

동물매개치료의 역사와 현황

김옥진

원광대학교 생명자원과학대학 교수
한국동물매개심리치료학회 회장
kimoj@wku.ac.kr



최근 모 제약회사의 피로회복제 광고가 인기를 끈 적이 있다. 여러 시리즈 중에서, 기억에 남는 CF를 소개하며 이 글을 들어가려 한다. 그 CF에서 퇴근하며 하루 직장 생활에 지친 남편이 집에 들어오는 장면에서 아내의 과장된 포옹과 애정 표현 이외에 눈에 띄는 장면이 있다. 바로 멀리서 자신의 주인 발자국 소리를 듣고, 초인종을 누르기도 전에 꼬리를 치며 문 앞에 뛰어나가는 강아지가 그 것이다. 또한, 지쳐 소파에 누워있는 자신의 주인을 기쁘게 하기 위하여 이리 뛰고 저리 뛰며 좋아서 어쩔 줄 모르는 모습을 볼 수 있다. 심지어 지쳐 잠든 자신의 주인 양말을 벗겨 내기도 한다. 물론 광고의 마지막은 '진짜 피로회복제는 약국에 있습니다.'라는 유명한 카피와 함께 부부가 사이 좋게 드링크를 마시는 장면으로 끝난다. 그러나 현실은 불행히도 광고 CF와 많이 다르다. 퇴근한 남편을 반겨주는 아내도, 아이들도 없다고 많은 남성 직장인들이 말하고 있다. 아내는 드라마나 다른 관심사에, 아이들은 인터넷 게임이나 학원 공부에 바빠서, 오늘날 많은 아버지들은 소외감과 고독감을 느끼고 있다고 한다. 비단 아버지만의 문제가 아니라, 소외감과 고독감은 현대 사회를 살아가는 모든 사람들의 문제일 수 있다. 사람의 가장 기본적인 욕구는 상대방으로부터 사랑 받고 싶은 마음이라 할 수 있는데, 실제 상대하는 사람으로부터 조건 없는 사랑을 받기란 여간 어려운 일이 아닐 것이다. 심지어 부부 간에도, 부자 간에도 정도의 차이는 있지만 서로에게 주고 받는 보상이 필요하며, 대인관계에서 사람들은 무의식 중에 늘 상대방에게 잘 보여야 한다는 생각과 평가 받고 있다는 강박관념에 일종의 긴장 상태를 유지해야 한다. 그러나, CF 장면에서 보았던 반려동물이 자신의 주인에 대한 강한 애정 표현 행동은 현실에서 흔히 볼 수 있는 장면이다. 반려동물은 자신의 주인에 조건 없는 사랑과 애정을 표현한다. 사람들은 자신의 반려동물 앞에서 긴장을 할 필요가 없으며, 조건 없는 무조건적인 복종과 사랑을 받을 수 있다. 반려동물의 이러한 긍정적인 점들이 동물매개치료의 놀라운 효과를 가져오는 기본 출발점이 될 수 있다.

인간과 동물의 유대(human and animal bond, HAB)는 인류의 탄생과 함께하는 오랜 역사를 가지고 있다. 사람들은 자신들이 사육하는 동물로부터 위로 받고, 함께 즐거워하며 동물이 주는 치유의 효과를 알게 모르게 누려왔다. 의학적으로 이러한 동물의 치유 효과를 체계화한 사람은 미국의 소아과 의사인 보리스 레비슨(Boris Levinson) 박사라 할 수 있다. 레비슨 박사는 치료를 위해 병원 대기실에서 순서를 기다리는 아동들이 공포와 두려움을 가지고 있는 점을 인지하였고, 이를 개선하는 방법으로 자신의 애견 '징글'을 환자 대기실에 두어 아동 환자들이 '징글'과 함께 놀 수 있도록 하였다. 레비슨 박사는 관찰을 통하여, 아동 환자들이 '징글'과 함께 즐거운 시간을 보내는 것 만으로도 치료 효과의 향상과 치료에 대한 긴장 완화 등의 긍정적 효과들을 보인다는 것을 알았고, 동물의 중재가 사람의 치료에 도움을 주는 것으로 확신하여 오늘날의 '동물매개치료' 프로그램을 의료 현장에 본격적으로 적용하였다. 이 번 글에서는 동물매개치료의 역사적 고찰을 통하여 동물을 중재로 하는 치료 분야에 어떠한 발전이 있어왔는지를 소개하고자 한다.

