

## 초등학교 고학년 학생의 비만스트레스가 사회성에 미치는 영향

문재우<sup>1</sup>·박재산<sup>2</sup>

<sup>1</sup>한세대학교  
<sup>2</sup>한국보건산업진흥원

### The Effect of Obesity Stress on Sociality in Elementary School Students

Jae Woo Moon<sup>1</sup>, Jae San Park<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Department of Social Welfare, Hansei University  
<sup>2</sup>Korea Health Industry Development Institute

#### ABSTRACT

**Purpose:** Few studies have attempted to explain the childhood's sociality issue in Korea. This study was conducted to investigate the association between obesity stress and sociality factors.

**Methods :** The study subjects were 4th, 5th, and 6th grade students from the elementary schools in Kwangju, Anyang, and Hwasung city. The cross sectional study was carried out through the self-reported questionnaire survey about obesity stress, sociality, and socio-demographic characteristics. The data was analyzed by multiple regression analysis using SPSS 12.0 version.

**Results :** Overall, the findings of this study were consistent with previous studies. The measures of obesity stress showed significant negative relationships with measures of childhood sociality. Specifically, the association between mental stress from obesity and socialization was more higher than other variables. In addition, multiple regression analysis found that the effect of mental stress from obesity on childhood sociality was more higher than the effect of stress from physical discomfort and the effort to overcome the obesity stress.

**Conclusion :** Findings provide evidence for the notion that the measures of obesity stress is significantly associated with childhood sociality.

Key words: obesity stress, sociality, elementary school student

---

(2008년 9월 1일 접수, 11월 14일 채택)

Corresponding author : Jae Woo Moon, Department of Social Welfare, Hansei University, 604-5  
Dangjungdong Gunpo-city Kyunggido 435-742 Korea  
Tel, Fax : 82-31-450-5248, e-mail : moon1229@hansei.ac.kr

## 1. 서 론

### 1. 문제의 제기

비만문제는 이제 개인의 문제를 벗어나 사회적, 국가적 문제로 대두되고 있다. 즉 산업화된 대부분의 국가는 비만과의 전쟁을 벌이고 있다고 해도 과언이 아닐 정도로 비만은 이제 국가적 문제로 자리를 잡고 있다.<sup>1)</sup>

예전에는 비만이 성인만의 문제로 인식되었지만 이제는 소아 및 청소년에게까지 비만의 문제가 확대되고 있는 실정이다. 청소년 비만은 신체적인 측면에서도 문제이지만 비만이 가져다주는 정신적 스트레스의 문제가 더욱 크다고 본다. 특히 청소년기는 외모에 대한 관심이 다른 어떤 연령층보다 높다보니 비만은 많은 정신적 문제를 야기한다.

이러한 외모 중시는 비만이 단순한 건강상의 문제를 넘어 초등학교 고학년 학생들에게는 인격형성에도 영향을 주기까지도 한다. 따라서 초등학교 고학년의 비만스트레스는 어른에 못지않으며, 공격적 성향이나 우울증까지 야기시킬 수 있는 위험성을 내포하고 있다. 신체에 대한 만족수준이 높을 때 긍정적인 자아개념을 갖게 되며(Jasmin and Trygstad, 1980), 신체적으로 열등한 경우는 열등한 자아개념으로 확대된다(Luckman and Sorensen, 1974).

비만아동은 자신의 외모나 운동능력에 열등감을 갖고 비활동적이고 소극적으로 행동하여 학교성이 떨어지고 우울성향, 고독, 불만족 등이 심하여 대인관계 장애를 나타낸다고 보고하고 있다(박지현·오경옥, 2000 : 한지숙·이숙희, 1996 : 김사름·박혜련, 1995)

소위 "S라인"으로 대변되는 마른 체형을 사회가 선호함에 따라 아직 정체성이 확립되어있지 못한 청소년의 경우 자신의 신체나 외모에 자신감을 갖지 못하고 정상 또는 과소체중 임에도 불구하고 스스로를 뚱뚱하다고 여기는 비만스트레스에 시달리는 경우가 많다. 즉 성장기에 있는 청소년들은 대중매체에서 선호되고 있는 마른 체형과 자신의 신체를 비교하여 상

대적으로 자신이 비만이라고 생각하는 외모열등감 스트레스에 시달려 건강이나 생활에 나쁜 영향을 미치는 것 역시 비만 자체에 못지않게 심각한 문제이다.

초등학교에 입학하여 고학년이 될수록 사회적 환경이 확장되고 또래와의 관계가 발달하므로 자신의 신체에 대한 인식도 점점 넓어지는데 자신의 신체와 다른 사람의 신체에 대한 관심이 증가하며 다른 사람에게 보여지는 자신의 모습에 많은 관심을 갖는다(Rogers, 1985). 또한 초등학교 고학년은 사춘기로 신체에 대한 관심이 증가하고 정상이 되고자 노력하는 내부로부터 자극을 받아 내적 신체에 대한 이미지를 형성하며, 모든 행동의 근거가 된다(윤대회, 2001). 청소년기는 신체의 빠른 성장과 2차 성징의 발달로 인해 신체에 대한 관심이 증가하는 시기로, 변화된 신체에 따라 새로운 신체상을 형성화 해나가며, 청년기의 신체상은 자기 개념 형성, 성공, 원만한 대인관계를 이루는 중요한 요소가 된다(Stuart & Sundeen, 1983). 특히 자신의 체형을 비만으로 인식하는 아동들의 부정적인 자아 개념 형성은 결코 소홀히 간과할 수 없을 것이며 육체적·정신적 건강상의 영향에 대한 고려와 올바른 신체지각에 대한 지도가 요구된다(임낙수, 2003).

