

학령후기 아동의 건강개념 및 건강행위에 관한 서술적 연구*

이 지 원**

I. 서 론

1. 연구의 필요성

건강은 간호의 주요개념이며 인간이 오랜 역사를 통하여 갈망해온 가장 절실한 욕구중의 하나이다. 건강에 대한 요구도 점차 증가하여 단순히 생명유지만이 아니라 예방적인 측면에서 질병을 조기에 발견하여 적정 수준의 건강을 유지, 증진하는 것을 강조하게 되면서부터 건강관리의 개념도 질병에 대한 치료중심에서 벗어나 건강유지 및 질병예방을 중심으로 발달되어가고 있다(Brown & McCreedy, 1986 ; Pender, 1987). 한편 건강과 질병은 개인적인 경험과 기대로 서술되어 질수 있고 건강하게 되는 방법과 질병을 인식하는 방법, 질병에 걸리는 경로 등은 각자가 속한 문화적 배경으로부터 학습된다(김귀분, 1991). 이렇게 학습된 건강관리의 개념에 대한 인식은 건강행위의 핵심요인이며 자신의 건강개념에 따라 건강행위가 다르게 나타난다(양순옥, 1990). Kulbok(1992)은 간호학에서 건강행위의 바람직한 연구방향으로 건강행위 개념의 기본적인 본질을 서술하고 탐색하여 대상자의 행위를 이해하는 연구가 필요하다고 하였다.

인간의 삶의 주기중 학령기는 신체적으로는 완만한 성장시기이고 심리적으로는 안정된 시기로 자신의 건강

상태를 지각하고 건강행위를 스스로 조절하도록 배우는 시기이다. 즉 일생의 건강태도나 행위는 아동기에서 시작되며 어떤 건강태도는 성인기 까지 일관된다(Marlow, 1988).

우리나라에서 학령기 아동의 건강에 관련된 연구들은 주로 질병이나 입원으로 인한 정서적 충격에 관한 것(김영혜, 1984 ; 이지원, 1989)이나 학령기 아동의 건강증진행위에 관련된 요인에 관한 것(강귀애, 1992 ; 이정은, 1994, 1997)이 대다수를 차지하며 아동의 건강개념 및 건강행위에 관련된 연구(신희선, 1992 ; 이은주, 1993, 1995)는 미비하다. 이에 학령후기 아동의 건강개념 및 건강행위를 규명하여 아동의 발달수준에 적절한 건강관리에 대한 간호중재의 틀을 확립하는데 기초자료를 제공하고자 한다.

2. 연구의 목적

본 연구의 목적은 학령후기 아동이 지각하는 건강개념 및 건강행위를 파악하여 아동의 발달수준에 적절한 건강교육의 틀을 확립하기 위함이며 이를 위한 구체적인 목적은 다음과 같다.

- 1) 학령후기 아동이 지각하는 건강개념을 확인한다.
- 2) 학령후기 아동이 건강을 유지하고 증진하기 위하여 지각하고 있는 건강행위와 현재 행하고 있는 건강행

* 1998년도 부산 가톨릭대학 학술연구비 지원에 의해 연구되었음

** 부산 가톨릭대학 간호학과 교수

- 위를 규명한다.
- 3) 학령후기 아동이 지각하고 있는 질병의 원인과 질병의 치료를 확인한다.

II. 문헌 고찰

1. 건강 개념

Patridge(1966)는 건강은 전체(whole)에 관련된 것을 추구하는 것으로 whole은 고대영어의 hale에서부터 비롯된 것이라고 하였으며 이런 유래는 오늘날 흔히 인용되는 건강의 다차원적인 요소의 통합을 통한 역동적 평형에 부합된다. Smith(1981)와 Laffrey(1986)는 건강을 첫째 질병이나 증상이 없는 것으로 보는 임상 측면 둘째 사회적으로 정의된 역할을 충족시키기 위한 역할 수행능력 측면 셋째 변화하는 상황에 융통성 있게 대처하는 적응능력 측면 넷째 풍부하고 만족스러운 행복한 느낌인 안녕 측면의 4가지로 설명하였다.

아동을 대상으로 건강개념에 대한 연구를 실시한 Natapoff(1978)는 건강에 대한 관점과 연령의 변화에 따른 조사에서 건강의 의미로 기분이 좋은 상태(67%) 개인이 원하는 것을 할 수 있는 상태(61%) 아프지 않은 상태(48%)의 3가지를 많이 언급되었으며, 나이에 따른 변화에서는 12세의 아동은 정신건강을 건강의 일부로 언급한 경우가 32%로 건강을 더 포괄적으로 지각하는 것으로 나타났다. Natapoff와 Essoka(1989)는 장애아동과 장애가 없는 아동의 건강개념에는 차이가 없으며 건강의 의미로 식이나 운동과 같이 자신에 의해 행해지는 건강관행, 신체가 잘 기능하는 것으로서의 신체적 양호성, 안녕감과 행복감과 같은 좋은 느낌, 아프지 않은 것이나 증상이 없는 것의 순서로 지각한다고 하였다. 학령기 아동을 대상으로 건강에 대한 담론분석을 한 이은주(1995)의 연구에서 아동은 건강하다는 것을 튼튼하거나 좋다는 것을 의미하고 건강하지 못하다는 것은 질병이 있거나 기력저하인 것이라고 정의하였다.

