

# 호스피스와 미술요법

박 성 은

서울여자대학교 특수치료전문대학원 석사졸업  
샘안양병원 호스피스 병동 미술치료사

미술은 ‘인간의 가장 오래된 치료의 하나’이다 고대 미술의 상징적인 표현은 중요한 치료의식의 한 부분이었으며 회화나 조각 같은 시각예술은 인류의 집단적 역사와 생각, 감정, 꿈, 염원들을 전달하기 위한 강력하고 효과적인 의사소통 양식으로 사용되어왔다 이러한 미술의 치유성은 현대에 이르러 심리적, 인 안정감을 주고 신체의 질병을 치유하는데 상징적으로 사용하게 되었다

미술치료는 개인의 성장과 통찰, 변화를 위해 미술의 비언어적인 언어를 사용하는 방법으로, 생각, 감정, 지각 같은 우리의 내면세계를 외부의 현실세계 및 인생경험과 연결시킨다 또한 미술치료는 자기표현을 통해 삶의 질을 향상시키고 자신에 대한 이해를 갖게 한다

미술치료는 소아, 아동, 청소년, 성인, 노인에 이르기까지 다양한 대상에 폭넓게 활용되고 있으며, 치료적 또는 예방적 차원의 접근으로 이루어지고 있다

최근 들어 대체의학에 대한 관심으로 미술, 음악, 무용 등 예술 치료에 대한 인식이 늘어나고 있다 예술의 창조적인 활동을 통한 치유는 몸과 마음에 직접적인 영향을 준다

적극적 함참치료가 종료된 상황에 놓인 호스피스 환자들에게 있어 예술치료의 접근방법은 환자의 남은 삶을 보다 효과적으로 돌볼 수 있는 하나의 방법으로 제안될 수 있다 암의 발생과 오랜 입원으로 인해 신체적 무력감을 호소하고 있는 환자들에게 미술치료는 신체적, 심리적 지지의 역할을 해준다

다음은 호스피스에서 미술치료를 활용하기 위한 방안으로 미

술치료에 대한 기본적인 이해와 임상 환경에서의 미술치료의 역할에 대해 살펴보기로 하겠다

## 미술치료의 정의

‘미술(art)’ 과 ‘치료(therapy)’ 라는 두 영역의 만남으로 미술치료(art therapy)는 이루어진다 ‘미술(art)’ 은 인류의 역사와 더불어 시작되어 문화, 사회, 인격의 발달과정을 나타내며 인간의 삶과 밀접한 관계를 갖는다 ‘치료(therapy)’ 는 환자의 병을 치료하거나 악화시키는 것을 목적으로 하며 진단과 환자의 상태를 기초로 하는 임상적 관점으로 의학적 기준과 심리학적 기준으로 나뉘어 진다

미술치료는 크게 두 가지의 관점으로 살펴볼 수 있는데, 하나는 “치료로서의 미술”이 있고, 다른 하나는 “미술심리치료”가 있다 먼저 “치료로서의 미술”은 미술 활동의 창작과정 가운데 치유력이 내재되어 있다는 관점으로 창조적인 작업과 과정을 중요시한다 이것은 미술활동이 상상력과 자발성으로 자신을 표현하도록 기회를 주며, 감정적 보상, 성취감 등 개인적인 변화를 일으키는 경험이 되게 한다 다음으로 “미술심리치료”는 미술이 상징적인 의사소통의 도구가 되어 작품에서 내담자의 갈등이나 감정을 살펴보고, 주제를 전달하는데 효과적인 방법으로 보는 것이다 이것은 심리치료 접근으로 미술작업을 통해 새로운 이해와 직관을 갖게 하고 문제를 해결하는데 도움을 준다 병으로 입원한 환자들을 대상으로 미술치료를 하는데 있어서 위의 두 가지 관점은 유용하게 사용된다

