

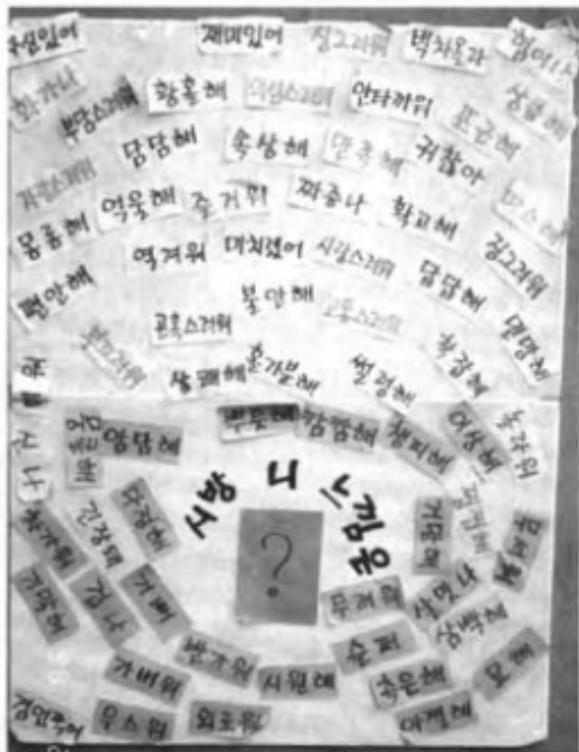
교육사례 / 노동교육 이렇게 바꿔보자!

노동교육을 위한 또 하나의 길찾기

인간관계훈련 워크숍을 다녀와서

이현경

한국노동사회연구소 교육위원회



한 쪽 벽에는 대자보 크기의 팬넬에 <사방 니 느낌은?>이란 제목 아래, 신나, 풍클해, 암담해, 뿌듯해, 창피해, 역겨워, 싫어, 재미있어, 훌가분해…… 등 인간관계훈련에서는 남녀노소도 상하좌우도 없다는 것, 그리고 의견이나 주장이 아니라 느낌을 나눈다는 것이 최대의 주의사항이었다.

1. 참가하기까지

“뭔가 필요하다.”

노동교육방법론 프로젝트를 연구하면서, 유럽의 노동교육센터들에서 실시해 온 프로그램들중에 기존의 교육방법이나 주제를 넘어서는 새로운 시도들이 있음을 알게 되었다. 그 중에는 노조 업무에 컴퓨터를 다양하게 이용하기 위한 교육, 노동관련 법규나 제도적 절차를 익숙하게 다루고 소송이나 법적 대응을 잘 하기 위한 교육, 고충처리 및 상담의 전문가가 되는 교육, 노동조합의 대표로 방송에 출연할 경우에 대중 앞에서 연설을 잘 하기 위한 연설 테크닉 교육 등 실무력 개발에 관심을 가진 프로그램들도 있었고, 국제화, 세계화, 정보화 등 구조적인 변화에 따른 노동조합운동 전략 개발을 위한 프로그램들도 있었다. 이 외에 북미의 <성인교육론>이나 남미의 <민중교육론> 등 전보적 교육이론들도 검토해 보았고, 우리 노동교육이 보다 능동적이고 참여지향적인 교육이 되어야 한다는 원칙도 재삼 확인했다. 그러면서도 이것이 다는 아니다. 뭔가가 더 있어야 한다는 생각을 떨칠 수 없었다. 그간 우리 노동운동이 가져온 조직적이고 집단적인 결

집력, 그리고 간부들의 높은 헌신 의지, 이런 측면을 교육 속에서 개발하고 모아낼 수 있는 다른 뭔가를 모색하는 게 필요하다는 수준에서 연구팀의 생각과 논의가 맴돌고 있었다.

그런데 반가운 소식이 날아들었다. 영등포산업선파회(이하 산선)에서 실시한 <노동자학교>나 <협동학교>프로그램에서 선보인 인간관계훈련 과정이 교육적인 효과가 높았다고 듣고 있었는데, 마침 산선 실무자들이 이 프로그램을 보다 본격적으로 실습해 보기 위해 <인간관계훈련 워크숍>을 간다는 것이다. 기간은 6.3(화)~6.4(수) 1박2일, 장소는 대성리 나루터 캠프, 준비물은 간편한 복장이 전부였다. 연구소의 교육위원 2인과 교육연구팀에 결합한 노동과건강연구회 교육실장은 망설일 필요가 없었다. “갑시다.”

