

몸·마음 건강편 몸과 마음의 신호를 읽다

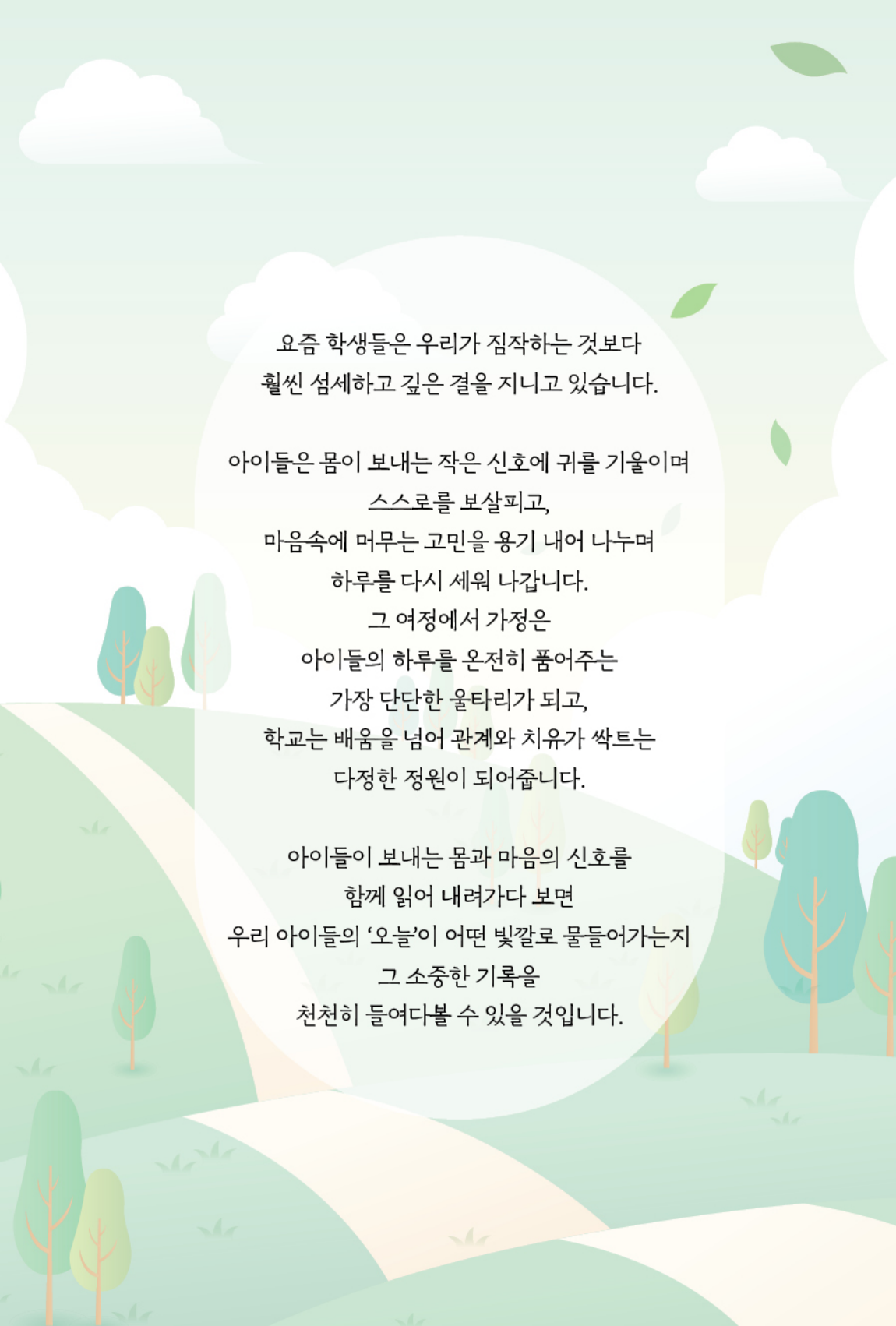


3

몸·마음 건강편 몸과 마음의 신호를 읽다

요즘, 인천 학생 숨

‘요즘, 인천 학생’은 인천광역시교육청 교육정책연구소에서 수행한 「인천광역시 학생생활종합 실태조사(2018~2025)」의 자료를 토대로 작성하였습니다.



요즘 학생들은 우리가 짐작하는 것보다
훨씬 섬세하고 깊은 결을 지니고 있습니다.

아이들은 몸이 보내는 작은 신호에 귀를 기울이며
스스로를 보살피고,
마음속에 머무는 고민을 용기 내어 나누며
하루를 다시 세워 나갑니다.
그 여정에서 가정은
아이들의 하루를 온전히 품어주는
가장 단단한 울타리가 되고,
학교는 배움을 넘어 관계와 치유가 싹트는
다정한 정원이 되어줍니다.

아이들이 보내는 몸과 마음의 신호를
함께 읽어 내려가다 보면
우리 아이들의 '오늘'이 어떤 빛깔로 물들어가는지
그 소중한 기록을
천천히 들여다볼 수 있을 것입니다.

Contents

Chapter.1

우리 아이들은 얼마나 건강하게 생활하고 있을까?

아이들의 하루 생활 엿보기	8
데이터로 들여다 본 아이들의 건강	10
학교 안에 번지는 따스한 변화	16

Chapter.2

우리 아이들은 어떤 고민을 누구와 나누고 있을까?

아이들의 하루에 스며드는 다양한 감정	24
데이터로 읽어낸 아이들의 걱정과 속삭임	25
데이터 속에 담긴 아이들의 고민 이야기	32
아이들의 마음에 스며드는 희망의 순간들	36

Chapter.3

가정은 아이들의 든든한 울타리가 되고 있을까?

우리 가정, 안녕한가요	46
데이터로 비춰본 우리 가정의 모습	47
데이터 속 숨은 건강한 가정 이야기	53
가정과 함께 세우는 교육의 울타리	59

Chapter.4

학교는 아이들의 마음과 배움을 함께 지켜주고 있을까?

그들 속에 있는 아이들의 신호	66
데이터로 바라본 아이들의 마음과 배움	68
데이터 속에 숨겨진 아이들의 마음과 배움 이야기	73
마음과 배움을 함께 지키는 교육의 햇살을 찾아서	77

Chapter.1

우리 아이들은 얼마나 건강하게 생활하고 있을까?

아이들의 하루 생활 엿보기

데이터로 들여다본 아이들의 건강

학교 안에 번지는 따스한 변화

③ 몸·마음 건강편

인천 요즘, 학생 숨



이 장에서는

아이들의 몸과 마음을

함께 살펴봅니다.

우리 아이들이

각자가 지닌 속도와 방식대로

어떻게 성장하고 있는지,

학교에서의 일상과 경험을 자양분 삼아

몸과 마음을 어떻게 지켜 가고 있는지를

따스한 시선으로

함께 바라보고자 합니다.

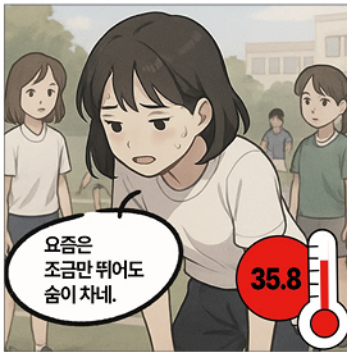
학생들의 하루 생활 엿보기

아이들은 각자 '마음의 온도계를' 지니고 있다.



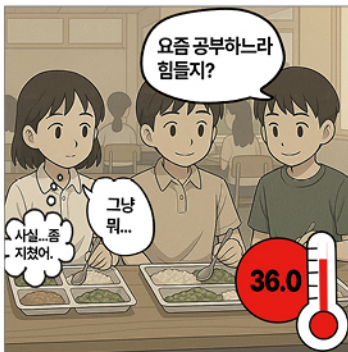
| 아침 | 하루의 시작

아침마다 시작되는 일상,
몸이 편안하니 마음도 상쾌해요.



| 학교 | 체육시간

건강하고 즐거워도 피곤할 수 있고,
이런 몸의 신호는 마음으로 전해져요.



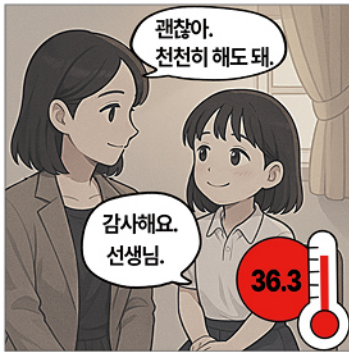
| 점심 | 미소 속 그림자

매른 얼굴은 미소짓고 있지만,
마음 속은 지쳐있기도 해요.



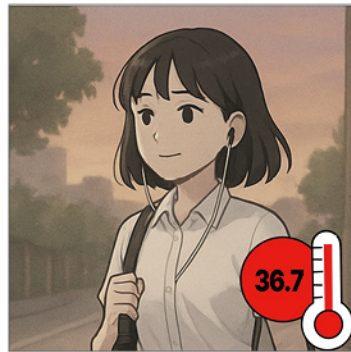
| 방과후 | 혼자 남은 교실

혼자서 버겁고 힘들면
마음도 함께 식어갈 수 있어요.



| 방과 후 | 선생님과의 대화

그러나 따뜻한 말 한마디에
마음의 온도가 다시 올라가기도 해요.



| 집으로 돌아가는 길 |

이렇게 우리 마음의 온도는
매일 매시간 달라져요.



우리 마음의 온도가

오르락 내리락 하는 것은 자연스러운 일입니다.

몸과 마음이 함께 따뜻할 때,

비로소 우리는 '건강하다'고 말할 수 있습니다.

우리 아이들은 지금, 얼마나 건강하게 생활하고 있을까요?



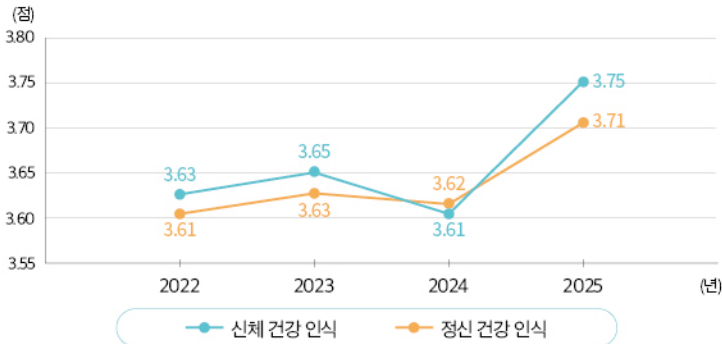
데이터로 들여다본 아이들의 건강

아침에 학교로 향하는 길, 친구들과 웃으며 이야기를 나누고 수업을 듣는 하루 속에서 우리 학생들의 몸과 마음은 얼마나 건강할까요?

“요즘 피곤해.”, “공부 때문에 힘들어.”라는 말 속에는 학생들이 스스로 느끼는 신체적·정신적 피로가 담겨 있습니다.

지금부터 학생들의 목소리에 귀 기울이며, 학생들이 얼마나 건강하게 생활하고 있는지, 그리고 일상의 작은 습관들이 건강에 어떤 영향을 주는지 데이터를 통해 살펴보고자 합니다.

요즘, 인천 학생들의 신체 건강과 정신 건강에 대한 인식은?



▶ 인천 학생 신체-정신 건강 인식 변화(5점척도 평균)

코로나19 이후, 인천 학생들의 신체 건강 인식과 정신 건강 인식 모두 2022~2024년은 원만하게 오르내리다가 2025년에 가장 높은 수준을 보입니다.

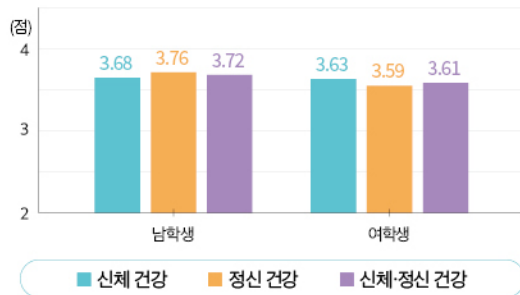
신체 건강 인식은 2022~2024년 동안 3.6점대의 원만한 흐름을 유지하다가 2025년 3.75로 상승했고, 정신 건강 인식 역시 소폭의 변동 후 2025년

3.71을 기록했습니다. 2025년의 수치가 상승한 것은 몸과 마음을 돌보는 프로그램 확대, 상담 지원 체계 정비, 공동체의 안정화 등 학교에서의 교육적 지원이 여러 해 누적된 효과로도 생각할 수 있습니다.

더불어, 신체 건강과 정신 건강에 대한 인식의 변화 추이는 전체적으로 유사한 흐름을 나타냅니다. 이는 몸과 마음이 서로 긴밀히 연결되어 있고, 비슷한 속도로 함께 회복하고 있다는 신호일 수 있습니다.

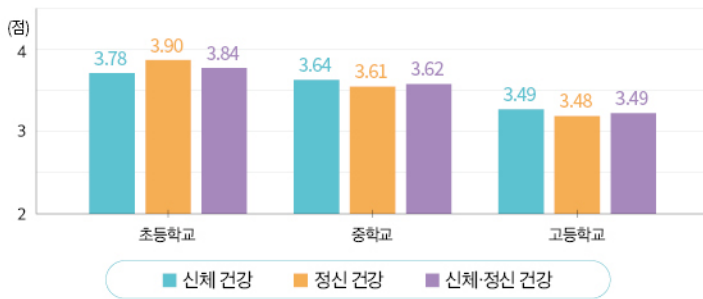
코로나19로 인한 큰 변화와 어려움 속에서도 인천 학생들의 건강에 대한 인식은 점진적으로 회복되었고, 2025년에는 신체·정신 건강 인식 모두 상승세를 보이며 긍정적 흐름을 보입니다.

성별, 학교급에 따라 건강에 대한 인식 차이가 있을까?



▶ 인천 학생 성별 신체·건강 인식(2022~2025, 5점척도 평균)

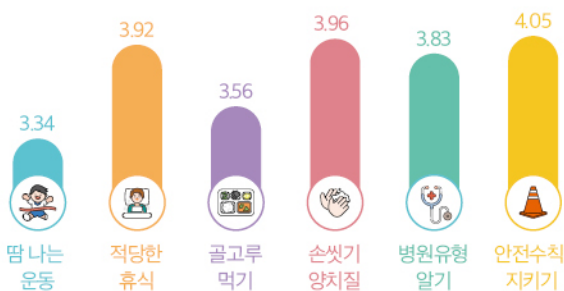
인천 학생들의 성별에 따른 건강에 대한 인식은 전반적으로 긍정적인 범위 내에 있는 것으로 나타났습니다. 구체적으로 보면, 여학생이 정신 건강 영역에서 3.59를 나타낸 것을 제외하고는 나머지는 3.6을 웃도는 결과를 나타냈습니다. 이는 남학생과 여학생 간에 몸과 마음의 건강을 바라보는 인식에 큰 차이가 없음을 보여주는 것은 아닐까요?



▶ 인천 학생 학교급별 신체·건강 인식 (2022~2025, 5점척도 평균)

학교급별 인식은 초등학생, 중학생, 고등학생 순으로 학교급이 높아질수록 낮아지는 경향을 보였습니다. 특히 고등학생의 경우 신체 건강에 대한 인식(3.49), 정신 건강에 대한 인식(3.48), 신체와 정신 건강에 대한 인식(3.49)이 3.5를 밑도는 결과를 나타내어, 고등학생의 건강에 대한 인식이 다른 학교급에 비해 낮음을 확인할 수 있습니다.

신체 건강을 지키는 일상



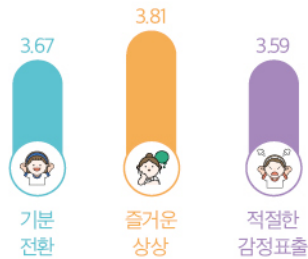
▶ 인천 학생 신체 건강 관리 노력에 대한 인식(2022~2025, 5점척도 평균)

위 그래프는 인천 학생들의 신체 건강 관리 노력에 대한 인식을 보여줍니다. 학생들은 안전 수칙 지키기, 적당한 휴식, 손 씻기와 양치질에서는

4.00에 근접한 비교적 높은 인식 수준을 보인 반면, 골고루 먹기(3.56), 땀나는 운동하기(3.34)는 상대적으로 낮게 나타났습니다.

