J Korean Acad Nurs Vol.42 No.4, 559-567
http://dx.doi.org/10.4040/jkan.2012.42.4.559

요양시설 노인의 시설적응을 위한 임파워먼트 프로그램의 효과

장애경[1] · 박연환[2]

[1]일리노이대학교 간호대학, [2]서울대학교 간호대학

Effects of an Empowerment Program on the Adjustment of Older Adults to Nursing Home Life

Chang, Aekyung[1] · Park, Yeon-Hwan[2]

[1]College of Nursing, University of Illinois at Chicago, Chicago, U.S.A.
[2]College of Nursing, Research Institute of Nursing Science, Seoul National University, Seoul, Korea

Purpose: This study aimed to evaluate the effectiveness of the empowerment intervention on the levels of self-esteem, interpersonal relationships and adjustment to nursing home life of the Korean nursing home residents. **Methods:** Participants (n=47) whose period of stay was less than one year were purposefully selected from 3 nursing homes in Korea. The experimental group (n=21) attended 10 weekly hour-long empowerment sessions. The empowerment program comprised two components; group education and group discussion. The control group (n=26) received a two-hour education about health management. **Results:** Compared with the control group, the experimental group showed significantly higher mean scores of self-esteem (t=5.51, p<.001), interpersonal relationships (t=2.73, p=.009) and adjustment to nursing home life (t=2.10, p=.041). **Conclusion:** Findings of this study suggest that empowerment interventions may be effective in enhancing nursing home residents' self-esteem, interpersonal relationships and adjustment to nursing home life. Future research is needed to determine if such an empowerment program could be used with newly institutionalized elders to speed as well as enhance their adjustment to nursing home life.

Key words: Nursing home, Aged, Empowerment, Adjustment

서 론

1. 연구의 필요성

생활환경이 변화하면 새로운 환경에 적응해야 하는 어려움이 생긴다(Lee, 2010; Lee, Woo, & Mackenzie, 2002). 특히 노인들의 요양시설(시설)로의 거주지 이동은 재정적 어려움, 건강 악화, 배우자 죽음 등 삶의 위기상황과 맞물려 발생하는 경우가 많아 노인들에게 큰 스트레스원이 되고, 사회·심리적 건강과 생존에 부정적인 영향을 미칠 수 있다(Ron, 2002; Rossen & Knafl, 2003)

노인이 시설 입소 후 변화된 환경에서 발생하는 문제를 해결하고 타인과 친밀감을 형성하여 안정된 시기로 접어드는 데는 평균 6개월 이상이 걸리는 것으로 알려져 있다(Krout & Pillemer, 2003; Rossen & Knafl, 2003). 그러나 국내 시설노인의 경우 입소 후 1년까지 시설에 적응하는 것이 가장 어려운 것으로 나타났고(Lee, Lee, & Lee, 2009), 국외 선행 연구에 따르면 시설 입소 후 2-7년까지도 시설노인의 절반 이상이 요양시설을 자신의 집으로 완전히 받아들이지 못하는 것으로 보고되었다(Hammer, 1999). 시설에 성공적으로 적응하지 못하는 노인들은 우울, 무력감, 신체적 쇠퇴, 사회적 위축(Lee et al., 2002) 등의 증상을 보이거나, 자살시도 또는 실제 자살과 같은 극단적인 선택을 할 수도 있기 때문에(Ron, 2002) 시설적응 증진을 위한 대책마련이 시급하다.

주요어: 장기요양시설, 노인, 임파워먼트, 적응

* 이 논문은 제 1저자 장애경의 박사학위논문의 일부를 발췌한 것임.
* This article is based on a part of the first author's doctoral thesis from Seoul National University.

Address reprint requests to : Park, Yeon-Hwan
College of Nursing, Research Institute of Nursing Science, Seoul National University, 28 Yeongeon-dong, Jongro-gu, Seoul 110-744, Korea
Tel : +82-2-740-8846 Fax: +82-2-745-8017 E-mail: hanipyh@snu.ac.kr

투고일: 2011년 11월 26일 심사의뢰일: 2011년 12월 13일 게재확정일: 2012년 7월 23일

© 2012 Korean Society of Nursing Science

이처럼 노인의 시설 부적응이 심각한 문제로 대두됨에 따라 노인들의 시설적응과 관련된 국내·외 연구 결과들이 보고되고 있다. 그러나 현재까지의 대부분의 연구들은 시설입소로 인한 신체적·정신적 변화(Lee et al., 2002), 시설적응 경험(Hammer, 1999), 시설적응에 관련하는 영향요인(Chang & Park, 2010; Lee, 2010; Lee et al., 2009) 등이 주를 이루고 있고 시설 노인의 적응을 증진시킬 수 있는 중재를 제공한 후 효과를 확인한 연구는 부족하였다

노인의 시설적응이란 '노인이 시설에서의 생활을 조화롭게 하기 위하여 자신의 감정이나 생활방식을 변화시키는 것으로, 익숙했던 거주지를 떠나 낯선 곳으로 이동함으로써 나타나는 외로움, 서글픔과 같은 거주지 이전증상이 감소하고, 새로운 거주지를 수용하며 시설적응에 꼭 필요한 요인인 시설 내 친구를 만들고 집단생활의 어려움을 극복하여, 자신의 존재가치를 지니게 되는 것'이다(Lee, 2007). 이러한 시설적응에 영향을 미치는 변수로는 나이, 성별과 같은 시설 입소노인의 일반적 특성(Boyce, Wethington, & Moen, 2003) 이나 입소 후 거주기간, 입소 결정자(Chang & Park, 2010) 등의 입소 관련 특성이 있다. 그리고 자기 효능감(Krout & Pillemer, 2003; Lee et al., 2009), 사회적 지지(Rossen & Knafl, 2003), 자기통제감(Boyce et al.; Hammer, 1999) 등의 사회 심리적 요인들도 선행 연구을 통해 보고되고 있다. 특히 자기통제감은 시설노인의 삶의 만족도(Boyce et al.) 및 시설적응(Chang & Park)을 예측하는 주요변수로 제시되고 있다. 또한 사회적 지지 정도가 높을수록 시설노인의 자아존중감과 시설적응 정도가 향상되고(Chang & Park; Chung, 2003), 자기 효능감의 증가는 시설노인의 삶의 만족도와 시설적응(Lee, 2010; Lee et al.)을 향상시키는 것으로 보고되고 있다. 따라서 시설노인의 적응증진을 도모하기 위해서는 자기통제감, 자기 효능감 및 사회적 지지를 동시에 향상시키는 전략을 활용한 간호중재 프로그램을 적용할 필요가 있다.

