

서예 활동에서 인식된 주관적 경험 분석

조규남*, 박순권**

전주대학교 대체의학대학원 대체의학과*, 전주대학교 의과대학 대체의학전공**

Analysis of Subjective Experiences Perceived in Calligraphic Practice

Gyu-Nam Cho*, Soon-Kwon Park**

Dept. of Alternative Medicine, Graduate School of Alternative Medicine, Jeonju University*

Major in Alternative Medicine, College of Medical Sciences, Jeonju University**

요약 본 연구는 서예 활동에서 인식된 주관적 경험을 분석하여 서예치료 프로그램의 효과를 검증할 평가 도구 개발을 위한 기초 자료를 제공하기 위해 수행되었다. 서예활동을 하고 있는 150명을 대상으로 개방형 질문지에 서예의 심리적 및 신체적 장, 단점을 최대 3가지씩 적게 하였다. 수집된 자료를 의미에 따라 범주화하였고, 각 범주별로 빈도 분석을 실시하였다. 심리적 장점 435개 항목은 10개의 범주, 단점 129개의 항목은 6개의 범주, 신체적 장점 302개의 항목은 9개의 범주, 단점 150개의 항목은 7개의 범주로 나뉘었다. 서예에 대한 주관적 경험은 융복합적 관점(정신 건강, 신체 건강, 그리고 인성 교육)에서 해석되었다. 본 연구의 결과를 바탕으로 추후 연구에서 서예의 특성을 제대로 반영하는 구조화된 평가 도구를 개발한다면 서예치료의 활성화에 크게 기여할 것이다.

주제어 : 서예, 심리적 장점/단점, 신체적 장점/단점, 서예치료 프로그램, 융복합적 해석

Abstract The survey is designed to provide fundamental data for assessing effects of calligraphy therapy program. An opened questionnaire asking psychological and physical experiences (3 advantages and 3 disadvantages) was given to 150 persons practicing calligraphy. Collected data were categorized into 10 psychological advantages (435 items), 6 psychological disadvantages (129 items), 9 physical advantages (302 items), and 7 physical disadvantages (150 items). Those subjective experiences were multidisciplinary interpreted in terms of the mental and physical health and the humanistic education. A new structured assessing tool which will be developed based on the findings from the study may contribute in activating the calligraphy therapy program.

Key Words : Calligraphy, Psychological advantage and disadvantage, Physical advantage and disadvantage, Calligraphy therapy program, Multidisciplinary interpretation

1. 서론

글쓰기는 기본적으로 의사를 전달하는 수단이지만 오랜 역사를 지닌 동북아시아 문화권의 서예는 의사전달

의 수단을 넘어 고유한 예술 영역으로 자리매김하였다. 또한 서예는 단순한 글쓰기나 예술에 머물지 않고 글쓰는 사람의 몸과 마음을 수양하는 수단, 즉 수신성(修身性)을 가진 덕목으로 인식되었다[1].

Received 2 July 2016, Revised 2 August 2016
Accepted 20 August 2016, Published 28 August 2016
Corresponding Author: Soon-Kwon Park (Jeonju University)
Email: sopark@jj.ac.kr

© The Society of Digital Policy & Management. All rights reserved. This is an open-access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution Non-Commercial License (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/3.0>), which permits unrestricted non-commercial use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

