

# 지역사회 정신보건 문제와 독서치료\*

## Community Mental Health Issues and Bibliotherapy

김정근(Jung-Gun Kim)\*\* · 송영임(Young-Im Song)\*\*\*

### 〈목 차〉

- |                         |                  |
|-------------------------|------------------|
| I. 들어가며                 | 2. 음악치료          |
| II. 지역사회 정신보건           | 3. 놀이치료          |
| 1. 지역사회 정신보건의 개념 및 목적   | 4. 기타치료          |
| 2. 우리 사회의 정신보건 현황       | V. 치료적 대안으로서의 독서 |
| III. 마음의 상처와 정신적 장애     | 1. 독서치료의 정의      |
| 1. 마음의 상처와 정신적 장애란 무엇인가 | 2. 독서치료의 목적      |
| 2. 마음의 상처와 장애는 어디서 오는가  | 3. 독서치료의 원리      |
| IV. 치료적 대안              | VI. 나오며          |
| 1. 미술치료                 |                  |

### 초 록

이 연구에서는 우선 우리나라 정신보건의 현실을 살펴본다. 이어서 그것의 배경이 되는 마음의 상처와 장애문제를 논의한다. 그 다음은 이와같은 현실과 문제에 대한 하나의 대처방안으로서 독서치료에 대해 알아본다. 끝으로 독서치료를 매개로 한 공공도서관의 개입과 관련하여 몇 가지 시사점을 제시한다.

주제어: 정신보건, 독서치료, 공공도서관

### Abstract

The writers, from librarians' standpoint, look at community mental health issues, including emotional wounds and disorders. They then look into bibliotherapy as a remedial device. They conclude by offering some suggestions as to bibliotherapeutic practices as applied in public library operation.

Key Words: bibliotherapy, mental health, public library

\* 이 논문은 한국도서관·정보학회 동계학술발표회(2003년 1월 17일-18일, 전주대학교)에서 발표된 내용을 수정 보완한 것임.

\*\* 부산대학교 문헌정보학과 교수(jgunkim@yahoo.co.kr)

\*\*\* 부산대학교 평생교육원 조교(bunji@hanmail.net)

• 접수일 : 2003. 1. 12.

## I. 들어가며

근대화의 파고가 높다. 배가 춤춘다. 사람들의 몸이 흔들린다. 얼굴이 일그러진다. 현기증을 일으키고 구토를 한다. 아주 배에서 내리기를 원하는 사람이 있으며, 실족해 익사하는 사람도 있다. 근대화의 배에서는 모든 사람이 '경쟁'한다. 서로 적대한다. 모두가 '출세주의자'이다. 한편, 많은 사람이 '실패'한다. 어린이, 청소년, 어른 모두가 하나같이 파도가 멎기를 기다리는 눈치다. 상처뿐인 영광이라고 할까.

근대화의 덮은 여러 군데 심어져 있다. 여기 저기 부작용의 추한 모습이 드러난다. 그 중에서도 특히 눈에 띄이는 부분이 정신 영역이다. 사람의 정신이 부실해졌다는 지적이다. 좀 진부하게 들릴 정도이지만 여전히 주목할 부분이다. 사람들의 마음이 너무 아프다. 마음의 상처가 깊다. 장애의 정도가 심하다. 어디선가 '그대는 마음이 아프다. 와서 치료를 받으라'라는 메시지가 들리기를 바라는 분위기가 역력하다.

부실한 정신은 그냥 개인에게만 머물지 않는다. 이내 사회의 문제가 된다. 여러 사람의 부담으로 작용한다. 우리나라의 부실한 정신보건 현실은 많은 사건·사고로 이어지기도 한다. 부모의 무관심과 사회 부적응으로 마음의 상처를 받고 우울증을 보이다가 부모를 토막살해 한 경우가 있고 불우한 환경과 가난 속에서 상처받고 자란 나머지 세상을 향해 분노를 표출한 지존파, 막가파가 있다. 또, 우울증으로 인해 자신의 딸과 이웃집 여자아이를 아파트 10층 아래로 던져 숨지게 한 30대 주부<sup>1)</sup>도 있다. 때로는 마음의 상처로 혼자 힘들어 하다가 자살을 선택하는 경우도 많다. 모두 근대화의 덮에 걸린 경우이다.

여러 분야에서 정신보건에 관심을 갖고 근대화의 파도 속에서 입게된 마음의 상처와 장애를 치료하기 위해 나름의 노력을 하고 있다. 정신의학, 정신보건간호학, 정신보건사회복지학, 상담심리학 등의 분야가 그러하다. 이에 따라, 치료를 담당하는 전문가 및 전문직도 정신과 의사, 정신보건간호사, 정신보건사회사업가, 심리상담사 등 다양하다. 이밖에도 정신건강을 위한 심리치료를 위해 여러 가지 대안적 치료법들이 개발되고 있다. 미술치료, 음악치료, 놀이치료, 무용치료, 연극치료, 향기치료, 색깔치료 등이 있다.

독서치료도 그 중 한 방법이다. 책을 통한 치료는 고대로부터 그 기원을 찾아볼 수 있지만, 학문의 한 분야로서 체계적인 연구가 시작된 것은 20세기 이후이다.<sup>2)</sup> 우리나라의 경우는 1970년대 후반에 교육학과 문헌정보학 분야에서 주로 관심을 갖기 시작하여 그 연구가 이어져오다가 최근에 다시 활기를 보이고 있다.<sup>3)</sup>

이 연구에서는 우선 우리나라 정신보건의 현실을 살펴볼 것이다. 이어서 그것의 배경이

1) "2세 딸 발육부진 속상해 30대 주부 이웃아이와 10층서 던져", 동아일보, 2001년 7월 31일.

2) Association of Hospital and Institution Libraries, *Bibliotherapy: Methods and Materials*, Chicago: ALA, 1971, pp.3-7.

3) 변우열, 비행청소년 인성치료를 위한 독서요법, 도서관학논집, 제26집(1997 여름호), p.147.

되는 마음의 상처와 장애문제를 논의할 것이다. 그 다음은 이와 같은 현실과 문제에 대한 하나의 대처방안으로서 독서치료에 대해 알아볼 것이다. 끝으로 독서치료를 매개로 한 공공도서관의 개입과 관련하여 몇 가지 시사점을 제시해볼 것이다.<sup>4)</sup>

## II. 지역사회 정신보건

### 1. 지역사회 정신보건의 개념 및 목적

지역사회 정신보건이란 우리에게 아직 생소한 개념이다. 우선, 정신보건(精神保健)이란 말 그대로 정신건강(mental health)을 지켜나간다는 말이다. 그렇다면 정신건강이란 무엇일까. 정신건강을 한마디로 정의하기는 어렵다. 정신건강 상태를 정의하기 위해서는 연령에 따라 평가기준이 달라져야 하므로 일률적인 건강상태의 정의를 말할 수는 없다. 하지만, 정신건강 상태란 사람들에게 흔히 행복하고 만족하며 원하는 것을 성취하는 것 등의 안녕상태(state of well-being)로서 이야기되고 있다.<sup>5)</sup> 한편, 정신건강은 정의 내리기 어렵기 때문에, 정신장애를 정의하고 정신건강을 그 반대개념으로 이해하기도 한다. 그래서, 정신적으로 건강한 개인을 정신장애를 가지고 있지 않으며, 자신을 돌볼 수 있는 능력을 가지고 있으며 지역사회에 목적을 갖고 건설적으로 참여할 수 있는 능력이 있는 사람으로 이해한다.<sup>6)</sup>

따라서, 지역사회 정신보건은 개인적 정신건강 및 정신보건의 개념을 지역사회와 공동체적 관점, 즉 구조적·환경적 접근방식으로 보는 것이다. 곧 예방뿐 아니라 치료와 재활까지의 모든 정신건강을 위한 지역사회 측면의 서비스를 의미한다. 이것은 지역사회 자원을 최대한 활용하며 사회적인 환경 전체를 치료의 도구로 이용하고 동시에 전문적인 인력의 도움을 받아 치료 및 재활을 계속하는 접근방법이다. 또한, 지역주민 전체의 정신건강에도 관심을 가져 전반적인 지역주민의 정신건강 증진을 위한 예방적 노력도 포함한다.<sup>7)</sup>

지역사회 정신보건의 목적은 정신적 심리적 장애를 겪고 있는 사람들을 관리하고 사회에 적응하는 것을 도우며, 그들의 삶의 질을 증진하기 위한 것이다. 하지만, 그들만을 위한 서비스에 그치는 것이 아니라, 지역주민 전체가 정신건강에 대해 관심을 갖고 자신 및

4) 이 연구는 부산대학교 문헌정보학과와 '책읽기를 통한 정신치료 연구실'(책.정.연)을 중심으로 진행되고 있는 공동작업의 일환으로 생산되었다. 관련된 연구로는 다음과 같은 것이 있다. 김정근·송영임. "공공도서관은 독서치료의 장이 될 수 있는가" 독서문화연구, 제 2호(2002)(근간); 김정근·송영임. "공공도서관의 독서치료 프로그램, 어떻게 운영할 것인가" 도서관(근간).

5) 안향림, 박정은, 정신보건사회복지(서울: 홍익재, 2001), p.49.

6) 이윤로, 정신보건 사회복지론(서울: 학지사, 2000), p.12.

7) 조규미, "지역사회 정신건강 프로그램에 관한 연구," 석사학위논문, 이화여자대학교, 1991, p.9.

#### 4 한국도서관·정보학회지 (제34권 제1호)

가족의 정신건강을 점검하고 사전에 예방할 수 있는 노력을 기울이도록 하는 것이다. 그리하여 궁극적으로는 지역사회 전체가 건강하도록 하며, 지역주민의 안녕(安寧)을 추구하고 삶의 질을 향상시키는 데 그 목적이 있다.

