



원 장 김 용 서

소아청소년전문 전곡한의원 학습증진 클리닉
www.youthclinic.co.kr

엄마... 학교가기가 무서워요.

학교 갈 시간만 되면 배가 아프다는 아이 때문에 애태우는 부모가 많습니다. 특히 처음 학교에 가는 신입생도 그렇지만 방학이 끝나 개학이 다가오는 학기 초에는 더욱 그렇습니다.

실제 통계자료에 따르면 초등학교 1학년생의 약 5%의 학생이 복통 등으로 등교 거부증을 나타낸다는 보고가 있습니다.

등교거부증은 아이가 부모와 떨어지는 것을 두려워하는 '분리불안 장애'의 일종으로 흔히 복통을 호소하며 학교에 가지 않겠다고 떼를 쓰는 경우가 대부분으로 일부 께부림일 수도 있지만 실제로 통증 때문일 수도 있어 부모들의 주의가 필요 합니다.

학교 생활은 아이들이 감당해야 할 가장 중요한 과제입니다. 자칫 잘못하면 공부나 친구, 선생님과 관계 등에서 문제가 발생해 학교생활이 힘들거나, 부모님의 속을 썩이게 됩니다. 심할 경우 심신의학적 질환이 되기도 합니다.

학교생활을 방해하는 심신의학적 질환을 알아보면 다음과 같은 것들이 있습니다.

1. 분리 불안 장애

엄마와의 관계가 너무 밀착 되어 있어

낮가림이 심한 아이들이 등교 시간에 배가 아프거나, 열이 난다는 핑계를 대고 학교를 안 가려고 합니다. 이는 애착의 대상인 엄마와 헤어지는데 대한 두려움, 즉 분리불안이 심해져서 생기는 현상입니다. 엄마가 존재하고 있다는 아이들의 믿음을 위협하는 환경은 아이들의 분리불안을 증가시킵니다. 엄마에게 안정되게 애착될수록 분리불안이 적게 나타나 학교에 갔다와도 엄마가 집에 있을 것이라는 믿음을 갖게 된다면 이러한 증상은 없어지게 됩니다.

2. 행동장애

환경이 바뀌어 새로운 것들이 요구되고 더 많은 것을 참아야만 하는 상황이 주어질 때 규칙을 지키거나 권위에 대한 순응을 하지 못하는 특성이 있는 아이들은 학교 결석, 비행, 가출, 폭력적인 행동과 같은 문제를 보이기 쉽습니다. 물론 이런 행동 장애는 부모가 아이들에 대해 적절하게 지도를 할 수 없거나 정서적으로 지지를 보낼 수 없을 때 더 심하게 나타납니다.

3. 경계성 지능 또는 경도의 정신지체

지능이 정상 수준보다 약간 낮은 아이라면 초등학교에 입학한 뒤 유치원 시절

에 발견 못했던 학습 장애나 적응문제가 눈에 띌 수 있습니다. 정확한 지능검사 및 학습능력 평가를 통해 제대로 진단을 받은 후, 아이의 능력에 맞는 교육적인 도움을 주어야 합니다.

4. 주의력 결핍 과잉행동장애

학교는 유치원과 달리 자기중심적이고 충동적인 행동이 더 잘 나타납니다. 산만하여 통제력이 부족한 아이들은 선생님의로부터 부정적인 충고를 받게 되는데, 이런 지적으로 인해 학습이나 또래와의 관계에서 문제가 발생 할 수 있습니다. 주의력 결핍 과잉행동장애는 조기치료로 쉽게 고칠 수 있습니다. 나이가 들면 좋아지겠지 하는 태도는 문제해결을 더욱 어렵게 하므로 전문가에게 상담하는 것이 좋습니다.

5. 학습장애

학습장애는 첫째 인지능력의 부족 즉 지능의 저하, 둘째 심리 환경적 문제 즉 우울증 및 학교 부적응, 셋째 읽기 쓰기 셈하기와 같이 학습과 직접적인 연관이 있는 특정 뇌기능 장애가 원인입니다. 대체로 본격적인 학습이 시작되거나, 학습량이 증가하는 새 학년 새 학기에 발견되는 경우가 많습니다. 따라서 교사나 학부모들

은 새 학년 새 학기 때 더 주의 깊게 아이들의 학습태도를 관찰하여 문제가 발견 될 때에는 빨리 적절한 상담을 하여 치료를 해야 합니다.

6. 적응 장애

아이가 새로운 학교 환경에서 3개월이 지나도록 적응을 못한다면 전문가의 도움을 받아야 합니다. 상당수는 우울증이나 왕따와 같은 정서 및 환경적인 문제가 동반될 수 있으므로 조기 개입이 필요합니다.

7. 사회 공포증

낯선 사람을 만나고 사귀는 것을 지나치게 불편해 하고 두려워한 나머지 그런 자리를 지속적으로 회피하는 아이들이 있습니다. 이들에겐 낯익은 환경을 떠나 새로운 사람과 만나게 되는 새 학교, 새 학기가 취약한 시기입니다. 심신의학과 심신치료나 사회적응훈련, 놀이치료 등을 통해 공포증을 완화 시켜야만 합니다.

8. 틱 장애

눈을 지나치게 깜박 거리거나, 쿵쿵하는 소리를 내거나, 어깨나 목을 계속 흔들거나, 목을 가다듬는 소리 등 이상한 소리나 몸짓을 자신도 모르는 사이에 계속해서

내는 증상으로, 못하게 하면 더 악화되는 특성이 있습니다. 이로 인한 아이들의 정서가 나빠질 수 있으므로 조치를 취해주어야 합니다.

