

지역사회 거주 노인 대상의 그룹 프로그램에 대한 체계적 고찰

정은화, 주유미

극동대학교 의료보건과학대학 작업치료학과 교수

국문초록

목적 : 본 연구는 지역사회에 거주하는 노인 대상의 그룹 프로그램 연구를 체계적으로 고찰하여 분석하고자 한다.

연구방법 : 2009년부터 1월부터 2019년 12월까지 NDSL, DBPia, Riss, PubMed의 데이터베이스를 이용하여 지역사회 노인 대상의 그룹 프로그램에 대한 논문을 검색하였으며, 1차 검색된 147편의 논문 중 선정기준 및 배제기준에 따라 16편의 논문을 최종 선택하여 연구 대상자 특성, 그룹 프로그램의 세부 내용, 중재기간 및 회기, 결과 측정방법, 그룹 프로그램의 효과를 분석하였다.

결과 : 총 16편의 선정된 연구 중 근거수준 III에 해당하는 단일 그룹 사전-사후 연구가 8편(50.0%)으로 가장 많았고, 지역사회 거주 일반 노인 대상의 연구가 5편(25.0%)이었다. 총 16편의 연구에서 적용한 그룹 프로그램의 유형은 10개로 구분되었고, 운동 그룹 프로그램이 4편(25.0%)이었다. 그룹 프로그램 중재 기간은 12주 동안의 중재 기간이 6편(37.5%)이었고, 회기는 8회기와 12회기가 4편(25.0%)이었으며, 그룹 프로그램의 적용 시간은 60분이 7편(43.8%)이었다.

결론 : 본 고찰 연구는 지역사회에서 다양한 인지수준의 노인을 위한 작업치료 그룹 프로그램 개발의 기초자료로 활용될 수 있다.

주제어 : 그룹 프로그램, 주야간보호센터, 지역사회작업치료, 체계적 고찰

I. 서론

우리나라는 2017년 고령사회에 진입하였으며, 급속한 고령화의 진행으로 2026년에는 초고령 사회에 도달

할 것으로 전망하고 있다(Statistics Korea, 2018). 더불어 의료기술의 발전과 생활수준의 향상으로 기대수명이 연장되었지만 고령으로 인한 만성질환 또는 복합질환 등으로 인해 일상생활에서 돌봄을 필요로 하는 노인

교신저자 : 주유미(catharina.ymj@gmail.com)

|| 접수일: 2020.03.23

|| 심사일: 2020.04.06

|| 게재승인일: 2020.04.23

의 수는 증가하고 있다. 이로 인해 2008년부터 노인 돌봄의 사회적 방식의 재원을 마련한 노인장기요양보험제도가 시행되고 있으며, 치매 환자를 비롯하여 뇌졸중, 관절염, 요통 등으로 인해 일상생활의 어려움으로 다른 사람의 돌봄이 필요한 대상자들이 서비스를 제공하고 있다(Ministry of Health and Welfare, 2014).

우리나라 재가노인보호 서비스 중 지역사회 서비스로써 제공되는 주야간보호서비스는 장기요양보험 수급자를 하루 중 일정시간동안 요양기관에서 보호하며 신체활동, 치매관리 등 심신기능 유지, 향상을 위한 교육 및 훈련을 제공하는 서비스이다(Ministry of Health and Welfare, 2018a). 최근 들어 보건복지부의 커뮤니티 케어의 선도 사업으로 노인의 돌봄과 관련된 서비스 제공이 확대되면서 2018년 기준 전국 주야간보호센터는 시설 수는 1,312개, 입소정원은 34,642명으로 해마다 증가하는 추세이다(Ministry of Health and Welfare, 2018b). 주야간보호센터는 물리(작업)치료실 및 프로그램실과 같은 시설을 구비하고 물리치료사 또는 작업치료사, 간호사 또는 간호조무사 등의 인력을 갖추고 있어야 하며, 2014년 개정된 노인장기요양보험제도로 인해 치매특별등급판정을 받은 서비스 대상 노인은 필수적으로 인지훈련을 제공받도록 되어있다(Lee, Kim, Hong, Kim, & Lee, 2017; Shin & Yang, 2009). 이처럼 노인의 인지기능 악화 예방하고 잔존 기능을 유지하기 위한 작업치료 서비스 수요가 지속적으로 증가하고 있으며, 노인들의 인지저하 및 치매 예방을 위한 그룹 프로그램이 작업치료사의 주된 전문영역으로 자리 잡아감에 따라 작업치료사의 전문적인 역할과 기술이 중요한 시점에 도래하였다(Kim, Kim, Yoo, & Yang, 2010).

작업치료사는 주야간보호센터와 더불어 치매안심센터, 보건소, 또는 요양시설 등과 같은 지역사회 기관에서 근무하고 있으며, Hong과 Lee(2018)에 따르면 지역사회 기관에 근무하는 작업치료사의 주요 직무는 평가, 프로그램 개발, 작업치료 중재 및 교육으로 나타났다. 특히 노인의 인지기능, 잔존능력의 유지 및 향상을 위해 치료적 활동인 그룹 작업치료 프로그램을 계획 및 운영

하는 역할을 하며, 프로그램은 노인의 신체적, 인지적 및 정신적 기능의 변화를 이끌어내기 위해 다양한 활동을 그룹기반으로 구성하고 있다(Lee, Jeong, Hwang, & Park, 2015). 그룹 프로그램의 장점은 개인 프로그램보다 그룹 참여자 간의 사회적 상호교류를 촉진하고 그룹 내 역동관계를 치료적 매개로 활용할 수 있다는 점이다. 이와 같은 사회적 활동 참여 기회는 복합적인 인지작용을 촉진하여 보다 나은 인지적 통합을 가능하게 하기 때문에 그룹 프로그램의 구성은 개별 프로그램과는 차별화함으로써 그룹 활동의 장점을 극대화 할 필요가 있다. 선행연구에 따르면, 노인을 대상으로 하는 그룹 프로그램은 지역사회 내 경계성 및 인지기능 장애 노인의 인지기능, 정서기능, 신체기능, 일상생활수행기술 및 삶의 질 등에 전반적으로 효과가 있다고 보고하고 있다(Jeon, Brody, & Chesteron, 2005; Kim & Lee, 2013; Lee et al., 2015; Lee, Park, & Lim, 2013; Warren, Kerr, Smith, & Schalm, 2003). 그러나 선행 연구에서는 지역사회에서 노인을 위한 그룹 인지활동 프로그램이 더욱 필요한 실정이라고 보고하고 있으며, 지속적인 치료 프로그램의 개발과 임상에서 사용할 수 있는 검증된 그룹 작업치료 프로그램의 개발을 제안하고 있다(Lee et al., 2015; Shin, Lee, Kim, & Jeon, 2013).

