유모어 방*

전 시 자 역
(적십자간호전문대학교수)

열한살 난 제이슨은 너무 웃느라 침대에서 떨어질 뻔 하였다. 자칫 잘못했으면 화학요법을 받고 있는 수액세트(I.V) 튜브가 빠질뻔 하였다. 간호사가 무슨 일이 일어났는지 궁금하여 들여다 보았다. 제이슨은 늑대가 뻐꾸기를 추격하고 있는 비디오의 부분을 다시 틀어 달라고 하였다. 제이슨이 입원하고 있는 병원은 치료업무의 새로운 측면으로 유모어 방을 꾸미고 그 곳에서 환자, 보호자 및 직원들이 심각한 질병상황에서 잠시나마 해방되어 휴식을 취할 수 있도록 하고 있다.

유모어 방은 사기를 높이고 즐거움을 주고 관심을 다른 곳으로 돌리게 함으로써 치유를 촉진시키기 위해 만들어졌다. 이 곳에서 환자와 방문객들이 우스개 책을 읽고 대형 T.V스크린으로 희극 영화를 보고 웃음을 터뜨린다. 또 친구들과 안락한 환경에 둘러싸여 긴장을 풀며 게임을 하고 퍼즐을 한다.

이러한 오락의 가능성은 끝이 없다. 어떤 기관에서는 광대, 마술사 또는 코메디안까지 동원시켜 사람들을 웃게 한다.

유모어 방의 이용은 자원봉사자들의 도움으로 외부인이 한부로 남용하는 일이 없도록 하고 있다.

유모어 방의 목적은 다양하다. 서로간의 마음의 장벽을 헐고 가깝고 친밀하게 느끼게 함으로써 의사소통을 증진시킨다. 또 래포 형성에 도움을 주고 정신적으로 긴장된 마음을 희석시켜 주는 역할을 한다. 뿐만 아니라 유모어 방은 사람들을 안심시키고, 정보를 전달해 주고 긴장을 풀 수 있도록 해준다.

이러한 분위기는 환자들에게 자신들의 공포와 당혹감을 농담인 것처럼 표현할 수 있도록 해준다. 예를 들면 고환척출술을 받게 된 한 환자는 간호사에게 자신은 수탉을 암탉으로 만드는 수술을 받는다고 하였다.

간호사는 환자가 두려움을 감추기 위해 유모어를 이용하여 표현한다는 것을 알고 환자가 가지고 있는 성에 대한 걱정을 이야기 하도록 해 줄 수 있었다. 간단한 상징적 비유를 들어 이야기함으로써, 환자의 이해를 돕고 환자와의 관계를 강하게 할 수도 있다. 또한 유모어는 상황을 재구성해서 볼 수 있도록 하고 다른 사람의 입장에서 볼 수 있게 하며, 자신의 당면한 문제를 덜 심각하게 느끼게 하여 스트레스와 불안을 감소시킨다.

그러나 유모어는 칼날과도 같아서 부주의하게 사용하면 심각한 손상을 입히게 된다. 웃음은 세계 공통적인 것이지만, 사람들이 재미있다고 생각하는 내용은 각기 다르다. 두 사람간에 래포를 형성하려 할 때 자연스러움과 상대방에 대한 민감성이 중요해진다.

이러한 이유로 유모어 방이 인기를 얻고 있다. 무엇이 그 사람을 웃게 하는가를 알면 도와줄 수 있는 방법도 더 쉽게 파악할 수 있게 된다. 일 연구에 의하면 유모어는 심리적인 사기향상과 기분을 좋게 할 뿐만 아니라 심맥관계, 근골격계, 호흡기계의 기능증진에도 도움이 된다고 한다.

작가 Norman Cousins은 자신의 질병을 웃

---

*Karyn Buxman, Make Room for Laughter, Dec. 1991. *American Journal of Nursing*, pp 46－51.

음을 통하여 극복한 경험을 책으로 써서 유명해졌다.

유모어의 장점은 언제 어디서나 가능하며 침상안정을 요하는 환자 또는 휠체어에 있는 환자나 누구에게나 의식이 있는 사람에게 사용할 수 있는 점이다.

