p> <p>② 앉아있는 자세는 고개를 가슴을 향해 떨구고, 척추 등뼈가 동그랗게 구부러진 형태로 호흡을 유도하여도 허리가 뒤로 밀려 구부정하게 내려앉은 자세이다.</p> <p>③ 손은 허벅지 아래에 끼워 넣어두고 있는데 손을 쥐어 오므리는 형태로 관절들이 안쪽으로 접혀지고 몸 안쪽을 향해 가까이 붙여두고 있는 형태를 유지함.</p> <p>④ 바닥에 몸을 누어 보게 하자, 목을 눕히지 못하고 머리와 목이 바닥에서 떨어져 들려진 상태를 유지함, 심하게는 무릎관절 까지 접혀 들려진 상태로 다리 전체가 바닥에 닿지 않아 편안하게 보이지 않는다.</p>
	<p>다양한 공간에서 몸의 형태는 각 관절 뿐 아니라 전체적으로 오목한 형태로 머물러 있으며 낮게 내려앉은 자기 방어적인 형태로 Narrowing되고 Hollowing되는 Shape Flow가 관찰된다.</p>
특이사항	<p>그룹은 대부분의 자극에 반응이 없으나 터치에는 매우 민감하게 반응하며 자신이 터치 받는 것에 익숙하지 않음을 보여주었고, 터치에 거부를 보이거나, 오히려 치료자를 터치해 주고 만져 주고자 하면서 역할을 바꾸어버린다.</p>

## 2) 그룹 구성원의 개별특성

그룹 구성원의 개별특성은 본 연구의 목적을 위한 세션을 계획하기 위해 개인의 환경적 특성을 고려하고자 기관에서의 개별 정보를 기술하였다. 또한 개별적 신체범위와 표현범위를 고려하기 위해 Body를 관찰하여 개인의 특징을 기술하였다.

표 2. 그룹 구성원의 개별특성

대상자	증상	거주 상태	개별특성	관찰된 신체 특성
A	편마비 치매	큰아들	머느리 흉을 보며 불만이 많음	마른체형, 목소리 작고, 표정은 불만스러운 듯 찌푸림. 말하면서 자주 손가락을 올려 보이는 Gesture가 관찰됨. 수줍어하고 여성스러움. 터치에 민감하게 반응하고 불편해 함. 다리와 목의 긴장. 눈 감는 것을 불안해하고 잘하고 있는지 매번 확인함. 구부정한 몸의 Posture.
B	편마비 치매	딸	문제없어 보이나 기억력이 없고 집에서 이상행동을 보임	정신이 바른 상태에서의 표정은 웃음을 자주 보이지만 이내 눈을 감고 활동에 힘들어하며, 자기에게 빠져드는 모습이 자주 나타남. 손과 목에 긴장, 관절의 불편함을 호소. 구부정한 Posture.
H	치매	딸	가족들의 배려가 좋으나 자꾸 집을 나감	눈동자가 뿌옇고 흐릿하여 마치 눈에 백내장의 이상이 있는 것처럼 보임. 표정은 어둡고 찌푸림. 마른체형이며 몸 전체가 딱딱한 나무 막대기 같은 긴장. 외부에 대한 인식이 없으며 몸 방향이 그룹 밖으로 향함. 눈을 감지 못하고, 바닥에 몸을 눕히지 못하며 무서워함. 구부정한 Posture.
K	치매	아들	교장 퇴임 후 말씀을 못하고 기억력이 감퇴됨	왼쪽 귀가 어두움, 전체적인 몸의 긴장과 목에 과도한 긴장. 안경을 쓴 표정은 근엄하게 보이며 굳어져 있고 집중되지 않고 우두커니 Stillness함. 구부정한 Posture.
P	편마비 치매	조카	따라다니며 잔소리가 심하고 소리 지르며 화냄	표정은 어둡고 무뚝뚝함. 통통한 체형으로 몸의 긴장도가 매우 크며 힘이 있어 보임. 허리와 가슴의 이완이 어려움. 왼쪽다리의 불편함이 두드러져 보이며 이 다리는 바닥에 닿지 않고 Fold되어 떠 있음. 터치에 팔을 휘두르며 시선을 피하며 단호히 거부 반응 보임. 구부정한 Posture.

### 3. 치료목적 및 계획 수립

본 연구의 대상자들은 전체적으로 뻣뻣하게 굳어있는 신체긴장이 쉽게 눈으로 관찰되었다. 굳어진 표정, 어깨와 목의 긴장상태, 심하게는 누웠을 때 다리가 바닥에 닿지 않고 들려진 과 긴장 상태로 이완되지 않는 Bound Flow(긴장으로 절제된 흐름)의 특징적 상태가 관찰된다. 이렇게 첫 만남에서 발견된 대상자들의 상태와 신체 터치에 대한 반응을 고려하여 자연스러운 신체 움직임의 접근이 필요하다고 판단되며 신체이완이 우선되어지도록 할 것이다. 따라서 안정됨과 보호로써 신체 지각을 목표로 자신을 긍정적으로 수용하도록 치료목적을 두고, 매회기 자연스러운 터치를 이용한 마사지로 일시정지-침의 시간을 계획하였으며 다양한 터치, 신체지각, 소품을 이용한 움직임방법으로 세션을 계획하였다.

#### 1) 세션의 목적

안정되고 보호된 환경을 느끼도록 하며, 회상을 유도하는 다양한 움직임으로 치매 노인들의 기억력을 회복하여 자기 삶의 긍정적 수용과 자신에 대한 긍정감을 성취하도록 한다.

세부적인 목표는 다음과 같다.

- (1) 치료초기: 안정된 그룹형성과 보호된 환경을 느끼도록 하여 친밀감을 형성한다.
- (2) 치료중전기: 긴장된 신체를 이완하고 감정과 정서도 이완되어지도록 한다.
- (3) 치료중후기: 그룹의 무기력감과 고독감을 해소시킬 수 있도록 한다.
- (4) 치료종반기: 불안정한 감정과 정서를 순화할 수 있도록 한다.

#### 2) 세션 구조 및 치료전략

위의 목표를 위해 안정된 그룹과정을 이끌어갈 수 있도록 구조에 따른 움직임의 구성을 계획하였다. 또한 회상을 통한 부정적 정서의 중재와 현실로의 연결을 위한 적절한 개입의 치료전략을 계획하였다.