2018년 기준으로 장기요양보험 수급자의 37%가 치매라는 점에서 주야간보호센터에서 지역사회 작업치료 서비스를 이용하는 대상자 역시 대부분 치매환자이다(Statistics Korea, 2018). 국가치매사업으로 인해 인지건강 및 치매예방 관리사업의 중요성이 높아지면서 지역사회 작업치료 영역에서 치매환자를 대상으로 한 지역사회 작업치료 및 그룹 작업치료 프로그램에 관한 연구 또한 활발하게 이루어지고 있다. 그러나 주야간보호서비스는 치매뿐만 아니라 65세 이상 노인 또는 노인성질환으로 6개월 이상의 기간 동안 독립적인 일상생활수행이 어려워 요양등급을 받은 경우에 제공받을 수 있다(Ministry of Health and Welfare, 2014). 따라서 지역사회기반 작업치료 프로그램은 치매를 포함하여 주야간보호서비스를 제공받는 다양한 대상자에게 포

괄적으로 적용할 수 있어야 할 것이다. 즉, 인지뿐만 아니라, 심리, 정서지지, 사회적 상호작용 및 여가활동을 위한 그룹 프로그램의 다양화가 요구됨에 따라, 이에 대한 기초자료로써 지역사회 거주 노인을 대상으로 한 그룹 프로그램에 대한 체계적 고찰이 필요한 실정이다.

따라서 본 연구의 목적은 지역사회 노인을 대상으로 한 그룹 프로그램의 내용, 중재기간 및 회기 등을 분석한 체계적 고찰을 통해 주야간보호센터에서 제공할 수 있는 작업치료 그룹 프로그램 개발을 위한 기초자료를 마련하는 것이다.

II. 연구 방법

1. 문헌 검색 및 선정 과정

본 연구의 문헌 검색은 NDSL, DBpia, RISS, PubMed 데이터베이스를 사용하였다. 대상 문헌의 범위는 2009년 1월부터 2019년 12월까지로 하였다. 주요 검색용어는 국내 문헌의 경우, 전체 영역에서 “노인” AND “지역사회” AND “그룹프로그램”, “노인” AND “주간보호” AND “그룹프로그램”을 사용하였고, 국외 문헌의 경우,

논문명에서 “Elderly” OR “Older” AND “Community” AND “Group program”, 그리고 논문명 및 초록에서 “Elderly” OR “Older” AND “Community” AND “Group program” OR “Group intervention”을 사용하였다. 분석 대상 문헌의 선정 기준 및 배제 기준은 다음과 같다.

1) 선정 기준

- (1) 연구 참여자가 60세 이상 지역사회 노인을 대상으로 한 연구
- (2) 그룹 프로그램 중재가 시행된 연구
- (3) 논문의 전문을 볼 수 있는 연구
- (4) 원문이 영어 또는 한글인 연구

2) 배제 기준

- (1) 병동 또는 시설 등의 노인을 대상으로 한 연구
- (2) 고찰 또는 메타분석 연구
- (3) 학위논문, 단행본, 포스터
- (4) 열람이 불가능한 연구

문헌 검색 결과 1차로 총 147편의 논문이 검색되었다. 검색된 논문은 두 명의 작업치료사가 제목 및 초록을 통해 본 연구의 선정 기준에 부합하는지 검토하였

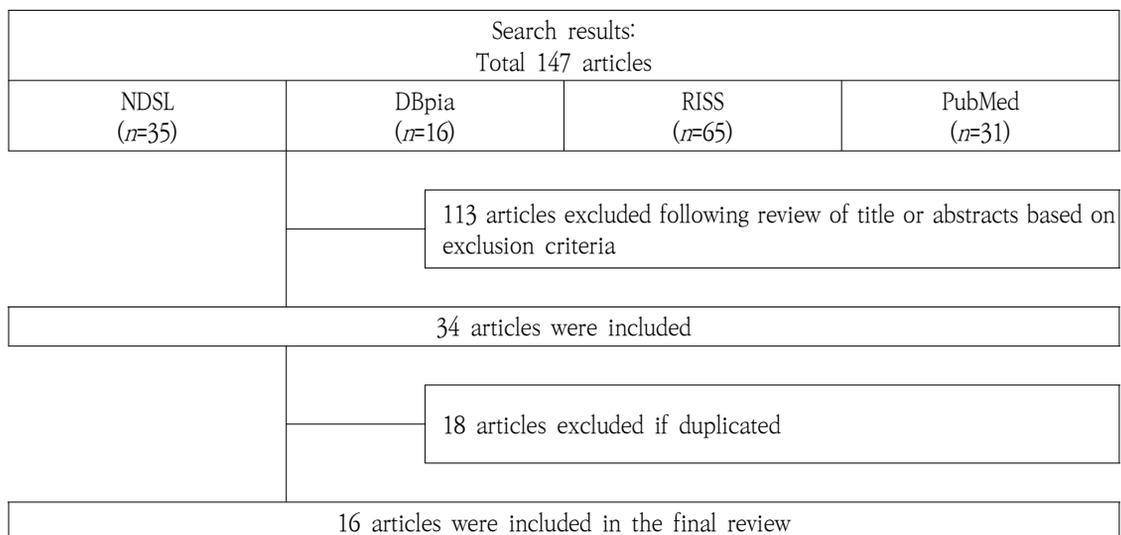


Figure 1. The Literature Selection Process

고, 필요 시 원문 확인을 통해 선정하였다. 2차적으로 배제 기준에 해당하는 논문을 제외하여 34편의 논문을 선정하였다. 마지막으로 중복 검색된 논문을 18편을 제외하였다. 이와 같은 과정을 통해 최종적으로 16편의 논문을 선정하였다(Figure 1).

2. 대상 연구의 질적 수준

본 연구에서 최종적으로 분석한 16편 연구의 특성 및 질적 평가는 전통적 단일계층 근거 모형에 따라 평가하였다(Arbesman, Scheer, & Lieberman, 2008). 가장 높은 수준의 연구인 수준 I은 체계적 고찰, 메타 분석, 무작위 대조연구, 수준 II는 코호트 연구 또는 비무작위 연구, 수준 III은 사전-사후 연구. 단일 집단 비무작위 연구 등, 수준 IV는 개별실험연구 및 조사 연구, 가장 낮은 수준의 연구인 수준 V는 사례 연구, 질적 연구에 해당한다.

3. 비뚤림 위험 평가

본 연구의 선정기준에 부합하는 16편의 논문들의 비뚤림 위험 평가를 위해 Cochrane collaboration에서 제공하는 Review Manager(RavMan5.3) 소프트웨어를 사용하였다. 무작위 대조군 실험 연구는 Risk of Bias(RoB)로 분석하였고, 비무작위 연구는 Risk of Bias Assessment tool for Non-randomized Study(RoBANS)로 분석하였다.

