

남·여 고등학생의 다이어트 행동에 미치는 요인에 대한 연구

The Effect of Adolescent Body-Related Variables, Self-Esteem on Eating Disorder Behavior

전종국 · 이미옥*

카운피아 상담문화연구소 · 영남대학교 환경보건대학원

Chun, Chong Gouk · Lee, Mi-Ok

Counpia Counseling Institute · Yeungnam University

Abstract

The purpose of this study was to investigate the variables which had effects on diet behavior of male and female high school students. The proposed variables are their body-related variables(body satisfaction, weight control experience, the degree of diet interest, and obesity) and self-esteem. The sample group used for the study consisted of 359 high school students(male=168, female=191). Measurement scales used for the study were those of body-related variables, self esteem and eating disorder behavior, and data analysis was performed using χ^2 , t-test, Pearson's correlation, regression analysis. The results are as follows. First, there is a significant difference between male and female high school students regarding their obesity perceived by themselves, body satisfaction, the degree of diet interest, weight control experience, and diet behavior. Second, In male students, diet behavior shows a positive correlation with the degree of diet interest, weight control experience, and body satisfaction, but shows a negative correlation with body satisfaction. In female students, diet behavior is positively correlated with the degree of diet interest, weight control experience, and obesity, but negatively correlated with body satisfaction and self-esteem. Third, in male students, the variables that showed a influence on diet behavior as an eating disorder are weight control experience, body satisfaction and obesity, in that the explanatory power of the variables is 51.7% with the highest mark on obesity. In female, the variables that showed a influence on diet behavior as an eating disorder are the degree of diet interest, weight control experience, body satisfaction and obesity, in that the explanatory power of the variables is 66.0%.

Key Words : diet behavior, body-related variable, self-esteem, satisfaction of body, eating disorder

I. 서론

우리나라는 1970년대 산업화 사회를 맞이하면서 경제 수준의 향상이 생활수준의 향상을 초래하여 삶의 방법에 상당한 변화를 가져왔다. 특히 식품공업의 발달, 광고, 마켓팅의 영향으로 식생활 면에서 급격한 변화를 가져오게 되었으며 충분한 영양섭취가 식생활 공간에 유입되면서 아동이나 청소년들의 체위 향상에 긍정적인 변화를 야기 시켰다. 그러나 영양의 과잉섭취, 운동의 부족 등으로 인해 신체 활동의 제한이 체력의 저하 또는 비만을 초래하는 부정적인 영향을 미치고도 있다.

비만으로 국가적 문제를 가지고 있는 미국의 경우, 과거 30년 동안 비만은 성인과 아동에게서 급속한 증가를 보여, 1976~1980년과 2003~2004년 사이에 20~27세가 15%에서 32.9%로 증가하였고, 2~5세는 5.0%에서 13.9%, 6~11세는 6.5%에서 18.8%, 그리고 12~19세는 5.0%에서 17.4%로 증가하였다(National Center for Chronic Disease Prevention and Health Promotion, 2007). 이 조사에 의하면, 비만인 사람들은 심장병, 고혈압, 당뇨, 관절염, 암 발생률이 높으며, 2000년 미국에서 비만으로 인한 손실 비용은 1천 1백 7십억 달러로 추정하고 있다.

비만으로부터 벗어나기 위해 다양한 활동을 하고 있지만, 다이어트는 비만을 방지하기 위해 사용하는 가장 빈

* Corresponding author: Lee, Mi-Ok, Yeungnam University
Tel: 053) 611-2152 , Fax: 053) 655-2192
E-mail: pspring@ynu.ac.kr

번한 방법이다. 미국의 경우에는 20.6%의 성인들이 다이어트를 시행하고 있고, 여자의 경우 25%가 다이어트 경험에 있는 것으로 나타났다(Rand & Kuldau, 1991). 그러나 다이어트는 비만인 대상으로만 이루어지는 것이 아니라 정상체중인 사람의 상당수가 다이어트를 실행하고 있는 실정이다. 우리나라의 경우도 많은 경우 다이어트에 대한 경험을 보고 하고 있다. 이임순(1997)의 연구에 의하면 우리나라 여대생의 69.1%가 과거 다이어트를 시행한 경험이 있으며 현재 5.3%가 다이어트를 시행중이라고 보고하였다. 이는 다이어트를 하는 것이 실제 체중에 의한 다기보다는 자신의 체중에 대한 주관적인 평가와 더 연관된 것이라고 할 수 있다.

