

# 아동 체중에 대한 부모의 관심 및 아동의 외모도식과 식습관이 우울감에 미치는 영향<sup>†</sup>

## The influences of parental interest in children's weight, children's appearance schema, and eating habit on depression

채진영\*

전북대학교 아동학과

Chae, Jin-Young\*

Dept. of Child Studies, Chonbuk National University

### Abstract

The purpose of this study was to examine the relationship between (1) differences in parents' interest in their children's weight, appearance orientation, eating habits and appearance evaluation, and depression based on children's gender, and (2) the pathway to children's depression. The participants in this research included 641 fourth-grade children (300 boys and 341 girls) who participated in a Korean Survey on Obesity of Youth and Children in 2009. Data were analyzed through frequency, percentage, Pearson's correlations using SPSS 19.0 and path analysis with AMOS 7.0. The findings are as follows. First, girls demonstrated higher scores in all variables except depression when compared to boys. Second, all variables indicated a direct or indirect influence on boys' depression, and appearance orientation had the greatest total effect on boys' depression. For girls, all variables again indicated a direct or indirect influence on depression, and again appearance orientation had the greatest total effect on girls' depression. However, the pathways to depression were different based on children's gender. The implications for future studies are also discussed.

**Keyword:** appearance orientation, appearance evaluation, eating habit, depression, path analysis

## I. 서론

최근 사회적으로 외모에 대한 관심이 높아지고 외적 아름다움에 대한 기준이 변함에 따라 그에 대한 평가도 달라지고 있다. 이는 대중매체의 발달과 함께 마르고 예쁜 모습이 '좋다', 뚱뚱하고 못생긴 모습은 '나쁘다'라는 사회적 인식이 확산되고 있기 때문이기도 하다 (Ricciardelli & McCabe, 2001). 심지어 더 나은 외모를 갖기 위해서 성형수술이 필요하다고 생각하는 초등학

생들이 증가하는 추세이며(Smolak, 2004), TV가 미치는 사회적 영향력에 노출되어 있는 초등학생 사이에서 연예인들의 마른 몸매를 이상적으로 여기며 그들의 식단을 이용한 다이어트 열풍까지 불고 있다("소녀시대처럼 먹으면 몸매도 비슷해질까?" 2011). 이는 과거에 비해 성숙의 가속화 현상으로 초등학교 고학년에 사춘기를 맞이하며(정옥분, 2002) 정신연령이 높아진 아동들이 외모에 대해 높은 관심을 가지고 있다는 증거이다. 인간의 내면세계보다는 외모에 따라 평가받는 사회적 분위기를 접

<sup>†</sup> 이 논문은 2011년도 전북대학교 연구기반 조성비 지원에 의하여 연구되었음.

\* Corresponding author: Chae, Jin-Young

Tel: 063-270-3725, Fax: 063-270-3839

Email: jychae@jbnu.ac.kr

하며 우리 사회는 외모를 중시하는 방향으로 가고 있음을 반영하는 것이기도 하다. 이러한 사회적 분위기에 영향을 받아 자신의 외모에 대해 불안감을 느끼는 아동이 증가하고 있으며, 나아가 자신의 외모에 대한 잘못된 해석을 하기도 한다(Jeon, 2008).

아동기는 사회적 관계가 넓어지는 시기인 동시에 자신의 외모에 대한 인식이 높아지는 시기이다(Ricciardelli & McCabe, 2001). 이 시기에 자신의 외모에 대해 수치심과 불만족을 느끼면 과도한 섭식제한을 통해 외모를 변화시키려 하는데, 이러한 결과로 건강을 해치는 아동이 증가하고 있어 사회적 우려를 자아내고 있다(Smolak, 2004). 자신의 외모에 대한 부정적인 견해는 자존감 저하 또는 우울 등의 심리정서적인 문제를 일으키는데(Huang *et al.*, 2007), 우울한 아동은 사회적으로 위축되어 자아존중감이 낮고, 집중력이 부족해져 학습수행능력이 저하되며, 생리적 기능도 저하(Wicks-Nelson & Israel, 2005)되는 등 여러 가지 부정적인 문제를 지니게 된다. 나아가 자신의 외모에 관한 왜곡된 견해로 인한 우울감은 이후 청소년기 또는 성인기에 거식증과 같은 섭식장애의 원인(Chyung, 2010; Clark & Tiggemann, 2007; McKnight Investigators, 2003; Stice *et al.*, 2000) 중 하나로 정상적인 생활에 지장을 미치게 된다. 이러한 섭식장애로 인해 청소년기와 성인기의 우울감은 더욱 심해지게 되는 등 아동기 때 자신의 외모로 인한 부정적인 심리정서상태는 이후에 악순환을 초래하게 된다(Ohring *et al.*, 2002; Ricciardelli & McCabe, 2001). 그러나 외모를 지나치게 강조하는 사회적 분위기 속에서 자신의 외모에 대해 왜곡된 견해로 인한 아동기의 우울감에 미치는 영향을 살펴본 국내 연구는 매우 드문 실정이다. 이에 여러 가지 관련 변인들과의 관계를 살펴보는 보다 심층적이고 다면적인 이해가 필요한 시점이다.

이와 같이 우울감과 같은 심리정서에 영향을 미치는 외모에 대한 관심은 초등학교 때 성에 따라 다르게 발달(Gardner, *et al.*, 1997; Ricciardelli & McCabe, 2001)하는 것으로 알려져 있다. 여아가 남아보다 외모에 관한 관심이 더 많은데(Hwang & Lee, 2009), 이는 남성보다는 여성에게 외모가 더 중요하다고 인식되는 사회문화적 요인에 영향을 받은 결과(Grogan, 2006)라 할 수 있겠다. 이러한 사회문화적 영향 속에서 여아는 남아보다 자신의 외모에 대해 낮은 평가를 하거나(Huang *et al.*, 2007), 불만을 더 많이 느끼고 있으며(Xanthopoulos *et al.*, 2011), 동시에 자신의 외모에 대한 스트레스로 인한 우울감도 남

아보다 여아에게서 더 높은 것으로 나타났다(Chyung, 2010; Smolak, 2004). 이와 같은 결과는 더 매력적인 외모가 사회적 이익에 유리하고 이성으로부터 관심을 더 많이 받는다는 인식이 남아보다는 여아에게 높기 때문(Davis *et al.*, 2001)인 것으로 해석할 수 있다.

