

여성 수도자의 유방자가검진 교육 경험에 대한 융합적 연구

김선애, 전해원*
꽃동네대학교 간호학과

Convergent research of Experience about Women Religious on Breast Self-Examination Education Participation

Sun-Ae Kim, Hye-Won Jeon*
Department of Nursing, Kkottongnae University

요약 본 연구의 목적은 문제 기반 학습(PBL) 및 실습을 융합하여 유방 자가 검진 교육 후 여성수도자들의 경험을 포커스 그룹 인터뷰 연구방법을 이용하여 면담, 확인하고 유방 자가 검진 교육을 문제 기반 학습과 실습을 융합하여 새로운 발전적 방향을 모색하고자 하는데 있다. 여성수도자들은 주 1회, 2시간, 4주간 문제 기반 학습 유방 자가 검진 교육을 받고 3개월 간 유방 자가 검진 실천율을 확인하는 프로그램에 참여한 후 '유방암에 대한 인식', '유방 자가 검진 교육에 대한 인식', '유방 자가 검진 교육 경험', '유방 자가 검진을 위한 문제 기반 학습 및 실습 융합 교육경험'과 '교육 후 변화'의 범주가 도출되었다. 대상자들은 교육 후 지식이 증가하고 새로운 실기능력을 습득한 것에 대체적으로 만족하였으나 규칙적으로 수행하지 못하는 개인적, 환경적 요인을 타나냈다. 또한 교육 전 일관되지 않은 인식과 막연하게 안심하고 있던 태도에서 교육 후 오히려 불안감이 증가되어 관심을 더 가지게 되었음을 나타내 유방암과 유방 자가 검진에 대한 동기가 증가된 것으로 판단되어 긍정적 효과로 파악되었다. 추후 수도자의 요구에 맞는 융합적 유방 자가 검진 교육 프로그램의 개발이 필요하다.

• **Key Words** : 융합, 유방 자가 검진, 수도자, 경험, 질적연구

Abstract Objectives : The purpose of this study was to find a constructive way of the Breast Self-Examination teaching methods, identify experience who religious women participated in breast self-examination. Method : This study is a qualitative study using focus group interview method. Women religious took Breast Self-Examination program based on Problem Based Learning procedure. Results : Major Four Themes were derived. 'Breast cancer awareness', 'Breast Self Examination awareness', 'Convergence of PBL and practice on BSE experience', 'Change after convergent BSE education'. Conclusion : Women religious who have risk factors for breast cancer, want to improve the irregularities and to raising skills of BSE for self healthcare ability through convergent BSE education program for women religious.

• **Key Words** : Convergence, Breast self-examination, Nuns, experience, Qualitative research,

*Corresponding Author : Hye-Won Jeon(hwjeon@kkot.ac.kr)

Received November 23, 2015

Revised January 18, 2015

Accepted February 20, 2016

Published February 29, 2016

1. 서론

1.1 연구의 배경 및 필요성

현재 유방암의 호발 연령은 40-54세이나[1] 35세 미만의 젊은 여성의 유방암 발생률도 13-24%로 미국이나 유럽의 4-6%에 비해 높은 편이다[2]. 또한 연령별 유방암 발생률을 살펴볼 때 40세 이하 대상자가 전체의 약 20%로 서구의 젊은 연령 발생을 대비 약 3배 정도를 나타내고 있다[3]. 현재 우리나라에서는 암정복사업의 일환으로 40세 이상 여성을 대상으로 하여 의료수급자와 저소득층에 대하여 유방 촬영술을 무료로 시행하고 있다. 그러나 국가 암정복사업의 수혜대상연령 이하의 젊은 여성은 관리대상에서 제외되고 있어 젊은 여성의 유방암이 생물학적으로 악성도가 더 높을 뿐 만 아니라 침윤이 더 심하고 예후가 더 나쁜 것을 고려할 때[4] 매우 심각한 문제가 될 수 있다. 유방암의 조기발견을 위한 다양한 홍보와 교육 및 기술의 발달에도 불구하고, 발견당시 병기가 2기와 3기 사이인 대상자가 75.3%로 보고된 바 있다 [1].

특히 가톨릭 여성수도자인 수녀는 임신, 출산, 수유과정을 일생동안 거치지 않기 때문에 임신과정과 수유과정에서 발생하는 세포분열능력이 변화하여 분열정지가 연장되어 발암과정이 억제되는 등의 유방암 발생의 보호 효과를 받지 못하여 임신, 출산, 수유를 하는 일반여성에 유방암의 위험요인을 가지고 있다[5]. 2,022명의 수녀들을 대상으로 하여 유방건강에 대해 조사한 연구에서[6] 전체 대상자의 22.7%만이 매달 유방자가검진을 하는 것으로 나타났으며 42.1%의 대상자가 매달 유방자가검진을 못하는 이유를 잊어버려서 라고 보고하였다. 또한 mammography를 처음 시행한 평균 연령이 48.7세로 비교적 높았으며 mammography를 시행하지 않은 가장 큰 이유는 유방의 문제가 없어서라고 답한 결과를 보였다. 즉 유방에 직접적인 문제가 발견되기 까지 적극적 건강행위를 하지 않았다. 유방자가검진 교육 후 지식은 증가하였으나 수행을 규칙적으로 하지 않는 것이 문제점을 밝힌 연구[7]와 같은 결과이다. 즉 유방자가검진 보건교육을 통하여 지식이 증가하는 변화는 있었으나 태도의 변화 혹은 행위의 변화는 유도되지 못하여 지속적인 유방자가검진이 이루어지지 못하고 있음을 알 수 있다. 국내에서는 가톨릭 여성수도자 혹은 여성 수도자, 수녀를 대상으로 하여 시행된 건강행위나 건강검진 관련 연구는 찾아볼 수 없었으나 345명의 미국인 수녀를 대상으로 하

여 건강행위를 조사한 결과[8] 53%의 수녀가 검진을 받았으나 11%는 7년 이상 검진을 받지 않았으며 44%는 최근에 유방이나 골반 검진을 받지 않았다고 보고하였다. 일반여성들에 비해 유방암 발생의 위험요인을 가지고 있음에도 불구하고 외국의 몇몇의 서술적 조사연구를 제외하고는 진행된 연구를 찾아볼 수 없었다. 또한 유방자가검진교육을 여성 수도자에게 시행한 후 교육의 효과를 확인한 연구뿐만 아니라 교육 자체의 경험에 대한 분석 연구도 찾아볼 수 없었다.

