



## 저작자표시-비영리-변경금지 2.0 대한민국

이용자는 아래의 조건을 따르는 경우에 한하여 자유롭게

- 이 저작물을 복제, 배포, 전송, 전시, 공연 및 방송할 수 있습니다.

다음과 같은 조건을 따라야 합니다:



저작자표시. 귀하는 원저작자를 표시하여야 합니다.



비영리. 귀하는 이 저작물을 영리 목적으로 이용할 수 없습니다.



변경금지. 귀하는 이 저작물을 개작, 변형 또는 가공할 수 없습니다.

- 귀하는, 이 저작물의 재이용이나 배포의 경우, 이 저작물에 적용된 이용허락조건을 명확하게 나타내어야 합니다.
- 저작권자로부터 별도의 허가를 받으면 이러한 조건들은 적용되지 않습니다.

저작권법에 따른 이용자의 권리는 위의 내용에 의하여 영향을 받지 않습니다.

이것은 [이용허락규약\(Legal Code\)](#)을 이해하기 쉽게 요약한 것입니다.

[Disclaimer](#)

경북대학교 문학치료학 박사학위논문

헤세 작품의 통합문학치료 콘텐츠 개발 및 실행연구

대학원 문학치료학과

조 희 주

2015년 12월

경북대학교 대학원

혜세 작품의 통합문학치료 콘텐츠 개발 및 실행연구

이 논문을 문학치료학 박사 학위논문으로 제출함

대학원 문학치료학과

조 회 주

지도교수 채 연 숙

조희주의 문학치료학 박사학위 논문을 인준함

2015년 12월

위원장 \_\_\_\_\_ (인)

\_\_\_\_\_ (인)

\_\_\_\_\_ (인)

\_\_\_\_\_ (인)

\_\_\_\_\_ (인)

경북대학교 대학원위원회

## 헤세 작품의 통합문학치료 콘텐츠 개발 및 실험연구

조 희 주

경북대학교 대학원 문학치료학과  
(지도교수 채 연 숙)

### 초 록

본 연구는 ‘쓰는 자는 남는다(Wer schreibt der bleibt)’는 문학의 본질을 토대로 하며 인간이 가진 창의성과 자발성, 그리고 치료적 통합이 서로 유기적으로 작용한다는 통합문학치료학을 이론적 근거로 한다. 또한 본 연구에서는 헤세를 그러한 삶의 전형으로 삼고, 그의 삶과 그의 인물들이 보이는 정신병리적 삶과 정신건강학적 삶 사이에 유리된 병인이 무엇인지를 탐색하였다. 물론 그러한 탐색의 목적은 헤세의 작품 전반에 각인된 자가 치유적 활력(Self-therapeutic Resource)을 찾아서 임상에 적용하는 것이다. 이에 본 연구의 최종목표는 헤세 문학작품에 내재된 치유적 활력을 임상에 적용하여 이를 필요로 하는 참여자들을 두루 돕는 데 있다.

이런 맥락에서 본 연구에서는 첫째, 통합문학치료적 삶의 전형인 헤세의 삶 전반과 그의 인물들을 치료적으로 살펴보는 일이 전제되었으며, 둘째, 궁극적으로 그의 인물들이 보이는 치유적 삶의 여정이 실제 임상에서는 어떻게 적용될 수 있는지, 그 치료적 의미는 무엇인지를 찾아가는 작업이 요구되었다. 그러한 연구 목표에 도달하기 위해 본 연구자는 본 논문에서 그간의 이론적 연구를 임상현장으로 가져가 그 전반에서 적용한 과정, 즉 헤세 문학을 치료적으로 활용한 프로그램과 치료 공감정도에 대한 결과를 참여자들의 치료적 실험 텍스트를 근거로 제시하고자 한다.

현대인의 삶을 건강하게, 행복하게 영위하기 위해서 인문 콘텐츠의 발굴 및 임상적용은 필수불가결한 과정이다. 그 중에서도 치유 및 치료로서의 문학은 인문콘텐츠의 활용영역 가운데에 있으며, 그 가능성을 확인하고 검증하는 것이 본 연구의 의의라 하겠다. 정신건강 영역에서 인문학의 기여를 목표로 한 구체적인 연구내용은 다음과 같다.



첫째, 헤세의 치유적인 삶의 방식과 생활환경을 체험하기 위한 선행과제로 현장방문과 문헌조사를 실시하였으며 한국헤세학회의 헤세관련 논문 읽기를 하였다.

둘째, 문학치료적인 작품 읽기를 통해서 병리적인 삶과 건강한 삶 사이에 유리된 병인을 찾아보았으며, 통합문학치료 프로그램 개발을 위한 요소로 활용하였다.

셋째, 헤세와 그의 작품을 활용한 통합문학치료 콘텐츠를 조현병 환자들에게 적용해 보고 그 과정에서 참여자가 헤세의 텍스트와 삶에 대해 정서적 공감을 하는지, 그리고 공감의 표현을 하게 되는지를 관찰하였다.

넷째, 헤세와 그의 작품을 활용한 통합문학치료 콘텐츠를 조현병 환자들에게 적용했을 때, 그들이 상호공감나누기의 과정을 경험하는지, 그것이 참여자들에게 어떤 의미로 다가가는지를 탐색하였다.

다섯째, 헤세와 그의 작품을 활용한 통합문학치료 콘텐츠는 조현병 환자들이 심신의 조화(BPS-Modell)를 이루는데 어떻게 기여하는지, 참여자의 지속적인 치유의지를 북돋우기 위해서 보완해야 될 부분은 무엇인지를 찾아보았다.

연구 실행에 대한 결과를 보여주기 위해서 본 연구자는 논문을 이론과 임상실습으로 구분하였다. 이론에서는 헤세의 삶 전반을 살펴보고, 작품읽기를 하였다. 먼저 『크눌프』를 건강학적 관점으로 읽었으며 그 결과 문학치료에서 말하는 건강한 삶의 모습을 크눌프의 삶에서 발견할 수 있었다. 어느 한 쪽으로 치우쳤거나 어긋나 있는 BPS의 균형을 이루어 가는 여정이 바로 문학치유적인 삶의 모습이며, 크눌프를 문학치료에서 말하는 건강한 인물이라 할 수 있다. 다음으로 『수레바퀴 아래서』와 『페터 카멘친트』의 두 주인공을 대비되는 인물로 바라보았다. 『수레바퀴 아래서』의 한스를 문학치료사의 적극적인 치료적 개입(Intervention)이 필요한 참여자로 보았으며, 페터 카멘친트를 한스가 가진 아픔을 극복하고 스스로 치유적 삶을 발견해가는 참여자의 유형으로 간주하였다. 또한 이 두 인물의 삶이 다른 결말로 이르게 된 원인과 전환점을 ‘일상에서의 애도가 필요한 상황’에서 찾을 수 있었다. 죽은 사람에 대한 애도 뿐 아니라, 일상생활에서 주체적인 이별이 이루어질 때 또 다른 만남도 가능하게 됨을 알 수 있었다. 일상에서의 애도작업은 상처받은 영혼에는 위로를, 관계에서는 용서와 화해를 가져올 수 있으며 궁극에는 언어적 자기보상이 되어서 삶에 대한 활력으로 이어짐을 발견하였다.

이렇게 혜세의 초기 작품을 집중 분석 작품으로 선택하였다. 그 속에서 건강한 삶의 모형 즉 인간이 가진 ‘창의성과 자발성을 살리는 문학적 활동’들을 주요 치유효력으로 콘텐츠화 하였으며, 자발적이고 주체적인 ‘일상에서의 애도작업’도 의미 있는 통합문학치료 콘텐츠가 되었다. 집중읽기를 한 작품은 이 세 작품이지만 혜세의 삶 전반에서 ‘자가 치유효력’을 발견할 수 있었으며 임상적용에서는 그의 후기작품들도 ‘치료매체’로 활용하는데 있어서 충분히 가치 있는 치료 도구임을 확인하였다.

이런 과정으로 발굴한 혜세와 그의 작품 속 치유효력을 통합문학치료 프로그램으로 구조화하여 임상에 적용해 보았다. 임상대상자는 대구에 소재한 OO병원 정신건강의학과 개방병동의 조현병 환자들이다. 2014년 1월부터 현재까지 주 1회씩 문학치료 프로그램을 진행하고 있으며 그 중 30회기를 본 연구의 임상적용에 따른 변화와 의미를 찾는데 활용하였다. 문학치료프로그램 참여자 26명 중, 주요 진단명이 조현병이며 10회 이상 참여한 사람을 일차 대상으로 정했으며, 그 중 3회 이상 연속적으로 결석한 경우에는 최종 분석대상자에서 제외하였다. 이러한 선정 기준으로 총 4명을 연구 분석 대상으로 정하게 되었다.

연구자는 본 연구를 위한 계획과 콘텐츠 개발, 임상적용과 결과에 이르기까지 전 과정을 질적 연구의 실행연구 전략에 맞추어 설계하고 진행하였으며, 임상대상자 관찰과 결과 분석, 자료 제시 방법은 해석학적 현상학의 인간과학 연구방법론을 따랐다. 이는 조현병에 대한 문학치료적 접근이 완치의 개념보다는 예방과 재발 방지에 있으며, 그러한 과정을 보여주기에 질적인 연구 방법이 적합하다고 생각되었기 때문이다. 또한 연구자는 양적인 지표들이 정신과적 문제를 가진 환자들의 삶의 변화를 민감하게 측정하기에는 한계가 있다는 것을 연구자의 이전 연구를 통해 실감했다.

임상대상자는 모두 조현병 진단을 받은 환자이지만 그들 삶의 고통의 원인과 조현병의 원인, 병에 대한 자각 정도는 모두 다르다. 아울러 문학치료에서는 병리적인 관점이 아닌 정신건강학적 시각으로 인간을 바라보므로 구조화된 진단지를 사용하여 사람의 마음의 변화를 수치로 측정하는 그 자체를 허용하지 않고 있다. 그럼에도 불구하고 문학을 활용한 통합문학치료 프로그램의 치료효과를 보여주기 위해서 본 연구에서는 건강한 인간의 기준인 BPS-Modell과 참여자간에 상호공감체험을 하기까지

의 공감정도 및 인식변화 과정을 관찰준거로 하였다.

헤세의 삶과 그의 문학을 활용한 통합문학치료 콘텐츠를 개발하고 임상에 적용한 연구결과는 다음과 같다.

첫째, 헤세의 삶을 들여다보고 헤세의 작품 속 인물을 분석하는 과정에서 연구자는 치유적인 삶을 실천하고 있는 헤세의 모습을 만날 수 있었다. 이것은 치유적인 삶이란 무엇이며 어떻게 살아가야 할 것인지를 고민하는 사람들에게 하나의 지침이 될 수 있다.

둘째, 헤세와 그의 작품을 활용한 통합문학치료 콘텐츠를 조현병 환자들에게 적용했을 때, 참여자는 텍스트에 대한 정서적 공감 뿐 아니라, 참여자간의 상호공감나누기도 가능하게 되었다. 그들은 공감작용을 통해서 심신의 균형을 이루어 가고 있었다.

셋째, 통합문학치료 프로그램 참여자들은 병원에서의 약물치료와 재활치료 뿐 아니라 사회인으로 살아가는 자신을 상상하게 되었으며, 현실적인 계획을 세우고 노력하기 시작하였다.

본 연구의 임상에서 활용한 매체 또한 대부분 헤세 작품에서 추출한 것이었으며 헤세의 치유적인 삶의 방식을 응용하여 적용하였다. 이것은 본 연구가 가진 특별한 의의 중 하나로, 인문학의 정신건강학적 기여에 첫 단추를 끼웠다고 하겠다. 다시 말해서 문학 활동을 통해서 스스로 치유할 수 있었던 작가의 삶의 방식과, 문학 텍스트가 가진 치유력을 실제 임상에 적용한 첫 번째 연구라는 의의를 가진다.

그동안 작가의 생애를 연구하거나 특정 작품을 하나의 관점으로 연구한 논문, 문학이 가진 치유력을 고찰하는 연구논문은 많았으나 특정 작가의 생애와 작품을 분석하고 그것에서 발굴한 콘텐츠를 실제 생활에 적용하여 효과를 검증하는데 까지 이어진 연구는 전무후무하다. 본 연구가 문학이 가진 치유력을 활용하여 건강한 사람을 더욱 건강하게 살아가도록 방향을 제시하는 것 뿐 아니라, 심신의 균형을 잃은 사람들이 이전의 활력을 찾아가도록 도움을 주는 하나의 표본이 되기를 바란다.

본 연구를 진행하면서 몇 가지 아쉬웠던 부분과 추후 연구를 위한 제안을 하고자 한다. 이에 대해서는 연구자 또한 후속 연구를 계획하고 있지만 질적 연구의 이점을 살려서 더욱 더 열린 관점에서의 다양한 시도들이 이어지기를 기대한다.

첫째, 이 연구를 시작으로 하여 기존의 문학텍스트를 참여자의 인지·정서의 발달

정도에 따라 다양하게 변형하여 적용할 수 있도록 체계적인 데이터 구축이 절실하다. 각각의 텍스트에 대한 다양한 활용 방법, 참여자의 반응, 보완할 점, 적용가능 대상 등을 상세하게 기록한 데이터 구축이 필요하다.

둘째, 다른 작가와 작품에 대한 분석도 하여 다양한 삶의 치유콘텐츠를 개발하는 후속작업이 필요할 것이다. 문학이 가진 치유력은 누구나 알고 있지만 기존의 문학텍스트 분석은 주로 문학 해석 위주의 연구패러다임을 형성하고 있었다. 본 연구를 기점으로 하여 문학치료적 읽기 뿐 아니라, 치료학 영역으로의 수용과 임상 실용화 작업이 좀 더 적극적으로 이루어지기를 바란다.

셋째, 조현병 환자들이 문학치료 프로그램에 지속적으로 참여할 수 있도록 자발적인 동기부여 방안을 강구해야겠다. 약물복용은 정신건강의학과에서 치료 받고 있는 환자들에게 필수 사항인 반면, 심리상담 프로그램 참여는 환자의 자율의사에 맡긴다. 따라서 장기적인 치료체험과정이 요구됨에도 불구하고, 단기나 일회성 치료 체험으로 끝나는 경우가 많다. 조현병은 완쾌되기는 어려우나 참여자의 치료의지가 강해서 쉽게 나왔다고 생각하는 경우도 있다. 그들의 심신이 안정될 때까지 지속적인 참여를 할 수 있도록 문학치료사와 의료계의 협력이 이루어지기를 바란다.

넷째, 연구자는 이러한 문제점들을 하나씩 해결해 가기 위해서 문학치료사들 간의 동료실습과 치료 프로그램의 교류 뿐 아니라, 현장 적용을 위한 치료사의 봉사정신이 요구된다고 본다. 그리고 정신건강의학 관련 담당자(정신과 의사, 심리상담사, 사회복지사, 간호사 등)와 문학치료사들 간의 간담회 및 치료 전반에 관한 토의가 반드시 수반되어서 문학치료가 한걸음 더 적극적인 치료 방법으로 자리매김하기를 바란다. 연구자 또한 본 연구를 시작으로 보다 열성적으로 노력할 것이다.

▶ 핵심어: 통합문학치료, 문학치료, 헤르만 헤세, 언어적 보상, 상호공감나누기, 정신건강학, 조현병, 질적 연구, 해석학적 현상학 분석, 실행연구

## 목 차

### I. 서론

1. 연구의 필요성 .....	1
2. 연구 목적과 내용 .....	4

### II. 이론적 배경

1. 통합문학치료 .....	9
1) 건강학적 관점에서 본 ‘새로운’ 인간상 .....	10
2) 치유로서의 위로와 언어적 보상 .....	14
3) 공동연대를 근거로 한 치유 공감 .....	18
2. 정신의학적 관점에서의 조현병의 정의와 접근 .....	21
1) 조현병의 원인과 증상적 특징 .....	21
2) 통합 재활 치료의 필요성과 의미 .....	24
3. 치유 모델로서의 헤세의 삶 .....	27
1) 치료로서의 삶: 왜 헤세인가? .....	27
2) 콘텐츠 개발에 사용된 작품 소개 .....	33
4. 연구의 방법론적 배경 .....	39
1) 질적 연구 .....	39
2) 해석학적 현상학 .....	42
3) 연구자의 위치 .....	46

### III. 연구 방법

1. 연구 설계 .....	49
1) 예비 연구 .....	49
2) 실험연구 설계 및 방법 .....	51
2. 연구 현장 및 참여자 .....	54

1) 연구 환경 .....	54
2) 대상자 소개와 평가 기준 .....	56
<b>3. 임상적용 절차 .....</b>	<b>65</b>
1) 회기별 프로그램 구성과 활용매체 선정 .....	65
2) 통합문학치료 콘텐츠 적용과 프로토콜 작성 .....	69
3) 병원 관찰일지 분석과 개별면담 .....	71
<b>4. 자료 수집과 분석 .....</b>	<b>73</b>
1) 자료 수집 .....	73
2) 자료 분석 .....	77
<b>5. 자료의 진실성과 연구자 윤리 .....</b>	<b>81</b>

#### IV. 연구 결과 1: 혜세의 삶과 작품을 활용한 통합문학치료 콘텐츠

<b>1. 건강한 삶의 모델로서의 혜세, 혜세의 인물 .....</b>	<b>84</b>
1) 좋은 시절, 잠재된 삶의 긍정 .....	85
2) 창의적인 삶, 치유적 힘 .....	88
<b>2. 일상에서의 애도작업과 삶의 활력 .....</b>	<b>91</b>
1) ‘상처받은 그들’ .....	91
2) ‘상처받은 그들’을 위한 이별의식 .....	96
<b>3. 나 자신에게 이르는 길 .....</b>	<b>98</b>

#### V. 연구 결과 2: 통합문학치료 프로그램 활용방안과 실행

<b>1. 통합문학치료 프로그램 구조화와 준비 .....</b>	<b>102</b>
<b>2. 텍스트 활용방법과 실행 .....</b>	<b>106</b>
1) 삶의 파노라마 .....	106
2) 나, 그리고 세상 .....	111
3) 표현 된 나의 삶 .....	115
4) 치유체험 .....	118
5) 치유공감 .....	121

6) 삶에 대한 새로운 의미 발견 .....	125
7) 다시 세상으로 .....	129
8) 유년과의 진정한 화해 .....	132
9) 위로와 위안의 말 .....	135
10) 다시 함께 살아가기 .....	138
<b>3. 헤세 텍스트의 특징과 활용시 유의점 .....</b>	<b>142</b>
1) 헤세 텍스트의 특징 .....	142
2) 헤세 텍스트 활용시 유의점 .....	147

## **VI. 연구 결과 3: 통합문학치료 콘텐츠 적용과 의미**

<b>1. 참여자의 치유과정 읽기 .....</b>	<b>150</b>
1) 세상을 향해 놓여 있는 신발 .....	151
2) 여러 가지 색깔의 기분 좋음 .....	172
3) 마음이 기뻐서 얼굴도 웃어요 .....	185
4) 목소리를 찾은 인어공주, 네잎 클로버 .....	196
5) 프로그램 참여 전과 후의 BPS-Modell에 준거한 변화 .....	204
<b>2. 그룹연대감을 토대로 한 공감정도와 인식변화 과정 .....</b>	<b>207</b>
1) 참여자의 공감체험 단계 .....	207
2) 참여자의 공감체험과 의미읽기 .....	212
3) 프로그램 참여 전과 후의 공감정도와 인식변화 .....	227
<b>3. 프로그램 참여 그 이후의 모습 .....</b>	<b>230</b>

## **VII. 결론과 시사점**

<b>1. 연구결과와 시사점 .....</b>	<b>232</b>
<b>2. 연구의 방법적 한계와 반성 .....</b>	<b>236</b>
<b>3. 후속 연구 필요성 .....</b>	<b>237</b>

참 고 문 헌 .....	240
---------------	-----

부 록 .....	247
-----------	-----

영 문 초 록 .....	306
---------------	-----



## 표 목 차

표 1. 정신의학 용어편람에 따른 진단명과 일반적 특징 .....	57
표 2. 최초 면담시의 행동특징 및 연구자가 관찰한 참여자의 문학적 활동 수준 .....	59
표 3. BPS-문학치료 체크리스트에 근거한 참여자 초기 관찰 .....	61
표 4. 공감정도 체크리스트에 근거한 참여자 초기 관찰 .....	64
표 5. 회기별 프로그램 구성:1-15회기 .....	66
표 6. 회기별 프로그램 구성:16-30회기 .....	67
표 7. 통합문학치료 프로그램 활동 장면 및 참여자의 작품활동 텍스트 .....	109
표 8. 통합문학치료 프로그램 활동 장면 및 참여자의 작품활동 텍스트 .....	110
표 9. 통합문학치료 프로그램 활동 장면 및 참여자의 작품활동 텍스트 .....	114
표 10. 통합문학치료 프로그램 활동 장면 및 참여자의 작품활동 텍스트 .....	123
표 11. 통합문학치료 프로그램 활동 장면 및 참여자의 작품활동 텍스트 .....	124
표 12. 통합문학치료 프로그램 활동 장면 및 참여자의 작품활동 텍스트 .....	127
표 13. 통합문학치료 프로그램 활동 장면 및 참여자의 작품활동 텍스트 .....	136
표 14. 통합문학치료 프로그램 활동 장면 및 참여자의 작품활동 텍스트 .....	137
표 15. 통합문학치료 프로그램 참여자의 작품활동 텍스트 .....	139
표 16. 치료프로그램 체험일화 기술 표 (체험회기3~30) .....	152
표 17. 치료프로그램 체험일화 기술 표 (체험회기11~30) .....	172
표 18. 활용 된 헤세 텍스트와 창작 텍스트 _ 아름다운 쉼표를 찍다 .....	177
표 19. 활용 된 헤세 텍스트와 창작 텍스트 _ 힘겹게 투쟁하여 알에서 나오다 ...	182
표 20. 활용 된 헤세 텍스트와 창작 텍스트 _ 삶을 연주하다 .....	183
표 21. 치료프로그램 체험일화 기술 표 (체험회기12~21, 개별면담 2회) .....	185
표 22. 활용 된 헤세 텍스트와 창작 텍스트 _ 사랑을 향한 동경이 피어나다 .....	190
표 23. 활용 된 헤세 텍스트와 창작 텍스트 _ 삶을 향한 의지가 싹트다 .....	194
표 24. 치료프로그램 체험일화 기술 표 (체험회기4~10, 개별면담 4회) .....	196
표 25. 통합문학치료 프로그램 주제 및 공감체험 단계 .....	210
표 26. 사진자료-참여자들의 활동 모습 .....	230

## 그 립 목 차

그림 1. 문학치료 조현병 참여자들을 위한 통합 재활 요인들 .....	25
그림 2. 문학치료사 & 연구자로서의 현재 .....	48
그림 3. 통합문학치료 콘텐츠 개발 및 임상적용을 위한 연구 설계 .....	52
그림 4. 회기별 문학치료 프로그램 과정 .....	69
그림 5. 임상현장에서의 치료사의 일정 .....	71
그림 6. 헤세의 삶과 문학에 관한 치유경험 질문지 .....	76
그림 7. 주제 분석 과정_전체읽기를 통한 체험 텍스트 발췌 .....	79
그림 8. 주제 분석 과정_한 텍스트 반복읽기를 통한 소재 찾기 .....	79
그림 9. 연구기관 동의서 .....	81
그림 10. 참여자 동의서 .....	82
그림 11. BPS 균형을 위한 크눌프의 치유작업 .....	88
그림 12. 건강한 심신의 상호통합 모델-BPS 불균형의 원인 .....	93
그림 13. NF vs PF 분석을 통한 MR 작업 .....	96
그림 14. 헤세와 작품 속 인물의 치유 작업 .....	98
그림 15. 통합문학치료 프로그램 구조화 과정에서의 치유요소 .....	100
그림 16. IPB-Hesse 콘텐츠 목록화 과정 .....	103
그림 17. 프로그램 참여 전과 후의 BPS-Modell에 준거한 변화 .....	204
그림 18. 문학치료의 공감작용과 인식단계 .....	208
그림 19. 프로그램 참여 전과 후의 공감정도와 인식변화 .....	227

# I. 서론

## 1. 연구의 필요성

2004년 우리나라에 문학치료가 수용된 이래로 문학치료는 우리나라 정신건강의 한 영역으로 자리매김하고 있다. 하지만 문학치료학의 수용 역사에 비해서 정신건강정책 차원의 지원이나 문학치료 임상적용은 턱없이 부족한 실정이다. 연구자는 정신건강영역에서 문학치료의 입지를 확고히 하기 위해서 문학치료 이론을 여러 현장에서 적용해 보고, 이론과 실재를 연결하는 토대연구가 필요하다고 보았다. 뿐만 아니라 21세기 현대사회는 규정하기가 힘들 정도로 복잡하고 빠르게 변하고 있다. 현대인들은 ‘어떤 삶을 추구해야 되며 어떤 사람이 건강한 사람인가? 내가 속해 있는 삶에 대해서 어떤 목적지를 가질 수 있으며, 그 기준은 무엇일까?’ 그러한 것에 대한 답변을 찾지 못해서 불안을 느끼며 때로는 그 기준이 너무 넘쳐나서 힘들어한다. 이에 연구자는 건강한 삶이란 무엇이며 건강한 삶을 위해 우리가 관심 가져야 할 삶의 태도와 가치는 무엇인지를 탐색하고자 한다. 그 첫 번째 절차로 삶에 대한 다양한 해석과 문제를 자연과학과 인간과학적 측면에서 살펴보았으며, 연구자는 여러 학자의 이론 중 ‘위험사회’와 ‘피로사회’라는 의미규정에 주목하게 되었다.

사회학자 울리히 벡(Ulrich Beck)은 현대를 ‘위험사회(Risk Society)’로 보고 그에 대한 구체적인 대안이 국가차원에서는 물론 개인차원에 이르기까지 모색 되어져야 함을 강조한다. 산업사회 이후, 인간의 힘으로 불가능한 것은 없을 것이라는 기대를 주었던 근대화의 산물들이 수명을 다해가고 있다. 대부분의 위험상황은 예측할 수 있음에도 불구하고 나한테는 일어나지 않을 것이라는 안이한 생각과 누군가가 대책을 마련 할 것이라는 막연한 희망으로 인해 심각한 인재(人災)를 발생시키고 있다(Beck, U, 2006, pp. 52-53). 현대는 굶주림이 아닌 비만이, 결핍이 아닌 과잉이 또 다른 문제로 주목받고 있으며, 이러한 상황에서 현대인에게는 앞만 보고 달리던 걸음을 멈추고, 돌아보고 성찰하는 자세가 요구된다.

철학자 한병철은 현대를 과잉긍정사회, 피로사회로 규정한다. 21세기의 상황은 부

정성이 아닌 긍정성의 과잉으로 인해 피곤해하고, 지나친 개발, 지나친 공부, 과도한 업무, 과도한 자기채찍으로 에너지가 소진되며 한시도 쉬어가거나 중단하지 못함으로 인한 질식이라는 병리적 상태를 만든다. 너무 많은 것을 하고 싶고 너무 많은 것을 잘하고 싶음으로 인한 ‘긍정성의 과잉’이 낳은 문제로 허덕이는 사회이다. 낯선 것에는 경계선을 긋고 이질적이라는 이유만으로도 공격과 방어를 하던 지난 세기에 비해서는 확연히 달라졌으나, 스스로를 경영하고 성과의 주체로만 살아가야하는 21세기의 인간은 점차 우울증 환자가 아니면 스스로 낙오자가 되는 상황에 놓여있다(한병철, 2012, p. 24).

이와 같이 ‘위험사회’와 ‘과잉긍정사회’가 만들어 낸 부정적인 양상들은 여러 가지 통계 결과로도 가시화되고 있다. 2012-2014년 세계행복지수 조사 결과에 따르면 우리나라는 사회적 지원, 건강한 삶에 대한 기대치, 삶에 대한 선택의 폭을 포함하는 내용에서 조사대상 106개국 중 47위(World Happiness Report, 2015), 인구 10만 명당 자살률은 28.9명으로 170개국 중 2위(World Health Organization, 2015)를 차지하였다. 이런 세계적인 불명예 뿐 아니라, 우리 정부의 실태조사 결과는 정신병이 서서히 ‘국민 질병’으로 자리 잡아 가고 있음을 보여준다. ‘2011년 정신질환 실태 역학조사’에서, 우리나라의 18세 이상 성인 중 정신질환 평생 유병률은 전체인구의 27.6%로 나타났으며, 16%는 지난 1년간 한 번 이상 정신질환을 앓은 적이 있는 것으로 조사되었다. 또한 자살시도자의 75.3%에서 하나 이상의 정신질환을 경험한 것으로 나타나, 정신질환과 자살행동에도 밀접한 관계가 있음을 확인할 수 있다(조맹제 등, 2012).

더 잘 살아보려고 계발하고 더 행복하려고 노력했지만 외적인 성장과는 달리 21세기는 상식이 없는 시대, 규범이 통하지 않는 시대, 예측할 수 없는 시대, 정의가 없는 시대, 따라가지 못해서 불안한 시대, 브레이크가 없는 시대라는 꼬리표가 붙게 되었다. 이제 우리에게는 물리적인 해결책이 아닌, 삶을 바라보는 새로운 시각이 절실하다. 현대사회에 사는 우리는 스스로를 지키고 스스로 치유하면서 살아야 되며 그러기 위해서는 삶 자체가 치유적이어야 한다. 사람이 사람답게 살아가기 위해서는 기계나 기술이 할 수 없는 부분이 있다. 최근 들어 산업, 첨단과학, 의학, IT산업의 중심에 인문학의 자리가 절대적으로 필요함을 느끼고 융합을 시도함에도 불구하고, 인문학과 자연과학의 만남은 여전히 조화롭지 못하다. 연구자는 인문학의 중심에 문학이 있으

며 그 문학을 삶의 실천영역으로 이행할 수 있는 것이 바로 통합문학치료라 생각한다. 문학과 삶을 잇는 교량이 본 논문에서 통합문학치료의 역할이자 위치라 하겠다.

정신건강의학과와 진단을 받은 환자를 포함해서 현대인에게는 물리적인 해결책 뿐 아니라 자신이 처한 위험상황에서의 주체적인 결정권, 위기상황을 겪은 후 스스로 극복하여 일어설 수 있는 복원력, 즉 내적인 힘이 더욱 절실하다. 덧붙여서 우리는 마음을 들여다보는 작업을 스스로 해 나가면서 나 혼자가 아니라 주위의 동료들과 손을 잡을 수 있을 때 불안과 위기를 극복할 수 있다. 인간 본연이 가진 창의성으로 스스로 치유할 수 있게 하는 것, 긍정적인 선체험의 기회를 강화시킬 수 있는 심리치료적 접근이 바로 통합문학치료이며, 인간이 가진 내적 치유력과 창의성을 북돋우기 위한 근원적인 활력을 담고 있는 것이 바로 문학인 것이다.

이에 본 연구자는 시대와 사회, 가족에 기인하는 어려움을 문학이라는 매체와 문학치유적인 삶을 통해서 극복한 헤르만 헤세와 그의 작품 속 인물들에 주목하게 되었다. 본 논문은 이러한 이론적 근거를 토대로 헤세의 작품 속에서 통합문학치료 콘텐츠를 개발했으며<sup>1)</sup> 그것을 임상현장에서 적용한 과정과 결과를 보여 줄 것이다. 이를 통해서 인문학의 현장 적용의 의미와 가치를 찾고자 한다.

---

1) 본 논문에서는 이를 포함한 통합문학치료 실습 프로그램 전반을 **IPB-Hesse**(Integrative Poesie- und Bibliotherapie-Hesse; Integrative Poetry & Bibliotherapy-Hesse)라 하였다.

## 2. 연구 목적과 내용

본 연구의 목적은 삶으로의 치유, 치유적인 삶을 살아가기 위한 하나의 지표를 마련하는 것이다. 본 연구에서는 헤세와 그의 작품을 통해서 정신병리적 삶과 정신건강학적 삶 사이에 유리된 병인이 무엇인지를 탐색해보고자 하였다. 물론 그러한 탐색의 배경은 헤세의 작품 전반에 각인된 자가 치유적 활력을 찾아서 그것을 통합문학치료 콘텐츠(contents)로 활용하는 것이다.

콘텐츠는 문자나 영상, 소리 등의 정보를 제작하여 사용자에게 제공하는 내용물이다(한국콘텐츠진흥원, 2003; 김기덕, 2003 재인용). 이 개념에 의거한 본 논문의 콘텐츠 개발은 ‘헤세 작품 속에서 통합문학치료라는 새로운 형식이 요청하는 새로운 내용을 발굴 해 내는 것’을 의미한다. 통합문학치료가 요청하는 ‘새로운 내용’이란 문학치료의 치료철학을 배경으로 하고, 그것을 인간의 삶 속에서 실천할 때 필요한 프로그램의 구성요소 전반을 의미한다. 헤세 작품은 통합문학치료 콘텐츠의 자원, 즉 소재가 된다. 문학의 치유력이 좀 더 적극적으로 정신건강 영역에서 활용될 수 있도록 하는 인문학의 실천이 본 연구에서 콘텐츠 개발을 하는 이유이다.

심신의 균형 있는 건강성에 토대를 둔 통합문학치료의 장은 치료사가 참여자들로 하여금 다양한 삶의 모습들을 살아가고 재현하게 하는 공간이다. 따라서 치료 프로그램에 참여하는 동안 참여자는 다양한 매체들의 자기 경험을 통해 심층의 ‘소리들’을 경우에 따라서는 말(Words)과 몸의 이미지(Body Performance)로 들을 수 있다. 궁극적으로 치료는 개인의 변화를 스스로 이루어 나가는 것으로 참여자 스스로가 선택해서 스스로에게서 시작된다고 보는 것이다. 연구자는 이러한 삶을 살아 온 모델로 청소년기에 읽었던 헤르만 헤세의 작품 속 주인공을 떠올렸으며, 헤세와 그의 인물이 겪었던 삶의 체험들은 현대를 살아가는 데도 길잡이가 된다고 생각했다. 또한 삶에 대한 아픔을 문학을 통해서 표현하고 그 과정 속에서 치유적 삶을 실천한 헤르만 헤세 자체도 그의 작품 속 인물과 다르지 않았다.

연구자가 헤세와 헤세문학을 연구하는 데는 또 다른 이유가 있다. 헤세 문학은 많은 독자층을 가지고 있다. 헤세작품이 우리글로 번역되어 출판되던 1970년대의 청소년이라면 청소년기에 한번쯤 읽고 동일시했던 경험이 있다. 본 논문을 준비하면서 연

구자는 ‘헤세와 헤세의 작품이 지닌 치유 경험’에 관한 서술식 설문조사를 실시하였다. 그 결과, 성장기의 갈등과 고민을 자전적으로 엮은 『수레바퀴 아래서』를 읽으면서 많은 청소년들이 한스의 삶에 공감했으며 위로 받았음을 알 수 있었다. 『데미안』은 질풍노도의 시간을 거치는 이들에게 충격과 반성의 시간을 주었으며, 인간 본성과 삶의 본질에 대해 생각해 보는 기회가 되었다. 혼란의 시기를 조금 떨어져서 바라보고 여유를 갖게 하는 독서텍스트로는 『크눌프』와 『유리알 유희』를 떠올렸다. 이처럼 헤세는 시대가 만드는 병리, 가족이 주는 아픔을 솔직하게, 그리고 깊이 있게 나타냈으며 이를 읽는 독자는 자신을 보듯 함께 아파했다. 또한 설문조사에 대한 답을 하는 과정에서 헤세와 자신의 이야기를 다시 한 번 떠올렸으며 ‘거리두기’를 하면서 그 시절을 회상하기도 했다(헤세와 그의 문학이 가진 건강학적 요인조사, 2014). 연구자는 설문에 대한 치유경험 내용을 읽으면서 헤세의 작품을 깊이 있게 읽는 것만으로도 도움이 될 수 있으나 헤세만의 독특한 삶의 방식과 치유활력을 찾아내어 콘텐츠화 하는 것이 큰 의미를 지닐 수 있다는 확신이 들었다.

문학을 통한 심리치료는 고유의 특성을 가진다. 문학은 활자에 의한 언어표기의 옷을 입고 있으나 그것은 작가의 작품임을 넘어서 텍스트로서의 기능을 한다. 작가의 소원충족의 역할을 함과 동시에 텍스트를 접하는 이의 아픈 마음을 보듬어 주기도 한다. 치료라는 것은 삶을 건강하게 살 수 있도록 하는 것이 목표다. 그리고 그것은 자기 자신만이 할 수 있다. 누가 누구를 치료하는 것이 아니라 어떤 눈으로 어떤 삶의 방식(Life-style)을 만드는가의 문제다. 문학은 ‘우리의 삶 자체’를 말하는 것으로 반드시 독서 그 이상의 심도 있는 연구가 필요하다. 문학이 가진 치유력을 콘텐츠화하여 치료영역에서 활용할 수 있다면 건강한 사람은 더욱 건강하게, 아픈 사람은 이전의 건강함을 회복하는데 기여할 수 있으리라 확신한다.

본 연구의 목표 달성을 위한 구체적인 연구내용은 다음과 같다.

첫째, 헤세의 치유적인 삶의 방식과 생활환경을 체험하기 위해서 현장방문과 문헌조사 및 자료 수집, 한국헤세학회의 헤세관련 논문 읽기를 하였다.

둘째, 문학치료적인 작품 읽기를 통해서 병리적인 삶과 건강한 삶 사이에 유리된 병인을 찾아보았으며, 통합문학치료 프로그램 개발을 위한 콘텐츠로 활용하였다.



셋째, 헤세와 그의 작품을 활용한 통합문학치료 콘텐츠를 조현병 환자들에게 적용해 보았다. 그 과정에서 참여자가 헤세의 텍스트와 삶에 대해 정서적 공감을 하는지, 그리고 공감의 표현을 하게 되는지를 관찰하였다.

넷째, 헤세와 그의 작품을 활용한 통합문학치료 콘텐츠를 조현병 환자들에게 적용했을 때, 그들이 상호공감나누기의 과정을 경험하는지, 그것이 참여자들에게 어떤 의미로 다가가는지를 탐색하였다.

다섯째, 헤세와 그의 작품을 활용한 통합문학치료 콘텐츠는 조현병 환자들의 치유 과정에 어떤 의미를 가지는지, 참여자의 지속적인 치유의지를 북돋우기 위해서 보완해야 될 부분은 무엇인지를 찾아보았다.

이러한 연구배경을 가지고 앞으로 본 논문에서 전개 될 연구방향과 구성은 다음과 같다. 먼저 연구의 이론적 토대를 궁구(窮究)할 필요가 있었다. 통합문학치료에서 말하는 ‘건강한 인간상’과 문학치료에서 핵심적인 치유효력이 되는 ‘언어’와 ‘공동연대감’에 관한 이론읽기를 통해서, 본 연구에서 목표로 하는 ‘새로운 인간상’을 정립하였다. 또한 작품 속 인물을 포함해서 문학치료 프로그램에 참여한 참여자들의 생활체험을 최대한 있는 그대로, 상세하게 보여주기 위해서 현상학과 해석학적 현상학을 연구의 방법론적 배경으로 삼고 문헌고찰을 하였다.

연구 실행에 대한 결과를 보여주기 위해서 연구자는 본 논문을 이론과 임상실습으로 나누어서 기술하였다. 이론에서는 헤세의 삶 전반을 살펴보고, 건강학적 관점의 문학치료적 작품읽기를 하였다. 통합문학치료 콘텐츠 개발을 중심에 두고 헤세와 그의 인물들을 사례로 분석하여 그들이 보이는 정신병리적 아픔이 어떻게 건강한 영역으로 이동되고 있는지를 살펴보았다. 그 결과, 헤세가 가장 사랑한 작품 속 인물인 『크눌프』의 ‘크눌프’ 삶의 체험적 의미와 본질을 인간과학적 연구방법으로 제시할 수 있었다. 어느 한 쪽으로 치우쳤거나 어긋나 있는 BPS의 균형을 이루어 가기 위한 여정이 바로 문학치유적인 삶의 모습이며, 이런 점에서 크눌프를 문학치료에서 말하는 ‘새로운’ 인간상이라 할 수 있었다. 다음으로 『수레바퀴 아래서』와 『페터 카멘친트』의 두 주인공을 대비되는 인물로 바라보고 분석하였다. 『수레바퀴 아래서』의 ‘한스’를 실패한 삶의 전형으로, 『페터 카멘친트』의 ‘페터 카멘친트’는 한스가 가진



아픔을 극복한 치유적인 삶을 살게 된 인물이라 할 수 있다. 이 두 인물의 삶이 다른 결말로 이르게 된 원인과 긍정적인 삶으로의 활력을 찾아서 문학치료 콘텐츠로 활용하였다.

이어지는 장에서는 이상의 내용을 임상에 적용해 보고, 그 과정에서의 관찰 내용과 연구자가 발견한 결과들을 질적 연구 방법으로 제시하였다. 임상대상자는 대구에 소재한 OO병원 정신건강의학과 개방병동의 조현병 환자들이다. 2014년 2월부터 현재까지 주 1회씩 문학치료프로그램을 진행하고 있으며 그 중 30회기 동안의 과정과 변화를 보여 줄 것이다. 연구자는 계획수립과 콘텐츠 개발, 임상적용과 결과에 이르기까지 질적 연구의 실행연구 과정에 따라 본 연구를 설계하고 진행하였다. 프로그램 현장에서의 텍스트 제시와 임상대상자 관찰은 모리스 메를로-퐁티(Maurice Merleau-Ponty)의 몸의 현상학, 결과 분석과 자료제시 방법으로는 막스 반 매넨(Max van Manen)의 해석학적 현상학의 글쓰기 방법을 따랐다. 이는 조현병에 대한 문학치료적 접근이 완치의 개념보다는 예방과 재발 방지에 있으며, 환자들이 호소하는 증상과 증상의 원인도 다양하므로 양적인 결과 검증보다 질적인 연구 방법이 현실적이고 유용하다고 생각했기 때문이다. 헤세콘텐츠를 활용한 문학치료 프로그램 적용과정과 치료효과를 보여주기 위해 도입한 분석주제와 분석도구는 다음과 같다.

첫째, 통합문학치료에서 건강한 삶의 기준인 BPS-Modell을 분석도구로 하였다. 프로그램 참여 초기에 보았던 참여자들의 건강함 정도를 몸(Bio), 정신(Psycho), 삶의 네트망(Sozio)의 세 가지 범주로 구분하였으며, 그들의 변화를 이 기준에 따라 개별분석, 제시하였다. BPS-Modell을 근거로 한 분석에서는 임상과정 중에 관찰된 그들의 행동, 언어표현 뿐 아니라 병동에서의 생활태도와 간호사 관찰일지, 외출이나 외박기간의 생활에 대한 자가 보고, 의료진 처방 내용 등을 모두 치료힌트로 활용하였다. 둘째, 참여자의 글, 상호교감 내용을 치료힌트로 작성한 프로토콜 중심의 분석이다. 프로토콜 분석을 통해서 참여자들의 공감정도와 인식변화를 발견할 수 있었으며 그들에게 있어서 공감체험은 무엇을 의미하는지, 그리고 어떻게 경험되는지를 알아내고자 하였다. 문학치료의 과정은 공감하기 과정이라 해도 과언이 아니다. 치료사와 치료공간에 대한 공감, 텍스트에 대한 정서적 공감, 공명적 공감과, 반향적 공감의 표현에 따른 상호공감과 참여자간의 상호공감나누기가 불러오는 공동연대감 형성에 이르

기까지의 과정과 반응, 변화를 체험 단계별로 제시하였다.

그러한 연구 목표에 도달하기 위한 실천으로 본 연구자는 한국해설학회주최의 학술대회에서 두 번의 발표를 했으며 두 편의 논문을 출판한 바 있다. 따라서 본 논문에서는 그간의 이론적 연구를 임상현장으로 가져가 그 전반의 과정, 즉 해설 문학을 치료적으로 적용한 프로그램과 치료 공감정도에 대한 결과들을 총 정리하고자 하였다.

그동안 작가의 생애를 연구(홍순길, 2000; 장정자, 2004; 홍순길, 2002)하거나 특정 작품을 하나의 관점으로 연구한 논문(홍순길, 2003; 이인웅, 2005; 은정윤, 2007; 이신구, 2011), 문학이 가진 치유력을 발견해 내는 연구논문(성현숙, 1999; 이화영, 2000; 정경량, 2011)은 많았으나 특정 작가의 생애와 작품을 분석하고 그것에서 발굴한 콘텐츠를 실제생활에 적용하여 효과를 검증하는데 까지 이어진 연구는 전무후무하다. 따라서 연구방향과 연구결과 제시에 선행연구가 없어서 많은 어려움을 겪기도 했으나 본 논문이 문학이 가진 치유력을 활용하여 건강한 사람을 더욱 건강하게 살아가도록 방향을 제시하는 것 뿐 아니라, 심신의 균형을 잃은 사람들이 이전의 활력을 찾아가도록 이끄는 데 도움을 주는 의미 있는 시도가 되기를 바란다.

## II. 이론적 배경

본 연구는 헤세와 헤세의 작품 속에서 통합문학치료 콘텐츠(IPB-Hesse: Integrative Poetry & Bibliotherapy-Hesse)를 개발하고, 그것을 활용한 통합문학치료 프로그램을 임상에 적용하는 목표를 가진다. 이번 장에서는 통합문학치료와 조현병, 헤세와 헤세의 작품에 관한 문헌고찰과 본 연구 전반에 녹아 있는 철학적 배경을 소개한다.

### 1. 통합문학치료

문학이 지닌 치유력을 자신의 삶을 변화시키고 성장하게 하는 동인으로 활용하는 분야는 국내에서 독서치료(Bibliotherapy), 저널치료(Journal Therapy), 시치료(Poetry Therapy), 문학치료(Literary Therapy), 문학치료학(Literature Therapy)등의 명칭으로 알려져 왔다(채연숙·조희주, 2014). 본 논문은 경북대학교 문학치료학(Literature Therapy)과의 이론과 실습의 토대가 되는 통합문학치료(Integrative Poesie-und Bibliotherapie, Integrative Poetry & Bibliotherapy)에 이론적 근거를 둔다.

통합문학치료는 수용미학, 독자반응이론, 해석학 등의 문학이론에서 출발하여 60년대 심리치료영역이 다양한 영역으로 확장되면서 정신분석, 심리학, 상담학, 게슈탈트 이론, 인간발달론, 그리고 최근의 정신의학과 뇌과학(몸의 기억: 요아힘 바우어)등을 두루 수용하여 하나의 통합이론으로 발전하고 있다(채연숙, 2011, p. 27).

연구자는 통합문학치료의 많은 이론과 기술 중 본 연구를 이해하는 데 직접적인 관련이 있는 내용으로 본 장을 구성한다. 첫 번째 절에서는 문학치료의 출발점이자 인간을 바라보는 관점인 ‘건강학적 관점에서 본 새로운 인간상’을 소개한다. 두 번째 절에서는 다른 치료와 구분되는 문학치료의 핵심 치유과정인 ‘위로와 언어적 보상으로서의 치유’에 관한 이론적 배경을 소개하며, 마지막으로 문학치료의 치유력이 삶으로 이어지는 데 결정적인 요소가 되는 ‘공동연대를 근거로 한 치유공감’으로 나누어서 설명한다.

치료학 분야는 전수(傳受)의 개념이 강한 영역으로 이론교육에서 실습으로 확장되

는 것이 아니라 누구로부터(Supervisor) 얼마나 오랜 기간 동안 배웠는가가 중요하다. 슈퍼바이저에 따라 실습에 녹아있는 주요 이론과 사람을 대하는 패러다임 자체가 달라지는 것을 볼 수 있다. 연구자는 독일 통합문학치료의 창시자로부터 문학치료트레이너이자 슈퍼바이저 자격을 부여받은 채연숙 교수로부터 수련 받았다. 따라서 본 논문에서는 독일로부터 수용하여 한국인의 정서에 맞게 기반을 다진 통합문학치료 총서 1권 ‘형상화된 언어, 치유적인 삶’(채연숙, 2015)을 주요 이론서로 함을 밝힌다.

## 1) 건강학적 관점에서 본 ‘새로운’ 인간상

정신의학에서 규정하는 인간의 생활은 ‘육체적·정신적 및 사회문화적 적응’이라는 뜻을 포함한다. 따라서 육체적·정신적·사회적 안녕이 유지될 때를 건강한 상태로 본다. 반면 이들의 상호조화가 깨져서 부적절한 증상이 나타날 때를 문제가 있는 상황으로 보며, 정신질환에서 보이는 증상들은 특히 그러하다(이정균·김용식 편저, 2005, p. 93).

전통적인 심리치료는 대부분 정신병리적(Pathogenese) 측면에 초점을 두었으나 통합문학치료는 페츨트(Petzold)교수의 건강학적(Salutogenese) 관점에서 출발한다. 따라서 참여자들이 왜 아팠는가? 무엇 때문에 계속 아파했는가? 누구 때문에 아파했는가? 하고 그들의 상처를 의도적으로 돌아보게 하지 않는다. 어떤 상황에서 발생했으며 나는 그것을 어떻게 바라보는가? 나에게 어떤 의미로 남아 있는가? 를 탐색하도록 이끈다. 그들에게 현재 남아있는 건강한 에너지에 초점을 두기 때문에 기억을 찾아가는 작업은 결국 그것으로부터 해방되는 과정으로 볼 수 있다. 건강학적 관점의 작업과정은 스스로 자아 속에 가지고 있던 치유력을 찾아 갈 수 있도록 이끄는 것으로 병리학과 건강학은 마치 동전의 양면과도 같다.

변학수는 미술치료, 음악치료, 놀이치료를 비롯하여 문학치료에 이르는 다양한 치료영역의 성장을 보면서 정신적으로 건강하다는 것은 예술적 창의성과 자발성에서 나오는 것이라 하였으며(변학수, 2007, 머리말), 일제 오르트(Ilse Orth)는 인간은 태어날 때부터 창의적인 표현능력을 가지고 있으며 인간 개인의 창의성과 상호 창의성은 인간 몸의 능력을 토대로 한다고 말했다. 또한 그녀는 ‘인간이 가진 모든 감각, 그리

고 행동기관'으로서의 몸주체를 '지각하며, 기억하고, 반사적이며 그리고 표현하는 몸'으로 정의하였으며 인간의 신체·정신·사회적 접근을 위해서는 과학, 인간학, 예술, 철학에서 가지고 온 통합치료적 접근이 필요하다고 보았다(Ilse Orth, 2011). 페츨트와 오르트에 의해 발전한 통합치료적 접근이 바로 본 연구에서 중요한 기술로 다루는 통합문학치료(Integrative Poesie-und Bibliotherapie, Integrative Poetry & Bibliotherapy: IPB)의 시작이다.

변학수는 통합문학치료의 핵심을 '잃어버린 언어의 발견 또는 재발견'이라고 하는데 이때의 언어는 일상어가 아닌, 떨림과 울림을 가능하게 하는 정서적인 언어이며, 이때의 언어를 구성하는 핵심요소 또한 '몸'임을 강조한다(변학수, 2007, pp. 13-14). 그것은 복합계층적인 몸을 일컫는 것으로 감각을 통해서 세상을 인지하며 다층적으로 표현하는 몸(신체)이다. 몸이 지각하고 몸 전체의 울림을 느끼는 과정에서 만들어진 창작물 또는 언어는 그것이 글을 쓰는 사람의 것이건 그 글을 읽고 감동을 받는 사람이건 나름의 특별한 의미를 지니는데 그 의미를 스스로 찾아낸다는 것은 그 자체가 삶의 활력이 되기도 하며 때로는 희망의 등대를 밝히는 것과도 같다.

이렇게 인간은 스스로 표현하고 창조하고 소통한다. 언어로 표현 할 수도 있으며 때로는 말이 없는 판토마임과 같은 것으로, 춤이나 드라마, 노래, 악기연주, 그림, 조각 등 인간을 표현하는 방법들은 무궁무진하다. 이처럼 창의적 매체를 활용한 통합치료와 상호매체적 표현예술심리치료가 조우하여 인간이 가진 모든 단순감각, 다감각, 공감각을 심신의 치유를 위해 최대한 활성화하는 작업이 통합문학치료라 할 수 있다. 인간의 창의적인 잠재력을 사용하기 위해서 창의적인 매체를 창의적인 방법으로 사용하는 것이다(Petzold, 1975, p. 7, 1988, p. 196; 채연숙, 2015, p. 26 재인용).

다시 말하자면 모든 인간은 창의적인 표현 능력을 가지고 태어난다. 그러나 창의적인 능력을 발현하기에 용이한 주요감각은 사람에 따라 다르다. 어떤 사람들은 음악/소리로, 어떤 사람들은 미술/그림으로, 또는 몸을 사용한 판토마임이나 퍼포먼스로, 명상, 문학작품, 영상, 읽기와 쓰기 등 여러 가지 매체들 중 하나 또는 그 이상의 상호 매체적 넘나들 (Intermediale Quergänge)에 자신의 감각과 기억이 활성화 된다(채연숙, 2015, p. 119). 이처럼 다양한 접근에 의해 환기된 감각으로 수많은 언어적 표현들을 형상화 할 수 있으며 이러한 형상화 된 언어들이 치유력을 가질 수 있는 것이

다. 즉 정신병리적 측면에서 표출될 수 있는 에너지를 창의적 에너지로 전환하는 과정에서 ‘나 자신’에 대한 이해, 또한 “내 속엔 또 다른 많은 내가 있다(Ich bin viele)”라는 입장과 인간은 누구나 다층적인 능력을 가진 자 ‘폴리로게 (Polyloge)’(채연숙, 2015, p. 154)임을 경험하게 된다. 이 믿음을 전제로 하는 것이 바로 건강학적 관점에서 바라보는 인간상이자 세상에 열려 있고 스스로에게 열려 있는 ‘새로운’ 인간상이다.

건강학적 관점에서 본 새로운 인간은 매순간 자신의 감각을 열고 느낄 수 있어야 하며 자신의 감정을 솔직하게 표현할 수 있어야 한다. 또한 내면의 목소리에 귀 기울일 수도 있으며 결국 다른 사람에 의한 삶이 아닌, 자신이 진정으로 원하는 행동을 할 수 있는 사람이다. 치료사가 참여자를 보는 시각, 우리 사회가 서로를 바라보는 건강학적 관점은 헤르만 헤세(Hermann Hesse, 1877-1962)가 크눌프에게 가졌던 시선에도 잘 나타나 있다. 헤세는 크눌프가 지닌 다층적인 능력을 믿었으며 그것이 치유 활력이 되도록 이끌어 줄 것을 말하는 건강학적 인간관의 실천가였다.

그들은(크눌프와 같은 인물들) ‘유용하지는 않지만 많은 유용한 사람들처럼 해를 끼치지 않는 지. 그들을 심판하는 것이 나의 일이 아닐세. 오히려 나는 이렇게 생각하네. 크눌프와 같이 재능 있고 생명력 충만한 사람들이 우리의 세계 안에서 자리를 찾지 못한다면 이 세계는 크눌프와 마찬가지로 그에 대한 책임이 있다고. 또한 내가 독자들에게 충고하고 싶은 게 있다면 그것은 사람들을 사랑하라는 것, 연약한 사람들, 쓸모없는 사람들까지도 사랑하고 그들을 판단하지 말라는 것일세.

Sie sind nicht “nützlich”, aber sie tun sehr wenig Schaden, viel weniger als manche Nützliche, sie zu richten ist nicht meine Sache. Vielmehr glaube ich: wenn begabte und beseelte Menschen wie Knulp keinen Platz in ihrer Umwelt finden, so ist die Umwelt ebenso mitschuldig wie Knulp selbst, und wenn es irgend etwas gibt, was ich den Lesern raten möchte, so ist es dies: die Menschen zu lieben, auch die schwachen, auch die Nichtnützlichen, nicht aber sie zu richten(An einer Leserin in Stuttgart, 23. Februar 1935)

이는 문학치료 과정에서 치료사와 참여자들 사이, 그리고 참여자간, 그들이 창의적인 활동을 통해 만들어 낸 모든 텍스트에 대해서도 평가를 한다거나 판단하는 것을 지양하는 기술과 일맥상통한다.

연구자는 헤세의 『크눌프』를 치유적인 삶을 살아간 모델로써 뿐만 아니라, 문학치료 임상에서 기억작업을 위한 글감으로도 활용하였다. 연구자가 헤세의 작품을 글감으로 활용할 때는 작품이 갖는 주제, 참여자의 인지, 정서, 그들의 호기심 등 여러

측면을 고려한다. 이것은 기존 세계관의 의미를 배제하고, 있는 그대로의 모습을 보고자 하는 현상학의 근본이념에 어긋난다고 볼 수도 있다. 이런 점을 염두에 두면서 연구자는 참여자들이 가능한 선입견 없이 텍스트를 받아들일 수 있도록 글감을 발췌하였으며 그들에게 제시하였다.

인간의 창의적 활력이 최첨단 과학기술에 자리를 내어주고 있다. 물질적 가치가 중요시되고 억압과 권력으로 삶의 의미가 사라지는 이때 우리 스스로 기계와 문명의 함몰 속에서 존재감을 찾아갈 수 있어야겠다. 본 연구자는 건강학적 관점에서의 ‘새로운’ 인간이 제도 속의 도구가 아닌 주체로서 몸과 마음의 통합을 이루어 가기를 바란다. 본 연구의 목적 또한 헤세와 그의 인물들이 보여주는 ‘새로운 인간상’과 ‘치유적인 삶’의 모습들이 ‘지금, 우리에게’ 빛을 발할 수 있음을 보여주는 것이다.

“연약한 사람들, 쓸모없는 사람들까지도 사랑하고 그들을 판단하지 말라”는 헤세의 언명은 문학치료의 기술을 넘어서 21세기를 살아가는 우리 모두에게 던져주는 삶의 메시지로 볼 수 있을 것이다(채연숙·조희주, 2013).



## 2) 치유로서의 위로와 언어적 보상

문학치료는 “언어라는 매체를 통해서 치유에 이르는 작업(채연숙, 2015, p. 17)”이다. 이러한 문학치료의 역사적 근원은 아리스토텔레스(B.C 384/3-322/1)의 『시학 Poetics』에서 찾을 수 있다. 아리스토텔레스는 『시학』 1부에서 비극을 통한 인간의 예술적인 정화작용에 대해 설명하고 있다. 플라톤이 이데아의 세계를 흐리게 하는 감정을 완전히 배격하는 것에 대해서 아리스토텔레스는 그것을 적당히 보유하는 것이 미덕이라고 말한다. 분노와 공포, 혹은 열광적 감정 같은 것이 우리 내부에 과다하게 차 있을 경우 이것을 적당히 평정상태로 지속하기 위해서 음악이나 비극, 기타 적절한 방법으로 영혼을 정화 할 필요가 있다고 보는 것이다(권기호, 1998, p. 121).

‘영혼의 정화’에 대해 거슬러 가면 『시학』 1부의 6장에는 “비극의 재현은 연민과 두려움을 불러일으킴으로써 그러한 종류의 감정에 대해 카타르시스를 실현한다.”는 말로 카타르시스를 소개하는데, 바로 이 문장의 주해를 통해서 문학과 문학치료의 가능성을 예견할 수 있다. 아리스토텔레스에 따르면, 두려움과 연민은 고통스러운 감정이다. 두려움을 느끼는 것은 자기로 인한 전율이고, 연민을 느낀다는 것은 다른 사람 때문에 전율하는 것이다. 비극은 바로 그러한 감정의 격동을 관객에게 불러일으켜야 하는 것으로 ‘재현(mimesis)’을 함으로써 감정에 대한 정화가 일어나며 두려움과 연민으로부터 쾌감을 만들어 내게 된다. 아리스토텔레스는 카타르시스에 관해서는 더 이상 설명을 하지 않지만 무언가를 재현한 작품을 접하면서 감수성이 ‘미학적으로’ 격상된다는 개념을 4장에서 설명함으로써 치유를 위한 고대 희랍인들의 지혜를 도모하였다(김한식 옮김, 2010, p. 131-150).

일반적인 문학치료 현장에서 이루어지는 재현작업은 아리스토텔레스가 말하는 비극의 줄거리(치료사가 제시하는 텍스트와 참여자 스스로 만들어 내는 기억의 텍스트)를 정제된 형태로 느끼도록 해준다. ‘재현 활동’ 자체가 주는 치유력도 있지만 동시에 관객의 입장이 되어서(텍스트를 읽음으로써 독자가 됨) 그것을 관조함으로써 얻게 되는 정화된 정서적 경험도 하게 된다. 문학치료사는 참여자들이 일련의 과정을 체험하게 할 뿐 아니라 그 과정에서 카타르시스를 느끼고, 이후의 정화된 감정을 표현하도록 이끌어준다.



이것은 ‘격려의 말(Zu-spruch)’과 ‘위로의 말(Trost-spruch)’을 통해서도 가능하며 문학치료의 주요 동인이자 매체라 할 수 있는 ‘형상화된 언어(Gestaltete Sprache)’, ‘쓰여진 언어(Geschriebenes Wort)’를 통해서도 가능하다. 특히 형상화된 언어, 쓰여진 언어가 오랜 기간 병을 앓고 있거나 병상에서 죽어가는 사람들을 위한 문학치료의 장에서 매우 중요한 역할을 해내고 있다는 것은 이미 여러 연구자들에 의해 입증된 사실이다( Sheeman , 1980; Petzold, 1980; 채연숙, 2012 재인용).

이는 문학치료 과정에서 참여자들이 만들어내는 창의적인 텍스트, 즉 언어적 형상들이 참된 치유력을 줄 수 있다고 보는 것으로 “형상화 할 수 있는 힘”이 바로 인간이 가진 자율적·창의적 치유 능력이다. 문학치료 참여자들은 치료 과정에서 다양한 문학 텍스트를 쓰고 그것을 자신과 다른 참여자들에게 들려줌으로써 자신도 예상하지 못했던 치유 활력을 얻을 수 있다. 그 과정에서 참여자들은 심연의 언어를 끌어내게 되며, 그들의 언어가 일상어에서 문학적 언어 또는 시적 언어로 변화되고 있을 때 우리는 건강학적 치료과정으로의 몰입이 일어나는 것으로 본다(채연숙, 2015, p. 156). 나아가 문학치료에서 말하는 ‘형상화된 언어’는 간절히 듣고 싶었던 위로의 말 또는 아픔을 딛고 일어서는 격려의 원동력으로 스스로를 감동시키고 변화하게 할 뿐만 아니라, 그것을 함께 체험하는 다른 참여자들에게도 영향을 미칠 수 있다(채연숙 등 공저, 2015, p. 14).

문학치료의 ‘형상화된 언어’, ‘언어적 형상화’ 작업을 뒷받침하는 여러 학자들의 이론을 보면 권기호는 그의 저서 『현대시론』에서 영감과 상상력에 관해서 다음과 같이 말한다. “시를 낳게 하는 데 영감이 우연적 섭리에 많이 의존되어 있는 어떤 것이라고 하면, 상상력이라는 것은 그 영감이 동기가 되어 시를 구체적으로 조직하는 지적 능력이라 말할 수 있다” (권기호, 1998, p. 21). 그가 말하는 우연적 섭리에 의한 영감은 자신이 살아온 삶 중 세상으로 드러나지 못한 무의식, 억압된 감정이 어떤 매개체와의 만남으로 살아나고자 하는 몸부림이다. 본 연구자는 영감을 불러일으키는 작업을 통합문학치료에서 여러 가지 매체활용이나 문학텍스트 읽기를 통한 감각환기, 기억 환기의 과정으로 볼 수 있으며 이때의 상상력은 바로 창의적 작업으로 이어질 수 있다고 본다.

“예술에 있어서 상상력이란 어떤 문제 해결을 위한 새로운 생각을 해 내는 능력이

라 할 수 있다. 그 정신활동이 어떤 점에서는 연상 작용이나 공상과 비슷하다고 말할 수 있다. 그러나 연상 작용과 공상 작용은 뚜렷한 문제의식을 지니지 않은 채 얼마간 유희적 기분을 지니고 있는 것을 말한다면 상상력은 진실의 실체를 엄숙하게 담으려 한다는 점에서 진지한 정신행위가 된다”(권기호, 1998, p. 21)는 문장에서도 알 수 있듯이 예술 활동에서 상상력이 발휘된 창작물 또는 언어가 창작자 본인에게 특별한 의미를 부여하게 됨은 당연한 결과임을 알 수 있다.

박찬부는 정신분석의 측면에서 다음과 같이 말했다. “비정상적이고 불완전한 외상적 경험을 역사화하고 서사화하여 궁극적으로 자신의 경험으로 소유해야 되며 이렇게 외상경험을 외연화 한다는 것은 타자와의 관계 속에서 주체의 경험을 위치시키고 비로소 자신의 경험으로 인정, 소유하는 것”(박찬부, 2013, p. 261)이다. 또한 정신분석적 문학치료과정은 “기표들(signifiers)을 통해서 말할 수 없는 것(the unsayable), 혹은 말하기 어려운 것을 말하기 위한 시도이며 정신분석적 문학치료 과정이 밝혀려 하는 것이 억압된 것, 언어와 같이 구조화 되어 있는 무의식”(박찬부, 2013, p. 237)이라고 했다. 다만 정신분석적 접근의 문학치료에서는 통합문학치료 방법에 비해서 분석가의 역할이 큰 비중을 차지하며 직접적이라고 볼 수 있으나 결국 언어에 의해서 말할 수 없었던 자신을 바라보고 표현하게 되며, 이 과정 자체가 치료 동인이 되는 부분에 있어서는 공통점을 가진다고 본다.

정신분석 임상현장에서 분석의 목표는 “실재의 마지막 한 방울까지 끝까지 상징화 하는데 있지 않고, 외상적이라고 생각되는 실재의 파편을 집중 공략 하는 것이다”(브루스 핑크, 1995, p. 26). 여기서의 실재는 외상적 기억에 의해 상징화되지 못한, 그러나 나를 괴롭히고 지배하고 있는 감정의 덩어리들이지만 그것이 서사적 기억이 됨으로써 해석할 수 있게 된다. 비록 인간을 바라보는 근본 시각에는 차이가 있으나 정신분석적 문학치료와 통합문학치료는 언어로 표현하도록 하는 노력에서 맞닿은 부분이 많다고 하겠다.

이와 같은 맥락으로 볼 수 있는 다른 학자들의 이야기 가운데 변학수는 “우리의 상처가 어린 시절의 체험이나 정서의 장애에서 온 것이므로 그런 장애를 현재의 시점에서 표현하는 것이 바로 문학치료의 핵심”이라고 했다(변학수, 2007, p. 23). 문학치료 작업과정에서는 ‘언어적 형상화’ 이외에도 특별한 언어작업이 이루어진다. 우리

는 작가이면서 스스로 독자가 되는 경험을 하게 되는데 이는 자신이 쓴 텍스트를 본인의 목소리로 읽는 활동을 통해서 이루어진다. 자신이 쓴 글을 스스로 읽고 해석하는 작업은 문학치료의 매 회기에 이루어지는 중요기술로써 이 경험이 가지는 의미는 니체(Nietzsche)의 문체가 지니는 독특함으로도 이해할 수 있다.

니체의 문체가 지니는 개성은 문자라는 수단으로 구어성의 형식을 재현해 내는 것이다. 다시 말하면 글을 말로 바꾸는 것으로서, 문자에서 다시 소리가 울리도록 하려는 시적-음악적 의도와 관련이 있다. 결국 글쓰이의 음성이 스스로 잘 구성한 소리와 리듬에 맞아 들어가면서 시적 음악성을 갖게 되고, 참여자 스스로도 참여자 자신의 음성을 들음으로 해서 상실된 원래의 음성을 되찾는 것이다. 저자의 목소리가 텍스트에 있다면 그 음성에서 몸과 정신이 겹치게 되며, 그것을 통해 독자의 현존이 고양되는 것이다(변학수 옮김, 2013, pp. 106-110).

메를로-퐁티는 “나는 말할 때 내가 말하고자 하는 것이 무엇인지를 발견한다.”고 했으며(Merleau-Ponty, 1973, p. 142), 반 매넨은 특정한 형태의 읽고 쓰는 행위는 이해와 경험, 반성과 행위 사이의 일정한 거리와 긴장을 만들어 낸 의식에 변화를 가져왔다고 주장하였다(Van Manen, M, 1982). 이는 통합문학치료에서 글을 읽고 쓰는 행위가 가진 치료 동인이며, 인간과학 분야의 연구조사에서 글쓰기가 갖는 의의이기도 하다. 본 연구의 임상실습 현장에서는 ‘글로 표현하고 그것을 자신의 목소리로 들으며 스스로 해석하려는 과정’을 가짐으로써 참여자들에게 ‘위로와 언어적 보상’이라는 치유의미로 다가가게 된다.

### 3) 공동연대를 근거로 한 치유 공감

문학치료의 기본 원리는 참여자간의 공동연대(Co-Kreativität)를 유발하여 그 자체가 치유적 역동으로 이어지게 하는 데 있다. 문학치료는 그룹 내 참여자간의 공동연대 및 그룹역동(Gruppendynamik)을 기반으로 한 치료기술로 개인치료보다는 그룹작업이 기본이며(채연숙, 2015, p. 125), 문학치료의 전체 과정은 다음의 세 가지 활력을 토대로 진행된다.

첫째, 공동-창의성에 초점을 둔 활력으로 그룹의 참여자들이 창의적인 활동을 통해 얻을 수 있는 공동 성취감을 갖거나 상호지지와 공감을 나누는 경험을 중요하게 여기는 것이다. 둘째, 연대감 조성에 초점을 둔 활력으로 개개의 참여자가 혼자가 아님을 느끼고, 그룹 내에서 보호 받으면서 치유로 이어지고 있다는 것을 체험하고 그 감정을 다른 사람에게 전할 수 있는 것을 의미한다. 셋째, 체험에 초점을 둔 활력으로 텍스트체험이나 공감체험 등을 참여자 한 사람 한 사람이 직접적인 체험을 함으로써 치유과정으로 이어질 수 있다는 데 기반 하는 것이다(채연숙 등, 2015, p. 17).

이러한 활력을 토대로 하면서 문학치료는 감정의 카타르시스를 유발하는 언어표현 행위, 즉 형상화되고 표현된 문학 텍스트에서 출발한다. 또한 문학치료에서는 공동시 쓰기, 드라마 작업, 공동화 그리기, 토의하기 등 다른 참여자들과 함께 하는 작업들도 많이 이루어진다. 그 과정에서 참여자들은 나 혼자서 아파하고 힘들어하던 것에서 혼자가 아닌 ‘함께’의 활력을 경험하게 되며, 다른 사람을 생각하는 마음도 지니게 된다. 스스로 듣고 싶었던 위로와 보상으로서의 언어표현 경험 뿐 아니라 문학치료에서는 참여자가 다른 참여자들에게 정서적 공감을 전하고 또한 그것에 대해 나를 찾아가는 과정으로 되돌려 주는 작업이 이어진다. 이것이 바로 상호지지와 상호공감나누기 경험이 발휘하는 위로와 언어적 보상 작업이자 치유헌력이다.

문학치료의 주된 치유력이 ‘공감하기와 상호공감나누기’에 있음에도 불구하고 문학치료에서의 공감을 정의하고 그것을 그대로 적용해 본 연구는 찾기가 어렵다. 몇몇 학위논문에서 공감을 주요 기술로 하여 현장에서 적용한 사례는 있으나 이론의 대부분이 상담학에 근거를 두고 있다. 윤은정은 학교 부적응을 호소하는 초등학교 6학년 아동을 대상으로 ‘공감중심 문학치료프로그램’을 진행하였다. 윤은정은 연구를 통해서

문학치료에서 참여자간에 일어난 공감은 참여회기와 상관없이 텍스트의 영향을 많이 받는다고 했다. 또한 치료적 효과를 직접적으로 갖는다고 볼 수는 없으나 치료적 요인 중 보편성, 이타심, 대인관계, 학습, 정화 영역을 촉진시키는 것으로 나타났다.(윤은정, 2008, p. 108). 이 연구의 결과는 문학치료 프로그램에서 참여자들의 공동연대감과 공동창의성을 높이기 위해서는 프로그램에 활용할 텍스트나 매체 선정이 중요함을 시사한다. 아울러 문학치료사는 텍스트 선정에 있어서도 참여자가 쉽게 정서적 공감을 할 수 있도록 그들의 연령, 인지, 정서, 관심분야, 삶의 배경 등을 고려할 필요가 있다(조희주, 2015).

김영옥은 석사학위 논문에서 ‘표현중심 문학치료가 정신분열증 환자의 정서표현과 대인관계 향상에 미치는 효과’를 양적 연구방법으로 검증하였다(김영옥, 2010). 그 외에도 공감하기를 주된 기술로 하는 문학치료 관련 연구에는 ‘형태치료에 근거한 문학치료 프로그램이 아동의 공감능력과 정서표현능력 향상에 미치는 효과’를 검증한 논문(이정아, 2012), ‘공감중심 문학치료 프로그램이 결손가정 아동의 불안 감소와 또래관계 증진에 미치는 효과’를 양적 결과분석으로 제시한 논문(최윤정, 2012), ‘공감적 문학치료 프로그램이 저소득층 청소년의 자기존중감과 사회적 지지 향상에 미치는 효과’를 검증한 논문(김형구, 2012) 등이 있다.

공감과 정서에 초점을 맞추어 영화 『타인의 삶』을 분석한 연구는 “공감은 매우 적극적인 실천 개념으로 발전될 여지가 많다. 왜냐하면 결국은 공감을 통해 자신도 모르게 변화하는 실천적 자아를 만날 수 있기 때문이다” (채연숙, 2010)라고 하면서 비슬러가 드라이만의 행동을 모방하기 시작하는 것을 공감의 실천으로 보았다. 즉 비슬러가 드라이만의 행동을 모방한 것은 그에 대한 공감과 감동이 있었기 때문이라는 것이다. 이처럼 공감은 어떤 분위기와 그것으로 인한 신체·언어 사이의 자생적인 반응이므로 의도적으로 만들어 내서는 안 된다. 그것은 자연스러운 상황이어야 되며, 그러한 상황을 경험하는 곳이 문학치료 현장이다.

뇌과학자 요아힘바우어는 ‘신경생물학적 공명 현상’을 설명하면서 다른 사람이 어떤 행동을 하면 그 영향이 행동을 관찰하는 사람에게까지 미친다고 했다(Bauer, Joachim, 2006; 이미옥 2012, p. 24). 한 걸음 더 나아가 인간의 행동을 관장하는 신경 세포들은 어떤 행동을 했을 때 뿐 아니라, 특정 행동을 상실했을 때도 활성화 된다. 그리고 가

장 활발하게 활성화 될 때는 관찰한 행동을 흉내 내는 순간으로 이것은 문학치료가 공감하기에서 그치지 않고 상호공감나누기를 통한 공동연대에 진정한 치유력을 두고 있음을 방증한다.

모든 상담과 예술치료가 공감에서 출발한다고도 볼 수 있으나 그것과 구별되는 문학치료의 공감은 ‘문학치료의 장, 공간( Loci )’에서 시작한다는 특별함을 지닌다. ‘공간에 귀 기울이기, 내 몸의 이야기 듣기’에서 시작하는 문학치료의 장은 삶의 공간이 축소된 곳이자 문학으로서의 삶이 시작되는 곳이라 할 수 있다. 다시 말해서 치료의 장에서 스스로 느끼고 그것을 표현하고 서로 공감하는 과정이 우리가 삶의 과정에서 서로 격려하고 의지하며 살아가는 모습과 다르지 않다는 것이다. 공감에 대한 작은 실천 경험들이 몸에 배일 때, 우리는 삶 속에서도 자연스럽게 그것이 유지되고 발현될 수 있다. 문학치료 프로그램 경험 자체는 지극히 평범하며 특별한 설정이 필요하지도 않지만 그 평범한 접근이 치료공간을 삶의 공간으로 연장시키는데 중요한 역할을 한다. 이것은 사회재활을 앞두고 있는 개방병동의 조현병 환자들에게 문학치료가 필요한 이유 중 하나이다.

## 2. 정신의학적 관점에서의 조현병의 정의와 접근

문학치료가 정신건강 영역에서 하나의 독립적인 치료 방법으로 인정받기 위해서는 정신장애에 관한 의료계의 연구현황과 정책변화에도 민감해 져야 될 것이다. 본 장에서는 조현병이란 무엇이며 치료 방법에는 어떤 것이 있는지, 조현병 환자의 재발 방지를 위해서 어떤 노력이 필요한지를 살펴본다.

### 1) 조현병의 원인과 증상적 특징

우리나라의 공식 질병분류는 세계보건기구(World Health Organization; WHO)의 국제질병분류(International Classification of Diseases; ICD)체계를 따르며, 정신장애의 분류도 제 10 개정판을 우리말로 번역하여 ‘한국 표준 질병 사인 분류(ICD-10)’라는 명칭으로 사용한다. 그러나 미국 정신의학회는 1952년부터 독자적으로 정신장애를 분류, 진단체계를 구축해왔는데 많은 학술논문 뿐 아니라 정신건강분야의 연구에서 미국 정신의학회의 기준을 따르고 있다. 현재 두 기관의 일치를 위한 상호노력을 기울이는 터라 본 논문에서는 후자의 진단체계를 따랐음을 밝힌다. 따라서 조현병에 관한 용어와 진단 기준 및 의학적 지식은 2013년 5월 개정된 미국 정신의학회(American Psychiatric Association)의 정신장애의 진단 및 통계편람 5판(Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder-5; DSM-5)의 변경내용을 반영하여 최근 개정된 ‘최신정신의학 6판’을 주요 참고도서로 한다(민성길, 2015, pp. 253-302). 조현병의 개념은 1856년 프랑스의 모델(B.A Moral)이 조발성치매(demense precoce)라는 용어를 처음 기술하면서 시작되었으며, 조현병에서 치료가능성을 기대하게 된 것은 1952년 클로르프로마진(chlorpromazine)의 출현으로 항정신성 약물치료라는 획기적인 계기를 맞게 되면서 부터이다. 이후 클로르프로마진과 유사한 약물들이 속속 개발되면서 ‘입원환자들의 지역사회로의 복귀’가 가능하게 되었다(민성길, 2015, p. 255).

‘조현병(調鉉病)’은 기존의 ‘정신분열병’이라는 병명이 갖고 있던 부정적 인식을 해소하기 위해 2011년 개명된 병명이다. 2008년 11월 대한신경정신의학회 등 관련기관과 공동으로 정신분열병 병명 개정위원회를 결성하였으며 ‘현악기의 줄을 고르면(調



絃) 좋은 소리가 나는 것처럼, 치료를 통해 ‘뇌와 마음의 신경망을 조절하면 건강한 생활이 가능하다’는 의미의 조현병으로 개명하게 되었다(대한조현병학회, 2013, 서문). 조현병 환자의 진단과 치료는 크게 양성증상과 음성증상으로 나뉘어진다. 망상, 환각, 환청과 같은 양성증상에는 약물치료가 효과를 보이는 반면, 조현병 환자의 약 15-20%는 지속적인 치료에도 불구하고 감정 또는 정동 둔마(affective blunting; 감정 표현능력 감소), 무쾌감증(anhedonia; 기쁨 체험 불능, 사회적 상호작용에서의 흥미 상실), 무의욕증(avolition; 목적 지향적 행동을 하거나 유지하지 못함)과 같은 음성증상을 경험하며, 이는 양성증상에 비해 쉽게 호전되지 않는 것으로 보고되었다(Buchanan, R. W. 2007. pp. 1013-1022).

조현병의 원인으로는 유전적 요인, 발달의 장애, 도파민이나 세로토닌과 같은 신경화학적 이상, 대뇌 구조적 이상, 신경회로의 이상, 정신사회적 요인, 사회문화적 요인 등 여러 가지가 있다. 최근 조현병이 특정 뇌구조의 장애라기보다 모든 뇌구조들을 연결하는 신경회로의 장애라고 보는 견해가 우세해지고 있다. 특히 조현병에서의 사회적 장애는 생물학적 움직임이나 지각에서 운동으로의 변환에 대한 지각장애가 있기 때문이다. 즉 거울뉴런체계(mirror system)에서의 흉내능력(imitative ability) 및 사회적 인지능력의 장애에 기인하는 것으로 본다(민성길, 2015, p. 260).

조현병의 원인 중 정신사회적 요인은 정신분석학적 이론, 가족 이론, 사회문화적 이론 등으로 설명되는데(신은식, 2013) 아직 하나의 뚜렷한 원인보다는 여러 가지 요인에 의해 발생하는 것으로 알려져 있다. 최근의 연구결과에 따르면 조현병을 유발시키는 원인으로 ‘유전성’의 생물학적인 측면이 인정되지만 ‘환경’적인 양육 문제나 사회적인 관계도 영향을 끼치는 것으로 밝혀지고 있다(김충렬, 2009). 튜너(Turner) 등의 보고에 의하면, 조현병 진단을 받은 환자 중 13%는 완전히 회복했으며, 비교적 정상적인 생활이 가능한 ‘양호한 회복(good recovery)’인 경우는 30%정도라고 한다. 약 10%는 5년 동안 몇 차례 병의 악화가 있는 만성적인 정신병 상태에 있으며, 나머지 47%도 점차 기능이 황폐화되었다고 한다(Turner, 2013).

2013년 5월 개정된 미국 정신의학회(American Psychiatric Association)의 정신장애 진단 및 통계편람 5판(DSM-5:Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders)에서는 DSM-IV-TR에서 조현병을 편집형, 혼란형, 긴장형, 미분화형, 잔류형과 같이 5



가지의 아형으로 구분했던 것과 달리, 음성증상이 조현병의 상당부분을 차지하고 있다(DSM-5, p. 88). 아형을 폐기한 이유는 흔히 한 아형은 다른 아형으로 진전되기도 하며, 겹치기도하여 진단 타당도가 낮다고 판단되었기 때문이다. 또한 조현병의 기본 개념은 DSM-IV와 거의 같으나 조현병으로 진단되기 위해서는 망상, 환각, 혼란스러운 언어(사고장애), 전반적으로 혼란스러운 혹은 긴장성 행동, 음성증상(negative symptom)이라는 핵심 증상 중 2개가 있어야(DSM-IV에서는 하나)되는데, 앞의 세 가지 중 하나는 반드시 포함되어야 한다(민성길, 2015, p. 255). 개정판에는 조현병의 음성증상 중 감소된 감정표현과 무욕증이라는 두 가지 요인이 특히 두드러진다는 것을 강조하고 있다(최혜임·송명주·제갈은주·최기홍, 2014). 반면, ICD-10에서는 아직 아형분류를 유지하고 있으며, 현재(2015년 3월)한국 표준 질병 사인 분류에는 아직 조현병 대신 정신분열병으로 표기되어있다(민성길, 2015, p. 269).

본 연구의 임상 대상자인 개방병동의 조현병 환자들에게 관찰되는 행동적 특징으로는 정상적인 정신기능의 소실, 결핍, 또는 감소인 무언증, 감정 또는 정동둔마, 무쾌감증, 무의욕증, 그리고 사회적 위축, 운동지체, 사고차단 등의 증상이 있었다. 그들은 조용한 편이지만 원만한 가족관계나 대인관계를 유지하는 것은 불가능했다.

일반적으로 현저한 양성증상을 지닌 환자들이 음성증상을 보이는 환자에 비해서 더 나은 치료 반응, 보다 나은 예후를 보인다고 하나 이는 그동안의 치료가 약물치료에 많이 의존했기 때문이며 현실적으로 정신재활치료가 필요함을 시사하고 있다. 또한 정신사회적인 치료가 회복을 앞당기고 재발을 방지하는데 도움이 된다는 사실이 여러 연구를 통해서 입증되고 있다(Kanas, Rogers, & Kreth, 1980).

현재 병원에 입원하여 조현병 진단을 받은 환자가 받게 되는 치료로는 약물치료, 정신치료, 교육, 재활치료, 사회복귀 훈련 등이 있으며 문학치료는 재활치료에 해당된다. 모든 치료는 정신과 의사의 소견과 처방아래 정신간호사, 임상심리사, 사회복지사, 예술치료사, 작업치료사와 같은 정신건강 전문가들이 상호협조적으로 팀을 이루어 (team approach)진행하는 것이 이상적이며 본 연구의 임상 또한 정신건강의학과 의사의 처방아래 간호사의 관찰, 정신보건 사회복지사와의 협력이 이루어 낸 것으로 볼 수 있다.

## 2) 통합 재활 치료의 필요성과 의미

조현병의 치료방법에는 크게 약물치료와 재활치료가 있으며 이 두 가지 치료는 서로 보완적 관계에 있다. 그러나 급성 정신병적 혼란 시기에는 최소한의 치료자와 환자관계 수립과 행동 수정만 이루어지며 이때는 주로 약물치료를 의존한다. 약물치료는 환청, 망상 등의 양성증상의 감소와 대인관계시의 스트레스와 긴장완화가 목적이 다(이만홍·유계준 등, 1999. p. 42). 약물치료는 망각이나 환각과 같은 조현병의 양성 증상 완화에 획기적인 진전을 가져왔지만 약물을 끊었을 때의 재발과 사회성의 결여(asociality), 생각이나 언어표현이 줄어드는 무언어증(alogia), 매사에 즐거움을 느끼지 못하는 무쾌감증(anhedonia), 의욕저하(avolition)와 같은 음성증상(negative symptoms)에는 효과를 보이지 못하고 있다(Kirkpatrick, Fenton, Carpenter, & Marder, 2006). 더군다나 졸음, 변비, 갈증, 불안, 초조와 같은 부작용이 나타나기도 한다(심웅철, 2006). 조현병 환자들이 약물복용을 성실하게 했을 때의 재발률은 35%로 그렇지 않은 집단의 재발률이 75%인 것에 비해서 상당한 약 효과를 보이는 것으로 조사되었다(Thieda et al., 2001). 그럼에도 불구하고 약물부작용에 따른 어려움과 문제로 인해 장기적인 약물복용이 잘 이루어지지 못하고 있다. 이에 대해서 약물부작용 관리 프로그램을 제작하여 조현병 환자들을 교육함으로써 약물부작용 자가 관리 능력을 향상시키는데 효과를 보고 있다는 연구도 이루어지고 있다(박수진·안황란, 2014). 또한, 환자들의 재발과 부작용으로 인한 해결책으로 정신재활치료와 같은 대안적 치료 방법도 받아들여지기 시작했다(김철권·김상수·김명정, 2003). 최근에는 약물복용 이외의 대안치료도 정신과에서 중요한 치료수단으로 인정받는 추세이다.

조현병 환자를 대상으로 현재 시행되고 있는 정신보건재활프로그램과 같은 대안치료로는 사회기술훈련(방원우·백용매, 2012), 통합예술치료프로그램(김영천, 2013), 예술 활동을 이용한 음악치료(이정미·류정미, 2014; 문지영, 2010), 미술치료(강복인, 2015; 박완용, 2011)가 있다. 시를 활용한 치료에는 ‘집단 시치료가 만성정신분열증 환자의 정서관리에 효과가 있음’을 검증한 보고(최소영, 2010)와 ‘시치료가 만성 정신분열증 폐쇄병동 환자의 증상완화에 효과적’이라고 보고한 논문(박정혜, 2011)이 있다. 고려대학교 심리학과에서는 조현병 음성증상에 대한 심리치료의 개관’을 다루는 논문

에서 조현병에 관한 최신 연구동향 뿐 아니라, 조현병 음성증상에 대한 신경과학적 근거와 심리치료의 가능성 및 연구방향에 대한 밀도 높은 연구 자료를 보여주었다(최혜임·송명주·제갈은주·최기홍, 2014).

모든 정신보건 재활프로그램이 의의를 지니고 있지만 그 중에서도 “사용하라, 그렇지 않으면 기능을 잃어버린다”와 같은 뇌 활성화의 중요성을 강조하는 기본 원칙과, “거울반응은 결코 독자적으로 발달하지 않으며 반드시 상대가 필요하다”(Bauer, 2006; 이미옥, 2012)는 언명을 실천하는 문학치료는 새롭게 주목해야 될 치료방법이 될 것이다. 또한 문학치료는 그 치료 핵심이 ‘참여자 스스로 자신이 가진 잠재력(창의성)’을 찾아가는 것에 있으므로 현대 사회가 직면한 인간문제의 해결방안으로 충분한 가치가 있다. 문학치료는 통합 재활 프로그램의 기존 요인들인 인지(Cognition)와 정서(Emotion)를 강화하는 훈련에 그치는 것이 아니다. 프로그램 참여와 치유의지에 대한 자발적인 동기 부여로 감성적 발달(Bottom-Up)과 인지적인 발달(Top-Down)의 조화와 균형을 이루도록 하는 것을 목표로 한다.

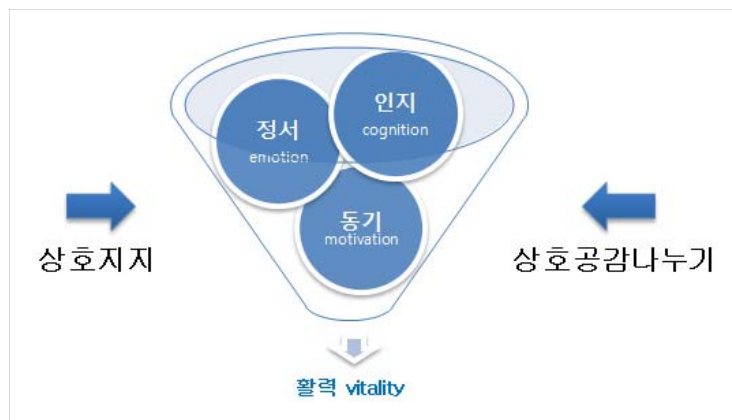


그림 1. 문학치료 조현병 참여자들을 위한 통합 재활 요인들

이러한 대안적 통합 재활 치료의 성공적 모델이 본 연구자가 통합문학치료의 콘텐츠를 개발하기 위해 관심 가지게 된 헤세이다. 헤세는 세 번이나 자살 시도를 했으며 1916년 3월, 처음으로 정신과 치료를 받기 시작했다. 의사의 충고에 따라 심리분석 치료를 받았으나 별 효과를 거두지 못했으며 그 해 6월부터는 융(Carl Gustav Jung(1875-1961))

의 제자인 랑(Josef Bernhard Lang(1863-1945))과의 인연이 시작되었다. 헤세는 1917년 9월에 융을 만나면서 심리학을 창작에 응용하여 정신적인 위기를 벗어나는데 도움을 받기 시작했다(박광자, 1998).

