

일부 고등학생들의 비만에 대한 인식과 체중조절 경험 및 체형과의 관계

류 호 경* · 윤 진 숙*

밀양산업대학교 식품과학과, 계명대학교 식품영양학과*

Relations of Perception of Obesity and Experiences of Weight Control and Body Image in High School Students

Ho Kyung Ryu,[†] Jin Sook Yoon*

Department of Food Science, Miryang National University, Miryang, Korea
Department of Food Science and Nutrition,* Keimyung University, Taegu, Korea

ABSTRACT

This study was conducted to investigate the relationship among perception of obesity, experience of weight control and satisfaction with body image in adolescence. The subjects were 221 high school students(91 boys, 130 girls), aged 16.7 years living in a rural area. To determine the perception of obesity, knowledge about obesity, beliefs about obese people, and attitudes towards obese people were measured. The results were as follows : There was high correlation between beliefs about obese people and attitudes toward obese people. When the perception of obesity was compared by sex, girls had significantly more accurate knowledge, stronger beliefs that one could control obesity by oneself, and more positive attitudes towards obese people than boys. In general, the obese group had more accurate knowledge, stronger beliefs that obesity couldn't be controlled by oneself, and more positive attitudes towards obese people than non-obese group. No significant relationship was found between weight control experiences and the perception of obesity. We found a positive correlation between knowledge about obesity and the degree of dissatisfaction with body image. The stronger the beliefs that obesity could be controlled by oneself, the higher the eating disturbance score was. It also appeared that BMI was positively correlated with the positive attitude towards obese people. (*Korean J Community Nutrition* 3(2) : 202~209, 1998)

KEY WORDS : knowledge · belief · attitude · obesity · body image · eating disturbance.

서 론

경제성장과 식생활 양식의 변화에 따라 우리나라에

서도 1970년대 이후 비만이 급격히 증가하고 있는 추세이다(강영림 · 백희영 1988 ; 고경숙 · 성낙용 1974 ; 문형남 등 1992 ; 박갑선 · 최영선 1990 ; 이인열 · 이일하 1986 ; 이종호 1990 ; 이주연 · 이일하 1986 ; 최인선 등

[†]Corresponding author : Ho Kyung Ryu, Department of Food Science, Miryang National University, 1025-1, Naei-dong, Miryang-city, Kyungsangnamdo 627-130, Korea
Tel : 0527) 50-5355, Fax : 0527) 355-3186
E-mail : fdrhk@arang.miryang.ac.kr

1995; 하명주 1985). 비만은 각종 퇴행성 질환의 발생에 중요한 요인이 된다는 연구들이 널리 알려짐에 따라 비만에 대한 경각심이 국민 전체에 확산되어 있다. 그러나 그동안 우리는 비만이나 과체중을 신체적, 정신적, 정서적, 도덕적, 외모적 손상으로 취급하므로써 체중감소에 대한 강박관념을 급진적으로 증가시켰기 때문에 수많은 사람들이 체중조절을 위해 상당한 관심과 노력을 기울이고 있다. 한편 그와 같은 비만에 대한 지나친 염려는 부적절하게 체중을 조절함으로써 오히려 저체중을 유발하고 건강을 해치게 되는 결과를 초래하는 경우도 있다. 이러한 문제점을 고려하여 적절한 체격의 기준을 제시하는 것이 반드시 필요하다고 하겠다.

적절한 체격의 기준이 사람에 따라 각기 다르게 나타나듯이 이상체중의 범위에 대한 기준도 역시 개인에 따라 다양하다. 그런데 그 기준이 건강상태에 의하기 보다는 오히려 심리적 요인, 가족관계, 환경적 요인, 체형에 대한 관심, 성별 차이, 성적 발달 시기, 성격적 특성 등과 같은 여러 가지 요인들의 영향에 의해 형성되고 있음이 보고된 바 있다. Attie & Brooks-Gunn(1989)은 체형과 체중에 대한 관심을 증가하는데 있어 사회문화적 영향을 지적하였다. 언제부터인가 서구에서는 날씬함에 대해 자아 조절, 우아함, 사회적 매력, 젊음 등과 같은 의미를 부여해 왔고, 여성의 경우는 더욱 심하였다(Furmhann & Alibhai 1983). 이는 지난 20년간 이상적인 여성의 체형이 관능적인 체형에서 마른체형으로 변화해 왔다는 것과 관련된다(Garner 등 1980). 또한 다이어트 산업과 정보매체의 발달도 여기에 영향을 미치는 중요한 한 요인으로 간주되고 있다. 그 결과 이러한 여러 가지 요인들이 복합적으로 작용하여 각 개인의 체형에 대한 인식 형성에 큰 영향을 미치게 되는 것이다.

