

# 學校에 있어서의 精神保健

金 命 鎬

(延世大保健大學院長)  
(學校保健協會副會長)

## I. 緒 論

오늘날과 같이 청소년을 지도하기 힘들 때는 없었다. 말을 바꾸어 설명하자면 청소년 문제가 급증하고 있다는 뜻이다. 따라서 많은 인사들이 이에 대한 개탄의 소리를 높이고 있다. 그러나 이와 같은 현상이 왜 일어나고 있는가, 그 원인과 그러한 일에 대한 예방적인 대책 수립에 관해서는 성의가 부족한 것 같다.

청소년 지도는 이들의 유아일 때 늦어도 국민 학교 아동기에 있어서 학부모를 중심으로 한 가정·학교 및 우리 사회가 책임지고 우리 어린이들을 잘 가르치고 잘 지도했다면 이들이 장성해서 문제를 일으키는 일이 없을 것인데 하는 개탄이 앞선다. 따라서 이제부터라도 현재의 유아기나 아동기에 처해 있는 어린이를 잘 보살펴야 할 것이다. 이러한 뜻에서 학교에 있어서의 精神保健은 매우 중요한 것이다.

건강의 개념의 변천으로 인해서 건강에서 정신면의 건강이 중요시된 것은 벌써 반세기 전부터이다. 世界保健機構(WHO)에서 정의한 바와 같이 健康이란 단순한 질병과 허약이 없을 뿐더러 육체적·정신적 및 사회적 안녕 상태를 말하고 있다.

정신적 건강이 육체적 건강에 비하여 손색없이 중요하다는 것은 설명을 요하지 않는다. 그러므로 급일 공중 보건 분야에서는 精神保健이란 새

로운 분야가 점차 중요시되어 가고 있으며, 우리의 文化生活의 영위에 있어 문화 수준이 높으면 높을수록 또 생활이 기계화되면 될수록 精神保健의 要求度는 더 절실하다.

精神保健의 定義는 여러 가지로 말할 수 있지만 ‘精神保健이란 개인이 자기 자신의 환경에 만족할만한 정신적 및 정서적 적응을 잘 할 수 있게 돕는 科學인 동시에 藝術이다’라는 정의는 긍정하고 싶은 것이다. 학교에 있어서 교육 본연의 목적 달성을 위하여 精神保健이 얼마나 중요한가에 대하여는 우리 나라 教育法에도 명시된 바이다.

이 목적 달성을 위하여는 각 학교에서 건전한 학교 보건의 계획과 추진이 이루어져야 하며, 이 학교 보건 사업의 중요한 일부로서 精神保健은 취급되어야 한다. 각 개인이 원만한 성장과 발육을 이루며, 그들의 문화를 즐기면서 능력 있고 속달한 생활을 할 수 있도록 하기 위한 교육이나 精神保健의 목적은 근본적으로는 일치되는 것이다. 따라서 학교에서 物的(이학적) 環境이 중요한 것과 같이 精神的 環境도 중요하다.

## II. 全般的 考察

개인의 행동은 어느 정도 그가 생활하고 있는 환경의 지배를 받아 이루어진다는 것은 자명한 사실이다. 유년기에 그의 가정, 학교 및 그가 사는 지역 사회는 그의 인격을 형성하는데 큰 영향

을 주며, 장래 成人生活의 기반을 닦는 데도 중요한 영향을 주게 된다. 만일에 가정, 학교 및 지역 사회가 개인에게 유익하게 작용할 때는 개인은 성공적이며 행복한 생활을 영위할 수 있다. 그러나 반면에 그와 같은 것들이 불량하게 작용 할 경우 그가 성장하여 成人生活을 할 때 환경 조절을 하기 힘들 정도로 개성이 편굴하게 되기도 할 것이다.

가정은 어느 개인이든지 학령기에 처해 있는 사람에게 가장 중요한 역할을 한다. 5~6세의 어린이는 그의 지식의 대부분을 가정 환경에서 배우게 된다. 그후 학교는 가정에 이어 큰 영향을 학동에게 주게 되고 따라서 학동의 성장과 발육에 가정과 학교는 공동으로 책임을 지게 된다. 어린이가 점차 성장함에 따라 미성년기에 이르면 지역 사회는 가정과 학교와 함께 큰 영향을 주기 시작한다. 생각 깊은 부모는 귀엽고 사랑스러운 자녀를 어렸을 때는 물론 학령기에도 그 성장과 발육을 살펴본다.

