

# 독서치료가 경증 치매노인의 인지도와 우울증에 미치는 효과\*

- S 독서치료연구회 임상사례를 중심으로 -

## Effects on the Bibliotherapy for Depressed and Remark of Dotard Dementias Old Adults

황 인 담(In-Dam Hwang)\*\*

박 준 식(Joon-Shik Park)\*\*\*

### < 목 차 >

- |                |                             |
|----------------|-----------------------------|
| I. 서 론         | III. 독서치료 연구 설계             |
| 1. 연구 목적 및 필요성 | 1. 연구대상 및 설계                |
| 2. 연구 방법과 제한   | 2. 치매노인을 위한 독서치료 프로그램<br>치치 |
| 3. 연구 가설       | IV. 분석과 결과                  |
| 4. 선행연구        | 1. 제1가설 검증                  |
| II. 이론적 배경     | 2. 제2가설 검증                  |
| 1. 치매의 정의      | 3. 질적 분석 결과                 |
| 2. 독서치료와 치매    | V. 결론 및 제언                  |

### 초 록

본 연구서는 인지장애나 경증 치매로 의심되는 65세 이상 90세 이하의 남녀 노인 12명을 실험집단으로 선정하여 6개월간 독서치료 프로그램을 실시하고, 그 결과를 토대로 독서치료가 치매노인의 인지도와 우울증에 미치는 효과에 대해 연구하였다. 측정도구는 신뢰도와 타당도가 검증된 한국판 MMSE-K와 우울정도를 측정하기 위해 단축형 노인 우울척도를 사용하였다. 치매노인을 위한 독서치료 프로그램을 실시한 결과 인지도는 향상되고 우울증은 감소함으로써 독서치료가 경증 치매노인의 증상을 호전시키는데 효과가 있음을 알 수 있었다.

키워드: 독서치료, 인지도, 우울, 치매노인

### ABSTRACT

This research aimed at the investigation of the effectiveness of bibliotherapy for depressed older adults from 90 to 65 years of age and older. For implementing the research, 12 subjects, aged 65 or over, were recruited from the community on a volunteer basis to participate in a bibliotherapy program. The score of MMSE-K, while there was no statistical significance in the score of SDS. Experiment results were analyzed via t-analysis The analysis of hypothesis was revealed that the Depressed effectiveness of interactive Remark bibliotherapy was superior to that of reading bibliotherapy.

Keywords: Bibliotherapy, Depression, Remark, Dotard Dementias

\* 이 논문은 2008년도 계명대학교 대학원 학생학술연구장학금에 의해 연구되었음.

\*\* 계명대학교 대학원 문헌정보학과 박사과정(bori20@paran.com) (제1저자)

\*\*\* 계명대학교 문헌정보학과 교수(jspark@kmu.ac.kr) (공동저자)

• 접수일: 2008년 11월 24일 •최초심사일: 2008년 11월 25일 •최종심사일: 2008년 12월 22일

## I. 서론

### 1. 연구 목적 및 필요성

우리사회는 노령화가 급속하게 진행되면서 노인성 질환인 치매환자가 크게 늘고 있다. 보건복지가족부에 따르면 오늘날 40만 명이 치매의 고통 속에 살고 있는 것으로 추산하고 있다. 이는 환자 본인과 가족의 고통을 불러오고 있다. 한 조사에 따르면 치매가족 53%가 치매 환자를 부양하는 것이 고통스럽다고 응답했다. 그리고 10명 중 6명이 치매 환자를 부양한 다음 주부양자가 우울증 등과 같은 질병에 걸렸으며 경제적 어려움이 많다고 답변했다.<sup>1)</sup> 한 가정에 치매노인이 있을 경우 환자 자신은 말할 필요도 없고 가족에게도 고통과 경제적 어려움을 안겨주게 된다.

보건복지가족부<sup>2)</sup>는 이러한 사회적 문제점을 완화시키기 위해 2010년부터 60세 이상 국민은 전국의 보건소에서 무료로 치매 진단을 받을 수 있도록 하였다. 또한 복지부는 치매 조기 검진율을 지난해 3.7%에서 2012년까지 60%로 끌어올리고 치매 치료율도 70% 수준으로 높일 계획이라고 했다. 또한 치매는 예방과 치료가 가능한 질병으로 보고 초기에 발견하여 적절한 치료와 관리를 하면 40~50%는 치매의 중증화를 지연시킬 수 있으며, 30~40%의 치매는 예방도 가능하다고 한다. 아울러 국립치매센터는 치매 예방·치료 정책에 대한 연구를 하며, 치매 예방 치료 프로그램 개발, 인지재활 프로그램 시행 등을 담당할 치매거점센터를 설립할 예정이다.

이러한 범국가적인 치매관리와 더불어 치매의 예방과 초기 단계의 병증 진행을 완화시키기 위한 또 하나의 방법으로 인지 프로그램인 책을 통한 독서치료의 필요성이 제기되어 왔다. 또한 우울증세를 보이는 노인이나 치매 유증성이 있는 일반노인들에게도 독서치료로서 그 증상을 완화시키거나 치료할 수 있는 방법이 가능하다.

독서치료의 가능성이 치매노인에게도 적용될 수 있음에도 불구하고 지금까지의 독서치료는 다수가 아동, 청소년, 일반성인을 중심으로 연구가 이루어져 왔다. 아울러 치매노인을 위한 인지적 치료는 사회복지학, 보건학, 심리학 등의 분야를 중심으로 이루어져 왔을 뿐 독서치료의 관점에서 이루어진 임상적 연구는 찾아보기 어려웠다.

따라서 본 연구에서는 인지력의 문제로 시작되는 경증 치매노인의 예방과 치유 또는 증상완화를 위해서 독서치료 방법이 유효하다는 것을 임상사례연구를 통해 입증해보고자 한다. 그리하여 치매노인에게는 인지도 향상과 정서적 안정으로 병증의 진행을 지연시켜 긍정적인 삶의 방향을 제시해

1) 한국치매가족협회와 서울시 치매센터. 중앙일보가 공동으로 2008년 5월19일부터 5월23일까지 치매가족 135명을 대상으로 설문조사를 하였다.

2) 2008년 9월 20일자 중앙일보 보도내용.

<[http://find.joins.com/Search\\_Link.asp?strId=DY01200809200036&svcday=20080920&strCtype=jdb&qury=치매관리종합계획](http://find.joins.com/Search_Link.asp?strId=DY01200809200036&svcday=20080920&strCtype=jdb&qury=치매관리종합계획)> [인용 2008. 10. 25].

주고 가족에게는 경제적 심리적 안정을 찾게 하고자 한다. 아울러 치매는 독서치료로 조기 진단과 예방이 가능하다는 것을 인식시켜 현대 도서관의 기본이념인 인적협조를 가능케 하고, 인본주의적 서비스<sup>3)</sup>를 구현하는데 도움을 주고자 한다.

## 2. 연구 방법과 제한

연구의 방법은 문헌연구와 실험연구의 두 가지 방법을 병용하였다. 문헌 연구를 통해 국내, 외 독서치료와 노인성치매의 특성과 원인을 파악하여 독서치료와 치매와의 이론적 개념을 고찰하였다. 실험연구는 S구의 주간노인보호센터의 치매 가능성 노인 24명을 대상으로 독서치료 프로그램을 실시하였다. 독서치료 프로그램과 치매노인의 인지력 변화를 알아보기 위한 사전과 사후 검사의 측정도구는 한국판 MMSE-K<sup>4)</sup>를 사용하였고 우울정도를 측정하기 위해 단축형 노인 우울척도<sup>5)</sup>(Short-form geriatric Depression Scale, Sheikh & Yesavage, 1986)를 송미순이 번안한 도구를 이용하였다. 구체적인 연구방법과 진행은 다음과 같은 순서로 하고자 한다.