50만 년 전부터 사람과 동물은 서로의 생존을 위하여 함께 협력해왔다. 초기 원시인에 의해 야생동물로부터 길들여진 개들은 인류의 조상인 원시인들의 사냥 때, 그들을 도왔다. 사람들은 길들여진 개와 고양이에게 먹이를 제공하고 개와 고양이들은 사람을 돕는 역할을 수행해왔다. 원시인들이 개와 고양이로부터 얻을 수 있었던 이점들에는 원시인들을 위협하는 야생동물의 접근을 감시하고 사전에 경고를 주어 위험을 미리 예측하게 해주거나 사람의 비축된 식량을 다른 야생의 동물들로부터 지켜주는 역할을 해주었다고 알려져 있다. 개와 고양이와 같이 인류 초기 역사 때부터 사람과 함께 협력관계로 생활하던 동물들은 사람을 도와줄 수 있도록 그들의 감각을 극대화하는 방향으로 진화하였다(Fawcett & Gullone, 2001).

1944년에 제임스 보사드(James H.S. Bossard) 박사는 애완

동물로서 개를 기르는 것이 그 주인에 치료적 이점을 주는 것에 대하여 보고하였다. 이 연구 보고에는 애완동물을 기르는 이점에 대하여 여러 가지를 서술하고 있다. 애완동물은 주인에게 무조건적인 사랑의 원천, 사랑을 표현하기 위한 사람들의 욕구를 받아줄 수 있는 대상, 아동에게 배변훈련이나 성교육과 책임과 같은 주제들에 대한 선생님의 역할, 사회적 윤회제, 반려동반자 역할을 할 수 있는 것으로 알려져 있다(Fine, 2000).

1962년에 보리스 레빈슨 박사는 '보조치료사로서 개(The dog as a co-therapist)'라는 제목으로 출판한 논문에서 사람의 치료 영역에서 동물들의 중재 활동들의 이점에 대한 보사드 박사의 생각을 더욱 정립하여 밝혔다(Fine, 2000). 레빈슨 박사는 '애완동물치료(pet-therapy)', '애완동물 기반 심리치료(pet-oriented psychotherapy)', '사람-반려동물치료(human-companion animal therapy)'라는 명칭을 도입하였다(Fine, 2000). 레빈슨 박사는 자기 방어적이고 조용한 아동과 개가 신뢰관계를 형성하는 라포(rapport) 관계를 쉽게 생성한다는 것을 발견하였다. 레빈슨 박사는 개를 이용한 세션 과정에서 참여 대상 아동들이 활동의 중재 매체로서 이용된 개와 이야기를 나누게 되는데 오랜 시간이 소요되지 않는다는 것을 또한 발견하였다. 레빈슨 박사는 개를 중재 매체로 이용하여 참여 대상자와 라포를 형성하는 과정을 '사회적 소통(social facilitation)'이라 불렀다(Fawcett & Gullone, 2001). 레빈슨 박사는 또한 "동물들은 사람들을 도와줄 수 있는 감각을 극대화하여 '치료의 힘(healing power)'을 가지고 있으며, 특히 어린이와 노인들에 이러한 치료 효과가 더 크다"고 하였다(Panzer-Koplow, 2000).

동물매개치료의 국내외 발전 현황을 간략히 살펴보면 아래와 같다.

1. 국외의 동물매개치료 활동 현황

1) 미국에서의 동물매개치료 현황

미국에서 1962년 아동 심리학자인 보리스 레빈슨 박사는 현대 과학적 연구에 의한 동물매개치료 연구 데이터를 '정신건강'이라는 잡지에 소개한 바 있다. 레빈슨 박사에 의하면 신경증적인 아이를 치료하는 과정에서 자신의 반려견인 "징글"이 치료 세션에 참여하였는데 아주 중요한 진전을 보이며 특히 의사소통 장애가 있거나 수줍은 아동들에게 개와 상호작용을 할 경우 효과가 크다고 하였다.

