

‘평생학습 새 삶을 두드리다’ 수기 공모전

부문	학위과정	성명	허 지 미
제 목	배움을 통한 변화		
<p>안녕하세요? 저는 올해 46 살이 된 하지미라고 합니다.</p> <p>2015 년 한양사이버대학교 상담심리학과에 입학하여 중간에 한 번 휴학을 하고 5 년이라는 시간 끝에 올 8 월에 졸업을 하게 되는데요. 그동안 엄마로서 한 집안의 가장으로서 회사인으로 학업을 병행해온 제 자신에게 뿌듯함을 느낍니다.</p> <p>고등학교 졸업 후 20 년이라는 시간이 지나서 시작한 저의 배움의 계기는 사실 고통에서 비롯되었다고 할 수 있는데요. 저는 고졸로 20 년은 넘는 사회 생활 동안 월급의 차등과 보직의 어려움에도 그냥 그냥 지내면서 가정을 꾸리기에 바빴습니다.</p> <p>그러던 중 부끄러운 이야기지만 제가 사기를 당하게 되고 이혼을 겪게 되면서 심적으로 고통스러운 나날을 보내게 되었어요. 종교생활을 하고 힘든 운동도 해보고 각종 희망 강연을 들으면서 의지를 다졌지만 저의 마음 속 깊은 곳의 분노와 원망을 없애질 못하겠더라고요. 도대체 마음을 다 잡으려 해도 내 마음이 내 마음대로 되지가 않더라고요.</p> <p>그러다가 심리학자들은 사람의 마음을 뭐라고 할까? 학자들은 사람의 마음을 어떻게 정의하고 가르치는 걸까? 사람의 마음을 알 수가 있을까? 라는 생각을 하게 됩니다.</p> <p>그래서 심리학을 배워 보기로 결심하게 되었죠. 괴로움에 대한 답을 찾고 싶었거든요. 검증된 학문을 통해 배우면 확실히 알 수가 있을 거 같았거든요.</p> <p>뭐 지금에 와서 생각해 보면 참 웃긴 발상 이기도 합니다.</p> <p>내가 내마음을 몰라 남에게 묻는다? 그것도 돈을 들여가며 4 년 동안이나? 아마 고통이 크지 않았다면 시작할 일도 아니었을 것입니다. 저의 이런 절실함이 인생의 방향을 전환하는 계기가 되고 성장이라는 값진 선물이 되어 돌아왔던 거 같습니다.</p> <p>이렇게 시작한 공부는 저의 패기와는 다르게 한마디로 매우 어려웠습니다. 20 년여 만에 시작한 공부라 녹록치 않으리라고 생각은 했지만 온라인 수업방식의 생소함에 당황했고 매주</p>			

새로 시작되는 강의를 좇아 가기에 바빴으며 당최 들어 본적 없는 심리학 용어들에 제 머리와 귀는 따로 노는 느낌이었습니다. 게다가 회사일은 바쁘고...

그래서 뒤 1학년 1학기 때 성적은 5 과목 중 2 과목이 F 였고, 3 과목이 C 였습니다.

아 이런 이렇다 이도 저도 안되겠다 싶어 휴학을 했습니다.

2016년 재도전! 한번의 실수는 좋은 경험이 되어 차츰 공부하는 방식을 터득하게 되었습니다. 우선 출퇴근 시간이 길었던 저는 스마트폰으로 강의를 수강하기 시작했고 한번도 출력해본 적 없던 교안을 출력하게 되었으며 학교 행사에 참석하여 정보를 얻기 시작했습니다. “네? 같은 강의를 3~4 번씩 듣는다고요? 교안을 처음부터 끝까지 3 번을 정독하신다고요? 아 그러면 A+ 를 받는다고요?”

