제목 : 알아두면 쓸데 있는 공부기술

대학교에서 일명 ‘인싸’로 지내고 싶은 마음도 있겠지만, 과에서 1등을 해보고 싶은 마음도 있을 것이다. 이 두 마리 토끼를 모두 잡는 것은 매우 어렵다. 물론 친구들과 어울려 노는 시간을 제외한 나머지 시간을 공부에 투자하면 충분히 할 수 있다. 그런데 이렇게 되면 학업과 인간관계 사이에서 충돌이 발생한다. 시험 기간의 경우 주변 친구들의 질문에 대답해 주거나 도와주느라 정작 자신이 목표한 공부량을 못 하게 되는 경우가 빈번하고, 성적이 스스로가 원하는 만큼 나오지 않았다면 나도 모르게 그 탓을 주변으로 돌리게 된다. 그 과정에서 인간관계를 오래 유지하기 어려워진다. 이러한 점은 고등학교보다 대학교에서 더 예민한데, 그 이유는 ‘비싼 등록금’ 때문이다. 등록금을 부모님이 지원을 해주시는 경우도 있고, 직접 아르바이트를 통해 돈을 모아서 내는 경우도 있는데 비싼 등록금을 내고 좋지 못한 학점을 받았다면 부모님에게 미안해지기도 하고 스스로 등록금을 마련하기 위해 열심히 노력한 과정이 물거품이 된다. 그래서 필자는 대학교에서 인간관계를 포기하고 학업을 선택하였다. 2학년 1학기까지 2.5 와 3.5 사이를 오가던 학점을 대학교 내 인간관계를 정리하고 오로지 학업에만 집중하여 2학년 2학기 학점 4.0, 3학년 1학기 학점 4.3, 현재 3학년 2학기에는 학점 4.5까지 달성하는 성과를 이루었다. 필자가 말하고 싶은 것은 극단적으로 모든 인간관계 다 끊고 공부에만 전념하라는 의미가 아니다. 우리는 살면서 여러 가지 시련을 마주하게 된다. 그 시련을 이겨내면 성장하게 된다. 필자에게 생겼던 학업과 인간관계 사이의 갈등은 필자를 한 단계 성장시켰다. 그 갈등 속에서 인간관계가 아닌 학업을 선택했던 결과가 학점 4.5였던 것이며, 만약 필자가 인간관계를 선택했다면 인간관계에 있어서 좋은 성과를 얻었을 것이다. 하지만 지금과 같은 코로나 시국에는 인간관계보다는 학업에 투자하는 편이 더 좋은 것은 맞다. 왜냐하면 코로나로 인해 활동에 제한이 많기 때문에 자격증, 어학 등의 스펙 쌓기에 투자하는 사람이 많아 남들처럼 스펙을 쌓아 놓지 않으면 취업에 있어서 금방 뒤처지기 때문이다. 우리는 위기를 기회로 바꿀 수 있는 혜안을 길러야 한다. 유튜브 영상을 보면 무분별하게 ‘희망 팔이’ 하는 유튜버들을 찾아볼 수 있다. 그들의 영상을 보면 무조건 괜찮다고 하거나, 무조건 네 잘못이 아니라고 한다. 이런 사탕 발린 좋은 말만 듣고 노력 없이 성공할 수 있다고 믿으면 안 된다. 필자가 아르바이트와 군대를 통해 겪은 사회는 능력이 없으면 무시당하고, 과정보다는 결과 중심적이기에 냉정하고, 차가운 곳이었다. 그렇다고 갑자기 자격증, 어학 등의 공부를 하려고 하면 막막할 것이다. 그래서 필자가 저 학점에서 고 학점까지 올리면서 생긴 ‘필자의 공부기술’을 소개하고자 한다. 공부기술은 총 17가지이며, 하나하나 기술이 생기게 된 에피소드와 방법들을 설명할 것이다. 이 모든 공부기술을 전부 사용하라는 의미는 아니고 괜찮다 싶은 것만 추려서 사용해도 좋다.   
