

눈에 보이지 않는 정신세계를 탐색하는 치료자

신용욱 서울아산병원 정신건강의학과 교수는 최근 유명 연예인의 공황장애 투병 고백이 정신질환에 대한 편견을 누그러뜨렸다는 연구결과를 발표해 대중의 관심을 모았다.



신용욱 교수의 연구실에는 오래된 책 한 권이 있다. 범우사에서 펴낸 낡고 색 바랜 『응 심리학 입문』이다. 대학교 2학년 물리학과에 재학 중이던 그는 서점에 진열된 이 책을 우연히 집어 들었고, 그 자리에서 끝까지 다 읽고 분석심리학에 빠져 들었다. 그리고 다시 입시를 치러 의대에 입학했다. 아인슈타인 같은 물리학자를 꿈꾸던 그의 인생을 완전히 바꿔버린 책 한 권에는 색 바랜 책 같피마다 그의 꿈과 포부, 의사로서의 고민과 노력이 생생하게 깃들어 있다.

“우리 사회가 발전하고 먹고사는 문제가 어느 정도 해결되면서 이제야 정신적인 면의 중요성이 알려지고 있습니다. 사실 잘 생각해보면 우리가 기쁘거나 즐거운 것, 힘들고 고통스러운 것 모두 정신적인 것이예요. 그런데도 50개가 넘는 우리 병원 진료과 중에서 정신을 다루는 과는 우리 정신건강의학과 단 하나뿐입니다. 매력적일 수밖에 없지요.”

내담자를 통해 정신세계와 세상을 탐색하다

정신건강의학과에서 치료는 두 가지로 나뉜다. 증상을 완화하는 약물을 이용한 약물치료, 심리분석과 상담을 이용한 정신치료다. 하지만 현재 국내 주요 대학병원에서 정신치료를 전공하는 교수는 손에 꼽을 정도다. 약물의 발전과 뇌영상 연구 등으로 약물치료가 크게 발전하면서 상대적으로 논문 등 눈에 드러나는 학문적 성과를 내기 어려운 정신치료가 위축된 탓이다.

신용욱 교수는 상급종합병원에서는 드문 정신치료를 전공한 교수 중 하나다. 현재 불안장애, 신체형장애, 우울증 등을 전문으로 진료하며 서울아산병원 스트레스상담센터 소장을 맡고 있다. 그는 ‘오랫동안 현장에서 환자들의 정신건강을 살피왔지만, 우리는 인간의 정신에 대해서 아는게 너무 없다’고

말한다. “환자들이 정신의학과 의사는 뭘 좀 알거라고 생각하는데, 사실은 잘 몰라요. 환자가 어떤 증상을 보이나, 어떤 형태로 병이 나타난다 하는 정도만 알죠. 가장 근본적인 문제인 정신이 건강해지는 방법, 행복해지는 방법 같은 건 의사도 잘 모릅니다. 그 부분은 철학이나 종교의 영역이죠.”

신용욱 교수는 진료를 시작하면 그저 듣는 일에만 집중한다. 내담자가 어떻게 살아가는지, 어떤 생각을 갖고 있는지를 차분히 듣는다. 사람의 삶은 100명이면 100명 모두 다르기 때문에 함부로 재단하고 속단할 수 없기 때문이다. “차이는 약간 있겠지만 기본적으로 의학은 생명 전반의 보편적인 현상을 기반으로 약을 개발하고 치료합니다. 그런데 이런 보편성은 심리적인 관점에서 보면 의미가 없어요. 어떤 사람에게는 좋은 처방이 어떤 사람에게는 독이 될 수도 있어서 나한테도, 남한테도 옳은 보편적인 얘기는 정신치료에서 할 필요가 없거든요. 정신치료에서 다루는 영역은 개인에게 유일한, 독특한 점이에요. 그러려면 그 사람이 어떻게 살아왔는지를 오랫동안 들으며 그 사람만의 고유한 부분을 찾습니다.”


그렇게 내담자의 삶에 귀기울이다보면 배우는 것이 훨씬 많다. 전혀 몰랐던 전문적인 분야부터 세상 돌아가는 이야기까지 정말 다양한 이야기들이 그의 상담실에서 펼쳐진다. 이곳에서는 신용욱 교수는 교수이자 학생이 된다. 수없이 많은, 그래서 더 의미 있는 개개인의 삶과 생각에서 인간의 정신과 세상을 탐색한다.

든든한 버팀목과 좋은 가이드가 되고 싶어

신용욱 교수는 최근 흥미로운 연구결과를 발표했다. 유명 연예인들이 공황장애 치료 사실을 대중에게 공개한 것이 정신질환에 대한 사회적 편견을 깨는 역할을 했다는 것이다. 유명 연예인이 공황장애 투병 사실을 고백하기 전인 17년 전과 현재의 연평균 공황장애 신규 진단율을 비교하면 무려 9.4배나 증가한 것으로 나타났다. 이같은 사실은 대중의 관심을 모으며 다시 한 번 공황장애에 대한 사회적 관심을 제고하는 계

기가 되었다. “내담자와 대화하면서 힌트를 얻어서 시작했어요. 그동안 진료를 계속해오며 축적한 실제 데이터가 있어서 연예인이 공황장애 투병 사실을 고백한 기사가 나온 시기와 환자 증가율을 비교해 본 것이죠. 이를 계기로 데이터를 활용한 연구를 다양하게 고민하고 있습니다.”

최근 신용욱 교수의 관심사는 인간의 정신세계와 수학을 결합한 연구다. 이 역시 동료와 대화를 나누다가 알게 된 인간의 인지적 측면에서 힌트를 얻었고, 수학과 교수와 협업하며 연구를 풀어가고 있다. ‘마치 집단지성의 존재가 드러나는 것 같아 흥미롭다’고 말하는 그는 이 연구를 뇌영상 분야와 연결해 발전시키면 흥미로운 결과를 얻을 수 있으리라 기대하고 있다.

마지막으로 “환자들에게 좋은 치료자가 되고 싶다”고 말하는 신용욱 교수는 “누군가에게는 버팀목, 누군가에게는 좋은 가이드 역할을 했던 의사로 기억되고 싶다”는 소망을 밝혔다.  글 편집부



오랫동안 간직한 『우물 심리학 입문』을 보여주는 신용욱 교수.