4. 분석 방법

본 연구의 선정기준에 부합하는 16편의 논문들의 특성을 분석하였다. 분석은 임상적 질문을 체계적으로 정리하는 PICO(Patient, Intervention, Comparison, Outcome)에 따라 제시하였고, 전체 연구들을 체계적으로 정리하기 위해 저자 및 연도, 연구 대상자 특성, 그룹 프로그램의 세부 내용, 중재기간 및 회기, 결과 측정방

법, 그룹 프로그램의 효과로 분석하여 정리하였다.

III. 연구 결과

1. 분석 대상 연구의 질적 수준

본 연구에서 분석된 대상 연구 16편의 질적 수준을 분석한 결과 무작위통제연구 5편(31.3%), 수준 II는 3편(18.8%), 수준 III은 8편(50.0%) 그리고 수준 IV와 수준 V에 해당하는 연구는 0편(0%)이었다(Table 1).

2. 비뚤림 위험 평가

본 연구에서 분석된 16개 논문 중에서 무작위 대조군 실험연구 5편은 RoB를 통해 분석하였다. 5편의 연구 모두 난수표, 컴퓨터 등을 사용한 무작위 방법을 사용하였으며, 1편의 연구에서 배정순서는폐에 대한 기술을 확인할 수 없었다. 참여자에 대한 눈가림은 2편의 연구에서 이루어졌으며, 평가자에 대한 눈가림은 4편의 연구에서 이루어졌다. 불완전한 결과자료와 선택적 결과 보고는 5편 연구에서 모두 위험이 낮은 것으로 나타났다. 그 외 비뚤림은 명확하게 판단할 수 없는 문헌과 눈가림을 정확하게 수행하지 않은 연구 4편으로 확인하였다(Figure 2).

비무작위 연구 11편은 RoBANS를 통해 분석하였으며, 9편의 연구에서 명확한 대상자 선정을 한 것으로 나타났고, 4편의 연구에서만 교란변수에 대한 위험성이 낮은 것으로 나타났다. 또한 노출 측정과 불완전한 결과자료는 모든 연구에서 중재 방법에 따라 탈락 및 배제 없이 실시되었다. 결과 평가의 눈가림은 한 편의 연구에서 비뚤림 위험이 높았으며, 두 편의 연구에서 비뚤림 위험이 낮았고, 나머지 연구에서는 정확한 언급이 없어 판단할 수 없는 것으로 하였다(Figure 2).

Table 1. Characteristics of Participants

No	Author (yr)	Level	Age (mean, yr)	Type
1	Aveiro et al. (2013)	I	67.8	Community-dwelling older women
2	Bang et al. (2019)	II	65+	Mild cognitive impairment
3	Brach et al. (2017)	I	80	Community-dwelling elderly
4	Cha (2016)	I	77.6	Mild cognitive impairment
5	Choi & Yoo (2016)	III	74.7	Community-dwelling elderly
6	Hoogenhout et al. (2012)	I	66	Community-dwelling older women
7	Jung et al. (2011)	III	80.7	Dementia
8	Kim (2010)	II	65+	Community-dwelling older women
9	Kim & Jo (2018)	III	78.2	Community-dwelling elderly
10	Kim et al. (2018)	II	75.4	Female elders living alone
11	Ko et al. (2012)	III	60+	Community-dwelling older women
12	Lee et al. (2013)	III	77.5	Mild or moderate dementia
13	Lee et al. (2015)	III	65+	Mild dementia
14	Shin et al. (2013)	III	74.2	Mild dementia
15	Won et al. (2019)	III	79.6	Community-dwelling elderly
16	Zijlstra et al. (2009)	I	77.8	Community-dwelling elderly

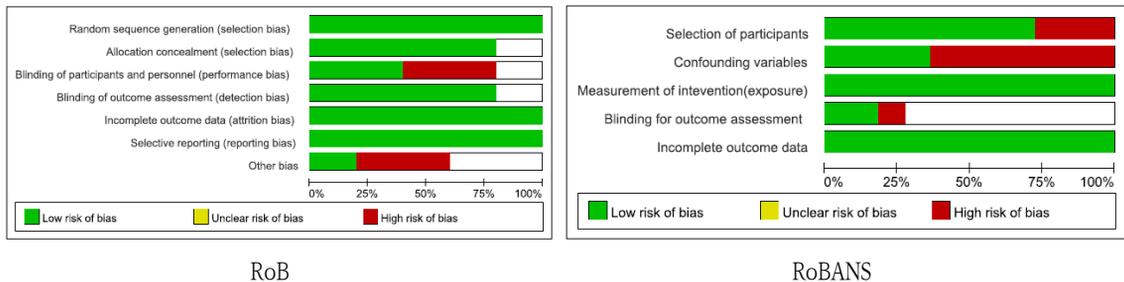


Figure 2. Risk of Bias Results

3. 연구 대상자의 일반적 특성

본 연구에서 최종 선정된 16개 논문의 연구 대상자의 유형을 구분하였을 때, 지역사회 거주 노인 대상은 5편(31.3%), 지역사회 거주 여성 노인 대상은 5편(31.3%), 치매노인(경도, 경도 또는 중등도) 대상은 4편(25.0%), 경도인지장애 대상은 2편(12.5%)으로 나타났다(Table 1). 연령은 60세 이상에서 80대까지였으며, 각 연구에

대한 연구 대상자의 일반적 특성은 Table 1과 같다.

4. 그룹 프로그램의 특성

1) 그룹 프로그램의 유형

총 16편의 논문에서 중재로 적용한 그룹 프로그램 유형을 분석하였다. 프로그램의 유형은 10개로 구분되었고, 가장 많이 적용된 그룹 프로그램은 운동이 4편

(25.0%)으로 나타났다. 다음으로는 작업치료 그룹 프로그램이 3편(19.0%), 그리고 다감각 자극 그룹 프로그램, 작업회상 프로그램, 인지 그룹 프로그램, 운동과 인지가 결합된 그룹 프로그램, 인지와 교육이 결합된 그룹 프로그램, 인지행동 그룹 프로그램, 전반적인 교육 프로그램, 집단미술치료 및 원예 그룹 프로그램의 유형이 각 1편(6.0%)인 것으로 나타났다(Table 2).