미국에서는 1990년대에 동물매개치료 영역이 아주 크게 성장 하였으며 관련된 연구와 임상 분야의 성장이 계속 되고 있다. 최근에는 많은 대학교와 병원에서 동물매개치료 임상 효과

에 대한 전문적인 연구를 하고 있으며 개인이 운영하는 동물매개치료 상담센터와 프로그램이 적용되고 있다. 미국에서 동물매개치료가 정신적, 육체적 건강 분야에서 대체요법으로 계속 성장하고 받아들여지는 중요한 동기 중 하나는 학술적으로 우수한 미국의 많은 대학들이 동물매개치료 관련 연구와 훈련 프로그램에 참여하고 과학적 결과들을 양산하고, 동물매개치료의 이론적 지지기반을 체계화 하고 있기 때문일 것이다.

2) 일본에서의 동물매개치료 현황

일본에서는 동물병원 복지협회가 1986년 인간과 동물의 교감활동으로서 반려동물 파트너 프로그램을 기획하고 자원봉사자 회원과 함께 동물을 동반하여 각종 시설의 방문 활동을 시작했으며 1987년에는 이런 활동들이 인정되어 후생성(보건복지부) 노인 보건복지국 소관의 사단법인으로 되었다. 또한 1994년에는 인간과 동물 상호작용의 이념을 일본 사회에 전파하는 대표 단체로서 국제 인간과 동물 상호작용 연구 협회의 정회원이 되었다. 반려동물 파트너 프로그램 활동은 건강에 문제가 없고 잘 훈련된 동물들과 함께 각종 시설, 병원, 학교를 방문하여 마음과 몸을 재충하는 수단으로의 활동을 말한다. 일본 동물병원 복지 협회는 방문 활동을 희망하는 시설을 평가하고, 최종 책임자가 활동 계약서를 교환 한 후, 본회 사무국에 등록된 자원봉사자에게 활동을 통지하며, 회원 수의사, 또는 자격을 획득한 자원 봉사자가 리더가 되어 실시하고 있다.

미국과 일본 이외에 유럽과 같은 외국의 동물매개치료 역사는 오래되고 그 활동이 체계화되어 있다. 또한 최근에는 다양한 대상자들에 활발한 동물매개치료 활동이 이루어지고 있으며 많은 연구 그룹에서 동물매개치료의 효과와 치료 결과에 대한 과학적 논문과 자료들이 쏟아져 나오고 있는 실정이다.

3) 외국에서의 동물매개치료 사례

Anna Meyer 어린이 병원의 동물매개활동

이탈리아에 있는 Anna Meyer 어린이 병원에서는 'Pets in Hospital (병원내 애완동물)' 프로젝트를 2002년 6월부터 시행되었다. 대상 어린이에 대한 다양한 평가와 부모 설문서 및 스텝 설문서 작성으로 동물매개활동의 효과에 대한 평가가 수행되었다. 어린이들의 참여도가 또한 평가되고 병원 감염률에 대한 조사를 위하여 독립적인 '병원내 감염위원회'에 의하여 치료도우미동물들에 의한 감염이 유발되는지에 대한 연구가 수행되었다. 동물매개활동 수행을 위하여 애완동물의 병원내 도입 전의 어린이 환자와 그들의 부모, 병원 스텝의

반응성과 병원내 감염률에 대한 조사가 수행되었다. 연구결과 치료도우미 동물로서 애완견을 도입하여 활동을 하는 동안 치료도우미동물에 의한 참여 어린이 환자들의 감염은 없었다. 또한 병동의 어린이 환자들의 참여율은 138명으로 매우 높았다. 평가 결과 병원내 치료도우미 동물로서 애완동물이 있다는 것이 어린이 환자들에게 여러 가지 이로운 결과를 가져오는 것을 알게 되었다. 어린이 환자들은 병원 환경에 대한 관심이 더욱 높아졌으며, 동물들과의 반응을 통한 심리적 안정을 갖게 되었다. 환자의 부모들은 모두 치료도우미견에 대하여 호감을 가지고 있었으며 94%의 부모는 의료진에 의한 직접적인 치료만큼이나 자신의 어린이들이 동물매개활동을 통하여 효과를 보고 있다고 생각하였다.

