

남녀 초등학생들의 비만과 관련된 신체상, 자아존중감, 사회성에 대한 연구

박 필 남*

강원관광대학 간호과

A Study for the Body Image, Self-esteem and Sociability of Elementary Students related on Obesity

Pil Nam Park*

Department of Nursing, Kangwon Tourism College

ABSTRACT

Purpose: The study was for researching the body image, self esteem and sociability of elementary students related on obesity.

Methods: As the method, a convenience sample had been consisted of both 83 boys and 81 girls on 6th grade in elementary schools in Taebaek city. The data were collected through a self-report questionnaire between June 4th and June 8th, 2007. Then χ^2 test, One-way ANOVA, Scheff Test, and Pearson Correlation worked on the data using SPSS program.

Results: On the result, 6th grade students have been perceived less on their overweight and obesity than the actual. On the research, 38.6% of the girls and 19.7% of the boys were actually obesity on their weight. However, 22.9% of the boys and 16.0% of the girls only has been recognized their obesity on the weight. Meantime 37.3% of the boys and 54.3% of the girl wanted to lose their weight. Body image has relatively a positive correlation by moderate level with self-esteem($r=.552, p<.01$) and sociability($r=.509, p<.01$) as well.

Conclusion: As a conclusion of this study, health educators in elementary school need to lead for elementary students to improve their self-esteem and sociability through keeping normal weight. I would like to suggest that the educators need to develop a program for students to perceive the value of health and keep on normal weight.

Key words: elementary school students, obesity level, body image, self-esteem, sociability.

(2007년 10월 23일 접수, 12월 21일 채택)

* Corresponding author : Pil Nam Park , Department of Nursing, Kangwon Tourism College, 439 Hwangji-Dong Taebaek City Kangwon-Do 235-711 Korea
Tel: 82-33-550-6375 Fax: 82-33-550-6374 E-mail: pn9547@hanmail.net

I. 서 론

오늘날 인터넷, TV 드라마, 광고 등에서 날씬하고 마른 체형을 가진 사람을 매력적인 사람으로 표현하고 이상형으로 선호하는 사회적 분위기에 따라 사람들의 신체상에 많은 변화를 가져왔다.

더구나 신체적 발달이 두드러지는 성장기 청소년들은 대중매체를 통해 전달된 마른 모습의 이상적인 체형과 자신의 신체를 비교하여 자신의 체형이 실제 보다 뚱뚱한 것으로 잘못 인식하고 스스로를 매력 없는 사람으로 간주하는 경향이 있다(정승교, 1998 ; 김옥수, 1998). 특히 체중과 체형, 신체상이나 외모에 대한 관심은 성별에 따라 다른데 일반적으로 여성이나 남성보다 자신의 신체에 대해 더 비판적이며 더 과체중인 것으로 인식하는 경향이 있다(Kilpatrick: Ohannessian & Bartholomew, 1999).

신체상(body-image)은 신체에 대해 가지는 느낌이나 태도((Secord & Jourard, 1953; Stuarts & Sundeen, 1983)를 말하는 것으로 태어날 때부터 고정되어 있는 것이 아니라 정상적인 발달과정과 질병, 수술, 감정의 부적응 상태, 내·외적 환경 등에 의해 변화되어 간다. 그러므로 신체상이란 자신의 전반적인 신체외모에 대해 갖고 있는 느낌, 태도 및 평가라고 할 수 있다.

이러한 신체상은 대인관계나 자아존중감에 영향을 줄 뿐만 아니라 정서적인 긴장을 유발시키거나 성격의 변화를 일으키기도 하고 자아존중감을 낮게 하여 자아상실의 위험을 초래하기도 한다. 신체상이 좋지 못하면 남 앞에 나서기를 꺼려하고 대인관계에 있어서 점차 소극적이거나 회피하게 되며 동료, 선배집단과 잘 응화해 나가지 못한다(이정숙, 2001). 반면 신체상에 대한 자신감과 긍정적인 태도를 갖고 있는 사람은 적극적으로 자신의 생활을 영위하며 대인관계를 원만하게 유지하는 경향이 있다.

