

<http://dx.doi.org/10.17703/JCCT.2023.9.6.637>

JCCT 2023-11-75

에니어그램 기반 돌봄중재 프로그램에 참여한 간호대학생의 사람돌봄 경험

Nursing Students' Experience of Interpersonal Caring in an Enneagram-based Care Intervention Program

신은선*

Shin Eun Sun*

요약 본 연구는 에니어그램 기반 돌봄중재 프로그램에 참여한 간호대학생의 사람돌봄 경험의 의미와 본질을 확인하고자 수행되었다. 연구대상자는 일지역에 소재한 일개 대학교 간호학과 2학년에 재학중인 9명이었고, 자료수집은 면담기록, 진술, 성찰일지를 작성하여 2022년 4월 25일부터 8월 26일까지였다. 수집된 자료는 Colaizzi의 현상학적 방법을 선택하여 자료를 분석하였다. 연구결과, '나눔과 경청을 통한 알아봐줌', '위로와 용서를 통한 수용', '일상의 동참 및 동행을 통한 칭찬과 희망부여' 3개의 범주와 10개의 주제묶음으로 나타났다. 사람돌봄성찰일지를 작성하면서 비판적인 성찰을 통하여 돌봄의 의미를 깨닫고 사람돌봄 경험의 본질을 파악하고 생생한 사람돌봄 경험을 확인하여 개인적인 경험과 느낌, 깊이 있는 이해에 대한 심층적인 성찰을 통해 사람돌봄 능력이 향상되고 돌봄을 내재화시켜 자신의 돌봄 능력에 대한 확신이 증가한 것으로 나타났다. 그리하여 에니어그램을 기반한 사람돌봄 경험을 확인하고 그 결과를 학습으로 활용할 수 있으며 사람돌봄을 수행할 수 있는 교육자료로 활용되어 사람돌봄 교육의 발전에 기여할 것이라고 생각된다.

주요어 : 성격, 사람돌봄, 간호대학생, 질적연구

Abstract This study was conducted to confirm the meaning and essence of the interpersonal caring experience of nursing students who participated in an enneagram-based care intervention program. The subjects of the study were nine second-year students in the Department of Nursing at a university located in the region, and data were collected from April 25 to August 26, 2022, through interview records, statements, and reflection journals. The collected data were analyzed using Colaizzi's phenomenological method. Results, It appeared in three categories and 10 topic groups 'Recognition through sharing and listening', 'Acceptance through comfort and forgiveness', 'Praise and giving hope through participation and companionship in daily life', While writing a person care reflection journal, you can realize the meaning of care through critical reflection, understand the essence of the person care experience, and confirm the vivid person care experience, and develop the ability to care for people through in-depth reflection on personal experiences, feelings, and deep understanding. As this improved and internalized care, confidence in one's own ability to care increased. Therefore, it is believed that the experience of caring for people based on the Enneagram can be confirmed, the results can be used for learning, and it will be used as educational material to perform people care, contributing to the development of people care education.

Key words : character, Interpersonal Caring, Nursing Students, Qualitative Research

*정희원 광주대학교 간호학과 조교수(주저자 및 교신저자)
접수일: 2023년 10월 3일, 수정완료일: 2023년 10월 16일
게재확정일: 2023년 11월 3일

Received: October 3, 2023 / Revised: October 16, 2023

Accepted: November 3, 2023

*Corresponding Author: ses0889@naver.com

Dept. of Nursing Science, Gwangju Univ, Korea

1. 서 론

1. 연구의 필요성

간호대학생의 돌봄에 대한 인식 능력을 증진시키기 위해서는 개인적 특성보다 돌봄인지와 돌봄경험을 향상시킬 수 있는 교육적 전략을 마련하는 것이 중요하다[1]. 간호학은 돌봄의 학문으로 대상자와의 상호관계 속에서 건강증진과 회복을 위해 전인적 돌봄을 실천하고 있다[2]. 김수지[3]는 돌봄을 받은 대상자의 경험적 관점으로부터 10개의 범주를 도출하고 결합하여 사람돌봄(Interpersonal Caring) 이론을 개발하였다. 사람돌봄 이론은 간호사와 대상자 사이에서 연민에 기반을 둔 치료적 돌봄 행동 및 활동으로 협력적 파트너십 과정에 의해 제공된다[3]. 사람돌봄 요소는 나눔, 적극적 경청, 알아봐줌, 위로, 용서, 수용, 동참, 동행, 칭찬, 희망 불어넣음 10개로 구성되었다[3, 4]. 사람돌봄 이론의 초점은 자신의 존재감을 느끼고 자아존중감을 증진하여 최상의 안녕과 회복을 위한 동기부여가 생기면서 장소, 시간 및 신체적 접촉으로부터 제한되거나 구속받지 않는 것이다[3]. 현재 간호이론은 대부분 국외에서 개발된 것을 사용하고 있는데 간호와 돌봄은 그 사회의 문화에 맞게 제공되어야 하므로 반드시 그 문화 단위 안에서 이해되고 개발되어야 한다[5]. 사람돌봄은 국내에서 개발된 우리 문화 고유의 특성을 근거로 일상에서 돌봄을 실천하고 돌봄 능력을 향상시킬 수 있는 이론이다[5]. 그리고 돌봄 능력 향상을 위해 비판적 성찰과 성찰일지 작성은 자기인식과 자기확신, 개인적 성장 및 태도나 감정의 개발에 긍정적인 영향을 주며 돌봄 인식을 높일 수 있다[6]. 사람돌봄 이론은 실무 적용성이 매우 높은 이론으로 평가되고 있으며[5], 역동적인 의사소통으로 어떠한 대상자에게도 돌봄을 받고 있다는 사실을 의식하게 만든다[3]. 그래서 간호대학생들이 돌봄을 실천하기 위해서는 먼저 자기인식과 자기이해를 통해서 자기변화의 과정을 걸친 이후 새로운 경험을 통해 타인을 이해하면서 대상자와의 상호 돌봄 과정이 이루어져야 한다[2].

