

실존주의 심리치료의 교육적 적용: 토니 모리슨의 『파라다이스』를 중심으로

강 서 정

[국문초록]

본 논문은 대학교육에서 실존주의 심리치료가 왜 중요한지를 고찰하고 실제 실존주의 심리치료의 영문학수업 적용 사례를 소개한다. 대부분 20대 초반인 우리 학생들은 스스로를 이해, 수용하고 삶의 목표(의미)를 설정해야 하며 직업을 선택해야 하는 과제를 지닌다. 더불어 다른 사회 구성원들과 친밀한 관계를 형성해야 한다. 이에 실존의 문제는 학습자들에게 매우 현실적인 과업으로 다가온다. 이들은 다양한 형태의 죽음 불안에 휩싸이고 독립적인 삶을 추구하면서 심리적 고통을 겪기도 한다. 이러한 고통이 성장의 과정에서 오는 자연스러운 것임을 깨닫게 하는 것은 물론, 우리의 학생들이 그 고통을 잘 이겨나가도록 도와주는 것, 혹은 그 고통이 압도적인 것이 되지 않도록 삶의 예방주사를 주는 것이 영문학 수업에서 중요하다. 이에 본 연구는 실존주의 심리학에 대해 간단히 설명하고, 토니 모리슨의 『파라다이스』(Paradise)를 중심으로 한 <영미문화특강> 수업의 목표와 내용을 소개한다. 이어서 『파라다이스』의 등장인물들을 DSM-5(Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders)를 바탕으로 진단하고, 이들과 독자가 경험하는 실존주의적 심리치료 방식을 분석한다. 마지막으로 실존주의 심리치료의 교육적 적용이 전달하는 의의 및 문제의식을 논하고자 한다. 이를 통해 심리치료의 한 갈래인 통합적 문학치료에 대한 가능성을 엿볼 수 있을 것이다.

주제어: 실존주의 심리치료, 토니 모리슨, 이상심리학, 긍정심리학, 통합적 문학치료, 영문학교육

1. 들어가는 글

본 논문은 영문학 수업에서 실존주의 심리치료의 적용이 왜 중요한지를 고찰하고 실제 실존주의 심리치료의 영문학수업 적용 사례를 소개한다. 또한 실존주의 심리치료에 문학치료가 어떤 가능성을 지니고 있는지를 조명하려 한다.

일반적으로 실존치료의 기원은 소크라테스로 보고 있다. 그는 다른 사람의 지식을 마치 자신의 지식인 양 받아들이는 젊은이들이 자신의 무지를 인정하고 그들 안에 잠재되어 있는 능력으로 진실을 향해 나아가도록 안내했다. 그 후 키르케고르나 니체, 사르트르와 같은 철학자들은 삶의 유한성, 고통을 직면하는 것이 왜 중요하며 그 직면을 통해 인간이 어떻게 성장할 수 있는지를 언급해 왔다. 이들의 핵심은 인간의 삶은 유한하고 고통스럽지만 이를 직면하고 삶의 의미를 찾을 때 실존적인 주체가 될 수 있다는 데에 있다. 인간은 고통과 죽음의 굴레에 있고 정해진 운명을 짊어져야 하지만 스스로의 삶에 대해 선택하고 그에 책임을 질 때 성숙한 삶을 영위할 수 있을 것이란 통찰이다(Deurzen 17-31).

실존주의 철학자들의 이론을 간단히 정리한다는 것은 문제가 있을 수 있지만 그럼에도 불구하고 실존주의의 핵심을 정리한다면 다음과 같다.

1. 실존주의에 있어 핵심은 “자신”을 발견하는 것이다. 막연하게 다른 사람의 역할을 받아들이거나 다른 사람의 지식을 자신의 것처럼 말하는 것이 아니라 있는 그대로의 자신과, 자신이 성찰하는 바를 찾아가야 하는 것이다.
2. 이를 위해 우리가 맞서야 하는 것은 우리의 삶이 유한하며 삶에 주도권을 쥐고 실존적인 삶을 살려 한다면 큰 고통과 위험이 따른다는 것이다.
3. 그러나 실존주의 철학자들은 고통과 어려움이 실존의 핵심이며 이를 통해 우리가 실존에 이를 수 있음은 물론이요, 성장할 수 있고, 삶의 의미를 찾을 수 있다고 말한다.
4. 따라서 우리는 고통을 감내하면서도 우리 삶의 주도적인 역할을 우리 자신이 맡도

록 해야 한다. 이러한 참여와 선택에는 자유와 책임이 따른다.

5. 즉 핵심은 개별 인간이 자신의 고통을 직면하고 삶의 진실을 향해 나아가는 것이다.

실존주의 심리치료의 효과는 문학 특유의 상징화, 은유를 통해 달성될 수 있다. 문학의 힘은 단 하나의 명료한 명제로 사람들을 이끄는 것이 아니라 내담자/독자의 특정한 가치관, 고통, 어려움 등을 바탕으로 그들이 다면적인 인생의 진실을 깨닫고 개별화된 삶의 의미를 발견토록 하는 데에 있다.

문학은 다양한 인물의 위기와 성찰, 극복을 보여줌으로써 스승과 안내자, 치료자의 역할을 수행한다. 주인공의 고통은 기실 독자의 고통을 상기시키고 주인공이 고통을 직면하고 싸워가는 과정은 독자의 삶에 대한 통찰과 의미화를 이끌어 낸다. 문학작품을 읽으면서 우리는 다양한 인물들의 고통과 고뇌, 좌절과 죽음을 목도한다. 문학작품의 큰 힘은 독자가 개별적으로 공감, 수용, 성장할 수 있는 여지를 제공하면서도 실제로 등장인물의 죽음이 독자의 물리적인 죽음으로 이어지지 않는다는 것이다. 뒤르젠(Deurzen)은 실존주의 심리치료의 목표를 다음과 같이 밝히고 있다.

실존주의 상담과 심리치료의 목표는 삶을 명료화하고 반영하고 이해하는 것이다. 이는 삶 속에서의 문제를 직면하고 삶의 가능성과 경계선을 탐색하도록 한다. . . . 제공되어야 하는 도움은 상담의 과정에서 통찰을 얻음으로 인해 삶의 방향을 찾는 것을 목표로 한다. 그 과정은 자신의 목표와 의도 그리고 삶에 대한 일반적인 태도를 성찰하는 것이다. . . . 실존적 상담의 목표는 사람들로 하여금 삶의 도전을 방해하는 자신의 방식을 발견하여 그것을 새롭게 개발하고 확고히 하는 것을 돕는 데 있다. 이를 통해 내담자는 자신의 길을 다시 찾을 수 있다.

(68)

이는 상당부분 문학작품을 읽고 독자가 얻게 되는 효과와 일치한다. 궁극적으로 문학작품을 읽고 독자가 얻을 수 있는 것은 삶에 대한 통찰과 의미화인 것이다. 이렇듯

“자신의 가능성과 한계 모두를 인식하면서” 내담자/독자는 “자신의 견해를 표현 하도록 자극받는다”(79). 이와 같이 독자의 체험이 독서치료에서 글쓰기 치료로 이행되는 것은 자연스러운 과정이다.

이와 같이 문학 교육의 목표는 실존주의 심리치료의 목적과 맞닿아 있고, 실존주의 심리치료는 문학치료를 통해 의도된 효과를 얻을 수 있다. 따라서 영문학 수업에 실존주의 심리치료를 접목시키는 것은 인생의 진리와 성장을 향해 나아가는 문학 수업의 본질에도 맞는다. 다시 말해 문학수업의 진정한 기능을 살리기 위해서 실존주의 심리치료의 접근법을 활용하는 것은 매우 시의적절하고 중요하다.

실존주의 심리치료의 교육적 적용은 크게 두 가지로 가능하다. 첫째는 해당 교과목을 심리치료와 연계하여 학습자 자신과 세상을 발견하고 미래를 그려볼 수 있게 하는 것이며, 둘째는 교수 방법에 적용하여 학습자들이 학습 과정 및 내용을 스스로 선택하고 도전하며 교육의 주체가 되도록 하는 것, 남의 지식을 따라 이야기하는 것이 아니라 스스로 깨닫고 자신의 언어로 바꾸어 이야기할 수 있도록 이끌어주는 것이다.

