

시각언어를 적용한 미술치료의 가능성에 대한 연구

A Study on The Feasibility of Art Therapy Applying Visual Language.

방경란

천안대학교 정보통신학부

Bang, Kyung-Rhan

Dept. of Information & Communication, Cheonan Univ.

• Key words: Color Psychology, Gestalt Psychology, Art Therapy

1. 서론

일반적으로 '미술치료(Art Therapy)'는 미술창작활동을 통한 심리 치료기법으로 이해되고 있다. 이 이론은 미술작품을 만드는 창조적 과정이 정신치료에 효과가 있으며 삶의 질을 향상시키고 효과적인 의사소통양식이라는 생각에 기초하고 있다.¹⁾

본 연구는, 이제까지 행해져 온 미술치료의 연구에 새로운 방향을 제시하고자 하며, 그 가능성에 대하여 연구하고자 한다. '시각언어'를 표현하는 색채, 형태와 인간의 심리적인 상호관계를 분석하여 이를 바탕으로 색채심리 및 Gestalt이론, 지각심리학적 접근을 통한 미술치료방법의 가능성을 연구하고자 한다.

인간의 색채심리와 형태심리에 근거하여 어린이의 건강한 정서적 성장을 위한 일러스트레이션의 개발과 아동교육프로그램 및 놀이감개발 등에 응용하는 것이 연구의 최종목적이다.

본 연구에서 말하고 있는 '시각언어'라 하는 것은 색채, 선과 형태, 공간, 질감 등이 관계하여 이미지를 표현한 형상화된 매개체라 정의하고자 한다. 또한 '미술치료'라고 하는 것은, 정신의학적인 치료라기보다는 인간의 건강한 정서를 유도하는 미술행위임을 밝힌다. 본 연구는 정신의학에서 행하는 본격적인 치료 행위와는 구별되며, 보통생활을 하고 있는 사람을 위한 정신건강 차원에서 사용되는 것을 목적으로 한다. 그 선행연구로서 '시각언어를 통한 미술치료의 가능성에 대한 연구'를 통하여 미술치료모델로서의 시각언어개발에 대한 가능성을 가능해 보고자 한다.

2. 색채심리와 인간의 정서적 영향

색채치료법은 고대 이집트로부터 사용되어 왔으며, 색채의 상징적인 의미는 동서고금을 통하여 인간에게 정서적으로 영향을 주었다. 색채에 관한 느낌과 심리적인 상징은 환경과 경험에 의하여 다르게 적용될 수 있다. 또한 개인의 색채에 대한 정서적인 영향은 각각의 견해에 따라 그 특질이 상반될 수도 있다. 그러나 색채에 대한 반응 가운데 대부분의 사람들에게서 공통적으로 발견되는 일반적인 반응이 있다. 그 중 몇 가지 주요 색채에 대하여 유사하게 반응한 결과를 토대로 하여 이제까지 증명되고 연구된 색채심리를 연구의 자료로 삼고자 한다. 색채의 상징적 의미체계는 여러 세기를 거쳐 내려오면서 역사, 종교, 관습 등에 의해 확립되어 온 것들이다. [표1]은 주요색의 색채심리의 효과를 심리적 작용과 치료 효과적 측면에서 분석한 내용이다. 본 연구에서 제시된 색채심리는 파버 비렌(Faber Birren)²⁾의 색채심리연구에 기초

하고 있다.

인간이 동일한 색채에 대하여 인지하는 연상과 심리는 다양한 주변의 환경변인들에 의하여 다양하게 나타날 수 있다. 그런데 색채심리학자들의 연구에 의하면, 색채에 대한 인간의 기호는 상당히 유사한 반응을 나타내고 있다. 즉, 대부분의 사람들이 좋아하는 색의 순서는 성별, 국적 및 인종을 불문하고 거의 모든 점에서 일치한다는 것이다.³⁾

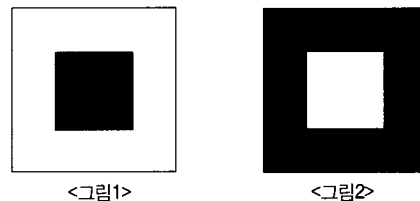
색	심리적 작용	치료효과
빨간색	불안과 긴장의 증가	호르몬의 활동 증진 성적인 기능 증진 상처의 치료
주황색	식욕촉진	빨간색과 유사
노란색	상쾌, 찬란한 느낌	인체의 신진대사 촉진
초록색	마음의 평온	신경 및 근육의 긴장 완화
파란색	안락함	식물의 성장지연 호르몬의 활동 감퇴
자주색	정서적으로 중립	우울증 개선
흰색, 검은색, 회색	균형감 부정적인 느낌 수동적인 느낌	안정효과

[표 1] 주요색의 색채심리와 효과

3. 형태와 지각심리의 관계

인간이 어떤 물체를 형(shape, 型)으로 지각할 때, 그것이 인간의 행동과 정서를 유발한다면, 그러한 형(型)은 어떠한 내용을 내포하고 있는 것이며 심리적으로 작용하는 것이다.