2. 질병의 원인

Brodie(1974)는 건강한 아동들이 질병의 원인을 그들의 자신의 행위 탓으로 돌리는 것에 흥미를 가지고 연구하였으나 아동들이 질병을 잘못된 일에 대한 벌이나 그들의 생활양식을 파괴하는 힘으로 생각한다는 증거를 발견하지 못하였다. Wood(1983)는 7-11세 건강한 학령

기 아동의 질병원인에 대한 개념연구에서 질병의 가장 흔한 원인으로 자신의 행위와 세균이론을 제시하였으며 Bibace와 Walsh(1980)는 11세 이상 아동의 질병개념 발달 단계를 생리적 단계와 심리·생리적 단계로 구분하였다. 즉 생리적 단계에서는 질병을 신체적 내적기관이나 과정의 기능부전으로 생각하며 심리·생리적 단계에서는 개인의 사고나 감정도 신체기능에 영향을 미치는 것으로 지각한다.

3. 건강 행위

건강행위는 질병을 피할 수 있다고 스스로 믿는 사람들에 의해서 취해지는 행동으로 건강을 유지 증진하고 무증상의 단계에서 질병을 발견할 목적으로 취해지는 행동을 말하며 주로 규칙적인 생활습관, 휴식, 식이요법 등을 통하여 안녕상태를 유지하는 것이 목적이다(Kasl & Cobb, 1966). Mechanic과 Cleary(1980)은 초등생과 중등생을 대상으로 건강행위를 조사한 결과 자신의 건강상태를 호의적으로 지각하는 대상자가 건강증진행위를 많이 수행한다고 보고하였으며 성인을 대상으로 한국인의 건강관행을 연구한 김귀분(1991)은 건강관행으로 마음을 스스로 다스린다, 과하지 않게 산다, 자연 그대로 산다, 서로 더불어 산다를 지적하였다.

4. 학령후기 아동의 특성

학령후기는 신체적으로는 키와 몸무게가 지속적으로 증가하고 사춘기가 시작되는 시기이며 생리적으로는 대부분의 전염병에 이미 노출되어 면역이 형성된 것과 관련하여 질병의 이환율이 낮다. 정신적으로는 형식적 조작기로 추상적인 문제를 체계적으로 분석할 수 있고 가능한 해결에 도달할 수 있으며 사고유형은 과거, 현재, 미래를 포함한다. 또한 가정밖의 생활에 점점 흥미를 더 가져 가족과의 접촉은 적어지는 반면 또래끼리 집단을 이루며 정서적으로는 기본적인 욕구인 사랑, 소속감 등과 함께 독립과 새로운 경험을 원한다(이화자 외, 1995, 이경자, 1988).

III. 연구방법 및 절차

본 연구는 학령후기 아동이 지각하고 있는 건강개념 및 건강행위를 파악하기 위하여 반구조적 개방형 질문으로 이루어진 자가 보고식 설문지를 사용한 서술적 연

구이다.

1. 연구 대상

본 연구는 부산광역시에 위치한 4개 초등학교의 각 학교에서 4학년 1개반, 5학년 1개반, 6학년 1개반의 아동 총 458명을 대상으로 하였다.

2. 자료수집 기간 및 방법

자료수집은 1998년 6월 15일 부터 30일 까지 연구자가 먼저 양호교사에게 연구의 취지를 설명한 다음 양호교사가 대상자에게 연구의 목적과 설문지 작성에 관한 설명을 충분히 하고 설문지를 배포하였으며 직접 작성하게 하였다. 설문지 작성 소요시간은 20-25분 정도였다.

설문지는 일반적 특성에 관한 2개의 문항과 건강개념, 건강유지를 위한 건강행위, 현재 행하고 있는 건강행위, 질병의 원인, 질병의 치료에 관한 5개의 반구조적 개방형 질문으로 구성되었으며 질문 내용들은 다음과 같다.

- 1) '건강하다는 것은 어떤 것이라고 생각합니까?'
- 2) '건강을 유지하고 증진하기 위하여 어떻게 해야 한다고 생각합니까?'
- 3) '현재 건강을 유지하기 위하여 행하고 있는 것은 무엇입니까?'
- 4) '질병의 원인은 무엇이라고 생각합니까?'
- 5) '아플때는 어떻게 해야 한다고 생각합니까?'

