

아동의 체형 지각과 신체상 지각에 따른 부정적 정서

The Effect of Children's Perception of Body Shape and Body Image on Their Negative Emotions

천안대학교 사회복지학부
전임강사 이 영 미

Division of Social Welfare, Cheonan University
Lecturer : Young-Mi, Lee

◀ 목 차 ▶

- | | |
|----------------|-------------|
| I. 서론 | IV. 결론 및 논의 |
| II. 연구방법 | 참고문헌 |
| III. 연구결과 및 해석 | |

<Abstract>

The purpose of this study was to identify the effect of children's perception of body shape and body image on their negative emotions. The subjects were 345 3rd and 6th graders. Questionnaires were used to investigate the children's perception of their body shape and body image, and negative emotions. Data analyzed by SPSS-WIN program included mean, standard deviation, ANOVA, Scheffé's test and regression. Results were as follows. (1) The 6th graders perceived their body image more negatively than the 3rd graders did. (2) The children who perceived themselves more obesely had more negative body image and more negative emotions than those who did not. (3) There were interaction effects among the children's grade, sex and body shape perception on their body image perception. (4) The regression analysis demonstrated that children's perception of appearance was more influential on the negative emotions than their body shape perception.

주제어(Key Words): 체형 지각(body shape perception), 신체상(body image), 부정적 정서(negative emotions)

I. 서론

아동기에 걸쳐 여아는 대략 11세경, 남아는 13세경에 성장 급등기(Tanner, 1991; 정옥분, 2000, p. 100, 재인용)에 이른다. 성장 급등기 전후의 아동은 체형이 변하고 체중이 증가하는 등 신체적 변화가 급속할 뿐 아니라 아동을 둘러싼 사회적 환경이 확장되어 자신의 신체에 대한 인식도 점점 넓어진다. 특히 다른 사람의 눈에 비친 자신의 모습에 관심을 많이 갖게 되며 건강, 외모에 대한 대화나 관찰을 통해 자신의 신체에 대한 관심을 증가시키기도 한다(Rogers, 1985). 그런데 개인의 신체를 보는 방법이나 신체에 대한 만족은 그 시대의 사회문화적 기준에 의해 크게 영향을 받는다(Thomson & Heinberg, 1999)는 점을 고려할 때 현대사회의 외모 지상주의(Safire, 2000)가 아동의 신체 지각과 심리적 건강에 어떤 영향을 줄 것인가를 의문하게 된다.

조사 결과를 살펴보면 많은 수의 아동과 청소년들이 자신의 신체적 조건에 만족하지 못하고 있고 마른 몸을 지향하고 있음을 알 수 있다. 초중고생의 절반 이상은 자신의 키와 몸무게 등 체형에 대해 불만스럽게 생각하고 정상 체중인데도 뚱뚱하다고 생각하는 여학생이 많았다(소년조선일보, 2001, 10, 22). 10대의 여학생들은 대다수(83.3%)가 자신의 체형에 불만족했고(김연희, 1992), 아동들 역시 조사대상 아동의 과반수는 날씬해지고 싶다는 바람을 가지고 있고 체중을 조절하려는 의도를 가졌던 것으로 나타났다(이영미, 2004).

이처럼 신체적 조건에 불만족하고 마른 몸을 지향하는 태도는 개인의 자아 발달이나 심리적 적응에 부정적인 영향을 줄 수 있다. 선행 연구에 따르면 체형이 비만할수록 아동 및 청소년의 신체상이 부정적(이옥련, 1985; 정승교, 박종성, 1997; 정승교, 1998)이었고, 청소년의 신체존중감(이정숙, 2001; 조지숙, 1992)이 낮았으며 우울 정도가 높았다(강정원, 박찬욱, 박형원, 정혜숙, 박영룡, 1994; 정승교, 박종성, 1997). 신체 및 용모에 대한 지각을 하위적으로도 포함하고 있는 자아존중감을 우울과 관련지어 연구한 결과(최영희, 박영애, 박인전, 신민섭, 2002)도 아

동의 신체 및 용모에 대한 지각이 우울과 부적 상관관계가 있다고 보고하였다. 20대 여성의 경우 자신의 키와 체중에 대한 왜곡수준이 높을수록 신체에 불만족하였는데(김선희, 2003) 체형 지각과 이상형 체형간의 불일치는 신체상에 대한 불만족을 야기하고 이는 우울 등의 부정적 정서로 이어진다(McCarthy, 1989)고 지적되었다. 반면 청소년의 신체상이 긍정적인일수록 대인불안 수준은 낮았으며(박경애, 2002) 자아존중감이 유의하게 높았고(박경애, 2002; 장귀현, 2002; 조지숙, 1992) 우울 정도는 유의하게 낮았다(정승교, 1998; 정승교, 박종성, 1997). 신체불만족과 자아존중감 및 우울간의 상관이 모두 유의하지 않았던 연구 결과(안소연, 오경자, 1995)도 있었지만 다수의 연구들은 체형 지각 및 신체상 지각이 개인의 정체성, 자존감, 자기가치감을 비롯해 개인의 심리적 적응, 태도, 행동과 관계가 있음을 시사해준다. 이와 같은 여자 중고등학생이나 여자 대학생(강정원 외 4인, 1994; 김연희, 1992; 김재숙, 이미숙, 김은정, 이혜원, 2000; 박경애, 2002; 박충선, 한유정, 1998; 이정숙, 2001; 장귀현, 2002; 정승교, 1998; 정승교, 2001; 정승교, 박종성, 1997; 조선진, 김초강, 1997; 조지숙, 1992; 홍은경 외 3인, 1997)을 대상으로 한 연구들은 신체상 지각이 특히 여자 청소년 및 여성들에게 미치는 부정적 영향을 조명해준다. 그런데 성장기의 아동은 특히 신체적 변화가 급속하고 타자의 반응에 매우 민감한 시기에 있다. 뿐만 아니라 성인이나 청소년 못지않게 각종의 대중 매체에 널리 노출되고 있으므로 아동자신의 신체에 대한 지각이 아동들의 심리적 적응에 어떤 영향을 주는가를 검토할 필요가 있다.

