

제 2 장 일중심의 일과

The Work Ordered Day

일중심의 일과 어떻게 단순한 이 세 단어가 큰 의미를 가지는가?

Melanie Sennett, Work Ordered Day:

How Can Three Simple Words Have So Much Meaning?

클럽하우스에서의 일상생활

Roberta Vorspan, Activities of Daily Living in the Clubhouse :

You Can't Vacuum in a Vacuum

왜 일을 해야 할까

Robert Vorspan, Why Work Works

클럽하우스의 회복으로의 여행

Mark Glickman, The Clubhouse Journey to Recovery

일중심의 일과 어떻게 단순한 이 세 단어가 큰 의미를 가지는가?

Melanie Sennett

50년이 넘도록 일중심의 일과는 수많은 정신장애인들의 회복에 중요한 요소였다. 역사적으로 일중심의 일과는 클럽하우스를 매일 운영 하는데 있어서 회원들의 힘, 재능, 능력을 끌어내는 것과 회원들의 취업에 대한 욕구에 초점을 두고 일을 한다. 정신장애인들을 위해 세상이 변화하기 위해서는 우리는 더 나아갈 필요가 있다는 것을 깨닫는다. 클럽하우스들은 다음과 같은 회원들에게 필요한 영역에 중점을 두고 있다/ 웰니스(wellness)와 건강문제, 회원들의 더 나은 교육을 위한 지원, 회원들이 깨끗하고 적합한 집을 얻도록 지원, 다양한 기술과 인터넷 정보 활용 기술을 배우도록 하는 것 등이다. 많은 클럽하우스들은 키친부서를 운영하거나 옹호활동이나 클럽하우스의 다른 통합된 일을 하는 것에 회원들의 참여 없이 전문가가 하고 있다. 클럽하우스 공동체로서 우리의 도전은 이러한 기회들을 회원들과 함께 하는 일상의 업무로 만들어야 한다는 것이다. 클럽하우스의 외부에서 일하는 전문가에게 의지하고 회원들의 기회를 일체 거부하는 어설픈 수용력은 지양해야 한다.

그래서 우리가 건강, 교육에 대한 지지, 주거 등을 클럽하우스의 일로 진심으로 통합하기 전에 우리는 일중심의 일과에 대하여 면밀히 이해할 필요가 있다.

일중심의 일과는 융통성이 있고 회원들이 클럽하우스의 일에 관여할 수 있도록 하는 많은 방법들이 있다. 회원들은 그들이 하고 싶은 일들을 선택할 수 있고 누구와 일할 수 있을지를 선택할 수 있다. 클럽하우스에서 일중심의 일과는 회원들에게 많은 기회를 부여한다. 이것은 전통적인 낯병원의 치료와 사뭇 다르게 대비된다. 낯병원에서는 비록 참여자의 필요가 각각 다르지만 모든 참여자가 같은 수업에 들어가고 같은 스케줄을 가지고 있다.

그렇다면 일중심의 일과는 어떻게 다르고 융통성이 있고 많은 기회를 제공하는가? 그것을 분석하기 위해서 일중심의 일과의 구성을 분석해 보자. 일 · 중심 · 일과 한글자씩 뛰어서 분석해 보기로 하자.

■ 일

왜 일인가?

일은 모든 사회의 공통요소이다. 당신이 유럽, 영국, 미국, 아시아, 호주, 뉴질랜드 등 어디에서 왔던지 일하려는 욕구는 높이 평가된다는 문화를 가지고 있다. 보통 우리가 처음 누군가를 만났을 때 하는 질문이 “당신은 무엇을 하고 있습니까?”입니다. 우리가 그것을 좋아하든 싫어하든 우리는 종종 직업에 의해서 우리가 누구인지를 정의하고 평가되어 진다.

일중심의 일과는 다음과 같은 함축적 의미가 있다. 회원들이 가지고 있는 장애와 상관없이 클럽하우스에서 요구되는 일들을 달성하기 위해 기여하도록 한다. 회원들이 필요하고, 기대되고, 원한다는 믿음은 우리는 당신들이 일에 참여하여 일을 함께 하기를 원하는 것을 암시한다. 소속감은 매우 힘이 있고 궁극적으로 회원들의 자신감과 신뢰성을 높이는데 도움을 준다.

스탠다드 19에는 다음과 같은 것이 명시되어있다. “클럽하우스의 모든 일은 회원의 자기 가치, 목적, 신뢰를 되찾는데 도움이 되도록 하는데 이것은 특별히 직업훈련을 하는 의도는 없다”. 왜 그 일이 특별한 직업훈련이 아닐까? 주요한 이유 중에 한 가지는 어떤 정신장애인들은 많은 직업 기술을 가지고 있으나 정신장애를 겪는 동안 그들의 자기 가치와 목적을 상실했다. 매일 외부에 나가서 대인관계를 겪는 동안 그들이 자기 가치와 목적을 상실했다. 매일 클럽하우스 외부로 나가거나, 사람들과 대인관계를 하는 것에 자신감을 잃어버린 사람들에게 뇌수술은 소용이 없다. 일중심의 일과의 목적은 첫 번째는 회원들의 기분이 좋도록 하는 것이다. 그 다음 거기서부터 어디로 갈 것인지 생각할 수 있는 것이다. 자존감, 목표, 자신감을 발전시키는 것을 기본으로 해서 필연적으로 회원들은 고용, 학업과 같은 추가적인 목표를 세울 수 있다.

클럽하우스의 일은 무엇인가?

스탠다드 16에서는 클럽하우스의 일이 무엇인가에 대해서 밝히고 있다. “클럽하우스에서 일이란 클럽하우스 운영과 클럽하우스 공동체의 확산을 목표로 하는 것이다”

일중심의 일과에서 일은 의미가 있을 필요가 있다. 거기에는 긴박감이 필요하다. 클럽하우스가 성취하도록 요구하는 진짜 일이어야 한다. 단순히 회원들이 낯 시간을 바쁘게 보내게 하기 위해 직원들이 만들어 낸 일이 아니어야 한다. 만약 일에 의미가 있지 않다면 회원들은 흥미로워 하지 않을 것이다. 회원들은 쉽게 지치게 되고 일을 완성해야 한다는 목표를 갖지 않을 것이다. 직원들의 중요한 도전중의 하나는 회원들을 참여할 수 있는 의미 있는 일들을 충분히 개발하는 것과 그 일에 회원들을 참여시키는 것이다.

스탠다드 20에서는 회원들이 클럽하우스의 행정, 연구, 초기면접과 오리엔테이션, 리치아웃, 직원고용과 평가, 대중과의 관계, 옹호, 클럽하우스 효율성의 평가 등 모든 일에 참여

하는 기회를 준다는 것에 대하여 말하고 있다. 만약 회원들이 클럽하우스의 모든 측면에 참여하는 기회가 주어진다면 거기에는 언제나 회원들이 참여할 수 있는 의미 있는 일들이 풍부하다는 것이다.

■ 중심

일중심의 일과는 많은 회원들이 그 부서에 참여할 수 있도록 필요한 구조를 제공 한다. 이전에 전혀 가 본적이 없는 장소에 운전을 하고 간다고 생각을 해보자. 생소한 곳에서 당신이 가고 있는 곳을 모르다면 운전자는 스트레스를 받을 것이다. 당신은 어느 곳이 정확한 길인지 결정하려고 왔다 갔다 하면서 운전을 할 것이고 그러면서 길을 더 잃게 되고 멈춰선 후에 방향을 묻게 된다. 이것은 긴장과 스트레스를 유발한다.

그러나 당신은 차에서 지도를 발견한다. 지금 당신은 잘 모르는 것의 설계를 갖고 있다. 도착지의 이름을 지도에서 발견할 수 있고 당신은 그 도착지에 가는 가장 짧은 길을 결정할 수 있다. 당신은 더 이상 길을 헤매이지 않게 된다.

생소한 곳에서 지도처럼 일중심의 일과라는 구조는 그 부서 일에 설계도 역할을 한다. 이것은 청사진이 된다. 이것은 회원들이 어느 일에 흥미가 있는지를 알 수 있도록 하고 모른다든 두려움을 없애 준다. 이일을 성취하기 위해서 부서들은 시각화되어 일을 쉽게 표현해서 확인 할 수 있도록 해야 한다. 그 일을 정확히 사람들이 확인할 수 있도록 표시(sign)의 사용은 유용하다. 그 부서의 업무를 표시하기 위해 시트나 화이트보드 같은 것을 사용하는 것이다.

