

심리치유 효과 입증한 '힐링승마'

장애재활 넘어 심리 안정감에 도움
소방관 등 PTSD 감소 긍정적 효과
HETI 세계대회에서 연구결과 발표



코로나19 의료진을 대상으로 '힐링승마' 프로그램이 진행되고 있다. 힐링승마는 말을 통해 심리를 치유하기 위해 마련된 사회공헌 활동이다. 사진제공 | 한국마사회

말이 주는 힐링의 효과는 오랫동안 주목받아 왔다. 승마는 기원전부터 장애재활 목적으로 활용됐고 현대에는 이를 학술적으로 정립하기 시작했다. 1980년 장애재활승마의 학문적 성과와 기법을 교류하는 세계재활승마연맹(HETI)이 설립되어 3년마다 세계대회를 열고 있다.

이 대회에서는 HETI에 속한 30개국 50여 단체가 교류, 협력, 교육, 연구개발 활동을 펼친다. 국내에서는 3개 단체(한국마사회, 대한재활승마협회, 삼성전자 승마단)가 소속되어 있다.

재활승마의 최신 경향과 연구성과를 볼 수 있는 '제17회 HETI 세계대회'가 우리나라에서는 처음으로 6월 7일부터 10일까지 서울 코엑스에서 열린다. '와이드 더 스펙트럼'(Widen the Spectrum·스펙트럼의 확장)이란 주제로 열리는 이번 HETI 세계대회에서는 기존 장애재활을 위한 재활승마의 범위를 일반인의 심리적 도움까지 확장하는 최근 경향을 소개한다.

아동 정신건강 및 놀이치료 전문가인 영국의 트레이시 파 톨슨은 6월 9일 총회에서 위기청소년 대상 말놀이 치료를 소개한다. 영국 노섬랜드에서 말 매개 치료센터 '턴 어바웃 페가수스'를 운영하는 트레이시는 말을 통해 입양가족, 중독치료, 대안학교지원 등의 치유 및 교

육활동을 벌이고 있다. 그는 말을 통해 위기 청소년들의 반사회적 성향을 개선하고 책임감과 자존감을 높일 수 있는 방안을 제시한다.

PTSD(외상후 스트레스 장애) 대한 연구 발표도 있다. 콜롬비아 의과대학의 유발 네리아 교수는 퇴역군인을 대상으로 연구 개발한 승마치료법의 효과와 매뉴얼을 발표한다. 이밖에 한국, 영국, 프랑스 등 5개국에서 암환자, 퇴역군, 소방관 및 방역직 종사자의 PTSD 관련 연구를 소개한다.

●마사회, 사회공헌 힐링승마 실시
국내에서도 말을 통한 심리치유 활동

이 늘어나는 추세다. 한국마사회는 2018년부터 소방직 공무원 1000명을 대상으로 힐링승마를 시작했다. 이후 '사회공헌 힐링승마'를 대표 사회공헌 사업으로 선정해 사회안전을 위해 고생하는 소방관, 교정직, 가족질병 방역직, 코로나의료진 등 공무직 종사자와 보호관찰청소년 등 약 6000여 명을 대상으로 실시하고 있다.

가족 전염병 살처분 업무를 하면서 심리적 고통을 겪는 방역직 종사자 힐링승마는 연구 결과 참가자의 스트레스 감소, 정신건강 향상 등 긍정적인 효과를 보인 것으로 나타났다. 이밖에 소방관의 PTSD 감소, 보호관찰청소년의 공감수준능력

향상 등 긍정적인 효과가 확인됐다.

한국마사회 담당자는 "코로나19로 힐링승마 활동에 제동이 걸린 상황이지만 HETI 세계대회를 통해 한층 더 효과적인 힐링을 제공할 수 있도록 재정보조하는 기회로 삼을 것이다"고 전했다.

