

정신의학은 과학인가? 인문학인가?

김 원

인제대학교 상계백병원



AT A GLANCE

정신의학은 뇌와 정신과 사회와 내적 마음과 대인관계와 사회 기능 및 적응과 주관과 객관과 상호주관 등, 이 모든 것과 연관되어 있다. 그래서 정신의학의 내용은 주도 이론이 없이 자칫 난삽해지기 쉬우며 아직 혼동 상태에서 완전히 벗어났다고 하기 어렵다. 그러다 보니 반대로 하나를 고집하는 독단에 빠지기도 쉽다. 지식과 학문의 체계 안에서 정신의학은 과학인가? 인문학인가? 이 질문에 이어지는 논의를 통해 정신의학이 난삽함이 아닌 풍부함으로, 독단이 아닌 명료함으로 나아가길 바란다.

01

서론: 정신의학의 위치는 어디인가?

정신의학은 정신건강을 다루는 의학의 한 분야라고 정의할 수 있지만, 정신 혹은 정신건강이 뇌에 기반하는 것인지 영혼이나 무의식에 기반하는 것인지, 또한 의학은 생물학을 비롯한 과학이 주도해야 하는지 사회 문화 정치 측면이 더 중요한 것인지, 이런 수많은 논란을 생각해보면 정신의학은 정의가 어려운 수준을 넘어, 주도 이론이 없는 혼란스러운 분야라 할 수 있다.

아니면 이 모든 것을 포함하고 모든 것과 연관이 있는 분야라서 멋지다고 평가하면 될까? 이런 어쭙지 않은 통합론과 절충론은 오히려 주도 이론이 없는 혼란을 가중시켜 정신의학의 의미 있는 발전을 저해하였다고, 그래서 생물심리사회 모델(biopsychosocial model)은 몰락했다고, 미국의 정신과 의사 나시르 개미(Nassir Ghaemi)는 주장한다. 이 주장의 모든 것에 선뜻 동의하기 힘들 수도 있지만, 지난 수십 년 동안 정신의학이 얼마나 발전하였나 돌아보면 다른 과학 분야뿐 아니라 의학의 다른 분야에 비해서 정신의학의 발전이 더디다는 말에 쉽게 반박하기는 어렵다.

이런 문제의식에서 정신의학이 여러 과학과 인문학을 비롯한 여러 학문들 사이에 어떤 위치를 차지하고 있고 앞으로는 어떤 방향을 추구해야 할지 생각해보려 한다.

02

과학 영역 논쟁

정신의학은 과학일까? 인문학일까? 이는 그 자체로 문제가 아주 많은 이분법적인 질문이다. 이분법으로는 세상의 모든 것을 결코 설명할 수 없고 진영 논리와 당파 싸움에 빠지기 쉬우며, 다양성을 추구하는 시대 정신과도 맞지 않는다. 하지만 인간의 인식 능력의 한계 때문에 일단 이런 질문으로 시작할 수밖에 없고, 꾸준한 연구를 통해, 과학과 인문학의 혼란스러운 절충이 아니라 각각의 디테일을 탐구하여 방향이 있으면서도 풍부한 내용을 가지는 것이 바람직한 학문의 방향이라고 하겠다.

과학과 인문학은 둘 중 하나를 선택해야 하는 배타적인 것은 아니다. 세상을 설명하고 인간이 성장하기 위해서 둘 모두가 필요하다. 하지만 더 중요한 것은 과학과 인문학이 각각 어떤 영역에서 어떻게 적용되어야 적절한가 하는 문제다. 각각의 영역이 아닌 것에 잘못 적용되면 나쁜 결과를 초래할 것이다. 과학철학자 칼 포퍼(Karl Popper)는 어떤 것이 과학이고 어떤 것이 과학이 아닌지를 구분하는 소위 과학 영역 논쟁을 불러일으켰는데, 정신분석학과 마르크스주의를 과학이 아니면서 과학이라고 주장하여 폐해를 끼치고 있는 대표적인 학문이라고 말했다. 정신분석학과 마르크스주의가 거짓말이거나 필요 없다는 뜻이 아니고, 인문학적 의미와 역할이 있는 위대한 사상임에는 틀림이 없지만, 이것이 현상을 검증하고 예측하여 진리에 다가가려 하는 과학과는 근본 성질이 다르고, 프로이트와 마르크스는 자신의 이론을 과학으로 위장하여 학문적 지위를 높이려 한다고 비판하였다.

