

미국에서의 동물보조치료

-Animal Assisted Therapy-

┃ Cynthia K. Chandler, Ph.D. / 역자 김양순교수(제주대학교 가정관리학과)

Cynthia K. Chandler, Ph.D.

Professor of Counseling, University of North Texas, Denton, TX

Director, Center for Animal Assisted Therapy, UNT

E-mail: chandler@coe.unt.edu

Website: <http://www.coe.unt.edu/CDHE/AAT>

동물보조치료(-AAT-)는 인간과 동물의 상호작용을 증진시키기 위한 활동이다. 동물보조치료의 (AAT) 효과는 이미 잘 알려져 있다. (Bruch, 1996 : Hooker, Freeman & Stewart, 2002, ; Wilkes, Shalko, & Trahan, 1989). AAT 관련 연구들이 많이 기록되고 있지만 임상적인 결과를 뒷받침할 좀 더 통제된 연구들이 필요하다. AAT는 수많은 건강 전문가들 즉, 간호사, 상담, 신체 재활, 치료적 레크레이션, 그리고 언어치료 분야에서 협동으로 일을 하여왔다.

(Gammonley, et al., 1997). 이는 학교, 상담 분야, 병원, 양로원, hospice 간호, 발달장애 시설, 청소년 감호소/보호 관찰소, 교도소 등의 다양한 환경에서 도움을 얻고있다는 결론을 보였다. (Delta Society, 1997).

동물보조치료(AAT)와 동물보조활동(AAA)의 차이를 잘 아는 것이 매우 중요하다. 대부분의 사람들이 AAT 와 AAA 두 분야를 혼돈하여 같은 범주로 알고 전부 AAT라고 부른다. 그러나 기능적으로 말하면 AAA는 치료 동물을 동반하고 방문하는

대부분의 사회활동이며, AAT는 전문적인 치료과정에서 전략적으로 인간과 동물의 상호작용을 키우기 위한 과정이다.

AAA는 인간과 동물의 연대감을 이용하여 환자의 삶의 질을 증진시켜주기 위하여 고안된 목표 지향적인 활동이다. 동물과 주인은 반드시 훈련과 심사 과정을 거쳐야한다. 활동은 치료적일 수도 있지만 그러나 전문적인 치료자에 의하여 이루어지는 것은 아니다. (Gammonley, et al., 1997). AAA는 대부분 환자를 방문하고 동물을 어루만지는 즐거운 활동이 주 임무이다. 이 활동은 때로는 동물과 관련된 것에 대한 교육도 포함된다. 하지만 AAT는 AAA와 비교할 때 인간과 동물의 상호작용에 대하여 훨씬 전문적이다.

AAT는 인간과 동물의 연대감을 치료 과정의 중요한 부분으로 설정한 목표 지향적인 활동이다. 이 일을 하게될 동물과 주인은 반드시 훈련과 심사 과정을 거쳐야하며 특별히 고안된 범주에 들어야 한다.

전문적인 치료자 즉 자신의 전문적인 분야에서 임상을 하고 있는 사람들, 치료적인 목표를 설정하는 일, 환자와 동물의 상호작용을 인도하고, 치료적인 목표를 달성해야하며, 과정을 평가해야 한다.

AAT는 아마 치료비를 지불하는 다른 치료처럼 의료보험 대상이 될 것이다. (Gammonley, et al., 1997)

물리치료(PT)에서 AAT의 예를 들어보면 환자가 개와 함께 복도의 절반까지 걸어가는 일,

혹은 쓰다듬거나 고양이털을 빗겨주는 일과 같은 모든 활동을 근육을 강화시키고 조절할 수 있도록 계획 된 것이다.

정신건강 상담과정에서 AAT는 학대받은 아동에게 개나 고양이를 부드럽게 혹은 적절하게 쓰다듬는 것과 따뜻한 관계를 맺는 것이 어떤 것인지를 가르쳐 주기도 한다.

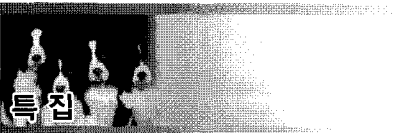
치료 동물과 인간 치료자의 따뜻하고 보호적인 태도가 결합되어 아동이 긍정적인 행동을 강화 시켜준다.

동물보조치료는 보완적인 치료라고 할 수 있다. 치료자가 이미 실시하고 있는 치료에 동물과 협동으로 전문적인 스타일의 치료과정에 참여하는 것이다.

AAT 과정은 개인 혹은 집단 치료에 통합할 수 있으며 넓은 연령층에서 집단 혹은 개인의 다양한 능력을 이용할 수 있다.