환자의 작업 과정을 있는 그대로 바라보고 그 안에 내재된 치유력을 인정하는 것과 동시에 환자가 그림을 통해 나타내고자 하는 감정이나 상태 등을 면밀히 관찰하는 것 모두 중요하다

**미술치료의 흐름**

미술이 지닌 치료적 힘은 오래 전부터 널리 알려져 왔으나 임상 차원의 치료 접근으로서 미술을 인식하게 된 것은 그리 오래되지 않았다

19세기 후반 산업화의 발전으로 노동과 생산형태가 변하면서 개인의 생활양상이 변화되고 그로 인해 인간성 변질 등 사회적 문제가 드러나면서 미술치료의 필요성이 대두되었다 또 20세기 정신분석학이 나타나면서 화가들은 상징과 무의식적인 이미지에 대해 관심을 갖게 되었고 정신과 의사들은 투사적 검사를 발전시키게 되었다 정신과 의사였던 Hans Prinzhorn은 정신질환자들의 그림을 수집하면서, 인류의 기본적인 욕구로 시각적 형태로 사고를 조직하고 상징화하려는 경향이 있으며 미술은 자기표현과 의사소통의 수단으로 심리적 안정과 통합을 이루는 자연스러운 방법이라고 하였다

이러한 미술치료는 미술작업의 과정을 통해 성장과 변화, 재할의 가능성을 발견하는 것으로 창작과정의 치료적 잠재성과 무의식이 재현된 이미지에 대한 사람들의 관심이 높아지면서 미술치료라는 새로운 영역이 열리게 되었다

20세기 중반 미국과 유럽에서는 예술을 사용하는 새로운 치료법에 관심이 늘어나면서 다양한 예술 활동을 통해 환자의 재활을 돕고 치료하는 방법이 시작되었다 여러 곳의 종합병원과 재활센터에서는 회화뿐 아니라 음악, 동작, 말하기 요법과 창조적 글쓰기 등 다양한 예술 활동이 시도되었다 이것은 예술이 환자의 경험과 개념, 사고, 감정을 이해할 수 있도록 돕고, 환자와 동일시되어 있기 때문에 환자를 이해하는 도움을 주었다

처음으로 호스피스에서 미술치료가 시작된 것은 1940년대 영국의 병원에서 신체 또는 말기 질환을 가진 환자들을 대상으로 몇몇의 예술가들이 작업 도구로 미술을 시작한 것에서 비롯된다

Adnan Hill이라는 예술가는 자신이 결핵에 걸렸다가 회복되었는데 치료과정 중 자신의 미술작업이 회복에 도움을 주었음을 인식하고 자신과 비슷한 환자들과 함께 미술 활동을 진행하기도 하였다 이것을 계기로 호스피스에서의 미술치료의 영역이 발전되었고 영국 내 여러 병원과 요양소에서 환자들에게 미술치료가 시행되었다

미국에서는 의학적 치료를 보충하거나 건강을 유지하기 위해 대체 혹은 보조치료의 형태를 사용하고 있는데 최근 건강관리 분야에 대한 대체 혹은 보조의학의 영향으로 미술치료에 대한 관심이 높아지고 있다

대체적, 보조적 접근의 마음 신체 개입(mind-body intervention)에는 명상, 정신적 상상, 최면, 바이오피드백, 기도, 지지집단 등이 있으며 심리치료는 신체적 건강과 관련을 맺고 사람들의 감정적, 정신적 건강을 다룬다는 점에서 마음 신체적 개입이라고 할 수 있다

이러한 치료는 사람들로 하여금 새로운 방법으로 자신의 병을 표현하고 경험하도록 도와준다 또한 환자들에게는 병이 아직 그대로임에도 불구하고 심리적 혹은 정신적인 안정감을 갖도록 해주기 때문에 ‘완쾌’의 의미보다는 ‘상처가 아문’ 느낌을 주기도 한다