학생들은 자라가는 동안 여전히 그들의 부모와 또는 기타 가족의 친절한 지도와 지원을 필요로 한다. 그들이 그들의 가족에게 바치는 충성과 봉사하는 칭찬을 받으려는 생각으로 변해가고, 그들의 가족들과 즐긴다. 그러나 이 시기에 있어서 어린이의 個性은 날로 복잡성을 띠게 된다. 이 個性은 그가 그 자신을 이해하는데 더 많은 도전을 받게 된다. 思考能力과 성장하는 독립성은 자기에 관한 이유가 서로 일치 안되는 경우를 많이 갖게 된다. 우리들의 자녀가 우리의 의견에 대하여 질의를 시작할 때 또는 그들 자신이 뚜렷한 생각을 갖고 있는 것을 볼 때 과연 우리의 견해는 우리 자녀보다 우월한가 하고 의심하게 된다. 이 시기에는 어렸을 때와 같이 건강에 대한 유의를 하지 않게 된다. 어린이가 질병에 가장 잘 걸리는 위험한 시기인 학령 전기를 지나면 부모는 자연히 자녀에 대한 주의나 배려를 덜하게 된다.

어린이는 그 자신을 위하여 대부분의 시간을 지낸다. 부모는 그들의 자녀가 그들의 안중에서 벗어나 행동하고 있어도 염려를 하지 않게 된다. 즉, 간단히 말해서 어린이는 자기 충족을 위해서

자기 방향을 자신이 정하고 자기에게 오는 동기에 대응하는 시기에 들어간다. 그렇지만 여전히 어린이들은 부모와 가깝고 그들로부터 배려·사랑·동정을 받고자 하며, 자기를 내세우기도 하고 친구도 좋아하며, 때로는 활기있고 열심이며, 유능하며, 기본적으로 움직일 때도 있으며, 가끔 창조를 즐긴다. 그러나 학교가 학생의 지도 보호에 필요한 정신적 건강의 책임을 완수하는 일에 충실을 기하지 못한 것이 사실이다. 그 사실은 학생의 정서적 요구가 경시되며 학생의 탈선된 행동이 빈발한 예를 보아도 알 수 있다. 더 나아가서 오늘 이 나라의 정신 질환의 증가를 가져오는 데도 영향을 주게 되었다.

개인은 어린이 시대에 그의 근본적 행동 체계를 배우게 된다. 또 이 어린이 시대에 그는 육체적 관리, 즉 좌위, 보행, 질주, 투환 등을 배우게 된다. 또 이 때에 사회 생활의 복잡한 것을 알기 시작한다. 타인과 어떻게 놀고, 어떻게 일하고, 답소하는가를 배우게 된다. 점차 회화와 기록법을 배우고, 숫자에 대한 개념을 갖게 된다. 또 정서적인 면도 배우기 시작한다. 자의적 또는 환경의 조절이나 때로는 공포심과 같은 불안이나 반대로 자신을 배운다. 망상적·적극적 또는 기본적인 것과 자기 억제 등을 배운다. 정신 동요가 크면 클수록 그는 그 주위에 대한 조절에 있어 원치 않은 기전을 더 많이 배우게 된다. 따라서 학교는 어린이의 정상적 정서 발육을 위한 환경의 준비에 노력하여야 하고, 어떤 장애 요인이든지 제거하여야 한다. 결론적으로 성격, 개성 및 사회 적응은 개인의 精神保健에 중요한 영향을 주는 태도 형성과 밀접한 관계를 갖는다. 학생의 건전한 발육을 위하여 다음의 7개 항목이 강조된다.

- 1) 각 학생에게 성공에 이르는 것을 알 수 있는 기회가 부여되도록 한다.
- 2) 각 학생에게 자신을 설명할 수 있는 기회를 준다.
- 3) 각 학생이 그들의 사상을 질서있게 통합할 수 있게 주의집중력을 양성한다.
- 4) 학생에게 필요시는 효율적인 행동을 취할 수 있도록 가르친다.

- 5) 학생이 정상적 대인 관계를 맺고 있는가를 관찰한다.
- 6) 우애있고 행복스러우며 즐겁고 안락한 교실 분위기를 조성하게 한다.
- 7) 학생에게 적절히 설 수 있게 한다.