3. 자료분석 방법

수집된 자료는 대상자가 진술한 내용을 그대로 사용하여 문항별로 구분해서 기록하였다. 먼저 연구자가 대상자들이 진술한 내용을 표현이 다소 다르더라도 같은 의미로 생각되는 개념들을 동일한 개념으로 범주화 하였으며 그 결과를 간호학 교수 1인의 검증하에 재조정하였다. 유목화한 범주의 명명은 관련 문헌과 사전적 정의를 참조하여 연구자와 간호학 교수 1인의 동의하에 이루어졌으며 마지막으로 국문학 교수 1인의 검증하에 수정하여 확정하였다. 1번 문항에서 건강개념, 2번 문항에서 건강을 유지하기 위한 건강행위, 3번 문항에서 현재 행하고 있는 건강행위, 4번 문항에서 질병의 원인, 5번 문항에서 질병의 치료에 관련한 개념들을 추출하였다. 건

강개념은 8개의 범주, 건강을 유지하기 위한 건강행위는 7개의 범주, 현재 행하고 있는 건강행위는 8개의 범주, 질병의 원인은 7개의 범주, 질병의 치료는 7개의 범주로 구분하였다.

IV. 연구 결과 및 논의

1. 대상자의 일반적 특성

본 연구의 총 대상자는 458명으로 4학년 154명(33.62%), 5학년 144명(31.44%), 6학년 160명(34.94%)이었고, 성별 분포는 남학생이 244명(53.27%), 여학생이 214명(46.73%)이었다.

2. 건강개념

대상자들이 지각하고 있는 건강에 관련된 의미있는 진술 90개를 8개의 범주('병이 없음' '정상적인 체력과 체격을 가짐' '음식을 잘 섭취함' '운동을 할 수 있음' '밝은 마음을 가짐' '대인관계를 잘함' '활력이 넘침' '병을 잘 이겨냄')로 구분하였으며 (표 1)과 같다. 많은 부분을 차지한 건강개념은 신체적 측면의 건강개념으로 '병이 없음' '정상적인 체력과 체격을 가짐' '음식을 잘 섭취함' '운동을 할 수 있음' '활력이 넘침' '병을 잘 이겨냄' 등이었다. 건강개념중 신체적 측면에 관한 진술이 많은 것은 Natapoff(1978)가 아동이 지각하는 건강의 의미를 '아프지 않은 상태'로 나타낸 연구결과와 이은주(1995)의 연구에서 학령후기 아동이 건강의 조건으로 신체적 측면(체격, 운동, 음식, 청결)을 가장 많이 언급한 것과도 일치하였다. 또 신희선(1992)의 연구에서도 11-12세 아동에서 신체적 튼튼함(41.7%)과 아프지 않은 것(33.3%)을 건강개념으로 많이 설명한 것과도 일치하였다. 한편 여대생을 대상으로 건강의 개념을 조사한 김신정과 안은숙(1997)의 연구에서 건강을 신체적 안녕으로 지각한 결과와도 일맥상통하였다. 이상에서와 같이 신체적 측면의 건강개념이 많은 것은 일반적으로 건강유지를 위한 건강행위에서 신체적 상태의 유지를 지향하는 것과도 관련된다. 다음으로 정신·정서적 측면의 건강개념으로 '밝은 마음을 가짐'을 진술하였는데 이는 Natapoff(1978)의 연구에서 기분이 좋은상태를 건강의 의미로 가장 많이 언급한 것과도 유사하였다. 사회적 측면의 건강개념으로는 '대인관계를 잘함'을 나타내었다. 이상에서와 같이 건강의 개념을 신체적 측면

〈표 1〉 건강개념

| 의미있는 진술 | 범 주 화 |
|---|-------------------|
| 아무런 질병이 몸에 들어와 있지 않음, 아픈곳이 없음, 아무런 질병이 없음, 고통이 없음, 병에 걸리지 않음, 나쁜 병이 내몸에 들어오지 않음, 몸이 아프지 않음, 신체가 아무 탈이 없음, 몸이 불편하지 않음, 감기에 걸리지 않음, 아프지 않고 오래오래 삶 | 병이 없음 |
| 정상체온이며 몸을 자기 스스로 움직임, 몸의 각 기관이 정상인 상태, 완벽한 몸의 상태, 몸의 기관이 제대로 활동, 몸이 편찮음, 뚱뚱하지 않음, 허약하지 않음, 몸이 튼튼함, 몸이 정상임, 몸속 기관들이 이상이 없음, 온몸의 기능이 정상적으로 잘 활동함, 몸이 잘 움직임, 신체적 장애가 없음, 힘을 적절히 사용함, 비만이 아님, 키가 큼, 힘이 씩, 키와 몸이 일정함, 몸이 유연하고 상태가 좋음, 몸이 적당함, 뼈빠하지 않음, 뼈와 근육이 잘 발달됨, 몸이 탄탄함, 몸이 안정된 상태, 몸의 불편이 없음, 공부하는 데 지장이 없음, 보통 체격을 가짐, 신체적 조건에 이상이 없음, 머리가 맑고 몸에 피로가 없음, 잘 쓰러지지 않음, 썩썩함, 뼈가 튼튼하고 피가 잘 흐름, 몸무게가 알맞음, 체력이 좋음, 오장육부의 상태가 좋음 | 정상적인 체격과 체력 가짐 |
| 밥도 잘 먹음, 음식을 골고루 잘 먹음, 편식을 하지 않음, 무엇이든 잘 먹음, 밥을 많이 먹음, 반찬 투정을 하지 않고 골고루 잘 먹음, 점심시간에 밥을 많이 먹음, 끼니를 제때 제때 잘 먹음 | 음식을 잘 섭취함 |
| 운동을 열심히 함, 운동을 규칙적으로 함, 운동을 잘 함, 항상 아침에 운동을 함, 체육을 잘 함 | 운동을 할 수 있음 |
| 마음이 깨끗함, 마음의 상태가 부족함이 없음, 즐겁게 생활함, 정신과 마음이 좋은 상태, 밝고 명랑하며 즐거워 하면서 생활함, 착한 마음을 가짐, 마음이 튼튼함, 마음에 피로가 없음, 기분이 좋음, 웃음을 지으며 살아감, 정신이 흐리지 않음, 생각이 똑 바름, 언제나 밝게 생활함, 정신적인 이상이 없음, 마음도 편안함, 스트레스가 안 쌓임 | 밝은 마음을 가짐 |
| 친구들과 어울려 놓고 큰 소리로 말함, 친구들과 사이좋게 지냄 | 대인관계를 잘함 |
| 활발하게 움직임, 밝고 활기찬 상태, 힘이 있고 모든 것을 잘 할 수 있음, 힘이 좋음, 언제나 뛰어 놀 수 있음, 기운이 넘쳐 흐름, 힘, 몸이 활동 할 수 있는 정도의 에너지를 가짐, 잘 뛰어 놀, 얼굴이 생생하고 몸이 펄펄 남, 마음껏 뛰어 놀 수 있음 | 활력이 넘침 |
| 질병에 걸리면 빨리 이겨 냄, 병에 걸렸을 때 잘 나음, 아플 때 회복이 잘 됨 | 병을 잘 이겨냄 |