이에 본 논문은 영문학 수업에 활용한 실존주의 심리치료의 접근법을 소개하고자 한다. 이를 위해 우선 실존주의 심리치료 및 문학치료에 대해 간단히 설명하고, 토니 모리슨의 『파라다이스』를 중심으로 한 <영미문화특강> 수업의 목표와 내용을 소개한다. 이어서 『파라다이스』의 등장인물들을 DSM-5(Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders)를 바탕으로 진단하고, 이들이 경험하는 실존주의적 심리치료 방식을 분석한다. 이 과정에서 주인공들의 심리적 치유 과정을 따라 감으로써 학생들이 얻게 될 독서 치료의 효과를 숙고하려 한다. 마지막으로 실존주의 심리치료의 교육적 적용이 어떤 의의를 지니며, 어떤 문제의식을 전달하는지를 논할 것이다. 이를 통해 심리치료의 한 갈래인 통합적 문학치료(Integrative Poetry & Bibliotherapy)에 대한 가능성도 엿볼 수 있을 것이다.

2. 실존적 현실과 실존주의 심리치료

브뤼겔(Brugel)의 “이카루스 추락의 풍경”은 우리의 실존적 상황에 대해 많은 것을 보여주고 있다.



위 그림의 오른 쪽 하단에 다리만 보이는 것이 이카루스(Icarus)이다. 그는 태양에 너무 가까이 다가감으로써 날개의 밀랍이 녹아 바다로 떨어진다. 그런데 흥미로운 것은 이 그림의 중심이 이카루스가 아니라는 점이다. 농부는 태연하게 밭을 갈고 있고 배는 유유히 목적지를 향해 나아간다. 이와 같이 이카루스가 맞이하는 죽음에 관심을 갖는 사람은 아무도 없고 세상은 그 없이도 잘 돌아간다. 이렇듯 우리는 사람들과 어떤 관계를 맺고 살았든 결국 혼자 죽어야 하는 운명에 처해 있다. 더불어 비상을 선택한 이카루스가 죽음을 맞이하듯 우리도 어떤 이상을 선택함으로써 책임을 진다. 이러한 이상을 추구하는 과정에서 이카루스처럼 우리도 실존적 소외를 느낀다. 그리고 우리의 이상은 실패할 수도 있다. 그렇다면 이카루스는 무의미한 삶을 살았을까? 그는 바다에

떨어졌지만 그렇다고 그의 이상과 그 이상을 향해 비상하던 순간순간이 사라지는 것은 아닐 것이다. 또한 그가 세상과 맺었던 모든 관계들이 순식간에 사라져 버리는 것도 아닐 것이다. 우리의 삶은 만들어지는 과정 속에 있고, 우리가 맺는 관계 속에 존재하기 때문이다(Yalom 443-44). 그렇다면 이러한 실존적 상황에 대해 학생들에게 어떤 도움을 줄 수 있을 것인가?

대부분 20대 초반인 한국의 대학생들은 스스로를 이해, 수용하고 삶의 목표(의미)를 설정해야 하며 직업을 선택해야 하는 과정을 지닌다. 더불어 다양한 사람들과 의미 있는 사회적 관계를 형성해야 한다. 이에 실존의 문제는 학습자들에게 매우 현실적인 과업으로 다가온다. 이들은 다양한 형태의 불안에 휩싸이고 독립적인 삶을 추구하면서 심리적 고통을 겪기도 한다. 이러한 고통이 성장의 과정에서 오는 자연스러운 것임을(Yalom 438-40) 깨닫게 하는 것은 물론, 우리의 학생들이 그 고통을 잘 이겨나가도록 도와주는 것, 혹은 그 고통이 압도적인 것이 되지 않도록 삶의 예방주사를 주는 것이 대학 교수의 역할이어야 한다.

죽음은 대표적인 한계상황이다(Yalom 48). 이러한 한계상황을 성숙하게 받아들일 때 우리는 성장할 수 있다. 삶이 유한하기에 우리는 삶을 충분히 향유하고 감사하며 진, 선, 미를 감상할 수 있고 초월성을 추구한다(권석만 436-37). 그리고 삶을 충분히 누릴 때 우리의 삶이 결코 헛되지 않았음을 깨닫게 된다. 다시 말해 우리 모두가 죽음 불안에서 완전히 벗어날 수 없지만, 그로 인해 삶의 의미와 목표를 설정하게 된다. 우리는 예술작품이나 학문적 성과를 내는 방식으로 창조적인 삶을 살 수 있고, 경험을 통해 진, 선, 미를 감상할 수 있으며, 삶의 고비를 접하며 보다 성숙한 태도를 가질 수 있다(Yalom 543-46).

한계상황을 겪어야 하는 개인이 겪는 소외에는 세 가지 종류가 있다. 그 하나는 대인관계적 소외이다. 이는 다른 사람들과의 관계가 원만하지 못할 때 느끼는 외로움이다. 두 번째로 개인 내적 소외가 있다. 이는 개인이 자신의 다양한 성격 특성을 모두 통합하지 못할 때 느끼게 되는 고통이다. 마지막으로 실존적 소외가 있다. 실존적 소외는 독립적인 삶의 저자가 되려 할 때 느끼게 되는 소외감으로서 대인관계가 원만하

거나 내적으로 성숙한 개인도 피해갈 수 없는 외로움이다. 알몸은 우리가 삶을 위에서 관조할 수 있을 때 비로소 실존적 소외를 느끼게 된다고 지적하면서 실존적 소외가 창조를 가능하게 하는 긍정적인 요소라고 언급한다(428-30).

오랫동안 심리학자들은 정신병적인 이상심리학에 주목한 반면, 긍정심리학은 상대적으로 덜 관심을 받아왔다. 그러나 최근 학자들은 단순히 트라우마의 극복이나 치유에 머무는 것이 아니라 개인이 자신의 행복을 찾아가는 보다 적극적이고 예방적인 긍정심리학의 중요성을 역설하고 있다(권석만 17-25). 앞에서 언급한 실존적 소외를 긍정적인 삶의 역동으로 전환시키는 것도 바로 이러한 실존주의 심리치료의 긍정심리학적 요소 때문이다. 비록 심리학자나 치료사, 정신건강의학과 의사는 아니라도 청년들을 가르치는 교수자들은 학생들이 자신을 발견하고 삶의 굴곡과 유한성을 접하며 보다 성숙한 관점을 갖게 하는 데 도움을 줄 수 있다. 우리가 삶의 유한성을 직면하고 의미를 만들어 갈 때 삶은 보다 풍요로워진다. 따라서 실존주의 심리치료는 우리 삶의 유한성을 직시하게 하며, 현재를 이해함은 물론 미래를 바라보게 함으로써 궁극적으로 긍정심리학(Positive Psychology)을 지향한다고 할 수 있다.

3. 실존주의 심리치료 및 문학치료

이번 장에서는 본 연구의 핵심이 되는 실존주의 심리치료 및 문학치료에 대해 정의하고 실존주의 심리치료에 문학치료가 접목될 수 있는 가능성을 밝힌다.

실존주의 심리치료는 죽음, 자유, 소외, 무의미에 관심을 갖는다. 우선, 모든 사람은 홀로 죽음을 맞이하게 되어 있고 이러한 죽음에 대한 두려움은 다양한 신경증의 방식으로 표출된다. 어두움이 있기에 밝음을 인지할 수 있듯이 삶을 충만하게 살기 위해서 우리는 죽음을 비롯한 한계상황들을 직면하고 수용해야 한다. 다음으로 자유와 관련하여 인간이 무엇인가를 스스로의 의지에 따라 선택하는 순간, 그는 그 자유에 대한 책임을 지게 되어 있다. 이러한 책임은 부담이 되기도 하지만 실존적 삶을 사는 모두

가 마땅히 짊어져야 할 한 부분이다. 다시 말해 자유와 책임은 실존적 인간을 정의하는 가장 중요한 부분 중의 하나이며 인간 성장의 중요한 요인이기도 하다. 세 번째로 우리가 무엇인가를 선택하고 책임을 져야 할 때 실존적 소외를 느끼게 된다. 실존적 소외는 인간이 성장하고 있다는 척도이고 그 부담과 고통을 견뎌으로써 더 충실한 삶을 살 수 있게 된다. 마지막으로 우리는 삶에서 의미를 찾고자 한다. 보통 개인만의 행복을 추구하기보다 이타적인 목적을 갖고 살 때 인간은 더 큰 삶의 에너지를 얻게 된다. 인간이 삶의 목표를 수립하고 의미 있는 삶을 추구할 때 소망과 의지가 발동하고 이러한 에너지를 기폭제로 삼아 의미로 가득 찬 삶이 실현된다. 헌신과 몰입, 자기 발견과 자기실현, 관계성에 대한 논의가 이와 연결된다.