## 2. 우리 사회의 정신보건 현황

### 1) 우리들의 자화상

#### 교수아버지·할머니 살해 후 방화, 대학생 아들 패륜 범행<sup>8)</sup>

경기도 성남 분당경찰서는 11일 부모의 홀대에 반감을 품고 아버지 이모(47·K대교수·성남시 분당구 서현동)씨와 할머니 전모(72)씨를 차례로 살해한 뒤 불을 지른 혐의(존속살인 및 현주건조물 방화)로 이모(23·S대 3년 휴학)씨에 대해 구속영장을 신청했다. 경찰에 따르면 이씨는 지난 10일 오전 3시30분쯤 집에 들어와 방안에서 자고 있던 아버지를 스키 폴대에 식칼을 묶어 만든 흉기로 수 차례 찔러 살해한 뒤 비명소리를 듣고 거실로 나온 할머니를 같은 방법으로 살해한 혐의다. 이씨는 범행 후 서울 송파구 일대의 주유소를 돌며 휘발유를 구입, 이날 오후 1시 집으로 돌아와 사체에 뿌려 불을 지른 뒤 범행에 사용한 흉기를 스키 가방에 담아 집 근처 야산에 묻은 것으로 밝혀졌다. 이씨는 경찰에서 “명문대 출신인 아버지가 ‘희망이 없다’는 등의 말로 자신을 홀대해 오래 전부터 증오했다.”며 “올해 초부터 죽이고 싶다는 마음이 들었는데 어젯밤 집에 들어와 자는 모습을 보고 범행을 결심했다.”고 말했다. 경찰 조사결과 이씨는 국내에서 검정고시를 마친 뒤 캐나다 밴쿠버로 유학, 현지에서 전문대학을 다니다 지난 2000년 국내 S대에 특례입학했으며 군 입대를 앞두고 올해 초 휴학한 것으로 밝혀졌다.

붉은 물결이 한반도에 넘실거리던 6월, 우리 모두는 거리로 몰려나와 월드컵의 열기 속에 푹 빠져있었다. 우리나라 축구 대표팀의 선전으로 4강 신화의 기적이 이루어지던 감격의 6월에, 다른 한편에서는 우리의 무관심 속에 이렇게 끔찍한 일이 벌어졌다.

하지만, 6월 한 달간의 세계적 행사가 끝나고 뒤늦게 이 사건을 알게 된 사람들의 반응을 보면, 그렇게까지 충격적이진 않은 모양이다. “또?”, “또야 또”. 모두들 눈을 잠시 크게 뜨며 이렇게 말하는 것이 전부다. 왜 이렇게 되었나? 언제부터 우리 사회가 이만한 충격에도 큰 동요가 없을 만큼 황폐화되어 버린 것인가? 그동안 유사한 술한 사건들에 단련되었을 것을 생각하면 이런 반응이 무리가 아닌 듯도 싶다.

2000년 5월, 우리 사회를 온통 뒤집어 놓았던 부모 토막살해 사건을 우리는 기억한다.

8) “교수아버지·할머니 살해 후 방화, 대학생 아들 패륜 범행,” 대한매일, 2002년 06월 12일.

사건의 범인은 경기도 과천에 사는 이모씨의 둘째 아들 이은석이었다. 가정의 달 5월, 그는 자신의 부모들을 살해한 후, 아버지는 11토막, 어머니는 10토막을 내어 집 근처 빈터와 서울 한강다리 밑, 과천 경마장전철역 부근 등 7군데에 나누어 버렸다. 그는 그동안 큰 말썽 한번 없던 순한 아들이었고, 명문 K대를 다닐 정도로 공부도 잘했다. 당시 사람들은 “어릴 적부터 나를 무시하고 멸시하는 부모에게 원한을 갖고 있었다”는 그의 진술을 받아냈지만, 이런 이유만으로 이처럼 끔찍한 범행을 저지르기 어렵다고 보고 좀더 구체적인 범행동기와 공범 여부 등에 대해 보강수사를 벌이기도 했다. 이은석은 1심에서 사형을 선고받았으나, 항소심에서는 피고인의 정신감정과 성장과정을 종합해 볼 때 우울증과 불안감, 절망의식으로 심신이 온전치 못했다고 판단되어 원심을 파기하고 무기징역을 선고받았다.<sup>9)</sup> 은석의 부모는 전형적인 군인 아버지와 성공지향의 어머니이다. 그는 그런 부모 밑에서 엄하게 통제 받으면서 그것과 더불어 필요한 사랑은 충분히 받지 못했다. 그래서 그는 학교와 군대에서도 쉽게 적응하지 못하여 따돌림을 당했으며, 그런 소외감과 외로움을 컴퓨터 오락과 영화로 채웠다. 당시 기자들이 그의 형에게 소감을 물었을 때, “나는 동생을 이해한다”고 대답하여 더욱 놀라게 했던 사건이다.<sup>10)</sup>

유사한 사건들은 얼마든지 찾아볼 수 있다. 이런 일이 있을 때마다 세상은 그들을 범죄자로, 패륜아로 한번 더 돌을 던진다. 하지만, 다시 생각해보자. 과연 그들은 범죄자인가? 그들은 가해자이지만 할까? 그들의 부모는 과연 피해자이지만 한 것일까?

“궁지에 몰린 쥐가 고양이를 문다”라는 말이 있다. 이 말이 주는 교훈은 퇴로를 완전히 봉쇄하면 상대방은 죽기를 무릅쓰고 반격하기 때문에, 오히려 퇴각로를 조금 열어주는 것이 적의 세력을 약화시켜 쉽게 처치할 수 있다는 것이다. 또, “쥐도 도망갈 구멍을 보고 쫓아라”는 말도 있다. 그렇다. 빠져나갈 구멍 없이 쥐를 구석으로 몰기만 하면, 그도 종단에는 자기보다 더 큰 상대에게 덤빈다. 그것이 그의 유일한 살길이기 때문이다. 부모와 자식간을 적의 관계로 표현하기에는 어폐가 있지만, 어쨌든 우리가 패륜아라고 돌을 던진 그들도 그와 같은 절박한 심리상태에서 덤빈 것은 아닐까?

이것뿐 아니다. 가장 피해를 입기 쉬운 대상은 바로 힘없는 아이, 노인, 그리고 여자이다. 그래서, 학대받는 아이들, 버려지는 노인들과 매맞는 아내들의 문제도 심각한 상태다. 지난 8월 1일 밤 MBC ‘뉴스데스크’에서 실제 살인장면을 방영해 큰 충격을 준 일이 있다. 그 날 MBC는 ‘돌발사태 무방비’란 제목으로 7월 31일 충남 천안의 한 아동학대 예방센터에서 일어난 살인 사건을 방영해 시청자들의 비난을 받았다.<sup>11)</sup> 상담실 CCTV로 촬영된 문제의 화면은 평소 자녀를 학대해온 민 모(39)씨가 상담 중에 아내 이 모(34)씨와 처

9) “부모 토막살해 대학생 항소심서 무기징역 선고,” 중앙일보, 2001년 4월 19일.

10) 존속살해 사건이 우리나라에 전혀 없었던 것은 아니지만, 시신을 토막내 유기한 이 사건은 사회에 큰 충격을 주었다. 심리학 교수인 이훈구는 미안하다고 말하기가 그렇게 어려웠나요(서울 : 이야기, 2001)에서 이은석의 일기와 그와의 면담, 그리고 주변 사람들의 증언을 통해 이 사건을 심리학적으로 조명하였다.

11) “MBC 살인장면 생생보도 충격,” 세계일보, 2002년 8월 3일.

남(31)에게 칼을 휘두르는 장면과 흥기에 절린 두 사람이 내지르는 비명소리를 그대로 담고 있었다. 기자는 이런 돌발상황에 뚜렷한 대책이 없다는 것을 지적하고 있지만, 그 뉴스가 실상 중요한 것은 아동학대를 한 부모의 상태를 여실히 보여주고 있다는 것이다. 또, 지난 7월 27일 SBS ‘그것이 알고 싶다’에서 방송된 ‘딸을 신에게 바친 부모’편도 부모가 믿는 종교때문에 희생을 당하는 아이의 이야기를 담고 있다. 이것은 7월 6일 초등학교 6학년 미영(가명)이가 지방의 한 종말복음선교회의 김목사를 성폭행혐의로 경찰에 고발한 데서부터 시작한다. 그곳 선교회에서 부모와 함께 살아 온 미영은 5학년 때부터 김 목사로부터 ‘수발’이라는 명목으로 지속적으로 성폭행을 당해왔으며, 이 사실을 부모에게 알리고 도움을 요청했지만 부모는 ‘모든 것이 하나님의 뜻’이라며 목사에게 순종할 것을 강요했다고 한다. 결국 김목사와 자격증도 없는 사이비 목사를 믿고 종교에 빠졌던 미영의 부모는 각각 성폭행과 아동학대 혐의로 구속되었다.

아동학대의 경우 피학대자의 79.6%가 친부모에 의해 일어나며, 그들 부모 중 대부분이 ‘내 아이는 내 마음대로’라는 생각을 갖고 있는 것으로 나타났다.<sup>12)</sup> 등잔 밑이 어두운 격으로 아동보호의 1차적 책임이 있는 부모들이 보호는커녕 가해자로 나타나 충격을 더한다. 아동학대 유형으로는 방치가 가장 높은 비율을 차지하고 있는데, 이것은 노인학대의 경우도 마찬가지이다.

그 뿐이라. 이유 없이 아내를 때리는 남편, IMF·구조조정· 명예퇴직· 실직 등으로 가정에서 설자리가 없어 거리로 나앉는 아버지. 아들만을 선호해서 며느리와 싸우는 시부모. 재산 물려주고 나면 필요없다고 버려지는 노인들. 이혼이나 재혼 때문에 고아원에 버려지는 아이들. 집을 뛰쳐나가는 청소년. 대입이나 입사실패로 강물에 뛰어드는 젊은이. ‘사랑의 매’라는 이름으로 채찍질하는 선생님, 직장에서 성희롱하는 남자들, 죽음을 무릎 쓰고 날씬한 몸매와 아름다운 외모를 위해 성형수술에 중독된 여자들, 허례허식·황금만능에 빠져 카드 빚더미에 올라앉아 자살하거나 강도 짓에 살인까지 서슴지 않는 사람들. 비아그라와 엑스터시를 캔디라고 부르는 사회. 이산가족 상봉에서 탈락되어 자살한 실항민, 민주화운동에서 혼자 살아남은 죄책감에 자살한 여성. 이것이 상처로 얼룩진 우리의 모습이다.

