

듀라터치 분만 교육이 분만 자신감, 분만지식, 부부관계만족도에 미치는 효과

김금중^{1*}

¹강동대학교 간호과

The effects of Doula Touch delivery education on self-confidence delivery, knowledge of childbirth, couple satisfaction

Kim Gum Jung^{1*}

¹Department of Nursing, Gangdong University

요 약 본 연구는 듀라터치 분만교육이 분만자신감, 분만지식, 부부관계 만족도에 미치는 효과를 규명하고자 시도 되었다. 대상자는 경기도 Y시에 소재한 보건소에서 2012년 10월부터 11월까지 주 1회 4번 듀라터치 분만교육을 받은 임산부 27명과 경기도 W시에 위치한 D병원에서 2012년 10월부터 2012년 11월 산전 진찰을 받은 대조군 28명을 대상으로 연구했는데, 그 결과는 다음과 같다. 듀라터치 교육을 받은 실험군이 대조군보다 분만자신감($t=-2.81$, $p=.007$)과 분만지식정도($t=3.50$, $p=.001$)에서 통계적으로 유의미하게 높았으나 듀라터치 교육을 받은 실험군과 대조군 간에는 부부관계 만족도는 유의미한 차이가 없는 것으로 나타났다($t=0.23$, $p=.818$). 분만자신감과 부부관계 만족도에 서 통계적으로 높은 상관관계를 나타냈다($r=314$, $p=.005$).

Abstract This study determined the effectiveness of Doula Touch delivery education on self-confidence delivery, knowledge of childbirth and couple satisfaction. The experimental group($n=27$) received the Doula Touch education at the public health center in the Y city of Gyeonggi Province from October of 2012 to November of 2012(four weeks). However, the control group($n=28$) received the antenatal care at a D hospital in the W city of the same province from October of 2012 to November of 2012, but did not receive the Doula Touch education. The following are the results derived from the study.

The experimental group significantly showed more self-confidence for delivery than the control group($t=-2.81$, $p=.007$). Besides, the experimental group significantly showed more knowledge of childbirth than the control group($t=3.50$, $p=.001$) but there was no significant difference in couple satisfaction between two groups ($t=0.23$, $p=.818$). On the other hand, the study showed a high correlation between self-confidence of delivery and couple satisfaction($r=314$, $p=.005$).

Key Words : Education, Self-confidence delivery, Knowledge of childbirth, Couple satisfaction.

1. 서 론

1.1 연구의 필요성

최근에는 분만에 대한 시각이 개인마다 차이가 있으며, 자신이 처한 환경에서 다양한 준비를 하며 산부 자신이 주인공이 되어 자신의 몸이 지닌 힘과 능력을 활용하

여 편안한 출산을 하고자 한다. 여성에게 출산은 정상적이고 자연스러운 건강한 몸의 기능이며, 건강한 몸은 어떻게 출산해야 하는지 본능적으로 알고 있으므로 선천적 능력을 활용하여 능동적인 참여자가 되도록 부드럽고 편안한 출산이 되도록 도와주어야 한다[1]. 임신은 정상적인 과정이지만 임신에 반응하는 양상은 개인차이가 현저하

This research was supported by Gangdong University research fund in 2012.

*Corresponding Author : Kim Gum Jung(Hankook Univ.)

Tel: +82-10-3243-0647 email: cris1109@hanmail.net

Received April 15, 2013

Revised (1st May 20, 2013, 2nd May 22, 2013)

Accepted June 7, 2013

며 임신한 여성은 심리적으로 불안하고 걱정과 두려움, 신체적인 불편감을 경험한다[2]. 임부가 신체적 변화와 분만과정에 대한 정보를 제대로 알지 못하면 분만에 대한 막연한 불안과 두려움을 느끼는데 임신부의 정서적 요인이 분만 통증과 관련이 있으며, 이는 산전 불안 정도가 분만 통증을 지각하는 것과 관련성이 깊은 것으로 알려져 있다[3]. 두려움과 불안으로부터 발생한 정서적 긴장, 피로와 수면부족은 분만 중 통증과 통증의 인지 정도를 증가시키며[4], 불안수준이 높은 임신부는 심한 분만 통증을 호소할 뿐만 아니라 산소소모량의 증가로 임신 중의 불안을 가중시키나 분만에 대한 자신감은 분만 시 통증을 감소시킨다[5]. 따라서 임신과 분만을 전후한 중요한 시기에 임부를 관찰, 교육하고 필요한 의학적인 조치를 함으로써 임신과 분만을 안전하고 만족한 경험이 될 수 있도록 도와야 한다[6,7].

임부는 산전교육을 통해 분만 동통의 생리적 특성을 이해하여 신체적, 심리적, 환경적, 지지적 도움을 활용할 수 있도록 준비하여 분만에 대한 선입견이나 막연한 두려움 줄여야 한다. 즉, 분만에 대하여 정상 생리 과정임을 이해하고 임신, 분만에 대한 스트레스에 대처하도록 필요한 지식과 기술을 제공함으로써 그들로 하여금 안전하고 긍정적인 출산 경험이 되도록 도와주어야 한다. 이러한 산전교육은 임신부에게 분만에 대한 긍정적이고 적극적인 태도를 이끌게 되며[8], 임신부의 준비된 분만은 편안한 분만을 도모하여 모성 애착을 증진하고 모성으로서의 역할을 용이하게 한다. 산전교육 효과를 본 연구로는 임신부 교실 참여 후 분만 자신감의 변화[9], 분만 시 산부의 불안과 통증에 대한 연구[10], 초임부 대상 4주 출산준비교육[4], 초임부를 대상으로 미술치료[11], 임신부 운동경험에 대한 연구[12], 태교관점 임부교실[9], 음악치료[13], 기체조[14] 등의 연구가 보고되고 있다. 이러한 산전교육을 통하여 분만에 대한 지식을 습득하고 대처 방법을 익혀 분만에 대한 자신감을 갖고 임하면 여성이 주도하여 분만과정의 단계를 잘 적응해내고 만족스러운 분만경험을 할 것이다.