특히 사춘기는 새로운 사회관계가 발달하는 시기이고 사회심리적으로도 많은 변화를 겪는 시기이다. 따라서 사춘기의 청소년들에 있어 체형에 대한 관심과 자신들이 원하는 체형을 유지하기 위한 노력은 대단하다. Moses 등(1989)은 많은 여고생들이 체중과 관계없이 비만에 대한 공포를 가지고 있으며, 청소년들 사이에 만연하는 부적절한 식행동과 섭식장애 증상은 날씬함(thinness)에 대한 사회적·문화적 이상이나 영양지식의 부족 혹은 영양에 대한 잘못된 정보가 한 요인일 수 있다고 하였다. Hager(1981)는 스웨덴에서의 그의 연구에서 여학생들의 50%가 식이조절을 시도해 보았는데 이는 대중여성잡지 등에서 병적으로 마른 정도의 체

중수준을 이상화하는 사회의 영향 때문인 것으로 설명하였다. 체형과 친구 관계의 영향을 조사한 연구에 의하면 알맞은 체형은 신체적 매력으로 인지되고 긍정적인 친구관계를 갖게 하며 그 반면에 자신이 비만이라고 인식하는 것은 부적절한 체중감소 행위를 유발하고 체형 불만족, 자부심 저하 등을 일으킨다고 하였다(Pratt 1994). Killen 등(1986)의 연구에 의하면 십대 학생들의 13%가 스스로 구토를 하거나 하체나 이뇨제를 사용하는 등의 배설 행위를 하고 있으며, 이는 성장 및 성적 발달의 지연을 초래한다고 분석하였다.

이와 같은 부적절한 영양행위 결정 요인들을 주의깊게 파악한 기반 위에서 계획된 영양교육의 실시는 왜곡된 인식들을 개선하여 식행동의 변화를 이룰 수 있는 효과적인 방법이 될 수 있다.

전행적인 영양교육은 지식이 증가하면 태도와 행동을 긍정적인 형태로 변화시킨다는 시각에 근거하여 영양과 관련된 정보를 제공하는데 초점을 두어왔다(Kim 1995). 그러나 사회심리학자들에 따르면 행동의 변화는 지식의 변화에 의해서보다는 신념과 태도의 변화에 따라 나타날 수 있다고 한다. Fishbein & Ajzen(1975)은 주어진 대상에 대해 일관되게 호의적이거나 비호의적인 자세로 반응하는데 대한 학습된 경향을 태도라고 보고, 사람이 어떤 대상에 대해 가지고 있는 정보에 대한 암시를 신념이라고 보았으며 한 대상을 어떤 특성에 연결시키는 가능성을 신념이라고 정의하였다. 최근 영양학 연구에서도 영양에 대한 신념 혹은 태도와 영양행위 혹은 식이섭취간의 관계를 알아보기 위한 연구가 다양한 인구집단에서 실시되었다. 그 결과는 일반적으로 신념과 태도는 영양행위와 정의 상관관계를 보여주고 있다.

따라서 이 연구는 효과적인 영양교육을 위한 기초자료를 얻기 위하여 사춘기 청소년들의 식생활 행동의 변화에 영향을 미치는 비만에 관한 지식, 비만 조절 신념, 비만한 사람에 대한 태도 등을 조사하였다. 그리하여 이러한 비만에 대한 인식이 청소년들의 현 체형, 체중 조절 태도, 섭식행동, 체형에 대한 불만족도 등과 과연 어떠한 상관관계를 가지는가를 살펴보고자 하였다.

조사대상 및 방법

1. 조사대상 및 시기

밀양 시내에 소재하는 5개 고등학교를 대상으로 각

학교별로 2학년에서 한 학급씩을 임의로 선정하여 남학생 91명, 여학생 130명에 대해 1996년 5월 중에 조사를 실시하였다.

2. 설문지 구성

질문지의 내용은 조사 대상자들의 일반 상황 및 체위 조사, 체형에 대한 관심과 체중조절 태도, 섭식 장애와 관련된 증상의 빈도, 체형에 대한 인식 등과 비만에 관한 지식, 비만한 사람에 대한 신념과 태도에 관한 것들을 조사하도록 구성하였다.

