

시설 노인들의 시간 사용이 일상생활 수행능력에 미치는 영향

홍덕기*, 강효숙**, 서민지***, 양승이****, 전병진*****

*원광대학교전주한방병원 작업치료실

**생연중학교

***서울재활병원 작업치료실

****연천고등학교

*****건양대학교 작업치료학과

국문초록

목적 : 시설노인들의 시간 사용이 일상생활 수행 능력에 미치는 영향을 알아보고, 이를 시설노인의 작업 중재 기법으로 시간 관리 및 라이프스타일 재설계의 기초 자료를 제공하고자 한다.

연구방법 : 2008년 8월 11일부터 2008년 8월 22일까지 대전광역시 소재한 S요양시설에 입소되어 있는 65세 이상의 노인 20명을 대상으로 인터뷰, 타임테이블, FIM을 사용하여 자료를 수집을 하였다.

결과 : 연구 대상자들의 일반적 특성과 일상생활수행능력에는 유의한 차이가 없었다. 능동적 기본적 일상생활활동과 수단적 일상생활활동의 시간 사용이 많을수록 일상생활수행능력은 높았다($p<0.01$). 능동적 여가의 시간 사용량이 많을수록 일상생활수행능력은 높았다($p<0.05$).

결론 : 본 연구를 통해 대전지역 시설 노인들의 시간 사용량을 알 수 있었고, 시설 노인들의 시간 사용량이 일상생활수행능력과 관련이 있음을 알 수 있었다. 시설 노인들의 시간 사용량의 효율성을 높이기 위해서 작업치료사의 역할이 요구되며 시설 노인들이 보다 능동적이며 긍정적인 삶을 유지할 수 있는 중재 방안을 마련해야 할 것이다.

주제어 : 시설 노인, 시간 사용, 일상생활 활동

1. 서론

우리나라 인구 구조의 변화 중 가장 중요하게 지켜봐야 할 사항은 노인인구의 절대적, 상대적 증가이다(통계청, 2004). 2007년 노령화 지수가 10년

전에 비해 두 배의 증가를 나타내는 등 고령화 현상이 급속히 진행되고 있다(양영순, 2007). 이러한 노인인구의 급격한 증가와 함께 노인들은 점차 경제적, 신체적 이유로 가족과 동거 할 수 없는 경우가 늘어나게 되어 무료 또는 유료시설을 이용하는

시설노인의 수가 증가하고 있다(손조옥과 이지현, 2006). 시설 노인은 경제적, 신체적 이유로 가족과 동거 할 수 없는 노인으로 무료, 실비, 유료시설을 이용하는 65세 이상의 남녀 노인을 말한다(윤진, 1997). 이런 시설에 입소하는 노인들은 사회적, 경제적 및 정서적 안정이 결핍되어 있다(Oh, 2002). 우리나라 시설 노인의 경우 재가노인에 비해 대부분 낮은 자존감과 가족으로부터의 격리, 경제적 지지자원의 부족 등으로 인해 생활만족도가 훨씬 낮다(김철웅, 문옥륜, 이상이, 유재원과 이상구, 1998). 이들은 우울, 불안정, 스트레스, 자존감 감소 등의 정서적, 행동적 문제를 가지고 있으며 주위에 대한 흥미를 상실하고 우울하여 건강의 유지, 증진에 소극적인 태도를 보인다(손조옥과 이지현, 2006). 노인의 역할 상실과 인간관계 축소 등은 자기 관리 기술에 위협을 가져올 수 있으며, 일상생활활동 수행상의 기능 감소를 야기한다(조유향, 1995). 또한 시설 노인들의 하루 일과를 살펴보면, 활동이 거의 없고 건강 유지를 위한 프로그램 참여가 미흡하여 시설 노인들의 높은 건강 요구를 충족시켜주지 못하고 있으며(성기월, 2005), 적절한 대책이 마련되어 있지 않은 실정이다(서인선, 1997).

일반 노인들의 시간 사용량에 대한 문제는 고령화 사회의 도래와 함께 사회적으로 큰 의미를 가진다(양영순, 2007). 김진욱(2006)의 보고에 의하면 노년기는 퇴직으로 인한 유급 노동시간의 감소, 사회적·가족 내의 역할 변화와 함께 갑작스런 여가시간이 증가하게 되지만 신체적 퇴행과 질병으로 인하여 외부 활동은 위축되고, 소득의 감소로 인한 경제적 여유의 부족으로 여가의 내용이나 그 질은 오히려 단순해질 수 있다. 이런 일반 노인들에 비해 시설 노인들은 일종의 ‘강제적 여가’를 보내고 있는 것으로 나타났다(곽효문, 2002). 그 내용에 있어서도 텔레비전 시청과 같은 피동적이며 제한적인 활동이 대부분인 것으로 지적되고 있다(김진욱, 2006).

