



**Alzheimer's Disease  
International**

10/66 치매연구그룹

**조호자의 돌봄 지원**

**강사 매뉴얼**



Published by Alzheimer's Disease International (ADI), London. 2009  
Copyright © Alzheimer's Disease International

**국제알츠하이머협회(ADI)에서 발간한 간행물(영문)을 제주특별자치도 광역치매센터에서 한국어판으로 번역하였습니다.**

번역: 박소담<sup>1)</sup> 김지애<sup>1)</sup> 윤혜영<sup>1)</sup> 장은영<sup>1)</sup> 함인선<sup>1)</sup> 박경희<sup>1)</sup>

감수: 박준혁<sup>1,2)</sup>

1) 제주특별자치도 광역치매센터

2) 제주대학교병원 정신건강의학과

10/66 치매연구그룹

# 조호자의 돌봄 지원

보건요원의 ‘조호자의 돌봄 지원’ 중재 교육시 사용 매뉴얼

## 목차

커리큘럼	3
상담 시 주의사항	4
모듈 1 평가	7
모듈 2 치매에 관한 정보	11
모듈 3 치매의 행동 증상	13
강화	15



## 커리큘럼

보건요원의 10/66 조호자 중재 프로그램 ‘조호자의 돌봄 지원’을 위한 교육

교육의 목적은 교육생이 다음의 영역에서 치매가족과 함께 할 수 있는 지식과 기술을 얻도록 하는 것이다.

- 1) 일반적인 상담 기술
- 2) 간단한 평가를 통해 지역사회 내 치매 사례 확인하기
- 3) 치매 가족이 이용 가능한 자원과 치매환자를 돌보면서 경험한 문제 확인하기
- 4) 치매, 치매의 원인, 전형적인 진행 단계, 그리고 치료 가능성에 대해 가족 구성원 교육하기
- 5) 일반적인 돌봄 전략들에 대해 가족 구성원 교육하기
- 6) 특정 문제 증상의 간단한 대응 전략에 대해 가족 구성원 교육하기
- 7) 돌봄을 위해 가족의 기능을 최대로 끌어올리기

교육은 2일에 걸쳐 진행된다.

- 1일차 - 오전 일반적인 상담 기술
- 1일차 - 오후 모듈 1: 치매의 초기 평가
- 2일차 - 오전 모듈 2: 치매 교육
- 2일차 - 오후 모듈 3: 행동 증상 관리 교육

교육이 끝나면, 각 교육생들은 강사의 지도 하에 실습에 대한 자세한 피드백을 받으면서 실제 가족과 함께 중재하는 연습을 한다.

## 1일차 오전

# 상담 시 주의사항

### 중재의 일반적인 원칙

강사는 먼저 자료를 검토하고, 교육생들이 배운 것을 토대로 그들에게 익숙한 상황에서 실습할 수 있도록 한다. 예를 들어, 교육생이 주로 모자 보건 영역에서 일한다면 강사는 울음을 그치지 않는 아이의 엄마, 혹은 피임을 원치 않는 남편의 아내 등의 역할을 맡아 역할극을 할 것이다. 최소한 교육생이 먼저 경청하는 법, 공감하는 법, 엄마라는 특정 상황에 맞춰 조언하는 법을 학습하도록 한다.