운동 그룹 프로그램은 근력, 유연성, 관절가동범위 등의 운동요소, 균형 및 신체기능 증진을 위한 프로그램으로 구성되어 있으며, Kim 등(2018)의 연구에서는 신체기능 증진뿐만 아니라 구성원들 간의 상호작용활동이 이루어질 수 있도록 그룹 프로그램이 구성되어 있었다. 작업치료 그룹 프로그램은 체조, 노래교실, 율놀이, 신체활동을 통한 게임, 수공예 또는 요리하기 등과 같은 의미있는 활동에 참여하도록 구성되어 인지기능, 신체기능, 감각-지각, 일상생활, 사회적 상호작용 등의 복합적인 기능 수준의 증진을 위한 프로그램으로 구성된 것으로 나타났다(Lee et al., 2013; Shin et al., 2013). 다감각 자극 그룹 프로그램은 인지수준이 비교적 낮은 상황에서 신체적인 기능으로 수행 가능한 감각자극 체험활동으로 구성하여 자연스러운 환경에서 감각경험을 높일 수 있는 활동으로 구성되며, 활동의 내용은 촉각을 이용한 사물 유추, 기억회상, 인지자극, 대근육 활동 등이 포함되어 있었다(Choi & Yoo, 2016). 작업회상 프로그램은 대상자들이 공통으로 경험한 사건 및 활동을 선정하고, 참여함으로써 그룹 구성원들 간의 상호작용 및 자신이 경험한 사건에 대한 일화적 기억, 도구 사용에 대한 무의식적인 절차적 기억 등을 촉진하는 중재방법이다. 본 연구에서 분석된 Cha(2016)의 연구에서는 가장 행복했던 시간을 기억하여 그려보기, 친숙한 신체 활동을 통한 게임, 나들이를 위한 도시락 만들기, 농사짓기 등의 활동으로 구성되어 있었다. 인지 그룹 프로그램을 적용한 Bang, Bang, Son과 Oh(2019)의 연구에서는 기억력, 주의력, 실행기능, 문제해결능력 등의 증진을 위해 현실인식훈련, 회상치료, 일상생활활동, 신체활동, 감각활동 등을 기반으로 프로그램을 구

성하여 노인의 전반적인 인지기능의 통합을 유도하고자 하였다. 또한 대상자의 흥미를 기반으로 의미 있고 즐거운 활동을 선정하였고, 인지수준에 따른 난이도를 고려하여 중재를 적용한 것으로 나타났다. 운동과 인지가 결합된 그룹 프로그램은 문제 해결을 위한 인지과제를 제시하고, 해결을 위해 신체적으로 움직이도록 유도하는 프로그램으로 구성하였고(Kim et al., 2018), 인지와 교육이 결합된 프로그램은 노인의 인지 저하를 늦출 수 있는 생활습관에 대한 교육과 노인의 인지, 정서, 사회적 기능을 포함하여 다양한 영역을 자극하기 위한 감각-지각 활동, 창의적 활동, 레크레이션 활동 등을 접목한 인지자극 그룹 프로그램으로 구성되어 있었다(Won, Park, & Kim, 2019). 본 연구에서 분석된 인지행동 그룹 프로그램은 낙상과 관련하여 낙상에 대한 두려움과 관련 활동의 회피를 줄이기 위해 낙상에 대한 자기 효능감, 낙상에 대한 통제감각, 낙상에 대한 위험 인식 및 결과에 대한 기대치를 높이는 것을 목표로 한 전략을 통해 낙상예방교육, 가정환경수정, 신체운동 등의 중재가 이루어졌다(Zijlstra et al., 2009). 또한 본 연구에서 분석된 전반적인 교육 프로그램의 내용은 전반적인 노화와 질환, 인지기능 등에 대한 교육이 파워포인트를 통해 이루어지고, 주제별 구성원 간 토론 및 과제 형식의 프로그램으로 구성되어 있었다(Hoogenhout, de Groot, Van der Elst, & Jolles, 2012). 그리고 집단 미술치료 및 원예치료는 미술 또는 원예를 통한 신체적, 정신적 건강을 도모하는 것뿐만 아니라 소감 나누기, 표현하기, 선물하기 등 그룹 프로그램으로써 다른 사람들과 의사소통하고 상호작용하는 측면을 강조한 프로그램으로 구성되어 있었다(Jung, Kim, & Kim, 2011; Kim, 2010). 각 그룹 프로그램에 대한 일반적 특성은 Table 2에 정리하였다.

2) 그룹 프로그램 적용 기간, 회기 및 시간

분석된 16편 연구의 그룹 프로그램을 적용한 기간, 회기 및 시간을 분석을 하였다(Table 2). 중재 기간은 12주 동안의 중재 기간이 6편(37.5%)으로 가장 많았고,

Table 2. Characteristics of Analyzed Studies

No.	Intervention	Periods/ Session (time)	Outcome measurement	Results
1	Group-based exercise program (Balance training, Dynamic balance training)	12weeks/ 22sessions (50min)	BS, IPT, Power, TA	Muscle strength(+), Postural control(+)
2	Cognitive Stimulation Activity Program (Orientation, Memory, Language, Motor praxis, Visuospatial function, Judgement and Abstract, Attention, ect)	12 weeks / 24sessions (1h)	GDS, GDSSF-K, GSES, MMSE-DS	Cognitive function(+), self-efficacy(+), Depression(-)
3	On the Move group exercise program (Stepping patterns, Walking patterns, Strengthening)	12weeks / 24sessions (50min)	Gait speed, LLFDI, 6MWD,	Mobility(+)
4	Occupational reminiscence therapy (ORT) program	10weeks/ 8sessions (1h)	ACIS, ACLS, PHATHE, SGDS-K	Cognitive function(+), Physical health status(+), Communication and interaction skills(+), Depression(-)
5	Multi-sensory stimulation training	12weeks/ 12sessions (1h)	BBS, MMSE-K,	Cognitive function(+), Balance(+)
6	Comprehensive educational group intervention (Memory, Attention, Executive function, Health, Lifestyle, Psychological factors, Compensation, Restoration, ect)	4weeks / 8sessions (90min)	ESQ, MMI, MQ,	Emotional reactions(+) Subjective cognitive function(+) Well-being(+)
7	Group art therapy program	24weeks/ 20sessions (1h)	ECR, LMT, VSE	Visual self(-) expression(+), Verbal Expression(+), memory of object(+)
8	Horticulture program	7weeks/ 9sessions (2h)	GDS-K	Depression(-)
9	Physical exercise combined with a cognitive-enhancement group training program	12weeks/ 12sessions (1h)	CERAD-K, GDS-SF, MMSE-K	Cognitive function(+), Depression(-)
10	BeHaS exercise program	4weeks/ 8sessions (90min)	BST, GDS-SF, MSQ, NRS, SI	Physical and psychological health(+)
11	Coaching exercise programs (Isotonic and resistance exercises, flexibility exercises and systemic response exercises, ect.)	12 weeks/ 36sessions (1h)	BC, BP, PAF, SL	Preventing deterioration of physical function, Active fitness according to aging(+)
12	Occupational therapy with physical exercise	10weeks/ 10sessions (50min)	ACLS, CDR, CDT, MMSE-K, TMT, VFT	Executive function(+)
13	Group occupational therapy program (Sensory activity, Creativity activity, Physical activity)	4weeks/ 12sessions (1h)	ACLS, AMPS, MMSE-KC, MVPT	Occupational performance skills(+), Visual perception(+)
14	Group occupational therapy	4weeks/ 12sessions (50min)	CARDS-cog, GDS-K, MMSE-K	Cognitive function(+), Depression(-)

Table 2. Characteristics of Analyzed Studies

(continued)