작업치료에서 시간 관리는 만족감과 건강을 향상시키기 위해서 신변처리, 일, 여가 그리고 휴식의 균형 안에 계획하고 참여하는 것이다(AOTA,

1994). 시간을 효율적으로 사용하는 것은 시간을 잘 관리한다는 것이고 자기 관리 기술이 뛰어나다는 것이다. 이런 자기 관리 기술은 인간의 욕구와 감정을 균형 있게 조율하는 것으로 시간적 요구를 적절히 관리하는 것을 포함한다(Early, 2000). 시간의 불균형은 한쪽으로 치우친 작업수행 패턴의 결과로 나머지 작업 영역들의 불균형을 초래한다(Balters, Wahl, & Schmid-Furstoss, 1990; Bejerholm, 2010). 이렇듯 개인유지-일-가족-여가로 구성된 일상생활의 시간 사용량은 인간의 삶의 질 수준을 파악할 수 있는 기초가 된다(김진욱, 2006).

시간사용이 중요한 연구 주제임에도 불구하고 노인의 라이프스타일에 대한 연구가 부족하다(Ploeg et al., 2000). 우리나라의 시간에 대한 기존 연구를 살펴보면 주로 한국인의 생활세계를 전반적으로 파악하려는 것이거나(김정란, 2001; 최중후, 소선하와 노원희, 2005; 문숙재, 1996; 홍승표와 이지연, 2010), 여성의 생활세계에 주목하는 것이 대부분이었을 뿐 노인에 대한 생활시간 연구는 부족하다(김진욱, 2006). 더욱이 시설 노인에 대한 생활시간 연구가 제대로 이루어지지 않고 있는 실정이다.

따라서 본 연구에서는 시설노인들의 시간 사용량이 일상생활 수행 능력에 미치는 영향을 알아보고, 이를 시설노인의 작업 중재 기법으로 시간 관리 및 라이프스타일 재설계의 기초 자료를 제공하고자 한다.

II. 연구방법

1. 연구 대상

본 연구는 대전광역시에 소재한 S요양시설에 입소되어 있는 65세 이상의 노인을 대상으로 하였다. 전체 시설 노인 84명(남:39명, 여:45명) 중에서 무작위로 표집된 20명(남:7명, 여:13명)의 대상자에게 연구 참여에 대하여 구두로 동의를 받아 자료를 수집하였다.

2. 자료수집 방법 및 기간

본 연구의 자료 수집은 4명의 연구자가 타임테이블 작성과 일상생활 수행능력 평가를 실시하였다. 타임테이블은 각각의 연구자마다 대상자 5명을 인터뷰 및 관찰을 통해 총 20명의 시간 사용량을 기록하였다. 자료 수집 기간은 2008년 8월 11일부터 2008년 8월 22일까지 약 2주간이었다. 관찰은 주말을 제외한 요일 중에서 하루를 택하여 24시간을 측정하였다.

3. 연구 도구

1) 타임테이블

24시간 타임테이블을 기록하기 위해 통계청에서 개발한 ‘2004 생활시간조사’ 방법을 사용하였다. 생활시간조사에서 ‘작업수행에 대한 평가는 환자가 그 작업을 성공적으로 수행하는지에 대해 평가한다. 하지만 이러한 효과성뿐만 아니라 시간의 효율성을 평가하는 것이 중요하다. 효율성은 과제 완성에 소모된 시간을 고려한다(Nielson, 1993). 즉, 타임테이블에 체크된 작업의 종류와

이를 수행하는데 소모된 시간을 측정하는 것이 바로 효율성에 대한 평가이다.

통계청의 생활시간조사는 주어진 하루 24시간을 어떤 형태로 보내고 있는지를 파악하여 생활방식(life style)과 삶의 질을 측정할 수 있는 기초 자료로 제공하기 위해 이루어졌다. 통계청의 타임테이블을 사용하여 10분 단위로 주로 한 행동을 ‘주 행동’, 그 외 부차적인 행동을 ‘동시행동’ 칸에 최대한 구체적으로 기입하였다.

