

# 사람이 꽃보다 아름다워

2005 | Autumn | 제7호

## 살아야 하는 이유 100가지 !!



수원시자살예방센터  
CENTRE FOR SUICIDE PREVENTION

# Contents



사람이 꽃보다 아름다워 통권 7호  
 발행일 2005년 9월 20일  
 발행처 수원시자살예방센터  
 발행인 이영문 편집인 이디·백민정  
 주 소 경기도 수원시 팔달구 매산로3가 43-1 2F  
 TEL 031-228-7942

수원시자살예방센터는 수원시 안전도시사업  
 (safesuwon.or.kr)의 일환으로 운영되고 있습니다.

※ 이책에 수록된 내용을 전제하거나 활용하고자 할 때는 반드시  
 수원시자살예방센터와 상의해주시기 바랍니다.

- 03 편집자의 글
- 04 CSP 초대석 \_ 자살예방, 우울증 바로 알기에서 출발해야 한다  
 / 임기영교수 아주대학교의과대학 정신과학교실
- 06 CSP NEWS
- 10 CSP 상담통계 \_ 2005년 6월 ~ 2005년 8월
- 12 아름다운 사람 \_ 우리는 해냈다 수원에서 해남까지 두 바퀴로  
 달린 400km, 희망으로 달린 3일
- 14 THEME \_ 노르웨이 자살예방 연구
- 18 Cartoon
- 19 CSP ZONE \_ CSP 사람들 · 꽃향기 폴폴 사람들과 마음을  
 나누는 엽기적인 그녀  
 자원봉사 후기 · 이예진 · 이정준  
 CSP Junior · 제1기 리더십 캠프  
 · 희망을 어디에 숨겼을까?
- 26 CSP NETWORK \_ 수원청소년인터넷방송국
- 28 Safe suwon I \_ 수원시 재난안전관리과 안전도시담당
- 30 지역사회와 함께하는 CSP \_ 세계자살예방의 날 거리 캠페인  
 “자살예방, 우리 모두의 책임입니다.”
- 31 REVIEW \_ in the Painting / Old & New /  
 in the Book / in the Movie
- 40 거기에 내가 있었네 \_ 백령도를 다녀와서
- 42 생명의 나무 \_ 건강한 삶을 위한 비결 2

## 하늘 걷기, 구름처럼

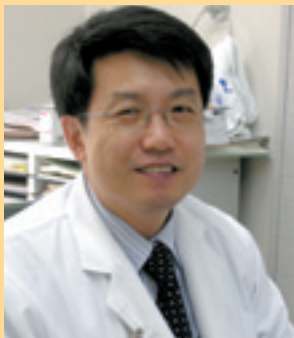


하늘을 올려다보는 날이 많아졌다. 새삼스레 계절을 생각하지 않았는데도 뭉게뭉게  
 피어오르는 구름은 하늘과 더욱 푸르고 하얗게, 빛나는 대조를 이룬다. 코 끝을 간질이는  
 알싸한 바람은 꽃무릇 붉은 선운사 은빛 찰랑이는 저수지 독길을 걸어보고픈 통속적 가을  
 상념을 덩달아 부추긴다. 구름처럼 맘껏 하늘을 걸어보라고 등떠민다.

여름이 너무 더웠던 것일까? 유난히 분주했던 날들을 달력 뒷장으로 훌쩍 넘긴지 십여  
 일이 지났는데도 아직 바쁜 걸음이 멈춰지지 않는다. 그래도 제때 찾아온 가을이 바쁘기만  
 한 내 시간을 순간순간 잡아주고, 그 덕분에 종종 하늘을 올려다보게 되는 나날이다.

이제 그만 천천히 걸어도 될까. 영화에서처럼 주인공의 스톱모션은 어떨까. 보통은 사람  
 들이 아주 빠른 걸음으로 멈춰선 주인공 걸을 스쳐 지나간다. …… 그런데 내 영화 속  
 사람들은 그냥 서있다. 나 혼자서만 사람들을 스치며 걷고 때로는 달린다. 그것도 아주  
 빠르게. 모든 사람들이 주인공인 그 영화에는 엑스트라가 단 한 명 나온다. 나 혼자. 행인  
 1도 되었다가 행인9도 된다. 행인1부터 행인9까지의 걸음이 지칠 때쯤 영화는 끝날 수  
 있을까. 영화가 끝나면 행인∞의 걸음은 멈출 수 있을까. 누군가 영화가 끝나도 행인의  
 걸음은 또다른 영화에서 계속될 것이라고 말해주었다.

난 무엇이 궁금했던 것일까.



## 자살예방, 우울증 바로 알기에서 출발해야 한다

아주대학교 의과대학 정신과학교실 | 임기영 교수



통계청 발표에 의하면 2003년 우리나라 자살률은 인구 10만 명당 24명으로 사상최고치를 기록했다고 한다. OECD 국가 중 자살률은 4위, 자살증가율은 1위라고 한다. 1년간 자살 전수가 1만 100명이니 하루 평균 30명이 스스로 목숨을 끊는 셈이다. 정말 심각한 일이 아닐 수 없으며 무언가 대책이 있어야만 한다. 그런데 **정신과 의사의 입장에서 보면 자살의 가장 큰 원인인 우울증에 대해 우리가 잘 알지 못하고 있다는 현실이 효과적인 자살 방지 대책의 수립과 집행에 결정적인 장애물이 되고 있다고 생각한다.**

30대 후반의 어느 회사원이 아파트 옥상에서 투신하였다. 그러나 부인은 남편의 죽음을 자살이 아닌, 실족사로 믿고 있었다. 그가 며칠째 출근을 하지 않았고, 한밤 중에 아파트 옥상에 올라갔던 일도, 올라갈 이유도 없었다는 사실, 옥상에는 안전벽이 있어서 사고로 추락할 가능성이 없다는 사실은 전혀 고려하지 않는 듯하였다. 다른 가족들은 그가 회사생활을 힘들어 했고, 부부 사이가 좋지 않았던 점 등을 자살 원인으로 추정하였다. 하지만 몇 달 전까지만 해도 그는 성실하고

모범적인 사원으로 인정 받고 있었고 승진도 결코 늦지 않았다는 사실, 그리고 부부 사이도 최근에 그가 말이 없어지고 결근을 자주하는 등의 이유로 악화된 것이지 그 전까지는 별 문제가 없었다는 사실은 간과되었다.

미국의 시인이며 비평가였던 랜들 자렐은 1965년 어느 날 심야의 고속도로를 헤매다 트럭에 치여 숨졌다. 그 늦은 시각에 고속도로를 잠옷차림으로 배회할 아무런 이유도 없고 또한 일부러 트럭에 뛰어들었다는 목격자들의 진술에 근거해 경찰은 자살로 추정했지만 가족들의 거센 항의에 따라 결국 그의 죽음은 사고사로 처리되었다. 그의 죽음을 자살로 인정하는 친구들도 최근 발표한 시집이 혹평을 받은 것, 비평가들과의 갈등 등이 자살의 원인이라고 단정하였다. 그가 최근 심각한 우울증상을 나타냈었다는 사실에 주목한 사람은 없었다.

이처럼 누군가가 자살하면 대부분의 사람들은 그것을 자살로 인정하지 않거나 스스로 목숨을 끊을 만큼 절박했던 사연이 무엇이었는지를 찾아내려고 애쓴다. 그것은 자살을 범죄시하고 자살자의 가족에게 죄의식이나 수치심을 강요하는

오랜 사회적, 종교적 전통 때문이다. 이런 현상은 개인이나 가족관 수준뿐 아니라 사회 전체의 수준에서도 관찰할 수 있다. 예컨대 이번 통계청의 발표 후에도 언론은 예전과 다름없이 경제 불황에 따른 취업난과 실직을 자살 증가의 가장 큰 원인으로 보도하고 있으며, 사회지도층 인사들의 연이은 자살이나 자녀 동반자살의 급증을 우리 사회의 생명경시사상 탓으로 돌리고 있다. 자살이라는 엄청난 문제 앞에서 그 이유를 찾아내고 설명하려는 것은 인간의 당연한 속성일 것이다.

문제는 자살의 가장 큰 원인이 생명경시풍조나 사회적 혼란, 가정의 붕괴, 이런 것이 아니고 우울증이란 정신질환이라는 점이다. 미국의 뉴욕주 정부 보고서에 의하면 자살자의 95%는 자살 시점에서 심각한 정신질환을 앓고 있었던 것으로 확인되었다. 또한 자살 시도자의 80%는 당시 우울증에 빠져있는 상태였다. 우울증 환자의 30%는 결국 자살로 생을 마치는데 이는 일반인에 비하면 20배나 높은 수치이다. 따라서 자살을 막는 가장 효과적인 방법은 우울증 환자를 조기에 발견하고 적절한 치료를 받게 하는 일이다. 실제로 말기 암이나 기타 불치병으로 고통을 받으면서

안락사를 희망하는 환자들 중 상당수는 우울증을 치료하고 난 후에는 자신의 요구를 철회하였으며 살아있음에 감사했다는 연구결과도 있다.

이와 같은 이유 때문에 미국에서는 해마다 우울증 주간을 제정하여 행사를 갖고 있다. 이 기간 중에는 언론에서는 유명인사들이 출연하여 자신이 어떻게 우울증을 앓았고 어떤 치료를 받았는지 등의 경험을 소개한다. 전국의 모든 서점에서는 우울증 관련 서적들을 전시하고 스스로 우울증 여부를 알아볼 수 있는 설문지를 비치해 놓는다. 도움을 받을 수 있는 치료 기관 목록을 나누어 주기도 한다.

우울증은 마음의 감기라고 할 정도로 다른 정신질환에 비해 치료성공률이 대단히 높은 질병이다. 한 달 정도의 치료로 언제 그랬느냐는 듯 회복된다. 이런 별 것 아닌 병을 방치하여 목숨을 잃는 일까지 생긴다는 것은 정말 있어서서는 안 될 일이다. 이제부터라도 우울증의 진단과 치료에 좀 더 많은 관심을 기울여야 한다. 마침 보건복지부가 자살방지 5개년 계획을 발표했는데 그 핵심은 역시 우울증에 관한 것이어야 할 것이다.



