

회상을 활용한 원예치료가 시설거주 치매노인의 자아존중감과 삶의 질에 미치는 영향

공재희 · 윤숙영* · 최병진

대구가톨릭대학교 보건과학대학원 원예치료학과

The Effects of Reminiscence-based Horticultural Therapy on Institutionalized Demented Elders' Self-esteem and Quality of Life

Jae-Hee Kong, Suk-Young Yun* and Byung-Jin Choi

Dept. of Horticultural Therapy, The Graduate School of Health Science, Catholic University of Daegu, 712-702, Korea

Abstract

This study was conducted to examine the effects of horticultural therapy based on reminiscence on institutionalized demented elders' quality of life and self-esteem. For this study, 21 elders participated and they were assessed before and after the application of the program. The elders' quality of life was enhanced significantly from 24.6 before horticultural therapy to 29.8 after. Their self-esteem was also improved significantly from 22.7 before horticultural therapy to 31.0 after. In the evaluation of horticultural activities, statistically significant improvement was observed in nine factors, which are participation, interest and assistance, verbal communication ability, interpersonal ability, cognitive and problem-solving ability, perceptual ability, self-concept and subjectivity, desire and impulse control ability, and skillfulness and work adaptability. As presented above, when a horticultural program based on reminiscence therapy was applied to demented elders as an indoor activity for their convenience, it was found effective in enhancing the demented elders' quality of life and self-esteem.

Key words: *Interpersonal ability, Cognitive and problem-solving ability, Desire and impulse control ability*

I. 서론

1. 연구의 필요성

노인장기요양시설이란 의한 노인 의료복지시설로 치매, 중풍 등 노인성 질환 등으로 심신에 상당한 장애가 발생하여 도움을 필요로 하는 노인을 입소시켜 급식, 요양과 그 밖의 일상생활에 필요한 편의를 제공함을 목적으로 하는 노인요양시설이다(노인복지법, 2015). 시설에서 생활하고 있는 노인들은 가족들과 지인들과의 접근성이 떨어지는 환경적 이유로 교류와 외출이 어려워 고립감이 증대되어 불안, 우울, 삶의 질 저하 등을 경험한다(Ha, 2011).

치매는 정상으로 성숙한 뇌가 후천적인 외상이나 질병 등 외부 원인에 의해 기질적으로 손상 내지는 파괴되어 전반적으로 지능,

학습, 언어 등의 인지기능과 고등정신기능이 감퇴되는 기질성 정신 장애이다(Lee et al., 2002). 치매는 하나의 원인을 공유하는 질병이라기보다는 공통된 증상을 포함하는 증후군이다(Cho, 2009). 치매는 대부분 오랜 기간에 걸쳐 점진적으로 악화되며 인지기능의 저하와 우울감, 불안, 자신감 저하 등의 심리적 요인이 나타나게 된다. 따라서 치매를 앓고 있는 노인 대부분은 신체적, 정신적 상실에서 오는 심리적 위축으로 삶의 질과 자아존중감의 저하로 삶에 대한 부정적인 경향을 가지고 있다(Jin, 2009).

Carmel(1991)은 회상요법에서의 회상은 어떤 사건을 단순히 기억해 내는 것뿐만 아니라 그 사건과 연관된 상황을 되살려 당시 상황의 감정이나 느낌이 들게 하는 것이 매우 중요하며 특히 치매로 고통 받는 환자들에게 유용하다고 하였다. Lee(2005)는 일반노인에게 일반 원예치료를 이용한 경우와 회상을 도입한 원예치료를 이용한 결과 두 집단 모두 전체 생활만족도와 자아존중감 증진에 효과가 있었으며 특히 회상을 도입한 경우에 더 큰 효과를 거둘 수 있었다고 하였다.

Received on March 25, 2015. Revised on July 2, 2015.

Accepted on July 30, 2015.

*Corresponding author: yunel004@cu.ac.kr

Table 1. Horticultural therapy program utilizing of recalls for this study.

