

# 인테리어 테라피에 관한 탐색적 연구

## An Exploratory Study on Interior Therapy

**Author** 장미정 Jang, Mi-Jeong / 정희원, 숙명여자대학교 환경디자인학과 강사, 디자인학박사

**Abstract** The purpose of this study is to explore the interior therapy that introduced the concept of therapy into interior space. This study examines interior therapy based on the concepts of stress and therapy. As the study methods, a qualitative analysis to review the concept of interior therapy was conducted together with a quantitative analysis on the current state of domestic therapy-related researches. The scope of the study is limited to domestic journals published from 1988, when the first domestic research was embarked on to analyze the current status of therapy-related researches, until November 2016. According to the study results, the domestic therapy-related studies were mainly focused on aromatherapies and food therapies. By year, the first domestic study of its kind was conducted on logotherapy in 1988. And until 2000, studies were carried out mainly on aromatherapies. Since then, new psychotherapy research fields have emerged: color therapy in 2003 and food therapy in 2008. However, in the space design field except for color therapy-related researches, there have been not sufficient studies on the indoor space therapy field that investigates the possibility of indoor space as a therapy from an integrated viewpoint. Therefore, this study reviewed domestic researches on interior therapy which applied the concept of therapy to interior design and suggested three cognitive-emotional-behavioral measures as healing factors. Finally, this study is expected to be used as basic data for design planning and curriculum development which apply the concept of therapy to interior design-related fields.

**Keywords** 인테리어 테라피, 테라피, 탐색적 연구, 치료적 가치  
Interior Therapy, Therapy, Exploratory Study, Therapeutic Value

## 1. 서론

### 1.1. 연구의 배경과 목적

현대인과 스트레스, 두 단어를 어렵지 않게 떠올릴 수 있을 만큼 많은 현대인들이 스트레스로 고통을 호소하고 있다. 만병의 근원으로 불리는 스트레스는 두통, 만성피로, 근육통, 소화장애 등을 유발한다. 또한 불확실한 미래에 대한 걱정이나 WHO에서 발표한 20년 뒤의 인류를 위협할 질병 중 우울증(경향신문, 2015.1.27)은 6위를 차지할 정도로 마음에 대한 질병은 날로 증가하고 있다. 이러한 사회현상을 반영하여 2016 인테리어 디자인 트렌드에서도 '위로', '치유', '행복'<sup>1)</sup>를 키워드로 제시하고 있다. 이 키워드의 핵심에 있는 요즘 현대인들은 안전하고 편안한 안식처에서 치열한 세상에 지친 심신을 치유하고 행복을 찾으려는 요구가 나타나고 있다.

맥스웰 길링엄 라이언(Maxwell Gillingham-Ryan, US

A, 이하 맥스웰)은 그의 저서 아파트 테라피(apartment therapy, 2012)에서 "실내 공간의 아름다움은 그 공간이 그곳을 사용하는 사람에게 어떻게 도움이 되는지가 단지 외양이 어떻게 보이느냐보다 훨씬 중요하다"고 언급하였다. 맥스웰은 실내 공간의 아름다움이 사람들에게 도움이 되게 하려면 외적인 아름다움과 내적인 아름다움 두 가지가 함께 어우러져야 한다고 주장하였다.

국내의 인테리어에 대한 인기는 셀프인테리어 '집방' 등<sup>3)</sup> 점점 증가하고 있지만 이러한 인테리어의 열풍은

- 1) LG하우시스 디자인트렌드 키워드는 위로, 치유, 행복, 팬던컬러 연구소는 마음의 위안을 선사하는 로즈퀴즈와 세레니티, 벤자민무어의 포용과 중립, 프랑스트렌드정보사 까린의 평화로움, 만족감 등이 있다.
- 2) 맥스웰 길링엄 라이언 저, 김선아 역, 「아파트 테라피(apartment therapy)」, 사이, 2012, p.19 아파트 테라피란 용어는 2006년 맥스웰 길링엄 라이언의 책 '아파트 테라피'에서 시작됐다. 아파트를 치유해 그곳에 사는 거주자도 치유한다는 개념이다.
- 3) 홈스타그램 & 집방열풍, '집 밖으로 나온 집을 탐닉하다' 까사리빙, 셀프인테리어 배틀<현집주렉 새집다오, jtbc>, <내방의 품격, tvN>, <수컷의 방을 사수하라 수방사, XTM>, <리빙전문채널

단순히 실내공간에 있어서 심미성을 위한 가구, 벽지, 소품 등 엘리먼트를 배치하고 스타일링하는 외적인 아름다움에 편중되어 있다. 그러나 최근 새롭게 등장하는 아파트들이 아파트를 잠만 자는 개념을 넘어 단지(apartment complex) 내에서 스트레스를 해소하고 휴식을 취할 수 있는 힐링공간의 개념으로 접근하는 사례가 나타나고 있다.<sup>4)</sup> 공간 디자인에서는 ‘테라피’에 대해 외부공간에 있어서 아파트 단지계획(테마파크나 조경의 일부)에 활용되고 있다. 또한 실내 디자인에서는 컬러를 활용하여 집중력 및 창의력을 강화시키는 컬러 테라피로 활용(2004년 K건설)되고 있다. 그러나 실내공간에서 많은 시간을 보내고 있는 현대인에게 다양한 스트레스와 질병에 대한 통합적 관점에서 총체적으로 다루는 테라피 개념의 연구는 미흡하다.

이에 본 연구는 테라피에 관한 국내연구동향 분석과 치료적 개념으로서의 인테리어 테라피(interior therapy)에 대해 고찰하여 향후 인테리어 디자인 분야에서 테라피 개념을 적용하여 개발하는 디자인 및 교육의 기초자료로 활용되는데 그 목적이 있다. 또한 본 연구는 인테리어 테라피에 관한 그 단초를 마련한 것에 의의가 있다.

## 1.2. 연구 방법 및 범위

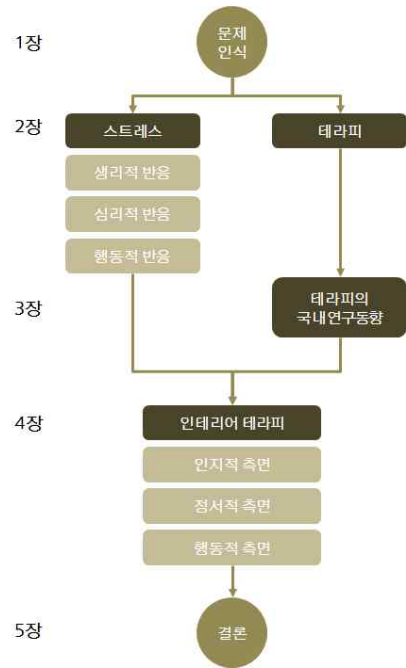
연구의 방법은 테라피 관련 국내 연구동향의 정량적 연구와 인테리어 테라피의 개념고찰의 정성적 연구를 갖는 혼합연구방법으로 취하고 있다. 연구의 범위는 테라피 관련 국내연구동향을 분석하기 위해 키워드 ‘테라피’를 중심으로 첫 연구가 시작된 1988년부터 2016년 11월까지의 국내학술지(학술연구정보서비스, www.riss.kr)를 중심으로 한다.