이는 학생들이 학교와 가정에서 반복적으로 지도받아 온 규칙 준수와 위생 영역에서는 긍정적인 습관을 형성해 온 반면, 자신의 실천 의지와 지속적인 노력이 요구되는 신체 활동과 균형 잡힌 식습관 형성에서는 여전히 교육적 지원이 필요함을 보여줍니다.

정신 건강을 지키는 일상



▶ 인천 학생 정신 건강 관리 노력에 대한 인식(2022~2025, 5점척도 평균)

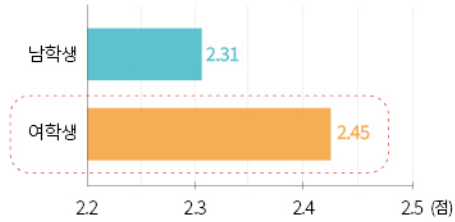
인천 학생들이 정신 건강 관리를 위해 어떤 노력을 했는지 살펴보면, 즐거운 상상(3.81), 기분 전환 활동(3.67), 적절한 감정 표출(3.59) 순으로 나타났습니다.

즐거운 상상은 학생들이 심리적으로 편안하게 접근할 수 있는 영역이고, 일상에서 자연스럽게 이루어지기 때문에 점수가 높게 나타난 것으로 짐작할 수 있습니다. 반면 적절한 감정 표출은 상대적으로 수치가 낮아, 자기 감정의 이해와 표현, 관계 속 소통 기술을 강화하는 교육적 지원이 필요해 보입니다.

아이들이 스스로 감정을 조절하려는 모습도 좋지만, 필요할 때는 더 적극적으로 도움을 요청하거나 다양한 방법으로 마음을 돌보았으면 좋겠어요. 쉬는 것에서 나아가, 학교나 가정에서 마음을 건강하게 관리할 수 있는 선택지가 많아졌으면 합니다. 저도 부모로서 아이의 마음 건강을 지킬 수 있도록 학부모 교육에도 참여해야겠어요.



여학생들의 마음은 무엇에 더 민감할까?



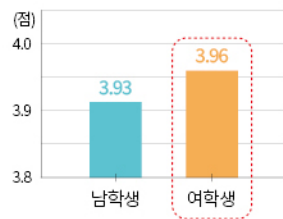
▶ 인천 학생 성별 우울감에 대한 인식 (2018~2025, 5점척도 평균)

정신 건강(우울감)이 성별에 따라 어떻게 나타나는지 살펴보면, 여학생이 남학생보다 우울감과 관련된 정서에 대한 반응이 높습니다. 흥미 감소, 걱정, 불안, 외로움, 슬픔, 죽고 싶은 생각 등 부정적 감정의 경험 수준은 남학생 2.31, 여학생 2.45로, 여학생이 부정적 정서에 민감하게 반응하는 것으로 나타났습니다.

이러한 결과는 여학생이 정서적 부담이나 스트레스 요인에 더 예민하게 반응하거나, 학교생활·관계·진로에서 경험하는 압력의 정도가 남학생과 다를 수 있음을 시사하는 것은 아닐까요?



▶ 인천 학생 성별 신체적 외모 만족감 (2018~2025, 5점척도 평균)



▶ 인천 학생 성별 자존감 및 자기만족 (2018~2025, 5점척도 평균)

여학생의 외모 만족감은 남학생보다 낮게 나타났는데, 이는 여학생이 타인의 시선이나 평가에 더 민감하게 반응하며, 신체·외모에 대해 부담을 더 크게 느낄 수 있음을 보여줍니다.

반면 자존감 및 자기만족은 여학생이 소폭 더 높게 나타났는데, 해당 문항들이 '다른 사람과 같이 어울리기를 좋아한다', '친구들은 나와 함께 놀기를 좋아한다', '단체생활에 어려움이 없다', '내 친구는 나를 믿는다'와 같이 관계 중심으로 구성되어 있다는 점을 고려해야 합니다. 관계를 중요하게 여기는 만큼 여학생은 주변 감정이나 사회적 평가에도 더 예민하게 반응하고, 그 과정에서 정서적 소모가 있을 수 있습니다.



▶ 인천 학생 성별 주된 고민과 걱정거리(2022~2025, 비율 평균, 중복응답)

그래프를 살펴보면, 여학생은 학업, 진로, 친구 관계, 외모, 가족 관계 영역에서 남학생보다 더 높은 비율로 고민과 걱정을 경험하고 있습니다. 특히 외모 영역에서는 여학생이 남학생에 비해 두 배 이상 높게 나타났으며, 친구 관계에서도 큰 차이가 확인됩니다. 이러한 결과는 여학생이 외모나 친구 관계에서 심리적 압박을 더 크게 느끼고 있음을 보여주는 것은 아닐까요? 따라서 학교 현장에서는 성별에 따른 특성을 고려하여 좀 더 세밀한 정서 지원과 스트레스 완화 전략이 마련될 필요가 있습니다.

학교 안에 번지는 따스한 변화

몇 해 전까지만 해도 건강은 체육 시간에 잘 뛰는 학생을 뜻했지만, 이제는 다릅니다.

“요즘은 마음이 건강해야 학교도 즐겁대요.”

학생·학부모·교사 모두의 눈에 건강의 의미가 달라지고 있습니다. 인천 학생들은 몸과 마음을 함께 바라보며, 예방에서 회복, 생활 속 실천으로 이어지는 다양한 교육 경험을 하고 있습니다.

스스로 몸 건강을 관리해요!

인천 학생들은 건강 교실 프로그램을 통해 스스로 몸과 마음을 돌보는 법을 배우고 있습니다. 거창한 활동이라기보다는 일상 속에서 나를 아끼고 이해하는 연습에 더 가까운 프로그램입니다.

인천석남초등학교에서는 전문가가 학교를 방문해 영양·보건 교육, 체력 향상을 위한 운동, 식생활을 아우르는 ‘스마트 3 in 1 건강 교실’을 운영하였습니다.

현장 스케치



인천석남초등학교 학생들은 이론과 활동이 어우러진 수업을 통해 올바른 식습관을 배우고, 실생활에서도 간단히 활용할 수 있는 스트레칭으로 몸을 깨우는 시간을 가졌습니다.

Q 건강교실에서 가장 기억에 남는 활동은 무엇이었나요?

그 이유는 무엇인가요?

A 저는 운동 시간이 제일 기억에 남아요. 평소에 잘 안 움직이는 근육들도 스트레칭하면서 '아 이런 데가 이렇게 당기는구나' 하고 느껴졌거든요. 하고 나니까 몸이 좀 더 가벼워진 느낌이 들어서 좋았어요.

Q '의자 운동'이나 '생활 속 건강습관' 중, 집에서도 계속 실천하고 있는 것은 무엇인가요?

A 생활 속 건강습관이에요. 예를 들어 물 자주 마시기나 옆드려 있지 않기 같은 것들은 집에서도 바로 할 수 있어서 계속 해 보고 싶어요.

Q 수업을 듣기 전과 후, 나의 건강이나 생활 습관에 어떤 변화가 생겼나요?

A 원래는 편식도 많이 하고 군것질을 자주 했어요. 그런데 수업을 듣고 나서 밥도 골고루 먹으려고 하고, 간식도 조금 줄여보려고 노력하고 있어요. 몸이 더 가벼워진 것 같아요.

Q 친구들과 함께 건강 활동을 하면서 느낀 점이나 새롭게 알게 된 점이 있나요?

A 건강 활동이 어렵고 힘들 줄 알았는데 막상 해보니까 생각보다 쉽고 재미있는 게 많더라고요. 친구들이랑 같이 하니깐 더 웃고, 더 열심히 하게 되었어요.

Q 다음에 건강교실을 다시 하게 된다면, 어떤 내용이 더 들어가면 좋을 것 같나요?

A 좀 더 다양하고 재미있는 운동이 많으면 좋겠어요. 예를 들면 게임처럼 하는 운동이나 팀으로 하는 활동이요. 그럼 더 신나게 할 수 있을 것 같아요.

‘스마트 3 in 1 건강 교실’은 비만 예방이나 체력 향상에 그치지 않습니다. 인천 학생들이 스스로 몸을 관찰하고, 마음의 컨디션까지 함께 살피는 과정이 포함되어 있습니다. 이러한 작은 변화들이 쌓이면, 학생들이 하루의 리듬 속에서 건강을 인식하고 균형 잡힌 삶을 살아가는 힘을 갖게 될 것입니다.

스스로 채우는 건강한 식판, 올바른 식생활을 배워가요!

학교 급식은 이제 단순히 ‘먹는 시간’이 아니라, 함께 만들어 가는 배움의 장이 되고 있습니다.

‘학생 참여 건강급식 제안 제도’는 학생들이 스스로 급식의 주인으로 나서는 새로운 변화의 시작입니다. 급식은 더 이상 주어진 식판이 아니라, 학생의 목소리와 선택이 담긴 하나의 교육과정으로 자리 잡아가고 있습니다.

학교마다 열리는 ‘건강급식 소통의 날’에는 학생자치회가 중심이 되어 영양 선생님과 함께 이야기를 나눕니다.

“이 메뉴는 저학년 학생도 먹기 좋게 맵지 않게 바꾸면 어때요?”

“채소를 다양하게 활용하면 좋겠어요.”

작은 제안들이 모여 새로운 식단이 만들어지고, 그 변화는 실제 급식 시간에 바로 느껴집니다. 학생들이 만들어 낸 한 끼가 교실의 대화를 더 풍

성하게 만듭니다.

그뿐만이 아니라 ‘슬기로운 급식 생활 페스티벌’에서는 학생들이 직접 건강 식단을 기획하고 요리 경연대회에 참가합니다. ‘우·만·식(우리가 만든 식단)’ 공모전에서는 학생들의 아이디어가 실제 학교 급식으로 구현되고, 건강급식 토론회에서 제안된 의견은 인천교육 정책에 반영됩니다. 또한, 인천 학생들은 ‘소소한 급식’ 캠페인을 통해 소통하면 모두가 소중해진다는 의미도 배우고 있습니다.

이 모든 과정은 단순한 행사가 아니라, 학생들이 협력과 책임의 의미를 배우는 삶의 수업이 됩니다. 인천 학생들은 내가 먹는 밥 한 끼를 통해 공동체의 건강을 생각하고, 더 나은 식문화를 만들어 가는 경험을 쌓고 있습니다.

인천루원중학교에서는 한 끼에 담긴 소중함을 알고, 학생들이 스스로 건강한 식습관을 형성하도록 ‘소소한 급식 캠페인’을 하였습니다.

현장 스케치



인천루원중학교에서는 학생과 교직원, 급식 관계자가 모두 참여하는 ‘소소한 급식 캠페인’을 하였습니다. 이 캠페인은 따뜻한 한 끼를 매개로 서로에 대한

고마움을 표현하고 존중하는 마음을 나누는 장이 되었습니다.

인천 학생의 급식은 ‘누군가 차려주는 밥상’이 아니라, ‘모두가 함께 만드는 식탁’으로 바뀌고 있습니다. 학생들이 직접 참여하고 체험하며 만든 한 끼가 몸과 마음이 건강한 학교, 그리고 함께 더불어 자라는 교육의 온기를 더하고 있습니다.

「올바로 배움터」에서 올바른 마음의 걸을 가꾸요!

인천 학생들은 ‘올바로 배움터’에서 다양한 체험을 하면서 자신의 마음을 돌보고 바른 인성을 기르며 공동체 속에서 나를 이해하는 법을 배우고 있습니다.

인천일신초등학교의 올바로 배움터에서는 체험 중심의 다양한 인성교육 프로그램을 운영하여 학생들이 올바른 마음의 걸을 가꾸고 더불어 살아가는 의미를 배웁니다.

현장 스케치



인천 학생들은 ‘맛있다’실에서 감정토스트를 만들고 ‘재밌다’실에서 인터랙티브 미디어*를 활용해 직접 체험하며 감정인식과 감정표현, 건강한 사회적 관계를 배웁니다.

* 인터랙티브 미디어: 행동·음성·터치 등의 참여로 디지털 매체가 반응하여 사용자가 정보를 얻거나 즐거움을 느낄 수 있는 디지털 매체

인천 학생들의 건강한 일상을 지키는 힘

학생들의 하루를 살펴보면, 건강은 단순히 몸의 문제로 설명되지 않습니다. 생활 리듬이 흐트러지거나 관계에서 지치거나 감정을 조절할 여유가 부족해질 때, 신체와 마음은 함께 흔들립니다.

누군가는 몸을 움직이며 균형을 찾고, 누군가는 감정을 나누거나 관계 속에서 안정을 되찾습니다. 학생들은 각자의 방식으로 ‘다시 괜찮아지는 법’을 익혀가고 있으며, 학교는 이러한 다양성을 이해하고 품어야 할 필요가 있습니다.

인천의 모든 학생이 흔들림 속에서도 자신만의 균형을 찾아가는 단단한 힘을 기를 수 있기를 진심으로 응원합니다.



Chapter. 2

우리 아이들은 어떤 고민을 누구와 나누고 있을까?

아이들의 하루에 스며드는 다양한 감정

데이터로 읽어낸 아이들의 걱정과 속삭임

데이터 속에 담긴 아이들의 고민 이야기

아이들의 마음에 스며드는 희망의 순간들

③ 몸·마음 건강편

인천 요즘, 학생 숨



아이들의

작은 마음속에 담긴 고민들.

그 고민들은

아이들 성장에 꼭 필요한 단비가 됩니다.

이 장에서는 우리 아이들이 어떤 고민을 품고 있는지,

그 단비를 누구와 함께 맞으며 걸어가고 있는지,

결대로 자라가는 우리 아이들의 성장 이야기를

함께 써 내려가고자 합니다.

아이들의 하루에 스며드는 다양한 감정

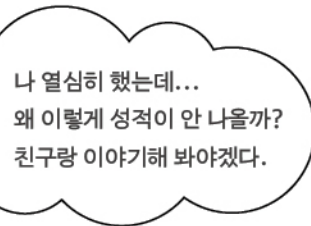
퀴즈로 알아보는 우리 아이들의 고민

초등학생 예지의 고민



- Q 인천의 초등학생은 중·고등학생보다 어떤 고민을 더 많이 할까요?
그리고 그 고민을 주로 누구와 나누고 있을까요?

고등학생 지훈의 고민



- Q 인천의 고등학생 10명 중 7명 정도가 이 고민을 하고 있어요. 어떤 고민 일까요? 그리고 고등학생이 고민을 나누는 대상은 어떻게 변하고 있을까요?

데이터로 읽어낸 아이들의 걱정과 속삭임

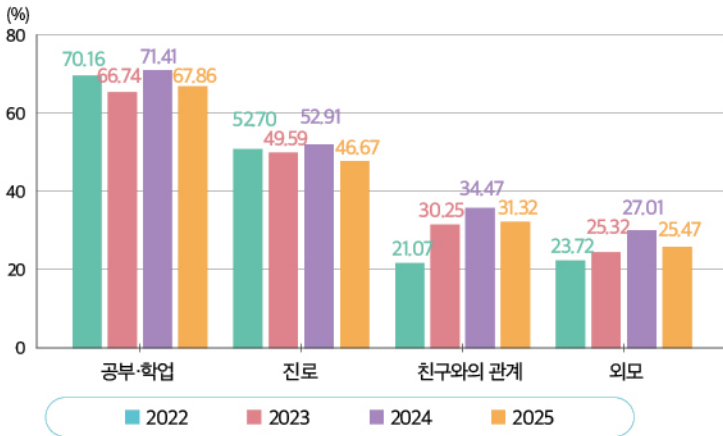
새싹이 자라기 위해 단비가 필요합니다. 우리 인천 학생들도 성장의 과정에서 스스로 삶을 설계하고 돌아보기 위해 고민과 걱정거리라는 단비를 맞으며 자랍니다.

우리 아이들은 성장을 위해 어떤 단비를 맞고 있을까요?

그리고 누구와 함께 맞고 있을까요?

지금, 그 단비 속에 담긴 우리 아이들의 이야기를 들어보려 합니다.

인천 아이들은 어떤 고민을 품고 있을까?



