

어머니의 이유식 준비 태도가 유아의 식습관 및 성장 발달에 미치는 영향

이 주 희¹ · 김 창 임¹⁾

경상대학교 자연과학대학 식품영양학과, 혜천대학 식품과학계열¹⁾

Effect of Mothers' Weaning Attitudes on Their Children's Food Habits and Development

Joo-Hee Lee,[†] Changim Kim¹⁾

Department of Foods and Nutrition, Gyeongsang National University, Jinju, Korea

Department of Food Science,¹⁾ Hyecheon College, Daejeon, Korea

ABSTRACT

This study was carried out to evaluate the effect of mothers' attitudes on preparing baby foods for their children's food habits and development. The subjects were allocated to 419 preschool children, aged 3 - 5 years. This study surveyed by questionnaire, which was answered by the children's mothers. Subjects were classified by two groups, active and passive, based on their mothers' weaning attitudes. In the active group, mothers tried to make a variety of foods for preparing the baby foods, whereas mothers in the passive group didn't try to make it too much. Family income was higher in the active group and the subjects' mothers had more jobs than those in the passive group, whereas their parent's education levels showed no differences. According to Rohrer index, 2.6% of subjects were obese in the active group, whereas 7.7% in the passive group. These data were shown significantly different between the groups. There were no differences in mother's food habits and breast-feeding versus formula feeding between the two groups. However, children's food habits were shown statistically different between the two groups. Higher regularity of meals, higher frequencies of snacks at home, higher frequencies of fruit, corn, sweet potato as a snacks and less instant foods were revealed in the active group more than in the passive group. The major problem of children's food habits was an unbalanced diet (52.7%) and the major reasons for unbalanced diet were the taste (58.7%) and the texture (23.2%). The active group used more fruits and vegetables than the passive group. Also there were significant differences to solve problems of children's unbalanced diets. In the positive group, 14.4% of mothers tried to develop new cooking methods for solving the problem of an unbalanced diet, but 8.2% did in the passive group. Furthermore, 2.3% of mothers in the positive group removed unpleasant items of the food, whereas 6.9% did in the passive. The average nutritional knowledge scores on a 10 scale were 7.2 and 6.9 in active and passive groups, respectively, and they were statistically different. Mothers among the active group explained the knowledge for food and nutrition to their children more than those in the passive group. These results suggest that mothers' attitudes for baby food are an important factor for forming their children's food habits. Therefore, it is necessary to develop a nutritional education program, materials and new recipes for a variety of baby foods to mothers. (*Korean J Community Nutrition* 11(5) : 551~561, 2006)

KEY WORDS : preschool children · mothers' weaning attitude · children's food habit

서 론

유아기의 식습관은 직접적으로는 각종 영양소의 공급을

통한 건강문제와 관계가 깊으며, 간접적으로는 일생을 통한 식습관에 장기적으로 영향을 주는 등 인체의 성장과 발육에 지대한 영향을 미친다(Kim 등 2001; Shapiro 등 1984). 식습관이란 음식의 기호 또는 음식에 대한 행동 등

접수일 : 2006년 10월 11일

채택일 : 2006년 10월 25일

[†]Corresponding author: Joo-Hee Lee, Department of Foods and Nutrition, College of Natural Science, Gyeongsang National University, 900 Gajadong, Jinju 660-701, Korea

Tel: (055) 751-5977, Fax: (055) 751-5971, E-mail: joohee@gnn.ac.kr

을 의미하는데, 어린이의 식습관은 가정, 사회 환경 등의 요소와 밀접한 관련이 있으며, 특히 어머니와 깊은 관련이 있다(Yperman & Vermeersh 1979; Caliendo & Sanjur 1978; Sims & Morris 1974; Kim & Mo 1976). 식생활 태도는 교육, 사회적 배경, 현재의 환경 등에 의해 이루어 지는데, 어릴 때 형성된 식품 기호와 식습관은 식품선택에 영향을 주므로 결국 일생동안의 영양 상태를 결정하는 요인이 된다(Kerrey 등 1968).

학령 전 아동들의 식습관에 관한 선행연구를 보면 고려해야 할 식습관 문제로 아침결식, 편식, 식사의 불규칙성 그리고 간식을 많이 먹는 현상들이 나타난다고 보고하였다(Cho 2000; Choi & Yoon 2003; Eun & Kim 2003; Kim 등 2001; Park 등 1999; Pang & Ahn 2003). 식사지도에 있어서 어머니의 태도는 자율적인 방법이 효과적임이 나타났으며(Jung 등 2006; Peachat & Pliner 1986; Birch 등 2001; Francis 등 2001), 어머니의 태도나 대화내용 그리고 자녀에게 들려주는 식품영양정보는 유아기 어린이의 영양에 대한 인식과 태도에 많은 영향을 미치는 것으로 보고(Lim & Ahn 1994)하고 있는 등 어머니의 태도는 자녀의 식생활 습관 형성에 아주 중요한 요인이다.

생후 6개월부터 15개월 이하인 이 기간 동안에 영양과 섭취한 식품의 질과 양은 영아기의 대사와 성장발달 및 식습관 형성과 학령기의 신체발육 그리고 이후의 일생 건강에 영향을 미치므로 이유기의 바른 식습관 관리와 이유식 영양교육의 강조는 중요한 일이라 할 수 있다(Park & Lim 1999; Draper 1994; Irene 1994). 이러한 이유식을 대하는 태도는 어머니의 어린이 양육과정에서 음식물을 준비하는 처음 단계이다.

가정의 소득수준이나 교육수준, 또 어머니의 직업 유무 등 식사환경을 이루는 다양한 간접적인 요인보다는 이유기의 음식 및 식사 도구에 대한 경험이 평생의 식습관을 좌우하는 것으로 알려져 있다(Park & Lim 1999). 즉 이유기에 어머니가 어떤 태도로 어린이의 이유식을 했는가 하는 것은 어린이의 식습관에 보다 직접적이고 적극적인 영향을 미칠 수 있음을 보이며 어머니의 영양교육을 통해 지식과 태도를 변화시킨다면, 바람직한 어린이의 식습관 정립에 좋은 결과를 가져 올 수 있을 것이다.

따라서 본 논문에서는 어머니의 이유식 준비 태도가 유아의 식습관 및 성장 발달에 미치는 영향을 파악하여 자녀들의 바람직한 식생활 습관형성을 위해 어머니들을 대상으로 올바른 이유에 관한 영양교육 및 이유 음식의 조리교

육이 필요성에 관한 기초 자료를 마련함을 그 목적으로 하였다.

조사대상 및 방법

1. 조사대상 및 시기

본 연구의 조사대상지는 서울, 인천, 전주 지역에 소재한 4곳의 보육시설(어린이집과 유치원)에 다니는 만 3~5세 유아들이었으며 조사의 응답자는 유아들의 부모나 보호자들로 설문조사 시기는 2005년 3월부터 5월까지 실시하였다. 통계 처리가 불가능한 질문지를 제외한 총 419부를 분석 자료로 사용하였다.

2. 조사내용 및 방법

본 연구에 설문지는 선행연구들(Lee 2001; Rhee 등 1999)을 기초로 개발하여 예비조사를 통해 수정 보완하여 사용하였다. 설문지의 구성은 부모와 유아의 연령, 신체상황, 교육, 가족 수, 월 소득 등 일반 환경의 특성과 식생활 관리와 어머니의 식행동, 이유식 상황, 유아의 식습관 및 어머니의 영양지식을 파악할 수 있게 하였다.