스탠다드 18에서는 다음과 같이 서술하고 있다. “클럽하우스에는 하나 이상의 부서를 둔다. 각 부서에는 충분한 회원, 직원, 일중심의 일과를 보내기에 의미 있는 일들을 둔다. 부서 회의에서는 그날의 일을 계획하고 조정하며 서로간의 관계 향상을 도모한다.” 이 스탠다드는 일중심의 일과에 요구되는 중요한 요소들을 설명한다. 이 스탠다드가 회원과 직원 그리고 의미 있는 일이 모든 부서에 주요 측면이 된다는 사실을 말하고 있어 나는 좋아한다. 그 중에 한 가지라도 없으며 그 부서를 성공적이지 못할 것이다. 이 스탠다드의 다른 중요한 측면은 관계를 포함하는 것이다. 부서회의는 전부서의 인원이 함께 모이는 시간이며 서로를 더 잘 알게 되며 모든 사람이 어느 일을 할 것인지 역할분담을 하는 시간이다. 더 중요하게는 회원들과 직원들이 서로를 도와주는 시간이며 회원들이 일에 참여하는 시간이다.

일중심의 일과에서 구조를 가진다는 것은 일부의 사람들만 부서에서 무슨 일이 일어나는지 알고 있는 것이 아니라 부서의 모든 사람이 부서에서 무슨 일이 일어나는지를 알게 되는

것이다. 구조는 회원들이 직원에게 의지하기 보다는 자신에게 의지한다는 것을 의미한다. 이 구조는 직원과 회원, 회원과 회원이 협력해서 일을 할 수 있도록 한다.

■ 일과

단순히 일과는 일중심의 일과가 낮 동안 일어난다는 사실을 언급한다. 스탠다드 17은 “클럽하우스는 최소한 주 5일 문을 연다. 클럽하우스의 일과는 보통 근무시간과 같다” 라고 명시하고 있다. 이 스탠다드는 일중심의 일과는 주중에 일을 하는 것을 그대로 반영한다는 것을 말하고 있다. 일중심의 일과는 같은 시간에 일을 하는 일반 지역사회 활동들과 유사한 구조와 의미를 가지고 일을 하도록 회원들에게 기회를 제공한다. 스텝핑스톤Stepping Stone 클럽하우스에서 우리가 자주 하는 말은 “ 실제 세상에서는 무슨 일이 일어나는가?” 하는 것이다. 이 질문은 우리가 실제 세상의 일부분이라는 것을 알지만 -월요일부터 금요일, 하루에 8시간-일의 세계에서는 무엇이 공통적으로 일어나는가를 생각하도록 경각심을 일으킨다. 그러므로 클럽하우스는 회원들에게 똑같은 기회를 제공할 필요가 있다. 이 시간 동안의 초점은 일중심의 일과를 지속시키기 위한 일이다. 그래서 클럽하우스는 사회 여가 취미 프로그램을 오후에 실시한다. 다시 한번 당신에게 묻습니다. “실제 세상에서는 무슨 일이 일어나는가?” 나는 다운존슨 Down Jones 에서 세라믹 공예와 탁구를 위해서 오후 2시 30분에 일을 멈춘다고 생각지 않는다.

나는 다운존스에서 일의 세계가 우리가 추구하는 것과 일치한다고 말하는 것은 아니다. 왜냐하면 우리는 인간으로서 다른 사람들과 다른 특성을 가지고 태어났기 때문이다. 그러나 클럽하우스에서 제공하는 구조를 가지고 매일 매일의 활동을 더욱 성공적으로 할 때 우리는 의미가 있어지고 목적을 가지게 되는 것이다.

클럽하우스에서 우리가 하고 있는 일의 큰 중점은 회원들의 회복에 도움을 주고 사회로의 복귀에 도움을 주기 위해서 회원과 파트너십을 가지고 일을 하는 것이다. 만약 이러한 구조들이 사회와 정반대가 아니고 어느 정도 유사하다면 일중심의 일과는 회원들이 사회로 다시 나가 통합되도록 하는 것을 쉽게 하지 않을까?

■ 결론

지금 나는 일, 중심, 일과를 분리해서 생각했다, 나는 그 세 개의 단어가 협력하여 간다는 사실을 강조하고 싶다. 하나하나 따로 할 수는 없다. 만약 중심이 되지 않는다면 의미 있는 일이 될 수 없다. 또는 일이 없거나 의미가 없으면 중심이 될 수 없다. 명백하게 만약 일이 진행되는 일과에 충분한 시간이 없다면 일 중심은 소용이 없다. 아직 혼동되는가?

자 궁극적으로 회원들은 부서에 의미 있는 일, 참여하는 직원, 회원리더와 구조를 가지고 있다면 그 부서에 참여하기 원할 것이다.

일중심의 일과는 회원들이 가치감을 갖고 많은 기술, 재능, 능력을 가지고 있다고 느끼게 해서 그들이 가능성에 대한 희망을 가지고 회복할 수 있도록 도움을 준다. 일중심의 일과에서 발전시킨 자신감, 자기 가치, 목적은 회원들이 일과 학업과 같은 성취를 할 수 있도록 회원들을 무장시켜 줄 것이다. 스텝핑스톤 클럽하우스 회원인 Andrew Strachan은 호주의 국제 컨퍼런스에서 회복에 대해서 말했다. 나는 그가 그의 발표에서 말 한 것들을 가지고 결론을 내리려고 한다. “클럽하우스는 회원들의 능력, 자신감, 자존감을 발전시키고 병의 증상에 집중하지 않도록 하고 병 때문에 잃어버린 기술과 지식이 회복되도록 진실한 파트너십을 개발한다. 클럽하우스는 이러한 것들을 희망, 꿈, 기회로 대체한다.

Melanie Sennett는 호주 스텝핑스톤 Stepping Stone 클럽하우스 관장이다.

이 글은 2005년 핀란드 헬싱키에서 열린 제 13회 국제 클럽하우스 세미나에서 발표하였다.

클럽하우스의 일상생활

: 해야 할 이유가 없다면 배울 수 없다

Roberta Vorspan

정신장애인의 특별한 욕구와 이들의 일상생활에 대한 논의를 하기 위해서는 먼저 정신질환에 대한 포괄적인 시각의 정립이 필요하다고 생각한다. 수년 동안 정신장애인이 보다 높은 수준의 활동을 하기 위해서는 일상생활기술(Activities of Daily Living Skills)이라 부르는 것을 지속적으로 배우고 훈련해야한다는 처방을 받아왔다. 우리는 이 처방대로 많은 노력을 기울여왔지만, 일상생활기술 속에 담긴 진정한 의미를 잃어버렸다고 생각한다.

ADL(Activities of Daily Living) 일상생활의 활동

왜 우리는 이 말이 진정으로 의미하는 것을 잃어버리게 되었을까? 일상생활 활동이란 우리 인류를 표현하는 말이며, 우리가 살아가고 있는 모든 것을 말한다. 우리 삶에서 일상생활의 진정한 의미를 생각해 보면, 일상생활 활동은 우리에게 힘을 주고 우리가 계속 살아가도록 하는 이유가 되는 활동이다.

우리는 일상생활에서 자연스럽게 우선순위를 정한다. 내 일상을 예를 들어보면, 학교에 가거나 직장에 출근하기 위해서는 외모를 가꾸고 지출해야할 돈을 계산해두는 것이 중요한 것이 된다. 무슨 일이 더 중요한지는 자연스럽게 결정되며 다음에 해야 할 일에 따라서는 같은 일이라도 중요도나 우선순위가 바뀌기도 한다. 일의 우선순위를 짜는 것은 내가 배워 온대로 단순히 일의 목록을 작성하는 것이 아니다. 적어도 직장에서 일하기 위해서는 동료와 적절하게 상호 작용하는 법을 배워야한다. 외모를 단정하게 하는 것, 지출 내역을 검토하는 것은 해야 할 이유가 없다면 배울 수 없다. 이런 활동들은 생활에서 일어나는 일들과 실제로 관련이 있어야만 중요한 것이 된다.

일상생활기술(ADL, 최근에는 지역사회 생활기술이라고 부르기도 한다)은 인간의 삶 중에서 일부분을 경험해 보는 것이다. 우리는 일상생활기술이 전문가가 환자에게 처방하는 일종의 처방약이라고 믿고 있다. 그래서 ADL은 일상생활과 직접 관계된 활동이라기보다는 일상생활이라는 현실을 대신할 수 있는 약으로 생각하게 되었다. 내가 생각하기에, 우리가 해야 할 일은 일상생활기술은 단절되어있거나 부분적인 것이 아니라 모든 삶과 관련이 있을 때만 비로써 가장 강력한 힘을 발휘한다는 것을 다시 인식하고 받아들이도록 해야 하는 것이라고 생각한다.

나는 정신장애인이 특별한 욕구를 갖고 있다고 생각한다. 그러나 이들의 특별한 욕구가 무엇인지 살펴보기 전에, 이 특별한 욕구가 모든 인간이 가진 욕구들과 다르지 않고 인간의 기본 욕구에 몇 가지가 추가된 것이라고 받아들여야한다. 정신질환이 있거나 없거나 사람들 모두에게 일상생활 활동이란, 인간의 가장 기본적인 욕구를 충족시키기 위해서 하는 활동이라고 생각해야한다. 정신분열증 환자든, 치료자든, 조울증 환자든, 정신건강분야 행정가이든 우리 모두는 같은 인간이다. 모든 사람은 기본적인 욕구가 있고 이를 충족시키기 위해 일상적인 활동을 한다.