작성된 타임테이블은 미국작업치료사협회의 표준용어 3판(Uniform Terminology 3rd ed.)에 기초하여 13개 활동 군으로 분류하였다(American Occupational Therapy Association, 1994; Broome, Liddle, & McKenna, 2007). 능동적, 수동적 용어의 구별은 Bird와 Freemont(1991)의 시간 사용량 연구를 근거로 하여 분류하였다. 13개 활동 군 중 능동적 기본적 일상생활활동, 수동적 기본적 일상생활활동, 수단적 일상생활활동, 능동적 여가생활, 수동적 여가생활과 일반적 특성(성별, 연령, 입주기간, 학력)등 총 6개의 변수를 사용하였다. 나머지 활동 군을 제외한 이유는 일상생활수행 능력에 미치는 영향이 통계적으로 무의미하게 나타났기 때문에 제외시켰다(표 1).

표 1. 연구에서 사용된 13개 활동군과 하위 항목

활동	하위 항목
1 능동적 기본적 일상생활활동	목욕, 화장실 위생, 옷 입기, 간식 및 식사, 몸단장, 자기 관리
2 수동적 기본적 일상생활활동	목욕, 옷 입기, 몸단장, 기저귀위생
3 수단적 일상생활활동	집안 관리
4 능동적 여가생활	그림그리기, 신문보기, 산책, 라디오 듣기, 화투, 음악 감상, 흡연, 글쓰기
5 수동적 여가생활	텔레비전 시청
6 건강 관리	물리치료, 내/외부 진료, 체조, 약 복용 및 관리
7 종교 활동	예배 활동, 성경책 읽기
8 밤잠	
9 낮잠	
10 실외 이동	
11 실내 이동	
12 쉽	
13 대화	

2) 일상생활동작능력 평가

(Functional Independence Measure; FIM)

Granger 등(1987)에 의해 고안되었으며 동작수행평가 13문항, 인지능력평가 5문항으로 인지능력까지 포함한 일상생활동작 평가도구이다. 총 6개 범주의 18개 항목으로 각 항목을 7단계 점수로 최저 점수 18점, 최고 점수 126점이며 검사자간 신뢰도는 0.83~0.96이다(Granger, 1993).

3) 한국판소인지기능검사

(Mini-Mental Status Exam Korea; MMSE-K)

Folstein, Folstein과 McHugh(1975)에 의해서 창안된 것으로 인지능력을 평가하는데 가장 흔히 쓰이고 있는 도구로서 지남력, 회상능력, 주의력, 언어능력, 수리능력과 구성능력을 포함한 12가지 항목으로 구성되어 있으며, 5분에서 10분 정도의 짧은 시간 내에 환자들의 지적상태를 손쉽게 평가할 수 있는 방법이다. 이 도구의 검사자간 신뢰도는 0.99이다(권용철과 박종환, 1989).

4) 우울 측정도구(Beck Depression Inventory; BDI)

Beck(1976)의 우울 척도(Beck Depression Inventory; BDI)는 1961년 Beck이 자신의 임상 경험을 기초로 정신과적 진단에 상관없이 우울의 심도를 측정하기 위하여 고안된 것으로 인지적, 정서적, 신체적 그리고 행동적 증상들을 포함하는 21문항으로 이루어진 자기보고형 척도이다. 이 도구는 비신체적우울이 13문항, 신체적우울이 8문항으로 구성되어 있으며 각 문항마다 0점에서 3점까지의 점수가 주어지게 되고, 점수는 0점에서 63점까지가 된다. 이 도구는 한홍무, 염태호와 신영우(1986)에 의해 우리나라에서 표준화 연구가 된 것으로 총 63점 중에서 21점을 기준점으로 하여 점수가 높을수록 우울 정도가 높은 것으로 해석한다. 본 측정도구의 신뢰도 Chronbach 값은 0.89이다.

5) 자료 분석

자료 분석은 SPSS win 15.0을 사용하였다. 시설 노인들의 일반적 특성과 시간 사용량을 분석하

기 위해 기술통계를 사용하였다. 그리고 시간 사용량과 일상생활 수행 능력간의 상관관계를 분석하기 위하여 피어슨 상관분석(Pearson Correlation)과 시간 사용량이 일상생활 수행 능력에 미치는 영향을 알아보기 위해 다중회귀 분석을 실시하였다.

III. 연구결과

1. 대상자의 일반적 특성

연구 대상자의 인구사회학적 변인을 살펴보면, 남성이 35%이며 여성이 65%로 여성이 많았다. 평균 연령은 82.9세이고 최소 67세에서 96세까지로 조사되었다. 학력은 평균 4.80년으로 조사되어 초등학교를 중퇴 수준이었으며, 범위는 무학에서 고등학교 졸업까지 분포되었다. 배우자가 있는 경우는 5%이고 나머지 95%는 배우자가 없는 것으로 조사되었다. 기독교를 믿는 사람이 14명(70%)이고 불교는 3명, 무교는 2명인 것으로 분석되었다. 시설에 입소한 평균 기간이 4.0년으로 조사되었고, 최소 1년에서 최대 10년이였다.