과 관련된 구체적 개념뿐만 아니라 정신·정서적 측면이나 사회적 측면과 관련된 포괄적이고 추상적인 개념으로도 지각하였다. 즉 건강개념을 질병이 없으면서 정상적인 체격을 유지하고 활력이 넘치며 음식을 잘 먹고 운동도 잘 하며 밝은 마음을 가지면서 친구들과도 잘 어울리는 것으로 지각하였다.

3. 건강을 유지하기 위한 건강행위

대상자들이 건강을 유지하고 증진하기 위한 건강행위로 지각하고 있는 의미있는 진술은 63개였으며 이를 7개의 범주(‘운동을 적절히 함’ ‘음식을 적절히 섭취함’ ‘청결을 유지함’ ‘휴식과 수면을 적절히 취함’ ‘활기차게 생활하며 긍정적으로 생각함’ ‘대인관계를 적절히 함’ ‘건강검진이나 예방접종을 함’)로 구분하였다(표 2).

건강을 유지하기 위한 건강행위로 신체적 측면과 관련된 ‘음식섭취를 적절히 함’과 ‘운동을 적절히 함’의 행위가 많은 결과는 이은주(1995)의 연구에서 건강을 유

지하기 위하여 당연히 해야 하며 미래에도 해야 할 건강행위로 음식과 운동에 관련한 행위가 가장 많이 언급된 것 과도 일치하였다.

정신·정서적 측면의 행위로 ‘활기차게 생활하며 긍정적으로 생각함’이나 사회적 측면의 행위로 ‘대인관계를 적절히 함’을 나타냈고 이외에도 ‘청결을 유지함’ ‘휴식과 수면을 적절히 취함’ ‘건강검진이나 예방접종을 함’과 같은 행위도 나타내었다. 이상의 건강행위를 여대생의 건강행위에 대한 김신정과 안은숙(1997)의 연구와 성인의 건강행위에 대한 김애경(1994)의 연구결과와 비교할 때 건강행위의 개념의 빈도에 있어서는 다소 차이를 나타내었으나 개념의 형태에 있어서는 많은 부분이 일치하였다.

이상의 결과로 볼 때 건강을 유지하기 위한 건강행위로 는 운동을 적절히 하고 음식을 적절히 섭취하며 청결을 유지하고 휴식과 수면을 취하며 긍정적으로 생활하고 친구들과 잘 어울리며 건강검진을 받는 것을 필요한 행위로 지각하고 있었다.

