

청소년기와 신체상 (Body image) (Adolescence and Body Image)

김 현 실
경산대학교 간호학과
간호학박사/ 교수

I. 문제의 제기

우리가 타인에 대하여 맨 처음 인식하게 되는 것 중의 하나는 상대방의 신체적 외모이다. 개인의 신체적 외모는 타인에 의해 보여지는 모습과 자신이 스스로 지각하는 모습이 있는데 스스로 자신의 신체에 대하여 갖고 있는 내면화된 상(Internalized picture)을 우리는 신체상(body image)이라고 한다.

인간의 신체 만큼 인간의 의식 중 많은 부분을 차지하고 있는 것은 드물며 신체는 역사를 통하여 수많은 예술과 문학, 철학의 주요 테마로 등장하여 왔다. 신체는 또한 가장 정직하게 우리 자신의 믿음과 의식을 반영해주는 매체이기도 하다.

자신의 신체에 대하여 새롭게 눈뜨는 시기는 청소년기 일 것이다. 전생애 중 청소년기는 11~14세 사이에 시작되어 18~21세에 종결짓게 되는 것으로 이중 11~15세를 사춘기라고 부르는데 이 시기에는 여아와 남아 모두가 극적인 신체적, 성적 성숙을 맞이하게 됨으로써 새로운 성적정체성과 신체상을 형성하게 된다.

이는 청소년기의 주요 발달과업으로 Havighurst 또한 청소년기에 달성하여야 할 여러 발달과업 중 첫번째로 자신의 신체적 변화와 성역할을 수용하는 것 이라고 말함으로써 청소년기에서의 신체상의 중요성을 강조한 바 있다.

특히 오늘날은 사회문화적 자극과 영양의 개선으로 과거보다 사춘기가 빨라지고 있어 이러한 급격한 신체적 성숙과 이에 따른 성역할의 변화에 청소년들이 대응하는 방식 또한 과거와는 달라졌다 할 수 있다.

이와같은 신체적 성숙과 더불어 청소년기에 주로 발병하는 신체적 질환은 또다른 적응상의 문제를 낳을 수 있으며 이 시기의 신체상(body image)에 부정적 영향을 미칠수 있다.

근간에 이르러 대중매체를 통한 사회 문화적 영향은 특히 여학생들의 의복이나 화장 등 성인모방행위를 부추킴으로써 왜곡된 신체상을 갖게해줄 수 있다.

따라서 본 연구자는 청소년기의 신체상의 중요성에 대한 이론적 소개와 더불어 신체상 형성에 영향을 미칠 수 있는 청소년기의 주요 질환 및 성인 모방 행위를 제시함으로써 이에 대한 교사와 학부모의 이해를 높이고자 한다.

II. 신체상(Body image)이란?

신체상(Body image)이란 자기개념(self-concept)의 신체적 차원으로, 자기개념과 관련된 신체적 구조에는 가시적인 신체 자체뿐만 아니라 통증, 피로, 쾌락 등과 같은 신체적 감각과 시각, 청각, 촉각, 후각 등을 통한 신체적 표현 모두를 포함한다.

개인의 신체상은 자기개념 중 첫번째 구성요소로 이를 기반으로 다른 자기인식이 일어나게 된다.

신체적 자기개념은 처음에는 자신과 관련된 다양한 신체적 감각경험을 통하여 일어나게 된다. 우리는 어렸을때 어머니의 젖을 빨면서 안정감을 느끼고 세상은 좋은 곳이라는 확신을 갖게 된다. 이러한 모성의 경험을 박탈당하였을때 아이는 불안정한 반응을 보이게 되며, 이와같이 신체적, 심리적 안정감을 경험해보지 못한 아이는 성장후 타인과의 관계형성에 어려움을 겪게된다.

또한 개인의 신체적, 정신적 특성은 자기개념의 발전에 지대한 영향을 미치게 된다. 예를 들어 두살난 아이가 6살난 아이의 외형을 하고 있다면 이 아이는 많은 사회적 상황에서 심각한 불이익을 겪게될 것이다. 마찬가지로 평균아동 보다 지능이 우수하여 2~3년을 월반한 아이도 사회적 상황에서 많은 곤란을 겪을 수 있다. 그러나 신체적, 정서적 발달이 항상 지적발달과 병행하는 것이 아니라는 것을 우리는 기억하여야 한다.

