

食習慣과 性格의 特性에 관한 調查研究*

— 美國의 일부大學生들을 중심으로 —

金 基 男

忠北大學校 師範大學 家政教育科

A Study on Relationship Between Food Habits and Personality (Chungbuk National University)

Ki Nam Kim.

Dept. Home Economics, College of Education

= ABSTRACT =

The objective of this research was to examine the relationship between food habits and personality. Two kinds of questionnaires were distributed to 130 American college students.

The data showed high relationship between personality and food habits. Poor diet group showed lower personality scores in personal adjustment, Affiliation, and nurturance while the scores in lability and succorance were higher than better diet group.

A Considerable correlation between eating preferences and personality was found. Vegetarian had higher scores in self-confidence, achievement, endurance, and autonomy while meat group were more dominant, more aggressive and more changeable.

Most of sweet food group were obese and had higher personality scores in abasement and deference.

緒 論

심신의 건강을 유지하고 질병을 예방함에 있어 적절한 營養(good nutrition)의 섭취는 대단히 중요하며 이와같은 營養管理는 本能的 食生活에 의해 자연적으로 얻어지는것은 아니며 올바른 營養實踐에 의한 의도

접수일자: 1982년 7월 30일

* 本 研究는 문교부 학술연구비 지원에 의한것임.

적인 노력에 의해 해결될 수 있다¹⁾.

올바른 營養實踐을 위해서 가장 중요한 것은 올바른 食習慣의 形成이다. 올바른 食習慣 形成의 여부에 따라 개인의 신체적 심리적 건강상태는 좌우되는 것으로서 食習慣이 不良할경우, 신체적 발육이 저해될뿐만 아니라 개인의 心理상태 즉 情緒발달에도 영향을 크게 미치게 된다고 한다^{2)~5)}. 특히 食習慣이 신체적 발달에 미치는 영향에 대해서는 국내에서만도 송⁶⁾, 이⁷⁾, 강⁸⁾, 김⁹⁾ 등에 의하여 연구가 많이 되었으며 이들은

공통적으로 食習慣 不良 group 의 신체체측치의 저하를 보고하고 있다.

한편 偏食이 개인의 성격발달에 미치는 영향에 대해서는 신체적 영향만큼 연구가 많이 되어 있지는 않지만 偏食하는 사람일수록 피벽이 있고 남의 눈치를 잘 보며 신경질이 많은등 성격적 결함을 나타낸다고 한다¹⁰⁾. 김¹¹⁾도 偏食이 심한 학생들은 체중, 신장, 시력의 평균치가 정상학생들에 비해 낮을뿐만 아니라 性格에 있어서도 支配性, 責任感, 情緒의 安定性, 社交性, 自信感의 다섯가지 모든 면에서 결함이 있었다고 보고한바 있다. 한 국가의 경제가 안정되어갈수록 營養缺乏症이나 營養不足症의 발생빈도는 감소하는 반면 營養過多로 인한 肥滿症이나 불균형적인 영양섭취가 국민영양을 저해하는 큰 요인으로 등장하고 있다. 또한 食品加工技術의 발달로 인한 食品의 다양성은 개인의 食品選擇의 기회를 많이 허용하게되어 食品嗜好의 偏重현상을 초래할수도 있다¹²⁾. 따라서 歐美제국의 경우 肥滿인구의 증가는 社會문제로까지 대두되고 있으며, 肥滿兒들의 性格의 결함을 연구한 논문도 상당수에 달하고 있다^{13)~16)}.

따라서 본 연구에서는 개인의 食習慣과 性格間에는 어느 정도의 상관관계가 성립하는지, 또한 食習慣이 좋은 group 과 不良한 group 의 性格의 特性에는 어느 정도의 차이가 있는지를 통계적으로 밝혀보고자 한다.

研究內容 및 方法

1. 研究內容

- 1) 食品嗜好조사.
- 2) 食習慣형성에 영향주는 요인조사.
- 3) 食品嗜好도와 性格과의 상관관계.
- 4) 食習慣 良好 group 과 不良 group 의 性格的 特性비교.
- 5) 食事 및 食品嗜好와 性格的 特性의 관계.