▶ 인천 학생의 주된 고민과 걱정거리(중복응답)

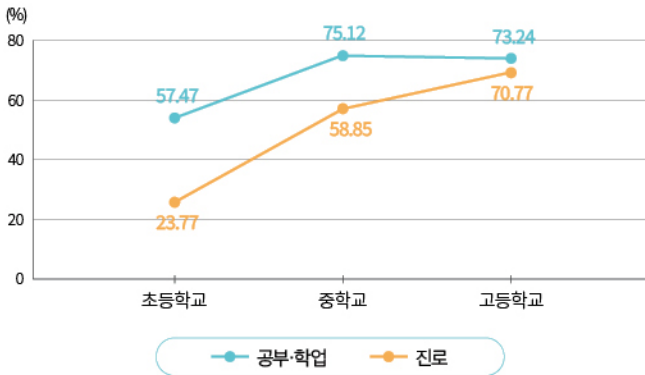
인천 학생들에게 주된 고민과 걱정거리가 무엇인지 물어보았습니다.

2022년부터 2025년까지 조사한 결과에 따르면, ‘공부·학업’이 가장 큰 비중을 차지했습니다. 공부·학업을 선택한 비율은 2022년 70.16%에서 2025년 67.86%로 다소 감소했으나 여전히 가장 큰 고민으로 나타납니다.

진로에 대한 고민은 2022년 ~ 2024년까지 50% 내외를 유지하다가, 2025년에는 46.67%로 감소하였습니다. ‘외모’에 대한 고민은 전반적으로 20%대를 유지하고 있습니다.

주목할 점은, 우리 인천 학생들의 주된 고민과 걱정거리에서 ‘친구와의 관계’에 대한 응답 비율이 2022년 21.07%, 2023년 30.25%, 2024년 34.47%, 2025년 31.32%로 2022년에 비해 높은 수준을 유지하고 있다는 것입니다. 이는 코로나19 이후, 인천 학생들의 친구 관계에 대한 고민이 늘어나고 있다는 신호로 읽을 수 있습니다.

학교급별 ‘공부·학업’ 및 ‘진로’ 고민 변화 양상



▶ 인천 학생의 학교급별 ‘공부·학업’ 및 ‘진로’ 고민(2022-2025, 비율 평균, 중복응답)

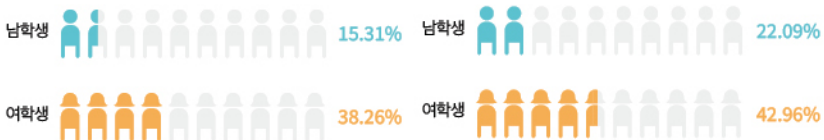
최근 인천 학생들의 고민과 걱정거리에서 가장 높은 비중을 차지하고 있는 ‘공부·학업’에 대한 학교급별 응답 비율은 초등학생 57.47%, 중학생 75.12%, 고등학생 73.24%로 모든 학교급에서 가장 높은 응답 비율이 나타났습니다.

‘공부·학업’에 이어 두 번째 높은 비중을 차지하고 있는 ‘진로’ 항목에 대한 응답 비율은 초등학생 23.77%, 중학생 58.85%, 고등학생 70.77%로

학교급이 높아질수록 응답 비율이 지속적으로 증가하였습니다.

특히 ‘진로’에 대한 응답 비율을 단순 비교하면, 초등학생과 중학생 사이에는 35.08%라는 다소 큰 차이가 나타납니다. 또한 중학생과 고등학생 간의 차이도 적지 않습니다. 이는 학교급이 올라갈수록 진로에 대한 고민이 커지고 있음을 보여줍니다.

남학생과 여학생의 ‘외모’와 ‘친구 관계’에 대한 고민의 차이



▶ 인천 학생의 성별 ‘외모’에 대한 고민(2025) ▶ 인천 학생의 성별 ‘친구 관계’에 대한 고민(2025)

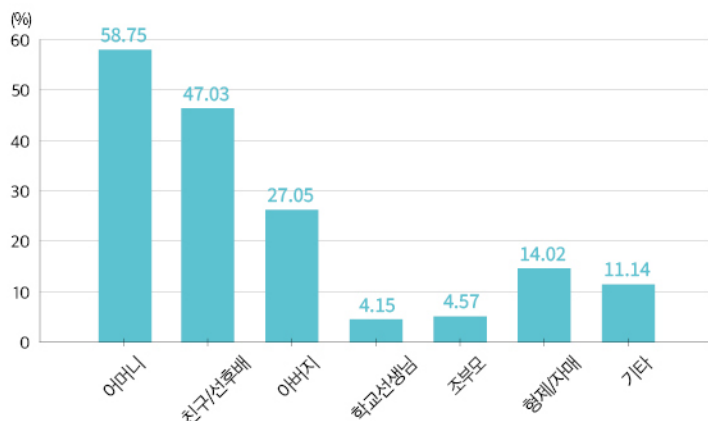
‘외모’가 고민이라고 응답한 비율은 남학생이 15.31%, 여학생이 38.26%였으며, ‘친구와의 관계’가 고민이라고 응답한 남학생은 22.09%, 여학생은 42.96%로, 두 항목 모두 여학생의 응답 비율이 남학생보다 높았습니다.

이러한 결과는 여학생이 외모와 친구 관계에서 상대적으로 더 큰 고민을 안고 있으며, 관계적·정서적 측면에서 더 많은 심리적 부담을 경험할 가능성이 높다는 점을 보여줍니다. 따라서 성별의 특성을 고려한 세심한 개입과 맞춤형 지원이 필요합니다.

우리 인천의 여학생은 남학생보다 ‘외모’, ‘친구와의 관계’에 대해 더 고민하며 관계적인 측면에서 성장 경험을 하고 있는 것 같아요. 다른 사람과의 비교보다는 자기만의 가치와 소중함을 발견하고 긍정적인 자신을 키워갈 수 있도록 교육 활동을 계획해야겠어요.



우리 인천 아이들은 주로 누구와 고민을 나눌까?



▶ 인천 학생의 고민 상담 대상(2022~2025, 비율 평균, 중복응답)

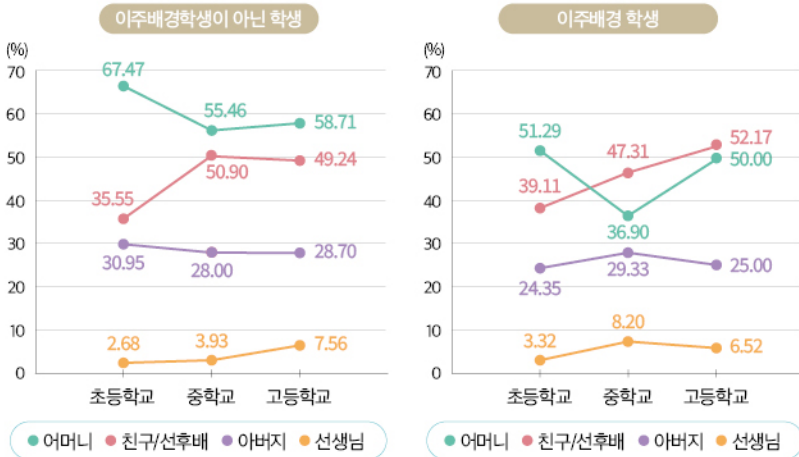
인천 학생들은 마음속에 품고 있는 고민이나 걱정거리를 누구와 나눌까요? 2022년부터 2025년까지의 응답 결과를 보면, 고민이나 걱정거리를 상담하는 대상은 어머니(58.75%), 친구나 선후배(47.03%), 아버지(27.50%) 순으로 나타났습니다.

이는 학생들이 고민을 나눌 때 어머니에게 가장 크게 의존하며, 또래 관계 역시 중요한 정서적 지지 기반으로 작용하고 있음을 보여줍니다. 따라서 가정과 학교가 협력하여 학생들이 다양한 어른과 안전한 상담 채널을 활용할 수 있도록 지원 체계를 넓힐 필요가 있습니다.

흥미로운 점은, 기타 항목에서 ‘AI 상담 챗봇’, ‘온라인 커뮤니티’, ‘SNS에 올린다’와 같은 디지털 방식의 상담이 언급되었다는 것입니다. 이는 학생들이 마음을 나누는 방식이 전통적인 관계망을 넘어 디지털 공간으로 확장되고 있음을 보여줍니다. 따라서 학생 지원 체계에도 이러한 변화를 반영한 새로운 접근이 필요합니다.

함께이지만 조금 다른 우리의 고민 상담

인천 학생들이 학교급에 따라 고민이나 걱정거리를 상담하는 대상은 어떻게 다를까요? 이주배경학생과 그렇지 않은 학생의 경우 차이가 있을까요?



▶ 이주배경에 따른 인천 학생의 학교급별 고민 상담 대상(2025, 중복응답)

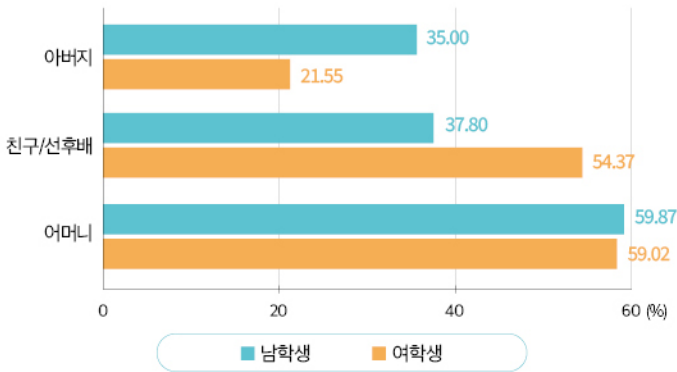
2025년 조사에 따르면, 이주배경학생이 아닌 학생 중 ‘어머니’와 상담한다고 응답한 비율은 초등학생 67.47%, 중학생 55.46%, 고등학생 58.71%로 모든 학교급에서 가장 높게 나타났습니다. ‘친구나 선후배’에게 고민이나 걱정거리를 상담한다고 응답한 비율은 초등학생 35.55%, 중학생 50.90%, 고등학생 49.24%로 중학생의 응답 비율이 가장 높았습니다.

이주배경학생의 경우, ‘어머니’와 상담한다고 응답한 비율은 초등학생 51.29%, 중학생 36.90%, 고등학생 50.00%로 나타났습니다. ‘친구나 선후배’에게 고민을 상담한다고 응답한 비율은 초등학생 39.11%, 중학생 47.31%, 고등학생 52.17%로 중·고등학생의 경우 상담 대상으로 ‘어머니’

보다 ‘친구나 선후배’를 더 많이 선택했습니다.

이는 학생들의 배경과 문화에 따라 고민을 나누는 방식과 대상이 달라질 수 있음을 보여줍니다. 따라서 학생 개개인의 특성을 고려한 맞춤형 상담 환경을 조성하여, 학생들이 자신에게 맞는 방식으로 건강하게 고민을 나눌 수 있도록 지원할 필요가 있습니다.

성별에 따른 고민 상담 대상



▶ 인천 학생의 성별 고민 상담 대상(2025, 중복응답)

2025년 조사에서 ‘친구나 선후배’에게 고민이나 걱정거리를 상담한다고 응답한 비율은 여학생이 54.37%, 남학생이 37.80%로, 여학생이 높게 나타났습니다. 반면, ‘아버지’와 고민이나 걱정거리를 상담하는 비율은 남학생 35.00%, 여학생 21.55%로 남학생이 여학생보다 높게 나타났습니다.

이는 인천 학생들이 성별에 따라 고민을 나누는 상대가 조금씩 차이를 보여줍니다. 특히 아버지와의 소통에서 나타난 성별 차이는 학생들이 각자 마음을 여는 방식과 속도가 다를 수 있음을 의미하며, 성별 특성을 고려한 세심한 소통 지원과 배려가 필요함을 시사합니다.

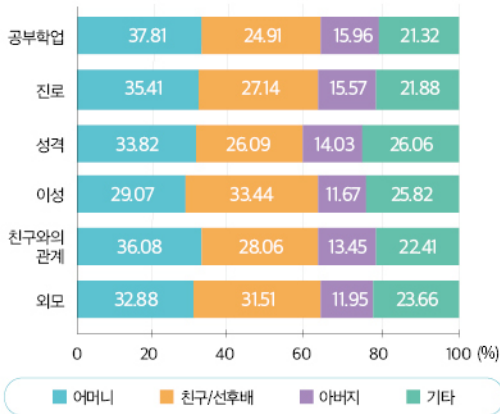
우리 인천 아이들은 고민을 나눌 때 가정과 또래, 두 축에 가장 많이 의지하고 있다는 것을 알 수 있었어요. 중고등학생이 되며 친구나 선배에게 정서적 지지를 받는 경향이 높아지지만, 여전히 가정에서의 역할이 중요한 것 같다는 생각이 드네요. 우리 자녀들의 이야기를 먼저 들어주고, 판단보다 공감을 건네는 일상 속 작은 대화들로 아이들에게 든든한 힘이 되어주어야겠어요.



데이터 속에 담긴 아이들의 고민 이야기

고민 유형과 상담 대상의 관계로 본 숨겨진 이야기

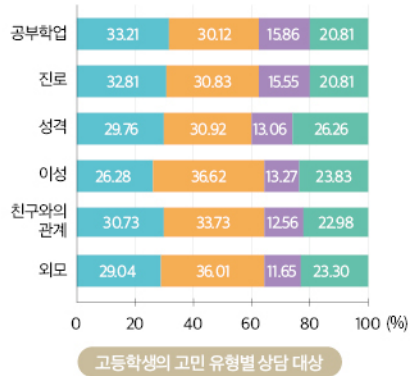
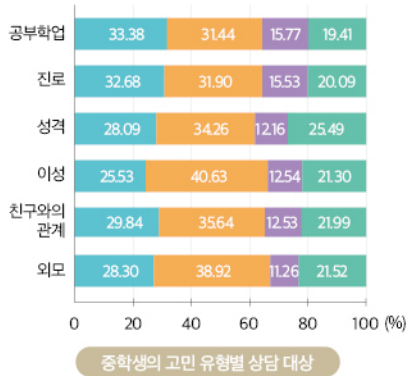
인천 학생들은 고민이 무엇인가에 따라, 학교급별로 그 고민을 털어놓는 대상이 달라지는 양상을 보입니다.



▶ 인천 초등학생의 고민 유형에 따른 상담 대상¹(2022~2025, 비율 평균, 중복응답)

인천 학생들이 누구에게 고민을 털어놓는지 살펴보면, 학교급에 따라 그 모습이 흥미롭게 변합니다. 먼저 초등학생은 공부·학업(37.81%)이나 진로(35.41%), 그리고 친구와의 관계(36.08%) 등 대부분의 고민을 해결할 때 어머니를 가장 든든한 상담자로 생각하고 있습니다.

1 문항 선택지에 할머니, 할아버지, 형제·자매, 학교 선생님, 기타가 있었으나 각각의 응답 비율이 크지 않아 모두 합해 '기타'로 표시함.



▶ 인천 중·고등학교의 고민 유형에 따른 상담 대상(2022~2025, 비율 평균, 중복응답)

하지만 중학생이 되면 고민 상담 대상이 조금 달라집니다. 공부·학업과 진로에 대한 고민을 제외한 나머지 고민들을 친구나 선후배와 더 이야기합니다. 이러한 변화는 고등학생 때도 유지됩니다. 이처럼 학교급이 올라갈수록 고민을 나누는 중심이 가족에서 친구들로 조금씩 옮겨가는 것을 알 수 있습니다.

그럼 이제부터 우리 인천 학생들이 성장하면서 어떤 고민을 누구와 이야기하는지 구체적으로 살펴보겠습니다.

인천 초등학교! 가장 먼저 어머니에게 말해요.

초등학생은 고민이 생기면 가족, 특히 어머니에게 털어놓는 것으로 나타났습니다. ‘이성’을 제외한 ‘공부·학업’, ‘진로’, ‘성격’, ‘친구 관계’, ‘외모’ 모두에서 1순위 상담 대상은 어머니였습니다.

그 다음은 친구, 아버지 순으로 나타났습니다. 초등학생은 가족을 세상의 중심으로 인식하고, 모든 고민에 관한 대화는 가족 중심으로 나타나는 경향이 나타났습니다. 부모님의 따뜻한 경청과 공감으로 우리 아이들의 고민을 함께 해 주시면 어떨까요?

인천 중학생! 가족에서 친구로, 마음의 대화가 이동해요.