표 3. 치매노인을 위한 무용치료 세션 구조 및 치료전략

세션 구조	세션 움직임 구성	치매노인 세션을 위한 개입
시작의식	<ul style="list-style-type: none"> <li>① 매 시간 인사 의식 반복</li> <li>② 신체인식 움직임</li> <li>③ 다양한 터치 움직임</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>① 매시간 시작을 알리는 과정으로 눈을 맞추며 각자의 이름을 불러주어 인사를 나누도록 하며 이것을 꾸준히 반복하도록 한다.</li> <li>② 자신에 대해 그리고 신체에 대해 긍정감 형성과 그룹의 안정감을 위해 다양한 터치와 신체지각으로 반복되도록 한다.</li> <li>③ 몸에 대한 집중과 신체 감각을 깨우도록 하여 분리된 몸과 마음을 연결한다.</li> </ul>
주제탐구	<ul style="list-style-type: none"> <li>① 다양한 터치, 신체지각, 소품을 이용한 자발적인 움직임</li> <li>② 기억움직임 반복</li> <li>③ 기억움직임의 리듬과 확장</li> <li>④ 감정과 정서를 중재하는 움직임</li> <li>⑤ 안정감유지를 위한 그룹움직임</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>① 자신을 편안하게 드러낼 수 있도록 분위기를 형성하며, 자연스러운 움직임이 일어나도록 한다.</li> <li>② 일어나는 움직임에 적절한 질문을 하여 움직임 확장과 회상을 유도할 수 있도록 한다.</li> <li>③ 언어화를 위해 그룹의 공통된 이슈에 대해 대화를 나눌 수 있도록 충분한 시간을 갖도록 한다.</li> <li>④ 회상으로 드러나는 그룹의 공통된 이슈를 솔직하게 나누고 그에 대한 감정과 정서를 인식하게 하며 감정과 정서를 해소하기 위한 움직임을 제안하고 중재한다.</li> <li>⑤ 서로가 지지할 수 있도록 하며 결속력을 유지할 수 있도록 돕는다.</li> <li>⑥ 관찰자로서 의견을 같이하며 그룹 구성원들의 참여를 이끌고, 언어적 지지 개입을 하도록 한다.</li> </ul>
작별의식	<ul style="list-style-type: none"> <li>① 언어와 움직임</li> <li>② 세션에서의 움직임을 연결해 그룹이 함께 나누도록 한다</li> <li>③ 매시간 헤어짐 인사 의식 반복</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>① 기억 움직임을 연결해 세션 안에서의 자기경험 과정을 현실과 연결될 수 있도록 한다.</li> <li>② 그룹의 이슈에 대해 정리하고 그것을 긍정적으로 수용하도록 중재한다.</li> <li>③ 긍정적 수용의 감각화를 위해 언어와 움직임의 일치된 표현을 이끌어주어 자기강화를 형성하도록 돕는다.</li> <li>④ 자기 존중감을 형성할 수 있도록 리듬에 맞추어 그룹 움직임으로 정리하도록 한다.</li> <li>⑤ 매시간 눈을 마주치며 헤어지는 인사를 나누도록 한다.</li> </ul>
	<p>참: 일시정지</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>① 치매노인의 특성을 배려하여 회복을 위해 또한 세션의 보조를 맞추어갈 수 있도록 일시정지 시간을 세션 중간에 마련하도록 한다.</li> <li>② 일시정지시간은 시작의식 이후 또는 작별의식 전에 갖는다.</li> </ul>

#### 4. 치료 준비과정

- 1) 대 상 : 80대 후반 여성치매노인 그룹
- 2) 인 원 : 여성 치매노인 5명 & 자원 봉사자 1명
- 3) 장 소 : 물리치료실  
 지하에 있는 물리치료실은 온돌방으로 한쪽 벽면으로 침대가 있으며 창가 쪽으로 물리치료 기구가 있어 안전함을 위해 통제가 가능한 여유 있는 앞 쪽의 비어진 공간으로 하였다.
- 4) 시 간: 주 1회 - 세션시간 ; 50분
- 5) 기 간: 12 회기
- 6) 준비물: CD Player, 소품(실, 공, 한지, 풍선, 목침)
- 7) 내 용: 자신을 긍정적으로 수용하도록 치료목적을 두고, 안정된 보호와 신체 지각을 목표로 다양한 터치, 신체지각, 소품을 이용한 움직임방법으로 구성되었다. 또한 매회기 일시정지-쉬의 시간에는 자연스러운 터치를 이용한 마사지를 구성하였고, 상황에 따라 시작의식 이후 또는 작별의식 이전에 자유로운 구조로 진행하였다.

표 4. 치매노인들을 위한 무용치료

과정	회기	목 표	내 용	준비물
치료 초기	1	그룹간의 친밀감과 치료사와의 관계형성	터치 마사지(TM) 만남을 나누는 인사움직임	음악CD
	2	그룹친밀감과 신뢰 형성	이완 움직임, TM	음악CD
치료 중전기	3	호흡지각과 친밀감 형성	감각을 깨우는 리듬움직임, TM	음악CD
	4	감각지각과 신체인식	손을 이용한 움직임, TM	음악CD
	5	신체지각과 감정과 정서표현	생활 움직임, TM	음악CD
	6	신체지각과 심리적지지 형성	발 움직임, TM	음악CD
치료 중후기	7	감각지각과 내적지지기반 형성	풍선을 이용한 터치움직임, TM	음악CD 풍선
	8	감각지각과 정서 공감	공을 이용한 회상움직임, TM	음악CD공
	9	감각인지와 자기강화	실을 이용한 회상움직임, TM	음악CD실
	10	감각인지와 긍정적 자기수용	한지를 이용한 회상움직임, TM	음악CD 한지
치료 중반기	11	자기인식과 그룹정리	그동안 세션에서의 움직임, TM	음악CD
	12	긍정적 자기수용과 그룹정리	표현 언어를 통한 움직임, TM	음악CD



## 5. 치료 진행과정

치료과정은 치료초기, 치료중전기와 치료중후기 그리고 치료중반기로 구분하여 목표와 구조에 따라 적용한 무용치료 구성요소와 내용을 정리기술 하였다. 또한 세션 안에서의 치료사의 개입을 서술하였으며, 움직임을 통한 회상과정을 사례로써 밝혔다.

