



# 임상의 새장 연 치료레크레이션

지난 2월 27일 신촌세브란스 병원 재활원 강당.

소아당뇨병 환아를 위한 치료 레크레이션 프로그램의 마지막 과정이 70여명의 참석자가 지켜 보는 가운데 진행되고 있었다.

제1부인 가족과 함께 노래부 르기에 이어 2부 순서로 마련된 상황극. 주제는 이미 1달쯤전에 우리들의 생활로 정해져 맹연습 을 해왔었다.

자신들의 실제 생활얘기가 그 대로 옮겨진 상황극으로 시간이 흐를수록 분위기가 점차 고조되 기 시작했고 마침내 주인공은 관 객을 향해 자조섞인 마지막 대사를 읊조리기 시작했다.

.....우리들을 따뜻한 시선 으로 봐주시지 않겠습니까, 우리 는 여러분의 사랑이 절실히 필요 합니다.....

그동안 틈나는대로 열성을 다 해 학예회 준비를 해왔던 당사자



한국치료레크레이션협회

인 참가자들은 물론 내딸, 내아 들의 씩씩하게 변모된 모습을 보 고자 찾아왔던 부모님들도 모두 숙연해지며 소리없이 하나둘 고 개를 떨구기 시작했다.

이로써 국내 최초로 시도된 소 아당뇨 치료레크레이션 제1단계 프로그램은 가늠조차 어려운 괄 목할 성과를 거두면서 소아당뇨 치료역사에 또하나의 새로운 장 으로 펼쳐지게 된 것이다.

## 치료의 새로운 장 시도

최근 경제발전과 함께 사회구 조가 복잡다단해지면서 각종 신 체적·정신적 질환의 발생률이 현저한 증가추세를 보이고 있 다. 특히 이미 갖고있는 신체적 장애에 뒤이어 2차적으로 발생 하는 정서적·심리적 기능저하 는 개인의 생활은 물론 사회적 공동체생활까지도 위협하는 저

해요인으로 대두되고 있다. 따라서 이에대한 기본적인 연구와 적절한 대응은 물론 2차적으로 나타나는 심리적 장애예방에 대한 필요성이 절실히 요청되고 있는 때이다.

치료레크레이션은 이런 의미에서 보다 폭넓은 활성화가 긴급히 촉구되고 있는 특수하고 전문적인 임상분야의 하나다.

치료레크레이션이란 사회, 심리, 신체, 정서적으로 한계성을 갖고있는 사람들에게 치료에 목적을 둔 다양한 레크레이션 서비스를 실시하여 그들의 여가능력 고취와 자기개발을 이루도록 도와주는 것이다. 쉽게말해 각종 놀이를 통해 신체적·정서적 장애인들의 자활의지를 북돋고 잠재능력을 개발하는 치료의 성격이 가미된 레크레이션이라고 말할 수 있다.

치료레크레이션이 창시된 것은 지난 60년대 미국. 그후 70년대에 들어와서 그 효율성이 크게 인정받으면서 국제 치료레크레이션협회가 결성되었고 현재 전세계적으로 운용되고 있다. 반면 우리나라는 겨우 5년전에 도입돼 이제야 비로소 그 활약이 서

서히 두드러지고 있다. 그러나 5년이라는 짧은 경륜에도 불구하고 다양하고 활발한 활동으로 대상영역이 점차 확대돼 가는 추세다.

### 단기간에 괄목할 성과올려

국내 치료레크레이션 역사의 모태가 된것은 지난 90년 한국 치료레크레이션협회(회장 조성경)의 발족. 이후 91년 1월16일에 한국장애인부모회 부설, 한국 치료레크레이션협회가 창립총회를 개최하면서 정식으로 출범하게 됐다.

현재 한국치료레크레이션협회에서는 신촌세브란스병원, 서울중앙병원, 서울남부노인종합복지관, 장애인고용촉진공단등을 통해 소아당뇨환자, 뇌졸중환자, 편마비환자, 정신지체아, 정신과 환자, 노인들에게 치료레크레이션을 실시해오고 있다.

