

일 간호대학생의 식이행동과 자존감과의 관계

강 문 희*

I. 서 론

1. 연구의 필요성

인간의 식이행동은 생명 유지를 위해 필수적이거나 최근 지나친 외모나 체형을 중시하는 사회문화적 영향으로 과도한 체중조절을 위한 비정상적인 식이행동이 증가되면서 사회적으로 심각한 신체 및 정신건강 문제를 야기하고 있다(Park, 2000). 식이행동이란 음식에 대한 태도나 느낌, 행동을 의미하는 것으로 지나친 외모나 체중에 대한 관심은 결국 장기간의 음식섭취 제한이나 절식과 같은 비정상적인 식이행동을 초래하게 되고 그 결과 단순히 영양부족이나 대사장애 등과 같은 신체적 질환만을 유발하는 것이 아니라 복잡한 정신심리 이전에 의해 섭식장애와 같은 정신장애로 까지 발전하게 되기 때문이다.

섭식장애는 주로 청소년부터 초기 성인기에 이르는 여성에서 유병률이 높은 것으로 알려져 있으며(American Psychiatric Association, 1994), 신체상, 체중, 외모, 다이어트, 과도한 운동 등에 대한 인지적 과정과 행동을 주요한 임상적 특징으로 하는 질병으로서 신경성 식욕부진증과 폭식증으로 나타날 수 있다(Kong, 2009). Yu 등(1996)은 DSM-IV 기준으로 우리나라 일부 청소년을 대상으로 섭식장애 유병률

을 조사한 결과, 신경성 식욕부진증 2.04%, 신경성 폭식증 1.17%로 보고하였으나, 최근 Lee, Kim, Cheon과 Han(2003)의 연구에서 여자대학생을 대상으로 섭식장애를 포함한 고위험군 발생률을 5.83%에 이른다고 보고하여 그 수가 점차 증가하고 있음을 알 수 있다.

대학생 시기는 청소년기에서 초기 성인기로 이행하는 과정으로 장래에 성공적인 성인기를 준비하기 위해 바른 신체상 확립과 건강한 식이행동의 실천이 다른 연령에 비해 더욱 요구된다. 하지만, 여자대학생의 경우 심화된 학업과 진로, 좁은 취업문, 이성을 비롯한 다양한 대인관계 형성 등에 직면하게 되면서 심리적 부담이 커지고 외모에 대한 관심도 높아지면서 개인차는 있겠으나 알콜사용이나 비정상적인 식이습관, 체중 조절 행위 등에 더욱 쉽게 노출되는 것으로 보고되고 있다(Song & Park, 2003; Melissa, Katherine, Mary, & Ehlinger, 2009; Hwang, 2009). 여성의 경우 남성에 비해 정상체중을 유지하면서도 자신을 비만하다고 생각하여 지나친 체중조절을 시도하는 것으로 나타났다(Kim & Kim, 2004). 이에 지금까지의 여자대학생들을 대상으로 하는 섭식장애나 비정상적인 식이행동, 신체상에 대한 많은 연구가 시도되고 있으나 아직 다양한 환경의 대학생들에 대한 연구가 부족하며 적극적인 예방전략이 필요한 상황이다.

* 해천대학 간호과 조교수(교신저자 E-mail: mhgang@hu.ac.kr)

투고일: 2010년 1월 16일 심사완료일: 2010년 1월 18일 게재확정일: 2010년 2월 25일

간호대학생들은 대부분의 대학생들이 경험하는 발달 위기에 따른 심리적 부담과 사회문화적 영향과 더불어 타 학과에 비해 교과과정과 학업이 과중하고 상대적으로 이른 나이에 다양한 임상상황에서 실습을 수행하면서 복잡하고 다양한 심리적 특성을 지닌 대상자나 보호자와 대인관계를 형성해야 하고 엄격한 윤리의식과 책임감, 과학적인 지식이나 역할수행에 대한 요구 등으로 인해 자존감 저하, 정서적 변화, 스트레스 등 많은 어려움을 경험하게 된다(Hwang, 2009). 대학생을 대상으로 한 몇몇 선행연구에 의하면, 이러한 스트레스나 불안 등은 비정상인 식이행동이나 섭식장애와 관련이 있는 것으로 나타났으며(Kim, Jung, & Park, 2008), 자존감은 섭식장애와 관련된 변인 중 하나로 비정상적인 식이행동은 낮은 자존감과 관계가 있다고 보고하였다(Sung, 2005; Kim & Kim, 2004; Noh, 2005; Choi, 2004). 그러나, 아직까지 간호대학생을 대상으로 식이행동과 자존감과의 관계를 확인하는 연구는 거의 없어 중요한 연구문제로 다루어질 필요가 있다.