체형에 대한 인식은 본 연구자가 개발한 체형의 그림을 이용하여 조사하였다. 이 그림은 공업진흥청에서 발간한 「국민 표준 체위 조사 보고서」(1992)의 한국인 평균체위를 기준으로 하여 기본체형을 만들고, Stunkard 등(1981)의 그림을 참고하여 가장 마른 체형으로부터 가장 뚱뚱한 체형에 이르기까지 9단계로 체형을 분류하였다(류호경 1997). 체형에 대한 인식의 측정은 조사 대상자들에게 앞에 설명한 체형의 그림을 보여주고 현재 자신의 체형과 가장 흡사하다고 생각하는 체형(current figure)과 자신이 가장 이상적이라고 생각하는 체형(ideal figure)을 선택하게 하였다. 또한 이상적이라고 생각하는 체형과 현재 자신의 체형과의 차이를 체

형에 대한 불만족도로 나타내었다.

비만에 대한 인식으로는 비만에 관한 지식, 비만한 사람에 대한 신념, 비만한 사람에 대한 태도 등을 조사하였다. 비만에 관한 지식의 측정은 Price 등(1985)이 개발한 Obesity Knowledge Quiz(OKQ)의 내용을 우리 실정에 맞는 용어를 사용하여 이해하기 쉽도록 구성한 12개의 문항을 이용하였다(Table 1). 각 문항의 내용이 맞다고 생각하면 ○표, 틀린다고 생각하면 ×표를 하도록 한 후 맞게 답한 것에 1점을 부과하여 값을 산출하였다. 비만한 사람에 대한 신념과 태도의 조사를 위해서는 Allison 등(1991)이 개발한 Beliefs About Obese Persons Scale(BAOP)과 Attitudes Toward Obese Persons Scale(ATOP)의 문항을 참고하였다. BAOP는 8개의 문항으로, ATOP는 20개의 문항으로 구성되었으며(Table 2, 3), 6단계 Likert-type scale 즉 '매우 그렇다고 생각한다', '그렇다고 생각한다', '조금 그렇다고 생각한다', '조금 그렇지 않다고 생각한다', '그렇지 않다고 생각한다', '결코 그렇지 않다고 생각한다' 중에서 선택하여 답하게 하였다. 비만한 사람에 대한 신념은 비만이 개인의 노력에 의해 조절할 수 있는가에 대한 신념의 정도를 의미한다. 즉 신념의 점수(BAOP)가 높다는 것은 비만은 개인의 노력에 의해

Table 1. Obesity knowledge quiz(OKQ)

Item
1. People who are overweight tend to eat more than people of average weight
2. People from higher social classes are less likely to be overweight than people of lower social status
3. Dieting over long period of time causes a measurable decrease in the number of fat cells
4. Most obese people suffer from a hormone problem that causes them to be obese
5. People who are slightly overweight tend to live shorter lives
6. In America, people have negative attitudes towards obese children and obese adults
7. Excess body weight can be reduced through regular(20-33 minutes/3 times a week) aerobic exercise
8. Obese people are at greater risk of developing heart disease
9. Obese people are at greater risk of developing some forms of cancer
10. If a person eats more calories per day than he burns he will gain weight
11. Obesity is more common in men than in women
12. Most people who are obese inherit the problem(genetic) from their parents.

Table 2. Beliefs about obese people(BAOP)

Item
1. ____ Obesity often occurs when eating is used as a form of compensation for lack of love or attention.
2. ____ In many cases, obesity is the result of a biological disorder.
3. ____ Obesity is usually caused by overeating.
4. ____ Most obese people cause their problem by not getting enough exercise.
5. ____ Most obese people eat more than nonobese people.
6. ____ The majority of obese people have poor eating habits which lead to their obesity.
7. ____ Obesity is rarely caused by a lack of will power.
8. ____ People can be addicted to food, just as others are addicted to drugs, and these people usually become obese.

조절할 수 없다는 신념이 강하다는 것을 의미한다. 비만한 사람에 대한 태도(ATOP)의 점수가 높다는 것은 비만에 대해 상대적으로 긍정적인 태도를 가지고 있음을 의미한다.

3. 통계처리

조사 결과는 각 조사항목에 따라 평균값과 표준편차를 구하고, 각 변인간의 통계수치의 유의성은 t-test, ANOVA test 등으로 검증하였으며, 각 변인간의 상관관계는 Pearson's correlation coefficient를 구하였다. 통계처리는 SAS program을 이용하였다.

