



# 지역사회 거주 남성노인을 위한 치매 돌봄 프로그램 효과

고하나<sup>1)</sup> · 박연환<sup>2)</sup>

<sup>1)</sup>가천대학교 간호대학 교수, <sup>2)</sup>서울대학교 간호대학 · 간호과학연구소 교수

## The Development and Effect of a Dementia Care Support Program among Community Dwelling Older Adult Men

Ko, Hana<sup>1)</sup> · Park, Yeon-Hwan<sup>2)</sup>

<sup>1)</sup>Professor, College of Nursing, Gachon University, Incheon

<sup>2)</sup>Professor, College of Nursing · Research Institute of Nursing Science, Seoul National University, Seoul, Korea

**Purpose:** We developed and tested the effects of a care program for dementia patients among community-dwelling older adult men. **Methods:** This study used a non-equivalent control group pre-and post-test design. To verify the effectiveness of the care program for dementia patients, 26 community dwelling older adult men participated in this study. We used multiple intervention strategies including improving understanding of dementia through education, activities for dementia prevention, and promoting psychological change. In particular, based on the current understanding of the care of the men older adults, we used strategies to promote motivation and reinforce strengths. **Results:** After completing the 6-week intervention program, when compared with the control group, older adult men in the care program intervention group showed significant differences in scores for the following: cognitive functions ( $p=.035$ ), attitude toward dementia ( $p=.026$ ), preventive behavior ( $p=.007$ ), geriatric depression ( $p=.013$ ), caring confidence ( $p=.018$ ), and self-esteem ( $p=.013$ ). **Conclusion:** These results indicate that the care program for dementia patients has positive effects on increasing their cognitive function, attitude toward dementia, preventive behavior, caring confidence, self-efficacy, and on decreasing depression rates in this population. Based on this, we can recommend this program to men caregivers for the improved care of dementia in community centers.

**Key Words:** Dementia; Caregivers; Community intervention; Self-esteem; Men

## 서론

### 1. 연구의 필요성

2019년 우리나라 만 60세 이상 노인인구 중 약 81만명(7.21%)이 치매를 앓고 있는 것으로 추정되는데(National Institute of Dementia [NID], 2020), 85세 이상이 32.6%로 연령이 증가함

에 따라 많고, 성별로는 여성이 61.5%로 남성보다 많았다(Statistics Korea, 2019).

치매는 질환의 특성상 가족의 돌봄이 필요한데 노인부부가구의 비중이 48.4%에 달하고(Korea Institute for Health and Social Affairs [KIHASA], 2017), 노후를 자식의 도움 없이 해결해야 한다고 고령자의 인식도 변화하면서 남성노인이 배우자를 돌보는 비율은 2004년 7%에서 2017년 23.2%로 급속히

**주요어:** 치매, 돌봄제공자, 지역사회 중재, 자아존중감

**Corresponding author:** Park, Yeon-Hwan <https://orcid.org/0000-0002-5236-6683>  
College of Nursing, Seoul National University, 103 Daehak-ro, Jongno-gu, Seoul 03080, Korea.  
Tel: +82-2-740-8846, Fax: +82-2-766-1852, E-mail: hanipyh@snu.ac.kr

- 본 연구는 보건복지부의 재원으로 한국보건산업진흥원의 보건의료기술연구개발 일부 지원에 의하여 이루어진 것임(NO. HI18C1284).  
- This research was supported by a grant of the Korea Health Technology R&D Project through the Korea Health Industry Development Institute(KHDI), funded by the Ministry of Health & Welfare, Republic of Korea [grant number: HI18C1284].

Received: Jul 2, 2020 / Revised: Aug 1, 2020 / Accepted: Aug 3, 2020

상승하였다(KIHASA, 2017).

배우자와의 부양 교환 실태 결과에 의하면 도구적 지원과 수발에서는 여성이 남성보다 많은 돌봄을 제공하고 있으나, 정서적 지원에서는 남성이 여성과 동일한 비율로 돌봄을 제공하고 있어(KIHASA, 2017), 남성 돌봄제공자의 수와 돌봄 참여도가 상승할 전망이다.

치매는 인지기능과 기능수준의 저하로 가족과 사회에 대한 의존 비율이 가장 높은 질병으로 장기적이고 지속적인 치료와 돌봄을 필요로 한다(Kim, 2014). 국외에서는 치매 환자의 돌봄 제공자들이 돌봄 역할에 잘 적응할 수 있도록 자기관리중재, 심리사회적 중재, 정보제공 및 지지적 중재 교육 프로그램 등을 적용한 결과 자기효능감 증진 및 우울감과 돌봄 부담감 감소의 효과가 있음이 보고되고 있다(Boots, de Vugt, Kempen, & Verhey, 2018; Marim, Silva, Taminato, & Barbosa, 2013). 그러나 남성 돌봄 제공자가 계속 늘어남에도 불구하고, 남성 돌봄 제공자의 수발경험을 살펴보는 질적연구(Lee & Kim, 2009)는 있었으나 남성노인을 대상으로 돌봄 지식, 정서적 반응, 돌봄 준비 및 대처 증진을 향상시키는 교육 프로그램을 적용한 연구는 미비하였다. 더욱이 국내의 연구들은 치매 환자를 대상으로 하는 연구는 활발히 진행되었으나 돌봄 제공자를 위한 중재 프로그램은 부족한 실정이며(Kim, 2014) 남성 돌봄제공자를 대상으로 한 연구는 거의 없었다.

한국사회에서 남성노인은 가장장적인 사회에서 경제 성장기 동안 직장생활에 전념하였기 때문에 이들에게 배우자 돌봄과 가사는 심리적, 신체적으로 큰 도전이며 부담이다(Choi, 2012). 2016년 남성 돌봄 제공자의 노인돌봄 경험과 정책적 지원방안 연구(Choi, Song, Jee, & Jung, 2016)에 따르면 노인을 돌보는 남성 돌봄 제공자들은 ‘건강서비스 제공(91.5%)’뿐만 아니라 ‘돌봄 관련 교육 프로그램 제공(83.4%)’에 대한 욕구가 높게 나타났다. 그러나 남성 돌봄 제공자는 돌봄 책임감과 의무감이 강하고, 외부지원의 필요를 인정하여 공적, 사적 서비스를 적극적으로 이용하고, 돌봄 시간 외에 자기 시간을 갖기 위해 노력한다(Lee & Kim, 2009; Russell, 2001). 또한 갈등을 유발하지 않기 위해 자신의 마음과 감정을 통제하고 일로 접근하면서 과거 노동을 조직하던 방식을 동원하여 효율적으로 돌봄을 제공하고 적응하는 강점을 가지고 있다(Lee & Kim, 2009; Russell, 2001). 따라서 이러한 남성노인의 특성에 부합하도록 대처전략을 강화하는 돌봄 프로그램을 개발하여 상대적으로 돌봄 제공자로서 취약한 남성노인의 돌봄 능력을 향상시킬 필요가 있다.

또한 남성들이 배우자 돌봄에 효과적으로 대처하도록 돌봄

의 의미를 인식하고 직접적으로 돌봄에 참여하는 훈련의 기회를 제공하는 것이 중요하다(Boots et al., 2018). 배우자 돌봄에 효과적으로 대처할 뿐 아니라 지속적으로 배우자를 돌볼 수 있도록 돌봄 제공자에게 심리적 지지를 제공하고, 돌봄 제공자가 신체적 건강을 유지할 수 있도록 자기관리 역량도 함께 강화하여야 한다. 재가 치매노인 배우자의 돌봄 체험에 관한 질적연구에서도 재가돌봄을 최선으로 생각하는 연구참여자들이 돌봄 상황에서 벗어나지 않고 대상자와 돌봄과정을 함께 하면서 자신의 운동 및 인지능력을 함께 향상시키는 돌봄 제공자를 위한 중재 프로그램의 요구가 있음을 확인하였다(Jang & Yi, 2017). 따라서 치매 환자를 돌보는 중재 프로그램 안에 돌봄 제공자의 건강관리도 할 수 있도록 인지기능 강화와 치매예방중재도 함께 다뤄 건강한 동행으로 자리잡는 치매 돌봄제공자 프로그램이 필요하다.