첫째, 양적연구를 위하여 인지도와 우울 정도를 사전에 진단하고 독서 치료 프로그램을 24회기 실시한 후에 사후 검사를 하고 진단하였다.

둘째, 질적 연구를 위하여 상담심리학의 행동주의적 관찰법인 참여관찰법을 사용하였다. 이 관찰법은 독서치료사가 24회기 동안 관찰일지를 작성하고 사전 사후로 분석하였다.

셋째, 독서치료용 도서는 도서관협회에서 발간한 상황별 도서목록을 활용하거나 그림책과 옛날이야기를 기본으로 노인이 좋아하는 민요, 옛 노래를 접목시켜 교안과 교구를 제작하여 활용하였다.

넷째, 독서치료 프로그램 진행자는 S지역 독서치료봉사단 소속 독서치료사로 A팀 7명, B팀 7명으로 14명이 활동하였다.

그러나 본 연구는 한 기관의 경증 치매노인을 대상으로 하였기에 치매노인 전부를 위한 독서치료 효과 여부에는 제한점을 둔다.

## 3. 연구 가설

가설 1. 독서치료 프로그램을 받은 실험집단 경증 치매노인은 독서치료 프로그램 실시전보다 인지력 점수(MMSE-K)가 높아 질 것이다.

가설 2. 독서치료 프로그램을 받은 실험집단 경증 치매노인의 우울정도는 독서치료 프로그램 실

3) 박준식, 정보서비스론(대구 : 계명대학교 출판부, 2007), p.421.

4) 지혜련, "치매간호중재 프로그램이 경증 치매노인의 인지기능, 우울, 일상생활 및 사회적 행동에 미치는 효과," 노인심리척도집, (2005), pp.261-263.

5) 이윤정, "라벤더향요법이 노인의 수면 및 우울에 미치는 효과," 노인심리척도집, (2005), pp.234-235.

시전보다 우울점수가 낮아 질것이다.

#### 4. 선행연구

유혜숙<sup>6)</sup>은 경미한 우울증을 겪고 있는 65세 이상의 노인을 대상으로 독서요법의 효과를 실험하여 상호 협력적 독서요법과 독자적 독서요법의 효과를 비교하여 분석하였다. 상호 협력적 독서요법을 시행하는 집단과 독자적 독서요법을 시행하는 집단으로 나누어 총 4개월간 진행하여 우울증 해소에 독서요법이 효과가 있으며, 독자적 독서요법에 비해 상호 협력적 독서요법의 효과가 월등한 것으로 나타났다.

손현숙<sup>7)</sup>은 치매노인의 삶의 질에 관한 연구에서 치매 및 노화로 인한 신체적 제약과 인지 심리적인 변화와 인구 사회학적인 만족도를 조사하였다. 연구결과, 치매노인의 삶의 질을 유지하고 향상시킬 수 있도록 맞춤형 프로그램 개발이 필요하다고 제시하였다.

윤영옥<sup>8)</sup>은 치매로 인한 이상행동, 인지기능 장애, 정서불안 등의 문제행동을 가진 노인을 대상으로 집단 미술치료를 실시하였다. 연구결과, 미술치료가 노인자신에 대한 자아 통합과 회상, 상대방과의 대화를 통하여 치매 노인의 문제 행동이 감소되는 것을 확인하였다.

최진영<sup>9)</sup>은 치매로 진단받은 25명의 환자를 대상으로 한 노인 언어 학습 검사 측정치들이 기억 소검사, 이야기 회상검사 등 기존의 다른 기억 측정치들과 유의미한 상관관계가 있는 가를 실험하였다. 연구결과, 임상장면에서 노인 언어 학습 검사 측정치가 알츠하이머성 치매를 변별하는데 유용하다는 것을 밝혔다.

장덕현<sup>10)</sup>은 독서치료 적 접근법을 통하여 나이 듦(aging)에서 오는 변화를 수용하고 중년 이후의 삶이 야기하는 마음의 상처를 현명하게 극복하도록 하기 위한 이론적 기반을 제시하였다. 아울러 책읽기를 통하여 나이 듦과 함께 찾아오는 신체적, 인지적, 사회적 변화에 너그러워지고 마음의 상처가 치유되는 경험을 하게 되는 과정을 실제적 사례를 통하여 고찰하였다. 연구 결과, 대상자들이 나이 듦에서 오는 신체적 기능 저하, 가족들로부터의 괴리감, 사회적 무능력감 등의 상처를 발견하고 도서를 읽음으로써 자신의 문제를 객관적으로 이해하게 되고, 자신의 아픔을 통찰하게 되어 마음의 안정을 느끼게 되는 과정을 확인하였다.

임정민<sup>11)</sup>은 노인 우울증 감소와 지속성을 위한 질적 연구를 위해 게스탈트<sup>12)</sup> 집단치료 프로그램

6) 유혜숙, “노인의 우울증해소를 위한 독서요법연구,” 한국문헌정보학회지, 제33권 제1호(1999), pp.5-22.

7) 손현숙, “치매노인의 삶의 질에 관한 연구,” 복지행정논집, 제17집, 제1권(2007. 6), pp.153-171.

8) 윤영옥, 김동연, “치매환자의 문제행동에 미치는 집단미술 치료의 효과성 연구,” 미술치료연구, 제13권, 제1호(2007), pp.115-141.

9) 최진영, “노인용 언어학습 검사의 개발 및 표준화 연구,” 한국심리학회지, Vol. 25, No. 1(2006), pp. 141-173.

10) 장덕현, “나이 듦의 상처극복을 위한 독서치료,” 한국비블리아, 제17권, 제1호(2006), pp.201-221.

11) 임정민, 노인우울증 감소 게슈탈트 집단치료 프로그램 효과에 관한 연구(석사학위논문, 성신여자대학교대학원 심리

램을 실시하였다. 연구 결과 이 프로그램에 참여한 노인들의 우울증이 감소하여 게스탈트치료가 우울 감소에 효과가 있음을 밝혀내었다.

Marlowe와 Maycock<sup>13)</sup>은 독서치료가 주는 역할에 대하여 논의하였는데, 독서치료는 책이 사람들의 행동에 영향을 주어 새로운 행동을 형성해가고 태도를 바꾸는데 중요한 역할을 한다는 사실을 밝혔다.

## II. 이론적 배경

### 1. 치매의 정의

치매라는 말의 어원은 라틴어의 정신이상을 의미하는 'dementatus'에서 유래하였고, 18세기 말까지는 그 말 뜻대로 넓은 의미의 정신이상을 표시하는 말로 사용되었다. 최근의 정의로는 보통 만성, 또는 진행성 뇌질환에 의해서 생기고 기억, 사고, 지남력, 이해, 계산, 학습, 언어, 판단력 등 다수의 고위 대뇌기능 장애로 이루어진 증후군으로 정의하고 있다.<sup>14)</sup> 치매의 증상으로는 성격 변화가 초기부터 심하게 나타나는 경우가 많다. 초기 혈관성 치매 환자들인 경우 과거에 의욕적이던 사람이 만사를 귀찮아하고 하루 종일 잠만 잔다든가, 또는 과거에 매우 활동적이고 사교적이던 사람이 모임에 나가는 것을 싫어한다거나 다른 사람과의 대화를 회피하는 모습을 종종 보인다. 또한, 화를 내지 않던 사람이 쉽게 화를 내거나, 과거에는 매우 까다롭고 융통성이 없던 사람이 갑자기 관대해질 수도 있다.