연구의 내용은 다음과 같다. 1장에서는 연구의 배경 및 목적, 범위와 방법에 관해 논한다. 2장에서는 스트레스와 테라피에 대해 고찰한다. 먼저 스트레스는 세계보건기구(WHO)에서 내세우는 건강에 대한 조건과 함께 스트레스의 심리학적 용어에 대해 살펴본다. 아울러 테라피는 힐링, 치료, 치유에 관해 각각 사전적 정의 및 특성을 파악한다. 3장에서는 테라피에 관한 국내연구동향을 분석하여 본 연구에 대한 당위성의 근거를 마련한다. 연구동향 분석은 2016년 11월 1일부터 11월 30일까지 조사한 자료를 중심으로 한다. 4장에서는 통합적 관점의

휴스토리>가 있다.

4) 조세일보, 아파트 테라피 시설이 적용되는 단지(스트레스 집에서 날린다. ‘아파트 테라피’시대 도래, 2016.8.12  
<http://www.joseilbo.com/news/htmls/2016/08/20160812301389.html>  
 인천의 S사는 단지내 스트레스를 해소하기 위해 다양한 커뮤니티 시설을 마련하고, 송도의 S사는 야외물놀이터장, 자연형연못, 가족캠핑장 등 가족과 산책하고 즐길 수 있는 외부공간을 마련하였다. D사는 다양한 수준의 산책숲길을 조성하여 포레스트파크, 스포츠파크 등 아파트 단지 내의 공간을 테라피요소로 활용하고 있다.

인테리어 테라피에 대해 탐색한다. 5장에서는 본 연구의 요약과 함께 시사점 및 의의를 밝히며 결론을 맺는다.



<그림 1> 연구 프로세스

## 2. 이론적 배경

### 2.1. 스트레스

세계보건기구(WHO)의 헌장에는 “건강이란 질병이 없거나 허약하지 않은 것만 말하는 것이 아니라 신체적·정신적·사회적으로 완전히 안녕한 상태에 놓여 있는 것”이라고 정의하고 있다. 과거에는 건강이란 신체적·정신적으로 질병이나 이상이 없고, 개인적으로 정상적인 생활을 영위할 수 있는 신체상태를 말하였으나, 오늘날에는 개인이 사회생활에 의존하는 경향이 커짐에 따라 사회적 건강<sup>5)</sup>이라는 용어가 등장하였다. 여기서 건강은 신체적·정신적으로 질병이 없는 것에서 더 나아가 마음의 건강까지를 내포한다.

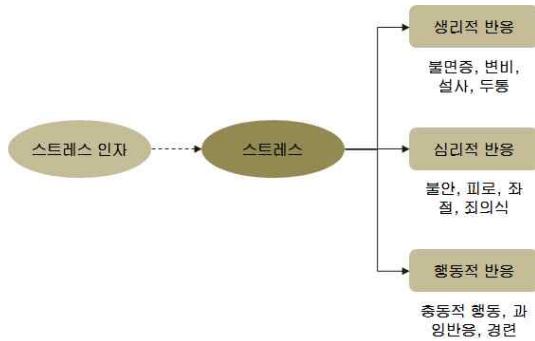
질병의 하나인 스트레스는 심리학용어 사전에서 ‘인간이 심리적 혹은 신체적으로 감당하기 어려운 상황에 처했을 때 느끼는 불안과 위협의 감정(Lazarus, 1993)’을 의미한다.<sup>6)</sup> 반응으로서의 스트레스<sup>7)</sup>는 환경자극이나 요구에 대해 사람들이 보이는 반응에 초점을 두는 것이다.

5) <http://terms.naver.com/entry.nhn?docId=1058524&cid=40942&categoryId=32824>

6) <http://terms.naver.com/entry.nhn?docId=2094122&cid=41991&categoryId=41991>

7) 장현갑, 강성균, 스트레스와 정신건강, 학지사, 2003, p.131,  
<http://terms.naver.com/entry.nhn?docId=2094122&cid=41991&categoryId=41991> 재인용

또한 스트레스에 수반되는 인간의 반응<sup>8)</sup>은 생리적, 심리적, 행동적 반응으로 구분할 수 있다. 이를 정리하면 <그림2>와 같다.



<그림 2> 반응으로서의 스트레스 관점  
<출처>장현갑, 강성군, 2002 재구성

공간은 인간의 삶과 직접적으로 상호작용을 하는 밀접한 물리적 장소임에도 불구하고 이러한 공간에 놓여있는 인간들에게 때로는 스트레스를 유발하는 요소가 되기도 한다. 이에 본 연구는 스트레스에 수반되는 인간의 생리적, 심리적, 행동적 반응을 중심으로 치료적 관점의 인터 테라피를 탐색하고자 한다.

## 2.2. 테라피

2000년대 이후는 국내 소득수준의 향상으로 건강에 대한 관심이 높아짐에 따라 건강한 신체와 행복한 삶의 영위를 추구하는 웰빙이 트렌드였다면, 2010년 이후는 경기침체가 장기화됨에 따라 불안하고 각박한 삶에서 기인한 심리적 불안을 해소하기 위해 테라피나 힐링이 화두로 급부상하고 있다.<sup>9)</sup>

테라피는 웹스터사전<sup>10)</sup>에서 ‘어떤 교정이나 치유 과정으로서의 질병 치료, 치유 능력이나 품질, 환자를 치료하거나 재활하기 위한 신체 치료나 운동, 열 치료 등과 같이 신체적 결합을 극복하기 위한 것, 사회로 환자를 복귀시키기 위해 정신분석이나 마음이 맞는 일 등 정신적으로나 사회적 부적응에 대한 치료, 긴장을 풀어주는 행위, 취미, 업무, 프로그램 등’으로 정의하고 있다. 일본의 디지털사전<sup>11)</sup>에서 테라피는 치료, 요법, 약이나 수술 등에 따르지 않는 심리 요법이나 물리 요법을 말한다. 또한 각 단어마다 유의어와 반의어를 시각적으로 보여주는 비주얼 시소러스<sup>12)</sup>에서는 ‘누군가를 위해 돌보는 행위

(약물 치료 또는 치료 훈련 등), 병이나 상처에 대한 전문적인 치료’로 표기하고 있다.

테라피와 비슷한 의미로 사용되고 있는 것이 힐링(healing)이다. 힐링(healing)은 웹스터사전에서 몸이나 마음의 치유 또는 치료로 정의하고 있다.<sup>13)</sup> 즉, 힐링은 몸과 마음의 치유를 의미하는 용어로 해석된다.