2. 워크숍의 진행과정과 느낌

아침 9시부터 프로그램이 시작되므로 이를 시간에 강을 끼고 대성리를 향해 달렸다. 6월 아침의 선선한 날씨에다가 평일이라 차들이 뜨악해서 차창으로 밀려오는 바람이 속매를 씻어내는 것처럼 상쾌했다.

워크숍을 진행하는 나루터 캠프는 강의 자유를 끼고 자리잡고 있었고 경춘국도에서 비껴난 곳이라서 조용하고 운치가 있었다. 이미 전날 저녁에 도착하여 자리를 잡고 있는 산선 실무자 6명, 연구팀 3명이 9시부터 1시간 30분에 걸친 첫 과정〈강의: 인간관계훈련이란?〉부터 시작하였다. 이 강의 다음에 이어진 실습은 총 4과정으로 〈과정1: 대인관계 돌보기〉, 〈과정2: 몸돌보기〉, 〈과정3: 마음돌보기〉, 〈과정4: 자연과의 교감〉이었고, 마무리 과정은 〈총괄 평가 및 교육계획 수립〉이었다.

(1) 과정 1: 대인관계 돌보기

이 교육의 지도자 과정을 맡고 있는 산선의 목사님이 충진행을 맡아, 널찍한 방에 다른 물건들을 다 차운 채 둑글게 둘러 앉도록 했다. 벽에는 각각 〈동시남북〉, 〈남녀노소〉, 〈상하좌우〉, 〈회느애락〉이라고 쓴 글귀가 붙어 있고, 한 쪽 벽에는 대자보 크기의 판넬에 〈시방 나 느낌은?〉이란 제목 아래, 신나, 뭉클해, 암담해, 뿌듯해, 창피해, 역겨워, 싫어, 재미있어, 황가분해……등 다양한 느낌들이 빼곡히 적혀 있었다. 그 벽에 붙은 내용들이 말해 주듯이 인간관계훈련에서는 남녀노소도 상하좌우도 없다는 것, 그리고 의견이나 주장이 아니라 느낌을 나눈다는 것이 최대의 주의사항이었다. 그래서 프로그램을 본격적으로 진행하기에 앞서 먼저 별명짓기를 하였다. 별명은 가능하면 긍정적인 것으로 자신의

희망을 담아서 짓고, 교육이 진행되는 동안은 서로 별명만을 부르도록 하였다.

첫 두 시간 동안 실시된 대인관계훈련의 의미는 그동안 부딪쳐 온 인간관계 때문에 내면에 맷혀 있는 감정의 웅어리와 상처들을 치유하고자 하는 것이다. 부모, 자식관계, 부부관계, 동료관계, 친구관계 등 모든 관계에는 항상 갈등이 존재하고 있으며, 특히 가깝고 친밀한 관계일수록 갈등은 내면화되고 깊은 상처로 자리하기 쉽다. 따라서 이런 상처를 돌아보고 드러내어 치료하는 훈련, 상처를 받지 않기 위해 바르게 대인관계를 맺는 훈련이 필요하다는 것이다. 이 과정은 다시 세 부분으로 나누어서 〈노래부르기〉-〈감정표현하기(역할연기)〉-〈공감하기〉의 순서로 진행되었다.

〈노래부르기〉는 약 30분 동안 진행되었다. 북의 반주 한 가지에 맞춰 〈파란 마음 하얀 마음〉 등의 동요와 뽕짝, 〈내가 찾는 아이〉 등 다양한 곡을 선명하게 불렀다. 북만으로도 충분히 반주가 된다는 게 놀라웠다. 오랜만에 동요를 부르니 마음이 가벼워지는 느낌이 들면서, 최근에 발표된 한 연구 결과가 떠올랐다. 명충해에 대해 면역력이 있는 채소를 기르기 위해 개발했다는 〈청정 음악〉(green music)이 바로 경쾌한 동요와 전통 가락을 바탕으로 만든 것이라고 했는데, 동요가 갖는 독특한 힘이 분명히 있다는 생각이 들었다.

〈감정표현하기〉는 대략 한 시간 정도 진행되었는데, 먼저 둑글게 앉아 있던 상태

참가자들은 역시 부부, 부모나 사부모, 상급자 등

가까운 관계를 중심으로 속상한 감정들을 털어 놓는 것 같았고, 눌렸던 감정을 쏟아 놓으니 감정이 격해져 울음이 나오기도 했다.