결과 및 고찰

1. 조사대상자의 일반상황 및 체위

조사대상자들의 평균 연령은 16.7세(SD=0.50)이었고, 이들의 가정 및 생활 환경 실태는 선행연구(류호경 1997)에 보고한 바와 같다. 조사 대상자의 신장과 체중은 남·녀 각각 평균 171.5cm, 60.3kg과 159.3cm,

52.3kg이었고, BMI의 평균은 남·녀 각각 20.5와 20.6이었다. 이들의 BMI값을 일정 범위로 나누어 분류한 결과에 의하면 본 조사의 대상자들은 대부분 저체중(25.3%)이거나 정상체중(67.0%)이었고, 과체중은 5.4%, 비만은 2.3%에 불과하였다(류호경 1997).

2. 체형에 관한 관심과 식행동

체중조절의 경험여부에 관해 질문했을때 42.5%가 경험이 있는 것으로 응답하였고 특히 여학생의 경우에는 56.2%가 경험이 있는 것으로 나타났다. 체중조절의 이유는 주로 체중을 줄이기 위한 것으로 나타났는데 조사대상자들의 체위가 BMI에 의해 평가했을 때 대부분이 정상 내지는 저체중이었음을 관련지어 생각해 본다면 불필요한 체중조절을 했거나 하고 있음을 알 수 있다.

한편 조사대상자들의 체형에 대한 관심의 정도와 섭식장애 관련 증상의 빈도를 분석한 결과에 의하면 여학생들이 남학생들에 비해 체형에 관한 관심도 유의적으로 높았고, 섭식장애와 관련된 행동의 빈도도 유의적으로 높았다. 또한 체형에 대한 관심의 정도와 섭식장애

Table 3. Attitudes toward obese people(ATOP)

Item
1. ___ Obese people are as happy as nonobese people.
2. ___ Most obese people feel that they are not as good as other people.
3. ___ Most obese people are more self-conscious than other people.
4. ___ Obese workers cannot be as successful as other workers.
5. ___ Most nonobese people would not want to marry anyone who is obese.
6. ___ Severely obese people are usually untidy.
7. ___ Obese people are usually sociable.
8. ___ Most obese people are not dissatisfied with themselves.
9. ___ Obese people are just as self-confident as other people.
10. ___ Most people feel uncomfortable when they associate with obese people.
11. ___ Obese people are often less aggressive than nonobese people.
12. ___ Most obese people have different personalities than nonobese people.
13. ___ Very few obese people are ashamed of their weight.
14. ___ Most obese people resent normal weight people.
15. ___ Obese people are more emotional than other people.
16. ___ Obese people should not expect to lead normal lives.
17. ___ Obese people are just as healthy as nonobese people.
18. ___ Obese people are just as sexually attractive as nonobese people.
19. ___ Obese people tend to have family problems.
20. ___ One of the worst things that could happen to a person would be for him to become obese.

Table 4. Perceptions of body-figure ratings by sex (mean ± SD)

	Male	Female	Pr> T
Current figure ^{a)}	4.10 ± 1.44	4.32 ± 1.43	0.2711
Ideal figure ^{b)}	3.86 ± 0.74	3.09 ± 0.73	0.0001
Dissatisfaction of body image ^{c)}	0.29 ± 1.46	1.22 ± 1.39	0.0001

1) self perceived current figure 2) self perceived ideal figure 3) ideal figure - current figure