테라피는 정신적인 장애나 질병의 치료나 완화를 목적으로 이루어지고 있다. 대표적인 방법은 원예치료, 음악치료, 향기치료 등이 있다. 이 두 가지에서 약간의 차이점을 발견할 수 있다. 힐링은 질병으로 발전하기 전 단계의 정신건강 예방적 ‘치유법’으로 볼 수 있고, 테라피는 경미한 또는 장기적인 정신질환의 개선에 도움이 되는 보조적인 ‘치료법’으로 정의한다. 또한 두 가지 방법의 공통점은 용어에서 알 수 있듯이 정신적, 육체적인 건강을 낮게 하는 서구적인 방법이다.<sup>14)</sup>

테라피 및 힐링과 유사한 의미로 사용하고 있는 치료(治療)와 치유(治癒)에 대해 고찰하면 다음과 같다. ‘치료’는 사전상의 의미로 ‘병이나 상처를 다스려 낮게 함’<sup>15)</sup>이란 뜻으로 수술, 약물투여 등 직접적인 처치를 통해 병을 낮게 한다는 의미가 있다.<sup>16)</sup> 또한 ‘치유’는 ‘치료하여 병을 낮게 함’이란 뜻으로 병의 근본 원인을 제거하여 그 병이 없던 상태로 되돌리고<sup>17)</sup> 심리적인 안정감을 주는 것을 의미한다. 치료와 비슷한 의미로 병을 치료한다는 뜻도 있으나 치료는 사전적 개념에서 보면 심리적으로 안정감을 준다는 의미는 없다. 다음의 <표 1>은 테라피와 힐링의 공통점과 차이점을 정리한 것이다.

<표 1> 테라피와 힐링의 개념

	테라피	힐링
차이점	경미한 또는 장기적인 정신질환의 개선에 도움이 되는 보조적인 ‘치료법’	질병으로 발전하기 전 단계의 정신건강 예방적 ‘치유법’
비고	치료 : 의학적 수단(약물치료, 수술 등)을 통해 병이 상처를 낮게 함.	치유 : 의학적 수단을 통한 직접적인 치료보다는 환경적, 심리적, 사회적, 문화적 접근을 통해 마음이 평유한 상태로 이르게 함.
공통점	정신적, 육체적 건강을 낮게 함. 병의 근본 원인을 제거하여 그 병이 없던 상태로 되돌리는 것.	

12) 비주얼 시소러스(www.visualthesaurus.com)는 유의어/반의어 사전에 그 방식을 적용하고 단어들의 미묘한 차이에 따라 연결된 선의 거리와 양상이 변하면서 그 차이를 시각화한다.

13) <https://www.merriam-webster.com/dictionary/healing>

14) <http://www.shes-life.com/news/articleView.html?idxno=2046/2013.08.16>

15) <http://krdic.naver.com/detail.nhn?docid=38271900>

16) 우리말 유의어 대사전에서 치료의 1차 유의어는 ‘의료’, ‘진료’, ‘요양’으로 표기하고 있고 동사 ‘치료되다’는 ‘낫다’, ‘떨어지다’, ‘나아지다’로 표기하고 있다. 이처럼 치료는 의학적 접근을 통한 병의 완치를 의미한다./출처: 심제기, 서울대학교 국어교육연구소편, 우리말 유의어 대사전, (주)남말 어휘정보처리연구소, 2010, p.968

17) 우리말 유의어 대사전에서 치유의 1차 유의어는 ‘평복’, ‘평유’로 표기하고 있고 동사로 ‘치료하다’는 ‘낫다’, ‘아물다’로 표기하고 있다. 치유는 의학적 치료를 통한 심리적 안정감을 주는 것을 의미한다./출처: 심제기, 전개서, p.975

8) 이현수, 건강과학개론, 중앙대학교 출판부, 1997, p.190/  
<http://terms.naver.com/entry.nhn?docId=2094122&cid=41991&categoryId=41991> 재인용  
9) 삼성경제연구소, 힐링을 힐링하다: 힐링열풍의 배경과 발전방향, 2013.5.29 제897호  
10) webster사전, webster’s encyclopedic unabridged dictionary of the english language  
11) <http://dictionary.goo.ne.jp/jn/125269/meaning/m0u/>

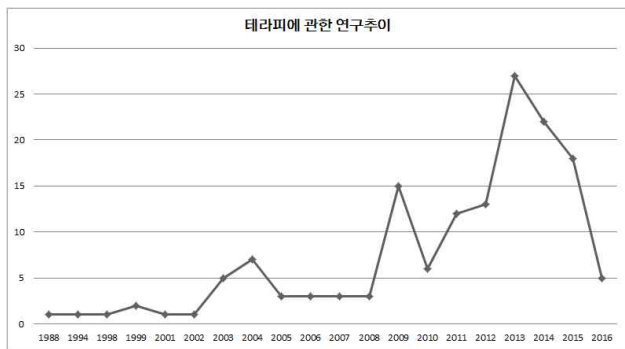
본 연구에서 사용하는 테라피는 스트레스에 수반되는 인간의 3가지 반응(생리적 반응, 심리적 반응, 행동적 반응)을 요법이나 직접적인 치료를 통해 심리적 안정감을 주는 것으로 정의한다. 다시 말해서, 본 연구에서 논하는 인테리어 디자인에서 '치료적 관점의 테라피'는 의학적인 수단을 통해 질병 상태를 건강 상태로 회복시켜주는 것을 의미한다.

### 3. 테라피에 관한 국내 연구 동향

테라피 관련 국내연구는 1988년의 로고 테라피(의미치료법)에 대한 연구를 시작으로 2016년 11월 30일까지 총 149편이 발표되었다. 연도별 추이를 살펴보면 다음과 같다.<표 2>, <그림 3>

<표 2> 테라피 연구의 분석표

년도	논문수	%	년도	논문수	%
1988	1	0.7	2007	3	2.0
1994	1	0.7	2008	3	2.0
1998	1	0.7	2009	15	10.1
1999	2	1.3	2010	6	4.0
2001	1	0.7	2011	12	8.1
2002	1	0.7	2012	13	8.7
2003	5	3.4	2013	27	18.1
2004	7	4.7	2014	22	14.8
2005	3	2.0	2015	18	12.1
2006	3	2.0	2016	5	3.4



<그림 3> 테라피에 관한 국내연구동향

1988년 로고테라피(의미치료법)<sup>18)</sup>를 시초로 2000년 이전까지는 아로마테라피의 미용학적 고찰 및 응용, 활용

18) 로고테라피는 실존적 공허나 삶의 무의미성, 허무감 등 정신적 문제로 고통스러워 하는 현대인들에게 '정신적 질병'에 초점을 맞춘 실존적 심리치료중의 하나이다. 로고테라피는 치료적 임상방법으로 역설지향, 탈성찰, 입장조정, 소크라테스적 대담 등을 다루고 있다. 로고테라피의 치료적 방법은 내담자와의 대화를 통해 심리적 안정을 부여하고 용기를 북돋아주며 생활의 길을 찾으도록 한다.

방법에 관한 연구들이 발표되었다. 그리고 2000년부터 테라피의 연구는 주로 아로마테라피에 관한 연구들이 주를 이루었으며 그 내용은 피부 및 미용학적 접근에서 두피, 메이크업, 분만과정 및 산후조리원 등으로 그 범주를 확장하고 있다.