이처럼 미술치료는 마음, 신체, 정신과 깊은 관련을 맺고 있으며 미술활동은 이 세 가지 영역에 연관되어 문제에 직면하게 하고 문제를 표현하고 발견할 수 있도록 도와준다

**미술치료의 목표**

(5C based on Luzzatto and Gabnel 1998)

1) Creativity (창조성)

미술치료는 개인의 창조적인 생각과 경험을 미술재료로 표현하게 하여 심리화적인 움직임이 가능하도록 돕는다

이러한 작업 과정은 한 개인이 존재하는 물질적이고 사회적인 세계와 관계를 맺게 해준다

창조성이란 말 속에는 창조적 활동을 통해 개인이 다른 새로운 존재로 변화 할 수 있다는 것을 의미한다

일던 것에서 모르는 어떤 것을 만들어낼 때 흔히 모험하는 것 같은 불안은 느끼게 되는데 이러한 불안에 꾸준히 노출시키는 것이 창조성의 혁신적인 부분이며 이 과정에 치료사의 지지가 필요하다 미술치료는 미술 작업의 결과를 뿐만 아니라 창조적 과정을 중요하게 생각한다

병원에서 다양한 예술 활동이 환자의 창조성을 증대시키지만 미술치료는 창조성의 장애물을 고려하고 감정적, 정신적 수준의 도움을 제공하는 면에서 다른 예술의 관점과는 다르다

### 2) Control (조절)

미술치료는 자유롭게 미술재료를 사용하면서 재료들을 능숙하게 다루고 조절할 수 있는 능력을 개발시켜준다 여러 가지 재료를 사용하여 누르고, 찢고, 긁고, 붙이고 또는 부드럽게 다루며 그들의 경험을 상징적으로 표현하여 나타낸다 삶의 어려움을 겪고 있는 이들에게 미술재료의 사용은 상징적인 방법으로 자신의 선택과 조절을 연습하거나 경험할 수 있게 한다

### 3) Communication (소통)

미술치료는 미술재료의 작업 과정과 결과물인 이미지 또 환자의 설명 등을 통해 소통의 의미를 찾게 된다 신체적, 심리적, 감정적 어려움이 있는 환자들은 언어적 소통에 어려움을 갖기도 하는데 미술치료는 비언어적인 방법으로써 환자에게 위협을 주지 않으며 의사소통할 수 있는 기회를 준다

미술작업은 형태, 색, 상징을 통해 병에 대한 이해와 감정을 표현하게 하고 미술치료사는 작업을 통해 환자의 생각이나 욕구에 대해 나눌 수 있다

### 4) Catharsis (정화)

카타르시스 미술 재료로 강한 감정을 표현하는 과정에 일어나는 것으로 내면의 강렬한 감정들은 미술 재료로 표현되고 해소된다 환자들은 '위험한' 감정을 해소하기 위해 페인트, 클레이 같은 재료와 다양한 색으로 몸을 연상하여 표현하기도 하고, 또 사회적으로 받아들여지는 방법으로 자신의 감정을 전달하기도 한다

### 5) Change (변화)

미술치료는 환자에게 경험할 수 있게 하고 변화할 수 있는 기회를 주며, 그들의 삶에 유용한 효과를 가져다준다 미술치료는 삶의 한 부분에서 피할 수 없는 변화에 대항하게 되면서 환자의 인격을 바꾸며 강화시키고 통합시켜준다

### 의료적 지원으로서 미술치료의 역할

최근 들어 병원 임상장면에서의 미술치료에 대한 관심이 늘어나고 있으며 의료적 지원의 하나로 미술치료의 역할에 대하여 살펴보면 다음과 같다 첫째, 환자들은 심각한 신체의 질병에 대한 생각이나 걱정, 두려움 등을 표현하지 못한 채 고립되어 있는데 다른 사람을 신뢰하며 마음을 여는 것은 심리적으로 유익이 된다 미술치료는 환자의 심리적 개방을 도와준다