유방자가검진이 지속적이고 규칙적인 검진을 스스로 수행하여야 하는 검진 행위의 특성을 고려할 때 단순한 지식 전달이 아닌 기술 증진을 위한 내용이 다루어져야 할 것이며[9], 무엇보다 교육에 대한 다양한 접근방법과 지속적인 자가 검진으로 이어질 동기화가 가능해야 할 것이다. 이러한 동기화를 위하여 유방자가검진 교육에서는 시도된 바를 찾아볼 수 없었던 문제 기반 학습을 동기화의 주요 실천적 방법으로 제시하고자 한다. 문제 중심 방법은 문제가 주어지면 문제에 대한 정의를 내리고 학습목표 설정과 의미 있는 자료들을 스스로 찾아가면서 문제를 해결하는 것이다[10,11]. 본 연구에서는 유방 자가검진에 대한 각각의 주제를 대상자들에게 제시하고 학습자 주도적인 학습 환경을 형성하는 방법을 프로그램에 이용하고자 한다. 즉 문제해결과정을 통하여 의미 있는 학습경험이 획득되고 이러한 획득된 학습경험은 동기화로 이어질 것을 기대하여 유방암에 대한 지식 뿐 아니라 유방자가검진에 대한 정확한 기술을 습득하도록 통합적 교육프로그램을 제공하는 것이 필요하다. 교육의 대상자 스스로 주어진 문제에 대해 정의를 내리고 학습목표의 성취수준을 결정하고 자료를 찾아 분석하고 의미 있는 해결책을 만들고 찾아가는 과정에서 동기화 및 이해력과 성취력이 향상될 것으로 예상된다.

따라서 본 연구에서는 교육의 효과를 높이고 스스로의 건강관리 책임을 인식시키고자 교수자 중심이 아닌 교육을 받는 대상자 중심의 문제 기반 학습(PBL: Problem-Based Learning)과 실습을 융합한 유방 자가검진 교육을 시행한 후 여성 수도자들의 경험을 파악하여 여성수도자에게 적합한 융합 교육 프로그램 개발을 위한 기초자료로 활용하고자 함이다.

1.2 연구의 목적

본 연구는 매주 2시간씩 한달 간 문제기반학습을 이용

한 유방자가검진 교육에 참여한 여성 수도자를 대상으로 포커스 그룹 면담을 실시하여 면담 자료를 분석함으로써 여성수도자들의 유방자가검진 교육 경험을 구체적으로 파악하고자 하였다.

연구의 질문은 다음과 같다.

- 시작 질문

자기소개 및 참여자 카드 작성

- 주요 질문

유방암의 원인을 무엇이라고 생각하십니까?

유방암은 어떤 사람들이 잘 걸린다고 생각하십니까?

유방암 검사(유방촬영술, 초음파 등)에 대해서 어떻게 생각하십니까?

유방자가검진 내용과 방법에 대해서 알고 계십니까?

유방자가검진은 언제부터 해야 한다고 생각하십니까?

교육 중 진행한 실습은 어떠하였습니까?

교육 중 스스로 수행하여야 했던 과제들은 어떠하였습니까?

교육을 받는데 어려운 점은 무엇이었습니까?

교육의 좋았던 점은 무엇이었습니까?

교육에 만족하십니까?

- 마무리 질문

교육이 유방자가검진 수행에 도움을 주었습니까?

교육 후 달라진 점은 무엇입니까?

유방자가검진에 대한 자신감이 있습니까?

2. 이론적 배경

2.1 유방암의 예방

유방암은 여성암 2위로 발생빈도가 매우 높으며 전이 없이 조기에 발견된 경우는 진단 후 5년 생존율이 89%인데 비해 국소 전이가 발생한 경우의 5년 생존율은 64%, 전이가 많이 발생한 경우는 5%로 예후 차이가 매우 크다 [12]. 또한 0기의 유방암은 재발율이 약 5%이며, 1기는 15%, 2기는 25-30%, 3기 이상의 경우에는 60%이상임이 보고되어 유방암의 조기 발견의 중요성이 확인된바 있다 [13]. 유방암의 발견이 늦어지게 되면 증가된 대상자의 중증도로 인하여 많은 의료비의 발생과 더 나아가 대상자의 가중된 고통과 기대에 미치지 못하는 치료결과를 나타낼 수 있게 될 것이다. 암 진단 및 치료의 지연을 일으키는 요인으로 젊은 연령이 지목된 바 있다[14]. 또한 조기발견은 질환의 중증도가 낮은 상태에서 치료가 시작

됨으로 치료기간의 단축과 좋은 예후를 기대할 수 있다. 유방암을 예방하기 위해서 금연과 절주를 하고 적절한 운동 및 알맞은 영양 상태를 유지하며 가능하면 30세 이전에 첫 출산을 하고 수유기간을 연장하도록 한다[17]. 유방암 발생 위험율을 감소시키는 거의 확실한 방법으로 채소를 하루 다섯에서 여섯 가지 이상 섭취하고 과일은 두 가지 혹은 세 가지 이상 섭취할 것을 권장하고 있다[13].

유방암을 발견하기 위한 검진방법에는 유방 촬영술, 전문인에 의한 유방검진, 유방자가검진 등이 있다. 이중 유방촬영술이 가장 효과적이거나 비용이 많이 들뿐 아니라 의료인이라 할지라도 타인에게 자신의 유방을 보이는 것을 싫어하는 것과 검사 과정의 통증과 복잡함으로 인하여 검사 받기를 꺼리는 문제가 있다.

2.2 유방 자가 검진과 교육

유방 자가 검진은 유방암 발견의 쉬운 방법으로 추천되고 있으며[12] 유방암의 약 90%가 자가 검진을 통하거나 혹은 우연히 대상자 스스로에 의해 발견되었다는 연구결과[15]를 볼 때 매우 중요함을 알 수 있다. 또한 유방자가검진은 유방건강에 대한 경각심을 가지게 되는 효과도 기대된다[16].