다시 정리하자면 인간은 삶의 조건과 관련하여 다양한 한계상황을 맞이한다. 실존적인 삶을 살고자 할 때 부딪치는 대표적인 도전인 죽음, 자유, 소외, 무의미와 관련하여 삶을 반추하고 도전들을 감내할 때 우리는 충만한 삶을 살 수 있다. 이러한 실존적 삶의 전제가 되는 것은 인간이 “인생을 이해하고 명료화하는 것이 가능하다”는 점과 “혼란스러운 인생에서 질서와 의미를 창조해 낼” 능력이 있다는 점, “인간 존재의 불가피한 고통과 고난을 직접적으로 대면함으로써 인생을 배운다는” 가정이다(Deurzen 44-50).

이러한 인식의 연장선상에서 실존주의 심리치료의 목표는 “삶을 명료화하고 반영하고 이해하는 것”이다. 이는 때로는 혼란스럽고 고통스러운 순간에 삶의 도전을 회피하지 않고 직면하며 “삶의 방향을 찾는 것을” 의미한다. 다시 말해 “불가피한 문제와 어려움, 분노와 실망, 존재의 위기들을 자신감 있게 대면하는 것을 배우는 것”이 이 과정의 핵심이다. 또한 여기에서 더 나아가 “삶에 있어 자신의 재능을 인식하고 이를 더 발전시킴과 동시에 긍정적이고 생산적인 방향으로 활용할 수 있도록 하는” 것이 실존주의 심리치료의 목표라 할 수 있다(Deurzen 68-79). 따라서 실존주의 심리치료는 과거의 문제를 현재로 가져와 새롭게 해석하고 다시 미래를 꿈꾸는 제반의 심리 치료적 시도를 포괄한다고 할 수 있겠다. 이러한 실존주의 심리치료의 궁극적인 목표는 내담자 스스로 “자신의 가능성과 한계

모두를 인식하면서” “자신과 세계에 대한 스스로의 견해를” 표현하도록 하는 데에 있다. 여기에는 문제 해결의 열쇠는 내담자 자신에게 있다는 가정이 자리하고 있다. 실존주의 심리치료에서 치료를 주도하는 것은 상담자가 아니라 내담자 자신의 자기 발견에 있는 것이다.

죽음, 자유, 소외, 무의미의 문제는 인간 삶을 통찰하는 문학 작품 속에서 흔히 등장하는 요소들이다. 주로 성장소설에서 주인공들은 다양한 죽음 불안을 경험하고 자유를 행사함으로써 책임을 진다. 더불어 외롭고 고통스러운 성장의 과정에서 실존적 소외를 감내하고 삶의 의미, 성장, 자아실현과 관련된 문제에 대처한다. 문학은 삶에 대한 통찰, 실존적 삶에 대한 반영이다. 우리 모두가 실존적 삶에서 경험해야 하는 인간 삶의 조건들을 문학은 집중적으로 조명하며 성장하는 주인공의 다양한 선택과 책임, 실존적 소외, 성장 등을 다룸으로써 독자들이 스스로의 실존에 눈을 뜨게 해준다. 다시 말해 문학작품을 읽음으로써 우리는 큰 대가를 치르지 않아도 실존적 삶을 대리 경험 할 수 있으며, 그 과정에서 텍스트를 읽는 것만으로도 치유의 효과를 얻을 수 있다.

이러한 연유로 문학치료는 많은 학자들의 관심을 받아왔다. 일반적으로 문학치료란 “문학적 창의성과 자발성을 바탕으로 문학적 텍스트가 치료에 응용되는 것을” 명명한 다(변학수 17). 문학치료는 흔히 독서치료(Bibliotherapy)와 쓰기 치료(Poetry therapy)를 포함하며 ‘글쓰기 치료’라고 불리기도 한다(채연숙 25). 문학치료는 ‘인지적 통찰’과 ‘정서적 이해’를 통해 자신과 세계를 바로 이해하고 그에 반응하는 것을 목표로 한다. 때로 내담자는 다른 사람에 의해 부여된 “왜곡된 감정과 행동”을 반추하기도 하는데 이러한 왜곡된 인지를 통찰하고 그 인지를 교정하는 데에 문학치료는 효과적이다. 다시 말해 문학작품을 읽고 공감하며 자신을 발견하는 과정에서 독자는 자신의 비합리적인 인지를 발견하고 그 안에 깔린 정서적인 왜곡까지 변화시킬 수 있다. 우리는 문학작품을 읽는 것만으로도 주인공과 공감 및 감정이입을 함으로써 안전하게 자신의 외상과 무의식에 접근하지만, 문학치료는 독서치료에서 더 나아가 내담자가 자신에 대한 이해를 바탕으로 스스로를 표현하게 하는 쓰기 치료에까지 확장된다. 보통 글

쓴이는 메타포와 상징을 통해 무의식을 표현하는데, 이 과정에서 스스로를 발견할 수 있다.

채연숙은 독서치료가 “참여자의 마음과 문학작품 사이의 상호 역동적 관계에서 일어나는 치유력”임에 비해 글쓰기 치료에서는 “모든 역동이 글을 쓰는 참여자의 심리에서 비롯된다”고 지적한다. 독서치료에서 “인물과의 동일시, 인물을 통한 통찰이 일어나지만” 글쓰기 과정에서는 “화해 및 기억의 환기”가 일어난다는 것이다. 이러한 점을 고려할 때 독서치료를 통한 인물에 대한 통찰이 자신에 대한 통찰로 이어지는 것은 자연스러운 과정이며, 이 과정을 거쳐 심리치료가 이루어짐을 볼 수 있다(62-63).

학자들은 일기, 간단한 일상 속의 메모와 같은 단순한 글쓰기활동 만으로도 글쓰기 치료가 될 수 있다고 말한다(채연숙 25). 훈련받은 문학치료사의 매개가 없어도 참여자의 독서행위와 글쓰기 작업이 참여자 “자신의 문제를 인지하고 감정을 표현케 함으로써 스스로의 삶을 변화시킬 수 있다면” 그 자체로 글쓰기치료라는 것이다. 이 과정에서 참여자는 자신이 회피하던 외상의 기억, 그와 관련된 잘못된 인지와 정서를 돌아봄으로써 자신을 정확하게 이해할 수 있고 고통의 순간을 추체험할 수 있다. 더불어 다양한 이미지, 상징을 활용한 쓰기는 창의성을 활성화하고 “무의식적 자아”를 직면하게 함으로써 상처를 치유한다고 여겨진다(변학수 43).

문학치료의 메커니즘을 간단히 정리하면 다음과 같다. 문학치료는 우선 내담자가 텍스트를 읽으며 감정이입과 투사를 통해 스스로를 돌아보게 한다(독서치료). 감정이입을 통해 얻게 된 자신에 대한 이해를 바탕으로 내담자는 스스로의 무의식을 메타포를 통해 표출한다(쓰기치료). 이 과정에서 인지와 정서의 재편이 이루어지고 이렇게 얻은 새로운 통찰을 바탕으로 내담자는 부정적인 정서 및 인지를 지우고 그 자리를 삶의 의미로 채워나간다. 다시 정리하자면 문학치료는 언어를 활용하여 세계와 삶을 이해하고 표현하는 과정을 통해 과거의 경험을 추체험하게 하고 정서적, 인지적인 통찰을 가져온다. 이를 통해 무의미의 문제, 소외의 문제에 답을 주고, 인생의 의미를 깨닫게 하며 진정한 인간관계가 어떤 것인가를 알게 해준다.

