

STUDENT INTERVIEW GUIDE BOOK
학생면담 가이드북

contents

I 교수-학생 면담법

1 학생면담 들어가기

- 1) 학생면담을 위한 마음가짐
- 2) 학생면담을 위한 준비

2 학생면담 잘하기

- 1) 경청과 공감
- 2) 학생면담의 진행과정

II 심리적 위기학생 면담법

1 자살 위기 학생 면담법

2 우울증 학생 면담법

3 불안장애 학생 면담법

4 조현병 학생 면담법



I



교수-학생 면담법

1 학생면담 들어가기

- 1) 학생면담을 위한 마음가짐
- 2) 학생면담을 위한 준비

2 학생면담 잘하기

- 1) 경청과 공감
- 2) 학생면담의 진행과정

1 학생면담 들어가기

1) 학생면담을 위한 마음가짐



대학생도 면담이 필요할까요?

입시준비와 경쟁 속에서 성장한 학생들은 대학입학 후 학교적응과 대인관계 등에서 정서적인 어려움을 느끼는 경우가 많습니다. 단지 공부만이 아니라 학생들에게 인생의 선배로서 인간적인 관심이 필요합니다.



학생들은 고민을 어떻게 해결할까요?

대학생들은 여러 가지 고민들을 겪으며 생활하게 되고, 각각이 처한 상황에 따라 도움 받고 싶은 부분들이 다를 수 있습니다. 현실에서 학생들은 이런 어려움을 일상에서 접하는 친구 혹은 선배와 나누거나, 스스로의 노력으로 감당하다가 졸업하는 경우가 많습니다.



학생들은 교수님과의 면담이 왜 어려울까요?

학생들은 교수님을 찾아가기 어려운 분이라고 생각하거나 바쁘실 거라 생각하기 때문에 찾아 뵙기를 부담스러워하거나 주저할 수 있습니다. 학생이 교수님께 편안히 고민을 털어놓고 의논하기에는 부담스러울 수 있기 때문에 교수님이 학생에게 먼저 손을 내밀어 대화의 기회를 갖는 것이 학생에게 의미 있는 경험이 될 수 있습니다.

1 학생면담 들어가기

1) 학생면담을 위한 마음가짐

* 누군가의 삶을 변화시키는 시작점, 학생면담

대학을 졸업하며 되돌아보니 너무 다행스럽게 생각하는 하루가 있다. 그때는 내가 3번째 학사경고를 받고 망연자실해서 밥도 잘 안 챙겨 먹으며 하루 종일 게임을 하고 지내던 때였다. 그러던 어느 날 학교번호로 전화가 걸려왔다. 전화를 받으니 지도교수님이셨다.

“○○야. 선생님이야. 너 요새 어떻게 지내니? 학사경고가 세 번째인데 내일 학교 와서 선생님 좀 만나자.”

너무 당황스러웠고 선생님을 뵙기가 무서웠지만 할 수 없이 다음날 선생님을 뵈러 학교에 갔다. 선생님께서는 내가 왜 학사경고를 3번이나 맞게 되었는지 그 과정을 천천히 들어주셨다. 사실 나는 공업고등학교를 나와 특별 전형으로 이 대학에 오게 되었는데 입학하면서부터 주위 학생들과 비교하며 열등감도 컸고 이미 선행학습에서 많은 차이가 났기 때문에 학업도 매우 어렵게만 느껴졌었다. 그러다 보니 점점 게임을 하며 시간을 보내게 되었고 게임 중독과 함께 학사경고를 연달아 받는 상황이 벌어졌다. 집에는 아버지가 무서워서 이야기도 못하고 있었다. 선생님께서는 나에게 학교 상담기관의 상담을 받도록 권유하셨고, 아버지와도 전화로 대화를 해주셨다. 아버지께서도 교수님의 전화를 받고 나신 후에는 나의 상황에 대해 비난만 하시는 것이 아니라 어느 정도 이해를 해주려고 노력하셨다.

며칠 후부터 심리상담을 시작했고 가족들도 이 상황에서 내가 극복해낼 수 있도록 응원해주기 시작했다. 먼저 게임을 끊었고, 휴학을 하고 따라가기 어려운 과목을 청강하기 시작했다. 교수님의 수업도 하나 청강을 했는데 수업에서 볼 때마다 나에게 응원의 눈빛을 보내주셨다. 그렇게 점점 게임중독에서 벗어났고 다음학기에 정말 학업에 몰두하며 나를 다잡았다. 그렇게 학사 경고 후 첫 학기를 보내고 나니 나의 성적표에는 3.0이 넘는 성적이 적혀져 있었다. 지도교수님께서 그 성적을 보시고 너무 기뻐하시며 내 등을 툭툭 두드려주셨다.

그 뒤로도 계속 힘들기도 했고 고비도 있었지만 계속 3.0을 넘기며 학교 생활을 할 수 있었고 졸업을 하기 전에 취업까지 결정이 되었다. 내가 망연자실해서 게임 속 세상에 빠져있을 때, 교수님의 전화 한 통을 받았던 것이 나의 인생을 이렇게 달라지게 했다는 것에 놀랍고 감사하다. 선생님의 관심을 통해 내가 가족과 상담사의 도움을 받을 수 있게 되었고, 그 결과 내가 이렇게 달라질 수 있었던 것 같다.

| 졸업생 사례 |

- 학생면담을 하는 것이 교수님께 부담이 되는 업무가 될 수 있습니다. 그러나 학생면담이 학생 개개인에게 학교 적응을 돕고, 나아가 긍정적인 미래에 대한 가능성을 열게 할 수 있습니다.
- 학생에게는 작은 관심이 큰 변화의 시작이 될 수 있습니다. 학생면담 업무를 주요 업무 중의 하나로 생각하고 임하실 때 학생면담으로 인한 부담과 스트레스를 줄일 수 있습니다.

1 학생면담 들어가기

1) 학생면담을 위한 마음가짐

* 학생면담에 대한 부담 줄이기

학생면담을 하는데 있어서 교수님께서는 이런 부담들을 가질 수 있습니다.

내가 너무 학생의 사적인 부분을 물어서 불편하게 하는 것은 아닌가?

학생에게 '이야기할 수 있는 만큼만' 이야기해도 된다고 안심시켜 주시고 질문을 하시면 부담을 줄일 수 있습니다.

학생이 자신의 심리적인 어려움이 알려지는 것을 불편하게 생각하는 것은 아닌가?

학생들은 교수님께 자신의 이야기를 하는 것이 어려울 수도 있지만, 한편으로는 교수님이 자신에 대해 알아주기를 바라기도 합니다.

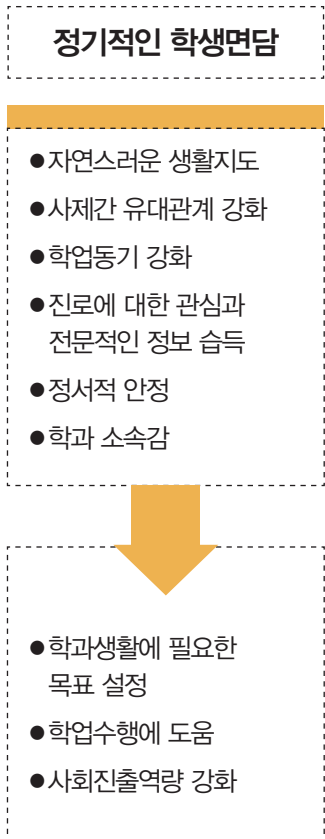
학생의 심리적 위기 상황을 알게 되었을 때 대처를 잘할 수 있을까?

