

주부의 마음상함과 독서치료 프로그램에 관한 연구

A Study of Bibliotherapy Program on the Wounded Emotion of Housewives

김 수 경 (Soo-Kyoung Kim)*

<목 차>

- | | |
|--------------------|----------------------------|
| I. 들어가며 | 2. 주부의 마음상함이란 무엇인가 |
| 1. 문제제기 | 3. 마음상함의 돌봄과 독서치료 |
| 2. 선행연구 분석 | III. 마음상한 주부를 위한 독서치료 프로그램 |
| 3. 연구의 대상과 방법 | 1. 독서치료의 환경: 공공도서관 |
| II. 주부의 마음상함과 독서치료 | 2. 독서치료 프로그램의 계획 |
| 1. 마음상함이란 무엇인가 | IV. 나오며 |

초 록

이 연구에서는 마음상함이란 무엇이며, 가정의 중심에 있는 여성 즉 우리나라 주부의 마음상함의 여러 가지 요인에 대해 살펴본다. 이어서 마음상함을 치유하기 위한 방법으로 독서치료의 가능성을 알아본다. 끝으로 마음 상한 주부를 위한 독서치료 프로그램 계획에 대해 살펴본다. 먼저 독서치료 환경으로서 공공도서관의 적합성에 대해 살펴보고, 그런 다음 그 구체적인 프로그램 계획을 세워본다.

주제어 : 마음상함, 주부, 독서치료, 공공도서관, 독서치료 프로그램

Abstract

The writer, looks at what the wounded emotion is and the factors of wounded emotion for housewives in Korea. She then deals with the possibility of bibliotherapy as a way to cure the wounded emotion. Finally, the writer looks into the plan of bibliotherapeutic program for the housewives with wounded emotion.

Key Words : wounded emotion, housewives, bibliotherapy, public library, bibliotherapeutic program

* 부산대학교 문헌정보학과 외래교수(ksk1101@hotmail.com)

· 접수일 : 2004. 5. 25 · 최초심사일 : 2004. 5. 30 · 최종심사일 : 2004. 6. 7

I. 들어가며

우리 모두는 삶의 주인이다. 그런데 살아가다 보면 어느 순간 내가 없어지는 경험을 할 때가 있다. 모든 일에 있어서 나의 주체적인 자각은 어디론가 사라지고 어느새 부모의 뜻이나 사회의 관습이나 규칙에 얽매어 여러 가지 페르조나(persona)¹⁾를 가지고 살아가게 된다. 물론 상황에 따라 여러 가지 페르조나를 가지고 살아가는 것은 어쩌면 사회생활을 건강하게 한다는 증거이기도 하다. 그러나 급변하는 사회 속에서 복잡한 관계를 맺고 살아가는 현대인들은 이런 여러 가지 페르조나를 가지고 살아가면서 종종 나는 누구인가라는 물음에 부딪히며 정체성 위기를 맞기도 한다. 즉 진정한 내면의 자아는 개발되지 않은 채 남의 뜻에 따라 살아가는 거짓자아²⁾를 형성하여 주체적으로 살아가는 걸림돌로 작용하게 된다. 바쁘고 열심히 살아가지만 진정한 내면의 만족감을 느끼지 못하거나 심한 소외감으로 삶의 의미를 잃어버리는 등 정신적인 공황을 맛보기도 한다.

나는 남성이 아닌 ‘여성’이며, 가족관계에서는 결혼을 하기 전에는 한 가정의 ‘딸’이었으며, 결혼을 하여 한 가정을 이룬 후에는 한 남자의 ‘아내’이자 한 아이의 ‘어머니’며, ‘가정 주부’이고, 시부모님에게는 ‘며느리’라는 페르조나를 가지고 산다. 사회적으로는 부산대학교 문헌정보학 박사과정을 수료한 ‘연구자’이자, 대학에서 학생들을 가르치는 비정규직 ‘교수’라는 페르조나를 가지고 있다. 이러한 여러 가지 역할로 살아가면서 나는 종종 이 모든 역할에 혼돈을 느낄 때가 한 두번이 아니었다. 여러 가지 역할로 동분서주하다가 문득 ‘내가 과연 제대로 살고 있는가’라는 의문에 부딪힐 때면 모든 것이 혼란스러워졌다. 그러다 다음 순간 ‘나만 이려고 사나 대부분 다 이려고 사는데...’하며, 스스로를 합리화하면서 살아왔다.

내가 ‘책읽기를 통한 상한 마음의 치유’라는 독서치료를 만나게 된 것은 여러 페르조나로 살아가면서 주어진 일을 열심히 하는데도 항상 무언가 미진한 느낌으로, 내면의 만족감은 늘

1) 자아와 외부세계와 접촉하는 가운데 자아는 외부 집단 세계에 적응하는데 필요한 여러 가지 행동 양식을 익히게 된다. 이것을 융은 외적 태도(external attitude) 또는 페르조나(persona)라 하였다. 페르조나(persona)란 고대 그리스의 연극에서 배우들이 쓰던 가면을 말한다. 우리나라 말 가운데 ‘페르조나’에 해당하는 말은 ‘체면’, ‘얼굴’, ‘낯’, ‘탈’과 같은 것이다. ‘페르조나’는 내가 나로서 있는 것이 아니고 남과 다른 사람들에게 ‘보이는 나’를 더 크게 생각하는 특징이 있다. 이는 환경에 대한 나의 작용과 환경이 나에게 작용하는 체험을 거치는 동안 형성된다. (이부영, 분석심리학: C. G. Jung의 인간심성론(서울: 일조각, 1998), pp.81-82.)

2) 우리는 살아가면서 불편함, 긴장, 진실하지 못한 감정을 갖는데, 이것을 거짓 자아, 상호의존적 자아, 진실되지 못한 자아, 공적인 자아 등으로 명명한다. 거짓자아는 자기 만족적이며 주체적인 참 자아와는 달리 다른 사람 중심적이다. 즉 다른 사람이 어떻게 생각할까에 초점을 맞추며, 지나치게 다른 사람의 틀에 맞추려 한다.(Charles L. Whitfield, 잃어버린 자아의 발견과 치유, 김용교, 이인출 옮김(서울: 글샘, 1995), pp.29-31.)

채워지지 않는 상황이 반복되면서였다. 강의 준비로 많은 책을 읽기는 하지만 강의를 하고 나면 삶과는 무관한 하나의 지식으로만 남는 책읽기는 삶의 문제를 해결해 주지는 않았다. 그때 만난 책읽기가 '성숙을 위한 책읽기'이었다. 이는 '제3의 독서영역'이라고도 한다. 제1의 독서영역은 마음 다스리기, 깨달음을 강조하는 '훈육하는 책읽기'라고 하며, 학업상·직업상 능력을 향상시키기 위해 '지식을 쌓는 책읽기'는 제2의 독서영역이라고 한다. 우리는 대부분 제1의 독서영역과 제2의 독서 영역에 속하는 책읽기를 해왔다. 그러나 이러한 책읽기는 우리의 내면에 자리잡은 아픈 마음(sick mind 또는 wounded emotion)을 치유하지는 못한다. 이러한 아픈 마음을 치유하는 책읽기를 제1의 독서 영역과 제2의 독서 영역과 구분하기 위해 제3의 독서 영역이라고 한다. 이는 인간을 귀납적으로 이해하고, 아픈 마음을 어루만지고, 상처를 치유하고, 장애를 뛰어넘게 해주는 책읽기이다. 생산과 산업에 함몰된 인간형을 지양하고 정신복지형을 지향하며, 성취와 성공 지향의 인간형을 극복하고 행복한 인간형에 눈을 돌리는 책읽기이다.³⁾

이러한 새로운 개념의 책읽기는 2001년부터 김정근 교수를 중심으로 부산대학교 대학원 수업에서 시작되었으며, 나는 2003년 1학기 교육대학원 독서교육론 수업에서 '성숙을 위한 책읽기'를 여러 사람들과 함께 경험하면서 '아! 이것이었구나' 하는 자각이 일어났다. 주어진 치유서들을 읽으면서, 또 함께 수강한 참여자들과 경험을 공유하면서, 내면과의 대화에 빠져 들었다. 이후에도 계속 치유서들을 읽으면서 내 삶을 거슬러 올라가서 삶의 걸림돌로 작용되었던 원인들과 아프게 대면하게 된 것이다. 거기에는 크고 작은 마음상함이 있었다. 그럴 때마다 나는 그것을 제대로 돌보지 않고서 그냥 슬쩍 덮어두고는 계속해서 외부적인 상황에만 매달려 살아왔던 것이다. 그렇게 밀쳐진 여러 마음상함이 분노가 되어 아픔이 되고 화로 남아 몸 속 여기저기에 숨어서 약해질 때마다 독을 품어내었던 것이다.

현재까지 연구자는 어린이자료와 독서교육에 관심을 가지고 강의와 연구를 해왔다. 어린이를 이해하기 위해 어린이책과 이와 관련된 교육서, 독서와 관련된 연구물들에 대한 독서를 주로 해왔다. 그러나 '성숙을 위한 책읽기'를 통해 내면의 문제와 만나면서 어린이의 건강한 삶은 성인, 특히 부모의 건강한 삶과 밀접히 관련이 있으며 어린이의 행복한 삶의 전제는 건강한 가정과 부모이어야 한다는 자각이 들었다. 따라서 어린이와 가장 친밀하고도 직접적으로 연결되어 있는 기혼 여성인 주부의 정신건강을 돌보는 독서치료에 관심을 가지게 되었다. 따라서 이 논문에서는 이러한 나의 독서(치료) 체험을 바탕으로 마음상함은 무엇이며, 특히 주부의 마음상함을 치유하기 위한 독서치료 프로그램을 계획해 보고자 한다.

3) 김정근, "제3의 독서영역", 교수신문(2002년 4월 29일).

1. 문제제기

흔히들 가정의 중심은 여성이라고 한다. 그러나 요즘 여러 가지 이유로 인해 해체되는 가정이 늘고 있으며, 여성의 위치가 내외적으로 흔들리고 있다. 우울증으로 시달리던 어느 주부가 아이를 죽이는가 하면, 아동학대의 80%가 친부모이며, 아이들에 대한 폭력과 유기, 자식이 부모를 끔찍하게 살해하는 존속살인, 가족동반자살 등의 최근의 뉴스 기사는 새롭게 가족의 의미를 묻게 한다.

대부분 인간은 가족 속에서 태어난다. 많은 사람들은 가족은 자녀가 양육되고 심리적 위안이 제공되는 장소라고 여긴다. 이러한 일들은 모두 여성에 의해서 이루어진다고 보기 때문에 여성과 가족은 불가분의 관계로 본다. 여성없는 가족이나 가족없는 여성은 정상적인 것이 아니라 여기기도 한다. 그러나 최근 가족이라는 이름으로 자행되는 여러 사건들은 가족내의 불공정한 힘의 논리에 의해 비롯된 가부장 문화의 어두운 면이라 할 수 있을 것이다. 우리 사회가 남성 중심의 가부장 문화를 근본적으로 바꾸지 않는 한 이러한 문제는 계속 발생될 것이다. 가부장 문화의 폐해를 모른다면 여성들은 자신도 모르는 사이에 가부장 문화를 유지 존속시키는 조력자로서 역할을 하게 될 것이다.

기혼 여성에게 남편은 가장 마음을 상하게 하는 대상 중의 하나이다. 다음의 가정폭력의 장면은 우리나라 가정의 정신건강을 대변해주는 한 단면이라 할 수 있다.

이 햇살 찬란한 오월, 어두운 병상에 누워 고통받고 있는 한 여성을 생각한다. 아직은 ‘피해자 김씨’로만 알려져 있는 이 여성은 한달 전 남편에 의해 정신과 욕신이 처참하게 짓이겨진 엽기적 가정폭력의 피해자이다. 남편이 자신의 아이를 낳아 기른 아내에게 저지른 범죄는 어느 폭력 영화에서조차도 볼 수 없는 잔인성의 극치를 보여주고 있다. 손발을 철사로 묶어 전기충격을 가하고, 끓는 물을 온 몸에 들이붓는가 하면 인두와 담뱃불로 전신을 지졌다. 얼굴과 하복부를 커터로 조밀하게 그어 놓고 흘러내리는 피를 빨아먹기까지 했다고 한다. 심지어 생이빨을 펜치로 뽑고, 식칼로 배를 찔러 휘저어 소장을 천공시킨 상태에서 세시간 동안 방치해 두었다는 이 가공할 범죄의 가해자 정선호는 비명소리를 듣고 문을 두드린 이웃 사람에게 뻔뻔스럽게도 “나도 여성의 인권을 아는 사람인데 폭행을 하겠느냐”하며 돌려보냈다고 한다.⁴⁾

위의 기사는 가정내 ‘아내폭력’의 한 극단적 장면이다. 정도의 차이는 있지만 아직도 우리나라의 가정폭력⁵⁾은 여성들의 삶은 물론 가족 구성원들의 원만한 생활을 누리지 못하는 데

4) “가정폭력, 가정만의 문제인가”, 서울신문(2000년 5월 11일), 6면.