우리는 사람들과의 관계 속에서 살아간다. 이는 조현병 환자도 마찬가지이다. 본 연구자는 조현병 환자들이 병원에서 처방하는 약물 의존율을 조금 줄이고 스스로 살아가고자 하는 치유의지를 갖기 바란다. 궁극에는 친구와의 관계, 직장동료와의 관계까지 원만하게 이루어 갈 수 있도록 희망하지만 문학치료사가 현 시점에서 바라보는 가장 절실한 것은 환자가 의료진과 상호소통하는 것이다.

임상현장에서 만난 수많은 조현병 환자들은 자신의 증세와 고충을 의료진에게 찬찬히 말하는 것도 되지 않는다. 이런 이유로 의료진과 환자와의 상호공감이 이루어지지 않으며 환자와 의료진과의 면담이 약물치료의 한계 극복에 직접적인 도움이 되지 못하고 있다. 이를 반영하듯 의료진이 내린 진단기록이나 치료소견을 보면, “내적성찰 부족, 대인관계 안 됨, 집단 활동 참여 필요, 관계향상을 위한 사회복귀훈련 필요” 등의 내용이 주를 이룬다. 의료진과의 소통이 되지 않을 때 의료진이 지시하는 행동수칙을 지키지 않는다거나 심지어 약물복용을 거부하는 경우도 발생하므로 이것은 치료를 위해서 반드시 이행되어야 할 과정이다. 병원생활을 오래했거나 외부활동경험이 적은 환자일 경우에는 느끼고 표현 할 기회도 없었을 뿐더러 대부분의 환경이 수동적으로 다가오므로 자신의 이야기를 끌어내기도 쉽지 않다. 최근에는 음성증상에 대한 최신 구성개념을 토대로 새로운 심리사회적 치료모델을 제시하는 연구가 이루어지고 있으며, 음성증상을 보이는 더 많은 조현병 환자들을 대상으로 한 심리치료의 필요성을 강조하고 있다.

정신질환으로 고통 받는 환자의 삶을 개선시키는데 있어서 항정신성 약물의 기여는 박수 받아야 마땅하다. 그러나 인류의 약 40퍼센트가 약물 표준 권장량을 무시하고 있으며, 항정신성 약물이 정신질환치료에 꼭 필요한 경우 뿐 아니라, 심리치료가 더 긍정적인 치료방법으로 작용할 수 있음에도 처방된다는 점(Bauer, 2002; 이승은 옮김, 2006, p. 148)은 개선의 여지가 있다고 본다.

### 3. 치유 모델로서의 헤세의 삶

본 연구의 궁극적인 목표는 문학치료의 실용화에 있다. 연구자는 이를 실천하기 위한 연구 텍스트로 헤르만 헤세(Hermann Hesse(1877-1962))와 그의 작품을 선택하였다. 본 장에서는 많은 작가와 작품 중 헤르만 헤세를 연구 텍스트로 정한 이유와 활용 작품을 소개 할 것이다. 첫 번째 이유는 헤세가 살았던 세기 말의 시대적 배경과 그 시대의, 즉 세계고(Weltschmerz)가 21세기와 유사하다는데 있다. 두 번째로는 헤세에 관한 기존 연구가 많이 이루어져 있으며 기존의 문학적 선행 연구 자료는 실천영역에서의 활용에도 많은 도움이 될 것이라는 데 있다. 셋째로는 소설, 시, 에피소드, 그림 등 헤세의 작품은 문학치료를 위한 콘텐츠 발굴 뿐 아니라, 임상현장에서도 활용가치가 높다는 데 있다.

또한 헤세 작품은 다양한 언어로 번역되어 있으며 남녀노소 불문하고 많은 독자로부터 사랑받고 있으며 이에 관한 구체적인 내용은 다음과 같다.

#### 1) 치료로서의 삶: 왜 헤세인가?

##### (1) 시대적 배경과 문제의 유사성

연구자는 헤세의 수많은 문학작품 중 주로 초기작품을 위주로 하여 분석하였다. 그 이유는 헤세의 초기작품에는 세기말의 분위기와 그로 인한 인간의 아픔이 잘 나타나 있기 때문이다. 한국헤세학회 초대회장과 국제헤세학회 창립 발기인으로서 국내·외에서 왕성한 활동을 하였던 홍순길 교수는 헤세를 표현주의 작가로 고찰하면서 “그의 작품 『페터 카멘친트』나 『크눌프』가 목가적이고 낭만적인 작품인 것 같이 보이지만, 이 작품 속에는 표현주의 이념의 근간을 이루는 세기말의 문화와 물질문명에 대한 짙은 회의가 깔려있다” (홍순길, 2000)고 했다.

헤세가 살았던 세기말은 한마디로 ‘치유적 허무주의(Therapeutischer Nihilismus)’ 시대라고 할 수 있다. 치유적 허무주의는 치유적인 것과 허무주의적인 것이 공존하는 것이다. 삶이 너무 힘들어서 삶 자체가 고통이지만 아직 살만하다는 것, 너무 불안하고 캄캄하지만 그래도 살만하다는 패러다임에 치유의지가 포함되어 있는 것이다.

헤세의 작품은 『데미안』을 기점으로 하여 초기작품과 다른 성향을 보이는데 이때는 실제로 치료 작업을 수행하던 시점이다. 『데미안』에는 정신분석이론이 많이 녹아있다. 분석이론으로 자신을 들여다보고 내면의 나와 다른 대상을 만들어서 이야기를 이끌고 있다. 그러나 『페터 카멘친트』의 페터, 『크눌프』의 크눌프는 작품을 쓸 당시의 헤세가 살아보고 싶어 하는 이상적인 인물과 삶의 풍경이다. 중요한 것은 이것이 작품으로만 끝난 것이 아니라 실제 삶에서도 스스로 건강성을 발견해가는 모습들이 작품 속 주인공, 지인과 교환한 서신, 서평, 전기 등으로 검증되었다는 것이다. 또한 헤세가 살았던 시대는 지금 우리가 살고 있는 21세기와 비슷한 점이 많다. 급속한 변화와 성장, 개발로 인해서 삶과 함께하기 보다는 누군가를 앞지르려 하고, 다른 누군가는 뒤처지지 않으려고 애쓰는 사회이다. 성과를 중요시하게 되었으며 그에 따른 경쟁적인 사회분위기는 위계적인 구도와 훈육으로 해결하려는 어른들과 이에 저항하는 청년세대의 갈등을 유발한다. 과학, 의학의 발달이 이루어지지만 이것은 우리의 행복을 전적으로 보장해 주지는 못하고 또 다른 불안감과 문제들을 유발시킨다. 이러한 세기말의 문제는 현재 21세기에도 반복되고 있으며 시대문제의 피해자로서의 입장이 잘 드러나 있는 것이 헤세의 초기작품이다.

## (2) 풍부한 연구 자료

헤세에 관해서는 연구가 많이 이루어져 있다. 물론 문학치료의 관점에서 다시 읽기 작업이 필요했으나 헤세의 가족, 사랑, 종교, 이념, 갈등에 관한 선행연구는 헤세를 이해함과 동시에 인간을 이해하는데 좋은 자료가 되었다. 또한 헤세 스스로 자신의 작품에 대한 소감을 서신이나 잡지 기고, 전기 등 다양한 문헌을 통해서 보여주었으며, 이는 작품 속 인물의 삶을 이해하는데 유용한 자료가 되었다. 우리나라에는 헤르만 헤세(Hermann Hesse) 문학의 연구와 소개 및 보급을 목적으로 1992년 6월 13일에 한국헤세학회(Koreanische-Hesse-Gesellschaft)가 창립되었다. 연구자는 헤세의 생애에 관한 자료 확보를 위해 1998년 12월에 창간호를 출간한 이후, 깊이 있는 학술 연구 데이터를 축적하고 있는 「헤세연구」의 선행연구 자료를 참고하였다. 목원대학교 헤세도서관에도 온라인상으로 확인할 수 없는 귀중한 자료들이 보관되어 있다. 문



헌조사와 헤세를 통한 치유력 발견을 위해서 위의 두 기관 뿐 아니라 헤르만 헤세가 치유적인 삶을 실천하면서 생을 마감한 스위스의 몬타놀라를 직접 방문하여 헤세가 작품을 구상했던 공간, 치유작업이 이루어졌던 삶의 공간들을 체험 할 수 있었다. 현재 몬타놀라의 루가노에는 헤르만 헤세 박물관이 있다. 그곳에서 헤세의 자필 편지, 그림, 시 등 알려지지 않은 자료와 습작을 접했으며 삶의 파노라마를 그려볼 수 있었다. 박물관 영상실에는 헤세의 모습과 육성을 담은 영상이 방영되고 있었으며, 그의 삶에 대한 이야기를 들려주는 직원의 회상으로도 헤세의 삶을 추측할 수 있었다. 한 명의 인물에 대한 전 생애에 걸친 풍부한 자료들은 현재 살아있는 대상자로부터 콘텐츠를 발굴 하는 것 보다 더 섬세하고 깊이 있는 작업을 할 수 있도록 충분한 자료의 보고가 되었다.

헤세의 작품과 헤세의 삶을 치료적인 측면에서 활용할 수 있도록 좋은 토양이 된 연구들도 많이 있다. 헤세가 성장하는 동안 겪게 되는 갈등의 원인을 가족과 종교, 세대갈등 속에서 이해할 수 있도록 지침이 된 연구로는 헤세의 외가와 작품 속의 종교적 인간상이 작품 속에서 어떻게 묘사되고 있는지를 보여준 논문(이름가르트 유-군테르트, 2001), 헤세작품에 나타난 부자갈등의 원인과 발전양상을 보여준 연구(홍순길, 1998), 헤세의 생애를 통해서 본 방랑과 안주의 모티브 분석(홍순길, 2002)이 있다. 학교와 사회, 시대의 문제로 고찰한 연구로는 헤르만 헤세의 『수레바퀴 밑에서』를 통해서 학교와 사회를 비판적인 관점으로 읽은 논문(안진태, 2007), 청소년의 학교와의 불화를 쟁점으로 다룬 논문(은정윤, 2007)이 도움이 되었다. 또한 작품 속에 형상화 된 사회문화의 고찰을 위해 문화학적 이해의 측면에서 바라보는 연구시각이 필요하다는 논문(신혜선, 2015)도 특별하게 읽었다.

또한 헤세의 삶을 병리적인 관점이 아닌 건강성을 회복하고자 하는 노력으로 바라본 시각들도 본 연구에 많은 도움이 되었다. 어려움을 극복하기 위한 인물들의 노력과 삶의 태도를 치료적인 관점으로 보여 준 논문으로는 융의 심층심리학의 이론을 중심으로 헤세의 데미안 읽기를 한 논문(김선형, 2010)이 있다.

헤세는 정신분석 치료를 받으면서 그림을 통해서 자신의 내면작업을 시작했다. 그 시기부터 그리기 시작한 헤세의 그림은 3000여점에 달하며 헤세는 그림을 ‘문학이 주지 못했던 위안’이라고 했다. 헤세의 그림에 관한 연구로는 헤세의 삶에 있어서 그림

그리기의 의미와 색상 분석을 통한 심리읽기를 시도한 ‘헤세의 그림 그리기’(이화영, 2004) 논문이 있다.

2015년에는 독일의 대문호이자 세계적으로 많은 대중들에게 사랑받는 헤르만 헤세를 화가로서 재조명하는 특별한 전시회가 열렸다. 「헤세와 그림들展: 나에게로 떠나는 여행」이 2015년 5월부터 11월 1일까지 용산 전쟁기념관 기획 전시실에서 장기간 동안 열렸다. 전시회에서는 헤세의 일대기(Life graph), 작가 헤세(The writer), 화가 헤세(The painter), 정원사 헤세(The gardner)로서의 헤세의 삶을 그가 그린 그림을 통해 재경험할 수 있었다. 이 전시회는 연구자가 헤세를 문학치료적 삶의 모델로 선택한 이유와 근거를 고스란히 보여주었으며 ‘바쁜 현대인에게 힐링의 시간을 제공하였다’(세계일보, 2015년 11월 3일 기사)는 전시의의를 남겼다.

문학치료 임상에서 활용할 수 있는 중요한 매체인 음악활용에 도움을 준 선행연구에는 ‘황야의 이리 불멸의 음악’(이신구, 1998), ‘토마스 만과 헤세의 바그너 음악 수용’(이신구, 2005)이 있었다. 이신구 교수는 헤세문학이 가진 건강학적 요인 설문조사에서 “헤세에게 음악은 생명이며 삶을 지탱하는 근원적 힘이었고, 깊은 절망에 빠져 마음의 고향과 평화를 찾지 못해 방황하는 그에게 어둠의 길을 밝혀주는, 영원히 꺼지지 않는 등대의 빛이었다”(이신구, 2014)고 기술하였으며, 이 자료를 통해서 연구자는 헤세의 삶에 있어서 음악이 주었던 위로와 활력을 확신하고 임상에 적용할 수 있었다.

자연에 관한 의미 부여를 해 준 연구로는 헤세가 자연에 대한 친밀감과 사랑을 지니게 된 것이 성프란치스코의 삶과 신앙에 대한 영향이었으며 헤세의 첫 소설 『페터 카멘친트』에 잘 나타나 있음을 섬세한 문체로 기술한 논문(정경량, 2015)이 있다.

이 외에도 선행 연구자들이 연구텍스트로 고찰했던 작품의 많은 부분이 문학치료 현장에서도 활용할 만한 읽기자료가 되었다. 본 연구가 수많은 연구자들이 노력의 결실로 일궈 놓은 헤세문학연구에 있어서 새로운 연구유형 발굴과 연구영역의 확장에 일조할 수 있기를 기대한다.



### (3) 치료도구로서의 활용

연구자는 헤세와 그의 작품을 통합문학치료의 치유효력을 발굴하는데 활용하기 위해서 여러 시선으로 읽어보았다. 헤세의 삶 뿐 아니라 그의 작품 속 인물을 문학치료 참여자로 보았으며 소설, 시, 편지, 그림, 음악, 사진을 포함한 헤세의 창작성 자체도 여러 가지 방법으로 활용하였다. 문학치료현장에서 치료사는 참여자들이 언어적 활력을 표출할 수 있도록 다양한 매체를 활용한다. 이러한 매체를 사용했을 때 우리 몸 속 깊이 내재된 언어들을 불러오기가 더 쉽기 때문이다(채연숙, 2015, p. 119). 하지만 매체활용에는 치료사의 신중함이 요구된다. 참여자들의 호기심 유발에만 치중하여 매체 활용 자체에 머무르는 위험이 있으며 심지어 어떤 매체를 활용하는가에 따라 예술치료 이름을 구분하는 오류 상황에 노출되기도 하므로 치료사의 문학치료적 정체성 확립이 선행되어야 한다. 이에 문학치료사는 매체의 다양성보다는 상호매체적 넘나들기 기술을 활용한 치유체험 경험이 주된 목표임을 기억해야 된다. 바로 이 지점에서 헤세의 문학과 그의 창작성들은 다른 작가와 예술가들의 작품에 비해서 훨씬 활용 가치가 있다.

김륜옥은 ‘헤르만 헤세의 문학과 회화에서 두드러지는 상호매체적인 특성과 의미’를 연구한 논문에서 헤세가 남긴 다양한 장르의 작품과 관련하여 상호매체성의 문제에 주목해 볼 것을 강조한다. 헤세의 작품에서야말로 문학, 음악, 회화 내지 그 요소들에서 작품생성 과정에서부터 매우 특징적으로 서로 맞물리는 양상을 보인다고 했다. 또한 이 부분은 날카롭고 섬세한 정신과 감성의 소유자인 헤세가 유럽의 정신적, 정치적 격동기에 겪던 내적, 외적 삶과도 무관하지 않다(김륜옥, 2013)고 했다. 이것은 문학치료 실습의 상호매체적 넘나들기 과정으로도 볼 수 있다. 특히 문학치료 도입부에서 활용하는 매체는 그 영역은 다르지만 그것이 기억 환기 또는 몸의 언어를 불러오는데 있어서 어떤 일관성을 보이는 특징과도 연결된다.

문학작품을 활용할 때에 치료사는 작품 전체보다는 내용의 일부를 발췌해서 사용하는데 발췌의 기준은 참여자의 발달적, 임상적 상황과 프로그램 주제 등을 들 수 있다. 본 연구에 활용된 헤세의 삶의 방식과 작품은 참여자의 기억 환기를 위한 좋은 글감이 되었다. 또한 헤세의 삶 자체가 문학치료 프로그램이라 할 수 있으며 그가 했

던 삶의 작업들이 문학치료 프로그램에서 참여자들과 함께 할 수 있는 기술과 도구가 될 수 있었다. 예를 들어, 음악 감상으로 마음에 노크하기, 그림을 통한 감정표현하기, 시낭송과 시 쓰기 작업을 통한 기억과의 조우, 독서활동, 정원 가꾸기, 동물 기르기, 산책과 여행, 방랑까지 모든 활동이 일상 속에서 또한 문학치료적인 건강함을 유지하기 위해서 반드시 필요한 과정들이며 헤세의 ‘치유로의 여정’ 이었다.

김륵옥은 헤세의 창작품 또한 만물이 조화를 이루는 평화로운 이상향과 맞닿아 있음을 강조했으며, 모든 존재의 원초적인 고향으로서의 ‘자연’이라는 핵심어로 요약하였다(김륵옥, 2013). 더 이상 고정된 패러다임이 존재하지 않고 덕목이 해체되어 가는 현상이 헤세의 작품 속에서도 발견되었으며 그러한 문제 상황들을 문학치료적인 삶으로 극복한 인물이 바로 헤세이므로 연구자는, 그리고 우리는 당연히 헤세의 작품과 헤세의 삶을 되짚어 보아야만 된다.

## 2) 콘텐츠 개발에 사용된 작품 소개

연구자는 먼저 헤세의 작품을 읽었다. 무엇이 헤세를 아프게 하는가? 그가 어떻게 아픔을 호소하는가? 에 집중하면서 헤세를 ‘다시 살아가게 하는’ 치유활동을 찾을 수 있었다. 임상현장에서도 헤세의 초기작품은 인간을 움직이는 이 시대를 살아가는 참여자들에게 쉽게 감정이입 되는 것을 확인할 수 있었다.

연구자는 헤세의 작품을 기본적으로 한국어 번역본으로 읽었다. 물론 여러 번역가의 번역텍스트를 읽은 뒤 내면 표현이 섬세하다고 생각되는 작품, 편안하게 읽혀지는 작품을 선정하여 분석하였으며 언어표현이 모호하거나 확인이 필요한 부분은 독일어 원본과 대조하는 작업을 하였다. 그러나 실제 문학치료현장에서는 원문이 아닌 한국어 번역본을 활용한다. 왜냐하면 치료라는 것은 모국어로 하는 것이 원칙이기 때문이다. 본 연구의 목표 중 하나가 헤세 작품의 문학치료 활용가능성을 확인하는 것이므로 헤세문학을 통한 동일시 경험과 감각환기 작업은 한국어 번역본으로 이루어져야 하며 한국인을 위한 문학치료 접근을 위해서도 더욱 의미 있다고 본다.

통합문학치료 콘텐츠 개발을 위해서 집중 분석한 작품은 헤세의 집필기 중, 초기에 출판된 작품들이다. 각각의 작품 선정 이유와 작품읽기의 방향을 소개하겠다. 세 작품에 대한 연구결과는 이미 두 편의 논문(채연숙·조희주, 2013; 채연숙·조희주, 2014)으로 출판된 바 있으며 그것을 토대로 한 분석 내용은 IV부의 연구결과 1에서 소개한다.

### (1) 『크눌프 Knulp: Drei Geschichten aus dem Leben Knulps, 1915』<sup>2)</sup>

앞에서도 이야기 했듯이 문학치료는 결국 어떤 눈으로 어떤 삶의 방식(Life-style)을 만드는가의 문제다. 『크눌프 Knulp: Drei Geschichten aus dem Leben Knulps』의 ‘크눌프’는 헤세가 가장 사랑한 인물로 크눌프가 지닌 성격과 삶의 태도는 헤세 자신이 바라는 것이기도 했다. 이 작품의 구조적인 측면에서 볼 때 『크눌프』는 이미 그 자체로도 이야기의 완결성을 가진 서사구조를 띠고 있을 뿐만 아니라 「초봄」,

2) 본 연구에 사용된 우리말 번역 텍스트는 『크눌프(이노은 옮김)』, 1997 민음사 판이며, 원문은 Hermann Hesse(1970). *Gesammelte Werke 4. Roßhalde · Fabulierbuch Knulp*, Frankfurt a. Main이다.

「크눌프에 대한 회상」, 「종말」 각각의 서사 과정은 문학치료의 기본적인 치료단계이자 기술인 테트라시스템을 보여주기에 적합한 작품이었다. 세편의 이야기들은 1908년 「크눌프에 대한 회상」, 1913년 「초봄」 그리고 1914년에 「종말」로 발표되었으며, 1915년에야 이 이야기들이 한 권의 책으로 출판되었다. 본 연구에서는 각각의 이야기들이 발표되었던 시점이나 이야기의 구성에 주목하기보다는 이야기를 통해서 볼 수 있는 치유과정과 치유적인 의미 해석의 가능성에 초점을 두었다. 헤세 스스로 삶으로부터 ‘훼손된 정체성’을 크눌프라는 인물을 통해 새롭게 재구성하고자 시도하고 있다고 보았다. 이것은 또한 문학치료에서 참여자들이 다양한 작업매체나 접근 방식을 통해 궁극적으로 추구하는 자아실현이나 자기 발견의 과정과도 일맥상통한다고 본다. 세 편의 이야기들 속에는 이야기마다 문학치료에서 쓰이는 기술과 과정이 그대로 적용되고 서사되고 있는 것으로 전제하였으며 그것을 인물의 내러티브 과정 분석을 통해 규명해보고자 하였다(채연숙·조희주, 2013).

치유학에서는 자기중심적인 사고를 중요시한다. 자신이 원하는 것을 못해서 병이 나고, 내 마음을 표현하지 못해서 아파한다. 그리고는 다른 사람 때문에, 환경 때문에 병이 났다고 한다. 결국 자기가 원하는 대로 삶을 만들어가고 스스로 삶을 이끌어 가야된다. 이것이 자기중심적인 삶이며 본인이 ‘크눌프’를 연구하는 이유이기도 하다. 크눌프는 모든 결정을 스스로 하였고 자신의 목소리에 귀 기울였다. 이런 여러 가지 동기로 연구자는 마음이 아픈 사람, 상처가 있는 사람, 문학치료가 필요한 사람을 위해서 크눌프를 모델로 한 프로그램을 구조화 할 수 있었다. 헤세처럼 자유로울 수 있다면, 헤세의 크눌프처럼 할 수 있다면 그것이 치유적 삶이자, 삶으로의 치유이다.

헤세에 관해서는 분석된 자료가 많다. 그럼에도 불구하고 기존의 연구는 헤세가 살았던 시대를 이해하고, 헤세의 인물이 왜 그렇게 살았는지를 해명하는 데는 도움이 되지만 문학치료 콘텐츠 발굴을 위해서는 ‘문학치유적 관점으로 다시 읽기’작업이 절실했다. 그 첫 번째 인물인 크눌프는 문학치유적인 삶을 살아 간 전형으로 볼 수 있었으며, 본 연구의 결과 부분에 건강한 인간, 창의적인 인간으로서의 크눌프가 가진 삶의 태도를 제시하고 문학치료와의 접점을 보여 줄 것이다.

## (2) 『페터 카멘친트 Peter Camenzind, 1904』<sup>3)</sup>

헤세의 첫 소설인 『페터 카멘친트 Peter Camenzind』는 1901년 헤세가 이탈리아 여행을 한 다음 미술에 깊은 관심을 갖고 있던 상황에서 쓰여진 작품이다. 이 소설은 1903년 『노이에 룬드샤우』라는 잡지에 연재되었으며 1904년 초판되었다(Hesse, Hermann, 1906; 김주연 옮김, 2013, 작가해설). 등장인물의 삶과 삶의 환경에 관한 『페터 카멘친트』 관련 논문으로는 김선형의 ‘헤세의 이탈리아 형상에 관한 연구’가 있다. 헤세의 이탈리아 여행에 관한 체험이 소개되어 있으며 아씨의 성 프란체스코의 삶의 모습과 가르침이 카멘친트의 삶에 결정적인 역할을 하는 것으로 그려진다(김선형, 2007).

정경량은 ‘헤세의 『페터 카멘친트』에 나타난 성 프란치스코’ 연구에서 헤세의 초기 작품 『페터 카멘친트』에는 헤세가 성 프란치스코로부터 받은 자연에 대한 사랑과 인간에 대한 사랑이 나타나 있으며 자연에 대한 사랑이 인간에 대한 사랑, 작품 속에서 아버지와 보피에 대한 사랑으로 이어진다고 보았다(정경량, 2015).

『페터 카멘친트』를 번역한 김주연은 작품해설에서 이렇게 말했다. “이 소설은 자연을 사랑하고 자연을 숭배하며, 또 거기서 힘을 얻는 카멘친트가 어떻게 통합적인 인간의 모습으로 커 가는지 극명하게 보여준다. 그는 우선 가정과 부모라는 사회적인 동지를 떠나, 보다 총체적인 인간성을 획득하기 위한 험한 길을 나선다. 친구의 죽음, 실연의 아픔을 겪으면서 그는 고뇌와 절망을 맛보지만, 그것을 극복해가면서 통합적·총체적인 인간상에 가까이 다가간다”(김주연, 2013, pp. 219-220)고 덧붙였다.

본 연구자가 『페터 카멘친트』를 통합문학치료 콘텐츠의 소재로 보게 된 데는 다른 연구자와 의견을 같이하지만 또 다른 이유도 있다. 헤세는 많은 병리를 가진 사람이었다. 그는 랑박사와 융으로부터 심리치료를 받았으며 그림으로 감정을 환기하라는 처방을 받았다. 그 후 헤세는 문학작품 뿐 아니라 수채화를 그리고 정원을 가꾸면서 친자연적인 삶을 살았다. 그리고 그는 음악, 특히 모차르트를 즐겨 듣고 그 영감을 다시 문학으로 형상화하기도 했다. 이처럼 그는 통합문학치료적 삶으로 스스로 치유 받았다. 연구자는 이와 같은 처방 이전에 발표된 헤세의 첫 소설 『페터 카멘친트』에

3) 본 연구자가 읽은 우리말 번역 텍스트는 『페터 카멘친트(김주연 옮김)』, 2013, 문학과 지성사 판과 『페터카멘친트·게르투르트(박환덕 번역)』, 1998, 범우사 판이며 원문은 Hesse, Hermann (2012). *Peter Camenzind. Erzählung*, Suhrkamp Taschenbuch, Frankfurt a. Main이다.

‘헤세가 바라는, 헤세가 살아보고 싶어 하는’ 삶의 여정이 녹아있다고 보았다. 그는 자신이 처한 답답한 환경을 카멘친트 집안의 분위기와 환경으로 묘사했다. 때로는 좌절하고 때로는 절망하지만 페터를 다시 일어서게 하는 문학, 예술, 우정, 종교, 자연, 여행, 봉사 등의 활력들을 헤세로 인해 페터가 체험했던 것이다. 그러한 염원을 소설로 나타낸 것이 『페터 카멘친트』이며, 이후에 쓰여진 『수레바퀴 아래서』에서 보다 솔직하게 자신을 아프게 한 원인과 곱아가고 있는 상처를 들여다 볼 수 있었다.

헤세의 삶과 그의 작품 속 인물은 진실하다. 스스로 모든 삶을 만들어간다. 연구자는 페터 카멘친트가 자연에 대한 사랑, 인간에 대한 사랑을 실천하는 과정을 삶의 순간순간 있어야만 했던 이별의식, 즉 애도의 수행으로 보았다. 떠나보냄에 대한 준비와 남은 자에 대한 위로가 필요했던 순간들에 제대로 된 애도를 하지 못했던 삶, 추후에라도 애도작업이 가능했던 삶으로 한스와 페터를 비교하였으며 학회에서 발표한 바 있다. 결과 제시의 장에서는 페터 카멘친트가 겪었던 세대갈등과 상실의 아픔들이 어떤 과정으로 극복되어 가는지를 ‘이별의식과 애도작업’의 초점에 맞추어 보여 줄 것이다. 결국 페터가 살아간 삶은 가장 큰 아픔에 대한 애도가 이루어졌기에 가능했다고 보았다. 과거에 이루어지지 못했던 ‘이별의식’과 내가 살고 있는 순간순간에 대한 ‘일상에서의 애도’를 수행하는 공간이 문학치료 프로그램이 진행되는 공간이라 생각한다.

### (3) 『수레바퀴 아래서 Unterm Rad, 1906』<sup>4)</sup>

헤세의 초기작품인 『수레바퀴 아래서』는 1904년 ‘새로운 취리히 신문(Neue Züricher Zeitung)’에 처음 발표되었고, 1906년 책으로 출간되었다(안진태, 2007).

헤세는 1953년 「과거와의 만남」이라는 글에서 『수레바퀴 아래서』를 이렇게 소개했다. “제대로 성공한 건지 아닌지는 모르지만 이 책에는 직접 체험하고 겪은 내용이 담겨 있습니다. 그리고 살아있는 이 씨앗은 때로 아주 오랜 시간이 흐른 뒤 완전히 새롭고 다른 상황 속에서 다시 영향을 끼치고 에너지를 발산 할 것입니다.”라고

4) 본 연구에서 사용된 우리말 번역 텍스트는 『수레바퀴 아래서(김재혁 옮김)』, 2013, 고려대학교 출판부 판이며 원문은 Hesse, Hermann (1972). *Unterm Rad, Erzählung*, Suhrkamp Taschenbuch, Frankfurt a. Main이다.

했으며 이를 반영하듯 『수레바퀴 아래서』는 헤세의 영혼의 기록으로 알려져 있다 (Hesse, Hermann, 1906; 김재혁 옮김, 2013, p. 248).

안진태는 『수레바퀴 밑에서』를 통해서 학교와 사회를 비판적인 관점으로 고찰하였다. 그는 전인적인 교육이 아닌 단편적인 실력위주의 교육으로 인해서 청소년의 실력 형성에 큰 문제가 발생한다고 했으며, 『수레바퀴 밑에서』는 오늘날 성인 세계의 물이해로 인해 파괴된 청소년기의 묘사를 실제로 나타낸 작품이라 했다(안진태, 2007).

은정윤 역시 『수레바퀴 아래서』를 과열된 입시 경쟁으로 인해 성적에 대한 압박감과 스트레스에 시달리고 있는 우리나라 청소년들이 공감할 수 있는 이야기라고 했으며, 특히 학교 성적에만 매달리다가 신경쇠약에 걸려 학교를 그만 두는 한스 기벤라트는 오늘날에는 독일보다 한국 청소년들이 더 공감할 것으로 보았다. 또한 과거의 텍스트인 『수레바퀴 아래서』는 과거를 통해 현재를 비판적으로 보게 하며 헤세의 콘텍스트가 현재 우리나라 청소년들이 처한 상황과 유사해서 우리의 학교 교육문제를 되짚어보고 성찰하는 계기를 준다고 하였다(은정윤, 2007).

『수레바퀴 아래서』의 한스는 스스로에게서 우리나라는 즐거움은 느끼지 못하고 그를 지켜보는 아버지, 교장선생님과 주위 어른들의 기쁨이자 영광이 되어가고 있었다. 주변인들의 욕망에 자신의 욕망이 편승한 것이 되어버린 한스는 목표달성에 대한 만족을 느끼기보다 또 다른 야망에 사로잡히는 괴로움을 겪게 되었다. 이처럼 한스가 방학기간에도 좋아하는 취미생활을 포기한 채 선행학습에 매여 있는 것은 성적위주의 치열한 경쟁 속에서 학교생활을 하고 있는 우리나라 청소년들의 모습이다.

신혜선은 20세기 전환기의 독일문학 학교소설은 사회·문화의 담론과 개인화과정의 담론이 충돌하는 공간이라고 했으며, 학교라는 공간에서 행해지는 교육은 개인만의 문제가 아닌 사회공동의 문제로 확대된다고 보았다. 따라서 작품 속에 형상화된 사회문화의 고찰은 단지 배경을 이해하는 것으로서 의미를 지니는 것이 아니다. 이러한 형상화된 소재들은 작품 내에서 인물 간 관계 설정과 갈등 이해 및 주제와 상호 유기적 관련성을 가지고 있으므로 문화학적 이해의 측면에서 바라보는 연구시각이 필요하다(신혜선, 2015)고 했으며, 이 논문은 연구자가 헤세의 인물이 살았던 시기와 현대사회를 같은 선상에서 이해하는데 도움이 되었다.

헤세와 그의 작품에 관해서는 다양한 시각의 방대한 연구 자료가 있지만 본 연구자는 본 논문이 보여주고자 하는 통합문학치료 콘텐츠의 배경이 되는 자료에 한해서만 소개하였다. 많은 사람들이 헤세로부터 위로를 받았으며 헤세와 같은 삶의 태도를 지향한다. 본 연구는 헤세의 삶과 문학을 통해서 건강한 사람은 더욱 건강하게, 아픔을 가진 사람은 그것을 극복할 수 있기를 바라며 헤세의 문학과 건강한 삶을 잇는 교량으로 통합문학치료를 둘 것이다.



## 4. 연구의 방법론적 배경

연구자는 논문의 전 과정을 질적 연구 방법으로 진행하였다. 질적 연구 방법의 여러 유형 중 실행연구 절차에 따라 설계하였으며, 자료 수집과 참여자에 대한 이해, 결과 제시는 해석학적 현상학에 철학적 배경을 둔다. 4장에서는 본 연구의 어떤 부분이 이러한 연구 패러다임을 갖게 하였는지를 구체적으로 소개한다.

### 1) 질적 연구

인간이 가진 호기심과 삶에 대한 애착은 과학과 과학적 지식 축적방법을 발전시켰다. 그러나 과학적 지식에 대한 확신과 일반화에 예상치 못했던 사례들이 나타나고 있으며 이에 관한 새로운 접근법이 요구되었다. 이러한 상황은 인간에 관한 근본적인 탐구관점으로서의 전환과 함께 질적 연구의 발전을 가져오게 되었다.

19세기 이후 과학의 전개과정을 살펴보면 양적 분석이 경제학, 심리학, 사회학, 정치학, 교육학, 간호학 등 인문사회과학 전반에 적용되면서 심리현상에 대한 자연인과적 설명에서 큰 업적을 남겼다. 그럼에도 불구하고 인문사회과학 영역에서 양적 분석이 지니고 있는 한계는 철학자를 비롯한 이 분야 연구자들에 의해 다양한 방식으로 지적되어 왔으며, 양으로 환원될 수 없는 질적 측면은 파악될 수 없다는 것이 지적의 핵심이었다. 더 나아가 인문사회과학이 다루는 현상의 경우 질적 측면이 핵심적인 요소이며 질적 측면을 파악하기 위해서 질적 연구 방법을 사용할 것을 강조한다(이남인, 2014, pp. 17-18).

질적 연구는 수치상으로 측정했을 때 버려질 수도 있는 작은 변화들 특히 감각환기, 언어사용, 사물을 바라보는 태도, 가치관에 대한 아주 미세한 울림까지도 포착할 수 있는 탁월한 연구 방법이다. 이것은 문학치료에서 중요하게 여기는 참여자의 치료 체험에 대한 관찰 요소이기도 하다. 문학치료에서의 치료공간은 삶의 현장을 축소 해 놓은 곳이다. 따라서 연구자는 치료사임과 동시에 참여자들과 함께 살고 있는 참여관찰자이다. 앞에서 이끌어 주는 것이 아니라 함께 생활하면서 참여자들이 스스로 잠재력을 발휘할 수 있도록 참여자간의 균형을 맞추어 주는 역할을 한다.

문학치료가 인간의 삶을 ‘하나로 규정하거나 예측할 수 없는 다차원적인 것’으로 보듯이, 질적 연구에서 인간의 삶도 설정해 둔 경로를 따라 가지도 않을 뿐더러 동일한 여건에서 똑같은 삶을 산다는 것 자체가 불가능하다고 본다. 따라서 질적 연구 방법에서는 단순히 수치로 인간 삶을 측정하는 것이 아니라 어떠한 맥락과 그 상황에서의 경험이해, 의미생성에 관심을 가지게 되었다.

연구자는 석사학위 논문에서 ‘해결중심 독서치료가 초등학생의 자아탄력성 증진에 미치는 효과’(조희주, 2012)를 검증하였다. 자아탄력성의 하위요인에 대해서 각각 사전검사결과와 사후검사결과의 차이를 통계수치로 보여주고 유의미 정도를 설명하였다. 물론 이러한 결과 제시도 필요하지만 연구자 개인적으로는 프로그램에 참여했던 대상자들의 소소한 행동과 은유, 웃는 횟수, 상담실 문을 여는 표정 변화 등이 크게 와 닿았으며 그러한 변화를 이끌게 된 과정과 의미들을 더 강조하고 싶었다. 그러나 양적 연구에서의 행동관찰표사는 분석 틀이나 기준에 맞춘 기술이기에 그 고유한 가치를 인정받지 못하는 것 같아서 항상 아쉬움과 목마름이 있었다. 이것은 연구자가 본 논문의 설계와 결과 제시에 이르기까지 질적 연구 방법을 따르게 된 가장 큰 이유이다. 또한 만성 조현병 환자들의 특성상 그들이 병을 앓은 기간, 주 호소 증상에 따라 프로그램 효과가 나타나는 시기에도 차이가 있으며 그것이 프로그램 참여에 따른 효과만을 측정한 것인지도 의문이 들었다. 이러한 이유로 연구자가 할 수 있는 최상의 연구결과 제시 방법은 실험실적인 조작이 없는 생활체험의 보고라 판단되었다.

질적 연구 방법은 다양한 체험의 의미읽기를 목표로 하는데 자료를 산출하고 분석, 결과를 도출하기까지의 전 과정이 연구자의 직관과 통찰에 의존(Morse, 1994)한다. 따라서 질적 연구자는 체계적인 설계 절차를 쫓아가는 연구가 아니라, 계속해서 수정하는 과정을 거친다. 자료 수집 과정에서도 특별한 전략이 필요하며 분석 과정에서도 복잡한 절차를 거쳐야한다.

본 연구자 또한 통합문학치료 분야에서의 선행된 질적 연구 논문을 찾지 못한 관계로 여러 질적 연구 학자들이 이론화 한 내용 중, 통합문학치료의 근거이론과 배경 철학을 가장 잘 설명할 수 있다고 판단되는 방법을 선택하게 되었다. 연구 설계는 실행연구(action research)모델을 따랐으며 그렇게 선택한 구체적인 이유는 다음과 같다.

본 논문에서의 임상적용이 (1) 병원이라는 특정 연구 현장에서, (2) 조현병 환자들

의 재활을 돕기 위해서, (3) 연구자가 개발한 콘텐츠를 일정 기간 동안 적용해 보고, (4) 그 과정을 돌아 본 뒤 수정·보완하여, (5) 현장개선을 목표로 다시 적용하는 연구이므로 이는 실행연구의 연구이념과 동일하다고 판단했다. 연구자는 실행연구의 설계 모델을 도입하여 더 확신을 가지고 연구에 임할 수 있었다.

자료 수집과 참여자에 대한 이해는 통합문학치료의 배경철학인 현상학에 토대를 두었으며 결과 제시를 위한 자료 분석과 해석 과정, 글쓰기 작업 전반은 해석학적 현상학에 기반을 두면서 ‘체험연구방법’을 완성시킨 반 매년의 분석 방법을 참조하였다.

구체적인 분석 절차는 Ⅲ. 연구 방법에서 설명 할 것이다. 지금은 정신건강관련 전문가와 대안치료사들이 환자들의 경험 자체에 귀를 기울여야 될 시기이며, 그 시도가 질적 연구 방법의 패러다임 갖기라 생각한다.

## 2) 해석학적 현상학

질적 연구의 바탕이 되는 철학으로는 현상학, 해석학, 상징적 상호작용론, 포스트 모더니즘 등이 있으며 본 연구는 현상학의 이념과 방법에 큰 가치를 둔다. 에드문트 후설(Edmund Husserl, 1859-1938)의 ‘생활 세계적 현상학’, 모리스 메를로-퐁티(Maurice Merleau-Ponty, 1908-1961)의 ‘몸에 의한 지각체험’은 통합문학치료의 실습 현장에서도 중요한 근거이론이다. 또한 후설과 메를로-퐁티의 사상에서 분석과 의미발견을 위한 체계를 구축한 막스 반 매넨(Max van Manen, 1942-현재)의 ‘해석학적 현상학적 연구’는 본 임상 적용의 결실인 ‘의미읽기’를 위한 실제적인 방법이다.

### (1) 근거이론으로서의 현상학과 해석학

본 연구에서는 현상학과 해석학을 ‘철학’ 자체로 보는 것이 아니라 인간과학 연구를 위한 하나의 관점이자 연구 방법으로 보았다.

본 연구의 ‘해석학적 현상학’을 이해하기 위한 설명은 후설의 이론에서 시작한다. 현상학을 하기 위해서는 의식의 ‘사실의 세계’로부터 의식의 ‘순수한 본질’로 옮겨야 하는데 후설은 모든 체험은 지향성을 지니고 있으며, 지향성은 체험을 체험이라 부를 수 있게 해 주는 모든 체험 속에 들어 있는 보편적인 요소이자 본질적 속성이라고 했다(이남인, 2014, p. 123). 후설은 연구 후기에 와서 더 이상 의심할 수 없는 명증적인 체험의 근원은 순수한 의식의 세계가 아닌, 신체적 주관이 직접 체험하는 생활세계라 했다. 그가 말하는 ‘생활세계’는 ‘이념이나 상징의 옷을 입지 않은’, ‘친숙하고 감각적인 우리의 일상’, ‘근원적인 명증성의 세계’, 그러면서 ‘모든 학문적 진리와 존재이자 목적이 흘러들어가는 곳’이다(Husserl, 1936; 이종훈 역, 1997, pp. 46-48). 후설은 모든 객관적 학문에 의해 세계를 보고자 하는 것에 대해 판단중지하고, 오로지 생활세계에만 관심을 돌릴 것을 강조했다.

후설의 신체적 주관에 근거한 생활세계에 대한 현상학적 사고는 실존적 현상학자라고 일컫는 하이데거, 사르트르, 메를로-퐁티에 영향을 미치고 체계화 되었다. 지금부터는 반 매넨의 사상에 영향을 주었으며 통합문학치료의 배경철학인 메를로-퐁티(Merleau-Ponty)의 주요 이론을 살펴보겠다.

메를로-퐁티가 규정하는 인간의 삶은 ‘세계-에로-존재 (être-au-monde)’라는 특유의 전문용어가 함축한다. ‘세계-에로-존재’란 세계에 속해 있으면서 세계에 매몰되지 않고, 세계를 소유하고자 세계를 향해 나아가는 인간의 실존적 초월운동을 가리키는 용어이며, 영어의 into, in, to, at, of를 모두 포함한다(Merleau-Ponty, 1945; 류의근 옮김, 2002, p. 692). 메를로-퐁티에 의하면 인간은 세계와 끊임없이 교섭하는데 세계와의 교섭을 위한 인간의 지각 중 눈으로 보고, 맛으로 느끼며, 몸에 와 닿는 이 순간의 지각이 중요하다.

메를로-퐁티는 현상학을 ‘본질을 추구하는 학문’으로 정의하였으며, 현상학을 기술(description)하는 것이 문제이지 설명(explanation)하거나 분석(analysis)하는 것이 문제인 것은 아니라고 했다(Merleau-Ponty, 1945; 류의근 옮김, 2002, p. 15). 앞에서도 이야기 했듯이 그의 현상학에서의 출발점은 인간에게서 가장 원초적인 ‘몸에 의한 지각의 체험’이다. 여기서의 몸은 정신과 분리된 것이 아니다. 몸은 지금까지 살면서 길들여진 내 삶의 지각의 역사와, 삶이 몸담고 있는 문화를 반영하는 ‘살아가고 있는 몸, 주옥같은 이야기를 담고 있는 몸’이다. 또한 그의 연구는 신체에 대한 반성에서 시작하는데 여기서의 신체(corps)도 대상으로서의 객관적 신체가 아니라, 고유한 신체, 또는 체험된 신체이다. 그것은 내가 살고 체험하는 신체로, 나의 의도들을 표현하고, 의도들이 의식되도록 해주는 중개자이므로 스스로 의미화 하는 능력을 지니고 있다(Merleau-Ponty, 1945; 류의근 옮김, 2002, p. 692). 다시 말해서 경험의 주체로서의 신체는 직접 체험하거나 겪는 신체를 말하며, 내가 느끼거나 누가 나의 느낌을 이해하고 반응해 주는 신체이다.

## (2) 분석 도구로서의 해석학적 현상학

이상의 통합문학치료 배경철학과 풍경이 최대한 인간과학 연구를 실행하는데 도움을 주는 실제적인 접근법으로 연구자는 반 매년의 ‘해석학적 현상학’을 도입하게 되었다. 메를로-퐁티가 신체에 의해 체험된 근원적인 지각의 세계로 돌아가서 그 세계를 그대로 보고 의미를 발견하고자 한 반면, 반 매년은 경험을 단순히 떠올리는 것만으로는 충분하지 않다고 했다. 그는 “경험의 본질적 측면, 즉 의미구조를 겪은 대로

상기하는 방식으로 그리고 이러한 기술을 가능한 경험으로, 즉 경험에 대한 가능한 해석으로 인정하는 방식으로 경험을 상기해야만 한다”(van Manen, 1990; 신경림·안규남 옮김, 1994, p. 64)고 했다. 반 매넨이 말하는 ‘기술’이란 현상학의 핵심 요소인 ‘기술(description)’과 해석학의 핵심 요소인 ‘해석(interpretation)’을 포괄하는 ‘현상학적 기술(phenomenological description)’이며, 이는 ‘체험의 성질에 대한 기술’이자 ‘체험의 표현 의미에 대한 기술’을 시도한다(이남인, 2014, p. 55).

반 매넨은 “후설의 초월론적 방법을 엄밀하게 따르는 연구자들은 현상학적 연구를 순수기술의 방법과 동일시하면서 해석을 현상학적 연구범위를 벗어난 것으로 볼 것이다. 이러한 관점에서 본다면 해석은 벌써 왜곡, 즉 불완전한 직관을 인정함을 의미한다”(van Manen, 1990, pp. 25-26) 고 하면서 자신의 관점에 대한 우려에도 답하고 있다.

즉, 반 매넨이 강조하는 현상학적 체험연구 방법의 목표는 다양한 유형의 본질 구조를 해명하는데 있으며 그가 말하는 ‘해석학적 현상학’은 하이데거식의 해석학적 현상학이 아니라 다양한 유형의 현상학을 아우르는 ‘현상학적 전통’과 다양한 유형의 해석학을 아우르는 ‘해석학적 전통’도 포괄하는 개념이다. 그는 자신의 체험연구방법을 개발하기 위해서 후설의 초월론적 현상학, 하이데거의 해석학적 현상학, 메를로-퐁티의 신체의 현상학, 그리고 딜타이, 가다머, 볼노(O.F. Bollnow), 리쾨르(P. Ricoeur) 등의 해석학의 여러 동기들을 사용하고 있다(이남인, 2014, p. 54).

그는 해석학적 현상학적 연구를 핵심이 되는 방법적 구조로 환원하면 6개의 연구 활동 사이의 역동적인 상호작용으로 볼 수 있다고 했다. 그것은 (1) 체험을 주어진 그대로 경험 할 수 있도록 체험의 본성으로 돌아가기, (2) 연구자 자신의 체험에서 시작하여 연구 참여자들로부터 연구자료 수집하기, (3) 암묵적인 본질 이해가 아닌, 체험의 본질적 주제에 대해 반성하기, (4) 본질적 주제에 대해 글쓰기와 글 고쳐 쓰기, (5) 연구 주제에 강한 애착을 가지고 연구대상인 체험과의 강력한 관계 유지하기, (6) 연구 대상의 전체와 부분을 고려하면서 연구 상황의 균형 유지하기이다(van Manen, 1990, pp. 30 이하; 이남인, 2014, pp. 56-59). 연구자는 이와 같은 요소를 염두에 두고 결과제시를 위한 자료 분석과 의미읽기, 즉 글쓰기를 진행했다.

해석학적 현상학의 요소 뿐 아니라 연구자는 참여자가 진술한 텍스트로부터 본질

적 주제를 발견하는 반성적 방법도 본 연구에 적용하였다. 전체론적 글 읽기 방법, 선택법 또는 집중 조명법, 추행법(追行法)이 그것이다. 전체론적 글 읽기 방법은 전체로서의 텍스트에 주목하면서 어떤 핵심 어구가 전체로서의 텍스트의 기본 의미나 주된 의의를 포착할 수 있는지를 묻는 것이다. 포착한 어구를 정식화함으로써 그 의미를 표현하게 된다. 선택법 또는 집중 조명법은 한 텍스트를 여러 번 경청하거나 읽은 후, 어떤 진술이 기술되고 있는 현상이나 경험과 관련해서 특히 본질적이거나 폭로적으로 보이는가를 묻는 방법이다. 세밀한 글 읽기 방법 또는 추행법은 문장 하나하나 혹은 문장 다발을 하나하나 살펴 본 다음, 이 문장이나 문장 다발이 기술되고 있는 현상이나 경험에 대해 무엇을 알려주는가를 묻는 것이다(van Manen, 1990, 신경림·안규남 옮김, 1994, pp. 128-132). 연구자는 반 매년의 해석학적 현상학적 분석 방법을 통합문학치료의 실습이념을 최대한 반영하고자 수정·적용하였으며, 연구자가 수집한 자료를 분석하기 위한 절차는 Ⅲ부 4장의 자료 수집과 분석에서 상세하게 제시하겠다.

결국 해석학적 현상학은 참여자의 지각이 뇌에서 결정되는 것이 아니라 몸 속 깊은 곳을 순환하여 다시 스스로에 의해 표현되도록 하는 문학치료과정이라 할 수 있다. 이를 위해서 참여자들은 그들의 삶에서, 치료현장에서, 그리고 참여자 개인의 자기치유적인 여정을 위해서 ‘있는 그대로’에서 출발하는 현상학적 태도를 지녀야 한다. 한편 연구자로서 참여자들의 텍스트와 몸짓, 억양 등을 이해하기 위해서는 문법적 해석과 함께 심리적 해석의 순환도 할 수 있어야 된다. 이것은 치료사가 참여자의 몸짓과 표정, 언어를 해석함에 앞서 ‘참여자 스스로’ ‘자신이 지각하는 것’을 ‘있는 그대로’ 알아차려서 ‘자신의 언어로’ 해명하도록 돕는 것에서 시작한다.

문학치료현장에서 치료사는 참여자에게 “지금 기분이 어떠세요?” “지금 이 순간 무엇이 느껴지세요?”와 같은 질문 형태로 참여자가 ‘체험된 신체로서의 마음과 몸의 통합’을 이룰 수 있도록 이끌어준다. 몸의 언어에 귀 기울이고, 몸이 말하고자 하는 것을 참여자 스스로 표현하도록 함으로써 참여자의 경험이 자신에게로 귀결될 수 있도록 돕는다. 내부로부터의 경험을 감정이 담긴 언어로 표현함으로써 그 경험은 ‘더 깊은 생활체험’이 될 것으로 본다. 이처럼 체험되는 사실들은 항상 체험되는 의미를 언어로 표현하게 되므로 문학치료에서 수용하는 현상학은 해석학과도 떼어낼 수 없는 관계이다.



### 3) 연구자의 위치

질적 연구에서의 연구자는 양적연구에서와는 달리 연구자 자신이 연구 도구가 된다. 이것은 연구자 스스로의 반성과 성찰의 자세가 요구됨을 의미함과 동시에, 연구자가 어떤 배경에서 관련 연구를 해왔으며 현재 어떠한 신념이나 가치관을 가지고 있는지를 보다 투명하게 드러낼 필요가 있음을 의미한다. 질적 연구 자체가 정해진 실험실 상황을 만들어서 유효성을 확인하는 것이 아니라, 전혀 인위적이지 않은 인간 삶 속으로 연구자가 들어가서 함께 살아가는 것이기 때문이다. 따라서 연구자 개인의 시각과 연구를 바라보는 관점을 밝히는 것이 반드시 필요하며, 연구자 스스로도 자신의 위치와 역할을 지속적으로 확인하여 성찰적 연구가 되도록 하는 것이 중요하다.

인간이 주체가 되는 어떤 상황도 동일할 수는 없다. 우리는 그 다름을 인정하고, 그럼에도 불구하고 모든 삶이 가치 있음을 이야기 하는데 기여하기 위해서 가능한 연구 환경을 상세하게 보여주어야 한다. 이번 절에서는 연구자로서(성찰적 의미가 크므로 ‘나’라고 표기하였다.)의 삶의 맥락과 주관성, 본 연구의 내용과 관련한 활동 경험을 해체하여, 문학치료사와 연구자의 이중적 역할 수행에 필요한 전문적 자질을 소개한다.

#### (1) ‘치료’로부터 자유롭기

나는 연구자임과 동시에 문학치료사이다. 치료사라는 호칭은 벌써 연구결과를 정해놓고 있는 듯하다. 연구자의 궁극적인 목적은 문학이 가진 치유력의 임상적용 가능성을 탐색하고 전망하는 것이므로 임상참여자들이 어떤 반응을 보이며, 그 반응은 어느 부분의 어떤 요인들과 관계있는지를 가장 가까운 자리에서 깊고 넓게 관찰 할 필요가 있다.

그러나 병원에서 나의 역할은 환자들의 사회복귀를 도와주는 재활프로그램을 진행하는 것이었다. 따라서 임상 현장에 있는 다른 관계자의 시선이 ‘얼마나 잘’, ‘얼마나 빨리’라는 관점에 더 집중되어 있을 것이라는 생각으로부터 자유로워 질 필요가 있었다. 나 스스로의 압박감에서 벗어나는데 얼마간의 시간이 걸렸다. 문학작품 뿐 아니라 아무리 좋은 약이라도 몸에 맞지 않는 경우가 있는데 연구초기에는 그 부분에 대



한 두려움이 컸으며, 효과를 검증받거나 결과물을 인정받고자 하는 욕심을 내려놓는 것이 가장 힘들었다. 전제나 가설을 세우고 그것이 맞음을 검증 했을 때만이 그 연구가 제대로 수행된 것 같은 연역적 방법에 익숙해 있었던 것이 질적 연구자로 자리매김하는데 걸림돌이 되었다.

양적 연구에서는 원하는 결과를 얻기 위해서 연구 설계를 하는 반면, 질적 연구에서는 가설과 완전히 다른 결론이 나오더라도 그 속에서 의미를 찾는다. 그럼에도 불구하고 나는 아직 연구 경험이 많지 않은 상황인지라 더욱 긍정적인 결과에 대한 소망들이 강렬했던 것 같다. 뭔가를 이루려는 욕심에서 벗어나기 위해서 나는 참여자들과 최대한 밀착하려고 노력했으며, 그 과정을 거치면서 나 스스로도 인위적이지 않은 치유공간을 체험할 수 있었다.

연구를 진행하면서 연구자와 연구 참여자로서의 관점이 혼재 된 상황도 있었지만 연구 현장에서는 연구 참여자로, 자료를 분석하고 의미를 도출하는 과정에서는 연구자의 관점을 유지하고자 매 시간 스스로를 점검하였다.

## (2) 문학치료사이자 연구자

문학치료 프로그램을 진행할 때는 다양한 매체가 활용된다. 물론 매체 선정의 중심에는 참여자가 있으며 참여자의 흥미와 표현력, 참여자가 호소하는 문제나 발달연령 등을 고려하지만 이 모든 것을 구성하는 것은 역시 치료사이다. 치료사가 어떤 삶의 배경을 가졌으며 어떤 매체를 선호하는가? 치료사의 전공이 어느 분야인가에 따라 자신 있게 활용하는 매체가 있다. 이런 이유로 문학치료는 무엇이 그 핵심인지, 다른 예술치료와의 차이점이 무엇인지 색깔이 모호하게 다가가기도 한다. 이에 본 연구를 진행하는 치료사로서의 길을 보여주면 다음과 같다.



그림 2. 문학치료사 & 연구자로서의 현재

연구자는 대학원 문학치료학과에 입학하기 전 임학과 국어국문학이라는 두 개의 전공을 공부한 바 있다. 연구자는 대지의 치유력과 자연이 지닌 생명력을 절대적으로 믿으며 참여자들 스스로도 어린 시절 그들이 숨 쉬던 공간의 활력을 다시 경험할 수 있도록 자연의 소리, 자연을 노래 한 텍스트, 자연의 풍경, 자연으로 시선을 옮기는 활동을 선호하는 편이다. 이것은 연구자가 삶 속에서 체득한 감각환기, 기억 환기 도구라 할 수 있다. 또한 연구자는 나무 한 그루, 풀 한포기의 성장을 알아차리는 것, 바람, 구름, 새 소리 등의 작은 움직임에도 응답할 수 있는 여유가 건강한 삶의 요건이라 생각한다. 이것은 문학치료사로서의 본 연구자의 색깔이며, 수많은 문학과 작품 중 혜세의 문학을 연구하는 이유라고도 볼 수 있다.

### Ⅲ. 연구 방법

#### 1. 연구 설계

이번 장은 본 연구가 어떠한 절차로 수행되었는지를 제시한다. 연구자는 질적 연구의 여러 가지 방법 중 실험연구의 절차에 따라 연구를 설계하였다. 그 구체적인 이유와 방법은 이어지는 절에서 소개한다.

##### 1) 예비 연구

연구자는 두 기관에서 예비 연구를 진행하였으며 예비 연구에 관해서 간단히 소개 하겠다. 2013년 3월 본 연구를 시작하면서 혜세와 그의 작품에 대한 치유콘텐츠를 개발하였으며 이를 여러 대상자들에게 적용하는 예비 연구를 진행하였다. 대구교육청 산하의 위센터에서 ‘학업중단 위기’에 처한 청소년을 대상으로 혜세콘텐츠를 적용해 보았으며, 여성병원의 유방암 환자를 대상으로도 진행한 바 있다.

먼저 유방암 환자들은 심신의 불균형이 가슴절제라는 신체, 건강상의 이유에서 출발하며 환우들 스스로가 자각하는 아픔의 원인이 너무나 확고하였다. 그들이 생각하는 원인은 희생적인 엄마로서의 삶, 참고 살아야만했던 아내의 삶, 딸이라는 이유로 사랑받지 못한 것에 대한 원망, 그러면서도 가족에게 잘해주지 못해서 미안해하는 죄 의식을 가지고 있었으므로 삶의 회한에 대한 개인 작업이 급선무였다. 이들은 기억 환기를 위한 매체가 다가가기 이전에 자신의 삶을 돌아보고 스스로 스토리텔링 할 준비가 되어 있었다.

학업중단 위기청소년의 경우에는 많은 아쉬움이 있다. 청소년들이 학교에 적응하지 못하고 초·중·고의 기초교육도 끝내지 못할 정도로 힘들어하는 것은 혜세의 유년 시절과도 많은 부분이 비슷했다. 청소년들은 노벨문학상을 받았을 정도로 훌륭한 분이 본인들과 유사한 아픔을 겪었다는 것만으로도 위안을 느끼고 흥미를 가졌으나 안타깝게도 제도권 내의 상담프로그램의 일환이었기에 본 연구의 취지를 발휘하기가 어려웠다. 학업중단 숙려기간의 청소년에게는 50시간의 숙려시간이 주어졌으며 그 기

간 동안 여러 가지 상담과 교육프로그램에 참여하도록 강제되어있었다. 비록 3-4번의 짧은 만남이었지만 청소년들은 눈에 띄는 변화를 보였다. 그러나 박사학위논문으로 분석할 정도의 자료를 수집할 수는 없었다.

본 논문을 이해하는데 도움을 주기위해서 ‘참여자’와 ‘텍스트’의 의미를 간단히 소개 하겠다. 문학치료에서는 문학치료에 참여하는 사람들을 상담에서 사용하는 내담자나 환자, 클라이언트가 아닌 ‘참여자’라는 용어로 부르기를 선호한다. 왜냐하면 이들은 치유과정에 자발적으로 참여하며 치유적 체험을 찾아가는 데도 자발적으로, 그리고 적극적으로 임하기 때문이다. 그 외에도 이들은 내담자나 환자의 의미에서처럼 어떤 문제를 가지고 있거나 치료를 받아야하는 사람이 아닌, 이들 스스로에게 남아 있는 창의적인 활력이나 감각을 문학적 에너지로 표출하는 사람으로 간주된다(채연숙·조희주, 2013).

따라서 본 연구에서는 임상대상자의 정신건강 의학적 소견을 설명 할 때는 ‘조현병 환자’로, 프로그램 내에서의 반응을 기술 할 때는 ‘참여자’로 표기한다. 또한 문학치료에서의 텍스트는 ‘해석이 필요하거나 해석이 가능한 대상’을 지칭하는 것으로 텍스트는 글뿐만 아니라 그림, 음악, 사진, 몸동작, 영상, 자연물, 대화 내용 등 모든 의미 부여가 가능한 대상을 함의하며, 우리말로 번역하기에 적당한 용어를 찾지 못한 관계로 ‘텍스트’를 그대로 사용한다. 일반적으로 치료사가 준비한 문학작품 또는 여러 매체를 텍스트라고 하나, 문학치료에서는 참여자들이 작업한 창작물도 텍스트라고 한다. 본 논문에서도 치료사가 참여자의 감각환기와 기억작업을 위해서 프로그램 도입단계에서 활용했던 시, 에피소드, 문구, 그림 등을 텍스트(문학 텍스트)로 칭하였으며 이런 것으로부터 이끌어 낸 그들의 기억작업의 결과물도 텍스트(삶의 텍스트)라고 한다.

## 2) 실행연구 설계 및 방법

본 연구는 실행연구(action research) 기반의 질적 연구이다. 실행연구는 자신의 삶 속에서, 삶에 대해서 스스로 반성하고 성찰하고, 삶을 재계획하고 실천하는 과정을 일기 쓰듯이 보여주는 것으로 현장개선을 직접적으로 수행해 나가는 구체적인 프로그램 개발 및 그 적용과정을 강조하는 연구 설계방법이다. 따라서 ‘연구’와 ‘실천’이 순환적으로 전개되는 연구를 말한다(이용숙 등, 2005, p. 22).

실행연구는 크게 세 가지 유형으로 구분할 수 있는데 연구 목적에 따라 연구 설계 방법도 달리한다. 첫째, 문제의 원인과 개선대안을 찾기 위한 실행연구와 둘째, 새로운 프로그램 개발과 개발된 프로그램의 일반화를 위한 설계방법이 있으며 셋째, 현장에서 이미 나타난 문제의 즉각적 해결을 위한 접근이 있다. 본 연구는 현장개선 프로그램의 개발과 일반화를 목적으로 하는 실행연구로 이는 현장에서 심각한 문제가 있지 않더라도 중요한 업무를 개선할 필요가 있을 때 이루어지는 반복 연구 방법이다. 여기서 말하는 일반화란 연구자뿐만 아니라, 다른 문학치료사가 본 프로그램을 보고 현장에서 응용할 수 있을 정도의 자료정리와 구축을 의미한다.

연구자는 본 연구의 임상대상자를 개방병동의 조현병 환아들로 정했으며 본 연구의 연구 설계 기반이 된 설계 모형은 다음과 같다.

그림 3이 보여주듯이 연구자는 문학의 임상적용이라는 큰 연구목표를 정한 후, 선행연구자료 읽기와 문학작품 분석을 통해서 구체화하였다. 연구현장에서 연구 환경과 대상자 관찰을 하면서 그들에게 필요한 것이 무엇일지를 문학치료의 효과적인 측면에서 관찰하고 기본적인 자료를 수집했으며, 초기 프로그램을 구안하였다. 슈퍼바이저의 슈퍼비전을 받으면서 초기 프로그램을 진행했으며 여러 가지 실행 자료를 수집하고 자료 분석을 병행하였다.

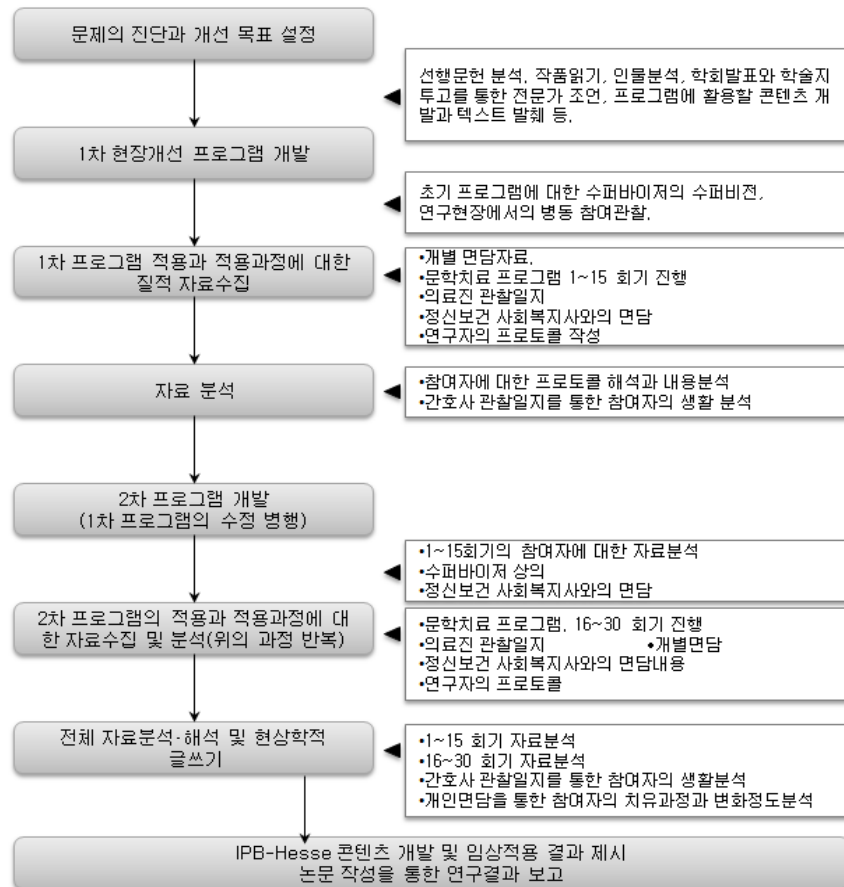


그림 3. 통합문학치료 콘텐츠 개발 및 임상적용을 위한 연구 설계

수집된 자료를 분석하고 참여자의 변화를 본질적인 측면에서 주제화 하면서 연구자이자 치료사는 1차 프로그램에서 보완해야 할 부분, 더 강화하거나 새로 염두에 두어야 할 부분을 찾아서 2차 프로그램을 구안하였다. 1차 프로그램의 진행과정을 반복하면서 보다 정제된 적용과 적용결과를 도출할 수 있었다.

연구자는 복지관, 도서관, 문화센터 등에서 발달·예방적 차원 또는 부모교육의 일환으로 통합문학치료 프로그램을 진행한 경험이 있다. 대부분의 기관 프로그램은 그것을 진행하기 전에 명시적인 목표를 정하고 목표에 도달하기 위한 구체적인 방법, 프로그램을 진행하는 기간과 시간, 장소 등과 같은 사안에 관해서 구조화 해 둘 것을 요청받으므로 프로그램을 시작하는 시점과 끝나는 시점이 정해져 있다. 그러나 개방

병동 입원환자들을 대상으로 하는 본 연구에서는 프로그램 종료시점이 참여자의 ‘자발적인 참여의지’에 좌우되었다. 2015년 5월, 40회기가 넘는 프로그램이 진행되고 있으며, 이는 실행연구의 특징인 연구와 실천의 순환이라 할 수 있다. 연구대상자 중 두 명은 현재까지 프로그램에 참여하고 있으나 본 논문에서는 30회기를 연구 자료 분석 기간으로 정했다.

연구자는 임상 현장에서의 문학치료 프로그램을 상반기 15회, 하반기 15회로 진행하였다. 상반기 15회를 마치고 연구자의 해외연수 일정상 두 달간의 휴식기간을 가졌다. 상반기와 하반기 프로그램이 별개인 것은 아니지만 두 달 동안의 공백기로 인해 참여자들이 혼란스럽지 않도록 개인면담을 통한 1차 종결 작업을 하였다. 연구자는 매 회기마다 참여자들의 텍스트와 활동사진을 정리하면서 참여자 개인별 반응과 그들로부터 발견한 치유허력에 관해서 정리하는 시간을 가졌다.

상반기 프로그램을 마치면서 연구자는 그동안 작성해 왔던 개별 프로토콜과 참여자 관찰일지를 분석하였다. 어떤 참여자는 통합문학치료의 테트라시스템(채연숙·조희주, 2013) 중 작업단계에 있는가 하면, 참여횟수가 몇 번 되지 않은 사람이나 개방병동으로 전실한 지 얼마 되지 않은 환자는 여전히 도입단계에 머물러 있기도 했다. 관찰된 내용을 토대로 하여 이후의 프로그램 진행방향과 매체선정, 활용방법에 대한 윤곽을 세울 수 있었다.

하반기 프로그램의 첫 시간을 진행한 후 치료사는 두 달 동안의 공백기를 포함한 참여자들의 치유패노라마를 그려보았다. 통합문학치료의 테트라시스템 과정에 비추어 보아 참여자가 현재 어느 정도의 인지·정서 변화 단계에 있을지를 구체적으로 상상해 보고 이어지는 단계를 준비하였다. 이는 실행연구에서 계획했던 프로그램을 실행에 옮긴 후 그것을 평가해 보고, 잘된 점과 보완해야 될 부분을 찾아서 다시 적용해 보는 과정을 반복한 것과 같다. 그 중에는 퇴원을 한 사람도 있으며 사회재활을 계획하며 현재 직업훈련을 받는 중에 있는 사람, 아직 프로그램에 참여하면서 조금씩 인지·정서적인 기능 향상을 보이는 사람 등 각자 다른 치유 양상을 보이고 있었다.

## 2. 연구 현장 및 참여자

### 1) 연구 환경

2014년 대구사회복지시설 연합사업보고서에 따르면, 대구 내에는 정신의료기관에 입원하거나 정신요양시설에 입소하지 않은 정신질환자의 사회복지 촉진을 위해서 사회적응훈련, 직업재활훈련 등 재활서비스를 실시하는 기관이 중구 1개, 동구 2개, 서구 1개, 남구 3개, 북구 3개, 수성구 1개, 달서구 2개, 달성군 3개로 총 16군데서 운영되고 있다. 그러나 사회복지시설의 공간을 보면 대부분 교육장, 개인 상담실을 갖추고 있지만 그룹 활동을 진행하기에는 공간이 너무 협소하며, 특히 몸동작, 영상, 소리 등의 매체를 활용하기는 쉽지 않으므로 연구자는 문학치료의 장점을 활용할 수 있는 공간을 가진 OO병원을 연구 공간으로 선택하게 되었다.

대구광역시 달서구에 위치한 OO병원 정신건강의학과 개방병동에 입원한 환자를 대상으로 임상 적용을 하였다. 문학치료 프로그램을 진행한 공간은 영상시설을 갖추었으며 참여자들이 걷기 명상과 스트레칭을 할 수 있을 정도의 넓이었다. 프로그램을 진행하는 동안 책상 배치를 달리 하거나, 바닥에서 작업하기 위해서 매트리스를 활용해야 될 경우가 많았다. 초기에는 연구자와 비참여관찰자인 사회복지사가 공간 배치를 하였으나 회기가 진행될수록 참여자들 스스로 할 수 있게 되었다.

OO병원 정신건강의학과에는 환자들의 회복을 돕기 위해 치료재활부에서 여러 가지 프로그램을 진행한다. 환자들은 문학요법 이외에도 음악감상, 영화감상, 종이접기, 풍선아트와 같은 취미활동을 할 수 있다. 또한 대화훈련, 대처기술교육, 정서관리훈련, 증상교육과 같은 교육을 받기도 하며 스포츠 댄스, 복싱다이어트와 같은 신체활동에 참여할 수도 있다. 연구자는 치료재활부 책임자로부터 참여관찰 허락을 받은 후, 약 한 달 동안 병동생활과 환자 이해를 위한 ‘사전 학습’을 하였다. 환자들의 관심을 집중시키지 않으면서 개입하는 방법을 고민했으며 환자들이 누구인지 물어올 때 ‘매 주 화요일 병원에서 상담 봉사를 하는 문학치료사’라고 소개하였다. 이러한 ‘사전 학습’은 참여자의 삶을 이해하는데 많은 도움이 되었다.

아직 임상현장에서는 문학치료의 치유력을 암묵적으로만 용인하는 경우가 대부분



이기 때문에 폐쇄병동이나 보호병동의 환자들을 문학치료사가 개입하는 것을 허락하지 않는다. 자신의 상태에 관한 병식(病識)이 있고, 치료받고자 하는 의지가 있는 사람, 극단적인 행동을 할 위험이 없는 사람일 경우에만 문학치료에 참여할 수 있다.

사회적응훈련을 시작하는 과정에 있음에도 불구하고 그들은 여전히 예측할 수 없는 사람들이다. 적극적인 참여의지를 보였다가도 날씨, 주변인과의 관계, 또한 본인의 컨디션에 따라 나타나지 않기도 하며 약속이나 목표한 것에 대한 실천의지 자체가 없는 경우도 허다했다. 일괄적으로 시작하고 마무리 할 수도 없으며 예방적 차원의 문학치료 프로그램에 비해서 그 반응에서도 규칙성이 보이지 않을 때가 많았다. 본인이 느끼고 생각하는 것이 겉으로 드러나는 것과 일치하지 않는 경우가 대부분이므로 다른 상담프로그램에 비해서 문학치료사는 더욱 수용적임과 동시에 창의적이어야 된다. 또한 상황과약에 있어서 민감할 필요가 있다.

서론부분에서 현대인의 삶을 이야기 할 때도 언급했듯이 보호기관에서 생활하던 환자들도 병원 밖의 사회 속으로 들어간다면 그들 역시 예측할 수 없는 상황에 노출된다. 때로는 호감가지 않는 사람들과도 생활할 수밖에 없는 것이 현실이므로 오히려 이러한 열린 환경이 더 생동감 있는 실험실적 상황이라는 생각이 들었다.

## 2) 대상자 소개와 평가 기준

본 연구자는 2014년 1월 OO병원 정신건강의학과 개방병동의 입원환자를 대상으로 첫 프로그램을 시작하였다. 연구대상자는 비확률적 표집방법(non-probability sampling) 중 유목적 표준법(purposeful sampling)으로 하였으며 총 30회의 집단 프로그램을 진행하였다. 프로그램 참여 여부를 참여자의 자율에 맡겼으므로 일회성 참여로 끝난 사람, 몇 번의 참여 후에 자가 진단으로 괜찮아졌다면 퇴원해 버리는 사람, 외출이나 외박을 하는 사람 등 연구대상자가 유동적이었다. 그동안 프로그램에 참여한 사람은 총 26명이지만 본 연구의 목적에 부합되는 연구대상자로 4명을 선정하였다. 정신과적 진단은 단일한 병명보다는 여러 가지 진단이 함께 이루어지는 경우가 대부분이다. 그 중 주요 진단명으로 정신의학용어편람에 명시된 조현병 진단이 내려졌으며 개인면담을 포함해서 최소 10회 이상 문학치료를 경험하였던 참여자를 예비 분석대상자로 정했다. 예비 분석 대상자 중 연속해서 3회기 이상 결석한 경우에는 문학치료 이외의 환경적 영향을 많이 받았을 것으로 예상되어 본 연구의 최종 분석 대상자에는 제외하였다.

### (1) 개방병동의 조현병 입원 환자

이들은 모두 개방병동에 입원한 약물복용 중인 만성조현병환자로 분석대상자의 초기 진단명과 개인 인적사항, 정신의학적 기준에 따른 조현병환자의 특징 중, 본 연구의 임상대상자들이 가진 특이점은 다음과 같다.

표 1. 정신의학 용어편람에 따른 진단명과 일반적 특징

이름	성별 (나이)	병원 진단명	얼굴의 감정 표현 인식장애	눈동자의 불안정	위축 · 긴장	개인위생 불량	기온에 맞지 않는 옷
순수청년	남 (38)	편집성 조현병, 관계망상, 약물복용 중	○	○	○	○	·
꽃이파리	남 (48)	만성 조현병, 지적장애, 약물복용 중	○	○	○	○	○
딱지왕	남 (34)	상세불명 조현병, 약물복용 중	○	○	○	○	·
네잎 클로버	여 (36)	상세불명 조현병 약물복용 중	○	○	○	·	·

모두 약물치료를 받는 중이며 프로그램을 시작하는 시점에서 순수청년을 제외한 세 명은 환상이나 환청, 망상은 없는 상태이다. 이름은 참여자의 익명보장을 위해서 가명으로 표시했으며, 참여자들 스스로 자신을 긍정적으로 표현했던 단어를 가명으로 사용하였다.

조현병 환자들은 얼굴의 감정표정 인식(recognizing facial emotions)에 장애가 있다. 이 결함은 환자가 중요한 사회적 인식에도 결함을 가질 수 있음을 의미하며 참여자 모두 해당되었다.

1970년 조현병 환자들은 움직이는 물체를 따라 눈동자를 부드럽게 움직이는 원활 추종안구운동(smooth pursuit eye movement; SPEM)을 잘 못하며 갑자기 안구를 움직이는 급속 눈운동(saccadic eye movement)이 잦다는 것이 발견되었는데, 눈동자의 불안정성은 조현병 환자의 50-85%에서 발견되며 본 연구의 모든 연구대상자에게서 관찰되었다.

또한 조현병 환자들은 극도로 움직임이 없으며 조용하고 위축되어있거나 극도로 흥분하고 난폭성을 보일 수도 있다. 연구대상자들은 모두 특정한 자세와 긴장증을 보

였다. 네잎 클로버를 제외하고는 모두 위생관리가 이루어지지 않았으며 기온에 맞지 않는 옷을 입기도 했다.

## (2) 문학치료적 진단 준거

문학치료에서는 일반적인 심리검사에서 사용하는 구조화된 진단용 검사지가 없다. 이것은 문학치료 자체가 어떤 단일한 증상을 없애거나 완화시키는데 목적을 두는 것이 아니라 각자가 ‘스스로 선택한 삶’을 목표로 하기 때문이다. 조현병 환자들이 ‘치료되고 있다’ ‘호전되었다’는 것은 그들이 병원을 떠나서 가족의 품으로 돌아가는 것, 직업 활동을 하는 것, 일상을 계획하고 실천하는 것, 복용하는 약물이 줄어드는 것 등 여러 가지 항목에서 생각해 볼 수 있겠지만 연구자는 조현병 환자들의 공감과 상호공감나누기에 초점을 두었다. 그 과정에서 신체와 마음, 관계가 조화되며 일관성을 보이면서 서로 영향을 주고 있는가? 그들이 스스로 계획을 세우고 실천의지를 보이는가? 에 관한 건강학적 모델을 넓은 범위에서의 평가 준거로 삼았다.

구체적으로 본 연구에서의 진단 준거는 세 가지로 구분한다. 문학텍스트를 활용한 ‘문해력 및 문학적 표현력’ 진단, ‘BPS-Modell’에 근거한 참여자의 이해, ‘공감정도’에 따른 참여자의 변화가 그것이다.

### 가. 문학텍스트를 활용한 문학치료적 관찰

연구자는 문학적 활동을 통한 참여자의 변화를 관찰하고 그 내용을 문학치료적인 관점에서 분석하기 위해서 몇 가지 기준을 마련하였다. 이것은 심리학 분야에서 말하는 사전 검사지라고도 할 수 있다. 연구 참여자들은 문학치료적 도움이 필요한 정도가 개인마다 다르므로 모든 대상자에게 동일한 도구를 사용하지는 않았다. 참여자의 인지력과 연령, 관심영역에 따라 미리 준비 해 간 문학텍스트를 진단도구로 활용하였다. 문학적 활동 수준을 보는 이유는 참여자 이해를 돕기 위한 것임과 동시에, 치료사와 참여자간의 문학을 통한 첫 만남이기도 하므로 가벼운 라포형성의 과정임을 최우선으로 생각했다. 따라서 참여자의 상처를 직접적으로 건드릴 수 있는 텍스트는 사용하지 않았다. 진단 과정은 다음과 같다.

먼저 연구 참여자에게 문학텍스트(소설 일부, 시, 문구, 그림)를 보여주고 그들과 자연스럽게 이야기를 나누었다. 그 과정에서 연구자가 미리 구상하고 갔던 여러 가지 발문을 하면서 개별 문학치료적 진단을 할 수 있었다.

표 2. 최초 면담시의 행동특징 및 연구자가 관찰한 참여자의 문학적 활동 수준

참여자		치료사 최초 면담 시의 상태 기록	문학적 활동을 통한 초기 면담시의 관찰
이름	성별 (나이)		
순수 청년	남 (38)	<ul style="list-style-type: none"> <li>-불평 섞인 혼잣말</li> <li>-주변 눈치 봄</li> <li>-위생상태 안 좋음</li> <li>-도전적인 언어표현</li> <li>-날카로운 눈빛</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-텍스트에 몰입을 할 수 없음</li> <li>-눈치, 반복 확인</li> <li>-비관적 태도, 비판적 사고</li> <li>-공감하기 안 됨</li> <li>-사실적 읽기, 쓰기만 가능</li> </ul>
꽃이 파리	남 (48)	<ul style="list-style-type: none"> <li>-목, 팔, 다리, 허리의 움직임이 거의 없음</li> <li>-언어구사력 떨어지고 '억''억'이라는 소리를 자주 냄</li> <li>-집중력 떨어짐(영덩이 들썩들썩)</li> <li>-말을 심하게 더듬고 단문으로 물었을 때만 단어로 대답 함</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-표면적 읽기만 가능</li> <li>-추상적 어휘사용 안 됨</li> <li>-글자 쓰기는 가능(단어)</li> <li>-좋다, 싫다로만 대답함</li> <li>-줄거리 재구성 안 됨</li> </ul>
딱지 왕	남 (34)	<ul style="list-style-type: none"> <li>-눈 맞춤 안 됨</li> <li>-허공 응시</li> <li>-피상적 수준의 단답식 대답</li> <li>-고정된 웃는 표정&amp;기계적인 화법</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-텍스트에 동일시 가능</li> <li>-사실적 어휘만 사용</li> <li>-감정표현 안 함</li> <li>-재구성 안 됨(나열만 가능)</li> <li>-읽기, 쓰기, 그리기 가능</li> </ul>
네잎 클로버	여 (36)	<ul style="list-style-type: none"> <li>-목, 어깨의 움직임이 없을 정도로 경직</li> <li>-사람이 가까이 갈 때 놀라고 움츠림</li> <li>-기계적인 언어표현</li> <li>-숨을 크게 내쉬는 것 안 됨</li> <li>-눈치를 보는 듯한 시선</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-텍스트에 동일시 가능</li> <li>-사실적 언어 표현</li> <li>-공감의 표현은 안 됨</li> <li>-은유, 상징적 표현 안 됨</li> <li>-재구성 가능</li> <li>-읽기, 쓰기, 그리기 가능</li> </ul>

예를 들면 치료사는 참여자의 듣기, 읽기 정도를 알기 위해서 “제가 목소리를 가다듬어서 들려드릴게요”라고 말한 뒤 참여자가 선택한 시를 감정을 실어서 낭송하였다. 낭송을 한 뒤 “어떠세요? 가장 와 닿는 단어나 문구가 있나요?” “혹시 들으면서 생각

나는 사람이나 장면, 옛날 기억이 있나요?” 등의 발문을 통해서 참여자의 집중도, 감정입, 어휘력, 문해력 등을 짐작할 수 있었다. 이어서 참여자의 쓰기, 말하기 기능을 알기 위해서 “이번에는 제가 했던 것처럼 \*\*님이 저한테 한 번 들려주시겠어요?” 라고 부탁하였다. 치료사 또한 들은 것에 대한 느낌, 기억을 이야기하면서 치료사와 환자 관계가 아닌 편안한 이야기 상대자라는 생각을 갖도록 유념해서 진행하였다.<sup>5)</sup>

참여자에게는 이후의 문학치료 활동이 부담스럽지 않도록 진단에 대한 이야기는 하지 않았으며, 참여자가 문학치료 프로그램에 대해 흥미를 가질 수 있을 정도의 만남 수준을 유지하였다.

#### 나. BPS-Modell에 의한 참여자 이해

BPS-Modell에 따른 큰 범위에서의 진단으로 문학치료 프로그램 현장에서의 관찰 뿐 아니라 병원생활, 외박이나 외출 후 보고 된 생활과 변화를 모두 고려하였다.

BPS-Modell에 따른 진단은 프로그램 전체의 목표를 설정하는데 유용하였다. 페츨트 교수에 의한 BPS-Modell은 건강한 삶에 대한 기준이며 인간은 몸(Bio), 정신(Psycho), 삶의 네트망(Sozio) 축이 서로 통합적으로 두루 작동할 수 있을 때 건강한 삶을 유지해나갈 수 있다는 것이다. BPS의 어느 한 축이 무너졌거나 어느 한 쪽으로 쏠려서 균형이 이루어지지 못했을 때 문학치료 활동으로 균형을 바로 잡아 줄 수 있다.

본 연구 대상자에게는 BPS 중에서 주로 정신(Psycho)에 관한 영역을 중점적으로 다루었으나 결국 이 세 가지의 상호작용과 관련성으로 몸(Bio)과 삶의 네트망(Sozio)에도 긍정적인 변화를 가져왔다. 몸(Bio)에는 건강한 육체와 생태학적인 세계가 모두 포함되는데 우리가 먹는 건강식, 주거환경, 운동, 산책 등 건강한 몸을 유지하기 위한 다양한 삶의 여건들이 모두 속한다. 정신(Psycho)은 마음, 혼적인 영역으로 즐거운 일에 기쁨을 느낄 수 있는가? 삶의 행복감을 느낄 수 있는가? 종교에 의지하고 자신이 좋아하는 무언가에 몰입할 수 있는가? 등이 포함된다. 몸과 마음은 서로 연결되어

5) 연구자는 본격적인 프로그램이 시작되기 전, 개별면담을 진행하면서 참여자들의 문학적 활동수준을 짐작할 수 있었다. 프로그램 중간에도 특이한 증상을 보이는 경우, 좀 더 적극적인 치료사의 개입이 필요하다고 판단되는 경우에 개별면담을 병행하였다. 이때는 특별한 매체를 활용하기보다 일반 구두 상담 기술을 활용하였다. 주요 참고도서는 『상담의 이론과 실제』, 김춘경 등 공저, 2010.

있다. 몸이 아프면 마음도 아픔을 느끼게 되고 몸이 건강할 때보다 부정적인 정서로 흐르기 쉽다. 또한 정신은 눈에 보이지는 않지만 개인의 인적 네트워크, 취미생활, 경제력, 관계를 포함하는 삶의 네트망(Sozio)에도 영향을 미치게 된다. 때로는 어떤 삶의 네트망을 이루고 있는가 하는 것이 우리를 움직이게 하는 동력이 되기도 한다.

표 3. BPS-문학치료 체크리스트에 근거한 참여자 초기 관찰

참여자		참여 초기			
이름	성별 (나이)	범주	양호 (10, 9,8)	보통 (7,6,5,4)	지지필요 (3,2,1)
순수청년	남 (38)	언어/표현			○
		감정/정서			○
		자기정체성/관계			○
꽃이파리	남 (48)	언어/표현			○
		감정/정서			○
		자기정체성/관계			○
딱지왕	남 (34)	언어/표현		○	
		감정/정서			○
		자기정체성/관계			○
네잎 클로버	여 (36)	언어/표현		○	
		감정/정서			○
		자기정체성/관계			○

연구자는 BPS-Modell을 진단도구로 활용하기 위해서 몸(Bio)에 해당되는 하위영역을 언어사용과 언어표현, 신체활동의 원만함에 따라 세부항목으로 나누어 관찰하였다. 그 정도와 지속여부에 따라 최하 1점에서 최고 10점으로 점수를 부여하였다. 관찰항목에 대해 갖추어지지 못했을 때 지지필요(1-3점)로, 노력하는 모습이 의료진 관찰일지에 기록되어 있거나 가시적인 변화가 있었을 경우에는 보통(4-7점)으로, 자발적이고 지속적인 실천이 가능한가에 따라 양호(8-10점)의 세 단계로 구분하였다. 정



신(Psycho)의 하위영역은 감정 알아차리기와 조절, 표현에 따라 세 단계로 구분하였다. 삶의 네트망(Sozio)은 자신에 대한 정체성과 관심, 관계형성 정도에 따라 위와 동일한 세 단계로 구분하였다. 대부분의 참여자가 각 하위영역에 대한 평가정도에서 양호, 보통, 지지 필요 중 마지막에 해당되었다.

다. 공감 정도에 따른 참여자 이해

진단을 받은 환자 뿐 아니라, 더욱 활기차고 풍요로운 삶을 추구하는 모든 이의 정신건강을 위해서 공감과 상호공감나누기(mutual empathy)는 필수적인 삶의 활력이다. 본 논문의 의의이자 문학치료의 핵심적인 치유력이 바로 개인의 성찰과 더불어 상호작용 과정에서 발생하는 그룹역동에 있다. 공감은 연속적이며 교호적으로 일어나는데 연구자는 문학치료 현장에서의 공감을 크게 다섯 가지 범주로 나누었으며 각각의 범주에 대해서 공감정도를 지지필요(1-3점), 보통(4-7점), 양호(8-10점)의 세 단계로 구분하였다.

