

학령기 아동과 청소년의 건강증진을 위한 간호원의 역할

홍 경 자
(서울의대 간호학과 교수)

—차 례—

- I. 서 론
- II. 발달의 특성
 - 1) 신체적 발달
 - 2) 인지적 발달
 - 3) 사회심리적 발달
 - 4) 자아정체감의 확립
- III. 건강 지도
 - 1) 학교 교육
 - 2) 안전 교육
 - 3) 성 교육
- IV. 결 론

I. 서 론

학령기는 신체적으로나 심리적으로 성장이 활발하지는 않으나 비교적 안정된 시기로서 대체로 조용하고 행복한 시기이다. Freud는 이 시기를 잠복기라하여 그 말자체가 의미하듯이 이전의 시기에 활발했던 성적이고 공격적 환상들이 대부분 잠복상태로 들어간다고 하였으며 비교적 평온한 상태를 유지하는 시기라고 하였다. 따라서 이 시기의 아동들은 일반적으로 새로운 질적 성과 자기통제가 가능하게 된다. 또한 Erikson은 이 시기를 자아성장의 가장 결정적인 단계로 보았으며 이 시기의 아동은 중요한 인지적, 사회적 기술을 습득하게되며 가족의 범주를 벗어나 보다 넓은 사회와 문화속에서 학습하므로써 책임을 질 줄 아는 시민으로서의 기본적 자질과 성격을 형성하게 된다고 하였다. 그러나 사춘기

에 들어서면서 아동은 극적인 생리적 변화로 인한 격동의 시기를 맞게 되는데 사춘기의 변화로부터 시작되는 청소년기는 특히 이 시기동안에 나타나게 되는 여러가지 특성때문에 격동의 시기, 갈등의 시기, 스트레스의 시기, 그리고 자기완성의 시기라고도 불리워 진다. 이 시기의 청소년들은 새로운 사회적 갈등과 내적인 요구로 인하여 혼란을 일으키고 당황하기도 하는데 이는 현 사회가 이들 청소년들에게 많은것을 요구하고 있으면서도 어떻게 대처해 나갈것인지에 대해서는 가르쳐 주고있지 않기 때문에 오는 당연한 현상이라고 할수 있다. 특히 요즘의 청소년들은 과거의 기성세대가 경험하지 못했던 많은 문제와 압력속에서 고민하고 있다. 즉 급격한 사회적 변화, 눈부신 과학문명의 발달, 그리고 스피드의 급증등은 청소년들의 자아와 그 방어를 압도할 정도로 위협하고 있는 실정이다.

따라서 그동안의 많은 연구는 주로 청소년의 문제성과 갈등에 초점을 두어왔다고 보는데 여기에서는 학령기와 청소년기 전반에 걸친 발달적 특성과 중요한 몇가지 쟁점만을 정상적 측면에서 언급할 예정으로 세부적인 문제점들이나 질병을 다루지 않았음을 밝혀둔다.

II. 발달의 특성

1) 신체적 발달

학령기 어린이의 전반적인 신체적 성장은 사춘기의 급성장이 나타나기까지는 비교적 느리

다고 할수 있다. 평균적으로 여자 아이가 같은 또래의 남자 아이에 비하여 사춘기가 2년쯤 일찍 시작되므로 성장속도가 빠르고 훨씬 앞서 있음을 볼수 있는데 이는 어디까지나 초기에 나타나게되는 일시적 현상일뿐 청소년기의 말기에 성인의 신장과 체중에 이르게 될때에는 남자의 체격이 훨씬 우세하게 된다.

사춘기에 이르면서 나타나는 뚜렷한 신체적 변화로는 남자 아이의 경우 가슴과 어깨가 갑자기 넓어지면서 목소리가 성인의 목소리로 변하기 시작하며 액와, 치부, 가슴, 얼굴 등에 체모가 생기고 성기가 커지면서 정자를 생성하게 된다. 여자 아이의 경우는 골반이 넓어지면서 유방이 발달하고 초경을 치루며 질 분비물도 변화하게 된다. 대체로 남아의 경우보다 여아에 있어서 초경이라는 보다 극적인 신체적 변화때문에 발달에 있어서의 위기를 맞는다고 보며 앞으로 경험하게될 분만과 폐경이라는 여성의 3대 위기중 그 첫 관문을 지나게 되는것이다. 이러한 신체적 성장 발달은 성장 호르몬과 성호르몬의 증가에 기인하는데 특히 성호르몬의 증가는 성적 충동과 공격성을 함진시키고 이에 따라 커다란 정서적 격동이 수반된다. 따라서 청소년들은 갑자기 변화하는 자신의 신체와 이차적 성징들을 받아들여야 하며 고조해가는 성적 충동과 공격성, 그리고 에너지를 적절히 사용하고 처리해야 하는 과제들이 생기게 된다.

