

영어권 및 국내 독서치료용 도서 비교 분석*

- 인문학적 독서치료의 필요성에 관한 제안 -

A Comparative Analysis of Bibliotherapy Books in the UK, US, and Korea: A Suggestion for the Humanistic Approach to Bibliotherapy

김 정 주 (Jungjoo Kim)**

초 록

본 연구는 영국, 미국, 우리나라에서 많이 사용되는 독서치료 도서목록에 수록된 성인 대상 독서치료용 도서의 스펙트럼을 분석한다. 영미권 독서치료 도서목록이 독서치료를 주관하는 기관이나 단체에 따라 구성상의 다양성을 보이는 것에 비해 우리나라의 성인용 독서치료 도서는 주관 기관에 따른 차이 없이 논픽션이 압도적인 비중을 차지한다. 세부적인 카테고리에서 영미권 대학 및 공공기관의 독서치료 추천도서목록에서 가장 높은 순위를 차지하는 논픽션 도서는 의학 서적을 포함하는 “건강, 운동, 다이어트” 관련 도서이며, 이것은 이들 기관에서 독서치료가 임상적 치료 효과가 있는 어느 정도 전문적인 영역으로 인정받고 있음을 보여준다. 반면에 우리나라의 독서치료 도서목록에 수록된 도서들은 인문(심리), 자기계발, 문학(에세이) 등 이른바 “자기계발 이데올로기와 결합한 심리학 서적”이 60% 이상을 차지한다. 연구자는 독서치료가 정신의학, 심리학, 문헌정보학, 인문학적 배경을 바탕으로 하는 학제적 실천이라는 인식 하에, 독서치료가 인문학적 통찰에 의존함으로써, 참가자들에게 단순히 책을 읽고 문제적 상황이나 증상 이전의 상태를 회복하게 하는 것이 아니라 삶과 세계에 대한 깊은 성찰을 통하여 내적으로 성숙한 인간으로 변모하는 데 도움을 주어야 한다고 제안한다.

ABSTRACT

This study analyzes the spectrum of recommended books for adults included in the bibliotherapy book lists commonly used in libraries and organizations in the UK, US, and Korea. While the recommended book lists in the UK and US retain a diverse range of books relevant to the practitioners' needs, the Korean bibliotherapy book lists are mostly made up of non-fiction self-help books regardless of where the bibliotherapy service is provided. In the subcategory of the bibliotherapy book lists in the UK and US, aside from fictions, books on “health, fitness, dieting” including medical books rank higher than any other kind, which shows that bibliotherapy claims to have therapeutic effects in those organizations. In Korean bibliotherapy book lists, on the other hand, so-called “psychology books impregnated with self-help ideology” take up more than 60%. With the prospect of bibliotherapy as an interdisciplinary practice in mind, I suggest that bibliotherapy should draw upon the insights from humanities in order to help participants have time for deep introspection and attain inner maturity rather than just try to restore their normal conditions before the crisis.

키워드: 독서치료, 문학치료, 독서치료 도서목록, 자기계발서, 독서, 치유서, 인문학적 독서치료
Bibliotherapy, Literary Therapy, Bibliotherapy Book List, Self-help Book, Reading, Books for Healing, Humanistic Bibliotherapy

* 이 논문은 2014년 정부(교육부)의 재원으로 한국연구재단의 지원을 받아 수행된 연구임 (NRF-2014S1A5B4037624).

** 덕성여자대학교 정보연구소 연구교수(sigmon99@naver.com)
논문접수일자: 2016년 11월 14일 논문심사일자: 2016년 12월 5일 게재확정일자: 2016년 12월 12일
한국비블리아학회지, 27(4): 105-123, 2016. [http://dx.doi.org/10.14699/kbiblia.2016.27.4.105]

1. 들어가며

최근 우리나라의 공공기관 및 대학의 도서관을 중심으로 독서치료 프로그램 운영이 활성화되고 있다.¹⁾ 이것은 정신 건강에 대한 현대인의 위기의식과 더불어 독서치료에 관한 관심이 증대된 결과이면서 동시에 “도서관이 관리와 보존 중심에서 수용자 중심으로 패러다임이 바뀐” 사정과 궤를 같이 한다(김현희 외 2010, 405). 독서치료 프로그램의 활성화에 따라 독서치료를 위한 자료를 체계적으로 개발하고 보급하는 일이 당연한 과제가 되었는데, 특히 어떤 책을 독서치료용 도서로 선정하느냐 하는 것은 독서치료 운영자들에게 언제나 시급하면서도 까다로운 문제다. 독서치료용 도서의 선정은 치료의 효과를 둘러싼 논의와도 관련이 있지만 좀 더 근본적으로 독서치료의 방법 및 원리와의 밀접한 관련이 있는데, Hynes와 Hynes-Berry가 “독서치료의 3화음”이라 부른 “참여자-문헌-진행자(participant-literature-facilitator)”의 세 요소 가운데 “문헌”의 의미를 어떻게 받아들이느냐에 따라 독서치료가 다양한 양식으로 전개될 수 있기 때문이다(Hynes and Hynes-Berry 2012, 4). 문학치료, 시치료, 통합예술치료, 글쓰기치료, 인문치료 등 독서치료의 많은 하위 및 유사 범주는 대체로 치료의 매체로 사용되는 이 “문헌”의 자리를 다양한 활동이나 자료로 대체하거나 변용한 것으로 볼 수 있다.

연구자는 국내 독서치료 프로그램의 현황을 파악하고 방향을 점검하는 데 독서치료용 도서의 선정 및 활용을 검토하는 것이 유용한 길잡

이가 될 것이라 판단하였다. 이를 위하여 우리나라 공공기관 및 대학 도서관의 독서치료 프로그램에서 도구로 사용하는 도서들이 어떤 스펙트럼을 이루고 있는지 분석하였으며, 비교를 위하여 독서치료에 관한 연구 및 프로그램 운용이 상대적으로 앞선 영미권의 독서치료용 도서들을 함께 분석하였다. 본 논문은 이와 같은 독서치료용 도서의 범위에 대한 비교분석적 고찰을 통하여 독서치료의 도구로서 도서의 선정 및 활용에 대한 논의를 시도함으로써 독서치료의 방향에 대한 성찰 및 재검토를 제안하고자 한다.

2. 독서치료용 도서의 선정에 관한 문헌적 고찰

2.1 독서치료용 도서의 범위

아르헨티나의 소설가인 Jorge Luis Borges가 쓴 에세이 『존 윌킨스의 분석적 언어』에는 인간이 분류하는 동물들의 범주에 관한 유명한 농담이 등장한다. 서구적 학문의 에피스테메(episteme)에 관한 Michel Foucault의 진지한 탐구를 촉발하기도 한 이 농담은 『덕학천도(德學天都)』라는 중국 백과사전의 동물 분류인데, 실제로는 존재하지 않는 이 백과사전은 동물을 “a) 황제에 속하는 것, b) 향기가 있는 것, c) 훈련된 것, d) 돼지, e) 인어, f) 터무니 없는 것, g) 방목견, h) 이 분류에 포함되는 것, i) 미친 사람처럼 날뛰는 것, j) 헤아릴 수 없는 것, k) 낙타 털의 섬세하다 섬세한 화필로 그려진 것, l) 기타, m) 장

1) 국내 주요 독서치료 프로그램 운영 현황에 관해서는 조나리(2007), 김수경(2010), 주상수(2016) 참조.

식 향아리를 금방 꺾 것, n) 멀리서는 파리처럼 보이는 것들”로 분류한다(Borges 1992, 169). 사물에 질서를 부여하려는 인간의 분류 체계, 나아가 동양의 온갖 유서(類書)나 서양의 백과사전을 낳은 합리적 이성을 바탕으로 하는 지적 전통에 대한 Borges의 이러한 문제제기는 독서치료목록을 분석하고 독서치료용 도서의 범위를 구획 짓고 또 그것들을 분류하려는 시도에 근본적인 제약으로 작용하여 가령 “‘독서치유서’ 또는 ‘독서치료서’라는 독립적인 범주는 성립 가능한가?” 하는 물음을 제기할 수 있다. 그럼에도 불구하고 이러한 시도는 적어도 독서치료의 현황을 파악하는 데 도움이 될 것이며, 독서치료의 방향을 점검하고 모색하는 데에도 어느 정도 유용한 길잡이가 될 것이다.