첫 번째 유형으로는 참여자가 치료 공간에 ‘제대로’ 와 있는지, 치유여정으로 들어갈 준비가 되었는지를 보는 ‘공간 공감’이 있다. 일상의 문제와 걱정으로부터 벗어나서 자신이 서 있는 공간과 소리, 몸에 집중하는 것을 의미한다. 두 번째 유형으로는 치료사가 들려주는 텍스트(text)에 대한 참여자의 동일시, 즉 ‘정서적 공감(emotional empathy)’이 있다. 동일시는 내면화 작업이 일어나기 위해서 반드시 필요한 과정으로 공감적 관계의 이면에 작동하는 기제라고 할 수 있다. 정서적 공감은 감각의 활성화를 일으키며 자기작업을 가능하게 한다. 또한 정서적 공감에는 텍스트에 대한 동일시 뿐 아니라, 글을 쓰는 과정에서 일어나는 기억의 환기도 포함된다.

세 번째 유형에 속하는 것으로는 참여자 스스로 자신의 기억 속에 남아있는 흔적을 들여다보는 과정으로, 자신이 쓴 글을 읽고 글에 대한 해석을 할 때 느끼는 공명적 공감(resonated empathy)이 있다. 참여자는 자신이 쓴 텍스트를 소개하면서 내면의 서사기회를 갖게 되고, 공명(resonance)을 경험하게 된다. 또한 참여자는 몸속에서 올라오는 수많은 상징이나 이미지에 의미를 부여하게 된다. 이 단계에서 치료사는 참여자가 감정, 언어표현을 최대한 지연시키면서 이야기 할 수 있도록 고도의 기술을

발휘해야 되는데, 다음 단계인 언어적 형상화과정에서 바로 강력한 치유력을 체험할 수 있도록 이끌기 위함이다.

다음은 참여자의 언어적 형상화 작업과 해석에 대해 깊이 공감하고, 공감한 것을 자신의 기억과 정서로 돌려주는 단계이다. 이것은 반향(echo, reverberation)적 공감이 라고 하며 이런 작업이 참여자 간에 일어날 때 상호공감(interpersonal empathy)이 이루어지는 것으로 본다. 위의 과정은 연속적이며 상호작용적으로 일어나게 되는데 상호공감나누기과정에서 참여자들은 문학치료가 가진 특별한 치유효력 즉, 그룹역동을 경험하게 된다(조희주, 2015).

표 4. 공감정도 체크리스트에 근거한 참여자 초기 관찰

참여자		참여 초기의 공감정도			
이름	성별 (나이)	범주	양호 (10,9,8)	보통 (7,6,5,4)	지지필요 (3,2,1)
순수청년	남 (38)	공간 공감		○	
		정서적 공감		○	
		공명적 공감			○
		반향적 공감			○
		상호공감			○
꽃이파리	남 (48)	공간 공감			○
		정서적 공감			○
		공명적 공감			○
		반향적 공감			○
		상호공감			○
딱지왕	남 (34)	공간 공감		○	
		정서적 공감		○	
		공명적 공감			○
		반향적 공감			○
		상호공감			○
네잎 클로버	여 (36)	공간 공감		○	
		정서적 공감		○	
		공명적 공감		○	
		반향적 공감			○
		상호공감			○

순수청년과 딱지왕은 텍스트를 읽고 그것이 어떤 상황인지 줄거리 파악을 할 수 있었으며 네잎 클로버는 텍스트를 읽을 때 자신의 기분이 이상해진다는 정도의 공명이 가능했다. 꽃이파리는 글자를 읽는 정도만 가능했으며 인물의 기분이나 자신의 감정 등은 전혀 표현하지 못했다. 이상의 기준으로 IPB-Hesse 참여자들의 초기 진단을 하였으며 치료사는 위의 준거에 따라 지속적인 관찰을 실시하였다.

### 3. 임상적용 절차

연구자는 개방병동의 조현병 환자들을 대상으로 IPB-Hesse프로그램을 개발하여 적용하였다. 임상과정을 크게 세 개의 절차로 나누었다. 1) 회기별 프로그램 구성과 활용매체 선정, 2) 통합문학치료 콘텐츠 적용 및 프로토콜 작성, 3) 병원 관찰일지 분석과 개별면담의 과정을 매주 반복해서 진행하였다. 프로그램 참여 여부가 전적으로 참여자의 자발적인 의지에 달렸으며 참여대상이 개방병동의 환자라는 환경은 치료사에게 다른 프로그램에 비해 더 많은 준비와 민감한 관찰, 기지를 발휘하게 했다. 치료사가 계획했던 대로 진행되는 것이 아니라, 상황이 어떻게 바뀔지 모르는 개방 환경에서 끊임없는 융통성이 요구되었으며 매회기마다 선택, 수정, 보완하는 반복 작업에 열려 있어야 했다.

#### 1) 회기별 프로그램 구성과 활용매체 선정

서론에서 밝혔듯이 연구자는 통합문학치료의 치료콘텐츠를 개발하기 위해서 헤르만 헤세의 삶과 그의 작품을 활용하였다. 따라서 임상에서 활용된 그림, 영상, 시, 에피소드, 문구, 단어 하나까지도 헤세의 삶과 작품 속에서 찾으려고 노력하였다.

문학치료 프로그램 전에 연구자는 사전면담을 통한 개인면담 자료를 바탕으로 초기 몇 회기의 프로그램을 준비하였다. 치료사와 치료 공간, 참여자간에 어느 정도 신뢰관계가 형성되어서 자신의 감정표현에 두려움이 사라질 즈음, 치료사는 조금 더 본격적인 단계에 들어가고자 예비 텍스트를 마련해 두었다. 치료사가 대강의 프로그램은 구상해 두었지만 매 회기 참여자의 반응과 진행상황에 따라 수정작업을 하였다. 표 5와 표 6은 1-30회기 동안 진행된 프로그램의 주제와 참여자의 기억작업에 활용된 치료매체를 정리한 것이다.

표 5. 회기별 프로그램 구성:1-15회기

치료 회기	치료 프로그램 주제	치료매체	
		헤세 콘텐츠	프로그램 의미
1	치료 공간과 만나다	음악, 선긋기	삶의 파노라마
2	지금-여기에서의 나를 만나다	음악, 그림카드	
3	문학과 여행을 떠나다	소설 『페터 카멘친트』 중 ‘사랑’	
4	나의 첫 비밀을 알아내다	소설 『페터 카멘친트』 중 ‘항해’	나, 그리고 세상
5	시인이 되다	헤세의 시구 모음	
6	유년의 웃음소리를 듣다	헤세의 시 「사라진 소리」	
7	삶의 의미로 들어가다	「청춘은 아름다워」 중 ‘유년의 고향’	표현 된 나의 삶
8	이야기의 실타래를 풀다	옛이야기 「선녀와 나무꾼」	
9	내 이름을 불러보다	헤세의 시 「높은 산 속의 저녁」	
10	내 마음을 그리다	『데미안』 중 ‘자기 자신에게로 이르는 길’	치유 체험
11	나를 향한 그리움이 시작되다	『크눌프』 중 ‘빗줄기와 눈송이도 말을 걸어오다’	
12	내 안의 창문을 열다	『크눌프』 중 ‘가장 아름답고 멋진 것’	
13	내면의 소리와 만나다	모차르트 「마술피리」 중 파파게노 파파게나	치유 공감
14	가족사진을 마주하다	『데미안』 중 ‘밝은 세계’	
15	운명의 울림을 경험하다	『페터 카멘친트』 중 ‘리하르트의 방문’	

표 6. 회기별 프로그램 구성:16-30회기

치료 회기	치료 프로그램 주제	치료매체	
		헤세 콘텐츠	프로그램 의미
16	가을 생각에 젖어들다	헤세의 시 「가을날」	삶의 새로운 의미 발견
17	자연 속에서 나를 만나다	『페터 카멘친트』 중 ‘나무’	
18	아름다운 심표를 찍다	헤세의 시어 모음	
19	신비로운 생명으로 가득하다	『수레바퀴 아래서』 중 ‘낙숫대만 있으면’	다시 세상으로
20	삶을 향한 의지가 싹트다	『수레바퀴 아래서』 중 ‘수확의 기쁨’	
21	그 순간의 나를 다독이다	헤세의 치유여행 사진	
22	사랑을 향한 동경이 피어나다	『페터 카멘친트』 중 ‘사랑고백’	유년과의 진정한 화해
23	아버지를 불러보다	『크놀프』 중 ‘아버지’	
24	엄마한테 안기다	『수레바퀴 아래서』 중 ‘어머니들의 미소’	
25	영혼의 축제를 즐기다	『수레바퀴 아래서』 중 ‘여름방학이다’	위로와 위안의 말
26	아름다운 함께하기를 즐기다	『수레바퀴 아래서』 중 ‘그 시절의 놀이’	
27	힘겹게 투쟁하여 알에서 나오다	헤세의 수채화	
28	내 영혼을 그리다	『데미안』 서문, 헤세의 자화상	다시 함께 살아가기
29	삶을 연주하다	『청춘은 아름다워』 중 ‘소풍’	
30	나, 너, 우리가 함께하다	『수레바퀴 아래서』 중 ‘자연’에 관한 단어	

치료사는 항상 몇 가지의 대안을 준비하였다. 입원한지 얼마 되지 않았거나 우울감이 깊은 환자가 들어 올 경우, 신체활동이 제한되거나 글쓰기를 자유롭게 하지 못

하는 참여자가 함께 할 때는 치료사가 준비한 주요 매체를 사용하지 못하는 경우도 있었다. 매체 자체, 예를 들어서 읽어 줄 텍스트 자체의 수준을 바꾸어야 될 경우도 있었으며, 때로는 소설에 리듬을 주어서 낭독하는 등 텍스트 전달 방법에도 즉흥적인 변화를 줄 필요가 있었다.

활동을 위한 도구 사용에도 신중함이 필요했다. 줄, 가위, 뽀족한 연필, 옷감, 거울 등의 도구는 일반인을 대상으로 하는 문학치료 활동에서는 평이하게 사용되지만 병원에서는 환자들의 자해 도구로 사용될 수도 있는 위험물건으로 간주되므로 사용을 자제하거나 신중해야한다. 특히 트라우마 상황에 노출 된 적이 있거나 신체적, 성적인 충격을 받았을 때는 활용텍스트의 주제나 텍스트에 쓰인 단어 하나도 세심하게 점검 할 필요가 있었다. 자칫 그들이 가진 문제를 직접적으로 건드리게 되어 위험한 상황으로 치달을 수 있기 때문이다. 이런 변수를 잘 다루기 위해서 치료사는 본 연구에서 끊임없이 코웁 치료사와 소통했으며 매 회기를 마친 뒤 그 시간에 함께했던 참여자의 반응을 기록하고 다음 시간을 준비하였다.

1-30회기 동안의 구체적인 활동과 활용했던 헤세작품은 결과 2에서 소개한다.



## 2) 통합문학치료 콘텐츠 적용과 프로토콜 작성

이렇게 준비된 프로그램을 주 1회 90분씩 진행하였다. 프로그램 초기에는 참여자들의 집중시간이 짧기도 하고, 참여자들이 프로그램을 부담스러워 하지 않도록 하기 위해서 60분 정도로 진행하였다. 회기가 지날수록 프로그램 시간을 연장할 수 있었으나 최대 90분으로 진행하였다. 우울감이 짙은 환자들은 움직이거나 이야기 하는 자체를 귀찮아하지만 치료의지가 과도한 환자들은 워업활동을 할 때 지나치다는 생각들이 정도로 행동을 크게 하기도 한다. 치료사는 참여자들이 무리하지 않으면서 자신의 신체적 컨디션에 맞게 활동할 것을 상기시킬 필요가 있었다. 절대로 다른 사람에게 주눅 들지 않으며, 피해를 준다는 생각도 하지 않도록 세심하면서도 과감한 테크닉을 발휘해야한다.

문학치료사는 다른 상담 방법에 비해서 치료사의 개입이 많지 않은 듯해도 가장 민감하고 섬세한 치료사의 감각이 동원되어야한다. 연구자 또한 최대한 치료사의 역할이 드러나지 않게 진행하려고 노력하였다.

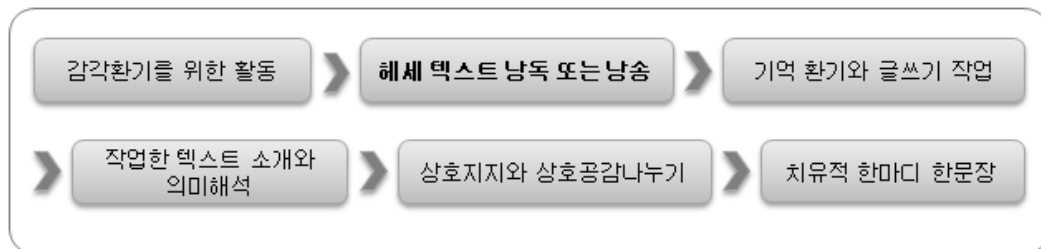


그림 4. 회기별 문학치료 프로그램 과정

위의 도식은 문학치료 프로그램 절차이자 해설 텍스트를 적용하는 과정이다. 시, 소설, 그림, 음악, 에피소드, 영상 등의 해설 텍스트는 워업활동이 끝난 후 다양한 방법으로 들려주었다. 텍스트를 들은 참여자는 자기만의 공간을 찾아서 기억작업을 하였다.

모든 상담에서 아동과 성인을 대하는 방법에는 차이가 있다. 특히 문학치료에서는 사용매체 뿐 아니라 그것을 활용하는 방법도 다르다. 아동이나 청소년의 경우에는 삶

의 경험이 많지 않고 특히 청소년의 경우에는 자신의 이야기를 하지 않으려는 방어 기제가 심하게 작동한다. 이럴 때 처음부터 느낌을 표현하도록 하는 것보다 놀이나 게임을 하면서 방어기제를 줄여가는 방법이 효율적이다. 또한 너무 도덕적인 내용보다는 참여자가 반박하고 싶거나 다른 스토리로 전개해 보고 싶어지는 이야기도 좋으며 쉽게 동일시하여 자신의 생각을 덧붙이기 쉬운 에피소드를 들려주고 텍스트 속의 상황에 대해 이야기를 풀어가는 것도 좋은 방법이다.

이러한 청소년의 상황은 병원에서 만난 성인 참여자와도 유사하다. 특히 오랜 시간 병원생활을 했거나 외부활동경험이 적은 환자일 경우에는 느끼고 표현할 기회도 적었을 뿐더러 대부분의 환경이 수동적으로 다가오므로 자신의 이야기를 끌어내기가 어렵다. 이런 이유로 치료사는 프로그램을 구안할 때 참여자들이 부담스러워하지 않으면서 호기심을 가질 수 있는 다양한 매체를 활용 할 필요가 있다.

반면 치료 초기부터 자기 이야기를 너무 많이 하는 참여자도 볼 수 있다. 특히 조증인 상태인 양극성장애 환자의 경우는 심각하다. 그들은 일상생활에 어려움이 보이지 않을 정도로 활달하며 적극적인 자세를 보인다. 그러나 그들의 이야기는 현재 자신이 처한 상황과 너무 동떨어진 경우가 많고 사고가 비약적이므로 다른 환자들에게 그릇된 신념과 자신감을 심어줄 수 있다. 따라서 어떤 활동을 하더라도 반드시 현실의 상황이나 현재의 기분으로 돌아올 수 있도록 작업해야 된다. 이야기는 많이 하지만 자신의 이야기보다는 항상 중심에는 다른 사람만 있는 경우가 허다하며, 망상이나 분열이 심할 경우에도 너무 자유로운 상상을 하기보다 주어진 텍스트 내에서의 활동이나 자신의 기억을 구조화하고 현실화 하는 과정들이 필수적이다. 이러한 참여자의 특징들을 고려하여 프로그램을 구성했으며 매체를 선택하였다. 하지만 어떤 경우에도 ‘지난번에 동일한 병명의 환자에게 \*\*활동을 했더니 \*\* 반응을 보였으므로 이번에도 그러할 것이다’ 와 같이 반응에 대해 지레 짐작하거나 보편화를 시켜서는 안 된다. 왜냐하면 문학치료 참여자는 근본적으로 스스로 지각하고 스스로 반성하며 어떤 방법으로건 표현하는 몸주체이기 때문이다.

### 3) 병원 관찰일지 분석과 개별면담

문학치료를 포함한 대부분의 대안치료 프로그램은 주단위로 진행되기 때문에 프로그램 참여 이후의 일주일 동안에 어떤 특이사항이 발견되었는지, 또한 환자의 신상에 어떤 변화가 나타났는지를 파악하는 과정이 필요하다. 아래의 표는 본 연구의 임상현장인 OO병원에서의 연구자의 일과이다.



그림 5. 임상현장에서의 치료사의 일정

치료사는 프로그램을 시작하기 3-4시간 전에 도착해서 그동안의 의료진 관찰일지를 열람하면서 참여자 개인의 한 주를 체크하였다. 그리고 특이사항이나 의문이 있으면 환자들을 담당하는 정신보건 사회복지사에게 물어보고 때에 따라서는 프로그램 내용을 수정하기도 하였다. 예를 들어 설명하자면, 지난 2014년에는 대한민국 전 국민이 슬픔에 빠졌던 세월호 사고가 있었다. 연구자가 세월호 사고가 있었던 다음 주에 프로그램을 진행했을 때의 이야기이다. 그 시기에는 텔레비전 프로그램의 내용이 대부분 세월호 사고와 구조현장에 관한 보고였으며 텔레비전 모니터에는 수시로 사

망자 숫자가 표시되고 있었다. 정신적인 균형감과 융통성이 부족한 사람이 대부분인 환자들 사이에 평상시와는 다른 증상들이 호소되고 있었다. 자신이 가라앉은 배에 승선했다고 생각하는 사람, 살려달라는 목소리가 들린다는 환자, 귀신이 보인다는 사람 등 모든 일상들을 세월호 사고가 지배하고 있었다. 심지어 그 배에 탔던 희생자가 자신에게 왔다는 환자도 있었다. 그 기간에는 건강하던 사람들도 모두 아파했던 시기였지만 환자들에게 나타나는 특별한 증상들은 약을 강하게 처방하고 신경안정제를 자주 주거나 수면제를 준다고 해서 해소되는 것이 아니었다. 대부분의 환자들은 혼자서 그 상상을 키워갔으며 침몰하는 배에 타고 있었다.

실제 프로그램이 시작되고 자기작업을 할 때 세월호 사고 희생자에 대한 자신의 동일시가 여러 각도에서 나타났다. 치료사가 미리 관찰일지를 읽지 않았더라면 아마 치료사 스스로도 혼란을 겪었을 것이다. 그러나 결국은 사회적 이슈 속에도 자신의 개별적인 감정과 삶에의 의지가 반영된 것이었음을 좀 더 깊은 작업을 통해서 찾아갈 수 있었다.

치료사는 프로그램을 전·후로 하여 참여자와 개별면담을 하기도 했다. 주로 관찰일지에 특별한 사안이 기록되어 있거나 프로그램 참여시에 눈에 띄는 역동을 보인 참여자들과 이야기를 나누었다. 프로그램 시간에만 참여자들을 만나는 것 보다 관찰일지를 참고한 개별면담은 참여자들의 음성증상완화와 심신의 회복을 위해서 중요한 과정이었다.

## 4. 자료 수집과 분석

본 연구에서는 이용숙, 김영천이 실행연구방법(2005)에서 제시한 질적 자료 수집 방법을 따랐다. 연구자이자 문학치료 프로그램 진행자인 나는 아래의 방법으로 수집한 자료를 문학치료에서의 치료힌트로 활용해서 분석하였다. 이번 장은 연구를 위한 자료수집 방법을 소개하고 있으므로 주체를 ‘연구자’로 하여 기술해 나간다.

### 1) 자료 수집

실행연구에서 가장 많이 활용하는 자료수집 방법은 참여관찰, 서술적 관찰, 심층면담, 서술형 설문조사의 네 가지이다. 본 연구에서는 헤르만 헤세와 그의 작품이 가진 정신건강학적 치유요인을 탐색하는 기초조사의 하나로 서술형 설문조사를 실시하였다. 문학치료 프로그램을 시작하기 전, 한 달 동안의 현장적응기간을 가지고 비구조화된 면담을 진행하였다. 현장적응기간의 자료는 치료사가 치료공간과 참여자들을 이해하기 위한 과정이므로 본 연구의 자료 수집 도구에는 포함하지 않았다. 임상 결과 분석을 위한 자료 수집 방법으로 참여관찰과 심층면담이 주가 되었으며, 치료사가 참여자를 만나는 이외의 시간에 대한 비참여 관찰 자료는 병원 의료진과 간호사의 관찰일지를 참고하였다.

#### (1) 참여관찰

참여관찰은 어떤 조직의 문화나 생활상을 연구하기 위해서 있는 그대로의 모습을 관찰하고, 그들이 체험하는 것과 상황을 심층적으로 기술하기 위한 자료수집 방법이다. 연구자는 ‘통합문학치료 프로그램’을 개발하여 ‘문학요법’이라는 명칭의 프로그램을 진행하는 문학치료사로 그들을 만나게 되었다. 문학치료는 ‘치료사와 내담자’라는 상담(counsel, advice)상황이 아니다. 관찰자로서의 전문적인 거리를 유지하면서 현장 참여자들과 수평적이고 자연스러운 활동을 할 수 있으므로 프로그램 현장에서 이루어지는 참여관찰은 가장 중요한 자료수집과정이자 근접관찰이 가능한 방법이다.

본 연구에서의 참여관찰, 즉 통합문학치료 프로그램은 2014년 1월부터 매주 화요일

일 2시에 시작되었다. 활동시간은 60분에서 90분이다. 프로그램 초기에는 참여자들의 집중 시간을 고려해서 60분으로 진행하였으며 점차적으로 진행시간을 늘려갔다. 연구자는 참여자들의 말, 행동, 그들이 작업한 창작텍스트, 연구자에게 순간적으로 지나간 생각, 주관적인 감명 등을 개별 프로토콜로 작성하였다. 프로토콜에는 참여자들이 작업한 글이나 그림, 활동 장면을 담은 사진도 첨부하여서 그들을 하나의 살아있는 유기체로 표현하고자 노력하였다. 연구자는 참여자들과의 활동에 집중하면서 그들을 밀접 관찰하였으며, 활동사진은 프로그램의 비참여관찰자인 사회복지사가 촬영하여 연구자에게 전송하였다.

## (2) 심층면담

문학치료 프로그램 중에 특별한 반응을 보였거나 문학치료사의 개입이 필요하다고 생각되는 경우에는 개별적인 심층면담(In-depth interview)을 실시하였다. 프로그램을 시작하기 전에 연구자는 참여자들이 생활하는 병동을 둘러본다. 이때 연구자는 심층면담이 필요한 대상을 정해서 그에 대한 프로토콜을 읽어보고 몇 가지 면담 내용을 준비해서 만난다. 여성의 경우에는 병실 안이나 병실 앞에 있는 의자에서 면담을 하였으며 남성은 병실 앞 의자로 환자를 불러서 면담하였다. 면담을 할 때 참여자들이 긴장하거나 문제가 있다고 생각하지 않도록 음악을 함께 듣거나 시 한편을 소개하면서 이야기를 시작하였다. 참여자들과 이야기 하는 동안에는 기록을 하거나 사진을 찍지는 않고 오직 참여자의 이야기에 경청하면서 인간적인 대화 상황을 유지하였다.

## (3) 비참여 관찰

‘비참여 관찰’의 자료 수집은 연구자가 관찰대상자를 직접 만나거나 관여 한 것이 아니라, 들은 그대로(본 연구에서는 ‘의료진과 정신보건 사회복지사에 의해 기록된 그대로’)를 기술하는 간접관찰방법이다. 문학치료의 효과나 반응은 프로그램 현장에서 나타나기도 하지만 생활하는 동안 문득 생각나거나, 재경험 되는 경우가 많다. 문학치료를 경험한 많은 참여자들이 “프로그램의 여운이 참 오래 간다” 는 말을 한다. 따라서 비참여 관찰 자료를 열람하면서 문학치료 프로그램의 영향을 받은 참여자의 행

동을 알 수 있을 뿐 아니라, 이후의 프로그램을 준비하는데도 도움 받을 수 있었다. 연구자는 문학치료 프로그램 이후, 일주일동안에 일어난 참여자들의 생활경험과 특이사항을 ‘병원 의료진들이 기록한 치료소견 및 간호사 관찰일지’를 통해서 참조할 수 있었다. 간호사 관찰일지는 실시간으로 기록되어 있으며 환자들의 병원 생활, 간호사들과 나눈 대화 내용, 그들이 외출이나 외박 후에 보고한 생활기록도 포함한다. 병원 기록이므로 정보를 유출하는 것은 금지되어 있으나 연구자가 참여자들을 이해하기 위한 목적으로 열람할 수 있도록 허락되었다. 또한 연구자는 치료재활부의 정신보건 사회복지사로부터 환자에 대한 정신건강관련 정보 뿐 아니라 병력과 관련된 특이사항, 참여자들에게 영향을 줄 수 있는 가족이나 주변인과의 관계 관련 이야기도 들을 수 있었다.

#### (4) 서술형 설문지

혜세문학이 가진 건강학적 요인과 혜세문학을 접한 독자들의 연령, 독서 시기, 소감 등을 알기 위해서 서술형 설문조사를 실시하였다. 대상자는 혜세 작품을 한 권이라도 읽은 경험이 있는 40대 이상의 성인이며, 대부분 청소년기에 혜세 작품을 읽었던 기억을 떠올려서 설문에 답해 주었다. 설문에 응한 분에게는 연구자가 주문 제작한 ‘혜세의 문구가 새겨진 노트’를 선물하였다.

설문조사는 2014년 1월부터 2015년 5월까지 수시로 이루어졌다. 한국혜세학회 회원, 한국문학치료학회 회원, 경북대학교 대학원 문학치료학과 대학원생, 대학원 철학과의 ‘해석학 연습’ 수강생, ‘문학치료학 세미나’ 수강생, 대구광역시 OO도서관 학부모 교육 수강생, 방문교육을 하는 선생님, OO항공 독서클럽 회원, 방과 후 독서지도 교사 등 총 200여명에게 설문조사를 부탁했으며 120개를 수집하였다. 설문지는 그 자리에서 작성해 줄 것을 부탁했으나 몇 명은 혜세와 그의 작품을 너무 좋아한다면서 작품을 다시 읽고 작성한 사람도 있었으며, 혜세작품에 대한 소감과 연구자에게 도움이 될 수 있는 연구 자료를 메일로 보내 주기도 하였다.



### 헤르만헤세(Hermann Hesse)와 헤세의 작품이 지닌 치유경험

안녕하십니까. 경북대학교 문학치료학과 박사과정 수료생 조희주입니다.

본인은 헤르만헤세의 삶과 헤세의 작품이 가진 치유력을 발견하여 삶에 적용하는 연구를 하고 있습니다. 이를 위하여 헤르만헤세와 헤세의 작품에 관한 치유경험정도를 조사하고 있습니다. 문학적 취향을 보거나 평가를 위한 목적이 아니오니 질문에 관해서 솔직하고 상세한 답변을 해 주시기 바랍니다. 본 질문지를 연구 이외의 어떤 용도로도 사용하지 않을 것임을 약속드립니다.

1.헤르만헤세의 작품을 읽은 시기는 언제입니까? 읽은 후의 느낌은 어떠했습니까??

제목:

읽은 시기:

읽은 후 느낌/감상:

2.다음 중, 개인적인 치유에 도움이 되었던 항목을 선택해 주세요.

- 1)헤세 작품의 등장인물과 등장인물의 삶의 방식
  - 2)헤세가 쓴 치유적 문구, 언어
  - 3)헤세의 삶의 방식
  - 4)기타
- ▶선택한 이유나 내용을 구체적으로 서술해 주세요.

3.읽어 본 작품 중, 가장 인상 깊었던 장면이나 문구, 내용을 구체적으로 써 주세요.

예)<크눌프> :주인공이 밀짚모자를 쓰고 휘파람을 불며 여행하던 장면이 기억남. 그 당시 나는 대학진학을 위한 입시 공부를 하고 있었다. 모든 것을 던져버리고 크눌프와 같은 자유를 누리고 싶다는 생각에 그 장면이 아직도 생생하게 기억난다.

4.내가 읽은 작품을 다른 사람에게 추천한다면 어떤 작품이 좋을까요? 그 이유도 간단하게 써 주세요.

5.헤르만헤세와 작품에 대한 나의 느낌이나 생각을 자유롭게 표현해 주세요.

헤르만 헤세는:

6.귀하의 인적사항을 써 주십시오.

-성별: 남/ 여

-나이:

-학력:

--소중한 시간을 할애해 주셔서 감사합니다--

그림 6. 헤세의 삶과 문학에 관한 치유경험 질문지

## 2) 자료 분석

질적 자료 분석은 연구에 대한 이해를 높이기 위해 수집된 자료를 정리하고, 그 속에서 주제를 찾기 위해 분석하고 해석하는 과정이다. 연구자는 현상학적 방법으로 수집한 자료를 현상학적 체험연구자인 반 매넨(van Manen)의 ‘해석학적 현상학 방법’을 참고하여 분석하였다.

반 매넨이 말하는 현상학의 목적은 ‘사물의 자연적 특성을 포착하는 것’(van Manen, 1990, p. 177)이다. 후설, 메를로-퐁티, 가다머와 같은 철학자는 자연 그대로의 모습을 중요시 하면서 연구 수행이나 절차에 있어서 특별한 규칙을 제시하지 않는 반면, 반 매넨은 현상학적 체험연구의 과제는 ‘어떤 체험의 본질을 해명하는데 있지 사실로서의 해명이 아니다’(van Manen, 1990, p. 21)라고 강조하면서 교육학, 간호학, 임상철학과 같은 분야에서 수준 높은 적용을 할 수 있도록 특별한 방법을 제시하였다(Earle V, 2010). 자료 분석을 위해 도입한 구체적인 이론은 II부 이론적 배경의 4장에서 설명하였으며, 본 절에서는 이를 바탕으로 연구자가 수행한 자료 분석의 절차와 방법을 다섯 단계로 나누어서 기술한다.

### (1) 체험의 본성으로 돌아가기

연구자는 연구하고자 하는 체험을 선택해서 그쪽으로 시선을 돌려야 한다. 이를 위해서 연구자는 후설이 제시한 ‘판단중지’를 생각하면서 ‘조현병’ 환자들에 대한 정신건강의학적인 진단 기준 및 기존 연구결과에 갇히지 않으려고 노력했다. 연구자는 본 연구에서 추구하는 ‘건강한 인간상’과 ‘새로운 인간상’에 대한 구체적인 기준인 BPS-Modell과 공감하기의 특정 체험으로 시선을 모으게 되었다. 이 또한 현상학의 이념에 위반된다고 볼 수도 있으나 연구자는 본 연구의 전 과정에서 최대한 ‘선입견’을 배제하고 다양한 유형의 전제에서 해방되고자 노력하였다.

### (2) 연구자료 수집하기

연구자는 가장 먼저 연구자 자신에 대한 체험 자료를 수집하였다. 그동안 걸어온

치료사로서, 연구자로서의 길과 현재 연구자가 지닌 신념을 떠올려 보았다. 다음으로 문학작품 속 인물의 삶, 문학적 활동과 창작품, 기록물 등을 검토하면서 체험의 본질에 대한 연구를 심화시키고 확장시켰다.

반 매년의 연구 방법상 특징은 통합문학치료에서 몸의 언어에 귀 기울이고 몸의 언어를 듣는 과정과 많은 부분이 유사하다. 연구자는 참여자의 감각환기, 기억 환기를 위해서 문학작품, 그림, 사진, 영상물 등의 다양한 예술적 도구를 사용하였다. 그리고 그들의 몸의 언어를 또다시 문학으로 표현하고 해석할 수 있도록 체험상황을 준비하였다. 우리의 삶의 주제와 본질이 그 속에 가장 잘 함축되어 있기 때문이다. 예를 들어 본 논문에서 콘텐츠 개발의 원 자료인 혜세의 소설이나 시, 그의 그림이 담고 있는 은유나 상징을 찾아내어 혜세가 말하고 싶었던 이야기의 본질을 찾고자 할 때, 우리는 생활세계에 대한 깊은 성찰을 하게 된다.

이러한 과정을 밟은 후, 1)절에서 소개한 참여관찰, 심층면담, 비참여 관찰, 서술형 설문조사 방법으로 자료를 수집하였다. 참여자 개인의 행동과 말의 정황, 개인면담자료와 의료진 관찰일지 내용을 반복해서 읽으면서 ‘참여자의 체험 및 본질적 의미읽기’로 나아갔다.

### (3) 체험의 본질적 주제에 대해 반성하기

발견한 소재를 반성적으로 들여다보면서 ‘주제 분석’을 하였다. ‘주제 분석’이란 참여자들의 체험과 체험에 대한 표현 속에 구체화되거나 각색되어 있는 주제를 끌어내는 과정을 말한다. 그림 7은 연구대상자의 개별 프로토콜이다.

첫째, 자료 전체를 여러 번 읽으면서 무엇에 관해서 볼 것인지를 정했다. 이 과정을 통해서 참여자 체험의 주된 의의를 포착할 수 있는 핵심 어구를 찾을 수 있었다. 전체 읽기를 반복하면서 ‘참여자의 문학치료적 체험 텍스트 및 표현’을 발췌할 수 있었다.

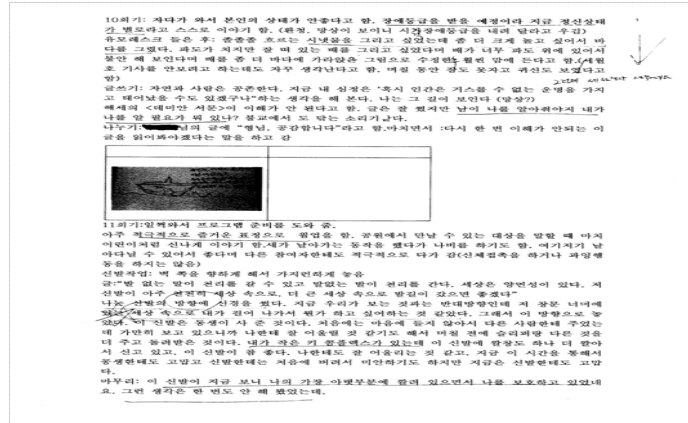


그림 7. 주제 분석 과정\_전체읽기를 통한 체험 텍스트 발췌

둘째, 한 텍스트를 여러 번 읽으면서 주제가 될 만한 문장이나 문장문치를 찾았다. 이러한 체험 텍스트를 반복해서 읽으면서 ‘체험 및 표현에 대한 소재 찾기’를 하였다. 현상이나 경험과 관련해서 특히 본질적인 것으로 보이는 진술에 동그라미를 치거나 강조표시를 하였다. 셋째, 표시해 둔 문구를 주의 깊게 읽으면서 그 문장이 참여자의 치료체험이나 현상에 대해 무엇을 알려주고 있는지를 물어보았다. 이 과정을 순환적으로 반복함으로써 현상의 주제적 측면을 발견할 수 있었으며 방대한 분량의 자료 속에서 가장 본질적인 경험이라 여겨지는 내용을 추출하거나 은유할 수 있었다.

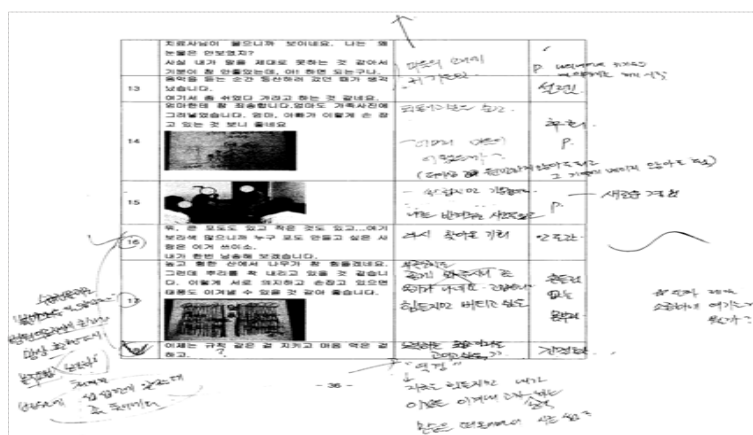


그림 8. 주제 분석 과정\_ 한 텍스트 반복읽기를 통한 소재 찾기

#### (4) 본질적 주제에 대한 의미읽기와 글쓰기

발견한 ‘주제’를 중심축으로 하여 수집한 자료를 맥락화하였다. 주제 중심으로 해석한 내용을 몸(Bio), 정신(Psycho), 삶의 네트망(Sozio)의 범주로 나누어서 현상학적 글쓰기로 기술하였다. 주제에 대해 반성하고 우리가 경험한 세계에 대해 통찰력 있는 기술(description)을 제공하는 ‘글쓰기’과정을 중요하게 다루었다. 글쓰기가 현상학적 체험연구의 본질이며 핵심요소이듯 본 연구의 자료 분석도 “단순한 기술(技術)이 아니라 깊게 다듬어진 사려” (van Manen, 1990, 신경림·안규남 옮김, 1994, p. 175)로 보고 분석에 최선을 다하였다.

#### (5) 전체적인 탐구맥락의 균형 유지하기

연구자는 헤세와 그의 작품을 활용한 통합문학치료 실습의 하나로, 조현병 환자들의 체험 연구와 의미 찾기를 하였다. 연구자는 매 순간 본 연구가 참여자에게 주는 의미와 연구자가 서 있는 위치를 생각하면서 연구에 임했다. 또한 연구가 지니는 의의와 함께 윤리적 측면을 염두에 두었으며, 전체적인 탐구 맥락과 균형을 유지하고자 노력하였다.

## 5. 자료의 진실성과 연구자 윤리

연구자는 2014년 1월부터 OO병원 치료재활부 주관의 문학요법 프로그램을 자원봉사활동으로 진행해오고 있다. 자원봉사 신청을 하면서 프로그램 과정과 결과를 학위논문으로 제출 할 계획임을 설명하였다. 기관 담당자에게 연구 계획과 연구를 통해서 얻고자 하는 것, 연구자의 가치관에 대해 구두로 전했으며 담당자로부터 참여자의 권리, 참여자의 익명처리와 신분보장, 비밀보장 등의 항목에 대한 유의사항을 들었다. 연구자는 이상의 내용을 포함하는 동의서를 작성하였으며 기관책임자와 재활프로그램 담당자, 그리고 연구자가 각각 서명해서 보관하였다.

**문학치료 연구를 위한 서면 동의서**

서면 동의서

저는 통합문학치료학을 전공으로 연구하는 경북대학교 대학원 문학치료학과 박사과정 수료생 조희주입니다.

본 연구자는 임상현장에서 통합문학치료(문학요법)프로그램을 활용한 문학치료 임상실습을 진행하고, 그 효과의 유효성을 검증하고자합니다. 이 연구는 병원과 연구자 본인, 환자들의 신뢰를 바탕으로 진행 될 것이며, 박사학위 취득을 위한 논문을 쓰기 위한 것입니다.

연구자는 참여자 개인의 신상보호를 최우선으로 할 것이며 전 과정을 정신보건 사회복지사, 병원 관계자와의 상의 하에 진행 할 것입니다. 참여자의 프로그램 참여는 자발적으로 이루어지며 중도에 그만두기를 원한다면 조급의 불이익이 없이 참여를 거부할 수 있습니다.

연구자는 병원에서 이루어진 연구 결과를 전문 학회에서 발표하거나 학술지에 실을 수도 있습니다. 경우에 따라서 출판할 수도 있습니다. 어떤 경우에도 참여자의 얼굴과 신상이 노출되지 않도록 할 것이며, 참여자의 실명을 밝히지 않겠습니다. 모든 자료는 철저히 비밀을 보장 할 것입니다.

연구자가 2014년 1월부터 OO병원 치료재활부 주관의 통합문학치료프로그램을 진행 할 수 있도록 허락을 요청합니다.

2014년 1월 2일

담당부서장:	[인]	[인]
정신보건 사회복지사:	[인]	[인]
연구자:	[인]	[인]

그림 9. 연구기관 동의서

연구 참여자에게도 사전에 동의서를 받으려고 했으나 재활프로그램 담당자의 만류로 받지 않았다. 공식적인 사전 동의가 참여자들과의 관계형성에 부정적인 영향을 주고 프로그램 참여 의지도 떨어뜨릴 것으로 예상된다고 하여 사전 동의는 받지 않고 진행하였다. 이후에 연구대상자에 해당되는 참여자에게는 30회기를 마친 뒤에 그동안의 관찰내용을 모은 프로토콜을 직접 읽어보도록 하고 연구취지를 설명하였다. 참여자는 모든 내용을 확인하였으며 연구결과가 논문에 수록되어도 좋다는 연구동의서에 서명을 해 주었다.

**문학요법 참여 대상자의 일반적 특성**

◆ 다음은 연구목적으로만 사용됩니다.  
해당되는 곳에 V표 하거나 (    ) 안에 대답을 써 주세요.

1. 귀하의 성별은 무엇입니까?      ☒ 남자      ☐ 여자

2. 귀하는 만으로 몇 세입니까? (    39    년    개월)

3. 귀하의 결혼 상태는?  
☒ 미혼    ☐ 기혼    ☐ 별거/이혼    ☐ 사별

4. 귀하의 종교는?  
☐ 천주교    ☐ 기독교    ☐ 불교    ☒ 무교    ☐ 기타

5. 귀하의 정신 질환 진단명은?(모두 표시하세요)  
☒ 조현병(정신분열증)    ☐ 양극성 장애(조울)    ☐ 우울증    ☐ 공황장애  
☐ 알코올중독증후군    ☐ 기타

6. 첫 발병 시기는 언제입니까?    7    년

7. 가족 중 정신과적 진단을 받은 사람이 있습니까?  
☒ 있다. (    )    ☐ 없다.

8. 평소 좋아하는 활동이 있다면?  
☐ 독서    ☒ 음악    ☐ 전자기기(TV, 컴퓨터, 스마트폰)    ☐ 운동  
☐ 그림그리기    ☐ 종이접기

본 자료는 연구목적 이외에는 절대 사용하지 않을 것입니다. 또한 연구결과 보고에서도 실명을 밝히지 않을 것이며 모든 자료는 철저히 비밀을 보장합니다.

본인 (    ) (은)는 2014년 2월부터 2015년    월까지 이 연구에 자발적으로 참여하였으며 본인이 참여한 문학요법의 내용이 연구자의 기록과 동일함을 확인하였습니다.

2015년 3월 17일

그림 10. 참여자 동의서

프로그램 활동 장면이나 참여자의 활동결과물은 사진을 찍어서 저장해 두었다. 참여자의 인권과 사생활 보호를 위해서 사진은 멀리서 촬영했으며 얼굴은 스크린 처리



하였다. 논문 전반에 걸쳐서 참여자의 가명을 사용하였다. 가명은 그들이 처음으로 표현했던 자신을 떠올리는 은유적 표현이다. 연구자는 프로그램을 하는 때 시간 ‘치료사로서의 반성과 성찰을 위한 항목’을 되새기면서 연구자이기 이전에 그들과 함께 하는 치료사임을 되새겼다.

논문작성과 표절에 따른 윤리는 연구윤리정보센터(2015)에 탑재된 연구윤리를 참조하여 지켜갈 수 있었다. 연구의 객관성과 진실성, 연구 내용의 정직성과 연구 수행 절차에서의 세심함과 정확성, 학회 발표 시의 데이터 관리, 연구인용의 위조, 변조, 표절, 부당한 논문 저자 표시, 자기표절 등의 기준을 확인하였으며 규정을 지키고자 노력하였다.

경북대학교에서 2014년 2학기부터 시행하고 있는 ‘논문표절예방프로그램 검증 결과(Turn-it-in 보고서)에서 유사한 내용이 3%로 나와 본 논문은 표절 및 유사성 검사를 통과하였다.

## IV. 연구 결과 1:

### 헤세의 삶과 작품을 활용한 통합문학치료 콘텐츠

2013년 1월부터 시작된 본 연구는 헤세에 관한 문헌고찰 뿐 아니라 헤세가 살았던 공간, 그리고 그의 인물들이 보여준 삶의 이력과 여정을 탐색하는 작업으로 이어졌다. 이러한 연구 과정에서 연구자는 헤세가 자신을 둘러싼 아픔에서 벗어나기 위해서 어떤 작업을 하였으며 무엇이 헤세에게 삶의 활력으로 작용했을지 되물으면서 그가 즐겨 찾던 사색의 공간과 삶의 자취들을 따라 걸었다. 이를 통해 발견한 치유효력을 정리하여 본 논문의 기초자료로 활용하고자 한국헤세학회에서 두 번의 발표를 하였으며, 발표장에서 이루어진 토론 내용을 보완하여 두 편의 논문으로 제출하였다. 본 장은 논문에 수록된 내용과 그 이후에 이루어진 작업으로 구성하였다.

#### 1. 건강한 삶의 모델로서의 헤세, 헤세의 인물

연구자는 통합문학치료 과정을 소개하기 위하여 헤세의 작품 속 개별인물들을 문학치료 참여자로 보았으며 그의 삶을 문학치료과정에 따라 제시하였다. 문학 분석의 대부분이 주인공의 아픔과 아픔의 원인 찾기에 초점이 맞추어져 있었으며 헤르만 헤세의 경우에도 헤세가 살았던 시대, 종교, 가족갈등, 사랑, 개인의 병리 등에 관한 연구는 많이 찾을 수 있었다. 또한 ‘헤르만 헤세의 작품이 치유적이다’는 결론에 이르는 선행연구는 어느 정도 이루어진 편이나 구체적으로 건강한 삶이란 어떤 삶이며 치료란 무엇인지, 치유적인 삶을 살기 위해 어떻게 해야 되는지의 방법에 관해서는 연구도 없을 뿐더러, 그 필요성도 절실했다.

따라서 연구자는 첫 작업으로 정신건강학의 사례로서의 헤세와 그의 인물 읽기를 하였다. 『크눌프』<sup>6)</sup>를 정신건강학의 관점으로 다시 읽으면서 발견한 내용은 다음과 같다.

6) 본 연구에서 제시된 우리말 텍스트는 『크눌프(이노은 옮김)』, 1997 민음사 판을 그대로 인용하였으며 「초봄」, 「크눌프에 대한 나의 회상」, 「종말」의 세 편으로 구성되어 있다.

통합문학치료는 이론적으로 BPS-Modell을 건강모델로 제시하고 있다. 연구자는 헤세를 통해 전개되는 크눌프의 삶 또한 BPS-Modell의 틀 안에서 보았으며 어려운 환경 속에서도 몸(Bio), 정신(Psycho), 삶의 네트망(Sozio) 축이 서로 통합적으로 작동하여 균형을 이루어 가고 있음을 알 수 있었다. 연구자는 크눌프라는 인물을 헤세의 자가치유적 삶의 대체인물로 보았다.

### 1) 좋은 시절, 잠재된 삶의 긍정

크눌프는 어린 시절부터 아버지와의 갈등을 겪었으며 라틴어 학교에서도 쫓겨났다. 프란체스카에게 당한 배신으로 사람을 믿지 못했으며, 사회에도 적응하지 못하게 되었다. 그러나 이렇게 힘든 상황에서도 크눌프는 정신적으로는 건강했으며 삶의 마지막 순간 스스로의 인생을 수용하며 겸허하게 받아들인다. 삶을 물질적인 기준이나 사회적 지위, 권력의 잣대로 평가한다면 크눌프는 손가락질 받을 수도 있으며 동정을 받을 수도 있을 것이다. 그러나 문학치료적인 시선으로 볼 때 그는 정신적으로 건강한 사람이었으며 자신의 삶을 누구에 의해서가 아니라 주체적으로 운영했다고 본다. 이는 크눌프에 대한 주변과의 관계를 통해서도 알 수 있다.

“이 지역 어느 도시든 자신을 따뜻하게 맞아줄 곳은 쉽게 찾을 수 있을 터였다. 그 점에 대해 그가 느끼는 자부심은 특별해서, 만일 누구든 그에게 도움을 주게 된다면 그것을 일종의 영예로 여겨야 할 정도였다(Hermann Hesse, 1970, 437; 이노은, 1997, p. 7).

이처럼 그가 주변으로부터 긍정적인 평판을 받는 것이 묘사되며 연구자는 크눌프가 문학치료에서 말하는 신체성(Leiblichkeit)과 사회적 관계(Soziales Netzwerk)의 균형을 이루고 있다고 보았다. 그 외에도 「조봄」에 그려지는 크눌프는 자신의 외모에 관심을 가지고 항상 단정하게 가꾸며, 여행과 방랑을 통해 삶의 활력을 가지고 옛 친구를 방문하며 즐거운 시간을 보내기도 했다. 또한 크눌프는 “장기간에 걸친 계획이나 약속 따위를 좋아하지 않았다. 다음날은 자신이 원하는 대로 자유롭게 사용 할 수 없게 되면 그는 불편을 느꼈다”(Hermann Hesse, 1970, p. 441; 이노은, 1997, p. 13)라고 말하는 것으로 보아 자신의 의지와 느낌을 중심으로 시간을 배분하고 여가를 보내는 사람

임을 알 수 있었다.

또한 크눌프가 바라보는 삶의 의미나 가치에 대한 생각은 그가 재단사인 친구, 술로터베르크를 방문하여 아래와 같이 말하는 대목에서 전달되고 있었다.

무엇이 진리인지, 인생이 본래 어떻게 이루어진 것인지는 각자가 스스로 깨달아야 하는 것이지 결코 어떤 책에서 배울 수 있는 게 아니란 말일세. 내 생각은 그렇네.

(Hermann Hesse, 1970, p. 457; 이노은, 1997, p. 36)

그가 이야기의 마지막 장면에서 자신을 긍정적인 주체로 보고 “난 약간 멋들어진 게 휘파람을 불수 있고, 아코디언도 연주하고 때때로 시도 지을 수 있네. 예전에는 달리기도 잘했었고 춤도 못 추는 편은 아니었지” (Hermann Hesse, 1970, p. 499; 이노은, 1997, p. 99)라고 말하는 대목, 그 스스로 “그때는 아름다웠습니다. 물론 죄와 슬픔도 이미 거기 함께 있었지만요. 그래도 좋은 시절이었던 것은 사실입니다” (Hermann Hesse, 1970, p. 441; 이노은, 1997, p. 63)라고 삶을 규정하는 것은 자신과 세계와의 긍정적인 통합으로 볼 수 있다. 특히 크눌프의 입을 통해 전달되는 유년의 기억에 대한 회상은 자신에게 아픔을 주었던 가족과 사회, 시대에 대한 위로와 화해의 손길로 이어졌으며 이는 헤세와 문학치료가 만나는 접점이라고 할 수 있다.

이 작은 세계는 그의 것이었고, 그가 깊은 친밀감을 가지고 속속들이 알고 사랑했던 세계였다. 이곳에서는 모든 관목과 모든 정원이 중요한 의미와 가치를 지녔고 자신만의 이야기를 품고 있었으며, 내리는 빗줄기와 눈송이도 그에게 말을 걸었었다. 이 세계에서는 공기와 대지가 그의 꿈과 희망 속에서 살면서 그에게 응답하고 그 삶을 함께 호흡했었다. 크눌프는 생각했다. 아마 오늘날까지도 여전히 이 근방에서는 자신보다 이 모든 것들을 더 깊이 소유해 본 집 주인이나 정원 주인이 없을 것이라고. 그 모든 것이 크눌프에게 더욱 값진 것이었고, 그에게 더 많이 말하고 더 많이 대답했으며 더 많은 기억들을 일깨워주었던 것이다.

(Hermann Hesse, 1970, p. 514; 이노은, 1997, p. 119)

또한 『크눌프』를 문학치료적 사례로 볼 수 있었던 것은 그가 ‘형상화된 언어 (Gestaltete Sprache; 자작시를 쓰고 그것을 다른 사람들에게 낭송 해 주는 등)’를 통해 스스로 심신의 활력을 찾아간다는 점, 그리고 그 외에도 다양한 창의적인 활동, 즉 ‘심미적 경험의 치유력 (heilende Kraft ästhetischer Erfahrung; 악기를 연주하고 여행 수첩을 만들고, 그리고 주변 사람들에게 이야기를 들려주는 등)’을 수행하면서

삶의 의미를 음미하고 공유하고 있다는 점을 그 특징으로 보았다.

연구자는 크눌프의 삶을 문학치료에서 지향해야 될 건강한 삶이라 여기며 이 모든 것이 스스로의 치유작업에 따른 것이라 생각한다. 크눌프의 창의적인 삶의 여정은 작품 전반에 걸쳐 내러티브 되고 있었으며, 이로써 크눌프라는 인물이 건강함의 균형을 잃은 사람이 균형을 되찾아 갈 수 있도록 하는데 모델이 될 수 있음을 확신하게 되었다. 다음 절에서는 『크눌프』에서 발견한 문학치료의 치유효력들을 하나씩 살펴 볼 것이다.

## 2) 창의적인 삶, 치유적 힘

연구자의 관심은 건강한 삶을 살았는가 실패한 삶을 살았는가를 논하는 것보다 크눌프가 힘든 상황에서도 좌절하거나 포기하지 않고 평안한 삶을 살 수 있게 된 활력이 무엇일까? 하는 것이다. 문학치료에서는 참여자들의 정체성 확보를 위해서 쓰기과 읽기(Poesie-und Biblio)를 주요 수단으로, 소리/음악듣기, 몸동작 하기, 자연체험하기, 선이나 색으로 표현하기, 그리기 등의 생활체험 속 예술 활동을 부수적인 수단으로 활용하는데 이런 맥락에서 보면 크눌프는 모든 문학치료 활동을 생활화했던 것으로 볼 수 있다. 연구자는 크눌프의 삶 속에서 문학치유적인 삶의 활력이라 할 수 있는 창의적 삶의 방식들을 구체적으로 찾아보았으며 이러한 삶의 방식이 ‘형상화된 언어 (gestaltete Sprache)’와 ‘심미적 경험의 치유적 힘(heilende Kraft ästhetischer Erfahrung)’을 통해서 더 큰 활력으로 기능함을 확인할 수 있었다(채연숙·조희주, 2013).

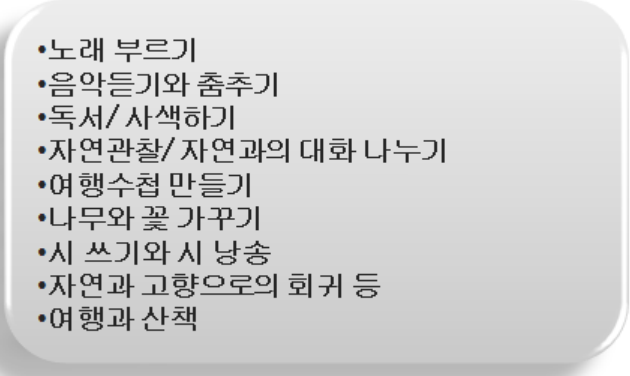
- 
- 노래 부르기
  - 음악듣기와 춤추기
  - 독서/사색하기
  - 자연관찰/자연과의 대화 나누기
  - 여행수첩 만들기
  - 나무와 꽃 가꾸기
  - 시 쓰기와 시 낭송
  - 자연과 고향으로의 회귀 등
  - 여행과 산책

그림 11. BPS 균형을 위한 크눌프의 치유작업

크눌프는 이 모든 활동을 통해 자신의 감각을 열고 느낄 수 있었으며, 자신의 감정을 솔직하게 표현할 수 있었다. 내면의 목소리에 귀 기울일 수 있었으며, 그는 다른 사람에 의한 삶이 아닌 자신이 진정으로 원하는 행동을 할 수 있었다. 문학치료의 치유활동으로 볼 수 있는 크눌프의 창의적인 삶을 구체적으로 살펴보도록 하겠다.

## (1) 사색적인 삶, 다독과 (책)낭독

크눌프는 사색적인 것을 좋아하는 성향이며 철학적인 토론도 즐겼다. 크눌프에 대한 친구의 회상에 의하면 크눌프는 “정말 많은 책을 읽었다(recht viel gelesen)”고 전한다. 특히 그가 읽은 책들 중에서도 ‘톨스토이(Tolstoi)의 책’이 많다는 것 또한, 문학치유적 삶의 한 장면으로 볼 수 있다. 그리고 “아직 빛이 남아 있는 동안에는 우리는 작은 책에 실린 재미난 이야기들을 소리 내어 읽었다. 책 제목은 『독일 손풍금 천사의 노래』였는데 미숙하고 우스꽝스러운 삼류시들이 작은 목판화들과 함께 실려 있었다. [...] (Hermann Hesse, 1970, p. 480; 이노은, p. 1997, 74)”는 문장을 볼 때 그의 책읽기는 지식을 축적하기 위함이 아니라 삶에 대한 철학적 사유이자 자신을 바라보기 위한 도구였음을 짐작할 수 있다.

## (2) 글쓰기와 시 낭송

문학치료 실습을 할 때 우리는 시, 에피소드, 그림, 이미지, 영상, 소리, 음악, 자연물 등의 매체를 활용한다. 이러한 매체들은 몸 속 깊이 내재된 언어를 불러오기 위한 도구이다. 결국 문학치료에서 여러 가지 매체를 활용하는 이유는 언어표현을 유도하기 위한 방안이라 하겠다. 크눌프는 시를 읊거나 글을 쓰기 전 산책이나 가벼운 명상에 잠기며, 긴 방랑 끝에는 반드시 자신의 여행수첩에 꼼꼼하게 기록하는 습관이 있었다. 크눌프는 옛 친구에게 다가갈 때 그와의 추억 공간에서 불렀던 노래 한 소절을 부르며 친구의 기억을 상기시키기도 했다. 이것은 크눌프에게 있어서 글을 쓰고 그것을 들려주는 것이 얼마나 일상적인지를 알 수 있는 장면이다. 친구가 크눌프의 여행수첩을 보며 “언제나 완벽하군! 어제 아침에야 짐을 떠난 것처럼 되어 있으니.” “정말 이지 이건 작품이야! 자네의 손이 닿으면 모든 것이 아주 고상해 진단 말일세.” 라고 감탄하는 장면(이노은, 1997, p. 14)을 보면 크눌프에게 있어서 글쓰기는 자발적이고 즐거운 삶의 일부였음을 알 수 있다. 그의 친구 로토푸스는 크눌프가 느긋한 마음으로 시를 읽고 쓰는 모습을 보며 “아름다운 시적인 생활”로 높이 평가한다.

“저 친구는 정말 좋겠어” 무두장이는 약간의 질투심을 느끼며 그런 생각을 했다. 그는 자신의 지하 작업장으로 가면서 그저 구경하는 것 외에는 삶에 대해 아무 것도 바라지 않는 이 독특한

친구에 대해 곰곰이 생각해 보았다. 그러나 그의 이런 태도를 거만한 것이라 해야 할지 겸손하다고 해야 할지는 알 수 없었다. 일을 하고 발전을 이루어가는 사람은 당연히 여러 가지 면에서 더 나은 삶을 살기는 하지만, 결코 그토록 매력적이고 아름다운 손을 가질 수 없었고 그토록 가볍고 날렵하게 걸을 수는 없었던 것이다. 아니, 크눌프가 옳았다. 그는 자신의 천성이 요구하는 대로 행동하는 것이었고 다른 사람들이 그의 행동을 따라하기는 어려웠다. 그는 마치 어린 아이처럼 모든 사람들에게 말을 걸고 그들을 자신의 친구로 삼았으며, 모든 소녀들과 여인들에게 재미있는 이야기를 들려주며 매일 매일을 일요일처럼 살았다.

(Hermann Hesse, 1970, p. 454; 이노은, 1997, p. 31).

크눌프는 자신이 지은 삶의 텍스트를 다른 사람들에게 들려줌으로써 때로는 스스로를 위로하기도 때로는 그 속에서 자신을 격려할 수 있었다. 크눌프는 어떠한 상황에서도 상대방을 가르치려 하지 않고 자신의 목소리에 귀 기울이고 표현함으로써 크눌프를 포함한 모두가 서로를 치료하는 자임과 동시에 치료를 받는 역할을 하며, 위로를 하는 자이면서 동시에 위로를 받는 자가 될 수 있었다.

### (3) 자연과 함께하는 창의적 활동

크눌프는 여행과 방랑을 하면서 삶의 활력을 찾았다. 자신의 의지와 느낌에 따라 여가를 보내며 즐거움을 누릴 수도 있었다. 그 외에도 크눌프를 문학치료의 모범적인 사례로 꼽는 치유동인으로는 그가 그림그리기, 음악듣기, 노래 부르기, 사색과 명상, 산책과 관조/관찰, 정원 가꾸기, 다시 체험하기(기억회상, 실제 유년으로의 회귀, 옛 친구들을 다시 만나기), 부모의 집으로 돌아오기(Rep parenting), 등의 창의적 활동과 다양한 매체(상호 매체적 넘나들기(Intermediale Quergänge))를 통해 심신의 활력을 얻게 되었다는 것을 들 수 있다. 크눌프는 여행지에서 들은 오래된 민요를 흥얼거릴 줄 알았으며 음악 연주회에서 춤을 추는 흥겨움도 지녔다. 이것은 문학치료적 실천이 대단한 기술을 통해서 가능하다고 보기보다는 주변의 나무 한 그루, 꽃 한 송이, 봄의 향기와 빗소리, 가벼운 동네 산책, 시 쓰기와 낭송하기를 통해 가능하다는 것을 방증하는 것이다(채연숙·조희주, 2013).



## 2. 일상에서의 애도작업과 삶의 활력

『크눌프』를 읽으면서 문학치료적인 인간 바라보기는 어떤 것이며 과연 어떠한 삶이 문학치료에서 지향하는 건강한 삶인지를 살펴보았다. 그 과정에서 크눌프가 지니고 있는 여러 가지 삶의 방식과 가치관이 통합문학치료와 만나는 것을 볼 수 있었다. 다음으로 연구자는 헤르만 헤세의 『페터 카멘친트』와 『수레바퀴 아래서』<sup>7)</sup>를 문학치료적인 관점으로 읽었다. 두 소설의 주인공을 동일한 상황에서 대립적인 삶을 살아가는 인물로 보고 그 둘의 인생이 다른 방향으로 향하게 된 원인을 찾아보았다.

연구자는 그 과정에서 ‘이별의식’과 ‘애도작업’이라는 키워드에 집중하게 되었다. 과거에 이루지 못했던 이별의식은 성인이 되어서라도 반드시 이루어져야 되며, 이것을 통합문학치료 프로그램을 구상할 때 필수적인 주제로 콘텐츠화 하였다. 또한 1절에서 소개한 크눌프와 2절에서 소개하는 페터 카멘친트는 삶의 순간순간을 주체적인 입장에서 맞이하고 떠나보낼 줄 아는 ‘일상에서의 애도작업’이 이루어진 인물로 볼 수 있었다. 반면 『수레바퀴 아래서』의 한스는 애도작업의 부재로 인해 다른 사람에 의해 끌려가는 삶을 살다가 생을 마감하는 것으로 볼 수 있었다.

본 절의 내용은 ‘청소년을 위한 문학치료’를 소개하는 것으로 2013년 10월에 한국헤세학회에서 발표한 바 있으며, 헤세문학 전공자로부터 심도 있는 조언과 새로운 관점을 들 수 있었다. 또한 2015년 1월에는 ‘사회적 트라우마 극복을 위한 일상에서의 애도작업’이라는 주제로 한국통합문학치료학회에서 발표하였으며, 다양한 영역에서 문학치료를 실천하는 전문가의 토론을 수렴하고 이후의 작업을 정리하여 본 절을 구성하게 되었다(채연숙·조희주, 2014).

### 1) ‘상처받은 그들’

헤세는 한스와 페터라는 인물을 그들을 둘러싼 가정, 학교, 사회, 시대에 의해 상

7) 본 연구에서 제시된 우리말 번역 텍스트는 『페터 카멘친트(김주연 옮김)』, 2013, 문학과 지성사 판과 『수레바퀴 아래서(김재혁 옮김)』, 2013, 고려대학교 출판부 판, 『페터카멘친트·게르투르트(박환덕 번역)』, 1998, 범우사 판을 인용하였다.

처받은 인물이자 그 속에서 살아갈 수밖에 없는 상처받은 영혼으로 보았다. 당시의 시대적 상황으로 볼 때, 이들이 자신이 처한 환경에서 벗어나는 길은 뛰어난 재능을 발휘하여 신분의 한계를 극복하는 것이었다. 한스와 페터를 알아갈수록 그들이 처한 상황은 오늘날의 우리나라 청소년들과 유사하다는 생각이 들었다. ‘상처받은 그들’의 상처의 원인을 알고 그것을 치유하는 작업은 여전히 이어지고 있는 시대적인 대물림에 한탄하면서 본 연구의 필요성을 절감하는 시간이 되기도 했다.

### (1) 야망으로 가득 찬 그들과 어린 영혼

『수레바퀴 아래서』의 한스는 교양 시민계급에 비해 기계공이나 수공업자가 차별받던 시대에 태어났다. 한스는 뛰어난 재능 하나만으로 신분의 한계를 극복할 수 있는 아이로 부상하게 되며, 한스가 빈곤에서 벗어날 수 있는 유일한 길은 국가가 마련한 교육을 받고 국가가 원하는 인재로 성장하는 것이었다. 이런 시대적 분위기는 어린 한스에게 자신의 상황보다 더 나아질 것이라는 야망을 갖게 하며, 자발적인 동기 부여가 되지 않은 채 특별한 교육과 진로를 선택하게 한다.

“한스는 남보다 반드시 앞서고 싶었다. 그런데 왜 남들보다 앞서야 하는 걸까? 그 이유는 한스 스스로도 알지 못했다. 3년 전부터 그는 사람들의 주목의 대상이었다. 선생님들, 마을 목사, 아버지, 그리고 특히 교장선생님은 그를 격려하고 자극을 주며 한시도 가만두지 않았다” (Hermann Hesse, 1972; 김재혁, 2013, p. 59)에서처럼 한스는 주말과 방학도 반납한 채 특별교육을 받게 되며 선행학습을 한다. 그러나 그가 느끼는 자부심은 늘 사람들로부터 주목받으며 남이 따라오는 것을 허용치 않는 일등을 유지하는 데에만 있었다. 그 과정에서 한스에게는 자신이 키우던 동물, 자신이 좋아하던 취미생활을 모두 빼앗겼다는 생각이 자리 잡게 되며, 한스의 분노는 공격적으로 표출된다.

한스는 잠시 땅바닥에 나뒹굴며 울부짖고 싶었다. 대신 헛간에 가서 손도끼를 가져와 가냘픈 팔을 마구 휘두르며 토끼집을 산산조각 내 버렸다. 판자들은 박살이 났고, 쇠못들은 빼걱 소리와 함께 휘어졌으며, 지난해 여름에 주었던 약간의 썩은 토끼 먹이들이 드러났다. 그는 닥치는 대로 부수었다. 마치 토끼들과 아우구스트 그리고 어린 시절의 추억을 향한 그리움을 죽여 없애겠다는 태도였다.

김재혁 번역, 『수레바퀴 아래서』, p. 20.

한스는 자신의 감정이 수용되는 경험을 하지 못했으며, 자신이 아끼던 것을 잃은 슬픔조차 삼키거나 억눌러야했다. 이것은 어린 한스가 경쟁에서 뒤처지지 않고 목적을 이루는 방법이었다. 한스의 주변에는 -그의 아버지 조차도- 한스의 성공이 자신의 성공이라 여기는 눈 먼 어른들만 있었다. 아래의 그림에서처럼 한스에게는 이렇게 많은 순간 -이전의 균형을 유지하기 위해서라도- 자신의 마음을 귀담아 들어줄 상대, 어린 시인의 슬픔을 진정어린 눈빛으로 받아 줄 상대가 필요했다.



그림 12. 건강한 심신의 상호통합 모델-BPS 불균형의 원인

그리고 자신의 울부짖음에 대해 때로는 위로의 말을 때로는 함께 울어 줄 어른이 간절했으나 그의 주변에는 채찍과 훈육만이 있었다. 결국 한스는 다른 사람들의 부러움을 한눈에 받던 신학교 생활을 지키지 못하게 되었으며 ‘스스로를 누구의 사랑도 받지 못하는 버림받은 존재’ (김재혁 번역, 『수레바퀴 아래서』, p. 20)로 여기게 되었다.

이들 중 어느 누구도, 아버지와 몇몇 옛 선생들의 야비한 야망과 학교가 이 연약한 인간을 이 지경에 이르게 만들었다는 것을 깨닫지 못했다. 왜 그는 인생에서 가장 민감하고 위험스런 소년 시절에 매일 밤늦게까지 공부를 해야 했던가? 왜 그들은 그에게서 기르던 토끼를 빼앗고, 왜 그를 라틴어 학교의 친구들에게서 외톨이로 만들고, 왜 그에게 낙시질과 산책을 금지하고, 왜 그에게 사람만 지치게 만들 뿐인 초라하고 공허하기 짝이 없는 속된 야망과 이상을 심어주었는가? 왜 시험이 끝났는데도 그가 마땅히 즐겨야 할 휴가를 허락해 주지 않았는가? 이렇게 해서 완전

히 탈진한 이 망아지는 길가에 쓰러져 이제는 아무 쓸모가 없게 되었다.

김재혁 번역, 『수레바퀴 아래서』, p. 160.

한스의 경우는 그 자체가 치유과정이 아닌 고통의 연속으로 볼 수 있다. 그가 결국 싸늘한 주검으로 발견되는 장면은 그동안 살아 온 삶의 텍스트 전반에 대한 아이러니로 읽을 수 있겠다. 지금보다 더 나은 - 아버지가 살아 왔던 것보다는 - 삶을 위해 신학교를 선택했건만 더 나은 삶이 아닌 자신의 죽음으로 되돌아 온 것은 아이러니가 아니고 무엇이겠는가? 이처럼 그에게는 유년기에서 청소년기로 가는 애도작업이나 이별의식이 거의 전무후무했다. 한스는 청년으로 성장해서 집으로 돌아 온 상황에서도 삶의 과정에서 자신을 편안하게 돌아 볼 수 있는 마음의 여유를 갖지 못했던 것이다(채연숙·조희주, 2014).

## (2) 되살아나는 두려움과의 마주함

이는 『페터 카멘친트』의 페터가 처한 상황과도 유사하다. 『수레바퀴 아래서』의 한스가 재능 하나만으로 현재 상황을 극복하려고 했던 것처럼 페터 또한 자연의 힘에 의존하여 살아가는 카멘친트 집안의 한 명으로 남기를 거부했다.

작품 서술로도 알 수 있듯이 당시 풍경은 같은 성씨를 가진 집성촌의 어른들이 이들을 규정하던 시대로, ‘청년’과 결부된 어떤 희망도 두려움도 전적으로 ‘집성촌’의 어른들 세계의 산물이었다고 볼 수 있다. 당시 독일에서뿐만 아니라 많은 다른 유럽국가에서도 정신적인 힘과 건강이 근대적이고 산업화된 도시생활로 인해 변색되는 상황을 우려하였다. 이런 관점으로 볼 때 근대적 문명은 특별한 방식으로 청년들을 위협하게 되었다. 페터 또한 어른들이 정해놓은 전근대적인 상황에서 벗어나기 위한 목적으로 집을 나가게 되었다. 학비와 식비를 면제받고, 고등학교 교육을 받았으며 그 교육이 끝나면 언어학자의 길을 밟기로 되어 있었다. 그러나 그 이유는 아무도 몰랐다. 그렇게 쓸모없고 지루한 학과는 없었다(박환덕 번역, 『페터 카멘친트』, p. 27)에 서처럼 숨 막히게 하는 아버지, 세대 간의 갈등에서 벗어나기 위한 모험이기에, 해소되지 않았던 억압된 기억들은 페터의 삶을 끊임없이 휘젓게 된다.

아버지는 거의 2, 3 주에 한 번씩 집을 나서기 전에 나의 손을 잡고서 아무 말도 없이 외양간

뒤에 있는 말머이 창고로 데리고 갔다. 그리고 그곳에서 아버지는 이상하게도 죄와 벌을 씻으려고 했다. 다시 말하면 나는 죽도록 매를 맞았던 것이다. 그러나 아버지 자신도 무엇 때문에 매질을 하는지 알 수가 없었다. 그것은 복수의 여신 네메시스의 제단에 오른 무언의 제물이었다. 아버지는 꾸짖는 일이 없었으며 나 또한 울고불고 하는 일 없이 신비스러운 힘에 이끌리듯 제물이 되어 희생을 당했다.

박환덕 번역 『페터 카멘친트』, p. 20.

아버지를 대하는 페터의 내면화되고 억압된 마음반응은 아버지 세대에 대한 순응, 또는 체념하는 행동으로 해석할 수 있다. 그러나 전통적으로 내려오는 가부장적인 체제는 구세대와 신세대간의 갈등, 신세대의 구세대에 대한 회피와 멀리로 나타나게 된다. 페터는 아버지로부터 받는 체벌을 일종의 훈육이라 여기고 그 벌을 달게 받았지만 훈육과 처벌의 위계질서는 페터 자신에게도 이해받지 못하는 상황이었다.

페터는 아버지의 이유 없는 체벌에 대해 이별의식이 필요했으며, 어머니의 죽음을 혼자서 감당해야 했던 두려운 순간과도 이별과 애도가 절실했었다.

나는 목마름도 잊어버리고 침대 옆에 무릎을 꿇으며 환자의 이마 위에 손을 얹고 어머니의 눈을 살피보려고 했다. 내 눈과 마주친 그 눈은 아무 고통도 느끼지 않는 듯 다정해 보였지만 이미 흐려지고 있었다. 옆에서 무거운 숨을 쉬며 잠자는 아버지를 깨워야겠다는 생각이 들었다. 결국 나는 이력저력 두 시간이나 무릎을 꿇고 어머니의 임종을 지켰던 것이다.

박환덕 번역, 『페터 카멘친트』, pp. 42-43.

페터는 충분한 애도를 하지 못했기 때문에 그가 가진 상실감은 친구관계에서 또는 이성을 접하는 과정에서 꿈으로 나타나거나 뜻밖의 상황으로 재현됨을 경험한다. 이들 마음속에서는 유년기의 가장 가까운 대상, 즉 어머니의 이미지가 현실 속 여성의 이미지와 오버랩 되는 것을 볼 수 있다. 그러나 페터는 이전에 겪었던 이별의 순간과는 달리, 보피를 보내면서 충분한 애도의 시간을 가질 수 있었다. 또한 그는 보피를 보살피오는 과정에서 이전에는 느껴보지 못한, ‘언제나 진정으로 사랑받고 있다는 이상한 의식이 그의 머리를 떠나지 않아 마치 과거의 아픈 추억들에 대한 보상이라도 받는 느낌을 가졌다’고 고백을 한다. 어머니의 임종 때 하지 못했던 이야기를 보피를 통해서 표현하게 되었으며, 이것은 페터의 상처 치유작업이라 할 수 있다.

## 2) ‘상처받은 그들’을 위한 이별의식

연구자는 페터와 한스를 통해 삶의 건강학적 측면(salutogenese)과 병리적인 측면(pathogenese)을 대립시켜 보았으며 페터와 한스의 이야기 구성방식을 치유적으로 모색해봄으로써 현재 21세기 청소년들을 위한 문학치료적 대안을 탐색해 보고자 하였다.

보피를 떠나보낼 때 페터가 경험했던 애도작업은 이후의 삶에 긍정적인 요인으로 작용했다. 그는 고향이 주는 압박감으로 그곳을 떠났지만 스스로 고향으로 돌아가서 아버지를 돌보는 일을 선택했다. 이에 반해 한스는 몇 번의 애도의 기회가 있었으나 그것이 이루어지지 못하고 결국은 고통의 연속으로 이어졌다.

연구자는 한스와 페터의 인생이 갈라지게 되는 지점을 페터가 보피를 보내면서 경험하는 애도작업에 있다고 보았다. 물론 페터와 한스에게 애도가 필요한 순간은 친한 사람의 죽음 이전에도 매 순간 있어왔다.

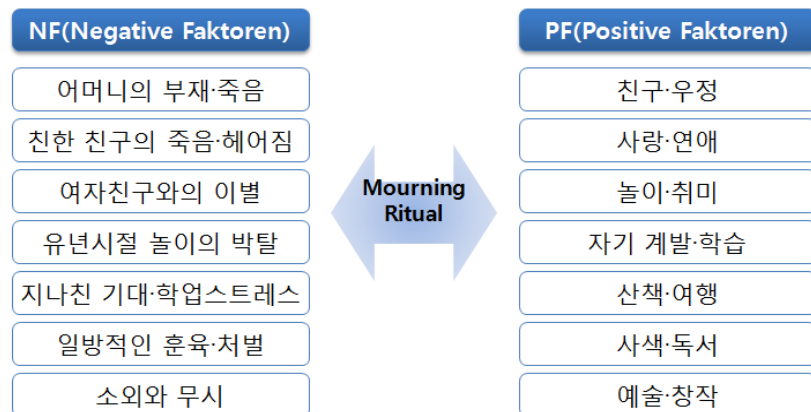


그림 13. NF vs PF 분석을 통한 MR 작업

한스는 하일러와의 우정, 엠마와의 사랑을 주체적으로 경험함으로써 유년에 이루지 못했던 감성작업을 할 수 있었으나 이 역시 훈육과 처벌, 배신에 의해 더 깊은 고통의 나락으로 빠지게 된다. 반면 페터는 친구, 사랑, 놀이, 여행, 독서, 예술 창작 등의 활동을 지속할 수 있었으며 결국에는 충분한 자기작업이 가능했다고 본다.

문학치료 치유작업 과정에서도 유년기, 청소년기, 청년기를 거치면서 이루어지지

못했던 애도작업이 이루어지며 이 과정을 통해서 참여자들은 재경험(rep parenting)을 하게 된다. 페터와 한스도 이들이 소년기를 지나 청년으로 진입하기까지 겪게 되는 수많은 경험에 대한 수용과 이해가 수반되어야 했다. 이들이 경험해야만 했던 주변 대상들과의 이별, 아끼던 물건이나 동물, 친구, 부모와의 관계 상실을 회복할 수 있는 기회가 주어져야 했다. 애도를 필요로 하는 상황에서 ‘그저 잊어버려라’, ‘안본 것으로 해라’, ‘넌 아직 어리니까’ 등과 같은 언어로 금기시 할 것이 아니라, 어떠한 경우에도 이러한 상황에 대한 해명이나 체험의 공유의식이 필요했음을 알 수 있다.

이런 과정을 통해 아버지의 일방적인 훈육에 대한 이해와 용서, 어머니의 죽음에 대한 슬픔과 위로, 공부하고 성취하는데 대한 스스로의 자부심과 새로운 동기부여를 할 수 있었을 것이다. 자신의 정체성을 주체적으로 세워가게 되는 것이다.

문학치료에서는 그러한 과정들을 통해서만이 지나간 시간과의 화해가 가능하고 ‘지금-여기’에서의 위로가 주어질 수 있다고 본다. 이것이 바로 참아 온 삶에 대한 언어적 보상(Verbal Re-warding)이자 자가치유적 체험이라 하겠다. 언어적 보상은 상처 받았던 시기로부터 오랜 시간이 지났다 하더라도 문학치료 과정에서 매우 중요한 치유 활력으로 작용할 수 있다. 이것은 청소년들을 대상으로 하는 문학치료가 애도작업이나 이별의식에 의미를 두는 이유이기도 하다.

### 3. 나 자신에게 이르는 길

모든 사람은 제각기 자기 자신에게로 이르는 길이다. 자기 자신에게로 가는 길의 시도이며 좁은 오솔길을 가리켜 보여주는 일이다....(중략) 우리는 서로를 이해할 수는 있지만, 누구나 오직 자기 자신만을 해석할 수 있을 뿐이다(이순학 옮김, 『데미안』, p. 7).

연구자는 헤세와 그의 작품 속 인물들로부터 통합문학치료에서 추구하는 인간상을 발견할 수 있었으며 그 과정 또한 문학치료 활동과 맞닿아 있음을 알게 되었다. 이상의 내용을 정리하면 다음과 같다.

첫째, 헤세와 문학치료는 서로 별개의 것이 아니라 이론적 측면은 물론 실천적 과정 속에서도 많은 접점을 이루고 있었다. 특히 『크눌프』에서 헤세는 각 이야기마다 문학치유적 삶을 내러티브하도록 구성하여 그 자체가 치유적인 활력을 줄 수 있도록 하였다. 또한 『크눌프』 각각의 이야기들의 구성 속에도 문학치료적 장치를 적용하는 듯한 인상을 줄 정도로 문학치료적 과정으로 전개되고 있었으며 연구자는 작가로서의 헤세 뿐 아니라, 크눌프라는 인물 속을 투영하면서 치유적 삶의 과정을 체험할 수 있었다. 둘째, 치유적 텍스트로서의 헤세의 삶과 치유적 사례로서의 헤세의 인물은 문학치료의 좋은 사례가 될 수 있었다. 문학치료는 이론적으로 BPS-Modell을 기본 건강모델로 제시하고 있다. 헤세의 인물을 통한 삶의 과정 또한 BPS-Modell의 틀 안에서 볼 수 있었다.

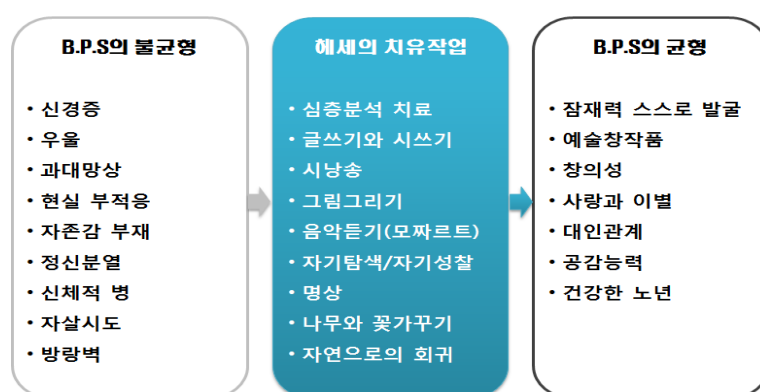


그림 14. 헤세와 작품 속 인물의 치유 작업



그림 14를 보면 가족, 사회, 시대가 만들어 낸 BPS의 불균형 상태와, 가장이자 남편으로 예술가로서 BPS의 균형을 되찾아 가는 건강한 헤세 사이에 그가 했던 여러 가지 치유 작업이 놓여있음을 알 수 있다.

셋째, 헤세의 치유과정을 추측하고 치유적인 삶을 규명하는 데 있어서 어떤 활동이 더 효과가 있었는가를 건주는 방법적인 면보다는 어떤 것이 활력이 되었는지 그 ‘본질’에 초점을 두었다. 그는 삶의 다양한 상실과 이별로부터 건강함을 되찾기 위해 스스로를 위로하고 격려하였으며, 감성과 인지의 균형과 조화를 이루기 위해서도 노력하였다. 이러한 과정을 통해서 헤세는 인간의 긍정적인 본성, 즉 자연치유력을 회복 할 수 있었다.

넷째, 문학치료 프로그램의 ‘매체작업의 목표’를 인지와 감성의 상호작용을 원활하게 하는 것에 두게 되었다. 인지와 감성의 상호작용을 원활하게 하는 작업형식은 참여자 스스로 자신의 몸을 느끼고 몸의 언어를 인식함으로써 긍정적인 자아정체감이 형성될 수 있게 하였다. 뿐만 아니라 앞으로의 위기를 극복할 수 있는 치유 과정으로 유도할 수 있을 것으로 기대한다. 다시 말해서 연구자는 헤세문학과 헤세의 삶이 기존의 문학치료 이론 및 실재를 보여주는 실례임을 확인할 수 있었다. 또한 주목 받지 못했던 치유대상과 치유요인에 대한 문학치료의 확장을 가져왔다고 할 수 있다.

연구자는 학회 발표에서 몇 가지 문학치료적 대안을 제안하였으며, 그 제안의 실천이 바로 2부에서의 임상적용이다. 첫 번째 대안은 크눌프를 염두에 둔 것으로, 삶에 대한 피드백으로 언어적 보상을 풍성하게 해 주는 것이다. 이러한 치료적 대안이 이루어진다면 ‘크눌프 유형의 사람들’은 더욱 더 삶에 대한 활력을 얻을 수 있을 것으로 보았으며 그것을 현장에서 적용해 보고자 계획하였다. 다른 하나는 헤세의 인물들, 즉 페터와 한스의 대립적인 삶의 결과, 그리고 헤세 스스로가 보여주는 삶의 활력을 문학치료에 적용하는 것이다. 따라서 헤세의 두 인물이 보여주는 삶의 여정과 활력을 실제 문학치료에서는 하나의 통합된 상태, 즉 치유적 인간형의 본보기로 간주하였다. 연구자는 치유적 에너지 또한 참여자 개인에게 잠재해있다는 믿음을 가지고 임상적용을 계획하였다.

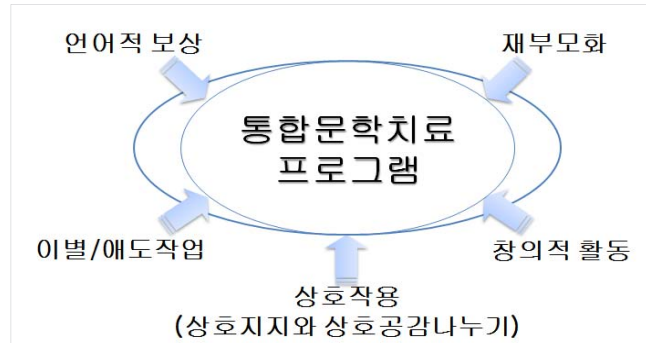


그림 15. 통합문학치료 프로그램 구조화 과정에서의  
치유요소

헤세 작품의 문학치료적 읽기와 인물분석을 통해서 연구자는 통합문학치료 프로그램을 구조화하는데 필수적인 치유콘텐츠로 그림 15를 제시하게 되었다. 문학치료 활동을 통해서 첫째, 과거에 충분하지 못했던 상황에 대해 이별의식과 애도작업을 수행할 것이며 둘째, 나를 아프게 한 유년과 부모에 대한 재부모화의 기회를 가질 것이다. 셋째, 이 모든 상황에 대해서 인지와 정서가 상호작용을 하는 창의적인 활동으로 다가갈 것이며 이것은 참여자에게 충분한 언어적 보상의 기능을 할 수 있을 것으로 본다. 참여자는 서로를 지지하고 공감나누기를 하는 과정에서 ‘삶을 향한 활력’을 재발견하게 되리라 믿는다.

## V. 연구 결과 2:

### 통합문학치료 프로그램 활용방안과 실행

본 장에서는 헤세의 작품을 활용한 통합문학치료 프로그램 활용안과 실행 방법에 관해서 기술한다. 연구 방법에서도 설명하였듯이 통합문학치료는 전적으로 참여자 중심이다. 치료사는 그들이 자발적으로 참여할 수 있도록 참여 의지를 불려오고, 본격적인 작업으로 이끄는 감각환기를 위해서 참여자 중심의 매체 선정과 활용을 할 수 있어야 된다. 본 연구의 임상 대상자들은 성인임에도 불구하고 오랜 병원생활로 인해서 풍부한 삶의 매트릭스를 지니지 못하고 있다. 또한 장기간의 약물투여로 인해서 그들의 감각이 적극적으로 활성화되지 못한 경우가 대부분이다. 연구자는 이러한 삶의 텍스트, 즉 삶의 매트릭스를 보완해줄 수 있는 것이 바로 문학작품이라고 생각했다. 따라서 본 연구에서 설계된 문학치료 프로그램은 그 이론적 배경부터 활용매체까지 대부분을 헤세와 그의 작품을 근거로 하였다.<sup>8)</sup>

연구자는 ‘헤세의 작품을 활용한 문학치료 프로그램’을 진행하기에 앞서 한 달 동안의 준비기간을 가졌다. 개방병동 입원실 환자들을 만나면서 그들의 생활터전인 병원에서의 일과를 관찰하였다. 개별면담을 하면서 문학치료 프로그램이 진행되는 요일과 시간을 지속적으로 알렸다. 개방병동의 특성상 환자들의 외출이 자유롭다. 따라서 오후에는 빈 침상이 많았으며 병원에 머무르는 환자들은 텔레비전을 보거나 컴퓨터 게임을 했으며, 나머지 환자들은 누워 있었다. 가끔 침대에 앉아서 뭔가를 열심히 읽거나 쓰는 사람들도 보였으나 이들은 너무 몰두하고 있어서 말을 걸기가 쉽지 않았다. 문학치료에 꼭 참여했으면 하는 환자에게는 조금 더 적극적으로 프로그램을 소개하였다. 한 달 동안의 준비기간을 가지면서 프로그램 초기에 활용할 텍스트를 정하고 활용 방법을 고민하였다.

8) 헤세의 삶과 그의 작품을 활용한 통합문학치료 프로그램을 IPB-Hesse(Integrative Poetry & Bibliotherapy-Hesse)로 표기 할 것이다.

## 1. 통합문학치료 프로그램 구조화와 준비

본 연구에서는 필자가 연구자임과 동시에 밀접참여관찰자, 치료사이다. 1장과 2장에서는 프로그램을 준비하고 진행하는 입장에서 기술하였으므로 연구자를 치료사라는 용어로 통일하여 기술한다. 일반적으로 문학치료사는 치료 기능, 치료 목적에 따라 테트라시스템(Tetradisches System)의 단계에 준해서 치료계획을 구체화한다. 실제 치료 과정에서도 테트라시스템의 치료기술을 사용하는데 이것은 1) 방어기제의 완화나 감각환기를 위한 도입단계(Initialphase), 2) 도입단계에 대한 환기 또는 텍스트에 대한 기억작업인 작업/실행단계(Aktionsphase), 3) 상처와의 화해 및 자신과 삶에 대한 의미를 발견하는 통합단계(Integrationsphase), 4) 자아와 세계의 관계를 재조명하는 새방향설정 또는 재통합단계(Reorientierungsphase)로 구성된다. 최근에는 프로그램에 참여하면서 통합된 자아가 삶 속에서의 변화를 시도하는 삶의 실천단계를 추가하기도 한다(채연숙·조희주, 2013).