영양지식에 대한 설문(Lee 2001)은 10개의 문항으로 그 내용은 열량, 영양소, 식품구성에 관한 것을 다루었으며, 응답은 「그렇다」, 「아니다」, 「모른다」로 했으며 평가는 Kim (1987) 같이 맞는 답 항목에 1점씩을 주었다.

신장과 체중을 사용하여 카우프 지수(Kaup index)와 퇴러 지수(Rohrer index)를 계산하고 분류하였다(Park 등 2005). 카우프 지수는 체중(kg) ÷ 신장(m)²으로 계산하였고, 카우프 지수는 13미만은 고도 수척, 13에서 15미만은 수척, 15에서 18미만은 정상, 18에서 20미만은 경도 비만, 20이상은 비만으로 분류하였다. 퇴러 지수는 체중(kg) ÷ 신장(cm)³ × 10⁷로 계산하였고, 어린이의 신장 분포에 따라 180이상은 비만 그 이하는 정상으로 분류하였다.

3. 통계처리

어머니의 이유식 준비 태도는 이유식을 할 때 “새로운 음식을 다양하게 선보이려고 노력하였나요?”란 질문에 ‘매우 그러하다’와 ‘그러하다’는 적극적 태도를 가진 것으로, ‘보통이다’와 ‘그렇지 않다’라고 응답한 경우는 소극적 태도를 가진 것으로 분류하였다. 이 분류에 따라 전체를 두 군으로 나누어 집단간 차이는 교차분석과 분산분석을 활용하여 백분율, 평균값과 표준편차를 구하고 유의성을 검증하였다. 모든 자료의 분석은 SPSS for Win 통계 패키지를 사용하였다.

결 과

1. 조사대상 유아의 일반적 특성

조사대상자의 일반적 특성은 Table 1과 같다. 조사대상자는 남자아이가 전체 232명 여자아이가 187명으로 전체 419명이었다. 이 중 이유식을 할 때 새로운 음식을 다양하게 선보이려한 대상(이하 적극적군)은 182명으로 43.4%, 그렇지 않은 대상(이하 소극적군)은 237명으로 56.6%였다. 연령은 조사 대상 어린이가 4.8 ± 0.9 세로 나타났으며 부모의 연령은 아버지가 38.0세, 어머니가 35.2세로 나타났다. 평균소득은 아버지의 경우 적극적군은 385.1만원, 소극적군은 328.8만원으로 통계적으로 유의한 차이가 있었다($p < 0.05$). 어머니의 직업유무는 적극적군이 취업한 경우는 44.6%, 소극적군은 57.3%였으며 이는 통계적으로 유의한 차이가 있었다($p < 0.01$). 그러나 어머니의 소득은 적극적군이 80.1만원, 소극적군이 89.7만원으로 통계적인 유의차가 없었다. 또한 부모의 교육수준과 가족 형태는 두 집단 간의 통계적 유의차가 없었다.

2. 조사 대상 유아의 신체지수

조사 대상 유아의 신체지수는 Table 2와 같다. 신장은 전체집단의 평균 110.6 cm로 나타났고, 체중은 19.3 kg이었다. 카우프 지수는 평균은 15.8로 나타났으며, 전체 대상

의 분포는 고도 수척군이 4.5%, 수척군은 29.3%, 정상군은 54.5%, 경도비만은 6.9%, 비만군은 4.8%로 나타났고 두 집단 간 통계적인 유의차는 없었다. Rohrer 지수의 경우 평균값은 차이가 없었으나, 그 분포에서는 적극적군의 경우 정상이 97.4%이고, 비만인 경우는 2.6%인 반면, 소극적군의 경우 정상이 92.3%이고, 비만인 경우는 7.7%로 나타나 통계적 유의차가 있었다($p < 0.05$).

3. 조사 대상 유아의 식습관

1) 가정의 식사환경

양육태도에 따른 가정의 식사상황은 Table 3과 같다. 식사준비자는 주부로 답한 경우는 전체의 91.1%로 나타났으며, 식사 준비 시 중요 고려사항은 가족의 기호가 58.4%, 그다음이 영양으로 36.1%였다. 식사 준비 시 가장 먼저 고려하는 가족으로는 자녀 57.5%, 아버지 31.0%의 순으로 나타났다. 식품비의 경우 적극적군이 소극적군에 비해 높은 것으로 조사되었으며, 이들의 분포는 통계적으로 유의한 차이를 보였다($p < 0.05$). 주당 평균 외식횟수는 1.2 ± 0.7 이며, 외식 시 선호하는 메뉴로는 적극적군에서는 한식 > 양식 > 일식의 순이었고, 소극적군에서는 한식 > 중식 = 양식의 순으로 나타나 선택순위가 서로 달랐다.

양육태도에 따른 어머니의 식습관은 Table 4와 같다. 어머니의 식사의 규칙성은 두 집단 간 통계적으로 유의한 차

Table 1. Characteristics of the subjects between groups

Variables		Active	Passive	Total		p
Gender	Boys	97 (53.3)	135 (57.0)	232 (55.4)	$\chi^2 = 0.560$	0.488
	Girls	85 (46.7)	102 (43.0)	187 (44.6)		
Age (yrs)		4.9 ± 1.0	4.8 ± 0.9	4.8 ± 0.9	$F = 0.904$	0.342
Age of father		38.2 ± 4.3	37.8 ± 3.5	38.0 ± 3.9	$F = 4.043$	0.148
Age of mother		35.5 ± 5.7	34.9 ± 4.2	35.2 ± 4.9	$F = 5.392$	0.171
Monthly income (10,000 won)	Father	385.1 ± 205.4	328.8 ± 226.9	363.0 ± 219.5	$F = 5.260$	0.022
	Mother	80.1 ± 122.3	89.7 ± 105.0	85.6 ± 112.7		
Educational level of father	Middle school	1 (0.6)	0 (0.0)	1 (0.3)	$\chi^2 = 1.993$	0.574
	High school	15 (8.7)	24 (11.1)	39 (10.1)		
	University	130 (75.6)	163 (75.5)	293 (75.5)		
	Graduate	26 (15.1)	29 (13.4)	55 (14.2)		
Educational level of mother	Middle school	1 (0.6)	0 (0.0)	1 (0.3)	$\chi^2 = 4.176$	0.243
	High school	33 (18.9)	57 (26.3)	90 (23.0)		
	University	132 (75.4)	149 (68.7)	281 (71.7)		
	Graduate	9 (5.1)	11 (5.1)	20 (5.1)		
Family type	Nuclear	17 (9.3)	33 (13.9)	50 (11.9)	$\chi^2 = 2.508$	0.151
	Expanded	165 (90.7)	204 (86.1)	369 (88.1)		
Mother's Job	Occupied	79 (44.6)	134 (57.3)	213 (51.3)	$\chi^2 = 7.577$	0.006
	Housewife	102 (56.4)	100 (42.7)	202 (48.7)		