사회문화적 요소는 또한 긍정적인것으로써 또는 부정적인것으로써 어떤 신체적 특징을 강조함에 의하여 개인의 신체적 지각과 신체상 형성에 중요한 영향을 미치게 된다.

Ⅲ. 청소년기와 신체상

청소년기는 신체적, 정신적 및 심리적 변화가 심한 시기으로써 균형있는 성장과 발달이 필요하며, 성숙한 인격체로써의 정체성을 확립해야하는 시기이다.

그러나 청소년들은 신체의 급격한 변화에 반해 정서 및 심리적 발달은 미숙단계에 머물고 있기 때문에 신체적 성숙과 정서적 미숙사이의 내적 괴리가 생기게 된다. 따라서 청소년들은 다양한 내외적 변화에 대처하는데 있어 우울, 불안 및 좌절과 같은 정서적 변화로 반응하는 경향이 많다.

청소년들은 자신의 신체에 대한 신체지각과 개념을 구성하는 신체상을 형성하게 되고 이렇게 형성된 신체상은 청소년의 정신건강을 결정함에 있어 주요역할을 하게된다. 이와같이 청소년들의 신체상태와 정서적 상관성은 그간 매우 강조되어 왔다. 히포크라테스, 크레치머 또는 셸던 등이 체형과 인격의 연관성, 구체적으로는 신체상과 정신건강 간의 관련성을 시사하여 왔다.

청소년기는 급격한 신체적, 성적 성숙으로 인한 외형의 변화뿐만 아니라 비만 또는 스포츠나 자동차경주로 인한 외상이나 사고로 인해 신체상의 변화를 겪을 수 있다. 신체가 자신의 실제적인 측면을 대변하고 있기 때문에 개인은 이러한 신체적 변화를 통합하여 기존의 자기상을 수정하여야 한다. 이와같이 수정된 자기상은 자신에게는 생소한 것이기 때문에 이를 받아들이는 것이 쉬운일이 아니다. 신체적 외형 또는 신체적 기능의 변화는 개인의 자기개념 전체에 영향을 미치게 된다. 자신의 신체적 포상 중 아주 작은 변화라 할지라도 자신에 대한 이미지를 변화시킬 수 있으며 이는 개인에게 매우 스트레스가 될 수 있다. 전 생애 중 특정 발달단계는 신체상의 변화와 관련된 스트레스가 보다 심각할 수 있다. 청소년기의 급격한 신체적 성숙과 발달은 새로운 신체상의 형성과 이에 대한 적응을 요구할 수 있다.

외형적 모습에 대한 청소년기의 관심은 매우 높으며, 중요한 의미부여의 대상이 될

청소년기와 신체상

것이다. 예를들어 청소년기 암환자는 항암요법으로 인한 오심, 구토, 피로와 같은 증상보다 머리털이 빠지는 것이 더 참기 어려운 부작용이 될 수 있다. 청소년기와 더불어 신체가 주요 변화를 겪게 되는 노년기도 청소년기와 유사한 새로운 신체상 형성과 이에 대한 적응이라는 스트레스를 겪게 된다. 노년기에 이르러 인간은 피부의 주름과 근력의 저하, 시력과 청력의 감퇴를 경험하게 되기 때문이다.

이와같이 신체적 변화의 심리적 의미와 본질은 한 개인에게 새로운 적응을 촉구하게 되나 이러한 경험이 반드시 부정적 결과만을 낳는것은 아니다.

헬렌켈러를 포함한 많은 신체장애자가 자신의 부정적 신체상을 자기 자신뿐만 아니라 모든 사람들에게 긍정적이며 교훈적인 방식으로 표현하였음을 우리는 기억하여야 한다.

즉 청소년기의 신체상에 대하여 자신이 지각하는 방식과, 또래와 부모 등 주위사람이 반응하는 양식에 따라 개인의 신체상이 그들의 정신건강에 미치는 파장은 달라질 것이라는 것이다.

따라서 학부모나 교사는 청소년과의 빈번한 대화를 통하여 이들이 건전한 신체상을 형성할 수 있도록 도와야 하며 자신의 신체상에 대한 지나친 집착이나 부정적 느낌을 적절히 표현할 수 있는 기회를 마련해주어야 한다.