이렇듯 문학텍스트는 단지 그것을 읽는 것만으로도 치유를 얻게 하며, 글쓰기 활동을 통해 세상과 소통하고 삶의 의미를 표현함은 물론, 다른 참여자들, 치료사와의 진실한 대화를 촉발한다. 이 과정에서 다른 구성원들과 바람직한 인간관계를 획득할 수 있다. 이러한 바람직한 인간관계는 확장되어 주변의 다른 사람들과의 관계로까지 나아간다. 개인적인 고통의 치유와 삶의 의미에 대한 답, 바람직한 인간관계에 대한 모색, 성장의 고통을 긍정적으로 재해석하는 과정을 통해 참여자는 실존적 삶이 무엇인지 깨닫고 삶의 주체로서 세상에 나아가게 된다. 이것이 문학치료와 실존주의 심리치료 사이의 접점이라 볼 수 있다.

4. 수업 사례 소개

본 장에서는 서울시 K대학에서 2017년 가을학기에 진행한 전공 선택 과목 <영미문화특강>을 소개한다. 주 텍스트는 모리슨의 『파라다이스』를, 보조 교재로는 얄롬(Irvin D. Yalom)의 『실존주의 심리치료』(*Existential Psychotherapy*)를 활용하였다. 본 수업은 영문학 텍스트를 통해 영미권 국가들의 문화를 이해하도록 하는 데에 목적이 있었다. 자세한 안내에 앞서 본 <영미문화특강> 수업과 실존주의 심리학 간의 상관관계를 밝힌다.

첫째, 문화는 특정 집단의 공통된 심리적 반응의 일종으로 읽을 수 있다. 사회, 역사가 영미문화권 구성원들에게 미치는 영향력은 궁극적으로 심리적인 반응의 동인으로 작용한다. 둘째, 토니 모리슨의 『파라다이스』에는 심리적 고통을 겪는 많은 인물들이 등장하기에 이 작품을 온전히 이해하고 감상하기 위해서는 심리학적 이해가 선행되어야 한다. 따라서 이들이 겪는 고통과 트라우마를 실존주의 심리치료 및 이상심리학과 관련하여 수업에서 다룬다. 셋째, 토니 모리슨의 『파라다이스』는 다양한 인물들의 의식의 흐름으로 구성되는데, 주로 트라우마 상황의 “플래시백(flashback)”을 중심으로 이들의 의식이 진행되는 경향이 있다. 심리학적 이해는

작품의 캐릭터는 물론이고 작품 전체의 흐름을 파악하기 위해 핵심적인 요소이다. 넷째, 일련의 수업 활동을 통해 학습자들은 복잡한 심리적 반응이 특정 문화 및 역사에 대한 구성원들의 집단적 대응으로 이어짐을, 즉, 다시 문화의 일부로 순환됨을 확인할 수 있다.

본 수업은 두 가지 방향에서 심리치료의 효과를 꾀한다. 그 하나는 독서 치료이다. 학습자는 독서 활동을 통해 텍스트 속 인물들과 공감하며, 이 과정에서 자신들을 발견할 수 있다. 더 나아가 학습자들은 텍스트 속에 드러나는 여성들의 치유 과정을 지켜보며 스스로를 치유할 수 있다. 두 번째로 이들은 독서를 넘어서 창의적 글쓰기를 통해, 즉 글쓰기 치료를 통해 능동적으로 텍스트 해석에 참여하며 자신의 해석을 드러낼 수 있다.

토니 모리슨의 『파라다이스』는 극심한 인종차별을 겪으면서 낙원을 만들고 싶어 했던 아프리카계 미국인들의 루비(Ruby) 공동체와 심리적인 상해를 입은 여성들이 우연히 들어와 살게 된 콘벤트(Convent) 공동체를 중심으로 그 두 사회의 상호작용을 보여준다. 강한 결속력으로 뭉친 헤이븐은 시간이 지나 와해되었고 세계대전 후 헤이븐의 구성원들은 다시 루비 공동체를 세운다. 이들은 혼혈이 아닌 순수 아프리카계 미국인으로서의 혈통적 순수성을 추구하였고 조상들의 이야기와 성경의 출애굽 이야기를 결합해 끈끈한 연대를 꾀한다. 그러나 이들의 루비 사회는 점점 와해되어가고 있었고 외부의 변화를 거부하는 루비의 남성들은 공동체 와해의 원인을 콘벤트 여성들에게 돌리며 콘벤트를 공격하게 된다. 『파라다이스』는 심리학적으로 복잡한 인물들이 등장하므로 전체적인 상황과 지시어를 정확히 이해하기 난해한 작품이다. 그럼에도 본 텍스트는 초창기 청교도 사회 제도, 세일럼(Salem)의 마녀 사냥, 흑인 민권 운동, 히피(hippy) 문화와 비트 세대(Beat Generation) 등의 다양한 문화적 코드를 담고 있으며, 미국 문학에 굽적한 자취를 남긴 호손(Nathaniel Hawthorne)의 로맨스 형식(Romance)도 반영하고 있다. 초창기 미국 건립에서부터 현대에 이르기까지 이루어지는 인종차별과 기독교의 영향까지 모두 다루고 있어 <영미문화특강>의 목표에 부합하는 텍스트라 할 수 있다.

수업의 운영은 다음과 같은 순서로 이루어졌다.

1. 교수자는 문화와 관련하여 안내할 부분을 잠시 이미지로 소개한다.
2. 교수자는 텍스트 속 의식의 흐름, 행간의 의미, 등장인물의 정신적 문제 등을 짚어 준다.
3. <토론지>를 제시하여 학습자들이 관심 있는 주제를 선정, 토론하도록 한다. 더불어 학습자들이 텍스트를 읽으면서 들었던 의문들을 함께 이야기할 수 있는 시간을 준다.
4. 교수자는 학습자들의 발표를 들은 후 전체적으로 가장 중요한 사항을 간단히 요약하여 수업을 끝맺는다.

이와 같은 수업 과정에서 교수자는 학습자-학습자, 학습자-교수자 간 따뜻한 인간관계를 확립하고자 하였고, 학습의 자유를 학습자에게 일부 허용함으로써 그들이 주체가 되어 학습에 책임을 지게 하였다. 학습자가 지니고 있는 학습 불안을 이해하고 그들이 적극적으로 참여할 수 있게 독려함은 물론, 죽음 관련 심리 반응을 이해하고 성숙하게 받아들여게 도와주었고, 능동적으로 자신만의 해석을 시도하도록 하였다. 이러한 의도에서 토론지의 주제를 2-3가지 정해 토론하도록 자율권을 허용하였고, 학습자들이 자발적으로 학습하도록 리서치 주제를 제시하였으며, 그룹 토론을 통해 심리학 상담에서 이루어지는 내담자와 치료자 사이의 진실한 관계를 수업 상황에서 확립하였다. 학습자들이 그룹 별 자유 주제로 프레젠테이션을 하도록 해 능동적인 협동학습을 진행하였고, 기말에 창의적 글쓰기 과제물을 제출케 하였다. 이 과제는 특정 인물의 심리 상태를 기술하거나 결말을 바꾸어 쓰기, 특정 캐릭터의 관점에서 편지나 일기쓰기, 시 쓰기 등 학생들의 텍스트 이해를 바탕으로 상상력을 발휘하여 작성하도록 독려했다. 이를 통해 학생들은 텍스트를 진실하게 접하면서 각 인물의 심리상태는 물론 텍스트의 곳곳을 충실히 이해하고 치유의 기회를 얻게 되었다.

평가 방법은 실존주의 심리치료와 관련해서는 단답형 문제를, 리서치 주제와 텍스

트 인용문과 관련해서는 서술형 문제를, 텍스트와 관련된 중요한 주제는 4개 중 한 가지를 선택하여 논술하도록 하였다. 이 때 시험 보기 전에 논술형 주제를 미리 알려주어 리서치를 허용하였다. 이는 학습자가 어려운 텍스트 읽기를 포기하지 않고 최소한 특정 주제 및 인물, 상황에 대해 집중하도록 함으로써 학습자들의 참여와 학습을 독려하고 텍스트를 대하는 방법 및 해석의 다양성을 깨닫게 하는 데에 목적이 있었다. 무엇보다 시험이 다시 학습에 미치는 영향인 역류 효과(Washback Effect)를 고려하여 긍정적인 역류 효과가 달성되도록 피하였다.