N (%), Mean \pm SD

Table 2. Anthropometric indices of the subjects between groups

Variables		Active	Passive	Total	p	
Height (cm)		111.2 ± 8.1	110.0 ± 7.7	110.6 ± 7.9	F = 1.777	0.183
Weight (kg)		19.5 ± 3.8	19.2 ± 3.0	19.3 ± 3.4	F = 0.752	0.386
Kaup index		15.7 ± 1.9	15.9 ± 2.0	15.8 ± 1.9	F = 0.687	0.408
Distribution of Kaup index	13 >	5 (3.3)	10 (5.5)	15 (4.5)	$\chi^2 = 4.803$	0.308
	13-15	49 (32.0)	49 (27.1)	98 (29.3)		
	15-18	83 (54.2)	99 (54.7)	183 (54.5)		
	18-20	12 (7.8)	11 (6.1)	23 (6.9)		
	20 <	4 (2.6)	12 (6.6)	16 (4.8)		
Rohrer index		142.0 ± 19.8	145.5 ± 24.2	143.9 ± 22.3	F = 1.999	0.158
Distribution of Rohrer index	Normal	149 (97.4)	167 (92.3)	316 (94.6)	$\chi^2 = 4.264$	0.039
	Obese	4 (2.6)	14 (7.7)	18 (5.4)		

N (%), Mean ± SD

Table 3. Characteristics of meal management between groups

Variables		Active	Passive	Total	p	
Meal manager	Housewife	169 (92.9)	212 (89.8)	381 (91.1)	$\chi^2 = 4.118$	0.249
	Grandmother	9 (4.9)	20 (8.5)	29 (6.9)		
	Father	1 (0.5)	3 (1.3)	4 (1.0)		
	Maid	3 (1.6)	1 (0.4)	4 (1.0)		
Considering point at the meal planning	Preference	95 (52.2)	149 (63.1)	244 (58.4)	$\chi^2 = 7.407$	0.116
	Cost	2 (1.1)	1 (0.4)	3 (0.7)		
	Nutrition	78 (42.9)	73 (30.9)	151 (36.1)		
	Cooking method	5 (2.7)	9 (3.8)	14 (3.3)		
	ETC	2 (1.1)	4 (1.7)	6 (1.4)		
Prior person in consideration for meals	Grandfather	4 (2.2)	6 (2.5)	10 (2.4)	$\chi^2 = 1.145$	0.950
	Grandmother	1 (0.6)	2 (0.8)	3 (0.7)		
	Father	52 (28.9)	77 (32.6)	129 (31.0)		
	Mother	3 (1.7)	3 (1.3)	6 (1.4)		
	Children	106 (58.9)	133 (56.4)	239 (57.5)		
	All family	14 (7.8)	15 (6.4)	29 (7.0)		
The monthly cost for food (10,000 won)	20 >	9 (5.0)	23 (10.0)	32 (7.8)	$\chi^2 = 11.250$	0.024
	20-30	33 (18.4)	63 (27.5)	96 (23.5)		
	30-40	51 (28.5)	62 (27.1)	113 (27.7)		
	40-50	41 (22.9)	43 (18.8)	84 (20.6)		
	50 <	45 (25.1)	38 (16.6)	83 (20.3)		
Frequency of eating out (per week)		1.2 ± 0.6	1.2 ± 0.8	1.2 ± 0.7	F = 0.003	0.956
Favorite menu style of eating out	Korean	132 (73.7)	164 (70.1)	296 (71.7)	$\chi^2 = 8.062$	0.089
	Chinese	6 (3.4)	22 (9.4)	28 (6.8)		
	Japanese	12 (6.7)	13 (5.6)	25 (6.1)		
	Western	23 (12.8)	22 (9.4)	45 (10.9)		
	Flour food	6 (3.4)	13 (5.6)	19 (4.6)		

이는 없었다. 주로 결식하는 끼니는 아침으로 62.4%였고 결식 이유는 '바빠서'가 37.1%로 가장 많이 나타났다. 결식의 끼니와 결식의 이유 모두 집단 간 통계적인 유의차는 없는 것으로 나타났다.

2) 수유 및 이유환경

양육태도에 따른 수유 및 이유의 결과는 Table 5에 나타난 바와 같다. 수유의 방법은 모유 수유를 한 경우는 14.7% 이었고, 조제분유의 경우 43.4%, 모유와 조제분유의 혼합

Table 4. Mother's food habits between groups

				N (%)		
Variables		Active	Passive	Total	p	
Regularity of meal	Very regular	41 (20.5)	42 (17.3)	82 (19.6)	$\chi^2 = 2.187$	0.535
	Regular	112 (61.5)	150 (63.3)	262 (62.5)		
	Irregular	27 (14.8)	43 (18.1)	70 (16.7)		
	Very irregular	2 (1.1)	3 (1.3)	5 (1.2)		
Skipped meal	Breakfast	90 (66.2)	109 (59.6)	199 (62.4)	$\chi^2 = 2.086$	0.352
	Lunch	22 (16.2)	41 (22.4)	63 (19.7)		
	Dinner	24 (17.6)	33 (18.0)	57 (17.9)		
Reason of skipping meal	Very busy	63 (40.6)	69 (34.3)	132 (37.1)	$\chi^2 = 7.262$	0.202
	Behind schedule	7 (4.5)	18 (9.0)	25 (7.0)		
	No appetite	38 (24.5)	48 (23.9)	86 (24.2)		
	Heavy snack	3 (1.9)	12 (6.0)	15 (4.2)		
	Weight control	28 (18.1)	31 (15.4)	59 (16.6)		
	ETC	16 (10.3)	23 (11.4)	39 (11.0)		

Table 5. Feeding and weaning method between groups

				N (%)		
Variables		Active	Passive	Total	p	
Feeding method	Breast feeding	29 (16.0)	32 (13.7)	61 (14.7)	$\chi^2 = 1.733$	0.630
	Bottle feeding	76 (42.0)	104 (44.4)	180 (43.4)		
	Mixed feeding	71 (39.2)	95 (40.6)	166 (40.0)		
	ETC	5 (2.8)	3 (1.3)	8 (1.9)		
Weaning time (month)		6.4 ± 2.7	6.6 ± 2.4	6.5 ± 2.5	F = 0.817	0.366
Method of weaning food	House-made	101 (56.1)	59 (24.9)	160 (38.4)	$\chi^2 = 45.542$	0.000
	Goods on the market	7 (3.9)	33 (13.9)	40 (9.6)		
	Mixed	72 (40.0)	145 (61.2)	217 (52.0)		

영양은 40.0%로 나타났고, 이유 시기는 6.5개월로 나타났으며 주 집단 간 통계적인 유의차는 없었다. 이유식은 직접 만들어 먹인 경우는 적극적군에서 56.1% 소극적군에서는 24.9%로 나타났고, 판매되는 이유식을 사서 먹인 경우는 적극적군에서는 3.9% 소극적군에서는 13.9%였다. 혼합형으로 때에 따라 직접 만들어 먹이거나 판매되는 이유식을 먹인 경우는 적극적군에서는 40.0%, 소극적군에서는 61.2%로 나타났다. 이는 두 집단 간 통계적으로 유의한 차이를 보였다($p < 0.001$).

3) 유아의 식습관

양육태도에 따른 유아의 식습관은 Table 6과 같다. 식사의 규칙성은 '매우 규칙적'은 전체 28.9%를 차지하였는데 적극적군에서는 35.7%, 소극적군에서는 23.6%였다. '비교적 규칙적'인 경우는 적극적군에서는 62.6%, 소극적군에서는 68.8%였다. '비교적 불규칙적'은 적극적군에서는 1.6%만 속한 반면, 소극적군에서는 7.7%로 어린이의 식사의 규칙성은 두 집단 간 통계적으로 유의한 차이가 있었다($p < 0.01$). 주로 결식하는 끼니는 아침으로 78.5%였고, 그다음

은 저녁을 결식하는 경우가 12.5%, 점심을 결식하는 경우가 8.9%로 가장 낮았다. 어린이의 주된 결식 이유는 '아이가 먹으려 하지 않아'가 53.3%, '간식을 많이 먹어서'가 16.8%로 나타났으며, 두 집단 간 통계적인 유의차는 없었다.