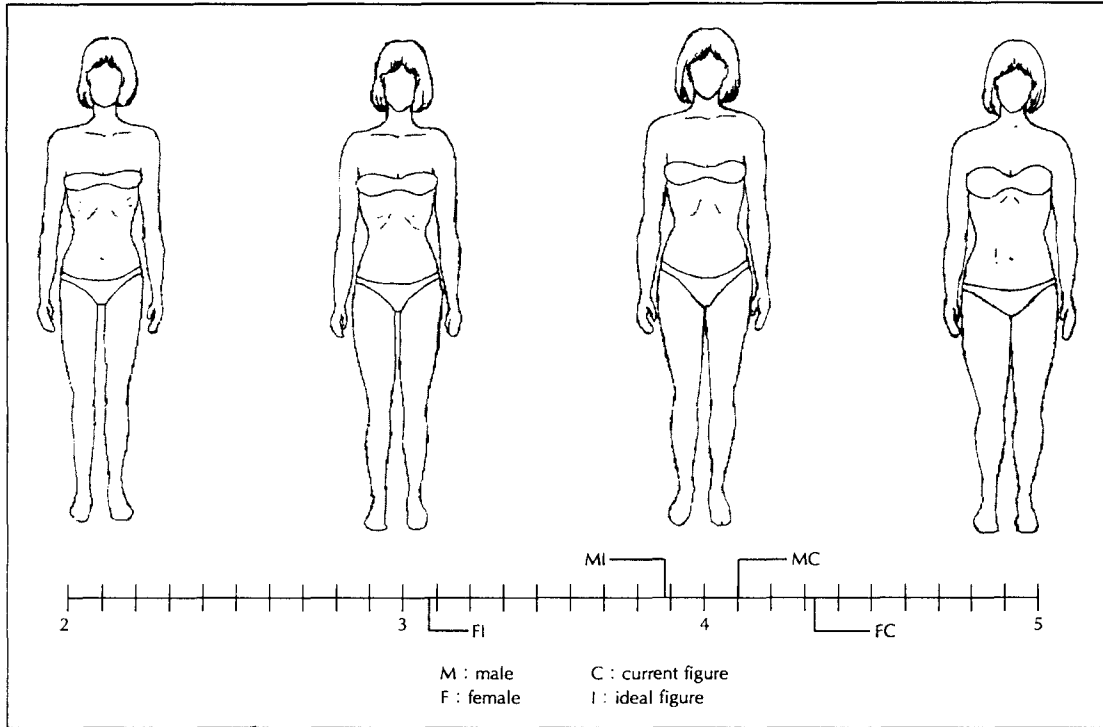


Fig. 1. Perception of body-figure ratings.

관련 증상간에는 매우 높은 상관성이 있는 것으로 나타났다(류호경 1997).

3. 체형에 대한 불만족도

체형에 대한 인식을 측정한 결과는 Table 4와 Fig. 1에 나타난 바와 같다. 여학생들이 남학생들에 비해 자신의 현재 체형에 대해 훨씬 불만족하는 것으로 나타났는데 이것은 선행연구들(Fallon & Rozin 1985; Git-telsohn 등 1996; Klesges 1983; Thompson & Psaltis 1988; Thompson & Thompson 1986)과 일치하는 경향이였다. 이러한 체형에 대한 불만족은 여성의 경우 체중조절에 대한 관심이 주로 날씬함을 매우 중요하게 여기는 신념과 결부되어 있기 때문인 것으로 설명할 수 있다(Rozin & Fallon 1988).

4. 비만에 대한 인식

많은 연구들에 의하면 현대사회에서 비만한 사람은 어느 정도의 사회적 비난을 받고 있다고 한다. 비만한 아동들은 종종 '게으르고', '어리석고', '지저분하고', '미성숙한' 것으로 묘사되는데 이것은 비만에 대한 사회적 인식의 한 부분을 나타내는 것이기도 하다. 이는 비만을 의학적 문제로서 뿐 아니라 비만에 대한 태도도 함

Table 5. Correlations of OKQ, BAOP and ATOP

	OKQ ¹⁾	BAOP ²⁾	ATOP ³⁾
OKQ	1.00000	0.05844	0.05644
BAOP		1.00000	0.29348***
ATOP			1.00000

***p<0.001

1) OKQ(Obesity Knowledge Quiz)

2) BAOP(Beliefs About Obese People)

3) ATOP(Attitudes Toward Obese People)

께 연구해야 하는 이유라 하겠다(Yuker 등 1995).

본 연구에서 비만에 대한 인식을 알아보기 위해 측정 한 비만에 대한 지식, 신념, 태도 간의 상관성을 분석한 결과는 Table 5와 같다. 지식과 신념, 지식과 태도와는 상관성이 없는 것으로 나타났으나 신념과 태도 간에는 매우 높은 상관성을 나타내었다. 이는 비만의 조절능력에 대한 신념은 비만한 사람에 대한 태도에 강한 영향을 미칠 수 있다고 한 보고(Worsley 1981)나, 비만한 사람에 대한 신념과 태도와는 높은 상관성이 있으며, 비만이 개인의 조절의 범위를 넘어선다는 신념을 가진 사람은 비만이 비만한 사람에 의해 조절될 수 있다고 믿는 사람에 비해 비만한 사람에 대해 좀 더 긍정적인 태도를 보이는 경향이 있다는 Allison 등(1991)의 결과와

Table 6. Scores on the OKQ, ATOP and BAOP by sex

Sex	OKQ		BAOP		ATOP	
	(mean±SD, range)		(mean±SD, range)		(mean±SD, range)	
Male(91)	5.89±1.56	3 - 10	19.63±6.81	7 - 36	66.45±10.83	40 - 103
Female(130)	6.38±1.41	3 - 10	18.02±6.05	6 - 37	69.40±12.76	43 - 100
p> T	0.0146		0.0720		0.0657	

Table 7. Scores on the OKQ, BAOP and ATOP by BMI(mean±SD)