치매협회에 따르면 치매는 매우 다양한 원인에 의해서 발생되며 뇌세포를 손상시키는 뇌염과 같은 감염질환, 내분비질환, 약물, 뇌종양, 가스중독, 뇌에 충격을 주는 외상 등에 의해 일어난다. 치매의 증상은 여러 단계로 나누어 살펴볼 수 있다. 초기 경증은 기억장애, 집중력 저하 및 계산 착오, 언어장애, 일상생활이나 사회활동으로부터의 회피반응 성격이나 기분의 변화로 우울증, 짜증, 의기소침 등을 가져온다. 중증은 기억장애가 심화되고 지남력 장애, 언어장애 배회, 난폭행동 및 기타 초조행동, 환각, 망상, 야간 착란, 수면장애가 동반된다. 말기에는 대부분의 기억은 망각하며

학과, 2003).

12) 프릿츠 펠스에 의해 창안된 형태 심리학으로 게스탈트(Gestalt)란 전체, 형태, 모습의 뜻을 지니고 있다. 게스탈트 심리치료는 인간내부에 존재하는 분노, 슬픔, 고통, 죄책감등의 미해결된 과제를 자신의 욕구나 감정을 지각한 다음 게스탈트를 형성하여 전경으로 떠올리는 행위인 알아차림(awareness)과, 전경으로 떠오른 게스탈트를 해소하기 위한 환경과 상호 작용하는 접촉(contact)를 통해 해소하고 완결 짓는 상담심리요법이다.

13) Marlowe M. and Maycock G, "Phenomenology of Bibliotherapy in Modifying Teacher Punitiveness," *Journal of Genetic Psychology*, Vol.161, No.3(2000), pp.325-336.

14) 한국치매협회, <<http://www.siverweb.or.kr>> [인용 2008. 10. 10].

장애가 더욱 심화되고 가족이나 가까운 친지를 알아보지 못하며 부적절하고 단편적인 발언이 증가하여 대소변 실금, 보행 장애, 경직 등의 증상이 출현하기 시작한다.

치매노인의 기억력 감소는 치매의 대표적인 증상으로 인지력 장애가 있다. 이것은 과거의 일을 잘 기억하나 최근 일을 잘 기억하지 못하는 것이다. 시공간 인지력 저하의 결과로 방향 감각이 떨어져 길을 잃고 헤맬 수 있다. 그리고 계산력 저하는 계산 능력이 떨어져 돈 관리에 실수가 생기게 된다. 돈 계산이 철저하고 빠르던 사람이 손님에게 거스름돈을 잘못 준다든지, 시간이 걸리는 등의 경우가 나타나게 되는 것이다.

위에서 언급한 기억 장애, 언어 장애, 시·공간 지각능력 저하, 계산력 저하와 같은 인지력 장애 등의 증상들은 MMSE-K 치매 진단도구를 통해 평가해볼 수 있다. 또 다른 노년기의 특징으로 치매와 함께 우울증이 신체, 기분, 사고 및 행동의 모든 면에서 나타난다. 초기 치매환자의 경우 자신의 지적 능력이 점차 저하되고 있는 것을 스스로 인식하면서 심리적인 반응으로 우울증을 겪게 되기도 하지만, 치매 자체로 인한 뇌손상이나 동반되는 신체질환 등 기질적 요인이 원인이 되어 나타나는 경우가 더욱 많다.<sup>15)</sup>

## 2. 독서치료와 치매

독서치료는 정신치료와 인지 행동치료<sup>16)</sup>의 한 방법이 될 수 있다. 정신 의학적 관점에서 1941년 『Dorland's Illustrated Medical Dictionary(1941)』에서는 “독서치료는 신경정신병의 치료를 위해 도서들을 선정하여 읽는 행위이다”라고 정의하였고 또한 1961년 『Webster's Third New International Dictionary』에서는 “독서치료란 정신의학과 심리학 분야에서 치료의 보조수단으로 읽기 자료를 선정하고, 지시받은 대로 읽음으로써 개인적인 문제를 해결하도록 안내하며, 적응을 잘 못하는 사람들을 사회에 복귀시키기 위한 치료이고, 사회적인 긴장을 없애기 위한 활동이다”라고 정의 내리고 있다.<sup>17)</sup>

독서치료의 종류는 광의의 의미로 시 치료, 이야기치료, 문학치료, 영화(비디오)치료, 글쓰기치료, 드라마, 연극치료, 음악치료, 미술치료, 놀이치료, 역할극치료, 춤 치료, 향기치료, 색채치료, 원예치료 등 범주가 다양하나 오늘날에 통합치료의 형태로 발전하고 있다.

독서치료의 방법은 임상적 치료와 발달적 치료의 두 가지 방법이 있는데 임상적 독서요법은 심리적으로 문제가 있는 사람에게 독서치료 방법을 적용하여 자신을 이해하고 행동의 변화를 주는 방법이다. 또한 발달적 독서치료 방법은 정상적이거나 일반적인 내담자를 대상으로 한 독서치료

15) 한국치매협회, *Ibid.*

16) 행동주의 모델의 한가지로 부정적 사고방식이나 신념을 변화시킨다.

17) 한국심성개발원, 독서치료 이론과 실제(서울 : 한국심성개발원, 2004), p.6.

방식이라 할 수 있다.

독서치료의 특징은 독서 자료를 통해 정신적, 육체적 질환을 치료하는 전문적인 독서 지도 방법이다. 인간의 심리나 정신에 작용하여 마음의 변화를 일으키도록 유도하여 상처받은 사람을 치유한다고 볼 수 있다. 이러한 독서를 통한 정신적, 신체적 질환을 치료하고자 도서관을 자주 이용하는 사람이 존재하는 한 참고사서가 그 책임을 지지 않을 수 없다.<sup>18)</sup> 이러한 특징을 가진 독서치료가 치매노인의 인지력과 우울증에 미치는 치료 효과를 한국치매협회에서 살펴보면 일반적인 비약물적 접근방법으로 정서적 자극중심 치료가 있는데 이것은 수공예, 간단한 물건 만들기, 원예, 독서, 그림 그리기, 노래 부르기 등의 다양한 형태의 작업요법이나 레크레이션 등을 환자의 수준에 맞게 적절히 시행하면 환자의 남아 있는 능력을 활성화시켜 성취감을 높여 주고 정서적인 안정을 도모한다고 한다. 또한 완치는 힘들다고 하더라도 증상을 개선시킬 수 있는 각종 약물치료, 정서적 지지, 환경 조절 및 행동적 접근, 가족 교육 등의 비약물적 치료 등을 통해 치매를 앓고 있는 환자의 고통을 상당 부분 덜어주는 것이 가능하다고 한다. 또한 혈관성 치매의 경우 증세가 심하지 않은 초기에 적극적인 치료를 시작할 경우 상당한 정도로 병의 진행을 차단하는 것이 가능하며, 경우에 따라서는 시간 경과에 따라 회복되는 양상을 보이기도 한다. 일부 일시적 장애가 온 신경들은 그 원인이 된 다른 병들이 좋아지면 회복 되는 경우가 많다고 한다. 그럴 때 환자들은 치매의 정도가 훨씬 좋아지는 모습을 보인다고 한다.<sup>19)</sup>

신경심리학에서 대뇌의 변연계(Limbic System)는 감성과 이성에 관여하여 사람에게 정서적인 반응을 불러일으킨다고 한다. 대뇌의 한 부분에 손상을 입어 언어 장애가 온 사람이라도 노래 가사를 부를 수 있는 경우 손상되지 않은 다른 부분이 활성화되어 손상된 부분의 역할을 대체한다고 한다. 특히 해마, 측두엽, 전두엽은 기억을 관장하므로 지속적인 읽기, 듣기, 동작을 하면 뇌기능이 향상된다고 한다. 이러한 정서적 치료의 한 방법으로 책을 통한 지속적인 독서치료 작업은 치매노인의 손상된 대뇌부분의 기능을 활성화 시키는데 큰 도움이 된다. 치매를 예방하기 위해서는 적극적으로 창조적이며 긍정적인 활동을 해야 하며 수동적으로 앉아 TV 드라마를 보기보다는 산책을 하거나 책을 읽는 것이 도움이 된다고 한다.