또한 미용향장분야와 달리 2000년 이후는 컬러테라피와 푸드테라피 관련 연구가 주로 발표되었다. 특히, 2003년부터 발표가 된 컬러테라피 연구는 동양의 오색과 멀티 테라피 개념에 접근한 색채치료에 관한 것을 시작으로 해서 피부미용적 접근, 스트레스의 상관성, 미술 치료적 접근, 다양한 기법활용, 이론적 고찰, 메이크업, 사상체질별 힐링헤어 컬러적용, 주거공간 색채팔레트 개발 등 응용연구로 확장되고 있다. 2008년부터 푸드 테라피에 관한 연구들이 아트와 결합하여 푸드아트테라피의 용어로 발표되었다. 그 내용은 청소년의 자기효능감과 대인관계, 대학생의 긍정심리성향, 푸드 아트 테라피 프로그램 개발, 청소년진로지도 프로그램개발, 지적장애청소년의 사회·정서행동변화에 미치는 효과, 정서조절프로그램개발, 직무스트레스와 우울 등의 연구들이 발표되었다. 푸드테라피는 컬러테라피에서 개념연구를 기초로 하여 응용연구로 확장된 것과 달리 아트와 융합하여 스트레스 완화 및 정서 완화 등 응용연구들이 주를 이루었다.

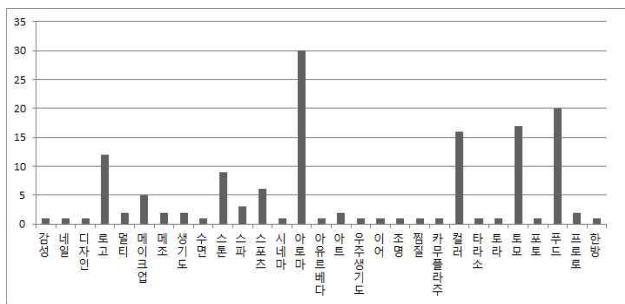
아로마테라피, 컬러테라피, 푸드테라피 등 기존 연구자들의 테라피에 관한 연구들을 살펴보면, 스트레스와 뇌과학의 변화에 따른 정서 및 우울감 치료연구가 주를 이루었다. 이는 질병의 하나인 스트레스가 인간이 심리적 혹은 신체적으로 감당하기 어려운 상황에 처했을 때 느끼는 불안과 위협의 감정을 의학적인 수단을 통해 질병 상태를 건강 상태로 회복시켜주는 치료적 개념의 테라피로 접근하고 있는 사례이다.

또한 테라피에 관한 연구의 종류는 아로마테라피<sup>19)</sup> 21%, 푸드테라피 14%, 토모테라피 11.9%, 컬러테라피 11.2%, 로고테라피 8.4%, 스톤테라피 6.3%, 스포츠테라피 4.2%, 메이크업 테라피 3.5%, 스파테라피 2.1%, 기타 0.7%(네일테라피, 디자인테라피, 시네마테라피, 조명테라피, 한방테라피 등)로 아로마 테라피가 현재까지 가장 많이 발표된 것으로 나타났다.<표 3>, <그림 4>

19) 아로마테라피는 대체요법중의 하나이다. 대체요법은 아유르베다, 음악요법, 색채요법, 아로마테라피 등이 있다. 아로마 테라피는 향이 나는 허브에서 추출한 휘발성 오일로 몸과 마음을 건강하게 유지시키고 정신적, 신체적, 사회적면에서 치유효과를 주는 기법이다. 국내의 아로마테라피가 통중에 미치는 효과에 관한 연구를 보면, 3~4종류의 오일을 블렌딩하여 내담자(또는 실험자)의 신체 일부를 마사지하여 신체적 결합을 극복하는 것이다. 국내 아로마테라피 연구는 아로마 오일을 통해 내담자의 스트레스의 생리적 반응과 심리적 반응을 유의미한 효과를 주는 것으로 나타났다.

<표 3> 테라피 연구의 종류

n0	연구주제	%	n0	연구주제	%
1	아로마	21	16	네일	0.7
2	푸드	14	17	디자인	0.7
3	토모	11.9	18	수면	0.7
4	컬러	11.2	19	시네마	0.7
5	로고	8.4	20	아유르베다	0.7
6	스톤	6.3	21	우주생기도	0.7
7	스포츠	4.2	22	이어	0.7
8	메이크업	3.5	23	조명	0.7
9	스파	2.1	24	찜질	0.7
10	멀티	1.4	25	카무플라주	0.7
11	메조	1.4	26	타라소	0.7
12	생기도	1.4	27	토라	0.7
13	아트	1.4	28	포토	0.7
14	프로로	1.4	29	한방	0.7
15	감성	0.7			



<그림 4> 테라피 연구의 종류

디자인분야에서의 테라피 연구는 디자인 테라피 개념을 통해서 본 디자인의 사회적 역할과 책임(2009)에 관한 연구가 있고, 음양오행론을 활용한 오감 멀티 테라피 디자인 연구방법론(2014)이 발표되었다. 디자인분야는 아로마테라피, 컬러테라피, 푸드테라피보다 연구의 시기가 제일 늦게 발표되었다. 또한 2000년 이후 컬러테라피나 푸드테라피가 새로운 심리치료연구 분야로 등장한 것과 달리 공간디자인 분야에서는 컬러테라피 연구를 제외하고 공간전체에 대한 총체적 관점에서의 테라피 연구는 미흡하다. 이에 본 연구는 테라피에 관한 국내 연구동향 분석을 통해 인테리어 디자인분야에서의 테라피 연구에 대한 당위성의 근거를 마련하였다.

## 4. 인테리어 테라피의 고찰

### 4.1. 인테리어 테라피의 개념

인테리어 디자인의 구성요소는 건축적 요소와 가구 및 도구적 요소로 구성된다. 건축적 요소에는 바닥, 벽, 천장, 문과 창이 있으며, 가구 및 도구적 요소에는 가구, 조명, 주변기기, 예술품 등이 있다.<sup>20)</sup>

맥스웰은 실내 공간을 외적인 아름다움과 내적인 아름다움으로 구분하였다.

외적인 아름다움은 실내공간에 있어 건축적 요소와 가구 및 집기요소를 기능성과 심미성을 충족케하는 것으로, 내적인 아름다움은 실내 공간 속에 있는 인간과 공간이 상호소통하고 호흡하는 마치 살아있는 생명체(Organism)<sup>21)</sup>로 인식하였다.

인간은 이러한 요소들이 균형을 이룰 때 공간에서 발생하는 스트레스로부터 치료가 된다. 2장에서 언급한 바와 같이 테라피는 경미한 또는 장기적인 정신질환의 개선에 도움이 되는 보조적인 '치료법'으로서 수술을 하지 않지만 약물이나 요법 등을 통하여 치료를 한다. 테라피에는 대표적으로 물리요법과 심리요법이 있다.

테라피의 물리요법은 종래는 온열, 한냉, 냉온수, 전기, 광선, 방사선등의 물리학적 작용을 신체에 가해서 치료효과를 기대한 치료법이였으나, 현재는 그것보다도 운동요법, 일상생활동작훈련이 물리요법의 중심이 되고 있다.<sup>22)</sup> 본 연구에서는 이러한 물리요법을 인테리어 테라피에 적용하고자 한다. 즉, 인테리어 테라피의 물리요법은 실내 공간을 사용하는 내담자(또는 공간 이용자)의 생활동작범위 즉, 활동범위인 동선의 흐름(flow)을 원활하게 하여 스트레스 인자인 생리적, 심리적, 행동적 반응들을 치료한다.