간호는 간호사와 대상자간의 지속적인 대인관계를 통해 문제를 해결하고 돌봄을 제공하는 과정이며 간호대학생들의 식이행동 정도는 결국 올바른 자아상과 건강행위 정도를 반영하므로 간호대상자와의 대인관계 형성이나 건강행위 모델로서의 역할수행 능력과도 관련이 있다고 볼 수 있다. 이러한 의미에서 볼 때 자기 자신에 대한 긍정적으로 수용하고 건강한 식이행동을 실천하는 것은 결국 긍정적이고 유능한 간호사로 성장하기 위한 간호대학생들의 발달과제인 셈이다.

또한, 자존감은 자신을 긍정적으로 수용하고 가치있는 인간으로 인지하는 것으로 행동의 중요 결정요인이며, 주어진 환경에의 적응과 타인과의 관계형성에 영향을 미치는 주요 개념이다(Rosenberg, 1965). 자존감은 간호대학생의 대학생활과 적응에 중요한 예측요인으로 언급되고 있는데, 간호대학생의 경우 4년제가 3년제에 비해 자존감정도가 더 높고(Lee et al., 2000), 자존감이 높은 간호대학생은 간호전문직을 위해 간호사가 갖춰야 할 요소인 비판적 사고성향이 높게 나타났으며(Lee, 2009), 학업성취도가 높고(Lee, 2008), 임상실습 수행도와 만족도가 높은 것(Chung, 2009)으로 보고되고 있다. 따라서, 자아발달 및 자아정체감을 확립해 나가는 시기인 간호대학생들의 자존

감을 파악하고 긍정적인 자존감을 갖도록 도와주기 위한 다각적인 노력이 필요하다.

이에 본 연구는 간호대학생들을 대상으로 식이행동과 자존감 정도를 확인하고 두 변인간의 관계를 파악하여 추후 간호교육 향상을 위한 기초자료로 활용하고자 시도되었다.

2. 연구 목적

본 연구는 일 간호대학생의 식이행동과 자존감과의 관계를 알아보기 위한 연구로 구체적인 목적은 다음과 같다.

- 1) 간호대학생의 식이행동 정도를 파악한다.
- 2) 간호대학생의 자존감 정도를 파악한다.
- 3) 간호대학생의 식이행동과 자존감과의 관계를 파악한다.

3. 용어 정의

1) 식이행동

식이행동(eating behavior)은 생명을 유지하고 삶을 영위하는 데에 필수적인 생물학적 기능으로 음식과 관련된 태도와 느낌, 행동을 말하며 본 연구에서는 Garner, Olmstead과 Polivy(1983)가 개발한 EDI (Eating Disorder Inventory) 단축형을 Lee(1997)이 번안한 측정도구에 의해 측정된 점수를 말한다.

2) 자존감

자존감(self-esteem)은 자기 자신의 가치에 대한 개인적인 판단으로 자기 자신을 존경하고 바람직하게 여기며, 가치있는 존재라고 생각하는 것을 말하며 본 연구에서는 Rosenberg(1965)가 개발한 자아존중감 측정도구를 Jeon(1974)이 한국어로 번역한 도구로 측정된 점수를 말한다.

II. 연구 방법

1. 연구 설계

본 연구는 일 간호대학생의 식이행동과 자존감 정도와 두 변수간의 관계를 파악하기 위한 서술적 상관관

계 연구이다.

2. 연구 대상 및 자료 수집

본 연구는 D 광역시에 소재하고 있는 일 전문대학 간호과에 재학중인 1, 2, 3학년 여자대학생들을 대상으로 편의 추출하여 363명을 대상으로 하였다. 이는 효과크기($f^2=0.30$), α 0.05, 검정력 0.80에서 상관관계 분석에 필요한 대상자 수 85명을 충족하였다 (Pearson & Hartley, 1972). 자료 수집은 윤리적 측면을 고려하여 연구대상자에게 연구의 목적과 취지에 대해 설명하고 응답을 원치 않는 경우 언제라도 철회할 수 있고 자료는 익명으로 처리됨을 알려주었으며 서면으로 참여 동의를 구한 뒤 연구 참여에 동의한 학생들에게만 배부하여 작성하도록 하였으며 그 자리에서 회수하였다. 자료수집 기간은 2008년 10월 6일부터 10월 15일까지였으며, 총 363부의 설문지 중 360개(99%)를 회수하였고 이 중 기재가 불완전하거나 미비하여 자료처리가 어려운 37부를 제외한 323개(89%)를 분석에 사용하였다.