치매노인을 대상으로 한 독서치료의 효과는 책을 보여주면 책 속의 인물이나 대상에서 자신과의 동일시를 일으키게 된다. 그러한 과정 중에 자신의 지나온 과거와 해결하지 못한 문제점이나 관심 분야, 욕구 등이 자발적으로 이야기로 쏟아 나오며 이러한 상호작용을 거쳐 인지력 향상과 정서적 안정을 찾을 수 있다. 또한 독서치료가 진행되는 동안 추후 활동 등을 통하여 옆 사람과 의사소통이 이루어져 소극적인 대인관계가 개방적으로 바뀐다. 책 속 주인공을 통해 자신의 과거 모습을 발견하고 이야기를 통해 서로를 깊이 이해하게 되며 대인관계에서 협동과 신뢰가 형성된다. 독서치

18) 박준식, *op. cit.*, p.42.

19) 한국치매협회, *Ibid.*,

료는 책을 읽거나 들은 후에 토론이나 역할놀이, 다양한 활동 등 구체적인 활동을 함으로써 책을 통하여 치매노인의 문제를 해결하고 통찰력을 이끌어 내도록 돕는 것이다. 치매노인의 감정과 인지적 반응을 도와주기 위하여 독서치료사는 시청각 자료를 이용하거나 편지쓰기 등 여러 가지 기법을 사용하며, 여러 가지 독서치료 방법은 노인의 회상기억에도 도움을 준다.

### Ⅲ. 독서치료 연구 설계

본 연구의 독서치료 프로그램은 2007년 9월부터 2008년 2월까지 6개월 동안 매주 금요일 10시 30분부터 11시30분까지 1시간 동안 24회기를 실시하였다.

치매노인을 위한 독서치료 봉사 활동을 통한 예비연구에서 나타난 인지력 부족, 집중력 분산, 사회성 부족으로 인한 싸움 등의 공격성을 보이던 노인들의 초기의 문제 행동들이 독서치료 프로그램을 수행해가면서 점차 태도가 변화하는 과정을 발견할 수 있었다. 독서치료 프로그램을 설계하는 방법은 의학적, 발달노인학적, 사회복지학적인 측면에서 내담자인 치매노인의 상태를 파악하고 치매노인의 상황에 맞는 도서를 선택하여 여러 가지 상담심리학적인 기법으로 치료하였다.

#### 1. 연구대상 및 설계

연구대상은 대구 S구의 주간 보호센터의 65세 이상 90세 이하의 남녀 노인 24명을 실험집단으로 선정하였다. 연구대상 치매노인의 인지력 측정을 위해 MMSE-K 측정도구를 사용하였고 우울정도를 측정하기 위해 단축형 노인 우울척도를 사용하였다. MMSE-K( Mini-Mental State Examinatio) 척도는 인지기능을 검사하기 위하여 Folstein(1975)이 개발한 MMSE를 권용철과 박종한(1989)이 한국 노인들에게 사용할 수 있도록 수정 보완한 측정도구이다. 인지적 기능이 기억력, 언어구사력, 용어사용, 시·공간력, 지각력, 동작 기능 등을 의미(김부영 외, 2001)한다고 볼 때 지남력 기억력, 주의 집중, 수리력, 언어기능, 이해 판단력에 기준을 두고 총 12문항으로 구성되어 있어 치매노인에게 적합하다.<sup>20)</sup> 채점방법 및 해석은 19점 이하면 확정된 치매이고 20-23점은 치매가 의심되며 24점 이상이면 정상으로 평가된다.

단축형 노인 우울척도는 노인의 우울정도를 측정하기 위하여 15문항으로 구성된 Short-form geriatric Depression Scale, Sheikh & Yesavage, 1986)를 송미순이 번안한 척도를 이용하였다. 측정 방법은 15문항을 독서치료사가 읽어주면 노인이 대답을 하는 방식으로 ‘예’는 1점, ‘아니오’는

20) 황인옥, 원예치료프로그램 적용을 통한 치매노인의 사회적응력 강화전략에 관한 연구(박사학위논문, 부산대학교 대학원 사회복지학과, 2002).



0점으로 표시하였다. 평가는 5점 이하는 정상이고 5~9점은 우울가능성이 있으며 10점 이상은 우울로 해석된다.

본 연구에서는 MMSE-K 측정에서 23점 이하로 인지 장애나 경증 치매로 의심되는 노인으로 연구대상을 선정하였으며 이들 중 8명은 MMSE-K치매 진단에서 23점 이상의 정상으로 판명되어 일반 노인성 질환이므로 제외 시켰으며, 1명은 말기암으로 퇴소하였으며 2명은 가정 사정과 건강상의 이유로 3회 이상 프로그램에 불참하여 제외하였으며 1명은 조사에 응하지 않아 제외시켰다. 대상자의 평균 연령은 77.9세이며 치매정도는 중중 4명, 경중 8명이며 남자노인의 병증 발생 전 직업은 직장인 이었으며 여자는 주부였다. 연구 대상자의 특성은 아래의 <표 1>과 같다.

<표 1> 연구 대상자의 특성

대상	나이	성별	치매정도	배우자유무	전 직업	경제력	학력	성격
a	75	남	경	무	공무원	중	대졸	권위적
b	70	여	경	유	주부	상	고졸	조용
c	83	여	경	무	주부	중	중졸	자존심강
d	90	여	경	유	주부	하	.	불안정
e	70	여	경	유	주부	하	고졸	밝음
f	90	여	중	무	주부	하	.	조급함
g	69	여	경	유	전문직	중	대졸	강직
h	77	여	경	무	주부	하	고졸	불만족
i	80	여	중	유	주부	상	중졸	화잘냄
j	80	여	중	무	주부	중	초졸	다혈질
k	69	남	중	무	사업	상	대졸	무덤덤
l	82	여	경	무	주부	중	중졸	불안정

본 독서치료 프로그램을 실시하기 위한 연구 설계는 다음과 같다. 독서치료 내담자인 연구대상 치매노인 집단을 선정하고 표집 된 내담자 치매노인을 측정도구로 사전 검사한다. 본 실험에 들어가기 전 4회기 동안 예비 실험을 통하여 프로그램 환경설정의 적정 여부를 모색한다. 독서치료 프로그램 환경 설정은 선정된 치매노인에게 알맞은 독서치료용 상황별 도서를 선정하여 24회기로 독서치료 프로그램 안을 작성하고 상담자인 독서치료사는 A, B팀 각각 7명씩 2조를 편성하여 14명을 조직한다. 독서치료 프로그램 안을 기본으로 초기, 중기, 종결 로 구분하고 초기에 치매노인과의 라포형성에 중점을 두었고 중기와 종결에 계획안에 의한 책을 통한 프로그램 실행을 진행한다. 24회기 동안 독서치료 프로그램을 끝낸 후 사후 검사를 하고 연구의 가설을 검증하고 분석하여 연구 결과를 도출한다.