### III. 學校教育과 精神保健

학교는 학생을 하나의 인간으로 취급하기보다 단순한 정신적 존재로만 취급하기 쉬우나 실은 인간의 일부분인 정신 뿐만 아니라 '인간' 자체가 교육의 대상이라는 것을 인식하여야 한다. 학교는 총괄적으로 학생이 적응할 수 있어야 할 것인데, 학생의 요구를 받아들이지 못하고 비건설적인 영향을 학생에게 줄 때 그렇게 안되는 수가 많다. 학교는 엄격한 '精神訓練場所'라는 생각은 벌써 그릇된 것이다. 오래 전부터 육체적 건강과 발육의 중요성이 학교에서는 강조되어 왔다. 유희, 경기, 운동 시합, 기타의 형식으로 체육이란 학교 기능의 중요한 부분으로 취급되어 온 것이 사실로 학생의 개성, 인내심의 양성은 특히 중요하다. 선천적 지능이 정신면의 성격 조성에 가치있는 것이며, 학생의 생활을 성공적으로 이끄는 정신은 정신 자체의 기본적 질보다는 정신력에 기인하는 것을 알 수 있다. 학생이 어떤 문제를 해결할 때까지의 인내에 있어 가장 중요한 성격을 지니는 데 학교는 중요한 역할을 하게 된다.

### IV. 學校精神保健과 教師의 役割

교사는 그와 함께 생활하는 학생에 대한 광범위한 이해를 가져야 한다. 그는 학생의 個人差와 그가 원하는 기본적 요구에 관하여 명확한 개념과 精神保健에 관계되는 개인의 행위에 관한 기본 요소를 알아야 한다. 교사는 다음과 같은 성격의 발전에 참여하게 된다. 즉, 자기보다 어린 학생이나 동물에 대한 친절미, 가정과 학교에서의 협조심, 공정심, 운동 경기에 대한 관심, 취미, 설화, 자기 물품의 대여, 타인의 소유물의 귀중한 취급, 원한의 조속한 망각, 단체 참여, 단체 규제의 복종심 등 어린이에서 일어나는 일들이다. 교사는 항상 그가 가지고 있는 심

리학적 원칙에 관한 지식을 더하여야 한다. 즉, 자기 학습의 각 학생이 어떻게 학습에 적응하고 있는가를 파악하여야 하며, 이런 점을 종합하여 볼 때 교사의 책무는 다음과 같다.

- 1) 자기 학습의 학생의 과거와 현재에 관하여 알아야 한다.
- 2) 가급적 세밀히 학생의 흥미, 요구 및 가치관을 관찰하고 그것들을 충족시키도록 한다.
- 3) 그가 맡고 있는 학습의 관심과 흥미에 관하여 주기적으로 조사와 연구를 한다.
- 4) 학교 기록, 성적표 등을 조직적·규칙적으로 정리한다.
- 5) 학생에 대한 계속적인 정보나 기록을 타교사와 서로 교환하도록 한다.
- 6) 학생에 대하여 타교사와 상담하고 어떤 약정된 사항이 있으면 잘 추구되어야 한다.
- 7) 학부모와 자주 만나서 학생에 관하여 상의를 하고, 학생에 관하여 의견 교환을 하는 데 노력한다.

이상 열거한 사항은 학생에 대한 깊은 관심을 강조한 것으로 교사에게 극히 필요한 사항들이다. 교사는 학생이 어떤 결점을 가지고 있든 없든 간에 학생을 깊이 이해하여야 한다. 학생에 대한 이러한 이해는 효과적인 교수를 위해서 뿐만 아니라 학습을 위생적으로 관리하는 데에 절대로 필요한 기본적 요소가 되는 것이다.

만일에 이러한 이해가 결여될 때나 또 그러한 사실을 학생이 알게 되면, 마치 보호자로부터 여러모로 거절당한 때와 같은 반응을 일으킨다. 個性을 존중한다는 원칙을 파악 못한 교사는 그가 가르치는 학생 전부 또는 일부로부터 보통 지지를 못받게 된다. 우리는 교사의 精神保健에 관하여 깊은 관심을 가져야 한다. 교사는 개인 생활 또는 공적 생활을 통하여 여러 가지 불안을 가지고 있는 사실을 알아야 한다. 그 중에서도 3대 여건으로서 지역 사회의 교사에 대한 미온적인 태도, 봉급의 저액, 미숙한 정신 상태에 있는 어린이와의 계속적인 접촉을 말할 수 있다.

### V. 건전한 教師와 學生關係

좋은 師弟關係를 유지하기 위하여 학생은 정

서면에서 안정되어야 한다. 교실의 전반적인 분위기는 자유롭고 친절감이 있어야 한다. 교사는 학생의 정서적 요구를 이해하여야 하고, 일정한 과정을 가르치는 데 많은 고려를 하여야 한다. 학급 전체를 잘 만들기 위해서 처벌 수단을 취할 수도 있지만 교사는 학생에게 공포심을 주는 지도 방법을 절대로 사용하여서는 안된다. 학생에게 정서적 불안정감을 조성시킨다는 것은 여러 가지의 행동 문제를 가져오게 한다. 좋은 사제 관계는 교육의 목적 달성을 위해서는 다음과 같은 것이 요구된다.

