



# 아시아여성네트워크 보도자료

배 포 일 시	2022년 12월 13일(월)	담당	(사)아시아여성네트워크 대표 황정아 010-4078-1192
---------	------------------	----	---

광주광역시 서구 경열로 24 광주여성단체회관 2층(광주전남여성단체연합 내)

Tel :070 8095-2852 Fax: 062-361-6076 E-mail: [asiasisnet@gmail.com](mailto:asiasisnet@gmail.com) [asiasisnet@naver.com](mailto:asiasisnet@naver.com)

<http://asiasisnet.org/>

## 보도요청

### 미얀마 활동가와 아동청소년 대상 심리치유 프로그램 ‘룰루랄라 치치킹킹 프로젝트’ 성료

(사)아시아여성네트워크는 지난 8월과 12월, 미얀마 인권활동가 역량강화 교육인 룰루랄라 치치킹킹 프로젝트를 무사히 마쳤다. 이 프로그램은 50여명의 미얀마 활동가들이 참여하였으며 270여명의 아동들이 놀이 치료 프로그램과 급식 지원을 받았다.

쿠데타 이후 약 22개월이 지났지만 미얀마의 저항운동은 여전히 진행중이며 오히려 쿠데타 초기에 비해 무장투쟁으로 발전하면서 더 강한 저항이 이어지고 있다. 무장 저항이 진행되고 있는 지방은 준 내전의 상태에서 수시로 전투가 발생하고 있으며 대도시의 경우 수시로 발생하는 총격, 폭탄으로부터 누구도 안전하지 않다. 이로 인한 피해는 고스란히 주민들이 떠안고 있지만 미얀마 시민, 활동가들을 보호할 수 있는 장치는 전무하다시피 하다.

아시아여성넷은 미얀마 활동가들과 어린이들이 겪고 있는 트라우마를 경감하기 위한 프로그램인 ‘룰루랄라 치치킹킹’을 8월과 12월에 진행하였다. 8월 프로그램은 10명의 활동가들과 그룹상담을 진행하였고 까친, 산, 양곤 지역에서 어린이들을 돌보고 있는 활동가 30명과 어린이 트라우마 회복을 위한 놀이치료 방법을 진행하였다. 10월에는 놀이치료 훈련을 받은 활동가들과 후속 프로그램을 운영하며 실제 현장에서 운영된 어린이 프로그램에 대한 피드백을 주고 받았다. 12월에는 미얀마와 태국 국경지대인 메솿(Mae Sot) 거주 활동가 11명과 집단상담 워크숍 프로그램을 운영하였다. 프로그램에 참여한 활동가들은 군부와의 긴 투쟁에도 개선되지 않는 현실, 희망이 보이지 않는 미래에 무기력과 좌절의 감정이 컸지만 프로그램 이후, 내가 어떤 사람이었는지, 무엇을 원하고 있는지 알 수 있었고 내가 원하는 목표를 위해 생활을 바꾸고 구체적인 계획을 세울 수 있었노라 말했다. 또한 집단 상담과 상담 워크숍에 참여했던 일부 활동가들

은 자신들이 직접 동료 상담을 운영할 수 있도록 2023년 1월부터 카운셀링 ToT (Training of Trainers) 훈련을 받고 주변 동료, 이웃들을 도울 예정이다.

이 프로그램은 광주광역시, 법률사무소 인의, (사)실로암사람들, 자연아이콥생활협동조합의 후원으로 진행되었다.

<첨부 파일>

1. 집단상담 참여자 면담 기록 요약
2. 집단 상담 및 놀이치료 ToT 프로그램 사진
3. 메솿 지역 활동가 대상 카운슬링 워크숍 사진

(미안마 활동가들의 안전을 위해 사진은 모자이크 처리함을 해량해 주시기 바랍니다)    끝.

<첨부1>

2022 룰루랄라 치치킹킹 프로그램 참여자 발언 기록 요약

구분	지역	주요 내용
집단 상담	집단상담 참여자 (남성그룹)	-한국의 상담을 받고 일반인들도 상담을 할 수 있다는 것을 알게 되었다고 한다. 한국 선생님 상담이후 감사와 용서를 자주 생각하게 되었고 미움의 감정을 없애려는 노력을 하면서 마음이 풀리는 것을 느끼고 있다. 감사 일기, 운동, 호흡법을 많이 활용하고 있으며 눈을 뜨면서 잠자기까지 배운 것들을 생각 -상담 이후 술을 끊게 됨. 상담을 받으면서부터 이 화는 어디서부터 오는 것인가를 생각하게 되고 한국 선생님들께 감사를 드리고 있음. 그동안 와이프와 어머니에게 미안하고 지금은 그들을 위해 노력하고 있음. 특히 나비포옹법이 도움이 되었는데 고맙다, 잘 했다 라는 자기 격려가 힘이 되었고 몸을 움직이는 운동도 열심히 하고 있음. 집에서 동생과 친구에게 배운 것을 함께 하고 있는데 옆의 친구들조차 상담을 받은 것 같은 효과가 있었음.
	집단상담 참여자 (여성 그룹)	-참여자1- 남편과 딸(6세)과 함께 체포되었던 경험이 있고 딸과 자신은 약 10일정도 있다 풀려났지만 남편은 여전히 감옥에 갇혀

