

중간고사, 엄마의 부재가 걱정이다?

선배 워킹맘이 귀띔하는 자녀 시험 기간 대처법

추석 연휴가 지나면 바로 중간고사다. 학부모라면 누구나 마찬가지겠지만, 특히 워킹맘에게 자녀의 시험 기간은 '고난'의 시간이다. 시험에 대한 걱정과 긴장감은 차치하고 이때 자신의 부재가 자녀의 공부와 성적에 좋지 않은 영향을 주지 않을까 걱정이 앞선다. 하지만 전업주부와 비교해 격려와 지원이 부족하다고 지레 미안해하지 말자. 선배 워킹맘이 귀띔하는, 자녀의 시험 기간에 효율적으로 대처하는 꿀팁을 모아봤다.

취재 심정민 리포터 sjm@naeil.com

CASE
01

“아이 공부할 때까지 잠을 안 자려니 너무 힘들어요”

“중2 아들은 시험 일주일 전부터 보통 새벽 1~2시까지 공부를 해요. 잠이 많은 아이라 의지랑 상관없이 졸 때가 많아제가 옆에 있어주길 원하는데요. 아침 일찍 출근해 온종일 일하고 돌아와 졸음을 참고 있으려니 정말 힘들어요.”_장소영(44·서울 관악구 신림동)

Solution “틈나는 대로 쪽잠을 권해요”

저는 평소에 직접 운전해 1시간 거리로 출근해요. 한데 아이 시험 2주 전부터는 대중교통을 이용하죠. 주변에선 더 피곤한 게 아니냐고 하는데, 지하철에 앉자마자 목적지에 도달할 때까지 무조건 잠을 자요. 점심도 평소보다 일찍 먹고 들어와 사무실에서 20분 정도 낮잠을 자고요. 집에 올 때도 자리를 잡으면 지하철이고 버스로 구분 없이 잠깐이라도 눈을 붙여요. 그래서일까요? 아이 시험 기간 때 새벽까지 같이 있어도 졸음을 견디기 수월하더라고요. 물론 가끔 카페인에 의존하지만, 그러면 다음날 피곤이 더해지니 틈나는 대로 쪽잠을 자두기를 권해요.

김은미(49·서울 노원구 월계동)

CASE
02

“암기 과목 공부 도와달라는데 시간이 부족해요”

“대부분의 아이가 그렇겠지만, 중2 딸도 영어와 수학 학원만 다녀요. 그러다 보니 암기 과목 공부를 엄청 힘들어하죠. 다른 애들은 엄마가 봐준다면 투덜대는 데 직장을 다니는 제게는 물리적으로 너무 힘든 일이더라고요.”_박은선(43·서울 송파구 삼전동)

Solution “교과서에 밑줄만 그어주세요”

혼자 알아서 공부하면 얼마나 좋을까요? 하지만 중학 시기에는 어느 정도 엄마의 도움이 필요한 것 같아요. 중학생 때 암기 과목도 제대로 된 공부 방법을 익혀야 하는데 도움을 받을 곳도 마땅찮아 난감하죠. 저는 먼저 <도덕>이나 <역사> <사회> 교과서를 2회 정독하게 해요. 제가 교과서를 회사에 가져가 출퇴근 지하철이나 점심시간 등 자투리 시간에 주요 내용에 밑줄을 긋습니다. 그런 뒤 아이에게 밑줄 그은 내용을 암기하고 노트에 정리하라는 과제를 내주고 퇴근 후 20~30분 동안 해당 내용을 물어보면서 점검하고 있어요.

한혜정(46·서울 구로구 궁동)

CASE
03

“시험 일찍 끝나 집에 온 아이,
점심 챙기는 게 걱정이에요”

“평소에는 아침을 걸러도 크게 신경이 안 쓰이는데 시험 때만큼은 그렇지 않더라고요. 하지만 출근이 이른 자라 아이의 아침을 챙겨주고 나오기가 여간 쉽지 않네요. 만날 빵이나 즉석 죽을 먹일 수도 없고... 무엇보다 시험 끝나고 일찍 오는 아이의 점심도 걱정입니다.”