둘째, 환자들은 의학적인 치료에 의존되어 그들의 몸을 통제하는 것에 실패를 경험하게 되면서 환자의 자아강도와 자율성은 낮아지게 된다 미술작업은 환자들에게 재료 선택의 자유를 주고, 원하는 것을 창조할 수 있게 해줌으로써 환자들에게 일을 통제하는 능력과 숙달된 느낌을 주고 '잃어버린' 자율성을 회복하게 해준다 환자들은 미술 표현을 통해 자아강도를 높이고 자율적으로 통제할 수 있는 힘을 얻는다

셋째, 미술은 의식적인 수준과 몸의 생리적인 변화를 연결해 주며 이것의 해석은 환자의 신체 상태에 관해 알려주기도 한다 또 미술작업은 두려움, 고립, 우울의 감정뿐만 아니라 통증과 같은 신체의 고통을 경감시키고 벗어나도록 도와준다

넷째, 미술 표현은 환자들로 하여금 새로운 삶의 의미를 발견하고 변화되도록 도우며 병 이후의 정체성에 대해서도 새롭게 창조하는 등 개인의 내적인 성장과 변화를 격려한다

### 호스피스 환자들이 겪는 문제들

#### 1) 심리적 고립감

암 환자들은 혼자 병실에서 지내는 시간이 많기 때문에 고독과 고립감을 호소하는 경우가 많다 또 자신의 죽음을 받아들이는 것이 어려워 가까운 가족에게도 자신의 감정을 터놓지 못하니 누군가 곁에서 자신의 이야기를 들어 줄 사람을 원한다

## 2) 죽음 불안

죽는다는 것은 누구에게나 필연적인 과정이지만, 사람들은 죽을 자체를 회피하고 싶어 할 뿐만 아니라 평상시에는 죽음이라는 것을 잘 인식하지 못한다 이런 상태에서 죽음이 현실로 다가왔을 때는 그 자체를 받아들이기 어려워 많은 고통을 겪는다 '죽음불안(Death Anxiety)'은 넓은 의미로 죽음에 대한 공포이고 좁은 의미로 존재의 정지와 죽어가는 과정에서 오는 두려움을 나타낸다

## 3) 통증

통증은 임종을 앞둔 암 환자들이 호소하는 가장 심각한 문제이다 암 환자의 통증조절의 목표는 환자가 전혀 통증을 느끼지 않게 통증의 재발을 방지하며 통증으로 인해 유발되는 부작용을 줄여줌으로써 환자가 살아있는 동안 고통스럽지 않으며 삶의 질을 높여주는데 있다 심리 사회적 증상은 환자 본인이 통제 조절할 수 있는 중재방법으로 환자가 선택하고 시도하는 과정에서 자기 통제감, 자기 효능성이 증진되며 환자의 생각이나 정서, 사회적 관계를 변화시켜 통증에 대한 민감성을 낮추고 통증반응을 경감시킨다

## 4) 영적 문제

죽음을 맞게 된 말기 환자들에게 죽음과 사후에 대한 영적 요구는 매우 중요하다 인간은 본질적으로 영적인 존재이므로 질병 중에 영적 요구는 점차 강화되기도 한다

말기 암 환자들이 갖는 영적요구에는 삶의 의미와 목적을 갈망하는 요구, 사랑과 관심의 요구, 용서 받고 싶은 요구, 창의성의 요구 등이 있다 삶을 돌아보며 삶의 의미와 목적을 깨닫고 절대자나 의미 있는 타인의 용서를 받으며 남은 기간동안 신과 가족, 친지, 친구들의 사랑을 간절히 원하는 것을 볼 수 있다

