

## 아동이 지각한 신체상에 따른 절식 행동

이 영 미 (천안대학교 사회복지학부 전임강사)

신체 자아에 대한 지식과 태도는 바람직한 자아 발달 및 성격 발달을 위해 특히 중요하다. 그런데 현재는 서구적인 얼굴과 체형을 아름다운 모습의 전형으로 간주하는 사회적 분위기와 대중매체의 메시지에서 외모에 대한 획일화된 기준이 널리 전파되고 있고 과거의 어느 때보다 사람들이 신체외모에 관심이 높다. 외모에 대한 대단한 관심은 아동의 경우도 마찬가지인데 청소년 및 성인을 대상으로 한 연구들은 신체상이 신체관련 태도 및 행동, 심리적 건강과 관계가 있음을 시사해준다.

이에 따라 이 연구는 성장 급등기 전후의 아동을 대상으로 신체상 지각의 특성을 파악하고 아동의 신체상에 대한 지각에 따라 아동의 신체관련 태도 및 행동이 어떻게 다른지를 살펴보고자 하였다. 이를 위해 초등학교 3학년과 6학년 아동 350명을 대상으로 질문지 조사를 실시하였고 아동이 지각한 체형 및 신체상의 전반적 경향, 그리고 아동의 연령과 성별에 따른 신체상 지각의 차이, 신체상 지각에 따른 절식행동의 차이를 분석하였다.

그 결과 첫째, 응답 아동 중의 과반수는 현재보다 날씬해지고 싶다는 소망을 가지고 있고 살을 빼려고 한 적이 있으며 비만한 또래에 대해 부정적 태도를 가지고 있는 것으로 나타났다. 그리고 아동의 성별( $F=31.67, p<.001$ ) 및 학년( $F=3.98, p<.05$ )에 따라 신체상 지각이 의미 있는 차이를 보였다. 남아보다는 여아가 그리고 저학년보다는 고학년이 자신의 신체에 대해 더 부정적으로 지각하고 있고 변화를 소망하는 것으로 나타났다.

둘째, 현재를 기준으로 볼 때 절식행동을 하고 있는 아동이 많지는 않았지만 일부의 아동들은 살이 쯤까봐 식사를 제한하거나 음식을 먹으면서도 살이 쯤 것을 걱정하는 것으로 나타났다.

셋째, 아동의 체형 지각에 따라 절식행동( $F=68.59, p<.001$ ) 및 신체상 지각( $F=69.40, p<.001$ )이 의미 있는 차이를 보였다. 자신을 뚱뚱하다고 지각하는 아동일수록 부정적으로 자신의 신체에 대해 지각하고 있었다. 그리고 자신을 뚱뚱하다고 지각하는 아동일수록 절식행동을 시도한 경험이 있었고 절식하려는 태도를 가지고 있으며 음식을 먹는 것을 더 염려하고 제한하는 것으로 나타났다.

넷째, 신체상 지각 수준에 따라 절식행동이 의미 있는 차이를 보였고( $F=79.10, p<.001$ ) 추후분석 결과 신체상 지각 집단 상호간에 모두 의미 있는 차이를 보였다. 즉 자신의 신체상을 부정적으로 지각하는 집단일수록 현재 절식행동을 하고 있고 이전에도 절식 행동을 하였다고 응답하였으며 음식을 먹는 것에 대해 불안정한 태도를 가지고 있었다.