No.	Intervention	Periods/ Session (time)	Outcome measurement	Results
15	Cognitive stimulation group program combined with lifestyle education (Physical activity, Lifestyle education, Cognitive stimulation activity)	10weeks/ 10sessions (90min)	MMSE-DS, SGDS-K, SMCQ	Cognitive function(+), Depression(-)
16	Multicomponent cognitive behavioral group intervention	8weeks/ 8sessions (2h)	AACF, FOF, PCFDA	FOF(+), Associated activity avoidance(+)

(+)=improvement; (-)=decrease

ACLS=Allen Cognitive Level Screen; ACIS=Assessment of Communication and Interaction Skills; AMPS=Assessment of Motor and Process Skills; BBS=Berg Balance Scale; BC=Body composition; BP=Blood pressure; BS=Body sway during quiet stance; BST=back-scratch test; CARDS=Cognitive Assessment and Reference Diagnoses System; CDT=Clock Drawing Test; CDR=Clinical Dementia Rating; CERAD-K=Consortium to Establish a Registry for Alzheimer's Disease assessment packet; DSSF-K=Geriatric Depression Scale Short Form-Korea; ECR=Enhanced Cued Recall Test; ESQ=Executive functioning and Speed Quotient; GDS=Global Deterioration Scale; GDS-K=Geriatric Depression Scale in Korea; GDS-SF=Geriatric Depression Scale-Short Form; GLLFDI=Late Life Function and Disability Instrument; GSES=General Self-Efficacy Scale; LMT=Landscape Montage Technique; IPT=Knee and ankle isometric peak torque; MI=Maastricht Metacognition Inventor; MMSE-DS=Mini-Mental State Examination-Korea for Dementia Screening; MMSE-DS=Mini Mental Status Examination for Dementia Screening; MMSE-L=Mini-Mental State Examination-Korean; MMQ=Memory Quotient; MSQ=Mental Status Questionnaire; MVPT=Motor Free Visual Perceptual Test; NRS=Numeric Rating Scale; SL=Serum lipid; PHATHE=Physical Health Assessment Tool and Health Status of Elderly; SI=Suicide Ideation; PAF=Physical activity fitness; SMCQ=Subjective Memory Complaints Questionnaire TA=Time acceleration; TMT=Trail Making Test; VFT=Verbal Fluency Test; VSE=Visual self-expression; 6MWD=6-minute walk distance

회기는 8회기와 12회기가 4편(25.0%)으로 많았다. 그리고 그 그룹 프로그램의 적용 시간은 1시간이 7편(43.8%)으로 가장 많은 것으로 나타났다(Table 2).

3) 그룹 프로그램 증재 효과

분석된 16편 연구의 그룹 프로그램 증재 효과를 분석하였을 때, 4편(25.0%)의 연구에서 이동성, 근력, 자세 조절, 신체기능 및 정서적 건강, 그리고 신체적 기능의 퇴화 예방 및 노화에 따른 신체 활력에 있어서의 증진을 보였다. 또한 3편(18.8%)의 연구에서 인지기능의 증진과 우울감의 감소를 확인하였고, 인지기능의 증진 및 우울감의 감소와 더불어 자기효능감의 증진, 의사소통 및 상호작용 기술의 증진을 확인한 연구가 2편(12.5%)이었다. 인지기능 및 균형능력의 증진을 확인한 연구가 1편(6.3%)이었으며, 인지기능 중에서 시각적 자기표현 능력, 언어적 표현 및 사물 기억력의 증진을 확인한 연구 1편(6.3%), 실행기능의 증진을 확인한 연구 1편(6.3%), 수행기술 및 시지각 기능의 증진을 확인한 연구 1편(6.3%), 그리고 낙상 효능감의 증진 및 낙상과 관련

된 활동 회피가 감소됨을 확인한 연구가 1편(6.3%)이었다. 또한 정서적 표현의 증가, 주관적인 인지기능의 증진 및 웰빙의 증진을 보인 연구가 1편(6.3%)으로 나타났다.

IV. 고찰

본 연구에서는 지역사회 거주 노인에게 제공할 수 있는 그룹 작업치료 프로그램을 개발하기 위해 기존 그룹 프로그램에서는 어떤 내용의 프로그램이 운영되고 그 효과가 무엇인지 요약 및 분석하였다. 최종적으로 지역사회 노인을 대상으로 그룹 프로그램을 적용한 16편의 연구를 체계적으로 분석하였다. 최근 10년 동안의 연구는 수준 III에 해당하는 단일 그룹 사전-사후 연구가 가장 많은 비중을 차지하였다. 연구 결과, 수준 I에 해당하는 높은 질적 수준의 연구들도 이루어지고 있으나, 분석된 연구 중 일부는 비교적 적은 수의 대상자가 참여하여 일반화의 제한점이 있었다. 따라서 본 고찰

연구를 통해 향후 지역사회에서 노인 대상의 그룹 프로그램의 효과를 입증하기 위한 무작위 대조군 실험 연구가 활발하게 이루어질 필요성이 있음을 확인하였다.

본 연구 결과 총 16편의 논문의 연구 대상자를 살펴 보면, 지역사회 거주 노인 대상의 연구가 많았고, 그 다음으로 지역사회 거주 여성 노인 대상의 연구가 많았다. 여성 노인을 대상으로 한 연구는 주로 신체 및 정서 기능과 관련된 그룹 프로그램의 효과를 연구한 것으로 나타났다(Aveiro, Driusso, Santos, Kiyoto, & Oishi, 2013; Kim, 2010; Kim et al., 2018; Ko, Kim, & Yoo, 2012). 또한 인지수준에 따라 경도인지장애와 경도치매, 그리고 치매 환자를 대상으로 분류하여 그룹 프로그램이 이루어지고 있는 것으로 나타났다. 경도인지장애 및 치매환자에게 그룹 프로그램의 적용함으로써 인지기능, 신체적 건강상태, 의사소통 및 상호작용 기술, 우울감 향상 등에 효과가 있음을 문헌들이 입증하고 있었다(Jeong, 2007; Kim, 2010; Shin et al., 2013).

총 16편의 연구에서 적용된 그룹 프로그램의 유형은 10가지로 구분되었다. 본 연구에서 분석된 그룹 프로그램 그룹 운동 프로그램의 적용이 주로 이루어진 것으로 나타났다. 노인은 일상생활을 위해 활동체력인 근력, 근지구력, 유연성 등이 중요하며, 보행과 관련하여 균형능력이 요구되어진다(Buchner & Lateur, 1991; Schlicht, Camaione, & Owen, 2001). 이러한 그룹 운동 프로그램을 통해 강도 있는 신체 활동에 참여하는 것은 치매 발병률을 낮추며, 주관적인 행복감, 활동적 수명의 연장 등에도 긍정적 영향을 미치는 것으로 보고되고 있다(Kim & Han, 2017). 이러한 운동 프로그램은 정상 노인 및 치매 환자 모두에게 유익한 그룹기반 활동이기 때문에 가장 많은 비중을 차지한 것으로 사료된다. 또한 본 고찰 연구의 분석 결과, 신체적, 인지적 영역 각각에 대한 단일 중재가 아닌 신체와 인지 영역을 결합하여 중재하는 복합 중재를 그룹 프로그램으로써 적용하는 것으로 분석되었다(Table 2). 가령 기억력 중심의 인지

과제와 경도의 신체 프로그램이 결합된 활동으로, 오늘이 무슨 요일인지 기억하여 해당되는 요일의 바구니에 공을 넣는 활동 등으로 구성하는 것으로 나타났다(Kim & Jung, 2018). 이러한 인지 및 신체 활동의 복합 중재는 기억력, 주의집중력, 실행능력, 문제해결능력 등의 인지요소 증진, 신체기능 증진, 및 우울감 감소에 효과적인 것으로 보고되고 있다(Kim & Jung, 2018; Lee et al., 2013).