3. 연구 도구

1) 식이행동

Garner, Olmstead과 Polivy(1983)가 개발한 EDI(Eating Disorder Inventory) 중 마르고 싶은 욕구(Drive for Thinness: DT) 7문항, 체형에 대한 불만(Body Dissatisfaction: BD) 9문항, 폭식(Bulimia: B) 7문항만을 선별하여 만든 총 23개 문항의 EDI-2 단축형을 Lee(1997)이 번안한 것을 사용하였다. 이 도구는 6점 Likert 척도로 점수범위는 최저 23점에서 최고 138점이며 점수가 높을수록 식이행동 문제가 큼을 의미한다. Noh(2005)의 연구에서 여대생을 대상으로 Cronbach's $\alpha=.90$ 이었고, 본 연구에서 Cronbach's $\alpha=.78$ 이었다.

2) 자존감

Rosenberg(1965)의 자존감 도구를 Jeon(1974)이 번역한 측정도구를 사용하였다. 이 도구는 총 10문항으로 구성되어 있으며, 4점 Likert 척도로 점수범위

는 최저 10점에서 최고 40점이며 점수가 높을수록 자존감이 높음을 의미한다. 도구 개발당시 신뢰도는 Cronbach's $\alpha=.85$ 이었고, 본 연구의 신뢰도는 Cronbach's $\alpha=.83$ 이었다.

4. 자료 분석 방법

수집된 자료는 SPSS WIN/PC 11.5를 이용하여 다음과 같이 분석하였다.

- 1) 대상자의 일반적 특성, 식이행동과 자존감은 실수, 백분율, 평균과 표준편차를 이용하여 분석하였다.
- 2) 대상자의 일반적 특성에 따른 식이행동과 자존감 정도의 차이는 t-test와 ANOVA로 분석하였으며 Schéffe test로 사후분석하였다.
- 3) 대상자의 식이행동과 자존감과의 관계는 Pearson's Correlation Coefficient를 이용하여 분석하였으며, 측정도구의 신뢰도는 Cronbach's Alpha로 분석하였다.

5. 연구의 한계

본 연구는 대상자를 일부 지역의 간호전문대학생에 한정하여 임의 추출하였으므로 본 연구결과를 확대 해석하기에는 신중을 기하여야 한다.

Ⅲ. 연구 결과

1. 대상자의 일반적 특성

대상자의 연령은 20세 이하 54.8%, 21-25세 이하 27.2%, 26세 이상 18.0%였으며, 평균연령은 22.05 ±4.90세이었다. 대상자 중 1학년이 41.2%로 가장 많았으며, 2학년 34.1%, 3학년 24.8%의 순이었고, 종교는 없는 경우가 39.6%이었으며, 종교가 있는 경우 기독교가 전체의 39.9%로 가장 많았으며, 천주교 10.5%, 불교 9.9%의 순이었다. 대상자의 55.4%가 자신의 학업성적에 만족하고 있었으며, 대상자 스스로가 지각하는 본인의 건강상태에 대해서는 70.0%가 양호하게 인식하였고, 21.2%는 보통수준으로, 9.9%는 자신의 건강상태가 좋지 않다고 인식하고 있었다

(Table 1).

Table 1. General Characteristics (N=323)

Variables	Classification	N	%
Age	≤ 20	177	54.8
	21-25	88	27.2
	26≤	58	18.0
	Mean±SD	22.05±4.90	
Grade	1st	133	41.2
	2nd	110	34.1
	3rd	80	24.8
Religion	Buddhist	32	9.9
	Protestant	129	39.9
	Catholic	34	10.5
	None	128	39.6
Schoolwork	Satisfaction	179	55.4
	Dissatisfaction	144	44.6
Health status	Good	226	70.0
	Moderate	68	21.2
	Bad	29	9.9

2. 간호대학생의 식이행동과 자존감 정도

대상자의 식이행동 총점은 47.56±14.83점이었으며, 최소 4점에서 최대 110점으로 분포하였다. 식이행동의 하위영역은 DT(마르고 싶은 욕구)가 평균 17.01±7.38점으로 나타났으며, BD(신체에 대한 불만)는 평균 18.74±6.46점, B(폭식)는 평균 11.80±6.46점으로 나타났다.