아동발달을 생태학적인 측면에서 설명한 Bronfenbrenner (1989)는 아동의 행동과 정서에, 그리고 가치발달에 영향을 미치는 가장 중요한 변인은 부모라고 하였다. 선행연구에 의하면 부모가 자녀의 외모에 관심을 많이 가질수록 아동 역시 외모에 관심이 많으며(Allen *et al.*, 2008), 초등학교 3~5학년 여아의 체중과 몸매에 관한 부모의 관심은 여아가 신체상 불만족에 유의한 영향을 미쳤다(Vander Wal, & Thelen, 2000). 또한 외모와 관련된 아동의 우울감에 미치는 부모의 영향을 살펴본 연구에 의하면 부모의 외모관심정도는 초기 청소년의 우울과 유의한 정적상관이 있었고(Chyung, 2010), 체중에 대한 부모의 지나친 언급 역시 아동의 심리상태에 부정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다(Smolak *et al.*, 1999).

자신의 외모를 평가하고 만족하는 정도는 개인이 가지고 있는 외모 도식(appearance schema)에 의해 결정된다(Tiggemann, 2006). 외모 도식이란 자신의 외모에 대한 인지적 표상으로, 외모에 대한 신념과 외모가 삶에서 차지하는 비중 정도인 외모지향성과 자신의 외모에 대한 주관적 평가로 나타난다. 외모를 얼마나 중요하다고 여기는지, 외모에 대해 어느 정도 관심을 갖는지, 외모를 유지하고 향상시키는데 얼마나 능동적이고 적극적인지 그 성향을 나타내는 외모지향성은 자신의 외모에 대해 느끼는 긍정 또는 부정적인 평가를 나타내는 자기평가에 영향을 미치며, 이러한 외모 평가는 심리정서에 영향을 미친다(Cash, 1990).

식습관 역시 아동 자신의 외모평가에 영향을 미치는데, 여중생의 우울감을 살펴본 연구(Hyun *et al.*, 2002)에서는 폭식이 우울감에 미치는 영향은 신체상에 대한 불만족에 의해 부분매개됨을 확인하였다. 즉, 폭식으로 인해 우울감이 더욱 증가하는 동시에 이러한 부정적인 식습관을 가지고 있으면 자신의 외모에 대해 부정적으로 평가하고, 이 부정적인 평가가 우울감에 영향을 미친다는 것이다. 반대로 올바른 식습관을 가지고 있는 아동은 자신의 외모에 긍정적인 반응을 보였다(Do, 2008). 아동이 형성하고 있는 이러한 식습관은 아동의 외모에 대한 부모의 관심(Smolak *et al.*, 1999)과도 상관관계가 있었다. 다시 말해 부모가 아동의 체중관리에도 더 관심을 갖을수록, 아동의

식습관에 신경을 더 많이 쓴다는 것을 의미한다. 이렇듯 부모 관련 변인으로부터 영향을 받은 식습관은 자신의 외모에 대한 평가와 우울감에도 영향을 미치는 것임을 알 수 있다. 또한 Allen *et al.*(2008)은 10세 전후반 아동이 지니는 체중과 몸매에 대한 관심은 식습관에 영향을 주었다고 보고한 것으로 미루어 볼 때 아동이 식습관은 부모 관련 변인과 외모 지향성 및 자기 외모평가와 상관관계가 있고, 우울감에도 영향을 미침을 알 수 있다.

이와 같이 중고생 및 대학생을 대상으로 신체상에 관한 국내 연구는 꾸준히 이루어지고 있으나, 외모에 대한 초등학생의 관심이 증폭되고 있음에도 불구하고, 이들을 대상으로 하여 자신의 외모와 관련된 요인이 심리정서문제인 우울감에 미치는 영향의 구조적 관계를 살펴본 국내 연구는 매우 드물다. 특히 아동의 부모 관련 요인과 외모도식, 식습관과 심리적 부적응 간의 관한 연구가 진행되어 왔지만, 이러한 변인을 동일연구에서 한꺼번에 살펴본 연구는 국내 뿐 아니라 국외에서도 찾아보기 힘들다. Allen *et al.*(2008)은 외모와 관련된 심리정서적 문제를 일으키는 요인을 살펴보기 위해서는 생물학적, 사회문화적, 행동적인 요소 등 다차원적으로 고려해야 입체적이고 보다 정확한 이해를 할 수 있다고 주장하였다. 성인을 모방하여 자신의 외모를 가꾸는 연령이 낮아지고 있는 국내의 사회적 현실에 비추어 사춘기에 접어든 아동을 대상으로 외모에 대한 연구가 보다 활발히 이루어져야 할 필요성이 제기된다. 이에 본 연구에서는 Allen *et al.*(2008)이 제안한 생물학적 요인들 가운데 성별을, 사회문화적 요인들 중 하나인 부모와 관련하여 아동 체중에 관한 관심의 정도를, 행동적인 요인으로 아동의 식습관을, Cash(1990)이 언급한 외모지향성과 외모평가로 나타나는 외모도식 등을 동시에 고려하여, 이러한 요인들이 아동의 우울감에 미치는 영향과 인과관계를 살펴보고자 한다. 선행연구

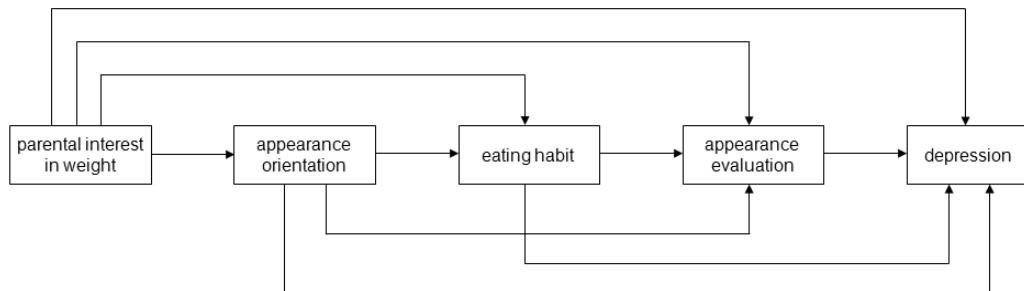
(McCabe, 2001; Smolak, 2004; Xanthopoulos *et al.*, 2011)에서 살펴보았듯이 외모와 관련된 변인의 영향은 아동의 성에 따라 차이가 있었으므로 본 연구에서 선택한 변인들이 아동의 우울감에 미치는 영향을 경로 역시 아동의 성에 따라 차이가 있을 것으로 예상하고 이를 동시에 확인하고자 한다. 본 연구의 결과를 통해 아동기에서 초기 청소년기로 접어드는 4학년 아동이 외모가 중시되는 사회 분위기 속에서 외모와 관련하여 지각하는 우울감에 대한 보다 깊은 이해를 할 수 있을 것이며, 아동 대상 우울치료 프로그램개발을 위한 기초자료를 제공할 것으로 예상된다. 이러한 목적을 위해 본 연구에서는 다음과 같이 연구문제를 설정하였으며, 연구 가설모형[Figure 1]을 설정하였다.