분만에 영향을 주는 요인으로는 분만자신감을 들 수 있는데 이는 분만과정에서 필요한 여러 행동을 성공적으로 수행할 수 있다는 신념을 의미하며[15], 관련 요소로는 산전준비, 연령, 산과력, 자궁수축빈도, 과거 동통경험, 분만지식, 과거 분만경험 등의 다양한 변수들이 영향을 미치는 것으로 알려져 있다[3]. 분만자신감에 대한 연구로는 초임부 대상 미술치료[11], 요가 중심 산전교육[16], 임신 중에 운동참여에 따른 분만 자신감[12] 등이 있으며, 분만 자신감을 가진 여성은 가장 긴장된 분만시간 동안 적절하게 대처 행위들을 시도할 수 있어[11], 분만을 잘할 수 있

다는 대처능력에 더욱 큰 자신감을 갖게 되고 이는 곧 긍정적인 분만 경험으로 이어진다[3].

한편 임부들은 올바른 지식을 갖고 있지 않으므로 임신 중에 불필요한 공포나 불안을 느끼는데[17], 산전교육은 부모가 긍정적인 생활로 변화하도록 효과적인 도움을 주며 임신의 합병증을 감소시키는데도 중요한 역할을 한다. 분만지식에 관한 연구로는 산전교육이 초산모의 지식에 대한 연구[5], 산전지식과 분만 통제감[18], 미혼모의 분만지식[19] 등의 연구가 있으며 이러한 교육을 통해 임부는 자신의 건강한 생활을 영위하는 데에 필요한 지식과 요구를 충족하고 자신감을 갖게 된다[20].

또한, 임신출산 시 부부 관계가 중요한 영향을 미치는 데 부부란 가장 밀접하고 지속성이 있는 관계로 부부 관계가 원만할 때 가족의 안정성과 지속성이 유지될 뿐 아니라 가족구성원의 건강과 안녕에도 기여할 수 있다[21]. 부부간의 감사와 연민, 미안함, 인정과 존중을 표현하는 공감적인 의사소통이 임신단계부터 출산, 이후 양육 전 과정에서 부부의 안정적인 적응을 예측해주는 주요요건이다[22]. 부부 관계만족도는 결혼만족도와 유사한 개념으로[23], 이에 관한 연구로는 부모의 부부 관계의 질이 그 자녀세대의 부부 관계에 대한 적응[24], 성별에 대한 부부 관계에 대한 만족도[25,26], 남편참여 듀라터치 교육 후 부부 애착[27] 등에 대한 연구가 있으나 산전교육과 관련해서는 많은 연구가 이루어지지 않았다.

위에서 살펴본 바와 같이 분만을 준비하는데 산전교육은 중요하며 다양한 프로그램이 진행되고 있다. 하지만 현재 진행되고 있는 산전교육은 복식호흡을 중심으로 하는 소프틀로지와 연상법, 이완법과 호흡법을 근간으로 라마즈 교육이 이루어지고 있으며 진통 시 호흡법은 적용 가능하나 이완은 산모 스스로 해야 하는 어려움이 있다. 또한, 자궁수축이 심해지는 활성화 이후에는 연상법을 적용하기 어려운 실정이다. 이에 분만 중에 불안을 해소해주고 이완에 도움을 주는 터치와 몸의 에너지를 활용하여 편안한 분만이 되도록 부드러운 출산 개념을 적용한 프로그램이 요구된다. 김금중[28]이 개발한 듀라터치 분만교육은 부드러운 출산개념을 포함하고 터치를 적용하여 진통 중 불안감을 해소하고 이완을 도모하기 위해 산전교육으로 적용하고 있으며 부성역할과 부성애착, 부부 애착을 연구한 바가 있으나[27], 다양한 연구가 시도되지 않았다. 따라서 터치를 이용하여 개발한 듀라터치 분만교육이 분만 자신감, 분만지식, 부부 관계만족도에 미치는 효과를 파악함으로써 산전에 임부를 위한 산전교육 프로그램을 개발하는데 근거자료로 활용하고자 연구를 시도하였다.

1.2 연구의 목적

본 연구의 구체적인 목적은 다음과 같다

- 1.2.1 듀라터치 분만교육이 분만자신감에 미치는 효과를 확인한다.
- 1.2.2 듀라터치 분만교육이 분만지식에 미치는 효과를 확인한다.
- 1.2.3 듀라터치 분만교육이 부부 관계만족도에 미치는 효과를 확인한다.
- 1.2.4 분만자신감, 분만지식, 부부 관계만족도의 상관관계를 확인한다.

2. 연구대상 및 방법

2.1 연구설계

본 연구는 듀라터치 분만교육이 분만지식, 분만자신감, 부부 관계만족도에 미치는 효과를 분석하기 위한 동등성 대조군 전후설계(Nonequivalent control group pre-post test design)의 유사 실험 연구이다[Fig. 1].