이에 에니어그램은 인간 행동의 원인을 탐구하고 9가지 성격유형의 타고난 선호성을 강조하며, 건강한 발달을 위해 통합하여 지금 여기에 초점을 두고, 의식적 행동 훈련을 통해 복잡한 인간 행동에 대한 인지 정서적 접근을 포함한 통합적 이론이다[7]. 에니어그램의 본질은 머리, 가슴, 장으로 이루어진 힘의 중심을 통합하는 것으로

5, 6, 7번은 머리유형이라고 하며 머리는 사고중심으로 짐작보다는 관찰과 식별을, 2, 3, 4번은 가슴유형으로 가슴은 감정중심으로 악덕보다는 미덕인 사랑으로, 8, 9, 1번은 장유형이라고 하며 장은 본능중심으로 분노하기보다는 용서함으로써 우주적 존재를 지향하고 있다[8]. 에니어그램은 자기인식과 자기이해를 통해 자신의 성격유형을 확인함으로써 그 성격유형에서 나오는 자동반사적인 반응을 멈추게 하는 것으로 자신의 근본적이고 기본적인 성격 안에 묶여 반응하는 방어기제를 인식함으로써 자기이해와 자기성찰의 과정을 통하여 진정한 참 자아를 찾도록 하는 것이다[9]. 현재 에니어그램은 자신의 성격에 대한 인식과 자기이해, 타인이해, 자아성찰을 통한 인격 성장의 도구로서 심리학 및 교육학 분야를 중심으로 널리 활용되고 있다[10].

사람돌봄을 적용한 연구를 살펴보면, 주로 중재연구가 높은 비율을 차지하고 있으며 학생, 일반인, 취약계층 등을 대상으로 대인돌봄행위, 정서지능, 자아존중감, 자기효능감, 에니어그램 성격유형, 대인관계 등의 변수로 다양한 연구가 이루어졌다[5]. 그리고 영화를 활용한 사람돌봄이론 교육프로그램은 간호대학생, 간호사를 대상으로 간호이론 교육에 활용할 수 있으며, 일반인들에게도 돌봄의 본질을 소개시킬 수 있다고 보고하였다[11]. 사람돌봄 이론은 각 요소에 대한 구체적인 내용 및 분석에 관한 연구는 거의 고찰되지 않고 있어 사람돌봄 이론을 적용하고 확장시키기 위해서는 중재연구 뿐만 아니라 다양한 연구방법을 적용한 탐색적 연구가 매우 필요하다고 하였다[5]. 그러나 사람돌봄 이론을 적용한 질적연구는 아직까지 국내에서 확인할 수 없었다. 그래서 에니어그램을 기반한 사람돌봄 경험은 간호대학생 개개인이 일상을 통하여 주관적으로 경험한 것을 탐색하는 것이므로 질적 연구가 적합할 것으로 생각된다. 따라서 본 연구자는 경험의 본질을 파악하고 생생한 경험을 이해하기 위하여 Colaizzi[12]의 현상학적 연구방법을 선택하였다.

이에 본 연구에서는 에니어그램 기반 돌봄중재 프로그램에 참여한 간호대학생의 사람돌봄 경험의 의미와 본질을 확인하고 그 결과를 간호대학생을 위한 교육 프로그램을 개발하는데 근거자료로 활용하고자 한다.

2. 연구목적

본 연구의 목적은 에니어그램 기반 돌봄중재 프로그램

램에 참여한 간호대학생의 사람돌봄 경험의 의미와 본질을 이해하고자 함이다. 본 연구에서 다루고자 하는 연구 문제는 “에니어그램 기반 돌봄중재 프로그램에 참여한 간호대학생의 사람돌봄 경험의 본질은 어떠한 것인가?”이다.

II. 연구방법

1. 연구 설계

본 연구는 간호대학생이 에니어그램 기반 돌봄중재 프로그램에 참여하고 일상에서 사람돌봄의 의미를 찾고 기술하여 이를 통해 연구 참여자의 사람돌봄에 대한 경험의 본질을 파악하고자 Colaizzi[12]의 현상학적 방법을 적용한 질적연구이다.

2. 연구 대상

본 연구의 대상자는 일지역에 소재한 일개 대학교 간호학과 2학년에 재학중인 학생으로, 1학년에 간호학개론 수업에서 돌봄에 대한 정의와 이론에 대해 배우고, 2학년 인간관계와의사소통 수업 시간에 사람돌봄 이론에 대해 배운 뒤, 에니어그램 기반 돌봄중재 프로그램을 8주 동안 참여한 학생들이었다. 본 연구의 대상자는 연구의 목적을 이해하고 매주 에니어그램 기반 돌봄중재 프로그램에 참여한 후에 사람돌봄성찰일지를 성실하게 작성한 28명 중 질적연구 자료수집 방법인 포커스 그룹 인터뷰에 동의한 9명을 선정하였다.