5) 가족 구성원 사이에서 발생한 신체적, 정신적 또는 재산상 피해를 수반하는 모든 행위를 “가정폭

많은 원인 제공을 하고 있다.⁶⁾ 즉, 폭력 피해자나 가해자는 특별히 못 배운 사람도, 특별히 문제가 있는 사람도 아니다. 중학교 이상 학력이 75%를 넘고, 가해자의 경우 대졸 이상도 43%나 된다. 폭력 피해 아내들이 가장 많이 하는 말은 남편이 밖에서는 인정받고 능력 있는 사람이지만 아내나 가족에겐 유독 권위적이고 포악하다는 것이다.

이러한 가정 내 폭력의 구조는 가부장적인 가족제도를 적나라하게 반영한다. 남편이 가장으로서 모든 식솔을 통제하고, 그 가장의 권위에 도전할 때 가차없는 폭력이 이루어지며, 그런 폭력은 가족의 일로 은폐되거나 가장이 알아서 할 일로 치부된다. 폭력 피해 아내들은 폭력이 두려워 남편의 비위를 최대한 맞추려 하고, 대부분 늘 불안한 생활을 한다. 자신이 어느 순간 맞아죽을지도 모른다는 절박함, 스스로 상황을 통제할 수 없다는 데서 오는 무력감, 짓밟힌 자존심, 자녀들 앞에서의 수치감 등으로 인해 자신이 무너져내리는 경험을 한다.

이러한 가정폭력은 자식에게도 대물림되는 경우가 대부분이며 폭력 가정 속에서 자란 아이들은 가정에 대한 부정적인 생각을 가지게 되어 혼인 기피 내지 자녀 출산 기피는 물론 가정을 꾸렸어도 폭력 가정으로 이어질 염려가 크다는 것이 전문가의 의견이다.

최근 들어 경제적인 이유로 사람의 목숨을 쉽게 여기는 풍조, 이혼율의 급증, 가족 동반 자살 등으로 인한 가정 붕괴 현상은 더 이상 개인이나 한 가족의 문제만은 아니며 사회의 적극적인 개입이 요구되는 사회 문제라 할 수 있다. 이러한 현상들은 양적 물적 성장으로 치달아온 우리 사회가 지금까지 정신적인 만족감이나 진정한 삶의 질에 대해서 소홀히 여겨온 결과라 할 수 있을 것이다.

최근 웰빙(well-being)은 우리 사회에 유행 코드로서 자리잡고 있다. 그러나 웰빙에 대한 관심이 대부분 끼니 때 마다 유기농 식품을 먹고, 저녁마다 요가를 하고, 주말마다 온천을 다니는 것 등 보신적인 것에 집중되어 있는 듯하다. 웰빙은 무엇을 먹고, 무엇을 입고, 무엇을 쓰느냐에 관한 것이 아니다. 웰빙은 어떻게 사느냐에 관한, 다분히 철학적인 코드이다. 웰

력"이라 한다. 하지만 '매 맞는 아내'라는 말이 상징적으로 보여주듯 가정폭력은 아내에 대한 남편의 구타에 집중되어 있다. 특히 가부장적 관습과 사회상의 급격한 변화가 심각한 문화지체를 유발하고 있는 우리 사회의 가정폭력은 그 정도가 미국이나 일본의 두 배에 달하는 것으로 조사됐다. ("‘평등없는’ 결혼은 미친 짓이다", 경향신문(2004년 4월 27일), 12면.)

- 6) 1998년 가족 구성원의 폭력을 고쳐 가정의 화목을 지킨다는 뜻에서 제정된 가정폭력특별법이 시행됐지만 가정폭력에 시달리는 사람은 해마다 큰 폭으로 늘고 있다. 여성부 집계에 따르면 2002년 전국 가정폭력상담소에 접수된 상담 건수는 모두 17만7413건. 이 같은 수치는 1999년 4만1497건, 2000년 7만5723건, 2001년 11만4612건과 비교할 때 우리 사회의 가정폭력이 증가일로에 있다는 것을 단적으로 보여준다. 상담 건수에 비하면 극히 낮은 수준이지만 경찰에 신고된 가정폭력 범죄도 꾸준히 증가하고 있다. 2001년 경찰청에 집계된 가정폭력사범 검거 건수는 1만4585건에서 2002년 1만5151건, 지난해에는 1만6408건으로 늘었다. 검거자 수도 각각 1만5557명에서 1만6324명, 1만7770명으로 늘고 있다. 하지만 전문가들은 가정폭력의 실제 사례가 이러한 통계들보다 훨씬 많을 것으로 추정하고 있다. 가정폭력 피해 당사자 대부분은 폭행 사실이 남들에게 알려지는 것을 꺼리기 때문이다. ("‘해체되는 가정’ 이대로 놔둘건가(4) - 가정폭력에 무너지는 가족", 국민일보(2004년 2월 2일), 5면.)

빙은 말 그대로 존재(being)의 안녕이자 완성이다. 자기 스스로 만족스럽다고 여기는 삶이며, 몸과 마음이 모두 행복한 상태라고 느끼는 자족감일 것이다. 물질적이고 육체적인 만족한 삶을 넘어서 정신적으로 만족을 향유할 수 있는 삶이라 할 수 있을 것이다. 따라서 이 연구에서는 가정 웰빙에 중심적인 역할을 하는 기혼 여성, 즉 주부들의 안녕과 평화를 방해해왔던 마음상함은 무엇이며, 이를 치유하기 위한 방법으로서 책읽기를 통한 치유 방법을 모색하고자 한다.

2. 선행연구 분석

서구 사회에서의 독서치료의 역사는 오래 되었으며 관련 문헌들도 방대하며 상황별로 아주 구체화되어 있다. 독서치료에 관련된 대부분의 자료는 주로 미국에서 생산되었다.⁷⁾

그 반면 우리나라 문헌정보학계에서 독서치료 연구는 그다지 오래되지 않았으며 지속적으로 이어지지 못했다. 그러다가 최근 몇 년 사이 좋은 논문과 연구들이 생산되고 있는 실정이다. 또한 독서치료 연구는 교육학 분야⁸⁾와 아동학 분야⁹⁾에서도 이루어지고 있다. 교육학이나

7) 이영식 독서치료 홈페이지, (<http://www.bibliotherapy.pe.kr/course5.html>). 이 페이지에는 국내외 독서치료 관련 사이트/홈페이지가 소개되고 있으며, 국내외 관련 문헌들이 소개되어 있다.

8) 윤달원, 비행청소년의 자아개념 육성을 위한 독서요법 효과(박사학위논문, 성신여자대학교 대학원, 1990).

최선희, 아동의 사회적 자아 개념과 인간관계 증진을 위한 독서요법의 효과(석사학위논문, 경북대학교 교육대학원, 1997).

김옥준, 독서요법이 초등학생의 주의력 결핍과 과잉행동 감소에 미치는 효과(석사학위논문, 동아대학교 교육대학원, 2000).

반금현, 집단적 독서 요법을 통한 고등학교 학생의 자아 개념 향상에 관한 연구(석사학위논문, 카톨릭대학교 교육대학원, 2001).

임은정, 독서요법 프로그램과 분노조절 훈련프로그램이 아동의 공격성 감소에 미치는 영향(석사학위논문, 전남대학교 대학원, 2002).

진미영, 초등학교에서의 아동상담을 위한 독서치료의 인식 및 활용에 관한 연구(석사학위논문, 인하대학교 교육대학원, 2003).

문기일, 독서교육이 유아의 창의성 및 자아개념에 미치는 효과 : 독서치료 프로그램을 중심으로(석사학위논문, 광주대학교 산업대학원, 2003).

김미화, 학습 부진아의 자아개념 및 학습동기 향상을 위한 독서치료 프로그램의 효과검증(석사학위논문, 경북대학교 교육대학원, 2003).

김현애, 자기통제훈련을 병행한 독서치료의 효과: 주의력결핍 과잉행동장애 아동을 대상으로(석사학위논문, 가톨릭대학교 교육대학원, 2003).

안민희, 독서요법이 중학생의 자아존중감 및 내적통제성에 미치는 영향(석사학위논문, 경희대학교 교육대학원, 2003).

김혜란, 독서요법이 초등학생의 자아존중감 향상에 미치는 효과(석사학위논문, 부산교육대학교 교육대학원, 2003).

강성미, 집단적 독서요법이 부적응학생의 자아정체감과 인간관계에 미치는 효과(석사학위논문, 강

아동학 분야의 논문은 주로 실험연구를 통한 독서치료의 효과와 교육적 차원에서 활용하는 방안을 모색하는 내용이 대부분이다. 문헌정보학 분야의 연구에서는 독서치료의 효과를 입증하고 이를 도서관 서비스의 한 영역으로 수용해야 한다고 강조하고 있다. 또한 최근의 연구에서는 도서관에서의 독서치료 활성화방안을 다각도로 모색하고 있으며, 증상 또는 계층에 대한 독서치료의 기능성을 모색하고 있다. 문헌정보학 분야에서 생산된 학위 논문은 총 13편¹⁰⁾이다. 13편의 학위논문 중에서 도서관에서 독서치료 역할을 모색한 것과 성인 대상 독서치료 프로그램을 연구한 학위논문만을 중심으로 분석해보면 다음과 같다.

-
- 원대학교 교육대학원, 2003).
- 임은숙, 중학생의 자아정체성 신장을 위한 독서요법 연구(석사학위논문, 제주대학교 교육대학원, 2003).
- 전윤선, 독서요법이 초등학교 영재의 자기지각과 사회적 지지수준에 미치는 영향(석사학위논문, 부산대학교 대학원, 2004).
- 선효원, 독서요법프로그램이 고등학생의 자기표현 및 자아존중감 향상에 미치는 효과(석사학위논문, 부산대학교 교육대학원, 2004).
- 9) 정은혜, 아동의 수줍음 감소를 위한 독서치료 프로그램 효과(석사학위논문, 경북대학교 대학원, 2002).
- 전소희, 아동상담자의 독서치료 활용 현황 및 인식 연구(석사학위논문, 숙명여자대학교 대학원, 2002).
- 김윤희, 부모의 이혼을 경험한 시설아동을 위한 독서치료의 효과 : 우울, 수치심 및 죄책감을 중심으로(석사학위논문, 숙명여자대학교 대학원, 2003).
- 이지혜, 저소득층 가정 아동의 자아존중감 증진을 위한 독서치료 효과(석사학위논문, 숙명여자대학교 대학원, 2003).
- 10) 장귀녀, 도서관 봉사로서 독서요법 적용가능성에 관한 연구(석사학위논문, 이화여자 대학교 대학원, 1985).
- 유혜숙, 노인의 우울증 해소를 위한 독서요법 연구(박사학위논문, 중앙대학교 대학원, 1997).
- 이희정, 독서요법이 대학생의 자아정체감 정립에 미치는 효과 연구(석사학위논문, 충남대학교 대학원, 2001).
- 최정미, 독서요법을 통한 시설아동의 심리와 행동의 변화에 관한 연구: 아동복지시설 S원 3, 4학년 생 5명을 대상으로(석사학위논문, 부산대학교 대학원 2002).
- 김은주, 독서요법을 통한 초등학교 '왕따'치료(석사학위논문, 공주대학교 교육대학원, 2003).
- 송영일, 정신보건을 위한 공공도서관 역할 연구 : 독서치료의 적용과 관련하여(석사학위논문, 부산대학교 대학원, 2003).
- 신주영, 독서치료와 도서관의 역할에 대한 연구(석사학위논문, 부산대학교 대학원, 2003).
- 정재희, 청소년의 상처난 마음을 돌보기 위한 독서치료 서비스 개발 방안 연구 : 중·고등학교도서관을 중심으로(석사학위논문, 부산대학교 대학원 2003).
- 김민주, 어린이의 상한 마음을 돌보기 위한 독서치료 서비스 방안 연구 : 부산지역 공공도서관 어린이실을 중심으로(석사학위논문, 부산대학교 대학원 2003).
- 김경숙, '성인아이(adult child)'를 위한 독서치료(석사학위논문, 부산대학교 교육대학원, 2003).
- 김수진, 대학생의 '문제음주'와 독서치료(석사학위논문, 부산대학교 교육대학원, 2003).
- 이선영, 중학생들의 자아존중감 향상을 위한 독서치료 연구(석사학위논문, 충남대학교 대학원, 2003).
- 명창순, 독서요법을 통한 저소득층 이혼 가정 아동의 친사회성 개발에 관한 연구(석사학위논문, 공주대학교 교육대학원, 2004).