	Pre test	Intervention	Post test
Experimental group (n=28)	○	○	○
Contol group (n=27)	○	×	○

[Fig. 1] Research Design

2.2 연구대상

2.2.1 윤리적 고려

본 연구는 1주일마다 산전교육에 참여해야 하는 특성이 있어 교육을 신청한 임부에게 동의서를 받기 전 연구 목적과 자료수집방법에 대해 실험 처치 참여 기간 중 언제라도 그만둘 수 있다는 것과 결과는 연구목적으로만 사용될 것이며 비밀이 보장됨을 설명하여 대상자의 윤리적인 측면을 보호한 후에 이에 동의하는 임신부에게 자발적인 서면 동의를 받았다. 대조군에도 산전 진찰 중 설명을 충분히 하여 허락한 임부에게 서면 동의를 받고 측정을 시행하였다. 연구진행에 앞서 연구 목적, 방법, 대상자에 미치는 영향 및 설문지 구성 전반에 대하여 강동대학교 연구위원회 심사절차를 거쳐 연구승인을 받았고 IRB 번호는 2012-02이다.

2.2.2 대상자 선정

본 연구의 대상자는 경기도 Y 시에 소재한 보건소에서

분만을 위해 산전 교육을 신청한 임신부를 모집단으로 하였다. 구체적 대상자 선정기준은 임신기간이 32주 이상 35주 미만으로 임신 합병증이 없는 임부를 대상으로 2012년 10월 1일부터 2012년 11월 30일까지 산전 교육을 신청한 대상자를 실험군에 할당하였으며, 주 1회 4주 동안의 교육을 받은 대상자였다. 대조군은 경기도 W 시에 위치한 D 병원에서 분만을 위해 2012년 10월 1일부터 2012년 11월 30일까지 산전 진찰을 위해 외래에 내원한 대상자를 대조군에 할당하였고 산전교육을 받지 않았다.

본 연구를 위한 표본의 크기는 유의수준(α) .05, 검정력 ($1-\beta$)을 .80으로 하고 선행연구[29]를 기초로 구한 효과 크기는 실험군과 대조군의 점수 차이를 대조군의 표준편차로 나눈 효과 크기가 0.80으로 큰 효과크기를 기대할 수 있어 적용하였다. G-power 3.1로 계산한 결과 두 집단 간의 평균 차이를 비교하는 연구에서 요구되는 각각의 연구 대상자가 26명이었으며 탈락률을 고려하여 각 그룹의 표본크기를 실험군 30명, 대조군 30명으로 하였다. 실험군의 3명은 실험참여 후 4번의 교육을 모두 받지 못하여 실험에서 탈락하였다. 대조군의 경우 실험군과의 동질성을 유지하기 위해 32주 이상 35주 미만의 임부를 선정하여 대조군에 포함시켰는데 4주 이후 조산으로 2명이 대조군이 탈락하였다. 최종적으로 본 연구에 참여한 대상자는 듀라터치 분만법(4주 프로그램)에 참여한 실험군 27명과 참여하지 않은 대조군 28명이었다.

2.3 실험 처치

2.3.1 김금중의 듀라터치 개발과정

라마즈 교육이나 소프톨로지 교육과 같은 보편화된 출산교육의 주요 목적은 호흡법 훈련을 근간으로 활용되고 있으나 분만 중에 진통이 오면 산전교육내용을 적용하여 산부 스스로 이완하기 어려운 상태이다. 분만 시 치료적 터치를 적용하여 산부의 주관적 통증은 낮아지고, 분만시간이 단축되었으며[28], 아로마 분만 마사지를 적용하여 자궁의 활동이 적으면서 분만시간이 단축되었고 진통 중 혈압이 낮게 나타났다[30]. 위의 연구 치료적 터치와 아로마 분만마사지를 포함하여 김금중[29]이 “듀라터치” 라는 분만법으로 개발하였는데, 듀라 터치(Doula Touch)라는 말은 듀라(Doula)와 터치(Touch)의 합성어이다. 듀라(Doula) 라는 말은 그리스어로 “a woman who helps other women”으로 누군가가 분만하는 여자를 도와준다는 뜻과 그동안 연구한 터치 결과를 토대로 터치(Touch)라는 말을 합한 것이다. 즉, 남편이나 가족, 의료인 등이 해주는 터치로 임신, 출산, 육아를 행복하게 하자는 의미를 담아 “듀라터치”로 특허를 내게 되었다.

듀라터치는 분만 준비뿐만 아니라 태교, 부모 됨 준비 등에 초점을 맞추어 총체적으로 분만을 준비함을 의미하며 산부에게 통증은 줄여주고 분만시간은 단축시킨다. 산전에 태아에게는 태아마사지를 해주고, 임신부에게는 임신부 피로회복마사지, 분만 시에는 듀라터치, 아로마 마사지, 출산 이후 아기에게는 아기 마사지를 제공하자는 분만법으로 동영상 제작하였다. 소책자를 개발하여 교육용으로 사용하고 있으며 강의구성에 해당하는 터치 교육6은 동영상과 함께 따라하고 실기를 통해 익히게 하였다.

결국, 듀라터치는 부모가 태아에게 사랑을 전하며 분만 중에는 터치로 편안한 출산을 하고자 개발하여 일부 여성전문병원에서 프로그램을 적용하고 있으며 아버지 참여 듀라터치를 적용하여 부성역할, 부성자신감, 부부애착을 연구하였다. 본 연구의 프로그램에 포함된 내용은 태아마사지, 자연분만 기전, 듀라터치, 단계별 호흡법, 신생아관리와 신생아 터치 등이다.

