

“특별대우” 부담 ... 자기 확신 가져야

수능시험 앞으로 14일 - 전현수씨의 도움말



◇ 전문가들은 수험생에게 가장 중요한 것은 적절한 긴장 상태를 유지하는 것이라고 강조한다.

대학입학 수능능력시험이 14일 앞으로 다가 왔다. 지난 일 년 가까이 답사자인 수험생은 물론이고 부모, 학교선생님이 하나가 되어 불철주야 노력한 것이 11월 23일 한번의 시험으로 평가된다.

이럴 때 수험생에게 가장 중요한 것은 적절한 긴장상태를 유지하는 것이다. 정신상태가 너무 풀어진다면 엄청난 많은 학습량을 감당하기 어렵고 그렇다고 너무 긴장되어 있으면 마음이 급해지고 학습능력이 저하된다. 여유있으면서도 몰두할 수 있을 정도로 긴장되어 있는 것이 가장 효율적이다.

잠도 마찬가지로, 많이 자면 안되지만 정신적, 신체적인 피로가 풀릴 수 있는 정도로는 자야 한다. 수험생들이 불안하다 보니 공부시간 수를 확보하기 위해 잠을 줄이는 경우가 있는데 이것은 매우 위험한 생각이다. 왜냐하면 낮에 공부한 것을 우리의 머리 속에 확고히 자리잡을 수 있게 하는 작업이 잠자는 동안에 일어나기 때문이다. 낮에 아무리 열심히 해도 어느 정도 충분한 잠을 자지 않으면 기억으로 남지 않는다.

시험은 알 것을 알면 협력할 수 있지 몇시간 공부했나로 되는 것이 아니다. 어떤 학생은 공부시간 수만 채우고 뭔가 어떻게 잘 되겠지 하고 위안을 삼는데 몽롱한 머리상태에서 아무리 많은 시간을 공부해도 별로 효과가 없다.

그리고 자기에게 맞는 공부를 해야 한다. 지금까지 공부한 것을 잘 돌아봐서 부족한 것을 보충해야지 다른 사람들이 중요하다고 해서 부덕하고 따라 해서 안된다. 시험은 다 안 맞아서 합격한다. 어차피 내가 모르는 것이 있을 수 밖에 없

다. 내가 공부한 것이 완벽하지는 않지만 이만큼은 했다고 하는 자기 것에 대한 확신이 있어야 앞으로 남은 기간 동안 흔들리지 않고 공부한 것을 잘 마무리지을 수 있다.

다음으로 수험생의 부모는 어떻게 해야 할까. 대부분의

수험생들은 부모가 자신들을 위해서 “특별대우”를 하거나 신경을 쓰면 스트레스가 되고 부담이 된다고 하면서도 부모가 충분한 관심을 갖지 않는다고 늘 불만을 사운하고 불안해진다고 한다. 적절한 수준의 관심과 배려가 중요하다고 하였다. 어떤 정도가 적절한 수준인지 알기 위해서는 수험생의 입장에서 생각한다면 알 수 있을 것이지만 잘 모르겠다면 수험생에게 직접 물어보는 것이 좋다.

공부는 마음이 편안하고 주위에 신경쓰이는 일이 없을 때 제일 잘 된다. 수험생을 둔 집에서는 이런 것들을 주의해야 할 것이다. 부모가 기도를 하여 자기 자신의 마음을 정화시키는 것도 도움이 된다. 수험생을 둔 부모로서 불안하게 되면 그것이 수험생에게 어떤 형태로든지 부정적인 영향을 줄 수 있는데 그런 불안한 마음이 기도로서 가라앉고 차분해지면 수험생을 위한 길이 진정 무엇인가를 수험생의 입장에서 생각할 수 있게 된다.

〈신경정신과 전문의〉

만 화

법구경

○대수(對句)의 장○

진실을 진실인줄 알때가...