3. 자료수집 방법

본 연구의 자료수집 기간은 2022년 4월 25일부터 8월 26일까지 약 4달간에 걸쳐 진행하였으며 “에니어그램 기반 돌봄중재 프로그램에 참여한 간호대학생의 사람돌봄 경험의 본질은 어떠한 것인가”에 대한 질문을 가지고 심층면담하였다. 자료수집방법은 에니어그램 기반 돌봄중재 프로그램 참여에 동의하고 8주동안 프로그램에 참여하면서 사람돌봄성찰일지를 성실하게 작성한 28명 중 질적연구 자료수집 방법인 포커스 그룹 인터뷰에 동의한 9명을 선정하였다. 참여자의 면담기록, 진술, 성찰일지를 중심으로 하였으며, 면담내용은 참여자의 허락하에 녹음 후 자료를 정리하였다. 면담장소는 연구자의 연구실과

개인 공간이 있는 카페 등을 이용하였고, 면담횟수는 참여자 1인당 2~3회 실시하였으며, 면담 시간은 90분에서 120분이 소요되었다. 자료수집은 새로운 자료를 더 이상 얻을 수 없다고 판단될 때까지 진행하였다.

4. 자료분석 방법

본 연구의 분석방법은 연구대상자로부터 얻은 내용을 기술하고 의미 있는 문장을 추출하여 주제 묶음으로 범주화하여 경험의 본질을 명확하게 밝히는 데 유용한 Colaizzi[12]의 현상학적 방법을 선택하여 분석하였다.

첫째, 연구자는 사람돌봄에 대한 경험의 의미를 이해하기 위해 심층 면담한 내용을 필사하고 전체적인 내용을 반복적으로 읽었다.

둘째, 사람돌봄에 대한 경험과 관련성 있는 의미 있는 구와 문장을 찾아내어 진술하고 의미를 도출하였다.

셋째, 사람돌봄 경험에 대한 내용을 도출하여 다음차시 면담을 통해 확인하였고, 자료수집과 분석이 순환적으로 이루어지도록 하였다.

넷째, 도출된 유사한 의미를 주제로 묶어 범주로 분석하여 10개의 주제묶음과 3개의 범주로 도출하였다.

다섯째, 간호대학생의 에니어그램을 기반한 사람돌봄 프로그램을 참여하고 일상에서 사람돌봄 경험을 본질적 주제에 따라 분류하여 통합적으로 기술하였다.

최종적으로 진술의 타당성 검증을 위하여 정신간호학 교수이면서 사람돌봄 연구를 진행한 질적연구 전문가 1인에게 에니어그램을 기반한 사람돌봄 경험과 일치하는지 확인하는 과정을 거쳤다.

5. 윤리적 고려

본 연구에서는 에니어그램 기반 돌봄중재 프로그램과 질적연구 자료수집 방법인 포커스 그룹 인터뷰 시행 전 연구목적과 방법, 개인정보에 대한 비밀유지, 연구 참여에 대한 익명성 보장, 연구에 참여하지 않을 권리, 연구에 참여하지 않아도 불이익을 당하지 않을 권리, 중간에 그만둘 권리에 대하여 충분한 설명을 들은 후 자발적으로 서면 동의서를 작성한 대상자를 연구참여자로 각각 선정하였다. 그리고 자료수집 전 수집된 녹음내용과 필사 내용은 연구목적으로만 사용되며 연구종료 이후 3년간 보관 후 자료를 폐기함을 설명하고 연구참여자의 의사 표

현의 자유가 보장됨을 충분히 설명하였다. 그리고 면담 내용의 비밀유지를 위해 필사본 작성 시 실명을 사용하지 않고 개인별 구분 표시로만 기록하여 분석하였다. 또한 모든 연구참여자들에게 소정의 답례품을 제공하였다.

6. 연구의 엄격성

본 연구는 자료수집과 자료분석 방법의 엄격성을 지키기 위해서 Lincoln과 Guba[13]의 연구의 사실적 가치, 적용성, 일관성, 중립성에 근거하여 질적연구의 평가 기준에 따라 수행하였다. 사실적 가치는 면담 중 성찰일지를 사용함으로써 연구자의 선입견이 연구과정에 미치는 영향을 파악하고자 하였다. 연구자는 참여자의 언어적, 비언어적 반응을 살피면서 적극적으로 경청하였고, 면담 시 모호한 진술은 다시 재확인하면서 진술의 의미를 확인하였다. 적용성은 연구결과를 타 간호대학 간호학생 2인에게 제시하였을 때 연구결과에 수긍하고 공감함을 확인하여 본 연구결과를 다른 상황에서도 적용할 수 있음을 재확인하였다. 본 연구의 일관성을 높이기 위해 질적 연구 경험이 풍부한 정신간호학 교수 2인에게 분석내용을 의뢰하여 비교함으로써 일관성을 확보하였다. 중립성은 간호대학생의 에니어그램을 기반한 사람들봄 경험에 연구자의 주관이 개입되지 않도록 면담을 반복해서 듣고, 의도적인 질문을 지양하여 판단중지하려고 노력하였다.

7. 연구자의 준비

본 연구자는 국내의 질적연구와 관련된 세미나 및 학회에 참석하여 다양한 질적 연구방법을 습득하였다. 그리고 정신간호학 교수로 재직하고 있으며 에니어그램 일 반강사 자격을 취득하였고 사람들봄 이론에 대한 연구를 지속적으로 진행하고 있다.

III. 연구결과

1. 연구참여자의 일반적 특성

본 연구에 참여한 간호대학생 연령의 범위는 21세에서 25세로 평균 22.22세이었으며, 남자 3명, 여자 6명이었고, 봉사동아리 가입은 4명, 미가입은 5명이었으며, 에니어그램 유형은 1번 1명, 2번 2명, 3번 1명, 6번 1명, 7번 1명, 8번 1명, 9번 2명이었으며, 힘의중심은 사고중심 2명,

표 1. 연구참여자의 일반적 특성

Table 1. General Characteristics of Research Participants

연구참여자	성별	연령	봉사동아리	에니어그램유형 (힘의중심)
N1	여	21	가입	2(가슴중심)
N2	여	21	가입	7(사고중심)
N3	남	21	미가입	9(장중심)
N4	여	23	미가입	6(사고중심)
N5	여	22	미가입	1(장중심)
N6	남	25	미가입	2(가슴중심)
N7	여	24	미가입	9(장중심)
N8	여	22	가입	8(장중심)
N9	남	21	가입	3(가슴중심)

가슴중심 3명, 장중심 4명 순이었다[표 1].