### 가족과의 관계맺기

1. 당신의 중재가 효과적이려면 우선 가족의 신뢰와 믿음을 얻을 필요가 있다. 이것은 여러 세션을 통해 달성된다. 당신은 가족 구성원이 염려하는 것에 집중하고, 귀를 기울일 필요가 있다. 가족의 문제들을 이해하고 있음을 보여줘야 한다. 가족은 환자와 그에 따른 문제들을 당신보다 더 잘 알고 있다. 그러니 가족을 가르치려 해서는 안된다. 간단하고 명확한 언어로 말할 수 있도록 노력하기 바란다.
2. 가족에게는 대개 대부분의 의사결정을 하는 한 명이 존재한다. 아버지가 리더로 생각이 되는 가족도 있지만 실제로 어머니가 가족을 위해 모든 결정을 내리고 있을 수 있다. 가족의 리더와 함께 중재하거나 또는 리더의 지지를 받을 수 있다면 중재는 더욱 효과적일 것이다.
3. 힘들더라도 가족의 긍정적인 면을 찾아보라. 그리고 그들의 성과를 칭찬하기 위해 긍정적인 면을 강조하라. 이는 자신감과 자기 효능감을 증가시킨다. 가족이 어떠한 긍정적인 변화를 인정하지 않는다 하더라도 언쟁해서는 안된다. 대신에 느리게 변화될 수도 있음을 반복해서 얘기하는 것이 좋다.
4. 가족들에게 치매환자의 질병에 대한 걱정과 염려를 표현할 수 있는 기회를 제공하라. 가족 구성원들은 그들의 걱정거리를 털어놓고 나서 안도감을 느낄 것이다. 이것은 당신과 가족 사이의 유대감을 강화시킨다. 그들의 문제에 대해 즉각적인 해결책이나 제안을 제공할 필요는 없다.
5. 문제 해결 방법을 조언하기 전에 모든 가족 구성원들의 의견을 들어보라. 중립을 지켜야 하고, 한 쪽의 편을 들어서는 안된다. 편들기는 부정적인 영향을 미칠 수 있기 때문이다.
6. 가족에게 접근함에 있어 유연할 필요가 있다. 가족들은 당신이 이번 세션에서 접근하려고 계획했던 것과 다른 요구를 가지고 올 수 있다.

## 상담 기술

### 1. 경청

정확한 듣기는 효과적인 관계로 발전시키고, 가족 간의 대화를 돕고, 그들의 감정을 경험하고 표현하는데 중요하다. 다음의 방법으로 당신의 흥미와 관심을 보여줄 필요가 있다.

- a) 몸을 약간 앞으로 기울이기: 당신이 대화에 집중하고 있다는 것을 나타내고, 상대방이 말을 할 수 있도록 격려한다.
- b) 적당한 눈 맞춤 유지하기: 빨리 쳐다보지 말아야 한다. 가족 구성원에게 통제당하고 있다는 느낌을 줄 수 있다. 자주 아래를 내려다보거나, 다른 곳을 쳐다보는 것은 긴장과 지루함을 나타내는 표현으로 보일 수 있다.
- c) 적절한 얼굴 표정짓기: 미소를 띤 친근하고 편안한 표정은 보통 흥미를 나타낸다.
- d) 고개 끄덕이기: 고개를 끄덕이는 것은 가족에게 보상으로 여겨질 수 있고, 당신이 집중하고 있다는 메시지를 보여준다.
- e) 편안한 자세 유지하기: 털썩 주저앉거나 구부정하지 않은 편안한 자세는 당신이 경청하고 있다는 것을 보여준다. 뻣뻣한 자세, 손가락을 두드리거나 폼지락거리는 것은 긴장하고 있는 것처럼 보이게 할 수 있다.

### 2. 공감

공감은 조호자들의 감정을 이해하고 있음을 보여주는 것을 포함한다. 예를 들어, 당신은 아래와 같이 말할 수 있다:

‘그것 참 속상했겠군요’ 또는 ‘저였어도 너무 화가 났을 거예요’

### 3. 재확인

조호자가 당신에게 말한 것을 약간 다른 단어를 사용해서 확인하고 요약하는 것이 좋다.

예를 들어:

‘당신이 얘기한 내용을 제가 잘 이해했는지 한번 확인해 볼게요. 당신은 어머니를 돌보는 데 있어 형제들의 지지에 만족하지 못하고, 그들이 당신이 얼마나 힘든지 이해하지 못한다고 생각하고 있습니다.’ 또는 ‘아버지의 비난이 당신이 가장 대처하기 어려운 문제 중 하나라는 나의 생각이 옳은가요?’

### 4. 침묵

당신이 너무 많은 말을 하면 가족 구성원들이 대화를 중단할 수 있다. 침묵을 유지하는 것은 가족들이 스스로의 생각과 감정을 좀 더 깊이 들여다 볼 수 있는 여지와 격려를 제공한다. 긴 침묵은 다음 중 어느 하나를 의미할 수 있다:

- a) 가족 구성원들 간 소통이 없다.
- b) 그들은 화가 났다.
- c) 그들은 더 드러내는 것을 두려워한다.
- d) 그들은 하고 싶은 말을 끝냈다.

## 가족의 치료 참여 유지하기

일단 가족이 첫 번째 세션에 참여하면 세션 참여를 유지하도록 격려하는 것이 주요 과제이다. 세션을 중단하는 이유는 다음과 같다.