또한 테라피의 심리요법은 정신요법이라고도 한다. 광의의 개념으로는 생리적·물리적 또는 화학적 방법이라도 그 목적을 위하여 쓰일 때는 심리요법이라고 하지만, 협의의 개념으로는 심리적인 기법에 의하는 것을 가리킨다.<sup>23)</sup> 본 연구에서는 이러한 심리요법을 인테리어 테라피에 적용하고자 한다. 즉, 인테리어 테라피의 심리요법은 실내공간의 구성요소인 건축적 요소와 가구 및 집기요소를 재배치, 제거, 설치 등을 통해 내담자의 스트레스 요인의 생리적, 심리적, 행동적 반응을 치료한다.

맥스웰이 그의 저서 아파트 테라피(2012)에서 언급한 두 가지 요소인 흐름(flow), 생명체(Organism)를 본 연구의 인테리어 테라피에 대한 주요 요소로 둔다.

흐름은 실내공간의 가구 및 도구적 요소를 공간 사용자에게 스트레스를 유발하기도 하고 때로는 적절한 흐름을 통해 내담자(또는 공간 사용자)을 치료할 수 있다. 이는 신체의 혈관 속 혈유가 원활히 흐를 때 스트레스로 유발되는 생리적 반응이 완화되는 것과 같다. 즉, 흐름은 공간사이로 흐르는 '에너지의 움직임'을 말한다. 동양에서는 풍수, 바스투(Vastu)<sup>24)</sup>를 의미하고 서양에서는 동

20) 이진민, 김지인, 김영진, 박영란, 장미정, 정승영, 고등학교 실내디자인, 서울특별시; 웅보출판사, 2014, p.108

21) 맥스웰 길영림 라이언 저, 김선아 역, 전게서, p.54

22) <http://terms.naver.com/entry.nhn?docId=1589649&cid=50363&categoryId=50363>

23) <http://terms.naver.com/entry.nhn?docId=1119662&cid=40942&categoryId=32763>

24) 바스투: 풍수지리와 비슷한 개념인 인도의 고대 건축 철학인 바스



선(circulation)을 의미한다.

생명체는 실내공간의 건축적 요소를 골격, 호흡, 심장, 머리 등의 네 가지 신체 부위로 구성하여 마치 우리의 몸과 같은 하나의 살아있는 생명체로 보는 것이다. <표 4>는 내담자에게 적용하는 인테리어 테라피의 구성요소를 정리한 것이다. 골격은 공간의 물리적인 구조를 의미하는 것으로 천장, 바닥, 벽, 창틀 등이 해당된다. 이러한 골격은 내담자(또는 공간 사용자)에게 맞지 않게 설계되어 스트레스 요인을 발생시킨다. 이러한 골격에 대한 인테리어 테라피는 구조의 변경이나 재료 마감의 교체를 통해서 치료가 된다. 호흡은 내담자(또는 공간 사용자)가 건강하게 숨을 들이쉬고 내쉴 수 있도록 실내 공간 안에 건강한 에너지의 흐름을 위한 각 공간의 위치, 가구의 배치, 조명의 위치, 정리 등이 해당된다. 이는 각 공간을 관통하는 에너지의 흐름과 그 안에서 일어나는 활동을 위해 어떻게 공간을 꾸미고 가구와 물건들을 정리하는지 내담자와의 상담을 통해 발견하고 이를 치료한다. 심장<sup>25)</sup>은 공간의 감성적인 측면을 의미한다. 심장을 이루는 요소는 컬러, 재료, 향기, 사운드 등이 해당된다. 이러한 심장의 요소들은 대부분 공간의 스타일을 결정짓는 요소이기도 하다. 이는 내담자(또는 공간사용자)와의 상담을 통해 라이프스타일, 취미, 선호도 등을 파악하여 적절한 요소의 등장, 변경, 제거를 통해 치료된다. 머리는 공간의 역할 및 용도가 해당된다. 즉 공간의 역할과 그 장소가 내담자(또는 공간 사용자)에게 공간 활동에 있어 어떻게 도움을 주고 효과적으로 기능하는지를 의미한다. 사용목적에 맞지 않는 공간의 용도는 때로는 생활 속에서 스트레스를 유발하는 요인이 된다. 머리요소는 그 공간에서 정확히 어떤 일을 하는지 그 일을 어디서 하는지를 파악하여 치료한다.

<표 4> 인테리어 테라피의 구성요소

		인테리어 테라피의 요소	
생명체	흐름	동선	
	골격	천장, 바닥, 벽, 창틀	
	호흡	공간의 위치, 가구의 배치, 조명의 위치, 정리	
	심장	색상, 재료, 향기, 음향, 촉감, 스타일	
	머리	공간의 용도	

다음의 <그림 5>는 2장에서 고찰한 스트레스에 따른 인간의 반응 세 가지(생리적 반응, 심리적 반응, 행동적 반응)를 테라피의 치료요법(물리요법, 심리요법)에 적용시키는 구조를 나타낸 것이다. 또한 <그림 5>는 내담자

(또는 공간 사용자)가 생활하는 실내 공간에 적용하기 위해 인테리어 디자인의 구성 요소인 건축적 요소, 가구 및 집기요소와 동선, 용도를 공간도 하나의 생명체로 인식한 맥스웰의 아파트 테라피 요소(흐름과 생명체)에 대입시켜 스트레스를 치료하는 일련의 과정들을 도식으로 정리한 것이다.



<그림 5> 인테리어 테라피의 치료적 요소

#### 4.2. 인테리어 테라피의 치료적 가치

실내공간은 실내를 구성하는 구조, 형태, 재료, 색채 등이 조합된 물리적인 실체가 하나의 자극물로서 심리적인 반응을 일으킨다. 즉, 실내의 모든 구성요소들이 나타나는 총체적인 인상을 결정짓는다. 실내공간을 구성하는 요소들이 그 공간의 이미지를 창출해내고 이러한 요소들은 실내공간 안에서 개별적인 성질보다는 전체적인 조화에 의해 통합적으로 인식된다.

다음은 이러한 실내공간의 특징을 고려하여 인테리어 테라피의 치료적 가치에 대해 살펴보고자 한다. 기존의 공간디자인에서는 총체적 접근으로서 ‘게슈탈트 심리(Gestaltpsychologie, 형태 심리학) 치료’적 측면에서 주로 적용되었다. 그러나 게슈탈트 심리치료<sup>26)</sup>는 게슈탈트 심리의 기본적 입장으로 가장 중요한 것이 ‘지금-여기(here and now)의 감정체험과 지각(awareness), 그리고 현재-경험-자각-현실을 강조하고 있는 것이다. 이는 내담자(또는 공간 사용자)의 과거 경험이나 잠재된 집단 무의식이 현재의 스트레스와 함께 작용하는 요소들을 치료하는데 어떻게 작용하는지가 드러나 있지 않다는 것이다. 또한 게슈탈트 심리치료는 입체적인 3차원의 공간을 평면적인 2차원으로 인지하여 각각의 요소들을 통합하여 지각한다. 그러나 본 연구에서 제시하는 인테리어 테라피의 통합적 관점은 공간에서 총체적으로 바라보고 인지하는 인지적 측면뿐만 아니라 내담자(또는 공간사용자)의 집단 무의식이나 내면에 잠재된 의식이 함께 고려되어 치유를 하는 정서적 측면과 이러한 두 측면에서 취하는 행동적 측면을 모두 고려하여 통합적으로 접근하고자 한다. 다음은 인테리어 테라피의 치료에 대한 각각의 사례들을 제시한다.