- 학생의 문제를 알게 되었을 때, 교수님이 모두 해결해 주셔야 한다고 생각하게 되면 학생면담이 더 부담스러울 수 있습니다.
- 학생이 심리적으로 어려움을 겪고 있거나, 심리적으로 위기 상황(학사경고, 자살위기, 타해 총동, 폭력 사건 등)에 놓여있다면 교수님이 직접 개입을 하는 것은 어려울 수 있습니다.
- 직접 면담을 통해 개입을 하시는 것이 부담스러우시면, 학생의 고민에 도움을 줄 수 있는 기관에 의뢰를 해주시는 것이 좋습니다. 가이드북의 부록으로 제시된 학내 및 학외 기관 안내(부록2)를 참고하셔서 학생이 상황에 맞는 도움을 받을 수 있게 해주세요.

1 학생면담 들어가기

2) 학생면담을 위한 준비

* 학생면담의 틀짜기



학생 면담 대상 및 일정 계획

■ 학생면담을 주요 업무의 하나로 생각해 주세요. 학생과의 면담하는 시기를 일정하게 정해두시면 좋습니다.

■ 학생과 면담하는 시기는 신입생, 복학생, 편입생, 학사경고자 등 학생의 상황에 따라 달라질 수 있습니다. 학생의 상황과 교수님의 일정을 고려하시어 일정 시간을 배분해두시면 학생의 입학부터 졸업까지 필요한 시기에 놓치지 않고 면담을 운영할 수 있습니다.

학생면담의 구조화 : 면담 주제, 소요시간, 횟수

■ 학생면담의 시기 및 일정 등의 큰 틀을 짜셨다면, 학생면담 자체를 구조화하는 것도 도움이 됩니다.

■ 구조화 : 이야기의 주제와 소요시간, 횟수 등을 설정하여 면담의 초점과 틀을 정하는 것

■ 학생면담을 구조화하시면 면담을 어떻게 이끌어갈지에 대한 부담을 완화시킬 수 있고 학생에게도 구조화 내용을 안내함으로써 편안한 관계 형성에 도움이 될 수 있습니다.

1 학생면담 들어가기

2) 학생면담을 위한 준비

대상	만남의 시기	
신입생	4월, 10월 횟수 : 1회	학교적응과 대학생활 설계의 막막함이 있고, 학기 초에는 여러 일정이 많을 수 있으므로 한숨 돌린 후 그간의 생활을 돌아볼 수 있는 시기인 개강 후 1달 정도가 경과한 시기(4월, 10월) 정도부터 만남을 가지는 것이 좋습니다.
복학생	3월 초, 9월 초 횟수 : 1회 (필요시 2~3회)	일반적으로 학기 개강 전에 학업에 대한 부담을 가지고 있는 경우가 많으니, 매 학기 초에 만나는 것이 도움이 됩니다.
편입생, 전과생	3~4월, 9~10월 횟수 : 1회 (필요시 2~3회)	달라진 학교 시스템과 환경 등에 적응해야 하는 어려움이 있을 수 있고, 열등감과 소외감을 겪을 가능성이 있습니다. 3월(9월) 말에서 4월(10월) 정도부터 학생과 만나 편입 및 전과를 격려하고 관심 및 지지를 전하는 것이 좋습니다.
학사경고를 받은 학생	방학 중, 이 후 학기 3월(9월)~6월(12월) 횟수 : 3~4회	학사경고를 받은 경우 방학 중에 면담을 하여 학사경고를 받게 된 원인을 파악하고 이후 학기 초, 중간고사 기간, 기말고사 기간에 면담을 실시하여 학업을 잘 수행하고 있는지 확인하는 것이 필요합니다. 학사경고를 여러 차례 받은 학생의 경우 심리적 문제가 클 수 있으므로 학내 상담 서비스를 받을 수 있는 기관을 연계해주는 것이 도움이 됩니다.
장기 휴학생	방학 중 횟수 : 1~2회	장기 휴학생의 경우 휴학을 한 원인이 무엇인지 파악을 하고 장학금, 심리적 개입 등 학교의 도움을 제공할 필요가 있는지 등을 확인할 필요가 있습니다. 방학 중에 장기 휴학생들과 면담을 진행하시면 이후 학기에 대한 계획을 함께 이야기해볼 수 있습니다.

[표1] 대상별 학생면담 시기 및 횟수

1 학생면담 들어가기

2) 학생면담을 위한 준비

* 학생면담 사전준비

약속시간 정하기



만약 사전약속 없이 불쑥 학생이 찾아 왔다면?

- ① 일단 학생을 환영합니다.
- ② 학생의 고민이 긴급한 지 정도를 확인합니다.
- ③ 학생의 이야기가 길 것 같다면 지금 낼 수 있는 시간을 알리거나 시간이 넉넉하지 않음을 알리고, 다음에 약속을 정해서 만날 수 있는지 여부를 물어줍니다.
- ④ 그 후 다음 약속 시간을 정하고 헤어집니다.

만나기 전 학생과의 약속을 어떻게 정할지 지침을 마련해둘 필요가 있습니다. 일과 시간 중 Office Hour를 설정하고 그 시간 동안 학생이 원하는 시간에 신청하도록 할 수 있으며, 학생들에게 전화나 E-Mail등의 신청방법을 안내해줄 필요가 있습니다.

- **면담시간** : 학생과의 면담에 30~60분 정도를 할애할 수 있다면 좋습니다.
- **집중할 수 있는 시간 마련** : Office Hour를 정해서 안내하고 사전에 면담약속을 잡아 방해 받지 않는 시간을 확보합니다.
- * 지나치게 일정이 바쁘거나 교수님의 컨디션이 좋지 않으시거나 개인적인 사정이 있으실 경우에는 면담 일정을 사전에 연기하시는 것이 필요합니다.
- **만나기 전 10분** : 장소를 정돈하고 학생에 대한 사전정보를 숙지하며 면담을 준비합니다.

2 학생면담을 위한 준비

2) 학생면담을 위한 준비

* 학생면담 사전준비

장소 정하기



면담 중

면담 시작 시에 문 앞에 '면담 중' 같은 안내 표시를 해두어 방해 요소를 방지하는 것도 좋습니다.

- 일대일 대화에 집중이 가능한 공간
- 방해 받지 않을 수 있는 조용하고 편안한 분위기의 공간
- 학생이 개인적인 이야기를 꺼내거나 감정적인 반응을 보일 수 있으므로 면담 시간 동안 다른 사람이 방해하지 않도록 조치를 할 수 있는 곳을 선택합니다.
- 편안한 분위기를 위해 카페나 실외에서 면담을 진행할 수도 있지만 그런 경우 면담이 피상적으로 진행될 수 있습니다.

면담 전 확인 사항



1 학생 사전정보 열람

학생에 대해 무엇을 알고 있습니까?
 학생은 교수와의 면담에서 무엇을 얻고 싶을까요?
 학생은 몇 살이고, 가정 상황은 어떻게 되며, 어떤 고민거리와 관심사를 가지고 학교생활을 하고 있나요?