- a) 도움 제공에 대한 과거의 좋지 않은 경험
- b) 중재에 대한 비현실적인 기대와 갈등
- c) 결과에 대한 비관
- d) 가족 구성원들이 그 질병에 대해 받는 비난

가족이 중재 과정에 참여하지 않는다면 더 이상 도움을 받기 힘들 것이다.

다음을 알아보는 것이 중요하다.

- a) 가족들이 과거에 전문적인 도움을 받은 경험
- b) 가족들이 당신으로부터 기대하는 것
- c) 얻을 수 있는 것에 대한 어떠한 부정적인 감정

당신은 이번 중재로부터 현실적으로 기대할 수 있는 것들을 설명해야 한다.

## 실습 세션

이제 역할극 실습을 진행할 것이다.

당신은 다음의 역할을 맡을 수 있다. 예를 들어:

- 우는 아기의 엄마
- 피임을 원하지 않는 남편의 아내
- 과음한 남편

보건요원인 교육생에게 문제를 찾도록 하고, 당신과 상담하도록 한다. 교육생은 다음을 명심해야 한다:

- a) 먼저 문제에 대해 묻고
- b) 경청하고
- c) 공감하고
- d) 반박하지 않는다.
- e) 세션을 진행하는 동안 나타난 것들을 근거로 맨 마지막에 의견을 제시한다.

동료 교육생들로 하여금 역할극에서 보건요원(실습생)의 접근이 좋은지 나쁜지 생각나는 것들을 말하도록 한다. 동료 교육생에게 대안을 제시하도록 하고, 보건요원(실습생)에게 강사의 피드백을 준다. 만약 교육생의 수행이 좋지 않았다면 강사와 동료 교육생의 피드백을 염두에 두고 반복 연습하도록 한다.

이번 세션을 어떻게 진행하는지 힌트를 얻기 위해 강사용 비디오를 시청할 수도 있다.



## 1일차 오후

### 모듈 1 **평가**

이번 모듈은 4개의 섹션으로 구성되어 있다.

#### 1) 치매 선별하기

치매를 확인하는 3가지의 간단한 선별 질문하기

#### 2) 치매 평가하기

일상생활 수행 시 나타나는 문제와 치매 행동 증상의 여부를 확인하기

#### 3) 치매 이해하기

조호자가 질병을 인식하고 이해하는지 확인하기 위한 몇 가지 질문하기

#### 4) 가정 내 돌봄 환경

정보를 파악하기 위한 몇가지 질문:

- a) 가족 구성원은 누구인가?
- b) 누가 치매환자와 함께 사는가?
- c) 어떤 방법으로 주 조호자를 도와주는가?
- d) 가족 조호자들이 직면하는 행동 문제들은 무엇인가?
- e) 치매환자를 돌보면서 얼마나 많은 부담을 느끼는가?

### 평가의 세부내용 검토

3가지 선별 질문과 이어지는 평가에 대해 상세하게 설명해야 한다. 강사는 교육생에게 각 항목이 평가하는 내용과 치매 진단의 중요성에 대해 설명한다. 강사는 교육생에게 증상에 대해서 적당히 둘러대지 말아야 하고, 어떤 상황에서도 질문을 건너뛰어서는 안된다는 것을 설명해야 한다.

### 영상 시청

이제 교육 비디오의 첫 섹션(약 30분)을 보여준다. 보건요원인 베티(Betty)가 조호자 로지(Rosie)와 함께 평가 모듈을 진행한다. 인터뷰가 진행되는 동안 교육생에게 채점하도록 요청한다. 그리고 나중에 점수 계산을 하면서 교육생들이 채점을 제대로 했는지, 로지(Rosie)가 응답한 내용의 중요성을 이해했는지 확인한다.

### 실습세션

강사는 이제 교육생들의 '모의 인터뷰'를 유도해야 한다. 모의 훈련은 교육생들의 인터뷰 및 평가 기술을 발달시킨다. 교육생은 인터뷰어 역할을 맡고, 강사는 조호자의 '역할'을 맡을 수 있다. 모든 교육생들은 인터뷰에 참여해야 한다. 한 명이 인터뷰하는 동안 다른 교육생들은 역할극을 보면서 의견을 제시해야 한다. 인터뷰가 끝나면 인터뷰 대상자(강사)와 동료 교육생들은 평가에서 배운 내용을 요약한다.

