

아시아 패밀리 서비스는 도박으로 인한 피해를 예방하고 줄일 뿐만 아니라, 도박문제와 연관되거나 그렇지 않은 개인, 부부, 부모 자녀, 그리고 가족과 관련된 어려움을 가지고 계시는 분들에게 상담 및 사회복지 서비스를 제공해드리는 기관입니다.

The Asian Family Services provide counselling or social work service for not only prevention and reduction of gambling harm, but also family issues related to gambling issues or else.

목차 Contents

- 코리안 심포지엄
- 청소년 컴퓨터 게임중독 예방을 위한 워크샵
- 건강회복 실천계획 그룹 수료식
- 도박에 희망을 두는 사람
- 도박장 출입금지를 위한 조치들
- 정신건강교육과 건강회복 실천계획
- 서비스 경험자들의 피드백
- 한인 대상 건강 관련 서비스 정보
- 아시아 패밀리 서비스에 대하여

이 뉴스레터는 워크 앤 인컴과 도박문제 방지재단의 후원으로 제작되었습니다.

This newsletter is sponsored by WINZ & PGF.

코리안 심포지엄

지난 9월 8일 오클랜드 대학내 상담 및 사회 복지학부가 Korean Community Wellness Society와 연합하여 주최한 Korean 심포지엄에서 4명이 다른 주제로 발표했다. 본 서비스에서는 임동환 심리상담사가 “Working with Korean male migrants” 주제로 발표하였다.

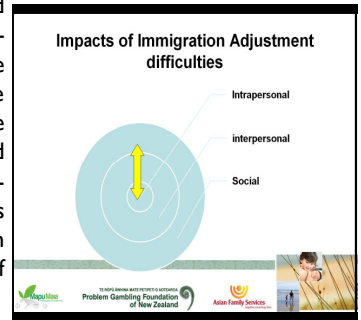
이 발표는 한국인을 상대로 서비스를 제공하는 기관의 전문가들에게 한국성인남성들이 자라온 사회문화적인 상황과 그에 대한 대처 방법을 알려주기 위함이었다.

Working with Korean Male Migrants

On 8th Sep 2011, the School of Counselling, Human Services and Social Work in University of Auckland host a symposium on Korean and Ko-

rean communities in Aotearoa. In the symposium, Donghwan LIM (Gus) counsellor of Asian Family Services (AFS) delivered his presentation along with 3 other presenters on “Working with Korean Male Migrants”.

The feedbacks from the audience were that; they now understand how much different culture Korean male migrants have grown up in and how their behaviour has been shaped in the context of Korean culture.



청소년 컴퓨터 게임중독 예방을 위한 워크샵



북쪽에 위치한 Raeburn house와 본 서비스의 협력 하에, 지난 11월 12일 한민족한글학교의 청소년 31명을 대상으로 하여 진행되었다.

워크샵의 진행은 본 서비스의 Joshua Seo 상담사가 맡았다. 그룹 브레인스토밍 및 발표

그리고 준비된 자료화면을 통해, 게임중독이 끼치는 영향 그리고 게임중독 예방법에 대하여 학생들과 함께 생각해보는 시간이었다.

Workshop for prevention of computer gaming addiction for Korean Teenagers

The workshop was held at Korean Saturday School in North Shore on 12th Nov by Joshua Seo, counsellor of AFS in cooperation between AFS and Raeburn house. It was a good opportunity for participants to understand computer gaming addiction and learn strategies for prevention through group brainstorming and resources regarding computer gaming addiction.

건강회복 실천계획 그룹 수료식



자신의 전인건강을 위해 구체적인 실천계획을 세우는 건강회복 실천계획 세 번째 그룹이 지난 12월 9일에 수료식을 가졌다.

수료자들은 8회에 걸친 과정 속에서 느낀 자신의 모습과 그에 따른 행동계획을 돌아보면서, 전인건강을 위한 자기선언문을 작성한 뒤,

수료식에서 발표했으며, 교육 수료증을 받았다.

Completion ceremony of Korean Wellness Recovery Action Plan Group

The third Korean WRAP Group members celebrated their completion on 9th Dec. For last 8 weeks, they reflected on their wellness and developed their own action plans for wellness recovery. In the ceremony, they had a chance to disclose self-declaration for their own wellness and took certificates.