2005

- 6월 4일 | “자살과 문화”라는 주제로 이영문 교수님의 강의가 한국 인문사회학회에서 열린다.
- 6월 8일 | 경인일보 공동캠페인 자살예방정보5편 ‘자살을 이겨낸 사람들①-사마천’이 게재되다.
- 6월 11일 | CSP청소년자원봉사자 프로그램, 연극 ‘긴 하루’ 연습을 하다.
- 6월 13일 | 수원구치소에서 생명존중사상 고취를 위한 교육(김명식 CSP임상심리사)을 실시하다.
- 6월 15일 | 경기도 학부모봉사단을 대상으로 학부모를 위한 자살예방인지교육(김명식 CSP임상심리사)이 열린다.
- 6월 21일 | 자살예방상담학교 - 종교지도자와 함께를 개최하다.
- 6월 20/27일 | 화홍고등학교 1학년을 대상으로 청소년자살예방교육 ‘친구사이’를 실시하다.
- 6월 24일 | 6월 공개워크숍 ‘학업중단청소년 지원프로그램’ (유순덕 실장-경기도청소년상담실)을 개최하다.
- 6월 27일 | 수원시자살예방센터가 수원시정신보건센터,알코올상담센터와 함께 새로운 보금자리로 이전 새로이 센터 개관식을 개최하다.
- 6월 29일 | 경인일보 공동캠페인 자살예방정보6편 ‘자살을 이겨낸 사람들②-심태걸’이 게재되다.
- 6월 30일 | 예랑도예원에서 CSP상담자원봉사자 하계수련회를 갖다.
- 7월 13일 | 경인일보 공동캠페인 자살예방정보7편 ‘스트레스 대응하기’가 게재되다.
- 7월 15일 | 수원시학부모봉사단을 대상으로 학부모자살예방인지교육(김명식 CSP임상심리사)이 열린다.
- 7월 18일 | 수원구치소에서 생명존중 사상 고취를 위한 교육(김명식 CSP임상심리사)을 실시하다.
- 7월 27일 | 경인일보 공동캠페인 자살예방정보8편 ‘스트레스 대응하기-음악요법’이 게재되다.
- 7월 28일 | 7월 공개워크숍 ‘건강한 부부관계-차이를 알면 문제해결의 길이 보인다’ (홍병호 교수-천안대 가톨릭상담심리학)가 열린다.
- 7월29/30일 | CSP 청소년자원봉사자 리더십캠프가 경수유소년축구클럽에서 개최되다.
- 8월 24일 | 경인일보 공동캠페인 자살예방정보9편 ‘누구에게나 인생은 예술이다’가 게재되다.

## [센터 뉴스] ‘아름다운 사람지킴이’, 수원시 우수자원봉사 프로그램으로 선정]

수원시자살예방센터의 청소년자원봉사 프로그램인 ‘아름다운 사람지킴이’가 2005 수원시 우수자원봉사프로그램 지원사업에 선정되었다. 이 사업은 지역사회의 다양한 자원봉사프로그램 개발을 유도하고 질 높은 프로그램을 정착 확산하여 자원봉사의 참여 확대 및 활성화 도모를 위한 것으로, 수원시자살예방센터는 지원금을 자살예방교육을 위한 영상제작에 사용할 예정이다.



## [수원시자살예방센터, 보건복지부장관표창]



수원시자살예방센터가 세계자살예방의 날 기념식에서 보건복지부장관표창을 받았다. 한국자살예방협회에서 주최한 이 행사는 9월 10일 세계자살예방의 날을 기념하기 위해 마련된 행사로서 수원시자살예방센터를 비롯, 봉사, 문화, 보도, 학술 분야에서 자살예방사업을 위해 활약하는 기관이나 개인의 활동을 소개하고 노고를 치하하였다.

## [2005 해피수원 봉사순례]



지난 8월 10일~11일 이틀 동안 수원시내 중·고등학생 100명이 참가한 가운데 '2005 해피수원 봉사순례'가 진행되었다.

내가 살고 있는 지역사회를 보다 많이 이해하며, 자원봉사를 통해 보람과 기쁨을 체험할 수 있도록 한 이번 봉사순례는 중앙양로원을 시작으로 과선교, 화성행궁, 예절교육관, 월드컵경기장에 이르는 코스로 진행되었으며, 각 코스별로 자원봉사활동과 장애체험, 지역문화재 체험활동이 병

행되면서 색다른 자원봉사경험의 장을 여는 계기가 되었다. 더욱이 참가한 모든 참가자들이 비가 오는 날씨에도 불구하고 한 명의 낙오자도 없이 목적지까지 순례를 함으로서 더욱 뜻 깊은 기억으로 남게 되었다.

## [청소년 푸른 성장 평화농장정 - 비폭력, 반편견 청소년평화보살동 캠페인]

세계평화축전으로 평화염원운동이 활발한 요즘, 한국걸스카우트에서는 청소년 평화의 기사들이 청소년들의 비폭력, 반편견의 염원을 담아 평화 메시지를 전파하기 위한 캠페인활동을 벌였다.

기사 임명식, 청소년 평화의 선언, 평화·희망의 염서함 전달식, 평화의 대행진으로 이루어진 이 행사는 8월 17일, 수원실내체육관에서 열렸다.



## [센터 뉴스 2005 자살예방 세미나]

수원시자살예방센터는 정신보건관련종사자들을 대상으로 한 '2005 자살예방 세미나'를 연다. 이번 세미나는 자살문제에 대한 올바른 이해, 자살위기사담기법, 자살예방과 지역사회 역할의 중심으로 진행되며 정신보건관련종사자들의 자살예방에 관한 올바른 이해를 돕고 함께 자살을 예방할 수 있는 길을 모색할 것이다.

- 일시 : 2005년 9월 27일(화) 10:00~16:00
- 장소 : 아주대학교병원 지하층 아주홀
- 문의 : 031)228-7942 또는 webmaster@csp.or.kr
- 후원 : 경기도 지역정신보건사업 기술지원단

## [새로운 보금자리로 이전, 개관식 가져]



수원시자살예방센터는 지난 6월 27일 센터 이전 개관식을 가졌다. 이날 개관식에는 김용서 수원시장을 비롯한 2백 여명의 지역사회 인사들이 참석해 성황을 이루었으며 센터 자문/운영위원, 자원봉사 상담자와 센터를 후원해주시는 센터 가족들이 참석해 축하의 마음을 함께 나누었다. 이날 이전 개관식은 수원정신보건센터·경기수원알콜상담센터·경기다사모의 이전 개관식과 함께 치러졌다.

수원시자살예방센터의 새 보금자리는 수원시 팔달구 매산로 3가 43-1(2층), 031-228-7942로 바뀌었다. 상담전화번호는 기존과 동일하다.

열린상담 031-214-7942

인터넷 홈페이지 [www.csp.or.kr](http://www.csp.or.kr)



# CSP 상담통계

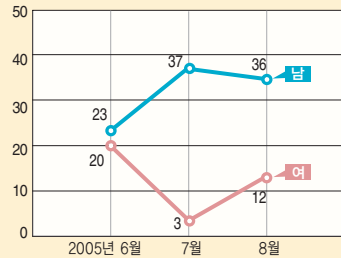
2005년 6월 ~ 2005년 8월

2005년 6월부터 8월까지 수원시 자살예방센터에 의뢰된 상담을 월별, 성별, 연령별, 상담내용 등으로 구분해 정리했다. 이 자료는 수원시 자살예방센터에 의뢰된 상담만을 기초로 한 통계이므로 우리나라 전체 통계와 다소 편차가 있다.

## 전체 상담건수

### 전화상담 131건

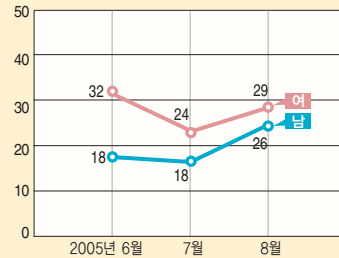
2005년 6월 43건 / 7월 40건 / 8월 48건



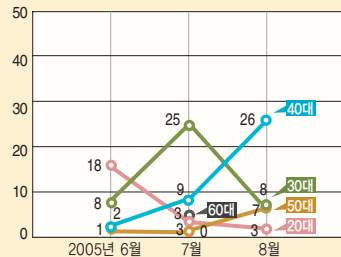
● 전체상담건수는 전화상담 131건, 온라인상담 147건으로 2005년 3월~5월에 비해 감소한 것으로 나타났다.

### 온라인상담 147건

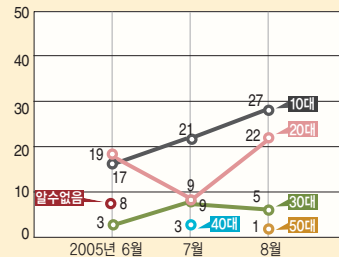
2005년 6월 50건 / 7월 42건 / 8월 55건



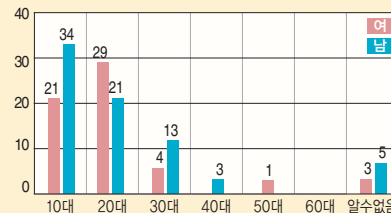
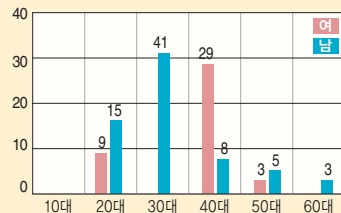
## 연령대별



● 전화 상담의 경우 30~40대가 많았다. 30대 남성, 40대 여성의 비중이 높았다.  
● 온라인상담의 경우는 10~20대의 비중이 많았다.



## 연령대별 성



## FOCUS

### ≫ 다양한 연령층 포용하는 전화상담

2005년 6월~8월의 전화상담에서 눈에 띄는 것은 월마다 이용률이 높은 연령대가 달랐다는 것이다. 6월에는 20대의 이용률이 가장 높은 반면, 7월에는 30대, 8월에는 40대가 가장 높은 이용률을 보였다.

### ≫ 십대들의 수다방 온라인 상담

전화상담은 10대를 제외한 20대부터 이용을 하는 반면, 온라인 상담은 10대 이용률이 가장 높음을 알 수 있다. 이는 컴퓨터와 인터넷의 사용률이 가장 높은 연령대이기 때문인 것으로 파악할 수 있다. 또한 주로 밤늦은 시간에 상담을 원하기 때문에 전화보다는 온라인 상담을 선택할 가능성이 높음을 나타낸다.

### ≫ 가정문제 상담이 많아

연령대와 관련한 상담 내용도 다양하게 나타남을 알 수 있는데 우선 10대의 경우, 성적이나 진로문제 등으로 자살을 고민할 것이라는 일반적인 생각과는 달리 가정 불화나 부모와의 갈등이 상담내용에 있어 가장 큰 비중을 나타내고 있다. 또한 20대와 30대는 사회적인 대인관계의 어려움을 높게 호소하였으며 40대 이상은 생활 고나 실직과 같은 경제문제로 상담을 의뢰했다.

이처럼 다양한 상담 내용과 욕구에 따라 각 연령대에 알맞은 다양한 자살예방상담과 예방프로그램이 절실하다.





글 | 조 상 현  
수원시정신보건센터 회원

## 우리는 해냈다

수원에서 해남까지 두 바퀴로 달린 400km,  
희망으로 달린 30일

지난 6월, '수원시정신보건센터' 회원들이 수원에서 해남 땅끝마을까지 자전거 여행을 하기로 했다. 회원 개인의 삶에 대한 의지를 키우고 서로에 대한 이해를 높이는 것이 목적이었다. 하지만 나는 솔직히 자신이 없었다. 서울에서 해남까지는 무려 400km가 넘었기 때문이다. 더위때문에도 더욱 자신이 없었다.

