

# 정신보건 문제와 대안적 요법



일러스트 | 신창우

2000년대에 들어와 우리 사회의 정신보건 문제와 관련하여 접하게 된 중요한 자료들이 있다. 그 가운데 하나는 내가 속한 대학 도서관 사서의 도움으로 구하게 된 정신의학 계통의 연구 보고서였다. 타이틀이 <정신질환실태 역학조사>(이충경 외, 2001. 12. 31)로 되어 있었다. 이 보고서는 보건복지부가 2001년 한 해 동안 국립서울정신병원 등 3개 국립 및 시립 정신병원과 서울대의대 등 전국 7개 의대에 의뢰해 전국 규모로는 최초로 성인(20~64세) 남녀 6,114명을 대상으로 정신질환 실태에 대한 역학 조사를 실시한 결과로 나온 것이었다. 제출문에 나타나 있는 연구자와 참여기관을 보니 조사는 신뢰성이 높아보였다. 그런데 나는 300쪽이 넘는 방대한 보고서의 앞부분에 나와 있는 요약문을 먼저 읽어가는 도중에 그만 큰 충격에 휩싸이고 말았다. 내용이 그때까지 나의 상식을 완전히 뒤집는 것이었다. 그 후 접하게 된 어느 매체는 내가 '충격'이라고 말하는 부분을 다음과 같이 전하고 있었다.

일생을 통해 우리 국민 3명 중 1명이 니코틴, 알코올 중독을 포함한 각종 정신질환으로 고통을 받지만 전문치료는 거의 못 받는 것으로 나타났다. (중략) 여기서 니코틴 알코올 중독을 제외하면 지난 한 해 동안 우울증 등 기분장애, 공포증 등 불안장애, 정신분열증 등 정신적 장애 중 한 가지 이상을 앓은 비율은 8.9퍼센트로 이를 전체 국민으로 환산하면 성인 281만 8,506명이 치료를 요하는 정신질환자인 것으로 집계됐다. (중략) 한편 정신질환자로 분류된 조사 대상 중 8.7퍼센트만이 지난 1년간 의사 상담 등 전문적인 치료를 받았다고 밝혀 대부분의 정신질환자들이 방치되고 있는 것으로 나타났다. (문화일보, 2002년 2월 1일)

역학조사에서 드러난 전체 국민의 8.9퍼센트에 해당하는 280만여명은 가정과 사회에 큰 짐이 아닐 수 없었다. 동시에 그 범위에는 미처 들지 않았지만 거기에 육박하는 거리에서 하루하루를 심리적으로 어렵게 견디며 버티고 있는 더 많은 경우의 상처 입은 자와 장애자를 상정할 수 있었다. 그들은 어떻게 할 것인가 역시 문제였다. 매일 매일의 생활 속에서 조금씩 또는 많이 경험하는 마음 아픔과 불편은 그대로 두어도 되는가 하는 문제도 생각해야 했다. 이 보고서가 남기는 여운이자 숙제라고 할 수 있었다.

이와 비슷한 시기에 접하게 된 또 하나의 자료가 있다. 서점에서 집어 들게 된, 당시 잘 나가던 계간지 <당대비평>이 그것이었다. <당대비평>은 2001년 겨울호에서 기존의 경향과는 사뭇 다르게, 또 비슷한 다른 계간지와도 다르게, 우리 사회의 정신장애 문제를 기획물로 다루고 있었다. 과문한 탓인지 모르지만, 전문분야의 학술지나 잡지가 아닌 대중을 위한 계간지에서 '우리 사회가 당면하고 있는 과제'로서 정신장애 문제를 의제로 설정한 것은 획기적이었다. 필진은 의사 두 사람과 정신보건 전문 간호사와 작가 한 사람씩으로 이루어져 있었다. 내용은 우리 사회의 정신장애 문제를 "편견과 차별"의 관점에서 검토하는 것이었다. 앞의 역학조사의 내용을 확인하는 부분도 있었다. 네 편의 글을 다 읽은 후 나는 역시 상식을 뛰어넘는 적나라한 우리 사회 정신보건의 실상 앞에서 충격을 금할 수 없었다.

위의 자료들이 단적으로 증언하듯이 사람들이 고통을 겪는 정신장애의 범위가 매우 넓고 겉으로 드러나게 또는 잠재적으로 돌봄과 치유가 필요한 사회 구성원의 규모가 크다는 점에서 문제는 심

상치 않아 보인다. 물론 이와 같은 문제에 대한 일차적인 책임은 정신의학의 몫이다. 다음으로 정신보건간호학과 정신보건사회복지학이 책임을 분담해 가야 한다. 그러나 이 세 분야의 종사자들이 감당할 수 있는 범위가 얼마나 될까 하는 의문점이 남는다. 돌봄과 치유가 필요한 인구의 규모가 그들의 손이 고루 미치기에는 이미 너무 커져버린 것은 아닌가 하는 느낌이 든다.