따라서 초등학교 시기에 비만 스트레스를 극복하고 긍정적인 신체상(body image)을 확립하여 자신의 신체에 대해 자신감을 가지고 적극적으로 학교생활을 유지할 수 있도록 지도하는 것이 필요하며, 이러한 측면에서 본 연구의 의의가 있다.

### 2. 연구목적

아동 비만 등에 대한 기존의 연구는 크게 비만 정도와 비만 관련 요인 규명 연구(이지훈, 1986 : 조규범 등, 1989 : 김진아, 1993 : 김종욱, 1994 : 정미영, 1996 : 박재희, 2002), 비만과 스트레스와의 관계성 연구(조양래, 1997 : 박지현, 1999 : 정경화, 2000 : 송정선, 2001 : 임영옥, 2002 : 김춘희, 2006), 비만 관리프로그램 개발과 그 효과 측정 연구(정기혜, 1991 : 김현수, 1995 : 김현아·김은경, 1996 : 현창

1) 보건복지가족부에 따르면 국민건강영양조사 결과 1998년에 26.3%에 그쳤던 비만율이 2001년에는 29.6%, 2005년에는 31%로 증가세를 보였다. 미래세대 주역인 어린이들의 비만율의 경우 교육과학기술부 조사결과 초중고교생들의 비만율은 2002년 9.4%에서 2004년 10.0%, 2006년 11.7%로 매년 늘고 있다. 한국보건사회연구원은 지난 2006년 우리나라에서 비만 치료에 들 여간 진료비와 소득 손실은 2조1000억원이 넘는 것으로 추산했다(파이낸셜뉴스, 2008년 7월 4일자 한미영 기자)

은, 1996 : 김선희, 1997 : 최주영, 2001 : 이연숙 , 2007 : 이성희, 2008) 등으로 나눌 수 있다(김은혜·김광웅, 2002). 이러한 기존의 연구와는 달리 본 연구는 비만스트레스와 사회성의 관계연구로 다음과 같은 3가지 목적을 가지고 있다.

첫째, 초등학교 고학년의 비만스트레스가 어느 정도 인지를 조사하고, 인구사회학적 특성에 따른 비만스트레스 정도 차이를 분석하고자 한다.

둘째, 초등학교 고학년의 사회성에 영향을 주는 인구사회학적 특성을 찾아보고자 한다.

셋째, 비만스트레스와 사회성과의 관계와 비만스트레스가 사회성에 미치는 영향을 분석하고자 한다.

이러한 연구목적은 중국적으로 비만스트레스 감소를 통한 사회성 강화 기초연구자료 확보에 크게 기여할 것으로 사료된다.

본 연구 대상이 광주광역시, 안양시, 화성 3곳의 초등학교에 한정되었기 때문에 연구 결과를 일반화시키기에는 무리가 있을 것이다. 또한 사회성에 예절성, 자율성, 지도성, 근면성, 안정성, 사교성, 수용성, 준법성 등 8가지만을 포함했기 때문에 사회성 자체를 완벽하게 반영하였다고 보기는 어려운 한계점을 내포하고 있다.

## II. 연구방법

### 1. 조사대상 및 기간

본 연구를 위한 조사대상은 지역별로 대도시(광주광역시), 중소도시(안양시), 읍면단위(화성)에 위치한 초등학교 4학년 학생부터 6학년에 재학중인 고학년 초등학생을 대상으로 하였다. 표본추출은 비만 인식에 대한 지역별 차이를 감안하여 지역규모별로 무작위 층화추출(stratified random sampling) 방식으로 이루어졌다. 자료수집방법은 문헌고찰을 통하여 자기기입식 설문지를 개발하였으며 설문지의 타당도와 신뢰도를 높이기 위해 사전조사를 2008년 4월 9일~11일까지 3일간 실시하였고, 사전조사결과를 근거로 설문지를 수정·보완하여 본조사에 이용하였다.

본 조사는 2008년 5월 19일~5월 22일까지 4일간

설문지를 배포하고 회수하는 방식으로 이루어졌다. 측정의 정확성을 기하기 위하여 외부기관에서 실시한다는 점을 주지시키고, 설문내용은 무기명으로 그리고 학술적 용도로만 이용된다는 점을 강조하여 응답자들이 가능한 한 솔직하게 답할 수 있도록 하였다.

총 600부의 설문지를 배포한 결과 최종적으로 481부가 회수되어 설문에 대한 응답률은 80.2% 정도였다. 이 중에서 무응답이 많거나 획일적인 점수를 부여한 응답지 7부를 제외한 474부가 최종적으로 분석에 사용되었다.

