

학생_수기-4

학업중단 예방 사례 응모분야						
지도자 및 교원				학생		
				■		
사례명	어둠을 넘어 빛을 찾아					
응모자	학교	○○○○○○○	학년		성명	○○○
학업중단 위기원인	학교생활 부적응과 질병					
학업중단 예방 프로그램 참여 일자(기간)	‘22.09.01.~’현재					
<p>모든 인생에는 예상치 못한 시련과 도전이 있습니다. 제 인생도 예외는 아니었습니다. 어린 시절, 저에게는 큰 시련이 찾아왔고, 그 과정을 통해 많은 것을 배우게 되었습니다. 이 글에서는 제 경험과 극복의 여정을 나누고자 합니다.</p> <p>저는 15살 때 마음의 병이 생겼습니다. 점점 학년이 올라갈수록 학업 스트레스로 인해 우울증 초기 증상이 나타났지만, 모든 사람들이 겪는 우울감인 줄 알고 가볍게 넘겼습니다. 하지만 점점 날이 갈수록 우울감과 특히 코로나 시기가 더해져 우울증이 더 심해졌습니다.</p> <p>16살부터 우울과 공황은 더 심해졌습니다. 다양한 방법으로 자살 시도와 여러 번의 자해를 했고 약물 과다복용으로 응급실을 자주 가곤 했습니다. 저는 어린 나이에 의사 선생님께 입원을 권유받았고, 당일 바로 저는 입원을 했습니다. 아직 배울 것들과 학교라는 사회 공간 안에서 성장해야 했을 저는 마음의 건강을 위해서 치료를 전념했습니다. 그리고 저는 중학교 마지막 졸업 고사를 치르지 못하고 중학교를 졸업했습니다.</p> <p>하지만 마음의 감기처럼 찾아온 줄 알았던 우울증은 마음의 암이 되어갔습니다. 점점 시간이 지나가며 건강은 악화되었고 이 마음의 병이 회복될 기미가 보이지 않자, 저의 가족들은 점점 지쳐갔습니다. 어머니께서 제가 응급실을 자주 오고 갔을 때 오래전에 해주신 말씀이 있었습니다.</p> <p>“내가 지쳐서 널 포기하게 될까 무섭다.”</p> <p>어머니께서 이 말씀을 해주셨을 때 너무나도 죄송한 마음이 한없이 들었습니다. 항상 가족들의 짐만 되었던 저는 결국 어머니 아버지와 자퇴에 대한 이야기까지 했습니다.</p> <p>“이런 내가 뭘 할 수 있을까? 그저 나는 앞으로 살아갈 목적도 없고 오히려 내가 이 세상에 없어진다고 하더라도 아무도 슬퍼하지 않을 거야.”</p>						

이 말을 수십번 반복하며 매일 밤을 울며 잠이 들었습니다. 독한 약을 먹을수록 폭식과 수면시간이 불안정했으며 자기혐오로 뒤덮인 채 고등학교를 입학하게 되었습니다.

제가 고등학교 1학년 새 학기부터 학교생활 부적응이 바로 시작된 것은 아니었습니다. 병원 진료와 상담센터를 주기적으로 갔지만 친구들과 연락을 전부 끊은 탓에 일상 대화를 다 잊어버렸습니다. 그러나 친구들이 저에게 먼저 다가와 주었고 여자고등학교에 생활해서 친구들과 거리감 없이 지냈습니다. 친구들과의 관계는 좋았지만, 점점 거세지는 마음의 병을 감당할 수 없었고, 약에 의해 쏟아지는 졸음과 수업마다 친구들에게 미안함을 느끼며 보건실과 상담실에 갔습니다. 또한, 사람들이 많은 곳을 가지 못해 급식도 먹지 못했습니다. 저희 고등학교에는 운동장이 없어서 지하에서 체육수업과 음악 수업을 했습니다. 지하에 대한 무서움이 있어서 지하철조차도 타지 못했던 저는 체육, 음악 수업에 참여할 수 없었습니다. 지하에 내려가는 시도와 연습을 했지만, 매번 실패했으며 이러한 학교생활로 인해 매일 밤을 울며 좌절감에 빠졌고 저는 더욱더 작아졌습니다.