치료레크레이션은 3단계의 과정을 통해 단계별 프로그램이 진행된다.

먼저 제1단계는 치료가 주요 목적. 부족한 능력개발을 촉진시키는 다양한 프로그램을 실시하



**최근 경제발전과 함께 사회구조가 복잡다단해지면서 각종 신체적·정신적 질환의 발생율이 현저한 증가추세를 보이고 있다. 특히 이미 갖고있는 신체적 장애에 뒤이어 2차적으로 발생하는 정서적·심리적 기능저하는 개인의 생활은 물론 사회적 공동체생활까지도 위협하는 저해 요인으로 대두되고 있다.**





한국치료레크레이션협회 채준안 소장

여 참가자의 행동변화나 개선을 이루는 전체 프로그램중 기초가 되는 단계이다. 즉 심리적인 놀이나 움직임을 통해 심리적 접근을 시도하고 자연스럽게 사회성을 높이는 효과를 얻을 수 있다.

제2단계는 여가교육. 참가자가 인생전반에 걸쳐 즐길 수 있는 여가와 관련된 기술이나 지식, 태도등을 교육해 재활의지를 높인다.

여가활동이라면 스포츠, 취미 활동, 게임등이 대표적인데 이중 자신이 흥미를 가지고 스스로 즐기면서 할 수 있는 여가활동 한 가지를 선택, 개발하는 단계이



**치료레크레이션이란 사회, 심리, 신체, 정서적으로 한계성을 갖고있는 사람들에게 치료에 목적을 둔 다양한 레크레이션 서비스를 실시하여 그들의 여가능력 고취와 자기개발을 이루도록 도와주는 것이다.**



다.

전체 3단계 과정중 2단계부터는 치료레크레이션 고유의 독자적인 프로그램 진행이 이뤄진다.

3단계는 자기의 여가활동에 적합한 레크레이션 프로그램의 참여를 통하여 보람있고 즐거운 상태에서 건강과 궁극적 자기성장을 꾀하게 된다.

### **적용대상에 따라 프로그램 선정해**

프로그램은 적용대상에 따라 고유의 목표에 맞게 선정, 실시된다.

정신지체아의 경우 사고력, 집중력, 운동능력등을 키워줘야 하기 때문에 사진설명하기, 풍선불어서 묶기, 과자빨리먹기, 성냥개비 멀리던지기등 비교적 단순한 프로그램들을 적용한다.

사고나 중풍에 의한 편마비환자는 노래부르기를 통해, 언어장애를 일으키는 입주위의 근육운동을 반복하고, 거울보고 풍선던져넣기 등으로 자신감을 길러준다.

또 뇌성마비환자를 위한 프로그램은 몸의 움직임을 극대화해서 저하된 운동능력을 키우는데 역점을 두고있다. 예를들면 코스 중간중간에 있는 암호풀이, 퀴즈풀이, 문장만들기등 6개의 관문을 통과, 전코스를 완주하는데 걸리는 시간으로 승부를 내는 추적 하이킹, 휠체어에 탄채 낙하산을 어깨에 메고 달림으로써 팔과 어깨의 움직임을 돕는 낙하산 들고뛰기 등이 있다.

이번에 국내 최초로 시도된 소아당뇨환아를 위한 치료레크레이션 프로그램은 질환으로 인해 위축된 심리기능을 활성화함으로써 신체적 기능정상화까지도 가능하도록 계획되어 있다. 프로

그램이 처음 시작된 것은 지난 9월21일로 그때부터 2주 1회로 1단계 총12회 과정이 무사히 끝났다.

### 소아 당뇨인의 인격형성과 사회성개발에 중점

한국치료레크레이션협회는 이미 지난해 7월23일부터 25일까지 2박3일동안 소아당뇨환아를 위한 캠프활동을 통해 프로그램 적용의 효과를 타진, 높은 효용성을 확신하고 시도한 결과, 성공적인 결론을 얻게 된 것이다. 소아당뇨환아는 어린나이에 병을 가졌기 때문에 타인은 물론 자신 스스로가 인정하는 남다른 특수성을 안고 있다.