사춘기에 접어들어 신체적 변화가 나타나는 초등학교 6학년 시기는 자신의 신체상을 확립해나가는 시기이다. 그러므로 이 시기에 긍정적인 신체상을 확립해 나가는 것은 자아존중감과 올바른 사회성을 기르는 데 있어서 무엇보다 중요한 배경이 될 것이다. 그리고 남자에 비해 여자들이 평균 2년 정도 사춘기가 일찍 시작되므로 여자들은 남자들보다 일찍 자신

의 신체상에 관심이 많아질 것이다.

Wineman(1980)은 비만한 소녀들은 정상체중의 소녀들보다 자기도취적이고 미성숙하거나 우울하며 사회적으로 불안하고 자아존중감이 낮다고 하였으며 Mendelson & White(1982)는 정상청소년에 비해 비만청소년이 자아존중감이 낮았으며 성별에 따라서도 서로 차이가 있다고 하였다.

이에 본 연구자는 날씬하고 마른 체형을 매력적이라 생각하고 선호하는 사회문화적 경향이 남녀 초등학생들에게 어떤 영향을 미치는지 알아보고자 한다. 본 연구의 필요성은 남녀 초등학생들이 실제 자신의 비만도와 관련해 자신이 느끼는 신체상이 어떤지 알아보고, 긍정적인 신체상을 확립하여 자아존중감을 높여주며 대인관계를 원만하게 유지하여 적극적인 생활을 해나가는데 도움을 주기 위한 건강증진 교육의 기초자료로 유용될 수 있을 것이다.

본 연구의 구체적인 목적은 연구대상자의 일반적인 특성과 신체적인 특성, 비만도, 성별에 따라 비만과 관련된 신체상, 자아존중감 및 사회성을 알아보고 또한 성별 신체상, 자아존중감 및 사회성의 관련성을 알아보고자 한다.

II. 연구내용 및 방법

1. 연구설계

본 연구는 남녀 초등학교 6학년 학생들을 대상으로 비만과 관련된 신체상, 자아존중감 및 사회성을 파악하기 위한 서술적 조사연구이며 구조화된 설문지를 사용한 자기보고법을 이용하였다.

2. 연구대상 및 자료수집 방법

본 연구는 2007년 6월 4일부터 8일까지 태백시에 소재하는 초등학교 6학년 학생 194명을 대상으로 자료수집 하였다. 보건교사를 통하여 연구목적을 설명한 후 연구 참여에 동의한 학생에게 설문지를 배부하였으며 수집된 설문지는 응답이 누락된 것을 제외하고 총 164부가 분석에 사용되었다.

3. 연구도구

1) 비만도

비만도는 비만의 정도를 나타내기 위해 사용되는

지표로 본 연구에서는 한국소아발육표준치 '소아의 신장별 체중 백분위수'의 50퍼센타일 값을 이용하여 표준체중으로 하였으며

비만도(%) = $\{(실측체중 - 신장별 표준체중) / 신장별 표준체중\} \times 100$ 으로 계산하였다.

-10%미만은 과소체중, -10%이상~10%미만은 정상체중, 10%이상~20%미만은 과체중, 20%이상은 비만으로 판정하는데 본 연구에서는 과소체중, 정상체중, 비만(과체중 포함)의 세 그룹으로 구분하였다.

2) 신체상

Mendelson & White(1982)가 개발하고 박중옥(2004)이 수정 사용한 Body-Esteem 척도를 사용하였다. 긍정형 7개, 부정형 5개로 12문항으로 되어 있고 각 문항은 4점 척도로 되어 있다. 긍정형 문항은 "전혀 그렇지 않다 1점," "정말 그렇다"에 4점을 주었고 부정형 문항은 역으로 환산하였다. 12점에서 48점 까지의 점수범위를 갖고 있으며 점수가 높을수록 신체상이 긍정적임을 의미한다. 박중옥의 연구에서 Cronbach's alpha가 0.85였으며 본 연구에서는 Cronbach's alpha가 0.66 이였다.

