Journal of Digital Convergence
Vol. 19. No. 2, pp. 531-538, 2021

ISSN 2713-6434 / eISSN 2713-6442
https://doi.org/10.14400/JDC.2021.19.2.531

무용전공 고등학생의 자기관리가 섭식태도와 섭식장애에 미치는 영향

구미나[1], 오은경[2*]
[1]세종대학교 박사과정, [2]중앙대학교 대학원 졸업

The Influence of Self-Management of Dance Major High School Students on Eating Attitudes and Eating Disorders

Mi-Na Ku[1], Eun-Gyeoung Oh[2*]
[1]Ph.D., Sejong University,
[2]Graduate School of Chung-Ang University

요 약 이 연구는 무용전공 고등학생의 자기관리가 섭식태도와 섭식장애에 미치는 영향을 규명하는데 목적이 있다. 연구대상은 서울과 경기도, 충청도에 소재하고 있는 예술고등학교 무용전공 고등학생 239명으로, 조사도구는 설문지를 사용하였다. 자료 분석은 다중회귀분석과 위계적 회귀분석을 실시하여 다음과 같은 결과를 도출하였다. 첫째, 무용전공 고등학생의 대인관리는 절제된 섭식에 영향을 미치며, 몸 관리는 외부적 섭식과 정서적 섭식에 영향을 미친다. 둘째, 무용전공 고등학생의 자기관리는 거식증에 유의한 영향을 미친다. 셋째, 무용전공 고등학생의 섭식태도는 자기관리와 섭식장애를 강력하게 매개한다. 이상의 결과는 무용전공 고등학생들의 지나친 신체에 대한 관리는 섭식태도와 거식증에 높은 영향을 미친다는 것을 의미한다. 이에 따라 학생들의 올바른 섭식행동을 위한 지도자들의 세심한 지도가 필요한 것으로 사료된다.

주제어 : 무용전공 고등학생, 예술고등학교, 자기관리, 섭식태도, 섭식장애

Abstract The purpose of this study is to investigate the effect of self-management of dance major high school students on eating attitudes and eating disorders. The subjects of this study were 239 dance major students at art high schools located in Seoul, Gyeonggi-do and Chungcheong-do, and a questionnaire was used as a survey tool. For data analysis, multiple regression analysis and hierarchical regression analysis were performed to derive the following results. First, interpersonal management of dance major high school students affects restrained eating, and body management affects external and emotional eating. Second, self-management of dance major high school students has a significant effect on anorexia. Third, the eating attitude of dance major high school students strongly mediates self-management and eating disorders. The above results indicate that the management of excessive body of dance major high school students has a high influence on eating attitude and anorexia. Accordingly, it is considered that leaders need careful guidance on correct eating behavior of students.

Key Words : Dance major high school student, art high school, self-management, eating attitude, eating disorder

*Corresponding Author : Eun-Gyeoung Oh(silvero52@naver.com)
Received February 8, 2021 Revised February 15, 2021
Accepted February 20, 2021 Published February 28, 2021

1. 서론

TV프로 '냉장고를 부탁해'에 출연한 발레리나 강수진의 덩그러니 비어있는 냉장고 속과 '삼겹살을 한번도 먹어보지 않았다'[1]는 그녀의 말은 그녀가 세계 정상에 오르기까지 자기관리를 얼마나 열심히 했는지를 보여준다. 흔히 '발레리나 몸'하면 길고 '가녀린 팔과 다리 그리고 우아한 목선을 가진 바비인형 몸매를 연상한다.'[2] 이러한 몸은 타고 나기보다는 자기관리를 통해 만들어진다. 춤추는 몸은 일상의 몸과는 차원이 다르다. 무용수의 몸은 현실로부터 벗어난 환상을 연출하고, 관객은 그 아름답고 특별한 몸을 바라보며 쾌감을 얻는다. 무용수의 몸은 무대 위에서 '아름다움'이라는 환상을 구현하지만, 무대를 내려오면 다치지 않고 더 아름답게 단련해야 하기에 자기관리는 필수다[2]. 자기관리란 신체적, 정신적인 행동뿐만 아니라 연습과 노력, 사생활에 모든 측면에서 자기 스스로 절제하며 통제해 나가는 것을 의미하는데 무용수에 있어서 자기관리란 여러 의미를 지니지만 자신의 기량을 가장 잘 보여주기 위한 수단의 하나로 아름다운 선을 보여주기 위해 세상의 편견으로 만들어진 '마른 몸'을 유지하기 위한 노력도 자기관리 중 하나이다[3]. 더불어 무용수의 몸을 만들기 위해서는 많은 양의 연습도 중요하지만 식습관도 매우 중요하다. 한 예로 엄태웅의 아내인 발레리나 윤혜진은 하루 식사량을 묻는 질문에 "내 밥을 떠놓고 먹었던 적은 없다. 지온이가 남겼거나 조리 중 간보는 걸 밥으로 대신했다"고 밝혔으며[4], 300대 1의 경쟁률을 뚫고 뉴욕 시더레이크컨템포러리 발레단에 들어가 활동한 최수진은 뉴욕에서 생활할 때 뉴욕 음식으로 연상되는 감자튀김, 콜라, 햄버거 등 패스트푸드를 먹지 않고 원재료를 많이 섭취할 수 있는 샐러드, 과일을 많이 섭취했고 "특별한 음식이 먹고 싶을 때는 초밥과 타이음식을 먹으며 몸관리를 하였다."[5]는 경험담은 무용수가 자기관리를 함에 있어 섭식태도가 매우 중요한 요소임을 말해주고 있다. 이 연구에서의 섭식태도는 음식과 관련된 외부자극(시각/청각)에 개인이 음식을 섭취하려는 경향인 외부적 섭식과 분노, 두려움, 불안과 같은 부정적 감정 상태에서 개인의 음식섭취 추구 경향인 정서적 섭식, 개인이 일반적으로 음식섭취를 통제할 수 있는 정도인 절제적 섭식[6]으로 구분하였다.