신체적 요인을 다루었던 선행 연구들은 신체적 요인을 측정하기 위해 신체에 대한 주관적 평가를 선택한 경우도 있고 객관적 평가를 선택한 경우도 있다. 신체에 대한 주관적 평가를 파악하기 위해 선행연구에서는 체형 지각(정승교 1998, 2001; 정승교, 박종성, 1997; 조선진, 김초강, 1997)이나 신체상 지각(박경애, 2002; 우정숙, 1993; 이분옥, 1999; 장귀현, 2002; 정승교, 1998; 정승교, 박종성, 1997; 조지숙, 1992)을 조사하였다. 객관적 평가를 얻기 위해서

는 실측한 신장과 체중을 기초로 한 비만도(정승교, 1997, 2001; 정승교, 박종성, 1998)나 BMI(Body Mass Index)(박충선, 한유정, 1998; 조선진, 김초강, 1997; 홍은경 외 3인, 1997)를 이용하거나 타인이 평가한 신체적 매력(조지숙, 1992)을 이용하였다. 연구에 따르면 10대 여학생들은 자신의 체형을 실제보다 확대 해석하고 있으며 실제 체형보다 자신의 지각 정도에 따라 체중조절을 시행한다(정승교, 1998). 이처럼 주관적 지각에 따라 행동이 결정되고, 자존감을 설명하는데 있어서 주관적 측정치인 신체상이 객관적 측정치인 신체적 매력보다 더 큰 비중을 차지한다(조지숙, 1992)는 점을 고려할 때 아동이 지각한 신체적 요인을 평가하기 위해서는 신체에 관한 객관적 측정치보다는 주관적 지각에 의한 측정치가 더 유용할 것으로 사료된다. 따라서 이 연구는 아동이 지각한 신체적 요인을 측정하기 위해 체형 지각 및 신체상 지각을 평가하고자 한다. 그리고 신체상은 신체의 크기 지각이라는 지각적 요인과 신체 및 외모 전반에 관한 평가와 태도 등의 주관적 요인의 두 가지 측면(Cash & Brown, 1987)이 있다고 제안되었다. 실제 신체적 요인을 외모와 능력으로 구분할 때 신체적 기능이나 능력보다는 외모가 자아존중감에 더 큰 영향을 주었다(장귀현, 2002; Adams, 1977). 이처럼 신체적 요인은 신체적 외모와 능력 등을 포함하고 개인의 심리적 적응과 관계의 양상이 다르다. 그러나 대부분의 연구들은 신체상, 신체존중감, 체형 지각 등으로 개념을 통합하여 접근하고 결과를 설명하고 있다. 신체적 요인을 신체 외모나 기능과 능력 등으로 세분화하여 다룬다면 지각된 신체 요인에 따른 영향을 더 구체적으로 파악하고 설명할 수 있을 것이다. 따라서 이 연구는 신체 크기 및 외형에 관한 지각인 체형 지각과 신체에 대한 주관적 지각 및 평가라고 볼 수 있는 신체상 지각을 구별하고 신체상 지각도 그 하위 요소를 신체외모, 신체기능, 신체변화에 대한 소망 등으로 세분화하여 다루고자 한다. 그리고 선행 연구들에서 신체적 요인의 영향을 파악하기 위해 대개 자아존중감과 우울을 종속변수로 검토했는데 자아존중감은 신체에 대한 지각과 평가를 포함(Harter, 1982)하

므로 신체상과 중복되는 부분을 포함하고 있다. 따라서 아동을 대상으로 신체적 요인의 영향을 규명하기 위해서는 우울 성향을 검토하는 것이 더 적합할 것으로 보인다. 그러므로 이 연구는 신체적 요인의 영향을 파악하기 위해 우울성향을 변수로 선택한다. 단, 우울성향(Kovacs, 1981) 중 행동적 요인이나 생리적 요인을 제외하고 심리적 정서적 요인만을 고려하고자 하므로 우울정서나 자기부정적 태도 등의 부정적 정서를 검토하려 한다.

그리고 대부분의 연구들은 연구 대상의 성별이나 연령에 따라 신체 지각 및 신체 지각과 심리적 적응간의 관계를 다소 다르게 보고하였다. 연구 결과에 의하면 10대의 여학생들은 10대의 남학생들보다 신체상을 더 부정적으로 지각했고(박경애, 2002; 신태호, 1996; 우정숙, 1993; 이분옥, 1999; 이영미, 2004; 이정숙, 2001; 조지숙, 1992; Thelen, Powell, Lawrenu, & Kuhnert, 1992) 고학년은 저학년에 비해 신체상을 더 부정적으로 지각하였다(우정숙, 1993; 이분옥, 1999; 이영미, 2004; Thelen, et al, 1992). 또한 신체상은 자아존중감과 유의한 상관이 있되 그 관계가 여아 집단에서만 나타났었다(우정숙, 1993). 반면 성별에 따라 신체상이 다르지 않았다(박충선, 한유정, 1998)는 결과도 있었고 중고생의 경우 학년에 따라서는 신체상에 차이가 없었다(박충선, 한유정, 1998; 정승교, 박종성, 1997; 조지숙, 1992)는 결과도 있었다. 이렇게 체형 지각 및 신체상 지각과 심리적 적응간의 관계가 대상의 성별이나 나이에 따라 다양한 양상을 보였으므로 아동의 경우도 성별 효과 및 연령 효과를 검토할 필요가 있다.

이에 따라 이 연구는 아동의 신체상 지각이 아동의 성별과 학년, 체형 지각에 따라 다른지를 알아보고 체형 지각에 따라 부정적 정서가 다른지를 알아본다. 그리고 아동의 체형 지각 및 신체상 지각이 부정적 정서 경험에 미치는 영향력을 검토하고자 한다. 이를 통해 아동들의 신체적 자아 개념을 조망할 수 있으며 신체에 대한 고정관념이 아동의 신체상 지각에 미친 영향을 가늠할 수 있을 것이다. 또한 그러한 체형 지각 및 신체상 지각에서 비롯하는 심리적 결과를 파악함으로써 건강한 신체상을 형성하도

록 돕기 위한 기초 자료를 제공할 수 있을 것이다.

이를 위한 연구문제는 다음과 같다.

- 연구문제1. 아동의 성별, 학년, 체형 지각에 따라 신체상 지각이 유의한 차이가 있는가?
 연구문제2. 아동의 성별, 학년, 체형 지각에 따라 부정적 정서가 유의한 차이가 있는가?
 연구문제3. 아동의 체형 지각 및 신체상 지각에 따른 부정적 정서의 설명력은 어떠한가?

II. 연구방법

1. 연구대상

이 연구의 조사 대상은 초등학교 3학년과 6학년의 남녀 아동이며 총 350명이었고 1개 초등학교에서 각 학년별로 5개 반씩 선택하였다. 부실 기재된 자료를 제외하고 345명의 응답 자료를 분석에 포함시켰다. 연구 대상의 일반적 특성을 살펴보면 응답한 아동은 3학년이 약 57%(196명), 6학년이 약 43%(149명)이었으며 남학생이 약 59%(204명), 여학생이 약 41%(141명)으로 각 반별로 모두 여학생에 비해 남학생의 수가 많았다. 응답 아동의 가정환경을 파악하기 위해 부모의 학력을 알아본 결과 아버지의 경우 대졸 이상이 53.6%(185명)으로 고졸이하인 33.9%(117명)보다 많았다. 어머니의 경우는 고졸이하가 49.0%(169명)으로 대졸 이상인 38.0%(131명)보다 더 많았다. 그리고 아동을 통해 가정환경을 파악하기 위해 부모의 직업을 조사하였고 담임교사를 통해 아동 가정의 경제적 수준을 파악하였다. 부모의 직업이나 가정의 경제수준은 분석에서 고려하지 않으므로 상세한 구분은 하지 않았다. 단지 조사대상 아동의 부모가 국민기초생활보장법에 의한 수급대상인지를 검토하였는데 수급대상 가정의 아동은 없었다.