<연구문제 1> 아동의 성에 따라 아동 체중에 관한 부모의 관심, 아동의 외모지향성, 식습관, 자신의 외모평가 및 우울감에 차이가 있는가?

<연구문제 2> 아동의 성에 따라 아동 체중에 관한 부모의 관심, 아동의 외모지향성, 식습관 및 자신의 외모평가가 우울감에 미치는 영향의 경로는 어떠한가?

2-1 남아 체중에 관한 부모의 관심, 남아의 외모지향성, 식습관 및 자신의 외모평가가 우울감에 미치는 영향의 경로는 어떠한가?

2-2 여아 체중에 관한 부모의 관심, 여아의 외모지향성, 식습관 및 자신의 외모평가가 우울감에 미치는 영향의 경로는 어떠한가?



[Figure 1] Research Hypothetical Model

## II. 연구방법

### 1. 연구대상

본 연구에서는 한국청소년정책연구원(NYPI)이 아동·청소년 비만의 실태를 파악하기 위해 2009년 전국 초등학교 4학년생을 모집단으로 하여 층화다단계집락표집의 방법으로 제주도를 제외하고 전국 초등학교 4학년 993명을 대상으로 실시한 2009 한국 아동·청소년 비만실태 조사(KSYC-Obesity) 자료 가운데 결측응답이 있는 자료를 제외한 총 641명의 자료를 분석하였다. 본 연구의 연구대상으로 초등학교 4학년 아동을 선택한 이유는 이 시기에 자신의 외모에 대한 인식이 성에 따라 다르게 발달하기 시작(Ricciardelli & McCabe, 2001)하기 때문이다. 연구대상은 남아 300명(46.8%), 여아 341명(53.2%)이었다. 일반적 배경을 살펴보면, 한부모가정은 23명(3.6%), 양부모가정은 618명(96.4%)이었으며, 아동이 지각하는 가정의 경제수준은 ‘못 산다’가 36명(5.6%), ‘보통이다’가 266명(41.5%), ‘잘 산다’가 339명(52.9%)이었다.

### 2. 측정도구

#### 1) 아동 체중에 대한 부모의 관심

NYPI가 2009 KSYC-Obesity를 위해 제작한 ‘부모님은 나의 체중관리에 어느 정도 관심이 있으십니까?’의 1문항이다. ‘매우 관심이 많다’를 1점, ‘전혀 관심이 없다’를 5점으로 하는 5점 리커트 척도였는데, 역코딩을 하여 점수가 높을수록 아동의 체중관리에 부모의 관심이 높음을 의미한다.

#### 2) 외모지향성

NYPI는 2009 KSYC-Obesity를 위해 Cash(1990)가 개발한 신체-자아에 관한 다차원 척도(Multidimensional Body-Self Relations Questionnaire: MBSRQ)의 하위요인인 외모지향성(Appearance Orientation)을 사용하였다. ‘나는 수시로 거울에 비친 내 모습을 살펴본다’ 등의 총 9문항으로 구성되어 있으며 Chronbach의  $\alpha$  계수는 .76이었다. 각 문항은 ‘전혀 그렇지 않다’를 1점, ‘매우 그렇다’를 4점으로 하는 4점 리커트 척도로 구성되어 있다. 이 가운데 부정적 의미를 내포하고 있는 2문항을 역코딩을 하여 점수가 높을수록 외모지향적인 성향이 강한 것을

의미한다.

#### 3) 식습관

NYPI가 2009 KSYC-Obesity를 위해 선행연구(Choi, 1998; Kim, 1997; Ryu, 2002)를 참고하여 수정·보완한 도구를 사용하였으며, ‘하루 세끼를 규칙적으로 먹는다’ 등의 총 16문항으로 구성되어 있으며 Chronbach의  $\alpha$  계수는 .75이었다. 각 문항은 ‘전혀 그렇지 않다’를 1점, ‘매우 그렇다’를 4점으로 하는 4점 리커트 척도로 구성되어 있다. 이 가운데 부정적 의미를 내포하고 있는 2문항을 역코딩하여 점수가 높을수록 균형 있고 긍정적인 식습관을 형성하고 있음을 의미한다.

#### 4) 외모평가

NYPI는 2009 KSYC-Obesity를 위해 Cash(1990)의 MBSRQ의 하위요인인 외모평가(Appearance Evaluation)을 사용하였다. ‘나는 내 모습 그대로가 좋다’ 등의 총 4문항으로 구성되어 있으며 Chronbach의  $\alpha$  계수는 .70이었다. 각 문항은 ‘전혀 그렇지 않다’를 1점, ‘매우 그렇다’를 4점으로 하는 4점 리커트 척도로 구성되어 있다. 이 가운데 부정적 의미를 내포하고 있는 1문항을 역코딩하여 점수가 높을수록 자신의 외모에 대해 긍정적으로 평가함을 의미한다.

#### 5) 우울

NYPI는 2009 KSYC-Obesity를 위해 Achenbach (1991)가 개발한 만 11세-18세까지의 청소년이 자신의 문제행동과 사회적 능력을 표준화된 형태로 기록하는 행동 평가도구인 Youth Self Report(YSR)을 바탕으로 오경자 외(2001)가 표준화한 한국판 청소년 자기행동 평가 척도(K-YSR)의 문항 가운데 우울 척도의 10문항을 사용하였다. 각 문항은 ‘그렇지 않다’를 1점, ‘자주 그렇다’를 3점으로 하는 3점 리커트 척도로 구성되어 있고, 점수가 높을수록 정서적으로 우울함을 의미한다. Chronbach의  $\alpha$  계수는 .87이었다.

