

SERVICE INTRODUCTION · 2026

# 마음다운 마음은 관계로부터

달한 마음, 예술로 다시 흐르게 합니다

마음, 다시 움직이다 — 마음다움

"마음다움은 20년 임상 현장에서 확신하게 된 철학으로 만들어졌습니다.  
우리는 기술(Skill)이 아닌 관점(Mindset)을 가르칩니다."

## NO ANSWER

### 정답이 없습니다

완성된 그림보다 중요한 것은 그 과정에서 만난 당신의 목소리입니다. 우리는 '맞는 답'을 가르치지 않고, 당신이 '자신만의 답'을 찾아 낼 때까지 곁을 지킵니다.

## SELF-LEADING

### 스스로 길을 찾습니다

방법을 일일이 알려주는 친절함 대신, 스스로 시도하고 머뭇거리볼 수 있는 시간을 선물합니다. 진짜 배움은 스스로 손을 움직일 때 시작되기 때문입니다.

## PROCESS FIRST

### 결과보다 과정이 중요합니다

멋진 작품을 만드는 기술(Skill)을 연마하는 곳이 아닙니다. 과정을 통해 마음의 근육을 단련하는 사고방식(Mindset)을 익히는 곳입니다.

# 대한민국의 정신건강이 무너지고 있습니다

마음다움은 20년 임상 현장에서 확신하게 된 철학으로 만들어졌습니다. 수많은 정답 없는 마음들을 만나며 — 우리가 믿는 것이 분명해졌습니다.

|   |  |  |
|---|--|--|
| <p><b>문제</b></p> <p>아프고 나서야.<br/>개인에게만.<br/>말로만.</p> <p>정신의학과 심리상담은 사후 처리입니다.<br/>개인의 마음에만 천착하고, 생물학적 경감에 쏠려있습니다.</p> | <p><b>시대</b></p> <p>AI 시대,<br/>시간이 없습니다.<br/>규모도 다릅니다.</p> <p>AI가 대부분의 문제를 풀어줍니다. 그러나 사람과 사람이 만나는 경험, 신념을 가진 전문가와의 만남은 AI가 대체할 수 없습니다.</p> | <p><b>신념</b></p> <p>예방을.<br/>함께.<br/>예술로.</p> <p>아프기 전에. 혼자가 아니라 같이. 말이 닿지 못하는 곳까지. 마음다움이 20년 현장 끝에 도달한 확신입니다.</p> |
|---|--|--|

|                           |                             |                           |
|---------------------------|-----------------------------|---------------------------|
| 개인 치료<br>→ <b>사회 예방으로</b> | 전문가 독점<br>→ <b>모두의 운동으로</b> | 언어 중심<br>→ <b>예술 중심으로</b> |
|---------------------------|-----------------------------|---------------------------|

— THE MAUMDAUM WAY

## 마음다움은 **관점(Mindset)**을 배우는 곳입니다

기술은 잊혀지지만, 사고방식은 삶이 됩니다. 스스로 정답을 찾아가는 이 낯선 과정이 — 당신을 가장 '자기답게' 만듭니다.

|  |   |   |
|--|---|---|
| <p><b>NO ANSWER</b></p> <p>정답이 없습니다</p> <p>완성된 그림보다 중요한 것은 그 과정에서 만난 당신의 목소리입니다.</p> | <p><b>SELF-LEADING</b></p> <p>스스로 길을 찾습니다</p> <p>방법 대신 스스로 시도하고 머뭇거리볼 수 있는 시간을 선물합니다.</p> | <p><b>PROCESS FIRST</b></p> <p>결과보다 과정이 중요합니다</p> <p>기술(Skill)이 아닌 사고방식(Mindset)을 익히는 곳입니다.</p> |
|--|---|---|

# 마음다움 3Steps™

MAUMDAUM INTEGRATED PROCESS

도합 20년 임상 및 교육 현장 경험 끝에 완성한 독자적 통합 프로세스.  
자기·우리·세상이 통합될 때 비로소 마음이 마음으로 기능합니다.

자기다움 + 우리다움 + 세상다움 → 마음다움 (마음다운 마음 · 관계로부터)