인간이 된다는 것은 사람에 따라서 그 의미가 다를 수 있지만 기본되는 공통점이 있다. 그것은 인간이 되고 살아간다는 것이 환경 속에서부터 무언가를 배우고 성장한다는 것이다. 또 인간이 되고 살아간다는 말은 살면서 의미 있는 일을 하는 것이다. 그리고 인간이 되고 살아간다는 것은 환경과 사람과의 관계 속에서 우리가 끼쳤던 영향이 다시 우리에게 돌아온다는 것이다. 그 영향은 긍정적인 것일 수도 있고 부정적인 것일 수도 있는데, 부정적인 영향력은 결국 세상과 건너갈 수 없는 거리를 만들기도 한다. 인간이 된다는 것은 그것이 얼마나 두렵고 힘든지 간에, 많은 사람들과 신뢰를 쌓고 상호 교류하는 관계를 맺어간다는 의미이다. 인간이 된다는 의미는 규칙적으로 잠자고 일어나며, 열심히 일하고 휴식하는 시간을 갖는 것이다. 그리고 이런 인간의 욕구를 충족하기 위해 일상적인 활동을 하게 된다. 정신장애인은 기본적인 욕구 외에 사람들과는 다른 욕구를 더 가지고 있다.

그러나 먼저 우리 모두는 기본적으로 같다는 사실을 인정해야한다. 인간이 갖는 또 다른 공통점은 고통을 겪고 있는 사람들과 지나치게 거리를 둔다는 점이다. 정신질환이 얼마나 고통스럽고 혼란스럽고 고독한지, 그들이 어떤 사람이든 상관하지 않고 그저 나는 병에 걸리지 않았으면 하고 생각한다. 전문가들도 자신과 질환이 있는 사람들과 거리를 두려고 하고 그러한 법을 제정하려고 한다. 이런 상황 속에서 전문가들은 클라이언트의 일상생활에 적극적으로 개입하지만, 실제로 클라이언트들은 우리 사회에서 분리되어 생활하는 법을 배운다.

“만성정신질환자들의 욕구”에 대해서는 아주 오랫동안 논의되고 있다. 전문가들이 질병이란, 그들의 질병일 뿐이고, 우리와 그들이 기본적으로 다른 사람이라고 한다면, 전문가는 필요 없는 존재일 것이다. 일상생활 기술을 힘들여서 가르쳐주고 있다고 생각한다면, 기본적인 전제, 즉, 배우고 나누고 매일 의미 있는 일들을 통해서 다른 사람들과 관계를 가지는 것을 통해서 얻는 힘으로 매일매일 살아가고 있다는 점을 부정하는 것이다.

우리는 모두 노력하고 있다. 우리는 영양소와 시설이 비인간적이고 해로운 것이라고 생각한다. 그래서 시설에서 사는 것보다는 지역사회에서 살아가는 바람직하다는 것에 찬성한다. 우리는 정신질환자들을 병원이라는 벽 밖으로 나오도록 한다. 그러나 동시에 우리는 주변에 벽을 세운다. 우리는 정신질환자들의 하루는 이러이러해야 한다고 정했다. 삶을 구조화하고 가르치려는 시도는 우리가 숨어있는 벽이 있다는 것을 보여주는 것이다. 만일 진심으로 시설의 벽을 허물고자 한다면 일상생활의 활동에 대해 계속 가르치기보다는 실제의 일상생활에 함께 참여하도록 하는 것이 필요하다.

**본 저널은 대화샘솟는집에서
번역하였습니다.**

우리가 제안하고 있는 것은 통합된 생활이다. 우리는 왜 환자들이 나아지지 않는지 알지 못한다. 우리는 환자나 클라이언트가 더 이상 나아지지 않기 때문에 그들을 “만성” 이라고 부르고, 그들이 그릇을 만드는 것과 같은 의미 있는 프로그램에 참여하도록 많은 기회를 만들어 준다. 그렇지만 그릇을 만들어도, 선물로 줄 사람이 없고 음식을 담아서 대접할 사람이 없다면 그것이 무슨 의미가 있을까? 우리는 돈을 규모 있게 사용하도록 가르치는 프로그램을 한다. 그렇지만 클라이언트가 새 옷을 살 이유도, 그 옷을 입고 갈 곳도 없고, 저축을 할 필요도 없고, 휴가도 없고, 휴가에 같이 갈 사람도 없다는 사실을 알고 있다.

우리는 미술 및 공예 프로그램을 운영하고 여가를 위한 활동도 가르치고 있다. 그러나 정신 건강분야의 기준이 되는 미국정신의학회의 지침에서는 여가활동이 필요 없다고 써 있다는 사실을 알고 있다. 우리는 여가시간이 필요하다. 왜냐하면 일을 열심히 하고 일상생활을 적극적으로 하고 나서 잠시 쉬면서 회복할 시간을 가질 때 살아 있다는 느낌을 갖게 되기 때문이다. 이것이 여가시간활동이다. 여가는 일을 하기 때문에 필요한 것이다.

훈련받은 대로 일상생활을 흉내 내는 것은 그야말로 헛수고 하는 일이다. 의미 있는 일이라는 것은 모든 사람이 삶의 목표로 삼고 있다는 점을 생각한다면, 이것을 훈련한다는 것은 정신질환자들에게 참여하지 못하는 세계를 그저 흉내 내도록 하는 것 밖에 되지 않을 것이다. 우리는 일은 일이고 여가는 일을 하고 난 뒤에 필요한 것이라는 것을 인정하려고 하지 않는다. 우리도 모두 같은 인간이라는 것을 받아들이지 않는 한, 일상생활기술을 가르치는 것은 단지 클라이언트를 상처주고 소외시키고 고통을 주는 것에 불과할 것이다. 인생을 가르치려고 하는 것을 그만두고 우리 자신이 함께 살아가기 시작해야 한다. 파운틴하우스, 즉 클럽하우스 모델은 정신장애인의 재활에 있어 바로 이런 비전을 가진 모델이다. 클럽하우스는 삶이나 삶을 사는 기술을 배울 수는 있지만 가르칠 수는 없다고 생각한다. 그런 것들은 살아가면서 배우는 것이다.

그렇지만 어떤 누구라도 본인이 정말 원하지 않는다면 일상생활이든 무엇이든 배울 수가 없다. 사람은 병명이 무엇이든 어떤 낙인을 받고 있고 장애가 있든 간에 인간으로서의 기본적인 욕구를 충족시켜야 할 필요가 있다. 클럽하우스에서는 사람들이 자신의 기본적인 욕구를 충족할 수 있도록 하는 일에 최우선 순위를 둔다. 회원들은 클럽하우스에서 깨끗하고 편안한 주거시설을 제공하거나 다시 일할 수 있는 기회를 제공한다고 들었기 때문에, 또는 너무 외로워서 친구를 만나고 지지받기 위해서 클럽하우스에 출근한다. 회원들은 아주 현실적이고 분명한 이유 때문에 클럽하우스에 출근한다. 클럽하우스의 좋은 점은 사람들이 자신이 필요한 것을 얻기 위해 클럽하우스에 오며, 이러한 과정 속에서 자연스럽게, 자신도 모르는 사이에 소위 “일상생활기술” 을 습득하게 된다는 것이다.

그러나 클럽하우스에서는 누구나 일상생활에 필요한 기본적인 기술은 알고 있다고 생각하기 때문에 일상생활기술을 가르치지 않는다는 것이다. 클럽하우스는 우리 중 어떤 사람은 일상생활 기술을 알고 있고 어떤 사람은 모르고 있는 것이 아니라 우리 모두가 알고 있는 것이라고 생각한다. 어떤 사람은 아주 천천히, 때로는 고통 속에서 배우기도 하고, 어떤 사람은 무척 빨리 배우기도 한다고 생각한다. 직원이든 회원이든 서로를 지켜보면서 그들의 성공과 실패

로부터 교훈을 얻으려 노력한다. 서로 성장하도록 돕고 서로 의지한다. 이렇게 매일의 상호 작용을 통해 우리가 원하고 필요한 것을 얻고, 알아야 할 것을 배운다.

‘도나’ 라는 회원의 예를 들어보면, 도나는 일자리를 얻도록 도와준다는 얘기를 듣고 일자리를 얻으려고 파운틴하우스에 왔다. 그녀는 가난하게 살면서 사회보장 혜택을 받고 있었는데, 병원과 낮 프로그램을 오가면서 돈이 완전히 다 떨어지면 어쩌나하고 겁이 나서 일을 하려고 했다. 도나는 필요한 것이 있었고, 또 자신과 비슷한 처지인 다른 사람들이 파운틴 하우스에서 도움을 받고 살집을 얻고 친구를 만나며 직업을 구하는 것을 보았기 때문에 온 것이다. 그녀는 다른 치료 시설과는 달리 자신의 필요가 충족되는 것을 경험했다.