도박에 희망을 두는 사람 A person who hopes in gambling

우리 인생에 있어서 희망은 마치 우리 인생의 방향을 결정짓는 중요한 역할을 한다고 말한다. 무슨 희망을 갖고 있는가 뿐만 아니라 그 희망을 이루기 위한 구체적인 노력을 하는 이들이야말로 희망을 현실을 이룰 수 있는 가능성이 있다.

하지만 모든 이들이 자신에 맞는 희망을 발견하고 그 성취하기 위하여 노력하는 것은 아니다. 잘못된 것에 희망을 발견하고 그것을 이루기 위하여 시간과 돈과 가족까지도 희생하는 이들도 분다.

문제도박자들이 한 예가 될 것이다. 가족 모두를 경제적으로 정신적으로 파탄에 빠뜨린 문제도박자들과 상담을 하다 보면 도박이 어느 덧 모든 문제를 해결할 수 있는 희망처럼 되는 것을 발견할 때가 있다. 역설적으로 고통을 당하고 있는 그 문제들이 도박으로 인하여 발생되고 있음에도 말이다.

그들은 왜 문제도박자들이 되었을까? 어떻게 도박에 희망을 두기 시작하였을까? 그리고 슬하게 많은 문제를 경험하고 있음

에도 그것을 놓치 못하는 것일까? 그것은 그들이 직접 체험한 경험때문이다.

처음 돈을 댄을 때 그 사람은 그 동안 도박에 대하여 들어왔던 것과는 달리 직접 해보니 도박을 통하여 큰 돈을 벌 수도 있구나 하는 믿음을 자연스럽게 갖게 되고 또 많은 돈을 잃고 있다가 마지막에 건 배팅에 그날 하루 동안 잃었던 돈을 회복했던 짜릿한 경험을 직접 하기도 한다.

그에 대한 치료는 문제 도박자 자신이 했던 모든 행동에 대한 자각 뿐만 아니라 도박이 희망이 아니라는 사실을 인정하고 그동안 외면하여 왔던 도박중독으로 인하여 발생한 경제적인 피해와 정신적인 피해를 직시하고 회복을 위한 길고 험난한 과정을 겪어 나갈 만한 자모가 있을 때 가능하다.

도박에 대한 희망을 영원히 거둘 수 있을까? 그런 문제를 문제 도박자 혼자 풀기는 정말 쉽지 않은 길이다. 그래서 전문가의 도움이 필요하다. 희망의 작업을 함께 해 줄 수 이들이 있다.



도박장 출입금지를 위한 조치들 Action for Exclusion from Casino



자기 통제 제도 (Self-exclusion)란 자발적으로 도박벽을 억제하고 해결하기 위하여 원하는 사람들이 스스로 선택하여 실행할 수 있도록 마련한 제도

이며, 스카이스티와 같은 큰 카지노 뿐만 아니라 지역의 술집, 스포츠 클럽 등 소규모 도박장 등 뉴질랜드에 있는 어떤 도박장에도 신청할 수 있다.

본인이 신청할 경우에는 직접 신청할 수 있다 (카지노나 지역 술집). 일단 자기통제제도에 신청하면, 금지기간과 출입금지구역이 조금씩 다르기는 하지만 일반적으로 1년에서 2년 동안 출입금지가 되며, 출입금지구역은 게임장에 한하는 경우가 많다.

신청할 때의 준비물은 다음과 같다. 본인이 신청할 경우에는 기본적으로 자신의 사진이 있는 신분증과 사진이 필요하다. 신청서는 카지노나 지역 소도박장에 비치되어 있다. 본 재단에도 뉴질랜드내 주요 카지노와 지역 소도박장의 <자기통제제도 신청서>가 준비되어 있으며 언제든지 사용할 수 있다.

신청하는 곳은 도박장 (카지노, 소도박장 포함)에서 직접 할

수 있으며, 또 지역 도박장에 따라서는 편지로 접수가 가능하다. 본 아시아인 패밀리 서비스에서도 신청할 수 있다. 신청서는 도박사업자들에게 보내진다.