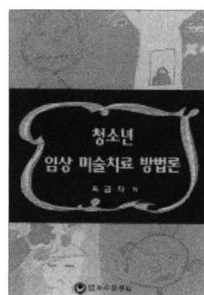
한편 장애의 정도가 경미한 경우, 또는 그것이 어린이 어른 할 것 없이 생애의 발달 과업과 관련이 있는 경우라면 반드시 한정된 수의 전문가들의 손에 의존할 필요는 없지 않을까 하는 생각을 하게 된다. 전통적으로 '온정'에 기초한 상담자들이라고 할 수 있는 어머니, 교사, 사서, 일반 사회복지사, 일반 간호사, 목회자 등이 '온정+기술'에 기초한 상담자로 '재무장'을 하고 나설 수 있다면 역할을 다소 분담해 낼 수 있지 않을까 하는 생각도 든다. 여기서 우리가 보는 전문가의 손이 미처 미치지 못하는 공간, 또는 반드시 전문가의 손이 필요하다고 볼 수 없는 공간이 바로 대안적 요법의 영역이 되는 것이라고 생각한다. 음악치료, 미술치료, 연극치료 등이 일정한 정도의 역할을 가질 수 있는 공간이 이 지점에서 보이는 것이다. 내가 관심을 가지는 독서치료도 마찬가지로 공간에서 역할이 있다고 보는 것이다. 한편, 이들 대안적 접근들이 비중의 면에서 반드시 덜 중요하다고 볼 수 없다는 점을 유념하고 강조할 필요도 있다. 생활 속의 상처를 덜어주고 생애의 발달 과업을 순조롭게 수행해 갈 수 있도록 도움을 준다는 점에서 그렇다는 것이다. 이것은 일상생활에서 자주 사용하는 항생제나 아스피린을 반드시 덜 중요한 의약품이라고 볼 수 없는 것과 같은 맥락이다.

대안요법 계통의 연구자들과 활동가들은 진작 이와 같은 사정과 조건을 심분 이해하고 활용해 온 것 같다. 그것을 기반으로 지금은 입지 확보를 위해 애쓰던 초기의 단계를 지나 도약을 시도하는 '이륙기'에 와 있는 것처럼 보인다. 이것은 해당 분야의 출판물 현황을 들여다보면 대강 알 수 있다. 가령 인터넷서점이나 도서관 목록에 들어가 음악치료나 미술치료를 검색해 보면 각각 30타이틀 전후가 떠오른다. 독서치료는 이보다 조금 뒤쳐져 있다. 10타이틀 전후가 뜬다. 이것은 각 분야에서 이론과 방법에 관한 지식이 축적되어가는 모습을 보여주는 것이다. 한편 한 분야에서 나온 책이 몇 십 타이틀 정도에 이른 상태에서 '발전한 분야'라고 말하기는 어려울 것이다. 따라서 실천적 활동 역시 아직은 미숙할 수밖에 없다. 그래서 나는 우리 사회에서 대안적 요법의 단계를 이제 막 '이륙기'를 통과하고 있다고 보는 것이다.

분야마다 연구의 성과는 지금도 꾸준히 축적되어가고 있다. 이것은 고무적이다. 내가 관련을 갖는 독서치료 분야를 보면 최근 들어서도 새 타이틀을 추가하는 성과를 내고 있다. 《독서치료를 위한 상황별 독서목록 : 성인편》(한윤옥 외 지음, 한국도서관협회)은 도서관을 포함하는 각종 활동 현장에서 독서치료 프로그램의 기획과정에 활용될 수 있도록 하기 위해 예의 선정된 치유서 138권을 초록의 형태로 제시한다. 《문학치료》(변학수 지음, 학지사)는 이 분야에서 드물게 보는 무게감 있는 연구서다. 다른 분야도 마찬가지이다. 《음악치료의 이해와 적용》(정현주 지음, 이대출판부)은 요새 새로 나온 책이다. 《청소년 임상 미술치료 방법론》(옥금자 지음, 하나의학사) 역시 신간 출판물이다. 이들을 포함하는 관련 출판물은 대안적 요법 영역에서 도약을 위한 든든한 기반이 되어줄 것이다. **출판**



《문학치료》  
변학수 지음 학지사 236쪽 값 15,000원



《청소년 임상 미술치료 방법론》  
옥금자 지음 하나의학사 364쪽 값 16,000원

#### 이 글을 쓴 김정근은

도미니칸대학교, 컬럼비아대학교, 토론토대학교에서 문헌정보학과 교육학을 전공, 박사 학위를 받았다. 현재, 부산대학교 문헌정보학과 교수이며 '책읽기를 통한 정신치료 연구실'의 지도교수로 있다. 주요 논문과 칼럼으로 《지역사회 정신보건 문제와 독서치료》 《스캇 펙을 아십니까》 《치유서란 무엇인가》 《치료사는 누구인가》 등이 있다.