



# 성적 상승 5%의 비법

- 43만명 실증 데이터 분석 -

(주)진학사 청소년교육연구소

# Contents

서문

## PART I 학부모편

### 1. 성적이 오른 학생들의 동기부여 요인은?

- 1) 공부를 한 이유는 목표 달성을 위해서이다
- 2) 성취경험은 공부를 재미있게 만든다
- 3) 현실적인 목표를 세운다

### 2. 입시 전략을 잘 세우면 성적이 오른다

- 1) 계열 선택은 신중해야 한다
- 2) 고교 선택이 중요하다
- 3) 대입전략은 고3 때 세우는 것이 아니다

### 3. 자녀를 공부하게 만드는 부모의 힘

- 1) 부모와의 관계가 성적에 영향을 준다
- 2) 코칭 vs 간섭

## PART II 학생편

### 1. 성적 상승과 사교육, 비레할까?

- 1) 자율학습 시간 확보가 중요하다
- 2) 본인에게 맞는 사교육을 선택하자

### 2. 성적 상승자들의 자기주도학습법

- 1) 열심히 공부한 학생들에겐 공통된 전략이 있다
- 2) 충분한 자기학습으로 나만의 학습법을 찾자

### 3. 슬럼프, 어떻게 극복할까

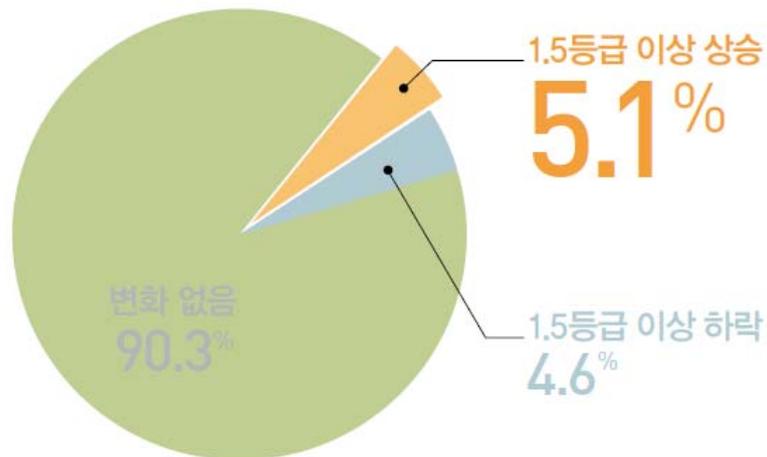
- 1) 꾸준히 노력할 수 있게 하는 원동력이 필요하다

## 맺음말

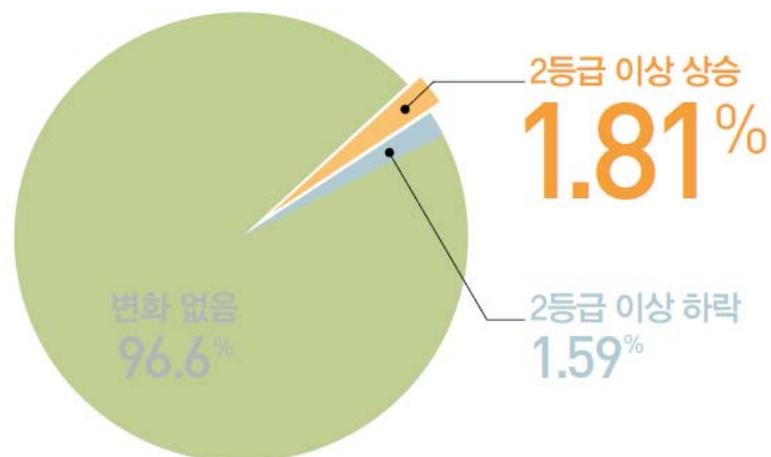
- 가장 좋은 동기부여 방법은 목표 설정이다
- 성취경험을 맛보게 하자
- 가정에서 시작하자

## 고1 성적, 고3까지 간다

(주)진학사에서 최근 3년간 고교 전 학년 내신 성적을 입력한 회원 431,002명의 데이터를 분석했다. 국어, 영어, 수학 과목군을 각 학년별 10단위 이상 입력한 학생의 성적만을 대상으로 학년별 등급을 평균하여 분석에 이용한 결과, 예상은 했지만 놀라운 결과를 얻을 수 있었다. 고등학교 1학년 때의 성적이 고3까지 유지된다는 것이다.



[고1 성적과 비교하여 고3 성적이 1.5등급 이상 변화한 양상]



[고1 성적과 비교하여 고3 성적이 2등급 이상 변화한 양상]

그래프에서도 볼 수 있듯이, 고1 성적에 비해 고3 성적이 1.5이상 오른 학생은 약 5%에 불과하다(여기서 1.5%는 진학하고자 하는 대학의 급간을 바꿀 수 있는 유의미한 성적 상승폭이라고 할 수 있다). 2등급 이상 오른 학생은 2%도 채 되지 않는다.

이 결과는 우리에게 중요한 시사점을 전달한다. 왜 고등학교 때 성적을 올리는 것이 쉽지 않은 것일까?

몸에 베인 습관은 잘 바뀌지 않는다. 공부라고 다를 게 있겠는가? 중학교 때부터 평소에는 숙제만 마지못해 겨우 하다가 시험기간에 잠깐 공부하는 흥내만 내던 학생이 고등학생이 되었다고 갑자기 열심히 하기란 쉽지 않다. 여전히 책상보다는 컴퓨터 앞, 거실 소파가 더 편하다.

또한 고등학생이 되면 공부의 난이도가 높아지고, 따라서 학습량도 자연스레 많아진다. 평소에 주도적으로 공부하고 도전심이 많은 학생은 이렇게 변화된 고등학교 공부에도 쉽게 적응하고 자신만의 공부스타일을 갖게 된다. 그러나 의존적으로 공부해오던 학생들은 어려워진 공부에 부담을 느끼며 사교육부터 찾게 된다. '사교육과 숙제'로만 이루어지는 공부가 고등학교에서도 계속 이어지는 것이다.

그렇다면 결론은 나왔다. 중학교 때부터 주도적으로 공부하는 태도를 갖도록 해야 한다. 남들이 시켜서, 시험기간이 되어서 마지못해 하는 것이 아니라, 공부의 필요성을 느끼고 평소부터 자발적으로 공부하는 습관을 들여야 한다. 그러다 보면 자연스레 자기에게 맞는 공부법도 찾게 된다. 부모들은 자녀가 자발적으로 공부를 할 수 있도록 하기 위한 동기부여 방법에 대해 고민해야 한다. 물고기를 잡는 방법을 알려 주기 전에, 왜 물고기를 잡아야 하는지 알게 하게 하는 과정이 필요한 것이다.

## 성적이 오른 학생들, 그 비결을 찾기에 나섰다

고3이 되면 누구나 열심히 한다. 적어도 고1,2학년 때보다는 긴장하기 마련이다. 누구나 열심히 하는 상황에서 성적을 올리는 것은 쉽지 않다. 아니, 오히려 예외적이라고 해야 맞을 것이다.

5%에 불과한 1.5등급 이상의 성적 상승자, 2%도 채 안 되는 2등급 이상의 성적 상승자. 비록 적은 숫자이지만, 고교시절에 성적을 향상시키는 것이 불가능한 일은 아니라는 것을 이러한 학생들을 통해 발견하게 된다.

(주)진학사는 이렇듯 쉽지 않은 상황에서 눈에 띄게 성적이 향상된 학생들을 대상으로 성적 상승의 비결을 파악하고자 했다. 전체를 5급간으로 나눈 후 고1에 비해 고3 성적이 2급간 이상 오른 학생들 1,001명에게 전화 설문조사를 실시하고, 그 중에서도 성적 상승폭이 두드러지고 우수한 대학에 진학한 학생들을 모아 추가 인터뷰를 진행했다. 성적 급간 구분과 전화 설문조사 대상은 다음과 같다.

[성적 급간 구분]

| 성적급간 | 상        | 중상       | 중     | 중하       | 하        |
|------|----------|----------|-------|----------|----------|
| 등급   | 1~2.75등급 | 2.75~4등급 | 4~5등급 | 5~6.25등급 | 6.25~9등급 |

[성적상승자 리서치 현황 (단위: 명)]

| 성적변화<br>지역             | 하→상       | 중하→상      | 중→상        | 하→중상      | 중하→중상      | 총합계          |
|------------------------|-----------|-----------|------------|-----------|------------|--------------|
| 강원                     | 1         | 4         | 22         | 5         | 18         | 50           |
| 경기                     | 4         | 32        | 151        | 17        | 131        | 335          |
| 경남                     | 1         | 7         | 36         | 9         | 34         | 87           |
| 경북                     | 3         | 6         | 22         | 2         | 35         | 68           |
| 광주                     | 0         | 2         | 3          | 1         | 12         | 18           |
| 대구                     | 1         | 1         | 16         | 3         | 11         | 32           |
| 대전                     | 0         | 2         | 4          | 0         | 9          | 15           |
| 부산                     | 0         | 3         | 20         | 0         | 26         | 49           |
| 서울                     | 0         | 9         | 65         | 3         | 54         | 131          |
| 울산                     | 0         | 1         | 5          | 1         | 3          | 10           |
| 인천                     | 2         | 2         | 21         | 2         | 26         | 53           |
| 전남                     | 0         | 3         | 18         | 4         | 15         | 40           |
| 전북                     | 0         | 2         | 6          | 1         | 9          | 18           |
| 제주                     | 0         | 1         | 2          | 0         | 2          | 5            |
| 충남                     | 3         | 5         | 29         | 5         | 21         | 63           |
| 충북                     | 0         | 2         | 13         | 4         | 8          | 27           |
| <b>총합계</b>             | <b>15</b> | <b>82</b> | <b>433</b> | <b>57</b> | <b>414</b> | <b>1,001</b> |
| <b>상위권으로 상승 : 530명</b> |           |           |            |           |            |              |

성적이 상승한 학생들에게 설문조사를 한 결과, 성적을 올리는 데에 중요한 영향을 미치는 요인들을 도출할 수 있었다. 그리고 그 요인들은 비단 학생에게만 해당되지 않는다는 중요한 사실도 확인할 수 있었다.

남들과 같은 95%에 들어갈 것이냐, 스스로에게 도전장을 내밀어 남들보다 앞서 나가는 5% 안에 들어갈 것이냐는 학생과 학부모 공동의 몫에 달렸다. 자녀의 만족스럽지 못한 성적의 원인을 자녀 탓으로만 돌리고 있는 부모라면, 이제부터라도 부모의 역할에 관심을 기울이고 당장 할 수 있는 것부터 실천해 가기를 바란다.

