

“또래 고민 들어주며 공감...서로 위로 받아요”

광주청소년상담복지센터 '또래상담사업' 눈길

상담 동아리 학생들, 자치구 연합회원으로 활동
또래 상담사 양성 교육·학폭 예방 캠페인 등 참여

누군가에게 고민을 털어놓는 것만으로도 큰 위안을 얻을 때가 있다. 전문 상담사에게 조언을 구하는 것도 좋지만 나이와 환경이 비슷한 '또래'와의 대화는 혼자가 아니라는 안도감을 준다.

광주청소년상담복지센터는 광주시교육청과 협력해 5개 구 청소년상담복지센터와 함께 '또래상담사업'을 진행하고 있다. 각 학교의 상담 동아리 학생들이 각 구 센터의 또래 상담 연합회원으로 활동하며 또래 상담사 양성 교육과 학교폭력 예방 캠페인, 상담 관련 행사 등에 참여한다.

대광여고 2학년 서지민(18) 양은 2년 전부터 학교 상담 동아리원이자 남구청소년상담복지센터 소속 또래 상담사로 활동하고 있다. 평소 사람의 심리에 관심이 많아 상담심리학 분야 진학을 꿈꾸고 있는 서 양은 교내에서 상담을 신청한 학생들과 마주

앉아 이야기를 듣고 함께 해결 방안을 찾는 역할을 한다.

상담을 원하는 학생은 전문 상담사와 또래 상담사 중 선택할 수 있다. 상담 주제는 주로 진로와 성적 문제다.

대학 진학을 앞둔 한 학생은 “가고 싶은 학교가 있지만 성적이 낮아 걱정”이라고 토로했고 또 다른 학생은 “주변 친구들은 모두 꿈을 찾아가는데 나는 아직 하고 싶은 일이 없어 불안하다”며 속내를 털어냈다.

“전문가 상담이 아닌 또래 상담을 신청하는 친구들은 고민 해결보다 이야기를 들어줄 사람을 찾는 경우가 많아요. 성적 고민을 이야기하는 친구에게는 ‘나도 성적이 떨어져 힘들었던 적이 있다’고 말하며 공감하고, 진로 고민을 털어놓는 친구에게는 조언을 들어주며 마음을 나눕니다.”



남구청소년상담복지센터 직원들과 또래상담사 학생들이 월산초 앞에서 등굣길 학교 폭력 예방 캠페인을 진행하고 있다. (왼쪽), 또래 상담사들이 상담 사례 회의를 하고 있는 모습. <남구청소년상담복지센터 제공>



이 과정에서 자신의 상황을 돌아보기도 하고 오히려 위로를 얻기도 한다.

서 양은 또래 상담의 장점에 대해 “선생님이나 전문 상담사에게는 쉽게 하지 못하는 이야기기도 비슷한 경험을 한 또래 상담사에게는 편하게 털어놓는다”며 “공감받을 수 있다는 확신이 벽을 낮추는 것 같다”고 말했다.

서 양이 소속된 남구 청소년 상담복지센터에는 17명의 또래 상담사가 있다. 활동비 등 별도의 보상은 없지만 자발적으로 모여 매일 상담 사례 회의를

통해 상담 과정에서 느낀 어려움, 효과적인 경험 방법, 후속 조치 등에 대한 의견을 공유한다.

또 센터는 등굣길 학교 폭력 예방 캠페인, 기본·심화·특성화 등 단계별 상담 역량 강화 교육 등도 진행하고 있다.

남구 청소년상담복지센터 관계자는 “또래 상담자들은 단순 상담자 역할에 그치는 것이 아니라 학교 등 일상에서 어려움을 겪는 친구들이 있는지 살피고 변화를 이끌어내는 역할을 한다”고 말했다.

/김다인 기자 kdi@kwangju.co.kr



광주교통공사, 기관사 심폐소생술 경연 대회

광주교통공사는 최근 광주시 동구 용산차량기지에서 비상상황 시 현장 근무자 응급 조치 역량 강화를 위한 '기관사 심폐소생술(CPR)경연 대회'를 개최했다.

〈사진〉

전동차 안에서 갑작스러운 긴급 상황이 발생한 경우를 가정해 열린 이번 대회에는 상위 4명의 기관사가 참여해 위급 상황에서 발빠르게 시민의 생명을 구해내는 대응 역량을 겨뤘다.

신속한 환자 상태 인지와 정확한 가슴 압박 자세로 높은 평가를 받은 김동인 과장이 최우수상을, 숙련된 자동심장충격기(AED) 사용을 선보인 한상수 대리가 우수상을 각각 수상했다.