임파워먼트란 자기통제, 자기효능, 사회적 지지와 함께 지식과 기술의 습득, 적극적 참여를 주요속성으로 하고 대상자의 긍정적인 자아변화, 대인관계 변화, 행위 변화를 위해 자신의 능력과 삶에 대한 통제권 인식을 통해 얻어지는 능력증가과정이다(Falk-Rafael, 2001). 최근 공중보건이나 간호학 등의 건강관련 분야에서는 임파워먼트를 대상자의 자율성을 증가시켜 자신의 건강 관리 계획과 수행에 적극적으로 참여하게 하고, 자신이 처한 상황에 긍정적으로 대처할 수 있게 돕는 효과적인 전략으로 활용하고 있다(Chang, Li, & Liu, 2004; van Geen, 1997). 또한 임파워먼트의 증가는 시설 내에서 발생하는 어려움을 극복하게 돕고, 시설 내에서의 안녕감과 삶의 질을 향상시킬 뿐만 아니라(Tu, Wang, & Yeh, 2006), 시설에 새로 입소한 노인에게 시설에 관한 정보와 정서적 지지를 제공하여 시설에서의 생활 만족도를 높일 수 있는 전략으로 보고되고 있다(Lewis, 1995). 아울러 임파워먼트를 증가시키는 접근법은 새로운 환경에 대한 적응을 증가시킬 수 있는 유용하고 포괄적인 대처방법으로 알려져 있어(Jirapaet, 2000; Melnyk et al., 2004; Querimit & Conner, 2003) 노인의 시설적응을 증진시킬 수 있는 효과적인 중재전략이 될 수 있다.

임파워먼트의 개념이 1980년대 이후 다양한 학문분야에 소개된 이래 에이즈 감염여성의 대처행위(Jirapaet, 2000), 정신질환자의 자기효능감(Yang, 2009) 및 아동의 입원생활 적응(Melnyk et al., 2004) 등에 효과가 있는 것으로 보고되었다. 그러나 노인의 시설적응 증진을 위한 중재 전략으로 임파워먼트 프로그램을 적용하여 효과를 검증한 연구는 전무한 실정이다. 따라서 본 연구에서는 시설노인의 요구를 바탕으로 전문가의 교육 및 대상자간의 대화를 통해 자신의 능력을 증가시키는 임파워먼트 프로그램이 시설노인의 자아존중감 향상 및 대인관계의 긍정적 변화와 함께 궁극적으로 시설적응 정도를 증진시킬 수 있는지를 확인하고자 한다.

2. 연구 목적

본 연구의 목적은 임파워먼트 프로그램이 시설노인의 자아존중감, 대인관계, 그리고 시설적응 정도에 미치는 효과를 검증하는 것이다.

3. 연구의 개념적 기틀 및 연구 가설

본 연구의 개념적 기틀은 Falk-Rafael (2001)의 임파워먼트케어모델(empowerment caring model)에 근거하여 Figure 1과 같이 구성하였다. 대상자의 자기 통제감과 자기 효능감을 증가시키고 집단 활동에 적극적 참여를 통해 지식과 기술을 습득하며 동시에 구성원 간에 지지를 교환하는 임파워먼트 전략을 적용하면 대상자의 긍정적인 자아변화, 대인관계 변화 및 행동의 변화를 도모할 수 있다. 따라서 시설입소 초기의 노인에게 적합하도록 개발된 임파워먼트 프로그램을 적용하면, 시설노인의 자아존중감과 대인관계의 향상뿐만 아니라 자아의 변화, 대인관계의 변화, 행동 변화를 포괄하는 개념인 시설적응이 증진될 수 있다(Figure 1).

본 연구의 연구 가설은 다음과 같다.

첫째, 임파워먼트 프로그램을 적용한 실험군은 대조군보다 자아존중감 점수가 높을 것이다.

둘째, 임파워먼트 프로그램을 적용한 실험군은 대조군보다 대인관계 점수가 높을 것이다.

셋째, 임파워먼트 프로그램을 적용한 실험군은 대조군보다 시설적응 점수가 높을 것이다.

http://dx.doi.org/10.4040/jkan.2012.42.4.559

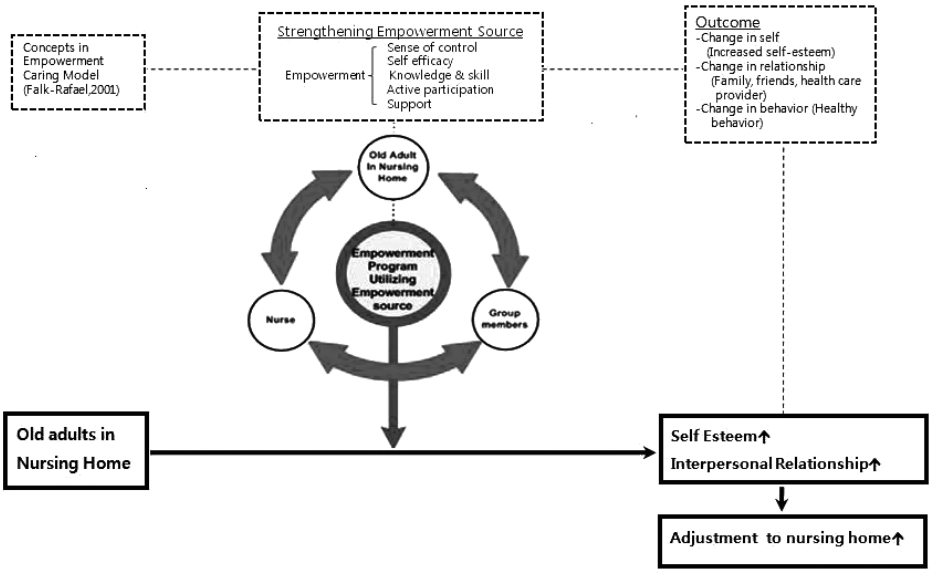

Figure 1. Theoretical framework of this study based on the empowerment caring model.