3) 자아존중감

이영자(1996)가 사용한 자아존중감 척도로서 긍정형과 부정형이 각각 5문항씩 모두 10문항으로 되어 있다. 4점 척도로 부정문은 역으로 환산하였으며 10점에서 40점까지 점수범위를 갖고 있으며 점수가 높을수록 자아존중감이 높은 것을 의미한다. 이영자의 연구에서 Cronbach's alpha가 0.79였으며 본 연구에서도 Cronbach's alpha가 0.80이었다.

4) 사회성

박중옥(2004)이 사용한 척도로서 12개 긍정형 문항과 3개 부정형 문항으로 총 15개 문항으로 되어 있으며 부정형 문항은 역으로 환산하였다. 3점 척도로 0점에서 30점까지 점수범위를 갖고 있으며 점수가 높을수록 사회성이 높은 것을 의미한다. 박중옥의 연구에서 Cronbach's alpha가 0.74였으며 본 연구에서는 0.79였다.

4. 자료분석

본 연구의 수집된 자료는 통계패키지 SPSS Win-

10.1k를 사용하여 분석하였다.

- 1) 대상자의 성별에 따라 일반적인 특성과 신체적인 특성을 알아보기 위해 실수와 백분율을 구하였다.
- 2) 대상자의 비만정도를 알아보기 위해 한국소아발육표준치 '소아의 신장별 체중 백분위수'의 50퍼센타일 값을 표준체중으로 이용하여 비만도를 구하고 -10%미만을 과소체중, -10~10% 미만을 정상, 10%이상을 비만으로 분류하였다.
- 3) 대상자의 성별 비만도에 따른 체형지각, 체중만족도를 알아보기 위해 χ^2 검증을 실시하였다.
- 4) 대상자의 성별 비만도, 체형지각, 체중만족에 따른 신체상, 자아존중감, 사회성에 차이가 있는지 알아보기 위해 ANOVA와 Scheffe test를 실시한다.
- 5) 대상자의 성별 신체상, 자아존중감, 사회성의 관련성을 알아보기 위해 Pearson Correlation을 실시하였다.

III. 연구결과

1. 대상자의 일반적인 특성

〈표 1〉에서 조사 대상자의 일반적인 특성은 남자 83명(50.6%), 여자 81명(49.4%)이었으며 평균체중이 남자 43.97kg(SD=9.65), 여자(41.64kg)(SD=7.29)였으며, 평균 신장은 남자148.56cm(SD=8.48), 여자 148.39cm(SD=6.15)이었다.

〈표 1〉 일반적 특성

	남(N=83)		여(N=81)		p
	Mean±SD	SEM	Mean	SEM	
키(cm)	148.56±8.48	0.93	148.39±6.15	0.68	0.878
몸무게(kg)	43.97±9.65	1.05	41.64±7.29	0.81	0.083

(p value by t-test)

2. 신체적인 특성

조사 대상자의 신체적인 특성은 〈표 2〉에 제시하였다. 사춘기 신체변화에서 남학생은 변성 22.9%, 음모 18.1%, 성기크기의 변화가 9.6% 있었고 여학생은 유방의 크기변화가 48.1%, 음모 24.7%, 겨드랑이 털 23.5%, 월경은 21.0%가 있었다.

〈표 2〉 신체적인 특성 n(%)

특성	구분	남(N=83)	여(N=81)	p
겨드랑이 털	유	0(0)	19(23.5)	0.000**
	무	83(100)	62(76.5)	
음모	유	15(18.1)	20(24.7)	0.258
	무	68(81.9)	61(75.3)	
사춘기 신체변화	변성	유	19(22.9)	
		무	64(77.1)	
성기의 크기변화	유	8(9.6)		
	무	75(90.4)		
월경	유	17(21.0)		
	무	64(79.0)		
유방의 크기변화	유	39(48.1)		
	무	42(51.9)		

** : 0.01 수준에서 유의적임(p value by χ^2 -test).

정상체중은 여학생이 많았으나 비만체중은 남학생이 더 많았다.

체형지각에서 자신의 체형을 보통이라고 지각하는 학생들이 남학생은 54.2%, 여학생은 67.9%를 나타내어 여학생이 많았으나 유의한 차이는 없었다.