(주)진학사 청소년교육연구소



## PART I 학부모편

### 1. 성적이 오른 학생들의 동기부여 요인은?

- 1) 공부를 한 이유는 목표 달성을 위해서이다
- 2) 성취경험은 공부를 재미있게 만든다
- 3) 현실적인 목표를 세운다

### 2. 입시 전략을 잘 세우면 성적이 오른다

- 1) 계열 선택은 신중해야 한다
- 2) 고교 선택이 중요하다
- 3) 대입전략은 고3 때 세우는 것이 아니다

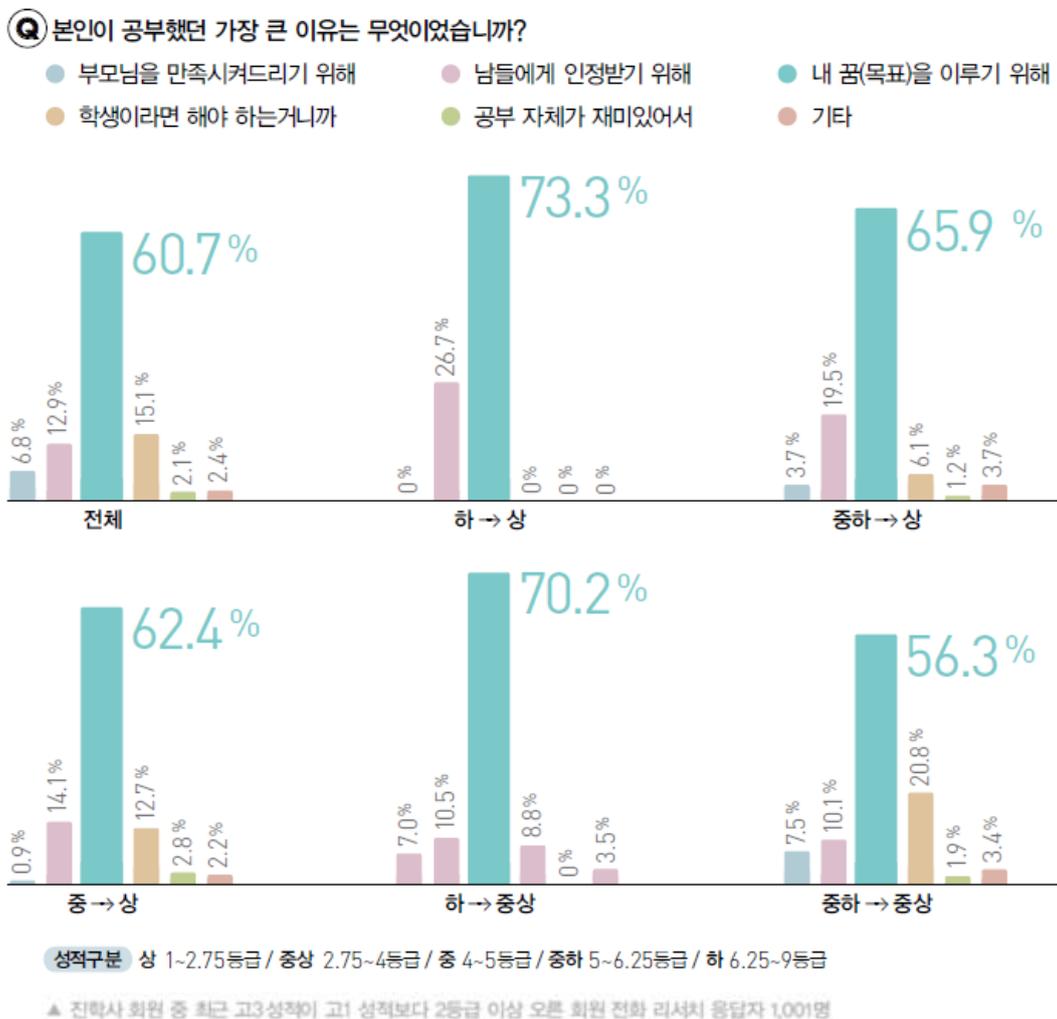
### 3. 자녀를 공부하게 만드는 부모의 힘

- 1) 부모와의 관계가 성적에 영향을 준다
- 2) 코칭 vs 간섭

## 성적이 오른 학생들의 동기부여 요인은?

### 1) 공부를 한 이유는 목표 달성을 위해서이다

고교 시절 성적이 상승한 학생들을 대상으로 실시한 설문조사 결과에 따르면, 공부를 한 가장 큰 이유는 자신의 꿈(목표)을 이루기 위해서였다. 목표를 갖는다는 것이 학습동기 부여에 중요하다는 것을 보여주는 결과이다.



특히나 하위권에서 상/중상으로 성적 변화의 정도가 컸던 학생들은 70% 이상이 목표를 이루기 위해 공부했다고 응답했다. 학생들에게 동기부여를 하고 싶으면 목표 설정을 할 수 있도록 코칭해야 한다는 결론을 얻을 수 있다.

## 2) 성취경험은 공부를 재미있게 만든다

성적이 상승한 학생들은 하나같이 성적이 오를 때 짜릿함을 느낀다고 했다. 성적이 오르는 것이 눈에 보일 때 공부가 재미있어지고, 이는 공부를 더 열심히 할 수 있게 하는 촉진제가 되었다. 성취경험이 긍정적 자아를 만들어 학습동기를 높여준 것이다. 실제로 성적이 중위권 이하에서 상위권으로 진입한 학생들의 절반 이상이 자신감 상승으로 인한 긍정적 효과를 경험했다.

Q 성적목표 달성 후 얻은 보상은 무엇이었습니까?



▲ 출처: 진학사 회원 중 최근 고1 중/하위권에서 고3 상위권으로 성적이 상승한 회원 전화 리서치 응답자 530명

할 수 있다는 자신감은 공부를 잘 할 수 있게 만드는 원동력이다. 무리하게 목표를 세우기 보다는, 현재의 상황을 정확히 파악하고 실현 가능한 목표를 설정하는 것이 중요하다. 여기에는 무엇보다도 부모의 격려와 지지가 뒷받침되어야 한다.

실제로 성취경험의 중요성에 대해 학자들은 다음과 같이 얘기한다.

◆ **성공** 경험을 하게 되면 **자아** 개념을 긍정적으로 바꾸고 학습이 구체화 되어 자신감으로 나타나 공부를 잘하게 된다. 공부를 하면서 한 과목에 자신감이 생기면 이런 자신감은 확산되고 전염이 된다.

◆ 자신감이나 낙관성은 훈련, **경험**에 의해 높았던 아이가 낮아질 수도 있으며, 낮았던 아이가 높아지기도 한다.

-문용린, 서울대 교육학과 교수

◆ 아이 수준에 맞는 학습 내용을 제공함으로써 **성취감**을 느낄 수 있도록 해주어야 한다. 그 결과 학문적 **자아** 개념과 자기 효능감을 높일 수 있다.

-송인섭, 숙명여대 교육학부 교수

◆ **목표**였던 것을 **스스로** 해냈을 때 **자존감**은 높아진다.

◆ 스스로 무언가를 해냈다는 **성공의 경험**을 통해 자기 자신에 대한 자신감과 성취욕을 자주 반복적으로 경험될 경우 도파민 분비의 증가로 좋은 기억으로 저장, 더 잘 할 수 있는 자극을 주어 자존감이 성립된다.

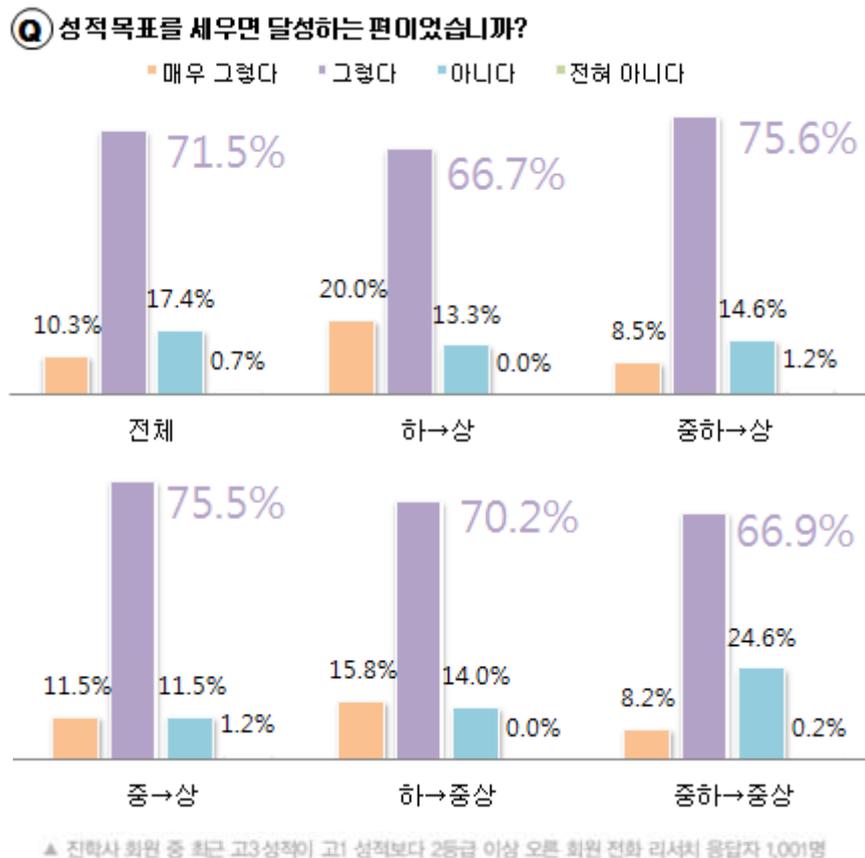
-김봉년, 서울대 의대 소아정신과 교수

### 3) 현실적인 목표를 세운다

“점수가 이게 뭐야? 최소 90점은 되어야지!!”

대부분의 부모가 한 번쯤은 해 보았음직한 말이다. 도대체 90점이 어떤 의미가 있기에 성적의 잣대를 90점으로 두는 것인가? 옆집 아이의 목표점수도 90점, 앞집 아이의 목표 점수도 90점이라면 과연 90점이 의미 있는 점수인지 고민해볼 필요가 있다.