연구 방법

1. 연구 설계

본 연구는 요양시설 거주노인에게 제공한 임파워먼트 프로그램이 시설노인의 자아존중감, 대인관계와 시설적응 정도에 미치는 효과를 규명하기 위한 비동등성 대조군 전후 실험설계의 유사 실험연구이다. 연구자가 연구시작 전에 서울시 소재 요양시설을 미리 방문하여 시설의 규모, 환경, 인력구성, 프로그램 및 운영실태가 유사한 3개 시설을 선정하였고, 그 중 시설 A를 실험군, 시설 B, C를 대조군으로 임의배정 하였다. 3개 시설에 실험군과 대조군을 임의배정한 이유는 한 시설에서 연구를 진행하는 경우 실험효과 확산의 문제가 발생할 수 있고, 요양시설의 특성 상 기존 입소노인의 사망이나 퇴소로 결원이 생기는 경우가 아니면 입소자를 더 받지 않아, 연구 프로그램 선정기준에 부합하는 대상자 수가 시설마다 큰 차이를 보였기 때문이다

2. 연구 대상

본 연구 대상자는 대도시 소재 시립 요양시설 3개소에 입소한 노인으로 구체적인 선정기준은 다음과 같다. 첫째, 만 65세 이상인 자, 둘째, 의사 소통에 장애가 없는 자, 셋째, 집단 프로그램에 참여 가능한 자, 넷째, 연구의 목적을 이해하고 참여하기로 서면으로 동의한 자, 다섯째, 확정적 치매상태가 아닌 시설노인인 경우, 원활한 사전·사후 자료 수집과 집단 중재프로그램 참여가 가능함이 보고 되었으므로(Song, 2001) 한국판 정신상태 설문지(Mini-Mental State Examination-K)를 이용하여 측정한 인지기능 점수가 20점 이상인 자, 여섯째, 국내 시설노인의 시설적응 정도가 입소 후 1년을 기점으로 유의하게 차이가 나므로(Lee et al., 2009) 입소 후 1년 이내의 노인을 포함하였다.

표본 크기는 노인의 시설적응을 위한 선행 중재연구가 없어 시설노인을 대상으로 자아존중감, 대인관계를 결과 변수로 한 선행논문을 고찰하였다. 그 결과 자아존중감의 효과크기는 0.6-0.8, 대인관계는 0.7-0.8 정도로 높게 나와, 본 연구에서는 높은 효과크기 .50, 검정력 .80, 유의수준 .05로 설정하여 t-test를 위한 각 군의 최소 표본수를 17명(Cohen, 1988)으로 산출하였다. 그러나 시설노인의 연령과 건강상태로 인한 탈락가능성을 고려하여 연구 대상자 선정기준에 부합하는 실험군 25명, 대조군 32명 전원을 대상자로 선정하였다. 연구진행 중 실험군의 경우 질병 및 수술로 인한 병원입원 3명과 개인사정으로 인하여 1명이 퇴소하여 총 4명이 탈락하였고(탈락율 16%), 대조군의 경우 병원입원 2명, 퇴소 4명으로 총 6명이 탈락하여 사후 조사에 참여한 최종 26명의 자료(탈락률 18.7%)를 분석에 이용하였다.

3. 연구 도구

1) 자아존중감

요양시설 거주노인의 자아존중감은 Rosenberg (1965)가 청소년의 자아존중감 정도와 자아승인 양상을 측정하기 위해 개발한 자아존중감 측정도구를 Ha와 Lee (2004)가 국내요양시설노인에게 맞게

수정·보완한 도구를 사용하였다. 이 도구는 총 10문항으로 5개의 긍정적인 문항, 5개의 부정적인 문항으로 구성되어 있는데 긍정적인 문항은 "전혀 그렇지 않다"에 1점, "항상 그렇다"에 4점을 주었으며, 부정적인 문항은 역으로 환산하여 측정한다. 최저 10점에서 최고 40점의 점수범위를 보이며, 점수가 높을수록 자아존중감 정도가 높은 것을 의미한다. 개발 당시의 신뢰도 Cronbach's α는 .85였고, 연구에서는 .82이었다.

2) 대인관계

요양시설 거주노인의 대인관계는 Schlein과 Guerney (1971)가 개발한 대인관계 변화척도(RCS: Relationship Change Scale)를 우리 실정에 맞게 Moon (1980)이 번안한 도구를 사용하였다. 이 도구는 전체 25문항으로 된 5점 척도이며, 하위영역으로는 상대방과의 관계에 대한 만족도(4문항), 의사 소통(4문항), 신뢰감(3문항), 친근감(3문항), 민감성(2문항), 개방성(5문항), 이해성(4문항)으로 구성되어 있다. 전체점수는 최저 25점에서 최고 125점으로 점수가 높을수록 대인관계가 좋다는 것을 의미한다. 개발 당시의 신뢰도 Cronbach's α는 .86이었고, 본 연구에서는 .88이었다.

3) 시설 적응

요양시설 거주노인의 시설적응은 Lee (2007)가 개발한 노인요양시설적응도구를 저자에게 허락을 얻은 후 사용하였다. 이 도구의 하부요인은 거주지 이전증상 8문항, 친구 만들기 4문항, 새로운 거주지 수용 6문항, 집단생활의 어려움 3문항, 존재 가치 지니기 2문항이며 총 23문항으로 구성되어있다. 5점 Likert 척도로 구성되어 있으며 점수가 높을수록 시설적응 정도가 높은 것을 의미한다. 개발 당시 Cronbach's α는 .83이었고, 본 연구에서는 .85이었다.

