



## 온라인 지지 서클

사회적 거리두기에 대한  
반응으로서  
온라인 지지 서클



20년이 넘도록 회복적 정의 운동을 진행하면서, 건강한 공동체의 기본으로써 그리고 건강한 공동체를 분열시킨 것에 대한 결정적인 반응으로써 우리는 관계에 대해 교육해왔습니다. 기본적으로 이러한 관계 중심 교육은 물리적 공간에서 면대면 만남을 통해 이루어집니다. 전 세계적으로 유행하고 있는 코로나 바이러스 COVID-19는 이렇게 물리적 공간에서 서로 만나며 살던 우리들의 활동을 엄격하게 제한하고 있습니다. 결과적으로 많은 사람이 한 공간에 함께 모이지 못하고 있고, 대신 관계를 맺기 위한 여러 가지 대안들을 모색하고 있습니다. 이러한 시기에 인터넷은 관계중심 소통을 위한 매우 소중한 도구로 재입증되고 있습니다. Zoom, Go To Meeting, Skype과 같은 프로그램은 실제 서클을 진행하듯이 참여자들을 눈으로 보고 귀로 들으며 만날 수 있도록 돕는 온라인 플랫폼입니다.

서클 프로세스는 토크피스를 전적으로 의지하는 소통과정입니다. 토크피스는 물리적 공간에 등글게 앉아 소통하는 사람들이 사용하는 상징적인 물건입니다. 참여자들은 이 토크피스를 갖고 있을 때만 말할 수 있습니다. 누군가가 토크피스를 갖고 있을 때, 다른 사람들은 토크피스를 들고 말하는 사람을 방해하지 않고 들습니다. 토크피스를 건네받았다고 해서 꼭 말을 해야 할 의무는 없습니다. 말하고 싶지 않은 참여자는 아무 말 없이 그냥 토크피스를 다음 사람에게 건네주면 됩니다. 이렇게 토크피스는 모임에 질서를 부여하고, 각 사람에게 말할 기회를 보장해 주고, 그룹 안에 존재하는 힘을 골고루 나누며, 깊이 성찰하고, 말을 할 수 있는 시간뿐만 아니라 침묵의 시간을 갖게 함으로써 각 참여자들이 얼마나 소중한 존재인지 드러내 줍니다. 토크피스는 서로를 존중하고, 깊이 경청하는 공간을 만들어줍니다.

온라인 서클은 이러한 실제 토크피스의 기능을 온라인에서 재현해 낼 때, 가장 효과적이 됩니다. 반드시 한 번에 한 사람만 말을 해야 하며, 말하는 사람을 절대로 방해하지 않아야 합니다. 이것은 서클 참가자들이 모여 처음 대화를 진행하기에 앞서 말하는 순서를 분명하게 정함으로써 실현가능합니다. 그러기에 이 순서는 서클이 존재하는 처음 순간부터 끝날 때까지

지 엄격하게 지켜져야 합니다. 진행자가 이 순서를 잘 지킬 수 있게 하기 위해 공동 진행자나 조력자를 두어 함께 진행하면 많은 도움이 됩니다. 그리고 다음 말해야 할 사람이 누구인지 상기시켜 주는 것이 좋습니다. 참여자들이 원한다면, 각 사람에게 모임에 참여할 때 자기만의 토크피스를 하나씩 가져오게 한 뒤, 자신이 가져온 토크피스에 대한 이야기를 나누게 한 후, 이야기 할 때마다 그 토크피스를 사용하도록 하는 것도 좋습니다. 한 자리에 앉아서 서클을 진행할 때, 말없이 토크피스를 옆 사람에게 건네주거나, 침묵 속에서 잠시 토크피스를 들고 있다가 옆 사람에게 전달해 주는 것은 언제든지 가능합니다.

서클에 참여한 모든 사람이 한 번씩 말할 기회를 가질 때 이것을 한 라운드라고 표현합니다.



## 온라인 지지 서클 진행하기

온라인 지지 서클은 온라인 회의에 참여한 사람들을 환대하고 그들에게 존중하는 느낌을 전달하는 환영인사와 더불어 시작합니다. 환영인사를 할 때에 온라인 서클의 작동 방식에 대해 설명하고 말할 순서를 명료하게 전달해야 합니다.

서클이 거룩한 공간이라는 느낌을 불러일으키기 위해, 여는 의식을 갖는 것은 매우 중요합니다. 온라인 서클에서 여는 의식은 실제 서클에서보다 훨씬 더 중요합니다. 여는 의식은 영감을 주는 글 읽기, 깊은 호흡법, 명상, 스트레칭이나 몸동작, 음악 듣기, 혹은 다른 창조적 활동으로 진행합니다. 동작을 멈추고 침묵하거나, 깊이 숨을 들이마시는 여는 의식은 몸과 마음을 가라앉게 만들어 줍니다.

여는 의식에 이어 짧은 안내, 체크인 라운드를 별도로 진행하거나, 다음과 같은 질문들 중 하나를 선택하여 안내와 체크인 라운드를 동시에 진행해도 좋습니다.



## 가치와 지침

마음 속 깊이 서로 존중하는 분위기를 증진시키기 위해, 참가자들이 중요하게 여기는 가치를 토크피스와 더불어 서클 안으로 가져오는 일은 매우 중요합니다.

**첫 라운드:** 특별히 요즘에 여러분이 중요하게 여기는 삶의 가치가 있다면 무엇인가요?

테크놀로지를 사용하기 위해 꼭 필요한 사항과 더불어 표준으로 삼을 서클 지침을 제공하십시오. 참가자들이 물리적 공간에 앉아서 사용하는 지침들 중 가능한 몇 가지를 다음과 같이 간략하게 정리해 보았습니다.

