



심리치료실에서 만난 사랑의 환자들 사랑과 광기의 12가지 그림자

저자: 프랭크 텔리스(Frank Tallis) | 역자: 문희경 | 출판사 : 어크로스 | 출간일: 2019년 9월 4일
가격 : 16,000원 | 분량 : 384쪽 | 판형 : 145*210 | ISBN : 979-11-90030-16-8 03180

책 소개

“우리가 사랑의 본질에 대해 물을 때는 인간이란 무엇이고
어떻게 살아야 하는지에 대한 심오한 질문을 던지는 셈이다”

소설가이자 킹스칼리지런던의 임상심리학자 프랭크 텔리스 박사의
인간의 가장 내밀한 정신세계에 관한 강렬한 보고서

- * <타임스> <가디언> <퍼블리셔스위클리> <이코노미스트> 등 전 언론 격찬
- * 이언 매규언, 수지 오바크, 닉 혼비 강력 추천
- * 미국, 프랑스, 독일, 브라질, 스페인 등 번역 출간된 화제작

“마치 올리버 색스처럼, 환자들의 사례를 경유하며 사랑의 초상화를 그려낸다”-<허핑턴포스트>
“사랑의 광기에 대한 다정하고도 급진적인 가이드” -<타임스>

내용 소개

소설가이자 킹스칼리지런던의 임상심리학자인 프랭크 텔리스 박사가 지난 20년간 ‘사랑을 앓는 사람들’과 마주하며 걸어 올린 사랑과 정신의 본질에 관한 탐구를 책으로 담아냈다. 그가 접한, 소설보다 흥미롭고 충격적인 사례들을 조심스럽게 소개하며 인간의 가장 내밀하고 취약한 정신세계의 심연을 그려냈다. 심리학, 생물학, 정신의학, 뇌과학 등 다양한 학문을 바탕으로 사랑의 작동 방식을 규명하고, 환자들의 사례를 파고들며 해결의 실마리를 찾아가는 과정을 담았다. 처음 만난 치과의사에게 집착하는 여자, 남편의 유령을 보는 아내, 음탕한 악마에게 홀린 남자 등 그가 만난 ‘사랑의 환자들’은 인간과 정신, 사랑과 마음에 관한 우리의 통념을 뒤흔들며 새로운 관점을 열어준다. 텔리스 박사는 환자들의 극적인 사례를 경유하여 더 행복하고 건강하게 관계 맺는 방법을, 우리 자신의 취약성을 인정하고 받아들이는 방법을 일깨워준다.

사랑할 때 우리는 왜 이상해질까

- 소설보다 흥미롭고 영화보다 생생하게

사랑에 관한 우리의 지식과 이해를 바꾸어놓는 책

《심리치료실에서 만난 사랑의 환자들》은 생물학과 뇌과학, 정신의학의 연구 사례를 바탕으로 우리가 사랑에 빠질 때 벌어지는 일들을 다각도로 조명한다. 그중에서도 애정에서 비롯된 정신병리적 증상과 이상행동에 주목한다. 왜곡되고 뒤틀려 보이는 임상 사례들이 삶에 관한 솔직하고 풍부한 진실을 품고 있는 까닭이다.

프랭크 텔리스 박사는 이 책에서 12가지 상담 사례를 소개한다. 치과 치료를 받으러 간 법률사무소 직원은 처음 만난 의사가 자기를 사랑하고 있다는 확신에 빠진다. 남편과 사별한 70대 노부인은 침실에서 남편의 유령을 만난다. 연인과의 문제를 상담하던 언어학 교수는 거울에 비친 자기에게 반한다. 남자친구와 함께 살게 된 여인은 질투에 사로잡혀 존재하지도 않는 연적을 찾아내려 한다. 저자는 이 ‘문제적’ 사례들 속에서 망상, 강박, 중독, 색정 위에 세워진 불안정한 사랑을 발견하고 드러낸다. 그 과정에서 가족 관계, 유년기, 그리고 외부적 경험이 어떻게 우리가 사랑을 경험하는 데 영향을 미치는지를 능숙한 솜씨로 설명한다. 독자들은 브로이어, 프로이트, 융, 위니콧, 아들러, 자네 같은 학자들의 정신분석학과 심리치료에 관한 이론적 배경을 풍성하게 접하는 가운데, 빛과 그림자를 아우르는 사랑에 관한 총체적 이해에 다가서게 된다.