미국 암협회는 유방암의 조기 발견을 위하여 20세부터 유방자가검진을 매달 수행할 것을 교육하고 있다[12]. 한국유방암 학회는 30세 이상의 여성은 매월 유방 자가 검진을 시행할 것과 40세 이후는 1~2년 간격의 임상진찰과 유방촬영을 권고 하고 있다. 유방 자가 검진은 생리를 하는 여성의 경우는 생리가 끝난 직후 1주일 전후가 가장 검사에 적합한 시기이며 폐경을 한 여성은 매월 일정 날짜를 정해서 실시한다. 거울을 보고 육안으로 관찰한 후 앉거나 서서 촉진을 하고 누워서 다시 촉진을 하는 방법을 추천하고 있다[17]. 미국암협회에서는 유방자가검진을 하는 경우 그 정확성에 대하여 전문가에게 확인을 받을 것을 권고하며 유방에 대한 자가 인식(self-awareness)의 중요성을 강조하였다. 이는 지속적으로 자신의 유방에 대하여 관심을 가지고 인식하는 것의 중요성을 의미한다[12]. 그러므로 전문가에 의한 유방 자가 검진 교육이 시행될 필요가 있다.

3. 연구방법

3.1 연구 설계

본 연구는 문제 기반 학습과 실습을 융합한 유방 자가 검진 교육에 참여한 여성 수도권자들의 경험을 탐색하기 위하여 포커스 그룹 인터뷰 방법을 이용한 질적 연구이다.

포커스 그룹 인터뷰를 통한 연구 방법은 토론 방식을 통하여 특정 주제를 경험한 대상자들의 경험의 다양성을 알아낼 수 있는 방법으로서 프로그램의 개발이나 평가에 많이 사용되기 때문에[18] 본 연구에 적합한 연구방법이라고 볼 수 있다.

3.2 연구 대상

: 연구대상자는 C 수도권 소속 여성수도자들로서 대상자 선정기준은 다음과 같다.

- 매주 2시간씩, 4회 문제 기반 학습과 실습을 융합한 유방 자가 검진 교육에 총 4회 모두 참석한 대상자
- 본 연구의 목적과 방법에 대해 설명을 듣고 자발적으로 참여하기로 동의서를 작성한 대상자
- 현재 유방질환이 없으며 유방자가검진을 수행하기에 부적절한 운동장애나 감각장애가 없는 대상자
- 국가 암검진 사업에서 유방촬영술 비적용 대상자인 40세 미만

3.3 자료수집 방법 및 절차

문제 기반 학습과 실습을 융합한 유방 자가 검진 교육을 2014년 5월부터 4주간 4회 실시한 후 추후 3개월간의 정기적 유방자가검진을 확인한 후 2014년 8월 1회 포커스 그룹 면담을 진행하였다. 총7명으로 면담에 소요된 시간은 2시간 20분 이었다.

문제 기반 학습과 실습을 융합한 유방 자가 검진 교육 참여경험을 확인하기 위하여 1주일에 2시간씩1번, 총 4회, 4주간 진행된 교육내용은 다음과 같다.

- 1주차 : 유방암에 대해 알아보기
유방암에 관련된 지식, 유방암 사례관련 토의
- 2주차 : 유방암 조기발견을 위한 노력
각각의 조기발견 방법들을 찾아보고 제시하기
유방 자가 검진 관련 지식과 실습
- 3주차 : 유방 자가 검진 방법에 대한 PBL 진행
조별 시범 후 평가
- 4주차 : 유방 자가 검진 시범
학습결과 정리 및 평가, 나누기,
마인드맵으로 정리

3.4 연구 참여자에 대한 윤리적 준비

연구자는 연구 참여자들에게 면담을 시작하기 전 연구목적과 연구 진행 과정 및 연구자의 연락처와 소속등 자세한 안내를 하였다. 또한 연구 과정에서 대상자들이 받게 될 질문 및 사용될 녹음기 및 녹음을 시행할 휴대폰과 도구 등을 보여주었다. 연구 참여자의 비밀 보장과 연구 진행과정에서 이름이 아닌 인식번호로 정보가 저장되며 녹음된 파일, 기술된 필사본, 분석과정에서 기록된 것 등은 연구 후 폐기될 것임을 설명하였다. 모든 참여자는 설명을 들은 후 언제라도 연구 참여를 중단할 수 있음을 확인한 후 서면 동의서를 작성하였다.

3.5 연구자의 준비

연구자는 포커스 그룹 인터뷰방법, 관찰과 면담과 자료를 정리하는데 필요한 기본적인 원칙들과 분석을 원활하게 수행하기 위한 준비가 필요하다. 본 연구자들은 박사과정 중 질적 연구과정을 이수하였으며 박사학위 논문을 질적 연구로 수행한 경험이 있다. 또한 지속적으로 질적 연구 학술활동을 수행하여 발표하는 등의 노력을 기울이고 있다. 이에 본 연구의 연구자 준비는 이루어졌다고 판단되어 연구를 수행하게 되었다.

3.6 자료분석 방법

구체적인 분석 절차는 다음과 같다.

자료분석을 위해 녹음된 심층면접 내용을 반복하여 들으면서 글로 전체를 기술하였다.

기술된 것을 출력하여 녹음파일과 함께 반복적으로 읽기를 시행하였다.

연구자 2인이 합의한 방식으로 개별 분석과정을 거친 후 분석한 내용을 논의하며 공통적인 의미를 가진 자료들을 범주로 유형화 하였다. 이 단계에서 유사한 범주들을 비교 대조하면서 각 범주들이 겹치지 않도록 하였고 합의를 통해 범주를 결정하였다. 결정된 범주에 포함되는 의미 있는 진술을 기술하였다.

다시 자료로 돌아가서 연구자가 도출한 본질적인 경험의 의미와 참여자들의 진술과의 맥락의 일치 여부를 확인하는 과정을 반복적으로 수행하였다.

4. 연구결과

4.1 연구참여자의 특성

포커스 그룹 면담에 참여한 대상자들은 C 수도회 소속 여성수도자인 수녀들로서 총 7명이었다. 참여자들의 연령은 22세부터 33세까지로 20대가 4, 30대가 2명이었으며 입회시 수도회의 원칙에 따라 종합건강검진을 시행하였으며 최근 1년이내에 건강검진을 시행한 대상자는 1명이었다. 7명 모두 유방암의 가족력은 없었으며 유방자가검진교육후 시간이 경과한 면담 시점에서 유방자가검진 실천 자신감은 100점만점에 10점에서 70점 까지 다양하였다.