체중만족에서 여학생은 54.3%, 남학생은 37.3%가 체중감소를 원했으나 유의한 차이는 없었다.

〈표 3〉 성별 비만도, 체형지각, 체중만족 n(%)

특성	구분	남(N=83)	여(N=81)	p
비만도	과소체중	12(14.4)	16(19.8)	0.030*
	정상체중	39(47.0)	49(60.5)	
	비만체중	32(38.6)	16(19.7)	
체형지각	마른 편	19(22.9)	13(16.0)	0.199
	보통	45(54.2)	55(67.9)	
	뚱뚱한 편	19(22.9)	13(16.0)	
체중만족	체중증가 원함	14(16.9)	7(8.6)	0.064
	만족	38(45.8)	30(37.0)	
	체중감소 원함	31(37.3)	44(54.3)	

* : 0.05 수준에서 유의적임(p value by χ^2 -test).

3. 성별 비만도, 체형지각, 체중만족

조사 대상자의 성별 비만도, 체형지각, 체중만족에 대한 조사 결과는 〈표 3〉과 같다. 대상자의 비만도는 성별에 따라 유의한 차이가 있었다($\chi^2 = 7.018$, $p = 0.030$). 여학생은 과소체중 19.8%, 정상체중 60.5%, 비만체중 19.7%였고 남학생은 과소체중 14.4%, 정상체중 47.0%, 비만체중 38.6%를 나타내어 과소체중,

4. 성별 비만도, 체형지각, 체중만족에 따른 신체상 인지정도

조사 대상자의 성별 비만도, 체형지각, 체중만족에

〈표 4〉 성별 비만도, 체형지각, 체중만족에 따른 신체상 인지정도

	신체상					
	남(N=83)			여(N=81)		
	M±SD	p	Sheffe	M±SD	p	Sheffe
비만도						
과소체중	2.56±0.35			2.68±0.35		
정상체중	2.66±0.45	0.229		2.53±0.42	0.002**	a-c b-c
비만체중	2.47±0.47			2.18±0.40		
체형지각						
마른 편	2.32±0.33			2.63±0.40		
보통	2.77±0.38	0.000**	a-b a-c	2.56±0.41	0.000**	a-b a-c
뚱뚱한 편	2.36±0.49			2.07±0.32		
체중만족						
체중증가 원함	2.47±0.43			2.61±0.50		
현재만족	2.70±0.42	0.052		2.67±0.37	0.005**	b-c
체중감소 원함	2.46±0.46			2.35±0.42		

** : 0.01 수준에서 유의적임(p value by ANOVA).

따른 신체상 인지정도에 대한 조사 결과는 〈표 4〉와 같다. 남학생의 경우 체형지각에 따른 신체상의 유의한 차이가 있었다($F = 11.748$, $p = 0.000$). Scheffe로 사후검정을 실시한 결과 자신의 체형이 보통이라고 지각한 학생이 마른편이라고 지각한 학생이나 뚱뚱한 편이라고 지각한 학생보다 신체상이 낮았다.

여학생의 경우는 비만도($F = 6.675$, $p = 0.002$), 체형지각($F = 9.081$, $p = 0.000$), 체중만족($F = 5.575$, $p = 0.005$)에 따른 신체상의 차이가 유의하였으나 Scheffe로 사후검정을 실시한 결과 비만도에서 비만체중이 과소체중이나 정상체중보다 신체상이 낮

았고 체형지각에서는 뚱뚱한편이라고 지각하는 학생이 마른편이나 보통이라고 지각하는 학생들보다 신체상이 낮았다. 체중만족에서는 현재 만족하는 학생보다 체중감소를 원하는 학생이 신체상이 낮았다.