한편 대부분의 국내 치매교육 프로그램은 일회성의 교육위주 프로그램으로 치매 관련 지식을 전달하는 단일중재에 그치며 중재의 효과성에 대한 의견이 일치하지 않고 있다(Kong & Jeong, 2011). 체계적 문헌고찰 연구결과 치매 가족 돌봄 제공자에게 제공된 인지적, 행동적, 사회적 대처 전략 등 중재의 효과가 크지 않았고(Schoenmakers, Buntinx, & DeLepelre, 2010), 돌봄 부담감이나 우울 정도만 측정하여 중재 후 치매에 대한 지식, 태도, 예방 행위, 자신감 등의 효과를 종합적으로 검증한 연구는 미비하며, 지식과 태도의 효과에 있어서 일관된 결과가 나타나고 있지 않아 일반화 하는데 제한점이 있다(Kong & Jeong, 2011; Kim & Jeong, 2019). 치매 돌봄 제공자의 부양 스트레스와 우울에 영향을 주는 요소인 자아존중감은 자기관리 행위에 영향을 줄 수 있으므로(Kim & Lim, 2016) 치매 돌봄 제공자의 중재에 자아존중감 향상을 위한 전략도 필요하다. 치매 노인을 가장 가까이에서 돌보는 돌봄 제공자가 스트레스나 우울 등을 최소화할 수 있도록 효율적인 대처 전략을 훈련하면서 돌봄 제공자의 자기관리 역량을 강화하고, 돌봄의 의미를 인식하고 돌봄 자신감을 갖고, 긍정적 자아개념을 강화시키며 자아존중감도 향상시킬 수 있는 다양한 중재 전략이 결합된 복합 중재 제공이 필요하다(Kim & Lim, 2016; Kim, 2014; Marim et al., 2013). 그리고 대부분의 가족 돌봄 제공자 프로그램이 여성 위주이거나 젊은 부부를 대상의 웹기반 중재 프로그램이므로(Ha et al., 2018; Song, Park, Cheon, & Park, 2015) 말수가 적고, 가사활동을 전담하지 않았던 돌봄에 취약한 남성 노인에게 적용하기 어렵다(Russell, 2001).

선행연구결과를 종합해 보았을 때, 남성 돌봄 제공자의 정서적 혼란과 변화된 역할에 따른 요구를 충족시켜 줄 수 있는 중

재가 필요하고, 남성노인의 특성과 교육적 요구를 반영하여 지식과 태도, 돌봄 자신감과 자아존중감을 향상시키고 우울 등의 심리적 부담감을 완화시켜주는 복합적 중재가 필요하다. 가족 돌봄자의 효과적 대처전략 사용이 치매 환자뿐 아니라 자신의 안위를 돌보는 데에도 도움이 되므로 남성 돌봄 제공자의 치매 예방행위와 인지기능을 향상시키는 동반자적 프로그램이 우선적으로 고려되어야 한다. 이에 본 연구는 남성노인을 대상으로 치매 환자 돌봄 역량을 강화하는 프로그램을 개발하여 그 효과를 평가하고자 한다. 이는 궁극적으로 치매 환자의 돌봄의 질을 향상시키는 중재로 의의가 있으며 치매안심센터 등 지역사회 다양한 현장에서 실무적으로 활용 가능한 효과적인 돌봄 프로그램을 제공한다는 측면에서도 의의가 있다.

## 2. 연구의 목적 및 연구 가설

본 연구는 돌봄 역할에 취약한 지역사회 거주 남성노인을 대상으로 치매 돌봄 프로그램을 개발하고 시행하여 그 효과를 확인하기 위함이며, 구체적인 목적은 다음과 같다.

- 지역사회 거주 남성노인을 위한 치매 돌봄 프로그램을 개발한다.
- 치매 돌봄 프로그램이 남성노인의 치매 관련 지식, 치매에 대한 태도, 돌봄 자신감, 자아존중감, 인지기능, 치매예방행위, 우울감에 미치는 효과를 규명한다.

이에 따른 연구 가설은 다음과 같다.

- 가설 1. 치매 돌봄 프로그램에 참여한 실험군(이하 실험군)은 대조군보다 치매 관련 지식 점수의 변화량에 차이가 있을 것이다.
- 가설 2. 실험군은 대조군보다 치매에 대한 태도 점수의 변화량에 차이가 있을 것이다.
- 가설 3. 실험군은 대조군보다 돌봄 자신감의 변화량에 차이가 있을 것이다.
- 가설 4. 실험군은 대조군보다 자아존중감 점수의 변화량에 차이가 있을 것이다.
- 가설 5. 실험군은 대조군보다 인지기능 점수의 변화량에 차이가 있을 것이다.
- 가설 6. 실험군은 대조군보다 치매예방 행위의 변화량에 차이가 있을 것이다.
- 가설 7. 실험군은 대조군보다 우울감 점수의 변화량에 차이가 있을 것이다.

## 3. 연구의 개념적 기틀

본 연구는 정보-동기-행동기술 모델(Information-Motivation-Behavior, IMB)(Fisher & Fisher, 1992)을 기반으로 하였다. IMB 모델은 HIV (human immunodeficiency virus) 예방행위를 예측하기 위해 개발된 건강행위 모델로, 대상자가 행위에 대한 정보(information)가 충분하고, 행위나 결과에 대한 긍정적 신념 등에 의해서 동기화(motivation)되고 행위를 필요한 행동기술(behavioral skill)에 대한 확신이 있을 때 행위가 일어나는 것으로 설명하고 있다(Fisher & Fisher, 1992). 정보는 행위변화에 대해 개인이 알고 있는 지식과 이전의 경험들을 의미하는데(Fisher & Fisher, 1992), 본 연구에서 정보요인은 치매 관련 지식으로 개념화하였다. 동기요인은 행위변화에 대한 개인의 태도와 신념으로(Fisher & Fisher, 1992) 본 연구에서는 치매에 대한 태도로 측정한다. 행동기술 요인은 행위변화를 촉진하기 위한 개인의 객관적인 행위변화 수행능력과 행위변화 수행능력에 대한 주관적 신념의 의미를 포함함으로(Fisher & Fisher, 1992) 본 연구에는 치매 돌봄 자신감과 자아존중감으로 측정한다(Figure 1). 치매 돌봄 프로그램은 남성노인의 인지기능 향상과 치매예방행위 증진, 우울감 감소를 위해서 자신감과 자아존중감을 중점으로 IMB모델의 주요변수에 대한 중재전략으로 구성되었다.

## 연구 방법

### 1. 연구설계

본 연구는 지역사회 거주 남성노인을 대상으로 치매 돌봄 프로그램을 개발하고 그 효과를 검증하기 위한 비동등성 대조군 사전 사후 설계이다.

### 2. 연구대상

본 연구의 대상자는 치매에 대한 올바른 이해와 관리능력을 배양하여 치매 환자를 돌보기 원하는 시민 리더양성 교육에 참여하길 원하는 \*시 거주 남성노인으로 구체적 선정기준은 다음과 같다. 만 65세 이상, 조현병이나 정신지체 등 정신질환이 없으며, 돋보기나 보청기를 사용하더라도 한글을 읽을 수 없거나 의사표현이 어려운 노인을 제외한 남성노인으로 6주간의 교육 프로그램에 지속적인 참여가 가능한 자발적으로 서면 동의한 자이다.

대상자 수는 G\*Power 3.1 프로그램에서 두 그룹의 독립표본 T 검정 분석방법에서 검정력(1-β)=.80, 유의수준(α)=.05,

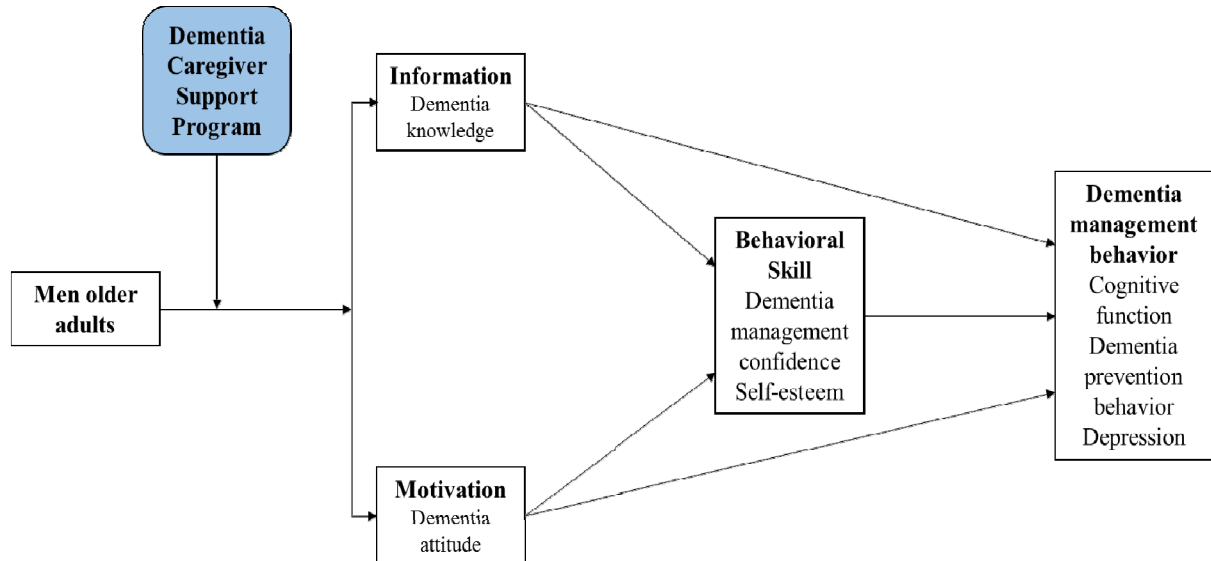


Figure 1. Theoretical framework of this study.