또한 형(shape)과 형태(form)의 크기와 모양은 그것들에게 적용되는 색에 따라서 다르게 인지될 수 있다.



<그림1>과 <그림2>를 관찰해 보면, 동일한 크기의 형태라 하더라도 크기가 다르게 보인다. 검정색 바탕의 흰색 사각형은 흰색 바탕의 검정색 사각형보다 크게 보인다. 이런 효과를 광삼(光滲, irradiation)효과라 한다. 광삼효과는 형과 형태의 크기나 광도(luminosity)를 변화시킨다. 광도와 채도의 변화는 수용자가 구성작품 속에 있는 형의 크기와 깊이를 지각하는 데 영향을 미친다.⁴⁾

로 사용되고 있다.

3)파버 비렌, 『색채심리』, 김화중 역(동국출판사, 1995), p.225.

4)찰스 왈쉬레거·신디아 부식·스나이더 공저, 『디자인의 개념과 원리』, 원유홍 옮김(안그래픽스, 1998), pp.279-280.

1)캐시 A.말키오디, 『미술치료』, 최재영 외 옮김(조형교육, 2001), p.8.

2)Faber Birren, 미국의 색채심리학자. 1934년 색채분류법을 고안하여 페인트, 타일, 공업용 플라스틱, 공공 건물 등에 이용되었다. 그가 고안한 안전색은 미국 뿐 아니라 영국, 일본, 이탈리아, 아르헨티나 등 세계 각국의 나라에서 채용되어 효과적으

시각의 심리적 법칙이나 원리에는 여러 가지가 있지만, 그 중에서도 게슈탈트(Gestalt)심리학자들에 의한 형태에 관한 시각의 기본 법칙이 다양하게 응용되고 있다. 게슈탈트 심리학자들에 의하면, 개체는 대상을 지각할 때 그것들은 산만한 부분들의 집합이 아니라 하나의 의미 있는 전체 즉, '게슈탈트'로 만들어 지각한다. 인간에게는 대상의 형태를 무리지어(grouping)지각하는 심리가 있으며, 구체적이고 전체적인 특성을 갖는 내적 법칙성에 따라 부분이 규정된다

형태를 지각할 때에는 관찰자의 마음가짐, 흥미와 관심의 정도, 기억과 경험 등이 혼합되며 형태의 크기와 모양은 그것들에 적용되는 색채에 의하여 다양하게 지각된다. 또한 형태는 바탕과의 관계에 의하여 인지된다. 일반적으로 사물이나 그림을 보게 될 때에는 색채, 명암, 질감 등과 같은 사항보다는 형태를 먼저 파악하고 인지하게 된다. 그리고 다양한 형태 중에서 단순하고, 규칙적이고, 대칭적인 형태들이 보다 쉽게 지각되는 것이 일반적이다.

4. 시각언어를 적용한 미술치료

색채심리학자들과 형태심리학자들의 견해를 고찰해 보면, 개발자가 유도하는 방향으로 시각언어를 계획하고 조절하면 심리적으로 그러한 방향으로 반응할 수 있다는 가능성을 시사하고 있다. 다양한 환경상태에 따라서 색채와 형태는 개개인에게 다르게 작용할 수 있다. 즉 동일한 색채와 형태라 하더라도 빛의 많고 적음에 따라서 다르게 작용되며, 각기 다른 경험과 생활 환경적 요인으로 인해 다르게 인지될 수 있다. 그러나 이러한 특수하고 다양한 사실들은 배제하고 일반적인 상태를 설정하고 가장 보편적으로 적용될 수 있는 미술치료모델을 개발하고자 한다. 파버 비렌은 여러 학자들의 견해를 토대로 한 분석에서 인간들이 색채를 선호하는 경향이 상당히 유사하다고 주장하였다. 또한 메츠거(A. Metzger)는 시각적 자극을 통하여 빛이 투여되었을 때, 이에 상응하는 신체에 근육 반응이 나타날 수 있다는 것을 관찰하였다. 그는 빛의 영향이 근육뿐만 아니라 전체 신체 기관에 걸쳐 변화를 낳게 하는데 효율적으로 작용한다는 결론을 내렸다.⁵⁾

인간의 다섯 가지의 감각 중 시각은 80%이상으로서 그 감도가 매우 높아 심리적으로 효용가치의 비중이 가장 크다고 할 수 있다. 시각언어로 어떤 이미지를 표현할 때 사용되는 색채와 형태는 여러 의미에서 치유의 힘이 있다. 즉, 그 치유의 역할이 각기 다양한 형태로 나타날 수 있으며, 적극적이거나 혹은 소극적인 형태로 인간의 정서에 영향을 끼칠 수 있다. 그러한 정서적인 영향을 보다 건강하고 긍정적인 방향으로 유도하고자 한다.