### 1) 치료 초기 (1-2회기)

#### (1) 목표 및 구조와 내용

표 5. 치료초기 목표 및 구조와 내용

치료목표	그룹간의 친밀감과 치료사와의 관계를 형성하도록 한다.
세션구조	내 용
시작의식	* 손을 잡고 이름을 물어 인사나누기 ① 손을 뜨겁게 해주기 - 각자의 이름 붙여 박수치기
주제탐구	② 손으로 할 수 있는 움직임 - “조막조막, 곤지곤지, 짹짹, 짹짹, 짹짹, 짹짹”하고 리듬에 맞추어 그룹의 움직임을 나눔-나열된 노래 모두를 연결하고 움직임도 연결하여 리듬과 움직임 ③ 아기재우기-(짹 움직임) - 자장가를 부르는데 모두 다른 자장가를 부르면서 쓰다듬거나 토닥여주거나, 가슴에 손을 얹어두고 짹을 재워주기
작별의식	쉽: 일시정지 : Touch Massage ④ 먼저 돌아서서 가는 아이 떠나보내기 ⑤ 서로 손을 잡아 손으로 파스함을 나누어 좋았고 서로 어깨에 손을 올려 만져주면서 인사를 나눔
치료사의 개입	- 손으로 할 수 있는 것을 질문하여 회상으로 유도함. - 잃어버린 자식에 대한 감정과 정서들을 오랫동안 가지고 살아온 치매노인들에게 감정과 정서들을 공유하게끔 하고, 회상에 대한 정서가 수용되어질 수 있도록 그 대로 머물러 터치로써 긍정적 감정과 정서의 수용을 중재함.

#### (2) 회상과정

표 6. 치료초기 세션에서의 회상과정

과정	치료사 (T)	그룹의 반응과 회상내용
시작	어떻게 하면 손을 따뜻하게 할 수 있나요?	B할머니의 손등 비벼주기, P할머니의 박수치기, A할머니의 손 비비기
주제 탐구	T: ‘우리가 손으로 할 수 있는 것들이 뭐가 있을까요?’	B: 할머니님이 손을 쥐고 퍼기를 해 보이며 A: ‘짹짹’이라고 하며 모두가 움직임을 따라함. B: ‘조막조막’ P: ‘짹짹’.

과정	치료사 (T)	그룹의 반응과 회상내용
주제 탐구	<p>T: ‘또 손으로 할 수 있는 것이 무엇이 있을까요?’</p> <p>T: ‘이렇게 하나까 뭐가 생각 나시나요?’</p> <p>T: “그래요 지금은 장난감들로 대신하고 있죠”</p> <p>T: ‘네에, 그럼 먹고 자고 놀고 하는 아이들을 재우실 때는 어떻게 하셨나요?’</p> <p>T: ‘그럼 우리 서로 아기 재우기도 해봐요’ 짝을 짓고 아기 재우기를 해 보았다.</p> <p>K의 얼굴 만져주기가 정말 편 안하다고 알려면서 T: ‘얼굴 눌러주기도 한 번 해봐주세요’</p> <p>T: ‘네에?’</p> <p>T: ‘그렇군요, 마음으로 만져 주시니 더 좋으네요’</p> <p>T는 H와 눈이 마주쳤다. 생각나셔서 그러시는 거죠?’</p> <p>‘네에 그러셨군요, 먼저 보내신 아드님이 생각나셔서 그러시죠. T는 옆에 앉아 가만히 등을 쓰다듬고 앉아 있었다.</p>	<p>언어 리듬과 함께 이 움직임을 하면서 집중되어지기 시작함.</p> <p>A: 손바닥에 손가락을 짚어 보이며 ‘곤지곤지’ 모두 이것을 따라했고, P: 자기이름 박수치기 함. 이에 움직임에 리듬을 실어 B: ‘ 짹 짹 짜꿍’이라고 하면서 리듬에 맞추어 박수치기를 하여서 모두가 함께 이 리듬에 맞추어 반복하여 움직임을 함.</p> <p>A: “예전엔 아기를 볼 때 방법을 몰라 애를 많이 썼어. 어른들이 일일이 아기에게 재롱을 보여 달래곤 했는데, 지금은 기계가 다 한다”고 하며 얼굴을 찌푸렸다.</p> <p>‘짹짹’, ‘짐짐’, ‘조막조막’과 ‘곤지곤지’ ‘ 짹 짹 짜꿍’을 움직임과 리듬을 모두 이어 붙여서 그룹이 나눔.</p> <p>B: “예전에 이러면 아기가 놀았다. 혼자 놀다가 이렇게 해 주면 방실거리면서 아기들은 이렇게 어른이 하는걸 보고 모두 배웠다”, “그렇게 놀아주면 이내 잠들어 버리고 자고 묵고했다”</p> <p>B: 자신의 가슴에 손을 얹고는 토닥거리며 자장가를 부른다. 할머니마다 자장가 노래도 다르고 재우는 것도 달랐지만 우리는 그 속에서 서로를 나눌 수 있었다.</p> <p>P: ‘큰 얘기에~’라고 하면서 웃고는 엉덩이도 두드리며 이야기를 나누며 재우기를 함.</p> <p>A: 쓰다듬기를 하여 재우기 K: 재우기를 조금 하다가 T의 얼굴을 손끝으로 쓰다듬는다.</p> <p>A: ‘마음이 없으면 만져지지가 않지’</p> <p>A: ‘선생님 마음이 진실하니까 K가 얼굴을 만지는 거지’</p> <p>P: ‘그럼, 마음이 안 닿으면 얼굴을 만지지 않지’</p> <p>A: ‘선생님 마음이 진실해서 그런 거야’라고 하며 웃는다.</p> <p>서로를 만져주고 재우기를 하는데, 치는 소리가 크게 들려 앞을 보니 H가 B가 옆으로 누워 있는 등을 힘 조절이 되지 않고 크게 쳤다.</p> <p>B: ‘그렇게 치면 얘기가 깬다’ ‘그렇게 치는 게 아니라 토닥토닥 가만히 재워야 잠을 잔다’</p> <p>H가 얼굴을 찌푸리고 눈물을 보이며 T를 바라보았다.</p> <p>H는 자신의 볼에 치료자의 얼굴을 닿게 하고서 손으로 T의 한쪽 뺨에 손을 얹어 두고 먼저 보낸 아들 둘이 생각난다고 하며 울었다</p> <p>H: 고개를 끄덕이면서도 눈물을 보임</p> <p>옆에서 B: ‘먼저 가는 자식은 웬수라’, ‘자식은 빛 갠이라고 오는 웬수라’ ‘먼저 가는 자식은 뒤돌아 가면서 지는 빛을 다 갠아 받았다고 싱긋이 웃고 간다’.</p> <p>그렇게 말을 반복하고는 다시</p> <p>‘뒤돌아서 가는 자식은 빛 다 갠아 받았다고 싱긋이 웃고 가는데, 부모만 가슴이 아파서 애가 닳아 울고불고 난리라’ 하며 부모만 가슴을 부여잡고 애가 닳는다고 한다.</p> <p>그러면서 그 이야기는 계속 반복되어졌고, 이야기를 듣는 동안 할머니들 모두가 잃었던 자식이야기를 하면서 모두 하나, 둘은 잃은 자식이 있다는 이야기를 해 주며 ‘옛날엔 다 그랬다’면서 서로를 격려 하였다.</p>