효과크기는 치매 돌봄제공자를 대상으로 자기관리 중재를 적용하여 자기효능감에 긍정적 효과를 보인 선행연구(Boots et al., 2018)를 근거로  $d=.85$ 로 하였을 때, 실험군과 대조군 각각 18명이 필요한 것으로 확인되었다. 중재의 확산효과를 최소화하기 위해 실험군은 \*시 보건소에 등록된 치매치료관리비 지원 대상자 가족 및 경로당, 시민대학 등의 공고를 통해 자발적 지원을 받았고, 대조군은 \*시의 노인복지관에서 간호사를 통해 홍보하여 자발적 지원을 받았다. 연구참여를 위해 최초 접촉한 대상자는 60명이었으며, 이 중 16명이 탈락(10명 연락두절, 가을 나들이 등의 개인일정으로 참여의사 거부 3명과 사전 조사 불참 3명)하여 각 군당 22명을 편의적 추출방법에 의하여 배정하였다. 실험군 중 6주간 교육에 참여한 대상자는 17명(5명 사전 조사 후 연락두절)이었으나 가을나들이 등 개인적인 일정으로 사후 조사 불참 2명, 2회 이상 결석 2명, 대상포진 및 감기로 병원입원 2명이 탈락하였으며, 대조군은 사후 조사 불참 7명이 탈락하여 최종 연구대상자는 실험군 11명, 대조군 15명으로 최종 26명의 자료를 분석하였다(Figure 2).

### 3. 연구도구

#### 1) 치매 관련 지식

Cho (1999)가 개발한 치매 관련 지식 도구를 사용하였다. 본 도구는 치매의 위험요인, 기능변화, 치료 및 예방에 관한 16 문항으로 구성되어 있다. 이 도구는 맞으면 1점, 틀리면 0점으로 점수가 높을수록 치매 관련 지식정도가 높은 것을 의미하며, 점수범

위는 0~16점이다. Cho (1999)의 연구에서 신뢰도 Cronbach's  $\alpha$ 는 .74였고, 본 연구에서는 .73이었다.

#### 2) 치매에 대한 태도

Cho (1999)의 치매에 대한 정서적 태도(5문항)와 행동적 태도(5문항)의 총 10문항의 도구를 사용하였다. 5점 척도로 점수범위는 1점(매우 그렇지 않다)~5점(매우 그렇다)이며, 점수가 높을수록 치매에 대한 긍정적인 태도를 나타내며, 부정적 문항(정서적 태도 5문항)들은 역으로 점수를 계산하여 점수의 범위는 10~50점이다. 선행연구에서 신뢰도 Cronbach's  $\alpha$ 는 .66 (Cho, 1999)이었고, 본 연구에서는 .83이었다.

#### 3) 돌봄 자신감

치매 환자를 돌봄에 있어 자신감을 10점 VAS (Visual analog scale)척도로 측정하였다. 0점은 치매 환자를 돌볼 자신이 전혀 없다는 의미이며 10점은 치매 환자를 돌볼 자신이 매우 높다는 의미한다.

#### 4) 자아존중감

Rosenberg (2015)의 Rosenberg Self-Esteem Scale 도구를 Jon (1974)가 번안한 도구를 사용하였다. 본 도구는 자신에 대한 존재의 가치를 평가하는 5개의 긍정문항과 5개의 부정문항의 총 10문항의 5점 Likert 척도로 구성되었다. 점수의 범위는 10~40점이며, 부정문항은 그 점수를 역으로 계산하여, 자아존중감 점수가 높을수록 자아존중감이 높다는 것을 뜻한다. 도구

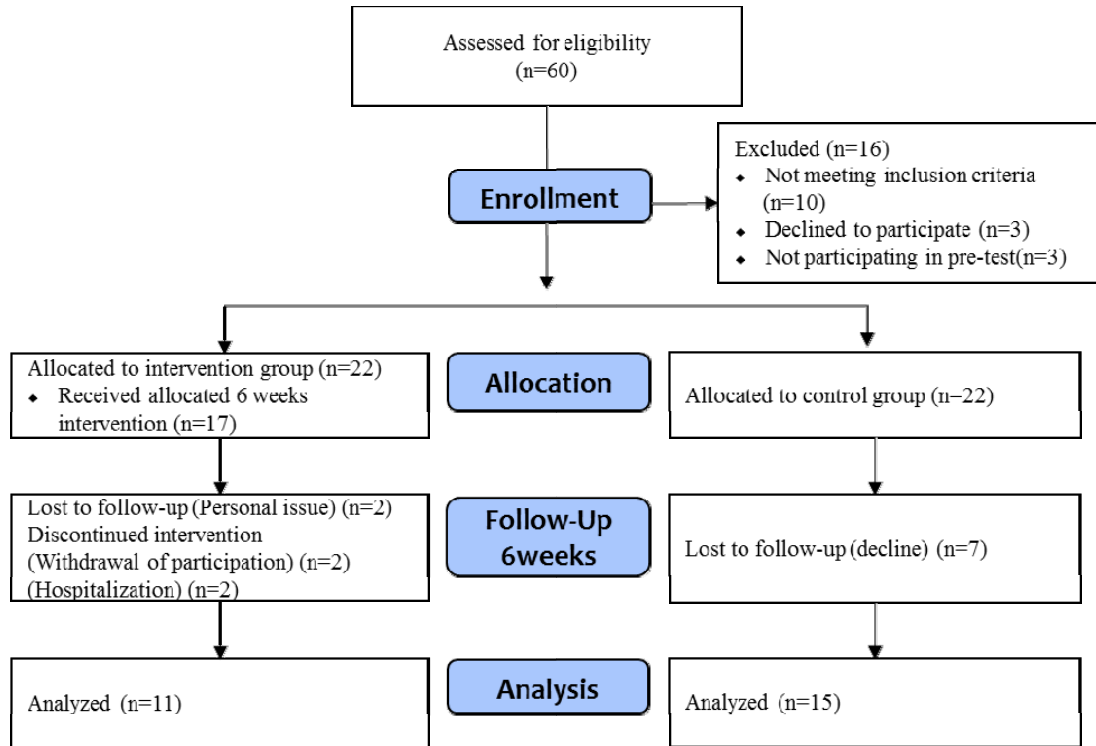


Figure 2. Research flow diagram.

개발당시 신뢰도 Cronbach's  $\alpha$  는 .85였으며, 본 연구에서는 .59였다.

#### 5) 인지기능

노인의 전반적 인지기능을 측정하기 위해 한국판 간이 정신 상태 검사(MMSE-K)(Park & Kwon, 1989)를 사용하였다. 본 도구는 시간지남력(5점), 장소지남력(5점), 기억등록(3점), 주의 집중 및 계산(5점), 기억회상(3점), 언어기능(6점), 구성 행동(1점), 이해 및 판단(2점)의 항목으로 구성되어 있다. 점수범위는 0~30점이며, 무학인 경우는 지남력에 1점, 주의집중 및 계산에 2점, 언어기능에 1점 가산점 부여하되, 각 문항에 만점을 넘지 않게 교정한다. 개발당시 신뢰도 Cronbach's  $\alpha$  는 .79였고, 본 연구에서는 .65였다.

#### 6) 치매예방 행위

치매예방 관련 지식을 토대로 Lee, Woo, Kim, Lee와 Im (2009)이 개발하여 우리나라 노인에게 사용할 수 있도록 개발한 치매예방행위 도구로 측정하였다. 본 도구는 흡연, 술, 규칙적인 식사, 손쓰는 일, 운동 및 질환경리, 스트레스 관리 등의 치매예방을 위해 취하는 행동에 대해 총 12문항으로 구성되었으며, 각 문항은 3점 Likert 척도로 측정하여 12~36점의 범위를

갖는다. 점수가 높을 수록 치매예방행위를 잘하고 있는 것을 의미한다. 개발당시 신뢰도 Cronbach's  $\alpha$  는 .75였고, 본 연구에서는 .76이었다.