ISSN: 1738-1916

서예에 사용되는 필기도구와 글을 쓰는 자세의 특성 때문에 서예의 결과물인 글씨에는 그 사람의 마음가짐이 잘 드러난다. 예컨대, 먹물을 머금은 부드러운 붓을 사용한 운필, 즉 팔을 공중에 든 상태에서 규정된 필획을 구사하여 글씨를 쓰는 행위가 원활하게 이루어지기 위해서는 고도의 정신 집중과 심리운동적 협응이 요구되기 때문에 옛사람들은 글씨의 형태와 필획 하나하나에 그 사람의 마음이 반영된다는 생각을 하였으며[2], 필획과 성격의 관련시킨 연구는 서양에서도 찾아볼 수 있다[3]. 심리치료의 한 영역으로 발달한 다른 표현예술치료[4]와는 달리 서예치료는 서예가 지닌 고유한 특성을 파악한 고상인 박사(홍콩대학)에 의해 새로운 심신요법으로 제안되었고[5], 많은 연구자들이 다양한 치료 목적으로 서예를 활용하려는 시도를 하였다[6, 7]. 서예 활동의 신체적, 심리적 영향을 알아보기 위한 많은 연구들이 수행되어 서예가 심신의학적 중재기법으로 사용될 수 있는 가능성이 확인되었으며[8, 9], 단순한 서예 활동이 아니라 서예를 활용한 치료프로그램들이 개발되어 다양한 조건의 사람들에게 적용되고 있다[10, 11].

서예를 활용하는 여러 종류의 심신의학적 중재기법들이 개발되었으나, 효과 검증에 사용된 생리학적 및 심리학적 도구들은 이전에 다른 예술치료기법이나 심리학적 중재기법들에서 사용한 것들이다. 서예 활동에 내포된 심리적, 신체적 특성을 제대로 반영할 수 있는 평가 도구를 사용한다면 서예를 활용한 치료 프로그램의 효과를 더 효과적으로 측정할 수 있을 것이다. 이에 본 연구에서는 서예 활동에 수반되는 신체적 및 심리적 경험에 관한 자료를 수집하여 다각도로 분석함으로써 서예치료 프로그램의 효과를 융복합적으로 평가할 수 있는 평가 도구 개발에 도움을 주고자 한다.

2. 방법

2.1 연구 대상

본 연구의 참가자는 수도권 4개 서예교습소에 등록된 회원과 서울 및 전북지역의 대학에서 서예 활동을 하는 학생 150명이었다. 남성은 66명(44%), 여성은 84명(56%)이었고, 연령은 30세 이하가 94명(62.7%), 31세 이상이 56명(37.3%)이었다. 서예 경력은 1년 미만이 46명

(30.6%), 1~5년이 41명(27.4%), 그리고 5년 이상이 63명(42%)이었다. 모든 참가자들은 연구 목적과 내용에 대한 설명을 듣고 자발적으로 참여에 동의하였다.

2.2 자료 수집 및 항목 분류

본 연구에 사용된 도구는 개방형 질문지였다. 참가자로 하여금 서예를 하면서 느낀 심리적 및 신체적 장점과 단점을 최대 3가지씩 적도록 하였다. 최대 12가지를 모두 보고한 사람도 있었지만 일부 항목을 적지 않은 경우도 있었다. 심리적 장점과 단점으로 각기 435개와 129개의 항목이 수집되었고, 신체적 측면에서는 302개의 장점과 150개의 단점이 수집되었다.

수집된 항목을 의미에 따라 분류하여 범주화하였다. 심리적 장점과 단점은 각기 10개와 6개의 범주로 구분되었고, 신체적 장점과 단점은 각기 9개와 7개로 범주화되었다. 본 조사에서는 비구조화된 질문이 사용되어 보고된 항목의 수와 내용이 개인에 따라 서로 달랐기 때문에 성별, 연령별, 그리고 서예 경력별로 경험의 차이를 추리통계학적으로 비교할 수 없어서 빈도 분석만 실시하였다.

3. 결과

서예 활동에서 각 개인이 느낀 심리적, 신체적 경험을 장점과 단점으로 나누어 빈도 분석한 결과는 다음과 같다.