성적이 상승한 학생들의 70% 이상은 성적목표를 세우면 달성했다고 응답했다. 여기서 우리는 두 가지 의미를 찾을 수 있는데, 하나는 열심히 노력했기 때문에 목표를 달성했다는 것이고 또 하나는 성적 목표를 현실적으로 잡았다는 것이다. 즉, 너무 허황된 목표를 세우지 않았음을 의미한다.



여기서 부모가 할 일은 명확해진다. 단순히 90점, 100점을 목표로 잡는 것은 현실성도 없고 의미도 없다. 자녀의 1학년 첫 시험부터의 성적표를 펼쳐놓고 주요 과목별 성적의 추이를 비교해보자. 분명히 각 과목별로 다른 양상을 보일 것이다. 성적이 상승하고 있는 과목은 유지, 성적이 하락하고 있는 과목은 집중, 변동이 큰 과목은 원인 분석부터 시작하는 등 자녀

에게 맞는 전략을 취해 실현 가능한 목표를 세우는 것이 바람직하다.

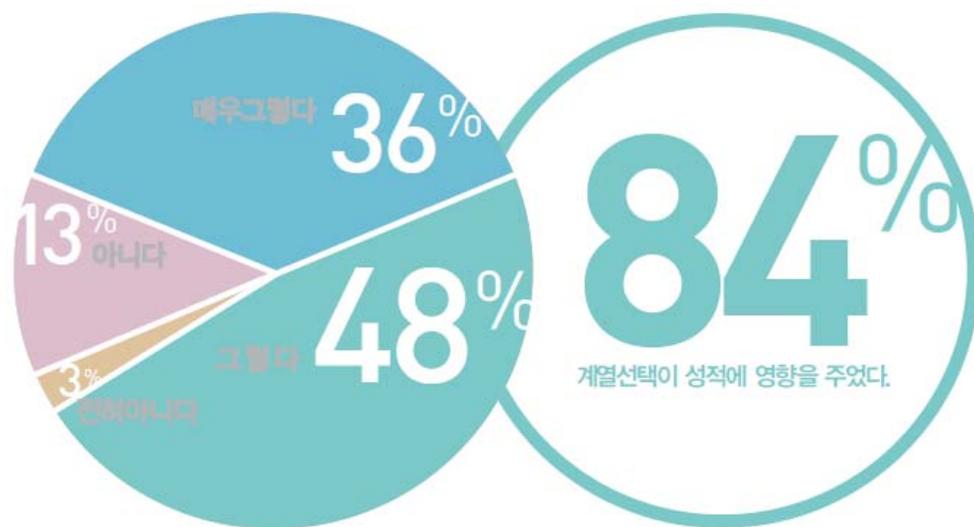
고등학생이라면 원하는 대학에 진학하기 위한 성적조건을 알고, 그 성적에 도달하기 위한 단계별 목표를 세우는 것이 필요하다. 너무 무리하지 않은 범위에서 과목별로 얼마나 성적을 올릴 것인지에 대한 구체적인 계획과 실천방법을 기록으로 남겨, 항상 긴장을 늦추지 않도록 하는 것이 좋다.

## 입시 전략을 잘 세우면 성적이 오른다

### 1) 계열 선택은 신중해야 한다

고등학교에 진학하면 2학년이 되면서 문과와 이과로 계열을 구분하게 된다. 이 때 어느 계열을 선택할 것인지 신중한 고민이 필요하다. 실제로 성적이 상승한 학생들은 문/이과 계열 선택이 성적에 주는 영향에 대해 어떻게 생각하는지 설문조사를 통해 알아보았다.

Q 계열(문/이과) 선택이 성적에 영향을 주었다고 생각합니까?



▲ 진학사 회원 중 최근 고3성적이 고1 성적보다 2등급 이상 오른 회원 전화 리서치 응답자 1,001명

그래프에서 나타나듯이 84%의 학생들은 계열 선택이 성적에 영향을 주었다고 생각했다. 그만큼 계열 선택이 중요하다는 것이다. 실제로 성적이 오른 학생들의 성적 상승 시기를 보면, 이미 선택한 계열이 유지되는 2학년→3학년보다는, 계열의 분화가 일어나는 1학년→2학년 때 성적이 상승한 학생의 비율이 더 높다. 그렇다면 계열을 선택하는 기준은 무엇이 되어야 할까?

### 수학 잘하면 이과, 못하면 문과?

흔히들 수학을 잘 하면 이과를 선택한다고 생각한다. 그러나 수학을 잘 하는 학생들이 원하는 진로가 모두 수학이나 과학 분야의 전공인가는 별개의 문제다. 수학을 잘 하지만 의상디자인이 꿈인 학생도 있고, 수학을 잘 하지만 심리를 공부해보고 싶은 학생도 있다. 이러한 진로 고민 없이 당장의 좁은 안목으로 문/이과를 선택한 학생이 대학 진학 후 전공을 바꾸는 경우를 어렵지 않게 볼 수 있다.

## 암기과목 좋아하면 문과, 싫어하면 이과?

고3 이과 계열의 한 중하위권 학생에게 왜 이과를 선택했는지 물었다. 대답은 단순했다. '암기하는 게 싫어서요.'

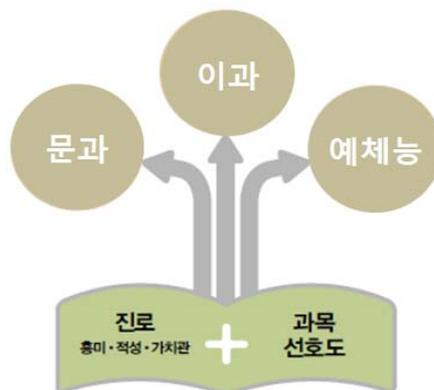
그런데 재미있는 사실은, 이과 계열임에도 불구하고 이 학생의 평소 과학 공부는 공식을 암기하는 데에 그친다는 점이었다. 암기가 싫은 게 아니라 공부 자체에 흥미가 없는 학생이었던 것이다. 그러니 고2, 고3 때 이과 공부에 허덕이는 것은 당연한 결과였다.

이과의 중하위권 학생을 비판하는 것이 아니다. 적어도 이 학생은 본인의 진로나 과목 선호도에 대해 최소한의 고민도 하지 않았다는 것이 문제이다. 1학년 때부터 공부를 열심히 하지 않아 성적이 좋지 않았고, 공부에 흥미가 없다보니 당연히 암기하는 게 싫고 귀찮았다. 그런 상황에서 이과를 선택하면 암기를 덜 해도 된다는 단순한 생각으로 이과를 택했던 것이다. 학년이 올라가면서 불안한 마음에 공부를 하려고 마음을 먹었지만 기초가 부족한 이 학생에게 이과 공부의 벽은 너무도 높았다. 공부 의지에 못을 박는 악순환이 연속되었다. 이 학생이 문과를 선택했다면 뒤늦게 마음 잡고 공부를 할 경우 성적을 올리는 게 좀 더 쉬웠을 것이다.

## 어떤 기준으로 계열을 선택할 것인가

부모들은 자녀가 올바른 방향으로 계열을 선택할 수 있도록 도와주어야 한다. 가장 먼저 할 일은 자녀가 어떤 분야에 관심을 보이고 잘 하는지를 함께 찾는 것이다. 자녀의 흥미, 적성, 가치관에 대해 이야기를 나누어보고, 그에 맞는 진로를 고민하는 것이 먼저이다. 그런 후에 그 진로에 맞추어 계열을 선택하는 것이 바람직하다.

일반적으로 관심을 보이는 분야가 있으면 해당 과목을 좋아하고 잘 하기 때문에 자연스럽게 과목과 진로가 연결된다. 문제는 아직 진로가 명확하지 않는 경우이다. 이런 경우 평소에 자녀가 선호하는 과목을 참고하여 계열을 선택하도록 한다. 단지 점수가 잘 나오는 과목이 아니라, 재미있고 공부하는 것이 즐거운 과목을 기준으로 삼아야 한다. 이러한 과정을 통해 진로와 과목선호도 두 가지를 고려하여 최종 결정을 하는 것이 가장 합리적이라고 할 수 있다.



## 계열 선택의 시기는 빠를수록 좋다

계열을 남들보다 일찍 선택한 학생들은 무엇이 다를까? 좀 더 공부에 집중할 수 있는 과목을 미리 알게 되므로 학업성취도가 높을 수밖에 없다. 예를 들어 이과를 선택하기로 중학교 때 미리 결정을 한 학생이라면 중학교 때부터 수학, 과학을 비중 있게 공부할 것이다. 과학을 매우 어려워하는 중학생이 문과 진학을 결심했다면, 과학에 대한 부담감을 최소화해 학업 스트레스를 줄일 수 있을 것이다(문과를 선택하면 고2부터 내신과 수능에 과학이 반영되지 않으므로 대입에 과학이 주는 영향이 거의 없기 때문이다). 또한 본인의 진로에 대해 방향을 잡았기 때문에 목표가 명확하고, 이는 충분한 동기부여가 된다.

흔히 특목고라고 말하는 외고나 과학고에 진학한 학생들은 이러한 계열 선택이 일반 고등학교에 진학한 학생들에 비해 일찍 결정되었다. 대학 진학 결과가 좋은 것에도 이러한 원인이 작용한다. 실제로 진학사 청소년교육연구소에서 청소년들의 진로/진학 결정에 대한 다양한 요인을 분석하기 위해 중·고등학생 1,900여 명을 대상으로 진로/인성/학습에 대한 검사를 실시한 결과, 진로 및 목표의식이 얼마나 명확한지를 보여주는 수치인 진로성숙도 부분에서 외고생이 일반고생보다 높은 것으로 나타났다.

따라서 부모들은 자녀가 어린 시절부터 관심을 보인 분야, 재능이 있는 분야를 면밀히 관찰하고 진로에 대한 대화를 꾸준히 나누어야 한다. 진로 방향이 일찍 결정되면 동기부여뿐만 아니라 전략적인 면에서도 남들보다 앞설 수 있다는 것을 기억해둘 필요가 있다.

## 2) 고교 선택이 중요하다

### 공부 잘하는 중학생은 당연히 특목고?

공부를 제법 한다고 하는 중학생이라면 한번쯤 고민해보는 것이 특목고이다. 학원가의 열기만 보면 공부 잘 하면 특목고에 진학하는 것이 진리인 듯하다. 실제로 특목고의 대학진학 결과가 좋은 것도 특목고 진학을 선호하는 이유 중 하나이다.