드디어 출발하는 날, 수원정신보건센터에서 모여 여러 분들의 격려를 받으며 길을 나섰다. 첫날 우리는 수원 → 병점 → 오산 → 천안 → 계룡산 숙소까지 무려 120km를 자전거를 타고 달렸다. 힘들었지만 무사히 첫날을 보내고 나니 조금씩 자신감이 생겼다.



이튿날 우리는 계룡산 숙소에서 → 전주 → 광주까지 이동하기로 했다. 육체적으로 무척 힘들어 포기하고 싶었지만, 서로서로 격려하면서 이전보다 더 많이 서로를 이해하게 되었고 힘이 뿜어졌다. 광주에 도착하자 정신과 전문의 선생님 한 분이 우리를 맞아주셨다. 그 선생님은 우리에게 푸짐한 저녁식사와 편안한 잠자리를 제공해 주셨다. 간단한 미팅으로 그날 하루를 정리한 우리는 곧바로 잠 속으로 빠져들었다.

셋째날 우리는 마지막 종착지 해남으로 내달기 시작했다. 언덕과 내리막이 이어져 우리를 시험하는 듯했다. 힘들게 힘들게 페달을 밟아나갔다. 드디어 해남에 들어섰음을 알리는 이정표가 보이고, 우리는 서로에게 의지한 삼일 동안의 여정에 대한 승리감에 도취되었다. 이제 조금만 더 가면 해남 땅끝 전망대가 보일 것이었다. 드넓고 푸른 바다도, 우리는 전망대 위까지 자전거를 끌고 올라갔다. 간신히, 전망대에서 바라본 바다는 그야말로 푸르고 아름다웠다. 해냈다는 기쁨과 자신감에 우리는 서로를 얼싸안았다. 우리는 정말 해냈다.

넷째날 아침엔 배를 타고 섬으로 갔다. 해수욕을 하면서 서로에게 물도 뿌리고 파도와 함께 춤도 추고 모래사장에서 모래 무덤도 만들었다. 인간, 우리 인간은 대자연 앞에서 얼마나 작고 나약한 존재인가. 누구도 예외는 없다. 장애인과 비장애인, 성공자와 실패자 다 똑같은 인간이며 외로운 존재다. 그러나 서로의 마음을 열면 서로에게 얼마나 큰 기쁨이 되는지 이전 알 것 같다.

마지막 날 돌아온 우리를 모두가 반겨주었다. 이영문 센터장님과 회원들 센터 선생님들의 찬사가 이어졌다. 우리는 해냈다. 작은 시작일 뿐이지만 훗날 "지구인"으로 멋지게 자리잡을 우리에게 커다란 힘이 될 것을 믿는다.



## Suicide prevention in Norway

# 노르웨이 자살예방 연구



노르웨이 축도(Norway in a nutshell)라 불리는 피오르드(fjord)관광이 유명한 노르웨이. 각종 피오르드 관광 출발점이자 도착점이기도 한 베르겐Bergen시는 지난 6월 제 14차 국제안전도시학회를 유치했을 만큼 지역사회안전에 매우 높은 관심을 보이고 있다. 특히 1996년 1월 오슬로대학교(University of Oslo) 의과대학내 설립된 'The Suicide Research and Prevention Unit'는 자살예방 연구·지식보급·상담을 지원, 노르웨이 전역의 자살관련 프로젝트들을 관리·감독하며 여러 교육 및 행사들을 통해 전문가 그룹이 함께 임상 및 예방 프로젝트들을 실시할 수 있도록 자문한다. 또한 자살에 관한 연구결과들을 보급하기 위해 「Suicidologi」라는 의학저널을 발행하고 있다.

이번 호에서는 「Suicidologi」에 발표된 논문 두편을 중심으로 직장내 자살위기와 자살 예방에 필요성에 대해 생각해 보기로 한다.

## 직장에서의 자살예방 왜 필요한가?

### well-being에 중요한 역할

최근까지 직장은 자살예방활동이 필요한 곳으로 생각되지 않았었다. 그러나 직장은 사람들이 자신의 집 밖에서 보내는 시간의 대부분을 차지하고 있다. 직업은 개인의 인생에 엄청난 물리적, 정신적, 사회적 영향을 끼치고 있으며, 직장은 그 사람의 well-being 과 건강에 있어 매우 중요한 역할을 한다.

### 직장 스트레스와 자살예방

직장에서 받는 스트레스와 자살행동 사이에는 분명한 인과관계가 성립하는 경우도 있지만 대부분의 경우엔 직장 이외의 곳에 자살의 동기가 있는 것으로 나타난다. 그럼에도 불구하고 직장의 환경은 자살촉발요인으로 드물지 않게 등장한다. 이러한 까닭에 자살의 명백한 원인이 무엇인지에 관계없이 직장에서는 자살위기 증상 등이 더 발전하지 않도록(1차적 예방활동이라고 지칭될 수 있는) 여러 가지 조치가 행해질 수 있다. 비슷한 환경적 스트레스와 그룹 전체의 동질성으로 인해 직장은 사회의 다른 어떤 곳에서도보다도 자살 위기를 덜어줄 수 있는 활동을 펼치기가 훨씬 용이하기 때문이다. 그리고 이러한 활동은 고용인과 피고용인 양측 모두의 well-being과 업무성과를 높이는 데 있어 자살예방활동의 중요성을 깨닫게 될 때 동기부여가 한층 고조된다.

### 직장인과 자살

다양한 직업과 직종에 있어 자살과 자살 시도율에 대해 우리는 얼마나 알고 있는가? 1961-1979년 동안 스웨덴에서 행해진 한 연구결과에 따르면 자살의 빈도는 저학력 직종(예, 생산직, 상업, 농업)에 종사하는 남자들이 고학력을 요하는 직종에 종사하는 남자보다 더 높은 자살률을 보이는 것으로 나타났다.

그러나, 특이하게도 보건복지분야 전문종사자들의 경우 여자 의사, 남자 치과의사, 여자 간호사와 간호보조사 등이 평균치보다 높은 자살률을 보이는 것으로 나타났다. 핀란드, 아이슬란드, 미국, 영국, 노르웨이 등 다수의 나라에서도 이와 비슷한 결과가 나왔다. 이중에서도 여자의사들의 높은 자살률은 동료 남자의사들에 비해 심한 스트레스와 긴장에서 오는 소진에 밀접한 연관이 있는 것으로 여겨진다. 당직 근무와 응급병동



의 경우 에너지 소비가 매우 심하고 여자의사들에게 있어서는 더 큰 부담일 것이다.

## 자살의 위험을 가중시키는 직장내 요인들

업무의 변화, 스트레스 그리고 긴장의 연속 특히 직장 내 폭력이나 소진 등 많은 요인들이 직장내 자살과 자살시도를 부추길 수 있다.

### 높은 이직률

많은 직장인들이 구조조정 과정에서 직장을 잃게 될까봐 무거운 마음의 짐을 지고 산다. 구조조정의 과정이 어떤 식으로 개인의 정신건강에 영향을 끼치는가에 대한 연구는 거의 이루어지지 않고 있지만, 한 개인의 자존감에 상처를 입히고, 사회적 낙오자로 내몰며, 삶의 의미와 희망을 잃고 가난에 찌들게 만드는 구조조정이 가져올 수 있는 가능한 모든 결과들이 자살의 위험요인일 수 있다.

### 연속된 스트레스와 긴장의 효과

심각한 심리사회적 스트레스와 오랜 긴장감에 시달린 근로자에게 다른 요인들이 더해지면 겹잡을 수 없는 정신과적 병리와 자살위험은 높아진다.

### 소진

정서적 피로감, 다른 사람에 대한 비인간적인 태도와 자기자신에 대한 부정적 평가 등을 야기하는 소진은 직업 그 자체, 직장조직 그리고 개인적인 요인들에 기인한다. 또 다른 요인으로는 자기업무환경에 대한 통제권 부족, 직장 내에서 지지체계의 부족, 관리자의 감독소홀, 업무에 대한 훈련부족 등을 들 수 있다. 또 비현실적인 목표나 기대, 직장내 자신의 지나친 동일시와 낮은 자존감을 가진 이들이 소진되기 쉬운것으로 나타난다.

원제 : Suicide prevention in the workplace context  
저자 : Ingrid Sivesind Mehlum and Lars Mehlum

## 직장 내 자살예방 실천 원칙

직장인이 속한 회사나 조직이 구성원의 정신건강문제에 대해 필요한 지식을 얼마나 가지고 있는냐는 조직 내 개인이 자기 문제를 표출하고 도움을 청하는 예에 많은 영향을 미치

게 된다.(표1 참조)

(표)개인이 자신의 문제를 표현할 때와 타인들이 그것을 문제로 인지하는 것 사이의 관계

| 상 황 | 개인이 자신의 문제 표출 | 타인들이 이것을 문제로 인식하는 정도 |
|-----|---------------|----------------------|
| A   | +             | ++                   |
| B   | +             | --                   |
| C   | -             | ++                   |

+: 문제를 가지고 있는 개인이 스스로 자신의 문제를 다른 특정인에게 드러냈다고 느끼는 경우

++ : 타인들이 이 표출을 인식한 경우

-- : 문제를 가지고 있는 개인이 스스로 자신의 문제를 다른 사람들에게 드러내지 않았다고 느끼는 경우.

--- : 문제를 가지고 있는 개인의 정신적인 문제 표출을 전혀 알아차리지 못한 경우

**상황 A**는 문제가 있는 개인이 자신의 문제를 노출하여 다른 이들에게 보이도록 하는 상황이다. 고민이 있는 개인이 다른 사람들에게 자신의 문제를 끄집어내어 보여줄 때, 그 개인은 자신이 일하고 있는 환경이 그 문제로 인해 자신이 낙인찍히고 따돌림의 대상이 될 이유가 전혀 없다고 느낀다.

**상황 B**는 근로자가 자신의 문제를 표출했지만 아무도 이 사인들을 알아차리지 못하는 경우이다. 그 이유로는 개인이 자신의 문제를 노출할 때 너무 소극적으로 표현했을 수 있고 동료들의 공감과 이해할 수 있는 역량을 너무 과대평가했을 수도 있다.

**상황 C**는 조직의 예방 잠재력을 보여주는 경우이다. 이 경우 문제를 안고 있는 개인은 이해받기 위해 자신의 문제를 드러내기 보다는 “충분히 그럴 수 있다”라고 하는 개연성만 가지고 있으면 된다. 조직은 구성원이 자신의 문제를 병으로 키우기 전에 미리 알아차리고 당사자나 동료들은 이를 “이상한 것” 혹은 “병”의 상태로 보지 않으므로 상태가 정신질환으로 발전하는 것을 막을 수 있는 잠재력이 훨씬 커진다.