와우 그동안 제가 안이하게 공부를 했다는 걸 깨달았죠. 점수가 그냥 얻어지는 게 아니구나 A+ 는 아니더라도 수업에 정성을 기울여야 하겠구나. 우선 강의실에 들어가 평가기준을 살피고 과제물과 제출일을 확인하기 시작했으며 지각 수강이 없도록 미루지 않고 강의를 수강했습니다. 그랬더니 2016년 1학기 성적에 C 는 없었습니다. 그리고 A 도 없었고요. 그래도 만족했습니다. 아 이렇게 하면 되는구나 싶었죠. 2학기 성적엔 A 도 A+ 도 나오기 시작했습니다. 휴학한 학기 보충을 위해 계절학기도 수강하게 되었는데 짧은 학기동안 많은 양을 배우기에는 나로서는 무리구나 라를 느끼며 차츰 공부의 요령도 터득하게 되었습니다. 교수님들의 수업 운영방식도 시험 출제 방식도 다들 다르네... 그럼 이번에는 요렇게 7 과목을 한 번들어 봐야겠다. 와우 A+ 4 개나? 차츰 자신감이 생기기 시작했고 심리학 용어들에 익숙해져 갔습니다. 상담에 대한 어렵풋한 개념도 형성되고 나도 상담을 할 수 있을까? 라는 생각이 들면서 성적에 대한 성취감이 점점 커지게 되었죠. 학과에 소개된 로드맵에 따라 자격증 관련 과목과 필수 이수 과목을 확인하며 수강표도 적절하게 짤 수 있었죠.

그렇다면 처음에 의문을 가졌던 사람의 마음에 대해서... 고통에 대한 답을 얻었을까요? 글썄요 각종 이론을 접할 때 마다 맞아 그래 이래서 내가 괴로운 거였구나... 사람의 심리에 대한 다양한 접근 방식을 알게 되었죠.... 그러나 핵심은 고통의 근원을 알고 나 자신의 문제를 해결할 수 있느냐 이죠. 먼저 답을 알려드리자면 알 수 있고 해결할 수 있다. 입니다.

그러나 2018년 1학기 때까지는 아니었죠. 그럼 2018년 2학기 때 무슨 중요과목이라도 수강했나 고요? 중요과목은 아니고요. 한양사이버대학교 상담센터에 인턴시험을 보게 됩니다.

운 좋게도 합격을 하게 되었죠. 이 때부터 이론은 실체가 되고 나의 한계를 보게 됩니다. 고통을 안고 온 내담자의 문제를 제대로 파악도 못하고 따뜻한 말 한마디 건네지 못 했던 나를 돌이키게 되고 내담자의 문제가 내 문제가 되고 이해를 넓히고 배움에 더 정성을 쏟게 됩니다. 그동안 머리 속의 개념들이 아 이래서 이런 이론이 발생하게 되었구나 하며 선구 학자들의 업적에 감탄도 하게 됩니다. 그리고 나의 문제를 해결하지 못한 채 다른 이의 고통을 치료한다는 거에 대한 한계가 오기 시작합니다. 제 경우엔 상담에 진전이 없었어요. 예를 들면 이런 거죠. 내가 나의 엄마에 대해 분노와 화가 있는데 내담자 역시 엄마에 대한 분노와 화가 있다? 이 문제를 주제로 고통받는 사람을 돕겠다? 어림없는 얘기가 됩니다. 그러나 상담센터를 찾아오는 이가 나의 수준에 딱 들어 맞는 문제만 가진 사람이 온다? 그럴 리가 없겠죠.

저는 제 안의 문제들을, 행동들을 살피게 됩니다.

아 난 내 문제에 빠져서 나만 힘들 다는 식의 생각에 너무나 오랫동안 빠져 있었구나. 그 감정에 얽매어 있었구나... 그러니 다른 이의 절실한 목소리를 알아보지 못하구나 하~ 같이 더불어 사는 세상에 공감과 소통없이 독불장군처럼 나를 고수하고 있었구나... 물론 안다고 해서 그동안 형성해온 저의 성격이라 든지 생활 습관이 원하는 이상향으로 딱 바뀌는 것은 아닙니다. 고로 고통의 문제도 싹 해결을 본다는 거는 아니죠... 다만 문제를 제대로 인식하기 시작했다는 겁니다. 그동안의 고수해온 방편들에 전환을 피하기 시작한 거죠.... 마치 20년여 직장생활의 한계를 느끼면서도 수동적으로 대응해 왔던 삶의 방식에서 고통의 문제를 해결하기 위해 스스로 학습을 하고 적극적으로 성취하려는 능동적인 사람으로 변화하게 되는 것처럼요.