공사 기관사들은 지난 2021년 심폐소생술 전문 교육을 전원 수료했으며, 매년 전문가를 초청해 모의 훈련을 펼치는 등 현장 대응 능력 향상을 위해 적극 노력하고 있다.

/정병호 기자 jusbh@

동신대-전남이주여성상담소 업무 협약

동신대학교 국제교육원은 최근 중앙도서관 세미나실에서 전남이주여성상담소와 유학생 인권 보호를 위한 업무 협약을 체결했다.

〈사진〉

이번 협약은 지역 내 유학생들의 안정적인 정착과 인권 보호, 복지 증진 및 지원체계를 강화하고자 마련됐다.

협약에 따라 양 기관은 정서적·법적·의료적 지원

을 연계하고, 폭력 예방과 법률·노동·체류 관련 상담 및 교육을 제공하는 등 유학생 복지 향상을 위해 협력할 계획이다.

또 유학생 대상 통번역 지원, 위기 상황 발생 시 긴급 연계, 다문화·인권 관련 공동 프로그램 기획·운영, 연구 및 학술 자료 교류, 세미나·워크숍 개최 등 다양한 협력 사업을 추진한다.

/윤영기 기자 penfoot@kwangju.co.kr

전남문화재단, 함평 수해 복구 현장 봉사활동



전남문화재단 임직원 30여명은 최근 집중호우로 큰 피해를 입은 함평을 찾아 비닐하우스 복구와 정비, 토사·오염물 제거, 생활 폐기물 수거 등의 작업 등 긴급 수해 복구 봉사활동을 펼쳤다. <전남문화재단 제공>



호남대학교 미디어영상공연학과는 최근 호남대 랄랄라극장에서 52명의 고등학생들이 참가한 가운데 '총장배 청소년 독백연기 콘테스트'를 개최했다. <호남대 제공>

생활 게시판

여러분의 생활정보를 실어드립니다. opinion@kwangju.co.kr이나
광주광역시 동구 금남로 224 SC제일은행 빌딩 9층 광주일보 생활게시판 담당자앞으로 보내주시기 바랍니다. TEL 062-220-0655 FAX 062-222-4918

알림

▲광주 북구민을 위한 개인 무료 법률상담소=기초생활수급자, 조손가정, 저소득층, 영세민, 교도소 복역자, 사회취약계층자 무료상담 010-6444-8572.

▲광주시·전남도 재난심리회복지원센터 무료 상담=코로나19 등 각종 재난으로 심리지원을 위한 무료상담 1670-9512.

▲보호처분 또는 형사처분 받은 대상자 '허그일자리' 무료 취업프로그램 신청=취업상담, 직업훈련, 일자리알선, 취업교통비 지원 등 취업지원 및 긴급원호, 숙식제공, 주거지원 등 자립지원 신청 접수, 한국법무보호복지공단 광주전남지부 062-513-9936.

▲청소년전화 062-1388=광주시청소년상담복지센터 24시간 전화상담.

▲일가정양립지원본부 무료 상담=가정 폭력, 성폭력, 성매매 등 상담. 국번없이 1366. 휴대전화를

사용할 경우 062-1366.

▲광주시노인보호전문기관 24시간 노인학대 상담, 학대피해노인전용쉼터, 노인학대 신고=언제든 노인학대로 힘들어 하고 계신 분들, 노인학대를 목격하시거나 알게 되신 분들은 망설이지 마시고 노인보호전문기관으로 연락주세요 연중무휴, 24시간 전화상담 1577-1389.

▲광주북구중독관리센터 무료 상담&주간프로그램 운영=알코올, 인터넷, 도박, 약물로 인하여 어려움을 겪고 있는 분들 대상 062-526-3370.

▲북구열린마음 상담센터 무료상담=정신건강&중독 무료상담(음주·우울·불안·스트레스·치매·인터넷) 지역주민 누구나 참여가능 062-526-3370.

▲광주남구중독관리통합지원센터=중독문제(알코올, 니코틴, 인터넷, 약물, 도박)로 고민하는 대상자와 가족에게 무료 상담, 다양한 프로그램 제공 062-413-1195.

▲광주서구중독관리통합지원센터=마음건강주치의운영=정신건강의학과전문의를 통한 중독·자살·

우울 문제 등 매주 수·금요일 오후 2시~5시 무료 상담 062-654-3802.

