

한 만 영 교수지도  
석사학위 청구논문

노년기 치료적 미술 활동  
필요성에 관한 연구

2008

성신여자대학교 교육대학원

교육학과 미술교육전공

황 선 영

노년기 치료적 미술 활동  
필요성에 관한 연구

한 만 영 교수지도

이 논문을 석사학위논문으로 제출함

2008년 5월

성신여자대학교 교육대학원

교육학과 미술교육전공

황 선 영

# 인 준 서

황선영의 석사학위논문을 인준함

심사위원 \_\_\_\_\_ ①

심사위원 \_\_\_\_\_ ①

심사위원 \_\_\_\_\_ ①

성신여자대학교 교육대학원

## 논문 개요

장수에 대한 열망은 인간의 오랜 과제이자 숙원이었다. 그러나 이제 사람들의 관심은 단순히 오래 사는 것에 대한 열망을 넘어서서 노년기 삶의 질로 옮겨 가고 있다.

인생의 마지막 단계인 노년기를 어떻게 보내는가는 한 노인의 삶에서뿐만 아니라 노인을 바라보는 후세들에게도 인생에 대해 생각해 보게 하는 중요한 의미를 갖는다. 삶에 있어서 노화를 더디게는 할 수 있지만 어느 누구도 노화를 막을 수 없기 때문에 현재 노인이 겪는 역할 상실과 사회적 변화로 인한 자존심 저하, 외로움, 소외감, 고립감은 곧 우리가 당면하게 될 문제이기도 하다.

노인들은 신체적 노화, 사회적 역할 상실의 변화를 겪었지만 자신들의 삶에 대한 욕구와 정체성까지 쇠퇴한 것은 아니다. 오히려 노년기의 연장으로 노인들의 욕구는 더 다양해지며 자신의 남은 인생을 건강하고 창조적으로 영위하기를 원한다.

이러한 측면에서 노인이 스스로 주도하여 내적 욕구를 충족시키고 창조적 활동의 의미를 부여하여 삶의 질을 높여 줄 수 있을 뿐만 아니라, 노인들의 내적 갈등과 감정, 욕구, 생각 등 의식의 깊숙한 부분을 표출하여 노인이 겪는 고통, 상처, 아픔을 드러내어 치유한다는 점에서도 미술활동은 의미 있는 행위이다.

이러한 치료적 관점의 미술활동이 노인의 여가선용을 위해 적용되어 노년기에 빈번하게 일어나는 노인질환에 대한 치료적 차원뿐 아니라 건강한 노년을 유지하기 위한 예방적 차원에서도 활용하고자 하는 것이다. 이와 같은

연구의 필요성으로 미술활동에 내재되어 있는 치료적 요인을 분석하여 노인의 특성에 적용할 수 있는 가능성을 알아보고, 노인의 질환과 정서적 문제에 대한 치료와 예방으로서 제시한 미술프로그램의 활용과 방향을 모색하는데 목적을 두었다.

본론에서는 첫째, 노인의 특성을 통해 노인을 이해하고, 미술이 노인에게 주는 의미에 대해 살펴보았다.

둘째, 미술활동이 노인에게 치료적으로 어떠한 영향을 미치는지에 대하여 미술 요소의 치료적 효과와, 치료의 적용을 위한 실제적 이론에 대해 알아보았다.

셋째, 노인을 대상으로 한 영역별 미술프로그램을 살펴보고, 노인의 장애에 대해 알아봄으로 적용 가능한 구체적인 노인미술교육 프로그램을 제시하였다.

결론적으로 다양한 매체를 통한 창의적 미술활동은 노인의 욕구를 충족시켜 줄 뿐 아니라 노년기에 겪는 부정적 정서를 긍정적인 자아로 치유, 예방한다는 점에서 노년기 미술활동의 필요성에 대해 확인하였다.

본 연구에서는 선행조사와 문헌연구를 통하여 미술이 노년기에 긍정적인 효과를 줄 것이라는 전제 하에 이를 논증하기 위한 이론적 근거를 제시하고자 하였으며, 이론의 고찰을 통하여 프로그램을 설계 하였다. 그러나 프로그램을 실제 적용하여 객관적인 결과를 이끌어 내지 못한 한계점을 가진다. 그러므로 향후 연구에서 객관적 결과가 도출되고 더욱 활발히 연구가 이루어져 노인미술활동의 가치를 더 효과적으로 이끌어 낼 것을 기대한다.

# 목 차

## 논문 개요

I. 서론 .....	1
1. 연구의 필요성 및 목적 .....	1
2. 연구 방법 및 절차 .....	3
II. 노인과 미술 .....	5
1. 노년기의 이해 .....	5
1) 노인의 개념 .....	5
2) 노인의 특징 .....	6
(1) 신체적 특징 .....	7
(2) 사회적 특징 .....	8
(3) 심리적 특징 .....	9
2. 노인미술의 필요성 .....	12
1) 노인의 욕구 충족으로서의 미술 .....	13
2) 노인미술활동의 효과 .....	17
(1) 노작활동을 통한 신체건강 .....	17
(2) 지적·정서적 순화에 의한 정신건강 .....	19
(3) 사회성 향상 .....	20
III. 치료로서의 노인 미술 .....	22
1. 미술활동의 치료적 적용 .....	22
1) 미술활동의 치료적 장점 .....	22
2) 예방적 차원의 미술치료 .....	27
3) 색의 치료적 효과 .....	29
2. 노인미술치료의 이해 .....	35
1) 노인미술치료의 의미 .....	35

2) 노인미술치료의 효과 .....	36
3) 노인미술치료의 이론 .....	38
4) 노인미술치료의 실제 .....	41
(1) 미술치료 구상과 주제 .....	41
(2) 미술치료 시간과 공간 .....	42
(3) 미술치료 매체의 역할 .....	43
<b>IV. 치료를 적용한 노인미술 프로그램 제안 .....</b>	<b>46</b>
1. 노인을 대상으로 한 미술프로그램 .....	46
1) 치료도구로서의 미술프로그램 .....	46
2) 목적별 미술치료 프로그램 .....	51
(1) 자아개념을 위한 프로그램 .....	52
(2) 무의식을 드러내기 위한 프로그램 .....	53
(3) 신체와 관련한 표현을 하기 위한 프로그램 .....	54
(4) 가족관계를 위한 프로그램 .....	55
2. 노년기 장애와 미술치료 적용 .....	56
1) 치매 .....	56
2) 우울증 .....	59
3) 자아통합감 .....	62
3. 치료적 미술활동 프로그램 제시 .....	65
1) 곡물과 씨앗을 이용한 만다라 꾸미기 .....	66
2) 동물 가족 그리기 .....	66
3) 손 석고 분뜨기 .....	67
4) 행복했던 시간들- 풀라주 .....	68
5) 숨은 그림 찾기- 데칼코마니 .....	68
<b>V. 결론 .....</b>	<b>70</b>

**참 고 문 헌**

**ABSTRACT**

# I. 서 론

## 1. 연구의 필요성 및 목적

오늘날 의학 기술의 발달과 의식주 환경의 발달 그리고 출산율과 사망률의 저하로 평균수명이 연장되어 세계인구 중 65세 이상 노인인구의 변화추이는 급속도로 증가하고 있다. 우리나라 또한 1960년대 이후 국민소득수준의 향상, 의학의 발달, 보건위생의 개선 등으로 평균수명이 연장되면서 노인인구가 크게 증가하였다.

이러한 노인인구의 증가와 이에 따른 고령화 사회의 도래는 노인의 삶의 질을 고민하게 하는 여러 문제를 노출하고 있으며, 수명의 연장에 따라 노후에 대한 가정적, 경제적, 사회적 문제 등이 대두되고 있다.

현재 한국의 노인들은 전통적인 유교적 사고와 가족중심의 가부장적 권위주의, 성장 일변도의 시대적 흐름 속에서 자신의 노후 보장과 복지에 관심을 기울일 여유가 없었던 세대이다. 우리 사회가 가지고 있는 사회보장제도마저도 미성숙한 단계에 머물러 대부분의 노인들은 상당한 어려움을 겪고 있는 것이 현실이다. 경제의 고도성장에 따른 도시화, 산업화의 영향으로 생산성의 증가와 빠른 발전의 도모라는 미명아래 노인 실업자들이 증가하고, 노인부양에 대한 자식들의 의식 해이로 노인단독세대가 증가함으로써 가족관계의 변화, 역할 상실과 사회적 유대관계의 상실이 초래되어 노인들의 자존심은 저하되고 외로움과 소외감을 느끼게 되어 인생의 어느 단계보다 주관적인 삶의 질이 저하될 우려가 있다.

인생의 황혼기에 이르러 개인의 삶이 행복할 수 없다면 젊은 시절의 땀과

희생은 그 의미를 잃게 될 것이다. 그러한 의미에서 노인들에게 남은 인생을 만족하며 행복을 느낄 수 있는 생활환경을 제공해 드리기 위하여 이 사회가 함께 고민하고 노력하는 것은 당연한 의무일 것이라고 생각한다.

노년기는 특별히 정신장애가 없는 경우에도 다양한 사회적 변화와 수명 연장으로 인한 개인의 신체·심리적 변화로 인해 심리치료적 개입이 요구된다. 노인들은 드러내기 어려운 갈등, 해결되지 못한 문제, 관심, 인정, 사랑에 대한 욕구, 사회적 접촉에 대한 욕구 등 많은 문제와 소망을 지니고 있다. 또한 노인들도 억압된 욕구와 표현과 해결, 현실적인 욕구의 탐색과 충족이 필요하다. 이에 대한 해결방안 중 하나가 스스로 탐색하여 내적 만족을 이루는 미술활동이다.

미술은 인류역사와 더불어 시작되어 인간의 문화적, 사회적, 인격적 발달과정을 증명하고 있는 예술로서 인간의 삶과 밀접한 관계를 맺고 있다. 즉 미술은 인간의 창의적 능력과 욕구를 역사적으로 증명하여 종교적, 미적, 심리적 카타르시스<sup>1)</sup>를 경험할 수 있는 중요한 역할을 한다. 또한 이러한 미술적 활동은 인간 개인이 처한 삶의 어려운 상황을 표출하고 받아들일 수 있는 자세, 즉 삶에 대한 용기와 의지를 키우는데 기여하며 자기 동일화의 경험도 하게 한다.

그러나 현재 운영되는 노인활동은 건강, 시사, 경제, 오락 등에 치우쳐 노인들 스스로 참여하여 창조적인 활동을 할 수 있고 정서적 평온을 유지하는 미술활동은 상대적으로 미미하고 노인들의 미술에 대한 흥미나 선호도가 높는데 비해 미술프로그램은 다양하게 이루어지지 못하고 있는 실정이다.

따라서 본 연구는 ‘노년기 미술활동의 필요성과 당위성’에 대해 고찰해 보

---

1) 카타르시스(katharsis) -정신분석에서, 무의식속에 잠겨 있는 마음의 상처나 콤플렉스를 말이나 행위, 감정을 통해 밖으로 발산시켜 노이로제를 치료하는 정신요법으로 정화법이라고도 한다.

고자 하며 이를 위해 노년에 대한 올바른 이해와 노년의 신체적, 심리적인 문제를 짚어보고, 이를 해결하기 위한 미술활동이 노인의 특성과 조화하여 치유적인 효과가 있을 것이라는 가설을 바탕으로 이를 뒷받침하기 위한 이론들을 검토함으로써 노년기의 치료적 미술활동의 적용 가능성에 대해 고찰할 것을 목적으로 하였다.

궁극적으로 미술활동을 통해 정서적 안정과 활력소로 생활의 흥미를 가져다주어 노년의 삶의 질을 높이고 성공적인 노후를 맞이할 수 있는데 도움이 되고자 한다.

## 2. 연구방법 및 절차

본 연구는 세계적인 추세이면서 우리나라에 급속하게 전개되고 있는 고령화 사회를 대비하기 위한 노인의 심리적 안정과 삶의 흥미를 유발할 수 있는 노인활동 중의 하나인 미술활동에 대해 알아보고자 노년학과 노년기 미술활동, 미술치료에 관한 선행논문과 관련 문헌 연구를 중심으로 고찰해 보고자 한다.

첫째, 고령화 사회에서 대두되고 있는 노인문제를 이해하기 위해 노인의 특성에 대해 정리하고 미술활동이 노년기의 생활에 미치는 영향에 대해 고찰한다.

둘째, 노년기의 신체적·심리적 변화에 따른 문제와 장애를 완화하고 해결할 수 있는 치료와 예방적 차원의 미술활동의 치료적 가능성에 대해 알아보고, 치료적 의미와 효과성에 대해 알아보고자 한다.

셋째, 현재 활용되고 있는 미술치료 프로그램의 종류를 알아보고, 노년기

빈번하게 일어나는 몇 가지의 장애와 질병과 그에 대한 치료적 적용을 통한 미술프로그램을 제안하고자 한다.

## II. 노인과 미술

### 1. 노년기의 이해

#### 1) 노인의 개념

노인에 대한 정의는 매우 다양하다. 일반적으로 노인이란 생리적 및 신체적 기능의 퇴화와 더불어 심리적인 변화로 개인의 자기유지기능과 사회적 역할 기능이 약화되어 정상인으로서의 기능에 지장을 받고 있는 사람을 말한다.<sup>2)</sup> 또한 생활보호법과 노인복지법 등의 현행법에서는 단순 연령만을 기준으로 하여, 65세 이상을 노인으로 규정하고 있다.

노인이란 사회적, 환경적 행동의 변화에 능동적으로 대처하는 능력이 떨어지고 신체적, 정신적, 감정적 기능이 쇠퇴하는 과정에 있는 사람들을 말하지만, 노령화의 시기를 구분하는 것은 쉬운 일이 아니다. 개인마다 생리적, 신체적 특성이 다르고 사회적 여건이 다르며 신체적 연령과 정신적 연령이 같지 않기 때문에 노인의 선을 몇 세부터 규정하기에 어려움이 있다.

따라서 노인 개념을 규정하기 위해서 사회의 인구학적, 경제적, 사회적, 문화적 요인이 노인으로 규정하는 연령이나 노인의 역할과 지위, 노인에게 부여하는 의미와 가치 등에 어떻게 영향을 미치는가에 따라 다양하게 규정되고 있다.

브린(Breen)은 노인을 생리적·육체적으로 변화기에 있는 사람, 심리적인 면에서 개성의 기능이 감퇴되고 있는 사람, 사회적 변화에 따라서 사회적 관

---

2) 이계탁, 「복지행정학강의」, 나남, 1997, p.583

계가 과거에 속해있는 사람이라고 정의하였다.

이러한 노인에 대한 학자들의 견해를 종합적으로 고려하여 노인에 대한 정의를 한다면,<sup>3)</sup>

첫째, 사회적 역할 상실 : 주요한 사회적 지위와 역할이 상실된 상태에 있는 사람을 노인으로 규정한다.

둘째, 기능적 연령(Function age) : 개인의 특수한 신체적 및 심리적 영역에 있어서 기능의 정도에 의해서 노인을 규정한다.

셋째, 역연령(Chronological age) : 시간경과의 단위인 달력의 시간에 의하여 일정한 연령 등에 도달한 사람으로 정의한다.

넷째, 가족 내에서의 정의 : 손자, 손녀를 얻음으로써 할아버지, 할머니의 역할이 새롭게 생길 때 본인뿐 아니라, 가족 내에서 노인으로 대접해 준다.

다섯째, 개인의 자각(Self-awareness) : 개인 스스로 주관적으로 판단하여 노인이라고 생각하는 사람을 노인으로 규정한다.

위와 같이 노인의 정의는 여러 학자에 따라 다양하므로 일률적으로 정의하기는 어려우나 일반적 개념은 생리적 기능의 퇴화와 심리적, 사회적 변화가 일어나고 온건 보수적이고 의존성을 띠며 사회적 역할이 축소된 사람을 노인이라 할 수 있다.

## 2) 노인의 특성

노화란 유기체가 정상적인 환경조건 속에서 살아가면서 시간의 흐름에 따라 자연히 일어나게 되는 변화를 뜻한다. 노화되되는 생물학적 측면에서 말하는 노화로 전 생애 가운데 퇴화과정이 재생적 생물학적 과정을 능가하여

3) 류중훈 외 공저, 「노인교육의 이론과 실제」, 학문사, 2002, p.14

결국 유기체의 파괴가 일어나게 되는 시기를 말한다. 따라서 노화되되는 정상적인 노화의 부수적 과정이라 할 수 있다.<sup>4)</sup>

노화현상은 인간이 나이를 먹으면서 육체적 혹은 정신적으로 나타나는 자연스러운 변화 현상으로 이러한 변화 현상 속에서 생체 기능상 여러 가지 장애가 발생할 수 있으며, 그러한 장애 요인들은 신체의 노화와 병행하여 지속적으로 증대되어진다.

노화는 그 과정상 신체적 기능의 저하는 물론 환경과 상호 작용함으로써 매우 복잡한 형태로 진행하게 된다. 다시 말하면 신체적인 면에서 볼 때 노인은 면역력이 떨어지게 됨으로 인해 다양한 질병을 양산하게 된다. 이러한 건강 약화와 질병의 발병률이 높아지는 것은 노인들의 심리적 의존성을 증가시키는 원인이 되기도 한다. 또한 은퇴와 더불어 일차적으로 직면할 수밖에 없는 경제적인 어려움에 놓이게 되고 사회적 지위의 박탈과 함께 가정에서도 가장으로서의 역할이 축소됨으로써 점차적으로 사회로부터 격리되는 고립의 늪으로 빠져들게 된다.

따라서 노인들을 제대로 이해하기 위해서는 노인들의 신체적 특성은 물론 심리적 · 사회적 환경의 변화까지 포함하여 다루어야 할 필요가 있다. 본 절에서는 노인의 특성에 대하여 신체적, 사회적, 심리적 특성으로 살펴보고자 한다.

### (1) 신체적 특성

노년기가 되면 신체적인 노화가 현저하게 진행되면서 여러 가지 변화가 나타난다. 개인적으로 큰 차이가 있지만 일반적으로 나이가 들어감에 따라 외관상으로 머리카락이 희어지고 피부에 주름이 생기며 검은 반점이 눈에 띄게 많아진다. 또한 골격의 약화로 움직임이 힘들어지고 허리가 굽기도 하며

---

4) 윤진, 「성인노인심리학」, 중앙적성출판사, 1985, p.61-62

근육의 기능 또한 현저히 저하된다. 시력의 약화, 피부의 주름, 월경 정지, 피로감, 기억력이 감퇴되며 심장, 폐, 위장, 간장 등의 신체 기관들의 쇠퇴와 기능 저하 현상이 나타난다.

이와 같은 기능의 저하로 노인들에게는 고혈압, 심장병, 동맥경화증, 뇌졸중, 암, 당뇨병, 관절질환, 류머티스, 신경통, 골다공증, 백내장, 녹내장, 치과질환 등과 같은 각종 질환들이 나타나게 된다. 신체 기능의 저항력 감퇴로 여러 가지 질환에 걸리기 쉬워 지는 반면 건강상의 회복 과정은 느려진다. 신체의 각 기관이 부조화 경향을 나타내고 환경의 변화에 대한 적응력이 감퇴되어 조금만 무리를 해도 기능의 장애가 오는 수가 많다.