대상자의 자존감 총점은 30.82±3.86점이었으며, 최소 16점에서 최대 40점이었다(Table 2).

Table 2. Mean Ccore of EDI-2 and Self-esteem (N=323)

Variables	Item(N)	Total	Min	Max
		Mean±SD		
EDI-2	23	47.56±14.83	4	110
DT	7	17.01± 7.38	0	35
BD	9	18.74± 6.46	0	45
B	7	11.80± 6.46	0	34
Self-esteem	10	30.82± 3.86	16	40

EDI-2=Eating disorder inventory-2;
DT=Drive for Thinness;
BD=Body Dissatisfaction; B=Bulimia.

3. 일반적 특성에 따른 식이행동과 자존감

대상자의 식이행동 점수는 20세 이하군 48점, 21-

25세군 47점, 26세 이상군 44점으로 20세 이하군에서 가장 높았지만 통계적으로 유의한 차이는 없었다(F=1.83, p=.161). 대상자의 학년별 식이행동 점수는 1학년 47점, 2학년 46점, 3학년 49점으로 3학년의 식이행동점수가 가장 높게 나타났으나 통계적으로 유의한 차이는 없었다(F=1.03, p=.357). 종교에 따른 대상자의 식이행동 점수에는 통계적으로 유의한 차이가 없었으며(F=1.14, p=.331) 식이행동 점수는 학업성적에 만족하는 경우 평균 47점, 불만인 경우 평균 47점으로 통계적으로 유의한 차이는 없었다. 대상자가 자신의 건강상태에 대해 인식하는 정도에 따른 식이행동 점수는 양호하게 인식하는 군 평균 47점, 보통수준으로 인식하는 군 평균 48점, 자신의 건강상태를 좋지 않다고 인식하는 군 평균 44점으로 자신의 건강상태를 양호하게 인식하는 군에서 평균 식이행동 점수가 가장 높았으나 통계적으로 유의한 차이는 없었다(F=0.81, p=.445).

대상자의 자존감 점수는 연령에 따라 유의한 차이가 있었으며(F=9.96, p<.001), 사후분석 결과 21-25세 군이 20세 이하군이나 26세 이상군 보다 유의하게 자존감 점수가 높게 나타났다. 대상자의 자존감 점수는 학년에 따라서도 유의한 차이가 있었으며(F=55.13, p<.001), 사후분석 결과 3학년이 가장 높았고 1학년이 2학년 보다 자존감 점수가 유의하게 높게 나타났다. 자신의 건강상태에 대한 인식정도에 따라 대상자의 자존감 점수에 유의한 차이가 있었다. 즉, 자신의 건강상태를 양호하게 인식하는 집단의 자존감 점수가 건강상태를 좋지 않다고 인식하는 집단에 비해 유의하게 높게 나타났다(F=3.54, p=.030). 또한, 학업만족도가 높을수록 대상자의 자존감이 유의하게 높은 것으로 나타났다(t=-2.09, p=.044)(Table 3).

4. 식이행동과 자존감과의 관계

대상자의 식이행동과 자존감은 유의한 음의 상관관계가 있었으며(r=-.121, p=.030), 식이행동의 하위영역중에서 B(폭식)(r=-.160, p=.002)과 유의한 음의 상관관계가 있었으나 DT(마르고 싶은 욕구)(r=-.106, p=.058), BD(신체에 대한 불만)(r=-.019, p=.732)는 통계적으로 유의하지 않았다(Table 4).

Table 3. Mean Score of EDI-2 and Self-esteem by General Characteristics (N=323)

Variables	Classification	EDI-2			Self-esteem			
		Mean±SD	t/F	p	Mean±SD	t/F	p	Schéffe
Age	≤20	48.49±15.15	1.835	.161	30.62±3.81	9.696	<.001	a(b, b)c
	21-25	47.88±14.78			32.13±3.81			
	26≤	44.24±13.63			29.41±3.50			
Grade	1st	47.06±14.13	1.032	.357	31.64±3.73	55.135	<.001	b(a)c
	2nd	46.68±14.97			28.20±2.68			
	3rd	49.61±15.73			33.02±3.44			
Religion	Buddhist	45.75±13.67	1.144	.331	31.03±3.62	.673	.569	
	Protestant	47.78±18.65			30.81±4.23			
	Catholic	48.50±12.53			31.32±3.16			
	None	49.09±15.42			30.46±4.15			
Schoolwork	satisfaction	47.40±15.02	-0.222	.825	30.43±3.96	-2.019	.044	
	dissatisfaction	47.77±14.64			31.29±3.68			
Health status	good	47.53±15.33	0.812	.445	32.06±3.39	3.546	.030	a)c
	moderate	48.88±14.93			30.92±3.88			
	bad	44.68± 9.67			29.91±3.81			