장귀녀(1985)는 서구의 독서요법의 이론, 시행방법과 그 적용에 대한 사례를 소개하고 우리나라에서도 도서관 봉사로서 독서치료의 적용 가능성을 모색하였다. 이를 위해 국내 병원 도서관 45곳을 사례로 실무자와의 면담과 설문조사를 실시하여 병원도서관 실무자들이 가진 독서치료에 대한 인식을 조사하고, 독서치료가 도서관 현장에 적용되기 위한 방안에 대해 논의하였다.

유혜숙(1997)은 독서요법이 노인의 우울증에 치료적 예방적 차원에서 적용될 수 있는 가능성이 있다는 가설을 수립하고 그 가설을 검증하는 연구를 수행하였다. 연구대상은 우울증을 가지고 있는 65세 이상의 노인들을 선정하여 실험집단과 통제집단으로 나누어 실험을 실시하고 실험전후를 비교하였다. 실험집단에게는 전문사서에 의해 선정된 독서자료를 활용하여 독서요법을 실시한 결과, 독서요법을 실시하지 않은 통제집단에 비해 독서치료가 효과가 있다는 것을 검증하였다.

송영임(2003)은 우리 사회의 열악한 정신보건의 현황을 살피고, 정신치료의 한 대안으로서 독서치료의 가능성을 모색하고 있다. 특히 지역사회 정신보건 향상을 위해 공공도서관의 독서치료의 적용 가능성의 모색과 독서치료를 적용하기 위한 다각적인 방안을 제시하고 있다.

신주영(2003)은 마음의 상처와 이상심리에 대한 이해를 바탕으로 독서치료와의 만남을 모색하며, 언론 보도와 치유서를 통해 마음의 상처들을 각 상황별로 확인하고, 이런 마음의 상처를 치유하기 위한 상황별 도서목록을 추천하고 있다. 나아가 책임기를 통한 마음의 치유를 위해 도서관과 사서들이 어떠한 노력과 대응을 해야 할 것인지에 대한 방안을 제시하고 있다.

김경숙(2003)은 어린시절에 받은 상처가 치유되지 못한 채 미성숙한 성인으로 살아가는 많은 어른들, 즉 성인아이(adult child)에 대한 문제를 다루고 있다. 특히, 성인아이의 진단과 치료를 위한 도서목록을 제시하고 있다. 마지막으로 도서관에 적용하기 위한 독서치료 프로그램에 대한 제안과 아직 우리 사회에 독서치료에 대한 미약한 인식을 불식시킬 독서치료 활성화 방안에도 대해서도 다각도로 모색하고 있다.

한편, 외국의 독서치료 분야의 연구로는 최초의 박사학위논문인 1950년 쉬로드의 논문¹¹⁾ 이후로 생산된 학위논문이 지금까지 총 135 편¹²⁾이며, 이 중에서도 성인을 대상으로 한 독서치료 연구는 총 4편¹³⁾이다.

11) Caroline Shrodes, *Bibliotherapy : A Theoretical and Clinical-Experimental Study*(Ph. D. Dissertation, University of California, Berkeley, 1950).

12) PQDD(ProQuest Digital Dissertations: 1861년부터 현재까지 북미지역, 유럽 및 아시아 주요 대학 (약 1,440여개)의 석·박사학위 논문 정보를 제공하는 DB)의 검색에서 bibliotherapy를 제목 필드로 검색했을 때 검색건수.

13) Lesta Norris Burt, *Bibliotherapy : Effect of -Group-Reading and Discussion on Attitudes of Adult Inmates in Two Correctional Institutions*(Ph.D. Dissertation, The University of Wisconsin - Madison, 1972).

Alvin Bernard Pitkow, *Effects of Rational Emotive Therapy, Rational Emotive Bibliotherapy, and*

Lesta Norris Burt(1972)의 연구는 2개의 교정기관(correctional institutions)에 입원한 성인 환자들을 대상으로 그룹 독서치료에서 독서의 효과와 입원환자들의 태도에 대한 토론의 효과에 관한 연구이다.

Alvin Bernard Pitkow(1980)는 지역사회 정신건강센터의 외래 성인환자 20세에서 55세 사이의 남녀 41명을 무작위로 추출하여 네 그룹으로 나누고 네 가지 치료 조건- 1) RET(Rational Emotive Therapy), 2)RET + Rational Emotive Bibliotherapy, 3) RET + Placebo Bibliotherapy, 4) Psychodynamically Oriented Psychotherapy - 중에 한 조건으로 치료받게 하였다. 그 네 가지 조건중 환자들의 적응에 어떤 치료법이 효과적인 지에 대한 실험 연구를 하였다. 연구 결과로는 네 가지 치료법의 효과가 크게 다르지 않다는 결론을 도출하였다.

Samuel Robert Kingsbury(1983)는 무작위로 추출된 20세에서 50세 사이의 49명의 기혼 여성들을 대상으로 하고 있다. 이들을 두 집단으로 나누어 우선 두 그룹 모두에게 집단 심리치료(group psychotherapy)를 받게 하고 자아개념(self-concept)의 변화를 측정하였다. 이어서 다른 한 집단에게만 집단 독서치료(group bibliotherapy)를 실시하여 자아개념의 변화를 측정하였다. 그런 다음 이 두 치료적 접근 방법간의 상호작용의 정도를 측정하는 실험 연구를 하였다. 연구의 결과는 독서치료를 부가적으로 실시한 그룹의 자아 개념이 향상되었으며, 심리치료와 독서치료간에는 상당히 상호작용적인 측면이 있음이 드러났다.

Laura Cohen(1992)의 연구는 자발적인 8명의 성인을 대상으로 치유적인 책읽기(therapeutic reading)를 통해 독자와 독서자료간의 상호작용에 대한 결과에 대해 심층 인터뷰를 실시하였다. 이 연구는 참여자의 경험에 대한 현상학적 연구이다. 독서치료에서 경험적 연구는 이론적 근거없이도 가능하다는 전제를 한다. 따라서 이 연구는 참여자들이 치유적 책읽기를 하면서 그들의 감정과 지식에 대한 자기 인식을 끌어내는 과정에 중점을 두고 기술하고 있다.

위의 국내외 선행연구에서 살펴보았듯이, 주부를 대상으로 도서관에서 독서치료 프로그램을 실제 계획하여 적용한 사례는 드물다. 따라서 이 연구에서는 공공도서관에서 주부를 대상으로 독서치료 프로그램을 계획하여 적용해보고자 한다.

Psychodynamically Oriented Psychotherapy on Adjustment in Adult Clinical Outpatients(Ph.D. Dissertation, Hofstra University, 1980).

Samuel Robert Kingsbury, An Analysis of the Effectiveness of Group Psychotherapy and Bibliotherapy in Changing the Self-Concept of a Selected Group of Adult Married Females(Ed.D. Dissertation, Southwestern Baptist Theological Seminary, 1983).

Laura J. Cohen, Bibliotherapy : The Experience of Therapeutic Reading from the perspective of the Adult Reader(Ph.D. Dissertation, New York University, 1992).

3. 연구의 대상과 방법

독서치료는 대상에 따라 정상적인 발달과정을 위해 예방적 성격의 발달적 독서치료와 특정 문제상황으로 일상생활이 힘든 이들을 위한 치료적 성격이 강한 임상적 독서치료로 나눌 수 있다. 이 연구에서는 공공도서관을 이용하는 주부를 대상으로 정상적으로 일상의 일들을 잘 해나가고, 자아 성숙을 위해 책을 읽고 토론하는 것이 강조되는 예방적 성격이 강한 발달적 독서치료를 개발하여 적용하고자 한다. 또한 독서치료의 유형으로는 개인치료와 집단치료가 있는데, 이 논문에서는 치료적 성격이 강한 개인치료보다는 정해진 프로그램의 목적에 따라 여러 사람이 독서치료에 참여하여 함께 치유의 과정을 공유하는 집단 치료를 실시하고자 한다.

연구방법은 지금까지 독서치료와 관련된 이론을 문헌연구를 통해 검토하며, 독서치료 프로그램을 계획하는 데 있어서는 연구자 주변에 대한 관찰과 경험을 중심으로 기술하고자 한다.

II. 주부의 마음상함과 독서치료

1. 마음상함이란 무엇인가

마음상함이란 어떤 사건으로 인해 마음을 다쳤다고 느낄 때 일어날 수 있는 반응 전반을 가리키는 것이다. 스스로의 가치가 깎인 듯한 느낌을 갖게 하는 이러한 사건은 대개 비난 배척, 거절, 따돌림 또는 무시 같은 감정을 낳는다. 이러한 마음상함은 자기 자신을 온전하고 한결같은 존재로 경험하지 못하도록 한다. 그래서 우리는 깊은 불안에 빠지게 되고, 무력감과 실망, 고통, 분노, 경멸감에 휩싸이게 된다. 또한 상처받은 마음은 상대방부터 완강히 돌아서서 복수와 응보를 끊임없이 궁리하게 된다.¹⁴⁾

마음을 다친다는 것은 마음에 따귀를 맞는 것과 같다. 이는 우리 얼굴 위로 떨어지는 주먹질, 그래서 우리의 마음에 깊은 아픔을 주는 일격이나 다름없다. 지금 바로 급히 물건을 사야 하는데 가게문이 닫혀 있는 것 같은 사소한 일에서부터 다른 사람의 불친절한 태도 그리고 상대방이 뚜렷이 거부 의사를 밝힘으로써 자신의 사랑이 응답받지 못하는 것에 이르기까지, 마음상함을 일으키는 원인은 다양하다. 이러한 마음상함은 일상 생활에서 수도 없이 생겨난다.¹⁵⁾

14) 베르벨 바르테츠키, 따귀맞은 영혼, 장현숙 옮김(서울: 궁리, 2002), p.22.

15) 상계서, pp.12-13.

마음상함은 자녀를 자신의 소유물로 생각하고 자신의 대리만족의 도구로 생각하는 부모, 손자만 이뻐하는 할머니, 술 먹고 고함치는 할아버지, 형제자매에 대한 부모의 편애, 나의 마음을 몰라주는 친구, 이해심 없는 선생님, 이기적인 이웃, 경쟁을 일삼는 직장 동료, 자신의 입장만 존중받기 원하는 배우자 등 여러 관계 속에서 가장 빈번히 발생한다. 또한 ‘치마만 두르면 다 여잔가’ ‘남자는 입이 무거워야 해’ ‘여자가 참아야 집안이 조용하다’ 등 사회 관습적인 말들, ‘나는 아무 것도 할 수 없어’, ‘나는 쓸모없는 존재야’ 등 자기 스스로의 갇힌 생각이나 나이들어감의 서러움, 죽음에 대한 두려움 등 우리의 일상은 마음상함의 많은 상황 속에 놓여 있다.

이러한 마음의 상처는 그 진원지를 파악하여 최소화하는 과정이 필요하다. 마음의 상처는 여러 곳에서 온다. 모순되게도 가정은 상처를 가장 많이, 가장 깊이 주는 곳이다. 특히 유아기와 아동기에 가정에서 받은 상처는 한 개인에게 평생 지속적으로 남아있는 경우가 대부분이다. 부모가 무의식적으로 하는 말이나 행동이 아이에게는 커다란 상처가 되어 평생 한 인간의 생각과 행동을 지배하게 되는 경우가 많다.

마음상함은 삶의 일부이므로 이를 완벽하게 극복하는 방법은 없으며, 이를 피할 방도도 없을 것이다. 그러나 우리는 똑같이 마음을 다치더라도 지금까지와는 다르게 대처하는 것, 덜 파괴적인 방법으로 대응해 나갈 수 있는 방법을 알 필요가 있다.

2. 주부의 마음상함이란 무엇인가

대부분의 여성들은 주부라고 부르게 되는 삶의 과정을 거친다. 이들 여성들은 가정주부 역할을 수행하는 과정에서 사회로부터 고립된 존재로서, 자아를 상실해 가기도 하고, 때로는 남성보다 더 충실한 가부장제의 대리인으로서, 가정주부가 천직인 것처럼 받아들이기도 한다. 그리고 노동시장에서 자기영역을 상실한 여성들이 자신이 선택할 수 있는 유일한 직장으로서 가정이라고 여기며 안주하게 되는 등 일반적으로 기혼여성은 가정주부로 인식되고 있다. 이러한 사회적 등식이 오늘날 무리없이 수용되고 있는 실정이다.¹⁶⁾ 따라서 본고에서 주부라고 했을 때 기혼여성 일반을 지칭하며, 특히 전업주부¹⁷⁾를 중심으로 논의를 전개해 나가고자 한다.

한편, 주부의 마음상함을 들여다 보자.