이와 같이 신체의 구조와 내부기능의 노화 현상이 나타나고 이로 인하여 각종 만성질환이 늘어난다고 할 수 있으나, 노화의 정도는 개인마다 다양하고 개인의 신체 구조와 내부기능에 있어 그 속도도 다르다. 그러나 일반적으로 나이가 들면 노화가 진행되고 신체적인 문제와 각종 만성질환도 발생하기 때문에 이 같은 변화는 노인들에게 심리적, 사회적으로 영향을 주게 된다.<sup>5)</sup>

## (2) 사회적 특성

노인의 사회적 특성은 청, 장년과 다른 많은 변화를 보여주고 있으며 사회 구성에서 차지하고 있는 지위와 역할의 변화가 노년층의 특성을 규정짓게 된다. 노년층이 되기 이전에는 생계유지자 또는 가장으로써 사회의 중심 위치에서 노인이 된 후에는 ‘의존자’ 또는 ‘비중심자’로 사회 속에 위치하게 된다. 대표적인 사회적 위치의 변화는 정년퇴직을 그 기준으로 삼을 수 있는데, 사회적 제도인 정년퇴직으로 직업을 잃게 되고 이에 따라 직업에 부수되는 다른 공식적인 사회적 지위도 상실하게 된다. 직장의 상실은 수입의

5) 박차성 외 공저, 「한국노인복지론」, 학지사, 2005, p.30

감소로 이어지고, 이같이 경제적인 능력이 저하됨에 따라 사회와 가정에서의 권위도 약화된다. 이로 말미암아 의존성은 증가하면서 소외와 고독을 느끼게 되는 것이다.

카우길과 홉즈(Cowgill & Holmes)의 현대화 이론에 따르면 “현대화가 진행 될수록 노년층의 지위는 반비례 한다.”라고 주장하고 이 이론에 의하면 현대화의 정도가 높을수록 노년층의 지위는 저하된다는 것이다. 보건 및 의료기술의 발전, 경제적인 생산기술의 발전, 대중교육의 확대, 도시화 등의 현대화 현상들은 생산적인 노동시장에서 일정 연령의 이상의 노년층을 퇴직시키고 경제적, 사회적인 역할을 상실시킴으로서 사회, 심리적인 고립을 초래하여 결국에는 노년층의 지위를 저하시키게 된다고 주장하고 있다.<sup>6)</sup>

그러므로 노년층을 단순히 부양의 대상이나 사회적 비중심자로 규정짓는다면 노년층 자신은 물론 가족이나 국가 또한 부담으로 작용된다. 따라서 노년층을 사회구성요소의 제 측면에 적극적으로 참여하는 존재로 사회발전의 구성원으로 변화해야 한다.

노인시기의 존재감 상실과 사회의 단절감은 노인 스스로에게뿐 아니라 사회적으로도 손실을 일으킬 수 있다. 그러므로 그들에게 맞는 사회적 위치와 역할을 공급하여야 할 것이며 별 볼일 없는 존재라는 낮은 자존감을 회복시켜 사회와 노인이 서로 공존할 수 있어야 할 것이다. 그것이 고령화 사회를 맞이하는 우리들이 준비하고 대비 하여야 할 과제이다.

### (3) 심리적 특성

신체기능의 노화로 감각기능, 지각기능, 정신기능이 쇠퇴하게 된다. 이는 이해의 정도나 반응하는 속도가 느려지게 되며 기억력은 쇠퇴하고 문제해결 능력도 감소되기 마련이다. 노인의 기억력 감퇴로 인해 노인은 변화하는 사

6) 권육상, 「노인복지론」, 유허출판사 2002, pp.17~18

회에 심리적으로 고립과 소외를 경험하게 되고, 변화에 대한 적응능력이 저하되고, 이로 인해서 욕구불만이 유발되며 노인 특유의 성향이 생기게 된다.

노인의 심리적 특성은 정신 기능과 성격이 변화 되고 있는 것을 말하며 평생 살아온 개인적인 경험과 사회생활로 인하여 굳어진 자아감과 형성된 인격체이므로 변화가 쉽지 않고 다양한 개인차를 보일 수 있지만, 노인의 일반적 심리적 특성은 다음과 같다.<sup>7)</sup>

첫째, 우울증 경향의 증가이다. 연령에 따른 우울증 경향의 증가는 일반적인 현상이다. 노인은 신체적 질병, 배우자의 죽음, 경제사정의 악화, 사회와 가족들로부터의 고립, 일상생활에 대한 자기통제 불가능 그리고 지나온 세월에 대한 회상 등으로 전반적으로 우울증 경향이 증가한다. 그리하여 이런 노인들은 불면증, 체중감소, 감정적 무감각, 강박관념, 증오심 등의 구체적인 우울증세를 나타낸다.

둘째, 내향성 및 수동성의 증가이다. 인간은 노화와 더불어 사회적 활동이 감소하고 사물의 판단과 활동방향을 외부보다는 내부로 돌리는 행동양식을 갖게 된다. 특히 신체 및 인지기능의 감퇴와 더불어 자아에너지의 투입이 적으며, 생활상황에 감정투입을 적게 하며 자기주장을 관철함에 있어 지구력이 약할 뿐만 아니라 새로운 것에 도전하기를 꺼린다.

셋째, 경직성의 증가이다. 경직성은 어떤 태도, 의견 그리고 문제해결 장면에서 그 해결방법이나 행동이 옳지 않거나 이득이 없음에도 불구하고 옛날과 마찬가지로 방법을 고집하고 여전히 계속하는 행동경향을 말한다. 노인은 인지기능의 저하로 인해 학습능력이 저하되는데, 이는 지능의 쇠퇴라기보다 경직성의 증가에 따른 학습 및 문제해결 능력의 감소로 여겨진다.

넷째, 성역할의 변화이다. 노인들은 이전과는 달리 억제되었던 성역할의 방

---

7) 최외선 외 공저, 「마음을 나누는 미술치료」, 학지사, 2006, pp.347~348

향으로 전환되어 간다. 즉 늙어 갈수록 남자는 유연성과 양육동기가 더 증가하고, 여자는 공격성, 자기중심성 그리고 권위적 동기가 더 증가한다는 것이다. 이러한 경향은 특히 육체적 영역에서보다 사고·판단·행동과 같은 정신적 영역에서 더욱 두드러지게 나타난다고 한다.

다섯째, 조심성의 증가이다. 노인이 될 수록 행동이 더욱 조심스러워진다. 그 이유는 노인 스스로의 의지로써 정확성을 더욱 중시하기 때문이고 신체적, 심리적 기능의 쇠퇴로 인해 그 보완작용으로 인해 조심스러워지기 때문이다. 또한, 자신의 결정에 대한 자신감이 감퇴하기 때문에 더욱 세심한 주의를 기울인다.

여섯째, 유산을 남기려는 경향이다. 노인은 사후에 이 세상에 다녀갔다는 흔적을 남기려는 욕망을 강하게 가진다. 따라서 자손을 낳고 재산과 유물, 골동품, 독특한 기술, 토지와 보석 등을 후손과 친지들에게 물려주고자 한다.

일곱째, 친근한 사물에 대한 애착심이다. 노인이 될 수록 사용한 물건과 대상에 대한 애착심이 증가한다. 이는 노인으로 하여금 자신이 살아 온 과거를 회상하고 마음의 안락을 찾게 해 준다.

여덟째, 의존성의 증가이다. 노인은 신체적 및 경제적 능력의 쇠퇴와 더불어 의존성이 증가한다. 노인이 되어 갈수록 자녀, 가족 및 이웃으로부터의 물질적인 도움보다는 심리적으로 마음으로 믿고 의존하려는 경향이 증가한다.

다양하고 빠르게 변화하는 사회 환경에의 부적응 또는 자녀들이 취업과 결혼 등으로 인해 독립하여 떠나버림으로써 나타나게 되는 빈 등지에 대한 적응, 직장에서의 은퇴나 가정 경제권 이양 등으로 인한 사회적 역할의 상실,

소외 및 고립은 가정과 사회에서 노인들의 생활을 어렵게 만드는 요인들이 되고 있다.

특히 이 시기에 배우자의 사망이나 절친한 친구의 사별 등과 같은 영원한 이별의 경험은 노인을 더욱 심한 고독감에 빠지게 하며 스스로를 고립시키게 하는 결과를 초래한다.

또한 전통적인 가부장사회에서 노인들은 가족 내 최고의 어른으로서 대우를 받았으나, 오늘날은 젊은 세대들 사이에서 효에 대한 봉양의식이 과거에 비해 현저히 약화됨으로써 기성세대의 부양에 대한 책임감 또한 현저히 약해지고 있는 것이 현실이다. 현대사회의 핵가족화로 인해 독거노인과 노부부만의 생활이 늘어감에 따라 노인은 허탈감을 느끼게 되고 노부모와 자녀간의 세대 갈등이 심하게 발생하게 된다.

이러한 급작스런 주변 환경의 변화에 노인들은 우울증, 회상의 경향, 내향성의 증가, 성 역할 지각의 변화, 과거 지향적인 경향, 조심스럽고 신중함, 친근한 사물에 대한 애착심 증가, 시간조망의 변화 등을 겪으며 정신적이나 경제적으로 안정감을 갖기를 원하고, 아직도 무엇인가 할 수 있음을 증명하려고 하고, 새로운 것을 배우고 싶어 하며, 친구나 자녀들과 유대관계를 가지기를 원하고, 건강하고 더 오래 살기를 원하며, 자신의 존재가치를 인정받고 싶어 한다.<sup>8)</sup>

## 2. 노인미술의 필요성

의학기술의 발전과 영양 상태의 개선 등으로 노인의 평균수명이 연장됨에

---

8) 홍숙자, 「노년학개론」, 도서출판 하우, 2001, pp.72~85

따라 노인으로 살아가야 할 시간이 늘어나게 되었다. 이는 특별한 역할 없이 주어지는 늘어난 노년기를 노인 스스로 채우고 관리해 나가야 하는 시간이 그만큼 증가했음을 의미한다.

사회의 경제적·사회적 및 문화적 발전에 따라 고학력 노인의 증가, 생활 수준의 향상으로 노인의 욕구는 다양해지며, 젊은 세대의 노부모에 대한 부양의식의 희박으로 인해 노인 자신도 자녀에게 의존하기보다는 사회활동에 참여하며 자녀와의 독립을 통해 노년의 시간을 의미 있게 보냄으로써 삶의 만족을 찾으려 한다. 또한 노년기는 쇠퇴와 조락의 시기만이 아닌 계속적인 발달과 성장의 시기로서 노인은 자신의 잠재력을 계발하여 좀 더 창조적으로 노년기를 영위해 나가기를 원한다.

미술활동은 노인이 활동을 주도하는 취미생활로서의 자기 계발 욕구를 충족시켜주며, 자신의 감정과 생각을 표현함으로써 정서적인 안정을 주고 손과 눈의 협응 작용을 통한 신체적 기능의 촉진과 더불어 집단 작품 활동을 통해 사회성의 향상에도 긍정적인 영향을 준다. 더 나아가 신체, 심리, 사회적으로 변화를 겪게 되며 발생하는 심리적 문제에 대한 치유에서도 두드러진 효과를 나타내고 있다.

따라서 미술활동이 노년의 학습 욕구를 충족시켜 주며 신체적, 심리적, 사회적인 측면의 구체적인 효과에 대한 연구를 통하여 노년기를 더욱 창조적이고 효율적으로 가꾸어 나갈 수 있는 노인미술의 필요성에 대해 정리하고자 한다.

### 1) 노인의 교육적 욕구 충족으로서의 미술

인간의 기본적인 욕구는 안정의 욕구와 성장의 욕구로 분류될 수 있다. 이

중 성장의 욕구는 자기에게 주어진 잠재력을 개발하고 자아를 실현하려는 경향으로 학습욕구가 가장 대표적인 예이다.

노인의 학습적 욕구에 관한 대표적인 주장은 ‘노화에 관한 백악관 회의(White House Conference on Aging)’에서 맥클러스키(McClusky, 1981)가 제안한 다섯 가지의 욕구이다. 이는 환경적응의 욕구(coping needs), 표현적 욕구(expressive needs), 공헌의 욕구(contributive needs), 영향력의 욕구(influence needs), 초월적 욕구(transcendence needs)로 나뉘게 된다. 미술 활동은 이러한 노인의 학습적 욕구를 통합적으로 충족시켜 줄 수 있는 분야라고 할 수 있다.<sup>9)</sup>

#### ① 환경적응의 요구(Coping Needs)

이는 노화로 인한 감퇴된 기능을 회복하고 환경에 적응하기 위해 학습을 하고자 하는 욕구이다. 미술을 통한 다양한 매체와 재료와의 접촉은 노인의 시각적, 촉각적 감각을 회복시켜 줄 수 있으며 현대 사회의 문화적 특징인 시각적 미디어에 대한 적응력을 키워 줄 수 있다. 시각적 미디어에 의한 문화적 현상이란 기호나 상징, 마크, 문자, 표식 등 다양한 시각 언어들의 기능과 역할에 관한 충분한 인지와 다양한 재료, 용구 체험을 바탕으로 한 창의적 조형물을 만들어 내는 행위나 능력을 포함한다. 현대 사회의 문화적 특징에 관한 이해와 활용은 노인들의 사회적 적응에 큰 도움을 줄 수 있다.

#### ② 표현적 욕구(Expressive Needs)

노인은 학습을 통하여 어떤 다른 목적을 성취하는 것 뿐 아니라 활동 그 자체가 좋아서 참여하며, 신체 운동과 사회 활동, 그리고 어떤 기술이나 취

---

9) 이지희, 「노년기의 미술교육에 관한 해석학적 현상학의 접근과 사례 연구」, 고려대학교 석사학위논문, 2005, pp.17-20

미를 배우고 새로운 경험을 통해 만족을 얻으려 한다는 것이다. 이는 매슬로(Maslow)<sup>10</sup>가 인간의 요구 위계에서 밝힌 심미적 요구, 즉 질서와 아름다움에 대한 요구와도 그 맥락을 같이 하고 있다. 미술활동은 인간의 주변 환경에 있는 다양한 요소들을 한데 어울리게 하여 새롭고 의미 있는 전체로 표현하는 과정이다. 이러한 주변 환경의 요소들을 선택하고 해석하여 재구성하는 과정에서 인간은 자신의 표현을 통해 자신이 어떻게 생각하고, 느끼고, 보고 있는가를 보여 주는 것이다. 미술에 있어서 표현 능력은 특히 자신이 경험한 것들의 축적된 인상을 바탕으로 자기 내면에 있는 복합적인 이미지를 미적 조형 요소로서 시각화하는 과정이라고 할 수 있다. 노인들에게 있어서 그리기, 만들기로 대변되는 미술의 모든 활동은 자기표현 행위이다. 미술 활동을 통해 현재 자신의 기분, 느낌, 경험, 감정 등을 그대로 옮겨 내는 진지한 심신의 협동작용이라고 할 수 있다.

### ③ 공헌의 욕구(Contributive Needs)와 영향력의 욕구(Influence Needs)

사회의 구성원이 되어 활동하고 공헌할 수 있는 능력을 기르고자 하는 욕구이다. 전통 사회에서 노인들은 생의 연장자로서 젊은 세대의 존경과 지도자적 성격을 지닌 존재였으나 현대에 와서 과학과 기술의 급속한 발달로 노인들은 사회적 변화에 적응하지 못해 사회 구성원으로서의 역할을 상실하게 되었다. 사람은 자신을 활동적이게 하며 사회에 융합하기 위해 사회적 접촉이 필요하다. 사회적 접촉은 자신의 정체성 인식에 중요한 사회적 위치와 역할을 제공해 주는데 노인들은 친구나 친척, 배우자의 사망, 자녀의 독립, 동료의 은퇴, 퇴직 등으로 인하여 사회적 관계에 장애를 받는다. 그러나 노

---

10) Abraham H. Maslow(1908~1970) - 미국의 심리학자로 인본주의 심리학의 창설을 주도하였으며, 기본적인 생리적 욕구에서부터 사랑, 존중 그리고 자기실현에 이르기까지 충족되어야 할 욕구에 위계가 있다는 욕구위계설을 주장하였다.

인들은 외롭고 불필요하고 희망이 없다고 느껴도 그들은 존엄, 창조력, 지적 자유, 도덕 등의 근본적인 인간의 자질을 지니고 있다. 비록 다양한 프로그램의 부족이 있지만 예술이나 문예 창작과 같은 다양한 여가 활동을 하고 있다. 예술은 사회와 밀접하게 관련되어 있고 사회적 반응과 변화 속에서 중요한 의사소통 수단의 하나로서 인식되며, 노인들은 미술 작품을 통해서 사회의 중요한 구성원으로서 참여함은 물론 생의 연장자로서의 역할 또한 되찾을 수 있다. 즉 노년기의 미술은 인생의 경험과 전문성, 삶의 지혜를 사회에 환원함으로서 사회적 자원을 극대화 하고 세대 간의 화합을 통하여 사회적 통합을 이루는 매개체가 될 수 있을 것이다.

#### ④ 초월적 욕구(Transcendence Needs)

노인은 신체적 노화에 따라 학습을 통해 신체적인 젊음보다 더 중요한 인생의 본질적 의미를 찾고자 한다. 이는 생의 연장자로서의 전통적인 노인의 역할이며 현대사회가 요구하는 노년기의 이상적인 모습이라고 할 수 있다. 미술은 이러한 노년기의 초월적 요구에 대한 적절한 표현 방법이 되어 줄 수 있다. 미술 활동은 개인의 사고를 의식적으로든 무의식적으로든 드러나게 해주며 표현과 동시에 사고는 확장되고 성장한다. 인간과 동물의 주요한 차이점 중의 하나는 인간은 창조할 수 있지만 동물은 그렇지 못하다는 사실이다. 창조·창의는 이제까지 없었던 새로운 것을 만들어 내는 것, 생각해 내는 것을 의미한다. 자기 마음대로 만들었다가 부수고 고치고 변형시키고, 바꾸어 나가는 미술 활동을 통해 노인은 작은 창조자로서 초월적 욕구를 충족시킬 수 있다.

따라서 노년기의 미술은 이러한 특성을 통해 노인의 욕구를 충족시켜주는 중요한 방법이 될 수 있다.