2. 研究方法

1) 調査대상 및 자료수집절차

연구대상은 美國 일리노이 주립대학교에 재학중인 1학년 男女 大學生 130명이었고, 자료수집기간은 1982년 2월 25일부터 28일까지로서 3일간이었다.

2) 調査道具 및 자료수집절차

調査道具는 두 종류의 Questionnaire 로서, 한종류는

식품기호 및 食習慣에 관하여 調査者가 직접 작성한 것이었고, 다른 종류는 성격표준화 검사용이었다. 성격 검사도구로는 “The Adjective Check List¹⁷⁾”를 사용하였는데 검사지 선정과정에서는 일리노이대학 心理學科 교수의 도움을 받아 결정하였다.

Questionnaire 에 의한 實態調査는 수업시간에 담당 교수의 협조를 얻어 시행하였다.

3) 자료처리방법

회수된 설문지는 총 130부였으나 이 중에서 자료분석에 유효한 것은 120부였다. 왜냐하면 성격검사지의 내용이 英語를 母國語로 사용하는 학생만이 대답할 수 있는 성질이였으므로 外國유학생이 답변한 설문지 10부는 제외시켰기 때문이다.

연구내용에 따른 각 항목별 자료처리방법은 다음과 같다.

① 식품기호조사

ㄱ. 식품별 기호율은 백분율로 계산하였다.

ㄴ. 개인의 식품기호도점수.

식품 100 가지에 대하여 각각 「좋아한다」 「싫어한다」 「먹어본 일 없다」의 3 단계로 구분하여 check 하도록 한후 「좋아한다」에는 +1 점, 「싫어한다」에는 -1 점, 「먹어본 일 없다」에는 0 점을 부과하여 채점한후 얻어진 점수를 개인의 식품기호도 점수로 하였다¹⁸⁾

② 食習慣 형성에 영향주는 요인조사

요인 여섯가지에 대하여 대답한 빈도를 백분율로 계산하였다.

③ 식품기호도와 성격과의 상관관계

개인의 식품기호도 점수와 性格 특성 22 항목의 각 점수와의 상관계수를 산출하였다.

④ 食習慣 良好 group 과 不良 group 의 性格비교

食習慣이 좋은 group 과 나쁜 group 의 분류는 食品기호도 점수順으로 上位 25% 와 下位 25% 를 끊어 결정하였다¹⁹⁾. 두 집단의 性格비교는 성격 22 항목의 점수의 평균을 t-test 에 의해 有意性 검증을 하였다.

⑤ 食事 및 食品기호와 性格的 特性의 관계

조사대상자를 그들의 食事(食品)기호에 따라 분류하였더니 다섯집단으로 구분되었다. 이 다섯 group 간에 性格的 特性이 차이가 나는가를 알아보기 위하여 변량분석 (Analysis of Variance) 을 한후 有意差가 나타난 항목에 대하여는 다시 t-test 를 하였다.

研究結果 및 考察

1. 조사대상자의 일반적 특성

조사대상자는 男子가 40名, 女子가 80名이었고 이들의 체중과 신장의 평균은 <表 1>과 같다. 이 중에서 自己評價 (self-evaluation)에 의하여 비대하다고 대답한 사람은 92.0%였고, 自己의 식욕이 좋다고 생각하는 사람은 96.2%, 自己의 營養상태가 좋다고 생각하는 사람은 95.1%였다.

Table 1. Mean of body wt. & height

Subjects	Body. wt.	Height	N
Male	73.9 ± 4.8 kg	175.7 ± 5.6 cm	40
Female	57.9 ± 3.3 kg	166.1 ± 4.9 cm	80

2. 食品기호율 조사

食品 100 종류에 대한 기호율 조사결과 좋아하는 비율이 높은 식품과 싫어하는 비율이 높은 식품은 <表 2>와 같다. 이 결과는 대체로 다른 보고들^{18) 26)}과 일치하는 것으로서 미국 대학생들이 좋아하는 음식으로는 hamburger, mashed potatoes, lettuce 등이었고, 싫어하는 食品은 肝, butter milk, 정어리 (sardines) 등이었다.