운동선수들과 무용수와의 체중조절 및 섭식습관을 비교 조사한 연구[7]에서 무용수들이 피겨스케이트 및 수영선수들보다 적은 체중과 마른 몸을 가졌다는 결과는 운동선수들보다 신체활동이나 칼로리 소모가 적은 무용수들이 날씬한 몸매를 유지하기 위해 영양섭취를 절제하는 부정적인 섭식태도를 지녔을 것이라는 추측을 할 수 있다[8]. 무용수의 몸은 무용을 표현하는 유일한 커뮤니케이션의 수단이자 전달하고자 하는 메시지를 표현하는 언어이다 보니[9] 관객들에게 신체를 사용하여 작품의 의미를 전달하는 무용수의 몸은 '마른 몸'이 마치 정답인 것처럼 인식하게 되었다. 특히 한국의 무용학과 입시제도 하에서는 이러한 '마른 몸' 열풍은 무용을 전공하는 고등학생에게는 더욱 각인되고 있는 듯하다.

한국 대학에서 무용학과를 지원할 때 적게는 40%에서 많게는 100%까지 실기 중심으로 학생들을 선발하고 있는데 실기 비중이 점점 더 높아진다는 것은 무용전공 고등학생들이 많은 시간을 실기향상을 위해 매진해야 한다는 뜻으로 외형적 요소가 매우 중요한 요소로 작용될 수 있다는 의미이다. 따라서 학생들은 무리한 다이어트를 단행하고, 반복되는 고된 연습으로 인해 신체적, 심리적으로 많은 어려움을 겪게 될 우려가 있다[10]. 무용전공 고등학생들은 조금만 많이 먹으면 죄의식을 느끼고 일 년 내내 다이어트를 하는 등 몸 관리를 위한 섭식조절은 매우 일상화되어 있다. 특히 예술고 무용전공 고등학생은 각종 경연대회, 내부적 오디션, 정기적으로 진행되는 중간, 기말고사처럼 교과 평가와 실기 평가 시기만 되면 과도한 다이어트를 하면서 스트레스를 받고 있다. 이러한 과도한 스트레스는 섭식장애를 가져와 가장 중요한 시기에 정신적인 압박감을 느끼게 되어 거식증 또는 폭식증 같은 섭식장애를 가져오기도 한다. [11, 12]의 연구에서 무용전공생들의 섭식장애에 대한 우려스러운 결과가 이를 대변하고 있다. 이외에도 마지막 성장기와 대학입시를 앞둔 고등학교 시기의 섭식태도는 매우 중요하다 보니 비교적 연구가 이루어지고 있는 중이다. 그중 무용전공자의 섭식태도 및 섭식장애에 대한 선행연구를 살펴보면 [13-15] 등이 있다. 그러나 이러한 연구는 섭식장애를 일으키는 원인을 규명하는 연구로 섭식장애를 완화시킬 수 있는 변인이 무엇인지에 대한 연구가 필요하다고 생각되는데 무용전공 고등학생에게 중요한 자기관리가 섭식 태도에 미치는 영향 및 섭식태도가 섭식장애에 어떠한 매개 역할을 하는지에 대한 연구는 미비한 실정이다. [16]은 11-14세 무용전공 여학생의 25%가 섭식장애 증상을 보이고 있다고 하였으며 더구나 무용전공 여학생의 섭식장애 비율이 비전공 여학생의 비율보다 월등히 높게 나타나 이에 대한 대책을 마련할 필요가 있다고 사료된다. [17]은 불안과 같은 부