Table 4. Correlation between EDI-2 and Self-esteem (N=323)

	Self-esteem r(p)
EDI-2	-.121 (.030)
DT	-.106 (.058)
BD	-.019 (.732)
B	-.144 (.010)

EDI-2=Eating disorder inventory-2;
DT=Drive for Thinness;
BD=Body Dissatisfaction; B=Bulimia.

IV. 논 의

본 연구는 간호대학생의 식이행동과 자존감정도를 확인하고 두 변수간의 관계를 확인하고자 시도되었다. 연구대상자의 평균연령은 22.05세이었으며, 이시기는 초기 성인기로 새로운 환경변화에 속에서 많은 인간관계를 형성하게 되고 사회적응과정에서 자아를 확립해 나가면서 자신의 외모에 보다 많은 관심을 갖게 되는 시기(Hwang, 2009) 건강한 성인기로 성숙하기 위해서는 건강한 식이행동과 긍정적 자존감 형성이 중요한 발달과제가 될 것이다.

연구대상자의 식이행동은 총점 47.56점이었으며, 각 하위영역별로 살펴보면, 마르고 싶은 욕구(DT) 평균 17.01점, 신체에 대한 불만(BD) 평균 18.74점, 폭식(B) 평균 11.80점의 순으로 높게 나타났다. 이는 최대점 138점과 비교할 때 낮은 점수로 본 연구대상자들은 비교적 식이행동이 건강한 상태인 것으로 나타났

다. Noh(2005)는 4년제 교육심리학 관련 과목을 수강한 여자대학생을 대상으로 식이행동을 측정된 결과 총점이 70.38점이었다고 보고하였는데, 본 연구결과와는 차이가 있었다. 이러한 결과는 관련 선행연구가 미흡하여 해석에 어려움이 있으나 본 연구의 대상자는 일 지역 지방에 위치한 3년제 간호대학생으로 4년제와는 차이가 있으며, 전공과 지역적인 특성, 간호과의 경우 타과 학생에 비해 취업면에서 안정성이 높은 점 등이 작용한 결과로 추측된다.

Tazaki, Imada과 Mori(2008)는 여자대학생 109명을 대상으로 식이질제, 마르고 싶은 욕구, 건강지각과의 관계 연구 결과 마르고 싶은 욕구는 식이행동과 정신건강에 부정적으로 영향을 주는 것으로 보고하였다. 식이장애와 체형에 대한 불만이나 인식의 왜곡간에는 관련성이 매우 높고 또, 본 연구의 대상자 중 DT나 BD와 같은 하위영역에서 평균이 높지는 않았지만 최대값이 나타난 점으로 볼 때 예방차원에서의 섭식장애 고위험군에 대한 선별과 이에 대한 지속적인 관리가 요구된다고 생각된다.

대상자의 자존감은 최소 16점에서 최대 40점으로 평균 30.82점으로 높게 나타났다. 이는 Lee 등(2000)의 4년제와 3년제 간호대학생의 자존감 정도를 비교한 연구 결과에서 4년제 평균 38.99점, 3년제 평균 38.00점과 비교하기 위해 자존감 정도를 5점 척도로 환산하였을 때 평균 39.00점으로 4년제와 유사한 결과였다. 자존감은 자기 자신에 대한 긍정적인 평가로

연구 대상자의 55.4%가 자신의 학업성적에 만족하고 있었으며, 대상자 스스로가 지각하는 본인의 건강상태에 대해서는 70.0%가 양호하게 인식하고 있는 것과 관련이 있으며, 또 대학내 간호과에 대한 인지도가 높은 점과 간호대학생들은 분명한 진로를 갖고 있으며 간호사로서의 포부나 기대가 높아 자존감이 높게 나타난 것으로 생각된다. 그러나, 간호대학생들의 자존감에 영향을 미치는 다양한 변수들에 대한 연구가 필요하며 자존감은 자아를 긍정적 가치로써 인식하는 개념으로 간호대학생이나 간호사의 자존감 향상은 자신뿐만 아니라 결국 환자간호의 질 향상과도 관계가 크므로(Lee et al., 2000) 이를 위한 구체적인 프로그램이 모색되어야 하겠다.