No.	Date	Program	Recall theme	Recall materials
1	4/18	Attach a flower stickers to one's cheek	Wedding	Cheek rouge
2	4/25	Plant a garden with flowering plants	Gardening	Flower bed
3	5/02	Mini flower basket	Our lovely children	<i>Dianthus caryophyllus</i>
4	5/09	Make a flower brooch	Our lovely parents	<i>Dianthus caryophyllus</i>
5	5/16	Grow a barley sprout	Farm hardship period.	Gumshoes, <i>Hordeum vulgare</i>
6	5/23	Terrarium	We played over the fields	Stratum, Rainbow
7	5/30	Flower arrangements using clay.	We made pancake, noodles with dough	Clay
8	6/13	Hanging garden	Our lovely parents	<i>Ceropegia woodii</i>
9	6/20	Potpourri	We played with a wild flowers over the field	Dry flower
10	6/27	Make a smiley face with a grain	Good memories and beatific look	A variety of grain
11	7/04	Flower arrangements in mini vase	We walked in the woods	Bamboo leaves, Paper boat
12	7/11	Wreath mobile	Good memories and beatific look	<i>Euonymus alatus</i>

(3) 원예활동평가표(Evaluation of horticultural activity)

Oscas(1961)가 작업치료에서 집단 활동 시 대상자의 참여도와 작업태도 및 흥미 등을 알아보기 위해 만든 것을 Lee(1999)가 번안한 것이다. 이것은 참여성, 관심과 조력성, 언어 소통 능력, 대인 관계 능력, 인지 및 문제 해결 능력, 운동지각능력, 자아개념 및 주체성, 욕구 충동적응력, 숙련도와 작업적응력으로 되어져 있으며 5단계 평점을 하도록 되어 있다. 점수가 높을수록 활동의 참여도가 바람직한 것을 의미한다.

3. 자료처리 및 분석방법

수집된 자료의 분석방법은 원예치료 프로그램 실시 전과 후로 나누어 IBM SPSS statistics 19 program을 사용하여 Wilcoxon signed rank test로 하였다.

III. 결과 및 고찰

1. 삶의 질의 변화

삶의 질은 원예치료 실시 전 평균 22.67점이었으나 실시 후는 평균 30.95점으로 8.28점이 향상되었다. 비모수검정 결과 연구대상 21명 모두가 양의 순위로 나타나 유의한 변화가 있었다(Table 2).

이는 Kim(2008)의 원예활동이 개인의 상태와 환경에 대한 새로운 인식을 하게 한다는 것과 유사하고 Do(2007)과 Jung(2006)는 원예치료가 노인들의 심신을 건강하게 하고 무기력 해소에 도움을 주며 자아존중감과 자아개념을 증가시켜 전체적으로 삶의 질을 향상시키는데 효과가 있었음을 증명한 것과 일맥상통한다.

Table 2. The results of changes in quality of life of the subjects before and after the horticultural therapy program.

	Quality of life		
	N	Mean rank	Rank sum
Negative rank	0 ^a	.00	.00
Positive rank	21 ^b	11.00	231.00
Same rank	0 ^c		
Total	21		

Z= -4.018^d

Approximate significance probability (two sided) = .000

a. Post quality of life < Pre quality of life

b. Post quality of life > Pre quality of life

c. Post quality of life = Pre quality of life

d. Based on negative ranks

2. 자아존중감의 변화

자아존중감은 원예치료 실시 전 평균 24.57점이었으나 실시 후는 평균 29.76점으로 5.19점이 향상되었다. 비모수검정 결과 연구대상 21명 모두가 양의 순위로 나타나 유의한 변화가 있었다(Table 3).

이는 Kim(2003)이 스스로 원예작업을 통해서 얻어지는 산물은 성취욕과 자신감을 증가시키고 이는 자아존중감을 높여 줄 수 있다고 한 결과와 유사하다. 그리고 Chon(2008)도 장기요양시설 치매노인을 대상으로 원예치료프로그램을 실시하는 동안 활동한 산물을 가지고 가서 주변 사람들에게 선물하거나 자랑하고, 본인이 가진 식물이 자라는 것을 보면서 본인의 필요성을 인식함으로 자신감과 자부심이 증가되어 자아존중감이 증가되었다고 한 것과도 일맥상통한다.

Table 3. The results of changes in self-esteem of the subjects before and after the horticultural therapy program.