4.1 실존주의 심리치료: 독서 치료의 관점에서

문학 작품을 읽으면서 우리는 텍스트 속 주요 인물에 대해서만 파악하는 것이 아니다. 우리가 독서를 하는 과정에서 특히 문학작품을 대할 때 주인공의 상황을 자신의 상황에 비추어 읽어가는 경향이 있기 때문이다. 따라서 문학작품 읽기에서 이루어지는 감정이입(empathy), 투사(projection)는 곧 자신의 세계에서 텍스트의 세계를 통합하는 개별화, 개성화의 과정이라 말할 수 있다. 그리고 이러한 개별화, 개성화가 문학작품을 심리치료의 소재 및 수단으로 활용하도록 하는 중요한 덕목이 될 수 있다(변학수 57-59).

본 수업에서 의도한 심리치료는 텍스트를 읽으면서 얻게 되는 일차적 치유와, 글쓰기 치료를 통한 이차적 치료를 통해 이루어진다. 우선, 학습자는 텍스트 속 인물들의 고통과 공감하며, 그들에게 이루어지는 통합적 문학치료 방법을 통해 간접적으로 치유의 효과를 얻게 된다. 일반적으로 글쓰기치료는 성장의 과정에 있는 모든 사람들을 대상으로 “지지”를 제공하지만, 일부 정신적인 문제를 겪고 있는 인물들에게 지원을 제공하기도 한다(채연숙 23). 이에 이번 장에서는 콘벤트 여성들을 이상심리학적(Abnormal Psychology)으로 진단하고 이들이 치유를 얻어가는 과정을 통합적 문학치료의 관점에서 분석하고자 한다. 이때 문학치료는 두 가지 방향으로 진행된다. 첫째는 작품 내에서 치유를 필요로 하는 인물들이 받는 심리치료이고, 둘째는 등장인물들에

게 공감을 하며 작품을 읽어나감으로써 독자(학습자)가 얻는 치료에 대한 것이다. 즉, 이 작품은 등장인물의 치유를 따라감으로써 치료 효과를 유인한다. 때문에 고통을 겪는 등장인물들의 심리적 현실을 분석하고 이어지는 치료 과정을 살펴보는 것은 학습자가 어떤 과정과 단계를 거쳐 독서치료의 효과를 얻을 수 있는지를 파악하는 데에 매우 중요하다고 사료된다.

4.1.1 콘벤트 여성들에 대한 이상심리학적 진단

메이비스(Mavis)는 쌍둥이 아기들을 차 안에 두고 마트에 갔다가 아기들이 죽는 사고를 경험한다. 겉으로 고통스러워하지도, 가슴아파하지도 않는 것 같지만 그녀는 심리적으로 심각한 우울증을 겪고 있다. 텍스트에 명시적으로 드러나지는 않지만 그녀는 남편으로부터 성적으로, 신체적으로 학대를 당해 온 것으로 짐작된다. 남편은 아이들이 보는 앞에서 아내를 충분히 존중해주지 않았고, 그 영향으로 아동기에 접어든 딸과 아들들은 어머니를 전혀 존경하지 않는다. 메이비스는 언젠가 11세 된 딸이 자신을 죽일 것이라 믿고 있다. 그녀는 자신의 삶에 대한 통제감을 상실하였고 학습된 무기력증(Learned Helplessness)을 보이고 있다. 가족 관계도, 사회적 관계도 상당히 결핍되어 있음을 알 수 있다. 남편의 폭력과 아기들의 죽음은 심각한 외상후 스트레스 장애(PTSD)를 야기하였다. 그녀는 자주 꿈의 형태로 외상을 재현하지만 트라우마를 직면하려 하지 않는다. 작품을 읽다보면 그녀는 죽은 아기들에 대해 충분한 애도를 하고 있지 않는 것 같지만, 자주 죽은 아기들을 떠올리면서 자신이 세상에서 가장 멍청하고 쓸모없는 인간이라 생각한다. 메이비스에게는 자존감 및 삶에 대한 통제감을 회복하고 상처를 직면하는 것이 필요하다.

지지(Gigi)는 연극성 성격장애(Histrionic Personality Disorder)와 외상후 스트레스 장애, 경미한 양극성 기분장애(Bipolar Disorder)를 지닌 것으로 판단된다. 그녀의 트라우마가 무엇인지 명확히 드러나지는 않지만, 그녀는 자주 흰 셔츠에 피가 얼룩진 소년의 모습을 떠올린다. 그녀는 자신의 성적인 매력을 드러내고자 하며, 다른 사람의

시선을 받는 것을 즐기는 것처럼 보이지만, 내면은 외롭고 여리다. 아버지는 교도소에 있고, 어머니의 사랑도 받지 못했다. 다시 말해 그녀에게는 진정한 의미의 고향이 없다. 어디에도 소속되어 있지 못하는 외로움에도 불구하고 그녀의 행동은 과장되고 자주 조증에 빠질 때가 있지만, 순간순간 외상이 침윤하여 안정된 인격통합을 이루는 데에 실패하고 있다.

세네카(Seneca)는 의존성 성격장애(Dependent Personality Disorder), 분리불안(Separation Anxiety), 우울장애(Depressive Disorder)로 진단된다. 어린 시절 언니는 그녀를 버리고 떠났다. 그 후로 세네카는 버림받지 않기 위해 노력해 왔다. 여러 번의 양육 가정을 거치면서 그녀는 절대 울지 않아야 버림받지 않을 것이라 생각해서 자신의 감정을 충분히 표현하지도 존중하지도 않았다. 그녀는 어릴 때 양육 가정의 소년으로부터 폭력을 당했고 그로 인해 양엄마에게 동정을 받아 지속적으로 몸에 상처를 내고 있다. 자신의 감정이나 자존감을 돌보다기보다 언제나 다른 사람에게 자신을 맞추려 한다. 그녀는 사춘기 소녀 시절부터 남성들에게 성희롱을 당했는데, 그 원인이 자신에게 있다고 믿는다. 그녀는 한 부유하고 지적인 여성을 만났고 그녀의 집에서 머문다. 텍스트에는 정확하게 나타나지 않지만 그 여성의 집에서 먹었던 치킨이 역겹게 느껴졌다는 점을 염두에 두면, 아마도 그 여성으로부터 성적인 착취를 당했을 것으로 여겨진다. 문제는 그러한 상황을 세네카가 얼마든지 벗어날 수 있었다는 점이다. 문은 늘 열려 있었고 그녀가 원하기만 하면 언제든지 그 집에서 나올 수 있었다. 그러나 세네카는 그 집을 빠져나오지 못했다. 일반적으로 의존성 성격장애를 가진 사람은 “거부당하지 않기 위해 자신의 의견과 달라도 타인의 의견에 동의하며 . . . 지지적 보살핌을 받는 관계를 열고 유지하려는 욕구는 순종적이고 소심하고 소극적인 행동 특성으로 이어질 수 있다”(Durand & Barlow 481). 세네카는 언제나 다른 사람을 배려하고 돌보려 하지만, 건강한 인간관계는 자신을 비우고 다른 이를 돌보는 것이 아니라 자신을 사랑하고 존중하는 바탕 위에서 타인을 가치롭게 여기는 것이다. 이에 세네카에게는 상호적인 돌봄과 인정이 바탕이 된 건강한 인간관계를 갖는 것이 필요하다.

펠리스(Pallas)는 섭식장애(Eating Disorder), 외상후 스트레스 장애, 우울 장애 등으로 판단된다. 그녀의 아버지는 부유하고 성공적인 변호사이고, 어머니는 예술가이다. 어머니와 아버지는 오래 전에 헤어졌고, 펠리스는 어머니를 오랫동안 만나지 못했다. 그녀가 다니는 고등학교에서 일하는 남성을 사랑하게 되었고, 크리스마스 날 선물을 사서 애인과 함께 너무나 그리웠던 어머니를 만나러 간다. 그리고 어느 날 그녀는 자신의 어머니와 자신의 애인이 격렬하게 사랑하는 모습을 목격하게 된다. 두 사람 나 이도 비슷했고 둘 다 예술가로서 관심사나 가치관도 비슷했던 것이다.