치료사는 참여자들이 공감하기 쉬운 헤세의 작품들을 가벼운 글감, 즉 감각환기나 기억작업의 텍스트로 사용하고자 텍스트 선정 작업을 하였다. 동화치료나 독서치료일 경우에는 내면에 인식되지 않거나 활용되지 않은 자원을 발견하고 접근하기 위해서, 부끄러워하거나 저항감 없이 주인공과 자신을 동일시하고 자신의 문제를 직면시키기 위해서, 자신이 처한 상황에 대한 새로운 통찰력을 키우기 위해서 작품을 사용한다(George W. Burns, 2005; 김춘경, 2009, 역자 서문). 물론 문학치료에서도 나이가 어리거나 기억의 매트릭스가 풍부하지 않은 참여자일 경우, 서로간의 신뢰가 형성되기 전일 경우, 일반실습의 구조일 경우에는 이와 같은 텍스트 선정기준이 도움을 준다. 본 연구에서도 프로그램 초기에는 너무 상징적인 표현보다는 인물의 성격과 이야기 구조가 뚜렷한 텍스트를 준비하였다. 병원에 입원한 기간이 긴 참여자들은 누군가에게 자신의 목소리를 들려 준 경험도 많지 않으므로 쉽게 이야기 할 수 있는 텍스트가 좋은 텍스트이다. 이것은 호감 가는 이야기일 수도, 호감가지 않는 내용일 수도 있다.

그러나 본 연구에서 치료사가 정한 텍스트 선정 기준으로는 즐거위의 진행과정이나 결말보다는 참여자들의 기억과 만날 수 있는 교량, 참여자들의 감각을 깨울 수 있는 도구로서의 역할에 더 큰 비중을 두었다. 참여자의 굳어진 감정에 따뜻한 숨결을

불어넣기 위해서, 그들의 흩어진 기억을 붙잡기 위해서는 순간적인 이미지, 공간의 분위기, 단 하나의 단어로 충분할 때도 많다. 따라서 줄거리가 있는 에피소드나 완성된 시 뿐 아니라 단어 하나, 한 구절의 문구도 좋은 매체가 되었다. 그림이나 소리, 영상, 장면과 분위기도 치유여정으로 가는 도구, 즉 글감이 되었다.

치료사는 그림 16의 과정을 거치면서 IPB-Hesse 글감을 콘텐츠로 목록화 하였다.



그림 16. IPB-Hesse 콘텐츠 목록화 과정

우선 치료사는 하나의 작품을 여러 작가의 번역본으로 읽은 후 주요 활용텍스트를 정했다. 이때의 선정 기준은 번역본의 문체에 있다. 서정적인 표현, 이해하기 쉬운 어휘, 간결한 문체의 작품으로 정했으며, 선별한 작품을 다시 읽으면서 인상적인 문구나 장면을 발췌하였다. 내용에 대한 느낌과 활용가능 상황들을 시뮬레이션 하면서 상황별, 소재별로 글감을 구분하였다. 이때 텍스트의 특징을 기록하면서 활용시의 유의점도 표시해 두었다.

다음으로 다양한 활용 방법을 고안하였다. 참여대상에 따라 매체장르를 전환할 수

도 있는데 예를 들어서 스토리텔링용, 드라마 대본용, 낭송용, 풀라주 작업용, 낱말 카드 등으로 치료도구를 생성하는 작업을 하였다. 활용방법을 고안 할 때는 상호매체성(명상, 음악(소리), 그림, 사진, 영상 활용)을 고려하였다. 느낌 쓰기, 동화 쓰기, 3인칭 글쓰기, 뒷이야기 쓰기, 삼행시 짓기, 자유연상 글쓰기, 편지 쓰기, 한 문장 글쓰기, 단어로 표현하기, 그림그리기, 색이나 선으로 표현하기, 표정 및 동작으로 표현하기, 공동화 그리기, 공동시쓰기, 상황극하기, 드라마 연행하기, 토의하기, 토론하기, 놀이와 같은 창의적인 활동으로 참여자의 잠재된 창의성을 이끌어 낼 수 있도록 하였다. 치료사는 활용과정 전체를 시뮬레이션하면서 이러한 작업으로 잘 들어가기 위한 도입 활동을 구상하였다.

결국 치료사가 준비하는 텍스트는 참여자의 개별 작업, 즉 창작 텍스트를 위한 도구로써의 역할을 한다. 이런 측면에서 볼 때, 텍스트 자체도 중요하지만 그 텍스트를 어떻게 제시하는가? 하는 방법도 중요하다. 치료사는 참여자가 최대한 몰입하여 정서적 공감을 일으킬 수 있도록 소개해야한다. 이것은 치유과정 전체를 좌우하는 치료사의 중대한 역량이 발휘되는 순간이다.

문자로 된 텍스트일 경우에는 치료사의 목소리로 낭송·낭독하는 것이 일반적이는데 이때 다양한 매체를 활용하기보다는 매체적 넘나들기가 중요함을 기억해야 한다. 즉, 읽기에서 쓰기로, 듣기에서 그리기와 같은 분리되지 않는 매체간 연결과 상호작용이 반드시 필요하다. 우리가 몸담고 있는 삶의 환경 뿐 아니라 인간 자체가 통합적임으로 접근도 통합적으로 되어야 한다.

이렇게 준비한 텍스트를 임상현장에서 제시할 때 반드시 워업작업을 한다. 치료사는 가벼운 스트레칭이나 걷기, 호흡하기, 게임, 몸동작 등의 활동으로 참여자들의 감각 환기, 신체 이완, 치료공간에의 집중을 도왔다. 텍스트 제시 방법은 참여자의 인지력과 관심도, 신체 활동 정도에 따라 현장에서 수정하기도 했다. 예를 들어서 에피소드의 한 장면을 그대로 읽어주는 것보다 구연형식으로 풀어서 들려주기도 했으며 어떤 경우에는 리듬감을 주어서 참여자들이 몰입하기 쉽도록 하였다.

문학치료에서 글쓰기는 읽기만큼 중요한 활동이다. 참여자들은 솟구쳐 올라오는 반향의 기억들을 문자로 쏟아내면서 원망과 후회를 하기도 하며 때로는 스스로를 위로하고 용서를 구하기도 한다. 본 연구의 참여자들이 일반 문학치료에서 하는 것처럼

자유연상 글쓰기를 거침없이 할 수는 없었지만 그림 작업이나 색칠하기, 신체활동 등을 하면서 상상과 실제, 과거와 현재의 맥락을 더듬어 가는 작업을 할 수 있었다. 참여 회기가 많아질수록 참여자는 그림이든 문자든 보다 적극적으로 자신을 드러내고 있었다. 참여자들은 자신이 형상화 한 기억의 실체를 들여다보면서 종이 속에서 대상이 된 우리의 사유가 거꾸로 우리를 응시하게 되는 경험에 이른다. 이때 우리는 반성적인 경험을 하게 된다. 연구자이자 치료사는 참여자들에게 조금이라도 남아있는 활력을 찾아내어 그것을 삶의 도약판으로 삼을 수 있도록 면밀한 관찰을 하였으며, 그들의 긍정성을 찾아내기 위해 집중하였다.

본 연구의 임상참여자는 자발적인 의지에 의해서 프로그램에 참여하였다. 프로그램은 매주 화요일 오후 2시에 진행되었으며 프로그램 시작하기 10분 전에 안내 방송을 했다. 치료사는 참여자들과 다음 주에 다시 만날 것을 약속했지만 그 순간의 각오를 일주일동안 유지 하는 것이 쉽지 않았다. 많은 참여자들이 방송을 듣고 즉흥적으로 참여하였다. 날씨가 화창한 날에는 산책이나 외출을 나가고 비가 오거나 날이 꺾을 때는 병실에서 꼼짝하지 않는 경우도 많았다. 프로그램 시간이 되기를 기다리다가 잠이 드는 경우도 종종 있었다. 이런 이유로 치료사는 다음 회기에 활용할 매체와 텍스트를 확정짓는 것이 불가능했다. 항상 특별한 참여자에 대비해서 텍스트와 활용 방법에 있어서 대안까지 준비해야만 했다. 새로운 참여자가 많은 날에는 치료사가 계획했던 주제의 텍스트를 활용할 수 없었으며 텍스트 제시 방법도 바꾸어야 될 경우가 많았다.

병원생활을 오래 한 환자들은 정신적인 아픔 뿐 아니라, 신체적인 불편함이나 특정 진단을 받은 경우가 많다. 치료사는 워업 활동을 할 때 억지로 하거나 무리하지 않도록 수시로 이야기 하였으며, 이러한 주의를 전할 때도 특정인이 의기소침해지지 않도록 세심한 배려가 필요하다. 글쓰기가 어려운 경우, 팔이 마비되어서 그림 그리기도 안 되는 경우, 운동부족으로 관절통증이 심한 경우, 말을 심하게 더듬는 참여자도 언제나 환영하는 치료사의 열린 마음이 가장 요구되는 환경이 문학치료 프로그램 현장임을 기억해야한다. 이어지는 장에서는 헤세와 헤세 작품에서 발견한 통합문학치료 콘텐츠를 소개하고 구체적인 활용방법도 제시한다.



## 2. 텍스트 활용방법과 실행

이번 장에서는 문학치료 프로그램을 계획하고 텍스트를 선정, 그것을 현장에서 활용하는 방법에 대해서 기술한다. 치료사는 매주 1회씩 프로그램을 진행하였으며 각각의 회기마다 이렇게 구상하게 된 이유와 활동목표를 가지고 있었다. 전체 프로그램 중 1-6회기는 테트라 시스템의 도입단계, 7-15회기는 작업/실행단계, 16-24는 통합단계이며, 25-30회기는 재통합/새방향 설정 단계이다. 이를 참여자들이 프로그램에 참여했을 때 갖게 되는 의미에 따라 10개의 대주제로 구분하였으며, 각각의 프로그램 의미에 따른 회기별 활용텍스트와 활용방안을 제시할 것이다.

### 1) 삶의 파노라마

참여자들과의 첫 만남이다. 모든 심리상담의 공통점이자 문학치료에서도 가장 중요한 과정으로 치료공간에 대한 신뢰감 형성과 그 공간에 있는 나 자신에게 귀 기울여 보는 시간이다. 참여자들은 의료진이나 사회복지사와의 일대일 대면상담은 하고 있지만 그룹으로 진행되는 프로그램에 참여하는 것은 처음인 사람이 대부분이었다. 그들은 장기간의 약물복용과 대인관계에서의 고립으로 인해 사회와의 단절 뿐 아니라, 자기 자신과의 소통조차 이루어지지 않고 있었다. 내 기분이 어떨지? 어디가 아픈지? 무엇이 하고 싶은지? 를 생각하지 않으며, ‘몸’ 자체에 대한 관심조차 없었다. 이로 인해 자신의 감각을 환기하는데 더 긴 시간이 필요할 수 있으므로 치료사는 일반인을 대상으로 하는 문학치료에 비해서 감각환기를 위한 몸(풀기)작업에 좀 더 비중을 두었다.

병원에서 진행하는 문학치료 프로그램에서는 수많은 변수들이 생길 수 있다. 치료사는 이런 변수들까지 예상할 수 있어야 된다. 가장 힘든 것이 ‘프로그램 참여 대상자’ 자체이다. 개방병동의 환자들은 병식이 있고 치료의지가 있는 사람들이라고 하지만 동일한 ‘조현병’이라는 진단 속에도 각각 다른 원인과 기억들을 가지고 있으므로 치료사는 텍스트를 정할 때 섬세한 관찰과 고려를 해야 된다.

본 프로그램의 1, 2, 3 회기에서는 ‘그냥, 기분 좋은’ ‘너무나 편안한’ ‘어떤 상황에도 보호 받을 수 있는’ ‘뭔지 모를 궁금함’이 치료사의 목표였다. ‘궁금함’이란 자기 자



신에 대한 궁금함일 수도 있으며, 내가 걸어온 길에 대한 궁금함일 수도, 프로그램 자체에 대한 궁금함일 수도 있다. 이것은 무료한 병원 생활에 아주 작은 활기를 주는 것으로 자발적인 참여 동기를 일으키기 위해서 필수적이며 모든 문학치료 프로그램에서 일반적으로 행해지는 도입활동이다.

#### **IPB-Hesse-1 치료 공간과 만나다, IPB-Hesse-2 지금 여기에서의 나를 만나다**

특별한 문학텍스트를 사용하지 않았다. 이 시간의 주요 매체는 치료공간과 참여자 자신이다. 둥글게 앉아서 소개하는 시간을 가졌다. 참여자들이 이야기 할 소재를 주기 위해서 치료사는 부드러운 천으로 된 공을 준비했다. 공을 만져보는 느낌을 이야기 하면서 말문을 열 수 있도록 했다. 이때 치료사는 참여자들의 행동과 언어표현을 면밀히 살펴보면서 그들이 가진 기대와 두려움을 읽을 수 있어야 한다. 이어진 활동으로 가벼운 몸 풀기를 하고 음악을 들으면서 천천히 걸어보았다. 마치 헤세가 글쓰기에 몰입하기 전에 산책을 하거나 여행, 음악을 통해서 마음을 모을 수 있었던 것처럼 참여자는 도입활동을 하면서 치료공간과 자기 자신에게 서서히 다가갈 수 있었다. 프로그램 도입부의 걷기 또는 몸 풀기 활동은 전체 회기의 시작 부분에서 매번 실시하였다. 그날의 날씨, 참여자의 신체 활동 정도, 정신적 상황에 따라 조금씩 변형해서 적용하였다. 다음은 치료사가 참여자에게 지시했던 사항들이다.

## 도입단계: IPB-Hesse-감각환기를 위한 활동

### 걷기

- 음악을 들으면서 천천히 걸어봅니다
- 내가 이 공간에 와 있는지를 느껴봅니다
- 숨을 크게 들이마시고 내쉬면서 걸어봅니다
- 조금 빠른 걸음으로 걸어봅니다
- 이번에는 천천히 걸어봅니다
- 평소에 내가 걸던 빠르기로 걸어봅니다  
(내가 빠르게 걷는지? 천천히 걷는지?)
- 음악에 귀 기울이고 앞사람과의 거리도 짐작해 봅니다.
- 발바닥이 땅에 닿는 느낌을 느껴봅니다.(쿵쿵쿵, 사뿐사뿐)

### 공간 교감하기

- 이번에는 내 옆에 누가 있는지, 옆 사람과 눈인사를 나눠보세요.
- 최대한 따뜻한 시선으로, 미소를 지으며 인사합니다.

### 내 몸과 교감하기

- 나의 몸에 집중해 봅니다.
- 나의 발, 나의 무릎, 나의 배, 나의 심장, 나의 머리...어디가 아픈지?
- 아픈 곳에는 미안하다고 말해주고 건강한 부분에는 고맙다고 이야기 해 봅니다.

이와 같은 활동을 한 뒤 즉흥적으로 떠오르는 단어를 이야기 하도록 했다. 참여자들은 여러 가지 방식의 걷기를 하면서 자신의 발자취를 따라 가 볼 수 있었다. 지금의 느낌을 그대로 가지고 가장 편안한 공간을 찾아서 자리 잡았다. 이순간의 기분을 나타내는 색깔을 고르고 선긋기를 하였다. 참여자들이 ‘잘 해야 된다.’ ‘나는 그림을 잘 못 그리는데...’와 같은 자기평가에서 벗어날 수 있도록 평소에 잘 사용하지 않는 손으로 작업하도록 했다. 마음이 가는 대로, 손이 가는 대로, 느낌이 오는 대로 거침

없이 나타낸 뒤, 현재의 기분을 단문으로 표현해 보도록 했다. 원래 자리로 돌아와서 자신의 그림과 글을 소개하는 시간을 가졌다. 이후에 프로그램에 처음 참여한 소감을 이야기 하였으며 다음시간 만남을 약속하고 헤어졌다.

표 7. 통합문학치료 프로그램 활동 장면 및 참여자의 작품활동 텍스트

			
선긋기 율동작업	작품활동 텍스트1	작품활동 텍스트2	마무리 상호지지 및 공감나누기

### IPB-Hesse-3 문학과 여행을 떠나다

몸풀기 활동을 한 뒤 처음으로 문학텍스트를 가지고 작업했다. 참여자들은 치료사가 이야기 하지 않아도 ‘문학’에 대한 두려움, 또는 막막함을 가지고 있다. 치료사는 가장 친근하게, 가장 쉽게 문학과 만날 수 있도록 해야 한다. 또한 절대로 깊이 들어가지 않도록 텍스트 선정에 유의해야 한다. 최대한 절제하고, 최대한 천천히 작업할 수 있도록 분위기를 이끌 필요가 있다. 오랜 기간 병원생활을 해 온 환자들은 병원에서 벗어나고 싶은 욕망이 강력하지만 치료사는 그만큼의 긴 시간이 필요함을 인지하고 있어야 한다. 3회기의 글감으로 『페터 카멘친트』의 일부를 읽어주었다. 활용한 텍스트의 전문과 출처는 부록에 첨부하였다.


#### 도입단계: IPB-Hesse-3의 글감

나는 식당에 가면 뢰지 기르타너(그녀)를 거의 매일 만났다. 그녀는 건강하면서도 나긋나긋하게 자란 열일곱 살 처녀였다. 갈색 피부의 가름하고 싱싱한 얼굴에 고요하고 재기 있는 아름다움이 깃들어 있었는데, 당시 그녀의 어머니에게도 그런 아름다움이 있었다....(하략)

※출처: 『페터 카멘친트』 김주연 역, p. 37

텍스트 선정 이유는 누구나 짝사랑의 경험을 가지고 있기 때문이다. 또한 많은 사람들이 이루지 못했던 사랑이 있다. 환자들 중에는 자신의 감정을 적극적으로 드러내지 못하는 사람들이 많고 그것이 아니라면 상대방의 입장은 고려하지 않은 채 본인의 느낌으로 밀어붙이는 사람도 있다. 이 텍스트는 누구나 경험했던 아픔을 자신의 이야기가 아닌, 뒷이야기 이어쓰기를 통해서 제 3자의 이야기로 들려 줄 수 있게 하였다. 자기만의 공간을 찾아서 뒷이야기를 쓰고 다시 현실공간에 모여 앉았다. 글쓰기를 하지 못한 사람은 생각나는 대로 이야기 할 수 있도록 했다. 본인이 쓴 글을 읽은 후의 기분을 이야기 하고 프로그램을 마쳤다. 문학이 어려울 것이라는 선입견을 완화시킬 수 있는 텍스트이며, 내 이야기가 아닌 다른 사람의 이야기를 함으로써 참여자 자신은 보호받을 수 있음을 체감하는 활동이었다.

표 8. 통합문학치료 프로그램 활동 장면 및 참여자의 작품활동 텍스트

			
글쓰기 작업	작품활동 텍스트1	작품활동 텍스트2	마무리 상호지지 및 공감나누기

## 2) 나, 그리고 세상

### IPB-Hesse-4 나의 첫 비밀을 알아내다

음악을 들으면서 자신의 몸과 마주하는 시간을 가졌다. 활용 텍스트는 『페터 카멘친트』 중 ‘콘라트 카멘친트의 항해’ 부분이다.

#### 도입단계: IPB-Hesse-4의 글감

그런 바보들 중의 한 사람이 콘라트 카멘친트 외삼촌이었다. 그가 우리 아버지나 다른 남자들보다 이해력이 뒤떨어지는 것은 아니었다. 오히려 훨씬 머리가 좋았고, 썸 없이 뭔가 발명하는 일에 몰두하고 있었다. 그러나 물론 아무것도 성공한 것은 없었다. 그래도 그는 (중략) 바람을 받자 듯이 부풀어 오르고, 배는 의기양양하게 떠나갔다. 우리는 배가 다음 산모퉁이를 돌아 사라지는 것을 감탄하며 지켜보았고, 그 영리한 외삼촌이 승리자로서 귀향하는 것을 맞아 주리라. 우리가 비웃었던 일을 뉘우치리라. 고 마음을 가다듬고 있었다.

※출처: 『페터 카멘친트』 김주연 역, p. 12

선정 이유는 다음과 같다. 누구나 한번쯤 겪었을 법한, 그러나 사건화 하기에는 부끄러운 일들을 소재로 담고 있다. 인물의 행동이 성공적이지 못한테 있어서 안타까운 마음이 들어서 더욱 몰입(동일시)을 잘 할 수 있는 텍스트이다. 콘라트 카멘친트의 성공적인 항해를 기원하면서 공동화 그리기를 했다. 그림을 그린 후 자신이 그린 부분을 소개하면서 참여자들은 자연스럽게 자신의 바람을 이야기하기 시작했다. 표현하는데 있어서 소극적인 사람들, 성공의 기억보다는 실패의 기억이 많은 사람, 그러나 자신의 실패를 직접적으로 드러내는 것이 아니라 소망을 담아서 재구성 할 수 있는 시간이었다. 다함께 이루어 낸 공동 작품에 대한 느낌, 생각을 몸동작으로 표현하면서 마무리했다.

### IPB-Hesse-5 시인이 되다

자신이 서 있는 위치에서 스트레칭 동작을 하면서 감각이완 작업을 했다. 음악을

들으면서 걷기명상을 할 계획이었으나 갑작스런 병원 행사로 치료실을 사용할 수 없게 되었다. 프로그램을 진행한 장소는 고정식 의자가 있는 휴게실이었으며 몇몇 환자들은 텔레비전을 못 보게 되었다면서 불만을 표하기도 했다. 지난 회기에 이어서 문학치료 시간을 기다려 온 참여자도 있어서 선불리 프로그램을 취소 할 수도 없는 상황이라 어수선한 환경에서 최대한 몰입할 수 있도록 하는 것이 관건이었다. 치료사는 둥글게 모여서 나누는 작업이 불가능할 것을 예상하고 개인 작업에 집중할 수 있도록 했다. 의자에 앉은 자세에서 음악을 들려주었다. 음악을 들으면서 음악 속의 나를 만날 수 있도록 하였다. 현재의 느낌을 시로 표현하도록 했다. 참여자들이 자신의 정서를 글로 쓰는 것에 부담을 가지기도 했으나 시쓰기는 문학치료에서 굉장히 중요한 활동이기도 했으므로 ‘특별한, 그리고 놀라운’ 등단 체험으로 보상 해 주었다. 개별 작업에 들어가기 위해 치료사는 준비 해 간 헤세의 시어들을 참여자들에게 나누어 주었다.

#### 도입단계: IPB-Hesse-5의 글감

나는 촛불을 꺼버렸다	
나는 항상 방랑의 길에 있었다	사랑의 별이었다
나란히 걷던 이 길을	소곤소곤 아버지 집에서 살던
풀을 태우는 연기 속에서	슬퍼하지 말아라
내 누이인 장미여, 너의 영혼은 미소를 머금고	
조용한 오솔길을 가고 있다	포플러 사이로 바람이 지나간다
...(이하 생략)	

※출처: 『헤르만 헤세 시집』 송영택 옮김

그 시어를 한 문장씩 읽어보면서 자신의 정서 표현 활동에 도움을 받기로 했다. 이후에 본인이 작업한 시에 제목을 지어주고 다른 사람들 앞에서 낭송하는 특별한 시간을 가질 수 있었다. 한 편의 시를 자신의 목소리로 낭송하면서 시가 자신에게 들려주는 이야기에 귀 기울일 수 있었다. 이것은 자신의 내면의 소리가 몸 밖으로 나오는 순간이자 그 소리를 듣는 첫 경험이라 할 수 있다. 참여자는 시를 쓰고 낭송하는 동안에 일어난 자신의 감정을 언어로 표현하였으며, 전체 소감을 나누고 마무리 했다.

## IPB-Hesse-6 유년의 웃음소리를 듣다

감각환기 작업으로 유년시절에 들던 동요를 불러 보았다. 참여자들의 연령을 고려해서 선정하였으며 어린 시절 불렀을 법한 노래들이다. ‘고향의 봄’, ‘과수원 길’ 등 참여자들은 음악에 맞추어 몸을 가볍게 흔들기도, 박수를 치면서 따라 부르기도 했다. 노래 부르는 동안의 감정을 간단하게 표현한 다음, 치료사는 시 한편을 들려주었다.

### 도입단계: IPB-Hesse-6의 글감

사라진 소리

헤르만 헤세

언제였던가 어린시절에  
나는 목장을 따라 걷고 있었다.  
그때, 아침 바람에 노래 하나가  
조용히 실려 왔다.

(중략)

향긋한 소리가 흐르는 것을  
마치 그때의 소리인 양  
귀를 기울이고 조용히 서 있고 싶을 뿐.

※출처: 『헤르만 헤세 시집』 송영택 옮김

프로그램에 참여할수록 자신에게 집중하는 사람이 있는 반면, 여전히 남의 말에 끼어들려고 하고 자신의 이야기는 좋다, 괜찮다는 표현으로 방어하는 참여자가 있다. 그러나 시를 직접 낭송해 줄 때 참여자는 자기 자신의 이야기에 몰입하게 된다.

표 9. 통합문학치료 프로그램 활동 장면 및 참여자의 작품활동 텍스트

			
작품활동 장면	작품활동 텍스트1	작품활동 텍스트2	작품활동 텍스트3

시를 들으면서 떠오르는 유년의 장면을 클레이로 표현하도록 했다. 두 사람씩 짝을 지어서 클레이 작품에 담긴 자신의 이야기를 들려주었다. 그들이 떠올리는 유년은 즐거웠으며 그 속에서 건강한 웃음을 들을 수 있었다. 나누기 한 이후의 느낌을 삼행시로 적은 뒤 우리는 현실공간으로 돌아왔다. 삼행시를 낭송하고 자신의 현재 기분을 표현하였다.



### 3) 표현 된 나의 삶

#### IPB-Hesse-7 삶의 의미로 들어간다

참여자들은 문학치료 활동에 친근함을 느끼고 있다. 그들은 조금씩 자기 자신에 관심을 갖기 시작했으며, 어떤 표현을 해도 수용될 수 있음을 경험했다. 그러나 유년의 기억을 떠올리면서 일부 참여자는 ‘그때는 좋았었는데...’ ‘그때로 돌아가고 싶다’는 생각을 키웠으며 병원에 있는 현실을 더욱 초라하게 여기는 것 같았다. 이런 이유로 이번 시간에는 과거에서 더 가까운 과거, 현재, 그리고 또다시 희망이 있는 미래를 상상해 볼 수 있게 하는 텍스트로 정했다.

#### 작업단계: IPB-Hesse-7의 글감

떠날 때는 숨기 없는 문제아였던 내가...기차는 크게 굽이진 언덕을 조심조심 돌아 천천히 내리막 길을 달렸다. 굽이를 돌 때마다 아래쪽에 자리 잡은 도시의 집과 골목길들, 강, 정원들이 가까워지며 선명해졌다. (중략) 나를 기다리고 있다가 반가이 맞아주었다.

※출처: 『청춘은 아름다워』 박경희 역, p. 89

이 텍스트는 듣는 순간 장면을 그릴 수 있다. 그만큼 자연묘사가 섬세하고 친근감 있다. 텍스트를 들으면서 펼쳐지는 자신의 추억을 그룹을 나누어서 들려주도록 했다. 다른 사람들과 소통하면서 느끼게 된 것을 공동그림과 공동시로 표현해 보고, 그것을 모두 아우를 수 있는 제목을 정해보도록 했다. 누구나 가지고 있는 고향에서의 삶, 비슷한 생활인 듯하지만, 각각 다른 삶의 이야기를 들을 수 있었다. 그리고 고향에 있는 가족을 만날 수도 있었다. 그 시절에는 생각하지 못했던 것, 또는 잊고 있었던 것을 떠올려보고 지금부터라도 그 삶을 다시 살아보려는 생각을 가질 수 있었다.

#### IPB-Hesse-8 이야기의 실타래를 풀다

좀 더 ‘적극적인 토론과 토의’ 시간이다. 헤세 텍스트는 쉬운듯하지만 깊이가 있다. 단어 하나, 장면 하나에 많은 이야기들을 담고 있으므로 진지한 말하기 분위기를 연

출한다. 그러나 이번 시간에는 다른 경험을 이끌고 싶었다.

참여자 중에는 다른 사람들과 의견이 대립될 때 그 감정을 공격적으로 드러내거나 피해버리는 사람들이 대부분이다. 자신의 의견이 무시되거나 다른 사람으로부터 외면 받는 부정적인 경험을 했기 때문이다. 토론 할 수 있는 대립적인 상황을 만들기에는 헤세의 작품보다 우리나라 고전이 더 유용할 것이라는 생각이 들었다. 특히 고전은 줄거리가 명확하다. 그리고 누구나 알고 있는 이야기이므로 예전부터 하고 싶었던 말들이 준비되어있는 텍스트이다. 항상 대립되는 인물이 나오므로 명확하게 어느 한 삶의 대변인이 되기도 쉽다. 이런 이유로 치료사는 참여자들의 연령을 고려해서 「선녀와 나무꾼」 이야기를 들려주었다. 직접 활용했던 텍스트는 치료사가 한국문학치료학회 문학치료사 과정 중에 접했던 ‘부부서사 관련설화’의 이본 중 하나이다.

텍스트를 들려주고 선녀와 나무꾼 중 자신이 호감 가는 대상을 선택해서 그 이유를 말하도록 했다. 이어서 같은 그룹끼리 팀을 나눈 후 좀 더 ‘타당한 이유’를 찾아서 그룹토론을 해 보았다. 치료사는 더 이상의 이유가 나오지 않을 만큼 충분한 토론이 이루어진 시점에서 ‘행복한 결말로 이어가기 위한 재구성’ 작업을 하도록 제안하였다. 참여자들은 토론에서 이기기 위해 논리적으로 말하고 적극적으로 경청하려고 노력했다. 그 과정에서 나와 생각이 다른 사람의 입장에 서 보았으며, 이후의 작업에서는 좀 더 긍정적으로 이끌기 위한 방안을 찾기 위해 고민하고 구체화할 수 있었다.

#### IPB-Hesse-9 내 이름을 불러보다

‘조금 더 깊은 나의 이야기’를 떠올릴 수 있도록 했다. 우리는 가까운 사람으로부터 상처받는다. 부모, 사랑하는 사람, 친구 등 가장 의지하고 싶은 사람으로부터 상처를 받으므로 그러한 텍스트는 프로그램에 활용하기가 쉽지 않다. 직설적인 표현으로 이루어진 텍스트를 사용했을 때 참여자들의 반응은 두드러지지만 절대 문학치료사는 - 의도적으로- 직면하게 하거나 상처를 외면하도록 해서는 안 된다. 반향이 크게 일어날 수 있는 텍스트일수록 아껴두어야 한다. 조현병 환자들은 감각이 둔화되어서 쉽게 눈물을 보이지 않는다. 누군가 울었을 때 함께 슬퍼하고 손잡아 준다면 그것은 위로의 장으로 이어질 수 있지만 그렇지 못한 상황에서는 눈물을 보인 참여자가 더 큰

상처를 입을 수도 있다. ‘이해받지 못함’과 ‘민망함’은 문학치료에서 지양해야 되는 상황이다. 치료사는 IPB-Hesse 중 처음으로 어머니에 대한 텍스트를 활용하였다. 어머니, 아버지에 관한 텍스트는 누구나 가슴 아린 이야기를 담고 있기 때문이다.

**작업단계: IPB-Hesse-9의 글감**

높은 산속의 저녁(부제: 어머니에게)  
헤르만 헤세

행복한 하루였습니다. 알프스가 빨갛게 타고 있습니다.  
이 빛나는 광경을 지금 당신에게 보이고 싶습니다.  
말없이 당신과 함께, 이 더없는 기쁨 앞에 가만히 서 있고 싶습니다.

(중략)

"애야, 엄마다. 벌써 나를 몰라보겠니.  
밝은 대낮은 혼자서 즐거라.  
그러나 별도 없이 밤이 와  
갑갑하고 불안한 너의 영혼이 나를 찾을 땐  
언제나 너의 곁에 와 있으마."

※출처: 『헤르만 헤세 시집』 송영택 옮김

나와 가까운 사람이 ‘가장 다정하게 나를 불러주었던 장면’을 떠올렸다. 그때의 느낌을 색깔로 나타내고 그 속에서 불리던 내 이름을 소개하는 시간이다. 참여자들은 자신의 이야기를 하면서 잠시 침묵하기도, 눈물을 머금기도 했다. 많은 참여자들이 어머니로 인해서 속상했던 일, 어머니에게 통명스러웠던 아들, 딸의 모습을 떠올렸다. 어머니에 대한 좋은 기억이 없다고 말하던 참여자도 치료사의 이야기에, 또는 다른 참여자들의 이야기를 들으면서 자신의 어머니에게 손을 내밀기 시작했다. 한 명의 참여자가 이야기를 하면, 나머지 참여자들은 그때의 다정한 목소리를 다시 경험 할 수 있도록 이름을 불러주었다. 원망스럽기만 했던 어머니에서 죄송한 어머니, 그리운 어머니를 만날 수 있었다.

#### 4) 치유체험

##### IPB-Hesse-10 내 마음을 그린다

프로그램에 활용할 텍스트를 정하기가 쉽지 않았다. 치료사는 병원에서 작성한 환자들에 대한 관찰일지를 보면서 치료사 스스로도 ‘마음 어루만지기’가 필요했으며 많은 글 중 『데미안』 서문을 떠올리게 되었다. 전 국민에게 큰 충격과 혼란, 분노, 슬픔을 안겨준 세월호 사고가 발생하고 첫 시간이다. 환자들은 24시간 보도되는 세월호 희생자 소식과 구조 당시의 절박함을 듣고 있었다. 일부 환자는 환청과 망상이 다시 발병했으며 어떤 환자는 자신이 배에 타고 있다고 느끼고 있었다. 물론 이러한 큰 사고에 전혀 반응하지 않는(단절) 환자도 있었다. 어떤 증상이건 환자들이 자신을 지키기 위한 싸움의 결과이므로 치료사는 지쳐가고 있는 환자들의 손을 잡아주어야 한다. 슬픔을 외면하기보다 차분한 음악을 들으면서 그 속에서 각자의 기분을 느끼고 표현할 수 있게 하였다. 『데미안』 서문을 시 형식으로 들려주었다. 시에 대한 느낌을 선으로 표현하도록 했으며 좀 더 몰입할 수 있도록 왼손으로 작업했다. 선을 그리는 동안의 감정들과 자신이 그린 선들 중에서 찾은 의미를 서로 들려주었다.

##### 작업단계: IPB-Hesse-10의 글감

모든 사람의 삶은 제각기 자기 자신에게로 이르는 길이다. 자기 자신에게로 가는 길의 시도이며 좁은 오솔길을 가리켜 보여주는 일이다. 그 누구도 온전히 자기 자신이 되어본 적이 없건만, 누구나 자기 자신이 되려고 애쓴다. 어떤 이는 둔하게, 어떤 이는 더 환하게, (중략)  
우리는 서로를 이해할 수는 있지만, 누구나 오직 자기 자신만을 해석할 수 있을 뿐이다.

※출처: 『데미안』 안인희 역, p. 9

세월호 사고를 직접적으로 언급하는 참여자도 있었으며 마치 파도에 휩쓸리듯이 감정을 추스르지 못하는 참여자도 있었으나 이야기를 하면서 조금씩 걱정, 두려움을 분리하기 시작했다. 이야기를 나눈 후의 기분을 짧은 글로 표현했으며 표현된 글과 그림을 가지고 현재의 공간으로 돌아왔다. 현실공간에서의 나누기를 통해 참여자들은 다른 사람의 아픔을 함께 슬퍼하고 있는, 보다 성숙된 스스로를 발견할 수 있었다.

## IPB-Hesse-11 나를 향한 그리움이 시작되다

스트레칭을 한 후 간단한 몸동작을 하였다. 공원의 풍경을 상상해 보고 내가 공원의 어떤 사물이 되어 보는 활동이다. 나무, 바위, 바람, 구름, 새가 되어서 각자의 기분을 동작으로 표현했다. 참여자들은 재미있어 하면서도 몸동작을 함으로써 그 사물에 더욱 몰입할 수 있었다. 치유체험이란 내가 미처 생각하지 못했던 것, 내가 외면했던 것, 그렇지만 내 곁에 항상 있는 것을 발견해 가는 과정이다. 현실을 원망하고 모든 부정적인 것의 원인은 남의 탓으로만 돌렸던 참여자들이 내가 가진 것에 대한 나의 생각을 객관화해 볼 수 있었다. 활용 텍스트는 『크눌프』의 일부이다.

### 작업단계: IPB-Hesse-11의 글감

그는 어느 집 지붕위의 고양이든 다 알고 있었고 모든 정원의 과실을 맛보았고, 모든 나무에 올라가 그 꼭대기 안에 녹색 빛 꿈의 동지를 소유했었다. 이 작은 세계는 그의 것이었고 그가 깊은 친밀감을 가지고 속속들이 알고 사랑했던 세계였다. 이곳에서는 모든 관목과 모든 정원이 중요한 의미와 가치를 지녔고, 자신만의 이야기를 품고 있었으며, 내리는 빗줄기와 눈송이도 그에게 말을 걸었다.

※출처: 『크눌프』 이노은 역, p. 119

텍스트를 듣고 현재 본인이 가지고 있는 대상에게 말을 걸어보는 작업을 했다. 가지고 있는 대상이란 나와 함께 해 온 것으로 ‘나 자신’을 의미한다. 참여자들과 ‘신발’에 얽힌 이야기를 했다. 신발의 입장에서 ‘신발과 그것의 주인’을 소개하도록 했다. 신발이 되어서 쓴 글을 읽고, 글을 읽은 후의 기분을 이야기 했다. 참여자들은 신발의 이야기를 읽으면서 삶에 대한 나의 작은 소망을 발견할 수 있었다. ‘나를 향한 그리움’의 시작이었다.

## IPB-Hesse-12 내 안의 창문을 열다

내 주위에 관심을 가지고 새로운 시선으로 바라볼 때 삶이 다르게 다가오는 것을 경험하는 시간이었다. 도입에서는 음계놀이를 하면서 목소리를 크게 내 보는 활동을

했다. 돌아가면서 도, 레, 미, 파..를 소리와 몸으로 표현하였다. 처음에는 긴장한 자세로 목에만 힘을 주어 소리 냈으나, 치료사가 하는 것을 보고 높은 음을 내기 위해서 까치발을 하거나 두 팔을 들기도 했다. 즐거운 놀이를 하면서 참여자들은 긴장을 이완할 수 있었다. 특히 두 명씩 하는 활동으로 자연스럽게 눈 맞춤을 할 수도 있었다. 본격적인 작업을 위한 활용 텍스트는 『크눌프』에서 발췌하였다.

#### 작업단계: IPB-Hesse-12의 글감

난 종종 이런 생각을 하지. 이 세상에 가장 아름답고 멋진 것은 금발의 날씬하고 젊은 아가씨라고 말야. 하지만 틀린 생각이야. 왜냐하면 검은 머리의 아가씨가 훨씬 더 아름다운 경우를 많이 보게 되니까, 그리고 또 내겐, 이런 생각이 들 때도 있어. 무엇보다도 아름답고 멋진 것은 자유롭게 공중을 날아다니는 예쁜 새라고 말야. 또 다른 때는 나비, 예컨대 날개 위에 빨간 눈이 그려진 예쁜 나비만큼 기막힌 게 없는 것 같기도 하고, 그런가 하면 높은 하늘 위 구름 속에서 빛나는 저녁 햇살이 그렇게 생각되기도 해. 모든 것이 은은하게 빛나고, 그래서 모든 것이 너무나 행복하고 순결해 보이는 그런 순간의 햇살 말이야.

※출처: 『크눌프』 이노은 역, pp. 67~68

텍스트를 들려 준 후 가장 아름답고 멋진 것에 대해 떠올려보았다. 프로그램에 처음 참여하는 사람, 조증인 상태의 참여자, 팔 움직임이 어려운 환자가 있는 관계로 치료사는 가장 아름답고 멋진 것을 치료사가 준비한 그림에서 고를 수 있도록 했다. 프로그램에 꾸준히 참여 한 사람은 그림 속에서 자신의 이야기를 만날 수 있었으며 조증인 환자는 그림으로 제한을 둬으로써 상상의 반경을 좁혀 줄 수 있었다.

가장 마음에 드는 이미지를 고른 뒤 그 속에 담긴 이야기를 들려주도록 했다. 이번 시간에는 평소에 치료사와의 교류가 없던 참여자들이 들어와서 분위기가 조금 어수선했다. 치료사는 서로의 이야기에 귀 기울여주면서도 조금씩 변화를 보이는 참여자들에게는 작은 성취감을 느끼게 하고 싶었다. 이를 위해서 다른 참여자의 이야기를 들은 후 현재의 내 기분과 연결해서 이야기 재구성하기를 했다. 처음에 골랐던 이미지에 대한 소감과 다른 사람과 어우러진 활동을 했을 때의 소감을 비교해서 나누는 것으로 마무리했다.

## 5) 치유공감

### IPB-Hesse-13 내면의 소리와 만나다

개인 작업에서 조금 더 나아가서 공동연대를 느껴 볼 수 있도록 구상하였다. 이렇게 계획한 데는 몇 가지 이유가 있다. 치료사의 개인적인 일정으로 7, 8월 동안은 프로그램을 쉬어야 하기 때문이다. 더 깊이 개인 작업을 하기보다는 더운 여름을 조금이라도 활기차게 보낼 수 있도록 큰 세션을 마무리 하는 과정이 필요하다고 생각되었다. 참여자간에 인사라도 나누고 의료진들에게 자신의 상태를 설명할 수 있도록 하는 것, 하루 한 번이라도 거울을 보고 개인위생에 신경 쓰는 것, 가족들이 말을 걸었을 때 고개를 들고 응답 하는 것이 전체 15회기를 진행해 온 치료사가 참여자에게 기대하는 바이다.

#### 작업단계: IPB-Hesse-13의 글감

모차르트 「마술피리, 파파게노 파파게나」 음악과, 연구자가 제작한 헤세의 사진모음

13회기에는 경쾌한 리듬의 모차르트 음악 「마술피리, 파파게노 파파게나」와, 치료사가 제작한 헤세의 사진모음을 보여주었다. 헤세의 일상생활을 담은 사진이다. 산책하기, 책읽기, 정원 가꾸기, 사람들과 이야기 나누기, 글쓰기, 동물 돌보기 등 우리를 조금씩 변화하게 한 ‘위대한 작가’의 ‘실제 삶’의 현장을 보여주었다. 사진 속의 이야기들은 참여자들도 주인공이 될 수 있는 일상생활이다. 동영상상을 본 느낌을 하나의 단어로 이야기 하고 그 단어에 따르는 장면으로 동화쓰기를 할 예정이었다. 그러나 글씨를 쓸 줄 모르는 참여자가 두 명 들어와서 다른 활동으로 변경하게 되었다. 클레이와 그림으로 표현하면서 흩어져 있던 기억들을 모으는 작업을 했다. 각자의 작품을 소개한 후 서로 다른 사람의 작품에 대해 떠오르는 느낌을 돌려주었다. 같은 장면을 보면서도 각각 다른 기억을 떠올리고, 다른 기억들을 나누면서 내 이야기를 다시 마주할 수 있는 즐거운 경험을 할 수 있었다. 동경하던 행복이 가까이 있음을 느끼는 활동이었다.

#### IPB-Hesse-14 가족사진을 마주하다

가족에 대해 떠올려 보았다. 조현병 환자들은 가족에 대해 왜곡된 기억을 가진 경우가 많다. 자신의 병이 부모로부터 유전 되었다고 생각하는 사람, 부모로부터 제대로 된 양육을 받지 못했다고 원망하는 사람, 너무 강압적인 부모에 의해서 가족 내에서 자신의 자리를 인식하지 못하는 사람도 있다. 어떤 참여자는 자신이 아프기 때문에 집안 분위기를 엉망으로 만들고 있다고 자책하면서 가족들에게 미안해하는 등 모든 것을 본인의 병과 연결시켜서 생각했다. 그들은 가족 모두가 함께하는 장면을 떠올릴 수 없었으며 자신을 가족에게서 소외시키거나 부속품으로 생각하기도 했다.

치료사는 참여자들에게 ‘가족의 일원인 자신’을 그려보도록 하고 싶었으며 『데미안』에서 싱클레어가 두 가지 세계에 가족을 규정지우는 장면을 텍스트로 하여 자신의 가족을 떠올려 보기로 했다.

#### 작업단계: IPB-Hesse-14의 글감

나의 누이들도 물론 밝은 세계에 속했다. 누이들이 본질적으로 아버지와 어머니에게 더 가까이 있다는 생각이 자주 들었다. 그들은 나보다 더 착하고 예의도 바르고 실수가 적었다. 그들도 결점이 있고 무례할 때도 있었지만 그런 점은 그리 심각할 정도는 아니었다. (중략) 누이들과의 다툼으로 부모님을 욕되게 하고, 선율과 계율을 욕되게 했기 때문이다. 내게는 누이들보다는 오히려 가장 못된 부랑아들과 함께 나눌 수 있는 비밀들이 있었다.

※출처: 『데미안』 안인희 역, pp. 13~14

텍스트에 대한 작업으로 가족사진 그리기를 하였다. 본인이 넣고 싶은 인물들로만 그려도 된다고 했다. 언제쯤의 가족인지, 어느 장소의 모습인지, 가족과 나와의 추억은 무엇이 있는지를 소개하는 시간을 가졌다. 가족 소개를 하고 자신의 소감을 이야기 하면서 참여자들 스스로 가족사진을 수정해 보는 작업을 했다. 내가 제외시킨 가족을 그리거나 화난 표정을 웃는 모습으로 바꾸기도 했으며, 가족끼리 손을 잡는 모습으로 바꾸기도 했다. 누가 시켜서가 아니라 참여자 자신이 원해서 한 것이다. 프로그램 통해서는 가족과의 즐거웠던 순간을 떠올릴 수 있었으며 본인이 오해하고 있었



던 부분을 발견할 수도 있었다. 아울러 가족들이 진심으로 자신을 걱정하고 있음도 느낄 수 있으며 이는 가족과 함께 있고 싶은 치유의지로 이어졌다.

표 10. 통합문학치료 프로그램 활동 장면 및 참여자의 작품활동 텍스트

			
작품활동 텍스트1	작품활동 텍스트2	작품활동 텍스트3	작품활동 텍스트4

#### IPB-Hesse-15 운명의 울림을 경험하다

상반기 프로그램의 마지막 시간이다. 치료사 나름대로는 마무리 하는 기분으로 몇 회기를 진행했지만 참여자들은 마지막이 아니라 또 하나의 치유체험이자 공동연대감을 경험하는 시간이다. 활용 텍스트는 『페터 카멘친트』에서 ‘호감은 있지만 쉽게 다가가지 못하는 페터와 리하르트’의 만남’ 장면이다.

##### 작업단계: IPB-Hesse-15의 글감

취리히는 나 같은 애송이 페터에게는 생소한 대도시여서 처음 몇 주일 동안은 눈이 돌 지경이었다.  
(중략)

나는 그에게 수줍은 애정을 느꼈지만 항상 외롭게 지냈다. 경쾌하고 자유스럽고 부유한 그에 비하면 언제나 나 자신은 너무 초라하게 느껴졌으며 그러한 사람과 교제를 한다는 것이 매우 뻔뻔하고 비굴하게도 여겨졌기 때문에 사귀기를 피했던 것이다. 그러자 그가 먼저 나를 찾아왔다. 어느 날 밤 누군가가 방문을 두드리는 소리가 들렸다. 나는 조금 놀랐다. 내 방에 손님이 찾아오기는 그것이 처음이었기 때문이다.

※출처: 『페터 카멘친트』 박환덕 역, pp. 46-47

텍스트에 대한 느낌을 나눈 후 상황극을 해 보았다. 두 명씩 짝을 지었으며 상황극의 대본은 참여자들이 의논해서 정했다. 추운 어느 날 친구 집을 방문하는 이야기이다. 상황에 대해서는 의논하였으나 대사는 각자 즉흥적으로 해 보기로 하였다.

표 11. 통합문학치료 프로그램 활동 장면 및 참여자의 작품활동 텍스트

			
상황극-장면1	상황극-장면 2	상황극-장면3	상황극-장면 4

갑작스러운 방문에도 최대한 반갑게 맞아주며 따뜻한 코코아를 권하는 내용으로 설정했다. 상황극을 한 이후에 체험소감 나누기를 했다. 체험을 떠올리면서 누군가에게 다가갈 때의 기대와 두려움, 누군가가 따뜻하게 대해 주었을 때의 즐거움과 고마움을 나눌 수 있었다.

## 6) 삶에 대한 새로운 의미 발견

### IPB-Hesse-16 가을 생각에 젖어들다

15회기의 연장이기도 하지만 두 달 동안의 휴식 이후에 맞는 첫 시간이었다. 치료사는 병원 관찰일지를 살피면서 두 달 동안의 참여자들의 생활을 그려보았다. 일지 내용에 대해 궁금한 것은 문학치료 프로그램의 참여관찰자이자 코웁인 정신보건 사회복지사에게 물어보았다. 다른 사람에게 다가가기 위한 적극적인 실천을 해 본 참여자도 있었다. 그의 어색한 친절은 문학치료에 참여하지 않았던 환자와 마찰을 일으켰다. 유일한 보호자를 잃은 참여자도 있었으며 퇴원했다가 재입원한 참여자도 있었다. 그렇지만 대부분의 참여자들이 치료사의 간절함을 느낀 듯 했다. 간호사에게 이런저런 말을 붙이거나 친절에 감사하다는 표현을 한 경우, 위생관리가 되지 않았으나 깨끗하게 씻고 정리하는 사람, 가족들에게 긍정적인 피드백을 받은 사람, 병원에 대해 불만을 표현하고 개선을 요구한 사람 등 아주 작지만 그들의 변화의지가 느껴졌다. 치료사는 두 달 동안의 생활을 고려하여 편안한 텍스트를 가지고 참여자를 만났다.

9월, 가을의 시작이다. 더운 여름을 잘 견딘 그들에게 새로운 계절을 안고 찾아왔다. 첫 시간인 만큼 몸으로 움직이는 활동을 오래했다. 스트레칭과 호흡하기를 하고 퍼포먼스를 하였다. 각자 좋아하는 과일을 말하고 그 과일을 가꾸는 농부가 되어보았다. 씨뿌리기, 거름주기, 물주기, 잡초 뽑기, 약 치기 등을 하고 수확해서 나눠먹는 것까지를 퍼포먼스로 표현했다. 나눌 때는 눈을 맞추고 정겨운 인사를 할 수 있도록 했다. 감각환기를 위한 활동을 마치고 한 편의 시를 들려주었다.

통합단계: IPB-Hesse-16의 글감

가을날

헤르만 헤세

숲이 금빛으로 불타고 있다.

(중략)

풀을 태우는 연기 속에서  
농부의 아이들이 경충거린다.  
나도 다른 아이들처럼  
노래를 시작한다.

※출처: 『헤르만 헤세 시집』 송영택 옮김

시를 낭송한 뒤 자신의 느낌을 이야기 했다. 시를 들으면서 그려지는 장면도 소개하였다. 두 달 전 상황극을 하면서 경험했던 공동연대감을 불러오고자 치료사는 과일 바구니 채우기 활동을 하였다. 클레이로 자신이 좋아하는 과일을 만들었으며 그 과일들을 모아서 풍성한 과일바구니를 연출하였다. 참여자들은 자신이 만든 과일 이름을 미리 이야기하면서 다른 참여자가 만들 과일 이름도 물어 보았다. 여름동안 힘들기도 했지만 또 다시 든든한 지지자가 돌아왔음을 기뻐하는 시간이었다.

IPB-Hesse-17 자연 속에서 나를 만나다

힘들지만 잘 견디고 있는, 흔들릴수록 더욱 튼튼한 뿌리를 내리고 있는 자신을 떠올려 본다. 그리고 스스로 위로하고 격려하는 시간을 준비했다. 도입활동으로 자신을 나무에 비유해서 몸으로 표현해 보도록 했다. 살랑살랑 바람 부는 날, 거친 바람이 부는 날, 태풍이 휘몰아치는 날, 다시 햇살이 눈부신 날의 나무가 되어보았다. 활동소감을 이야기 하고 이번에는 텍스트 속의 나무가 되어 보았다. 활용텍스트로 『페터 카멘친트』 중 ‘거센 폭풍에도 생존과 성장을 위해 견디는 나무’에 관한 묘사부분을 들려주었다.

### 통합단계: IPB-Hesse-17의 글감

나무, 더욱이 높은 산 위에 서 있는 나무는 생존과 성장을 위해 바람과 기후와 바위에 대하여 조용히 줄기차게 투쟁해야했다. 때문에 어느 나무는 자기의 무게를 걸머진 채 꼭 붙어 있어야만 했으므로 각각 독특한 모습을 하고 있었으며 각기 다른 상처를 안고 있었다.(이하 생략)

※출처: 『페터 카멘친트』 박환덕 역, p. 12-13

내용을 그대로 읽어주기에는 다소 어려운 느낌이 들었다. 참여자들이 이해하기 쉽도록 풀어서 읽어주었다. 마음이 머무는 한 장면을 그림으로 나타낸 뒤, 그림을 들여다보고 삼행시 쓰기를 하였다. 참여자들은 쓰러지지 않으려고 버티고 있는 나무에 쉽게 공감했으며 그림 속의 나무에 대해서 이야기 하였다. 서로 비슷한 느낌을 표현한 참여자간에 상호공감나누기를 할 수 있었다.

표 12. 통합문학치료 프로그램 활동 장면 및 참여자의 작품활동 텍스트

			
퍼포먼스 원업작업	작품활동 텍스트1	작품활동 텍스트2	마무리 상호지지 및 공감나누기

### IPB-Hesse-18 아름다운 쉼표를 찍다

‘나’에 대한 새로운 의미를 발견하기 위한 작업이다. 치료사는 두 달 동안의 프로그램 공백에 대해 불안한 마음도 있었으나 참여자들을 대하면서 치료사의 지나친 걱정이었음을 확인했다. 그들은 제자리걸음 상태에서 바둥거리는 것 같기도 했으나 조금씩 자기를 찾아가고 있었다. 18회기의 도입활동으로 가벼운 동요를 부르면서 율동을 하였다. ‘사과 같은 내 얼굴’로 시작되는 노래를 부르면서 자신을 비유하는 긍정적인 이미지를 떠올려 보았다. 참여자들은 수줍어하면서도 본인이 좋아하는 것, 본인이 바라는 이미지를 떠올려서 노래 불렀다. ‘\*\*같은 나, \*\*처럼 \*\*한 나’로 즉흥시 짓기를

했다. 본격적인 작업으로는 헤세의 시어 중 긍정적인 자아상을 비출 수 있는 시어들을 나눠 준 뒤 ‘짜깁기 시 쓰기’를 하였다.

통합단계: IPB-Hesse-18의 글감	
꽃처럼 많은 생각이 피어난다	행복이 반짝반짝 눈짓을 하며
나는 항상 방랑의 길에 있었다	사랑의 별이었다
나란히 걷던 이 길을	소곤소곤 아버지 집에서 살던
풀을 태우는 연기 속에서	슬퍼하지 말아라
내 누이인 장미여, 너의 영혼은 미소를 머금고	
조용한 오솔길을 가고 있다	포플러 사이로 바람이 지나간다
단 하나의 이방인	어머니의 눈을 다시 보고싶네
어머니는 영원히 남으리	홍수같은 세상사가 그대 마음에서 자유로워
안개속을 거니는 것은 신기하다	모두가 다 혼자다
꽃처럼 많은 생각이 피어난다	나는 바람을 비웃고 폭풍우를 견디어본다
(이하 생략)	

※출처: 『헤르만 헤세 시집』 송영택 옮김

도입활동의 여운으로 참여자들은 긍정적인 자아상으로 마무리 하고 싶어 했다. 나누어 준 시어를 곱씹으면서 치료사가 정해 준 3연 9행의 시를 지었다. 자신이 쓴 시를 본인의 목소리로 읊어본 후 마지막으로 제목을 지었다. 제목까지 정한 시를 다른 참여자 앞에 서서 낭송하는 작업을 했다. 시낭송 소감을 이야기 하고 서로서로 긍정적인 피드백을 하였다.

## 7) 다시 세상으로

### IPB-Hesse-19 신비로운 생명으로 가득하다

다른 사람들과 함께 하는 가운데서 나를 찾아가는 활동으로 구상하였다. 문학치료의 정수는 공동연대감에 있다. 혼자서 자신을 들여다보고 반성하는 자기성찰적 상담과 다른 점이다. 참여자들은 우리가 살아가면서 만나게 될 상황을 프로그램 내에서 경험해 볼 수 있다. 프로그램의 체험은 생활체험이라 할 수 있으며 이번 회기부터는 ‘함께’ ‘더불어’ 라는 관계 속에서의 치유경험을 목표로 했다. 5분 정도 걷기명상을 한 뒤 텍스트를 들려주었다.

#### 통합단계: IPB-Hesse-19의 글감

이것저것 둘러보며 한참을 고른 끝에 탄력이 좋은 완벽한 나뭇가지를 하나 잘라가지고 서둘러 집에 돌아왔다. 한스는 상기된 얼굴로 두 눈을 반짝이며 낚시질 준비를 하기 시작했다. 이 일은 낚시질 못지않게 즐거웠다. (중략) 밤이 되어서야 일이 다 마무리 되었다. 드디어 한스는 7주나 되는 긴 방학을 지루하지 않게 보내게 되었다. 낚시대만 있으면 강가에 혼자 앉아 하루 종일 있어도 괜찮았다.

※출처: 『수레바퀴 아래서』 김재혁 역, pp. 42-43

텍스트에 대한 느낌을 나누었다. 참여자들은 어린 시절에 시간 가는 줄 모르고 했던 놀이를 떠올렸으며 그 중 ‘딱지치기’를 해 보기로 했다. 딱지를 만들어 본 적이 있는 한 명이 설명을 하면, 나머지 참여자는 지시대로 따라했다. 편을 가르고 규칙을 정하고 팀 작전을 세우기까지 모든 활동을 참여자 스스로 진행하도록 했다. 게임을 하면서 느꼈던 감정들을 다시 떠올려 보았다. 비슷한 느낌이었거나 공감에 갈 때는 감정어휘를 사용한 언어적 보상을 하였다. 이긴 팀과 진 팀이 있지만 그들은 얼굴을 붉히지 않고 진심으로 즐거워했다.

### IPB-Hesse-20 삶을 향한 의지가 싹트다

서로 나누는 즐거움을 맛보는 시간이다. 참여자들이 병원에서도 가을의 정취를

느끼게 해 주고 싶었다. 치료사는 참여자들을 위해서 단풍을 주워갔으며 가을 산사과를 가지고 가서 함께 먹었다. 사과를 먹으면서 각자 느껴지는 사과 맛을 이야기 하고 자연스럽게 단풍과 낙엽에 대해서도 이야기꽃을 피웠다. 도입 활동 후에 텍스트를 들려주었다.

**통합단계: IPB-Hesse-20의 글감**

이 향기야말로 그 해의 최고 상품이요 성숙과 수확의 정수이다. 가까운 겨울을 앞두고 이런 향기를 들이마시는 것은 참으로 좋다. 이 향기를 마시면서 감사하는 마음으로 훌륭하고 놀라운 많은 것들을 기억하기 때문이다.(중략)

아이들은 가난한 집 아이건 부잣집 아이건 상관없이 모두 조그만 잔을 가지고 이리저리 누비고 다녔고, 손에는 저마다 베어 먹은 사과 한 알과 빵 한 조각을 들고 있었다.

※출처: 『수레바퀴 아래서』 김재혁 역, p. 187

텍스트에 대한 느낌을 나누고 릴레이 공동시 짓기를 하였다. 다른 사람의 글에도 관심을 기울였다. 공동시를 각자 낭송하면서 개인이 경험한 느낌을 나누었다. 자연스러운 분위기에서 다른 사람들과 즐거운 시간을 보내고 함께 작업한 것에 대해서 참여자 스스로도 감동하고 있었다.

**IPB-Hesse-21 그 순간의 나를 다독이다**

‘아름다운 자연 감상 시간’을 가졌다. 스트레칭과 호흡하기를 한 뒤에 빔프로젝터를 활용해서 영상을 보여주었다. 활용 영상은 치료사가 직접 촬영한 스위스의 아름다운 경관으로 헤세가 걸었던 치유의 길이다. 초원, 뭉게구름, 소, 정겨운 집, 굴뚝이 있는 풍경이다.

**통합단계: IPB-Hesse-21의 글감**

활용매체: 헤세의 치유여행 사진

쇼팽의 녹턴9



영상이 주는 느낌에 대해 이야기를 나누었다. 대부분의 참여자들이 아늑함, 편안함을 떠올렸으며 여행경험을 꺼내는 참여자도 있었다. 치료사는 자신이 생활했던 장소, 여행지 등 세상에서 가장 아늑하고 위로가 되는 공간을 찾아보는 작업을 했다. 자신이 만난 그 공간에 있는 아이(소년)에 대해 3인칭으로 동화쓰기를 했다. 3인칭 동화쓰기를 함으로써 이야기 속의 인물이 본인이 아니어도 되는 자유를 얻게 되었다. 그렇지만 참여자들은 이야기 속의 인물에게서 자신의 모습을 조심스럽게 드러내고 있었다. 자신의 목소리로 글을 낭독하였으며 글을 읽은 후의 느낌을 제목으로 정하였다. 프로그램을 시작 할 때와 현재의 기분을 나누면서 프로그램을 마쳤다.

## 8) 유년과의 진정한 화해

나를 아프게 했던 나의 유년과 진정한 화해의 시간을 가졌다. 참여자들은 조금씩 자신을 아프게 한 사람을 마주할 수 있게 되었다. 실연의 아픔, 아버지와의 갈등, 어머니에 대한 간절함을 드러낸 구절이 아니더라도 참여자들은 끊임없이 자신을 힘들게 하는 대상을 가까이에 두고 있었다. 그렇지만 치료사는 그들이 자신의 눈물을 스스로 닦을 수 있을 때까지, 서로의 아픔에 공감하고 위로를 보낼 수 있을 때까지 눈물을 지연시켜왔다.

### IPB-Hesse-22 사랑을 향한 동경이 피어나다

외부와 단절되고 자신의 마음도 스스로 차단하던 참여자들이 문학치료 프로그램을 통해서 서서히 자신을 들여다보게 되었다. 이것은 그들에게 즐거움을 주는 것만은 아니다. 미운 사람, 원망하는 사람, 생각조차 하기 싫던 순간들도 언젠가부터 참여자들 가까이에 와 있었다. 이제 진심으로 화해를 할 시간이 되었다. 치료사는 상처를 주는 사람이 연인, 친구, 가족 등 가까운 사람들이므로 이들을 적극적으로 만날 수 있는 텍스트를 준비하였다.

#### 통합단계: IPB-Hesse-22의 글감

개학 이틀 전날 나는 내 사랑에게 힘들여 꺾은 꽃을 가져가기로 마음먹었다. 몇 군데 험한 경사면의 좁은 흙 길에 에델바이스가 피어 있었지만 향기도 색깔도 없는 병든 듯한 은빛 꽃이 내게는 영혼도 없어 보여 예뻐 보이지 않았다. 그 대신 깎아지른 낭떠러지의 틈새에 알프스 들장미 몇 송이가 외롭게 피어 있는 것을 알고 있었다. 가기 힘든 곳이었지만 꼭 해야만 했다. 젊음과 사랑에 불가능이란 없었기 때문에 나는 찢긴 손과 후들거리는 다리로 마침내 목적을 이룰 수 있었다.(중략)

다음 날 나는 다섯 시간이나 걸리는 여행을 하면서 내내 그 꽃을 손에 들고 있었다. 아름다운 뢰지가 사는 도시로 향해 가면서 처음에는 심장이 강하게 고동쳤다.

※출처: 『페터 카멘친트』 김주연 역, p. 39

텍스트에 대한 느낌을 색깔로 표현하였으며 그것을 소개하는 작업을 했다. 어떤

참여자는 사랑에 울었으며 다른 참여자들은 그 눈물을 함께 흘려주었다. 자신이 작업한 글과 그림을 소개하면서 그림에 담고자 했던 이야기, 작업 과정에 대한 느낌, 소개한 이후의 정서를 표현하였다. 해석을 하는 중에 예전의 순수했던 순간을 떠올리기도 했으며 성숙하지 못했던 사랑표현에 아쉬움을 표하기도 했다. 참여자들은 긍정적인 공감하기 표현으로 위로의 마음을 전했다. ‘배신’이라고 여겨왔던 사랑을 한 발자국 떨어져서 바라볼 수 있었다.

#### IPB-Hesse-23 아버지를 불러보다

똑바로 쳐다볼 수조차 없던 존재인 아버지의 모습을 그려보았다. 아버지에 대한 추억을 떠올리며 든든하게 있어주심에 감사한 마음을 표하기도 했으며, 어떤 참여자는 처음으로 아버지께 하고 싶은 말을 쏟아 내는 시간이 되었다. 그 두려움의 원인이 아버지께 인정받고 싶은 간절함이었음을 깨달을 수 있었다.

##### 통합단계: IPB-Hesse-23의 글감

난 종종 내 부모님들에 대해서도 그런 생각을 하지 않을 수 없어. 부모님은 내가 그 분들의 자식이고 자신들과 비슷하다고 생각하셔. 하지만 내가 그 분들을 사랑함에도 불구하고 그 분들에게 난 이해할 수 없는 낯선 인간일 뿐이야. 내게 중요한 일이고 어쩌면 내 영혼 자체일지도 모르는 일들을 부모님들은 하찮게 여기시고 그것이 내가 어리거나 변덕스러운 탓이라고 돌려버리시는 거야. 그러면서도 그분들은 나를 사랑하시고 기꺼이 최고의 사랑을 베풀어주시지. 아버지는 그의 자식에게 코와 두 눈과 심지어는 이성까지도 물려줄 수 있지만 영혼은 아니야. 영혼은 모든 사람들 속에 새롭게 존재하는 것이지.

※출처: 『크눌프』 이노은 역, p. 80

아버지에 대한 이미지를 그림으로 그렸다. 어떤 참여자는 아버지의 모습을 그대로 나타냈으며 다른 참여자들은 산, 대나무, 바위와 같은 상징물로 그리기도 했다. 대부분의 참여자에게 아버지는 가까이 갈 수 없는 존재였다. 너무 무섭거나 너무 엄격하거나 또는 너무나 폭력적인 아버지는 나약한 아들에게는 ‘두려움 그 자체’였다. 아버지를 떠올리고 아버지에게 하고 싶은 말을 했다. “아버지는 나에게 \*\*한 사람입니다”로 시작했다.

아버지가 이 자리에서 이야기를 들으신다면 어떤 말씀을 하실지 상상해서 들려주었다. 누군가의 목소리를 흉내 내는 것은 아주 가까이에서 그 사람을 만나는 활동이 되었다.

#### IPB-Hesse-24 엄마한테 안기다

어머니에게 이해받지 못했던 사건을 떠올려보고 세월이 지났지만 그 순간의 엄마 품에서 투정하는 시간을 가졌다. 엄마한테 안겨보는 순간이었다.

##### 통합단계: IPB-Hesse-24의 글감

대부분의 소년들은  
울고 싶은 것을 억지로 참으면서  
아무렇지도 않은 듯  
짐짓  
태연한 표정을 이었다.  
어머니들은  
그것을 눈치 채고  
미소를 지었다.

※출처: 『수레바퀴 아래서』 김재혁 역, p. 79

텍스트를 시 형식으로 들려주었다. 참여자는 텍스트를 듣고 떠오르는 나의 이야기를 쓰기 시작했다. 울고 싶은 것을 억지로 참았던 일, 차라리 들키고 싶었던 순간들을 다시 만났다. 글을 소개하고 지금의 나의 기분에 대해 이야기했다. 엄마에게 꼭 하고 싶은 말을 본인의 목소리로 들려주었다. 그것을 들은 엄마가 어떤 이야기로 응답해 줄지 떠올려 보고 다시 자신에게 들려주었다. 유년과의 진정한 화해가 이루어지는 순간이었다.

## 9) 위로와 위안의 말

25회기에서 27회기는 충분한 위로와 위안의 말을 듣고 들려주는 시간으로 마련되었다. 즉 언어적 보상을 경험하는 시간이었다. 스트레칭과 호흡하기를 한 뒤 텍스트를 들려주었다.

### IPB-Hesse-25 영혼의 축제를 즐기다

가장 편안한 자세로 텍스트를 맞이하도록 했다. 어떤 참여자는 누웠으며 또 다른 참여자는 한 쪽 벽면에 기대기도 했다. 잔잔하게 ‘모차르트의 클라리넷 협주곡 2악장’을 들려주었다. 치료사는 참여자들이 자신의 호흡에 집중 할 수 있을 무렵 텍스트를 낭독해주었다.

#### 세방향설정단계: IPB-Hesse-25의 글감



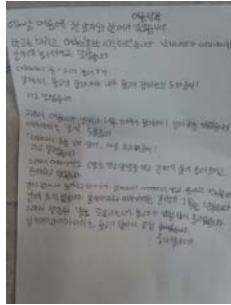

이게 진정한 여름방학이다! 산 위엔 용담 꽃처럼 빛나는 청색 하늘이 펼쳐지고, 몇 주에 걸쳐 눈부시게 뜨거운 날이 거듭되고, 아주 가끔 짧게 천둥번개를 동반한 폭우가 쏟아졌다. 강물은 사암벼랑들과 잣나무 그늘 그리고 좁은 골짜기를 헤치며 흘렀지만 늦은 저녁에도 미역을 감을 만큼 따스하게 덥혀져 있었다. 마을을 감싸고 건초의 향기가 번졌고, 밀밭의 가는 띠들은 노란색이나 갈색을 띠었다. 냇가에는 흰색 꽃을 단 독미나리 같은 풀들이 어른 키만큼 우거졌다. 이 꽃들은 우산 모양이었으며 늘 작은 딱정벌레들이 들끓었다. 사람들은 속이 빈 대궁을 잘라 피리를 만들었다. (중략)  
그리고 초원 너머로 매미의 세찬 울음소리가 지칠 줄 모르고 끝없이 울려 퍼졌다.

※출처: 『수레바퀴 아래서』 김재혁 역, pp. 44~45

텍스트 풍경 속에서 참여자들은 자신의 기억을 만났다. 잠시 그 기억을 즐긴 후 그림 작업을 했다. 오늘은 좀 더 아련한 느낌이 들 수 있도록 화선지를 나누어주었다. 거칠게 색칠을 하려던 참여자도 화선지가 찢어지지 않도록 천천히, 정성들여서 기억을 더듬을 수 있었다. 기억 속의 장면을 여러 가지 재료로 표현할 수 있도록 했다. 그림 작업을 마친 뒤에 그림 속의 이야기를 3인칭 동화로 쓸 수 있도록 했다. 참

여자들은 오랫동안 작업에 몰입했으며 자신이 지은 동화를 들려주고 동화 속 이야기에 대해 궁금한 것은 서로서로 물어보고 격려 할 수 있었다.

표 13. 통합문학치료 프로그램 활동 장면 및 참여자의 작품활동 텍스트

			
작품활동-장면1	작품활동-장면2	작품활동 텍스트1	작품활동 텍스트2

#### IPB-Hesse-26 아름다운 함께하기를 즐기다

감각환기 작업으로 스트레칭을 했다. 처음에는 치료사가 이끄는 대로 같은 동작을 했으나 서서히 몸풀기가 필요한 신체 부위에 집중하기로 했다. 몇몇 참여자들은 여전히 치료사의 동작에 의지하지만 자신의 몸 상태에 맞게 움직이는 참여자들도 있었다. 호흡을 정리하고 간단하게 소감을 나눈 뒤 텍스트를 들려주었다.

#### 새방향설정단계: IPB-Hesse-26의 글감

꼬맹이였을 때 몇몇 친구들과 그곳에 들어가 설익은 자두를 훔친 적이 있었다. 그리고 키르히너의 목재소 마당도 지나쳤다. 목재소 마당에는 흰 잣나무 목재들이 널려 있었다. 예전에 그는 늘 이곳 목재들 밑에서 낚시질에 미끼로 쓸 벌레를 잡곤 했다. (중략)  
그 시절의 추억은 그 이후로 겪은 어떤 일보다 색깔이 짙었고 상서로운 향기를 풍겼다. 그 시절 그는 저녁이면 냇솔트 씨 맥의 문간에 앉아 리제가 감자를 까며 들려주는 이야기에 귀를 기울이곤 했다. 일요일이면 새벽같이 일어나 양식의 가책을 느껴 가며 바지를 걷어 올리고서 제방 밑으로 가서 가재를 잡거나 어항으로 피라미를 잡았다.

※출처: 『수레바퀴 아래서』 김재혁 역, p. 36

유년시절에 했던 놀이를 떠올렸다. 그 중에서 참여자들과 ‘비석치기’를 해 보기로 했다. 오래 전에 해 보았던 비석치기 과정을 상기해보고 치료사가 준비해 간 도구들로 비석을 만들었다. 던져서 맞추기-머리-어깨-겨드랑이-무릎-발 등 참여자들은 여러 가지 동작을 떠올렸다. 비석치기를 한 뒤에는 지금의 기분을 공동 퍼포먼스로 표현했다. 다시 둘러앉아서 놀이하는 동안의 개인체험과 현재의 기분을 이야기 하면서 프로그램을 마쳤다. 활동을 하면서 힘들었던 부분, 힘들지만 즐거웠던 순간을 나누었으며 함께 했던 팀원에게 고마움을 표했다.

표 14. 통합문학치료 프로그램 활동 장면 및 참여자의 작품활동 텍스트

			
퍼포먼스-웜업활동	활동-비석치기	활동-비석치기	퍼포먼스-소감

#### IPB-Hesse-27 힘겹게 투쟁하여 알에서 나오다

가벼운 걷기를 하고 오늘의 기분을 몸동작으로 표현 해 보았다. 혼자서도 해보고 비슷한 기분을 가진 사람끼리 팀을 이루어서도 했다. 어떤 참여자는 기분이 좋지 않다는 사람과 파트너가 되어서 위로 해 주고 싶다고 했다. 도입활동의 소감을 나눈 후 텍스트를 소개했다. 헤세가 그린 수채화들이다.

#### 새방향설정단계: IPB-Hesse-27의 글감

헤세의 수채화

가장 마음이 가는 그림을 한 점 고르고 그림에 대한 글쓰기를 하였다. 선택한 그림이 영화 포스터라고 생각하고 스토리 만들기를 했다. 어떤 영화일지 짐작할 수 있는 문구, 뒷이야기가 궁금해지는 문구를 넣어서 글쓰기를 했다. 자신이 고른 그림과

글을 소개하고 참여자들은 왜 이 그림을 선택하게 되었으며 포스터를 소개한 이후의 기분을 이야기 할 수 있었다. 참여자들은 영화 포스터를 만들었지만 소개하는 과정에서 자연스럽게 자신의 이야기를 하고 있었다.

#### 10) 다시 함께 살아가기

##### IPB-Hesse-28 내 영혼을 그리다

간단한 스트레칭을 한 뒤, 도입활동으로 사진 찍기 놀이를 했다. 아주 새콤한 것을 먹었을 때, 아주 뜨거운 바닥에 서 있을 때, 축구경기에서 결승골을 넣었을 때 등 여러 가지 상황에 대한 표정을 지어보거나 행동을 해 보도록 했다. 개인으로 하다가 두 명씩 짝을 지어서도 했다. 한 명이 행동을 하면 다른 한 명이 그 모습을 그대로 따라 해 보았다. 참여자들은 재미있어 하면서도 상황에 맞는 표정과 행동을 하려고 즐거운 고민을 했다. 활동 소감을 나눈 뒤 텍스트를 들려주었다.

##### 새방향설정단계: IPB-Hesse-28의 글감

모든 사람의 삶은 제각기 자기 자신에게로 이르는 길이다. 자기 자신에게로 가는 길의 시도이며 좁은 오솔길을 가리켜 보여주는 일이다. 그 누구도 온전히 자기 자신이 되어본 적이 없건만, 누구나 자기 자신이 되려고 애쓴다. (중략) 하지만 깊은 심연에서 밖으로 내던져진 하나의 시도인 인간은 누구나 자신만의 목적지를 향해 나아간다. 우리는 서로를 이해할 수는 있지만, 누구나 오직 자기 자신만을 해석할 수 있을 뿐이다.

※출처: 『데미안』 안인희 역, p. 9

오늘은 텍스트를 듣고 자화상 그리기를 했다. 치료사는 준비해 간 거울을 하나씩 나눠 주었다. 거울은 활동 도구로 금지되어 있는 물건이다. 환자에 따라 거울이 자해 도구로 사용될 수도 있기 때문이다. 치료사는 프로그램 시작 전에 정신보건 사회복지사에게 어떤 활동을 할 것인지를 이야기 해 준다. 오늘은 정서적으로 많이 불안정한 사람이 없을 경우에만 자화상 그리기를 하기로 했다. 환자들에게 도화지를 주고 그림 도구로는 목탄을 주었다. 목탄은 아주 선명하면서도 부드럽게 그려지는 도구이다. 각



자가 그린 자신의 모습이 좀 더 자신감 있게 다가가도록 하기 위해 목탄을 선택하게 되었다.

자화상을 소개하도록 했다. 소개하는 항목으로 자신의 장점 3가지를 반드시 포함하도록 했으며 참여자들은 장점이 없다고 했다가도 본인이 그린 그림과 거울을 번갈아 보면서 장점들을 찾아가고 있었다. 그림 소개를 하고 소감을 나누면서 참여자들은 긍정적인 미래상까지도 이야기 할 수 있었다.

표 15. 통합문학치료 프로그램 참여자의 작품활동 텍스트

			
작품활동 텍스트1	작품활동 텍스트2	작품활동 텍스트3	작품활동 텍스트4

#### IPB-Hesse-29 삶을 연주하다

가벼운 긴장이완동작을 하고 동요에 맞춰서 율동을 하였다. ‘즐겁게 춤을 추다가 그대로 멈춰라’ 노래를 부르면서 자유 동작을 했다. 참여자들은 처음에는 박수만 치다가 조금씩 몸을 움직였다. 치료사가 한 명 한 명에게 다가가면서 율동을 크게 할 수 있도록 용기를 북돋워주었다. 활동 소감을 나눈 뒤 텍스트를 들려주었다.

#### 새방향설정단계: IPB-Hesse-29의 글감

소녀들은 소리 내어 웃으며 곧 방랑의 노래를 불렀다. “오, 머나 먼 골짜기여. 오 산봉우리여.” 어머니의 오랜 애창곡이기도 했다. 노래를 따라 부르다 보니 어린 시절과 지난여름 휴가동안 숲으로 소풍 왔던 즐거운 추억이 새록새록 떠올랐다. 노래가 끝나자마자 우리는 약속이나 한 듯 그때의 소풍에 대한 이야기를 하기 시작했다.

#### 과수원길

동구 밖 과수원길 아카시아 꽃이 활짝 폈네.  
하아얀 꽃 이파리 눈송이처럼 날리네. 향긋한  
꽃냄새가 실바람 타고 솔~솔~돌아서  
말이 없네. 얼굴 마주보며 뽀긋. 아카시아 꽃  
하얗게 핀 먼 옛날의 과수원길 과수원길

※출처: 『청춘은 아름다워』 박경희 역, p. 141

『과수원길』 박화목 작사, 김공선 작곡.

치료사가 준비해 간 도구(완성된 악기가 아닌, 소리를 낼 수 있는 도구)를 한 가지씩 고르도록 했다. 그 도구들로 무엇을 할 수 있을지를 이야기 하면서 활동에 대한 호기심을 가질 수 있었으며 한 참여자가 악기로 쓸 수 있겠다고 하였다. 우리는 각자 고른 도구를 악기삼아 노래 부르며 장단을 맞추었다. 합창을 하다가 돌림노래를 부르기도 했으며 팀으로 노래하기도 했다. 참여자들은 옆에 앉은 사람의 동작을 보면서 박자를 맞추려고 노력했다. 활동 소감을 5행시로 표현하였다. 각자의 글을 소개하고 상호 공감의 시간을 가졌다. 자연스럽게 ‘어울림’을 경험하는 시간이었다.

#### IPB-Hesse-30 나, 너, 우리가 함께하다

자연의 소리를 담은 음악을 들으면서 천천히 걸어보았다. 가능한 활용공간을 넓게 하였으며 호흡에 신경 썼다. 치료사가 미리 만들어 간 낱말카드를 치료실 군데군데 놓아두었으며 참여자들은 천천히 걸으면서 낱말카드에 시선을 두었다.

『수레바퀴 아래서』를 읽으면서 긍정적인 활력을 느낄 수 있었던 단어, 기억을 이미지화하기 좋은 단어들로 낱말카드를 만들었다.

새방향설정단계: IPB-Hesse-30의 글감

정원	산책	신선한 공기	낙시
푸른 초원		토끼	토끼풀
		시원한 물결	
숲에 부는 바람 소리		뗏목	분수
연못	고향집	골목길	밀밭
청색하늘		숲	건초향기
딱정벌레	흰구름	조각	버드나무
휘파람	산딸기		맑은 공기
오솔길	언덕길	사과즙	추억의 숲 속

※출처: 『수레바퀴 아래서』 김재혁 역,

단어를 보면서 떠올린 이야기와 그 느낌을 서로에게 들려주었다. 가장 마음에 와 닿은 단어를 고른 뒤 이후의 기분을 담아서 시화 꾸미기를 했다. 현재의 기분을 그림이나 색깔로 표현하고 짧은 시를 쓸 수 있었다. 본인이 작업한 것을 가지고 자리에 둘러앉았다. 시를 낭송하고 낭송 할 때의 느낌을 되짚어 보았으며, 한 문장으로 짧은 소감을 이야기했다.

### 3. 헤세 텍스트의 특징과 활용시 유의점

본 연구에서는 헤세 작품을 통합문학치료 콘텐츠 개발을 위한 소재로, 참여자들의 치유작업을 위한 글감으로 활용하였다. 이번 절에서는 헤세 텍스트가 지닌 문학치료 매체로서의 장점과 활용 가치를 탐색해보고, 특징별로 기술한다. 이어지는 절에서는 헤세텍스트를 치료현장에서 활용할 때 치료사들이 유의해야 될 점과 치료사로서의 준비와 자세를 제안한다.

#### 1) 헤세 텍스트의 특징

헤세의 작품 속에는 치유와 관련된 서사성과 이미지성, 이야기성이 동시에 녹아있다. 이와 같은 특징은 소설이면서 시와 드라마로의 매체전환을 용이하게 했다. 일반적으로 서사성과 드라마로써의 수행성은 치료에 참여하는 모두의 유년의 기억과 연결되는 특징을 지닌다. 헤세 작품은 이 세 가지를 모두 가지고 있다. 반면 이러한 장점을 치유체험으로 이어가기 위해서 치료사는 글쓰기 작업과 적절하게 연결시키는 문학치료사로서의 역량을 갖추어야한다.

##### (1) ‘치유 공간’으로의 몰입

헤세의 자연묘사는 정겨움을 주며, 섬세한 시선은 참여자의 주의를 집중시킨다. 헤세의 인물 또한 자연에 대해서 ‘주의 깊음’과 ‘관심’을 지닌다. 헤세의 자연묘사는 그 아름답고 풍성한 배경이 특별하게 연출된 치유 공간 같지만, 조금 더 차분하게 몰입하다보면 우리의, 참여자들이 어린 시절을 보냈던 공간과 겹쳐지고 있음을 경험한다. 우리 모두가 생동감 있는 자연 속에서 생활했으나 그것을 느끼지 못했을 뿐이다. 헤세의 자연 묘사는 생생한 느낌을 불러일으키며 참여자로 하여금 자신의 웃음소리를 떠올리게 한다. 참여자들은 자신도 모르게 ‘치유 공간’으로 들어오게 되며 이것은 문학치료의 시작이라 할 수 있다.

## (2) 삶의 ‘근원성’ 탐색

헤세는 자연 대상물과 대화한다. ‘들꽃’과 ‘나무’ ‘구름’을 좋아했다. 헤세가 보는 자연은 그의 살아 온 날이기도, 미래이기도 하다. 헤세에게 있어서 ‘나무’는 인간의 본질을 보려는 ‘근원성’이라 할 수 있으며 그것은 늘 긍정성을 품고 있다. 참여자들은 모진 폭풍과 시련 속에서 흔들리고 있지만 그럴수록 땅 속 깊이 뿌리 내리며 성장하고 있는 헤세의 나무, 즉 자연 대상물에 자신을 동일시한다. 그들은 헤세의 자연 대상물을 통해서 자신의 현재 모습을 긍정적으로 바라볼 수 있다. 드러나 보이지 않는 나무의 뿌리, 그 아래에 있는 생명의 씨앗, 그 모든 것을 보듬고 있는 대지의 생명력을 떠올리면서 삶의 의미를 발견하게 된다.

## (3) ‘시다움’을 지닌 서사

헤세의 소설에는 ‘시다움’이 있다. 시가 지닌 ‘서정성’은 한 폭의 수채화를 감상하듯 이미지로 다가가게 된다. 치료사가 글감을 들려주는 과정에서 리듬감까지 더해진다. 헤세 소설이 지니는 ‘시다움’은 참여자들로부터 ‘머리’가 아닌 ‘몸’으로, ‘마음’으로 텍스트를 접하게 하며 그들의 마음을 서서히 이완시킨다. 참여자들은 텍스트가 초대하는 공간으로 쉽게 빠져들 수 있으며 시가 지닌 ‘행간의 여백’과 여백이 주는 ‘자유로운 상상의 공간’에서 자신의 ‘기억의 공간’을 만날 수 있다.

## (4) ‘유년의 기억’에 대한 형상화

헤세는 세대 간의 갈등, 제도에 대한 부정적인 생각을 작품 속에서 진실하게, 그리고 섬세하게 표현했다. 그것은 꿈으로, 독백으로도 나타나는데 이런 장면은 감정을 억누르고 살아 온 청소년기를 보낸 참여자에게 묘한 호기심과 후련함을 일으킨다. 프로그램에 활용한 헤세의 작품 중 『수레바퀴 아래서』는 자전적 이야기이다. 그 중에서도 강압적인 아버지, 말이 통하지 않는 아버지는 참여자가 경험한 ‘비슷한 분위기’의 기억’을 떠올리는데 좋은 글감이다.

대부분의 아픈 기억은 ‘유년의 집’에서 시작된다. ‘유년의 집’은 누구나 가지고 있지

만 누구나 그곳에서 ‘살아온 것’은 아니다. 유년의 기억을 (떠올리고 싶지 않아서) 떠올리지 못하는 성인 참여자에게 헤세의 작품은 교량이 되어준다.

#### (5) ‘상호 매체성’의 기능

문학치료에서는 본격적인 글쓰기로 들어가기 전 드라마연행을 가끔 한다. 드라마는 장르의 특성상 말보다는 행동을 기본으로 하므로 몸 전체의 감각을 활용할 수 있다. 헤세 작품은 드라마 텍스트로 활용하기에 다양한 소재를 담고 있으며 시의 리듬감을 경험하기에도 유용한 텍스트이다. 이것은 헤세 작품이 일반적인 소설이 갖는 서사성과 시가 지니는 서정성, 드라마 텍스트가 갖는 이야기성, 수행성을 동시에 가지고 있음을 뜻한다. 헤세의 소설은 참여자들이 다양한 역할을 재현 해 볼 수 있는 ‘대본’이 되므로 참여자들은 간단한 상황극이나 드라마연행을 통해서 자신이 가진 한계를 넘어서는, 또는 한계를 극복하려는 시도를 할 수 있다.

#### (6) ‘사색하는 삶’으로의 치유

헤세 작품에는 삶을 즐기는 방식들이 들어있다. 치열하게 앞으로만 달리는 것이 아니라 천천히 걷기, 둘러보기, 깊이 생각하기, 돌아보기, 사색하기, 놓아두기, 머무르기, 떠다니기, 기다리기, 정리하기, 기록하기, 들려주기, 다듬기, 나누기, 봉사하기, 흥얼거리기와 같은 삶의 태도들이 녹아있다. 프로그램 참여자들은 병원에서의 삶을 ‘정체된 삶’으로 여기며 불안해하고, 스스로를 사회와 격리시키기도 한다. 헤세의 작품 속 인물들은 병원에 있는 환자들에게 위안을 주었으며 나도 좋아질 수 있을 것이라는 희망을 품게 했다.

#### (7) ‘삶의 주인’으로서의 나

헤세의 작품에는 다양한 인간관계가 나타나 있다. 부모자식간의 애정과 증오, 종교가 주는 경건함과 구속, 학교와 제도가 주는 자유와 억압, 친구가 주는 위로와 소외, 사랑이 주는 환희와 배신, 사회가 주는 열정과 좌절, 죽음에 대한 겸허함과 두려움

등 여러 분야에서의 긍정적인 면과 그 이면의 부정성을 통찰할 수 있게 하였다. 작품 속에서 아파하는 인물 뿐 아니라 대부분의 참여자들은 이런 관계 속에서 주체적으로 결정하거나 행동한 경험이 없는 수동적인 환경에서 살아왔다. 나이가 어려서, 힘이 없어서, 권력이 없어서 등 어떤 이유에서건 단체로부터 소외당했다. 헤세의 작품은 그렇게 살고 있는 나 자신을 바라보는 기회를 선물하며, 그것은 현실에서 주체적인 삶을 살 수 있게 한다.