조사대상자의 인구사회학적 특성을 살펴보면 성별은 남성(45.1%)보다는 여성(53.2%)이 많았다. 학년에 있어서는 4학년(39.5%)이 가장 많았고, 5학년(31.6%), 6학년(27.4%) 순으로 나타났다. 아버지의 교육정도는 대졸(39.7%)이 가장 많았고, 고졸이하(24.1%), 대학원졸(22.8%) 순으로 조사되었다. 어머니의 교육정도는 대졸(38.2%)이 가장 많았고, 고졸이하(31.4%), 대학원졸(16.0%) 순으로 나타났다. 아버지의 직업은 96.2%가 직업이 있는 것으로 나타났고, 어머니가 직업을 가지고 있는 비율도 51.3%로 높았다. 경제수준의 경우 보통이다(57.2%)가 가장 많았고, 잘산다(27.6%), 매우 잘산다(10.1%) 순으로 조사되었다<표 1>.

<표 1> 조사대상자의 일반적 특성

구분		빈도	퍼센트
지역	광역시	103	21.7
	중소도시	210	44.3
	읍면	161	34.0
성별	남성	214	45.1
	여성	252	53.2
	무응답	8	1.7
학년	4학년	187	39.5
	5학년	150	31.6
	6학년	130	27.4
	무응답	7	1.5

구분	빈도	퍼센트	
부 교육정도	고졸이하	114	24.1
	대졸	188	39.7
	대학원졸	108	22.8
	무응답	64	13.5
모 교육정도	고졸이하	149	31.4
	대졸	181	38.2
	대학원졸	76	16.0
	무응답	68	14.3
부 직업유무	있음	456	96.2
	없음	5	1.1
	무응답	13	2.7
모 직업유무	있음	243	51.3
	없음	216	45.6
	무응답	15	3.2
경제수준	못산다	18	3.8
	보통이다	271	57.2
	잘산다	131	27.6
	매우잘산다	48	10.1
	무응답	6	1.3
합계	474	100.0	

## 2. 조사도구

설문지는 초등학생들의 사회인구학적 특성, 비만스트레스와 사회성을 알아보기 위한 문항 등 크게 3영역으로 구분하였다. 사회인구학적 특성은 7개 문항, 비만스트레스 28개 문항과 사회성 32개 문항으로 총 67개 문항이었다. 사회인구학적 특성 문항을 제외한 각 문항은 '전혀 그렇지 않다'의 1점부터 '매우 그렇다'의 5점까지 주로 5개 응답변수를 갖는 5점 Likert형 척도를 사용하였다. 설문문항의 구체적인 내용은 다음과 같다.

### 1) 비만스트레스

초등학생의 비만스트레스를 측정하기 위하여 조양래(1997)가 학령기 아동의 비만스트레스를 측정하기 위해 만든 설문문항을 일부수정하여 사용하였다. 전체 28문항으로 신체상 불편함에서 오는 비만 스트레스 구성차원, 비만 극복을 위한 자신의 노력, 비만에서 오는 정신적 스트레스 구성차원 등 3가지 영역으로 되어 있다. 각 문항은 1~5점으로 된 Likert 척도로 구성하였고 5점에 가까울수록 비만스트레스가 높은 것으로 하였다.

### 2) 사회성

사회성을 측정하기 위해 본 연구에서는 이위환(1994)이 만든 사회성 척도를 수정·보완하여 사용하였다. 이위환(1994)은 아동의 사회성을 자율성, 지도성, 수용성, 안정성, 사교성, 준법성, 예절성 등 8개 하위차원으로 나누어 각각 6문항으로 측정하도록 하여 총 48개 문항으로 최종 구성하였다. 본 연구에서는 이를 일부 수정·보완하여 8개 하위 구성차원은 동일하게 하되 구성차원별 문항을 줄여 4개 문항씩 구성하였다. 최종적으로 예절성, 자율성, 지도성, 근면성, 안전성, 사교성, 수용성, 준법성 등 각 4개 문항씩 총 32개 문항으로 구성하였다. 각 문항은 '전혀 그렇지 않다'의 1점부터 '매우 그렇다'의 5점까지 5점 Likert형 척도를 사용하였다.

### 3) 인구사회학적 특성

초등학생들의 인구사회학적 특성으로는 성별, 학년, 아버지 교육정도, 어머니 교육정도, 아버지 직업유무, 어머니 직업유무, 경제수준 등으로 구성되었다.

〈표 2〉 조사문항 및 변수

	구분	측정 항목	자료원
비만 스트레스	신체상 불편으로 오는 스트레스	12	조양래 (1997)
	비만스트레스를 극복하기 위한 노력	7	
	비만에서 오는 정신적 스트레스	9	
사회성	예절성	4	이위환 (1994)
	자율성	4	
	지도성	4	
	근면성	4	
	안전성	4	
	사교성	4	
	수용성	4	
	준법성	4	
인구 사회학적 특성	성별, 학년, 아버지 교육정도, 어머니 교육정도, 아버지 직업유무, 어머니 직업유무, 경제수준	7	-

### 3. 분석방법

자료처리는 SPSS Ver. 12.0 통계패키지를 이용하였다. 분석내용은 기술통계측면에서 응답자의 인구사회학적 특성변수를 먼저 살펴본 후, T-test와 분산분석(ANOVA)을 통해 응답자의 인구사회학적 특성에 따른 비만스트레스 정도와 사회성의 정도의 집단간 차이를 분석하였다. 그리고 상관분석을 통해 초등학교 고학년 학생들의 비만스트레스와 사회성간의 관련성을 분석하였다. 마지막으로 비만스트레스가 사회성에 미치는 영향을 살펴보기 위해 다중회귀분석(multiple regression analysis)을 이용하여 상대적인 영향력의 정도를 분석하였다.