Self-esteem			
	N	Mean rank	Rank sum
Negative rank	0 ^a	.00	.00
Positive rank	21 ^b	11.00	231.00
Same rank	0 ^c		
Total	21		

Z=-4.046^d

Approximate significance probability (two sided) = .000

a. Post self-esteem < Pre self-esteem

b. Post self-esteem > Pre self-esteem

c. Post self-esteem = Pre self-esteem

d. Based on negative ranks

3. 원예활동평가의 변화

원예활동평가에서는 원예치료 실시 전 평균 21.90점이었으나 실시 후는 평균 33.71점으로 11.81점이 향상되었다. 비모수검정 결과 연구대상 21명 모두가 양의 순위로 나타나 유의한 변화가 있었다(Table 4).

대부분의 대상자는 처음엔 주춤하고 관망하는 분위기였다가 회기가 늘어날수록 참여성도 늘어나고 관심과 조력성도 향상되었으며, 특히 회상을 주제로 하여 많은 대화를 나누면서 원예활동을 실시한 결과 언어소통능력과 대인관계능력이 많이 향상되는 것을 볼 수 있었다.

이는 Lee(1999)가 치매노인에게 원예치료를 실시한 후에 언어소통능력, 자아 개념 및 주체성, 욕구·충동적 적응력, 대인관계 능력, 인지 및 문제해결능력, 숙련도와 직업 적응력 등 6개의 영역에서 효과가 있었던 것으로 보고된 것과 일치한다. Yun(2002)도 원예치료는 경증 치매노인들의 참여도와 이해도를 높여 주는데 효과적이었고 작품을 구상하여 다듬고, 자르고, 꽃고 하는 반복적인 활동을 통해 흥미를 유발하여 적극적이고 자신감을 갖게 되었다라고 한 연구결과와도 유사하다.

위의 결과들을 종합해서 볼 때 회상을 활용한 원예치료가 시설거주 치매노인의 삶의 질과 자아존중감에 영향을 준다고 할 수 있다. 특히 기억력 장애를 가진 치매노인에게 회상을 활용하는 것은 인지기능과 정서기능의 향상에 효과가 있었다는 선행연구(Lee, 2005; Oang, 2006; Cho, 2008; Kim, 2010)와 본 연구에서도 알 수 있었듯이 그나마 보유하고 있는 장기기억을 자주 회상할 수 있도록 하는 것은 경증치매의 증상 완화에 효과적이라고 판단된다.

그러나 본 연구의 명확한 효과를 검증하기 위해서는 통제집단을 두고 실험집단과의 비교를 통하여 보다 구체적인 연구결과를 도출해야하나 본 연구에서는 통제집단을 두지 못하였으므로 연구결과를 일반화시키기에는 한계가 있었다.

Table 4. The results of changes in evaluation of horticultural activity of the subjects before and after the horticultural therapy program.

Evaluation of horticultural activity			
	N	Mean rank	Rank sum
Negative rank	0 ^a	.00	.00
Positive rank	21 ^b	11.00	231.00
Same rank	0 ^c		
Total	21		

Z=-4.018^d

Approximate significance probability(two sided) = .000

a. Post evaluation of horticultural activity < Pre evaluation of horticultural activity

b. Post evaluation of horticultural activity > Pre evaluation of horticultural activity

c. Post evaluation of horticultural activity = Pre evaluation of horticultural activity

d. Based on negative ranks

IV. 적요

본 연구는 회상요법을 적용한 원예치료 프로그램이 시설거주에 거주하는 치매노인의 자아존중감과 삶의 질에 미치는 영향에 대해 알아보기 위해 실시되었다. 연구에 참여한 총 대상자는 21명이었으며 프로그램 사전과 사후로 측정하였다.

삶의 질의 변화는 원예치료 실시 전 평균 24.6점에서 실시 후 평균 29.8점으로 유의하게 향상되었다. 자아존중감의 변화도 원예치료 실시 전 평균 22.7점에서 실시 후 평균 31.0점으로 유의하게 향상되는 것을 볼 수 있었다. 원예활동평가도 참여성, 관심과 조력성, 언어소통능력, 대인관계능력, 인지 및 문제 해결능력, 운동 지각 능력, 자아개념 및 주체성, 욕구 충동 능력, 숙련도와 직업 적응력 등 9개 영역에서 통계적으로 유의한 향상을 보였다. 이상과 같이 회상요법을 적용한 프로그램으로 치매노인들이 쉽게 작업할 수 있는 실내 활동을 실시한 결과 치매노인의 자아존중감과 삶의 질의 향상에 효과가 있었다고 판단된다.