2) 인지적 발달

학령기 아동의 지적 발달은 변형을 통한 사물의 일정성을 깨달을 수 있는 수준에 이르게 되는데 이러한 개념의 발전은 다음에 올 논리적 사고의 발전에 필수적으로 갖추어야할 요건이된다. 즉 7세 이전의 어린이는 사물의 부피나 무게는 모양이 변하면 변화한다고 믿는데 반해 학령기의 어린이는 그 사물의 부피나 무게는 모양의 변화에 따라 변화하지 않고 일정하다는 것을 알게된다. 이와 같이 학령기의 어린이는 연관성을 앎으므로 추리를 할수 있게 되고 논리적 사고를 하게되며 가치체계를 형성하고 아울러 대

인적 개념과 자아개념을 형성하게 된다.

인지발달이 청소년기에 이르면 완전히 추상적 사고도 가능해지는 형식적 조작기에 들어서게 되어 청소년은 이제 더이상 사물의 속성에만 의존할 필요가 없어지고 가설이나 가능성, 그리고 이상등의 추상적 개념과 생각을 다룰수 있게 된다. 따라서 이제는 자기자신의 생각 그 자체를 반성할수도있고 자기자신뿐 아니라 자기가 처해있는 세계, 그리고 생의 의미 등을 생각해보며 새로운 견해를 얻기도 한다. 또한 이러한 인지 발달은 현재에만 국한되지 않고 과거를 회상하며 또 미래의 가능성을 추상할수 있게되므로 장래 자기가 택할 성인으로서의 역할이나 계획, 생의 목적수립등을 가능하게 한다. 다시말해 형식적 조작기의 인지발달의 단계에 도달한 청소년은 추상적이고 미래중심적이며 자기반성적 사고가 가능해지기 때문에 급격한 신체적 심리적 변화에 적응하여 새로운 마음을 가질수 있게 될뿐 아니라 중요한 발달과제인 자아정체감의 확립도 아울러 가능하게 되는것이다.

3) 사회 심리적 발달

학령기를 맞게되면서 어린이는 학교라는 사회를 접하게되고 따라서 이제까지와는 달리 자신의 사회적 접촉을 넓힐 수 있는 기회를 갖게된다. 일생을 통해 볼때 학교에 입학한다는 사실은 가정으로부터 학교생활로의 전환이라는 점과 새로운 세계에 대한 적응이라는 면에서 상당히 중요한 의미를 갖는다. 어린이들은 점차적으로 그들의 부모로부터 독립하게되며 가정 밖의 어른들로부터 새로운 아이디어를 얻게 되는데 때로는 그들이 습득한 새로운 아이디어나 태도들이 너무 충격적인 것이어서 어른들을 당황하게 만들기도 한다. 이시기의 어린이는 또한 지난날의 강한 자기중심적인 제한으로부터 풀려나서 감정이입을 발달시키므로써 자기의견에 반대되는 타인의 기분을 이해하게되며 도의적 판단의 진보를 보게된다.