아마 저의 변화와 성장에 점수를 준다면 A+가 되지 않을까라고 조심스럽게 말해봅니다. 왜냐하면은 2015년 1학기 F 2개 C3개에서 2018년 1학기 5과목 모두 A+ 받았거든요. 물론 성적과 성장이 같다고 할 수는 없죠... 다만 대응하는 방식과 문제 해결 능력이 향상되었다는 점에서 나도 잘할 수 있는 사람이라는 자기 효능감을 가지게 되었다는 겁니다. 가난을 탓하고, 나이를 탓하고, 환경을 탓하며 내가 공부를 한다고? 할 수나 있을까 하는 자괴감마저 지녔던 한 사람이 보다 적극적인 배움을 향해 전진하게 되었죠. 학과에서 진행하는 학습 경진전략 대회에 참가하여 PPT 자료를 만들고 배워보지 못한 이론을 독학도 해보고 공개적으로 발표도 하는... 그리고 대상을 수상하게 되었다는, 인턴이라는 나와는 좀 상관없어 보이는 잘하는 사람이 모이는 곳에 도전도 하고 선발되고 만만치 않은 인턴생활이지만 모든 과정에 성실히 임하고 있는 나 자신을 발견합니다.

그리고 꿈을 꾀니다. 아 내가 좋은 사람은 아닐 수도 있고, 좋은 상담자도 아닐 수도 있지만 성장하는 사람으로 노력하는 상담자가 되어 보자... 그리고 꼭 도움을 주고 있는 상담자가 되어 있자... 이렇게요...

상담자의 길이 또 녹록하지는 않습니다. 석사과정을 거치고 박사과정을 거치는 단계들이 있으니까요. 그리고 상담치료적 접근은 많은 연구와 여러 시도를 통해 기존의 이론과는 다른 새로운 영역들이 보고되고 있습니다. 아마 평생 연구하며 새로운 접근법들을 공부해야 하겠지요. 특히 근래에는 자기자비와 마음챙김의 높은 치료 성과에 학계로부터 주목을 받고 있는데요. 각광받고 있는 이 두 개념이 불교적 가르침과 상당한 연관성이 있다고 생각하여 저는 불교상담전문대학원을 가려고 준비 중에 있습니다.

처음의 저라면 내가 석 박사? 사실 꿈도 꾸지 못한 단어들이었습니다.

하지만 졸업 후 원하는 대학원에 지원하기 위해 사전 준비를 하고 있는 저를 발견합니다. 또 전 할 수 있는 사람이니까요!

저의 학과교수님께서 자유게시판에 글을 올려 주셨는데요

“내 것이 아닌 것 같은 공부니까, 뒤늦은 공부니까, 웬지 티 내면 안될 것 같은 활동이니까 ... 이제껏 나는 좋은 것을 좋다고 말하지 못하고 내 욕구를 뒷전에 미루고 살았는데, 공부를 할 때는 욕심을 부려도 될까” 라는 저의 마음에 소리에 이렇게 말씀하셨습니다. “욕심 라이선스 같은 걸 손에 쥐어 드리고 싶습니다. 음식을 탐하는 것을 식탐(食貪)이라 하지만 지식에 욕심을 내는 것도 또다른 식탐(識貪)입니다. 여러분의 식탐을 적극 권장합니다.”

저는 한양사이버대학교의 잘 차려진 학습을 소화하고 더 많은 식탐(食貪)부리며 대학원에 진학할 예정입니다. 이 글을 읽는 여러분 중에 저와 비슷한 처지에서 “공부를 할 수 있을까? 하는 염려와 두려움을 가진 분께 말씀을 전하고자 합니다.

“할 수 있습니다.” 저도 할 수 있었으니까요.

우리 같이 이유 있는 식탐(食貪)을 한 번 부려 볼까요?