- 노인이 치매를 앓고 있는가? 그렇게 생각하는 이유는?
- 어떤 기능 장애를 보이는가?
- 어떤 행동 증상들을 보이는가?
- 조호자가 그 증상들을 얼마나 이해하고 있는가?
- 조호자가 안고 있는 부담의 근원은 무엇인가?
- 어떤 도움을 줄 수 있을 것인가?
- 가족들은 어떤 부담을 안고 있는가?

평가의 가장 어려운 부분은 가족의 지원 정도와 치매환자의 상태에 대한 가족의 반응을 다루는 섹션이다. 강사는 교육생들과 함께 다음의 시나리오를 이어서 검토한다.

### 가족 지원

많은 치매 가족들은 친척과 친구로부터 서서히 고립된다. 당신은 가족들이 치매환자와 함께 살면서 겪는 문제로부터 벗어나 기분 전환하기 위해서 무엇을 하고 있는지 물어볼 수 있다.

- 여가시간에 가족을 제외하고 연락할 사람이 있나요?
- 위기상황에 직계가족 이외에 도움을 받을 수 있는 누군가가 있나요?
- 돌봄에 있어 가족들이 겪는 어려움은 무엇인가요?
- 그들과 연락하는 것이 도움이 되나요?
- 그들은 어떤 도움을 주나요?
- 그들은 가족이 외출하는 동안 치매환자를 돌봐줄 수 있나요?
- 재정적으로 도움을 주나요?
- 가족들이 어떻게 하는 것이 좋은지 조언을 제공하나요?
- 가족들이 겪는 어려움들을 경청하고 이를 해결할 수 있도록 정서적인 도움을 주나요?

### 가족 반응

가족들에게 앞서 언급한 문제들을 어떻게 느끼는지 물어볼 필요가 있다.

- 그들은 자신의 혈육에게 문제가 있다는 사실을 받아들이기 어려워하거나 부인할 수 있다.

- 문제에 대해 화를 낼 수도 있다.
- 다른 사람들을 부러워할 수도 있다.
- ‘왜 나에게 이런 일이 생겼지?’라고 생각할 수 있다.
- ‘그의 병이 나을 수 있다면 매일 기도할거야’처럼 병을 치료하겠다는 약속을 한다.
- 더 이상 해결할 수 없을 때 우울감을 느낀다. 재정적 부담, 치매환자의 기능 상실, 낙인 등이 그런 감정들을 증폭시킨다.
- 증상 호전을 위한 새로운 약의 개발처럼 가족은 치료에 대한 희망을 지속적으로 갖는다. 이러한 희망은 문제를 대처하는 데 도움을 준다.

### 누가 무엇을 하는가?

모든 가족, 각각의 구성원들은 다양한 방법으로 돌봄에 기여한다. 그들에게 다음과 같은 질문을 할 필요가 있다:

- ‘어떤 구성원들이 가사일을 돕나요?’
- ‘누가 가장인가요?’
- ‘가족 구성원들이 마음이 상할 때면 누구를 찾아가 그 문제들을 상의하나요?’
- ‘누가 가족의 대표자인가요?’
- 그들은 다른 가족 구성원들의 기대에 부응하고 있나요?

어떤 구성원들은 과중한 역할로 스트레스를 받을 수 있다. 예를 들어, 어머니는 가장이기도 하고, 가사일도 하고, 아이들의 엄마이기도 하며 치매환자의 조호자일 수도 있다.

### 어떻게 의사소통하는가?

- 가족 구성원들은 공감과 이해하는 모습을 보이는가? 아니면 서로 다투고 비판하는 경향이 있는가?
- 문제를 함께 해결할 수 있는가? 아니면 언쟁을 하며 분열되는 경향이 있는가?
- 가족 구성원들은 서로 편안하게 터놓고 그들의 감정을 이야기하는가?
- 가족 구성원들이 치매환자와 그의 복지에 대해 극도로 걱정하거나 불안해하는가? 예를 들어, 다음과 같이 언급하는가? ;  
‘나는 하루 종일 그를 걱정해’, ‘뭘 어떻게 해야 할지 모르겠어’, ‘나는 감당할 수 없어’, ‘그가 병이 난 이후로 줄곧 우울해’

### 가족들이 협력하는가?

- 가족들을 관찰한 것에 기초하여 가족들이 ‘우리’라는 느낌을 가지고 협력하는지 여부를 평가할 수 있어야 한다.
- 구성원들은 감정적으로 과도하게 관여하거나, 또는 관심이 없고 전혀 관여하지 않을 수 있다. 둘 다 역효과를 낼 수 있다.
- 함께 식사하기, 공동의 가족 활동 같은 행사들은 가족과 부부간의 유대를 강화한다.