에서 옆에 있는 사람과 짹을 지어 마주 앉았다. 그리고 잠시 동안 눈을 감고 마음을 가라앉힌 후에, ‘지금 바로 여기서’ 가장 유감스러운 사람(즉, 상처가 되고 있는 사람)과 그에 대한 속상한 감정을 떠올리고 그를 상대로 감정표현을 하는 것이다. 보다 생생하게 예를 들어 보면, 반짝이(별명: 별처럼 빛나고 싶다는 희망을 담은 별명)와 배싸례(별명: ‘배싸례 무쳐’가 원래 별명인데 자신의 몸매를 긍정적으로 보기 위한 별명)이 짹이 되어 반짝이가 먼저 배싸례를 자신이 유감스러워하는 사람으로 설정하고 그에게 속상한 감정을 말하는 것이다. 이때 이야기를 들어주는 배싸례 쪽은 주의깊게 들어주는 ‘경청’을 한다. 이야기를 끝낸 반짝이가 이번에는 입장을 바꿔 유감스러워하는 사람이 되고 배싸례를 자신이라 여기고 이야기를 한다. 이렇게 반짝이가 두 역할을 끝내면, 이번에는 배싸례가 같은 순서로 다시 자신의 감정을 털어놓고 반짝이는 들어 주게 되는 것이다. 참가자들은 역시 부부, 부모나 사부모, 상급자 등 가까운 관계를 중심으로 속상한 감정들을 털어 놓는 것 같았고, 눌렸던 감정을 쏟아 놓으니 감정이 격해져 울음이 나오기도 했다. 끝나고 다같이 둘러 앉아

속상한 감정을 표현했을 때의 느낌과 입장을 바꾸어 보았을 때의 느낌을 서로 나누었다. 이때 홀가분하든 찜찜하든 각자의 감정에 대해서 절대로 논평하지 않고 그대로 수용하였다. 결국 상한 감정을 객관화하거나 그 감정을 치유하는 것은 자기자신이라는 것을 느끼게 해 주는 대목이었다.

〈공감하기〉는 〈대인관계훈련〉의 총 2시간 중에 30분 정도 진행되었는데 대인관계를 원만하게 풀어나가기 위해서는 대화, 즉 의사소통의 방식이 개선되어야 한다는 점에 중점을 두었고, 역시 짹을 지어 하는 한 사람씩 번갈아 하는 과정이었다. 즉 배싸례가 먼저 주제에 상관없이 어떤 이야기를 하면, 반짝이는 최고도로 그 얘기에 집중한 상태에서 몸짓, 눈빛, ‘어머, 그랬어?’ ‘그렇구나’ 하는 맞장구 등을 통해 공감을 표시하면서 경청하는 연습을 하는 것이다. 이 과정에서는 상대방의 반응이 긍정적이고 적극적이면 말하는 사람도 자신감 있고 유쾌한 기분으로 이야기를 할 수 있고, 듣는 경우에도 무심결에 들을 때보다 집중해 들을 때 상대방의 느낌, 내포된 의미를 더 세밀히 이해하고 관찰할 수 있었다. 대화의 깊이가 무언지 피부에 와 닿았다.

(2) 과정 2 : 몸돌보기

점심을 먹고 약간 휴식을 취한 후에 대략 4시간에 걸쳐 이 과정이 진행되었다. 보다 온전하고 건강한 삶을 위해서는 뭐니 뭐니 해도 몸이 중요한데, 우리 현대인들은 직업 조건에서보다 생활에서 보다 뒤를 띠는 상태. 불건전한 환경에서 건강을 살아먹으며 살고 있다. 그러다 보니 상업적으로는 건강이 엄청난 장사 품목이 되고 있는데 반해, 운동 집단의 활동에서는 부차적이거나 개인적인 영역으로 다루어지고 있다. 하지만 인간의 의식과 실리상태는 몸이 건강하지 못한 상태에서 온전하게 발전할 수 없다. 따라서 이 과정에서는 〈요가〉 등을 통해 몸 상태를 파악하고 애정을 표현해 보며, 〈정성들이기〉를 통해 동료끼리 서로에 대한 친밀감과 인간애를 나누고, 마지막 〈춤명상〉으로 몸의 표현력을 이끌어내어 활기를 주는 순서로 진행하였다.