유모어 방을 시작할 때

유모어 방을 처음 시작할 때 세심한 배려를 하지 않으면 안된다. 새로운 아이디어를 실제에 옮기려고 할 때에 항상 볼 수 있듯이 옳은 방향으로 나아가기까지 긴 여정을 통과해야 한다.

첫 단계는 간호부와 병원행정부의 핵심인사들에게 이 개념을 소개하는 것이다.

새 아이디어를 제시할 때는 철저한 준비와 단정한 자세가 필수적이다. 유모어 방에 관한 정보는 책자로 준비하는 것이 좋다. 유모어 방에 필요한 물건, 유모어 방의 치료가치, 그리고 유모어 방의 설립에 필요한 일련의 절차에 대한 정보 책자들은 회합에 시작되기 전에 미리 행정부 인사들에게 나누어 주는 것이 좋다.

일단 그 아이디어가 행정부의 승인을 받으면 중간관리자와 간호사들을 만나서 이에 대한 설명을 하고 도움을 청한다. 간호사들은 유모어 방을 성공적으로 이끄는 중요한 역할을 하기 때문이다. 예를 들면 간호사들은 미래의 프로그램을 위한 인적 자원을 발굴하고 아이디어를 제공하며 협력자원이 된다. 그 다음 자원봉사과장, 홍보과장, 간호사, 의사, 자원봉사자 등으로 구성된 자문위원회를 둔다.

예산을 미리 책정한다. 예산은 어떤 방이 이용 가능한가에 따라 달라질 것이다. 방이 큰지, 방을 개조할 필요가 있는지, 개조해야 한다면 어떤 물건을 필요로 하는지에 대해 알아본다.

유모어 방의 재원은 병원자체, 특별회사, 또는 모금 등 다양한 방법으로 충당할 수 있다. 필요한 물건의 목록을 만든다. 즉 가구, 책, 그림, 게임, 화분, 잡지, 피아노, 스테레오, 비디오, 오디오 등을 준비하고 카셋트 라디오는 소형을 준비하여 환자가 빌려갈 수 있도록 한다.

그 외에도 칠판, 방명록, 장식용 포스터, 유모어 방 마크가 찍혀 있는 문구류, 그리고 자원 봉사자들의 가운 등도 준비한다.

또한 자문 위원회의 위원이나 자원 봉사자들이 인간행동 연구소에서 개최하는 연례 회합에 참석할 수 있도록 예산을 확보할 수도 있을 것이다. '사랑, 의학, 기적'의 저자인 Bernie Siegle은 유모어 방이 단순한 유모어의 차원을 넘어 예술, 맛사지 치료 및 명상을 포함해야 한다고 주장한다.

방을 꾸밈에 있어 밝은 색채를 이용하고 화분, 편안한 소파, 흔들의자 등을 준비하는 것이 좋다. 직원들과 방문객들에게 만화나 칠판에 끼아둘 수 있는 물건을 가져오게 하고 비디오나 테이프 그리고 책들을 찾아보기 쉽게 진열해 놓는다. 필수적인 것은 홍보이다. 홍보가 없으면 여러 흥미있는 물건을 갖춘 유모어 방을 아무도 알지 못하는 결과를 초래할 수 있다. 유모어 방에 대한 소책자를 만들어 병원에서 제공하는 물품과 함께 환자에게 준다.

다양한 방법으로 유모어 방에 대해 알리고 포스터나 병원회보 등에도 기사를 싣는다. 유모어 방을 열기 몇주 전에 지역방송이나 지역신문에서 기사를 다루도록 한다. 유모어 방은 아직도 관심을 끌기에 충분하며 기사거리가 된다. 병원 홍보 책임자가 유모어 방의 개원에 신문기자를 초대할 수도 있다. 개원 행사는 간호사나 다른 모든 출연자들의 노력과 재능을 보여 줄 수 있는 기회이기도 한다.

환자, 직원, 홍보매체, 지역사회 지도자, 기업가 등을 초대해서 미래의 조직망에 단단한 기초를 확립한다. 유모어 방을 최대한 활용하게 하기 위해서는 모든 사람들에게 알아야 할 필요가 있다. 재능에 대해 살펴보자. 재능을 가진 자원봉사자들을 찾는 일이 그렇게 어렵지만은 않을 것이다. 다시 말해서 병원회보에 광고를 내고 벽보를 붙여서 기관내에 있는 재

원을 발굴하도록 한다.