집에서의 간식제공횟수는 적극적군에서는 1.6회/일로 나타났고, 소극적군에서는 1.4회/일이었으며, 전체적으로는 1.5회/일이었다. 이는 두 집단 간 통계적인 유의차가 있었다($p < 0.001$). 집에서 만든 간식이 제공되는가에 대해 '그렇다'라고 대답한 경우가 적극적군에서는 58.7%, 소극적군에서는 39.1%로 두 집단 간 통계적으로 유의한 차이를 보였다($p < 0.001$). 결국 이유식에 대해 적극적 태도를 보인 집단에서 집에서 간식을 직접 만들어 주는 경우가 더 많은 것으로 나타났다. 주로 이용하는 간식의 종류로는 '빵·과자·케익', '과일', '우유·치즈', '떡', '음료·주스', '옥수수·고구마', '피자·햄버거' 종류에서 통계적으로 유의한 차이를 보인 간식의 종류는 '빵·과자·케이크', '과일', '옥수수·고구마'로 나타났다. 이 중 '빵·과자·케이크'는 소극적 군에서 더 많이 사용하고 있는 간식이

Table 6. Children's food habits between groups

Variables		Active	Passive	Total		p
Regularity of meal	Very regular	65 (35.7)	56 (23.6)	121 (28.9)	$\chi^2 = 13.057$	0.001
	Regular	114 (62.6)	163 (68.8)	277 (66.1)		
	Irregular	3 (1.6)	18 (7.6)	21 (5.0)		
Skipped meal	Breakfast	92 (74.2)	146 (81.6)	238 (78.5)	$\chi^2 = 2.799$	0.247
	Lunch	12 (9.7)	15 (8.4)	27 (8.9)		
	Dinner	20 (16.1)	18 (10.1)	38 (12.5)		
Reason of skipping meal	No prepared meal	12 (8.2)	9 (4.5)	21 (6.1)	$\chi^2 = 7.987$	0.092
	On concentrated TV, computer game	10 (6.8)	11 (5.5)	21 (6.1)		
	No appetite	66 (45.2)	118 (59.3)	184 (53.3)		
	Heavy snack	26 (17.8)	32 (16.1)	58 (16.8)		
	ETC	32 (21.9)	29 (14.6)	61 (17.7)		
Frequency of snack		1.6 ± 0.6	1.4 ± 0.5	1.5 ± 0.6	F = 14.854	0.000
Did you make snacks at home?	Yes	105 (58.7)	92 (39.1)	197 (47.6)	$\chi^2 = 15.507$	0.000
	No	74 (41.3)	143 (60.9)	217 (52.4)		
Snacks	Bread, cookies, cake	55 (30.6)	94 (40.2)	149 (36.0)	$\chi^2 = 4.083$	0.043
	Fruits	126 (70.0)	128 (54.9)	254 (61.5)	$\chi^2 = 9.733$	0.002
	Milk, cheese	68 (37.8)	91 (38.9)	159 (38.4)	$\chi^2 = 0.053$	0.818
	Rice cake	31 (17.2)	33 (14.1)	64 (15.5)	$\chi^2 = 0.758$	0.384
	Beverage, juice	15 (8.3)	24 (10.3)	39 (9.4)	$\chi^2 = 0.441$	0.507
	Corns, sweet potato	65 (36.1)	60 (25.6)	125 (30.2)	$\chi^2 = 5.292$	0.021
	Pizza, hamburger	5 (2.8)	5 (2.1)	10 (2.4)	$\chi^2 = 0.177$	0.674

Table 7. Dietary problems between groups

Variables		Active	Passive	Total		N (%)
Does your child have any problem of food habits	Yes	21 (11.5)	34 (14.4)	55 (13.2)	$\chi^2 = 3.581$	0.167
	A little	110 (60.4)	154 (65.3)	264 (63.2)		
	No	51 (28.0)	48 (20.3)	99 (23.7)		
Kinds of the problem	Unbalanced diets	75 (44.9)	130 (58.6)	205 (52.7)	$\chi^2 = 7.122$	0.008
	Skipping the meal	26 (15.6)	24 (10.8)	50 (12.9)	$\chi^2 = 1.926$	0.165
	Irregular meal time	15 (9.0)	14 (6.3)	29 (7.5)	$\chi^2 = 0.989$	0.320
	Eating too heavy	15 (9.0)	14 (6.3)	29 (7.5)	$\chi^2 = 0.989$	0.320
	Eating too little	23 (13.8)	45 (20.3)	68 (17.5)	$\chi^2 = 2.790$	0.095
	ETC	17 (10.2)	17 (7.7)	34 (8.7)	$\chi^2 = 0.760$	0.383
Reason of unbalanced diet	Shape	8 (4.8)	10 (4.4)	18 (4.6)	$\chi^2 = 0.043$	0.836
	Colors	3 (1.8)	7 (3.1)	1 (2.6)	$\chi^2 = 0.616$	0.433
	Texture	31 (18.8)	60 (26.4)	91 (23.2)	$\chi^2 = 3.132$	0.077
	Taste	108 (65.5)	122 (53.7)	230 (58.7)	$\chi^2 = 5.403$	0.020
	Smell	24 (14.5)	31 (13.7)	55 (14.0)	$\chi^2 = 0.063$	0.802
	Parents' unbalanced diet	5 (3.0)	7 (3.1)	12 (3.1)	$\chi^2 = 0.001$	0.976
	Character of children	20 (12.1)	36 (15.9)	56 (14.3)	$\chi^2 = 1.090$	0.296
Your response to unbalanced diet	Neglect	20 (11.5)	23 (10.0)	43 (10.6)	$\chi^2 = 0.247$	0.619
	Persuade	101 (58.0)	151 (65.4)	252 (62.2)	$\chi^2 = 2.264$	0.132
	Force eating	20 (11.5)	18 (7.8)	38 (9.4)	$\chi^2 = 1.600$	0.206
	Scold or punish	5 (2.9)	112 (5.2)	17 (4.2)	$\chi^2 = 1.330$	0.184
	Develop new menu	25 (14.4)	19 (8.2)	44 (10.9)	$\chi^2 = 3.867$	0.049
	Exclude that food	4 (2.3)	16 (6.9)	20 (4.9)	$\chi^2 = 4.527$	0.033
	ETC	2 (1.1)	5 (2.2)	7 (1.7)	$\chi^2 = 0.602$	0.438

었고, '과일', '옥수수·고구마'는 적극적 군에서 더 많이 사용하고 있었다.

양육태도에 따른 유아의 문제 식습관은 Table 7과 같다. 아이의 식생활에 어떤 문제가 있는가의 질문에 '있다'가 13.2%였고, '약간 있다'는 13.2%였다. 식생활 문제의 유형에는 '식품에 대한 편견과 편식'이 52.7%로 가장 많았으며, '양적으로 적게 먹는 것', 17.5%였다. '식사를 거르는 것'은 12.9%였고, '식사시간의 불규칙'과 '양적으로 많이 먹는 것'은 7.5%였다. 이중 '식품에 대한 편견과 편식'은 적극적군에서 44.9%인 반면 소극적군은 58.6%로 더 많은 비율을 차지하였으며, 이는 통계적으로 유의한 차이가 있었다($p < 0.01$).