#### 7) 우울

노인의 우울정도를 측정하기 위하여 Kee (1996)의 한국형 노인 우울 간이척도(Geriatric Depression Scale: Short Form)를 사용하였다. 본 도구는 지난 1주간의 정서적 불편감, 부정적 생각과 불행한 느낌, 신체적 허약감과 활력감소, 인지기능 장애, 사회적 관심과 활동저하의 요소를 측정하는 15문항의 단축형 이분형 척도로 점수의 범위는 0~15점이다. 0~4점은 정상, 5~9점은 경증우울, 10~15점은 중등도 혹은 중증우울로 구분한다. Kee의 연구에서 Cronbach's  $\alpha$  는 .88이었으며, 본 연구에서는 .81이었다.

#### 4. 치매 돌봄 프로그램: 동고동락-흐린 날도 함께 하기 “기억돌봄학교”

기억돌봄학교는 치매에 대한 올바른 이해와 관리능력을 배양하여 치매를 돌보는 남성의 역량을 강화하는 시민양성 프로그램이다. 치매 환자 돌봄제공자의 부양부담과 정신건강에 효

과적인 증재는 단일 교육이 아닌 대상자 맞춤형의 복합 증재가 효과적이다(Kim, 2014; Marim et al., 2013; Park & Park, 2015). 남성 돌봄 제공자는 치매 돌봄과 관련하여 지식의 요구가 높으며(Choi et al., 2016), 치매 돌봄 제공자의 삶의 질이나 극복력 향상을 위해서는 무엇보다 자아존중감을 향상시키는 심리적 증재가 효과가 있었고(Kim & Lim, 2016), 치매예방과 치매관리를 함께 하여 장기간 지속되는 돌봄체계 안에서 건강한 동행이 될 수 있는(Jang & Yi, 2017) 신체적 증재를 포함 복합적 증재가 필요하다(Park & Park, 2015).

따라서 본 돌봄 프로그램은 교육을 통한 이해, 심리적 변화와 신체적 증재를 포함한 복합 증재전략을 사용하였다. 특히, 남성노인의 배우자 돌봄에 대한 패러다임 모형(Choi, 2012)에 따르면 예상치 못한 부인의 발병에서 남성돌봄자들은 가장으로서 책임을 수행하는 관리자의 역할을 가지고 남성의 돌봄의 어려움이 있지만 보람과 긍정적 의미를 찾으려 애쓰며 이를 강화하면 혼자 참고 견디거나 방치하거나 체념하지 않고 돌봄에 적극적으로 동행하며 나아감을 알 수 있다. 따라서 본 연구에서는 IMB모형을 기반으로 남성노인의 돌봄에 대한 이해를 바탕으로 이러한 돌봄의 구조와 유형을 이해하고 이를 강화하고 동기를 강화하는 전략을 사용하였다.

본 프로그램은 \*시의 보건소장과 치매사업을 주관하는 주무관2명, 연구자 2인이 내용 타당도를 검토하고, 최종 주 1회, 회당 60분씩 6주 프로그램으로 개발하였다. 대상자들이 ‘ㄷ’자 형태로 시력저하를 고려한 60포인트 이상의 글자와 그림으로 구성된 파워포인트로 작성된 화면을 보고 앉아 연구자의 구두 설명과 시범과 질문에 대한 의견을 나눌 수 있도록 배치하였다. 행위에 대한 정보(information)는 미국치매협회(Alzheimer's association)의 healthy living for your brain and body (HLBB) 프로그램과 중앙치매센터의 ‘나에게 힘이 되는 치매 가이드북’을 참고하여 노화와 치매에 대한 교육을 통한 충분한 이해를 도모하였으며, 치매관리를 위한 행위와 인지기능 강화를 위해 구체적인 치매를 예방하기 위한 3권(일주일에 3번 이상 걷기, 생선과 채소 골고루 먹기, 부지런히 읽고 쓰기), 3금(술은 적게 마시기, 담배는 피지말기, 머리 다치지 않도록 조심하기), 3행(정기적으로 건강 검진받기, 가족 친구들과 자주 소통하기, 매년 치매 조기검진 받기)의 수칙을 직접 실천하도록 하는 ‘호린 날 대비하기’로 구성하였다.

치매 돌봄 제공자를 위한 프로그램은 배우자에게는 치매치료가 되고 참여자에게는 치매예방이 되는 건강한 동행으로 자리잡도록 해야 한다(Jang & Yi, 2017). 따라서 돌봄 제공자이지만 스스로의 건강에도 책임을 지면서 매주 계획을 세우고 이를 달

성하는 목표달성을 통한 동기를 강화하였으며, 보건소에 비치된 중앙치매센터의 포스터 및 운동 동영상은 매 회기마다 제공하여 가정에서도 쉽게 기억하고 따라 할 수 있도록 하였다. 프로그램 시작 전 치매예방을 위한 체조를 하였으며, 지난 주에 세운 목표와 달성여부를 연구자와 확인하며 자신의 약점과 강점 등을 확인하는 시간을 가졌다. 프로그램 중에는 대상자들의 경험과 생각을 말로 표현할 수 있는 충분한 기회를 질문을 통해 제공하여 지지를 통해 심리적 지지를 제공하였으며, 발표를 어려워하는 대상자가 발표할 수 있도록 옆에서 격려하였다.

남성 가족돌봄자들은 ‘가정 내 안전사고 예방 및 응급처치법(89.1%)’, ‘노인을 돌보는 법(87.9%)’, ‘정부와 지역사회에서 제공하는 돌봄 관련 서비스 안내(87.0%)’ 순으로 노인 돌봄을 위한 교육의 필요성이 높게 조사되었다(Choi et al., 2016). 따라서 본 연구에서는 치매 환자를 돌보는 방법을 ‘호린 날 함께하기’로 구성하여 치매 환자와 의사소통하는 대화법, 치매 돌봄 원칙과 의사결정 상황에 대한 안내 및 경험 공유, 지역 내 치매를 위한 시설 및 자원활용 등의 내용이 포함되도록 구성하였다. 구체적인 6회기의 세부 주제와 전략은 Table 1과 같다.

증재 시작 전 참여자의 건강정보 이해능력을 고려하여 교육책자는 6주간의 증재 내용이 포함된 요약본과 메모가능하도록 글자크기 조정 및 그림 등을 활용하여 제공하였으며, 파워포인트를 활용하거나 직접 시범을 보였다. 대조군은 사후 조사 후 동일한 교육책자를 무료로 배부하였다.

## 5. 자료수집

본 연구의 자료수집은 2017년 10월 10일부터 2017년 11월 21일까지 진행되었다. 대상자가 실험군인지 대조군인지 모르도록 하여 연구결과의 편의를 방지하고 연구의 신뢰도를 유지하고자 치매 돌봄 프로그램을 실시하기 전 실험군과 대조군에게 일반적 특성, 인지기능평가, 치매 관련 지식, 치매에 대한 태도, 치매예방행위, 우울, 치매 돌봄 자신감, 자아존중감에 대한 설문지를 배부하고 직접 작성하도록 한 후 수거하였다. 인지기능 평가의 경우는 연구자와 보건소 간호사, 복지관 간호사가 실시하였는데 설문조사에 대한 명확한 기준과 프로토콜을 작성하여 조사자 간의 차이를 최소화하고, 신뢰도 확보를 위하여 자료수집원간에 동일한 대상자에 대한 측정과 면담을 실시하여 차이가 있는 평가결과에 대해 합의를 이루도록 조정된 후 자료수집을 진행하였다.

설문지 작성 시 시력 저하 등 도움이 필요한 대상자의 경우 돋보기를 제공하거나 연구자와 보건소 간호사, 복지관 간호사

**Table 1.** Dementia Caregiver Support Program for Men Older Adults: Memory Care School-Together with Cloudy Days

Session	Theme	Program content	Strategies
1	To prepare for cloudy days: My and my family's health is my strength	· Opening ceremony · The change with aging · Sharing the aging · Weekly goal setting	Lecture Motivating Empowering
2	To prepare for cloudy days: Knowing and coping with major health problems in old age	· Reviewing the last session and checking the goal · Truth and false of dementia · Sharing the thought of dementia · Weekly goal setting	Lecture Motivating Empowering
3	To prepare for cloudy days: Practicing a healthy lifestyle	· Reviewing the last session and checking the goal · Prevention and health management of dementia · Sharing the nutrition and exercising · Weekly goal setting	Lecture Motivating Empowering
4	Together on cloudy day: Family care-mind open	· Reviewing the last session and checking the goal · Communication, stress, and sleep management · Sharing the experience communication · Weekly goal setting	Lecture Motivating Empowering
5	Together on cloudy day: I'm confident with caring for my family	· Reviewing the last session and checking the goal · Effective care strategies · Be confident at caring · Weekly goal setting	Lecture Motivating Empowering
6	Together on cloudy day: The health care of me and my family	· Reviewing the last session and checking the goal · Ceremony for program completion · Reviewing the last 5 session · Sharing the future plans and impressions	Lecture Motivating Empowering

가 읽어주고 대답하여 설문지 작성을 하였으며, 총 30~40분의 시간이 소요되었다. \*시의 보건소 내 세미나실에서 6주간의 중재 프로그램을 연구자가 보건소 관계자 2명의 도움을 받아 제공하였다. 프로그램 종료 후 실험군과 대조군 모두에게 연구참여에 대한 감사로 소정의 선물을 제공하였으며, 대조군에게는 사후 조사 후 치매 돌봄 프로그램 책자를 무료로 제공하였다.