남들이 보기에는 너무나 완벽한 배경을 갖고 있지만 펠리스는 늘 외로웠다. 그녀는 겉으로 보이는 풍족한 모습과 위축되고 공허한 자신의 심리적, 관계적 현실의 괴리를 겪으며 스스로를 위선적이라 느꼈을 것이다(Durand & Barlow 338). 더불어 양육자인 아버지와 실질적인 소통과 대화가 거의 없기에 그녀는 더욱 심리적 외로움과 공허감을 느낄 수밖에 없었다. 그에 더해 자신의 연인과 엄마가 부적절한 관계를 맺는 것을 보고 큰 충격을 받는데 이것은 주된 인생 사건으로서 우울삽화(Major Depressive Episode)를 유인하고 자아상 및 현실 인식 등에 부정적인 영향을 미친다. 펠리스의 아버지는 펠리스와 적절한 지지관계를 맺지 못하고 통제적이고 과보호적인 양육방식을 택했다. 이러한 관계 및 대화의 결핍과 양육방식은 펠리스에게 심리적 장애를 준 것으로 보인다. 큰 충격으로 펠리스는 실어증(Aphasia)을 앓게 된다. 이러한 펠리스의 증상과 현실을 고려할 때 그녀의 치료는 다른 콘벤트 여성들의 경우와 마찬가지로 진정한 친밀 관계, 사회적 관계를 확립하는 데에서 시작되어야 한다. 그녀는 자신의 아픔을 있는 그대로 인식하고 표현할 수 있어야 하고 솔직하고 건강하게 사람들의 보살핌을 받으며 그들에게 보살핌을 줄 수 있어야 한다. 자신에 대해 자존감을 회복하고 그를 바탕으로 외상을 치료해 가야 하는 것이다.

이에 콘벤트의 여성들은 부정적인 결과들이 모두 자기 탓이라는 잘못된 인지를 교정해야 하며(인지행동치료), 스스로 삶의 주체가 된 가운데 유능감, 효능감을 회복해야 한다. 더불어 적절한 사회적 관계, 친밀관계를 맺어야 한다. 이를 위해 비위협적인 방식으로 실존의 문제를 직면할 수 있는 통합적 문학치료 기법이 요구된다고 판단할 수 있다.

4. 1. 2 심리치료사로서의 콘솔레이타(Consolata)

『파라다이스』에서 가장 중요한 인물은 콘솔레이타이다. 그녀는 남미 지역에서 살다가 어릴 때 한 수녀님에 의해 “납치되었다.” 그녀는 이후 수녀들과 함께 미국으로 들어와 콘벤트에서 수십 년간을 마치 수녀처럼 살게 된다. 콘벤트는 원래 한 횡령자의 저택이었고 이후 수녀원에서 운영하는 인디언 소녀들의 학교가 되었으며, 원장수녀를 제외한 모두가 떠나자 메이비스, 지지, 세네카, 펠리스 등의 상처받은 여성들이 우연히 찾아들어 살게 된 보금자리가 되었다. 아직 이들이 들어오기 전 콘솔레이타는 디콘(Deacon)을 만나게 된다. 서로에게 매료된 두 사람은 사랑을 나누는데, 어느 순간 콘솔레이타는 남성의 입술을 깨물어 흐르는 피를 빨아 마시게 된다. 이에 디콘은 그녀에게 강한 혐오감을 느끼고 콘솔레이타가 죽음을 맞이하는 순간까지는 다시는 그녀를 찾지 않는다.

콘솔레이타의 이러한 행동을 이해하기 위해서는 그녀가 가톨릭 신자였음을 고려해야 한다. 가톨릭 미사 전례에서 가장 중요한 부분은 ‘성찬례식’이다. 가톨릭에서는 예수님의 몸과 피를 함께 먹고 마시는 신자들은 모두 예수님과, 그리고 다른 신자들과 한 몸이 된다고 믿는다. 실제로 카니발리즘(Cannibalism)은 극도의 사랑에서 온다. 너무나 사랑하여 그의 몸과 피를 나누고 사랑하는 그 대상 자체가 되려는 강렬한 욕망을 드러내는 것이다. 그러나 디콘에게 여성은 통제 가능하고 욕망을 드러내지 말아야 하는 정숙한 존재여야 했다. 자신을 “잡아먹으려 하는” 여성은 자신을 파괴하는 마녀나 다름이 없게 여겨졌다.

사랑을 잃고 콘솔레이타는 큰 상실감과 수치심, 죄책감을 느끼며 다시 종교에 귀의한다. 그녀는 정신이 가장 중요한 핵심이며 몸은 죄의 온상이라 여겼다. 그렇게 자신의 몸과 영혼을 분리하며 몸을 소외시켰다. 그리고 시간이 흘러 네 명의 상처받은 여성들이 들어왔을 때 콘솔레이타는 그녀들에게 기댈 큰 나무가 된다. 그녀는 엄마처럼 상처받은 여성들을 감싸주었고 그들의 존재를 무조건적으로 수용하였으며, 그들의 이야기를 들어주고 공감해 주었다. 그리고 어느 순간, 콘솔레이타는 자신의 몸과 영혼을

모두 인정함으로써 온전한 한 인격체가 될 수 있음을 깨닫는다. 그녀가 어떤 남성을 만나는 것을 계기로 변화함을 암시하면서도 작품은 정확히 그가 누구이고 콘솔레이타의 각성의 순간이 어떠한지, 그것이 콘솔레이타의 환상인지 현실인지조차 자세히 언급하지 않는다.

미국은 청교도(Puritanism)적인 유산을 지니고 있다. 청교도는 엄격한 금욕주의를 추구하는데, 인간의 가장 중요한 본체는 영혼이라 여겼다. 그 후 휘트만(Walt Whitman)과 같은 시인은 “자신에게 속한 어떤 것도 더럽거나 추하지 않다(Not an inch nor a particle of an inch is vile)”고 말했지만, 남성과는 달리 여성에게는 몸을 인정하는 것이 수용되지 못하였다. 여성들은 아이를 낳고 양육하는 일을 하면서도 실상 자신들의 몸을 부끄럽게 여겼다. 어머니가 되는 것을 신성시하면서 여성의 몸을 부정하는 것은 모순이다. 이러한 모순을 콘솔레이타는 미국의 상처받은 여성들이 느끼는 소외의 핵심으로 파악하고 있다. 이러한 통찰력에서 콘솔레이타는 독특한 통합적 문학치료 방식을 콘벤트 여성들에게 시행한다.

4.1.3 치유 방법으로서의 통합적 문학치료

문학치료 도입의 단계에서 콘솔레이타는 콘벤트의 여성들에게 옷을 벗고 누워 자신이 원하는 동작을 취하도록 하고 그 몸의 실루엣을 페인트로 그리는데 이렇듯 몸동작과 예술의 매체를 활용하여 여성들이 그들의 몸을 지각할 수 있도록 도와준다. 몸으로 느끼는 차가운 바닥과 신체적 고통이 콘벤트 여성들로 하여금 몸이 그들을 구성하는 핵심적인 일부임을 인정하게 한다. 치료 초기의 몸동작과 예술의 활용은 콘솔레이타의 치료법이 “통합적 문학치료”임을 분명히 한다.

이후 이어지는 파이어데이드(Piedade)의 이야기는 탁월한 치료 방법이다. 이 이야기가 구체적으로 어떤 내용으로 구성되는지 작품은 자세히 다루지 않는다. 다만 파이어데이드라는 가상의 여성을 상정하고 이야기를 만들어가며 콘벤트 구성원들의 고통을 새롭게 해석한다는 것은 작품 속 등장인물들의 대화에서 드러난다.

그러고 나서 그녀는 노래할 뿐 말을 한 마디도 하지 않는 파이어데이드라는 이름의 여성에 대해 그들에게 이야기해 주었다. 그렇게 집단적인 꿈꾸기가 시작되었다. . . . 누가 그 꿈을 이야기했는지, 그것이 어떤 의미를 지니고 있는지를 아는 것은 결코 중요치 않았다. 몸이 쭈서움에도 불구하고, 아니 쭈시기 때문에 그들은 쉽게 꿈꾸는 자의 이야기 속으로 걸어들어간다. (*Paradise* 264)

이 이야기를 공동으로 구성해 가면서 콘벤트의 여성들은 과거의 상처와 아픔, 현재-여기의 상태, 그리고 더 나아가 미래와 소망을 나눈다. 여기에서 파이어데이드가 말하는 것이 아니라 노래를 한다는 것은 중요한 의미를 담고 있다. 말하기에는 일정한 논리가 존재하고 듣는 자는 그 논지를 파악하여 대화를 이어나가야 한다. 그러나 콘벤트 여성들은 메시지를 논리적 언어를 통해 표현하지 않을뿐더러 메시지를 전달하려는 의도조차 갖지 않는다. 그들에게 노래를 통한 소통은 메시지의 표현과 수용을 넘어서서 있는 그대로의 존재 자체, 그 존재의 드러남 안으로 “걸어 들어가는 것이다.” 논리가 아닌, 이미지, 은유, 상징 등은 그들의 상처를 자유로이 (그리고 안전하게) 표출할 수 있는 매체가 된다(변학수 28). 이들은 자신의 가장 아픈 이야기를 상징으로 노래하며 효과적인 집단 치료 역동과 나-너의 진실한 관계를 만들어 간다. 보통 우울장애를 앓는 사람들은 자신-세상-미래에 대해 부정적인 개념을 가지고 있지만(Durand & Barlow 260), 파이어데이드의 이야기는 새로운 해석과 수용, 꿈꾸기를 통해 이 부정적인 개념에 도전한다.