그룹 교육 프로그램의 교육 내용은 치료사에 의해 기억력, 주의력, 실행기능 등의 인지 요소와 정신사회적 요소에 대한 교육, 인지건강 증진을 위한 생활습관 교육, 그리고 일상생활 수행 보상방법 및 노화와 치매 관련 교육이 이루어지는 것으로 나타났다. 또한 낙상 예방을 위한 가정 내 행동교육, 낙상 예방을 위한 근력 및 균형 훈련 교육 등을 시행하는 것으로 나타났다. 이러한 교육 프로그램은 실질적으로 노인이 학습의 주체가 되어 교육 내용을 실천하였는지에 대한 확인이 중요하다. Hoogenhout 등(2012)의 연구에서는 교육 이후 매주 과제를 제공하여 교육에 대한 내용을 강화하는 방법을 사용하였고, 이러한 방법을 통해 교육의 효과성을 높일 수 있을 것으로 사료된다.

노인 대상의 집단미술치료는 시각적 자기표현 능력을 증진시키고 성취감을 느끼는데 초점을 두어 자신의 그림에 대한 느낌과 감정을 언어로 표현 할 수 있도록 적극적으로 지지하고, 그림카드를 반복적으로 제시하여 사물 기억력 향상을 유도하는 복합적인 중재로써 적용되었다(Jung et al., 2011). 그룹 원예 프로그램은 기억력 증진, 신체활동 촉진, 감정표현훈련 및 대화기술능력 향상을 위한 목적으로 회기를 구성하였다. 이러한 그룹 원예 프로그램은 복합 중재로써 자신의 경험이나 감정에 대한 발표시간을 삽입하여 노인들 간의 상호작용 및 관계형성을 이루는데 효과를 나타냈다(Jung et al., 2011; Kim, 2010). 이처럼 여러 대상자들이 함께 활동하는 그룹 프로그램의 장점을 이용하여 노인들 간 사회적 상호작용을 촉진시킬 수 있도록 활동을 구성하는 것이 중요할 것으로 생각된다. 그룹 프로그램의 장점

은 개인 프로그램보다 그룹 참여자 간의 사회적 상호교류를 촉진하고 그룹 내 역동관계를 치료적으로 활용할 수 있다는 점이다. 이러한 그룹 내 역동관계는 복합적인 인지작용을 촉진하여 더 나은 수준의 인지적 통합을 유도하기 때문에 이러한 그룹 활동의 장점을 적용한 프로그램의 구성이 필요할 것으로 사료된다.

또한 본 연구에서 분석된 그룹 작업치료 프로그램은 감각-지각활동, 인지활동, 신체활동, 창의적 활동 등으로 구성하여 궁극적으로 일상생활활동의 기능수준을 증진시키기 위한 활동으로 구성되어 있었다. 많은 선행 연구에서 그룹 작업치료 프로그램이 기억력, 실인증, 실어증, 실행증, 고위수행장애 및 언어기능에서 유의한 긍정적 효과가 있음을 보고하였는데, 이는 작업치료가 기억력 등 어느 특정 인지기능의 향상보다는 전반적인 인지기능의 호전과 관계가 있다는 것을 의미하는 것으로 볼 수 있다(Shin et al., 2013). 그룹 작업치료 프로그램의 참여는 집단의 구성원으로서 활동 참여 및 역할 분담하고, 다함께 활동의 목적을 달성함으로써 사회적 상호작용을 증진시키고, 우울감을 감소시키는데 긍정적인 영향을 미치는 것으로 보고되고 있다(Graff et al., 2007; Jeong, 2007; Shin et al., 2013). 한편 본 연구에서 분석된 다감각 자극 프로그램, 작업회상 프로그램, 인지 그룹 프로그램, 운동과 인지가 결합된 그룹 프로그램 및 인지와 교육이 결합된 프로그램의 세부 내용을 살펴보면 그룹 작업치료와 같은 맥락의 활동으로 구성되어 있으며, 이는 목적과 용어의 차이가 있지만 감각-지각, 인지, 신체, 사회성 등의 종합적인 기능의 통합을 유도하는 측면에서 그룹 프로그램은 작업치료적 관점으로 구성되는 것으로 볼 수 있다. 이때 작업치료사는 효과적인 프로그램 운영을 위해 대상자가 목적있는 작업 수행을 할 수 있도록 그룹 프로그램 내 활동 분석을 실시하여 활동요약, 작업수행, 치료적 영향 등을 분석함으로써 의미 있는 활동의 참여가 이루어질 수 있도록 하는 것이 중요할 것으로 사료된다.

분석된 16편 연구의 그룹 프로그램 효과는 중재 목적 및 세부 내용에 따라 신체기능 및 신체 활력의 증진과

인지기능의 증진 및 우울감의 감소로 나타났으며, 시지각, 언어적 표현, 실행기능 등의 구체적인 인지기능 요소에 대한 증진을 보고하였다. 또한 그룹 프로그램의 특성으로 정서적 표현의 증가나 사회적 상호작용의 증진을 확인함으로써, 다양한 목적의 그룹 프로그램이 지역사회 거주 노인의 독립성 확보와 신체적, 인지적, 정신적으로 건강한 노화를 성취하기 위해 필요한 요소를 증진시킬 수 있는 효과적인 중재임을 확인하였다.

본 연구 결과에 따르면 그룹 프로그램 적용 기간은 12주가 가장 많았고, 회기는 12회기 또는 8회기인 연구가 많았으며, 회기 당 시간은 60분이 가장 많은 것으로 나타났다. Kim 등(2018)의 치매예방 프로그램에 대한 체계적 문헌고찰에 따르면 중재프로그램의 적용기간은 10주~12주간, 주 2~3회 중재를 적용한 연구가 가장 많은 것으로 나타났고, Lim과 Park(2019)의 지역사회 노인의 그룹기반 우울 중재 프로그램에 관한 체계적 고찰에서는 각 연구들의 1회기 시간 및 중재 기간이 매우 다양하게 나타났다고 하였다. 따라서 선행 연구를 근거로 그룹 프로그램의 활동 구성과 연구 대상자의 기능수준 및 특성을 고려하여 중재 기간, 회기 및 시간을 적절하게 설정할 필요성이 있다.

