

學齡期 精神保健問題를 위한 考察

柳 淳 馨

(東海精神科醫院長)

I

學校라는 교육 기관은 학생의 행동 장애에 대하여 다음과 같은 두 개의 기능을 갖는다. 즉, 하나는 바람직한 教育課程을 작성하여 적극 추진하고 建設的인 훈련 방법으로 정서적 조절의 부족한 점을 예방한다. 또 한 가지는 環境에 잘 適應못하는 학생을 판별하여 그 적당한 시점에 노력하는 일이다. 다시 말해서, 첫째는 교육 및 지도로 행동의 장애를 예방하고, 둘째로는 행동 장애를 가지고 있는 학생을 판별하여 치료를 돕는다.

우리들의 학교에서 보면 사실상 행동 문제를 가지고 있는 학생이 많기 때문에 이들을 1次的으로 담임 교사 및 상담 교사의 지도를 받게 하고, 必要할 경우 精神科醫師에게 의뢰하도록 한다.

교사가 학생을 가르치면서 문제아의 치료에 대한 정보를 제공하는 일 이외는 敎室에는 행동상 문제를 가지고 있는 학생을 위한 특별한 시설은 없다.

그리고 사실상 교사와 학생은 매일과 같이 만나고 그렇게 크게 상호 대립되는 의견이 있는 것도 아니고 해서 학생 중에서 일어나는 행동 장애에 관한 증상을 발견 못한 채 지나칠 때가 많다. 교사는 학생의 도벽, 자만심과 같은 非社會性이나 신경질적인 性格異常 등을 잘 파악해야만 한다.

II

정신적 및 정서적 난점을 예방 또는 교정하는데 특별한 規則이나 萬能藥은 없는 것이다. 대부분의 경우 個人差를 참작한 개별적인 치료가 시행되어야 한다. 이때 다음의 각 항은 參考가 되는 중요한 사항이다.

(1) 精神, 肉體 및 靈은 서로 분리하기 힘들 정도로 結合되어 있으나 첫째로 留意할 것은 학생 개개인의 肉體的 健康에 기초를 두어야 한다.

따라서 이를 위해 週期的으로 의사나 치료사의 상담을 구한다는 것은 精神保健을 위한 필요한 投資로 보아야 한다.

(2) 本質적으로 중요한 것은 健康異常 또는 過勞의 예방에 있다. 만일에 이런 것이 是正이 안될 때 전염에 대한 저항의 약화뿐 아니라 불행한 일련의 증상을 초래하기 쉽고, 생활 태도는 우울하여지고 個性은 위축된다.

(3) 학생은 정상한 정서 생활을 유지하도록 하여야 한다.

모든 종류의 자극, 특히 과도한 흥분을 될 수 있는대로 피하여야 한다. 風說家의 말에 귀를 기울인다거나 그를 찬양한다든지 하는 일은 삼가야 한다.

(4) 平和時는 물론 戰時에도 踴躍하여 활동한다는 것은 가치있는 立身을 志す하도록 한다. ☐

(5) 어떤 事物이나 狀態에 대하여서나 솔직하고 公正하며 讀書, TV나 라디오 聴취, 學問의 工夫, 계몽 및 托의에 參與하려고 힘쓰도록 한다. 정신면의 분석에 관심을 갖고 현재의 生活에 입각한 生活信條를 알고 이를 더욱 배양하게 한다.

(6) 人間의 知識, 비판적 思想, 윤리적 추구의 성취에 關하여 逆行하지 않도록 한다. 人間은 습관에 따라 生活한다는 ことを 이해하여야 한다. 따라서 근본적으로 중요한 ことは 進進한 습성을 갖게 하는 こと이다. 즉, 생물학적 本能 즉 노동, 유희, 휴식, 수면 또는 배설 등에 關한 습성은 물론 정서적 또는 정신적 습성 즉, 성공적인 책임 完수, 기회 의 포착 등에 關한 습성도 중요시하여야 한다.

(7) 어떤 疑心이나 困窮에 처했을 때 가장 가까운 친구나 어른을 찾아서 상담하게 한다.

(8) 自己自身을 더 알기 위한 努力을 하는데 熱心하여야 하며, 自己의 義務를 다하여야 한다. 人間性에 있어 꾸준히 進進하도록 노력하고, 어떠한 일을 할 때에 그 目的이나 目標의 達成을 위한 努力의 重要性을 인식하도록 한다. 더 나아가서 自己의 向上을 위한 努力이 그쳐서는 안된다.

(9) 人間은 과거의 歴史를 보나 우리가 당하

고 있는 現實을 보나 苦痛이나 불안이 항상 우리와 함께 있다는 ことを 알아야 한다. 우리가 현명치 못할 때 공포, 불안, 憂鬱에 지고 만다. 이와 같은 일이 없이 될 수 있으면 우리가 정상적 活動을 계속하도록 노력하여야 한다. 그러면서 進進한 意味의 有모어는 人間의 不和를 없애는데 효과 있는 일이라는 ことを 알아야 한다.

(10) 靈的 힘은 人間의 모든 힘 中에서도 가장 강한 힘으로서 쓰여진다는 ことを 알아야 한다.

個人이 어떤 ことを 믿는가 확인해야 한다. 즉, 어떤 개인이든지 의식적으로나 無의식적으로나 信仰의 價値가 인식되어야 한다. 信仰이란 힘의 저장고를 보유하도록 한다. 각 개인은 좀더 나은 生活을 할 수 있게 信仰을 갖고 발전시켜 나가게 한다.

III

위의 각 항의 內容은 精神保健問題를 해결해 나가는데 敎사, 學生, 學부모 또는 精神保健에 직접 參與하는 의료인 등에게 必要한 こと이다.

精神保健에 關계되는 問題는 一律인 것도 단순한 것도 아니다. 각 개인 의 선천적 및 후천적 環境에 따라 또 성장과 發育에 따라서 다양하게 나타난다.

그러나 한 가지 공통적인 ことは, 어떤 精神保健問題이든지 慎重하게 검토되고 持續적이고 最善의 努力으로 해결에 대한 대책을 세워야 한다는 事實이다. ☐