“책이나 다른 매체를 사용하여 사람의 정상적인 발달을 촉진하고 임상적으로 의미 있는 문제들을 해결하려는 행위”를 독서치료라 정의할 때(Pehrsson and McMillen 1), 가장 넓은 범위의 독서치료용 도서에는 읽은 이에게 어떤 긍정적인 효과를 미치는 동서고금의 모든 책이 포함될 것이다. 널리 알려진 대로 서양에서는 성서가 기본적인 독서치료용 도서의 역할을 하면서 “독서, 명상, 관조라는 수도원 시대의 3대 교양 형성 방법”을 낳았고(Charrier 2014, 187), 동양에서는 공자가 일찍이 “시(詩)는 일으킬 수 있고, 살필 수 있으며, 무리를 지을 수 있고, 원망할 수 있으며(to express your grievances), 가까이 있는 아버지를 섬길 수 있게 하며, 멀리 있는 임금을 섬길 수 있게 하고, 새와 짐승과 풀과 나무의 이름을 많이 알게 한다”고 말한 것처럼, 문학 작품이 독서치료용 도서의 역할을 해온 전통이 있다(성백효 1990, 348-49). 고대 이집트

의 테베에 있었던 람세스 2세 신전의 서재에 붙어 있었다고 전해지는 “영혼을 치유하는 곳”이라는 현판도 현대적인 의미의 독서치료를 염두에 둔 것은 아니었다(김정근 2007, 27; Pardeck 1998, 1).

현대적인 의미의 독서치료용 도서는 주로 정신과 의사, 심리치료사, 혹은 도서관 관련 전문가에 의해 선정되어 환자의 정서적인 질환이나 문제적 상황을 해결하거나 완화하는 데 도움이 되는 역할을 하는 책들을 의미해 왔다. 영미권에서 현대적 독서치료는 흔히 치료의 대상과 목적에 따라 임상적 독서치료(clinical bibliotherapy)와 발달적 독서치료(developmental bibliotherapy)로 분화하며 자리를 잡았지만(Rubin 1978, 3-5; Hynes and Hynes-Berry 2012, 6-10), 이 두 부류의 독서치료 공히 ‘독서치료서’ 혹은 ‘독서치유서’라는 독립적인 범주의 도서를 사용하지는 않았다. 오히려 독서치료에서 치료자(혹은 조력자)와 환자(혹은 참여자)의 상호작용을 강조한 Hynes와 Hynes-Berry가 말하는 것처럼 독서치료에서 사용되는 자료, 즉 “문헌은 가장 넓은 의미로 정의된다”고 일반적으로 이해되었다(Hynes and Hynes-Berry 2012, 10).

2.2 독서치료용 도서로서 자기계발서의 활용

독서치료용 도서로 특정 부류의 장르에 주목하기 시작한 것은 John T. Pardeck이었는데, Pardeck은 독서치료에서 시와 소설과 같은 문학 작품이나 종교 서적보다는 “논픽션 자기계발서(nonfiction self-help books)”를 사용한 인지행동 요법이 경험적으로 더 효과가 있다고 주장하였다(Pardeck 1998, 35). 우리나라에서 독서

치료의 저변 확대에 큰 기여를 한 김정근 역시 Pardeck의 주장을 수용하였는데, 그는 가령 Richard Carlson이 쓴 『우리는 사소한 것에 목숨을 건다(원제: *Don't Sweat the Small Stuff*)』와 같이 독서치료의 경험을 통해 효과가 뛰어난 것으로 입증된, “사람의 정신과 심리를 과학적으로 이해하려는 노력에 비중”을 둔 “자가치유서(self-help books)”를 권장한다(김정근 2007, 24-32). 그는 김형경이나 심윤경의 소설과 같은 일부 문학 작품이 지닌 치유 효과를 높이 평가하면서도 그 효과는 소설 속에 그려진 문제적 상황이 지닌 적실성이나 작가가 의도적으로 사용하는 “정신분석학적 기법”으로 인한 것으로 설명할 뿐 독서치료에서 문학적 언어가 갖는 속성이나 매개에는 그다지 관심을 갖지 않는다(김정근 2007, 29). 임성관 역시 김정근의 번역을 수용하여 self-help books를 “자기 치료 도서” 혹은 “자가치료서”로 번역하였는데, 다만 그는 이 범주 안에 “문학은 물론이고 대상자의 특수한 상황 및 요구에 부합하는 안내서, 지침서 등의 비문학도 두루 포함이 된다”고 설명하면서 생텍쥐페리의 『어린왕자』와 헤르만 헤세의 『데미안』, 공지영의 『즐거운 나의 집』 등의 문학 작품을 독서치료에 활용하는 예를 든다(임성관 2011, 57, 158-164).

여기서 “자기계발서”로 일반적으로 번역되는 self-help books를 “자가치료서”나 “자가치유서”로 번역한 것은 이러한 책들이 실제 독서치료에 활용되는 측면을 고려한다 하더라도 우리나라의 독서치료 현황과 관련하여 진지하게 검토할 필요가 있다. 김정근은 앞의 Pardeck을

인용하며 “자가치유서”의 활용 및 효과에 주목하는데, Pardeck이 독서치료용 도서 선정 상의 여러 가지 유의할 점을 덧붙이면서 실제 제안한 것은 “논픽션 자기계발서”이며, 앞에서 언급한 Richard Carlson의 책은 아마존 기본 카테고리에서도 “자기계발서”로 분류된다.²⁾ 그리고 여기서 Pardeck은 논픽션 자기계발서를 읽는 행위만으로도 개인의 성장이나 자아의 성숙에 도움이 되긴 하겠지만 중요한 것은 독서치료 과정에서 자기계발서의 활용, 즉 “자기계발서를 가지고 하는 치료사와의 상담”임을 강조한 바 있다(Pardeck 1998, 24). 앞에서 Hynes와 Hynes-Berry의 경우도 마찬가지였지만, 독서치료의 기본적인 상황이 책을 매개로 한 치료자와 환자, 혹은 진행자와 참여자 사이의 상호작용임을 고려할 때, 우리나라의 독서치료 현장에서 self-help books를 “자가치료서”나 “자가치유서”로 소개한 것은 치료 과정의 중요한 한 요소인 치료자, 혹은 진행자를 생략함으로써 독서치료의 전문성을 도외시할 소지가 있다.

김정근은 같은 책의 서문적인 『책이 나오기까지』에서는 “치유서(books for healing)”라는 표현을 쓰고 있으며(김정근 2007, 7), 자신이 주도하며 결성한 “책읽기를 통한 정신건강연구회”의 인터넷 홈페이지에서도 “치유서(books for healing)”라는 표현을 사용한다(<http://www.readingtoheal.or.kr/main/?mid=intro>). 그런데 독서치료용 추천도서를 “books for healing”이라는 의미의 “치유서”로 이해하는 것도 오해의 소지가 없지 않다. 예를 들어 아마존닷컴과 같은 영어권 도서 시장에서 “healing”이라는 용어가

2) 하지만 YES24를 비롯한 우리나라의 온라인 서점에서는 이 책이 “문학(에세이)”으로 분류되는데, 영미권과 우리나라 도서시장의 분류 카테고리에 관해서는 뒤에 언급하겠다.

들어가는 도서의 상위 범주는 (1) 치료(Healing: 11,762) → 대체의학(Alternative Medicine: 89,386) → 건강, 운동, 다이어트(Health, Fitness, & Diet: 692,627), (2) 정신적, 영적 치유(Mental & Spiritual Healing: 19,770) → 뉴에이지 및 영성(New Age & Spirituality: 185,279) → 종교 및 영성(Religion & Spirituality: 1,383,262) 이렇게 두 가지인데, 판매되는 도서의 종은 전자보다 후자가 두 배 정도 많다.³⁾ “치유서”라는 개념을 전자의 의미인 건강, 운동, 다이어트의 하위범주로 받아들이면 독서치료의 두 축인 임상적 독서치료와 발달적 독서치료 가운데 발달적 독서치료의 위치가 불안정해지고, 후자의 의미인 종교 및 영성의 하위범주로 받아들이면 독서치료에 종교적 의미가 부가될 수 있다.⁴⁾

독서치료에서 자기계발서의 활용은 김정근이 말하는 것처럼 해외에서 “자가치유서 운동”이 일어날 만큼 “보편적인 현상”이 된 것이 어느 정도 사실이지만(김정근 2007, 31), 이에 대한 비판적인 논의가 없는 것은 아니다. Micki McGee는 미국의 자기계발 문화를 비판적으로 검토한 『자기계발의 뒷(원제: *Self-Help, Inc.*)』에서 이러한 자기계발서 시장의 엄청난 성장이 미국 노동자들의 임금정체 및 고용불안 현상과 궤를 같이 한다고 지적한다. 노동력의 유연성을 요구하는 새로운 경제 환경에서 원래 사회적이고 정치적인 참여를 포함하고 있던 자조(self-help) 개념은 불확실성에 대처하는 “시달리는 자아(belabored self)”의 생존전략으로 퇴색하였으

며, 기껏해야 Morgan Scott Peck의 『아직도 가야 할 길(*The Road Less Traveled*)』처럼 “물질적 성공의 가능성이 일반적으로 미국인들에게 점점 더 뜸구름 같은 목표가 되어 버린 세계에서 영적인 대안을 제시”하려 함으로써 현존상태의 유지에 기여하고 있다는 것이다(McGee 2005, 13, 57). 이와 동일한 관점에서 우리나라의 자기계발서 문화를 검토한 『거대한 사기극』에서 이원석은 자기계발서를 윤리적 자기계발서, 신비적 자기계발서, 그리고 윤리적 자기계발서가 진화한 형태인 심리적 자기계발서로 나누어 다소 거칠게 분석하면서 “자기계발이 지향하는 주체화 기능은 철저하게 현실 순응적”이라고 결론을 내린다(이원석 2013, 71). 이와 같은 비판은 독서치료용 도서로서 자기계발서의 활용 및 효과에 관하여 재고할 필요성을 제기한다.