2. 간호대학생의 에니어그램을 기반한 사람들봄 경험에 대한 주요 진술

간호대학생의 에니어그램을 기반한 사람들봄 경험에 대한 9명의 자료를 분석한 결과, 최종적으로 217개의 의미가 도출되었다. 도출된 의미들 중 유사한 것을 묶고 분류한 결과 22개의 주제와 10개의 주제 묶음, 3개의 범주로 도출되었다[표 2].

표 2. 간호대학생의 에니어그램을 기반한 사람들봄 경험 주제묶음

Table 2. The Enneagram based on Interpersonal Caring Experiences of Nursing Students Topic Bundle

주제묶음	범 주
조건없는 나눔	나눔과 경청을 통한 알아봐줌
인내심과 공감이 필요한 적극적 경청 타인의 기분을 좋게 만드는 알아봐줌	
공감이 갖는 위로 돌봄실천을 통한 응서	위로와 응서를 통한 수용
있는 그대로 받아들이는 수용 다른 사람 일에 스스럼없이 동참 타인의 걸음에 맞추어 함께 동행	일상의 동참 및 동행을 통한 칭찬과 희망부여
내 마음이 기뻐지는 칭찬 격려와 지지를 통한 희망 불어넣음	

1) 나눔과 경청을 통한 알아봐줌

나눔과 경청을 통한 알아봐줌에는 '조건없는 나눔', '인내심과 공감이 필요한 적극적 경청', '타인의 기분을 좋게 만드는 알아봐줌'의 3가지 하위 범주로 이루어졌다.

가) 조건없는 나눔

조건없는 나눔은 주변 사람들에게 어려움이 생기면 도움을 주고 내적인 힘인 자기가치와 자아존중감이 생겨 나눔의 동기를 유발하여 자신을 재발견하게 한다고 말하였다.

“친구가 생활비가 부족하여 반찬을 해서 먹거나 반찬 가게에서 사서 먹을수도 없는 상황에서 내가 가지고 있는 반찬과 먹을 것을 나누어 주었어요”(참여자 3)

“같은반에 다니고 있는 언니가 복사기 카드가 없는 알고 그 조금하고 답답한 마음을 잘 알고 있었기에 선택 빌려 줄 수 있었어요”(참여자 8)

나) 인내심과 공감에 필요한 적극적 경청

인내심과 공감에 필요한 적극적 경청은 최대한 편안한 분위기를 조성하고 단순히 듣기만 하는 것이 아니라 눈마주침, 추임새 등 상대방의 말에 주의집중하고 반응하면서 상대방과 더 친밀한 관계를 형성할 수 있다고 말하였다.

“같은반 친구가 다른 친구로 인해 힘들어하는 상황이 생겨 인내심을 가지고 고민을 적극적으로 경청하였고 그 감정에 공감해주었어요”(참여자 1)

“친구들간의 사소한 오해가 생겨 각자의 이야기를 공감 해주며 인내심을 가지고 적극적으로 경청하였고 어떻게 오해를 풀지 조언을 해주었어요”(참여자 5)

다) 타인의 기분을 좋게 만드는 알아봐줌

타인의 기분을 좋게 만드는 알아봐줌은 관심을 갖고 상대방의 존재를 인식하는 행위으로써, 상대방의 특성과 직위 위치를 인정해주고 관심 및 원하는 것을 파악하여 가까이 친절하게 접근하는 것을 말한다. 알아보기를 통해서 상대방은 기분이 좋아지게 되고 감사의 마음이 들며 자존감이 올라가고 스스로가 중요한 사람으로 느껴지게 한다. 그리고 다른 사람의 어려움을 모른척하지 않고 알아보는 것이며, 타인과 가까워질 수 있는 행동이었다고 말하였다.

“동생이 아프다는 걸 알아채고 어디가 아픈지 물어보고 도와주기 위해 노력하였고 기분이 처지지 않게 오히려 장난치고 웃어주는 행동을 했어요”(참여자 4)

“친구가 배고파하는 것을 보고 무언가 시켜 먹을 돈도 없고 먹을것도 없다는 것을 알아채고 나도 배가 고프다며 내가 가지고 있는 돈으로 먹을것을 기분 나쁘지 않게 배달시켜주었어요”(참여자 6)

2) 위로와 용서를 통한 수용

위로와 용서를 통한 수용에는 ‘공감이 갖든 위로’, ‘돌봄 실천을 통한 용서’, ‘있는 그대로를 받아들이는 수용’의 3가지 하위 범주로 이루어졌다.

가) 공감이 갖든 위로

공감이 갖든 위로는 상대방의 마음을 이해하고 공감하며 상황에 맞는 말을 해주면서 불안하고 불편한 감정을 편안하게 만든다고 말하였다.

“제 친구의 남자친구가 군입대를 해서 친구가 우울해하고 속상해하길래 친구를 위로해주고 너무 속상해하지 말라고 공감해주고 위로해주었어요”(참여자 2)

“기분이 매우 안좋은 친구의 이야기를 오랜시간 들어주며 공감해주고 위로해주었더니 한결 기분이 좋아지고 위로가 되었다고 해서 오히려 제 기분이 더 좋아졌어요”(참여자 7)

나) 돌봄 실천을 통한 용서

돌봄 실천을 통한 용서는 일상에서 행하는 사소한 행동들이 돌봄요소에 해당이 되고 타인을 용서하는 것도 돌봄실천이었음을 알게 되었다고 말하였다.