이런 일은 남녀노소, 지위고하, 경제사정을 막론하고 가까운 곳에서 일어난다. TV 시사 프로그램에 이런 문제들이 주로 다루어진다. 부부상담이나 가족문제와 관련된 다큐멘터리, 이런 사실을 바탕으로 한 각종 드라마 등이 방송사마다 늘어나는 추세이며, 높은 시청률을 자랑한다. 이것은 우리의 자화상과 무관하지 않을 것이다.

12) “아동학대 실태 및 예방종합대책 / 내아이 내마음대로? 아동학대 79% 친부모,” 국민일보, 2002년 7월 23일.

## 2) 수치로 보는 정신보건 현황

2002년 초 보건복지부는 정신질환 실태에 관한 충격적인 보고서를 내놓았다. 우리나라 성인 31%가 정신질환 경험을 한다는 내용이었다. 당시의 언론보도는 다음과 같았다.

성인 31%가 정신질환 경험<sup>13)</sup>

일생을 통해 우리 국민 3명중 1명이 니코틴·알코올 중독을 포함한 각종 정신질환으로 고통을 받지만 전문치료는 거의 못 받는 것으로 나타났다. 니코틴·알코올 중독을 뺀 경우에도 지난 한해동안 10명중 1명이 우울증이나 불안장애 등 심각한 정신질환에 시달린 것으로 조사됐다. (중략) 여기서 니코틴·알코올 중독을 제외하면 지난 한해동안 우울증 등 기분장애, 공포증 등 불안장애, 정신분열증 등 정신병적 장애 중 한가지 이상 질환을 앓은 비율은 8.9%로 이를 전체국민으로 환산하면 성인 281만8506명이 치료를 요하는 정신질환자인 것으로 집계됐다. 이 경우 여성의 유병률은 13.3%로 남자(4.2%)보다 3배나 높았다. 지난 한해 정신질환별 유병률은 불안장애 6.3%, 우울증 2.3%순이었으며, 격리수용 등 긴급한 입원치료를 요하는 정신병적 장애도 0.6%인 18만3432명으로 추산됐다. 한편 정신질환자로 분류된 조사대상 중 8.7%만이 지난 1년간 의사상담 등 전문적인 치료를 받았다고 밝혀 대부분의 정신질환자들이 방치되고 있는 것으로 나타났다. 이번 조사를 총괄한 서울대 조맹제(신경정신과)교수는 “급격한 사회 변화로 인한 스트레스를 감안해도 우리 국민의 정신질환 유병률은 충격적 수준”이라며 “이들이 적절한 치료를 받을 수 있도록 정부는 조속히 대책을 강구해야 한다”고 지적했다.

이것은 1993년 1년간을 조사한 1994년 한국보건사회연구원의 연구결과<sup>14)</sup>보다 더 높은 수치이다.<sup>15)</sup> 당시 조사결과로, 전국의 의료보험, 보호요양 취급 관리기관을 이용한 정신질환자의 수는 1,190,860명으로 나타났다. 이는 인구 10만 명당 2,703.5명에 해당하는 것으로

13) “성인 31%가 정신질환 경험,” 문화일보, 2002년 2월 1일.

보건복지부가 지난해 국립서울정신병원 등 3개 국·시립정신병원과 서울대의대 등 전국 7개 의대에 의뢰해 전국규모로는 최초로 전국 성인(20~64세) 남녀 6114명을 대상으로 ‘정신질환실태 역학조사’를 실시한 결과이다. 이 조사는 세계보건기구(WHO)가 개발한 25개 주요정신질환 진단 ‘CIDI’ 개별면담방식으로 이뤄졌다.

14) 우리나라 정신보건에 대한 현황은 1994년 한국보건사회연구원의 연구(남정자 외, 정신보건의 현황과 정책과제)를 참고로 기술한 정원철의 정신보건 사회사업론(서울 : 학문사, 2000), pp.30-36과 김기태 외 지음의 정신보건복지론(서울 : 양서원, 2001), pp.424-439을 주로 참고하였음을 밝혀 둔다.

15) 여기서 언급한 두 가지 조사는 각각 다른 조사방법을 이용하였다. 정신질환자의 수나 그 규모를 파악하는 데에는 대체로 세 가지 방법이 있다. 첫째는 국제적 평균 유병률을 적용하여 환자수를 추정하는 것이고, 둘째는 일반주민들을 대상으로 역학조사를 실시하는 것, 셋째는 정신질환에 대한 의료 이용 자료로부터 환자 수를 추정하는 방법이다. 이 중 보건복지부의 조사는 두 번째 방법으로 전국 6000여 명의 성인을 대상으로 조사하여 전체국민으로 환산한 수치이다. 한국보건사회연구원의 조사는 세 번째 방법을 이용한 것이다. 어느 방법이 더 정확하다고 말할 수는 없지만 현실적으로 세 번째 방법을 주로 이용하며, 두 번째 방법을 이용한 보건복지부 조사는 전국규모로는 최조라고 할 수 있다. 어느 방법이든 조사규모가 크기 때문에 자주 시행되기 어려워 시간차가 크다.

연간 유병률은 2.70%에 해당했다.<sup>16)</sup> 자비치료자와 정신요양시설 및 기타 수용시설에 수용되어 있기는 하지만 정신보건서비스를 받지 못하는 정신질환자와 지역사회에 거주하면서 의료기관을 이용하지 않은 정신질환자들을 고려하여 145만 명 이상으로 추정하면 인구 10만명당 3,300명에 해당하여 보건복지부 조사결과와 비슷한 결과를 보인다. 하지만, 이러한 수치(數値)는 정신적 장애를 수치(羞恥)로 여기며 숨기려 하는 우리나라 정서를 감안한다면, 실제로는 이보다 훨씬 많을 것으로 추정된다. 무엇보다 중요한 것은 이만큼 우리나라 정신보건 상황이 좋지 않다는 것이다.

특히, '93년도 통계 1,190,860명 중 전체 정신질환자의 53.2%인 633,401명(유병률, 1.43%)이 신경증성 장애, 인격장애 및 비정신병적 정신장애이며 대표적인 정신질환인 정신분열증성 정신병은 80,051명(유병률 0.18%)으로 전체환자의 6.7%였다. 이는 긴급한 입원치료를 요하는 정신질환보다 신경증, 인격장애 등 비정신병적 정신장애가 더 큰 비중을 차지하고 있음을 보여준다.

여기에서 중요한 사실은 약물치료가 반드시 필요한 정신분열증 및 그 외 심각성에 따라 격리 수용되어야 할 공격적인 정신질환을 제외한 신경증 및 인격장애 등 비정신병적 장애는 외래치료를 통한 상담과 적절한 치료프로그램에 참여하는 것만으로 치료가 가능하다는 것이다.

그럼에도 불구하고, 정신장애에 대한 편견과 관련 시설을 방문하는 것을 꺼리는 우리의 정서 때문에 조기에 예방할 수 있는 가벼운 병을 크게 키울 수도 있다는 것이다.

### Ⅲ. 마음의 상처와 정신적 장애

#### 1. 마음의 상처와 정신적 장애란 무엇인가

##### 1) 마음의 상처의 이해

정신적 장애는 정신적 심리적 정서적장애로 이러한 장애는 많은 경우 마음의 상처로부터 시작된다. 그럼 마음의 상처란 무엇인가.

누구나 아픈 곳이 한두 곳은 있다. 어깨가 아프다든지, 무릎이 시리다든지, 이빨이 시원찮다든지 하는 사소하게 아픈 곳 말이다. 흔히들 '온몸 여기저기 안 쭈시는 데가 없다'고 들 한다. 마음은 어떨까. 마음의 상처는 인간관계와 밀접한 관계가 있다. 인간은 사회적 동물이며, 혼자서는 살 수 없다. 따라서, 혼자 사는 것은 치명적 상처가 될 것이며, 생존

16) 이 연구의 경우, 엄밀히 말해 1993년 1년 동안 정신질환으로 의료기관을 이용한 환자로 제한된 연구이므로 기간유병률이며, 또한 치료유병률이라고 할 수 있다.

을 위협할 만큼 클 수도 있다. 그래서, 인간은 생존을 위해 함께 어울려 산다. 하지만, 또한 그 때문에 서로서로 많은 심리적 상처를 주고받으며 살아간다. 아마도 살면서 한두 번 마음 안 상한 적이 없고, 세상을 어느 정도 살아본 사람들은 별의별 상황을 다 겪어봤을 것이다. 이처럼 마음의 상처란 살면서 마음이 겪는 아픔을 의미한다.

스캇 펙은 그의 저서 『아직도 가야 할 길』에서 본문을 이렇게 시작하고 있다. “삶은 고행(苦海)이다. 이것은 진리가운데서 가장 위대한 진리다. 그러나 이러한 평범한 진리를 이해하고 받아들일 때 삶은 더 이상 고행이 아니다.” 인생이 이러하니 마음의 상처야 더 말할 나위가 없다. 또, 틱낫한 스님의 시중에 이런 것이 있다.

나는 작은 보트를 타고 베트남을 떠나는 열두 살의 난민 소녀였다네.  
어느 날, 해적들이 와서 나를 강간했고,  
나는 괴로움과 수치감을 못 이겨  
바다에 몸을 던져 죽어버렸지.

나는 열두 살의 난민 소녀를 강간해서 죽게 한 해적이었네.  
내 삶에서 아무도 나를 사랑해준 사람이 없었지.  
나의 가슴은 아직 사랑과 깨달음에 다가갈 능력이 없다네.<sup>17)</sup>

이렇듯 우리의 삶 자체가 바로 상처다. 우리는 언뜻 해적들에게 강간당한 열두 살 난민 소녀만이 상처를 받은 것으로 생각하기 쉽다. 하지만 알고 보면 열두 살 난민 소녀를 강간해서 죽게 만든 그 해적도 역시 따뜻한 사랑을 받지 못한 마음의 상처가 있는 사람인 것이다. 상처받지 않은 사람도 없고, 상처받지 않을 사람도 없다.