2.3 독서치료용 도서로서 문학 작품의 활용

소설이나 시와 같은 창작 문학 작품을 독서치료에 활용하는 “문학치료” 혹은 “문학치유”에 주안점을 두는 진영에서는 “문학작품이 가진 치유적 권능”에 주목한다(박민근 2013, 22). 변학수는 문학적 언어가 갖는 특성을 두 가지로 설명하는데, “독자의 심리적, 정서적 공감에 호소하는 텍스트 구조”로 이루어져 있다는 점과 “독자의 상상 체험을 통한 다양한 의미 구조를 생성하고 완성시켜 가는 의미 생성의 개방

3) 괄호 안의 숫자는 2016년 10월 29일 현재 아마존닷컴에서 판매하고 있는 해당 세부 항목별 도서 종수를 나타낸다.
4) 따라서 이 글에서는 독서치료에 사용될 수 있는 독립적인 범주의 도서 분류를 보류하여, “독서치유서”, “자가치료서”, “자가치유서” 등의 용어 대신 “독서치료용 도서(Bibliotherapy books)”, 혹은 “독서치료용 추천도서(Recommended books for bibliotherapy)”라는 용어를 사용한다.

적 구조를 지향한다”는 점이 그것이다(변학수 2007, 25). Joseph Gold 역시 시와 소설이 치료에 적절한 자료라고 주장하면서, 문학작품은 “스토리를 만들어가는 인지기능의 결과물”이고, “인간의 정서를 다루는 데 필요한 느낌을 환기시킨다”고 설명한다(Gold 2002, 342). Timothy Aubry는 “소설이 자기계발서보다 훨씬 더 효과적으로 많은 개인들이 경험하는 시작 단계의 모호한 사적인 불안과 걱정 및 장애들을 설득력 있는 이야기로 변모시킬 수 있다”고 주장한다(Aubry 2011, 26). 소설가이자 철학자인 Alain de Botton이 런던에 설립한 인생학교(School of Life)에서는 자신들이 운영하는 개인 및 집단 독서치료 프로그램이 “소설 작품뿐만 아니라 엄선한 철학, 시, 기타 창의적인 논픽션까지” 처방한다고 안내하고 있으며(<http://www.theschooloflife.com/london/shop/individual-bibliotherapy/>), 여기서 독서치료사로 활동하는 두 저자가 펴낸 『소설이 필요할 때(원제: *The Novel Cure*)』는 증상 및 상황에 따라 효과가 있는 751권의 소설 작품을 선정하여 추천하고 있다.

문학작품과 논픽션 자기계발서가 독서치료에서 발휘하는 효과는 조금 상이한 것으로 평가된다. 일찍이 Caroline Shrodes가 문학작품을 활용한 독서치료 과정을 정신분석학적 시각에서 설명한 것처럼 문학작품이 작품 속의 상황이나 인물과의 동일시를 통한 카타르시스 및 통찰 효과를 불러일으킨다면, 자기계발서, 특히 현대적인 독서치료에서 가장 중요한 흐름을 형성하는 심리학적 자기계발서는 인지행동 요법의 일환으로 주로 사용된다(Pehrsson and McMillen 2007,

1). 그런데 이 두 가지 효과는 언뜻 상반되는 것으로 보이고, 자기계발서의 원조격으로 인정받는 Samuel Smiles가 일찍이 『자조론(*Self-Help*)』에서 다음과 같이 경고한 것처럼 화해의 여지가 없어 보인다.

습관적으로 소설을 읽는 사람은 비현실적인 감정에 너무 자주 빠져들어서, 그 결과 올바르게 건강한 감정이 왜곡되거나 마비되는 심각한 위험에 직면하게 된다. ... 허구가 불러일으키는 문학적 연민은 그에 상응하는 아무런 행동도 이끌어내지 못하고, 허구가 자극하는 감수성에는 불편한 감정이나 자기회생이 포함되지 않는다. 그리하여 소설을 읽으며 너무나 자주 감동 받는 마음은 마침내 현실에 무감각하게 된다(Smiles 1921, 281).⁵⁾

돈키호테에서 보바리 부인에 이르기까지 이렇게 “잘못된” 독서의 영향은 문학 작품에서도 흔히 볼 수 있지만, 책을 읽는 사람은 다양하고 그만큼 책 읽기의 효과 역시 함부로 재단할 수 없기 때문에 독서치료에서 문학 작품을 사용하느냐 논픽션 자기계발서를 사용하느냐 하는 문제는 결론 부분에서 다시 언급하기로 한다.

3. 방법론

본 연구에서는 영미권 및 우리나라에서 현재 사용되고 있는 대표적인 독서치료 도서목록에 수록된 성인 대상 독서치료용 도서의 스펙트럼

5) Smiles의 주장은 넓게 보아 대중, 특히 여성의 독서 행위에 겨냥한 근대 유럽의 반소설 담론의 일부로 볼 수 있을 것이다. 근대 영국의 반소설 담론을 영국 소설 속의 독서 행위를 통해 분석한 글로는 원영선(2013) 참조.

을 분석한다(총 3,832권). 영미권의 독서치료 현황을 전체적으로 파악할 수 있는 조사나 연구는 현재 거의 전무한 실정이며, 그나마 독서치료에 관한 연구를 해외 데이터베이스 검색을 통해 분석한 황금숙(2005)의 논문에서도 독서치료의 현황이 아니라 독서치료에 관한 해외의 연구 동향만을 다루고 있다. 미국의 독서치료 프로그램은 다양한 형태로 산재하여 표준화된 형태의 도서목록을 찾기 어려워, 본 논문에서는 구글 검색을 통하여 확인한 미국의 대학 및 공공기관의 독서치료 도서목록 가운데 비교적 충실한 목록의 형태를 갖춘 것으로 판단되는 두 대학의 독서치료 도서목록을 분석한다. 다행히 영국의 독서치료는 2001년부터 100여 개의 지방 자치단체의 공공도서관을 중심으로 독서치료 시책(bibliotherapy schemes)을 시행해 오고 있어서 공공기관 중심의 비교적 표준화된 형태의 도서목록을 살펴볼 수 있다(Brewster, Sen, and Cox 2013).

분석에 사용된 영어권 독서치료 도서목록의 출처는 미국의 센트럴미시간대학교의 교육 및 휴먼서비스 대학(College of Education and Human Services, Central Michigan University)과 라시에라대학교 도서관(La Sierra University Library), 영국의 공공기관에서 운영되는 독서치료 프로그램의 산파 역할을 한 독립적인 자선단체인 리딩에이전시(The Reading Agency)이며,⁶⁾ 비교를 위하여 영국의 런던 퀸메리대학

교 상담소(Advice and Counselling Service of Queen Mary University of London), Alain de Botton이 런던에서 운영하는 인생학교(School of Life), 세계 최대 규모의 서평 사이트인 굿리즈닷컴(www.goodreads.com)의 독서치료 도서목록을 추가하였다. <표 1>은 본 연구에 사용된 영어권 및 국내 주요 독서치료 도서목록의 치료대상별 도서 구성을 나타낸다.

본 연구에서는 성인용 도서만을 다루되, 미국에 있는 두 대학의 도서목록은 성격이 비슷하고 권수가 많지 않아서 본론의 카테고리 분석에서는 한데 묶어서 다루었으며(센트럴미시간대학교와 라시에라대학교의 추천도서는 각각 560권, 404권으로 총 964권이지만 이 가운데 성인용 도서는 도합 51권밖에 되지 않음), 영국의 두 도서목록은 작성 기관의 성격이 상이하므로 각각 분석하였다. 인생학교에서 사용하는 도서목록은 *The Novel Cure*라는 단행본에 수록된 751권의 소설을 다루었다. 2013년에 아마존닷컴의 자회사로 편입된 굿리즈의 도서목록에서는 일반 독자들이 “독서치료(bibliotherapy)”에 사용하도록 추천한 970권의 도서 가운데 아동청소년용 도서를 뺀 358권의 책을 분석하였다. 따라서 본 연구에 사용된 영미권 독서치료 도서는 총 1,359권이다.