## 2) 노인미술활동의 효과

### (1) 노작활동을 통한 신체건강

근대 과학의 발전은 인간의 수명을 대폭 늘리고, 기계화의 흐름은 일상생활에서 신체적 활동의 기회를 박탈하였다. 그 결과 우리들은 자신도 모르는 중에 그 상태에 신체를 적응시켜 근육, 골격, 심장 혈관 계통의 기능을 저하시키고 있다. 세계보건기구(WTO)의 건강에 대한 정의를 보면 '육체적으로 질병이 없고 허약하지 않을 뿐 아니라 정신적, 사회적으로 안녕한 상태'라고 하였다. 육체는 건전한 정신을 수반해야 하며, 이렇게 심신의 허약이나 질병 없이 적극적으로 사회생활을 수행하며 개인과 가정 그리고 사회의 안녕과 복지를 이룩시키는 데 필요한 것이 건강이다.<sup>11)</sup>

신체의 각 기관은 단체적으로 되풀이함으로써 생리적으로 발전하고 그 결과 활동의 능력이 증가하는 동시에 적응이 좋아진다. 유전은 발육의 경과나 한계를 결정하나 적당히 그리고 충분히 발달하기 위해서는 각 기관을 쓰는 것이 절대적으로 필요하며 적당한 신체활동이 건강을 증진시킨다는 것은 일반적인 상식이 되었다.

노화는 인체 내재적인 생물학적 과정으로 인한 일차적 노화와 신체 사용 정도, 질병, 장애와 같은 통제 가능한 이차적 노화에 의해 나타난다. 운동, 영양섭취, 사고 등 이차적 노화의 원인과 예방은 비교적 명백하지만 일차적 노화와 원인은 명백히 알기 어렵다. 그러나 규칙적인 활동으로 에너지를 소모하고 충분한 휴식과 영양 공급을 원활하게 함으로써 노화를 방지하고 수

---

11) 이화여자대학교 교양체육편찬위원회, 「움직임과 건강」, 이화여자대학교 출판부, 1991, p.194

명을 연장시켜 주기도 한다.<sup>12)</sup>

미술활동이라 함은 주로 ‘색이나 형태를 중심으로 하는 정적인 영역’으로 간주되어 왔지만 오늘날 그 견해의 폭을 넓혀 운동이나 신체의 기능 등을 고려하고 있는 통합적 개념의 ‘신체조형’이다.<sup>13)</sup> 미술은 미적이며 감각적인 활동이라고 하나 신체적인 기능을 통해 통합적으로 볼 필요가 있다.

그러기나 만들기 등의 미술활동은 미적인 표현이지만 그 기본은 손을 필요로 하는 소근육 운동이다. 소근육 운동은 몸의 전체를 움직여 큰 운동을 하는 대근육 운동과는 달리 몸의 상지, 특히 손과 손가락을 사용하는 작은 운동으로 눈과 손의 협응, 두 손 사용의 협응, 사물의 조작력 그리고 손가락의 민첩성으로, 이를 조화시켜 적절한 운동이 이루어진다. 또한 손과 관련된 인간의 촉각은 사물을 판별하는 데 있어 뛰어난 감각으로, 촉지각을 통해서 감정을 느끼고 질감에 대한 정보를 받아들인다.<sup>14)</sup> 점토나 흙, 모래, 돌 같은 자연물, 부드러운 재료 등을 이용하는 다양한 미술활동은 촉지각을 통해 무더진 노인의 감각을 자극하여 감각능력을 강화하며, 노인에게 도구나 재료 사용을 통제하는 능력도 길러준다.

미술활동은 소근육의 발달뿐만 아니라 대근육에도 자극은 준다. 예를 들어 종이공작에서 종이접기는 손끝을 이용한 디자인적인 활동이지만 종이비행기를 접어서 날리는 것은 운동이나 신체놀이가 되기도 하며, 몸을 통해 표현하는 액션 페인팅이나 퍼포먼스 역시 신체활동을 통한 미술이다.

이런 측면이 바로 ‘신체조형’이며 이러한 ‘신체조형’은 운동 능력의 감퇴로 인해 신체적 활동이 부족한 노인들의 신체 건강에 도움을 준다.

---

12) 송명자 저, 「발달 심리학」, 서울:학지사, 1999, p.410

13) 다와라 구니테루 저, 김지균·김향미·황향숙 공역, 「노인복지와 미술지도」, 서울:홍익재, 2003, p.42

14) 정현희 저, 「실제 적용 중심의 미술치료」, 서울:학지사, 2006, p.169



## (2) 지적·정서적 순화에 의한 정신건강

정신건강이란 지능·감정·행위·인격이 잘 발달하여 그것들이 서로 조화를 이루고 있는 것을 말한다. 즉 이성과 정서가 균형을 잘 이루어서 감정의 발현에 무리가 없고 감정이 사물에 순응해서 이루어지는 것이다. 정신건강은 정신기능에 관해서 그 발달 욕구 또는 욕구불만, 고민 적응기제 등의 본질을 명확히 하여 정신작용의 건전한 발달을 도모함과 아울러 정신장애를 미연에 보호하고 예방하려는 것이다.<sup>15)</sup>

노화로 인한 지능의 변화, 기억의 상실, 성격의 변화, 행동특성의 변화 그리고 변화하는 사회구조와 핵가족화가 노인에게 끼치는 영향이라는 것은 정신건강을 위협하고 있는 수준까지 왔다.

미술은 이러한 상황에 개입하여 노인의 심리적 적응과 만족을 높여 주는 역할을 한다. 미술활동은 자신의 감정이나 욕구를 억압시키지 않고 표출함으로써 정신 건강에 도움이 된다.

칸딘스키(Kandinsky, 1866-1944)는 그의 저서에서 예술의 기능에 대하여 “예술은 무관하게 우연히 생겨난 현상도 아니며, 다른 모든 실체와 마찬가지로 계속적으로 창조하는 능동적인 힘을 갖추고 있는 것이다. 그것은 삶을 영위하고, 삶에 영향을 미치며, 인간의 정신적 분위기를 창조에 관여한다. 그러므로 예술이라고 하는 것은 맹목적으로 창조하는 것이 아니라 인간의 영혼을 발전시키고 순화시키는 데에 기여해야 한다”<sup>16)</sup>라고 설명하고 있다. 그에 의하면 예술의 정서순화 기능이란 이 시대의 표현이면서 동시대의 고양된 삶을 이끌어 주고, 인간의 정신과 감정을 여과시켜 주는 인간 정신의 상호 소통자인 것이다.

15) 이화여자대학교 교양체육편찬위원회, 상계서, p.151

16) Kandinsky, 권영필 역 「예술에서의 정신적인 것에 대하여」, 열화당, 2000, p.128

영국의 심리분석가인 위니콧(Winnicott, 1971)은 미술 작업의 기능이 고통과 긴장을 표현하는 것이라고 하였다. 그 예로 스스로 질병을 앓고 있었고 병으로 가까운 가족의 죽음을 늘 보아야 했던 뭉크(Munch, 1863-1944)는 병과 죽음의 공포와 인간존재의 외로움 같은 것들이 예술적 창작 활동의 근원으로 작용하였다. 그는 인간에게 당면한 죽음과 공포를 시각화함으로써 그를 불안하게 만드는 감정적인 억압에서 벗어나 안정감을 회복할 수 있었다.<sup>17)</sup>

미술은 자신의 정서를 표출하고 표현된 정서를 정확히 이해하게 하며 자신의 내면을 탐색하게 함으로 억압해온 감정을 발산하여 고통과 두려움에서 해방시킬뿐 아니라 긍정적인 에너지를 불러 일으킨다.

대상의 미적표현으로부터 무의적 세계를 파악하고, 나아가서 미적 활동을 통해 심리적 갈등이나 정서적 어려움을 감소시키는 정화의 기능을 갖는 미술활동은 심각한 질환을 가진 노인의 문제 행동을 줄이고 기분을 호전시키며 심리적인 스트레스를 해소시킴으로 전반적인 생활과 삶의 질을 향상시킨다고 할 수 있다.

### (3) 사회성 향상

노년기에는 신체, 심리, 사회적으로 이전의 삶의 방식에서 큰 변화를 겪게 된다. 그러나 건강한 노후를 준비하기 위한 도움이 부족한 현실에서, 노인들은 홀로 이러한 변화에 적응해야만 하는 경우가 많다. 노인들은 대인관계에서 소외감과 고독감을 느끼며 고립되게 된다. 이러한 자기은폐는 자기개방으로 감소 될 수 있다.

미술활동은 자신의 불만이나 생각, 경험 및 감정 등을 솔직하게 드러내지

17) 김선현 저, 「임상미술치료의 이해」, 학지사, 2006, p.201

못하는 성인들에게 긍정적으로 자기개방을 할 수 있는 기회를 제공한다.

노인들은 집단간의 미술활동을 통해 개인의 관심사나 삶의 경험을 함께 나눌 수 있고 구성원들 간 역동을 통해 자신의 고통이 자신에게만 독특한 것이 아님을 알게 되어 고립감과 외로움이 감소되며, 의존요구와 같은 퇴행적 감정도 집단의 참여를 통해 감소된다. 노인들은 집단에서 ‘통제력 상실, 고통, 우울, 체념, 죽고 싶은 생각, 희망이 없는 생활이나 느낌, 수동적 인내’와 같은 파괴적 감정이나 생각을 극복할 수 있다. 이에 따라 개인적 통제력, 자신의 활동이 개인상황을 변화시키고 자신의 삶에 영향을 줄 수 있다는 것을 인식한다. 여기에서 집단은 개인 스스로가 자신을 통제하는 가능성을 지닌 모임이 되는데, 노인들에게 이러한 집단활동은 용기를 얻을 수 있는 기회가 된다.<sup>18)</sup>

노인은 다른 연령에 비해 신체접촉의 기회가 적는데, 미술의 협동활동을 통해 이러한 신체적 접촉이 이루어지며 소속감과 친밀감을 경험하게 하고 자신의 감정을 긍정적으로 솔직하게 표현하는 능력을 증가시킨다.

미술활동은 힘이 부족한 노인에게 적당한 활동을 제시할 수 있으며 표현을 통해 자신의 이야기를 투사할 수 있게 하여 노년기에 쉬 약해질 수 있는 자아 존중감 및 긍정적 삶의 자세를 갖게 하는데 도움이 된다. 작업 과정을 통해서 친밀함에 따른 사랑의 욕구와 공동체 의식을 통한 소속의 욕구를 만족시키며 사회적 상호작용을 경험하는 등의 긍정적 효과가 있다고 본다.

---

18) 정여주, 「노인미술치료」, 학지사, 2006, pp. 89-90

### Ⅲ. 치료로서의 노인 미술

#### 1. 미술활동의 치료적 적용

##### 1) 미술활동의 치료적 장점

미술은 구석기 시대의 동굴벽화에서 알 수 있듯이 오랜 역사를 가지고 발달해온 인류 문화의 한 부분이다. 태초부터 인류와 함께 해오면서 문자가 없던 시절의 인간의 역사를 기록하고 우리의 사상과 정서, 꿈과 희망을 담아왔다. 시대와 문화를 초월하여 의미를 전달하며 내적인 경험을 나타내는 강력하고 효과적인 의사소통 양식인 것이다. 넓은 의미에서 미술은 인간의 마음을 어루만지고 정신적인 성장을 돕는 치유의 역할까지 담당한다.

‘미술 치료(Art Therapy)’라는 용어를 처음으로 사용한 울만(Ulman)<sup>19)</sup>은 “미술표현은 한 사람의 외부 세계와 내부 세계가 만나는 곳이다”라고 정의하였다. 미술 치료는 미술 작품으로서의 가치 외에 자기 표현을 통한 자기 이해와 성장, 문제 해결 능력의 부여 등이 ‘치료’라는 개념과 어우러져 탄생된 것이다.<sup>20)</sup>

미술은 자신이 표현하고 싶은 생각을 보여주는 것, 다시 말해 미술활동 과정 그 자체, 즉 표현하고 싶은 것을 자유롭게 나타내는 행위 자체에 의미가

19) Elinor Ulman - 「Bulletin of Art therapy」의 창간호에서 미술치료라는 용어를 처음으로 사용하였다. 울만은 미술치료를 ‘치료’ 혹은 ‘미술’ 한 가지에 보다 치중함을 지적하며 치료적 측면과 창조적 측면 모두 주장함으로 미술치료를 독립된 분야로 발전시켰다.

20) 김선현 저 「마음을 읽는 미술치료」, 넥서스북스, 2006, p.23

있으며 그로 인해서 정신적으로 승화되는 과정이 진정한 치료의 의미를 갖는다.

미술활동이 갖는 치료적 장점에 대해서 와드슨(Wadson, 1980)은 다음과 같이 설명하고 있다. 첫째, 전언어적 사고(preverbal thinking)가 상(image)의 형태를 취하며 이는 인격 형성에도 중요하다. 둘째, 저항을 줄일 수 있다. 셋째, 자기 자신과의 가치에 저항이 있는 사람에게는 미술표현이 그의 사고 및 감정을 객관화하는 다리의 역할을 해 준다. 넷째, 언어의 한계성을 벗어날 수 있다. 다섯째, 공간성이 표현된다. 여섯째, 육체적 운동을 통해 창조성을 생활화시킬 수 있다고 했다.

또한 니아체(Kniazze, 1981)도 미술치료가 말보다 심층적 경험을 표현할 수 있어 좋은 의사소통의 수단이 되며 그리는 일 자체가 창조적 활동으로서 정화(catharsis) 혹은 승화(sublimation)의 기능을 수행할 수 있고, 묘사하고자 하는 대상의 조직화를 통해 정신기능을 회복하는데 도움을 주므로 치료적 효과가 있다고 하였다.<sup>21)</sup>

이러한 미술의 치료적 특징에 대해 정리하면 다음과 같다.<sup>22)</sup>

첫째, 미술은 한 개인의 모든 것을 포함한다. 예술 작업 과정은 우리의 모든 것인 몸, 마음, 정신을 활용하여 통합하는, 인간이 발견한 소수의 방법들 중의 하나를 제공한다. 아시시의 성프란시스(St. Francis of Assisi, 1182-1226)는 “손으로 일하는 사람은 노동자다. 손과 머리로 일하는 사람은 장인이다. 손, 머리, 가슴으로 일하는 사람은 예술가다”라고 말했다. 생체학의 수준에서 볼 때, 뇌 기능에 대한 우리의 이해는 아직도 미개척 분야이지만, 우리는 사람이 창작하고 있을 때 뇌의 좌우의 반구가 다 관련되며, 그

---

21) 최재영, 「자폐아동을 대상으로 한 미술요법 사례 연구」, 서울대학교 대학원 석사학위논문, 1994, pp.20-21

22) Judith A. Rubin 저, 김진숙 역, 「미술치료학 개론」, 학지사, 2006, pp.207-217

들은 창작하기 위하여 효과적으로 상호작용해야 한다고 알고 있다.

둘째, 우리 생각의 많은 부분이 시각적이다. 꿈같은 정상적인 현상이나 환각 같은 비정상적 것들을 통하여 우리는 마음속에 암호화된 많은 것이 이미지의 형식이라는 풍부한 증거를 가지고 있다. 실제로 모든 의식 수준에서 인간의 많은 생각이 심리학자 루돌프 아른하임(Rudolph Arnheim, 1954)이 말한 ‘시각적인 생각(Visual Thinking)’이라는 것에는 의심의 여지가 없다.

미술을 창조하는 것은 아이디어들을 볼 수 있도록 드러내는 방식이며 따라서 새로운 생각과 느낌이 유도될 수 있다. 미술작품을 만드는 행위가 또 다른 종류의 사고이듯이, 그 작업물을 만들고 또 결과물을 보는 행위는 ‘또 다른 방식의 읽기’이다.<sup>23)</sup>

셋째, 기억은 언어 이전의 상태에 있거나 금지된 내용일 수 있다. 가지각색의 건강 상태들은 괴로운 경험으로 채워진 어린 시절의 환경의 결과일 수가 있다. 그것들의 발단이 너무 어릴 때 있기 때문에 비언어적 치료를 통하여 종종 더 쉽게 접근할 수 있다. 특히 섭식장애, 중독증, 심한 자기애적 혼란들이 해당되며, 실제로 대부분은 흔히 말하는 ‘경계선’ 장애와 같은 여러 가지 성격장애들이다. 그것들의 발생이 언어 전 단계 수준에서 왜곡되고 고착되었기 때문에, 이런 사람들은 미술치료를 반응을 잘하며, 미술치료가 그들의 혼란된 내면을 표현하고, 보게 하고, 받아들이게 도울 수 있기 때문에 종종 최상의 치료가 된다. 자신의 경험에 대해서 말하기 어려운 학대를 겪은 사람들을 위해서 더 많은 미술치료사들이 일하고 있다는 것은 놀랄 일이 아니며, 그들은 이야기하는 것에 대한 억제가 ‘말없이 말하는(Telling Without Talking)’ 미술치료를 통하여 극복될 수 있기 때문이다.

넷째, 미술은 독특한 표현을 가능하게 한다. 미술은 말로는 불가능한 표현

---

23) Judith Aron Rubin 저, 최소영, 김혜정 역, 「Rubin의 통합적 예술치료 읽기」, 시그마프레스, 2007, p.26

들을 할 수 있으며, 동일한 그림 공간에 다른 시간들과 장소들을 표현할 수 있다. 이것들은 삶의 공간 그림처럼 동시에 일어날 수 있고, 또는 삶의 자취 그림처럼 연속해서 일어날 수 있다. 마찬가지로 하나의 미술 작품은 미움과 사랑 같은 양립할 수 없는 감정 상태를 분명하게 표현하고 합성할 수 있다. 이것은 미술이 내면의 심리적인 통합을 하는 작업에 특히 유용한 하나의 이유이며, 이런 통합은 대부분의 심리치료와 자아개발의 주요한 목적이다. 또한 가정, 단체 사회에서 곤경에 처한 그룹에 미술치료는 특히 유익하다. 사람은 서로 동시에 말하고 들을 수 없지만, 미술 작업은 여러 사람이 동시에 할 수 있다.

다섯째, 미술 작품은 도움이 되는 존재다. 미술 작품의 존재는 언어를 사용하는 심리치료와 매우 다른 임상 상황에 소용된다. 개인 미술치료에서도 치료실에는 항상 '제삼자'가 있다. 미술 작품은 환자와 치료사를 연결하는 다리 역할을 하며 둘 사이에서 변화 또는 교류 매체로 작용한다. 자체의 타자로서의 역할 때문에 미술은 자의식을 감소시키고 자기 반영을 증가시키는 모순되는 작용을 한다. 그룹 또는 가족치료에서도 미술 작품은 도움이 된다. 서로의 작품들에 대한 반응을 주고받든, 함께 작업하며 작업 과정, 함께 만든 작품, 그 밖의 것들을 회고하든 자신, 다른 사람들, 그룹에 대해 고찰하는 것이 사람(들)의 마음에 잇는 것이 아니라 작품 안에 있는 그것들을 볼 수 있음으로서 더욱 쉽게 이루어진다.