중학생인 자녀가 공부를 잘 한다면 특목고에 보내는 것이 올바른 선택인가? 대체로는 그렇다. 주변 환경이 성적에 미치는 영향을 무시할 수 없기 때문에, 이왕이면 학업 분위기도 잘 조성되고 교사의 질도 우수한 고등학교 진학하는 게 당연하다.

하지만 여기서 절대 간과해서는 안 될 요인이 있다. 자녀의 탄력성이다. 탄력성은 '어려움이 닥쳐와도 좌절하지 않고 다시 일어설 수 있는 능력'을 말한다. 역경이나 시련을 발판으로 다시 튀어 올라 오히려 그 이전보다 더 높이 성장하는 능력을 일컫는 것이다. 이러한 탄력성은 학생이 특목고나 자사고 등 수월성 학교에 진학해서 얼마나 잘 적응할 것인지를 가늠할 수 있는 지표가 된다.

실례로, 광주에서 공부를 잘 했던 변정연 학생은 부산국제고에 입학했다. 중학교 시절 줄곧 전교에서 1등을 유지했기 때문에 고민 없이 국제고 진학을 결정한 것이다. 그러나 이 학생은 위에서 말한 탄력성이 부족한 학생이었다. 등수가 기대에 미치지 못하자 잘하는 아이들 사이에서의 경쟁을 부담스러워했다. 내신 성적은 중하위권에 머물렀고, 결국 광주에 있는 고등학교로 전학을 가기에 이르렀다. 다행히 광주에서는 좋은 등수를 받을 수 있었고, 이를 계기로 자신감을 회복해 꾸준한 노력으로 목표했던 고려대 영어교육과에 진학할 수 있었다. 잘하는 학생들만 모인 집단에서의 경쟁심보다는 평범한 학교에서의 성취경험이 이 학생에게는 동기부여의 요인이 되었던 것이다.

반면, 울산에 사는 이정민 학생은 경북외고로 진학할 당시부터 경쟁을 각오하고 있었다. 입학 후 첫 학기에 좋지 않은 성적을 받았지만, 욕심이 있어 끈기와 오기로 노력하였다. 저조한 성적에 좌절도 했지만 경쟁심이 강했던 이 학생은 친구들과의 경쟁이 동기부여로 작용했다. 특히 본인이 목표로 하는 진로가 뚜렷했기 때문에 더욱 노력에 박차를 가할 수 있었다. 탄력성이 높았던 것이다. 결국 이 학생은 시작은 비록 중위권이었지만 꾸준히 노력한 결과 외고에서 상위권으로 진입할 수 있게 되었고, 원하던 성균관대 인문과학계열에 입학했다.

부산국제고에서 광주로 전학을 가야했던 변정연 학생은 지금 후배들에게 진심어린 조언을 한다. 본인의 성향을 잘 파악하여 고교 선택에 신중하라는 것이다. 분위기에 쉽게 휩쓸리고 의지가 약한 편이라면 수월성 학교로의 진학은 권하지 않는다고 한다. 본인과 같은 시행착오를 겪지 않도록 하려면 뚜렷한 목표의식과 의지, 자기주도 성향을 갖춘 후에 수월성 학교에 진학할 것을 당부한다.

이처럼 동기부여의 원인이 저마다 다르게 작용하여 성적에 영향을 주기 때문에, 입학당시 같은 실력이더라도 어떤 배경에서 고교 시절을 보내느냐에 따라 결과가 달라질 수 있다. 어떤 학생은 경쟁적인 분위기에 잘 적응해 그것이 성적을 올리는 반면, 어떤 학생은 칭찬과 인정 속에서만 동기부여가 되어 이러한 여건이 맞지 않으면 쉽게 지치게 된다. 따라서 자녀의 성향을 정확히 파악하여, 자녀의 동기부여에 좋은 영향을 줄 수 있는 학교를 선택하는 것이 바람직하다.

### 남들이 좋다고 하는 학교가 내 자녀에게도 좋다?

공부를 잘하면 무조건 외고, 과학고를 지원하던 시대는 지났다. 입시전형 및 학교정책 변화 등의 이유로 특목고 진학 수요가 줄면서 부모들이 내 자녀의 능력을 키워줄 수 있는 일반고로 눈을 돌리고 있는 것이 현실이다. 일부 고등학교의 입학경쟁률이 특목고 경쟁률을 훨씬 웃도는 것은 이러한 수요가 반영된 자연스런 현상이라고 할 수 있다. 그러나 무턱대고 남들이 지원하는 인기학교에 덩달아 지원하는 것이 옳은지는 따져봐야 한다.

전문가들은 고교를 선택하기 전에 진로부터 정하는 것이 중요하다고 입을 모은다. 아주 정교한 진로까지는 아니더라도 최소한 계열에 대한 결정은 이루어져야 그 계열 진학에 유리한 고등학교를 찾아볼 수 있다. 여기에 자녀의 성적 및 학습 성향, 인성적 요인 등을 정확히 파악하고, 그에 맞는 고교를 선택하는 것이 필요하다.

실제로 비평준 지역인 광명에서 중학교 성적이 하위권이었던 한 학생이, 지역에서 학교 위치가 낮은 고등학교로 진학했다. 조금 더 선호도가 높은 학교로 진학할 수도 있었지만 그런 학교에 가면 내신도 수능도 결과가 좋지 않을 것 같았다. 대신 뚜렷한 진로목표가 있었기 때문에, 내신 성적이라도 잘 받아 수시를 노리겠다는 전략으로 낮은 학교를 택한 것이었다. 전략대로 꾸준히 진로활동을 하고, 내신 공부에 충실하여 성적을 1.5등급까지 올렸다. 결국 이 학생은 건국대학교에 입학할 수 있었다. 본인의 수능 성적으로는 도저히 들어갈 수 없는 대학에 진학하게 된 것이다.

입시는 친구 따라 강남 가는 것이 아니다. 입시 전형이 다양한 만큼, 자녀가 전국 경쟁에서 유리할지 학교 내 경쟁에서 조금 더 빛을 발휘할 수 있을지 성적 및 학습 성향을 고려하여 신중하게 판단해야 한다. 내 자녀의 상황에 가장 부합하는 고등학교를 선택하는 것부터가 대입을 준비하는 길임을 명심해야 한다.

### 3) 대입 전략은 고3 때 세우는 것이 아니다

#### 현재의 성적이 갖는 의미를 일찌감치 파악하라

천안에 사는 김민비 학생은 고등학교 1학년 동안 자신의 적성에 맞는 일, 자신이 정말 잘 할 수 있는 일이 무엇이고 어느 대학의 어느 학과를 가야 할지에 대해 많은 고민을 했다. 그 결과 고2 겨울방학 때 진정으로 하고 싶은 일이 컨벤션기획이라는 것을 깨달았다. 그러나 관련 학과가 흔치 않았고, 그에 따라 개설 대학도 얼마 되지 않았다. 그 중 가고 싶었던 대학인 경희대학교에서 요구하는 조건은 본인의 성적과는 너무도 거리가 있었고, 특히나 수학을 포기하고 있었던 이 학생에게 수리 영역의 반영률이 높다는 것은 치명적이었다.

실제로 이런 예는 비일비재하다. 고등학교 1, 2학년조차도 입시에 대한 현실감이 없는 것이다. 고3 되면 성적이 오르겠지, 나는 서울 안에 있는 대학은 무난히 들어가겠지 하는 막연한 생각을 할 뿐이다. 실제로 많은 학생들이 고2 말 또는 고3 초가 되어서야 본인의 성적으로 들어갈 수 있는 대학 수준을 직시하게 된다. 현재의 성적으로 갈 수 있는 대학과 목표 대학이 매우 동떨어져 있다는 것을 뒤늦게 깨닫는 것이다.

#### 목표 대학을 정하고, 자신에게 맞는 전형을 찾아라

이처럼 고3이 되어서야 현실과 이상과의 괴리를 깨닫게 되는 안타까운 상황을 만들지 않으려면 일찍부터 진학에 대해 고민하고 전략을 세워야 한다. 위의 김민비 학생은 성적에서는 충격을 받았지만 1학년 때부터 꾸준히 해 온 진로활동과 본인의 명확한 목표가 있다는 강점이 있었다.

1학년 때부터 본인에게는 수시전형이 유리하다고 판단하여 겨울방학 주말마다 대학교 홈페이지와 입학정보 사이트에 들어가 유리한 전형을 조사하고 자료를 수집했다. 2학년 겨울방학을 제외하고는 항상 적성을 탐구할 수 있는 일을 공부와 함께 병행했다. 관심 있는 분야에 대해 조사해보고 참여할 수 있는 기회가 생기면 참여해 보고, 그런 경험들을 사진과 글로 기록해두었다(이후 수시전형에서 이 자료들을 정리하여 포트폴리오로 제출했다).

목표대학이 생기니 학업에서도 끝까지 포기하지 않고 노력할 수 있었다. 아무리 진로 활동을 열심히 한다고 해도 성적이 뒷받침되어주지 않고서는 원하는 대학 진학은 무리였기 때문이다. 1학년 때 7등급이었던 수학 성적이, 죽을 각오로 공부하니 3학년 때 1등급까지 올랐다. 포기하고 싶은 유혹을 뿌리치고 끈기와 오기로 노력한 결과 다른 과목 성적도 올랐고, 결국 그토록 원하던 경희대 Hospitality 경영학부에 입학하기에 이르렀다. 목표 대학과 전공을 정하고 그에 대한 진학 전략을 구체적으로 세우고 나니 실천에 있어 기동력을 발휘할 수 있었던 것이다.

## 고1 성적, 고3까지 가지 않도록 하라

그러나 이렇게 뒤늦게 성적을 올리는 경우는 매우 드물다. 서문에서 언급했듯이 고1 성적보다 고3 성적이 1.5등급 이상 오른 학생이 5%, 2등급 이상 오른 학생이 1.8%에 그쳤다. 보통의 끈기와 노력으로는 이루어낼 수 없는 일이다.

따라서 현재의 성적이 목표 대학 진학을 위한 성적과 얼마나 차이가 나는지 비교하는 것이 중요하다. 자신의 위치를 고등학교 3학년이 되어서야 알게 된 학생과 1학년 때 깨달은 학생은 행동에서부터 다를 수밖에 없다. 또한 자신에게 맞는 입학 전형을 빨리 찾고 꾸준히 준비해야 한다. 고3 수시 접수 기간이 되어서 남들 다 하니 나도 한번 해보자는 식으로 우왕좌왕하다가는 수시와 정시 모두 놓치기 쉽다.