먼저 제 1 기술, ‘사운드 테라피’ 라는 방법을 설명하고자 한다. 사실 필자는 집중력이 그렇게 좋은 편이 아니다. 코로나로 인해 집에서 온라인으로 강의를 듣고 있는데, 아무리 길어도 30분 정도 지나면 집중력이 현저히 떨어진다. 그래도 강의 영상은 교수님이 말하는 내용만 들리니 괜찮지만, 자기주도학습을 할 때는 온갖 주변 소리로 인해 공부에 온전히 집중하기가 쉽지 않다. 그러다 보니 산만해지고, 공부를 해도 하나도 머릿속에 들어오지 않게 된다. 그래서 고안해낸 방법이 ‘사운드 테라피’라는 방법이다. 아마 이 글을 읽으면서 예상했겠지만 ‘사운드 테라피’는 노래를 듣는 것이다. 힙합, 랩, 댄스 곡의 경우 ‘수능 금지곡’처럼 들으면 신나서 기분은 좋아지겠지만, 공부나 시험에 있어서는 오히려 방해 요인으로 작용하기 때문에 들어서는 안된다. 공부나 시험에 있어서는 백색소음, 잔잔한 발라드 음악 등이 집중하는 데에 도움을 준다. 백색소음의 경우 ‘멜론’에 검색하기만 해도 비 내리는 소리, 파도 소리, 숲속에서 잎사귀가 바람에 흩날리는 소리 등등 여러 종류의 백색소음이 나온다. 마치 자연과 함께 동화되어 있는 듯한 느낌을 주어 집중력을 높여준다. 잔잔한 발라드의 경우 아이유의 ‘밤 편지’가 있다. 필자 개인적으로 아이유 노래 중에서 가장 귀가 듣기 좋은 멜로디를 가지고 있다고 생각한다. 유튜브에 밤편지라고 검색하면 1시간 연속 듣기 혹은 5시간 연속 듣기 등등 많이 있는데 틀어 놓고 공부하면 집중이 잘 된다.   
다음은 제 2 기술, ‘보상심리’라는 방법을 설명하고자 한다. 아무리 좋은 노래를 듣는다고 해도 꾸준히 공부하기는 쉽지 않다. 스스로에게 공부를 하고 난 뒤 적절한 보상을 해주어야 한다. 되도록이면 너무 큰 보상이 아닌 사소한 보상으로 설정하는 것이 좋다. 5문제만 더 풀고 물을 마시고 오기, 5문제만 더 풀고 화장실을 다녀오기, 5문제만 더 풀고 잠깐 바람 좀 쐬고 오기 등등 소소하지만 확실한 보상을 해주어야 한다. 필자는 주스를 되게 좋아하는 편인데, 그래서 목표한 범위까지 공부를 하고 난 뒤 주스 한 잔 마시는 것을 주로 이용하는 편이다. 열심히 공부하여 좋은 결과가 나왔다면 그때는 스스로에게 소소한 보상이 아닌 확실한 보상을 주어야 한다. 쇼핑을 한다거나 가족들과 저녁에 배달음식을 시켜 먹는다거나 넷플릭스로 평소에 보고 싶었던 드라마를 보는 등의 공부할 때는 못했던 확실한 보상을 주는 방법이 좋다.   
다음은 제 3 기술, ‘동기부여’라는 방법을 설명하고자 한다. 이름만 놓고 보면 제 2기술인 ‘보상심리’와 똑같다고 생각할 수 있다. 보상심리는 소소하더라도 바로바로 보상이 주어졌지만 동기부여는 보상이 없다. 정확히 무슨 차이인지 필자의 이야기를 토대로 설명하겠다. 필자는 첫사랑이었던 그녀로부터 ‘찌질하다’는 소리를 들었다. 필자는 정말 좋아하는 사람으로부터 그런 말을 들으니 충격을 받을 수밖에 없었다. 처음에는 그 말을 듣고 밤마다 우울했었다. 그런데 필자는 거기서 자괴감과 무력감에 빠지지 않고 다짐했다. 나중에 우연히 그녀와 마주치게 되었을 때, 피하는 것이 아니라 제대로 눈 마주치고 ‘오랜만이네’라고 말할 수 있을 정도로 자신감을 키우겠다고 말이다. 자신감은 스스로 느끼기에 잘난 점이 있어야 자신감이 생길 수 있기 때문에 그 이후로 필자는 운동도 꾸준히 하였고, 여러 방면에서 자기개발을 시작했다. 대학교 1학년 때 그리고 군대에서 전역한 뒤 ‘인싸’가 되고 싶었던 마음에 공부에 소홀했던 시기가 있었지만 결국 다시 공부를 선택하게 된 이유도 많은 사람들을 만나게 되면 감정 소모가 아무래도 크기 때문에 공부를 해서 좋은 성적을 얻는 것이 자신감을 높이는 데 도움이 될 것이라 생각했기 때문이다. 이렇게 동기부여는 보상이 불확실하거나 눈에 보이지 않기 때문에 해야 하는 이유를 잡는 용도로 사용하고 꾸준히 하기 위해서는 보상심리와 병행해 주는 것이 필요하다.  
