

우리들의 정신건강은 ②

“고3 엄마병”

정동철/정동철 신경정신과 병원장
한국임상성학회 회장

학기가 시작됐다.

그러나 변한 것은 없다. 별나게 더웠던 여름이라고 해서 피서는 고사하고 방학마저 없었기에 변할 것이 없는 것이다. 있다면 태산 같은 걱정만 늘어나는 것뿐이다.

이제나 저제나 기대하던 성적은 오르지 않고 관심은 일류대학에서 지방대학으로까지 이어진다. 실수였고, 실수했거나 자위하던 점수는 제자리는 커녕 뒷걸을 질이다. 무거운 마음을 달리 달릴 길이 없는 것이다.

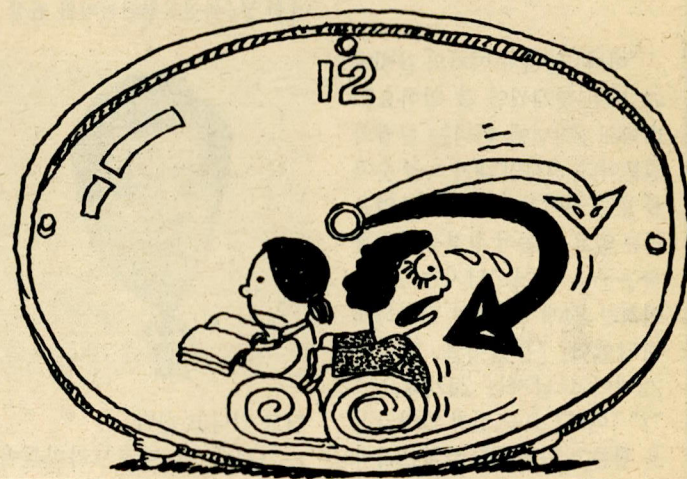
고3병은 옛 얘기다. ‘수험생 어머니병’이 계절병처럼 유행하고 있다는 것이 우리의 현실이다. 정신과 의사는 연중행사처럼 더불어 빠빠지기 시작한다. 누구부터 어떻게 손을 쓰는 것이 최선의 길인지, 그것이 집집마다 다르고 복잡하기 때문이다.

우선 어머니부터 거론하는 것이 좋겠다. 모든 것은 당사자의 노력과 책임에 달려 있겠지만 그들이 최선을 다할 수 있는 따뜻한 쉼터가 보장되는 것은 어머니의 건강과 직결되고 있는 탓이다.

수험생 어머니병이라고 부를 때 대체로 몇 가지 특징이 있다.

불면증에 시달린다. 밤에 수험생과 함께 잠을 자지 않아서 그렇다 치고 낮잠이라도 붙어야 했는데 그것이 안된다.

가슴이 울렁거리고 철렁철렁



내려앉곤 한다. 누가 자살을 했다던가, 아무개 성적이 앞서가기 시작했다던가, 아니면 희망하는 대학교의 선호도가 높아졌다는 등 뭔가 조금이라도 관계가 됐지 싶은 건 불안해서 견딜 수가 없다.

부부생활이 안되고 몸 여기저기 아프지 않은 곳이 없어지니 자연 얼굴은 무겁고 후회하면서 수험생자녀와 번번이 입씨름을 한다. 막상 내과적 병이 없다는 진단이 의심스러울 정도로 그렇게 불편한데도 신경성으로 치부되어 그야말로 울화와 짜증만 만발한다.

급기야 수험생 자녀의 모든 생활에 뛰어들어 자신이 곧 수험생인 양 착각을 지우지 못하고 파국을 맞는다.

칠십만 수험생의 어머니가 다 이렇지는 않을 것이다. 분명히

그럼에도 너무 많은 어머니들이 열병에 시달린다. 물론 정신의학 적 진단병과는 무관하다. 굳이 말한다면 스트레스를 극복하지 못하는 성격이 문제라 말할 수 있다.

그렇다. 이런 어머니들의 공통적 성격을 보면 거기에 역시 유사한 특성이 있다.

도대체 싸움에서 진다는 것을 용납할 수 없는 성격이다. 어떤 수단을 써서라도 이겨야 하는 것이다.

시계에 노예가 되어 있는 성격이라 인생을 시계에 맞춘다. 그것도 둥근 시계판 인생이 아니라 감빡 감빡 초단위의 숫자표시 인생이 되어 한치의 오차도 인정하지 않는다. 자는 시간, 깨는 시간 그리고 먹는 시간과 씻는 시간을 제외하곤 숫자표시에 얽매어 자녀의 생활을 꿰어 맞추

는 것이다. 인생을 파양된 썰듯 그렇게 보는 것이다.

책임감이 투철한 성격이다. 한번 한다 하면 끝장을 보는 철저한 성품이 있다. 오늘 할 것을 내일로 미룬다는 것은 용납되지 않는다. 융통성이 없는 것이다.

경계심이 매우 발달한 성격이다. 사방에 고성능 안테나를 설치하고 극성스런 정보수집과 분석에 여념이 없다. 결핍 의식하고 질투하고 미워하며 선민의식에서 좀처럼 벗어나지 못한다.

자녀는 당연히 자신의 분신이며 따라서 자기와 같은 인간형이나 아니면 자신이 바라는 모양을 갖추지 않으면 안된다고 믿는 성격이 있다.

갖고 있는 모든 재산을 투자하는 그런 성격도 갖는다. 돈만의 애기가 아니다. 몸과 정신의 자원을 몽땅 투자하는 것이다.

결과는 수험생 자녀의 숨통을 막아 놓는다는 것이다. 자녀는 초고속 컴퓨터 이상의 의미를 갖지 못한다. 가능한 한 많은 자료를 입력 저장하기만 하면 된다. 시험문항에 반사적으로 응답할 수 있는 그런 장치로서 족하다는 것이다. 생각하는 인간, 느끼고 행동하는 자율적 인간은 필요하지 않다.

불행하지만 그러나 자녀들은 그렇게 되어 주지 않는다. 인간이기에 결국 그들은 그들의 정체성을 발휘하기 시작한다. 어머니에

겐 혁명적 도전에 해당한다. 문제의 병이 생기는 발단이다. 원인이 아니라 계기가 된다. 고3병이 폭발하던가 ‘수험생 어머니병’이 나뉘는 둘중에 어느 하나는 생기지 않을 수 없다. 동시에 나타날 수도 있다.

급하다. 어떻게 해야 옳은가? 성격을 고친다는 것은 당장엔 기대하기 어렵다. 포기할 수도 없다. 이치를 모르는 바도 아니다. 자녀의 인생은 그들의 인생이기에 그들이 할 수 있는 뒷바라

지 이상의 것은 의미가 없다는 것을 모르는 사람은 거의 없다. 그럼에도 되지 않는 이유는 무엇인가 하는 것이다. 깊고 아리송한 얘기는 정신과 의사와 의논하고 우선 유행병 예방을 위해 자신에게 다시 한 번 정신적 면역 주사를 놓는 것이 최선의 길이 아닌가 한다.

“분을 불끄듯 하고 욕심을 물 막듯 하라” 근사록(近思錄)에 있는 주사약이다.