IV. 청소년기 신체상과 관련된 질환

흔히 청소년기는 성장세대로 건강상의 문제가 없을것으로 생각하고 있으나 이는 잘못된 생각이다. 다양한 신체적 변화와 신체적, 정신적 장애가 청소년들의 적응을 어렵게 하고 있는데 여기에서는 특히 긍정적인 신체상형성을 저해할 수 있는 대표적인 청소년기 빈발 질환에 대하여 간략히 기술하고자 한다.

1. 비만

비만은 열량소비량 보다 열량섭취량이 많아 체내에 지방이 과다축적된 상태로 청소년기에는 지방세포의 증식으로 비만이 새로운 건강문제로 떠오르게 된다.

십대들은 갑작스러운 체중증가에 당황하게 되며 체중을 줄이기위해 밥을 굶는 등 무리한 식이요법을 강행하거나 심지어는 이뇨제 등의 복용으로 심각한 부작용을 낳기도 한다. 청소년들이 이와같이 체중을 줄이기위해 노력하는 이유는 비만한 모습의 신체상을 받아들이기 어렵기 때문이다. 우리사회에서 날씬하다는 것은 매우 부러움을 사는 일로 청소년들은 날씬해지기 위해서는 어떠한 고통이라도 감수 할 준비가 되어 있다. 그러나 TV나 영화 등에 등장하는 직업모델이나 영화배우의 몸매를 정상체중의 기준으로 삼아 이와같이 되려고 한다면 이는 무리라 할 수 있다. 따라서 교사와 학부모들은 청소년기가 급격한 신체성장기임을 감안하여 균형잡힌 식습관과 적절한 운동으로 정상 체중을 유지할 수 있도록 지도하여야 한다.

한편 심리적 갈등과 애정결핍이 강박적인 탐식을 유발하여 비만을 초래할 수 있으므로 비만청소년의 심리적 역동과 방어기제에 대한 충분한 고찰이 필요하다.

2. 신경성 식욕부진증

신경성 식욕부진증은 비정상적으로 체중을 줄이는데 집착하여 매우 극심하게 음식물 섭취를 제한하는 섭식장애의 한 유형이다. 주로 10대 후반과 20대 초반의 여성에게 호 발하며 환자는 체중이 증가하는데 대한 강한 두려움을 보이며 실제 여위었음에도 불구하고 자신이 비만하다고 생각하는 왜곡된 신체상을 보인다. 환자는 체중을 줄이기 위해 식이제한, 구토유발, 하제 또는 이뇨제 복용이나 과도한 운동을 하게되며 결과적으로 지속적인 체중감소와 함께 심한 경우 저체온, 서맥, 부종, 대사상의 변화와 같은 치명적 증상이 나타날 수 있다.

심한 경우에는 입원하여 정신치료와 신체적 치료를 함께 받도록 하여야 한다.

발달학적 관점에서 볼 때 청소년기 여성에게서의 신경성 식욕부진증의 발병을 증가는 성장에 대한 두려움, 성정체성에 대한 갈등의 표출과 관련이 있으며, 가족체제 관점에서는 이 장애가 가족적 경향이 높음에 주목하여 가족적 발병요인이 있을 것으로 보고 있다.

그러나 최근에 많은 연구자들은 이 장애의 발병을 증가가 날씬한 체형을 선호하는 사회문화적 압력과 관련이 있다는데 주목하고 있다. 일부 청소년들은 성공적인 체중조절

청소년기와 신체상

을 성공적인 자기통제력과 동일한 것으로 생각하며, 영화나 패션잡지에 등장하는 마른 체형의 여성을 아름다움과 성공한 여성의 상징으로 받아들이고 있다. 이는 지난 10년간 여러 여성잡지가 식이요법 기사와 비정상적으로 마른 여성을 앞다투어 찬양함으로써 결과적으로 청소년들에게 왜곡된 신체상을 조장하였다고 볼 수 있다. 따라서 교사나 학부모들은 청소년의 건전한 신체상 형성을 위하여 상담과 지도를 강화하여야 하며 필요시 전문가의 치료를 받도록 하여야 한다.