정적인 심리상태가 이상섭식 행동을 유발하는 요인이라고 언급하면서 불안과 섭식장애의 관련성에 대해 연구하였는데 본 연구자는 자기관리를 잘하는 무용전공 고등학생은 좋은 섭식태도를 지니게 되어 섭식장애를 겪을 위험이 낮아질 거라고 사료된다. 이에 이 연구는 무용전공 고등학생의 자기관리가 섭식태도 및 섭식장애에 미치는 영향을 규명하고자 한다. 이러한 목적을 달성하기 위해 설정한 연구문제는 다음과 같다.

첫째. 무용전공 고등학생의 자기관리가 섭식태도에 미치는 영향은 어떠한가?.

둘째, 무용전공 고등학생의 자기관리가 섭식장애에 미치는 영향은 어떠한가?

셋째, 무용전공 고등학생의 섭식태도는 자기관리와 섭식장애에 대한 매개효과는 어떠한가?

2. 연구방법

2.1 연구대상

이 연구는 무용전공 고등학생의 자기관리가 섭식태도와 섭식장애에 미치는 영향을 규명하기 위해 서울, 경기도 및 충청도에 소재한 예술고등학교 학생을 모집단으로 하여 설문조사를 실시하고 250부의 자료가 수집되었다. 이 중 불성실한 응답이나 응답에 오류가 있는 자료를 제외하고 총 239명의 설문지가 최종 분석에 사용되었다. 연구대상자의 일반적 특성은 Table 1과 같다.

Table 1. Characteristics of Subject

Characteristics	Categories	n	%
Gender	Male	37	15.5
	Female	202	84.5
Grade	1st grade	91	38.1
	2nd grade	77	32.2
	3rd grade	71	29.7
A dancing career	less than 1 years	27	11.3
	More 1-less 2 years	102	42.7
	More 2 -less 3 years	66	27.6
	More 3-less 4 years	44	18.4

2.2 조사도구

이 연구에서는 설문지를 조사 도구로 사용하였다. 설문지는 개인적 특성을 측정하는 3문항과 독립변인으로 자기관리를 측정하는 12문항, 매개변인으로 섭식태도를 측정하는 24문항, 종속변인으로 섭식장애를 측정하는 24문항으로 총 63문항으로 구성하였다. 이 설문지의 타당도와 신뢰도는 요인분석기법(factor analytic technique)을 사용하였으며, 요인추출은 고유치(eigenvalue)가 1.0 이상인 경우에 한하여 Varimax rotation 방법을 통해 이루어졌다. 설문 문항에 대한 신뢰도는 cronbach' α 방법을 실시하였다.

2.2.1 자기관리

무용전공고등학생의 자기관리를 측정하기 위해 사용된 척도는 [18]에서 개발하고 [19]등이 사용한 설문지를 무용전공 고등학생의 상황과 연구에 맞게 수정·보완하여 사용하였으며, 요인분석 결과는 Table 2와 같다. Table 2에서 보는 바와 같이 자기관리에 대한 하위 요인으로 훈련·정신관리, 대인관리, 신체관리 등 3요인이 추출되었으며, 누적비율은 77.718%를 보여 높은 타당도를 나타내었다. 또한 cronbach' α 계수를 통한 신뢰도는 훈련·정신관리 .938, 대인관리 .878, 몸관리 .774로 신뢰할 만한 수준으로 확인되었다.

2.2.2 섭식태도

무용전공 고등학생의 섭식태도에 대한 측정도구는 [20]이 번안하여 식이행동 문항에 대한 신뢰도와 타당도를 검증하여 제시한 설문지를 [21]의 무용전공 여고생들에게 맞게 수정·보완한 문항을 사용하였다. Table 3에서 보면 섭식태도는 외부적 섭식, 정서적 섭식, 절제된 섭식의 3요인이 추출되었으며, 누적비율은 67.086%를 보여 타당하게 측정된 것을 알 수 있다. 또한 cronbach' α 계수를 통한 신뢰도는 외부적 섭식 .934, 정서적 섭식 .938, 절제된 섭식 .899로 신뢰할 만한 수준으로 확인되었다.