5. 성별 비만도, 체형지각, 체중만족에 따른 자아존중감의 차이

조사 대상자의 성별 비만도, 체형지각, 체중만족에 따른 자아존중감의 차이에 대한 조사 결과는 〈표 5〉와 같다. 남학생의 경우 체형지각에 따른 자아존중감의 차이가 유의하였으나 Scheffe 검정 결

〈표 5〉 성별 비만도, 체형지각, 체중만족에 따른 자아존중감의 차이

	자아존중감			
	남(N=83)		여(N=81)	
	M±SD	p	M±SD	p
비만도				
과소체중	2.97±0.50		2.93±0.35	
정상체중	2.96±0.48	0.609	2.93±0.42	0.134
비만체중	2.85±0.58		2.64±0.40	
체형지각				
마른 편	2.81±0.51		2.89±0.78	
보통	3.05±0.46	0.039*	2.94±0.43	0.080
뚱뚱한 편	2.72±0.60		2.58±0.44	
체중만족				
체중증가 원함	2.85±0.57		2.91±0.85	
현재만족	3.04±0.37	0.130	2.99±0.43	0.242
체중감소 원함	2.80±0.63		2.78±0.49	

* : 0.05 수준에서 유의적임(p value by ANOVA).

〈표 6〉 성별 비만도, 체형지각, 체중만족에 따른 사회성의 차이

	사회성			
	남(N=83)		여(N=81)	
	M±SD	p	M±SD	p
비만도				
과소체중	2.24±0.41		2.32±0.36	
정상체중	2.32±0.32	0.242	2.29±0.33	0.817
비만체중	2.18±0.32		2.24±0.37	
체형지각				
마른 편	2.16±0.41		2.32±0.35	
보통	2.32±0.29	0.126	2.29±0.33	0.872
뚱뚱한 편	2.18±0.34		2.25±0.39	
체중만족				
체중증가 원함	2.24±0.46		2.37±0.27	
현재만족	2.29±0.29	0.616	2.34±0.34	0.346
체중감소 원함	2.21±0.34		2.24±0.35	

(p value by ANOVA)

과는 유의하지 않았다. 여학생은 비만도, 체형지각, 체중만족에 따른 자아존중감의 차이는 유의하지 않았다.

6. 성별 비만도, 체형지각, 체중만족에 따른 사회성의 차이

조사 대상자의 성별 비만도, 체형지각, 체중만족에 따른 사회성의 차이에 대한 조사 결과는 <표 6>과 같다. 남학생, 여학생 모두 비만도, 체형지각, 체중만족에 따른 사회성의 차이는 유의하지 않았다.

7. 신체상, 자아존중감, 사회성의 관계

조사 대상자의 신체상, 자아존중감, 사회성의 관계에 대한 조사 결과는 <표 7>과 같다. 남학생의 경우 신체상과 자아존중감이 순 상관관계 ($r=0.552$)가 있는 것으로, 신체상과 사회성이 순 상관관계($r=0.509$)가 있는 것으로 자아존중감과 사회성이 순 상관관계($r=0.675$)가 있는 것으로 나타났다.

여학생은 신체상과 자아존중감은 순 상관관계 ($r=0.652$)가 있는 것으로, 신체상과 사회성은 순 상관관계($r=0.431$)가 있는 것으로 자아존중감과 사회성은 순 상관관계($r=0.541$)가 있는 것으로 나타났다.

따라서 남녀 모두 신체상이 높을수록 자아존중감과 사회성이 높고 자아존중감이 높을수록 사회성이 높다는 것을 알 수 있다.

IV. 고찰

본 연구는 초등학교 학생들의 남녀별 비만과 관련하여 신체상, 자아존중감, 사회성 정도를 알아보고 이를 간의 관계를 파악하기 위하여 시도되었다. 연구 대상자의 성별 분포는 남학생이 50.6%, 여학생이

49.4%로 비슷한 분포를 보였다.

사춘기 신체변화에서 남학생의 경우 변성이 가장 높게 나타났고 그 다음이 음모, 성기의 크기변화 순으로 높게 나타났으며 겨드랑이 털은 나타나지 않았고 여학생의 경우는 유방의 크기변화, 음모, 겨드랑이 털, 월경 순으로 높게 나타났다. 남자의 경우 성기의 크기변화가 가장 높고 변성, 음모, 겨드랑이 털 순으로 나타났다고 한 초등학교 6학년을 대상으로 실시한 박중옥(2004)의 연구와 차이가 있었으며 여학생의 경우 유방의 발달을 시작으로 음모가 발달하고 초기에 나타남을 끝으로 성적발달이 완성된다고 한 교육인적자원부(2001) 고등학교 성교육 교사용 지침서 내용과도 일치했다. 남자보다 여자가 약 2년 정도 일찍 사춘기가 시작되기 때문에 초등학교 6학년의 남학생들은 아직까지 2차 성징이 발현되지 않은 학생들이 있음을 알 수 있었으며 따라서 여학생보다는 신체나 비만도에 관심이 적은 것으로 생각된다.