3. 여드름

사춘기에 발병하는 대표적인 피부질환인 여드름은 대부분의 청소년들에게서 볼 수 있으며 여드름이 생기는 데는 여러 요인이 복합적으로 작용한다.

호발연령을 보면 십대말의 70%에서 여드름이 생기며 여자보다 남자에게서 많이 생긴다. 여드름은 저절로 사라지며 이것이 큰 문제가 되는 경우는 없으나 외모에 예민한 청소년기에는 심각한 고민거리가 될 수 있다. 특히 친구들이 여드름이 있는 아이를 집단으로 놀리거나 할 때는 죽음을 생각할 정도로 이를 심각하게 받아들이는 청소년도 있으므로 가정에서는 심한 경우 이를 그대로 방치해두지 말고 적절한 치료를 받도록 하는 것이 바람직하다.

여드름의 원인으로는 유전적 소인, 안드로겐이 중요한 역할을 하며 그외 정서적 요인(스트레스), 계절적 요인(겨울), 약물, 월경 등에 의해서도 악화될 수 있다.

청소년들은 흔히 여드름이 생기며 불결한 손으로 자꾸 만지고 짜내려고 애써서 이를 더 악화시키는 예가 많다.

특히 최근에는 화장을 시작하는 연령이 낮아져 여러 유형의 유성화장품이나 색조화장품들이 모낭을 막아서 여드름을 악화시키는 경우가 많으므로 학부모나 교사들은 필요시 이 부분에 대한 교육을 해주어야 한다. 여드름을 예방하기 위해서는 적절한 휴식과 정서적 긴장해소, 균형잡힌 식사와 운동이 필수적이며 자극성이 적은 비누로 하루 1~2회 세면하는 것이 좋으며 심한 경우 약물요법을 병행할 수 있다. 특히 교사나 학부모는 여드름을 수치로 생각할 일이 아니며 이로 인해 교우관계나 사회생활이 위축될 필요가 없음을 사전에 지도하여 심각한 정신적 침해없이 이 시기를 원만히 넘어갈 수 있

도록 도와 주어야 한다.

4. 소아성당뇨병

당뇨병은 췌장호르몬인 인슐린 결핍에 의한 대사장애로 신체의 거의 모든 영역에서 대사조절의 문제 혹은 생리적 변화를 초래한다. 소아성당뇨병은 유소아 및 청소년기에 가장 흔한 내분비계 질환으로 원인은 유전적 요인과 면역체계의 결손에 의해 발병한다고 보고 있다.

성인당뇨병에서와 같이 다식, 다뇨, 다갈을 주증상으로 보이며, 주의력감소, 정서불안, 피로등을 호소하게 되는데 성장기의 청소년에게 이는 매우 치명적인 경험이 될 수 있다.

특히 지속적인 혈당 모니터링과 인슐린 자가투여 등의 행위가 아동이나 청소년의 사회생활을 위축시키고 부정적 신체상을 형성할 수 있는데 이를 극복하기 위해서는 부모와 교사의 적절한 지지가 필요하다. 또한 청소년기는 또래집단과의 동일성을 유지하기 위해 노력하게 되는데, 자신이 당뇨병을 가지고 있기 때문에 다른 사람과 다른 식습관을 가져야 하고 다른 사람에게는 필요없는 치료를 자신이 받아야 한다는 것은 이들에게는 큰 충격이 될 수 있다. 따라서 부모와 교사는 모든 사람이 저마다 서로 다를 수 있다는 사실을 삶의 일부분으로 받아들일 수 있도록 지지적인 교육과 상담이 필요하다. 특히 당뇨병 아동을 위한 특수단체 캠프는 매우 유익한 것으로 평가되고 있다. 이러한 캠프생활을 통하여 이들은 혼자가 아니라는 것을 배우게 되며 야영생활을 통해 독립심과 적응력, 긍정적 신체상을 형성할 수 있게 된다.

5. 간질

간질은 유소아·청소년기에 발병하는 대표적 질환 중 하나로 원인은 명확히 밝혀진 바 없으나 유전적 요인, 뇌의 종양, 감염, 뇌손상, 생화학적 요인(저혈당증, 저칼슘혈증) 등과 같은 여러 요인에서 생길 수 있다. 간질발작은 낮이든 밤이든 어느 시간, 어느 장소에서나 일어날 수 있으며 지속적인 치료와 관찰이 필요한 질환으로 이 또한 청소년기의 신체상에 부정적 영향을 미칠 수 있다.