국내 주요 독서치료 도서목록에서는 <표 1>에 제시한 바와 같이 한국도서관협회의 성인용 독서치료 도서목록에 수록된 111권의 도서,

6) 리딩에이전시는 정신의학자 및 심리학자 등 전문가들의 추천을 받아 우선 2013년에 리딩웰 처방도서 30권을 선정하였으며, 2015년 1월에 “리딩웰 치매 처방도서(Reading Well Books on Prescription for Dementia)” 25권을 여기에 추가하였다. 리딩웰 처방도서에는 아동청소년용 도서목록이 따로 있지만 본 연구에서는 성인용 목록에 포함된 55권만 분석하였다. 리딩에이전시에서는 이와 같은 독서치료용 도서목록 외에 “기분을 향상시키는 리딩웰 도서목록(Reading Well Mood-Boosting Books)”도 제공하고 있는데, 이 도서목록은 전문가가 아닌 일반 독자들이 추천한 도서로 구성되어 있으며, 시, 소설, 논픽션, 심지어 요리책까지 다양한 장르의 도서를 포함하고 있다.

〈표 1〉 영어권 및 국내 주요 독서치료 도서목록의 치료대상별 도서 구성

| | 아동·청소년용 도서 | 성인용 도서 | 계 |
|---|---------------|--------|-------|
| Bibliotherapy Education Project of CMU | 525 | 35 | 560 |
| Bibliotherapy Book List of La Sierra University Library | 388 | 16 | 404 |
| Bibliotherapy Book List of Queen Mary Univ. | 0 | 144 | 144 |
| The Reading Well Books on Prescription | 0 | 55 | 55 |
| The Novel Cure | 0 | 751 | 751 |
| Goodreads' Popular Bibliotherapy Books | 612 | 358 | 970 |
| 소계 | 1,525 | 1,359 | 2,884 |
| 독서치료를 위한 상황별 도서목록(한국도서관협회) | 137 | 111 | 248 |
| 상황별 독서치료목록(부산대학교 도서관) | 13 | 868 | 881 |
| 마음 아픈 이들을 위한 자가치유 도서목록(울산 남부 도서관) | 7 | 762 | 769 |
| 상황별 독서목록(남산 도서관) | 540 | 732 | 1,272 |
| 소계 | 697 | 2,473 | 3,170 |
| 총계 | 2,222 | 3,832 | 6,054 |

부산대 도서관에서 제공하는 독서치료 도서목록에 실린 881권의 도서 가운데 아동청소년도서를 뺀 868권의 도서, 울산남부 도서관에서 제공하는 성인용 독서치료 도서 769권 가운데 아동청소년 도서로 분류된 것을 뺀 762권의 도서, 남산도서관에서 제공하는 독서치료 도서목록에 수록된 1,152권의 도서 가운데 성인용 도서 732권을 분석하였으며, 본 연구에 사용된 국내 성인용 독서치료 도서는 총 2,473권이다. 따라서 영어권과 국내의 주요 독서치료 도서목록에서 제시하는 성인용 독서치료용 도서 가운데 본 연구에서 분석하고자 하는 대상 도서는 총 3,832권이다.

독서치료 도서목록에 수록된 도서의 성격을 분석하기 위해 본 연구에서 사용한 카테고리는 국내에서 출간된 도서의 경우에는 온라인서점

(YES24)의 도서분류, 영어권 도서의 경우에는 아마존닷컴(www.amazon.com)의 도서분류이다. 도서 시장의 도서분류체계를 차용한 이유는 첫째, 도서관이나 학술도서의 분류에서 사용하는 분류체계에는 독서치료를 위한 도서를 별도로 분류하는 가령 “독서치료서” 등의 카테고리가 존재하지 않으며,⁷⁾ 둘째, 독서치료용 도서로 선정되는 도서들이 실제 도서 시장의 소비자, 즉 일반독자들에게 어떤 종류의 책으로 인식되는지 알아보기 위해서이다(앞에서 Pardeck이 말한 self-help books도 도서 시장의 분류이다). 다만 국내 온라인서점의 도서분류가 한 도서를 하나의 카테고리 안에 일원화하여 분류하는 반면에, 아마존닷컴의 도서분류는 일반적으로 세 가지 정도의 복수카테고리를 인정하여 하나의 도서가 여러 개의 카테고리에 속할 수 있기 때

7) 예를 들어, 듀이십진분류법(DDC)의 000~999까지 천 개의 서브카테고리 속에서는 독서치료(bibliotherapy)라는 항목이 없고 더 세부적인 카테고리로 들어가야 독서치료 항목(615.85162)을 찾을 수 있는데, 이 세부 카테고리에는 독서치료에 관련된 연구서가 포함되는 것이지 독서치료에 실제 사용되는 도서들이 포함되는 것은 아니다.

문에 우리나라 시장의 도서분류와 대비할 수 있도록 그 가운데 가장 인기도가 높은 카테고리 하나만 분석에 포함하였다. 예를 들어, 앞에서 언급한 Morgan Scott Peck의 『아직도 가야 할 길』은 아마존닷컴에서 “종교 및 영성(Religion & Spirituality)”, “자기계발(Self-help)”, “건강, 운동, 다이어트(Health, Fitness & Dieting)”라는 세 개의 카테고리에 동시에 속하는 것으로 나타나지만 인기도 순위에서 각각 4위, 16위, 30위를 차지하므로 본 연구에서는 이 책을 “종교 및 영성”에 관한 도서로 분류하였다(참고로, 우리나라의 YES24는 이 책의 번역서를 “인문-인문일반”으로 분류한다).

4. 독서치료용 도서목록의 도서 분류

4.1 영어권 및 국내 독서치료용 도서의 픽션·논픽션 분류

영어권 및 국내 성인용 독서치료 도서목록의 책들을 간단히 픽션과 논픽션으로 분류하면 <표 2>와 같다.⁸⁾ 영어권 독서치료 도서목록과 우리나라의 독서치료 도서목록의 구성에서 언뜻 눈에 띄는 차이는 국내 독서치료 도서목록이 독서치료를 주관하는 기관이나 단체에 관계 없이 비슷한 픽션·논픽션 도서 구성을 보이는 것과 달리 영미의 독서치료 도서목록은 구성상의 다양성을 보여준다는 점이다. 영국의 대학과 공공기관에서 사용하는 독서치료 도서목록

에서는 논픽션 도서를 주로 사용하는 반면에, 미국의 대학 도서관에서 사용하는 독서치료 도서목록에는 상대적으로 픽션이 어느 정도 사용되며, 굿리즈의 독서치료 도서목록과 같이 일반독자들이 서평에서 추천한 독서치료용 도서 가운데에도 픽션이 상대적으로 많이 포함되어 있으며, 런던 인생학교 프로그램처럼 독서치료에 주로 문학 작품을 활용하는 경우도 있다. 이것은 우리나라의 대표적인 독서치료 도서목록과 큰 차이를 보이는데, <표 2>에서 보듯이 우리나라의 성인용 독서치료 도서는 논픽션이 약 95%를 차지할 정도로 압도적으로 많고 이러한 비중은 주관 기관에 따라 큰 차이를 보이지 않는다.

이에 대해서는 앞에서 김정근이 말한 것처럼 이와 같은 논픽션 도서들이 독서치료의 경험을 통해 효과가 입증되었기 때문이라고만 설명하기 어려워 보인다. 이른바 논픽션 “자가치유서”가 효과가 더 낫다면 런던 인생학교와 같이 주로 픽션을 독서치료에 사용하는 경우를 비롯한 모든 문학치료 및 시(詩)치료의 존재 근거가 약해지고⁹⁾ 아동용 독서치료에는 어디서나 왜 픽션을 압도적으로 많이 사용하는지도 설명하기 어렵기 때문이다. 그보다 논픽션 독서치료용 도서의 활용은 도서 시장의 변동과 유행, 독서 대중이나 독서치료 대상의 취향, 그리고 무엇보다 독서치료를 수행하는 단체나 개인의 전문성 및 치료 영역에 따른 취사선택 등 복합적인 요인에 의한 결과로 보인다. 이것을 파악하려면 독서치료에 사용되는 논픽션 도서들이 실제 어떤 부류에

8) 아동용 독서치료 도서를 이 분석에서 제외한 이유는 영국과 미국, 우리나라에서 아동용 독서치료에서 공히 픽션을 압도적으로 많이 사용하고 있기 때문에 따로 분석하여 논의할 필요가 없어서이다.

