

건강증진 및 만성질환관리 교육운영에 관한 연구: 포커스 그룹 인터뷰

임효남*, 김설희*, 황혜정**, 김광환*
*건양대학교 교수
**건양사이버대학교 교수
hnlm@konyang.ac.kr

A Study on Health Promotion and Chronic Disease Management Education : Focus Group Interview

Lim HyoNam*, Kim Seol-Hee*, Hwang Hye-Jeong**, Kim Kwang-Hwan*
*Professor of Konyang University
**Professor of Konyang Cyber University

요약

본 연구는 건강증진 및 만성질환관리를 위한 교육 프로그램 개발을 위해 복지관 교육운영 담당자를 대상으로 건강 증진 및 만성질환 관리 교육운영의 필요성과 실제 운영에 필요한 세부내용을 파악하여 웰에이징을 위한 건강증진 및 만성질환관리 교육프로그램 개발을 위한 기초자료를 제공하기 위해 포커스그룹 인터뷰로 시행되었다. 본 연구의 참여자는 복지관 교육담당 전문가 11명이었다. 포커스그룹 인터뷰는 온라인(zoom)을 활용하여 그룹 당 5명, 6명으로 총 2그룹으로 진행하였으며, 그룹 당 약 1시간 30분 동안 인터뷰를 진행 후, 추가 질문은 개별연락을 통해 개인 면담을 시행하였다. 연구결과 참여자들은 실습 중심의 교육, 지속적인 관리, 지역사회와의 협력을 통해 더 나은 교육운영이 이루어질 수 있음을 강조하였다. 추가적으로 예산확보와 협력체계 구축이 필요하다는 의견이 많았으며, 이는 프로그램의 지속 가능성을 높이는 데 중요한 요소로 작용할 것으로 보인다.

1. 서론

우리나라는 2026년 고령 비율이 20%를 넘는 초고령 사회로 진입할 것으로 예상된다. 노인의 기대수명은 82.7세로 증가하고 있으며, 만성질환의 발생률도 증가하고 있어 이로 인해 삶의 질과 만족도가 낮아질 수 있다[1]. 만성질환 관리는 적절한 생활 습관을 통해 이루어질 수 있으며, 건강 증진 활동은 이를 위한 중요한 요소이다. 그러나 개인의 노력만으로는 한계가 있으므로 교육의 필요성이 제기된다[2]. 웰에이징은 신체적, 정신적 기능을 유지하며 건강한 노후를 준비하는 것과 관련이 있다[3]. 이 연구는 복지관 교육 담당자를 대상으로 건강 증진 및 만성질환 관리 교육 프로그램 개발을 위한 포커스 그룹 면담을 통해 교육운영의 필요성과 운영에 필요한 세부내용 및 교육프로그램 개발을 위한 기초 자료를 수집하고자 하였다.

2. 본론

본 연구의 대상자는 연구참여에 동의한 복지관 교육운영 담당 전문가 11명이었다. 포커스 그룹 인터뷰

는 2024년 1월에 진행되었으며, 대상자 수는 그룹 당 5~10명이 적합하다는 선행 문헌의 고찰결과에 따라 그룹 당 6명씩 총 2그룹, 12명을 대상자로 선정하였으나 1명의 대상자가 인터뷰 일정 조정 등의 어려움을 호소하며 탈락하여 그룹 당 각 5명, 6명으로 총 2그룹, 11명을 대상으로 시행하였다. 포커스 그룹 인터뷰는 온라인(zoom)을 활용해 각각 1시간 30분 동안 진행되었다. 대상자는 남자가 5명, 여자가 6명이었으며 평균 나이는 35.5세였다. 근무지역은 대전(3명), 서울(3명), 인천(2명), 경기도(2명), 강원도(1명)이었고, 평균 근무 경력은 11년이었다.

연구결과 교육 프로그램 운영 현황에서는 대부분의 복지관에서 건강증진 및 만성질환관리 프로그램이 운영되고 있으며, 주로 외부 기관과의 연계를 통해 운영하고 있었다. 건강관리 교육은 평균적으로 월 1회 또는 2회 진행되며, 실습과 강의를 결합된 형태가 일반적이었다. 연구대상자는 자신의 기관에서 어떤 프로그램을 운영하는지와 어떤 효과를 보았는지에 대해 상세하게 설명하였으며, 구체적인 프로그램의 지속성과 실습의 중요성을 강조하였다.

교육 프로그램의 효과와 필요성에 대해서는 교육 프

로그램이 지역주민들에게 긍정적인 반응을 얻고 있으며, 실생활에 적용할 수 있는 내용이 많다는 점을 강조하였다. 특히 치매나 심혈관질환과 같은 만성질환관리에 대한 교육이 필요하다는 의견이 많았다. 대상자들은 교육 프로그램이 집중력이 떨어지기 쉬운 노인을 대상으로 하므로 교육시간과 방식에 대한 고려가 필요하다고 지적하였다.

제안 및 개선 사항으로는 프로그램의 지속성과 실습 위주의 교육방식이 중요하다고 의견을 모았으며, 실질적으로 건강관리에 도움이 되는 내용을 포함해야 한다고 강조하였다. 또한 교육의 참여도를 높이기 위해 퀴즈나 실습 등을 통해 흥미를 유도하는 방법이 효과적이라는 의견이 있었다.

3. 논의 및 결론

본 연구를 통해 각 복지관에서 현재 실시되고 있는 건강증진 및 만성질환 관리 프로그램의 현황과 효과 및 개선 사항을 파악할 수 있었다는데 의의를 둘 수 있다. 연구대상자들은 실습 중심의 교육, 지속적인 관리, 그리고 지역사회와의 협력이 긍정적인 결과를 가져오는 데 중요한 역할을 한다고 강조하였다. 또한, 예산 확보와 협력 체계 구축의 필요성에 대한 의견이 많았으며, 이는 프로그램의 지속 가능성을 강화하는 데 핵심적인 요소로 작용할 것으로 보인다. 이러한 논의는 향후 건강증진 및 만성질환관리 교육 프로그램의 전략과 발전 방향에 중요한 시사점을 제공한다고 할 수 있다.

참고문헌

- [1] J. S. Park, Y. J. Oh, "Health Promotion Behavior, Perceived Health Status, Social Participation and Empowerment in Frail Elderly Receiving Home Visiting Services", *Journal of Korean Public Health Nursing*, Vol. 31, No. 2, pp. 244-256, 2017.
- [2] H. Song, H. S. Kim, "Convergence Factors Influencing Perceived Health Status, Health Promotion Behavior and Anxiety of Dementia Development in the Elderly Participation in Local Expos on Health-related Quality of Life", *Journal of the Korea Convergence Society*, Vol. 11, No. 7, pp. 41-49, 2020.
- [3] Y. H. Kim, K. S. Park, E. Y. Jin, "Effects of Well-aging

Program on Community Dwelling Elderly", *The Journal of Korean Nursing Research*, Vol. 3, No. 4, pp. 23-35, 2019.