

이용시의 결과에 대한 신념 19항목중 패스트푸드 이용군간 차이를 보인 것은 5항목이었다. 패스트푸드를 이용하는 경우 비이용군에 비해 패스트푸드의 맛을 좋게 느꼈고 패스트푸드가 포만감을 주며( $p < 0.001$ ) 메뉴가 다양하다는 등 긍정적으로 응답하였다( $p < 0.05$ ). 또한 이용군은 비이용군에 비해 '음식을 짜게 먹게 된다'에는 더 동의하였고, '채소를 적게 먹게 된다'는 인식에는 덜 동의하였다( $p < 0.05$ ). 주위인의 영향에 관한 항목을 비교해 결과, 패스트푸드 이용군(보통, 자주 이용군)은 비이용군에 비해 부모( $p < 0.001$ ), 형제나 자매, 다른 친척( $p < 0.01$ ), 친구, 이성 친구( $0 < 0.05$ ) 등 대부분의 주위인이 패스트푸드 이용에 긍정적이어서, 대상자의 패스트푸드 이용에 영향을 미침을 알 수 있었다. 패스트푸드 이용과 관련된 통제적 신념 19항목중 9항목에서 군간 차이를 보였다. 패스트푸드 이용군은 비이용군에 비해 판매 장소가 많아서(availability,  $p < 0.001$ ), 다른 음식이 마땅치 않아서( $p < 0.01$ ), 같이 먹는 다른 사람들의 입맛에 맞아서, 간편성, 사회적인 이용 증가, 아무 때나 구입이 가능하므로( $p < 0.05$ ) 등의 항목에 더 동의하여 이러한 요인이 패스트푸드 이용을 쉽게 하는 것으로 나타났다. 또한 이용군은 비이용군에 비해 시간이 부족할 때, 식사 준비가 귀찮을 때, 갑자기 배고플 때 등의 상황에서 패스트푸드를 이용하기 쉽다고 응답하여 패스트푸드 이용을 절제하려는 통제력이 낮음을 알 수 있었다. 본 연구 결과, 대학생들의 패스트푸드 이용은 개인의 인식(패스트푸드 이용과 관련된 실제적 이점, 건강적 측면의 단점 등), 주위인의 영향, 패스트푸드 이용과 관련된 통제력 등 다양한 요인의 영향을 받고 있다. 이러한 요인을 중심으로 대학생들의 패스트푸드 이용을 절제하기 위한 실제적 방안을 제시해야 할 것으로 사료된다.

\*이 연구는 2003년도 서울여자대학교 교내 특별과제 연구비 지원에 의해 연구된 것임.

## [P-27]

### 남녀 대학생들의 성격 지표에 따른 영양섭취실태와 식습관 점수

김 혜 영(A)<sup>1</sup>

용인대학교 식품영양학과

본 연구는 남녀 대학생들의 성격유형 판별을 위해 많이 사용되고 있는 MBTI (Myers-Briggs Type Indicator) 검사를 통한 성격 지표와 영양섭취실태와 식습관 사이의 관련성을 살펴보기 위해서 경기도 Y 대학교에 재학하고 있는 남녀 대학생 283명을 대상으로 수행되었다. 조사대상자의 성격 유형은 남녀 모두에서 외향성(Extroversion, 55.8%)이 내향성(Introversion, 44.2%)보다 조금 많았고, 감각형(Sensing, 78.1%)이 직관형(iNtuition, 21.9%)보다 많았으며, 사고형(Thinking, 67.8%)이 감정형(Feeling, 32.2%)보다 많고, 판단형(Judging, 50.2%)과 인식형(Perceiving, 49.8%)은 비슷한 비율로 나타났다. 조사대상자들의 식습관 조사 결과 남학생이 100점 기준으로 46.1점, 여학생이 45.1점으로 유의한 차이가 없었고, 영양소 섭취 실태 조사 결과 남학생이 2,019kcal로 한국인 에너지 권장량의 80.8%, 여학생은 1,675 kcal로 권장량의 83.7%를 섭취하고 있었다. 미량 영양소의 경우에는 남학생은 칼슘과 비타민 B<sub>2</sub>, 여학생은 칼슘, 철, 비타민 C, 비타민 A를 권장량의 90% 미만으로 섭취하고 있는 것으로 나타났다. 식습관과 여러 가지 영양소 섭취량은 양의 상관관계를 보여서 식습관 점수가 좋을수록 영양소 섭취량이 높은 것으로 나타났다. 성격 선호 경향에 따른 식습관 점수에서는 판단형의 사람들이 인식형보다 식습관 점수가 유의하게 높게 나타났고, 다른 성격유형의 경우에는 유의차는 없지만, 외향성, 감각형, 사고형에서 그에 대조되는 성격 선호지표보다 식습관 점수가 높은 경향이었다. 성격 선호 경향에 따른 영양소 섭취실태에서는 남녀 모두에서 외향성이 내향성보다 영양섭취실태가 좋았고, 남학생의 경우에는 감정형이 사고형보다 영양 섭취실태가 높은 것으로 나타났다. 영양 밀도로 살펴보았을 때에는 사고형과 판단형이 그에 대조되는 감정형과 인식형보다 영양 밀도가 더 높은 것으로 나타났다. 본 연구의 결과를 종합해 볼 때, 대학생의 성격 유형에 따라 판단형의 사람들이 인식형의 사람들보다 식습관이 좋고, 외향성의 사람들이 내향성의 사람들보다 영양섭취실태가 양호한 것으로 사료된다. 한 편, 감각형-직관형은 식습관이나 영양섭취실태와 뚜렷한 관련성을 보여주지 않았고, 사고형-감정형은 감정형의 경우 남학생에서 영양섭취실태가 좋았지만, 영양밀도나 식습관에서는 사고형이 더 좋은 경향을 보여주어서 일관된 경향을 찾기가 어려웠다. 앞으로 대학생을 대상으로 한 영양 상담시에 이들의 성격 유형을 참조하면 영양상담 대상자를 보다 잘 이해할 수 있으므로, 이에 적합한 영양 지도 방법을 제시하는 데 도움이 될 것으로 기대된다.