본 연구결과 일반적 특성에 따른 식이행동은 연령, 학년, 종교, 학업만족도와 지각된 건강상태 모두에서 유의한 차이가 없었다. Han(2003)의 도시 여성을 대상으로 식이행동 및 체중조절 관련 요인을 조사 분석한 결과에서 10대와 20대의 젊은 층이 다른 연령대에 비해 이상 식행동 경향과 마른 체형을 선호하는 비율, 자신의 체형에 대한 불만족이나 체중조절에 대한 관심이 가장 높게 나타난 결과와는 차이가 있었다. 반면, 30대 여성의 경우 체중조절 이유로 '건강을 위해서'라고 응답한 비율이 가장 많았고 이상 식행동의 비율은 상대적으로 낮았던 결과를 통해 볼 때 본 연구 대상자들은 간호학을 전공하며 대상자의 건강을 추구하는 교육을 통해 새로운 환경변화와 폭넓은 인간관계를 가지고 사회에 적응해야 하는 시기로 다른 발달단계보다 더 외모에 관심을 가지는 시기이나 외모보다는 건강이 우선하여 식이행동 초점이 매우 낮은 건강한 상태인 것으로 추측할 수 있다. 그러나, 본 연구의 대상자가 학생인 점과는 달리 다양한 연령과 직업을 갖는 일반 여성을 대상으로 하여 그 결과를 비교하는데 제한이 있어 추후 이를 확인하는 연구가 필요하다.

최근 사회에서 키가 크고 마른 체형 등 신체적 매력 이 크게 강조되므로 대학생들은 건강의 개념과 선호하는 체형이나 신체상과의 관련성에 대해 바르게 인식하지 못하는 경향이 있으며 본 연구결과 통계적으로 유의하지는 않았지만 건강상태가 양호하거나 보통이라고 인식하는 집단이 건강상태가 좋지 않다고 인식하는 집단보다 식이행동 점수가 높은 경향이 있어 오히려 건

강에 대해 자신하는 경우 건강을 소홀히 하여 비정상적인 식이태도가 유발될 수 있다고 생각된다.

본 연구에서 일반적 특성에 따른 자존감에서 유의한 차이가 나타난 것은 종교를 제외한 연령과 학년, 학업만족도, 지각된 건강상태이었다. 본 연구의 대상자는 3년제 간호대학생으로 연령과 학년이 일치하지 않으며 대상자 중 21세에서 25세의 연령이 다른 연령에 비해 자존감이 유의하게 높게 나타났으나 연령별 차이가 크지 않은 반면에 2학년 학생들의 자존감이 다른 학년에 비해 유의하게 낮게 나타난 것으로 볼 때 2학년 학생들의 경우 외모에 대한 관심이 큰 시기이나 3년제 간호대학의 경우 2학년부턴 임상실습이 시작되고 수업에서도 전공과목들이 많아지면서 임상실습과 학업을 병행해야 하기 때문에 타학년에 비해 상대적으로 심리적 부담과 스트레스가 커 자존감이 낮게 나타난 것으로 생각된다. 한편, 대상자의 자존감은 학업만족도가 높은 군에서 낮은 군보다 유의하게 높았으며, 자신의 건강상태를 양호하게 인식하고 있는 군이 보통이나 좋지 않은 것으로 인식하고 있는 군에 비해 자존감 점수가 높은 것으로 나타났다. 간호대학생들은 연령에 따라 차이는 있으나 자아발달 및 자아정체감을 확립해 나가는 시기이므로 간호대학생들의 학업만족도를 높이고 학년이나 경험발달단계에 따라 긍정적인 자존감을 형성할 수 있도록 돕는 구체적인 전략이 요구된다.

본 연구에서 대상자의 식이행동과 자존감과의 관련성을 Pearson 상관계수로 분석한 결과, 연구의 대상자들의 자존감 정도가 타 연구 대상자에 비해 매우 높은 수준으로 나타났음에도 불구하고 식이행동과 유의한 음의 상관관계가 있었다. 식이행동의 하위영역 중 B(폭식)만이 자존감과 낮지만 유의한 음의 상관관계가 나타나 폭식 빈도가 높은 학생일수록 자존감이 낮음을 알 수 있다. 이는 섭식장애와 자존감과 부적의 유의한 상관관계가 있음을 보고한 Noh(2005)의 연구결과와 유사하였으며, Lee와 Park(2003), Kong(2000)의 대학생을 대상으로 신체관련 태도와 자존감, 식이태도에 대해 연구한 결과, 대상자의 자존감이나 식이태도와 높은 연관성이 있다고 보고한 결과와도 일치한 결과였다. 이러한 결과는 그동안 자존감은 섭식장애와 관련된 변인 중 하나로 비정상적인 식이행동은 낮은 자존감과 관계가 있다고 보고한 결과(Sung, 2005; Kim과