9) 국내의 시치료 연구 동향에 관해서는 최소영(2016), 52-57 참조.

〈표 2〉 영어권 및 국내 독서치료 도서목록 도서의 픽션·논픽션 분류

| 독서치료 도서목록 | 픽션 | 논픽션 | 계 |
|--|-------------|---------------|-------------|
| Bibliotherapy Book List of Queen Mary Univ. (UK) | 6(4.2%) | 138(95.8%) | 144 |
| The Reading Well Books on Prescription (UK) | 1(1.8%) | 54(98.2%) | 55 |
| Bibliotherapy Education Project of CMU & Bibliotherapy Book List of La Sierra University Library (USA) | 16(31.4%) | 35(68.6%) | 51 |
| The Novel Cure (UK) | 751(100%) | 0(0%) | 751 |
| Goodreads' Popular Bibliotherapy Books (USA & Worldwide) | 176(49.2%) | 182(50.8%) | 358 |
| 소계 | 950(69.90%) | 409(30.19%) | 1,359(100%) |
| 독서치료를 위한 상황별 독서목록(한국도서관협회) | 8(7.2%) | 103(92.8%) | 111 |
| 상황별 독서치료목록(부산대학교 도서관) | 24(2.8%) | 844(97.2%) | 868 |
| 마음 아픈 이들을 위한 자가치유 도서목록(울산 남부 도서관) | 36(4.70%) | 726(95.3%) | 762 |
| 상황별 독서목록(남산 도서관) | 52(7.1%) | 680(92.9%) | 732 |
| 소계 | 120(4.85%) | 2,353(95.15%) | 2,473(100%) |

속하는지 좀 더 구체적으로 검토할 필요가 있다.

4.2 영어권 및 국내 독서치료용 도서의 세부 카테고리 분류

영어권 독서치료 도서목록 가운데 국내 도서 목록과 의미 있는 유사성을 보이는 것은 영국의 공공기관에서 가장 많이 사용하는 독서치료 도서목록인 리딩웰 처방도서 목록이다. 이 도서목록은 웨일즈의 카디프(Kardiff)에서 활동하는 상담심리학자인 Neil Frude가 2003년에 처음 제안하여 만든 “웨일즈 도서 처방 목록(Wales Book Prescription)”을 바탕으로 일반적인 정신 건강 문제를 해결하는 데 도움이 될 만한 도서들을 전문가들의 추천을 받아 선정하여 2013년에 영국의 독립적인 자선단체인 리딩에이전시에서 처음 편찬한 것으로, 영국 도서관장 협회

(The Society of Chief Librarians)의 협조를 얻어 전국의 도서관과 공공 기관에 배포되었다.¹⁰⁾ 리딩웰 처방도서 목록을 보면 조발성 알츠하이머병에 걸린 여성 언어심리학자의 이야기를 담은 Lisa Genova의 소설 『스틸 앨리스(Still Alice)』 한 권을 제외한 모든 책이 논픽션으로 구성되어 있다. 런던 퀸메리대학교의 독서치료 도서목록 역시 144권의 추천도서 가운데 6권을 제외한 138권이 논픽션으로 구성되어 있으며, 이러한 비중은 독서치료 프로그램을 운영하거나 도서 목록을 구비하고 있는 영국의 다른 여러 대학 도서목록에서도 유사하다.

영미권 독서치료 도서목록과 우리나라의 독서치료 도서목록에 있는 도서들을 세부적으로 분류한 결과는 〈표 3〉, 〈표 4〉와 같다.

〈표 3〉, 〈표 4〉에서 볼 수 있듯이, 영국의 대학 및 공공기관을 대표하는 독서치료 도서목록인

10) 또한 Neil Frude의 웨일즈 도서 처방 목록은 미세한 수정을 거쳐 런던의 켄싱턴-첼시 자치구(The Royal Borough of Kensington and Chelsea)와 하운슬로우 자치구(The London Borough of Hounslow) 등 웨일즈 및 영국의 여러 자치단체에 웰빙 컬렉션(Wellbeing Collection)이란 이름으로 보급되어 있는데, 이들 도서목록 역시 일반적인 정신 건강 문제를 치유하는 데 도움이 될 만한 논픽션 도서 중심으로 구성되어 있다.

〈표 3〉 영어권 독서치료 도서목록 세부 카테고리 분류

| 아미존 도서 분류 | 영어권 독서치료 도서목록 | | | | | | | | | | | 비고 (종수가 극소수인 카테고리는 유사 카테고리에 포함) | |
|----------------------------|---------------|--------|--------------|--------|--------------|--------|------------|---------|-----------|--------|-------|--|---|
| | Queen Mary | | Reading Well | | CMU & Sierra | | Novel Cure | | Goodreads | | 합계 | | |
| Art, Literature & Fiction | 8 | 5.56% | 1 | 1.82% | 16 | 31.37% | 751 | 100.00% | 176 | 49.16% | 952 | 70.05% | Art 포함 |
| Biographies & Memoirs | 3 | 2.08% | 1 | 1.82% | | 0.00% | | 0.00% | 11 | 3.07% | 15 | 1.10% | |
| Business & Money | 3 | 2.08% | | 0.00% | | 0.00% | | 0.00% | 3 | 0.84% | 6 | 0.44% | |
| Education & Teaching | 5 | 3.47% | | 0.00% | 2 | 3.92% | | 0.00% | 3 | 0.84% | 10 | 0.74% | Science 포함 |
| Gay & Lesbian | 4 | 2.78% | | 0.00% | | 0.00% | | 0.00% | | 0.00% | 4 | 0.29% | |
| Health, Fitness & Dieting | 67 | 46.53% | 40 | 72.73% | 12 | 23.53% | | 0.00% | 87 | 24.30% | 206 | 15.16% | Medical Books 포함 |
| Parenting & Relationships | 6 | 4.17% | 3 | 5.45% | | 0.00% | | 0.00% | 5 | 1.40% | 14 | 1.03% | |
| Politics & Social Sciences | 14 | 9.72% | 1 | 1.82% | 6 | 11.76% | | 0.00% | 26 | 7.26% | 47 | 3.46% | |
| Religion & Spirituality | 5 | 3.47% | | 0.00% | 7 | 13.73% | | 0.00% | 10 | 2.79% | 22 | 1.62% | Christian & Bible 포함 |
| Self-Help | 22 | 15.28% | 3 | 5.45% | 2 | 3.92% | | 0.00% | 19 | 5.31% | 46 | 3.38% | |
| Textbooks | 4 | 2.78% | 4 | 7.27% | 6 | 11.76% | | 0.00% | 7 | 1.96% | 21 | 1.55% | |
| Others | 3 | 2.08% | 2 | 3.64% | | 0.00% | | 0.00% | 11 | 3.07% | 16 | 1.18% | Computer & Technology; Children: Teen; Law: Humor & Entertainment |
| 계 | 144 | | 55 | | 51 | | 751 | | 358 | | 1,359 | | |

〈표 4〉 우리나라 독서치료 도서목록 세부 카테고리 분류

| YES24 도서 분류 | 국내 독서치료 도서목록 | | | | | | | | | |
|-------------|--------------|--------|-----|--------|-------|--------|-----|--------|-------|--------|
| | 도서관협회 | | 부산대 | | 울산 남부 | | 남산 | | 계 | 비율 |
| 문학(소설/시/희곡) | 8 | 7.21% | 24 | 2.76% | 36 | 4.72% | 52 | 7.10% | 120 | 4.86% |
| 가정 살림 | 6 | 5.41% | 91 | 10.48% | 89 | 11.68% | 107 | 14.62% | 293 | 11.85% |
| 건강 취미 | 5 | 4.50% | 23 | 2.65% | 34 | 4.46% | 27 | 3.69% | 89 | 3.60% |
| 대학교재 | 9 | 8.11% | 15 | 1.73% | 19 | 2.49% | 23 | 3.14% | 66 | 2.67% |
| 문학(에세이) | 20 | 18.02% | 111 | 12.79% | 126 | 16.54% | 126 | 17.21% | 383 | 15.49% |
| 사회 정치 | 3 | 2.70% | 35 | 4.03% | 46 | 6.04% | 20 | 2.73% | 104 | 4.21% |
| 인문(심리) | 24 | 21.62% | 328 | 37.79% | 192 | 25.20% | 147 | 20.08% | 691 | 27.94% |
| 인문(인문일반) | 0 | 0.00% | 47 | 5.41% | 13 | 1.71% | 30 | 4.10% | 90 | 3.64% |
| 자기계발 | 24 | 21.62% | 136 | 15.67% | 114 | 14.96% | 144 | 19.67% | 418 | 16.90% |
| 종교 | 10 | 9.01% | 53 | 6.11% | 80 | 10.50% | 42 | 5.74% | 185 | 7.49% |
| 기타 | 2 | 1.80% | 5 | 0.58% | 13 | 1.71% | 14 | 1.91% | 34 | 1.38% |
| 계 | 111 | | 868 | | 762 | | 732 | | 2,473 | |

