

# 청소년들과의 만남을 앞두고

---

배 희 분

상명대 아동청소년상담학과

---

# 청소년기의 정의

- “포도주에 취한 어른처럼, 젊은이는 자연에 의해 가열된 사람이다”  
(2,000년 전 아리스토텔레스)
- “태풍 전에 사나운 파도가 먼저 오듯, 솟구치는 열정의 속삭임은 사춘기와 청소년기라는 격동의 변화를 선언하는 것이다”  
(250년 전 장 자크 루소)
- 독일어 “질풍노도(strum und drang)” 문학이란
  - 10대와 20대 초 젊은이들의 극심한 분노와 슬픔, 낭만적 열정을 그린 문학 사조

---

# 청소년기 생물학적 이해

## 신체적.성적 발달의 급등기

- 뇌하수체가 호르몬 분비 총지휘
- 조숙과 만숙
- 신체 이미지가 중요 ; 대중매체와 사회의 왜곡된 신체상
- 증상 ; 부정적 신체상, 거식증, 폭식증, 성형중독

# 청소년기의 생물학적 이해

청소년기의 뇌  
**‘리모델링중’**



# 청소년기 생물학적 이해

## 뇌과학의 발달과 소년범 형량의 변화

2000년대 초 뇌과학의 발전은 청소년기의 정신상태가 성인과 근본적으로 다르다는 것을 증명했다. 청소년기에 일어나는 뇌의 변화는 사람을 보다 충동적으로 만들고 판단력을 흐리게 하고 또래 집단의 압력에 취약하게 하는 동시에 10대 뇌의 유연성은 청소년기에 잘못을 고칠 수 있는 능력 또한 더 높다는 것을 보여주었다. 대법원은 2012년 18세 이하 청소년에게 가석방 기회 없이 종신형을 선고하는 것은 위헌이라고 결정한 바 있다.

---

# 청소년기 심리학적 이해

## • 자기개념

### 1. 자기 불일치 이론(self-discrepancy theory; Higgins, 1987)

- 실제 자기와 이상적 자기 사이 불일치 → **불만족**
- 실제 자기와 당위적 자기 사이 불일치 → **불안**

### 2. 가능 자기 이론(possible self theory; Markus & Nurius, 1986)

- 희망하는 가능 자기: 미래 나의 모습에 대한 막연한 꿈이나 환상
- 기대되는 가능 자기: 성취할 가능성이 있고 계획을 갖춘 긍정적인 나의 모습
- 두려운 가능 자기: 피하고 싶지만 실제로 그렇게 될 것 같은 나의 모습

# 청소년기 심리학적 이해

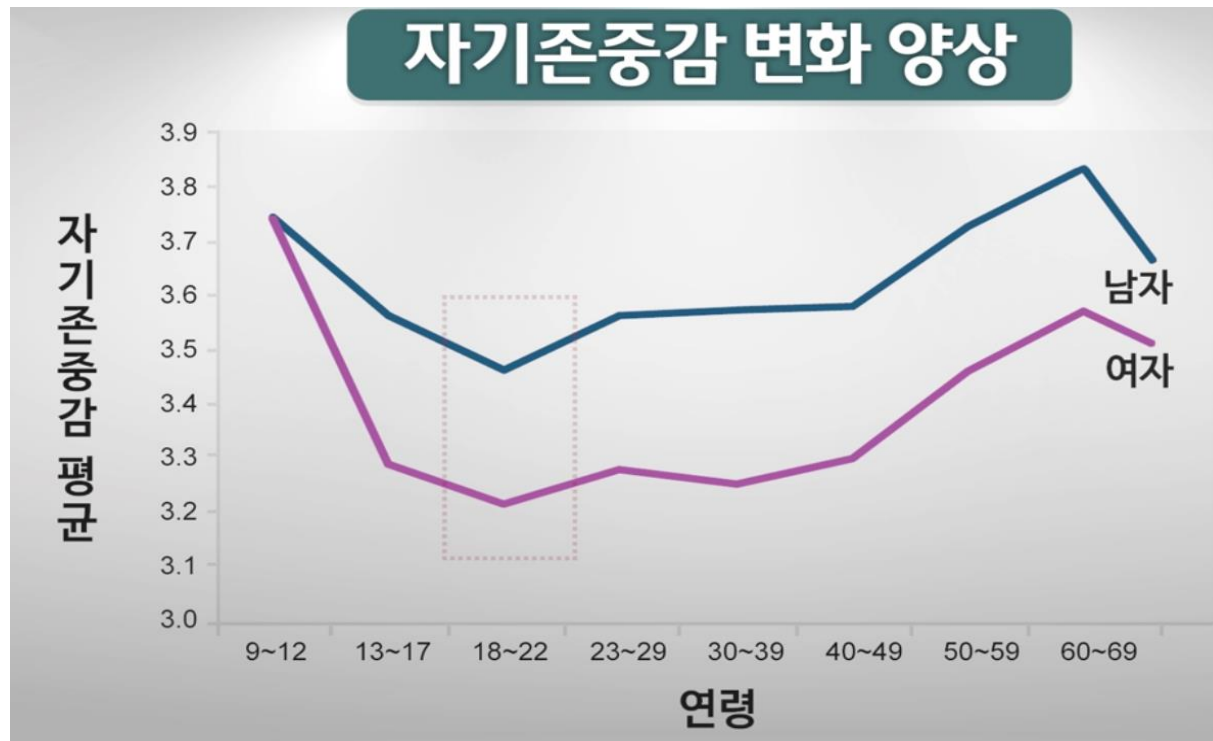
- 자아정체감

Marcia의 자아정체감 지위 (Marcia, 1966)



# 청소년기 심리학적 이해

- 자아존중감



Robins et al., (2002)