AAT는 실습 형태이며 독립적인 전문분야가 아니다. 개인이 AAT를 실행하고자 한다면 자신의 전문분야에서 요구하는 적합한 훈련을 거치고 자격증을 받아야한다. 전문 상담자 혹은 물리치료자 등...

미국에서의 동물보조치료의 시작은 1919년 W.DC에 있는 St. Elizabeth 병원의 정신병 환자에게 실내장식 비서인 Frankline K. Lane이 개를 이용하도록 제시한데서부터이다. (Burch, 1996 : Hooker, Freeman & Stewart, 2002,). 1942년 New York의 Pawling에 있는 Convalescent Pawling 공군 병원에서 Pet Therapy를 미국 군인에게 적용



하였다. 이것은 주로 재향 군인들에게 농장 일을 하도록 하는 것이었다. (Hooker, Freeman & Stewart, 2002.). St. Elizabeth 병원이나 Convalescent Pawling 공군 병원에서 실시한 프로그램은 AAT의 효과를 위한 연구 자료나 데이터를 수집하지는 못하였다.

동물보조치료를 위한 최초의 공식적인 연구 데이터는 1962년 아동 심리학자인 Dr. Boris Levinson이 자신의 관찰과 기록 자료를 “개 - 보조 치료자”라는 제목으로 정신건강이라는 잡지에 실리기전까지는 없었다.

(Levinson, 1962). Levinson은 신경증적인 아이를 치료하는 과정에서 자신의 개인 'Jingles'이 치료세션에 참여하였는데 아주 중요한 진전을 보인다는 것을 알게되었다.

그는 의사소통장애가 있거나 수줍은 아동들에게 개와 상호작용을 할 경우 효과가 크다는 것을 알게되었다. (Levinson, 1969). 애완동물은 이행기적 대상 - transitional object - 이 되어 아동과 인간 치료자 사이의 관계를 촉진 시켜 준다. Equine-assisted physical therapy (hippotherapy, 말을 이용한 물리치료)는 1960년대 공식적인 치료방법이 되었으며, 지금은 미국의 모든 동물 관련 치료 방법의 지도자 격이 되었다. 이 방법은 모든 의료보험사로부터 돈을 상환 받게 되며 널리 알려져 있다. 장애인을 위한 북미 치료승마협회 (<http://narha.org>)가 1969년 Colorado Denver에 설립되어 미국과 Canada에 700여

곳의 관련 센터가 있다.

1970년대 초 지역 낙농업 농장에서 아동들을 치료하는 센터가 생겼으며 지금은 발달장애, 정서, 행동에 문제가 있는 아동들에게 성공적으로 접근하고 있다. 이것이 바로 New York Green Chimney 아동 서비스 센터이다. Green Chimney의 농장 동물들은 아동들에게 친구가 되는 것뿐만 아니라 동기를 부여해 주고 치료적인 회복을 도와주기도 한다. (Fine, 2000).

정신건강과 관련된 AAT는 1970년 Dr. Boris Levinson에서부터 Ohio 주립 대학 정신병원의 정신분석자인 Sam & Elizabeth Corson에게까지 확대되었다. 그들이 동물을 병원 환경에 연결시키고 연구자료를 수집하게 된 첫 사람들이다. 1975년 그들의 애완동물을 양로원(양로원 거주자, 장기 접근, 주택 거주 노인들과 심각한 장애를 가진 노인들) 노인들을 대상으로 연구 한 결과 양로원 환자들에게 애완동물치료를 한 경우 노인들의 신체적, 심리적, 사회적 기술이 많이 증가하였다.

국제 치료견 (TDI) 협회는 1976년 영국에서 미국으로 이주한 간호사인 Elaine Smith에 의하여 설립되었다. (<http://www.tdi-dog.org>) TDI 본부는 New Jersey Flanders 에 있다.

Smith는 자신의 고국인 영국에서 치료견을 데리고 일하면서 미국으로 이 개념을 도입할 수 있는 행운이 있었다. “독일 셰퍼드 Phila와 Shetland sheepdog Genny를 데리고 치료

세션에서 일년이상 말을 하지 않았던 한 여성에게 말을 하도록 하였다.”(Bruch, 2003, p. 11). TDI는 미국에서 가장 오래되고 가장 큰 AAT 조직이다. 2003년에는 14,000마리의 개들이 10,621 주인들과 TDI에 등록하였다. (국제치료견 협회, 2003). TDI 주인들은 그들이 애완동물과 병원, 양로원, 치료건을 필요로 하는 그 밖의 다른 시설에서 사람들에게 안정감을 주고 친구가 되어주는 자원봉사를 하고 있다. 전문적인 간호 분야에서 AAT를 주요한 처방의 일환으로 받아들이는데 지대한 공헌을 하였다. 전문적인 간호 관련 잡지에 AAT 관련 분야는 1980년대부터 출간되기 시작하였다. (Hooker, Freeman & Stewart, 2002.). 처음에는 대부분이 환자들이 필요로 하는 것과 스트레스를 줄이는 법 그리고 가족과 직원들을 방문하는 일에서 동물이 충족시켜주는 내용을 서술하는 것이었다.