청소년기와 신체상

이 질환은 정서적 측면과 특히 관련이 있으며, 많은 유전성 질환중 가장 불안을 유발하는 질환으로 알려지고 있다. 흔히 청소년들의 마음속에는 이 질환과 관련된 잘못된 정보와 공포 등에 대한 생각으로 가득차 있다. 따라서 교사는 아동이나 청소년과 그들의 가족이 이병과 관련된 심리적, 사회적 문제에 대처하는데 도움을 주어야하며 필요시 전문의료인의 자문을 받도록 한다.

간질을 앓는 경우 활동의 제한이 따를 수 있으나, 가능한한 정상적인 건강한 생활을 하도록 하는것이 좋으며, 지나치게 활동을 제약하여 발달상의 문제를 일으키지 않도록 하여야 한다.

행동상의 문제들이 간질을 앓는 청소년들에게 흔히 나타날수 있는데, 이는 간질발작 자체보다 더 심각한 문제가 될 수 있다. 그 예로는 공격적 행동이나 비행, 반사회적 행동들인데 이는 질병자체로 인한 좌절감, 우울, 절망감 자기부정에서 비롯된 것이라 할 수 있다. 간질이라는 질환 자체가 자라나는 청소년들에게 극복할 수 없는 부정적 경험이 되어서는 안된다. 따라서 교사는 다른 학생들에게도 이 질환에 대하여 교육함으로써 간질에 대한 잘못된 사회인식을 바꾸어 나가는데 앞장서야 할 것이다.

6. 약물남용

청소년기 약물남용은 자신의 신체적, 정신적, 사회적 황폐화는 물론 가정 및 사회를 위협하는 매우 심각한 문제로 지적되고 있다. 약물남용 청소년들은 학교 출석을 저조, 학업수행상의 문제, 약물구입을 위한 거짓말, 절도행각 등으로 가정, 학교, 사회생활에서 점차적으로 부적응적 양상을 보이게 된다. 한국 청소년의 약물남용 빈도는 정확히 파악하기 어려우나 중·고교에 재학중인 학생청소년과 비행청소년 대상 연구에서는(김현수등, 1987) 흡연은 27.7%, 음주 57.3%, 각성제 31.0%, 휘발성용제 26.2%, 신경안정제 25.0%의 남용빈도를 제시하고 있으며 비행청소년의 약물남용 빈도가 일반청소년보다 3배정도 높은 것으로 보고하고 있다.

약물남용의 원인으로는 생물학적 요인, 심리적 요인, 가정환경적 요인 및 사회문화적 요인 등으로 다양한 관점에서 원인규명을 접근하고 있으나 이 모든 관점에서 약물남용 청소년의 특성을 긍정적으로 묘사하고 있지는 않다. 즉 그들은 스트레스에 취약하며,

의존적이고, 부적절하고, 자기주장을 못하며, 자기비하적이고, 심적갈등이 많으며 불안도가 높고, 통제력이 낮은 부정적 상으로 묘사되고 있다. 이와같이 약물남용 청소년들은 부정적 자기개념(self-concept)과 부정적 신체상을 갖게되며 이는 그들이 극복하여야 하는 또 다른 문제이다. 특히 이들이 복용하는 약물중 LSD(lysergic acid diethylamide)와 같은 환각제를 포함한 일부 약물은 중독증상 자체가 주관적인 지각이상과 더불어 신체상의 변화를 가져올 수 있으므로, 교사나 학부모는 약물남용 청소년에게 신체상의 문제가 있을 수 있음을 기억하여야 한다.

물론 철저한 예방교육과 가정 및 학교환경의 개선으로 청소년 약물남용을 미연에 방지하는 것이 중요하나, 약물남용청소년의 정신역동적 기저요인을 해결하기 위해서는 전문의료인의 도움이 필요하다.

V. 청소년기의 신체상과 관련된 사회·문화적 요소

청소년기의 신체상 형성에 영향을 미칠 수 있는 사회·문화적 요소는 많을 것이다.