소아당뇨환아는 매일 주사해야 하는 중압감과 소아기때 한층 강렬해질 수밖에 없는 식욕을 자제해야 하기 때문에 사회성 개발이나 성격형성에 큰 무리가 따른다. 따라서 신체적 관리와 병행해서 반드시 심리적 문제점도 함께 해결해줄 필요성이 절대적인 것이다.

만일 이러한 평형관계가 깨진다면 과잉보호, 과잉의존의 잘못



**국내 최초로 시도된  
소아당뇨환아를 위한  
치료레크레이션 프로그램은  
질환으로 인해 위축된  
심리기능을 활성화함으로써  
신체적 기능정상화까지도  
가능하도록 계획되어 있다.**





된 관계형성이 지속될 수 있다. 이로인한 활동의 감소와 활동영역의 축소는 당뇨병환아들로 하여금 다양한 경험과 배움의 기회를 감소하거나 아예 박탈해 버리는 원인이 되기도 한다.

더욱이 학교생활에서의 부적응은 심각한 문제가 아닐 수 없다. 학습상의 문제, 친구들과의 관계가 자신이 갖고있는 병으로 인해 신체적·심리적 장애요인이 되는 것이다.

따라서 한국치료레크레이션협회에서는 소아당뇨병 환아가 가질 수 있는 다양한 측면의 문제점들을 다채로운 프로그램, 예를 들면 놀이치료, 역할극, 스포츠 활동, 놀이형식의 다양한 자아성장 프로그램, 자기표현과 집단토론을 포함하는 소집단활동 등을 통해 환아들 스스로 자신의 문제점을 찾아내 통제하고 극복함으로써 나아가 보다 성숙한 자아를 발달시키는데 목적을 두고 있다.

자기표현, 신뢰감 형성하기, 자율성 기르기, 자기수용(이해), 친밀감 형성하기, 집단 의사결정(집단토론), 가치인식하기 등을 목적으로 마련된 프로그램



**한국치료레크레이션협회에서는 소아당뇨병 환아가 가질 수 있는 다양한 측면의 문제점들을 다채로운 프로그램, 예를 들면 놀이치료, 역할극, 스포츠 활동, 놀이형식의 다양한 자아성장 프로그램, 자기표현과 집단토론을 포함하는 소집단활동 등을 통해 환아들 스스로 자신의 문제점을 찾아내 통제하고 극복함으로써 나아가 보다 성숙한 자아를 발달시키는데 목적을 두고 있다.**



은 각각 치료레크레이션의 관점에서 공통적으로 환아들에게 흥미와 즐거움을 줄 수 있게 구성되었다.

### 단계별 과정의 차별화·개별화 뚜렷

이제 소아당뇨 치료레크레이션은 3월13일부터 제2단계 프로그램 과정에 돌입한다. 참가인원은 20여명 정도로 이중 신참자인 2~3명을 제외하면 모두 1단계 과정을 수료한 아이들이다.

제1단계 과정에 참가했던 환아들은 평균 20여명으로 연령층이 6살부터 중3학년까지 다양하다. 따라서 그동안은 유치원부터 국교 2학년까지, 국교 3학년부터 국교 6학년까지, 또 중학교 이상까지 3부류로 나누어 각각의 연령에 맞는 프로그램을 진행했으며 이번에 시작되는 제2단계에서는 더욱 구체적으로 개별화시킨 프로그램을 실시할 것으로 알려졌다.

1회 프로그램과정에 소요된 시간은 3시간 정도. 하지만 이를 위해 협회소속의 치료레크레이션 진행자 8명은 1주일여동안을

준비기간으로 할애한다고.

현재 국내에 있는 치료레크레이션 전문가는 한국치료레크레이션협회 채준안 연구소장을 포함해 단 2명뿐. 그러나 지난 3년여동안의 교육과정을 통한 전문가교육이 지속적으로 진행, 올해에는 10여명의 치료레크레이션 전문가가 양성돼 이분야에 새로운 활력소가 될 것으로 전망된다.