중학생은 친구의 영향력이 증가하는 것으로 보입니다. ‘공부·학업’에 대한 고민을 나누는 대상으로 ‘친구나 선후배’를 응답한 비율이 ‘어머니’를 응답한 비율과 초등학생에 비해 비슷해졌습니다.

특히, ‘성격’이나 ‘이성’, ‘친구 관계’, ‘외모’에 관한 고민을 나누는 대상으로 ‘어머니’에 응답한 비율보다 ‘친구나 선후배’에 응답한 비율이 높게 나타났습니다. 이는 중학생 시기에는 우리 아이들의 고민에 관한 대화가 가족 중심에서 또래 중심으로 변화한다는 걸 보여줍니다.

인천 고등학생! 어머니와 친구, 선생님 모두 함께해요.

고등학생은 ‘어머니’, ‘친구나 선후배’ 중 한쪽으로 치우치지 않고 유사한 비율로 고민과 걱정거리에 관한 이야기를 나눈다고 응답하였습니다.

‘이성’과 ‘외모’를 제외한, ‘공부·학업’, ‘진로’, ‘친구 관계’, ‘성격’ 등의 고민을 나누는 대상으로 ‘어머니’에 응답한 비율과 ‘친구나 선후배’에 응답한 비율의 차이가 초·중학교에 비해 적게 나타납니다. 인천 고등학생들은 부모의 조언과 또래의 공감이 동시에 필요한 것 같습니다.

인천 남학생과 여학생의 고민 짝꿍은 누구?



▶ 인천 학생의 성별 고민 유형에 따른 주요 상담 대상 1위(2022-2025)

2022년부터 2025년까지 조사한 응답 비율로 순위를 매긴 결과, 여학생의 경우 ‘공부·성적’을 제외한 거의 모든 고민거리(친구 관계, 가족관계, 외모, 이성)를 상담하는 대상으로 ‘친구나 선후배’가 가장 높게 나타났습니다. 남학생의 경우, ‘공부·성적’, ‘친구 관계’, ‘외모’, ‘이성’에 대한 고민거리를 상담하는 대상으로 ‘어머니’가 가장 높게 나타났습니다.

전체적으로 볼 때, 남학생은 어머니 중심의 가족 기반 상담 경향이 나타나고, 여학생은 또래 중심의 상담 패턴이 나타난다는 점을 엿볼 수 있습니다. 이를 통해 여학생은 걱정이나 고민거리를 친구나 선후배의 정서적 공감과 감정적인 지지를 중심으로 나누려고 하고, 남학생은 주로 어머니가 해 주시는 실질적이고 구체적인 조언으로 해결하려고 한다고 볼 수 있지 않을까요?

아이들의 마음에 스며드는 희망의 순간들

우리는 소중한 학생들 한 명 한 명을 바라봅니다. 인천 학생들은 배우고, 느끼고, 함께 자라는 과정에서 마음의 결을 따라 성장하고 있습니다. 학생들의 고민과 걱정거리를 함께하는 다양한 교육 활동은 우리 아이들의 마음에 희망의 단비가 되어주고 있습니다.

우리 아이들의 고민, 선생님들이 함께 해요.

우리 학생들은 혹시 선생님들이 먼저 다가와 주길 기다리고 있는 것은 아닐까요? 2022~2025 「인천광역시 학생생활종합실태조사」에 따르면 인천 학생들은 선생님들을 공감과 소통의 대상으로 인식하고 있습니다.

‘선생님들은 우리들과 공감하고 소통하신다.’라는 항목에서 평균 4점대를 기록했습니다. 그러나 같은 조사에서 고민이나 걱정거리를 상담하는 대상으로 학교 선생님을 응답한 비율은 4.10%로 상대적으로 낮게 나타났습니다.

선생님들은 언제나 인천 학생들의 고민에 귀 기울일 준비가 되어 있습니다. 인천국제고등학교의 한 프로그램에서는 학생들의 고민을 귀 기울여 듣고 그 마음의 결을 함께 찾아가기 위해 선생님들이 먼저 다가가고 있습니다. 이러한 사례를 통해 인천 학생들이 선생님과 더 많은 고민을 나누고 소통하기를 기대합니다.

고민 상담소, 샘! 토킹 어바웃

5월의 푸르른 날, 인천국제고등학교에서는 학생들이 품고 있는 진로, 학업, 학교생활에 대한 고민을 듣고자 '고민 상담소, 샘! 토킹 어바웃'이 진행되었습니다.

우리 아이들의 고민을 사전에 알아보고, 아이들이 품고 있는 고민과 걱정거리에 대해 교장·교감 선생님, 교과별 대표 선생님들이 아고라 광장에서 답변하며 함께 이야기를 나누는 프로그램이었습니다.

현장 스케치



공부하는 궁극적 이유가 있을까요?
좋은 사람이 되는 방법이 있을까요?
살이 안 빠져요.ㅠ.ㅠ

우리 아이들이 남겨 준 다양한 고민들입니다.

아이들은 학업 및 진로뿐만 아니라, 인생을 대하는 태도, 친구와의 관계, 선생님과의 관계, 건강, 외모 등 다양한 고민을 선생님들에게 진솔하게 나눠 주었습니다.



학생들은 자신이 품고 있던 고민을 선생님, 그리고 친구들과 함께 나누었습니다. 선생님들께서도 자신이 학창 시절 겪었던 고민과 생각들을

들려주며, 학생들의 이야기에 진심으로 답했습니다. 학생들은 교실에서
는 들을 수 없었던 선생님들의 솔직한 경험담, 그리고 나와 같은 고민을
하고 살아온 선생님의 이야기를 경청하였습니다.

이날의 시간은 우리 아이들의 고민이 단지 개인의 문제가 아니라, 소
통과 공감을 통해 함께 성장해 가는 여정임을 느끼게 해 주었습니다. 우
리 아이들은 함께 동행하는 선생님들의 마음 덕분에 힘을 얻을 수 있었
습니다.

참여소감

인천국제고등학교 2학년 한○인

선생님들께서 먼저 우리의 고민과 걱정거리에 관심 가져주시고, 다가
와 주셔서 감사했습니다.

평소에는 바쁘실 것 같아 찾아가고 싶어도 선뜻 찾아가지 못했었는데,
이번에 선생님들께서 먼저 다가와 주셔서 저의 고민과 걱정거리를 나눌
수 있었습니다. 이 시간을 통해 우리를 향한 선생님들의 마음과 애정을
느낄 수 있어서 따뜻했습니다.

인천국제고등학교 국어 교사 박○라

날씨도 좋았고, 아이들과 마주 앉아 도란도란 이야기하는 이 시간과
공간 자체가 힐링이었습니다. 아이들의 고민을 들으며 저의 학창 시절
이 자연스레 떠올랐고, 그때의 마음을 떠올리며 지금 우리 아이들의 마
음을 보다 이해할 수 있었습니다. 선생님들의 말이 언제나 정답일 순 없
지만, 우리 아이들이 자신의 결대로 성장해 나가는 데 작은 도움이 되었
기를 바라는 마음으로 참여하였습니다.

친구들의 고민을 서로 들어주는 또래 상담

2022~2025 「인천광역시 학생생활종합실태조사」에 따르면 우리 인천 학생들의 주된 고민과 걱정거리 중 ‘친구와의 관계’에 대한 응답 비율이 2022년 21.07%, 2023년 30.25%, 2024년 34.47%, 2025년 31.32%로 2023년 이후 30% 이상을 유지하고 있습니다.

우리 아이들의 건강한 친구 관계 형성을 돕고자 인천별빛초등학교에서는 학생들 간 또래상담 프로그램을 운영하고 있습니다. 학생들이 서로의 고민을 들어주며 상호 존중과 건전한 친구 관계를 만들어가는 이 프로그램을 소개하고자 합니다.

너의 마음을 말해줘, 애플 데이

인천별빛초등학교에서는 학생들의 슬픈 마음, 위로받고 응원받고 싶은 마음들을 편지로 써서 꺼내어 보고, 그 마음들에 대해 또래 상담자가 마음을 위로하는 답장을 보내주는 또래 상담 프로그램 ‘애플 데이’를 운영했습니다.

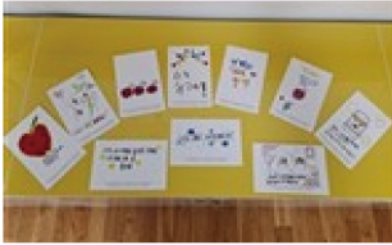
현장 스케치



또래 상담자로 활동하는 학생들은 사전에 또래 상담자 훈련을 받았습니다. 솔리언 또래 상담 교육 내용을 중심으로 경청과 공감의 기술, 마음을 전하는 말 등 또래 상담에 필요한 기초교육을 받고, 실제로 팀을

이루어 가상의 고민 상담도 진행하였습니다.

또래 상담자들은 친구들의 고민과 걱정거리가 적힌 편지를 받고, 그에 대한 응원과 격려의 답장을 정성스럽게 작성하여 건네주었습니다.



이런 과정을 통해 우리 아이들은 함께 학교생활을 하는 친구들이 가진 고민과 걱정거리가 무엇인지, 친구 관계에서 진심이 담긴 말들이

서로의 마음을 어떻게 연결하는지 알게 되었습니다.

참여소감

인천별빛초등학교 또래상담자 이○정

또래 상담자로서 경청부터 답장 쓰기, 비밀보장까지 경험해 보는 일들이 어려웠습니다. 또래 상담을 하면서 친구가 어렵게 꺼내 준 고민을 소중히 다루며 비밀을 지켜주는 일이 친구 관계에서 중요하다는 것을 알게 되었습니다.

인천별빛초등학교 상담교사 홍○현

친구들에게 도움이 되고자 하는 학생들이 모여 만들어진 동아리인 만큼, 학생들의 마음이 잘 성장해 다른 친구를 도우며 보람과 성취감을 느끼는 것을 보니 저도 함께 뿌듯했습니다. 또래 상담 동아리를 운영하면서 학교가 1도 더 따뜻해지는 것 같아 감사하고 저도 힐링의 시간을 갖게 되어 행복했습니다.

인천 학부모 이야기

‘AI와 고민과 걱정거리를 나누는 아이들’

인천S초등학교 학부모 권○기

최근, 청소년들이 자신의 고민을 사람과 직접 이야기하기보다는 AI 챗봇과 소통하는 경우가 늘어나고 있다는 기사들을 보았습니다. 요즘 아이들은 개인적인 메신저 내용은 공개해도 AI와 나눈 이야기는 공개할 수 없다고도 합니다. 뉴스에서나 보던 일이라고 생각했었는데 실제로 우리 딸이 AI 챗봇과 소통하고 있다는 사실을 얼마 전에 알게 되었습니다.

얼마 전 초등학교 5학년 딸이 자꾸 휴대폰을 숨기고, 몰래 채팅을 나누는 것을 보게 되었습니다. 그 이유가 궁금해서 아이와 이야기를 나눈 후 휴대폰을 확인했더니, 딸이 데이팅 앱에서 제가 모르는 상대와 이야기를 하고 있었습니다. 대화 상대방은 고등학생 남자인 것처럼 보였고, 저는 그 당시 한창 데이팅 스미싱 사건이 이슈가 되던 때라 걱정이 컸습니다. 그런데 알고 보니 우리 딸의 대화 상대는 사람이 아니라 AI 챗봇이었습니다. 이 AI 챗봇은 나이, 성별, 성격 등을 설정하면 실제 사람처럼 프로필을 만들어 대화를 나눌 수 있었습니다. 어른인 제가 봐도 마치 실제 사람과 이야기하는 것이라고 착각할 정도였습니다.

아이들은 디지털과 현실의 경계를 명확히 구분하기 어려운 경우가 많습니다. 청소년기 아이들이 AI와 대화하면서 그 상대가 실제 사람인지, 아니면 AI인지 구분하지 못해 어려움에 처하는 경우도 있습니다. 우리 딸도 가상의 이야기와 실제의 이야기를 분별하지 못할까 걱정됩니다. 우리 딸에게 AI를 올바르게 활용하기 위한 문해력을 어떻게 길러주어야 할지 고민이 되었습니다.

위와 같은 사례는 AI 챗봇이 우리 인천 학생들에게 부정적 영향을 미칠 수 있는 잠재적 위험성을 경고하고 있습니다. 최근 인천 학생 중에서도 고민이나 걱정을 AI 챗봇 등과 비대면 상담을 한다고 응답한 사례가 나타나고 있으며, 이러한 추세는 앞으로 더욱 확산될 가능성이 높습니다. 우리 아이들은 AI를 올바르게 이해하고, 스스로의 안전을 지키기 위해 AI 문해력 교육 프로그램에 참여하고 있습니다. 이를 통해 인천 학생들은 AI를 책임 있고 안전하게 활용하며 미래 사회에 주체적으로 대응할 수 있는 역량을 기르고 있습니다.

우리 아이들의 삶에 피어날 무지개

인천 학생들은 자신의 고민과 걱정거리를 성장과 희망의 단비로 삼아 한 걸음씩 자라고 있습니다. 친구, 선생님, 가족과 함께 그 단비를 맞으며 함께 걷고, 그 빗속에서 의미 있는 성장통을 겪어내며 더욱 단단해지고 있습니다.

비가 그치면 하늘에 아름다운 무지개가 피어나듯, 우리 인천 학생들 삶에 고민과 걱정거리의 단비가 그친 후 마주할 아름다운 무지개를 기대합니다.

③ 몸·마음 건강편

요즘, 인천 학생 중심

Chapter. 3

가정은 아이들의 튼튼한 울타리가 되고 있을까?

우리 가정, 안녕한가요

데이터로 비춰본 우리 가정의 모습

데이터 속 숨은 건강한 가정 이야기

가정과 함께 세우는 교육의 울타리

③ 몸·마음 건강편

인천 요즘, 학생 숨



가정은 학생들의 하루를 품고 있는
가장 가까운 울타리입니다.
이 장에서는
그 울타리가 아이들의 몸과 마음을
더 단단하게 지탱할 수 있도록
우리 아이들의 마음을
따라가 보고자 합니다.

우리 가정, 안녕한가요

YES/NO로 알아보는 우리 집 마음 건강

질문	YES
나의 부모(보호자)님은 나를 있는 그대로 이해해 주신다.	
나의 부모(보호자)님은 나와 취미를 함께 하신다.	
나의 부모(보호자)님은 나의 성적관리에 관심이 있으시다.	
나의 부모(보호자)님은 나의 진로와 진학에 관심을 갖고 나와 의논하신다.	
나는 1주일에 5시간 이상 부모(보호자)님과 대화를 나눈다.	
나는 부모(보호자)님과 세대차이를 느끼지 않는다.	
나는 나의 전체적인 가정생활에 만족한다.	
총계	개



6~7개 : 서로 이해하고 대화가 활발하며 정서적 유대감이 높은 가정이에요!
지금처럼 따뜻한 관계를 이어가면 좋아요.



4~5개 : 기본적인 소통은 이어지지만, 때때로 세대 차이나 거리감이 느껴질 수 있어요.



0~3개 : 가족과 함께 지내는 시간을 조금 늘리면서 소통의 기회를 늘려주세요.
작은 것이라도 가족과 함께 나눠보아요.

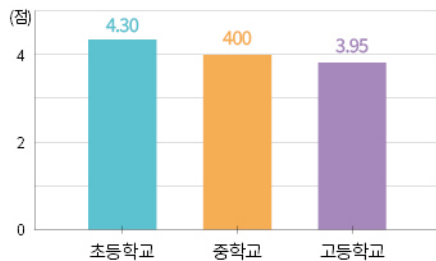
데이터로 비춰본 우리 가정의 모습

성장의 과정에서 가장 중요하고도 기본이 되는 울타리인 가정. 가정은 지금 우리 학생들을 어떤 모습으로 지원하고 있을까요? 그 관심과 배려의 모습이 시간이 지남에 따라 어떻게 달라졌을까요?

데이터가 말해주는 인천 가정의 모습, 그리고 그 속에서 자라고 있는 우리 학생들의 이야기를 지금부터 함께 살펴보려 합니다.