2.3.2 김금중의 듀라터치 교육

본 연구에 적용한 듀라터치 분만 교육 자료는 김금중[27]의 연구에서 출산교육에 필요한 주제와 임신·출산에 필요한 터치 연구를 토대로 4주프로그램으로 제작하였으며 이론과 실기를 병행하여 1일 2시간 교육을 시행하였다. 교육용 교재와 동영상을 이용하여 이론과 실기를 따라하도록 하여 프로토콜을 익히도록 하였다. 각 주의 주제로 1주는 부드러운 출산 개념, 분만의 의미, 태담 태교와 태아마사지, 2주는 자연분만 기전, 터치의 중요성, 단계별 호흡법 3주는 호흡법 실기, 듀라터치, 4주는 신생아관리와 신생아 터치이며 각 주마다 주제에 대한 이론은 40분, 실기 40분으로 구성하여 진행하였고 그 주제는 다음과 같다.

태아마사지: 부모가 태아와 교감을 나누며 사랑을 전하는 마사지로 임신 6개월 이후에 가능하며 임부 복부를 중심으로 부드럽게 마사지는 방법으로 5분 정도 소요되며 불편감이 있으면 멈춘다. 태아에게 전하고 싶은 내용을 태아와 대화하듯이 마사지한다.

듀라터치: 규칙적인 진통이 오면 시작하며 전체 마사지는 10분 정도 소요되는데 한 시간에 한 번 시행하고 나머지 시간에는 부분 마사지를 한다. 마사지 부위는 어깨, 팔, 배, 허벅지, 다리, 등, 허리, 엉덩이 순서로 진행한다.

호흡법: 분만 기전에 따라 잠재기(0~3cm)에 하는 느린 호흡과 활동기(4~7m)에 하는 빠른 호흡, 이행기(8~10cm)에 내뿜는 호흡, 힘주기 호흡(분만2기)으로 나누어 하는 시기별 호흡을 의미하며 태아에게 산소공급을 하고 산부는 호흡 하면서 통증을 전가한다.

신생아관리 및 신생아 터치: 신생아관리, 신생아 터치 등 신생아관리에 대한 전반적인 이론을 교육하고 아기 모

형으로 터치 등은 실습하였다.

2.4 연구도구

2.4.1 분만자신감

분만자신감은 분만과정에 필요한 여러 행동을 성공적으로 수행하여 정상 질식분만을 잘할 수 있다는 분만에 대한 산부의 자신감을 의미하며[15], 본 연구에서는 이미경[31]이 개발한 분만자신감 척도를 본 프로그램에 맞게 일부 수정·보완하여 5점 척도의 18문항 도구를 이용하였으며, 가능한 점수의 범위는 18~90점이었고 점수가 높을수록 분만자신감 정도가 높은 것을 의미한다. 본 연구의 Chronbach's $\alpha=0.687$ 이었다.

2.4.2 분만지식정도

강정희[32]가 개발한 20문항의 분만지식 측정 도구를 의미하며 분만 생리, 분만과정, 산전 운동, 호흡법 및 힘주는 방법에 대한 항목과 본 연구자가 “듀라터치 교육” 내용을 포함하여 수정·보완하여 2점 척도의 27문항 도구를 이용하였으며, 가능한 점수의 범위는 27~52점이었고 점수가 높을수록 분만지식 정도가 높은 것을 의미한다. 본 연구의 Chronbach's $\alpha=0.754$ 이었다.

2.4.3 부부관계만족도

부부 관계만족도 측정도구는 Olson, Fournier, Drukman 등이 부부 관계를 측정하기 위해 개발한 ENRICH (Enriching and Nurturing Relation ship Issues, Communication and Happiness)를 토대로 송현정[33]이 5개 하위요인 30개 항목을 선정한 척도를 수정·보완하여 5점 척도의 26문항 도구를 이용하였으며, 가능한 점수의 범위는 26~90점이었고 점수가 높을수록 부부 관계에서 만족함을 의미하며 본연구의 Chronbach's $\alpha=0.867$ 이었다.

2.5 분석방법

수집된 자료는 SPSS win 18.0 을 이용하여 통계처리하였다. 수집된 자료는 대상자의 일반적 특성과 산과적 특성, 백분율, 평균과 표준편차를 이용하여 서술적 통계를 하였다. 실험군과 대조군의 일반적 특성, 산과적 변수, 측정변수의 동질성 검증은 t-test, χ^2 -test를 용하였으며 교육 효과는 실험군과 대조군의 실험 전 값과 실험 후 값의 차이 값을 t-test로 분석하였다.

2.6 연구의 제한점

연구대상자 선정 시 공기관에서 실시하는 산전교육에 신청한 대상자를 선정하였으므로 대조군을 같은 장소에

서 선정할 수 없었던 제한점이 있어 해석 시 신중한 고려가 요구된다.

3. 연구결과

3.1 실험군과 대조군의 동질성 검정

3.1.1 일반적 특성에 대한 동질성 검정

본 연구에 참여한 산모의 특성을 살펴보면 실험군의 평균나이는 31.1세였으며 대조군은 31.6세였다. 교육수준은 대졸이상인 실험군은 20명(74.1%), 대조군은 27명(96.5%)였으며, 결혼형태의 경우 연애결혼이 실험군 25명(92.6%), 대조군 21명(75%)으로 나타났다. 산과적 특성의 경우 임신견해에 대한 긍정적인 응답이 실험군은 22명(88%), 대조군은 17(63%)였으며, 분만견해는 대한 긍정적 응답은 실험군 15명(55.5%), 대조군은 18명(64.2%)였다. 정기적인 산전진찰은 실험군 21명(77.8%), 대조군15명

(55.6%)이었으며, 임부가 생각하는 자신의 건강상태는 매우 건강하다고 생각하는 임부가 78.6~81.5%로 나타났다. 실험군과 대조군간의 인구사회학적 특성에 대한 동질성을 분석한 결과 산모의 연령, 종교, 학력, 직업, 성격, 경제상태, 부인 직업에서 두 집단 간에 통계적으로 유의한 차이가 없어 동질적인 것으로 [Table 1]과 같다.

