

보건교육사업 <프로그램>에 대한 소고

연세대학교 간호대학

이 경 자

보건교육은 건강사업 전달 체계의 중대한 부분이다. 질병 예방과 건강증진이라는 인간의 기본욕구를 만족시키는 것이 보건교육의 새로운 초점이 되고 있다. 모든 사람들, 어른, 청소년, 심지어는 어린아이들 까지도 자신들의 건강을 관리 하는데 있어서 참여자(participant)가 되는 것이 중요하다. 의뢰인 들에게 자신의 건강관리를 맡기고 지시 하는대로 따르는 것이 아니라 능동적인 참여를 하여 건강관리 계획을 같이 세우고 실천해 나가는 것이다. 이러한 일은 보건교육이 잘 된 사회(health educated society)에서만 가능하다. 사람들에게 어떻게 "하라"든지 "해야 된다"는 건강에 대한 지식을 가르치는 단순한 건강교육 과정은 그 목적을 성취할 수가 없다.

과거에는 건강에 대한 지식을 가르치는 것으로 건강교육을 했다고 생각 하였으나 건강교육은 행위에 영향을 주는 심리적이고, 사회적이고, 생리학적인 과정이어야 한다. 예를 든다면, 어린애들에게 칫솔질 하는 것을 가르칠 때 충치의 예방을 위해서 칫솔질 해야 한다는 필요성을 아무리 쉬운 말로 설명해도 미래에 대한 개념이나 원인과 결과에 대한 개념이 아직 발달되지 않은 아이들의 칫솔질 하는 행위에 아무런 영향을 줄 수 없다. 그렇다고 해서 칫솔질 안하면 벌을 준다면 강요 한다면 어른의 감시가 없을 때는 안하게 되어 불신을 조장하게 될 뿐이다. 이러한 방법 보다는 칫솔질 했을 때 상을 받는 경험, 즉 잘 했다고 칭찬하여 겨안아 준다든가 그 아이가 좋아하는 행동을 보여 주었을 때 칫솔질이 기분좋은 행위와 연결되어 실천하므로 어릴 때 부터 좋은 습관을 가지게 될 것이다. 물론 좀 더 성장하여 필요성을 이해하게 될 때는 강화 할 수 있는 학습 경험을 줄 수 있다.

건강교육은 건강에 좋은 행위가 일어 났을 때 비로

서 그 목적을 성취한 것이다. 건강교육에서 지식의 축적만은 아무 소용이 없다. 그러나 건강에 대한 지식이 있어야 올바른 태도가 확립 되며, 그 태도에 따라 건강 행위가 일어나게 되므로 이 세가지 요소, 즉 지식의 습득, 태도의 확립, 건강행위가 다같이 조화되어 건강교육이 이루어 져야 한다. 이 세가지 중에서 제일 어려운 것은 태도 확립과 태도 변화이다. 부모로써 어린이 때를 통제할 수 있으나 그들이 어른이 되었을 때 그들 스스로가 할 건강행위의 결정은 통제할 수 없으므로 건강생활에 대한 올바른 태도의 확립이 부모와 학교의 주요한 과제이다.

병원에서 환자의 건강관리에 있어서 태도 변화를 시도할 때 효과적인 방법은 치료와 퇴원 후 건강관리의 계획을 세울 때 환자를 참여 시키면 좀 더 자신의 건강 관리에 책임감을 부여 하는 것이다. 예를 든다면, 당뇨병을 가진 환자의 퇴원후 치료와 건강관리에 대해서 계획을 세울 때 환자와 가족을 참여 시켜서 스스로 필요를 느끼고, 식이, 운동, 휴식 등에 있어서 환자 자신이 실행할 수 있는 방법을 선택 하도록 하여, 몇몇의 다른 당뇨병 환자들을 모아서 자신들의 문제와 해결점을 토의하는 기회를 주어 치료와 건강하게 사는 지혜를 가지도록 건강교육자의 역할을 담당한 사람이 유도함이 바람직 하다.

건강교육이 그 목적을 달성하려면 계획되어 지고 체계적인 교육과정을 거쳐야만 한다. 단순히 어떻게 하면 건강에 좋다고 방송하거나 제안하는 것으로는 효과를 거둘 수 없다. 지역사회를 위한 보건교육은 그 전체지역에서 성취되어 져야 하는 목적(goal)이 설정되어 져야 하며 그 목적을 달성하기 위하여 다음에 열거하는 현장에서 건강교육이 초점을 맞추어 실시 되어져야 한다.

이 글은 WHO의 고문으로 한국을 방문한 미국 미시간 대학의 Dr. E.J. McClendon이 연세대학교 간호대학에서 특별강연 한 내용을 요약한 것이다.

- 1) 학교 건강교육
- 2) 공장이나 직장의 건강과 안전교육
- 3) 그 지역사회에 있는 단체들의 특수한 건강문제를 위한 건강교육
- 4) 병원이나 다른 의료기관에서 환자나 가족을 위한 건강교육이다.

개인들이 자신의 건강을 좋은 상태로 유지하는 기본적인 책임을 가져야 한다는 “새로운 움직임”이 있다. 이 새로운 움직임 속에는 몇 가지 고려해야 할 요소들이 있다. 1) 모든 사람들은 건강에 관한 기초적인 교육을 받는다. 2) 개인들 각자는 그 자신의 건강을 위하여 어떻게 생활할 것인지에 대해 스스로 결정할 것이다. 3) 좋은 건강을 성취하기 위해서는 어떤 바람직하지 못한 생활습관은 바꾸어야 한다는 것이다.

건강교육이 효과를 거둘려면 다음과 같은 요소들에 따라 계획되었던 프로그램이어야 한다.

1) 사전조사가 필요하다.—그 지역사회의 또는 그 단체의 건강문제가 무엇인가를 알아냄이 필요하다. 미국 경우에는 입질같은 성병이 청소년 사이에 큰 문제로 되고 있으며 신체에 주는 영향과 정신심리적인 피해도

주고 있다. 한국인 경우에는 농촌에 기생충 감염문제가 있다고 들었다.

2) 그 문제들 중에서 무엇을 우선적으로 해결 하도록 교육 해야 하는지 결정 하여야 한다.

3) 교육의 목표(objectives)를 정한다.

4) 교육 프로그램을 개발 한다.

5) 계획된 보건 교육 프로그램에 따라 실시 한다—가능한대로 계획 한대로 실시하며, 꼭 필요할 때만 계획을 바꾼다.

6) 평가 한다—프로그램 자체를 평가 하며, 교육 프로그램 실시 후 대상자들의 성취도를 평가한다.

7) 평가한 결과를 토대로 다음 교육 프로그램을 계획한다.

보건교육을 통하여 개인 들은 자신이 타고 난 건강 상태 까지도 통제하는 힘을 얻으리라고 생각 한다. 만약 개인 들이 자신의 건강에 영향을 주는 것들에 대해서 결정권을 발휘할 수 있는 교육이 되어 있지 않으면 2천년에는 “모든 사람에게 건강을”하는 세계의 목적은 이루어 질 가망이 없다고 믿는다.