지나친 다이어트는 외모지상주의를 반영하는 하나의 사회 현상으로 날씬한 몸을 동경하는 젊은 여성들이 자신들의 신체에 대해 불만족스러워하며, 더욱 날씬하고 멋진 몸을 만들기 위해 다이어트를 하고, 심지어는 몸의 모양을 바꾸기 위해 성형수술도 행할 수 있는데, 이러한 경향은 마른 몸매를 강조하는 TV나 잡지 등 대중매체에 의해 영향을 받는다(최윤정, 2005).

최근 전 국민을 대상으로 식생활 변화를 조사한 「국민영양조사」 결과에 의하면 과체중과 비만의 비율은 감소하는 반면 저체중의 비율이 증가하는 경향을 나타내고 있으며 여대생과 여고생을 대상으로 실시한 저체중의 발생률을 보면 지역이나 조사대상, 저체중의 판정기준에 따라 다소 차이는 있지만 20-60%에 이르고 있는 것으로 나타나 지나친 다이어트의 문제성이 나타나고 있다고 볼 수 있다(류호경, 1997).

다이어트에 대한 개념 정의는 연구자에 따라 다소 차이가 있지만, French 외(1995)는 체중감소를 위하여 자신의 식습관을 변화시키는 것으로 정의하였고, Emmons(1992)는 다이어트는 체중감소를 목적으로 운동을 하거나 또는 하지 않으면서 칼로리 섭취를 의도적으로 감소시키는 행동으로 정의하였다. 다이어트가 과체중의 사람들이나 건강유지를 위해 필요한 요소이긴 하지만 지나친 다이어트는 신체조성(body composition), BMR, 장기간의 체중유지 등에 나쁜 영향을 줄 수 있기 때문에 바람직한 식 행동으로는 볼 수 없으며 때로 이러한 지나친 다이어트가 섭식장애를 초래하기도 한다. 특히나 최근 대중매체 프로그램이나 광고는 마르고 날씬함을 강조하는 대중매체 미디어 캐릭터가 범람하고 있으며, 이는 젊은 여성들의 미의식과 자신의 신체에 대한 이미지를 형성하는데 영향을 미치고 있으며, 특히 자존감이 낮은 경우 이러한 대중 매체의 영향으로 인한 자신의 신체에 대한 불만족이 과체중 감소로 이루어지는 결과를 보고하고 있다(한미정, 1999; 최윤정, 2005). 발달단계 중 특히 여성의 경우 사춘기 동안 지방축척이 나

타나며 이 시기의 다이어트로 식품섭취의 제한이나 지나친 운동, 발작적인 과식이나 거식증이나 폭식증을 행동을 유발하기도 한다. 여성이 남성보다 더 흔하게 섭식장애와 다이어트 행동을 보이고 있다고 하였다(Anderson, 1993).

다이어트는 청소년이나 대학생 등 젊은 층에서 더 보편화 되어 있고, 무리한 감량이나 하제 사용 등 부적절한 방법도 사용하고 있는 것으로 보고되었다. 이러한 현상은 체중조절에 대한 관심이 매우 높아졌음을 반영하는 것으로 다이어트는 이제 체중이 비만인 경우 뿐만 아니라 저체중인 사람에 까지도 다이어트를 실시하고 있다. 특히 저체중인 여대생의 60.5%가 다이어트를 경험하였고 실제 정상체중이나 저 체중이라 하여도 많은 여대생들이 다이어트를 경험하는 것으로 보고 되었다(노성윤, 1996; 박우미, 1993; 박혜순, 이현옥, 송선자, 1997). 이러한 무리한 다이어트는 체중증가와 감소의 반복적인 악순환으로 인한 빈혈, 기초 대사량의 감소, 월경불순, 골다공증, 의욕상실, 식사에 대한 혐오감 뿐 아니라 우울과 같은 신체적, 심리적인 문제를 수반하게 된다(조성일, 송윤미, 김철환, 서홍관, 죄지호, 신보문, 1994; Herzog & Copeland, 1985). 이와 같이 청소년기에 섭식문제로 인한 어려움이 신체적, 심리적, 사회적 발달을 저해하는 요소가 될 수 있으므로 섭식장애를 야기하는 원인과 기제를 탐색하기 위한 연구가 필요하다.

