

## 청소년기의 발달특성

하 양 속  
(서울대 간호학과 교수)

### 서 론

청소년기는 어른도 아니고, 아이도 아닌 과도기로, 인간의 행동을 이해하는데 중요한 의미를 갖는 발달단계이다. 이 시기의 청소년은 급격한 사회 변화, 첨단 과학문명의 발달 및 학업위주의 학교교육, 치열한 대학입시 경쟁등으로 인하여 인생의 발달단계 중에서 매우 중요한 이 시기동안 그들의 자아와 그 방어를 압도할 정도의 위기-발달위기, 상황위기-를 경험하며 성인기로 향한 성장발달을 계속하고 있다. 그러므로 본 글에서는 가정·사회 및 간호현장에서 만나게 될 청소년을 이해하고 돕는 방법을 모색하는데 기반이 될 청소년기의 발달적 특성에 대하여 생물학적, 심리·사회적 특성을 중심으로 살펴보고자 한다.

#### 1. 생물학적 발달 특성

청소년(adolescence, youth)이라하면 라틴어의 Adolescere에서 유래한 것으로서 '성장' 또는 '성숙으로서의 성장'을 의미하는 것으로 청년과 소년을 총칭한 즉, 사춘기에서 성인에 이르는 과도기에 속한 남녀를 의미하며, 그 연령 범위는 11세~20세이다.

이 시기에는 신체적 변화가 급속히 일어나고, 인격이 성장하여 거의 성인 수준에 이르게 된다. 소녀들은 10세 전후에, 소년들은 12세 전후에, 청소년 전기의 급속한 성장을 시작한다. 소녀들은 12~14세에, 소년들은 그 보다 1~2년 후에 사춘기가 끝나게 된다.

· 체중과 신장 : 신장 발달은 출생이후 부터

그 속도가 점점 줄어들고 있으나 사춘기가 시작되면서 갑작스럽게 키가 커지게 된다. 또한 신장의 증가보다 체중의 증가가 비례적으로 많아져서 땅딸막하게 보이게 된다. 이러한 형태의 비만은 신체적인 면 뿐 아니라 정신적인 면에도 영향을 끼치게 된다.

· 신체균형 : 여러가지 신체장기들의 성장 속도가 달라진다. 근육보다 골격계가 더 빨리 자라게 되므로 자세가 나빠지고 꼴사나와 보이게 된다. 큰 근육들이 작은 근육들보다 더 빨리 자라게 되므로 청소년들은 근육운동의 조절을 잘못하게 될 수도 있다. 신체의 다른 부분에 비해서 사지와 손발이 더 많이 자라므로 그 결과 근육운동조절에 문제점이 생기게 된다.

· 치아발달 : 영구치의 숫자가 늘어난다. 10~13세에 제2대구치, 송곳니, 이두치가 나게된다.

· 생리적 발달 : 사춘기에는 여러 호르몬의 작용-뇌하수체에서 분비되는 gonadotropine이 고환의 Leydig cell들을 자극하여 estradiol을 분비시키고 동시에 부신 피질에서는 androgen의 분비가 상승-에 의해서 소년, 소녀 각각에서 제2차 성장(secondary sex characteristics)이 나타나게 된다. 이 기전은 시상하부에서 시작하여 뇌하수체에 대하여 신경체액적 자극을 주게되는 것으로 알려져 있다.

제2차 성징의 발현은 어떤 호르몬이 더 많이 나오느냐에 따라 달라지는데 그 이유는 남성호르몬과 여성호르몬 둘 다 분비되기 때문이다.

Androgen은 남성적인 모습을 갖게하며, estrogen은 여성적인 모습을 갖게 한다. 남성이나 여성이나 생식 호르몬은 뇌하수체의 성장호르몬을 억제하여 골단부의 결합을 촉진시킨다.

외형적인 면에서 보면, 소년들의 신체적 변화는 성기가 커지고, 가슴이 부풀며 치부와 액와부 그리고 가슴에 털이 자라기 시작하고 목소리가 변하고 정자를 생산하게 된다. 이들은 13세부터 어깨가 급속히 넓어지기 시작한다. 또한 이 시기의 소년들은 수면중에 몽정(nocturnal emission)에 시달리게 될 수 있다. 몽정은 성선의 자극에 의한 것으로, 취침 중에 가끔 사정하는 것은 걱정할 것이 못된다.