- (가) 학생에 대하여 깊은 관심을 갖는다. 학생을 사랑하며 학생에게 참다운 사랑을 보여준다. 각급 교육 과정을 연구하고 이해하여야 한다. 각 학생의 관심, 요구, 장단점, 문제를 알려고 노력하여야 한다.
- (나) 개성을 존중한다. 학생을 가르치되 물품같이 취급하여서는 안된다. 학생의 個人差를 인식하고 위신을 세우고 학생의 생각이나 행동하는 것을 귀히 여겨야 한다. 교실 내에서는 인내심이 요구되지만, 학생이나 교사의 이러한 인내로 불필요한 자극이나 긴장을 초래하는 일이 없도록 하여야 한다.
- (다) 학생 각자가 안정감, 인정감, 소속감을 갖도록 하고, 그룹의 일원이란 것을 인식시킨다. 교사는 학생에게 어떤 계획의 성취로 오는 유체감을 주도록 한다. 학생과 교사가 어떤 일을 공동으로 계획한다는 것은 중요한 일이다. 학생 자신들만의 계획이 불충분할 때는 교사는 이를 도와주도록 한다. 교사는 학생이 자신의 능력을 어느 정도인가 잘 이해하도록 도와주고 그 능력을 계획에 이용토록 지도한다. 학생에게 자신의 행동에 대해서 전적으로 또는 부분적으로 그 책임을 느낄 기회를 주도록 한다. 교사는 학생에게 그가 하기 힘든 일을 시켜 정신에 불안감을 주지 않게 하여야 한다.
- (라) 유모어 의식을 가지고 학생이 행복하고 재미나는 가운데 있게 한다. 그와 함께 웃게 하고 그를 울지 않도록 한다. 교사는 비방이나 신랄한 화법을 삼가야 하며, 어색한

분위기가 아닌 근면하고 행복한 환경을 조성하도록 노력하여야 한다.

- (비) 교사는 모든 학생을 공평히 취급하여야 하고, 죄에 대하여 객관적이며 무사하여야 하고, 건설적 태도로 인도한다. 그리고 학생이 자신의 잘못을 통하여 배우도록 한다. 가치있는 일에 대하여는 사회적 인정을 받을 수 있다는 것을 칭찬을 통하여 알게 한다.

## VI. 精神的 教室環境

학교에서의 精神保健에서 중요한 것은 教室環境이며 그 내용은 다음과 같다. 이 중에서도 가장 중요한 것은 교실이란 무대에서 주연을 하는 교사의 인격이나 역할이다.

### (1) 教師의 人格

교사가 갖추어야 할 자격의 중요한 2대 조건으로서 교사는 전염성 질환에 이환되어 있어서는 안되며, 정신적으로 안정되어야 한다. 교사는 세밀한 대인 관계를 유지하는 직업 중의 하나이다. 매일의 학교 생활에서 교사에게는 크나큰 정서적 요구가 소원된다. 참으로 좋은 정서 상태를 언제나 유지하고 있지 않으면 교사 생활이란 너무나 힘든 직분일 것이다. 만일에 좋은 정서 상태를 유지하지 못하면 교사로서의 직책에서 벗어날 뿐만 아니라 아동에게 유해한 영향을 줄 것은 물론이다. 사제 관계로 인하여 교사의 언동은 곧 아동의 태도, 또는 거동에 반영되고 아동의 상호간에 있어서까지 영향을 준다. 다시 말하자면 교사가 아동과 대하는 데 있어 그 학교 경험이 적극적 또는 소극적이냐, 건설적 또는 비건설적이냐에 의하여 그 영향이 다르다. 우리는 임상적 경험이나 인간에 관한 여러 가지 연구를 통하여 배우이란 배우는 사람과 교사의 인간 상호 관계에서 이루어지는 경험에 기인된다는 것을 명백히 알 수 있다.

### (2) 教室의 組織

교실에 있어서의 교사에게 부과된 지도에 관한 많은 연구를 통하여 다음 표와 같은 비교가 가능하다.