과정	치료사 (T)	그룹의 반응과 회상내용
주제 탐구	<p>이 때 봉사자 선생님이 ‘근데 할머니는 그 이야기를 어디서 들으셨어요?’ 하고 묻는다</p> <p>T: ‘뒤돌아 가면서 웃는 자식을 어떻게 보내면 좋을까요?’</p> <p>T: ‘그럼 우리도 같이 누워서 웃으며 보내 볼까요?’</p> <p>T: ‘할머니께서 하실 수 있을 때 하시면 되지요’</p>	<p>B: “내가 아이를 잃을 때 주변 어른들이 정신 나라고 들려주신 이야기야” ‘그 이야기를 듣고 정신을 차려 살 수 있었다’고 이야기를 반복</p> <p>놀랍게도 옆에서 울던 H가 잠시 추슬러지며 자신으로 되돌아왔고, B는 가만히 H의 등을 쓸어내려 주며 B‘이제 정신이 차려지지’하고는 또 한 번 그 이야기를 해 주고 그렇게 생각하면 그만 정신을 차리고 살게 되는 거라고 했다.</p> <p>다른 분들도 그렇다고 하며 서로를 지지해 주는 것을 보면서 그 분들 사이에 보이지 않는 마음의 통로와 격려가 다가왔다.</p> <p>P: ‘그눔은 누워서도 웃는다’</p> <p>A: ‘웃으면서 보낼 수 없을 것 같은데’</p> <p>A: 웃으며 ‘그래, 하고 싶을 때 하면 되지?’ 라고 하시며 안심하시며 눈을 감고 누웠다</p>
쉼	<p>T는 다소 긴장된 기억에서 조금 편안해지고 안정된 시간이 되기를 바라며 한분씩 몸을 쓸어드렸다.</p> <p>T: ‘졸리시면 그냥 주무셔도 좋으세요’</p>	<p>잠시의 휴식을 갖고</p> <p>일어나 앉아서 서로의 손을 잡아, 오늘은 손으로 따스함을 나누어서 좋았다고 인사를 나누고 다음 주에 만나 뵙기를 약속하면서 서로 어깨에 손을 올려 만져주면서 인사를 나누며 정리를 하였다.</p> <p>이에 ‘벌써 다 끝났냐’, ‘시간이 빨리 갔다’, ‘아쉽다’, ‘또 오느냐’</p>
정리	<p>치료자는 앞으로 매주 계속 올 거라고 말씀드리고 인사를 드렸다. 우리는 서로 아쉬움을 손을 잡아 나누었고, 노인 분들은 이렇게 세션을 정리</p>	

## 2) 치료 중전기 (3-6회기)

### (1) 목표 및 구조와 내용

표 7. 치료중전기 목표 및 구조와 내용

치료목표	신체지각과 감정과 정서표현
세션구조	내 용
시작의식	<p>* 눈 맞추고 마주보고 이름 불러드리며 인사나누기</p> <p>① 새순과 자연에 대한 이야기</p>
주제탐구	<p>② 날씨와 연결된 생활 움직임</p> <p>- 바람, 장마, 겨울의 생활움직임을 이야기 나눔(날씨에 따라 다른 감정과 정서표현)</p> <p>③ 손으로 할 수 있는 생활움직임</p> <p>- 바느질하기, 먹여주기, 밭에서 캐는 것, 설거지, 빨래, 청소, 물 길러 오기</p>

치료목표	신체지각과 감정과 정서표현
세션구조	내 용
작별의식	<div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">           쉽: 일시정지 : 호흡과 Touch Massage         </div> ④ 서로 손을 잡아 손으로 따스함을 나누며 인사함
치료사의 개입	- 날씨를 주제로 이야기를 하여 움직임을 유도해 낮은 무드에서 변화를 유도함 - 날씨변화에 무엇을 하였는지 질문을 통해 회상을 유도 - 계절을 회상해 생활 움직임을 유도하여 그룹의 역동

## (2) 회상과정

표 8. 치료중전기 세션에서의 회상과정

과정	치료사 (T)	그룹의 반응과 회상내용
시작	비가 내려 유난히 가라앉은 분위기, 인사를 나누고 T: '창밖으로 은행잎이 떨어지는 것 같다'	P: '저렇게 낙엽이 모두 쓸어져 내리고 떨어져야 다시 새순이 돋는 거' B: '낙엽이 다 지고 나야 새순이 다시 살지'하며 손을 내밀어 손톱만큼의 양을 만들어 보였다. 그리고는 '그렇게 새순이 나야 또 파래지지.. 자연이 그런 거라' P: '여름 장마에 농사지을 때를 생각하면 지겹다'
주제 탐구	T: "비가 내리면 무얼 하셨었느냐" T: '또 무얼 하신 기억이 있으시냐 지난 시간처럼 손으로 할 수 있는 것들을 다시 만들어 움직임	A: '부침개를 먹는 게 최고여' P: '여름에는 농사 때 힘들었다, 겨울에는 그제 아무것도 할 것이 없으니 방안에서 먹는 게 최고지' - 바느질을 하신 기억에 대해 이야기 - 서로 먹여주기를 하고, 밭에서 무언가를 캐는 것, 설겅이 하는 모습, 바느질을 하는 모습, 빨래하는 것, 청소하고, 물 길러 오는 것을 하면서 잠시 웃음이 나기도 했다. - 물동이를 머리에 이고서 걷는 것처럼 허리를 움직이면서 한 손을 머리 위에 올리시며 걷는(물론 앉아서 엉덩이를 살짝 옮겨 보이고, 허리를 흔들어 걸음 리듬을 보여줌) 흉내를 냈는데 거기서 우리는 서로의 모습을 보며 잠시 웃음 - 할머니들끼리 서로의 모습을 이야기하며, 과거에 자신들이 물을 길던 기억에 대한 이야기
쉽	누운 상태에서 호흡을 알려드리고 숨쉬기를 하였고, 한 분씩 신체 낙엽 쓸기	몸 쓰다듬어주기를 해 드렸는데, 한 분이 졸리웁다 하셔서 잠시 눈을 감고 주무셔도 좋다고 하고 휴식을 갖고서 우리는 서로 일으켜 세워 주고 손을 잡고 다시 둘러앉았다.
정리	서로의 손을 잡아 따스함을 나누자고 하여 세션을 정리	