3. 食習慣 形成에 영향주는 요인조사

食習慣 形成에 영향주는 요인에 대하여는 그동안 많은 연구들이 행하여진바, 그중에서 대표적인 것으로는 文化的 요인^{27) 28)}, 地域의 영향^{29) 30)}, 경제적 요인^{28)~32)}, 教育의 효과^{29) 35) 36)}, 매스컴의 영향^{37)~38)}, 종교의 영향^{28) 39)}, 가족의 영향^{40)~42)}, 心理的 요인^{43)~45)}, 生理的 조건^{28) 29) 43)} 등이 있다.

응답자로 하여금 자신의 경우 가장 크게 영향받은 요인을 선택하게 한 결과, 가장 높은 비율을 보인것은 「父母의 지도」로서 56.6%였고, 그 다음이 家族과 친구의 영향이었다 <表 3 참조>. 반면에 學校教育의 영향은 9.2%밖에 되지 않는 것으로 보아 학교교육에 의해 食習慣이 변화되기에는 어려운 것으로 보이며 이는 Wilson⁴⁶⁾과 Gold³⁴⁾의 연구결과와도 일치한다.

食習慣은 학령前에 形成되어 그후 成人期에도 계속 유지되는 것으로서^{37) 46)} 한 집안에서 父母나 家族이 어렸을때부터 올바른 지도를 하는것이 바람직하나 이때

Table 2. Most liked and most disliked foods of 120 college students.

Liked foods (%)		Disliked foods (%)	
Hamburger	93*	Liver	95*
Mashed potatoes	93	Butter milk	95
Lettuce	93	Sardines	94
Baked potatoes	91	Beets	90
Roast turkey	91	Kidney beans	90
Cookies	90	Kidney	90
Buttered corn	90	Oyster	90
Oranges	90	Sweet potatoes	89
Soft rolls	90	Brussels sprouts	88
Wheat breads	90	Creamed onion	85

* : Percentage of students checked 100 foods as "liked" or "disliked"

Table 3. The important factor which influences food habits

factor	N	%
Mass media	3	2.5*
Guidance of parents	68	56.6
School education	11	9.2
Religion	1	0.9
Effect of friends	12	10.0
Effect of family	25	20.8
Total	120	100.0

* : Percentage of students checked as the most important factor.

父母나 가족자신의 食習慣이 올바라야 하겠다^{47) 48)}.

4. 食品기호도와 性格과의 상관관계

개인의 食習慣과 性格과의 관계에 대하여는 여러 학자들이 연구한바 있지만^{3) 5) 49)~53)}, 두 변수(variable) 간에 어느 정도의 상관관계가 있는지를 통계적으로 밝힌 문헌은 별로 없다. 따라서 本研究에서는 食品기호도점수와 性格의 표준화점수와의 상관계수를 산출해본 결과 <表 4>에서와같이 상관정도가 높은 항목이 9

게나 나왔고, 特別로는 男學生의 상관정도가 女學生보다 더 높게 나타났다. 성격의 항목중 특히 상관정도가 높은 것은 不安定性(lability), 適應性(personal adjustment), 依他性(succorance) 이었고, 男學生의 경우 適應性과의 상관계수는 대단히 높았다 (.803).

食習慣에 영향미치는 요인중 父母와 가족의 영향이 큰점과, 어린 時期일수록 변화가능성이 큰점^{54) 55)}을 생각할때 어렸을때의 올바른 교육은 대단히 중요하다 하겠다.