## 6. 윤리적 고려

본 연구는 \*대학교 생명윤리위원회(Institutional Review Board, IRB) 승인(IRB No. 1710/003-013)을 받은 후 실시하였으며, 본 연구에 사용된 모든 도구는 개발자에게 메일로 승인을 받아 사용하였다. 연구 시작 전 \*시의 보건소장 및 치매관리팀장에게 연구의 목적과 진행절차를 설명하고 허락을 받은 후 모집안내문을 등록된 치매치료관리비 지원대상자 가족 및 경로당, 시민대학, 노인복지관 등의 배포하였다.

자발적인 참여 의사를 밝힌 남성노인에게 연구자가 대상자에게 연구목적과 설문 내용, 진행절차, 설문 작성 소요시간, 자

발적 참여와 철회가능여부, 연구자료 처리 방법과 용도, 비밀 보장 등에 대한 내용이 명기된 설명문을 읽어주고, 자발적으로 연구동의서에 서명을 한 경우 자료수집을 실시하였다. 수집된 자료는 비밀 및 익명성을 보장하기 위하여 코드화하여 연구목적으로만 사용하였고, 개별화된 ID만 부여하여 잠금 장치가 있는 보관파일에 저장하였고, 연구 종료된 후 설문지는 전량 폐기할 예정임을 설명하였다.

## 7. 자료분석

수집된 자료는 SPSS/WIN 21.0 프로그램을 이용하여 분석하였다. 대상자의 일반적 특성, 종속변수는 기술통계로 제시하였고, 동질성 검정은 independent t-test와  $\chi^2$  test를 이용하였다. 측정변수는 Shapiro-Wilk test를 이용하여 정규성 검정을 시행하였고, Levene test를 이용하여 등분산성 검증을 하였으며, 표본수가 작아 기대빈도가 5보다 작은 셀이 20% 넘는 경우는 fisher's exact를 시행하였다. 실험군과 대조군의 프로그램 적용 전후 변화는 정규성을 따르는 변수인 치매 관련 지식, 치

매에 대한 태도, 자아존중감은 Independent t-test, 정규성을 따르지 않은 인지기능, 치매예방행위, 우울, 돌봄 자신감은 Mann-Whitney U test를 사용하였다.

## 연구결과

### 1. 대상자의 특성 및 연구 변수의 동질성 검증

대상자의 평균연령은 73.9세였으며, 73.1%가 배우자와 함께 살고 있었다. 학력은 중학교 졸업이 38.5%로 가장 많았고, 종교는 61.5%가 있는 것으로 나타났으며, 질병유무는 73.1%에서 질병이 있는 것으로 나타났다. 치매돌봄 경험은 69.2%가 없는 것으로 나타났으며, 치매 관련 정보는 뉴스나 TV등의 대중매체를 통해서가 46.2%로 가장 많았다.

실험군의 연령이 76.6세로 대조군(72.0세)보다 높았으나, 그 외의 일반적 특성과 종속변수인 인지기능, 치매 관련 지식, 치매에 대한 태도, 치매예방행위, 우울감, 치매관리 자신감, 자아존중감은 실험군과 대조군 간에 차이가 없어 두 집단이 동질한 것으로 나타났다(Table 2).

### 2. 치매 돌봄 프로그램의 효과검증

실험군의 치매 관련 지식 점수는 사전 10.45점에서 사후 10.73점으로 0.27점이 증가하였고 대조군은 8.93점에서 8.20점으로 0.73점 감소하였으나 유의한 차이가 없었다( $p=.282$ ). 즉 ‘실험군은 대조군보다 치매 관련 지식이 증가할 것이다.’ 가설 1은 기각되었다.

실험군의 치매에 대한 태도 점수는 사전 37.55점에서 39.91점으로 2.36점이 증가하였고 35.47점에서 34.50점으로 0.79점 감소한 대조군보다 유의하게 증가하였다. 즉 ‘실험군은 대조군보다 치매에 대한 태도가 긍정적일 것이다.’ 가설 2은 지지되었다( $p=.026$ ).

실험군의 돌봄 자신감 점수는 4.27점에서 6.27점으로 2.00점 증가하였고 5.80점에서 4.64점으로 0.73점 감소한 대조군보다 유의하게 증가하였다. 즉 ‘실험군은 대조군보다 돌봄 자신감이 높아질 것이다.’의 가설 3은 지지되었다( $p=.018$ ).

실험군의 자아존중감 점수는 32.73점에서 35.45점으로 2.27점 증가하였고 35.73점에서 34.07점으로 1.67점 감소한 대조군보다 유의하게 증가하였다. 즉 ‘실험군은 대조군보다 자아존중감이 높아질 것이다.’의 가설 4은 지지되었다( $p=.013$ ).

실험군의 인지기능점수는 사전 26.00점에서 사후 28.00점

으로 2.00점이 증가하여 26.33점에서 26.67점으로 0.33점 증가한 대조군보다 유의하게 증가하였다. 즉 ‘치매 돌봄 프로그램을 제공받은 실험군은 대조군보다 인지기능이 증가할 것이다.’ 가설 5은 지지되었다( $p=.035$ ).

실험군의 치매예방행위 점수는 사전 27.45점에서 27.91점으로 0.45점이 증가하였고 28.13점에서 25.60점으로 2.53점 감소한 대조군보다 유의하게 증가하였다. 즉 ‘실험군은 대조군보다 치매예방 행위가 증가할 것이다.’의 가설 6은 지지되었다( $p=.007$ ).

실험군의 우울감 점수는 3.18점에서 1.73점으로 1.45점 낮아졌고 3.80점에서 4.20점으로 0.40점 증가한 대조군보다 유의하게 낮아졌다. 즉 ‘실험군은 대조군보다 우울감이 낮아질 것이다.’의 가설 7은 지지되었다( $p=.013$ )(Table 3).

## 논 의

본 연구는 지역사회 거주 남성노인을 위한 치매 돌봄 프로그램의 효과를 파악하기 위해 IMB모델을 기반으로 6주간 적용한 후 치매에 대한 태도, 치매돌봄 자신감, 자아존중감을 증진시키고, 인지기능, 치매예방행위 향상, 우울감 감소의 효과를 확인하였다. 본 연구에서 제공한 프로그램은 교육을 통한 이해, 심리적 변화 및 신체적 중재의 복합적인 중재로서 연구대상자인 남성노인의 돌봄특성을 고려한 치매 돌봄 프로그램이라는 강점이 있다. 따라서 상대적으로 치매에 대한 정보에 노출될 가능성이 적고, 치매에 대한 이해가 더욱 결여되어 돌봄에 취약하나(Russell, 2001), 치매예방이나 돌봄에 대한 교육제공자로서 정보요구가 있는 남성노인을 대상으로 정보제공 및 인식전환을 도모하였다. 또한 남성노인의 과업 중심적인 돌봄 형태(Lee & Kim, 2009; Russell, 2001)를 강점으로 활용하여 치매에 대한 예방을 실천하여 경험을 통해 모범을 보일 수 있도록 하였으며, 경험을 공유하고 감정을 나누면서 사회적 유대 관계 속에서 공감과 자신감을 향상을 통해 주도적으로 문제를 대처해 나갈 수 있도록 상담과 정서적 지지를 제공하였고, 지역사회 서비스 자원을 이용할 수 있도록 하여 기존 프로그램과의 차별성을 도모하였다.