4) 대상자의 일반적 특성 및 시설거주 관련 특성

문헌 고찰 결과 시설 거주 노인의 적응에 관련을 미칠 수 있는 것으로 확인된 다음과 같은 특성들을 구조화하여 조사하였다. 대상자의 일반적 특성으로는 나이, 성별, 학력, 결혼상태, 주관적 경제수준, 주관적 건강 등의 자료를 수집하였다. 시설거주와 관련된 요인으로는 시설 거주기간과 요양등급 등에 대한 자료를 수집하였다.

4. 자료 수집 방법

1) 자료 수집 과정

본 연구자는 2010년 12월 서울 S대학교 연구 대상자보호윤리심사위원회(Institutional Review Board)에 연구계획서를 제출하여 승인(승인번호 2010-56)을 받았다. 또한 요양시설 기관장과 연구 대상자 및 거주노인의 보호자 동의서에 서명을 받은 후 2010년 12월 27일부터 2011년 3월 7일까지 총 11주간 자료를 수집하였다. 사전, 사후 조사를 담당한 연구 보조원은 간호학과를 졸업하고 병원 취업예정인 간호사 2명으로 구성되었으며, 조사자 간의 오차를 최소화하기 위해 자료 수집 방법과 절차 및 본 연구에서 사용한 도구들에 관해 4시간에 걸쳐 사전 훈련을 받았다. 사전 조사는 프로그램 실시 1주일 전(2010년 12월 27일)에 시행되었고, 사후 조사는 10주간의 임파워먼트 중재프로그램이 끝난 직후에 실시하였다. 이때 연구자는 맹검법을 사용하여 연구 보조원이 실험군과 대조군을 구별할 수 없도록 하였다.

2) 임파워먼트 프로그램

실험군에게 제공된 임파워먼트 프로그램은 대상자의 프로그램 요구도 조사 결과와 요양시설 노인의 적응관련 연구, 임파워먼트를 중재프로그램으로 사용한 선행 연구 등을 근거로 연구자가 개발한 것으로, 집단교육과 집단토의로 이루어진 주 1회 60분, 총 10주 프로그램이다. 본 프로그램은 임파워먼트케어모델(Falk-Rafael, 2001)을 이론적 기틀로 하여 임파워먼트의 5가지 주요속성인 자기통제, 자기효능감, 지식과 기술의 습득, 적극적 참여, 사회적 지지를 중재전략으로 활용하였다. 먼저 시설노인의 자기통제감을 향상시키기 위하여 '시설 내에서 자신이 할 수 있는 일'과 '시설 내 다른 거주자를 도울 수 있는 방법'에 대한 정보제공 및 집단토의 진행하였고 매주 실천목표를 스스로 설정하도록 하여 자기통제감을 강화시켰다(Lewis, 1995). 자기 효능감(self-efficacy)의 증진을 위해서는 Bandura (1997)의 자기효능 증진전략을 활용하였고, 지식과 기술 습득을 위해서는 시설노인의 프로그램 요구도 조사 결과를 바탕으로 매주 정해진 주제에 따른 집단교육을 실시하였다. 구성원들의 적극적인 참여를 독려하기 위해서는 집단 토의 시 구성원 모두 동등한 발언권을 가지게 하였고, 스스로 출석여부를 스티커로 붙이게 하고, 가장 적극적이고 능동적으로 참여한 구성원에게 스티커를 수여하여 프로그램 종료 시 스티커가 가장 많은 구성원에게 상품을 시상하였다(Yang, 2009). 대상자들간의 사회적 지지를 증가시키기 위하여 '서로 칭찬하기'시간을 통해 긍정적 피드백을 교환하고 '자신의 든든한 동료'를 발표하는 기회(Yang)를 가짐으로써 서로에게 도움이 되는 존재임을 경험하게 하였다.

대상자의 교육요구 사정과 문헌 고찰 결과, 노인의 시설적응을 증진시키기 위해서는 시설 내에서 할 일 찾기, 자신의 장점과 성공경험 찾기, 시설 생활에서의 갈등해결 방법, 신체적 활동 증진방법, 구강관리 방법, 수면증진을 위한 지식 및 효과적인 의사 소통기술과 대인관계기술의 습득이 요구되는 것으로 나타나 이를 집단교육과 집단토의 주제로 선정하였다.

http://dx.doi.org/10.4040/jkan.2012.42.4.559

노인의 시설적응을 위한 임파워먼트 프로그램은 목표달성 확인 및 경험나누기, 정보제공, 구성원간의 집단토의, 정리의 순서로 진행되었다. 프로그램이 시작되면 참여자들은 지난 1주 동안 자신이 설정했던 목표의 달성 여부와 문제해결 경험을 나누었고, 집단교육을 통해 시설적응 증진에 필요한 지식과 기술을 습득하였다. 교육 후 제공받은 정보를 바탕으로 그 주 주제와 관련된 자신의 문제를 확인하고, 집단토의에 구성원 모두가 함께 적극적으로 참여하여 다른 구성원의 문제해결 사례를 통해 대리경험 및 자신의 문제점에 대한 가장 적절한 해결책을 모색하게 되었다. 마지막 순서로는 그 날의 주제와 관련하여 스스로 목표를 설정하고 다음 1주 동안 실천내용을 목표카드에 기입하였다. 회기 별 구체적 프로그램 내용은 Table 1과 같다. 윤리적인 면을 고려하여 대조군에게는 10주간의 실험처치가 끝나고 사후 조사를 실시한 직후 건강 관리 방법에 대한 교육을 2시간 동안 제공하였다.