인지·심리적 변인을 살펴보면, 한국판 소인지기능검사(MMSE-K)는 평균 17.95인 것으로 조사되었고, 범위는 최소 5점에서 최대 28점으로 분포하였다. 우울정도를 측정한 BDI는 평균 23.25로 분석되었다(표 2).

2 시설 노인들의 시간 사용량에 대한 기술 통계

연구자는 타임테이블 작업을 끝낸 후 여러 가지 활동을 13가지 작업 영역으로 분류하여 시설 노인의 하루 시간 사용량을 백분율로 환산하여 원그래프로 나타내었다(그림 1). 밤에 자는 시간이 하루 전체 시간 중 445분(32%)으로 가장 많았고 다음으로는 수동적 여가활동245분(17%), 능동적 기본적 일상생활동작 230분(16%), 능동적 여가활동 190분(13%), 의사소통 85분(6%), 휴식 60분(4%), 실내 이동 60분(4%), 종교 활동 40분(3%), 낮잠 35분(2%), 수단적 일상생활동작 30분(2%),

건강관리 20분(1%), 실외 이동과 수동적 기본적인 일상생활활동은 각각 0분(0%)으로 나타났다.

3. 시설노인의 시간 사용량과 일상생활수행 능력과의 상관관계

상관관계 분석을 통해 얻어진 결과를 보면, FIM과 능동적 기본적인 일상생활활동은 피어슨 상관관계수 0.72, FIM과 수단적 일상생활활동은 피어슨 상관관계수 0.64, FIM과 능동적 여가생활은 피어슨 상관관계수 0.50으로 양의 상관성이 있었다. 이에 비해 능동적 기본적인 일상생활활동과 수동적

표 2. 시설 노인들의 일반적 특성 (N=20)

특성	평균(표준편차)	범위	
		최소	최대
성별_남	0.35(0.49)	0	1
연령_년	82.90(7.15)	67	96
학력_년	4.80(4.50)	0	12
배우자_유	0.05(0.22)	0	1
종교_기독교	0.70(0.47)	0	1
입주기간_년	4.00(2.83)	1	10
MMSE-K	17.95(6.93)	5	28
BDI	23.25(13.87)	1	47

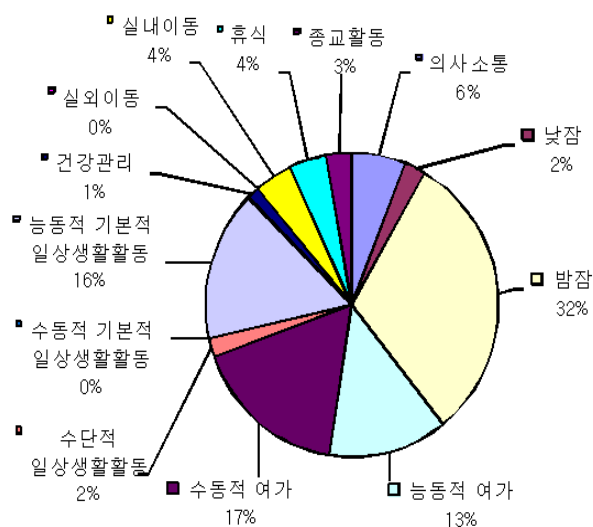


그림 1. 시간 사용에 대한 원그래프(단위: %)

기본적 일상생활활동은 피어슨 상관관계수 -0.44, 수동적 여가와 능동적 기본적인 일상생활활동은 피어슨 상관관계수 -0.40의 부적 상관성이 있는 것으로 분석되었다(표 3).

4. 시설노인의 일상생활수행능력에 미치는 요인

시설 노인의 일상생활수행능력에 미치는 변수를 확인하기 위해 수동적 기본적인 일상생활활동, 능동적 기본적인 일상생활활동, 수단적 일상생활활동, 수동적 여가, 능동적 여가, 일반적 정보(성별, 연령, 입주기간, 학력)를 다중회귀분석 하였다(표 4). 종속변수인 일상생활수행능력에 따른 회귀계수와 F값, 수정된 R²값과 유의확률을 2개의 모형에 따라 제시하였다. 모형1은 일상생활수행능력에 일상생활의 하위 항목 시간량을 사용하여 분석하였고 모형 2에서는 인구사회학적 변인을 통제변수로 사용하여 분석하였다.