BMI		OKQ	BAOP	ATOP
≤19	(n= 56)	6.25±1.12	19.11±6.80	64.96±10.58
19< ≤24	(n=148)	6.08±1.59	18.44±6.07	69.18±11.96
24< ≤27	(n= 12)	6.83±1.19	17.58±5.16	67.75±14.76
27<	(n= 5)	6.80±1.10	23.60±12.58	75.80±18.87
F		1.37	1.26	2.38
Pr>F		0.2539	0.2907	0.0705

Table 8. Score on the OKQ, BAOP and ATOP by weight control experience(mean±SD)

		OKQ	BAOP	ATOP
Have attempted	(n=94)	6.39±1.47	17.87±5.71	68.83±12.18
Have not attempted	(n=127)	6.02±1.45	19.28±6.85	67.71±12.00
p> T		0.0635	0.1079	0.4958

Table 9. Correlations of the OKQ, BAOP and the ATOP with other variables

	OKQ	BAOP	ATOP
BMI	0.12219	0.02576	0.14815*
Eating disturbance	0.10345	-0.19200**	0.01105
Subjective perceptions of body image	0.08852	-0.04741	0.06770
Dissatisfaction of body image	0.15972*	-0.01376	0.04532

**p<0.01

*p<0.05

일치한다.

본 연구의 대상자들의 비만에 대한 지식(OKQ), 비만한 사람에 대한 신념(BAOP)과 태도(ATOP)에 대한 조사결과는 Table 6와 같다. 각 점수들의 범위가 매우 크게 나타나서 비만에 대한 인식은 개인차가 크다는 것을 알 수 있다.

또한 비만 관련 연구자들의 관심사 중의 하나는 성차에 관한 것이다. 성적으로 성숙되면 여성들은 체지방 형태로 평균 11%의 체중이 증가하여 남성에 비해 더 많은 체지방을 가지게 되므로 비만의 발생이 더 쉽다는 것은 이미 잘 알려졌음에도 불구하고 여성은 남성보다 비만을 더 심각한 결점으로 받아들이고 있는 것이 현실이다. 특히 사춘기 동안에 체지방이 증가하는 것은 오히려 마르고 싶은 욕구를 유발한다고 한다(Attie & Brooks-Gunn 1989).

비만에 대한 지식 점수는 여학생이 남학생에 비해 유의하게 높게 나타나서 여학생이 비만에 대해 남학생보

다 상대적으로 더 바른 지식을 가지고 있는 것으로 나타났다. 그러나 비만이 자신의 노력에 따라 조절 가능하다는 신념이나 비만한 사람에 대한 태도에 있어서는 남녀간에 차이가 없었다. 점수만으로 비교해 볼 때 여학생의 신념점수가 남학생보다 낮게 나타나서 자신의 노력에 따라 비만이 조절가능하다는 신념을 더 강하게 가지고 있는 것으로 나타났다. 남학생에 비해 여학생이 체중조절 시도를 더 많이 했다는 것과 관련하여 볼 때 재미있는 결과이다. 또한 여학생이 비만한 사람에 대해 남학생보다 상대적으로 더 긍정적인 것으로 나타났는데 이것은 남성이 여성보다 더 긍정적인 태도를 가지고 있다는 Allison 등(1991)의 결과와는 차이가 있으나 통계적으로 유의한 것은 아니므로 대상자를 확대하여 연구해 보아야 하리라고 본다.

5. 비만에 대한 인식과 체요인과의 관계

Table 7과 같이 BMI를 기준으로 체형군을 분류하여

비교했을때 OKQ, BAOP, ATOP의 값은 통계적으로 유의한 차이가 없었다. 그러나 비만군이 상대적으로 비만에 대해 정확한 지식을 가지고 있는 것으로 나타났고, 비만은 개인의 노력으로 조절할 수 있는 것이 아니라는 신념을 더 강하게 가지고 있으며, 비만한 사람에 대해 긍정적인 것으로 나타났다. Allison 등(1991)은 상대적으로 자신이 말랐다고 인식하는 사람이 자신이 상대적으로 뚱뚱하다고 생각하는 사람보다 비만한 사람에 대해서 긍정적 태도를 가지고 있는 경향이 있다고 보고하여 본 연구와는 차이가 있었다.

체중조절의 경험 유무는 비만에 대한 지식, 신념, 태도에 있어 차이가 없는 것으로 나타났다(Table 8).

여학생들 사이에 만연되어 있는 신체에 대한 불만족은 섭식관련 문제에 크게 영향을 미칠 것이라는 보고가 있다. 본 연구에서는 현 체형, 섭식장애 관련증상, 체형에 대한 인식, 체형에 대한 불만족도 등이 비만에 대한 인식과 어떤 관계를 가지는가를 분석하여 보았다.