내 사랑은 괜찮은 걸까

- 성숙한 관계 맺기를 위한 심리학의 처방전

남자 친구의 이메일과 신용카드 영수증을 몰래 뒤져보고, 잠시라도 연락이 닿지 않으면 부정을 의심하던 애니타는 결국 이별을 통보받는다(3장). 옥스퍼드를 졸업하고 금융가의 인재로 촉망받던 폴은 전 연인과의 결별을 받아들이지 못하고 자신이 스토킹을 저지르기 일보 직전까지 왔다는 사실을 깨닫는다(5장). 연인의 마음을 확인하고 싶은 욕망이나 헤어짐을

부정하고 싶은 마음은 우리가 사랑에 빠질 때 흔히 품게 되는 감정이다. 애니타나 폴에게 일어난 일은, 우리에게 일어날 수도 있는 일이라는 의미다. 프랭크 텔리스 박사는 ‘정상적’ 사랑과 ‘비정상적’ 사랑은 명확히 구분되어 있는 것이 아니라 연속선상에 존재하며, 우리도 사랑에 빠지면 연속선에서 이들이 머무른 지점에 가까워질 수 있음을 지적한다. 정신건강에 관해서라면 우리나라 누구나 팽팽한 줄 위를 걷고 있으며 중심을 잃고 떨어지기까지는 대단한 사건이 필요하지 않다는 것이다.

낭만적 사랑은 어떻게 파괴적 열정으로 변질되는가? 성과 도덕의 문제에 있어 용인되는 행동과 일탈로 간주되는 행동은 어떻게 결정되는가? 이 책이 제기하는 질문들은 성숙한 사랑을 향유하고 타인과 건강하고 행복하게 관계 맺기 위해 반드시 숙고해야 할 질문들이다. 사랑의 광기는 저항하기 어려운 인간 조건의 일부일 수 있다. 그러나 그 힘을 인정하고, 그 과정을 이해하며, 그것이 마음에 미치는 영향을 의식하는 것은 나와 타인을 위한 든든한 안전장치를 마련해준다.

“치료 불가능한” 사랑의 환자들이 우리에게 알려준 것

- 인간의 근본적인 취약성과 불안에 다가서는 사려 깊은 접근

텔리스 박사는 이 책에서 실패한 치료, 해결되지 않은 사례들을 선별하여 소개했다. 갈망과 욕망의 조건, 즉 사랑의 병리학은 심오하고 치료하기 어려우며 진지하게 받아들여야 한다는 점을 인정할 때 더 나은 이해가 가능하기 때문이다. 그는 환자들의 증상은 인간의 근본적인 취약성과 불안정성에 뿌리를 두고 있으며, 이를 이해할 때 우리 자신이 가진 문제도 되돌아볼 수 있음을 강조한다. 그는 강박적인 질투로 고통받는 여성의 사례에서 자기패배적 행동의 원인을 분석하고(3장), 사별한 남편의 유령을 보는 아내의 사례를 통해 장기적 관계에서 친밀감과 성적 욕구의 변화를 숙고하며(2장), 헤어진 연인을 천상의 천사처럼 이상화하는 남자의 사례에서 죽음에 대한 공포와 부정을 읽는다(5장). 거울 속 자기 자신과 교감하는 남자의 사례를 통해서도 우리 모두가 가진 자기애를 되돌아보게 만든다(8장). 인간의 복잡성을 온전히 이해하는 능력은 성숙의 척도이자, 진실하고 의미 있는 관계를 맺기 위한 필수적 조건이다. 이 책은 우리 모두가 가진 취약성과 불안을 돌아보고 관리할 수 있도록 도와준다.