4.2 분석 결과

여성수도자 수녀의 문제중심유방자가검진 교육참여 후 경험에 대한 자료를 분석한 결과 4개의 범주가 도출되었다. 4개의 범주는 ‘유방암에 대한 인식’, ‘유방 자가 검진 교육에 대한 인식’, ‘유방 자가 검진 교육 경험’, ‘유방암 자가 검진을 위한 문제기반 학습 및 실습 융합 교육경험’과 ‘교육 후 변화’이다.

첫 번째 범주는 ‘유방암에 대한 인식’으로 하위주제는 유방암 위험요인, 잘못된 질병에 대한 인식이다.

두 번째 범주는 ‘유방 자가 검진 교육에 대한 인식’으로 하위 주제는 자가 검진 방법과 내용, 자가 검진 시작 시기이다.

세 번째 범주는 ‘유방암 자가 검진을 위한 문제기반 학습 및 실습 융합 교육경험’으로 하위 주제는 수용, 동기유발의 기회, 자신감 부족으로 인한 불안감 증가, 규칙적 수행의 어려움으로 나타났다.

네 번째 범주는 ‘교육 후 변화’로 하위주제는 지속적 교육 요구 증가, 유방 자가 검진에 대한 수용적 태도, 건강관리에 대한 관심증가이다. <Table 1> 참조

4.2.1 유방암에 대한 인식

· 유방암 위험요인

“저는 어렸을 때 운동을 좀 했거든요 그래서 그냥 아프지 않고 잘 자랐는데 좀 안 걸릴 것 같다는 생각이 안 걸릴 것만 같고 낫겠지. 그냥 두면 낫겠지.”

“꼭 그런 것처럼 유방에 혹이나 조금한 것들이 있어도 누구나 다 있을 수 있는 것이고 그게 굳이 암까지 연결이

될까. 그런 생각이 들어요.”

“의학기술이 발달하다보니까 그냥 뭐 생기더라고 굳이 내가 평생 거기에 대해서 계속 신경 쓰고 체크하면서까지 치료를 (할 필요가 있을까?)”

“그냥 그런데 저는 조금 약간 방치하는 편인 것 같아요. 심각해 질 때 딱 병원에 가고 그렇지 않으면 그냥 그냥 참으면 괜찮아 지겠지 하고 지내는 것 같은데.”

“아는 언니가 25 살 이었는데 결혼을 했는데 유방암인 거예요. 그래가지고 수술을 하고 막 머리도 다 항암치료 하느라 다 빠지고 애기도 5년 동안 가질 수 없다고 그래서 되게 걱정 받는 그때 그 언니네 부모님이 계속 하던 말이 애가 살이 쪼서 그렇다고 어 살이 쪼서 그렇다고 살이 쪼면 젊은 사람도 이렇게 잘 걸린다고 근데 그런 얘기를 계속 하셔가지고”

“신경을 좀 더 썬야 되겠다는 생각이 들어요. 왜냐하면 어른 수녀님들이 유방암 걸린 수녀님들을 되게 많이 봤거든요.”

“그런 것들 솔직히 그런 거 생각해 본적이 수도자니깐 제가 유방암 잘 걸리니깐”

유방암이 잘 생기는 원인을 살피면 잘 생기는 질환으로 생각하고 있어서 유방암의 발생 원인에 대해서 매우 단편적으로 인지하고 있는 것으로 나타났다. 그러나 다른 교육을 통해 수도자에게 위험요인이 높음을 인지하고 있었다.

· 잘못된 질병에 대한 인식

“이정도 아픔은 아 이건 아니구나 하고 딱 생각이 들더라고요. 아파서 검사를 받았는데 문제가 없잖아요. 이렇게 할 것이 아니었잖아요”

“아 이정도 통증은 문제 할 것이 아니구나. 그런 나의 기준이 생겨버리더라고요. 그전에는 예민하게 반응했던 어떤 통증의 정도가 이젠 그 말을 듣고 건강결과가 나왔을 때 이상이 없다는 것을 그냥 굳이 그거를.”

“검진을 해주시는 분이 한국 사람들은 유방인 사람도 많고 40이 넘으면 그때는 신경을 써야 되지만 그 전까지는 괜찮다고 얘기를 하셨거든요. 그니까 그게 심리적으로 딱 가이드라인이 딱 돼서 아 40살까지는 괜찮겠구나.”

자신의 몸의 이상을 감지하고 병원 검진을 받은 후 이상소견이 발견되지 않자 병원에 간 것을 후회하는 모습을 보였다. 후회하면서 동시에 자가 기준이 생겨서 병원에 가야할 상황과 가지 않아도 되는 상황에 대해 스스로 판단을 하게 되었다.

그러나 한편으로는 일시적이거나 주변사람의 유방암 발생 및 검진 소식을 접하게 되면서 경각심이 들기도 하였다가 다시 잊어버린다.

4.2.2 유방 자가 검진 교육에 대한 인식

· 자가 검진 방법과 내용

“솔직히 이게 딱 나이가 들어서 어떻게 하지 뭐...(해야 한다는) 생각 안 들거든요”

“정기적으로 해야 한다는 거.”

“부끄러움을 떠나서 당장 내 몸에 이상이 있는지 없는지를 확인해야 되는 거니까 하라고 지금 만약에 하라 해도 괜찮을 것 같아요 잠깐의 부끄러움은 ”

과거에 유방암이나 유방검진관련 교육을 받은 경험이 있는 경우에도 불구하고 잘 모르는 내용으로 인식하고 있었다. 그러나 한편으로는 정기적으로 해야 한다고 느끼는 대상자도 있었다. 이러한 대상자는 수도자가 되기 전, 입회 전에도 자신의 건강에 대한 관심과 건강검진에 대한 관심이 있어서 스스로 찾아서 하는 편이었음을 추가적으로 진술하였다.