- 토크피스가 작동하는 방식을 존중한다 [토크피스를 가진 사람만 말할 수 있다].
- 존중의 자세로 말하고 경청한다.
- 진심으로 말하고 듣는다.
- 다른 사람들에게도 시간이 필요하다는 사실을 알아차리며, 말할 때 필요한 시간을 갖는다.
- 서클 안에서 나는 개인의 정보는 서클 안에 남겨 둬서 프라이버시를 존중한다.
- 자기 스스로를 돌본다.

## 지지서클을 진행할 때 사용 가능한 질문들

여러분의 상황에 적합하다고 느껴지는 다음의 질문들 중 하나, 혹은 두서너 가지 정도를 선택하십시오. 그리고 선택한 질문들의 순서를 정하십시오. 서클을 진행할 때 질문의 숫자는 여러분이 진행하는 모임의 총 시간, 참여하는 사람들의 숫자, 나눔의 깊이에 따라 달라집니다. 한 라운드를 진행하는 시간이 얼마나 걸릴지 정확하게 예측할 수는 없기 때문에, 서클을 진행하는 순간에 일어나는 상황을 근거로 여러분이 전체 모임을 유연하게 진행하는 것이 중요합니다.

*지금 이 순간이 여러분에게는 어떤 의미가 있습니까?*

*두려움과 염려가 여러분의 몸, 마음, 정신, 영혼에 어떤 모습으로 나타나고 있습니까?*

*이러한 현실 속에서 여러분이 감사하는 것은 무엇입니까?*

*여러분이 느끼는 가장 큰 두려움은 무엇입니까? 두려움의 증상은 여러분의 몸의 중 어느 곳으로 드러납니까?*

*개인적으로 이러한 두려움을 증폭시키는 습관이 있다면 어떤 것이 있습니까?*

*누군가를 돕기 위해 지금 이 순간 여러분이 할 수 있는 것은 무엇입니까?*

*여러분의 두려움과 염려를 함께 나누고 이야기할만한 사람은 누구입니까?*

*무엇이 여러분에게 희망을 줍니까?*

*절망과 염려에 사로잡힌 생각을 멈출 수 있게 할 만한 의도적인 실천방안은 무엇입니까?*

*이 순간에 여러분에게 주어진 선물이라고 여겨지는 것은 무엇인가요?*

*이 순간에 여러분을 편하게 해주는 것은 무엇인가요?*

*이 순간에 여러분을 강하게 해주는 힘의 근원은 무엇인가요?*

*여러분이 발견하거나 회복해야 할 연결의 방식에는 어떤 것이 있을까요?*

*요즈음 어떻게 시간을 사용하고 싶으신가요? 이러한 때에 여러분이 개인적으로 혹은 전문적으로 성장하고 싶은 영역은 무엇인가요?*

*이러한 상황에서 여러분에게 롤모델이 될 만한 사람은 누구인가요?*

*우리가 함께 진행하는 서클의 중심으로 가져오고 싶은 것이 있다면 무엇인가요?*

*여러분이 결코 혼자가 아니라는 것을 기억하게 해주는 것은 무엇인가요?*

*분위기를 바꾸기 위해 여러분이 즐겨 듣는 음악은 무엇인가요?*

*여러분을 즐겁고 신나게 만드는 것은 무엇인가요? 힘든 시간에 여러분을 웃게 만드는 것은 무엇인가요?(영화, 텔레비전 쇼 등)*

*이러한 상황이 여러분의 가족 관계에 어떠한 영향을 끼치고 있나요?*

*이러한 상황 속에서 여러분에게 가장 어렵게 다가오는 것은 무엇인가요?*

*다음 주에 여러분 자신을 위해 할 수 있는 긍정적인 일 하나가 있다면 무엇일까요?*

*이러한 어려운 시간을 보내면서 우리는 어떻게 서로를 지지해 줄 수 있을까요?  
어려운 시간을 보내면서도 당신의 취한 반응 중에 가장 자랑스럽게 여기는 것이 있다면 무엇인가요?*

참여자들에게 두려움, 염려, 고통에 대해 말하도록 초청할 때는 최소한 한 가지 혹은 몇 가지 긍정적인 질문을 사용하는 것이 중요합니다. 아무리 어려운 상황일지라도 마지막 질문은 항상 희망과 긍정적인 가능성을 느낄 수 있는 질문으로 끝내는 것이 중요합니다. 또한 모임 끝부분에서는 모든 사람들이 서로 연결되어 있고 서로를 지지하고 있다는 강한 느낌을 갖고 싶어 합니다.

## **닫기**

모임을 끝마칠 때 서클 공간의 거룩한 공간임을 인정하고 모든 사람의 존재에 대해 감사를 표하는 것은 매우 중요합니다.

## **마지막 끝내기 라운드**

*서클을 끝내면서 자신의 느낌을 한 단어나 문장으로 나누도록 초청하십시오.*

닫는 의식은 깊은 호흡법, 음악, 명상, 영감을 주는 글 읽기, 몸동작, 노래, 혹은 적절하고 의미 있는 형태의 나눔의 시간과 더불어 모임을 마치십시오.

모두가 서클의 부분으로 참여해준 것에 대해 감사를 표하십시오.



케이 프라니스는 서클을 삶의 방식으로 여기고 서클에 대한 지식과 실천을 전하는 사람으로 누구나 자유롭게 공유하도록 사회적 거리두기에 대한 반응으로서 온라인 지지서클을 준비하였습니다.

마음껏 퍼나르십시오.

원문: Living Justice Press 케이 프라니스

번역: 김복기