2. 연구도구

연구도구는 선행연구에 기초하여 체형 지각 및

신체상 지각 척도, 부정적 정서 척도를 구성하여 질문지 조사를 실시하였다.

1) 체형 지각 및 신체상 지각 척도

체형 지각(정승교, 박종성, 1997) 및 신체상 지각(조지숙, 1992; Mendelson & White, 1982)을 측정하기 위한 질문지는 선행 연구에서 사용되었던 도구를 기초로 구성하였다. 체형 지각을 묻는 질문은 정승교, 박종성(1997)의 연구와 같이 1개 문항으로 제시하였다. 자신의 몸이 어떻다고 생각하는지를 '1. 매우 뚱뚱하다', '2. 뚱뚱하다', '3. 보통이다', '4. 말랐다', '5. 매우 말랐다'의 5개 응답 중 하나에 표시하도록 하였다. 응답에서 1과 2는 뚱뚱한 체형, 3은 보통 체형, 4와 5는 마른 체형의 집단으로 부호화하여 체형 지각 집단을 구분하였다.

신체상을 측정하는 척도에는 전반적인 외모 점수에 의존하는 것과 신체 각 부위별 평가에 의존하는 것이 있다(조지숙, 1992). 전자에 해당되는 대표적 척도로 Mendelson과 White(1982)의 'Body-Esteem Scale'이 있는데 조지숙(1992)은 Mendelson과 White(1982)의 척도에서 24문항 중 유사한 문항을 통합·수정하여 12문항으로 구성된 4점 리커트 타입 척도를 작성하였다. 이 연구에서는 조지숙(1992)의 도구(내적 일관성 Cronbach's $\alpha=.70$)를 기초로 하고 신체변화에 대한 소망을 측정하기 위한 문항을 추가하였다. 신체상 지각을 측정하기 위한 질문은 총 15문항으로 구성하였고 신체외모(7문항), 신체기능(4문항), 신체 변화의 소망(4문항)의 하위 범주로 구분되었다. 질문에 대한 응답은 4점 리커트 타입으로 제시하였고 점수가 높을수록 신체외모 및 신체기능을 긍정적으로 지각하는 것이며 신체 특징을 바꾸고 싶은 소망이 적고 현재의 신체상을 수용하고 있음을 의미한다. 이 연구대상의 신체상 지각의 평균은 36.47, 표준편차는 6.05였고 최저 18점에서 50점까지 분포하였다.

신체상 지각을 측정하는 질문(14문항)¹⁾의 내적 일관성은 Cronbach's $\alpha=.74$ 였고, 하위 범주의 내적 일관성은 신체외모는 Cronbach's $\alpha=.70$, 신체기능은 Cronbach's $\alpha=.70$, 신체변화에 대한 소망 Cronbach's

s $\alpha=.65$ 이었다. 질문지를 구성한 후 초등학교 2-5학년 아동에게 읽도록 하고 모르는 낱말이나 내용이 있는지를 검토하고 일부 용어를 수정하였다.

2) 부정적 정서 척도

부정적 정서에 관한 질문은 Kovacs(1981)가 개발한 아동용 우울 검사(Children's Depression Inventory: CDI)를 기초로 구성하였다. CDI는 자기 스스로 자신의 우울 정도를 보고하는 총 27문항으로 된 자가 우울 평정척도로, 우울의 주요 증상을 나타내는 우울 정서(5문항), 행동장애(7문항), 흥미상실(7문항), 자기비하(4문항), 생리적 증상(4문항)으로 구성(총 27문항)되어 있다. 각 문항은 우울 정도의 심각성에 따라 세 문장으로 증세가 제시된다. 예를 들어 '나는 가끔 슬프다', '나는 자주 슬프다', '나는 항상 슬프다'로 구분되어 있다. 이들 세 문장 중에서 지난 2주간 경험한 증세를 가장 잘 나타내는 문장을 선택하도록 되어 있다. 이 연구에서는 CDI의 하위 범주 중 생리적 증상과 행동 장애에 관한 내용을 제외하고 흥미상실(5문항), 자기비하(4문항), 우울정서(3문항) 범주만을 선택하여 12문항의 부정적 정서 척도로 구성하였다. 각 문항의 점수 범위는 1점에서 3점이며 점수가 높을수록 부정적 정서가 높다는 것을 나타낸다. 이 연구대상자의 부정적 정서의 평균은 16.89, 표준편차는 3.44이었으며 최저 12점에서 33점까지 분포하였다. 12문항으로 구성된 부정적 정서 척도의 내적 일관성은 Cronbach's $\alpha=.77$ 이었다.

3. 자료의 수집 및 분석

질문지의 구성내용과 실시방법을 각반 담임교사에게 설명한 후 담임 교사가 각 교실에서 질문지를 실시하고 일괄 수거하도록 하였다. 수집된 자료는 SPSS11.0 for Windows를 이용하여 분석하였다. 분석 방법은 빈도분포와 백분율, 평균과 표준편차, 분산 분석과 Scheffé검증, 회귀분석을 적용하였다.

III. 연구결과 및 해석

1. 아동의 성별과 학년, 체형 지각에 따른 신체상 지각

1) 아동의 신체상 지각의 일반적 경향

아동의 신체상 지각의 일반적 경향을 살펴보기 위해 신체상 지각의 평균과 표준편차를 산출하였다. 신체상 지각의 총평균은 36.47, 표준편차는 6.05로 나타났다으며 총평균을 척도평균으로 환산하면 2.61이었다. 아동들의 신체상 지각의 일반적 경향은 긍정적 평가와 부정적 평가의 중간에 있다고 볼 수 있다.

신체상 지각의 하위범주별 평균(표준편차)는 각각 신체외모는 17.86(3.68), 신체기능은 11.89(2.59), 신체변화는 6.73(2.00)으로 나타났다. 신체상 지각의 문항수에 비례하여 척도평균을 산출하면 신체외모는 2.55, 신체기능은 2.97, 신체변화는 2.24이다. 척도평균에 의하면 응답아동들은 현재 자신의 신체적 특징을 수용하기보다는 변화를 원하고 신체외모에 대해서는 긍정적 평가와 부정적 평가의 경계상에 있으며 신체기능에 대해서는 비교적 긍정적으로 평가하고 있는 것으로 볼 수 있다.

2) 아동의 성별과 학년, 체형 지각에 따른 신체상 지각의 차이

아동의 성별과 학년, 체형 지각에 따라 신체상 지각이 다른지를 분석한 결과는 <표 1>과 같다. 아동의 학년에 따라 신체상 지각이 의미있는 차이(F=57.40, p<.001)를 보였고, <표 2>에 의하면 6학년 아동은 3학년 아동에 비해 상대적으로 자신의 신체상을 더 부정적으로 지각하는 것으로 나타났다. 신체상의 하위영역별로 살펴보면 신체외모 지각(F=43.52, p<.001), 신체기능 지각(F=25.27, p<.001), 신체변화에 대한 소망(F=16.44, p<.001)은 모두 3학년 아동과 6학년 아동간에 의미있는 차이를 보였다. <표 2>와 같이 6학년 아동은 3학년 아동보다 자신의

1) 전체문항은 15문항인데 1개의 개방형 질문을 제외하고 문항의 내적 일관성을 산출하였다.