본 연구에서는 이러한 사회적 미의 기준에 대한 영향을 많이 받으면서 발달단계적으로 중요한 시기인 청소년을 대상으로 이들의 다이어트 행동에 대한 연구를 실시하고자 한다. 청소년기는 사춘기의 변화로 시작하여 사춘기의 변화는 신체적, 심리적으로 아동기에서 성인기로 이행하는 시기로 급격한 변화를 겪게 된다. 신체적으로는 이차 성징의 출현과 급성장이라는 현상의 두 가지 변화를 겪게 되며, 심리적으로는 신체변화에 대한 적응과 부모로부터의 심리적 독립을 경험하게 된다(안동철, 1996). 최근 청소년의 고민거리에 대한 조사 연구에 의하면 신체적 비만이 가장 중요한 고민거리로 나타나고 있어(정근백, 임동규, 이영주, 이석기, 윤승육, 1995), 청소년기의 날씬한 체격 및 체형에 대한 동경과 맹목적인 미의 추구를 위한 지나친 소식, 빈번한 결식, 불규칙한 식사와 불충분한 영양소 섭취로 인해 양적, 질적으로 불균형한 영양 상태를 초래하는 사례가 나오고 있다(오숙현, 1994; 박정원, 박효미, 하나선, 2004). 자신의 외모 특히 체형에 대한 관심이 많고 자신의 신체발달에 대해 남의 이목을 의식하여 부끄러워하며 날씬한 것을 선호하는 사회인식으로 상처받기 쉬우므로 부정적인 신체상을 가지게 될 위험이 가장 큰 시기이다(정승교, 1997). 여성들은 사춘기에 이르러 신체의 변화와 함께 외모에 대한 관심이 현저하게 증가하게 되면

서 남성보다 외모에 더 많은 관심을 가지게 되며 스스로를 덜 매력적이라고 느끼는 경향이 있어 신체에 대한 불만족이 더 심해진다. 신체에 대한 불만족은 다이어트 행위를 하도록 자극하는 요인이 되며 무분별하고 지나친 다이어트나 신체에 대한 불만족은 섭식장애로 발전할 가능성이 많다. 즉 지나친 다이어트 후 음식에 대한 욕구를 감당할 수 없어 짧은 시간 안에 많은 음식물을 섭취하는 폭식행동을 하게 되고 다시 원래 체중을 유지하기 위해 구토나 하재를 남용함으로써 거식증이나 폭식증과 같은 섭식장애로 발전한다는 것이다.

이러한 다이어트 행동에 대한 연구는 주로 여성을 대상으로 실시하였으며(김규민, 2000; 김미정, 1999; 김은정, 2004; 박선주, 2000; 박희숙, 1998; 양경옥, 2004; 오수일·윤승호, 1998; 이임순, 1999; 이상선, 1993; 이성효, 1997; 한미정, 2000), 남녀 고등학생을 대상으로 실시한 연구(서지은, 2000; 원혜숙 외, 2000)는 거의 부족하다. 최근 신체와 외모에 대한 관심은 여성에만 국한된 것이 아니라 남성에게도 외모에 대한 관심은 상당히 크게 나타나고 있어, 이러한 관심이 다이어트 행동과 연관이 있을 것이라 생각된다.

따라서 본 연구에서는 고등학생들을 대상으로 남, 여 학생 간에 다이어트 행동과 다이어트 행동에 영향을 미치는 변인들의 차이를 살펴보고, 나아가 영향을 미치는 변인들의 영향력을 파악하여 청소년들이 자신의 신체에 대한 올바른 인식과 신체에 대한 자존감을 형성하며 신체적, 심리적으로 건강한 생활을 할 수 있도록 하는데 도움을 주고자 한다.

이러한 연구목적을 달성하기 위하여 선정한 구체적인 연구문제는 다음과 같다.

첫째, 남녀 고등학생의 신체관련변인, 자아존중감과 다이어트행동은 차이가 있는가?