3.1 심리적 장점

서예 활동에서 인식된 심리적 장점으로 지각된 435개의 항목이 10개의 범주로 분류되었다. 전체적으로 집중력(95개, 21.89%)과 안정감(89개, 20.5%)이 향상된다는 항목이 가장 높게 나타나 거의 42%를 차지하였다. 그 다음이 인내심(39개, 9.0%)이었고, 정화감(33개, 7.6%), 정신 수양(30개, 6.9%), 교양 함양(29개, 6.7%)이 비슷한 빈도로 나타났다. 성취감(20개, 4.6%), 미적 감각(17개, 3.9%), 친목 도모(16개, 3.7%) 등이 그 다음이었고, 기타 범주(67개, 15.4%)에는 칭찬 받음, 판단력 및 관찰력 향상, 신중함, 조심성 등 20여개의 저빈도 항목들이 포함되었다.

서예 활동을 통해 느낀 심리적 장점에 있어서는 남, 여

간에 뚜렷한 차이가 관찰되지 않았다. 그러나 30세를 경계로 구분한 나이에 따라서는 일부 범주에서 경험의 차이가 있는 것으로 나타났다. 안정감(23.7% : 15.2%)과 인내심(12.6% : 3.0%) 향상에서는 30세 이하에서 빈도가 더 높았던 반면, 교양 함양(3.7% : 11.5%)과 정신 수양(4.4% : 10.9%)에서는 30세 이상에서 빈도가 더 높았다. 서예 경력에 따라서는 경험의 차이가 있는 것으로 보인다. 경력을 1년 미만, 1~5년, 그리고 5년 이상으로 구분하여 살펴보면 인내심 향상(12.1% : 10.7% : 5.5%)과 정화감(11.4% : 4.9% : 6.6%)을 경험한 비율은 초보자 집단에서 가장 높았으나, 미적 감각(0.8% : 4.9% : 5.5%) 및 교양 함양(3.0% : 9.0% : 7.7%), 그리고 정신 수양(5.3% : 4.9% : 9.4%)의 경우는 초보자 집단에서 빈도가 상대적으로 낮았다.

3.2 심리적 단점

서예에서 경험한 심리적 단점 129개의 항목이 6개로 범주화되었고, 그 중에서 빈도가 가장 높았던 것은 부담감 및 스트레스였고(54개, 41.8%), 뒤를 이어 학습의 어려움(26개, 20.2%), 지루함(14개, 10.8%), 준비의 성가심(8개, 6.3%)의 순서였다. 기타 범주(21개, 16.3%)에는 과욕, 조급성, 실망감 등 18가지의 항목이 포함되었다.

여성이 남성에 비해 서예 활동에서 지루함(남 3.8% : 여 15.5%)을 더 많이 보고하였으나 다른 범주에서는 성차가 나타나지 않았다. 서예를 하는 것에 대한 부담감 및 스트레스는 30세 이하의 사람들이 더 많이 보고하였고(46.9% : 25.8%), 학습의 어려움(15.3% : 35.5%)과 준비의 성가심(5.1% : 9.7%)은 30세 이상의 사람들이 더 많이 느낀 것으로 나타났다. 서예 경력에 따라서는 지각되는 경험이 달랐다. 서예 활동에 대한 부담감과 스트레스는 1년 이하와 1~5년 경력자들보다 5년 이상의 경력자들이 적게 느꼈으나(46.9% : 40.9% : 25.0%), 학습의 어려움은 경력이 쌓이면서 더 많은 사람들이 경험하였다(15.7% : 18.2% : 37.5%). 이에 반해 지루함을 보고한 비율은 1~5년 경력자들에서 가장 높았다(9.6% : 22.7% : 4.2%).

3.3 신체적 장점

서예 활동에서 보고된 신체적 장점 302개의 항목은 9개의 범주로 묶였고, 그 중에서 자세교정(91개, 30.1%)이 가장 많았고, 근력강화(45개, 14.9%)와 건강유지(43개,

14.2%)가 유사한 수준을 보여주었다. 운동감각 향상(32개, 10.6%), 호흡훈련(27개, 8.9%), 유연성 증진(17개, 5.6%), 도구 사용 기능(12개, 4.0%) 및 지구력 향상(11개, 3.6%)이 뒤를 이었다. 습관화와 활동성 등을 포함하는 8가지의 저빈도 항목들이 기타 범주(24개, 7.9%)에 포함되었다.