· 자가 검진 시작 시기

“그냥 그런 거는 할머니나 아주머니들이나 하시는 줄 알았어요”

“아까 20살 때부터 해야 된다고 해서 깜짝 놀랐어요”

“이렇게 생각하고 그냥 젊었을 때는 굳이 이걸 내가가서 나하고는 아직 먼 거니까 그냥 가볍게. 내가 만져서

이상이 있나 이렇게 하는 거”

“나이가 들면 좀 더 신경을 써야겠다 라는 생각을 하고 있어요”

대상자들은 유방 자가 검진을 나이가 들어서 하는 것으로 인식하고 있었다. 본 연구의 대상자들이 20대와 30대 초반의 젊은 연령임을 고려할 때 대부분의 대상자가 유방 자가 검진을 자신의 건강관리 방법으로 고려하고 있지 않은 것으로 판단된다.

4.2.3 유방암 자가 검진을 위한 문제기반 학습 및 실습 융합 교육경험

· 수용

“이거를 확실히 해보고 싶다는 생각이 들었어요. 해석이 뭐가 먼지 모르겠어서 느낌도 안 오고 이게 뭔지 되게 애매하고 그래서 그래도 그냥 내가 숫자를 읽고 문자를 통해서 뭔가 혼자 해보는 것 보다는 강의를 듣고 질문을 하고 방법을 정확하게 교육을 받으면 할 수 있겠다. 라는 생각을 가지고”

“그냥 그런 용어랑 그런 걸 사용하는 게 아니라 평범한 사람이 들었을 때도 이해가 쉽고 알아들을 수 있는 이런 방법을 또 이런 방법도 있다고 다른 걸 제안을 해주는 그런 설명 쪽에서 아 정말 알아들을 수 있다던가 아 무슨 말인지 알겠다. 뭔가 해소가 되는 느낌.”

대상자들은 유방 자가 검진을 교육을 받으면서 지식의 증가 뿐 만 아니라 젊은 연령에서도 해야만 하는 것으로 유방자가검진을 받아들이는 태도를 보였다.

· 동기유발의 기회

“이건 뭘까. 이걸 처음 듣는 애긴데.”

“새로운 것이구나.”

“필요하면 할 수 있게. 아 필요하면 할 수 있게 불안감이 왔을 때 체크를 할 수 있잖아요. 방법을 알면”

“저희도 배우는 시간이 되게 실습하는 것을 보여주시고 설명해주시고 반복시켜주시고 그랬었던 시간이었잖

아요 그래서 저는 수업시간이 이런 게 정말 필요한 거고 필요한 시기이고 배웠으면 좋겠다는”

교육과정을 거치면서 점차 대상자들은 확실하게 해보고 싶은 의욕을 느끼게 됨을 진술하였다. 자신의 것으로 만들어 스스로의 건강관리 기술을 습득 하는 것에 의의를 두고 있었다.

· 자신감 부족으로 인한 불안감 증가

“자신감이 라기 보다는 막연하게 불안해진 부분이 사실 있기는 해요 왜냐하면 그전에 생각은 자가 검진을 하면 어느 정도 예방이 될 것이다 그런 라는 잘못된 정보를 가지고 있었다고 하면 교육을 받으면 이게 규칙적으로 관찰을 해야 되는 거고 정해진 날짜에 해야 되는 거고 이런 몇 가지 제약들을 사실 알고 나니깐 내가 해야 되는 것들을 못 지켜서 제대로 못하면 가끔 한번 씩 하는 게 아무 의미가 사실 별로 없잖아요 발견을 하는 게 중요한 거니깐 그런 부분에 대해서 오히려 정보를 알고 나서 자심감도 좀 떨어지는 부분도 있어요”

“구체적으로 실전이 아무것도 없으니깐 그런 교육의 자신감이...(없음)”

“이제 하면서도 잘 모르니깐은”

“꾸준히 안하니까는 변화되는 것을 모르겠어요”

“그러니까는 저는 잘 때 잠깐.....근데 잘 모르겠어요 만져보고 ”

“서로 물어보는데 서로 모르는 사람인 것 같아요 그러니까 맞을 걸? 이렇게”

“저희가 실생활에 적용을 할 수가...(없음) 금방도 금방이지만 실질적으로 이렇게 안 맞으니깐 밖에서는 저는 그냥 전단지 이렇게 많이 붙여있고, 보건소 검진하고 또 여자들 뭐 이렇게 하면 그런 게 확신 그런걸 보고 저는 실제로 배웠는데 삶에 도움이 안 되니까 그게 좀.”

그러나 자신이 유방자가검진을 정확하게 수행하고 있는지에 대한 확신이 없어서 불안감이 생기는 것으로 나타났다.

· 규칙적 수행의 어려움

“목욕하다 보면은 시간이 부족해서 못하는가. ”

“샤워도 공동생활 하나까 빨리 해야 되고 거울이 있는 것도 아니고 이제 방이 같이 쓸 때도 있는 거고 그러다 보니까 이게 교육을 받아도 실생활에 제가 적용을 솔직히 정확하게는 안 해봤어요 거울을 못보고 그냥 만져보는 것 시간도 오래 걸리는 것 같고”

“저희 스케줄 자체가 굉장히 빠듯해요 샤워시간이 딱 1시간 할 수가 없고”

“시간 없을 것 같아요 일단 기간 중에는 그 부분에 대해서는 안 될 것 같아요”

“뭐 이 짬에 이걸 좀 해볼까라는 그런 것조차(어려움)”

“전에는 조금만 불편해도 가서 먼저 잘 찾아서 갖겠지 만 지금 상황에서 좀 불편하다면 좀 참고”

입회 후 수도자로서 수련을 받고 소임을 수행하는 과정이므로 개인생활이나 개인적인 공간이 없음으로 인한 규칙적인 실천이 어려움을 진술하였다.

4.2.4 교육 후 변화

· 지속적 교육 요구 증가

“또 오셨잖아요 한번 듣고 있었는데 또 오셨다 가면 또 생각나면 또 하게 될 것 같아요”

“아 나 안하고 있었는데. 어떻게 하지? 그러면서도 한편으로는 또 알아볼 수 있는 기회가 되니까 좋구.”