그 결과 모형 1에서 일상생활수행능력을 유의하게 설명하는 변수는 능동적 기본적인 일상생활활동 시간량($\beta=0.21$, $p=0.01$)과 수단적 일상생활활동 시간량($\beta=0.37$, $p=0.01$)으로 나타났으며, 일상생활수행능력을 설명하는 설명력이 70%인 것으로 분석되었다($F=9.93$, $p=0.00$). 즉, 수단적 일상생활활동 시간량과 능동적 기본적인 일상생활활동 시간량이 많을수록 일상생활수행능력이 높음을 확인하였다. 모형 2에서 일상생활수행능력을 유

표 3. 시간 사용량과 일상생활수행능력간의 상관관계

	FIM	PBADL	ABADL	IADL	PL
PBADL	-0.32				
ABADL	0.72***	-0.44*			
IADL	0.64**	-0.34	0.34		
PL	-0.19	0.05	-0.40*	-0.10	
AL	0.50*	-0.15	0.25	0.19	0.21

* $p<0.05$, ** $p<0.01$, *** $p<0.001$

PBADL: Passive BADL, ABADL: Active BADL, PL: Passive Leisure, AL: Active Lesiure

표 4. 일상생활수행 능력에 영향을 미치는 요인

변수	모형 1	모형 2
수동적 기본적 일상생활활동	0.16	0.21
능동적 기본적 일상생활활동	0.21**	0.17
수단적 일상생활활동	0.37**	0.43*
수동적 여가	0.00	0.01
능동적 여가	0.10	0.09
성별_남성		3.82
연령_년수		0.44
입주기간_년수		-1.54
학력_년수		0.18
상수	44.20*	15.93
F	9.93***	6.09**
수정된 R ²	0.70	0.71

*p<0.05, **p<0.01, ***p<0.001

의하게 설명하는 변수는 수단적 일상생활활동($\beta=0.43$, $p=0.01$)으로 나타났으며, 일상생활수행능력을 설명하는 설명력은 71%인 것으로 분석되었다($F=6.09$, $p=0.01$). 즉, 수단적 일상생활활동의 시간량이 많을수록 일상생활수행능력이 높음을 확인하였다(표 4).

IV. 고 찰

본 연구에서는 시설 노인들의 시간 사용량이 일상생활 수행능력에 미치는 영향에 대해 알아보았다. 대상자들의 입주 기간은 최소 1년에서 최대 10년으로 평균 4년이였다. 입주 기간이 일상생활수행 능력에 미치는 영향을 알아본 결과 유의하지 않았지만 입주 기간이 길수록 일상생활수행 능력이 저하되는 경향을 보였다($\beta=-1.54$). 연구자가 관찰한 입주 기간이 긴 대상자들일수록 주로 침대에 누워있고 보조원들의 도움을 받아 생활하고 있었다. 이는 시설에 입주하는 기간이 길어질수록 의지가 저하되고 능동적으로 작업을 수행하려하기보다 의존적으로 생활하는 것에 익숙해지기 때문인 것으로 생각된다.

한국판 소인지 기능검사(MMSE-K)는 24점 이

상이 정상, 18~23점은 경도의 인지장애, 17점 이하는 중증인지장애로 정의한다(오민아, 신육오, 이태용과 김정선, 2003). 본 연구 대상자들의 평균 점수는 17.95점으로 경도의 인지장애가 있는 것으로 판단되었다. 이를 구체적으로 살펴보면 20%는 정상, 35%는 경도의 인지장애가 있으며 45%는 중증인지장애가 있는 것으로 조사되었다. 이재신과 전병진(2007)의 연구에서도 시설 노인의 한국판 소인지 기능검사 평균 점수가 19.1점으로 경도의 인지 장애가 있다는 결과와 일치한다.

BDI는 시설 노인들의 우울정도를 측정하기 위해 실시한 것으로 평균 23.25점으로 나타났다. 한홍무 등(1986)의 연구에 의하면 총 63점 중에서 21점을 기준점으로 하여 점수가 높을수록 우울정도가 높은 것으로 본다. 이에 따르면 본 연구의 시설 노인들은 경도의 우울 증상을 보였다. 이영순, 구성자와 한명주(1998)의 연구결과에서도 노인들은 전체적으로 약간의 우울한 경향을 나타냈으며, 특히 시설노인이 재가노인보다 우울의 정도가 심하다고 보고하고 있다.