편식을 하는 이유는 '맛' 58.7%, '질감' 23.2%, '아이의 성격' 14.3%, '냄새' 14.0%의 순으로 나타났으며, 이중 맛은 적극적군에서 65.5%, 소극적군에서 53.7%로 나타났는데 이는 두 집단 간 통계적으로 유의한 차이가 있었다($p < 0.01$).

편식에 대한 대응은 '이해시킨 후 먹도록 권유 한다' 62.2%, '새로운 조리방법을 개발해서 시도 한다' 10.9%, '내버려 둔다' 10.6%, '강제로 먹인다' 9.4%, '조리 및 식단에서 제외 한다' 4.9%의 순이었고, '새로운 조리방법을 개발해서 시도 한다'와 '조리 및 식단에서 제외 한다'는 두 집단 간 통계적인 유의차가 있었는데, '새로운 조리방법을 개발해서 시도 한다'의 경우 적극적 군에 14.4%, 소극적군이 8.2%였고($p < 0.05$), '조리 및 식단에서 제외 한다'는 적극적군에 2.3%이고, 소극적군이 6.9%였다($p < 0.05$).

양육태도에 따른 인스턴트 음식 및 채소류의 섭취횟수는 Table 8과 같다. 인스턴트 및 패스트푸드는 주 1회 정도 주고 있는 경우가 60.6%가 가장 많았고, '안 준다'의 경우도 13.4%였으며, 이는 두 집단 간 통계적으로 유의한

차이가 없었다. 식사에서 '채소를 끼니마다' 제공하고 있는 경우는 적극적군에서 17.0%, 소극적군에서 8.5%였고, '하루에 한번 이상'인 경우도 적극적군에서 31.9%, 소극적군이 20.1%로 적극적군에서 많았으나, '주 4~5회'인 경우 적극적군이 15.4%, 소극적군이 21.8%였고, '주 2~3회'인 경우 적극적군이 33.0%, 소극적군이 42.7%로 나타났다. 결과적으로 소극적군이 채소를 덜 제공함을 알 수 있었으며 두 집단 간 통계적으로 유의한 차이가 있었다 ($p < 0.05$).

4) 영양교육

양육태도에 따른 어머니의 영양교육은 Table 9와 같다. 영양정보는 'TV, 라디오'에서 44.4%로 가장 많았고, '인터넷' 29.9%, '이웃이나 친척' 23.1%, '신문' 17.0%, 순이었으며, 이중 '영양관련 전문서적'과 '이웃이나 친척'에서 정보를 얻는 경우는 통계적으로 유의한 차이가 있었다. '영양관련 전문서적'의 경우 적극적군에서는 18.3%인 반면 소극적군에서는 6.9%로 적극적군에서 더 높았다($p < 0.001$). '이웃이나 친척'의 경우 적극적군은 17.2%인 반면, 소극적군은 27.6%를 보였다($p < 0.05$).

싫어하는 식품이나 음식을 먹도록 하는 방법은 '몸에 좋다고 설명하기' 58.3%, '조리방법 바꾸기' 27.1%, '식구들이 맛있는 모습보이기' 22.1%, '만들기에 같이 참여하기' 17.3% 등의 순이었다. 이중에서 두 집단 간 통계적으로 유의한 차이가 있었던 항목은 '조리방법 바꾸기' ($p < 0.01$), '식탁도구변경으로 흥미유발' ($p < 0.05$)과 '만들기에 같이 참여하기' ($p < 0.05$)였다. 아이에게 좋지 않다고 생각되는 음식을 적게 먹이기 위해서는 '몸에 해롭다고 설득한다' 51.2%, '구입하지 않거나 만들지 않는다' 42.3%, '못먹게 한다' 13.2% 순으로 나타났으며 이는 통계적으로 유의한 차이가 없었다.

식품과 영양에 대한 설명은 적극적군에서는 '항상'인

Table 8. Frequencies of using instant food and vegetables between groups

Variables		Active	Passive	Total	N (%)	
					p	
Frequency of using instant food	Once a day	1 (0.5)	4 (1.7)	5 (1.2)	$\chi^2 = 5.272$	0.384
	4-5 times a week	3 (1.6)	5 (2.1)	8 (1.9)		
	2-3 times a week	32 (17.6)	46 (19.4)	78 (18.6)		
	Once a week	106 (58.2)	148 (62.4)	254 (60.6)		
	Never	31 (17.0)	25 (10.5)	56 (13.4)		
Frequency of using vegetables	Every meal	31 (17.0)	20 (8.5)	51 (12.3)	$\chi^2 = 15.009$	0.001
	Once a day	58 (31.9)	47 (20.1)	105 (25.2)		
	4-5 times a week	28 (15.4)	51 (21.8)	79 (19.0)		
	2-3 times a week	60 (33.0)	100 (42.7)	160 (38.5)		
	Once a week	5 (2.7)	16 (6.8)	21 (5.0)		

Table 9. Mother's nutritional knowledge between groups

					N (%)	
Variables		Active	Passive	Total	χ^2	p
Sources of nutritional information	TV, radio	91 (50.6)	92 (39.7)	183 (44.4)	$\chi^2 = 4.878$	0.152
	Newspapers	36 (20.0)	34 (14.7)	70 (17.0)	$\chi^2 = 0.075$	0.784
	Internet	55 (30.6)	68 (29.3)	123 (29.9)	$\chi^2 = 0.075$	0.784
	Magazine	20 (11.1)	26 (11.2)	46 (11.2)	$\chi^2 = 0.001$	0.976
	Expert's books	33 (18.3)	16 (6.9)	49 (11.9)	$\chi^2 = 12.652$	0.000
	Neighborhood	31 (17.2)	64 (27.6)	95 (23.1)	$\chi^2 = 6.137$	0.013
	Professional	2 (1.1)	1 (0.4)	3 (0.7)	$\chi^2 = 0.649$	0.421
How to solve the unbalanced eating?	Change the cooking methods	62 (34.3)	51 (21.6)	113 (27.1)	$\chi^2 = 8.290$	0.004
	Change the table decoration	0 (0.0)	7 (3.0)	7 (1.7)	$\chi^2 = 5.460$	0.019
	Expose more frequently	2 (1.1)	3 (1.3)	5 (1.2)	$\chi^2 = 0.024$	0.877
	Show to eat delicious with family	40 (22.1)	52 (22.0)	92 (22.1)	$\chi^2 = 0.000$	0.987
	Explain good points of the foods	100 (55.2)	143 (60.6)	243 (58.3)	$\chi^2 = 1.203$	0.273
	Cook with children	40 (22.1)	32 (13.6)	72 (17.3)	$\chi^2 = 5.230$	0.022
How to solve eating unhealthy food?	Not permit	29 (16.0)	26 (11.1)	55 (13.2)	$\chi^2 = 2.191$	0.139
	Explain the bad points of the foods	87 (48.1)	126 (53.6)	213 (51.2)	$\chi^2 = 1.261$	0.261
	Not purchase or cook the foods	79 (43.6)	97 (41.3)	176 (42.3)	$\chi^2 = 0.235$	0.628
	Don't give it by anybody	5 (2.8)	5 (2.1)	10 (2.4)	$\chi^2 = 0.176$	0.675
	Not care	2 (1.1)	4 (1.7)	6 (1.4)	$\chi^2 = 0.256$	0.613
Explanation about food and nutrition	Always	26 (14.3)	15 (6.4)	41 (9.8)	$\chi^2 = 12.169$	0.016
	Frequently	68 (37.4)	76 (32.2)	144 (34.4)		
	Occasionally	75 (41.2)	120 (50.8)	195 (46.7)		
	Seldom	11 (6.0)	24 (10.2)	35 (8.4)		
	Never	2 (1.1)	1 (0.4)	3 (0.7)		
Nutritional knowledge (score)		7.26 ± 1.9	6.96 ± 2.0	7.16 ± 1.4	F = 3.972	0.032