이러한 사회·문화적 요소 중 여기에서는 또래집단, 대중영상매체 및 상업주의에 대하여 간략히 기술하고자 한다.

1. 또래집단

또래집단은 아동 및 청소년기의 신체상 형성에 지대한 영향을 미친다.

청소년기는 특히 또래와의 동질성을 추구하는 시기이므로 자신의 모습이나 복장 등이 또래들과 다르다는 사실은 이들에게는 심각한 문제가 될 수 있다. 거리에 나가 보면 청소년들이 서로 유사한 머리모양, 유사한 복장과 배낭을 메고 다니는 것을 흔히 볼 수 있는 일이며 이는 청소년기의 또래집단과의 동질성 및 또래집단의 규범에 대한 동조성의 강도를 반영하는 것이라 할 수 있다. 따라서 교사나 학부모들은 이 시기의 특성으로써 이를 이해함과 동시에 이러한 또래와의 교류가 이 시기의 주요과제인 정체성 형성과 건전한 신체상 획득에 기여할 수 있도록 도와주어야 한다.

2. 대중영상매체

영화, TV, 광고 등을 포함한 대중영상매체가 청소년들의 생활전반에 걸쳐 심각할 정도의 영향력을 미치고 있음은 이미 많은 연구나 문헌에서 보고된 바 있다.

특히 1990년대에 들어 흥행에 성공한 '연인' '로리타' 등의 영화는 십대 소녀와 중년남성과의 관계를 주제로 하고 있다.

물론 일부에서 나타난 현상이기는 하나 서투른 입술화장을 하고있는 '연인'의 여주인공이나 중년남성과 애정행각을 벌이는 로리타의 복장은 급속도로 전파되어 여학생들의 복장(교복패션)과 나아가 그들의 신체상 형성에도 많은 영향을 미치고 있다. 일광역시의 여고생 200명을 대상으로 조사한 연구에서도, 이들중 50%가 화장을 한다고 답하였으며, 거의 70%의 학생이 몸매를 드러내거나 세련되게 보이기 위해 교복을 수선하거나 허리등을 접어올려 입는다고 말함으로써 키가 더 클것에 대비하여 길고 험렁한 교복을 입고다녔던 이전 세대의 여학생들은 이제 더이상 찾아볼 수 없음을 알 수 있다.

또한 TV나 뮤직비디오 등에서 중흥무진으로 활약하고 있는 십대스타들의 패션은 청소년들의 모방심리를 자극하기에 충분하다. 얼마전에는 인기그룹의 바지와 가방이 없어서 못팔 정도로 전매장을 휩쓸었던적도 있다. 따라서 영상매체 제작자나 관계부처는 이러한 영상매체의 내용이 청소년들의 신체상 형성뿐 아니라 나아가 정신건강에도 밀접한 연관이 있음을 인식하고 건전매체 제작 및 보급에 앞장서야 하며, 학부모 등을 주체로한 시민감시단체의 활성화도 필요하다고 본다.

3. 상업주의

영상매체와 더불어 상업주의 또한 청소년기의 신체상 형성에 간접적인 영향을 미치고 있다.

여러 기업에서는 청소년기의 모방심리를 이용하여 다양한 제품을 개발하고 있으며 이를 십대스타를 모델로 광고하여 이윤의 극대화를 추구하고 있다.

TV를 통해서 방영되는 십대스타들의 화장과 의상으로 치장한 어른스러운 모습을 같은 연령층의 청소년들은 부러움의 시선으로 보게된다. 작년도 국내 화장품업계의 특이한 현상중 하나는 십대전용 화장품을 표방한 제품들의 매출액 상승세라는 것이다. 일광역

시의 여고생 200명을 대상으로 한 연구에서 용돈을 쓰는 용도를 묻는 문항에 여고생의 33%가 옷, 화장품이나 액세서리 구입, 32%가 식비, 15%가 노래방, 비디오방등 유흥업소를 출입하는데 용돈을 가장 많이 지출하고 있다고 응답하여, 오늘날의 여학생들은 의상이나 화장 등을 통하여 과거보다 조기에 성인모방행위를 하고 있음을 알 수 있었다. 또한 화장을 하느냐는 질문에 50%가 화장을 한다고 답변하였으며, 화장빈도는 매주 1~2회가 76%로 가장 많았으며, 화장하는 경우는 '외출이나 남자친구를 만날때'가 72%로 나와 이제 화장품이 더이상 성인여성의 전유물이 될 수 없음을 알 수 있었다.