중학생도 마찬가지이다. 단지 반 몇 등, 전교 몇 등이 중요한 것이 아니다. 대입은 전국 경쟁이라는 것을 명심하고 시험 하나에 일희일비하기 전에 장기적인 안목으로 공부하는 것이 필요하다. 당장 시험에 나올 문제 유형을 닦치는 대로 암기하는 것이 아니라, 개념과 원리를 이해하고 스스로 적용해보는 훈련이 필요하다. 수동적으로 남에게 이끌리는 공부로는 절대 대입에서 성공할 수 없다는 것을 알고, 부모부터 달라져야 한다.

'고3 되면 잘하겠지' 하는 막연한 생각은 당장 버려야 한다. 최대한 빨리 현실을 직시하고 전략을 수립하는 것이 최후에 웃을 수 있는 길임을 명심해야 한다. 아무리 진로를 정해놓아도 진학과 연결시키지 않는다면 그 진로는 한낱 '공상'일 뿐인 것이다.

## 자녀를 공부하게 만드는 부모의 힘

### 1) 부모와의 관계가 성적에 영향을 준다

고등학교 1학년 때 중위권 이하였으나 고3 때 상위권으로 상승한 학생들이 생각하는 학습에서의 중요한 요인은 학습동기와 주변환경이었다. 학습전략은 생각만큼 높은 응답을 받지 못했다. 잘 가르친다는 과외/학원을 아무리 시켜도 성적이 오르지 않는 이유를 알 수 있는 결과이다.

Q 고교시절, 성적상승의 주 요인은 무엇이었습니까?



자녀가 공부를 잘 하게 하고 싶거든 학습동기부터 올려주어야 한다는 것을 그래프는 보여주고 있다. 또한 주변환경의 영향이 상당히 크다는 것을 알 수 있다. 여기서 주변환경은 학업 분위기, 친구관계, 부모와의 관계 등을 모두 포함한다.

자녀의 학습동기를 높여주고 바람직한 학습분위기를 조성하기 위한 부모 역할의 중요성은 설문조사에서도 그대로 드러났다.

Q 부모와의 친밀도가 높았습니까?



▲ 출처: 진학사 회원 중 최근 고1 중/하위권에서 고3 상위권으로 성적이 상승한 회원 전화 리서치 응답자 530명



상위권으로 성적이 오른 학생들은, 좋지 않은 성적을 받았을 때에도 부모의 신뢰와 지지가 있었기에 끝까지 포기하지 않고 노력할 수 있었다고 공통된 목소리를 냈다. 여기서 친밀도는 단순히 부모와 가깝고 친하게 지낸다는 것을 말하지 않는다. 힘들고 지칠 때 얼마나 부모가 힘이 되어 줄 수 있는지, 얼마나 자녀를 믿고 지원군이 되어 줄 수 있는지를 의미한다.

## 2) 코칭 vs 간섭

고등학교 1학년 때에는 중위권 정도에 그쳤지만 고3 때 성적이 상위권으로 상승하여 명문대에 진학하게 된 학생들에게, 부모가 공부와 관련하여 어떤 말을 자주 했는지 물었다. 대답은 하나같이 '부모님들이 공부에 대해 간섭을 하지 않으셨다'는 것이었다. 부모의 간섭이 심해 사이가 안 좋을 대로 안 좋아져 크게 싸우기도 했었지만, 결국 논쟁 끝에 부모가 공부에 관여를 안 하기로 한 이후로 성적이 올랐다고 답한 학생도 있었다.

실제로 부모가 자녀의 공부에 대해 지켜보기만 하는 것은 쉽지 않다. 더욱이 자녀가 열심히 하지 않아 성적이 기대치에 못 미칠 때는 더욱 그렇다. 이 경우 자연스럽게 잔소리가 나오게 되고, 적어도 공부에 있어 부모는 자녀에게 신뢰를 갖지 못하게 된다. 자녀가 신뢰를 줄 수 없도록 행동한다고 부모들은 말할 것이다.

여기서 부모들이 다시 한 번 상기시켜야 하는 것이, 바로 앞에서 제시한 '성적 상승의 주요인'에 대한 설문 결과이다. 자녀에게 학습동기가 생기기도 전에, 주변 관계가 안정적이기도 전에 자녀가 공부하기를 바라는 것은 순서가 잘못된 것이다. 부모의 잔소리에 못 이겨 책상에 앉은들, 과연 공부가 되겠는가? 책상에는 앉되 말 그대로 앉아만 있는 결과를 낼 뿐이다.

### 자녀와의 진솔한 대화시간이 얼마나 되는지 점검해보자

- 자녀와의 대화 시간은 얼마나 되는가?
- 형식만 대화일 뿐, 잔소리와 강요로 이루어지는 않은가?
- 자녀와 부모가 이야기하는 비율이 어느 정도 되는가? 부모의 일방적인 전달은 아닌가?
- 자녀의 솔직한 이야기를 얼마나 듣는가?

성적이 오른 학생들은 성적이 좋든 좋지 않든, 부모가 자신을 믿고 지지해주었다고 대답한다. 심지어 공부가 잘 안 되어 탄 짓을 할 때에도, 잔소리가 아닌 '공부가 잘 안되나 보구나. 공부하느라 힘들지?' 등 자녀에게 공감과 지지를 보냈다고 한다. 부모의 이러한 믿음과 지지는 놀라운 결과를 낳는데, 자녀 스스로 '부모님이 날 믿어주시니 그 믿음에 부응해야겠다'는 생각을 하게 만든다는 것이다. 자녀에게 일종의 자발적인 '책임감'이 생긴다는 것이다.

부모가 공부에 대해 압박을 주셨다면 어떠했을 것 같냐는 질문에 학생들은 하나같이 '못 견뎠을 것이다, 비뚤어졌을 것이다'라고 얘기했다. 부모가 잔소리하지 않더라도 학생들은 공부

때문에 스트레스를 받는다. 잘 하는 학생이든, 못 하는 학생이든 마찬가지이다. 부모가 할 일은, 안 그래도 스트레스 받는 자녀에게 그 스트레스를 부채질하는 것이 아니다. 이는 부모의 감정을 자녀에게 표출하는 결과밖에 되지 않는다. 지금 자녀가 공부로 인해 어떤 고민을 하는지, 어떤 상황인지 끊임없이 대화하고, 자녀에게 공감과 지지를 보내는 것이 필요하다. 부모의 잔소리와 간섭을 대화라고 착각하는 오류는 범하지 말아야 한다. 자녀가 힘든 공부의 길을 포기하지 않고 잘 헤쳐 나갈 수 있도록 응원해주고, 그 과정을 보다 현명하게 겪을 수 있도록 조언하고 협조하는 것이 부모의 역할임을 명심해야 한다.

#### 성적이 상승한 학생들이 부모에게 감사하며 한 이야기들

- 성적이 안 오를 때, 다그치지 않고 뒤에서 묵묵히 격려해 주셨어요. 그렇기에 지금의 제가 있을 수 있다고 생각해요.
- 제가 어떻게 하든 절 믿는다고 하셨어요. 최선을 다하면 그걸로 된다고 하신 말씀이 저에게 힘이 되었어요.
- 제가 공부가 잘 안 돼 쉬고 있을 때에 ‘공부가 많이 지겨웠구나, 하루쯤은 쉬면서 충전하는 것도 중요하지’ 하셨던 것이 큰 위로가 되었어요.
- 공부하라 강요하지 않으면서 스스로 책상 앞에 앉는 힘을 길러주셨어요.
- 부모님이 믿어주시니까 그 믿음에 부응해야겠다고 생각했어요.
- 공부하라는 얘기를 안 하셨어요. 그게 더 열심히 할 수 있게 만든 것 같아요.
- 상호작용인 것 같아요. 저를 믿어주시니까 더 열심히 하게 되었어요.



## PART II 학생편

### 1. 성적 상승과 사교육, 비례할까?

- 1) 자율학습 시간 확보가 중요하다
- 2) 본인에게 맞는 사교육을 선택하자

### 2. 성적 상승자들의 자기주도학습법

- 1) 열심히 공부한 학생들에게 공통된 전략이 있다
- 2) 충분한 자기학습으로 나만의 학습법을 찾자

### 3. 슬럼프, 어떻게 극복할까

- 1) 꾸준히 노력할 수 있게 하는 원동력이 필요하다

## 성적 상승과 사교육, 비례할까?

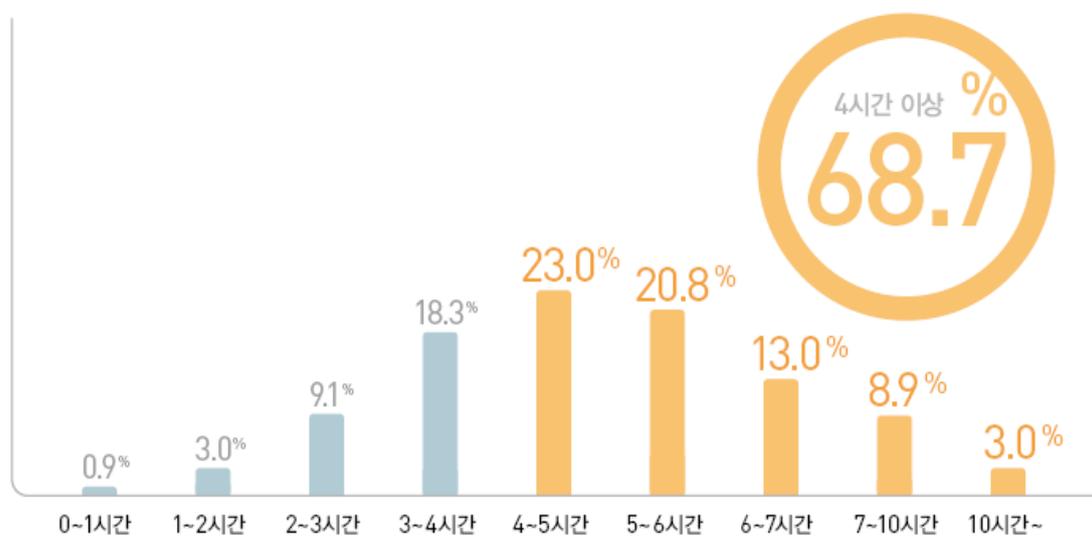
### 1) 자율학습 시간 확보가 중요하다

#### 충분한 자율학습 시간이 필요하다

많은 학생과 부모들이 고민하는 부분이 사교육이다. 사교육을 꾸준히 받아왔다고 해서 성적이 오른 것도 아니지만 그렇다고 사교육 없이 공부하자니 불안하다. 사교육을 받아도 오르지 않는 마당에, 이마저도 없다면 성적이 더 떨어질 것 같다. 중학교에서도 올리기 힘든 성적을 고등학교 시절에, 그것도 중위권 이하에서 상위권으로 올린 학생들은 사교육을 어떻게 활용했는지 알아보기 위해 설문조사에 관련 문항을 포함시켰다.