### 3) 치료 중후기(7-10회기)

#### (1) 목표 및 구조와 내용

표 9. 치료 중후기 목표 및 구조와 내용

치료목표	감각지각과 감정과 정서공감
세션구조	내 용
시작의식	① 이름을 불러주며 공을 주고받기, 발차기로 공 주고받기
주제탐구	② 공을 이용한 움직임으로 일제강점기 시대의 학창시절 배구선수 회상 움직임 ③ 세라북을 입은 여고생의 모습, 눈치보고, 감시하고, 일본노래, 일본어 ④ 일제강점기 시대의 독립군을 숨겨줌을 회상 움직임
작별의식	쉽: 일시정지 : Touch Massage ⑤ 언어- '수고했다', '고생 많았다', '애썼어'-와 터치 움직임
치료사의 개입	- 공 움직임으로 움직임 확장 - 학창시절의 회상으로 일제강점기 시대의 기억에 대한 공포의 신체반응을 안정 되도록 언어적 개입과 터치로의 감정과 정서적 중재

#### (2) 회상과정

표 10. 치료중후기 세션에서의 회상과정

과정	치료사 (T)	그룹의 반응과 회상내용
시작	작은 소프트 공을 준비하여 공을 굴려 서로 주고받기 하며 인사 나누며 시작	인사하고 할머니들에게 서로의 이름을 부르며 전달해 보는데 모두 서로를 잘 기억해 주었다. 공굴리기로 움직임이 확장되어지고 그룹에는 활력이 생겨나기 시작
주제 탐구	평소 다리가 불편한 분이 별떡 일어나서 놀람 T: '와 할머니 빠르시네요. 고맙습니다' A의 던지기 힘이 세져서 T: '저 주세요' 중재. T: '할머니, 정말 잘 던지시는데요. 공을 드리니까 막 뛰시겠어요' T: '아, 할머니 농구선수셨어요? 와~ 언제요?'  T는 할머니들 이야기를 알아	속도가 나면서 신나게 굴렀고 빠져나갈 뻔한 공을 발로 막거나 손으로 막음 P가 발차기로 막아, 그룹은 'P의 발차기'로 굴러보기를 하였으며 목소리도, 힘도 점차 더욱 활력 있어졌다  공이 그룹 밖으로 굴러갔는데 A가 별떡 일어나서서 공을 주워 왔다. A는 얼굴에 웃음이 가득하고 의기양양한 표정을 짓고는 팔을 길게 뻗어 올려 던지기를 시작 그룹은 모두 신기하게 쳐다봄, B: A를 보며 '아주 신났다' 모두 그 모습을 보며 한마디씩 칭찬 A는 자리에서 일어나 '그럼. 내가 농구선수였잖아, '그때 내가 잘나갔었지'하며 일어나서 다양한 농구 포즈 보여줌 A: '학교 다닐 때, 학교 대표였어. 내가' 다른 할머니들도 올려

과정	치료사 (T)	그룹의 반응과 회상내용
	<p>들을 수 없어 어떻게 할지 몰라하며 당황함</p> <p>T: ‘어, 이거 무슨 노래예요?’ 제목을 못알아들음.</p> <p>T: ‘할머니 무슨 노래라구요?, 전 잘 모르는데, 가르쳐 주실래요?’</p> <p>T: ‘아, 그래서 제가 몰랐군요. 저는 일본말도 노래도 몰라세요’</p>	<p>다보며 ‘그래서 공 가지고 잘 노는구나’하며 해보라고 한다.</p> <p>A: 는 몸을 이리저리 움직여 농구하는 모습을 보여줌</p> <p>그러면서 학창시절이야기를 서로 나누고 낮게 노래를 부름</p> <p>할머니들은 ‘학교 다닐 때 불렀잖아’하고 제목을 말함</p> <p>K가 ‘일본노래야’하며 웃는다.(처음으로 웃음)기</p>
중재	<p>소외된 분이 없는지 보았는데 공</p> <p>잡아 할머니들이 부르는 노래에</p>	<p>던지기 할 때 적극적으로셨던 P가 가만히 있는 걸 보고 P의 손을 맞추어 손에 리듬을 전달</p>
주제 탐구	<p>노래가 멈추고</p> <p>T: ‘할머니 이 노래 부르실 때가 몇 살 이셨어요?’</p> <p>T: ‘그럼 이름도 일본이름이셨어요?’</p> <p>T는 그 순간 그분들이 일제강점기 시대에 살았던 것이 실감이 되었고, 억압된 시대의 모습을 마치 영화의 한 장면을 보듯 또렷하게 마주하고 있는 기분</p> <p>T: ‘괜찮으세요?’</p>	<p>‘학교 다닐 때, 세라 복을 입고’ 하시며 전부 웃으시는데 모두 표정이 소녀 같았다.</p> <p>‘그래. 그때는 다 세라 복을 입었지’ 하시며 손을 가슴 쪽으로 올려 세라 복의 칼라 모양을 만들어 보이면서 모두 웃으며 학교 때 이야기를 한다.</p> <p>서로 손을 잡고, 그렇게 교정을 거닐고, 머리도 단정하게 땡았었다고 하시면서 소녀들처럼 추억하며 이야기 하고, 옆에 분과 함께 손잡는다. A는 그 때 농구선수로 학교 대표를 하였다며 자랑 그리고 학교 안에서는 절대로 뛰면 안 된다고 하셨고 학교에서는 한국이름을 불러서도 안 되고, 일본말만 해야 한다고 한다.</p> <p>할머니들은 세라 복에 이름표가 마치 지금 옷에 달려 있는 것처럼 가리키며 자신들의 일본 이름을 이야기</p> <p>손을 잡으신 두 분이 같이 어깨를 마주하고 나란히 앉아 몸을 앞으로 내미시면서 ‘눈을 마주치면 안 돼’ ‘이렇게 같이 가도 서로 마주보면 안 돼, 앞에 누가 와도 눈을 마주치지 말아야지’ ‘서로 감시하니까, 조심해야 돼’</p> <p>- 그 말에 동의하면서 다른 분들도 그 순간 모두 긴장하여 몸을 세우고 고개를 똑바로 하고 눈을 내려 옆으로 힐끗 쳐다봄</p> <p>옆에 있던 P가 내 손을 뿌리치면서 몸을 피하더니 뒤쪽에 웅크리고 마치 무엇 뒤에 숨어있는 모습으로 고개는 들지 못하고 눈만 치켜 눈치를 살피시면서 ‘난 아니야.’</p> <p>P: ‘난 아니야. 난 엄마랑 밥했다.’라고 한다. T: ‘어머님과 밥을 하셨어요?’ P: ‘난 군인들 숨겨주고 밥만 했어’</p>
중재	<p>T: ‘아, 그러셨군요. 할머니께서는 군인들을 위해 어머니를 도와 그분들에게 밥을 해드렸군요. 그래서 저희가 이렇게 편안한 나라에서 살게 되었군요. 고맙습니다.’</p> <p>T: ‘학교시절 농구도 하시고, 세라 복도 입으시고, 머리도 땡으시며 노래도 잘 부르시고요 또. 군인도 도와주시고, 이렇게 할머니들 덕분에 저희가 건강하게 우리나라에서 살고 있는 거네요. 그쵸. 감사합니다.’</p> <p>할머니들을 향해 공손히 인사</p>	