## 과제들

최근에는 virtual office(가상 사무실)가 근대 기계 산업 구조를 대신하게 되었고 점점 더 많은 사람들이 홈 오피스에서 업무를 처리한다. 최첨단 정보통신 수단은 장거리 비행이나 직접 만나는 미팅을 직원 휴게실만큼이나 유명한 인터넷상의 만남의 장(카페)으로 대신하게 만들었다. 급격한 세계화로 나라간의 국경선의 의미 약화 사주와 근로자와의 방대한 거리, 또한 회사의 급격한 구조 변화 및 직장 내 개인화의 증가에 따른 희생도 크다. 연대의식, 동료간의 지지체계, 우리라는 일체감 등이 점차로 낮아지고 긍정적이든 부정적이든 간에 함께 한 경험들로 인해 설수 있는 공통분모의 힘을 약화시킨다. 시대에 어울리는 혁신적인 직장 내 구성원들의 정신건강 증진과 자살 예방 방법이 모색되어야 할 것이다.

원제 : The workplace as an arena for promoting mental health  
What is the responsibility of the organization in preventive activities?  
저자 : Nils-Petter Hauge (사회학자, 노르웨이 자살예방연구소 연구원)

# Cartoon

티나는 정화씨



## Culture 10

| Sunday                                                     | Monday                                 | Tuesday                                                     | Wednesday                                                                             | Thursday                                                                         | Friday                                                                                     | Saturday                                            |
|------------------------------------------------------------|----------------------------------------|-------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|
| 2<br>노인의 날                                                 | 3<br>개천절<br>제20회 회룡문화제<br>(~10.9 의정부시) | 4<br>2005영주대자 연<br>배우날제<br>Gyeongju Daesa<br>Barracks 2005  | 5<br>안성바우덕이축제(~10.9)<br>행복한 양성평등 "젊은 남<br>녀의 성 인식교류"<br>(10월 중 매주 수요일 7pm<br>수원여성의전화) | 6<br>다산문화제<br>(~10.9 남양주시 다산유적<br>지)<br>제42회 수원화성문화제<br>(~10.10 수원 일대)           | 7<br>국공의날<br>양주문화축제(~10.2)<br>안산단원미술회<br>(~10.22 단원정서관)<br>2005 강화고인돌문화축제<br>(~10.3 고인돌광장) | 8<br>한로<br>제향공인의날<br>csp 청소년자원봉사자<br>포럼             |
| 9<br>한글날                                                   | 10<br>저축의 날                            | 11<br>2005영주대자 연<br>배우날제<br>Gyeongju Daesa<br>Barracks 2005 | 12<br>대안적심자의날<br>csp 시민옹개워크샵                                                          | 13<br>경향의 날<br>제5회 장애인합창대회<br>(경기도문화의전당)<br>2005경기남부권<br>노인일자리박람회<br>(수원시 수원체육관) | 14<br>문화의 날                                                                                | 15<br>실학축제 2005경기<br>(~10.23 남양주시<br>다산유적지)         |
| 16<br>불우정<br>수녀들기<br>페미니스트<br>넷 앙상블 정기공<br>연<br>(경기도문화의전당) | 17<br>국제연합일                            | 18<br>2005영주대자 연<br>배우날제<br>Gyeongju Daesa<br>Barracks 2005 | 19<br>저축의 날<br>2005영주대자 연<br>배우날제<br>(~11.3 김대중컨벤션센터)                                 | 20<br>교정의 날                                                                      | 21<br>제8회 수원소년소년합창단<br>정기연주회<br>(경기도문화의전당)                                                 | 22<br>공공의 날<br>제8회 수원소년소년합창단<br>정기연주회<br>(경기도문화의전당) |
| 23<br>불우정<br>수녀들기<br>페미니스트<br>넷 앙상블 정기공<br>연<br>(경기도문화의전당) | 24<br>국제연합일                            | 25<br>저축의 날<br>2005영주대자 연<br>배우날제<br>(~11.3 김대중컨벤션센터)       | 26<br>대안적심자의날<br>csp 시민옹개워크샵                                                          | 27<br>교정의 날                                                                      | 28<br>제8회 수원소년소년합창단<br>정기연주회<br>(경기도문화의전당)                                                 | 29<br>공공의 날<br>제8회 수원소년소년합창단<br>정기연주회<br>(경기도문화의전당) |



# Calendar 11

Culture  
NOVEMBER

| Sunday                              | Monday                              | Tuesday                            | Wednesday     | Thursday                         | Friday                              | Saturday                                                 |
|-------------------------------------|-------------------------------------|------------------------------------|---------------|----------------------------------|-------------------------------------|----------------------------------------------------------|
|                                     |                                     |                                    |               |                                  |                                     |                                                          |
| 6<br>2005 우리대학 우리넷 문화대행 (경기도문화의전당)  | 7<br>입동                             | 8<br>2005 우리대학 우리넷 문화대행 (경기도문화의전당) | 9<br>소방의날     | 10<br>영상과 함께 하는 가족음악회 (경기도문화의전당) | 11<br>농업인의 날                        | 12<br>csp 창소년자원봉사자 포문그림 가족무지컬 '오조외마법사' (~11.17 경기도문화의전당) |
| 13                                  | 14<br>2005 우리대학 우리넷 문화대행 (경기도문화의전당) | 15<br>csp 자살예방상담학교 교사와 함께          | 16<br>순국선열의 날 | 17                               | 18<br>파주 장단공예제 (~11.20 일제강점기 광장)    | 19<br>2005 우리대학 우리넷 문화대행 (경기도문화의전당)                      |
| 20<br>2005 우리대학 우리넷 문화대행 (경기도문화의전당) | 21<br>소설                            | 22                                 | 23            | 24                               | 25<br>2005 우리대학 우리넷 문화대행 (경기도문화의전당) | 26<br>csp 창소년자원봉사자 포문그림 2005 향토음악제 (경기도문화의전당)            |
| 27                                  | 28                                  | 29                                 | 30<br>무역의날    |                                  |                                     |                                                          |



CSP 온라인 상담원 이화복

# 꽃향기 폴폴 사람들과 마음을 나누는 엽기적인 그녀



글 | 이 디

## 꽃향기 폴폴 나는 아름다운 청춘...

예의상 정확히 밝힐 수 없지만 그녀의 나이는 이십대. 그야말로 예쁜, 팔팔한 나이이다. 그런 그녀의 이름은 '이화복'이다. '김삼순'도 있는데 뭐 어쩌냐며 알릴러 위로하는 이도 있지만, 그녀는 오십대 이상 어르신들이 많이 가졌을 법한 촌스런(?) 이름으로 꽃향기 폴폴 날리며 사람들과 마음을 나누는 '엽기발랄' 정신보건 사회복지사다.

## 끝없는 상상의 날개 펼치는 엽기발랄girl...

영화 '엽기적인 그녀'의 주인공보다도 더 엽기적이라. 자칭 엽기발랄girl이라는 그녀는 자신의 '엽기'를 끝없이 펼치는 상상의 날개라고 말한다. '좋다' 또는 '나쁘다'라고 판단하는 틀이 없기 때문에 상대방을 이해하는 폭이 더 넓다고 생각한다. 상대방의 이야기를 들으면서 먼저 무한히 공감하고 "그는 그렇구나. 왜 그럴까?"라고 생각해 본다.

## 사람이 좋아 선택한 정신보건 사회복지사...

'그녀의 상상'은 사람을 좋아하는 그녀를 현재의 일에 몰두하도록 하는 가장 큰 원동력이기도 하다. 사람냄새 나는 모든 것이 좋고, 이왕 사는 것, 자신의 즐거움을 사람들과 함께 나누고 싶다. 그녀는 지금 몸담고 있

는 수원시정신보건센터의 회원들에게 가장 친근하고 만만한(?) 선생님 마음이 아픈 그들은 그녀의 빈틈으로 찾아들어오고, 그녀는 그런 그들을 친구로 감싼다.

## 절망의 벼랑 끝에서 뒤돌아선 용기 가진 강한 나...

앞만 보고 달렸던 그녀에게도 위기는 있었다. 사람이 좋아서 뛰어든 일인데 오히려 사람에게서 많은 상처를 받았다. 피부리치 않고 열심히 했던 시간들을 철저히 무시당하고 극심한 외로움에 지하철에 뛰어내리고 싶은 충동에 빠지기도 했었다. 절망적이었던 그때, 그녀는 자신의 발목을 잡는 알 수 없는 힘을 느꼈고, 뒤돌아 섰다. 절망의 벼랑 끝에서 뒤돌아 서보니 절망은 잠깐이었고, 오히려 힘이 생겼다. 그녀는 삶의 무기를 바꿨다. '긍정적 사고방식'으로, 긍정의 힘은 하루를 활기차게 하고 모든 선택에 있어 잘될 수 있을 것이라고 먼저 생각하게 함으로써 그 결과도 좋게 만들 수 있다. 최악의 경우만을 생각했던 예전과는 달리 그녀는 새로운 시도에도 적극적으로 변화된 자신의 모습을 보고 있다.

## 해결사보다는 친구가 되는 csp온라인상담원...

수원시자살예방센터의 온라인 상담원을 하면서 처음엔 너무 힘이 들었었다. 내담자들의 고통을 헤아리면서 우울해지고 그들처럼 힘들었다. 약하기만한 자신을 발견했다. 그들에게 적절한 도움을 줄 수 없을 거란 생각을 이기기 위해 그녀는 긍정적인 사고 갖기에 주력했다. 감정의 기복이 차츰 줄어들고 조금씩 마음의 준비를 해갔다. 아직까지 잘 알지는 못하지만, 그들에게 친구가 되어줄 수 있는 것만으로 족하다. 그들처럼 절망으로 마지막 선택을 할 뻔했었기에 그들과 공감대를 형성하고 그들의 아픈 마음을 나눌 수 있다는 것으로 존재감을 느낀다. 내담자들은 결코 해결사를 원하지 않는다. 자신의 고통을 들어줄 친구를 원할 뿐 그녀는 기꺼이 그들에게 친구가 되어주고 싶다.

## 짜잔~ 완벽한 모습으로 강림하기...

절망하는 사람들의 얘기를 들으면 그녀는 자신의 에너지가 빠져나감을 느낀다. 그러나 아직 부족하지만 자신이라도 필요한 사람들에게 자신을 나누어 주기를 아끼지 않는다. 그들에게 줄 것이 많은 사람이 되기 위해 그녀는 열심히 공부한다. 어느날 갑자기 "짜잔~"하고 퍼내도 퍼내도 줄지 않는 화수분같은 사람이 되어 나타나 세상 모든 사람들에게 고통 대신 즐거운 삶을 주고 싶다.

## 여러분! 우리 열심히 살아요!!



2월·3월 언제쯤이었을까, 추운 겨울 엄마손을 잡고 자살예방센터를 갔었다. 어머니는 이미 센터에서 자원봉사활동을 하고 계셨었다. 어머니에게 '자살예방센터'라는 말을 들었을 때는 솔직히 조금 무서웠다. 하지만 좋은 선생님들과 내 또래의 친구들이 모여서 좋은 일을 한다는 얘기를 듣고, 처음 가졌던 생각은 사라지고 '앞으로 어떤 일을 하게 될까?', '어떻게 하면 사람들의 위험한 생각을 돌려놓을 수 있을까?'라는 생각을 하게 되었다. 사람들은 '자살'이라 하면 먼저 두려워하는 마음과 편견을 갖게 된다. 나도 물론 처음엔 사람들이 왜 자살을 하려는지, 그들을 어떻게 위로해주고 친구가 되어주어야 하는지를 몰랐지만, 곧 배우게 되었다. 친구들의 고민과 어려운 상황을 보고 들으며 공감하기도 했고 '내가 이 친구였다면 정말 힘들었을 거야'라고 느끼기도 했다.