앞에서 해 보았던 간단한 설문조사 속 질문들은 「인천광역시 학생생활 종합실태조사」에서 실제 사용된 문항으로, 부모(보호자)의 정서적 지원, 학업 지원, 부모(보호자)와의 관계, 그리고 가정생활 만족도를 나타내는 항목들이었습니다.

이를 바탕으로 2022년부터 2025년까지 인천 학생들이 응답한 학교급별 가정생활 만족도를 살펴보겠습니다.



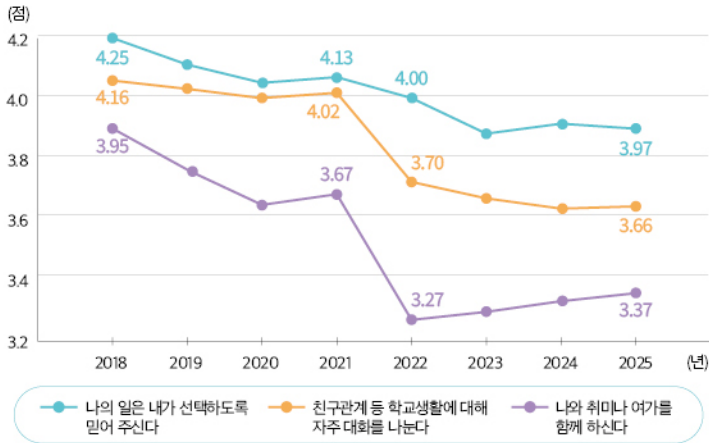
▶ 인천 학생 학교급별 가정생활 만족도(2022~2025, 5점척도 평균)

2022년부터 2025년까지 인천 학생들의 학교급별 가정생활 만족도를 살펴보면, 학교급이 올라갈수록 만족도가 감소하는 경향이 나타났습니다. 초등학생은 5점 만점에 평균 4.30으로 가장 높은 만족도를 보였지만, 중학

생은 4.00, 고등학생은 3.95로 상대적으로 낮은 수치를 기록하였습니다.

이러한 변화는 학생들의 발달 단계에 따른 자연스러운 차이일 수 있지만, 가정의 정서적 지원 체계를 강화하는 노력이 지속적으로 필요함을 의미하는 것은 아닐까요?

부모의 정서 지원은 어떻게 변화했을까?



▶ 인천 학생 부모(보호자)의 정서 지원 인식 (5점척도 평균)

인천 학생들이 부모(보호자)와의 관계에서 느끼는 정서 지원 경험은 2018년부터 2025년까지 전체적으로 완만한 하락세를 보입니다.

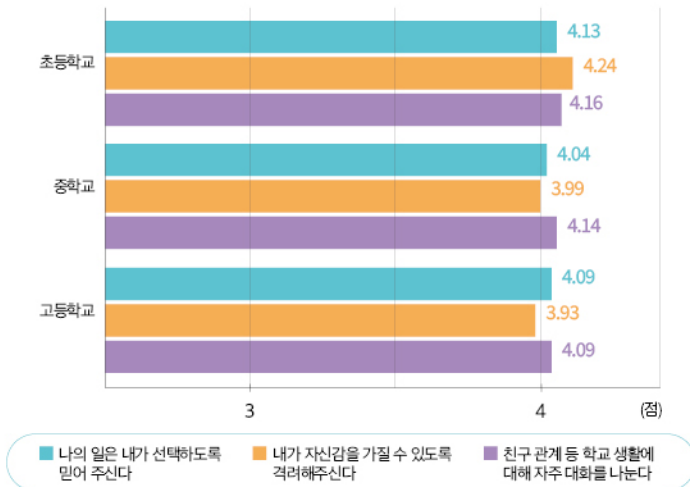
‘나의 일을 내가 선택하도록 믿어 주신다’ 항목은 세 항목 중 가장 높은 수치를 유지했으나, 2018년 4.25에서 점차 낮아져 2022년 4.00까지 하락했고, 이후에는 3.9점 후반대를 유지하고 있습니다.

‘친구 관계 등 학교생활에 대해 자주 대화를 나눈다’라는 항목은 지속적으로 4점 안팎을 유지하며 비교적 높은 수준을 보였으나, 2021년 이후 하락해 2025년에는 3.66 수준에 머물렀습니다.

‘나와 취미나 여가를 함께 하신다’ 항목은 2018년 3.95에서 시작해 2022년에 3.27로 가장 낮아졌으며, 이후 소폭 상승하여 2023년 이후 3.30 안팎을 유지하고 있습니다.

전체적으로 부모의 정서적 지원에 대한 학생들의 인식은 감소하는 추세를 보이지만, 2022년 이후로 이러한 하락세가 안정되는 흐름이 관찰됩니다. 비록 전반적인 수치는 과거보다 약간 낮아졌지만, 코로나 이후 부모(보호자)와 자녀 간의 대화 및 여가의 공유가 다시 늘어나는 흐름은 긍정적이며, 자율성 존중이 4점대 안팎으로 유지되고 있다는 것은 아이들이 자신을 탐색하고 성장할 수 있는 공간을 가정으로부터 제공받고 있다고 볼 수 있습니다.

학교급별 부모의 정서 지원은 어떤 차이가 있을까?



▶ 인천 학생 학교급별 부모(보호자)의 정서 지원 인식(2018~2025, 5점척도 평균)

위 그래프를 보면, 인천 학생들이 부모(보호자)와의 관계에서 경험하는

정서적 지지 수준이 학교급에 따라 차이를 보이고 있음을 알 수 있습니다. 자율성 지지(나의 일은 내가 선택하도록 믿어 주신다) 항목은 초등학생 4.13, 중학생 4.04, 고등학생 4.09로 전반적으로 4점대 초반을 유지하며 비교적 안정적인 수준을 나타냅니다. 격려 및 자신감 부여(내가 자신감을 가질 수 있도록 격려해 주신다) 항목은 초등학교가 4.24로 가장 높고, 중학교 3.99, 고등학교 3.93으로 나타나 학교급이 올라갈수록 점수가 낮아지는 경향을 보입니다. 일상 대화(친구 관계 등 학교생활에 대해 자주 대화를 나눈다) 항목은 초등학생 4.16, 중학생 4.14, 고등학생 4.09로 세 학교급 모두 높은 수준을 유지하나, 학교급이 올라갈수록 낮아졌습니다.

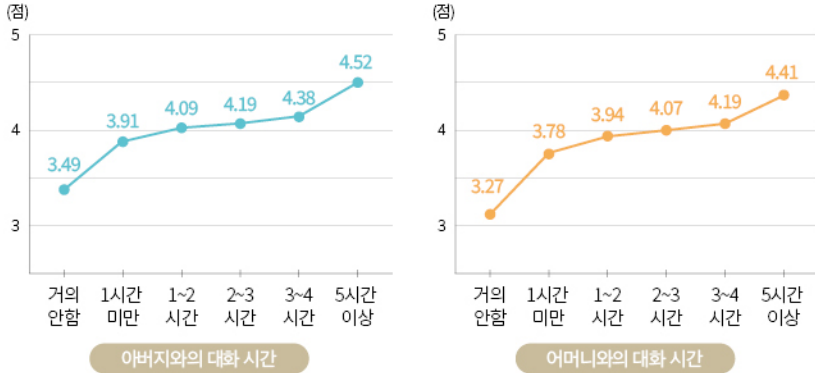
전체적으로 볼 때, 초등학생이 부모로부터 더 높은 수준의 정서적 지지와 대화를 경험하며, 중·고등학생으로 갈수록 그 수준이 조금 낮아지는 경향을 보이나 그 차이는 크지 않습니다.

이러한 결과는 부모와의 정서적 지지와 일상적 소통이 학생의 성장 초기 단계에서 더 활발하게 이루어지며, 학교급이 올라갈수록 감소하는 경향이 있음을 보여줍니다. 특히 중·고등학생 시기에는 청소년기의 자율성과 독립성이 커지면서 부모와의 상호작용이 감소하는 만큼, 학생들이 정서적 안정과 자기효능감을 유지할 수 있도록 가정과 학교 차원의 보완적 지원이 필요해 보입니다.

아이가 초등학생일 때는 대화도 많고, 우리 마음을 잘 받아주는 느낌이 들어서 참 좋았어요. 그런데 아이가 중학생, 고등학생이 되면서 점점 대화가 줄고, 아이랑 마음을 나누는 시간이 부족한 것 같아요. 아이의 성장 단계에 맞게 어떠한 정서적 지지를 해 주어야 하는지 알기 위해 학교나 교육청에서 하는 학부모 특강을 들어야겠어요.



데이터로 살펴본 대화의 힘



▶ 아버지/어머니와의 주당 대화시간에 따른 인천 학생 가정생활 만족도 (2018~2025, 5점척도 평균)

그래프를 보면, 인천 학생들이 부모와 대화하는 시간이 증가할수록 가정생활 만족도가 전반적으로 높아지는 경향이 나타납니다.

먼저 ‘일주일 동안 아버지와의 대화시간’을 보면 대화를 거의 하지 않을 경우 가정생활 만족도는 3.49로 낮지만, 하루 1~2시간 대화를 나누는 경우 4.09로 상승합니다. 대화시간이 2~3시간(4.19), 3~4시간(4.38)으로 갈수록 가정생활 만족도는 꾸준히 증가하며, 주 5시간 이상 대화를 나누는 경우에는 4.52로 높은 만족도를 보입니다.

‘어머니와의 대화시간’ 역시 비슷한 패턴을 보입니다. 대화를 거의 하지 않을 때의 가정생활 만족도는 3.27에서 시작해 하루 1~2시간 3.94, 2~3시간 4.07, 3~4시간 4.19로 점차 상승하며, 주 5시간 이상 대화를 나누는 경우 4.41로 올라가는 모습을 보입니다.

이러한 결과는 부모와의 대화시간이 단순한 소통을 넘어 학생의 정서적 안정감과 관계 만족도에 중요한 기반으로 작용한다는 점을 시사합니다.

다. 특히 대화시간이 길수록 긍정적 인식이 뚜렷하게 높아지는 만큼, 바쁜 일상에서도 가족 간의 꾸준한 대화시간을 확보할 수 있도록 함께 노력해 보면 어떨까요?

엄마 아빠, 아니면 내가 믿을 수 있는 어른과 이야기하면 마음이 편안해져요. 내 이야기를 들어주는 사람이 있다는 것만으로도 '나는 괜찮다'라는 느낌이 들어요. 이런 경험이 쌓이면 힘든 일이 있어도 덜 흔들리게 돼요. 누군가 나를 믿어주고 응원해 준다는 생각이 마음을 더 단단하게 만들어 주는 것 같아요. 친구들을 봐도 부모님과 대화를 많이 한다는 아이들이 가정생활 만족도가 높아요. 저도 부모님과 의 대화시간을 늘려야겠어요.

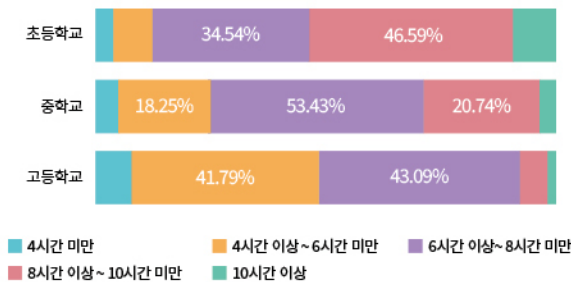


데이터 속 숨은 건강한 가정 이야기

앞에서 가정생활 만족도, 부모(보호자)의 정서 지원의 변화, 그리고 부모와의 대화시간에 따른 가정생활 만족도의 차이를 통해 가정이 아이들에게 미치는 영향을 살펴보았습니다. 이러한 결과는 가정이 지닌 기본적인 돌봄의 기능이 아이들의 마음속에서 어떻게 작동하는지 보여주는 중요한 단서가 됩니다.

이제는 숫자와 그래프 속에 숨어 있는 건강한 가정의 이야기를 한 걸음 더 깊이 들여다보고자 합니다. 특히 가정에서 제공하는 가장 기본적인 돌봄인 수면과 식사가 아이들의 일상과 감정 속에서 어떤 의미를 갖는지, 그리고 이 작은 일상적 돌봄이 어떻게 정서적 안정과 만족으로 이어지는지를 살펴보겠습니다.

가정의 울타리, 충분한 수면에서 시작!



▶ 학교급별 인천 학생 수면 시간(2018~2025, 비율 평균)

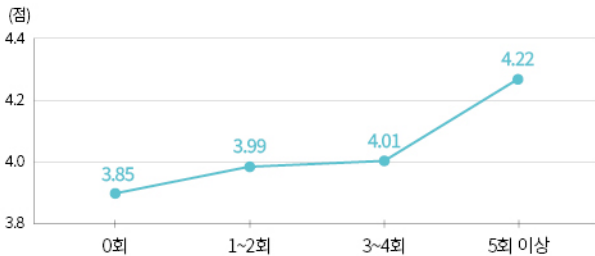
그래프를 보면, 인천 학생들의 하루 평균 수면 시간이 학교급에 따라 다르게 나타나고 있음을 알 수 있습니다.

먼저 초등학생은 ‘8시간 이상~10시간 미만’이 46.59%로 가장 높게 나타났으며, ‘6시간 이상~8시간 미만’이 34.54%로 그 뒤를 이었습니다. 중학생은 ‘6시간 이상~8시간 미만’이 53.43%로 절반 이상을 차지해 가장 높은 비율을 기록했습니다. 고등학생 역시 ‘6시간 이상~8시간 미만’이 43.09%로 가장 많았으며, ‘4시간 이상~6시간 미만’이 41.79%로 뒤를 이어 고등학생의 수면 시간이 다른 학교급에 비해 짧음을 확인할 수 있습니다.

학교급이 올라감에 따라 수면 시간의 차이가 나타나는 이유는 무엇일까요? 특히 고등학생의 수면 부족 문제는 학업 부담뿐 아니라 가정에서의 생활 관리와 일상 리듬 형성이 약해지는 것과도 연관될 수 있습니다. 학생들이 건강한 수면 습관을 유지할 수 있도록, 가정에서는 규칙적인 취침 시간 마련, 스마트기기 사용 조절, 학업·생활 균형을 함께 점검하는 등의 역할을 담당할 필요가 있습니다.

충분한 수면은 학교와 가정이 함께 지켜야 할 기본 생활의 토대이며, 여기에 가정의 일상적인 관심과 지지가 더해질 때 학생들의 건강한 성장을 이끌 수 있지 않을까요?

가족과 함께하는 아침 식사, 행복한 하루의 시작!



▶ 주당 아침 식사 횟수에 따른 인천 학생의 가정생활 만족도(2018~2025, 5점척도 평균)

아침 식사를 거의 하지 않는 경우 가정생활 만족도는 3.85로 가장 낮았으며, 일주일에 1~2회 먹는 학생들은 3.99로 상승합니다. 3~4회 아침을 먹는 경우 4.01로 4점대를 넘기고, 5회 이상 규칙적으로 먹는 학생들은 4.22로 가장 높은 가정생활 만족도를 나타냈습니다. 아침 식사 빈도가 높아질수록 가정생활 만족도도 함께 높아지는 경향을 확인할 수 있습니다.

이러한 결과는 아침 식사가 단순히 하루의 에너지 공급 이상의 의미를 지닐 수 있음을 시사합니다. 규칙적인 아침 식사는 가정에서의 생활 리듬이 안정적으로 유지되고 있다는 신호이며, 그 과정에서 자연스럽게 이루어지는 가족 간의 관심과 돌봄 경험은 학생의 정서적 만족감으로 이어질 수 있습니다. 즉, 아침 식사라는 작은 일상의 습관이 가정의 분위기, 부모의 관심 표현, 가족 간 관계 형성에 긍정적으로 작용할 수 있다는 점에서 가정생활의 중요성이 다시 한번 확인된다고 볼 수 있습니다.

가족의 손길이 지키는 아이 마음 건강

건강하고 따스한 가정을 만들고 싶은 마음은 있지만 어떻게 아이에게 다가가야 할지 막막하신 분들을 위해 실제 인터뷰를 준비해 보았습니다. 다음은 중·고등학생인 두 명의 아들을 둔 인천청호중학교의 한 아버지와의 인터뷰입니다. 인터뷰의 내용을 통해 아이와 함께하는 가정을 만들기 위한 좋은 아이디어를 얻으시기 바랍니다.