청소년기에 이르면 다음단계인 성인으로서의 준비를 위하여 발달에 있어서의 몇가지 중요한

요구에 직면하게 되고 아울러 그 해결책을 찾아야 하는 책임이 따르게 된다. 즉 장래의 책임을 위하여 자신의 인격을 완성시켜 나가는 일, 그들의 부모와 가족으로부터 서서히 독립하는 일, 이 성과의 관계에서 만족할만한 관계를 성립시키는 일, 급속한 신체적 변화후에 자신의 신체에 대한 새로운 개념을 형성하고 받아들이는 일, 그리고 성인으로서 앞으로 가지게 될 직업을 결정하는 일등의 요구가 생기게 된다. 이와같은 청소년기의 많은 변화와 요구는 청소년들에게 감당하기 어려운 부담을 주고 상당한 양의 긴장과 불안을 유발하기도 한다. 그러나 그들이 이 시기를 마칠때쯤이면 이미 여러가지면에서 성숙해 있기 때문에 앞으로 전개될 성인기에는 좀더 성숙하고 숙련된 방법으로 현실의 세계속에서 살아 가게 될 것이며 자신의 능력을 계속 사용하고 개발하므로써 신장시킬 수 있게 된다.

4) 자아정체감의 확립

청소년들은 “나는 누구인가” “이 거대한 사회속에서의 나의 위치는 어디인가” “나의 역할은 무엇인가” 등의 질문을 수 없이 되풀이 하면서 자기 자신의 정체성을 규명하고자 끈임없이 노력한다. 사실상 자아 정체감의 형성이 이 시기의 가장 중요한 과업인것만은 확실하지만 실제로는 인간이 전 생애에 걸친 과정이다. 즉 우리 인간은 태어나서 지속적인 성장의 과정을 거치면서 여러번의 동일시의 경험을 통하여 정체감을 형성하게 되므로 한 개인의 자아 정체감은 여러번에 걸친 부분적인 동일시의 종합이라고 할 수 있다. 따라서 자기 자신의 정체에 대한 명확한 규명은 이제까지의 발달 과정을 얼마나 잘 수행해 왔는지에 따라 혹은 부모나 친구 그리고 자기가 속한 종교단체등에 의하여 영향을 받게 된다. 즉 청소년이 이전의 발달 단계에서의 위기들을 얼마나 성공적으로 잘 넘겼는가에 따라 자기 자신의 정체에 대하여 훨씬 더 편안하게 느끼게 되고 비교적 현실적 감각으로 자기가 가진 장점과 단점을 지시하고 수용할 줄 알게 된다. 그러나 이전의 아동기에 문제가 있었고 정서적으로 불안

했던 청소년은 이상과 같은 긍정적 결과에 이르지 못하며 정체감의 혼미를 경험하게 되므로써 자기 자신이나 역할에 대하여 의심과 혼란을 빚어낸다. 이러한 정체감의 혼미는 결국 청소년을 무력하게 만들고 불안하게 할뿐 아니라 주위로부터 소외감을 느끼게 된다.

그러나 오랜 기간에 걸친 정체감의 탐색은 매우 고통스러운 것이긴 하지만 그것은 결국 보다 높은 차원의 인격적 통합과 참다운 사회적 혁신을 가능하게 해주는 원동력이 된다.

Ⅲ. 건강 지도

1) 학교 교육

학교에 입학한다는 사실은 어린이 자신에게는 물론 그 가족에게도 하나의 위기로 볼 수 있기 때문에 새롭게 처해진 상황에 적절히 대처하기 위한 행동의 변화를 필요로 한다. 학교라는 사회를 통하여 어린이는 지적 잠재력을 최대한으로 발달시킬 수 있게되며 근면성과 비판적인 사고력, 이유있는 판단을 배우고 사회적 기술을 발달시켜 나감으로써 남과 협동할 줄도 알게되고 어른의 역할을 인정하고 수용할 줄 알게 된다.

따라서 학교에서의 교사와 생도와의 관계는 부모와 자녀와의 관계만큼이나 중요하다고 볼 수 있다. 그러나 우리나라의 경우 대부분의 학교가 한 학급이 수용하는 학생수가 너무 많아 교사가 각각의 생도에게 개인적 관심이나 시간을 할애하기란 사실상 어렵고 더우기 개개인이 지니고 있는 독특한 개성을 알아 내기란 더욱 어려운 형편이다. 어린이는 교사로부터 친절, 공정, 유머 감각, 깊은 사려, 그리고 철학등의 기본적 태도를 습득하게되므로 교사는 신체적으로나 정신적으로 건강해야할뿐 아니라 어린이의 성장에 깊은 이해와 관심을 가져야한다. 학교생활을 통한 경험은 어린이의 기억속에서 너무도 생생한 것이기 때문에 그들이 학교에서 집에 돌아오면 누군가가 반드시 이러한 경험들을 들어주고 함께 얘기하는 것이 무엇보다 중요하며 그렇게 하므로

서 언어기술이 향상되고 자아개념과 자존심이 아울러 발전하게 된다.