독서치료 프로그램 실시를 위한 연구 설계 및 실험 내용은 <표 2>와 같다.

〈표 2〉 독서치료 프로그램 연구 설계 및 실험 내용

연구설계	실험내용	대상집단
연구대상자 선정	사전 검사	노인집단
독서치료 예비실험	4회기 프로그램 적용	노인집단
독서치료 교안 작성	- 상황별 도서 선정 - 24회기 프로그램 교안 작성 - 독서치료사 14명 조직	치매노인 집단
독서치료 처치 실시	- 라포형성기 - 초기, 중기, 종결	치매노인 집단
독서치료 평가	사후검사	치매노인 집단
연구결과 분석	가설검증, 결과분석	치매노인 집단

## 2. 치매 노인을 위한 독서치료 프로그램 처치

프로그램은 실행 처치 단계는 라포<sup>21)</sup>형성기, 초기, 중기, 종결, 평가로 24회기를 구성하였다. 발문 내용은 독서치료 발문 유형 중 Doll&Doll<sup>22)</sup>의 동일시, 카타르시스, 통찰, 문제해결의 방식과 Hynes & Hynes Berry의 인식, 고찰, 병치, 자기 적용법을 사용하였다. 또한 치매노인을 위한 독서치료를 위한 상담심리학적 방법은 프로이드 정신분석적 이론과 로저스 인간 중심 인본주의, 게스탈트 형태 심리학, 벡의 인지이론, 에릭슨의 심리 사회적 발달심리학, 분트의 실험심리학, 안나 프로이드의 이론 등을 접목시켰다. 정신분석적 치료는 무의식을 탐색하여 잘못된 성격적 갈등을 이해시키고 해결하지 못한 과거의 문제를 이끌어 내어 현실에 바탕을 두고 이해할 수 있도록 한다. 인간 중심적 인본주의 치료는 개인의 문제보단 인간 본성에 초점을 맞추어 인간의 존엄성을 강조하며 관련된 도서 속에서 찾아낸다. 신 프로이드학과는 원초아의 강조보다 자율적인 자아의 기능을 중시여기며 부정적 무의식의 역동과 생활양식이 내담자의 생활에 어떤 영향을 미치는지를 해석하고 통찰하여 변화의 방향을 제시한다.

실제적인 독서치료 처치 방법은 1차적으로 도서를 선정하고 독서치료사들이 사전 예비모임을 통해 선정된 도서에 대한 발문과 교안을 작성하고 Role play,<sup>23)</sup> Storytelling 등의 추후 활동 등 모의실험이나 예비 실습을 하였다. 책은 한국도서관협회의 상황별 도서를 선정하거나 부족한 도서는 노인의 입장과 상황을 담은 그림책과 옛이야기를 재편집하여 치매노인용 독서치료 자료집을 만들어 6권 정도를 준비하여 노인들이 다각도에서 볼 수 있도록 독서치료사들이 책을 펼쳐 들었다. 실제 수업의 순서는 도입 5분간은 오늘은 며칠, 무슨 요일, 장소를 지속적으로 질문하여 치매노인의 특징인 기억력을 향상시키고 건강 체조와 마음열기 동작으로 들어간다. 수업을 할 때 1명은 주

21) 치료자와 내담자의 마음을 열게 하여 신뢰도를 형성하는 초기 치료단계이다.

22) Doll Bath and Doll Carol, *Bibliotherapy with Young People*(Englewood, Col. : Libraries Unlimited, 1997), pp.10-11.

23) 게스탈트 심리치료의 한 방법으로 연극으로 등장인물의 역할을 해봄으로써 자신의 내적 갈등을 해소한다.

독서치료 상담자가 되고 나머지 6명은 보조 독서치료사가 되어 2-3명의 노인을 맡아가며 수업을 진행했다. 주 독서치료사는 큰소리로 책을 내용을 읽어주고 보조 독서치료사는 각자 맡은 노인들에게 책 속 등장인물과 시대적 배경을 보여주고 노인자신과 닮은 내용은 노인이 이야기를 하도록 하였다. 치매노인이 책을 통하여 책속의 주인공, 상황과 동일시되고 책 속 내용으로 인하여 과거를 기억하면서 통찰하고 주인공에 대한 카타르시스를 불러 일으켜 눈물을 흘리기도 하였다. 이러한 현상으로 마음을 정화시키고 정서적으로 안정을 유도하였다.

또한 노인 상담심리학에서 많이 사용하는 회상요법을 책을 통하여 적용하였는데 책 속에는 치매노인과 함께 했던 추억의 물건이 있기도 하고 1930~40년대의 놀이 문화가 실려 있기도 한다. 이러한 회상요법은 치매 노인들의 추억을 되살려 기억을 향상시키고 치매노인들은 가장 평안한 상황이 된다. 이는 불안해하고 난동을 부리던 치매노인도 과거 속에서 안정을 찾았다는 점을 주목했다. 책 읽어주기가 끝나면 추후 활동으로 그림그리거나 만들기 놀이 등을 통하여 책 속의 정적인 내용들을 밖으로 표출하는 동적인 행동으로 연결하여 인지력 향상과 우울증 치료를 극대화 한다. 결말단계는 한회기의 책 이야기를 재생산해내며 노래와 율동과 건강 체조로 마무리하고 다음 차시를 예고한다.

독서치료용 도서는 그림책을 중심으로 선정하였는데 내용적인 측면에서 치매노인들이 과거를 회상할 수 있는 옛이야기나 풍속, 문화를 담고 있어야 한다. 그리고 비판적인 내용보다는 에릭슨의 발달심리학의 8단계인 노년기에 자아 통합을 이룰 수 있도록 긍정적인 삶의 주제를 담고 있거나 인생을 잘 살았다는 의미를 포함하고 있는 우화를 선택하였다. 또한, 노인의 인생과 동일시했을 때 자기 만족감을 느끼거나 자식을 훌륭히 키워낸 보람 있는 인생을 담고 있는 내용의 도서를 적용한다. 형식적인 면은 간결한 구성이나 색상이 선명한 그림책을 선정하며 그림의 크기는 작거나 크거나 골고루 포함하며 동물 우화나 어린이나 모든 가족이 포함되어도 좋다. 무엇보다 치매 노인의 상황에 잘 맞아야 하며 책읽기 끝난 후 추후 활동인 그림이나 만들기, 놀이, 동작, 노래로 자연스럽게 이어지도록 실시하였다.

치매노인을 위한 독서치료 프로그램의 24회기 처치 내용은 <표 3>과 같다.