#### (8) ‘일상’으로의 치유

헤세 작품에는 낚시하기, 동물 기르기, 산책하기, 수영하기, 악기연주, 휘파람불기, 그림그리기, 글쓰기, 농사짓기, 정원 가꾸기, 공부하기, 일하기, 술 마시기, 과일 수확하기, 종교생활하기, 명상하기 등 일상의 소재들이 등장한다. 친근한 소재는 읽는 이에게 삶의 활력을 주며 생활감각에 충실한 소재들은 ‘내부로부터의 경험’을 스토리텔링 하도록 해 준다. 문학은 곧 삶이며, 치유는 삶 속에서 이루어짐을 경험할 수 있다. 이런 소재들은 참여자들로부터 ‘다시 한 번 세상 속으로’ 돌아가고 싶은 강렬한 회복 의지를 불러온다. 결국 사람을 살아가게 하는 것은 ‘관념’이 아닌 ‘자기체험’에 토대를 둔 ‘자기의식’이며, 이것은 문학치료와 일반 상담과의 큰 차이라 할 수 있다.

#### (9) ‘삶의 태도’로서의 스토리

헤세 작품의 소재와 배경은 우리의 삶 ‘거기’에서 시작된다. 그것을 풀어가는 것도 바로 ‘거기’서 시작되므로 문학치료 콘텐츠로서의 활용가치가 높다. 위대한 소설이나 대작으로 알려진 고전이 지나친 특수성과 초월성을 가지는 반면, 헤세의 문학은 우리의 삶이자 삶의 태도라 할 수 있다. 소재가 보편성을 띄며 스토리의 전개도 친근한 장소에서 펼쳐지므로 누구나 자연스럽게 빠져 들 수 있다. 이를 몸으로 읽은 참여자는 작가와 인물의 ‘삶의 태도’를 닮아가게 된다.

#### (10) 반성적인 재경험

헤세의 문학은 심리·외부표사가 상세하며 감성적이다. 이런 텍스트는 자연스럽게 체험을 불러오고 그 체험을 반성적으로 재경험하도록 이끈다. 또한 그림이나 글쓰기 활동 이후에 진행되는 참여자의 정서표현과 자기해석에 관한 모델이 될 수 있으며, 독자 스스로 체험적 삶의 현상들에 나름의 의미를 부여하게 된다. 이와 같은 특징은 헤세작품이 독자에게 오래토록 기억되는 이유이기도하다.



## 2) 헤세 텍스트 활용시 유의점

### (1) 다양한 전달 방법

헤세 작품을 문학치료 텍스트로 활용할 때 치료사의 정독(close reading) 자세와 심층독서(in-depth reading), 다각적인 접근 및 활용방법의 융통성이 요구된다. 헤세 작품에는 내면을 묘사하는 문장이 많아서 참여자들은 자칫 의미 해석을 하려는 경향을 보인다. 이런 경우 치료사는 장면을 그릴 수 있는 단일 에피소드를 발췌하거나 가독성이 있는 문장으로 이야기를 풀어서 전해 줄 수 있다. 때로는 구연하듯이, 때로는 운율을 넣어서, 때로는 이야기를 요약해서 전달 필요가 있다. 문학치료는 교육으로 변화시키는 것이 아니다. 짧은 한 구절, 단어 하나가 사람을 움직이게 할 수도 있다. 문학치료에서 활용하는 텍스트는 스며들듯이 다가가야 한다. 글쓰기, 이미지 작업, 몸과 퍼포먼스, 소리와 음악, 드라마 연행과 같은 문학적 활동들은 부정적인 기억과 고통의 순간도 건강한 시선과 치유헌력으로 바꿀 수 있다.

예를 들어서, 소심하고 부끄러움을 많이 타는 페터 카멘친트가 리하르트를 방문하는 장면은 누군가에게 쉽게 다가서지 못하는 참여자와 관계 맺기에 두려움을 가지고 있던 모두에게 좋은 촉매제이다. 이런 내용은 ‘정서적 동일시’에 머무를 수 있는 혼자 읽기의 한계를 넘을 수 있도록 치료사의 ‘매체전환 작업’이 필요하다. 물론 드라마 텍스트로 활용할 때는 참여자가 호감을 느끼는 인물이 되어보는 것도 좋고, 싫어하는 입장이 되어보는 것도 의미 있다. 또한 관객으로서 상황에 대해 거리두기를 해보는 것도 중요하다. 드라마 연행은 나와 나, 나와 참여자, 참여자와 치료사, 참여자간의 상호작용을 일으키며 자발적인 자기반성을 이끈다. 나아가 그룹 활동으로 형성된 공동연대감은 좌절이 아닌 활력으로 기능한다.

### (2) 함께 읽기

헤세 작품을 처음 접했을 때 많은 이들이 충격에 휩싸였었다고 한다. 글을 읽으면서 너무나 혹독하게 자신의 아픔을 직면할 수 있어서이다. 헤세의 책을 스스로 선택한 사람은 어느 정도 자신의 삶에 대해 고민 한 경우가 많으므로 오히려 반성과 성

찰의 도구로 활용할 수 있는 반면, 심각하게 정신적인 혼란기에 있을 경우에는 헤세의 텍스트가 지나치게 상상적(imaginary) 차원의 세계로 빠져들게 할 수도 있다.

헤세가 작품에서 묘사하는 부정적인 기억들은 참여자들에게 하나의 ‘이미지’로 다가오므로 영상보다 더 강력한 문학적 치유매체라 할 수 있다. 헤세의 작품을 읽으면서 참여자들은 주인공과 비슷한 경험을 떠올리고 자신의 억울함을 호소한다. 이것은 누군가에게 이해받는 경험으로 이어질 수 있으며 언어적 형상화를 동반함으로써 치유체험이 될 수도 있다. 반면 갑자기 몰아치는 아픈 기억에 참여자의 흥분이 고조될 수도 있으므로, 부정적인 감정에 사로잡혀서 회기가 마무리되지 않도록 유의해야 한다. 예를 들어서 『수레바퀴 아래서』의 한스에게 일어난 결말이나 『데미안』에서 데미안의 사고(思考)는 참여자를 현실과 멀어지게 하거나 자기세계에 갇히게 할 염려가 있다. 그렇지만 여러 사람이 함께 읽고 이야기를 나눌 경우에는 순행적인 자기의 식화 작업이 이루어지게 되므로 그 속에서 반드시 긍정적인 활력을 발견할 수 있다. 치료사는 ‘내가 아는 나’와 ‘내가 모르던 나’가 만들어내는 참여자들의 다양한 반향을 예견하고 프로그램을 구조화 하는 지혜를 가지고 있어야 한다.

### (3) 인지와 정서의 상호작용

조현병 환자의 재활을 돕기 위한 통합심리치료(integrated psychological therapy)의 치료 기전을 찾고자 실시한 선행연구에서 다음과 같은 연구결과가 나온 바 있다. 인지적 개입에서 사회적 개입으로 치료프로그램을 진행한 후 인지기능의 호전이 있는지를 측정하였으나 인지기능의 호전이 관찰되지 않았다. 사회적 개입이 인지적 개입에 영향을 미쳤으며, 통합심리치료의 사회적 개입은 복잡한 인지적 기능과 관련된 행동 계획하기 등의 요소를 가지므로, 오히려 사회적 차원에서 인지적 차원으로의 하향 확산효과가 나타났다는 발표가 있었다(Hodel과 Brenner.1994; 이만홍·유계준 등, 1999 재인용). 이는 우리나라에서 진행 된 조현병 환자들의 통합재활치료에서도 동일한 결과로 나타났다(이만홍·유계준 등, 1999). 이러한 연구결과는 연구자가 본 연구를 위해 준비한 헤세의 작품 속 단어, 문구, 에피소드와 그림, 시와 같은 텍스트를 어떤 방법으로 활용하면 좋을지 방향을 정하는데 많은 도움이 되었다. 앞서 소개한 연구에

서는 조현병 환자들의 치료적 개입이 효과를 거두기 위해서는 상식적 수준에서의 교육이나 단순한 텍스트 노출이 아니라 프로그램 운용과정이 중요하며, 정서 및 활성화 과정의 기능과 경과에 초점을 맞추어야한다고 강조했다. 이러한 발견은 헤세 텍스트에 대한 기억작업을 할 때 인지와 정서의 상호작용과 조화를 염두에 두어야 함을 의미한다. 더불어 치료사가 텍스트를 제시하여 수용하게 하는 방법 뿐 아니라 그것을 삶의 의지로 내어 놓을 수 있게 하는 다양한 활용 방안에도 관심을 가져야 됨을 의미한다. 이는 또한 헤세의 삶과 그의 인물들이 보여주는 다양한 에피소드를 프로그램에 활용한 취지이기도 하다.

## VI. 연구 결과 3:

### 통합문학치료 콘텐츠 적용과 의미

본 장에서는 연구결과 1과 2를 임상현장에 적용했을 때의 풍경과 현상을 보여준다. 연구자는 연구결과 3을 세 부분으로 나누었다. 제 1장은 IPB-Hesse에 참여했던 임상 대상자들의 반응과 임상체험의 의미 도출 부분으로 BPS-Modell의 하위요소를 근거로 한 참여자 개인별 변화 분석이다. 체험 현상에 대한 본질을 도출하기 위해서 반 매년의 해석학적 현상학의 인간과학 연구방법론 절차에 따라 본질적 주제 찾기를 하였다. 또한 초기 진단과 프로그램 참여 후기의 BPS 정도를 수치변화로 제시하였다. 제 2장은 참여자의 공감정도와 인식변화 과정에 따른 그룹역동 분석이다. 참여자들은 본인 뿐 아니라 세계와의 단절 속에서 ‘나’를 인식하고 ‘너’에 귀 기울이며 ‘우리’의 의미를 찾아가고 있었다. 연구자는 참여자의 프로그램 초기의 공감정도와 프로그램 참여 후기의 공감정도를 수치변화로 나타내었다. 제 3장은 프로그램 참여 이후의 참여자의 생활을 보여준다.

#### 1. 참여자의 치유과정 읽기

반 매년의 분석과 해석에서의 프로토콜(protocol)은 참여자 스스로가 쓰는 체험일화기술을 의미하나 본 연구에서의 프로토콜은 적극적인 참여관찰자이자 치료사인 연구자가 작성하였다. 연구자는 참여자를 만난 이후, 매일 개인 프로토콜을 작성하였다. 프로토콜 글쓰기는 연구자가 작업할 수 있는 원본 텍스트를 만드는 작업으로 가능한 경험한 그대로, 내부로부터의 경험 그대로를 옮기려고 노력하였다. 프로토콜에는 프로그램에 참여하는 동안 작업했던 참여자의 글, 그림, 단어, 표정, 동작을 최대한 그대로 담았다. 이것은 경험의 정보를 정확하게 제공하는 것에 주력하는 것이 아니며 생활감각에 대한 충실(신체가 어떻게 느끼고, 어떤 냄새가 났는지, 어떻게 들리는지, 어떤 표정을 지었는지, 어떤 말을 했는지)한 묘사와, 현재 그것을 바라보는 나는 어떠

한지에 관한 참여자의 현상학적 경험 기술을 포함한다.

1)에서 4)에 걸쳐서 연구자는 참여자의 프로그램 체험 내용과 본질적 주제를 개별적으로 제시하였다. 동일한 프로그램에 참여하더라도 그들이 체험하는 내용과 그 본질에는 차이가 있으므로 참여자별로 따로 기술하였다. 이어지는 자료는 생생하고 구체적인 현상학적 기술을 위해서 분석내용을 맥락화하고 당시의 분위기를 한 번 더 되짚어 본 해석학적 현상학적 글쓰기이다. 현상학 연구에 있어서 글을 쓰고 다시 다듬는 일은 ‘현상학(적 질적 연구)은 글쓰기 그 자체’라고 할 만큼 중요하고 핵심적인 작업이다(van Manen, 2014, p. 365).

글쓰기는 크게 세 영역으로 나누어서 진행하였다. 통합문학치료의 건강함의 기준인 BPS-Modell과 반 매년이 말하는 실존체의 요소가 만나는 지점을 글쓰기 영역구분의 기준으로 삼았다. 참여자가 느끼는 방식, 특수한 경험들, 집이나 주변 환경, 직업과 생활 배경에 관한 것은 체험의 공간으로 몸(Bio)에 포함시켰다. 또한 자신과 관련된 어떤 일화를 드러내고, 감정을 표정으로 드러내는 것도 체험된 신체성의 한 부분이므로 몸(Bio)의 영역으로 구분했다. 즐거움, 화남, 기쁨과 같이 참여자가 체험하여 느끼는 주관적 시간과 마음에 관한 내용은 정신(Psycho)의 영역에서 해석하였다. 이 외에 타자와 공유하는 대인적 공간(치료 공간, 병원 내, 외출)에서 타자들과 유지하는 체험적 관계를 삶의 네트망(Sozio)의 영역에 포함시켰다. 이것은 참여자의 치유 경험을 이해하기 위한 구분으로 연구자가 참여자를 관찰하고 여러 가지 자료를 반복해서 떠올리는 과정에서 그 비중을 정하게 되었다. 변화 이해의 편의를 위해서 구분했지만 실제 삶에서는 이 영역들이 상호보완(mutual supplementation)적으로 이루어지고 있다. BPS의 세 영역은 상호교섭(mutual negotiation)적 관계를 유지하는 가운데 균형을 이뤄가고 있다.

## 1) 세상을 향해 놓여 있는 신발

표 16의 체험내용은 IPB-Hesse 참여 중 순수청년이 했던 구어표현에서 추출하였으며, 회기 순서대로(시간의 흐름)정리하였다. 문학치료에서 ‘표현 된 언어’는 치료됨을 가늠하는 기준으로 중요한 자료이므로 참여자의 말을 그대로 옮겼다. 순수청년의

행동과 말의 정황, 개인면담자료와 의료진 관찰일지 내용을 반복해서 읽으면서 ‘참여자의 체험 및 표현에 대한 소재 찾기’를 하였다. 발견한 소재를 반성적으로 들여다보면서 ‘주제’를 끌어내었다. ‘주제’를 중심축으로 하여 수집한 자료를 맥락화 하였으며 BPS범주에 따라 구분하고 치료사의 의미읽기를 진행하였다. ‘순수청년’은 가장 참여율이 높은 대상자였다. 따라서 프로그램 체험과정에 대한 설명은 가장 앞부분에 제시된 ‘순수청년의 의미읽기’에서 좀 더 자세하게 기술되어있다.

표 16. 치료프로그램 체험일화 기술 표 (체험회기3~30)

체험 회기	참여자의 문학치료적 체험 텍스트 및 표현	체험 및 표현에 대한 소재	치료 주제	치료 영역
3	네? 지금 좀 안좋습니다.	빗장을 걸어 둔 마음	경계 /방어	Bio
4	네? 무슨 말인지 잘 못 알아 들겠습니다. 아~나는 잘 모르겠습니다.	나는 환자입니다. 나를 지키는 방법		
5	내가 원래 부정적인 사람인데 세상에 친구들 로 가득했다는 이 문구가 많이 와 닿네요. 내 가 좀 못하지요? “내가 어떻게 사는지 지켜보고 걱정하는 친구 가 있었구나.”싶네요.	나도 이런 때가 있었 나?	기억 의 진동	
6	이런 것 밖에 기억이 안 나는데 이런 것도 되 는지... 야단을 맞으면서도 하고 싶은 것을 하 던 용기, 넘어져도 일어나던 것이 생각납니다. “아, 동심으로 돌아가고 싶다”	그때는 그래도 괜찮았 는데...		
7	정신병이 있어서 학교도 못오게 했었는데. 정 신병이 유전되는 것도 있지 싫어요. 차라리 죽어버려라(어머니에게)	지우고 싶은 기억 -부끄러운 어머니	분노	
8	나도 참 지저분하게 살았고 프로그램에도 참여하지 않고 커피를 하루 20잔 이상. 이제 한 번 해 볼테니 도와주이소.	내가 이런 놈입니다 이래도 나아지겠습 니까?	거친 간절 함	
9	나한테 너무 상처를 줘서 그 사람이 나를 부르 는 것이 힘듭니다. 엄마를 너무 부끄러워했습니 다. 엄마 때문에 화도 나고.	떠올리기조차 힘든 상 처, 지우고 싶은 기억 (나를 속상하게 했던 어머니)	원망	
10	장애등급을 받을 예정이라 지금 정신상태가 별로입니다. 유명한 글인지는 몰라도 남이 나를 알아줘야	파도에 삼켜질 듯한 두려움	공포	

	지 내가 나를 알 필요가 뭐 있나? 불교에서도 닳는 소리같네요.			
11	세상 속으로 내가 걸어 나가서 뭔가 하고 싶어 하는 것 같네요. 신발을 보니 나의 가장 아랫부분에 깔려 있으면서 나를 보호하고 있네요. 그런 생각은 한번도 안 해봤는데...	(내가 몰랐던)나를 지켜주는 것		
12	형님이 했던 말이 생각나네요. “**야, 눈 좀 똑바로 쳐다보고 말해라. 눈도 말을 한다.” 치료사님이 물으니까 보이네요. 나는 왜 눈물은 안보였지? 사실 내가 말을 제대로 못하는 것 같아서 기분이 참 안좋았는데, 아! 하면 되는구나.	(내가 몰랐던)나를 걱정하는 사람들	작은 발견 /관심	P s y c h o
13	음악을 듣는 순간 등산하러 갔던 때가 생각났습니다. 여기서 좀 쉬었다 가라고 하는 것 같네요.	마음의 소리에 귀기울임		
14	엄마한테 참 죄송합니다. 무시하고 꺼져라하고...엄마도 가족사진에 그려넣었습니다. 엄마, 아빠가 이렇게 손잡고 있는 것 보니 좋네요.	되돌리고 싶은 순간 -엄마의 마음이 어땠을까?	후회	
15	(상황극 대사)아, 날씨가 많이 춥네요. 그동안 잘 지냈습니까? 따뜻하고 맛있네요. 고맙습니다.	속스러운데 기분은 좋네요. 나를 반겨주는 사람도 있고		
16	워, 큰 포도도 있고 작은 것도 있고...여기 보라색 많으니까 누구 포도 만들고 싶은 사람은 이거 쓰이소. 내가 한번 낭송해 보겠습니다.	다시 찾아 온 기회	기대	
17	높고 험한 산에서 나무가 참 힘들겠네요. 그런데 뿌리를 착 내리고 있을 것 같습니다. 이렇게 서로 의지하고 손잡고 있으면 태풍도 이겨낼 수 있을 것 같아 좋습니다.	힘들지만 버티고 싶은	간절함	
18	이제는 규칙 같은 걸 지키고 마음먹은 걸 하고.지난번에 내가 잘 못한 것 같아서 이번에는 잘해야 되는데 어렵네요.	노력하는 모습이라도 보이고 싶음		S o z i o
19	정말 되는 것이 하나도 없어서 짜증이 났었는데 우리 팀이 승리를 하게 되어서 좋습니다. 아까는 내가 실수한 것 같아요. 상대방 기분 생각도 안하고. 참 아직도 멀었는 것 같아요.	나를 돌아 봄 -조금만 더 신중하게 말할걸...	이해하는 것/ 이해받는 것	
20	**님이 ‘서리’라는 말을 하니까 생각나는 게 있어요. 나는 나눠 먹고 싶어도 가진 게 없습니다. 참 묘하네요. 서로 다른 것을 쓴 것 같	알 수 없는 새로움 (강하다는 건, 힘 있다는 건)		

	기도 했다가 읽어보니까 또 뭔가 연결이 되고 그러네요.			
21	“너 한테서 좋은 향기가 나는 것 같아” 이런 말이 듣고 싶을 것 같네요. 나도 그랬으면 좋 겠습니다.	나도 좀 좋은 사람 이고 싶다		
22	나도 그때는 저렇게 순진하고 맑았었는가.	나도 예전엔 순수했 었지. 그때 그 친구 잘 살기를...	화해	
23	여태껏 말만 하고 노력은 안 한 것 같아요. 아버지는 나에게 산과 같은 존재였습니다. 그 냥 있다는 것 자체가 좋은 건데 이제야 깨달 았네요.	그냥 그 자체가 좋 을 수도 있네요.	존재 그 자체	P s y c h o
24	엄마한테 사랑한다고 이야기 하고 싶습니다. 참 후회됩니다. 그때그때 표현하고 살아야 되 는데. 진짜로 깨닫고 나니 엄마가 없네요.	그리운 어머니 -엄마, 사랑합니다.	그리움	
26	에이, 안되겠다. 우리가 졌네. (웃으면서) 사실 아까 기분이 안 좋다고 했던 것은 농담 이고요.	유년시절의 그 웃음 -그냥 즐겁다는 것	즐거움 그 자체	
27	스트레칭을 하니 조금은 풀리는데 그래도 오 늘은 좀...덕분에 이렇게 하니 기분이 좀 많이 좋아집니다. 고맙습니다.(다른 참여자에게)	챙김 받는 것에 대 한 기쁨		
28	아, 없는 것 같았는데 나도 소개할 것이 있는 사람이네요. 10년 동안 하던 게임을 문학요법 하면서 딱 끊었으니 이거 장점에 들어가는 거 지요? 내가 한때는 게임중독자였지만 그래도 좀 순진하고, 순수한 청년입니다. 총각이요.	게임중독자에서 순 수청년으로	내 마음의 보석	S o z i o
29	알람 맞춰놓고 자다가 왔습니다. 엄마가 정신이 안 좋았을 텐데도 그래도 김밥 하고 콜라, 과자를 챙겨줬었습니다.	나도 사랑받았던 존 재. 그 마음을 기억하며		
30	내가 얼마 전까지 게임 중독에 빠져서 가족들 을 힘들게 했었습니다. 이때까지 퇴원은 생각도 안 하고 수급비 받을 것만 생각했는데 그건 아닌 것 같습니다.	나도 이제 나 스스 로 살아야겠지요.	세상과 의 소통	

※ 38세, 남성, 편집성조현병 환자



## Bio\_치료사의 의미읽기: 외면하고 싶은 기억과의 조우

순수청년과의 첫 만남은 IPB-Hesse-3 때이다. 프로그램 시작 즈음에 불쑥 들어와서 “이거 해도 됩니까? 그냥 있으면 되지요”하고는 자리에 앉는다. 그는 한 손으로 커피를 담은 머그컵을 쥐고 있으며, 한 손은 주머니에 넣은 모습이다. 자다가 일어나서 몽롱하다고 했으며 이야기를 할 때 주위를 힐끔힐끔 쳐다본다. 툭툭 내뱉는 듯한 말투가 쉽게 이야기를 이어가기 어려운 분위기를 만들었으며 치료사의 권유에 “네? 지금 쫘 안좋습니다. 지금 몽롱합니다. 나는 모르겠습니다”로 일관한다. 가끔 귀신이 보인다고 하여 밤에 잠들기를 두려워한다. 눈 뜬 채로 밤을 보내려고 마시기 시작한다. 커피가 하루 20잔, 많게는 30잔까지 간다. 그는 해가 뜰 무렵에야 잠자리에 든다. 의료진들의 권유에 낮 활동을 하려고 시도하지만 늘 정신이 몽롱한 상태이다. 밤에는 귀신이 보이니 나도 살려면 어쩔 수 없다고 한다.

사람은 누구나 자신의 존재를 알리고 싶어 하며, 관심받기를 원한다. 오랜 병원생활과 사회 교류가 끊어진 지금, 참여자는 자신의 상태가 좋지 않다는 표현으로 스스로를 보호하고 있다. 몸에 배인 방어기제가 그대로 드러나는 시간이었다.

IPB-Hesse-4 커피를 마시면서 들어온다. “여기 있으면 되지요?”하며 머리를 굽는 모습이 조금은 머쓱해 보인다. 지난 시간처럼 텍스트를 들을 때 눈을 감고 있다. 이야기를 듣고 마음에 남는 장면이 있는지 물었더니 여전히 “나는 잘 모르겠습니다.”로 대답한다. 순수청년은 다른 사람들이 짧게라도 이야기 하는 모습을 힐끔힐끔 쳐다본다. 그러나 시선은 마주치지 않는다. 이번 시간 텍스트는 ‘늘 새로운 발상을 하고 시도하는 콘라트 카멘친트이지만 늘 실패하고 조롱 받는 모습’이다. 그런 콘라트 카멘친트가 또 한 번 항해를 떠나는 장면을 떠올리며 참여자들의 기원을 담아서 릴레이 방식의 공동화를 그리기로 했다. 순수청년은 “아, 안그래도 모르는데 내가 제일 못하는 그림그리기 해요? 하며 불만을 표하면서도 몸은 앞으로 나간다. 한 붓에 배를 그리고는 얼른 들어온다.” “아~ 이게 아닌데. 진짜 이상하게 그렸는데...”하며 다른 참여자들의 그림이 마무리 될 때까지 수시로 혼잣말을 한다.

누군가 자신이 그린 배에 관심 가져 주기를 바라고 있다. “낮 활동을 하라”는 의료

진의 권유에 마지못해 왔지만, 그가 말하는 “못하는데, 이게 아닌데...”는 다음 회기에 와서 “내가 쫓 못하지요?”로 바뀌었다. 관심 없는 듯했지만 순수청년은 계속해서 다른 사람들의 행동을 예의주시하며 자신의 행동과 비교하고 있다. 치유의 길을 걷고자 하는 의지의 한 걸음이다.

IPB-Hesse-5 마음에 드는 문구로 일명 콜라주 시(collage poetry), ‘짜깁기 시 쓰기’를 했다. 혼잣말로 말도 안된다고 했다가 한숨을 쉬다가 다른 사람들이 하는 것을 보며 산만한 행동을 하지만 어떻게든 해보려고 움직이고 있다. 자신의 시를 발표할 때 “이거 꼭 해야 됩니까?” 하며 마지못해 하는 듯하나 “내가 원래 부정적인 사람인데 ‘세상에 친구들로 가득했다’는 이 문구가 와 닿네요. 내가 어떻게 사는지 지켜보는 친구들이 있었구나.” 이런 생각이 든다고 하면서 눈시울을 붉힌다.

감각이 둔화된 조현병 환자들은 눈물을 흘리지 않는다. 그것은 과거의 기억에 대한 현재의 감각이 차단되었기 때문이다. 시 낭송을 하면서 본인의 목소리를 듣는 작업, 친구들로 가득했다는 자신의 이야기를 떠올리는 것은 자신도 잊고 있었던 삶의 의미와 존재가치를 발견하는 과정이기도 하다. 순수청년은 예상하지 못했던 본인의 감정에 어색한 표정을 지으며 “뭐 하고나니 쫓 좋네요.”라는 소감으로 마무리했다.

IPB-Hesse-6 어린 시절의 정겨웠던 추억을 떠올릴 수 있는 헤세의 시를 들려주었다. 나의 유년에 했던 놀이를 떠올리고 표현하는 작업을 했다. 지난 회기와는 달리 못하겠다는 표현은 하지 않으나 다른 사람이 하는 것을 보고 지속적으로 비교하며, “안된다”는 표현은 가끔 한다. 어린 시절에 했던 놀이로 구슬치기, 딱지치기 이런 것밖에 기억 안 나는데 이런 것도 되는지를 물어온다. 어떤 것이든지 다 좋다는 말에 빙긋 웃는다. 구슬치기 하던 때의 이야기를 들려주면서 작업을 했다.

작업하는 동안 즐거워했으며 다른 참여자가 롤러스케이트 타기, 칼 따먹기 등을 했다는 말에 신나서 말을 이어간다. “그때는 야단을 맞으면서도 하고 싶은 놀이를 했고 넘어져도 다시 일어났었는데 지금은 안 됩니다.” 라고 하면서 유년으로 돌아가고 싶다는 말을 한다. 다른 사람들과의 활동 속에서 본인이 잘했던 것을 찾아서 그 시간의 즐거움에 머물고 싶어 한다.

IPB-Hesse-7 한 손에는 여전히 커피잔을 들고 있다. “오늘 하루도 열잔 넘었습니다.”라며 걱정인지 자랑인지 모를 어투로 이야기하면서 치료사의 반응을 살핀다. 표정이 밝다. 원업활동을 큰 동작으로 따라하고는 몸이 쭉 풀리고 편안하다고 한다. 치료공간에 대해서는 어느 정도 라포형성이 된 듯하다.

『청춘은 아름다워』 중 ‘고향으로 돌아오는 주인공의 감회를 담은 대목’을 들려주었다. 많은 참여자들이 파스했던 기억들을 떠올렸으나 순수청년은 표정이 어두워진다. 본인의 어머니는 정신병이 있어서 헛소리를 많이 했다면서 웃도 이상하게 입어서 학교 근처에 얼씬도 못하게 했었다고 한다. 엄마한테 “꺼져라. 죽어라”고 한 적도 있었다고 말하는 그는 분노하고 있다. 본인이 같은 병(정신분열증)을 앓는 것이 엄마 탓인 것 같으며 어머니에 대한 원망을 쏟아놓는다. 우리는 그 시간에 잠시 머물러 주었다. 그는 검은 천으로 덮어버리듯 기억으로부터 고개를 돌린다. 그룹작업을 하면서 곧바로 다른 참여자들의 이야기에 빠져들었으며 그들의 이야기 중간에 끼어드는 모습이 관찰된다. 외면하고 싶은 기억, 생각하고 싶지 않은 순간이라고 영원히 차단할 수는 없다. 순수청년은 유년의 기억을 따라다니는 어머니를 지금도 원망하고 있다.

IPB-Hesse-8 헤세텍스트가 아닌 다른 자료를 활용하였다. 순수청년을 포함한 모든 참여자들이 다른 사람들과 의견을 교환하고 수렴해 가는 경험을 한 적이 없다. 한 방향의 지시에 익숙해 있었으므로 치료사는 서사가 명확하면서, 자신의 경험을 꺼내지 않아도 될 「선녀와 나무꾼」 이야기를 텍스트로 활용하였다.

선녀와 나무꾼 두 인물 중 더 공감되는 인물을 정하고 그 이유를 말하도록 했다. 순수청년은 나무꾼의 입장에 전적으로 공감하면서 나무꾼에게 한 번 더 기회를 준다면 그 동안의 잘못을 기억해서 다시 실수하지 않을 것이라고 한다. 이후에 선녀의 입장에서 이야기하는 참여자의 말을 듣고는 선녀의 입장은 전혀 생각하지 못했다고 덧붙인다. 같은 의견의 팀원들끼리 ‘「선녀와 나무꾼」의 행복한 결말 만들기’ 작업을 한 뒤 순수청년은 “태어나서 처음으로 다른 사람들과 싸우지 않고 이렇게 의견을 맞춰봤습니다.”라고 하면서 자신도 뭔가를 할 수 있을 것 같다고 한다. 격리된 생활, 단절된 생활에서 소통의 경험을 갖지 못했으나 이번 시간을 통해서 가능성을 발견할 수 있었다.

프로그램 후 개별 면담 시 그동안의 프로그램 체험경험과 변화에 대해 이야기를 나누었다. 치료사가 관찰한 순수청년의 긍정적인 활동 반응도 되짚어보았다. 순수청년은 감사하다며 앞으로 더 열심히, 그리고 변화될 수 있도록 노력하겠다고 말한다. 예전의 지지분하고 불규칙적이던 본인의 생활, 어떤 프로그램에도 참여하지 않던 자신의 과거모습을 이야기하면서 “내가 이런 놈인데도 나아지겠습니까?” 라고 말하며 치료사를 쳐다보았다. 이후에 “이제는 한 번 해 보겠으니 도와 주이소”라는 이야기를 수줍은 듯 이어갔다.

IPB-Hesse-9 헤세의 「어머니에게」 시를 들려주었다. 가장 다정하게 나를 불러주던 사람을 떠올리고 그때의 이야기를 들려주는 활동을 하였다. 순수청년은 떠오르는 사람이 있긴 한데 자신에게 너무 큰 상처를 주어서 지금은 말하기가 힘들다고 하면서 입술을 바르르 떨고 있다. 그러고는 엄마에 관한 이야기를 시작한다. 엄마가 제정신일 때는 “\*\*야, 우리 진짜 \*\*이 밥 먹자” 정신이 없을 때는 “가짜 \*\*이”라고 해서 엄마를 너무 부끄러워했으며 화가 났었다고 한다.

이로부터 일 년 후(본 논문에 제시한 30회기의 프로그램이 끝난 이후) 개인면담 때 자신을 아프게 했던 사람에 대해 스스로 이야기를 한다. 여자 친구의 배신으로 자신이 병원에 오게 되었으며 그 사람으로 인해 절망했으며 최근까지도 좌절감과 복수심으로 살았다고 한다. 그러나 이제는 여자 친구로부터 벗어나고 싶으며 놓아주어야겠다는 생각이 든다고 말한다. 말하는 동안 몇 차례 한숨을 쉬지만 입술을 떨거나 주먹을 쥐는 행동은 보이지 않으며 편안하게 자신의 이야기를 이어간다. 프로그램 참여 초기의 순수청년에게는 8년이라는 단절과 격리된 시간으로 인한 철저한 방어메커니즘이 작동하고 있었으나 조금씩 ‘살아온 삶의 공간에서의 긍정적인 기억’을 떠올리고 이야기 할 수 있게 되었다.

### Psycho\_치료사의 의미읽기: 내 마음의 정원

IPB-Hesse-10 프로그램을 시작하기 전 간호사 관찰기록을 살펴보았다. 순수청년이 환청과 망상에 힘들어했으며 망상이 보이니 시각장애등급을 내려달라는 요구를

하여 병원과 마찰이 있었다는 내용이다. 프로그램이 있는 날에도 망상에 대한 보고가 있었다. ‘세월호 사고’가 있고 며칠 지나지 않은 때라 참여자들이 보도 기사를 접하면서 심적 동요가 일어나지 않았을까 걱정하던 터였다. 따라서 이번 시간에는 차분하게 마음을 다독이는 데 의미를 두어야겠다고 생각했다.

치료사는 『데미안』 서문의 일부를 낭독해 주고 자신의 감정에 집중할 수 있도록 선긋기 작업을 하였다. 아주 잔잔하게 음악을 들려주었으며 잠시 동안 들려준 문구와 음악에 머무르는 시간을 가졌다. 순수청년은 구불구불한 선을 그리더니 그 위에 배를 올린다. 음악을 들으면서 졸졸 흐르는 시냇물을 그리려고 했는데 바다가 되었다고 한다. 파도가 쳐도 잘 떠있는 배를 그려야 되는데 본인이 잘 못해서 배가 불안해 보인다고 한다. 다른 참여자가 “배가 좀 더 잠기면 된다.”라고 말하자 배의 하부를 더 깊게 수정해서 그린다. 순수청년은 “이제 좀 괜찮아졌다. 태풍에도 거뜰하겠다.”고 답한다. 그 후 순수청년은 헤세의 「데미안 서문」이 이해가 안 된다고 한다. 글은 잘 썼지만 남이 나를 알아줘야지 내가 나를 알 필요가 뭐 있나? 불교에서 도 닦는 소리 같다.”고 한다.

아직 내면의 힘이 탄탄해지지 않은 상황에서 세월호 사고는 참여자 자신의 안전까지 위협하고 있다. 마치 자신이 그 배에 타고 있다는 생각을 했으며 주위에는 죽어가는 사람들의 비명과 몸부림이 끊이지 않는다고 한다. 다른 사람이 나를 알아주지 못하면 배에서 죽을 수도 있다고 하며 그렇게 말하는 순수청년은 두려움을 넘어서 공포를 느끼고 있다. 지금까지 지켜 본 순수청년의 문해력으로는 텍스트의 의미를 충분히 이해할 수 있을 것 같았지만 참여자는 세월호 사고를 함께 겪으면서 정신의 축이 흔들리고 있다. 걱정했던 일이다.

참여자들이 대부분의 시간을 보내는 공간에 텔레비전이 있다. 24시간 방송되는 구조현황 보도에 순수청년은 또다시 예전의 혼란 상황에 갇히게 되었다. 자신의 느낌과 생각을 이야기하면서 순수청년이 탄 배는 안전하다는 것을 인식하게 되었으며 세월호 희생자에 대한 안타까운 마음과 한 명이라도 더 구조되었으면 하는 간절한 바람으로 인한 혼란이었음을 깨닫게 되었다.

IPB-Hesse-11 이번 회기에는 프로그램실에 들어오는 순수청년의 손에 커피잔이

들려있지 않다. 이제 조금이라도 줄여 보려고 노력 중이라고 한다.

치료사는 『크눌프』의 일부를 발췌하여 구연하듯이 이야기를 풀어주었다. 내리는 빗줄기와 눈송이가 말을 걸듯이 현재 본인이 가지고 있는 어떤 대상이 말을 거는 활동이다. 우리는 대화의 대상을 각자 신고 있는 신발로 정했으며, 신발이 들려주는 나의 이야기를 펼쳐나갔다. 순수청년은 “이 신발이 지금 보니 나의 가장 아랫부분에 깔려 있으면서 나를 보호하고 있었네요. 그런 생각은 한 번도 안 해 봤었는데”라는 소감으로 마무리한다. 자신이 아무렇지 않게 생각하던 신발이 본인을 보호하고 있었다며 마음에 들지 않아서 다른 사람한테 주었다가 되찾은 신발과의 인연에 기쁨을 표현한다.

IPB-Hesse-12 『크눌프』 중 ‘이 세상에서 가장 아름답고 멋진 것’에 대해 이야기를 나누었다. 순수청년은 ‘눈물을 머금은 눈’ 사진을 고른다. 몇 년 전 형님이 했던 말을 떠올린다. 평소 시선을 맞추지 않는 순수청년에게 “\*\*야, 눈을 똑바로 쳐다보고 말하거라. 눈도 말을 한다.”고 걱정했던 것이 갑자기 생각난다고 한다. 그때는 형님의 말이 잔소리 같아서 화냈었는데 지금 생각해보니 그 말이 이해된다고 한다. 치료사가 눈 아랫부분에 있는 물방울의 의미에 대해 물어보자 “아 사실 저는 눈만 봤지 치료사님이 이야기를 하시니까 보이네요. 나는 왜 눈물이 안보였지? 저렇게 큰데, 저도 지금 보니까 눈물이 있네요.”라며 진지하게 말한다.

순수청년은 프로그램에 참여하면서 다른 사람의 이야기를 귀 기울여 듣는 중요한 습관을 가지게 되었다. 혼자만의 사고에 갇혀있던 순수청년이 자신의 기억을 떠올려서 이야기함으로써 다양한 정서를 경험하고 있다. 또한 사람마다, 당시의 입장에 따라 느끼는 것이 다를 수 있음도 체험하고 있다.

IPB-Hesse-13 경쾌한 리듬의 모차르트 음악 「마술피리, 파파게노 파파게나」와, 연구자가 제작한 헤세의 사진모음을 보여주었다. 순수청년은 사진 속 장면이 편안한 시골처럼 느껴졌다고 하며 본인이 등산하러 갔을 때를 떠올린다. 그는 나무와 새를 표현했으며 “여기서 잠시 쉬어가세요”라고 속삭이는 것 같다고 한다. 순수청년은 뭔가를 노력하고 잘해야 된다고 하거나 “나는 왜 몰랐지?”라는 표현을 했으나 이번 회

기에서는 그냥 그 순간에 머물러보고 그 느낌을 표현한다. 목표를 세우고 스스로를 부추기는 것이 아닌, 순간의 작은 설렘을 느끼는 시간이었다.

IPB-Hesse-14 활용 텍스트는 『데미안』 중 싱클레어의 시선에서 가족을 묘사한 장면이었다. 프로그램에 참여한 대부분의 조현병 환자들이 가족에 대해 양가감정을 가지고 있다. 부정적인 감정을 표현하지 못하고 억눌려서 상처 입은 경우가 많다. 자신이 기억하는 가족들의 모습을 그림으로 소개하는데 순수청년은 ‘없었으면 좋겠다’던 어머니를 그리지 않는다. 그러나 어머니가 없는 이유를 말하는 과정에서 어머니께 죄송함을 느꼈고 그림 속에 어머니의 모습도 그려 넣는다. 다시 작품 소개를 하면서 “우리 가족도 서로 아끼고 사랑했던 것 같은데 방법을 몰랐던 것 같네요.”라고 말하며 가족 모두가 손잡고 있는 모습으로 재수정을 한다. 어설픈 그림이지만 마음에 든다고 한다. 문학치료에서 자신의 기억을 떠올린다는 것은 타인에 의한 기억에 머물던 것을 내가 주체가 되어서 재경험 하는 것이다. 그것을 재구성하여 체험서사화 함으로써 더 이상 그 기억에 휘둘리거나 죄책감·원망에 사로잡히지 않게 된다.

IPB-Hesse-15 상반기 프로그램의 마지막이다. 『페터 카멘친트』의 ‘호감은 있지만 쉽게 다가가지 못하는 카멘친트’에 관한 대목을 상황극으로 진행하였다. 파트너를 정해서 대본을 구성했다. 순수청년은 아주 추운 날 친구 집을 방문하는 역할을 맡았다. 처음에는 “아~이거 쭼 쭉스러운데요.”라고 말했으나 즉흥적인 대사도 넣어서 적극적으로 활동한다. “쭉스럽긴 했는데 기분이 참 좋네요. 불쭉 찾아왔는데 나를 반겨주고 따뜻한 코코아도 대접해주고”라는 말을 하면서 본인도 누구한테 이렇게 하는 성격이 아닌데 이제 좀 적극적이고 다정한 사람이 될 수도 있겠다고 한다. 두 달 정도 프로그램을 할 수 없다고 이야기 하자 “문학요법 선생님, 우리가 병원생활 잘 하고 있을 테니 꼭 다시 와야됩니다.”라고 인사한다. 순수청년은 문학치료에 참여하면서 누구를 탓하거나 상황이 좋아지기를 바라는 것이 아니라 모든 변화의 중심에 본인을 위치지우기 시작했다.

IPB-Hesse-16 두 달동안의 휴식기간을 보냈다. 의료진 관찰일지를 보니 ‘다른 사



람과의 관계와 다른 환자의 불규칙적인 입퇴원에 스트레스를 받음. 다른 사람이 본인의 욕을 하는 것 같다는 피해망상을 가끔 보임'이라고 기록되어 있다. 뭔가를 잘해보려고 적극적으로 시도했으나 유난히 더운 여름동안 민감한 환자들과 마찰이 생겼던 듯하다.

프로그램 시간에 일찍 왔다. 아주 깔끔한 차림에 웃는 얼굴이다. “문학요법 선생님이 이제 안 오시는 줄 알고 많이 섭섭했습니다.” 라고 한다. “다시 오신다는 말을 듣고 옷도 깨끗하게 갈아입고 운동화도 빨아서 이렇게 왔습니다.”라고 말하면서 씩스러워한다. 그동안의 안부를 묻는 말에 “뭐 좀 힘들 때가 많았습니다. 어디 말할 데도 없고 답답했는데 이제 기분이 좀 좋아지네요.”라는 말로 그동안의 상황을 이야기한다.

오랜만에 하는 프로그램이라 워업활동에 많은 시간을 할애했다. 자신이 좋아하는 과일을 찾아서 씨뿌리기, 거름주기, 물주기, 잡초 뽑기, 약 치기 등을 하고 수확해서 나눠먹는 상황까지를 퍼포먼스로 표현했다. 두 달의 휴식동안 열심히 잘 살고 있었다는 것을 보여주고 싶어서인지 관찰일지에 적혀있는 의료진의 걱정과는 달리 모두 큰 동작으로 적극적으로 움직인다. 이후에 혜세의 「가을날」이라는 시를 들려주었다. 가장 와 닿은 구절이나 떠오르는 장면에 대해 이야기 하는데 순수청년이 “행복과 괴로움이 향기 속으로, 먼 풍경 속으로 녹아들어간다는 구절이 와 닿네요. 왠지 모르게 뭔가가 아련해지는 것 같기도 하고 뭔가 떠오르는 것 같기도 합니다.” 라고 말한다.

두 달 전 상황극을 했을 때 생긴 작은 연대의식을 불러내고자 참여자들이 각자 좋아하는 과일(워업활동을 하면서 재배했던 과일)을 만들어서 과일바구니를 꾸며보기로 했다. 순수청년은 포도를 만들고 싶은데 보라색이 없으니 어떻게 하면 좋을지를 물어온다. 색깔을 섞으면 새로운 색깔을 만들 수 있다고 클레이 사용방법을 알려줬더니 그대로 따라한다. 클레이 색깔이 보라색으로 되자 생각하지도 못했었는데 이런 색깔이 가능해서 기분 좋다고 한다. 클레이 양에 비해 아주 작은 포도를 만들고는 “내 포도가 너무 작지요?”하며 다른 참여자들에게 머쓱해하며 다가간다.

본인의 행동에 대해 외부의 관심을 차단하던 순수청년이 스스로 자신의 행동을 보여주고 어울리려고 노력한다. 좀 더 크게 하라고 누군가가 말하자 “뭐, 큰 포도도 있고 작은 것도 있고...여기 보라색 많으니까 누구 포도 만들고 싶은 사람은 이거 쓰쇼.”라며 자신이 만든 클레이를 권하기도 한다.



포도에 관한 기억을 떠올릴 때 “이번 추석 때 집에 가서 포도를 참 맛있게 많이 먹었습니다. 역시 가족들과 같이 있는 시간이 좋았고 또 맛있는 것을 마음껏 먹을 수 있어서 즐겁고 고마웠습니다. 그래서 나는 포도를 떠올리게 되었던 것 같습니다.” 라고 말한다. 자신이 지은 삼행시를 들려주고 (삼행시: 명절은 즐겁다. 형제자매 가족들도 만나고 먹을거리도 풍성하다. 입이 즐거우면 기분도 즐거워진다) 낭독 후의 느낌을 이야기할 때 예전에 비해 본인이 쓴 글에 대해 변명하는 식의 이야기를 하지 않으며 “기분이 좋습니다. 그동안 좀 힘들었는데 이제 다시 좋아질 것 같기도 하네요. 고맙습니다.”라고 인사한다. 프로그램 시간에는 다른 사람들에 대한 간섭도 덜하고 본인에 집중하려고 노력하는 모습을 보이나 의식적으로, 엄청나게 애쓰고 있음이 느껴져서 다행이라는 생각과 더불어 안타까운 마음이 들었다.

#### Sozio\_치료사의 의미읽기: 곁음마 배우듯이

IPB-Hesse-17 『페터 카멘친트』 중 ‘거센 폭풍에도 생존과 성장을 위해 견디는 나무’에 관한 묘사를 들려주었다. 텍스트를 듣고 나무가 참 힘들 것 같으며 본인의 모습인 것 같다고 한다. 참여자 자신은 어떤 나무에 비유할 수 있을지를 생각해 보고 그 장면을 그림으로 표현 하도록 했다. 한 참여자가 “높고 험한 산에서 나무가 참 힘들겠네요. 그런데 뿌리를 착 내리고 있을 것 같습니다.”라고 피드백하자 “고맙습니다. 그렇게 봐주시니 좀 용기가 나네요.”라고 응답한다. 순수청년은 다른 참여자의 그림을 보고 “정말 튼튼하고 특히 뿌리가 깊게 박힌 것 같아서 태풍에도 잘 견딜 것 같네요”라고 피드백을 한다. 마칠 즈음에는 “이렇게 대나무들처럼 서로 의지하면서 손 잡고 있으면 태풍도 이겨낼 수 있을 것 같아 좋습니다.”로 마무리 한다. 병동 환우들과의 마찰로 힘들었던 자신을 나무를 통해서 스스로 위로하고 격려하는 시간이었다. 순수청년으로서는 힘든 상황에서 어렵게 떠올린 이야기였다. 치료사의 격려보다도 다른 참여자의 이해와 지지가 더 큰 위로로 다가가는 시간이었다.

IPB-Hesse-18 프로그램에서 참여자를 만나기 전 지난 한 주 동안의 관찰일지를 살펴보았다. 수급권 신청문제로 병원과 갈등이 있었다. 모든 프로그램의 참여를 중단

한 상태라고 하기에 문학요법에도 오지 않을 것으로 생각했으나 많이 힘들어 보이는 얼굴로 나타났다.

웜업을 하는 동안 웃으면서 움직였으나 자신의 기분을 이야기 할 때 “솔직히 내 기분이 어떤지 모르겠습니다. 병원에 섭섭한 것이 많았는데 그건 좀 풀리는 것 같습니다” “지난번에도 내가 잘 못해서 이번에는 잘해야 되는데 힘드네요.” 라는 표현을 한다. 헤세의 시어들로 짜깁기 시 쓰기를 했다. 한참을 고민하면서 시를 지었으며 자신이 직접 낭송한 이후에 「역경」이라는 제목을 붙인다. “이제는 규칙 같은 것도 지키고 마음먹은 걸 행동으로 해야 될 텐데...” 라는 소감으로 마무리한다. 입원하기 이전의 본인을 되찾기 위해 필사적으로 노력하는 간절함이 보인다. ‘정신을 안 차려서... 정신이 없어서..’라는 말에 오랫동안 노출되어 있었던 탓에 ‘잘 해야 된다. 정신 차려야 된다. 바뀌어야 된다’는 생각이 순수청년을 지배하고 있다.

IPB-Hesse-19 한동안 들고 오지 않았던 커피잔을 다시 가지고 온다. 기초수급 대상자 문제로 계속해서 스트레스 상황에 노출되어 있다. 순수청년은 걷기와 호흡하기 활동 후에 “며칠 동안 힘들고 화도 많이 났었는데 지금도 썩 좋지는 않지만 조금은 나아지는 것 같다”고 말한다.

『수레바퀴 아래서』 중 ‘냇숫대만 있으면 강가에 혼자 앉아 하루 종일 있어도 괜찮았다’는 내용의 텍스트를 읽고 내가 즐겁게 할 수 있는 취미활동이나 유년시절의 놀이를 떠올려보았다. 그 중에서 딱지치기를 해보기로 했다. 참여자들 중에는 한 분만 딱지를 만들어 본 적이 있었다. 그 사람의 지시대로 다른 사람들은 따라서 만들었으며 순수청년은 “아~이제 옛날에 만들었던 게 생각나네요.”하며 그때부터 적극성을 보인다.

팀을 나누는 방법, 딱지치기 순서, 놀이규칙까지 모두 참여자들이 스스로 결정한다. 순수청년은 한 팀의 팀장으로 자신이 속한 팀이 이길 수 있도록 회의를 이끌고 전략을 세운다. 치료사는 팀장에게 팀원들 모두가 참여하도록 잘 다독이고 북돋우는 역할을 해야 된다고 당부했으며 순수청년은 네 명의 팀원에게 골고루 신경 쓰고 있다. 소극적인 팀원에게는 “이건 게임이니까 잘 못해도 괜찮아요. 나도 옛날에 해봐서 지금은 잘 못해요.” “사람마다 잘하는 게 있고 못하는 것도 있지요”하며 팀장으로서의 역

할에 열성을 보인다.

딱지치기에서 본인의 팀이 이기자 “정말 되는 것이 하나도 없어서 짜증이 났었는데 내가 이겨서, 우리 팀이 승리를 하게 되어서 너무 좋습니다.” 라고 기쁨을 표현한다. 그러나 프로그램을 마친 뒤 치료사에게 “선생님, 아까는 이긴 게 좋아서 내가 실수한 것 같아요. 내가 그래도 어른인데 젊은 애한테 이긴 게 뭐 그리 잘했다고 상대방 기분 생각도 안하고, 그 학생한테 미안하네요. 내가 아직도 갈 길이 먼 것 같아요” 라고 말하며 자신의 행동을 돌아보고 다른 사람의 입장에서 생각해 보기 시작했다.

IPB-Hesse-20 밝은 표정으로 들어온다. 고민하던 문제도 해결되었으며 지난 시간 이후로 생각을 많이 했다고 한다. 오늘 사용한 텍스트는 『수레바퀴 아래서』의 ‘수확의 기쁨을 나누는 장면’이다. 치료사가 산에 갔다가 주워 온 단풍잎을 참여자들에게 선물로 주었다. 둘러앉아서 산사과를 나눠 먹으며 작업을 시작했다. 누군가가 단풍과 낙엽의 차이에 대해 이야기를 꺼낸다. 순수청년은 “나는 이것이 단풍이나 낙엽이냐가 중요한 게 아닌 것 같아요. 어떻게 보면 쓰레기일수도 있지만 이렇게 선생님이 우리를 생각하면서 주워 오셔서 뭔가 다른 것 같습니다. 사과가 아주 싱싱한 것 같아요. 달고 맛있네요. 나는 사과가 그냥 사과라고만 생각했는데 이렇게 맛을 표현하는 것도, 사과 먹으면서 생각나는 것도 다르네요.” 라고 자신의 이야기를 했으며 다른 참여자들도 고개를 끄덕이며 공감의 표현을 한다. 순수청년도 다른 참여자의 이야기를 듣고 적극적인 공감의 언어를 돌려준다. 동생이야기를 할 때는 자신도 동생에게 든든한 형이었는데 지금은 ‘짐’이 되었다고 하며 한숨을 쉰다. 다른 참여자가 ‘서리’에 관해서 이야기를 하자 순수청년도 어린 시절 서리했던 때를 떠올리며 자신의 경험을 들려준다.

서로의 이야기를 나눈 후 현재의 기분을 표현한 ‘릴레이 공동시 짓기’를 했다. 시를 낭송하고 소감을 나누면서 “참 묘하네요. 서로 다른 것을 쓴 것 같기도 했다가 읽어 보니까 또 뭔가 연결이 되고 그러네요. 뭔지 모르게 좀 어울리고 괜찮은 것 같네요.” 라고 한다. 순수청년은 동일한 대상을 보고 서로 다른 생각을 하는 것, 서로 다른 생각들 속에도 뭔가 연결된 공통점이 있다는 공동연대감을 느끼고 있다.

IPB-Hesse-21 연구자가 직접 촬영한 헤세의 치유길 장면을 음악(쇼팽의 녹턴9)과 함께 감상했다. 헤세의 치유공간이자 생을 마감할 때까지 지냈던 스위스 루가노의 산책길, 알프스 산의 들풀과 야생초를 담은 장면들이다. 영상이 주는 느낌에 대해서 대부분의 참여자들이 아늑하고 편안함을 이야기한다. 이어서 자신이 생활했던 장소, 여행지 등을 떠올려보고 세상에서 가장 아늑하고 위로가 되는 공간을 더듬어보는 작업을 했다. 자신이 만난 그 공간에 있는 아이(소년)에 대해 3인칭으로 동화쓰기를 했다. 순수청년은 어린 시절 늦게까지 뛰어놀던 골목길을 떠올린다. 친구들이 저녁 먹으러 집으로 가면 소년은 혼자 남아 있을 때도 있었는데 그 순간이 참 쓸쓸하게 느껴져서 싫었다고 한다. 치료사가 그림 속의 소년에게 해주고 싶은 이야기를 물었을 때 “너한테서 좋은 향기가 나는 것 같아.” 라고 한다. 참여자들은 순수청년에게 “너는 좋은 향기가 나는 사람이야”라고 다정하게 이야기 해 주었다. 순수청년은 활짝 웃으며 “내가 향기 나는 사람이라니 참 듣기가 좋네요. 나도 그랬으면 좋겠습니다.” 라는 문장으로 마무리한다. 그런데 쓸쓸했던 장소가 어째서 가장 편안한 장소로 생각이 되었는지 본인도 모르겠다고 한다.

순수청년이 소년에게 들려주고 싶은 이야기는 결국 현재의 순수청년이 듣고 싶은 소망의 표현일 것이다. 그 소망의 표현을 치료공간에서 직접 들었을 때 순수청년은 감동을 느꼈으며 그것은 오래토록 ‘그렇게 되고 싶은 자아상’으로 남을 것이다.

### Psycho\_치료사의 의미읽기: 그냥 그 자체의 소중함

IPB-Hesse-22 『페터 카멘친트』 중 페터가 좋아하는 소녀를 위해서 절벽에서 꽃을 꺾어다 주는 장면을 읽어주었다. 텍스트에 대한 느낌을 색깔로 표현하였으며 그것을 소개하는 작업을 했다. 순수청년은 ‘순수하다’는 글자를 적은 자신의 텍스트를 보여준다. 소년의 마음이 너무나 순수하게 느껴져서 아무것도 그리지 않고 아무런 색칠도 하지 않으려다가 하얀색 하트에 흰색을 덧칠했다고 한다. 순수청년은 짝사랑했던 여자친구 이야기를 들려주면서 그때 그 친구가 시집가서 잘 살기를 바란다고 덧붙인다. 또한 말 한마디 걸지 못했던 자신의 모습을 떠올리며 “나도 예전엔 저렇게 순수했었지” 라는 말과 함께 아련한 미소를 짓는다. 이번 회기에서는 “을 해야겠다. 나는

왜 못했지?’가 아니라 오롯이 그 순간을 재경험하고 자신의 정서를 표현하였다.

IPB-Hesse-23 깔끔한 모습으로 나타났으며 커피 마시던 것도 하루에 두 잔 정도는 줄인 것 같다고 한다. 여태껏 바뀌어야지 하고 말만 했지 실천은 하지 않았던 것 같으며 이제 행동으로도 노력할 것이라고 한다. 지난 한 주 동안의 간호사 관찰일지에도 순수청년의 일과 관찰 내용이 긍정적으로 기록되어 있다. 또한 “간호사에게 말 실수를 한 것 같으며 자발적으로 사과하기위해 찾아왔었음”이라고 되어 있다. 병동에 입원한 시각장애 환우는 순수청년이 매일 약 먹는 것을 도와준다고 그렇게 재미있고 씩씩한 사람이 왜 장가를 못 갔는지 모르겠다고 하며 순수청년에게 고마워하고 있다.

본 활동에서는 『크눌프』에서 ‘크눌프가 아버지에게 대해 이야기 하는 장면’을 들려주었다. 참여자들은 아버지의 이미지를 그림으로 그리고 아버지를 떠올릴 때 생각나는 단어를 나열해 보았다. 순수청년은 “아버지는 나에게 산과 같은 존재였습니다. 그냥 아무것도 안 해 주었는데 있는 그 자체가 든든한 산이었던 것 같습니다.” 라고 한다. 아버지가 지금의 순수청년을 본다면 어떤 이야기를 하실지 상상해보았다. 아버지의 마음으로 직접 이야기하고 그 마음을 들으면서 순수청년은 눈시울을 붉힌다. 마무리 소감으로 “그냥 있다는 것 자체가 좋은 건데 저는 그것을 이제야 깨달았습니다. 오늘은 기분이 좀 쓸쓸해지네요.”라고 한다.

IPB-Hesse-24 『수레바퀴 아래서』 중, ‘신학교에 입학하던 날 한스의 시선으로 다른 친구들과 엄마의 모습을 묘사한 부분’을 시 형식으로 낭송해주었다. 이후에 텍스트에 대한 나의 이야기를 글로 표현하도록 했다. 울고 싶었던 일, 억울했던 일, 들리고 싶었던 일 등을 떠올려보고 엄마한테 이야기하는 시간이었다. 순수청년은 억울했던 일이 생각나는데 지금은 말할 수 없다고 하면서 다음에 이야기할 기회가 되면 말 씀드리겠다고 한다. 그때 너무 억울한 일을 겪었는데 만약 우리 엄마가 살아오신다면 나는 그 이야기를 다 털어놓고 엄마한테 ‘사랑합니다.’라고 말하고 싶다고 한다. 치료사는 이 자리에 어머니께서 계신다고 생각하고 ‘사랑한다’고 이야기 해 볼 것을 권했다. 순수청년은 한 번도 그런 말을 해본 적이 없어서 못한다고 했다가 작은 목소리로 “엄마, 엄마, 사랑한다. 사랑한다.” 하며 울먹인다. 한동안 그 공간에 머물렀다. “우리

엄마 살아있을 때 이 말을 했더라면 좋았을 텐데 참 후회됩니다. 사람이 그때그때 표현하고 살아야 되는데 진짜로 깨닫고 나니 엄마가 없네요.”라고 하더니 “문학 선생님, 어머니 살아계시지요. 저처럼 후회 안하게 어머니께 잘 하이소” 하며 마무리했다.

IPB-Hesse-26 병동의 입원환자들과 개인면담을 했다. 몇 주 전부터 순수청년이 도와주고 있는 시각장애환우로부터 들은 이야기다.

“요즘은 내가 약 먹는 것을 어떤 총각이, 나이 많은 총각(순수청년)이 와서 도와준다. 참 착하다. 내가 등이 가려워서 불편하다고 했더니 ‘효자손’을 직접 사다주었다. 돈을 안 받는다는 걸 내가 끝까지 돈을 줬다. 너무 착한 사람이다.” 라고 칭찬을 했다. 효자손 가격을 물어봤더니 200원 주고 샀다고 해서 200원을 줬다고 했으나 실제 효자손은 3000~5000정도는 할 것 같이 보였다.

프로그램실에 일찍 들어온다. “\*\*님, 혹시 문학요법에 참여하면서 무언가 달라졌다는 것이 느껴지세요?”라고 물었더니 고개를 끄덕이며 “네, 저도 그래서 열심히 참여하고 있습니다.”라고 대답한다. 본 활동에서는 『수레바퀴 아래서』 중 ‘한스가 유년시절의 추억을 회상하는 장면’을 들려주었다. 함께하는 즐거움을 경험하기 위하여 ‘비석치기’놀이를 하였다. 팀을 정하고 비석치기 하는 방법, 규칙 등 모든 활동을 참여자들이 의논해서 하도록 이끌었다. 순수청년은 비석치기를 해 본 경험이 없는 ‘꽃이파리’님에게 천천히, 상세하게 설명을 해 준다. 비석을 옮길 때는 차분하게, 게임 자체는 즐기는 모습이다. 자신이 속한 팀이 지는 순간 “에이, 안되겠다. 우리가 졌네.” 라고 말했으나 정말 기분 나빠서 하는 말은 아니다. 비석치기를 하고나서 지금의 마음을 표현할 때 “아, 저서 기분이 안 좋아요. (웃으면서 이야기 함)” 라고 하며 그 감정을 퍼포먼스로 표현해보자는 말에 팔짱을 끼고 짹다리로 서 있는 모습을 팀원들과 연출한다. 소감 나누기를 할 때 “사실 아까 기분이 안 좋다고 했던 것은 농담이고요, 어렸을 때 해봤던 놀이를 하니까 승부를 떠나서 기분이 좋습니다. 그때가 생각나기도 하고 그렇습니다.” 라고 이야기 하며 진심으로 놀이를 즐기고 다른 사람들과 어울리고 있다.

IPB-Hesse-27 잠에서 덜 깬 모습으로 들어온다. “머칠 동안 기분이 우울하고 잠도 잘 못 잤지만 그래도 오긴 왔다”고 한다. 오늘의 기분을 퍼포먼스로 보여줄 때 다른

참여자 “아저씨가 우울하다고 하니 저도 기분이 안 좋아지려고 해요. 저는 아저씨의 짝이 되어서 우울한 기분을 좀 좋아지도록 도와주고 싶어요.”라고 한다. 순수청년은 웃으면서 “저 아저씨 아니고 총각인데요.”하더니 “덕분에 이렇게 하니 기분이 좀 좋아집니다.”라고 말하며 적극성을 보인다.

본 활동으로는 헤세의 수채화 중 마음이 와 닿는 것을 하나 고른 뒤, 영화포스터 만들기 작업을 하였다. 순수청년은 의자에 책이 놓여있는 그림을 고른다. 워낙 공부를 안 해서 지금이라도 책을 읽고 싶다는 마음에 골랐으나 글자를 쓰려니 완전 다른 것이 생각나서 신기하다고 한다. 멋진 영화포스터를 만들고 싶다면서 작업에 몰두했으나 잘 되지 않는지 지웠다가 쓰기를 반복한다. 작품 소개 후 “문학요법 선생님이 남의 작품을 평가하거나 서로 서로 비교하지 말라고 하셨지만 이건 안할 수가 없네요. 앞에 분은 글도 참 잘 짓는데 나는 아는 게 참 없네요. 상상력도 없고. 이 기회에 역사책 좀 읽어야겠습니다. 내가 꼭 지키겠습니다.” 하고 마무리 한다. 프로그램을 마치고는 짝이 되어주었던 참여자에게 고마웠다고 이야기한다.

### Sozio\_치료사의 의미읽기: 다시 세상 속으로

IPB-Hesse-28 워업활동으로 표정놀이를 했다. 한 명이 얼굴 표정을 지으면 다음 사람이 사진 찍어서(거울 모션) 그 다음 사람에게 전하는 놀이다. 처음에는 치료사와의 시선 맞추기도 안 되던 참여자들이 쑥스러워하면서도 서로의 표정을 읽으려고 애쓴다.

본 활동으로는 『데미안』의 서문 중 일부를 들려주고 자화상 그리기를 했다. 각자 편안한 위치로 책상을 옮기고 치료사가 나눠 준 손거울을 책상위에 두었다. 5분 동안은 그림을 그리지 못하게 하고, 자기 모습 바라보기를 시켰다. 거울 속에서 만난 얼굴을 그리고, 여백에는 거울 속의 인물을 소개하는 문구를 쓰도록 했다. 장점도 세 가지 쓰도록 했더니 순수청년은 장점은 없는 것 같다고 했으나 장점 찾기만은 꼭 해야 된다는 말에 다시 거울과 그림을 번갈아 보며 생각에 잠긴다. 순수청년은 현재의 얼굴을 보고 그렸지만 거울 속의 인물은 ‘병원에 오기 전의 나’라고 소개한다. 소개를 마치고는 “장점이 없는 것 같았는데 꼭 찾으라고 하셔서 생각해보니 저도 장점이 있네요. 특히 십 년 동안 하던 게임을 문학요법 하면서 딱 끊었으니 이거 장점 맞지요?”



내가 게임중독자였지만 그래도 좀 순진하고, 순수한 총각입니다”하며 웃는다. “소개를 하면서 소원이 생겼습니다. 월급이 적더라도 직장에 들어가서 착실히 일하는 겁니다. 가족들은 내가 퇴원하는 것을 반대하는데 그 마음도 이해됩니다. 내가 또 사고 칠까 봐. 지금은 가족들이 걱정 안하도록 착실히 치료 받겠습니다”라고 하며 자신의 미래에 대해서 막연하지 않은 현실적인 계획을 이야기한다.

IPB-Hesse-29 함께 어울리며 즐거움을 느낄 수 있도록 ‘합주’를 하였다. 텍스트는 『청춘은 아름다워』의 일부로 소꿉꿉했던 기억을 떠올리는 작업이다. 텍스트의 분위기에 맞추어 치료사가 준비한 여러 가지 도구로 악기를 만들고 합주를 하였다. 참여자들은 처음에는 각자의 소리에만 신경 썼지만, 두 명씩 짝지어서 할 때는 파트너와 박자를 맞추려고 귀 기울이는 모습을 보인다. 순수청년도 고개를 크게 끄덕이며 파트너가 박자를 맞출 수 있도록 이끌어준다. 활동 소감을 나눌 때 “엄마가 정신이 안 좋았을 텐데도 소풍가는 날 김밥하고 과자, 콜라를 챙겨줬었습니다.” 하며 “나도 그래도 챙겨주는 부모님도 있었고 사랑받고 자랐네요. 하늘나라에서 지금 웃으면서 보고 계실 겁니다. 이제 걱정 안하게 잘해야죠.”라고 말한다. 프로그램 초기에는 엄마에 대해서 원망이 컸으나 29회기에서는 ‘어머니가 할 수 있는 최선의 사랑’이었음을 깨닫고 감사의 표현을 한다.

순수청년은 유년시절, 부모, 위로, 사랑, 추억 등 다양한 텍스트에서 어머니를 떠올렸으며 점차적으로 어머니에 대한 기억이 긍정적으로 바뀌고 있다. 어머니를 원망하고 부끄러워하던 순수청년이 어머니의 상황을 이해하면서 그 심정을 몰랐던데 대한 미안함과 죄책감을 느꼈으며, 이번 회기에서는 감사의 마음 표현에 이르게 되었다.

IPB-Hesse-30 『수레바퀴 아래서』를 텍스트로 활용하였다. 작품에 쓰인 긍정적인 활력을 느낄 수 있었던 단어들과, 기억을 이미지화하기 좋은 단어들을 발췌하여 낱말카드를 만들었다. 스트레칭과 호흡하기로 충분히 몸을 이완시킨 다음, 천천히 걸으면서 마음에 와 닿는 단어를 고르도록 했다. 선택한 단어 속으로 추억여행을 떠나기 위해 단어를 소재로 하는 ‘시화’작업을 했다. 순수청년은 천천히 걸으면서 생각에 잠기더니 ‘골목길’이라는 단어를 고른다. 골목길이라는 단어를 본 순간 친구들이랑 숨



바꼭질 하던 추억이 떠올랐다고 한다. 그때는 특별한 놀이도구가 없어도 잘 놀았었는데 내가 얼마 전까지만 해도 게임중독에 빠져서 가족들을 힘들게 했다면 그때의 \*\*, \*\*도 생각나고 기분이 좋다고 한다. 소감을 말할 때 “그때가 그림네요. 그런데 지금 그때로 돌아갈 수도 없고 나도 뭔가 할 수 있는 것을 찾아야겠습니다. 그 시절의 친구들에게도 부끄럽지 않겠어요. 이때까지 퇴원은 생각도 안하고 수급비 받을 것만 생각했는데 그건 아닌 것 같습니다”라고 마무리한다. 프로그램 초기에는 유년시절을 떠올렸을 때 “그 시절로 돌아가고 싶다”는 표현에 그쳤으나 오늘은 과거의 활력을 현재에 떠올려서 ‘지금, 그 너머서 내일’을 생각하고 있다.

## 2) 여러 가지 색깔의 기분 좋음

표 17의 체험내용은 IPB-Hesse 참여 중 참여자가 했던 구어적표현과 작업한 텍스트, 참여자의 표정 및 행동에서 추출하였으며, 회기 순서대로(시간의 흐름)정리하였다. 참여자 ‘꽃이파리’는 그가 작업한 텍스트와 텍스트에 대한 자기해석 및 정서표현을 따라가 보았을 때, 회기가 지날수록 외적인 표현이 점차 풍성해지고 있다는 것을 알 수 있다. 표 아래에는 꽃이파리의 행동과 말의 정황, 개인면담자료와 의료진 관찰 일지내용을 분석하여 본질적 주제를 중심축으로 맥락적 글쓰기를 하였다.

표 17. 치료프로그램 체험일화 기술 표 (체험회기11~30)

체험 회기	참여자의 문학치료적 체험 텍스트 및 표현	체험 및 표현에 대한 소재	치료 주제	치 료 영 역
11	‘억’ ‘억’ 이건 내 돈 만원으로 시장에서 산거예요. 빨리 신어야 돼요.	물건을 잘 챙기는 아이	경계	Bio
12	아기는 내 아들이예요. 내 여자친구예요. 기분이 좋아요.	보이는 것만 보이는	몸의 표현과 훈련된 감정들	
13	기분 최고예요. 이걸(클레이)만지니까 이 글자가 떠올랐어요. 글자를 처음 씀.	고무의 느낌은 ‘고무’		
14	‘처와 나’ 예요. 이렇게 하니까 기분이 더 좋아요. 처음엔 불안했는데 지금은 편해졌어요.	과거와 현재의 뒤섞임		
16	시는 모르겠어요. 나는 배가 좋아요. 배는 맛있어요. 동생과 배를 많이 먹었어요. 맛있는 배를 만들어서 기뻐요.	죽음에 대한 마음자리의 부재		
17	느티나무는 혼자 있어요. 느티나무가 외로워요. 소나무가 힘들어요. 하나는 외롭고 둘도 외롭고, 그래서 셋을 그렸어요. 나무가 세 그루라서 좋아요.	어렵פות한 외로움	월까?	P s y c h o
18	내가 먼저 읽어볼게요. 시 제목은 “너만을 위하여”	어렵פות한 그리움		

19	딱지를 처음 만들었는데 재미있었어요.	공동놀이의 즐거움	공감으로 가는 모방	S o z i o
20	옛날에 수박서리 했을 때가 생각나요. 그때도 맛있었어요. 동생하고 동네 밭에서 수박서리를 했어요. 내가 했는 부분은 좀 못 했는 것 같아서 부끄러워요. 공동시: 수박서리하러 갔다. 수박서리하고 왔다.	다른 사람의 이야기에 귀 기울임	여러 가지 색깔의 느낌	P s y c h o
21	잘 모르겠지만 좋은 말이 듣고 싶었을 거예요. : 내 곁에 있어줘. 나한테 힘이 되어줘서 고마워. 다락방이 참 좋다.	정겨운 공간과의 조우		
22	기분 좋은 느낌이에요.	여러가지 색깔의 기분 좋음		
23	우리 아버지가 연탄공장에 다닌 것만 기억나요. 우리 아버지에게 하고 싶은 말은 아버지, 사랑해요.	아버지에 대한 단 하나의 기억	진짜 그리움	B i o
24	나는 엄마가 보고 싶어요. 우리 엄마가 보고 싶어요. 억울했던 것 없어요.	마른 눈물		
26	조심성 없이 비석을 던짐. 비석을 맞추어서 박수를 받음. 박수 받은 이후 비석을 신중하게 던지고 다른 사람에게 전달. 비석치기에서 이겨서 좋아요. 재미있어요.	처음 받은 박수의 기쁨	관심의 힘	S o z i o
27	있어요. 있을 거예요. 가고 싶어요.	있는 것 vs 있을 것 같음	과거와 이어진 지금	B i o
28	가장 기억에 남는 여행지는 제주도. 어렸을 때 읽은 책에서 나왔다. 꼭 가보고 싶은 여행지도 제주도. 나는 착신했다고 한다.	‘과거의 나’를 떠올림		
29	나는 무대 소풍갔었어요. 스무살에 담배를 처음 피웠어요.	기억 속 나와의 만남		
30	딱정벌레를 잡았어요. 딱정벌레는 반딧불이에요. 밤에 반짝반짝 거려서 예뻐요. 형이랑 잡았는데 밤에 보면 예뻐요. 너무 많으면 무서워요. 그래서 세 마리예요. 반딧불이를 생각하니 기분이 좋아요.	추억한다는 것		

※ 48세, 남성, 만성조현병 환자, 지적장애

## Bio\_치료사의 의미읽기: 잔뜩 웅크린 아이, 꽃이파리

꽃이파리는 팔다리의 움직임이 크지 않다. 그에게 첫 시간이었던 IPB-Hesse-11의 워밍업활동을 할 때다. 잔뜩 긴장한 눈빛으로 치료사에게서 시선을 떼지 않는다. 몸 풀기 활동을 할 때, 고개를 숙이거나 돌리는 것은 하지 않는다. 치료사의 말을 듣고 행동하는 것이 아니라, 치료사의 행동을 그대로 따라하고 있다. 텍스트에 대한 이해보다 다른 사람들이 하는 것을 보고 있다가 그대로 하고 있다. 첫마디의 첫음절은 여러 번 반복하면서 더듬거렸으며 워낙 자신없는 듯한 얼버무림에 발음을 알아듣기가 어렵다. 단문으로 말했으나 잘 못 알아들어서 다시 한 번 이야기 해줄 것을 요청하면 뭔가 잘못된 것이 있는 어린아이처럼 고개를 숙이고는 더 작은 목소리로 말한다. 『크눌프』의 한 장면을 읽고 본인이 신고 있던 신발을 소개하는 활동을 했다. 꽃이파리는 눈치를 보다가 신발을 벗더니 “내 돈 만원으로 시장에서 산거예요. 빨리 신어야 돼요” 하고는 신발을 집어서 들어왔다. 소중한 새 신발을 누가 가지고 갈까봐 긴장한 아이의 모습이었다. 프로그램을 마치자마자 쏘살같이 사라졌다.

IPB-Hesse-12 프로그램이 시작되기 전 일찍 와서 앉아있다. 각지 낀 손을 책상위에 얹은 채 고개를 숙이고 있다. 6월 초이지만 두꺼운 점퍼를 입었으며 멀찌감치 떨어져 있어도 나프탈렌 냄새가 진동한다. 지난 시간에는 운동화를 신고 왔으나 오늘은 슬리퍼를 신었다. 지난 시간 자신이 신고 왔던 운동화를 빼앗길 것 같은 위협을 느꼈을 수도 있겠다. 『크눌프』의 일부를 들려주고 세상에서 가장 아름다운 것에 대해 떠올려 보자고 했다. 꽃이파리는 텍스트를 듣고 추상적인 것을 상상하고 유추하는 것이 되지 않는다. 따라서 조금 더 쉽게 작업하도록 그림카드를 보여주었다. 아기가 자고 있는 그림을 고르고는 “내 아들이예요. 호랑이가 지켜줘요”라고 하더니 다른 참여자가 작업하는 것을 보고는(여자친구에 대한 이야기) 아기 옆에 사람을 그렸다. 그 후 “내 여자친구예요. 내 여자친구를 생각해서 기분이 좋아요”라고 마무리했다. 꽃이파리가 느끼는 방식은 ‘현재 자신이 감각할 수 있는 것에만 의미를 둬’이다.

IPB-Hesse-13 움직임이 많이 커졌다. 목 돌리기는 되지 않으나 몸으로 하는 활동

에 즐거움을 느끼고 있다. 모차르트의 「마술피리, 파파게노 파파게나」를 들으면서 헤세의 사진들을 보여주었다. 생각나는 장면이나 느낌을 표현하는 활동을 했다. 꽃이파리는 클레이로 ‘고무’라는 글자를 썼다. 음악이나 장면에 대한 느낌이 아니라 “고무의 느낌이라서 고무”라고 설명했으며 처음 쓴 글자를 뿌듯한 듯 웃으면서 쳐다보았다.

IPB-Hesse-14 『데미안』의 일부를 소개하고 가족을 떠올리는 작업을 했다. 꽃이파리에게는 헤세 텍스트에 대한 자연스러운 공감을 기다리기보다 치료사가 쉽게 정리해 주는 과정이 필요하다. 사람을 그리더니 ‘처와 나’라고 했다. 그림에 대한 이야기를 들려달라고 했으나 “처, 처, 처와 나, 나”만 반복했다. 다른 참여자들이 작업한 텍스트를 소개하고 자신의 작업을 보완하는 시간을 가졌다. 어떤 참여자는 가족의 표정을 웃는 얼굴로 바꾸고 다른 참여자는 가족이 손을 잡도록 수정하면서 자신이 가지고 있던 가족과 화합하는 의식(ritual)을 했다. 이것을 지켜보던 꽃이파리는 그림에 네모난 틀을 그리더니 그 아래에 ‘처’, ‘나’라는 글자를 썼다. 이렇게 하니까 기분이 더 좋다고 하면서 “처음에는 불안했는데 이제 편안해졌다”는 소감을 말했다. 처와 자신이 하나의 액자 속에 들어 있는 것은 부인이 도망갈 수도 있음에 대한 불안감의 해소였다.

다른 참여자들은 가족에 대한 기억작업을 하고, 작업을 통한 화해의 감정을 그림으로 표현하였다. 꽃이파리는 그림으로 형상화함으로써 스스로 기억을 마주하는 것이 아니라, 그림 자체가 정서가 아닌 실체로 다가왔다. 떠나간 부인을 자신과 하나의 틀로 묶음으로써 부인이 자신과 함께 있음을 체험하고 있다. 꽃이파리의 기억은 모두 현실이 되어 있었다.

IPB-Hesse-16 두 달간의 휴식기간을 갖고 16회기를 맞이했다. 그동안의 의료진 관찰일지를 보니 꽃이파리에게 슬픈 일이 있었다. 동생의 갑작스런 죽음이다. 자신을 돌보던 누나에 이어 동생마저 세상을 떠났다. 그러나 관찰일지에는 ‘동생이 죽었다는 소식을 접했으나 힘들어하거나 특이한 증상은 없음’으로 기록되어있었다. 슬픔을 모르는 걸까? 슬픔을 견디는 걸까?

프로그램에 참여한 꽃이파리는 예전처럼 치료사의 행동을 유심히 살피고 따라한다.

「가을날」이라는 시를 들려준 후 가장 와 닿은 구절이나 떠오르는 장면을 물었으나 ‘시는 모르겠어요.’라고 대답한다. 클레이로 자신이 좋아하는 과일을 만들고 기억작업을 했다. 꽃이파리는 흰색을 묻쳐서 배를 만들었으며 “나는 배가 좋아요. 배는 맛있어요.”라고 웃으면서 말한다. 잠시 생각에 잠기더니 “동생과 배를 많이 먹었어요.”라는 문장을 덧붙였다. 기운 없는 작은 목소리다. 동생에 관한 이야기를 하면서도 동생의 죽음에 대해서는 떠올리지 않았다.

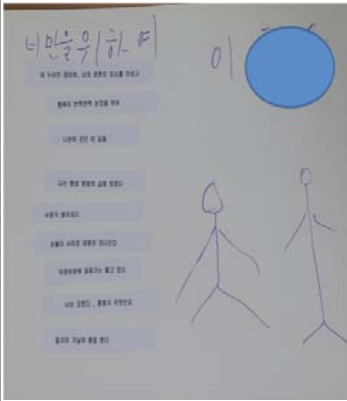
### Psycho\_치료사의 의미읽기: 이별한다는 것은 추억할 수 있다는 것

IPB-Hesse-17 워업활동을 할 때 꽃이파리는 치료사와 다른 참여자의 동작을 유심히 살펴보고 따라하려고 했다. 워업 후에는 『페터 카멘친트』의 나무에 관한 부분을 읽고 자신을 나무에 비유하는 작업을 했다. 꽃이파리는 가장 먼저 “느티나무예요. 느티나무가 숲 속에 있는데 아주 커요. 느티나무는 혼자 있어요. 느티나무가 외로워요”라고 이야기하였다. ‘외롭다’라는 감정어휘를 자발적으로 사용했으며 외롭다는 말을 할 때, 입술을 파르르 떨었다. 자신을 지켜주던 누나와 동생이 부재함을 어렴풋이 느끼는 순간이었다. 처음에는 느티나무를 한 그루만 그렸으나 다른 사람들이 작업하는 모습을 보고는 두 그루를 더 그려 넣었다. 하나는 외롭고, 둘도 외롭고, 그래서 셋을 그렸다고 하면서 세 그루라서 좋다는 표현으로 마무리를 했다. 처음으로 느끼는 외로움, 축하해 주고 싶은 외로움이다.

IPB-Hesse-18 간단한 놀이로 작업을 시작했다. ‘사과 같은 내 얼굴 예쁘기도 하지요’라는 동요를 부르면서 참여자 한 명 한 명이 자신에게 다가갈 수 있도록 했다. 꽃이파리는 ‘포도 같은 나’ ‘대추 같은 나’로 표현했으며 모두가 본인을 향해서 노래 불러주자 수줍은 웃음을 보이며 즐거워했다. 이어서 헤세의 시어들로 짜깁기 시 쓰기(풀라주 시 쓰기)를 했다. 지금의 마음 또는 와 닿은 시구를 골라서 9행의 시를 쓰기로 했다. 치료사가 제안한 9행의 시구를 배치하고 여러 번 되뇌더니 제목을 지어서 적었다. 한참을 들여다보다가 그림도 그렸다. 자신이 지은 시를 소개 할 때 꽃이파리는 먼저 해보겠다고 손을 들었다. 꽃이파리의 낭송을 들은 한 참여자가 ‘너만을 위하

여'라는 제목이 멋지다고 하자 “네, 나도 제목이 좋아요”라고 답했다. 프로그램을 마무리하면서 소감을 나누는데 꽃이파리가 시를 한 번 더 읽어도 되냐고 물어서 다시 낭송하도록 했다. 꽃이파리는 좋아하는 과일, 자신을 나무에 비유하는 작업, 시쓰기 등 모든 체험을 하면서 누나, 동생과 함께했던 일들은 이제 추억이 되었으며, 그들을 더 이상 만날 수 없음을 받아들이고 있었다.

표 18. 활용 된 헤세 텍스트와 창작 텍스트 \_ 아름다운 썸표를 찍다

활용 텍스트	창작 텍스트(원본)	창작 텍스트: 골라주 시 쓰기
『헤르만 헤세 시집』, 송영택 옮김		너만을 위하여 내 누이인 장미여, 너의 영혼은 미소를 머금고 행복이 반짝반짝 눈짓을 하며 나란히 걸던 이 길을  나는 항상 방랑의 길에 있었다. 사랑의 별이었다. 포플러 사이로 바람이 지나간다.  아침 바람에 골짜기는 떨고 있다. 너는 모른다, 평화가 무엇인지 줄지어 거닐며 춤을 춘다.

### Sozio\_치료사의 의미읽기: 어울릴 수 있다는 것

IPB-Hesse-19 『수레바퀴 아래서』의 ‘낙숫대만 있으면’ 대목을 읽고 내가 즐겨하던 놀이를 떠올려보았다. 참여자들과 이야기를 나눈 후 딱지치기를 하기로 했다. 꽃이파리는 딱지를 만들어 본 적이 없다고 했으나 다른 참여자들에게 배워서 천천히 해보자고 했더니 ‘네, 만들어 볼게요.’라고 크게 말했다. 깔끔하지는 않으나 다른 참여자가 만드는 것을 잘 보고 따라했다. 초록딱지를 완성했다고 좋아했으며 팀원들과 정한 규칙을 지키며 딱지치기를 했다. 프로그램을 마치고 뒷정리 하는 것을 끝까지 도와주었으며 타인과 함께하기 위한 규칙을 지키기 시작했다. 또한 친구들과 어울려서 놀았던 기억이 없는 꽃이파리에게 ‘공동놀이의 즐거움’은 또 하나의 치유효력이 되고 있었다.

## Psycho\_치료사의 의미읽기: 여러 가지 색깔의 느낌

IPB-Hesse-20 『수레바퀴 아래서』 중, 수확의 기쁨을 묘사한 부분을 들려주었다. 치료사가 준비해 간 단풍을 나누어주고, 산사과도 나눠먹었다. 꽃이파리는 사과가 새콤하고 맛있다고 한다. 참여자들과 예전의 기억을 떠올리며 나누기를 하였다. “다른 사람의 이야기를 들으니 옛날에 수박서리 했을 때가 생각나요. 동생하고 동네 밭에서 수박서리 했어요. 그때도 맛있었어요.” 라고 이야기한다. 서로 나누기 한 느낌을 2행으로 표현하여 공동시 짓기를 했다. 꽃이파리는 ‘수박서리하러 갔다. 수박서리하고 왔다.’ 라고 썼으며 본인이 지은 구절을 넣어서 전체를 낭송하였다. 낭송을 마치고 소개를 할 때 “내가 지은 부분은 좀 못했는 것 같아서 부끄러워요”라고 말했다. 꽃이파리는 현재의 감각으로 과거의 기억을 불러왔으며 그것을 또 다른 현재의 정서로 표현할 수 있었다. ‘부끄러움’이라는 감정을 느끼기 시작했다.

IPB-Hesse-21 헤세가 생전에 살았던 스위스의 루가노, 즉 치유마을의 정경이 담긴 사진을 음악을 들으면서 감상했다. 영상을 보고 꽃이파리는 편안하다는 표현을 했다. 본 활동으로는 자신의 집, 여행지, 병원 등 가장 아늑하고 편안함을 느꼈던 공간을 떠올려 보고, 그 속의 나를 마주하는 작업으로 이어갔다. 꽃이파리는 다른 참여자가 ‘다락방’을 이야기하자 “나도 다락방이 좋아요. 우리 집에 다락방이 있었어요.”라고 한다. 꽃이파리의 다락방에서는 어떤 이야기가 속삭이고 있는지 알 수 없었으나 ‘즐거운 우리집’이라고 소개한다. 다락방에 있는 소년이 어떤 말을 듣고 싶을지를 이야기 하는데 꽃이파리는 다른 참여자가 했던 말을 그대로 외우고 있다가 따라한다. “좋은 말이 듣고 싶을 거예요. 내 곁에 있어줘, 나한테 힘이 되어주어서 고마워”라고 이야기 한다. 참여자들과 함께 꽃이파리가 듣고 싶다는 이야기를 해 주었더니 “좋은 말을 들어서 기분이 좋아요”라고 한다. 꽃이파리는 다른 사람들의 행동과 말 속에서 자신의 이야기를 표현할 수 있는 언어들을 찾아가고 있다. 이것은 다른 사람의 기억을 형상화 한 언어이지만 꽃이파리가 선택해서 표현함으로써 그의 체험이 되고 있었다.

IPB-Hesse-22 『페터 카멘친트』 중, 페터가 짝사랑하는 소녀를 위해서 절벽에서



꽃을 꺾어다 주는 장면을 읽어주었다. 텍스트에 대한 느낌을 색깔로 표현하였으며 그것을 소개하는 작업을 했다. 꽃이파리는 소녀를 사랑하는 소년의 기분을 표현하는데 여러 가지 색깔을 사용하였다. 자신의 경험을 이야기하거나 텍스트 속의 소년의 기분을 구체적으로 이야기 하지는 않았다. 처음에는 그림만 그리고, 차츰 한 두 가지 색으로 그림을 표현하던 꽃이파리가 “기분 좋은 느낌이에요. 기분 좋은 것이 많았어요. 그래서 여러 가지 색깔이에요.”라고 소개했다.

### Bio\_치료사의 의미읽기: 물려드는 그리움

IPB-Hesse-23 평소 때처럼 일찍 왔다. 그는 늘 커피를 한잔 마시고 손을 깎지 깎 채 다른 사람들을 기다린다. 꽃이파리는 스트레칭을 할 때 조금씩 목을 돌리기도 하고 치료사에게서 시선을 떼고 자신에게 집중하기도 한다. 워업 활동으로 즉흥 퍼포먼스를 하였다. 참여자들이 공원에 놀러갔다고 설정을 하고 공원에서 볼 수 있는 것을 몸으로 표현하였다. 꽃이파리는 밝은 표정으로 “어흥~”하고 호랑이 흉내를 내기도, 나무 흉내를 내며 두 팔을 흔들기도 한다. 다른 사람이 무엇을 하는지에 관심을 갖지 않으나 자신이 무엇을 할지, 어떻게 표현할지는 고민하고 있다.