〈표 2〉 건강을 유지하기 위한 건강행위

| 의미있는 진술 | 범 주 화 |
|--|---------------------|
| 규칙적인 운동을 함, 알맞은 운동을 함, 몸에 알맞은 운동을 정해진 시간동안 함, 운동을 열심히 함, 7일에 3시간 운동함, 자기몸에 알맞은 운동 함, 매일 아침 산에 가서 등산함, 무리한 운동은 하지 않음, 줄넘기를 함, 태권도나 달리기를 함, 아침체조를 함 | 운동을 적절히 함 |
| 음식을 골고루 섭취함, 올바른 식생활을 가짐, 밥을 제때 먹음, 골고루 먹음, 끼니를 거르지 않음, 칼슘이 많은 음식을 먹음, 소식을 함, 편식을 하지 않음, 물을 끊어서 먹음, 군것질 하지 않음, 야채 우유 등을 많이 먹음, 정해진 시간에 식사함, 일정한 양을 먹음, 몸에 좋은 것만 먹음, 영양분을 충분히 섭취함, 기름기 있는 음식을 먹지 않음, 밥을 꼭꼭 씹어 먹음, 몸에 좋은 식품을 먹음, 불량식품을 사 먹지 않음, 과식을 하지 않음, 멸치를 잘 먹음, 고기류와 해초류를 많이 먹음, 비타민을 먹음, 초콜릿 등은 조금만 먹음, 5대 영양소가 든 음식을 골고루 먹음 | 음식섭취를 적절히 함 |
| 깨끗이 씻음, 깨끗한 목가짐을 가짐, 손발을 깨끗이 함, 몸을 청결히 함, 외출후 손발을 깨끗이 씻고 자기전에 이를 닦음, 밖에 놀다 와서 깨끗이 목욕함 | 청결을 유지함 |
| 휴식을 적당히 취함, 많이 잠, 적당히 잠을 잠, 알맞은 휴식을 취함 | 휴식과 수면을 적절히 취함 |
| 될 수 있는대로 스트레스를 받지 않음, 최선을 다하는 모습을 보임, 어떤 일이든지 열심히 최선을 다 하고 일을 게을리 해서는 안됨, 자기가 하는 일에 만족하는 마음을 가짐, 자기가 하고 싶은 일을 함, 마음을 위해 책을 많이 읽음, 밝은 웃음을 언제나 간직함, 마음의 상태가 좋게 함, 열심히 무언가를 끝까지 함, 기쁜 마음을 간직함. | 활기차게 생활하며 긍정적으로 생각함 |
| 친구들과 어울려 놀, 학교생활 잘 보내며 친구들과 사이좋게 지냄, 친구들과 밖에서 마음껏 뛰어 놀 | 대인관계를 적절히 함 |
| 몇 달에 한번씩 건강진단 함, 자기몸의 상태에 따라 종합검진을 받음, 정기검진을 2년에 한번씩 함, 예방접종을 함 | 건강검진이나 예방접종을 함 |

4. 현재 행하고 있는 건강행위

현재 대상자들이 행하고 있는 건강행위는 29개의 의미있는 진술을 8개의 범주(‘운동을 적절히 함’ ‘음식섭취를 적절히 함’ ‘활기차게 생활함’ ‘건강검진이나 예

방접종을 함’ ‘보조약품을 복용함’ ‘규칙적인 생활을 함’ ‘청결을 유지함’ ‘보온을 유지함’)구분 하였다(표 3).

현재 행하고 있는 건강행위도 신체적 측면과 관련된 행위인 ‘운동을 적절히 함’ ‘음식섭취를 적절히 함’이 가장 많았으며, 이은주(1995)의 연구에서 현재 당연히 하

〈표 3〉 현재 행하고 있는 건강행위

| 의미있는 진술 | 범 주 화 |
|---|----------------|
| 운동을 함(걷기, 축구, 배구, 윗몸 일으키기, 줄넘기, 달리기, 유도, 태권도, 숨쉬기 운동, 계단 오르락 내리기, 조깅, 배드민턴, 훌라우프, 학교운동장 돌기, 롤러 브레이드, 자전거 타기, 턱걸이, 등산, 팔굽혀 펴기, 아침체조, 겹도) | 운동을 적절히 함 |
| 하루세끼를 알맞게 꼬박꼬박 먹음, 편식하지 않음, 학교급식 반찬을 골고루 먹음, 밥을 적당하게 먹음, 많이 먹는 음식(야채, 우유, 유자차, 녹차, 나물, 칼슘, 과일, 당근쥬스, 시금치, 파인애플, 썩, 비타민이 많은 식품), 찬 것을 많이 먹지 않음, 군것질을 자주 하지 않음, 밥을 꼭꼭 씹음, 음식을 지나치지 않게 먹음, 물은 꼭 끊어 먹음, 칼로리가 적은 음식 섭취함, 아침은 많이 먹고 저녁은 작게 먹음 | 음식섭취를 적절히 함 |
| 내가 할 일을 열심히 함, 활발하게 삶 | 활기차게 생활함 |
| 예방접종을 함, 종합검진을 받음, 너염주사를 맞음 | 건강검진이나 예방접종을 함 |
| 한약을 먹음, 영양제를 먹음 | 보조약품을 복용함 |
| 일찍 자고 일찍 일어남 | 규칙적인 생활을 함 |
| 몸을 깨끗이 씻음, 몸관리를 잘 함, 손발을 깨끗이 씻음, 놀고나서 깨끗이 씻음, 양치를 하루에 2-3회 함 | 청결을 유지함 |
| 비를 맞지 않음, 옷을 따뜻하게 입음, 찬바람을 많이 쐬지 않음 | 보온을 유지함 |

고 있는 건강행위중 음식과 운동에 관련한 행위를 가장 많이 언급한 것과도 일치하였다. 또한 성인을 대상으로 건강행위를 연구한 김애경(1994)의 결과에서도 현재 하고 있는 건강 행위에서 식생활(균형식이, 음식물의 선별섭취, 자연식)을 통한 건강행위를 가장 많이 하고 있으며 앞으로 건강을 위해 하고 싶은 건강행위에서도 '적당하고 규칙적인 운동을 행한다' '자연식' '기호식품절제' 등의 식품이나 운동과 관련된 건강행위를 나타낸 것과도 유사하였다. 이상에서와 같이 건강을 유지하기 위하여 필요하다고 지각하는 건강행위와 현재 행하고 있는 건강행위 형태는 많은 부분이 서로 일치하고 있었다.