과정	치료사 (T)	그룹의 반응과 회상내용
	T는 할머니들 한분 한분과 눈 맞춤을 하며 서로 손을 잡고서 가까이 그룹을 모아지게 하여 수고하신 손을 토닥여주면서 감사 인사를 드렸다.	
쉽	다시 한 번 ‘저희를 지켜주셔서 감사합니다.’하고 인사	그리고 서로에게 “수고했다”고 나누게 하였다. 그러면서 조금 전의 긴장은 서서히 안정되어지는 것 같았고, 우리는 서로의 어깨에 수고했다 해주고, 등을 토닥여주며 “고생 많았다”. 손을 잡아 “애썼다” 하고 쓰다듬어 주었다.
정리	서로의 등에 손을 얹어 두고 쓸어주면서 잠시 머물러 있다가 마지막 인사를 나누고 헤어졌다.	

#### 4) 치료 종반기(11-12회기)

##### (1) 목표 및 구조와 내용

표 11. 치료종반기 목표 및 구조와 내용

치료목표	자기인식과 그룹정리
세션구조	내 용
시작의식	① 쓰다듬어주고 털어주는 터치움직임으로 만나기
주제탐구	② 그동안 세션에서의 움직임 기억하여 그룹과정 움직임으로 나눔 (“애기 재우기”와 자장가, 공치기와 “뽕깡”, “조막조막, 곤지곤지, 짹짹 짹짹”, 자식을 떠나보내며 애도하던 쓰다듬기, ‘에잇’하며 공치기, 두드리기와 다리차기) ③ 세션에서의 움직임을 연결하여 리듬으로 함께하기
작별의식	쉽: 일시정지 : Touch Massage ④ 인사말과 터치 ⑤ 서로 손을 잡아 마지막 헤어지는 인사를 나눔
치료사의 개입	서로가 잘 할 수 있었던 움직임을 격려하도록 하고, 그 움직임이 일어났던 상황에 대해 나눔.

##### (2) 회상과정

표 12. 치료종반기 세션에서의 회상과정

과정	치료사 (T)	그룹의 반응과 회상내용
시작	만나면서 시작되었던 터치으로 마지막 시간을 시작	짜이 되어 신체 관절 하나하나 쓰다듬어주고, 털어주면서 이제는 서로를 만지는 것에 몸을 내어주시는 모습들이 관찰 된다.
주제 탐구	T: ‘이렇게 많이 쓸어주시고 쓰다듬어 주셨는데, 뭐가 제일 생각나세요?’	‘애기 재우는 거’ 그래서 쓰다듬기를 해주고 애기 재우기를 하였다. - 애기 토닥여 재우는 다양한 모습들과 자장가를 불러준다.

과정	치료사 (T)	그룹의 반응과 회상내용
	<p>T: ‘애기 재우는 거 어떻게 하셨어요?’</p> <p>T: ‘또 기억나시는 것 있으세요?’</p> <p>T: ‘또 기억나는 거 무엇이 있을까요? 오늘은 그동안 하셨던 움직임 기억해서 나누어 보려고 해요’</p> <p>이에 치료사는 아무말없이 그 마음을 읽어드렸다. 아마도 자식을 보내고 함께 나누었던 Touch을 기억하시는 것 같았다.</p> <p>T: 모두에게 H의 쓰다듬기를 해보자고 함</p>	<p>- 쓰다듬어주며 주의를 기울여 집중하는 모습이였다.</p> <p>B: ‘조막조막’하였다. 우리는 함께 아기놀이를 하였다. B할머니의 “조막조막, 끈지끈지, 짹짹 짹짹”을 다시 기억해가면서 움직임을 이어 맞추면서 함께했다.</p> <p>기억이나고 본인이 잘했던 것을 말한다. 먼저 A의 ‘공치기’를 하며 우리는 할머니가 농구선수였던 것도 함께 기억해 주고 나누었다. 또 ‘뽕깡’이라고 하여서 우리는 할머니의 발로 뽕깡 놓는 모습을 기억하며 나누었다. H할머니는 손을 잡고 쓰다듬어주면서 기억함을 알려주셨다</p> <p>H할머니도 마주보시며 그저 움직임만 나누면서 고개를 끄덕이신다.</p> <p>우리는 각각 모두 서로에게 쓰다듬기를 나누었다.</p> <p>K는 공을 치는 시늉과 함께 ‘에잇’하고 소리를 내었고 표정과 함께 보여주었는데, 그룹은 이런 할머니를 보며 모두 웃었다. ‘P의 두드리기와 다리차기’, 이것은 세션 중간부터 P의 움직임으로 이름 붙여진 것으로 P는 자신 있고 힘찬 소리와 함께 보여주었고, 우리는 신나게 나누었다</p>
쉽	그룹은 각자의 움직임에서 있었던 일들을 몇몇 기억하며 나누어주었고, 더 잘하게 된 것 같다고 한다.	
정리	우리는 그동안 나누었던 움직임을 연결해 리듬으로 나누고, 움직임을 통해 서로의 기억을 나누면서 이야기하고 마지막 인사로 서로 터치하면서 인사말을 나누었고 손을 잡아 한 분 한 분 마지막 인사를 나누고 헤어졌다.	

## 6. 치료 종결 평가

본 연구에서는 치매노인들에게 무용치료를 적용하여 움직임을 통한 기억의 재 경험의 과정과 회상에서 일어나는 정서반응과 신체 움직임의 변화를 보고자 하였다.

움직임의 변화는 Effort, Space, Shape을 통해 관찰할 수 있는데, 특히 Shape는 인간의 내적 충동이나 동기를 의미하는 Effort가 외부의 움직임 형태로 나타나는 것으로 우리의 몸이 환경에 즉각적으로 적응하면서 변화되는 움직임에서 관찰되는 것이다. Warren Lamb이 제시한 Shape의 3가지 유형은 움직이는 사람이 환경을 의식하는 정도에 따라, 환경을 전혀 의식하지 않을 때에 나타나는 움직임의 형태는 Shape Flow로, 환경을 의식하기 시작하



는 단계의 움직임 형태는 방향 지향적 Directional Shape로, 그리고 환경을 완전히 의식하고 조화를 이루는 움직임의 형태는 Shaping으로 구별된다. 또한 다양하게 변화하는 움직임의 Shape를 분석함으로써 개인인의 성격과 개성도 파악할 수 있다. 정신분석학자인 Judith Kestenburg는 Lamb의 Shape 이론을 자신의 연구에 적용한 학자로 인간의 내적 상태에서 비롯된 움직임이 환경과 관계하는 과정에서 일정한 형태를 갖고, 특정 움직임의 형태가 움직이는 사람의 심리상태를 반영한다는 근거를 제시했다 (신상미, 김재리. 2010:121,122).