5. 食習慣 良好 group 과 不良 group 의 性格비교 두 group 의 personality score 를 t-test 에 의해 비교해본 결과 매우 有意의인 차이를 나타내었다(表 5 참조). 男學生의 경우 두 group 간에 有意의인 差를 나타낸 性格의 특성은 22 항목중 13 항목으로서 특히 適應性, 防禦性(defensiveness), 不安定性의 차이가 많았으며, 성격전체를 통틀어 바람직한 性向을 나타내는 favorable adjectives 수에도 有意의 差를 나타내

Table 4. The coefficient of correlation between food habits & personality

Personality	Total subjects (n=120)	Female (n=80)	Male (n=40)
Defensiveness			+
Favorable adjectives			+
Self - confidence			+
Lability	*	*	*
Personal adjustment	+	+	+
Nurturance			+
Affiliation			+
Heterosexuality	+		+
Succorance	*	*	*

+ : R > 0.50, positively

* : R > 0.50, negatively

Table 5. Comparison of personality scores of better diet group & poor diet group in males and females

Personality	Male (df = 18)			Female (df = 38)		
	Mean of better diet group	Mean of poor diet group	t -value	Mean of better diet group	Mean of poor diet group	t -value
Defensiveness	59.40 ± 9.02	41.20 ± 9.52	**	50.25 ± 8.87	43.45 ± 6.85	**
Favorable adjectives	58.60 ± 8.20	41.60 ± 9.64	**	55.30 ± 6.86	45.30 ± 8.48	**
Unfavorable adjectives	41.00 ± 10.98	55.60 ± 11.90	*	46.70 ± 7.00	49.30 ± 4.06	
Self - confidence	56.00 ± 10.49	46.00 ± 8.33	*	53.20 ± 7.15	48.45 ± 9.48	
Lability	47.60 ± 5.80	57.90 ± 5.09	**	45.90 ± 6.56	59.55 ± 7.10	**
Personal adjustment	58.00 ± 7.38	34.30 ± 10.20	**	52.70 ± 8.63	42.20 ± 6.15	**
Achievement	58.00 ± 9.88	48.10 ± 10.35	*	52.55 ± 8.08	55.20 ± 6.80	
Dominance	61.10 ± 6.32	49.50 ± 11.42	*	52.50 ± 9.99	55.95 ± 9.13	
Order	42.70 ± 9.50	51.70 ± 6.31	*	49.50 ± 6.95	48.80 ± 7.55	
Nurturance	55.50 ± 5.66	45.60 ± 7.76	**	52.00 ± 6.47	45.60 ± 6.84	**
Affiliation	53.70 ± 5.16	46.40 ± 6.53	*	51.75 ± 8.55	45.35 ± 5.27	**
Heterosexuality	56.70 ± 8.10	50.50 ± 7.34		56.60 ± 6.63	48.50 ± 7.43	**
Autonomy	44.40 ± 7.80	55.90 ± 11.22	*	50.95 ± 7.32	53.75 ± 9.77	
Succorance	45.50 ± 5.37	54.10 ± 6.02	*	45.10 ± 4.92	56.90 ± 5.01	**
Abasement	45.80 ± 6.55	51.00 ± 8.31		47.75 ± 6.29	56.45 ± 6.80	**

* : Significant at .05 level,

** : Significant at .01 level.

있다. 女學生의 경우에도 성격특성 9 항목에서 有意差가 있었으며 특히 依他性, 不安定性, 適應性의 차이가 많았다. 男女 공통적으로 有意差를 보인 항목은 適應性, 不安定性, 仔詳性 (nurturance), 방어성 (defensiveness), 社交性 (affiliation), 依他性이었다. 따라서 食習慣이 좋지 못한 사람은 性格도 원만하지 못하다고 할 수 있겠다. 性別로 비교해볼때 앞에서 食習慣과 性格의 상관관계에서 살펴본 바와 마찬가지로 男學生이 女學生보다, 良好 group 과 不良 group 의 차이가 더 많이 나타났다. 특히 男學生의 食習慣 不良 group 의 적응성은 평균점이 34.30 밖에 안되어 매우 적응성이 낮은 것으로 나타났다.

Potgieter⁴⁾도 어린이를 대상으로 한 연구에서 食習慣이 좋지 않은 어린이들의 가장 큰 문제점은 이들이 사회적으로 잘 적응하지 못하는 점이라고 지적한바 있고, Wallen⁵⁾도 식품섭취율로써 그 사람의 社會的 不適應度를 예측할 수 있다고 할만큼 食習慣과 사회적 적응성은 밀접한 관계가 있는것 같다.

