

“심리적 안정 돕는 길라잡이 역할 최선”

전남매일 제2기 CEO이카데미 원우 탐방

심리상담센터 NOW 조여정 상담소장

아동 마음까지 어루만지고 싶어 미술치료 공부
심리안정 불안·주의결핍 해소 학부모 만족 높아
쉼터 등서 10년째 사회약자 심리안정 돕기 앞장

“경영·경제·정치 등 다양한 분야에서 활약하는 전문가 강연을 통해 견문도 넓히고 인맥도 쌓을 수 있어서 좋아요.”

전남매일 제2기 CEO경제이카데미에 참여한 심리상담센터 NOW 조여정 상담소장(50)의 소감이다.

지난 2011년 광주에 심리상담센터 NOW를 개소한 조소장은 정서불안과 인지학습, 행동장애 등으로 불안을 겪는 내담자들의 심리 안정을 돕는 길라잡이 역할을 하고 있다.

조소장은 20년 전 광주에서 미술학원을 운영 당시 원생이었던 유치부 자매 그림을 지도하는 과정에서 ‘미술치료’라는 것을 알게 됐다.

조소장은 “학원에 다니는 자매의 그림이 너무 답답하고 틀에 박혀 그 원인을 알고 싶었다”면서 “여러 심리 전문가를 통해 아이들의 정서가 그림에 그대로 반영됐다는 걸 알게 됐고, 이후

미술치료를 본격적으로 공부하게 된 계기가 됐다”고 설명했다.

조소장은 이후 전문적 심리치료를 배워나갔다. 심리치료에 대한 공부는 아이들의 마음까지 어루만져 줄 수 있는 미술 강사가 되고 싶다는 소망으로 시작됐지만 차츰 성인까지 아우를 수 있는 심리학 연구에 큰 매력을 느끼며 빠져들었다.

조소장은 “아이를 상담하다 보니 부모양육이 심리에 많은 영향을 미치는 것도 알게 됐다”면서 “아이에서 부모교육 그리고 성인으로까지 심리학 공부를 하다보니 오늘날까지 오게 됐다”고 밝혔다.

조소장은 “내담자 심리가 안정되기 위해서는 내담자 입장에서 생각해 보고 원인을 분석해서 행동을 교정해야 한다”고 조언했다.

조소장은 “인간은 누구나 불안함을 느낀다. 불안은 자존감이 낮으면 심리

적으로 무너지고 사회 부적응으로 이어진다”면서 “상담자의 역할은 내담자의 생각과 행동을 바로잡아 자존감을 높일 수 있도록 안내해 주는 역할이다”고 설명했다.

상담치료 방식은 내담자의 성향에 따라 달라진다. 아동은 놀이치료나 미술치료 등을 통해 정서적 성장을 돕는다. 아동들은 심리가 안정되면 불안과 주의결핍이 해소되면서 좋은 학습성과를 낼 수 있기 때문에 학부모들의 만족도가 높다.

성인은 통상 과거 문제에서 심리적 불안이 형성된다. 이로 인해 가족, 대인 등의 갈등을 겪고 불안정한 모습을 띠게 된다. 조소장은 내담자의 과거 탐색을 통해 심리불안의 원인을 찾아 문제를 해결할 수 있도록 돕는다.

조소장은 “인간의 심리는 정서행동, 인지 등이 하나로 연결이 돼 내가 바로서야 이 모든 것이 잡힌다”면서 “일상과 생각 그리고 행동을 바르게 잡고 바로 설 수 있도록 도와주면 인간은 누구나 스스로 성장하게 되었다”고 조언했다.

조소장은 청소년 쉼터, 나주여성상담센터, 노인정 등지에서 10년째 사회약자의 심리안정 돕기에도 앞장서고 있다. 광주·전남 주요 대학과 교육기관에서는 미술치료와 부모상담을 강연하고 있다. 최근에는 광주시민을 대상으로 조선시대 미술품을 통한 인문학 강연을 펼치는 등 전문가로서의 명



성도 쌓아가고 있다.