그렇다면, **제 3자 출입금지 신청 제도 (Third-party exclusion inquiry)**는 무엇일까? 이 제도는 이미 도박인이 도박에 심하여 중독이 되어 있음에도 여러가지 이유로 스스로 출입금지 신청을 하지 않을 때 제 3자가 도박자 본인을 대신하여 신청하는 것이다.

이 때 제 3자라고 하면 꼭 가족 뿐만 아니라, 친구, 고용주, 상담자 등도 포함이 되는 개념이다. 하지만 신청인이 문제도박자와 어떤 관계인 지를 설명할 수 있어야 하며, 도박인의 도박이 신청인 혹은 신청인 가족, 사업장에 구체적으로 어떤 피해를 가져오는 지 입증할 수 있는 자료가 있어야 한다.

모든 도박장에서 제 3자 출입금지 신청이 가능한 것은 아니다. 현재까지는 카지노에서만 가능하다 (예, Auckland의 Sky city Casino, Christchurch의 Casino, Hamilton의 Riverside Casino, Queenstown Casino 등등). 술집, 스포츠 클럽 등에 있는 포키바 같은 곳에서는 도박인이 아닌 제 3자 (예, 가족, 친구, 고용주 등등) 이 도박인을 대신하여 금지신청서류를 작성하지 못하게 되어 있다. 현재 뉴질랜드 정부와 도박문제 방지재단이 이 문제를 해결하기 위하여 공동노력을 하고 있다.

정신건강교육과 건강회복 실천계획

Psycho-education & Wellness Recovery Action Plan

사이코에듀케이션은 정신적으로 어려움을 겪는 개인과 그 가족을 돕는 프로그램이며 스트레스가 많은 이민자들에게 꼭 필요한 교육이다. 사이코에듀케이션은 1911년 의학지에 처음으로 등장하기 시작하여, 1980년 C.M. Anderson 이 정신 분열의 증상에 대해 발표하면서 병에 대한 지식보다는 스트레스를 처리할 수 있는 기술의 중요성에 초점을 두면서 정신 교육의 필요성을 널리 알렸다.

병에 초점을 두던 방향에서 자기 정신을 관리하면서 아픔을 딛고 성공하신 분들이 많다. 그 중 맹활약을 하시는 분이 WRAP의 창시자 메리 엘렌 코프랜드(Mary Ellen Copeland)이다. 메리는 심한 우울증을 앓았으며 약을 더 이상 복용할 수 없는 죽음의 상황이 되었을 때 스스로 회복을 위한 리서치를 하고 그 후 박사학위를 취득했다. 메리의 어머니도 우울과 조울을 앓으셨으며

1950년대 전기 쇼크 치료 외에는 약물 치료조차 없던 시대에 병원에서 갇혀 지내다가 살아나신 분이다. 메리의 어머니는 다른 사람을 돕는 분으로 거듭나 80을 넘기도록 아름다운 생을 보내셨으며 딸 메리로 하여금 WRAP을 창시하도록 공헌했다. 또한 메리는 어머니의 도움으로 정신 질환에 대한 책을 여러 권 발행하여 정신 문제로 고통 받는 많은 분들의 삶을 풍요롭게 변화 시키고 있다.



WRAP(Wellness Recovery Action Plan)은 정신 건강 회복과 재발방지에 관한 성공적인 교육 프로그램이며 기본 정신은 5가지: 희망, 자기 권리, 자기 책임, 정신 교육, 지원 시스템 구축이다. 기본 정신의 바탕 위에 조기 징조 (Early Warning Sign)의 발견에 초점을 두어 더 이상 악화되지 않도록 개개인에 맞는 보호 장치를 개발할 수 있도록 돕는다.

서비스 경험자들의 피드백

Feedbacks from Service Users



“따뜻한 마음으로 귀 기울여 주셔서 감사했습니다. 그동안 제게 너무 좋은 기억을 주셔서 무엇보다 더욱 감사했어요.”