둘째, 남녀 고등학생들의 다이어트 행동에 영향을 미치는 변인들의 상관관계는 어떠한가?

셋째, 남녀 고등학생의 다이어트 행동에 영향을 미치는 변인들의 영향력은 어떠한가?

II. 연구방법

1. 연구대상

본 연구는 대구지역에 소재한 실업계와 인문계 고등학교 각각 2곳의 1, 2학년 학생들을 대상으로 하였다. 본 조사는 2006년 6-7월 걸쳐 실시되었으며, 본 연구의 실시방

<표 1> 연구대상자의 일반적 특성

변인	구분	빈도	백분율
성별	남	168	46.8
	여	191	53.2
이성친구 유무	있다	97	27.1
	없다	261	72.9
식생활 가치	배고픔을 해결하는 것	155	46.7
	음식을 간단히 먹는 것	23	6.9
	영양을 섭취하는 것	40	12.0
	좋아하는 것을 먹는 것	114	34.3
비만도	저체중	127	38.5
	정상	150	45.5
	체중과다	27	8.2
	비만	26	7.9

법 및 연구의 목적을 충분히 숙지한 교과담당 교사가 수업시간을 통하여 질문지 조사를 하였다. 총 400부의 질문지를 배부하여 전량 회수되었으나 불성실하게 응답한 질문지를 제외하고 359부를 본 분석에 사용하였다. 연구대상자의 일반적 특성은 <표 1>과 같다.

대상자 중 남학생은 168명(46.8%), 여학생은 191명(53.2%)이었으며, 남학생의 평균 신장은 173.18 cm, 평균 체중은 63.96 kg 이었고, 여학생의 평균 신장은 161.25 cm, 평균 체중은 52.98 kg이었다.

2. 연구도구

1) 신체관련요인

신체관련요인으로는 신장, 체중, 자신이 지각한 체형, 신체만족도, 다이어트 관심도, 체중조절 경험 변인을 채택하였으며 신장과 체중을 중심으로 비만도를 계산하여 사용하였다.

비만도를 평가하는 방법에는 여러 가지 방법이 있으나 본 연구에서는 표준체중법을 사용하였다. 표준체중법은 체중을 측정하여 비만도를 계산하는 방법으로 표준체중을 ($\text{신장}-100$) $\times 0.9$ 으로 계산하여 현재 체중을 백분화시키는 방법이다. 일반적으로 비만지수가 20이상일 경우는 비만으로, 10이상이면 과체중, 비만지수가 -10이하이면 저체중으로 판단하였다.

2) 자아존중감 척도

Rosenberg(1965)가 개발한 자아존중감 척도를 사용하였다. 척도는 총 10문항으로 5문항은 긍정문항으로, 5문항은 부정문항으로 구성되어 있다. 각 문항은 5점 Likert 척도로 전혀 그렇지 않다 1점, 항상 그렇다에 5점을 부여하였

으며, 부정적으로 진술된 문항은 역산하였다. 따라서 점수가 높을수록 자아존중감이 높다고 할 수 있다. 척도의 구성을 위하여 문항분석을 한 결과 10문항 모두 사용하였으며, 척도의 신뢰도는 Cronbach $\alpha=.82$ 로 나타났다.

3) 다이어트행동 척도

Mehrabian과 Russell(1974)의 섭식특성 척도(Mehrabian, 1987 재인용)를 참고로 77문항으로 구성하여 요인분석하여 추출한 다이어트 행동척도를 사용하였다. 이 척도는 29문항으로 구성되어 있으며, 다이어트, 체중증가에 따른 몰두와 공포에 대한 문항이 포함되어 있다. 각 문항은 5점 척도로 매우 그렇다는 1점, 매우 그렇지 않다는 5점을 부여하였으며 점수가 높을수록 다이어트 행동이 많음을 의미한다. 척도의 신뢰도계수는 cronbach $\alpha=.93$ 이었다.

3. 자료처리

본 연구의 자료처리는 SPSS 12.0 program에 의해 수행되었다. 척도의 구성을 위하여 문항분석과 신뢰도검증을 하였다. 문항분석은 전체문항과 각 문항간의 상관계수를 산출하

였고, 신뢰도는 내적일치도에 의한 신뢰도검증(cronbach α)을 실시하였다. 조사대상자의 일반적 특성을 알아보기 위하여 빈도와 백분율을 산출하였으며, 연구문제와 관련하여 교차분석, t-test, 상관분석(Pearson's correlation)과 회귀분석(regression)을 실시하였다.