30세에 [정신병리학 총론]을 써서 현대 정신병리학의 기초를 놓았고, 이후 철학 분야에 매진한 칼 야스퍼스(Karl Jaspers)도 비슷한 맥락에서 이 두 학문 분야를 비판하였다. 그는 심리학과 사회학은 보편 과학이고 세상의 많은 것이 이 보편 과학의 대상이 될 수 있는 측면을 가지고 있다고 말문을 연다. 하지만 두 과학이 각자의 방법으로 얻은 지식과 관점을 부적절하게 인간의 모든 현상을 설명하는 방식으로 확장하고 인간의 본질 전부를 자기 학문의 대상으로 착각할 때 전체주의적 과학으로 왜곡되고 사이비 믿음이 된다고 설파한다. 이 전체주의적 유사과학은 진리를 추구하기보다는 권력 추구가 점점 많아지고 인간에 대한 앎이 인간보다 우선인 것처럼 행세하기도 하고, 과학적 가능성의 범위를 넘어서서 인간을 비하하는 경향을 가지며, 결국 진리와 믿음을 파괴한다고 비판한다. 야스퍼스는 철학함을 통해 자기의 실존을 스스로에게 점차 투명해지게 이끌 수 있고 한계 상황에서 운명이 스스로 드러나게 할 수 있으며, 이런 측면이 인문학 영역에서 인간의 정신건강과 실존에 도움이 되는 것이라고 간접적으로 주장한다. 과학과 인문학이 각자의 영역에서 서로를 침칭하지 않으며 연구하고 발전하고 인간에게 도움이 될 수 있는 것이다.

03

현대 정신의학의 모습

한편, 과학은 정신의학을 어떻게 보고 있을까? 과학적 회의주의를 표방하며 과학정신을 설파하고 있는 과학잡지 스킵틱(Skeptic) 한국판은 2018년에 발간된 14호의 커버스토리를 [정신질환을 어떻게 정의할 것인가]로 정하여, 정상과 비정상의 경계는 어디인가, 정신의학은 과학이 될 수 있을까, 우울증 치료의 다섯 가지 쟁점, ADHD 질병과 마케팅 사이라는 네 개의 칼럼을 실었다. 논란의 여지가 많은 내용들도 포함되어 있었지만, 이런 기획이 있다는 자체가 과학의 시각에서는 정신의학이 과학의 가장 변두리에 위치한다는 것을 말해준다고 하겠다. 그런데 이것이 과연 정신의학의 대상이 가장 어렵고 복잡한 정신이기 때문이라는 변명만으로 모두 해소될 수 있을까? 현대 정신의학은 과학적 방법을 통한 꾸준한 탐구와 그 결과를 바탕으로 한 진료를 제대로 하고 있는 것일까?

앞에 언급한 나시르 개미는 현대 정신의학의 전경을 이렇게 묘사한다. '기본적으로 정신과 의사는 둘 중 한 가지를 행한다. 하나는 정신약물학으로 진단과 증상에 초점을 두어 약물을 처방하고 관리 의료의 시대에 이르러 단순히 약물 관리자의 자괴감에 빠지기도 한다. 다른 하나는 더 오랜 역사를 자랑하는 정신치료로 규칙적인 만남의 틀 속에서 청취와 대화, 특정 방법과 기술을 사용하지만, 비효율성에 힘들어한다. 이렇게 심리와 생물의 이분법적 접근은 항상 존재했고 현재도 마찬가지인데, 더 큰 문제는 임상가들이 자신이 무엇을 하고 있는 지와 그 이유는 무엇인지에 대해 스스로 질문하지 않는다는 점이다. 그들은 비교적 초년기 때 암묵적으로 정하고 나서는 그냥 해오던 대로 생물학적 측면으로 환자를 대하든지 아니면 심리적 측면으로 대한다. 그렇게 서서히 독단론자가 되어간다. 이를 지적하면 대부분의 임상가들은 자신이 독단론자가 아니라고 주장한다. 그러면서 내용이 없는 절충론으로 대응한다. 한 가지 측면으로 인간의 마음을 모두 설명할 수 없다는 주장을 포함하는 면에서만 절충론은 옳다. 이론적 압박을 받을 때 많은 임상가들은 이런 내용 없는 절충론을 통해 생물심리사회 모델로 도피하여 자신들이 많은 부분을 다루고 있다고 이야기한다. 그러나 정작 정확히 어떤 것을 어떤 방식으로 개입하여 어떤 성과를 이루었는지를 구체적으로 질문하면 대부분 답을 하지 못한다.'