3.1.2 산과적 특성에 대한 동질성 검증

실험군과 대조군 간의 산전진찰, 임신견해, 분만견해, 산모의 건강상태를 분석한 결과 통계적으로 유의한 차이가 없는 것으로 나타나 두 집단의 동질성이 확인되었다 [Table 1].

3.1.3 측정변수에 대한 동질성 검증

사전, 사후 실험군과 대조군의 측정변수의 차이가 있는지 검정한 결과 두 집단 간에 유의한 차이가 없는 것으로 나타나 두 집단의 동질성이 확인되었다[Table 2].

[Table 1] Homogeneity Test for General Characteristic (N=55)

Characteristics		Exp.(n=27)	Cont.(n=28)	χ^2	p
		Mean±SD/n(%)	Mean ± SD/n(%)		
Age(year)		31.1±3.6	31.6±3.5	.589	.558
personality	conservative	1(3.7)	4(14.3)	4.064	.131
	open	4(14.8)	8(28.6)		
	middle	22(81.5)	16(57.1)		
Religion	Have	13(49.1)	15(53.6)	2.981	.561
	Not have	14(51.9)	13(46.4)		
Occupation(wife)	Housewife	22(81.5)	23(82.1)	1.116	.572
	Employed	4(14.8)	5(17.9)		
	Un Employed	1(3.7)	0(0.0)		
Economic status	Intermediate	24(88.9)	24(85.7)	7.662	.105
	Low	3(11.1)	4(14.3)		
Perceived health status of the mother	Very good	3(10.0)	3(10.0)	0.073	.787
Effect of the program	Good	26(96.3)	27(100.0)	2.915	.233
	Not good	1(3.7)	0(0.0)		
Opinions on the delivery	Positive	15(55.5)	18(64.2)	5.668	.225
	Negative	2(7.5)	4(14.4)		
	None	10(37.0)	6(21.4)		
marriage form	a love marriage	25(92.6)	21(75.0)	3.108	.078
	marriage by arrangement	2(7.4)	9(16.4)		
Antenatal education	Have	21(77.8)	15(55.6)	3.000	.083
	Not have	6(22.2)	12(44.4)		
Opinions on the pregnancy	Positived	22(88.0)	17(63.0)	4.361	.113
	Negative	3(12.0)	10(37.0)		

Exp. = experimental group; Cont. = control group

[Table 2] Homogeneity Test for Independent Variables

Variables	Exp.(n=27)	Cont.(n=28)	t	p
	Mean± SD	Mean± SD		
self confidence for delivery	68.59±13.05	76.04±16.73	-1.84	.072
knowledge of childbirth	42.23±6.87	39.00±6.80	-1.245	.219
couple satisfaction	82.22±12.28	81.14±11.95	-0.78	.440

Exp. = experimental group; Cont. = control group

[Table 3] Comparison of Research Variables between Experimental Group and Control Group(N=55)

Variables	Exp.(n=27)		Cont.(n=28)		pre -post difference		t	p
	pretest	posttest	pretest	posttest	Exp.	Cont.		
	Mean±SD	Mean±SD	Mean±SD	Mean±SD	Mean±SD	Mean±SD		
self confidence for delivery	68.59±13.05	73.52±7.15	76.03±16.73	68.00±11.40	-4.93	8.04	-2.81	.007
knowledge of childbirth	33.70±2.90	41.26±6.87	39.00±6.80	39.64±8.68	-7.56	-0.67	3.50	.001
couple satisfaction	82.22±12.28	81.70±10.01	81.14±11.95	80.89±11.18	-0.48	0.25	0.23	.818

3.2 연구결과

3.2.1 분만자신감의 차이

듀라터치 분만교육을 받은 실험군이 대조군보다 초산모의 분만자신감은 통계적으로 유의미한 차이를 나타냈다($t=-2.81, p=.007$)[Table 3].

3.2.2 분만지식의 차이

듀라터치 분만교육을 받은 실험군이 대조군보다 초산모의 분만지식 정도는 통계적으로 유의미한 차이를 나타냈다($t=3.50, p=.001$)[Table 3].

3.2.3 부부만족도의 차이

듀라터치 분만교육을 받은 실험군이 대조군보다 초산모의 부부만족도는 통계적으로 유의미한 차이가 없었다($t=0.23, p=.818$)[Table 3].

3.2.4 분만지식, 분만자신감, 부부관계만족도간의 상관관계

분만지식, 분만자신감, 부부 관계만족도 간의 상관관계를 분석한 결과, 분만자신감과 부부 관계만족도에서 통계적으로 유의미한 정적 상관관계를 나타냈다 ($r=0.314, p=.005$)[Table 4].

[Table 4] Correlation for Indepent variables (N=55)

	self confidence for delivery	knowledge of childbirth	couple satisfaction
self confidence for delivery	1		
knowledge of childbirth	.141	1	
couple satisfaction	.314*	-.030	1

* $p < .005$

4. 고찰

본 연구에서는 임신, 분만준비를 위하여 산부에게 태

아마사지, 자연분만 기전, 듀라터치, 호흡법, 신생아 관리와 신생아 터치 등이 포함된 4주 과정의 김금중[28]이 개발한 듀라터치 분만교육 후 실험군과 대조군에 대한 분만지식, 분만자신감, 부부 관계만족도에 대한 연구결과를 토대로 논의하고자 한다.