16) 김미숙, 여성지에 나타난 주부정체성의 변화와 지속에 관한 연구: 1985년 및 1995년도 여성지를 중심으로(석사학위논문, 계명대학교 여성학대학원, 1995), pp.1-2.

17) 일반적으로 주부라함은 취업주부와 비취업(전업) 주부로 나뉘며 또한 사회경제적으로 저소득층과 중산층으로, 그리고 거주지역에 따라 농촌과 도시 주부로 나뉜다. 여기서는 이들에 대한 상세한 논의는 제외하고자 한다.

최근 조사에 의하면, 도시에 사는 주부들은 40%이상이 우울 증세를 보이며¹⁸⁾, 특히 시댁과의 갈등이 심각하다. 이어서 남편과의 마찰이 불가피하다. 그리고 전업주부인 경우 그 증세가 표면화되지 않는데 그 심각성이 크다고 할 수 있다.¹⁹⁾

다음의 구절은 가정내에 묻혀버린 주부들의 물개성적인 정체성을 말하고 있다.

아줌마들은 너무 오래 부엌에만 갇혀 있었다. 행복한 식탁에 사슬로 매달려 있는 수저 속에 너무 오래 갇혀 있었다. 그 속에서 개성을 잃었다. 마음은 마음이 제집인데, 아줌마들의 마음은 가족이란 밀집체 속에 너무 깊이 스며 있어, 사람이라면 누구나 갖고 있는 얼굴이 아줌마들에겐 없다.²⁰⁾

이는 가족 속에서 자신의 정체성을 잃어가고 있는 전업주부 혹은 제3의 성이라는 아줌마들의 실상이며, 이 또한 마음상함의 원인이다.

직장에 나가는 주부는 일주일에 평균 80에서 100시간 노동을 하고 전업주부는 60에서 80시간 정도의 노동을 한다. 가정주부가 평생 닦는 접시를 한 곳에 쌓으면, 켈른 대성당의 세 배에 이르는 양이고 가사노동을 하는 동안의 산소 요구량은 건축 노동자보다 더 크다고 한다. 이런 가사노동은 평균적으로 줄잡아서 월 1,800마르크에 해당하는 일이지만, 이러한 급료는 누구도 지불하지 않고 있다. 가정주부의 일은 공짜이기 때문이다. 사랑으로 하는 봉사이기 때문이다.²¹⁾ 가족에 대한 사랑이라는 이름으로 자신의 노동에 대한 정당한 댓가가 주어지지 않는 것 또한 주부에게는 마음상함이다. 이는 남편에게 경제적, 심리적, 정서적 의존을 하게 하는 원인이 되기도 한다.

아이를 잉태할 수 있는 너무나도 놀라운 능력, 이 나무랄 데 없는 개념 때문에 여자들은 평생토록 밥하고 빨래하고 청소하고 그리고 가족 모두를 끌어안고 달래주는 노릇까지 해야만 한다. ‘모성본능’이라는 멋진 이름으로 여성들은 아이를 낳는 일뿐만 아니라 아이를 기르

18) “도시주부 40%이상 우울증/서울거주 1000명 조사”, 세계일보(2003년 10월 24일), 21면

19) 고대안암병원 정신과 이민수 교수는 “주부우울증에선 시어머니나 시누이 등 시댁과의 갈등에서 오는 스트레스가 뚜렷하다며, 이와 관련해 남편에 대한 배신감과 불신, 공격성이 흔히 나타난다”고 말한다. 전통적 가족관이 우울증 유발의 원인인 셈이다. 이 교수는 또 “기슴이 답답하고 명치끝이 걸린 느낌, 분노, 불면, 두통 등의 증상을 호소하는 것도 매우 특징적”이라고 말한다. 같은 여성 혹은 주부라도 전업주부와 직업을 가진 여성 사이에서 미묘한 차이가 발견된다. 이 교수는 “전업주부의 경우 신체적 증상에 대한 호소가 많은 반면 직업이 있는 여성은 대인관계에서 분노와 공격성을 표출하거나 슬프고 괴롭다는 감정적 증상을 호소하는 경우가 많다”고 설명한다. 전업주부의 우울증은 발견이 더 어렵다. 직업을 가진 경우 업무에 차질을 빚으면 우울증이 표면화하는 계기가 되지만 가정주부는 시간을 때우며 혼자만의 고통에 매몰될 확률이 높다. “여자의 일생이 그런 것이다”라는 체념 속에 많은 주부의 인생이 병들고 있다. (“시댁과의 갈등이 주부우울증 주범,” 한국일보(2003년 11월 3일), 49면).

20) 김승희, 남자들은 모른다: 여성·여성성·여성문학(서울:마음산책 2001), p.155.

21) 알리스 슈바르처, 아주 작은 차이, 김재희 옮김(서울:이프, 2001), p.305.

는 일까지 숙명인양 혼자서 책임져야 하는 것이다.²²⁾ 신체 구조가 아이를 낳을 수 있다는 조건 때문에, 육아와 양육은 물론 자녀교육까지 떠맡아야 하는 ‘모성신화’ 또한 주부에게는 커다란 마음상함이 된다.

‘남자는 부엌에 오면 고추 떨어진다’, ‘계집애니까 접시를 씻고, 동생을 돌보고, 청소해야 하며, 사내녀석은 접시를 씻어서는 안된다’, ‘사내가 울면 못써’, ‘남아 대장부가.....’ 등의 어투는 한 성(性)의 행위는 허용하면서 다른 성(性)의 행위는 제한하는 말로서, 우리가 흔히 듣는 성차별 언어의 단적인 본보기이다.²³⁾ 여성과 남성의 역할을 가르치는 성차별적인 언어 관습 또한 마음상함의 원인이다.

한편, 신경정신과를 찾는 신경증 증세를 가진 주부들의 사례연구를 통해 한국 도시주부의 정신적 갈등 요인을 밝히고 있는 한혜경의 연구²⁴⁾에서는 다음과 같은 도시주부들의 실태를 들고 있다. 첫째, 수직적이며 남자의 권위를 앞세우는 부부관계로 인해 많은 주부들이 남편에 대한 불만을 참고 견뎌야 하며 결국 ‘너무 참은 것이 병이 되어버린’ 상황에 도달하기도 한다. 특히 가정 안에서 경제적 재량권을 가지지 못한 주부일수록 자신의 위치를 불안정하게 여기고 있다. 둘째, 연령이 낮고 교육 수준이 높은 주부들은 ‘어떤 것이 좋은 교육인지 모르겠다’며 자녀교육에 대해 자신 없어 한다. 셋째, 고부간의 불화로 인해 갈등하는 경우도 많은데 그것은 외형적인 가족형태의 변화와 전통적 가부장 이념과의 충돌이 첨예화된 상황 때문이다. 넷째, 부부간의 성(性) 문제 또한 갈등요인이다. 대부분 성행위가 남편에 의해 일방적으로 이루어질 뿐 아내의 요구는 받아들여지기 힘들기 때문이다. 이와 더불어 핵가족 안에서 주부의 정체감 또는 안정감에 가장 치명적인 영향을 주는 것은 남편의 외도이다. 다섯째, 사회와의 관계로서, 교육받은 중산층의 주부일수록 아내와 어머니의 역할만으로 만족하지 못했고 시간이 지날수록 퇴보했다는 것을 느끼며 ‘결혼할 당시와는 달리 남편보다 훨씬 열등해진’ 자신을 발견하곤 당황하는 경향이다. 따라서 가정 밖의 일을 통해 자아실현을 하려는 욕구를 강하게 가진다. 그러나 주부들의 자아실현과 사회적 성취방법은 극히 제한되어 있고 취미활동이나 자원봉사활동은 근본적인 해결책이 될 수 없는 경우가 많다.

이외에도 주부의 마음상함은 여러 가지 있을 수 있다. 주부들의 마음상함에 영향을 미치는 주부 스트레스에 관한 국내 연구에서 공통적인 영역으로는 배우자관계, 가족관계, 대인관계, 경제문제, 가사노동문제와 건강문제 등이 주로 나타나고 있음을 보여주고 있다.²⁵⁾ 특히, 도시주부들의 스트레스는 부부문제, 자녀문제, 친·인척문제, 가사작업수행문제, 건강문제, 경제문

22) 상계서, p.312.

23) 김숙희, “획일문화와 성차별 언어,” 열린 사회 자율적 여성(서울 : 또하나의문화, 1995), p.64.

24) 한혜경, “한국 도시주부의 정신적 갈등에 관한 연구,” 상계서 pp.470-474.

25) 전경구, 김교현, “한국 주부의 생활 스트레스와 대처 양상,” 한국심리학회지 : 건강, Vol.8, No.1(2003), p.3.

제를 들 수 있다.²⁶⁾ 사람의 생활환경, 특히 가정 생활의 모든 영역은 스트레스 요인으로 작용될 수 있으며, 이러한 스트레스는 긍정적인 결과로는 가정의 성장과 발전에 기여할 수도 있지만, 역으로 부정적인 결과로는 심각한 가족문제는 물론 나아가 사회문제로 초래될 수도 있다.²⁷⁾

사회의 기본 단위가 되는 한 가정의 중추적인 역할을 담당하고 있는 주부가 정서적으로 불안하고 스트레스로 인한 갈등을 겪고 있다면 가족 구성원들의 건강이나 가정의 행복은 파괴되어 그 사회의 안정과 통합 유지에 대단한 지장을 초래하여 사회구조를 흔들리게 하는 원인이 된다. 그러므로 주부들의 정신적 건강은 무엇보다도 중요하며 주부들이 받는 정신적 스트레스로 인한 갈등을 효과적으로 대처하도록 여러 측면에서 노력이 강구되어야 한다.²⁸⁾

3. 마음상함의 돌봄과 독서치료

건강이란 신체적 질병이나 불구의 증상, 증후가 없는 상태이며 정신적으로 사회적 역할을 수행하고 환경에 신축적으로 적응하며 상호작용하는 안녕 상태(well-being)라 할 수 있다. 정신건강이란 환경을 바람직하게 조성하며 잘 적응하고 알맞게 만족하고 능률과 행복을 누릴 수 있는 능력이라 할 수 있다. 정신적으로 건강한 사람은 성숙된 문제 해결방식을 가지고 능력을 발휘하며 위기에 잘 대처할 수 있고 자신과 타인에 대해 존중과 신뢰를 갖고 건전한 가치관을 가지며 삶에 흥미를 찾는 사람이라 할 수 있다. 이렇듯 건강한 정신상태를 유지하기 위해서는 전제조건이 요구되는데, 정신상태에 있어서 통일과 일관성의 확립이 필요하며 자기 자신을 객관적으로 성찰할 수 있는 능력과 타인과의 조화를 실현할 수 있는 사회성의 형성들이 필요하다. 따라서 정신건강상태에 혼란이 오게 되면 정신적 질환뿐만 아니라 가족과 사회에도 영향을 미칠 수 있기 때문에 건강한 정신을 유지하는 것은 매우 중요하다.²⁹⁾

2002년 초 보건복지부의 ‘정신질환 실태 역학조사’에 따르면 일생을 통해 우리 국민 3명 중 1명이 니코틴·알코올 중독을 포함한 각종 정신질환으로 고통을 받지만 전문치료는 거의 못 받는 것으로 나타났다. 심각한 정신질환을 가진 환자도 0.6%에 해당하는데, 그들도 대부분 전문적인 치료를 못받고 있다고 한다.

이러한 정신적 질환은 유전적 요소도 있지만 주로 마음의 상처, 즉 마음상함으로부터 시작

26) 이정우, 최덕경, “도시 주부 가정생활문제 인지와 스트레스 정도에 관한 연구,” 한국가정관리학회지, 제10권, 제1호(1992), pp.116-118.

27) 상계논문, p.119.

28) 박은경, “도시 주부의 스트레스와 사회교육,” 兒童教育, Vol.6, No.2(1997), p.85.

29) 이선이, “가정주부와 취업주부의 생활사건스트레스와 정신건강에 관한 연구,” 한국보건간호학회지, 제9권, 제2호, pp.70-71.

된다. 어느 누구나 마음의 상처를 입고 살아가는 데 살아가면서 입는 상처들은 자연스럽게 치유되기도 하고, 억압하거나 덮어두고 지나치기도 한다. 일상생활 속에서 발생한 마음의 상처는 치유하지 않으면 부정적 감정이나 부적응 행동 혹은 이상심리나 정신적 장애로 발전하여 평생을 자신은 물론이고 가족과 나아가 사회에 큰 피해를 입힌다. 마음상함이 자신에게로 향했을 때 극한 모습은 자살을 선택하게 되며, 자기 아닌 외부로 향했을 때는 폭력이나 살인으로 발전한다. 따라서 현대 사회의 여러 병리 현상은 이러한 마음상함을 적절히 다루지 못하는데 그 원인이 있다.