“긴장했지요 오신다는 얘기 듣고 그런데 기다렸어요 엄청, 엄청,,”

“인원수가 적으면 좀 더 정확하게 그런 이제 보고

“(소규모로 실습위로조 하면)보면 할 때 보고 여기가 확실하지 않을 수도 있잖아요 아닌 부분을 만지고 있으면 그게 아니라고 말을 해줄 수가 있고”

“약간 불만족스러운 게 그룹이 일단 많았고, 그런 것들에 대해서는 약간 더 정확하게 소수인원이었더라면 그제 일대일로 한 번씩 해봐서 물어보거나 편하게 질의 응답을 했을 텐데, 그런 부분이 조금 아쉬웠던 것 같아요”

“소그룹이 나은 것 같아요”

계획되지 않은 교육공지로 인한 기분 좋은 긴장감이라는 주제에서 대상자들은 바쁘게 소임을 하면서 생활하는 가운데 규칙적인 계획을 하기 어려운 상황이었다. 그러한 상황 속에서 추가적인 유방 자가 검진 지속 교육을 시행한다는 계획되지 않는 연락을 받고 싫지 않고 기분 좋은 긴장감을 느꼈다고 말하였다. 유방 자가 검진 교육의 효과를 높이기 위한 교육의 규모와 형태에 대해서도 진술하였다. 대상자들은 소규모 실습 교육을 원했으며 이러한 과정에서 질의응답을 많이 하고 자신의 검진 기술을 확인받고 평가받고 싶음을 말하였다.

· 유방 자가 검진에 대한 수용적 태도

“그 자리에 어려웠거든요 근데 계속 이렇게 수업을 듣고 되게 자연스럽게 얘기를 하셨잖아요 누구나 하고 있고 자연스러운 거구나 뭔가 선입견을 가지고 있었구나 처음에는 어려웠는데 하다보니까 그냥 자연스러워 지는”

“교육의 시기가 문제는 아닌 것 같아요 저는 왜냐면 일생을 살다보면 교육을 받을 때는 교육을 받고 얼마 시간이 지나서 자각하고 있나 일정 시간이 지나면 잊어버리고 안하게 되고 나태해 지는 거잖아요 문제는 사실 그건데 교육 시간이 길다고 해서 그 시간이 같이 길어지는 것은 아닌 것 같고 차라리 이렇게 한 번씩 기억 날 수 있게 그러니까 그런 방법들을 찾아서 해주면 되는 것 같아요”

그러나 교육 공지 후 그 동안 유방자가검진을 수행하지 못한 것에 대해 생각해 보니 기억을 하지 못한 것, 즉 잊어버린 것이 가장 큰 문제라고 대상자들은 스스로 인지하게 되었고 기억하게 할 현실적인 방법이 필요함을 호소하였다.

· 건강관리에 대한 관심증가

“강제적 우선순위 (웃음)”

“안 해보고 하면 막 양심에 찔리고”

“배우면은 전문적으로 배우면은 (다른 수녀님을 가르칠수 있겠다)”

“건강에 대한 부분이기 때문에 선풍리 이야기 할 수는 없는 것 같아요 더 공부해서.. ”

“관심이 없었는데 교육받고 나서는 좀 그래도 교육 받고 나서는 생각해 보게 되는”

대상자들은 앞으로의 건강관리에 대한 의지를 전에 없었던 관심을 가지게 된 것과 지속적인 교육이 이루어지기를 바라는 기대로 표현하였다.

유방자가검진을 나이가 든 특정 연령대와 위험요인이 명확한 대상자들이 받아야 하는 교육이라고 생각하고 있었다가 교육 후 대상자들은 유방자가검진에 대한 관심을 새롭게 가지게 된 것으로 나타났다. 대상자 스스로 관심이라고 표현하면서 궁금함과 다시 교육을 받아 스스로 건강관리를 해 보고 싶은 의지와 기대를 표현하였다.

<Table 1> Experience about Women Religious on Breast Self-Examination Education Participation

Themes	Sub thmes
Breast cancer awareness	Breast cancer risk factors
	Incorrect disease awareness
Breast Self Examination awareness	BSE Methods and content
	BSE starting time
Convergence of PBL and practice on BSE experience	acceptance
	motivation chance
	anxiety increase due to lack of confidence
	difficulties of regular eamination
Change after convergent BSE education	Continuing education requirements increase
	Receptive attitude
	Increased interest in health care

5. 논의

유방 자가 검진은 1950년대 처음 소개된 이후로 유방암의 조기 발견 및 이미 진행 중인 유방암을 발견하는데 매우 의미가 있는 것으로 평가되었을 뿐만 아니라 비용이 들지 않고 쉬운 방법으로 여성 스스로 건강에 대한 책임을 증가시키는 방법이다[12]. 이러한 건강상의 효과에

도 불구하고 한 연구에서는[19] 유방자가검진을 규칙적으로 시행하는 여성은 16.7%에 불과하다고 밝힌바 있다. 유방 자가 검진을 규칙적으로 시행하지 않는 이유 중 유방자가검진을 잊어버려서라고 답한 경우가 74%로 가장 높았으며 이환율이 적다는 생각과 아무런 증상이 없어서라는 것이 각각 21%였다[20]. 본 연구에서도 대상자들은 증상이 없는 상황에서 유방자가검진에 대한 인식이나 유방암에 대한 인식이 낮아지고 그 중요성을 잘 인지하지 못하는 것으로 표현하였다. 대상자의 연령 역시 22세에서 33세로 젊어서 자신을 암과 상관없다고 여기고 있었으며 유방자가검진은 나이가 든 사람에게 필요한 것으로 인식하고 있었다. 우리나라 여성의 유방암 발생에서 서구 여성에 비해 40세 이하가 상대적으로 높은 비중을 차지하고 있는 것이 간과되고 있다. 이러한 인식은 유방건강에 대한 관심을 낮게 만들뿐 아니라 실제적으로 자가 검진을 떨어뜨리거나 병원검진을 하지 않게 만드는 요인으로 작용할 것으로 생각된다. 또한 자신이 유방자가검진을 수행하는 것에 대한 자신감이 부족한 것도 하나의 이유로 밝혀진바 있다[21]. 본 연구에서도 대상자들은 교육 경험에서 완벽하게 알지 못하는데서 오는 자신감 부족으로 인한 불안감을 진술한 바 있다. 자신의 유방자가검진기술을 스스로 확실하지 못하는 상황에서 자신감이 부족해지는 것을 호소하였다. 막연하게 안심하고 있던 유방암과 유방 자가 검진에 대한 인식이 교육을 통해 대상자들에게 경각심과 심각성을 인지시켜 불안감이 증가하였을 것으로 생각된다. 이러한 불안감이 증가하여 건강관리에 대한 관심이 증가될 것이다. 유방암에 대한 심각성 인식이 높을수록 유방 자가 검진 실행이 높아지는 것으로 나타나[22] 긍정적인 효과를 예상할 수 있다. 정확하게 습득되지 않은 유방 자가 검진 기술만을 맹신하여 전문적인 진단 및 치료 시기가 지연되는 결과를 예방해야 할 것이다.