지난 몇 년 동안 간호 및 다른 건강 관련 잡지에서 좀 더 과학적인 조사가 이루어지기 시작하였다. AAT가 아동 환자의 혈압을 낮추어주고, 성인이 심근 경색이나 협심증일 경우 일년 이상 더 생존할 확률이 높은 것으로 나타났다.

1990년대에 들어서서 AAT는 아주 크게 성장하기 시작하였다. 건강잡지에서 다양한 건강관련 분야에서의 AAT 효과에 대한 실험 연구 결과를 아주 많이 발표하였다. (Hooker, Freeman & Stewart, 2002.). 또한, 이 기간 동안에 가정에서 간호하는 경우와 말기 환자

들에 대한 hospice 간호에서의 AAT 효과에 대한 연구 결과도 알려졌다.

1990년 William Thomas가 AAT에 관한 의견을 Eden Alternative - 식물/동물로 둘러싸인 건강한 자연이 있는 천국 - (Hooker, Freeman & Stewart, 2002.)와 관련하여 발표하였다. 그의 접근 방법은 건강관련 시설 자연 서식지에서 풍부한 식물과 동물을 이용하여 환자와 직원들에게 풍요로운 환경을 만드는 것이었다.

또 다른 AAT 조직은 1990년에 Pet Partner Program을 시작한 Delta Society이다. (<http://www.deltasociety.org>) 그들의 본부는 Washington의 Renton.에 있다.

최근에는 미국 50 개 주와 세계 4개국에서 6,400명이 넘는 치료동물 team을 가지고 있다. Delta Society에서는 치료견, 고양이, 새, 농장동물들을 학교, 양로원, 병원, 간호소 등의 다양한 환경에서 활용하고 있다. 많은 시설에서 Delta Society 같은 국가 자격증을 가지고 있지 않은 한 치료동물의 입장을 허용하지 않고 있는데 이러한 이유 때문에 주인/관리자와 동물이 적절한 훈련을 받고 치료적인 일을 하기 위한 준비를 해야하는 것이다. 1999년 Utah 주에서 교육과 정신 건강 분야에서 Equine Therapy를 실시하기 위하여 Equine 보조 성장 & 학습학회 (<http://www.eagala.org>)가 설립되었다. EAGALA는 연구와 교육적인 정보를 교환하기 위하여 해마다 국립 학회에 지원을 하고



있다. 동물보조치료는 1990년대에 크게 성장하였다. 건강잡지에서 다양한 건강관련 분야에서 동물보조치료의 효과에 대한 실험 연구 결과를 아주 많이 발표하였다. (Hooker, Freeman & Stewart, 2002.). AAT는 가정에서 보호하는 경우에도 효과가 있으며, 반대로 환자의 고통을 줄여주기 위하여 간호사가 방문하여 즐거움을 만들어 내는 것도 효과가 있다. (Struk & Brady, 1998). AAT는 환자와 hospice 방문자(가정에서 간호하는 말기 환자)에게도 고통과 스트레스를 줄여주었다. (Chinner, T. & Dalziel, F. 1991).

AAT는 Alzheimer 환자의 사회화 과정과 사회활동을 증진시켜주었으며 흥분을 줄여주었다는 결과가 나왔다. (Churchill, Safaoui, McCabe & Baun, 1999). 정신병 환자를 위한 AAT 연구에서 레크레이션 치료만을 실시하였을 때와 비교하면 정신건강 진단에서 불안감을 줄여주었다는 결과를 보여 주었다. (Barker & Dawson, 1998).

미국에서 AAT가 계속하여 발전하는 부분적인 이유는 지난 5년 동안 신문과 잡지, 그리고 TV에서 다음과 같은 이야기를 전달하고 있기 때문이다. Oregon 주 Eugene에 사는 Cindy Ehlers가 Husky 개와 곰이 함께 1998년 Oregon주 Springfield에 있는 Thurston 고등학교에서 총기난사사건이 있는 후 상처를 받은 학생들과 사람들을 방문하였다. 그리고 1999년 Colorado주 Littleton에 있는 Columbia 고등학교에서도 총기사건으로