저자 소개

지은이 : 프랭크 텔리스(Frank Tallis)

임상심리학자. 심리치료자. 소설가. 킹스칼리지런던의 정신의학과 신경과학 연구소에서 임상심리학을 강의한다. 국제 학술지에 30편 이상의 논문이 게재되었고, 강박장애(OCD)의 인지 및 신경심리학적 측면에 관한 교재를 집필했다. 일반 독자를 위한 심리 서적으로 《마음 바꾸기 Changing Minds》(심리치료의 역사), 《감춰진 마음 Hidden Minds》(무의식의 역사), 《상사병 Lovesick》(낭만적 사랑과 정신질환의 관계에 대한 탐구) 등을 펴냈다. 《다크니스

라이징Darkness Rising》, 《치명적 거짓말Fatal Lies》을 비롯한 다양한 범죄 심리 소설을 발표하기도 했다. 1999년 대영제국 예술협회에서 작가상을, 2000년 런던 예술위원회에서 런던 신예작가상을 수상한 바 있다.

옮긴이 : 문희경

서강대학교 사학과를 졸업하고, 가톨릭대학교 대학원에서 심리학을 전공했다. 전문 번역가로 활동하고 있으며 옮긴 책으로는 《우리가 모르는 사이에》 《대화에 대하여》 《신뢰 이동》 《우아한 관찰주의자》 《인생의 발견》 《공간이 사람을 움직인다》 《식탁 위의 세상》 《밀턴 에릭슨의 심리치유 수업》 《타인의 영향력》 《플로팅 시티》 《장사의 시대》 《너브》 《우리는 왜 빠져드는가?》 《유혹하는 심리학》 《공감의 뿌리》 《빅 브레인》 등이 있다.

차례

서문

1장 그는 나에게 반했다

클레랑보증후군과 색정형 망상장애

2장 유령이 찾아오는 침실

지속성 복합 사별 장애

3장 그 여자는 거기에 없었다

질투형 망상장애

4장 매일 밤 사라지는 남자

섹스 중독

5장 헤어지지 못하는 남자

이상화와 죽음 공포

6장 천국으로 가기

성적 좌절과 신경쇠약

7장 스타킹 게임

환자와 치료자의 관계

8장 자기와 사랑에 빠진 남자

페티시

9장 악령에 홀린 남자

자각형 병의

10장 자기혐오에 빠진 소아성애자

소아성애

11장 의식의 흐름대로 말하는 부부

진단 기준을 충족하지 않는 사람들

12장 사랑을 해부하다

미친 듯이 사랑한다는 것

책 속에서

나는 사랑에서 시작된 문제, 곧 사랑의 열병과 질투, 애달픈 심정, 정신적 외상, 부적절한 애착, 중독을 비롯한 모든 문제를 진지하게 바라보아야 하고, ‘정상’의 사랑과 ‘비정상’의 사랑은 경계가 모호하다고 믿는다. 나의 이런 관점이 앞으로 소개할 다소 불편할 수도 있는 고백으로 입증되기를 바란다. 불편할 수도 있다고 말하는 이유는 진화 과정에서 신경계에 뿌리내린 인류 보편의 취약성이 드러나기 때문이다. 단순한 성적 끌림이라는 불씨 하나가 모든 것을 태워버릴 불길로 변질 수 있다. 모든 인간의 마음에 이런 성향이 잠재해 있기에 병원에서 만나는 환자들의 사례가 그토록 매혹적인 동시에 두려움을 주는 것이다. 이런 환자들은 우리 자신의 지난 연애를 돌아보게 하고 우리 앞에 놓일 수 있는 위험을 경고해준다. -서문 중에서(p. 14)

사랑과 인생이 자주 함께 묶이는 이유는 사랑 없는 인생은 생각할 수 없기 때문이다. 우리가 사랑의 본질에 대해 물을 때는 인간이란 무엇이고 어떻게 살아야 하는지에 대한 심오한 질문을 던지는 셈이다. -서문 중에서(p. 17)