교실에 있어서 교사의 역할은 참으로 어려움

△ 민주주의 지도하에서 교육받은 아동에게서 흔히 볼 수 있는 행동 특징	△ 전제주의적 지도하에서 교육받은 아동에게서 흔히 볼 수 있는 행동 특징
(1) 진취적이다(자진해서 할 일을 발견한다). (2) 참여한다(활동하고자 하고 협동적이다). (3) 책임감이 있다(지도자가 없어도 책임있게 일한다) (4) 단결적이다(외부 간섭에 대한 방어를 한다) (5) 화목 정신이 있다(환담, 미소를 띄기를 좋아한다). (6) '우리'라는 생각('우리'라는 말을 항상 잘 쓰고 남을 도우려고 한다). (7) 지도자가 되고 싶어하고 무슨 과업이든지 하고 싶어 한다.	(1) 의타적이다(무엇이나 물어보고 하고 지도자의 승인이 있어야만 한다). (2) 고립한다(단체에서 떨어져 나간다). (3) 무책임하다(지도자가 없으면 일에 성의를 안낸다) (4) 파벌적이다(파에서 파로 나누어져서 협동하지 못한다). (5) 적대시한다(상호간 싸움이나 모략하기 좋아한다). (6) '나'라는 생각('나' 라는 말을 자칫하면 쓰고 이기적이다). (7) 수동적이고 지도자가 되기를 원하지 않고 과업에 도 의욕이 없다.

일 중의 하나이다. 즉, 너무나 아동들에게 자유를 주고 방치하면 교사로서 학생들을 관리도 못하고, 그들에게 좋은 영향을 줄 수도 없거니와 그렇다고 하여 너무나 완고하고 엄해서는 학생들에게 주는 영향은 과도한 구속과 지배가 되고 만다. 이상적인 지도란, 위에 말한 양자의 중간에 속할 것이며, 이러한 지도를 함으로써 학생들에게서 좋은 행동을 얻을 수 있을 것이다. 교실에 있어서 좋은 배움의 분위기를 가져오게 하고, 더 나가서 교사로서의 임무를 다할 수 있는데 대부분의 교사가 자기 자신의 성질이나 인격이 직접적이고 깊은 관계가 있다는데 대하여 무관심하기 쉽다. 민주주의적인 교실 분위기에서만 신성한 교사로서의 직책을 다 할 수 있는 것이다. 학과에 대한 깊고 완전한 지식이나 그 교수의 준비, 교수에 있어서도 발표 방법, 기회의 포착 등도 물론 중요하지만, 교실에 있어서 교사 자신이 계획하는 과정은 교사와 각 아동의 목표와 학급 전체가 원하는 목표 즉, 이자간의 조화에 노력하여야 한다. 훈련에 있어서도 너무나 심하든지 엄하게 하여 역효과를 내지 말고 합리적 제한을 가진 자유를 허용하도록 노력하여야 한다.

(3) 個人差의 認識

각 아동은 어디까지나 학급의 일원인 동시에 일개의 개인이다. 즉 지식, 개성, 욕구, 흥미 및 목표 등에 있어서 각각 상이하다. 그러므로 교사는 자기 학급에 대하여 맹목적으로 산술 평균

적인 개념을 가질 것이 아니라 각 아동별 파악에 힘써야 한다.

(4) 緊張, 恐怖, 動搖 및 不平의 除去

심리학적으로 아동은 소극적이거나 이러한 긴장, 공포, 동요, 불평 등의 요소를 가지고 있어 교사 자기만의 노력으로 이것을 교실에서 제거한다는 것은 힘든 일이지만 그래도 교사의 노력 여하에 의해서 많이 제거 또는 감소시킬 수 있다.

(5) 教師와 學生關係(前述)

(6) 學生相互關係

학생 상호 관계는 각 학생의 학교 생활 경험에 있어 중요한 경험의 하나이다. 학교 생활에 있어 교실에서 급우들과 지내는 대인 관계에서 얻어지는 아동의 경험은 그의 여생을 통하여 영향을 줄 수 있다. 즉, 그의 個性의 일부로서 존속해 간다. 그러므로 교사는 어느 학급에서 고립되지 않았는가? 또는 누가 지도자인가? 상호 관계에 있어 평안한가? 불평이 없는가? 등등을 알기 위하여 힘써야 한다. 그리고 어떤 상호 관계가 가장 요망되는가를 지도하기 위하여 극, 작문, 의견 발표회 등을 이용하는 것도 좋은 방법이다. 교사는 단지 교실에 있어서 학과에 대한 교수나 습득만을 일삼는 것이 아니고 교실에서 다같이 인생을 공부한다는 태도로 나가야 한다.

(7) 團體役割

교사는 어떤 일은 교사 자신보다 아동의 학급이란 단체에 대한 충성심에 호소하는 것이 더 효율적이라는 것을 알고 이 충성심을 잘 쓸 줄 알아야 한다. ☐