신체적 장점을 성별에 따라 살펴본 결과 두 가지 범주에서 성차가 발견되었다. 자세교정 효과가 있다는 보고는 남성(23.6%)보다 여성(34.9%)에서 높은 반면, 건강유지에 도움이 된다는 보고는 여성(8.6%)보다 남성(22.0%)에서 높았다. 30세 이하의 사람들에서 빈도가 높았던 항목은 자세교정(34.8% : 19.6%)과 운동감각(12.4% : 6.5%)이었고, 30세 이상의 사람들에서 빈도가 높았던 것은 건강유지(7.2% : 30.5%)였다. 서예 경력(1년 미만 : 1~5년 : 5년 이상)에 따른 경험의 차이도 발견되었다. 자세교정(35.2% : 32.2% : 23.4%)과 유연성(9.3% : 5.7% : 1.9%)은 5년 미만의 경력자들이 많이 보고하였다. 건강유지(4.6% : 13.8% : 24.3%)는 5년 이상의 경력자들이 많이 경험하였으며, 호흡훈련(12.0% : 4.6% : 9.3%)이 된다는 보고는 1~5년 경력자들에서 가장 적었다.

3.4 신체적 단점

서예 활동을 하면서 신체적 단점으로 느낀 150개 항목은 7개의 범주로 나뉘어졌다. 빈도가 가장 높았던 것은 통증 유발(33개, 22%)이었고, 그 다음 도구 이용의 미숙성(31개, 20.6%)이었다. 좌우불균형(22개, 14.7%), 신체 경직(16개, 10.7%), 체력 소모(15개, 10.0%), 체득의 어려움(9개, 6.0%)도 보고되었다. 기타 범주(24개, 16.0%)에는 졸음, 서실의 환경 등 저빈도 항목들이 포함되었다.

남성에서 더 높은 비율로 보고된 범주는 체력 소모(13.4% : 7.7%)와 체득의 어려움(8.3% : 4.4%)이었던 반면 신체 경직(8.3% : 12.2%)은 여성들이 더 많이 경험하였다. 나이에 따라서는 신체 경직(9.4% : 15.2%), 좌우불균형(12.0% : 24.2%), 그리고 체득의 어려움(5.1% : 9.1%)은 30세 이상의 사람들이 많이 경험하였고, 체력 소모(11.1% : 6.1%)와 도구 이용의 미숙성(23.9% : 9.1%) 보고는 30세 이하에서 많았다. 서예 경력에 따른 경험을 살펴보면, 신체경직(12.6% : 2.8% : 14.8%) 경험은 1~5년 경력자에서 가장 적었고 다른 두 집단에서는 유사한 수준이었다. 도구 이용의 미숙성(21.8% : 27.8% : 7.4%) 경험은 5년 이상 경력자에서 가장 낮았고, 체력 소모(12.6%

: 5.5% : 7.4%)는 초보자들이 가장 많이 보고하였다. 체득의 어려움(2.3% : 11.1% : 11.1%)을 경험했다는 보고는 초보자 집단에서 아주 적었고, 다른 두 경력 집단에서는 비슷한 수준이었다.

4. 논의

본 연구는 서예치료 프로그램의 효과를 평가하기 위한 적절한 평가 도구가 필요하다는 인식에서 시작되었다. 이 목적을 달성하기 위해서 본 연구에서는 실제 서예를 실천하고 있는 사람들을 대상으로 서예 활동을 통해 느낀 심리적, 신체적 경험을 장점으로 단점으로 나누어 수집하여 정리하였다. 연구에서 얻은 자료를 분석한 결과 몇 가지 흥미로운 사실을 발견할 수 있었다.