다음은 제 4기술, '역주행'이라는 방법을 설명하고자 한다. 보통 우리는 공부를 하면 이론을 먼저 공부하고 그다음에 문제를 푼다. 거의 모든 문제집과 수업이 이러한 순서로 진행하게 끔 커리큘럼이 되어있다. 하지만 시험이 임박하고 나서 공부를 시작한다면, 당장 이론부터 차근차근하기에는 시간적으로 빠듯하다. 이럴 때 사용하는 것이 '역주행' 방법이다. 역주행 방법은 문제부터 먼저 풀고, 막히거나 틀리는 부분이 생겼을 때 이론을 공부하는 방법이다. 이 방법이 꽤 유용한 이유는 문제 유형을 미리 파악하고 이론을 공부할 수 있다는 점이다. 처음부터 이론을 공부한다면, 많은 내용들 중에서 어떤 부분이 출제될지 모른다는 단점이 있어 하나하나 꼼꼼하게 봐야 한다. 반면에 문제부터 먼저 푼다면, 문제 유형 파악은 물론이거니와 어떤 내용이 문제에 나올지 눈에 보이기 때문에 단기적으로 봤을 때 매우 유리하다. 그런데 사실 이 방법을 필자는 비추천한다. 단기적으로 좋은 방법이기 때문에 자격증 시험에는 유리할지 모르나, 장기전으로 가야 하는 수능 시험의 경우에는 이 기술만 믿으면 큰 코 다칠 수 있다. 필자의 경우는 가장 재미없는 과목을 이 방법으로 공부한다. 문제를 먼저 풀기 때문에 딱딱한 이론 공부에 비해 재미있고, 필요한 내용만 읽기 때문에 부담도 덜 느끼기 때문이다.  
다음은 제 5 기술, '운동'이라는 방법을 설명하고자 한다. 필자는 '운동'이 정신 수양의 기본이라고 생각한다. 헬스로 예를 들면 하체 운동이면 하체, 등 운동이면 등의 자극에만 집중을 하기 때문에 그 순간만큼은 아무런 잡생각을 안 하게 된다. 운동을 하면 공부에 집줄 할 수 있는 시간을 늘려준다. 장시간 공부하는 것이 체력 소모가 큰데, 운동을 하면 체력도 향상시킬 수 있어서 공부에 큰 도움이 된다. 그래서 필자는 하루에 운동 1시간은 꼭 하려고 한다. 확실히 운동 전보다는 운동 후가 공부할 때 집중력이 좋았다고 느꼈기 때문이다. 필자가 추천하는 건 근력운동인데, 유튜브에 검색하면 헬스장에 갈 필요 없이 집에서 할 수 있는 '홈 트레이닝'이 많이 나와있다. 집에서 하는 운동이기 때문에 중량을 치지 않고 오로지 맨몸 운동 기준으로 나와 있어서, 중량을 치고 싶은 사람에게는 '홈 트레이닝'은 적합하지 않다. 필자는 방 문에 설치하는 철봉으로 턱걸이를 선호하는 편이고, '홈 트레이닝'으로 매일 다른 부위의 근력운동을 한다. 운동을 하면 학업뿐만 아니라 몸도 점점 좋아지고 건강하다는 느낌이 들어 자신감도 상승한다. 자신감 상승은 또 좋은 대인관계, 학업성취도 향상, 목표 달성률 증가로 이어지기 때문에 결론적으로 운동은 우리에게 있어서 꼭 필요한 활동이다.   
다음은 제 6 기술, '웹 서칭'이라는 방법을 설명하고자 한다. 지금 우리의 삶에 있어서 인터넷은 너무나도 쉽게 접할 수 있는 시스템이다. 내가 얻고자 하는 정보를 친구, 가족 선생님과 같은 주변 지인들로부터 만 얻을 수 있었던 예전과는 달리 요즘은 검색을 통하여 내가 원하는 정보를 쉽게 찾을 수 있다. 나이가 많은 할머니, 할아버지의 경우 최신 기기를 다루는 것이 서투르기 때문에 '웹 서칭'이 어려운 게 당연하지만, 젊은 나이인 우리는 어려워 해선 안 된다. 공부를 하다가 모르는 용어 혹은 이해가 안 되는 부분은 인터넷에 검색하면 쉽게 알아낼 수 있다. 내가 찾고자 하는 정보를 한 번에 못 찾을 경우에는 키워드를 바꾸거나 다른 말로 바꾸어서 다시 검색을 해보는 과정을 몇 번 거치면 내가 원하는 정보를 찾을 수 있다. 물론 인터넷에 있는 모든 정보가 정확하지는 않지만, 계속 '웹 서칭' 능력을 키우다 보면 그 정보가 거짓인지 사실인지 판별할 수 있는 능력도 키울 수 있다. 심지어 'ITQ 인터넷'이라는 시험이 있는데 이 시험의 문제는 실제로 시험장에서 인터넷에서 검색해서 찾는 유형의 문제로 나온다. 이처럼 인터넷에 검색해서 내가 원하는 정보를 얻는 것은 요즘 시대에 필수적인 능력이다. 필자는 공부를 하다가 모르는 것이 생기면 바로 네이버에 우선적으로 검색하여 보고 그다음에 구글에 검색을 하는데, 간단한 문제는 네이버에 검색해서 해결이 되지만, 어려운 문제는 구글에 검색해서 찾는 경우가 많았다. 필자는 되도록 스스로 해결하려고 하는 성격이기 때문에, 스스로 최대한 정보를 얻으려고 하고, 도저히 찾을 수 없거나 이해가 안 될 때 다른 사람에게 물어보는 편이다. 故 이소룡의 어록 중에 “배워서 얻는 지식보다 지식을 얻는 방법이 중요하다”라는 말이 있다. 우리가 얻은 정보도 물론 소중한 지적 재산이지만, 그것을 얻으려는 과정이 빛났기에 더 소중하지 않을까 싶다.  