5. 자료 분석 방법

수집된 자료는 SPSS WIN 18.0을 이용하여 다음과 같이 분석하였다. 대상자의 일반적 특성, 시설거주 관련 특성은 실수와 백분율, 평균과 표준편차로 구하였다. 실험군과 대조군간의 일반적 특성, 시설거주 관련 특성, 자아존중감, 대인관계, 시설적응 정도에 대한 사전 동질성 검정은 x^2-test와 t-test로 분석하였다. 연구변수의 정규성 검증을 위해 Kolmogorov-Smirnov를 활용하여 분석하였고 임파워먼트 프로그램이 자아존중감, 대인관계, 시설적응에 미치는 효과는 실험군과 대조군의 사전·사후 차이 값에 대한 independent t-test로 분석하였다. 통계적 유의수준은 $p<.05$에서 채택하였다.

연구 결과

1. 동질성 검정

실험군과 대조군간의 성별, 나이, 학력, 배우자 유무, 지각된 건강상태, MMSE-K점수 등은 통계적으로 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다. 시설 거주기간 및 요양등급 등의 시설거주 관련 특성에 대한 동질성 검정결과도 모두 통계적으로 유의한 차이가 없었다(Table 2).

임파워먼트 프로그램을 실시하기 전 본 연구의 결과 변수인 자아존중감, 대인관계, 시설적응 점수의 동질성 검증 결과 두 군에서 통계적으로 유의한 차이를 보이지 않았다(Table 3).

Table 1. Weekly Program of This Study

Week	Contents of intervention	Specific empowerment strategy
Week 1	Provide information on empowerment and empowerment program. Encourage to introduce themselves and share their experience about living in the nursing home.	Providing knowledge and skills Active participation, social support
Week 2	Education on communicating skills. Practice communicating skills with peers. Set up their goals for effective communication.	Providing knowledge and skills Active participation, social support Sense of control
Week 3	Share successful experience in their lives. Share the ideas for successful nursing home life. Set up their goals for successful nursing home life.	Self efficacy Active participation, social support Sense of control
Week 4-5	Education on effective ways to compliment others Practice to compliment their peers Set up their goals for praising others.	Providing knowledge and skills Active participation, social support Sense of control
Week 6	Education on steps for problem solving Share ideas for solving the problems related to living in nursing home. Set up their goals for problem solving	Providing knowledge and skills Self-efficacy, active participation, social support Sense of control
Week 7-8	Education on health issues (physical activity, oral health, and sound sleep). Share their issues on their health issues. Set up their goals for health issues	Providing knowledge and skills Self-efficacy Active participation, social support Sense of control
Week 9	Share their experience and ideas for what they can do for the nursing home Set up their goals for a successful adjustment to nursing home life.	Providing knowledge and skills Self-efficacy Active participation, social support Sense of control
Week 10	Review what they have learned. Encourage to announce their supportive friends. Identify whether the goal of the very first session was achieved. Provide a reward for active participation Set up their goals for a happy and satisfying life in the nursing home	Providing knowledge and skills Self-efficacy Active participation, social support Sense of control

Table 2. Homogeneity of Characteristics of General and related to Institutionalization

Characteristics	Variables	Exp. (n=21)	Cont. (n=26)	χ^2 or t	p
		n (%) or M ± SD	n (%) or M ± SD		
Gender	Female	13 (61.9)	22 (84.6)	3.15	.075
	Male	8 (38.1)	4 (15.4)		
Age (yr)	65-74	11 (52.4)	6 (23.1)	5.21	.157
	75-84	5 (23.8)	12 (46.2)		
	≥85	5 (23.8)	8 (30.7)		
Education	Illiteracy	10 (47.6)	17 (65.4)	-	.465*
	Elementary school	7 (33.3)	7 (26.9)		
	Middle school or above	4 (19.1)	2 (7.7)		
Marital status	Married	5 (23.8)	1 (3.8)	-	.076*
	Other†	16 (76.2)	25 (96.2)		
Perceived health	Healthy	6 (28.6)	4 (15.4)	-	.464*
	Moderate	4 (19.0)	8 (30.8)		
	Poor	11 (52.4)	14 (53.8)		
MMSE-K scores		24.81 ± 3.01	24.12 ± 3.86	0.67	.504
Length of stay (month)	< 3	9 (42.9)	12 (46.2)	-	.657*
	3-< 6	2 (9.5)	4 (15.4)		
	6-12	10 (47.6)	10 (38.5)		
Care level	1	7 (33.3)	11 (42.3)	0.42	.807
	2	7 (33.3)	8 (30.8)		
	3	7 (33.3)	7 (26.9)		

Exp. = Experimental group; Cont. = Control group; MMSE-K scores = Mini-mental state examination-K scores.
*Fisher's exact test; †Widowed/Divorced/Unmarried.

Table 3. Homogeneity of Dependent Variables

Dependent variables	Range	Exp. (n=21)	Cont. (n=26)	t	p
		M ± SD	M ± SD		
Self-esteem	1-4	1.97 ± 0.61	2.13 ± 0.52	-0.98	.329
Interpersonal relationships	1-5	2.28 ± 0.48	2.46 ± 0.56	-1.11	.273
Nursing home adjustment	1-5	1.97 ± 0.46	2.18 ± 0.51	-1.40	.168

Exp. = Experimental group; Cont. = Control group.

2. 가설 검정

1) 제 1가설(임파워먼트 프로그램을 적용한 실험군은 대조군보다 자아존중감 점수가 높을 것이다): 프로그램 실시 전·후 자아존중감 점수의 차이검증에서 실험군과 대조군 간에 유의한 차이(t=5.51, p<.001)가 나타나 가설 1은 지지되었다(Table. 4)

2) 제 2가설(임파워먼트 프로그램을 적용한 실험군은 대조군보다 대인관계 점수가 높을 것이다): 중재 전·후 대인관계 점수의 차이값은 실험군과 대조군간에 유의한 차이(t=2.73, p=.009)를 보여 가설 2는 지지되었다(Table 4)

3) 제 3가설(임파워먼트 프로그램을 적용한 실험군은 대조군보다 시설적응 점수가 높을 것이다): 실험군과 대조군의 중재 전·후 시설적응 점수의 차이검증에서 두 군간 유의한 차이를 보여(t=2.10, p=.041) 가설 3은 지지되었다. 영역별로 보면 집단생활의 어려움(t=3.78, p<.001), 새로운 거주지 수용(t=2.58, p=.013), 친구 만들기(t=2.11, p=.040) 영역에서는 실험군이 대조군보다 유의하게 높은 점수를 보였으나 거주지 이전 증상(t=-1.14, p=.259), 존재 가치 지니기(t=1.74, p=.088)영역에서는 유의한 차이를 보이지 않았다(Table 4).