여섯째, 미술은 유연하고 용도가 넓다. 미술치료의 또 다른 최고의 이점은 무한하고 넓은 용도에 있다. 그것은 모든 연령의 사람들과 함께 사용할 수 있고, 거의 모든 장애나 시설에서 적용할 수 있다. 또한 미술은 어디서나 가능하기 때문에 가정에서 만나야 하는 사람들, 병상에서 움직이지 못하는 환자들, 보호소의 곤경에 빠진 사람들에게 제공될 수 있다. 미술은 위기 상황

들과 위기중재 시설들에서 치료로서 특히 유용하며, 미술의 많은 매체들이 정신적인 외상으로 말이 안 나올 때 매우 필요한 빠르고 쉬운 표현을 가능하게 하기 때문이다. 미술은 또 다른 방식으로 용도가 넓으며, 사회 복귀, 치료, 교육, 발달 이론들과 관련되어 많은 방식으로 사용될 수 있다.

일곱째, 미술은 정상인들을 위한 심리치료적인 접근을 가능하게 한다. 미술 치료의 또 다른 중요한 이점은 미술활동들이 학교, 교회, 지역사회 센터와 같은 보통의 시설에서도 자연스럽게 접하기 때문에 미술치료는 언어를 사용하는 심리치료보다 많은 사람에게 훨씬 적은 두려움을 준다는 것이다. 심리치료로서의 미술은 미술치료사가 관련 분야 관리자들과의 자문역, 교육자, 감독자의 역할을 하면서 많은 사람에게 미술의 치료적인 이점을 베풀 수 있다.

여덟째, 창작 과정은 배우는 경험이 될 수 있다. 여러 학자들이 심리치료와 창작 과정 사이의 유사함을 지적했으며, 창작 과정은 미술 치료의 효능을 설명하는 또 다른 적당한 이유가 된다. 양쪽은 모두 자체의 구조 안에 혼란과 카오스(chaos)<sup>24)</sup>와 대항하는 것뿐만 아니라 새로운 체계들을 낳기 위하여 낡은 것들을 허무는 것을 수반한다. 또한 창작 과정은 보거나 존재하는 새로운 방식들을 실험하는 기회를 제공한다. 크레이머(Kramer, 1958)<sup>25)</sup>는 “미술은 삶의 경험과 동등한 것들을 창작함으로써 인간의 경험의 폭을 넓히는 방법이다. 그것은 마음대로 경험을 선택하고, 바꾸고, 되풀이할 수 있는

24) 카오스(chaos) - 그리스의 우주 개벽설에서, 우주가 발생하기 이전의 원시적인 상태를 말하는 것으로 혼돈이나 무질서한 상태를 이른다.

25) Edith Kramer - 미술치료를 ‘미술’과 ‘치료’라는 두 단어로 나눠 봤을 때, 하나는 미술을 중시하는 입장이고 다른 하나는 치료를 중시하는 입장이다. 치료를 중시하는 입장은 ‘미술 작품을 치료자와 내담자 사이에서 전달되 상징적 회화’라고 보는 것으로 대표적 학자는 나움버그이고, 미술을 중시하는 입장은 ‘예술을 창조하는 행위 그 자체가 치료적’이라고 보는 것으로 대표적인 학자는 크레이머이다. 크레이머는 미술 작품을 해석하는 것이 아니라 미술 작업 과정에서 자신의 갈등을 해결하고 승화와 통합 과정을 도와주는 것, 즉 작품을 만드는 과정 자체를 치료라고 보는 견해로 ‘치료로서의 미술(Art as Therapy)’을 주장하였다.

영역이다”라고 말했다. 인간이 고통스런 현실을 바꾸는 데는 무력할지라도 미술은 상처받은 영혼을 치료하는데 도움을 줄 수 있다.

아홉째, ‘자연스러운 만족감’을 가져다주는 미술이 치료를 가능하게 한다. 우리는 정신건강을 위해서 미술을 통해 할 수 있는 것들의 걸모습을 겨우 만졌을 뿐이다. 행복이 환각제로 추구되고 울분이 무감각한 폭력으로 분출되는 세상에서 창작은 안전하게 승화하는 수단이 된다. 울만은 창작은 ‘최상의 상태에 있는 삶의 순간적인 본보기’를 줄 수 있다고 했다. 창작의 감각적이고 정신적인 즐거움은 심오하며, 충만한 삶을 넉넉하게 하고, 너무나 어두운 면을 여전히 밝히고 있다. 울만(Ulman, 1961)은 “미술은 내면과 외면 세계가 만나는 장이다. 미술의 원동력은 인간성에서 나온다. 그것은 혼돈에 질서를 세우는 방법이며, 그 혼돈은 내부의 무질서한 감정과 충동이며 외부에서 받은 당황케 하는 많은 느낌들이다. 그것은 자기와 세계를 발견하고 그 둘 사이의 관계를 확립하는 수단이다. 내부와 외부의 현실들은 완전한 창작 과정에서 새로운 실재로 융합된다”라고 말했다. 이것은 미술을 지식을 얻는 언어적인 방법들을 늘리는 그저 ‘상징적 언어’의 형식이 아니라 깊이 치료하는 활동으로 보는 것이다. 미술은 지각적이고 운동감각적이기 때문에 만지고, 모양을 만들고, 재료를 손으로 다루는 그 행위가 깊은 즐거움을 주는 원천이 될 수 있다. 그리고 그 과정이 끝났을 때 완성된 작품(들)을 보고 또 보여 주는 것은 만족을 주는 훌륭한 원천이 될 수 있다.

## 2) 예방적 차원의 미술치료

치료적 차원에서 정신적 문제가 있는 내담자를 대상으로 그 증상을 완화, 치료하려는 목적으로 미술치료를 적용하는 방법이다. 치료적 차원에서의 미

술치료는 내담자에게 정서적으로 새로운 발전을 유도하며 무의식의 내용을 의식화시킨다. 그러나 예방적 차원은 미술치료를 내담자에게 국한하는 관점에서 벗어나 광의적 의미로 보는 것이다. 예방적 차원에서의 접근은 일반적인 사람을 대상으로 현재의 소극적인 요소들을 감소시키며, 더욱 긍정적인 자아상을 발전시킬 수 있도록 하는 것이다. 치료적 차원의 접근이 발생한 문제를 해결하려하는 것이 초점이라면, 예방적 차원의 접근은 문제 자체의 발생을 예방하기 위해 현재에는 문제화 되지 않았으나 차후 문제가 될 가능성이 있는 소극적인 원인들을 감소하게 하여 문제의 발생을 예방하려는 것에 초점을 두고 있다.

실제, 그림 그리기는 많은 사람들에게 그 자체로서도 중요한 의미를 부여할 수 있는데, 사람들은 무의식에서 우러난 그림을 그림으로써 이제까지와는 다른 자율적 표현 출구를 경험하여, 자신에 대한 낯은 편견을 버리고 해소하며 극복 할 수 있는 기회를 가질 수 있다. 그림을 그리는 과정은 치료 영역이 아니라도 예방적 차원에서 분열, 억압, 불안, 무기력증을 어느 정도 감소시키며, 더 나아가 인간성을 성숙시키고 발전 할 수 있도록 도와준다. 또한 그림을 그림으로써 내적 심상들과 접촉하여 자연스러운 개성화 과정이 진척된다.<sup>26)</sup>

노인들은 노년기에 빈번하게 발생하는 다양한 병이나 장애를 겪을 뿐만 아니라 이로 인한 심리적 불안감과 두려움을 겪는다. 미술활동은 이러한 노년기의 정신적 질환에 예방적 효과를 갖는다.

여러 가지 연구보고서에 의하여 교육은 나이를 먹은 사람들의 정신계 손상을 감소시킬 수 있다고 주장되고 있다. 이 이론에 의하면 교육에 의해 뇌가 운동을 하게 되어 신경전달 통로의 수를 증가시킴으로써 뇌의 손상이 있게

---

26) 정은영, 「미술교육을 통한 예방적 차원에서의 미술치료」, 동국대학교 교육대학원, 2001, p.9

될 때, 새로운 신경전달 통로를 이용할 수 있게 된다는 것이다. 그러나 이것은 전형적인 교육을 이야기하는 것이 아니다. 정신적으로 활동적인 삶, 즉 여행, 독서, 취미활동 등을 의미하는데, 이러한 삶을 유지하는 사람은 TV를 보며 시간을 보내는 사람보다 훨씬 정신적인 활성을 유지할 수 있어서 치매 같은 질환을 예방할 수 있다고 한다.<sup>27)</sup>

치매를 예방하는 방법 중 하나가 손을 많이 사용하는 것이다. 그리기, 만들기 등을 통한 미술활동은 감각을 길러주고, 즐거운 마음으로 집중력을 둘 수 있으며, 미술활동을 통해 다른 사람과 어울려서 함께 친교의 시간을 보내면서 정서적으로, 감정적으로 스트레스를 해소시킨다는 점에서, 혼자 지내거나 사람과 어울리지 않거나 친구가 없는 사람보다 치매에 걸릴 위험이 낮아진다.

노년기 미술활동을 통하여 감각훈련과 인지능력이 향상되고 억제되었거나 의식적, 무의식적 갈등을 적극적으로 표현, 또는 해소시킴으로서 노년기의 정신적, 신체적 노화의 방지 및 저하와 정신장애를 예방할 수 있다.

### 3) 색의 치료적 효과

소리의 주파수가 청각을 통해서 뇌에 작용한다면 색채의 파장도 시각을 통해 뇌에 영향을 주고 있음이 분명하다.

빛과 색은 망막을 통하여 뇌의 중앙에 위치한 송과선과 뇌하수체를 통제한다. 이곳은 우리 몸의 호르몬과 신경화학 물질을 조절하는 중요한 역할을 한다. 감정표현, 심장박동, 혈액순환, 동공의 움직임 등과 같은 반사적 기능뿐 아니라 타인에 대한 개인의 기분을 조절하는 작용도 이 부분과 연결되어

---

27) 선구영 저, 「치매로부터의 해방」, 한국사회복지회 노약자양호연구소 & 치매전문요양원 샘터마을, 2005, p.24

있다. 이런 식으로 빛과 색은 우리의 신체기능을 유지하는데 중요한 요소이다.

최근에는 서양 의학 분야에서 색채 심리를 분석 플라시보<sup>28)</sup> 효과와 예방의학적 치료 효과로 주목을 받고 있다. 스위스의 심리학자인 막스 룩사 박사의 ‘캡슐의 색이 약제의 치료 효과에 미치는 심리적 영향’이라는 논문에 의하면 불면에는 보라, 식욕부진에는 주황, 노랑, 기침에는 파랑, 녹색, 흰색 혈압강하제는 밝은 갈색, 비타민제는 빨강, 항 비만제는 노랑, 파랑, 항균 및 소독제는 파랑 등의 구성을 제안하고 있고, 또 이를 근거로 제약회사에서 약품에 적용하고 있다. 이는 실제로 병원에서 신생아 황달 치료에 응용되어 파란 불을 비추는 것만으로 혈액을 정상화 시킨다. 이것은 심리적 플라시보 효과를 넘어 색의 파장에 의한 의학적 치료효과도 분명히 증명되는 부분이다.

일본의 스에나가 타미오(Suenaga Tamio) 박사의 색채심리 연구에 따르면, 색채는 정신적인 노화를 방지하고, 심리적인 안정을 지켜준다고 말한다. 이것은 색을 매일 즐기면서 색을 사용하고 있는 화가들에서 장수 한다는 통계가 있다. 물론 고흐(Gogh)나 모딜리아니(Modigliani)처럼 젊어서 요절한 천재도 있지만, 피카소(Picasso)는 92세, 르누아르(Renoir)는 78세, 뭉크(Munch)는 81세, 오키프(O’Keeffe)도 99세까지 살았다.

20세기 약 100년 동안 구미와 일본인의 평균 수명은 64.9세이나, 저명한 화가들을 집계한 평균수명을 보면 69.5세이다. 그 원천이야말로 그들이 매일 그리는 그림에 있으며 색채를 계속 사용한 생활 때문이라고 생각한다. 새로운 색을 창조하는 화가들의 창조적인 행위는 할수록 한없이 쾌감을 느끼게 되며, 뇌 속 창조활동의 장소인 전두엽에는 쾌감의 통로인 신경물질 도파민

---

28) 플라시보(Placebo) - 실제로는 치료에 생리적으로 도움이 되는 약이 아닌데도 단지 환자가 도움이 될 것이라고 믿고 복용함으로써 실제로 병세가 호전되는 현상을 말한다.

이 무제한 분비된다고 학자들은 말한다.<sup>29)</sup>

노인은 인생에 있어서 변화를 겪는 시기로 그 어느 때보다도 불안과 고독감, 소외감, 고립감을 느끼는 시기다. 따라서 이러한 색의 치료적 특성은 건강한 노년을 위한 중요한 요소가 된다.

따라서 우리가 일상생활에서 많이 접할 수 있는 색이 주는 치료적 효과에 대해 살펴보고자 한다.<sup>30)</sup>

### (1) 빨강

빨강은 감각적이고 생식기관과 관계가 있기 때문에 주의해서 사용되어야 한다. 그러나 부부관계나 성적인 것에 무관심한 사람에게는 빨강의 자극이 필요하다. 무감각하고 냉정하며 너무 생각이 많은 사람에게 빨강은 예쁨, 따뜻함, 활력 등의 의미를 줄 수 있다.

미술치료 장면에서 빨강으로 그림을 그린다는 것은, 내담자들이 빨강이 주는 감정과 에너지를 경험할 수 있다는 것이다. 빨강의 체험을 통하여 어떤 활동에 동기유발을 얻게 되며, 용기를 얻고 신체적 일을 시작할 수 있다.

### (2) 파랑

파랑은 다양한 색톤을 가지고 있으며 그에 따른 치료적 목적과 개입도 달라진다. 파랑은 신경조직을 편안하게 해주므로 일반적으로 피로하고 병이 있을 때, 파랑에 대한 욕구가 커진다. 특히 종이에 파랑 원을 그리거나 낙서를 하면 신체가 이완되고 마음이 고요해 진다. 남청색은 눈의 건강에 도움이 되므로 눈이 피로할 때 이 색을 사용하거나 자연에서 이 색을 바라보는

---

29) 권일현, 최법진, 「색채 심리가 노인 생활 건강에 미치는 영향에 관한 연구」, 조형예술연구논문집 제6집, 2005, pp.12-13

30) 김말숙, 「새롭게 보는 미술치료」, 교육과학사, 2007, pp.130-139

것을 권할 수 있다. 또 하늘색은 광활함과 자유로움과 모든 구속과 물질세계에서 해방된 느낌을 얻기 때문에, 이 색으로 인하여 숨을 내쉴 수 있게 한다.

미술치료에서 파랑을 적용하면 어려운 상황에 인내심을 가지게 되고 문제의 해결력도 생기게 된다. 또한 영적 발전을 지속시키기 위해 파랑을 치료에 적용할 수 있다. 남색을 사용함으로써 내담자는 사고와 정서의 조화를 이루게 되며, 정신적 이해력을 넓힌다. 남색은 동요하지 않고 균형을 잡을 수 있는 치유의 색이나, 이 색을 너무 자주 입거나 사용하면 자기 고립적 경향을 가질 수 있다.

### (3) 노랑

노랑은 일반적으로 사람을 행복하고 즐겁게 만든다. 노랑의 자연의 이미지는 초봄의 개나리, 빛나는 태양, 노랑 병아리, 추수를 앞둔 들판, 노랑나비 등 다양하다. 밝은 노랑은 활기를 준다. 이 색으로 마음과 정서와 기분이 넉넉해진다. 노랑은 왼쪽 뇌를 자극하는 색으로, 학문이나 지적인 일을 하는데 도움이 된다. 이와 관련하여 내담자를 노랑으로 유도하는 것은 정신력을 강화하고 기억력과 지적 학습을 개발하는 목적을 가지기도 한다. 또한 너무 현실성이 적은 사람이거나 보호를 받지 못한 사람들을 개선하는 데 도움이 된다. 긍정적 에너지를 얻거나 생각을 정리하고 정보를 기억하려면, 노랑을 사용하거나 노랑을 상상한다. 그러나 지적인 활동이 너무 많은 사람에게는 노랑과 연관된 것을 줄이는 것이 좋다. 고집이 센 사람과 자기에게 고루한 사람에게는 연노랑을 연습하게 함으로써, 그 자신에게서 따뜻한 느낌이 흘러나오도록 경험하게 한다. 이 색은 명상을 위해서 혹은 마음이 잘 풀리지거나 흐트러지는 사람에게는 적합하지 않다. 진노랑은 금빛이 나는 노랑으

로 밝은 노랑보다 더 따뜻한 느낌을 주며, 리듬체계에 더 강하게 관여한다. 이 색은 억제되어 있고 경직된 사람에게 도움이 된다.

#### (4) 녹색

녹색은 고요함과 부드러움을 지니고 있기 때문에 인간을 치유하는 효력을 가진다. 녹색의 사용은 심신에 균형과 조화를 준다. 초원, 숲, 나무, 들판 등은 희망, 성장과 더불어 휴식과 편안함을 주는 색이다. 또한 녹색도 하늘색 처럼 눈에 이완을 주는 색이기 때문에 약화된 시력을 보강하기 위해서 녹색 잔디를 보거나 녹색의 평원을 상상하거나, 혹은 녹색의 보석을 사용하는 것도 좋다. 생각이나 행동이 느린 사람이 너무 많은 녹색을 경험하게 되면 그런 성향은 더욱 강화되어 질 수 있으며, 오히려 기분이 저하되고 우울한 성향에 빠지기 쉽다.

녹색은 다른 색과 끝없이 혼합할 수 있으므로 미술치료에 있어서 필수적인 색이다. 즉 녹색에 노랑을 섞으면 좀 더 활동적이 되고 감성에 더 강하게 다가가게 하며, 특히 따뜻하고 밝은 기운의 황록색은 겁이 많은 사람, 억압이나 압박을 받은 사람에게 필요하다. 녹색에 파랑을 섞으면 넉넉함과 그에 부합되는 느슨함을 얻게 되며 그러한 호흡을 할 수 있게 할 뿐 아니라, 청록색은 진지함과 신뢰성 및 언행일치가 필요한 사람에게 적합하다.

#### (5) 주황

주황은 침울하고 우울한 사람에게 도움이 되며, 무기력하고 무감각하며 모든 일에 관심이 없는 사람에게 필요하다. 이런 때 주황의 옷을 입거나 주황으로 그림을 그리거나, 실내 공간에 주황을 더 많이 배치하면 도움이 된다. 또한, 주황으로 낙서를 하거나 그림을 그리면 긍정적인 변화를 일으킬 수

있고 좀 더 사회적이 될 수 있다. 주황의 치료가 필요한 사람들에게는 처음부터 주황을 사용하게 하기보다 먼저 남색에서 흰색, 가라앉은 파랑, 복숭아색, 보라, 차분한 녹색을 연습하게 한 후에 주황을 사용하게 한다. 어떤 사람이 주황만을 너무 많이 사용하면, 골색으로 강도를 낮추도록 유도한다.