면담 전에 면담 신청 카드를 서식으로 마련하여 학생을 돕기 위해 필요한 주요 정보를 학생이 작성하게 하는 방법도 있을 수 있습니다. 학생이 면담하고 싶은 주제가 있는지 사전에 확인하는 것은 중요한데, 그에 따라 준비해야 할 내용이 달라질 수 있기 때문입니다.

2 학생면담을 위한 준비

2) 학생면담을 위한 준비

면담 전 확인 사항



2

학내 규정 숙지

- 학생이 면담을 요청한 사항과 관련하여 학내의 규정을 미리 확인하는 것이 필요합니다.
- 학사경고자 학생의 경우 학사경고 이후 어떠한 절차가 있는지를 확인하거나, 복수전공 및 부전공 관련 내규, 수강 신청 내규, 복학 및 제적 등과 관련된 내규 등을 확인하여 학생에게 적절한 정보를 제공할 수 있도록 준비할 필요가 있습니다.

학사경고 기준

- 한 학기 성적 평점평균이 1.7미달
- 3과목 이상 or 6학점 이상이 "F"
(단과대학 내규에 따라 수강신청 상한 학점이 하향 제한될 수 있음)

학사제적 기준

- 학사경고 누적 4회 받은 경우
(단, 학사지도위원회의 심의를 통해 학사제적을 유보하고 권고 휴학이 결정될 수 있음)
- 권고휴학 후 다시 학사경고를 받으면 학사제적 확정
- 학사제적이 되면 1년 이후 재입학을 신청할 수 있고, 재입학이 허가되면 입학금을 내고 학기를 이어서 하게 됨
(단, 재입학은 1번만 가능)

학사제명 기준

- 재입학 후 학사경고 2회 더 받으면 학사제명되어 재입학 할 수 없음
- ※위의 내용은 학사과정 학생에 해당하는 기준으로 법학전문대학원 석사과정은 별도기준이 적용되고 있으니, 해당 대학원에 문의하시기 바랍니다.
- ※위의 규정은 변경될 수 있으니, 반드시 서울대학교 학칙 및 규정 사이트에서 확인하기 바랍니다(2016.10.30.기준)

서울대학교학칙 및 규정 사이트는 바로 이곳!
<http://rulesnu.ac.kr>

2 학생면담 잘하기

1) 경청과 공감

경청



경청의 요소

음성, 목소리 톤

귀 기울여 듣기

시선

몸의 움직임

■ 경청의 힘!

상대방이 자신의 이야기를 주의 집중하여 경청하고 있다고 느끼면 계속 표현할 수 있는 용기를 얻게 되고, 말하고 싶었던 내용을 좀 더 솔직하게 말할 수 있게 됩니다.

■ 면담의 모든 것을 경청

학생이 말하는 내용 뿐 아니라 말할 때 학생의 태도, 말하는 전체적인 느낌을 듣는 것도 중요합니다.

학생의 모든 행동에는 이유와 목적이 있습니다. 학생이 긴장된 자세를 취한다든가, 말을 많이 하거나 침묵을 지킨다든가, 얼굴을 붉히거나 주저하는 태도를 보이는 등 모든 행동이 학생을 이해하고 도와주는데 필요한 자료입니다.

공감적 이해

■ 상대방의 입장되기

공감적 이해를 위해서는 교수가 학생의 입장에 서보는 것이 중요합니다. 즉, 학생의 내면적 감정을 마치 교수 자신의 감정인 것처럼 느끼는 것을 뜻합니다.

■ 공감적 이해란?

현재 학생의 감정과 경험을 교수가 민감하고 정확하게 이해하는 것을 뜻합니다. 그리고 학생의 입장이 되어 이해한 것을 학생에게 전달해주어야 합니다.

2 학생면담 잘하기

1) 경청과 공감

경청과 공감적 이해를 촉진하는 면담의 기술



요약 : 학생의 말 속에 흩어져 있던 주제들을 찾아내어 묶고 이를 돌려주는 기술. 단순히 학생이 한 말의 내용들을 간추려 정리하는 수준이 아님.



명료화 : 학생이 한 말 중 모호한 점을 확실히 알도록 해주는것. 이해 할 수 없을 때는 '이해하지 못했다. 예를 들어 다시 말해주겠 니?' 등으로 다시 말할 것을 요청.



질문 : 학생의 문제와 관련하여 구체적인 정보를 얻어 보다 깊이 탐색하기 위함. 학생이 모르고 있거나 거부하는 생각이나 느낌에 주목하도록 하기 위함. 학생이 미처 깨닫지 못했거나 사용하지 않은 능력과 자원에 주목하도록 하는 것도 포함.

비언어적인 태도

짧은 시간이라도 학생이 편안하게 이야기를 할 수 있게 하려면, 학생에게 진심으로 관심을 기울인다는 것을 전달해야 합니다.

Do's

Don'ts

- | | |
|---|---|
| <input checked="" type="checkbox"/> 적절한 거리를 유지하며 학생 쪽으로 몸을 살짝 기울여주세요. | <input checked="" type="checkbox"/> 업무를 보면서 '다 듣고 있어. 말해봐'는 삼가 주세요. |
| <input checked="" type="checkbox"/> 눈을 맞추고, 고개를 끄덕여 주세요. | <input checked="" type="checkbox"/> 생각을 강요하지 말아주세요. 학생의 이야기를 충분히 들어주세요. |
| <input checked="" type="checkbox"/> 약속된 면담 시간을 지켜주세요. | |
| <input checked="" type="checkbox"/> 간단한 다과는 학생의 긴장을 완화시켜줄 수 있어요. | |

2 학생면담 잘하기



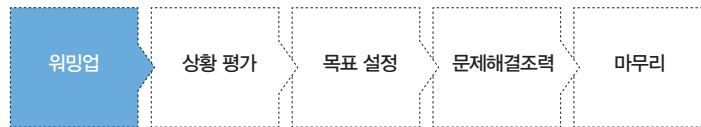
학생면담 시 주의할 태도

Don'ts

- 평가적인 태도** : 평가적으로 경청을 하면 쉽게 충고를 하게 됩니다. 그러면 학생은 의기소침해지고, 자신의 문제를 더 이상 털어 놓기 어렵게 됩니다. 판단은 잠시 접어두고 먼저 학생을 이해하는 태도가 필요합니다.
- 이른 조언/설교** : 학생의 문제를 충분히 파악하지 못한 상태일 때 이른 조언은 관계를 저해하고, 대화를 가로막게 됩니다. 면담은 교수가 학생의 문제를 직접 해결해주는 것이 아니라 학생과 더불어 문제를 생각하고 해결책을 찾는 과정입니다.
- 선부름 위로** : 곧바로 위로부터 한다면 학생은 자신이 어떤 감정을 느끼고, 어떤 생각을 갖고 있는지 모른 채 지나가 자신에 대해 좀 더 고민할 여지가 없게 됩니다?.
- 이해한 척 하기** : 말하고자 하는 내용을 제대로 파악하지 못할 수 있는데, 이때 이해하지 못했다는 것을 인정하고 다시 처음으로 돌아가는 것이 도움이 됩니다.
- 앞선 질문** : 학생의 말을 가로막거나 학생의 발언 중 질문을 던지거나 새로운 문제를 제기하지 않는 것이 필요합니다.