듀라터치 분만교육이 분만지식과 분만자신감에 영향을 미칠 것으로 기대한 본 연구에서 교육 후 분만지식이 증가하고 분만자신감이 증진될 것이라고 가정한 데로 실험군은 대조군에 비해 유의미한 차이를 보였다.

분만지식에 대해 살펴보면 듀라터치 교육을 받은 실험군은 대조군보다 분만지식 정도가 높게 나타났다. 산전교육을 받은 임산부는 분만과정과 관련된 지식 정도가 교육을 받지 않은 임산부에 비해 유의미하게 높게 나타났고[5,34], 미혼모에게 산전교육을 시행한 결과 교육전보다 분만에 대한 지식 정도가 높게 나타났는데[19], 본 연구와도 일치하였다.

산전지식은 임신 및 분만에 대한 전반적인 지식수준으로서 산전지식이 긍정적이고 적극적인 태도를 형성하여 [8], 분만 통증 및 불안을 감소시키고 분만시간을 단축함으로써 긍정적인 분만경험을 도모하는 것으로 나타났다 [35].

최근 임산부는 임신 분만에 대한 정보를 다양한 채널을 통해 공유하고 있으나 이를 통해 습득되는 분만 관련 지식은 단편적이어서 의학적인 정확한 근거를 토대로 한 올바른 정보를 획득할 수 있도록 체계적인 교육프로그램 개발이 보건의료계에 요구되고 있다. 임산부는 구체적으로 분만과정이 어떻게 이루어지며 그 과정에서 분만에 임하는 산부의 태도는 어떠해야 하는지, 자궁수축으로 인한 통증에 대한 대처는 어떻게 해야 하는지 막연한 태도를 지니고 있다. 또한, 자연주의 출산에 대한 요구가 증가하고 있어 산부는 여성의 힘과 에너지, 태아와의 교감을 이루는 평화로운 출산에 대한 관심이 증대되고 있다. 이를 토대로 볼 때 현재 병원이나 보건소에서 이루어지고 있는 산전교육에 임신, 단계별 분만대처법, 대상자의 분만에 대한 요구와 가치, 여성의 몸이 지닌 능력을 잘 활용할 수 있는 내용 등이 포함하여야 한다.

분만자신감에 대하여 살펴보면, 분만에 잘 대처할 수

있다는 자신감을 측정한 결과 자신감이 높은 임신부가 실제 진통을 덜 느꼈고 긍정적인 분만을 경험하였다고 보고하고 있다[36].

분만자신감을 가진 여성은 가장 긴장된 분만시간 동안 적절하게 대처행위를 시도할 수 있으며 이는 곧 긍정적인 분만 경험으로 이어지고 실제 분만과정에서 중요한 역할을 하게 된다. 특히 분만 통증이 가장 심한 분만 1기 활동기에는 무엇보다도 분만자신감 정도에 따라 분만 소요시간이 달라지고 분만 진행과정 중 산부가 편안하게 임할 수 있을지에 영향을 미친다[3].

분만자신감에 대한 연구를 보면 4주 동안 매주 2시간 씩 병원과 보건소에서 임신부교실의 교육 참여 후 분만 자신감이 유의하게 향상되었고[9], 산전 운동 프로그램 참여 후 분만자신감과 정신건강이 높게 나타났으며[12], 태교관점 임부교실에 참여한 경우 분만 자신감이 증가[9] 하였음을 고려할 때 산전교육 프로그램은 분만자신감을 갖게 하는데 매우 중요함을 확인할 수 있다. 이와는 반대로 4주 출산준비교육을 하였으나 분만자신감이 증가하지 않아 출산준비교육에 분만자신감을 향상할 수 있는 내용이 포함되어야 효과를 얻을 수 있으며[4], 출산준비교육의 내용구성에 따라 분만자신감은 달라질 수 있음을 시사하고 있다. 본 연구에서는 임신부들이 갖게 되는 두려움이나 불안을 해소하기 위하여 분만과 관련된 정보를 제공하고 통증에 대처할 듀라터치를 적용하고 분만 기전의 단계별 특성에 맞게 분만 초기에는 편안하고 긍정적인 태도로 산부의 스트레스를 줄이고 활성기, 이행기에는 자궁수축의 양상을 이해시켜 자신의 행동을 조절할 수 있도록 분만 실제를 적용하였다. 심정진[16]은 두려움과 관련된 내용을 중점으로 산전프로그램을 제공한다면 분만자신감으로 분만을 잘하게 될 것이라고 하였는데 본 연구에서 적용한 듀라터치는 분만 실제에 적용할 수 있어 분만자신감을 획득하는데 도움이 될 것으로 사료된다.

본 연구에서 부부 관계만족도는 교육이 진행되는 동안 변화가 있을 것으로 예측하였으나 교육 후 유의미한 차이가 없어 김금중, 최명숙[27]의 남편이 듀라터치 교육에 참여한 후 남편과 부인의 부부 애착이 모두 유의미하게 상승한 것과는 대조를 이루고 있다. 본 연구에서는 임신 부만 참여하는 프로그램이라 남편이 참여한 교육과는 차이가 있음을 알 수 있었으며 임신주수가 높아지는 것도 부부 관계 만족도에 영향을 미칠 것으로 사료되며 추후 연구가 요구된다.