클럽하우스는 전적으로 현실에 기반을 둔다. 회원들은 실제로 자신이 필요로 하는 것을 채울 수 있기 때문에 클럽하우스에 온다. 또 클럽하우스에 오면 이곳이 회원들의 공동체이며, 공동체가 필요로 하는 것이 또한 자신이 필요로 하는 것이어서 이것을 해결하기 위해서 함께 노력해야 한다는 것을 알게 된다. 공동체와 자신의 필요를 채워가기 위해 행동을 바꾸고 세상에서 잘 살아가는 방법을 배우게 된다.

도나는 어느 날 식품부에서 점심을 만들고 있었다. 그녀가 야채를 썰려고 할 때 다른 회원은 손에 묻어 있는 것이 뭐냐고 물었다. 도나는 아무것도 아니라며 왜 물어보냐고 했다. 같이 식사 준비를 하던 사람들은 도나의 손이 더러운 것을 보았고 결국 한 사람이, 야채를 썰기 전에는 꼭 손을 씻어야 한다고 말했다. 다른 사람들도 손을 씻어야 한다고 말했고 결국 도나는 손을 씻을 수 밖에 없었다. 함께 일하는 사람들은 가족과도 같은 회원들이 먹을 음식이기 때문에 꼭 필요한 것을 요구한 것이다. 도나에게 손을 씻으라고 한 것은 개인의 삶을 간섭한 것 아니다. 직원과 회원들은 도나가 썰고 있는 야채가 자기들이 먹을 것이었기 때문에 손을 씻어야 한다고 말했다. 도나는 연습을 하다가 어떤 행동을 바꾸어야 한다고 배운 것이 아니라 다른 사람들이 싫어하는 상황에 부딪친 것이다. 이 상황에서 다른 사람들이 손을 씻어야 한다는 말대로 손을 씻었고 이것은 누군가에게 도움을 받거나 명령에 따른 것이 아니었고, 전혀 쓸모없는 것을 배웠다고 생각하게 되지 않는 것이다.

우리는 모두 인간이다. 우리 중 누구도 배우기 전까지는 잘 모르고, 언제나 다른 사람에게 배운다. 그리고 일상생활기술도 이렇게 배워간다고 생각한다. 도나와 동료인 직원과 회원은 진실한 관계의 바탕 위에서 상호작용 하고 있다. 이 관계는 실제 필요한 일을 같이 하면서 서로가 서로에게 필요한 사람이라는 것을 알게 되면서 만들어진다. 일상생활은 누가 가르쳐 줘서 배우는 것이 아니라 관계를 맺고 함께 생활하면서 배운다.

클럽하우스의 기본 신념은 다른 재활 프로그램과는 큰 차이가 있다. 클럽하우스에서 하는 일은 단순히 목적을 이루어가기 위한 방법만은 아니라고 생각한다. 일이란 목적을 이루기 위한 방법인 동시에 또한 목적이 되기도 한다. 우리는 일상생활기술이라는 것이 누가 가르쳐줘서 배워질 수 있는 것이 아니고 실제로 사용하면서 배워가는 것이라고 생각한다. 우리는 활동이나 기술을 가르쳐주지는 않는다. 예컨대 우리는 회원들이 실제로 나가서 돈을 써보고 그러면서 실제로 삶을 살아보기를 기대한다.

클럽하우스의 회원은 구경하는 사람이 아니라 직접 참여하는 사람이다. 참여하는 것은 스스로 이루고자 하는 최종 목표를 달성하기 위한 과정에 첫발을 내딛는 것이다. 도나가 목표로 삼았던 것은 위생이나 부엌일에 필요한 기술을 습득하는 것이 아니었다. 그러나 이런 것을 배우면서 사람들과 상호작용을 할 수 있었고 상호작용을 하면서 일상생활로 복귀하는 과정을 밟아갈 수 있었다. 도나는 주방에서 일하면서 더 이상 외롭게 혼자 살지 않고, 공동체에서 필요로 하는 일을 하고, 결과적으로 다른 사람들에게 고맙다는 인사를 받게 되었다. 클럽하우스의 회원들은 실제로 꼭 필요한 일을 하면서 다양한 사회기술을 습득하고, 그러면서 천천히 그리고 계속해서 자신이 가치 있는 존재라는 것을 알게 된다.

일상생활활동은 공부해서 배우는 학문적인 것이 아니다. 일상생활활동은 변화무쌍한 인생사를 살아가는 방법이라고 보아야 한다. 일상생활활동으로 우리는 우리가 뭘 하고 싶은지 알게 되고 분명한 목적을 세우게 된다. 그리고 우리와 함께 일하는 사람들과 진정한 관계를 만들게 되고, 살면서 겪게 되는 경험을 나누면서 인생이 풍요로워 진다.

보통 우리가 하루를 어떻게, 뭘 하면서 지냈는지 말할 때 일상생활활동을 말하는 것이 아니고 실제적인 우리의 삶에 대해서 말한다. 만일 우리가 전문가로서 정신장애인의 삶의 질에 대해 고민하고 삶의 질을 높이려고 노력한다면 일상생활을 훈련하려고하는 강박관념을 버려야 한다. 우리는 우리 자신이 만든 벽 뒤에서 나와서 다른 사람들과 함께 춤을 추며, 춤을 출 때 리듬에 따라서 리드를 할 때도 있고 리드를 받을 수도 있는 것처럼 그렇게 자연스럽게 상호 작용을 하는 그런 인생을 살아야한다. 정신질환 때문에 고통을 겪고 있는 사람들과 함께 하는 것은 연습이 아니다. 실제의 삶이다.

클럽하우스는 우리 모두가 동등하다고 생각하는 장소이다. 클럽하우스에서 직원으로 일하는 사람들은 인생을 살면서 누구나 겪게 되는 어려움 속에서도, 실제의 일을 함께 하면서, 실제적인 지지를 통해서, 회원들이 불확실성 속에서도 뿌리를 내릴 수 있도록 그들의 손을 힘껏 잡아주어야 한다.

그리고 점심을 만들거나 후원금을 정산하거나 화장실을 청소하거나 발표를 위해서 원고를 준비하는 등을 일에 최선을 다해서 함께한 후에, 잠시 숨 돌릴 휴식을 취해야한다. 휴식 시간에는 함께 커피를 한잔 하거나, 이야기 하면서 웃거나 볼링을 치고, TV를 보고, 공예를 할 수도 있을 것이다. 파운틴하우스에서는 이 모든 활동을 여가 프로그램이라고 부르지 않는다. 왜냐하면 우리는 여가시간에 하는 활동이 일과 놀이, 노동과 여가라는 인생의 자연스러운 리듬의 일부분이라고 생각하기 때문이다. 어떤 사람도 우리에게 숨 쉬는 방법을 가르쳐주지는 않는다. 이와 마찬가지로 누구도 일하고 휴식을 취해야 한다고 가르치지 않는다. 일하고 나서 휴식을 취하는 것은 너무나 자연스러운 것이다.

만일 우리가 일상생활에서의 활동이 즉 인생이고 삶 그 자체라고 생각한다면 오랫동안 병원에서 또 학교에서 따돌림을 당하고 소외되었던 사람들에게 진정한 희망을 심어 줄 수 있을 것이다. 만일 우리가 약한 것 · 고통 · 분열의 상태가 인간인 우리 삶의 한 부분일 수 있다고 받아들인다면, 우리는 보다 깊고 총명한 차원에서 함께 살 수 있을 것이다. 오랫동안

외롭게 지내왔던 사람들을 지원하고 사회에 복귀하도록 도울 수 있을 것이다.

Roberta Vorspan은 ICCD 직원이다.

이 글은 「Psychosocial Rehabilitation Journal, Volum XII. Number 2. October 1988」에 실렸다.

왜 일을 해야 할까

Roberta Vorspan

지난해 로버트 우드 존슨 재단에서는 국제적으로 클럽하우스를 보급해나가기 위한 사업(The National Clubhouse Expansion Program)에 지원을 해 주었다. 이 사업에는 여러 목표가 있는데, 가장 중요한 것은 이를 만나질 정도 ICCD에 가입한 클럽하우스에 방문해서 집중적으로 자문을 하는 것이었다. 작년에 이 사업을 시작한 이후, 나는 전역에 있는 여러 클럽하우스를 방문해 볼 수 있는 좋은 기회를 가지게 되었다. 사업을 시작하기 전 자문위원 팀에서는 ‘자문 관련 계획안’을 만들다. ‘자문 관련 계획안’에는 자문위원들이 살펴 보아야 할 내용과 성장 가능한 부분에 더 관심을 갖고 볼 수 있도록 하기 위해서 여러 질문거리를 정해두었다.

질문 내용은 클럽하우스의 관계부터 각 기관에서 특별히 하고 있는 기능까지 전 부분에 대한 내용이 포함되어 있었다. 이 질문을 만들 때는 어떤 면이 클럽하우스를 더 강하게 하는지 고려해서 만들지는 않았었다. 그러나 여러 클럽하우스를 방문하고 클럽하우스에서 가장 기본이 되는 요소가 무엇인지를 이해하려고 노력하는 가운데 가장 중요한 한가지를 깨닫게 되었다.