처음 단계는 굵신운동을 중심으로 〈요가〉를 몇 동작 하면서 몸이 얼마나 굳어 있는가를 보았다. 둘 요가를 한다는 조돌이(별명: 조화로운 삶을 지향하는 둘이라는 뜻)의 유연함과 우리의 굳은 몸은 매우 대조적이었다. 이때 호흡과 동작을 일치시키자 하면 몸의 통증이 조금 덜했다. 또 통증이 생기더라도 쟁그리지 말고 '마음 속으로 고통을 지그시 지켜 보라'고 했는데, 믿기 어렵겠지만 통증이 '느껴지는 게 아니라 바라봐지는 순간'이 있었다. 이렇게 몸을 풀고서 바로 〈배개뺏기〉와 〈쥐와 고

양이〉를 하였다. 〈배개뺏기〉는 두 사람씩 짹을 지어 서로가 배개를 자신의 가장 소중한 것, 또는 자식이라고 생각하고 한 사람이 배개를 갖고 있으면 다른 사람이 뺏는 것이었다. 얼마나 악착같이 달려들었는지 배개에 매달려 대롱대롱 들어올려지는 사람에, 이쪽 벽에서 저쪽 벽까지 나뒹구는 사람에 정신이 없었다. 이때 될 수 있으면 낯설고 어색한 사람과 짹이 되도록 했는데, 운동으로 부딪치면서 서미한 감정이 깨질 수밖에 없었다. 〈쥐와 고양이〉는 전체가 원을 만들고 한 두 사람이 빠져 나가지 못하게 막는 것으로, 어려서 많이 해본 기억이 있을 것이다. 스트레스는 풀렸지만 전체적으로 격렬한 과정이어서 장소나 위험물, 복장에 주의를 해야 하겠다는 생각이 들었다.

〈정성들이기〉는 다른 공동체들이 등에서도 해 본적이 없는 비교적 새로운 프로그램이었다. 우선 두 명이 짹지어, 그 다음에는 전세가 모여서 자신의 기를 나누어 주는 것이었다. 처음에 두 명이 짹을 지으면 한 명은 손바닥에 편하게 엎드린다. 그 옆에 다른 사람은 무릎을 끊고 앉아서 조용히 눈을 감고 두 손을 모은 채 정성을 자신의 손바닥에 집중한다. 이는 일반적인 기공이나 단전호흡 훈련 방식과 동일하다. 처음 해보는 사람은 정신이 산만하여 집중이 잘 안되는데, 서두르지 말고 정성이 손바닥에 모인다 는 생각만 하고 있으면 마음이 가리없고 손바닥이 따뜻해진다. 기

내가 순수한 마음으로 남에게 정성을 줄 수 있다는 느낌, 그리고 많은 사람들이 나를 위하여 기운을 불어 넣어준다는 느낌은 짧은 순간이지만 참 감동적이고 고양되는 느낌이었다.

가 모였다고 생각이 들면 옆드린 쪽의 머리끝부터 발끝까지 정성을 부어 준다. 허리가 아플 것이라고 생각이 들면 허리에 손바닥을 갖다 대고, 온몸을 지압하거나 안마를 해 줄 수도 있다. 우습다고 킥킥거려서는 안 되며 진지한 기분으로 상대방만을 생각하면서 해준다. 나는 상대방을 지압해 주면서 그의 덩치가 크다고 생각했는 테 의외로 발이 작고 다리가 가는 것을 알게 되었다. 그러니까 '다닐 때 힘들겠구나, 다리에 기운이 많이 생겼으면……' 하는 안타까운 감정이 저절로 떠올랐다. 이런 게 정성의 효과가 아닌가 싶었다.

두 명이 번갈아서 정성들이기를 하고 나면 다시 전체가 둥글게 모여 한 사람씩 번갈아 가면서 원 안으로 들어와 옆드린다. 그러면 둘이 했을 때의 요령으로 각자가 정성을 모으고 자신이 기를 넣어 주고 싶은 부위에 손을 대서 한참 동안 옆드린 사람에게 기를 넣어 준다. 남녀가 섞여 몸에 손을 댄다고 하면 싫거나 쑥스러울 거라고 지레 짐작을 하는 사람도 있겠지만, 이 정성들이 기 과정은 대단히 진지하며 마음을 정성에만 모으기 때문에 다른 사사로운(?) 감정은 전혀 들지 않는다. 나중에 느낌나누기에 서도 나왔지만, 내가 순수한 마음으로 남에

게 정성을 줄 수 있다는 느낌, 그리고 많은 사람들이 나를 위하여 기운을 불어 넣어준다는 느낌은 짧은 순간이지만 참 감동적이고 고양되는 느낌이었다. 사실 참가자들이 한 집단의 구성원도 아니고 만난지 몇 시간 되지도 않았는데도, 이 과정을 할 때 진심으로 한 사람 한 사람에게 뿌리깊은 애정을 부여주는 것이 느껴졌다. 그리고 내게도 마음 속 저 밑바닥에는 남을 이해하고 돋고 나누려는 진심이 들이 있다는 것이 뿐듯했으며, 참가자들이 남이 아니라 아주 친밀하게 결합되어 있는 공동체로 다가온다는 것도 공통된 느낌이었다. 아마 전체 과정 중에서 머리보다는 가슴으로 가장 '찡'하게 다가온 과정이 아니었을까.