분만자신감과의 상관관계를 보면 부부 관계 만족도에 서로 높은 상관관계를 나타냈다. 분만자신감과 관련이 있는 요소로는 산전준비, 연령, 산과력, 자궁경부의 개대 정도, 자궁수축의 빈도, 과거 동통 경험, 과거 분만경험,

분만경과시간 등의 다양한 변수들의 고려할 수 있으며 [3], 분만자신감과 부부 관계만족도와와 상관관계를 본 연구는 없는 실정이라 다른 연구와 비교할 수는 없지만 부부 관계 만족도가 높을수록 분만에 대한 자신감도 높은 것은 여성에게 모성으로서의 역할획득에 긍정적인 영향을 미칠 것으로 사료된다.

Crowe, Baeyer[36]는 분만과 관련된 지식수준과 자신감이 높은 산모에서 긍정적인 분만경험을 하는 것으로 보고하였는데, 본 연구 듀라터치 분만교육이 초산모에게 분만과 관련된 지식을 증가시키고 분만에 대한 자신감을 높여주는 것으로 나타났다.

특히 여성의 정체성을 강조한 부드러운 출산개념과 이완에 도움을 주는 터치를 적용하여 산전교육 프로그램으로 개발하였다는 점이 의미가 있다. 부부 관계 만족도가 높을수록 분만만족도와 높은 상관관계가 있음을 알 수 있었으나, 듀라터치 분만교육이 부부 관계 만족도에는 영향을 미치지 않았다. 현재 산전교육은 산모만 참여하는 교육과 남편이 참여하는 교육으로 이루어지고 있으나 공기관에서는 대체로 낮 시간을 이용하여 산모만 참석하는 형태로 진행되고 있다. 위의 연구를 토대로 볼 때, 임신 분만을 준비하는 산전교육에 남편참여 기회를 제공하는 것이 바람직하다고 사료된다.

5. 결론 및 제언

본 연구에서는 초산모를 대상으로 터치를 이용하여 김금중[28]이 개발한 듀라터치 분만교육이 대상자의 분만 지식, 분만자신감 및 부부 관계만족도에 미치는 효과를 파악하기 위해 시도되었다.

듀라터치 분만교육은 분만지식과 분만자신감에 효과가 있는 것으로 나타났고 부부 관계만족도에는 영향을 미치지 않았으며 분만자신감과 부부 관계만족도에서 통계적으로 유의미한 정적 상관관계를 나타냈다. 위의 연구를 토대로 듀라터치 분만교육이 분만지식과 분만자신감을 증가시켜 산전교육프로그램으로 효과가 있다고 사료되며 부부 관계만족도에는 변화가 없었다.

이상의 결과를 토대로 다음과 같이 제언하고자 한다.

1. 듀라터치교육 후 분만에 대한 효과에 대해 연구할 필요성이 있다.
2. 배우자와 임신부들의 요구에 맞는 듀라터치 분만교육의 다양한 적용이 요구된다.
3. 프로그램에 참여한 산부의 분만 경험이 모성 역할에 어떠한 영향을 미치는지 추후연구가 필요하다.