Table 9에 의하면 비만에 대한 지식과 체형에 대한 불만족도는 정의 상관관계가 있는 것으로 나타났다. 즉 비만에 대한 지식이 많거나 정확할수록 체형에 대한 불만족도가 높은 것으로 해석된다. 비만한 사람에 대한 신념과 섭식장애 관련 증상과는 높은 부의 상관관계를 나타내었다. 이는 비만이 개인의 노력으로 조절 가능하다는 신념이 강할수록 노력하여 체중을 조절하려는 의도가 많아 그 결과 섭식장애 관련 증상의 빈도가 높은 것으로 설명된다. 이는 어떠한 행동을 하는데 있어 지식보다는 그에 관한 자신의 신념이 더 크게 작용함을 나타내는 것이라 하겠다. 또한 BMI와 비만한 사람에 대한 태도는 정의 상관관계를 나타내어 뚱뚱할수록 비만한 사람에 대해 긍정적인 태도를 보이는 것으로 나타났다.

요약 및 결론

본 조사는 농촌 근교의 소도시에 거주하는 청소년들을 대상으로 비만에 대한 지식, 신념, 태도 등의 인식이 체중조절 태도나 체형에 대한 만족도와 어떠한 관계를 가지는가를 살펴보기 위해 수행되었다. 밀양시에 거주하는 고교 2학년에 재학중인 남녀 각각 91명, 130명을 대상으로 조사한 결과는 다음과 같다.

비만에 대한 지식과 신념, 지식과 태도 간에는 상관관계가 없었으나 신념과 태도 간에는 높은 상관관계를 나타내었으며 비만에 대한 인식은 개인차가 크다는 것을 알 수

있었다.

남녀별로 비만의 인식에 대해 비교했을때 여학생이 남학생보다 유의적으로 높은 지식 수준을 가지고 있었다. 유의적이지는 않으나 여학생이 남학생에 비해 비만이 자신의 노력에 따라 조절가능하다는 신념을 더 강하게 가지고 있었고 비만한 사람에 대해 좀 더 긍정적인 것으로 나타났다. 또한 비만군이 상대적으로 비만에 대해 좀 더 정확한 지식을 가지고 있었으며, 비만은 개인의 노력으로 조절할 수 있는 것이 아니라는 신념을 가지고 있었고, 비만한 사람에 대해서 긍정적인 태도를 가지고 있는 것으로 나타났다. 체중조절의 경험 유무는 비만에 대한 인식과는 무관하였다.

비만에 대한 지식과 체형에 대한 불만족도는 정의 상관관계가 있는 것으로 나타났으며, 비만한 사람에 대한 신념점수와 섭식장애 관련 증상과는 높은 부의 상관관계를 보여 비만이 자신의 노력으로 조절가능하다는 신념이 강할수록 섭식장애 관련 증상의 빈도가 높은 것으로 나타났다. 현 체형과 비만한 사람에 대한 태도 간에는 정의 상관관계를 나타내어 뚱뚱할수록 비만한 사람에 대해 긍정적인 태도를 보이는 것으로 나타났다.

이상과 같은 결과를 보면 바람직한 식행동의 변화를 위해서는 올바른 영양지식 뿐 아니라 그와 관련된 신념과 태도 형성을 바르게 하기 위한 구체적인 교육이 필요할 것으로 생각된다. 특히 청소년 집단에 만연하고 있는 바람직한 체형에 대한 그릇된 인식을 건강관리 차원에서 올바르게 수정하기 위해서는 체형에 대한 인식에 영향을 미치는 여러 가지 요인들에 대한 정확한 진단과 교정이 필요한 것으로 보인다. 따라서 청소년들을 대상으로 하는 영양교육은 자기 자신의 체형을 긍정적으로 수용하고 비만에 대한 지나친 공포와 체형에 대한 왜곡된 인식으로부터 해방되도록 주력함으로써 적절한 체격과 건강한 신체를 유지할 수 있는 방향으로 계획되고 실천되어야 할 것이다.