다행한 것은 정신의학, 정신보건간호학, 정신보건사회복지학, 상담심리학 등 여러 분야에서 마음의 상처와 장애에 관심을 기울이고, 정신 건강을 위해 노력하고 있다는 것이다. 게다가 최근에는 미술치료, 음악치료, 놀이치료, 연극치료 등 정신장애에 대한 다양한 대안치료들이 활발하게 마음의 상처를 치유하고 있다.

독서치료도 이러한 대안치료의 하나로, 말 그대로 책을 이용하여 정신건강을 증진시키는 것이다. 선택된 독서자료의 내용이나 그 속의 내재된 생각이 책읽기나 독후 활동을 통해 독자의 발달적 과정에서의 문제 혹은 특정한 장애문제에 정신적 심리적으로 도움을 주는 것을 말한다. 결국은 자기와 같은 상황을 책에서 발견하여 동일화하고, 책 속에서 문제를 해결해 가는 상황을 보고 자기의 문제 또한 없어지는 듯한 카타르시스 효과를 얻어, 자기 스스로 자신의 문제를 해결하도록 하는 통찰의 과정을 거친다. 이를 독서치료의 세 가지 원리인 동일화의 원리, 카타르시스의 원리, 통찰의 원리라고 한다.³⁰⁾ 독서치료는 다른 치료에 비해 손쉬우며, 치료자가 스스로 책을 읽고 스스로 느끼는 것이므로 자가치유적 성격이 강하다.

우리나라는 정신질환에 대해 터부시하는 문화적인 특성 때문에 아주 심각한 정신질환조차도 전문기관에서 치료를 받는 경우는 드물다. 정신장애 치료에서 가장 큰 걸림돌은 “정신병자, 미친 놈, 또라이, 사이코...”라고 지칭하여 사회에서 격리시키는 환자에 대한 잘못된 인식이다. 또한 반대로 자신에 대한 과신 역시 옳지 않다. “나는 (또는 우리 아이는) 다른 사람과는 달리 특별할 뿐이다”며 애써 모른 척하는 것도 치료를 어렵게 만든다. 정신장애는 조기에 발견하면 90% 이상 완치가 가능하다. 그러나 쉬쉬하면서 숨기고 외면하기 때문에 환자가 늘어나고 있다. 정신의학자들은 ‘당당해져야 고칠 수 있다’고 조언한다. 병을 부끄러워하지 말고 드러내라는 얘기다. 정신장애는 방치하면 사태가 커진다. 전체 자살자의 70~80%가 우울증 환자라는 연구에서도 알 수 있듯이 정신장애는 파국과 연결되기 십상이다. 모든 정신장애는 전조 증세를 보인다. 그러나 이런 증세가 나타났다고 해도 알려고 하지 않으면 보이지 않는다. 평소 자가진단을 게을리 하지 말아야 할 이유가 여기에 있다.³¹⁾

이러한 정신장애의 예방책으로서, 일상적으로 생기는 마음의 상처나 경미한 정도의 정신질

30) 손정표, 신독서지도방법론(대구: 태일사, 2001), pp.344-345.

31) “정신장애 편견을 넘자-기획연재3 - 정신장애, 당당히 맞서자,” 동아일보(2004년 3월 8일), p.58.

환은 그가 처한 상황에 맞는 적절한 책을 읽는 정도만으로도 상당한 치료효과를 거둘 수 있다. 더구나 우리사회의 가족구조와 관계, 사회조직과 관계, 남녀관계, 인간관계, 교육 환경 등은 심리적으로 상처를 많이 받을 수 있는 구조이다. 그러므로 누구나 스스로 적용할 수 있으며 부작용도 거의 없는 독서치료는 정신질환으로 발전하기 전 마음의 상처를 치유하는 데 적합한 하나의 방법이라 할 수 있을 것이다.

III. 마음 상한 주부를 위한 독서치료 프로그램

독서치료 프로그램의 계획은 독서치료를 실행하는 데 일어날 수 있는 여러 가지 문제를 예측해 봄으로써 문제해결책을 미리 예상해 볼 수 있다. 독서치료 프로그램을 계획할 때 우선 독서치료가 이루어질 환경을 고려해야 한다. 그런 다음 구체적인 계획이 세워져야 한다.

1. 독서치료의 환경: 공공도서관

독서치료의 역사는 고대 그리스에서 독서의 치료적인 효과를 잘 알고 있었던 작가들에서 시작되었다. 아리스토텔레스는 모든 예술은 물론 문학(문헌)은 사람들의 감정을 불러일으켜 치료적인 효과를 가진다고 믿었다. 테베 도서관에는 “영혼을 치유하는 장소”라고 새겨져 있었다. 유사하게 중세 스위스 St. Gall의 어베이 도서관에도 “영혼을 위한 약상자”라고 새겨져 있었다. 이처럼 문자가 발명된 이래 도서관이 마음을 치유하는 장소로서 역사적으로 그 기능을 해왔다는 것을 확인할 수 있다. 또한 16세기 프랑스 의사 라블레가 그의 처방전에 언제나 문학책의 이름을 적어주었던 점 등을 볼 때 독서는 자신을 돌아보고 부족한 점을 고쳐나가도록 도와주는 가장 오랜 역사를 지닌 마음의 치유방법 중 하나라 할 수 있다. 그러나 본격적인 독서치료에 대한 연구와 임상활동은 20세기 들어서 미국에서 시작되었다고 볼 수 있다.

독서치료 분야의 연구와 활동이 발전한 미국의 경우, 처음에 주로 병원도서관을 중심으로 독서치료 서비스가 이루어졌다. 또한 세계 1, 2차 대전이후에는 점차 사회 회복시설, 상담기관이나 교도소와 같은 교정기관(correctional institutions) 등 지역사회 시설로 그 서비스가 확대되었다. 그리고 1940년대 이래로 교육환경에서 독서치료가 널리 활용되어 왔다. 학교에서 독서치료는 대부분 사서에 의해서라기보다 교사와 상담원들에 의해 주도되었다. 1960년 이후에야 본격적으로 공공도서관에서 독서치료가 도서관의 서비스로 확대되기 시작하였다.³²⁾

그 동안 독서치료는 병원도서관 사서, 교사, 사서교사나 카운셀러에게만 주어진 특권으로 여겼다. 대부분 독서치료는 병원도서관이나 교도소나 갱생기관과 같은 교정기관 사회복지시설, 상담시설, 교육 현장 등에서 주로 행해져 왔다. 그러나 공공도서관 사서도 의식적으로든 무의식적으로든 이용자들에게 책을 읽게 함으로써 그들의 심리적, 육체적, 정서적 문제 해결을 돕는 독서치료를 해왔다. 공공도서관 사서들은 독자안내(reader guidance)라는 이름으로 독서치료를 행해왔다. 그러나, 초창기에는 독자안내(reader guidance) 혹은 독자조언(reader advisory) 서비스를 독서치료와 구분하여 사용하였는데, 독서치료는 용어자체가 지니는 혼란이 있었다. 독서치료는 독서의 흥미나 요구에 대한 정보를 찾아주거나 정보를 편리하게 검색하는 방법을 알려주는 등의 독자안내라기보다는, 어떤 문제 즉 증상에 대한 진단과 이의 해결을 위한 독자안내의 의미에 더 가깝다. 예로, 이집트 역사에 대한 자료를 찾는 학생은 과제나 보고서 작성을 위한 것이지, 치료가 필요한 것은 아니다.³³⁾ 따라서 공공도서관에서 전통적으로 해오던 독자안내(reader guidance) 혹은 독자조언(reader advisory)과는 달리, 독서치료(bibliotherapy)는 어떤 문제의 증상에 대한 안내를 필요로 하는 것이라 할 수 있다.

1964년 미국도서관협회 연차회의에서 독서치료에 관한 워크숍이 최초로 개최되었다. 이 워크숍은 다양한 분야의 전문가들의 참여 때문에 주목되었다. 참여자들은 정신의학, 임상 심리학자, 정신보건 간호사와 사회복지분야의 대표자들이었으며, 레크리에이션 진행자, 활동가, 직업적 치료사는 물론 각 서비스 영역의 대표성을 지닌 도서관 사서들이 참여하였다. 이 워크숍에서 한 공공도서관장은 다음과 같이 공공도서관 사서들에게 독서치료에 대한 관심을 촉구하였다.³⁴⁾

공공도서관은 독서치료에 있어서 적합한 시설이라고 여겨진다....특히, 공공도서관 사서들은 환자들과 그 가족을 위해 독서치료 프로그램의 가치를 이해하도록 도와 줄 수 있을 것이다. 이 역할을 수행하기 위해서 공공도서관 사서는 독서치료의 효과에 대해서 알려야 하고, 독서치료에 대한 연구와 개발을 수행해야 한다. 또한 공공도서관 사서는 독서치료에 대한 적절한 훈련이 필요하다.

공공도서관 사서들은 독서치료 프로그램을 실시할 때 다음과 같은 점들을 고려해야 한다. 첫째, 독서치료에 필요한 기술 훈련, 둘째, 공공도서관사서가 독서치료 사라면 도서관 프로그램의 일부분으로 독서치료를 전개시켜야 한다. 셋째, 공공도서관의 부가적인 서비스로 독서치료 프로그램이 강조되어야 한다.

32) Rhea Joyce Rubin, *Using Bibliotherapy : A Guide to Theory and Practice*(Phoenix : Oryx Press, 1978), pp. 61-64.

33) Eleanor Frances Brown, *Bibliotherapy and Its Widening Applications*(Metuchen, N.J.: Scarecrow, 1975), p.222.

34) *Ibid.*, pp.225-227.

공공도서관 사서는 다음과 같은 질문에 대한 답을 알아야 한다. 즉 정신병 환자나 교정기관에서 지역사회에 복귀할 사람들에 대한 공공도서관 사서의 서비스는 어떤 것이어야 하는가? 공공도서관에서 독서치료 프로그램에 적합한 역할에 맞게 제공해야 할 정보나 자료는 어떤 종류인가?

미국의 경우 공공도서관의 독서치료 서비스는 일반 병원도서관의 독서치료 프로그램을 외적으로 지원하는 것으로 시작되었다. 그러다가 점차적으로 정신병원이나 요양시설 사회갱생 시설의 역할들이 환자들을 장기간 수용하기보다는 적응할 수 있도록 지역사회의 유관기관과의 밀접한 연계과정을 강조하게 되었다. 따라서 지역사회의 수행기관으로서 공공도서관이 독서치료 프로그램을 간접적으로 지원하던 서비스 방식에서 지역사회 정신건강을 돌보기 위해 적극적인 서비스로 도입해야 할 필요성이 제기된 것이다. 즉 사회적인 요구와 사서직의 직업적인 필요성에 의해 공공도서관 내부적으로 위와 같은 자성의 목소리가 나오게 된 것이다.

그러나 현재 우리 사회는 심각한 정신적 공황 상황인데도 불구하고 이에 대한 대처가 사회적으로 미진한 실정이다. 또한 도서관에서조차도 어린이 독서지도, 독서교실 등은 꾸준히 해왔지만 독서를 통한 아픈 마음의 치유에 구체적인 움직임은 몇몇 공공도서관³⁵⁾을 제외하고 미미한 실정이다. 우리나라는 미국의 경우와는 달리 병원도서관 혹은 의학도서관이나 사회 복지시설 등의 기관 도서관은 시설·인력·장서 등의 운영면에서 열악한 상황이다. 이들 도서관은 전문도서관으로 분류되며, 기관에 부속된 운영체제로서 대부분 소규모 시설, 한 사람에 의한 서비스, 아주 전문적이거나 아니면 교양적인 자료 구성 등으로 현재 독서치료 서비스를 개발하고 지원하기에는 한계가 있다. 반면 독립된 시설과 운영체제, 지역사회 주민과의 결합력, 여러 가지 편의 시설, 다양한 인력 구성, 풍부한 독서자원을 이미 구축하고 있는 공공도서관이 우리나라 도서관 현실에서는 독서치료 서비스를 적극적으로 도입할 수 있는

35) 최근 부산대학교 문헌정보학과 책읽기를 통한 정신치료연구실(책·정·연) 회원을 중심으로 도서관 현장에는 새로운 서비스 영역을 제시하고 있다. 그 사례로는 현장 사서 중 경남 창녕도서관 조명숙 관장이 마음을 치유하는 책들 모음(2002. 4)과 마음을 움직이는 책들 모음(2002. 9)을 발간하고 관련 책들을 따로 서가에 비치하여 이용자들이 손쉽게 이용하도록 했다. 또한 울산 남부도서관에서도 김순화 팀장을 중심으로 사서들이 자체 연수를 통해 독서치료의 필요성을 깨닫고 도서관 서비스로 도입하는 데 적극적으로 참여하고 있다. 2003년 도서관 주간에 정신과 의사의 특강은 물론 제1호 마음 아픈 이들을 위한 자가치유 도서목록(일반)(2003. 4)과 제2호 마음 아픈 이들을 위한 자가치유 도서목록(일반·청소년·어린이)(2003. 9)와 1, 2호에 이어 올해 또다시 제3호 마음 아픈 이들을 위한 자가치유 도서목록(일반·청소년·어린이)(2004. 4)이라는 팜플렛을 만들어 배포하고, 도서관에서 따로 독립된 서가를 만들어 이용하게 하고 있다. 또한 남부 도서관 열람봉사팀에서는 2004년 겨울방학 어린이 독서교실에서는 독서치료 프로그램을 도입하여 실시하였으며, 상반기 평생교육 프로그램의 일환으로 성인(주부)과 어린이 대상 독서치료 프로그램을 개발하여 독서치료의 저변 확대에 힘쓰고 있다.