<표 3> 치매노인 독서치료 프로그램

회기	치료활동목표	치료활동 및 활동내용	도서 및 매체 자료
1	마음열기	친밀감 형성으로 라포 형성	잡지 색종이 옛날노래
2	라포 형성기	서로 사랑하는 가족 - 옆의 어르신과 이야기 나누기	가족사랑 발문 사전검사(MMSE-K) 우울검사
3	자기 표현하기	나 자신을 말로 표현. 자기 기분을 색깔로 나타내기	워크지
4	나를 바로알기 명찰 만들기	너는 특별 하단다. 이야기 나누기 - '나는 특별해' 배지 만들기	너는 특별 하단다(그림책)
5	살아온 날 더듬어보기	만다라 그리면서 마음 모으기	만다라, 색연필

6	자기표현 강화와 감정의 이완	동화를 읽고 이야기 나누기, 가족 상황 표현	우당탕탕 할머니 귀가 커졌어요(그림책)
7	인생에서 즐거웠던 일 기억하기	장터에서 생긴 여러 가지 일 기억하기. 5일장의 풍속	시장나들이
8	위로하기, 가정 어려움 표현	주인공의 마음 되어보기, 기억력 강화 그림읽기 쓰기	이름 짓기 좋아하는 할머니(동화)
9	가족의 소중함	혼례음식, 신랑신부의 혼례복 노인들의 혼례 이야기하기	우리 누나 시집가던 날
10	기억력 강화	어린시절 회상하기, 재래식 화장실, 떡의 종류	뚱떡
11	상호작용 기술	왕따 어떻게 극복할 것인가? 나만의 이야기 들려주기	까마귀 소년(그림책)
12	감사하는 삶	바느질 도구 회상하며 말하기 이웃의 소중함	아씨방 일곱 동무
13	자아 존중감 향상하기	우리 모두 소중한 존재예요. 동화 감상하고 이야기 나누기	강아지똥(DVD)
14	기억력	옛날에 쓰던 물건을 통해 놀이와 풍경 이야기하기	오늘은 촌놈 생일 이예요
15	긍정적인 삶 반추	사랑하는 사람이 죽는다면? 자신이 생각하는 십장생은?	십장생을 찾아서
16	협동의 중요성	약자들이 힘을 모아 강자를 물리치는 슬기로움	팔죽 할머니와 호랑이
17	가족간 유대감형성	나는 과연 아낌없이 준적이 있는가?에 대한 토론	아낌없이 주는 나무
18	부정적인 감정의 표현 및 정화	옛날기억 되살리기(이런 적이 있었나요?)	울엄마 아빠 어렸을 적에(문학)
19	마음걱정 버리기	걱정 많은 빌리가 어떻게 하면 잘 살수 있을까	겉쟁이 빌리
20	만족한 삶	지나간 삶 돌아보기. 성공시킨 자식들 자랑하기	세상에서 가장 힘센 수탉
21	가족사랑	손자, 자식과의 즐거웠던 일 기억하기	원숭이 임금님 꼬리
22	삶의 회노애락	마음속의 작은 기억 되살리기	구름나라
23	협력하기, 나누기	왜 나누어야 하나요. 전통음식 만들기	손 큰 할머니의 만두 만들기
24	독서치료 프로그램의 효과 측정	서로를 초대한 '우정의 파티' -다과회, 평가	사후검사(MMSE-K) 우울검사

#### IV. 분석과 결과

독서치료 프로그램 실시 후 개인별 인지도와 우울증 효과를 살펴보면 <표 4>과 같이 인지력은 한 명을 제외하고 대부분 인지도가 상승되는 효과를 보였다. 또한 우울증은 대부분 감소 현상을 보여 인지력보다 우울증이 더 효과가 있음을 보여줌으로써 독서치료 프로그램이 치매노인에게 상당히 효과가 있음을 알 수 있다. 실험 집단의 사전 사후 인지도와 우울증의 독서치료 전 후의 차이를 알기 위해 T-test를 사용하였고 통계처리는 SPSS 12.0을 사용하여 분석하였다.

〈표 4〉 개인별 인지도, 우울증에 따른 독서치료 사전 사후 변화

대상	나이	성별	MMSE-K		단축형 노인 우울척도	
			사전	사후	사전	사후
a	75	남	6	24	13	6
b	70	여	17	17	11	6
c	83	여	18	23	9	5
d	90	여	15	22	10	6
e	70	여	18	21	10	6
f	90	여	5	6	14	13
g	69	여	22	26	12	5
h	77	여	20	23	9	5
i	80	여	7	9	13	6
j	80	여	4	5	9	5
k	69	남	5	7	12	8
l	82	여	15	21	10	6

### 1. 제1가설 검증

제1가설 독서치료 프로그램이 치매노인의 인지력 개선에 미치는 효과를 분석하기 위해 검사 시기별 평균 및 표준편차를 산출한 결과는 〈표 5〉와 같다. 치매노인을 대상으로 독서치료 프로그램의 효과를 검증하기 위해 실험집단에 실시 전 후의 인지력(MMSE-K) 척도 점수의 평균과 표준편차를 비교해 보았다. 치매노인에게 독서치료 전 12.67에서 독서치료 후 검사에는 17.00으로 인지 능력이 증가하는 결과를 보였다. 독서치료 프로그램의 치매노인 인지도 변화량에 대한 검사시기별 차이 검증에서 보듯이 검증통계량인 t의 값이 3.132이고, 유의확률(p-value)이 0.01로서 유의수준 95% 수준에서 0.05보다 매우 작으므로 통계적으로 매우 유의미한 차이를 나타내고 있음을 알 수 있다. 즉, 독서치료 전 보다 독서치료후 치매노인의 인지도가 향상되는 효과를 볼 수 있다.

〈표 5〉 검사 시기별 독서치료 프로그램이 치매노인 인지도에 미치는 효과

구분	n	사전검사	사후검사	변화량	t	p-value
		MEAN± SD	MEAN± SD			
실험집단	12	12.67±6.719	17.00±7.909	4.333	3.132**	0.010

\* p < 0.05, \*\* p < 0.01, \*\*\* p < 0.001

### 2. 제2가설 검증

제2가설 독서치료 프로그램이 치매노인의 우울증 개선에 미치는 효과를 분석하기 위해 검사시기별 평균 및 표준편차를 산출한 결과는 〈표 6〉와 같다. 치매노인을 대상으로 독서치료 프로그램의

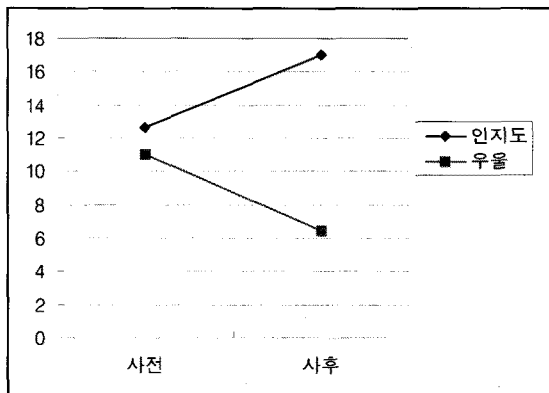
효과를 검증하기 위해 실험집단에 실시 전 후의 우울증척도 점수의 평균과 표준편차를 비교해 보았다. 치매노인에게 독서치료 전 11.00에서 독서치료 후 검사에는 6.42로 우울증 정도가 매우 큰 차이로 감소하는 결과를 보였다. 독서치료 프로그램의 치매노인 우울증 변화량에 대한 검사시기별 차이 검증에서 보듯이 검증통계량인 Paired t-통계량이 9.178이고 유의확률(p-value)이 0.001로서 유의수준 0.05보다 매우 작으므로 통계적으로 매우 유의미한 차이를 나타내고 있음을 알 수 있다. 즉, 독서치료 전 보다 독서치료후 우울증이 감소하여 독서치료 프로그램이 우울증치료에 효과가 있음을 알 수 있다.