“돌봄은 상대방을 걱정하는 마음에서 조건없이 하는 행위라는 것을 깨달았습니다. 가만히 그때의 상황을 떠올려 보면 내가 한 행동들이 돌봄이었다는 것을 알았고, 용서함도 하나의 돌봄이라는 것에 놀랐어요. 다음에 타인을 용서하는 것 또한 돌봄이라 생각되어 용서가 조금은 쉽게 될 것 같아요”(참여자 9)

다) 있는 그대로를 받아들이는 수용

있는 그대로를 받아들이는 수용은 어떤 판단이나 비판 없이 이해하고 용납하면서 받아들이는 행동을 말한다. 그리고 조건없는 수용은 관용이 있는 돌봄의 실천으로 무가치감과 절망감을 가진 사람들에게 큰 변화를 이끌어낼 수 있다고 말하였다.

“남동생이 군휴가를 나와서 친구들과 밤새워 술을 마시고 외박을 하여 처음에는 화가 치밀어 올랐지만 군휴가를 즐기는 동생을 있는 그대로 수용하고 받아들이기로 했어요”(참여자 5)

“룸메이트 동생이 배가 아프다고 하여 시간마다 통증 정도를 사정하였고, 약을 주기 위해 물어보았지만 안 먹겠다고 해서 의견을 받아들이고 있는 그대로를 수용했어요”(참여자 8)

3) 일상의 동참 및 동행을 통한 칭찬과 희망부여

일상의 동참 및 동행을 통한 칭찬과 희망부여에는 ‘다른 사람 일에 스스로없이 동참’, ‘타인의 걸음에 맞추어 함께 동행’, ‘내 마음이 기뻐지는 칭찬’, ‘격려와 지지를 통한 희망불어 넣음’의 4가지 하위 범주로 이루어졌다.

가) 다른 사람 일에 스스로없이 동참

다른 사람 일에 스스로없이 동참하기에는 타인을 위해 기꺼이 시간을 내어주고 도와주며 기다려주면서 함께 활동을 해주는 것이다. 그리고 다른 사람 일에 동참하면서 결속력이 강화되고 성취감과 자신감이 증진될 수 있다고 말하였다.

“편의점에 물건을 사러 갔는데 어떤 손님이 현금지급기 사용법을 몰라 두리번거리고 있는걸 발견하고 스스로없이 도와드리겠다고 했더니 고맙다고 좋아하셨어요”(참여자 1)

“동네 어린아이가 부모를 잃고 울고 있어 부모를 찾는 데 스스로없이 동참해서 찾아주었어요”(참여자 6)

나) 타인의 걸음에 맞추어 함께 동행

타인의 걸음에 맞추어 함께 동행은 혼자가 아니라는 것을 느끼게 만드는 것이고, 다른 사람이 혼자 걸어가는 길을 함께 하는 것을 말하며, 자기 자신을 다른 사람에게 확장시키는 것이다. 그리고 타인과 동행을 하면서 기쁨, 안전감, 신뢰감 등이 생겨 외롭지 않고 행복감을 느낀다고 말하였다.

“버스를 타러 가는데 할머니가 짐을 무겁게 들고 가고 계셔서 함께 천천히 걸음을 맞추어 동행하며 물건을 들어 드리고 버스를 타실 수 있도록 도와드렸더니 너무 기뻐하셨어요”(참여자 4)

“친구가 집도 아닌 기숙사에서 아프다고 하여 병원을 함께 가는데 아파서 걸음이 느려서 같이 천천히 걸어주며 동행했더니 외롭지 않고 보호자가 생긴것 같이라며 안전감이 느껴진다고 했어요”(참여자 7)

다) 내 마음이 기뻐지는 칭찬

내 마음이 기뻐지는 칭찬은 긍정적인 현실에 대해 발견하고 이야기해 주기 등을 통해 자신의 강점과 잠재력을 발견하도록 돕는 것이다. 그리고 칭찬을 통하여 자존감이 증진되고 주변인에게 더 잘하고 싶어지고 주변을 바라보는 시선이 긍정적으로 변화할 수 있다고 말하였다.

“조카가 다 먹은 그릇을 싱크대에 집어넣는 행동을 했을 때 박수를 쳐주며 칭찬을 해주었어요, 그리고 조카가 이제 말을 하기 시작해서 한마디 한마디 들어주며 적극적으로 반응하며 칭찬해주시 제 마음이 너무 기쁘고 좋아요”(참여자 3)

“조별과제 수행 시 조원들이 의견충돌 없이 잘하고 있어 칭찬하고 격려하면서 자신감을 실어 주었더니 모두들 너무 열심히 하더라구요. 그래서 내 마음이 기뻐어요”(참여자 9)

라) 격려와 지지를 통한 희망 불어넣음

격려와 지지를 통한 희망 불어넣음은 절망 또는 실망의 한가운데 있는 사람에게 바라거나 찾는 것이 이루어질 수 있다는 기대이고 가장 힘든 순간까지도 극복하는 것이다. 그리고 희망 불어넣음은 소망, 인내, 믿음, 용기와 관련된 미래지향적이며 격려와 지지를 통해 자신감을 가지도록 하고 문제에 직면할 수 있는 용기를 가질 수 있도록 한다고 말하였다.