먼저 사교육을 제외한 하루 평균 자율학습 시간을 물어본 결과, 성적이 오른 학생들의 평균 자율학습 시간이 대부분 4시간 이상이었음을 알 수 있었다.

Q 사교육을 제외한 하루평균 자율학습 시간은 얼마나 되었습니까?



▲ 출처: 진학사 회원 중 최근 고1 중/하위권에서 고3 상위권으로 성적이 상승한 회원 전화 리서치 응답자 530명

이 그래프는 단순히 성적 상승자들이 자율학습을 4시간 이상 했다는 수치적인 것을 보여주려는 것이 아니다. 여기서 4시간 이상의 자습시간이 어떤 의미가 있는지를 생각해봐야 한다. 실제로 고등학교에서 하루에 4시간 이상 자율학습을 한다는 것은 사교육을 거의 받지 않는다는 것을 말한다. 사교육을 받더라도 주말을 이용하거나, 취침 시간을 늦추어야만 가능하다. 어찌됐든 사교육 여부와 상관없이 충분한 자율학습 시간을 확보한 것만은 분명하다.

성적이 오른 학생들은 자율학습 시간의 중요성을 매우 강조한다. 수업시간에 배운 내용을 자기 것으로 만들기 위해서는 스스로 공부하는 시간이 절대적으로 필요하다는 것이다. 듣는 것만으로는 완전한 내 것이 되지 않으며, 내 것으로 만들지 못한 내용은 기억 속에 오래 지속되지 않는다고 한다. 또한 스스로 공부하는 시간을 통해 자신만의 학습스타일을 알고, 그에 맞는 학습법을 찾아 익히는 것이 중요하다고 말한다.

## 사교육과 자율학습

하루 자율학습 시간을 4시간 이상 확보해야 하니 사교육은 하지 말아야 한다거나 사교육은 자기주도학습능력을 떨어뜨리니 무조건 하지 않는 것이 좋다는 등의 말은 비현실적이다. 사교육이 필요한 경우도 분명히 존재한다. 다만 여기에는 전제조건이 있으니, 사교육을 받으려고 하기 전에 과연 얼마나 스스로 노력해 보았는지 되짚어보라는 것이다.

노력조차 해보지 않고 무조건 사교육에 의존하는 것은 공부의 악순환만 초래한다. 딱 찬 사교육 일정으로 겨우 숙제만 할 뿐 배운 내용을 자기 힘으로 완벽하게 복습하는 시간을 갖지 않는다면, 비용은 비용대로 들면서 효과는 나타나지 않는 결과를 낳게 된다. 또한 사교육에 익숙해진 학생은 스스로 고민하고 문제를 해결하려 하기 전에 무조건 교사에게 의존하려는 경향이 크다. 공부에 있어 하나부터 열까지 어떻게 해야 하는지 가르쳐주지 않으면 안 되는 학생들이 바로 이러한 사교육 맹신에서 비롯되었음을 알아야 한다.

수능에 임박한 고등학생은 전략적인 면에서 사교육을 이용하는 것이 나올 때도 있다. 혼자 공부대면 몇 시간이 걸릴 것을, 누군가가 핵심을 잡아주면 시간을 단축시킬 수 있다. 그러나 이때에도 반드시 내 것으로 만들기 위한 시간이 확보되어야 한다. 남이 알려주는 지식은 남의 것이지 결코 내 것이 아님을 명심하고, 완전한 내 지식으로 만들기 위한 자습시간의 필요성을 깨달아야 한다.

## 2) 어떤 사교육이 좋은가?

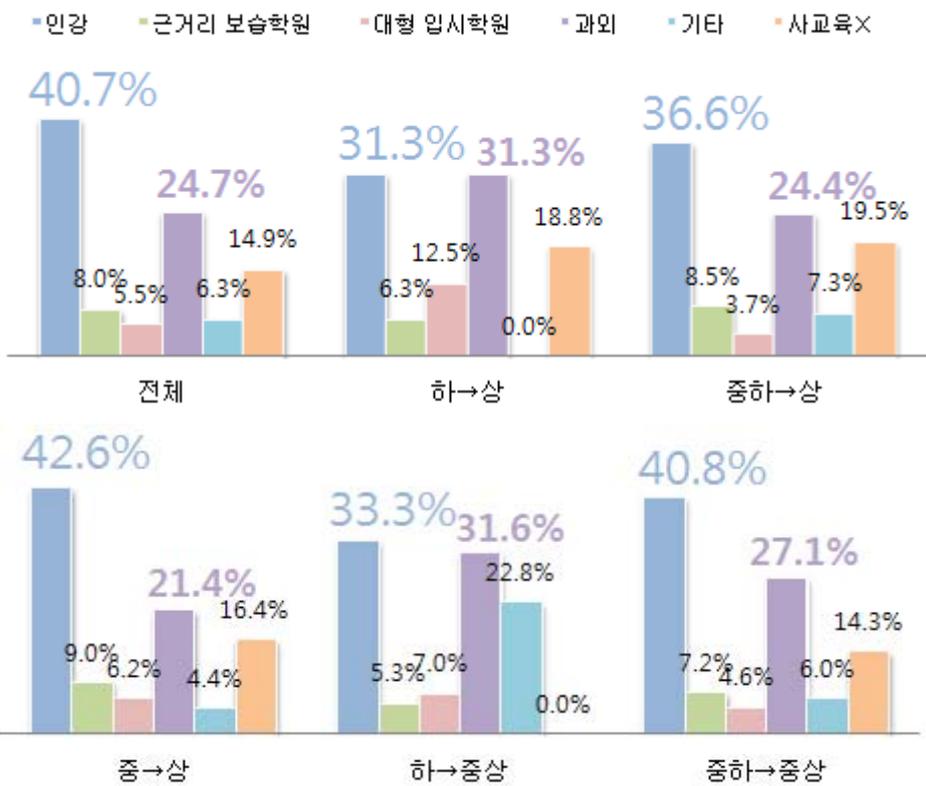
어쩔 수 없이 사교육을 받기로 했다면 선택은 신중해야 한다. 단순히 '누가 잘 가르친다더라' 하는 소문이 선택의 기준이 되어서는 안 된다. 사교육 선택의 주체가 부모가 되는 것도 바람직하지 않다. 실제로 사교육을 이용하는 학생들을 보면 부모의 권유로 시작하는 경우가 많다. 특히 중학생의 경우 본인의 의사보다는 부모의 결정권이 크게 좌우하는 것이 일반적이다.

성적이 큰 폭으로 올라 인터뷰를 진행했던 학생들 중에서도 그런 경우가 몇 있었다. 중학교 시절 부모의 권유로 학원을 다녔지만, 그 때는 그저 다니는 것에 의미를 두었다고 한다. 그리고 고등학생이 되어서는 자신에게 꼭 필요하다고 생각되는 것만 이용하고 모두 자습으로 공부했다고 한다. 고등학교 시절에 부족한 과목을 보충하기 위해 사교육을 받았지만 본인과

는 맞지 않아 그만두고 100% 자습으로만 공부한 학생도 있었다.

그렇다면 학생들은 어떤 종류의 사교육에 만족스러워했을까? 성적이 오른 1,001명의 학생들에게 만족스러웠던 사교육을 묻자 아래와 같은 결과가 나타났다.

**Q 사교육을 받았다면, 본인이 가장 만족했던 사교육은 무엇이었습니까?**



▲ 진학사 회원 중 최근 고3성적이 고1 성적보다 2등급 이상 오른 회원 전화 리서치 응답자 1,001명

그래프에서 볼 수 있듯이, 가장 만족한 사교육으로 나타난 것이 인터넷 강의와 과외였다. 이 두 가지는 상당히 달라 보이지만 공통점을 가지고 있다. 바로 '맞춤형' 사교육이라는 것이다. 과외는 교사와 학생이 1:1로 수업을 진행하기 때문에 교사가 학생의 특징을 반영한 맞춤형 수업을 진행할 수 있다. 반면 인터넷 강의는 학생이 자신에게 맞는 강의를 찾아 자기만의 방법으로 이용할 수 있다는 점에서 맞춤형이라고 할 수 있다. 자신이 선호하는 스타일의 강사를 찾을 수 있고 여기에 강의 시간, 무한 반복학습 등 강의를 이용하는 방법에 있어서도 자신에게 맞는 스타일로 이용할 수 있다는 장점이 있는 것이다.

결국 사교육은, 필요하다고 판단하는 이유에서부터 종류를 선택하기에 이르기까지 철저하게 개인 맞춤형이 되어야 한다. '내 친구가 학원을 다니니까 나도 다녀야지'가 아니라, '나는 이 러이러한 이유로 사교육이 필요하고, 나는 이러이러한 성향이니 나에게 이 사교육이 적합하다'는 판단의 과정이 필요하다는 것이다. 엄마가 골라주는 학원이 아닌 나 스스로가 고민하여 선택한 사교육을 이용할 때 보다 주도적으로 참여할 수 있고, 스스로의 판단에 책임을 지기 위해 더 열심히 공부하게 된다는 것을 학생들은 알아야 한다.

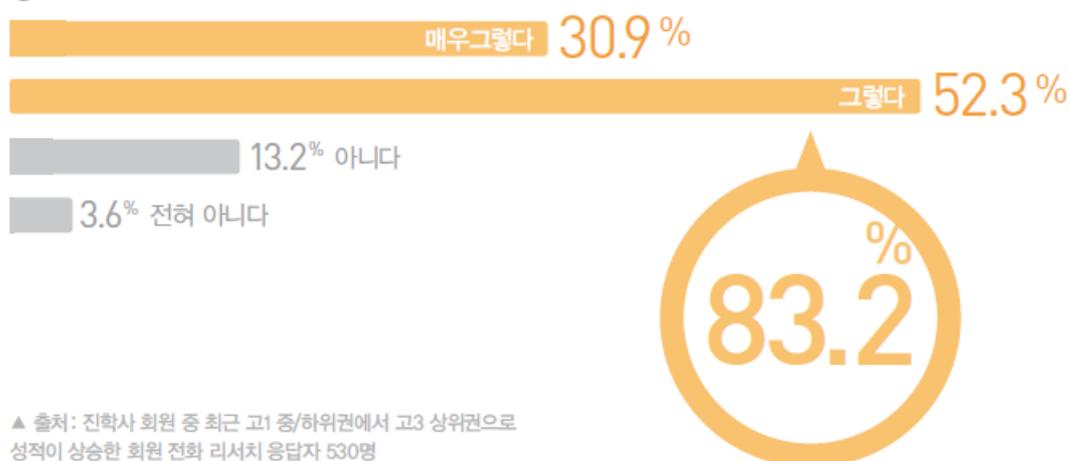
## 성적이 상승한 학생들의 자기주도학습법

### 1) 열심히 공부하는 학생들에게 공통된 전략이 있다

#### 계획세우기

공부를 잘 하는 학생이나 성적이 많이 향상된 학생들에게서 보이는 공통된 모습 중, 공부를 실행하기 위한 첫 단계가 계획을 세우는 일이다. 실제로 성적이 상위권으로 진입한 학생들의 83%이상이 공부할 때 계획을 세웠다고 응답했다.