Table 10. Nutrition education between groups

					N (%)	
Variables		Active	Passive	Total	χ^2	p
Needs of nutrition education	Yes	181 (100.0)	235 (99.6)	416 (99.8)	$\chi^2 = 0.796$	0.381
	No	0 (0.0)	1 (0.4)	1 (0.2)		
Person to teach nutrition education	Parents	19 (10.6)	17 (7.3)	36 (8.7)	$\chi^2 = 7.897$	0.048
	Teacher	41 (22.9)	35 (15.0)	76 (18.4)		
	Dietitian	86 (48.0)	142 (60.9)	228 (55.3)		
	Anybody	33 (18.4)	39 (16.7)	72 (17.5)		

경우가 14.3%, '자주'인 경우는 37.4%, '가끔'의 경우 41.2%의 순으로 나타났으며, 소극적군에서는 '항상'인 경우가 6.4%, '자주'인 경우는 32.2%, '가끔'의 경우 50.8%의 순이었다. 이들의 분포는 두 집단 간 통계적으로 유의한 차이가 있었다($p < 0.05$).

영양 지식에 관한 10개의 질문에 올바르게 답한 평균 점수는 적극적군은 7.2, 소극적군 6.9, 전체 평균 7.1로 통계적으로 두 집단 간 유의한 차이를 보였다($p < 0.05$).

양육태도에 대한 영양교육의 요구도는 Table 10과 같다. 영양교육의 필요성은 99.8%가 인지하고 있었다. 누가 영양교육에서 교사가 되어야 하느냐의 질문에 대해 적극적군

은 '영양사'의 경우 48.0%, '교사'는 22.9%로 높게 나타났다. 소극적군의 경우 '영양사' 60.9%, '누구라도 상관 없다' 16.7%로 조사되었으며 통계적으로 유의한 차이가 나타났다($p < 0.05$).

고 찰

어린이 식습관의 형성에 영향을 주는 것으로 알려진 다양한 가정, 사회, 경제 환경 등의 요소(Yperman & Vermeersh 1979) 들이 있으며 특히 어머니의 태도와 밀접한 관련이 있을 것으로 보고 하였다(Sims & Morris 1974; Kim

& Mo 1976). 본 논문에서 어린이의 이유식의 양육태도가 적극적군과 소극적군, 두 집단 간에 아버지의 수입 차이와 어머니의 직업 유무의 차이는 있는 것으로 나타났으나 박의 연구(Park & Lim 1999)에서는 가족의 수입, 어머니의 취업유무 등의 간접적인 요인보다는 이유기 때의 음식, 식사도구 등 직접적인 체험이 식습관 형성에 더 중요한 요인임을 밝히고 있다.

어머니의 이유식에 관한 양육태도에 의한 두 집단 간 신장, 체중에 의한 차이는 없었으나 카우프 지수와 퇴러 지수에 의한 분포는 차이가 있었는데, 어린이의 수척과 비만 등 성장발달에 문제가 있다고 판단되는 분류에 소극적 집단이 더 많은 분포를 보였다. 퇴러 지수를 이용한(Choi & Yoon 2003) 연구에서 보고한 비만 아동의 비율이 34.1%, Lee의 연구(2006)의 47.7%에 비해 현저히 낮게 나타난 것은 퇴러 지수의 경우 어린이 신장의 차이에 따른 분류체계의 차이 때문인 것으로 사료된다. 퇴러 지수의 경우 학동기 어린이에게 사용하는 지수로 신장의 차이에 따라 체격 분류가 달라진다. 본 연구에서는 유아의 평균 신장이 110 cm여서 퇴러지수 180이상인 경우를 비만으로 분류하였으나 다른 연구의 경우 156이상을 고도비만, 156~140의 경우를 비만으로 판정하였다. 이런 판정기준의 차이에 의해 비만으로 판정된 경우가 앞의 연구들에 비해 낮았다.

현재까지 이루어진 여러 연구결과들에 의하면 Nam 등(1998)의 연구에서는 성장이 유아는 완만한 성장을 보이는 시기이고, 또한 경제적인 요인 외에 여러 유전적, 환경적인 요인에 의해 성장 발달이 이루어진다는 보고를 한 반면, Lee의 연구(2006)에서는 경제적인 수준에 따라 아동의 성장발달에 차이가 있음을 보고하고 있다. 어머니의 태도에 따라 아동의 영양 인식도가 상승된 것을 보고한 Lim과 Ahn(1995)의 연구에서도 알 수 있듯이 아동의 식생활태도는 가정의 수준보다 부모의 인식과 아동에게로의 바른 전달에 더 큰 영향을 받는 것에도 기인하기 때문인 것으로 사료 된다. 본 연구의 결과에서는 이유식에서의 양육태도에 따라 현재 아동의 신장, 체중, 또는 신체지수(카우프 지수, 퇴러 지수)의 평균값에서는 차이가 나지 않았으나 퇴러 지수에서 비만인 경우가 이유식에서의 소극적인 군에서 더 많았다. 이유식에서의 태도는 결국 어린이의 식사에도 많은 여러 형태로 다른 현상으로 나타나고 결국 신체발육에도 영향을 미치는 것으로 나타났다.

어머니의 이유식 양육 태도에 따라 가정의 식생활 환경을 살펴보면, 식사준비자는 주로 주부였다. 적극적군이 소극적군보다 주부가 많았고, 대신 소극적군에서는 할머니가 많은 것은 어머니의 취업 때문인 것으로 생각된다. 식사를

준비할 때 '가족의 기호'에 가장 중점을 두고 식사계획이 이루어지며, 가족 중 '자녀'를 가장 많이 고려하는 것으로 나타났다. 순 식품비는 '30~40만원 미만'이 가장 많았다. 학령 전 아동들의 식습관에 관한 선행연구를 보면 고려해야 할 식습관 문제로 아침결식, 편식, 식사의 불규칙성 그리고 간식을 많이 먹는 현상들이 나타난다고 보고하였다(Cho 2000; Choi & Yoon 2003; Eun & Kim 2003; Kim 등 2001; Park 등 1999; Park & Ahn 2003; Lee 2006). 이 중 Lee의 결과는 식품 및 음식에 대한 편식이 가장 큰 문제라고 보고한 내용은 본 논문의 결과와 일치하였다.