3. 연구결과

3.1 무용전공 고등학생의 자기관리와 섭식태도 및 섭식장애의 상관관계 분석

무용전공 고등학생의 자기관리가 섭식태도와 섭식장애에 미치는 영향을 분석하기 전 각 변인 간의 상관관계를 분석한 결과는 Table 5와 같다. 변인 간 관련성을 분석한 결과, 소수의 변인을 제외한 대부분의 요인들 간에 유의한 상관관계가 있는 것으로 나타났으며, 변인 간의 상관관계수의 값이 .820이하로 나타나 다중공선성에는 문제가 없는 것으로 나타났다.

Table 2. Self management

Numb.	Training, mental management	Personal management	Body care
8	**.821**	.289	.322
7	**.810**	.286	.251
10	**.799**	.361	.164
9	**.794**	.247	.315
11	**.725**	.524	.092
5	.382	**.797**	.185
4	.403	**.737**	.267
6	.555	**.611**	.055
12	.576	**.578**	.060
2	.280	−.036	**.857**
1	.102	.496	**.710**
3	.259	.582	**.586**
eigen value	4.227	3.103	1.996
%variance	35.223	25.859	16.636
commu−nality	35.223	61.082	77.718
cronbac−h'α	**.938**	**.878**	**.774**

Table 3. Eating attitude

Numb.	External feeding	Emotional eating	Restrained eating
13	**.876**	.076	.082
14	**.845**	.086	.189
16	**.838**	.154	.166
15	**.825**	.117	.107
11	**.822**	.142	.175
12	**.798**	.112	.258
10	**.742**	.184	.298
9	**.514**	.209	.373
8	.113	**.864**	
3	.104	**.855**	.004
2	.154	**.849**	.086
1	.166	**.846**	.057
7	.111	**.843**	.029
6	.005	**.832**	.042
5	.202	**.807**	.030
18	.057	.003	**.826**
20	.149	.041	**.794**
17	.112	.093	**.794**
21	.223	.088	**.769**
19	.255	.104	**.705**
23	.430	.001	**.672**
24	.371	−.082	**.641**
22	.379	−.141	**.618**
4	−.188	.371	**.550**
5.776	5.322	5.003	
24.068	22.173	20.846	
24.068	46.241	67.086	
.934	**.938**	**.899**	

Table 4. Eating disorde

Numb.	Anorexia	Bulimia
7	**.842**	−.025
17	**.824**	.139
9	**.808**	−.005
5	**.792**	−.022
1	**.733**	−.090
13	**.685**	.263
18	**.629**	.488
8	**.594**	.287
16	**.572**	.488
24	.187	**.783**
20	.349	**.736**
15	−.021	**.727**
22	.375	**.724**
21	−.165	**.701**
14	.533	**.603**
19	−.308	**.583**
23	.465	**.505**
5.673	4.313	
33.369	25.369	
33.369	58.738	
.902	**.851**	

Table 5. Correlation Analysis of Variables

	1	2	3	4	5	6	7	8
1	1							
2	.820**	1						
3	.603**	.600**	1					
4	.164*	.095	.212**	1				
5	.244**	.264**	.266**	.461**	1			
6	.304**	.333**	.268**	.330**	.503**	1		
7	.173**	.208**	.181**	.296**	.293**	.356**	1	
8	.212**	.094	.396**	.329**	.564**	.066	.258**	1
M	3.62	3.73	3.38	2.67	3.2	3.38	3.21	3.22
SD	.816	.776	.849	.818	.860	.788	.745	.874

1. Training, mental management 2. Mental management 3. Body management 4. External feeding 5. Emotional eating
6. Restrained eating 7. Anorexia 8. Bulimia

Table 6. Eating attitude analysis for self management

Variables	External eating			Emotional eating			Restrained eating		
	B	β	t	B	β	t	B	β	t
Constant	2.034		7.646	2.020		7.342	2.018		8.140
Training, mental management	.194	.194	1.696	.032	.031	.272	.060	.062	.565
Mental management	−.199	−.189	−1.659	.156	.141	1.256	.228	.224	2.034*
Body management	.201	.208	2.553*	.165	.163	2.030*	.089	.096	1.221
	R^2=. .058			R^2= .088			R^2= .119		
*p<.05, **p<.01, ***P<.001									

3.2 무용전공 고등학생의 자기관리와 섭식태도

무용전공 고등학생의 자기관리가 섭식태도에 미치는 영향을 검증하기 위한 다중회귀분석을 실시한 결과는 Table 6과 같다. Table 6을 살펴보면 자기관리의 하위요인 중 대인관리는 절제된 섭식(β=.366, p<.05)에 정적(+) 영향을 미치는 것으로 나타났다. 몸관리는 외부적 섭식(β=.208, p<.05), 정서적 섭식(β=.163, p<.05)에 유의미한 정적(+) 영향을 미치는 것으로 나타났다. 외부적 섭식과 정서적 섭식, 절제된 섭식에 대한 자기관리의 전체 예언변량은 각각 5.8%(R^2=.058), 8.8%(R^2=.088), 11.9%(R^2=.119)인 것으로 나타났다.