### 3. 자료분석

본 연구에서는 자료분석을 위하여 SPSS 19.0과 AMOS 7.0을 이용하였다. 연구대상의 일반적 배경은 빈

도와 백분율 산출하여 분석하였고, 성의 차이는 독립표본 t-test를 이용하여, 아동의 우울감과 관련 예상 변인의 상관관계는 Pearson's 적률 상관관계분석으로, 관련 예상 변인이 아동의 우울감에 미치는 영향은 경로분석 및 효과 분해 등의 방법으로 각각 살펴보았다.

으며, 식습관( $M=48.18, SD=6.22$ )과 자신의 외모평가 역시 여아( $M=9.96, SD=2.26$ )가 남아보다 더 긍정적이었다. 반면 우울감은 남아( $M=21.92, SD=5.39$ )가 더 높은 것으로 나타났다. 이와 같이 나타난 아동의 성에 따른 모든 변인의 평균점수의 차이는 통계적으로 유의하였다.

### III. 결과 및 해석

#### 1. 아동의 성에 따른 아동 체중에 관한 부모의 관심, 아동의 외모지향성, 식습관, 자신의 외모평가 및 우울감의 차이

우선 아동의 성에 따른 아동 체중에 대한 부모의 관심, 아동의 외모지향성, 식습관, 자신의 외모평가 및 우울감의 차이를 알아보기 위해 독립표본 t-test를 실시한 결과는 <Table 1>과 같다. 체중에 대한 부모의 관심은 여아 부모( $M=3.53, SD=.97$ )가 남아 부모보다 더 높았고, 외모지향성도 여아( $M=21.34, SD=4.98$ )가 남아보다 더 높았

#### 2. 아동의 성에 따른 아동 체중에 관한 부모의 관심, 아동의 외모지향성, 식습관 및 자신의 외모평가가 우울감에 미치는 영향의 경로

아동 성에 따른 아동 체중에 관한 부모의 관심, 아동의 외모지향성, 식습관 및 자신의 외모평가가 아동의 우울감에 영향을 미치는 경로를 알아보기에 앞서 각 변수들의 상관관계를 남아와 여아로 나누어 살펴보았다. 그 결과 <Table 2>와 같이, 남아의 우울감은 외모지향성( $r=.24, p<.01$ )과는 정적상관을, 식습관( $r=.25, p<.01$ ), 외모평가( $r=.22, p<.01$ )와는 각각 부적인 상관을 보였다. 이는 남아의 높은 외모지향성, 부정적인 식습관과 자신의 외모에 대한 낮은 평가는 높은 우울감과 각각 관계가 있음을 의미한다. 그러나 남아 체중에 대한 부모의 관심은 남아의

<Table 1> Descriptive statistics for all variables in the models

variables	range	Boy(n=300)	Girl(n=341)	t
		M(SD)	M(SD)	
parental interest in weight	1~5	3.28(1.26)	3.53(.97)	-3.10**
appearance orientation	9~36	18.72(4.80)	21.34(4.98)	-7.17***
eating habit	16~64	46.50(6.79)	48.18(6.22)	-3.45***
appearance evaluation	4~16	9.53(2.14)	9.96(2.26)	-2.63**
depression	10~30	21.91(5.39)	21.42(5.02)	1.25*

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

<Table 2> Intercorrelations between variables in the models for boys and girls

	1	2	3	4	5
1. parental interest in weight	-	.21**	.18**	.05	-.02
2. appearance orientation	.20**	-	.03	.15**	.45**
3. eating habit	.07	.07	-	.09	-.24**
4. appearance evaluation	.02	.18**	.19**	-	-.19**
5. depression	.10	.24**	-.25**	-.22**	-

Note. Intercorrelations for boys (n=300) are presented below the diagonal, and intercorrelations for girls (n=341) are presented above the diagonal.

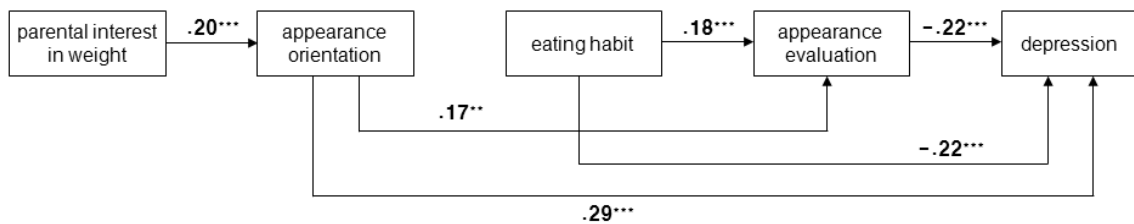
\*\*  $p<.01$

우울감과 유의한 상관이 없는 것으로 나타났다. 여아의 우울감 역시 외모지향성( $r=.45, p<.01$ )과는 비교적 높은 정적인 상관을 보였고, 식습관( $r=-.24, p<.01$ ), 외모평가( $r=-.19, p<.01$ )와는 각각 부적인 상관을 보였다. 즉, 남아의 경우와 마찬가지로 여아의 높은 외모지향성과 부정적인 식습관, 자신의 외모에 대한 낮은 평가는 높은 우울감과 각각 관계가 있었다. 여아 체중에 관한 부모의 관심 역시 여아의 우울감과 유의한 상관이 없었다.

초등학교 4학년 남아의 우울감에 관련 변인이 미치는 영향의 경로를 알아보기 위해 연구가설모형[Figure 1]을 검증한 결과 적합도가 상대적으로 낮게 나타나(GFI=.819, CFI=.871, TLI=.849, RMSEA=.085), 유의하지 않은 경로를 제외하고 모형을 수정하여 다시 분석하였다. 그 결과 남아의 수정모형[Figure 2]의 적합도는 향상하여 매우 우수한 수준(GFI=.995, CFI=.999, TLI=.998, RMSEA=.068)을 보였고, 이에 따라 부모 및 외모 관련 변인에 의해 남아의 우울감을 설명하는 적합한 모형임이 입증되었다. 또한 <Table 3>과 같이 수정된 모든 경로계수는 유의하여, 남아 체중에 관한 부모의 관심

이 높을수록 남아의 외모지향성은 높았으며( $\beta=.20, p<.001$ ), 외모지향성이 높을수록 남아의 우울감도 높았으나( $\beta=.29, p<.01$ ), 부정적인 식습관을 지닐수록( $\beta=-.22, p<.01$ ), 자신의 외모에 대한 평가가 높을수록 남아의 우울감은 낮은 것으로 나타났다( $\beta=-.22, p<.001$ ).