논 의

본 연구는 시설입소 후 거주기간이 1년 이내인 노인을 대상으로 임파워먼트 프로그램을 적용한 후 시설노인의 자아존중감, 대인관계 및 시설적응 정도에 미치는 효과를 확인하기 위하여 실시되었다.

본 연구 결과 임파워먼트 프로그램 제공 후 실험군의 자아존중감이 대조군에 비해 통계적으로 유의하게 향상되었다. 이러한 결과는 시설노인을 대상으로 동일한 프로그램을 적용한 연구가 없어 비교 시 제한점은 있으나, 다문화 부부를 대상으로 정서적 지지제공과 부부교육을 제공하는 10주간의 임파워먼트 중재(Yoo, 2010) 및 산재 장애인을 대상으로 대상자의 강점을 강조하는 8주간의 임파

http://dx.doi.org/10.4040/jkan.2012.42.4.559

Table 4. Comparison of Measurement Variables between the Experimental and Control Group

Characteristics	Group	Pretest	Posttest	Differences	t	*p*
		M ± SD	M ± SD	M ± SD		
Self-esteem	Exp.	1.97 ± 0.61	2.46 ± 0.43	0.48 ± 0.47	5.51	< .001
	Cont.	2.13 ± 0.52	1.90 ± 0.57	-0.22 ± 0.47		
Interpersonal relationships	Exp.	2.28 ± 0.48	2.69 ± 0.43	0.41 ± 0.30	2.73	.009
	Cont.	2.46 ± 0.56	2.60 ± 0.55	0.14 ± 0.35		
Nursing home adjustment						
Total score	Exp.	1.97 ± 0.46	2.41 ± 0.37	0.43 ± 0.29	2.10	.041
	Cont.	2.18 ± 0.51	2.36 ± 0.36	0.19 ± 0.47		
Difficulty in group life	Exp.	2.06 ± 0.58	2.96 ± 0.59	0.84 ± 0.70	3.78	< .001
	Cont.	2.33 ± 0.78	2.37 ± 0.55	0.03 ± 0.73		
Acceptance of new residence	Exp.	2.14 ± 0.50	2.79 ± 0.53	0.64 ± 0.38	2.58	.013
	Cont.	2.35 ± 0.80	2.58 ± 0.48	0.22 ± 0.71		
Making friends	Exp.	2.08 ± 0.63	2.67 ± 0.61	0.58 ± 0.67	2.11	.040
	Cont.	2.25 ± 0.60	2.46 ± 0.70	0.20 ± 0.56		
Relocation distress syndrome	Exp.	1.69 ± 0.60	1.71 ± 0.29	0.01 ± 0.56	-1.14	.259
	Cont.	1.93 ± 0.64	2.15 ± 0.44	-0.22 ± 0.66		
Having self worth	Exp.	2.28 ± 0.91	2.83 ± 0.69	0.54 ± 0.66	1.74	.088
	Cont.	2.26 ± 0.86	2.38 ± 0.63	0.11 ± 0.96		

Exp. = Experimental group; Cont. = Control group.

워먼트 중재(Kim, Kim, & Kim, 2009)가 대상자의 자아이미지와 자아존중감을 유의하게 상승시켰다는 보고와 유사하다. 이는 시설노인들이 본 중재를 통하여 자신의 강점과 자원을 발견하고 미래의 자신의 모습에 대한 긍정적 기대를 표현함으로써 긍정적인 자아상을 확인 할 수 있었기 때문이라고 생각된다. 연구 과정 중 확인한 내용에 의하면, 본 연구 대상자들은 모두 입소 시 1-3 등급의 요양등급 판정을 받아 상당한 신체적, 기능적 문제를 가지고 있었을 뿐만 아니라 시설거주로 인한 고립감과 환경통제 능력의 상실로 인해 부정적인 자기인식을 갖고 있었다. 따라서 본 프로그램 초기 연구 대상자들의 자아존중감은 매우 낮게 측정되었고, 시설에 장기간 거주한 노인들과(Ha & Lee, 2004) 비교 시에도 상당히 낮은 수준이었다. 이는 입소초기 노인의 자아존중감 향상을 위한 간호중재 적용의 필요성을 재 확인하는 결과라고 보여진다. Chung (2003)의 보고에 의하면, 시설노인의 자아존중감 강화를 위해서는 사회적 상호작용을 통해 자신의 문제를 파악하고, 자신을 돌 볼 능력이 있다는 생각을 갖도록 하는 것이 필요하다고 하였다. 따라서 가족이나 친척, 친구와의 상호작용 속에서 자신의 존재 가치감 등을 보장받기 어려운 시설노인들에게 자신과 비슷한 처지에 있는 사람들과의 대화를 통해 문제점을 확인하고, 나아가 문제해결 능력을 강화시키는 임파워먼트 프로그램(Chang et al., 2004)이 자아존중감 강화에 적합한 중재전략이 된 것으로 판단된다. 한편, 시설노인의 건강상태는 자아존중감 향상에 유의한 영향을 미치고(Chung, 2003), 자아존중감은 시설적응의 주요 예측변인이 된다는 결과를 고려할 때(Rossen & Knafl, 2003), 추후 임파워먼트 프로그램에 건강 교육뿐만 아니라 신체활동 및 운동 증진전략을 포함하여 구성한다면, 시설노인의 건강상태를 향상시켜 더욱 효과적으로 시설노인의 자아존중감과 함께 시설적응을 증진시킬 수 있으리라 생각된다.