5. 질병의 원인

대상자들이 지각하고 있는 질병의 원인은 (표 4)에서와 같이 65개의 의미있는 진술을 7개의 범주('부적절한 음식의 섭취' '부적절한 청결' '부적절한 보온이나 환경' '운동부족이나 신체적 무리' '불규칙한 생활습관' '병균의 침입' '정신적 스트레스')로 구분하였다. 질병의 원인으로 '병균의 침입'과 같은 직접적인 원인보다 음식, 청결, 보온이나 환경, 운동, 생활습관, 정신적 상태 등과 관련된 간접적 요인을 더 많이 언급하였다. 이는 학령기 아동을 대상으로 질병개념을 연구한 김미예(1988)의 연구에서 오염된 음식을 먹으면 질병에 걸린다가 90.7%,

몸을 깨끗이 하지 않으면 질병에 걸린다가 88.1%로 나타난 연구결과와 일치하였다. 또한 신희선(1992)이 11-12세의 아동을 대상으로 한 질병개념 연구에서 질병 원인을 내적기관의 기능뿐만 아니라 다양한 외적으로 지각한다고 한 결과와도 유사하였다.

이상에서와 같이 질병의 원인을 건강행위로 지각하는 행위의 부조화가 초래될 때 질병이 발생하는 것으로 인식하고 있었다.

6. 질병의 치료

대상자들이 지각하고 있는 질병의 치료는 (표 5)에서와 같이 35개의 의미있는 진술을 7개의 범주('휴식과 수면을 취함' '정신적으로 인내함' '음식을 섭취함' '청결을 유지함' '보온을 유지함' '보조약품을 복용함' '의학적 치료를 함')로 구분하였으며 의학적 치료보다는 보존적인 치료에 관한 진술이 더 많았다. 이는 이은주(1995)의 연구에서 학령기 아동이 일반적인 질병치료에서 대부분이 의학적 치료를 받아야 한다고 진술한 결과와는 다소 차이를 나타내었다.

이상에서와 같이 학령후기 아동의 건강개념, 건강행위, 질병의 원인, 질병의 치료의 개념은 서로 관련되어 있는 것을 볼 수 있었다. 즉 건강개념으로 지각하는 것이 건강행위로 많이 나타났으며 이런 건강행위의 부조

<표 4> 질병의 원인

| 의미있는 진술 | 범 주 화 |
|--|---------------|
| 군것질을 함, 편식함, 음식을 잘 먹지 않음, 상한 음식 등을 먹음, 불량식품을 먹음, 물을 끓여 먹지 않음, 여러 가지 영양소를 골고루 섭취하지 않음, 음식을 익혀 먹지 않음, 밥을 꼭꼭 씹지 않음, 단음식을 많이 먹음, 음식을 데워 먹지 않음, 기름기 많은 소세지 등을 많이 먹음, 밥을 제때 먹지 않음, 얼음 과자를 많이 먹음, 야식을 많이 먹음, 영양실조, 닭고기 같은 음식을 많이 먹음, 다이어트를 함, 인스턴트 음식을 많이 먹음, 병이 걸린 가축을 먹음, 유통기한이 지난 음식을 먹음, 담배나 술을 많이 함, 음식을 짜게 먹음, 슈퍼에서 파는 피자나 햄버거를 많이 먹음 | 부적절한 음식의 섭취 |
| 깨끗하지 않음, 더러움, 몸을 깨끗이 씻지 않음, 손발을 씻지 않음, 위생불결, 놀다와서 몸을 씻지 않음, 몸이 위생적이지 못함, 씻지 않음, 더러운 것을 함, 목욕을 자주 안함, 밖에 놀다 와서 안 씻음, 이빨을 잘 안 닦음, 게으름 | 부적절한 청결 |
| 날씨에 맞는 옷을 안 입음, 비를 많이 맞음, 산성비를 맞음, 이불을 안 덮고 잠, 비오는 날에 밖에서 놀, 추운데서 잠을 잤, 겨울에 따뜻하게 입지 않음, 주위의 환경오염, 춥거나 더운 주위환경, 나쁜 공기 | 부적절한 보온이나 환경 |
| 운동량이 부족함, 운동을 하지 않음, 운동을 하지 않고 게으름, 운동을 지니치게 함, 자기에 알맞은 운동을 하지 않음, 피곤하게 활동함, 잠을 충분히 자지 않음, 무리한 운동, 파로, 무리하게 몸을 움직임, 너무 많은 에너지를 소비함 | 운동부족이나 신체적 무리 |
| 생활이 규칙적이지 못함, 불규칙적으로 생활함, | 불규칙한 생활습관 |
| 해로운 병균이 몸안으로 침투함, 더러운 바이러스나 병원성 세균, 나쁜 병균이 우리 몸속에 들어옴 | 병균의 침입 |
| 스트레스가 자꾸 쌓여서 마음이 아픴, 마음의 상태가 좋지 않음 | 정신적 스트레스 |