2001년 국민건강·영양조사에서는 3~6세의 결석률은 아침 9.0%, 점심 2.7%, 저녁 0.9%였고 Choi & Yoon(2003)의 연구에서는 아침 결석률이 2.5%, Cho(2000)의 연구에서는 4.2%로 기존의 결과들과 비교해보면 아침 결석율은 본 연구에서 훨씬 높은 것으로 나타났다. 2001년 국민영양조사에서는 늦잠을 자서가 34.8%, 식욕이나 반찬이 맛이 없어서 21.4%, 습관이 되어서 13.3%, 간식을 먹어서 10.7%로 나타났다. Park과 Ahn의 연구(Park & Ahn 2003) 결과에서는 매일 세 끼를 규칙적으로 하지 않아 식생활 진단 성적이 낮을 때도 행동과다와 공격성 점수가 유의하게 높은 경향을 보였다고 하였다. 결국 건강한 식습관을 갖는 것이 사회성이 원만한 아이로 자라나는 한 과정이므로 이에 대한 적절한 지도가 필요하다. Choi와 Jung의 연구(Choi & Jung 2006)는 어머니가 직접 만들어 주는 경우는 1주에 1~2회가 가장 많아 대부분의 간식은 인스턴트식품이나 시판되는 식품의 구매에 의존하고 있음을 알 수 있었는데, 본 결과에서는 적극적 군이 칼로리와 설탕의 함량이 낮은 음식이나, 섬유질이 많은 식품 등 간식으로 적절한 음식을 더 많이 주고 있었으며, 가정에서의 간식도 직접해주는 경우가 더 많아 어린이들에게 건강한 간식이 제공되는 것으로 드러났다.

아이의 편식은 식사지도 시 부모님을 힘들게 할 뿐만 아니라 음식의 다양성과 양이 감소하게 되므로 어머니는 보상과 처벌 등을 이용하여 먹는 것을 향상시키려고 하고 있다(Kim 등 2005). 하지만 이러한 어머니들의 행동들은 음식회피 또는 제한된 음식만 먹기 등과 같은 바람직하지 못한 식습관 형성을 초래하게 하여 더욱 더 까다롭게 먹는 아기로 발전되는 악순환을 되풀이하게 된다고(Peachat & Pliner 1986) 하고 있다. 음식에 대해 까탈스런 아이 집단에서 어머니의 식사지도 방법이 모니터링 규제성, 자율성이 낮고 강제성은 높은 경향을 보였다(Kim 등 2005). 여러 연구(Birch 등 2001; Francis 등 2001)의 결과는 어린이의 식사지도 방법에서 규제성과 강제성이 높을수록 체

중과 식습관에 나쁜 영향을 주어 오히려 나쁜 식습관을 유도하고 비만인 경우가 더 많았다. 즉 식사지도 방법은 영양교육의 한 수단으로 매우 중요한데, 본 연구에서는 이러한 식사지도 방법이 이미 이유식의 태도에 따라 차이가 있음을 보이고 있다.

어머니의 양육태도에 따라 어머니 본인의 식습관에는 차이가 없었는데 어린이의 식습관은 차이가 있었던 것은 주목할 만한 하다. 즉 어머니의 태도(Lim & Ahn 1994)에 따라 자녀들에게 들려지는 식품영양지식이 차이가 있었고, 또한 식사지도의 방법이 자율적(Kim 등 2005; Peachat & Pliner 1986)이어서 실천적인 행동으로 옮겨어 졌다고 봐야 할 것이다. 그러므로 어머니의 이유식에 대한 태도가 유아기의 식습관 형성에 직접적인 원인이 되는 것으로 판명되었다.

영양교육은 지식(Knowledge)를 쌓고, 태도(Attitude)를 변화시키면, 실천 혹은 행동(Practice or Behavior)의 변화를 유도해야 한다고 알려져 있다. 본 조사에서 영양지식은 주로 TV, 라디오 인터넷 등 대중매체를 통해 얻어지는 것으로 나타났는데, 이는 진주 지역 주부를 대상으로 한 연구(Lee 2001)의 결과와 일치하였다. 즉 대중매체를 통해 영양지식을 얻고 있는 경우가 많았으므로 올바른 식습관 형성을 위한 영양교육을 책, 신문, 인터넷, 잡지 및 라디오, TV 등 대중매체를 통해 이루어지도록 교육자 및 정부가 함께 정확하고 구체적인 영양지식 및 식생활관리에 관한 프로그램을 개발하도록 하는 것이 시급하다고 사료되어진다. 소극적인 군에서는 영양지식을 주로 지인들을 통해 얻고 있는 등 좀 더 정확한 지식을 제공하는 것이 필요하다. 최근 보건소에서의 적극적인 영양활동을 통해 적절한 교육이 될 수 있으리라 사료된다. 또한 Koo & Choi의 연구(Koo & Choi 2001)에서 많은 교육대상자들이 보건소에서 이유식의 영양지식 뿐 아니라, 실생활에서 실천할 수 있는 조리 방법에 관한 교육도 원하고 있었다. 이러한 교육 요구도를 바탕으로 보건소에서 어린이 영양지식 뿐 아니라 처음 음식을 접하는 어린이를 위한 바람직한 이유식의 만들기가 교육이 된다면 본 논문의 연구 결과와 같이 바람직한 이유식을 통한 어린이의 바람직한 식습관 형성에 기여할 수 있을 것으로 기대한다.

요약 및 결론

어머니의 이유식 준비 태도가 유아의 식습관 및 성장 발달에 미치는 영향을 파악하고자 실시한 본 연구의 결과는

다음과 같다.

1) 조사대상자는 이유식의 준비 태도가 적극적 이었던 집단은 43.4%, 소극적 집단은 56.6%였다. 적극적 집단이 평균소득이 높았고, 어머니의 취업은 소극적 집단이 더 많았다. 부모의 교육수준과 가족 형태는 두 집단 간 통계적으로 유의한 차이가 없었다.

2) 어린이의 신장, 체중, 카우프 지수, 퇴러 지수의 평균치는 집단 간 통계적인 유의차는 없었다. 퇴러 지수의 분포는 적극적 집단의 경우 비만인 경우는 2.6%이나, 소극적 집단에서 비만인 경우는 7.7%로 나타나 통계적 유의차가 있었다.

3) 식사준비자는 주로 주부가, 중요 고려사항은 가족의 기호였으며, 가장 먼저 고려하는 가족으로는 자녀였고, 순 식품비는 30~40만원 미만이었다. 주당 평균 외식횟수는 1.2 ± 0.7 로 나타났다.

4) 어머니의 식습관과 수유 방법은 이유식 준비 태도에 따라 차이가 없었다.

5) 어린이의 식습관은 이유식 준비 태도에 따라 여러 항목에서 통계적인 유의차가 있었다. 어린이 식사의 규칙성, 집에서의 간식제공횟수, 간식을 집에서 만들어서 제공하는 것, 간식의 종류 등이 차이가 있었다. 적극적 군에서는 '과일', '옥수수·고구마'를 많이 사용한 반면 소극적 군에서는 '빵·과자·케이크'를 더 많이 사용하였다.

6) 아이의 문제 식습관은 '식품에 대한 편견과 편식'이 52.7%로 가장 많았으며, 편식을 하는 이유는 '맛' 58.7%, '질감' 23.2%이었다. 인스턴트 음식은 소극적인군에서 더 많이 주고, 채소 및 과일은 적극적군에서 더 많이 주는 것으로 나타났다.

7) 편식에 대한 대응은 '새로운 조리방법을 개발해서 시도한다'와 '조리 및 식단에서 제외 한다'는 두 집단 간 통계적인 유의차가 있었는데, '새로운 조리방법을 개발해서 시도 한다'의 경우 적극적 군에 14.4%, 소극적군이 8.2%였고, '조리 및 식단에서 제외 한다'는 적극적 군에 2.3%이고, 소극적 군이 6.9%였다.