V. References

- Cho, M.G. 2008. Horticultural therapy as non-pharmacological treatment for the improvement of cognitive function and BPSD in dementia. PhD Diss., Konkuk Univ., Seoul, Korea.
- Cho, M.J. 2009. The prevalence and risk factors of dementia in the Korean elderly. Health and welfare policy forum 156:43-48.
- Chon, S.Y. 2008. Effect of horticultural therapy on the small muscles and emotional stability of senile dementia for long-term. MS Thesis, Wonkwang Univ., Iksan, Korea.
- Do, R.J. 2007. Application and effect of the horticultural therapy

- program for life quality improvement on elderly peoples in the health-longevity rural community. MS Thesis, Univ. of Seoul, Seoul, Korea.
- Ha, H.M. 2011. Effects of group art treatment reflecting reminiscence therapy on the quality of life of the elderly with mild dementia living in health care centers. PhD Diss., Daegu Univ., Daegu, Korea.
- Hamacheck, D. 1990. Evaluating self-concept and ego status in Erikson's last three psychosocial stages. *J. Counseling and development* 68:677-683.
- Jeon, B.J. 1974. Self-esteem: a test of its measurability. Yonsei univ. proceedings, Seoul, Korea.
- Jeong, J.O. 2006. A study on therapy for people with severe mental disorders through tour recreation. MS Thesis, Sangmyung Univ., Seoul, Korea.
- Jin, S.H. 2009. A Case study of group art therapy for the improvements of the life quality with seniors who has been mild dementia in day care center : focusing into interpersonal relationship. MS Thesis, Wonkwang univ., Iksan, Korea.
- Kim, H.Y. 2003. Horticultural therapy theory and practice. 2th ed. Korea horticultural therapy research center. Daegu, Korea.
- Kim, K.J. 2003. Effect of horticultural therapy on the changes of depression and self-esteem of demented old adults. MS Thesis, Honam univ., Kwangju, Korea.
- Kim, M.L, 2010. Effects of horticultural therapy program with reminiscence on the elderly with chronic diseases focusing on ego integrity and self-esteem. MS Thesis, Uiduk univ., Gyeongju, Korea.
- Kim, T.H. 2005. A study on the effectiveness of an empowerment program using horticultural therapy for the elderly. MS Thesis, Soongsil Univ., Seoul, Korea.
- Kim, Y.K. 2008. A study on the impact of the work satisfaction on the elderly's quality of life. MS Thesis Konkuk Univ., Seoul, Korea.
- Lee, D.Y., J.H. Lee, Y.S. Ju, K.U. Lee, K.W. Kim, J.H. Jhoo, J.C. Yoon, J. Ha, and J.I. Woo. 2002. The prevalence of dementia in older people in an urban population of Korea: The Seoul study. *J. Amer. Geriatrics Soc.*, 50:1233-1239.
- Lee, E.S. 2005. Effect of HT program based on reminiscence on the improvement of self-integration of the aged. MS Thesis, Konkuk univ., Seoul, Korea.
- Lee, S.H. 1999. Effect of horticultural therapy on the changes of depression and self-esteem of demented old adults. MS Thesis, Konkuk univ., Seoul, Korea.
- Lee, Y.J. 1994. The relationship between stress, social support, self-esteem, depression and anxiety. PhD Diss., Seoul Women's Univ., Seoul, Korea.
- Oang, G.S. 2006. Effects of horticultural therapy on elderly people's self-integration. MS Thesis, Pusan National Univ., Pusan, Korea.
- Son, G.C., M.K. Jo, J.E. Song, S.Y. Kim and S.S. Lee. 2010. Fact of professional horticultural therapy. Kubuk. Seoul, Korea.
- Wilson. H. S. 1989. Family care giving for a relative with Alzheimer's dementia: coping with negative choices. *J. Nursing research* 38(2):94-98.
- Yun, S.Y. 2002. Effect of horticultural therapy on the improvement of recognition ability and decrease of depression in the demented old adults. MS Thesis, Catholic Univ. of Daegu, Korea.
- You, K.O. 2011. The effects of horticultural therapy on nursing home elders'ability to respond to external stimuli and emotion. Ms thesis, Catholic univ. of Daegu, Korea.