일반적으로 女子가 男子보다 싫어하는 식품수가 많고 偏食정도가 심하다고 하는데⁶⁾~⁸⁾ 이런 경향은 本 연구 결과와도 일치한다. 그러나 食習慣과 性格과의 관련성을 통계적으로 살펴본 바로는 男學生의 경우 관련

성이 더 높게 나타난 것을 볼때 食習慣이 좋지 못한 男性은 社會的으로 適應하는데 있어 그만큼 어려움이 많을것 같다. 그러나 Hall⁹⁾의 研究에 의하면 食習慣 不良 group 의 personality 가 食習慣을 변화시킴으로써 많이 향상되었다고 한다. 따라서 올바른 食習慣의 育成은 원만한 성격형성을 위해서도 대단히 중요하다고 하겠다.

6. 食事 (食品) 기호와 性格的 特性의 관계

食習慣의 origin 에 대하여 Dorcus³⁷⁾는 心理學과 관련지는 다섯가지 분야로 나누어 설명하였다. 즉 生理的 요건, 社會的 요건, 비교학적 견지, 비정상적 상태, 학습의 요인등에 의해, 같은 음식이라도 개인의 기호도에 차이가 난다는 것이다.

Sadalla & Burroughs⁴⁰⁾도 사람들의 eating preferences 를 조사하는 가운데 食習慣은 복합적 요인에 의해 형성되며, 일단 굳어진 다음에는 그 나름대로의 心理的 유형과 생활유형을 가지게 됨을 발견하였다. 그들의 조사결과에 의하면 채식주의자들은 비경쟁적이고 심각하며, 性的으로 매력있는 (sexy) 자화상을 지닌 사람들이 많았고, 肉食을 즐겨 먹는 사람들은 자유분방 (liberal) 하고, 官能的 (sensual) 이고, 自己中心的 (self-oriented) 사고방식을 지닌 사람이 많다고 한다.

Table 6. Comparison of personality scores between five groups by analysis of variance

Personality	Meat group	Vegetarian	Sweet food group	Alcoholic beverage group	Carbonated beverage group	F - value (df=4 & 106)
Self - confidence	47.12 ± 7.76	60.21 ± 5.21	45.76 ± 9.64	43.75 ± 12.46	50.63 ± 6.22	**
Personal adjustment	50.94 ± 9.04	47.89 ± 8.79	39.88 ± 10.43	45.97 ± 11.29	53.50 ± 8.38	*
Achievement	52.09 ± 8.34	56.64 ± 9.67	48.24 ± 9.96	52.75 ± 10.92	50.88 ± 8.28	*
Dominance	63.24 ± 5.39	50.39 ± 10.02	41.69 ± 6.92	52.50 ± 10.92	50.38 ± 8.34	**
Endurance	41.59 ± 5.47	60.25 ± 5.28	42.55 ± 8.85	47.63 ± 9.11	48.50 ± 8.62	**
Exhibition	55.03 ± 8.38	51.07 ± 8.28	46.00 ± 10.16	58.75 ± 17.56	52.13 ± 10.02	**
Autonomy	47.68 ± 9.29	58.71 ± 7.47	48.38 ± 8.21	54.88 ± 14.36	51.50 ± 7.12	**
Aggression	66.91 ± 6.55	52.54 ± 10.13	51.31 ± 10.41	56.00 ± 14.82	51.50 ± 7.05	**
Change	56.53 ± 7.76	48.04 ± 8.59	50.14 ± 6.08	50.50 ± 13.09	52.88 ± 6.66	**
Abasement	47.97 ± 7.12	50.04 ± 8.62	56.52 ± 8.52	52.63 ± 5.07	47.50 ± 4.33	**
Deference	49.50 ± 8.90	50.00 ± 8.88	58.34 ± 6.11	42.63 ± 14.77	50.00 ± 4.03	**
N	34	28	29	8	8	

* : Significant at .05 level.