_최현미(45 · 경기 의정부시 가농동)

Solution “아이 혼자 먹을 수 있는 식단을 작성해보세요”

중학생 아들이 혼자 밥을 차려 먹는 게 쉽지 않겠다고요. 저는 나흘간의 시험 기간에 먹을 수 있는 아침 식단을 작성해요. 국은 쇠고기뭇국과 어묵탕을, 반찬은 기본으로 조미 김과 볶음 김치를 제공하고 장조림과 달걀찜을 이틀씩 배분해 식단을 꾸려요. 아이가 혼자 먹을 수 있게 반찬 통에 담고 그날 먹을 것을 정반에 한꺼번에 올려 냉장고에 넣어요. 국은 죽통에 부어서 먹을 수 있게 하죠. 점심은 배달 앱으로 아들이 먹고 싶어 하는 메뉴를 주문하는데요, 장 건강을 위해 될 수 있으면 매운 음식은 삼가고 있어요. 황미현(47 · 서울 노원구 중계동)

CASE
04

“아침에 깨워줄 사람이 없는데
어떡하죠?”

“중3 딸은 평소에 오전 7시에 일어나 7시 30분이면 등교를 해요. 한데 시험 때는 늦게까지 공부해서 피곤한지 오전 8시에 집에서 나가려고 해요. 저는 출근이 일러 7시 20분이면 나와야 하거든요. 1학기 기말고사 때 깨워놓고 출근했는데 다시 자는 바람에 시험을 못 치를 뻔했어요.”

_손은혜(44 · 서울 성동구 금호동)

Solution “이웃 찬스를 이용해보세요”

지금은 고등학교 딸이 일찍 등교하니 제가 출근할 때 깨우면 되는데 중학생 땐 정말 스트레스를 많이 받았죠. 저는 궁여지책으로 옆집 할머니께 아주 작은 선물을 드리며 부탁을 했어요. 시험 기간인 사흘 동안만 딸의 기상을 맡겼지요. 엄마가 아니라서 긴장한 탓일까요? 할머니 말씀으로 초인종 한 번 눌렀는데 문 열어주고, 열른 씻더라고요.

이현희(51 · 서울 동대문구 장안동)

CASE
05

“학습지가 없어졌는데 아주
난감하더라고요”

“워킹맘이다 보니 중학생 아들을 꼼꼼히 챙기질 못해요. 학교에서 나눠준 가정통신문은 기본이고 프린트해준 학습지도 없는 게 많죠. 지난 1학기 중간고사 땐 공부하다가 자정에 진짜 중요한 학습지가 없다고 하는데 화가 나는 걸 억지로 참았어요.”_강혜원(43 · 서울 강동구 명일동)

Solution “온·오프라인에서 꾸준히 인맥을 관리하세요”

저도 딸이 중학생 때, 시험 공부를 시키다 답지가 없어서 채점을 못해 발을 동동 굴린 적이 있어요. 답지를 얻기 위해 출판사 홈페이지에 회원 가입을 하느라 30분을 허비한 적도 여러 번입니다. 그때 정말 오밤중에도 연락하면 답지나 학습지를 휴대전화로 촬영해줄 지인이 절실했더라고요. 이후 아주 기본적인 내용이지만, 급식 모니터링이나 공개수업에서 만난 같은 반 학부모들과 학급 단독방이나 개인톡으로 안부를 물으며 가까워지려 노력했어요. 그랬더니 학습지나 답지를 사진으로 요청하는 일은 매우 쉬워졌어요.

이현희(51 · 서울 동대문구 장안동)

+ More Info

워킹맘, 자녀끼나 자식 교육 걱정?

워킹맘의 고민 1순위는? ‘자녀의 인성 교육’으로 나타났다. 취업포털 커리어가 몇 년 전 워킹맘 266명을 대상으로 조사한 결과, ‘워킹맘의 고민 1순위는 자녀의 인성 교육에 적극 참여가 힘들다는 것’이라는 의견이 22.8%를 나타냈다. 뒤를 이어 ‘집안에 혼자 있는 자녀의 건강 걱정’이 18.6%를 나타냈으며, 자녀와의 대화 부족이 15.6%, 자녀의 학교 공부가 11.4%를 나타내는 등 다양한 답변이 나왔다.

반면, 본인의 체력이나 건강을 걱정한다는 답변이 10%. 워킹맘을 향한 동료들의 인식이 8.4%, 가정일이 업무에 방해되는 것 7% 등 본인과 관련 있는 고민은 하위권에 머물렀다. 결국, 워킹맘은 일과 자녀 교육을 병행하면서 자신의 안위보단 자녀 끼나 자식의 교육 관련 걱정을 한다는 사실을 알 수 있었다. ^①