#### Q 공부할 때 계획을 세우고 관리했습니까?



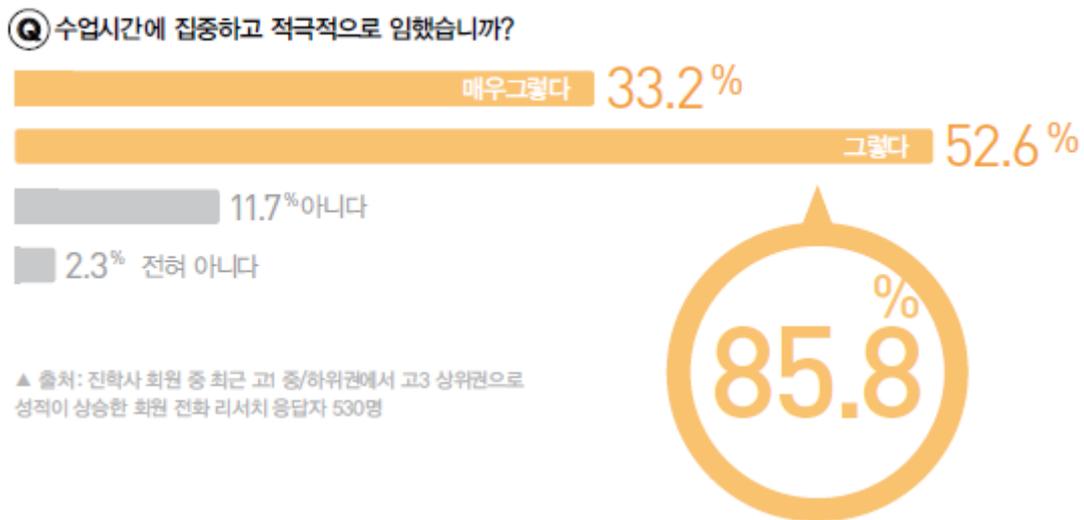
인터뷰에서도 학생들은 계획을 세워서 공부한 것이 많은 도움이 되었으며, 성적을 올릴 수 있었던 비결이었다고 했다. 계획을 세워 공부한 후에는 책상에 앉았을 때 무엇을 해야 할 것인지가 명확하기 때문에 시간을 허비하지 않게 되고, 쉬는 시간, 점심 시간 등의 자투리시간까지도 활용할 수 있었다고 한다.

주의할 점은 계획을 분량 기준으로 세워야 한다는 것이다. '5시부터 7시까지 수학, 7시부터 9시까지 영어' 이런 식의 시간중심 계획은 그 시간을 어떻게 보내든 시간만 채우면 된다는 식으로 의도가 변질될 수 있고 긴장감도 떨어진다. 과목별로 하루 동안 실행할 정확한 분량(교재, 페이지)을 정해 놓아야 목표가 명확해져 적절한 긴장감이 생기고 이것이 집중으로 이어진다.

매일 하루 계획을 세우느냐 일주일 단위의 세우느냐 한 달 계획을 세우느냐는 전적으로 개인의 성향에 달렸다. 단기계획도 세워보고 장기계획도 세워서 실행해본 후 자신에게 더 맞는 스타일을 찾아 진행하면 된다.

## 집중하기

같은 수업을 듣고 동일한 시간을 공부해도 그 결과는 저마다 다르다. 기초가 있는 학생과 없는 학생에 따른 차이가 당연히 존재하겠지만, 같은 실력을 갖춘 학생들이라도 공부 결과에서 차이가 나는 이유는 집중력에 있다. 성적이 크게 오른 학생들은 대부분 수업시간에 집중하고 적극적이었다고 답했다.



공부하다보면 누구나 집중이 잘 되지 않을 때가 있다. 성적이 상승한 학생들은 그럴 때 각자의 방법으로 집중하기 위해 노력했다.

집중을 오래 하지 못하는 스타일이었던 학생은 본인의 성향을 잘 알고 집중시간과 휴식시간을 적절하게 배치하여 공부했다. 30분간은 몰입해서 공부하고 5분간 휴식을 취하는 등의 전략을 세워 그대로 실천했다. 집중에 방해가 되는 요소들을 차단하는 방법을 이용하기도 했다. 컴퓨터를 절대 켜지 않고, TV를 멀리 두며 공부할 때 휴대폰 전원을 꺼놓는 방법을 사용한 것이다. 자유시간이 많은 만큼 흐트러지기 쉬운 주말에 학교시간에 맞춰 공부한 학생도 있다. 1교시 시작시간과 쉬는 시간, 점심 시간, 야간 자율학습 등 집에서의 일정을 학교와 동일하게 움직인 것이다.

또 다른 바람직한 방법 중 하나로, 자신의 목표를 상기하고 미래의 모습을 떠올리는 방법으로 집중을 유지할 수 있다. 원하던 목표가 실현되었을 미래를 상상해보면, 그 목표를 위해 잠시 흐트러졌던 마음을 다잡고 집중할 수 있게 된다.

수업시간의 집중력을 높이기 위한 좋은 방법으로는 예습을 들 수 있다. 수업이 들은 전날, 또는 수업 전 쉬는 시간에 교과서나 부교재를 읽고 수업시간에 배울 내용을 간략하게 파악하는 것이다. 수업시간에 다룰 내용을 미리 접하게 되면 수업의 흐름을 쉽게 잡을 수 있고 핵심을 빨리 파악할 수 있다. 미리 교재를 읽어봄으로써 얻게 된 배경지식은 수업시간을 보다 재미있게 만들어 집중을 높일 수 있다.

## 2) 충분한 자기학습으로 나만의 학습법을 찾자

많은 학생들은 공부를 잘 하는 친구들의 공부법을 궁금해 한다. 뭔가 비결이 있을 것 같아 보이기 때문이다. 하지만 그 비결이 궁금해 막상 공부법 수기집을 찾아보면 대부분 뻔한 얘기들이거나, 본인에게는 맞지 않는 얘기인 것 같다.

이는 너무도 당연한 일이다. 공부법은 뻔한 이야기가 맞다. 다만, 그 뻔하고 이미 알고 있는 방법들을 제대로 소화해서 내 것으로 만드느냐 그렇지 못하느냐에 따른 차이가 있을 뿐이다. 결론은, 그 뻔한 방법을 제대로 활용하여 효과를 보려면 내가 직접 해보고 나에게 맞는 지 검증을 해야 한다는 것이다.

### 뻔한 수학공부법 예시 - 오답노트 만들기

수학을 수능 4등급에서 1등급으로 올린 이정민 학생(성균관대 인문과학계열)에게 수학성적을 올린 방법을 물었다. 이정민 학생은 '누구나 다 알고 있지만 누구도 제대로 하지 않는 걸 했다'고 답했다. 오답노트를 썼다. 모의고사든 내신이든 시험을 친 후에는 다시 시험지를 풀어본 후 두 번 틀린 문제를 노트에 정리했다. 풀이와 관련 개념을 정리한 후 평소 공부할 때 반복해서 푸는 것이다. 방학 때 하루에 3회분씩 수리영역 기출문제를 풀면 2주에 걸쳐 오답노트를 작성했다. 그리고 2주간은 그 오답노트를 다시 풀었다. 오답노트에 정리된 모든 문제를 100% 완벽하게 풀 수 있을 때까지 풀기를 반복했고 이것이 수리영역 점수를 올린 결정적인 역할을 했다.

### 뻔한 언어공부법 예시 - 해설 제대로 활용하기

언어영역을 3등급에서 1등급으로 올린 도주경 학생(중앙대 공공인재학부)이 자신만의 언어공부법을 이야기했다. 방법은 '해설을 보지 않는 것'. 정확히는 '해설을 제대로 활용하기'였다. 일반적으로 학생들이 언어를 비롯한 다른 과목 문제에서도 문제를 풀고 틀리면 바로 해설을 본다. 하지만 도주경 학생은 해설을 보기 전에 여러 번 혼자 생각해보고 스스로 풀어서 자기만의 풀이방법을 찾았다. 혹은 풀지 못하더라도 문제를 완전히 이해한 후에야 해설과 자신의 풀이를 비교했다. 이는 해설에 의존해서 알게 공부하는 것을 피할 수 있는 좋은 방법이었고, 이러한 방법으로 언어점수를 올릴 수 있었다.

### 뻔한 영어공부법 예시 - 나만의 문법노트 만들기

외국어영역에서 문법 문제는 몇 문항 되지 않는다. 하지만 상위권 학생에게는 한 문항 한 문항이 중요할 수밖에 없다. 문법 공부에 필요한 이유이다. 또한 내신을 위해서도 문법은 어느 정도 기반이 잡혀 있어야 하며, 바람직하게는 중학교 시절에 기본 문법을 완성하는 것이 좋다.

영어에서 문법이 특히 취약해 문법교재를 봐도 설명을 이해하기 어려웠던 원선경 학생(한양대 생활과학부)이 자기만의 방법으로 영문법노트를 만들었던 이야기를 해주었다. 수업시간에 배운 문법을 종류별로 나누고(예, 수동태, 가정법), 영어 교재들에 수록되어 있는 문법문제들과 설명 속의 예제들을 모두 모아 공책에 정리했다. 많은 예시들을 한 눈에 볼 수 있고 또 어려운 문법 설명이 아닌 예시 중심으로 공부를 하다 보니 시험문제를 풀 때도 어법이 어색한 부분을 바로 찾아낼 수 있었다. 자연스럽게 문법실력이 향상하여 좋은 영어점수를 받을 수 있게 되었다.