비만도를 알아보기 위하여 한국소아발육표준치 '소아의 신장별 체중 백분위수'의 50퍼센타일 값을 표준체중으로 한 후, 자기보고 한 체중과 신장을 근거로 하여 산출하였는데 정상체중이 남학생은 47.0%, 여학생은 60.0%로 정상체중이 가장 많았으며 자신의 체형이 보통이라고 지각하고 있는 대상자는 남자 54.2%, 여자 67.9%로 나타났다.

실제 비만체중은 남자 38.6%, 여자 19.7%이었지만 자신을 뚱뚱하다고 지각하는 학생은 남자 22.9%, 여자 16.0%를 차지하고 있어서 남녀 모두 실제 비만도보다 자신을 뚱뚱하지 않다고 생각하고 있었으며 여학생이 남학생보다 자신의 체형에 대해 비교적 바르게 알고 있었다. 이는 남녀 고등학생을 대상으로 한 김옥수(2002)의 연구에서 남녀 모두 실제 체질량 지수 보다 자신을 비만이라고 평가하는 경향이 있다

<표 7> 신체상, 자아존중감, 사회성의 상관관계

남(N=83)			여(N=81)		
신체상	자아존중감	사회성	신체상	자아존중감	사회성
신체상	1		1		
자아존중감	0.552**	1	0.652**	1	
사회상	0.509**	0.675**	1	0.431**	0.541**

** : 0.01 수준(양쪽)에서 유의적임.

고 한 내용과 차이가 있었는데 대상자가 초등학생이고 남학생들은 사춘기 신체변화가 나타나지 않은 학생도 많아 외모나 비만에 관해 민감하지 않고 여학생들은 사춘기에 접어든 학생이 많아 외모나 비만에 관심이 많아 남학생보다는 자신의 체형을 바로 알고 있다고 생각된다.

자신이 뚱뚱하다고 지각하는 학생은 남학생 22.9%, 여학생 16.0%이지만 체중감소를 원하는 학생은 남학생 37.3%, 여학생 54.3%로 남녀 모두 체중감소를 원하는 학생이 많은 것으로 나타났다. 특히 여학생은 비만체중 비율이 남학생보다 낮았지만 체중감소를 원하는 학생비율은 남학생보다 더 높았는데 이는 초등학교 학생들을 대상으로 실시한 한 박중옥(2004)의 연구내용과 일치한다. 여성의 남성보다 외모에 더 관심을 갖기 때문이라고 한 Hayes & Ross(1987)의 연구와도 유사한 내용이라고 생각되며 중·고등학생을 대상으로 실시한 Jung(1995)의 연구에서 남자보다 여자가 자신의 체중을 과체중이라고 생각하는 경우가 유의하게 많았다고 한 내용과도 유사하다. 이러한 내용은 여자 청소년들이 남자청소년 보다 자신의 체중을 평가하는데 있어서 비판적이고 (Meadow & Weiss) 여러 가지 사회적인 영향에 따라 스스로 설정한 이상적인 체중을 기준(Felts, 1992)으로 자신의 체형을 비교하여 체중감소를 원하는 것이라고 생각된다.

본 연구에서 신체상 평균점수는 2.53점이였으며 여자보다 남자가 높았다.

남학생의 신체상은 체형지각에서 유의한 차이를 보였으며, 사후검정 결과 자신의 체형을 보통이라고 지각하는 학생이 마르거나 뚱뚱한편이라고 지각하는 학생보다 신체상이 높았으며 이는 박중옥(2004)의 연구결과와 일치했다.