유의한 경로계수를 바탕으로 남아의 우울감에 미치는 변인들의 상대적인 영향력을 살펴보기 위하여, 직접효과, 간접효과 및 총효과의 표준화된 계수를 산출하였다 <Table 3>. 이 중 간접효과는 통계적 유의성 검증을 위해 bootstrapping을 하였으며, 그 결과 모든 간접효과는 .01 수준에서 유의한 것으로 나타났다. 이를 자세히 살펴보면, 남아 체중에 관한 부모의 관심은 남아의 외모지향성( $\beta=.20, p<.001$ )을 거쳐서, 또는 외모지향성과 외모평가( $\beta=.03, p<.01$ )를 거쳐서 남아의 우울감에 정적인 간접효과를 보였다( $\beta=.05, p<.01$ ). 즉, 부모의 관심은 남아의 외모지향성에 정적인 직접효과를 보였고, 이를 통해 외모평가에 정적인 간접효과를 미쳤으며 또한 우울감에 정적인 간접효과를 미쳤다. 이는 남아 체중에 관한 부모의 높은 관심은 남아의 높은 우울감에 간접적인 영향을 미친 것을



\*\*  $p<.01$ , \*\*\*  $p<.001$ .

[Figure 2] Modified model for boys testing the impact of each variable on depression. Parameter estimates for the model are standardized path coefficients.

<Table 3> Path coefficients between variables in the modified models for boys

path coefficients		B	$\beta$	S.E.	C.R.
parental interest in weight	→ appearance orientation	.84	.20	.22	3.81***
appearance orientation	→ appearance evaluation	.07	.17	.02	3.17**
appearance orientation	→ depression	.33	.29	.06	5.90***
eating habit	→ appearance evaluation	.06	.18	.02	3.49***
eating habit	→ depression	-.18	-.22	.04	-4.51***
appearance evaluation	→ depression	-.57	-.22	.13	-4.45***

\*\*  $p<.01$ , \*\*\*  $p<.001$

의미한다.

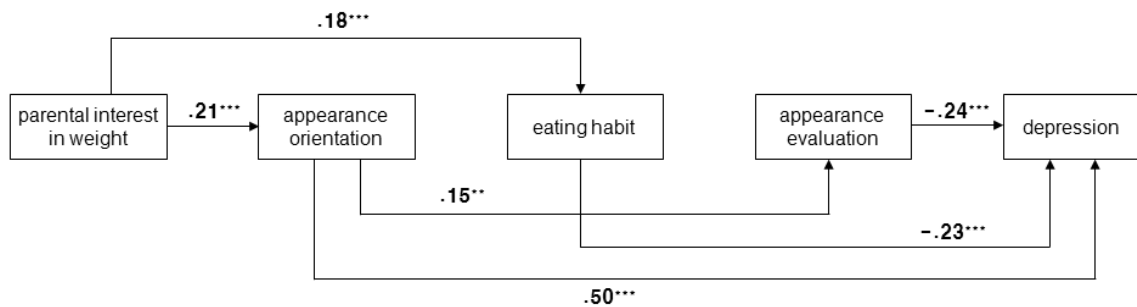
남아의 외모지향성은 우울감에 정적인 직접효과( $\beta=.29, p<.001$ )를 보이기도 하고, 외모평가( $\beta=.17, p<.001$ )를 거쳐 부적인 간접효과( $\beta=-.04, p<.01$ )를 보이기도 하여 .26의 총효과( $p<.01$ )를 보였다. 이는 외모지향성이 1 표준편차씩 증가하였을 때 외모지향성과 우울감 간에 가정된 모든 직간접적인 인과관계를 통하여 남아의 우울감 점수가 .26 표준편차만큼 증가함을 의미한다. 즉, 남아의 외모지향성이 우울감에 미치는 직접적인 정적 영향이 외모지향성과 외모평가를 거쳐서 우울감에 간접적으로 미치는 부정 영향보다 더 큰 것으로 나타났다.

한편 남아의 식습관은 우울감에 부적인 직접효과( $\beta=-.22, p<.001$ )를 보였고, 외모평가( $\beta=.18, p<.001$ )를 거쳐서도 부적인 간접효과( $\beta=-.04, p<.01$ )를 보여, 총효과는  $-.27(p<.01)$ 이었다. 즉 식습관이 1 표준편차씩 증가하였을 때 식습관과 우울감 간에 가정된 모든 직간접적인 인과관계를 통하여 남아의 우울감 점수는 .27 표준편차만

큼 감소함을 의미한다. 따라서 남아의 식습관이 우울감에 미치는 직접적인 부정 영향과 외모평가를 거쳐 우울감에 미치는 간접적인 부정 영향이 합쳐져서 남아의 식습관이 우울감에 미치는 부정 영향은 더 커진 것으로 나타났다.

남아의 외모평가( $\beta=-.22, p<.001$ )는 우울감에 각각 부적인 직접효과만 보였다. 이는 남아가 자신의 외모에 대해 부정적인 평가를 할수록 우울감은 높은 것을 의미한다.

초등학교 4학년 여아의 우울감에 관련 변인이 미치는 영향의 경로를 알아보기 위해 연구가설모형[Figure 1]을 검증한 결과 적합도가 상대적으로 낮게 나타나 (GFI=.826, CFI=.879, TLI=.860, RMSEA=.072), 유의하지 않은 경로를 제외하고 모형을 수정하여 다시 분석하였다. 그 결과 여아의 수정모형[Figure 3]의 적합도 역시 향상하여 매우 우수한 수준(GFI=.994, CFI=.991, TLI=.977, RMSEA=.053)을 보였고, <Table 4>와 같이 모든 경로계수가 유의하였다. 체중에 대한 부모의 관심이



\*\*  $p<.01$ , \*\*\*  $p<.001$ .

[Figure 3] Modified model for girls testing the impact of each variable on depression. Parameter estimates for the model are standardized path coefficients.

<Table 4> Path coefficients between variables in the modified models for girls

path coefficients		B	$\beta$	S.E.	C.R.
parental interest in weight	→ appearance orientation	1.06	.21	.26	4.03***
parental interest in weight	→ eating habit	1.16	.18	.33	3.52***
appearance orientation	→ appearance evaluation	.07	.15	.02	2.86**
appearance orientation	→ depression	.50	.50	.04	11.36***
eating habit	→ depression	-.19	-.23	.04	-5.40***
appearance evaluation	→ depression	-.53	-.24	.10	-5.45***

\*\*  $p<.01$ , \*\*\*  $p<.001$ .