〈표 6〉 검사시기별 독서치료 프로그램이 치매노인의 우울정도에 미치는 효과

구분	n	사전검사	사후검사	변화량	t	p-value
		MEAN±SD	MEAN±SD			
실험집단	12	11.00±1758	6.42±2.234	-4.583	-9.178***	0.001

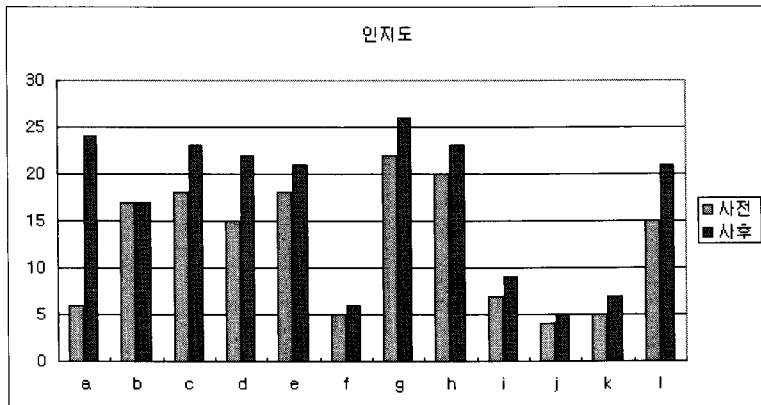
\* p < 0.05, \*\* p < 0.01, \*\*\* p < 0.001

독서치료 프로그램이 치매노인의 인지도와 우울증에 미치는 효과를 나타낸 〈그림 1〉을 살펴보면 인지력은 독서치료 프로그램 실시 전에는 13점 정도였으나 치매노인의 인지기 향상을 위한 다양한 독서 자료로 독서치료 프로그램 실시한 후에는 인지능력이 17점 정도로 향상됨을 알 수 있었다. 또한 독서치료 프로그램을 실시하여 치매노인의 전반적인 특징인 우울증 변화를 살펴보았는데 독서 자료의 선택 적용과 독서 추후 활동을 포함한 독서치료 프로그램을 실시한 후에는 우울증이 실시 전 11점 정도에서 실시 후에는 7점 정도로 감소되었음을 알 수 있었다. 그러므로 독서치료 프로그램이 경증 치매 노인에게 효과가 있음을 알 수 있었다.



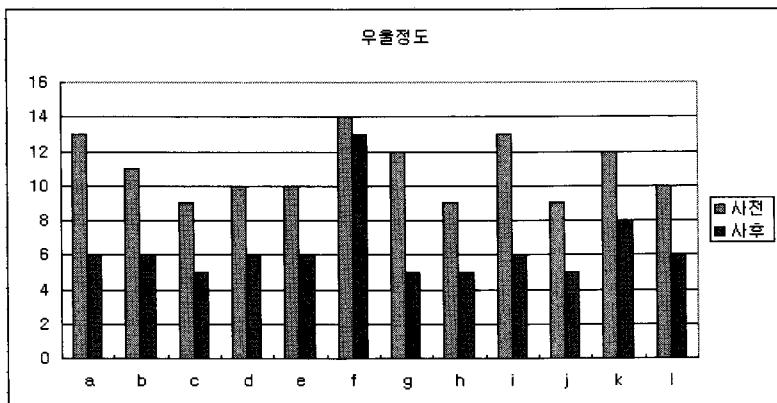
〈그림 1〉 사전 사후 검사에 따른 인지도 및 우울증의 변화

치매노인 12명에게 독서치료 프로그램 실시전과 독서치료 프로그램 실시 후를 비교한 개인별 인지도의 변화를 살펴본 <그림 2>에서와 같이 프로그램 실시 전부터 참여율이 양호하며 책에 대해 긍정적이던 b는 변화를 보이지 않고 경증 이상의 치매를 가진 f와 j는 약간의 인지력 향상을 보였으나 대부분 인지력이 향상되었음을 알 수 있었다. 특히 a는 초기에 방관 때문에 인지력을 거의 파악하기 어려웠으나 후반기로 가면서 긍정적이며 적극적으로 수업에 참여하여 인지력이 향상되는 변화를 볼 수 있었다.



<그림 2> 대상자의 개별 인지도에 대한 사전 사후 비교

<그림 3>에서 독서치료 프로그램 실시전과 독서치료 프로그램 실시 후를 비교한 치매노인의 우울증도에 대한 개인별 변화 과정을 보면 중증을 가진 f만 별 변화가 없고 대부분 독서치료 프로그램 실시 후에 우울증이 감소하는 경향을 볼 수 있었다. 그러므로 독서치료 프로그램을 통한 치매노인의 인지도는 향상되고 우울증은 감소함으로써 독서 치료가 효과 있음을 알 수 있었다.



<그림 3> 대상자의 개별 우울증에 대한 사전 사후 비교

### 3. 질적 분석 결과

치매노인을 위한 독서치료 프로그램의 효과를 검증하기 위하여 행동 관찰법을 통한 질적 연구를 관찰일지를 매일 매일 기록하여 사전 사후로 분석하였다. 24회기의 관찰지 기록 결과는 거의 관심 없이 한쪽 구석에서 혼자 있으면서 전혀 참여하지 않던 a가 6회기가 지나면서 서서히 참여하기 시작하여 독서치료 중기 단계에는 말로는 참여안하다 하면서도 다른 사람이 참여하는 것을 보고 서서히 참여하기 시작하여 종결 단계에는 적극적인 참여하는 현상을 볼 수 있었다. 중증인 f와 i는 난폭한 성격으로 프로그램 진행상 어려움의 대상으로 약간의 차도만 보였고 대부분의 노인이 초기의 무관심에서 벗어나 프로그램의 중기와 종결과 가면서 책에 관심을 보이며 긍정적인 태도로 변화하였다.

〈표 7〉 치매노인의 독서치료 프로그램 사전 사후 변화

대상	사 전	사 후
a	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 무관심하게 한쪽 구석에 앉아있음</li> <li>• 계속 한자만 쓰고 있음</li> <li>• 전직 교육자로 목소리 크고 통명</li> <li>• 죽고 싶다고 함</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 자녀 이야기를 간단히 함</li> <li>• 비내리는 고모령 잘 부름</li> <li>• 웃으면서 수업에 참여</li> <li>• 귀찮아하면서도 참여함</li> <li>• 책이야기 중 부인을 떠올리며 눈시울을 적시며 책에 적극적 관심</li> </ul>
b	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 조용한 성격으로 별 문제 없어 보임.</li> <li>- 가끔 한곳을 멍하니 응시하거나 슬픈 표정</li> <li>- 수업참여는 대체적으로 잘함</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 좋은 시어머님에 대한 이야기 많이 함</li> <li>- 우리나라 사람들이 일본인보다 똑똑하다함</li> <li>- 음식솜씨와 십자수 잘한다 함</li> <li>- 책 내용에 재미있게 공감</li> </ul>
c	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 딸을 보고 싶다 함</li> <li>- 묵묵하게 들고 일체 다른 반응 없음</li> <li>- 가끔씩 고집을 부림</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 가족끼리 즐거운 때는 제사라고 함</li> <li>- 사랑하는 부모님이 생존했던 옛날이 그림다 함</li> <li>- 질문에 차분하고 상세히 답함</li> </ul>
d	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 자랄 때 부모님 엄격하여 소극적임</li> <li>- 프로그램에 대한 관심 없음</li> <li>- 불안정하고 기분 저하</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 조용하고 차분함</li> <li>- 소녀같이 행복해 함</li> <li>- 손을 잡으니 너무 좋아함</li> <li>- 그림책에 대한 강한 호기심 보임</li> </ul>
e	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 낮설어 하고 대답을 안 함</li> <li>- 졸고 있음</li> <li>- 의욕 없음</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 책 내용을 기억은 못하나 참여 하려함</li> <li>- 늑대이야기에 울동 적극적</li> <li>- 좀더 수준 있는 책 요구</li> </ul>
f	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 아무런 반응 없음</li> <li>- 시끄럽다고 고함 지름</li> <li>- 짜증 많이 냄</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 계속 저항을 하는 현상은 방어기제가 일어난 것으로 판단되며 지속적 치료요구</li> <li>- 남성적 성향을 보이고 이는 내용이 많음</li> </ul>
g	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 무관심</li> <li>- 의욕상실</li> <li>- 전 서울 명문대 출신</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 가곡을 부르고 칭찬과 공감에 화답</li> <li>- 춤도 추고 이야기 많이 함</li> <li>- 단짜 이야기에 적극성 보임</li> <li>- 모든 부분에 적극성 변함</li> </ul>
h	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 호감은 가지되 옆사람 싫어함</li> <li>- 상대방 비난</li> <li>- 혼자만 관심 가져주길 원함</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 노래를 잘부르고 동물이야기 많이 함. 가족이야기를 많이 함</li> <li>- 추후활동의 그림을 손자 보여 준다고 가져감</li> </ul>



