

2013년 9월 28일 경상대학교에서 제5차 한국건강심리학회 남동부 지회가 열렸습니다. 이번 지회에는 '심리극을 활용한 트라우마 가족치료의 실제'란 주제로 심리코칭연구소 C&C(Change & Correction) 이용희 소장님을 모시고 심리극을 이해하고 활용하는 방법을 배울 수 있는 뜻 깊은 자리였습니다.

최근 방송을 통해 '우리 아이가 달라졌어요' 등 심리관련 프로그램이 인기를 끌면서 예능프로그램의 한 부분으로 자리 잡은 듯한 느낌이고 이를 소개하지 않으면 방송의 완결성을 상실하는 느낌이 들 정도이다. 지금도 새롭게 시작하는 프로그램에 심리극이나 역할극을 감초처럼 사용하고 있는 것 같다.

이용희소장님은 EBS 달라졌어요 "황혼"의 심리극 실연 등 방송활동 및 한국청소년상담교육협회 등 다수 출강하시는 명강사님이시다. 짧은 시간동안 심리극에 대한 이해와 실습을 통해 회원님의 깊은 호응을 이끌어 내었고 많은 감명을 주는 시간이 되었다.



심리극은 모레노(J. L. Moreno)에 의해 1921년에 시작되었고 상호작용적인 집단역동에 대한 통찰력과 창조성의 철학을 통합하므로 발달하였고 1974년 모레노가 사망한 이후 심리치료의 한 방법으로 발전해오고 있다.

심리극의 특징은 첫째 인지적, 언어적 차원뿐만 아니라 신체동작에 따른 행동차원까지 포함한다. 둘째는 무의식적 욕구를 반영한다. 셋째는 인간의 개인성뿐만 아니라 사회성과 집단성을 강조한다. 인간이 가지는 정서와 갈등 문제는 대부분 인간관계에서 발생하고 집단내에서 다루어 줄 필요성이 있으므로 이를 해결하는 중요한 방법이 될 수 있다. 넷째는 구체적이고 현실적인 참여를 통해 자신을 바라보는 방법이라 할 수 있다.

심리치료의 중요한 방법 중의 하나인 심리극을 시연해 보면서 이를 치료현장에서 적용하는 계기가 될 것이고, 나아가 마음을 병을 앓고 있는 사람들이 건강하고 행복한 시민으로 변모하는 데 많은 기여를 할 것이다.