현재 노인 돌봄 정책 및 복지서비스가 점차 확대되고, 이에 따라 등급 외 대상자 및 경계성 노인에 대한 서비스가 신설됨으로써 2020년 1월부터 수요자 중심의 노인맞춤돌봄서비스가 새롭게 시행되고 있다(Ministry of Health and Welfare, 2020). 노인맞춤돌봄 서비스에서는 정상인지 고령자, 독거노인, 노인장기요양보험 등급 외 대상자 등 다양한 범주의 노인들에게 서비스가 확대됨으로써 작업치료사로 하여금 보다 다양한 그룹 프로그램의 기획에 대한 역할이 더욱 요구되어진다. 따라서 본 연구를 토대로 경계성 인지장애뿐만 아니라 치매에 이르는 다양한 인지수준을 가진 지역사회 거주 노인의 욕구를 충족시킬 수 있는 효과적인 그룹 프로그램의 개발 및 표준화 연구가 활발하게 이루어져야 할 것으로 사료된다.

V. 결론

본 연구는 주야간보호센터 및 지역사회에서 작업치료사들이 노인 그룹에게 제공할 수 있는 그룹 작업치료 프로그램 개발을 위한 기초자료를 마련하기 위한 것으로 최근 10년 간 지역사회 노인 대상의 그룹 프로그램에 대해 총 16편의 논문을 대상으로 체계적 고찰을 하였다. 단일 그룹 사전-사후 연구가 가장 많은 비중을 차지하고 있고, 연구 대상자는 지역사회 거주 일반 노인의 연구가 가장 많았다. 그룹 프로그램의 유형은 10가지로 구분되었고, 가장 많은 유형은 운동 그룹 프로그램으로 나타났다. 또한 그룹 작업치료 프로그램은 감각-지각활동, 인지활동, 신체활동, 창의적 활동 등을 포함한 포괄적인 프로그램으로써, 전반적인 인지기능의 호전과 사회적 상호작용, 우울감 감소 등에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 따라서 본 고찰 연구가 주야간보호센터 및 지역사회에서 작업치료사들이 활용할 수 있는 고령자 및 치매환자를 위한 효과적인 그룹 프로그램의 개발의 기초자료로써 활용되기를 기대한다.

References

- Arbesman, M., Scheer, J., & Lieberman, D. (2008). Using AOTA's critically appraised topic (CAT) and critically appraised paper (CAP) series to link evidence to practice. *OT Practice, 13*(12), 18-22. Retrieved from http://hsrc.himmelfarb.gwu.edu/sphhs_prev_facpubs/636
- Aveiro, M. C., Driusso, P., Santos, J. G. D., Kiyoto, V. D., & Oishi, J. (2013). Effects of a group-based exercise program on muscle strength and postural control among community-dwelling elderly women: A randomized-controlled trial. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia, 16*(3), 527-540. doi:10.1590/S1809-98232013000300011
- Bang, J. H., Bang, Y. S., Son, B. Y., & Oh, E. J. (2019). The effects of a cognitive stimulation activity program on the mild cognitive impairment elderly's cognitive function, self-efficacy, and depression. *Journal of the Korea Entertainment Industry Association, 13*(3), 231-248. doi:10.21184/jkela.2019.4.13.3.231
- Brach, J. S., Perera, S., Gilmore, S., VanSwearingen, J. M., Brodine, D., Nadkarni, N. K., & Ricci, E. (2017). Effectiveness of a timing and coordination group exercise program to improve mobility in community-dwelling older adults: A randomized clinical trial. *JAMA Internal Medicine, 177*(10), 1437-1444. doi:10.1001/jamainternmed.2017.3609
- Buchner, D. M., & Lateur, B. J. (1991). The importance of skeletal muscle strength to physical function in older adult. *Annals of Behavioral Medicine, 13*(3), 91-98. doi:10.1093/abm/13.3.91
- Cha, Y. J. (2016). A study on occupational reminiscence therapy (ORT) program for the elderly with mild cognitive impairment (MCI) in local community. *Journal of the Korea Academia-Industrial Cooperation Society, 17*(8), 605-614. doi:10.5762/KAIS.2016.17.8.605
- Choi, J. H., & Yoo, D. H. (2016). The effect of multi-sensory stimulation training on cognitive function and balance skill of the community resident elderly. *The Journal of Korean Society of Occupational Therapy, 6*(2), 1-10. doi:10.18598/kcbot.2016.06.02.01
- Graff, M. J., Vernooij-Dassen, M. J., Thijssen, M., Decker, J., Hoefnagels, W. H., & Olderikkert, M. G. (2007). Effect of community occupational therapy on quality of life, mood and health status in dementia patients and their caregivers: A randomized controlled trial. *Journal of Gerontology, 62*(9), 1002-1009. doi:10.1093/gerona/62.9.1002
- Hong, S. P., & Lee, J. H. (2018). The survey on the need of education about assessment and intervention of cognitive function in the day care center for the elderly. *The Journal of Korean Society of Cognitive Rehabilitation, 7*(1), 33-47.
- Hoogenhout, E. M., de Groot, R. H., Van der Elst, W., & Jolles, J. (2012). Effects of a comprehensive educational group intervention in older women with cognitive complaints: A randomized controlled trial. *Aging & Mental Health, 16*(2), 135-144. doi:10.1080/13607863.2011.598846
- Jeon, Y. H., Brody, H., & Chesteron, J. (2005). Respite care for caregivers and people with severe mental illness: Literature review. *Journal of Advanced Nursing, 49*(3),