그렇다. 무엇을 하고 있는지 끊임없이 스스로에게 질문하여, 하고 있는 것의 내용을 채우고 그 내용을 관통하는 이론도 만들고 그 이론의 타당성도 살펴봐야 하는 것이다. 위에 언급한 과학잡지 스킵틱은 정신치료의 과학성에 대해서는 어떻게 바라볼지 궁금하다. 우리 정신과 의사는 정신치료에서 인문학적 성과 이외에 과학적 성과도 추구해야 하지 않을까? 정신치료는 인문학의 영역이므로 과학적 검증의 대상이 아니니, 어떤 기법이든 다양하게 무조건 받아들여야 하는 것일까? 기존 학파의 권위 있는 스승이 승인하면 되는 것일까?

나는 정신치료도 과학적 검증이 필요하다고 믿고, 각각의 적용중에 더 적절한 기법이 따로 있다고 생각한다. 물론 치료 관계 같은 보편적 요인도 중요하다고 생각하지만 말이다. 문득 인지행동치료 계열에는 심리 내용의 풍부함을 포함하는 인문학적 측면의 발전이 더

04

결론:
정신의학의 바람직한 미래

요구되고, 정신분석 계열에는 전체주의를 내려놓고 풍부함뿐 아니라 명료함도 같이 추구하는 과학적 측면의 발전이 요구된다는 생각을 한다. 과학적 검증에는 우리가 익히 잘 아는 증상 척도 감소의 효과 측정만 있는 것은 아니다. 치료 전후의 주관적 경험을 자세히 조사하고 양적 측정과 질적 측정을 모두 시행할 수도 있다. 측정 방법은 과학의 발전에 따라 앞으로도 발전할 것이고, 정말로 과학적 검증을 넘어서는 치유적 측면에 대해서도 야스퍼스는 아마 철학적 비판과 검증이 필요하다고 말할 것이다.

방법과 기술이 학문을 주도하기 때문에, 아직은 시작 단계인 인공지능과 뇌과학의 발전이 향후 정신의학의 모습을 좋게 변화시킬 것이라고 낙관적으로 바라볼 수 있다. 하지만 기술에 끌려가지만 말고 이론과 내용이 충실할 때 그 학문의 기여도가 높다고 생각한다. 정신의학은 과학과 인문학의 경계에서 아직 정복되지 못한 미지의 지도를 그리고 있기에 시행착오도 많고 난삽한 가설이 넘쳐나며 자칫 유사과학의 유혹에도 빠질 수 있는 분야라 생각한다.

이에 정신의학이 과학인가? 인문학인가? 하는 이분법적 질문으로 시작하여 과학적 탐구와 인문학적 탐구가 각각 자체로 충실히 이루어져야 하고, 내용 없는 절충에 빠져서는 안 된다는 결론에 이르렀다. 강조하고 싶은 것은 과학과 인문학의 원칙 없는 절충/혼합과 잘못된 방향은 심각한 왜곡을 초래할 수 있다는 점이다. 나는 인문학 중에서는 무조건적인 과학 비판과 현실 근거가 부족한 사변적 철학에 그런 왜곡이 심각하다고 생각하고, 과학에는 유사과학이 그런 왜곡의 대표라고 생각한다. 왜곡된 절충이 아니라 진정한 다원주의(pluralism)를 통해 정신의학이 향후 많은 발전을 이루어서 난삽함이 아닌 풍부함으로, 독단이 아닌 명료함으로 나아가길 기대한다. **Mind Up**

04

Reference

1. S. Nassir Ghaemi. The Rise and Fall of the Biopsychosocial Model: Reconciling Art and Science in Psychiatry. 2010. Johns Hopkins University Press, Baltimore.
2. S. Nassir Ghaemi. The Concept of Psychiatry: A Pluralistic Approach to the Mind and Mental Illness. 2007. Johns Hopkins University Press, Baltimore.
3. Bruce Wampold, John Norcross, Michael Lambert. Psychotherapy Relationships that Work. 3rd Ed. 2019. Oxford University Press.
4. 칼 야스퍼스. 철학적 생각을 배우는 작은 수업. 2020. 이학사