## 호스피스와 미술치료

오랜 질병으로 입원 중이거나 심각한 병으로 생명에 위협을 받고 있는 환자들에게 미술치료는 심리적 지지와 안정감을 경험하게 한다

병으로 인해 생기는 심리적인 문제와 신체의 변화, 통증 반응

은 말기 암 환자들이 겪는 어려움으로 미술치료를 통해 접근할 수 있는 통로가 되기도 한다

생명을 잃어가는 환자들에게 미술치료의 유익은 광범위하다 미술치료는 환자들에게 진단 결과에 적응하는 기회를 주고 병에 대한 관점에 변화를 준다 이 시기 환자들은 머리카락 손실, 체중감소, 피부병변으로 인한 손상 등을 경험하게 되는데 이것은 환자의 body image에 큰 영향을 준다

환자들은 미술재료를 탐색하고 자신의 감정, 생각 등을 표현하는 동안 새로운 발견을 하게 되는데 환자들은 병으로 인한 몸의 변화를 인식하고 건강이 악화될까 걱정하기도 하며 이전에 인식하지 못했던 것을 미술로 표현하게 하기도 한다

이때 미술작업은 의사소통의 수단으로 또 지지의 역할로 사용된다 많은 입원 환자들은 입원과 동시에 수동적인 위치에 처하게 되어 신체적인 독립성에 대한 통제력을 잃게 된다

이러한 상황에서 미술 작업은 재료, 양식, 주제 등을 선택할 수 있게 하기도 하고 색이나 선, 모양, 질감 등 자유롭게 선택하여 표현할 수 있도록 하여 환자로 하여금 자신의 삶을 통제할 수 있는 기회를 마련해 준다

또 심리적 고립감을 느끼는 환자들에게는 불확실하고 부정적인 느낌을 주는 병과 싸울 수 있는 기회를 주어 자율성과 확신을 얻게 하는데 도움을 주기도 한다

특히 말기 암 환자들은 극심한 통증의 고통을 노출되어 있는데 이러한 통증은 정신적으로 어려움을 겪게 한다 흔히 감정적인 고통이 커질수록 신체적인 고통 또한 심해진다고 한다

말기 암 환자의 경우 정서적, 영성적, 사회적 문제점이 표출되어지면 통증은 감소되어지고 환자 스스로 창조적인 작업에 몰두할 때 통증 에너지는 창조적 에너지로 전환되어 통증이 경감된다

미술치료는 부정적 감정과 분노를 해소함으로써 심리적 회복을 돕는다 미술치료를 통해 건강에 대한 인식이 증가되면서 통증경감과 증상완화에 도움을 준다

이러한 미술치료는 미술작업을 통해 몸과 마음에 관한 의식적 또는 무의식적 메시지를 전달하게 하고 심각한 질병과 싸우는 사람들에게 몸을 약하게 하는 증상들과 대결할 수 있게 한다

또 작업을 통해 자신의 감정의 내용과 신체적 증상을 밝히는 데 도움을 주며 의학적 치료에 보다 능동적으로 참여할 수 있도록 도와준다

**호스피스 미술치료가 주는 유익**

호스피스 환자들을 대상으로 하는 미술치료의 유익에 대해 크게 4개의 영역으로 나누어 살펴보면

1) 신체적 영역

- 자발성, 능동성
- 자기 조절감, 통제감 경험
- 통증 완화
- 건강성(well-being) 추구

2) 정서적 영역

- 자기표현의 촉진
- 억눌려진 감정의 분출
- 정서적 이완
- 지지, 격려, 희망을 경험
- 타인과의 관계에 영향
- 삶의 질에 영향

3) 인지적 영역

- 자기 인식 증가
- 의사소통의 수단
- 긍정적인 해결방안 모색

4) 영적 영역

- 창조적 욕구
- 내적 통합의 욕구
- 의미 발견

**호스피스 미술치료의 대상**

호스피스 미술치료는 다양한 대상에 대한 접근이 필요한 분야이다 호스피스 미술치료의 대상으로는 현재 말기 암 진단을 받은 환자 및 가족 개개인을 대상으로 하는 개인미술치료와 환자와 가족이 함께 할 수 있는 가족미술치료가 있고 사별 후