3.3 무용전공 고등학생의 자기관리와 섭식장애

무용전공 고등학생의 자기관리가 섭식장애에 미치는 영향을 검증하기 위한 다중회귀분석을 실시한 결과는 Table 7과 같다. Table 7을 살펴보면 훈련·정신관리(β=.249, p<.05)와 몸관리(β=.448, p<.001)는 거식증에 정적(+) 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 대인관계(β=−.403 p<.001)는 거식증에 부적(−) 영향을 미치는 것으로 나타났다. 자기관리의 모든 하위요인은 포식증에 유의미한 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다. 거식증과 폭식증에 대한 자기관리의 전체 예언변량은 각각 20.8.%(R^2=.208), 4.8%(R^2=.048)로 나타났다.

Table 7. Eating disorder analysis for self management

Variables	Anorexia			Bulimia		
	B	β	t	B	β	t
Constant	2.255		8.659	2.403		9.870
Training, mental management	.266	.249	2.379*	−.021	−.023	−.197
Mental management	−.454	−.403	−3.864***	.164	.171	1.495
Body management	.502	.488	6.523***	.081	.092	1.126
	R^2= .208			R^2= .048		
***p<.001, **p<.01, *p<.05						

3.4 무용전공 고등학생의 자기관리와 섭식장애에 대한 섭식태도의 매개효과

무용전공 고등학생의 자기관리와 섭식장애에 대한 섭식태도의 매개효과를 살펴보기 위하여 위계적 회귀분석한 결과는 Table 8과 같다. Table 8을 살펴보면 1단계

Table 8. Hierarchical regression analysis

step	Independent variable	Dependent variable	Non−standardization factor		Standardization factor	t	p
			B	Standard error	β		
1step	(상수)		.602	.156		3.853	.000
	Self management	Eating attitude	.761	.047	.728	16.347	.000
R^2= .530							
2step	(상수)		.787	.169		4.663	.000
	Self management	Eating disorder	.650	.050	.643	12.930	.000
R^2= .414							
3step	(상수)		.278	.109		2.563	.011
	Self management	Eating disorder	.007	.046	.007	.157	.876
	Eating attitude		.845	.044	.874	19.290	.000
R^2= .772							

에서 독립변인인 자기관리가 매개변인인 섭식태도에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났으며(β=.728, p<.001), 2단계에서 독립변인인 자기관리가 종속변인인 섭식장애에 유의한 정(+)의 영향력(β=.643, p<.001)을 주는 것으로 나타나 매개효과 검증에서 1단계와 2단계가 충족되었다. 3단계 독립변인과 매개변인이 동시 투입된 단계에서는 독립변인은 종속변인에 유의미한 영향을 미치지 않았으며, 매개변인은 종속변인에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다(β=.874, p<.001).

따라서 무용전공 고등학생의 섭식태도는 자기관리와 섭식장애의 관계를 완전 매개효과가 있는 것으로 나타났다.

4. 논의

이 연구는 무용전공 고등학생의 섭식장애와 관련된 변인들을 탐색하여 학생들의 건강한 정신과 신체를 위해 올바른 섭식태도 형성을 위한 기초자료를 제시하고자 하는 목적으로 진행되었다. 이를 위하여 학생들의 자기관리와 섭식태도 및 섭식장애의 관계를 분석하였으며, 도출된 의미 있는 결과를 바탕으로 다음과 같이 논의하고자 한다.

첫째, 무용전공 고등학생의 자기관리가 섭식태도에 미치는 영향을 살펴본 결과, 자기관리의 하위요인 중 대인관리는 섭식태도의 하위요인인 절제된 섭식에 유의미한 정적(+)영향을 미치며, 몸 관리는 외부적 섭식과 정서적 섭식에 유의한 정적(+)영향을 미치는 것으로 나타났다. 즉, 몸관리에 민감한 학생일수록 외부자극에 의하여 음식을 섭취하려고 하는 외부적 섭식태도와 불안, 분노 등과 같은 부정적 정서에 의해 음식을 섭취하려고 하는 정서적 섭식태도가 높고 대인관리를 잘 하는 학생일수록 절제된 섭식태도가 높다는 것이다.