하지만 아동학대나 학원폭력, 성폭력, 알코올 중독과 같은 큰 상처만이 상처가 아니다. 어릴 적에 부모와 떨어져 지냈거나, 가부장적이고 엄한 부모 밑에서 자란 경우처럼 많은 사랑과 관심, 배려 속에서 자라지 못할 때 입게 되는 평범하고 사소해 보이는 상처에서부터 가까운 사람의 죽음이나 큰 시험의 실패로 인한 상처까지 그 크기와 종류도 다양하다.

어느 누구든 마음의 상처 없이 살아가기는 어렵다. 우리가 자라면서 입은 수많은 상처들은 성장하는 과정에서 어느 때에 자연스럽게 치유되기도 하고, 억압하거나 덮어두고 지나치기도 한다. 하지만 마음의 상처는 신체질병과 마찬가지로 누구에게나 다 조금씩 있으면서도 살아가는데 큰 불편을 느끼지 못한다. 문제는 신체질병처럼 가볍게 시작된 상처를 무시하거나 마음속에 억눌러 방치하면 암세포처럼 응어리(컴플렉스)가 되고 병이 깊어진다는 것이다. 아주 일상적이고 평범한 것들이 병이 되는 것이다. 따라서 그 결과 발생하는 부정적 감정이나 부적응 행동 혹은 이상심리와 정신적 장애는 사소한 마음의 상처와

17) 현경, 결국은 아름다움이 우리를 구원할까야, 2권(서울 : 열림원, 2002), p.87에서 재인용.

무관하지 않다.

## 2) 정신적 장애의 이해

마음의 상처가 심각해지면 병이 된다. 마음의 병은 심리적 정서적 문제나 부적응 행동으로 나타나는 경우가 많다. 이러한 정도도 넘어서 더욱 심각해지면 일상생활에 큰 불편을 가져오게 되며, 이런 경우를 대개 '정신적 장애'라고 부른다.

정신적 장애라고 하면 벌써부터 거부감을 갖는 이들이 있을 것이다. 내심 '나는 괜찮다.', '우리 가족은 모두 괜찮다.' '이런 애긴 우리와 상관없어. 우린 아주 정상이니까.' 하고 방어하고 있는지도 모른다. 이런 사람들의 대부분은 정신병이나 정신분열증과 같은 심각한 정신질환을 떠올렸을 것이다. 하지만 정신적 장애는 정신건강과 반대개념으로 정신적으로 건강하지 못한 상태를 이르며, 우리가 일반적으로 생각하는 단순한 부정적 개념보다 훨씬 더 포괄적이고 광범위한 의미를 내포하고 있다.

정신적 장애는 여러 가지 용어로 불리기도 하는데, 이상심리, 이상행동, 부적응행동, 심리적 문제, 정신장애, 심리장애 등이 있다. 하나씩 간단히 살펴보겠다. 이상심리는 심리학자들이 가장 광범위하게 사용하는 용어로서 외형적으로 드러난 비정상적 행동뿐만 아니라 내면적으로 진행되는 비정상적인 심리적 과정을 포함한다. 이상행동은 행동을 심리학의 연구 대상으로 삼아야 한다고 주장하는 행동주의 심리학자들이 이상심리보다 선호하는 용어이다. 부적응행동은 적응을 개인과 환경의 원활한 상호작용이라고 보는 관점에서 특히 환경적 요구에 적절히 대응하지 못하여 여러 가지 문제를 야기하는 개인의 행동을 지칭하는 용어라고 할 수 있다. 심리적 문제는 개인의 심리적 상태 중에서 해결해야 할 문제라고 생각하는 상태를 지칭하며, 흔히 심리치료나 상담 장면에서 사용되는 용어라고 할 수 있다. 정신장애는 생물학적인 전통에서 나온 용어로서, 비정상적인 심리 상태를 질병 또는 장애라고 보는 관점이 포함되어 있다. 정신장애는 때로는 심리장애 또는 정신질환이라는 용어로 사용되기도 하는데, 일반인들은 정신병이라는 용어를 정신장애나 정신질환과 구별 없이 일상적으로 많이 사용하는 경향이 있다. 그러나 정신병이라는 용어는 정신장애 중에서 현실판단력이 극히 손상되어 심각한 부적응을 나타내는 장애(예: 정신분열증)를 지칭한다. 이렇듯이, 비정상적 심리 상태를 지칭하는 용어는 이론적 관점과 맥락에 따라 다양하게 사용되고 있다.<sup>18)</sup>

정신보건법에서는 '정신질환'을 "정신병, 인격장애, 알코올 및 약물중독자, 치매, 기타의 비정신병적 정신장애"라고 정의<sup>19)</sup>하고 있어, 여기서 정신질환은 정신장애와 같이 광의의

18) 원호택·권석만, 이상심리학 총론(서울 : 학지사, 2002), pp.29-30.

19) 정신장애를 정신증, 신경증, 인격장애로 분류하기도 한다. 정신증(psychosis)은 부적응의 정도가 매우 심각한 심리적 장애를 뜻하며, 환각이나 망상과 같은 현실왜곡적 증상이 두드러진다. 이들은 현실판단력에 현저한 장애가 있기 때문에 직업이나 학업과 같은 사회적 적응이 불가능한 경우가 대부분이다. 가장 대표적인 장애가 정신분열증이다. 반면, 신경증(neurosis)은 독일식 발음으로 흔히 노이로제

개념으로 쓰여서 정신장애를 가진 사람을 단지 정신병자라고 보지 않은 점을 명확히 하고 있다고 할 수 있다.<sup>20)</sup> 따라서, 정상과 이상(비정상)의 이분법적 개념으로 생각하는 것은 옳지 않다. 일반적으로 정신장애 진단 결과, 구체적인 병적 증상이 없는 경우 정상이라고 할 수 있으나, 반드시 정신적으로 건강하다고는 할 수 없다. 왜냐하면 남에게는 해를 입히지는 않고 정상적으로 사회생활을 하지만 불만과 좌절감, 불행감 등 부정적 감정들로 힘들어하고 있는 경우도 있기 때문이다.

정신적 건강이란 일상생활을 언제나 독립적 자주적으로 처리해나갈 수 있고, 스트레스에 대한 평소의 저항력과 정신적 성숙으로 원만한 개인생활과 사회생활을 할 수 있는 상태를 말한다. 또 미국 정신보건위원회의 보고에서는 정신건강이란 단지 정신적 질병에 걸려 있지 않은 상태만이 아니고, 만족스러운 인간관계와 그것을 유지해나갈 수 있는 능력을 의미한다고 하였다. 이것은 모든 종류의 개인적 사회적 적응을 포함하며, 어떠한 환경에도 대처해 나갈 수 있는 건전하고 균형되고 통일된 인격의 발달을 의미한다.<sup>21)</sup> 따라서, 그렇지 못한 경우 즉 정신적으로 병적인 증세는 없지만, 낮은 자존감·부정적 감정 등으로 능력 발휘를 제대로 못하거나 사회환경에 적응하지 못하고 좋지 않은 환경이나 상황에 적절하게 대처하지 못하는 경우처럼 미성숙한 인격도 정신적 장애로 볼 수 있으며, 혹은 더 악화될 경우 정신적 장애로 발전할 가능성이 있다는 것이다.

## 2. 마음의 상처와 장애는 어디서 오는가

우리는 어디서 상처를 받을까. 제때에 치료하지 못하면, 정신장애로 발전할 수도 있는 마음의 상처는 어디서 오는 것인지 그 원인을 찾아보자. 큰 병을 막기 위한 예방적 의미에서 총체적 관점의 진원지를 이야기 하고자 한다. 마음의 상처의 진원지이자 상처를 주는 주범을 가정, 학교 그리고 사회로 나누어 살펴본다.

### 1) 가정

라고 불린다. 현실판단력에는 별 문제가 없지만 생활적응에 여러 가지 주관적인 불편함을 나타내는 심리적 장애를 뜻한다. 이들은 사회적 적응에 어려움을 보이기는 하지만 그 정도가 미약하기 때문에 직업이나 학업을 지속할 수가 있으며 정기적 방문치료 만으로도 치료가 가능하다.(원호택·권석만, 『이상심리학 총론』, 학지사, 2002, pp.78-79.) 인격장애(personality disorders)는 인격이 사회나 환경 또는 다른 사람과의 사이에서 지속적으로 충돌과 갈등을 일으켜서 사회적 기능에 장애를 일으키는 경우를 가리킨다. 인격 장애자는 다른 사람에 대한 이해나 공감의 능력이 결여되어 있고, 사회 적응이나 타인에 대한 사랑도 결여되어 있다. 인격장애는 신경증과 다른 특성을 갖고 있는데, 인격으로 굳어진 일정한 패턴이 체질적으로 굳어져 있어 자아와는 마찰을 일으키지 않기 때문에 대개 자기 자신 때문에 고통을 받지 않는다는 것이다.(이규환, 그래서 나는 오늘 정신과로 간다(서울 : 도서출판 그린비, 1997), p.159.

20) 김기태 외, 정신보건복지론(서울 : 양서원, 2001), p.52.

21) 안향립·박정은, 정신보건사회복지(서울 : 홍익재, 2001), p.65.

가정은 사회를 이루는 기초집단이다. 그런데 그것이 무너지고 있다. 우리나라 이혼율이 30년새 7배로 늘어났다.<sup>22)</sup> 2000년 우리나라 이혼율이 OECD 국가 중 8위. 통계청 자료에 따르면 이혼율 35.9%.<sup>23)</sup> 이혼에 이르기까지 부부는 서로에게 깊은 상처를 무수히 주었을 것이다. 그리고 보건사회연구원의 조사결과에 따르면, 이혼이나 가출로 편부모 가정에서 아동학대가 주로 발생했으며 학대행위자는 부모가 87.4%로 가장 많고 그 중에서도 친부모에 의한 학대가 79.6%여서 심각한 상황이라고 한다.<sup>24)</sup> 또한 이것은 곧바로 청소년의 가출문제<sup>25)</sup>와 직결된다. 노인학대<sup>26)</sup> 문제도 사정이 비슷하여, ‘노인학대방지법’ 제정에 대한 논의까지 일어나고 있다.