가설검증결과, 치매 관련 지식점수는 실험군의 경우 프로그램 후 점수가 향상되었고 대조군은 오히려 감소하였으나 통계적으로 유의하지는 않았다. 이는 동일한 측정도구를 사용하여 일반 재가노인을 대상으로 주2회 3주 동안 치매교육 프로그램을 실시 한 후 지식이 증가한 선행연구(Kong & Jeong, 2011)과 상이하며, 치매에 대한 이해를 바탕으로 주 2회 이상 치매 환



**Table 2.** Homogeneity Test for Characteristics of Participants before Intervention

(N=26)

Characteristics	Categories	Total	Exp. (n=11)	Cont. (n=15)	$\chi^2$ or t	p
		n (%) or M±SD	n (%) or M±SD	n (%) or M±SD		
Age (year)		73.9±5.57	76.6±1.29	72.0±5.74	2.21	.037
Family type	Solitary	3 (11.5)	1 (9.1)	2 (13.3)	1.82	.804 <sup>†</sup>
	Spouse	19 (73.1)	9 (81.8)	10 (66.7)		
	Second generation	2 (7.7)	0 (0.0)	2 (13.3)		
	Third generation	2 (7.7)	1 (9.1)	1 (6.7)		
Marital status	Married	23 (88.5)	11 (100.0)	12 (80.0)	2.49	.238 <sup>†</sup>
	Widowed	3 (11.5)	0 (0.0)	3 (20.0)		
Job	Yes	3 (11.5)	1 (9.1)	2 (13.3)	0.11	1.000 <sup>†</sup>
	No	23 (88.5)	10 (90.9)	13 (86.7)		
Perceived economic status	Upper	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	3.94	.111
	Middle	13 (50.0)	8 (72.7)	5 (33.3)		
	Lower	13 (50.0)	3 (27.3)	10 (66.7)		
Educational level	Illiteracy & elementary	5 (19.2)	1 (9.1)	4 (26.7)	3.14	.657 <sup>†</sup>
	Middle school	10 (38.5)	4 (36.4)	6 (40.0)		
	High school	9 (34.6)	5 (45.5)	4 (26.7)		
	University or above	2 (7.7)	1 (9.1)	1 (6.7)		
Religion	Yes	16 (61.5)	6 (54.5)	10 (66.7)	6.49	.102 <sup>†</sup>
	No	10 (38.5)	5 (45.5)	5 (33.3)		
Smoking	Yes	5 (19.2)	2 (18.2)	3 (20.0)	0.01	1.000 <sup>†</sup>
	No	21 (80.8)	9 (81.8)	12 (80.0)		
Alcohol	Yes	15 (57.7)	6 (54.5)	9 (60.0)	0.77	1.000 <sup>†</sup>
	No	11 (42.3)	5 (45.5)	6 (40.0)		
Perceived health status		9.08±2.02	8.55±0.73	9.47±1.64	-1.16	.258
Disease	Yes	19 (73.1)	9 (81.8)	10 (66.7)	0.74	.658 <sup>†</sup>
	No	7 (26.9)	2 (18.2)	5 (33.3)		
	M±SD	1.27±0.45	1.91±1.44	1.40±1.40		
Dementia care experience	Yes	8 (30.8)	4 (36.4)	4 (26.7)	0.28	.683
	No	18 (69.2)	7 (63.6)	11 (73.3)		
Dementia related information	Professional medical staff	3 (11.5)	1 (9.1)	2 (13.3)	5.37	.203 <sup>†</sup>
	Neighbors	3 (11.5)	1 (9.1)	2 (13.3)		
	Public health center	7 (26.9)	5 (45.5)	2 (13.3)		
	Dementia center	1 (3.8)	1 (9.1)	0 (0.0)		
	Newspapers, TV and other media	12 (46.2)	3 (27.2)	9 (60.0)		
Help with dementia	Hospital	10 (38.5)	4 (36.4)	6 (40.0)	3.31	.594 <sup>†</sup>
	Oriental medical clinic	1 (3.8)	1 (9.1)	0 (0.0)		
	Public health center	7 (26.9)	4 (36.4)	3 (20.0)		
	Dementia center	6 (23.1)	2 (18.1)	4 (26.7)		
	Others	2 (7.7)	0 (0.0)	2 (13.3)		
Cognitive function		26.00±2.32	26.00±2.32	26.33±2.44	-0.35	.729
Dementia knowledge		10.45±2.42	10.45±2.42	8.93±2.84	1.43	.165
Dementia attitude		37.55±4.39	37.55±4.39	35.47±7.42	0.83	.417
Dementia prevention behavior		27.45±3.70	27.45±3.70	28.13±3.34	-0.49	.629
Depression		3.18±3.09	3.18±3.09	3.80±3.44	-0.53	.613
Dementia management confidence		4.27±2.94	4.27±2.94	5.80±1.78	-1.04	.314
Self-esteem		32.73±5.87	32.73±5.87	35.73±3.77	-1.59	.124

Exp.=Experimental group; Cont.=Control group; <sup>†</sup>Fisher's exact probability test.

**Table 3.** Comparison of Dependent Variables between Experimental and Control Groups after Intervention and Size of Effect (N=26)

Variables	Group	Pretest	Posttest	Difference	t or Z	p	Effect size
		M±SD	M±SD	M±SD			
Cognitive function	Exp. (n=11)	26.00±2.32	28.00±1.79	2.00±2.05	-2.11	.035 <sup>†</sup>	1.01
	Con. (n=15)	26.33±2.44	26.67±2.29	0.33±1.11			
Dementia knowledge	Exp. (n=11)	10.45±2.42	10.73±1.85	0.27±2.28	1.10	.282	0.44
	Con. (n=15)	8.93±2.84	8.20±2.60	-0.73±2.31			
Dementia attitude	Exp. (n=11)	37.55±4.39	39.91±4.39	2.36±3.80	2.39	.026	0.94
	Con. (n=15)	35.47±7.42	34.50±6.17	-0.79±2.81			
Dementia prevention behavior	Exp. (n=11)	27.45±3.70	27.91±3.36	0.45±2.30	-2.63	.007 <sup>†</sup>	1.20
	Con. (n=15)	28.13±3.34	25.60±4.03	-2.53±2.64			
Depression	Exp. (n=11)	3.18±3.09	1.73±2.28	-1.45±2.81	-2.44	.013 <sup>†</sup>	0.58
	Con. (n=15)	3.80±3.44	4.20±3.26	0.40±3.52			
Dementia management confidence	Exp. (n=11)	4.27±2.94	6.27±1.56	2.00±3.07	-2.34	.018 <sup>†</sup>	1.15
	Con. (n=15)	5.80±1.78	4.64±2.50	-0.73±1.33			
Self-esteem	Exp. (n=11)	32.73±5.87	35.45±3.21	2.27±5.62	2.67	.013	0.90
	Con. (n=15)	35.73±3.77	34.07±3.13	-1.67±2.64			

Exp.=Experimental group; Cont.=Control group; <sup>†</sup> Mann-Whitney U test.

자의 대화나 인지행동에 대한 돌봄전략 향상 프로그램을 적용 후 전반적인 지식을 측정한 연구들(Conway & Chenery, 2016; Liddle et al., 2012)의 결과와도 상이하다. 본 연구의 중재 프로그램은 정상적인 노화와 치매, 건망증 비교 등의 지식을 시각적 자료를 활용하여 강의식으로 전달하였고, 참여자들의 경험을 공유하며 만족감과 친밀한 인간관계를 바탕으로 기존의 경험과 알고 있는 정보를 연관 지어 대상자의 이해를 향상시키도록 토의하는 전략을 사용하였다. 그러나 본 연구에서는 6주 동안 첫 회기에 치매 관련 지식 교육이 이루어져 기억력이 감퇴되는 남성노인들의 지식 향상을 도모하기에는 중재강도가 부족할 수도 있었을 것으로 생각된다. 또한 본 프로그램에서는 치매 관련 지식뿐만 아니라 치매 대상자와의 대화 등의 돌봄 전략에 관한 지식도 포함되었는데 함께 측정하지 않았다. 노인들은 생활 습관이 바뀌거나 새로운 내용을 학습하는데 12개월이 걸리며, 더 많은 반복연습과 관심사가 매우 다양하다(Boulton-Lewis, Buys, & Lovie-Kitchin, 2006). 따라서 노인을 위한 지식전달의 목적을 둔 프로그램은 주 2회 이상 반복적이고 장기간에 걸쳐 충분한 학습기회를 부여하도록 DVD를 활용등의 다양한 학습방법을 포함하여(Conway & Chenery, 2016; Liddle et al., 2012) 구성할 필요가 있으며 치매 환자의 행동과 인지, 대화를 이해하는 치매 돌봄 지식을 측정하는 도구를 활용하여 돌봄 제공자의 지식을 측정할 필요가 있다.