다음은 제 7 기술, '잔 비우기'라는 방법을 설명하고자 한다. 운동이 공부에 집중할 수 있는 시간을 늘려줬다면, 이번에 설명할 잔 비우기는 공부 말고는 다른 생각이 안 나도록 해주는데 의미가 있다. 필자는 사실 공부를 하면서 항상 잡생각이 많았다. 공부를 하면서도 “실수해서 성적이 낮게 나오면 어쩌지?”, “높은 학점을 받아야 등록금 걱정이 없는데...”라는 아직 일어나지도 않은 일을 걱정했다. 게다가 시험기간에 필자에게 모르는 것을 물어보는 사람이 많아서 “철수가 내가 알려줌으로 인해 나보다 좋은 성적을 받아서 내가 성적 장학금을 받지 못하면 어쩌지..?”라는 생각까지 들곤 했다. 이렇게 필자는 시험 기간마다 압박감, 두려움으로 인해 힘들었다. 그러던 어느 날 필자가 즐겨보는 웹툰에서 이런 말이 나왔다. “삼류의 물 잔은 흘러 넘치고, 이류의 물 잔은 잔잔하다. 그리고 일류는 물 잔을 비운다.” 라는 말이었다. 필자는 이 말을 듣고 시험기간마다 느꼈던 마음의 동요를 없애야 한다고 생각했다. 마음의 동요를 없애려는 과정에서 '제 8기술'과 '제 9기술'도 탄생하게 되었는데 이건 뒤에서 자세히 설명하겠다. 잔 비우기를 하는 방법 중의 하나는 바로 '명상'이다. 필자가 사용하는 명상은 다음과 같다.

첫째, 양반다리를 하고 앉는다.  
둘째, 손바닥을 위로 향하게 하여 내 양쪽 무릎 위에 올려놓는다.  
셋째, 눈을 감는다.  
넷째, 손바닥 위에서 알 수 없는 기운(일명 차크라)을 느낀다.  
다섯째, 그 기운이 몸 안으로 들어와 몸 전체를 순환하는 것을 느낀다.  
여섯째, 명상을 끝낸다.

필자가 명상을 통해 앞서 설명한 여섯 가지의 과정을 거친다고 해서 근심, 걱정이 완벽하게 사라졌던 것은 아니지만 확실히 전보다는 다르게 마음이 차분해졌다. 공부할 때도 전과는 다르게 집중력이 높아진 것을 느낄 수 있었다. 이렇게 '명상'을 통해서 잔 비우기를 하는 방법도 있지만 오히려 마음의 동요를 느끼게 되는 근본적인 원인을 해소하는 방법도 있다. 모든 사람들이 같은 부분에서 마음의 동요를 느끼지 않기 때문에 해소 방법이 다 다를 수 있다. 앞으로 설명하게 될 '제 8기술'과 '제 9기술'을 보고 같은 고민이었다면 이 방법을 선택해도 좋고 만약 아니라면 자신에게 맞는 해소 방법을 찾는 것으로 오늘의 숙제를 내주겠다.  