제시한 공부법들은 개인에 따라 맞지 않을 수도 있지만 일반적으로 널리 알려진 방법이다. 문제는 귀찮아서, 조급한 마음에 제대로 실천하지 않는다는 것이다. 주변에서 흔히 말하는 공부법들을 바로 실천해보자. 실천하는 과정 속에서 자신에게 맞는 방법으로 조금씩 변형이 되기도 할 것이다. 그게 바로 자기만의 공부법인 것이다.

공부법은 옷과도 같아서 누구에게나 똑같이 어울리지 않는다. 시작은 모방에서 출발하더라도 충분한 공부시간을 가지고 노력하면 자신에게 딱 맞는 맞춤공부법이 탄생하는 것이다. 공부법을 궁금해 하기 전에 지금 내가 공부에 대해 얼마나 열정을 가지고 있는지부터 점검하자. 연장 타만 하는 실력 없는 목수가 되어서는 안 되지 않겠는가.

## 슬럼프, 어떻게 극복할까

**꾸준히 노력할 수 있게 하는 원동력이 필요하다**

공부를 하다가 슬럼프가 오는 경우는 일반적으로 결과가 잘 나타나지 않을 때이다. 이러한 시기가 긴 학생이 있는가 하면, 쉽게 이겨내고 다시 본연의 페이스를 찾는 학생도 있다. 슬럼프는 힘든 시기를 더욱 어렵게 만드는 달갑지 않은 손님이므로 최대한 빨리 쫓아버리는 것이 중요하다. 무한한 노력으로 성적을 상위권까지 올릴 수 있었던 학생들에게 슬럼프를 어떻게 극복했는지 물었다.

### 자기만의 스트레스 해소법 찾기

슬럼프가 왔을 때에는 잠시 공부를 놓고 스트레스를 푸는 것도 방법이다. 휴식시간은 시간을 낭비하는 것이 아니라 입시에 지쳐있는 자기 자신을 재충전하고 다시 공부를 시작할 수 있도록 재정비하는 시간이다. 잠시나마 어깨의 짐을 내려놓고 평소에 하고 싶었던 것을 하면 스트레스가 어느 정도 해소되고, 기분 전환 후에는 다시 머리가 맑아져 집중이 한결 쉬어진다. 또한 스트레스 해소를 위해 휴식을 취했던 시간에 대한 일종의 책임감이 생겨, 남은 시간을 더 공부에 주력할 수 있게 된다.

### 주변 사람들의 조언

가족, 친구, 선생님 등 내 주변 사람들과 현재의 상태에 대해 솔직하게 이야기를 나누는 것이 필요하다. 무엇보다도 가족과의 대화를 통해 힘을 얻을 수 있다. 평소 가족과 진지하게 대화를 나누지 않았더라도, 먼저 다가가 현재의 심정을 솔직하게 이야기하면 진심으로 격려해주고 지지를 보낼 것이다. 친구들은 누구보다도 고민을 공감할 수 있는 상대이기 때문에 서로 격려해줄 수 있고, 그러면서 함께 자극을 주고 동기부여를 할 수 있다. 선생님 역시 좋은 멘토가 될 수 있다. 입시를 먼저 격은 인생의 선배로서, 나에게 대해 잘 알고 나의 위치를 객관적으로 볼 수 있는 전문가로서, 부모와 같은 마음으로 실질적인 조언을 해줄 수 있다.

### 확실한 목표 설정

명확한 목표는 공부를 시작하게 하기도 하지만, 지칠 때 다시 활력소가 되어 나를 일으켜주기도 한다. 슬럼프가 지속될 때 내가 세워놓은 목표를 생각하면 다시 일어설 수 있다. 목표를 생각하고, 그 목표에 달성했을 나의 모습을 그려보는 것이다. 그러면 지금의 슬럼프는 사치라는 생각이 들 것이고, 지금까지 목표를 향해 달려온 것이 아까워서라도 다시 이전의 모습으로 돌아가 열심히 할 수 있을 것이다.

## 자신에 대한 믿음

공부를 할 때에 결과가 바로 나타날 것이라는 생각을 버리고, 어느 계단만 넘어가면 성적이 오를 것이라는 믿음을 가지는 것이 좋다. 위기의 순간에도 포기하지 않고 꾸준히 공부를 할 수 있게 만드는 가장 큰 힘은 나를 믿는 것, 즉 자기 안에 있는 것이다. 진인사 대천명이라는 말이 있다. 인간으로서 해야 할 일을 다하고 나서 하늘의 뜻을 기다린다는 것을 이르는 말이다. 최선을 다해 노력하면 반드시 보답이 이루어질 것이라는 믿음을 가지고 포기하지 않는 것이 무엇보다도 중요하다.



## 매은 말 시간

- 가장 좋은 동기부여 방법은 목표 설정이다
- 성취경험을 맛보게 하자
- 가정에서 시작하자

## 가장 좋은 동기부여 방법은 목표 설정이다

울산에서 경북외고를 진학한 학생에게, 외고에 진학하겠다고 마음먹었을 때 내신에서 불리할 것이라든지, 잘하는 친구들과의 경쟁에 대한 부담 등에 대한 고민은 없었는지 물었다. 학생의 답은 아주 명쾌했다.

“물론 걱정했었죠. 하지만 저에겐 그런 걱정을 누를 수 있을 정도로 외고에 진학해야 하는 명확한 이유가 있었어요. 저는 외국어를 너무 배우고 싶었습니다. 그게 제가 외고에 진학한 이유예요.”

이 학생은 외고에 진학한 후 첫 학기에 내신을 7등급 이상 받아본 적이 없었다. 워낙 잘하는 학생들 사이에서 경쟁하다보니 내신 성적이 저조할 수밖에 없었던 것이다. 실제로 이런 이유로 자퇴를 하거나 전학을 간 친구들도 많았다고 한다. 하지만 이 학생의 최종 결과는 달랐다. 하위권을 맴돌던 학생이 3학년 때에는 상위권으로 진입하게 되었다.

여러 가지 이유가 있겠지만 이 학생은 동기부여를 가장 큰 요인으로 꼽았다. 다이너마이트에 한 번 불이 붙으면 순식간에 폭발하듯이, 동기가 생기고 나니 공부에 가속도가 붙어 그 재미에 빠질 수 있었다.

동기부여가 되었던 것은 진로목표였다. 언어학자가 되겠다는 진로목표가 생긴 순간 공부를 해야 하는 이유가 생긴 것이다. 현명했던 점은, 진로목표에서 그치지 않고 진학목표를 함께 세웠다는 데에 있다. 원하는 학과를 개설한 대학을 찾아보고, 목표 대학을 정해 그 대학에서 요구하는 성적을 만들기 위해 꾸준히 노력했다. 힘들거나 슬럼프가 왔을 때에도 자신이 정한 목표를 되새기며 다시 공부에 열중할 수 있었다.

목표를 중요하게 생각하는 것이 이러한 이유에서이다. 먼 입시와의 싸움에서 잠깐 쉬어갈지 언정 끝까지 포기하지 않고 자신을 믿게 하는 근원이 되는 힘이 바로 내 안에서 꿈틀거리는 미래에 대한 목표인 것이다.

## 성취경험을 맛보게 하자

공부가 재미있다고 하는 학생이 있을까? 아주 드물게는 있다. 하지만 대부분은 마지못해 한다. 그나마 목표를 명확히 세운 학생들이 그 목표를 이루기 위해 노력하는 과정에서 공부의 재미를 느끼게 된다.

노력하는 사람이 즐기는 사람을 이기지 못한다고 한다. 성적이 상승한 학생들과 이야기해보면, 노력으로 시작했지만 그것이 재미로 이어졌다는 공통점을 발견할 수 있다. 목표를 이

루기 위해 열심히 노력했고, 노력하는 과정에서 계획을 실천할 때마다 오는 뿌듯함, 성적이 향상되는 짜릿함, 경쟁했던 친구를 이기는 통쾌함, 주변에서 나를 인정해주면서 느끼는 자존감 등이 공부를 재미있게 만들었다. 처음엔 그저 노력하는 사람이었던 것이, 나중에는 노력하면서 즐기는 사람이 된 것이다. 그만큼 성취경험은 자신에 대한 자존감, 효능감, 긍정심을 높여주어 공부를 재미있게 만드는 값진 선물이다.

## 가정에서 시작하자

동기부여를 위해, 그리고 성취경험을 맛보게 하기 위해 목표 설정은 필수적이다. 지금이라도 늦지 않았으니 진정으로 하고 싶은 일이 무엇인지 찾아보자. 그리고 그 꿈을 실현하기 위한 중간과정인 입시를 어떻게 준비할 지 목표 대학을 정해 구체화해보자.

목표 대학을 정한 후에는 구체적이고 현실적인 성적 목표를 세우자. 근거 없는 느낌만으로 목표 성적을 정하는 것이 아니라, 현재의 상태를 정확히 분석하여 의미 있는 목표를 수립하고, 이를 실현하기 위한 구체적인 학습계획을 세워 실천하는 것이 성취를 경험할 수 있게 하는 방법이다.

이 모든 과정은 가정에서 이루어지는 것이 가장 바람직하다. 자녀가 주체가 되어야 하지만 부모의 관심과 도움이 무엇보다 절실히 필요하다. 자녀가 진정으로 원하는 꿈이 무엇인지 끊임없이 대화하고, 그 과정을 현명하게 헤쳐 나갈 수 있도록 중심점을 잡아주는 것이 부모의 역할이다. 함께 고민하고 함께 정보를 탐색하며 함께 목표를 세우고 함께 실행하는 과정을 성찰하는 시간들을 통해, 부모와 자녀 간에 믿음과 존중이 자리 잡게 되고 자녀는 그 믿음에 힘을 얻어 더욱 노력하게 된다.

처음부터 이러한 과정을 함께 하기가 어렵다면 전문기관의 도움을 받는 것도 좋다. 캠프나 부모코칭 등의 프로그램을 통해 변화의 첫발을 내딛고 나면 이후에는 한결 편안하게 자녀와 미래를 설계할 수 있을 것이다. (주)진학사의 '청소년교육연구소'도 그러한 도움을 받을 수 있는 프로그램을 제공하고 있다. 자녀의 진로/진학 문제로 고민 중인 중1~고1 학부모라면 누구에게나 문은 열려 있다. 자녀의 미래를 위해 열 번의 고민보다 한 번의 용기가 필요한 때다.

(주)진학사  
 청소년교육연구소  
 02)2013-0707  
 www.happyjinhak.com