지역사회와 경제적인 면에서 허용한다면 신문, 라디오, 지방 텔레비젼 등을 이용한다. 합창이나 마술, 광대 또는 코메디안까지 자신의 노력을 발휘할 기회를 찾고 있을 수도 있다.

직원과 자원봉사자들을 위한 워크샵을 계획한다. 처음 시작은 너무 심각하게 하지 않고 돌아가면서 일화나 우스운 이야기를 하게 한다.

그 다음 유모어 방의 목적을 설명한다. 유모어의 신체적, 생리적, 사회적 그리고 의사소통 측면의 정보를 포함한다.

경쟁심을 유발하지 않는 게임을 하거나 유모어 방을 살펴보게 하고 기구나 비품을 돌아보게 한다. 필요하다면 기구사용법을 가르친다.

홍보도 중요하지만 사용자가 만족했다는 말을 퍼뜨리는 소문의 힘이 얼마나 큰 것인가를 인식해야 한다. 융통성을 가지고 운영한다. 환자가 유모어 방까지 올 수 없다면 유모어 방을 환자에게 가져 가도록 배려해야 한다.

카셋트, 책 또는 유도어를 제공하는 지원자들이 환자방을 방문하게 한다. 오래되지 않아 소문이 퍼질 것이다. 어느 병원의 암 병동에서는 의사처방에 유모어 방의 이용이 포함되고 있다.

마지막 단계는 평가이다. 환자와 직원 모두 유모어 방이 제공한 치료효과에 대해 기록한다. 환자에게 도움이 되는지 또 어떻게 도움이 되는지 묻는다. 이 유모어방을 이용하는 사람들이 신체적, 정신적, 사회적 안녕을 더 잘 인식하고 있는지 질문한다.

유모어 방은 헌신적인 사명감을 요구하며, 흥분을 주고, 일시적이 아닌 보상을 가져온다. 가장 단순한 프로그램에서도 웃음이 명약이라는것을 볼 수 있다.

웃음산업(Funny Business)

유모어 방의 모델이라고 부를수 있는 the Living Room은 1980년 휴스톤의 세인트 죠셉 병원의 암병동에 부설되었다. 이 병원은 총 837병상을 갖춘 병원으로 암 병동의 침상수는 51개이다.

세인트 죠셉 병원에서 유모어 방을 시작한 후로 조지아 주의 Dekalb Medical Center, 뉴욕주의 Sunnyview Hospital과 재활센터, 캔사스주의 Shawnee Mission Medical Center, 아리조나주의 Mesa Lutheran 병원 등에서 뒤를 따랐다.

유모어 방의 이름은 독지가의 이름을 따서 Lively Room, Golub Humor Program이라고 붙이기도 하고 웃는 방, 사랑과 웃음의 방 등으로 각기 명명하고 있다.

Mesa Lutheran 병원의 사랑과 웃음의 방은 기타나 쎅스폰 모양을 한 음악베게, 천장에 매달아 놓은 장난감, 스쿠바 다이버 모양의 인형, 한쪽 벽을 모두 장식하고 있는 대형그림 등 기발한 아이디어로 장식되어 있다.

유모어 방의 분위기와 활동은 환자들이 자신의 앞날에 대해 긍정적으로 바라보게 하고 지지를 제공할 뿐만 아니라, 조직된 그룹토의를 이끌어 내기도 한다. 뿐만 아니라 결혼 기념일이나 생일을 축하하는 자리를 만들기도 하고 화학요법의 종료를 축하하는 파티를 열기도 한다.

조지아주의 Dekalb Medical Center에서는 2년동안 Lively Room을 운영한 결과 이 방을 이용한 사람의 75%가 에너지를 재 충전받는 장소로 이용하고 있다고 밝혔다. Lively Room의 설립자이며 자원봉사자인 JoDale Brodnax는 가족들이 이 방에서 힘을 얻어 다시 환자에게 에너지를 불어넣어 주는 역할을 한다고 말했다.