시설 노인들의 각 활동에 대한 시간 사용량을 살펴보면 대부분의 시간을 수면과 여가생활, 기본적 일상생활활동에 상대적으로 많은 시간을 사용하고 나머지 영역에 할당된 시간은 적었다. 그 중에서도 시설 노인들은 여가 영역에서 많은 시간을 사용하고 있었는데, 특히 텔레비전 시청과 같은 수동적인 여가에 보내는 시간이 많았다. 이는 김진욱(2006)의 연구에서 노인들은 여가 시간의 절반 이상을 텔레비전 시청과 같은 수동적인 대중매체 이용에 허비하고 있다는 연구 결과와 일치한다. 본 연구에서 수동적 여가시간이 일상생활수행 능력에 미치는 영향은 유의하지 않았지만 텔레비전 시청과 같은 수동적 여가시간이 많을수록 일상생활수행 능력이 저하되는 것을 알 수 있다($\beta=-0.19$). 그러므로 시설에서 다양하고 능동적으로 참여할 수 있는 여가 프로그램이 조성되어 시설 노인들이 효율적인 시간 사용을 할 수 있도록 해야 할 것이다. Broome 등(2007)의 연구에 의하면 일반 노인들은 일, 자원봉사, 가족 돌보기, 학업 등의 생산적인 활동 수행이 시간

사용의 대부분을 차지하고 있었다. 하지만 본 연구의 시설 노인들은 신체적, 환경적 제약으로 생산적인 활동이 거의 이루어지지 않고 있었다. 이는 시설이라는 특성상 생산적 활동을 할 기회가 배제되기 때문으로 보인다. 그러므로 시설은 시설 노인들이 생산적인 활동을 할 수 있도록 계획을 세워 자신의 삶에 주도적으로 참여할 수 있도록 기회를 제공하여야 할 것이다.

일반적으로 기능의 독립정도를 측정하는 방법 중에서 널리 쓰이는 것은 일상생활동작을 평가하는 것이다(나은우, 배하석, 전세일, 장지창과 이일영, 1995). 연구 결과를 살펴보면 시간 사용량에 있어서, 능동적 기본적 일상생활활동의 시간 사용량이 많을수록 일상생활수행능력은 높게 나타났다($\beta=0.21$, $p=0.01$). 또한 환경과 상호작용하는데 있어서 좀 더 복잡하고, 높은 목표에 달성하기 위한 수단적 일상생활활동의 시간 사용량이 많을수록 일상생활수행능력이 높게 나타났다. Fricke과 Unsworth(2001)의 연구에서도 시간 사용과 수단적 일상생활은 서로 밀접한 관련이 있음을 보고하였으며, 본 연구 결과에서도 시간 사용량과 일상생활과의 상관성을 확인하였다. 수단적 일상생활활동의 정의처럼, 보다 높은 수준을 요구하고 환경과의 상호작용을 필요로 하는 수단적 일상생활활동이 다른 활동보다 일상생활수행능력에 영향을 미쳤다. 하지만 시설 노인들은 자신이 능동적으로 수행할 수 있음에도 불구하고 보조원들의 도움을 받아 의존적인 생활을 하고 있다. 또한 환경의 제약으로 인해 수행할 수 있는 활동의 수도 제한적이다.

시설 노인들의 균형 잡힌 시간 사용량은 작업치료의 새로운 목표가 되어야 한다. 라이프스타일의 일부로서 작업수행을 바라보는 관점은 작업치료의 목표와 중재 과정에서 중요하다(김영근, 2005; Christiansen & Baum, 1997). 그리고 작업치료사는 시설 노인들이 작업수행에서 더 많은 만족감을 얻기 위해 스스로가 시간을 조직하고 사용하는 방법을 습득하도록 방안을 찾아야 한다. 무엇보다 시설 노인들이 성공적인 노화를 실현하고, 삶의 질을 향상 시키며, 그들 삶의 적절

한 작업 균형을 재창조하기 위하여 삶의 균형을 조절해 주는 작업치료사의 역할이 중요하다(전병진, 2010).

본 연구의 제한점은 65세 이상의 노인 수가 기존 연구들에 비해 적어 결과의 유의성을 계산하기 어려웠다. 그리고 대상자 중 80세 이상 그룹이 15명(75%)으로 연령대 비율이 고르지 못하였으며 한 기관에서만 자료를 수집하였다. 향후 연구에서는 여러 지역의 기관을 대상으로 균형 있는 시간 사용량을 위한 중재방법을 이끄는 데 노력을 해야 할 것이다. 또한 자료 수집 기간 중 평일 하루 동안의 타임테이블을 기록하였는데, 김진욱(2006)의 연구에 의하면 노인은 평일보다는 주말에 더 많은 여가시간을 보내는 것으로 보고되었다. 따라서 이후 연구에서는 시설 노인에게 대해 주말을 포함한 기간 동안의 연구가 이루어져야 할 것이다.