- 297-306. doi:10.1111/j.1365-2648.2004.03287.x
- Jeong, W. M. (2007). The effects of group occupational therapy program for improvement of cognitive abilities in mild case of dementia. *The Journal of Occupational Therapy for the Aged and Dementia*, 1(1), 46-55.
- Jung, S. Y., Kim, Y. C., & Kim, H. S. (2011). Effects of art therapy on visual self-expression, verbal self-expression and picture card recall of the aged with dementia. *Korean Journal of Art Therapy*, 18(3), 748-764. doi:10.35594/kata.2011.18.3.013
- Kim, D. J., Kim, M. K., Yoo, C. U., & Yang, Y. A. (2010). A study on the occupational therapists awareness on the elderly long-term care insurance system. *Journal of Korea Association Occupational Therapy Policy for Aged Industry*, 2(1), 51-60.
- Kim, H. H., & Jung, N. H. (2018). The effect of exercise combined with a cognitive-enhancement group training program on cognition and depression in the community-dwelling elderly. *Journal of Physical Therapy Science*, 30(2), 335-338. doi:10.1589/jpts.30.335
- Kim, H. J., & Lee, S. A. (2013). The compare of effects of a day-to-day living program for patients with dementia in the community-pilot study. *Journal of the Korea Gerontological Society*, 33(3), 637-645.
- Kim, H. K. (2010). The horticulture's effect on the reduction of elderly women's depression. *Journal of Social Work Practice*, 9, 119-145.
- Kim, H., Kim, S. K., Kim, J. I., Kim, S., Jung, Y. S., & Park, K. (2018). The converge effects of the BeHaS exercise program on health status, depression and suicidal ideation in female elderly who live alone in community. *Journal of the Korea Convergence Society*, 9(3), 111-119. doi:10.15207/JKCS.2018.9.3.111
- Kim, S. S., & Jo, H. M. (2018). Dementia prevention programs among Koreans: A systematic review. *Journal of the Korean Contents Association*, 18(4), 89-98. doi:10.5392/JKCA.2018.18.04.089
- Kim, Y. W., & Han, K. H. (2017). Meta-analysis of the effects of exercise on depression of the elderly. *Korean Society of Sport and Leisure Studies*, 70, 549-560.
- Ko, Y. W., Kim, Y. T., & Yoo, K. S. (2012). The effect of 12-weeks coaching exercise programs on body composition, blood pressure and physical activity fitness in elderly women for their local community. *Journal of Coaching Development*, 14(4), 93-101.
- Lee, J. Y., Kim, J. Y., Hong, M. Y., Kim, Y. S., & Lee, S. A. (2017). The recognition of occupational therapists role and the amended-act of long-term care insurance for the aged. *Journal of Korean Society of Occupational Therapy*, 25(2), 103-114. doi:10.14519/jksot.2017.25.2.07
- Lee, S. A., Jeong, W. M., Hwang, Y. J., & Park, C. A. (2015). A preliminary study on the effectiveness of group occupational therapy program for dementia patient in day-care center. *Journal of the Korea Academia-Industrial Cooperation Society*, 16(3), 2055-2063. doi:10.5762/KAIS.2015.16.3.2055
- Lee, Y. N., Park, J. H., & Lim, K. M. (2013). Effects of occupational therapy with physical exercise on demented old adult's executive function. *Journal of the Korea Contents Association*, 13(5), 322-331. doi:10.5392/JKCA.2013.13.05.322
- Lim, S. J., & Park, J. H. (2019). Systematic review of the characteristics of group-based intervention programs for depression in community-dwelling older adults. *Korea Journal of Geriatric Occupational Therapy*, 1(1), 27-40.
- Ministry of Health and Welfare. (2014). *Act of long-term care insurance for the aged*. Sejong, Korea: Ministry of Health-Welfare.
- Ministry of Health and Welfare. (2018a). *A study on the concept of Korean community care through comparison with foreign cases*. Retrieved from http://www.prism.go.kr/homepage/entire/retrieveEntireDetail.do?jsessionid=A6DBB46166ED3A300ECBB5388FBE946E.node02?cond_research_name=&cond_research_start_date=&cond_research_end_date=&research_id=1351000-201900079&pageIndex=240&leftMenuLevel=160
- Ministry of Health and Welfare. (2018b). *Changes in day and night protection center facilities*. Retrieved from http://www.mohw.go.kr/upload/viewer/skin/doc.html?fn=1571910307696_20191024184507.xlsx&rs=upload/viewer/result/202001/
- Ministry of Health and Welfare. (2020). *Information on the provision of 'Customized care service for the elderly'*. Retrieved from <http://www.bokjiro.go.kr/nwel/welfareinfo/livwelnews/news/retireveNewsDetail.do?>

boardSid=308&dataSid=6678254

- Schlicht, J., Camaione, D. N., & Owen, S. V. (2001). Effect of intense strength training on standing balance, walking speed, and sit-to-stand performance in older adults. *The Journals of Gerontology Series A: Biological Sciences and Medical Sciences*, 56(5), 281-286. doi:10.1093/gerona/56.5.M281
- Shin, J. I., & Yang, Y. A. (2009). A study on the present status of occupational therapy and physical therapy present status in day care center for the elderly in Seoul. *The Journal of Korea Aging Friendly Industry Association*, 1(1), 11-19.
- Shin, S. J., Lee, J. S., Kim, S. K., & Jeon, B. J. (2013). The effect of a group occupational therapy on cognitive function and depression for mild dementia patients in a community. *The Journal of Korean Society of Occupational Therapy*, 21(3), 45-60.
- Statistics Korea. (2018). *Population trend survey*. Retrieved from http://kosis.kr/statisticsList/statisticsListIndex.do?menuId=M_01_01&vwcd=MT_ZTITLE&parmTabId=M_01_01&parentId=D.1:D3.2:101_11736.3:#SelectStatsBoxDiv
- Warren, S., Kerr, J. R., Smith, D., & Schalm, C. (2003). The impact of adult day programs on family caregivers of elderly relatives. *Journal Community Health Nursing*, 20(4), 209-221. doi:10.1207/S15327655JCHN2004_02
- Won, K. A., Park, J. H., & Kim, J. R. (2019). Effects of the cognitive stimulation group program combined with lifestyle education: For the elderly who use dementia care village in rural area. *Korea Journal of Geriatric Occupational Therapy*, 1(2), 17-27.
- Zijlstra, G. R., Van Haastregt, J. C., Ambergen, T., Van Rossum, E., Van Eijk, J. T. M., Tennstedt, S. L., & Kempen, G. I. (2009). Effects of a multicomponent cognitive behavioral group intervention on fear of falling and activity avoidance in community-dwelling older adults: Results of a randomized controlled trial. *Journal of the American Geriatrics Society*, 57(11), 2020-2028. doi:10.1111/j.1532-5415.2009.02489.x

Abstract

A Systematic Review of Group Programs for Community-dwelling Elderly

Jeong, Eun-Hwa, Ph.D., O.T., Ju, Yumi, M.S., O.T.

Dept. of Occupational Therapy, College of Health Science, Far East University, Professor

Objective : The purpose of this study was to analyze group programs for the elderly living in communities and to provide basic data for applying effective occupational therapy programs for the elderly in the community.

Methods : From January 2009 to December 2019, articles on group programs for the elderly in the community were searched for in the NDSL, DBPia, Riss, and PubMed databases. Based on the inclusion and exclusion criteria, a total 16 out of the 147 identified studies were selected and analyzed. This review analyzed the characteristics of the participants, contents of the group program, session and duration of the intervention, outcome measures, and effect of the group program.

Results : Single group pre-post test studies with evidence level III were most common (8, 50.0%), and five (31.3%) of the studies were conducted on the community-dwelling elderly. Across all the 16 studies, there were 10 types of group programs, and the most frequently used was an exercise group program (25.0%). According to the analysis of the group program period, sessions and time, the intervention period was most commonly 12 weeks (37.5%), with 8 sessions or 12 sessions (25.0%). The intervention time in the group program was most commonly 60 minutes (43.8%).

Conclusion : This study can be used as a basis for the development of effective group programs for the elderly and patients with dementia in community-based long-term care services.

Keywords : Community-based occupational therapy, Day care center, Group program, Systematic review