#### (6) 보라

보라는 빨강과 파랑의 혼합비율에 따라 아주 다양한 색조를 나타낼 수 있다. 보라색이 필요한 사람은 정신분열 환자, 의기소침하고 우울증의 증세가 있는 사람, 감정의 기복이 심한 사람이다. 파란색 톤의 보라는 신경성과 심경의 변화가 심한 사람, 숨을 내쉬는 데 어려움이 있는 사람에게 도움이 된다. 붉은 톤의 보라는 신진대사의 변화가 심한 사람과 숨을 들이쉬는 데 어려움이 있는 사람에게 도움이 된다. 보라색으로 낙서를 하면 그 색이 주는 정서와 에너지를 얻게 되는데, 다시 말해서 창의성을 높이고 직관력과 개성을 개발하게 된다.

#### (7) 갈색

갈색은 흙을 만나기 어려운 현대인에게 필수적인 색이다. 특히 갈색의 접토는 미술치료의 중요한 매체로서 치료적 효과에 많이 적용된다. 비옥한 땅, 단단한 나무기둥, 떨어지는 낙엽, 생산력과 더불어 쇠잔함, 세월의 아픔과 정취의 색이기도 한 갈색은 보호받고 싶은 욕구를 무의식적으로 드러낼 수 있는 것으로 해석할 수 있다. 그림에 갈색이 많이 나타나는 것은 우울하거나 성장과정에 억제의 경험을 많이 한 것을 나타냄으로써 부정적 모성 콤플렉스에 매여 있다는 것을 보여주기도 한다. 갈색은 치료적 측면에서 신경과 감정이 양극화하는 경향의 사람, 피상적인 사람에게 권할 수 있다.

## (8) 흰색

흰색을 좋아하는 사람은 기쁨이 있고, 이상을 품고 노력하는 타입이며, 선망의 대상이 되고 싶어 한다. 또한 다른 사람들과 잘 어울리고 활기에 차 있으며 건강한 인상을 준다. 하지만 보수적이고 완벽함을 추구하는 유형으로 도피하고 싶은 심리상태를 나타내기도 한다. 내성적이고 폐쇄적인 성향을 가지고 있고 고집이 강하고 무기력하고 두려움이 많은 경우도 흰색으로 표출되기도 한다.

## (9) 검정

검정은 자신의 감정이나 억압된 정서를 표현하는 사람에게 자신의 상황을 자유롭게 표출할 수 있는 기회로서 사용될 수 있다. 검정의 사용은 카타르시스의 의미를 둘 수 있으며, 치료의 과정에 나타날 수 있는 현상이다.

우리의 문화에서는 서예를 통한 먹이 주는 검정색의 의미를 서양과는 달리 긍정적으로 받아들이고 있다. 먹으로 표현되는 검정색은 정신을 깨어있게 하며, 집중하게 하고, 마음을 안정시키는 역할을 한다. 또한 검은 색은 자궁 속의 어두운 색으로, 그 안에서 어머니에게 보호 받는 것을 무의식적으로 느끼는 상황과 관련하여 생각해 볼 수 있다.

## 2. 노인미술치료의 이해

### 1) 노인미술치료의 의미

창작은 노년의 삶에 섬세하고도 오래된 기억, 나아가 우주적 기억을 끌어낼 수 있다는 것을 노인들의 예술 활동을 통해 발견할 수 있다. 노인들의 미술치료 과정에서는 수많은 회상들이 ‘지금 - 여기(here and now)’를 자연스럽게 재현하며, 그리움, 행복감, 용서, 후회, 감사와 경탄이 어우러지는 치유의 흐름을 볼 수 있다. 노인에게 창작 활동은 지나온 삶의 여정을 다시 꽃피우며 본연의 모습으로 귀향하는 작업과 같다.<sup>31)</sup> 또한 다양한 미술매체는 매개체로 사용하여 비언어적인 작업을 함으로써 새로운 의사소통 가능성과 표현가능성을 발견하여 발전시킬 수 있으며, 내제된 감정을 표출시키고 카타르시스를 느끼게 하여 감정통합의 효과를 가져오게 한다. 그러한 과정을 거쳐서 자신의 생활과 정서적, 심리적 상태를 변화시킬 수 있으며 나아가 자기를 수용하며 자기 존중과 자기 신뢰감을 회복하게 되고, 균형과 조화를 이루는 것을 발견할 수 있다.

노인미술치료는 노인들의 창의성과 자기 성취를 이루는 것을 도울 뿐만 아니라, 노년기에 빈번하게 발생하는 다양한 병의 감소 및 회복과 병으로 인한 심리적 불안감과 두려움 및 우울을 극복하는데 중요한 역할을 한다.

즉 미술치료의 의미는 노인에게 예술적 활동을 통해서 삶의 건강한 측면을 끌어내기 위한 것이다. 이러한 점에 있어서 노인미술치료의 대상은 정신적, 신체적 치료를 필요로 하는 노인집단뿐만 아니라, 삶의 황혼기를 맞고 있는 모든 노인들에게도 유용하다.

## 2) 노인미술치료의 효과

노인 미술치료의 기대효과는 치료목적에 따라 크게 네 종류로 나누어 볼

---

31) 김정희, 「집단미술치료가 노인성질환 환자의 우울 및 인지기능, 자아존중감에 미치는 효과」, 우석대학교 석사학위논문, 2007, p.18-19

수 있다. 즉, 정서 영역, 인지 영역, 감각 및 운동 영역, 사회 영역이다. 노인의 문제점, 장애나 병에 따른 치료목표의 설정에 따라 그 치료적 효과에 대한 기대도 달라질 수 있다.<sup>32)</sup>

### **(1) 정서 영역**

- \* 창의성과 자기표현력이 증가한다.
- \* 자율성과 자기수용력을 갖는다.
- \* 자존감과 타인에 대한수용력과 이해력을 가진다.
- \* 자연과 주변 환경에 대해 개방적이 된다.
- \* 심리적 긴장감을 이완하고 안정감을 얻으며 즐거운 생활을 할 수 있다.
- \* 자기 통제력과 결정력을 향상시킨다.

### **(2) 인지 영역**

- \* 자기인식과 자기고찰의 기회를 갖는다.
- \* 미술재료의 사용 및 기법을 익힌다.
- \* 색 인지 및 색 선택과 형태감각이 증진된다.
- \* 다양한 자료들을 응용하여 사용할 수 있는 능력이 확대된다.
- \* 새로운 아이디어가 증가되며, 작업에 대한 평가 및 비판 능력이 향상된다.
- \* 갈등이나 문제해결 능력이 생긴다.
- \* 주변 환경과 사물에 대한 민감성을 지닌다.
- \* 기억력 저하를 막고 회상을 통한 기억력을 자극시킨다.
- \* 미적 감각을 향상시킨다.
- \* 집중력을 증가시킨다.

### **(3) 감각 영역과 운동 영역**

---

32) 최외선 외 공저, 상계서, p.350-351

- \* 미술재료와 활동을 통하여 오감(보기, 듣기, 맛보기, 만지기, 냄새 맡기) 능력을 강화한다.
- \* 좌뇌 손상과 우뇌 손상에 따른 문제점을 극복하는 재활적 관점을 향상시킨다.
- \* 대근육 운동과 소근육 운동의 발달을 돕는다.
- \* 눈과 손, 손과 촉각의 협응을 돕는다.
- \* 미술도구나 재료사용에 대한 통제능력을 기른다.
- \* 언어능력을 개선한다.
- \* 이완을 통한 규칙적인 호흡의 리듬을 유지하게 된다.
- \* 색과 형태에 대한 구별능력을 유지하거나 개선한다.(치매환자 경우)
- \* 손의 근육조직을 발전시킨다.

#### (4) 사회 영역

- \* 집단에서 자신을 표현할 수 있는 능력을 개발한다.
- \* 일상적인 생활에 적응할 수 있게 한다.
- \* 타인의 권리와 입장을 수용할 수 있게 된다.
- \* 개인적 삶의 경험을 함께 나눌 수 있는 기회를 가진다.
- \* 협동심과 공동체 의식을 높인다.
- \* 사회적 관계에 있어서 통합성을 함양한다.
- \* 예술활동의 내용과 형태의 의미를 결정하는 능동적 파트너가 된다.

### 3) 노인미술치료의 이론

#### (1) 노인 미술치료의 이론적 모델<sup>33)</sup>

---

33) 정여주 저, 상계서, pp.60-79

## ① 심리 치료적 관점

### \* 심층심리학적 접근<sup>34)</sup>

인간들이 자신의 내면세계를 꿈, 그림, 상상적 형태를 구체화하는 것에 많은 관심을 갖고 출발했다. 이러한 관점에서 미술치료의 중요한 출발점이 되었다. 노인은 열등감과 보상의 상호관계를 통하여 자신의 삶에 있어서 창조자, 삶의 예술가가 된다고 보는 입장이다. 이러한 관점에서 예술 활동은 노인의 약함을 보완하는 기능을 지니고 있다고 할 수 있다.

### \* 인본주의적 접근<sup>35)</sup>

인본주의적 관점은 환자의 과거사에 초점을 두기보다 현재 상태를 수용하고 환자가 지닌 발전가능성에 주의를 집중한다. 인간은 끊임없이 자기성장을 해나가는 존재로서 자신의 삶을 능동적으로 건설해나갈 수 있는 자원을 지니고 있다는 견해를 가지고 있다. 노인의 상처받고 파괴된 자아보다는, 노인의 잠재된 성장 가능성을 강조한다. 이러한 관점에서 노인미술치료는 노인의 창의적 잠재력을 일깨워주는 중요한 역할을 할 수 있다.

## ② 특수교육-재활적 관점

미술치료에서 높은 관심을 끌고 있는 영역이 재활적 관점에서의 미술치료이다. 이 치료는 뇌손상 환자를 다루는 신경외과와 재활센터 및 노인의학 영역까지 확대 되었다. 환자에게 환자 자신의 재활과 자기 치유의 힘을 얻

---

34) 대표적으로는 프로이트 학파의 정신분석적 접근, 융 학파의 분석 심리학적 접근, 아德勒의 개인 심리학적 접근이 있다.

35) 로저스(Carl R. Rogers)의 인간중심적 치료, 퍼얼스의 게슈탈트치료, 메슬로의 자기실현 입장이 있다.

을 수 있도록 환자의 잠재력, 자원을 활성화시키거나 회복시키는 시도를 한다. 노인들의 경우 치매 환자를 위한 미술치료에서는 기억을 되살리는 가능성이 있는 재료들, 예를 들면 가족사진, 옛 음악, 과거의 생활용품으로 시각적, 청각적, 촉각적으로 자극하도록 한다.

### ③ 정신의학적 관점

오늘날 정신병원에서 실시하는 미술치료는 작업치료에서 그 출발점을 두고 있다. 우리나라는 정신병원에서 미술 치료적 접근을 많이 하고 있는 편이다. 작업 치료적 관점에서 이루어지는 미술치료에서 치료사는 환자에게 예술적 경험을 하게 함으로써 ‘자아-붕괴의 경험에 대하여 능동적으로 반응’하도록 돕는다. 이런 치료 관점은 정신병원에서만 행하여지지 않고, 프로그램 또한 다양해지고 있다. 이런 관점의 미술치료를 통해 노인은 내적 소외를 견디며, 색과 형태와 다양한 미술재료들을 사용하여 활동에 전념함으로써, 노인들이 가질 수 있는 통제된 정서와 공격성 등에서 자유로워지거나 그로부터 완화될 수 있다.

### ④ 창의적-자기 경험적 관점

미술치료가 병이 있는 환자나 문제성을 가지고 있는 사람을 위해서만 이루어지는 것이 아니다. 건강의 유지 및 증진을 위한 시도로서 큰 역할을 할 수 있다는 관점이다. 즉 창의적-자기 경험적 관점의 미술치료는 병에만 적용되는 것이 아니라, 정신적, 육체적으로 건강한 사람들의 자기실현과 자아 성장에도 효과적인 영향을 준다는 것이다. 이러한 관점은 치료를 필요로 하는 노인들에게만 적용하는 역할 뿐 아니라, 삶의 의미를 추구하고자 노인들에게 예방적이고 자기 성장적이면서 나아가서 영성적 역할까지의 미술치료이다.

### ⑤ 수용적 관점

동서양을 막론하고 수많은 문화를 통하여 음악, 미술, 시, 무용 등의 예술을 감상하고 수용하는 것이 치유적 수단으로 사용된 것을 발견할 수 있다. 이러한 것과 관련하여 노인미술치료에서도 조형 활동을 하는 것만이 아니라 그림을 수용하고 감상하는 것을 치료적 목적에 적용하는 것이 미술치료의 수용적 관점이다. 예술가는 창의적 작업을 이루어내지만 그 예술을 수용하고 감상하는 감상자 역시 예술가의 심리적, 정신적 영적 상태를 받아들이고 그와 대화하는, 소위 말해서 ‘훌륭한 창의적 생산’을 하는 것이다. 즉 예술작품을 감상하는 것은 노인에게 예술작품을 내적으로 재창조하게 하는 것이며, 노인들은 그림을 감상함으로써 심리적, 정신적 이완을 하게 되며 마음의 고요와 평화를 경험한다.

### ⑥ 통합적 미술치료

통합적 미술치료는 조형예술의 다른 예술형태들(시, 음악, 무용, 연극, 인형극, 팬터마임 등)을 치료에 상호 통합적으로 적용하는 것이다. 미술치료가 다른 예술 형태 및 매체와의 결합을 통하여 노인들에게 다양한 미적 경험을 제시하고 그들의 감정과 감각을 통합적으로 사용하게 하여, 치료의 가능성을 확대시키는 것이다.

## 4) 노인 미술치료의 실제

### (1) 미술치료 구상과 주제

노인을 대상으로 한 미술활동의 주제는 적절한 회상요법을 통해 오래된 기

역을 이끌어 낼 수 있는 옛 추억들과 연관된 주제가 적합하다. 또한 주제의 내용들은 단순하고 쉬운 것이어야 하며 많은 것을 생각하도록 강요하지 않아야 한다.<sup>36)</sup>

노인미술치료의 일반적으로 삶을 회상하는 주제, 노인들에게 중요했던 사건이나 경험, 삶을 마감하기 위한 준비, 정체성 체험, 죽음에 대한 불안, 상실감, 희망, 소원, 과거-현재-미래, 삶에 대한 긍정적 인식, 영적-종교적 체험의 표현과 창조성의 장려 등이 있다. 또한 그들의 운동성과 감각 기능의 활성화를 위한 주제들도 고려하여야 한다.

이와 같이 노인미술치료는 노인들의 주된 주제가 되는 죽음, 병, 외로움, 심리적 불안감 등에만 국한하지 않고, 노인들에게 정서적 활기와 심리적 안정감과 신체적 문제를 보완해 줄 수 있는 방향에도 초점을 맞추어 다양한 주제를 제시해야 할 것이다.

## (2) 미술치료 시간과 공간

창조성을 유도하는 환경은 미술치료에서 상당히 중요한 요소이다. 노인미술치료의 시간은 노인에게 무리가 가지 않을 정도가 적당하다. 미술활동을 위해서는 충분한 시간을 할애 하는 것도 좋으므로 개인적인 목표를 가지고, 창조 작업에 몰입하는 충분한 시간은 챙겨 두어야 한다. 하지만 일반적으로 노인에게 가장 많이 적용되는 시간은 1시간 내외이다. 노인에게 규칙적이고 반복적인 일상의 리듬은 현실적 오리엔테이션을 강화하고 안정감을 주기 때문에 정해진 날짜와 시간을 가능한 유지하도록 하여야 한다.

노인미술치료의 공간은 가능한 노인들의 신체적 불편함이나 장애를 고려하여, 활동이 자유로울 수 있는 미술활동만을 넉넉한 공간이어야 한다. 또한 광선이 잘 들어오거나 밝은 조명이 있어야 하며 활동한 작업을 말리고 보관

36) 김향미, 「고령자 미술치료를 위한 교육프로그램 개발」, 한국미술치료협회, 2006, p.44

할 수 있는 넉넉한 공간도 고려되어야 한다. 또한 외부의 자극이나 소음을 잘 받지 않는 조용한 공간이 적절하다.

내적인 표출과 통합은 자기표현을 하도록 돕는 미술치료에서 편안하고 엄마의 품과 같은 충분히 수용적이고 안전한 공간, 치료환경을 제공함으로써 이루어질 수 있다.<sup>37)</sup> 따라서 노인미술치료의 공간은 무엇보다도 창의적 자극을 줄 수 있고 편안함을 줄 수 있도록 꾸며져야 한다.

### (3) 미술치료 매체의 역할

미술작업은 방어나 통제를 줄이고 상징적인 이미지에 의해 감정이나 사고를 표현하는 것을 가능하게 하여 자기개방을 더 풍부하게 해 준다.

이러한 미술작업에서 미술매체는 다른 치료와 성격을 달리하는 미술치료의 독특성을 부여한다. 미술치료는 ‘치료적 틀 안에서 미술과 다른 시각적 매체를 사용하는 것’<sup>38)</sup>으로 미술이라는 매개물을 통해 치료가 이루어진다는 것을 의미한다. 미술재료가 없이는 창작과정도, 작품도 있을 수 없다. 이미지를 통하여 사람들은 사고하며 이러한 심상이 창작이라는 과정과 매체를 통해 표현되어진다.

캐슬린(Kathleen)은 사람에 따라 미술재료를 탐구하고, 그 미술매체 자체의 감각적인 특성에서 쾌감을 발견한다고 했으며, 또 미술재료로부터 얻어낸 감각의 자극은 내담자가 자신의 감각적인 세계로부터 정보를 균형 맞추는데 도움을 주었고 그림을 그리는 행위를 통해 내부와 외부의 세계에 접함으로써 또 치료사에 의해 제공된 구조를 통해 약간의 성공을 경험할 수 있다고 했다.<sup>39)</sup>

37) 김진숙, 「미술심리치료총론-예술로서의 미술치료」, 표현예술치료학회, 2001, p.23

38) 정여주, 「미술치료의 이해-이론과 실제」, 학지사, 2003, p.15

39) Kathleen B. Kahn-Denis, 「Art Therapy with Geriatric Dementia Clients, Art

미술치료에서 미술매체는 창의적인 표현을 촉진, 자극하고 심리적인 내면 세계를 투사하며 개인적 사고, 느낌, 경험을 확장시킨다. 또 개인의 고유한 심상을 발견하고 개인적 상징성을 표현하는 수단으로 사용되며 표현과 탐험의 흥미를 유도하고 치료관계를 활성화 시키는 역할을 한다. 미술매체로 하는 행동과 작업과정에서 노출되는 전이<sup>40)</sup> 반응들이 치료대상이 갖는 주요문제를 해결하는 과정이 될 수 있다.

이처럼 매체의 특성이 노인에게 이지적, 정서적으로 다른 심리적 표현을 불러일으킬 수 있기 때문에 매체는 노인의 심리를 변화시킬 수 있다. 미술매체에 따라 노인은 다른 반응을 보이기도 하기 때문에 노인 개인의 특성에 따라 적절한 매체를 제공해야 한다.