높을수록 외모지향성은 높았고( $\beta=.21, p<.001$ ), 긍정적인 식습관을 가지고 있었다( $\beta=.18, p<.001$ ). 외모지향성이 높을수록 여아의 우울감도 높았으나( $\beta=.50, p<.001$ ), 긍정적인 식습관을 가지고 있을수록 우울감도 낮았고( $\beta=-.23, p<.001$ ), 자신의 외모에 대해 긍정적인 평가를 할수록 우울감은 낮았다( $\beta=-.24, p<.001$ ).

유의한 경로계수를 바탕으로 남아의 우울감에 미치는 변인들의 상대적인 영향력을 살펴보기 위하여, 직접효과, 간접효과 및 총효과의 표준화된 계수를 산출하였다 <Table 4>. 이 중 간접효과는 통계적 유의성 검증을 위해 bootstrapping을 하였으며, 그 결과 모든 간접효과는 .01 수준에서 유의한 것으로 나타났다. 이를 자세히 살펴보면, 여아 체중에 관한 부모의 관심은 외모지향성( $\beta=.21, p<.001$ )을 거쳐서, 또는 외모지향성과 외모평가( $\beta=.03, p<.01$ )를 거쳐서, 또는 식습관( $\beta=.18, p<.001$ )을 거쳐서 여아의 우울감에 정적인 간접효과( $\beta=.05, p<.01$ )를 보였다. 즉, 여아 체중에 관한 부모의 관심은 직접적으로 정적인 영향을 미친 외모지향성을 거쳐서, 또는 외모지향성과 간접적인 영향을 미친 외모평가를 거쳐서, 또는 직접적으로 정적인 영향을 미친 식습관을 통해서 여아의 우울감에 간접적으로 정적인 영향을 미쳤다. 이는 여아의 체중에 관한 부모의 높은 관심은 여아의 높은 우울감에 간접적인 영향을 미친 것을 의미한다.

여아의 외모지향성은 우울감에 정적인 직접효과( $\beta=.50, p<.001$ )를 보였고, 외모평가( $\beta=.15, p<.001$ )를 거쳐서 우울감에 부적인 간접효과( $\beta=-.04, p<.01$ )를 보여, .46의 총효과( $p<.01$ )를 보였다. 이는 여아의 외모지향성이 1 표준편차씩 증가하였을 때 외모지향성과 우울감 간에 가정된 모든 직간접적인 인과관계를 통하여 여아의 우울감 점수는 .46 표준편차만큼 감소함을 의미한다. 즉, 여아의 외모지향성이 우울감에 미치는 간접적인 부정 영향보다 직접적으로 미치는 정적인 영향이 더 큰 것으로 나타났다.

여아의 식습관( $\beta=-.23, p<.001$ )과 외모평가( $\beta=-.24, p<.001$ )는 우울감에 각각 부적인 직접효과만 보였다. 이는 여아의 식습관이 부정적일수록 또는 자신의 외모에 대해 부정적인 평가를 할수록 우울감은 높음을 의미한다.

#### IV. 논의 및 결론

본 연구는 한국청소년정책연구원(NYPI)이 아동·청소년

년 비만의 실태를 파악하기 위해 2009년 전국 초등학교 4학년을 모집단으로 하여 실시한 2009 한국 아동·청소년 비만실태 조사(KSYC-Obesity) 자료를 이용하여 아동의 생물학적 변인인 성, 사회문화적 변인인 부모의 관심, 행동적인 변인인 식습관, 외모도식인 외모지향성과 외모평가를 동시에 고려하여 아동의 우울감에 미치는 영향을 살펴보고자 하였다. 앞서 언급한 연구결과를 바탕으로 다음과 같이 결론을 도출하고 시사점을 논의하였다.

첫째, 아동의 성에 따라 아동 체중에 관한 부모의 관심, 아동의 외모지향성, 식습관, 자신의 외모평가 및 우울감에 차이가 있는지를 알아본 결과, 모든 변인들에서 유의한 차이를 보였다. 아동 체중에 관한 부모의 관심, 외모지향성, 식습관, 외모평가에 관해서는 여아가 남아보다 높은 점수를 보여, 남아에 비해서 여아 체중에 관한 부모의 관심이 더 높고, 외모를 지향하는 정도도 여아가 더 높으며, 식습관은 남아에 비해 여아가 더 긍정적으로 형성하고 있었고, 자신의 외모에 대한 평가도 여아가 더 긍정적이었다. 즉 남아들의 외모에 대한 관심이 높아지고 있음에도 불구하고 여전히 외모에 대해서는 여아가 더 민감한 반응을 보였으며, 이는 Hwang과 Lee(2009)의 연구 결과를 지지하는 것으로 여성에게 외모가 더 중요하다고 인식되는 사회문화적 영향을 더 많이 받는 것을 의미한다. 비록 큰 차이는 아니었지만 여아의 외모평가 점수가 남아의 외모평가 점수보다 약간이나마 유의하게 높은 결과는 남아에 비해 여아가 자신의 외모평가를 부정적으로 한다는 선행연구(Huang *et al.*, 2007; Xanthopoulos *et al.*, 2011)와 일치하지 않는 것이다. 이는 여아가 외모에 대해 더 많은 관심을 갖고 또 관심을 받는 만큼 외모를 가꾸면서 자신의 외모에 대해 어느 정도 만족하고 있기 때문이라고 해석할 수 있다.

예상과는 달리 우울감 점수는 남아가 여아보다 더 높았는데, 이러한 결과 역시 외국 아동을 대상으로 외모와 관련한 우울감을 조사한 Smolak(2004)의 연구와 국내 아동을 대상으로 한 Moon *et al.*(2011)의 연구 및 초기 청소년을 대상으로 한 Chyung(2010)의 연구와 일치하지 않았다. 비록 여아 우울감의 평균점수와 큰 차이를 보이지는 않았지만, 남아의 우울감이 유의하게 높았던 결과는 본 연구에서 특히 눈여겨보아야 할 사항이다. 여아에 비해 상대적으로 낮았던 남아 자신의 외모에 대한 평가와 여아에 비해 올바르게 않은 식습관이 여아보다 높은 우울감을 나타내는 요인으로 작용했을 것이라는 추측을 해 볼 수 있다. 보편적으로 남아보다 여아의 심리정서가 더 취약한



것으로 인식하고 이에 대해 주변에서 민감한 반응을 보이 지만, 남아도 여아 못지않게 감성을 타고 났다(Kindlon & Thompson, 2000). 따라서 남아 역시 위협요인에 의해 부정적인 심리정서상태를 가질게 되므로, 이렇게 감정적으로 취약한 남아에게도 많은 관심을 보여야 한다. 또한 남아의 식습관이 여아에 비해 긍정적이지 않은 것에도 주목할 필요가 있다. 남아가 식습관을 올바르게 형성하지 못하면 이로 인한 우울감도 높아질 뿐만 아니라, 남아의 부정적인 식습관은 건강문제와도 밀접한 관계가 있으므로 건강교육을 통해서 그 중요성을 알려야 함을 시사한다.