이러한 심각한 역기능 가정<sup>27)</sup>뿐 아니라, 아주 평범해 보이는 가정에서도 상처가 난다. 부모의 사소한 말 한마디에서, 무심코 한 행동에서, 혹은 사랑이라는 이름으로 행해진 과도한 기대나 보호 때문에도 일어난다.

프로이트는 0세에서 3세 이전의 기억들이 무의식에 잠재되어 생애 지대한 영향을 끼친다고 했다. 아이들의 몸에 밴 어린시절이 그들의 성인생활을 결정짓는다. 아이들에게는 부모가 세상이다. 술 먹는 아버지, 엄격한 어머니, 때리는 부모, 방치하는 부모, 비판적인 부모, 아이의 말을 무시하는 부모 등 성숙하지 못한 부모로부터 받은 악영향을 성장과정에서 치료하지 못하고 억압하거나 묻어두려 한다면 그 깊은 상처는 마음 한 구석을 차지하고 그늘로 남게 된다. 그런 성숙하지 못한 부모들도 아마 비슷한 어린시절을 보냈을 것임에 틀림없다. 예를 들어, 우는 아이를 싫어하는 사람은 대개 자신이 울 줄 모르는 사람

22) “이혼율 30년새 7배, 원인 1위는 배우자 외도/ 늘어나는 ‘위기의 부부’ 탈출구는 어디에...,” 한겨레, 2002년 7월 22일.

23) “책 / 남편과 아내 1·2 / 결혼13년만에 닦쳐온 위기,” 동아일보, 2002년 8월 10일.

24) “아동학대 실태 및 예방종합대책 / 내아이 내마음대로? 아동학대 79% 친부모,” 국민일보, 2002년 7월 23일.

25) 2000년도 경찰청 자료는 가출청소년이 1만8천4백42명으로 보고되었으나 공식통계에서 누락된 실질적 가출청소년의 수만 10만명이 넘을 것으로 추정하리만큼 이들 문제는 심각하다. 최근 청소년보호위원회의 조사에 따르면, 16세 이하일 경우 첫 가출은 주로 부모의 이혼 및 불화, 가정 내에서의 신체적, 정서적, 언어적 학대 등 가정의 문제로 어쩔 수 없이 이뤄진다고 한다. 지난해 한국쉰터협의회 조사에서 가출청소년 10명 중 4명 정도가 집으로 돌아갈 생각이 없는 것으로 나타나 그들을 무작정 가정으로 돌려보내는 것만이 최선의 방안이 아님을 보여준다. (“마이너리티의 소리/가출 청소년 10만명 넘었는데...,” 중앙일보, 2002년 5월 10일.)

26) 지난해 3월 문을 연 까리따스 노인학대 상담센터가 한해동안 받은 총 상담 건수는 511건에 이른다. 이 중 학대사례는 384건으로 총 상담건수의 75%를 차지했다. 학대 유형으로는 언어·심리적 학대가 127건(33%)으로 가장 많았고 신체적 학대 89건(23%), 방치 75건(20%), 경제적 학대 52건(14%) 등의 차례였다. 노인학대의 가해자는 주로 아들, 며느리, 딸 등이었고 신고자는 이웃, 직계가족, 본인 등으로 나타났다. (“출동! 독자가 기자로/노인학대/상담노인 75% 학대받고 있다.” 한겨레, 2002년 7월 12일.)

27) 가정의 역할을 친밀한 관계의 근원제공, 경제적 협조의 단위기능, 자녀 출산과 사회화 담당, 가족구성원에게 지위와 사회적 역할할당의 네 가지로 구분한다. 이때 가정의 기능을 제대로 수행하는 건강한 가정을 순기능 가정이라 하고, 제대로 못하는 비정상적인 가정을 역기능 가정이라고 한다. 즉, 가족구성원들 사이에 건강하지 못한 관계가 존재하는 가정이며 부모가 자녀의 정서적 욕구를 충족시켜 주지 못하는 가정이다.(김홍운, “성인아이의 분노조절을 위한 집단상담 프로그램의 개발과 적용”, 박사학위논문, 충남대학교 대학원, 1999, p.11과 p.14.)

입이 많은 것처럼 말이다. 하지만 부모를 원망해봐야 별로 도움이 못된다. 이미 우리는 다 자랐기 때문이다. 이렇게 깊이 상한 마음을 치료하기 위해서는 자신을 위해서 그리고 우리의 자녀를 위해서 자신의 내면세계에 대해 좀 더 이해하고 관리해야만 한다.

## 2) 학 교

2002년 4월 15일 서울의 모 중학교 3학년 교실에서 끔찍한 살인 사건이 벌어졌다. 6교시 수업시간, 현수(가명)가 옆 반 교실에 들어가 유철이(가명)를 무려 아홉 차례에 걸쳐 무참하게 칼로 찔러 살해했다.<sup>28)</sup> 현수는 유철이가 자신의 친한 친구 정우(가명)를 여러 아이들과 떼지어 괴롭히는 것을 보았고, 그런 장면을 보고도 친구를 위해 도와주지 못해 괴로워했다고 한다. 그래서, 그런 극단적인 방법을 취했던 것이다. 현수는 그 방법밖에는 없었다고 했다. 모두들 평범하고 모범적이던 현수가 그것도 수업시간에 그런 일을 저질렀다는 사실에 놀랐다. 유사한 사건이 2001년 10월 13일 부산의 모 고등학교에서도 있었다. 피의자인 김군은 평소 자신을 괴롭히던 친구에 대한 보복으로 살인을 저질렀다고 했다.

한 때 학원폭력이라 하면, 폭력적인 선생님이 문제였는데 언제부턴가 선생님도 학생을 무서워할 만큼 학생들 사이에서 난무하는 폭력문제가 더욱 심각해졌다. 그저 마음에 안든다고, 눈에 거슬린다고 여럿이 한 명을 ‘왕따’시키고 혹은 집단구타를 하는 요즘의 아이들이다.

왜 이런 일들이 생기는 것일까. 근본적인 원인은 대학입시 위주의 교육이다. 아이들은 하루 중 대부분의 시간을 학교에서 보낸다. 어렸을 때는 부모와 가정이 그들의 세상이라면, 어느 정도 자란 후에는 선생님과 친구들 그리고 학교가 그들의 세상이며 사회다. 그럼에도 불구하고 아이들은 그곳에서 참된 인간관계를 맺으며 사회화되어 가는 것이 아니라, 성적등수가 자신의 등수가 되어 차별 받고 있는 것이다. 자신을 이해 받지 못하고, 자신의 자질을 인정받지 못한 채 상처 입은 아이들은 빼돌어져 나간다. 위에서 본 사건들은 그들의 깊은 상처가 뚫아터진 것이다. 교사도 많은 수의 학생들을 하나하나 존중해 줄 시간이 없다. 온종일 뻘뻘한 수업을 해나가고 그나마 수업에 따라오는 학생들을 끌어가야 하기 때문이다. 그들 또한 상처 난 마음을 돌볼 여력이 없는 것이다.

이런 그들에게 무너진 윤리의식을 운운하며 윤리교과서를 들고 가르친다고 해결이 날까. 벼랑 끝에 선 이들에게 살길은 오직 자신의 상처를 알아보고, 다른 사람의 상처도 보듬어 주는 것이다.

## 3) 사 회

사회도 가정과 학교의 연장선상에 있으며, 가정과 학교문제의 배경을 이루고 있다. 그 사회의 역사, 정치, 경제, 문화, 가치 등의 복합적 요소들이 모두 원인제공자이다. 최근 남

28) “어느 중학생, 어느 중학생의 살인, 그 교실에서는 무슨 일이 있었나?”, KBS 추적60분, 2002년 4월 27일.

북 이산가족 상봉 명단에 오르지 못해, 우울증을 보이다 자살한 노인<sup>29)</sup>의 경우 우리나라 역사와 관련된 상처이다. 1980년 5.18 광주민주화운동 당시 충격으로 지금까지 114명이 정신질환을 앓았으며 29명은 이미 숨진 것으로 조사됐다.<sup>30)</sup> 지난 5월 18일에도 5.18 후유증을 앓아오던 40대 여성이 자살을 했다. 이것은 정치·역사와 관련된 상처다.

경제사정으로 인해 빚어진 상처도 있다. 대표적인 예가 IMF이다. 1997년 IMF로 인해, 이후 감당해야 했던 구조조정과 명예퇴직, 대규모 실직사태, 그로써 가정파탄까지 초래했던 사회전체의 정신공황이 그것이다.<sup>31)</sup> 우리 사회의 문화로 빚어진 상처에도 여러 가지가 있다. 가부장제 문화로 인해 남아선호, 여성순결강요, 성차별 등의 문제와 황금만능주의에 빠져 빚을 지더라도 남에게 있어 보이려는 심리로 비롯된 카드 빚 문제 등 다양하다.

이렇게 여러 가지 사회적 요소가 복합적으로 작용하여 사람의 마음에 상처를 내고 병들게 한다. 하지만, 그 중에서도 최근 우리 사회를 정신적으로 황폐하게 하고, 여러 가지 정신장애로 힘들게 하는 원인은 바로 '경쟁, 무한경쟁, 생존경쟁'이 아닐까. 무엇이든 최고가 되어야 하고, 일등이 아니면 살아남을 수 없는 사회. 옷, 신발, 외모, 실력 등 뭐든 최고, 최고, 최고. 모두 갖춘 사람도 만족하지 못하고, 남에게 뒤지는 것을 못 참아한다. 또, 갚을 능력이 없으면서도 카드를 만들어 '굽고' 다니고, 얼굴 한두 곳 고친 것으로 성에 차지 않아 네 번, 다섯 번 중독이 되어 정신치료까지 받게 되고, 그렇게 라도 하지 못하면 열등의식에 사로 잡혀 헤어나질 못한다. 이렇게 과도한 경쟁으로 인한 스트레스로 승자도 패자도 모두 병을 앓게 되는 것이다.