시간 사용의 관리는 환경적·기능적인 제한으로 삶의 균형이 깨져있는 시설 노인들에게 삶에 대한 목적의식을 높여 내적 동기를 이끌어내고 라이프스타일을 재설계함으로써 시설에서 보다 질 높은 삶을 영위할 수 있게 한다. 그러므로 작업치료사는 시간 사용량의 불균형으로 인해 효율적으로 시간 사용량을 하지 못하는 시설 노인에게 대하여 중재하는 것이 중요하다. 향후 이러한 문제점을 보완하여 좀 더 깊고 세분화된 시설 노인의 시간 사용량에 대한 연구가 진행될 필요성이 있다.

V. 결 론

본 연구는 대전지역 시설 노인 20명을 대상으로 시간 사용량이 일상생활수행능력에 미치는 영향을 알아보고 시설 노인의 작업 중재 기법으로 시간 관리 및 라이프스타일 재설계의 기초 자료를 제공하고자 진행되었다. 자료 수집은 인터뷰를 통해 일반적 특성(성별, 연령, 입주기, 학력)을 수집하고 타임테이블을 사용하여 하루 시간 사용량, FIM을 통해 일상생활수행능력을 평가하였다.

시설에 거주하는 노인들의 일상생활수행능력에 시간사용량이 미치는 요인을 알아 본 결과 모형 1에서는 수단적 일상생활활동 시간량과 능동적 기본적 일상생활활동 시간량이 많을수록 일상생활수행능력이 높음을 확인하였다. 모형 2에서는 수단적 일상생활활동의 시간량이 많을수록 일상생활수행능력이 높음을 확인하였다. 따라서 작업치료사들이 시설에 거주하는 노인들의 일상생활수행능력을 중재하는 과정에서 생활시간 사용에 대하여 고려해야 한다.

참 고 문 헌

- 곽효문. (2002). 노인의 여가생활과 문화복지적 접근. **한국노인복지학회지**, 17, 27-49.
- 권용철, 박종한. (1989). 노인용 한국판 Mini Mental State Examination(MMSE-K)의 표준화 연구: 제1편 MMSE-K의 개발. **대한신경정신의학회지**, 28(1), 125-135.
- 김영근. (2005). 효율적 작업수행을 위한 라이프스타일 분석 연구. **대한작업치료학회지**, 13(2), 51-61.
- 김정란. (2001). 우리나라 국민의 생활방식에 기초한 균형생활 지표 개발. **통계분석연구**, 6, 1-24.
- 김진욱. (2006). 한국 노인의 생활시간에 관한 연구. **한국노인복지학회**, 32, 149-177.
- 김철웅, 문옥륜, 이상이, 유재원, 이상구. (1998). ADL(Activities of daily living)을 이용한 무료노인요양시설 수용노인의 돌봄 필요도에 관한 연구. **예방의학학회지**, 31(3), 564-578.
- 나은우, 배하석, 전세일, 장지찬, 이일영. (1995). Modified Barthel Index와 Modified Lambeth Disability Screening Questionnaire를 이용한 노인의 기능평가, **대한재활의학학회지**, 19(3), 559-571.
- 문숙재. (1996). **생활시간연구**. 서울: 신정.
- 서인선. (1997). 양로시설 입소 노인의 생활시간과 생활실태. **한국노년학회지**, 6, 19-31.
- 성기월. (2005). 시설 노인의 건강보존에 관한 도구 개발. **대한간호학회지**, 35(1), 113-124.
- 손조욱, 이지현. (2006). 걷기 운동이 양로시설 여성 노인의 생리적 지수, 체력, 자아존중감, 우울과 생활만족도에 미치는 효과. **지역사회간호학회지**, 17(1), 5-25.
- 양영순. (2007). 고령사회에서 노인의 시간사용과 역할에 관한 연구. **한국사회복지조사연구**, 16, 1-26.
- 오민아, 신육오, 이태용, 김정선. (2003). MMSE를 이용한 도시지역 노인들의 인지기능검사 성적. **충남의대잡지**, 30(2), 101-113.
- 윤진. (1997). **성인노인심리학**. 서울: 적성출판사.
- 이영순, 구성자, 한명주. (1998). 시설노인과 재가노인의 식습관과 정신건강상태에 관한 실태조사. **한국식생활문화학회지**, 13(5), 475-486.
- 이재신, 전병진. (2007). 노인요양시설 이용자의 특성에 관한 연구: 사전조사. **고령자치매 작업치료학회지**, 1(1), 7-15.
- 전병진. (2010). **노인의 생활시간 사용과 작업군형에 영향을 미치는 요인에 대한 연구**. 박사학위논문, 성균관대학교, 서울
- 조유향. (1995). **노인보건**. 서울: 현문사.
- 최종후, 소선하, 노원희. (2005). 생활시간 조사의 탐색과 분석. **응용통계**, 20, 33-64.
- 통계청. (2004). **한국통계연감**. 대전: 통계청.
- 한홍무, 염태호, 신영우. (1986). Beck Depression Inventory의 한국판 표준화 연구, 정상집단을 중심으로. **신경정신의학회지**, 25(8), 487-502.
- 홍승표, 이지연. (2010). 한국인의 생애주기별 작업영역에 대한 시간사용. **대한작업치료학회지**, 18(1), 95-105.
- American Occupational Therapy Association. (1994). Uniform terminology for occupational therapy-Third edition. *American Journal of Occupational Therapy*, 48(11), 1047-1054.
- Bird, C. E., & Freemont, A. M. (1991). Gender, time use and health. *Journal of Health and Social Behaviour*. 32(2), 114-129.
- Christiansen, C. H., & Baum, C. M. (1997). *Occupational Therapy: Enabling function and Well-being*(2nd). Thorofare, NJ: Slack.