i	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 눈을 거의 감고 있고 난폭함</li> <li>- 고태미하며 가까이 못 오게 함</li> <li>- 날카로운 표정</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 처음에 책에 관심 없는 듯하다 다른 분이 책을 넘기면 따라 봄</li> <li>- 웃는 횟수가 많아짐 환한 표정</li> <li>- 만들기 등 추후활동에 안한다 말하지만 손을 잡고 끝면 슬며시 참여하심</li> </ul>
j	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 중증 치매</li> <li>- 손자 찾으러 나가고 냉장에서 자꾸 뭘 찾는다 함</li> <li>- 풀등 문구류를 숨김</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 집중은 하나 지속적이진 못함</li> <li>- 자기표현 확실</li> <li>- 잘 아는 책의 내용에 큰소리로 말함</li> <li>- 수고한다는 말을 잘 함</li> </ul>
k	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 행동 부자유</li> <li>- 시선은 한쪽과 천정만 응시</li> <li>- 언어사용 전혀 안됨.</li> <li>- 수업참여 전혀 안됨</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 추후활동 만들기에 손가락으로 물건지칭</li> <li>- 그림을 보여주기 호주머니에 넣음</li> <li>- 어두운 왼손으로 책을 넘김</li> <li>- 상당한 효과 봄</li> <li>- 말을 못해도 표정은 적극성 보임</li> </ul>
l	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 차분하지만 멍한 표정</li> <li>- 투덜거리나 참여는 함</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 집에 가면 손자랑 수업이야기를 하며 동화책 읽기 한다고 함.</li> <li>- 책 내용 잔잔히 봄</li> </ul>

## V. 결론 및 제언

이상의 연구에서 치매노인을 대상으로 독서치료 프로그램을 적용하여 인지력 향상과 우울증의 증상완화 효과에 대하여 살펴보았다. 연구의 방법으로는 치매노인에게 24회기 독서치료 프로그램을 적용하고 실시 전과 후를 비교하기 위해 인지력 측정에 MMSE-K 측정도구를 사용하였고 우울정도를 측정하기 위해 단축형 노인 우울척도를 사용하였다. 연구의 범위와 대상은 65세 이상 90세 이하의 남녀 노인 24명중에서 12명의 실험집단을 선정하였다. 논의된 결과를 요약하면 다음과 같다.

첫째, 치매노인을 대상으로 독서치료 프로그램의 효과를 검증하기 위해 실험집단의 실시 전 후의 인지력(MMSE-K) 검사에서 독서치료 전 12.67에서 독서치료 후 검사에는 17.00으로 인지력이 증가하는 결과를 보였다. 인지력 변화량에 대한 검사 시기별 차이 검정에서 유의확률이 0.01로서 유의수준 0.05보다 매우 작으므로 통계적으로 매우 유의미한 차이를 나타내고 있음을 알 수 있었다. 즉, 독서치료 전 보다 독서치료 후에 치매노인의 인지도가 향상 되는 효과를 볼 수 있었다.

둘째, 독서치료 프로그램이 치매노인의 우울증 개선에 미치는 효과를 보기 위한 검사시기별 분석 결과는 독서치료 전 11.00에서 독서치료 후 검사에는 6.42로 우울증 정도가 매우 큰 차이로 감소하는 결과를 보였다. 즉, 독서치료가 치매노인의 우울증에 치료 효과가 있음을 알 수 있다.

셋째, 양적평가에서 치매노인을 위한 독서치료 프로그램이 인지도 향상에도 효과가 있었지만 ( $p < 0.01$ ) 우울증에 더 큰 효과( $p < 0.001$ )를 나타내고 있었다. 즉, 치매노인의 인지도는 향상되고 우울증은 감소함으로써 독서치료가 효과 있음을 알 수 있었다.

넷째, 6개월간의 관찰일지로 통한 질적 평가에서 치매노인의 특성인 기억력, 인지력, 지남력 부분의 향상과 노인에게서 가장 많이 나타나는 우울증의 경감을 발견할 수 있었다. 특히 초기의 문제

행동과 인지 부족력, 집중력 분산, 사회성 부족으로 싸움 등의 공격성을 보이던 노인들이 안정적 집중적인 태도로 변화되어 가는 과정을 발견할 수 있었다.

이러한 연구결과로 볼 때 독서치료 프로그램이 인지력의 문제로 시작되는 경증 치매노인에게 병증진행을 지연시키고 우울증세를 완화시키는 정서적 자극중심 치료가 됨을 입증하였다. 이는 유혜숙(1999)이 65세 우울증 노인 25명을 대상으로 노인의 우울증 해소를 위한 독서요법연구에서 독서 자료를 적용하여 측정 분석한 결과 우울증이 감소되었음을 입증한 결과와 마찬가지로 본 연구에서도 독서치료가 노인의 우울증 감소에 효과적이라는 같은 효과를 도출해내었다. 또한 5명의 대상자를 선정하여 책을 읽고 자신의 아픔을 통찰하고 마음의 안정을 느끼는 과정을 서술한 장덕현(2006)의 연구와 같이, 본 연구의 질적 분석에서도 마음의 안정을 찾아가는 같은 결과를 알 수 있었다. 또한 이상행동, 인지기능장애, 정서장애를 가진 남녀 6명의 치매노인을 대상으로 미술치료를 실시하여 문제행동이 감소하는 미술치료의 효과성을 확인한 윤영옥(2007)의 결과와 같이 본 연구에서는 독서치료 프로그램으로 치매노인의 문제행동이 감소되는 결과를 입증하였다.

본 연구에서 실시한 독서치료 프로그램이 경증 치매노인의 인지도 향상과 우울증 감소하는 결과는 또 다른 대상의 경증 치매노인이나 우울증을 가진 노인에게 적용시켜도 효과가 있을 것으로 예측되며, 치매노인을 위한 미술치료, 원예치료에서도 효과를 입증하였듯이 독서치료 프로그램을 실시하면서 미술, 놀이, 원예치료를 병행하는 통합치료를 실시하면 더욱더 효과적인 독서치료가 될 것이다. 그러나 연구대상이 한기관의 24명의 소수의 대상자를 통한 임상사례의 연구 결과이므로 같은 조건을 가진 유관 기관까지 확대하여 사례수를 늘려 연구를 해 볼 필요가 있으며 통제집단과 실험집단 1과 실험집단 2등 3개를 집단 비교로 측정해 볼 필요성이 제기된다.

#### 〈참고문헌은 각주로 대신함〉