이러한 결과는 자기관리와 섭식태도의 관계를 규명한 선행 연구가 미흡하여 선행연구와의 비교 논의가 어렵다. 그러나 무용전공자의 섭식태도가 자기관리에 미치는 영향을 살펴본 결과 음식에 대한 몰두는 훈련관리와 정신관리에 부적영향을 미치며 절식은 대인관리에 정적영향을 미친다고 보고한 [24]의 연구결과와 같은 맥락에서 해석될 수 있다. [24]의 연구결과는 음식에 지나치게 몰두하는 학생일수록 훈련관리와 정신관리가 낮아지며 음식에 대한 절제를 잘하는 학생일수록 대인관리를 잘 한다는 것으로 해석되며, 대인관리가 높은 학생일수록 절제된 섭식태도를 보인다는 본 연구의 결과는 선행 연구의 결과와 같은 맥락에서 해석될 수 있을 것으로 사료된다. 앞에서 살펴본 바와 같이 무용전공 고등학생이 몸관리를 하려는 경향이 높으면 외부로 부터의 자극이나 부정적 정서에 의해 음식을 섭취하는 섭식태도를 보이지만 대인관리 성향이 높은 학생일수록 절제된 섭식태도를 보이는 것을 알 수 있다. 따라서 지나친 신체관리는 부정적 섭식태도를 촉진할 수 있으므로 이에 대한 인식과 대안이 필요할 것으로 사료된다.

둘째, 무용전공 고등학생의 자기관리가 섭식장애에 미치는 영향을 살펴본 결과 자기관리의 하위요인인 훈련·정신관리와 몸관리는 섭식장애의 하위요인인 거식증에 유의미한 정적(+)영향을 미치며, 대인관리는 거식증에 유의미한 부적(−)영향을 미치는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 무용전공 고등학생의 무용수행과 관련된 자기관리 요인이라 할 수 있는 훈련·정신관리와 몸관리 요인이 높을수록 거식증에 노출될 가능성이 높지만, 대인관계에 대한 관리를 잘하는 학생일수록 거식증 변인에 대한 영향이 낮다는 것을 의미한다. “공연을 앞두고 체중조절을 시도하는 집단이 무용을 배우기 전에 체중조절을 시도한 집단에 비해 폭식의 수준이 높았으며, 전체적으로 무용참여 후 체중조절을 시도한 집단이 섭식장애의 위험이 높다.”고 보고한 [25]의 보고는 본 연구 결과와 같은 맥락에서 해석될 수 있을 것이다.

무용전공 고등학생들은 무용콩쿠르나 입시에서의 성공적인 성과를 위하여 끊임없이 자신을 관리하여야 하는데, 그중 체격이나 외모 등을 관리하고 끊임없는 연습을 위하여 정신적으로 신체적으로 훈련관리를 해야만 한다. 이 과정에서 신체에 대한 관리에 대한 노력을 기울이는 학생 일수록 섭식장애의 위험이 높아진다는 것을 알 수 있다. [26]에 의하면 무용전공 여자대학생의 45.1%가 섭식장애에 노출되어 있다고 보고하였으며, [27]은 11~14세 무용전공 여학생의 25%가 섭식장애 증상이 보이고 있다고 보고하였다. 이러한 결과들은 무용전공 고등학생들에게 지나친 신체 및 훈련에 대한 관리를 강조하는 것은 섭식장애를 강화시킬 수 있다는 점을 사사하고 있다.

셋째, 무용전공 고등학생의 섭식태도가 자기관리와 섭식장애에 미치는 매개효과를 살펴본 결과, 완전 매개효과가 있는 것으로 나타났다. 즉, 무용전공 고등학생의 자기관리는 섭식장애에 직접적으로도 영향을 미치지만 섭식태도가 매개되었을 때 더욱 강력한 영향을 미친다는 것이다. 이러한 결과는 연습 변인들이 섭식행동 및

섭식장애에 영향을 미친다고 보고한 [28]의 연구결과와 맥락을 같이 한다. 섭식절제에 의한 섭식장애는 신체·외모관리와 훈련을 통해 무용수행을 높이고자 하는 무용전공 여학생들에게서 발생하는 빈도가 현저히 높다. [26]은 무용전공 여자 대학생 중 57.1%가 저체중이며, 45.1%가 섭식장애 위험군으로 보고하였으며, 식이행동 중 절제된 섭식과 외부적 섭식태도는 섭식장애에 유의미한 영향을 미치는 것으로 보고하였다. 이러한 보고는 섭식태도가 자기관리와 섭식장애를 매개할 수 있음을 시사한다. 따라서 무용전공 고등학생의 지나친 몸관리와 훈련·정신관리는 외부적 섭식과 정서적 섭식태도에 영향을 미치며 이에 따라 거식증을 유발할 수 있다는 것을 인지하고 학생들의 건강한 섭식태도를 위한 세심하고 꾸준한 지도가 필요할 것으로 사료된다.