또한 어린이의 성격적 특성과 교사의 행위 및 교육형태와의 상호작용양상은 어린이의 학습진전이나 자부심에 현저한 영향을 미치는 것이다. 일례로 저학년에서는 온화하고 양육적인 교사가, 아직 독립적이지 못한 이 시기의 어린이에게 더욱 효율적이며 그들의 자부심을 보호해 줄수 있다. 그러나 우리나라의 경우 초중고등학교의 교육제도나 내용이 입시 위주의 일방향적인 경향을 띄우고 있기 때문에 진정한 의미의 학교라는 사회가 갖는 참 의미가 점차 퇴락해지고 있어 전인교육을 통한 학생의 신체적, 사회적, 심리적 발달을 도와주기란 사실상 매우 어려운 현실에 처해 있다고 하겠다.

2) 안전 교육

어린이가 활동의 범위를 넓혀감에 따라 사고 발생의 확률은 높아져만 간다. 이 시기에 가장 흔한 사고의 원인은 교통사고로서 어린이가 신호를 위반하고 길을 건너는 등의 사고가 가장 빈번하다. 그외에도 볼에 빠진다거나 자전거, 스케이트보드, 킥보드 등을 타다 생기는 사고도 많은 사고의 위험이 있을 수 있는데 이들 사고에 대한 적절한 사전예방을 위한 교육이 반드시 필요하다. 또한 그들이 새롭게 얻어진 자유를 적극적으로도 책임감있게 소유할수 있도록 하는 교육이 아울러 필요하다고 보는데 여타가지 운동이나 많은 즐거운 일들은 상당히 가치있는 것이긴 하지만 위험이 함께 따른다는 사실을 어린이는 물론 그들의 부모들에게도 일깨워 주어야 한다. 그외에도 약물의 남용이 있겠는데 요즘들어 청소년들의 또 다른 문제로 심각하게 대두되고 있는 문제이다. 흔히 약이란 치료적인 목적으로 사용하는것이 상해이나 약의 남용이란 대체로 치료적인 목적을 떠나 호기심, 또래들의 압력, 손쉬운 구입, 반항, 도피, 그리고 불행한 가정 생활등의 이유로 부터 출발하는 것이다. 그러나 많은 청소년들은 약물남용이 빚어낼수 있는 엄청난 결과를 인식하고 있지 못하

는 경우가 대부분이기 때문에 그들을 가정이나 사회로 부터의 고립, 경제적 곤란, 범죄행위, 그리고 정체감의 상실등의 위험으로부터 보호해 야할 필요가 있다. 따라서 간호원은 약물의 안전한 사용, 즉 처방된 약물의 지시에 따른 사용 그리고 약물이 가지고 있는 유대성에 대하여 교육할 책임이 있으며 그들의 부모들로부터 하여금 그들의 태도나 행동이 약물남용이나 알콜중독등의 문제에 있어서 그들 자녀들에게 미치는 영향이 얼마나 지대한 것인지를 일깨워 주도록 해야 하리라고 본다.

3) 성교육

사춘기 이전에 잠자고 있었던 성적 충동은 청소년기에 이르러 막대한 힘으로 청소년을 압도하게 되므로 적절한 시기에 적절한 내용과 방법을 통하여 교육함으로써 건전한 발산을 할수 있도록 돕는것이 중요하다. 그러나 성을 주제로 다루는데 있어서 자신이 없다거나 객관적일수가 없으며 상대방의 애기를 경청해 줄수 없다면 수음, 등성애, 혼전 임신, 성병 등의 비교적 미묘한 주제를 다루기에는 상당한 어려움이 따르므로 자신있고 자연스러운 태도로 임할수 있는 사람으로 하여금 성교육을 하도록 하는것이 바람직하다. 그러나 간호원은 가능한한 학부모들과 학생지도에 참여하는 여러 선생님들과의 공동의 노력을 통하여 성, 가족, 혼전성경험, 임신, 피임, 성병등의 개념에 대한 정확하고도 객관적인 정보를 제공할수 있어야 하리라고 본다. 특히 청소년에 있어서 성적 충동의 급격한 증가로 남자의 경우 80~90%, 여자의 경우 30~40%에서 자위행위가 행해지고 있음이 보고되고 있는데 사실은 많은 청소년들이 이 행위 자체에 대해 불안을 느끼고 있다는 사실이 중요하다. 그러나 자위행위는 그 자체가 인체에 해를 준다는 증거가 없으며 다만 그 행위를 하므로써 가지게 되는 죄악감이나 수치심 그리고 불안등이 더 해로운 것이라는 사실을 알게할 필요가 있다. 아울러 인간의 성 행위란 동물의 세계와는 달라서 단지 하나의 생리적 현상이기 보다는 정신적으

