
 역자 서문 _ 3

 한국의 독자들에게 드리는 글 _ 5

도입 · 13

2007년 이후 달라진 점은 무엇인가 _ 14

전 세계적으로 수용적 음악치료는 어떻게 시행되고 있는가 _ 15

수용적 음악치료란 무엇인가 _ 15

능동적 음악치료, 수용적 음악치료, MI, GIM, BMGIM 간의 차이점 _ 17

책 개요 _ 22

제1장 수용적 음악치료의 기본 역량 · 25

수용적 음악치료 적용을 위한 의사결정 _ 25

경청 기술 및 언어적 중재 _ 28

언어적으로 클라이언트의 참여 유도하기 _ 33



제2장 수용적 음악치료를 위한 치료사의 음악 선택곡 · 39



- 음악의 요소 _ 40
- 음악의 복잡성 평가하기 _ 42
- 음악 장르에 대한 선호도 _ 44
- 음악 선정의 적절성 평가하기 _ 51
- 개인 세션을 위한 음악 선정하기 _ 52
- 그룹 세션을 위한 음악 선정하기 _ 56

제3장 초점화된 음악 감상 · 59



- 클라이언트의 참여 준비도 _ 59
- 개인이 음악과 맺은 기존 관계의 이해 _ 61
- 의도적으로 경청하는 태도를 갖도록 독려하기 _ 63
- 정서 조절 _ 66
- 각성 _ 69
- 의도적인 감상 _ 71
- 유익한/유익하지 않은 음악 감상 _ 74
- 주의사항 _ 81

제4장 플레이리스트 구성 · 83



- 도입 _ 83
- 음악치료 문헌에서 플레이리스트에 대한 참고자료 _ 84
- 음악 의학인가, 음악치료인가 _ 88
- 목적 파악하기 _ 90
- 트랙 파악하기 _ 92
- 트랙의 순서 배열 _ 95



전체 플레이리스트 검토하기 _ 97

주의사항 _ 104

결론 _ 106

제5장 노래 토의 및 가사 분석 · 109



도입 _ 109

장르 선택에 대한 고려사항 _ 112

가사 선택에 대한 고려사항 _ 115

관련된 노래 탐색하기 _ 116

누가 음악을 선택하는가에 대한 고려사항 _ 117

공격적인 클라이언트에게 반응하기와 공격적 주제를 다룬 가사 _ 127

우울감을 느끼는 클라이언트에게 반응하기와

우울을 표현한 노래 자료 _ 128

주의사항 _ 132

결론 _ 134

제6장 성인 클라이언트를 위한 음악 감상 및

음악유도이완 · 135



의도 _ 136

증상 완화를 위한 음악 청취 _ 136

이완 유도법과 이완 음악과의 결합 _ 139

이완 유도 기법 선택 _ 143

호흡으로 시작하기 _ 145

음악 선정 _ 146

라이브 음악 사용 _ 149

그룹 세션 _ 149

고려사항 _ 151

제7장 음악, 심상, 예술 매체 • 153



도입 _ 153

왜 음악과 심상을 결합할까 _ 154

심상의 유형 _ 155

아동을 위한 음악 심상 _ 157

성인을 위한 음악 심상 _ 162

음악과 예술 매체의 결합 _ 172

주의사항 _ 176

결론 _ 177

제8장 음악치료사 및 기타 전문가를 위한 최종 원칙 및 고려사항 • 179



‘무엇’이 아닌 ‘왜’ _ 180

원칙 1: 치료적 개입의 방향성 설정하기 _ 183

원칙 2: 음악 선호도 _ 185

원칙 3: 지속적으로 조정하기 _ 189

원칙 4: 음악 재생의 반복 _ 192

원칙 5: 음량에 대한 민감성 _ 195

원칙 6: 라이브 음악 vs 녹음 음악 _ 198

결론 _ 203



부록 A 이완 유도 스크립트 • 205



- 단기 이완 _ 205
- 단계별 구조화 또는 카운트다운 이완 유도 _ 207
- 자율 이완 유도 _ 209
- 색을 통한 자율 이완 _ 211
- 마음챙김 유도 _ 213
- 이완 유도에서 ‘빛’ 사용 _ 215
- 점진적 근육 이완(Jacobson, 1938에 기반) _ 218

부록 B 이완을 위한 음악 선곡 • 223





- 클래식 음악 _ 223
- 컨템포러리 음악(성악) _ 226
- 영화 음악 _ 227
- 뉴에이지 음악 _ 227


부록 C 아동을 위한 심상 스크립트 • 229



- 흰 구름 유도 _ 229
- 눈 세상 유도 _ 230
- 소나무 숲 유도 _ 230
- 바다 위 일출 유도 _ 231
- 산 오르기 유도 _ 231

 역자 후기 _ 233

 참고문헌 _ 237

 찾아보기 _ 250