따라서 본 연구에서는 퇴화와 퇴행으로 제한된 움직임과 공간을 사용하는 치매노인들의 Bound Flow Effort와 Narrowing되고 Hollowing되는 Shape Flow의 첫 관찰 움직임에서 회상으로 현실과 연결되어 환경이라는 공간을 통해 움직임이 어떻게 변화 되었는지 관찰하고자하였으며 관찰된 움직임을 Effort, Space, Shape의 변화로써 살펴보았다.

이에 총 12회기의 무용치료를 마치는 마지막 Session에서 관찰된 대상자들의 움직임을 토대로 Effort, Space, Shape으로 구분하여 첫 움직임의 관찰과 비교하여 그룹의 움직임 변화를 표로 제시하였으며, 개별적인 변화는 신체적 특징과 표현의 변화를 기술하였다.

표 13. 그룹의 움직임 변화

평가범주	초기 평가	종결 평가
Effort	신체는 전반적인 긴장으로 Bound Flow가 관찰되며, 환경과의 관계에 초점을 두지 않고 주의를 기울이지 않는 Indirect Space로 Effort States는 Remote State가 관찰된다.	신체는 전반적인 긴장에서 이완되어지는 변화를 보여 Bound Flow에서 Free Flow가 보였다. 주의 집중이 형성되고 상호관계가 형성되면서 초점과 함께 direct Space로의 변화가 있었다. 또한 Session의 움직임 과정 속에(공 던지기, 공치기, 박수) Strong한 Weight과 Touch에서 조절되지 않았던 힘의 사용이 조절되면서 Light Weight이 보였다.
Space	신체는 Low level로 Kinesphere에서 Near Space의 움직임을 보여 지며 주위 환경과의 관계에 초점을 두지 않고 주의를 기울이지 않는 Indirect 한 것이 관찰된다.	신체의 움직임은 Session에 따라 확장됨이 달랐는데, 전반적으로 Middle Space로 움직임의 범위가 확장되었다. 주의집중과 환경과의 관계에 초점이 형성되면서 Direct로 변화되었다.
Shape	다양한 공간에서 몸의 형태는 각 관절 뿐 아니라 전체적으로 오목한 형태로 머물러 있으며 낮게 내려앉은 자기 방어적인 형태로 Narrowing되고 Hollowing되는 Shape Flow가 관찰된다.	퇴화된 신체로 인해 오목한 형태가 유지되고 있으나 회상을 통한 움직임에서 Lengthening되고 Widening되는 Shape Flow가 관찰된다. 또한 외부자극에 반응하게 되면서 Directional Shape와 적극적인 움직임의 형태로 Shaping이 나타났다.

## 2) 변화된 개별적 특성

- ① K는 말을 하지 못하였는데 점차적으로 말을 작고 느리게 하게 되었다.
- ② H는 불편하고 외부적으로 이상해 보였던 눈이 또렷하게 변화되었다.
- ③ A는 불편하던 다리가 일시적 호전상태를 보였다가 다시 돌아왔다가 이후 점차적으로 완되어져 조금씩 호전되어가는 변화를 보였다.
- ④ P는 늘 못한다 하시면서 그룹을 리드하셨는데 세션중간에 잠시 퇴행을 보이시다가 자기만의 특징적이고 개성적인 움직임 만들어 가면서 강화됨을 보였다.
- ⑤ B는 손이 야구 글러브만큼 부어오르는 신체화 증상을 보이시다가 실 움직임의 회상을 통해 나아지시면서 그룹 안에서 늘 안정을 유도해 주고 그룹간의 조절의 역할을 하였다.

## IV. 결론 및 제언

본 연구는 Hill(2001)의 치매노인을 위한 보호관점의 무용치료 구성요소를 근거로 이를 활용한 무용치료를 치매노인에게 적용하여 움직임을 통해 일어나는 기억의 재경험 과정을 밝히고자하였으며, 이러한 회상과정으로 치매노인들에게 일어나는 정서반응과 신체 움직임의 변화를 사례로써 고찰하고자 하였다.

이를 위해 연구 대상은 서울시 M구에 소재한 재가노인복지센터를 이용하고 있는 80대 후반 여성중증치매노인 5명으로 하였다. 또한 본연구의 무용치료는 오랜 기간 동안 치매노인을 대상으로 임상을 한 무용치료사 Heather Hill(2001)의 구성요소-구조와 아이디어들을 적용한 무용치료를 주1회 50분씩 총12회기를 실시하였다.

본 사례연구의 결과로 움직임을 통해 일어나는 기억의 재경험 과정은 치매노인들에게 각자 개성화되고 안정감을 통한 긍정적 감정과 정서반응이 있었으며, 이러한 감정과 정서는 억압된 부정적 감정이 반영된 치매노인들의 신체움직임에 변화를 주었다.

### 1) 치매노인들의 감정과 정서반응

- ① 이름을 불러주는 움직임으로 개성화 하는 과정에서 그룹은 활력과 자기강화로 주의 집중이 되어 좋아하는 긍정적 감정과 정서반응을 보였다.
- ② 아이와 놀아주는 양육의 움직임 재 경험은 개인의 고유한 양육방식으로 개성화되고

소리움직임으로 통합되어 즐거운 감정의 정서반응을 보였다.

- ③ 과거에 잃었던 자식에 대한 기억으로 상실을 재 경험하는 과정은 슬픔의 부정적 감정과 정서를 보였으며 그룹의 공통된 경험을 공유하면서 감정을 직면하고, 상호관계 속에 지지되면서 감정을 수용하였다.
- ④ 계절과 날씨에 따른 생활움직임 회상의 재 경험은 가라앉은 치매노인의 무드를 활력 있게 하여 즐거움의 긍정적 감정과 정서반응을 보였다.
- ⑤ 생활움직임의 재 경험은 현재와 연결하여 치매노인들에게 여성성의 역할로 자기에 대한 만족감의 긍정적 감정과 정서반응을 보였다.
- ⑥ 물동이를 머리에 이고서 걷는 회상움직임은 각자 개개인의 특징적인 개성이 나타나 그룹 구성원 모두 즐거운 웃음과 자유로운 표현, 여성성 경험과 이야기를 통한 상호 관계형성과 긍정적 정서표현반응이 있었다.
- ⑦ 학창시절 배구선수였던 회상움직임의 재 경험으로 긍정적 자기강화가 일어났다.
- ⑧ 일제 강점기 회상으로 치매 노인들은 억압되어 긴장한 굳어진 몸의 형태로 부정적 정서반응을 보였다. 이것은 신체가 몸의 기억을 통해 그 시대의 억압된 감정과 정서를 반영한 것으로, 이완되지 못하고 긴장할 수 밖에 없었던 치매노인들의 정서 근원을 밝혀주는 것이기도 하다.
- ⑨ 각자 자기가 잘 하는 움직임에 대해 기억하고, 다른 사람의 움직임을 보면서 치매노인들은 서로에게 이전 시간보다 더 잘하는 것 같다는 칭찬과 지지로 긍정적 정서표현 반응을 보였다.
- ⑩ 말이 없었던 치매노인이 유머를 사용하게 되는 정서변화가 있었다.