〈춤명상〉은 사실 격정스러운 대목이었다. 춤을 춰 본 적도 별로 없고, 그러니 잘 출리도 없는데다가 별전 대낮에 낯선 사람들과 춤춘다는 건 여간 어색한 일이 아니었다. 하지만 정열맨(별명: 진행하는 목사님)이 주의사항을 알려 주었다.

"우리 몸에는 움직이고 싶어하는 기운이 있습니다. 그것을 자연스럽게 표현하면 됩니다. 그냥 음악에 따라서, 몸이 움직여지는 대로, 그것을 억제하려고 하지 말고 풀어 주면 됩니다. 남은 전혀 신경쓰지 마-

세요. 처음에 좀 어색하면 벽을 보거나 눈을 감고 해도 좋습니다.”

음악은 명상음악 계열의 편안하고 따뜻한 곡이어서 부담이 없었다. 그래도 처음에는 역시 어색한지 눈을 감은 사람, 벽을 향해 돌아선 사람도 있었다. 음악의 선율이 흘러가는 대로, 특별한 스텝도, 격식도 없이 그냥 내키는 대로 자연스럽게 팔, 다리, 몸을 따라 움직여 보았다. 내 몸에서 무언이 흘러 나오는가만 집중해서 생각하니 춤이 되었고 신통하게도 부끄럼거나 어색한 감정이 들지 않았다. 나중에 느낌나누기를 해 보니 자신이 물고기가 되어 헤엄친다는 이미지를, 또는 말이 되어 달린다는 이미지를 춤으로 표현한 경우, 새가 되어 날아가는 것을 표현한 경우도 있고, 자신의 인생을 춤에 담아 보았다는 사람도 있었다. 한 30분 정도 춤춘 것 같았는데 끝나고 나니 땀이 많이 났다. 운동량도 엄청났다. 춤이라고 하면 시끄러운 음악을 틀어 놓고 마구 혼들면서 스트레스를 해소하거나 난장을 트는 정도로 알고 있었는데, 몸만 움직이는 것이 아니라 내면(마음)의 흐름을 지켜 보면 그 표현으로 춤을 반듬으로써 아주 다른 차원에서 춤을 체험해 본 좋은 기회였다.

(3) 과정 3: 마음돌보기

저녁을 먹고 다시 세 시간짜리〈마음돌보기〉과정이 이어졌다. 말 그대로 자신의

마음을 살펴보고, 자신을 긍정하여, 내면적인 건강성을 확인하는 과정이다. 우리에게는 실로 어려서부터 쌓여 온 '△△해야 한다. 그러나 난 △△하지 못하다'는 부정적인 자기 인식들, 자신을 힘들게 하지만 함부로 드러내 놓고 말하지 못했던 마음 속의 용어리들이 많다. 노조운동에서 조직적인 결정을 내릴 때는 이런 것이 고려 대상에서 제외되기 일쑤지만, 개인의 삶에서 판단이나 결정을 내릴 때에는 이런 것들이 의외로 강한 심리적 동기가 된다. 따라서 무시하고 덮어두기보다는 드러내고 나누어서 치유하고 극복하는 것이 바람직하다. 이 과정은 〈명상〉 20분, 〈장검 100 가지〉 1시간, 〈아리랑고개〉 1시간 40분의 순서로 진행되었다.

〈명상〉은 단 20분 동안 했지만, 평상시에 단전호흡이나 명상 등을 해 본 경험이 있는 사람과 처음 해 보는 사람의 반응은 자못 달랐다. 자세는 결기부좌(양발을 허벅지 위에 올리는 것)나 반가부좌(한쪽 발만 올리는 것)만이 아니라 편안하게 앉는 것도 허용하였다. 허리는 너무 힘주어 꽂꼿하게 해서는 안 되며 자연스럽게 반듯이 펴고, 턱을 끌어 당겨 시선은 방마다를 멀리 응시하거나 눈을 감도록 하였다. 호흡은 억지로 힘을 주지는 않되 자연스럽게 복식호흡이 되도록 하였다. 그 다음이 문제였다. 20분 동안 나를 생각하는 것이다. 물론 잡념이 떠오른다. 그러면 그 잡념을 쫓아가거나 몰아내려 하지 말고, 그냥 거리를 두고 지켜

흙냄새마저 느낌이 달랐다.