〈표 5〉 질병의 치료

| 의미있는 진술 | 범 주 화 |
|--|------------|
| 잠을 잠, 폭 잠, 폭 쉬는게 제일, 몸이 회복될 때 까지 누워서 휴식을 취함, 안정을 취함, 조용한 시간을 보냄, 머리에 젖은 수건을 올려두고 누워서 쉬, 열이나면 머리에 물수건을 얹고 쉬 | 휴식과 수면을 취함 |
| 정신력으로 견디어 봄, 나올수 있다는 마음을 가짐, 나올수 있다고 생각함, 아픔을 이겨내기 위해 정신력으로 노력함, 꼭 참음, 마음을 가라 앉힘, 마음을 튼튼하고 강하게 가짐, 아픈 생각을 하지말고 자기가 튼튼해야 겠다고 생각함, 스스로 병을 이겨내야 한다고 생각함 | 정신적으로 인내함 |
| 밥을 잘 먹음, 음식조절을 잘 함, 몸을 잘 받쳐주는 음식을 먹음, 음식을 골고루 먹음, 물을 많이 먹음, 따뜻한 물을 마심, 편식하지 않음, 꿀물을 먹음, 죽을 먹음 | 음식을 섭취함 |
| 손발을 씻음, 몸을 청결하게 함 | 청결을 유지함 |
| 몸을 따뜻하게 함, 방의 온도를 따뜻하게 함 | 보온을 유지함 |
| 한의원에서 보약을 지어 먹음 | 보조약품을 복용함 |
| 병원에 가서 의사의 진단을 받음, 병원에서 치료함, 약국에 가서 약을 사서 먹음, 양호실에 가서 약을 먹음 | 의학적 치료를 함 |

화 상태시에 질병이 발생하는 것으로 인식하였으며, 개념들은 신체적 측면에 관련된 것 뿐만 아니라 정신적·정서적, 사회적 측면도 관련된 포괄적인 개념들도 언급하였다.

V. 결론 및 제언

본 연구는 학령후기 아동의 건강개념 및 건강행위를 파악하여 아동의 발달수준에 적절한 건강교육의 틀을 확립하는데 기초자료를 제공하기 위하여 시도하였다.

연구대상은 부산광역시에 위치한 4개 초등학교를 대상으로 각 학교에서 4학년 1개반, 5학년 1개반, 6학년 1개반의 학생 총 458명을 대상으로 하였으며 자료수집은 1998년 6월 15일부터 30일 까지 반구조적 개방형 질문지를 통해 자료를 수집하였다. 자료분석은 대상자가 기록한 진술을 유사한 개념끼리 분류하여 범주화 하였다.

본 연구를 통해 얻은 연구 결과는 다음과 같다.

1. 학령후기 아동이 지각하고 있는 건강개념은 '병이 없음' '정상적인 체력과 체격을 가짐' '음식을 잘 섭취함' '운동을 할 수 있음' '밝은 마음을 가짐' '대인관계를 잘 함' '활력이 넘침' '병을 잘 이겨냄'이었다.
2. 학령후기 아동이 건강을 유지하고 증진하기 위한 건강행위로 지각하고 있는 것은 '운동을 적절히 함' '음식섭취를 적절히 함' '청결을 유지함' '휴식과 수면을 적절히 취함' '활기차게 생활하며 긍정적으로 생각함' '대인관계를 적절히 함' '건강 검진이나 예방접종을 함'이었다.
3. 학령후기 아동이 현재 행하고 있는 건강행위는 '운동

을 적절히 함' '음식섭취를 적절히 함' '활기차게 생활함' '건강검진이나 예접종을 함' '보조약품을 복용함' '규칙적인 생활을 함' '청결을 유지함' '보온을 유지함'이었다.

4. 학령후기 아동이 지각하고 있는 질병의 원인은 '부적절한 음식의 섭취' '부적절한 청결' '부적절한 보온이나 환경' '운동부족이나 신체적 무리' '불규칙한 생활습관' '병균의 침입' '정신적 스트레스'였다.
5. 학령후기 아동이 지각하고 있는 질병의 치료는 '휴식과 수면을 취함' '정신적으로 인내함' '음식을 섭취함' '청결을 유지함' '보온을 유지함' '보조약품을 복용함' '의학적 치료를 함'이었다.

이상의 결론을 통해 다음과 같은 제언을 하고자 한다.

1. 학령후기 아동의 건강개념 및 건강행위를 파악하기 위하여 더 많은 아동을 대상으로 한 연구가 필요하다.
2. 학령기 아동을 대상으로 하는 건강교육시 본 연구에서 나타난 건강개념, 건강행위, 질병원인, 질병치료에 관련된 개념들은 고려하는 것이 필요하다.

참 고 문 헌

- 강귀애 (1992). 국민학교 6학년 학생들의 건강증진행위에 관련된 요인. 이화여자대학교 교육대학원 석사 학위논문.
- 김귀분 (1991). 한국인의 건강관행에 대한 민속 과학적 접근. 이화여자대학교 대학원 박사 학위논문.
- 김미에 (1988). 학령기 아동의 질병개념에 관한 연구.