나는 클럽하우스에 들어서면 살아있는 생동감과 활발한 느낌을 받고 성장하고 있다는 생각이 든다. 클럽하우스에 있으면 누가 회원인지 누가 직원인지 구별하기 어렵고 이들이 함께 모여 진지하게 일하는 모습을 보면 건강하고 희망적인 느낌을 받게 된다. 그러나 어떤 클럽하우스는 외견상으로는 클럽하우스로서의 모습은 갖추었지만, 여전히 병원의 낮 프로그램이나 주간프로그램의 정체된 느낌이 드는 곳을 방문하기도 했다. 이 두 가지 경험을 되새겨 볼수록 한 가지 기본적인 차이점이 있다는 분명히 알게 되었다. 그것은 그들이 클럽하우스에 힘과 의미와 생기를 주는 일중심의 일과(work-ordered day)를 구조화하고자 노력을 했느냐 하는 점이었다.

클럽하우스를 시작하려는 사람들은 대부분, 클럽하우스의 일과를 만들 때 어느 정도는 일이나 업무적인 요소를 포함시켜야 한다는 것을 알고 있다. 그러나 어떤 이유로 인해서인지, 일이 부차적인 것이 아니라 클럽하우스의 핵심적인 요소라는 것을 이해하기 힘들어하는 것 같다. 힘들어하는 이유에 대해서 내가 경험한 것을 토대로 예를 들어서 설명해 보고자 한다. 나의 경험은 아마도 매우 전형적인 것이라고 생각한다. 나는 환자로 여러 번 정신병원을 입퇴원 하고 집중적인 치료를 받기도 한 후 파운틴하우스에서 일하게 되었다. 파운틴하우스에서 일하기 전의 경력은 입원 병원에서 치료적인 낮프로그램을 담당했었다. 그 당시 나는 정신적인 분노와 끝없는 절망에서 탈출하는 방법은 오로지 정신과 치료, 자기반성, 직

면을 통해서만 가능하다고 확신을 했었다. 개인적으로 나에게 있어서 병이 있다는 것은 24시간 내내 병의 증상에 사로잡혀 있는 것이었다. 만약 일주일에 두세 시간정도 받는 정신치료가 도움이 된다면 하루 종일 계속 치료를 받는게 더 효과적이지 않을까?

어쨌건 파운틴하우스로 직장을 옮기고 나서, 나는 사무행정부에서 일을 하게 되었다. 사무행정부는 무척 바쁜 부서였고 나의 하루 일과는 그날의 후원금과 여러 통계를 내는 것으로 바뀌게 되었다. 이 갑작스런 변화로 나는 너무 힘들었다. 내가 보기에 파운틴하우스는 회원들이 더 이상 낫지 않을 것이라고 생각해서 포기를 한 것 같았다. 그래서 그저 낮 프로그램 통해서 최소한으로 일을 하도록 해서 주변 사람들에게 부담을 주지 않도록 하려는 것 같았다. 내 생각에 회원들은 자신의 삶을 변화시킬 기회를 뺏기고 대신에 세상에서 적당히 살아가도록 만들어지는 것 같았다.

이 모든 것을 경험하는 동안 나는 여전히 생에서 가장 어둡고 고통스러운 기간을 지내고 있었다. 매일 아침에 눈을 뜨고 일어나는 것이 너무도 고통스러웠고 그래서 이불을 뒤집어 쓰고 기어들어가서 이런 고통을 이제 그만 끊어 버리고 싶은 강한 유혹을 받았다. 그러나 두 명의 우리 부서 직원이 임시 취업장에 지원 나가 있기 때문에 출석통계 내는 일이 3일이나 늦었고, 아직까지 ‘루살’의 사회보장서류를 작성하지 못했다는 것이 생각났다.

그래서 나는 억지로 일어나서 일하러 갔다. 클럽하우스에서는 많은 일을 해야만 했기 때문에 빠른 속도라 일 몰두하게 되었다. 치료하는 동안 지금껏 다루었던 혼란스럽고 복잡한 상황에서 벗어나서 나는 “역할을 하는 존재”가 되어야 했다.

매일 아침 파운틴하우스에 출근해보면, 서로를 필요로 한다는 것을 통해서 또 함께 일하면서 상대방에게 감사하는 마음을 통해서 만들어진 실질적인 관계가 나에게까지 연결되어지는 것을 느꼈다. 심각한 정도로 혼란스럽고 혼돈스러웠지만, 매일 바쁘고 활기있게 일하는 이곳에 오면, 내가 스스로 일하는 것이 아니라 거대한 무엇인가가 나를 끌어당기고 있는 것 같았다. 부서에는 내가 해야 할 일이 너무 많았고 혼자서 처리하기에는 도저히 힘에 부쳤기 때문에 다른 회원이나 직원의 도움을 청할 수 밖에 없었다. 나는 이러한 상황을 통해서 함께 일하는 과정에서 생기는 인간관계를 경험할 수 있었다. 그때부터 나는 더 이상 혼자가 아니었고 나보다 더 크고 생명력이 있는 조직의 한 구성원이 되었다.

파운틴하우스에 입사한 후 몇 년간을 돌이켜보면 어쩌면 그렇게 분별이 없었는지 모르겠다. 나는 파운틴하우스가 일 중심의 일과로 하루를 보내는 것을 비판했었는데 그 이유는 회원들의 잠재력을 믿지 않는다고 생각했기 때문이다. 이상하게도 일을 함께 하면서 더 강해지고 건강해졌고, 행복해졌지만 다른 사람들의 잠재력에 대해서는 믿으려 하지 않았던 것이다. 나는 내 자신과 회원에게 다른 잣대를 대고 있었다는 것을 알지 못했다.

시간이 지나면서 나는 클럽하우스에서 왜 일을 하는지, 일이 무엇인지, 일반인에게 일이란 어떤 의미이고, 특히 정신장애인에게 일이 어떤 의미가 있는지 연구해보고 싶어졌다. 단순히 ‘일을 한다’는 것은 우리가 다른 사람에게 짐이 되지 않고 시민으로서의 역할을

한다는 의미가 있다. 그러나 일은 이런 단순한 것을 넘어서는 의미가 있다.

클럽하우스에서는 치료를 하지 않는다고 말하고 있고, 이점 때문에 내가 초기에 거부감을 가졌던 것 같다. ‘우리는 치료를 하지 않는다’는 말 때문에, 클럽하우스에서는 치료의 궁극적인 목표인 사회통합과 개인의 성장을 더 이상 추구하지 않는다고 생각했다. 그러나 치료를 하지 않는다는 말의 본질은 그것과는 아주 다르다. 일을 함께 하면서 또 클럽하우스 공동체라는 특이한 환경속에서, 우리가 지금까지 받아온 치료과정에서 추구해온 목표를 이룰 수 있는 도구를 발견했다고 말하고 있는 것이다.

누구에게나 일이란 인생에서 깊은 의미를 갖는다. 일을 통해서 자신이 누구인지를 알게 되고, 자신의 독특한 장점, 재능, 능력이 무엇인지 알게 된다. 자신의 새로운 면을 발견하고 알게 되면서, 자신이 얼마나 특별한 사람인지, 그와 동시에 자신이 얼마나 주변의 다른 사람들과 비슷한지를 깨닫게 된다. 이렇게 자신을 알게 되는 것은 다른 사람과 관계를 맺는데 도움이 되는 능력과 자존감을 확립하기 위해 꼭 필요하다.

마음의 혼란가운데서 일은 우리가 넘어지지 않도록 움켜잡을 수 있는 지지대가 되어준다. 일로 하루 일과를 구성하고 관리할 수 있는 기반을 갖게 된다. 일을 하지 않으면 우리 머리 안에서 소용돌이치는 생각과 혼란스런 감정을 억누르기 위해 힘겨운 시간을 보낼 것이다. 그리고 일로 인해 장래에 대한 실마리를 제공받는다. 미래는 알 수 없으며 수 많은 어려움이 존재할 것이다. 그러나 지금 일을 하는 경험을 통해서 미래와 현재 사이에 연결 통로를 갖게 된다. 앞으로 할 일을 내다볼 수 있을 때 미래도 더 잘 볼 수 있다.

일하는 방식이 비록 사람마다 조금씩 다를지라도 일을 통해서 사람들과 더 쉽게, 그리고 더 빨리 관계를 맺는다. 실제로 같은 일을 하지 않더라도 일하고 있다는 사실만으로도 서로에게 공통된 것이 생긴다. 처음 누군가를 만났을 때 가장 많이 물어보는 것이 ‘무슨 일을 하시나요?’, ‘직업이 무엇입니까?’ 이다. 직업을 갖고 있다는 것은 정상적인 삶을 살고 있다는 의미이다.