“친구가 그동안 시험 준비를 열심히 해 온 것을 잘 알기에 분명히 시험에서 좋은 성적을 받을 것이라고 생각했는데 친구는 자꾸 자신의 노력을 아무것도 아니라고 말하고 부정적으로 보기에 희망을 불어 넣어주고 긍정적인 생각을 하고 자신감을 갖도록 격려하고 지지해주었어요”(참여자 6)

“친구가 대학생활이 자신과 맞지 않아 혼란스럽고 타지 생활이 마음과 같지 않아 날이 갈수록 우울해하고 있는 상황에서 나 또한 타지에서 왔기에 나와 비슷한 처지로 힘들어하고 있는 친구가 매우 안타까웠어요. 그래서 친구를 격려하고 지지하면서 희망을 불어넣어 주며 나만의 방식으로 진심을 다해 친구를 돌보았어요”(참여자 8)

IV. 논 의

본 연구는 에니어그램 기반 돌봄중재 프로그램에 참여한 간호대학생의 사람돌봄 경험을 Colaizzi[12]의 현상학적 방법론으로 분석하여 일상에서 사람돌봄 경험의 의미와 본질에 대해 이해하고자 하였다. 이를 위해 본 연구의 참여자들에게 사람돌봄 경험에 대한 기대, 좋았던 점, 불편했던 점 및 사람돌봄을 실천하면서 느낀 점에 대해 심층면담을 실시하였다. 연구결과 '나눔과 경청을 통한 알아봐줌', '위로와 용서를 통한 수용', '일상의 동참 및 동행을 통한 칭찬과 희망부여'의 3개 범주가 도출되었다. 이하에서는 도출된 범주와 주제 묶음을 중심으로 본 연구결과의 의미와 시사점을 논의하고자 한다.

첫 번째 범주인 '나눔과 경청을 통한 알아봐줌'의 주제 묶음은 '조건 없는 나눔', '인내심과 공감에 필요한 적극적 경청', '타인의 기분을 좋게 만드는 알아봐줌'으로 나타났다. '조건 없는 나눔'은 박소영[14]의 연구에서 대상자에게 적극적으로 다가가서 도움을 주고 배풀어줄 때 고마워하고 서로가 소통하고 있음을 느끼고 돌봄을 받고 있다고 느낀다고 하여 조건 없는 나눔은 주변 사람들에게 어려움이 생기면 도움을 주고 내적 힘인 자기가치와 자아존중감이 생겨 나눔의 동기를 유발하여 자신을 재발견한다는 본 연구결과와 유사하였다. '인내심과 공감에 필요한 적극적 경청'은 신은선과 이숙[15]의 연구에서 돌봄성찰일지에 대한 개인별 피드백을 통해 적극적 경청은 지지와 공감을 경험하였고, 박소영[14]의 연구에서도 돌봄성찰일지에 대한 피드백을 통해 적극적 경청은 격려와 지지, 공감을 경험하였다고 하여 인내심과 공감이 필요한 적극적 경청은 눈마추침과, 추임새 등 상대방의 말에 주의집중하고 반응하면서 관계를 형성할 수 있다고 한 본 연구결과와 유사하였다. 그리고 간호대학생들에게 인내심과 공감이 필요한 적극적 경청은 성찰일지 작성과 역할극, 비디오 시청 등 다양한 학습방법을 통해 돌봄이 향상된다고 보고하였다[15]. "타인의 기분을 좋게 만드는 알아봐줌"은 강유선과 박경[17]의 연구에서 타인의 관점을 수용하고 정적인 감정을 민감하게 알아차리는 의식적인 활동이 공감능력을 향상시킬 수 있다는 것은 알아보기를 통해서 다른 사람의 어려움을 모른척하지 않고 알아보는 것이며 타인과 가까워질 수 있는 행동이라는 본 연구결과와 유사하였다. 신은선과 이숙[15]의 연구에서도 사람돌봄 요소인 나눔, 경청, 알아봐줌 등 돌봄에 대한 신념을 유지하고 돌봄성찰일지를 작성하여 돌봄 경험을 학습으로 연결시키고 자기성찰을 통하여 타인에 대한

배려와 민감성을 높이는 정서적 능력 향상을 통해 돌봄 경험과 돌봄행위를 증진하였다고 하였다. 이렇게 나눔, 적극적 경청, 알아봐줌은 돌봄 수행과정을 통하여 돌봄 대상자와 삶의 경험을 공유할 때 돌봄이 증진될 수 있다 [18].

두 번째 범주인 '위로와 용서를 통한 수용'의 주제 묶음은 '공감이 깃든 위로', '돌봄실천을 통한 용서', '있는 그대로 받아들이는 수용'으로 나타났다. '공감이 깃든 위로'는 김수지[3]의 위로에서 공감하는 태도를 보이면서 상대방의 고통이나 슬픔을 이해하고 편안하게 해주는 것으로 공감이 깃든 위로는 상대방의 마음을 이해하고 공감하며 맞는 말을 해주면서 불안하고 불편한 감정을 편안하게 해주는 안위를 제공해준다고 하여 본 연구결과를 지지하였다. 그리고 '돌봄실천을 통한 용서'는 박소영[14]의 연구에서 돌봄 요인을 적용하여 성찰하면서 돌봄의 의미를 되새기고 일상에서 행하는 사소한 행동들이 돌봄 요소에 해당이 되고 타인을 용서하는 것도 돌봄실천이었음을 알게 되었다고 하여 본 연구의 결과와 유사하였다. '있는 그대로 받아들이는 수용'은 박소영[14]의 연구에서 서로의 존재를 인식해 나아가는 과정에서 대상자를 있는 그대로 수용함으로써 자신들의 목적을 위해서가 아니라 대상자의 요구를 만족시키기 위해 노력하였으며 대상자의 마음을 받아들이고 인정하는 과정을 경험하면서 진심으로 소통하는 관계가 돌봄이라고 하였다. 이것은 조건 없는 수용은 관용이 있는 돌봄의 실천으로 무가치감과 절망감을 가진 사람들에게 큰 변화를 이끌어낼 수 있다는 본 연구결과와 일치하였다. 그리고 신은선과 이숙[15]의 연구에서도 감정탐색기록지 작성과 에니어그램 명상을 통하여 긍정적 감정과 부정적 감정까지도 허용하고 표현하여 있는 그대로 수용하고 받아들여 정서지능과 돌봄 향상을 촉진 시켰다고 보고하였다. 이렇듯 위로, 용서, 수용함은 상대방이 힘들어할 때 함께 있어 주고 안위를 제공하며 위로하고 용서를 통해 신뢰가 형성되며 대상자의 관점에서 경청하고 이해하고 용납하고 받아들이는 행동으로 비판 없이 상대방의 의견을 받아들이는 것이다[3].