런던 퀸메리대학교와 리딩웰 처방도서 목록에서 가장 높은 순위를 차지하는 것은 각각 46.53%, 72.73%를 차지하는 “건강, 운동, 다이어트” 관련 도서이며, 이 가운데에는 특정한 정신 건강 문제를 해결하는 데 실질적인 도움을 주기 위해 정신의학자들이나 심리학자들이 집필한 이른바 “Overcoming 시리즈”가 많이 포함되어 있다. 이것은 이들 기관에서 독서치료가 어느 정도 전문적인 영역으로 인정받고 있으며, 이들 기관에서 주로 임상적 독서치료를 수행하고 있음을 보여준다. “문학 및 예술”(31.37%)이 상대적으로 많이 포함된 미국 대학의 독서치료 도서 목록에서도 “건강, 운동, 다이어트” 관련 도서는 23.53%로 높은 순위를 차지하며, 굿리즈의 독서치료 도서목록에서도 “문학 및 예술”(49.16%) 다음으로 “건강, 운동, 다이어트”(24.30%) 관련 도서가 많은 부분을 차지한다. 이에 비해 런던 인생학교의 독서치료 프로그램에서 사용하는 도서목록은 치료가 필요한 질환으로 물론 “폐쇄공포증이 있을 때”나 “배우자와 사별했을 때”와 같은 심각한 증상이나 상황도 포함시키지만 가령 “비행기를 놓쳤을 때”나 “넥타이에 달걀 노른자가 묻었을 때”와 같이 가벼운 일상의 상황도 재치 있게 포함하고 있다. 그러면서도 저자들은 “독서치료에서 소설의 효능이 가장 완전하고 확실하다는 확신을 얻었다”고 주장한다 (Berthoud and Elderkin 2014, 9).

반면에 우리나라의 독서치료 도서목록에 수록된 도서들을 YES24의 도서분류에 따라 정리해 보면 인문(심리), 자기계발, 문학(에세이), 가정 살림이 각각 27.94%, 16.90%, 15.49%, 11.85%로 높은 순위를 차지하는 한편, 건강 및 취미 도서는 3.60%로 미미한 수준이며, 소설과

시와 희곡 등 창작 문학작품은 4.86%에 불과하다. 그리고 이와 같은 분포는 위의 표에서 보는 것처럼 조사에 포함된 네 개의 국내 독서치료 도서 목록에서 대동소이한 구성을 보인다. 그런데 여기서 한 가지 착시현상을 고려해야 하는데, 영어권 독서 시장의 도서 카테고리 분류와 우리나라 독서 시장의 도서 카테고리 분류가 다르기 때문이다. 가령 아마존닷컴의 Self-Help(자기계발서)의 하위 카테고리인 YES24의 자기계발서 하위 카테고리는 <표 5>, <표 6>처럼 구성되어 있다.

<표 5> 아마존닷컴의 “Self-Help” 하위 카테고리 분류(cited March 21, 2016)

| 항목 | 판매도서 총수 |
|-------------------------------|---------|
| Abuse | 6,032 |
| Anger Management | 1,138 |
| Anxieties & Phobias | 2,999 |
| Coloring Books for Grown-Ups | 15,002 |
| Communication & Social Skills | 2,082 |
| Creativity | 9,246 |
| Death & Grief | 17,943 |
| Dreams | 6,013 |
| Eating Disorders | 3,649 |
| Emotions | 2,539 |
| Handwriting Analysis | 811 |
| Happiness | 16,991 |
| Hypnosis | 2,973 |
| Inner Child | 515 |
| Journal Writing | 2,702 |
| Memory Improvement | 2,359 |
| Mid-Life | 919 |
| Motivational | 68,904 |
| Neuro-Linguistic Programming | 989 |
| New Age | 987 |
| Personal Transformation | 86,964 |
| Relationships | 88,025 |
| Self-Esteem | 17,696 |
| Sex | 21,451 |
| Spiritual | 29,137 |
| Stress Management | 13,410 |
| Success | 33,817 |
| Time Management | 3,213 |
| 계 | 458,506 |

〈표 6〉 YES24의 “자기계발서” 하위 카테고리 분류(cited April 29, 2016)

| 항목 | 판매도서 종수 |
|----------------|---------------------|
| 처세술 / 삶의 자세 | 판매도서 종수 정보는 제공하지 않음 |
| 성공학 / 경력관리 | |
| 기획 / 정보 / 시간관리 | |
| 화술 / 협상 / 회의진행 | |
| 창조적 사고 / 두뇌개발 | |
| 여성을 위한 자기개발 | |
| 인간관계 | |
| 취업 / 유망직업 | |
| 유학 / 이민 | |
| 성공스토리 | |

〈표 5〉, 〈표 6〉에서 보는 것처럼 아마존닷컴의 도서 분류에는 “인문(심리)”에 해당하는 카테고리가 아예 존재하지 않고, 이에 해당하는 도서는 대개 “자기계발서”나 “건강, 운동, 다이어트” 도서로 분류된다. 문학 도서인 경우에는 아마존닷컴에서는 에세이가 아니라 시와 소설 등 창작 문학이 주종을 이루기 때문에, YES24에서 “문학(에세이)”로 분류되는 도서의 영어권 원작을 보면 “자기계발서”나 “종교 및 영성,” 심지어는 “돈과 경영” 카테고리에 속하기도 한다. 앞에서 Richard Carlson이 쓴 자기계발서인 『우리는 사소한 것에 목숨을 건다』가 우리나라의 도서 시장에서 문학(에세이) 서적으로, Morgan Scott Peck이 쓴 종교서인 『아직도 가야 할 길』이 인문(인문일반)서로, 건강 및 의학 서적으로 분류되는 Matthew Johnstone의 『굿바이 블랙독』이 인문(심리)서로 둔갑한 사실은 이와 같은 착시현상에 따른 것이다.

이런 점을 고려하면 영국의 런던 퀸메리대학교의 독서치료 도서목록에서 15.27%, 리딩웰

처방도서 목록에서 5.45%, 미국의 센트럴미시간대학교와 라시에라대학교의 독서치료 도서목록에서 3.92%, 굿리즈의 독서치료 추천도서 가운데 5.31%를 차지하는 자기계발서가 우리나라의 독서치료 도서목록에서 큰 비중을 차지하고 있는 점이 크게 눈에 띈다. 영어권 도서 시장의 도서분류를 우리나라의 독서치료 도서목록에 적용해서 분석하면 국내 독서치료 도서목록에서 “인문(심리)”, “자기계발”, “문학(에세이)”로 분류되는 도서들이 실은 폭넓은 의미의 자기계발서에 해당하는데 이를 합하면 60.33%가 되고, 여기에 “가정 살림” 관련 도서를 더하면 72.18%에 달한다. 다시 말하자면 이른바 “자기계발 이데올로기와 결합한 심리학 서적”들이 사실상 우리나라에서 독서치료용 추천도서로 가장 많이 활용되고 있는 셈이다(한기호 2014, 121).

앞에서 언급한 대로 우리나라에서 독서치료용 도서의 활용은 도서 시장의 변동과 유행, 그리고 독서치료를 수행하는 단체나 개인의 전문성 및 치료 영역에 따른 선택에 좌우되는 것으로 보인다. 근래에 자기계발서와 분간하기 어려운 심리학 서적들이 유행하면서 국내에서 “논픽션 자가치유서 출판시장의 괄목한 말한 성장”을 낳았고(김정근 2007, 31), 이러한 흐름이 우리나라에서 독서치료 활동을 가장 적극적으로 수행할 수 있는 여건을 마련한 도서관 관련 전문가들에 의해 수용되면서 독서치료를 위한 도서목록에도 반영된 것이라 할 수 있다. 그 결과 국내 독서치료용 도서목록은 영국의 공공기관 독서치료 도서목록과 같이 다소 전문적인 임상적 독서치료를 지향한다기보다는 책 읽기를 통하여 참여자가 처한 문제적 상황에 대한 개인적인 해결책을 모색하거나 심리적인

발달에 주안점을 두는 발달적 독서치료를 지향한다고 할 수 있는데, 다만 여기서도 영어권 독서치료 전통에서 오랫동안 사용되어온 문학작품들은 사실상 배제된 셈이다.