상처를 받은 학생들과 사람들을 방문하였다. (Rea, 2000). Tracy Robert는 Australian 셰퍼드인 Lucy와 Dottie를 데리고 Texas주 DeSoto에 있는 Canterbury Episcopal학교에서 4-5학년 선생님 보조원으로 참여하였다. (Tarrant, 2000). Lucy와 Dottie는 아이들을 편안하게 해주고 학교의 긴장감을 풀어주었다. Dena Carselowey는 “보조 치료자”인 Labrado Retriever인 Buggs을 데리고 Kansas 주 Wichita에 있는 Minneha Core Knowledge Magnet 초등학교를 방문하였다. (Associate Press, 1999). Buggs는 학생들이 상담실에 들어서는 순간 학생들을 조건 없이 받아들여 주었다. 가끔 학생들이 개를 보러 왔으며 그곳에 머물면서 Buggs를 쓰다듬어주고 놀이를 하고 상담자에게 이야기를 하였다. 치료견 팀은 2001년 9.11일 국제 무역센터 테러 참사 희생자 가족들을 위하여 New York 적십자사를 통하여 자원봉사를 하였다. (Teal, 2002). Time지에 읽기에 어려움이 있는 아동들에게 읽는 연습을 아주 재미있게 실시할 수 있는 READ - Reading Education Assistant Dogs - 프로그램이 미국에서 급성장하고 있다는 새로운 기사가 실렸다. (Barol, 2002).


미국에서 동물보조치료와 관련된 연구와 임상은 계속 성장하고 있다. 현재 적어도 미국에서 7개의 대학교에서 전문적인 연구를 하고 있으며, AAT 훈련센터나 프로그램이 있다. Colorado State Univ., DePaul Univ.,

Purdue Univ., Univ. of Minnesota, Univ. of North Texas, Univ. of Pennsylvania, Tuskegee Univ. 등이 있다. (자료 참조). 최근 컴퓨터 전자 검색 PsychInfo에 따르면 지난 1997년부터 상담에서 AAT 관련 연구 논문과 박사 논문이 120개 있는 것으로 알려졌다.

AAT가 정신적 육체적 건강 분야에서 계속 성장하고 받아들여지는 중요한 열쇠는 세계적으로 중요한 대학들이 AAT 관련 연구와 훈련 프로그램에 참여하고 있기 때문일 것이다.

동물보조치료는 아직도 피면접자의 복지를 증진시키기 위한 새로운 분야이며, 성장하고 발전하고 있다. AAT에 참여하는 동물들, 동물을 데리고 실험하는 초보자들에게 동기를 강화시켜주고 격려해주고 영감과 치료에 대하여 통찰력을 가질 수 있도록 해야 할

것이다. 상담과 관련해서 동물을 데리고 실험하는 초보자들은 특히 실망하거나 저항하거나 자신에 대하여 빈약한 통찰력을 가지고 있거나 사회적 기술이 부족하여 인간관계를 만들지 못하는 사람들을 위하여 이 일을 한다면 특별히 새로운 도움이 될 것이다. AAT에 관련하여 새롭게 개발하려는 전문가들은 동료들로부터 저항과 비평을 받을 것이다.

물론 이러한 일은 새롭게 시작하려는 어떤 치료 방법에서도 마찬가지다. AAT에 관련된 연구와 임상은 잠재적으로 효과를 줄 것이지만 현장에서는 불편함도 주게 될 것이다. 이 일에 참여하는 사람들은 이미 인기리에 성장하고 있는 치료의 기초를 이루는 개척자가 될 것이다. 또한 당신의 동물을 데리고 일하는데서 오는 즐거움도 아주 클 것이다. 

References

- Associated Press (1999, October, 31). Therapy dogs have time for pupils. Denton Record Chronicle, p. A26.
- Barol, B. (2002). Listen, Spot. Time, May 13, p. F14.
- Burch, M. R. (1996). Volunteering with your pet : How to get involved in animal-assisted therapy. New York, NY : Macmillan.
- Delta Society. (2003). Pet Partners Program. 580 Naches Avenue, SW, Suite 101, Renton, WA 98055, tel. (425) 226-7357, website : <http://www.deltasociety.org>.
- Delta Society (1997). Animals in institutions. Renton, WA: Author.
- Fine, A. H. (2000). Animal-assisted therapy: Theoretical foundations and guidelines for practice. San Diego, CA : Academic Press.
- Gammonley, J., Howie, A. R., Kirwin, S., Zapf, S. A., Frye, J., Freeman, G., & Stuart-Russell, R. (1997). Animal-assisted therapy : Therapeutic interventions. Renton, WA: Delta Society.
- Hooker, S., Freeman, L.H., & Stewart, P. (2002) Pet therapy research: A historical review. Holistic Nursing Practice, 17 (1), 17-23.