망상이란 아무런 근거도 없이 유지되는 확고한 신념이다. 그런데 사람마다 근거의 기준이 다를 수 있다. 메건은 자기가 느끼는 감정을 마땅한 근거로 간주했다. 그래서 신념이 더 굳건해졌다. 데이먼 베르마가 자기를 사랑한다고 확신한 것이다. 베르마가 자기를 사랑하는 것을 아는 이유는, 그녀가 그것을 강렬하게 느끼기 때문이었다. 강렬한 감정이 일어나는 건 당연히 어떤 의미가 있다는 뜻이라는 것이다. 하지만 오히려 그 반대가 진실에 더 가까울 수 있다. 감정은 모호하고 기만적이며 모순될 때가 많다. 감정이 항상 세계나 사람들이나 주변에 관해 믿을 만한 정보를 제공하는 것은 아니다. -1장 <그는 나에게 반했다>(p. 46)

메건의 이야기에는 우리가 누군가에게 반할 때 일어나는 모든 경험이 들어 있다. 메건의 경우에는 다만 과장된 형태로 나타났을 뿐이다. 메건의 망상 사고가 일면 정상일 수 있는 이유는, 낭만적 사랑이란 본래 이성적이지 않을 때가 많기 때문이다. 첫눈에 반하는 사랑, 우연한 만남을 운명으로 여기는 태도, 대양감, 시공을 초월하는 강렬한 친밀감은 모두 흔한 경험이다. (...) 메건의 병이 정상에서 질적으로 벗어난 상태임을 보여주는 유일한 부분은, 상대 남자도 자신에게 반했다고 절대적으로 확신한다는 점이다. 사실은 그렇지 않다는 증거가 차고 넘치는데도 메건의 확신은 갈수록 견고해졌다. 이처럼 서로 사랑한다는 망상을 제외하고는 메건의 병적 사랑은 엄연한 낭만적 사랑이었다. 흔히 말하는 비정상이라 아니라 지극히 정상적인 사랑이었다. (...) 메건의 상황은 누구나 경험할 수 있는 상황이라는 뜻이다. 우리도 사랑에 빠지면 같은 연속선에서 메건이 머무른 지점에 가까워진다. 정신과 진단을 받은 적이 없는 사람조차 그만큼 멀리 갈 수 있다. -1장 <그는 나에게 반했다>(p. 60)

사랑에 빠지는 건 고통스럽다. 누구나 사랑에 빠지는 게 어떤 건지 안다. 그 욕구와 절망과 갈망을 안다. 사랑이 돌아오지 않으면 견딜 수 없이 고통스러울 수 있다. 시간이 치유해준다지만 계속 살아갈 용기와 힘을 주는 건 시간이 아니다. 계속 살아가야 하는 이유는 희망에 있다. -1장 <그는 나에게 반했다>(p. 49)

정신과 의사 엘리자베스 퀴블러-로스는 애도의 다섯 단계로, 부정, 분노, 타협, 우울, 마지막으로 수용에 이르는 과정을 정리했다. 퀴블러-로스의 연구가 중요한 영향을 미치기는 했지만 애도의 단계가 뚜렷이 구분된다는 개념을 지지하는 증거는 많지 않다. 상실은 개인의 고유한 경험이므로 사람마다 의미도 다르고 결과도 다를 수 있다. 사별에 대한 단일한 접근법은 없으며 올바른 애도 방법이라는 것도 없다. -2장 <유령이 찾아오는 침실>(p. 85)

애니타가 느끼는 질투의 근원은 유아기의 유기 공포, 곧 인류의 진화 과정에서 선택되고 개인의 생애 초기에 학습에 의해 강화되는 원시적인 공포에 있었다. 궁극적으로 버려질까 봐 두려운 마음으로 인해 정신 장애에 취약해진 것이다. 그런데 이것은 무슨 뜻일까? 심리적으로 취약하다는 뜻일까? 몸의 취약성은 비타민 결핍이나 골다공증을 유발하는 취약성으로 이해할 수 있다. 그런데 마음의 취약성은 어떨까? 심리적 취약성의 원인은 어떤 형태일까? -3장 <그 여자는 거기에 없었다>(p. 120)