국내에 치료레크레이션을 도입한 당사자인 채준안 연구소장은 운영상의 어려움에 대해 가장 먼저 치료레크레이션의 올바른 인식부족을 꼽는다. 치료레크레이션은 다른 것과 비교해 장기간의 프로그램기간이 절대적 필요하다.

### 가장 큰 장애는 인적자원과 인식의 부족

이는 연속성과 계획성있는 프로그램진행이 그렇지않은 경우와 비교했을때 효과면에서 월등히 우수하기 때문이다. 즉 단기간의 치료가 해결할 수 있는 영역이 비교적 좁고 그 깊이가 한정되는데 반해 장기적치료는 보다



신뢰감 형성을 위한 프로그램인 뒤로 넘어지기



**현재 국내에 있는  
치료레크레이션 전문가는  
한국치료레크레이션협회 채준안  
연구소장을 포함해 단 2명뿐.  
그러나 지난 3년여동안의  
교육과정을 통한 전문가교육이  
지속적으로 진행, 올해에는  
10여명의 치료레크레이션  
전문가가 양성돼 이 분야에  
새로운 활력소가 될 것으로  
전망된다.**



심층적으로 다룰 수 있는 영역이 넓다는 것.

소아당뇨환아의 경우 청소년기를 거쳐 성년이 될때까지 꾸준한 프로그램 적용이 절대적으로 필요한데 이를 신체적 조절에 치중, 단기간에 눈에 보이는 효과로 확인하고자 하는 사람들이 많아 올바른 이해와 가치정립이 필요하다라는 얘기다.

두번째 문제점은 인적자원문제. 치료레크레이션 프로그램을 실행할 전문가가 태부족해 보다 개별적인 프로그램 진행이 어렵다고.

덧붙여 채준안 소장은 향후 3단계의 치료레크레이션과정을 모두 끝마친 당뇨환아들이 성장해 이분야에서 다른환아들을 위해 봉사함으로써 순환식 교육이 이뤄질 것으로 전망했다. 대략 3년후쯤을 그 적기로 잡고있는데 현실화된다면 소아당뇨치료에 있어 작은 혁명이 아니겠느냐고 반문한다.

### 목적성을 띤 치료레크레이션의 개념확립 절실

하지만 진정한 치료레크레이



흥겨운 분위기 속에서 진행되는 치료레크레이션 프로그램

선 성과는 담당분야 의료진과의 원활한 팀웍을 통해서만이 이뤄질 수 있다. 이는 전체프로그램의 근간이 되는 제1단계과정이 치료적차원에서부터 시작되기 때문에 의료진과의 긴밀한 협조체제가 필수요건이다.

치료레크레이션 전문가, 의사, 간호사, 영양사, 물리치료사, 언어치료사, 사회사업가등은 협조체제를 통해 대상자의 상황을 정확히 파악하고 적합한 프로그램을 구성 적용하게 되는 것이다.

최근들어 레크레이션은 우리



**소아당뇨환아의 경우  
청소년기를 거쳐 성년이  
될때까지 꾸준한 프로그램  
적용이 절대적으로 필요한데  
이를 신체적 조절에 치중,  
단기간에 눈에 보이는 효과로  
확인하고자 하는 사람들이  
많아 올바른 이해와  
가치정립이 필요하다**



일상생활속에서 폭넓게 파급돼가고 있다. 하지만 이제는 놀이를 통해 분위기 전환이나 고조를 꾀하는 단순한 차원의 레크레이션에서 벗어나 구체적이고 목적성을 띤 치료레크레이션의 개념 도입이 절실히 필요한 때이다.

향후 치료레크레이션의 올바른 정립을 위해서는 보다 폭넓은 홍보와 인식전환을 통한 사회적 분위기조성이 필요하며 이러한 이유로 한국치료레크레이션의 다양한 활약상에 사회적 기대가 모아지고 있는 것이다. <關>