뉴욕의 Mount Sinai 병원에서의 동물매개치료


체스터는 스파니엘 종류의 개로 그의 주인 샤론 그린과 재활을 위한 마운트시나이 병원에서의 동물매개치료 프로그램 1주일에 1회 치료도우미견과 환자가 만나도록 하고 있다. 한 사회복지사는 아동학대 피해 아동이 정신적인 고립감에서 벗어나는데 치료도우미견이 큰 도움을 주었던 사례를 이야기한 적이 있다. 그 개념이 입원환자에게도 동일하게 적용될 수 있다. 한 사례로 수 주 동안 이야기를 하지 않던 환자가 치료도우미견에게 갑자기 이야기를 시작한 경우가 알려져 있다. 동물매개치료 프로그램은 환자의 삶을 바꾸고 있다.

동물매개치료는 환자들에게 신체 치료에 대한 동기를 부여해 주고 치료도우미견 방문 후 환자들은 병원 직원들과 더욱 상호반응이 증가하였다. 환자들은 개를 쓰다듬거나 빗질을 하거나 공을 던져주는 행위와 같은 단순한 행동들을 하면서 신체적 운동이 증가하였다. 환자들은 치료도우미견과 만나는 것을 즐거워하였고 마음의 이완반응을 통하여 스트레스가 감소한다고 하였다.

2. 국내의 동물매개치료 연구현황

국내의 동물매개치료는 초창기 한국동물병원협회 주도로 '동물은 내친구' 활동(1990년)이 동기가 되어, 1992년에는 이삭애견훈련소(현재 한국장애인도우미견학교)에서 장애인도우미견 훈련과 보급활동이 시작되었고, 1994년에는 삼성화재 안내전 학교가 설립되었으며, 2001년에는 삼성재활 승마단 발족되었다. 이후, 2002년에는 삼성 치료도우미견센터 발족으로 국내 동물매개치료 활동이 확산되는 계기가 되었다. 2008년에 원광대학교에 동서보완의학대학원에 동물매개치료 전공이 설립되어 동물매개치료에 대한 학술적 연구와 전문가 육성 교육

이 이루어지게 되었다. 2008년 9월 한국동물매개심리치료학회가 설립되어 정기 학술대회와 학회지 발간을 통하여 국내 동물매개치료 관련 연구자들의 학술 교류가 이루어지고 있다.

국내 동물매개치료 적용의 기간은 다른 대체보완요법에 비해 짧지만, 다른 대체요법에 비교하여 효과 달성이 빠르고, 대상자들의 높은 참여율 및 능동성이 우수하기 때문에, 다양한 분야의 대상자들에 적용이 확대되고 있으며, 시스템을 갖춘 동물매개치료 상담 지원센터들이 늘어나고 있다. 최근에는 원광대학교 동서보완의학대학원에 동물매개치료 전공 학위 과정에서 다양한 연구와 임상 연구를 통한 과학적인 결과들이 도출되고 있어, 국내 실정에 맞는 다양한 동물매개치료 프로그램이 보급되고 임상에서 적용될 수 있을 것으로 기대되고 있다. 

국내 동물매개치료 관련 기관

한국동물매개심리치료학회

전북 익산시 익산대로 460.
원광대학교 동물자원개발연구센터(내) 한국동물매개심리치료학회 사무국
(063) 850-7128, 6668
<http://www.kaaap.org/> e-mail: kaaap@daum.net

원광대학교 동물매개치료 대학원

전북 익산시 익산대로 460.
원광대학교 동서보완의학대학원 교학팀
(063) 850-5878, 6668
<http://www.wonkwang.ac.kr/organ/won/ewcam/> e-mail: kimoj@daum.net



노인 대상 동물매개치료 프로그램 과정
(자료제공: 원광대학교 동물매개치료 대학원)



자폐 아동 대상 동물매개치료 프로그램 과정
(자료제공: 원광대학교 동물매개치료 대학원)