Kim, 2004; Noh, 2005; Choi, 2004)들을 뒷받침해주고 있다. 그러나, 식이행동이 자존감과 상관관계가 낮은 것은 본 연구에서 예상했던 것과는 다른 결과였다. 이는 연구대상자의 식이행동 점수가 낮아 건강한 상태로 자존감도 비교적 높아 상관계수가 낮아진 것으로 생각된다.

따라서, 간호대학생들의 식이행동과 자존감은 긍정적이나 경험단계별 발생 가능한 식이장애를 예방하고 자존감을 긍정적으로 발달시켜 유능하고 긍정적인 간호사로 성장시키기 위한 학교 교육프로그램 개발 및 활성화를 위한 전략이 필요하다.

V. 결론 및 제언

본 연구는 D 광역시에 소재한 일 전문대학 1,2,3학년 간호대학생 360명을 대상으로 식이행동과 자존감 및 이들의 관계를 확인하고 간호교육 향상을 위한 기초자료를 제공하고자 시도되었다. 연구도구는 식이행동을 측정하기 위해 Garner, Olmstead와 Polivy (1983)의 EDI-2를 Lee(1997)가 변안한 도구를 사용하였으며, 자존감을 측정하기 위해 Jeon(1974)이 변안한 도구를 사용하였다. 수집된 자료는 SPSS WIN/PC 11.5를 이용하였으며, 대상자의 일반적 특성은 실수와 백분율, 식이행동과 자존감은 평균과 표준편차, 일반적 특성에 따른 식이행동과 자존감의 차이는 t-test와 ANOVA, 식이행동과 자존감과의 관계는 Pearson's Correlation Coefficient로 분석하였다.

본 연구결과 대상자의 식이행동은 47.56점이었으며, 하위영역은 마르고 싶은 욕구(DT) 평균 17.01점, 신체에 대한 불만(BD) 평균 18.74점, 폭식(B) 평균 11.80점의 순으로 나타나 비교적 양호하였으며, 대상자의 자존감은 30.98점으로 높게 나타났다. 대상자의 연령이 낮고, 학년이 높을수록, 지각된 건강상태가 좋지 않을수록 식이행동 점수가 높았으나 유의하지 않았고, 자존감은 연령($F=9.69, p<.001$), 학년($F=55.13, p<.001$), 학업만족도($t=-2.01, p=.044$), 지각된 건강상태($F=3.54, p=.030$)에 따라서 유의한 차이가 있었다. 식이행동과 자존감간에는 유의한 음의 상관관계($r=-.121, p=.030$)를 보였으며, 하위영역 중에서는 B(폭식)에서 유의한 음의 상관관계($r=-.144, p=.010$)가 있었다.

-.144, $p=.010$)가 있었다.

이상의 연구결과를 바탕으로 간호대학생의 식이행동에 영향을 미치는 다양한 요인을 파악하는 연구가 필요하며, 식이장애를 예방하고 긍정적인 자존감을 형성할 수 있도록 돕기 위한 학교 교육프로그램 개발과 활성화 전략이 필요하다고 제언한다.

References

- American Psychiatric Association (1994). *Diagnostic and statistical manual of mental disorder (4th ed.)*. Washington DC: American Psychiatric Association
- Choi, E. J. (2004). *The meta-analysis about the related variables of eating disorder*. Unpublished master's thesis, Kyungpook University, Daegu.
- Chung, M. S. (2009). The relationship of self-esteem, practical performance and practice satisfaction in nursing students. *J Korean Acad Psych Mental Health Nurs, 18*(1), 60-66.
- Garner, D. M., Olmstea, M. P., & Polivy, J. (1983). Development and validation of multi dimensional eating disorder inventory for anorexia nervosa and bulimia. *Int J Eat Disord, 2*, 15-33.
- Han, I. K. (2003). *Analysis on the behavioral patterns related to dietary practice and weight control in different age groups of urban women*. Unpublished master's thesis, Chung-ang University, Seoul.
- Hwang, R. H. (2009). A study on eating disorder, body image and self-esteem of female university students. *Korean J Women Health Nurs, 15*(4), 328-335.
- Jeon, B. J. (1974). Self-esteem: A test of it's measurability. *Yeonse, 11*, 107-129.
- Kim, M. Y., Jung, D. Y., & Park, H. J. (2008). A study on perceived stress and