자원봉사활동기간 동안 자살예방홍보물을 직접 사람들에게 나눠주기도 하고, 센터 소식지「사람이 꽃보다 아름다워」의 표지 모델로 사진도 찍었다. 그리고 여름방학 동안에는 캠프에 가서 연극도 하고, 퀴즈쇼도 열고, 재미있는 포스터도 만들어서 경매했다. 난 객석사람들과 함께 하는 아주 중요한 코너의 진행을 맡았었다!! ;s;

사실 난 예전에 조금 소극적이고 내성적이었다. 친구도 잘 못사귀고 잘하는 것도 없어서 학교가기도 싫었고 하루하루 살아 가는 게 너무 고단(?)했다. 그래서 나쁜 생각을 가진 적도 있었다. 그런데 자살예방센터에 상담받는 친구들의 얘기를 들으니 그런 생각을 했던 내가 너무 바보같이 느껴졌다. 친구들이 지금 얼마나 힘들게 살아가고 있는데..., 내가 힘들어 하는 건 아무 것도 아니었다.

그래서 이젠 그렇게 힘들어 하는 친구들을 위로하고 힘을 줄 수 있도록 자살예방센터에서 열심히 배우고 있다!!~ 그런데 이게 웬일? 청소년자원봉사자 1기 과정을 마칠 시간이 된 것이다. 아쉽지만 다음 기회에 다시 봉사활동을 하고 싶다.

여러분!! '자살'의 반대말은 바로 '살자!'입니다. 혹 자살하려는 마음을 갖고 있다면, 후다닥 버리고 더욱 열심히 살아봐요.~ 자살하고 싶은 이유가 뭔지는 몰라도 살아 있다는 건 정말 행복한 일입니다.

글 | 이예진

## 특별한 관심으로 친구들을 보게된 나

처음, 봉사시간을 채우라는 엄마의 손에 떠밀려 친구와 같이 자살예방센터에 갔을 때는 정말 귀찮았다. 마음껏 놀며 컴퓨터 게임을 할 수 있는 토요일 오후시간을 희생시켜야 했기 때문이다. 하지만 친한 친구들, 친절하신 선생님, 맛있는 다과들이 내 마음을 열게 했다.



'자살예방 홍보스티커'를 만들고, '마술' 등 사람의 마음을 즐겁게 해줄 수 있는 여러가지를 배우고 흥미를 느끼면서 열심히 봉사활동을 했고, '자살'에 대해서도 많이 생각하게 되었다. 이전에는 '자살은 나와 내 주변과는 상관이 없다'라고 생각했는데 자원봉사활동을 하면서 누구라도 자살을 생각할 수 있고 주위의 조그마한 관심과 사랑이 그들에게 삶에 대한 희망을 줄 수 있다는 것을 알았다.

봉사활동을 하면서 내게는 친구들을 특별한 관심으로 바라보는 눈이 생겼다. 누군가의 '자살하고 싶어'라는 마음이 나로 인해 '살아야겠다'는 의지로 바뀔 수 있다면 얼마나 좋을까. 자원봉사활동 가운데 제일 기억에 남는 프로그램은 만석공원에서 있었던 2005 정신건강축전에서 펼쳤던 '자살예방 홍보활동'이다. 무더운 날씨에도 불구하고 이리저리 뛰어다니며 홍보하던 자원봉사자들과 곰인형 탈과 옷을 입고 땀을 뻘뻘 흘리시던 백 선생님의 모습이 아직도 눈에 선하다. 몇 번 만나지도 않은 것 같은데 벌써 이별해야 된다니 아쉽기는 하지만, 우리를 뒤이어 "아름다운사람지킴이" 제2기 친구들은 우리보다 더 잘할 것이라고 믿는다.

자방 화이팅!!!!

글 | 이정준



## 제1기 리더십 캠프

“자~아 자, 경매 시작합니다. 모두 착석해주세요.”

무대에 오른 준상 태상 쌍둥이 사회자의 떨리는 목소리와 함께 그들의 영화 포스터 “오! 브라더스”가 개봉된다. 오전 원부터 시작한 경매가 할아버지의 든든한 힘을 받아 거금 이만원에 낙찰되고 할아버지의 흐뭇한 미소가 쌍둥이 손자에 게 머문다.

“자살에 대해서 이야기하는 것은 자살을 부추기는 행위이다. 그렇다고 생각하면 O, 아니라고 생각하면 X팻말을 들어주세요. 아~~ 대부분 X를 들어주셨네요. 정말인지 아닌지는 센터장님으로부터 설명을 들어보면 알 수 있을 것입니다.” 어깨에 잔뜩 힘을 넣어 퀴즈쇼 “그런 편견은 버려”를 진행하던 동형이와 준엽이의 느닷없는 부름에 이영문 센터장의 설명이 이어진다.

연신 수박을 베어무는 헤인이의 동생, 밤새 지도그리기에 골몰하거나 앉을지, 타닥타닥 도마를 두드리는 엄마역의 가람이, 연극 ‘긴 하루’를 공연하면서 엄마에 대한 이해가 더 깊어졌을까.

7월 29일 수원 광교산 경수유소년클럽에서는 한여름밤의 작은 파티가 열렸다. 청소년 자원봉사자 “아름다운사람지킴이”들과 그들의 가족들과 친구들, 학교 선생님, 관련기관 전문가선생님들이 함께 행복한 미래를 꿈꾸는 멋진 밤이었다. 청소년 자원봉사자들은 지난 한 학기동안 한 달에 두 번씩 자살예방 교육 홍보 상담 등 다양한 활동을 경험했다. 이번 캠프는 그동안의 경험을 다시 한번 되돌아보고 자원봉사활동을 통해 조금씩 성장해가는 모습들을 가족친지들과 함께 하기 위해 마련된 것으로, 서로에 대한 이해와 사랑을 확인할 수 있는 좋은 기회가 되었다. 또한 가족, 학교, 지역사회 등 자살예방에 대한 폭넓은 공감대를 형성할 수 있는 시간이었다.

글 | 이디



산타할아버지가 사는 어딘지 알지 못하는 깊고 깊은 숲속에 나쁜요정 3명이 살고 있었다. 어느날, 3명의 요정은 머리를 맞대고 회의를 시작한 거야. 나쁜요정1이 말했어. “사람들이 불행했으면 좋겠어. 어떻게 하면 좋을까? 좋은 생각 없어?” 그러자 나쁜요정2가 대답했지. “음~~ 아 맞아. 희망을 숨겨 놓자. 사람들이 찾지 못하는 곳에. 어때?”

나쁜요정1이 먼저 이렇게 말해. “음~~ 땅 속 깊은 곳은 어떡까?” 그러자 나쁜요정2는 “아!야 언제 사람들이 이곳에 땅을 파서 지하수도 찾고, 석탄이나 석유 캐는 거 못봤어? 땅 속에 묻으면 분명히 찾아내고야 많거라고” 다시 좋은 생각이 떠오른 요정1이 말했어. “아하~~ 바다 속에 묻는 건 어떡까?” 그러자 나쁜요정2가 얘기했지. “아! 연세 해저탐사 잠수함 생긴 거 몰라? 거기다 잠이야!”

가만히 이야기를 듣고 있던 대장인 나쁜요정3이 말했어. “이런 바보들. 내가 아주 좋은 곳을 알고 있어. 그곳은 사람들이 너무 가까이에서 사람들이 절대 찾을 수 없지. 그곳은 바로 사람들의 마음 속이야!”

## 희망을 어디에 숨겼을까?

캠프 둘째날 아름다운사람지킴이들은 자신들이 봐도 ‘대단한(?)’ 이야기 벽화를 그렸다. 사람들이 불행해지기를 바라는 나쁜 요정 셋이서 희망을 숨길 장소를 찾는다라는 이야기다.





수원청소년 인터넷 방송국

“인터넷 방송국,  
청소년과만나다.”

www.suwonyouth.tv

### 수원청소년인터넷방송국은?

2002년에 설립되었다. 갈수록 높아지고 있는 청소년들의 영상에 대한 욕구를 충족시키고 수원 지역문화의 다양성 및 우수성을 알리며, 청소년들의 숨겨진 끼와 열정을 영상을 통하여 마음껏 발산하도록 다양한 프로그램을 마련하고 있다. 청소년 영상문화의 발전을 위한 참여프로그램으로 “청소년이 주인이 되어 보여주는 세상” “영상을 통한 나만의 색깔 찾기” 등의 다양한 주제로 청소년 인터넷방송단, 청소년 영상제 제작지원 시나리오공모전을 시행하고, 방송영상아카데미와 영상캠프를 운영하고 있다.

### ●● 인터넷방송국을 통해 참여한 청소년들에게 나타나는 변화가 있다면?

아이들이 능동적이 되었다는 것입니다. 요즘 아이들에게 찾기 힘든 부분이기도 하죠. 같은 생각을 가지고 같은 비전을 가진 아이들이 모이다보니 아이들 스스로도 재미가 있죠. 소극적이었던 아이들도 이 모임과 함께 하면서 몰라보게 능동적으로 변하는 걸 보게 됩니다.

### ●● 청소년이 직접 제작하는 영상물을 보는 또래들의 생각은?

‘나는 영상물을 만드는 사람이고 너는 보는 사람이다’라고 생각하는 것이 아니라 ‘나는 찍고 너는 찍힌다’고 말합니다. 그 과정 속에서 함께 즐길 수 있는 공감대가 생긴다고 할 수 있죠.



문승관 PD

### ●● 청소년이 이 사회를 바라보는 시각은 어떠한지?

아이들의 작품을 보면서 깜짝 깜짝 놀랄 때가 있어요. 세상을 바라보는 시각이 우리 어른들의 생각보다 훨씬 수준 높고 또 날카롭게 지적하거든요. 아이들의 작품을 보면서 내가 먼저 바르게 말하고 행동해야 하겠다는 생각을 참 많이 합니다.

### ●● 청소년들의 방송국 활동이 지역사회에 어떠한 영향을 미치고 있는지?

아직까지는 저희활동이 그리 크지 않아서 이 사회에 어떠한 영향력을 전한다고까지는 볼 수 없어요. 다만, 방송단에 참여하는 아이들이 사회를 바라보는 눈이 조금 더 열렸으면 하고 요즘같이 청소년들이 개인화된 분위기에서 이렇게 같은 생각을 가진 사람들과 함께하는 활동을 통해 ‘함께하지 않으면 사회일 수 없다’라는 것을 느끼고 생각하고 실천했으면 합니다.