〈표 1〉 아동의 성별과 학년, 체형 지각에 따른 신체상 지각의 차이

변량원	신체외모	신체기능	신체변화	신체상 지각
학 년	F=43.52***	F=25.27***	F=16.44***	F=57.40***
성 별	F=1.01	F=.15	F=14.10***	F=.17
체형지각	F=11.26***	F=.80	F=35.10***	F=16.16***
학년*성별	F=1.45	F=.00	F=5.97*	F=.13
학년*체형지각	F=.66	F=.69	F=3.38*	F=.43
성별*체형지각	F=1.11	F=1.22	F=.17	F=1.26
학년*성별*체형지각	F=1.16	F=2.02	F=3.07*	F=3.34*

* p<.05, ** p<.01, *** p<.001

〈표 2〉 아동의 학년에 따른 신체상 지각의 평균과 표준편차

학년	사례수 ^a	신체외모	신체기능	신체변화	신체상 지각
3학년	175	19.15(3.63)	12.57(2.45)	7.05(2.02)	38.78(5.73)
6학년	143	16.19(3.03)	11.04(2.52)	6.32(1.91)	33.64(5.18)
계	318	17.86(3.68)	11.89(2.59)	6.73(2.00)	36.47(6.05)

a. 신체상 지각의 하위 범주별로 결측치가 다르므로 사례수는 다소 변동이 있음

〈표 3〉 아동의 성별에 따른 신체상 지각의 평균과 표준편차

학년	사례수 ^a	신체외모	신체기능	신체변화	신체상 지각
남	186	17.75(3.75)	11.89(2.66)	7.01(1.94)	36.66(6.17)
여	132	18.00(3.58)	11.89(2.50)	6.31(2.01)	36.20(5.89)
계	318	17.86(3.68)	11.89(2.59)	6.73(2.00)	36.47(6.05)

a. 신체상 지각의 하위 범주별로 결측치가 다르므로 사례수는 다소 변동이 있음

신체외모나 신체기능 및 건강을 더 부정적으로 지각했고 현재의 신체 특징을 덜 수용하는 태도를 나타냈다. 즉 연령이 증가할 때 자신의 신체에 대한 긍정적 지각이 약화되는 것으로 해석할 수 있다.

아동의 성별에 따라서는 신체상 지각이 의미있는 차이가 없었고 하위 영역 중 신체변화의 소망만이 남아와 여아간에 의미있는 차이를 보였다(F=14.10, p<.001). 〈표 3〉과 같이 여아는 남아보다 현재의 자기 신체적 특징을 변화시키고 싶다는 소망이 더 높았다.

체형 지각에 따라서는 신체상 지각(F=16.16, p<.001)이 의미있는 차이를 보였다(표 1). 신체상 지각의 하위영역 중 신체외모 지각(F=11.26, p<.001)과 신체변화에 대한 소망(F=35.10, p<.001)이 체형 지각

에 따라 의미있는 차이를 보였고 신체 기능에 대한 지각은 체형 지각에 따라 의미있는 차이가 없었다. 〈표 4〉와 같이 자신을 뚱뚱한 체형으로 지각하는 아동들은 다른 집단의 아동에 비해 자신의 신체외모를 더 부정적으로 지각했고 신체변화를 소망하는 것으로 나타났다.

사후분석결과(표 4)에 의하면 자신을 뚱뚱하다고 지각하는 아동은 그렇지 않은 아동에 비해 전반적 신체상이 더 부정적이며 자신의 외모를 더 부정적으로 지각했다. 척도평균값(2.32)에 의할 때 자신을 뚱뚱하다고 지각하는 아동은 신체외모에 대해 다소 부정적으로 평가하는 것으로 볼 수 있다. 반면 자신을 보통 체형으로 지각하는 아동과 마른 체형으로

〈표 4〉 이동의 체형 지각에 따른 신체상 지각의 평균과 Scheffé 검증

학년	사례수 ^a	신체외모	신체기능	신체변화	신체상 지각
똥똥한	98	16.23(3.50) a	11.40(2.63)	5.50(1.63) a	33.30(5.41) a
보통	148	18.68(3.38) b	12.15(2.56)	6.86(1.85) b	37.68(5.89) b
마른	90	18.10(3.79) b	11.98(2.57)	7.86(1.91) c	37.72(5.77) b
F값		14.31***	2.59	40.74***	18.91***

*** p<.001

a. 신체상 지각의 하위 범주별로 결측치가 다르므로 사례수는 다소 변동이 있음

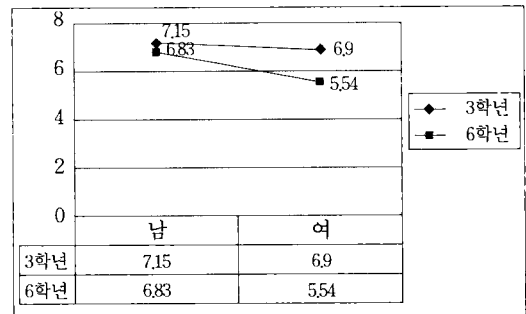
지각하는 아동간에는 전반적 신체상 지각과 신체외모 지각에 의미있는 차이가 없었다. 신체변화에 대한 소망은 아동의 체형 지각에 따라 상호 차이를 보여 자신을 똥똥하다고 지각하는 아동일수록 자신의 현재 신체를 덜 수용하는 것으로 나타났다. 특히 자신을 똥똥하다고 지각하는 아동의 경우 척도평균(1.83)에 의할 때 자신의 신체적 특징에 대한 수용이 매우 낮고 변화에 대한 소망이 매우 높은 것을 알 수 있다. 아동의 체형 지각에 따라 신체기능을 지각하는 것은 차이가 없었고 신체외모 및 전반적 신체상 지각에서는 자신을 똥똥하다고 지각하는 아동만이 다소 부정적이지만 신체변화에 대한 소망은 체형 지각에 따라 상호 모두 달랐다. 이는 아동들이 자신의 외모나 신체건강에 대한 평가와 관계없이 더 마른 체형을 지향하고 있음을 보여준다. 아동이 자신의 신체기능 및 건강에 대한 자신감을 가지고 있더라도 똥똥하다고 지각할수록 자신의 외모를 부정적으로 평가하고 그 결과, 변화를 간절히 소망하고 있다고 볼 수 있다.

독립변인간의 상호작용 효과를 살펴보면 신체상 지각의 하위 영역 중 신체변화에 대한 소망은 학년과 성별의 상호작용 효과(F=5.97, p<.05), 학년과 체형 지각의 상호작용 효과(F=3.38, p<.05)가 나타났다. 그리고 전체의 신체상 지각은 학년과 성별, 체형 지각의 상호작용 효과(F=3.34, p<.05)가 나타났다.