소녀들의 외형적인 변화로는, 골반이 넓어지고 가슴이 커지며, 질 분비물의 변화가 오고, 치부와 액와부에 털이 자라게 된다. 월경은 음모가 나기 시작하고 그후에 액모가 나기 전 쯤에 시작된다. 소녀들은 12세쯤되면 둔부가 넓어지기 시작한다. 초경의 평균 연령은 12.5세~12.8세이고, 월경의 기전은 다음과 같다. 즉, 뇌하수체의 gonadotropic hormone은 난소에서 estrogen의 생성과 난자의 성숙을 자극시킨다. 난자가 성숙되면 여포(follicle)에서 estrogen의 분비가 촉진된다. 이렇게 estrogen의 생성이 증가되면 자궁내막층이 자라고 혈관 분포가 증가하게 된다. 난자가 완전히 성숙되면 배출되는데 뇌하수체로부터의 leutenizing호르몬의 자극에 의해서, 여포가 있던 부위는 세포로 채워져서 황체(corpus leuteum)를 형성하여 여기서 progesterone이 분비된다. Progesteron은 자궁내막의 두께와 혈관 분포를 증가시키고 수정된 난자와 착상에 대비하게 된다. 난자가 수정되지 않으면 황체는 위축되고, progesteron은 더 이상 분비되지 않는다. 이렇게 되면 과잉 증식되었던 자궁내막은 떨어져 나가버리게 되는데 그것이 월경이다.

· 피부계통 : 이 시기에는 얼굴, 가슴 등의 피지선의 활동이 더욱 활발해지며, 땀구멍이 너무 작을 경우 피지가 분비되지 못해서 피부밑에 고이게 되어 여드름이 되기도 한다.

· 심장맥관계, 호흡기계 : 심장과 폐는 몸의 다른 부위에 비하여 그 성장이 느리기 때문에 산소의 공급이 원활하지 못하게 되고, 그 결과 청소년들은 계속적으로 피로를 느끼게 될 수 있다.

## 2. 심리·사회적 발달특성

청소년 이해에 필요한 심리·사회적 발달이론은 정신분석학적 이론, 인지이론 및 사회·문화적 이론을 중심으로 알아보려고 한다.

### 1) 정신분석학적 이론

Freud는 인간의 성장발달이 각 단계별로 생물학적인 특징이 있다고 믿었다. 그는 사춘기를 생식기라고 하면서 청소년은 이 시기에 성적인 것에 대해 다시 관심을 갖는다고 하였다. 새로운 성적 충동을 가진 청소년은 가정 밖에서 만족을 찾게되는데 이러한 현상은 생리적 성숙의 결과로 나타난 것으로 볼 수 있다. 또한 사춘기의 생물학적 변화는 잠재기동안 이미 존재했던 이드와 자아사이의 균형을 깨뜨린다. 호르몬 분비가 많아짐에 따라 증가되는 욕구와 충동은 청소년들이 새로운 신체상태에 적응하도록 노력함으로써 인격의 재통합을 유발하게 한다. 사춘기 이후의 개인의 주요과제는 “부모로부터 자유로워 지는 것”이라고 하였는데, 이는 아들의 경우 어머니와 연결된 끈을 풀고 자기 자신의 여자를 발견하는 것을 의미한다. 그래서 소년은 아버지와의 경쟁심을 버리고 아버지의 지배로부터 자유로워지려고 하며, 딸의 경우도 마찬가지이다. 즉, 소녀 또한 부모와 떨어져 자기 나름의 삶을 확립하는 것이라 하였다. 그러나 Freud는 이러한 독립이 결코 쉽게 오지 않는다고 연구하였다. 즉, 오랫동안 부모에 대한 의존심을 쌓아왔으므로 그들로부터 떨어진다 것은 감정적으로 매우 고통스럽다.