이밖에 HETI2021 세계대회에서는 뇌성마비, 유방암 등 특정 질병에 대한 승마의 영향과 말 복지, 가상현실 등 말산업 전반의 토의와 발표들이 온오프라인을 통해 이어질 예정이다. 자세한 사항은 말산업 정보포털 호스피아(www.horsepia.com) 및 HETI 2021 SEOUL 홈페이지(www.heti2021.org)에서 확인할 수 있다. 김재범 기자 oldfield@donga.com



마사회 장외발매소, 코로나19 극복 응원

한국마사회 장외발매소가 코로나19 극복 프로젝트를 추진하고 있다. 4월 인천연수, 인천중구 장외발매소가 인근 거리와 지하철역을 중심으로 방역활동을 실시한 후 다른 지역에서도 사회공헌 활동이 잇따르고 있다. 중랑 장외발매소는 14일 지역 중랑푸드마켓을 찾아 코로나19 예방을 위한 방역 봉사활동을 펼쳤다. 주민이 안심하고 푸드마켓을 이용할 수 있도록 실내를 소독하고 방역마스크 2000매를 전달했다. 부산에서는 부산연제지사가 20일 연제이웃사랑회와 함께 청소년, 노인 가구 225세대에 먹거리 키트를 전달했다. 부산동구 장외발매소도 21일 부산시사회복지공동모금회에 희망꾸러미 지원금으로 800만 원을 전달했다.

서울·부경 경마장 신규 개업 조교사 선발

한국마사회가 서울 경마장과 부산경남 경마장의 신규 개업 조교사를 선발한다. 조교사 은퇴로 결원이 발생해 각 경마장별로 1명씩 충원한다. 지원자격은 공고일 기준 국내 더러브렛 조교사 면허 소지자다. 지원서는 30일까지 경마장 방문 또는 등기우편으로 접수한다. 최종 선정자는 6월 5일 알맹(경마관계자 행정시스템)에 공지하고 개별통지할 예정이다. 신규 개업 조교사는 지원자 중 조교사 면허를 취득한 순으로 선발한다. 선발되면 7월 1일부터 12월 31일까지 서울 경마장 마방 24칸, 부산경남 경마장 마방 24칸을 각각 부여받고 활동하게 된다.

골프



제9회 E1 채리티 오픈 공시 포토콜에서 포즈를 취한 선수들. 이소미, 장하나, 이소영, 한정원, 박민지, 박현경, 최혜진(왼쪽부터).

사진제공 | KLPGA

3주 연속 우승 도전 박민지 "나랑 잘 맞는 코스, 트로피 욕심나"

KLPGA E1 채리티 오픈 오늘 티샷 장하나·이소미·박현경 등과 경쟁

'대세' 박민지(23)가 12년 만의 대기록에 도전한다.

박민지는 28일 경기 이천시 사우스스프링스 컨트리클럽(파72)에서 개막하는 한국여자프로골프(KLPGA) 투어 2021시즌 7번째 대회 'E1 채리티 오픈'(총상금 8억 원·우승상금 1억4400만 원)에서 3개 대회 연속 우승 및 시즌 4승을 정조준한다.

지난주 두산 매치플레이 챔피언십에서 우승을 차지하며 NH투자증권 레이디스 챔피언십에 이어 2주 연속 우승 트로피를 들어올린 그녀는 시즌 초반 6개 대회에서 3승을 거두며 다승·대상 포인트(170점), 상금(4억8604만 원) 등 3개 부문에서 1위를 질

주하고 있다. 덕분에 25일(한국시각) 발표된 여자골프 세계랭킹에서 지난주보다 10계단 오른 20위에 랭크됐다. 올해 초 세계 41위였던 그녀는 2주 전 37위, 지난주 30위에 이어 연이은 우승 덕에 세계 20위까지 상승했고, 이제 10위권도 바라볼 수 있게 됐다.

무엇보다 연속 우승이란 점이 무섭다. KLPGA 투어에서 3개 대회 연속 우승은 2009년 8월 유소연(31)이 마지막이었다. 3주 연속 우승 기록은 모두 3차례 작성됐고, 서희경(2008년 8~9월·은퇴) 이후 13년 간 나오지 않았다.

승률 50%로 이번 시즌 대세임을 확실하게 박민지는 내친 김에 3주 연속 우승을 노려보겠다는 각오다. 박민지는 "사실 지금 체력적으로 정말 힘들다. 대회 전까지 충분히 휴식하고 먹는 것과 자는 것 등 컨디션

조절에 신경 쓰며 체력을 최대한 끌어올리는 것이 관건이 될 것 같다"면서도 "3주 연속 우승은 정말 욕심이 난다. 하지만 일단 톱10을 목표로 경기에 나서겠다. 이 대회에서 대부분 톱10에 들었기 때문에 컨디션 조절만 잘한다면 좋은 성적을 기대할 수 있을 것 같다"고 밝혔다.