Interview

인천청호중학교 학부모 박현



안녕하세요. 저는 중학생과 고등학생, 두 아들을 둔 학부모 박현입니다. 요즘 아이들이 사춘기라 대화가 쉽지는 않지만, 그래도 같이 웃고 이야기하는 시간이 하루 중 가장 소중한 시간입니다.

Q 아버님께서는 자녀들과 일주일에 얼마나 함께 시간을 보내시나요?

A 음... 매일 30분에서 1시간 정도는 꼭 같이 있는 것 같아요. 대부분 퇴근 후인 저녁 시간이에요. 저희 집은 제가 저녁을 챙겨주기 때문에, 자연스럽게 대화가 많아요.

Tip 아버님은 바쁜 일상 속에서도 함께 식사하는 시간을 소중히 여기고 계십니다. 그 시간은 단순히 밥을 먹는 시간이 아니라, 하루를 나누고 서로의 마음을 이어주는 대화의 시간이 되고 있습니다.

Q 자녀와 좋은 관계를 유지하기 위한 아버님만의 팁이 있을까요?

A 처음엔 애들이랑 같이 운동을 좀 했어요.

요즘 유행하는 러닝도 해보고, 공도 차고 그랬는데... 애네가 운동을 그다지 좋아하질 않더라고요. (웃음) 그래서 요즘은 방향을 좀 바꿨어요. 셋이서 걸어서 갈 수 있는데 위주로 먹방 투어를 다닙니다. 밥 먹고 근처 카페 가서 커피 한 잔하면서 이런저런 얘기를 해요. 가끔은 제 어릴 때 이야기, 아내 말고 그 전 여자 친구랑 연애했던 시절 이야기도 하고요. 엄마 빼고 남자끼리만 있으니까. (웃음) 사춘기라

그런지 아이 생각을 잘 모르겠을 때가 많거든요. 그래서 먼저 제 얘기를 솔직하게 꺼내요. 그러면 애도 마음을 좀 열더라고요. 보통은 주말 오전, 한두 시간 정도 그렇게 시간을 보내요. 거창하진 않은데...그게 우리 가족한테는 꽤 소중한 시간이 됐습니다.

Tip 아버님은 완벽한 부모보다 함께 웃을 수 있는 부모가 되길 바랍니다. 자신의 방법만 고집하는 권위적인 면은 내려놓고, 장난도 치고 실수도 함께 나누며, 친구처럼 다가가는 그 순간들이 아이들에게는 세상에서 가장 따뜻한 교육이 됩니다.

Q 마지막으로 다른 부모님들께 드리고 싶은 말씀이 있나요?

A 저는 아이들을 보면서 많이 느낀 게 있어요. '아이는 부모의 거울이다'라는 말이 있잖아요. 저는 부부 사이가 좋아야 아이들도 정서적으로 안정되고 긍정적인 마음을 가질 수 있다고 생각해요. 저희 큰 애가 어렸을 때 저한테 이런 말을 한 적이 있어요. "나는 세상에서 엄마랑 아빠랑 싸우는 게 제일 싫어." 그 말을 듣고 좀 충격을 받았죠. 그래서 제가 이렇게 말했어요. "엄마 아빠가 싸우는 건 미워서가 아니라, 사랑하니까 싸우는 거야. 사랑이 없으면 관심도 없어서 싸울 이유조차 없단다." 그 말을 들은 아이가 그때부터는 '싸움도 사랑의 한 표현일 수 있다'라고 이해하더라고요. 그리고 저희 부부는 아이들 앞에서 솔직해지려고 노력했어요. "엄마 아빠도 너희 키우는 게 처음이라 실수할 때가 많아. 배운 적이 없어서 틀릴 수도 있어." 이렇게 말해줬어요.

그래서 아이들에게 늘 이야기합니다. '속상하거나 서운한 감정이 있으면 절대 삼키지 말고 말해라.' 그게 우리 가족의 약속이에요. 이 모든 게 처음부터 잘 된 건 절대 아니에요. 아내의 도움도 받고, 시행착오도 거치고... 오히려 시작보다 꾸준함이 더 어렵더라고요. 포기하지 않고 오늘도 아이와 함께하려 노력합니다.

Tip 아버님은 부모도 완벽할 수 없다는 사실을 솔직하게 인정하며, 그 정직함이 아이들에게 신뢰로 이어지고 부모의 꾸준한 노력이 가족을 성장시키는 힘이 된다고 말합니다.

부모가 완벽한 모습일 때가 아니라 아이와 웃고 대화하며 친근하게 소통할 때 아이들은 신뢰와 안정감을 느끼며, 이는 가족이 서로를 성장시키는 힘으로 작용합니다.

가정과 함께 세우는 교육의 울타리

학생들의 하루가 가정 안에서 건강하게 시작되고, 학생들이 가정의 보살핌 속에서 균형 있게 성장할 수 있도록 돕는 일은 교육의 중요한 역할입니다. 이를 위해 학교는 학교와 가정이 자연스럽게 연결될 수 있도록 다양한 소통 방식과 참여 기회를 마련하며 학부모가 교육의 동반자로 함께 설 수 있도록 지원하고 있습니다. 여기 소개하는 프로그램을 통해 가정의 역할을 강화할 수 있는 아이디어를 얻으시면 좋겠습니다.

자녀의 성장과 함께하는 학부모 교육

인천의 학부모는 자녀의 성장 단계에 맞춘 체계적이고 위계성 있는 학부모 교육과정인 ‘인천 학부모 꿈디교육과정’에 참여하고 있습니다. 꿈디교육과정은 온라인 플랫폼을 포함한 다양한 교육 방식을 마련해 학부모의 접근성을 높이고, 학부모가 스스로 수강 이력을 관리할 수 있는 시스템을 운영하여 교육 참여의 효율성과 지속성을 강화하고 있습니다.



▶ 인천 학부모 꿈디교육 플랫폼 (www.ice.go.kr/parentedu)

다음은 실제 꿈디교육과정에 참여한 학부모의 인터뷰입니다.

Q 꿈디교육과정은 어떻게 알게 되셨나요?

A 학교에서 안내받고 처음 알았어요. 아이 키우면서 꼭 알아야 할 내용이 있다고 해서 한번 들어보자 하고 신청했습니다. 유명한 교수님들 강연도 있길래 너무 기다려졌었어요.

Q 참여해 보니 어떤 점이 좋으셨나요?

A 심화과정에 정말 저에게 필요한 강좌가 너무 많이 있었어요. 중학교에 가더니 애랑 대화하면 자꾸 싸우게 되어서 중2병이 정말 있기는 한가 보다 하며 속앓이 했었는데 '부모-자녀 간의 대화와 소통을 통한 마음 안아주기' 강의에서 배운 소통법이 정말 도움이 되었어요. 또 온라인으로도 들을 수 있어서 시간이 안 맞을 때도 부담 없이 참여할 수 있었던 점이 가장 편했습니다.

Q 다른 학부모에게 추천하고 싶은 이유가 있다면요?

A 강좌가 단계별로 잘 정리돼 있어서 필요할 때 골라 들을 수 있는 게 좋아요. 수강 이력도 스스로 관리할 수 있고, 찾아가는 교육도 있어서 누구나 편하게 배울 수 있거든요. 꿈디아카데미 수료하면 수료증도 받아서 뿌듯해요. 아이 교육을 좀 더 이해하고 싶다면 가볍게 시작해 보기 딱 좋은 프로그램이에요.

가정의 회복을 돕는 교육의 따뜻한 동행

2017년, 인천에는 전국에서 처음으로 위기 상황에 놓인 초등학생을 돕는 ‘가정형 위(Wee)센터’가 생겼습니다. 가정형 위센터는 학교에 있는 위클래스의 역할을 넘어 학생에게 안정적인 생활공간을 제공하고 보호·상담·교육 등 가정에서 부모나 보호자가 제공해야 하는 다양한 지원을 하고 있습니다. 즉, 의식주와 같은 가장 기본적인 생활지도부터 학생뿐 아니라 부모 교육도 함께 이루어지고 있으며 센터에서 가정으로 복귀한 이후에도 홈커밍데이, 가족 캠프 등 사후 활동도 꾸준히 운영되고 있습니다.

현재 가정형 위센터는 초등학생, 중·고 여학생, 중·고 남학생 가정형 위센터로 세분화되어 학생의 특성과 필요에 맞춘 지원을 하고 있습니다. 이 가운데 인천 남학생 가정형 위센터 H2O의 실제 사례를 살펴보겠습니다.

현장 스케치

‘다시 삶을 믿게 된 아이’

인천 남학생 가정형 위센터 H2O 상담사 이현아

왜소한 체격에 어둡고 불만 가득한 얼굴을 가진 힘찬(가명)이는 가정의 불화와 폭력 속에서 불안과 두려움에 갇혀 있던 학생이었습니다. 항암치료와 우울증으로 지치신 어머니와 홀로 돈을 버시느라 바쁜 아버지, 지적장애 2급인 형의 폭언과 폭행에 더하여 학교폭력 피해로 자존감마저 잃은 아이는 첫 상담에서 “내 인생에선 아무것도 기대하지 않아요.”라고 말하곤 했습니다.

센터는 무엇보다 힘찬이의 일상이 다시 자리 잡도록 돕는 일부터 시작했습니다. 규칙적으로 자고 일어나는 습관을 만들고, 복싱과 헬스로 몸을 움직이며 스트레스를 풀게 하자, 힘찬이의 표정이 조금씩 밝아지고

마음도 안정되는 게 눈에 보였습니다.

일상이 자리를 잡아가자 힘찬이의 마음을 돌보는 일에 더 깊이 들어갔습니다. 개인 상담과 부모 상담을 함께 진행하면서, 힘찬이가 오랫동안 품어온 가족에 대한 원망을 파악했고 그것을 조금씩 내려놓을 수 있도록 결을 지켰습니다. 또 외부 기관과 연계하여 심리상담과 예술활동을 지원해, 힘찬이가 말로 하지 못한 감정들을 다른 방식으로 표현하며 자신을 회복해 나갈 수 있는 통로도 열어 주었습니다.

그렇게 시간이 흐르자, 놀라운 변화가 찾아왔습니다. 처음엔 사람들의 시선을 피하던 힘찬이가 어느새 센터 안의 동생들에게 먼저 인사를 건네고 눈을 맞추며 웃기 시작한 거예요. 가정에서도 서서히 대화가 오가고, 닫혀 있던 관계는 조금씩 풀리기 시작했습니다.

그리고 마침내 중학교 졸업식 날, 힘찬이는 반 대표로 단상에 올랐습니다. 또렷한 목소리로 회고사를 읽으며 말했어요.

“저도 할 수 있다는 자신감이 생겼어요.”

그 이후 힘찬이는 고등학교에 진학해 방송부 아나운서가 되었습니다. 마이크 앞에서 또렷하게 울려 퍼지는 힘찬이의 목소리를 들을 때마다, 우리는 그 아이가 다시 자기 삶을 힘있게 걸어 나가고 있다는 사실을 느낍니다.

힘찬이는 상처를 이겨내며 자신을 다시 믿게 된 아이입니다. 우리가 아이들에게 관심을 갖고 가정과 연계하여 지원하면 한 아이의 삶이 완전히 달라질 수 있다는 것을 가슴 깊이 느낍니다.

학교와 가정이 함께 만드는 성장의 힘

학교와 가정이 손을 맞잡을 때 인천 학생들의 하루는 더 단단해지고, 배움은 더 멀리 뻗어갑니다. 학교는 학생들이 건강하게 성장할 수 있도록 신체적 활동과 정서적 지지를 제공하며, 가정이 부재하거나 어려움을 겪는 상황에서도 학생들이 안정감을 느끼고 배움을 이어갈 수 있도록 돕습니다. 이러한 지원이 가정의 관심과 연결될 때, 학생들은 균형 잡힌 신체와 안정된 마음으로 더 큰 성장을 이룰 수 있습니다. 학교와 가정이 함께 신뢰와 협력 속에서 학생 걸을 지킬 때, 그 울타리는 학생들에게 평생 지속될 든든한 힘이 됩니다.

인천 학생들은 자신의 몸과 마음을 이해하고 돌볼 힘을 기르며 학교·가정·지역사회 안에서 건강하게 성장하고 있습니다. 앞으로도 학교는 신체적·정신적 건강을 기반으로 한 배움의 환경을 지속적으로 마련하여, 모든 학생이 스스로 성장할 수 있는 든든한 울타리 안에서 안전하게 배움과 성장을 이어갈 수 있도록 지원해 나갈 것입니다.



Chapter.4

학교는 아이들의 마음과 배움을 함께 지켜주고 있을까?

그들 속에 있는 아이들의 신호

데이터로 바라본 아이들의 마음과 배움

데이터 속에 숨겨진 아이들의
마음과 배움 이야기

마음과 배움을 함께 지키는
교육의 햇살을 찾아서

③ 몸·마음 건강편

인천 요즘, 학생 숨



이 장에서는 학업에 대한

학생들의 마음속 신호에

귀 기울이고자 합니다.

안전하고 따뜻한 관계 속에서

아이들이 스스로 회복하고,

다시 나아갈 수 있도록 함께 배우고 살아가는

아이들의 이야기를 살펴보고자 합니다.

그늘 속에 있는 아이들의 신호

햇살이 필요한 아이들



▶ 그림책 「파닥파닥 해바라기」 中 (보람, 2020)

저마다 큰 키를 뽐내며 쑥쑥 자란 해바라기들로 가득한 어느 동산, 아주 아주 작아서 아무도 몰랐던 캄캄한 그늘 아래 작은 해바라기.

모두에게 잊혔던 작은 해바라기는 파닥파닥 소리로 그 존재를 알리게 되고, 다른 친구들의 배려로 햇빛을 받으며 결국 자신만의 속도로 멋지게 성장을 해냅니다.

이 장면은 교실 속 보이지 않는 곳에서 조용히 힘들어하는 아이들을 떠올리게 합니다. 학교 부적응, 반복되는 결석, 학업 포기 고민 속에 있는 학생들은 파닥거리며 애쓰고 있지만, 스스로 빠져나오기에는 그들이 너무 깊습니다.

햇빛은 어디에나 있지만, 어떤 아이들에게는 도달하지 않습니다. 그 아이에게 필요한 건, 조금 더 가까이 다가와 주는 햇살입니다.

위기의 학생들

때때로 아이들은 아주 조심스러운 목소리로, 멈추고 싶다는 신호를 보냅니다. 실제로 학업을 그만두고 싶은 이유는 무엇일까요? 학생과 학부모의 목소리를 직접 들어보았습니다.

인천A중학교 3학년 김0은

친구들이 단체 채팅방에서 저만 빼놓고 얘기해요. 학교에서도 모른 척 하고요. 처음엔 내가 뭘 잘못했나 생각했는데, 계속 그러니까 학교 가기가 싫어졌어요. 안 가면 오히려 편할 것 같아요.

인천B고등학교 2학년 박0영

성적이 계속 떨어지니까 매일 불안했어요. 아무리 해도 따라갈 수 없고, 부모님 기대에 못 미칠까 봐 숨이 막혔어요. 학교 오는 게 무서워지고, 그냥 멈추고 싶다는 생각이 들었어요.

인천C고등학교 학부모 서0숙

아이가 처음 “학교에 안 가면 안 돼요?”라고 말했을 때, 가슴이 철렁 내려앉았어요. 내 아이가 학교를 그만 다니겠다고 한 건 정말 충격이었어요.



무엇이 우리 인천 아이들의 빛을 가리고 있을까요?

데이터로 바라본 아이들의 마음과 배움

학교의 복도 끝, 햇살 한 줄기가 창을 타고 들어옵니다.

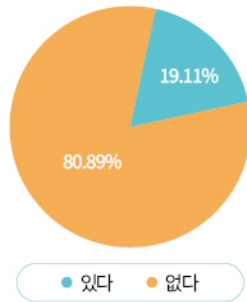
그 곁에서 조용히 앉아 있는 아이 한 명. 모두가 지나치는 공간 속에서 누군가는 천천히, 때로는 멈춰 서 있습니다.

“학교에 있는 게 점점 힘들어요.”

“그냥, 이유 없이 마음이 답답해요.”

아이들이 건넌 짧은 말 속에는 놓치기 쉬운 마음의 신호들이 숨어 있습니다. 때로는 소리 없이 마음의 그늘 아래 머무는 아이들. 데이터를 통해 아이들의 속마음을 함께 들여다보고자 합니다.