## 2) 치매노인 그룹의 신체와 움직임의 변화

- ① 전체적으로 그룹은 눈 맞춤과 상호작용이 없으며 집중되지 않아 Indirect space했던 것에서 눈 맞춤이 형성되었고, 주의집중을 할 수 있게 되면서 Direct Space로 Effort가 변화 되었다.
- ② 신체의 긴장으로 움직임범위가 작고 상호작용이 없는 Personal Space를 유지하며 신체 사용범위가 Near Space하던 것에서 신체가 이완되면서 공간의 사용범위가 Middle Space로 확장되었으며 기억움직임에서 low level이었던 신체가 middle level과 high level을 보였다. 또한 타인과 공유되면서 상호작용과 외부자극으로 Directional Shape가 나타났고, 회상을 통한 적극적 움직임과 그룹 안에서 공감되는 관계 형성으로

Shaping이 나타나는 변화를 보였다.

- ③ 터치에는 매우 민감하게 반응하며 익숙하지 않고 거부를 보였었는데, 자연스러운 터치의 움직임에 나눌 수 있게 되었고 오히려 터치에 의해 신체적 감정과 정서적 긴장이 많이 완화된 것이다.
- ④ 가장 큰 변화로는 바닥에 누웠을 때 머리와 목, 다리가 바닥에서 떨어져 들려진 상태로 뻗뻗하여 Bound Flow를 보이던 신체가 바닥에 편안하게 이완되어 Free Flow가 나타나며 신체를 바닥에 내려놓고 편안해지는 변화가 있었다.

본 연구를 통해 무용치료 구성요소의 적용에 대하여 다음과 같은 효과도 있었다. 매 시간 반복되는 이름을 불러주는 인사의식은 신체인식과 치매노인들에게 개성화되고 보상과 자기강화에 긍정적이었다. 또한 터치는 언어화 과정과 함께 치매노인의 억압된 감정과 상실에 의한 감정과 정서를 보호하는 데에 긍정적이었다. 이러한 결과로써 회상을 유도한 무용치료 사례를 통해 나타난 여성 치매노인의 기억에 대한 인지 및 신체적, 정서적 변화들은 무용치료가 치매노인에게 있어 감각을 회복하고 기억을 유지하는 데에 적절한 치료 방법으로 활용도가 높다는 것을 시사하며 앞으로 장기적인 효과를 위한 연구와 치매관리를 위한 무용치료의 지속적인 연구가 이루어져야 할 것이다.

---

## 참고문헌

- 미국정신의학회, 이근후 외 14명(1995), **정신장애의 진단 및 통계편람 제4판**, 서울: 하나의학사.
- 민성길(1999), **최신정신의학 [제4개정판]**, 서울: (주)일조각.
- 강 희(2005), “치매노인을 위한 집단무용/동작심리치료 사례연구”, 한국무용/동작심리치료학회, **한국무용/동작심리치료학회지 Vol. 6, No 1.** 107-124.
- 권태연(2011), “차문화치료 통합프로그램이 치매노인의 인지기능과 일상생활수행능력에 미치는 효과”, 미간행, 석사학위논문, 성신여대 문화산업대학원.
- 김명숙(2005), “치매노인의 감정과 정서안정과 자기표현을 위한 그룹무용치료”, 한국무용/동작심리치료학회, **한국무용/동작심리치료학회지 Vol. 6 No 1.** 149-177.
- 김인숙, 김명숙 (2007), “노인-한부모-저소득 가정 아동을 위한 무용치료 멘토링 프로그램 효과 연구”, 한국무용/동작심리치료학회, **한국무용/동작심리치료학회지 Vol. 8, No.1** 23-52.
- 박현철(2009), “기억력회상 미술치료 프로그램이 치매노인의 인지기능과 삶의 질 향상에 미치는 효과”, 미간행, 석사학위논문, 원광대학교 동서보원의학대학원.
- 안경아(2009), “치매노인의 의사소통 향상을 위해 노래 만들기를 적용한 사례연구”, 미간행, 석사학위논문, 대구대학교 대학원.

- 서주연, 김명숙(2003), “노인을 위한 무용치료”, 한국임상예술학회 춘계학술대회 초록집. 5-9
- 신상미, 김재리(2010), **몸과 움직임 읽기: 라반움직임 분석의 이론과 실제**, 이화여자대학교 출판부  
서울: 한영문화사
- 엄선화(2009), “회상을 이용한 음악치료활동이 치매 노인의 인지기능에 미치는 효과”, 미간행,  
석사학위논문, 숙명여자대학교 음악치료 대학원.
- 윤혜선(2004), “노인의 자아통합감 증진을 위한 무용치료의 효과”, 미간행, 석사학위논문, 서울  
여자대학교 특수치료전문대학원.
- 이미정(2009), “회상을 유도한 노래활동이 치매노인의 인지와 우울에 미치는 효과”, 미간행, 석  
사학위논문, 숙명여자대학교 음악치료대학원.
- 이소영(2008). “시설치매노인의 기억력 회상을 위한 사진치료 사례연구-사진치료 기법개발을  
중심으로-”, 미간행, 석사학위논문, 원광대학교 동서보완의학대학원.
- 이승희(2007). “후기고령자의 삶의 질 향상을 위한 무용/동작 치료의 효과”, 한국무용/동작심리  
치료학회, **한국무용/동작심리치료학회지 Vol. 8. No.1** 53-72.
- 최윤정 (2011), “리듬운동을 통한 무용치료가 여성 치매노인의 인지기능과 기억수행 및 우울에  
미치는 효과”, 미간행, 박사학위논문, 강원대학교 대학원.
- Hill, H.(2001), *Invitation to the Dance: Dance for People with Dementia and Their Carers*,  
University of Stirling.
- Behar-Horenstein, L.S., & Ganet-Sigel, J. (1999), *The Art and Practice of Dance/Movement Therapy*,  
USA : Pearson Custom Publishing.
- Payne, H.(1992), *Dance Movement Therapy : Theory and Practice*. London : Routledge.