

# 임파워먼트 : 우리 안의 힘 발견하기

초심자를 위한 6주 비폭력 기본 과정 5주차

---

---

2015. 07. 09

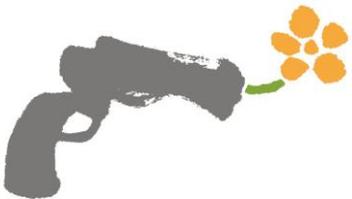
---

비폭력트레이너네트워크 망치

---

용석 / 덴마

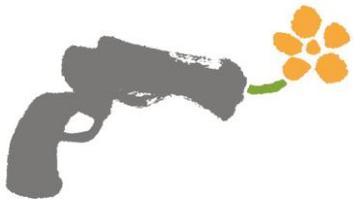
---



# 몸풀기 - 꼬인 손 풀기

---

오른손이 왼손 위로!



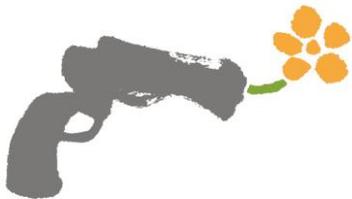
# 진행표

프로그램		시간
몸풀기 : 꼬인 손 풀기		7:00~7:20
빙고게임 : 힘 빠지는 순간, 힘 나는 순간		7:20~7:40
숨은 힘 찾기	영상 3개	7:40~8:10
	대자보 비교 분석	8:10~8:20
세 가지 종류의 힘		8:20~8:30
휴식		8:30~8:40
알 게임		8:40~8:50
사회적 임파워먼트		8:50~9:00
사례연구	사례 소개	9:00~9:05
	소그룹 토론	9:05~9:25
	디브리핑	9:25~9:40
마무리 평가		9:40~9:55

# 빙고게임(3X3)

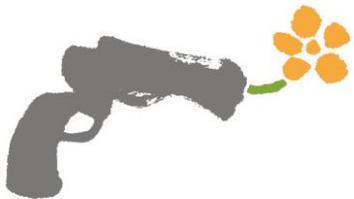
---

힘이 빠졌던 기억 & 힘이 샘솟았던 기억



# 숨은 힘 찾기

---

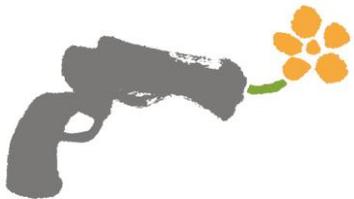


# 니 아버지 뭐하시노?



# 질문!

- 누가 힘을 갖고 있나요?
- 그 힘은 어디에서 나오나요?(힘의 기원)
- 비슷한 힘을 경험해본 적(행사해본 적/당해본 적)이 있나요?
- 빙고 게임에서 사례 중 여기 해당하는 것이 무엇인지 생각해봅시다.