2 학생면담 잘하기

2) 학생면담 진행과정



위밍업

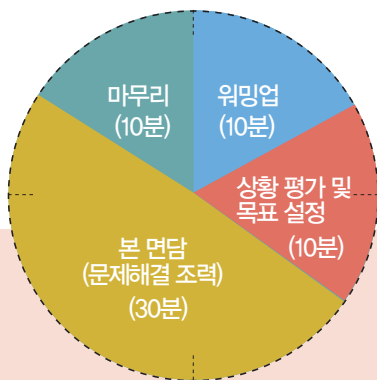
학생들이 긴장을 풀 수 있도록 도와줍니다.

■ **인사** : 학생이 편안한 분위기를 느낄 수 있도록 환영하는 인사를 합니다. (예: 만나서 반갑구나. 이렇게 만나서 이야기를 할 수 있게 되어 좋구나.)

■ **면담의 구조화** : 면담을 왜 하게 된 것인지, 면담을 통해 어떠한 대화를 할 수 있는지, 면담에 할애할 수 있는 시간이 어느 정도인지 등에 대하여 안내해줄 필요가 있습니다.

*구조화 : 이야기의 주제와 소요시간, 횟수 등을 설정하여 면담의 초점과 틀을 정하는 것

■ **라포 형성** : 간단한 신상정보를 묻거나 공감해줌으로써 라포를 형성할 수 있습니다.(예: 지금은 어디에 살지? 고향은 어디지? 부모님과 떨어져 있으니 좀 외롭겠구나. 대학 생활을 해보니 어떠니. 면담을 하려니 좀 어렵기도 하지? 등)



Tip! 미리 시간배분을 생각해 두면 도움이 됩니다.
(예를 들어, 60분 면담이라면...)

2 학생면담 잘하기

2) 학생면담 진행과정

상황 평가

아래와 같은 질문을 통해 학생들이 어떤 어려움을 가지고 있는지 탐색하고 심각도를 파악합니다.



학업	진로	대인관계
<ul style="list-style-type: none"> • 대학에 와서 공부를 하는 데 어려움은 없는지 • 학점 관리와 관련하여 어려움은 없는지 • 학점은 어느 정도로 유지되고 있는지 	<ul style="list-style-type: none"> • 어떠한 진로를 생각하고 있는지 • 전공 진입이나 부전공은 어떤 것을 생각하고 있는지 • 현재 하고 있는 전공이 어느 정도 만족스러운지 	<ul style="list-style-type: none"> • 대학에 와서 사람들과 지내는 것은 어떤지 • 고민을 나누고 지지해줄 사람이 있는지 • 과나 동아리 활동 등에서 어려움을 겪고 있지는 않은지
경제적 어려움	가족	심리적 어려움
<ul style="list-style-type: none"> • 대학생활을 하는 데 있어서 경제적으로 어려움이 있지는 않은지 • 학비나 생활비는 어떻게 충당하고 있는지 • 아르바이트를 하는 것이 학업에 지장을 주지는 않은지 	<ul style="list-style-type: none"> • 가족들과 어떻게 지내는지 • 집에는 자주 내려가는지 • 가족들과 관계가 학업에 영향을 미치지 않는지 	<ul style="list-style-type: none"> • 심리적으로 불안하거나 우울하진 않은지 • 수면이나 생활 관리에 어려움은 없는지 • (어려움이 있다면) 학교나 외부에서 상담이나 치료 등의 도움을 받고 있는지

- 학생이 도움을 받고자 하는 문제가 언제부터 시작되었는지
- 이 문제로 인해 받는 심리적 어려움의 정도가 어느 정도인지
- 과거에 유사한 문제를 겪은 적이 있는지, 있다면 어떻게 대처했는지
- 문제를 해결하기 위해서 어떤 노력을 했는지 그리고 어떤 효과가 있었는지

2 학생면담 잘하기

2) 학생면담 진행과정

Example

교수 저는 전공을 살려서 대학원에 가고 싶은데 부모님은 고시를 하기를 바라세요. 부모님의 뜻을 저버릴 수도 없고 그렇다고 하기 싫은 일을 하자니 괴롭고 어떻게 하는 게 좋을까요?

교수 그렇군요. 지금까지 부모님이 원하는 것과 00군이 원하는 게 다른 적은 없었나요?

학생 네, 지금까지는 크게 부모님의 뜻에 거스른 적이 없었어요.

교수 그럼 이런 상황이 처음이라 낯설겠네요. 부모님과 이 문제에 대해서 이야기를 나눠본 적은 있는지?

학생 이야기를 하고 싶기는 한데, 부모님이 워낙 완강하셔서 제가 말을 하더라도 별로 소용이 없을 것 같아서 차마 말을 못 꺼내졌어요.

교수 그럼 부모님은 00군이 어떤 생각을 하고 있는 지 아직 잘 모르는 상황이겠네요.

학생 아마 그러실 거예요. 저 혼자서 고민하느라고 요새 계속 스트레스만 받고 있어요.

2 면담의 진행 과정

2) 학생면담 진행과정

목표 설정

면담을 통해 학생이 얻고자 하는 바가 무엇인지 확인합니다.

Example

교수

진로 선택을 두고 고민이 많겠네요. 이번 면담에서 00군을 위해서 내가 도울 수 있는 게 있을까?

학생

부모님은 제가 이 전공으로 계속 공부하면 장래가 불투명하지 않겠느냐고 걱정하시는데, 대학원에 진학하여 졸업하고 난 후 어떤 일을 하게 되는 지 혹시 알려주실 수 있을까요?



- 목표를 설정하면 대화의 방향성이 생기기 때문에 면담의 효과가 더 커질 수 있습니다.
- 학생이 별도로 신청한 경우가 아닌 정례적인 학생면담의 경우 대학생활에서 어떠한 고민이 있는지를 묻거나 오늘 이야기하고 싶은 주제가 있는지 묻는 것을 통하여 학생과 면담의 주제를 잡을 수 있습니다.
- 대부분의 학생들은 면담에서 정보를 얻기를 원하는 경우가 많습니다.
- 정보를 얻고자 하는 경우라 할지라도, 정서적 지지와 격려도 주는 것이 도움이 됩니다.

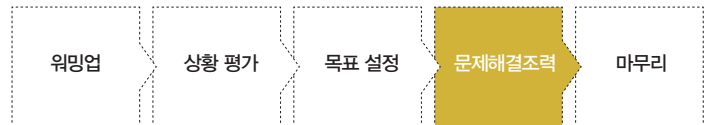
- 학사경고를 받게 되어 고민이 많구나. 어떤 부분에서 도움을 받으면 앞으로 학사경고를 받지 않게 될지 함께 생각해보자.
- 경제적인 어려움이 학업에 집중하기 어렵게 하는구나. 경제적인 어려움을 줄일 수 있는 방법을 같이 이야기해보자.
- 세부 전공을 어떤 것으로 할지 고민이 되는구나. 각각 전공에 대해서 더 이야기해보고 어떻게 하면 결정하는데 도움이 될지 같이 찾아보자.
- 진로 선택을 두고 고민이 많겠네. 이번 면담에서 내가 무엇을 가장 도울 수 있을까?

2 면담의 진행 과정

2) 학생면담 진행과정

문제 해결 노력

학생의 이야기를 주의깊게 듣고
돕기 위한 방법을 모색합니다.



면담을 통해 해결 가능한 문제라면 정보 제공 및 조언을 통해 도움을 주는 것이 좋습니다.