- Balters, M. M., Wahl, H. W., & Schmid-Furstoss, U. (1990). The daily life of elderly Germans: Activity patterns, personal control, and functional health. *Journal of Gerontology*, 45(4), 173-179.
- Bejerholm, U. (2010). Occupational balance in people with schizophrenia. *Occupational Therapy in Mental Health*, 26(1), 1-17.
- Broome, K., Liddle, J., & McKenna, K. (2007). What older people do: Time use and exploring the link between role participation and life satisfaction in people aged 65 years and over. *Australian Occupational Therapy Journal*, 54(4), 273-284.
- Early, M. B. (2000). *Mental Health concepts and techniques for the occupational therapy assistant*. (3rd ed.). Washington, DC: Lippincott Williams & Wilkins.
- Folstein, M. F., Folstein, S. E., & McHugh, P. R. (1975). "Mini-mental state" A practical method for grading the cognitive state of patients for the clinician. *Journal of Psychiatric Research*, 12(3), 189-198.
- Fricke, J., & Unsworth, C. (2001). Time use and importance of instrumental activities of daily living. *Australian Occupational Therapy Journal*, 48(3), 118-131.
- Granger, C. V. (1993). Functional assessment scale: a study of person after stroke. *American Journal of Physical Medicine and Rehabilitation*, 74(2), 133-138.
- Nielson, J. (1993). *Usability engineering*. Boston: Academic Press.
- Oh, G. O. (2002). *A case study on the needs to hospice care in the institution for the aged*. Unpublished master thesis, Hansung University of Korea, in Seoul.
- Ploeg, M. V., Altonji, J., Bradburn, N., DaVanzo, J., Nordhaus, W., & Samaniego, F. (2000). *Time-use measurement and research*. Washington, DC: National Academy Press.

Abstract

The Effects of Time-use on the Elderly for Facilities in Activity of Daily Living

Hong, Deok-Gi*, B.H.Sc., O.T., Kang, Hyo-Suk**, B.H.Sc., S.E., Seo, Min-Ji***, B.H.Sc., O.T.,
Yang, Seung-i****, B.H.Sc., S.E., Jeon, Byoung-Jin*****, Ph.D., O.T.

*Dept. of Occupational Therapy, Wonkwang University of Oriental Medical Hospital

**Saeng-yeon Middle School

***Dept. of Occupational Therapy, Seoul Rehabilitation Hospital.

****Yeon-cheon High School

*****Dept. of Occupational Therapy, Konyang University

Objective : The purpose of this study was to investigate the effects of the activities of daily living on time-use of the Elderly in facility. This study is also to provide basic data of the redesign time management and lifestyle as occupational therapy.

Methods : The subjects were 20 elderly people (over 65 years) who live in S institution of Daejeon from August 11th, to August 22th in 2008. We used time table, interview and FIM which was to evaluate the ability to collect the general characteristics of these subjects(gender, age, moving period, education).

Results : There was no significant different between the general characteristics of the subjects and activity of daily living. The more they spent time in Active BADL and IADL, the more they got higher scores in ADL performance ability($p < 0.01$). The more they spent time in the more they got higher score in ADL performance ability($p < 0.05$).

Conclusion : We could know the amount of spending time of the elderly in Daejeon area facility and it related to activity of daily living. To improve the efficiency of time-use of the elderly, it is needed the role of occupational therapists. They should prepare a intervention to maintain active and positive life of the elderly.

Key words : Activities of daily living, Facility elderly, Time use