- 중앙의학, 53(4).
- 김신정, 안은숙 (1997). 여대생의 건강개념과 건강행위. 간호학회지, 27(2).
- 김영혜 (1984). 소아병실에 입원한 아동의 불안에 대한 연구. 대동간호전문대학 논문집, 4, 41-53.
- 김애경 (1994). 성인의 건강개념과 건강행위에 대한 서술적 연구. 간호학회지, 24(1).
- 신희선 (1992). 아동의 건강 및 질병개념 발달에 관한 탐색적 연구. 조선의대 논문집, 17(2), 200-209.
- 양순옥 (1990). 한국인의 건강에 대한 실체개념에 관한 연구. 이화여자대학교 대학원 박사학위논문.
- 이경자 (1988). 초·중학생을 위한 보건교육의 영역 및 주요개념 선정을 위한 일 연구. 이화여자대학교 대학원 박사학위논문.
- 이은주 (1993). 학령전기 아동의 건강/질병개념에 관한 연구. 간호학회지, 22(2).
- 이은주 (1995). 학령기 아동의 건강에 대한 담론 분석. 서울대학교 대학원 박사학위논문.
- 이정은 (1994). 학령후기 아동의 건강지각과 건강증진 행위. 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 이지원 (1989). 학령기 환자의 입원불안과 어머니의 상태불안에 관한 연구. 지산간호보건 전문대학 논문집, 7, 57-67.
- 이지원 (1997). 초등학교 6학년 아동들의 건강증진행위에 관한 연구. 최신의학, 40(12).
- 이화자 외 (1995). 아동간호학개론. 정담.
- Bibace, R., & Walsh, M. E. (1980). Developmental of children's concepts of illness. Pediatrics, 66, 912-917.
- Brodie, B. (1974). Views of healthy children toward illness. American Journal of Public Health, 64 (12), 1156-1158.
- Brown J. S., & McCreedy M. (1986). The hale elderly : Health behavior and its correlates. Research in Nursing & Health, 9, 317-329.
- Kulbok, P. A., & Baldwin, J. H. (1992). From preventive health behavior to health promotion : Advancing a positive construct of health. Advance in Nursing Science, 14(4), 50-64.
- Kasl, S. V., & Cobb, S. (1966). Health behavior ill behavior and sick-role behavior. Archives of Environmental Health, 23, 246-266.
- Laffrey, S. C. (1986). Development of health conception scale. Research in Nursing & Health, 9, 107-113.
- Mechanic, D., & Cleary, P. D. (1980). Factors associated with the maintenance of positive health behavior. Preventive Medicine, 9, 805-814.
- Natapoff, J. N. (1978). Children's views of health : A developmental study. AJPH, 68(10), 995-1000.
- Natapoff, J. N., & Essoka, G. C. (1989). Handicapped and able-bodies children's ideas of health. Journal of School Health, 59(10), 436-440.
- Patridge, E. (1966). Origins-A sbort etymological dictionary of modern English. Macmillan.
- Pender, N. J. (1987). Health promotion in nursing practice, 2nd edition, Norwalk, Appleton & Lange.
- Smith, J. A. (1981). The idea of health : A Philosophical inquiry. ANS, 3(3), 43-50.
- Wood, S. (1983). School aged children's perceptions of the causes of illness. Pediatric Nursing, March/April, 101-104.

- Abstract -

Key concept : Health concept, Health behavior, Cause of illness, Teatment of illness

An Exploratory Study on Late Schooler's Health Concept and Health Behavior

Lee, Ji Won*

The purpose of this study was to explore the late schooler's health concept and health behavior. The research was a descriptive method using a self-report questionnaire which include semi open-ended questions, the subjects were 458 late schooler's from 4 to 6 grade.

* Dept. of Nursing, Pusan Catholic College

The results were as follows :

1. Perceived health concepts were 'having no illness' 'having normal physical feature and strength' 'eating food well' 'take exercise' 'having a bright mind' 'having good interpersonal relationships' 'having strong will' 'recovering well'.
2. Perceived health behaviors to maintain health were 'taking proper exercise' 'eating proper food' 'maintaining cleanliness' 'taking sufficient rest and sleep' 'having a vigor life and positive thought' 'having good interterpersonal relationships' 'receiving health check and immunization'.
3. Health behaviors carried out at present were 'taking proper exercise' 'eating proper food' 'having a vigor life and positive thought' 'receiving health check an immunization' 'taking supplementary drugs' 'having a regular life' 'maintaining cleanliness' 'maintaining warmth'.
4. Perceived causes of illness were 'taking improper food' 'uncleanliness' 'insufficient warmth or environment' 'lack of exercise or overexertion' 'irregular life habits' 'contact with germs' 'mental stress'.
5. Perceived treatments of illness were 'having sufficient rest and sleep' 'mental relaxation' 'eating food' 'maintinging cleanliness' 'maintaining warmth' 'taking supplementary drug' 'receiving medical treatment'.