항상 학생의 눈높이에서 학생을 이해하고 공감하고 있음을 전달하는 것이 문제 해결을 위한 동기를 강화하는 데 도움이 됩니다.

면담 도중 학생이 눈물을 흘렸다면 마음을 가라앉힐 시간을 주는 것이 좋습니다.

Example

학생 교수님이 해주시는 말씀을 들으니 조금 더 구체적인 그림이 그려지는 것 같아요. 그런데 한편으로는 제가 그 속에서 잘 해낼 수 있을까 싶어서 망설이게 돼요.

교수 그럼 사실 부모님이 반대하는 것보다 00군 스스로 자신이 없는 게 더 큰 거네요. 내가 수업에서 본 00군은 열정적이고 진지한 태도로 열심히 배우고자 하는 학생이었는데, 00군은 스스로를 평가절하하고 있는 게 아닐까 싶네요.

2 면담의 진행 과정

2) 학생면담 진행과정

마무리

면담 소감을 나누고 다음 일정을 잡은 후 면담을 마칩니다.

Example

교수

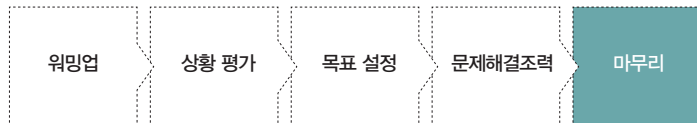
오늘 여러 가지 이야기를 했는데 면담을 하면서 어땠나요?

학생

일단 교수님이 대학원 진학 이후에 진로에 대해서 말씀해주셔서 큰 도움이 되었어요. 저도 좀 더 용기를 내어서 부모님과 잘 이야기를 해봐야겠다는 생각이 듭니다.

교수

좋네요. 전공 선배들이나 관심 분야의 현직 종사자를 만나보는 것도 도움이 될 것 같아요. 그럼 다음 면담은 언제쯤으로 하는 게 좋을까요?



- 본 면담이 어느 정도 마무리가 되면 학생과 면담 내용을 정리하는 과정을 진행하시면 됩니다. 면담에서 나눈 주제가 무엇이었고 함께 생각한 방향이나 해결책은 무엇인지 등에 대해 요약하면서 정리를 하면 학생이 면담의 내용을 다시 한 번 숙지할 수 있는 기회가 될 수 있습니다.

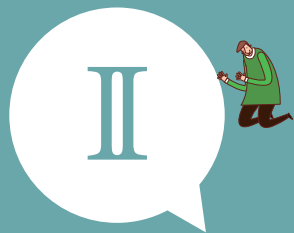
"오늘 이야기한 내용이 이리이러한 것이었는데, 이야기하고 나서 지금(혹은 이야기하는 동안) 기분이 어떤지 궁금하네."

- 면담 내용에 대한 정리는 학생이 하도록 하는 것이 좋습니다.

"오늘 함께 이야기한 내용을 어떻게 정리하고 있는지 한번 이야기해보면 좋겠네. 그리고 앞으로 어떻게 할지 생각하는 부분이 있으면 이야기해볼까?"

- 본 면담을 마무리 하면서, 학생에 따라 추후 면담이 필요하다고 생각될 경우 학생과 함께 향후 계획을 논의하고 다음 면담 약속을 잡는 것이 필요합니다.

- 다음 면담 약속을 정할 필요가 없을 경우에는, 도움 받을 일이 없으면 언제든지 약속을 정해서 만날 수 있는 여지를 열어두고 헤어지면 좋습니다.



심리적 위기학생 면담법

- 1 자살 위기 학생 면담법
- 2 우울증 학생 면담법
- 3 불안장애 학생 면담법
- 4 조현병 학생 면담법

1 자살위기 학생면담법

“왜 살아야 하는지 모르겠어요. 다 포기하고 싶어요”
 “다른 사람들에게 짐만 되는 것 같고 이렇게 사느니 차라리 죽고 싶어요”

[자살위기의 언어적 신호]

사례

김교수는 연구실의 한 학생에게 전화를 받았다. “교수님, 오늘 세미나를 준비하기로 한 A학생이 지금 연락이 안 되는데 어제 SNS에 ‘죽고 싶다. 다 끝내고 싶다.’라고 써놔서 주위에서 다들 걱정을 하고 있어요. 어떻게 해야 될까요?” 김교수는 이런 상황이 처음이라 당황스러웠고 학생이 걱정이 되면서도 어떻게 개입해야 할지 잘 떠오르지 않았다.

심리적으로 고통스러운 상태가 지속되면 미래에 대해 비관적이 되고 스스로가 타인에게 폐가 된다는 비합리적인 생각을 하게 되며, 죽고 싶다는 생각에 빠지게 되는 경우가 있습니다. 학생이 이러한 위기일 때 적절하게 개입이 되지 않으면 불의의 사고가 발생하게 되기도 하며, 그런 상황이 발생하면 학생이 속한 학과와 동료, 선배들도 간접적으로 트라우마 경험을 하게 됩니다. 자살 시도는 미리 알아차리고 개입을 하면 막을 수도 있으므로 자살 위기 학생이 어떠한 특징을 나타내는지, 어떠한 개입이 필요한지 알고 있는 것이 도움이 됩니다. 그러나 심리적 위기가 겉으로 드러나지 않거나 개입이 효과적이지 않을 수 있으므로 모든 책임을 교수가 다 지려고 하는 것은 좋지 않습니다.

(1) 자살위기신호 확인

- 자살을 암시하는 신호를 보내는지 학생의 언행관찰
- 언어적, 행동적, 감정적, 상황적 신호 확인

행동적 신호	감정적 신호	신체적 신호	응급 신호
<ul style="list-style-type: none"> • 평소 좋아하는 일에 흥미 감소 • 가족, 친구, 동료 등 주변사람들과 어울리지 않음 • 조직 내에서 자주 다투거나 강한 적대감을 가짐 • 죽음과 관련된 음악, 시, 영화 등에 과도하게 몰입함 	<ul style="list-style-type: none"> • 자포자기 • 죄책감 • 슬픔 • 절망감 • 무기력 	<ul style="list-style-type: none"> • 외모에 전혀 신경쓰지 않음 • 잠을 지나치게 많이 자거나 적게 잠 • 식욕, 체중의 변화/감소 • 신체적 증상 호소 (두통, 복통 등) 	<ul style="list-style-type: none"> • 소중히 여기던 물건을 다른사람에게 줌 • 갑자기 관계를 개선하려고 함(예 : 잘못 한 일에 대해 용서를 구함) • 자살에 사용할 도구를 확보 • 이전의 자살 시도

1 자살위기 학생면담법

(2) 자살위기의 학생과 대화법

자살위험성이 있는 것이 아닌가 라는 생각이 들 정도의 학생과 면담에서는 학생을 걱정하고 있다는 교수님의 마음을 분명한 말로 전달하는 것이 중요합니다.

많이 힘들어보이네 최근에 힘든일이 있었니?(스트레스 사건)
 얼마나 힘들었는데 혹시 죽고싶을 정도였어?(자살사고)
 예전에도 그렇게 힘든일이 있었어?(과거력)
 누구한테 이야기할 사람은 없었니?(지지체계)

Do's

Don'ts

- 열린 질문을 통해 학생이 자신의 이야기를 할 수 있도록 합니다.