### 4. 설문문항의 기술통계량 및 신뢰도 분석

설문문항의(비만스트레스, 사회성)에 대한 기술통계량 및 신뢰도를 분석한 결과는 <표 3>과 같다. 기술통계량 값을 보면 비만스트레스의 경우 3가지 하위 구성차원 중 비만스트레스를 극복하기 위한 노력의 평균값이 1.943으로 가장 높게 나타났다. 사회성에 대해서는 8가지 하위 구성차원 중 예절성이 가장 높았으며 그 다음으로 준법성, 사교성, 지도성, 안전성 순으로 높게 나타났다. 그리고 신뢰도 계수인 Cronbach's alpha 값을 구하여 내적 일치도(internal consistency)를 살펴본 결과 비만스트레스 하위구성차원 모두 0.70 이상의 높은 신뢰도를 보였다. 사회성의 경우 자율성을 포함한 5개 구성차원이 0.60 이상의 신뢰도를 보였으나 나머지 예절성을 포함한 3개 구성차원은 0.70 이상으로 높게 나타났다.

<표 3> 설문항목의 기술통계량 및 신뢰도

구분		평균	표준편차	신뢰도
비만 스트 레스	신체상 불편으로 오는 스트레스	1.679	0.586	0.856
	비만스트레스를 극복하기 위한 노력	1.943	0.649	0.701
	비만에서 오는 정신적 스트레스	1.819	0.709	0.794
사 회 성	예절성	4.508	0.618	0.783
	자율성	3.878	0.826	0.651
	지도성	4.125	0.749	0.683
	근면성	3.987	0.837	0.740
	안전성	4.117	0.810	0.772
	사교성	4.224	0.758	0.634
	수용성	4.086	0.731	0.659
	준법성	4.367	0.660	0.694

### III. 연구결과

#### 1. 비만스트레스

인구사회학적 특성에 따라 조사대상 초등학생의 비만스트레스 정도 차이를 알아보기 위해 t검증과 분산분석을 수행하였다. 비만스트레스에 있어서는 학년, 아버지 교육정도, 어머니 교육정도, 경제수준 변수가 통계적으로 유의한 결과를 보였다. 학년에 있어서는 6학년이 4, 5학년 학생에 비해 비만스트레스의 정도가 높게 나타났다. 아버지 교육정도의 경우 고졸이하 그룹의 비만스트레스가 가장 높게 나타났다. 어머니 교육정도에 있어서는 아버지 교육정도와 비슷한 결과를 보였다. 경제수준에 있어서는 경제수준이 낮은 그룹 학생의 비만스트레스의 정도가 다른 그룹에 비해 높게 나타났다<표 4>.

<표 4> 비만스트레스에 대한 평균치 차이분석

구분		평균	표준편차	t/F값	p값
지역	광역시	1.771	0.515	2.640	0.072
	중소도시	1.743	0.490		
	읍면	1.861	0.498		
성별	남성	1.821	0.511	1.497	0.135
	여성	1.752	0.478		
학년	4학년	1.729	0.509	3.154	0.044
	5학년	1.776	0.456		
	6학년	1.870	0.507		
부교육정도	고졸이하	1.919	0.523	6.030	0.003
	대졸	1.722	0.495		
	대학원졸	1.745	0.461		
모교육정도	고졸이하	1.905	0.515	6.392	0.002
	대졸	1.729	0.513		
	대학원졸	1.707	0.425		
부직업유무	있음	1.787	0.499	0.134	0.894
	없음	1.757	0.358		
모직업유무	있음	1.805	0.550	0.697	0.486
	없음	1.773	0.441		
경제수준	못산다	2.019	0.510	3.092	0.027
	보통이다	1.823	0.497		
	잘산다	1.705	0.492		
	매우잘산다	1.742	0.511		

## 2. 사회성

인구사회학적 특성에 따라 조사대상 초등학생의 사회성 정도 차이를 알아보기 위해 t검증과 분산분석을 수행하였다. 사회성에 있어서는 지역, 아버지 교육정도, 어머니 교육정도, 경제수준 변수가 통계적으로 유의한 결과를 보였다. 지역에 있어서는 광역시 소재 초등학생이 중소도시, 읍면도시 학생에 비해 사회성의 정도가 높게 나타났다. 아버지 교육정도의 경우 대학원졸 그룹의 사회성이 가장 높게 나타났다. 어머니 교육정도에 있어서도 아버지 교육정도와 비슷한 결과를 보였다. 경제수준에 있어서는 경제수준이 높은 그룹 학생의 사회성의 정도가 다른 그룹에 비해 높게 나타났다(표 5).