References

- [1] Mary Monggan, "Hypno Birthing", Good bookshops, 2012.
- [2] Walker, Lorraine, O., "Patient-Infant Science: paradigms, phenomena, methods", F.A Philadelphia. Davis Co, 1992.
- [3] M. K. Lee, "Factors influencing self confidence during delivery in laboring women", Journal of Korean Academy of Womens Health Nursing, Vol.11 No.1, pp.20-26, 2005.
- [4] J. I. Kim, "Focused on anxiety and labor efficacy = Comparison of prenatal education programs for the primigravida", Journal of Korean Academy of Womens Health Nursing, Vol.11, No.3, pp.225-231, 2005.
- [5] M. S. Jung, "Effect of childbirth education on knowledge, anxiety, labor pain and self-cooperation in primiparae and husbands", The Journal of Kyungpook Nursing Science, Vol.7, No.2, 2003.
- [6] M. O. An, "Childbirth preparation of the contents and methods of operation", Childbirth preparation training education leaders, pp.1-5, 2003.
- [7] K. S. Lee, J. H. Oh, "The observation experience of nursing students toward delivery" Journal of the Korea Academia-Industrial Cooperation Society Vol.12, No.3, pp.1278-1288, 2011.
DOI: <http://dx.doi.org/10.5762/KAIS.2011.12.3.1278>
- [8] Y. S. Park, Y. I. Kim, "The evaluation of childbirth class and educational need of pregnant women", Journal of Korean Academy of Womens Health Nursing, Vol.2, No.1, pp.108-118, 1996.
- [9] S. B. Chang, K. Y. Kim, "Changes of maternal-fetal attachment and self efficacy for delivery after the Taekyo - perspective prenatal class", Journal of Korean Academy of Womens Health Nursing, Vol.7. No.1, pp.7-17, 2001.
- [10] H. H. Kim, "The effects of sophology childbirth education on maternal anxiety and pain during delivery", Sophology Workshop, pp.75-96, 2000.
- [11] J. Y. Ban, "The effect of the art therapy program based on picture diary on the pregnant women's delivery psychology", Department of Art Therapy Graduate School, of Rehabilitation Science Daegu University, 2002.
- [12] S. H. Jun, "The effect of exercise of pregnancy on delivery efficacy and mental health", Journal of Korean physical education association for women, Vol.22, No.5, pp.49-62, 2008.
- [13] E. J. Kwak, "The effects of pre-delivery music therapy program on anxiety and stress of the primigravidas", Major of Clinical Music Therapy Graduate School of Music Therapy Sookmyung Women's University, 2006.
- [14] E. S. Ji, "The effect of the Qi exercise prenatal program on the mother-infant interaction, infant behavior state and health status", Unpublished master's thesis, Kyung Hee University, 2008.
- [15] Walker, B., & Erdman, A., "Children education programs : The relationship between confidence and knowledge", Birth, Vol.11, pp.103-108, 1984.
DOI: <http://dx.doi.org/10.1111/j.1523-536X.1984.tb00757.x>
- [16] C. S. Shim, "The effect of a Yoga-focused prenatal program on stress, anxiety, self confidence and labor pain of pregnant women in vitro fertilization treatment", Unpublished master's thesis, Chon nam National University, 2010.
- [17] Y. S. Moon, "A study on antenatal, education about the normal course of labor in last trimester of gestation influencing the state-anxiety of primigravida", Journal of Korean Academic of nursing, Vol.10, No.1, pp.11-18, 1980.
- [18] Y. L. Eim, "The effect of childbirth knowledge, labour agency labor pain on the postpartum mothers's perception of delivery experience", Unpublished master's thesis, Gyeong Sang National University, 2004.
- [19] K. K. Kim, H. J. Koh, "The effects of the prenatal education on unwed mother`s knowledge about delivery, postpartum care and anxiety", The Korean public health association, Vol.30, No.1, pp.13-23, 2004.
- [20] Jeffers, DF., "Outreach childbirth education classes for low-income families: A strategy for program development", Awhonns Clinical Issues, Vol.4, No.1, pp.95-101, 1993.
- [21] B. H. Kim, H. Y. Lee, E. Y. Lee, H. K. Kim, " A subjectivity of marital relationship", The Journal of Korean Academic Society of Adult Nursing, Vol.13. No.2, 191-199, 2001.
- [22] Shapiro, A. F., Gottman, J. M., Carrere, S., "The baby and the marriage: Identifying factors that buffer against decline in marital satisfaction after the first baby arrives", Journal of family Psychology, 14(1), 59-70, 2000.
DOI: <http://dx.doi.org/10.1037/0893-3200.14.1.59>
- [23] H. S. Chung, "A Study of development of the Korean - Marital Satisfaction Scale", Journal of the Korean Home Economics Association, Vol.39. No.12, 205-224, 2001.
- [24] Y. K. Chung, J. H. Choi, "The effect of parents' marital quality on married women's marital adjustment and perspective toward marriage", Korea Journal of Psaychology: Women, Vol.15. No.3, 331-353, 2010.
- [25] M. H. Kim, K. H. Min, "Attachment and marital

- satisfaction in middle-aged married couples: focusing on mediating variables between attachment style and marital satisfaction”, Journal of the Korea Gerontological Society, Vol.27. No.1, 213-233, 2007.
- [26] S. Y. Sohn, “Husband-Wife relationship in Korean families and suggestions for future policies”, Dongduk journal of women's studies, Vol.8, 87-120, 2003.
- [27] G. J. Kim , M. S. Choi, “Effects of paters` Duola Touch during labor on the paternal attachment and role confidence to neonate and couple attachment”, Journal of Korean Academy of Womens Health Nursing, Vol.17, No.4, 2012.
- [28] G. J. Kim, “Doula Touch Pregnancy and child birth”, Baby& Mom, 2007.
- [29] I. J. Kwak , K. H. Park , M. Y. Lee , M. R. Kim , H. S. Lee , Y. M. Hong , S. J. Yoon , H. J. Park., “The effect of one session spouses support reinforcement prenatal education program to participation and support degree of spouse to pregnant women during labor”, Journal of Korean Clinical Nursing Research, Vol.10, No.1, pp.42-55, 2004.
- [30] G. J. Kim, “The effects of aroma massage on contraction of uterus, duration of delivery time, stress, anxiety and pain during delivery, Unpublished doctoral dissertation, Hanyang University, 2003.
- [31] M. K. Lee. "Effects of San-Yin-Jiao (SP-6)acupressure on labor pain, delivery time, serum β -endorphin and intensity of uterine contractions in women during labor", Unpubli shed master's thesis, Yonsei University, 2003.
- [32] J. H. Kang, “A study on fear and anxiety of pregnant women”, Journal of Korean Academy of Nursing, Vol.10, No.3, pp.1-12, 1981.
- [33] H. J. Song, “The effects of coule eelationship, parents-child relationship on the handisapped children's sibling relationship”, Unpublished ma ster's thesis, Sookmyung Women's University, 1998.
- [34] C. H. Park , C. U. Lee, “Effect of antenatal education on pregnant women”, Journal of Korean Academy of Womens Health Nursing, Vol.8, No.1, 2002.
- [35] M. G. Jeon, “A study on anxiety ,support-degrees, childbirth-experience of wives of first childbirth and their spouses”, Department of Hospital Administration Graduate School of Public Administration Hanyang University, 2003.
- [36] Crowe, K., & Baeyer, C., “Predictors of a positive childbirth experience”, Birth, Vol.20, pp.59-63, 1989.
DOI: <http://dx.doi.org/10.1111/j.1523-536X.1989.tb00862.x>

김 금 중(Gum-J Kim)

[정회원]



- 2004년 8월 : 한양대학교 간호학과 (간호학박사)
- 2010년 3월 ~ 2012년 2월 : 서정대학교 응급구조과교수
- 2012년 3월 ~ 2013년 2월 : 강동대학교 간호과 교수

<관심분야>

여성건강간호, 김금중의 두라터치 분만, 태교, 자연출산, 이주여성