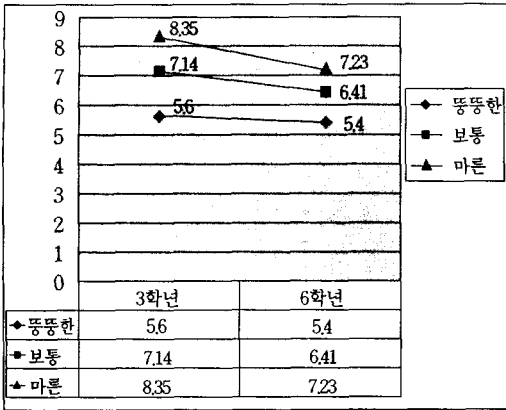
〈그림 1〉에서 보듯이 남아에 비해 여아는 학년이 높아질수록 신체 변화에 대한 소망이 더 강하였다. 남아와 여아간에 자신의 신체외모와 건강을 지각하고 평가하는데 있어서는 차이가 없는데도 연령이 증가할수록 여아는 현재의 자기 신체에 대해 변화의

열망이 더 강해진다는 점이 주목된다. 이러한 결과는 학동기 동안 연령이 증가할수록 아동들은 외모나 신체기능 등 신체 전반에 대한 긍정적 지각이 감소하고 있음을 보여주며 여아의 경우 특히 자신의 신체특징에 대한 수용의 태도가 더 줄어들고 있음을 보여준다.

또한 〈그림 2〉와 같이 학년과 체형 지각에 따라 신체변화의 소망이 상호작용효과를 보여 자신을 똥똥하다고 지각하는 아동은 저학년이나 고학년이나 모두 자신의 현재 신체특징을 수용하는 정도가 매우 낮고 변화에 대한 소망이 높다. 또한 자신을 마른 체형으로 지각하는 아동도 연령이 증가하면서 자신의 신체특징에 대한 수용이 낮아지고 있다. 결국 자신을 똥똥한 체형으로 지각하는 아동은 고학년 아동이나 저학년 아동 모두 자신의 신체상을 부정적으로 지각하는 경향이 높고 자신을 똥똥한 체형으로 지각하지 않더라도 아동들은 고학년이 되면서 현재의 키나 몸무게를 덜 수용하고 마른 체형을



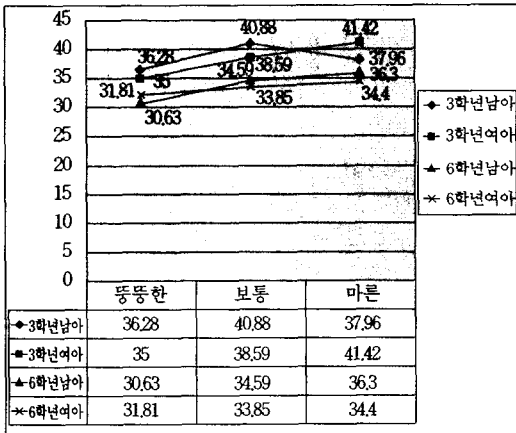
〈그림 1〉 학년과 성별에 따른 신체변화의 소망: 상호작용 효과



〈그림 2〉 학년과 체형 지각에 따른 신체변화의 소망: 상호작용효과

지향하고 있는 것이다.

신체상 지각 전체는 〈그림 3〉에서 보듯이 아동의 학년과 성별, 체형 지각의 상호작용 효과가 나타났다. 자신을 똥똥한 체형으로 지각하는 경우 아동들은 자신의 신체를 다소 부정적으로 지각하였으며 이러한 경향은 저학년보다 고학년인 경우에 그리고 같은 학년인 경우 남아보다 여아인 경우에 더 뚜렷했다. 척도평균(2.19)에 의하면 똥똥한 체형의 고학년 여아가 자신의 신체상을 더 부정적으로 지각하고 있음을 알 수 있다.



〈그림 3〉 학년과 성별, 체형 지각에 따른 신체상 지각: 상호작용효과

한편 저학년 남아를 제외한 다른 아동들은 자신을 마른 체형으로 지각할 때 다른 체형의 아동보다 신체상 지각이 상대적으로 더 긍정적이었다. 저학년 남아의 경우는 자신을 보통 체형으로 지각할 때 다른 체형의 아동보다 더 긍정적 신체상을 소유했다.

2. 아동의 성별과 학년, 체형 지각에 따른 부정적 정서의 차이

응답아동들의 부정적 정서의 평균은 16.89, 표준편차는 3.44이었다. 부정적 정서의 척도평균(1.40)에 의하면 아동들의 응답은 부정적 정서 경험이 없다는 평가와 부정적 정서를 자주 경험한다는 평가의 중간에 해당하는 것으로 나타났다.

아동의 성별과 학년, 체형 지각에 따라 부정적 정서가 다른지를 분석한 결과는 〈표 5〉와 같다. 아동의 체형 지각에 따라 부정적 정서($F=4.81, p<.01$)는 의미있는 차이를 보였고 성별이나 학년에 따라서는 의미있는 차이를 보이지 않았다.

사후분석결과(표 6) 자신을 똥똥하다고 지각하는 집단은 자신을 보통 체형이라고 생각하거나 마른 체형이라고 지각하는 집단보다 부정적 정서를 더 많이 경험한 것으로 나타났다. 반면 자신을 마른 체형으로 지각하는 집단은 부정적 정서 경험에서 다른 집단의 아동과 의미있는 차이가 없었다. 이 결과는 자신을 똥똥하다고 지각하는 아동들이 다른 체형의 아동에 비해 상대적으로 자신의 가치를 낮게 평가하고 자기를 부정하며 우울 정서를 더 많이 느끼게 될 수 있음을 보여준다.

3. 아동의 체형 지각과 신체상 지각에 따른 부정적 정서

아동의 체형 지각과 신체상 지각에 따른 부정적 정서 경험의 설명력을 검토하기 위하여 회귀분석을 실시하였다. 앞서 실시한 분석에서 아동의 신체상 지각과 그 하위범주가 모두 아동의 학년에 따라 차이를 보였으므로 아동의 학년을 포함하여 회귀분석을 실시하였다.