사람의 진정한 가치는 물질에 있는 것이 아니며, 삶의 참된 의미도 거기에 있지 않다. 자신의 마음이 어떤 상태인지 깨닫고 보살피면서, 자신에게 내재된 자원을 충분히 활용하며 남과 더불어 삶을 즐길 줄 알아야 할 것이다.

#### IV. 치료적 대안

이러한 마음의 상처와 장애를 치료하기 위해 이미 정신과 전문의, 정신보건간호사, 임상심리사, 정신보건사회복지사와 같은 다양한 전문인력들<sup>32)</sup>이 노력하고 있다. 정신의학과

29) “상봉신청 탈락 실향민 자살,” 한국일보, 2002년 4월 30일.

30) “잊혀져가는 5.18, 더 깊어가는 그날의 상흔/고문.발포 충격 114명 정신질환 10명 목숨 끊어,” 한겨레, 2002년 5월 18일.

31) “IMF시대 ‘흔들리는 사회’ 정신공황,” 경향신문, 1998년 3월 9일.

32) 이들은 정신보건전문인력으로, 1999년 6월 현황을 보면, 정신과 전문의 1,814명, 정신간호사 1200명, 임상심리사 약 460여명, 정신보건사회복지사 약 350여명이 종사하고 있다. 입원 중심의 임상적·의학적 모델 위주의 서비스체계에서와는 달리, 지역사회 중심의 서비스체계에서는 적은 수의 정신과 의사와 비교적 많은 수의 정신보건전문인력을 필요로 한다.(김기태 외, 정신보건복지론(서울 : 양서원, 2001), p.439.)

심리학에서의 심리치료나 약물치료와 더불어 제 3의 치료방법으로 여러 가지 심리이론과 미술, 음악, 무용, 연극, 시 등 다양한 분야를 접목시킨 새로운 치료적 대안들이 연구되고 있다. 이와 같은 대안적 치료법들은 심리이론에 따른 것이 아니라, 심리치료에 사용되는 주 매체가 무엇인가에 따라 구분되는 것이다. 이들 치료법은 예술치료<sup>33)</sup>라고 불려지기도 한다. 이를 간단히 알아보도록 하자.

## 1. 미술치료

미술치료는 궁극적으로 심신의 어려움을 겪고 있는 사람들을 대상으로 하여 그들의 미술작업, 다시 말하면 그림이나 조소, 디자인 기법 등과 같은 미술활동을 통해서 그들의 심리를 진단하고 치료하는 데 목적이 있다. 미술치료는 인간의 조형활동을 통해서 개인의 갈등을 조정하고 동시에 자기 표현과 승화작용을 통해서 자아성장을 촉진시킬 수 있다. 또한 자발적인 미술활동을 통해서 개인의 내적 세계와 외적 세계간의 조화를 잘 이룰 수 있도록 도와주기도 한다.<sup>34)</sup>

Wadson(1980)은 미술치료활동이 그림을 통해서 내담자의 심리상태를 진단하고 미술작업을 통해 내부의 부정적인 에너지를 배출, 갈등을 해소하는 유용한 치료법이라고 주장한다. 미술활동은 내담자로 하여금 심리적으로 안정되고 집단 구성원들 간에 감정교류가 쉽게 일어날 수 있고 자기 표현능력이 많이 향상되어 치료자와의 심리적 연대감이 생겨 자신감에 많은 도움을 준다.<sup>35)</sup>

미술치료는 다음과 같은 장점이 있다. 첫째, 미술 작업과정을 통해 치료자와 내담자 사이에 서로 상호작용을 일으킬 뿐만 아니라 작업이 끝난 후 작품결과가 내담자에게 의미를 줄 수 있다. 둘째, 미술치료는 상담 경험이 있는 사람이라면 조금만 관심을 가지면 누구나 쉽게 실시할 수 있고, 치료에 참석하는 대상 또한 매 회기마다 재료나 주제가 바뀌고 행동으로 직접 참여해야 하기 때문에 지루함을 느끼지 않는다. 셋째, 미술은 누구나 쉽게 할 수 있고 그림을 잘 그리고 못 그리는 것과는 전혀 상관이 없기 때문에 내담자로 부터 거부감을 불러일으키지 않는다. 넷째, 미술작품의 보관이 가능하기 때문에 내담자가 만든 작품을 필요한 시기에 재검토하여 치료효과를 높일 수 있다. 또한 내담자의 작품 변화를 통해서 치료의 과정을 한눈에 이해할 수 있다. 다섯째, 미술은 비언어적 표현이므로

33) 예술치료는 음악이나 미술, 연극, 무용, 시 등 예술을 체계적으로 사용하여 정신장애인이거나 자폐증, 정신지체, 노인치매 등 장애를 가지고 있는 클라이언트의 현재의 제한점을 바람직한 방향으로 나가도록 도와주는 심리·사회·운동치료라고 할 수 있다. 여기서 바람직한 상태란 그들의 제한점, 즉 사고의 제한점, 감정적인 제한점, 행동적인 제한점을 개선·향상·유지시켜주는 것이다.(한국예술치료학회, www.kaat.or.kr 참조)

34) 대전미술치료연구소<www.art-daejeon.org>.

35) 부산미술치료연구소<www.simli75.com>.

내담자의 치료에 대한 방어감을 줄일 수 있고, 무의식적 내면의 세계를 쉽게 알 수 있다. 여섯째, 회화의 개입으로 언어적 표현이 쉽게 된다. 마지막으로 내담자의 무의식적인 정신세계를 표출하기가 보다 용이하고, 언어로서 부딪치는 감정을 완충시켜 주며 카타르시스 효과를 가져 감정교류가 쉽다.

## 2. 음악치료

음악을 치료의 방법으로 사용한 것은 다른 예술치료와 마찬가지로 고대로 거슬러 올라갈 만큼 오래된 것이다. 그러나 본격적인 음악치료는 세계 1·2차 대전 이후 전쟁으로 인한 육체적, 정서적 장애로 고통받고 있는 수많은 재향군인들을 위하여 음악을 연주하면서 부터 시작되었다고 한다.

음악치료는 훈련되고 자격 있는 음악치료사가 즐겁고 창조적인 음악적 경험을 음악치료 대상자와 나눔으로써 음악치료대상자의 심리적, 신체적, 정신적인 이상상태를 복원하여 이를 유지하고 나아가서는 향상시킬 목적으로 과학적이고 체계적으로 음악을 사용하는 일체의 활동을 말한다. 미국음악치료협회에 따르면 음악치료란 “자격 있는 음악치료사가 건강이나 학습의 문제를 가진 개인들의 심리적, 신체적, 인지적 또는 사회적 기능에 긍정적인 변화를 유발하도록 음악을 계획적이고, 체계적으로 사용하는 것이다.” 라고 한다.<sup>36)</sup> Brucia는 “음악치료는 치료사가 환자를 도와 건강을 회복시키기 위해 음악적 경험과 관계들을 통해 역동적인 변화를 이끌어 내는 체계적인 치료의 과정이다.”라고 정의하고 있다.<sup>37)</sup>

## 3. 놀이치료

놀이치료는 아동이 사회 정서적 어려움을 해결하고 잘 발달하고 적응할 수 있도록 돕는 것을 궁극적인 목적으로 한다. 놀이란 자발적이며, 본질적인 동기가 있는 활동이다. 따라서 아동들은 놀이를 통해서 좀 더 편안할 수 있고 언어적으로 표현하는 것보다 자신이 창조한 자발적인 놀이를 통해서 좀 더 직접적이고 충분히 그들 스스로를 표현하게 된다. 아동들이 그들의 경험과 감정을 “놀이를 표현하는 것”은 아동들이 할 수 있는 가장 자연적인 역동이며 자기치유과정이다. 이와 같이 놀이치료는 심리적 문제를 지닌 내담자를 돕기 위해 체계적으로 놀이가 지닌 치료적 힘을 적용시키는 대인관계과정이며 치료자와 아동간의 상호 과정 속에서 놀이가 가지고 있는 치료적인 힘을 활용하여 아동의 문제를 완

36) 권혜경 음악치료센터<[www.mtherapist.com](http://www.mtherapist.com)>.

37) 대한음악치료학회<[www.kamt.com](http://www.kamt.com)>.

화시키는 것이라고 볼 수 있다.<sup>38)</sup> 그러나 연구대상이 주로 아동 혹은 아동과 부모의 관계에 국한되어 있어 연구범위가 한정적이다.

#### 4. 기타 치료

무용치료는 인간의 신체를 사용해서 개인의 감정과 정서를 자유롭고 즉흥적인 동작 또는 움직임을 통해 표현하고 경험함으로써 신체와 정신을 통합시키는 것을 목적으로 한다. 즉 무용치료는 자유로운 움직임을 통해 인간의 감정을 완화시키거나 자극을 줌으로써 자기 발달과 자기표현, 내적갈등 등을 승화시키고 잠재능력을 개발시켜줌으로서 정신적, 신체적 건강을 유지 또는 증진시키는 심리치료 기법이다.<sup>39)</sup>

연극치료에는 심리극, 사회극, 상황극 등이 있으며, 언어중심의 정신치료에서와는 달리 다양하고 자유로운 행위를 통해 표현하는 것을 중요하게 여긴다. 정신과적인 치료효과를 가장 잘 나타낼 수 있는 연극으로 심리극을 들 수 있는데, 심리극은 1921년 모레노(Jacob Levy Moreno, MD.)에 의해 만들어졌다. 이것은 치료대상이 현실 속에서 표현하지 못하고 억압했던 세계를 말(언어)이 아닌 행위를 통해 마음껏 표현하게 하는 것을 목표로 한다.

그 외에도 독서치료, 시 치료, 향기치료, 색채치료 등 다양한 치료법들이 연구되고 있으며 각각 치료의 보조수단에서 벗어나 독립된 하나의 치료영역으로 발전해나가고 있다.