본 연구결과, 실험군의 치매에 대한 태도점수는 대조군보다 통계적 유의하게 증가하였다. 이는 치매가족 지지 프로그램 적

용 후 치매태도점수가 실험군에서 증가한 선행연구(Kim & Jeong, 2019)를 지지한다. 그러나 실험군과 대조군 사이에 치매에 대한 태도가 통계적으로 유의하지 않는 결과를 보인 연구(Conway & Chenery, 2016; Kong & Jeong, 2011)와는 차이가 있었다. 치매 교육 및 돌봄 프로그램에 대한 체계적인 문헌 고찰연구(Surr et al., 2017)에서도 70%의 연구에서 태도가 유의하게 증가하였다고 보고하고 있으나 52%의 연구에서만 신뢰도 있는 도구를 사용하여 태도를 측정하였고, 태도에 대한 측정이 이뤄지지 않거나 신뢰도가 낮은 도구를 사용하거나 인터뷰 등의 질적연구방법으로 태도를 평가하는 경우가 대부분으로 태도 측정과 분석방법에 문제가 있다고 하였다. 따라서 본 연구는 신뢰도 있는 도구를 사용하여 태도를 측정하였고, IMB 모델을 기반으로 치매 관련 태도가 다른 변수들과 매개되어 변화되는지에 대한 체계적인 이론기반 중재를 실시하여 효과가 있었던 것으로 생각되어진다.

본 연구를 통해 치매돌봄 프로그램에 참여한 실험군의 돌봄 자신감 점수가 유의하게 증가하였다. 남성노인은 남편과 가장으로서의 역할에 적극적이나, 직접적인 돌봄 역할보다는 관리자 가장형으로써 정보를 모으고 돌봄과 관련된 결정을 하고, 서비스를 활용하여 배치하며 가족들에게 필요한 역할을 분담시키는 등의 비중이 크다(Choi, 2012). 따라서 본 프로그램을 통하여 돌봄에 대한 정보를 습득하고 지역사회 자원을 활용할 수 있도록 제공하였으며, 특히 5회기에 돌봄 자신감을 높이기 위해 돌봄과 관련된 의사결정상황을 예를 들어 설명하고 경험을 공

유하면서 돌봄 자신감을 강화하였기 때문이라고 생각한다.

자아존중감도 치매 돌봄 프로그램 적용 후 실험군은 대조군에 비해 자아존중감이 유의하게 향상되었다. 이는 치매교육 프로그램이 긍정적 피드백을 통해 동사섭 프로그램을 통해 자아존중감 향상에 효과를 보였던 선행연구(Kim & Lim, 2016)의 결과와 일치한다. 돌봄 제공자의 자아존중감 향상은 돌봄 자신감과 함께 돌봄 역량을 강화하여 돌봄에 대한 긍정적인 영향을 미친다(Kim & Lim, 2016). 또한 남성노인은 부인에 대한 돌봄이 남편으로서의 의무일 뿐만 아니라 자녀들의 부담을 덜어주기 위한 아버지로서의 희생이며 나아가 가장으로서 가족의 갈등을 방지하고 주도적으로 문제를 대처해 나가는 형이다(Choi, 2012). 본 치매 돌봄 프로그램은 돌봄 제공자의 자아존중감을 높이기 위해 돌봄에 대한 지식뿐만 아니라 긍정적인 경험을 나누면서 공감과 심리적 지지를 하였으며 활용 가능한 지역자원서비스에 대한 정보를 제공하여 사회적 지지를 제공하여 주도적으로 대처할 수 있도록 자아존중감을 강화하였기 때문에 자아존중감도 향상된 것으로 생각된다.

본 연구의 결과, 실험군은 대조군에 비해 인지기능점수와 치매예방행위점수가 유의하게 증가하였다. 치매 돌봄 프로그램을 통해 교육을 통한 인식개선, 실천 가능한 치매예방행위 및 건강한 생활에 대한 이해와 실천을 하여 인지기능과 치매예방행위점수가 향상된 것이라 생각된다. 선행연구들에서 남성노인은 돌봄 시간 외에 자기 시간을 갖기 위해 노력하고(Lee & Kim, 2009; Russell, 2001), 장기간의 치매 환자의 돌봄 속에서 돌봄 제공자의 건강유지가 돌봄부담에 영향을 미친다(Jang & Yi, 2017). 따라서 돌봄 제공자 치매관리 프로그램은 배우자의 치매치료이자 돌봄 제공자의 치매예방을 위한 구성으로 건강한 동행이 될 수 있도록 해야 한다(Jang & Yi, 2017).

우울감에 대한 가설검증의 결과, 치매 돌봄 프로그램을 적용한 후 실험군은 대조군에 비해 우울감 점수가 유의하게 낮아졌다. 이는 치매 가족 지지 프로그램에 대한 메타분석결과 우울감에 효과가 있다는 선행연구(Park & Park, 2015)의 결과를 지지한다. 본 치매 돌봄 프로그램은 상담 및 심리적 지지를 통해 남성 돌봄 제공자들의 돌봄에 대한 감정을 나누면서 자신을 객관적으로 살펴볼 기회를 제공하였고, 돌봄 기술도 함께 훈련함으로써 돌봄 역량을 강화하여 자신감을 가지면서 우울감이 감소되었으리라 생각된다.

본 연구는 정보-동기-행동기술 모델(IMB model)을 기반으로 남성노인의 인지기능 향상과 치매예방행위 증진, 우울감 감소의 행동기술 변화를 위해 자신감과 자아존중감 향상을 통한 동기강화와 행위에 대한 지식 전달 및 지역사회 정보 활용에 대

한 사회적 지지를 위한 정보를 제공하여 대처기술을 향상시키도록 하였으나 다음과 같은 제한점이 있다. 첫째, 기억력이 감퇴하는 노인 학습 특성을 고려하여 반복학습 등이 이루어지지 못해 IMB 모델의 정보에 해당하는 지식향상 도모를 가져오지 못한 점이다. 둘째, 남성노인은 사회활동을 유지하고 있거나 본 중재 프로그램이 제공된 시기는 가을나들이가 많아 지역사회 프로그램에 대한 참여도가 낮아 대상자 수가 적은 점이다. 셋째, 돌봄 자신감의 도구의 경우 신뢰도 있는 도구를 사용하지 않고 VAS로 측정된 도구의 문제이다. 따라서 남성노인을 대상으로 하는 치매 돌봄 프로그램은 반복적 지식을 학습할 수 있는 충분한 시간을 제공해야 하며, 치매 관련 지식뿐만 아니라 지식을 다양하게 측정할 수 있는 치매 돌봄에 대한 전반적인 지식을 측정하는 도구를 사용해야 하며, 날씨를 고려하여 외출이 많은 시기는 피해야 할 것으로 생각된다.

본 연구의 대상자는 지역사회에 거주하는 남성노인으로써 탈락률이 높아 해석상에 신중할 필요가 있다. 그러나 효과크기가 모두 중간 이상으로 남성노인을 대상으로 이들의 돌봄 성향과 요구를 바탕으로 치매 돌봄에 대한 복합적인 중재를 실시하여 치매에 대한 태도, 돌봄 자신감, 자아존중감을 높여 제공자의 인지기능, 치매예방행위를 증진시키고, 우울감을 낮추는 근거를 확인한 점에서 의의가 있다고 생각한다. 2017년 ‘치매국가책임제’ 발표이후 전국 256개의 치매안심센터를 개소하고 치매 환자와 가족들뿐만 아니라 지역사회 시민대상으로 일상 생활에서 함께 더불어 살아갈 수 있도록 치매파트너 양성사업을 실시(NID, 2020) 하고 있다. 따라서 치매 환자에 대한 인식과 돌봄에 대한 지식향상, 대처 전략 등의 역량을 강화하는 중재 프로그램이 지속적으로 요구된다. 또한 만 60세 이상의 노인에게 일할 기회를 제공하는 시니어 인턴 사업의 치매 돌봄 서비스는 남성노인이 여성노인보다 참여율이 높다(Korea Labor Force Development Institute for the aged, 2019). 따라서 본 연구는 치매안심센터나 치매 돌봄 노노케어의 일자리 사업의 실무현장에서 적용가능 한 효과적인 중재로써 궁극적으로 치매 환자 돌봄의 질을 높이는 데 의의가 있다.

## 결론

본 연구를 통해 상대적으로 돌봄에 취약한 남성노인을 위한 치매 돌봄 프로그램은 치매에 대한 태도, 치매돌봄 자신감, 자아존중감 향상과 우울감 감소에도 효과가 있었으며 돌봄 제공자의 인지기능 향상 및 치매예방행위도 증진시키는 건강한 동행 프로그램임을 확인하였다. 남성노인을 위한 치매 돌봄 프로

그램이 6개월 이상 인지기능 향상 및 치매예방 행위가 지속되는지 그 효과를 검증하는 반복연구와, 돌봄 관련 지식 도구를 포함하여 반복적인 지식전달을 통한 지식향상의 효과를 확인하는 연구와 장기간의 추적·관찰을 통해 치매 돌봄 자신감과 자아존중감 향상을 바탕으로 우울감 감소로 이어지는지를 확인하는 중단연구를 제안한다.

## CONFLICTS OF INTEREST

The authors declared no conflicts of interest.