나뭇잎에 몸을 숨기고 사는 초록색 거미가 있다는 것도 난생 처음 알게 되었다.

숲이 온갖 살아 있는 것들의 공간이라는 인식은 신선한 충격이었다.

보면서 ‘응, 저런 생각이 떠오르는군’ 하고 다시 나를 생각하라는 것이다. 건강 때문에 요가나 기공을 조금 배워본 적이 있는 나도 처음에는 역시 정신 집중이 안 되었다. 안이 조용하니 창 밖에서 들리는 새소리, 차가 멀리 지나가는 소리 등 별별 소리가 다 들리고 그 소리를 따라 생각이 이리저리 떠돌았다. 조금 지나니 혀리도 아프고, 다리도 저려 오고 명상이 쉬운 게 아니었다. 그러면서도 어느 결에는 ‘이런 한적한 공간에서 나를 마주할 수 있어서 기쁘다.’ ‘저 산과 나는 둘이 아니고 하나일 게다’…… 등등 뭐가 평상시의 나의 생각과는 다른 생각들이 떠올랐다. 걱정과 분노를 식힐 수 있어 편안하다는 사람, 욕심이 사라지니 마음이 편안했고 무소유가 떠오르더라는 사람도 있었지만, 초보자 중에서는 한 자세를 20분 동안 하고 있는 것이 지루하고 잡념이 너무 많이 생기는데 어떻게 처리해야 할지 모르겠다는 사람도 있었다. 사전에 충분한 주의사항과 의미 설명이 없으면 자칫 지루하거나 효과가 줄어들 수도 있는 프로그램이다.

〈장점 100가지〉는 먼저 한 20-30분 동안 8절지에 자신의 장점을 100가지 쓰고 나서, 그것을 사람들에게 들려 주는 것이

다. 처음에 100가지를 쓰라는 말을 듣고, 모두들 ‘어떻게 100가지나 장점을 쓸 수 있어요?’라고 반문하였다. 그러나 정열맨은 200가지도 쓸 수 있다고, 신체적인 것, 성격적인 것, 활동과 관계된 것 모두 장점이 될 수 있다고 했다. 발표할 때 보니 대부분 50-60가지의 장점을 썼고 시간이 더 주어지면 그 이상도 쓸 수 있었다. ‘귀가 커서 소리를 잘 듣는다’, ‘이가 튼튼하다’, ‘남들을 잘 웃긴다’, ‘아내를 행복하게 해줄 수 있다’, ‘사회의 정의를 위해 일하고 있다’ 등 정말 다양한 장점이 있었고, 아들이 둘인 몽당연월(별명)의 경우 ‘큰 아들이 잘 생겼다’, ‘작은 아들이 내가 봐도 귀엽다’ 등 자기 장점을 아들 자랑으로 대신해서 폭소를 자아내기도 했다. 느낌나누기를 해보니 자신의 중요성을 깨닫고 자신감을 가질 수 있었다고 하기도 하고, 긍정적이고 적극적인 자기 표현을 할 수 있고 다른 사람의 장점을 새롭게 볼 수 있었다면서 디들 긍정적인 반응을 보였다. <명상>과 아울러 자신을 소중하고 가치있는 존재로 여기게 되고 이를 집단 속에서 서로 확인하는 따뜻하고 낙관적인 프로그램이었다. 나중에 평가했을 때도 이 프로그램에 대한 만족도가 가장 높아서, 참가자 전

위이 다음에 다른 교육에서 반드시 활용하겠다고 응답했다.

〈아리랑 고개〉는 다른 공동체 놀이에서 많이 해 보았던 대로, 역시 8절지에 한 가운데에 나이를 표시하는 선을 그고 위쪽은 즐거운 경험, 아래 쪽은 슬픈 경험을 표시하여 전체를 자신의 인생곡선으로 만드는 것이었다. 약간 새로운 점이 있었다면 ‘인생 베스트 5: 슬픈 경험 5: 기쁜 경험 5’였는데 자신의 인생 경험 중에 슬픈 일과 기쁜 일을 각각 5가지씩 뽑아 정도에 따라 1-10 점까지 주고, (예를 들어, 어떤 사람은 부모님 별세는 -10점, 애인과 헤이진 일은 -8점을 주었다.) 이를 합하여 기쁜 점수에서 슬픈 점수를 빼 보는 것이었다. 이 과정은 자신을 포함하여 모두에게 한 사람의 인생을 압축적으로 보여줄 수 있다는 점, 또 그림을 보여주면서 하기 때문에 이야기할 때 획설수설하지 않을 수 있다는 점이 장점이었다. 그러나 압축해도 인생은 인생인자라 주어진 10분보다 대부분 설명이 길어져 끝에 가서는 지루한 느낌마저 들었다. 인원이 많은 경우에 활용하려면 변형된 프로그램을 이용하거나, 소그룹으로 나누거나 할 필요가 있을 것 같았다.