### V. 치료적 대안으로서의 독서

마음이 아프다고 해서 반드시 심리치료사나 정신과의를 찾아야 하는 것은 아니다. 가족이든 친구든 혹은 직장동료든 자신의 상처받은 마음을 이해해주고 위로해줄 수 있는 사람이면 누구나 치료자가 될 수 있다. 사실 우리는 살아가면서 끊임없이 크고 작은 마음의 상처를 입게 되지만 그런 상처를 어루만져주는 가족과 친구들, 직장동료들이 있기 때문에 다시 털고 일어날 수 있다. 문제는 마음에 상처가 생겼는데도 어떤 이유에서든 더 이상 주변에 그런 상처를 달래줄 사람이 없을 때 발생한다. 가족이나 친구와 떨어져 살게 되었거나 혹은 어떤 계기로 인하여 주변사람들을 신뢰하지 못하는 마음이 생겨 아무에게도 마음을 털어놓을 수 없게 되었을 때 상처는 방치되고 병이 된다.<sup>40)</sup> 이럴 때 책이 도움

38) 한국놀이치료학회<[http://sookmyung.ac.kr/~kapt/main\\_frame.htm](http://sookmyung.ac.kr/~kapt/main_frame.htm)>.

39) 한국예술치료학회<[www.kaat.or.kr](http://www.kaat.or.kr)>.

40) 성신여대 심리건강연구소<[www.sungshin.ac.kr/~phi/](http://www.sungshin.ac.kr/~phi/)>, 김정규(성신여대 심리학과 교수), 심리치료와 자신의 발견중에서 인용.

이 될 수 있다. 스스로 책을 읽음으로써 책 속에 자신을 비춰보고, 그 속에서 자신의 상처를 달래줄 친구를 만나서 자신과 같은 문제로 고민하는 사람이 더 있다는 사실을 깨닫고 위로를 받기도 한다. 또 문제가 되는 현실에서 벗어나 원하는 새로운 삶을 경험할 수도 있으며 이를 통해 상처를 극복할 수 있는 길을 발견하기도 한다. 이것이 바로 독서치료이며, 대안적 치료로서 새롭게 주목받고 있다.

## 1. 독서치료의 정의

독서치료(Bibliotherapy)란 말의 어원은 ‘Biblion(책, 문학)’과 ‘therapeia(도움이 되다, 의학적으로 돕다, 병을 고쳐주다)’라는 그리스어의 두 단어에서 유래되었다. 따라서 근본적으로 독서치료는 책을 사용하여 정신건강을 증진시킨다는 것이다. Doll과 Doll은 일반적인 독서치료의 정의로서 교육학사전의 내용을 인용했다. 즉, “전반적인 발달을 위해 책을 사용하며, 책은 독자의 성격을 측정하고 적응과 성장, 정신적 건강을 위해 사용되기도 하는데 그 책과 독자 사이의 상호작용 과정이 독서치료이다. 그리고 선택된 독서 자료에 내재된 생각이 독자의 정신적 또는 심리적 질병에 치료적인 영향을 줄 수 있다는 개념”이다.<sup>41)</sup> 또한 Hebert는 독서를 마친 후에 이루어지는 토론, 역할연기, 창의적 문제해결 활동 등을 함으로써 독서치료를 성공적으로 이끌 수 있다<sup>42)</sup>고 말하며, 성공적인 독서치료를 위해서는 책을 읽는 것뿐만 아니라 읽은 후의 구체적 활동이 필요함을 지적하고 있다. 이처럼 책읽기와 독후활동을 통한 책과 독자사이의 상호작용 과정에서, 독자가 정서적 심리적인 문제를 해결하는데 도움을 받는 것을 독서치료라고 할 수 있다.

한편, Tews는 “독서치료란 치료자가 선정된 독서자료에 의하여 환자의 정서적인 문제를 치료하는 것이며, 독서치료를 실시할 때에는 전문적인 지식과 훈련을 쌓은 사서의 협조를 얻어 기술적으로 독서자료가 처방되어야 한다”고 하였다. Shepherd와 Iles는 “독서치료는 교사나 사서들이 학생들로 하여금 독서자료의 내용에서 개인적 문제를 해결하고, 삶에 필요한 지혜를 개발하여, 건전한 자아상을 확립하도록 독서를 통해 유익함을 주는 행위”라고 하였다.<sup>43)</sup> 또 이와 비슷하게 Hart는 치료자와 도서관 사서가 읽으라고 지시한 책을 참여자가 읽음으로써 개인의 문제를 해결할 수 있도록 안내를 해 주는 것이 독서치료라고 이야기하고 있다.<sup>44)</sup> 이들은 모두 독서치료에 관해 정의할 때, 치료자로서 도서관 사서나 교사의 역할이 중요함을 인식시키고 있다. 이들 정의에 따르면, 독서치료는 단순

41) 한국어린이문학교육학회 독서치료 연구회, 독서치료(서울 : 학지사, 2001), pp.16-17.

42) 이회정, “독서요법이 대학생의 자아정체감 정립에 미치는 효과 연구,” 석사학위논문, 충남대학교 대학원, 2000, p.9에서 재인용.

43) 유혜숙, “노인의 우울증 해소를 위한 독서요법 연구,” 박사학위논문, 중앙대학교 대학원, 1997, p.9.

44) 한국어린이문학교육학회 독서치료 연구회, *op. cit.*, p.17.

히 책을 권하는 것이 아니라, 치료행위이므로 독서치료사의 능력에 따라 그 결과에 큰 차이가 있다는 것을 알 수 있다. 치료자는 참여자와 친밀한 인간관계를 유지하며, 그의 문제에 적합한 자료를 선택해야 한다. 또한 참여자의 반응에 적절히 대응하며 참여자가 책 읽기와 대화를 통해 자신을 깊이 이해하고 통찰할 수 있도록 이끌어야 한다.

한편, 독서치료는 그 목적에 따라 치료적 독서치료와 발달적 독서치료로 나누어볼 수 있다. 발달적 독서치료는 정상적으로 일상의 일들을 잘 해나가기 위해 독서자료를 개인화하는 것을 말하며, 치료적 독서치료는 정서적 행동적 문제들을 가지고 괴로워하는 사람들을 돕기 위한 중재적 유형을 말한다. 발달적 독서치료에서는 일반적인 인격성숙을 위해 책을 읽고 토론하는 것이 강조되며, 치료적 독서치료에서는 특정한 문제에 중점을 둔다.<sup>45)</sup>

## 2. 독서치료의 목적

독서치료의 목적은 그 정의만큼이나 다양하다. 하지만, 공통된 것을 찾아보면, 독서치료는 참여자로 하여금 자신을 이해하고 통찰하도록 돕는 것이다. 이것은 독서치료를 꾸준히 연구해 온 Pardeck과 Doll의 글에서 확인할 수 있다.

Baruth와 Burggraf, Griffin과 Pardeck 부부는 독서치료의 주요한 목적으로 다음 6가지를 들고 있다. 첫째, 문제에 대한 정보를 제공하는 것, 둘째, 문제에 관한 통찰을 제공하는 것, 셋째, 문제를 토론하도록 자극하는 것, 넷째, 새로운 가치와 태도에 대해 알리는 것, 다섯째, 유사한 문제를 겪은 사람들이 있음을 알게 하는 것, 여섯째, 문제에 대한 해결책을 제시하는 것이다.<sup>46)</sup>

Doll과 Doll이 정리한 독서치료의 7가지 목적은 다음과 같다. 첫째, 책을 읽은 사람에게 자기자신에 대한 통찰력을 주는 것이다. 둘째, 감정적 카타르시스를 경험하게 하는 것이다. 셋째, 그들이 겪는 일상적인 문제들을 해결하도록 돕는 것이다. 넷째, 다른 사람 앞에서 행동하거나 그들과 상호작용하는 방법을 변화시키는 것이다. 다섯째, 다른 사람과의 관계가 원만하고 만족스럽도록 돕는 것이다. 여섯째, 청소년들이 자신의 동료와 헤어지는 특정한 문제에 직면할 때 좋은 정보자원을 제공하는 것이다. 종종 간과되기도 하는 일곱 번째는 독자들에게 독서의 기쁨을 주는 것이다.<sup>47)</sup>

45) Beth Doll & Carol Doll, *Bibliotherapy with Young People*(Englewood, Colorado : Libraries Unlimited, 1997), p.7.

46) John T. Pardeck & Jean A. Pardeck, *Bibliotherapy- A Clinical Approach for Helping Children*(New York : Gordon & Breach Science, 1993), p.1.

47) Beth Doll & Carol Doll, *op. cit.*, pp.7-9.

### 3. 독서치료의 원리

독서치료에는 동일화, 카타르시스, 통찰 등의 세 가지 작용이 포함된다. 그 세 가지 원리를 간략히 설명하면 다음과 같다.<sup>48)</sup>

#### 1) 동일화(identification)의 원리

동일화는 다른 사람에게 애정을 느껴 자기와 다른 사람을 일체로 생각하도록 하는 자아의 자각 과정으로, 투영과 섭취가 있다. 투영은 자기의 감정, 사고, 성격, 태도를 다른 사람 가운데서 찾아내는 것을 말하며, 섭취는 그 반대로 다른 사람의 감정, 사고, 성격, 태도를 자기 가운데서 찾아내는 것이다.

#### 2) 카타르시스(catharsis)의 원리

카타르시스란 감정 정화로서 치료적인 면에서 볼 때는 대상자의 내면에 쌓여 있는 욕구 불만이나 심리적 갈등을 언어나 행동으로 표출시켜 충동적 정서나 소극적인 감정을 발산시키는 것을 말한다. 독서치료에 있어서는 책 속의 등장인물 혹은 그 내용의 감정, 사고, 성격, 태도에 대한 감상을 문장으로나 말로 표현시키는 소위 감상의 고백을 말한다. 글이나 말로 감상을 표현해 나가는 동안 의식적인 억제나 억압이 점차 약해져 감에 따라 등장 인물에 대한 감상이라고 하는 간접적인 표현이 현실 생활 중의 인물에 대한 감상이라고 하는 직접적인 표현 형태로 바뀌어 나가게 된다.