## ORCID

Ko, Hana <https://orcid.org/0000-0001-9726-5926>

Park, Yeon-Hwan <https://orcid.org/0000-0002-5236-6683>

## REFERENCES

- Boots, L. M., de Vugt, M. E., Kempen, G. I., & Verhey, F. R. (2018). Effectiveness of a blended care self-management program for caregivers of people with early-stage dementia (partner in balance): Randomized controlled trial. *Journal of Medical Internet Research*, 20(7), e10017. <https://doi.org/10.2196/10017>
- Boulton-Lewis, G. M., Buys, L., & Lovie-Kitchin, J. (2006). Learning and active aging. *Educational Gerontology*, 32(4), 271-282. <https://doi.org/10.1080/03601270500494030>
- Cho, H. O. (1999). *A study on public's knowledge of and attitude towards dementia*. Unpublished master's thesis, Hanyang University, Seoul.
- Choi, H. K. (2012). A ground theory study on elderly male caregivers of spouse, focused on the structure and types of care. *Family and Culture*, 24(4), 45-81. <https://doi.org/10.21478/family.24.4.201212.002>
- Choi, I., Song, H., Jee, E., & Jung, D. (2016). *Male caregivers' experience of elderly caregiving: Focusing on the burden and transition to a caregiver role*. Seoul: Korean Women's Development Institute.
- Conway, E. R., & Chenery, H. J. (2016). Evaluating the MESSAGE communication strategies in dementia training for use with community-based aged care staff working with people with dementia: A controlled pretest-post-test study. *Journal of Clinical Nursing*, 25(7-8), 1145-1155. <https://doi.org/10.1111/jocn.13134>
- Fisher, J. D., & Fisher, W. A. (1992). Changing AIDS-risk behavior. *Psychological Bulletin*, 111(3), 455. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.111.3.455>
- Ha, J. H., Kwak, M., Han, J. W., Lee, H. J., Ingersoll-Dayton, B., Spencer, B., et al. (2018). The effectiveness of a couple-based intervention for mild Alzheimer's disease patients and their spousal caregivers in Korea. *Dementia*, 1471301218811547. <https://doi.org/10.1177/1471301218811547>
- Jang, H. Y., & Yi, M. (2017). Hermeneutic phenomenological study on caring experience of spouses of elderly people with dementia at home. *Journal of Korean Academy of Nursing*, 47(3), 367-379. <https://doi.org/10.4040/jkan.2017.47.3.367>
- Jon, B. J. (1974). Self-esteem: A test of its measurability. *Yonsei Non-chong*, 11(1), 107-130.
- Kee, B. S. (1996). A preliminary study for the standardization of Geriatric Depression Scale Short Form-Korea version. *Journal of the Korean Neuropsychiatric Association*, 35(2), 298-307.
- Kim, M., & Lim, K. (2016). Effects of dongsasub training for family caregivers of patients with dementia on their burden, depression, and self-esteem. *Journal of Muscle and Joint Health*, 23(1), 9-18. <https://doi.org/10.5953/JMJH.2016.23.1.9>
- Kim, S. Y., & Jeong, S. (2019). The effect of a support program for family caregivers of elderly with dementia on empowerment and attitudes toward dementia. *The Journal of Korean Academic Society of Nursing Education*, 25(1), 103-114. <https://doi.org/10.5977/jkasne.2019.25.1.103>
- Kim, Y. J. (2014). A systematic review on the effects of intervention for caregivers of people with dementia to reduce their burden. *Therapeutic Science for Rehabilitation*, 3(1), 19-29. <https://doi.org/10.22683/TSNR.2014.3.1.019>
- Kong, E. H., & Jeong, Y. S. (2011). The effects of dementia education program for the aged. *Journal of Korean Academic Community Health Nursing*, 22(3), 252-261. <https://doi.org/10.12799/jkachn.2011.22.3.252>
- Korea Institute for Health and Social Affairs. (2017, November 30). *Survey of Korea older adults 2017*. Retrieved June 12, 2018, from [http://www.prism.go.kr/homepage/entire/retrieveEntireDetail.do?pageIndex=1&research\\_id=1351000-201700250&leftMenuLevel=160&cond\\_research\\_name=%EB%85%B8%EC%9D%B8%EC%8B%A4%ED%83%9C%EC%A1%B0%EC%82%AC&cond\\_research\\_start\\_date=&cond\\_research\\_end\\_date=&pageUnit=10&cond\\_order=3](http://www.prism.go.kr/homepage/entire/retrieveEntireDetail.do?pageIndex=1&research_id=1351000-201700250&leftMenuLevel=160&cond_research_name=%EB%85%B8%EC%9D%B8%EC%8B%A4%ED%83%9C%EC%A1%B0%EC%82%AC&cond_research_start_date=&cond_research_end_date=&pageUnit=10&cond_order=3)
- Korea Labor Force Development Institute for the aged. (2019, August 20). *Support for senior employment and social activities report 2018*. Retrieved October 20, 2019, from [https://www.kordi.or.kr/content.do?bid=248&mode=view&page=&cid=278294&sf\\_category=N107\\_2&cmsId=174](https://www.kordi.or.kr/content.do?bid=248&mode=view&page=&cid=278294&sf_category=N107_2&cmsId=174)
- Lee, S. M., & Kim, H. K. (2009). Elderly husbands' caregiving for their sick wives: Narratives of husbands and wives. *Family and Culture*, 21(4), 63-94. <https://doi.org/10.21478/family.21.4.200912.004>
- Lee, Y. W., Woo, S. M., Kim, O. R., Lee, S. Y., & Im, H. B. (2009). Relationships between dementia Knowledge, attitude, self-efficacy, and preventive behavior among low income mid-

- dle-aged women. *Korean Journal of Adult Nursing*, 21(6), 617-627.
- Liddle, J., Smith-Conway, E. R., Baker, R., Angwin, A. J., Gallois, C., Copland, D. A., et al. (2012). Memory and communication support strategies in dementia: Effect of a training program for informal caregivers. *International Psychogeriatrics*, 24(12), 1927-1942.  
<https://doi.org/10.1017/S1041610212001366>
- Marim, C. M., Silva, V., Taminato, M., & Barbosa, D. A. (2013). Effectiveness of educational programs on reducing the burden of caregivers of elderly individuals with dementia: A systematic review. *Revista Llatino-Americana de Enfermagem*, 21(SPE), 267-275.  
<https://doi.org/10.1590/S0104-11692013000700033>
- National Institute of Dementia. (2020, March 4). *Korean dementia annual report 2019*. Retrieved March 12, 2020, from [https://www.nid.or.kr/info/dataroom\\_view.aspx?bid=208](https://www.nid.or.kr/info/dataroom_view.aspx?bid=208)
- Park, J. H., & Kwon, Y. C. (1989). Standardization of Korean version of mini-mental state examination (MMSE-K). *Journal of the Korean Neuropsychiatric Association*, 28(3), 508-513.
- Park, S., & Park, M. (2015). Effect of family support program for caregivers of people with dementia caregiving burden, depression, and stress: Systematic review and meta-analysis. *Journal of Korean Academy of Nursing*, 45(5), 627-640.  
<https://doi.org/10.4040/jkan.2015.45.5.627>
- Rosenberg, M. (2015). *Society and the adolescent self-image*. Princeton university press.
- Russell, R. (2001). In sickness and in health: A qualitative study of elderly men who care for wives with dementia. *Journal of Aging Studies*, 15(4), 351-367.  
[https://doi.org/10.1016/S0890-4065\(01\)00028-7](https://doi.org/10.1016/S0890-4065(01)00028-7)
- Schoenmakers, B., Buntinx, F., & DeLepeleire, J. (2010). Supporting the dementia family caregiver: The effect of home care intervention on general well-being. *Aging and Mental Health*, 14(1), 44-56. <https://doi.org/10.1080/13607860902845533>
- Song, J., Park, J., Cheon, H., & Park, M. (2015). Development of web-based educational program for family caregivers in management behavioral and psychological symptoms of dementia. *Journal of the Korean Gerontological Society*, 35(2), 411-432.
- Statistics Korea. (2019, September 27). *2019 Elderly Statistic*. Retrieved February 19, 2020, from [https://www.kostat.go.kr/portal/korea/kor\\_nw/1/1/index.board?bmode=read&aSeq=377701](https://www.kostat.go.kr/portal/korea/kor_nw/1/1/index.board?bmode=read&aSeq=377701)
- Surr, C. A., Gates, C., Irving, D., Oyeboode, J., Smith, S. J., Parveen, S., et al. (2017). Effective dementia education and training for the health and social care workforce: A systematic review of the literature. *Review of Educational Research*, 87(5), 966-1002.  
<https://doi.org/10.3102/0034654317723305>