저는 중학교 때부터 과학 중 물리라는 과목의 매력에 빠져 대회 수상과 장학금을 받았습니다. 물리가 제 인생을 즐겁게 만들어준 유일한 친구라고 할 수 있을 정도로 좋아했습니다. 고등학교 때 영재학급에 면접을 보고 들어갔지만 갈수록 학교 부적응과 잦은 질병 조퇴로 인해 결국 영재학급 첫 수업도 참여하지 못한 채 나가게 되었습니다. 그날 저는 이런 제가 너무 화가 났고 불쌍했습니다. 제 인생의 목표가 사라졌고 더 이상 무언가를 할 힘도 나지 않고 무기력했습니다. 조별 과제를 할 때마다 친구들에게 피해를 주었던 저는 항상 친구들에게 미안함을 느꼈고 저와 조별 과제를 하는 것을 꺼리는 친구들이 많아서 항상 눈치를 보며 학교생활을 했습니다. 그렇게 학교생활과 일상생활의 힘들음을 느낀 저는 상담 선생님의 추천으로 위탁대안학교를 찾아 상담을 받았습니다.

고등학교 1학년 2학기 때 적응 교육을 통해서 위탁대안학교인 ○○○○학교 학생이 되었습니다. 처음에는 학교에 적응하는 데에 있어서 굉장히 힘들었습니다. 선배님들과 같은 학급에서 수업을 받는 것이 적응이 안 되었고 많은 대안 교과와 실습으로 적응하는 데에 쉽지는 않았습니다. 하지만 용기를 내어 선배님들, 또래 친구들과 대화도 하고 1학년 2학기 겨울을 잘 마무리하게 되었습니다.

2학년 새 학기는 마음을 다잡고 제대로 된 학교생활을 하려 노력했습니다. 대안학교에 있어서 그런지 본교 친구들과는 어색한 사이가 되었습니다. 또한, 반 배정 후 처음 본 친구들이 워낙 많아서 당황했지만, 열심히 학교생활을 하기 위해 큰 노력을 했습니다. 학교에서 오랜만에 끝까지 수업도 들어보고 친구와 대화도 나누어보려고 했지만, 학교생활에 있어서 부적응들과 학업 스트레스로 인한 질병이 또다시 생겨 또 다른 난관에 부딪혔습니다. 하지만 좌절과 실패를 많이 겪어봤던 저는 다시 일어나 본교에서 1주일 동안 생활했습니다. 하지만 오래가지는 못했습니다. 결국 학업중단 숙려제를 쓰고 4월 ○○○○ 학교 재수탁을 신청해 1년간 생활을 했고 정말 열심히 수업과 수행평가를 치르며 2학년 전체 내신 평균 등급 2등급을 받게 되었습니다.

제가 열심히 학교생활 한 이유 중 하나는 목표가 생겼기 때문입니다. 저의 목표는 다른 친구들보다도 일찍 시리고 괴롭고 아팠던 시기를 보냈지만, 미래에는 그 시기를 웃으며 다시 이야기를 할 수 있는 사람이 되는 것이 저의 목표였습니다. 그 누구보다도 절실했고, 진심이었기 때문에 더 열심히 학교

생활을 할 수 있었던 것 같습니다. 그렇게 저는 지금까지도 이 목표를 가지고 생활하고 있습니다.

고등학교 3학년이 된 저는 위탁 대안학교인 ○○○○학교 회장이 되어 힘든 시기를 겪거나 도움이 필요한 친구들에게 좋은 영향력을 끼칠 수 있는 사람이 되려 노력하고 있습니다. 지금 저는 고등학교 1학년 때 꿈꿔왔던 생활을 하고 있습니다. 아직 마음의 병이 다 회복되지는 않았지만 그런데도 불구하고, 좌절과 포기를 하지 않으며 학교생활뿐만 아니라 일상생활도 열심히 하고 있습니다.

어릴 적 저는 저 자신이 아주 나약하고 쉽게 무너지는 성격을 가졌었습니다. 하지만 많은 실패와 도전으로 인해서 더 강해지고 굳세졌습니다. 이 글을 읽는 여러분들도 생각보다 훨씬 더 강한 사람입니다. 지금의 어려움도 결국 지나갈 것이고, 그 과정에서 더 단단해질 것입니다.

여러분의 여정이 어둠을 지나 빛을 향해 나아가면서, 그 과정에서 얻는 모든 교훈과 성장이 여러분의 삶을 더욱 풍요롭고 의미 있게 만들어 주기를 진심으로 바랍니다. 어둠을 지나, 그 빛을 향해 나아가는 여러분의 길에 항상 희망과 용기가 함께하길 기원합니다.

시리고 아팠던 과거가 언젠가는 자신이 자랑스럽게 이야기할 수 있는 소중한 에피소드가 되기를 바랍니다. 그 시절의 아픔이 현재의 여러분을 더 강하고, 지혜롭게 만들었음을 믿어주세요. 여러분의 여정이 이 모든 고통을 넘어, 더 밝고 아름다운 미래로 이어지기를 진심으로 기원합니다.

긴 글 읽어주셔서 감사합니다.