투 사스트라를 말함/ 출처, 맥스웰 길링엄 라이언 저, 김선아 역, 전개서, p.55

25) 최근 실내공간에 컬러 테라피, 사운드 테라피, 향기 테라피, 라이팅 테라피와 같은 심장의 요소들이 활용되고 있는 추세이기도 하다. 그러나 이것은 실내 공간에서 유발되는 다양한 스트레스 인자를 총체적이며 통합적인 테라피 측면으로 접근하지 않고 일부 요소에 편향되어 치료하는 것이다.

26) 게슈탈트 치료의 핵심 개념인 게슈탈트는 전체적인 지각적 형성/배열을 의미하며, 배경을 토대로 하여 통합적으로 상호작용하는 요소들로부터 형성된다. 게슈탈트 치료는 매 순간마다 개인의 가장 중요한 욕구가 의식의 전경으로 나오게 되는데서 출발한다/ 임정원, 게슈탈트 치료사례 질적연구를 통한 효과 및 의미연구-4단계 절차를 중심으로, 성심여대 박사논문, 2016. p.5

(1) 인지적 측면

인지적 측면은 사고 과정이 정서와 행동 방식에 영향을 미친다. 따라서 잘못된 사고, 신념, 개인의 세계관 등은 통합적 상담에서 반드시 다루어져야 한다. 인지적 접근의 인테리어 테라피는 사용자의 라이프스타일에 따라 교육하고, 대처하는 방법을 가르치고, 치료 장면에서 배운 것과 일상생활을 연결하는데 주안점을 둔다. 이러한 방법은 평면화된 폴라주 기법(27)을 통해 공간의 무드를 결정하고 1차적으로 치유의 과정을 거친다.

인지적 측면은 인테리어 테라피의 4가지 구성요소인 골격, 호흡, 심장, 머리 중 공간속에서 인지되는 감각에 대한 것으로 공간의 위치, 가구의 배치, 조명의 위치, 정리 등 호흡에 대한 요소들은 들어나지 않는다. 대체적으로 게슈탈트 심리의 기본적 입장인 ‘지금-여기’의 감정 체험과 지각에 대한 것들이 들어난다. 또한 공간에 대해 사용자가 느끼는 스트레스의 반응은 행동적, 생리적 반응들이 들어난 것으로 공간 사용자가 이용한 색상, 재료, 스타일 등에 대해 왜 그러한 것들을 사용했는지 상담을 통해 치유가 될 수 있다. 또한 이는 색상이나 재료의 변경, 공간 사용자에게 적합한 스타일을 제안함으로써 치유가 가능하다.



<그림 6> 인지적 측면의 인테리어 테라피 예시: 폴라주 기법을 이용한 인테리어 공간(카페)의 무드보드

위의 <그림 6>은 카페 공간을 체험한 내담자(또는 공간사용자)에게 그 공간에서 인지된 상황들을 무드보드로 표현하도록 한 것이다. 내담자가 인지한 골격의 요소는 벽면을 주로 표현하였고, 심장에서는 검정색과 철망, 모던한 스타일로 인지하였다. 이는 내담자(또는 공간사용

27) 폴라주는 20세기 초 파블로 피카소와 막스 에른스트에 의해 창안된 기법으로 잡지나 그림, 사진, 형질, 실 등의 재료를 있는 그대로의 모습이나 자신이 원하는 모습으로 오려서 붙이는 미술기법이다. 미술심리치료에서 주로 사용되는 폴라주 기법은 모래놀이 치료사들이 많이 애용하였으며, 최근에는 작업근로자나 청소년 상담, 부부간의 갈등문제 등 그 적용범위가 확장되고 있다. 폴라주 집단미술치료가 사무직 근로자의 직무 스트레스에 미치는 효과(안원주, 2010)에 의하면 폴라주 미술 기법을 통해 사무직 근로자의 직무스트레스 감소에 유의미한 효과적있는 것으로 발표되었다.

자)가 카페 공간에서 커피의 진한 맛과 브랜드가 주는 소녀의 감성을 동시에 인지한 것으로 나타났다.

대부분의 사람들이 카페하면 인지하는 것은 부드럽고 맛있는 갈색을 선택한다. 갈색은 정신적 고통을 감소시키고 행복 호르몬을 불리는 세르토닌의 합성을 촉진시킨다.<sup>28)</sup> 그러나 내담자가 표현한 카페공간의 무드는 주조색의 검정색과 보조색의 흰색, 강조색의 갈색을 표현되어 있다. 검정색은 식욕을 감소시키는 색이다. 검정색은 모든 빛을 흡수하는 색으로 감정이 나타나지 않는 대표적인 색이다. 검정은 어둠과 공포, 죽음과 절망을 나타내며 감정이 배제된 아래로 깊이 가라앉은 색으로 자신의 감정을 상대에게 들키고 싶지 않을 때 주로 사용한다.

이런 경우 인지적 측면에서 접근하여 인테리어 테라피를 치료한다. 인지적 측면의 상담에서는 사고의 측면을 주로 다루는데, 잘못된 사고를 다루는 기법으로는 소크라테스식 문답법, 자신과의 내적 대화와 논쟁, 인지적 재구성 등의 기법이 있다.<sup>29)</sup> 소크라테스식 문답법은 “실수를 하면 안된다.”라는 사고를 가지고 있다면 “실수를 안하고 어떻게 배우지?”라고 사고를 바꿔 나갈 수 있으며, 인지적 재구성 기법은 내담자가 새로운 사고방식과 자신의 말, 삶에 대한 새로운 가정을 학습하게 하는 방법을 사용할 수 있다.

<그림 6>과 같이 검정색을 주로 사용한 내담자(또는 공간 사용자)는 자신이 경험하고 인지했던 공간에서 스트레스 요인들에 대해 대화를 나누고 자유롭게 감정을 표출하도록 하여 치료해 나간다. 다음의 <표 5>는 인지적 측면의 인테리어 테라피 요소를 정리한 것이다.

<표 5> 안자적 측면의 인테리어 테라피 구성요소

인테리어 테라피의 구성요소	
골격	벽체, 철망 구조물
호흡	마주보고 있는 두 개의 1인체어
심장	주조색(검정), 보조색(화이트), 강조색(브라운) / 검정색 새장, 초코케익, 커피잔, 화이트 조명, 브랜드 로고, 검정색 벨벳 리본
머리	커피숍

(2) 정서적 측면

정서적 측면은 공간사용자가 그 공간에 대해 느끼는 것과 그 공간에서 신체로 표현하는 것을 통해 진실을 유추해 낼 수 있다. 감정표현을 촉진시키는 가장 좋은 방법 중 하나는 공간사용자가 현재의 상담과정에서 자신이 거주하거나 생활하는 공간 안에서 어떠한 경험을 하고 있는지에 대해 관찰을 하고 주목하게 하는 것이다.