인천 학생들은 학교를 그만두고 싶다는 생각을 한 적이 있을까?

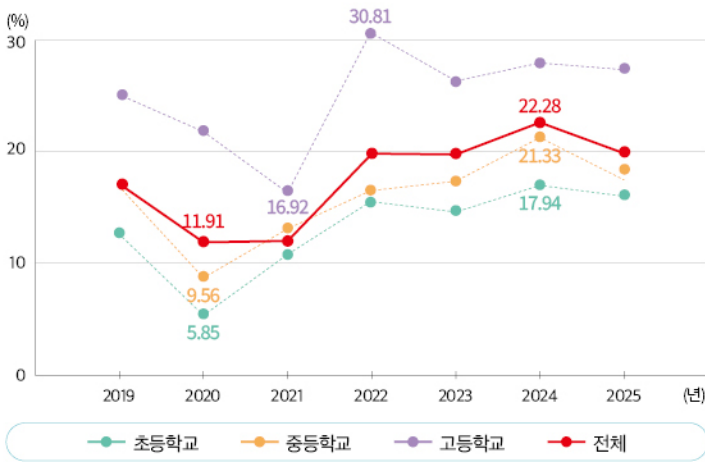


▶ 인천 학생 학교를 그만두고 싶다고 생각한 경험(2025)

위 그래프는 2025년 인천광역시 초·중·고등학생이 ‘최근 1년 안에 학교를 그만두고 싶다고 생각한 적이 있습니까?’라는 질문에 응답한 결과입니다. 조사에 따르면 전체 학생의 19.11%가 학교를 그만두고 싶다고 생각한 적이 있다고 응답하였습니다. 이는 학생 5명 중 약 1명이 학업중단을 고민

한 경험이 있다는 것으로, 결코 가볍게 볼 수 없는 수치입니다.

아래 그래프는 2019년부터 2025년까지² 연도별 학교를 그만두고 싶다는 생각을 경험한 학생의 비율을 보여줍니다. 전체 학생 비율(빨간색 선)을 살펴보면 코로나 초기인 2020년에 11.91%까지 감소했으나, 팬데믹 회복과 함께 꾸준히 상승하여 2024년에 22.28%로 정점을 기록했습니다. 2025년에는 19.11%로 감소했지만, 여전히 2019년 15.24%에 비해 높은 수준입니다.



▶ 인천 학생 학교급별 학교를 그만두고 싶다고 생각한 경험

학교급별 응답을 살펴보면 전 기간에 걸쳐 고등학생의 비율이 가장 높게 나타났습니다. 고등학생의 비율은 2022년에 30.81%로 정점을 기록하였고, 그 이후에도 25~30% 사이의 수준을 유지하고 있습니다.

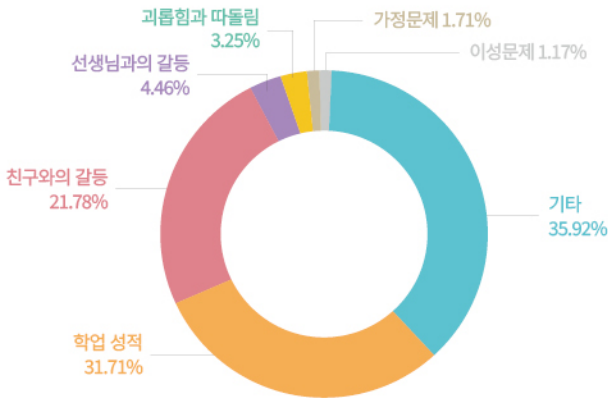
2 2018년도 조사는 설문 문항의 구성이 달라 제외함.

중학생은 2020년 9.56%에서 2024년 21.33%까지 상승세를 보이다가 이후 20% 내외에서 지속되는 경향을 보입니다. 초등학생은 가장 낮은 수준을 보였으나, 2020년 5.85%에서 점진적으로 상승해 2024년 17.94%를 나타냈습니다.

종합하면, 학교급이 높아질수록 학업중단을 고민하는 비율이 높아지는 경향이 나타납니다. 이는 학교급이 올라감에 따라 진로와 학업에 대한 압박이 커지고 스트레스가 심해지기 때문은 아닐까요? 학생들이 겪는 어려움의 원인을 자세히 파악하고 학교생활 적응을 돕기 위해 어떤 도움이 필요할까요?

왜 학교를 그만두고 싶다는 생각을 했을까?

학교를 그만두고 싶다고 생각해 본 학생들을 대상으로 그 이유를 조사한 결과, 인천 학생들이 학업중단을 생각하게 된 데에는 다양한 이유가 있었습니다.

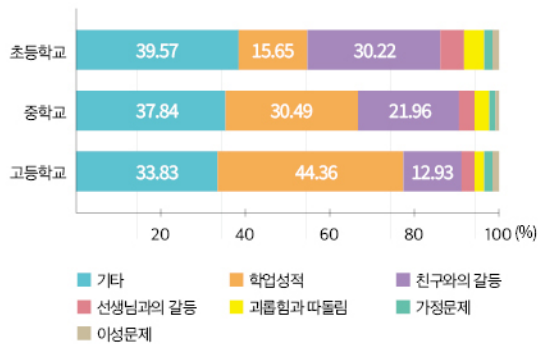


▶ 인천 학생 학교를 그만두고 싶다고 생각한 이유(2019~2025, 비율 평균)

인천 학생들이 학교를 그만두고 싶다고 생각한 이유에서 기타 항목이 35.92%로 가장 높은 비율을 차지하였습니다. 다음으로 학업 성적이 31.71%로 높은 비율을 기록해 학업에 대한 부담이 주요한 요인 중 하나임을 확인할 수 있습니다. 또한 친구와의 갈등은 21.78%, 괴롭힘과 따돌림은 3.25%로 나타나 관계적 어려움도 학업중단 고민에 영향을 미치는 것으로 보입니다. 이밖에 선생님과의 갈등 4.46%, 가정문제 1.71%, 이성문제 1.17% 등이 뒤따랐습니다.

학교를 그만두고 싶은 이유에서 '기타' 항목이 큰 비중을 차지하고 있다는 점은 많은 학생들이 학업중단 고민의 이유를 제시된 설문 문항만으로 설명하기 어려워했다는 의미로 볼 수 있습니다. 이는 학업중단에는 표면에 드러나지 않은 다양한 심리적·환경적 요인이 작용하고 있으며, 보다 정밀한 진단과 심층 상담이 병행되어야 함을 시사하는 게 아닐까요?

학교를 그만두고 싶다고 생각한 주요 이유는 학교급에 따라 차이를 보였습니다.



▶ 인천 학생 학교급별 학교를 그만두고 싶다고 생각한 이유(2019~2025, 비율 평균)

‘기타’ 응답을 제외하고 학생들의 학업중단 사유를 학교급별로 비교해 보면, 학업성적은 초등학생 15.65%에서 중학생 30.49%, 고등학생 44.36%로 가파르게 증가해, 고등학생에게 학업 부담이 학업중단 고민의 중심 요인으로 자리함을 보여줍니다.

친구와의 갈등은 초등학생 30.22%, 중학생 21.96%, 고등학생 12.93%로 학년이 올라갈수록 감소했으며, 선생님과의 갈등은 초등학생 6.19%, 중학생 3.92%, 고등학생 4.01%로 초등학교 시기가 높았습니다. 괴롭힘과 따돌림은 초등학생 5.10%에서 중학생 2.96%, 고등학생 1.78%로 지속적으로 줄어들었고, 가정 문제와 이성 문제는 모든 학교급에서 낮은 수준을 유지했습니다.

이러한 결과는 학교급에 따라 고민의 성격이 달라진다는 점을 보여줍니다. 초·중학생 시기에는 친구 관계나 또래 갈등이 상대적으로 큰 비중을 차지하고, 고등학생이 되면 성적과 학업 부담이 학업중단에 관한 생각과 밀접하게 연결됨을 엿볼 수 있습니다.

초·중학생에게는 또래 갈등 조정 프로그램, 관계 소통 교육, 정서 발달 지원 등이, 학업 부담이 커지는 고등학생에게는 진로·학업 상담, 학습 부담 조절, 정서적 지지 강화가 필요해 보입니다. 결국 학생의 발달 단계와 학교급에 맞춘 맞춤형 지원 체계 마련이 학업중단 예방의 핵심이 아닐까요?

데이터 속에 숨겨진 아이들의 마음과 배움 이야기

학교를 그만두고 싶다는 생각이 문제일까?

학생들이 성장 과정에서 한 번쯤 ‘학교를 그만두고 싶다’라는 생각을 해 보는 것은 충분히 있을 수 있는 일입니다. 그러나 이러한 생각이 반복되거나 정서적 불안, 학업 부담, 친구나 교사와의 관계 단절과 같은 구체적인 어려움과 함께 나타난다면 이야기는 달라집니다.

앞에서 살펴보았듯이, 중학생의 경우 학업성적과 또래관계가 복합적으로 학업중단 의향에 영향을 미쳤고, 고등학생은 ‘학업 성적’을 주된 이유로 꼽았으며, 초등학생들조차 친구와의 갈등으로 인해 학교생활을 포기하고 싶다고 생각하기도 했습니다.

이처럼 학업중단의 고민은 ‘지나가는 생각’이 아니라, 아이들이 감당하기 어려운 무게에 대한 신호일 가능성이 큼니다. 그래서 중요한 것은 ‘고민이 존재하느냐’가 아니라, 그 고민을 누가, 언제, 어떻게 들어주느냐입니다. 아이의 말 한마디도 귀 기울여 들어주는 교사와 부모, 그리고 그 고민이 정책으로 연결되는 교육 시스템이 있다면, 그 학생은 멈추지 않고 다시 걸어가길 힘을 얻을 수 있습니다. 고민은 누구나 할 수 있습니다. 그러나 혼자 견디는 고민은 위기가 되고, 함께 나누는 고민은 회복의 첫걸음이 됩니다.

우리가 학교를 그만두고 싶다고 하는 것은 “도움이 필요해요”라는 신호예요. 우리들이 보내는 신호에 귀 기울여 주세요.



학교로 돌아온 우리 아이들, 왜 그만두고 싶은 마음이 늘었을까?

코로나19 직후에는 초·중·고 모두 학업중단 의향이 일시적으로 낮아졌지만, 2021년부터는 정상적인 등교와 함께 다시 증가하기 시작했습니다. 특히 고등 학생의 증가 폭이 두드러지게 나타납니다. 이는 팬데믹 이후 등교 정상화 과정에서 학업부담, 관계 재형성의 어려움, 심리적 피로 누적 등이 학생들의 학업 중단 고민을 심화시킨 원인으로 작용했을 가능성을 떠올리게 합니다.

2020년 코로나19로 인해 학교 문이 닫히고, 화면 너머로 수업을 듣게 되면서 아이들의 배움과 일상에는 큰 균열이 생겼습니다. 어떤 아이들은 학습 흐름을 잃었고, 누군가는 기본적인 생활 습관조차 무너졌습니다.

인천B초등학교 교사 김0구

당시 수업에 들어오지 않는 아이들에게 전화를 수없이 걸며 깨우고, 접속을 유도해야 했어요. 다시 학교에 오게 되었을 때, 무너진 리듬을 회복하는 데 아이들도, 교사도 정말 힘들었죠.

그 시기, 학교에 가지 않는 경험은 ‘학교를 안 가도 되는구나’라는 생각이 남기기도 했습니다. 등교는 더 이상 ‘당연한 일’이 아니게 된 것입니다.

우리는 그 시기를 지나며 학교가 단지 공부만 하는 곳이 아니라, 아이들의 일상을 붙잡아주는 중요한 공간이라는 사실을 새삼 깨달았습니다. 학교는 학습의 장일 뿐만 아니라, 생활의 리듬을 유지하고 사회적 관계를 형성하며 정서적 지지를 제공하는 삶의 기반입니다.

팬데믹은 끝났지만, 그 시기에 생긴 균열은 여전히 우리 곁에 남아 있습니다. 이제 우리에게 필요한 것은 아이들이 다시 학교를 ‘가고 싶은 곳’으

로 느낄 수 있도록 회복과 연결의 기회를 만들어가는 일입니다. 학교가 다시 아이들의 삶을 지탱하는 든든한 울타리가 될 수 있도록, 함께 고민하고 실천해야 할 때입니다.

무엇이 학생들에게 학업중단을 고민하게 만들까?

학생들이 학업중단을 고민하게 되는 이유는 단순하지 않습니다. 겉으로는 ‘학교에 가기 싫다’라는 말 한마디로 표현되지만, 그 속엔 성적의 무게, 친구와의 거리, 감정의 흔들림, 어른과의 단절 같은 다양한 요소들이 얽혀 있습니다.

성적에 대한 압박

인천J고등학교 3학년 이O민

점수 하나에 하루가 흔들려요. 내신·모의고사·수능이 줄 세우듯 다가오면, 공부가 ‘가능성’이 아니라 ‘판정’처럼 느껴집니다. 노력해도 안 될 것 같다는 생각이 자꾸 올라오고, 그때부터는 교실에 앉아 있어도 마음이 빠져나가요.

친구 관계의 갈등과 단절

인천G초등학교 6학년 김O지

단톡에서 나만 빼고 얘기해요. 쉬는 시간에 같이 놀 친구가 없으면 수업도 빨리 끝났으면 좋겠다고만 생각해요. 학교가 재미없다가보다… 내가 끼지 못해서 싫어진 것 같아요.

정서적 불안과 자존감의 저하

인천H고등학교 1학년 박O영

공부를 포기하는 게 아니라, 버티는 마음이 먼저 무너져요. 잠을 잘 자지 못하고, 가슴이 쿵 내려앉을 때가 많아요. ‘나는 안 되는 사람인가’라는 생각이 들면 과제도, 시험도 손에 안 잡혀요.

학교 생활에 대한 불만족

인천Y중학교 2학년 최O진

말해도 바뀌지 않을 것 같아요. 규칙은 많고 선택은 적고, 왜 해야 하는지 모르는 일이 반복돼요. 내 의견이 반영되지 않는다고 느끼면, 학교가 내 자리 같지 않아요.

이유를 말하지 못한 '기타'

인천K고등학교 교사 이O영

아이들은 때때로 자신도 설명할 수 없는 불안 속에서 학교를 멀리하게 됩니다. 그래서 우리는 통계에 잡히지 않는 말 없는 신호에도 귀 기울여야 합니다.

이처럼 학생들이 '학교를 그만두고 싶다'라고 말할 때, 그건 단지 공부가 싫어서가 아닙니다. 성적의 무게, 관계의 외로움, 감정의 흔들림, 소속감의 결핍, 이 모든 것이 겹칠 때 아이들은 '학교를 그만두고 싶다'라는 말로 구조 요청 신호를 보냅니다.

학생들의 속마음을 통해 알게 된 것은 학업중단을 고민하게 만드는 요인은 줄이고, 학교생활을 지속하고 싶게 만드는 힘을 키워주는 것, 그것이 '다니고 싶은 학교'를 만드는 출발점이라는 것입니다.

마음과 배움을 함께 지키는 교육의 햇살을 찾아서

인천의 사회정서학습(SEL)을 통해 우리들의 마음을 돌보아요!

인천 학생들이 학교를 그만두고 싶다고 생각하는 것은 단순히 공부 어렵다는 신호만은 아닙니다. 그 이면에는 ‘나는 이곳에서 환영받지 못한다’, ‘친구들과 어울리기 힘들다’, ‘내 감정을 어떻게 다뤄야 할지 모르겠다’라는 아이들의 마음이 숨어 있습니다. 학교를 떠나고 싶다는 마음은 결국 관계의 어려움, 정서적 불안, 그리고 소속감의 부재에서 비롯되는 경우가 많습니다.

인천의 학교에서는 아이들이 학교에서 안정감을 느끼고, 관계 속에서 성장할 수 있도록 사회정서학습에 주목하고 있습니다. 사회정서학습은 단순히 감정을 다스리는 기술을 가르치는 것을 넘어, 아이들이 자기 자신을 이해하고 타인과 건강한 관계를 맺으며 책임감 있는 선택을 할 수 있도록 돕는 교육입니다.