다음은 제 8 기술 '스터디 플래너'라는 방법을 설명하겠다. 필자가 마음의 동요를 느꼈던 이유 중 하나는 다른 사람을 알려주느라 원하는 만큼의 공부를 못하게 되어 시간적 여유가 없다고 느꼈기 때문이다. 읽으면서도 느꼈다시피 '원하는 만큼'이라는 말이 추상적이다. 정말 이렇게 느꼈다면 정답이다. 필자는 그동안 명확한 기준 없이 그저 “이정도면 충분해”라는 느낌을 받을 때 까지 공부하였다. 그렇기 때문에 시험기간에 조금이라도 공부를 못하게 된다면 초조함과 불안함을 느꼈던 것이다. 그래서 이러한 마음의 동요를 없애기 위해서 고안해낸 방법이 '스터디 플래너'이다. 스터디 플래너는 사실 '쿠팡'에 검색하기만 해도 종류도 다양하고 디자인도 예쁜 것을 볼 수 있다. 이 스터디 플래너가 중요한 이유는 자신이 오늘 하기로 약속했던 공부 범위를 세세하게 기록하기 때문에 오히려 그런 면에서 계획한 범위를 끝냈을 때 성취감도 있고, 하루하루 해냈다는 뿌듯함에 금방 공부에 흥미를 붙일 수 있다. 필자는 여기서 더 나아가서 아예 하루 계획을 통째로 세워놓는다. 기상시간, 약속시간, 운동할 시간 등등 꼼꼼히 계획하는데 이러한 습관을 들인 이후로는 시험기간에 공부를 못하게 된다는 걱정이 든 적보다는 오히려 “이 정도면 충분한 것 같은데”라는 생각이 더 많이 들었다. 필자처럼 하루하루를 꼼꼼하게 계획할 필요는 없지만 다음 날 무엇을 할지 구상해놓는 것 정도는 확실히 좋은 생활 습관 형성에 도움이 되는 것 같다.   
다음은 제 9 기술, '언페어 플레이'라는 방법에 대해서 설명하겠다. 필자가 마음의 동요를 느꼈던 또 다른 이유는 필자의 도움을 받은 친구가 오히려 성적이 더 잘 나오는 것이 배 아팠기 때문이다. 그렇다고 알려주지 않는다면 오히려 스스로 짠돌이라고 느껴져 더 불편할 것만 같았다. 그래서 생각해낸 방법이 '언페어 플레이'이다. 언페어 플레이는 실제로 운동 경기에서 비신사적인 행위를 하는 것을 의미한다. 하지만 필자는 다른 분야에서의 '언페어 플레이'를 설명하고자 한다. 방법은 친구가 모르는 것을 물어보았을 때, 100% 다 알려주지 않고 60%만 알려주는 것이다. 고사 성어 중에 청출어람(靑出於藍)이라는 제자가 스승보다 더 나음을 뜻하는 말이 있는데, 100% 다 알려주면 필자의 도움을 받은 친구가 오히려 필자보다 더 성장할 수 있기 때문에 그 불안감을 사전에 차단하는 방법이다. 확실히 이 방법을 쓰고 나서 시험기간에 마음의 동요가 완벽하게 사라졌다. 필자가 말한 '언페어 플레이' 방법은 티가 잘 안 나서 그렇지 생각보다 많은 사람들이 이미 사용하고 있을 것이라고 생각한다. 근데 여기서 짚고 넘어가야 할 것이 있는데 필자가 모두에게 60%만 알려주는 것은 아니다. 이는 '제 12 기술'에서 다시 자세하게 설명하겠다.   
다음은 제 10기술, '기술 노트'라는 방법에 대해서 설명하겠다. 이 방법은 필자가 강력하게 추천하는 방법이다. 필자가 '기술 노트'라는 것에 대해서 처음 알게 된 것은 코로나 사태가 일어나기 전에 다녔었던 학원이었다. 필자의 전공과 관련된 실무능력 향상에 도움을 주었던 곳이었다. 학원 선생님은 기술 노트에 대해 이렇게 설명했다. “단순히 시험 기간에만 쓰고 버리는 공부는 좋지 않다. 나이가 들어서도 다시 한번 읽어볼 수 있고 돈 주고도 사기 힘든 지식과 노하우가 담겨있는 기술 노트가 훗날 분명히 도움이 될 테니, 꼭 만들어야 한다.” 필자는 이 말을 듣고 깊은 깨달음을 얻었다. 그래서 필자는 시험 기간에만 쓰고 버릴 용도가 아니라 오래오래 사용할 목적으로 과목별 기술 노트를 만들기 시작했고, 그 결과 좋은 성적을 얻을 수 있었다. 노트에 필기하는 것도 좋지만 손이 아파서 힘들다면 컴퓨터로도 문서 작성을 통해 충분히 깔끔하게 정리할 수 있기 때문에 컴퓨터를 사용하여 기술 노트를 만드는 것도 추천한다. 코로나로 인해 비대면으로 시험을 보게 되면서 오픈 북 시험이 많아졌는데, 이때도 기술 노트가 힘을 발휘한다.   