우리는 일을 통해서 인간으로서의 여러 가치를 배우게 된다. 우리가 여러 가치를 동시에 진행할 수 있다는 것도 알게 되고, 관계가 끊어지거나 이사를 가서 힘들거나 다른 여러 이유로 감정적으로 힘들지만, 그래도 해야 할 일을 해낼 수 있는 사람이라는 것도 알게 된다. 우리는 스스로 생각하는 것 만큼 약하거나 쉽게 무너지지 않는다는 것을 알게 된다. 우리는 고통과 스트레스를 일에 쏟아 붓거나 또 다른 방법을 통해서 우리 자신이 완전히 무너져 내리지 않도록 한다.

일을 통해서 우리는 인간관계를 맺어나갈 기회를 갖게 된다. 이러한 관계 속에서 우리는 기분 좋은 경험을 하게 된다. 우리가 서로가 가진 독특한 면을 존중하는 관계로 발전되면, ‘사귄 가치가 없다’거나 ‘주는게 하나도 없다’라는 생각으로 관계를 끝내버리지 않게 된다. 우리가 도움을 줘서 일을 잘 마친 사람은 우리를 존경하고 친밀하게 생각하고 있다는 것을 알게 된다.

정신질환이 있는 사람도 다른 사람들처럼 일을 통해서 여러 가지 좋은 것을 얻는다. 그러나 내가 클럽하우스에서 경험해 본 바로는 정신질환으로 인해 고통을 겪은 사람은 보통사람보다도 일로 인해 더 많은 좋은 영향을 받는다.

혼란스러운 마음과 싸우는 것, 미지의 미래로 나아갈 수 있도록 도움을 받는 것, 상호 존중하는 인간관계를 맺는 것, 이 모두는 고통스럽게 살아가는 모든 정신장애인이 갖고 있는 욕구이다. 질병 자체가 고통스럽기보다는 질병으로 인해 생기는 결과물 때문에 상처를 받는다. 예를 들어서 미래가 불안하다고 느끼는 것, 다른 사람과 사이가 멀게 느껴지는 것, 환상과 이상한 생각에서 벗어나지 못하면 어쩌나 하는 두려움 같은 것이다. 누구든지 정신질환으로 인한 고통을 경험하고 나면 정상적인 일상생활로 복귀하는 것이 힘들다고 느껴진다. 주위의 다른 사람들과 함께 해온 평온했던 삶과 멀어질 때 사회에서 다른 사람들과 관계 맺고 살아가는 것은 더욱 어려워진다. 내가 말하는 것은 정신장애인들이 사회성을 잃어버렸다는 그런 단순한 것이 아니라 다른 사람들과 교제를 나누는 감각을 잃어버렸다는 것을 말하는 것이다. 그래서 공동체 안에서 의미 있는 일을 해 보는 경험을 통해서 다시금 사회에 진입할 수 있는 계기를 갖게 된다. 일을 통해서 소속감을 갖고, 스스로 가치 있고 필요한 사람이라는 것을 느끼게 된다. 또 일을 통해서 대화를 나눌 수 있는 소재를 갖게 된다. 소속감을 얻게 되며, 스스로 가치 있고 필요한 존재라는 것을 느끼게 된다. 또 때로는 질병으로 인해서 대화를 시작하는 것이 어려울 수도 있는 정신장애인도 대화를 이끌어가는 소재를 얻기도 한다.

클럽하우스의 구조를 실제적이고 의미 있는 일로 구성해야 한다고 해서 질병과 그에 따르는 고통을 무시하는 것은 아니다. 우리는 그 문제에 정면으로 맞서고 있다. 우리는 인생의 어려운 문제를 해결하는데 가장 좋은 도구가 일이라고 생각하고 있다.

내가 경험한 바로는 일을 열심히 할수록, 치료가 더 소중하다는 것을 알게 되었다. 만약 실제적인 일도 하지 않고 이런저런 경험도 하지 않는 상태에서 치료를 받는다면, 치료는 공허해지고, 삶은 더 많은 혼란과 고통 속에 빠져 탈출할 구멍을 찾아내지 못할 것이다. 치료라는 것은 우리가 살아가고 있는데서 생기는 실제 사건과 일과 관계, 그리고 실패와 성공을 통해서 이루어지는 것이다. 치료라는 것은 우리의 일과를 채우는 실제적인 사건, 일, 관계, 그리고 여러 장애물과 성공을 통해 이루어진다. 환자로서 하루 종일을 아무 일도 하지 않고 보낸다면 점점 더 환자가 될 수 밖에 없다.

나는 앞에서 사람들이 바쁘게 움직이고 있고, 일하고 있고, 웃고 떠들고 있고, 변화하며, 성장하는 것을 보게 되면, 그곳이 클럽하우스라는 것을 금방 알게 된다고 했다. 그리고 클럽하우스라는 문화를 만드는 가장 중요한 요소가 일중심의 일과를 확고하게 하는 것이라고 말했었다.

그러나 때때로 클럽하우스의 일 중심의 일과를 잘못 생각하는 경우가 있다. 결과적으로 많은 클럽하우스가 물론 일중심의 일과로 잘 진행은 하지만, 좋은 클럽하우스로서의 성장과

자발성을 성취하지는 못했다. 그들이 잘 못하고 있는 것은 일이 중심이 되는 것이 아니라, 일에 지배를 받고 있기 때문이다. 많은 클럽하우스는 일을 가치 있는 것으로 여기는 것이 아니라 이와 반대로 일을 만들어내고 프로그램의 하나로 일을 하고 있다. 일을 우리가 필요한 것을 채워주는 수단으로 생각하는 것이 아니라 일을 하는 것 자체를 목표로 삼게 되는 것이다.

일 자체를 목표로 삼는 클럽하우스의 공통점은 회원에게 참여하라고 요구하고 잘 해내야 한다고 할 뿐만 아니라, 매일 일정시간 일하도록 하고, 만약 회원이 그 일을 할 수 없거나 하기 싫어할 때 나가라고 하고, 회원이 활동시간 중에는 부서에 머물러 있도록 구조를 만드는 것이다. 마치 작업시설처럼 운영되고 있는 클럽하우스를 보면, 휴식시간이나 점심시간을 정해두는 것조차 클럽하우스를 잘 못 이해하고 있는 것은 아닐까 하는 생각을 하게 된다. 일이란 매일 그날 필요한 것을 성취하기 위해서 주인의식과 자신감을 갖고 자발적으로 하는 것이다. 이렇게 일에 지배를 받는 클럽하우스에서 일어나는 가장 심각한 상황은 일이 재미가 없고 의미가 없어지며, 직원과 회원의 관계가 경직되고 일을 감독하는 것으로 바뀌며, 결국 활기가 사라져버리는 것이다.

클럽하우스는 공동체이다. 클럽하우스는 일을 통해서 직원과 회원이 함께 모이고 생명력 있는 공동체가 된다. 일은 동기를 유발하는 힘이 있고 이를 통해서 인간관계가 다시 만들어진다. 그래서 거리감이 있고, 조심스럽던 관계에서 자발적이고, 서로 감사하는 관계로 변한다.

활기 있고 생명력 있는 클럽하우스가 되기 위해서는 회원이 필요로 하는 것을 충족시키기 위한 일을 하는 공동체가 되어야 한다. 직원은 클럽하우스가 잘 운영되도록 하는 책임과 모든 일에 회원이 참여해서 자신이 필요한 것을 이루는 일을 하도록 하는 에너지를 만들어낼 책임이 있다. 직원은 정말 열심히 일을 해야 하고, 회원들이 일하도록 부추기고 격려하는 것은 바로, 취업전 과정으로서의 재활프로그램 때문이 아니라 자신들의 열정을 통해서라는 것을 알아야 한다.

클럽하우스에서 일은 모순적이다. 일이 목적이 있고 긴급성을 다루는, 실제로 중요한 일이라면, 그 일은 의미도 있고 치료의 효과도 있다. 그러나 일의 심오한 이유보다는 목적이거나 긴급성에 더 초점을 둔다면 클럽하우스는 그 핵심적인 면을 간과하게 된다. 일을 하는 심오한 이유는 회원들이 성장할 기회를 얻고 서로 존중하는 관계를 맺을 수 있도록 하기 위해서이다. 일을 긴급하게 처리해야하는 상황과 회원에 대한 관심과 필요성 사이에서 균형을 유지하도록 노력해야 한다. 공동체와 일은 서로 해가 되는 관계가 아니라 서로 성장을 촉진하는 관계이다. 일에 대해서 이렇게 생각하고 진행할 때 그 일은 클럽하우스의 핵심이 된다. 진정한 클럽하우스에서는 일을 그저 단순히 프로그램의 하나로 치부하지 않는다. 일은 클럽하우스가 제공하는 치료와 재활을 생명력 있게 만든다. 만약 일을 그저 프로그램의 요소일 뿐이라고 생각하면 클럽하우스가 변형되고 결국은 클럽하우스가 아닌 다른 프로그램이 될 것이다.