### 가족들은 어떻게 대처하는가?

가족 구성원들에게 과거에 위기를 어떻게 대처했는지 물어보라. 이를 통해 그들의 문제 해결 능력을 확인하고 치매환자를 어떻게 다룰 것인지에 대한 힌트를 얻을 수 있다. 각 구성원에게 자신이 개인적으로 기여한 바가 무엇이었는지 물어보라.

- 누가 앞장서서 문제를 해결했나요?
- 어떻게 문제를 해결했나요?
- 문제를 효과적으로 해결했나요? 아니면 재발했나요?
- 가족들이 혼란스러워하고 문제를 해결하지 못했나요?
- 가족들이 문제에 대처할 수 있었나요?

### 비디오 리뷰

로지(Rosie)가 베티(Betty)에게 로지(Rosie)의 자매인 클루사(Cleusa)와 이소벨(Isobel)과의 어려운 관계에 대해 이야기하는 교육 비디오(첫 번째 모듈) 평가 섹션의 마지막 단계를 검토하라. 교육생들에게 가족의 역동성에 대해 언급하고, 다음 세션에서 이러한 사항들을 어떻게 다루었으면 하는지 그들의 의견을 물어본다.

### 다음 세션

교육 비디오(두 번째 모듈)의 다음 섹션의 시작 부분에 대해 교육생들에게 설명하라. 교육생들은 베티(Betty)가 로지(Rosie)와 언니 이소벨(Isobel)을 함께 만났을 때 이런 문제들을 어떻게 다루는지 보게 될 것이다.

## 2일차 오전

### 모듈 2 **치매에 관한 정보**

이번 모듈의 목적은 일반적으로 가족 구성원에게 치매에 대해 교육하는 것이다. 교육생들은 제공된 자료를 사용할 필요가 있지만, 이 정보들을 가족의 요구에 일부 맞추어야 한다.

#### **치매란?**

조호자들에게 치매에 대해 교육하기 위해서는 보건요원들이 이 분야에 대한 실무 지식을 스스로 가질 필요가 분명히 있다. 교육생들은 모두 ‘사례관리자’로서 보건요원 교육을 우선적으로 받아야 한다. 따라서 그들은 이미 치매가 무엇인지에 대한 기본적인 이해를 가지고 있어야 한다. 그러나, 현재의 치매증상에 초점을 맞추도록 기존 자료를 수정하고 전형적인 치매의 과정을 포함하도록 이 자료를 확장하는 것이 유용하다.

이를 위한 유용한 방법으로써 교육생들이 치매환자들과 접촉한 경험에 대해 이야기 할 수 있도록 하는 것을 제안한다. 이는 사례관리 과제에서 비롯될 수도 있고 일터에서 만났던 나이 든 사람들, 또는 아마도 이웃들, 친구들, 가족들로부터 올 수 있다. 문제가 어떻게 시작되었고 어떻게 발전했는지 직접 경험한 교육생들에게 물어보라. 이를 통해 치매의 전형적인 증상과 과정을 확인할 수 있다.

#### **중재 자료의 검토**

조호자 교육을 위해 보건요원에게 제공되는 자료를 검토한다. 이 자료는 치매에 걸리면 발생할 수 있는 포괄적인 증상 목록으로 보건요원이 이를 확실히 이해하도록 한다. 모든 사례가 다르며 ‘전형적인’ 경우는 없다. 그 진행 과정은 상당히 다를 수 있다. 보통 사망하는 기간은 6-7년이지만 이보다 짧거나 훨씬 긴 기간 동안 생존할 수 있다.

교육생에게 설명된 문제들 중 어떤 것이 조호자들이 돌보는 노인에게 적용되는지, 그리고 적용되지 않는지를 확인하려고 노력하면서 대화식으로 자료를 제시해야 함을 알린다.

조호자와 함께 현 대상자의 상황이 치매의 초기, 중기, 말기 단계 중 어디에 제일 가까운지 알아내려고 노력해야 한다.