둘째, 아동 체중에 관한 부모의 관심, 아동의 외모도식과 식습관이 우울감에 미치는 영향은 아동의 성에 따라 몇 가지 차이점이 나타났다. 우선 식습관에 영향을 미치는 요인과 식습관이 영향을 미치는 요인이 아동의 성에 따라 다르게 나타났는데, 남아의 경우, 식습관은 자신의 체중에 관한 부모의 관심에 영향을 받지 않았으나, 외모 평가에는 영향을 미쳐 우울감에 간접적인 영향을 미쳤다. 반면, 여아의 경우, 식습관은 자신의 체중에 관한 부모의 관심에 영향을 받았지만, 신체상에 의해 부분매개되어 우울감에 영향을 주었다는 선행연구(Hyun *et al.*, 2002)와는 달리, 외모평가에는 영향을 미치지 않은 채 우울감에 직접적인 영향을 미쳤다. 이러한 영향으로 남아의 식습관이 우울감에 미치는 영향의 총효과 크기가 여아의 경우보다 더 컸다. 이와 같은 결과로 미루어 볼 때, 자신의 체중에 관한 부모의 관심과는 별도로 긍정적인 식습관을 형성한 남아는 보다 균형 잡힌 신체를 발달시켰을 가능성이 높아 이로 인해 자신의 외모를 긍정적으로 평가하게 되고, 우울감 역시 낮았을 것으로 예상할 수 있다. 반면 여아의 체중에 관한 부모의 더 높은 관심이 여아로 하여금 긍정적인 식습관을 형성하게 하였고, 이로 인해 자신의 외모에 대한 평가와는 상관없이 우울감을 낮추는 역할을 하였다고 볼 수 있다. 이와 같은 결과는 아동의 외모에 대한 부모의 관심이 식습관 형성과 상관관계가 있다는 Smolak *et al.*,(1999)의 연구결과와 부분적으로 일치하는 것으로, 아동의 체중에 관한 부모의 관심과 이로 인한 식습관에서 남아와 여아의 차이가 있었음을 의미한다. 동시에 앞서 언급한 바와 같이 여아에 비해 높은 우울감을 보이는 남아가 올바른 식습관을 형성하여 우울감을 낮출 수 있도록 보다 세심한 지도가 필요하다는 것을 시사하는 것이다.

또한 남·여아의 경우 모두 외모지향성의 총효과가 가장 컸지만, 그 크기에서는 차이를 보여, 외모지향성의 총

효과 크기는 여아의 경우가 남아의 경우보다 더 컸다. 즉, 남·여아의 경우 모두 외모지향성이 높을수록 우울감은 높은 것으로 나타났지만, 여아는 외모지향성이 여아의 심리 정서적 문제중의 하나인 우울감에 더 많은 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 매력적인 외모가 사회적으로 더 유리하다고 생각하는 여아가 남아보다 외모에 더 관심이 많고, 외모와 관련된 영향을 더 많이 받는다는 선행연구(Davis *et al.*, 2001; Grogan, 2006; Hwang & Lee, 2009; Smolak, 2004)를 지지하는 결과이다.

한편 남·여아에게서 공통적으로 나타난 매우 흥미로운 점은 경로에 따라 외모지향성이 우울감에 미치는 영향에 차이가 있다는 것이다. 즉 외모지향성이 우울감에 직접적인 영향을 미칠 때에는 정적인 영향을 미쳐서 외모지향성이 높을수록 우울감이 낮았는데, 외모평가를 거치는 경우에는 부적인 영향을 미쳐 높은 외모지향성이 자신의 외모를 긍정적으로 평가하는 요인이 되어, 이로 인해 우울감은 낮아지는 결과를 보였다. 이는 자신의 외모에 대한 긍정적인 평가가 아동의 우울감을 낮출 수 있다는 것을 의미하는 것이다. 아동이 자신의 외모에 대해 왜곡된 견해를 갖기 보다는 자신만의 장점과 개성을 파악하여 긍정적인 인식을 가질 수 있도록 격려해주는 사회적 분위기가 조성되어 함을 시사한다. 이러한 사회적 분위기가 조성된다면 아동은 외모로 인해서 느끼게 되는 여러 가지 심리적·행동적·생리적 부적응을 유발하는 우울감을 감소시킬 수 있을 것이다.

그동안 초등학생의 외모관련 요인이 우울감에 미치는 영향을 살펴본 연구는 매우 부족하였다. 그나마 진행되었던 외모 관련 연구는 주로 여아를 대상이었으나, 남아들도 자신의 외모에 대해 관심이 증가하면서 이에 대한 연구가 필요한 시점이었다. 따라서 본 연구는 외모 관련 변인들이 초등학생의 심리정서문제인 우울감에 미치는 영향을 구조적 관계로 살펴봄으로써 아동의 성에 따라 그 영향의 경로를 파악하여 시기적절한 기초자료를 제공하였다는 것에 의의가 있다. 이러한 학문적 의의가 있음에도 불구하고 본 연구는 다음과 같은 제한점을 지니고 있다. 부모와 더불어 중요한 사회문화적 요인인 또래의 인식과 대중매체의 영향을 포함시키지 않았다는 것이다. 따라서 후속연구에서는 이러한 요인을 함께 살펴본다면 아동의 우울감에 미치는 영향에 대해 더욱 심층적이고 입체적인 분석이 가능하였을 것이다.