III. 연구결과

1. 남녀고등학생의 신체관련변인, 자아존중감과 다이어트행동의 차이

고등학생들의 신체관련변인으로 자신이 지각하는 체형, 비만도, 신체만족도, 다이어트 관심도, 체중조절 경험변인을 채택하였으며, 이를 변인들이 남녀고등학생들 간에 차이가 있는지 알아보기 위해 교차분석을 실시한 결과는 <표 2>와 같다.

자신이 지각하는 체형에 있어서는 남·녀 간에 유의한 차이가 있었다($\chi^2=24.562, p<.001$). 남녀학생 모두 정상체중이라고 생각하는 비율이 가장 높았으나, 남학생의 경우는 저체

<표 2> 신체관련변인의 차이

변인	구분	남학생		여학생		통계량
		빈도	백분율	빈도	백분율	
자신이 지각하는 체형	저체중	37	25.3	15	7.9	$\chi^2=24.562^{***}$ $df=3$
	정상	74	50.7	111	58.7	
	체중과다	18	12.3	47	24.9	
	비만	17	11.6	16	8.5	
비만도	저체중	61	43.9	63	36.8	$\chi^2=5.679$ $df=3$
	정상	52	37.4	84	49.1	
	체중과다	11	7.9	14	8.2	
	비만	15	10.8	10	5.8	
신체만족도	아주 불만족	10	6.7	34	17.9	$\chi^2=24.584^{***}$ $df=4$
	불만족	44	29.5	77	40.5	
	보통	71	47.7	65	34.2	
	만족	21	14.1	8	4.2	
	아주 만족	3	2.0	6	3.2	
다이어트 관심도	전혀 없음	28	18.9	2	1.1	$\chi^2=81.535^{***}$ $df=4$
	없음	19	12.8	2	1.1	
	그저 그렇다	33	22.3	22	11.6	
	관심 있음	51	34.5	87	46.0	
	매우 관심	17	11.5	76	40.2	
체중조절 경험	없다	79	53.0	37	19.5	$\chi^2=47.191^{***}$ $df=5$
	시도할 생각	31	20.8	52	27.4	
	1회	8	5.4	14	7.4	
	2회	8	5.4	15	7.9	
	3회	10	6.7	45	23.7	
	계속조절	13	8.7	27	14.2	

중이 25.3%, 체중과다가 12.3%로 나타났으며 여학생의 경우는 저체중이 7.9%, 체중과다가 24.9%로 나타나 여학생들이 남학생보다 자신이 비만한 것으로 인식하고 있다.

비만도의 경우는 남·녀 간에 차이가 없었으며, 남학생의 경우는 저체중이 43.9% 정상체중이 37.4%로 나타났고, 여학생은 저체중이 36.8%, 정상체중이 49.1%로 나타났다.

신체만족도는 남녀 간에 유의한 차이가 있었다($\chi^2=24.584, p<.001$). 남학생은 보통이 47.7%로 가장 높았으며 다음과은 불만족이 29.5%로 나타난 반면, 여학생은 불만족이 40.5%, 보통이 34.2%로 나타나 여학생들이 남학생보다 신체에 대한 만족도가 낮았다.

다이어트 관심도는 남녀 간에 유의한 차이가 있었다($\chi^2=81.535, p<.001$). 남학생의 경우는 관심이 있는 경우가 34.5%, 매우 관심이 있음이 11.5%로 나타난 반면, 여학생은 관심 있음이 46.0%, 매우 관심 있음이 40.2%로 나타나 대부분의 여학생들은 다이어트에 관심을 가지고 있었다.

체중조절경험도 남녀간에 유의한 차이가 있었다($\chi^2=47.191, p<.001$). 남학생의 경우는 경험이 없다가 53.0%인 반면 여학생의 경우는 1회 이상 체중조절을 시도한 경험이 53.2%로 나타나 여학생이 체중조절을 위한 행동을 많이 하고 있음을 알 수 있다.