** : Significant at .01 level.

本研究 調査에서는 食事 및 食品嗜好를 다섯 group —— 육식 group, 채식 group, 단음식(sweet food) group, 알코올 음료 group, 청량음료 group —— 으로 나누어 性格과의 關係성을 살펴보았다(註: 여기에서 채식 group 이라함은 철저한 vegetarian 만을 뜻하지는 않고, 다른 식품에 비해 채소를 좋아하는 사람 까지 포함한 것임).

조사대상자중에는 육식을 좋아하는 사람이 34 名으로 가장 많았고, 그다음 채식 group 이 29 名, 단음식(sweet food) group 이 28 名이었다(表 6 참조).

性格의 特性이 다섯 group 간에 차이가 나는가를 보기 위하여 變量분석을 한 결과, 성격 22 항목중 有意差를 보인 항목은 11 항목으로서 자세한 내용은(表 6)과 같다. 다시 11 항목에 대하여 t-test 를 한 결과 肉食 group 의 性格的 特性은 支配性(dominance), 공격성(aggression), 변화성(change)이 높고, 채식 group 은 自信感(self-confidence), 成就感(achievement), 인내력(endurance), 自律性(autonomy)이 높았다. 반면에 단음식을 좋아하는 사람들은 열등감(abasement), 복종성(deference)이 높았는데 이것은 단음식을 좋아하는 사람들 전원이 자기 자신을 肥大하다고 대답한 것과 연관이 있는것 같다. 肥大한 사람들의 性格을 조사한 논문들^{12)~16)}에 의하면, 이들은 남의앞에 나서기를 꺼려하고, 열등감이 많으며 정서적으로 不安하다고 한다.

한편 알코올음료를 좋아하는 사람들은 다른 group 보다 誇示性(exhibition)이 높았고, 청량음료 group 은 사회적 적응성이 높게 나타났다.

이와같은 현상에 대하여는 어느쪽이 좋고 나쁜가를 논할수는 없겠고, 다만 日常의 食事が 偏重된 營養素의 섭취로 기울어지지 않도록 본인들이 유의할 필요성이 있다고 본다.

結 論

美國의 일부 大學生들을 대상으로하여 食習慣과 性格의 特性과의 關係성을 조사한 결과 다음과 같은 결론을 얻을 수 있었다.

1. 食品別 嗜好度를 조사한 결과, 기호율이 높은 食品은 hamburger, mashed potatoes, lettuce 등이었고, 싫어하는 비율이 높은 食品은 肝, butter milk, 정어리등이었다.

2. 食習慣 形成에 가장 큰 영향을 미친 요인은「父母의 지도」로서 56.6%였다.

3. 食品嗜好도와 性格間에는 상관관계가 있는 것으로 나타났다. 특히 여학생보다 남학생의 경우 상관정도가 높았다.

4. 食習慣이 良好한 group 과 不良한 group 간의 性格的 特性은 매우 有意의인 차이를 보며 주었다. 食習慣이 좋지못한 group 은 좋은 group 에 비하여 適應性, 安定性, 仔詳性(nurturance), 社交性이 낮으며 依他性이 높았다.

5. 食事 및 食品기호와 성격적 특성과의 관계를 살펴본 결과 eating preferences 에 따라 성격적 특성에 차이를 나타내었다. 즉 肉食 group 은 支配性, 공격성, 변화성이 다른 group 보다 높았고, 채식 group 은 自信感, 성취감, 인내력, 자율성이 높았다. 단음식(sweet food)을 좋아하는 사람들은 대체로 肥大하였고 열등감, 복종성이 높았다.

참 고 문 헌

- 1) 박일화·김숙희·모수미: 영양원리와 식이요법. p. 8, 이대출판부, 1976.
- 2) Selling, L.S.: *Some Psychological Aspects of nutrition.* J. Am. Diet. Assoc. 18: 741-744, 1942.
- 3) Alfred, L.B.: *An analysis of children's eating habits.* J. Pediatrics 25: 74-78, 1944.
- 4) Potgieter, M. & Everitt, V.: *A study of children's eating habits.* J. Home. Ec. 42: 363-366, 1950.
- 5) Robert, B.S.: *The self-concept as a factor in diet selection and quality.* J. Nutr. Ed. 11: 37-41, 1979.
- 6) 송양순: 한국학동의 편식 실태 조사와 그 체위에 관한 연구. 숙대대학원, 1964.
- 7) 이미숙·모수미: 어린이의 식습관이 체위에 미치는 영향에 관한 연구. 한국영양학회지, 9: 7-15, 1976.
- 8) 강정옥: 여자 중학생의 식생활 현황과 그 체위에 관한 조사연구. 동아대 대학원, 1976.
- 9) 김교천: 고교생의 편식 요인과 신체 발달 및 성격 특성에 관한 연구. 동아대 교육대학원, 1977.