즉, 파이어데이드 이야기는 과거나 현재의 상태를 새롭게 수용하는 것에서 나아가 긍정심리학으로 향하고 있다. 이 집단적 문학 창작 행위를 통해 이들이 미래를 어떻게 바라보고 살아가야 하는지에 까지, 즉 치유와 건강유지, 갈등의 예방 차원에까지 이르는 경험을 하기 때문이다. 이 과정은 치료자가 주도적으로 이어가지 않고 누구도 그 공동 창작에 판단을 내리지 않는다. 은유와 상징을 통한 문학행위가 그 자체로서 충분한 치유의 도구가 된다.

콘벤트의 여성들은 점점 감정을 솔직하게 드러내며 자신이 유능한 사람임을 깨닫게 된다. 그들은 서로와 나-너의 친밀한 관계를 나눌 수 있고, 스스로의 삶에 저자가

되어 가며, 아름다움과 선함의 가치를 찾아 나간다. 이들의 고통이 사라지진 않았지만 그 고통을 어떻게 받아들이고 더 나아가 승화시켜야 할지 세상과 어떤 소통을 이루어 나가야 할지를 그들은 모색한다. 즉 삶의 고통을 직면하고 그 안에서 의미를 발견하며 인생의 진리를 발견해가는 것이다.

이러한 문학치료는 그 근본에 실존주의 철학을 깔고 있다. 죽음불안이나, 자유, 소외, 무의미의 문제를 다루는 실존주의와 같이 문학치료는 문학텍스트를 읽고 창작함으로써 죽음불안을 이겨내고 자유로이 자신의 삶 모든 국면을 선택, 책임지며 소외에서 견딜 수 있는 힘을 갖고 다른 사회구성원과 진정한 인격적 관계를 형성케 한다. 즉, 소외와 무의미를 벗어날 수 있는 자존감 회복과 그를 바탕으로 한 올바른 대인관계를 추구하도록 한다는 점에서 근본적으로 문학치료가 실존주의에 기대고 있음을 알 수 있다. 하지만 이러한 문제들은 다른 다양한 이론들(인지행동주의, 인본주의, 게슈탈트, 정신분석학 등)에서도 다루고 있기에 반드시 실존주의에 국한된다고 말할 수는 없다.

4.2 실존주의 심리치료: 글쓰기 치료의 관점에서

글쓰기 치료에서 흔히 활용되는 쓰기 장르로 일기나 편지글, 혹은 (시/소설) 창작을 들 수 있다. 본 수업에서 도입한 글쓰기 치료는 편지, 일기, 시 등의 양식을 포괄적으로 활용하는 창의적 글쓰기였다. 이 과제에서 학생들은 상상력을 바탕으로 특정 인물이 되어 그녀의(혹은 그의) 생각이나 경험을 일기, 편지, 시, 내적 독백의 형식으로 창작하거나 글의 내용 바꾸기, 결론 이어나가기를 하였다. 이 과제를 수행하기 위해서는 우선 각 인물들의 상황을 정확히 이해하고 깊이 공감하는 것이 필요하다. 또한 이 과정에서 학생들은 자신이 가장 공감할 만한 인물에 감정이입하여 “다른 사람의 입장에서” 스스로의 삶을 돌아보고 미래를 그려볼 수 있었다. 학생들의 과제물은 모두 그들의 성찰과 텍스트에 대한 깊은 이해는 물론 내적 성장을 반영하고 있었다.

글쓰기 활동을 통해 내담자는 자신의 문제가 무엇인지를 발견할 수 있고, 그 문제와 얽혀 있는 복잡한 감정들을 대면하게 된다. 대개의 경우 사람들이 적응에 어려움을 겪는 이유는 정서를 제대로 표출, 표현할 수 없는 데에 있다. 따라서 억눌려 있는 참여자의 정서를 제대로 이해하고 재경험하며 그 정서를 긍정적인 것으로 대체시켜 주는 것은 문학치료를 비롯한 모든 심리 치료 방법에서 중요하다(채연숙 59-60; Allen 335-44).

이 못지않게 중요한 것이 기억이다. 우리의 기억 안에는 상처나 트라우마가 있다. 그것이 주는 플래시백의 고통을 경감시키는 것은 과거의 경험을 현재 끄집어 와서 부정적인 인식, 비합리적 인식을 다시 해석하게 함으로써 가능하다. 따라서 문학 치료는 인지 행동 치료와 맥을 같이 한다. 또한 문학치료는 참여자의 “자아 효능감, 가치로움”을 깨닫게 한다는 점에서 긍정심리학을 지향한다(채연숙 67; Allen 392-96).

문학치료는 내담자가 “지금까지 가져 온 감정, 행동에 대한 이해”와 더불어 “자신이 고통을 당하는 왜곡된 감정과 행동을 통찰할” 기회를 준다. 참여자가 “내부의 변화를 이해”하고 그것을 “현재의 삶에 통합함”으로써 “사유하고 느끼는 인간의 잠재적 힘” 일깨워주는 것이다(변학수 20). 결국 문학치료를 통해 우리는 자신을 이해할 수 있고 자신 안의 창조성을 발견할 수 있으며 특정 트라우마나 중요한 내적 경험을 소중한 삶의 한 부분으로 받아들일 수 있게 된다. 이 과정에서 성장이 일어나고, 내담자들은 자신은 물론 사회, 이웃을 온 마음으로 수용할 수 있게 되며, 다양한 활동과 더불어 자신을 온전히 표현할 수 있다.

다음에서 한 학생의 글 일부를 실는다.

나는 솔직히 작품 속 어떤 캐릭터도 공감한 적이 없어요. 다들 행복한 결말이었고, 다들 노력만 한다면 자신이 원하는 인생대로 살 수 있었거든요. 그런데 당신을 만났을 때는 달랐어요. 그냥 가슴 한쪽이 쿵 하고 무언가 내려치는 듯했어요. 특별하지 않은 당신이 바닥에서 평범하게 살고자 다시 용기 내는 모습이 부러웠고 존경스러웠어요. 콘벤트라는 미지의 장소에서 당신의 인생을 다시 시작하고 바뀌어가는 당신의 모습을 보는 것이 즐거운 기다림이었어요. 나는 잠깐의 휴식

을 선택했어요. 당신 덕분에요. 내년엔 27살. 취업하기 늦은 나이지만 잠깐 나 자신을 내려놓고 쉬고자 해요. 당신에게 콘벤트가 새로운 인생을 시작할 수 있던 장소였고 그 곳에 가기까지 많은 아픔을 지나왔듯 나 역시도 사회라는 미지의 세계로 들어가기 전에 겪어야 하는 아픔이라고 생각하려고요. 앞으로 내가 가질 직업에 대한 의미, 그러니까 그 업에 대한 의미 또한 찾지 못할지도 몰라요. 당신과 만남은 내게 ‘의미와 목표를 가지고 살아라’라는 메시지가 아니라 ‘무언가를 찾으려고 하지마. 그냥 너답게 살아봐’라는 메시지를 주는 것 같았어요. 나는 내 인생과 직업에 대한 의미와 목표를 찾으려고 애쓰지 않을 거예요. 못 찾았다고 실패한 인생이라고 좌절하는 경우도 적어질 듯해요. 그냥 하루하루 열심히 살아가는 나 자신을 토닥여 주고, 그렇게 하루 속에서 나를 조금씩 발견하며 살고자 해요. 나는 그렇게 하루 속에 작은 나를 조금씩 찾아서 모으다 보면(마치 퍼즐처럼요) 하나의 내가 완성되어 있지 않겠어요?