한국유방암학회는 정기적인 유방암 자가 검진을 시행한다면 정확한 방법으로 시행하고 있는 것인지를 전문가에게 점검 받을 것을 제시하고 있다[18]. 즉 전문적인 교육과 수행 기술에 대한 평가를 통해 정확한 방법으로 자가 검진을 수행할 수 있도록 하는 것에 의의를 두고 있음을 알 수 있다. 이는 교육의 목표 준거로서 신속함이나 간략함보다는 정확성을 우선순위에 두는 것으로 판단된다. 본 연구의 참여자들 또한 정확한 방법으로 유방 자가 검진을 하고자 하는 요구를 표현하였다. 지식습득만을

통한 유방 자가 검진 교육의 한계를 지적하고 유방 자가 검진 교육 후 실천율을 높이기 위해서는 지식 이외의 다른 요소들의 개입 필요성을 제시한 연구에서와[23,24] 같이 구체적인 교육방법의 개선이 필요하다. 따라서 본 연구에서는 자기 주도적 학습 능력이 요구되는 문제 기반 학습과 실습을 융합한 유방 자가 검진 교육방법을 제시하였다.

유방 자가 검진 자체에 대한 호기심과 궁금함, 기대감으로 표현되었으며 교육방법에 대한 기대감등을 진술하였다. 이러한 욕구는 매우 바람직한 것으로 평가할 수 있으며 동기 부여와 연관된다. 계획된 행위이론을 기반으로 하여 유방 자가 검진 교육을 실시한 연구에서[25] 유방 자가 검진 행위에 가장 중요한 영향을 미치는 요인은 의도로 나타났다. 즉, 본 연구에서도 교육 참여자들의 앞으로의 건강관리 의지에서 교육 후 건강과 검진에 대한 관심이 증가하고 지속적으로 교육받고 싶은 요구, 즉 의도가 증가하는 등 동기 부여가 확인되었다. 본 연구에서 사용된 문제 기반 학습과 실습의 융합교육은 지식의 습득 뿐 아니라 태도 변화, 실기능력의 증진이라는 목적에 부합되는 교육방법으로 판단되어 적용되었다. 그러나 대상자들은 자신의 실기능력에 대한 만족도를 낮게 평가하여 교육방법 자체에는 만족하였으나 교육의 효과에 대해서는 만족하지 못하는 모습을 보였다.

본 연구에서 대상자들이 앞으로의 건강관리에 대한 의지를 진술한 부분에서 관심을 가지게 되고 지속적으로 교육을 받고 싶음을 나타내었다. 교육 전 대상자들은 자신들의 자가 검진에 대한 경험을 진술함에 있어서 잘 모르는 내용임을 진술하였으며 자신은 아직 할 때가 안되었으므로 나이 들어서 시행하는 것으로 인식하고 있었다. 또 한편으로는 정기적으로 해야 한다고 느끼는 것으로 표현하여 일관되지 않은 경험을 가지고 있었다. 심지어 유방암에 대한 인식에서 증상이 생겨서 병원에 갔을 때 이상이 없음을 확인받고 병원에 갈 것이 아니었는데 괜한 걱정으로 간 것으로 판단하고 후회하기도 하였다. 그러한 단일 상황을 계기로 하여 자가 기준이 생겨서 스스로 판단하여 정확한 검사와 진단의 필요성 자체에 대한 의문을 가지기도 하였다. 그러나 주변사람의 유방암이나 유방관련 질환 발병 소식을 가까이서 접하게 된 경우에는 경각심을 느끼게 되기도 하여 정확한 기준이 없으므로 인한 혼란을 겪는 모습을 진술하였다. 본 연구는 유방암의 위험 집단인 여성 수도자들에게 유방 자가 검진 교

육을 한 후 인식과 태도 변화를 확인한 것으로 기존 연구와 차별화된 대상자라는 점에서 연구의 의의가 있다. 추후 수도자의 요구에 맞는 융합적 유방 자가 검진 교육 프로그램의 개발이 필요하다.

6. 결론 및 제언

본 연구는 문제 기반 학습과 실습을 융합한 유방 자가 검진 교육을 4주간, 주 1회, 2시간씩 시행한 후 3개월간 유방 자가 검진 실천 프로그램에 참여한 가톨릭 여성 수도자 중 40세 미만인 7명을 대상으로 하여 포커스 그룹 면담과정을 통하여 교육 참여 경험을 확인하고자 시행되었다.

포커스 그룹 면담과정을 통하여 4개의 범주와 11개의 하위 주제가 도출되었다.

첫 번째 범주는 ‘유방암에 대한 인식’으로 하위주제는 유방암 위험요인, 잘못된 질병에 대한 인식이다.

두 번째 범주는 ‘유방 자가 검진 교육에 대한 인식’으로 하위 주제는 자가 검진 방법과 내용, 자가 검진 시작 시기이다.

세 번째 범주는 ‘유방암 자가 검진을 위한 문제기반 학습 및 실습 융합 교육경험’으로 하위 주제는 수용, 동기유발의 기회, 자신감 부족으로 인한 불안감 증가, 규칙적 수행의 어려움으로 나타났다.

네 번째 범주는 ‘교육 후 변화’로 하위주제는 지속적 교육 요구 증가, 유방 자가 검진에 대한 수용적 태도, 건강관리에 대한 관심증가이다.

본 연구의 결과 도출된 주제모음과 그 하위 주제 및 각 진술들을 확인한 결과 다음을 제안하고자 한다.

첫째, 문제 기반 학습과 실습을 융합한 교육 방법을 사용한 유방 자가 검진 교육의 반복 연구를 통하여 양적 자료를 더욱 확장해야 할 것이다.

둘째, 수도자의 환경적 특성을 고려한 유방 자가 검진 융합적 교육 프로그램의 개발 관련 연구가 시도되어야 할 것이다.