가족지지 모임에서의 집단미술치료가 있으며 호스피스 환자들을 돌보는 의료진 및 자원봉사자의 소진을 예방하기 위한 워크샵 형태의 프로그램 등이 진행될 수 있다 다양한 대상에 대한 호스피스 미술치료의 역할의 필요성이 대두되고 있으나 현재 호스피스 환자들을 대상으로 하는 미술치료는 거의 미흡한 실정이다 앞으로 다양한 대상에 관한 접근이 이루어져야 할 것이다

**결론**

현대의학이 발달하고 사회, 경제적 수준이 향상되면서 이전의 많은 질병들은 극복되어 가고 있으나 만성질환이나 말기 환자의 수는 점점 증가하고 있다

최근 우리나라의 암 치료 수준은 크게 향상되었음에도 불구하고 환자와 가족의 고통을 전인적으로 돌보아 주는 케어(care) 체계는 부족한 실정이다 호스피스 완화의료는 죽음을 삶의 일부이자 자연스러운 현상의 하나로 이해하도록 돕고, 말기 환자의 통증 및 증상 완화, 부적절한 임종 연장의 회피, 환자의 자율성 존중, 가족과의 관계 강화, 심리 사회적 지지, 영적, 존재적 신념 등 인생의 마지막에 중요한 요소들을 강조하며 이에 관한 서비스를 제공한다

미술치료는 병으로 인해 신체적, 심리적 어려움을 겪고 있는 말기 환자들에게 자신의 생각이나 감정을 자유롭게 표현할 수 있도록 도움으로써 병으로 인한 무기력감과 부정적 감정을 해소할 수 있는 기회를 마련해 준다 또 심리적 고통이 신체의 통증에 영향을 주며 심리적 갈등이 해소됨으로써 통증이 완화되는 경험을 하게 한다 환자들은 이러한 미술작업을 통해 자신의 지난 삶을 돌아보고 정리하는 기회를 갖기도 한다 더불어 환자의 신체, 정신, 사회적 측면 등 포괄적인 심리적 개입으로 말기 환자들의 삶의 질에 영향을 준다

또한 미술치료는 말기 환자와 가족들을 케어 하는데 도움이 될 뿐만 아니라 의료진, 사회복지사, 자원봉사자 등 호스피스를 담당하는 사람들의 케어를 위해 사용되기도 한다 최근 미술치료는 다양한 대상에 대한 치료적인 접근으로 관심의 폭이 넓어지고 있다

그러나 이에 비해 호스피스 미술치료는 앞으로 개발되어야 할 것이 많이 남아 있는 새로운 영역이다 앞으로 호스피스 미술 치료의 새로운 가능성과 지속적인 관심을 기대하며 본 고를 맺고자 한다

#### 참고문헌

- 박성은(2007) 말기 암 환자의 미술 치료 체험연구 서울여자대학교 특수치료전문대학원 석사학위논문
- 윤매옥(2004) 말기 암 환자를 위한 영적간호 프로그램 개발 및 효과 기독교를 중심으로 계명대학교 간호학과 박사학위 논문
- 정여주(2003) 미술치료의 이해 이론과 실제 서울 학지사
- 통계청(2005) 2005년 사망 원인 통계 자료
- Barbara, G (2005) 노부자 김미형 김옥경 석미진 역 Art and Healing 몸과 마음을 살리는 미술치료 서울 예경
- Jung, C G (1964) 이윤기 역 인간과 상징 서울 열린책들
- Kuhl, D (2002) 권복규 홍석영 역 웰다잉 Well-Dying 인생의 끝에서 만나는 지혜 서울 바다출판사
- Malchiodi, C A (2000) 최재영 김진연 역 미술치료 서울 조형교육
- Malchiodi, C A (1999) Medical Art Therapy with Adults London Jessica Kingsley Publishers Ltd
- Mandy, P and Michele, J M (1998) Art therapy in Palliative Care