- 10) Erhard, D. : *Nutrition education for the "now generation"* *J. Nutr. Ed.* 2 : 135 - 139, 1971.
- 11) Remington, R. E. : *The social origins of dietary habits. The scientific Monthly* 43 : 193 - 204, 1936.
- 12) Hamburger, W. W. : *Emotional aspects of obesity. Med. Clin. North America* 35 : 483 - 488, 1951.
- 13) Darling, C. D. & Summerskill, J. : *Emotional factors in obesity and weight reduction. J. Am. Diet. Assoc.* 29 : 1204 - 1208, 1953.
- 14) Hamburger, W. W. : *Psychological aspects of obesity. New York Acad. Med.* 33 : 771 - 775, 1957.
- 15) Hathway, M. L. & Sargent, D. W. : *Overweight in children. J. Am. Diet. Assoc.* 40 : 511 - 514, 1962.
- 16) Sears, D. K. : *Relationship of selected personal Characteristics and an overweight condition among fifth, sixth, seventh grade students. Dissertation Abstracts International Vol 39 : 3786 B, 1979 (Feb).*
- 17) Gough, H. G. & Heilbrum, A. B. : *The adjective check list manual. Consulting Psychologists Press. Palo Alto, CA, 1965.*
- 18) Einstein, M. A. & Hornstein, I. : *Food preferences of college students and nutritional implications. J. Food Sci.* 35 : 429 - 436, 1970.
- 19) Lamb, M. W., Adams, V. J. & Godfrey, J. : *Food preferences of college women. J. Am. Diet. Assoc.* 30 : 1120 - 1125, 1954.
- 20) Leverton, R. M. : *Freshmen food likes. J. Home Ec.* 36 : 589 - 592, 1944.
- 21) Young, C. B. & Storvick, C. A. : *Food habits of freshmen at Oregon state college. J. Am. Diet. Assoc.* 25 : 318 - 321, 1949.
- 22) Knickrehm, M. E., Cotner, C. G. & Kendrick, J. G. : *Acceptance of menu items by college students. J. Am. Diet. Assoc.* 55 : 117 - 120, 1969.
- 23) Schuck, C. : *Food Preferences of South Dakota state college students. J. Am. Diet. Assoc.* 39 : 595 - 599, 1961.
- 24) Bender, A. E. : *Food preferences of males and females, proc. Nutr. Soc.* 35 : 181 - 183, 1976.
- 25) Nugent, M. : *What students really like to eat. College & University Business* 38 : 59, 1965.
- 26) Bailey, R. C. : *What do students like? College and University Business* 44 : 98, 1968.
- 27) Lee, D. : *Cultural factors in dietary choice. Am. J. Clin. Nutr.* 5 : 166 - 170, 1957.
- 28) Nichott, A. : *Changing food habits. J. Nutr. Ed.* 1 : 10 - 11, 1969.
- 29) Eppright, E. S. : *Factors influencing food acceptance. J. Am. Diet. Assoc.* 23 : 579 - 587, 1947.
- 30) Sexton, D. E. : *Differences in food shopping habits by areas of residence, race and income, J. retailing* 50 : 37 - 40, 1974.
- 31) Inano, M. D. J. : *Dietary survey of low income rural families. J. Am. Diet. Assoc.* 66 : 356 - 361, 1975.
- 32) Mckenzie, J. : *The impact of economic and social status on food choice. Proc. Nutr. Soc.* 33 : 67, 1974.
- 33) Queen, G. S. : *Culture, economics and food habits. J. Am. Diet. Assoc.* 33 : 1044 - 1047, 1957.
- 34) Gold, L. : *Changing student food habits through the school program. J. Sch. Heal.* 15 : 7 - 14, 1945.
- 35) Young, C. M., Berres, F. K. & Waldner, B. G. : *What the homemaker knows about nutrition, J. Am. Diet. Assoc.* 32 : 321 - 325, 1956.
- 36) Anderson, J. V & Cines, B. : *Teaching behavior modifications to nutrition students. J. Nutr. Ed.* 11 : 39, 1979.
- 37) Dorcus, R. M. : *Food habits: Their origin and Control, J. Am. Diet. Assoc.* 18 : 738 - 740, 1942.
- 38) Holden, P. M. : *How advertising affects food habits. Fd & nutr. notes Rev.* 28 : 102 - 105, 1971.