		<p>있음. 갑작스런 남편의 구속 이후 딸과 함께 어떻게 살아야 할지 길이 다 막혀 버리고 막막한 느낌으로 자살까지 생각할 정도로 힘이 들었음. 상담 이후 살아갈 힘을 찾았음. 상담에서 배웠던 것들을 날마다 연습하면서 생활 변화가 있고 지금은 행복하게 지내려고 노력하고 있음. 나비 포옹법이 자신을 격려하고 힘을 돋는 효과가 있는 것으로 생각됨.</p> <p>-참여자2- 상담 이후 많이 부드러워졌고 웃음이 더 많아졌음. 전에는 사납고 강하다는 얘기를 많이 들었음. 요즘 밤에 잠이 오지 않는데 폭탄이 터진 현장에서 부상자들을 병원으로 옮기는데 혹시 군부에게 잡혀갈까 하는 걱정이 있음. 잠을 자긴 하지만 깊은 잠을 못 잠. 봉사자들은 군부와 NUG양쪽으로부터 감시를 받고 있는데 혹시 한쪽만 도와 주는거 아니냐는 의심을 하기 때문임.</p>
놀이 치료 ToT	산 주	<p>-참여자 1 : 13살~15살 아이들을 그룹과 개인들로 나누어 활동하고 있음. 아이들 마음 표현은 주로 그림으로 하고 있는데 말은 하지 않지만 주로 집을 많이 그리고 있는걸 보면서 집을 많이 그리워하고 있구나 라는 것을 알수 있었음. 아이들은 집이 불타거나 비행기가 날아가는 장면을 많이 그렸는데 왜 그림을 그렸느냐고 물으면 자신이 겪은 것을 그렸다는 대답을 함.</p> <p>-참여자 2 : 도시에 살고있는 아이들이라 가족 관련된 트라우마 있고 말을 잘 듣지 않고 말썽을 많이 부림. 아이들과 잘 만날 수 없을 때 스스로 마음 온도계, 그라운드링 기법을 활용했고 도움을 받았음. 여전히 스트레스가 많고 아무도 없다고 느낄때가 많음. 울고 싶고 어떻게 해야 할지 모르겠다는 생각이 들 때 마음의 온도계를 통해 나의 상태가 어떻다는 것을 알수 있었고 그라운드링을 할 때 안전한 느낌을 가질 수 있었고 울고 싶은 마음이 없어지기도 함.</p>
	까친 주	<p>-아이들에게도 교육을 적용하고 있지만 까친의 상황이 너무 좋지 않기 때문에(아이들과 프로그램을 운영하지 못할때가 많기 때문에) 스스로에게도 많이 적용하고 있음. 상황이 상황인지라 불안, 스트레스가 높고 숨쉬기(호흡법)를 하며 도움을 얻고 있음.</p> <p>-고아원, 학교, IDP캠프에 있는 아이들과 프로그램 운영하고 있음. 주 1회 놀이치료 진행하고 있는데 아이들이 너무 재밌어하고 이 시간을 기다리고 있음. 그런데 손을 다쳐 2주째 이 프로그램을 못하고 있고 아이들은 왜 안오느냐고 연락하고 기다리고 있는 상황임. 개인적으로 아이들이 이 프로그램을 기다리고 있고 행복해 하지만 상대적으로 학습이나 다른 활동은 하지 않으려 하거나 소극적인 점은 걱정되는 부분임.</p>

## <메솟 활동가를 위한 카운셀링 ToT 프로그램 스케치>

기간: 2022년 12월 6일~11일

대상 : 메솟 거주 미얀마 활동가 11명

주요 내용 요약 :

-체포를 피해 메솟으로 피신해 있는 이들은 불법체류자로서 태국 경찰의 검문, 체포를 피하기 위해 외출도 힘든 상황이었음. 그만큼 불안과 긴장이 높은 그룹이었음.

-이들은 가족을 그리워하는 감정을 애써 외면하고 입 밖으로 그것을 드러내는 것을 어려워하거나 거부하기도 함. 이것은 집에 가고 싶다는 열망이 가장 높음에도 가능하지 않은 일로 단정하고 애써 외면해 왔기 때문이었음. 스스로 억누르고 있는 감정을 꺼내어 살펴보고 입밖으로 꺼내어 불러보거나, 안고 싶은 대상을 안을 수 없을 때, 내 체온을 느끼며 '보고 싶어' 라고 말하는 구체적인 행위를 통해 불가능하다고 생각하는 그 열망을 가능한 것으로 전환하기 위한 작업이 진행됨.

-열린 문, 닫힌 문 세션은 내가 원하는 것, 그것을 얻기 위한 시도, 그 시도가 막힌 이유를 자신의 관점에서 관찰하면서 내가 무엇을 원했는지, 현재 조건에서 그것을 위해 어떤 계획을 세우고 실행할 수 있는지 찾아가는 시간을 가짐. 이 워크숍을 통해 못 다 한 공부를 계속 하고 싶은 욕구를 발견하거나 메솟의 미얀마 청년들을 도울 수 있는 기관을 만들고 싶거나, 가족과 화해하고 싶은 욕구등 그동안 긴장과 불안에 압도되어 잘 보이지 않았던 자신의 내면을 살피는 계기가 되었음.

-참여자들은 자신들의 인생에서 어려운 시기에 이런 워크숍을 갖게 된 점, 문제를 세분화하는 중요한 눈을 얻을 수 있었던 점, 닫힌 문보다 열린 문에 더 집중하고 방법을 찾으려 노력하겠다는 의지를 전하며 감사를 표했음. 이 그룹은 3개월 정도 온라인 상담을 지속할 예정이다.