(4)과정 4: 자연과의 교감

다음 날 아침 세소리를 들으며 잠에서 깨었다. 몸은 육신거렸지만 기분은 생채했고, 마지막과정 〈총괄평가 및 교육계획수립〉 앞에는 두 시간짜리 〈자연과의 교감〉

과정이 우리를 기다리고 있었다. 이미 적당한 코스는 정열랜이 답사를 마친 상태였고, 소풍가는 초등학생 기분으로 아침을 먹고 길을 나섰다. 한 20분쯤 걸어가니 야트막한 동산 입구가 나타났다. 옷은 최대한 가볍게 입어 온몸으로 산공기를 쐬도록 하며, 될 수 있는 한 천천히, 주변에 있는 나무, 풀잎 하나하나를 따뜻한 마음으로 대하면서 걸어가는 것이었다. 나는 산에 가는 것을 좋아하고 산에 오를 때도 주변 풍경을 놓치지 않으려고 노력하는 편이지만, 아주 천천히 걸어가니 나무 등결의 모양, 나뭇잎 색깔, 모양새들이 새롭게 눈에 들어왔고, 새냄새마저 느낌이 달랐다. 나뭇잎에 몸을 숨기고 사는 초록색 거미가 있다는 것도 난생 처음 알게 되었다. 숲이 온갖 살아 있는 것들의 공간이라는 인식은 신선한 충격이었다. 다른 사람들도 상당한 공감을 느끼는 듯 했다. ‘자연의 아름다움과 생명의 다양성과 귀중함을 배우는 시간이었다’, ‘편안감을 주었다. 항상 하는 일은 아니지만 자연의 상태로 돌아가는 것 같은 무욕무상의 느낌이다’, ‘도시에서 느끼지 못하는 여유로움, 관대함, 너넉함, 느긋함을 배운 기분이다’는 등 도인(?) 수준의 소감들이 쏟아져 나왔다.

3. 워크숍을 돌아보며

이기까지 읽고 난 독자들의 반응이 상상된다. ‘어? 이게 뭔지 좀 알아 봐야겠는

조합원 개개인이 소중한 존재로 받아들여지는 조직, 간부와 간부끼리 서로 지지집단이 되는 든든한 조직, 아주 개인적이고 사소한(?) 건강문제까지 쟁여주는 조직, 그렇게 위로 아래로 피가 흐르는 노동조합이 되어야 한다.

데…’ 하는 게 그 하나이고, 이런 기분도 많을 것이다.

‘지금 이 무신 도닦는 소리고? 임투가 안돼가, 투쟁의지를 불어넣도 싸언치 않을 텐데 명상이나 해가 뭐가 될까요? 참말로…’

맞는 말이다. 이런 <인간관계훈련>만으로 노동교육이 될리도 없고, 더욱이 투쟁 시기에는 이것이 적합한 교육모델이 될리도 없다. 하지만 완전히 “쩔 테 없는” 것이라고 무자르듯 하기는 이르다.

이 인간관계훈련 프로그램은 원래 미국의 목회상담가이자 신학자인 하워드 클라인벨 박사의 목회상담요법의 하나인 <성장상담>의 심리치료 프로그램에 그 근원을 두고 있다. 이를 응용하여 국내에서 다양한 프로그램을 실시하고 있는 곳은 <성장상담연구소>이다. 철학적 입장을 살펴보면, 이들은 전인성(Wholeness)과 전인 건강(Well-being), 즉, 인간의 존재적인 완전성을 추구한다. 이러한 온전한 성장은 자신의 문제나 불건강한 측면을 인정함과 동시에 우리 모두에게 내재해 있는 잠재력을 이용하여 위기와의 투쟁을 통해 해방되어 가는 과정이다.