우리는 클럽하우스에서 만들어낸 것을 이해하고 평가하기 시작해야한다. 일중심의 일과를 한다는 것은 그저 사람을 바쁘게 만드는 것이 아니다. 기존에 대화로서 하는 치료와 더불어 일중심의 일과도 자신이 병과 환자라는 나락으로 떨어졌다고 느끼기 시작한 사람이 본인이 갖고 있는 건강한 면을 드러내도록 하는 것이다. 일을 통해서 현실적일 삶과 인간관계 속으로 돌아오게 되고, 만족스러운 경험을 하게 되고 자신감을 찾고 감사하는 마음을 갖게 된다. 일이라는 것은 클럽하우스 전체를 설명해 줄 수 있는 귀중한 것이며 그렇기 때문에 우리는 일을 계속 소중히 여기고 늘 우리 미래의 비전으로 삼아야한다.

Roberta Vorspan은 ICCD의 직원이다.

이 글은 1989년 미국 미저리주 세인트루이스에서 열린 제 5회 국제클럽하우스 세미나에서 발표하였다.

클럽하우스의 회복으로의 여행

Mark Glickman

로비 Robby 가 나의 첫 번째 충격에 대한 발표를 하지 않겠냐고 요청을 했을 때 불행하게도 나의 대답은 “아니오” 였다. 하지만 로비는 내가 해주길 원한다고 했고 이것은 최소한 나의 과거를 위한 것이라고 했다. 그래서 나는 “예스” 라고 대답했다.

그리고 나로 하여금 모든 것이 관계에서 나오는 클럽하우스에 대해 생각하게 했다.

나의 이야기는 오래전부터 시작이 된다. 32년 전 나는 47가에 있는 파운틴하우스의 문을 처음 열게 되었다. 그때에 지금의 나와 나이가 같은, 58세의 아버지와 함께 방문하게 되었다. 아버지는 알츠하이머병으로 몇 년 전에 돌아가셨다. 만약 아버지가 그 당시 함께 가지 않았다면 나는 파운틴하우스에 가지 않았거나 도착하기 전에 도망갔을 것이다.

내가 파운틴하우스에 처음 들어갔을 때는 꼭 영화 “오즈의 마법사” 에서 도로시가 토네이도에 의해 집이 날아간 후 처음 문을 열었을 때처럼 이상한 세계에 들어선 것 같았다.

나는 충격을 받았다. 24세에 갑자기 멈춰진 나의 인생이 다시 좋아질 것 같았다. 대학 졸업장을 받고 방송국이나 영화사 같은 미래가 보장된 직장에 들어가는 대신 나는 2달 전에 정신병원에서 퇴원을 했었다.

“오즈의 마법사” 의 캐릭터처럼 나는 모든 것이 필요했다. 나의 삶을 재건하기 위해서 나는 두뇌, 마음, 용기, 집이 필요했다. 나의 인생에 두 번째 기회가 왔다는 것을 어렵듯이 알게 되었다. 사실은 나는 정신장애로 와해 된 나의 삶을 다시 회복하려면 모든 것을 다시 시작해야 한다고 생각했었다.

어떤 사람들은 “클럽하우스” 라는 이름이 좋은 이름이 아니라고 한다. 인상적이지도 않고 과학적이지도 아니며 너무 유치하다고 말하기도 한다. 하지만 나는 “클럽하우스” 가 정확한 용어라고 생각한다. 이 용어는 집보다 더 좋은 집 같은 것을 묘사하고 있다. 우리는 회복을 위해서 안전하면서 도전을 할 수 있는 공간이 필요하기 때문이다. 정신장애인이 회복하기 위한 과정에 가장 큰 문제는 보이지 않은 증상과 싸워야 한다는 것이다. 육체적인 장애와는 반대되는 것이다. 육체적 장애를 가지고 있는 사람들이 더 좋은 직업을 갖는 것 같았고 우리는 더 정면으로 직면하게 된다. 우리 몸을 다시 똑바로 재건해야 하고 강해져야 한다는 것을 알고 있다.

지금 우리에게 회복의 장소로 클럽하우스는 훌륭하다. 하지만 전체적으로 우리는 어떤 것은 너무 힘들다고 설명하기 때문에 받아들이는 것을 회피한다. 우리의 목표는 회복의 과정에서 보다 좋은 직업을 갖는 것이다.

어쨌든 지금 나는 헬스 키친 Hell's Kitchen 이라고 불렀던 평범한 거리를 걷고 있었던 30년 전의 일이 머리 속에 스쳐지나간다. 파운틴하우스는 독보적으로 홀로 서있었다. 다른 클럽 하우스도, 스탠다드도, ICCD도 없었다. 나는 운이 좋게 너무나 원하던 곳이 나에게 주어진 것이다. 나의 인생은 다시 돌아왔다.

불행이도 그 당시에는 이 사실을 알지 못했다. 나는 나의 인생이 끝났다고 생각했다. 나는 지금은 회복의 장소로 클럽하우스를 알게 되었고 지금 이 자리에서 이 이야기를 하고 있다.

나는 이 발표를 준비하면서 회복에 대해서 정의하는 것이 필요하다고 생각했다. Webster 사전에는 병으로부터 건강이 복구되고 돌아오는 것을 말한다. 하지만 이것은 우리를 위한 완전한 술책이 될 수 없다. 우리는 이전의 상태로 복구되기 위한 필요 충분한 무언가가 필요하다.

그래서 나는 과거의 나로 돌아가고 싶지 않기 때문에 변화에 대해 이야기 하고 싶지 않다. 나는 완전히 새로운 사람이 되었다.

나는 파운틴하우스가 새로운 친구들을 만나는 곳 이라고 만 생각했었다.

클럽하우스에서는 아무도 “제대로 하든지 아니면 그만둬라” 라고 말하지 않았다. 오랜 시간에 걸쳐 클럽하우스의 자발적인 성격이 형성되었다.

나는 점점 나아가고 있었다.

내가 깨닫지 못했지만 변화는 시작이 되었다.

나의 첫 단계는 파운틴하우스에 온 첫날이다. 내가 여기서 무엇을 해야 하며 이곳이 나에게 맞는 곳인지를 생각하는 첫 단계에서는 나는 이곳 사람들이 나보다 더 아파보였고 나는 내 자신이 착각하는 것처럼 느껴졌다.이 것을 깨닫는 것에는 시간이 오래 걸리지 않았다. 나는 확실하게 현실이 아닌 것 같았다. 내가 파운틴하우스에 온지 3주가 지난 후 병원에서 나와 함께 있었던 사람을 만났다. 그는 임시취업을 하고 있었다. 나는 도저히 믿을 수 없었다. 그 사람이 일을 하고 있다니! 병원이 있을 때 그는 나보다 훨씬 아픈 사람이라고 확신했었는데!

나에게 첫 단계는 오랜 시간 지속이 되었다. 나는 여러 부서를 돌아다녀보았지만 여전히 앉아 있는 것 자체가 신경과민이 되었다.

첫 단계를 나는 “안식처 단계” 라고 설명한다. 나는 안전했지만 아무데도 가지 않았다. 우리는 안식처에 대해서 이야기하지 않는다. 하지만 이것은 매우 중요하고 클럽하우스의 보이지 않는 부분이다.

중세시대에는 교회가 권위적인 것으로부터 안식처를 제공하였다. 1939년 제작된 아메리카 필름에 "노틀담의 꼽추 “ 영화에서 이런 멋진 장면이 있다. 찰스 로튼 Charles Laughton 이 연기한 심한 불구이고 꼽추이고 멸시당하고 외로웠던 하지만 최고로 영웅적인 과지모도

Quasimoto 가 대성당에 밧줄을 타고 올라가서 아름다운 모린 오하라 Maureen O'Hara 를 사형으로 부터 구한다. 과지모도가 그녀를 밧줄위에 태우고 대성당을 왔다갔다 할 때 많은 관중들은 그들을 무아지경으로 응원을 하였다. 교회로 다시 돌아올 때 그의 머리 위에 모린 오하라를 붙잡고 소리쳤다. 안식처, 안식처, 안식처를 넘어서!

이 모든 것이 다 같다고 말하는 것은 아니다. 하지만 평안의 부분에서 많은 부분이 같다. 당신이 회복의 단계에 들어서기 전에 당신이 무엇을 하던지 누구이던지 간에 어떤 부분에서는 가치가 있다고 느낄 수 있다. 단지 좋은 가족이 있다 던지 말이다. 이것이 안식처이다.

두 번째 단계는 클럽하우스 세계에서 핵심이 되는 것이다. 나는 클럽하우스의 오기 전에 짧은 취업과 아파트 생활 그리고 형편없는 취업훈련을 경험 하였다. 나의 안식처에서의 고요는 클럽하우스의 직원들이 여러 번 나에게 취업을 해보지 않겠냐고 요청하면서 깨지게 되었다. 나는 정말로 취업을 원하지 않았다. 나는 평안한 나의 일상을 방해하는 것으로 느껴졌다. 하지만 나는 직원들에게 상처 주기 싫어서 "Okay"라고 했다.