이시철이 가까이와 지면서 신경정신과 병원을 찾는 수험생이 있다는데

어떻게 해야 이 문제를

먼저 수험에 대한 스트레스에서 벗어나게 해줘야 합니다

부모님들이 대학 진학만이 인생의 전부라는 관념부터 깨야 합니다

흥! 저런 소리 하면서 자기 아이한테 안그럴걸

우리 두칠인 괜찮을까요?

다 헛소리야 다른걸 애들 소리지 우리완 상관없어

아버지 저 친구랑에 잠깐만 뭐야!

아! 얼마 수능시험이 내일 모레인데

친구는 무슨놈의 친구야 들어가 공부나 해

대학 못들어가고 인간 대접 받나

당신 가서 공부 하니 안하니 살펴봐

어머나 어... 어모 큰일 났어요

뭐... 뭐야? 두... 두칠이가 이걸두고...

이러나 아버지 똥이 나오시도 저는 아무리 공부해도 대학 갈 자만은 없어요

이리고 두칠이

당신은 우리 친이한테 공부 공부 하진 않았는지?

그런 중일 저 혼자 방에 들어앉아 공부만해서 걱정이야

진심을 거짓이라 생각하고 거짓을 진실이라 생각하는 이 그릇된 소견 때문에 끝내 진실에 이를 수가 없다

이이... 이놈이 이럴수가

결국 돌밖에 들어갈 수 없는 이 주머니에

셋을 우겨 넣는다면

그 결과는 자명하겠 아니겠습니까?

기만! 그리고 보니

진리가 오르면 지나치게 힘이 풀어나는것 같은데

운동을 별로 하지 않아서 그런가봐요

돌 들어갈 주머니에 셋을 넣었다가 어떻게 되는지 당신도 잠깐만

많이 뛰어야 할 나이에 먹고 가만히 앉아 공부만 하는건 안돼

그렇다고 아이가 먹는걸 못먹게 할수 없잖아요

그러니까 먹는것 만큼 운동을 시켜 소코 하게 해 줘야지

돌딱하기 싫어하는 아이인데 어떻게

와! 내가 아바보다 빠르다

당신하고 나하고 다투니까 진이도 저렇게 신나게 나서잖아

그래서 애들은 어른의 뒷모습을 보고 자인다고 했나봐

진실을 진실인줄 알고 진실이 아닌것을 진실이 아닌줄 알면 이런 사람은 그 바른 생각 때문에 마침내 진실에 이를 수가 있다

매일 새벽 학계사 찾은 조명숙 보살

“무조건 공부하라고 채근하기보다는 하루 하루를 기도하는 마음으로 아이와 함께 했어요” 수능능력시험과 본고사로 바뀌어진 입시제도때문에 어느 때보다 힘들고 혼란했던 지난해 대학입시때 아들 세호군을 무사히 대학에 합격시킨 조명숙씨의 말이다.

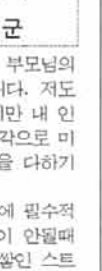
나의 체면담

함을 마치고 온 세호가 열 마를 따라 걸에 갔다고 나 선 것이 다. 얼마 다. 얼마 함께 부 처 남 전에 삼



좁은문 힘차게 통과 고려대 이병호 군

호군은 “대부분의 친구들이 부모님의 기대를 가장 부담스러워합니다. 저도 예외는 아니었습니다. 그렇지만 내 인생의 주인은 바로 나라는 생각으로 미래를 위해 마지막까지 최선을 다하기로 마음먹었지요”



“공부 채근보다 마음기도로”

열심히 공부하는 시간에 집에 와 쓰러져 잠드는 아들을 보면서 한편으로 무척이나 속상했다는 조명숙씨는 “아에서에만 태우느니 열마로써 할수있는 최선을 다해보자는 생각에 백일기도를 시작했다”고 한다. 집 근처 화계사를 새벽마다 오르내리며 하루도 빠짐없이 108배를 하면서 부처님께 드린 기도는 아들을 일류대학에 꼭 합격하게 해달라는 것이 아니었다. “기도를 하려고 부처님 앞에 앉으니 눈물부터 나오더군요. 그래서 매일 제자신부터 가다듬고 지난 시간들을 참회하기로 마음 먹었지요”