시발점으로서 가장 적합한 환경이라 여겨진다.³⁶⁾

공공도서관은 책을 핵심적인 자원으로 하여 오랫동안 지역 주민의 지적·정서적 수준 제고를 위해 서비스를 해온 사회적 장치이다. 개인, 가정과 사회의 정신건강이 심각한 수위에 이른 시점에서 정신건강의 향상을 위해 무엇보다 독서 자원이 풍부한 공공도서관에서 독서치료 활동을 적극적으로 전개해 나간다면 공공도서관의 효율적인 자원개발은 물론 사서의 직업적 임상성³⁷⁾ 확보의 계기가 될 것이다. 여기서 임상성이란 지금까지 사서직이 단순히 도서관을 유지하고 관리하는 임무에서 오는 간접적이고 소극적인 이용자에 대한 서비스로 인해 이용자 개개인이 가진 구체적인 문제 해결에는 제대로 대처를 못해온 것에 대한 반성이 담겨있다. 또한 우리 사회에서 상당한 임상성을 확보한 간호사나 복지사에 비해 도서관 사서에 대한 낮은 사회적 인식을 높일 수 있는 계기도 될 것이다. 이렇듯 공공도서관이 전초기지가 되어 독서치료 서비스를 통해 정신보건에 개입한다면 학교도서관이나 병원도서관 등 다른 도서관 서비스에 자극이 될 것이다. 나아가 지역사회 유관 기관과의 협력으로 도서관의 서비스 영역의 대폭적인 확대와 이용자 개발의 효과도 있을 것이다. 따라서 디지털 사회가 도래하면서 제기된 전통적 도서관의 역할에 대한 무용론이 불식될 것이고, 왜곡되고 편협했던 사서들의 직업 역할에 대한 인식이 개선, 고양되어 우리 사회에서 사서직의 직업적인 권위가 확보될 것이다.

2 독서치료 프로그램의 계획

독서치료 프로그램 환경으로서 공공도서관이 정해지면, 다음으로 구체적인 독서치료 프로그램을 계획할 수 있다.

이 연구에서는 연구자가 직접 부산 남구도서관과 경남 양산도서관에서 평생교육 프로그램에 ‘독서치료 교실’을 개설하여 강좌 형식으로 독서치료 프로그램을 계획하였다. 부산 남구도

36) 김정근 교수의 강의에서(부산대학교 교육대학원), 2004년 5월 19일.

37) 임상성이란 용어는 다음의 글에서 따온 말이다. 즉 “..... 나는 도서관을 기지로 삼는 사서직이 이처럼 대중의 수준에까지 내려와 있는 관련 독서자원을 활용하여 독서요법 프로그램을 가동시킬 때 지역사회 정신보건 영역에서 일익을 담당할 수 있을 것으로 보았다. 어느 면에서 정신보건간호사(mental health nurse)나 정신보건사회복지사(mental health social worker)와 비슷한 위치에 설 수 있을 것으로 보았다. 그렇게 되면 사서직도 모처럼 지역사회나 학교의 환경에서 ‘임상성’을 띄는 직업적 무게를 확보할 수 있을 것이라는 데까지 생각이 미쳤다. 사서직이 지역민의 정신건강 문제에 근거있는 개입을 할 수만 있다면 이것은 우리 직업의 강화 내지는 영역 확대라고 하는 측면에서 도전을 느낄만한 일이라고 생각한다.” (김정근, “발간사: 또하나의 장을 열며,” 책은 치유하는 힘이 있는가, 편집위원회 엮음(부산대학교 문헌정보학과 : 책읽기를 통한 정신치료연구실, 2002), pp. i - ii).

서관에서는 두 차례 독서치료 프로그램을 실시하였다. 이 도서관에서 프로그램 기간은 2003년 9월 5일~12월 12일과 2004년 3월 5일~5월 21일까지 각각 12주 과정으로 주 1회 2시간씩 구성하였다. 경남 양산도서관은 2004년 4월 7일~6월 23일까지 총 10주 과정으로 주 1회 2시간씩 구성하였다. 남구도서관의 경우는 부산 지역에서는 처음으로 공공도서관에 독서치료 프로그램을 계획한 사례라 할 수 있다. 여기서는 양산도서관 프로그램은 진행 중에 있으므로 프로그램이 종료된 부산 남구도서관의 사례만을 활용하고자 한다.

2.1 독서치료 참여자

우선 독서치료 프로그램 참여자를 모집해야 한다. 독서치료는 독서습관을 가진 어린이와 성인들에게 가장 효과적이다. 이 연구에서는 주부를 대상으로 발달적 독서치료를 실시할 계획이므로 어떤 특정한 문제나 증상을 가진 참여자를 모집하지는 않았다. 단지 수강 대상으로는 "책을 잘 읽고 싶은 사람, 책과의 만남을 통해 자아의 성장을 하고 싶은 사람, 원만한 인간관계를 맺고 싶은 사람, 마음의 상처를 치유하고 싶은 사람"으로 소개하였다.

연구자는 우선 2003년 3월~6월까지 주부 대상 '자녀독서지도교실' 강좌를 부산 남구도서관에서 운영한 바 있다. 이 경험을 발판으로 2003년 9월과 2004년 3월에 주부 대상 독서치료 프로그램 참가자를 '독서지도 및 독서치료실'이라는 강좌명으로 공공도서관에서 모집을 하였다. 도서관에서는 기존 평생교육 프로그램 수강인원 정도인 30명 정원으로 모집하였다. 그러나 프로그램을 시작하면서 20명 내외로 조정되다가 최종적으로 이 프로그램을 끝까지 수강한 참여자는 2003년에는 7명이었으며, 2004년에는 8명이었다.

이들은 모두 전업주부이며, 연령대는 30대에서 40대 중반까지 고루 분포되어 있다. 결혼 기간은 5년에서 15년 정도가 되며, 자녀는 1~3명 정도를 두고 있다. 가족 동거 형태는 대부분 부부 독립형이며, 일부 시부모를 모시는 경우도 있었다.

2.2 프로그램의 목적

독서치료의 목표는 다양하다. 같은 연령층의 독서치료 참여자라 하더라도 그들이 가지고 있는 문제는 각각 다를 뿐 아니라, 그 문제에 따라 독서치료의 목표가 결정된다. 독서치료 프로그램을 계획할 때 이러한 목표에 따라 프로그램 계획과 활동이 결정되어야 하고 참여자의 이해를 돕도록 해야 한다.³⁸⁾

일반적으로 독서 치료의 목적은 통찰(insight)과 이해(understanding)를 제공하는 것이다. 이해한다는 것은 말 그대로 아래에 서서, 멀리서, 떨어져서 다른 관점에서 문제를 바라보고,

38) 한국어린이문학교육학회 독서치료연구회 편, 독서치료(서울 : 학지사, 2001), p.65.

배우고, 알게 된 지식과 자신을 연결시키는 것이다. 통찰은 생각하는 힘, 그 문제 안에서 자신을 느끼는 힘이며 독서치료를 통해 강화될 수 있다. 치유의 과정에 있는 사람들은 자신을 행동하도록 하는 동기에 대해서 배운다. 따라서 효과적인 치료는 소진되어 있는 힘을 새롭게 돋우는 것이며, 결국은 이해와 통찰을 제공하는 것이다. 이러한 치유 과정은 새로운 행동을 할 수 있는 기회를 제공하기도 한다.³⁹⁾

발달적 독서치료 프로그램을 계획할 때는 발달상에 나타나는 문제에 초점을 맞추어 예방적 차원에서 실시하는 것이 바람직하다. 독서를 통해 자기에 대한 명확한 인식, 타인의 이해를 바탕으로 상황을 객관적으로 통찰할 수 있는 시각을 갖게 하거나 어떤 것에 대한 태도의 변화를 유발하는 정도이지, 광범위한 행동 변화까지 수반하는 문제는 제외된다.

이 연구에서는 발달적 집단 프로그램을 계획하였다. 집단 프로그램을 계획할 때 집단의 목적에 따라 네 가지 유형의 집단, 즉 오락집단, 교육 집단, 치료집단, 개인성장 집단으로 나눌 수 있다. 이 중에서도 이 연구의 프로그램은 개인성장집단에 가깝다고 볼 수 있다. 개인성장 집단의 목적은 다음과 같다.⁴⁰⁾

개인성장집단은 삶을 개선하기 바라는 건강한 사람들로 구성된다. 이 집단의 목적은 커뮤니케이션 기술을 개선하고, 리더쉽을 발달시키고, 대인관계 기술을 개선하며, 개인적인 태도나 회원집단의 능력을 개발하기 위한 것이다. 개인성장집단은 참여자들의 능력을 재평가하고, 이러한 재평가를 토대로 적극적으로 실행하도록 참여자들을 도와줌으로써 회원들의 성장을 촉진하려고 한다. 많은 자가치유서가 개인성장 프로그램을 위해 특별히 설계되었다.

집단치료는 매체(치유서)뿐만 아니라 집단 자체가 치료자와 참여자간의 관계를 강화시키는 분위기를 만들어냄으로써 자아성장에 더욱 효과적이다. 따라서 이 연구의 프로그램에서는 주부 대상으로 책을 매개로 정상적인 발달과정상에 나타나는 삶의 문제를 다루며, 의사소통 능력과 참여자간의 유대 관계를 통해 대인 관계 기술 향상과 생각하는 힘을 길러 통찰력을 기르고자 한다. 이러한 통찰력으로 당면한 문제를 해결할 수 있는 내면의 힘을 발견하게 하는데 그 목적이 있다. 프로그램의 과정은 '책읽기를 통해 억압되었던 여러 가지 마음의 상처를 확인하고 감정의 정화를 통해 마음의 상처가 완화되고 치유되는 경험을 하도록 한다. 이를 통해 자신과 다른 사람에 대한 인식을 넓힘으로써 삶에 대한 새로운 태도를 형성할 수 있다. 궁극적으로 이 프로그램의 목적은 보다 성숙한 자아를 확립하고, 원만한 인간관계를 맺을 수 있는 의사소통 능력과 대인관계 기술을 습득하는 등 삶의 기술과 사회적인 적응 능력을 기

39) Rhea Joyce Rubin, *op. cit.*, p.9.

40) John T. Pardeck, *Using Books in Clinical Social Work Practice : A Guide to Bibliotherapy*(New York : Haworth, 1998), pp.26-27.

르고자 하는 것이다.

2.3 프로그램 인도자 결정

일반적으로 독서치료에서 있어서 독서치료 프로그램을 수행하는 사람을 ‘독서치료자(bibliotherapist)’라 부른다. 그러나 이 프로그램에서는 ‘인도자(presider)’ 혹은 진행자라고 하는 것이 적합할 듯하다.⁴¹⁾ 특히 프로그램 인도자는 ‘상처입은 치유자(wounded healer)’⁴²⁾를 지향한다고 말할 수 있다. 이는 ‘방법’과 ‘기술’적인 측면을 경시하지 않는 선에서 거기에 지나치게 또는 전적으로 매달리는 경향을 경계한다는 의미이다. 이는 치유의 ‘체험’을 중요하게 여기는 방향으로 진행된다는 의미이기도 하다. 또한 독서치료 모임에서 ‘치료사’는 책이라고 할 수도 있고 독서행위 자체라고 할 수도 있다. 기본적으로 책을 읽는 과정에서 심리적인 문제점들이 자연스럽게 자극되어 의식의 밖으로 노출되는 것이다. 독자는 자신도 모르는 사이에 자신의 내면과 만나 문제와 그 원인을 찾아내게 되고 아픔의 완화와 변화의 체험을 하게 되는 것이다.⁴³⁾

이 프로그램의 독서치료 모임 인도자는 연구자 본인이다. 연구자도 ‘상처입은 치유자’라 할 수 있다. 이 프로그램을 계획하기 이전에 연구자는 여러 치유서를 읽는 가운데 스스로 상처를 돌보는 치유 경험을 하였다. 그래서 이 프로그램을 계획하고 인도하도록 스스로 격려 받았다. 또한 체험 중심의 이 프로그램의 참여자들도 ‘상처입은 치유자’로서의 경험을 하게 될 것이다. 그래서 우선 자신의 상처를 돌보는 것은 물론 비슷한 상처를 가진 가족, 친구, 이웃들에게 자신의 치유 경험을 나누고 돌보도록 하는 데 격려 받을 것이다.