- 미숙(가명) “Mavis에게 보내는 편지” 중에서 -

미숙은 고등학생 시절 왕따를 당했던 트라우마가 있었고, 스스로 나이가 많다고 생각한다. 작품 속 등장인물 메이비스처럼 그녀 역시 상처가 있음에도 아무렇지 않게 살아왔다. 그리고 그렇게 아무렇지 않게 살아온 자신 역시 메이비스처럼 아픈 상태임을 깨닫게 된다. 보통 소설은 비범한 주인공이 시련을 이겨내고 성공하는 이야기로 끝난다. 그러한 소설은 미숙에게 큰 감흥을 주지 못하였다. 그러나 『파라다이스』에서 자신이 아픈 줄도 모르고 무덤덤하게 상처를 안고 살아가는 메이비스의 모습, 그녀가 점점 자존감을 찾아가는 모습은 미숙에게 충분한 공감을 끌어내었고, ‘미래에 무엇이 되어야 한다’라는 조급증을 내려놓게 도와주었다.

이 과정을 실존주의 심리치료, 문학치료와 관련하여 설명한다면, 미숙은 1. 작품을 읽으며 등장인물과 감정이입을 함으로써 그와 비슷한 자신의 문제를 떠올린다. 2. 그녀는 작품 속 주인공의 치유와 성장을 따라가며 위안과 치유의 효과를 얻는다. 3. 이제 그녀는 자신의 문제를 글로써 표현한다. 이 과정에서 그녀는 스스로를 이해, 표현할 수 있고, 4. 문제에 초점을 잡아 그 해답을 스스로 찾아 나간다. 5. 이러한 해답을 통해 그녀의 아픔과 고통이 치유되고 이성과 감성이 재편되며 세계 속에서 자신의 삶

을 관망할 수 있게 된다. 작품 속 캐릭터 안에서 자신의 모습을 발견하고 현재의 자신을 수용하며 미래를 긍정하는 미숙이의 사례는 문학치료가 성장의 과정 안에 있는 우리 학생들에게 얼마나 유용한지를 보여주는 방증이라 하겠다.

다음은 수업에 대한 학생들의 반응 중 일부이다. (이름은 가명임)

수영: 처음엔 힘들었지만 책이 워낙에 재미있었고 문학을 통해서 내면의 상처를 어떻게 치료하는지 처음으로 제대로 배운 것 같습니다. 비종교인으로서, 서구 문화의 기저가 되는 기독교적 소양도 약간은 쌓을 수 있어서 뜻깊었습니다.

민수: 심리치료 강의를 들으면서 위로가 된 적도 있었습니다.

영숙: 대학 와서 제게 가장 의미 있었던 추억 할 만 한 대단한 수업이었습니다.

선영: 지식의 습득뿐만이 아닌 마음에도 치유를 주는 수업이었습니다.

학기 초반에 학습자들은 등장인물들의 억압된 트라우마 및 구성상의 특성 때문에 책을 이해하기 어렵다고 토로했었다. 그러나 이들은 텍스트 속 인물과 공감하고 그들의 치유 과정을 지켜보며 자신의 삶을 반추하고 있었다. 본 수업을 통해 연구자는 학습자들의 감정입입과 공감이 어떻게 치유로 향하게 하는지를 확인할 수 있었고, 심리치료의 매개로서 문학이 갖는 잠재력을 발견할 수 있었다.

5. 결론

지금까지 2017년 2학기 <영미문화특강> 수업을 소개하고 독서 및 글쓰기 활동(문학치료)을 통한 실존주의 심리치료의 교육적 적용 방안을 제시하였다. 이를 위해 우리 학생들이 직면하는 실존적 현실과 그들이 성장 과정에서의 과업을 성공적으로 수행하도록 도울 수 있는 실존주의 심리치료의 목표 및 방법을 논하였다. 특히 토니 모리슨

의 『파라다이스』에서 다양한 정신적 고통을 겪는(이상심리학에 근거하면 모두 정신 병리를 가진) 여성들의 심리를 진단하였고 이에 따라 주인공 콘솔레이타가 콘벤트 여성들에게 실시한 통합적 문학치료 방법을 상술하였다. 학습자들은 작품 속 여성들의 문제에 공감하고 그들의 치유 과정을 목도하며 독서 치료의 효과를 경험하였다. 또한 창의적 글쓰기 과제를 통해 독서치료를 넘어서 글쓰기 문학치료까지 확장된 경험을 얻을 수 있었다. 이렇듯 실존주의 심리치료를 영문학 수업에 적용함으로써 학습자는 공감을 통한 타인에 대한 이해, 자기 발견, 내적 치유와 성장에 이를 수 있었다. 본 논문은 영문학 수업의 목표와 실존주의 심리치료, 문학치료의 목표가 일치할 수 있는 지점을 발견하였고 문학치료와 영문학 수업이 학습자의 성장과 치유에 긍정적인 영향을 미칠 수 있음을 확인하였다.

이 연장선상에서 본 연구는 영문학 교육과 관련하여 다음과 같은 문제의식을 제기한다.

1. 우리는 교수자로서 학습자들이 학습/삶의 의미를 발견하는 데에 어떤 도움을 주고 있는가?
2. 우리 학습자들이 자신들의 문제를 스스로 해결하기 위해 겪어야 하는 외로움과 두려움, 실존적 소외에 대해 우리는 무엇을 할 수 있을까?
3. 문학수업에서 실존주의 심리치료를 적용하는 데에 있어 무엇을 고려해야 하는가?
4. 문학교육의 진정한 목표는 무엇이어야 하는가?

본 연구가 학생들이 겪는 실존의 문제에 대해, 그리고 영문학 수업의 치료적 가능성에 대해 방향을 제시하는 한 시도가 되었기를 소망한다.

인 용 문 헌

- 권석만. 『긍정심리학: 행복의 과학적 탐구』. 서울: 학지사, 2014.
- 변학수. 『통합적 문학치료』. 서울: 학지사, 2010.
- 채연숙. 『글쓰기 치료: 이론과 실제』. 대구: 경북대학교출판부, 2010.
- Allen, Jon G. 『트라우마의 치유』. 권정혜 외 옮김. 서울: 학지사, 2010.
- Deurzen, Emmy Van. 『실존주의 상담 및 심리치료의 실제』. 한재희 옮김. 서울: 학지사, 2017.
- Durand, V. Mark, and David H. Barlow. 『이상심리학』. 정경미 외 옮김. 서울: 사회평론, 2017.
- Morrison, Toni. *Paradise*. New York: Plume, 1999. Print.
- Yalom, Irvin D. 『실존주의 심리치료』. 임경수 옮김. 서울: 학지사, 2007.

Abstract

Existential Psychotherapy and English Literature Education: Focused on Toni Morrison's *Paradise*

Seojung Kang (Kookmin University)

This study introduces a way of English literature education based on existential psychotherapy following a description of why existential psychotherapy is important in our literature classes. Our students should fully understand and accept themselves. They should decide on their goals and prepare for their career after graduation. In addition, they need to cultivate close social relationships. So, major themes of existentialism are impressed deeply on our students' mind as a decisive task. They are surrounded by various forms of death fears and are suffering from psychological agonies while pursuing independence. They need to realize that the agonies come from personal growth. Furthermore, they need a guide so that they can thrive in front of diverse adversities and not be overwhelmed by those pains. Integrative poetry & bibliotherapy can contribute to these goals. Thus, this paper gives a short explanation of "poetry therapy as a way of existential psychotherapy." Then, it introduces English literature classes based on Toni Morrison's *Paradise*. In relation to bibliotherapy, I examine existential psychotherapy after diagnosing its characters based on DSM-5. The students experienced healing while they were reading the novel. The task of creative writing, which is a way of poetry therapy, made our students overcome their problems. Lastly, I analyze the significance in dealing with existential psychotherapy in our English literature classes, the process of which provides professors with a potential of integrative poetry & bibliotherapy.

Key Words: Existential psychotherapy, Toni Morrison, abnormal psychology, positive psychology, integrative poetry & bibliotherapy, English literature education

논문접수일: 2018.05.15

심사완료일: 2018.06.04

게재확정일: 2018.06.17

이름: 강서정

소속: 국민대학교

이메일: wtbagt@hanmail.net