- dietary habits of female college students. *Korean J Women Health Nurs*, 14(3), 181-188
- Kim, K. N., & Kim, Y. H. (2004). Factors related to eating disorder behavior in university students. *J Korean Home Econ Assoc*, 42(2), 83-97.
- Kong, S. S. (2009). Impact of eating psychopathology, obsessive-compulsion and depression on self-harm behavior in patients with eating disorders. *J Korean Acad Nurs*, 39(4), 459-468
- Kong, S. S., Kim, J. K., & Bae, J. H. (2000). Effects of cognitive-behavioral group therapy for binge eating. *J Korean Neuropsychiatr assoc*, 39(6), 1072-1082.
- Lee, K. H., Kim, S. K., Cheon, K. J., & Han, S. H. (2003). The relationship between eating disorder and self-esteem in female college students. *Korean J Women Health Nurs*, 9(4), 390-399.
- Lee, H. I. (2008). Correlations among self-esteem, depression and academic achievement in nursing college students. *J Korean Acad Public Health Nurs*, 22(1), 97-107.
- Lee, J. E., & Park, H. R. (2003). Body-related attitude, self-esteem and eating attitude in undergraduate students. *J Korean Acad Public Mental Health Nurs*, 12(4), 603-611.
- Lee, J. I. (2009). Self-esteem, self-efficacy and critical thinking disposition of college students. *J Korean Acad Soc Nurse Edu*, 15(2), 166-174.
- Lee, I. S. (1997). Eating and dieting style of college women. *Korean J Clin Psychol*, 16(1), 87-100.
- Lee, K. E., Ha, N. S., Lee, Y. M., Yom, Y. H., & Lee, J. E. (2000). Comparison of self-disclosure and self-esteem between baccalaureate and associate degree of nursing students. *J Korean Acad Nurs Admin*, 6(2), 165-176.
- Melissa, C. N., Katherine, L., Mary, S., & Ehlinger, E. (2009). Alcohol use, eating pattern and weight behavior in a university population. *Am J Health Behav*, 33(3), 227-237.
- Noh, Y. K. (2005). *The relationship between body shape satisfaction and eating disorder and self-esteem*. Unpublished master's thesis, Sookmyung Women's University, Seoul.
- Park, Y. W. (2000). Eating disorder. *Korean J Fam Med*, 21(3), 315-323.
- Pearson, E. S., & Hartley, H. O. (1972). *Biometrika tables for statisticians 2*. London: Cambridge Univ. Press.
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton, NJ: Princeton University Press.
- Song, K. E., & Park, J. S. (2003). Eating habits, trend of disordered eating, weight reduction practice and body size evaluation of college students in Seoul. *Korean J Women Health Nurs*, 9(4), 457-466.
- Sung, M. H. (2005). Factors influencing eating disorders of college women. *J Korean Soc. School Health*, 18(1), 71-82.
- Tazaki, Imada, Mori (2008) The relationships among restraint eating, drive for thinness and sense of health in Japanese undergraduate females. *Appetite*, 51, 350-412.
- Yu, H. J., Cho, S. M., Kim, C. Y., Hong, T. Y., & Han, O. S. (1996). The epidemiology of eating disorders in Korean adolescents. *Korean J Psychopathol*, 5(1), 130-137.

Relationship between Eating Behavior and Self-esteem of College Nursing Students

Gang, Moon Hee(Assistant Professor, Department of Nursing, Hyecheon University)

Purpose: To investigate the relationship between eating behavior and self-esteem of College Nursing Students. **Method:** Data were collected from self-administered questionnaires completed by 323 college nursing students in D city from October 6-15, 2008. Descriptive statistics, T-test, ANOVA and Pearson's Correlation Coefficients with the SPSS program were used to analyze the data. **Results:** The mean scores of EDI-2 and self-esteem scale were 47.56 (14.83) and 30.82 (3.86). Self-esteem was differentiated by age, grade, schoolwork satisfaction and self-perceived health status. A significant negative correlation between eating behavior and self-esteem was evident ($r=-.121$, $p=.030$). **Conclusion:** Subjects who had higher self-esteem tend to exhibit eating behaviors. There is a need to develop interventions to prevent eating disorder and promote positive self-esteem for nursing students.

Key words : Eating behavior, Self-esteem, nursing students