이러한 상업성에 힘입어 청소년들의 신체상에는 많은 변화가 있으리라 본다.

청소년들은 떠오르는 구매층이다.

그러나 이러한 알뜰한 상업성의 자극으로 치장한 청소년의 성숙한(?) 모습이 왜곡된 신체상 형성이라는 문제뿐 아니라 미성년자 유희행위나, 더 많은 용돈을 얻기위해 금품갈취, 공갈, 협박과 같은 심각한 사회문제를 초래할 수 있다는데 우리는 모두 경각심을 가져야 할것이다.

VI. 맺음말

청소년기에 바람직한 신체상을 확립하는것이 중요한 이유는 이것이 건전한 정신건강 및 정체성 확립과 깊은 관련이 있기 때문이다. 그러나 청소년이 변화하는 신체상을 긍정적으로 수용하는데는 주변의 많은 도움과 믿음이 필요하다. 이상에서 기술한 바와 같이 청소년기의 다양한 신체적 질환뿐만 아니라 사회문화적 요소들이 청소년기의 건전한 신체상 형성을 저해하고 있기 때문이다.

따라서 일선교사나 학부모들은 청소년을 최일선에서 지도·선도하는 위치에서 이들과의 잦은 대화와 교류를 통하여 긍정적인 신체상을 확립하도록 도와주어야 한다. 얼마전 심장병을 앓고 있어 소극적인 학교생활을 할 수 밖에 없었던 학생이 집단따돌림을 당하다 견딜 수 없어 자살하였다는 기사를 본적이 있다.

흔히 신체적 결함이 집단따돌림의 원인이 되고 있음은 문헌에서도 쉽게 볼 수 있는 내용이다. 이와같이 신체적 결함이나 질병 자체를 왜곡된 부정적 시각으로 바라보고

청소년기와 신체상

돌봄의 대상이 되어야하는 이들을 가혹행위의 대상으로 삼는다는 것은 건강하고 잘 생긴 외모나 신체에만 가치를 두어온 우리사회의 문제라 할 수 있다.

최근에 두드러지고 있는 또 다른 쟁점은 여학생들의 몸매노출형 의복착용이나 화장과 같은 성인모방행위라 할 수 있다. 무엇보다도 부모나 교사들은 이들을 무조건 억압하고 규제하려고만 하지 말고, 이들의 심리적 특성을 이해하고, 사회구조적, 심리환경적 변화 및 시대적 조류를 감안하여 유연하게 대처하여야 한다.

오늘의 청소년들은 서구사회의 문화 및 가치관의 침투와 더불어 자신의 사회적, 성적, 공격적 욕구를 외모나 신체를 통해 표출하려는 경향이 높아졌다. 또한 각종 대중영상 매체의 발달과 도시화 경향으로 인하여 성인모방행위 및 성인모방신체화의 학습기회 및 실현기회가 증가되었다. 따라서 성인사회는 이러한 사회구조적 변화속에서 성숙한 인간육성에 역점을 두어야 한다.

그러나 모든 사회구조가 교육적일 수 없듯이 모든 사람이 자신의 외모나 신체상을 긍정적으로 수용할 수는 없을 것이다. 따라서 보다 중요한 것은 심각한 장애나 불구에도 불구하고 자신의 인생의 목표를 실현한 인간승리의 예가 궁극적으로 오늘의 청소년들에게 필요한 자세일 것이다. 또한 학교나 가정에는 사소한 외모의 변화에도 지나치게 민감하고, 집착하는 청소년기의 특성을 고려하여 운동이나 독서 등 취미활동 등으로 신체에 대한 지나친 관심을 분산시키는 것도 필요하다.

참고문헌

Wilson HS & Kneisl CR(1988). Psychiatric Nursing (3rd ed.),

Addison. Wesley, U.S.A.

김미예외(1999). 아동간호학. 수문사. 서울.

Taylor SE(1986). Health Psychology. Random House,

New York.