또한 색채는 한 가지색의 치유효과만을 적용하기 보다는 연계적으로 색채와 형태를 적용할 때 심리적으로 가장 효율적으로 작용할 것이다. 인간의 심리적인 측면을 미술과 연계하여 설명하고자 하면, 교육현장에서의 실습자료와 미술치료현장에서의 임상실험 등 임상적 연구자료가 충분히 제시될 수 있도록 해야한다. 본 연구는 어린이들의 정서적 성장을 위한 교육 프로그램의 개발에 응용될 수 있다. 예를 들면, 조각 맞추기와 블록 쌓기, 중국의 기하학모형놀이⁶⁾ 등에 색채심리와 형태심리가 적용되어 개발된다면

5) 게슈탈트(Gestalt)란 전체, 형상, 형태, 모습 등의 뜻을 지닌 독일어로, 1912년 베를린 학파의 베르트하이머(Wertheimer)의 가현현상에 관한 연구를 통해서 시작된 것이다.

6) 파버 비렌, 『색채의 영향』 김진한 역(시공사, 1996), p.67.

7) Tangram, 고대 중국의 퍼즐 게임인 탄그램은 jigsaw(끼워 맞추어 본래의 그림을 만드는 어린이 장난감, 놀이, picture puzzle) 퍼즐의 한 종류이다. 탄그램의 목적은 7개의 조각을 가지고 하나의 모형을 만드는 것이다.

하나의 심리적인 치료모델로서 사용될 수 있다. 의학치료의 보조적인 역할을 담당하여 하나의 참고자료로 활용될 수도 있고, 인간을 보다 건강한 심리상태로 유도할 수 있으며 그 효과는 보다 배가될 수 있을 것이다.

5. 결론

형태와 함께 색채의 효과는 생활환경에서 실제적으로 적용되고 있으며, 다양한 형태지각에 대한 심리적인 효과가 시각언어를 통하여 사용되고 있다. 즉, 교통거리표지판, 능률적인 작업공간의 색채계획, 위험과 안전에 관련된 색채와 형태의 상징성 등 이루어질 수 없을 정도로 우리 인간 생활 속에 적용되고 있으며 시각적으로 메시지를 전달하고 있다. 적절하고 조화로운 색채의 사용은 인간건강과 삶의 질에 매우 중요하게 작용된다.

색채가 치료제는 아니다. 그러나 인간 마음을 상쾌하게 해 주는데 도움을 주고, 최상의 심리치료를 하는데 필수적인 요소로 작용한다. 계획되고 의도한 색채와 형태를 반복적으로 인간의 시각에 자극을 주게 된다면, 인간은 물리적으로 또한 심리적으로 반응하게 된다. 이는 인간의 정서에 영향을 줄 수 있으며, 치유에도 영향을 주어 미술치료로서의 역할을 할 수 있다는 가능성을 갖는다.

본 연구의 궁극적인 목표는 시각언어에 심리적인 요소를 적용하여 인간의 정서적 환경에 도움이 될 수 있는 교육자료 등을 개발하는 것이다.

새로운 교육프로그램 및 미술교구, 놀이감개발 등의 연구는 다음 기회로 미루기로 한다. 또한 어떤 병적인 부분을 제거하거나 교정하는 미술치료부분에 시각언어의 중요성을 인식하고 미술교육차원에서 조금이나마 도움을 주어 인간에게 새로운 정서적 성장을 향하여 나아갈 수 있을 것으로 기대해 본다. 시각언어를 적용한 미술치료가 일상생활 속에서 전문가뿐만 아니라 일반인들도 명확한 지식을 갖고 활용한다면 보다 나은 환경을 개선시킬 수 있으며 이를 통해 건강과 정서적 균형을 취할 수 있다.

다양한 임상실험과 교육현장에서의 활용을 통하여 인간의 심리적 문제를 치료하는데 효과적으로 작용할 수 있으며, 건강한 심성개발, 창의성 개발, 인성교육에도 유용한 자료가 될 것이다.

어린이 자아발달의 교육적인 효과를 기대해 보면서, 심리적 측면이 연구되어 고안된 교육프로그램의 개발이 인간에게 미술치료로서의 역할을 충분히 해낼 수 있을 것으로 기대한다.

참고문헌

- 김경희, 『게슈탈트 심리학』, 학지사, 2000
- 데보라 T. 샤프, 『색채 심리와 디자인』, 임일택 옮김, 태림문화사, 1996
- 모도아끼 히로시, 『조형심리학입문』, 김수석 옮김, 지구문화사, 1998
- 스에나가 타미오, 『색채 심리』, 박필임 옮김, 예경, 1998
- 엘렌 럽턴과 J. 애보트 밀러, 『바우하우스와 디자인이론』, 박영원 옮김, 도서출판국제, 1996
- 찰스 월쉬레거·신디아 부식-스나이더 공저, 『디자인의 개념과 원리』, 원유홍 옮김, 안그래픽스, 1998
- 캐시A.말키오디, 『미술치료』, 최재영 옮김, 조형교육, 2001
- 파버 비렌, 『색채 심리』, 김화중 옮김, 동국출판사, 1995