정서적 측면은 내담자(또는 공간사용자)가 상황, 사건, 혹은 문제에 대해 이야기하기보다는 오히려 이 시점에서 느끼고 있는 정서적 경험을 다루도록 요구하는 방법이다. 이때 내담자는 흔히 불안이나 특이한 감정을 경험하게 되는데 특히 감정을 다룰 때 내담자는 저항을 드러내

28) 오승진, 미술치료, 심리상담사, 미술전공자를 위한 색채심리, 동문사, p.129

29) 이신동, 생활 속에서 만나는 라이프 심리학, 양서원, 2013, p.241

는 경우가 많다. 상담자는 내담자의 정서적 경험에 초점을 맞추어 내담자가 무엇을 생각하고 어떻게 행동하며 또 어떻게 방어하는지를 관찰한다.

정서적 측면을 다루는 심리치료 과정에서는 해결되지 않는 인생의 어떤 사건에 대해 감정을 표출하도록 하며, 적절한 시기에 적용이 된다면 감정의 표현은 내담자(또는 공간사용자) 스스로에게 정화작용과 통찰력을 갖게 하는데 효과적이다.

하나의 예로서, 2010년 SBS에서 방영된 <시크릿 가든>의 주인공 주현(배우:현빈)은 불안장애라고 불리는 폐쇄공포증을 알고 있었다. 폐쇄공포증은 밀폐된 엘리베이터나 협소한 공간, 비행기 탑승과 같은 특정 장소나 상황에서 발작되는 경우가 많다. 일부는 목이 죄이는 답답함과 옷을 입었을 때도 공포감이 발생하기도 한다. 땀이 난다던지, 혈압상승, 현기증, 심장박동 빨라짐, 호흡곤란, 떨림과 오한, 두통, 마비, 방향감상실 등 다양한 증상으로 드러나기에 치유해 나가는 것이 중요하다. 폐쇄공포증의 원인은 과거의 나쁜 경험으로 인해 발생하는 경우가 많다. 그래서 더더욱 스스로 나쁜 기억을 삭제해 가면서 긍정적인 기억으로 만들어 가는 것이 중요하다.

정서적 측면의 인테리어 테라피는 내담자(또는 공간사용자)의 과거적 시점이 중요하다. 스트레스를 불러일으키는 요인을 찾아 해결하는 것이 중요하다. 다음의 <그림 6>은 폐쇄공포증을 앓고 있는 주인공의 방을 골격(천장, 바닥, 벽, 창틀), 심장(색채, 재료, 스타일), 머리(공간의 용도)를 제시한 것이다. 특히, 불안감의 요소를 제거하기 위해 인테리어 테라피의 구성요소인 '골격'에 있어서 경계가 불분명하고 벽체나 바닥의 공간 분할이 제거되었다. 이는 일반적으로 '실내공간'이라함은 바닥, 벽, 천장으로 에워싸임의 공간이지만 공간사용자의 질병을 치유하기 위해 그 원인이 되는 요소를 디자인하는 단계에서 부터 고려한 인지적 측면의 인테리어 테라피 사례라 할 수 있다.



<그림 7> 정서적 측면의 인테리어 테라피 예시

정서적 측면의 상담에서는 내담자(또는 공간사용자)에게 이야기할 기회를 주고 그들의 말에 관심을 보이는

것만으로도 강한 정서적 반응을 일으킬 수 있다. 하지만 그것만으로 충분하지 않기 때문에 감정이 표출되고 난 후에는 정서에 내재된 인지적 측면을 반드시 다루어 줄 필요가 있고, 그 다음에는 행동으로 적절한 변환이 이어지도록 해야 한다.<sup>30)</sup> 다음의 <표 6>은 정서적 측면의 인테리어 테라피 요소를 정리한 것이다.

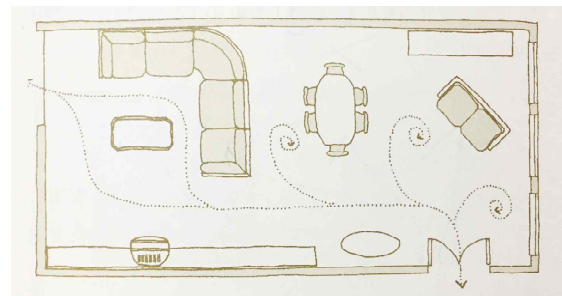
<표 6> 정서적 측면의 인테리어 테라피 구성요소

인테리어 테라피의 구성요소	
골격	경계가 없는 벽, 곡선을 강조한 바닥과 벽
호흡	복층구조의 거실, 벽이 오픈된 침실, 부엌
심장	주조색(화이트), 보조색(브라운), 강조색(연블루), 화이트 컬러의 소파와 테이블
머리	거실

### (3) 행동적 측면

행동적 측면의 인테리어 테라피는 인지적 측면과 정서적 측면의 치료과정이 진행된 이후 내담자(또는 공간사용자)의 행동을 판단하는 것이다. 이러한 행동적 측면의 인테리어 테라피는 구성요소 중 공간의 위치, 가구의 배치, 조명의 위치, 정리에 관한 '호흡'의 측면이 평가된다. 이는 실내 공간의 외적인 아름다움과 내적인 아름다움 중 두 가지를 모두 충족시킬 수 있는 중요한 요소가 된다. 맥스웰은 그의 저서 아파트 테라피에서 행동적 측면의 인테리어 테라피를 집안의 호흡으로 설명하였으며, 집안의 건강한 에너지의 흐름을 위해 각 공간의 가구나 잡동사니들의 '정리법'을 제시하였다. 다시 말하면, 각 공간을 관통하는 에너지의 흐름과 그 안에서 일어나는 활동을 위해 '어떻게 공간을 꾸미고 가구와 물건들을 정리하는가'가 그 집의 호흡에 해당한다.

행동적 측면의 인테리어 테라피는 사용하는 공간에 있어서 가구와 물건에 대한 정리법과 가구의 배치 및 사용자의 동선 흐름을 고려한 풍수지리 등이 대표적이다. 다음의 <그림 7>은 외관성으로는 보기 좋지만 부적절하고 동선에 흐름을 방해하는 가구의 배치로 공간 사용자에게 불편함을 주는 사례이다.

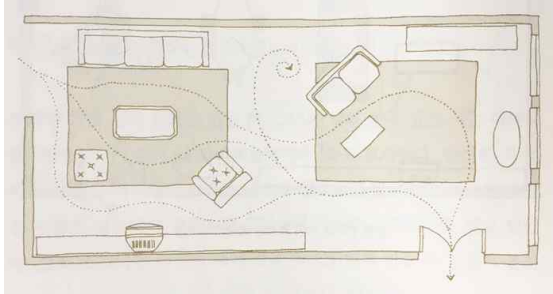


<그림 8> 행동적 측면의 인테리어 테라피 <적용 전>:  
한쪽 벽면만을 따라 흐르는 에너지의 흐름  
출처: 맥스웰 저, 김선아 역, 아파트테라피, 사이, 2012

30) 현명호, 유재민, 상담 및 심리치료의 통합적 접근 워크북, 서울: 시그마프레스, 2002, p.67 부분발췌



<그림 7>에 제시한 바와 같이 한쪽 벽면만을 따라 흐르는 에너지의 흐름은 인테리어 테라피의 구성요소 중 ‘호흡’을 통해 <그림 8>처럼 실내공간의 가구 배치와 동선 흐름으로 재구성하여 공간 전체로 에너지의 흐름을 골고루 분산시킬 수 있다.