|  |  |   |
|--|--|---|
| <p>STEP 01</p> <h2>자기다움</h2> <p>SELF-AWARENESS &amp; MANAGEMENT</p> <hr/> <p>"내 마음을 정확히 알고 돌보는 힘"</p> <hr/> <p>"내 감정인데 왜 내가 모를까"</p> <hr/> <p>"반복되는 패턴에서 벗어나고 싶다"</p> <hr/> <p>"구성원의 정서적 회복력을 키워주고 싶다"</p> <hr/> <p>"감정교육·번아웃 예방 프로그램이 필요하다"</p> <hr/> <p><b>사회정서역량</b><br/>자기감정 인식·관리 · 정신건강 인식·관리</p> <p>개인 1:1 · 집단 · 학교·기관 출강 · 대면·비대면</p> | <p>STEP 02</p> <h2>우리다움</h2> <p>RELATIONSHIP SKILLS</p> <hr/> <p>"너와 내가 연결되어 함께 성장하는 힘"</p> <hr/> <p>"연결되고 싶은데 자꾸 달린다"</p> <hr/> <p>"말하면 꼭 싸움이 된다"</p> <hr/> <p>"팀·학급의 관계문화를 바꾸고 싶다"</p> <hr/> <p>"소통·공감 역량 강화 프로그램이 필요하다"</p> <hr/> <p><b>사회정서역량</b><br/>관계 인식·관리</p> <p>개인 1:1 · 부부·커플·가족·팀 · 대면·비대면</p> | <p>STEP 03</p> <h2>세상다움</h2> <p>SOCIAL RESPONSIBILITY &amp; VALUES</p> <hr/> <p>"공동체의 가치를 품고 세상으로 나아가는 힘"</p> <hr/> <p>"나는 왜 사는지, 무엇을 위해 일하는지 모르겠다"</p> <hr/> <p>"AI 시대 나만의 방향을 찾고 싶다"</p> <hr/> <p>"진로·가치 교육 프로그램이 필요하다"</p> <hr/> <p>"학생들에게 삶의 방향과 의미를 가르치고 싶다"</p> <hr/> <p><b>사회정서역량</b><br/>공동체 가치 인식·관리</p> <p>개인 1:1 · 진로·직장인·시니어 · 대면·비대면</p> |
|--|--|---|

### — 철학적 기반

Daniel Siegel의 대인관계 신경생물학(IPNB) — 마음은 뇌 혼자 만드는 것이 아닙니다. 관계 속에서 에너지와 정보가 흐를 때 비로소 마음이 통합됩니다.

|  |  |   |
|--|--|---|
| <p>STEP 1 · 자기다움</p> <h3>수직 통합</h3> <p>몸·감정·생각이 연결되는 것. 나를 나로서 온전히 인식하는 것.</p> | <p>STEP 2 · 우리다움</p> <h3>대인 통합</h3> <p>분화된 나와 타인이 연결되는 것. 공명과 공감의 신경생물학.</p> | <p>STEP 3 · 세상다움</p> <h3>정체성·시간 통합</h3> <p>과거·현재·미래가 하나의 서사로. 세상 속 나의 자리를 찾는 것.</p> |
|--|--|---|

# 찾아오세요. 또는 찾아갑니다.

## ▶ 찾아오세요 — 개인·소그룹 세션

개인·부부·커플·소그룹이 마음다움 스튜디오로 오시거나 온라인으로 만납니다. 자기다움·우리다움·세상다움 중 지금 필요한 것에서 시작합니다.

|   |   |
|---|---|
| <p><b>STEP 01</b><br/><b>자기다움</b><br/>나와의 관계</p>  | <p>감정이 왜 이러는지 모르겠을 때. 나를 잃어버린 느낌일 때. 반복되는 패턴에서 벗어나고 싶을 때.<br/>1:1 개인 세션 · 소그룹 · ±150분 · 대면·비대면</p>  |
| <p><b>STEP 02</b><br/><b>우리다움</b><br/>너와의 관계</p>  | <p>말하면 싸움이 될 때. 연결되고 싶은데 자꾸 닫힐 때. 관계가 반복적으로 힘들 때.<br/>1:1 개인 세션 · 부부·커플·가족 소그룹 · ±150분 · 대면·비대면</p> |
| <p><b>STEP 03</b><br/><b>세상다움</b><br/>세상과의 관계</p> | <p>열심히 사는데 공허할 때. 의미를 잃었을 때. AI 시대 나만의 자리가 궁금할 때.<br/>1:1 개인 세션 · 소그룹 · ±150분 · 대면·비대면</p>          |

## ▶ 찾아갑니다 — 학교·기관·기업 출강

학교·기관·기업의 목적과 대상에 맞게 3Steps™를 설계하여 찾아갑니다. 모듈을 자유롭게 조합하고 차시도 맞춤 구성합니다.

|  |   |
|--|---|
| <p><b>자기다움 모듈</b><br/><b>감정교육</b><br/>2~4차시</p>    | <p>감정 교육, 자기 이해, 번아웃 예방. 구성원이 자기 자신과 처음으로 만나는 시간.<br/>학교 감정교육 · 직장인 심리지원 · 복지기관</p> |
| <p><b>우리다움 모듈</b><br/><b>관계교육</b><br/>2~4차시</p>    | <p>소통·관계·공감 교육. 말 없이 연결되는 경험이 팀과 학급의 분위기를 바꿉니다.<br/>학교 관계교육 · 팀빌딩 · 가족센터</p>        |
| <p><b>세상다움 모듈</b><br/><b>진로·인성교육</b><br/>2~4차시</p> | <p>진로·의미·정체성 탐색. AI 시대 나만의 방향을 이미지로 처음 상상하는 시간.<br/>진로교육 · 청소년·대학 · 직장인 · 시니어</p>   |