4.1 서예 활동의 심리적 의미

서예 활동에서 인식된 경험을 분석한 결과 심리적 장점 항목이 435개인데 반해 단점 항목은 129개로 훨씬 적었다. 이런 차이는 사람들이 서예를 통해서 긍정적 경험을 더 많이 한다는 것을 의미한다.

특히 집중력과 안정감을 경험한 사람들이 많았다는 것은 서예 활동이 집중력 향상과 심리적 안정에 도움이 된다는 것을 잘 보여준다. 이 결과는 서예가 주의력결핍 과잉활동장애 아동들의 주의력을 향상시킨다는 연구[12]나 정서적 문제(불안, 우울)를 경감시킨다는 보고[13]와 부합된다. 현대인들의 스트레스가 건강을 해치는 주요 요인이고[14], 주의력 장애의 발병률이 증가되고 있는 현실[15]을 생각할 때 집중력과 안정감을 증진시키는 서예가 현대인들의 심리적 건강에 기여할 수 있는 가능성이 큰 것으로 생각된다. 특히 30세 이하의 사람들이 서예 활동에서 안정감과 인내심을 많이 느꼈다는 결과는 서예가 젊은이들의 충동장애 예방 및 치료에도 도움이 될 수 있음을 시사한다. 서예를 통해 인내심, 심리적 정화감, 정신수양, 교양 함양, 성취감, 미적 감각, 그리고 친목 도모(즉, 인간관계 향상)를 경험하였다는 것은 서예가 정신 건강 뿐 아니라 인성 교육에서도 중요한 가치를 가질 수 있음을 보여준다.

서예를 하면서 느낀 심리적 단점은 부담감 및 스트레스, 학습의 어려움, 지루함, 그리고 성가신 준비 과정 등

이었다. 이들 요인은 현대인들이 서예에 접근하는 것을 방해하거나 시작한 후 쉽게 포기하게 만드는 요인으로 작용할 수 있으므로 서예 교육을 담당하는 사람들이 특별히 관심을 가지고 문제점 해결을 위해 고민해야 할 부분이다. 사람들이 서예에 접근하여 그 장점을 스스로 체감할 수 있게 하려면 전통적 교수방법에서 벗어나 흥미와 동기를 불러일으키고, 보다 쉽게 서예를 습득할 수 있게 하는 새로운 교수 방법을 찾아야 할 것이다.

4.2 서예 활동의 신체적 의미

서예가 몸을 움직이는 일종의 심리운동이기 때문에 본 연구에서는 심리적 경험에 더하여 신체적 장점과 단점에 관한 자료도 수집하여 분석하였다. 신체적 장점으로 보고된 항목은 302개인 반면 단점은 반에도 미치지 못하는 150개에 불과하였다. 이는 심리적 측면과 마찬가지로 신체적인 측면에서도 연구 참가자들이 서예에 대해 긍정적으로 인식하는 경향이 강하다는 것을 잘 보여준다.

신체적 장점으로 분류된 주요 범주는 자세 교정, 근력 강화, 건강 유지, 운동감각 향상, 유연성 및 지구력 증진 등이었다. 이 결과는 참가자들이 신체 건강에 서예가 도움이 될 수 있는 것으로 느끼고 있음을 말해준다. 또한 호흡훈련의 효과가 있다는 보고도 8.9%나 되었는데, 이는 붓으로 글씨를 쓰는 동안 의식적 노력을 하지 않아도 호흡이 느리고 규칙적으로 조절되기 때문일 것이고, 이런 변화는 서예 활동이 생리적으로 자율신경계 중에서 부교감신경계를 활성화시킨 결과 나타나는 것으로 볼 수 있다. 이런 생리적 변화는 여러 유형의 명상에서 공통적으로 관찰되는 이완반응[16]이기 때문에 서예가 이완반응을 일으키는 기법으로도 활용될 수 있을 것이다.