### ●● 어른들이 우리 청소년을 어떻게 바라봐야 할까?

모든 사람이 같은 일을 할 수도, 한 곳에 모일 수도 없다는 겁니다. 공부? 다 잘할 수는 없는 거 같아요. 아이들이 적성에도 안 맞는 어느 한 쪽에만 매여 있는 게 아니라 내가 잘 할 수 있는 것, 내가 하고 싶은 것을 찾아 할 수 있도록 지도해 주시고 지지해 주시길 바랍니다.

### ●● 아쉬운 점이 있다면

아무래도 아직까지는 규모가 적어 공간 제한도 있고 많은 아이들에게 혜택을 줄 수 없는 것이 가장 아쉬워요. 그래서 앞으로는 지금처럼 수원청소년문화센터의 작은 부서로 존재하는 것이 아닌, 전적으로 이쪽 분야만 개발시킬 수 있는 미디어센터로 만들어져 독자적인 역할을 할 수 있었으면 합니다. 또한 아이들이 원하는 다양한 프로그램도 만들어야지요. 아이들이 찾아오기도 하지만 먼저 우리가 아이들을 찾아가는 프로그램을 활성화시키도록 할 것입니다.

수원청소년 인터넷방송국에서는 생명이 있는 모든 것을 청소년의 눈으로 바라보고, 청소년의 손으로 영상에 담은 청소년의, 청소년에 의한, 청소년을 위한 인터넷방송국입니다.

글 | 백민정

# 수원의 안전지킴이



## 『수원시 재난안전관리과 안전도시담당』

### ‘안전불감증’ 으로부터 탈출

대형 사고가 발생할 때마다 우리는 ‘안전불감증’ 이란 말을 한다. 잠깐의 부주의가 가져오는 엄청난 손실에 우리는 매번 망연자실 허탈함을 감추지 못하고, 안전에 조금만 주의를 기울였으면 대형 참사는 면할 수 있었을 것이라는 뒤늦은 후회를 하곤 한다.

최근 발생하고 있는 대형 사고들의 상당수는 충분히 예방할 수 있었음에도 불구하고, 지역사회의 무관심과 이기주의로 발생하는 경우가 많으며, 이에 따른 지역적 손실도 확대되고 있다. 이러한 사고 및 경제적 손실을 줄이고 주민들의 삶의 질을 향상시키기 위해서는 지역사회 차원의 안전에 대한 개념의 정립과 지역사회 실정에 맞는 안전도시의 추진이 필수적이다.



### 안전한 도시, 수원 만들기

수원시는 세계보건기구의 안전도시 개념에 근거, 지역사회 의 손상 및 사고 발생을 감소시켜 시민의 삶의 질 향상과 공공의 안전을 책임지기 위해 『안전한 수원 만들기』 사업을 5년째 추진해왔다. 1999년 안전도시 실무지원팀을 구성, 2000년 3월 정식조직(권선구보건소 내)으로 정비하여 보다 체계적으로 안전도시 사업을 추진할 수 있도록 하였고 현재는 재난안전관리과 안전도시담당을 두어 지속적으로 사업을 추진하고 있

“안전도시”란 그 지역사회가 이미 완전하게 안전한 도시를 말하는 것이 아니다. ‘안전도시’는 지역 공동체 구성원들이 사고로 인한 손상을 줄이기 위하여 지속적이고 능동적으로 노력하는 도시를 말한다. 안전하고 편안한 도시를 만들기 위한 수원시민 모두의 적극적인 관심과 참여가 절실하다.



WHO 안전도시 공인식 2002년

다. 안전도시사업은 주제별로 가정안전프로그램, 교통안전프로그램, 자살예방프로그램, 심폐소생술교육프로그램에 초점을 두고 있으며, 이들 사업의 대상은 영·유아부터 노인에 이르기까지 모든 사회계층을 포함하고 있다.

### 아시아 최초의 안전도시 수원

수원시는 시민 안전문화 확산과 다양한 안전프로그램을 개발·보급하여 시민의 손상을 줄이는 데 기여하였고, 국제적으로 그 성과를 인정받아 지난 2002년 아시아 최초, 세계에서 63번째로 ‘안전도시’로 공인 받았다. 또한, 2004년 12월 제3회 대한민국 안전대상에서 지방자치단체 최초로 공공서비스 부문에서 행정자치부장관상을 받기도 했다. 안전도시 공인 후 지속적이고 체계적인 사업 수행을 위하여 행정조직 내 안전 네트워크를 구성하여 각 부서간의 유기적인 참여와 협조로 안전관련 사업 19개를 선정하여 추진하고 있다. 또한 지역안전을 지원하는 NGO·공공기관과 협력체계를 구축하여 안전문화화를 전파·홍보하는 안전지킴이 역할을 지속적으로 충실히 수행하고 있다.

‘안전한 수원만들기’ 사업은 이제 도입기를 거쳐 발전기를 맞고 있으며, 보다 다양한 사업을 준비 중이다. 수원시는 앞으로 안전도시사업이 장기적이며 지속적으로 수행될 수 있도록 입법, 정책개발, 모니터링, 손상관련 통계자료의 생산체계 등을 구축해나갈 계획이다.

글 | 김영미

## 세계자살예방의 날 거리캠페인 “자살예방, 우리 모두의 책임입니다.”

9월 10일은 세계자살예방의 날. 세계보건기구(WHO)와 국제자살예방협회가 세계적으로 급증하고 있는 자살사고를 줄이고 생명의 소중함을 널리 알리고자 공동으로 9월 10일을 세계자살예방의 날로 정했다.

수원시자살예방센터는 세계자살예방의 날을 맞아 수원 생명의전화와 함께 수원역 광장에서 생명사랑 공동캠페인을 펼쳤다. 이날 캠페인은 수원 시민들의 자살예방에 대한 의식을 조사하기 위한 「자살예방 설문조사」와 함께 「자살예방 다섯글자 맺글달기 / 살아야 하는 이유 100가지」보드, 「세계자살예방의 날 홍보리플렛」 배포 등 시민들에게 자살예방에 대한 관심을 고취시키는 이벤트로 진행되었다.

수원시자살예방센터의 청소년자원봉사자 “아름다운사람지킴이”들은 이날 거리캠페인에서 시민들과의 만남을 통해 “자살예방”이 우리 모두의 책임이라는 공감대를 형성하는 활동을 펼쳤다.

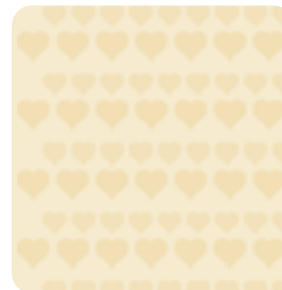


### 생명지키기 7대 선언

1. 생명은 그 자체로서 존엄하며 최우선의 가치로 존중되어야 한다.
2. 생명에 대한 위협은 원칙적으로 허용될 수 없다.
3. 자살은 어떤 이유로도 미화하거나 정당화하여서는 안 된다.
4. 자신과 타인의 생명을 침해하는 것을 문제해결의 수단으로 삼아서는 안 된다.
5. 모든 사람은 최선을 다하여 자신과 타인의 생명을 구하여야 한다.
6. 개인과 사회는 자살을 예방하기 위해 모든 노력을 다하여야 한다.
7. 정부는 생명존중사회 구현을 위한 정책을 최우선적으로 시행하여야 한다.



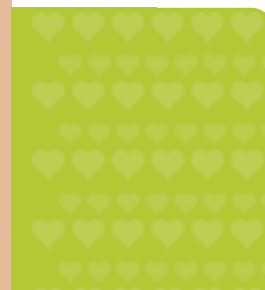
in the  
Painting



Old &  
New



in the  
Book



in the  
Movie







## 모딜리아니 잔의 초상 사랑하는 사람에게서 얻은 영원한 생명

아메데오 모딜리아니의 걸작 '잔의 초상'의 잔은 모딜리아니와의 비극적인 사랑의 주인공으로 유명하다. 그녀는 모딜리아니가 폐결핵으로 죽은 다음날 건물 5층에서 뛰어내려 삶을 마감했다. 뱃속에는 둘째아기가 자라고 있었고, 사람들은 그들의 사랑을 한 편의 비극으로 받아들였다.

그러나 오늘날 우리는 그들의 사랑이 비극이기만 한 것은 아니었음을 역설한다. 잔은 사랑하는 사람의 그림 속에 여주인공으로 영원한 생명을 얻었다. 모딜리아니는 잔의 그림을 열여섯점이나 그렸으며, 그녀로부터 자신의 인물상의 특징 중 빼놓을 수 없는 긴 목과 푸른 눈의 표현을 끌어냈다.

일관되게 '사람'을 그렸던 모딜리아니의 사람에 대한 독특한 분석을 긴 목과 푸른 눈에서 찾아볼 수 있다. 타원형의 큰 몸에 작은 타원형의 얼굴, 거기에 길고 가는 목 등은 원시 미술의 영향을 받기도 했다. 부드러운 선으로 연결된 단순한 기본 윤곽에 얼핏 차갑고 무표정해 보이는 모딜리아니의 인물들은 그러나 마치 살아있는 듯 삶의 감정들을 그대로 드러내고 있다. 모딜리아니는 자신만의 독특한 양식으로 인체와 인물들의 심리상태를 그려냈다. 주인공의 심리상태를 표현하는 데 골몰한 그는 주인공의 눈을 조금씩 비틀게 그려 놓았다. 그의 주인공들은 하나같이 비뚤어진 눈으로 세상을 응시하고 있다. 눈동자를 그리지 않고 푸른색만으로 표현한 주인공들의 눈은 마치 세상 모든 것을 받아들이는 무한한 응시를 보여주는 듯하다.

모딜리아니는 죽음이 오는 것을 지켜보면서 푸른 자유를 그리다 떠났고, 그에게 영원로의 시선을 보여주었던 잔은 오늘도 그의 그림 속에서 영원을 살고 있다.

# 맷돌 & 커피 그라인더



맷돌과 커피라~ 얼핏 줄을 긋기가 어려운가? 하지만 “이걸 어찌 해야 하나?” 하면서 10초만 커피 원두를 똑바로 쳐다보면 곧바로 줄을 그을 수 있을 것이다. 10초 넘기면 눈동자 가운데로 쏠려 맹구 되기 쉬우니 딱 10초만 쳐다보자. 이번 호에서는 구수하고 향기로운 맷돌과 커피 그라인더의 시간 속으로 떠난다.

우리네 조상들은 맷돌에 쓰윽 ~ 쓱 공을 갈았다. 천천히 공을 돌려 공을 갈아 두부도 만들고 또... 또? 아무튼 맷돌에서는 구수한 시간과 맛이 가루되어 쏟아져 내린다. 일본에는 숯불에 커피를 구워 맷돌에 갈아 대접하는 고급요정이 있는데 그만하면 맷돌과 커피가 심상치 않은 인연임을 알 수 있잖은가. 돌구이 커피, 맛이 환상이다.