이상과 같은 심신의학적 질환을 염두에 두고 자녀를 잘 살피면서 준비하는 부모가 되시길 바랍니다. 아이들의 학교생활과 관련해서 초등학교 입학 전에 부모가 점검해보아야 할 몇 가지를 간단하게 소개합니다.

초등학교에 입학한다는 사실은 아이 자신 뿐 아니라 부모의 마음을 설레게 합니다. 특히 첫 아이의 경우는 더욱 그렇습니다. 학부모로서 미리 알고 준비해 주어야 할 여러 가지가 있겠지만, 먼저 자신의 아이가 초등학교 과정을 통해서 성취해야 되는 것이 무엇인가, 즉 초등학교를 다니는 목표를 미리 알고 있어야 할 것입니다.

먼저 학교는 단체 생활입니다. 친구들과 집단생활을 함으로써, 협동하고 남을 배려하는 경험을 하게 됩니다. 규칙을 이해하고 법을 준수하는 습관을 쌓아서 장차 어른이 된 후의 사회생활을 해 나가는 중요한 기초를 닦습니다. 그리고 배우고 공부하는 즉, 학습하는 경험을 통해서 "나도 할 수 있다!"는 자신감을 길러주어야 합니다. 단순한 지식의 축적이 아니라 지식을

어떻게 습득하는가, 그리고 이 학습이 주는 기쁨을 스스로 느끼게 해 주어야 할 것입니다.

바람직한 현상은 아니지만 우리나라 부모들의 관심이 이 자녀의 학습... 즉 공부를 잘하느냐 못하느냐에 많이 쏠려있는 것이 현실입니다.

먼저, 학습에 있어서 기본은 지능(혹은 지능지수 IQ)입니다. 지능지수가 70미만인 경우에는 학습의 성취가 현저하게 떨어지며, 70-85 사이라면 일반 아이에 비해서 학습 성취를 위한 시간이 많이 걸립니다. 이런 경우 학습지체, 학습지진이라는 용어로 불리는데, 지능의 정도에 따라 부모의 학습 성취에 대한 기대나 목표가 달라져야 할 것입니다. 나이에 적절한 최소한의 색이나 숫자 개념이 있는지, 문자해독은 어느 정도 가능한지, 집 주소와 전화번호는 아는가를 파악해보아야 합니다.

두 번째는 말하고 읽고 쓰는 능력, 수업 중에 주어진 시청각 정보를 이해하는 능력, 운동능력, 기억력이나 정보처리 능력과 같은 학습과정에 필요한 여러 능력에 대한 점검이 필요합니다. 이런 능력들 중 하나라도 문제가 있게 되면, 전체적인 지능은 정상범위에 들더라도, 읽기, 쓰기, 산수와 같은 특정 과목의 성취에서 어려움을 겪게 됩니다. 정상 또는 정상 이상의

지능지수를 가졌고 정서적 혹은 환경의 문제가 없는데도 불구하고, 학습과 관련된 뇌 기능의 특정영역에 결함이 있는 경우를 학습장애라고 부릅니다. 문제되는 영역에 대한 정확한 평가를 통해 아이의 특성에 맞는 특별한 방식의 집중적인 교육이 필요합니다.

셋째, 원만한 학업성취를 위해서는 아이가 집중력이 있어야 합니다. 보통 주의가 산만하다, 활동이 부산하고 나댄다, 조금하고 참을성이 없다는 아이들에서 이 집중력이 떨어지는 경우가 많습니다. 그 정도가 심한 경우를 주의력결핍 과잉행동장애라고 부르는데, 초등학교 아이들의 학습성취를 방해하는 비교적 흔한 원인입니다. 약물치료와 상담을 통해 집중력이 개선되면, 학습 성취가 눈에 띄게 향상되는 경우를 자주 봅니다.

넷째, 원만한 학습을 위해서는 정서적인 안정이 되어야 합니다. 부모와 떨어져서 학교에 가는 것을 불안해하거나, 지나치게 부끄럼이 많고 어린양이 많은 경우, 자신감이 없고 위축된 아이들에게 학업성취를 기대하기는 어렵습니다. 불안하고 우울한 아이는 부모 상담이나 놀이치료 등을 통해 정서적 문제를 치료해주어야 원만한 학교생활과 학습 성취를 달성할 수 있습니다.

한방과 건강

다섯째, 공부에 대한 동기가 있어야 합니다. 과도한 부모의 기대나 관심은 오히려 학습 동기를 떨어뜨리므로, 적절한 정도의 격려와 칭찬이 필수적이라고 봅니다. 스스로 공부하는 습관을 길러주고 그 결과에 대한 따뜻한 배려를 해 줄 필요가 있습니다.

여섯째, 학습을 위한 원만한 환경이 제공되어야 합니다. 부모의 불화가 끊이지

않거나, 결손 가정에서 자란 아이들이 자신의 능력을 발휘하기는 매우 어렵습니다. 행복한 가정에서 자란 아이가 공부도 잘 한다는 것을 잊지 말아야 합니다.

이외에도, 보고 듣는데 문제가 있는 시각 장애나 만성적인 신체질환도 학습 성취를 방해할 수 있으므로 부모의 적절한 도움을 필요로 할 것입니다. 🧐