〈표 5〉 아동의 학년, 성별, 체형 지각에 따른 부정적 정서의 차이

변량원	자승합	자유도	평균자승합	F
학년	15.53	1	15.53	1.36
성별	7.039E-02	1	7.039E-02	.01
체형지각	110.10	2	55.05	4.81**
학년*성별	2.67	1	2.67	.23
학년*체형지각	31.89	2	15.95	1.39
성별*체형지각	9.54	2	4.77	.42
학년*성별*체형지각	32.27	2	16.14	1.41
잔차	3512.61	307	11.44	

** p<.01

〈표 6〉 아동의 체형 지각에 따른 부정적 정서의 평균과 Scheffé 검증

체형지각	사례수	부정적 정서 평균(표준편차)	Scheffé
똥똥한	92	17.84(3.56)	a
보통	145	16.25(2.71)	b
마른	82	16.96(4.19)	a b

분석결과(표 7)를 보면 아동의 학년과 체형 지각 및 신체상 지각에 따른 아동의 부정적 정서 경험의 설명력은 $R^2 = .25$ 이었다. 신체상 지각의 하위범주 중 신체외모 지각의 β 값이 $-.43(p<.001)$ 이었고 이어서 신체기능의 β 값이 $-.18(p<.001)$, 학년의 β 값이 $-.16(p<.01)$ 로 나타났다. 신체외모에 대한 지각이 부정적일수록 아동의 부정적 정서 경험이 높았으며 신체건강에 대한 지각이 부정적일수록 그리고 학년이 높을수록 부정적 정서 경험이 높은 것이다. 이처럼 신체적 요인과 아동의 부정적 정서 경험의 관계에 있어서 아동이 자신의 신체외모를 어떻게 지각하는가가 아동의 부정적 정서를 가장 많이 설명하는 요인이며, 그 다음으로는 아동의 신체기능 및 건강에 대한 지각과 아동의 연령이 중요한 설명 요인임을 알 수 있다.

IV. 결론 및 논의

아동의 신체 지각 및 평가가 아동의 심리적 건강

〈표 7〉 아동의 체형지각과 신체상 지각에 따른 부정적 정서

부정적 정서			
변인	B	Beta	t
상수	29.58		19.33***
학년	-1.09	-.16	-2.80**
체형지각	1.969E-02	.01	.07
신체외모	-.41	-.43	-7.11***
신체기능	-.24	-.18	-3.10**
신체변화	-.14	-.08	-1.43
$R^2 = .25$			
$F(5, 289) = 19.60***$			

* p<.05, ** p<.01, *** p<.001

에 어떤 영향을 주는가를 알아보기 위하여 초등학교 3학년과 6학년 남녀 아동 345명을 대상으로 아동의 성별과 학년에 따른 신체상 지각의 특징을 알아보고 체형 지각과 신체상 지각에 따른 부정적 정서의 관계를 분석하였다. 연구문제에 따른 결론 및 논의는 다음과 같다.

첫째, 학년 및 성별에 따라 아동의 신체상 지각이 부분적으로 다르다. 저학년 아동보다 고학년 아동은 자신의 신체외모와 신체기능에 대한 긍정적 태도가 감소하고, 현재의 신체적 특징을 덜 수용하고 변화를 바란다. 남아와 여아간에 자신의 외모와 신체기능에 대한 지각은 다르지 않으나, 남아보다 여아는 현재보다 키가 더 크고 몸무게는 더 줄어 들기를 원하며 가능하다면 외모를 바꾸고 싶어한다. 이 결과

는 고학년 아동은 저학년 아동에 비해(우정숙, 1993; 이분옥, 1999; 이영미, 2004; Thelen, et al., 1992) 그리고 여아는 남아에 비해(신관호, 1996; 우정숙, 1993; 이분옥, 1999; 이영미, 2004; 이정숙, 2001; 조지숙, 1992; Thelen, et al., 1992) 신체상을 부정적으로 지각하였다고 보고한 선행 연구의 결과와 부분적으로 일치한다. 그리고 여자 중고생의 경우 대다수가 자신의 키나 체중에 만족하지 않고 있다는 조사 결과(김연희, 1992; 홍은경 외 3인, 1997)와 일관된다.

이러한 결과는 개인내적 요인과 개인외적 요인의 두 가지 측면으로 논의될 수 있다. 하나는 이 아동들이 신체발달상 체형이 변하고 체중이 증가하는 등의 신체적 변화에 당면하여 외모를 부정적으로 평가하고 변화를 소망할 결과일 수 있다. 다른 하나는 신체외모에 대한 사회적 기준과 압력이라는 요인을 제기할 수 있다. 큰 키와 마른 몸을 더 우월하게 간주하며 마른 체형을 선호하는 사회적 분위기의 영향이 있고 더불어 인지적으로 자신을 객관적으로 평가하는 능력이 증가하면서 나이가 어릴수록 나이가 어린 아동보다 자신의 신체를 더 부정적으로 평가하게 되었다고 볼 수 있다. 또한 남아에 비해 여아들이 신체적 변화를 더 원하고 있다는 점은 대부분의 문화권에서 성별에 따라 평가 기준이 다르다(Secord & Jourad, 1953), 여성의 경우에는 남성과 달리 전통적으로 외적인 미가 평가 기준이 되고 외모가 매우 중요한 차원으로 지각된다는 사실과 일관된다. 우리나라의 청소년기의 여학생을 주 대상으로 하는 하이틴 잡지에서 여성의 신체나 외모를 어떻게 다루고 있는가를 분석한 연구(최경숙, 2001)는 하이틴 잡지들이 1990년대 이후 여성의 매력과 서구적 외모, 서구 여성의 신체조건을 동일시하면서 특히 여학생들에게 서구적 외모를 갈망하도록 이끌고 있음을 보여준다(이영미, 2004). 즉 여자의 경우 신체외모에 대한 사회적 기준이 더 강조되고 있다고 볼 수 있다. 실제 남자들보다 여자들이 다이어트에 대해 더 관심이 높고 정상체중인 여학생의 상당수가 다이어트 등을 통해 체중감량을 시도(신철, 2003)한다는 사실은 남아보다 여아들이 신체외모와

관련한 사회적 압력을 더 경험하고 있음을 간접적으로 지지해준다.

둘째, 아동의 체형 지각에 따라 신체상 지각이 다르다. 자신을 뚱뚱하다고 지각하는 아동은 신체기능 및 건강에 대한 자신감은 다른 아동과 다르지 않지만, 보통 체형인 아동보다 상대적으로 자신의 외모를 더 부정적으로 지각하고 신체적 변화를 더 원한다. 그리고 주목되는 것은 자신을 보통 체형이라고 지각하는 아동은 마른 체형인 아동과 외모 지각이 다르지 않더라도 신체변화에 대한 갈망은 더 높다는 점이다. 보통 체형의 아동들은 자신의 외모를 부정적으로 지각하지 않더라도 더 마른 체형을 지향하고 있음을 보여주는 것이다. 이 결과는 비만학생이 부정적 신체상을 가지고 있다는 연구 결과(이옥련, 1985) 및 20대 여성의 경우 키와 체중에 대한 왜곡수준이 높을수록 신체에 불만족하고 있다(김선희, 2003)는 연구와 일관된다. 또한 여대생의 경우 비만도에 따라 신체상이 다르고 체형 지각에 따라 신체상이 다르다고 보고한 연구(정승교, 2001)와도 일관된다. 객관적 지표에 의해서든 또는 주관적으로 지각하든 뚱뚱한 체형으로 지각하고 평가하는 경우는 자신이 마른 체형이거나 보통 체형이라고 지각하는 경우보다 자신의 신체상을 덜 긍정적으로 지각하는 것이다.