다음은 제 11기술 '포토 그래픽 메모리'라는 방법이다. 필자는 이 기술을 사용할 수 있는 사람이 있다는 이야기를 처음 들었을 때 정말 깜짝 놀랐다. 어떻게 저런 능력을 사용할 수 있는 건지 도무지 이해할 수가 없었다. 정말 초능력 수준이라고 생각했다. '포토 그래픽 메모리'는 어떤 책을 읽었을 때 그 내용을 전부 사진 찍듯이 자신의 뇌에 저장하고, 필요한 순간에 바로 불러낼 수 있는 능력이다. 그런데 평범한 사람이 이러한 능력을 갑자기 가지게 되는 것은 불가능하다. 하지만 필자는 똑같이는 못하지만 최대한 유사하게라도 해보자는 생각에 흉내라도 내보았다. 실제로 해보니까 필자는 능력자처럼 내용 전체를 사진 찍어 저장하는 것은 불가능하지만 한두 문장까지는 가능했다. 필자조차도 아직 연습이 많이 필요한 부분이다. 필자가 사용하려는 방법은 다음과 같다.

첫째, 외우고자 하는 내용을 준비한다.  
둘째, 해당 내용의 주요 키워드와 함께 한 문장씩 눈으로 반복해서 캡처한다.  
셋째, 스스로 캡처한 내용을 머릿속에 '글ego . jpg' 와 같은 느낌으로 저장한다.   
넷째, 한 문장이 금방금방 외워진다면 두 문장 그 다음은 세 문장 이렇게 점차 늘려간다.

여기서 키워드가 중요한데 '글ego . jpg'라고 머릿속에 저장했다면, 글ego에 해당하는 부분이 키워드가 되는 것이다. 이렇게 암기하면 시험문제에 '글ego'라는 키워드가 나올 경우 우리의 뇌는 자동적으로 '글ego . jpg'라는 파일을 찾아 실행시키게 된다. 필자는 서술형으로 나올 것 같은 문제는 이러한 방법으로 암기하였는데 무작정 암기하는 것보다는 확실히 재미도 있고 금방 암기할 수 있었다.   
다음은 제 12기술 '스터디 그룹'이라는 방법이다. 아까 앞에서 필자가 모든 사람들에게 제 9기술인 '언페어 플레이'를 사용하지는 않는다고 말했다. 필자는 현재 전공에 대한 깊이 있는 이해를 하고 싶어 학원을 함께 다녔던 친구들이 있었다. 학원을 같이 다니게 된 이후로 급속도로 친해지게 되었고, 시험공부도 같이 하게 되었다. 우리는 룰을 정해서 함께 공부하게 되었는데, 그 룰은 다음과 같다.

첫째, 우리가 공부한 내용은 우리끼리만 공유하자.  
둘째, 시험 대비 예상문제, 시험 대비 요약본을 서로 만들어 공유한 뒤 합치자.  
셋째, 우리는 서로 다른 의견을 가질 권리는 있지만, 서로 다른 사실을 가질 권리는 없다.

여기서 셋째로 설명한 내용이 무슨 말인지 의아할 수 있을 것이다. 제대로 설명하자면 같은 수업을 듣더라도 서로가 이해한 게 다를 수 있다. 이때 자신의 생각과 다르면 논리적인 생각을 바탕으로 의혹을 제기하고 그것에 대해서 반박을 하고, 그 과정 속에서 개념을 명확히 하기 위함이다. 이러한 방법을 통해서 필자의 스터디 그룹 멤버 전원은 스터디 그룹 결성 이후에 계속 학점을 4점대 이상 유지하였다. 스터디 그룹을 결성할 때 가장 중요한 점은 '자제력'이다. 다른 사람에게 우리가 만든 '핵심요약노트'를 유출시키지 않을 수 있는 사람, 적어도 시험 기간만큼은 '컴퓨터 게임'을 하지 않는 사람들로 구성해야 하며 스스로도 그러려고 노력해야 한다.  
다음은 제 13기술 '마이 솔루션' 이라는 방법이다. 대학교에서 쓰는 은어 중에 '족보'라는 말이 있다. 족보는 해당 과목의 이전 시험 문제지를 의미한다. 자격증으로 예를 들자면 '2016년도 1회차 필기 출제 문제'등이 족보인 셈이다. 대학교에서는 족보를 얻는 방법이 대표적으로 두 가지가 있다. 친한 선배로부터 얻거나, 자신의 과 동아리에서 얻는 것이다. 괜찮은 과 동아리의 경우 종종 풀이까지 같이 주기도 하는데, 이때 그 풀이를 100% 믿어서는 안 된다. 선배들도 사람이기 때문에 실수를 할 수도 있고, 그로 인해 잘못된 풀이가 적혀 있을 수 있다. 그래서 족보 풀이에 의존하지 않고 직접 풀고 나서 그다음에 풀이와 비교하는 것이 중요하다. 풀이와 같다면 다행이지만, 다르다면 강의노트와 비교해보면서 자신의 풀이와 족보 풀이 중에 가장 강의노트와 유사한 것으로 사용하면 된다.  