세 번째 범주인 '일상의 동참 및 동행을 통한 칭찬과 희망부여'의 주제 묶음은 '다른 사람 일에 스스럼없이 동참', '타인의 걸음에 맞추어 함께 동행', '내 마음이 기뻐지는 칭찬', '격려와 지지를 통한 희망 불어넣음'으로 나타났다. '다른 사람 일에 스스럼없이 동참'에서 김수지[3]는

동참함이란 다른 사람을 보살피는 관계 안에서 자신의 시간을 내는 것이고 함께 해주는 것이라고 하여 다른 사람 일에 스스로없이 시간을 내어주고 도와주며 기다려주면서 결속력이 강화되고 성취감과 자신감이 증진된다고 하여 본 연구결과를 지지하였다. 그리고 박소영[14]의 연구에서도 대상자에게 진심으로 다가가서 함께 있어 주고 대상자의 요구를 파악하고 들어주기 등과 같은 사소한 것 같지만 관심과 수용을 표현하는 기본적인 행동들이 돌봄 관계에 의미를 경험한다고 하여 본 연구결과와 일치하였다. '타인의 걸음에 맞추어 함께 동행'은 박소영[14]의 연구에서도 경계를 허물고 대상자를 그 자체로 인정하고 받아들이는 과정을 통하여 점차적으로 자기 자신을 다른 사람에게 확장시키는 것은 본 연구결과와 일치하였다. 그리고 '내 마음이 기뻐지는 칭찬'은 박소영[14]의 연구에서 돌봄은 다른 사람에게 진심으로 다가가서 사소한 것이라도 필요한 것을 해주면 기쁨을 준다고 하여 내 마음이 기뻐지는 칭찬은 자신의 강점과 잠재력을 발견하고 칭찬을 통하여 자존감이 증진되고 주변을 바라보는 시선이 긍정적으로 변화할 수 있다고 하여 본 연구결과와 일치하였다. '격려와 지지를 통한 희망 불어넣음'에서 김수지[3]는 희망 불어넣음은 다른 사람에게 바라는 결과에 대한 희망을 불러일으키고 문제를 해결하기 위해 내가 무언가를 할 수 있다는 자신감을 신어주는 등 격려와 지지를 통한 소망, 인내, 믿음, 용기와 관련된 미래지향적이며 자신감을 갖도록 하면서 문제에 직면할 수 있도록 한다고 하여 본 연구결과를 지지하였다. 동참, 동행, 칭찬, 희망불어넣음은 대상자의 경험에 참여하여 함께 하는 것이고 타인의 강점과 잠재력을 인정하여 주변이 긍정적으로 보이면서 동료에 및 공동체 의식을 느끼면서 다른 사람에게 에너지 혹은 힘의 원천을 북돋우는 행동이다[3].

본 연구결과와 간호대학생들은 에니어그램 기반 돌봄중재 프로그램에 참여한 후에 김수지[3]의 사람돌봄 요소인 나눔, 적극적 경청, 알아봐줌, 위로, 용서, 수용, 동참, 동행, 칭찬, 희망 불어넣음 10가지 준거로 구성된 사람돌봄성찰일지를 작성하면서 비판적인 성찰을 통하여 돌봄의 의미를 깨닫고 사람돌봄 경험의 본질을 파악하고 생생한 사람돌봄 경험을 확인하여 개인적인 경험과 느낌, 깊이 있는 이해에 대한 심층적인 성찰을 통해 사람돌봄 능력이 향상되고 돌봄을 내재화시켜 자신의 돌봄 능력에 대한 확신이 증가한 것으로 나타났다. 그리고 사람돌봄

이론을 개인의 일상을 통하여 주관적으로 사람돌봄을 경험한 것을 탐색적 연구를 실시하여 돌봄 능력을 향상시킬 수 있다는 것을 확인하였다는데 연구의 의의를 둘 수 있다. 또한 에니어그램 기반 돌봄중재 프로그램에 참여한 간호대학생의 사람돌봄 경험을 확인하고 그 결과를 학습으로 활용할 수 있으며 사람돌봄을 수행할 수 있는 교육자료로 활용되어 사람돌봄 교육의 발전에 기여할 것이라고 생각된다.

V. 결론 및 제언

본 연구는 에니어그램 기반 돌봄중재 프로그램에 참여한 간호대학생의 사람돌봄 경험에 대한 본질적인 이해를 돕고자 현상학적 연구방법을 적용하여 연구를 실시하였다.