인간이 전인성을 획득하기 위해서는 7가

지 차원 즉, 영혼성의 전인건강, 몸의 전인건강, 마음의 전인건강, 인간관계의 전인건강, 일에서의 전인건강, 놀이에서의 전인건강, 세계의 전인건강을 추구해야 한다. ‘전인건강론’에서는 7차원 모두 성장한 자아를 우리 존재의 통합된 중심으로 삼고자 한다. 7가지 차원 중에 특징적인 것은 대부분의 전통 심리치료들이 인간의 심리현상에만 집중하고 몸을 소외시킨 것에 비해 이들은 몸에 대한 각성을 중요하게 여긴다는 것이다. 어떤 면에서 보면 이 견해가 지나치게 낙관적인 것으로 보이지만, 그렇다고 해서 우리 사회가 폭력과 파괴, 분열 등으로 가득차 있고 그로 인해 많은 사람들이 좌절감을 느끼며, 건강, 가족, 직업 등에서 어려움을 느끼며 살아가고 있음을 부정하지 않는다. 다만 이들은 이런 상황을 극복하려고 하는 다양한 변화가 지금 일어나고 있고 성장을 원하는 개인과 집단의 노력이 있다는 것에 방점을 찍고, 그런 능동적인 노력이 통해 인간과 세계를 이해하는 새로운 길 찾기라고 여기는 것이다.

이번에 참가한 <인간관계훈련>은 앞서 살펴본 전인건강을 위한 7가지 차원 중에서 4가지 차원을 맛본 것에 불과하므로,

이 경험을 가지고 〈전인건강론〉 전체에 대해 왈가왈부하는 것은 주제넘은 일이다. 하지만 짧은 1박2일 과정에 참가하고 나서도, 자신 대해 둘 깨어있게 되고, 자신이 더 발전할 수 있는 존재라는 성장가능성을 믿게 되며, 동료들이 소중한 뿐만 아니라 그들과 내가 서로 견밀히 연결되어 있는 지지집단이라고 생각하게 되는 작지만 큰 변화를 스스로, 그리고 서로가 느낄 수 있었다면, 이 프로그램에는 우리가 활용할 만한 편가가 있는 게 아닐까?

21세기의 문턱에서 노동조합운동은 경제적 이익을 위한 투쟁 집단을 넘어서, 이제 사회변혁을 주도하는 대안 집단이 되고자 한다. 이는 적에게는 날카롭고 위협적인 비수가 될지라도 조합원들에게는 마스하고 유연한 조직, 목적과 신념뿐 아니라 생활, 삶까지 공유할 수 있는 조직이 되고자 하는 것이다. 그러려면 조합원 개개인이 소중한 존재로 받아들여지는 조직, 간부와 간부끼리 서로 지지집단이 되는 평등한 조직, 아주 개인적이고 사소한(?) 건강 문제까지 챙겨주는 조직, 그렇게 위로 아래로 퍼가 흐르는 노동조합이 되어야 한다. 세계화·정보화 시대라고 구호는 요란하지만 교육비 부담에, 노동법 개악에 시달리며 주눅들어 있는 우리 조합원들이 자신을 긍정하고 자신의 가능성을 확신할 수 있게 된다면, 근 10년을 노조활동에 몸바쳐 오면서 지칠 대로 지치고, 사람마저 산 어진다고 하는 중견 간부들이 동료의 가치

를 재발견하고 우리가 하나임을 기쁘게 확인하게 된다면, 또 노동조합 운동이 만들어 나가려고 하는 세상이 자연생태계를 복원하고 환경문제를 극복하는 세계임을 설득하도록 할 수 있다면, 그리고 노동조합 운동이 건강한 운동이어야 하고 그러기 위해 간부 및 조합원 하나하나의 목과 마음이 활기차고 건강해져야 함을 공감하게 된다면, 이 프로그램은 부분적으로든 전면적으로든 활용할 가치가 있으리라고 본다.

구체적으로 어떻게 활용할까? 어떤 프로그램으로? 다른 주제들과 조화를 이룰 수 있게 배치하는 방법은? 해당은 질문하는 사람 속에 이미 있는 법. 여기까지 읽는 수고를 마다 않은 경험이 풍부한 교육 담당자들의 창조력 앞에 해당은 열려 있다. 물론 앞으로 이 교육방법을 같이 개발해 보자고 연락을 준다면, 우리에게 이 무더운 여름을 석혀주는 그보다 더 나은 칭찬 제는 없을 것이다. ♦

※ 〈인간관계 훈련〉의 진행순서

| | | |
|----|----|--------------------------------------|
| 첫날 | 오전 | 강의 1 - 인간관계 훈련의 의미 과정 1 - 대인관계돌보기 |
| 오후 | | 과정 2 - 몸돌보기 |
| 저녁 | | 과정 3 - 마음돌보기 |
| | | 자유시간 |

| | | |
|-----|----|--------------------------|
| 둘째날 | 오전 | 과정 4 - 자연과의 교감 마무리 짜장 |
| | | - 실습 평가 - 실행프로그램 짜기 |