〈표 5〉 사회성에 대한 평균치 차이분석

	구분	평균	표준편차	t/F값	p값
지역	광역시	4.257	0.608	4.840	0.008
	중소도시	4.198	0.587		
	읍면	4.056	0.483		
성별	남성	4.119	0.594	-1.819	0.070
	여성	4.213	0.524		
학년	4학년	4.201	0.614	2.213	0.111
	5학년	4.207	0.532		
	6학년	4.082	0.502		
부교육 정도	고졸이하	4.053	0.491	3.467	0.032
	대졸	4.183	0.587		
	대학원졸	4.242	0.554		
모교육 정도	고졸이하	4.051	0.511	5.039	0.007
	대졸	4.210	0.570		
	대학원졸	4.263	0.576		
부 직업 유무	있음	4.173	0.560	0.860	0.390
	없음	3.956	0.417		
모 직업 유무	있음	4.179	0.562	0.457	0.648
	없음	4.156	0.548		
경제 수준	못산다	3.725	0.803	12.501	0.000
	보통이다	4.080	0.520		
	잘산다	4.330	0.498		
	매우잘산다	4.360	0.612		

## 3. 비만스트레스와 사회성간의 관계

조사대상 초등학생의 비만스트레스와 사회성간의 관련성을 분석한 결과는 〈표 6〉과 같다. 분석결과를 보면 먼저 비만스트레스의 하위변수 즉, 신체상 불편으로 오는 스트레스, 비만스트레스를 극복하기 위한 노력, 비만에서 오는 정신적 스트레스 간에는 정(+)의 상관관계를 보였다. 특히 신체상 불편으로 오는 스트레스와 비만에서 오는 정신적 스트레스간의 상관계수 값( $r=0.527$ )이 가장 높게 나타났다. 사회성의 하위변수간에는 대부분 정(+)의 상관관계를 보였으며 이중 근면성과 안전성간의 상관계수 값( $r=0.643$ )이 가장 높게 나타났다.

비만스트레스 하위변수와 사회성의 하위변수간의 관련성을 보면 대부분 부(-)의 상관관계를 보였다. 특히 비만 스트레스 하위변수 중 비만에서 오는 정신적 스트레스와 사교성간의 상관계수 값( $r=-0.545$ )이 가장 높게 나타났다. 또한 상관분석을 통해 다중공선성 문제를 살펴본 결과 기준치인 0.80 이상 되는 변수는 없는 것으로 나타났다(표 6).

## 4. 비만스트레스가 사회성에 미치는 영향

비만스트레스가 초등학교 학생의 사회성에 미치는 영향을 살펴보기 위해 다중회귀분석(multiple regression analysis)을 실시하였다. 사회인구학적 특성 변수를 더미처리하여 보정한 후 비만스트레스 하위변수가 사회성에 미치는 영향을 분석한 결과 신체상 불편으로 오는 스트레스와 비만에서 오는 정신적 스트레스가 통계적으로 유의한 결과를 보였다. 회귀 모형의 설명력은 adjusted R square 값이 45.1%로 높은 수준으로 나타났다. 통계적으로 유의하게 나타난 독립변수들 중 종속변수에 미치는 영향력을 표시하고 있는 Beta 값을 보면 비만에서 오는 정신적 스트레스 ( $Beta=-0.423$ ), 신체상 불편으로 오는 스트레스 ( $Beta=-0.318$ )가 종속변수인 사회성에 많은 영향을 미치는 것으로 나타났다(표 7).

## 5. 성별에 따른 비만스트레스 구성차원별 차이분석

비만에서 오는 정신적 스트레스 등 초등학교 남녀 학생간 차이가 있을 것이라는 가정하에 비만스트레스

구성차원별로 분석을 하였다. 분석결과 여학생에 비해 남학생의 구성차원별 평균값이 높게 나타났으나 통계적으로 유의할 만큼 크지는 않았다. 비만스트레스를 극복하기 위한 노력이 상대적으로 평균값이 가장 높게 나타났으며, 그 다음 비만에서 오는 정신적 스트레스, 신체상 불편으로 오는 스트레스 순으로 분

석되었다(표 8).

#### IV. 고찰 및 결론

본 연구는 초등학교 고학년들이 겪고 있는 비만스트레스의 정도와 이러한 스트레스가 사회성에 미치는

〈표 6〉 비만스트레스와 사회성간의 관련성

구분	a1	a2	a3	b1	b2	b3	b4	b5	b6	b7	b8
a1	1.000										
a2	0.327**	1.000									
a3	0.527**	0.298**	1.000								
b1	-0.196**	0.018	-0.230**	1.000							
b2	-0.390**	-0.197**	-0.472**	0.278**	1.000						
b3	-0.478**	-0.187**	-0.475**	0.316**	0.599**	1.000					
b4	-0.481**	-0.102*	-0.467**	0.364**	0.480**	0.582**	1.000				
b5	-0.404**	-0.119**	-0.499**	0.302**	0.523**	0.587**	0.643**	1.000			
b6	-0.443**	-0.211**	-0.545**	0.269**	0.557**	0.573**	0.439**	0.519**	1.000		
b7	-0.424**	-0.169**	-0.485**	0.406**	0.542**	0.558**	0.548**	0.555**	0.580**	1.000	
b8	-0.433**	-0.112*	-0.463**	0.410**	0.455**	0.555**	0.615**	0.573**	0.481**	0.621**	1.000

a1: 신체상 불편으로 오는 스트레스, a2: 비만스트레스를 극복하기 위한 노력, a3: 비만에서 오는 정신적 스트레스, b1: 예절성, b2: 자율성, b3: 지도성, b4: 근면성, b5: 안전성, b6: 사교성, b7: 수용성, b8: 준법성  
 \*)  $p < 0.05$ , \*\*)  $p < 0.01$