- Sharon Lee (개인상담)

“동기 부여를 많이 받았습니다. 예를 들면 내 삶에 좌절하고 슬럼프에 빠져 있었을 때 동기 부여를 받고 조금씩 빠져 나오면서 올라올 수 있었습니다. 결과는 제가 해야 한다는 것도 알 수 있도록 도움을 많이 받았습

니다.” - RJ Kim (개인상담)

“아무도 나를 믿어 주지 않고 내 말을 들어 주지 않았을 때, 아시안 패밀리 서비스는 나를 이해해 주고 나의 모든 말을 들어 주었습니다. 그 힘으로 도박을 이겨낼 수 있었습니다. 너무 감사합니다.” - 15년 도박을 끊고 잘 살고 있는 고객(개인상담)

“상처를 받았을 때... 해결하지 못하면 몸에 병을 얻는 경우가 많습니다. 그룹에 참여하면서 현명한 방법들을 많이 생각하게 되었으며,... 내 느낌과 생각들을 스스로 없이 이야기하는 분위기가 좋았고,...” - 병글 (WRAP 그룹)

“... 모임 자체가 따분하거나 스트레스를 받지 않고 매 시간 새롭게 구체적으로 접근해 나갈 수 있어서 유익했습니다.... 모든

사람들이 마음의 문을 열도록, 자유롭게 말할 수 있도록 들어주는 자세들이 좋았습니다.” - Grace (WRAP 그룹)

“인생 위기의 순간에 정말 필요한 것들을 다시 한 번 생각나게 해주었고, 2달 조금 넘는 기간 동안 지원을 받는 느낌입니다. 너무 힘든 이민생활에서 정신과 몸의 건강을 위한 현명한 방법들을 받았습니... 끝나도 Wellness Toolbox를 잘 적용하겠습니다.” - 사랑 (WRAP 그룹)

“제 경험에 의하면, 아시안 패밀리 서비스는 항상 고객들에게 최선을 다하여 최상의 서비스를 제공합니다. 아시안 패밀리 서비스는 전문적으로 잘 준비되고 진실한 상담사들로부터 도움을 받을 수 있는 좋은 기관이라고 생각합니다.”

- Epsom Girls Grammar School 청소년 상담사

“AFS는 위기와 어려움에 처한 한국분들께 실질적인 서비스를 제공하고 있다고 생각합니다. 저는 편안한 마음으로 고객분들께 AFS를 소개하며, AFS와 함께 연계해서 일합니다.”

- Hannah Lee, Waitemata DHB 정신건강 사회복지사

“경청이 얼마나 중요한 지 알고 있었습니다. 그러나 어떻게 해야 하는 지, 어떻게 내가 잘 듣고 있는 지 상대방에서 전달할 줄 몰랐습니다. 이제는 알게 되었을 뿐만 아니라 경청이 얼마나 큰 효과가 있는 지 경험하고 있습니다. 이렇게 많은 변화가 경청만으로도 가능하다는 것이 놀랍습니다.”

- 아버지를 위한 대화교실 참가자

아시아 커뮤니티 서비스 트러스트

무료 사회복지 서비스. 개인적인 어려움 및 가족문제에 대한 도움 제공. 전화: 570 9099 이메일: Joanna.jensen@cnsst.org.nz

시민상담소(CAB) 랭귀지 링크 서비스

생활에 필요한 다양한 정보 제공. 이민/비자, 시민권 신청, 주택, 건강, 복지혜택, 법률, 자녀양육, 무료영어수업, 취미, 스포츠, 구직/고용관련, 의료체계, 이혼, 가정폭력, 소비자 권리/분쟁, 지역 사회와 정부관련, 세금관련 등등. 전화: 62 42 550 (한국어 704) 시간: 월~금요일 오전 9시~오후4시 이메일: Korean@cab.org.nz

새움터

‘새싹이 움트는 곳’이라는 뜻으로 정신건강에 어려움을 겪고 있는 개인, 가족, 그리고 친지들과 함께 희망의 씨앗을 심으려는 열정을 가진 사람들의 모임. 정신건강에 대한 건전한 이해를 위한 정보와 교육 제공.