자아존중감과 다이어트 행동이 성별에 따라 차이가 있는지 알아보기 위하여 t 검증 실시한 결과는 <표 3>과 같다. <표 3>에 의하면 자아존중감은 성별에 따라 차이가 없었으며, 다이어트 행동에서 유의한 차이가 있었다($t=-9.457, p<.001$). 즉 여학생이 남학생보다 다이어트 행동을 많이 하며 체중증가에 따른 불안이 많았다.

3. 남녀 고등학생의 다이어트행동에 영향을 미치는 변인 분석

신체관련변인(다이어트 관심도, 체중조절 경험, 신체만족도, 비만도)과 자아존중감 변인간의 관계를 알아보기 위해 남여별로 각 변인간에 상관관계를 산출하고(표 4와 표 5), 이들 변인이 다이어트 행동에 영향을 미치는 영향력을 알아보기 위해 회귀분석을 실시하였다.

표 4에 제시된 남학생의 상관관계 분석에 의하면, 남학생의 경우 다이어트 행동은 다이어트관심도($r=.190$), 체중조절경험정도($r=.363$), 비만도($r=.677$)와는 정적 상관이, 신체만족도($r=-.331$)와는 부적 상관이 있었다. 그 외 다이어트 관심도는 체중조절경험($r=.260$), 비만도($r=.677$), 다이어트 행동($r=.190$)과 정적 상관이 있었으며, 체중조절 경험은 비만도($r=.268$), 다이어트 행동($r=.363$)과 정적 상관이 있었다. 신체만족도는 자존감($r=.271$)과 정적상관이, 비만도($r=-.188$), 다이어트행동($r=-.331$)과는 부적상관이 있었다. 즉 다이어트에 대한 관심도가 높은 사람이 비만도가 높고 체중조절경험이 많으며 다이어트 행동을 하는 경향이 높고, 신체에 대한 불만족도는 낮은 자아존중감과 관계가 있으며, 비만도가 높고 다이어트 행동을 많이 하는 경향이 있다고 할 수 있다.

여학생은 표 5에서와 같이 다이어트 행동은 다이어트관심도($r=.310$), 체중조절경험정도($r=.266$), 비만도($r=.686$)와는 정적 상관이, 신체만족도($r=-.629$), 자아존중감($r=-.273$)과는 부적 상관이 있었다. 그 외 다이어트 관심도는 체중조절경험($r=.266$), 다이어트 행동($r=.310$)과 정적 상관이, 신체만족도($r=-.180$)와는 부적 상관이 있으며, 체중조절경험은

<표 3> 남녀학생의 자아존중감과 다이어트 행동의 차이

변인	남학생		여학생		t값
	평균	표준편차	평균	표준편차	
자아존중감	30.91	5.70	31.08	5.67	-.269
다이어트 행동	70.97	25.30	95.58	21.65	-9.457***

*** $p<.001$

<표 4> 관련변인들의 상관관계(남학생)

변인	1	2	3	4	5	6
1. 다이어트관심도	1.00					
2. 체중조절 경험	.260**	1.00				
3. 신체만족도	-.064	-.129	1.00			
4. 비만도	.677**	.268**	-.188*	1.00		
5. 자아존중감	.006	-.070	.271**	-.044	1.00	
6. 다이어트 행동	.190*	.363**	-.331**	.677**	-.134	1.00

* $P<.01$, ** $P<.001$

신체만족도($r=-.288$), 자아존중감($r=-.154$)과는 부적 상관이 다이어트 행동($r=-.266$)과는 정적 상관이 있었다. 신체만족도는 비만도($r=-.492$), 다이어트 행동($r=-.629$)과는 부적 상관이, 자아존중감($r=.351$)과는 정적 상관이 있었다. 비만도는 자아존중감($r=-.210$)과 부적 상관이, 다이어트 행동과는 정적 상관($r=.686$)이 있었으며 자아존중감은 다이어트 행동($r=-.273$)과 부적 상관이 있었다. 즉 다이어트에 대한 높은 관심은 체중조절 경험이 많고 신체에 대한 만족도가 낮으며 다이어트 행동을 많이 하는 경향이 있고, 비만도가 높은 경우 신체에 대한 불만족도가 높으며 자아존중감이 낮으며, 자아존중감이 낮은 경우 다이어트 행동을 하는 경향이 높다고 할 수 있다.