본 활동의 글감으로 『크눌프』가 아버지에 관해서 묘사하는 장면을 들려주었다. 꽃이파리에게 아버지는 어떤 분인지를 그림 또는 단어로 표현하도록 했다. 꽃이파리는 그림을 크게 그린 후 ‘아버지’라고 쓴다. “나는 우리 아버지가 연탄공장에 다닌 것만 생각이 나요”라고 했으며 조금 더 아버지에 대해서 이야기를 듣고 싶다고 했으나 똑같은 말만 반복한다. 그러나 다시 이야기를 할 때는 “아아아아 아버지, 아아아버지가 연탄공장에 다닌 것만 생각이 나요.”라고 말을 더듬는다. 아버지에게 하고 싶은 말로 “아버지, 사랑해요”라고 하며 수줍게 웃으면서 고개를 숙인다. 이것은 아버지의 존재를 처음으로 알아차리는 순간이었다. 지금(본 논문에서 제시하는 30회기의 프로그램 이후) 꽃이파리는 아버지와 앞마당에 채소를 심었던 기억, 밤 따러 산에 갔던 일 등 아버지와 소중했던 추억들을 떠올려서 이야기 할 수 있다.

IPB-Hesse24 꽃이파리는 감기로 힘들어하고 있다. 가족점퍼의 지퍼를 끝까지 올려

서인지 땀을 흘리고 있지만 덥지 않다고 한다. 워업활동을 할 때 움직이기 불편하면 옷을 벗어도 된다고 했으나 고개를 젓는다.

『수레바퀴 아래서』 중, 신학교에 입학하던 날 한스가 보았던 친구들과 엄마들의 모습을 구연하듯이 들려주었다. 프로그램 참여자의 대부분은 엄마가 안 계신다. 그런 엄마가 여기 오셔서 딱 한 가지 억울함, 속상함, 엄마에 대한 원망, 비밀을 들어주신다면 나는 어떤 이야기를 하고 싶을지 생각해 보는 시간이었다. 꽃이파리는 아주 작게 엄마를 그리고는 ‘엄마가 보고 싶다’는 문장을 쓴다. “나는 억울한 것 없어요. 나는 속상한 것 없어요. 나는 엄마가 보고 싶어요.”라고 말하는 꽃이파리는 몸이 아픈 아이가 엄마의 손길을 기다리는 모습이다. 다른 참여자가 우는 것을 보고 있더니 “나도 엄마가 보고 싶어요.”를 작게 이야기 하며 손등으로 얼굴을 쓸어내린다. 그는 아주 오래 전 말라버린 눈물자국을 닦고 있다.

#### Sozio\_치료사의 의미읽기: 작은 칭찬이 주는 큰 변화

IPB-Hesse-26 깔끔한 복장으로 나타났다. 감기는 좀 어떤지 물었더니 “괜찮아요. 기침이 안나요.”라고 대답한다. 프로그램 시간을 기억했다가 자발적으로 참여하고 있다. 순수청년이 꽃이파리를 보고 “형님을 보면서 많이 배웁니다. 참 성실하고 시간도 잘 지키고”라고 했더니 수줍은 듯 웃음을 보인다.

『수레바퀴 아래서』 중, 한스가 유년시절의 놀이를 회상하는 장면을 텍스트로 활용하였다. 섬세함과 협력이 필요한 두 가지 놀이를 해 보았다. 이쑤시개로 탑쌓기 놀이를 할 때, 세 명이 한 팀이 되어서 번갈아가면서 쌓았다. 본인의 순서는 잘 지키지만 탑 쌓는데 크게 조심성이 느껴지지는 않는다. 다른 상황들을 고려하는 것보다 자신의 순서가 되었을 때 아무거나 집어서 높이 올리는 것에만 치중한다. 꽃이파리가 할 차례에서 탑이 무너지자 다른 사람들 눈치를 보면서 미안한 표정을 짓는다.

비석치기를 할 때도 다른 사람들이 하는 것을 보고 따라하는 정도이다. 처음에 대충 던진 것이 비석을 맞추게 되어 다른 사람들의 박수를 받자 이후에는 조금씩 신경써서 건주어보고 어렵잡아 보는 것이 관찰되었다. 마칠 무렵에는 자신이 사용한 비석을 다음 사람이 던질 수 있도록 주워서 전해주기까지 했다. 다른 사람들의 이야기에

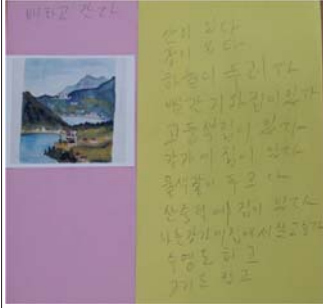
상호지지와 공감나누기는 되지 않지만 “비석치기에서 이겨서 좋아요. 재미있어요.”라는 표현으로 마무리했다.

### Bio\_치료사의 의미읽기: 모방에서 창작으로

IPB-Hesse-27 프로그램을 한 시간 정도 앞두고 꽃이파리님과 병동에서 마주쳤다. 치료사가 인사하자 웃으면서 고개를 숙이더니 “두두두시에 가면 되지요?”라고 먼저 이야기를 한다. 간호사 관찰일지에 ‘개인위생’에 신경 쓰며 다른 환우들에게도 가까이 다가간다는 긍정적인 변화관찰 내용이 기록되어 있다. 현재의 기분을 단어로 표현하고 그 느낌을 동작으로 나타내는 활동을 했다. 기분 좋은 마음을 동작으로 표현할 때 파트너의 이야기를 잘 듣고 따라하는 모습을 보인다.

본 활동으로는 헤세의 그림으로 영화 포스터 만들기를 하였다. 어떻게 표현하면 사람들이 영화에 흥미를 가질 수 있을지 그림을 보고 문구를 지어보기로 했다. 꽃이파리는 눈에 보이는 몇 가지 경관을 짧은 문장으로 표현한다. 보이는 것 이외에 있을 것 같은 것도 짐작해 보자고 하자, 하나씩 덧붙이기 시작한다. 치료사가 “네, 그렇군요. 또 어떤 것이 있을까요?” 라고 이끌어 줄때마다 조금씩 추측해서 표현한다. 최대한 상세하게 표현해 보자는 말에 한눈에 들어오는 것에서부터 근처에 있는 것, 상상한 것, 느낌이 들어간 것 등 스스로도 신나서 작업하고 있다. 꽃이파리가 쓴 것을 소개하자 참여자들이 와~하고 긍정적인 놀라움을 보였다. “영화 포스터 만들어서 좋아요.”라는 소감으로 마무리했다. 오늘은 모방이 아닌 자신의 언어로 표현하였다.

표 19. 활용 된 헤세 텍스트와 창작 텍스트 \_ 힘겹게 투쟁하여 알에서 나온다

활용 텍스트	창작 텍스트(원본)	창작 텍스트- 꽃이파리의 문구
헤세의 수채화		배 타고 간다 산이 있다 강이 있다 하늘이 푸르(르)다 빨간 기와집이 있다 고동(동)색 집이 있다 강가에 집이 있다 물색깔이 푸르다 산중턱에 집이 있다 나는 강가에 집에서 살고싶다 수영도 하고 고기도 잡고

IPB-Hesse-28 워업활동으로 참여자가 표현하는 얼굴표정을 그대로 전달하는 놀이를 하였다. 꽃이파리는 다른 사람의 행동을 잘 따라하지만 그들의 표정을 보고 그대로 전달하는 활동을 할 때 상대방을 섬세하게 관찰하지는 않는다. 한 가지 주제에 대해 이야기하고 대답하는 것, 전달하는 것은 잘 수행하지만 숨은 감정을 느끼거나 복수감정을 느끼고 표현하는 것은 여전히 힘든 작업이다.

『데미안』의 서문 중 일부를 들려주고, 자신의 내면과 만나는 시간을 가졌다. 5분 동안 거울을 들여다 본 후 거울 속의 인물을 그려보도록 했으나 꽃이파리는 거울을 보자마자 자신의 얼굴을 그린다.

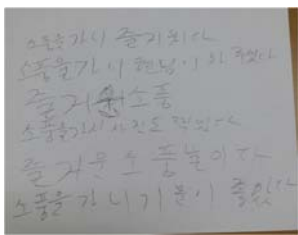
그림 속의 인물을 소개할 때 본인의 나이와 집, 가족관계를 이야기한다. 가장 가보고 싶은 여행지를 제주도로 꼽았으며 어렸을 때 읽은 책에서 봤다고 한다. 그리고는 제주도에 꼭 가보고 싶다는 바람을 덧붙인다. 또한 본인은 착실했다는 이야기를 들었다고 한다. 지난 시간에 이어서 오늘도 큰 변화를 보인 날이다. 항상 눈에 보이는 것만 이야기 하던 꽃이파리가 거울 속의 자신을 바라보면서 과거의 나와 현재의 나, 미래의 바람까지 담아서 이야기하고 있다. 무엇보다도 이야기를 하는 스스로가 놀라고 있다.

IPB-Hesse-29 『청춘은 아름다워』의 일부를 들으며 유년시절에 경험한 즐거운

소풍을 떠올렸다. 이번 시간에 활용한 텍스트는 장면을 이미지화하기가 쉬운 대목이다. 꽃이파리는 “나는 무태 소풍 갔었어요. 주먹밥, 사이다를 갖고 갔어요.” 라며 소풍 갔었던 장소와 먹었던 것을 소개한다. 텍스트 분위기에 맞추어 치료사는 여러 가지 도구를 준비해줬었다. 나무막대, 마라카스, 장난감, 콩주머니 등 다양한 도구 중 꽃이파리는 나무막대를 두 개 고른다. 처음에는 혼자 흥에 겨워서 막대를 두드렸으나 동료참여자를 관찰하면서 조금씩 리듬을 맞추기 시작한다.

그러나 노래 부르는 중간에는 다른 사람과 박자를 맞추다가도 흥이 나는 대로 크게 부른다. 활동 한 이후의 기분을 5행으로 표현하기로 했다. 한 줄만 쓰고 기다리기에 이번에는 5줄로 표현해 보자고 하며, 앞에 쓴 글을 읽어보고 이어서 생각나는 것이 있으면 더 써보자고 했더니, 치료사의 안내대로 잘 해가고 있다. 자신이 쓴 텍스트를 더듬거리지 않고 읽는다.

표 20. 활용 된 헤세 텍스트와 창작 텍스트 \_ 삶을 연주하다

활용 텍스트	창작 텍스트(원본)	창작 텍스트- 5행 시
『청춘은 아름다워』, 박경희 역 『과수원 길』, 박화목·김공선		소풍을 가니 즐거웠다 소풍을 가니 형님이 와 주었다. 즐거운 소풍 소풍을 가서 사진도 찍었다 즐거운 소풍날이다 소풍을 가니 기분이 좋았다

읽은 후 해석을 할 때, 본인이 쓴 글을 반복해서 들려주었지만 이야기 하듯 약간의 고저가 느껴진다. 한 번 더 읽어달라는 요청에 ‘형님’이라는 단어에서 형, 형, 형이라고 말을 더듬는다. 형님은 오래 전에 돌아가신 또 한 명의 보호자였다.

IPB-Hesse-30 시작하기에 앞서, 간호사 관찰일지를 보았다. ‘혼자서 현금지급기에서 돈 찾는 것을 연습하는 중’이라고 기록되어 있다. 아직은 힘들다고 하며 사회복지사에게 부탁할 때도 있다고 하나 조금씩 사회적응훈련을 시작하는 모습이다.

『수레바퀴 아래서』에 나오는 긍정적인 활력을 느낄 수 있는 단어들로 단어카드

를 만들었다. 충분한 워업활동을 한 후에 마음에 드는 단어를 고르도록 했다. 꽃이파리는 단어를 몇 개만 보고는 “딱정벌레”를 고른다. 다른 단어들도 보면서 천천히 해도 된다고 했으나 “나는 딱정벌레가 좋아요.”라고 말한다. 딱정벌레 세 마리를 그리고 딱정벌레라고 적은 후 자신의 느낌도 간단하게 덧붙인다. 그림을 소개할 때 “딱정벌레를 잡았어요. 딱정벌레는 반딧불이에요. 밤에 반짝반짝 거려서 예뻐요. 형이랑 잡았는데 밤에 보면 예뻐요”라고 예전에 비해 풍성하게 표현한다. 다른 참여자가 왜 세 마리를 그렸는지 궁금하다고 했더니 말을 더듬고 인상을 찌푸리면서(무서운 장면을 떠올리는 듯함) “너무 많으면 무서워요. 그래서 세 마리예요”라고 한다. 반딧불이를 생각하니 기분이 좋다는 문장으로 마무리 했으며 조금씩 기억 속에 머물렀다가 현재로 돌아와서 현재의 마음을 표현하기 시작한다.

꽃이파리는 항상 간호사(보호자)의 지시 하에만 행동 결정권이 있었다. 지적장애 판정을 받은 그는 사소한 행동 하나도 스스로 결정하지 못했다. 프로그램에 참여했을 때도 치료사에 의지하는 것이 컸으나 점차 치료사->다른 참여자 관찰과 모방->나의 생각->나의 의지->나의 느낌으로 나아가고 있다.

### 3) 마음이 기뻐서 얼굴도 웃어요

표 21의 체험내용은 IPB-Hesse 참여 중, 딱지왕이 했던 구어적표현에서 추출하였으며, 회기 순서대로(시간의 흐름)정리하였다. 감정이 전혀 담기지 않은 건조하고 단조로운 언어에서 자신의 기분과 의지를 표현하는 생동감 있는 언어로 변화되는 모습을 볼 수 있었다. 딱지왕의 행동과 말의 정황, 개인면담자료와 의료진 관찰일지내용을 분석하여 본질적 주제를 중심축으로 맥락화 하였으며 주제중심으로 해석한 내용을 현상학적 글쓰기로 기술하였다. BPS-Modell에 따른 구분을 할 때, 관계 맺기에 대한 강렬한 의지표현과 계획은 삶의 네트망(Sozio)영역으로 구분하였다.

표 21. 치료프로그램 체험일화 기술 표 (체험회기12~21, 개별면담 2회)

체험 회기	참여자의 문학치료적 체험 텍스트 및 표현	체험 및 표현에 대한 소재	치료 주제	치료 영역
개 별	그냥 책이 있어서 이 그림을 골라봤습니다.	단조로운 사고표현	들키고 싶지 않은 외로움	Bio
12	동물 두 마리가 하늘을 보고 있습니다. 색깔 풍선이 날아가고 있습니다. 하늘에는 달이 떠 있고 별도 있습니다(웃는얼굴, 건조한 목소리)	유아적 시선		
13	음악을 듣고 산과 해와 바다를 표현해 봤습니다. 나는 부모님이 따로 놀러 데리고 간 기억이 없습니다. 다른 사람의 이야기를 들어도 떠오르는 내 기억이 없습니다.	추억의 부재		
14	좋아요. 그냥 좋아요. 부모님과 동생이 생각났습니다. 가족들이 나에게 “힘들어도 희망을 가져라”고 하는 것 같습니다.	듣고 싶은 말	삶과의 화해	P s y c h o
15	역할극: “어서 오세요, 어서 오세요. 밖에 많이 춥죠. 여기 와서 따뜻한 것 좀 드세요. 월 드릴까요.”나도 누가 이렇게 해 주면 좋겠네요.	관계 맺는 행복감		
16	그냥 그랬어요. 좀 힘들었어요. 가족들과 어렸을 때 시골에 갔던 때가 생각	나도 좋았던 추억이 있었구나.		

	납니다. 이 시에 나타나는 전경을 보면서 버스를 타고 시골길을 달리는 것 같아요. 이번 가을이/ 햇과일처럼 달콤했으면/부모님처럼 자상했으면			
17	텍스트를 듣고, 힘들지만 쓰러지지 않는 소나무가 생각나네요. 소나무를 많이 그릴지 한 그루 그릴지를 고민하다가 크고 굵은 소나무를 한 그루 그렸습니다. 이 소나무는 넓은 들판에 씩씩하게 서있고 가지도 튼튼하고 색깔도 선명합니다. 햇빛도 잘 비치는 곳에 있어서 아주 튼튼합니다. 이 소나무가 앞으로도 튼튼하게 이렇게 잘 자랐으면 좋겠습니다.	나는 이렇게 살고 싶어요.	삶에 대한 간절함	
18	어렸을 때 이 노래를 불렀는데 그때가 생각나네요. 그런데 시를 낭송하고 나니 좀 외로워지는 것 같아요. 마지막 부분을 밝게 했는데도 이상하게...	마음의 울림	나를 향한 위로	
19	소년이 낚시 할 준비를 하고 있는데 행복해 보여요. 내가 한 번 해 보겠습니다. 잘 될지는 모르겠지만. 오랜만에 했는데 딱지를 잘 만들 수 있어서 좋았구요, 다른 사람들도 잘 따라와 줘서 좋았습니다.	해냈다는 자신감	삶의 활력	
20	나는 도시에서 자라서 어렸을 때 공부만 해서 재미있는 것이 없었습니다. 학교, 학원, 집. 나도 그런 추억이 있었으면 좋겠습니다. 추억이 있다는 것 자체가 부럽습니다.	아픔과의 이별을 준비함	삶에 대한 기대	S o z i o
개 별	이제는 긴장도 덜하게 되고 다른 사람하고 이야기도 하고 그래요. 나는 재미있거나 좋은 추억이 별로 없었어요. 그래서 일을 할까 해요.	추억을 만들어 가려는 의지		
21	편안한 공간을 떠올리는데 길을 잃었을 때가 생각나요. 아무도 없고 불안하기도 했지만 거기는 나한테 뭐라고 하는 사람이 없고 간섭하는 사람도 없어서 편안했던 것 같아요. 저녁바다에 달이 떠오른 모습을 그렸습니다. 잔잔한 파도 안의 달을 바라보고 있어요.	나를 볼 수 있는 여유	살아있는 나	

※ 34세, 남성, 만성조현병 환자



## Bio\_치료사의 의미읽기: 언제나 웃는 슬픈 인형, 딱지왕

**개별면담 1:** 딱지왕은 의료진의 질문에 단답형으로 대답한다. 사람들과의 시선맞춤이 없으며 늘 고개를 숙이고 웃으며 걷는다(silly smile). 때로는 혼자서 중얼거리기도 한다는 관찰일지를 보면서 치료사는 딱지왕의 흥미를 불러올 수 있는 매체가 있을까? 그림, 시, 소설, 영화 등 어떤 이야기를 하면 딱지왕이 잠시라도 말을 이어갈 수 있을까? 를 고민하였다. 관찰일지에 기록된 내용대로 딱지왕은 웃고 있었으며 작은 소리로 혼자서 중얼거리고 있었다. 치료사의 인사에도 고저가 없는 밋밋한 기계음을 들려주듯 답했으나 표정은 친한 사람과 이야기 하듯 미소를 지었으며 시선은 허공 속 어딘가에 빠져있는 듯했다.

문학치료사라는 소개를 하고 우리의 이야기를 이어 줄 매체를 직접 고르도록 했다. 딱지왕은 여러 가지 그림엽서 중 헤세의 그림을 고른다. 그리고는 “그냥 책이 있어서 이 그림을 골라봤습니다”라고 답한다. 책 읽는 것을 좋아한다는 말에 문학치료(요법) 프로그램에 참여 해 볼 것을 적극적으로 권하고 첫 면담을 마무리했다.

IPB-Hesse-12 도입활동을 할 때다. 딱지왕은 치료사의 이야기를 잘 알아듣는다. 움직임도 크고 동작도 정확하지만 마치 영혼 없는 인형이 움직이는 듯하다. 『크눌프』 중 ‘이 세상에서 가장 아름답고 멋진 것’에 관한 대목을 읽어주었으며 자신이 생각하는 아름답고 멋진 것에 대해 이야기를 나누었다. 각자 고른 그림과 그 그림이 담고 있을 이야기를 들려주는 시간을 가졌다. 딱지왕은 본인이 고른 그림에 대해 아주 상세하게 설명한다. “동물 두 마리가 하늘을 보고 있습니다. 색깔풍선이 날아가고 있어서 좋네요. 하늘에는 달이 떠 있고 별도 있습니다.”라고 소개했으며 이야기하는 내내 웃는 표정이다. 그러나 표정의 변화도 없을뿐더러 목소리의 고저도 없다.

참여자들의 이야기를 모두 들은 후 다른 사람이 작업한 것에 대해 느낌을 이야기 하였다. 딱지왕은 기분이나 소감이 아닌 다른 사람이 선택한 그림 모두를 설명한다. 각각의 그림을 분리된 문장으로 설명하는 것은 가능하나 이야기를 재구성하지는 못했으며 작업한 것을 소개할 때 본인이 쓴 글을 읽지 않고 그림만 보면서 조합한다. “밤하늘 멀리 풍선을 날려 보내는 동물이 나란히 앉아있다. 무언가 바라보며 놀라고

있다.”라고 썼으나 본인이 쓴 글을 읽어달라는 치료사의 말에 “그냥 설명하겠습니다.”라고 건조하게 답한다. 감정변화가 느껴지거나 상징, 비유의 표현은 찾아볼 수 없다. “재미있는 것 같아요. 생각도 많이 할 수 있어서 좋아요.”라는 소감으로 마무리한다. 프로그램에 참여한 딱지왕의 표정에서는 ‘재미있다’는 감정을 읽을 수 없었다. 감정, 표정, 목소리가 따로따로 표현되고 있었다.

IPB-Hesse-13 딱지왕의 표정은 여전히 밝다. 뒀업동작을 할 때 웃는 얼굴로 적극적으로 움직인다. ‘즐겁게 춤을 추다가 그대로 멈춰라’ 노래를 부르며 활동을 했다. 치료사의 동작을 모방하기도 창의적으로 움직이기도 한다. 활동 후에는 “좀 풀렸어요. 처음에는 몸이 굳어있었는데 움직이고 나니까 몸이 풀렸어요.”라고 이야기한다. 여전히 웃는 얼굴이지만, 가끔씩은 더 크게 웃는 얼굴이 스친다. 치료공간에 대한 흥미를 보이고 있다.

모차르트의 「마술피리, 파파게노 파파게나」와 함께 헤세의 생활을 담은 사진을 보여주었다. 음악을 듣고 떠오르는 느낌과 그 느낌에 대한 장면을 표현하도록 했다. 자신의 텍스트를 소개할 때 “산과 해와 바다를 표현해 봤습니다. 그냥 음악소리에 떠올랐습니다.”라고 짧게 이야기한다. 다른 참여자들의 이야기를 들은 후 마무리를 할 때 “나는 수학여행 갔을 때만 자연 속에서 놀았던 기억이 있고 부모님이 따로 놀러 데리고 간 적은 없습니다.”는 말을 하면서 항상 웃음을 머금던 표정에 그들이 드리워진다. 곧 어색한 웃는 표정으로 “다른 사람의 이야기를 들어도 떠오르는 내 기억은 없습니다.”는 말을 덧붙인다. 자신이 떠올리는 기억과 그것에 대해 이야기하는 기분, 얼굴표정이 일치하지 않고 항상 웃는 모습의 딱지왕이었으나 오늘은 어두운 그림자가 의미 없는 웃음(silly smile) 위로 떠오르는 시간이었다.

IPB-Hesse-14 딱지왕은 여전히 (변화가 없는)웃는 얼굴이다. 화가 난 내 모습을 나타낼 때 손가락으로 눈꼬리를 치켜 올린다. 슬픈 표정 짓기를 할 때는 손가락으로 눈꼬리를 처지게 한다. 그러나 입모양은 변함없이 웃고 있다. 뒀업활동 후에는 “좋아요, 그냥 좋아요”라는 소감을 이야기한다. 활용 텍스트로 『데미안』 중 싱클레어의 눈으로 본 가족에 관한 글을 읽어주었다. 딱지왕은 이전 회기에서 가족에 대한 추억

이 없다고 하였으나 차분하게 가족사진을 그렸으며 가족 한 명 한 명을 떠올리면서 소개했다. 텍스트를 들으면서 부모님과 동생이 생각났다고 한다. 가족사진을 소개하는데 떨림이 없는 차분한 목소리, 마치 대본을 보고 읽는 듯하다. 가족에 대한 특별한 에피소드를 떠올리기보다 “좋은 분들이었으며 본인과 동생에게도 잘 대해주셨다”는 이야기를 한다. 이야기를 할수록 목소리가 작아지기도 잠시 머뭇거리기도 한다. 가족들이 자신에게 “힘들어도 희망을 가졌으면 좋겠다.”라고 이야기 하는 것 같다는 소감으로 마무리했다. 시작할 때보다 표정이 밝아진 사람이 있는 반면, 딱지왕은 오히려 차분해졌으며 표정도 어두워졌다. “가족들을 떠올리니 그리워지네요.” 라는 한 문장으로 프로그램을 마쳤다. 들리고 싶지 않았던 외로움이 꿈틀거리는 시간이었다.

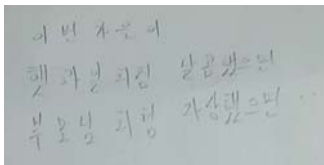
#### Psycho\_치료사의 의미읽기: 마음의 거울을 닦다

IPB-Hesse-15 『페터 카멘친트』를 텍스트로 활용하였다. 호감은 있지만 다른 사람에게 쉽게 다가가지 못하는 페터와 상냥하고 적극적인 리하르트에 대해 이야기를 나누고 실제 일어날 수 있는 상황을 설정하여 상황극을 했다. 딱지왕은 자발적으로 “제가 손님을 맞이하는 역할을 할게요.”라고 말한다. 파트너에게도 먼저 다가가서 어떻게 진행하면 좋을지를 의논한다. 파트너가 초인종을 누르며 문 열어달라고 하자 “어서 오세요, 어서 오세요. 밖에 많이 춥죠. 여기 와서 따뜻한 것 좀 드세요. 뭘 드릴까요.”라고 말하며 반갑게 맞아준다. 다른 팀이 역할극을 할 때도 호기심을 담은 시선으로 바라본다. 상황극에 대한 소감을 말할 때 “힘들었던 부분은 없고 재미있었어요. 나도 누가 이렇게 해주면 좋겠네요.”라고 이야기하며 소리 내어 웃는다.

IPB-Hesse-16 두 달간의 휴식기를 가진 뒤에 진행되었다. 간호사 관찰일지를 보니 ‘가끔 웃으면서 복도를 돌아다님. 병실 침상에 누워서 생각에 잠긴 모습이 관찰됨. 묻는 말에 짧은 문장으로 답하나 자발적으로 이야기를 하지는 않음’이라는 내용이 기록되어 있다. 그동안의 안부를 묻는 말에 “그냥 그랬어요. 좀 힘들었어요.”라고 말한다. 자다가 일어나서인지 조금 짜증을 내는 듯한 목소리다. 치료사는 순간적으로 안심이 되었다. 짜증 섞인 목소리로 웃는 것이 아니라 말과 표정이 일치하고 있었기 때문

이다. 텀업활동으로 자신이 좋아하는 과일을 찾아서 씨뿌리기, 거름주기, 물주기, 잡초 뽑기, 약치기, 수확하기까지를 퍼포먼스로 표현했으며 참여자들끼리 서로 맛보라고 권하기도 했다. 딱지왕은 생기 있는 모습으로 이웃에게 과일을 나눠준다. “이것 좀 먹어보세요. 수박이 아주 달답니다.”라는 말을 반복하면서 좌우에 있는 참여자에게 말을 건넨다. 본 활동으로는 헤세의 「가을날」을 들려주었으며 가장 와 닿는 구절이나 떠오르는 장면에 대해 이야기를 나누었다. 딱지왕은 “따뜻한 가을의 모습이 떠오르네요. 가족들과 어렸을 때 시골에 갔던 때가 생각납니다. 이 시에서 나타나는 전경을 보면서 버스를 타고 시골길을 달리고 있는 것 같아요.”라고 이야기하며 아스라한 기억에 잠긴 듯 표정을 짓기도, 즐거운 추억을 자랑하는 표정을 보이기도 했다. “저는 시원한 수박을 한 번 만들어봤습니다. 어렸을 때 수박을 좋아했어요. 이렇게 잘라서 먹으면 아주 시원하고 맛이 좋습니다.” 처음에는 객관적이고 기계적인 진술만 하였으나 아주 조금씩 자신의 경험을 떠올리며 그것을 이야기 하는 모습이 관찰되었다. 클레이 작업을 보고 다른 사람들이 잘 만들었다며 칭찬하자 남은 걸로 내가 좋아하는 포도도 만들어보겠다고 하면서 큰 포도를 만들었다.

표 22. 활용 된 헤세 텍스트와 창작 텍스트 \_ 사랑을 향한 동경이 피어나다

활용 텍스트	창작 텍스트(원본)	창작 텍스트- 삼행시
『페터 카멘친트』, 김주연 역, p. 39		이번 가을이 햇과일처럼 달콤했으면 부모님처럼 자랐으면

IPB-Hesse-17 텀업활동으로 ‘나무 퍼포먼스’를 했다. 사랑살랑 바람 부는 날, 거친 바람, 태풍, 햇빛이 짹짹 비추는 날 등 다양한 환경에 서있는 나무가 되어보았다. 딱지왕은 “나는 은행나무입니다. 병원 앞에 서있는 은행나무입니다. 바람이 불면 이렇게 흔들거리며 은행을 떨어뜨립니다.”라고 이야기 하면서 팔을 흔들면서 웃는다. “은행나무가 가로수이기 때문에 사람들을 보면서 즐거워합니다.”라는 말도 덧붙인다.

글감은 『페터 카멘친트』 중 ‘거센 폭풍에도 생존과 성장을 위해서 건디는 나무’에

관한 내용이다. 딱지왕은 ‘힘들지만 쓰러지지 않는 소나무’를 떠올렸다. 본인을 나무에 비유해보고 그 나무가 서 있는 배경도 상상해 보도록 했다. 딱지왕은 한참을 생각하더니 드디어 찾았다는 듯 그림을 그렸다. 자신의 그림을 보면서 뿌듯해 하고 있다. 작품 소개를 할 때, “소나무를 그려봤습니다. 나무를 많이 그릴지 한 그루만 크게 그릴지를 고민하다가 크고 굵은 소나무 한 그루를 그렸습니다. 이 소나무는 넓은 들판에 씩씩하게 서있고 가지도 튼튼하고 색깔도 선명합니다. 그리고 햇빛도 잘 비치는 곳에 있어서 아주 튼튼합니다.”라고 이야기 하면서 몇몇 어휘는 힘을 주어서 강조한다. 한 참여자가 “뿌리가 튼튼하고 깊게 박혀있어서 태풍에도 끄떡없겠네요.”라고 말하자 한 그루만 튼튼하게 그린 것을 잘한 것 같다고 응답한다. “이 소나무가 앞으로 도 튼튼하게, 이렇게 잘 자랐으면 좋겠습니다.”라는 소감으로 마무리했다. 프로그램실 정리하는 일을 끝까지 도와주었으며 치료사에게 고맙다는 말을 했다.

IPB-Hesse-18 평소보다 일찍 왔다. 들어오면서 “자꾸 잠이 와서 알람을 맞춰놓고 문학요법 시간이 되기를 기다렸습니다.”라고 이야기한다. 워업활동으로 노래와 율동을 하였다. ‘사과 같은 내 얼굴 예쁘기도 하지요’라는 동요를 부르면서 참여자 한명 한명이 자신에게 다가갈 수 있도록 했다. 딱지왕은 ‘살구 같은 내 얼굴’이라고 표현했으며 “어렸을 때 이 노래를 불렀는데 그때가 생각나네요.” 라고 말하면서 밝은 표정으로 노래 부른다. 그는 부끄러워하면서 율동까지도 잘 따라한다.

이어서 헤세의 시어들로 짜깁기 시 쓰기를 했다. 지금의 마음 또는 와 닿은 시구를 골라서 9행의 시를 쓰고 제목은 직접 지어보기로 했다. 딱지왕은 시행들을 배치했다가 고개를 갸우뚱하더니 시행을 옮기기도 하고 한참동안 고민하는 모습이다. 혹시 치료사의 이야기를 잘못 알아들었을 수도 있을 것 같아서 다시 한 번 9행, 3연으로 된 시를 쓰자고 이야기 해 주었다. 딱지왕은 시 작업에 너무나 몰입해서 치료사의 이야기에 대답을 하지 않고 계속 시행을 옮겨가며 배치하고 있다.

다른 참여자들이 다하고 기다리고 있는 것을 보고는 좀 더 손놀림을 빠르게 했으나 여전히 자신이 원하는 방향으로 하고 있다. 자신이 쓴 시를 본인의 목소리로 들려주고 느낌을 나누는 시간이었다. 딱지왕은 “선생님께서 9행으로 제안했으나 나에게는 모든 문구가 다 소중한데 하나도 뺄 수가 없었어요. 나는 여행이라는 제목을 붙였어

요. 시를 지을 때 처음에는 여행을 떠나는 장면, 두 번째는 힘들기도 하고 어려운 일을 겪기도 하는 모습을 나타내었고, 마지막에는 어머니를 생각하며 사랑의 꽃을 피운다는 내용으로 지었어요.”라고 소개하면서 본인이 지은 시가 마음에 든다고 말한다. 시를 낭송 한 후 “그런데 시를 낭송하고 나니 좀 외로워지는 것 같네요(표정과 언어 사용의 일치를 보임)마지막 부분을 밝게 했는데도 이상하게 좀 그렇네요.” 라는 소감을 이야기하면서 쓸쓸한 표정을 짓는다. 말하는 목소리가 가늘게 떨리고 있다.

보이는 것만을 기계적으로 설명하던 딱지왕은 늘 웃는 얼굴이었다. 그러나 오랜 시간에 걸쳐서 시 작업을 하는 가운데 자신의 삶을 돌아보는 시간을 가졌다. 비록 시어 전체를 본인이 창작한 것은 아니지만 시어를 배치하고 제목을 짓는 작업, 또한 자신의 목소리로 들려주는 활동을 통해서 숨 쉬고 있는 자신을 만나게 되었다.

#### **의미읽기\_ Sozio: 추억 만들기를 위한 새로운 시작**

IPB-Hesse-19를 시작하기에 앞서, 개인면담을 하기 위해 병동으로 찾아갔다. 딱지왕은 다른 환우가 컴퓨터 하는 것을 구경하고 있다. 게임을 좋아하냐는 치료사의 질문에 “저는 게임은 하지 않아요.”라고 답하며 두시에 내려가겠다고 한다. 이야기를 할 때 목소리에 약간의 강약이 생겼으며 표정의 변화도 느껴졌다. 프로그램 시간에 맞춰서 내려왔다. 워업활동으로 스트레칭과 호흡하기, 걷기를 했다. 딱지왕은 자신의 몸에 귀기울여보고 관심이 필요한 부분을 더 오래 움직여 보아도 좋다는 말에 스스로 스트레칭을 하기도 했다.

본 활동으로는 『수레바퀴 아래서』 중, ‘낙숫대만 있으면 강가에 혼자 앉아 하루 종일 있어도 괜찮았다’는 내용의 텍스트를 읽어주고 좋아하던 놀이나 취미활동에 대해 이야기를 나누었다. 딱지왕은 “소년이 낙시할 준비를 하고 있는데 행복해 보여요. 나는 특별히 그런 추억이 없었던 것 같아요.”라고 이야기 하면서 소년을 향한 부러움을 표현하기도, 추억이 없는 스스로를 안타까워하기도 했다.

참여자들과 이야기를 나눈 후 ‘딱지치기’를 해보기로 했다. 딱지를 만드는 것부터 팀 나누기, 규칙 정하기 등 모든 활동을 참여자들이 스스로 할 수 있도록 했다. 딱지 접기를 해 본 사람은 ‘딱지왕’ 뿐이었다. 치료사는 딱지왕에게 작은 성취감과 함께 다

른 사람들과 발맞추는 경험을 맛보게 해 주고 싶었다. “만들어 본 적이 있으니 딱지왕이 좀 설명해 주면서 하는 것이 어떨까요? 다른 분들은 딱지왕의 설명을 들으면서 따라해 보구요.”라고 제안했다. 딱지왕은 잠시 고민하더니 “나는 딱지를 만들어봤어요. 그런데 좀 오래돼서 지금 할 수 있을지를 모르겠어요. 다함께 예전의 기억을 떠올리면서 해보죠. 직접 해 봤던 것은 다시 하다보면 생각이 나더라구요.” 라고 말하면서 다 같이 생각해 보자고 한다. 큰 호응을 하고 딱지왕은 “한번 해보겠습니다. 잘될지는 모르지만 (목소리에 힘을 주고 웃으면서 설명함)” 이라고 말하고는 종이 선택하는 것부터 천천히 설명한다. 평소 본인의 작업에만 몰두했으나 오늘은 다른 사람들이 잘 따라오고 있는지 확인해 가면서 작업한다. 딱지를 다 만든 후에야 종이가 두꺼우면 더 센 딱지가 된다는 것을 알려준다. 그러나 딱지를 더 세게 하기 위해서 종이를 두껍게 하면 좋다는 것은 설명하지 않고 혼자만 그렇게 만들었다. 본인이 만든 특별한 딱지 중 하나를 상대팀의 일반딱지와 바꾸자고 한다. 팀원들과 순서를 정하는 과정에서 적극성을 보인다.

“오랜만에 했는데 딱지를 잘 만들 수 있어서 좋았고요, 다른 사람들도 잘 따라와줘서 좋았습니다.” 라는 소감으로 마무리했다. 항상 자기작업에만 몰두하던 딱지왕은 이번 활동을 통해서 다른 사람들에게도 눈길을 주게 되었으며 다른 사람들의 수준에 맞추어서 이야기하기도 했다. 또한 ‘할 수 있다’는 자신감을 갖게 되어 축 쳐져있던 어깨에 힘이 들어가는 시간이었다.

IPB-Hesse-20 『수레바퀴 아래서』 중, 수확의 기쁨을 묘사한 부분을 들려주었다. 치료사가 준비해 간 단풍을 나누어주고, 산사과도 나눠먹었다. 누군가가 단풍과 낙엽에 대해 이야기하자 딱지왕은 나뭇잎을 가리키며 “이것은 단풍이 아니고 낙엽입니다. 단풍은 빨강고 나무에 달려있는데 이것은 그냥 떨어진 낙엽입니다. 색깔도 많이 빨강지 않고 낙엽을 보니까 저도 좀 우울합니다.” 라는 말을 하며 자신의 감정을 표현했다.(중략) “그런데 나는 특별한 기억이 나지 않습니다. 나는 도시에서 살아서 어렸을 때 공부만 했습니다. 재미있는 것이 없었습니다. 특별히 이야기 할 것이 없습니다.” 라고 어두운 표정으로 말하고는 먹던 사과를 내려놓는다. 딱지치기를 한 이후로 다른 사람들의 이야기에 귀 기울인다. 참여자들이 과일에 얹힌 추억을 웃으면서 이야기



할 때 딱지왕은 고개를 끄덕이곤 한다. “나도 그런 추억이 있었으면 좋겠습니다. 추억이 있었다는 것 자체가 부럽습니다.” 라고 마음을 전한다. 서로 나누기 한 느낌을 2행으로 표현하여 공동시 짓기를 했다.

처음에는 4행으로 썼으나 공동 작업을 할 때 다른 사람들과 맞추어서 2행으로 줄였다. “오늘은 가족이 많이 생각나네요.” 라는 소감으로 마무리했다.

표 23. 활용 된 헤세 텍스트와 창작 텍스트 \_ 삶을 향한 의지가 싹트다

활용 텍스트	창작 텍스트(원본)	창작 텍스트- 삼행시
『수레바퀴 아래서』, 김재혁 역, p. 187	사과 익을 때 한가위 생각나 가족들 하고서 보내된 시간들	사과 익을 때 한가위 생각나 가족들하고 하나 된 시간들

**개별면담 2:** 딱지왕 스스로가 느끼는 변화에 대해 물어보았다. “네, 저도 좀 바뀐 것 같아요. 좀 긴장도 덜하게 되고 다른 사람하고 이야기도 하고 그래요.” “그런데 좀 우울해 질 때도 있어요. 나는 재미있거나 좋은 추억이 별로 없었어요. 공부만 했어요. ...그래서 일을 할까 해요” 라고 말한다. 치료사는 딱지왕의 이야기에 지지해주었다. 지금의 모습을 보니 일도 잘할 수 있을 것 같다고 격려하였으며 문학요법에 참여해서 이야기를 들려주고 싶을 때나 답답한 것이 있을 때면 언제든지 오라고 하였다. 딱지왕은 추억이 없음을 탓하거나 좌절하지 않고 스스로 추억을 만들어가겠다고 한다.

IPB-Hesse-21를 시작하기 전 딱지왕에 대한 관찰일지를 보았다. 혼자 이야기 하며 웃는다는 관찰기록은 없었다. 예전보다 활발해졌으며 가끔씩은 다른 환우와도 이야기를 한다고 되어 있었다. 프로그램에는 일찍 왔다. 방송을 하지 않았지만 시작 시간이 되기를 기다렸다고 한다. 오늘은 시간이 났지만 이제 일을 할 것 같다고 다소 들뜬 목소리로 이야기한다. 헤세의 치유길 사진을 감상했다. ‘전원풍경을 위에서 내려다 본 사진’이 가장 인상적이라고 하면서 뭔지는 모르겠지만 좀 아늑해 보인다는 말을 덧붙인다.

본 작업으로 ‘가장 아늑하고 편안함을 느꼈던 공간을 떠올려 보고, 그 속의 나를 마주하는 작업’을 하였다. 딱지왕은 “가장 편안했던 공간을 떠올렸다. 제주도에서 길



을 잃었을 때다. 아무도 없고 불안하기도 했었다. 가방을 두고 와서 가진 돈도 없었다. 그런데 가장 위로가 되는 공간이나 편안한 공간을 떠올리라고 하니 좀 전에 보았던 것과 겹쳐지면서 그때가 생각났다. 그림은 ‘저녁바다에 달이 떠오른 모습’의 그림이다. 그렇지만 다시는 그 공간을 만날 수 없다. 지나간 과거이고 내가 제주도에 다시 갈 수 있을지도 모르고 또 그 장소도 어디인지 모르기 때문이다” 라고 자신의 이야기를 들려준다. 이번 시간이 마지막이 될 수도 있을 것 같아서 치료사는 몇 가지 질문을 하면서 딱지왕의 이야기를 이끌었다. 치료사는 “배경을 아주 잘 기억하셨는데 조금만 더 찬찬히 그 속에서의 느낌을 떠올려 볼 수 있을까요? 무엇이 나를 위로했는지?(수용적)” 라고 하자 잠시 생각에 잠기더니 “잘 모르겠어요. 그렇지만 거기는 나한테 뭐라고 하는 사람이 없고 간섭하는 사람도 없어서 편안했던 것 같아요.” 라고 대답한다. 최근에도 그와 비슷한 느낌을 받는 장소나 경험이 있는지를 물었더니 “잘 떠오르진 않는데 한 번 생각해 보죠.” 라고 말한다.

“뭐 좀 생소하긴 한데 괜찮았습니다.” (웃음)는 소감으로 마무리했다. 이야기를 하는 딱지왕이 어떤 체험을 하고 있는지 얼굴에 비춰지고 있었다. 길을 잃었던 순간에는 스스로 생각하고 결정해야 됐으며 이런 과정이 딱지왕에게는 두려움을 넘어서 해방감으로 다가왔다. 자신을 돌아보는 시간이 되었으며 딱지왕은 이번 작업을 통해서 그때의 경험을 긍정적으로 재경험하고 있었다.

#### 4) 목소리를 찾은 인어공주, 네잎 클로버

표 24의 체험내용은 IPB-Hesse 참여 중 네잎 클로버가 했던 구어표현에서 추출하였으며, 회기 순서대로(시간의 흐름)정리하였다. 감정을 보여서는 안 된다고 생각했던 참여자가 눈물의 의미를 경험하는 과정을 볼 수 있었다. 네잎 클로버의 행동과 말의 정황, 개인면담자료와 의료진 관찰일지내용을 분석하여 본질적 주제를 중심축으로 맥락화 하였다. 주제중심으로 해석한 내용을 현상학적 글쓰기로 정리하였다.

표 24. 치료프로그램 체험일화 기술 표 (체험회기4~10, 개별면담 4회)

체험 회기	참여자의 문학치료적 체험 텍스트 및 표현	체험 및 표현에 대한 소재	치료 주제	치료 영역
개 인	네, 알겠습니다.	무조건적 긍정	말 잘듣는 아이	B I o
4	그냥 보기만 하러 왔어요. 기대되네요.(경직) 사실 여기 안 오려고 했는데 와서 이야기도 하고 그림도 그리고 움직이니깐 좋네요.	두려움과 기대		
개 인	방송이 안 들려서 오는 시간을 놓쳤어요. 이야기를 할 수 있어서 좋아요	치료사에 대한 신뢰	울어도 관찰을까 요?	P S Y C H O
6	같이 오기로 했던 언니가 잠에서 깨지 않아서, 궁금해서 혼자 왔어요. 처음에는 즐거웠는데 왜 이야기를 하다 보니 눈 물이 나는 거죠? 저번에도 눈물이 나려는 것을 꼭꼭 참았는데...다른 사람한테 방해가 될까요. 정말 힘들었어요. 그럼 울어도 돼요?	감정의 꿈틀거림을 느낌		
7	편안해요. 내가 정한 ‘숨사탕’보다 **님이 정한 ‘고무줄’이 더 좋은 것 같아서 제목을 이렇게 정했어요. 즐거웠던 추억들을 떠올릴 수 있어서 기분이 가 벼워졌어요.	주변에 대한 경계를 허물기 시작	새로운 기쁨	S O Z I O

8	마음을 이해해 주는 것이 필요한 것 같아요. 마음이 중요한 것 같아요. 이야기를 하면서 선녀도 자신의 기분을 표현했더라면 좋았을텐데...하는 생각이 들어요.	거리두기의 경험	마음을 이해한다는 것	P s y c h o
9	엄마가 나한테 화해한다고 내 이름을 불렀었는데 내가 무시했던 것이 기억나요. 엄마한테 너무 미안하고, 하고 싶은 말이 많은데 아직 못했어요. 눈물이 나와서 놀랬지만 기분이 후련해요.	가장 하고 싶은 말, 듣고 싶은 말		
개 인	감정표현을 절대 해서는 안된다고 생각했는데 그것이 잘못된 생각이었다는 것 같아요. 언니와 어렸을 때 이야기도 하고 즐거운 시간을 보냈어요.	병원 밖에서의 즐거운 경험	작은 용기의 실천	S o z i o
10	자신을 돌아보라고 말하는 것 같아요. 이제 예전에 하던 일이나 다른 뭔가를 준비해야겠어요. 손재주가 없지만 병실에 있는 할머니한테 뜨개질하는 것도 꼭 배워서 되원할거예요.	하고 싶은 것이 생김		

※ 36세, 여성, 만성조현병 환자

### Bio\_치료사의 의미읽기: 목소리를 잃은 인어공주

**개별면담 1:** 병실 앞 복도에서 처음 만났다. 치료사가 먼저 인사를 했으며 네일 클로버는 멈칫하더니 “네”라고 짧게 답한다. 치료사가 말을 붙일까봐 두려운 듯 지나가버린다. 돌아가는 길에 그녀와 눈이 마주쳤다. 잠깐 동안 이야기를 나눌 수 있겠냐는 말에 “네, 그런데 짧게요”라고 말하며 ‘움짤’ 경계하는 몸짓을 한다. 시 한편을 드리고 싶다고 했다. “이거 정말로 주는 거냐고 하더니 「행복」이라는 시를 고른다. 참여자가 부담을 느끼지 않도록 치료사의 목소리로 한 번 낭송 해 주고는 문학요법 프

로그래를 간단하게 소개했다. 네잎 클로버는 “재미있겠네요. 한 번 가볼게요” 라고 대답했다. 누군가 다가오는 것을 경계하는 듯 느껴졌으며, 지나치게 경직되어 있었다. 그녀는 ‘목소리를 잃어버린 인어공주’였다.

### Psycho\_치료사의 의미읽기: 눈물을 머금은 구름

IPB-Hesse-4 40대 여성 참여자를 앞세우고 들어온다. “그냥 언니랑 보기만 하러 왔어요.” 라고 말한다. 치료사가 맞이하기도 전에 녹음된 안내음성이 나오듯 기계적으로 이야기한다. 그녀는 똑바로 서서 굳은 자세이다. 스트레칭을 할 때 아주 작은 동작으로 따라한다. 치료사가 가까이 가려고 하면 움찔하고 놀란다. 호흡하기를 하는데 숨을 잘 쉴 수가 없다고 한다. 치료사는 “천천히 해보셔도 좋고, 쉬고 싶으면 쉬어도 됩니다.” 라고 말한 뒤 다른 참여자에게로 시선을 돌렸다.

이번 시간의 활용텍스트는 『페터 카멘친트』의 일부이다. 늘 새로운 발상과 시도를 하는 콘라트 카멘친트이지만 항상 실패하고 조롱받는 모습이다. 텍스트를 들은 후 네잎 클로버는 “주인공이 풍량을 만날 것 같아요. 그런데 무사히 항해를 마쳤으면 좋겠어요.” 라는 바람을 이야기한다. 오늘은 프로그램에 처음 참여한 사람들이 많아서 글쓰기는 하지 않고 제시한 텍스트에 대한 스토리텔링에 시간을 많이 할애하였다.

콘라트 카멘친트가 항해를 떠나는 장면을 떠올리며 참여자들의 기원을 담은 공동화 그리기를 하였다. 네잎 클로버는 혼자서는 못하겠다고 하며 함께 온 참여자에게 같이 하자고 한다. 앞에 나가는 것은 힘들어했지만 나가서는 거침없이 색칠한다. 푸른 바다에 명암을 넣어서 바다의 깊이를 표현했으며 뜻은 희망을 나타내는 개나리색으로 색칠했다고 소개한다. 이야기하는 내내 무표정했으며, 눈치를 보는 듯하다. 무사 항해를 마친 카멘친트(참여자)의 기분을 동작으로 표현했다. 네잎 클로버는 주위를 살피다가 오른팔만 슬쩍 들고 있다.

활동 후 프로그램 참여소감을 이야기할 때 “사실 여기 안 오려고 했었는데 와서 이야기도 하고 그림도 그리고 움직이니깐 좋네요.” 라고 말했다. 프로그램 초기와 달리 경계심이 누그러진 참여자에게서 생기가 느껴졌다. 다시 숨쉬기를 해 볼 수 있겠냐는 말에 소리 내어 날숨을 쉰다. 참여자에 대해 특별한 관심을 보이지 않았던 것이

참여자에게는 편안한 공간으로 다가 온 것 같다.

**개별면담 2:** 다음시간에도 꼭 오겠다고 했으나 프로그램에 참여하지 않은 네잎 클로버를 찾아가 보았다. 치료사를 보고 무표정하게 “지난 시간에 못 갔어요. 방송이 안 들려서 가는 시간을 놓쳤어요.” 라고 한다. 다음 주에는 방송이 나오는 것을 잘 듣겠다고 덧붙인다. 네잎 클로버는 야단맞을까봐 뭔가를 변명하는 아이처럼 긴장 해 있다. 치료사는 “아, 그랬구나. 소리가 많이 작았나보네요. 다른 분도 잘 안들렸다고 하더라구요. 방송 소리를 조금 더 크게 해달라고 부탁드립니다. 다음 주에 혹시나 시간이 되면 오세요.” 라고 인사하고 헤어졌다. 치료사는 가능한 부담을 주지 않으려고 ‘무심한 듯’ 이야기했다.

IPB-Hesse-6 조심스럽게 문을 열고 들어온다. 지난번에 왔던 언니에게 같이 가고 했는데 잠에서 깨지 않는다면 궁금해서 혼자 와봤다고 한다. 음악 들으며 걷기를 했다. 몸은 경계태세를 갖춘 군인처럼 뻣뻣하다. 이어서 유년의 추억을 떠올릴 수 있는 헤세의 시를 들려주었다. 네잎 클로버는 똑바로 앉아서 꼼짝도 하지 않고 시에 집중한다. 유년의 즐거웠던 장면을 떠올려서 표현해 보자는 말에 네잎 클로버를 만들기 시작한다. 음악을 듣자마자 이상하게도 이 장면이 떠올랐다고 한다. 클레이로 클로버를 만들면서 참여자는 서서히 (경계태세를 풀고)이야기 속으로 들어가고 있었다. 한 명씩 작업한 것을 소개하는 시간이었다. “친구들과 무슨 이야기를 했는지는 기억이 안 나는데 이때는 모두 다 아주 즐겁게 깔깔깔 웃었어요. 너무 재미있었어요. 네잎 클로버 발이었는데 이불처럼 폭신평신했고 하얀색 꽃도 폈었어요.” 라고 이야기 하면서 목소리가 들뜨기도 하며, 잠깐 잠깐 미소를 짓기도 한다. 아주 상세하게 그때의 기억과 느낌을 묘사한다. “그런데 처음에는 즐거웠는데 왜 이야기를 하다 보니 눈물이 나는 거죠? 저번에도 눈물이 내려는 것을 억지로 참았는데...” 치료사는 감정표현의 자유로움에 대해 이야기 해 주었다. 자기가 울면 다른 사람들에게 방해가 되어서 프로그램진행이 어려울 것 같아서 꺾꺾 참았다고 한다. 많이 힘드셨겠다고 했더니 “정말 힘들었어요. 그럼 울어도 돼요?” 라고 물어온다.

네잎 클로버는 뭔가를 확인 받고자 하는 아이처럼 놀람과 약간의 두려움(안 된다

고 할까봐), 기대가 섞인 목소리다. “그러면 내가 울고 싶을 때 울어도 되겠네요.” 라고 한 번 더 확인 하는 목소리에는 기쁨의 전율이 감돈다. 표정이나 자세는 여전히 경직되어 있지만 보호받고 있음에 대한 믿음이 느껴진다.

### Sozio\_치료사의 의미읽기: 1 + 1 = 더 큰 1

IPB-Hesse-7 치료실로 들어오는 네잎 클로버의 표정이 화사하다. “다른 분들한테도 가자고 말했는데 오지 않네요.” 라고 말한다. 오늘은 혼자 온 것에 대해 불안해하지 않는다. 워업활동을 할 때 목을 조금씩 돌리기 시작한다. 활동 후 편안하다는 소감을 말한다. 겁먹은 듯한 눈빛, 경계하는 듯한 눈빛에 안도감이 찾아들고 있다.

『청춘은 아름다워』 중, ‘고향으로 돌아오는 주인공의 감회를 담은 대목’을 들려주었다. 특별히 생각나는 기억은 없다고 했으나 다른 사람의 이야기를 듣고 자신도 생각나는 것이 있다고 하며 자발적으로 이야기한다. 유년의 이미지를 솜사탕으로 표현하였으며 이번 시간에는 자신의 이야기보다 다른 참여자의 이야기에 경청하고 공감하는 모습을 보인다. 그룹 작업을 하고 제목을 정하는데 자신이 제안한 ‘솜사탕’보다 다른 참여자의 “고무줄”이 좋은 것 같다며 그것으로 하자고 제안한다.

일방적으로 이야기하는 것을 넘어서 소그룹으로 의견을 나누며 서로의 이야기에 지지해 주는 경험을 하게 되었다. 참여자들은 경계와 두려움으로 인해 굳게 닫아 두었던 문을 스스로 열고 있다.

### Psycho\_치료사의 의미읽기: 나와의 화해

IPB-Hesse-8 치료실로 들어오는 네잎 클로버의 표정이 어둡다. 오늘의 컨디션이 어떤지 물어보았다. 같은 병실에 있던 언니가 퇴원을 했는데 잘 지낼지 걱정된다고 한다. 아직 퇴원하고 싶지 않은데 어쩔 수 없이 가게 되었다고 한다. 지나치게 조바심 내는 듯 했으나 워업활동을 하면서 조금씩 안정을 찾고 있다. 호흡하기를 할 때 숨을 깊게 마시고 내뿜는 것이 가능해 졌으며 스스로도 많이 좋아진 것 같다고 한다. 앉아 있을 때는 다소 경직된 자세이지만 이야기 할 때나 동작으로 표현할 때 자신의

목소리를 듣고 행동을 떠올릴 수 있는 여유를 갖기 시작하였다.

본 활동에서는 헤세텍스트가 아닌 다른 자료를 활용하였다. 병원 생활을 오랫동안 하고 있는 모든 참여자들이 다른 사람들과 의견을 교환하고 수렴해 가는 경험을 한 적이 없다. 일방적인 지시에 익숙해 있었으므로 치료사는 서사가 명확하며 자신의 경험을 꺼내지 않아도 될 「선녀와 나무꾼」 이야기를 텍스트로 활용하였다. 선녀와 나무꾼 두 인물 중 더 공감되는 인물을 정하고 그 이유를 말하도록 했다. 네잎 클로버는 선녀와 나무꾼이 서로 조금씩 양보하고 배려해서 잘 살면 좋겠다고 한다.

이어지는 작업으로 ‘긍정적인 결말이 되기 위한 전환점을 찾아서 재구성하는 활동’을 했다. 네잎 클로버는 “나무꾼이 선녀의 옷을 훔친 것이기 때문에 처음부터 잘못됐다. 선녀에게 필요한 것은 마음을 이해해 주는 것이다. 그렇게 하면 아이가 둘이라도 떠나지 않았을 것이다. 마음이 중요한 것 같다.” 고 하며 자신의 느낌과 의견을 조리 있게 말한다. 토의 후에는 “이야기 하면서도 사실 내가 잘 하고 있는지 걱정이 되기도 했지만 그래도 다른 사람들 앞에서 내 의견을 이야기 하고 서로 생각을 맞춰가는 것이 너무 좋았어요.” 라는 소감과 함께 “이야기 하면서 선녀도 자신의 기분을 나무꾼에게 솔직하게 표현했으면 좋았을텐데...” 라는 생각이 들었다고 덧붙인다. 텍스트에 대한 자신의 이야기를 하면서 텍스트를 응시하고 있는 또 다른 나를 발견하는 시간이었다.

IPB-Hesse-9 헤세의 「어머니에게」 시를 들려주었다. 가장 다정하게 나를 불러주던 사람을 떠올리고 그때의 이야기를 들려주는 활동을 하였다. 네잎 클로버는 “엄마가 나한테 화해한다고 내 이름을 불렀었는데 내가 무시했던 것이 생각나네요. 엄마한테 미안합니다.” 라고 말한다. 처음에는 치료사를 보면서 또렷한 목소리로 이야기했으나 자신을 부르는 엄마와 그 목소리를 외면하는 그때의 기억을 마주하면서 고개를 숙인다. 참여자들이 그때의 엄마의 심정을 느끼며 이름 불러주기를 해 주었을 때 “엄마, 더 열심히 병원 생활할게요. 빨리 나갈 수 있도록. 엄마한테 너무 미안하고, 하고 싶은 말이 있는데 아직도 못했어요. 사랑한다는 말을 하고 싶었는데” 라는 말을 하면서 눈물을 흘린다.

한동안 소리 내어 울도록 우리는 기다려주었다. 네잎 클로버는 “후련해요. 감정표

현을 절대 해서는 안된다고 생각했었는데 이제 그것이 잘못된 생각이었다는 것을 알게 되었어요. 눈물이 막 나와서 좀 놀랐지만 기분이 후련하기도 해요.”

오랫동안 참아왔던 감정이 문학치료 프로그램에 참여하면서 조금씩 새어나오기 시작한다. 이번회기에서는 슬픔을 표현했을 때 그렇게 큰 일이 일어나지는 않는다는 것을 확인했으며 오히려 후련함을 경험하는 시간이었다.

**개별면담 3:** “울면 안 된다. 너 때문에 엄마가 못살겠다. 창피하다. 조용히 좀 있어라” 이런 말들이 참여자가 그동안 들어 온 이야기들이다. 참여자는 어디에서나 표현하지 않고 참아야 했으며 다른 사람들에게 불편을 주지 않는지 눈치를 봐야 했다. 조금만 실수해도 누군가 자신을 비난한다고 생각해서 늘 경계하고 조심스럽게 행동했으나 이제야 알게 되었다고 한다. 네잎 클로버는 감정이란 억누른다고 사라지거나 해소되는 것이 아님을, 또한 억압된 감정들이 삶의 기쁨을 잠식하고 있었음을 깨달아가고 있다. 그것은 표현되었을 때 내 몸에서 소산될 수 있다. 또한 내가 화내거나 운다고 해서 다른 사람들에게 큰 피해를 주거나 문제 상황이 발생하는 것만은 아님도 확인하게 되었다.

### Sozio\_치료사의 의미읽기: 목소리를 찾은 인어공주

IPB-Hesse-10 환한 미소를 지으며 들어온다. 세월호 사고가 있고 얼마 지나지 않은 때라 불안과 분노를 호소하는 환자들이 많다. 그러나 네잎 클로버는 슬픔을 덮을 만한 즐거운 일이 있는 듯하다. 워업활동을 한 뒤 “기분 좋아요. 기뻐요” 라는 표현을 한다. 특별한 이유가 있는지 물었더니 퇴원계획이 있어서 기분이 좋다고 한다. 지난번 외박을 나갔을 때 가족들과 즐거운 시간을 보냈다고 한다. 가족들이 조금만 더 있다가 퇴원하자고 해서 며칠 동안 퇴원 후의 계획을 세우느라 즐겁다고 말한다. 언니랑 옛날이야기도 나누고 웃기도 많이 웃었다고 하며 그렇게 오랫동안 언니와 이야기를 나누는 적이 없었으며 언니가 문학요법을 공부할 거라고 한다. 네잎 클로버는 다른 사람이 이야기 할 때 고개를 돌려서 눈을 쳐다보았으며 공감의 표현을 하게 되었다.

헤세의 『데미안』 서문을 들은 후 “자신을 돌아보라는 말을 하는 것 같아요. 힘들



지만 자기가 진심으로 원하는 것을 표현하고 돌아보기도 하라는 것 같아요.” 마지막 소감을 이야기 할 때 “여전히 기분이 좋아요. 이제 좀 용기가 나요.” 라고 하며 퇴원에 대한 희망과 극복의지를 다졌다.

**개별면담 4:** “문학요법을 하면서 정말 많이 좋아진 것 같아요. 그리고 한 번 참여 하면 그것이 굉장히 오래 가는 것 같아요. 하루 종일 생각나고 잊었다가도 떠올리고, 언니랑도 오랫동안 어렸을 때 이야기를 하고, 즐거운 시간을 보냈어요. 보는 사람마다 좋아진 것 같다고 해서 이제 예전에 했던 일이나 다른 뭔가를 준비해야겠어요. 용기를 내고 싶어요. 또 손재주가 없지만 같은 병실의 할머니한테서 뜨개질 하는 것을 꼭 배우고 싶어요.”라는 참여 소감을 이야기 하면서 삶을 향한 실천의지를 밝혔다.

## 5) 프로그램 참여 전과 후의 BPS-Modell에 준거한 변화

치료사는 BPS-문학치료 체크리스트의 항목에 따라 참여자를 관찰하였으며 점수를 부여하였다.

IPB-Hesse의 임상적용 효과를 가시적으로 보여주기 위해서 관찰 척도를 1-10점까지 10단계로 세분하였다. 관찰항목에 대해 갖추어지지 못했을 때 지지필요(1-3점)로, 노력하는 모습이 의료진 관찰일지에 기록되어 있거나 가시적인 변화가 있었을 경우에는 보통(4-7점)으로, 자발적이고 지속적인 실천이 이루어지는가에 따라 양호(8-10점)로 구분하였다. 영역별 10문항이었으며 영역별 최하점수의 합계는 10점, 최고점수의 합계는 100점이다. ‘참여 전’ 관찰은 참여자가 문학치료 프로그램에 참여하게 된 첫 시간에 이루어졌으며, ‘참여 후’ 관찰은 참여자별 마지막 회기 즈음에 이루어졌다. 양적 통계분석처럼 변화의 유의미성을 판단하는 것이 목적이 아니라, ‘질적 변화와 의미읽기’ 결과를 한눈에 보여주기 위한 보조적인 결과이다.

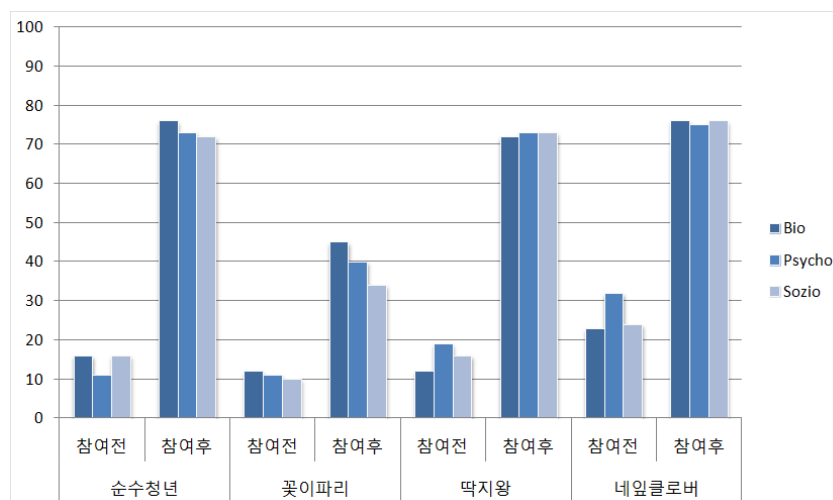


그림 17. 프로그램 참여 전과 후의 BPS-Modell에 준거한 변화

‘순수청년’은 네 명의 참여자 중 참여시간이 가장 길었던 대상이다. ‘누군가가 자신을 해치려 한다.’는 망상과 피해의식이 강했으며 사람과 사회에 대한 불신도 컸다. 귀

신이 보인다는 두려움으로 밤낮의 생활이 바뀌었으며 잠을 쫓기 위해 커피를 20-30잔씩 마시고 도박성 게임도 자주 하였다. 부정적인 사고와 언어표현, 몸짓을 하였으나 ‘순수청년’은 발병 이전에 평범한 직장생활을 했으며 인지력도 좋은 편이었다. 프로그램 초기에는 머리로만 받아들였으며 보여주기 위한 표현들을 했다. 시간이 흐르면서 정서와 인지가 상호 작용하기 시작했다. 본인의 변화의지도 높았으며 프로그램이 진행되는 동안의 변화도 가장 큰 참여자였다.

‘꽃이파리’는 지적장애 진단을 받은 만성조현병 환자이다. 말을 심하게 더듬는 관계로 다른 사람들과의 대화가 거의 이루어지지 않았다. 치료사도 ‘꽃이파리’의 발음을 알아듣기 위해 녹음을 하고 음성을 다시 들어보는 등 많은 노력을 하였다. 활동을 할 때 다른 참여자들로부터 따돌림이나 상처를 받지 않도록 하기 위해서 모든 참여자들에게 이야기 하는 시간을 동일하게 주었다. 네 명의 임상대상자 중 가장 변화가 늦게 나타났다. 오랜 시간동안 관계, 소통이 없었기 때문에 프로그램 초기의 ‘꽃이파리’는 ‘좋아요’라는 표현만 하였다.

1점에서 2점으로 변화하기까지 오랜 시간이 걸렸지만 다행스럽게도 ‘꽃이파리’는 병원 담당자의 말을 전적으로 따랐으며 외박, 외출을 하지 않는 관계로 프로그램에 빠지지 않고 참여할 수 있었다. 초기에는 기억의 매트릭스 자체가 없다고 여겨질 정도였으나 차츰 가족에 대해서 떠올리거나 다른 참여자의 행동을 모방하기 시작했다. ‘모방’은 ‘공감’의 작은 실천이다. ‘모방’을 하면서 꽃이파리는 스스로 뿌듯함을 느꼈으며 과거와 현재, 미래의 연속성을 인식할 수 있었다. 프로그램 후기에는 다른 사람의 이야기를 듣고 반복하던 ‘반영적 돌려주기’에서 자신의 기분과 기억으로 돌려주는 ‘상호공감나누기’가 가능하게 되었으며 가끔씩 ‘-와 같은’, ‘-처럼’ 이라는 비유적 표현을 하게 되었다.

‘딱지왕’은 축 처진 어깨에 시선은 아래 또는 허공을 향했으며 언제나 웃는 표정이었다. 화가 난 표정을 짓는 활동에도 웃는 눈을 손가락으로 당겨서 표정을 연출했으며 높낮이나 강약이 없는 어투에도 얼굴은 웃고 있었다. ‘딱지왕’은 인지력과 기억력이 뛰어났으나 마음으로 공감하거나 감정을 표현하지 못했으며 그가 ‘이해한다’는 것은 ‘외워서 말할 수 있음’을 의미했다. 치료사가 들려주는 텍스트를 듣고 자신의 기억 작업을 하고 자신의 목소리를 들으면서 조금씩 고개를 가우뚱 하기 시작했다. 한동안

웃는 얼굴이 사라지기도 했으며, 어두운 표정이 스치기도 했다. 기억이나 추억이 없다고 소개했으나 조금씩 추억이 없음에 대한 부정적인 감정들이 살아나고 있었다. 그러나 문학치료의 장점인 ‘적극적인 수용’과 ‘평가하거나 판단하지 않음’은 참여자가 우울감에 휩싸이지 않고 스스로 극복의지를 갖게 하였다. 다른 사람과의 상호공감나누기가 활발히 이루어지지 못했으나 ‘딱지왕’은 사회복귀에 대한 자신의 각오를 이야기 하고 실천하게 되었다.

‘네잎 클로버’는 첫 만남에서 아주 강한 자기방어와 경계를 하였으나 인지적인 수준은 다른 참여자에 비해 높은 편이었다. 어느 한 사람에게 치우치지 않고 동일하게 이루어진 ‘말할 수 있는 기회’와 ‘수용 받는 경험’이 네잎 클로버의 경계심을 녹이기 시작했다. 텍스트에 대한 자신의 이야기를 함으로써 참여자는 이전에 경험하지 못했던 내면의 울림을 느꼈으며, 자기 스스로 감정을 억압하고 있었음을 깨닫게 되었다.

네잎 클로버는 화, 슬픔, 분노라는 부정적인 감정을 갖는 자체가 ‘죄’라고 생각했으나 누구나 느끼고 표현하는 자연스러운 감정임을 체험하는 순간부터 달라지기 시작하였다. 그동안 스스로를 억압하고 가두고 눈치 보면서 가족들에게 ‘천덕꾸러기’가 되지 않으려고 애썼으나 자신이 가진 창의성과 명랑성을 장점으로 활용하여 삶에 대한 활력을 찾기 시작했다.

BPS영역은 상호보완적으로 작용하는 것으로 참여자들은 어느 한 영역이 강화되면서 다른 부분에도 자신감을 가질 수 있었다. IPB-Hesse는 참여자들이 ‘누구에 의해서’가 아닌, 스스로 지각하고, 스스로 판단하며, 스스로 창의하는 삶을 계획하고 실천하는데 밑거름이 되었다.

## 2. 그룹연대감을 토대로 한 공감정도와 인식변화 과정

문학치료는 참여자간의 공동연대를 일으켜서 치유적 역동으로 이어질 수 있도록 하는 것이 기본 원리이며 중요 기술이다. 따라서 문학치료 현장에서는 치료 시작부터 마무리까지 전반에 걸쳐서 공감하기와 상호공감나누기의 모습을 볼 수 있다. 연구자는 본 논문을 준비하는 과정에서 ‘공감과 상호공감나누기’의 치유력을 절감했으며 문학치료의 관점에서 공감과 상호공감에 대한 이론이 필요함을 느꼈다. 이런 이유로 본 논문을 준비하는 과정에서 ‘문학치료 임상에서 공감나누기의 치료적 기능과 의미’라는 소논문을 집필한 바 있다(조희주, 2015). 본 절은 참여자의 공감정도와 인식변화의 과정에 따른 그룹 역동을 보여 준다. 프로그램 참여기간이 길어질수록 참여자들은 세계와의 단절 속에서 ‘나’를 인식하고 ‘너’에 귀 기울이며 ‘우리’의 의미를 찾아가고 있었다.

### 1) 참여자의 공감체험 단계

문학치료 프로그램을 통한 공감반응은 치료사와 치료공간에 대한 공감에서 시작한다. 문학치료 공간은 일반적인 대면상담이 이루어지는 공간과는 차이가 있다. 참여자를 따뜻하게 감싸주고 자신이 보호받는다느 느낌을 가질 수 있는 공간이어야 되며 치료사 또한 참여자의 의견을 전적으로 수용하고 존중하면서 그들이 믿음을 갖도록 해야 한다. 이것은 대부분의 상담에서 중요하게 여겨지며 특히 문학치료에서는 전 과정에 걸쳐서 기본적으로 이루어질 필요가 있다. 치료사와 치료공간에 대한 공감은 IPB-Hesse에서도 중요하게 여겼던 부분이다.

대부분의 상처는 관계에서 발생한다. 이것은 대상에 대한, 또는 상대에 대한 공감이 이루어지지 못한 것에서 출발한다. 따라서 문학치료는 관계로 인한 상처를 관계회복의 체험으로 풀어갈 수 있도록 도와야 한다. 연구자는 문학치료 현장에서 이루어지는 공감의 유형을 다섯 단계로 나누어 제시한다. 치료공간에 대한 치료사와 참여자의 공감이 첫 번째로 이루어지는 공감이며 그 이후의 과정을 그림으로 나타내면 그림 18과 같다.

공간 공감의 형성이 이루어진 이후, 참여자는 치료사가 들려주는 텍스트(Text)에 대한 동일시, 즉 정서적 공감(Emotional Empathy)을 준비하게 된다. 동일시는 내면화 작업이 일어나기 위해서 반드시 필요한 과정으로 공감적 관계의 이면에 작동하는 기제라고 할 수 있다. 치료사는 정서적 공감을 이끌기 위해서 참여자의 연령, 인지, 정서, 관심 분야 등을 고려한 텍스트를 준비해서 보여주었으며 이때 일어나는 정서적 공감이 활성화 되어 자기작업을 가능하게 한다. 또한 정서적 공감에는 텍스트에 대한 동일시 뿐 아니라, 글을 쓰는 과정에서 일어나는 기억의 환기도 포함된다(조희주, 2015).

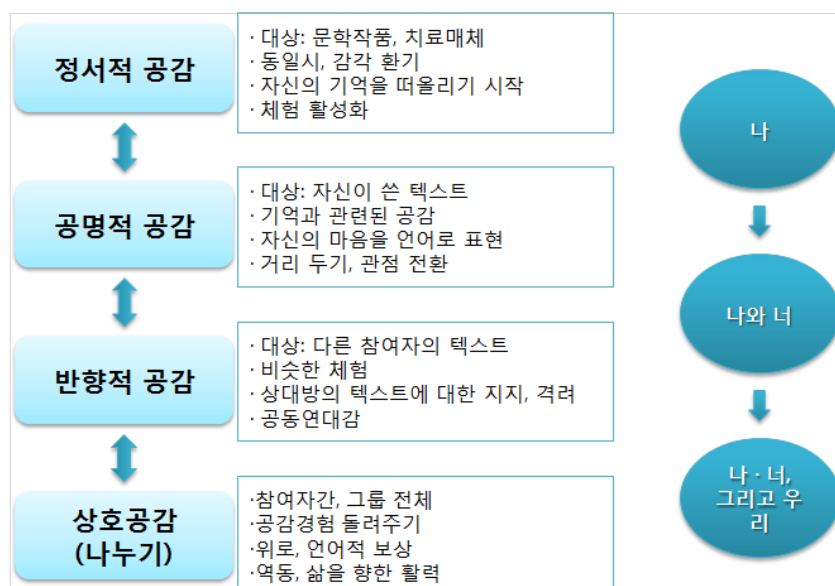


그림 18. 문학치료의 공감작용과 인식단계

텍스트에 대한 정서적 공감이 이루어진 이후 참여자는 스스로 자신의 기억 속에 남아있는 흔적을 들여다보는 과정과 자신이 쓴 글을 읽고 글에 대한 해석을 할 때 느끼는 내면화 과정을 경험한다. 참여자는 자신이 쓴 텍스트를 소개하면서 내면의 서사기회를 갖게 되고, 공명(Resonance)을 경험하였으며 몸속에서 올라오는 수많은 상징이나 이미지에 의미를 부여하게 된다. 공감이라고 하여 끊임없이 공감반응이 표현되는 것은 아니다. 치료사는 참여자가 경험하는 ‘공감의 침묵’을 이해하고 그 또한 중

요한 치유과정임을 알고 그 순간에 머무를 수 있도록 지지 해 주어야한다. ‘보호받는 다’는 느낌을 가지고 오랜 기간에 걸쳐서 일련의 과정을 경험했을 때 비로소 자신의 기억과 정서로 돌려줄 수 있게 된다. 이것은 다른 사람이 쓴 텍스트나 그들의 이야기에 대한 공감 반응인 반향(Echo, Reverberation)을 포함하며 이런 작업이 참여자간에 일어날 때 상호공감(Interpersonal Empathy)이 이루어지는 것으로 볼 수 있다(조희주, 2015).

조현병 환자들은 오랜 병원 생활에서 벗어나기 위해 과장된 치료 상황을 연출하기도 한다. 텍스트에 대한 정서적 공감 이후 학습된 표현 즉, ‘공감한 듯한 표현’으로 자신의 존재를 알리려고도 한다. 공감은 평면적이거나 일방향적인 것이 아니다. 앞의 과정이 순차적으로 이루어지는 것 같지만 순환과 반복의 치유경험을 할 때, 공감의 범위가 다층적이고 입체적으로 확장된다. 비로소 치유경험이 치유실천으로 이어질 수 있다. 상호공감나누기(Mutual Empathy) 과정에서 참여자들은 문학치료가 가진 특별한 치유효력을 경험하게 되며 더욱 유기적인 공동연대의 형성으로 이어진다.

이로써 문학치료 프로그램 참여자들은 자신과 주변에 대한 통찰이 일어남과 동시에 ‘나 혼자’에서 이제는 ‘관계 속의 나’, ‘세계 속의 나’를 인식하게 되며 그 세계 속의 일원이 되고자 하는 도전을 준비하게 된다.

건강한 사람들에게는 그룹역동이 자연스럽게 일어나지만 병원에서 만나는 참여자들이 다른 사람의 이야기에 귀 기울일 수 있게 되기까지는 오랜 시간이 걸린다. 그들은 장기간의 병원생활과 약물복용으로 인해 수동적인 활동에 익숙해져 있었으며 그들이 자발적인 치유경험을 하기까지 문학치료의 치유력에 대한 치료사의 믿음과 섬세함이 요구된다.

표 25. 통합문학치료 프로그램 주제 및 공감체험 단계

회기	프로그램 주제	창작 텍스트 및 반응에 대한 주제	공감정도	인식 단계
1	치료 공간과 만나다	-달려있는 마음의 문  -내 이야기를 하기 시작  -보호받는다느 느낌	-치료공간에 대한 믿음  -치료사와의 믿음 관계 형성  -감각의 활성화	만남
2	지금-여기에서의 나를 만나다			
3	문학과 여행을 떠나다			
4	나의 첫 비밀을 알아내다			
5	시인이 되다			
6	유년의 웃음소리를 듣다			
7	삶의 의미로 들어가다	-또 다른 나와 의 만남  -자신의 마음을 언어로 표현  -다른 사람에게 느낌을 전하기 시작	-텍스트에 대한 정서적 동일시  -텍스트에 대한 공감의 표현  -자신의 목소리에 대한 공명적 공감 가능	나
8	이야기의 실타래를 풀다			
9	내 이름을 불러보다			
10	내 마음을 그리다			
11	나를 향한 그리움이 시작되다			
12	내 안의 창문을 열다			
13	내면의 소리와 만나다			
14	가족사진을 마주하다			
15	운명의 울림을 경험하다	-추억을 공유하기 시작  -다른 참여자와도 대화 시작  -다른 사람의 입장에서 생각  -타인을 배려한 손길, 약속 지키기	-공명적 공감표현  -다른 사람의 텍스트에 대한 반향적 공감	나와 너
16	가을 생각에 젖어들다			
17	자연 속에서 나를 만나다			
18	아름다운 썸표를 찍다			
19	신비로운 생명으로 가득하다			
20	삶을 향한 의지가 싹트다			
21	그 순간의 나를 다독이다			
22	사랑을 향한 동경이 피어나다			
23	아버지를 불러보다			
24	엄마한테 안기다			
25	영혼의 축제를 즐기다			
26	아름다운 함께하기를 즐기다	-타인과 함께하는 즐거 움을 상상 -나 자신을 긍정적으로 바라보기 시작 -상호공감나누기의 활력 을 경험	-반향적 공감 돌려주기  -참여자 간의 상호공감  -상호공감나누기의 치유 력 경험	나, 너 그리고 우리
27	힘겹게 투쟁하여 알에서 나오다			
28	내 영혼을 그리다			
29	삶을 연주하다			
30	나, 너, 우리가 함께하다			



표 25는 전체 30회기 동안 참여자들이 창작한 텍스트와 텍스트에 대한 참여자 반응을 반복해서 읽어보고 그것이 내포하는 주제 및 그것이 공감과 공감인식에서 어느 단계에 해당되는지를 정리한 것이다. 창작텍스트 및 반응에 대한 주제는 모두 13가지로 분류되었으며 그것을 공감의 측면에서 11가지로 나눌 수 있었다.

전체 과정에 대한 참여자의 인식단계는 신뢰감 형성, 나, 너, 우리의 네 단계로 확장되고 있음을 알 수 있다. ‘나’ 이전의 인식단계를 ‘만남(신뢰감 형성)’이라고 한 것은 조현병 환자들이 자기 자신 뿐 아니라, 본인이 속한 모든 환경과 스스로 차단하고 있었음을 뜻하는 용어이다. 문학치료의 공간에 왔다는 것은 시원(始原)의 공간인 어머니의 뱃속 공간을 경험하고 어떠한 방해물이나 제약도 없는 그 속에서 자신의 감각을 확인하는 과정이라 할 수 있다.

## 2) 참여자의 공감체험과 의미읽기

연구자는 본 연구의 사례분석을 위한 치료힌트로 참여자가 작업한 글과 언어표현, 표정과 동작 등 상호공감나누기의 체험에 이르는 참여자의 텍스트 전반을 고려한다. 치료사가 참여자에게 활용한 텍스트와 그 텍스트에 대한 반응은 1절의 개별분석에서 보여주었다. 이번 절에서는 참여자들이 표현한 창작텍스트와 참여자간의 반응(텍스트)을 중심으로 분석했으며 그 의미읽기를 한다. 프로그램 초기에는 참여자간의 공감 나누기가 이루어지지 않았으며 치료공간에 대한 공감, 텍스트에 대한 정서적 동일시 정도가 관찰할 수 있는 공감의 모습이었다. 대부분의 참여자가 프로그램 후기에 와서야 참여자간 상호공감나누기와 그룹역동을 경험할 수 있었다.

--- 만남: 달혀있는 마음의 문 ---

### IPB-Hesse-3

순수청년: 네? 지금 좀 안 좋습니다.

### IPB-Hesse-4

순수청년: (텍스트 읽은 후)네? 무슨 말인지 잘 못 알아들겠습니다. 아~나는 잘 모르겠습니다.

네워 클로버: (처음 참여함, 텍스트를 읽은 후)풍량을 만날 것 같아요. 그런데 무사히 항해를 마쳤으면 좋겠어요.

네워 클로버: 여기 안 오려고 했는데 이야기도 하고 그림도 그리고 움직이니깐 좋네요.

치료사의 관찰: 치료 공간에 대한 경계 뿐 아니라 치료사와 서로 간에도 경계하는 모습이 언어와 행동으로 나타난다. ‘여기 있는 사람들은 나의 단점을 찾아서 손가락질 하려는 건 아닌가 보네’ 라는 생각이 들고서야 조금씩 그들의 목소리와 몸이 이완되고 있다.

--- 만남: 내 이야기를 하기 시작 ---

### IPB-Hesse-5

순수청년: (시낭송 후) 내가 원래 부정적인 사람인데 ‘세상에 친구들로 가득했다’는 이 문구가

많이 와 달네요. 내가 어떻게 사는지 지켜보고 걱정하는 친구가 있었구나. 이런 생각이 뭐 좀 듭니다. 뭐 하고나니 좀 뭐 좋네요.

**치료사의 관찰:** 본인이 쓴 시를 낭송하는 순수청년의 눈가에 눈물이 맺힌다. 몸은 여전히 건들거리고 있지만 그것은 갑작스러운 감정의 폭발침에 어쩔 줄 몰라서 취하는 행동이다. 순수청년은 자신이 가지고 있던 이야기를 꺼내놓아도 된다는 생각을 하기 시작했다.

#### --- 만남: 보호받는다는 느낌 ---

##### IPB-Hesse-6

**순수청년:** 이런 것 밖에 기억이 안 나는데 이런 것도 되는지...

**네잎 클로버:** 친구들과 무슨 이야기를 했는지는 기억이 안 나는데 이때는 모두 다 아주 즐겁게 깔깔깔 웃었어요. 너무 재미있었어요.... 그런데 처음에는 즐거웠는데 왜 이야기를 하다 보니 눈물이 나는 거죠? 저번에도 눈물이 내려는 것을 억지로 참았는데...(눈물을 흘리면서)울어도 돼요?

**순수청년:** (네잎 클로버가 울고 있는 것을 보지 못하고 본인이 갑자기 생각나는 말이 있다며 다시 자기 이야기를 하려고 해서 치료사가 중재시킴).

(울고 있는 네잎 클로버에게) 죄송합니다. 내가 이렇게 남의 이야기를 듣는 것이 안 됩니다. (머리를 긁적이며) 너무 미안하게 됐습니다.

**치료사의 관찰:** 순수청년은 자신의 이야기를 하고 싶어 한다. “이런 것도 되는지...”라는 말에는 거절당할 수도 있다는 것에 대한 두려움이 담겨있다. 아직 자신의 내면과 만나다기보다는 ‘이 공간에서만이라도 내가 좀 낫다’는 인정을 받고 싶어 한다. 네잎 클로버는 눈물을 참고 있었다. 감정을 억누르고 있는 네잎 클로버의 표정을 알아차린 치료사는 모든 참여자들을 향해 이야기했다. “문학치료 공간에서는 울고 싶을 땐 울고, 화가 나면 화내도 괜찮아요.”라고. 이 말을 듣고 네잎 클로버는 용기를 낸다.

**치료사의 의미읽기:** 프로그램 초기에는 참여자와 치료사, 참여자간, 참여자와 치료공간에 대한 신뢰감 형성에 초점을 둔다. 참여자들은 무표정하며 몸이 경직되어 있다. 모두 그룹 활동은 처음이라고 했으며 경계하는 모습, 낯설어 하는 모습이다. 초기에는 문학텍스트를 활용하기 보다는 워업활동에 시간 배분을 많이 했으며, 몸을 움직

일 수 있는 작업으로 진행했다. 또한 프로그램에 참여한 사람들이 따뜻한 차와 사탕을 먹으면서 치료공간을 편안한 곳으로 여길 수 있도록 했다. 그러나 참여자들끼리는 시선교환이나 이야기를 나누는 경우가 없었으며 도입활동에서도 치료사만 쳐다보고 움직였다.

‘순수청년’은 IPB-Hesse-4 에서 손가락을 들고 삿대질 하듯 행동을 취하거나 한쪽 손을 허리에 두고 짝 다리를 짚는 등 부정적이고 공격적으로 보이는 행동을 취하면서도 “좀 좋네요” 라는 소감을 이야기 하는, 언행이 일치되지 않는 모습을 보였다. 그러나 참여자가 말한 “좀 좋네요.” 는 그 당시 참여자가 할 수 있는 최고의 찬사이다. ‘순수청년’은 도입 활동 시에 지나치게 큰 동작을 보이며 정확하게 따라 하려고 애썼다.

조현병 환자들 중 치료의지가 너무나 강력한 경우, 때로는 과장된 행동을 하거나 학습된 언어를 사용하면서 “나는 다 나왔다” 또는 “나는 여기에 있을 사람이 아니다” 는 것을 보여주려고 애쓴다. 그런 의지에도 불구하고 오랜 병원생활과 약물복용으로 인한 감정둔화, 부정적 의사소통경험, 타율적이고 수동적 생활환경이 이야기 하는 자체를 어색하게 만든다. 참여자들이 지나치게 여겨질 정도의 공격적 어투를 사용하는 것은 자신을 알보거나 무시하지 말라는, 스스로를 지키는 방법이라 하겠다. 치료사는 참여자들이 보호받는 느낌을 갖도록 하는데 주안을 두었다.

#### --- 나: 또 다른 나와 의 만남 ---

##### IPB-Hesse-7

**네잎 클로버:** (그룹작업 중 제목정하기 할 때) 제가 쓴 ‘숨사탕’보다 \*\*님의 ‘고무줄’이 더 잘 어울리는 것 같아서 그걸로 하자고 했어요.

##### IPB-Hesse-8

**순수청년:** 나도 참 지저분하게 살았고 프로그램에도 참여하지 않고 커피를 하루 20잔 이상 마십니다.(중략)

이제 한 번 해 볼테니 도와 주이소.

##### IPB-Hesse-9

**네잎 클로버:** (시낭송을 들은 후) 엄마가 나한테 화해한다고 내 이름을 불렀었는데 내가 무시했던 것이 생각나요. 엄마한테 미안해요.

(참여자들이 이름 불러주기를 한 후) 엄마, 더 열심히 병원 생활할게요. 빨리 나갈 수 있도록. (엄마한테 너무 미안하고 하고 싶은 말이 있는데 아직도 못했다. 사랑한다는 말을 하고 싶다고 이야기 하면서 눈물을 흘림)

(마무리 소감): 후련해요. 감정표현을 절대 해서는 안 된다고 생각했었는데 이제 그것이 잘못된 생각이었다는 것을 알았어요. 눈물이 막 나와서 좀 놀랐지만 기분이 후련하기도 해요.