5. 독서치료에 대한 인문학적 접근의 필요성에 대한 제안

그렇다면 이와 같은 자기계발서 위주의 독서치료가 과연 Micki McGee(2005)나 이원석(2013)이 우려하는 것처럼 생존전략에 골몰하는 현실 순응적인 개인을 낳을까? 미디어의 수용에 관한 많은 연구가 보여주는 것처럼, 사람의 책읽기는 책에서 전달하고자 하는 메시지를 단순히 받아들이는 것이 아니라 그것을 전용하여 재창조하는 탄력성을 지니고 있기 때문에 이러한 우려는 다소 과장된 감이 있다. 사실 John Gray가 쓴 심리학적 자기계발서인 『화성에서 온 남자, 금성에서 온 여자(Men Are from Mars, Women Are from Venus)』가 연인관계의 의사소통 개선에 실질적인 도움을 주었다는 증언을 종종 듣기도 한다. 그렇다 하더라도 논픽션이 95%를 차지하고, 그 대부분이 심리학적 자기계발서로 이루어진 우리나라 독서치료 도서 목록은 좀 더 면밀한 학제적 연구를 통하여 개선할 여지가 있으며, 여기에 특히 책읽기의 인문학적 의미를 고려한 독서치료의 인문학적 전환을 모색할 적하다.

앞에서 독서치료가 효과를 얻는 역동학을 두 가지로 대별했는데, 하나는 문제적 상황에 대한 인지적 통찰을 제공함으로써 행동의 변화를 이끌어낸다는 것이고, 다른 하나는 등장인물과의

동일시를 통한 동중요법 효과였다. 전자가 주로 논픽션 자기계발서를 통한 독서치료에서 얻을 수 있는 효과라면, 후자는 문학치료를 통해 얻게 되는 카타르시스적 통찰의 체험이라 할 수 있다. 인지적 통찰을 통해서든 카타르시스적 통찰을 통해서든 독서를 통해 얻는 치유적 효과는 흔히 육체적, 정신적으로 통계적 정상성을 회복하는 것으로 받아들여졌다. 혹은 우리가 주어진 환경과 상호작용하는 과정에서 우리 자신의 욕구나 감정 및 외부의 사건들을 구체적으로 지각하는 계슈탈트적 알아차림(awareness)과도 같은 어떤 깨달음으로 이해되었다. 하지만 인문학적 독서치료는 “치료, 혹은 치유”의 의미를 근본적으로 다시 생각하게 하는 면이 있다. 인문학으로서 문학이 갖는 치유적 속성, 즉 “삶에 대한 사유와 통찰을 통하여 인간을 치유하고 변화시킨다”는 것은 사람의 신체적, 심리적 고통의 경감만이 아니라 “인식론적 고통, 존재론적 고통, 가치론적 고통”까지도 치유하려는 지향을 지니고 있기 때문이다(송명희 2013, 20). 박민근 역시 오랫동안 독서치료를 수행해온 경험에 비추어 볼 때 독서치료가 심리상담의 범위를 벗어나 철학적인 성찰을 요구할 때가 많다고 지적하는데, 그것은 “많은 인간문제들, 가령 돈, 인간관계, 실존, 죽음, 일과 삶의 부조화와 같은 문제는 철학적 성찰을 요하는 것들”이기 때문이다(박민근 2016, 11).

따라서 인문학적 독서치료는 단순히 책을 읽고 문제적 상황이나 증상 이전의 상태를 회복하는 것이 아니라 자신의 상처를 계기로 삶과 세계에 대한 깊은 성찰을 통하여 한층 성숙한 인간으로 변모하는 것을 지향한다. 이것은 마치 신경의학자인 Oliver Sacks가 투렛 증후군을

않는 익살꾼 틱 레이(Witty Ticky Ray)를 비롯한 수많은 환자들을 치료하면서 “복합적인 신경질환을 안고도 충만한 삶을 사는” 것이 가능하다는 깨달음을 얻은 것과 유사하다(Sacks 2015, 251). 치유되어 정상적이고 평범한 삶을 사는 것과 치유되지 않은 채로 충만하고 행복한 삶을 사는 것 사이에 무엇을 선택할지 여부는 개인의 실존적이고 철학적인 성찰 없이 간명하게 판단할 수 있는 문제가 아니다. 앞에서 변학수가 말한 문학 텍스트의 “의미 생성의 개방적 구조” 역시 책을 읽을 때 느끼는 인지적 통찰이나 정서적 공감에 더하여 우리가 얻게 되는 충만한 삶과 세계에 대한 어떤 신비감으로 설명할 수 있을 것이다.

인문학자인 김우창은 미국의 시인 Wallace Stevens의 시에 묘사된 책읽기의 어려움을 두고, “책을 읽는다는 것은 거울을 들여다보는 일이다. 그러나 그 거울은 비어 있다. 한참을 들여다보면 거울에 비치는 것은 자신의 얼굴이 아니라 밤의 푸르름”이라고, 다시 말하여 책읽기는 “존재에 대한 열림”이자 “존재의 창조성에 참여하는 일”이라고 해설한 바 있다(김우창 1994, 427, 454). 그런데 이런 신비감은 현대 시대의 빠른 독서로는 얻기 어렵다. 생텍쥐페리의 소설 『어린왕자』에 등장하는 여우의 유명한 말을 빌리자면, “네 장미꽃을 그렇게 소중하게 만든 것은 그 꽃을 위해 네가 소비한 시간”이다. 이 말은 우리나라의 현행 독서치료에서 종종 강조되는 독후 활동 못지 않게 책읽기 과정 자체를 다시 한 번 들여다 볼 것을 요구한다. 그러면 책읽기가 갖는 치유의 효과는 문제적 상황이나 증상을 벗어나 정상성을 회복하는 데 있다기보다 그러한 상황이나 증상을 안고 있는 대로 책

읽기 과정에서 우리가 내면적 성찰을 통하여 얻게 되는 삶의 고양과 충만이라는 보이지 않는 힘에 있음을 새삼 깨닫게 된다.

6. 나오며

본 연구에서는 영어권 및 우리나라에서 많이 사용되는 독서치료 도서목록에 수록된 성인 대상 독서치료용 도서의 스펙트럼을 분석하였다. 공공기관 및 대학의 도서관을 중심으로 활성화되고 있는 국내 독서치료 프로그램의 현황을 파악하고 방향을 점검하는 데 독서치료용 도서의 분석이 좋은 길잡이가 될 것이라 판단하여 국내의 주요 공공도서관에서 운영하는 독서치료 프로그램에서 도구로 사용하는 도서들이 어떤 범주에 속하는지 도서 시장의 분류를 활용하여 분석하였으며, 비교를 위하여 영미권 독서치료 프로그램에서 독서치료용 도서로 추천한 도서들을 함께 분석하였다. 분석한 결과 영국과 미국의 경우, 독서치료 도서목록이 임상적 치료 효과를 염두에 둔 전문적인 도서로 구성된 경우도 있었지만, 대체로 수행 기관의 수요에 따라 다양한 형태의 독서치료 도서목록이 사용되고 있음을 확인할 수 있었다. 반면에 공공기관의 도서관 중심으로 활성화되어 있는 국내의 독서치료 프로그램에서는 논픽션 자기계발서 위주의 도서목록이 대동소이하게 사용되고 있어서 전문성 및 다양성 면에서 재고할 여지가 있다고 판단되었다. 연구자는 이와 같은 비교분석적 고찰을 통하여 독서치료용 도서의 선정 및 활용에 대한 논의를 시도함으로써 독서치료의 방향에 대한 성찰 및 재검토를 요청

하였으며, 여기에 책읽기의 인문학적 의미에 대한 고찰이 중요한 참고가 될 것이라 제안하고자 하였다. 연구자는 독서치료가 정신의학, 심리학, 문헌정보학, 인문학의 생산적인 융합을 요구하는 학제적 실천이라는 인식을 바탕으로, 독서치

료가 인문학적 통찰에 의존함으로써 사람들에게 단순히 책을 읽고 문제적 상황이나 증상에서 회복하게 하는 것에 그치지 않고 깊은 내면의 성찰을 통하여 고양되고 충만한 삶을 추구하도록 하는 데 도움을 주기를 기대한다.