신체적 단점으로 분류된 범주는 통증 유발, 도구 이용의 미숙성, 좌우불균형, 신체 경직, 체력 소모, 그리고 체득의 어려움이었다. 이런 경험들은 서예에 필요한 자세를 취하고 움직임을 일으키는 데 필요한 근골격계의 작용이 일상생활의 그것들과 다르기 때문에 겪게 되는 현상일 것이다. 서예를 하는 동안 신체적으로 이런 부정적 현상을 경험하기 때문에 서예를 하거나 가르치는 사람들이 이를 방지하고 감소시킬 방법을 찾는 것이 중요하다. 서예를 시작 전의 준비 운동, 도중의 적절한 휴식, 그리고 마친 후의 정리 운동이 도움이 될 수 있을 것이다. 구체적으로 서예에 필요한 움직임을 과학적으로 파악하여 적

절한 방안을 마련하는 일은 서예를 하는 사람이나 지도자가 할 수 있는 것이 아니므로 운동 및 운동처방 전문가의 도움이 필수적일 것으로 생각된다.

4.3 서예치료 프로그램을 위한 제언

서예 활동 중의 경험을 살펴보면 자연스럽게 서예에 대한 새로운 인식을 하게 된다. 겉으로 보기에 서예는 조용히 글씨를 쓰는 것으로 보이지만, 심리적 및 신체적으로 복합적인 변화가 일어나는 독특한 활동인 것이다. 서예가 가진 심리적, 신체적 장점에서 현대사회에서 상실되고 있는 정신건강[17, 18] 및 인성 교육적 가치를 찾을 수 있고, 신체 건강을 유지하는 데에도 도움을 받을 수 있음을 알 수 있다. 따라서 서예치료 프로그램을 개발하려는 사람들은 서예에 내포된 이런 요인들을 극대화시키려는 노력을 해야 할 것이다. 서예를 건강심리학적 관점에서 해석한 한 연구에서도 서예치료 프로그램에 이런 측면들이 포함되어야 한다는 견해가 제시된 바 있다[2].

본 연구의 목적은 서예치료 프로그램의 효과를 검증하는 데 도움이 될 기초 자료를 제시하는 것이었다. 분석 결과 참가자들은 서예 활동을 통해 서예만이 갖는 고유한 특성들을 경험한 것으로 나타났다. 여기에서 밝혀진 서예의 심리적, 신체적 장점과 단점들을 잘 반영할 수 있는 구조화된 평가 도구를 개발한다면 향후 서예치료 분야에 실질적 도움을 줄 수 있을 것이다.