〈표 7〉 비만스트레스가 사회성에 미치는 영향

구분	B	S·E	beta	t	p	
상수	4.355	0.301	-	14.475	0.000	
비만	신체상 불편으로 오는 스트레스	-0.302	0.045	-0.318	-6.768	0.000
스트	비만스트레스를 극복하기 위한 노력	0.029	0.035	0.034	0.819	0.413
레스변수	비만에서 오는 정신적 스트레스	-0.337	0.037	-0.423	-9.020	0.000
	지역	0.157	0.056	0.110	2.805	0.005
	성별	-0.029	0.042	-0.026	-0.690	0.490
사회	학년	-0.056	0.044	-0.049	-1.273	0.204
인구	부교육 정도	0.053	0.066	0.042	0.803	0.423
학적 특성	모교육 정도	-0.061	0.060	-0.053	-1.013	0.312
변수	부직업 유무	0.883	0.293	0.114	3.011	0.003
	모직업 유무	0.036	0.042	0.032	0.851	0.395
	경제수준	-0.425	0.135	-0.122	-3.144	0.002

$F=29.885(0.000)$ ,  $R\ square=0.466$ ,  $Adjusted\ R\ square=0.451$

〈표 8〉 성별에 따른 비만스트레스 구성차원별 차이분석

구분	남성		여성		t/F값	p값
	평균	표준편차	평균	표준편차		
신체상 불편으로 오는 스트레스	1.720	0.604	1.631	0.557	1.638	0.100
비만스트레스를 극복하기 위한 노력	1.961	0.673	1.925	0.629	0.595	0.552
비만에서 오는 정신적 스트레스	1.849	0.709	1.780	0.702	1.044	0.297

영향을 조사하여 자신의 외모에 자신감을 갖고 자기 나름의 신체상을 정립하는데 필요한 기초자료를 제시하고자 하는데 목적이 있다.

이러한 목적을 기지고 조사대상은 지역별로 대도시(광주광역시), 중소도시(안양시), 읍면단위(화성)에 위치한 초등학교 4학년~6학년에 재학중인 고학년 초등학생 600명을 대상으로 2008년 5월 19일~5월 22일 까지 4일간에 걸쳐 설문조사를 하였다. 최종적으로 481부가 회수되어 설문에 대한 응답률은 80.2% 정도였다.

연구결과를 살펴보면,

첫째, 비만스트레스는 신체상 불편으로 오는 스트레스 1.7점, 비만스트레스를 극복하기 위한 노력 1.9점, 비만에서 오는 정신적 스트레스 1.8점으로 2점 이하로 비교적 낮게 나타났다.

둘째, 비만스트레스에 있어서는 학년, 아버지 교육정도, 어머니 교육정도, 경제수준 변수가 통계적으로 유의한 결과를 보였다. 학년에 있어서는 6학년이 4, 5학년 학생에 비해 비만스트레스의 정도가 높게 나타났다. 이는 학년이 높을수록 비만스트레스가 높다는 김은혜·김광웅(2002)의 연구결과와 같았다. 성별에 따른 청소년의 신체 만족도는 여성이 남성보다 자신의 신체에 대해 좀더 불만족하거나 부정적으로 평가하는 경향이 높고 신체상에 대한 오해도 남성보다 여성이 더욱 심각한 왜곡을 불러온다(Cash, 1986). 또한 남학생이 여학생보다 자신의 신체에 대한 만족감, 즉 신체존중감이 높았다(이정숙, 2001). 그러나 본 연구에서는 남성이 여성에 비해 비만스트레스가 높은 것으로 나타났다.

아버지 교육정도의 경우 고졸이하 그룹의 비만스트레스가 가장 높게 나타났다. 어머니 교육정도에 있어서도 아버지 교육정도와 비슷한 결과를 보였다. 경제수준에 있어서는 경제수준이 낮은 그룹 학생의 비만스트레스의 정도가 다른 그룹에 비해 높게 나타났다.

부모의 영향은 학령 전기와 학령기를 통해 신체상 형성에 많은 영향을 준다(Fujita, 1972). 부모나 중요한 역할을 하는 다른 모델들이 자신의 신체에 대해 갖는 감정이나 태도들은 자녀가 자신의 신체를 어떻게 평가하느냐를 배우는데 있어 매우 강력한 역할을 한다(Schilder, 1975). 특히 어머니가 체형이나 체중에 관심이 많고 신체상을 부정적으로 보는 가정의 자녀는 이의 영향을 받고 자신의 신체상을 부정적으로 인식하기도 한다(Rozin & Fallon, 1988).

셋째, 사회성 발달 과정에서의 부모는 아동의 대인관계와 사회적인 관계에 영향을 미치는 가장 중요한 가족 구성원이다(차인수, 2001). 따라서 부모의 경제수준과 교육정도는 아동의 사회성 발달에 긍정적 영향을 준다. 즉 부모의 경제적 수준과 교육정도가 높을수록 사회성 발달이 높다(정수자, 1970 : 진숙자, 1983 : 이해영, 1986 : 한소희, 2005). 본 연구에서는 사회성과 지역, 아버지 교육정도, 어머니 교육정도, 경제수준 변수가 통계적으로 유의한 결과를 보였다. 지역에 있어서는 광역시 소재 초등학생이 중소도시, 읍면도시 학생에 비해 사회성의 정도가 높게 나타났다. 아버지 교육정도의 경우 대학원졸 그룹의 사회성이 가장 높게 나타났다. 어머니 교육정도에 있어서도 아버지 교육정도와 비슷한 결



과를 보였다. 경제수준에 있어서는 경제수준이 높은 그룹 학생의 사회성의 정도가 다른 그룹에 비해 높게 나타났다. 한편 아동의 사회성에 가정의 사회경제적 지위는 효과가 없다는 보고도 있다(Jiano, 1986).