배를 드리고 온 세호는 그후 본고사를 치를때까지 여러차례 화계사를 찾았고 조명숙씨도 한결같은 마음으로 기도해 매진했다. 세호군의 합격소식을 접하던날 밤이 늦도록 잠을 이루지 못하던 때였다. “새벽 2시에 세호가 갑자기 절에 가자는 거예요. 왜그러냐고 했더니 글썽, 합격하면 꼭 찾아뵙겠다고 부처님께 약속했다지 뭐예요” 그래서 새벽2시에 온가쪽이 화계사를 찾자 합격의 기쁨을 부처님과 함께 했다고.

“내인생의 주인은 나” 최선

려주었습니다”

이직 신입생들을 빚지못한듯 수줍어하는 이병호군은 고려대학교 사회학과 1학년 새내기다.

“수능능력시험을 앞두고 많은 친구들이 불안해 했습니다. 솔직히 시험날짜가 가까워지면 울수록 아무것도 손에 잡히지 않거든요” 지난해 입시를 앞둔 당시의 심정을 병호군은 이렇게 설명했다.

국어, 영어, 수학, 제2외국어 등 해야 할 공부는 많고 시간은 부족하기만하고 지금 고3수험생들도 자신과 마찬가지로 일이라고 병호군은 말한다.

95학년도 대학입시 수능능력시험을 2주 앞둔 지금 마무리학습도 물론 중요하지만 먼저 수험생 스스로가 자신을 가다듬는 것이 더욱 중요하다는 병

레스를 풀고 여너지를 재충전하기도 했다고 한다.

시험일이 가까워지고 하루종일 도서관에 앉아 책과 씨름하기보다는 평소 자신의 상태를 시험당일까지 그대로 유지했던것이 훨씬 효과적이었던 병호군은 “수십만에 이르는 대입수험생 후배들에게 자신감을 가지고 편안한 마음으로 시험에 임하라고 말하고 있습니다”라며 예비 95학번 후배들의 건투를 빌었다.

고등학교때부터 종교를 가져야겠다는 신념을 가지고 있던중 고려대입학과 함께 불교학생회에 가입, 씨름활동도 열심히 하고 있는 불자대학생 이병호군은 하루빨리 ‘선배님’ 하고 다정하게 부르는 귀여운 후배들을 맞고 싶더며 미소지었다. <이은자 기자>

명품그룹 신리받는 기술

“한국산업발전의 견인차 — 효성중공업”

종합중전기에서 첨단기술산업까지

효성중공업의 생산제품 소개

- 중전기 및 송변전 설비: 초고압 송변전 설비, 초고압 변압기, 배전 변압기 (유압, SF, GAS, 건식, Mold, Amorphous), 초고압 GIS, GCB, DS, 각종 배전반, 용접기 및 변전설비, 철강, 철구조물
- 산업용 기기 및 설비: 원동기, 증기터빈, 크레인, 수동, 적도, 산업설비, 환경보전 및 수처리설비, 각종 기계장치, 화학장치, 수처리설비
- 화전기기: AC전동기, DC전동기 및 Drive System, 방출형 전동기, AC모터, 브레이크 모터, CLS 전동기, 발전기, 각종 특수전동기 및 정동기
- 전자기 및 FA: 자동용접, UPS, 프로그래머블 컨트롤러 (PLC), 수 배전반, 전력 감시계장치, 분산형 제어 시스템, 계측설비, 각종 컨트롤러, 교류전압 검출기, 개폐기 (MG, MS), 배전용 차단기 (NFB), 전동차전기 (VCB)
- 건설: 교량설비, 수력발전, 각종 건축 공사