걱정 된다고 말하면서 대화 시작	죽고 싶다는 생각을 부정
"이야기를 들으니까 걱정된다. 어떤 일이 있었던 건지 같이 얘기해보고 싶다. 큰 도움이 못 되더라도 들어주고 싶어."	"설마 죽고 싶은건 아니지?"
	"그렇게 극단적으로 생각하지마."
	"죽을 용기로 더 열심히 살아야지."
	"뭐 그런 문제로 죽을 생각까지 하니?"

- 단정적인 태도 보다는 진지하고 공감적인 태도로 도움을 주고자 하는 의사를 전달합니다.

잠시 결정을 미루고 대화 하도록 설득	죽는 것이 나쁘다고 말함
"지금은 절망적이지만, 같이 찾아보면 희망이 있을 수도 있어 잠시 동안만 그 결정을 미루고 같이 얘기라도 해보자."	"죽는다고 해결되는 건 없어."
	"나중에 생각해, 나중에 후회할꺼야."
	"죽으면 다 끝이야."
	"죽는 건 어리석은 선택이야."

- 자살 충동까지 들게 하는 극심한 심리적 고통 자체에 공감하는 것이 자살 충동을 감소시키는데 도움이 됩니다.

힘이 되어주고 싶은 진심 전달	참아야 한다고 훈계
"내가 **학생을 잘은 모르지만 그동안 정말 많이 힘들었을 것 같아. 나아질 수 있는 방법을 찾는 동안 나도 옆에서 힘껏 도울게."	"고통이 있어야 성장하지, 견뎌야 돼."
	"다른 사람들은 그정도는 다 참아."
	"이 고비만 넘기면 돼. 할 수 있지?"

- 위기 상황에 효과적으로 대응하기 위해서는 학생의 보호자와의 협조가 반드시 필요합니다.

보호자 고지에 대한 동의 구하기	비밀을 지켜준다고 약속
"과에서 학생의 위기상황을 알게 되었을 때, 학생의 보호자에게 연락해야 학생의 안전을 위한 도움을 받을 수 있거든. 혹시 네 이야기를 부모님께 알리게 되었을 때 걱정되는 것이 있니?"	"나만 알고 있을게."

1 자살위기 학생면담법

(3) 대화를 통해 위험 수준을 알아보기

상담 기관 안내 및 지지

교수 : 그런 상황이라면 마음이 많이 힘들겠지. 혼자서 해결하기 어려울 것 같은 데 상담이나 치료를 받아보는 건 어떨까? 내가 연락해 줄 수도 있어.

학생 : 네, 한 번 생각해볼게요.

교수 : 나는 ○○를 잘 알지는 못하지만 마지막까지 최선을 다해서 돕고 싶다. 혹시라도 어려운 일이 생기면 언제든 찾아와서 이야기를 나누면 좋겠다.

기관연락

- 대학생활문화원 SNU Call(880-8080)
- 대학생활문화원 (880-5501)
- 기관 의뢰 후 학생의 기관 방문 여부 확인

보호자 연락

- 학생의 동의를 구한 후 보호자 연락
- 학생과 함께 있어줄 것을 요청

교수 : 너의 안전을 위해 부모님께 상황을 알리고 협조를 청해도 되겠니?

■ 위험 수준에 따라 개입이 달라지므로 위험 수준을 확인하는 것이 필요합니다.

■ 위험 수준은 자살 생각▶계획▶시도 순으로 질문하면서 파악을 할 수 있습니다.

* 자살과 관련된 질문이 부담스러우시면 바로 스누콜로 문의해주세요.

자살생각

- 사는 게 너무 힘들면 죽는 게 낫다는 생각이 들 수 있는데, 이런 생각한 적 있니?
- 언제, 얼마나 자주, 얼마 동안 그런 생각이 드는 편이니?

자살계획

- 죽는다면, 어떻게 죽어야겠다고 생각한 것이 있니?
 - 구체적인 장소, 시간, 방법 확인
- 준비한 것도 있니?

자살시도

- 예전에 자살을 시도해 본 적이 있니? (있다면 어떻게)?

위기개입

- 스누콜에 전화를 해서 도움을 청해도 되겠니?
SNU CALL 02-880-8080

* 위기수준이 높은 학생이 개입에 동의하지 않더라도 우선 스누콜로 신고 해주시기 바랍니다.

학생이 동의하지 않을 경우

- 학생을 진심으로 걱정하고 있으며 돕고 싶다는 것을 반복해서 전달함.
- 강압적으로 설득하기 보다 언제든 이야기를 들어줄 수 있는 따뜻하고 진심 어린 태도 유지하기.
- 보호자와 전문기관에 도움을 청하도록 설득함.
- 급박한 위기 상황 시 학생 대신 직접 SNU Call(880-8080)이나 경찰 및 관련 기관(부록2)에 의뢰

학생이 보호자에게 자신의 상황을 알리기를 강하게 거부할 때도 알려야 할까요? 이것이 학생을 더 자극하지는 않을까 걱정됩니다.

- 위기 상태가 매우 심각하다면 보호자에게 알릴 필요성도 그만큼 높아짐. 무조건 알려야 한다는 태도보다는 먼저 보호자에게 알리기 싫어하는 이유를 경청하는 것이 중요함.
- 학생의 입장을 충분히 이해하였음을 전달하고, 생명을 살리는 것이 무엇보다 중요하므로 보호자의 협조(병원 입원 동의 등)를 받을 수 있도록 최대한 설득 해야함.

1 자살위기 학생면담법

(4) 자살위기 학생의 보호자 면담

정보 공유

자살 위기 학생에게 전해들은 자살 생각, 계획, 시도, 행동 등을 보호자에게 알리고 위 근거로 추정되는 자살 위기 수준을 안내함

안전 확보 방법 안내

Do's (보호자가 해야 할 일 안내)

- 학생이 괜찮다고 말하더라도 절대로 학생을 혼자 두지 않기
- 자살 도구가 될 만한 수단을 제거하고 안전한 환경을 만들기
- 적절한 치료와 심리상담을 받도록 권하고 이를 지원하기
- 자살 충동이 극심하고 긴급한 경우 병원으로 응급 이송
- 보호자 설득만으로 병원 이송이 어려운 경우 119 구급대 또는 응급환자 이송 서비스 활용

Don'ts (보호자가 하지 말아야 할 일 안내)

- 위기 학생을 자극할 수 있는 말 삼가기
(예 너 때문에 힘들다, 네가 진짜 죽을 수 있겠냐, 너보다 더 어려운 사람들도 잘 살고 있는데 네가 왜 죽으려고 하냐, 너까지 이러면 도대체 어쩌라고 그러냐 등)
- 학생의 안정감을 깨는 환경(예 가정불화)을 조성하지 않기
- 자살 생각에 대해 비난하거나 지나치게 동정하지 않기

보호자 비협조시

- 보호자와 연락채널을 지속적으로 유지하고 위기 상황 발생 시 학생 안전 확보를 위한 조치를 취할 것을 적극적으로 설득함
- 학생 안전과 응급 구호에 대한 책임이 보호자에게 있음을 상기시키면서 치료와 학교방침에 협조할 것을 촉구함

2 우울증 학생 면담법

사례

B학생은 머리도 잘 감지 않고 옷도 매일 같은 것을 입고 수업에 왔다. 수업도 결석과 지각이 잦았다. 친구들이 왜 학교에 안 왔냐고 물으면 하루 종일 집에서 누워있었다고 이야기했다. 표정의 변화가 거의 없고 잘 웃지도 않았으며 과제나 시험 준비도 거의 하지 못하고 있었다. 주위의 친구들도 처음에는 좀 챙겨주었지만 별로 관계를 맺고 싶어하지 않는 듯 보이는 B학생의 모습에 점점 관심을 주지 않게 되었다. B학생은 점점 더 고립되어 갔고 학교를 안 나오게 되어 결국 그 다음학기부터는 학사경고를 받게 되었다.