받아쓰기부터 한번 해볼까나? 자아~ 선생님이 불러주는 대로 받아쓰세요. ‘맷~돌’ 영특했던 필자는 받아쓰기만 큰음은 자신있었다. ‘맷~돌’ ^^;;

제주도 맷돌은 구멍 송송 뚫린 현무암으로 만든다. 조상들은 주변에서 구하기 쉬운 단단한 돌로 맷돌을 만들었는데 화강암(전라도)이나 화강편마암(경기도) 등이 많았다. 골동품으로 거래되는 맷돌의 대부분은 화강암으로 만들어진 것들이다.



맷돌의 원리를 알고 계신가? 맷돌은 윗돌(암돌)과 아랫돌(숫돌, 손잡이(어처구니))로 구성되어 있다. 곡물을 갈 때에는 큰 함치에 맷돌을 얹고 두 사람이 마주 앉아 한 사람은 곡물을 윗돌에 난 구멍에 떠 넣

고, 한 사람은 윗돌을 돌리면서 간다. 이 도는 힘(원심력)에 의해서 다 갈려진 곡물들이 맷돌이 놓인 함치로 흘러내리게 된다. 윗돌은 항상 원운동을 하고 있으므로 그 힘은 원의 중심에서 멀어지려는 방향으로 작용하게 되어, 곡물이 바깥쪽으로 밀려나오는 것이다. 가령 자동차가 커브를 돌 때 사람이 커브 바깥쪽으로 밀려나는 현상과 같은 것이다. 이 원심력을 잘 활용하기 위하여 윗돌 일부분에 달팽이 모양의 홈을 파서 곡물이 바깥으로 쉽게 밀려날 수 있도록 하였다.



서양에서는 올리브유를 짤 때도 대형 맷돌에 올리브를 넣고 당나귀나 여러 사람의 힘을 이용하여 기름을 짜냈다. 맷돌은 우리네 여인들의 고초와 한을 상징하는 물건이기도 하다. 질긴 돌로 다듬어졌던 만큼 그의 생(生)은 서서히 많아지며 시집살이 여인들의 인내(忍耐)를 부숴갔던 것.

맷돌로 곡물 등을 갈면 영양소 파괴가 적다. 금속 칼날에 고속으로 분쇄하는 믹서기와 비교해보면 그 차이가 분명하게 드러난다.



이대 앞 골목 한 귀퉁이에 비미남경(妃美男慶)이라는 작은 커피집이 있다. 골목에 있어 찾기 어렵지만 별다방(스타벅스를 그렇게 부른다) 맞은편 계단 아래라고 하면 잘들 찾아온다. 10평 남짓 이 작은 커피집은 커피 맛도 맛이러니와 다년간 이들의 사인으로 두툼한 메뉴판과 함께 작은 작업실(?)인 화장실이 명물. 화장실 변기의 왼편에 벽걸이 그라인더가 달려 있어 커피를 갈 수 있다. 친절 한 안내문을 보자- 비미남경 화장실에서의 팁 하나 앞에 준비된 원두 알갱이를 그라인더에 넣어 갈아 보세요. 커피향기가 술술 지루함과 화장실 냄새도 싹 갈아진 커피가루는 앞의 화분에 담아주세요. - 손님들은 화장실 안에서 작은 작업실을 하고 비미남경의 화장실은 언제나 커피냄새로 향기롭다. 당연히 뒷사람에게 민폐를 끼치는 일은 결코 없다.



그라인더에는 칼날형(blade grinders)과 스톨형(Burr grinders) 두 가지가 있다. 칼날형은 우리가 가정에서 흔히 사용하는 전동식 그라인더, 스톨형(Burr grinders)은 원두는 호퍼에 넣고 원두를 내리면 두 Burr 사이에서 갈아져서 구멍으로 나오게 되는데, 맷돌과 같은 원리

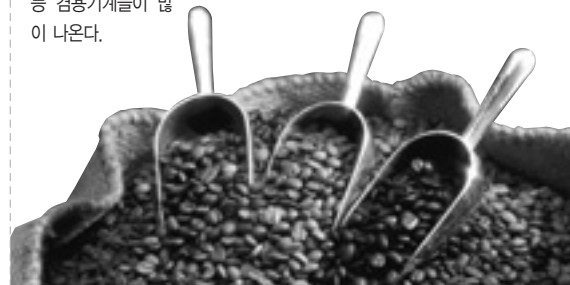
다. 비교적 고르게 그라인딩 되기 때문에 커피숍에서 많이 사용한다. 값이 비싸다.

그라인더의 명품은 작센이다. 그중에서도 작센하우스 156. 명품답게 사용하는 이의 노력을 절대적으로 필요로 한다. 힘과 시간, 그리고 머니까지. 아무리 좋은 그라인더라고 원두를 500kg 이상 갈면 내부의 칼날을 교체해줘야 한다. 신선한 커피를 위한 노력이 생각보다 만만찮다.



그라인더는 일년에 한 번 정도 청소를 해주어야 한다. 청소를 안하면 커피의 오일이 기구에 깔리게 되고 날씨가 더우면 변질되기 쉽기 때문이다. 그렇게 되면 아무리 신선한 커피라도 쓴 맛이 날 수밖에 없다.

수동식 그라인더에 원두커피를 잘 갈려면 튼튼한 근육이 필요하다. 그게 힘에 부친다면 하는 수 없다. 어렵겠지만, 신선한 커피를 포기하기만 하면 된다. 요즘은 분쇄기, 믹서기 등 겸용기계들이 많이 나온다.





# 살 수 있는 길은 얼마든지 있다

신문에서 9인 가족의 집단자살 기사를 보았다. 그 중 6세 이하의 두 아이를 빼고는 모두 21세 이상의 성인이다. 원인은 7억이나 되는 빚 때문이라고 했다. 두 아이는 그렇다 치고 21살 이상 되는 어른들은 모두 자의에 의해 죽음을 택한 셈인데, 왜 그 중 한 명도 살아갈 생각을 하지 않았을까.

해마다 일본에서 자살하는 사람의 수가 2만 명이나 된다고 한다. 사람들은 흔히 그들을 향해 이런 말을 한다.

“죽을 각오라면 살아서 무엇인들 못 하겠나?”

하지만 인간은 본래 약한 존재이고, 그 사람들도 그렇게 하지 않으면 안 될 이유가 있었으리라. 자살을 기도했다가 실패해 본 나처럼, 평소에 그런 소리를 하는 사람에게도 죽고 싶은 순간이 있는 법이다.

그러던 중 TV에서 감명적인 프로를 봤다. 다하라 요네코라는 여자의 생활을 소개한 것이었다. 그녀는 24년 전 여고시절, 신주꾸역에서 열차에 뛰어 들었다. 다행히 목숨은 건졌지만 두 다리와 왼손을 잃고 오른쪽 손가락 두 개마저 잘렸다. 하지만 그녀는 24년이 지난 지금도 깨끗하게 살고 있다.

그런 불구의 몸으로 어떻게 살아왔을까? 모두들 아마 그렇게 되면 마음이 비뚤어져 어두운 생활을 할 것이라며 가련해 한다. 하지만 놀랍게도 다하라 요네코 씨의 표정은 지나치다 싶을 정도로 밝았다. 성한 사람도 그처

럼 맑고 밝은 얼굴을 갖기란 힘들 것이다. 그녀는 세 손가락뿐인 오른손으로 능숙하게 온갖 반찬을 만들고, 다리미질을 하며, 재봉틀까지도 돌렸다. 그것은 어느 주부에게도 뒤지지 않을 정도로 깔끔하게 정돈된 살림 솜씨였다. 그뿐만 아니라 그녀는 강연회의 연사로도 초빙되었다. “삶이란 무엇인가?”와 “인생의 목적은 무엇인가?”라는 식의 주제로 듣는 이의 마음을 적셔 놓았다. 유학간 그녀의 두 딸도 남편도 어두운 구석이라곤 찾아볼 수가 없었다.

그녀의 남편은 교회의 전도자인데, 그녀에게는 인생의 구세주였다. 자살에 실패하고, 참담한 병원생활을 하고 있을 때 날마다 찾아와 그녀를 격려하고 희망을 불러일으켜 준 신학생이 바로 지금의 남편이었다. 처음엔 값싼 동정으로 여겨 거절했는데 그의 지칠 줄 모르는 정성으로 인해 마음의 문을 열기 시작했다. 마침내 돈독한 신앙심을 가진 기독교인이 된 그녀는 그 신학생과 결혼하였다.

그녀처럼 몸이 부자유한 사람은 물론이고 그 어떤 사람이라도 그녀를 대하면 희망을 갖게 되고 살 힘을 얻게 될 것이다. 그녀는 이렇게 아침 기도를 하고 있었다.

“하늘에 계시는 우리 하나님, 오늘도 새로운 하루를 주셔서 감사합니다. 오늘은 누가 찾아올지, 누구 만나게 될지, 서로 알게 될 것을 생각하니 그 은혜 감사합니다. 부디 저를 하나님의 영광을 위해 써 주시길 바랍니다.”

그녀는 매일매일 만나는 사람 모두에게 사랑으로 대할 수 있음을 기뻐하며 살아가고 있었다. 나는 문득, 그녀가 그때 죽었더라면 얼마나 많은 사람들이 기쁨을 얻지 못했을까 하는 생각이 들었다. 그만큼 삶에 대한 그녀의 태도는 적극적이었다.

나는 서른 한 권의 내 책을 보면서, 30년쯤 전에 삶을 끝냈다면 한편의 소설도 쓸 수 없었을 것이라는 생각이 들어 숙연해졌다.

길은 얼마든지 있다. 살려고만 한다면 얼마든지 길은 있다. 세상에 죽을 수밖에 없는 일은 아무 데도 없다.

미우라 아야꼬

수많은 회제작을 발표한 일본의 중진 작가. 초등학교 교원으로 8년 간 근무하다 폐결핵으로 13년 간 요양생활. 대표작으로 〈빙점〉, 〈양치는 언덕〉 등.





# 세상은 남성과 여성, 두 날개로 날아갑니다

— 부계혈통주의에 대한 신선한 충격, 영화 “웨일 라이더”—



오늘은 인간의 출생과 사망에 대한 퀴즈를 내보려고 합니다. 독자 여러분도 함께 이 퀴즈를 풀어보시기를 권합니다.

1. 40~50대 남성의 사망률이 가장 높은 나라?
2. 최단 시간내 출산을 감소가 가장 높은 나라?
3. 남녀 성비가 가장 불균형인 나라?