나는 세계에서 가장 큰 백화점인 메이시스 Macys 에서 관리인으로 취업을 하였다. 나는 무거운 청소 기구를 사용할 줄 알았는데 사실은 빗자루와 바구니를 사용하였다. 별로 좋지 않아서 아직 "오즈의 마법사" 와의 유사점을 발견할 수 없었고 아직 나는 은유적으로는 서부의 사악한 마녀의 악명 높은 빗자루에 사로잡힌 것 같았다. 그 취업장은 나에게 유익한 곳 이었다. 하지만 나는 일반적인 실수를 하였다. 나는 회복의 과정을 짧게 끝내고 싶었다. 취업장은 충분히 경험했다! 골든벨을 울릴 시간이 다가왔다! 학교로 갈 시간이 되었다.

세 번째 단계인 이것은 좋은 결정이 아니었다. 나는 잘못된 판단으로 학교에서의 잘못된 시간을 보냈다. 나는 많은 시간을 허비하였다. 나는 너무 실망하고 창피해서 클럽하우스를 그만두고 부모님 집에 몇 년 동안 숨어 있었다. 이 것이 네 번째 단계로 잃어버린 몇 년이다.

네 번째 단계가 가고 지루하고 좌절된 상태에서 다시 클럽하우스에 돌아왔을 때 사람들이 나에게 어떤 질문도 하지 않았다. 불행하게도 내가 클럽하우스에 돌아와서 다른 취업장에서 일을 할 때 정신과적인 증상이 다시 소형돌이 치기 시작하여서 나빠지고 있었다. 오즈의 마법사처럼 냉혹한 소리가 가차 없이 다시 들렸다. 서부의 사악한 빗자루 탄 마녀가 들어오는 장면처럼 "다 두 다 두 하하하" 하는 소리가 다시 들리기 시작하였다. 재발한 것이다. 지옥과 같은 병원에 다시 입원을 하였다. 나는 바닥을 치는 경험을 하고 약물을 변경을 한 후 다시 회복이 되었다.

다섯 번째 단계는 병원에서 퇴원해서 클럽하우스에 돌아온 후 부터이다. 나는 진정한 변화의 단계가 시작이 되었다고 생각을 한다. 나는 천천히 가기 시작하였다. 나는 클럽하우스의 모든 과정에 참여하지 않았다. 그러다 나에게 뜻밖에 황재가 왔다. 넓은 세계를 보고 내 자신을 되돌아 볼 수 있는 유럽으로 여행을 갈 수 기회가 온 것이다. 클럽하우스에 다시 돌아왔을 때 나의 삶이 더 나아지길 바라는 끝없는 욕망이 생겼다. 이런 욕망은 나를 압도하고 피할 수 없는 결론으로 이끌게 하였다. 나는 클럽하우스에서 가능한 모든 기회를 사용하

는 것에 대한 인간적인 책임을 갖게 되었다. 깨달을 순간이 온 것이다. 나는 클럽하우스를 기능을 위해 훈련하는 체육관으로 알기 시작하였다. 헬스클럽 가는 것처럼 생각을 하게 되니 리프트나 웨이트(헬스 기구) 없이 강하지도 어렵다는 것을 알게 되었다. 내 생각에는 부서가 나를 더 강하게 만드는 곳 같았다. 세상 어느 곳도 클럽하우스 처럼 기회를 주는 곳은 없다! 나는 맥도널드에 가서 “카운트에서 일하게 해주세요” 라고 말하지 못한다. 또는 뉴욕 타임즈에 가서 “편집이나 글 쓰는 일을 하게 해주세요” 라고 말하지 못한다.

병에 대한 통찰력을 갖게 된 나는 더 이상 과거의 실수를 반복하지 않게 되었다. 변화를 위한 나의 방법은 명확해 졌다. 나는 더 이상 임시취업을 도피하려고 하지 않았다. 일을 시작하는 것만으로도 나의 삶을 향상시킬 수 있는 황금과 같은 기회를 갖는 것이다. 나는 심지어 저녁에도 클럽하우스에 가서 스넥바에서 일을 했다. 누구에게도 허가를 받을 필요도 없었고 단지 내가 원해서 가게 되었다. 나는 클럽하우스의 구조가 이상적이라고 생각한다. 직원의 비율을 낮게 하고 완전하게 나는 점프해서 활력을 찾도록 하는 곳이다. 일하는 것을 회피하는 것에서 벗어나는 것을 지옥이라고 아무도 말하지 않는다. 왜냐하면 너무나 필사적으로 도움을 필요로 하기 때문이다.

또 클럽하우스 맞은편에 있는 아파트에서 생활하게 되어서 나에게 많은 도움이 되었다. 이 과정을 통해서 나는 클럽하우스 공동체에 한 일원으로서의 친밀감이 생겼다. 그 이후에 나는 직원이 없는 주거에서 생활하게 되었고 내 자신의 성장을 위해 권리를 주장하는 것에 대해서 알게 되었다.

회원들의 변화를 위한 가장 큰 요소는 임시취업이다. 실제의 상사와 실제적인 일을 통해 다양한 경험을 하는 임시취업은 장단점을 가지면서 나의 자신감을 향상시킨다.

최후의 6번째 단계에서는 나는 풀타임 직업을 가지게 되었다. 나는 클럽하우스와의 연결고리를 유지하기 위해 저녁과 주말프로그램에 참여를 하였다. 나는 몇 군데에서 일을 한 후에 결국에는 파운틴하우스의 직원으로 일을 하였고 훈련프로그램을 개발하는 일을 하였고 마침내 ICCD에서 스탠다드를 만드는 일을 하였다.

1992년에 파운틴하우스에서 아내 신디 Cindy 를 만나고 캘리포니아에서 지금까지 살고 있다. 나는 여전히 ICCD와 함께 일하면서 클럽하우스 운동에 참여하고 있다.

이번 프로젝트를 위해 로비를 만났을 때 그녀는 나에게 회복을 위해 어떤 일을 했으며 또한 어떤 일은 하지 않는 것이 좋은지 질문하였다. 나에게 생각은 모두 만약 오랫동안 하지 않는다면 좋을 것이라고 말할 수 있다.

클럽하우스 경험의 핵심도 이와 유사하다. 클럽하우스는 사람이 가지고 있는 인간성에 초점을 두기 때문에 전 세계적으로 확산될 수 있었던 것 같다. 이 인간성은 우리가 꿈쩍한 좌절을 경험했음에도 불구하고 우리의 마음과 정신 그리고 용기를 키울 수 있도록 한다. 오즈의 마법사처럼 회복의 과정을 쉽게 할 수 있는 마술사나 마법의 기계는 존재하지 않는다. 희망적으로 각 회원들이 변화를 최대로 이끌어 낼 수 있는 힘은 언제나 우리들 안에 있는 것이다.

**본 저널은 대화샘솟는집에서
번역하였습니다.**

지금하고 있는 말은 우리가 클럽하우스 일이 어떻게 회복으로 이끄는 지에 대해 명확하게 알도록 할 것이다. 나는 클럽하우스 문화의 한 부분으로 나를 발견하는 사고방식을 갖는 것이 중요하다고 생각한다. 나는 클럽하우스 사람들이 회복이나 치유를 위한 기회를 주는 클럽하우스에 대해서 이야기 하는 것에 대해 적극적이고 개방적이라고 믿는다.

우리는 변화를 위한 클럽하우스의 공동체를 대중적인 이벤트로 만들지 않는다. 우리는 기능을 위한 훈련센터와 같기 때문에 사람의 회복을 지원하기 위한 사업이라고 말하지 않는다.

일을 위한 모든 기회를 주는 곳이 아니면 회복의 의미로 소중하다고 인정할 수 없다.

그런 곳에는 살살히 찾아 보아도 클럽하우스 일이 없다. 황금과 같은 기회를 줄 취업장도 없다. 모든 일, 모든 상호관계, 모든 지원, 모든 열정은 회복이라는 긴 여정에 가속도가 붙게 해주는 것이다. 일, 관계, 기회 제공이라는 긍정적인 것을 다 마치면 변화의 과정에서 다른 단계로 갈 수 있는 것이다.

모든 직원과 회원은 일, 관계, 기회를 통해 회복의 비전을 세울 수 있다. 우리는 회원들이 이 독특한 기회의 시스템에 투입이 되어 변화할 수 있도록 하는 클럽하우스 공동체를 세우는 파워풀한 목적을 확립해야 한다. 우리의 삶을 다시 세우기 위한 최선의 장소가 클럽하우스라고 말할 수 있다.

나는 클럽하우스는 우리 모두에게 가장 최선의 것을 가져다 주는 곳이라고 믿는다. 클럽하우스는 언제나 나의 가장 소중한 가치인 집이다. 최종적으로 나는 이렇게 말하고 싶다. 집과 같은 곳은 어느 곳에도 없다

Mark Glickman은 뉴욕파운틴하우스의 교육담당자였었다. 지금 그는 캘리포니아 샌디에고에서 살고 있다.

이 글은 2005년 핀란드 헬싱키에서 열린 제 13회 국제 클럽하우스 세미나에서 발표하였다.