여학생의 신체상은 비만도, 체형지각, 체중만족 모두 유의한 차이를 보였으며, 사후검정 결과 비만도에서 과소체중과 정상체중은 비만체중보다 신체상이 높았고, 체형지각에서는 과소체중과 정상체중이 뚱뚱한 편보다 신체상이 높았으며, 체중만족에서는 현재 만족하는 학생이 체중감소를 원하는 학생보다 신체상이 높았다.

본 연구의 자아존중감은 평균 2.89 이였으며 남자

가 여자보다 높았으나 유의한 차이는 없었다.

남학생의 경우 자신의 체형이 보통이라고 지각하는 학생이 자아존중감이 높았고 여학생의 경우는 비만도, 체형지각, 체중만족에 따른 자아존중감의 차이는 유의하지 않았다. 본 연구결과와 차이를 보이는 선행연구로는 Mendelson, Mendelson & Andrew(2000)이 남녀 후기 청소년들을 대상으로 한 연구에서 체질량지수가 높으면 자아존중감이 낮다고 하였고, 김옥수(2002)의 남녀고등학생을 대상으로 실시한 연구에서는 체질량지수 비만군이 정상체중군이나 저체중군에 비해 자아존중감이 낮다고 했다. 그러나 초등학생을 대상으로 한 박중옥(2004)의 연구에서 자신의 체형이 보통이라고 생각하는 학생이 자아존중감이 가장 높았고 비만인 학생은 정상체중인 학생보다 자아존중감이 낮았으나 유의한 차이는 없다고 하여 본 연구에서 남학생의 결과와 비슷했다. 이는 연구대상자들이 초등학생이라 고등학생들보다 사회문화적인 직접영향이 적기 때문이라 생각된다. Mendelson & White(1982)는 비만아동과 청소년 각각의 신체존중감과 자아존중감에 대한 연구에서도 비만아동에서는 자아존중감에 유의한 차이가 없었으나 비만청소년의 경우는 정상청소년에 비해 자아존중감이 낮다고 했다. 따라서 아동에서 청소년으로 접어드는 초등학교 6학년 때 올바른 신체상을 지각하여 청소년기 자아존중감을 높여주어야 할 것이다.

사회성의 평균점수는 2.27 이였으며 성별에 따른 유의한 차이는 없었다. 남녀 모두 비만도, 체형지각, 체중만족에 따른 사회성의 유의한 차이는 없었다.

신체상, 자아존중감 및 사회성에는 각각 서로 순상 관관계가 있는 것으로 나타나 긍정적인 신체상 확립은 자아존중감과 사회성을 높이는데 도움을 줄 수 있다는 결론을 얻었다.

이상의 연구결과들을 고려해볼 때 초등학생들은 여학생의 경우 비만과 관련해 비교적 자신의 체형에 대해 바로 알고 있었으나 남학생은 오히려 자신의 실제 비만도보다 덜 뚱뚱한 것으로 지각하고 있었다. 그러나 남녀 모두 체중감소를 원하는 학생이 많았고 특히 여학생은 체중감소를 원하는 학

생의 비율이 남학생보다 2배 이상 높았다. 이는 마르고 날씬한 사람을 문화적인 기준으로 삼는 사회적 분위기가 초등학생의 이상적인 신체상 인지에 영향을 미친 것으로서 앞으로 자아존중감과 사회성 형성에 부정적 영향을 초래할 수 있다. 따라서 정확한 비만의 기준을 제시하여 체형에 대한 바른 인식을 가지고 건강한 아름다움에 가치를 두도록 사춘기 이전부터 충분한 정보제공과 보건교육을 실시하여 앞으로 신체적 정신적으로 건강한 성인으로 성장해갈 수 있도록 도움을 주어야 할 것이다.

V. 결론 및 제언

본 연구는 남녀 초등학생의 비만도와 관련된 신체상, 자아존중감, 사회성을 알아보고 이들의 관계를 파악하기 위하여 2007년 6월 4일부터 8일까지 강원도 태백시에 소재한 남녀 초등학교 6학년 남자 83명 여자 81명 모두 164명을 대상으로 실시하였다.