8) 영양정보는 'TV 라디오'에서 44.4%로 가장 많았으며, 싫어하는 식품이나 음식을 먹도록 하는 방법은 '몸에 좋다고 설명하기' 58.3%, '조리방법 바꾸기' 27.1%, '식구들이 맛있는 모습보이기' 22.1%, '만들기에 같이 참여하기' 17.3%의 순이었으며, 이 중에서 두 집단 간 통계적으로 유의한 차이가 있었던 항목은 '조리방법 바꾸기', '식탁도구변경으로 흥미유발'과 '만들기에 같이 참여하기'였다. 아이에게 좋지 않다고 생각되는 음식을 적게 먹이기 위해서는 '몸에 해롭다고 설득한다' 51.2%로 가장 많았다. 식품과 영양에 대한 설명은 적극적인 군이 더 아이들

에게 식품과 영양에 대한 설명을 더 자주 해주고 있는 것으로 나타났다. 영양 지식에 관한 10개의 설문에 올바르게 답한 평균 점수는 적극적군은 7.2점, 소극적군 6.9점으로 유의한 차이를 보였다.

본 연구는 어머니가 이유식에 대한 적극적인 태도를 가질 때 유아가 바람직한 식습관을 가졌음을 밝혔다. 이유식에 대한 어머니의 태도는 어머니의 식습관과는 차이가 없었으므로, 임신 육아 교실 등을 통해 좀 더 구체적이고 실질적인 이유식의 영양과 조리 관련 교육이 이루어진다면 어린이의 올바른 식습관형성에 많은 도움이 있을 것으로 예상된다. 따라서 본 연구진은 국가 및 지방자치단체가 보건소 등에서 적절한 프로그램의 운영을 통해 실천할 것을 제안한다.

참 고 문 헌

- 박영숙 · 이정원 · 서정숙 · 이보경 · 이혜상 (2006): 영양교육과 상담, 제2개정판, 교문사
- Birch LL, Fisher JO, Markey CN, Grimm-Thomas K, Sawyer R, Johnson L (2001): Confirmatory factor analysis of the child feeding questionnaire: A measure of parental attitudes, beliefs and practices about child feeding and obesity proneness. *Appetite* 36: 201-210
- Caliendo MA, Sanjur D (1978): The dietary status of preschool-An ecological approach. *J Nutr Educ* 10(2): 69-72
- Choi MJ, Jung YS (2006): The Status of Eating Habits and Nutrient Intakes of Preschool Children in Kyungjoo. *Korean J Community Nutrition* 11(1): 3-13
- Choi MJ, Yoon JS (2003): The effect of eating habits and nutrient intake on the physical growth indices in children. *Korean J Community Nutrition* 8(1): 3-14
- Choi YS, Oh KW, Yang KM, Seo JS, Shin SM (1998): A Study of the Influences of Environmental Factors and Factors Associated with Feeding on Infants' Growth. *Korean J Community Nutrition* 3(1): 3-11
- Draper A. Energy density of weaning foods. In: Walker AF, Rolls BA, ed. *Infant nutrition*, pp.209-223, Chapman & Hall, London, 1994
- Eun JH, Kim SM (2003): The effects of taste preferences on nutrients intake and the degree of dental caries in preschool children. *Korean J Community Nutrition* 8(5): 631-641
- Francis LA, Hofer SM, Birch LL (2001): Predictors of maternal Child feeding style: maternal and child characteristics. *Appetite* 37: 231-243
- Hong YJ (1998): A study on a relation of food ecology to obesity index of 5th grade in Cheju City(2). *Korean J Dietary Culture* 12(2): 141-151
- Hyun WJ, Yi JH (2005): Personal Maternal Body Image Perceptions Their Preschool Children. *Korean J Community Nutrition* 10(6): 930-942
- Irene EM (1994): Protein needs during weaning. In: *Protein metabolism during infancy*. From the 33rd Nestle nutrition workshop. pp.22-25, Nestle nutrition services
- Jee JS (2006): A Comparative Study on the Dietary Attitudes and Nutritional Status of Preschool Children in Different Income Levels in Busan. *Korean J Community Nutrition* 11(2): 161-171
- Kang KJ (2005): A Study on Food Habits, Nutrient Intakes, Nutritional Quality of Preschool Children in Seoul. *Korean J Community Nutrition* 10(4): 471-483
- Kang SA, Shin HJ, Lim YH, Kim GA, Woo YH, Jun YH, Kim SK (2005): A Study of Mothers' Nutritional Knowledge on Weaning of Breast-fed Infants, the Age of 6 Months. *Korean J Community Nutrition* 10(4): 453-461
- Kerrey E, Crispin S, Fox HM, Kies C (1968): Nutritional status of preschool children. I. Dietary and biochemical findings. *Am J Clin Nutr* 21: 1274-1279
- Kim KN, Mo SM (1976): A study of children's dietary habits, focusing on parental influences. *Korean J Nutrition* 9: 25-42
- Kim YJ, Chung SJ, Han YS, Lee YN, Lee SI, Byun KW, Choi HM (2005): The Characteristics of Infants' Temperament, Maternal Feeding Behavior and Feeding Practices in Picky Eaters. *Korean J Community Nutrition* 10(4): 462-470
- Koo JO, Choi KS (2001): Status and Needs for Nutrition Services for Infants and Preschoolers among Public Health Center Workers and Infants' Mothers. *Korean J Community Nutrition* 6(3): 354-360
- Lee JH (2001): A survey on the status of the meal management behaviors of housewives living in the apartment of Jinju. *Korean J Community Nutrition* 6(5): 755-764
- Lee JS (2006): A Comparative Study on the Dietary Attitudes and Nutritional Status of Preschool Children in Different Income Levels in Busan. *Korean J Community Nutrition* 11(2): 161-171
- Lee WM, Pang HA (1996): A study on the preference and food behavior of the children in primary school food service 2. *J Korean Diet Assoc* 2(1): 69-80
- Lim HJ, Ahn HS (1995): Analysis of factors associated with the preschool children's nutrition awareness. II. Mother's messages and nutrition awareness of children. *Kor J Dietary Culture* 9(5): 525-531
- Ministry of health and welfare (2002): Report on 2001 national health and nutrition survey
- Nam HW, Um YS, Chung EJ (1998): A comparative study on dietary attitudes and nutritional status of preschoolers in different income levels in Seoul and Kyunggido I Focusing on preschooler's anthropometry, dietary attitudes and mother factors. *Kor J Dietary Culture* 13(5): 405-414
- Park HR, Lim YS (1999): A Study of the Effect of Weaning Foods-Feeding Methods in Weaning Periods on Preschool-Children's Food Habit · Food Preference and Iron Nutritional Status. *Korean J Nutrition* 32(3): 229-267
- Park HS, Ahn SH (2003): Eating Habits and Social Behavior in Korean Preschool Children. *Korean J Nutrition* 36(3): 298-305
- Pelchat ML, Pliner P (1986): Antecedents and Correlates of Feeding problems in young children. *J Nutr Educ* 18: 3-29
- Rhee HS, Lee HS, Lee IS (1999): Eating behavior and life habits of kindergarten children in Chuncheon area. *J Korean Home Economics* 37(3): 175-191
- Shapiro LR, Crawford PB, Clark MJ, Pearson DL, Ab JR, Huenemann RL (1984): Obesity prognosis: A longitudinal study of children from the age of 6 months to 9 years. *AJPH* 74: 968-972
- Sims LS, Morris PM (1974): Nutritional status of preschoolers-An ecological analysis. *J Am Diet Assoc* 64: 492-499
- Thomas A, Chess S, Birch HG (1968): Temperament and behavior disorders in children N.Y: New York University Press
- Yperman AM, Vermeersh JA (1979): Factors associated with children's food habits. *J Nutr Educ* 11(2): 72-81