

# 학령기 아동의 BMI에 따른 자아존중감과 신체상 및 체중조절행위 연구

박은희\* · 이강오

조선대학교

**목적 :** 학령기 5, 6 학년 아동의 BMI에 따른 자아존중감과 신체상 차이를 파악하고, 체중조절행위와의 관련성을 파악하여 학령기 5, 6 학년 아동의 정상적인 성장발달을 위한 건강교육 및 관리를 위한 기초자료를 제공하고자 시도하였다.

**연구방법 :** 본 연구의 대상자는 광주광역시에 소재하고 있는 2개 초등학교 5, 6학년 전체 378명과 경기지역 1개 초등학교 5, 6학년 전체 134명, 총 512명의 학생을 대상으로 하였다.

대상자의 일반적 특성, BMI, 자아존중감, 신체상, 체중조절행위는 기술통계로, 대상자의 BMI 및 일반적 특성과 체중조절행위와의 관련성은  $\chi^2$ -test로 분석하였고, 대상자의 BMI 및 일반적 특성에 따른 자아존중감과 신체상의 차이는 t-test 또는 ANOVA를 사용하여 분석하였으며, ANOVA에서 그 결과가 통계적으로 유의한 경우 Schéffe 사후검정으로 분석하였고, 자아존중감과 신체상과의 상관관계는 Pearson's correlation으로 분석하였다.

## 연구결과 :

1. 대상자의 BMI에 따른 비만도는 저체중은 284명(55.5%), 정상체중 185명(36.0%), 비만 43명(8.4%)이다.
2. 대상자의 BMI에 따른 자아존중감 정도는 통계적으로 유의한 차이( $F=4.597$ ,  $p=.011$ )를 보여, 제 1가설 “대상자의 BMI에 따라 자아존중감은 차이가 있을 것이다.”는 지지되었다.
3. 대상자의 BMI에 따른 신체상 정도는 통계적으로 유의한 차이( $F=2.689$ ,  $p=.069$ )를 나타내지 않아, 제 2가설 “대상자의 BMI에 따라 신체상은 차이가 있을 것이다.”는 지지되지 않았다.
4. 대상자의 BMI에 따른 체중조절행위는 통계적으로 유의한 차이( $\chi^2=50.200$ ,  $p=.000$ )를 보여, 제 3가설 “대상자의 BMI와 체중조절행위는 관련성이 있을 것이다.”는 지지되었다.
5. 대상자의 자아존중감과 신체상과의 상관관계는 통계적으로 유의한 상관관계( $r=.720$ ,  $p=.000$ )를 나타내, 제 4가설 “대상자의 자아존중감과 신체상은 상관관계가 있을 것이다.”는 지지되었다.

6. 대상자의 일반적 특성과 BMI와 관련이 있는 특성은, 성별( $\chi^2=6.861$ ,  $p=.032$ ), 신장( $\chi^2=24.927$ ,  $p=.000$ ), 체중( $\chi^2=263.068$ ,  $p=.000$ ), 본인체형( $\chi^2=294.622$ ,  $p=.000$ ), 체중조절이유( $\chi^2=44.080$ ,  $p=.000$ )에 따라 BMI가 통계적으로 유의한 차이를 보였다.

**결론 :**

학령기 전체 아동을 대상으로 자신의 신체를 긍정적으로 바라볼 수 있는 프로그램의 개발과 부정적 신체상에서 벗어날 수 있는 동기 유발 프로그램의 개발, 더 나아가 신체상과 자아존중감을 함께 강화 시킬 수 있는 프로그램의 개발이 필요하다.

주제어 : BMI, 자아존중감, 신체상, 체중조절행위