진로, 대인관계 등 해결이 어려운 고민으로 인해 학생들이 경미한 우울증상 부터 만성적이고 심각한 우울증상까지 다양하게 호소할 수 있습니다. 우울증의 원인을 파악하고 학생과 면담을 한다면 우울증상을 호소하는 학생에게 도움이 될 수 있습니다.



(1) 우울증의 특징

개인의 특성	<ul style="list-style-type: none"> • 부정적 결과에 대해서 조금은 남 탓, 상황의 탓으로 돌릴 수 있음에도 불구하고, 스트레스로부터 충분히 자신을 보호하지 못함 • 모든 책임을 자신이 짊어지는 지나치게 양심적이고 책임감이 강한 사람들이 우울해지기 쉬움 • 과거의 부정적인 사건을 계속 곱씹으면서 우울감, 죄책감, 좌절감을 반복하여 경험 • 힘들어 하는 자신을 자책하고 무능하다고 되뇌임 • 미래에 실패할 가능성을 높게 예상하고 희망이 없다는 염세주의적, 비관적인 태도를 주로 취함 (주로 취함)
위험요인	<ul style="list-style-type: none"> • 스트레스 사건 : 실패, 가까운 사람의 상실(사별, 이별, 신뢰관계가 무너짐) • 사회적 고립 • 슬픔, 무기력, 사회적 고립과 같은 우울증상이 때로는 다른 사람으로부터 강화(관심, 위로, 걱정 등)를 얻어 내는 긍정적 기능을 하지만 우울한 이야기를 계속 듣다 보면 주변 사람들도 소진됨 • 우울한 사람을 피하게 되면서 고립되고 우울감이 악화되는 결과를 초래함

2 우울증 학생 면담법

(2) 우울증 학생을 면담할 때 유의할 점

1 상실과 실패의 원인이 나에게만 있지 않다는 것을 알게 해주기

- 세상 일에는 내 탓, 남 탓, 상황 탓이 있다.

“○○학생의 책임도 있었지만 ○○학생에게만 책임이 있는걸까?”

2 만약 실패에 내가 실제로 기여한 부분(내 탓)에 대해서 고통 받고 있을 때에는 적극적으로 위로하고 지지해주기

“이번에 ○○학생이 실수한 것 때문에 팀 전원이 피해를 보고 있게 되어서 너무 속상하겠네. 잘하려고 애썼던 마음인데 결과가 이렇게 되어서 나도 참 안타까워요.”

3 한계를 인식하기

- 내가 들을 수 있는 만큼, 내가 지치지 않을 만큼만 들어주기

- 무리해서 이야기를 다 들어주거나 직접 나서서 문제해결을 돕는 것보다 사제관계의 적절한 한계 내에서 조언과 격려를 하는 것이 더 중요함.

4 심한 우울증의 경우 전문가에게 의뢰하기

- 보건소/대학생활문화원 등

“어떠한 이유로 마음이 많이 우울하고 힘든지 이해가 되요. 내가 해줄 수 있는 조언은 여기까지 인 것 같아요. 계속 마음이 힘들면 이 부분은 전문적으로 심리적인 도움을 받아보면 어떨까?”

3 불안장애 학생 면담법

(1) 불안장애에 취약한 학생의 특성

사례

오늘 수업에서 발표를 맡았던 C 학생이 수업에 오지 않았다. C학생은 저번 발표 때도 결석을 해서 교수자로서 매우 당황했던 기억이 있다. C 학생은 나중에야 몸이 아파서 수업에 오지 못했다고 이유를 이야기했지만 그때도 시선을 회피하며 목소리를 떨며 이야기하던 것이 기억이 난다. 지도학생이라서 면담으로 통해 한번 이야기해보면 좋을텐데 어떤 식으로 접근을 해야할지 막막하기도 하다.

- 대부분의 사람들은 불안함을 느끼지만, 불안함을 견디며 자신에게 주어진 역할들을 수행하지만 불안에 취약한 사람들은 미래에 대해 지나치게 걱정하고 불안함에 사로잡혀 자신의 능력을 발휘하지 못하기 쉽습니다. 또는 불안한 상황을 회피하는 것에 많은 에너지를 쏟느라 적응이 어려워지기도 합니다.
- 발표불안/시험불안/반복적인 확인행동 등이 과도하면 사회불안장애, 강박장애로 진단될 수 있으며 지속적으로 심리적 고통을 받게 됩니다.



4 조현병 학생 면담법

(2) 불안 수준이 높은 학생을 면담하는 법

면담 주제를 구체적으로 나눠서 면담을 진행

- 1 이야기를 나눠가며 듣기
 - 불안이 높은 사람은 많은 이야기들을 쏟아내거나 초점을 잃기 쉬움
 - 반대로 자신의 이야기가 어떻게 전달될지 걱정하면서 어떤 이야기를 해야 할지 결정하지 못할 수도 있음

“학교에 적응하지 못하는 것 같아요”

 - ▶ 학점/대인관계/진로 등으로 나누어서 면담을 진행

“전공을 무엇을 선택해야할지 모르겠어요”

 - ▶ 수강해본 전공과목의 만족/불만족하는 부분을 나눠서 이야기, 또는 생각해둔 선택지 하나씩 살펴보기
- 2 걱정하는 일이 벌어질 실제 가능성을 살펴보기

“시험을 망쳐서 재수강을 해야 하면 어찌죠?”

 - ▶ 지금까지 들은 모든 수업 중에서 C이하의 학점을 받은 비율
- 3 지나친 걱정에 대해서 안심시키기

“진로를 하나도 결정하지 못했어요”

 - ▶ 진로 결정은 어려운 일이며 대부분의 학생들이 하는 자연스러운 걱정임을 전달. 지금까지 이룬 것(학업/학업 외 활동/인턴)을 살펴봄
- 4 걱정하는 상황이 발생할 경우의 대처 계획을 세우기

또는 학생이 생각해둔 것 외에 다른 대안에 대해서도 모색하기

4 조현병 학생 면담법

(1) 조현병(정신분열증)의 주요 특징

사례

수업시간에 한 학생이 강의의 내용과 맞지 않게 웃음을 터뜨렸다. 가법계 주의를 주고 수업을 계속 진행하는데 갑자기 그 학생이 혼자서 중얼거리기 시작했다. 학생들이 모두 그 학생에게 주의를 기울이기 시작했다. 그 학생이 갑자기 일어나서 허공에 대고 소리를 막 지르다가 강의실에서 뛰어 나갔다. 이 학생이 많이 걱정스러웠지만 어떻게 도움을 주어야할지 난감했다.

대학생활문화원으로 조현병 학생에 대한 자문을 요청하는 경우가 종종 있습니다. 증상이 나타나게 되면 대화가 어렵기 때문에 어떻게 개입을 해야할지 더 어렵게 느껴질 수 있습니다. 조현병의 주요 특징과 면담시 고려할 사항을 알고 계시면 도움이 될 수 있습니다.