넷째, 비만스트레스의 하위변수 즉, 신체상 불편으로 오는 스트레스, 비만스트레스를 극복하기 위한 노력, 비만에서 오는 정신적 스트레스 간에는 정(+)<sup>1</sup>의 상관관계를 보였다. 특히 신체상 불편으로 오는 스트레스와 비만에서 오는 정신적 스트레스간의 상관관계 수 값이 가장 높게 나타났다. 사회성의 하위변수간에는 대부분 정(+)<sup>1</sup>의 상관관계를 보였으며 이중 근면성과 안전성간의 상관관계 수 값이 가장 높게 나타났다. 비만스트레스와 사회성간의 관련성을 보면 대부분 부(-)<sup>1</sup>의 상관관계를 보였는데, 특히 비만 스트레스 하위변수 중 비만에서 오는 정신적 스트레스와 사교성간의 상관관계 수 값이 가장 높게 나타났다. 본 연구 결과는 초등학교 고학년을 상대로 비만도에 따라 차이를 분석한 결과 남아 및 여아 모두에서 비만도에 따른 사회성의 차이가 없는 것으로 나타난 연구(김은혜·김광웅, 2002 : 김현준 외, 2006)와는 차이가 났다. 그러나 비만아동들이 사회성이 낮다는 연구결과와는 일치하는 부분이다(이의규(2007)).

다섯째, 비만스트레스 하위변수가 사회성에 미치는 영향을 분석한 결과 신체상 불편으로 오는 스트레스와 비만에서 오는 정신적 스트레스가 통계적으로 유의한 결과를 보였다. 특히 신체상 불편으로 오는 스트레스 요인보다 비만에서 오는 정신적 스트레스 요인이 사회성에 미치는 영향이 큰 것으로 나타나 사회성을 높이기 위해서는 정신적 스트레스에 대한 적절한 관리가 필요할 것으로 판단된다.

현대는 외모지상주의라는 트렌드에서 자유로운 사람이 많지 않다. 특히 청소년기의 경우 더욱 그러하다. 자신의 신체나 외모가 사회 문화적인 추세와 일치하지 않으면 청소년들은 성장기에 자신의 신체나 외모에 대한 자신감을 잃게 되고 더 나아가 자아 개념이나 자아 존중감에도 부정적인 영향을 미치게 되어 올바른 성장을 하지 못하게 된다. 실제 비만과 관계없이 비만스트레스는 자아존중감에 영향을 주고 있다

(김춘희, 2006).

청소년기의 비만스트레스는 심각한 사회적 장애를 일으키며, 더 나아가 청장년기의 사회생활에까지도 지대한 영향을 초래하기도 한다(Stunkard et al., 1972 : Johnston, 1985 : Wadden & Stunkard, 1985). 따라서 비만스트레스를 극복하여 사회성을 향상시키기 위해서는 청소년 자신의 체격에 대한 올바른 인식확립을 통한 자아존중감 제고가 급선무라 하겠다. 이를 위해서 보건교육의 방향이 비만을 줄이기 위한 운동요법이나 식이요법과 함께 자아존중감 제고를 위한 심리적 지지 교육도 병행되어야 할 것이다. 즉, 보건교육의 포괄적 접근 프로그램의 개발이 요구된다. 보건교육이 단순한 지식과 정보의 제공의 영역에서 벗어나 눈에 보이지 않는 곳까지 세심한 관심과 사랑을 제공하는 영역에까지 확대되어지기를 제언해 본다.

## 참 고 문 헌

- 김사름·박혜련(1995). 국민학교 고학년 아동의 비만 정도 및 관련행동 연구. 한국식생활문화학회지, 10(1), 19-28.
- 김선희(1997). 일개 초등학교 비만아동을 위한 비만 관리 프로그램 효과에 관한 연구. 연세대학교 보건대학원 석사학위논문.
- 김은혜·김광웅(2002). 아동의 비만스트레스와 사회성과의 관계. 놀이치료연구, 5(2), 65-80.
- 김종욱(1994). 초등학교 아동의 비만실태와 요인분석. 한국교원대학교 석사학위논문.
- 김진아(1993). 초등학교 아동의 식습관 요인이 비만에 미치는 영향에 관한 연구. 명지대학교 석사학위논문.
- 김춘희(2006). 아동의 비만도와 비만스트레스가 자아존중감에 미치는 영향. 순천대학교 석사학위논문.
- 김현수(1995). 비만여성의 체중조절에 따른 효과에 영향을 주는 변인. 연세대학교 석사학위논문.
- 김현아·김은경(1996). 학령기 비만아동을 위한 체중 조절 프로그램의 실시 및 효과 평가. 한국영양학회지, 29(3), 307-320.