노인의 성격 특성과 문제에 따라 매체의 심리촉진과 심리통제에 대한 특성을 잘 활용해야 한다. 위축되어 자신의 감정과 상태를 표현하는데 어려움이 있는 노인에게는 자발성을 촉진하기 위해 단순하고 비정형적인 진흙, 물감 등의 매체들이 유용하다. 그러나 비정형적인 재료가 반드시 자발성을 촉진시키지는 않는다. 어떤 노인은 자유로운 표상활동의 매체를 다루는 것이 어려워 위축된 심리가 더 가중될 수 있다.

자기 통제가 어려운 뇌졸중 노인이나 경직된 노인의 경우에 연필, 색연필, 칸을 나눈 종이에 색칠하기 등과 같이 조절력이 요구되는 매체나 행동은 심리적 불안을 갖게 할 수 있다. 반면에 감정표현을 자극하는 데에는 핑거페인팅이나 점토가 활용되기도 한다. 물감, 핑거페인팅, 물기가 많은 점토는 이완을 촉진시킬 수 있기 때문이다. 노인의 성격과 반대되는 성향의 재료를

---

Therapy」, Journal of American Art Therapy Association.

김영미, 「치매노인에 대한 미술치료의 효과성 연구」, 목원대학교 석사학위논문, 2001, p.15 재인용.

40) 전이 : 내담자가 이전의 대인관계 중 중요했던 사람에게 가졌던 감정을 상담자에게 무의식적으로 표현하는 것이다.

제공할 경우 노인의 내면세계에 억압된, 외면과 반대되는 부분이 외면과 통합될 수 있는 기회를 제공할 수 있다는 이점이 있다.<sup>41)</sup>

미술치료 과정은 처음에 불안정한 요소들을 야기하지만, 일단 창작활동에 몰입하게 되면, 더 나이가 든 성인일수록 인지능력에 의존하지 않게 되며, 한편으로는 예술에 추억담을 반영하기도 한다. 노인에게 예술적인 것을 표현하는데 부담감을 줄이고, 흥미를 유발하며 성취감을 부여할 수 있는 매체 선택은 치료목표와 과정을 위해 중요한 부분이다. 인지적 자극과 소근육, 감각의 발달을 돕는 쉽게 접근할 수 있는 매체와 미술에 대한 위협감을 해소하고 친근하게 접근할 수 있는 자연물의 활용, 과거의 경험들을 표현할 수 있는 대체 매체가 적절히 활용되어야 한다.<sup>42)</sup>

---

41) 정현희, 이은지 공저, 「실제 적용 중심의 노인미술치료」, 학지사, 2007, p.129-130

42) 김안젤라, 「회상을 주제로 한 집단미술치료가 노인의 자아존중감과 자아통합감에 미치는 영향」, 원광대학교 석사학위논문, 2003, p.20

## IV. 치료를 적용한 노인미술 프로그램 제안

### 1. 노인을 대상으로 한 미술 프로그램

#### 1) 치료도구로서의 미술 기법<sup>43)</sup>

##### <테두리법>

테두리법은 노인에게 지도자가 도화지를 제시하면서 테두리를 그어 건네주는 방법이다. 노인의 미술활동을 자극하고 동기를 부여할 수 있으며 빈 도화지나 작업에 대한 공포를 줄일 수 있어 자아가 약한 노인에게 사용하면 좋다. 이 때 테두리를 그을 때는 자를 사용하지 않는다. 테두리에는 용지를 따라서 그리는 형태가 있고, 원을 그려주고 원 안에 그림을 그리거나 채색하게 하는 두 가지 방법이 있다. 환자가 보는 앞에서 용지에 테두리를 그리거나 원을 그려 주고, 노인이 그리고 싶은 자유화를 그리게 하여 그 결과를 두고 본인의 설명을 듣고 다른 사람의 느낌을 들어본다.

##### <그림 완성하기>

그림을 그리는데 저항이 있거나 의욕이 없는 노인의 미술표현을 자극하고 촉진하기 위해 사용하는 기법이다. 미술활동 지도자가 종이에 잡지에서 오린 얼굴 사진이나 사람의 눈만을 붙여주어 그림을 완성하게 하는 방법이다. 또 다른 방법으로는 용지에 사방 또는 팔방으로 기호를 그려주고, 그 기호를 사용해서 그림을 완성하게 하는 방법이 있다. 그림을 완성한 후, 그린 순

---

43) 보건복지부 노인지원팀, 「독거노인 생활지도사 파견사업의 실제」, pp.246-249

서를 적고, 무엇을 그렸는가를 해석하게 한다.

### <난화 그리기>

누구든지 난화는 쉽게 그릴 수 있기 때문에 종종 그림그리기를 어려워 하는 노인들에게 난화를 그리도록 한다. 난화는 특별한 형태를 염두에 두고 그리는 활동이 아니라, 용지에 급적 거리기를 한 결과로 나타나는 ‘숨어있는 이미지’를 활용하는 기법이다. 이러한 난화의 장점을 이용한 것이 난화 상호 이야기 만들기 방법이다. 노인과 미술활동 지도자가 각기 서로 제시해준 난화에서 이미지를 찾아 형상을 그리고 서로 번갈아 가며 이야기를 만들어 나간다. 이 방법은 말을 못하거나 하지 않는 노인들의 언어표현을 자극할 수 있는 유용한 기법이다.

### <자유화>

미술활동 지도자가 주제를 선정하여 제시하고, 노인이 그리는 방법을 스스로 결정하여 그리는 미술활동이다. 예를 들면 ‘설날 회상하고 그리기’ 같은 경우, 과거를 회상시킴과 동시에 즐거움을 유발하고 나아가 자아통합을 유도할 수 있다. 여기에서 주어지는 제목의 내용들은 과거 기억을 회상시킬 수 있는 것이 좋다. 왜냐하면 과거의 회상으로 인지능력과 자아통합, 단기 기억력 증가 그리고 자기인식을 꾀할 수 있기 때문이다.

### <자신 표현하기>

노인이 다른 사람들에게 자신이 누구인지를 알리고자 할 때 사용할 수 있는 방법이다. 이 방법은 자아개념을 발달시키기 위해 주로 활용되는데, 그림 완성하기, 손도장과 발도장 찍기, 조소활동, 동그라미 기법, 씨앗으로 얼굴

만들기, 가면 만들기, 실물크기의 자기 신체 본뜨기, 인체퍼즐 게임, 거울보고 자기 그리기, 손 본뜨기 등을 활용할 수 있다.

### <풍경 구성하기>

풍경구성법은 도화지에 ‘강, 산, 밭, 길, 집, 나무, 사람, 꽃, 동물, 돌, 첨가하고 싶은 것’을 순서대로 그려 놓게 하고 하나의 풍경이 되게 채색하도록 한다. 다음 그것에 대해서 계절, 시각, 기후, 강의 흐르는 방향, 사람과 집, 밭 등의 관계에 대해서 이야기한다. 특히 시간이나 공간에 대한 지남력<sup>44)</sup>이 약화된 노인에게 매우 유용한 미술활동이다.

### <협동화 및 그림대화하기>

가족이나 노인들이 크레파스를 한 개씩 쥐고 한 장의 종이에 함께 그림을 그리게 하는 미술활동이다. 이 활동은 협동심, 의사소통, 자발성, 감정표현, 사회성, 집단이해, 대인관계 기술 등이 개선되는 효과를 지니고 있다. 특히 그림대화는 노인과 미술활동 지도자가 비언어적으로 상호역할을 교환해 가면서 실시함으로써 편안한 가운데 자기감정을 표출하고 상대의 감정을 이해하는 능력을 키워갈 수 있다. 언어장애나 우울증이 있거나 내향적이고 소극적인 성격이나 고집스러운 성격을 지닌 노인에게도 효과적인 방법이다.

### <플라쥬 기법>

플라쥬는 직감이나 감각 등의 비합리적인 기능을 이용한 미술요법의 대표적인 기법이다. 이 기법은 자신을 개방시키고 노인의 관심과 흥미를 분명히 해주어 이상과 현실의 차이를 이해하는데 유용하다.

플라쥬를 만드는 방법은 잡지나 신문, 팜플렛에서 그림을 선택하여 그것들

---

44) 지남력- 시간이나 장소, 환경이나 상황 따위를 올바르게 인식하는 능력이다.

을 잘라낸 뒤 다시 빈종이 위에 그것들을 배치하고 풀로 붙이는 것이다. 풀라주는 먼저 구상을 하고 밑그림을 찾고 오린 후 이를 용지에 붙이고 정리하고, 말리는 순서로 진행된다. 이러한 풀라주에는 다음과 같은 다양한 종류가 포함된다.

1. 계절 풀라주: 이 풀라주는 지남력을 강화시키는데 도움이 된다. 녹색, 노랑, 분홍 그리고 라벤더 같은 봄철 색깔의 풀라주는 사진들을 이용해 아주 쉽게 만들 수 있다. 계절적 주제는 또한 노인에게 좋은 이야기 자료를 제공해 준다. 여행안내서, 달력 그리고 광고물들은 여름, 가을, 또는 겨울 풀라주 사진들을 제공해 주는 이상적인 공급원이다.

2. 음식 풀라주: 좋아하는 음식의 풀라주는 두꺼운 판지 위에 다양한 색깔의 잡지 사진들을 풀이나 테이프로 붙여서 매우 쉽게 만들 수 있다.

3. 사건 풀라주: 사건 풀라주의 주제들은 끝이 없다. 결혼, 출생, 졸업 그리고 집을 옮기는 것은 환자에게 소중한 특별한 사건들의 일부일 것이다. 그 사건은 다양한 색의 사진들을 이용해 풀라주 형태로 구성될 수 있다.

4. 인물 풀라주: 이 풀라주는 유명한 사람들, 각기 다른 직업을 가진 사람들, 각종 운동을 하는 사람들 또는 각기 다른 악기를 연주하는 사람들의 모습 등 매우 다양하다.

### <조소>

조소는 촉각을 활용하는 미술활동이다. 조소 활동법은 소조의 재료인 점토로 인물상을 만들거나 자기의 느낌을 표현하게 하여 해석하게 한다. 묽은 점토는 수채물감과 같은 액체도구로써 언어능력이 제한된 노인에게 유용하며 분노나 적개심의 표현, 대상관계가 부족한 노인의 치료에 유용하다.

### <동그라미 기법>

동그라미를 도화지에 미리 그려주고 그림을 그리게 하는 방법이다. 동그라미를 그린 후 그 안에 점을 하나 찍어 주어 표현을 촉진할 수 있다. 이 기법은 동그라미 중심에 중요한 인물이 배치된다는 원리를 응용하고 있다. 최근에 사용되는 ‘만다라 기법’<sup>45)</sup>도 원이 지니고 있는 인간의 마음의 전체성과 인간과 자연과의 관계를 나타내는 우주관 내지는 종교성에서 도래한 것으로 자아정체감 확립이나 심리적 통합에 유효한 기법이다.

### <손바닥 짚기>

손바닥에 수채화 물감을 발라 여러 가지 색과 방법으로 종이 위에 짚게 한다. 이는 신체의 일부를 보고 자신감을 갖게 하고 손의 촉감을 느끼게 하여 자신의 존재를 확인하는 기법이다.

### <핑거 페인팅>

핑거페인팅(finger painting)은 정서의 안정, 거부와 저항의 감소, 이와, 스트레스 해소 등의 효과를 지니는 미술활동으로, 활동 초기나 종료시에 주로 사용한다. 활동방법은 도배지 풀에 여러 수채물감을 섞은 후, 노인으로 하여금 색이 섞인 풀을 용지에 옮겨서 손으로 마음대로 그리게 한다. 직접 물감을 만져 봄으로서 촉감과 손의 근육 발달을 돕고 여러 가지 색깔의 물감을 통해 색감을 키울 수 있다.

---

45) 만다라 - 인도의 고대어인 산스크리트어로 원상을 의미. 어근 manda는 참 또는 본질을 의미하고 접미사 la는 소유 또는 성취를 의미한다. 만다라는 대칭적인 도형으로서 본질적으로 중심화의 상징이며, 기본적인 통일성이나 정체성을 통하여 존재에 이르는 통로를 나타내고 있다.

### <데칼코마니>

전사술의 일종으로 용지를 반으로 접어 펼친 후 한쪽 면에만 물감을 짠 후, 용지를 덮어 물감이 찍히게 하면 좌우대칭의 형태가 나타난다. 이 기법은 물감의 우연적인 현상과 환상적인 분위기를 제공하여 정서적, 시각적 자극을 통하여 흥미를 유발시키고 무의식과 같은 내면세계를 표출시킨다.

### 2) 목적별 미술 치료 프로그램

미술치료에서의 치료계획은 대상의 이슈와 상태에 따라서 필요한 프로그램이 결정되어진다. 그 목적이 결정되면 대상이 만족할 수 있는 매체와 자료를 결정하여 치료적 기법을 그 활동에 적합하도록 세부적인 준비물과 계획안을 작성하여 실행하게 된다. 여기서는 대상에 따라 필요한 목적별 프로그램들을 구분하여 그 내용과 기대효과에 대해서 표로 작성하였다.

### ◎ 자아개념을 위한 프로그램

자아개념이란 자기가 어떤 사람이며 무엇을 하는가 하는 개인의 개념을 뜻한다. 자아개념을 위한 미술치료는 작품의 미적 가치에 대한 평가보다 개인의 상상력과 독특한 개성을 중요하게 평가함으로써 긍정적 자아상의 형성에 도움을 주고, 특히 미술활동의 주체가 자아개념과 관련이 있을 경우에는 좀 더 깊이 있는 자기통찰의 기회를 줄 수 있다.<sup>46)</sup>

<표-1> 자아개념 프로그램의 예

프로그램	내용	기대효과
자화상	충분한 시간을 주고 그릴 수도 있고, 2분 동안 자신의 특징적 모습을 중심으로 재빨리 그린다.	자기정서의 이해, 자기 동기화
자소상	눈을 감고 한 손으로 얼굴을 더듬고 다른 손으로 찰흙을 빚어 자소상을 만든다.	자신 및 타인에 대한 인식 확대
이름 꾸미기	자신의 이름을 사실적으로 묘사하거나 상징적으로 묘사하기	자기 동기화 및 표현력 강화, 감정의 이완
광고지 만들기	잡지나 사진을 이용하여 자신을 광고하는 광고지를 만든다.	자아감 증진, 타인의 이해, 자기 표현
가면 만들기	도화지에 자유로운 형태로 자신이 갖고 싶은 얼굴의 가면을 만든다.	자기 자신의 이해, 자기 표현의 성취감
내 마음의 동그라미	동그라미 속에 자기의 생각을 표현한다.	분열된 자아의 통합, 자기 이해, 삶의 본질 파악
인생 플라주	다양한 정서를 표현하고 있는 사진을 오려 붙이고 인물이 하는 말을 상상하여 써본다.	관심분야의 파악, 긍정적 미래 관에 대한 비전제시
나의 안과 밖	빈 상자를 이용하여 밖은 다른 사람이 보는 '나'를, 안은 내가 보는 '나'를 표현한다.	자기 자신을 새롭게 지각하고 정립

46) 한국미술치료학회, 「미술치료의 이론과 실제」, 대구:동아문화사, 1994, pp.119-124

◎ 무의식을 드러내기 위한 프로그램

무의식적인 그림은 어떤 특별한 주제나 방향이 주어지지 않음을 뜻한다. 무의식적인 미술은 어떠한 것을 그리겠다는 것을 미리 생각하지 않고 제작한 드로잉, 회화, 혹은 그 밖의 모든 미술 형태를 의미한다. 자유연상과 적극적 상상의 결과로 무의식적인 미술활동은 미술치료의 과정에 주요하게 되었는데, 이것은 의식의 검열을 받지 않는 상징적 의사소통과 진실한 표현을 모두 촉진시키기 때문이다.<sup>47)</sup>

<표-2> 무의식적인 표현 프로그램의 예

프로그램	내용	기대효과
눈감고 난화 그리기	흰 도화지를 난화를 그리는 동안 움직이지 않도록 고정시키고 한 가지색을 선택하여 눈을 감고 30초 동안 선을 긋는다.	안정감
자주 사용하지 않는 손으로 난화 그리기	보편적으로 글을 쓸 때 사용하지 않던 손으로 그림을 그리는 것이다.	검열되지 않은 무의식의 표현
잉크와 끈으로 난화 그리기	종이 위에 잉크나 검정 템페라에 끈을 적셔서 선과 형태 만들기를 하고 끌어당긴다.	감정의 분출, 무의식적 이미지 강조
물감 얼룩 만들기	종이 위에 크레용이나 파스텔을 이용하여 그린 후 물감을 사용해서 자신만의 얼룩을 만든다.	창의적이고 이완된 감정의 해방감
만다라 그리기	흰 종이에 컴퍼스나 접시를 대고 연필로 원을 그린다. 원한다면, 직접 원을 그릴 수도 있다. 선택한 재료를 가지고 선이나 색, 형태를 어떠한 방식으로든 원 안을 메운다.	자기 이해, 타인의 이해, 감정의 이완

47) 캐시 A. 말키오디 저, 최재영, 김진영 역, 「미술치료」, 조형교육, 2000, pp.127-129

◎ 신체와 관련한 표현을 하기 위한 프로그램

최초의 미술치료 적용사례들 중에서 신체질병 관리가 포함되어 있다. 신체적 질병의 심리적이고 신체적인 측면을 위한 미술치료의 사용은 여러 가지 이유로 확대되었다. 미술이 몸과 마음에 관한, 의식적이고 무의식적인, 강력한 메시지를 전달할 수 있다는 것을 알게 되었다. 이미지를 제작하는 창조적인 과정은 심각한 질병과 싸우는 사람들에게 효과적인 치료이다.<sup>48)</sup>

<표-3> 신체 관련 표현을 위한 프로그램의 예

프로그램	내용	기대효과
신체그리기	신체형관을 단순한 윤곽으로 그린다. 종이에 자신의 몸을 대고 그려도 좋다. 색이 있는 드로잉 재료를 사용하여 신체 이미지를 발부터 몸 위로 색, 선, 모양들을 사용하여 채운다.	증상, 감각, 긴장, 통증의 표현
건강의 상징 표현하기	전반적인 자신의 건강을 어떻게 생각하는지 이미지를 그리거나 생각을 글로 쓴다. 여러 드로잉 재료를 사용하여 이미지를 담은 상징적인 그림을 그린다.	개인적인 행복의 이미지 발달
건강한 공간 창조하기	여러 동물모형 중에서 하나를 선택하여 이 동물이 어디에 살고, 안전하고, 편안하고, 양육에 알맞은 환경이 되도록 드로잉 재료나 물감, 풀라주 재료를 사용하여 환경 만들기를 한다.	중증이나 만성적인 신체질환자들의 자기관리
신체저널 제작하기	자신의 몸이 어떻게 느끼는지에 대한 구체적인 이미지를 창조하는 것, 스케치북에 자신의 이미지를 통해 관찰하고 싶은 증상이나 질병 등을 색과 모양들을 이용하여 정기적으로 기록한다.	증상, 통증 등의 정보 제공

48) 캐시 A. 말키오디, 전게서, pp.193-194

◎ 가족관계를 위한 프로그램

가족 미술치료는 가족 구성원간의 상호작용과 의사소통 방식, 가족의 기원과 과거 가족사, 현재 가족의 문제, 또는 가족 구성원 개개인에 대한 탐색을 하는데 도움을 준다. 미술치료는 가족에게 의사소통과 표현의 새로운 경험을 제공하고 치료사에게는 가족 구성원이 서로 어떻게 상호작용하고 문제들을 해결하는지 볼 수 있는 기회를 제공한다.<sup>49)</sup>

<표-4> 가족관계를 위한 프로그램의 예

프로그램	내용	기대효과
동물 가족화 그리기	가족을 동물로 나타나게 하고 설명하도록 한다.	가족의 비유적 재연
가족 인형 만들기	가족 구성원의 인형을 만들어 이미지를 구체적으로 표현하여 본다.	자신의 위치관계 파악
가족 관계도 그리기	가족 구성원 개인이 상호작용하고 서로 결합되어 있는 방식을 전달하는 것, 가족 구성원들을 상징하는 간단한 도형을 사용하여 그린다.	가족의 구성원 파악, 가족의 갈등, 가족의 계승, 순환의 이해
상상의 가족 만들기	관계도 그리기에서 부모, 형제, 친척들의 상징을 개인적으로 창조하여 무의식적인 신념이나 개념들이 드러나도록 한다.	가족구성원과 역동성 표현
돌려 그리기	가족 구성원들이 한 사람씩 돌아가면서 비언어적으로 자신의 그림을 그린다.	가족관계의 이해, 상대방의 의도, 감정 인식

49) 캐시 A. 말키오디, 전제서, p.237

## 2. 노년기 장애와 미술치료 적용

노년미술치료는 건강한 노년을 유지하기 위한 예방적 차원과 신체적, 정신적으로 병을 가지고 있는 노인환자를 위한 치료적 차원으로서 적용된다.