이상적 신체형은 사회 문화적 맥락에 의해 결정되며 개인의 신체를 보는 방법이나 신체에 대한 만족도 또한 그 시대의 사회문화적 기준에 의해 크게 영향을 받는다(Thomson & Heinberg, 1999). 그런데 현대사회는 신체적 매력을 너무 강조하여 비만을 매력이 없다고 간주하는 견해가 팽배하다(Rodin, 1993). 우리 사회도 과거에 비해 야윈 체형을 선호하는 경향이 있으며 마른 체형을 아름다움 또는 신체적 매력과 동일시하는 경향이 있다. 뚱뚱한 몸에 대한 비판적인 시각과 마른 몸에 대한 가치부여의 풍조의 직간접적 영향 때문에 정작 자신을 뚱뚱하다고 지각하는 아동들은 신체기능에 대한 지각이 다른 아동과 다르지 않더라도 현재의 자신의 신체를 수용하기보다는 신체적 변화의 소망을 강하게 가지게 된 것으로 볼 수 있다. 자신의 신체에 대한

부정적 이미지는 직간접적으로 다이어트 행동을 유발(김재숙 외 3인, 2000)할 뿐 아니라 아동의 자아개념 및 정신건강에 위협요소가 될 수 있으므로 아동이 건강한 신체에 대한 바른 인식을 갖도록 도움 필요가 있고 비만한 아동들을 대상으로 한 적절한 건강 교육이 요구된다.

셋째, 아동의 체형 지각에 따라 부정적 정서가 다르다. 자신을 뚱뚱하다고 지각하는 아동은 그렇지 않은 아동보다 자기부정적인 태도가 상대적으로 높고 보통 체형이라고 지각하는 아동보다 우울한 기분이나 외로움을 더 느낀다. 이 점은 아동이 자신을 뚱뚱하다고 지각할수록 신체존중감이 낮았던 결과와 일관되며 여중생(정승교, 1998)이나 여대생(정승교, 박종성, 1997)의 경우 뚱뚱하다고 지각할수록 우울정도가 더 높았고(강정원, 외 4인, 1994), 스트레스를 많이 받는다(조선진, 김초강, 1997)는 결과와 일관된다.

자신에 대한 부정적 태도나 우울한 기분, 외로움 등은 아동이 또래나 다른 타자와 직간접적으로 상호작용하는 가운데 상대방의 사회적 반응이 반영된 결과이다. 뚱뚱한 사람을 부정적으로 평가하고 때로는 회화화시키며 평가절하는 장면과 상황을 T.V.를 비롯한 여러 매체에서 흔히 볼 수 있다. 특히 T.V.를 통한 외모지상주의는 여성에게 외모의 잣대를 강요하고 있는데(한국여성민우회, 2003; 한국닷컴, 2003, 재인용) 미디어에서 강조되는 마른 외모 등의 기준은 확령기 아동들로 하여금 자신의 신체에 대해 부정적 이미지를 갖게 한다(한미정, 2002). 결국 자신을 뚱뚱하다고 지각하는 아동의 부정적 정서가 상대적으로 더 높았던 것은 뚱뚱한 체형에 대한 부정적인 사회문화적 시각의 영향으로 일부 설명될 수 있을 것이다.

넷째, 아동의 신체상 지각과 아동의 학년은 아동의 부정적 정서를 약 25% 설명해주며 신체상 지각 중 자신의 신체외모에 대한 지각은 아동의 부정적 정서를 설명하는데 있어 비중이 더 높다. 아동이 자신의 신체외모와 신체기능을 부정적으로 지각할수록 자기부정의 경향이 높으며 자신의 가치에 회의적이고 우울한 기분과 외로움을 더 경험한다. 자신

의 외모나 신체적 기능을 부정적으로 지각할 때 그리고 고학년일 때 정서적 건강도 취약해진다고 볼 수 있겠다. 이 결과는 신체에 대한 부정적 지각은 우울(강정원 외 4인, 1994; 정승교, 1998)이나 불안(박경애, 2002), 낮은 자존감(신관호, 1996; 정승교, 박종성, 1997) 등의 부정적 정서로 이어진다(McCarthy, 1989)는 보고와 일관된다.

신체상은 사회에서 이상으로 제시된 신체상에 영향을 받으며 개개인은 타인과의 상호작용을 통해 사회적으로 이상적인 신체상의 기준 및 신체적 외형에 대한 고정관념을 접하고 사회적 비교과정을 거쳐 자신의 신체에 대한 평가와 태도를 형성하게 된다. 아동이 건강 문제를 겪고 있지 않은 한 신체적 기능 및 건강 요인보다는 자신의 외모에 대한 주관적 지각이 아동의 정서적 적응에 있어서 더 큰 비중을 차지한다는 점은 신체적 요인 중 무엇보다도 외모와 체형에 더 초점을 두고 있는 현재의 신체상 기준을 고려할 때 문제시된다. 더욱이 연령이 증가할수록 사회적 비교 능력이 향상되고 사회적 기준에 더 주목하게 됨에 따라 신체외모에 대한 부정적 지각은 부정적 정서와 더 깊은 관계를 가지게 된 것으로 볼 수 있다. 따라서 획일화된 신체상보다는 개개인의 고유성과 개개인의 다양성을 수용하는 가운데 아동들이 바람직한 신체상을 인식하도록 돕고 동시에 자신과 자기신체에 대해 긍정적 이미지를 갖도록 지도할 필요가 있다.

이 연구는 아동의 신체상 지각을 하위 범주로 구분하여 분석함으로써 남아와 여아는 신체 변화에 대한 소망이 다르며 저학년과 고학년 아동간에 신체외모 및 신체기능과 신체 변화에 대한 소망이 다르다는 점을 구체적으로 지적해주었다. 즉 대다수 아동들 역시 성인 및 젊은 여성 집단과 마찬가지로 마른 체형을 지향하는 경향을 보여 고학년일수록 자신의 외모나 신체기능을 부정적으로 평가하면서 신체적 변화를 소망하고 있음을 확인하였다. 더불어 아동이 자신을 뚱뚱하다고 지각할수록 부정적 정서가 높고 신체상 지각이 긍정적일수록 부정적 정서가 낮다는 점을 확인함으로써 마른 체형을 지향하는 풍조 및 외모지상주의가 아동의 정서에 부정적

영향을 주고 있음을 보여주었다. 이를 통해 이상적 신체상에 대한 획일적 기준보다는 개인적 특성에 기초하여 신체상을 형성하고 비만한 아동이 적절한 방법으로 건강한 신체를 기르도록 돕는 교육과 지도가 필요함을 제기하였다.