한편, Freud가 청소년기의 일반적인 과업을 다루기는 하였으나 이 단계에서의 두드러진 긴장이나 행동패턴에 대하여는 거의 언급하지 않았다. 그러나 Anna Freud는 청소년기에 대한 정신분석적 연구에 최초로 많은 연구를 하였다.

그녀에 의하면, 10대들은 외디프스적 감정의 위험스런 부활을 경험한다. 전형적으로 그들은 동성의 부모에 대한 분노가 점차 자라는 것을 느낀다. 반면, 이성의 부모에 대한 근친상간적 감정은 보다 무의식적인 상태로 남아있다. 그녀는 청소년들이 외디프스적 감정의 분출을 처음으로

경험할 때 그 첫 충동으로 '도주'하는 것이라고 하였다. 10대들은 부모앞에서 긴장하고 불안해 하며, 그들과 떨어져 있을 때 안전감을 느낀다. 그래서 어떤 경우 실제로 집을 뛰쳐 나가는 경우도 있고 혹은 '하숙생과 같은 태도'로 남아 자기 방문을 굳게 닫고 있으며 친구들과 함께 있을 때만 편안함을 느낀다고 한다.

청소년들은 때로 자신의 부모를 경멸함으로써 부모로부터 벗어나려고 노력한다. 이들은 의존과 사랑을 인정하지 않고, 오히려 정반대의 태도를 보인다.

청소년들은 때때로 자신의 감정이 애착되는 대상에 관계없이, 어떤 감정과 충동으로 부터 자기자신을 방어하려고 노력한다. 그러한 책략으로 '금욕주의(asceticism)'를 들 수 있다. 그러므로 모든 육체적 쾌락을 피하려고 애쓴다. 예를 들어 엄격하게 식사를 조절한다거나, 매력적인 옷, 춤, 음악 혹은 그외의 오락이 주는 쾌락으로부터 벗어나려하며, 또한 심한 신체 훈련을 통하여 자신의 몸을 단련하려고 노력한다. 충동에 대한 또다른 방어로는 '주지화(intellectualization)'가 있다. 그들은 성(sex)이나, 공격성의 문제를 추상적이고 지적인 차원으로 전환시키려고 애쓴다.

Anna Freud는 이 시기에 볼 수 있는 청소년들의 혼란이나 결사적인 방어 및 책략들은 실제로 정상적이며 예기되는 것이라고 하면서 전문가에 의한 상담 및 치료는 필요하지 않다고 하였다. 그러나 청소년들의 부모들은 간혹 조언을 받을 필요가 있다고 하였는데 그 이유는 "스스로 자유로워지려고 시도하는 청소년기의 자녀들을 다루는 것보다 더 어려운 상황은 인생에서 찾아보기 힘들기 때문"이라고 하였다.

청소년기에 대한 전통적 정신분석학적 설명은 Erikson, Fromm, Horney, Sullivan 및 그 밖의 사회적 요소의 성향을 강조한 사람에 의해 수정되었다.

Erikson(1950)은 청소년기의 가장 중요한 과업은 자아정체감—즉, 나는 누구인가? 또 거대한 사회질서속에서 나의 위치는 어디인가?—에 대한 느낌을 확립하는 것이라고 하였다. 이 시

기의 위기는 '정체감 대 역할혼미(identity vs role confusion)'이다. 끊어오르는 본능적 충동은 이 시기의 정체감 문제와 관련된다. 이들은 마치 이러한 충동들이 스스로의 의지를 가지고 있어서 더 이상 청년 자신과 일체가 아닌 것처럼 느끼게 된다. 또한 사춘기 동안의 급속한 신체성장은 정체감 혼미를 가져온다. 청년들은 급격히 성장하며 너무 많은 면에서 변화를 경험하기 때문에 자기자신도 제대로 알아보지 못할정도이다. 10대들이 많은 시간을 거울 앞에서 소비하고, 자신의 외모에 신경을 많이 쓰는 것도 아마 이러한 이유 때문일 것이다.