선생님들의 수업 사례를 통해, 학교가 어떻게 아이들의 마음을 돌보고 있는지 살펴보겠습니다.

<마음을 돌보는 수업 사례>

인천첨단초등학교 교사 김다혜

1학년 학생들이 친근하게 느끼는 그림책을 읽으며, 아이들 자신의 감정을 색깔과 말로 표현해 보게 하였습니다. 이를 통해 감정을 인식하고 바르게 표현하는 방법을 익히게 하였습니다.

인천주안초등학교 교사 유지훈

내 마음이 흔들리는 상태일 때 내가 할 수 있는 행동이 무엇인지 빙고 놀이로 표현하게 하고, 그 과정에서 스스로 노력해서 자신의 마음 건강을 지키는 힘을 기르게 했습니다. 또한 교육연극으로 자신의 강점을 표현하며, 서로의 강점이 씨앗처럼 자라도록 함께 지지해 주었습니다.



인천인수초등학교 교사 심수지

놀이 요소와 명상 활동을 중심으로 마음챙김 프로그램을 운영했습니다. 신체 감각과 움직임으로 생긴 자신의 생각과 감정을 인식하고, 타인과 바르게 소통하며 스트레스에 스스로 대응하는 방법을 연습했습니다.

아이들의 목소리

- “내 마음도 살피고, 친구의 마음도 알 수 있는 힘을 갖게 되어서 좋았어요.”
- “명상은 처음 해 봤는데 스트레스가 확 풀리는 기분이었어요.”
- “내가 존중받는 거 같았어요.”
- “화를 참으라고만 배웠었는데, 화가 난 마음을 바르게 표현하는 방법을 알게 되었어요.”

우리 자녀가 학교를 그만두고 싶어 한다면?

아이에게서 ‘학교를 그만두고 싶다’는 말을 들을 때, 부모로서 얼마나 놀라고 걱정될까요? 하지만 그 말은 단지 공부가 싫다는 뜻이 아니라, 도와달라는 신호일 수 있습니다.

무엇보다 먼저 필요한 건, 이야기를 들어주는 마음입니다.

‘왜 그러니?’보다 ‘많이 힘들었구나’, ‘괜찮아, 혼자가 아니야’라는 부모의 한마디가 큰 위로가 됩니다.

너무 힘들 땐 혼자 끌어안지 마세요. 상담센터, 담임교사, 전문기관 등 혼자 감당하기 어려울 땐 도움을 청하는 것 또한 부모의 힘입니다. 누군가의 따뜻한 개입으로 아이는 다시 회복의 길로 돌아올 수 있습니다.

이 위기는 실패가 아니라, 함께 다시 시작할 기회일 수 있습니다. 학교는 다시 다닐 수 있지만, 아이의 마음은 지금 따뜻하게 붙잡아야 할 소중한 것입니다.

우리 교실에 학교에 오기 힘들어하는 학생이 있다면?

학교는 단지 지식을 가르치는 곳이 아니라, 아이들의 삶을 함께 살아내는 공간이고, 그 속에서 아이의 마음이 흔들리는 순간을 가장 먼저 알아채는 이는 바로 선생님입니다.

학생의 작은 흔들림을 놓치지 않고 대응하기 위해, 학교는 학생맞춤통합지원 시스템이라는 협력의 구조를 갖추고 있습니다.

현장에서 이 시스템은 어떻게 작동하고 있을까요?

현장 스케치

- 담임교사 우리 6학년 1반 학생인 자람이(가명)는 학급 친구들과 학교폭력 사안이 발생하여 친했던 친구들과 어울리지 못하게 되었습니다. 그 후 학교생활에 점점 흥미를 잃고 무기력해졌어요. 요즘은 지각과 결석이 잦고, 등교 자체를 거부하고 있습니다.
- 교감 학부모님이 통합지원에 동의하셨으니, 우리 팀에서 협의회를 통해 구체적인 지원 방향을 정해 봅시다.
- 상담교사 디지털 과의존과 다양한 심리·정서적 어려움이 의심됩니다. 외부 기관과 연계해 정밀 검사를 권하고, 부모 상담과 교육도 함께 진행하는 게 필요해 보입니다.
- 부장교사 학생의 학교에 대한 거부감을 줄이는 것도 시급합니다. 학교에 잠시라도 오게 설득하고, 서서히 학교에 머무는 시간, 학습 참여도 점차 늘려가도록 하는 건 어떨까요?

-몇 달 후-

- 담임교사 가정과 학교가 함께 도운 덕분에 등교도 꾸준히 잘하고 있고, 수업 참여도 좋아지고 있습니다. 학교에 대한 부정적인 태도가 줄어들었어요. 전문적 상담과 치료를 병행하니 효과가 더 좋은 것 같습니다.
- 교감 앞으로도 우리 통합지원팀이 정기적으로 협의하며 적극적으로 지원할 수 있도록 합시다.

▶ 학생맞춤통합지원 협의회 사례(실제 인천E초등학교 사례를 각색함)

위 사례처럼 학생의 위기가 단순한 일시적 어려움이 아니거나, 학교 내 교사의 노력만으로는 해결이 어려운 상황일 경우, 학교는 학생맞춤통합지원 시스템을 가동하게 됩니다. 이 지원은 단순히 상담이나 학습 도움에 그치지 않고, 정서, 학습, 건강, 가정환경 등 학생을 둘러싼 여러 요인을 함께 분석해 가장 적절한 맞춤형 방안을 설계하는 것이 핵심입니다.

필요 시에는 위센터, 정신건강의학기관, 청소년상담복지센터, 드림스타트, 통합사례관리 등 지역사회 전문기관과 협력하여 학생의 삶 전체를 아우르는 통합적 지원이 이루어집니다.

지역사회와 함께 다시 시작할 수 있는 힘을 키워요!

학교에 다니기 힘들어하는 학생들이 잠시 멈춘 자리에서 다시 일어설 수 있도록 돕는 것은 단지 복귀를 넘어, 삶을 재구성하는 여정입니다. 인천 학생들은 지역사회의 지원을 받아 다시 시작할 수 있는 힘을 키우고 있습니다. 마음의 회복부터 학습 연계, 생활의 안정까지 폭넓은 방식으로 접근하며 ‘한 아이를 위한 다각적 돌봄’을 실천하는 네 명의 전문가를 만나 이야기를 들었습니다.

- 사회자 : 인천별빛초등학교 교사 박설화
- 전문가 : 인천대안교육지원센터 실장 김광규
마음건강도움센터 복지사 황규일
킬리안공감학교 교사 이지윤
참사랑도담학교 복지사 정덕보

박설화 인천대안교육지원센터는 어떤 곳인가요?

김광규 우리 센터는 학업중단 예방과 재적응을 잇는 중간다리 역할을 합니다. 위탁 전 준비 징검다리교실, 재취학·재입학생 디딤돌교실, 보호자 달빛교실을 운영하고, 치유형 위탁기관(조아·희망오름·공감 등)과 맞춤 연계를 수행합니다.

박설화 학업중단을 예방하기 위한 제도적 장치가 있나요?

김광규 2~7주 동안 상담·체험·교육 기회를 부여해 충동적 결정을 막는 학업중단속려제가 있습니다.

박설화 마음건강도움센터는 어떤 곳인가요?

황규일 마음건강도움센터는 인천 지역 정신건강 전문 인력이 소속된 거점 기관으로, 정서행동 위기 학생이 있는 학교에 정신건강 전문가가 직접 찾아갑니다.

박설화 학교 현장에서 도움을 요청하면 어떻게 지원하시나요?

황규일 요청이 들어오면 학생, 보호자, 담임 선생님을 만나고, 내부 사례 회의로 개입 강도를 정해요. 필요하면 전문의 자문, 보호자 교육, 교사 컨설팅까지 한 흐름으로 묶고요. 상담으로 끝나지 않게, 응급치로나 입원 연계까지 마지막 손잡이 역할을 하려고 합니다.

박설화 보람 있었던 순간이 있나요?

황규일 오랫동안 문제학생으로 불리던 아이가 있었어요. 보호자 교육을 병행하며 학교-가정-전문가가 한 팀이 되었고, 몇 달 뒤 그 학생이 학교

가 덜 무섭다고 말하더군요. 복잡한 증상이 한 번에 사라진 건 아니지만, 덜 무서운 학교를 만들었다는 사실이 오래 기억에 남았습니다.

박설화 만약 학생에게 보다 전문적인 지원이 필요한 경우에는 어떤 도움을 줄 수 있나요?

이지윤 치유형 대안학교인 킬리안 공감학교는 학교폭력, 정서적 어려움, 반복 결석 등으로 일반학교 적응이 어려운 학생을 위탁받아 소규모 수업과 치유·대안 교과, 진로 활동을 통해 자신의 속도대로 다시 배우며 서서히 회복할 수 있도록 돕습니다.

박설화 학생들의 학업중단과 관련된 징후나 현상이 있나요?

이지윤 가족 구조 변화, 맞벌이, 입시 중심, 코로나 등의 영향으로 사회성 습득 기회가 줄며 겉도는 학생이 늘었어요. 이 학생들은 배탈·두통·구토 같은 신체화 증상으로 조퇴를 반복하다 장기 결석이나 유급 위기에 놓이곤 합니다.

박설화 그런 어려움을 겪었던 학생들에게 어떤 변화가 있었나요?

이지윤 전환장애로 일주일에 서너 번씩 쓰러지던 학생이 이곳에서 회복하여 사회복지사가 되겠다는 꿈을 품고 대학에 간 사례가 있어요. 또 실어증으로 거의 말을 못 하던 학생이 치유 수업을 거쳐 수료식 사회를 보고 고등학교에 가서 반장까지 맡았습니다. 이렇게 교문조차 들어가지 못하던 아이들, 교실 문도 열기 어려워하던 아이들이 우리 학교에서는 친구의 소중함을 깨닫고, 학교 후에도 집에 가지 않고 학교에 머무는 모습을 보이기도 합니다.

박설화 킬리안 공감학교와 참사랑도담학교는 어떤 차이점이 있나요?

정덕보 참사랑도담학교는 상담만으로 충분하지 않은 정서 고위기 학생이 병원에 입원한 상태로 안정된 환경에서 학업을 이어가도록 설계된 병원형 위센터입니다. 교육과 치료가 공존하는 구조로, 교사와 치료진이 같은 공간에서 24시간에 가까운 리듬으로 생활을 지지하며, 실시간 소통으로 위기를 조절합니다.

박설화 참사랑도담학교를 운영하면서 기억에 남는 순간이 있나요?

정덕보 참사랑도담학교 두 달간의 프로그램을 마치면 수료식을 합니다. 학생들은 보호자와 선생님이 함께 보는 앞에서 자신의 변화를 직접 말합니다. 학부모님들께서 눈물을 훔치며 요즘 웃는 날이 많아졌다고 말씀하실 때 우리 모두에게 큰 위로가 되는 것 같았습니다.

박설화 학생들이 학업을 포기하지 않도록, 우리가 함께 풀어야 할 과제가 있을까요?

황규일 학업중단 예방을 위한 다양한 제도가 있는데, 현장까지 닿지 못하는 경우가 아직 있어요. 학교-가정-전문가가 한 팀이 되는 순간, 속도가 확실히 빨라집니다. 부모교육도 그 고리 중 하나고요.

이지운 때론 교육과 치료의 경계가 현장에서는 겹치기도 합니다. 역할을 딱 잘라 나누기보다 함께 붙잡는 방식이 필요해요.

박설화 마지막으로 전하고 싶은 말씀이 있나요?

정덕보 아이들에게 중단은 ‘실패’가 아니라 ‘잠시 멈춤’이어야 해요. 멈춘 자리에서 치료와 배움을 동시에 이어가면, 다시 걸을 힘이 생깁니다.

김광규 학생이 어디에 있든, 그 자리에서 시작할 수 있도록, 전이와 복귀를 잇는 다리를 더 촘촘히 놓겠습니다.

다시 시작, 오늘도 우리는 함께 합니다.

학교에 다니는 데 어려움을 겪는 학생들은 마음의 흔들림과 학업·관계의 부담 속에서 잠시 멈출 수 있습니다. 이들에게 필요한 것은 단순한 복귀가 아니라, 자신의 속도에 맞춰 다시 시작할 수 있다는 믿음과 정서적 회복입니다.

처음 위기의 신호가 감지되는 순간부터 학교 안에서 즉각적으로 대응할 수 있는 조기 지원 체계, 학생의 정서와 상황을 입체적으로 살피며 함께 해법을 찾아가는 맞춤형 지원, 그리고 때로는 삶의 전환점을 마련해 주는 희망의 공간인 병원형 위센터와 대안교육·위탁교육 기관까지, 인천에서는 이러한 모든 흐름이 하나의 교육 생태계로 촘촘히 엮여지고 있습니다.

학업중단 예방은 ‘통제’가 아닌 ‘동행’에서 시작됩니다. 아이의 속도에 맞춰 ‘잠시 멈춤’을 인정하고, 그 아이만을 위한 ‘맞춤 지원’을 설계하며, 때로는 ‘마지막 희망’이 될 수 있는 한 줄기 햇살이 되어주는 것.

이것이 지금 인천이 그리고 있는 교육의 다음 걸음입니다. 위기에서 회복으로, 지속보다 의미 있는 시작으로, 아이 한 명 한 명의 삶을 응원하는 교육으로, 우리는 함께 가고 있습니다.

참고문헌

- 교육부(2024). 학생 마음건강 지원 가이드북
- 김혜영, 이은설, 우유진(2021). 인천학생생활종합실태조사 4차년도 기초 분석. 인천교육-2021-202, 인천광역시교육청 교육정책연구소.
- 김문정, 홍문선, 김주광, 정희남, 조원영(2019). 인천 학생의 생활종합실태분석 및 학생 교육정책 방향 탐색. 인천교육-2019-106, 인천광역시교육청 교육정책연구소.
- 김왕준, 여태철, 김종민, 박주형, 김민규(2018). 인천 초·중·고등학교 학생의 생활종합실태 분석을 통한 학생 교육정책 방향 탐색. 인천교육-2018-0067, 인천교육과학연구원 교육정책연구소.
- 보람(2020). 파닥파닥 해바라기, 길벗어린이.
- 인천광역시교육청(2020). 인천 학생생활 실태조사(2018~2020) 결과 보고. 인천광역시교육청 내부 자료.
- 임태원(2022). 인천광역시 학생생활종합실태조사Ⅱ(1차년도). 인천교육-2022-222, 인천광역시교육청 교육정책연구소.
- 임태원(2023). 인천광역시 학생생활종합실태조사Ⅱ(2차년도). 인천교육-2023-180, 인천광역시교육청 교육정책연구소.
- 임태원(2024). 인천광역시 학생생활종합실태조사Ⅱ(3차년도). 인천교육-2024-259, 인천광역시교육청 교육정책연구소.
- 임태원(2025). 인천광역시 학생생활종합실태조사Ⅱ(4차년도). 인천교육-2025-292, 인천광역시교육청 교육정책연구소.

③ 몸·마음 건강편

요즘, 인천 학생 **싱**

요즘, 인천 학생 ③ 몸·마음 건강편

숨 | 몸과 마음의 신호를 읽다

기획 | 인천광역시교육청 교육정책연구소
김효영(인천광역시교육청 세계시민교육과 장학관)
김병수(인천당산초등학교 교감)
김용순(인천학익초등학교 교감)
김용진(동암중학교 교감)
서해주(미추홀외국어고등학교 교감)

집필 | **위원장** 유충렬(선인고등학교 교장)
위원 박설화(인천별빛초등학교 교사)
박지영(인천학산초등학교 교사)
이연지(인천청호중학교 교사)
이성근(인천국제고등학교 교사)

자문 | 손재윤(인천광역시교육청 학교생활교육과 과장)
우보라(인천참사랑병원 원장)

발행일 | 2025년 12월

발행인 | 인천광역시교육감 도성훈

발행처 | 인천광역시교육청

주소 | 인천광역시 남동구 정각로 9(구월동) (우)21554

<http://www.ice.go.kr>

032-423-8232

ISBN | 978-89-6960-139-1 (비매품)

※이 책의 저작권은 인천광역시교육청에 있으며 일부 또는 전부의 무단 복제를 금합니다.



03370

9 788969 601391

ISBN 978-89-6960-139-1 비매품