5. 결론

이 연구는 청소년 시기에 겪는 부정적 심리적 증상의 하나인 섭식장애와 관련된 변인들의 관계를 밝히기 위해 무용전공 고등학생의 자기관리가 섭식태도 및 섭식장애에 미치는 영향을 규명하였다. 연구의 목적을 달성하기 위하여 서울과 경기도 및 충남 지역에 소재하고 있는 예술고등학교 무용전공 학생을 대상으로 설문조사를 실시하였으며 총 239부의 설문지가 분석에 사용되었다. 자료분석은 SPSS/Window 21.0 프로그램을 사용하여 다중회귀분석, 상관분석, 위계적 회귀분석을 실시하였으며, 다음과 같은 결론를 도출하였다.

첫째, 무용전공 고등학생의 자기관리가 섭식태도에 미치는 영향을 살펴본 결과, 대인관리는 절제된 섭식에 유의미한 정적 영향을 미치며 몸관리는 외부적 섭식과 정서적 섭식에 유의미한 정적 영향을 미치는 것으로 나타났다.

둘째, 무용전공 고등학생의 자기관리가 섭식장애에 미치는 영향을 살펴본 결과, 훈련·정신관리와 몸관리는 거식증에 유의미한 정적 영향을 미치며, 대인관리는 거식증에 부적 영향을 미치는 것으로 나타났다.

셋째, 무용전공 고등학생의 자기관리가 섭식태도와 섭식장애의 매개효과를 살펴본 결과, 섭식태도는 무용전공고등학생의 자기관리와 섭식장애에 강력한 매개효과가 있는 것으로 나타났다.

이상의 결론은 무용전공 고등학생의 지나친 몸관리는 섭식장애를 겪을 수 있는 중대한 요인임을 시사하고 있다. 따라서 학생들에게 건강한 신체가 무용예술의 중요한 요소임을 인지시키고 건강한 몸관리를 위하여 올바른 섭식태도와 식단관리가 중요함을 인지시키는 꾸준한 교육이 필요할 것이다.

REFERENCES

[1] S. J. Lee. (2015. 10, 25). OCN[TV Talk Talk]. 'Refrigerator' S. J. KANG. 'What an Empty Refrigerator Means'
http://osen.mt.co.kr/article/G1110278722

[2] Y. J. Noh. (2018. 12. 13). Beyond the Fantasy Stage, Another Story. (2) Conditions of the Highest Prima Ballerina. Continuous Self-Management 'Talent·Effort' a Product of Harmony. Gwangju Maeil Newspaper.
http://www.kjdaily.com/read.php3?aid=1544696156455279006

[3] E. J. Kim (2013). The Effect of Achieving The Passion Level of Goal and Self-Manage Ment in High School Students Majoring in Dance. Seo-Kyeong University, Seoul.

[4] J. Y. Um. (2015. 11. 18.) Ballerina Hye- Jin Yoon. Cooking and Tasting is my Food. Kukminilbo.
http://news.kmib.co.kr/article/view.asp?arcid=0010076498&code=61181111&cp=nv

[5] D. H. Yoo (2018. 2. 26). Dancing 9 the winner Su. Jin Choi, Her Own Way of Managing Health. Health Kyung Hyang.
http://www.k-health.com/news/articleView.html?idxno=34722
http://www.k-health.com/news/articleView.html?idxno=34722

[6] S. Y. Park (2007). Effects of Eating Disorders and Eating Behavior in Girls High School Students Who Majored in Dance. Kook-min University, Seoul.

[7] Brooks-Gunn. J, Warreu. M. P. & Hamilton. L. H. (1987). The Relation of Eating Problems and Amenorrhea in Ballet Dancers. *Medicine and Science in Sports and Exercise, 19(1),* 1-44.

[8] M. J. Kim. (2018). The Influence of Competitive Anxiety on Eating Behavior of High School Girls Major in Dance :Focused on Art High School. Ewha University, Seoul.

[9] M. H. Park. (2006). Dancer's Consciousness and Expression of the Body. Doctoral Dissertation. Daegu University, Daegu.