▲비영리민간단체 노후를 돕는 사람들 노후생애를 위한 무료교육=50세 이상 중장년층 남녀 15기 모집 주 3일(월·수·금) 1일 2시간씩 6개월간 진행. 영어, 심리상담, 생애설계, 노래, 댄스, 명심보감 등 진행. 062-223-1357.

▲사람마루협동조합 사회취약계층을 위한 복지장려서비스=기초생활 수급자, 조손가정, 무의탁 독거노인, 저소득층, 장애인(3급 이상) 장의입관용품무료지원, 장례지도사무료지원 062-369-4009.

▲지역장애인 성인 주·야간보호 서비스 실시=월·금·후 5~9시 사랑모아 주간보호센터 062-385-0422.

▲지역주민의 정신건강을 위한 열린 마음 상담센터=북구지역 5개 아파트 단지 내 지역주민의 정신건강을 위한 무료 상담소(우울, 불안, 치매, 스트레스, 알코올, 흡연, 약물, 도박, 인터넷 등) 062-525-1195.

▲지역아동센터광주지원단 방과 후 돌봄 이용안내=방과후 돌봄이 필요한 아동을 위한 보호·교육·정서지원·문화체험·식육제공 등 다양한 서비스 제공 062-522-9976.

모집

▲초록우산 어린이재단 광주가정위탁지원센터 위탁부모=부모 사망, 이혼, 실직, 가출, 학대 등으로 친부모와 살 수 없는 아이들을 일정 기간 위탁할 인원 상담 062-351-1206.

▲신창동 보은사 목련합창단 단원모집=성악 또는 찬불가 배우기에 관심이 있는 일반인 남녀, 매주 수요일 오후 1시 정기연습, 신창동 대광로제비앙아파트 후문 80미터 010-4622-7838.

▲정보기술분야 직업훈련생 모집=15세 이상 장애인 대상. 소프트웨어 개발 및 전산 사무행정. 교육기간 1년. 교육비 무료. 훈련수당 지급. 전남직업능력개발원 061-320-7024.

오늘의 날씨

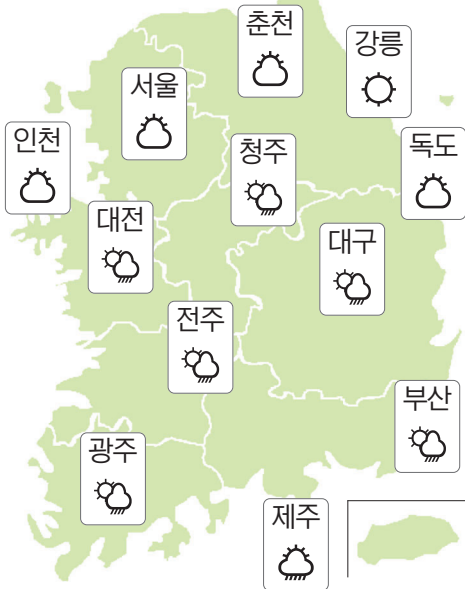
해뜨	05:50	달뜨	21:06
해짐	19:25	달짐	08:39

우산 챙기세요

5~40mm 비가 내리겠다.

광주	흐리고 비	22/27	보성	흐리고 비	20/26
목포	흐리고 비	23/27	순천	흐리고 비	22/27
여수	흐리고 비	23/27	영광	흐리고 비	22/29
나주	흐리고 비	21/27	진도	흐리고 비	22/28
완도	흐리고 비	22/28	전주	흐리고 비	22/31
구례	흐리고 비	21/28	군산	흐리고 비	22/30
강진	흐리고 비	22/28	남원	흐리고 비	21/29
해남	흐리고 비	22/28	흑산도	흐리고 비	24/29
장성	흐리고 비	21/28			

◇전국 날씨



◇바다 날씨

		오전	오후
		파고 (m)	파고 (m)
서해 남부	앞바다	0.5~1.0	0.5~1.5
	면바다(북)	1.0~2.0	1.0~2.0
	면바다(남)	1.0~2.0	1.0~2.0
남해 서부	앞바다	0.5~1.0	0.5~1.0
	면바다(서)	1.0~2.0	0.5~2.0
	면바다(동)	1.0~2.0	1.0~2.0

◇물때

목포	간조	만조
	09:24 21:33	04:16 16:26
여수	04:49 16:53	10:58 23:22

◇생활지수

미세먼지	좋음
------	----

◇주간 날씨

13(수)	14(목)	15(금)
25/32	25/33	25/34
16(토)	17(일)	18(월)
25/34	24/34	24/33