참 고 문 헌

- 김수경. 2010. 도서관 서비스 확대를 위한 독서치료의 과제. 『한국도서관·정보학회지』, 41(4): 241-68.
- 김우창. 1994. 홀로 책 읽는 사람 - 책읽기에 대하여. 고은 외. 『책-어떻게 읽을 것인가』. 서울: 민음사.
- 김정근 외. 2007. 『정신건강과 자아발달을 돕는 체험적 독서치료』. 한국도서관협회 독서문화위원회 편. 서울: 학지사.
- 김현희, 김재숙, 강은주, 나해숙, 양유성, 이영식, 이지영, 정선훈. 2010. 『상호작용을 통한 독서치료』. 서울: 학지사.
- 박민근. 2013. 『아이를 바꾸는 책읽기』. 서울: 중앙북스.
- 박민근. 2016. 『치유의 독서』. 서울: 와이즈베리.
- 변학수. 2007. 『문학치료』. 서울: 학지사.
- 성백효 역주. 1990. 『懸吐完譯 論語集註』. 서울: 전통문화연구회.
- 송명희. 2013. 문학의 치유적 기능에 대한 고찰(1). 『한어문교육』, 27: 5-29.
- 원영선. 2013. 문학 치료와 영문학 연구: 독서(행위)의 영향에 관한 소고. 『문학치료연구』, 29: 265-95.
- 이원석. 2013. 『거대한 사기극』. 서울: 북바이북.
- 임성관. 2011. 『독서치료의 모든 것』. 서울: 시간의물레.
- 조나리. 2007. 『독서치료 프로그램의 운영 현황에 관한 연구』. 석사학위논문. 부산대학교 대학원, 문헌정보학과.
- 주상수. 2016. 『공공도서관과 지역사회 협력 연합운영 독서치료프로그램 운영 연구: 서울시교육청 공공도서관 사례를 중심으로』. 석사학위논문. 경기대학교 문화예술대학원, 독서지도학과.
- 최소영. 2016. 『문학치료학 이론과 실제』. 서울: 고요아침.
- 한기호. 2014. 『독서 100권으로 찾는 마흔 이후, 인생길』. 파주: 다산북스.
- 황금숙. 2005. 외국 독서치료 연구동향 분석 연구. 『한국문헌정보학회지』, 39(2): 305-20.
- Aubry, Timothy. 2011. *Reading as Therapy: What Contemporary Fiction Does for Middle-Class Americans*. Iowa City: University of Iowa Press.

- Borges, Jorge Luis. 1992. 『바벨의 도서관(La biblioteca di Babele)』. 김춘진 역. 서울: 도서출판 글.
- Brewster, Liz, Barbara Sen, and Andrew Cox. 2013. "Mind the Gap: Do Librarians Understand Service User Perspectives on Bibliotherapy?" *Library Trends*, 61(3): 659-86.
- Chartier, Roger and Gulielmo Cavallo eds. 2014. 『읽는다는 것의 역사(원제: A History of Reading in the West)』. 이종삼 옮김. 서울: 한국출판마케팅연구소.
- Gold, Joseph. 2002. 『비블리오테라피: 독서치료, 책 속에서 만나는 마음치유법(원제: Read for Your Life: Literature as a Life Support System)』. 이종인 역. 서울: 북키앙.
- Hynes, Arleen McCarty and Mary Hynes-Berry. 1994, 2012. *Biblio/Poetry Therapy: The Interactive Process*. St. Cloud: North Star.
- McGee, Micki. 2005. *Self-Help, Inc.: Makeover Culture in American Life*. New York: Oxford University Press.
- Pardeck, John T. 1998. *Using Books in Clinical Social Work Practice: A Guide to Bibliotherapy*. New York: The Haworth Press.
- Pehrsson, Dale-Elizabeth and Paula McMillen. 2007. "Bibliotherapy: Overview and Implications for Counselors." *Professional Counseling Digest*, (ACAPAC-02): 1-2.
- Rubin, Rhea Joyce. 1978. *Using Bibliotherapy: A Guide to Theory and Practice*. Phoenix: Oryx.
- Smiles, Samuel. 1921. *Self-Help*. London: John Murray.

[독서치료 도서목록]

- 부산대학교 도서관. 2014. 『상황별 독서치료목록 네 번째: 마음의 상처, 책에서 치유의 길을 발견하다!』. [cited 2016.10.31]. <<https://lib.pusan.ac.kr/service/reader-service/bibliotherapy-catalog>>.
- 서울특별시교육청 남산도서관. 2007-2014. 『상황별 독서목록』. [cited 2016.10.31]. <http://nslib.sen.go.kr/nslib_index.jsp>.
- 울산남부도서관. 2012. 『마음 아픈 이들을 위한 자가치유 도서목록』. [cited 2016.10.31]. <https://www.usnl.or.kr/usnl2009/bbs/board.php?bo_table=readingmedical>.
- 한국도서관협회 독서문화위원회. 2007. 『독서치료를 위한 상황별 독서목록: 증보판』. 서울: 한국도서관협회. [cited 2016.10.31]. <http://www.kla.kr/jsp/fileboard/refer_data.do>.
- Berthoud, Ella and Susan Elderkin. 2014. 『소설이 필요할 때(원제: The Novel Cure)』. 이경아 역. 서울: 알에이치코리아.
- College of Education and Human Services, Central Michigan University. *Bibliotherapy Education Project*. [cited 2016.10.31]. <<http://bibliotherapy.ehs.cmich.edu/>>.
- Goodreads Inc. *Popular Bibliotherapy Books*. [cited 2016.4.29]. <<https://www.goodreads.com/shelf/show/bibliotherapy>>.

La Sierra University Library. *Bibliotherapy Book List*. [cited 2016.4.29].

〈<https://lasierra.edu/library/services/>〉.

The Reading Agency. 2013, 2015. *Reading Well Books on Prescription*. [cited 2016.10.31].

〈<http://reading-well.org.uk/books/books-on-prescription/>〉.

• 국문 참고자료의 영어 표기

(English translation / romanization of references originally written in Korean)

Byeon, Hak-Su. 2007. *Literary Therapy*. Seoul: Hakjisa.

Cho, Na Ri. 2007. *Study of Management Status of Bibliotherapy Program*. M. A. Thesis. Pusan National University.

Choi, Soyung. 2016. *Literary Therapy: Theory and Practice*. Seoul: Goyoachim.

Han, Ki-ho. 2014. *Finding Your Way of Life after 40 by Reading 100 Books*. Paju: Dasanbooks.

Hoang, Gum Sook. 2005. "An Analytical Study on Research Trends of Bibliotherapy in Overseas." *Journal of the Korean Society for Library and Information Science*, 39(2): 305-20.

Joo, Sang Soo. 2016. *A Study of the United Operation of the Bibliotherapy Program with the Cooperation of Public Libraries and Communities*. M. A. Thesis. Kyonggi University.

Kim, Hyunhee et al. 2010. *Interactive Bibliotherapy*. Seoul: Hakjisa.

Kim, Jeong-Geun et al. 2007. *The Experimental Bibliotherapy That Helps Mental Health and Self-Development*. Seoul: Hakjisa.

Kim, Soo-kyoung. 2010. "The Task of Bibliotherapy for the Expansion of Library Service." *Journal of Korean Library and Information Science Society*, 41(4): 241-68.

Kim, Uchang. 1994. "The Solitary Reader: On Reading." *Ko Un et al. Books: How to Read Them*. Seoul: Minumsa.

KLA Committee for Promoting Reading Culture. 2007. *The Experimental Bibliotherapy Bibliotherapy Book List for Different Situations*. Seoul: Korea Library Association. [cited 2016.10.31]. 〈http://www.kla.kr/jsp/fileboard/refer_data.do〉.

Lee, Won-seok. 2013. *The Great Fraud*. Seoul: Bookbybook.

Lim, Seong-Gwan. 2011. *Everything about Bibliotherapy*. Seoul: Spinning Wheel of Time.

Namsan Public Library. 2007-2014. *Bibliotherapy Book List for Different Situations*. [cited 2016. 10.31]. 〈http://nslib.sen.go.kr/nslib_index.jsp〉.

Park, Min-geun. 2013. *Reading Changes Your Children*. Seoul: JoongangBooks.

Park, Min-geun. 2016. *Reading for Healing*. Seoul: Wiseberry.

- Pusan National University Library. 2014. *The Fourth Bibliotherapy Book List for Different Situations: Find Ways to Healing Your Wounded Heart in the Books*. [cited 2016.10.31]. <<https://lib.pusan.ac.kr/service/reader-service/bibliotherapy-catalog>>.
- Song, Myung-hee. 2013. "A Study of the Healing Ability of Literature." *Education of Korean Language and Literature*, 27: 5-29.
- Sung, Baik-hyo ed. and trans. 1990. *The Analects of Confucius*. Seoul: Institute of Traditional Culture.
- Ulsan Nambu Library. 2012. *Self-Healing Book List for the Wounded Heart*. [cited 2016.10.31]. <https://www.usnl.or.kr/usnl2009/bbs/board.php?bo_table=readingmedical>.
- Won, Young-Seon. 2013. "The Studies of Literary Therapy and English Literature: A Thought on the Influence of Reading." *Journal of Literary Therapy*, 29: 265-95.