한편, 정체감 문제는 개인적인 문제 못지않게 사회적인 문제이기도 하다. 그들은 다른 사람의 눈에 좋게 보이지못하거나 다른 사람의 기대에 어긋날지도 모른다는 생각때문에, 그리고 그 이상으로, 보다 넓은 사회에서의 자신의 미래 위치에 대하여 걱정하기 시작한다. 청소년들은 자신이 누구인가에 관한 확신을 갖고 있지못하므로 '소속질단'에 동일시 하려한다. 그들은 매우 당파적이고, 변협하고, 자기들과 다른 사람에 대하여 냉혹하게 배타적으로 된다고 한다. 서둘러 정체감을 찾으려는 청년들은 자기자신과, 자신의 이상과, 자신의 적을 고정 관념화시킨다. 그들은 또한 성취를 통하여 정체감을 발달시킨다. 일어서고, 걷고, 달리고, 광놀이하고, 그림 그리고, 읽고 쓰는 능력들은 모두 자아 정체감 발달에 기여한다. 그들은 자기자신을 이러한 일들을 할 수 있는 사람으로서 인식하게 된다.

인간에 있어서 정체감의 문제는 청소년기에 특히 위기를 맞게 된다. 왜냐하면 많은 내적 변화가 일어나고 미래의 참여에 대한 많은 것이 문제가 되는 때가 이 시기이기 때문이다. 이러한 시기에 기존의 정체감은 우리가 해야하는 선택이나 결정에 부적절한 것이 보통이다.

Blos(1968)는 청소년 시기를 제 2개별화시기(second-seperation-individuation period)라 칭하면서, 이 시기에 청소년은 친구와의 사귀 또는 이성과의 교제가 시작되고, 집안을 떠나 집안 외의 사람과 교우관계, 이성관계를 실험하고 연습하는 것은 장차 다가올 사회생활의 첫

경험이 된다고 하였다.

### 2) 인지발달이론

인지는 Piaget(1958)에 의해 가장 완전하게 설명되었다. 그는 청소년기를 “형식적 조작기(formal operation)”라고 하였는데, 이 시기의 청소년의 사고는 “형식적 사고”로서 추상적이며, 가설적인 범위에 까지 확장되고, 구체적 사물을 넘어서 상징이나 추상화를 추리할 수 있는 인지기능의 진보된 단계에 있으므로 Piaget는 청소년이 명제적 논리를 다룰 줄 알고 비유를 이해하며, 사고에 관한 추리력을 갖는다고 믿었다. 청소년기의 인지적 발달은 분명한 정체意識의 발달에도 중요한 역할을 한다. 그러므로 이러한 인지발달은 현재에만 국한 되지않고, 과거를 회상하며 미래의 가능성을 추상할 수 있게 되므로 장래 자기가 택할 성인으로서의 역할이나 계획, 생의 목적 수립 등을 가능하게 한다. 다시 말해 형식적 조작기의 인지발달의 단계에 도달한 청소년은 추상적이고, 미래 중심적이며, 자기반성적 사고가 가능해지기 때문에 급격한 신체적 심리적 변화에 적응하여 새로운 마음을 가질 수 있게 될 뿐 아니라 중요한 발달과제인 자아정체감의 확립도 아울러 가능하게 되는 것이다.

### 3) 사회·문화적 이론

청소년의 발달과업의 개념을 완성시킨 Havighurst(1952)는 청소년기 동안에 수행해야할 과업을 다음과 같이 설명하고 있다.

- 친구, 동료와의 적합한 관계 수립
- 남성, 여성으로서의 적합한 사회적 역할의 배움
- 부모나 기타 어른으로부터 정서적 독립을 성취
- 경제적, 직업적 자립을 계획
- 자신의 신체, 성(sex)에 자신을 갖고 받아들임
- 직업을 선정하고 준비
- 결혼과 가정생활의 준비
- 사회생활을 위한 지적, 개념적 능력 개발
- 사회적으로 책임있는 행동을 취할 태도와 능력 개발
- 행동지침으로서의 윤리적 체계와 가치관 확

### 립

문화적 이론은 청소년 행동을 연구한 인류학자들에 의해 다른 문화권내의 청소년을 연구함으로써 원시적 문화가 현대 사회의 10대들이 경험하는 것보다 스트레스를 덜 주는 시기였다고 결론을 내렸다.