따라서 체험 중심의 프로그램에서 인도자는 ‘상처입은 치유자’의 경험을 가지고, 다른 사람의 상처를 돌보는 데 주저하지 않는 봉사정신, 참여자들과 친밀감을 형성할 수 있는 능력, 독서치료 자료에 대해 이해와 토의 능력을 갖추고, 인간을 이해하고자 하는 꾸준한 노력과 독서치료 자료에 대한 관심을 가질 수 있는 사람이면 누구나 될 수 있을 것이다.

2.4 매체의 선정

매체의 선택은 독서치료 프로그램을 위해 가장 중요한 준비 부분이다. 기본적으로 도서관의 ‘적시(適時)에 적자(適者)에게 적서(適書)’이라는 자료선정 원리가 독서치료에서도 적용

41) 김정근, “김정근의 독서치료 이야기 - 독서치료 소개하는 책과 모임들,” 출판저널, Vol.342(2004, 5), p.149.

42) 이는 “자신의 상처를 먼저 돌보는 동시에 다른 사람들의 상처를 치유할 수 있도록 준비되는 것이다.” (헨리 나우웬, 상처입은 치유자, 최경준 옮김, 서울: 두란노, 1999), p.110).

43) 김정근, 앞의 글(2004, 5), 같은 면.

될 수 있다.

일반적으로 독서치료에 사용되는 자료는 책으로 한정시켜 생각하기 쉬우나 사실상 독서치료에 사용되는 자료는 책뿐만 아니라 신문이나 잡지의 기사가 될 수도 있고, 노래가사나 영화가 될 수도 있다. 그러므로 독서치료 모임 인도자는 자신이 일상에서 보고 듣는 모든 자료를 독서치료를 위한 자료로 여기고 주변의 책, 신문, 잡지, 음반, 영화를 접할 때 주의를 기울여 그것이 자신의 독서치료 자료집에 넣을만한 것인지를 눈여겨봐야 한다.⁴⁴⁾

여기서는 주로 글로 된 자료를 중심으로 보고자 한다. 독서치료 자료로는 크게 픽션(fiction)과 난픽션(non-fiction)으로 나뉘어진다. 자가치유서(self-help books)는 전형적으로 난픽션북이므로 인지, 정서, 행동 변화에 효과적이다. 이 프로그램에서는 난픽션의 주류를 이루는 자가치유서를 주 매체로 선정하고자 한다. 미국에서 1980년에서 1990 년대에 자가치유서가 치료에 효과적이라는 것이 독서치료 분야 연구결과들로 입증되었으며, 이는 독서치료 관련자들이 치료에 자신을 가지고 자가치유서를 사용할 수 있다는 것을 말한다.⁴⁵⁾ 따라서 미국을 비롯한 외국에서 다양하게 개발된 자가치유서들이 1990년 이후 속속 번역되어 소개되었다. 이후 국내에서는 정신과 의사, 교사, 작가, 학자, 종교인들이 이론이 아니라 사례 중심의 경험적인 글쓰기를 통해 생산한 책들 중 자가치유서로 활용될만한 것들이 있다.⁴⁶⁾

이 프로그램에서는 부산대학교 문헌정보학과 대학원에서 개발된 책⁴⁷⁾들 중에서 앞서 살펴본 주부의 마음상함과 관련된 주제를 다룬다고 여겨지는 자가치유서를 연구자가 임의로 선정하였다. 사실 체험 중심의 독서치료 프로그램에서는 자료 자체가 치유자의 역할을 하기 때문에 선정된 자료 자체가 바로 독서치료 프로그램이라고도 할 수 있다. 이 프로그램에서 사용된 자료는 다음과 같다.

44) 한국어린이문학교육학회 독서치료연구회 편, 전게서, p.113.

45) John T. Pardeck, *op. cit.*, p.4.

46) 내가 말하는 번역된 자가치유서나 국내의 경험적 글쓰기로 생산된 책들은 그동안 김정근 교수가 부산과 서울의 서점들에서 발품을 팔아가며 약초를 캐는 심정으로 건져 올린 책들이라 할 수 있다.

47) 2001년 2학기부터 2004년 1학기까지 교육대학원과 일반대학원 수업에서 개발된 자료들이다. 2001년 2학기부터 2003년 1학기까지 수업에 사용된 자료에 대해서는 다음의 책을 참조하기 바람(김수진 대학생의 '문제음주'와 독서치료(서울: 한울, 2004), pp.55-58. ; 2003-2학기 주제별연구자료론, 2004-1학기(자식자원관리론)는 교수계획표 참조 바람 ; http://onestop.pusan.ac.kr/new_pass/passindex.asp(부산대학교 홈페이지, 학생지원시스템, 대학원 수강 편람).

<표 1> 부산 남구도서관 2003년 하반기 독서치료교실 계획서

주	구 분	내 용
1	주 제	프로그램 소개, 자기 소개
	목 표	독서치료와 프로그램에 대한 이해와 참여자에 대한 이해
2	주 제	마음의 상처는 어디에서 비롯되는가?(사회문화)
	목 표	가부장 사회에서 상처받은 여성의 주체성 찾기
	매 체	이하천, 『나는 제사가 싫다』. 이프, 2000. 비디오 시청, “나는 가부장제를 거부한다.”(이병혜의 집중조명, YTN)
3	주 제	마음의 상처는 어디에서 비롯되는가?(가정)
	목 표	아이들에게 상처주는 부모와 조부모
	매 체	김정일, 『이런 부모가 자식을 정신병자로 만든다』. 박영출판사, 2002. 마리나 피카소, 『나의 할아버지 피카소』 (백선희 옮김). 효형, 2002.
4	주 제	나는 누구인가?
	목 표	성(性)과 사랑, 가정 주부에 대한 이해
	매 체	알리스 슈바르처, 『아주 작은 차이』 (김재희 옮김). 이프, 2001.
5	주 제	남자, 남편이란 누구인가?
	목 표	한국 남성의 정체성 형성과정에 대한 이해
	매 체	전인권, 『남자의 탄생』. 푸른숲, 2003. 비디오 시청, “한국 남자, 이렇게 만들어진다”(TV 책을 말하다 KBS)
6	주 제	우리 아이는 행복할까?
	목 표	아이들의 일기(목소리), 그림으로 보는 어린이와 청소년의 상처 이해하기
	매 체	이호철, 『학대받는 아이들』. 보리, 2001. 이희경, 『마음속의 그림책』. 미래M&B, 2000.
7	주 제	도대체 사랑은 무엇일까?
	목 표	사랑의 본질과 정신분석학에 대한 이해
	매 체	스캇 펙, 『아직도 가야할 길』 (신승철·이종만 옮김). 열음사, 2002(개정판).
8	주 제	원만한 대인관계를 위해
	목 표	마음의 상처에 대한 원인과 대처 방법/ 수줍음을 극복하는 대인관계 기술 훈련
	매 체	베르벨 바르데츠키, 『따귀맞은 영혼』 (장현숙 옮김). 궁리, 2002. 머라이 B. 스타인·존 R. 위커 공저, 『당당하게 살자』 (이훈구 역). FKI미디어, 2002.
9	주 제	마음의 병을 어떻게 고칠 수 있나?
	목 표	마음의 상처를 극복한 실제 사례 경험하기
	매 체	나오미 글라쎄 엮음, 『마음의 병을 고친 사람들 이야기』 (조성희외 옮김). 사람과 사람, 1998. 케이 레이필드 재미슨, 『조울증, 나는 이렇게 극복했다』 (박민철 옮김). 하나의학사, 2000.
10	주 제	가족이란 무엇인가?
	목 표	가족의 기원과 가족 내의 아버지의 역할 이해
	매 체	사이토 사토루, 『아버지가 변해야 가족이 행복하다』 (이규은 옮김). 종문화사, 2002.
11	주 제	건강한 내가 건강한 가정·사회·관계를 만든다.
	목 표	가족 내의 자녀와 어머니와의 관계와 역할 이해, 여성의 자아 찾기
	매 체	사이토 사토루, 『어머니가 변해야 가족이 행복하다』 (송진섭 옮김). 종문화사, 2002.
12	주 제	프로그램을 마치며 나는 얼마나 성장했는가
	목 표	프로그램에 대한 평가와 성장의 모습 나누기

<표 2> 부산 남구도서관 2004년 상반기 독서치료교실 계획서

주	구 분	내 용
1	주 제	프로그램 소개, 자기 소개
	목 표	독서치료와 프로그램에 대한 이해와 참여자에 대한 이해
2	상 황	일상의 벽
	목 표	일상 생활 속에서 겪는 마음의 상처 극복하기
3	매 체	리처드 칼슨, 『우리는 사소한 것에 목숨을 건다』 (정영문 옮김). 창작시대, 1998.
	상 황	딸, 여자의 자아
4	목 표	청소년기 소녀들의 마음의 상처 이해를 통한 여성의 자아 형성 과정 이해
	매 체	메리 파이프, 『내 딸이 여자가 될 때』 (김영혜·김영재 옮김). 문학동네, 1999.
5	상 황	여성
	목 표	성(性)과 사랑, 가정 주부에 대한 이해
6	매 체	알리스 슈바르처, 『아주 작은 차이』 (김재희 옮김). 이프, 2001.
	상 황	결혼과 이혼
7	목 표	가부장 결혼 제도의 모순과 이혼에 대한 이해
	매 체	김혜련, 『남자의 결혼, 여자의 이혼』. 또하나의문화, 1995.
8	상 황	아이들의 아픔/ 왕따
	목 표	아이들의 상처에 대한 이해/ 왕따에 대한 상황 이해
9	매 체	이호철, 『학대받는 아이들』. 보리, 2001. 문선이 글, 박철민 그림, 『양파의 왕따일기』. 파랑새어린이, 2001.
	상 황	부모
10	목 표	아이 감정을 공감하는 자녀와의 대화 기술
	매 체	하임 G. 기너트, 『부모와 아이 사이』 (신홍민 옮김). 양철북, 2003(완전개정판).
11	상 황	마음의 상처/ 화
	목 표	마음의 상처의 원인과 이를 대처하는 방법/ 화 다스리기
12	매 체	베르벨 바르데츠키, 『따귀맞은 영혼』 (장현숙 옮김). 궁리, 2002. 턱낫한, 『화: 화가 풀리면 인생도 풀린다』 (최수민 옮김). 명진, 2002
13	상 황	가부장 사회
	목 표	가부장 사회에서 주체적 여성으로 성장하는 과정에 대한 이해
14	매 체	이하철, 『나는 재사가 싫다』. 이프, 2000.
15	상 황	가정폭력/ 성폭력
	목 표	가정폭력과 성폭력에 대한 이해
16	매 체	정희진, 『저는 오늘 꽃을 받았어요』. 또하나의문화, 2001. 사미라 벨릴, 『나는 인생을 믿는다』 (용경식 옮김). 마음산책, 2003. 영화, 돌로레스 클레이본, (1996년작).
17	상 황	부모 역할
	목 표	가족에 대한 이해, 어머니와 아버지의 역할 여성과 남성으로서 자아 찾기
18	매 체	사이토 사토루, 『아버지가 변해야 가족이 행복하다』 (이규은 옮김). 중문화사, 2002. 사이토 사토루, 『어머니가 변해야 가족이 행복하다』 (송진섭 옮김). 중문화사, 2002.
19	상 황	정신분석학/ 프로그램을 마치며 나는 얼마나 성장했는가
	목 표	성숙을 위한 책임기의 중요성 재인식/ 프로그램에 대한 평가와 성장의 모습 나누기
20	매 체	스캇 팩, 『아직도 가야할 길』 (신승철·이종만 옮김). 열음사, 2002(개정판).

위의 <표 1>의 2003년 하반기 프로그램에서는 상처의 진원지에 대한 이해에 관한 자료와 상처를 예방하고 치유할 수 있는 자료들 중 ‘주제별’로 선정하였고,⁴⁸⁾ <표 2>의 2004년 상반기 프로그램에서는 ‘상황별’로 선정된 자료이며, 그 상황에서 더 읽어볼 자료를 부가적으로 제시하였다.⁴⁹⁾ 2004년 상반기 프로그램에서 상황별로 더 읽어볼 자료를 부가한 이유는 참여자들의 선택의 폭을 넓히게 하기 위함이며, 프로그램이 끝난 이후에도 프로그램에서 제시된 상황 이외에 참여자들에게 필요한 상황에 대한 이해를 계속적으로 자가치유서를 읽음으로서 도움을 받도록 하기 위함이다.