망상	<ul style="list-style-type: none"> 상반되는 증거가 있음에도 강하게 확신하는 생각 예시) 권력기관 또는 개인이 자신을 감시하거나 해코지를 한다는 피해망상
환각	<ul style="list-style-type: none"> 실제로 존재하지 않는 어떤 소리나 형상 등을 지각하는 경우 가장 흔한 환각은 환청 발병 초기에는 환청을 숨기는 경우도 많은데, 마치 누군가와 대화를 나누듯이 혼잣말이 유난히 많지는 않은지 살피는 것이 도움이 됨
혼란스러운 언어	<ul style="list-style-type: none"> 황설수설하거나 주제를 자주 빗나가 무슨 이야기를 하고자 하는지 상대방이 이해하기 어려움
부적절한 정서 및 행동	<ul style="list-style-type: none"> 상황에 맞지 않게 부적절한 이야기를 하거나 이해하기 어려운 정서반응을 보임 계절에 맞지 않는 옷차림이나 개인위생관리가 되지 않음 예시) 본인은 수업과 관련하여 질문하지만 수업과 전혀 동떨어진 주제라서 파악하기가 어려움 슬픈 이야기를 듣고 웃거나 별 이유 없이 격분하는 반응을 보임
발병시기	<ul style="list-style-type: none"> 10대 후반~20대 초반에 발병률이 가장 높다고 알려짐 대학교 재학 중에 처음 증상을 나타낼 수 있음 치료가 빠를수록 이후 경과가 좋다고 알려져 있으므로, 신속한 개입이 중요함

4 조현병 학생 면담법

(2) 조현병 의심 학생을 면담하는 법

Do's	Don'ts
<ul style="list-style-type: none"> • 학생이 하는 주장의 구체적인 판단 근거를 탐색하기 • 발병 초기라면 명백히 비논리적인 생각보다는 '나를 은근히 따돌리는 것 같다, 속으로 앙심을 품는 것 같다'와 같이 실제로 있을 법한 일을 토로하기도 합니다. 하지만 깊이 대화하다 보면 납득하기 어려운 논리이거나 '느낌이 그렇다'며 근거 없이 확신하는 것일 수 있습니다. • 의심하고 취조하는 태도가 아니라 공감을 표현하면서 구체적인 증거를 탐색하는 것이 중요합니다. 	<ul style="list-style-type: none"> • 현실을 직면시키지 않는다 • 정신적으로 취약한 상태이기 때문에 현실을 직면시키는 것은 오히려 위험할 수 있습니다. 잘못된 예) '그건 너의 착각 또는 잘못된 판단' • 그들의 생각이 현실이 아니더라도 그들의 고통은 실재함을 인정하고 이해해주시기 바랍니다.
<ul style="list-style-type: none"> • 도움을 줄 수 있는 기관에 의뢰하고, 가능하다면 보호자에게 연락하기 • 전문가의 판단과 약물치료가 중요하기 때문에 불확실하더라도 반드시 평가를 받아볼 것을 권해주시기 바랍니다. • 보호자나 본인이 인정하지 못할 수 있으므로, 학생이 호소하는 심리적 고통을 이유로 치료기관에 방문하도록 권유하는 것이 좋습니다. 	<ul style="list-style-type: none"> • 그들의 생각이 실제 현실이라고 동의하는 것은 피한다. • 학생이 자신의 망상에 대해 다른 사람의 동의를 구하고자 할 수 있습니다. 하지만 망상을 확신시켜준다면 증상을 악화시킬 수 있기 때문에 사실여부가 아닌 고통감에 대해 초점을 두어 반응하시는 것이 좋습니다. 좋은 예) "누가 날 일부러 괴롭힌다고 생각하면 정말 억울하겠잖아/두렵겠다."

학생의 정신적 고통에 대한 지표

학습지표

- 수업, 세션, 또는 랩에 반복된 결석
- 과제, 시험 또는 약속을 잊어버림
- 일의 양과 질적 수준의 하락
- 극도의 무질서함 또는 변덕스러운 행동
- 폭력, 병적 상태, 사회적 고립, 절망감 또는 혼란에 대해서 드물게 표현하거나 씀; 자살이나 죽음에 초점을 둔 에세이나 페이퍼
- 특별한 조건을 계속적으로 요구함(페이퍼 기한 연장, 보충 시험)
- 완벽주의 패턴(예)만약 그들이 A+를 받지 못한다면 스스로 용납하지 못함
- 학점이나 다른 평가에 대한 과장 또는 편중된 반응

행동 또는 감정적 지표

- 정신적 괴로움, 가족 문제 또는 상실감에 대한 직접적인 언급
- 분노 또는 적대감 표출, 소리 지름, 또는 공격적인 발언
- 평소보다 더 많이 내성적이거나 활발해짐
- 절망 또는 가치 없음을 표현; 울거나 눈물을 자아냄
- 극심한 초조 또는 성급함의 표현
- 과하게 요구하거나 의존하는 행동
- 동요, 떨림, 꼼지락거리거나 서성임

신체적 지표

- 신체적 외관이나 개인적 위생 악화
- 과도한 피로, 탈진; 수업에서 반복적으로 잠에 든다.
- 몸무게의 눈에 띄는 변화; 식욕 또는 수면의 변화에 대한 언급
- 눈에 띄는 상처, 멍 또는 화상
- 두서없는 말투, 빠르거나 불명료한 말투, 혼란
- 눈을 맞추기 힘들어함

다른 요인들

- 그의 친구들이나 선생님이 걱정하는 학생
- 무엇이 잘못되었을 때 예감이나 본능적인 반응

부록2

학내 및 학외 기관 안내

교수님이 개입하기에 적절하지 않는 주제이거나 심리적 어려움 혹은 가정적인 문제가 대학 생활에 부정적인 영향이 미친다고 판단되신다면, 그 주제를 길게 이야기하기 보다는 교내 전문적인 기관에서 도움을 받을 수 있도록 설득하는 것이 도움이 됩니다.

	기관명	전화번호
교내	대학생활문화원	02-880-5501
	서울대학교 24시간 심리상담 전화 SNU CALL	02-880-8080
	보건진료소 정신건강의학과	02-880-5347(상담) 02-880-8504(스트레스 클리닉)
	인권센터: 성희롱 성폭력 상담소	02-880-2424~5
	교수학습개발센터(학습상담 중심 심리상담)	02-880-4027
	경력개발센터(진로검사 및 진로상담)	02-880-2576
	기숙사(관악사) 상담실 (아침 9시 - 밤 9시)	02-880-7979
	기숙사(관악사) 대표조교	02-881-9032
	인문대학 상담실 '생생원'	02-880-6084/6085
	자연대학 상담실 '자:우리'	02-880-4340
	농업생명과학대학 대학생활상담실 'CALS'(화·목 13시-18시)	02-880-2297
	공과대학 상담실 '공감'	02-880-1717/1716
	전기공학부 상담실 'e-생생'	02-880-1777
	법과대학/법학전문대학원 학생지원센터(화·금 13시-18시)	02-880-2450
	연건학생지원센터	02-740-8110
교외	자살예방센터 핫라인	1577-0199
	관악구 정신건강증진센터	02-879-4911
	보라매 병원 정신과 예약	02-2072-2451

S E O U L
N A T I O N A L
U N I V E R S I T Y



학생면담 가이드북
STUDENT INTERVIEW GUIDE BOOK