노년기에 가장 빈번하게 나타나는 노년기 장애의 양상을 살펴보고, 그에 따른 미술치료의 적용을 간단히 소개하고자 한다.

### 1) 치매

#### (1) 원인과 양상

노년기에 빈번하게 발생하는 정신장애 중의 하나인 치매는 중추신경의 손상에서 일어나는 진행성 질환으로 ‘기억력 장애를 포함한 복합적인 인지 결손’을 보인다.

치매란 용어는 라틴어에서 유래된 것으로 정상적인 마음에서 이탈된 것, 정신이 없어진 것이라는 의미를 갖고 있다. 과거에는 치매를 ‘망령’, ‘노망’이라고 부르면서 노인이면 당연하게 겪게 되는 정상적인 부분, 즉 노화에 따르는 생리적인 현상으로 간주했으나 최근에는 중추신경계의 대표적인 질환으로 인식하게 되었다.<sup>50)</sup>

치매의 원인을 발견하기 위한 연구가 이루어지고 있지만, 아직도 통일된 원인규명은 없는 상태다. 그럼에도 불구하고 오늘날 치매의 원인과 증상에 대한 연구는 어느 때보다 활발하게 이루어지고 있는 상황이다.

이제까지 연구에 의하면 치매의 원인과 종류는 다음과 같이 다양한 학설로 제기된다.<sup>51)</sup>

---

50) 정현희, 이은지 공저, 상계서, 학지사, 2007, p.243

첫째, 뇌신경 세포의 퇴행에서 치매의 원인을 찾고 있다. 여기에는 알츠하이머병, 파킨슨병이 있다.

둘째, 후천성 뇌질환에 그 원인이 있다는 설이다. 여기에는 혈관성치매, 다발성 경화증, 뇌종양, 외상, 뇌수종 등이 있다.

셋째, 기타 가역 가능성의 질병이 있다. 여기에는 대사질환, 감염, 독성과 영양장애, 주요 우울증을 치매의 원인으로 보고 있다.

치매는 대개 오랜 기간에 걸쳐 서서히 진행되어 나타나며 전반적인 지적 능력의 감퇴를 가져온다. 증상은 인지장애 증상과 신경정신과적 증상으로 대별할 수 있다.

인지장애 증상으로는 아주 서서히 진행되는 기억, 언어, 시공간적 능력, 인격, 기타 인지기능의 장애가 특징이다. 이중에서도 가장 먼저 나타나는 증상은 기억력의 감퇴이며 그로인해 학습능력이 저하되는 현상을 보이게 된다. 언어의 장애도 서서히 진행되게 되는데, 처음에는 사용할 단어를 찾지 못하여 당황하다가 나중에는 말의 두서가 맞지 않는 등 결국에는 발음이 제대로 안된다거나 말을 아예 하지 않게 되는 경우도 있다. 시공간 장애도 나타나게 되어 지남력의 장애가 동반되게 되는데, 일상적으로 잘 수행하던 일도 하지 못하게 된다거나 가장 기본적인 음식섭취나 대소변 관리를 못하게 된다.

한편 신경정신과적 증상은 초기에는 아주 미미한 인격적 장애가 나타나므로 가족들도 그 변화를 알기가 힘이 든다. 즉 초기에는 기운이 없고, 의욕이 상실되며, 외부 일에 관심이 없는 것 같은 우울증과 같은 증상이 나타난다. 그러다가 점차 진행되게 되면 마치 어린애같이 자기 중심적인 행동이 보이고 화를 잘 내는 등의 충동적인 행동이 보인다. 환자에 따라 심하게는 의처증, 의부증과 피해망상이 나타나기도 하며 드물게는 환각증상을 보이기도 한다.

---

51) 연병길, 「노인치매의 원인 및 치료」, 한국노인문제연구소, 동인, 1996, pp.24-64

## (2) 미술치료의 적용

노인들은 미술 재료를 사용하고 기법을 익힘으로써 신체적·감각적 자극을 얻게 되고 이를 통해 질병을 예방하거나 완화시킬 수 있다. 치매 역시 미술 치료로 예방이 가능하며, 치매환자의 경우라도 색과 형태에 대한 구별 능력을 유지하거나 개선함으로써 저하된 인지 기능을 회복할 수 있다. 또 기억력 저하를 막고 회상을 통해 기억력을 자극시킬 수 있으며, 미적 감각을 향상시키고 집중력을 높일 수 있다.

치매환자에게는 특히 자연물을 이용하여 오감을 자극할 수 있는 치료 기법들이 효과적이며, 실제 적용 가능한 미술 프로그램의 예는 다음과 같다.

감각과 근육 및 운동성을 자극할 수 있는 지점토를 사용, 자연물이나 음식 재료를 이용한 작업, 각각의 다른 재료가 들어 있는 헝겊주머니들을 만들어 안을 만져 보거나 흔들어 봄으로써 내용물 확인하기, 색의 구별과 색 혼합, 각기 다른 질감과 색이 있는 천을 이용하여 표현하기, 음악 들으면서 그리기, 양손으로 그리기, 신문지나 티슈, 색종이 등을 찢어서 구성하기, 스펀지를 이용한 찍기작업, 만다라 그리기, 회상요법, 젖은 종이에 그리기, 데칼코마니, 자연풍경이나 인물, 패션, 음식 등과 관련된 사진을 이용한 콜라주 작업 등이 있다.

- 사랑하는 사람 그리기: 사랑하는 사람이나 보고 싶은 사람을 그림으로서 심리적 안정과 타인에 대한 이해를 돕는다.

- 탈 만들기: 탈 모양에 채색하고 얼굴에 써보고 이야기를 나눈다. 자신과 타인을 인식하고 창의력 개발과 손근육 운동을 꾀한다.

- 가족화(폴라쥬): 큰 동그라미 안에다 가족 그림을 폴라쥬하여 붙이고 주변에 상징물도 붙인다. 가족의 개념 및 인지기능을 유지할 수 있다.

- 종이죽 활동: 종이죽에다 도배풀을 섞어 주무르고 새알 모양으로 만들어

미리 풀어놓은 물감 위에다 굴러 색을 입힌다. 자발성과 창조력을 향상시키고 손의 감각기능을 유지할 수 있다.

- 가위바위보하여 0안에 번갈아 색칠: 집단미술활동으로 가위바위보를 하여 이긴 사람이 색칠하도록 하는 활동이다. 인지놀이를 통한 회상, 자발성 향상과 흥미 및 동기 유발, 친밀감 형성의 효과를 기대할 수 있다.

## 2) 우울증

### (1) 원인과 양상

노년기에 흔하게 나타나는 것이 우울이다. 우울증이란 ‘자책과 관련된 자긍심의 저하, 정신운동기능의 지연, 사람 사이의 접촉으로부터의 격리, 때때로 죽고 싶어 하는 마음 등으로 인한 슬픔, 외로움 같은 기분의 변화로 특징 지워지는 병적인 상태’를 말한다. 우울증은 일시적으로 우울한 기분이나 개인적인 나약함이 아니며, 또한 자신의 의지로 좋아지는 상태도 아닌 정신적인 질환이다. 우울증은 기분, 사고 및 행동의 모든 면에서 나타나며, 젊은 사람보다도 특히 노인들에게 발병의 위험성이 높아 노인의 건강 약화, 일상생활 능력의 저하를 넘어 자살 위험도 야기할 가능성이 있다. 따라서 우울증을 조기에 발견하여 적절한 치료를 하는 것은 노인들의 신체 및 정신 건강뿐만 아니라 생활의 질을 향상시키는데 있어 중요한 부분이다.

노인들에게 슬픈 감정은 흔히 있는 일이다. 노년기 우울은 일반적인 우울증과 달리 아주 점진적으로 시작되는 경향이 있고, 다른 연령층에 비하여 유전적 소인에 의한 것이 상당히 적고 질병의 진단기준에 부합되기보다 하나의 증상으로 나타나는 경우가 많다.<sup>52)</sup> 노년기 우울은 유전적인 요인이기 보다는 신체적, 사회적, 심리적, 정서적 요인들이 복합적으로 이루어져 나타

52) 최외선 외 공저, 상계서, p.358-357

나고 있다. 이러한 배경에 의한 주된 원인을 구체적으로 살펴보면 다음과 같다.

배우자 및 동료연배의 사별 혹은 이별 등으로 인한 상실감, 경제적 문제, 사회와 가정에서의 역할상실 등이 있다. 건강에 대한 문제, 즉 신체적 질병으로 인한 기능의 상실과 불편감으로 우울증상이 동반되는 경우가 있다. 또한 가족력이나 과거의 우울증에 대한 병력과 성격적 요인, 예를 들어 완벽주의적이고 예민한 성향의 요인들이 중요한 원인이 되기도 한다. 약물복용, 신체적 장애와 학대 등도 우울증의 원인이 될 수 있다. 노년기는 다른 시기보다 여가시간이 많다. 그러나 신체적, 경제적, 사회적 조건이 여의치 않아 여가활동을 적절히 활용하지 못하는 경우도 많으며, 이 경우 소외감, 무료감으로 우울이 더 심해질 수 있다.

우울증의 양상으로는 크게 감정의 일시적 침체현상, 신경증적 우울증, 정신병적 우울증으로 분류할 수 있다. 이러한 양상은 또한 행동, 신체, 정신의 상태로 나타난다. 여기에서 보이는 우울증의 주요한 양상으로는 우울한 기분, 흥미의 상실, 활력감소와 피로감, 주의집중력의 감소, 자존감과 자신감, 죄책감과 무가치감, 미래에 대한 비관적 견해, 자해 및 자살의 생각과 행동, 수면장애, 식욕감퇴, 불규칙적이니 배설작용, 이유가 불분명한 신체 통증, 초조감, 인지능력의 저하, 무력감 등이 있다.

정신역동적 관점에서는 상실체험에 대한 병리적 반응으로서, 자아-억제, 자기존중감 감소, 자신감 장애, 현실적 혹은 상상적 상실감, 공격성, 자기공격성, 자기비난, 자기탄핵, 음식거부, 자살, 상실 대상의 특정한 관점과 동일시하는 내사(한자로), 자기애적 괴롭힘, 망상적 퇴행 등을 보인다는 입장이다.<sup>53)</sup>

우울은 일시적인 우울과 지속적인 우울로 분류할 수 있다. 일시적인 우울

---

53) 정여주, 상계서, 2006, p.111

이라도 예방과 치료차원에서 미술 치료적 개입이 필요하다.

## (2) 미술치료의 적용

미술활동은 노인의 생활과 정신적·심리적 상태를 변화시킬 수 있다. 미술 활동을 통해 삶의 긍정적이고 건강한 측면을 보게 함으로써 무기력감과 우울증에서 벗어날 수 있도록 하는 것이다.

우울증의 예방과 치료를 위한 미술 프로그램의 예는 다음과 같다.

젖은 종이에 물감 칠하기와 그리기, 기하도형 그리기와 기하도형 변형하여 그리기, 색 명상 후 색에 대한 느낌 그리기, 하루의 변화와 계절의 변화 그리기, 만다라 그리기, 곡물과 씨앗을 이용한 미술활동, 조개나 자갈, 식물, 모래, 나뭇가지와 나뭇잎 등의 자연물을 통한 입체 활동, 명화 따라 그리기, 음악 듣고, 들으면서 그리기, 동화 듣고 그리기, 유년기의 기억 그리기, 유년기의 기억을 풀라주로 표현하기, 사람이나 동물이나 자연물의 형상 만들기, 핑거페인팅, 집단 그림과 집단 입체 작업, 색종이를 오려서 만다라 제작하기 등이 있다.

- 점, 선을 이용하여 만다라 그림 그리기: 점과 선을 이용하여 도화지 속의 만다라 원을 채운다. 미술작업에 대한 저항감을 없애고, 자유로운 감정을 표현한다.

- 나를 기쁘게 하는 것과 화나게 하는 것(풀라주): 잡지속의 이미지를 보면서 즐거워지는 이미지와 분노나 슬픔을 느끼는 이미지를 찾아낸다. 자신과 타인의 감정을 탐색해 본다.

- 스트레스 날려 보내기: 신문지를 찢는 작업을 통해 스트레스를 충분히 발산한다. 내 감정을 표출하여 긴장감을 해소한다. 나를 이해하고 수용하며 감정을 정화시킨다.

- 먹물 흘림으로 이미지 찾기: 먹물 흘림을 이용한 그림을 그림으로서 표출하지 못한 무의식이 의식화 되는 효과를 기대할 수 있다.

- 한복만들기: 유년, 중년 결혼시절에 행복했던 때를 회상하며 내가 입었던 한복을 색한지로 만들어본다. 기억을 회상하고 긍정적인 감정을 이끌어 낸다. 눈과 손의 협응을 돕는다.

### 3) 자아 통합감

#### (1) 원인과 양상

독일 심리학자인 Erikson(1980)은 인생주기를 8단계의 심리사회발달단계로 구분하고 각 단계마다 습득하도록 사회로부터 요구되어지는 기술과 능력 즉 발달 과업(developmental task)을 제시했다. 그 중 마지막 과정인 8단계 노년기는 통합 대 절망(integrity vs. despair)의 시기로, 이 시기에 수행해야 할 발달 과업 중 하나로 지난 날 자신의 갈등과 죄책감을 해결하고 자신의 삶에 의미를 부여함으로써 자신이 지내온 인생을 나름대로 정리해보는 것이 중요하다고 했다. 이런 발달 과업을 ‘자아 통합감’으로 표현했는데 자아 통합감이란 자신의 과거와 현재, 그리고 미래를 바로 보고 수용하며 인생의 중심부에서 활동하고 있는 사람들에 대한 깊은 배려를 통해 세상을 사는 ‘지혜’를 얻는 것을 의미한다.<sup>54)</sup>

Erikson에 따르면 자아통합감을 가진 사람은 자신의 삶을 수용하고 책임지는 자세를 지니는 반면, 절망감을 가진 사람은 자기의 일생을 후회스럽고 불만스럽게 생각하며 절망적인 태도를 갖게 된다는 것이다. 따라서 노인이 자아통합감을 이루는 것은 정서적 안녕을 달성하는데 요체가 되며, 이는 성공적인 고령화와 맥락을 같이한다고 볼 수 있다.<sup>55)</sup>

54) 이옥형 외 공저, 교육심리학, 집문당, 2007, p.136

노인들은 신체적 능력의 감퇴, 사회적 은퇴, 경제적 의존을 경험하면서 자아존중감저하가 나타난다. 자아존중감이 낮으면 자심감이 부족하여 열등감을 느끼며 자아통합감에 도달하기 어렵다. 노년기에 자아 통합감에 달성하지 못하면 자기의 일생을 후회스럽고 불만스럽게 생각하며 불안, 조초해하며 절망감을 갖게 된다.

## (2) 미술치료의 적용

미술활동은 개인의 무의식을 의식화하는 데 매우 유용하며, 자발적인 미술활동은 개인의 내면세계가 조화를 이룰 수 있도록 도와준다. 미술활동은 개인의 느낌이나 사고, 문제점을 전달해 줄 뿐만 아니라 정신적인 문제를 이겨내고 회복하는 데 도움을 준다. 미술활동이 다른 활동보다 유리한 점은 그리는 것 혹은 만드는 것 자체가 즐거움을 주며, 미술에 의한 표현은 사회적, 윤리적 비난에서 벗어나게 되어 표현에 대한 안전감을 느낄 수 있게 한다는 것이다.<sup>56)</sup>

노인미술은 미술에 대한 재능이나 전문적 능력과는 상관없이 비언어적, 시각적 표현을 통하여 노인들이 심리적, 신체적, 정서적, 심리사회적 갈등 및 병에 대한 문제들을 극복하는 것을 돕는다. 노인은 미술활동을 통해 창조적인 개인으로 발달하게 되는데, 새롭고 아름다운 것을 만들었다는 자신감과 노년기에 생생한 몰입을 하기 위한 요구를 채울 수 있기 때문이다.

특히 미술은 노인의 자아통합감을 촉진한다. 즉, 미술에 참여하면서 개방적이며 긍정적 태도를 갖게 되고, 심리적 안정감을 가지고 자기수용을 경험하게 된다. 또한 자기인식, 자기고찰 및 삶을 나눌 기회를 갖게 되어 자아통합성을 함양하게 된다.<sup>57)</sup>

---

55) 김안젤라, 상계서, p.153-179

56) 정현희, 「실제적용 중심의 미술치료」, 학지사, 2006, p.14

자아통합성을 함양하기 위한 실제적인 미술 프로그램의 예는 다음과 같다.

- 종이인형 만들기- 본이 떠진 종이 인형을 가지고 기억나는 사람을 생각하면서 장식한다. 타인을 이해하고 자기존중감을 향상시킨다.

- 자연속의 나: 자신의 탄생과 존재성을 이해하고 삶의 의미를 안다. 원하는 색으로 핑거페인팅을 한다. 여러 가지 재료를 이용하여 창의적으로 꾸미고 작품이 완성되면 제목을 정하고 감정을 표현한다. 표현을 통해 자기를 통합하고 자신감향상과 성취감을 도모한다. 소근육 운동을 향상하고 표현력을 강화시킨다.