2.5 프로그램의 활동 계획

독서치료에 대한 모든 연구에서 제안하는 것이 책을 읽고 토론이나 다른 활동이 따라야 한다는 것이다. 특히 픽션 자료를 사용할 때 책을 읽고 난 다음에는 대체로 창조적 글쓰기, 예술활동이나 토론, 역할극 등을 할 것을 제안하고 있다.⁵⁰⁾ 자가치유서를 사용할 때도 픽션을 사용할 때와 마찬가지로 다양한 활동을 할 수 있다. 그러나 이 연구의 프로그램에서는 치유적 책읽기, 치유적 글쓰기, 치유적 말하기의 과정으로 책을 읽고 활동을 하고자 한다. 그 세부 내용은 다음과 같다.⁵¹⁾

- 1) 치유적 글읽기 - 이 책은 무엇을 이야기하고 있는가?
 - 선택한 책을 한꺼번에 또는 몇 차례에 나누어 통독한다.
 - 읽으면서 떠오르는 느낌에 주목한다.
 - 내용을 자세하게 기억하려고 노력할 필요가 없다
- 2) 치유적 글쓰기 - 이 책은 나에게 무엇이었는가?
 - 나 자신과 이 책의 실존적 만남
 - 나에게 와 닿는 메시지의 정도
 - 읽는 과정에서 나의 내면에 일어난 변화
 - 다 읽고 났을 때 정리되는 생각
 - 자신의 경험과 주변 사람에 대한 새로운 해석

48) 2001년 2학기부터 2003년 2학기까지 부산대학교 대학원에서 개발한 자료를 참고하여 활용하였다.

49) 2004년 부산대학교 교육대학원 지식자원관리론의 강의계획서와 김정근 교수가 주임교수로 있는 평생교육원 독서치료사과정의 커리큘럼에서 도움을 받았다. 상황별로 더 읽을 자료에 대한 것은 지면관계상 생략한다.

50) John T. Pardeck, *op. cit.*, pp.19-21.

51) 2004년 현재 부산대학교 일반대학원, 교육대학원, 평생교육원 독서치료사 과정에 도입, 사용되고 있는 방법이다.

- 읽고 나서 떠오르는 얼굴, 읽기를 권하고 싶은 사람, 선물하고 싶은 사람
- 위의 내용을 솔직하게 적는다.

3) 치유적 말하기(토론)- 이 책은 나와 남, 서로에게 무엇이었는가?

- 준비해온 ‘치유적 글쓰기’를 바탕으로 입을 연다.
- 나를 열어 보이며 표현한다.
- 서로 마주보며 토론한다.

이러한 세 가지 과정을 거치게 되면 참여자들은 최소 책을 세 번 정도 읽는 효과를 가진다. 처음 책을 읽을 때와 이를 글로 옮길 때, 또한 함께 읽은 참여자들과 인도자와 토론을 함으로써 또 다시 읽는 경험을 한다. 특히 세 번째 말하기(토론) 과정에서는 참여자들마다 각기 다른 경험 속에서 읽고 말하기 때문에 한 책을 참여자 수만큼이나 다양한 시각에서 새롭게 해석할 수 있으며, 각 참여자들과의 경험을 공유함으로써 새로운 인식과 통찰을 얻을 수 있다.

학대와 정신적인 상처들의 실례들에 관하여 읽고 숙고해 보는 것은 우리의 참자아 발견에 도움이 될 것이다. 또한 다른 사람들이 경험한 학대와 상처에 대하여 듣는 것도 도움이 될 것이다. 그러나 우리 자신이 겪은 학대와 상처를 확인할 수 있는 가장 좋은 방법 중 하나는 우리를 용납해 주고 지지해 주며, 우리의 신뢰를 저버리지 않고 거부하지 않는 그룹 안에서 우리 자신의 경험들을 말하는 것이다. 나는 그러한 사람들을 “안전한” 또는 “안전하고 지지적인” 사람들이라고 부른다.⁵²⁾ 이는 성인아이 치료에서 책읽기와 지지적인 사람들 속에서 말하기가 치료에서 얼마나 중요한 것인지를 강조하는 것이다. 마찬가지로 개인성장을 목적으로 하는 모임에서도 치유적인 책읽기와 말하기는 참여자들의 마음의 상처를 드러내고 치유하는데 도움이 된다고 할 수 있다.

2.6 프로그램의 보완

독서치료 모임 인도자는 프로그램이 시작되어 참여자들이 독서를 하고 활동을 전개해 나가게 되면 처음에 계획했던 프로그램에 오류가 있다는 것을 발견하게 된다. 이런 실수를 개선하여 프로그램이 달성하고자 하는 근본 목적에 초점을 맞추도록 검토되고 조율되도록 미리 프로그램의 보완에 관한 계획을 세워야 한다. 프로그램을 수정 보완할 때 고려할 사항은 참여자들의 반응을 관찰하고 조언해야 하는 것이다. 처음 프로그램을 계획할 때는 정신건강 전문

52) Charles L. Whitfield, *Healing The Child Within*(Florida : Health Communications, 1987) ; 김용국, 이인철 옮김, 전계서, pp.72-73.

가와 협의하지 않았더라도 참여자에게 필요하다면 그 분야의 전문가와 의논할 필요도 있다.⁵³⁾

이 프로그램에서는 연구자가 직접 참여자들을 개별적으로 면담을 하여 모집하지 않고, 공동도서관에서 평생교육 프로그램 참여자로 모집을 하였다. 그래서 참여자와 연구자는 첫 모임에서 처음으로 대면을 하였으며, 연구자가 미리 정해진 프로그램을 제시하는 방식으로 프로그램이 진행되었다. 이를 보완하기 위해서 첫 모임 시간에 각 참여자들에게 ‘책 고르기 위한 지침’⁵⁴⁾이라는 질문지를 작성하게 하여 이 결과를 바탕으로 처음에 연구자가 선정한 자료를 다소 수정하여 활용하였다. 또한 프로그램을 진행하는 동안 주어진 2시간이 모자라는 상황이 종종 발생하였다. 프로그램에서 못다 나눈 이야기나 인도자와 참여자들 서로간의 친밀감을 형성하기 위해서 2003년 하반기 프로그램 중반 정도가 되어서 온라인 카페를 만들어 활용하였다.

2.7 프로그램의 평가

평가의 근본적인 목적은 참여자들에게 제공할 서비스를 정의하고 발전시키는 것이다. 평가를 통해 얻어진 자료는 프로그램을 수정하거나 다음 프로그램을 보완하기 위해 사용되므로 프로그램 목표 성취도를 평가하는 일은 매우 중요한 일이다. 프로그램을 계획할 때는 독서치료참여자에 관한 평가방법과 평가에 사용할 자료에 대한 계획을 세워야 한다. 이러한 평가는 참여자 자신이나 그 가족의 일화를 기록한 것이나 다른 사람이 참여자의 새로운 행동을 여러 다른 시각으로 관찰하거나 기록한 것을 사용할 수 있다.⁵⁵⁾

이 프로그램에서 치유적인 말하기 과정에서 참여자들의 반응에 대한 평가를 위해 연구보조자⁵⁶⁾를 두어 관찰과 기록을 하게 하였다. 연구자는 연구보조자와 함께 원활한 프로그램의 진행과 참여자들의 반응에 대해 논의를 하면서 매회마다 프로그램에 대한 평가를 통해 미진한 부분을 보완해 나갔다.

프로그램에 대한 참여자의 최종 평가는 마지막 시간에 실시하였다. 2003년 하반기 프로그램에서는 프로그램에 대한 전반적인 평가와 관련된 질문지를 작성하게 하였다. 이 평가 질문지를 바탕으로 2004년 상반기 프로그램을 계획하는 데 도움을 받았다. 2004년 상반기 프로그램에서는 2003년도 프로그램 평가 양식에 더하여 참여자들 자신이 직접 이 프로그램에 대한 소견을 솔직하게 쓰도록 하는 글쓰기 방법도 도입하였다.

53) 한국어린이문학교육학회 독서치료연구회편, 전게서, p.69.

54) 조셉 골드스타인, 비블리오테라피 : 독서치료, 책 속에서 만나는 마음치유법, 이종인 옮김(서울 : 북키앙, 2003). 부록에 나와 있는 양식을 참조하여 연구자가 수정하여 사용함

55) 한국어린이문학교육학회 독서치료연구회편, 전게서, 같은 면.

56) 연구보조자는 2003-1 학기 부산대학교 대학원에서 연구자와 함께 김정근 교수의 독서치료 강의를 함께 수강하였으며, 독서치료 관련 석사논문을 준비중인 대학원생이다.

대체로 이 프로그램 참여자들은 처음에 생소하게 생각했던 독서치료에 대해 프로그램이 진행되는 동안 치유의 경험을 통해서 체험적으로 알게 되었다고 한다. 처음에는 대부분 자녀 독서지도 방법에 대한 정보 요구가 많았으나 점차 자신들의 마음의 상처와 가족, 특히 자녀들의 마음의 상처를 돌보는 쪽으로 관심이 옮겨갔다. 결국 참여자들은 ‘나의 상처가 치유되지 않고 내가 어떻게 아이의 상처를 알며 치유할 수 있겠냐’는 통찰을 하게 되었다. 이러한 치유에 대한 몰입으로 자신은 물론 주변 사람들에 대한 새로운 시각을 가지게 되었으며, 앞으로 더 많은 인식의 변화를 위하여 이같은 치유서를 계속해서 읽기를 희망하였다. 또한 12주 과정의 프로그램으로는 부족함이 있다는 의견이 지배적이었으며, 후속모임에 대한 요구도 있었다.

IV. 나오며

이 연구에서는 우리나라 주부의 정신건강 상황이 위험 수위에 있으며, 더불어 붕괴되는 가정도 점차적으로 늘어나고 있는 현실에 대한 문제제기를 하였다. 이어서 마음상함이란 무엇이며, 주부의 마음상함은 또한 무엇인지에 대해서도 살펴보았다. 마음상함은 제때 치유하지 않고 방치하면 심각한 정신장애로까지 발전할 수 있으므로 이를 예방하기 위한 한 방법으로 독서치료에 대해서 살펴보았다. 또한 주부이면서 연구자이기도 한 연구자가 ‘성숙을 위한 책 읽기’를 통해 ‘상처입은 치유자’의 경험을 함으로써 공공도서관에서 마음 상한 주부를 위한 독서치료 프로그램을 계획하는 과정에 대해서 그려보았다.

실제 연구자가 부산 남구도서관에서 2003년 9월부터 현재까지 독서치료 프로그램을 실시한 후 공공도서관의 변화는 아주 고무적이었다. 프로그램을 진행하면서 독서치료 프로그램에 관심이 있는 수서담당 우덕숙 사서와 독서치료에 대한 중요성과 필요성에 대한 의견을 수차례 나누었다. 이 과정에서 독서치료가 도서관의 장서개발, 서비스 개발을 위해 필요하다는 생각을 공유하게 되었다. 이러한 가시적인 결과는 2004년 도서관 주간(4월 12일~17일)에 도서관 로비에서 독서치료 관련 자료를 전시하고, 《마음 아픈 이들은 남구도서관으로 오세요》라는 독서치료 목록을 발간하는가 하면, 종합실과 어린이열람실에 독서치료 자료를 ‘독서치료’라는 띠지를 부착하여 별도의 코너를 만들어 서비스하고 있다. 또한 최근에는 부산 남구도서관 홈페이지에 ‘독서치료’ 코너를 할당하여 독서치료에 대한 안내와 도서관이 소장하고 있는 독서치료 목록을 올려놓았고, 관련 사이트도 링크시켜 놓는 등 독서치료 서비스를 적극적으로 도입하고 있다.

우리나라에서는 아직 독서치료에 대한 인식은 물론 연구나 그 적용이 광범위하게 이루어지지 않고 있는 현실이다. 그러나 이 연구에서는 독서치료가 이루어지기 위해 필요한 세 가지 요소인 상황(내담자), 목록(자료), 치료자(전문인력)가 충분히 성숙되어 있지 않은 상태에서도 적용이 가능한 낮은 수준의 프로그램을 개발해 보았다. 이는 독서치료에 대한 인식을 확산시키고 상황(도서관 이용자 혹은 내담자)을 개발하며, 독서치료 자료(목록)를 개발하여 적용하는 데 기여할 것으로 기대된다. 무엇보다 지역 주민을 대상으로 봉사하는 공공도서관이 독서치료의 장으로서 우리 사회의 정신보건 향상에 기여할 수 있기를 기대한다.

<참고문헌은 각주로 대신함>