<그림 9> 행동적 측면의 인테리어 테라피 <적용 후>:  
공간전체에 흐르는 에너지의 흐름  
출처: 맥스웰 저, 김선아 역, 아파트테라피, 사이, 2012

이러한 행동적 측면의 관찰 및 평가는 인지적 측면과 정서적 측면의 증추적 역할을 한다. 이는 내담자(또는 공간사용자)에게 스트레스를 발생시키는 요인을 제거하는 것이 충족되는 정도를 확인하고 재조정하기 위해 상담하는 전 과정에서 지속적으로 이루어져야 한다. 행동에 초점을 둔 인테리어 테라피의 상담은 행동적 문제를 가진 공간사용자에게 적용될 수 있다는 큰 장점을 가진다. 단순히 문제에 대해 이야기하는 것이 아니라 내담자(또는 공간사용자)의 행동을 변화시키기 위한 계획과 전략이 구체적으로 제시되고 해결되어야 한다.

행동적 측면의 인테리어 테라피에서 치료자는 공간사용자에게 감정의 정화나 그 역할을 강조하지 않는다. 또한 행동적 측면의 치료에서는 “행동의 변화가 그들에게 정말 도움이 되는가?”이다. 눈에 보이는 피상적 변화보다는 치료를 위한 정리법이나 가구배치의 요령 등 관련 교육이 함께 수반되어야 한다. 다음의 <표 7>은 행동적 측면의 인테리어 테라피 요소를 정리한 것이다.

<표 7> 행동적 측면의 인테리어 테라피 구성요소

인테리어 테라피의 구성요소	
골격	-
호흡	가구의 재배치
심장	-
머리	두 개의 용도로 분리된 거실

다음의 <표 8>은 세가지 측면의 인테리어 테라피 요소를 종합 정리한 것이다.

<표 8> 인테리어 테라피의 치료사레 종합정리표

인테리어 테라피			
스트레스 요인	생리적, 행동적 반응	생리적, 심리적, 행동적 반응	심리적 반응
치료요법	인지적 측면	정서적 측면	행동적 측면
	내담자의 지금-현재적 시점	내담자의 과거적 시점	내담자의 행동적 관찰
테라피의 구성요소	골격	벽체, 철망 구조물	경계가 없는 벽, 곡선을 강조한 바닥과 벽
	호흡	마주보고 있는 두 개의 1인체어	복층구조의 거실, 벽이 오픈된 침실, 부엌
	심장	주조색(검정), 보조색(화이트), 강조색(브라운) / 검정색 새장, 초코케익, 커피잔, 화이트 조명, 브랜드 로고, 검정색 벨벳 리본	주조색(화이트), 보조색(브라운), 강조색(연블루), 화이트 컬러의 소파와 테이블
	머리	커피숍	거실

## 5. 결론

본 연구는 불확실한 미래와 장기적인 경제 침체로 많은 스트레스와 불안 요소를 가지고 살아가는 현대인들에게 인테리어 디자인분야도 이제는 외적인 아름다움뿐만 아니라 내적인 아름다움까지 고려하여 디자인되어야 한다는 문제인식에서 출발하였다.

연구 결과, 테라피에 대한 국내연구는 아로마테라피, 컬러테라피, 푸드테라피가 주를 이루었고, 연도별로는 1988년 로고테라피를 시초로 하여 2000년 이전까지 아로마테라피를 중심으로 연구가 발표되었다. 또한 2000년 이후 2003년의 컬러테라피와 2008년의 푸드테라피가 새로운 심리치료연구 분야로 등장하였다. 그러나 공간디자인 분야에서는 컬러테라피 연구를 제외하고 실내공간에서의 테라피연구는 미비하였다. 최근 아파트 디자인에서 있어서 ‘아파트 테라피’라는 용어를 사용하여 외부공간의 단지에 테라피를 적용한 사례가 등장하고 있지만, 관련 용어의 정리 및 개념에 대한 고찰은 전무하였다.

이에 본 연구에서는 인테리어에 테라피 개념을 도입하여 인테리어 테라피에 개념을 고찰하였고, 인테리어 테라피의 치료적 측면으로서 인지적-정서적-행동적 세 가지 방안을 제시하였다. 첫째, 인테리어 테라피의 인지적 측면은 ‘지금-여기’의 현재적 관점에 기준을 두고 게슈탈트 심리치료의 관점에서 접근할 수 있다. 둘째, 정서적 측면은 내담자(또는 공간사용자)의 과거적 시점에 기준을 두고 융(Carl Jung)분석 심리치료의 관점에서 접근할 수 있다. 셋째, 행동적 측면은 인지적 측면과 정서적 측면의 증추적 역할을 하는 것으로 공간사용자의 행동적 시점에 기준을 두고 접근할 수 있다.

끝으로 본 연구는 인테리어 디자인분야에서 테라피 실효성의 가능성 탐색에 관한 기초적 연구이다. 따라서 후속 연구에서는 인테리어 테라피의 치료적 효과에 대한 유의미한 검증 및 실증적 자료에 대한 연구 과제를 기대

해 본다. 아울러 본 연구는 인테리어 디자인 관련분야에서 테라피에 대한 탐색적 연구로서의 가치가 있으며, 디자인 기획 및 교육과정 개발의 기초자료로서의 활용에 그 의의가 있다.

## 참고문헌

1. 맥스웰 길링햄 라이언 저, 김선아 역, 아파트 테라피, 사이, 2012
2. 심계기, 서울대학교 국어교육연구소 편, 우리말 유의어 대사전, (주)날말 어휘정보처리연구소, 2010
3. 오승진, 미술치료, 심리상담사, 미술전공자를 위한 색채심리, 동문사
4. 이신동, 생활 속에서 만나는 라이프 심리학, 양서원, 2013
5. 이진민, 김지인, 김영진, 박영란, 장미정, 정승영, 고등학교 실내 디자인, 서울특별시; 웅보출판사, 2014
6. 이현수, 건강과학개론, 중앙대학교 출판부, 1997
7. 장현갑, 강성균, 스트레스와 정신건강, 학지사, 2003
8. 현명호, 유재민, 상담 및 심리치료의 통합적 접근 워크북, 서울: 시그마프레스, 2002
9. 안원주, 콜라주 집단미술치료가 사무직 근로자의 직무스트레스에 미치는 효과, 평택대 석사논문, 2010
10. 임정원, 게슈탈트 치료사례 질적연구를 통한 효과 및 의미연구 -4단계 절차를 중심으로, 성심여대 박사논문, 2016
11. 정상숙, 힐링(Healing) 관광 구성요소의 중요도에 관한 연구, 청주대 석사논문, 2013
12. 삼성경제연구소, 힐링을 힐링하다: 힐링열풍의 배경과 발전방향, 2013.5.29 제897호
13. <http://terms.naver.com/entry.nhn?docId=2094122&cid=41991&categoryId=41991>
14. <http://dictionary.goo.ne.jp/jn/125269/meaning/m0u/>
15. [www.visualthesaurus.com](http://www.visualthesaurus.com)
16. <http://www.joseilbo.com/news/htmls/2016/08/20160812301389.html>
17. <http://terms.naver.com/entry.nhn?docId=1058524&cid=40942&categoryId=32824>

[논문접수 : 2016. 12. 28]

[1차 심사 : 2017. 01. 18]

[게재확정 : 2017. 02. 03]