ACKNOWLEDGMENTS

본 논문은 2013년도 꽃동네대학교 교내연구비 지원을 받아 수행된 것임.

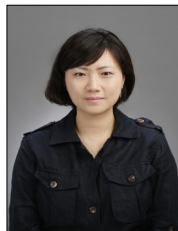
REFERENCES

- [1] J. S. Park, D. W. Sung, Y. Yoon, "Breast cancer: Diagnostic imaging and Its Roles", The Journal of Hee University, Vol. 20, No. 2, pp. 97-103, 2004.
- [2] S. H. Kang, H. J. Jeon, "Prognosis of Breast Cancer Occurring in Patients below the Age of 35 Years Compared with Groups above the Age of 36 Years", The Journal of The Korean Surgical Society, Vol. 72, No. 2, pp. 101-106, 2007.
- [3] H. S. Yoon, "Nationwide Korean Breast Cancer Date of 2002", Journal of Breast Cancer, Vol. 7, No. 2, pp. 72-83, 2004.
- [4] S. H. Ko, "Breast cancer in Young women", The Journal of Hee University, Vol. 21, No. 1, pp. 31-36, 2005.
- [5] K. Y. Yoo, "Epidemiology and Risk Factors of Breast Cancer", J Korean Med Assoc, Vol. 46, No. 6, pp. 482-489, 2003.
- [6] L. Thiel, "Breast Health of US Women Religious (NUNS)", The Breast Journal, Vol. 14, No. 6, pp. 581-583, 2008.
- [7] R. Ludwick., T. Gaczkowski, "Breast self-exams by teenagers: Outcome of a teaching program", Cancer Nursing, Vol. 24, No. 4, pp. 315-319, 2001.
- [8] J. Meurer, R. J. Mc Dermott, M. Mally, "An Exploratory study of Health Practice of American Catholic Nuns", Health Values, Vol. 14, No. 2, pp. 9-17, 1990.
- [9] S. M. Park, H. K. Hur, M. J. Park, H. Y. Song, "Effects of Action Oriented Breast Self-examination(BSE) Education on Knowledge, Self-efficacy, and Performance Competence in Nursing Students", Korean Journal of Women Health Nursing, Vol. 12, No. 1, pp. 47-52, 2006.
- [10] S. Y. Lee, "The Effects of Problem-Based Learning on Attitude and Problem Solving Ability for the Environmental Education in Elementary School", Sogang University Graduate School of Education Master's thesis, 2003.
- [11] K. H. Ha, "Development and Effect of the

- Integrated Environmental Education Program through the Process of Problem-Based Learning”, Korea National University of Education Master’s thesis, 2000.
- [12] American Cancer Society.
http://www.cancer.org.2001.Surveillance Research.
- [13] Korean Breast Cancer Foundation.
http://www.kbcf.or.kr
- [14] K. R. Yabroff, L. Gordis, “Does stage at diagnosis influence the observed relationship between socioeconomic status and breast cancer incidence, case-fatality, and mortality?”, Social Science and Medicine, Vol. 57, No. 12, pp. 2265-2279, 2003.
- [15] L. Nekhlyudov, S. Fletcher, “Is it time to stop teaching breast self examination?”, Canadian Medical Association Journal, Vol. 164, No. 13, pp. 1851-1854, 2001.
- [16] K. Y. Yoo, D. Y. Noh, S. S. Lee, “National Guidelines for Breast cancer Screening”, Journal of Korean Medicine Association, Vol. 45, No. 8, pp. 992-1004, 2002.
- [17] Korean Breast Cancer Society.
http://www.kbcs.or.kr.
- [18] K. L. Shin, Y. Z. Chang, Y. K. Kim, K. J. Lee, M. M. Choi, H. Y. Kim, O. H. Kim, Y. H. Kim, “Focus group of qualitative research methods”, Seoul : Hyunmoonsa, 2004.
- [19] H. K. Hur, S. M. Park, “Difference decisional balance and confidence in the stage of adoption for breast self exam in married women”, Journal of Korean Academy of Adult Nursing, Vol. 16, No. 3, pp. 493-501, 2004.
- [20] Rosvold., “Breast self-examination and cervical cancer testing among Norwegian female physicians : A nation wide comparative study”, Social Science and Medicine, Vol. 52, pp. 249-258, 2001.
- [21] S. L. Seo, O. R. Jeong, “The facilitating factors of breast self-examination performance”, The Journal of Kyungpook Nursing Science, Vol. 4, No. 1, pp. 27-41, 2000.
- [22] M. K. Shin, K. R. Shin, “Audio visual media program development for Breast Self-Examination”, The Korean Journal of Women’s Health, Vol. 3, No. 1, pp. 79-128, 2002.
- [23] Y. H. Yang, “The Effect of BSE Education with Practice on Knowledge, Self-Efficacy and Performance in Middle-Aged Women”, The Korean journal of fundamentals of nursing, Vol. 14, No. 2, pp. 189-197, 2007.
- [24] Y. H. Yang, “The Effects of a BSE(Breast Self-Examination) Education Program on Knowledge, Self-Efficacy and Performance Level in Female Nursing Students”, The Journal of Korean academic society of nursing education, Vol. 13, No. 2, pp. 277-283, 2007.
- [25] H. J. Ahn, “The Analysis for Behavior Model and Effectiveness of Education of Breast Self Examination”, The Journal of Korean Academic Society of Adult Nursing, Vol. 14, No. 1, pp. 73-82, 2002.

저자소개

김 선 애(Sun-Ae Kim) [정회원]



- 2000년 8월 : 충남대학교 일반대학원 간호학과 (간호학석사)
- 2007년 2월 : 충남대학교 일반대학원 간호학과 (간호학박사)
- 2010년 9월 ~ 현재 : 꽃동네대학교 간호학과 교수

<관심분야>: 운동간호증제, 만성질환, 유방암

전 혜 원(Hye-Won Jeon) [정회원]



- 1993년 2월 : 한양대학교 일반대학원 간호학과 (간호학석사)
- 2003년 8월 : 한양대학교 일반대학원 간호학과 (간호학박사)
- 2009년 3월 ~ 현재 : 꽃동네대학교 간호학과 교수

<관심분야> : 만성질환, 호스피스, 노인