임파워먼트 중재 후 실험군의 대인관계 점수는 대조군에 비해 유의하게 증가하였다. 시설노인을 대상으로 임파워먼트 프로그램의 효과를 대인관계 측면에서 규명한 선행 연구는 없어 동일 대상군에서의 비교는 어려우나, 10주간의 임파워먼트 프로그램이 정신질환자의 대인관계와 임파워먼트를 향상시킨 연구(Yang, 2009), 집단토의와 전문가의 정보제공으로 이루어진 임파워먼트 중재가 에이즈 감염 여성간의 감정적 결속과 친구관계 형성 및 동료간의 협력에 도움을 주었다는 결과(Jirapaet, 2000)와 유사하였다. 이는 본 프로그램의 교육내용에 '나-전달법', '효과적인 의사 소통법'에 대한 정보제공 및 '자신의 든든한 동료'를 선정할 기회를 갖고 친교를 유지할 수 있는 방법이 포함되어 있었으며, 집단토의 시간을 통해 같은 처지의 사람들과 교류할 수 있는 기회를 제공함으로써 시설입소로 인해 단절된 사회적 관계를 대신해 줄 새로운 만남의 기회가 되었기 때문이다. 또한 과거와 현재의 삶의 역사를 서로 공유함으로써 정서적으로 깊은 유대감을 가지게 된 결과라고도 볼 수 있다. 시설노인에게 타인과의 대인관계는 요양시설에서의 삶의 질과 시설적응을 향상시키는 중요 요인이 된다는 선행 연구(Lee, 2010; Rossen & Knafl, 2003)를 고려할 때, 입소초기부터 임파워먼트 중재를 적용하여 입소노인간의 대인관계를 강화시킨다면, 시설에서의 질적인 삶을 증진시키고 부적응으로 인한 퇴소율을 줄이는데 도움이 될 것으로 생각된다.

본 연구에서 제공한 임파워먼트 중재는 시설노인의 시설적응 점수를 유의하게 증가시켰는데, 이는 6주간의 임파워먼트 중재가 에이즈 감염여성의 모성역할 적응과 대처행위를 유의하게 증가시켰고(Jirapaet, 2000), 소아 중환자실 입원아동의 적응행동을 증진시켰으며(Melnyk et al., 2004), 자살위험에 처한 유색인종 청소년의 학교적응과 우울에 유의한 효과를 보인 선행 연구(Querimit & Conner, 2003)와 유사한 결과이다. 또한 시설적응 도구가 개발되기 전에는 안녕감, 삶의 질 등 적응과 유사한 개념을 적응으로 간주하여 측정하였다는 보고(Lee, 2010)를 바탕으로 시설노인의 안녕감이나 삶의 질 향상을 목적으로 시행된 중재연구와 비교 고찰해볼 때, 시설노인에게 실시한 임파워먼트 프로그램이 시설노인의 지위와 안녕감을 향상시켰다는 연구 결과(van Geen, 1997)와 유사하다. 또한 요양시설에서의 노인의 삶의 질을 향상시키기 위해서는 임파워먼트 중재가 적용되어야 한다는 Tu 등(2006)의 주장과도 일맥상통하다. 노인에게 발생하는 대부분의 문제는 환경의 변화나 대인관계의 변화로 발생하고, 환경과의 상호작용 또는 대인관계에 긍정적인 효과를 발휘하는 임파워먼트 중재는 노인 대상자의 문제해결에 도움이 된다는 보고를 고려할 때(Shearer, Fleury, Ward, & O'Brien, 2012), 시설입소로 인한 다양한 변화와 상실로 적응상의 어려움을 겪고 있는 시설노인에게 동료거주자와의 상호작용과 정보습득을 유도하는 임파워먼트 프로그램이 시설적응이라는 문제해결에 도움을 주었다고 판단된다. 따라서 시설노인의 대인관계 지속을 위해서 시설 입소 후 알게 된 동료 거주자들과 만남을 지속할 수 있도록 자조모임을 구성하고, 시설 내에서 단짝을 찾을 수 있도록 다양한 대화의 장을 마련하는 등 본 연구에서 활용한 전략들을 실천하는 요양시설의 노력이 필요하다. 또한 임파워먼트 프로그램을 정규적으로 적용할 수 있도록, 노인특성과 집단역동에 대한 교육을 받고 프로그램 진행경험을 갖춘 요양시설 내 간호인력을 보강하는 정책적 노력과 변화가 필요하다고 사료된다.

실험군의 경우 10주간의 연구기간 동안 연구자와 상호작용을 하며 집중적인 교육과 격려를 받았던 것에 비해, 대조군은 건강유지 및 증진에 대한 1회의 교육 외에는 연구자로부터 어떠한 관심도 받지 못했다. 따라서 실험군에게 제공된 중재 프로그램 외에 연구자의 정보적·감정적 지지가 실험군의 자아존중감, 대인관계 및 시설적응 증진에 영향을 미쳤을 가능성이 있다. 또한 본 연구 대상자들은 입소를 위해 국민건강 관리공단에서 1,2,3등급의 판정을 받아 요양등급으로 표현되는 신체적, 기능적 건강상태가 시설노인간에 거의 유사하였으나 그 외 진단명, 통증유무, 투약여부 등의 구체적인 건강특성을 확인하지 못하였고, 연구 대상이 일부 지역 시설에 거주하는 노인에게 국한되어 연구 결과의 일반화에도 제한점이 있다.

결 론

본 연구 결과 대상자의 자기 통제감과 자기 효능감 증진 및 적극적 참여를 통한 지식과 기술습득, 구성원 간에 지지를 교환하는 임파워먼트 프로그램이 요양시설 입소 1년 이내 노인들의 자아존중감과 대인관계를 향상시켰고 결과적으로 시설적응 증진을 유도하는데 효과적임이 확인되었다. 본 연구 결과를 토대로 다음과 같은 제언을 하고자 한다. 임파워먼트 프로그램을 요양시설 정규 프로그램으로 적극 활용하여 입소초기 노인들을 대상으로 정기적으로 실시할 것을 제안한다. 연구 결과의 일반화를 위하여 보다 많은 수의 다양한 시설에 거주하는 노인을 대상으로, 무작위 실험설계를 통해 효과를 재확인하는 연구가 요구된다. 한정된 인력으로 운영되고 있는 요양시설의 현황을 고려할때 4주, 8주 등 프로그램 제공 기간을 단축한 임파워먼트 프로그램을 개발하고 그 효과를 비교하는 연구가 필요하다.