**순수청년:** 아, 미안합니다. 내가 이렇게 남의 이야기 듣는 것이 안 됩니다.

**치료사의 관찰:** 네잎 클로버는 치료사의 이야기를 유심히 듣는다. 또한 그룹작업을 할 때는 다른 참여자의 이야기를 집중해서 듣고 있다. 순수청년이 미안하다고 말했을 때도 눈물을 닦으며 “괜찮아요”라고 답한다. 네잎 클로버에게 가장 큰 변화를 준 것은 ‘눈물’이다. 고여 있던 눈물이 나옴으로써 네잎 클로버는 세상을 향한 문을 열게 되었다. 순수청년은 현 상황에서 벗어나고 싶다는 마음을 가지고 노력하지만 그것이 실천으로는 이어지지 못하고 있다.

#### --- 나: 자신의 마음을 언어로 표현 ---

##### IPB-Hesse-10

**네잎 클로버:** 자신을 돌아보라고 말하는 것 같아요.

이제 예전에 하던 일이나 다른 뭔가를 준비해야겠어요. 손재주가 없지만 병실에 있는 할머니한테서 뜨개질하는 것도 꼭 배워서 되원할거예요.

**순수청년:** 유일하게 한 장 있는 가족사진을 떠올려서 그렸습니다.(이 사진에 엄마가 없는 이유를 말함). 엄마한테 너무 죄송합니다. 살아있으면 정말 효도하고 싶은데. (2차 작업 때 엄마도 가족사진에 그려 넣고 가족모두가 손을 잡고 있는 모습으로 수정함) 지금 힘들어도 이 가족들이 있어서 내가 있는 것 같네요.

**치료사의 관찰:** 순수청년은 정신병을 앓던 엄마를 부끄러워하며 엄마에게 했던 자신의 행동을 당연하다는 듯 이야기한다. 오히려 그런 상황에서 살아 온 자신이 대단하다는 것을 알리고 싶어 하듯 자신의 아픔을 합리화 하려고 애쓴다. 그러나 치료사가 그림을 수정해도 된다는 말을 하자 “사진에 엄마를 그려 넣어도 됩니까?”라고 물어왔으며 엄마가 그려진 사진을 소개한 이후에는 “사진을 좀 바꾸고 싶은데 괜찮습니까?”라고 동의를 구하더니 가족들이 손잡은 모습

으로 수정한다. 그는 적극적으로 심경의 변화를 표현하고 있다.

#### IPB-Hesse-11

**꽃이파리:** (처음 참여 함, 신발의 입장에서 글쓰기 할 때) 이거 신발이에요. 내 돈 만원으로 시장에서 산거예요.

**순수청년:** (소감 나누기) 이 신발이 지금 보니 나의 가장 아랫부분에 깔려 있으면서 나를 보호하고 있었네요. 그런 생각은 한 번도 안 해 봤었는데.

**치료사의 관찰:** 꽃이파리는 자신의 신발을 누가 가지고 갈까봐 불안해하는 모습이 역력하다. 절대로 물건을 주거나 뺏기지 말라는 주위의 당부를 떠올리는 어린아이의 모습이다. 순수청년은 당연하다고 생각했던 것들에서 ‘아, 그럴수도 있겠구나. 내가 알고 있던 것이 전부가 아니었구나’하는 작은 통찰과 함께 새로운 의미를 발견해 가는 재미를 느끼고 있다.

#### IPB-Hesse-12

**꽃이파리:** (호랑이와 아기가 자고 있는 그림을 고른 뒤) 이거 내 아들이에요. 아기가 자고 있고 호랑이가 지켜줘요. 예뻐요....(다른 참여자의 이야기를 듣고 본인의 그림에 한 명을 더 그림)내 여자 친구예요. 아기가 누워서 자고 있는데 이제는 여자 친구가 서 있어요. 내 여자 친구가 있어서 기분이 좋아요.

**딱지왕:** (처음 참여함) 본인이 고른 그림에 대해 아주 상세하게 설명함. 고정된 웃는 표정, 목소리의 고저가 없음) 동물 두 마리가 하늘을 보고 있다. 색깔풍선이 날아가고 있어서 좋다. 하늘에는 달이 떠 있고 별도 있다.

2차: (다른 사람이 선택한 그림에 대해서도 있는 보이는 그대로 기계적으로 설명함)

**치료사의 관찰:** 순수청년은 새로운 활동을 할 때마다 ‘이제야 알게 되는 자신’을 발견하게 된다. 그러한 체험을 솔직하게 이야기하면서 지금부터라도 생각을 깊이 하겠다고 다짐한다. 꽃이파리와 딱지왕은 아직 치료사와 치료공간에 대한 믿음 관계가 형성되지 않았다. 그들은 다른 참여자들의 행동을 보고 따라하며 치료사의 평가와 지시를 기다리고 있다.

---- 나: 다른 사람에게 느낌을 전하기 시작 ----

#### IPB-Hesse-13

**딱지왕:** 음악을 듣고 산과 해와 바다를 표현해 봤습니다. 나는 부모님이 따로 놀러 데리고 간 기억이 없습니다.

다른 사람의 이야기를 들어도 떠오르는 내 기억이 없습니다.

**순수청년:** 나는 나무와 새를 표현했습니다.

새가 나한테 “여기서 좀 쉬었다 가세요.” 라고 하는 것 같았습니다.

**치료사의 관찰:** silly smile을 지으며 자신의 세계에 가뒀 저 있던 딱지왕이 본인이 생활해 온 모습과 다른 참여자의 생활을 견주어 보기 시작한다. 본인의 생활을 단조로움의 연속이었다고 하며 특별히 떠올릴 것이 없다고 하지만, 갈혀 있던 시선을 외부로 옮기고 있음이 관찰되었다. 이것은 변화의 시작이다.

#### IPB-Hesse-14

**딱지왕:** 좋아요. 그냥 좋아요.

부모님과 동생이 생각났습니다. 가족들이 나에게 “힘들어도 희망을 가져라”고 하는 것 같습니다.

**순수청년:** 우리 가족도 서로 아끼고 사랑했던 것 같은데 방법을 몰랐던 것 같네요.

**치료사의 관찰:** 참여자들은 ‘텍스트에 대한 자신의 느낌’과 ‘텍스트 속의 본인이 들려주는 이야기’에 귀 기울이기 시작했다. 순수청년은 상황에 대한 비교가 아니라 상황 그 자체에 몰입하고 있으며, 딱지왕은 늘 웃는 표정이었으나 가족 이야기를 하면서 그리움의 심경을 표정으로 비추기도 한다.

**치료사의 의미읽기:** 누군가로부터 ‘하지마라’ ‘좀 제대로 해라’ ‘조심해라’ ‘너 때문에’ ‘그럴 줄 알았다’ 등의 지적하는 말을 듣고 항상 평가되고 비판받던 상황에 노출되어있던 참여자들은 극도로 수축되어 있었다. 그들이 스스로를 지키는 방법은 외부로부터의 단절과 차단이며 이러한 생활 태도는 외부가 아닌, 자기 자신과의 단절을 초래하게 되었다. 특히 ‘네잎 클로버’는 “가만히 있어라”, “얌전히 있어라”는 말을 오랫동안 들어서 감정을 표현하는 자체가 잘못 된 것이라고 생각했으며 텍스트를 접하면서 기분이 이상하고 어떻게 해야 할지 모르겠다고 말했다. ‘네잎 클로버’는 억압되어있던 감정에 자유를 줌과 동시에 표현하기와 공감나누기에도 큰 변화를 보였다. 자신도 모르게 눈물을 흘렸던 날, 그 눈물을 보인 후의 개인면담에서 네잎 클로버는 “이제 살 것 같다”는 말을 했다. 치료 공간, 치료사에 대해 신뢰를 하게 된 참여자들

은 평가받던 소극적인 사람에서 서서히 주체가 되어가고 있었다. 그들은 1) 그 속에 머무르기, 2) 나를 만나기, 3) 나를 느끼고 내 목소리 듣기, 4) 내 목소리에 응답하기의 과정을 거쳐 가면서 자신의 목소리를 낼 수 있게 되었다.

#### --- 나와 너: 추억을 공유하기 시작 ---

##### IPB-Hesse-16

**딱지왕:** (헤세 「가을날」 낭송 후 가장 와 닿는 구절이나 떠오르는 장면에 대해 나누기 함.)  
따뜻한 가을의 모습이 떠오르네요. 가족들과 어렸을 때 시골에 갔던 때가 생각납니다. 이 시  
에서 나타나는 전경을 보면서 버스를 타고 시골길을 달리고 있는 것 같아요.

**꽃이파리:** 시는 모르겠어요.

나는 배가 좋아요. 배는 맛있어요. 동생과 배를 많이 먹었어요.

맛있는 배를 만들어서 기뻐요.

**순수청년:** 뭐, 큰 포도도 있고 작은 것도 있고...여기 보라색 많으니까 누구 포도 만들고 싶은  
사람은 이거 쓰이소.

**치료사의 관찰:** 참여자들은 자신의 기억과 만났으며 그것을 다른 사람들에게 소개할 수 있게  
되었다. 특히 딱지왕은 기계적으로 외워서 하는 듯한 모습이 많이 없어지고 기억을 떠올리면  
서 차분하게 이야기 하고 있다.

텍스트 자체에 대한 인지적 해석이 아니라 텍스트에 대한 정서적 공감을 하고 그 속에서 나  
를 만날 수 있도록 마음의 문을 열게 되었다. 그들은 과거의 기억에 있는 내가 무슨 말을 하  
고 싶었는지, 또는 듣고 싶었는지를 궁금해 하고 있다.

#### --- 나와 너: 다른 참여자와도 대화 시작 ---

##### IPB-Hesse-17

**순수청년:** ('딱지왕'의 소나무를 보고) 정말 튼튼해 보이고 특히 뿌리가 깊게 박힌 것 같아서  
태풍에도 잘 견딜 것 같네요.

**딱지왕:** (순수청년의 피드백을 듣고) 내가 선택을 잘한 것 같아요.

**순수청년 :** (본인이 그린 대나무 그림을 소개한 후) 이렇게 대나무들처럼 서로 의지하고 손잡  
고 있으면 태풍도 이겨낼 수 있을 것 같아 좋습니다.



**꽃이파리:** (텍스트를 그대로 낭독 했을 때 무슨 말인지 모르겠다고 하였으나 조금씩 풀어서 이야기 해 주었더니 공감의 단어를 사용해서 표현함) 소나무가 힘들어요.

(처음에는 느티나무를 한 그루만 그렸다가 다른 사람들이 작업하는 것을 보더니 두 그루를 더 그림) 하나는 외롭고 둘도 외롭고, 그래서 셋을 그렸어요.

**딱지왕:** (꽃이파리에게) 나무가 세 그루여서 서로 의지할 수 있을 것 같아요.

### IPB-Hesse-18

**딱지왕:** 내가 먼저 읽어볼게요.

시 제목은 “너만을 위하여”

**순수청년:** (딱지왕에게) 형님, 제목이 멋집니다. 유명한 시인이 쓴 것 같습니다.

**치료사의 관찰:** 참여자들이 텍스트에 대한 공감의 표현을 하고 자신의 이야기를 하기도 했으나 모두 치료사를 향한 이야기였다. 그러나 조금씩 치료사가 아닌 다른 참여자의 이야기를 간접 경험하고 그 기분을 표현 해 주기 시작한다. 꽃이파리는 두 달 전 갑작스럽게 동생을 잃었다. 자신의 보호자였던 누나와 동생이 죽었으나 죽음에 대해 특별히 슬퍼하거나 정신적 충격을 보이는 행동은 관찰되지 않았다. 다른 사람의 이야기를 듣고 따라하거나 있는 사실만을 나열하던 꽃이파리가 누나와 동생의 부재를 체험하고 있음이 관찰된다. 그는 나무가 한 그루라서 외롭다는 표현을 한다. 그 말을 하는 꽃이파리의 눈에 처음으로 눈물이 맺혀있다.

### --- 나와 너: 다른 사람의 입장에서 생각 ---

### IPB-Hesse-19

**순수청년:** (프로그램을 마친 뒤 치료사에게 하는 말) 선생님, 아까는 이긴 게 좋아서 내가 실수한 것 같아요. 내가 그래도 어른인데 젊은 애한테 이긴 게 뭐 그리 잘 한 거라고 상대방 기분 생각도 안하고. 내가 너무 좋아서 실수한 것 같네요. 내가 이런 부분이 참 아직도 멀었는 것 같습니다. 미안합니다.

**꽃이파리:** 딱지를 처음 만들었는데 재미있었어요.

**딱지왕:** (소감) 오랜만에 했는데 딱지를 잘 만들 수 있었어 좋았구요. 다른 사람들도 잘 따라와 줘서 좋았습니다.(고개 숙여서 인사함)

**치료사의 관찰:** 참여자 중 유일하게 딱지를 만들어 본 경험이 있는 딱지왕에게 딱지접기 시연을 보

이고 설명 하도록 했다. 평소에는 다른 분들이 만드는 것에 대해 관심이 없고 본인의 작업에만 몰두했으나 오늘은 다른 사람들이 잘 따라오고 있는지 확인 해 가면서 작업한다. 놀이를 하는 동안 적극성을 보인다.

#### IPB-Hesse-20

**막지왕:** (순수청년에게) 동생한테 든든한 형이었네요.

**순수청년:** 예. 그런데 지금은 거꾸로 돼서 동생은 장가가서 잘 사는데 내가 이 모양입니다. 든든하기는 고사하고 휴~짐입니다.

**막지왕:** (순수청년의 말을 듣고) 나는 특별한 기억이 나지 않습니다. 나는 도시에서 살아서 어렸을 때 공부만 해서 재미있는 것이 없었습니다(이야기 하면서 표정이 어두워 짐). 특별히 이야기 할 것이 없습니다.

(다른 사람들이 이야기할 때 가끔씩 고개를 끄덕이며 들음) 나도 그런 추억이 있었으면 좋겠습니다. 추억이 있었다는 것 자체가 부럽습니다.

**순수청년:** (공동시 낭송 후) 참 묘하네요. 서로 다른 것을 쓴 것 같기도 했다가 읽어보니깐 또 뭔가 연결이 되고 그러네요. 원지 모르게 좀 어울리고 괜찮은 것 같네요.

**꽃이파리:** (자유로운 피드백) 이야기를 들으니깐 옛날에 수박서리 했을 때가 생각나요. 그때도 맛있었어요. 동생하고 동네 밭에서 수박서리를 했어요.

(공동시에서 참여자가 쓴 부분)

수박서리하러 갔다.

수박서리하고 왔다.

(전체가 지은 공동시를 낭송하면서 본인이 지은 대목을 읽을 때 웃음. 웃은 이유가 궁금하다고 물어보았더니) “내가 했는 부분은 좀 못했는 것 같아서 부끄러워요”라고 함.

**순수청년:** 꽃이파리님이 ‘서리’라는 말을 하니깐 생각나는 게 있어요.(중략)

나는 나눠 먹고 싶어도 가진 게 없습니다. 참 묘하네요. 서로 다른 것을 쓴 것 같기도 했다가 읽어보니깐 또 뭔가 연결이 되고 그러네요.

**치료사의 관찰:** 다른 참여자의 이야기에 고개를 끄덕이고 그들과 시선을 맞추기도 한다. 적극적인 피드백을 하는 분위기가 자연스럽게 연출된다. 자신의 순서가 아니어도 공감되는 이야기가 나올 때는 본인의 경험으로 적극적인 공감 표현을 하기도 한다. 의기소침해 있는 참여자에게 위로를 해 주고자 고민하는 모습이 관찰된다.

## IPB-Hesse-21

**꽃이파리:** 좋은 말을 들어서 기분이 좋아요.

**순수청년:** 내가 향기 나는 사람이라니 참 듣기가 좋네요. 나도 그랬으면 좋겠습니다.

**치료사의 관찰:** 참여자들이 다른 사람의 입장에서 생각해 보고 이야기 한다. 또한 자신의 행동이나 말이 다른 사람에게 어떻게 비춰질지도 조금씩 생각해 보고, 그릇 된 것은 수정하려는 의지를 보인다. 누군가에게 듣고 싶은 말을 서로에게 해 주는 작업을 했다. 참여자들은 서로의 이야기 속에서 누군가로부터 위로받는 자신, 누군가에게 힘이 될 수도 있는 자신의 모습을 발견하고 있다.

딱지왕과 개별면담을 할 때 “처음 만났을 때보다 마음의 소리에 귀 기울이기도 하고 표현하는 것이 많이 좋아진 것 같아요.”라고 이야기 하며 본인은 어떤지 물었더니 다음과 같이 이야기를 이어간다. “네, 저도 그런 것 같아요. 좀 긴장도 덜하게 되고 다른 사람하고 이야기하고 그래요.” “그런데 좀 우울해 질 때도 있어요. 나는 재미있거나 좋은 추억이 별로 없었어요. 공부만 하고” “그래서 일을 할까 해요” (프로그램 초기에 “네” “괜찮아요.”와 같은 단어로만 답하던 것에 비해서 많이 좋아진 모습이다.

## IPB-Hesse-22

**순수청년:** “나도 그때는 저렇게 순진하고 맑았었는가.”하는 생각이 드네요. “그때 그 친구가 왜 나한테 직접적으로 말하지 않았는지. 나도 한마디도 못했고...그 친구가 잘 살았으면 좋겠어요.”

**꽃이파리:** 기분 좋은 느낌이에요. 기분 좋은 것이 많았어요. 그래서 여러 가지 색깔이에요.

**치료사의 관찰:** 참여자들은 학창시절의 순수했던 사랑을 떠올린다. 순수청년은 너무나 깨끗한 그때의 감정을 어떻게 표현해야 될지 망설이다가 눈에 잘 보이지 않는 흰색 하트를 만들었다고 한다. 순수청년은 이야기하는 동안 그 시절로 돌아간 듯 편안한 미소를 머금고 있다. 꽃이파리는 특별한 기억은 없으나 글을 들으니 기분 좋아진다고 대답한다. 그동안 단색으로만 표현하던 꽃이파리는 기분 좋은 색깔이라며 여러 가지 색상으로 느낌을 표현하고 있다. 참여자들은 자신이 표현한 그림과 색깔의 의미를 차분한 목소리로 해석 해 주고 있다. 가끔 말문이 막히더라도 이야기를 방해하지 않고 서로 기다려주는데서 안정감을 느꼈으며, 상호간 대화의 예절을 스스로 체득해 가고 있다.

---나 와 너: 타인을 배려한 손길, 약속 지키기---

### IPB-Hesse-23

**순수청년:** 아버지를 떠올리니 산이 생각납니다. 아버지는 나에게 산과 같은 존재였습니다. 그냥 아무것도 안 해 주는데도 있는 그 자체가 든든한 산이었던 것 같습니다. 그냥 있다는 것 자체가 좋은 건데 나는 이제야 깨달았네요. 그리고 나도 \*\*씨처럼 아버지한테 죄송합니다.

**순수청년:** (아버지가 나에게 이야기를 하신다면) “\*\*야, 이놈 자식. 니도 이제 결혼도 하고 손주도 나를 준비 해야지. 정신 차리고”라고 이야기 하실 것 같습니다. “예, 아버지 저도 노력하겠습니다.” 오늘은 기분이 좀 쓸쓸해지네요.

**꽃이파리:** 나는 우리아버지가 연탄공장에 다닌 것만 기억나요. 우리 아버지에게 하고 싶은 말은 아버지, 사랑해요(울먹임).

**입원환자의 이야기:** 내가 약 먹는 것을 어떤 총각이, 나이 많은 총각(순수청년)이 와서 도와준다. 참 착하다. 내가 등이 가려워서 불편하다고 했더니 ‘효자손’을 직접 사주는 심부름을 했다.

**치료사의 관찰:** 꽃이파리는 다른 사람의 말과 행동을 세심하게 관찰한다. 때로는 다른 사람의 표현을 그대로 따라 할 때도 있지만 이러한 모방도 꽃이파리에게는 변화의 시도이다. 치료사는 모방까지도 그의 이야기로 보고 지지해주었다. 꽃이파리는 서서히 말 자체가 아닌 분위기와 어법을 따라 하기 시작한다. 이것은 모방보다 조금 더 나아간 공감으로 볼 수 있다. 나름대로 해석하고 그 느낌을 자신의 경험으로 말하려고 노력한다. 프로그램 현장에서 뿐 아니라 참여자들은 병원 생활에서도 눈에 띄는 변화가 보인다. 순수청년처럼 다른 사람을 돕기도 했으며 돕는 행동에 대한 자신의 마음을 표현하기도 한다. 치료공간에서 경험한 치유효력이 병원 생활에도 긍정적인 행동실천으로 나타나고 있다.

### IPB-Hesse-24

**순수청년:** 엄마, 엄마, 사랑한다. 사랑한다.

**꽃이파리:** 나는 엄마가 보고 싶어요. 우리엄마가 보고 싶어요. 억울했던 것 없어요.

**치료사의 관찰:** 순수청년은 엄마한테 죽어버려라는 말까지 했었다고 한다. 그런 그가 “엄마, 사랑한다. 사랑한다”고 말하며 울먹이고 있다. 순수청년이 엄마를 떠올린 것은 여러 차례에 걸쳐서이다. 그의 오늘 모습은 진심으로 엄마에게 용서를 구하고 그 당시에는 몰라서 못했던 말을 오늘에서야 하게 된 것이다. 꽃이파리는 엄마에 대한 이야기를 한 적이 없었다. 그런 꽃이파리도 엄마를 떠올리면서 울먹이고 있다. 꽃이파리는 심한 감기에 걸려서 컨디션이 좋지

않다. 그가 엄마를 보고 싶어 할 때 마치 아픈 아이가 엄마를 찾듯이 조금은 청얼대는 듯한, 그러나 간절함이 묻어난다. 그들은 돌아가신 어머니를 부르는 서로의 마음을 어루만지고 있다.

**치료사의 의미읽기:** 치료공간과 치료사에 대해 신뢰관계가 형성된 참여자들은 텍스트에 쉽게 몰입하는 모습을 보였다. 반면 처음 참여하는 사람은 여전히 어느 정도의 시간이 필요하다. ‘꽃이파리’는 보이는 것에 대해서는 그대로 이야기 할 수 있으나 재구성을 하거나 공감하기는 불가능했다. ‘꽃이파리’는 IPB-Hesse-17 에서 “힘들어요.” “외로워요.” 라는 단어를 자발적으로 사용했으며 IPB-Hesse-20 에서는 “부끄럽다”는 말을 하면서 말과 얼굴표정에 일치를 보였다. 아직 다른 사람의 이야기에 공감을 표현하는 능력은 부족하나 회기마다 조금씩 좋아지고 있는 것이 관찰되었다. 외로움과 부끄러움을 느끼는 것에 이어 IPB-Hesse-21에서는 자신의 장점을 이야기 할 때 “착신했다”는 과거형으로 표현하였다.

‘딱지왕’은 인지력은 뛰어나지만 다른 사람들에게 말을 걸거나 다가가는 성격이 아니다. 그러나 IPB-Hesse-19 에서 자신이 리더가 되어서 딱지 만드는 방법을 가르쳐 주었으며, 본인의 역할로 사람들이 즐거워하는 것을 경험하면서 자신감을 가지게 되었다. ‘딱지왕’은 학교, 집, 학원, 책상에 생각나는 것이 없다고 하며 기계적인 목소리로 객관적인 서술을 하였으나, 자신이 쓴 텍스트를 읽으면서 또 다른 내면의 소리를 듣게 되었다. IPB-Hesse-22 에서는 다른 사람들의 경험을 듣고 자신의 감정을 표현하였다. 추억이 없는 과거를 외면할 것이 아니라 지금부터라도 다른 참여자들처럼 추억을 만들어 가고 싶다는 의지를 보였다.

조현병 환자들은 구조화 된 상황에서 현재의 즐거움을 경험하는 능력은 유지되고 있다. 그러나 과거나 미래에 예상되는 경험, 그것과 관련된 즐거움을 보고하는 것은 불가능한 경우가 많다고 한다. 많은 연구가 이런 부분을 치료프로그램에서 경험하고 향상시킬 수 있어야 됨을 강조한다(최혜임 등, 2014, pp. 875-902). 문학치료에서는 과거를 재경험하고 그 느낌을 현재의 정서로 표현하도록 함으로써 기존의 치료프로그램보다 한걸음 더 나아갈 수 있을 것으로 기대한다.

프로그램이 진행될수록 참여자들은 자신의 텍스트를 소개하는데 있어서 적극성을 보였으며 이것은 어느 누구도 ‘잘했다’ ‘못했다’와 같은 평가를 하지 않음을 믿기 때문

에 가능한 것이다. ‘순수청년’ ‘딱지왕’은 자신의 텍스트를 읽으면서 동시에 과거의 기억을 떠올리고 그 느낌을 이야기 할 수 있게 되었다.

--- 나·너, 그리고 우리: 타인과 함께하는 즐거움을 상상 ---

IPB-Hesse-26

**순수청년:** 덕분에 이렇게 하니 기분이 좀 많이 좋아집니다. 감사합니다.(다른 참여자에게)  
**꽃이파리:** (조심성 없이 비석을 던짐. 비석을 맞추어서 박수를 받음. 박수 받은 이후 비석을 신중하게 던지고 다른 사람에게 전달). 비석치기에서 이겨서 좋아요. 재미있어요.  
**순수청년:** 에이, 안되겠다. 우리가 졌네. (웃으면서)  
사실 아까 기분이 안 좋다고 했던 것은 농담이고요.

**치료사의 관찰:** 순수청년은 다른 참여자가 자신에 대해 걱정해 주고 배려해 주자 조금씩 프로그램에 흥미를 가지기 시작했다. 또한 자신을 생각 해 준 참여자에게 고맙다는 표현을 한다. 다른 사람에 대한 배려는 없던 꽃이파리가 최근에는 프로그램을 마친 뒤에 책상 정리를 하기 시작했다. 오늘은 뒷사람이 비석치기를 할 수 있도록 비석을 주워서 전해주었다. 이런 모든 행동들이 치료사의 개입이나 지시 없이 자발적으로 이루어지고 있다. 그들은 다른 사람과 함께 한다는 것이 나 혼자일 때와 어떻게 다른지 그 소중함을 체험하고 있다.

---나·너, 그리고 우리: 나 자신을 긍정적으로 바라보기 시작---

IPB-Hesse-28

**순수청년:** 아, 없는 것 같았는데 나도 소개할 것이 있는 사람이네요. 장점도 찾으라고 하셔서 쓰긴 했는데, 하고 나니 내가 좀 괜찮은 사람 같네요. 10년 동안 하던 게임을 문학요법하면서 딱 끊었으니 이거 장점에 들어가는 거지요?  
**꽃이파리:** 나도 \*\*씨처럼 제주도에 가보고 싶어요. 나는 착실했어요.

**치료사의 관찰:** 항상 그림그리기가 어렵다고 하던 순수청년이 자신의 모습을 아주 신중하게 그린다. 다른 사람들이 “와!”하고 감탄을 하자 “그림을 그리면서 나 자신도 좀 놀랐습니다. 내가 제일 자신 없던 것이 이렇게 되는 것을 보고 역시 자꾸 하다보면 못할 것도 없겠다는

생각이 들었습니다.”라고 한다. 꽃이파리는 과거의 나와 현재의 나, 그리고 미래의 바람을 이야기 한다. 이야기 하고는 본인 스스로도 놀란 표정을 짓는다.

### ---나·너, 그리고 우리: 상호공감나누기의 활력을 경험 ---

#### IPB-Hesse-29

**꽃이파리:** (다른 사람의 이야기를 듣고 본인의 경험을 표현함) “나는 무태 소풍 갔었어요”  
“나는 스무살에 담배를 처음 피웠어요. (마무리 소감) 소풍을 가니 기분이 좋았어요.

**순수청년:** 아, 우리도 그렇게 놀았습니다. 참 순수하신 것 같네요. 나는 휘파람을 좀 불고 싶은데 그게 아무리 해도 안 되던데...내가 연습하던 때가 생각나네요. 나도 휘파람 잘 부는 사람이 참 부럽습니다.

**치료사의 관찰:** 늘 자기 순서가 되었을 때만 이야기 하던 꽃이파리가 오늘은 다른 사람의 이야기에 자연스럽게 자신의 경험을 들려준다. 문장이 길지는 않으나 적절한 시기에 응답을 하고 문장표현도 어색하지 않다. 순수청년도 다른 참여자의 이야기를 진지하게 듣고 자신의 감정을 표현한다. 이야기를 할수록 더 많은 이야기들이 생각난다며 즐거워한다.

#### IPB-Hesse-30

**순수청년:** 내가 얼마 전까지 게임 중독에 빠져서 가족들을 힘들게 했었습니다.

이때까지 퇴원은 생각도 안 하고 수급비 받을 것만 생각했는데 그건 아닌 것 같습니다.

**꽃이파리:** 나는 딱정벌레가 좋아요.(중략)

너무 많으면 무서워요. 그래서 세 마리예요.(언어적 자기표현을 풍성하게 함)

**치료사의 관찰:** 순수청년이 이야기하는 모습에 진정성이 담겨있다. 이야기를 하다가 생각에 잠기기도 하는 모습에서 과장되거나 가식적으로 표현하는 것이 아님이 느껴진다. 꽃이파리는 과거에 경험했던 것과 현재의 기분을 구분하고 있으며 이야기를 시작할 때 첫 음을 반복하면서 더듬는 습관이 나타나지 않는다. 상황과 느낌을 떠올려가며 표현하고 있다.

**치료사의 의미읽기:** ‘꽃이파리’는 만성조현병 환자이면서 지적장애 진단을 받았다. 프로그램 초기에는 보이는 사실에 대해서만 단답식으로 이야기했으며, 텍스트 표현도 간단한 그림으로만 가능했는데 점차 ‘그림+단어’에서 ‘현재형 문장’으로 표현하게 되

었다. IPB-Hesse-29에는 마무리 소감으로 “소풍을 가니 기분이 좋았다.”로 짧지만  
원인과 결과 형식의 문장을 구사할 수 있었다. 처음에는 “억 억” 소리를 내거나 엉덩  
이를 들썩거리는 등 집중을 잘 하지 못했으나, 시간이 지나면서 다른 사람들이 하는  
이야기를 잘 듣고 따라해 보려고 시도했다. 만성 환자일수록 감각을 깨우기가 어렵지  
만 공감하기 기능이 조금 더 좋은 다른 참여자들의 역할이 큰 도움이 되었다. 꽃이파  
리가 가지고 있었지만 발현되지 못했던 잠재력은 다른 사람들의 행동이나 이야기를 통  
해서 조금씩 꿈틀거리기 시작했다. 이것은 인간의 개별성을 인정하면서 인간이라면 누  
구나 가지고 있는 긍정적인 영감을 고무하는 문학치료의 장이 가진 특징이다. 치료사  
가 제시하는 텍스트나 참여자들이 보여주는 표현들은 때로는 지하수를 뿜어 올리기 위  
해서 부어주는 한 바가지의 마중물이 되기도 했으며 때로는 거울이 되어서 자신의 모  
습을 비추어 주는 역할을 했다.

스스로를 부정적인 사람이라고 말했던 ‘순수청년’은 다른 참여자의 이야기 속에서  
자신의 기억을 떠올릴 수 있었으며 그 속에서 자신이 가지고 있던 불편한 기억과 화  
해하고, 그것을 잘 견뎌 온 스스로를 위로 할 수 있었다. 대부분의 경우처럼, 치료사  
가 읽어주는 텍스트가 참여자의 기억과 만날 때 우리는 유년의 아픔을 떠올리게 되  
고 상호교감이 일어나게 된다. 상호교감은 공감한다는 느낌으로 자리하게 되는데 이  
것은 과거의 상처와 화해하고, 다시 할 수 있을 것 같다는 활력으로 기능하게 된다.  
참여자들은 자신을 보기 위해서 스스로를 대상화하거나 타인과 함께하면서 그 존재  
를 알아가고 있었다. 이것을 치료, 회복을 향한 도정이라 하겠다.



### 3) 프로그램 참여 전과 후의 공감정도와 인식변화

치료사는 문학치료 현장에서의 공감정도를 관찰하여 점수를 부여하였다.

IPB-Hesse의 임상적용 효과를 가시적으로 보여주기 위해서 관찰 척도를 1-10점의 10단계로 세분하였다. 관찰항목의 기준을 가지고 참여자를 보았으며 관찰항목에 대해 전혀 이루어지지 않는 경우에는 지지필요(1-3점)로 채점하였다. 노력하는 모습이 ‘의료진 관찰일지’에 기록되어 있거나 프로그램 현장에서 가시적인 변화가 있었을 경우에는 보통(4-7점)으로, 자발적이고 지속적인 실천이 가능했을 때는 양호(8-10점)로 구분하였다. ‘참여 전’ 관찰은 참여자가 문학치료 프로그램에 참여하게 된 첫 시간에 이루어졌으며, ‘참여 후’ 관찰은 참여자별 마지막 회기에 이루어졌다.

공감의 정도는 치료공간에 대한 공감과 표현, 텍스트에 대한 감정이입과 표현, 자신의 내면의 목소리에 대한 공감과 표현, 다른 사람의 텍스트와 해석에 대한 공감과 표현, 참여자간의 공감표현 주고받기의 다섯 개의 범주로 이루어졌다. 각 영역별 최저 점수의 합은 2점이며, 영역별 최고 점수의 합은 20점이다. 점수가 높다고 해서 일반인들처럼 사회생활을 원활하게 할 수 있는 것은 아니다. 프로그램 참여 초기와 현재의 차이를 한 눈에 보여 주기 위한 결과 제시 방법의 하나이다.

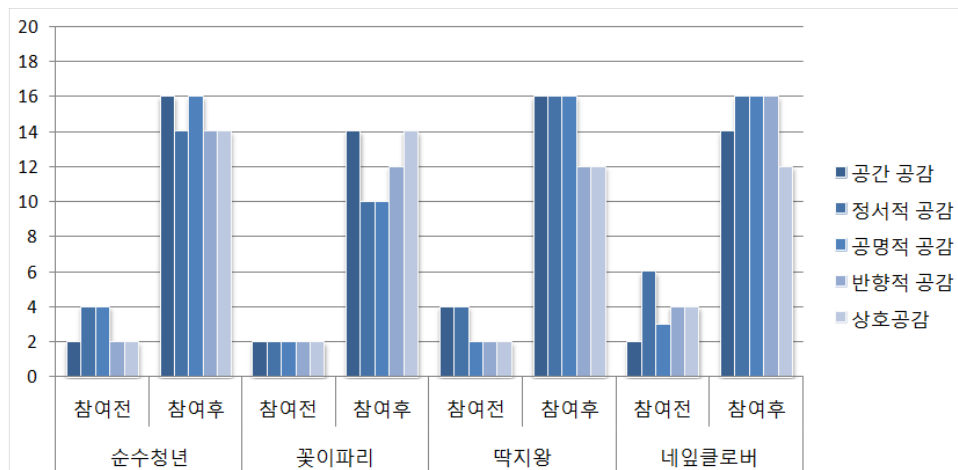


그림 19. 프로그램 참여 전과 후의 공감정도와 인식변화

‘순수청년’은 프로그램 참여 첫 시간에 계속해서 다른 삶을 힐끗힐끗 쳐다보고 본인의 작업내용과 비교하였다. 텍스트를 읽고 의미파악은 할 수 있지만 순수청년의 사고는 온통 부정적이며 비관적이었다. 그러나 자신이 쓴 텍스트를 본인의 목소리로 읽으면서 예상하지 못했던 ‘울컥함’을 경험했으며 프로그램에 대한 호기심을 갖기 시작했다. ‘순수청년’은 네 명의 임상대상자 중 가장 참여 기간이 길지만 그가 진심으로 느끼고 스스로를 평가 대상으로 여기지 않기까지 오랜 시간이 걸렸다. 이것은 ‘옛날에는 잘했는데’, ‘빨리 나아야지’라는 의식이 너무나 강했으며 그동안 ‘순수청년’이 참여했던 프로그램이 모두 교육과 강화훈련이었던 것이 원인 중 하나였다. ‘순수청년’은 놀이와 몸으로 하는 활동을 하면서 스스로 그 순간을 즐기는 자신을 발견했으며 다른 사람과 어울리고 다른 사람을 있는 그대로 바라보기 시작했다.

‘꽃이파리’는 지적장애가 있으며 다른 사람과의 소통부재의 시간이 길었던 관계로 공감하기가 잘 되지 않았다. 프로그램을 하면서 안타까웠던 점은 병원 관계자들조차도 ‘꽃이파리’에게 말을 잘 걸지 않았으며, 그를 다른 사람들보다 부족하다고 여기는 점이었다. 변화 속도가 가장 느리기는 하지만 ‘꽃이파리’는 누군가를 평가하거나 비교하는 습관이 없었던 덕분에 그의 순수함과 창의적인 표현이 다른 참여자들에게도 활력이 되었다. 또한 누군가와 어울리는 것은 불가능할 것이라 생각되었던 ‘꽃이파리’의 변화는 참여자들 뿐 아니라 병원 담당자에게도 놀라움을 주었으며 문학치료의 치유력을 재발견하는 계기가 되었다.

‘딱지왕’은 자신을 드러내는데 대한 경계심을 보이거나 불안해하지 않았다. 아주 차분하게 이야기 했으나 텍스트를 문자로만 이해했다. 그림이나 이미지에 대한 느낌을 이야기 할 때도 눈에 보이는 형상을 묘사하는 수준이었다. 자신은 특별한 경험이나 추억이 없다고 했으나 자연묘사가 섬세한 텍스트를 듣고는 그와 비슷했던 추억 속 장면을 떠올리기 시작했다. 텍스트를 듣고 몸동작이나 만들기 작업으로 표현하는 것을 즐겨워했다. 딱지치기 놀이를 할 때는 딱지치기를 못해 본 사람들도 잘 만들고 놀이를 즐길 수 있도록 리더 해 보기를 자청했으며 이 시간의 경험을 통해서 사회재활을 적극적으로 준비하기 시작했다. 다른 참여자가 ‘딱지왕’의 텍스트에 공감의 표현을 하거나 지지하는 이야기를 할 때 처음에는 어색해 했으나 조금씩 ‘고맙습니다.’에서 ‘당신도 ~한 것 같습니다’로, 이어서 ‘당신의 이야기를 들으니 ~’로 적극적인 공감을

해 가고 있었다. ‘딱지왕’은 프로그램 내에서의 경험으로 자신감을 얻었으며 그가 얻은 치유허력은 직장 생활을 하는 ‘치유실천’으로 이어졌다.

‘네잎 클로버’는 다른 참여자에 비해서 빠른 변화를 보였다. 그녀에게 필요한 것은 부정적인 감정을 느낀다고 해서 죄를 짓거나 다른 사람에게 피해를 주는 것이 아니라, 그것도 자연스러운 삶의 요소임을 체험하고 자각하는 것이었다. 자신이 쓴 텍스트를 읽고 해석하는 과정에서 흘렸던 그녀의 눈물이 다른 참여자들을 함께 울게 만들었던 경험은 그녀에게 굉장한 위로와 격려가 되었다. 이후부터 ‘네잎 클로버’는 프로그램에 자신감을 가지고 적극적으로 참여했으며 가족으로부터도 큰 지지를 받을 수 있었다. ‘네잎 클로버’는 다시 한 번 예전의 직장 생활을 꿈꾸게 되었으며 주위의 격려는 그녀에게 ‘실천의지’를 갖게 하였다.

### 3. 프로그램 참여 그 이후의 모습

그룹역동과 상호공감의 활력을 느끼기 위해서 문학치료에서는 공동 작업을 많이 한다. 프로그램 후기로 가면서 공동화 그리기, 공동시 쓰기, 토의하기, 역할극 등 다양한 활동들이 가능해졌다. 문학작품 속 에피소드를 읽고 그 상황을 재현하는 드라마 연행에서 있었던 일이다. 참여자들은 대사를 잊어서 우왕좌왕하는 참여자가 즉흥적인 대사를 할 수 있도록 기다려 주었으며, 노래를 부르는 장면에서는 다함께 흥얼거리기도 했다. 그들은 “같이하니깐 재미있어요.”, “내가 잘 못한 것 같은데 그래도 같이해서 좋았어요.”, “좀 부끄럽기는 했지만 재미있었어요.” “준비하는데 재미있었어요.” 등의 소감을 이야기했으며 함께하는 즐거움을 느끼고 있다.

공감돌려주기와 같은 지지의 표현으로 참여자는 내면의 상처를 소산하게 되며 이것을 다른 참여자들과 공유하면서 상호작용적인 치유체험을 경험하게 된다. 프로그램의 코웁이자 촬영과 기록을 도와주는 정신보건 사회복지사는 “참여자들이 역할극을 할 수 있을 거라고는 생각도 못했어요. 여러 사람이 함께 하는 작업이 되네요.” 라고 놀라움을 표했다. 참여자들은 자연스럽게 자기를 개방하고 타인을 수용하는 모습을 보였으며, 그동안 발견하지 못했던 ‘삶의 활력’을 찾아가고 있다.

표 26. 사진자료-참여자들의 활동 모습



‘순수청년’은 환시가 있다면서 장애인 등록을 해 달라는 등 수급비에 의존한 생활을 했지만 이제는 수급비를 받지 못하더라도 막노동부터 해 보고 싶다는 의지를 보였다. 30 회기의 프로그램이 끝난 어느 날, 개별면담에서 나누었던 이야기다. 자신을 가장 아프게 했던 사람에 대해 이야기를 하면서 이제는 진심으로 그 사람을 이해하게 되었다고 한다.

미워하고 원망하면서 복수 할 생각에 사로잡혔었지만 문학치료 프로그램에 참여하면서 조금씩 그 사람의 입장에 대해서도 생각해 보았다고 한다. 또한 자신도 그 사람으로부터 벗어나서 새로운 삶을 살아야겠다는 의지를 보였다. ‘순수청년’은 직장을 알아보는 것에 대해 만류하는 가족에 대해서도 “내 가족들이 내가 그동안 해 온 행동을 보고 사고 칠까 봐 조마조마해 하는 마음을 알겠다. 여태껏 잘해봐야겠다는 마음 자체가 없었던 것 같다. 나도 그것을 알기 때문에 당분간은 가족의 말을 따르려고 한다. 그러나 다른 사람들처럼 조금씩이라도 일을 해 가면서 이제 사고치지 않고 살아 보고 싶다.” 고 한다.

‘딱지왕’은 병원에서 숙박 하면서 거의 7개월째 공장에서 일하고 있다. 3교대 근무를 하기 때문에 문학치료 프로그램에 참여하지는 않으나 참여자에 대한 의료진 관찰 일지를 통해서 참여자의 생활을 확인하고 있다. ‘딱지왕’은 직장 생활에 대해 ‘몸은 힘들지만 그래도 견딜만하다. 재미있다’는 표현을 했다.

‘네잎 클로버’는 2014년 여름에 퇴원 한 이후, 정기적인 외래진료를 받고 있다. 개방병동에서 ‘네잎 클로버’를 담당했던 정신보건 사회복지사에 의하면 현재까지 상태가 심각해지거나 재입원을 하는 일은 없었다고 한다.

‘꽃이파리’는 2015년 5월인 현재까지도 프로그램에 참여하고 있다. 프로그램 초기에는 ‘좋아요’ 라는 표현만 했으나 현재는 가족들과의 옛 추억을 떠올려서 이야기 할 수 있다. 과거에 있었던 일과 현재의 상황을 구별해서 표현함으로써 ‘꽃이파리’는 자신의 보호자인 누나와 동생의 죽음을 인지하게 되었으며 ‘외롭다’ ‘그립다’는 표현을 가끔 한다. 이런 부분에 있어서 치료사와 정신보건 사회복지사는 ‘꽃이파리’가 우울감에 빠지지 않을까 세심한 관심을 기울이고 있다. 생애 처음으로 현금인출기 사용방법을 배워서 자신에게 나오는 수급비도 직접 관리할 수 있도록 훈련받는 중이다.

그들은 문학치료공간을 ‘편안한 공간, 재미있는 공간’이라고 말한다.

## VII. 결론과 시사점

### 1. 연구결과와 시사점

연구자는 정신건강영역에서 문학치료의 입지를 확고히 하기 위해서 문학치료 이론을 여러 현장에서 적용해 보고, 이론과 실재를 연결하는 토대연구를 진행해왔다. 본 연구는 문학이 가지는 치유력을 임상에 적용하여 정신건강영역에서 심신의 건강을 돕는 데 목표를 두었으며 이를 위하여 본 연구자는 헤세의 삶의 방식과 그의 작품 속에서 통합문학치료 콘텐츠를 개발하였다. 개발된 콘텐츠를 대구소재의 OO병원 정신건강의학과 개방병동에 입원 중인 조현병 환자들을 대상으로 임상에 적용하였다. 헤세의 삶과 그의 문학을 활용한 통합문학치료 콘텐츠를 개발하고 그것을 임상에 적용한 연구결과는 다음과 같다.

첫째, 헤세의 삶을 들여다보고 헤세의 작품 속 인물을 분석하는 과정에서 연구자는 치유적인 삶을 실천하고 있는 헤세의 모습을 만날 수 있었다. 이것은 치유적인 삶이란 무엇이며 어떻게 살아가야 할 것인지를 고민하는 사람들에게 ‘나만 아픈 것이 아니었구나.’라는 위안을 주었으며 ‘아, 나도 그랬었지’라는 스스로에 대한 보상이 되었다. 동시에 ‘바로 여기에 있었구나.’라는 삶에 대한 새로운 시각과 극복의지를 불러오고 있었다.

헤세의 삶은 인위적이거나 거창하지 않다. 그가 원하는 삶은 ‘누구에 의해서’가 아니라, 순간순간 자신을 들여다보며 진심으로 원하는 것을 말할 수 있고 그렇게 살아가는 것이었다. 이것은 예측할 수 없는 시대, 따라가지 못해서 불안한 시대, 쉬어감이 없는 오늘을 살고 있는 우리에게 진정한 삶은 무엇인가? 어떻게 살아야 하는가? 에 대한 지침이 되었다. 또한 ‘삶을 살아가는 이유와 힘’은 자기 자신에게 있음을 느끼게 되었으며 스스로를 지키고 스스로 치유하며 살아야 하는 현대인에게 삶의 모델이 될 수 있었다.

둘째, 헤세와 그의 작품을 활용한 통합문학치료 콘텐츠를 조현병 환자들에게 적용

했을 때, 참여자는 텍스트에 대한 정서적 공감 뿐 아니라, 다른 사람에 대해서도 관심을 가지고 공감의 표현을 하기 시작했다.

혜세 작품은 친근한 생활용어로 읽기 쉽게 쓰여 졌으나, 마음 깊은 곳을 울리는 내면의 메타포(Metaphor)를 담고 있다. 그것은 혜세 자신이 직접 느끼고 아파했던 이야기를 문학으로 표현했기 때문이다. 또한 혜세 문학은 큰 감명을 주면서도 삶의 에피소드들이 그 감동을 구성하고 있어서 치료현장에서 활용하기가 용이했다.

본 연구의 참여자 ‘순수청년’은 가족, 주변인, 사회에 대한 피해의식과 망상을 가지고 있었다. 그는 모든 것을 부정적으로 판단했으며 악마, 귀신이 본인을 괴롭힌다고 생각했다. 그러한 ‘순수청년’이 프로그램에 참여하면서 치료사가 들려주는 텍스트에 집중하기 시작했다. 그는 자의적인 판단에 의해서가 아니라, 텍스트가 그리고 있는 풍경을 상상하게 되었다. 그만큼 혜세의 텍스트는 자연묘사가 섬세하여 참여자들이 쉽게 집중할 수 있었으며, 혜세의 자연은 언제나 생명력과 치유력을 내포하고 있었다.

문학치료는 ‘묘약을 환자들에게 투약하는’ 것에 그치지 않는다. 텍스트 자체도 중요하지만 그것이 참여자들에게 적시에, 적절한 방법으로 다가가서 그 효과를 함께 만들어 내는 것이 중요하다. 이런 면에서 혜세의 텍스트는 문자, 그림, 몸, 소리 등 여러 감각을 사용할 수 있는 다차원적인 치료매체였으며 혼자서 작업하는 것이 아니라 ‘나’로부터 ‘나와 너’, ‘나와 너’에서 ‘세상’으로 생활체험을 확장하도록 이끌었다. 텍스트에 대한 공감을 넘어서 누군가 나의 이야기에 귀 기울이고 자신의 이야기로 되돌려 주는 순간, 참여자들은 세상을 향한 첫걸음을 내딛을 수 있었다. 상호공감나누기를 하는 바로 이 순간, 진정한 치료가 시작되는 것이다.

셋째, 통합문학치료 프로그램에 참여하면서 참여자들은 마음의 안정 뿐 아니라 개인위생, 몸에 대한 관심, 주변 환경 관리 등 심신의 균형을 이루어 가고 있었다. 장기간 병원에서 생활해 온 조현병 환자들은 삶에 대한 의욕이 없을 뿐 더러 자신에 대한 관심조차도 없었다. 그들은 씻는 것, 입는 것, 주변정리 등 모든 것이 수동적이었으며 행동을 하려는 자발적인 동기가 없는 상태였다. 그러나 프로그램에 참여하면서 참여자들은 치료사로부터 지지를 받았으며 다른 참여자들로부터 따뜻한 눈길을 느낄 수 있었다. 이것은 누가 어떻게 하라고 지시하지 않지만 참여자 스스로 자신의 몸에,



그리고 주변에 관심을 갖게 된 계기가 되었다. 프로그램 초기에는 참여자들의 개인위생 관리가 되지 않아서 치료사도 힘들 때가 있었다. 몸에서 냄새가 나거나 몸동작을 할 때 엉덩이나 배 부분의 노출이 많은 등 타인을 위한 배려는 전혀 이루어지지 않았다. 그러나 지시나 훈화가 아닌 자연스러운 반영 활동을 통해서 그들은 어느 순간 깨끗하게 씻고 프로그램에 참여했으며, 규칙적인 생활을 하기 시작했다. 자신이 생활하는 병실도 스스로 정리하기 시작했다. 간호사에게 인사를 건네기도 했으며 환자들이 어려움에 처했을 때 도와주기도 했다. 참여자들은 BPS의 균형을 이루어가고 있었다.

넷째, 통합문학치료 프로그램 참여자들은 병원에서의 약물치료와 재활치료 뿐 아니라 사회인으로 살아가는 본인을 상상하게 되었으며, 현실적인 계획을 세우고 노력하기 시작하였다. 개방병동의 환자들은 병식이 있으며 치료의지가 있다고 판단되는 사람들이다. 양성증상이 심했던 환자들은 약물복용 후 특정 증상이 사라지면 다 나았다고 생각한다. 이렇게 해서 퇴원했다가 상태가 더 악화되어 재입원을 하게 되며 이것이 반복되었을 때 회복에 대한 희망을 버리게 된다. 더 이상 사회인으로서의 자신을 상상할 수 없기 때문이다.

통합문학치료 프로그램에 참여하면서 그들은 ‘말만 하던 나’를 만나게 되었으며 그것을 넘어서서 ‘계획하고 도전해보는 나’를 상상하고 행동으로 옮기게 되었다. 참여자 ‘딱지왕’은 즐거웠던 추억이 하나도 없다고 하였으나 다른 참여자와의 공동작업과 공감 나누기를 통해서 함께하는 것의 즐거움을 느끼기 시작했다. ‘딱지왕’은 ‘지금부터라도 추억을 만들어 가고 싶다’는 의지를 보였으며 직장생활을 하게 되었다. 프로그램을 진행하던 2014년 11월부터 현재(2015년 5월)까지 생산직에서 일하고 있다.

이렇게 헤세의 삶과 그의 작품을 활용한 통합문학치료 콘텐츠는 대구지역의 OO병원 개방병동 조현병 환자들에게 긍정적인 치유효력으로 다가갔으며 그들의 재활을 돕는데 기여하였다. 이것은 본 연구가 가진 특별한 의의 중 하나로, 인문학의 정신건강학적 기여에 첫 단추를 끼웠다고 하겠다. 다시 말해서 문학 활동을 통해서 스스로 치유할 수 있었던 작가의 삶의 방식과, 문학 텍스트가 가진 치유력을 실제 임상에 적용한 첫 번째 연구라는 의의를 가진다.

본문에서도 이야기 했듯이 조현병 환자는 다른 정신관련 병에 비해서 치료되고자



하는 치료의지가 강하다. 그들은 학습으로 습득한 표현 방법을 익혀서 이제는 ‘아무런 문제가 없다’는 것을 의도적으로 보이려고 할 뿐만 아니라, 스스로 치료효과를 가시화하기도 한다. 갑자기 프로그램에 참여하지 않거나 퇴원준비를 하는 경우도 허다하다. 그러나 이렇게 조기퇴원을 한 경우에는 얼마 가지 않아서 재입원하게 된다. 대부분 상태가 악화되거나 퇴행이 일어나기도 하며 이것이 반복 될 때는 만성 환자로 이전되기 쉽기 때문에 치료사의 면밀한 관찰이 요구된다.

이러한 ‘너무나도 강력한 참여자의 치료의지’가 본 논문의 연구결과 제시 방법으로 양적 결과 분석이 아닌, 질적 연구 방법을 선택하도록 한 중요한 이유이기도 하다. 장기적이고 지속적인 통합문학치료 프로그램 참여로 조현병 환자들은 그들 스스로의 치유력을 발견할 수 있으리라 믿는다. 그것은 일시적인 것이 아니라 삶을 살아가는 근원적인 치유동력으로 기능 할 것이다.

본 연구자는 임상현장의 풍경을 최대한 있는 그대로, 상세하게 보여주고자 노력했다. 어느 누구도 ‘완쾌되었다, 치료되었다’가 아니라, 조금씩 ‘병원 내에서의 치료의지’가 ‘삶으로의 치료의지’로 이동하고 있음을 보여주었다. 본 논문이 통합문학치료가 임상현장에서 자리 잡는데 단단한 주춧돌이 되기를 바란다.

## 2. 연구의 방법적 한계와 반성

본 연구를 진행하면서 연구 방법상의 아쉬운 점이 두 가지 있다. 하나는 임상참여자에 대한 한계이다. 본 연구는 질적 연구 중 현장개선 프로그램 개발 중심의 실행연구를 위한 연구 설계 방법으로 진행되었다. 연구자는 임상대상자들이 통합문학치료 프로그램에 참여하는 동안 수집한 자료를 일차 분석하였다. 이를 바탕으로 프로그램을 수정·보완하여 다시 진행하는 과정을 반복하였다. 질적 연구는 인위적이거나 실험실적인 상황이 아닌, 일상에서의 자료수집에 그 가치가 있다. 따라서 연구자는 프로그램 참여를 강요하거나 인위적으로 설정하지는 않았지만 프로그램 참여자가 너무 유동적이었다는 것이 아쉬움으로 남는다.

정신건강의학과에서 치료를 받는 환자들에게 약물복용은 필수적이다. 반면 심리상담 프로그램에 참여하는 것은 자율의사에 맡겨진다. 따라서 장기적인 치료 체험 과정이 요구되는데도 불구하고, 단기나 일회성 치료 체험으로 끝나는 경우가 많았다. 환자들의 이러한 모습도 중요한 임상적용 풍경이지만 그들이 자발적이고 지속적인 참여 의지를 가질 수 있을 때까지 조금 더 의무적인 규정이 있었으면 하는 바람이 남는다. 물론 이러한 한계를 경험한 치료사는 환자들의 참여 동기를 불러올 수 있는 여러 가지 방안 모색을 후속연구과제로 남기게 되었다.

다른 하나는 텍스트 선정과 텍스트 활용에 대한 치료사의 한계이다. 문학이라는 장르는 동일시와 함께 무한한 상상력을 펼치는 것이 가능하다. 이것은 문학의 강력한 치유력과 치유 가능성으로 문학치료만의 특징으로 볼 수 있다. 이러한 특징은 문학적 활동을 할 때, 그리고 문학텍스트 자체를 선택할 때 그만큼 신중한 고려가 필요함을 의미하며 다른 대안치료사와는 구별되는 문학치료사가 수련해야 될 치료역량으로도 볼 수 있다. 문학소녀의 꿈을 꾸었던 50대 조현병 환자의 경우이다. 그녀는 치료사가 보여주는 텍스트에 굉장한 호기심을 가졌으며 치료사와의 개별면담에도 적극적이었다. 본 연구를 진행하는 동안 치료사는 일주일에 하루만 병원에 나갔었는데 그녀는 일주일 내내 상상작업을 이어가고 있었다. 그녀는 혼자서 웃거나 중얼거리는 일이 빈번해졌으며 결국 보호병동으로 전실하게 되었다. 물론 치료사가 그녀를 볼 수 있었거나 다른 의료진이 문학치료를 이해하고 있었다면 그것이 또 다른 활력으로 기능했을 수도 있지만 당시의 상황에서는 안타까운 경험이었다.

### 3. 후속 연구 필요성

본 연구자는 통합문학치료적 치유콘텐츠를 자신의 고통과 상처를 극복하기 위해 많은 노력을 했던 헤르만 헤세의 삶에 관한 자료와, 그의 자전적 이야기 속에서 추출하였다. 연구자는 이러한 치유콘텐츠를 임상에서 적용해보고 그 변화과정을 현상학적인 방법으로 관찰하면서 연구자와 치료사라는 위치에서, 인문학의 실천가와 재활치료 진행자의 위치에서 몇 가지 제안을 할 것이다.

첫째, 현장실무자와 학술연구자와의 교류에 관한 제안이다. 그동안 많은 질적 연구의 결과가 임상현장에서 활용되지 못하고 사장되는 안타까움이 있었다. 그 원인을 연구자는 현장실무자와 학술연구자와의 연계가 잘 이루어지지 못한다고 본다. 대부분의 연구자는 가치 있는 자료를 학술회의장에서 발표하여 검증받는데 그치고, 현장에서 일하는 정신건강관련 사회복지사들은 이와 같은 연구결과를 접할 기회가 많지 않다. 연구자 개인으로는 이번 임상연구를 진행하면서 병원이 가지고 있던 높은 문턱을 없앤 것 같지만 통합문학치료의 임상적용 확대를 위해서 현장실무자를 위한 연구결과 발표 및 워크숍이 마련되기를 바란다.

둘째, 질적 연구 자료의 활용방안과 수용태도에 관한 의견이다. 질적 연구는 자신이 연구한 결과가 다른 장소나 다른 시간에 적용 했을 때도 동일한 결과가 나오는가의 문제에 있지 않다. 자신이 제시한 연구 사례들이 지니는 속성이나 특성을 다른 사례에 적용할 수 있는가가 중요하다. 따라서 질적 연구의 연구결과, 즉 본 연구자가 발견한 치유콘텐츠는 통합문학치료 프로그램을 계획 할 때, 대상자에 따른 유연성을 발휘하여 적용할 수 있도록 전문가(통합문학치료 슈퍼바이저와 현장에서의 정신건강 관련 사회복지사)로부터 검증 된 것으로 볼 수 있다. 이러한 콘텐츠가 많이 개발되기를 바란다. 좀 더 구체적으로 말하자면

- 치유활력을 불러일으킬 수 있는 보다 다양한 텍스트도 수집해서 보편화하는 작업이 필요하다. 또한 대상별 텍스트 활용방법과 그에 따른 반응 자료도 데이터화 할 필요가 있다.

- 다른 작가와 작품에 대한 분석도 하여 다양한 삶의 치유콘텐츠를 발굴하는 후속 작업이 필요하다.

셋째, 통합문학치료사와 의료진과의 협업에 관한 내용이다. 통합문학치료 프로그램에 참여하는 것만으로 수 년 동안 아파왔던 부분이 깨끗하게 나올 수는 없다. 통합문학치료의 태생지인 독일에서는 이제 문학치료가 특수한 치료방법으로써 뿐만 아니라 명상이나 요가처럼 하루를 편안하게 출발하기 위한 자기개발과 자기치유 프로그램으로 자리 잡았다. 이것은 정신과적 진단을 받은 사람들을 대상으로 할 때에도 마찬가지이다. 통합문학치료사는 의료행위를 하는 것이 아니며, 그러한 자격이 주어지지 않은 것이 현실이다. 의료진들의 1차적 진료와 의료행위, 그리고 약물 처방을 받은 환자의 사회적응기능에 도움을 줄 수 있는 부차적인 효과를 일으키는데 부응하는 것이 임상현장에서의 통합문학치료의 자리이다. 그러나 통합문학치료사와 의료진과의 협업이 이루어진다면 조현병의 음성증상을 완화하고 환자의 재발률을 줄이는데 획기적인 대안치료로 자리 할 것임을 믿는다.

마지막으로 의료기관과 사회시설의 연계 필요성이다. 연구자는 개방병동 입원환자를 대상으로 프로그램을 진행하였다. 본 연구가 진행 된 병원에는 공간, 인력 등의 문제로 낮병동이 운영되지 않고 있으며 대구지역에 낮병동이 운영되는 병원은 한 곳에 불과하다. 그들이 퇴원 후에도 지속적으로 문학치료 프로그램에 참여하여서 치료 공간과 삶의 공간이 주는 차이를 좁혀가고 관계 속에서 잘 적응해 갈 수 있도록 낮병동의 운영이 활성화되기를 바란다. 또한 연구자로서 그리고 치료사로서 본 연구의 임상참여자들을 보면서 안타까움을 느꼈을 때가 많았다. 환자들이 치료 의지를 가지고 사회를 향한 시도를 하지만 막상 사회가 환자들에게 폐쇄적임을 느꼈다. 그들이 사회인으로 혼자 설 수 있을 때까지 의료적 지원과 기초생활을 위한 지원이 이어지기를 바란다.

정신건강관련기관 종사자와 문학치료사들은 환자들에게 병이 어떻게 경험되는가 하는 현상학적인 시각과 이해를 가져야 될 것이다. 아울러 환자들에게 문학치료 경험과 문학치유적 삶이 어떻게 다가가며 그들에게 삶에 대한 기대, 삶에서의 가능성, 서

로 위안을 주고 격려한다는 것의 의미가 무엇인지에 관한 면밀한 관찰과 연구보고, 실천적 지원이 이어지기를 바란다. 이제는 획일적인, 정확한, 대중적인, 일반적인이 아닌, 인간이 가진 고유성과 유일성을 복돋아 주어야 한다. 인문학을 정신건강을 위한 치료콘텐츠로 활용하는 작업은 ‘자신이 가진 고유성과 창의성을 이끌어 내는 방법 찾기’에 기여 할 것이다.

다시 한 번 헤세의 크눌프에 대한 언명을 떠올려 본다. “만약 크눌프처럼 재능 있고, 영감이 풍부한 사람이 그의 세계에서 제자리를 찾지 못한다면, 크눌프 뿐만 아니라 그 세계에도 책임이 있다고”(헤르만 헤세, 1935년, 「어느 독자에게 보내는 편지」 중).

## 참 고 문 헌

### 도서

- 권기호 (1998). **현대 시론**. 경북대학교 출판부.
- 권영탁 (2010). **정신분열병을 이겨낸 사람들**. 제 4판, 서울: 하나의학사.
- 김재혁 옮김 (2013). **수레바퀴 아래서**. 고려대학교 출판부 [원저 Hesse, Hermann(1906)] .
- 김주연 (2013). **페터 카멘친트**. 서울: 문학과 지성사 [원저 Hesse, Hermann(1904)] .
- 김진희·김영순·김지영 (2015). **질적 연구 여행**. 북코리아.
- 김채원 (1996). **정신분열병**. 중앙문화 진수출판사, 281-314.
- 김춘경 옮김 (2009). **마음을 치유하는 101가지 이야기**. 학지사 [원저 George W. Burns(2005)] .
- 김춘경·이수연·이윤주·정종진·최용용 공저 (2010). **상담의 이론과 실제**. 서울: 학지사.
- 김태환 옮김 (2012). **피로사회**. 서울: 문학과 지성사 [원저 한병철(2010)] .
- 김한식 옮김 (2010). **POETICS**. 웅진씽크빅 [원저 Aristoteles] .
- 대한조현병학회 (2013). **조현병, 마음의 줄을 고르다**. 군자출판사.
- 류의근 역 (2002). **지각의 현상학**. 서울: 문학과 지성사 [원저 Merleau-Ponty(1945)] .
- 민성길 (2015). **최신정신의학** 제6판. 서울: 일조각, 253-279.
- 박경희 (2014). **청춘은 아름다워**. 문학동네 [원저 Hesse, Hermann,] .
- 박찬부 (2013). **에로스 and 죽음**. 서울대학교 출판 문화원.
- 박환덕 옮김 (1988). **페터 카멘친트. 게르트루트**. 범우사 [원저 Hesse, Hermann(1904)] .
- 변학수 (2007). **문학치료**. 학지사.
- 변학수·오용록 외 옮김 (2008). **제국의 종말. 지성의 탄생**. 문학동네 [원저 William Johnston(1974)] .
- 변학수 옮김 (2013). **니체의 문제**. 책세상 [원저 Heinz Schläpfer(2007)] .
- 송영택 옮김 (2013). **헤르만 헤세 시집**. 문예출판사 [원저 Hesse, Hermann] .
- 신경림·안규남 역 (1994). **체험연구**. 서울: 동녘 [원저 Van Manen(1990)] .
- 심응철 (2006). **심리학과 생활**. 서현사.
- 안인희 옮김 (2013). **데미안**. 문학동네 [원저 Hesse, Hermann(1919)] .
- 이기상 역 (1998). **존재와 시간**. 서울: 까치 [원저 Heidegger, M.(1979)] .
- 이남인 (2014). **현상학과 질적 연구**. 한길사.
- 이노은 옮김 (1997). **크눌프**, 민음사 [원저 Hesse, Hermann(1915).]
- 이만홍·유계준 외 공저 (1999). **정신분열병의 통합 재활 치료**. 도서출판 하나의학사.
- 이미옥 옮김 (2012). **공감의 심리학**. 에코리브르 [원저 Bauer, Joachim(2006)] .
- 이순학 옮김 (2012). **데미안**. 더클래식 [원저 Hesse, Hermann(1919)] .
- 이정균·김용식 편저 (2005). **정신의학**. 제 4판, 서울: 일조각.

- 이종훈 역 (1997). **유럽학문의 위기와 선험적 현상학**. 서울: 한길사 [원저 Husserl, E. I(1936)] .
- 임석진 옮김 (2014). **정신현상학**. 서울: 한길사 [원저 G. W. F. Hegel,(1807)] .
- 조홍식 외 공역 (2010). **질적 연구방법론: 다섯 가지 접근** (2판). 서울: 학지사 [원저 John W. Creswell(2007)] .
- 채연숙 (2011). **글쓰기 치료 이론과 실제**. 경북대학교 출판부.
- 채연숙 (2015). **통합문학치료학 총서1-형상화된 언어, 치유적 삶**. 교육과학사.
- 채연숙·김유석·김효정·심지현·이금생·조동우·조희주·허선아 공저 (2015). **통합문학치료학 총서 2-With 문학치료**. 교육과학사.
- 천병희 옮김 (2002). **시학**. 문예출판사 [원저 Aristoteles] .
- 홍성태 옮김 (2006). **위험사회, 새로운 근대(성)를 향하여**. 서울: 새물결 [원저 Ulrich Beck] .
- Hesse, Hermann (1970). *Gesammelte Werke 4. Roßhalde. Fabulierbuch. Knulp*. Frankfurt a. Main.
- Hesse, Hermann (1972). *Unterm Rad, Erzählung*, Suhrkamp Taschenbuch, Frankfurt a. Main.
- Hesse, Hermann (2012). *Peter Camenzind. Erzählung*, Suhrkamp Taschenbuch, Frankfurt a. Main.

## 논문

- 강복인 (2015). 집단미술치료가 입원한 조현병 환자의 정서표현, 정서행동, 대인관계 및 삶의 질에 미치는 영향. **임상예술치료연구**, 4권 1호, 27-51.
- 강설순 (2012). **명화와 음악 감상을 통합한 유아동작교육 프로그램 개발과 유아의 자기조절력에 미치는 영향**. 성균관대학교 대학원 박사학위논문.
- 김기덕 (2003). 콘텐츠의 개념과 인문콘텐츠. **인문콘텐츠**, (1), 5-27.
- 김륜옥 (2013) 헤르만 헤세의 문학과 회화에서 두드러지는 상호매체적인 특성과 의미. **헤세연구**, 제 29권, 23-48.
- 김선형 (2007). 헤세의 이탈리아 형상 연구-『페터 카펜친트』를 중심으로. **헤세연구**, 제 17권, 5-25.
- 김선형 (2008). 헤세의 『황야의 이리』에 나타난 시대와 개인의 문제 - 소설 텍스트와 영화 매체 작업의 비교 분석을 덧붙여. **헤세연구**, 제 19권, 33-56.
- 김선형 (2010). 헤세의 『데미안』에 나타난 개성화 과정 - 융의 심층심리학을 바탕으로. **헤세연구**, 제 24권, 5-22.
- 김영옥 (2010). **표현중심 문학치료가 정신분열증 환자의 정서표현과 대인관계 향상에 미치는 효과**. 경북대학교 일반대학원 문학치료학과 석사학위논문.
- 김영천 (2013). **통합예술치료프로그램이 정신장애인 재활에 미치는 효과: 조현병 환자를 대상으로**. 대구대학교 대학원 박사학위논문.
- 김정일 (2013). 「인문으로 정신을 들여다 보다」. 경북대학교 인문학 특성화사업단 특강 .



- 김진희·박응임·배정인 (2013). 대학교수의 배움 공동체 경험. **인문과학연구논총**, 34(1), 403-435.
- 김철권·김상수·김명정 (2003). 정신분열병에서 특정 증상군에 따른 신경인지 기능의 차이. **대한신경정신의학회**, 42(1).
- 김충렬 (2009). 정신분열증의 유발과 환경적 요인의 상관성 연구- 상담학적 관점에서. **신학과 실천**, 제 19권 1호, 145-176.
- 김형구 (2012). **공감적 문학치료 프로그램이 저소득층 청소년의 자기존중감과 사회적 지지 향상에 미치는 효과**. 경북대학교 일반대학원 문학치료학과 석사학위논문.
- 문지영 (2010). 음악치료 프로그램이 입원 정신질환자의 스트레스 감소에 미치는 효과. 한국장애인재활협회, **재활복지**, 14권 2호, 199~221.
- 박광자 (1998). 헤세의 소설과 융(Jung)의 심리학. **헤세연구** 제 1권, 53~76.
- 박수진·안황란 (2014). 맞춤형동영상약물부작용관리 프로그램이 조현병 환자의 약물부작용 자가 관리능력과 약물태도 및 약물이행에 미치는 효과. **대한간호학회지**, 제 23권 3호, 176-185.
- 박완용 (2011). 한국화 매체를 이용한 집단미술치료 프로그램이 정신분열병 입원환자의 자아 존중감에 미치는 효과. **미술치료연구**, 18권 6호, 1325-1344.
- 박정혜 (2011). **심상 시치료가 만성 정신분열증 환자의 증상완화에 미치는 효과**. 경북대학교 일반대학원 문학치료학과 석사학위논문.
- 박정혜 (2015). **심상 시치료가 만성 조현병 입원환자의 증상 완화 및 심리적 안정에 미치는 효과**. 경북대학교 일반대학원 문학치료학과 박사학위논문.
- 방원우·백용매 (2012). 조망적 사회기술훈련 프로그램이 조현병 환자의 사회성에 미치는 효과 검증. **재활심리연구**, 19권 3호, 445~466.
- 배명숙 (2008). **정서관리훈련프로그램이 정신분열병환자의 정서표현, 정서행동 및 대인관계에 미치는 효과**. 동신대학교 일반대학원 석사학위논문.
- 부정민 (2013). 성인지적장애인의 그림책 읽기 체험에 대한 현상학적 연구. **문화예술교육연구**, 제 8권 2호, 1-28.
- 서덕희 (2007). 여유: 홈스쿨링의 시간 체험에 관한 현상학적 연구. **한국교육과정학회**, 25권 2호, 63-90.
- 성현숙 (1999). 『데미안』에 나타난 자기실현의 문제와 현대문명에 대한 비판. **헤세연구**, 제 2권, 82-99.
- 신은식 (2013). 조현병 환자의 신경과학적 근거에 대한 고찰. **신경재활치료과학**, 제2 권 1 호, 5-12.
- 신혜선 (2015). 학교소설 『수레바퀴 아래서』의 문화학적 이해. **헤세연구**, 제 33권, 25-46.
- 안진태 (2007). 헤르만 헤세의 『수레바퀴 밑에서』에서 학교와 사회 비판. **독일문학**, 제 101권, 127-144.
- 유지안 (2015). **자연공간 통합 유아동작활동 실행연구**. 강릉 원주대학교 대학원 유아교육학과 박사학위논문.
- 유혜령 (2014). 현상학적 글쓰기: "형언할 수 없는 그 무엇"이 살아나는 공간 만들기. **교육인류학연구**, 제 17권 4호, 1-34.
- 유혜령 (2015). 현상학적 질적 연구의 논리와 방법: Max van Manen의 연구방법론을 중심으로. **가족과**



상담, 제 5권 1호, 1-20.

윤은정 (2008). **문학치료 참여자 간의 공감 연구**. 경북대학교 일반대학원 문학치료학과 석사학위논문.  
은정윤 (2007). 신역사주의 관점에서 본 청소년의 학교와 불화-헤르만 헤세의 『수레바퀴 밑에서』를 중심으로. **헤세연구**, 제 18권, 25-48.

이남인 (2005). 현상학과 질적 연구방법. **철학과 현상학연구**, 24권, 91-121

이름가르트 유-군데르트 (2001). 헤르만 헤세의 외가와 작품 속의 종교적 인간상. **헤세연구**, 제 6권, 31-59.

이신구 (1998). 황야의 이리 불멸의 음악. **헤세연구**, 제 1권, 131-155.

이신구 (2005). 토마스 만과 헤세의 바그너 음악 수용. **헤세연구**, 제 14권, 24-50.

이신구 (2011). 헤세의 음악가 소설 『게르트루트』 속의 음악. **헤세연구**, 제 25권, 5-22.

이인웅 (2005). 헤르만 헤세의 종교적 편력. **헤세연구**, 제 14권, 5-23.

이정미·류정미 (2014). 집단음악치료가 주간보호센터 정신분열병환자의 대인관계와 삶의 질에 미치는 효과. **한국예술치료학회, 한국예술치료학회지**, 제 14권 1호, 169-193.

이정아 (2012). **형태치료에 근거한 문학치료 프로그램이 아동의 공감능력과 정서표현능력 향상에 미치는 효과**. 경북대학교 일반대학원 문학치료학과 석사학위논문.

이춘희·우국희 (2012). 조현병 환자 가족치료의 사례연구- MRI가족치료 이론과 스트레스 취약성보호인자 이론을 기반으로. **한국가족치료학회지**, 20(3), 329-355.

이화영 (2001). 헤르만 헤세의 소설에 나타난 서두의 기능. **헤세연구**, 제 5권, 31-47.

이화영 (2004). 헤세의 그림 그리기. **헤세연구**, 제 12권, 91-105.

장정자 (2004) 헤르만 헤세의 작품과 생애에서 나타나는 갈등과 극복의 연속성 - 테제와 안티테제에서 종합으로의 고양을 위한 끊임없는 노력. **헤세연구** 제 12집, 5-22..

전진아 (2014). 복합정신질환의 현황과 정책과제. **보건·복지 Issue & Focus**, 제 241호.

정경량 (2011). 독일 시와 노래의 활용 가능성. **헤세연구**, 제 26권, 255-272.

정경량 (2015). 헤세의 『페터 카멘친트』에 나타난 성 프란치스코. **헤세연구**, 제 33권, 5-24.

정운채 (2013). 문학치료의 서사이론에 입각한 창작이론. **문학치료연구**, 제 26집, 407-423.

조맹제 외 (2011). **2011년 정신질환실태 역학조사**. 보건복지부. 서울대학교의과대학.

조맹제 (2012). **2011년 정신질환 실태 역학조사**. 보건복지부 학술연구 용역사업 보고서. 서울대학교 의과대학, 보건복지부.

조희주 (2012). **해결중심 독서치료가 초등학생의 자아탄력성 증진에 미치는 효과**. 경북대학교 일반대학원 문학치료학과 석사학위논문.

조희주 (2015). 문학치료 임상에서 공감나누기의 치료적 기능과 의미. **문학치료연구**, 제 37집, 351-378.

채연숙 (2010). 감성적 자아의 문학 치유과정-독일영화 타인의 삶을 중심으로. **세계문학비교연구**, 제 30집, 107-129.

채연숙 외(2011). **한국과 독일의 정신건강 정책 비교**. 대한의사협회 연구보고서.

- 채연숙 (2012). **영화로 보는 치유적 글쓰기**. 복현 글쓰기 콜로퀴움 원고.
- 채연숙 (2012). 위로 Trost의 문학치유적 의미 - 영화, 『그녀에게 hable con ela』에서 인물들을 사례로. **외국문학연구, 제 48권**, 299-317.
- 채연숙·조희주 (2013). 『크눌프』, 문학치료학으로 다시 읽기. **헤세연구, 제 29권**, 49-75.
- 채연숙·조희주 (2014). 청소년 문학치료의 관점에서 본 헤세의 『페터 카멘친트』와 『수레바퀴 아래서』. **헤세연구, 제 31권**, 49-75.
- 채연숙·조희주 (2014). 통합문학치료의 현황과 발전방향. **문학치료연구, 제 31집**, 189-213.
- 최소영 (2010). 집단 시치료가 만성정신분열증 환우의 정서관리에 미치는 영향 연구. **정서·행동장애연구, 제 26(3)**, 231-255.
- 최소영 (2012). **신경증과 정신병의 증상완화 및 주체와 축진을 위한 정신분석적 시치료 연구**. 경북대학교 일반대학원 문학치료학과 박사학위논문.
- 최윤정 (2012). **공감중심 문학치료 프로그램이 결손가정 아동의 불안 감소와 또래관계 증진에 미치는 효과**. 경북대학교 일반대학원 문학치료학과 석사학위논문.
- 최혜임·송명주·제갈은주·최기홍 (2014). 조현병 음성증상에 대한 심리치료의 개관. **한국심리학회지, 제 33권 4호**, 875-902.
- 하정미 (2011). **상담가의 자살예방 사이버상담 경험에 관한 연구**. 부산대학교 대학원 사회복지학과 박사학위 논문.
- 홍순길 (1998). 헤세작품에 나타난 부자갈등의 원인과 발전양상. **헤세연구, 제 1권**, 31-52.
- 홍순길 (2000). 헤르만 헤세와 표현주의. **헤세연구, 제 3권**, 31-51.
- 홍순길 (2002). 헤세의 생애를 통해 본 방랑과 안주의 모티브. **헤세연구, 제 8권**, 41-64.
- 홍순길 (2003). 헤세의 여성상. **헤세연구, 제 10권**, 1-15.
- 황혜진 (2008). 영화의 소설화 과정에 대한 고찰. **선청어문, 제 36집**, 703-747.

세계일보[2015.11.03자기사]

<http://www.segye.com/content/html/2015/11/03/20151103002563.html?OutUrl=naver>

연구윤리정보센터 (2015). 연구윤리. [http://www.cre.or.kr/board/?board=ethics\\_articles](http://www.cre.or.kr/board/?board=ethics_articles)에서 2015. 8. 20 인출.

한국 브리태니커 온라인 [2015. 6. 27자 기사]

[http://preview.britannica.co.kr/bol/topic.asp?article\\_id=rts02k216](http://preview.britannica.co.kr/bol/topic.asp?article_id=rts02k216)

헤세와 그림전 (2015). 블로그 주소 <http://www.hesse2015.com/>

- American Psychiatric Association (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*, 5th edition. Washington DC: APA press.
- Amering, Michaela/Schmolke, Margit (2010). *Recovery - Das Ende der Unheilbarkeit*, Bonn Psychiatrieverlag..
- Bauer, Joachim (2002). *Das Gedächtnis des Körpers*.
- Bauer, Joachim (2006). *Warum ich fühle, was du fühlst. Intuitive Kommunikation und das Geheimnis der Spiegelneurone*, Der Wilhelm Heyne Verlag München.
- Beck/Freemann et. al (1999). *Kognitive Therapie der Persönlichkeitsstörungen*. Weinheim .
- Colin Smith, (1962). *Phenomenology of Perception*, Routledge & Kegan Paul.
- Creswell, J. W. (1998). *Qualitative Inquiry & Research Design*:
- Denzin, N. (1989). *The Research Act: A Theoretical Introduction to Sociological Method*(3rd Eds). New Jersey: Prentice Hall.
- Dörner, K./U. Plog/Ch. Teller/ F. Wendt. (2002). *Irren ist Menschlich*, Bonn.
- Earle V. (2010). *Phenomenology as Research Method or Substantive Metaphysics? An Overview of Phenomenology's Uses in Nursing* Nursing Philosophy, Oct; 11 (4): 286-96. (48 ref)
- Engelhardt, D. V. (1987). *Bibliotherapie - Entwicklung, Situation und Perspektive*, in: Robert Bosch Stiftung(Hg.).
- Fink, B. (1995). *The Lacanian Subject: Between Language and Jouissance* Princeton: Princeton UP.
- Foucault, Michel (1978). *Der 'Anti-Ödipus' - eine Einführung in eine neue Lebenskunst* , in: M. F.: „Dispositive der Macht. Über Sexualität, Wissen und Wahrheit“ , Berlin.
- Furtmueller, C. (1980). *Selbsterfundene Märchen*, in Adler, A. *Heilen und Bilden*. Frankfurt a. M. Fischer.
- Gladding, S. T. & Gladding, C. (1991). *The ABCs of Bibliotherapy for School Counselors. the School Counselor*, 39, 7-13.
- Hesse, Hermann, (1974). *Ausgewählte Briefe. Erweiterte Ausgabe*. Zusammengestellt von Hermann Hesse und Ninon Hesse. Frankfurt/M.
- Hilarion G. Petzold, (1996). *Integrative Bewegungs- und Leibtherapie*, Paderborn, S. 196.
- Hilarion G. Petzold, (2001). *Integrative Therapie. Das Biopsychosoziale Modell Kritischer Humantherapie und Kulturarbeit*, Paderborn, S. 340.
- Hohagen, Fritz/Nessler, Thomas(Hrsg.) (2006). *Wenn Geist und Seele streiken*, München.
- Huberman, A. M. & Miles, M. B. (2000). *Data management and Analysis Methods. in Denzin, N. R. & Lincoln, Y. S. (ed). Handbook of Qualitative Research* 428-441. Clifornia: Sage.
- Husserl, E. (1948). *Erfahrung und Urteil. Untersuchungen zur Genealogie der Logik*, Hamburg: Claassen Verlag, 412.
- Illouz, Eva, (2009). *Die Errettung der modernen Seele*, Frankfurt a. M.
- Iser, Wolfgang (1975). *Der Akt des Lesens*, Frankfurt a. M.
- Kanas, N., Rogers, M., & Kretch, E. (1980). *The Effectiveness of Grop Psychotherapy during the First Three Weeks of*

- Hospitalization: a Controlled Study.* J Nerv Ment Dis 168, 487-492.
- Kast, V. (1989). *Märchen als Therapie*, München.
- Kirkpatrick, B., Fenton, W. S., Carpenter, W. T., & Marder, S. R. (2006). *The NIMH/MATRICES Consensus Statement on Negative Symptoms.* Schizophrenia Bulletin, 32, 214-219.
- Kleber, D. (1982). *Bibliotherapie* in Beitrag zur Geschichte und zur Begriffsbestimmung. Zentralblatt fuer Bibliothekswesen. 98(9), 390-399.
- Merkle, Rolf (1998). *Bibliotherapie. Der Einfluss des Therapiebegleitenden Lesens auf das Emotionale Befinden bei Ambulant Behandelten Patienten*. Mannheim.
- Merleau-Ponty, M. (1973). *The Prose of the World*. Evanston: North-western University Press.
- Morse, J. M. (ed.) (1994). *Critical Issues in Qualitative Research Methods*. Thousand Oaks: Sage.
- Orth, Ilse (2011). *Creative Processes and Creative Media in Integrative Supervision. Inspiring Moments in Supervision 1*. A lecture given at the Summer University in Stavanger 8 - 12. Aug. 2011 on European Conference on Supervision.
- Petzold, Hilarion und Orth, Ilse (1995). *Poesie und Therapie. Über die Heilkraft der Sprache. Poesietherapie, Bibliotherapie, Literarischen Werkstätten*, Paderborn
- Petzold, H. und Sieper, J. (Hrsg.), (1993). *Integration und Kreation. Modelle und Konzepte der Integrativen Therapie, Agogik und Arbeit mit kreativen Medien*, Bd. 1, Bd. II Paderborn
- Petzold, Hilarion (1996). *Integrative Bewegungs- und Leibtherapie*. Paderborn
- Tavakol, Sina; Dennick, Reg; Tavakol, Mohsen (2012). *Medical Students' Understanding of Empathy : A Phenomenological Study.* Medical Education (MED EDUC), 2012 Mar; 46 (3): 306-16.
- Thieda P, Beard S, Richter A, Kane J. (2003). *An Economic Review of Compliance with Medication Therapy in the Treatment of Schizophrenia.* Psychiatr Serv. 54(4), 508-16.
- Van Manen, M. (1982). Phenomenological Pedagogy. *Curriculum Inquiry*:12(3), 283~299.
- Van Manen, M. (2006). *Writing Qualitatively, or the Demands of Writing. Qualitative Health Research* 16(5), 713-722.

## 부 록

## 문학치료 연구를 위한 서면 동의서

### 서면 동의서

저는 통합문학치료학을 전공으로 연구하는 경북대학교 대학원 문학치료학과 박사과정 수료생 조희주입니다.

본 연구자는 임상현장에서 통합문학치료(문학요법)프로그램을 활용한 문학치료 임상실습을 진행하고, 그 효과의 유효성을 검증하고자합니다. 이 연구는 병원과 연구자 본인, 환자와의 신뢰를 바탕으로 진행 될 것이며, 박사학위 취득을 위한 논문을 쓰기 위한 것입니다.

연구자는 참여자 개인의 신상보호를 최우선으로 할 것이며 전 과정을 정신보건 사회복지사, 병원 관계자와의 상의 하에 진행 할 것입니다. 참여자의 프로그램 참여는 자발적으로 이루어지며 중도에 그만두기를 원한다면 조금의 불이익이 없이 참여를 거부할 수 있습니다.

연구자는 병원에서 이루어진 연구 결과를 전문 학회에서 발표하거나 학술지에 실을 수도 있습니다. 경우에 따라서 출판할 수도 있습니다. 어떤 경우에도 참여자의 얼굴과 신상이 노출되지 않도록 할 것이며, 참여자의 실명을 밝히지 않겠습니다. 모든 자료는 철저히 비밀을 보장 할 것입니다.

연구자가 2014년 1월부터 ○○병원 치료재활부 주관의 통합문학치료프로그램을 진행 할 수 있도록 허락을 요청합니다.

2014년 1월 2일

담당부서장:

서명

정신보건 사회복지사:

서명

연구자:

서명

## 문학요법 참여 대상자의 일반적 특성 및 내용 확인서

♣ 다음은 연구 목적으로만 사용됩니다.

해당되는 곳에 √표 하거나 (      ) 안에 대답을 써 주세요.

1. 귀하의 성별은 무엇입니까?                      ① 남자                                      ② 여자
2. 귀하는 만으로 몇 세입니까? (            년            개월)
3. 귀하의 결혼 상태는?  
① 미혼      ② 기혼      ③ 별거/이혼      ④ 사별
4. 귀하의 종교는?  
① 천주교    ② 기독교    ③ 불교    ④ 무교    ⑤ 기타
5. 귀하의 정신 질환 진단명은?(모두 표시하세요)  
① 조현병(정신분열증)    ② 양극성 장애(조울)    ③ 우울증    ④ 공황장애  
⑤ 알코올중독증후군      ⑥ 기타
6. 첫 발병 시기는 언제입니까?                      년
7. 가족 중 정신과적 진단을 받은 사람이 있습니까?  
① 있다. (                      )    ② 없다.
8. 평소 좋아하는 활동이 있다면?  
① 독서    ② 음악    ③ 전자기기(TV, 컴퓨터, 스마트폰)    ④ 운동  
⑤ 그림그리기    ⑥ 종이접기

본 자료는 연구목적 이외에는 절대 사용하지 않을 것입니다. 또한 연구결과 보고에  
서도 실명을 밝히지 않을 것이며 모든 자료는 철저히 비밀을 보장합니다.

본인                      (은)는 2014년      월부터 2015년      월까지 이 연구에 자발적으로 참  
여하였으며, 본인이 참여한 문학요법의 내용이 연구자의 기록과 동일함을 확인하였  
습니다.

20    년      월      일

## 헤르만 헤세(Hermann Hesse)와 헤세의 작품이 지닌 치유경험

안녕하십니까. 경북대학교 문학치료학과 박사과정 수료생 조희주입니다.

본인은 헤르만 헤세의 삶과 헤세의 작품이 가진 치유력을 발견하여 삶에 적용하는 연구를 하고 있습니다. 이를 위하여 헤르만 헤세와 헤세의 작품에 관한 치유경험정도를 조사하고 있습니다. 문학적 취향을 보거나 평가를 위한 목적이 아니오니 질문에 관해서 **솔직하고 상세한 답변**을 해 주시기 바랍니다. 본 질문지를 연구 이외의 어떤 용도로도 사용하지 않을 것임을 약속드립니다.

### 1. 헤르만 헤세의 작품을 읽은 시기는 언제입니까? 읽은 후의 느낌은 어떠했습니까?

제목:

읽은 시기:

읽은 후 느낌/감상:

### 2. 다음 중, 개인적인 치유에 도움이 되었던 항목을 선택해 주세요.

- 1) 헤세 작품의 등장인물과 등장인물의 삶의 방식
- 2) 헤세가 쓴 치유적 문구, 언어
- 3) 헤세의 삶의 방식
- 4) 기타

▶선택한 이유나 내용을 구체적으로 서술해 주세요.