REFERENCES

- [1] B. K. Kim, "Calligraphy is the person." Collection of treatises in Oriental Arts, Vol. 7, pp. 1-15, 2003.
- [2] S. K. Park, "Calligraphy as an intervention technique for health psychology." Korean Journal of Health Psychology, Vol. 17, No. 4, pp. 781-791, 2012.
- [3] C. Dazzi, L. Pedrabissi, "Graphology and personality: an empirical study on validity of handwriting analysis." Psychological Reports, Vol. 105, No. 3, pp. 1255-1268, 2009.
- [4] S. Atkins, "Expressive Arts Therapy: Creative Process in Art and Life. Winston-Salem: Parkway Publishers", 2002.
- [5] H. S. R. Kao, "Calligraphy therapy: A complementary approach to psychotherapy." Asia Pacific Journal of Counselling and Psychotherapy, Vol. 1, No. 1, pp. 55-56, 2010.
- [6] H. S. R. Kao, D. Gao, "Effects of practising Chinese calligraphy on visual-spatial ability and pictorial memory in normal aged people." International Journal of Psychology, Vol. 35, No. 3-4, pp. 302, 2000.
- [7] X. L. Yang, H. H. Li, M. H. Hong, H. S. Kao, "The effects of Chinese calligraphy handwriting and relaxation training in Chinese Nasopharyngeal Carcinoma patients: a randomized controlled trial." International Journal of Nursing Studies, Vol. 47, No. 5, pp. 550-559, 2010.
- [8] H. S. Kao, L. Zhu, A. A. Chao, H. Y. Chen, I. C. Liu, M. Zhang, "Calligraphy and meditation for stress reduction: an experimental comparison." Psychology Research and Behavior Management. Vol. 13, No. 7, pp. 47-52, 2014.
- [9] H. S. R. Kao, N. F. Guo, X. Liu, "Effects of calligraphic practice on EEG and blood pressure in hypertensive patients." Annals of Behavioral Medicine, Vol. 23, pp. S085, 2001.
- [10] T. C. Kwok, X. Bai, H. S. Kao, J. C. Li, F. K. Ho, "Cognitive effects of calligraphy therapy for older people: a randomized controlled trial in Hong Kong." Clinical Interventions in Aging, Vol.6, No. 269-273, 2011.
- [11] Z. Zhu, R. Wang, H. S. Kao, Y. Zong, Z. Liu, S. Tang, M. Xu, I. C. Liu, S. P. Lam, "Effect of calligraphy training on hyperarousal symptoms for childhood survivors of the 2008 China earthquakes." Neuropsychiatric Disease and Treatment, Vol. 3, No. 10, pp. 977-985, 2014.
- [12] H. S. R. Kao, C. C. Chen, T. M. Chang, "The effect of calligraphy practice on character recognition reaction time among children with ADHD disorder." In: Roth R, editor. Psychologists Facing the Challenge of a Global Culture with Human Rights and Mental Health. Proceedings of the 55th Annual Convention of the Council of Psychologists, Graz, Austria, July 14 - 18, 1997.
- [13] H.S.R. Kao, B. K. Ding, S. W. Cheng. "Brush

- handwriting treatment of emotional problems in patients with Type II diabetes.” International Journal of Behavioral Medicine, Vol. 7, S-1, 50.
- [14] S. Greenberg, “Comprehensive Stress Management. NY: McGraw-Hill”, 2008.
- [15] Datamonitor, “Epidemiology: Attention Deficit Hyperactivity Disorder. London: Datamonitor”, 2011.
- [16] H. K. Chang, “Therapeutic Application of meditation to the Stress-Related Disorders.” Korean Journal of Health Psychology, Vol. 9, Np. 2, pp. 471-492, 2004.
- [17] K. M. Yang, “The Effect of Self-Esteem and Depression on Smartphone Addiction among University Students”, Journal of the Korea Convergence Society, Vol. 7 No. 1, pp. 113-123, 2016.
- [18] H. J. Hwang, M. S. Lee, J. Y. Hong, “Related Factors with the Depression in the Rural People”, Journal of the Korea Convergence Society, Vol. 2, No. 1, pp. 21-29, 2011.

조 규 남(Cho, Gyu Nam)



- 1991년 2월 : 성균관대학교 한문학과 (문학사)
- 1994년 8월 : 성균관대학교 한문교육학과(교육학석사)
- 2015년 2월 : 전주대학교 대체의학과 박사과정 수료
- 관심분야 : 서예 및 한문 교육, 심신 의학

· E-Mail : hyunsa21@hanmail.net

박 순 권(Park, Soon Kwon)



- 1986년 2월 : 영남대학교 심리학과 (문학사)
- 1988년 2월 : 영남대학교 심리학과 (문학석사)
- 1998년 2월 : 고려대학교 심리학과 (문학박사)
- 1998년 7월 ~ 2000년 6월 : 텍사스 주립대 의과대학 연구원

- 2000년 9월 ~ 2006년 2월 : 고려대학교 의과대학 연구교수
- 2006년 3월 ~ 현재 : 전주대학교 교수(대체의학/상담심리학과)
- 관심분야 : 기억 및 정서의 신경과학, 심신의학
- E-Mail : sopark@jj.ac.kr