아울러 조소장은 내담자에게 진심을 다하는 상담 전문가의 길을 걷고 싶다는 바람을 내비치기도 했다.

조소장은 “나를 필요로 해 찾아오는 사람들에게 도움을 주는 상담을 하고 싶다”고 강조했다. /이나라 기자

중기 해상운송 지원 모집

중진공, 긴급 수출화물 선적 대상

중소벤처기업부와 중소기업진흥공단은 국적 해운선사인 HMM과 협업체 운항 선박 부족 등으로 수출 물류에 어려움을 겪고 있는 중소기업을 대상으로 해상운송 지원사업 참여기업을 모집한다.

16일 중진공에 따르면 이번 사업은 지난달 중기부, 해양수산부, 한국선주협회 및 중진공이 체결한 ‘수출중소기업과 국적 해운선사간 상생협력 위한 업무협약’의 후속조치로 마련됐다.

아시아-미주노선 해상운임은 하반기부터 미국의 소비재 수요 증가와 블랙프라이데이 등 계절적 수요의 영향으로 가파르게 상승했고, 이에 따른 수출 선적 공간 부족 현상이 발생하고 있는 상황이다.

HMM은 오는 21일부터 연말까지 중소기업이 주로 이용하는 북미 서안(LA) 항로에 일정 규모의 선박을 중소화물 위주로 우선 제공할 예정이다. HMM은 북미 항로의 화물 확보가 어려워 수익 감소가 예상됨에도 불구하고 4,500~5,000 TEU급 임시 선박 2척을 투입한 바 있다.

중진공은 중소기업의 긴급한 해상 수출화물 수요를 접수·취합해 HMM에 전달하고 중소화물 주여부, 납기일 등 시급성을 고려해 공동으로 선적기업을 확정할 예정이다.

한국발 미국 수출물량이 있는 중소기업은 누구나 신청 가능하며, 고비즈코리아 홈페이지를 통해 신청할 수 있다.

사업신청 관련 자세한 문의는 중진공 온라인 수출처, 선적 문의는 HMM 헬프데스크)로 하면 된다.

김학도 중진공 이사장은 “최근 코로나19로 인한 항공운임 상승으로 어려움을 겪는 수출 중소기업 2,000개사에 약 60억원을 지원한 바 있다”면서 “중진공은 신속하게 해상운송 지원체계를 정비해 연말 소비 시즌을 앞두고 있는 수출기업의 화물 운송 차질 및 수출애로를 최소화할 수 있도록 지원하겠다”고 말했다. /박선욱 기자

반값 방어회·최상품 사인머스켓 할인

이마트, 신선식품 할인대전

이마트가 창립 27주년을 맞아 오는 19일까지 신선식품 할인대전을 실시한다.

방어와 생굴, 민물장어 등 수산물과 감자, 사인머스켓, 김장재료 등 농산물, 한우, 삼겹살·목심 등 축산물까지 다양한 신선식품 행사를 통해 장바구니 물가 안정에 나선다는 방침이다.

대표상품인 제철 방어회는 반값 수준에 선보인다.

이마트는 매년 20~25만명이 참가하는 모실포 방어 축제가 취소되며 판로 확대가 필요해진 여가를 돕기 위해 일주일 행사 물량으로 40톤을 매입했으며, 이후에도 지속적으로 방어 판매 촉진에 나설 계획이다.

시세가 급등한 굴도 저렴하게 준비했다.

11월이 제철인 굴은 올 여름 긴 장마로 물속 산소가 부족해지는 현상으로 인해 폐사율이 40%까지 높아지며 출하량이 급감해 시세가 전년대비 40%가량 올랐다.

이마트는 자체 굴 양식장을 갖춘 협력사와의 직거래와 해양수산부 지원을 통해 가격 상승을 최소화해 준비했다.