박민지의 말대로 그녀는 신인이던 2017년 이 대회에서 34위에 그쳤지만 이후 2018년 10위~2019년 5위에 이어 지난해에도 6위에 랭크되는 등 E1 채리티 오픈에 총 4번 출전해 3번 톱10에 이름을 올렸다. "내가 좋아하는 코스이고 또 나와 잘 맞는. 평평한 코스보다는 그린이 구겨져서 공력에 신경 써야 하는 코스를 좋아한다"고 설명한 그녀는 "공이 가야 할 곳과 가지 말아야 할 곳이 확실하기 때문에 전략을 잘 세우고 그대로 해냈을 때 뿌듯함을 느낄 수 있

는 것이 이 코스의 가장 큰 매력"이라고 밝혔다.

박민지가 이번에 정상을 밟아 우승상금 1억4400만 원을 보탠다면 7번째 대회 만에 시즌 상금 6억 원을 넘어치게 된다.

박민지 외에 이소미(22) 박현경(21) 등 이번 시즌 이미 '마수걸이 승수'를 따낸 경험자들과 언젠가 정상에 오를 실력을 갖춘 장하나(29) 등이 우승을 다툰 후보들. 현재 누적상금 49억5388만 원을 기록 중인 장하나 이번 대회에서 단독 3위 이내의 성적을 기록하면 KLPGA 투어 최초로 통산 상금 50억 원을 돌파한다.

올 시즌 나란히 힘을 쓰지 못하고 있는 '디펜딩 챔피언' 이소영(24)과 대상 3연패의 주인공 최혜진(22)이 분위기 반전에 성공할지도 관심사다.

김도현 기자 dohoney@donga.com

LPGA 매치 플레이 첫 날 고진영 웃고 김효주 울고

세계랭킹 1위 고진영, 4홀차로 걸비스 제임 김효주, 앨리스 리에 5홀차 패 '이번 희생양'

4년 만에 열린 미국여자프로골프(LPGA) 투어 매치 플레이 첫 날, 태극양자들의 희비가 엇갈렸다.

세계랭킹 1위 고진영(26)은 미국 네바다주 라스베이거스 새도 크리크 골프클럽(파72)에서 열린 '뱅크 오브 호프 LPGA 매치플레이'(총상금 150만 달러·16억8000만 원) 조별 예선 1차전에서 내털리 걸비스(미국)를 2개 홀 남기고 4홀 차로 꺾었다. 초반에 1홀 차 리드를 내 줬지만 3번 홀부터 3개 홀을 연속 따내며 역전에 성공한 뒤 큰 위기없이 첫 팟을 승리로 장식했다.

올 시즌 8개 대회서 5번이나 컷 통과에 실패하는 등 부진한 모습을 보이고 있는 박성현(28)은 호주 교포 오수현에게 1홀 남기고 3홀 차로 이겼다. 유소연(31)은 라이언 오틀(미국)을 1홀 남기고 3홀 차로 따돌렸다.

세계랭킹 2위 박민비(33)와 3위 김세영(28)은 각각 무승부에 그쳤다. 제니퍼 장(미국)과 맞붙은 박민비는 1홀 차로 끌려가다 마지막 18번 홀에서 버디를 잡아내면서 가까스로 무승부를 만들었다.

LPGA 투어 마지막 매치 플레이 대회였던 2017년 로레나 오초아 매치플레이에서 우승했던 '매치 퀸' 김세영(28)도 우에하라 아야코(일본)와 승부를 가리지 못했다. 15번 홀까지 1홀 차로 끌려가던 김세영은 16번 홀을 가져오며 동물을 이뤘지만, 17번 홀을 제쳐 내 줬 다시 위기에 빠진 뒤 18번 홀에서 승리하며 결국 무승부를 만들었다. 이정은(625)도 파자리 아난나루카른(태국)과 비겼다. 이정은은 1홀 차로 앞서다가 18번 홀을 내줘 따라잡히고 말았다.

반면 세계랭킹 7위로 태극양자 중 4번째로 높은 순위에 올라있는 김효주(26)는 재미교포 앨리스 리에게 4홀을 남기고 5홀 차로 완패를 당해 '이번의 희생양'이 됐다. 김효주는 이달 초 끝난 HSBC 위민스 월드 챔피언십에서 우승하며 5년 4개월 만에 우승 트로피를 추가해 LPGA 투어 통산 4승에 성공했다.

김도현 기자

편집 | 김대건 기자 bong82@donga.com