노인들이 치매의 초기 단계에서 고통을 받고 있을 때, 말기 증상에 대해 논의하는 것은 역효과(무섭고 걱정스러울 수 있음)를 낼 수 있음을 강조한다. 말기 증상은 몇 년 후에 찾아올 수 있고, 노인은 이 단계에 도달하기 전에 다른 원인으로 사망할 수도 있다.

## 모델링

교육 비디오의 두 번째 모듈 섹션(30분)을 재생하여 베티(Betty)가 로지(Rosie)와 이소벨(Isobel)에게 치매에 대한 정보를 제공하는 것을 보여준다.

이제 강사는 이 정보들을 어떻게 실제 조호자에게 전달할 것인지에 대해 논의해야 한다. 조호자의 교육수준, 치매에 기본지식과 이해 정도에 따른 개별적인 조호자의 요구를 고려하라.

## 실습

교육생들은 2인 1조로 나뉘서 강사의 지도 감독 하에 서로 중재 치료 섹션을 실습한다.

## 2일차 오후

### 모듈 3 **치매의 행동 증상**

세 번째 모듈에서는 고통스러운 증상들을 극복하기 위한 간단한 행동 전략을 다룬다. 정신적 고통을 받는 조호자들은 때로 문제에 대한 간단한 해결책도 생각하지 못할 수도 있다. 행동 전략을 제공함으로써 가족들이 고통스러운 증상들을 극복하는데 도움을 줄 수 있다. 세 번째 모듈에서 주어지는 중요 항목의 정보를 가족들에게 제공할 수 있다. 관련 있는 정보 시트만 가족에게 제공한다.

모듈 3에서는 다음과 같은 증상의 행동 전략에 대해 논의한다.

1. 개인 위생
2. 옷 입기
3. 화장실 사용과 실금
4. 반복 질문
5. 집착
6. 공격성
7. 배회
8. 흥미와 활동성의 상실

#### **모델링**

강사는 각 행동을 차례로 검토하면서 행동 문제의 성격과 그 원인을 설명해야 하며, 가족에게 도움이 될 수 있는 일반적인 팁을 곁들여 설명한다.

이제 베티(Betty)가 로지(Rosie)에게 3가지 행동 문제 - 목욕, 반복 질문, 실금과 관련된 문제에 대해 상담하는 교육 비디오의 세 번째 섹션(모듈 3)을 보여준다.

#### **실습**

교육생들은 역할극을 통해 중재의 이번 부분을 실습할 수 있다. 강사는 다음의 시나리오마다 조호자의 역할을 담당하고, 각 교육생들은 차례로 중재자의 역할을 담당한다. 역할극이 끝날 때마다 강사와 동료 교육생들은 역할극 중에 제공된 유용한 팁을 찾아 각 교육생의 실습에 대해 피드백한다. 교육생들은 각각의 과제에서 주 조호자뿐 아니라 다른 가족 구성원들과 연관된 중요한 사람들이 해당 문제를 더 잘 인식하고 더 지지할 수 있는 방법을 생각해야 한다.

실습을 진행하는 방법에 관한 힌트는 강사용 비디오를 참조하라.

**상황 1**

X부인은 75세로 최근 3년간 치매 증세를 보이고 있다. 현재 가족들이 겪고 있는 주요 문제는 그녀가 이따금 공격적이 된다는 것이다. 공격성은 두 가지 맥락에서 주로 나타난다; 딸이 목욕을 권할 때, 그리고 밤중에 침대에서 일어나 집이나 (가끔) 거리를 배회하려고 할 때이다. 가족들이 집으로 다시 돌아가게 하거나 잠자리에 들도록 설득할 때, 그녀는 아기를 찾아야 한다고 고집을 부리고, (집으로) 돌아가자는 강요를 받으면 공격적이고 폭력적으로 변한다.

**상황 2**

Y씨는 83세이다. 그는 아내를 잃고 아들과 며느리, 3명의 손녀와 함께 살고 있다. 다른 두 아들과 딸들은 근처에 산다. 그는 실금을 하고, 집안을 불안하게 돌아다녀서 거의 지속적인 감독을 필요로 한다. 며느리는 다른 가족들로부터 도움을 받지 못한다고 불평한다. 한 아들은 며느리가 시아버지를 학대한다고 주장한다. 며느리는 Y씨를 돌보기 위해 동네 공장에서 하던 아르바이트를 포기해야 했다. 며느리는 그들이 현재 겪고 있는 어려움에서 벗어날 방법이 보이지 않아 절망적이라고 한다. 이렇게 지내느니 차라리 죽는 편이 낫다고 말한다.