**주제어:** 외모지향성, 외모평가, 식습관, 우울, 경로분석

## REFERENCES

- 윤석빈 (2011. 6. 22). '소녀시대'처럼 먹으면 몸매도 비  
스듯해질까? *소년한국일보*, p. 1
- 오경자, 하은혜, 이해련, 홍강의 (2001). *K-YSR 청소년  
자기행동 평가 척도*. 서울: 중앙적성출판사.
- 정옥분 (2002). *아동발달의 이해*. 서울: 학지사.
- Achenbach, T. M. (1991). *Manual for the Youth  
Self-Report and 1991 profile*. Burlington, VT:  
University of Vermont Department of Psychiatry.
- Allen, K. L., Byrne, S. M., McLean, N. J., & Davis,  
E. A. (2008). Overconcern with weight and  
shape is not the same as body dissatisfaction:  
Evidence from a prospective study of  
pre-adolescent boys and girls. *Body Image*, 5,  
261-270.
- Bronfenbrenner, U. (1989). Ecological systems theory.  
*Annals of Child Development*, 6, 187-249.
- Cash, T. F. (1990). The multidimensional body-self  
relations questionnaire. In Thompson, J. K., *Body  
image disturbance: Assessment and treatment*.  
NY: Pergamon Press.
- Choi, S. J. (1998). *Dietary self-efficacy & physical  
activity self-efficacy among elementary school  
children*. Unpublished master thesis, Seoul  
National University, Korea.
- Chyung, Y. J. (2010). Relationships between body  
image attitude and its correlates in early  
adolescence. *Journal of the Korea Home  
Economics Association*, 48(5), 103-117.
- Clark, L. & Tiggemann, M. (2007). Sociocultural  
influences and body image in 9- to 12-year-old  
girls: The role of appearance schemas. *Journal of  
Clinical Child and Adolescents Psychology*, 36,  
76-86.
- Davis, C., Dionne, M., & Shuster, B. (2001). Physical  
and psychological correlates of appearance  
orientation. *Personality and Individual  
Differences*, 30, 21-30.
- Do, K. H. (2008). The effects of children's self-esteem,  
eating attitude and school adjustment on body  
image. *The Journal of Elementary Education*,  
21(3), 111-125.
- Gardner, R. M., Sorter, R. G., & Friedman, B. N.  
(1997). Developmental changes in children's  
body images. *Journal of Social Behavior and  
Personality*, 12, 1019-1036.
- Grogan, S. (2006). Body image and health:  
Contemporary perspectives. *Journal of Health  
Psychology*, 11, 523-530.
- Huang, J. S., Norman, G. J., Zabinski, M. F., Calfas,  
K., & Patrick, K. (2007). Body image and  
self-esteem among adolescents undergoing an  
intervention targeting dietary and physical  
activity behaviors. *Journal of Adolescent Health*,  
40, 245-251.
- Hwang, C. H. (2003). *Obesity and its related variables  
of elementary school students*. Unpublished  
master thesis, Kyung In University of Education,  
Korea.
- Hwang, S. K. & Lee, S. M. (2009). The relationships  
among the physical self-concept and worth for  
physical activity of elementary students in after  
school physical activity class. *The Korean  
Journal of Elementary Physical Education*, 15(2),  
97-110.
- Hyun, M. H., You, J. M., & Lee, S. H. (2002). The  
effects of obesity, body image dissatisfaction, and  
binge eating on depression in middle school girls:  
Testing structural equation modeling. *The Korean  
Journal of Clinical Psychology*, 21(3), 565-580.
- Jeon, S. Y. (2008). The mediating effects of  
ego-resiliency on the relationship between child's  
obesity stress and depression. *Journal of Korean  
Home Management Association*, 26(5), 155-163.
- Kim, S. H. (1997). *An obesity management program of  
elementary school students*. Unpublished master  
thesis, Yonsei University, Korea.
- Kindlon, D. & Thompson, M. (2000). *Raising Cain:  
Protecting the emotional life of boys*. New York:  
Ballantine Books.
- Li, Y., Hu, X., Ma, W., Wu, J., & Ma, G. (2005). Body  
image perceptions among Chinese children and  
adolescents. *Body Image*, 2, 91-103.

- McKnight Investigators (2003). Risk factors for the onset of eating disorders in adolescents girls: Results of the McKnight Longitudinal Risk Factor Study. *American Journal of Psychiatry*, 160, 248-254.
- Moon, J. H., Yoon, H. K., & Park, H. W. (2011). The influence of self-related & parental factors on the depression of adolescents from a low social economic status background. *Journal of the Korea Home Economics Association*, 49(6), 57-66.
- National Youth Police Institute (2009). *A study on the obesity situation of youth and children and policy measures*. Seoul: National Youth Police Institute.
- Ohring, R., Graber, J. A., & Brooks-Gunn, J. (2002). Girls' recurrent and concurrent body dissatisfaction: Correlates and consequences over 8 years. *International Journal of Eating Disorders*, 31, 404-415.
- Ricciardelli, L. A. & McCabe, M. P. (2001). Children's body image concerns and eating disturbance: A review of the literature. *Clinical Psychology Review*, 21(3), 325-344.
- Ryu, H. A. (2002). *The analysis of factors related to the obesity in elementary school pupils*. Unpublished master thesis, Koshin University, Korea.
- Smolak, L. (2004). Body image in children and adolescents: Where do we go from here? *Body Image*, 1, 15-28.
- Smolak, L., Levine, M. P., & Schermer, F. (1999). Parental input in weight concerns among elementary school children. *International Journal of Eating Disorders*, 25, 263-272.
- Stice, E., Heyward, C., Cameron, R., Killen, J., & Taylor, C. (2000). Body image and eating disturbances predict onset of depression among female adolescents: A longitudinal study. *Journal of Abnormal Psychology*, 109, 438-444.
- Tiggemann, M. (2006). The role of media exposure in adolescent girls' body dissatisfaction and drive for thinness: Prospective results. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 25, 523-541.
- Vander Wal, J. S. & Thelen, M. H. (2000). Predictors of body image dissatisfaction in elementary-age school girls. *Eating Behaviors*, 1, 105-122.
- Wicks-Nelson, R. & Israel, A. C. (2005). *Behavior disorders of childhood* (6th ed). NJ: Prentice-Hall.
- Xanthopoulos, M. S., Borradaile, K. E., Hayes, S., Sherman, S., Vander Veru, S. Grundy, K. M., Nachmani, J., & Foster, G. D. (2011). The impact of weight, sex, and race/ethnicity on body dissatisfaction among urban children. *Body Image*, 8, 385-389.

| 접수일 : 2011. 11. 07.  
 | 수정완료일 : 2012. 01. 11.  
 | 게재확정일 : 2012. 01. 11.