- 39) Moore, H. B. : *The meaning of food*. *Am. J. Clin. nutr.* 5: 77-80, 1957.
- 40) Schafer, R. B. : *Family interrelationships in food intake patterns*. *J. Am. Diet. Assoc.* 72: 138-141, 1978.
- 41) Cospser, B. A. & Wakefield, L. M. : *Food choices among women*. *J. Am. Diet. Assoc.* 66: 152-155, 1975.
- 42) Dickins, D. : *Factors related to food preference*. *J. Home. Ec.* 57: 427-429, 1965.
- 43) Hamburger, W. W. : *Appetite in man*. *Am. J. Clin. nutr.* 8: 569-572, 1960.
- 44) Pumpian, M. E. : *The meanings of food*. *J. Am. Diet. Assoc.* 30: 576-579, 1954.
- 45) Wilson, M. M. & Lamb, M. W. : *Food beliefs as related to ecological factors in women*. *J. Home. Ec.* 60: 115-118, 1968.
- 46) Mead, M. : *Dietary patterns and food habits*. *J. Am. Diet. Assoc.* 43: 1-5, 1943.
- 47) Bryan, D & Lowenberg, M. E. : *The father's influence on young children's food preferences*. *J. Am. Diet. Assoc.* 34: 30-34, 1958.
- 48) Harper, L. V. & Sanders, K. M. : *The effect of adults' eating on young children's acceptance of unfamiliar foods*. *J. Exp. child. psy.* 20: 206-209, 1975.
- 49) Selling, L. S. : *Behavior problems of eating*. *Am. J. orthopsychiatry.* 16: 163-169, 1946.
- 50) Babcock, C. G. : *Food and its emotional significance*. *J. Am. Diet. Assoc.* 24: 390-392, 1948.
- 51) Hamburger, W. W. : *The psychology of dietary change*. *Am. J. Public Health* 48: 1342, 1958.
- 52) Wallen, R. : *Food aversions of normal & neurotic males*. *J. Abnorm & Social psychol.* 40: 77-81, 1945.
- 53) Hellersberg, E. F. : *Food habits of adolescents in relation to family, training and adjustment*, *Am. J. Orthopsychiatry* 16: 34-51, 1946.
- 54) Birch, L. L. : *Dimensions of preschool children's food preferences*. *J. Nutr. Ed.* 11: 77-80, 1979.
- 55) Louise, W. H. : *Changing eating habits*. *J. Home. Ec.* 37: 216-218, 1945.
- 56) Tussing, L. : *A study of sex differences in food likes and dislikes*. *Proc. Ind. Acad. Sci.* 48: 198-200, 1939.
- 57) Wallen, R. : *Sex differences in food aversions*. *J. Applied Psychology* 27: 288-298, 1943.
- 58) Hall, I. S. & Hall, C. S. : *A study of disliked and unfamiliar foods*. *J. Am. Diet. Assoc.* 15: 540-548, 1939.
- 59) Hall, D. : *The dietetic interview as a tool in changing food habits*. *J. Am. Diet. Assoc.* 22: 999-1002, 1946.
- 60) Sadalla, E. & Burroughs, J. : *Profiles in eating. psychology today*, p.p 51-57, 1981(October).