---

# We shall overcome

---

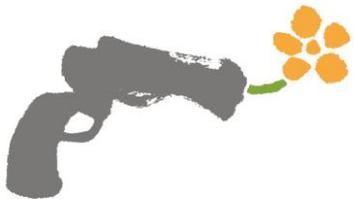
## *'WE SHALL OVERCOME*

Where The Civil Rights Anthem Came From

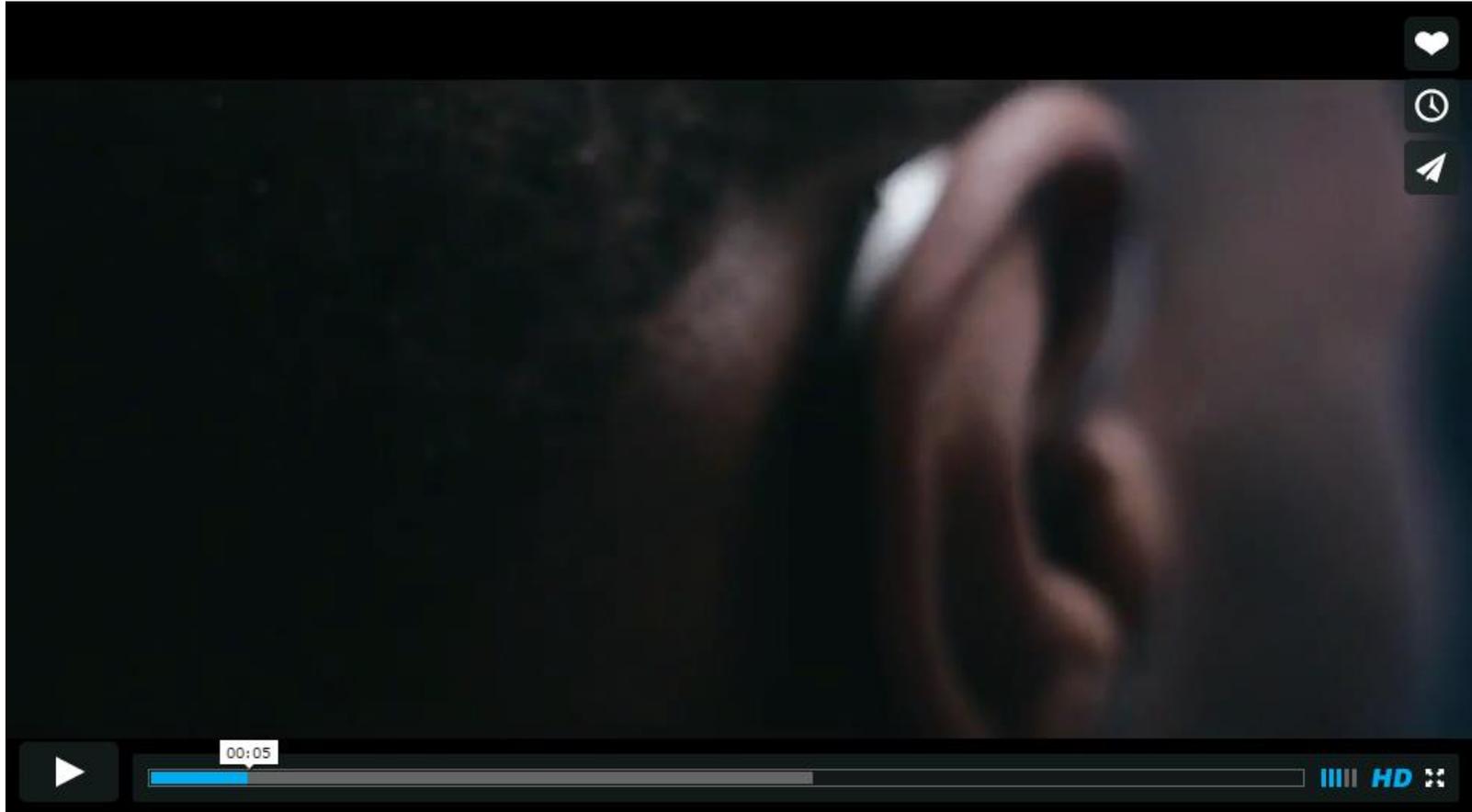


# 다시 질문!

- 누가 힘을 갖고 있나요?
- 그 힘은 어디에서 나오나요?(힘의 기원)
- 비슷한 힘을 경험해본 적(행사해본 적/당해본 적)이 있나요?
- 빙고 게임에서 사례 중 여기 해당하는 것이 무엇인지 생각해봅시다.

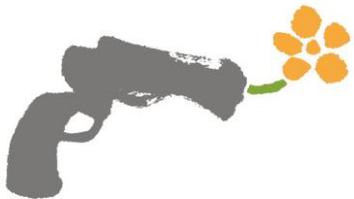


# 청각장애인 NFL 선수, 데릭 콜먼



# 또 질문!

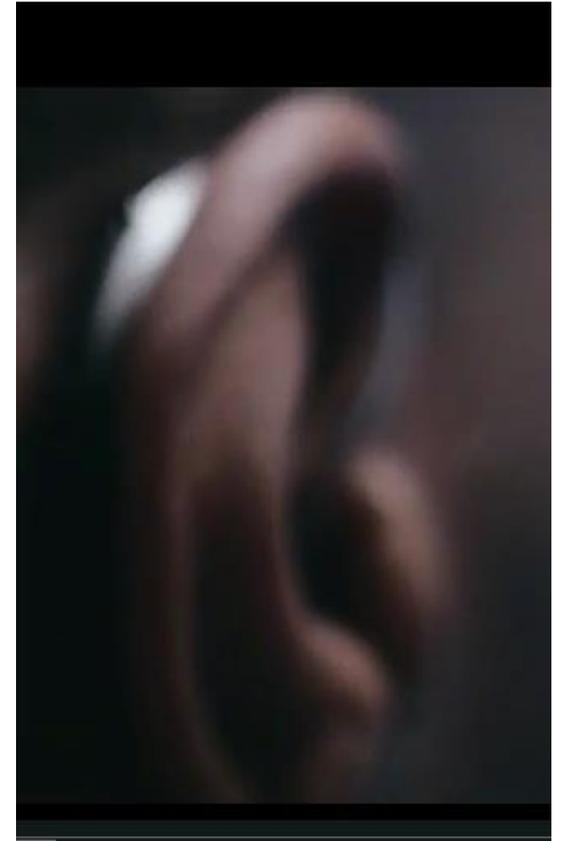
- 누가 힘을 갖고 있나요?
- 그 힘은 어디에서 나오나요?(힘의 기원)
- 비슷한 힘을 경험해본 적(행사해본 적/당해본 적)이 있나요?
- 빙고 게임에서 사례 중 여기 해당하는 것이 무엇인지 생각해봅시다.