---

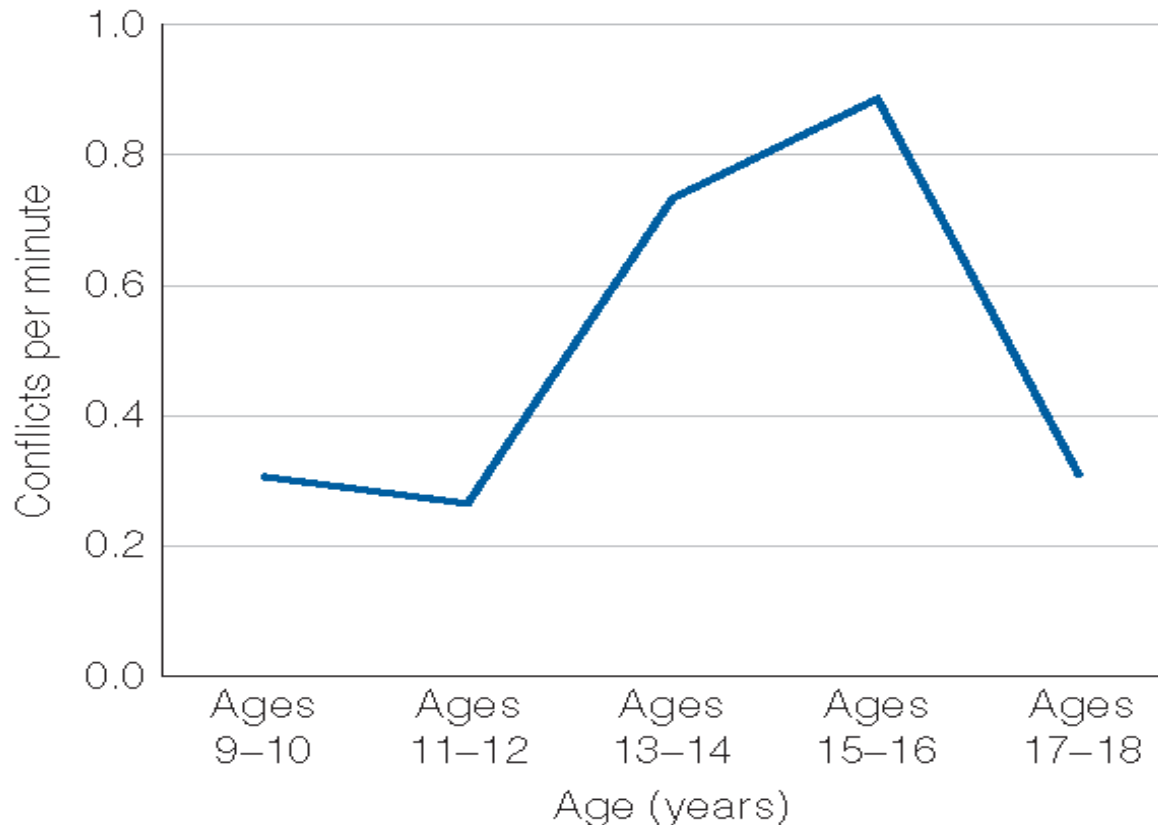
# 청소년기 사회학적 이해

## 청소년기 자아중심성(Elkind, 1967)

- 상상적 군중 Imaginary audience
  - 다른 사람들이 자신에 대해 매우 예의주시할 것이라는 믿음. 자의식을 느끼게 한다
- 개인적 우화 Personal fable
  - 개인적 경험과 자신의 운명의 독특함에 대한 믿음
  - 고뇌와 고위험 행동으로 이어질 수 있다

# 청소년기 사회학적 이해

- 가족관계 - 부모와의 갈등 상승
- 성적 성숙, 인지발달의 진전, 더 많은 독립과 자율성 때문



---

# 청소년기 사회학적 이해

## 청소년들의 사회적 집단

- 또래동조의 증가 ; 사회적 보상이 가장 중요해짐

- 패거리 Cliques 문화

  - ; 서로 잘 아는 친구들의 소수 집단

  - 뚜렷한 공유 활동이나 우정을 공유

---

# 청소년기 사회학적 이해

- 낭만적 관계 증가
- 문화에 따라 청소년의 성을 바라보는 견해는 다르다
  - 관대한 문화
  - 반제한적 문화
  - 제한적 문화
- 우리나라는?

---

# 청소년기에 문제를 드러내는 방식

- 신체화
- 행동화
  - ✓ 내면화 행동 vs. 외현화 행동
  - ✓ 극단적 행동

**청소년과의 만남**

**어떻게 준비할 것인가?**

---

# 경청과 공감

- 경청

상대방이 언어적으로 또는 비언어적으로, 그리고 직접적으로, 간접적으로 전달하는 메시지를 포착하기 위해 그가 말할 때 적극적으로 관심을 가지며 주의 집중하면서 듣는 것

---

# 경청과 공감

- 공감

상대방이 경험하고 있는 세계 속으로 들어가서

그 사람의 감정을 같이 느끼고,

그 사람의 삶의 틀을 통해 세계를 바라보는 것

---

# 청소년기 탄력성

- 탄력성

- 적응이나 발달의 심각한 위협에도 불구하고 좋은 결과를 이끌어내는 것
- 하와이 카우이 연구(Werner & Smith, 1982)

- 보호 요인

- 높은 지능, 신체적 매력, 민족 정체성(소수), 신앙심
- 가족 외의 중요한 성인 멘토

---

# 청소년기 탄력성

- 지금까지 경험해 왔던 어른들과는 다른 어른
- 나의 변화에 진심으로 관심을 가진 어른
- 의미 있는 어른

감사합니다

---