다음은 제 14기술 '스톱워치'라는 방법이다. 스톱워치는 '초' 보다 더 작은 단위의 경과 시간까지 잴 수 있는 시계이다. 공부를 할 때 스톱워치를 켜면 자신의 순공부 시간을 알 수 있다. 그래서 시간이 흘러가면 흘러갈수록 스스로 대견하다는 생각이 들며 뿌듯함을 느낄 수 있다. 그래서 점차 자신의 순공부 시간을 늘리고 싶다는 생각이 들고 공부를 하루하루 더 열심히 하게 된다.  
다음은 제 15기술 '포스트잇'이라는 방법이다. 포스트잇 방법은 암기 과목과 '오픈북' 시험에서 빛을 발휘하는 기술이다. 암기 과목의 경우 자신이 요점정리한 노트에 암기가 잘 안되거나, 헷갈렸던 부분을 포스트잇으로 표시해두면 시험 10분 전에 그 부분을 빠르게 찾아서 보고 시험에 임할 수 있다. 자신이 부족했던 부분을 빠르게 볼 수 있다는 것은 시험 전에 다른 부분도 한 번 더 볼 수 있는 시간이 주어진다는 의미이다. 그 짧은 시간이 시험의 흥망[[1]](#footnote-1)을 결정하게 된다. 다음은 '오픈북'의 경우를 설명하겠다. '오픈북' 시험도 결국 제한 시간 내에 빠르게 찾는 것이 중요하다. 그러기 위해서 마찬가지로 자신이 요점정리한 노트에 포스트잇에 키워드를 적어 표시해두면 관련 문제가 출제되었을 때 빠르게 찾을 수 있고, 한두 문제라도 더 풀 수 있는 시간이 주어진다. 꼭 시험에서만 좋은 것은 아니고 자신이 열심히 필기한 노트에 포스트잇까지 붙이면 웬지 모를 뿌듯함에 그 노트가 정말 귀엽고 사랑스럽게 느껴지기도 한다.  
다음은 제 16기술 '공부 브이로그'라는 방법이다. 공부 브이로그는 거창하게 카메라 사서 삼각대에 세워놓고 동영상 촬영하는 것을 의미하는 게 아니다. 자신의 휴대폰 카메라로 자신이 공부하는 모습을 동영상으로 기록하는 것이다. 브이로그를 찍는 동안 어쩔 수 없이 휴대폰을 사용할 수 없으니 공부에 제대로 임하게 된다. 공부를 끝내고 나서 자신이 공부하는 모습을 보는 것도 재밌는 경험이다. 욕심이 있다면 영상편집도 배워서 공부 브이로그를 자신의 유튜브 채널에 올려도 좋다.  
다음은 제 17기술 'SNS 디톡스'라는 방법이다. 이 방법만큼은 필자가 생각하기에 상당히 호불호가 갈릴 수 있다고 생각한다. SNS 디톡스라는 말에서 유추해볼 수 있듯이 이 방법은 SNS를 끊는 것이다. 평생 끊으라는 의미도 아니며, 카톡까지 지우라는 의미도 아니다. 심지어 시험기간 동안 끊으라는 의미도 아니다. 딱 '페이스 북', '인스타그램', '에브리타임' 만큼은 1~2주 정도 끊는 것이다. 카톡을 끊지 말라고 하는 이유는 카톡이 너무 대중적이어서 중요한 연락이나 일이 생겼을 때 전달받기 위함이다. 유튜브의 경우 워낙 재미있는 영상도 많이 있지만, 공부하면서 이해가 안 됐던 부분을 속 시원하게 설명해 주는 영상도 있기 때문이다. '페이스 북'과 '인스타그램'은 자신의 모습과 타인의 모습을 자신도 모르게 비교하게 되면서 우울해질 수 있으며 '에브리타임'의 경우 익명으로 이루어져 있기 때문에 악플을 너무나도 쉽게 받을 수 있다는 단점이 존재한다. 그 부분으로 인한 감정 소모가 쌓이면 쌓일수록 자존감은 점점 떨어질 것이다. 만약 '페이스 북', '인스타그램', '에브리타임'과 같은 SNS를 삭제하고 지낸다면 어떻게 될까? 처음에는 다른 사람은 무엇을 하고 있는지 궁금해서 미칠 것이다. 그런데 시간이 지나면 내가 상대방이 무엇을 하고 있는지 알면 궁금증은 해소되겠지만 크게 바뀌는 건 없다는 것을 깨닫게 된다. 그다음에는 자신을 다른 사람과 비교하지 않으니 압박감도 없어진다. SNS를 끊었음에도 불구하고 연락이 오는 친구들, 가족들에게 고마움을 느끼게 되고, 남에게 보여주기 위한 모습이 아니라 있는 그대로의 나 자신을 마주하게 되면서 잃어버렸던 자존감도 되찾을 수 있다. 