REFERENCES

Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control.* New York: W. H. Freeman.

Boyce, A., Wethington, E., & Moen, P. (2003). Continuity and change in subjective well-being. In J. A. Krout & E. Wethington (Ed.), *Residential choices and experiences of older adults: Pathways to life quality* (pp. 177-193). New York: Springer.

Chang, A., & Park, Y. (2010). Sense of control, social support, depression, and adjustment of nursing home residents. *Journal of Korean Academy of Adult Nursing, 22*(5), 519-528.

Chang, L. C., Li, I., & Liu, C. H. (2004). A study of the empowerment process for cancer patients using Freire's dialogical interviewing. *Journal of Nursing Research, 12*(1), 41-50.

Chung, S. D. (2004). Predictors of self-esteem among older adults in nursing home. *Journal of the Korean Gerontological Society, 24*(4), 107-122.

Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences* (2nd ed.). New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates.

Falk-Rafael, A. (2001). Empowerment as a process of evolving consciousness: A model of empowered caring. *Advances in Nursing Science, 24*(1), 1-16.

Ha, E. H., & Lee, Y. W. (2004). Difference in self-esteem and quality of life according to perceived social support in institutionalized elderly people. *Journal of Korean Gerontological Nursing, 6*(1), 47-54.

Hammer, R. M. (1999). The lived experience of being at home. A phenomenological investigation. *Journal of Gerontological Nursing, 25*(11), 10-18.

Jirapaet, V. (2000). Effects of an empowerment program on coping, quality of life, and the maternal role adaptation of Thai HIV-infected mothers. *Journal of the Association of Nurses in AIDS Care, 11*(4), 34-45. http://dx.doi.org/10.1016/S1055-3290(06)60394-4

http://dx.doi.org/10.4040/jkan.2012.42.4.559

Kim, M., Kim, Y., & Kim, H. (2009). Study on the development and effectiveness of empowerment program for the persons with disabilities caused by industrial accidents. *Korean Journal of Social Welfare, 61*(4), 307-332.

Krout, J. A., & Pillemer, K. (2003). Lessons for providers and consumers. In J. A. Krout & E. Wethington (Ed.), *Residential choices and experiences of older adults: pathways to life quality* (pp. 197-210). New York: Springer.

Lee, D. T. F., Woo, J., & Mackenzie, A. E. (2002). A review of older people's experiences with residential care placement. *Journal of Advanced Nursing, 37*(1), 19-27.

Lee, G. E. (2007). Scale development of free nursing home adjustment for the elderly. *Journal of Korean Academy of Nursing, 37*(5), 736-743.

Lee, G. E. (2010). Predictors of adjustment to nursing home life of elderly residents: A cross-sectional survey. *International Journal of Nursing Studies, 47*(8), 957-964. http://dx.doi.org/10.1016/j.ijnurstu.2009.12.020

Lee, H., Lee, H. Y., & Lee, J. (2009). Predictors of facility adaptation in nursing home residents. *Journal of Korean Academy of Nursing, 39*(2), 177-185.

Lewis, K. (1995). How to foster self-determination. Practical ways nursing home staff can empower residents. *Health Progress, 76*(8), 42-44.

Melnyk, B. M., Alpert-Gillis, L., Feinstein, N. F., Crean, H. F., Johnson, J., Fairbanks, E., et al. (2004). Creating opportunities for parent empowerment: Program effects on the mental health/coping outcomes of critically ill young children and their mothers. *Pediatrics, 113*(6), 597-607. http://dx.doi.org/10.1542/peds.113.6.e597

Moon, S. (1980). A study on the effect of human relations training of university students. *Journal of Gyeongsang National University, 19*, 195-204.

Querimit, D. S., & Conner, L. C. (2003). Empowerment psychotherapy with adolescent females of color. *Journal of Clinical Psychology, 59*(11), 1215-1224. http://dx.doi.org/10.1002/jclp.10212

Ron, P. (2002). Suicidal ideation and depression among institutionalized elderly: The influence of residency duration. *Illness, Crisis & Loss, 10*(4), 334-343. http://dx.doi.org/10.1177/105413702236513

Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image.* Princeton, New Yok: Princeton University Press.

Rossen, E. K., & Knafl, K. A. (2003). Older women's response to residential relocation: Description of transition styles. *Qualitative Health Research, 13*(1), 20-36.

Schlein, A., & Guerney, B. G. (1971). *Relationship enhancement.* San Francisco, CA: Josey-Bass.

Shearer, N. B., Fleury, J., Ward, K. A., & O'Brien, A. M. (2012). Empowerment interventions for older adults. *Western Journal of Nursing Research, 34*(1), 24-51. http://dx.doi.org/10.1177/0193945910377887

Song, A. R. (2001). *The effects of leisure activity program intervention on activities of daily living, depression and quality of life in institutionalized older population.* Unpublished doctoral dissertation, Chungnam University, Daejun.

Tu, Y., Wang, R., & Yeh, S. (2006). Relationship between perceived empowerment care and quality of life among elderly residents within nursing homes in Taiwan: A questionnaire survey. *International Journal of Nursing Studies, 43*(6), 673-680. http://dx.doi.org/10.1016/j.ijnurstu.2005.10.003

van Geen, V. M. (1997). The measure and discuss intervention: A procedure for client empowerment and quality control in residential care homes. *Gerontologist, 37*(6), 817-822.

Yang, S. J. (2009). *The effects of an empowerment program on empowerment, self-efficacy, and interpersonal relationships for persons with mental illness.* Unpublished master's thesis, Catholic University of Daegu, Daegu.

Yoo, M. S. (2010). Effects of a multi-cultural marital advocacy program based on empowerment model on self-esteem, self-efficacy, coping way and family stress in multi-cultural couples. *Journal of the Korean Society of Maternal and Child Health, 14*(2), 145-160.