르 사회적으로도 지대한 의미를 갖는다는 사실 즉 성 행위는 깊은 애정과 신뢰가 바탕을 이루는 친밀한 관계에서 이루어 질수 있는것이지 결코 생리적 만족을 위한 도구만이 아니라는 사실을 재삼 강조할 필요가 있다. 따라서 성적 충동을 자연스럽게, 그리고 간접적으로 발산할수 있는 여러가지 방법, 즉 남녀가 함께 활동하는 단체의 모임이나 미팅등의 방법을 통하여 건전한 교우관계 및 남녀관계 성립을 위한 기초를 다짐이 매우 중요하다. 그러나 무엇보다도 가장 중요한것은 성적인 호기심이 한창인 십대들과 그들의 부모들이 서로 솔직하게 성에 관한 주제를 함께 얘기할수 있도록 돕는것이며 성교육은 학교에서 정식으로 받는 수업형태의 교육이기 보다는 가정으로 부터의 교육이 훨씬 자연스럽게, 또 효과적이라는 중요한 사실을 일깨워 주는 것이다.

IV. 결 론

상기한 학령기 아동과 청소년의 특성을 고려해 볼때 간호원으로서의 역할의 중요성은 재삼 강조하여도 지나침이 없으리라고 본다. 다행히도 요즘의 청소년들은 눈부실 정도로 발전한 각종 대중매체의 덕분에 이전의 기성세대에 비하여 생에 대한 많은것을 더 잘 알수 있게 된것만은 사실이다. 그러나 오히려 너무 많은 정보로 인하여 그들은 충격을 받게 되었고 또한 그 많은 정보들을 소화시킬수 있는 성숙에는 이르지 못하고 있다는 점을 우리는 유의하여야 한다.

그리하여 가족의 이해와 주위의 도움이 각별한 십대들이 이 시기를 비교적 쉽게 거치게 하므로써 그들에게 있어서 이 시기가 무척이나 바빴던. 그렇지만 무척이나 행복했던 생의 한 순간으로 기억될수 있도록 적절한 도움을 줄 수 있어야겠다. 아울러 이들 청소년들이 이 결정적인 시기를 잘 넘기고 그들의 과제를 무사히 완수할 수 있도록 하기 위해서는 명실공히 전인교육을 할수 있는 교육제도나 내용의 근본적 개선이 절실하다고 보며 그들의 역할 모델이되는 성인들의 가치관이나 생활태도 등에 대한 재교가 있어야 하리라 본다. 그리고 밝은 내일의 주인공이 될 이 나라의 어린이와 청소년을 올바르게 인도하기 위하여 간호원인 우리 자신은 물론 이 사회의 성인들이 사명감을 가지고 온갖 노력과 정성을 기울여야 하겠다.

참 고 문 헌

- Erikson, E.H. (1959) Identity and the life cycle
- Erikson, E.H. (1950) Childhood and Society
- Freud, S. (1920). A General Introduction to psychoanalysis.
- Murray Ruth & Judith Zentner (1975) Nursing assessment and Health promotion through the Life span.
- Marlow Dorothy R. (1977) Pediatric Nursing.
- 서봉연 (1983) 발달의 이론, 중앙적성출판부.
- 홍경자외 (1980) 아동간호학, 수문사
- 홍강의 (1981) 청소년의 심리발달 과정, 세교육, 1981. 5.