세 번째 힌트에서 많은 분들이 정답을 아셨으리라 믿습니다. 바로 자랑스런 우리나라입니다. 이 모든 것이 뿌리 깊은 남아선호사상에 기인한다는 것은 부인할 수 없는 사실이구요. 더 문제가 되는 것은 바로 지구상에서 유일하게 남아있는 모순된 호주제에 그 원인이 있다는 것입니다. 의학을 전공하는 입장에서 저는 2003년 헌법재판소에 제출된 생물학자 최재천 교수의 호주제 폐지에 대한 과학적 의견에 전폭적인 지

지를 보냅니다. 최교수는 부계혈통주의의 생물학적 모순을 가치중립적인 과학적 근거를 토대로 명쾌하게 설명하고 있습니다. 유전자 속에 들어있는 정보의 양에 있어 정자는 난자의 부수적인 역할밖에 할 수 없다는 것이지요. 결국 인간의 욕심, 구체적으로는 남성의 욕심에 의해 부계혈통주의가 수백 년째 내려오고 이로 인한 피해자는 여성만이 아닌 남성 자신일 수도 있다는 사실을 근거있게 제시합니다. 이렇게 장황하게 호주제 폐지를 얘기하는 것은 다름 아닌 오늘 소개할 영화와 밀접한 연관이 있기 때문입니다.

‘웨일 라이더(Whale Rider)’는 뉴질랜드 원주민인 마오리족 출신의 여성 감독이 조상의 전설에 대한 소재를 마오리족의 눈으로 재구성한 것입니다. 그러니까 뉴질랜드판

호주제 폐지 영화인 셈이죠. 주인공 역시 마오리 소녀인 ‘케이샤 캐슬 휴즈(파이 역)’가 캐스팅 되었고 평범했던 이 소녀는 지금 헐리우드 유명감독들의 영화출연 제의를 받고 있습니다.

마오리족의 선조는 고래를 타고 태평양을 떠돌다가 뉴질랜드에 정착하였다고 합니다. 이 부족의 족장은 당연히 남자아이, 특히 장남에 의해 계승되었습니다. 파이의 엄마는 출산 도중 쌍둥이 오빠와 함께 숨을 거둡니다. 죽어가며 남긴 말은 ‘파이’라는 외침이었습니다. 살아남은 여자아이의 이름은 ‘파이키아’. 할아버지 ‘코로’를 분노하게 만든 것은 다름 아닌 이 여자아이의 이름이었습니다. 왜냐하면 ‘파이키아’는 고래를 타고 온 전설 속 선조와 동일한 이름이었기 때문입니다. 죽어버린 손자와 유럽으로 떠난 버린 아들에 대한 분노와 참담함 속에 할아버지는 손녀 ‘파이’의 영특함과 능력을 더욱 모질게 외면합니다. 현대와 전통의 갈등 속에 마을 사람들은 ‘파이’를 조용히 응원합니다. 몰래 봉술을 가르쳐 주고 격려합니다. 그러나 누구도 ‘파이’가 미래의 지도자가 될 것이라는 것을 예측하지는 못합니다.

이 영화를 연출한 ‘니키 카로’는 ‘체인 캠퍼온’ 이후 떠오르는 뉴질랜드의 여성 감독입니다. 더욱이 그녀는 마오리족의 후예로 자신의 선조에 대한 얘기를 여성적 섬세함이 돋보이는 수려한 이미지와 때로는 동적이지만 평온함을 잃지 않는 연출력으로 관객들을 사로잡습니다.

이 영화를 통해 저는 두 가지 관점을 배웠습니다. 하나는 부계혈통주의에 대한 모순이었고 다른 하나는 그 모순을 극복한 이후에 전개될 사회의 통합과 사랑입니다. 죽어가는 고래들을 데리고 고래등에 올라탄 ‘파이’가 죽음을 무릅쓰고 바다로 들어갈 때 마을의 모든 사람은 전통적 가부장제도의 수장을 지켜봅니다. 새로운 사회질서의 탄생을 예고하는 장면이기도 합니다. ‘파이’가 지도자가 되면서 아빠는 다시 마을로 돌아오고 위대한 지도자를 여자는 이유로 외면한 할아버지는 자신의 과오를 반성합니다. 새롭게 만들어진 카누에 올라탄 할아버지와 ‘파이’는 마오리족의 노래를 부르며 새 배를 저어갑니다. 세대와 성별간의 통합이 이루어지며 부계혈통주의로 잃었던 가족의 사랑이 다시 이어지는 장면으로 영화는 끝납니다.

현실의 우리 사회가 이 영화의 해피엔딩 장면처럼 끝나지는 않겠지만, 호주제 폐지가 사회의 큰 변화를 가져오리라는 점을 저는 확신합니다. 세상은 남성과 여성이라는 두 날개로 날아간다는 자연의 법칙을 새삼 배운 영화였습니다. 금방간 새로운 사회질서의 탄생을 기원합니다.





콩돌해변



심청각



성계



두무진



패총



참다래

# 백령도를 다녀와서

여행은 늘 즐겁다. 장소 · 동행 여부를 불문하고, 여행은 새로운 것들을 보고 듣고 느낄 수 있어 그 무엇보다 사람을 풍요롭게 만든다.

다섯 시간 내내 배 멀미에 오장이 뒤틀리고 “다시는 배를 타지 않으리라”는 다짐 끝에 정신이 가물거려도 우리나라 몇 안되는 청정해역 백령도 깊은 바다 속에 대한 호기심은 멈추지 않는다.

알싸한 바닷바람에 실려오는 사람들의 냄새가 향기롭다. 가볍게 손 붙잡고 서서 바람을 맞는 노부부의 백발에서 그들의 지나간 젊은 시간들이 살피지고, 명절 뒷날 버리고 벌려 길을 나섰다는 여교사의 용기(?) - 우리 시대에 그건 용기라 불려진다 - 와 마누라 몰래 떠난 여행인지라 내내 집에 돌아갈 걱정을 하면서도 보파리 보파리 싱싱한 해산물을 챙기는 중년 남자의 조바심에 웃음도 난다.

내 고장의 돌맹이 하나 나무 한 그루에도 가득 정들이고 사는 현지 안내자의 고집스러운 그러나 밍지 않은 말투와 하룻밤 동침(?)을 기꺼이 수락해준 한 살 아래 맑은 눈을

가진 그녀의 패션디자이너 같지 않은 소박함이 정겹고, 멀미하는 내내 안타까운 표정으로 걸을 지켜주던 가이드의 자상함이 고맙다. 그래서 혼자 또는 낯선 이들과의 여행은 즐겁다.

부담없이 내 삶의 일부를 보여주고 그들의 삶을 살짝살짝 엿보면서, “다들 이렇게 살아가는구나.” 배우고 또 얻는다. 선 자리에서 두 팔 크게 벌려 한 바퀴 뱅그르르 돌면 만들어지는, 딱 그만큼의 공간이 오로지 내 것으로 주어지고 누구도 간섭하지 않으니 생각도 몸도 한없이 자유롭다.

아름다운 콩돌해변과 활주로 백사장을 가지고도 백령도는 사람들의 섬에 대한 기대를 단호히 거부한다. 벌써부터 누렇게 고개 숙인 벼가 가득한 논과 낮게 낮게 이어지는 산 아래 참다래 발엔 다래가 주렁주렁 달렸다. 아담한 포구와 횃집은 서너 개뿐. 어부들보다 농부들이 많단다. 그러나 농부들보다도 더 많은 군인들. 수수 만년 층층이 역사를 쌓으며 솟아오른 절벽 아래 뽕죽 얼굴만 내밀고 노니는 물개들, 몇 걸음 달려나가면 손 닿을 것 같아 보이는 북한 땅 꼬트머리 장산곶이 생경하게 아른거린다.

아직 풀지 못한 안타까운 분단현실을 실감한 백령도에서의 만 하루였다. 막 잡은 성게맛이 기억에서 가물거린다.

글 | 이 디

## SECRETS TO A HEALTHY LIFESTYLE 2

# 건강한 삶을 위한 비결 2

스스로 완전한 섬이 되어 살아갈 수 없는 우리 인간은 인류라는 큰 이름으로 또는 그보다 작은 다른 이름으로 가정, 학교, 직장 안에서 늘 누군가와 함께 지낸다. 이처럼 뿔레야 뿔 수 없는 관계 속에서도 이를 진정으로 감사하고 즐기려면 개개인 고유의 영역은 침해 당하지 않고 존중되어야 하며, 그 속에서 인간은 건강한 개인으로서 자아를 발견, 사회공동체 모두 건강한 삶을 일구어나갈 수 있게 될 것이다.

### 건강한 개인 범주의 개발이란

- 다른 사람들과 얼마나 밀접한 관계를 가지고 자신만의 공간은 얼마나 둘 것인지를 충분히 안다.
- 혼자만을 위한 조용한 시간을 가진다.
- 맘을 터놓을 수 있는 사람과 함께하는 시간을 갖는다.
- 옳다고 믿는 가치와 권리를 지킨다.
- 자신을 무시하거나 이용하려 하는 사람을 알아차리고 멀리한다.
- 다른 이들의 조언을 귀담아 듣고 그것을 따를 것인지 아니면 스스로 내린 결정을 실행할 것인지 정한다.
- 사생활의 비밀을 적절하게 유지한다.

### 건강한 개인 범주가 침해되었을 때

- “아니요.” 또는 “그렇게 하고 싶지 않습니다.” (이렇게 말하는 것은 절대로 이기적인 것이 아니다)
- “내게 연락하지 마세요.”
- “이것에 대하여 더 이상 이야기하고 싶지 않습니다.”
- “나를 존중하지 않는다는 느낌이 들어 더 이상 당신과 친구로 지내고 싶지 않습니다.”
- “당신이 이런 행동을 계속한다면 떠나겠습니다.”
- 그 장소를 떠난다.
- 메모를 읽지 않는다.
- 전화를 가려서 받는다.
- 전화를 해주지 않는다.

### 자존감을 지키자! Do & Do not !

하자!

- 자신에게 실패를 허용하자.
- 실수할 수 있음을 예상하자.
- 작은 성공이라도 자신이 이룬 것임을 기억하자.
- 생긴 그대로의 자신의 모습에 당당하자.
- 자신을 가치 있는 인간으로 대접하자.
- 자신의 타고난 재주를 인정하자.

하지 말자!

- 사람들이 자신을 어떻게 생각하는지에 대해 너무 신경 쓰지 말자.
- 인간으로서의 자신의 기본가치에 대해 의문을 갖지 말자.
- 일이 잘못될 때 자신만을 탓하지 말자.
- 다른 사람들이 옳지 않게 내 탓으로 돌리는 것을 용납하지 말자.
- 자신을 다른 사람들과 비교하지 말자.



### 편집후기

서점 안 귀퉁이에 앉아 눈썹해놓은 책보기, 레몬밤과 그린타임에 물을 주며 향기에 취하기, 비누냄새 나는 뽕송뽕송한 이불 덮고 꿈나라 가기... 행복은 별게 아니다.

\_ 백 민 정

보고 싶은 사람이 있다. 보기 싫은 사람이 있다. 보고 싶은 사람은 너무 멀리 있고, 보기 싫은 사람은 가까이에 꼭 봐야만 한다. 너 누구니?

\_ 이 디



열린상담  
031 214 7942  
친 구 사 이

## 수원시자살예방센터

경기도 수원시 팔달구 매산로 3가 43-1 2F

TEL 031-228-7942 Website [www.csp.or.kr](http://www.csp.or.kr)