**모듈 조합 예시** — 자기+우리 (4~8차시) · 자기+세상 (4~8차시) · 3Steps 풀코스 (8~12차시) · 전국 출강 가능

# 함께한 학교·기관·기업

## 초등학교

- 경일초
- 동호초
- 응봉초
- 마장초
- 사근초
- 옥정초
- 송신초
- 신현초
- 갈현초
- 포곡초

## 중·고등학교

- 동마중
- 성수중
- 옥정중
- 한대부중
- 마장중
- 성수고
- 경일고
- 태릉고
- 한대부고
- 연수여고
- 금곡고
- 경기자동차과학고

## 대학교

- 한양대학교 ERICA
- 한양대학교 (서울)
- 명지대학교
- 삼육대학교
- 성신여자대학교
- 한양 미술+디자인교육센터

## 국공립기관

- 교육부
- 공수처
- 서울시
- 세종특별자치시교육청
- 한국청년기업가정신재단
- 한국과학창의재단
- 동대문 진로직업체험지원센터
- 판교스타트업캠퍼스
- 성동경찰서
- 남북하나재단

## 의료기관

- 한양대 의료원
- 다나병원
- 서울 역삼 메디스신경정신과
- 해랑소아청소년연구소

## 복지기관

- 서울청년센터 강동·창동오랑
- 용인시기흥장애인복지관
- 동대문장애인복지관
- 서울노인복지센터
- 서대문노인종합복지관
- 서초구 가족센터
- 양천구 가족센터
- 하남시 가족센터
- 성동구청소년상담복지센터
- 은평구청소년문화의집
- 신나는에프터센터
- 중림사회복지관
- 삼전복지관
- 프레네스쿨 성장학교 별

## 기업 · 기타

- 글로벌 K-POP 엔터테인먼트 (기밀)
- 세광교회
- 창업가 특강
- 진로 특강

## 직접 경험한 기관의 말입니다

"신선하다. 기존 집단 상담과 확실히 달랐다."

갈현초등학교, 담당 선생님

"평가적이지 않아서 학생들이 부담 없이 참여했다."

성수중학교, 담당 선생님

"집단 상담에서 보기 힘든 자발적 참여가 일어났다."

한양대학교 ERICA, 담당 교수

"언어로 접근하기 어려운 부분을 예술로 풀어내는 방식이 인상 깊었다."

한양대학교 의료원, 담당자

"학생들이 너무 재밌어했다. 다음에도 꼭 오셨으면 한다."

서울시, 담당자

"참여자들이 스스로 열리는 과정이 인상적이었다."

양천구 가족센터, 담당자

"이론과 실습이 균형 잡혀 있어서 참여자들이 쉽게 몰입했다."

성수고등학교, 담당 선생님

"단순한 활동이 아니라 진짜 마음이 움직이는 프로그램이었다."

동대문장애인복지관, 담당자

# 예술치료사 부부가 함께 만들고, 함께 운영합니다

"마음이 얼어버린 아이들을 만납니다. 수업 시간에 스마트폰을 보고, 옆에 앉은 사람을 감각하지 못하는 아이들. 나쁜 게 아니에요. 타인이 자신과 같은 무게를 가진 존재라는 것을 경험해본 적 없는 거예요. 마음다움은 그 경험을 만드는 일을 합니다."

## 조현우

공동대표 · 예술치유전문가

한양대학교 상담심리대학원 상담심리학 석사  
(예술치료교육 및 상담 전공)

9년차 예술치료사  
(통합예술심리상담사 외 유관 자격 보유)

건축 · 미술사 · 미디어커뮤니케이션 · 브랜드컨설팅 배경

건축에서 시작해 미술사, 미디어를 거쳐 예술치료에 이르는 여정 —  
이미지가 인간을 어떻게 구성하는가라는 질문이 일관되게 있었어요.

## 황서영

공동대표 · 예술치유전문가

한양대학교 상담심리대학원 상담심리학 석사  
(예술치료교육 및 상담 전공)

14년차 예술치료사  
(통합예술심리상담사 외 유관 자격 다수 보유)

디자인 · 패션 · 예술치료 배경

디자인을 전공하고, 예술치료사 이전 패션을 업으로 삼았어요. 14년  
동안 병원과 현장에서 수많은 마음들을 만나며 깨달은 것은 — 마음은  
고치는 것이 아니라 흐르게 하는 것이라는 점이었습니다.

"마음은 관계 속에서 만들어집니다.  
그리고 예술이 그 관계를 가장 먼저 움직입니다."

기술은 잊혀지지만, 사고방식은 삶이 됩니다.

## 문의 및 상담

개인·기관 모두 부담 없이 먼저 문의해 주세요.

전화·문자

010-5588-8415

이메일

kreatism@naver.com

홈페이지

maumdaum.com

인스타그램

@maumdaum\_official

네이버 블로그

blog.naver.com/maumdaum\_official

장소

서울 은평 · ZOOM