#### 3) 통찰(insight)의 원리

통찰이란 자기자신이나 자기 문제에 대하여 올바른 객관적인 인식을 체득하는 것으로 카타르시스의 다음에 나타나는 것이다. 독서치료에 있어서의 통찰은 지속적인 치료 과정을 통해 책 속의 인물의 행동을 스스로 깨닫도록 함으로써 자기 자신의 동기 조성이나 욕구를 달성할 수 있는 카타르시스를 동반한 감정적 통찰을 말한다.

위의 독서치료 원리는 대체로 문학자료에 한정된 설명이다. 지금까지 우리나라에서 이루어진 연구의 대부분은 문학자료의 치료적 힘에 대해서만 언급하고 주목하는데 그쳐 매우 제한적인 연구의 한계를 드러내고 있다. 문학자료 이외의 독서자료도 치료적 효과가 있으며, 경우에 따라서는 그 효과가 더 크고 직접적일 수도 있다. 독서치료에 대해 오랫동안 연구해 온 Pardeck은 독서자료를 크게 픽션(fiction book)과 자가치유서(self-help book)로 나누고 있다. 픽션은 문학류의 자료를 말하며, 자가치유서는 비문학류에 속한다.

48) 손정표, 신독서지도방법론(대구 : 태일사, 2001), pp.344-345.

Pardeck에 따르면, 자가치유서들은 문학류의 자료들보다 늦게 개발되었지만, 자가치유서가 실전에서 더욱 뛰어난 역할을 할 수 있을 것이라고 보았다. 자가치유서는 참여자가 문제를 다루는데 있어 고를 수 있는 다양한 선택사항을 제공하는 것으로서 사용되며, 이러한 선택사항들이 치료해야 할 문제를 가지고 있는 참여자에게 그것에 대한 다른 여러 생각이나 대처방법, 행동들을 제공해준다. 또한, 독서치료에 참여하는 치료자에게 체계화된 행동들을 제공하여, 문제를 해결하도록 격려하고, 치료자와의 의사교류를 자극하고, 혹은 자신이 느끼는 감정의 정체를 정확히 알도록 돕는다. 그리고 자가치유서는 자신의 사회적 역할 수행을 촉진하기 위해 사용될 수도 있다. 참여자는 책 속에 기술된 사회적 역할이나 임무를 수행할 수도 있고, 자신의 사회적 지위나 위치에 맞게 행동하도록 고무될 수도 있다.<sup>49)</sup>

Pardeck은 인지-행동적 접근<sup>50)</sup>에 중점을 두는 치료자들은 정신역동적 접근에 중점을 두고 주로 이용하는 문학류 보다 자가치유서를 더 선호한다고 하였다. 다시 말해, 문학류는 정신역동적 접근방법에 따른 치료에 그리고 자가치유서들은 인지-행동적 접근방법에 따른 치료에 훨씬 유용하다는 말이다. 위에서 언급한 동일화, 카타르시스, 통찰의 원리는 정신역동적 접근방법에 따른 치료에 해당한다. 독자는 책 속의 캐릭터(구체적 대상)에 자신을 투영하거나 혹은 캐릭터의 행동과 감정 그리고 이야기 속의 사건들을 자신과 자신의 기억 속에서 발견하게 된다. 이러한 과정을 통해 자신의 무의식 속의 동기나 어린시절의 경험, 혹은 억압하고 있던 분노, 불안, 공격성 등의 정서가 의식화되면서 심리적인 해방감을 느끼게 된다. 이것이 감정의 정화 즉 카타르시스이며, 이로써 자신을 통찰하게 된다. 한편, 인지-행동적 접근방법에 중점을 두는 자가치유서는 다양하지만 구체적 인물과 그들이 엮어 가는 이야기가 없다는 점에서 공통적이다. 독자는 자가치유서를 통해 자신의 부적응 행동이나 부정적 정서의 정체를 파악하게 된다. 또한 그러한 행동이나 정서가 평소 자신의 어떤 잘못된 기대나 비합리적 신념, 가치관 혹은 사회화과정에서 온 것인지 알게 된다. 이러한 인지과정을 통해 자신을 통찰하게 되고 잘못된 기대나 신념들을 합리적으로 수정하게 되는 것이다.

이와 같이 문학류와 자가치유서는 치료원리에 있어서 차이가 있음을 알 수 있다. 하지만 어느 것이 더 치료적 효과가 크다고 단정짓기는 어렵다. 다만 우리나라 선행연구들이 대부분 문학류에 치중해 연구해 온 경향이 있으므로, 앞으로 연구뿐만 아니라 독서치료의 자료를 개발할 때에도 치료효과를 가진 여러 가지 자료들을 제한 없이 개발하는 것이 중

49) John T. Pardeck & Jean A. Pardeck, *op. cit.*, pp.9-10.

50) 인지-행동적 접근은 인간의 행위는 그것에 가해진 외적인 힘에 대한 반응이라고 본다. 부정적 정서 및 부적응 행동들은 기대나 신념과 같은 인지적인 요소들(개인이 살아오면서 학습을 통해 혹은 사회와의 상호작용을 통해 획득한 것들)이 잘못되어 나타나는 반응이라는 것이다. 이와 반대로, 정신역동적 접근에서는 인간의 행위나 생각은 빙산의 일각에 불과하며, 어린시절의 체험에 근거한 무의식적 동기와 욕망의 외적표현에 불과하다고 본다. 그래서, 인간을 이해하기 위해서는 본래의 사람과 분리시킨 숨어있는 심리적 동기(정신역동적 힘)를 이해해야 한다고 믿는다.

요하다고 하겠다.

## VI. 나오며

우리 사회의 정신보건 실태를 접하고 나면 위기를 느끼게 된다. 그것의 배후에 도사리고 있는 마음의 상처와 장애 문제도 마음을 어둡게 한다. 이 현실에 직면하여 아직 만족할만한 정도는 아니지만 정신과의사, 정신보건간호사, 정신보건사회복지사, 심리상담사 등이 치료와 예방을 위해 노력하고 있다. 치료와 예방을 위한 노력은 조금 다른 차원에서 미술치료, 음악치료, 놀이치료, 무용치료, 연극치료와 같은 영역에서도 관련자들이 대안적 활동을 펼치고 있다. 독서치료는 이 대안적 방법 가운데 하나로 자리잡고 있으며, 사서의 개입이 기대되는 무대가 바로 여기라고 할 수 있다.

여러 종류의 도서관 가운데 특히 공공도서관은 지역사회의 정신 영역이 당면한 위기에 대해 전혀 무관심할 수만은 없는 위치에 있다. 지역사회 가운데 뿌리를 내리고 있는 구성요소이기 때문이다. 한편, 공공도서관은 스스로 처해 있는 현실적 조건을 감안하여 이 위기를 자신의 발전을 위한 기회로 삼을 필요도 있어 보인다. 그러므로 이 시점에서 공공도서관이 독서치료를 통해 새롭게 자신의 역할을 규정할 필요가 있다는 생각이 든다. 정신보건 영역에서 역할이 있음을 인식할 필요가 있다는 것이다.

책읽기는 왜 하는가를 생각해 본다. 우선, 좋은 인간이 되기 위하여 책을 읽는다고 할 수 있을 것이다. 이런 맥락에서 사람들은 성인의 말씀을 읽는다. 깨달음의 지식을 쌓는다. 불경, 사서삼경, 성서를 읽는다. 법정, 신영복, 김용옥을 읽는다. 이것을 제1의 독서영역이라고 불러본다. 다음으로 사람들은 능력 있는 인간이 되기 위하여 책을 읽는다. 그래서 정보와 지식을 쌓는다. 학교공부, 대학진학, 석사, 박사, 출세 등과 관련이 있다. 인문과학, 사회과학, 자연과학, 공학 영역의 탐구적 책읽기가 여기에 속한다. 이것을 제2의 독서영역이라고 불러본다. 사람들은 또한 성숙하고 행복한 인간이 되기 위하여 책을 읽는다. 책을 통해 인간을 귀납적으로 이해하고 사람의 심리와 영혼을 이해한다. 아픈 마음을 달래고 상처를 치유하며 장애를 극복한다. 에릭 프롬, 말라기 마틴, 스캇 펙, 리처드 칼슨, 휴 미실다인을 읽는 이유이다. 이것을 제3의 독서영역이라고 불러본다.<sup>51)</sup>

공공도서관은 지금까지 주로 제1, 제2의 독서영역에 관심을 기울여 왔다고 할 수 있다. 교양인과 지식인의 요구에 응하는 데 서비스의 주안점이 있었다. 이와 같은 관련 속에서 제3의 독서영역은 크게 주목받지 못했다. 그것은 지난 시기 매우 제한적으로밖에 개발되어 있지 않았던 관련 분야의 독서자원의 문제와도 관련이 있으며, 무엇보다 우리 사회 전

51) 김정근 칼럼 “제3의 독서영역”, 교수신문, 2002년 4월 29일.

체를 휩쓴 경쟁심리와 성공주의를 주축으로 삼는 근대화 물결의 광폭성파도 연관이 있다. 이를테면 그동안 사람들은 내면의 아픔을 들여다 볼 수 있는 시야가 차단되어 왔다고 할 수 있다.

이제 사람들은 '성숙'과 '행복'에 눈을 뜨고 있다. 사람들은 마음의 상처와 장애에서 벗어나기를 원한다. 동시에 부실한 정신의 문제는 만만치 않은 사회적 비용을 낳는다. 이제 공공도서관이 독서치료를 통한 인간치유의 영역에서 활동을 펼친다면 그것은 우선 지역 사회의 명시적 또는 묵시적 요구에 부응하는 일이 될 것이다. 다음으로 그것은 언제나 위기의 요소를 안고 있는 공공도서관 자신의 생존과 번영을 위한 전략이 될 수 있을 것이다. 결과적으로 그것은 공공도서관이 지역사회의 필수적인 기관으로 우뚝 서는 데 시의적절하게 기여하는 요소로 작용할 수도 있을 것이다.

〈참고 문헌은 각주로 대신함〉