연구결과 간호대학생들은 사람돌봄 경험의 본질을 파악하면서 생생한 사람돌봄 경험을 확인하여 개인적인 경험과 느낌, 깊이 있는 이해에 대한 심층적인 성찰을 통해 사람돌봄 능력이 향상되고 돌봄을 내재화시켜 자신의 돌봄 능력에 대한 확신이 증가한 것으로 나타났다. 그리고 사람돌봄 이론을 개인의 일상을 통하여 주관적으로 사람돌봄을 경험한 것을 탐색적 연구를 실시하여 돌봄 능력을 향상시킬 수 있다는 것을 확인하였다는데 연구의 의의를 둘 수 있다. 본 연구의 제한점은 연구의 참여자가 일지역에 소재한 일개 대학교 간호학과 2학년에 재학중인 학생으로 사람돌봄 경험에 대해 충분히 그들의 감정과 경험을 드러내기에는 한계가 있었을 것으로 생각된다.

연구결과를 바탕으로 다음과 같이 제언하고자 한다. 첫째, 현상학적 방법으로 9명의 연구대상자를 통하여 사람돌봄 경험과 맥락을 모두 짚어 내었다고 보기에는 한계가 있으므로 근거이론 적용이나 내러티브 등 다양한 연구분석을 활용하여 연구확장을 모색해야 할 것이다. 둘째, 본 연구는 간호대학생을 대상으로 에니어그램을 기반한 사람돌봄 경험에 대한 탐색을 하였다. 후속 연구에서는 간호사를 대상으로 에니어그램을 기반한 사람돌봄 경험을 살펴봄으로써 본 연구결과와 비교해 볼 수 있을 것이다. 셋째, 사람돌봄 실천과 관련된 주 돌봄 제공자의 취약성과 관련 요인을 체계적으로 연구할 필요가 있다. 넷째, 에니어그램 중재 프로그램 참여집단과 비참여 집단간 사람돌봄 경험의 차이를 비교하는 실험연구가 필요하다.

References

- [1] Park SY, "Development of a program for improving caring abilities in clinical practice and the effects of the program's application", Korea Nursing Science Conference, pp.221-221, 2016.
- [2] Kong BH. "Science of caring and hermeneutics", *Humanities Research*, Vol 54, No 0, pp.329-351, 2017.
- [3] Kim S. "Interpersonal caring", *Soomoonsa*, pp.1-113, 2017.
- [4] Kim S, Kim S. "Interpersonal caring: A theory for improved self-esteem in patients with long-term serious mental illness-I", *Asian Nursing Research*, Vol 1, No 1, pp.11-22, 2007. DOI:[https://doi.org/10.1016/s1976-1317\(08\)60005-5](https://doi.org/10.1016/s1976-1317(08)60005-5)
- [5] Kim HY, "Analysis of Korean Nursing Studies Applied in Interpersonal Caring Theory", *J Korean Acad Fundam Nurs*, Vol 27, No 2, pp.116-128, 2020. DOI:<https://doi.org/10.7739/jkafn.2020.27.2.116>
- [6] Cara C, "Pragmatic view of Jean Watson's caring theory", *Int J Hum Caring*, Vol 7, No 3, pp.51-57, 2003.
- [7] Lee YJ, "A study on similarities of AURA colors to 9 types of enneagrams: Discovery of similarities of AURA color types in description of enneagram types in 「The Wisdom of the Enneagram」 by Don Rochard Riso & Russ Hudson", *Journal of Naturopathy*, Vol 1, No 1, pp.77-97, 2017.
- [8] Susan R, "Integral Enneagram: a dharma-based approach for linking the nine personality types, nine stages of transformation & Ken Wilber's integral operation system", *seoul hagisa*, 2016.
- [9] Youn YS, Cho SR. "The effect that how the group counsel applying the enneagram affects the human relations and the adaptation of school life for sensitive juveniles", *Journal of Enneagram Stud*, Vol 3, No 2 pp.11-35, 2006.
- [10] Jun JS, "A Study on the Association of Enneagram Personality Type, In-San Body Constitution Based on Blood Type, and Color Preferences", Chosun University, master's thesis, 2020.
- [11] Kim HY, "Development of Interpersonal Caring Theory Education Program Using Films", *Journal of the Korea Contents Association*, Vol 21 No 10, pp.508-519, 2021. DOI:<https://doi.org/10.5332/JKCA.2021.21.10.508>
- [12] Colaizzi PF, "Psychological research as the phenomenologist views it. In: Valle RS, King M, editors *Existential phenomenological alternatives for psychology*", NY: Oxford University Press, pp.48-71, 1978.
- [13] Lincoln YS, Guba EG, "Naturalistic inquiry", Beverly Hills, CA: Sage, 1985.
- [14] Park SY, "Development of a program for improving caring abilities in clinical practice and the effects of the program's application", Kangwon National University, doctoral dissertation, 2015.
- [15] Shin ES, Lee S, "Effects of care promotion program based on nursing students self-understanding: Application of enneagram group education", *Journal of Korean Academic Society of Nursing Education*, Vol 26, No 2, pp.132-145, 2020. DOI:<https://doi.org/10.5977/jkasne.2020.26.2.132>
- [16] Jeong JO, Kim S, "The Effect of an Empathy Education Program on Nursing Students' Empathy Ability, Interpersonal Ability, and Caring", *Journal of Korean academic society of nursing education*, Vol 25, No 3, pp.344-356, 2019. DOI:<https://doi.org/10.3977/jkasne.2019.25.3.344>
- [17] Kang YS, Park K, "The mediating effect of emotional expressiveness on empathy in middle school student and the quality of their peer relationships", *Studies on Korean Youth*, Vol 25, No 2, pp.5-45, 2014. DOI:<http://dx.doi.org/10.14816/sky.2014.05.73.05>
- [18] McKinnon J, "In their shoes: An ontological perspective on empathy in nursing practice", *Journal of Clinical Nursing*, Vol 27, No 21-22, pp.3882-3893, 2018.

※ 이 논문은 2023년 광주대학교 연구비 지원으로 작성되었습니다.