반복강박을 일종의 나쁜 습관으로 이해하는 것이 더 경제적인 것이다. 우리는 특정 행동양식을 생애 초기에 학습하는데, 이렇게 학습된 행동양식이 기본으로 설정된다. 우리는 이런 스키마의 설정에서 조금만 벗어나도 완전히 방향 감각을 잃는다. 급진적인 정신과 의사 로널드 데이비드 랭이 존재론적 불안이라고 일컫은 현상을 체험하게 된다. 그러면 세계를 더 이상 그 자체로 타당하고 확고한 공간으로 인식하지 못한다. 자기를 잃어버리는 느낌에 빠지는 것이다. 자기패배적 행동이 고통을 유발하는데도 지속하는 이유는, 대안의 다른 행동이 적어도 처음에는 더 큰 고통을 연상시키기 때문이다. 역기능적 스키마는 낡은 신발과 같다. 더 이상 용도에 맞지 않지만 익숙해서 발이 아프지 않은 것이다. -3장 <그 여자는 거기에 없었다>(p. 130)

때로 우리는 불안한 마음에 아무 일도 벌어지지 않은 양 행동한다. 프로이트 이후 밝혀진 여러 가지 방어기제 중에서 부정은 가장 이해하기 쉽고 가장 자주 나타나는 방어기제다. 누구나 이런 경험을 한다. 주로 심각한 병의 첫 신호일 수 있는 증상이 나타날 때 부정의 방어기제가 작동한다. “별거 아니야. 괜찮아질

거야.” 어떤 부정은 나쁜 소식에 노출되는 정도를 조절해서 서서히 받아들이게 해준다. 그러면 나쁜 소식에 압도당하지 않을 수 있다. 그러나 극단적 부정은 합리적인 의사결정을 할 수 없게 만든다. -4장 <매일 밤 사라지는 남자>(p. 153)

사랑의 장애물에는 아무런 의미가 없고, 사랑을 시험하거나 강화하기 위해 나타나는 것도 아니다. - 5장 <헤어지지 못하는 남자> 중에서

아무도 보지 않는 밀실 안에서는 누구나 이상하다. 나는 알프레드 아들러의 명쾌한 통찰에 동의한다. “정상인 사람은 우리가 잘 모르는 사람일 뿐이다.” - 11장 <의식의 흐름대로 말하는 부부> 중에서

추천사

“우리를 사랑 그 자체의 환복판으로 데려간다. 굉장한 책이다.” - 이언 매큐언(Ian McEwan)

“마치 올리버 색스처럼, 환자들의 사례를 경유하며 사랑의 초상화를 그려낸다.” - <허핑턴포스트>

“책에 등장하는 환자들의 이야기는 결론이 없으며, 혼란스럽고, 매혹적이다. 마치 인생처럼.” -<이코노미스트>

“그는 이야기하는 법을 알고 있다” -<선데이타임스>

“사랑의 광기에 대한 다정하고도 급진적인 가이드” -<타임스>

"타인의 애정사는 끝없이 매혹적이지만, 텔리스의 지적 중 하나는 사랑에 빠질 때 우리 모두가 조금씩은 광기에 빠져 허우적거린다는 사실이다. 우리는 누군가에게 미쳐있거나 광적으로 질투한다. 우리는 일시적으로 무능해지고, 이치에 맞지 않는 일을 하고 있는 자신을 발견하게 된다. (...) 이럴 때 우리는 요동치는 바다에서 좌초될 위험을 무릅쓴다." -닉 혼비(Nick Hornby)

“우아한 글쓰기를 통해 자유 의지와 결정론 같은 깊은 철학적 주제들로까지 나아간다. 무엇보다도, 그는 손쉬운 일반화를 지양하고 환자들을 ‘고통을 겪는 한 명의 인간’으로 바라보며 이해하고 공감하고자 분투한다.” - <퍼블리셔스 위클리>

“눈을 땔 수 없는 책. 텔리스는 사랑의 정신병리와 관련된 사랑의 조건을 명료하고 재치 있게 그려낸다.” - <가디언>

“강렬하다.” -수지 오바크(Susie Orbach) 심리상담가, 《몸에 갇힌 사람들》 저자