이밖에 손질 민물장어와 국산 생꾸꾸미, 삼치 등을 할인 판매한다.

대세 과일 사인머스켓은 고품질의 상품을 엄선해 선보인다.

사인머스켓은 1알당 크기 약 15g의 상품만 선별했으며, 개별 포장을 통해 고객이 원하는 상품을 골라 담을 수 있도록 준비했다. /박선욱 기자

겨울철 별미간식 감자는 풀셋매입을 통해 저렴하게 준비했다.

이마트는 농가의 생산 물량 전체를 크기, 중량과 상관없이 일괄 구매하는 풀셋매입 방식을 통해 매입 가격을 낮춰 선보인다.

김장철을 맞아 농림축산식품부와 함께 별미김치재료를 할인된 가격에 판매한다.

행사상품은 알타리, 돌산갓, 부추, 흠쪽파, 봄동, 견고추로 기존 판매가 대비 이마트가 20~25% 가격을 낮추고, 농림축산식품부의 지원을 통해 신세계 포인트 회원 인증 시 추가 할인된 가격에 판매한다.

이마트는 사전 매입과 농림축산식품부의 지원을 통해 김장채소를 저렴하게 선보일 수 있었으며, 지난 12일부터 3주간 주차별 품목을 변경하며 김장재료 할인전을 지속적으로 실시할 계획이다.



광주·전남지방중소벤처기업청은 최근 전통시장 언택트 마켓을 진행했다.

광주 전통시장 언택트 마켓 성료

광주·전남지방중소벤처기업청은 코로나19 위기 극복과 광주 전통시장에 대한 관심을 불러오기 위해 실시한 언택트 마켓이 성황리에 마무리 됐다고 16일 밝혔다.

이번 특집방송은 광주시와 지방중기청이 공동으로 기획하고 남광주시장, 양동경로시장, 무등시장, 월곡시장, 1913송정역시장, 송정매일시장, 금남지하도상가1공구, 용봉패션거리 등이 참여했다.

먹거리를 판매하는 전통시장과 패션상품을 판매하는 상점이 모두 만족할 수 있도록 TV를 통해 시장 홍보에 나섰다.

또한 비대면 판매방식을 도입해 TV 방송과 동시간대 유튜브 공식채널(개비씨, 광주광역시상인연합회, 월간중기씨)을 통해 시장의 대표상품 7개를 실시간으로 구입할 수 있도록 했다. /박선욱 기자

신보 ‘4.0 창업경진대회’ 스타트업 245개 팀 참가

신용보증기금은 최근 서울 마포구 프론트원에서 ‘2020 신용보증기금 4.0 창업경진대회’를 개최했다고 16일 밝혔다.

올해 12회째를 맞는 이번 창업경진대회는 ‘한국판 뉴딜’ 분야의 혁신적인 창업 아이템 발굴을 위해 마련됐다. 245개 창업팀이 예선에 참가해 두 차례의 서류심사를 거쳐 최종 6개 팀이 본선에 올라 경연을 펼쳤다.

대상은 일반 카메라를 활용한 자동바이털 사인(활력징후) 추출과 의료 빅데이터 제공 서비스를 선보인 ‘스마트디아그노시스’ 팀, 최우수상은 인공지능 기반의 산업용 로봇 컨트롤러를 선보인 ‘플라잉’ 팀에 각각 돌아갔다.

수상자에게는 성장과 함께 총상금 2,100만원이 수여됐으며, 신보의 보충·투자·보험 등 금융 지원과 컨설팅·네트워킹 등 비금융 지원도 제공된다.

/서미애 기자

CHARM HEALING SCALP CARE SOLUTION

탈모 포기하셨다구요? 불만족시 환불해드립니다

두피·탈모 케어 솔루션
모링가환 | 모링가샴푸 | 은갈사비

NAVER [참힐링 모링가 샴푸 검색하세요](#)

두피케어상담·체인점상담 1588-7438