그러나 이 연구는 초등학교 3, 6학년의 아동만을 대상으로 하였기 때문에 연구의 결과는 연령에 따른 신체상 변화의 추이로 해석할 수 없고 단지 두 연령 집단간의 차이로 보아야 한다는 제한점이 있다. 또한 신체상 지각이 성별에 따라 다르고 학년에 따라 달랐지만 일부의 선행 연구(우정숙, 1993)에서는 여아인 경우에 한해 연령차가 있었던 점을 고려할 때 후속연구를 통해 신체상 지각에 있어서 연령 효과와 성별효과와의 비중 및 양상을 다시 확인할 필요가 있다. 끝으로 이 연구는 신체상 지각에 따른 부정적 정서의 설명력을 검토하였는데, 부정적 정서가 체형 지각이나 신체상 지각에 영향을 줄 가능성도 있다. 그렇지만 이 연구는 신체상 지각이 개인의 심리적 적응에 미치는 영향을 파악하는 데 초점을 두었으므로 그러한 가능성은 후속 연구를 통해 세밀히 검토할 필요가 있다.

■ 참고문헌

- 강정원, 박찬욱, 박형원, 정해숙, 박영룡(1994). 10대 여학생들의 우울성향과 체중의 관계. 가정의학회지, 15(9), 639-647.
- 김선희(2003). 외모에 대한 사회·문화적 태도와 외모관리행동에 대한 연구. 대한가정학회지, 41(5), 99-108.
- 김연희(1992). 여고생들의 체중조절 관심도에 영향을 미치는 요인에 관한 연구. 이화여자대학교 석사학위 청구논문.
- 김재숙, 이미숙, 김은정, 이해원(2000). 신체이미지가 체중조절 및 외모관리 행동과 의복행동에 미치는 영향. 충남생활과학연구지, 20-36.
- 박경애(2002). 청소년의 신체상, 자존감 및 대인불안간의 관계연구. 고려대학교 석사학위 청구논문.
- 박충선, 한유정(1998). 일부 고등학생들의 체중지각에 따른 BMI, WHR, 생활습관, 신체상, 사회적 지지에 관한 조사 연구. 경희대학교대학원 고학논집, 22, 229-252.
- 소년조선일보, 걱정되는 '외모 스트레스'. 2001. 10. 22. 신관호(1996). 아동의 신체존중감에 따른 자아존중감과 학업성적차이. 한국교원대학교 석사학위 청구논문.
- 신철(2003). 청소년의 외모 인식과 건강수준 실태 조사. 보건복지부.
- 안소연, 오경자(1995). 폭식행동 집단의 신체 불만족과 자아존중감 및 우울간의 관계. 한국심리학회지: 임상, 14(1), 29-40.
- 우정숙(1993). 아동의 신체상과 섭식행동 및 자아존중감간의 관계 연구. 서울여자대학교 석사학위 청구논문.
- 이분옥(1999). 초등학교의 신체상에 따른 절식행동 및 자아존중감에 관한 연구: 정상아와 고도비만아를 중심으로. 연세대학교 석사학위 청구논문.
- 이옥련(1985). 비만학생과 표준체중학생의 건강통제위 성격과 신체상에 대한 비교연구. 이화여자대학교 석사학위 청구논문.
- 이영미(2004). 아동의 체형 지각 및 신체상 지각에 따른 절식 행동. 대한가정학회지, 42(4), 143-153.
- 이정숙(2001). 중고등학생의 성별, 비만, 타인의 평가와 신체존중감간의 관계. 한국교원대학교 석사학위 청구논문.
- 장귀현(2002). 여고생의 신체상과 자기존중감 및 비행 충동성간의 관계연구. 울산대학교 석사학위 청구논문.
- 정승교(1998). 여중생의 체형 지각에 따른 체중조절 실태, 신체상, 자아존중감 및 우울. 世明叢論, 7(1), 619-632.
- 정승교(2001). 일부 여대생의 체중조절 실태 및 신체상. 보건교육·건강증진학회지, 18(3), 163-175.
- 정승교, 박종성(1997). 여중생의 체중조절 실태, 비만도 및 신체상에 관한 연구. 보건교육·건강증진학회지, 14(2), 171-184.
- 정옥분(2000). 청년발달의 이해. 서울: 학지사.

- 조선진, 김초강(1997). 일부 여대생의 비만수준 및 체중조절행태가 스트레스에 미치는 영향. *한국보건교육학회지*, 14(2), 1-16.
- 조지숙(1992). 청소년의 신체상, 신체적 매력, 신체상의 왜곡과 자아존중의 관계. 부산대학교 석사학위 청구논문.
- 최경숙(2001). 하이틴 잡지가 여학생들의 신체를 규정하는 방식에 관한 연구. 서강대학교 석사학위 청구논문.
- 최영희, 박영애, 박인전, 신민섭(2002). 아동의 우울 및 불안경향과 자아존중감 및 정서지능과의 관계. *한국가정관리학회지*, 20(2), 203-214.
- 한국닷컴. "T.V.가 외모지상주의 부추긴다." 2003. 6. 25.
- 한미정(2002). 신체이미지 관련 TV노출과 자각이 초등학교 여자 어린이의 신체 만족감과 다이어트 행동에 미치는 영향. *방송연구*, 여름호, 313-338.
- 홍은경, 박샛별, 신영선, 박혜순(1997). 일부 도시 청소년 여학생들의 신체상에 대한 인지와 체중 조절 행태. *가정의학회지*, 18(7), 714-721.
- Adams, G. R. (1977). Physical attractiveness research: toward a developmental social psychology of beauty. *Human Development*, 20, 217-239.
- Cash, T. F., & Brown, T. A. (1987). Body image in anorexia nervosa and bulimia nervosa: A review of the literature. *Behavior Modification*, 11, 487-521.
- Harter, S. (1982). The perceived competence scale for children. *Child development*, 53, 87-97
- Kovacs, M. (1983). *The children's depression inventory : A self-rated depression scale for school aged youngsters*. Univ. of Pittsburgh.
- McCarthy, M (1989). The thin ideal, depression & eating disorders in women. *Behavior Research Therapy*, 28(3), 205-215.
- Mendelson, B. K., & White, D. R (1982). Development of self-body-esteem in overweight youngsters. *Developmental Psychology*, 21(1), 90-96.
- Rodin, J. (1993). Cultural and psychological determinants of weight concerns. *Annals of International Medicine*, 119(7), 643-645.
- Rogers, D. (1985). *Adolescent and Youth*. 5th ed., N.J.:Prentice-Hall.
- Safire, W. (2000). The way we live now; Lookism. *The New York Times*. 2000. 8. 27.
- Secord, P. E. & Jourad, S. M. (1953). The appraisal of body cathexis : body cathexis and the self. *Journal of Consulting Psychology*, 17, 343-347.
- Tanner, J. M. (1991). Growth spurt, adolescent. In R. M. Lerner, A.C. Peterson, & J. Brooks-Gunn(Eds.), *Encyclopedia of adolescence*. New York: Garland.
- Thelen, M. H., Powell, A. L., Lawrenu, C., & Kuhnert, M. (1992). Eating and body image concerns among children. *Journal of Clinical Child Psychology*, 21, 41-46.
- Thomson, J. K., & Heinberg, L. J. (1999). The media's influence on body image disturbance and eating disorders : we've reviled them, now can we rehabilitate them? *Journal of Social Issues*, 55(2), 339-353.

(2004년 2월 27일 접수, 2004년 6월 14일 채택)