이메일: jcho@pgfnz.org.nz Hagyun.Kim@connectsr.org.nz
Hannah.Lee@waitematadhb.govt.nz marthayu@hotmail.com

아시아 보건지원 서비스

뉴질랜드 시민권자, 영주권자, 2년 이상 워크퍼밋 소지자로서, 노스쇼어, 와이타케레, 로드니 거주자에 한하여 각종 서비스 제공. 가정의 클리닉 등록 환자인 경우 전화 통역 서비스 제공. NZ 보건시스템안내 세미나 제공. 금연 서비스 안내. 알콜/마약 관련 상담 안내. 정신건강 지원 서비스 제공. 전화: 480 4663 (한국어)



레이번 하우스 코리안 세틀링 인

노스쇼어에 있는 한국커뮤니티의 활동을 지원. 이민자들에게 필요한 다양한 정보 제공. 적절한 관련 기관-여러 커뮤니티 조직, 정부기관 등-과 연결해 정보 제공. 여러 단체에서 제공하는 유용한 정보를 한국 커뮤니티에 홍보.

전화: 480 9625 이메일: marian@raebunhouse.org.nz

아시아 패밀리 서비스에 대하여 History & Services of AFS

아시아 패밀리 서비스(AFS)는 2010년 10월에 시작되었다. 1998년부터 시작된 도박문제방지재단 내의 아시아 서비스에서 확장된 서비스이다. 서비스의 폭을 확장하게 된 데에는 몇 가지 이유들이 있었다.

첫째, 도박문제와 관련이 없는 개인과 가족의 문제들로 인해 도움을 요청하는 사례들이 많이 나타났고, 둘째, 가족과 관련된 어려움들 중에 심각한 사례들이 도박문제와 연결되었으며, 셋째, 도박문제 때문에 도움을 찾기 보다는 가족문제를 통하여 보다 쉽게 도움을 받는 경향이 아시아 공동체 안에 있기 때문이었다.


AFS는 아시아의 문화에 맞는 서비스를 제공하고 있으며, 한국인을 비롯하여 다른 아시아들, 중국인, 태국인, 베트남인을 위한 상담사 및 사회복지사들이 근무하고 있다. Grafton에 있는 상담실 이외에도, 고객들의 편의를 위해 북쪽과 동쪽에 상담실을 마련하여 서비스를 제공하고 있

다.

AFS가 제공하고 있는 서비스의 내용은 다음과 같다. 개인, 부부, 부모/자녀, 가족 그리고 단체를 대상으로 하는 상담 서비스, 상황에 따른 사회복지 서비스, 대화기술, 스트레스 및 분노 조절을 위한 교육 서비스, 우울증, 불안, 중독 등과 관련된 정신 건강 서비스.

특히, AFS의 한국인 팀에서는 다양한 그룹상담 및 교육 서비스를 제공한다. 아버지들을 위한 대화교실, 건강회복 실천계획 그룹, 사별한 이들을 위한 정신건강 그룹, 도박피해자 그룹 등이다.

AFS는 다른 건강 관련 기관들과 연결되어 있으며, 필요시에는 고객에게 적절한 서비스가 제공될 수 있도록 다른 기관에 의뢰하기도 한다. 모든 서비스는 무료 (도네이션 환영)이며, 비밀이 철저히 보장된다.



아시아 패밀리 서비스를 통해 여러분 개인과 가정의 건강을 회복하십시오.

서비스 안내

- 모든 서비스는 무료(도네이션 환영), 비밀 철저히 보장.
- 한국인 전문 상담사 및 사회복지사들 근무.

서비스 내용

- 개인, 부부, 부모/자녀, 가족, 그리고 단체 대상 상담 서비스.
- 다양한 상황에 따른 사회복지 서비스.
- 대화기술, 스트레스 및 분노 조절을 위한 교육 서비스.
- 우울증, 불안, 중독 등과 관련된 정신 건강 서비스.

민고 신뢰할만한 사람이 없어 대화를 못하고 계시나요?
 밀려오는 스트레스와 화로 인해 건강이 나빠진다고 생각하시나요?
 요사이 부쩍 가라앉고, 즐겁지 않으며, 불안하다고 느끼시나요?
 지금 아시아 패밀리 서비스로 전화하십시오.
 늦었다고 생각할 때가 가장 빠른 때입니다.

아시아 패밀리 서비스 무료 전화: 0800 862 342 (한국어 2) : 전국 어디서나 가능