여러모로 스스로를 위해 투자할 수 있는 시간이 많아지면서 자신감도 상승하게 된다. 부정적인 관념들이 스스로를 감싸고 있다면 아무리 감동적인 말이나 동기부여가 되는 글귀를 보아도 소용이 없을 것이다. 아무리 좋은 공부 비법서가 눈앞에 있어도 “나는 안 될 거야..”라며 충분히 잘할 수 있음에도 불구하고 스스로를 한계에 가둘 것이다. 그래서 필자는 이 글을 읽는 모두가 평생은 아니고 단기간만이라도 SNS를 끊고 스스로를 위해 살아봄으로써 SNS 때문에 생겼던 부정적인 기운은 버리고 긍정적인 기운을 가져갈 수 있기를 바란다. 할 수 있다는 긍정적인 에너지가 좋은 성적, 좋은 대인관계를 만든다. 필자도 SNS를 끊기 전에는 남들 눈치 보면서 살고 남들에게 보여주기 위한 삶을 살았었다. 처음 SNS를 끊었던 이유도 단순하게 학업적인 측면에서 좋은 영향을 받기 위해서였다. 그런데 SNS를 끊고 나니 미처 내가 몰랐던 나에 대해 알아갈 수 있는 시간이 많아졌다. 심지어는 매번 다르게 나왔던 필자의 MBTI는 계속 같은 결과로 나오게 되었다. 남들은 어렸을 때 진작에 깨닫는 뭘 좋아하고 뭘 싫어하는지와 같은 스스로의 호불호를 SNS를 끊고 나서야 깨달았다. 스스로 억누르고 억눌러서 마음속 깊은 곳에 가둬놓았던 진심을 이제서야 꺼내서 펼쳐보게 되었다. 그 이후로 필자 스스로를 위해 삶을 살아가게 되었다. 내가 정말 좋아하는 일이 무엇인지 깨닫고 싶은 마음에 해보고 싶거나 배우고 싶은 일이라면 일단 도전해보자고 생각했고, 지금 이렇게 책도 쓰게 되었다. 즉, 제 17기술은 공부를 잘하는 법이 아닌, 공부를 잘할 수 있는 환경을 만드는 기술이다.

필자는 2020년이 코로나로 인해 여러모로 다들 힘들었던 시기였지만, 필자의 인생에 있어서는 터닝 포인트였다고 생각한다. 코로나로 인해 만나지는 못했지만 계속해서 연락을 주고받는 사람들도 있었고, 평소엔 연락 안 하다가 필자를 필요로 하는 순간에만 찾는 사람들도 있었다. 그래서 필자는 평소에 구분하기 어려웠던 정말 내 편인 사람과 내 편을 가장한 적을 알 수 있어서 불필요한 인간관계를 정리할 수 있었다. 그 과정에서 SNS 디톡스도 시행하였고 남들 눈에 보기 좋은 삶이 아닌 필자가 원하는 삶을 살아가게 되었다. 그리고 필자의 삶 전체를 관통하는 한 가지 좌우명이 생기게 되었는데, 바로 '멋있는 사람이 되자.'이다. 외적으로 멋있어진다는 의미가 아니라 어제보단 오늘이 오늘보단 내일이 더 나은 사람이 되고 싶은 마음에 지은 좌우명이다. 그래서 필자 스스로 정한 멋있는 사람이 되는 법을 짧게나마 보여주고자 한다.

1. 규칙적인 생활  
2. 운동  
3. 독서  
4. 목표 달성  
5. 흔들리지 않는 마음가짐  
6. 외국어 공부

필자는 이 6가지 방법으로 더 나은 사람이 되기 위해 노력하고 있다. 이 글을 읽고 비웃을 수도 있고, 꼴불견이라고 생각할 수도 있다. 하지만 그런 시선들이 이제는 두렵지 않다. 나한테 정답[[2]](#footnote-2)이라고 해서 남들한테도 정답이지는 않으니까 말이다. 모두에게 정답일 수 있는 해답[[3]](#footnote-3)은 이 세상에 없다. 그렇다고 정답이 없는 것은 아니다. 정답은 남들이 이미 써놓은 해답이 될 수도 있고, 스스로 직접 풀어본 해답이 될 수도 있다. 즉, 수많은 해답 중에서 자신에게 맞는 해답을 찾아가는 과정이 정답인 것이다.

1. 흥망 : 잘되어 일어남과 못되어 없어짐. [↑](#footnote-ref-1)
2. 정답 : 옳은 답. [↑](#footnote-ref-2)
3. 해답 : 질문이나 의문을 풀이함. 또는 그런 것. [↑](#footnote-ref-3)