# 세 가지 종류의 힘



**HALL OF**  
**e Civil Rights A**



# 세 가지 종류의 힘



## 파워오버

- 지배하는 Power, 통제하는 Power (Power-over)
- '지배'와 '종속'의 인간관계를 만들어내는 권력

## 파워위드

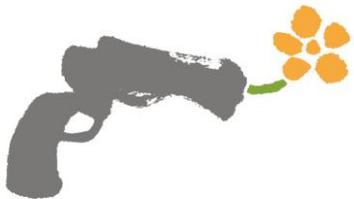
- 더불어 행사하는 Power (Power-with)
- 구조 문제 깨달음. 서로가 서로를 지원할 기회를 제공

## 파워위드인

- 내적인 힘으로서의 Power (Power-within)
- 자신의 힘과 능력을 승인하고 긍정하며 인정하는 힘

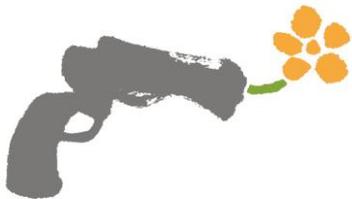
# 쉬세요 노는게 남는 것입니다

---



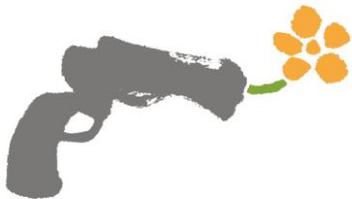
# 알 게임

---



# 사회적인 힘 발견하기 Social Empowerment

- 사람들은 누구나 힘을 가지고 있다. 그것을 자각하는 것이 중요하다.
- 이것을 사람들이 자각했을 때만 사회변화를 위해 쓸 수 있고 효과적으로 활동할 수 있다.
- 여기서 힘은 사람들 위해 지배하는 힘-통제하는 힘(power over)을 말하는 것이 아니다.

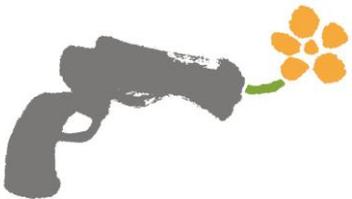


**행동을 취하기 위해 자신 스스로의  
힘을 개발하는 것을 말함**



# '우리 안의 힘 찾기' 워크샵의 목적

- 스스로의 힘을 자각할 수 있도록 돕는다
- 자신들 스스로의 이익을 위해  
(혼자서 혹은 단체로)활동할 수 있도록 한다
- 활동하는 방법을 깨닫게 하고, 활동을 시작할 수 있도록 한다



# 사례연구

---



# 소그룹 토론 - HOW TO?

- 이 워크샵의 목적 中

'스스로의 힘을 자각할 수 있도록 돕는 것'

'활동방법을 인지하고 시작할 수 있도록 하는것'

## 소그룹 토론 질문들

1. 위 사례에서 쌍차 사고자들에게 가해지는 강압적인 힘은 무엇인가요?
2. 위 사례에서 골똥농성 중인 김정옥 씨가 갖고 있는 '더불어 행사하는 힘(power-with)'은 무엇이 있나요?  
그 힘들은 어떤 식으로 작동하고 있나요?
3. '내 안의 힘(power-within)'을 생각해봅시다. 우리는 언제 어떻게 '내 안의 힘을 느낄까요? 그 힘은 어떤 식으로 작동 하나요? 혹은 작동하지 않나요?
4. 사회 변화를 만들어가는데 우리가 가지고 있는 힘은 무엇이며, 그 힘을 찾고 모으기 위해서는 어떤 것이 필요할까요?



# 정리 : 우리 안의 힘 발견하기

- **우리에게 힘**이 있다. 우리의 힘은 지배하는 힘과 다르다. 우리의 힘을 북돋아야 한다.
- 내적인 힘 power-within은 더불어 행사하는 힘 power-with 의 전제되어야 할 조건이다.
- 우리는 혼자가 아니라는 것을 인지하고, 함께하게 될 때에 비로소 자신감이 생긴다. 우리에게 힘이 있다는 것을 자각하고 그 힘을 어떻게 임파워 할 것인지를 고민해야 한다.
- 우리의 활동은 우리에게 필요한 힘을 북돋는 데 충분한가?

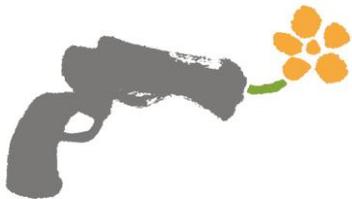
구조적으로, 문화적으로?



# 사례연구

---

임파워먼트를 용이하게 하는 조직문화의 중요성  
다음 워크샵은 “민주적으로 함께 활동하기”



---

# 평가와 정리

- 오늘 새로웠던 것은 무엇인가요?
- 더 알고 싶거나 나누고 싶은 것이 있나요?  
있다면 무엇인가요?
- 오늘 나눈 얘기들이 유용했나요?
- 진행을 좀 더 원활히 하기 위한 부탁이 있나요?