[10] J. H. Jo. (2019). The Effects of Perfectionism Tendency and Competition Discomfort in the High School Students Majoring in Dancing on Eating Disorder. *The Korean Journal of Physical Education, 58(5).*

[11] B. I. Choi. J. H. Jo. M. Y. Sin. (2002). Body Mass

Index and Eating Behaviors in High School Dancers. *Korea Society for Wellness, 3(2),* 43-52.

[12] M. H. Kim. (1999). Contributing Factors and Preventative Measures of Eating Disorders Among Ballet Dancers. *The Korean Journal of Physical Education, 41(5),* 491-500.

[13] S. Y. Park. (2007). Effects of Eating Disorders and Eating Behavior in Girls High School Students Who Majored in Dance. Kook-min University. Seoul.

[14] Y. J. Jeong. (2020). The Effects of Body Image of High School Students Majoring in Dance on Self-Management and Feeding Attitude. *Official Journal of Korean Society of Dance Science, 37(2),* 33-45.

[15] E. J. Song, & J. J. Kim. (2004). The Effects of Body Image on Dance Performance and Eating Disorder in Dancers. *The Korean Journal of Physical Education, 11,* 779-789.

[16] Garner. D. M, & Garfinkel. P. E. (1980). Socio-Cultural Factors in the Development of Anorexia Nervosa. *Psychological Medicine, 10 (4),* 647-656.

[17] H. O. Jeon. (2014). Relations of Body Perception, Anxiety, Psychological Flexibility and Abnormal EatingAttitudes of College Students. *Korean Society oh Science and Technology, Vol. 15 No.6,* 3679-3682.

[18] B. J. Kim. (2003). The Effects of Psychological Skills Training on Mental Game and Golf Performance. *Korean Society of Sport Psychology, 14(2),* 213-233.

[19] H. W. Han. (2010). The Relationship Among Self-Management, Self-Confidence and Satisfaction of Performance in College Athletes. *Korea Association oh Physical Education and Sport for Girls and Women, 24(3),* 153-166.

[20] H. J. Kim, I. S. Lee, & J. H. Kim. (1996). A Study of the Reliability and Validity of the Korean Version of the Eating Behavior Questionnaire. *Korean Journal of Clinical Psychology, 15.* 141-150.

[21] S. Y. Park. (2007). Effects of Eating Disorders and Eating Behavior in Girls High School Students Who Majored in Dance. Master's the Sis. Kook-min University. Seoul.

[22] Ham. K, Falk. J, & Schwartz. (1981). Binge-Eating and Vomit: A Survey of Acollege Population. *Psychological Medicine, 11,* 697-706.

[23] M. Y. Shin. (1997). Process that Mass-Media Affects Dieting and Eating Disorder of Young Women. Kangwon University. Gangwon.

[24] B. S. Park. (2013). The Effect of Eating Attitude on the Physical Self-Concept and Self-Management Among High School and College Dancers. Master's thesis. Chonnam National University. Gawangju.

[25] S. J. Kim, J. H. Son, & H. S. Ryu. (2008). Eating Disorder Level of Female College Students Majoring Dance According to BMI and Body Self-Image. *The Korean Journal of Growth and Development, 16(3),* 163-172.

[26] B. Y. Kim, G. J. Kim, & J. I. Lee. (2007). Comparison of Eating Behavior Accoding to Majors of Female College Dancers. *Korean Journalof Physical Education, 46(6),* 553-561.

[27] D. M. Garner, P. E. Garfinkel, W. Rockert, & M. P. Olmsted. (1987). A Prospective Study of Eating Disturbances in the Ballet. *Psychotheraphy, Psychosomatics. 48,* 170-175.

[28] J. Yoo, & G. J. Kim. (2001). The Review of Eating Behaviors for Dancers. *The Research Institute of Sports Science, 14,* 75-94.

구 미 나(Mi-Na Ku) 정회원

· 2004년 2월 : 세종대학교 무용학(학사)
· 2007년 2월 : 세종대학교 무용학(석사)
· 2014년 7월 : 세종대학교 무용학(박사수료)
· 2018년 8월 : 우석대학교 무용교육학(석사)
· 2014년 6월 ~ 현재 : 한림예술고등학교 교사
· 관심분야 : 무용교육, 무용심리
· E-Mail : minaku0210@gmail.com

오 은 경(Eun-Kyoung Oh) 정회원

· 2002년 2월 : 중앙대학교 무용학 (학사)
· 2004년 2월 : 중앙대학교 교육대학원 무용교육 (석사)
· 관심분야 : 무용교육
· E-Mail : silvero52@naver.com