- 김현준 외(2006). 소아의 비만도와 체력 및 사회성에 관한 분석. 대한비만학회지. 15(1). 32-36.
- 박재희(2002). 초등학교 아동의 비만 실태 및 인식도 분석. 진주대학교 석사학위논문.
- 박지현(1999). 정상아동과 비만아동의 일상생활 스트레스 대처, 사회적 지지의 비교연구. 충남대학교 석사학위논문.
- 박지현·오경옥(2000). 정상아동과 비만아동의 일상생활 스트레스 대처, 사회적 지지. 충남대간호학술지. 3(1). 1-14.
- 송정선(2001). 비만아동과 표준체중아동의 스트레스, 자아존중감 비교 연구. 경희대학교 석사학위논문.
- 윤대회(2001). 초등학생의 신체상 측정을 위한 척도 개발. 서울여자대학교 석사학위논문.
- 이성희(2008). 초등학교와 지역보건소의 비만관리 교육프로그램에 대한 연구. 경기대학교 석사학위논문.
- 이연숙(2007). 초등학교 비만아동의 영양교육 프로그램 효과 평가. 동의대학교 석사학위논문.
- 이위환(1994). 아동의 가정특성에 따른 사회성발달이 학업성취에 미치는 영향. 계명대학교 대학원 박사학위논문.
- 이의구(2007). 초등학교 고학년 학생의 비만이 사회성 요인에 미치는 영향. 공주대학교 석사학위논문.
- 이정숙(2001). 중·고등학생의 성별, 비만, 타인의 평가와 신체 존중감과의 관계. 한국교원대학교 석사학위논문.
- 이지훈(1986). 아동의 비만에 미치는 요인에 관한 연구. 이화여자대학교 석사학위논문.
- 이혜영(1986). 아동의 사회적 역량에 관한 일 연구. 동국대학교 석사학위논문.
- 임낙수(2003). 비만도와 체형인식이 초등학교 고학년생의 자아개념에 미치는 영향. 공주대학교 석사학위논문.
- 임영옥(2002). 중소도시 중학생의 스트레스와 사회적 지지가 비만도에 미치는 영향. 한국교원대학교 석사학위논문.
- 전숙자(1983). 아동의 가정환경변인과 사회성과의 관계. 승의논총. 7. 123-153.
- 정경화(2000). 비만유형, 사회적 지지, 스트레스 대처방식이 아동의 우울에 미치는 영향. 고려대학교 석사학위논문.
- 정기혜(1991). 성인여성 비만의 예방관리를 위한 영양교육프로그램의 개발. 서울대학교 박사학위논문.
- 정미영(1996). 인천지역 여중생의 식습관과 비만의 관계. 인천대학교 석사학위논문.
- 정수자(1970). 아동의 사회성발달에 관한 연구. 이화여자대학교 석사학위논문.
- 조규범 등(1989). 학동기 청소년 소아의 비만도 조사. 소아과. 32(5). 598-604.
- 조양래(1997). 학령기 아동의 비만스트레스와 우울. 연세대학교 석사학위논문.
- 차인수(2001). 자기효능감과 사회성 및 학업성취와의 관계분석. 전북대학교 석사학위논문.
- 최주영(2001). 행동수정프로그램이 비만아동의 체중감소에 미치는 효과. 고려대학교 석사학위논문.
- 한소희(2005). 아동의 사회성 발달에 영향을 미치는 요인에 관한 연구. 성균관대학교 석사학위논문.
- 한지숙·이숙희(1996). 비만아동의 식이섭취양상과 혈청콜레스테롤 수준과의 상관성. 한국영양식량학회지. 25(3). 433-440.
- 현창은(1996). 비만여고생의 체중조절 프로그램이 비만도에 미치는 효과. 연세대학교 석사학위논문.
- Cash FF(1986). Body image survey report : The great American shape-up. Psychology Today. 24. 30-37.
- Fujita LY(1972). The Developmental of body image in the child, Nursing Clinics of North America 1972 : 7(4) : 597~607
- Jiano SJ, Jing O(1986). Comparative study of behavioral qualities of only children and sibling children. Child Development. 57. 357-361
- Johnston FE(1985). Health implications of childhood obesity. Annals of Internal Medicine . 103. 1068-1072.
- Luckman J, Sorensen KC.(1974). Medical-surgical nursing: A psychophysiologic approach. Philadelphia: Saunders.
- Rogers D(1985). Adolescents and Youth, 5th edtion.

- N. J. : Prentice-Hall.
- Rozin P, Fallon A(1988). Body image, attitudes to weight, and misperceptions of figure preferences of the opposite sex: A comparison of men and women in two generations. *Journal of Abnormal Psychology*. 97. 342-345.
- Schilder L(1975). *The image and appearance of the human body*, New York : International Universities Press.
- Stuart GW, Sundeen SS(1983). *Principles and Practice of Psychiatric Nursing*, St Louis MO, CV Mosby.
- Stunkard AD, Aquili EF, Filton RD(1972). Influence of social class on obesity and thinness in child, *Journal of the American Medical Association*. 22(6). 579-584.
- Jasmin S, Trygstad LN(1980). Behavioral Concepts and the Nursing Process, *The American Journal of Nursing*. 80(5). 232-243.
- Wadden TA, Stunkard MD(1985). Social and psychological consequences of obesity. *Annals of Internal Medicine*. 103, 1062-1067.