참고문헌

- 강영림 · 백희영(1988) : 서울 시내 사립국민학교 아동의 비만 요인에 관한 분석. *한국영양학회지* 21(5) : 283-294
- 고경숙 · 성낙용(1974) : 서울시내 일부 국민학교 아동의 비만증에 대한 고찰. *공중보건잡지* 11 : 163-168
- 류호경(1997) : 청소년들의 체형에 대한 관심과 인식에 대한 연구 - 밀양시를 중심으로 -. *지역사회영양학회지* 2(2) : 197-205

- 문형남 · 홍수종 · 서성제(1992) : 서울지역의 학동기 소아 및 청소년의 비만증 이환율 조사. *한국영양학회지* 25(5) : 413-418
- 박갑선 · 최영선(1990) : 대구시내 아파트 거주 주부들의 비만 실태와 비만 요인에 관한 연구. *한국영양학회지* 23(3) : 170-178
- 이인열 · 이일하(1986) : 서울시내 사춘기 여학생의 비만실태와 식이섭취양상 및 일반환경 요인과 비만과의 관계. *한국영양학회지* 19(1) : 41-51
- 이종호(1990) : 비만증의 치료. *한국영양학회지* 23(5) : 347-350
- 이주연 · 이일하(1986) : 서울 지역 10세 아동의 비만 이환 실태조사. *한국영양학회지* 19 : 409-419
- 최인선 · 황혜선 · 오승호(1995) : 정규적 운동을 하는 성인 남성의 비만도 및 지방급원 식품에 대한 의식조사. *한국영양학회지* 24(4) : 550-555
- 하명주(1985) : 대구시 비만아동의 비만요인에 관련된 사회조사연구. *대한보건협회지* 11(2) : 29-52
- 한국표준과학연구원(1992) : 국민표준체위조사보고서. 공업진흥청 : 64-67
- Allison DB, Vincent CB, Yunker HE(1991) : The measurement of attitudes toward and beliefs about obese persons. *Int J Eating Disorders* 10(5) : 599-607
- Attie I, Brooks-Gunn J(1989) : Development of eating problems in adolescent girls : A longitudinal study. *Dev Psychol* 25(1) : 70-79
- Fallon AE, Rozin P(1985) : Sex differences in perceptions of desirable body shape. *J Abnorm Psychol* 94(1) : 102-105
- Fishbein M, Ajzen I(1975) : Belief, attitude, intention and behavior, an introduction to theory and research. Reading, MA : Addison-Wesley Publishing Company, Inc
- Furmham A, Alibhai N(1983) : Cross-cultural differences in the perception of female body shapes. *Psychol Med* 13 : 829-837
- Garner DM, Garfinkel PE, Schwartz D, Thompson M(1980) : Cultural expectations of thinness in women. *Psychol Rep* 47 : 483-491
- Gittelsohn J, Harris SB, Thorne-Lyman AL, Hanley AJC, Barrie A, Zinman B(1996) : Body image concepts differ by age and sex in an ojibway-cree community in Canada. *J Nutr* 126 : 2990-3000
- Hager A(1981) : Nutritional problems in adolescence-obesity. *Nutr Rev* 39(2) : 89-95
- Killen JD, Taylor B, Telch MJ(1986) : Self-induced vomiting and laxative and diuretic use among teenagers : Precursors of the Binge-Purge syndrome? *JAMA* 255 : 1447-1449
- Kim KW(1995) : Cognitive factors associated with the intention and actual consumption of milk among pregnant women, Ph.D. Thesis, University of South Carolina
- Klesges RC(1983) : An analysis of body image distortions in a nonpatient populations. *Int J Eating Disorders* 2 : 35-41
- Moses N, Mansour-Max B, Fima L(1989) : Fear of obesity among adolescent girls. *Pediatrics* 83(3) : 393-398
- Pratt CA(1994) : Adolescent obesity : A call for multivariate longitudinal research on African-American youth. *J Nutr Educ* 26(2) : 107-109
- Price JH, O'Connell JK, Kukulka G(1985) : Development of a short obesity knowledge scale using four different response formats. *J Sch Health* 55(9) : 382-384
- 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. *J Abnorm Psychol* 97(3) : 342-345
- Stunkard AJ, Sorensen T, Schulsinger F(1981) : Use of the Danish adoption register for the study of obesity and thinness. In : Genetics of neurological and psychiatric disorders, pp115-120, Raven Press, New York
- Thompson JK, Psaltis K(1988) : Multiple aspects and correlates of body figure ratings : A replication and extension of Fallon and Rozin(1985). *Int J Eating Disorders* 7(6) : 813
- Thompson JK, Thompson CM(1986) : Body size distortion and self-esteem in asymptomatic, normal weight males and females. *Int J Eating Disorders* 5 : 1061-1068
- Worsley A(1981) : Teenager's perceptions of fat and slim people. *Int J Obes* 5 : 15-24
- Yunker HE, Allison DB, Faith MS(1995) : Methods for measuring attitudes and beliefs about obese people. In : Allison DB ed. Handbook of assessment methods for eating behaviors and weight-related problems, pp81-118, Sage Publications, Inc