- 집단 만다라: 두 조로 나누어 마음껏 자유롭게 스케치 한 후, 나타난 형태 안에서 자신이 인식하는 모양을 찾아 물감으로 마무리한다. 창작 활동 끝난 후, 집단원간의 충분한 대화를 통해 집단무의식을 경험한다. 감정표출을 통한 심리적 지지를 얻는다. 구성원간이 이해 증진과 포용능력을 배가시킨다.

- 도깨비 방망이 만들기: 자신의 소원을 이루어 줄 수 있는 요술방망이를 은박지를 이용하여 만든다. 자신의 희망이 무엇인지 생각하고 무엇이든 하수 있다는 자신감을 갖도록 한다.

- 추억속으로(이야기방법): 이야기를 나누며 옛날을 회상한 후, 잡지에서 원하는 추억을 찾아 화지에 붙이고 나를 전달한다. 과거 자신의 다양한 모습을 이해하며 변화를 시도하고 자기존중감을 향상시킨다.

---

57) 김안젤라, 전계서, pp.153-179

### 3. 치료적 노인미술활동 프로그램 제시

이론적 고찰의 결과, 고령화 시대의 도래로 야기되는 노인들의 신체적, 심리적인 고통을 완화하고 해결하는 데에 미술활동이 유용하다는 것을 살펴보았다. 노인의 심리적, 정서적, 사회적인 장애를 완화하고 노인의 삶의 질을 높이는데 미술활동은 긍정적인 영향을 미치며, 이와 같은 관점에서 노인종합복지관이나 노인복지센터에서 미술활동이 이루어지고 있다. 그러나 아직 노인을 대상으로 한 미술활동, 미술치료에 대한 이론적 접근이나 사례연구들이 부족하여 적절한 프로그램과 적용에 어려움을 겪고 있는 현실이다. 따라서 노인의 흥미를 고려한 다양한 프로그램의 개발이 필요하다.

따라서 지금까지 앞서 다루었던 내용들을 토대로 하여 몇 가지 미술프로그램을 제안하였다. 이 미술프로그램들은 심리치료의 임상적인 차원에서의 진단도구로서의 미술치료기법, 투사법 등은 제외 하였다. 이 기법에 쓰이는 자극은 모호성, 불완전성, 다의성 등을 내포하므로 그 반응의 해석에는 여러 가지 난점이 따르기 때문에 임상에서 사용되는 치료만을 목적으로 하는 기법들의 제안은 제외 하였고, 미술치료의 창의적-자기 경험적 관점, 수용적 관점에서 계획하였다. 이 미술프로그램은 노인종합복지관, 노인복지센터 등에서 노인들의 여가선용이라는 목적 아래 아직 신체적, 정신적으로 병을 겪고 있지 않지만, 가능성이 있는 노인들의 건강한 노년을 유지하기 위한 예방적 차원으로 적용되어 정서안정과 창의적 활동에 도움이 되기를 기대하며 프로그램을 계획하였다.

## 1) 곡물과 씨앗을 이용한 만다라 꾸미기

### (1) 수업 목표

- 긴장을 완화하며 심리적 안정을 얻는다.
- 집중력을 높이고, 촉각에 대한 자극을 강화한다.
- 손과 눈의 협응력을 높이며 소근육과 대근육 운동 기능을 활성화한다.

### (2) 재료

- 지점토, 곡물(기장, 검은콩, 호박씨, 팥, 수수, 조 등), 우드락 작업판이나 도화지, 이쑤시개, 가위, 곡물을 담을 수 있는 접시, 풀, 본드, 테이프, 랩

### (3) 지도 내용

- 원 형태에 대해 간단한 연상을 유도한다.(보름달, 시계, 해, 꽃 등)
- 만다라를 제작하기 위한 명상적 분위기를 조성한다.
- 직접 만다라를 그리거나 여러 장의 만다라 그림 중에서 선택하여 표현한다.
- 곡식이나 씨앗을 붙인 후 곡식들이 떨어지지 않게 테이프로 고정하거나 랩으로 감싼다.
- 작품이 완성되면 한자리에 모아두고 감상한 후의 서로의 느낌을 나눈다.
- 자신의 작품에 제목을 붙여 본다.

## 2) 동물 가족 그리기

### (1) 수업 목표

- 기억력을 자극하고 활성화 한다.

- 회상을 통한 자기정체감을 재인식한다.
- 내적 심상이나 소망을 표현한다.

(2) 재료

- 도화지, 연필, 색연필, 지우개, 크레파스, 사인펜

(3) 지도 내용

- 사람을 그리는 것은 부담스러울수 있으므로 참가자의 가족을 동물로 표현하여 그린다.
- 완성한 후에 그림들을 모아서 감상하며 자신의 가족에 대해 이야기를 나눈다.
- 참가자의 그리움과 정이 담긴 정서를 활성화하는 대화를 이끈다.

### 3) 손 석고 본뜨기

(1) 수업 목표

- 손을 통하여 자신의 삶을 회상한다.
- 자아와 일체감을 체험한다.
- 촉각에 대한 자극을 강화한다.
- 눈과 손의 협응력을 높이고 감각운동력과 지남력을 활성화한다.

(2) 재료

- 석고붕대, 크림, 물감, 팔레트, 붓

(3) 지도 내용

- 주제활동에 들어가면서 자신의 두 손을 만져보도록 한다.
- 세월이 지나간 흔적인 손을 보며 살아 온 이야기를 나누고 삶에 애착을 갖도록 한다.

- 이야기를 나눈 후 2인 1조로 석고붕대를 이용하여 손을 본 떠본다.
- 석고로 만든 손에 색을 칠하고 꾸민다.
- 꾸민 손을 감상하며 다시 이야기를 나눈다.

#### 4) 행복했던 시간들- 플라주

##### (1) 수업 목표

- 기억력을 활성화하여 현재 생활에 활기와 힘을 불어넣는다.
- 자아존중감과 자신감을 향상시킨다.
- 가족 및 대인 관계와 생활환경과의 상호관계를 수용한다.

##### (2) 재료

- 도화지, 물감, 붓, 물통, 팔레트, 크레파스, 색연필, 플라주 매체(잡지, 천, 실, 재활용품 등), 가위, 풀, 조용한 음악,

##### (3) 지도 내용

- 눈을 감고 조용한 음악을 들으면서 감정을 이완한 뒤 자신의 추억을 회상하도록 유도한다.
- 행복했던 시간들을 떠올리며 대화를 나눈다.
- 사진이나 잡지 등을 이용하여 플라주 기법으로 표현한다.
- 완성 후 작품을 보며 과거와 현재에 대해 이야기 나눠 본다.

#### 5) 숨은그림찾기- 데칼꼬마니

##### (1) 수업 목표

- 상상력을 자극하고 융통성을 넓힌다.

- 성취감과 자신감을 함양한다.
- 창의적, 미적 감각을 향상한다.
- 기억력을 활성화한다.

(2) 재료

- 도화지, 포스터컬러물감이나 수채화 물감, 물, 붓, 팔레트, 신문지, 물걸레

(3) 지도 내용

- 활동 주제와 과정에 대해 상세하게 소개한다.
- 삼원색 물감을 팔레트에 짜고 종이를 세로로 반을 접어 둔다.
- 종이의 한쪽 면에 물감을 떨어트린 후 종이를 접어 골고루 누른 후 펼친다.
- 여러 개의 작업을 계속 진행한다.
- 완성한 작품을 보며 그림 속에서 연상되는 현상을 서로 이야기 한다.

## V. 결 론

반세기 전만 해도 많은 사람들에게 노년기는 한낱 꿈에 불과했다. 인생에서 회갑을 맞이하고 노년을 누린다는 것은 일부 축복받은 사람들의 이야기였다. 그러나 이제 노년은 누구에게나 주어지는 시기로 특별한 축복이 아니다. 따라서 노년은 그저 편히 쉬고 누워 있기에는 너무 긴 기간이며 인생에서 차지하는 의미 또한 매우 중요해졌다. 노년을 아무런 의미 없이 지낸다면 자신에게 주어진 인생의 1/3을 낭비해 버리는 것이 되기 때문이다.

다시 말하면, 노년을 어떻게 보내느냐에 따라 인생의 성패가 좌우될 수도 있다는 것이다. 또한 노년은 인생의 맨 끝에 위치해 있어서 인생의 의미를 통합하고 평가하는 시기이기도 하다. 인생의 출발점에서는 미래가 보이지 않지만, 종착점에 섰을 때 자신이 걸어온 발자취가 아름답고 성공적으로 평가되기를 바랄 것이다.

따라서 노년은 인생을 마무리 하는 단계로서 행복하고 의미 있는 삶을 위해 매우 중요한 시기이다. 노년기는 사회적 책임과 가족부양의 의무부터 벗어나 자유롭고 여유로운 삶을 누릴 수 있는 시기인 동시에 육체적·심리적 기능의 노화와 사회적 역할의 상실로 인해 무기력하고 고통스러운 삶을 견뎌야 하는 시기이기도 하다.

노년기를 성공적으로 보내기 위하여 필수적인 것은 노년의 시간을 의미 있는 활동으로 채우는 것이다. 즉, 노인들은 여가를 자유롭게 선택함으로써 자신들의 유용성을 느끼고, 고독감, 소외감 등의 부정적 정서를 줄이며, 스스로 사회에 필요한 존재로 인식하고 신체·정신적 건강을 유지하며 자기를 개발하여 성공적인 노후를 보낼 수 있다.

이에 본 연구는 노인이 활동을 주도할 수 있고, 스스로 조절 가능하며, 새로운 힘을 발견할 수 있게 해 주는 미술활동의 가능성에 대해 살펴보았다.

미술활동은 인간의 심상을 시각화해 놓은 것이며, 인간의 심상은 경험을 통해 형성된다. 노인들은 자신의 갈등, 감정, 욕구, 생각 등을 명확하게 언어로 표현하지 않는 경우가 많은데, 미술활동을 함으로써 노인 자신이 의도하지 않더라도 자신을 드러내 주며, 자신의 작품을 보면서 자신을 객관화시킬 수 있게 해준다. 또한, 미술작업은 방어나 통제를 줄이고 상징적인 이미지에 의해 감정이나 사고를 표현하는 것을 가능하게 하므로 의식의 깊숙한 부분을 자극하여 부담을 느끼지 않으면서 자기개방을 더 풍부하게 하도록 해 준다.

노인은 자신이 드러낼 수 있는 작품이라는 구체적 유형물을 통해 가까운 과거로부터 시작하여 어린 시절까지 거슬러 올라가 자신의 전 생애를 되돌아 볼 수 있다. 이 과정은 자신의 숨은 욕구, 깨닫지 못한 욕구, 이루지 못한 욕구에 대한 탐색을 가능하게 한다. 미술작품은 노인 스스로 객관적으로 자신을 관찰할 기회가 되며, 자신에 대한 이해를 높여 주고, 과거의 경험을 재구성하는 기회를 갖게 하여 자신을 통찰하도록 돕는다. 또한 미술활동은 손근육, 대근육, 시지각활동 등을 필요로 하므로 그리기, 칠하기, 만들기, 붙이기, 오리기 등의 미술활동은 노인에게 신체적 활동의 재활 효과도 가져온다. 다양한 미술매체로 인해 심리적 건강을 촉진시킬 수 있다.

사람은 누구나 나이를 먹게 된다. 늙는다는 것은 어느 누구도 피할 수 없다. 역시 노년기에 겪게 되는 질환, 정서적 불안정은 노인 누구에게나 가능성을 열어 두고 있다. 이러한 의미에서 노인을 위한 미술은 병을 앓고 있는 노인 뿐만 아니라, 노년에 들면서 동작의 어려움, 감각능력의 쇠퇴, 외로움과 소외감 등을 겪는 노인들에게도 이러한 상태를 조금이라도 경감시켜 줄

수 있는 치유적, 예방적, 자기 개발적 의미에서 활용가치가 높다.

이상의 고찰을 통해, 결론적으로는 미술의 치유적 속성을 적용시킨 노인미술프로그램을 제시하였다. 이를 통해 비슷한 커리큘럼과 미술의 몇몇 부분에만 편중되어 있는 미술프로그램 실정에 안내가 되기를 바란다. 그러나 프로그램을 실제로 적용하여 객관적인 결과를 이끌어 내지 못한 한계점을 가진다. 그러므로 향후 연구에서 노인을 위한 치료적 미술활동의 가치를 이끌어 낼 것으로 기대하며, 더 나아가 본 연구를 기반으로, 사회적으로 노인미술활동의 필요성을 고양시켜 구체적인 발전방향과 활용방안이 강구되기를 기대한다.

## 참 고 문 헌

### <단행본>

- 권육상 저, 『노인복지론』, 유풍출판사, 2002
- 김말숙 저, 『새롭게 보는 미술치료』, 교육과학사, 2007
- 김선현 저, 『마음을 읽는 미술치료』, 넥서스북스, 2006
- 『임상미술치료의 이해』, 학지사, 2006
- 류중훈 외 공저, 『노인교육의 이론과 실제』, 학문사, 2002
- 박차성 외 공저, 『한국노인복지론』, 학지사, 2005
- 윤진 저, 『성인노인심리학』, 중앙적성출판사, 1985
- 이계탁 저, 『복지행정학강의』, 나남, 1997
- 이옥형 저, 『교육심리학』, 집문당, 2007
- 정여주 저, 『미술치료의 이해-이론과 실제』, 학지사, 2003
- 『노인미술치료』, 학지사, 2006
- 정현희, 『실제적용 중심의 미술치료』, 학지사, 2006
- 정현희, 이은지 공저, 『실제 적용 중심의 노인미술치료』, 학지사, 2007
- 최외선 외 공저, 『마음을 나누는 미술치료』, 학지사, 2006
- 홍숙자, 『노년학개론』, 도서출판 하우, 2001

### <번역서>

- Cathy A. Malchiodi 저, 최재영, 김진영 역, 『미술치료』, 조형교육, 2000
- Judith A. Rubin 저, 김진숙 역, 『미술치료학개론』, 학지사, 2006
- Judith A. Rubin 저, 최소영, 김혜정 역, 『Rubin의 통합적 예술치료 읽기』, 시그마프레스, 2007

Kandisky 저, 권영필 역, 『예술에서의 정신적인 것에 대하여』, 열화당, 2000

<논문과 학술지>

권일현, 최법진, 「색채 심리가 노인 생활 건강에 미치는 영향에 관한 연구」, 조형예술연구논문집 제6집, 2005

김안젤라, 「회상을 주제로 한 집단미술치료가 노인의 자아존중감과 자아통합감에 미치는 영향」, 원광대학교 석사학위 논문, 2003

김영미, 「치매노인에 대한 미술치료의 효과성연구」, 목원대학교 석사학위 논문, 2001

김정희, 「집단미술치료가 노인성질환 환자의 우울 및 인지기능, 자아존중감에 미치는 효과」, 우석대학교 석사학위 논문, 2007

김진숙, 「미술심리치료총론-예술로서의 미술치료」, 표현예술치료학회, 2001

김향미, 「고령자 미술치료를 위한 교육 프로그램 개발」, 한국미술치료협회, 2006

선구영, 「치매로부터의 해방」, 한국사회복지회 노약자양호연구소 & 치매전문요양원샘터마을, 2005

연병길, 「노인치매의 원인 및 치료」, 한국노인문제연구소, 동인, 1996

이지희, 「노년기의 미술교육에 관한 해석학적 현상학의 접근과 사례연구」, 고려대 석사학위 논문, 2005

이화여자대학교 교양체육편찬위원회, 「움직임과 건강」, 이화여대 출판부, 1991

정여주, 「노인미술치료」, 한국예술치료학회, 2003

정은영, 「미술 교육을 통한 예방적 차원에서의 미술치료, 동국대 석사학위  
논문, 2001

최재영, 「자폐아동을 대상으로 한 미술요법 사례연구」, 서울대 석사학위논  
문 1994

한국미술치료학회, 「미술치료의 이론과 실제」, 대구:동아문화사, 1994

<인터넷>

내 손안의 독거노인 생활지도사 파견사업의 실제, [www. mohw. go. kr](http://www.mohw.go.kr)  
,2007

# ABSTRACT

## Study on the Necessity of Treatment-centered Fine Arts Activities for the Elderly

Hwang, sun-young

Major in Fine Arts Education

The Graduate School of Education

Sungshin Women's University

A long life is always a long-cherished desire, intense aspiration, and a kind of problem to solve in human life. However, people these days do not simply wish them a long life. Beyond their aspiration to live to a great age, they become much interested in the quality of life when they are old.

"How does a person live and spend time in his old age, the last stage of life?" is very important meaning not only to the life of an old person, but also to the future generation, because it gives the chance to reflect their life. It's possible to slow the aging process in life, but nobody can reject the aging itself. As a result, low self-esteem due to the loss of role and social change, loneliness, and a sense of alienation and isolation that the old people are currently suffering are also the problems that we will be confronted with soon.

Even though the elderly experiences the physical aging process and the change due to the loss of social role, their desire and identity toward their life can't decline. Instead, the extended life in an old age makes the desire of the old more diversified. And the old people want to lead their life more creatively and healthfully during their remaining years of life.

Considering such circumstance, involving in fine arts activities improves the quality of the old people's life by meeting their internal desire by themselves and giving the meaning to their life with creativity. In addition, the fine arts activities helps the old people to express in-depth conflicts, emotion, desire and thinking that they are routinely experiencing, thus leading to the treatment of their agony, trauma, and pain. In such sense, it is very meaningful for the elderly to be joined in any fine arts activity.

This study aims to use the fine arts avidity with the treatment purpose, not only to cure the diseases of the old, but also to maintain the healthy life with a preventive intension and turn spare time to good account. For this purpose, this study analyzed the treatment factors in the fine arts activities in order to examine the possibility for such factors to be applied to the actual life of the old, and sought for the utilization and direction of the fine arts program that is presented as the treatment and prevention of the diseases and emotional problems of the old people.

This study focused on the followings subject.

First, this study tried to understand the elderly through the analysis of their characteristics and examined the meaning to them that fine arts give.

Second, this study examined the treatment effects of the factors of fine arts in order to understand how fine arts activities are affecting to the treatment of diseases for the old, and reviewed the actual theories to apply fine arts to the treatment.

Third, this study examines fine arts programs fir the old based on each category and the troubles of the old people in order to present the specific and applicable fine arts education programs for the old.

The results of this study are as follows;

First, the fine arts activities for the old played an important role in meeting the desire of the old people through the creativity activities, removing the negative

emotion through recovering from illness, and forming the positive ego.

Second, this study designed and presented the suitable programs for the old people to make good use of their extra time. The suggested programs are not uniform and commonplace like the exiting ones, and instead they consists of various kinds of sources and contents, stimulating interest in fine arts activities and giving the satisfaction and feeling of achievements.

This study examined the fine arts for the old through the preceding survey and literature study and designed the fine arts programs. The programs, however, are not actually applied to gain the objective results. Therefore, further studies on fine arts activities for the old people to draw the objective results of the program need to be followed.