### 3. 읽어 본 작품 중, 가장 인상 깊었던 장면이나 문구, 내용을 구체적으로 써 주세요.

예) 『크눌프』 : 주인공이 밀짚모자를 쓰고 휘파람을 불며 여행하던 장면이 기억남. 그 당시 나는 대학진학을 위한 입시 공부를 하고 있었다. 모든 것을 던져버리고 크눌프와 같은 자유를 누리고 싶다는 생각에 그 장면이 아직도 생생하게 기억난다.

### 4. 내가 읽은 작품을 다른 사람에게 추천한다면 어떤 작품이 좋을까요? 그 이유도 간단하게 써 주세요.



5. 헤르만 헤세와 작품에 대한 나의 느낌이나 생각을 자유롭게 표현해 주세요.

헤르만 헤세는:

6. 귀하의 인적사항을 써 주십시오.

-성별: 남/ 여

-나이:

-학력:

--소중한 시간을 할애해 주셔서 감사합니다--

BPS-문학치료 체크리스트(사전 관찰지)

범주	관찰내용	정도									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Bio	①자신의 의지에 따라 몸을 잘 쓰고 있는가?										
	②몸과 마음이 일치 해 보이는가?(개인)										
	③자신의 건강을 위해서 노력하고 있는가?										
	④장소와 계절에 맞는 복장을 착용하는가?										
	⑤약물 이외의 신체적 건강을 위한 활동을 하는가?										
	⑥몸과 표정이 숙면을 취한 것으로 보이는가?										
	⑦말과 표정이 일치하는가?										
	⑧자신이 생활하는 공간에 애정을 가지고 관리하는가?										
	⑨언어표현에 대한 신체적 몸짓이 일어나는가?										
	⑩몸의 사용이 언어표현 의도에 따라 자유로워 보이는가?										
Psycho	①자신의 소리를 들으면서 말하고 있는가?										
	②전달하고자 하는 의도대로 제대로 말하고 있는가?										
	③내면과 진정으로 소통하고 있는가?										
	④전달하고자 하는 이야기에 상호소통이 되고 있는가?										
	⑤비유나 상징어가 사용되고 있는가?										
	⑥상대방에게 공감하기가 가능한가?										
	⑦공감의 표현을 할 수 있는가?										
	⑧마음과 몸의 통합이 일어나는가?										
	⑨마음의 평상심이 있어 보이는가?										
	⑩이야기를 재구성 할 수 있는가?										
Sozio	①좋아하는 취미생활을 하는가?										
	②공동생활의 규칙을 알고 지키는가?										
	③협업이 가능한가?										
	④도움이 필요할 때 도움을 요청할 수 있는가?										
	⑤사회적 네트워크를 가지고 있는가?										
	⑥직업생활을 하거나 계획하고 있는가?										
	⑦자신과 타인의 인격을 존중하는가?										
	⑧어려움에 처한 사람을 도와주려고 하는가?										
	⑨삶에 대한 태도가 진지해 보이는가?										
	⑩삶의 의미가 있어 보이는가?										

본 질문지는 채연숙, 조희주가 참여자의 변화관찰을 위해 개발한 것으로 실습 및 임상 환경에 따라 수정 가능함.

BPS-문학치료 체크리스트(사후 관찰지)

범주	관찰내용	정도									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Bio	①자신의 의지에 따라 몸을 잘 쓰고 있는가?										
	②몸과 마음이 일치 해 보이는가?(개인)										
	③자신의 건강을 위해서 노력하고 있는가?										
	④장소와 계절에 맞는 복장을 착용하는가?										
	⑤약물 이외의 신체적 건강을 위한 활동을 하는가?										
	⑥몸과 표정이 숙면을 취한 것으로 보이는가?										
	⑦말과 표정이 일치하는가?										
	⑧자신이 생활하는 공간에 애정을 가지고 관리하는가?										
	⑨언어표현에 대한 신체적 몸짓이 일어나는가?										
	⑩몸의 사용이 언어표현 의도에 따라 자유로워 보이는가?										
Psycho	①자신의 소리를 들으면서 말하고 있는가?										
	②전달하고자 하는 의도대로 제대로 말하고 있는가?										
	③내면과 진정으로 소통하고 있는가?										
	④전달하고자 하는 이야기에 상호소통이 되고 있는가?										
	⑤비유나 상징어가 사용되고 있는가?										
	⑥상대방에게 공감하기가 가능한가?										
	⑦공감의 표현을 할 수 있는가?										
	⑧마음과 몸의 통합이 일어나는가?										
	⑨마음의 평상심이 있어 보이는가?										
	⑩이야기를 재구성 할 수 있는가?										
Sozio	①좋아하는 취미생활을 하는가?										
	②공동생활의 규칙을 알고 지키는가?										
	③협업이 가능한가?										
	④도움이 필요할 때 도움을 요청할 수 있는가?										
	⑤사회적 네트워크를 가지고 있는가?										
	⑥직업생활을 하거나 계획하고 있는가?										
	⑦자신과 타인의 인격을 존중하는가?										
	⑧어려움에 처한 사람을 도와주려고 하는가?										
	⑨삶에 대한 태도가 진지해 보이는가?										
	⑩삶의 의미가 있어 보이는가?										

본 질문지는 채연숙, 조희주가 참여자의 변화관찰을 위해 개발한 것으로 실습 및 임상 환경에 따라 수정 가능함.

참여자의 공감정도 체크리스트(사전 관찰지)

범주	관찰내용	정도									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
공간적 공감	참여자가 치료공간에 제대로 와 있는가?										
	참여자에게 공간이 편안해 보이는가?										
정서적 공감	텍스트에 대한 감정이입이 일어나는가?										
	텍스트에 대한 동일시가 일어나는가?										
공명적 공감	자신의 텍스트에 대한 울림을 느끼고 있는가?										
	자신의 텍스트에 대한 정서를 표현하는가?										
반향적 공감	다른 참여자의 텍스트에 대해 감정이입이 일어나는가?										
	다른 참여자의 텍스트에 대해 자신의 기억이 떠오르는가?										
상호공감	다른 참여자의 이야기에 공감의 표현을 하는가?										
	나의 이야기에 다른 참여자가 공감하고 공감의 표현을 하는가?										

본 질문지는 채연숙, 조희주가 참여자의 변화관찰을 위해 개발한 것으로 실습 및 임상 환경에 따라 수정 가능함.

참여자의 공감정도 체크리스트(사후 관찰지)

범주	관찰내용	정도									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
공간적 공감	참여자가 치료공간에 제대로 와 있는가?										
	참여자에게 공간이 편안해 보이는가?										
정서적 공감	텍스트에 대한 감정이입이 일어나는가?										
	텍스트에 대한 동일시가 일어나는가?										
공명적 공감	자신의 텍스트에 대한 울림을 느끼고 있는가?										
	자신의 텍스트에 대한 정서를 표현하는가?										
반향적 공감	다른 참여자의 텍스트에 대해 감정이입이 일어나는가?										
	다른 참여자의 텍스트에 대해 자신의 기억이 떠오르는가?										
상호공감	다른 참여자의 이야기에 공감의 표현을 하는가?										
	나의 이야기에 다른 참여자가 공감하고 공감의 표현을 하는가?										

본 질문지는 재연숙, 조희주가 참여자의 변화관찰을 위해 개발한 것으로 실습 및 임상 환경에 따라 수정 가능함.

### 치료사와 참여자간의 공감척도일지(치료사의 자기성찰 기록일지)

- 문학치료 프로그램에 대한 상호이해가 일어나고 있는가?
- 프로그램이 사전구조화 된 의도와 목적에 따라 잘 수행되었다고 보는가?
- 참여자가 공간에 대한 편안함과 일치감을 가졌는가?
- 프로그램에 활용된 문학치료적 글감에 대해 참여자들의 감정이입이 일어나고 있는가?
- 참여자가 활용한 매체(몸, 동작, 글감, 그리기, 소리, 공간 )에 대해 상호매체적 넘나들기가 일어났는가?
- 참여자들이 스스로 글을 쓸 수 있었는가?
- 참여자들이 스스로 쓴 글을 읽고 어떠한 반응을 보였는가?
- 상호지지와 상호공감나누기가 참여자들 사이에서 일어났는가?
- 치유체험과 치유공감이 참여자들 간에 일어났는가?
- 참여자들의 삶의 실천영역에서 변화가 일어났는가?

본 질문지는 채연숙, 조희주가 문학치료사의 자기점검과 성찰을 위해 개발한 것으로 실습 및 임상 환경에 따라 수정 가능함.

## 참여자의 치유체험 자가진단 체크리스트

- 나는 문학치료 참여 전과 후에 변화된 것이 있는가?
- 나에게 일어난 변화들 중 가장 마음에 와 닿는 변화는 무엇인가?
- 문학치료는 나의 조현병 증상 호전에 도움을 주었는가?  
(증상호전에 도움이 되었다면 구체적으로 어떤 부분이 호전되었다고 보는가?)
- 의료진에게 내가 불편한 점을 이야기 할 수 있는가?
- 환자 간의 소통이 예전보다 원활해졌는가?
- 몸과 마음의 통합이 일어났다고 보는가?  
(일어났다면 구체적으로 어느 부분이 좋아졌는가?)
- 외박, 외출시 가족 및 주변 사람들과의 소통 및 관계향상에 도움이 되었는가?
- 문학치료가 나의 의지나 주장을 표현하는 데 도움을 주었는가?
- 문학치료 프로그램이 나의 일상생활 및 재화에 도움을 주었는가?
- 문학치료 프로그램이 내 삶의 활력을 찾는데 도움이 되었는가?

본 질문지는 채연숙, 조희주가 참여자 스스로의 치유체험 자가진단을 위해 개발한 것으로 실습 및 임상 환경에 따라 수정 가능함.

## 헤세 콘텐츠를 활용한 통합문학치료 프로그램

### 표: IPB-Hesse-1. 치료 공간과 만나다

1. 프로그램 의미: 삶의 파노라마
2. 활용매체: 음악-상쾌한 기분을 느끼고 싶을 때 듣는 소리(4분 43초)
3. 유의점: 가벼운 만남/구속된다는 느낌을 받지 않도록 한다.
4. 관찰: 참여자가 몰입할 수 있는가? 참여자의 느낌과 그것을 표현하는 언어나 행동이 일치하는가?

단계	내용
<b>도입</b> (감각활성)	*프로그램 소개하기 *말랑 공의 느낌을 말하며 자기 소개하기
<b>작업/실행</b> (상징화/형상화)	*몸 풀기: 팔-어깨-목 돌리기-다리 *5분 정도 음악 들으며 걷기 -음악을 들으며 천천히 걷기 -내가 이 공간에 와 있는지 느껴보기 -숨을 크게 들이마시고 천천히 내쉬면서 걷기 -발바닥이 땅에 닿는 느낌을 느껴보기 -팔을 크게 흔들면서 걷기, 가볍게 걷기 *공간 교감하기 -내 옆에 누가 있는지, 옆 사람과 반갑게 눈인사 나누기 *나의 몸에 집중하기 *지금 바로 떠오르는 단어: 생각하지 말고 즉흥적으로
<b>통합</b> (자기해석/공감나누기)	*편안한 공간/자기만의 섬을 찾아 가기 지금의 기분을 나타내는 색깔을 골라서 도화지에 선긋기 *다 그렸으면 지금의 기분이나 지금 떠오르는 말을 삼행시(세 줄)로 표현하기 * 본인이 쓴 글을 읽고 의미와 읽은 후의 기분 표현하기
<b>재통합/새방향설정</b> (소감 및 마무리)	*첫 시간을 함께 한 소감 말하기 (처음 시작 할 때와 지금의 기분은 어떻게 달라졌는지) *아름다운 한 주를 위한 시낭송과 시 선물로 다음시간 약속



표: IPB-Hesse-2. 지금-여기에서의 나를 만나다

1. 프로그램 의미: 삶의 파노라마
2. 활용매체: 음악-누군가에게 위로받고 싶을 때 들으면 힘이 되는 소리  
이미지(그림카드)
3. 유의점: 누군가에게 내 목소리를 들려주는 경험, 나의 이야기를 누군가가 들어  
주는 경험을 할 수 있도록 한다.
4. 관찰: 참여자가 몰입할 수 있는가? 참여자의 표정과 언어가 일치하는가?

단계	내용
<b>도입</b> (감각활성)	*몸풀기: 팔-어깨-목 돌리기-다리 *5분정도 음악 들으며 걷기 -음악을 들으며 천천히 걷기 -내가 이 공간에 와 있나 느껴보기 -숨을 크게 들이마시고 천천히 내쉬면서 걷기 -발바닥이 닿는 느낌을 느껴보기
<b>작업/실행</b> (상징화/형상화)	*내 마음이 끌리는 엽서 한 장 고르기 -두 명씩 짝을 지어서 편안한 공간 찾아가기. -그림을 보고, 그 그림이 가진 이야기를 상대방에게 들려주기 *지금의 나의 기분을 짧은 글로 표현하기
<b>통합</b> (자기해석/공감나누기)	*글을 낭독하고 현재의 느낌 말하기
<b>재통합/새방향설정</b> (소감 및 마무리)	*이번 시간을 함께 한 소감 말하기(처음 시작 할 때 와 지금의 기분은 어떻게 달라졌는지) *아름다운 한 주를 위한 시낭송과 시 선물로 다음시 간 약속

표: IPB-Hesse-3. 문학과 여행을 떠나다

1. 프로그램 의미: 삶의 파노라마
2. 활용매체: 음악-누군가에게 위로받고 싶을 때 들으면 힘이 되는 소리  
헤세 『페터 카멘친트』, 37쪽
3. 유의점: 들려주는 텍스트에 몰입할 수 있도록 분위기를 이끈다.  
인물이 되어 이야기를 전개시킬 수 있도록 한다.
4. 관찰: 참여자가 텍스트에 몰입할 수 있는가?  
참여자가 텍스트 속의 인물이 되어서 느낄 수 있는가?  
이야기를 할 수 있는가?  
이야기를 들어줄 수 있는가?

단계	내용
<b>도입</b> (감각활성)	*음악 들으면서 내 몸과 마주하기 -지금의 기분을 짧게 표현하기(표정으로 또는 한 문장으로) *문학여행 떠나기 -텍스트 읽어주기
<b>작업/실행</b> (상징화/형상화)	*나만의 섬 찾아가기 -편안한 마음으로 작업할 수 있는 공간 -뒷이야기 쓰기
<b>통합</b> (자기해석/공감나누기)	*현실 공간으로 돌아오기 *본인이 쓴 글을 낭독하고, 읽은 후의 기분 말하기
<b>재통합/새방향설정</b> (소감 및 마무리)	*이번 시간을 함께 한 소감 나누기(한 마디 한 문장으로 지금의 느낌 표현하기) *아름다운 한 주를 위한 시낭송과 시 선물로 다음시간 약속

표: IPB-Hesse-4. 나의 첫 비밀을 알아내다

1. 프로그램 의미: 나, 그리고 세상
2. 활용매체: 음악-내성적인 성격을 외향적으로 변화  
헤세 『페터 카멘친트』, 콘라트 카멘친트의 항해, 12쪽,
3. 유의점: 들려주는 텍스트에 몰입할 수 있도록 분위기를 이끈다.  
인물이 되어 이야기를 전개시킬 수 있도록 한다.
4. 관찰: 참여자가 텍스트에 몰입할 수 있나?  
참여자가 텍스트 속의 인물이 되어서 느낄 수 있는가?  
구체적으로 형상화 할 수 있는가?

단계	내용
<b>도입</b> (감각활성)	*음악 들으면서 내 몸과 마주하기 -지금의 기분을 짧게 표현하기 *문학 여행 떠나기 -헤세의 『페터 카멘친트』 읽어주기 -상상하면서 듣기
<b>작업/실행</b> (상징화/형상화)	*자유 연상하기 -과연 콘라트 카멘친트의 항해가 어떻게 되었을까? -돌아가면서 이야기하기 *콘라트 카멘친트의 성공적인 항해를 기대하면서 공동화 그리기
<b>통합</b> (자기해석/공감나누기)	*공동작품을 보고 떠오르는 이야기, 느낌, 생각을 몸으로 표현해 보기 *자기 해석하기
<b>재통합/새방향설정</b> (소감 및 마무리)	*이번 시간을 함께 한 소감 나누기(한 마디 한 문장으로 지금의 느낌 표현하기) *아름다운 한 주를 위한 시낭송과 시 선물로 다음시간 약속

표: IPB-Hesse-5. 시인이 되다

1. 프로그램 의미: 나, 그리고 세상
2. 활용매체: 음악-내성적인 성격을 외향적으로 변화  
헤세의 시어 모음
3. 유의점: 시인의 임무는 길을 알려주는 것이 아니라, 그리움을 일깨우는 것이다.
4. 관찰: 참여자가 텍스트에 몰입할 수 있나? 구체적으로 형상화 할 수 있는가?  
자신이 쓴 시를 감정을 넣어서 낭송할 수 있는가?  
시를 낭송한 뒤의 느낌을 이야기 할 수 있는가?

단계	내용
도입 (감각활성)	<ul style="list-style-type: none"> <li>*내 몸을 깨우기</li> <li>-지금의 기분을 짧게 표현하기(표정으로 또는 한 문장으로)</li> <li>*텍스트 들려주기</li> <li>-편안한 자세로 음악에 몸을 싣기</li> <li>-내 이야기 속으로 다가가기</li> </ul>
작업/실행 (상징화/형상화)	<ul style="list-style-type: none"> <li>*지금의 정서를 시로 표현하기</li> <li>-짜깁기 시 텍스트를 사용하여 시 쓰기</li> </ul>
통합 (자기해석/공감나누기)	<ul style="list-style-type: none"> <li>*등단하기</li> <li>-본인이 쓴 시를 한명씩 일어서서 낭송하는 시간</li> <li>-스스로의 해석과 낭송한 뒤의 소감 말하기</li> </ul>
재통합/새방향설정 (소감 및 마무리)	<ul style="list-style-type: none"> <li>*이번 시간을 함께 한 소감 나누기(한 마디 한 문장으로 지금의 느낌 표현하기)</li> <li>*다음시간 약속</li> </ul>

표: IPB-Hesse-6. 유년의 웃음소리를 듣다

1. 프로그램 의미: 나, 그리고 세상
2. 활용매체: 음악-어린 시절에 들던 동요메들리  
헤세 「사라진 소리」
3. 유의점: 유년시절의 웃고 있는 장면을 떠올려 볼 수 있도록 한다.
4. 관찰: 기억을 떠올리고 느낌을 상징화할 수 있는가?  
상징화 한 것을 언어로 표현할 수 있는가?  
다른 사람의 이야기에 경청하고 공감할 수 있는가?

단계	내용
<b>도입</b> (감각활성)	*내 몸을 깨우기 -음악 들으며 가볍게 움직이기 -음악을 따라 부르며 유년의 기억 속으로 다가가기 *시 텍스트 들려주기
<b>작업/실행</b> (상징화/형상화)	*시를 듣고 떠오르는 유년의 즐거운 장면을 그림(클레이)으로 표현하기 -배경꾸미기 *두 사람씩 짝지어서 자신의 이야기 들려주기 *현재의 기분을 삼행시로 표현하기 -그 속에 있었던 긍정의 활력은 무엇이었을까?
<b>통합</b> (자기해석/공감나누기)	*삼행시 소개와 자신의 해석을 들려주기 *피드백 방법을 알려주고, 피드백으로 감정 표현하기
<b>재통합/새방향설정</b> (소감 및 마무리)	*이번 시간을 함께 한 소감 나누기 -한 마디 한 문장으로 지금의 느낌 표현하기 *다음시간 약속

표: IPB-Hesse-7. 삶의 의미로 들어가다

1. 프로그램 의미: 표현 된 나의 삶
2. 활용매체: 「청춘은 아름다워」, 89쪽  
공동화
3. 유의점: 특정 참여자에게 이야기가 집중되지 않도록 한다.
4. 관찰: 유년시절의 기억을 떠올리고 언어로 묘사할 수 있는가?  
다른 사람의 이야기에 공감할 수 있는가?

단계	내용
<b>도입</b> (감각활성)	*내 몸을 깨우기 -초등학교/ 초등학교를 기억할 때 떠오르는 단어 브레인스토밍 *텍스트 들려주기(정경을 떠올릴 수 있도록)
<b>작업/실행</b> (상징화/형상화)	*이야기를 듣고 떠오르는 느낌을 한 문장으로 나타내기 - 두 명씩 또는 두 그룹으로 나누어서 느낌에 대한 이야기 들려주기(공감하기 대화법) *공동화 그리기(두 명 또는 그룹으로)와 공동삼행시 쓰기 *제목정하기
<b>통합</b> (자기해석/공감나누기)	*공동작품 소개하기와 지금의 느낌 표현하기
<b>재통합/새방향설정</b> (소감 및 마무리)	*피드백하기 *이번 시간을 함께 한 소감 나누기 -한 마디 한 문장으로 지금의 느낌 표현하기 *다음시간 약속

표: IPB-Hesse-8. 이야기의 실타래를 풀다

1. 프로그램 의미: 표현 된 나의 삶
2. 활용매체: 옛이야기 「선녀와 나무꾼」
3. 관찰: 자신의 생각을 이야기 할 수 있는가?  
 다른 사람의 이야기에 경청하는가?  
 다른 사람의 입장에서 생각할 수 있는가?  
 스토리를 재구성 할 수 있는가?

단계	내용
<b>도입</b> (감각활성)	*내 몸을 깨우기 *옛이야기 들려주기(구연하기)
<b>작업/실행</b> (상징화/형상화)	*공감하는 인물로 그룹 만들기(선녀, 나무꾼) *재경험 하기: 그 인물이 인상적인 이유는? 경험에 비추어 이야기하기 *스토리 재구성하기 -행복한 결말로 이어가려면 어느 부분을 어떻게 바꾸면 좋을까?
<b>통합</b> (자기해석/공감나누기)	*공동 작업으로 재구성한 스토리 들려주기 *현재의 기분 이야기하기
<b>재통합/새방향설정</b> (소감 및 마무리)	*이번 시간을 함께 한 소감 나누기 -한 마디 한 문장으로 지금의 느낌 표현하기 *다음시간 약속

표: IPB-Hesse-9. 내 이름을 불러보다

1. 프로그램 의미: 표현 된 나의 삶
2. 활용매체: 소리, 공동 시 작업  
    헤세 시: 높은 산 속의 저녁(부제: 어머니에게)
3. 관찰: 자신의 이야기에 몰입할 수 있는가?  
    그 속에서 긍정적인 힘을 떠올릴 수 있는가?  
    (발견할 수 있도록 서로 지지하는가?)

단계	내용
<b>도입</b> (감각활성)	*내 몸을 깨우기 *시 들려주기 *생각나는 사람 또는 단어 말하기
<b>작업/실행</b> (상징화/형상화)	*편안한 공간으로 옮겨서 글 또는 그림으로 표현하기 -가장 다정하게 불리던 내 이름 또는 별명 소개하기
<b>통합</b> (자기해석/공감나누기)	*작업 한 텍스트 소개하기 -이름 불러주기(다함께 또는 개별로) -내 이름을 불러 주던 사람에게 답하기 -현재의 기분 표현하기
<b>재통합/새방향설정</b> (소감 및 마무리)	*이번 시간을 함께 한 소감 나누기 -한 마디 한 문장으로 지금의 느낌 표현하기) *다음시간 약속



표: IPB-Hesse-10. 내 마음을 그리다

1. 프로그램 의미: 치유 체험
2. 활용매체: 『데미안』 9쪽, 자기 자신에게로 이르는 길
3. 관찰: 자신의 이야기에 몰입할 수 있는가?  
 그 속에서 긍정적인 힘을 떠올릴 수 있는가?  
 (발견할 수 있도록 서로 지지 하는가?)  
 지금, 이 공간에서의 나를 인식하는가?

단계	내용
<b>도입</b> (감각활성)	*내 몸을 깨우기 *마주보며 인사하기 *텍스트 읽기: 『데미안』 -서문을 시로 바꾸어서 들려주기
<b>작업/실행</b> (상징화/형상화)	*왼손으로 선긋기 작업 *의미 찾기 (두 명씩 나누기) *지금의 기분을 상행으로 표현하기
<b>통합</b> (자기해석/공감나누기)	*전체 나누기 -공감하기 방법 소개 -공감나누기
<b>재통합/새방향설정</b> (소감 및 마무리)	*이번 시간을 함께 한 소감 나누기 -한 마디 한 문장으로 지금의 느낌 표현하기 *다음시간 약속

표: IPB-Hesse-11. 나를 향한 그리움이 시작되다

1. 프로그램 의미: 치유 체험
2. 활용매체: 몸, 『크눌프』 119쪽, 빗줄기와 눈송이도 말을 걸었다
3. 관찰: 자신의 이야기에 몰입할 수 있는가?  
 자신의 이야기를 외재화 할 수 있는가?  
 그 속에서 긍정적인 힘을 떠올릴 수 있는가?

단계	내용
<b>도입</b> (감각활성)	*내 몸을 깨우기 :웜업 스트레칭 & 공원의 풍경 -오늘의 기분을 몸동작으로 표현하기 *신발 전시하기 *텍스트 들려주기
<b>작업/실행</b> (상징화/형상화)	*글쓰기 -신발에 얹힌 이야기 -신발의 입장에서 글쓰기/신발과 그 주인 소개) *의미 찾기 -전시된 신발에 대한 글 읽기 -현재의 내 기분은?
<b>통합</b> (자기해석/공감나누기)	*전체 나누기 -신발을 신고 제자리로 돌아왔을 때의 지금 내 기분은? -피드백과 세팅하기
<b>재통합/새방향설정</b> (소감 및 마무리)	*이번 시간을 함께 한 소감 나누기 -퍼포먼스와 한 단어 *다음시간 약속

표: IPB-Hesse-12. 내 안의 창문을 열다

1. 프로그램 의미: 치유 체험
2. 활용매체: 헤세 『크눌프』, 가장 아름답고 멋진 것 . 67~68쪽
3. 관찰: 자신의 감정을 표현하는 이미지를 찾을 수 있는가?  
 이미지를 보고 이야기를 풀어 갈 수 있는가?  
 다른 사람의 이야기를 듣고 나의 상황과 연결할 수 있는가?  
 긍정적인 피드백을 할 수 있는가?

단계	내용
<b>도입</b> (감각활성)	*내 몸을 깨우기 -웜업 스트레칭&호흡하기 -음계소리 내기 놀이를 통한 치료 공간 적응/ 두 명씩 팀을 이루어서 활동하기 *텍스트 들려주기(*텍스트만 들려주려고 했으나 '꽃이파리'님께 좀 더 선택의 폭을 좁혀주기 위해서 그림카드 중에서 골라도 된다고 했음)
<b>작업/실행</b> (상징화/형상화)	*지금 이 순간 가장 마음에 드는 이미지 고르기 *각자가 고른 이미지를 전시하고 그 속에 담긴 이야기를 소개하기 *다른 사람들의 이야기를 들은 후 현재의 내 기분과 연결해서 이야기 재구성하기
<b>통합</b> (자기해석/공감나누기)	*전체 나누기 -처음에 고른 이미지와 다른 사람의 이야기를 들은 후의 이미지 차이와 기분 변화나누기
<b>재통합/새방향설정</b> (소감 및 마무리)	*이번 시간을 함께 한 소감 나누기 -퍼포먼스와 한 단어로 표현 *다음시간 약속

표: IPB-Hesse-13. 내면의 소리와 만나다

1. 프로그램 의미: 치유 공감
2. 활용매체: 모차르트 마술피리-파파게노 파파게나, 몸
3. 관찰: 음악에 귀 기울일 수 있는가?  
음악을 듣고 떠오르는 느낌을 표현할 수 있는가?  
다른 사람의 느낌도 존중하는가?

단계	내용
<b>도입</b> (감각활성)	*내 몸을 깨우기 -웜업 스트레칭 & 호흡하기 -따라 하기(즐겁게 춤을 추다가 그대로 멈춰라! 한명의 동작을 따라해 보기) *음악듣기 모차르트 마술피리-파파게노 파파게나
<b>작업/실행</b> (상징화/형상화)	*음악을 듣고 떠오르는 느낌을 하나의 단어로 표현하기 *표현한 단어에 어울리는 장면을 클레이로 나타내기 (만들기 또는 클레이 그림)
<b>통합</b> (자기해석/공감나누기)	*나의 이야기 소개하기 *각자의 작품 소개가 끝난 후 서로 다른 사람의 작품을 보고 떠오르는 느낌을 이야기하기 (때로는 같게, 때로는 다르게!)
<b>재통합/새방향설정</b> (소감 및 마무리)	*이번 시간을 함께 한 소감 나누기 -시작할 때와 마칠 때의 느낌 *다음시간 약속

표: IPB-Hesse-14. 가족사진을 마주하다

1. 프로그램 의미: 치유 공감
2. 활용매체: 헤세 『데미안』 중 ‘밝은 세계’
3. 관찰: 텍스트에 빠져 들 수 있는가?  
 텍스트를 듣고 자신의 가족을 떠올릴 수 있는가?  
 떠올린 것을 형상화 할 수 있는가?

단계	내용
<b>도입</b> (감각활성)	*내 몸을 깨우기 -웜업 스트레칭&호흡하기 *여러 가지 기분을 몸으로 표현하기 *텍스트 들려주기
<b>작업/실행</b> (상징화/형상화)	*텍스트에 대한 느낌 말하기 *가족사진 그리기(내가 가족사진 안에 넣고 싶은 인물들로) -활동에서 가족의 의미는?
<b>통합</b> (자기해석/공감나누기)	*가족 소개하기, 전체 나누기 *소개 이후 가족사진 포토샵하기 -나의 소망을 담은 사진연출하기 -지금 가족사진을 보는 내 기분은? -가족이 나에게 뭐라고 이야기 하는가? -나는 가족에게 어떤 말이 하고 싶은가? *지금 느껴지는 가족의 의미는?
<b>재통합/새방향설정</b> (소감 및 마무리)	*이번 시간을 함께 한 소감 나누기 -시작 때의 기분과 지금의 기분 *다음시간 약속

표: IPB-Hesse-15. 운명의 울림을 경험하다

1. 프로그램 의미: 치유 공감
2. 활용매체: 몸, 상황극, 『페터 카멘친트』 중 리하르트가 헤세를 방문하던 날
3. 관찰: 상황극 주제를 정할 수 있는가?  
주어진 상황에 맞는 역할극을 수행 할 수 있는가?

단계	내용
<b>도입</b> (감각활성)	*내 몸을 깨우기 -웜업 스트레칭&호흡하기 *여러 가지 기분을 몸으로 표현하기 *텍스트 들려주기
<b>작업/실행</b> (상징화/형상화)	*상황극 스토리 만들기 -내가 가장 좋아하는 날씨와 느낌 -아주 춥고 눈이 오는 날 -친구의 집을 방문 -방문객과 주인의 역할을 나누어서 :날씨에 관한 인사하기, 따뜻한 차 권하기와 감사표현
<b>통합</b> (자기해석/공감나누기)	*상황극 느낌 나누기 -힘들었던 부분, 고마웠던 부분, 감사 표시하기 -피드백과 세팅
<b>재통합/새방향설정</b> (소감 및 마무리)	*이번 시간을 함께 한 소감 나누기 -시작 때의 기분과 지금의 기분 *다음시간 약속

표: IPB-Hesse-16. 가을 생각에 젖어들다

1. 프로그램 의미: 삶의 새로운 의미 발견
2. 활용매체: 헤세 시 「가을날」
3. 관찰: 수확하는 즐거운 상황을 상상하고 몸으로 표현할 수 있는가?  
 좋아하는 과일에 대한 스토리텔링을 하고, 다른 사람과 상호작용 할 수 있는가?  
 느낌을 언어로 표현할 수 있는가?

단계	내용
<b>도입</b> (감각활성)	*내 몸과의 만남 -퍼포먼스: 과수원에서 내가 좋아하는 과일 가꾸기 수확하기 바구니에 가득 담아서 운반하기 *시 들려주기
<b>작업/실행</b> (상징화/형상화)	*느낌 나누기 *내 기억 속의 가을날 연출하기 -클레이로 과일 만들기 -과일에 관해서 스토리텔링하기 *하나의 바구니에 담기 *다른 사람에게 과일을 권하는 상황극 하기
<b>통합</b> (자기해석/공감나누기)	*전체 나누기 -내가 농사지은 과일을 다른 사람에게 나누어 줄 때 -다른 사람으로부터 과일을 받을 때의 기분에 관해서 *피드백하기
<b>재통합/새방향설정</b> (소감 및 마무리)	*이번 시간을 함께 한 소감 나누기 -시작 때의 기분과 지금의 기분 *다음시간 약속

표: IPB-Hesse-17. 자연 속에서 나를 만나다

1. 프로그램 의미: 삶의 새로운 의미 발견
2. 활용매체: 『페터 카멘친트』 12~13쪽
3. 관찰: 나를 나무에 비유해 보고, 상황에 따른 움직임을 표현할 수 있는가?  
텍스트를 읽고 떠오르는 장면을 언어와 그림으로 표현할 수 있는가?  
내 이야기를 들려주고 다른 사람의 이야기에 귀 기울일 수 있는가?

단계	내용
<b>도입</b> (감각활성)	*내 몸과의 만남 -몸풀기/호흡하기 *퍼포먼스: 나를 나무에 비유해 보기 상황에 따른 나무의 움직임을 동작으로 나타내기 (살랑살랑 바람 부는 날, 거친 바람, 태풍, 햇빛이 강한 날...) *텍스트 들려주기와 느낌 나누기
<b>작업/실행</b> (상징화/형상화)	*떠오르는 장면을 그림으로 나타내기 -나무를 그려도 좋고 선이나 색깔로 나타내도 좋다 *그림 소개하기와 느낌나누기 -어떤 장면인가? 그림 속의 나무에 관해서.
<b>통합</b> (자기해석/공감나누기)	*현재의 기분을 상행시로 나타내기 -소개하기와 피드백하기
<b>재통합/새방향설정</b> (소감 및 마무리)	*이번 시간을 함께 한 소감 나누기 -시작 때의 기분과 지금의 기분 *다음시간 약속



표: IPB-Hesse-18. 아름다운 쉼표를 찍다

1. 프로그램 의미: 삶의 새로운 의미 발견
2. 활용매체: 헤세의 시어
3. 관찰: 각각의 시 행을 듣고 이미지화 할 수 있는가?  
 자신을 수사적으로 상징화 할 수 있는가?  
 나의 감정을 시로 표현 할 수 있는가?

단계	내용
<b>도입</b> (감각활성)	*내 몸과의 만남 -몸풀기 -호흡하기 -「사과같은 내얼굴」 노래와 율동 *짧은 시 짓기. OO같은 나 OO처럼 OO한 나
<b>작업/실행</b> (상징화/형상화)	*시 쓰기와 꾸미기 -헤세의 시어와 나의 언어 *제목 정하기
<b>통합</b> (자기해석/공감나누기)	*내가 쓴 시 낭송하기 -소개하기와 피드백하기
<b>재통합/새방향설정</b> (소감 및 마무리)	*이번 시간을 함께 한 소감 나누기 -시작할 때의 기분과 지금의 기분 *다음시간 약속

표: IPB-Hesse-19. 신비로운 생명으로 가득하다

1. 프로그램 의미: 다시 세상으로
2. 활용매체: 『수레바퀴 아래서』 낚싯대만 있으면...42~43, 놀이
3. 관찰: 다른 사람의 입장에서 설명할 수 있는가?  
     설명을 잘 듣고 따라 할 수 있는가?  
     규칙을 정하고 그것을 따를 수 있는가?

단계	내용
<b>도입</b> (감각활성)	*내 몸과의 만남 -호흡하기, 걷기 -텍스트 들려주기.
<b>작업/실행</b> (상징화/형상화)	*딱지 접기: 만들 줄 아는 사람이 설명하고 다른 참여자들이 따라 하기 *딱지치기 규칙 정하기 -팀 대항 딱지치기: 편을 가르고 딱지치기 규칙에 따른 작전세우기 (모든 팀원들이 참여할 수 있도록, 딱지치기 하는 순서정하기, 딱지 고르기...) *딱지치기 대항
<b>통합</b> (자기해석/공감나누기)	*게임하면서 느낀 감정들을 떠올려서 표현하기 *감정어휘로 피드백하기(비슷한 느낌이거나 공감이 될 때)
<b>재통합/새방향설정</b> (소감 및 마무리)	*이번 시간을 함께 한 소감 나누기 -시작할 때의 기분과 지금의 기분 *다음시간 약속

표: IPB-Hesse-20. 삶을 향한 의지가 싹트다

1. 프로그램 의미: 다시 세상으로
2. 활용매체: 공동시 쓰기, 『수레바퀴 아래서』의 수확의 즐거움과 나눔의 기쁨  
187쪽
3. 관찰: 오감으로 느끼고 그것을 표현할 수 있는가?  
다른 사람의 이야기를 듣고 공감의 어휘로 피드백 할 수 있는가?  
다른 사람의 이야기를 듣고 자신의 이야기로 상호공감돌려주기를 할 수 있는가?

단계	내용
<b>도입</b> (감각활성)	*내 몸과의 만남 -호흡하기 -오감으로 느끼며 사과 먹기 -브레인스토밍하기 *텍스트 들려주기
<b>작업/실행</b> (상징화/형상화)	*텍스트에 대한 느낌 나누기 -릴레이 공동 시 짓기(한 행씩)
<b>통합</b> (자기해석/공감나누기)	*공동시 낭송하기와 느낌 나누기
<b>재통합/새방향설정</b> (소감 및 마무리)	*이번 시간을 함께 한 소감 나누기 -시작할 때의 기분과 지금의 기분 *다음시간 약속

표: IPB-Hesse-21. 그 순간의 나를 다독이다

1. 프로그램 의미: 다시 세상으로
2. 활용매체: 헤세의 치유여행 사진(음악: 쇼팽의 녹턴9),
3. 관찰: 아늑함의 의미를 말할 수 있는가?  
추억의 공간을 찾아서 재구조화할 수 있는가?

단계	내용
<b>도입</b> (감각활성)	*내 몸과의 만남 -호흡하기 -헤세의 치유여행사진 보기(음악: 쇼팽의 녹턴9) *사진이 주는 느낌을 이야기하기
<b>작업/실행</b> (상징화/형상화)	*나의 추억 속으로 -가장 아늑한 공간, 위로가 되는 공간을 떠올리기 -그 공간을 생각할 때 떠오르는 단어 나열하기 (3인칭으로 동화 쓰기-그는, 소년은, 아이는)
<b>통합</b> (자기해석/공감나누기)	*글 소개하기 *지금, 나의 기분은? -이 기분을 동화 제목으로 하기
<b>재통합/새방향설정</b> (소감 및 마무리)	*이번 시간을 함께 한 소감 나누기 -시작할 때의 기분과 지금의 기분 *다음시간 약속

표: IPB-Hesse-22. 사랑을 향한 동경이 피어나다

1. 프로그램 의미: 유년과의 진정한 화해
2. 활용매체: 『페터 카멘친트』 중 사랑고백, 39쪽
3. 관찰: 텍스트 장면을 상상할 수 있는가?  
 인물의 정서에 공감 할 수 있는가?  
 나의 입장에서 이야기 할 수 있는가?

단계	내용
<b>도입</b> (감각활성)	*내 몸과의 만남 -호흡하기 -몸으로 이야기하기 (퍼포먼스) *텍스트 들려주기 -텍스트를 들은 후의 느낌
<b>작업/실행</b> (상징화/형상화)	*현재의 느낌을 색깔로 표현하기 -문장 또는 단어로
<b>통합</b> (자기해석/공감나누기)	*자신이 작업한 글과 그림 소개하기 -자기해석과 느낌 -긍정적인 피드백하기
<b>재통합/새방향설정</b> (소감 및 마무리)	*이번 시간을 함께 한 소감 나누기 -시작할 때의 기분과 지금의 기분 *다음시간 약속

표: IPB-Hesse-23. 아버지를 불러보다

1. 프로그램 의미: 유년과의 진정한 화해
2. 활용매체: 『크눌프』:아버지,80쪽
3. 관찰: 기억을 떠올려서 차분하게 이야기 할 수 있는가?  
공감할 수 있는가?

단계	내용
<b>도입</b> (감각활성)	*내 몸과의 만남 -호흡하기 -몸으로 이야기하기 *텍스트 들려주기
<b>작업/실행</b> (상징화/형상화)	*아버지의 이미지를 그림으로 그리기 -아버지를 생각할 때 떠오르는 단어 나열하기 *그림과 단어에 대해 자신의 이야기하기(아버지는 ** 사람입니다/ 구어체로 직접 말씀드리기) *현재의 감정 표현하기
<b>통합</b> (자기해석/공감나누기)	*아버지가 이 자리에 있다면 어떤 말을 하실지 문장 으로 적기 -아버지의 목소리로 들려주기 -아버지의 이야기를 들은 현재의 감정 말하기
<b>재통합/새방향설정</b> (소감 및 마무리)	*이번 시간을 함께 한 소감 나누기 -시작할 때의 기분과 지금 *다음시간 약속

표: IPB-Hesse-24. 엄마한테 안기다

1. 프로그램 의미: 유년과의 진정한 화해
2. 활용매체: 『수레바퀴 아래서』 숨겨두었던 일...79쪽
3. 관찰: 자기 목소리로 들려줄 수 있는가?  
기억 속의 나에 관해서 현재의 정서로 해석할 수 있는가?

단계	내용
<b>도입</b> (감각활성)	*내 몸과의 만남 -호흡하기 -스트레칭 -다른 사람과 소리 내어 인사하기: 눈 마주치기, 웃으면서 소리 내어 인사하기 *텍스트 들려주기: 시 형식으로 낭송하기
<b>작업/실행</b> (상징화/형상화)	*텍스트를 듣고 떠오르는 나의 이야기 쓰기 -울고 싶었던 일 -들키고 싶었던 일
<b>통합</b> (자기해석/공감나누기)	*작품 소개하기 및 자기해석 -지금, 나의 기분은? -엄마에게 하고 싶은 말 직접 해보기 *지금의 기분은?
<b>재통합/새방향설정</b> (소감 및 마무리)	*이번 시간을 함께 한 소감 나누기 -시작할 때의 기분과 지금의 기분 *다음시간 약속

표: IPB-Hesse-25. 영혼의 축제를 즐기다

1. 프로그램 의미: 위로와 위안의 말
2. 활용매체: 『수레바퀴 아래서』 여름방학이다, 44쪽
3. 관찰: 상상할 수 있는가?  
내 기억을 떠올려서 표현할 수 있는가?

단계	내용
<b>도입</b> (감각활성)	*내 몸과의 만남 -몸풀기 -호흡하기 *텍스트 들으며 상상하기 -편안한 자세로 -텍스트의 풍경 속으로 자기 기억 가지고 가기
<b>작업/실행</b> (상징화/형상화)	*나의 추억 속으로 -음악에 대한 느낌을 여러 가지 재료로 표현하기 (화선지, 파스텔) *그림 속 이야기를 3인칭 동화로 엮어가기
<b>통합</b> (자기해석/공감나누기)	*작품 소개하기 -지금, 나의 기분은?
<b>재통합/새방향설정</b> (소감 및 마무리)	*이번 시간을 함께 한 소감 나누기 -시작할 때의 기분과 지금의 기분 *다음시간 약속



표: IPB-Hesse-26. 아름다운 함께하기를 즐기다

1. 프로그램 의미: 위로와 위안의 말
2. 활용매체: 놀이, 『수레바퀴 아래서』 중 그 시절의 추억 36쪽
3. 관찰: 다른 사람과 어울릴 수 있는가?  
     규칙을 정하고 따를 수 있는가?  
     놀이 할 때의 기분변화를 표현할 수 있는가?

단계	내용
<b>도입</b> (감각활성)	*내 몸과의 만남 -몸풀기 -호흡하기 *텍스트 들려주기
<b>작업/실행</b> (상징화/형상화)	*팀 정하기 -비석치기 규칙 정하기(출발선 긋기, 순서정하기, 규칙정하기) -던지기-머리-어깨-겨드랑이-무릎-발등 *지금의 느낌을 팀별 공동 퍼포먼스로 표현하기
<b>통합</b> (자기해석/공감나누기)	*놀이하는 동안의 기분은/ 떠오르는 기억/소감 나누기 *자유롭게 피드백과 세팅하기
<b>재통합/새방향설정</b> (소감 및 마무리)	*이번 시간을 함께 한 소감 나누기 -시작할 때의 기분과 지금의 기분 *다음시간 약속

표: IPB-Hesse-27. 힘겹게 투쟁하여 알에서 나오다

1. 프로그램 의미: 위로와 위안의 말
2. 활용매체: 헤세의 그림
3. 관찰: 자신의 이야기를 할 수 있는가?  
다른 사람에게 공감의 표현을 할 수 있는가?

단계	내용
<b>도입</b> (감각활성)	*내 몸과의 만남 -호흡하기 -오늘 이시간의 기분을 단어로 표현하기 -두 사람씩 그 기분을 동작으로 표현하기 *그림 감상하기
<b>작업/실행</b> (상징화/형상화)	*가장 와 닿는 그림 고르기 *선택한 그림이 영화포스터라고 생각하고 이야기 꾸미기 *글쓰기
<b>통합</b> (자기해석/공감나누기)	*작품 발표회 -작품 발표하는 동안의 기분은 -떠오르는 기억/소감 나누기 -자유롭게 피드백과 세팅하기
<b>재통합/새방향설정</b> (소감 및 마무리)	*이번 시간을 함께 한 소감 나누기 -시작할 때의 기분과 지금의 기분 *다음시간 약속.

표: IPB-Hesse-28. 내 영혼을 그리다

1. 프로그램 의미: 다시 함께 살아가기
2. 활용매체: 그림, 『데미안』 자신에게 이르는 길, 9쪽
3. 관찰: 자화상 그리기 작업을 통해서 나의 내면을 들여다 볼 수 있는가?  
그것을 말로 표현할 수 있는가?  
나의 장점을 찾아서 소개할 수 있는가?

단계	내용
<b>도입</b> (감각활성)	*내 몸과의 만남 -사진 찍기 놀이(아주 새콤한 것을 먹었을 때, 아주 뜨거운 것을 먹었을 때, 결승 골을 넣었을 때..) -두 명씩 짝지어서 사진이 되어주기 *텍스트 들려주기
<b>작업/실행</b> (상징화/형상화)	*자화상 그리기 -거울 속의 자신을 들여다보기, 그리기 *그림 속 인물 소개하기: 몇 살 정도? 가장 좋아하는 음식은? 가장 기억에 남는 여행지는? 즐겨듣는 노래는? 어렸을 때 읽었던 책이나 놀이? 이 사람의 장점 세 가지는? 올해 노력해서 이루고 싶은 것은?
<b>통합</b> (자기해석/공감나누기)	*작품 소개하기 -작품 발표하는 동안의 기분은 - 떠오르는 기억/소감 나누기 -자유롭게 피드백과 세팅하기
<b>재통합/새방향설정</b> (소감 및 마무리)	*이번 시간을 함께 한 소감 나누기

표: IPB-Hesse-29. 삶을 연주하다

1. 프로그램 의미: 다시 함께 살아가기
2. 활용매체: 소리, 「청춘은 아름다워」-소풍,141쪽
3. 관찰: 리듬 속으로 빠져드는가?  
 자신의 이야기를 스토리텔링 할 수 있는가?  
 다른 사람 이야기에 공감하고, 공감의 표현을 하는가?  
 ‘어울림’을 위한 노력을 하고, ‘하모니’의 아름다움을 느끼는가?

단계	내용
<b>도입</b> (감각활성)	*내 몸과의 만남 -여러 가지 소리가 나는 도구 진열하기 -마음에 드는 것을 하나씩 가지고 둥글게 앉기. -무엇을 할 수 있을까? *텍스트 읽기
<b>작업/실행</b> (상징화/형상화)	*생각나는 노래를 부르면서 자신이 가진 도구로 리듬 맞추기 *두 명씩 짝을 지어서 한 팀으로 하고 돌림노래를 부름 -악기 연주 *지금의 기분을 5행으로 표현하기
<b>통합</b> (자기해석/공감나누기)	*글 소개하기 *자기해석과 피드백하기 *상호공감나누기
<b>재통합/새방향설정</b> (소감 및 마무리)	*지금의 기분을 한 문장으로 표현하기 *과수원 길을 합창하면서 마무리(악기연주도 하면서)

표: IPB-Hesse-30. 나, 너, 우리가 함께하다

1. 프로그램 의미: 다시 함께 살아가기
2. 활용매체: 긍정적 활력을 일으키는 단어-자연『수레바퀴 아래서』 발췌)
3. 관찰: 자신의 이야기를 스토리텔링 할 수 있는가?  
다른 사람의 이야기에 공감하고 공감의 표현을 하는가?

단계	내용
<b>도입</b> (감각활성)	*내 몸과의 만남 -몸풀기, -호흡하기 -걷기(천천히 크게 돌기) -마음에 와 닿는 단어 카드 고르기
<b>작업/실행</b> (상징화/형상화)	*단어카드 속으로 추억여행 (바닥에 앉아서 작업) -단어를 제목으로 하는 시화 만들기 -두 명씩 짝지어서 자신의 작품 소개하기. - 피드백하기
<b>통합</b> (자기해석/공감나누기)	*전시회하기 -전시회 소감 이야기하기 -다른 작품에 대한 긍정적인 피드백하기
<b>재통합/새방향설정</b> (소감 및 마무리)	*오늘 이 시간을 보낸 소감 나누기

## IPB-Hesse 활용 텍스트

### IPB-Hesse-3 문학과 여행을 떠나다

텍스트 출처: 『페터 카멘친트』 김주연 역, p. 37

나는 식당에 가면 뢰지 기르타너(그녀)를 거의 매일 만났다. 그녀는 건강하면서도 나  
긋나긋하게 자란 열일곱 살 처녀였다. 갈색 피부의 가름하고 싱싱한 얼굴에 고요하  
고 재기 있는 아름다움이 깃들어 있었는데, 당시 그녀의 어머니에게도 그런 아름다  
움이 있었다. 그것은 그녀의 할머니, 증조할머니에게서 물려받은 것이었다. 그 유서  
깊고 축복받은 집안에서는 대대로 미인들이 많이 나왔다. 모두들 기품 있고 고요하  
고 싱싱하고 귀족적인, 흠잡을 데 없는 아름다움을 지니고 있었다.

...

물론 나도 당시에는 그런 것들을 전부 다 알지는 못했다. 나는 다만 그녀가 경쾌하  
게 사뿐히 걸어가는 모습을 보고 그 꾸밈없는 존재의 기품을 느낄 뿐이었다. 저녁이  
면 나는 황혼 속에서 생각에 잠겨, 그녀의 영상을 선명하게 그려내고 상상할 수 있  
을 때까지 앉아 있었다. 그러면 어떤 달콤하고도 비밀스러운 슬픔이 내 소년다운 영  
혼 위로 지나가는 것이었다. 그러나 곧 그 즐거움의 순간이 사라지고 내게는 찌르는  
듯한 고통이 찾아들었다. 그녀가 내게서 얼마나 멀리 떨어져 있는 존재인가, 나에  
대해 아는 것도 없고 알 생각도 없으며, 내 아름다운 꿈속의 영상은 그녀 영혼을 도  
독질한 결과에 지나지 않는다는 것을 갑자기 깨닫게 되는 것이다. 그것을 그토록 똑  
똑히 고통스럽게 깨달을 때에도, 나는 언제나 그녀의 영상을 너무나 선명하게, 숨도  
쉴 수 없을 만큼 생생하게 눈앞에 떠올렸다.

### 표: IPB-Hesse-4 나의 첫 비밀을 알아내다

텍스트 출처: 『페터 카멘친트』 김주연 역, p. 12하단

그런 바보들 중의 한 사람이 콘라트 카멘친트 외삼촌이었다. 그가 우리 아버지나 다  
른 남자들보다 이해력이 뒤떨어지는 것은 아니었다. 오히려 훨씬 머리가 좋았고, 쉽  
없이 뭔가 발명하는 일에 몰두하고 있었다. 그러나 물론 아무것도 성공한 것은 없었  
다. 그래도 그는 고개를 떨구고 맥없이 우울해하지 않고 언제나 뭔가 새로운 일을  
시작하였으며 자기계획의 그 희비극성에 묘하게도 생기 있는 감정을 갖는 것이었다,

그것은 확실히 그의 장점이었으나, 마을 사람들에게 그를 구제불능의 멍청이로 만드는 우스꽝스러운 특징이기도 했다. 아버지가 그를 대하는 태도는, 경탄과 경멸 사이의 끝없는 왕복이었다. 처남의 새로운 계획은 그에게 언제나 강한 호기심과 흥분을 불러 일으켰다. 그것을 조롱조의 질문과 야유 뒤에 숨겨 보려고 하지만 별 소용은 없었다. 외삼촌이 성공을 확신하며 그 거창한 일을 시작 할 때면, 아버지는 언제나 열광해서 이 천재와 특별한 형제애로 맺어졌다. 그러나 그 운명적인 실패가 닥치면 외삼촌은 어깨를 으쓱하고 말지만 아버지는 분노를 터뜨리며 조소와 모욕을 퍼붓고는 몇 달 동안이나 말도 않고 눈길도 주지 않는 것이었다. 우리 마을에서 처음으로 돛단배를 보게 된 것도 콘라트 외삼촌 덕분이었다. 거기에 아버지의 작은 배가 징발되었다. 외삼촌은 달력의 판화를 본떠서 돛과 닻줄을 숨씨 있게 만들었다. 그러니 우리 작은 배가 돛배를 만들기에는 너무 작았었다는게 결코 콘라트 외삼촌의 잘못은 아니었다. 준비는 몇 주 동안 계속 되었다. 그동안 아버지는 흥분과 기대와 걱정으로 안절부절 못했으며, 마을 전체가 콘라트 카멘친트의 새로운 계획에 대해 그 어느 때보다도 맹렬히 떠들어댔다. 어느 바람 부는 늦여름 아침, **그 배가 처음으로 호수를 향해하던 날**은, 우리들에게는 기념할 만한 날이 아닐 수 없었다. 아버지는 어떤 불상사에 대한 희미한 예감 때문에 멀찌감치 떨어져 있었다. 나한테도 그 배를 같이 타는 걸 금지해서 나는 대단히 실망해 있었다. 빵집 아들 뤼슬리가 그 돛단배 예술가와 단독 동행하게 되었다. 하지만 온 마을 사람 전부가 자갈밭과 작은 정원에 서서 이 전대미문의 구경거리를 지켜보고 있었다. 경쾌한 동풍이 호수 앞쪽으로 불어오고 있었다. 처음에는 빵집 아들이 노를 저어야했다. 바람을 받자 돛이 부풀어 오르고, 배는 의기양양하게 떠나갔다. 우리는 배가 다음 산모퉁이를 돌아 사라지는 것을 감탄하며 지켜보았고, 그 영리한 외삼촌이 승리자로서 귀향하는 것을 맞아 주리라. 우리가 비웃었던 일을 뉘우치리라. 고 마음을 가다듬고 있었다.

## IPB-Hesse-5 시인이 되다

출처: 헤세의 시

나는 촛불을 꺼버렸다

나는 항상 방랑의 길에 있었다

사랑의 별이었다

나란히 걸던 이 길을                      소곤소곤 아버지 집에서 살던  
 풀을 태우는 연기 속에서                      슬퍼하지 말아라  
 내 누이인 장미여, 너의 영혼은 미소를 머금고  
 조용한 오솔길을 가고 있다                      포플러 사이로 바람이 지나간다  
 단 하나의 이방인                      어머니의 눈을 다시 보고싶네  
 어머니는 영원히 남으리                      홍수같은 세상사가 그대 마음에서 자유로워  
 안개속을 거니는 것은 신기하다                      모두가 다 혼자다  
 세상은 친구들로 가득했다                      나는 바람을 비웃고 폭풍우를 견디어본다  
 아침바람에 골짜기는 떨고 있다.  
 나도 함께 웃는다                      너는 모른다, 평화가 무엇인지  
 거기 조용한 정원에서                      상긋한 네 향기가 방안에 뱀다.  
 나에게 기도를 가르쳐 준 어머니를 생각합니다.  
 그리움의 잔을 남김없이 마신다  
 저는 사랑합니다. 그러나 당신은 저를 모릅니다.  
 네가 필요한 모든 것은 네 자신 속에 있다.                      행복이 반짝반짝 눈짓을 하며  
 나는 사랑을 꽃피웠습니다.                      그런데 열매는 슬픔이었습니다  
 나는 믿음을 꽃피웠습니다.                      내 마음이 말없는 노래로 너를 기다리고



IPB-Hesse-6 유년의 웃음소리를 듣다

사라진 소리

헤르만 헤세

언제였던가 어린시절에  
나는 목장을 따라 걷고 있었다.  
그때, 아침 바람에 노래 하나가  
조용히 실려 왔다.  
푸른 공기의 소리였던가  
또는 무슨 향기, 꽃향기 같은 것이었다.  
그것은 달콤히 향기를 풍기며  
어린 시절을 영원토록  
울리고 있었다.  
그 후 나는 그 노래를 까맣게 잊고 있었다  
그것이 지금 요 며칠 사이에  
비로소 가슴속 깊은 곳에서  
살며시 다시 울리는 것이다.  
지금 나에게는 모든 세상 일이 아무렇든 좋고  
행복한 사람들과 처지를 바꾸고 싶지도 않다.  
귀를 기울이고 싶을 뿐.  
향긋한 소리가 흐르는 것을  
마치 그때의 소리인 양  
귀를 기울이고 조용히 서 있고 싶을 뿐.

## IPB-Hesse-7 삶의 의미로 들어가다

출처: 청춘은 아름다워 (문학동네), p. 89

떠날때는 숫기없는 문제아였던 내가...기차는 크게 굽이진 언덕을 조심조심 돌아 천천히 내리막길을 달렸다. 굽이를 돌 때마다 아래쪽에 자리 잡은 도시의 집과 골목길들, 강, 정원들이 가까워지며 선명해졌다. 눈에 익은 지붕들이 나타나 그중에서 아는 집들을 찾아낼 수 있는가 하면, 곧 창문이 몇 개인지도 셀 수 있게 되었고 황새 둥지도 보였다. 골짜기에서 유년 시절과 소년 시절, 헤아릴 수 없이 많은 애절한 고향의 추억들이 밀려오자 우쭐대며 돌아가 사람들 앞에서 한껏 뽐내고 싶던 마음은 서서히 녹아내리고, 대신 감격스럽고 감사한 마음이 들었다. 시간이 흐르며 사라졌던 향수가 마지막 십오 분 동안 내안에서 격렬하게 되살아났다. 기차역의 금작화 덩굴, 낮익은 정원 울타리 하나하나가 내게는 소중한 것이다. 마음속으로 그것들을 그토록 오래 잊고 지워내버린 나를 용서해달라고 빌었다. 기차가 우리집 정원 위쪽을 지나갈 때 맨 위 창가에서 누가 커다란 손수건을 흔들었다. 아버지였을 것이다. 베란다에서도 어머니와 가정부가 손수건을 흔들었고, 지붕 꼭대기의 굴뚝에서는 커피를 끓이는 파란 연기가 하늘하늘 피어올라 따뜻한 바람을 타고 시가지 너머로 사라져갔다. 이제 이 모든 것이 다시 내 것이 되었다. 나를 기다리고 있다가 반가이 맞아주었다.

## IPB-Hesse-9 내 이름을 불러보다

높은 산속의 저녁

부제: 어머니에게

행복한 하루였습니다. 알프스가 빨갈게 타고 있습니다.  
이 빛나는 광경을 지금 당신에게 보이고 싶습니다.  
말없이 당신과 함께, 이 더없는 기쁨 앞에 가만히 서 있고 싶습니다.  
그런데 당신은 왜 돌아가셨습니까.

골짜기에서 이마에 구름이 낀 밤이 엄숙하게 솟아올라

서서히 절벽과 목장과 묵은 눈의 빛을 지워 갑니다.  
나는 그것을 바라보고 있습니다.  
그러나 당신 없이는 시들합니다.

주위는 아득히 어둡고 고요.  
나의 마음도 따라 어두워지고 서러워집니다.  
지금 내 곁을 사뿐한 발자국 소리 같은 것이 지나갑니다.  
"얘야, 엄마다. 벌써 나를 몰라보겠니.  
밝은 대낮은 혼자서 즐거라.  
그러나 별도 없이 밤이 와  
갑갑하고 불안한 너의 영혼이 나를 찾을 땐  
언제나 너의 곁에 와 있으마."

#### IPB-Hesse-10 내 마음을 그리다

출처: 『데미안』, 자신에게 이르는 길, p. 9

모든 사람의 삶은 제각기 자기 자신에게로 이르는 길이다. 자기자신에게로 가는 길의 시도이며 좁은 오솔길을 가리켜 보여주는 일이다. 그 누구도 온전히 자기 자신이 되어본 적이 없건만, 누구나 자기 자신이 되려고 애쓴다. 어떤 이는 둔하게, 어떤 이는 더 환하게, 누구나 제가 할 수 있는 방식으로, 누구나 제 탄생의 찌꺼기를. 저 근원세계의 점액질과 알껍질을 죽을 때까지 지니고 다닌다. 어떤 이들을 결코 인간이 되지 못하고 개구리나 도마뱀이나 개미로 남아있다. 어떤 이들은 상체는 인간인데 하체는 물고기다. 하지만 누구나 인간이 되라고 던진 자연의 내던짐이다. 그리고 모든 사람의 기원, 어머니들은 동일하다. 우리는 모두 같은 심연에서 나왔다. 하지만 깊은 심연에서 밖으로 내던져진 하나의 시도인 인간은 누구나 자신만의 목적지를 향해 나아간다. 우리는 서로를 이해할 수는 있지만, 누구나 오직 자기 자신만을 해석할 수 있을 뿐이다.

### IPB-Hesse-11 나를 향한 그리움이 시작되다

출처: 『크눌프』, 빗줄기와 눈송이도 말을 걸어요, p. 119

그는 어느 집 지붕위의 고양이든 다 알고 있었고 모든 정원의 과실을 맛보았고, 모든 나무에 올라가 그 꼭대기 안에 녹색 빛 꿈의 동지를 소유했었다. 이 작은 세계는 그의 것이었고 그가 깊은 친밀감을 가지고 속속들이 알고 사랑했던 세계였다. 이곳에서는 모든 관목과 모든 정원이 중요한 의미와 가치를 지녔고, 자신만의 이야기를 품고 있었으며, 내리는 빗줄기와 눈송이도 그에게 말을 걸었다.

### IPB-Hesse-12 내 안의 창문을 열다

출처: 『크눌프』, 가장 아름답고 멋진 것 p. 67-68

난 종종 이런 생각을 하지. 이 세상에 가장 아름답고 멋진 것은 금발의 날씬하고 젊은 아가씨라고 말야. 하지만 틀린 생각이야. 왜냐하면 검은 머리의 아가씨가 훨씬 더 아름다운 경우를 많이 보게 되니까, 그리고 또 내겐, 이런 생각이 들 때도 있어. 무엇보다도 아름답고 멋진 것은 자유롭게 공중을 날아다니는 예쁜 새라고 말야. 또 다른 때는 나비, 예컨대 날개 위에 빨간 눈이 그려진 예쁜 나비만큼 기막힌 게 없는 것 같기도 하고, 그런가 하면 높은 하늘 위 구름 속에서 빛나는 저녁 햇살이 그렇게 생각되기도 해. 모든 것이 은은하게 빛나고, 그래서 모든 것이 너무나 행복하고 순결해 보이는 그런 순간의 햇살 말이야.

### IPB-Hesse-13 내면의 소리와 만나다

모차르트 오페라

-마술피리 파파게노 파파게나

## IPB-Hesse-14 가족사진을 마주하다

출처: 『데미안』 p. 13~14

나의 누이들도 물론 밝은 세계에 속했다. 누이들이 본질적으로 아버지와 어머니에게 더 가까이 있다는 생각이 자주 들었다. 그들은 나보다 더 착하고 예의도 바르고 실수가 적었다. 그들도 결점이 있고 무례할 때도 있었지만 그런 점은 그리 심각할 정도는 아니었다. 어두운 세계에 훨씬 더 가까이 있는 나의 경우처럼 사악함과의 접촉이 특하면 그토록 무겁고도 고통스러운 것이 되지 않았던 것이다. 누이들은 부모님과 마찬가지로 보호하고 존중해야 할 존재들이었고, 그들과 싸움이라도 하고 나면 나중엔 언제나 스스로의 양심 앞에서 나 자신이 문제를 일으킨 나쁜 쪽으로, 용서를 구하지 않으면 안되는 쪽으로 여겨지곤 했다. 누이들과의 다툼으로 부모님을 욕되게 하고, 선율과 계율을 욕되게 했기 때문이다. 내게는 누이들보다는 오히려 가장 못된 부랑아들과 함께 나눌 수 있는 비밀들이 있었다.

## IPB-Hesse-15 운명의 울림을 경험하다

출처: 『페터 카멘친트』, 박환덕 역, pp. 46~47

취리히는 나 같은 애송이 페터에게는 생소한 대도시여서 처음 몇 주일 동안은 눈이 돌 지경이었다. 그러나 도시 생활을 설불리 찬미하거나 동경할 수만은 없었다. 그런 점에서 나는 틀림없는 농부였다. 거리나 건물, 여러 유형의 사람들이 나는 재미있었다. 마차를 타고 변화한 거리와 선창가, 광장, 공원 그리고 호화로운 건물과 교회를 구경했다.

부지런한 사람들은 때를 지어 일터로 발걸음을 재촉하고 있었으며, 기운 없이 걸어가는 학생, 한가롭게 마차를 몰고 가는 부유한 사람들, 부자연스럽게 멋을 부린 촌놈들, 그리고 외국 사람들이 오고가는 모습도 보였다. 유행을 따르고 점잖은 척하는 돈 많은 부인들은 닭장에서 나온 공작새처럼 아름답고 훌륭했지만 어쩐지 어색하게 보였다. 소심한 성격은 아니나, 좀 무뚝뚝하고 거만한 내게, 이렇듯 흥청거리는 도회지 생활은--살살이 알고 나면--어쩌면 편히 살 수 있는 가장 적합한 것이 될 것이며, 나 또한 그 생활에 가장 적합한 사람임에 틀림없을 것이다.

젊음은 아름다운 청년의 모습을 빌어 내게 다가왔다. 그 청년은 나와 같은 대학에 다니며 같은 건물에 살고 있었다. 이층에 자리한 그의 아담한 방에서는 매일 피아노

소리가 들려 왔는데, 그 피아노 소리를 듣고서야 비로소 나는 가장 여성적이며 감미로운 예술인 음악의 매력을 알게 되었다. 말쑥한 차림의 그가 드나드는 것도 보였다. 왼손에는 책과 악보 같은 것을 들고 다녔으며 오른손에는 담배를 끼고 있었는데, 그 담배 연기가 후리후리하고 늘씬한 그의 뒤를 감돌고 있었다. 나는 그에게 수줍은 애정을 느꼈지만 항상 외롭게 지냈다. 경쾌하고 자유스럽고 부유한 그에 비하면 언제나 나 자신은 너무 초라하게 느껴졌으며 그러한 사람과 교제를 한다는 것이 매우 뻔뻔하고 비굴하게도 여겨졌기 때문에 사귀기를 피했던 것이다. 그러자 그가 먼저 나를 찾아왔다. 어느 날 밤 누군가가 방문을 두드리는 소리가 들렸다. 나는 조금 놀랐다. 내 방에 손님이 찾아오기는 그것이 처음이었기 때문이다.

상황극: 호감은 있지만 다른 사람(‘나’)에게 쉽게 다가가지 못하는 ‘가’

‘가’에게 먼저 찾아가서 손을 내미는 ‘나’

‘가’ 또는 ‘나’를 도와주는 사람

가구 또는 소품역할

## IPB-Hesse-16 가을 생각에 젖어들다

가을날

Hermann Hesse

숲이 금빛으로 불타고 있다.

상냥한 그이와 함께 여러번

나란히 걸던 이 길을

나는 혼자서 걸어간다.

이런 화창한 날엔

오랜 동안 품고 있던

행복과 괴로움이

향기 속으로, 먼 풍경 속으로

녹아 들어간다

풀을 태우는 연기 속에서

농부의 아이들이 경충거린다.

나도 다른 아이들처럼

노래를 시작한다.

### IPB-Hesse-17 자연 속에서 나를 만나다

출처: 『페터카멘친트』 박환덕 역, pp. 12~13

나무, 더욱이 높은 산 위에 서 있는 나무는 생존과 성장을 위해 바람과 기후와 바위에 대하여 조용히 줄기차게 투쟁해야 했다. 때문에 어느 나무는 자기의 무게를 걸머진 채 꼭 붙어 있어야만 했으므로 각각 독특한 모습을 하고 있었으며 각기 다른 상처를 안고 있었다. 소나무들은 폭풍우로 인하여 한쪽으로만 가지를 뻗칠 수밖에 없었으며, 붉은 나무 밀동은 튀어나온 바위 주위를 마치 뱀처럼 휘감고 있어서 서로 껴안고 의지하고 있는 듯 했다. 그들은 투사처럼 나를 바라보며 내 마음 속에 공포와 경외감을 일깨워 주었다. 이 지방 사람들은 나무를 닮아서 거친 주름이 많고 무뎌서 말이 적었다. 뛰어난 사람일수록 말이 없었다. 그리하여 나는 사람들을 나무나 바위처럼 바라보면서 움직임이 없는 소나무 못지 않게 그네들을 존경하며 사랑하는 법을 배웠다.

### IPB-Hesse-18 아름다운 침표를 찍다

출처: 헤세의 시

꽃처럼 많은 생각이 피어난다	행복이 반짝반짝 눈짓을 하며
나는 항상 방랑의 길에 있었다	사랑의 별이었다
나란히 걸던 이 길을	소곤소곤 아버지 집에서 살던
풀을 태우는 연기 속에서	슬퍼하지 말아라
내 누이인 장미여, 너의 영혼은 미소를 머금고	
조용한 오솔길을 가고 있다	포플러 사이로 바람이 지나간다

단 하나의 이방인                      어머니의 눈을 다시 보고싶네  
 어머니는 영원히 남으리              홍수같은 세상사가 그대 마음에서 자유로워  
 안개속을 거니는 것은 신기하다              모두가 다 혼자다  
 꽃처럼 많은 생각이 피어난다              나는 바람을 비웃고 폭풍우를 견디어본다  
 아침바람에 골짜기는 떨고 있다              줄지어 거닐며 춤을 춘다  
 나도 함께 웃는다                      너는 모른다 , 평화가 무엇인지  
 거기 조용한 정원에서                      상긋한 네 향기가 방안에 밴다.  
 나에게게 기도를 가르쳐 준 어머니를 생각합니다.  
 그리움의 잔을 남김없이 마신다              그리움만 하염없이 타오른다.  
 저는 사랑합니다. 그러나 당신은 저를 모릅니다.      서로 의지하는 별하늘을  
 네가 필요한 모든 것은 네 자신 속에 있다.              행복이 반짝반짝 눈짓을 하며  
 나는 사랑을 꽃피웠습니다.              서로가 붙잡히고, 놓아주고  
 나는 믿음을 꽃피웠습니다.              내 마음이 말없는 노래로 너를 기다리고

IPB-Hesse-19 신비로운 생명으로 가득하다

출처: 『수레바퀴 아래서』 김재혁 역, 낚싯대만 있으면, pp. 42-43

이것저것 둘러보며 한참을 고른 끝에 탄력이 좋은 완벽한 나뭇가지를 하나 잘라가지고 서둘러 집에 돌아왔다. 한스는 상기된 얼굴로 두 눈을 반짝이며 낚시질 준비를 하기 시작했다. 이 일은 낚시질 못지않게 즐거웠다. 오후와 저녁 내내 한스는 이 일로 여념이 없었다. 흰색 실, 갈색 실, 그리고 녹색 실을 따로따로 분류하여 꼼꼼히 살피고 흠집을 수선하고 엉키고 매듭이 진 부분은 풀어냈다. 모양과 크기가 각각 다



른 코르크와 깃들을 시험 해 보고 새로 깎아 만들기도 했다. 무게가 다른 작은 납덩이들을 망치로 두들겨 공 모양을 만들고 거기에 낚싯줄을 동여 매 추로 쓸 수 있게 흙을 냈다. 이어서 낚싯바늘을 쳤다. 낚싯바늘을 갖고 있는 게 좀 있었다. 낚싯바늘들 중 일부는 네 겹의 검은 재봉실로 묶고, 또 일부는 꼬아서 만든 말총실로 묶었다. 밤이 되어서야 일이 다 마무리 되었다. 드디어 한스는 7주나 되는 긴 방학을 지루하지 않게 보내게 되었다. 낚싯대만 있으면 강가에 혼자 앉아 하루 종일 있어도 괜찮았다.

### IPB-Hesse-20 삶을 향한 의지가 싹트다

출처: 『수레바퀴 아래서』 김재혁 역, 나누는 즐거움, p. 187

이 향기야말로 그 해의 최고 상품이요 성숙과 수확의 정수이다. 가까운 겨울을 앞두고 이런 향기를 들이마시는 것은 참으로 좋다. 이 향기를 마시면서 감사하는 마음으로 훌륭하고 놀라운 많은 것들을 기억하기 때문이다. 5월의 부드러운 비, 여름에 쏟아지는 소낙비, 서늘한 가을 아침의 이슬, 따사로운 봄날의 햇살, 작열하는 여름날의 태양, 희고 붉게 반짝이는 꽃들, 수확을 앞둔 과일나무들의 무르익은 붉은 빛, 한 해가 지나가면서 생긴 모든 아름답고 즐거운 것들 등등.

누구나 할 것 없이 최고의 시절이었다. 켄체하는 부자들도 체면을 따지지 않고 함께 어울려 통통한 사과를 손으로 들어보고 열 개 남짓한 사과 포대를 일일이 세어 보기도 했으며 조그만 은 술잔으로 맛을 보면서 남들에게 다 들리도록 자기들의 과즙에는 물방울 하나 안 들어간다고 주위에 대고 떠들었다. 가난한 사람들은 단 한 자루의 사과 밖에 없어도 유리잔이나 질그릇으로 맛을 보며 물을 타기도 했다. 그렇다고 이들의 자부심이나 즐거움이 부자들보다 못하지 않았다. 나름의 사정으로 사과즙을 짤 형편이 못 되는 사람들은 아는 사람이나 이웃사람이 압착하는 곳을 찾아다니며 과즙을 한 잔씩 얻어 마시고 사과도 하나씩 받아들고서 전문 용어를 써 가면서 자기들도 이 분야에 일가견이 있다는 것을 보여 주었다.

아이들은 가난한 집 아이건 부잣집 아이건 상관없이 모두 조그만 잔을 가지고 이리저리 누비고 다녔고, 손에는 저마다 베어 먹은 사과 한 알과 빵 한 조각을 들고 있었다.

## IPB-Hesse-21 그 순간의 나를 다독이다

활용매체: 헤세의 치유여행 사진  
쇼팽의 녹턴9

## IPB-Hesse-22 사랑을 향한 동경이 피어나다

출처: 『페터 카멘친트』 김주연 역, 기쁨으로 설레는 나의 가슴, p. 39

개학 이틀 전날 나는 내 사랑에게 힘들여 꺾은 꽃을 가져가기로 마음먹었다. 몇 군데 험한 경사면의 좁은 흙 길에 에델바이스가 피어 있었지만 향기도 색깔도 없는 병든 듯한 은빛 꽃이 내게는 영혼도 없어 보여 예뻐 보이지 않았다. 그 대신 깎아지른 낭떠러지의 틈새에 알프스 들장미 몇 송이가 외롭게 피어 있는 것을 알고 있었다. 가기 힘든 곳이었지만 꼭 해야만 했다. 젊음과 사랑에 불가능이란 없었기 때문에 나는 찢긴 손과 후들거리는 다리로 마침내 목적을 이룰 수 있었다. 그 질긴 가지를 조심스레 잘라 꽃을 손에 넣었을 때, 위험한 곳이라 환성을 지르지는 못했지만, 가슴은 기쁨으로 환호하고 있었다. 나는 꽃을 손에 들고 뒤로 기어 내려와야 했다. 아무리 겁 없는 소년이었다지만, 어떻게 절벽 아래까지 내려왔는지는 정말 모를 일이다. 산 전체에 알프스 장미가 진 지 오래였는데 나는 그해 마지막으로 피어 있는 꽃을 손에 넣은 것이었다. 다음 날 나는 다섯 시간이나 걸리는 여행을 하면서 내내 그 꽃을 손에 들고 있었다. 아름다운 뢰지가 사는 도시로 향해 가면서 처음에는 심장이 강하게 고동쳤다.

## IPB-Hesse-23 아버지를 불러보다

출처: 『크눌프』, p. 80

난 종종 내 부모님들에 대해서도 그런 생각을 하지 않을 수 없어. 부모님은 내가 그분들의 자식이고 자신들과 비슷하다고 생각해서. 하지만 내가 그분들을 사랑함에도 불구하고 그분들에게 난 이해할 수 없는 낯선 인간일 뿐이야. 내게 중요한 일이고 어쩌면 내 영혼 자체일지도 모르는 일들을 부모님들은 하찮게 여기시고 그것이 내가

어리거나 변덕스러운 탓이라고 돌려버리시는 거야. 그러면서도 그분들은 나를 사랑하시고 기꺼이 최고의 사랑을 베풀어주시지. 아버지는 그의 자식에게 코와 두 눈과 심지어는 이성까지도 물려줄 수 있지만 영혼은 아니야. 영혼은 모든 사람들 속에 새롭게 존재하는 것이지.

### IPB-Hesse-24 엄마한테 안기다

출처: 『수레바퀴 아래서』 숨겨두었던 일, 억울했던 일 위로받기, p. 79

대부분의 소년들은  
울고 싶은 것을 억지로 참으면서  
아무렇지도 않은 듯  
짐짓  
태연한 표정을 지었다.  
어머니들은  
그것을 눈치 채고  
미소를 지었다.

### IPB-Hesse-25 영혼의 축제를 즐기다

출처: 『수레바퀴 아래서』 여름방학이다, pp. 44~45

이게 진정한 여름방학이다! 산 위엔 용담 꽃처럼 빛나는 청색 하늘이 펼쳐지고, 몇 주에 걸쳐 눈부시게 뜨거운 날이 거듭되고, 아주 가끔 짧게 천둥번개를 동반한 폭우가 쏟아졌다. 강물은 사암벼랑들과 잣나무 그늘 그리고 좁은 골짜기를 헤치며 흘렀지만 늦은 저녁에도 미역을 감을 만큼 따스하게 덥혀져 있었다. 마을을 감싸고 건초의 향기가 번졌고, 밀밭의 가는 띠들은 노란색이나 갈색을 띠었다. 냇가에는 흰색 꽃을 단 독미나리 같은 풀들이 어른 키만큼 우거졌다. 이 꽃들은 우산 모양이었으며 늘 작은 딱정벌레들이 들끓었다. 사람들은 속이 빈 대궁을 잘라 피리를 만들었다. 숲 가장자리에는 솜털이 보송보송하고 노란 꽃을 피우는 유레인이 위엄어린 자태를 뽐내며 길게 늘어섰다. 부처꽃과 바늘꽃은 하늘하늘하지만 질긴 줄기에 매달려 일렁이며 온 비탈을 붉은 보랏빛으로 물들였다. 잣나무 숲 안쪽에는 키 큰 붉은 디기탈리스가 자잘한 은빛 털이 난 넓은 근줄엽과 튼튼한 줄기 그리고 위로 죽 이어진 아

름다운 붉은 꽃잎들을 뽐내며 불속 솟아 진지하면서도 아름답게, 그리고 이국적으로 피어있었다. 그 옆에는 술한 종류의 버섯들이 보였다.

-중략-

활엽수 숲에서는 되새들이 쉬지 않고 노래했고, 잣나무 숲에서는 여우처럼 붉은 다람쥐들이 우듬지에서 우듬지로 뛰어다녔다. 발독과 담장, 그리고 물이 마른 도랑에는 초록빛 다람쥐들이 기분 좋게 따뜻한 햇볕을 쬐며 반짝이며 숨을 쉬었다. 그리고 초원 너머로 매미의 세찬 울음소리가 지칠 줄 모르고 끝없이 울려 퍼졌다.

### IPB-Hesse-26 아름다운 함께하기를 즐기다

출처: 『수레바퀴 아래서』 그 시절의 추억, p. 36

꼬맹이였을 때 몇몇 친구들과 그곳에 들어가 설익은 자두를 훔친 적이 있었다. 그리고 키르히너의 목재소 마당도 지나쳤다. 목재소 마당에는 흰 잣나무 목재들이 널려 있었다. 예전에 그는 늘 이곳 목재들 밑에서 낚시질에 미끼로 쓸 벌레를 잡곤 했다. 감독관 게슬러의 집도 지나쳤다. 그는 2년 전 스케이트를 타러 갔을 때 감독관의 딸 엠마에게 완전히 반했다. 그녀는 마을 전체에서 가장 귀엽고 사랑스런 여학생으로 그와는 동갑이었다. 한동안 그녀에게 말을 걸거나 그녀의 손을 한번 잡아 보는 것이 그의 유일한 꿈인 적도 있었다. 하지만 한 번도 그렇게 해 보지 못했다. 그러기에는 그는 부끄러움을 너무 많이 탔다. 그 뒤로 엠마는 기숙사 학교에 보내졌고, 이제는 그녀의 얼굴조차 가물가물했다.

하지만 이런 어린 시절의 일들일 지금 다시 그의 머릿속에 떠올랐다. 마치 아주 먼 곳으로부터 되돌아온 것 같았다. 그 시절의 추억은 그 이후로 겪은 어떤 일보다 색깔이 짙었고 상서로운 향기를 풍겼다. 그 시절 그는 저녁이면 냅솔트 씨 맥의 문간에 앉아 리제가 감자를 까며 들려주는 이야기에 귀를 기울이곤 했다. 일요일이면 새 벽같이 일어나 양심의 가책을 느껴 가며 바지를 걸어 올리고서 제방 밑으로 가서 가재를 잡거나 어항으로 피라미를 잡았다.

## IPB-Hesse-27 힘겹게 투쟁하여 알에서 나오다

활용 텍스트: 헤세의 수채화

## IPB-Hesse-28 내 영혼을 그리다

출처: 『데미안』, 자신에게 이르는 길, p. 9

모든 사람은 제각기 자기 자신에게로 이르는 길이다. 자기 자신에게로 가는 길의 시도이며 좁은 오솔길을 가리켜 보여주는 일이다. 그 누구도 온전히 자기 자신이 되어 본 적이 없건만, 누구나 자기 자신이 되려고 애쓴다. 어떤이는 둔하게, 어떤이는 더 환하게, 누구나 제가 할 수 있는 방식으로, 누구나 제 탄생의 찌꺼기를. 저 근원세계의 점액질과 알껍질을 죽을 때까지 지니고 다닌다. 어떤 이들을 결코 인간이 되지 못하고 개구리나 도마뱀이나 개미로 남아있다. 어떤 이들은 상체는 인간인데 하체는 물고기다. 하지만 누구나 인간이 되라고 던진 자연의 내던짐이다. 그리고 모든 사람의 기원, 어머니들은 동일하다. 우리는 모두 같은 심연에서 나왔다. 하지만 깊은 심연에서 밖으로 내던져진 하나의 시도인 인간은 누구나 자신만의 목적지를 향해 나아간다. 우리는 서로를 이해할 수는 있지만, 누구나 오직 자기 자신만을 해석할 수 있을 뿐이다.

## IPB-Hesse-29 삶을 연주하다

출처: 『청춘은 아름다워』 p. 141

소녀들은 소리 내어 웃으며 곧 방랑의 노래를 불렀다. “오, 머나 먼 골짜기여. 오 산봉우리여.” 어머니의 오랜 애창곡이기도 했다. 노래를 따라 부르다 보니 어린 시절과 지난여름 휴가동안 숲으로 소풍 왔던 즐거운 추억이 새록새록 떠올랐다. 노래가 끝나자마자 우리는 약속이나 한 듯 그때의 소풍에 대한 이야기를 하기 시작했다.

과수원길

동구밖 과수원길 아카시아꽃이 활짝폈네

하아얀 꽃 이파리 눈송이처럼 날리네 향긋한

꽃냄새가 실바람타고 솔~솔 ~둘이서

말이없네 얼굴 마주 보며 뽕긋 아카시아꽃

하얗게 핀 먼옛날의 과수원길 과수원길

IPB-Hesse-30 나, 너, 우리가 함께하다

출처: 『수레바퀴 아래서』 자연에 관한 단어

정원            산책  
신선한 공기  
낙시 푸른 초원  
토끼      토끼풀  
시원한 물결  
숲에 부는 바람 소리  
         뗏목    분수  
연못      고향집  
골목길    밀밭  
청색하늘    숲  
건초향기  
딱정벌레  
흰구름 조각  
버드나무  
휘파람  
산딸기  
맑은 공기  
오솔길    언덕길  
사과즙  
추억의 숲 속

### 번역본 출처:

『페터 카멘친트』 김주연 옮김, 문학과 지성사  
『페터카멘친트·게르투르트』 박환덕 옮김, 범우사  
『수레바퀴 아래서』 김재혁 번역, 고려대학교 출판부  
『크눌프』 이노은 옮김, 민음사  
『데미안』 안인희 옮김, 문학동네  
『데미안』 이순학 옮김, 더클래식  
『청춘은 아름다워』 박경희 옮김, 문학동네  
『헤르만 헤세 시집』 송영택 옮김, 문예출판사

**Contents Development in Integrative Poetry & Bibliotherapy  
with Hesse's Works and Action Research\***

**Cho, Hee-Ju**

*Department of Literature Therapy,  
Graduate School of Kyungpook National University  
Daegu, Korea  
(Supervised by Professor Chae, Yon-Suk)*

**Abstract**

Based on the nature of literature, "**Wer schreibt der bleibt**" this study has its theoretical ground on Integrative Poetry & Bibliotherapy(IPB), in which human creativity, spontaneity, and therapeutic integration are considered to organically interact to one another. The ultimate goal of the study is to help patients to be physically and mentally healthy, by applying therapeutic power of Hesse's literary works. In line with the goal, Hesse's whole life, a model of a therapeutic life, and his literary characters were examined from a therapeutic perspective. Also, the life journeys of Hesse's characters were closely looked into to determine how they could be applied in clinical settings, and how meaningful the journeys could be used during therapy. The development of cultural contents is essential to healthy and happy modern-day living. Literature is in the center of the contents, and the purpose of this study is to identify likelihood of such development. Specific findings of this study are as follows.

First, site visits and literature studies were done to experience Hesse's therapeutic life and his living environment, in addition to reading academic journals from the Korean Hesse Society related to Hesse's works. Second, causes of illness separated from both healthy and sick lives were studied by reading literatures from a therapeutic perspective, and the results were used as contents for further development of IPB programs. Third, Hesse's works and their related contents were applied to patients, who were then

---

\* A thesis submitted tot the Council of the Graduate School of Kyungpook National University in partial fulfillment of the requirements for the degree of Ph. D. of Literature Therapy in December 2015.



observed for any chances of sentimental empathy and its expression toward Hesse's texts and his life. Fourth, the patients were observed to find if they experienced any stage of sharing mutual empathy, and if such sharing meant anything to the patients when contents of IPB related to Hesse's works were applied to the patients. Fifth, it was examined how Hesse's works and their related contents contributed to the harmony of mind and body of the patients, and what should be complemented to encourage the patients to keep seeking treatment.

Participants for the study were schizophrenic patients from an open psychiatric ward of \*\* hospital located in Daegu. A weekly IPB program has been held since February 2014, and thirty sessions from the program were studied to look for changes and meanings from clinical application. The entire process of this study, from an initial plan and contents development to clinical applications and results, was designed and proceeded along with a strategy of qualitative field action research. Observation of participants, analysis of findings, and presentation of materials were based on research methodology of human science from analytical phenomenology.

Findings of the study are as follows.

First, during the research, while Hesse's life was reviewed and his characters were analyzed, Hesse was recognized for his therapeutic life, leading people to what is a therapeutic life and how they should live their lives.

Second, when contents of IPB using Hesse's works were applied to the schizophrenic patients, they began to show interest in others and express their empathy on others, in addition to expressing their sentimental empathy on Hesse's texts.

Third, as the patients participated in the therapy program, they were able to find harmony between mind and body, such as better personal hygiene, increased interest on their bodies, and better management of their surroundings.

Fourth, the program participants came to look at themselves as members of their society, involved in treatments with medicine and rehabilitation, and they began to try building realistic plans for their lives.

Media used for the clinical study were mostly extracted from Hesse's works. Hesse's therapeutic life applied to the study conveyed a special meaning to the study, an initial step toward the contribution of the humanities to the study of mental health. In other words, this study served its purpose as the first study to apply Hesse's self-treatable way of life and therapeutic power of literature texts to real clinical settings.

Following are some parts for further complements and suggestions for future research.

First, beginning from this study, it would be essential to build data systematically to allow literature texts to be varied and applied, according to an extent of participants' sentimental- cognitive development.

Second, participants were selected only from an open ward in a hospital. Activating a day ward would be desirable to assist patients to a further IPB program, in order for them to narrow a gap between their therapy sessions and real lives and to adapt well to relations with others.

Third, strategies should be designed to encourage schizophrenic patients to voluntarily join an IPB program. Active collaboration between literature therapists and the medical society would be essential to encouraging patients' participation until they are stabilized.

Fourth, a following study would be necessary to develop contents from other writers for a variety of therapeutic contents.

Fifth, in order to solve problems stated above, not only should therapists exchange their clinical and therapy programs, they should also be equipped with public spirit. Also, general discussions on overall treatments should be made between the medical personnel in psychiatry (psychiatrists, psychologists, social workers, and nurses) and literature therapists, in order to set IPB as a more active way of treatment. This study will be a beginning of more research to come in the future.

Keyword : Integrative Poetry & Bibliotherapy, Hermann Hesse, verbal-reward, sharing, study of mental health, qualitative research, analytical phenomenology, action research