연구결과 실제 비만체중은 남자 38.6%, 여자 19.7%를 차지했으며 자신을 뚱뚱하다고 지각하고 있는 대상자는 남자 22.9%, 여자 16.0%로 실제 비만도 보다 덜 뚱뚱하다고 지각하고 있었으나 남자보다 여자가 비교적 자신의 체형을 바로 지각하고 있었다. 그러나 남자 37.3%, 여자 54.3%가 체중감소를 원하고 있어서 남녀 모두 자신이 정상체중이라고 지각해도 체중감소를 원하는 학생이 많았다. 특히 여학생은 남학생보다 체중감소를 원하는 대상자가 훨씬 많았다. 신체상, 자아존중감 및 사회성에는 순 상관관계가 있는 것으로 나타나 긍정적인 신체상 확립은 자아존중감과 사회성을 높이는데 도움을 줄 수 있다는 결론을 얻었다.

제언하고자 하는 것은 초등학생을 대상으로 실시하는 건강교육 담당자는 비만에 대한 기준을 제시하여 대상자들이 자신의 체형을 정확하게 알도록 하고 이상체중을 왜곡인식하지 않고 건강한 아름다움에 가치를 두어 긍정적인 신체상을 확립할 수 있는 프로그램 개발을 제언한다.

본 연구의 제한점은 일 지역 초등학생들을 대상으로 하였으므로 전체 초등학생들에게 확대해석하기에

는 무리가 있으며 더 많은 대상자들에게 계속 연구가 필요하다고 생각한다.

참 고 문 헌

- 교육인적자원부 (2001). 함께 풀어가는 성 이야기(고등학교 교사용 성교육 지침서), 5-10, 서울: 여성교육정책담당관실.
- 김옥수, 김선희, 김애정 (2002). 남녀 고등학생들의 비만도, 체중조절행위, 자아존중감에 대한 비교연구. 성인간호학회지, 14(1), 53-61.
- 박중옥 (2004). 초등학생의 비만도와 관련된 신체상, 자아존중감 및 사회성 연구. 부산대학교. 교육대학원 석사학위논문, 3-46, 부산.
- 대한소아과학회 (1998). 1998년 한국 소아 및 청소년 신체발육 표준치. <http://www.babydoctor.co.kr/youngweight4.html>.
- 이영자 (1996). 스트레스, 사회적 지지, 자아존중감과 우울 및 불안과의 관계. 서울여자대학교. 박사학위논문, 5-38, 서울.
- 이정숙 (2001). 중고등학생의 성별, 비만, 타인의 평가와 신체존중감과의 관계. 한국교원대학교. 석사학위논문, 3-15, 충북.
- 정승교 (1998). 일부여대생의 체중조절실태 및 신체상. 보건교육건강증진학회지, 18(3), 163-175.
- Felt, M., Tavasso, D., Chenier, T., & Dunn, P. (1992). Adolescents' perceptions of relative weight and self-reported weight loss activities. Journal of School Health, 62(8), 372-376.
- Jung, G. B., Lim, D. K., Lee, Y. J., Lee, S. G. & Oung, S. W. (1995). The analysis of factors influencing to the diet in adolescent. Journal of Korean Acad Fam Med, 16(4), 254-260.
- Kilpatrick, M., Ohannessian, C. & Bartholomew, J. B. (1999). Adolescent weight management and perceptions: An analysis of the national longitudinal study of adolescent health. Journal of School Health, 69(4), 148-152.
- Mendelson, B. K. & White, D. R. (1982). Relation

- between body-esteem and self-esteem of obese and normal children. *Perceptual and Motor Skills*, 54, 899-905.
- Mendelson, M. J., Mendelson, B. K. & Andrew, J. (2000). Self-esteem, body-esteem, and body-mass in late adolescence is a competence importance model needed? *J Appl Dev Psychol*, 21(3), 249-266.
- Secord, D. F. & Jourard, S. M. (1953). The appraisal of cathexis: Body cathexis and the self. *Journal of Consulting Psychology*, 17, 343-347.
- Stuarts, G. W. & Sundeen, S. J. (1983). Principle and practice of psychiatric nursing, 206-241. St. Louis: C.V. Mosby Company.
- Wineman, D. (1980). The development and evaluation of self-esteem measuring instrument. *Journal of Personality Assessment*, 42, 171-182.