**상황 3**

Z부인은 78세이다. 그녀는 5년 동안 치매를 앓았다. 지난 1년 동안 그녀는 주변에 매우 무관심하고 사회와 고립되어 보였다. 그녀는 주로 의자에 앉아 있거나 침대에 누워있다. 그녀가 씻고, 먹고, 화장실을 가기 위해서는 주변의 강력한 격려가 필요하다. 그녀는 거의 말을 하지 않고, 대화에 그녀를 끌어들이는 것은 거의 불가능하다. 그녀는 과거에.. [여기에 전형적인 지역사회 오락이나 활동을 삽입하라].. 즐기곤 했다.

**상황 4**

A씨는 73세이다. 그는 아내와 딸, 사위와 함께 산다. 그는 3년 전부터 기억력에 문제가 생기기 시작했다. 이제 그는 아내가 사위와 불륜을 저질렀다고 크게 비난하는데, 이런 일로 가족은 크게 화나고 이웃들은 당혹스럽다. 또 사위가 본인이 죽기를 바라고 독살하려 한다고 주장하고 있다. 그래서 식사 시간이 매우 문제가 된다. 자주 술을 많이 마시는데, 그럴 때마다 비난은 더욱 심해진다.

**상황 5**

B부인은 78세이다. 그녀는 남편과 함께 살고, 두 딸은 근처에 살면서 시간 날 때 도와주러 온다. 그녀는 남편과 떨어지는 것을 참지 못하고, 혼자 남게 되면 울고 비명을 지른다. 남편과 함께 있을 때면 그를 따라다니며 끊임없이 묻는다: ‘아이들은 학교에 갈 준비가 되었나요?’, ‘점심은 먹었어요?’, ‘우리가 장을 봤던가요? 시장에 가야 할까요?’. 남편은 항상 그녀에게 대답하려고 노력하지만, 그녀는 같은 질문을 몇 번이고 반복한다. 그것이 그를 미치게 한다. 그는 혼자만의 시간을 갈망하고 이제 더 이상 견디기 힘들다고 느낀다.



## 강화

이들간의 교육 후, 각 교육생은 시험적으로 ‘더미(모형)<sup>1)</sup>’ 가족을 대상으로 한 중재를 진행할 때 강사의 직접적 지도 감독을 받아야 한다. 실제 조호자는 무작위 대조 실험(RCT)<sup>2)</sup>에 포함되지 않아야 한다.

강사는 각 세션의 끝에서 교육생의 수행에 대해 자세한 피드백을 준다.

더미 세션에서 교육생의 수행에 만족할 때까지 어떤 교육생도 무작위 대조 실험 참여가 허용되지 않으며, 그들의 수행이 불충분하다면 기본 훈련을 다시 진행하고 강사의 지도 감독 하에 또 다른 ‘더미’ 가족과 함께 중재를 시도하십시오.

1) 더미(dummy): (주로 실험을 위해) 실제 모델을 본떠 가상으로 설정한 모형

2) 무작위 대조 실험(Randomised Controlled Trial, RCT): 임상실험 등에서 이루어지는 방법으로, 데이터의 편차를 줄이기 위하여 피험자를 무작위로 실험군과 대조군으로 나누어 비교하는 실험. 일반적으로 의료기술이나 약제의 효능(efficacy)을 연구할 때 편향(bias)을 줄이기 위한 목적으로 수행하는 임상실험의 한 유형으로, 실험에 참여하는 대상자들을 중재군(관심 의료기술 시술 집단이나 약제 투여 집단)과 대조군(위약 투여 집단 혹은 다른 치료를 받는 집단)에 무작위로 할당하여 결과를 비교함



**Alzheimer's Disease  
International**

Alzheimer's Disease International  
64 Great Suffolk Street  
London SE1 0BL  
UK  
Tel: +44 (0)20 7981 0880  
Fax: +44 (0)20 7928 2357  
Email: [info@alz.co.uk](mailto:info@alz.co.uk)  
Web: [www.alz.co.uk](http://www.alz.co.uk)