Mead(1961)는 청소년의 반항의 경험은 생물학적인 요인에 의한 것이 아니라 세대의 변화에 의해 문화적으로 결정된다고 하였다. 인류학자들은 청소년기가 성인으로서의 특권을 누릴 가치가 있다고 느끼지만 아직은 그들에게 주어지지 않는 시기이며, 이 시기는 성인으로서의 충분한 능력과 사회적 지위가 사회로부터 주어질 때 끝난다고 하였다.

인류학자들은 성장을 사회적 기대에 대한 개인적 반응으로서 계속적인 과정, 그리고 문화적 현상으로 보았다. 이러한 기대가 보다 명확히 규정될 수록 청소년기는 긴장이 좀 더 감소되고, 모호함도 감소하는 시기가 될 것이다. 문화의 변화가 많을 수록 청소년과 성인간의 세대의 격차가 많아진다.

### 결 론

상기한 청소년기의 발달특성을 고려하여 볼 때, 더욱 발전·변화되고 복잡해질 2000년 대를 짚어지고 나아갈 오늘날의 청소년에 대한 이해 및 간호는 매우 중요한 과업이다. 그러므로 이들 청소년이 이와같은 격동기를 잘 넘기고, 그들의 과제를 완수할 수 있도록 하기위해 가정·학교·사회 및 간호현장에서 우리 간호사는 청소년을 위한 전인적 간호과정 수행에 더욱 노력을 기울여야 될 것이다.

### 참 고 문 헌

- Blos, P.(1967) : The Second Individuation Process of Adolescence, Psychoanalytic Study of the Child, 22 : 162~186.
- Erikson, E.H.(1958) : Childhood and Society, New York, W.W. Norton

Freud, A.(1958) : Adolescence, psychoanalytic Study of the Child, 13 : 255-278.

Havighurst, R.L.(1952) : Developmental Tasks and Education, New York, Longmans.

Inhelder, B. & Piaget, J.(1958) : The Growth of Logical Thinking from Childhood to Adolscence. New York, Basic Books.

Papalia, D.A. & Olds, S.W.(1975) : A Child's World

Infancy through Adolescence. Mcgraw-Hill, Inc.

김문실(1985) : "청소년 건강-사회적 측면은 중심으로", 대한간호, 24(3), 6-7.

서봉연(1983) : "발달의 이론", 서울, 중앙적성출판부.

이소우 외(1988) : "정신간호학 총론", 서울, 수문사.

홍경자(1984) : "학령기 아동과 청소년의 건강증진을 위한 간호원의 역할", 대한간호, 23(2), 15-19.

홍경자 외(1990) : "아동간호학(하)", 서울, 수문사.

---

<15페이지에서 계속>

5. Freeberg S(1982), "Anger in Adolescence" *Journal of Psychiatric Nursing Mental Health Services*, 20 : 3, pp. 29-31.
6. Finocchiro, MS(1984), "Excercise ; A Holistic approach of the adolescent psychiatric patient" *Issues in Mental Health Nursing*, 6 : 237-243.
7. Gluck, M(1981), "Learning a thgeraeutic verbal response to anger", *JPNMHS*, march, pp. 9-12.
8. Joshi, NP(1988), "Drug use, Depress and adolescent" *Pediatric Clinics of North America*, 35 : 6.
9. Maymard CK(1979), "Dealiry with anger": Guidelines for nursing intervention "JPNMHS, June, pp. 36-41
10. Newman BM, Newman pp(1984), *Develepmental through life : a psychosocial approach*. Dorsepress Ill
11. Nubel AS, Solomón LZ(1988), "addicted adolescent Girl,," *JPN*, 26 : 1, pp. 32-35
12. Parker, SD(1988) "accident or suicide", *JPN*, 26 : 8 pp. 15-19
13. Pond, V.E(1988), "The angry adolescent" *JPN*, 26 : 1, pp. 15
14. Stuart & Sundeen(1987), *Principles and Practice of Psychiatric Nuring*, Mosby, pp. 898-924
15. Venn, E.S Derdeyn AP(1988) "Working with a difficult adolescent" *JPN*, 26 : 6, pp. 28-31