고등학생의 다이어트 행동에 영향을 미치는 변인들의 영향력을 알아보기 위하여 신체관련변인과 자아존중감을 독립변수로 하고 다이어트 행동을 종속변인으로 하여 회귀분석을 실시하였다. 회귀분석에 앞서 변인들의 다중공선성 문제를 파악하기 위하여 상관분석을 실시한 결과(표 4, 5) $r=.70$ 이하로 나타나 다중공선성의 문제는 배제되었다. 또한 오차항간의 독립성 검증을 위하여 Durbin-Watson 검증을 실시한 결과 1.78에서 2.11로 나타나 자기상관이 없는 것으로 밝혀졌다. 따라서 본 자료는 회귀분석의 기

본가정을 충족시키고 있다.

<표 6>에 의하면 남학생의 경우 다이어트 행동에 영향을 미치는 변인은 체중조절 경험($\beta=.173$), 신체만족도($\beta=-.166$), 비만도($\beta=.589$)였으며, 이들 변인들의 설명력은 51.7%로 나타났다. 즉 체중조절 경험이 많으며, 신체만족도가 낮을수록, 비만도가 높을수록 다이어트 행동을 많이 한다고 할 수 있다.

여학생의 경우 다이어트 행동에 영향을 미치는 변인은 다이어트 관심도($\beta=.173$), 체중조절 경험($\beta=.193$), 신체만족도($\beta=-.271$), 비만도($\beta=.481$)였으며, 이들 변인들의 설명력은 66.0%로 나타났다. 즉 다이어트에 대한 관심도가 높을수록, 체중조절 경험이 많고, 신체만족도가 낮은 사람일수록, 비만도가 높을수록 다이어트 행동을 많이 한다고 할 수 있다.

IV. 논의 및 결론

본 연구는 남녀 고등학생들을 대상으로 신체관련변인과 자아존중감 변인이 다이어트 행동에 미치는 영향력을

<표 5> 관련변인들의 상관관계(여학생)

변인	1	2	3	4	5	6
1. 다이어트 관심도	1.00					
2. 체중조절 경험	.266**	1.00				
3. 신체만족도	-.180*	-.288**	1.00			
4. 비만도	.082	.358**	-.492**	1.00		
5. 자아존중감	.015	-.154*	.351**	-.210**	1.00	
6. 다이어트 행동	.310**	.266**	-.629**	.686**	-.273**	1.00

* $P<.01$, ** $P<.001$

<표 6> 남 여 고등학생들의 다이어트 행동에 영향을 미치는 변인들의 영향력

변인	남학생			여학생		
	B	β	t값	B	β	t값
다이어트 관심도	1.345	.071	1.153	4.770	.173	3.658***
체중조절 경험	2.595	.173	2.734**	2.305	.193	3.833***
신체만족도	-4.997	-.166	-2.653**	-6.261	-.271	-4.880***
비만도	1.004	.589	9.518***	.777	.481	8.909***
자존감	-.267	-.062	-1.015	-.131	-.035	-.728
상수	85.777			88.628		
F값	30.579***			66.364***		
adjusted R	.517			.660		
D-W계수	1.786			2.106		

** $P<.01$, *** $P<.001$

알아보고자 하였다. 이를 위하여 남녀고등학생 359명을 대상으로 하였으며, 신체관련변인과 자아존중감 척도, 다이어트 행동척도를 사용하였고, 자료분석은 교차분석, t-test, 상관분석, 회귀분석을 적용하였다.

연구문제의 결과를 중심으로 논의하면 다음과 같다.

첫째. 남녀고등학생들의 신체관련변인과 자아존중감, 다이어트 행동이 성별에 따라 차이가 있는지 살펴본 결과 자신이 지각하는 체형, 신체만족도, 다이어트 관심도, 체중조절 경험, 다이어트 행동이 차이가 있는 것으로 나타났다. 즉 남학생보다 여학생이 자신의 체형을 비만한 것으로 생각하는 비율이 높으며, 신체에 대한 불만족도, 다이어트에 대한 관심도와 체중조절 경험이 많으며 다이어트 행동을 많이 하는 것으로 나타났다.

자신이 지각하는 체형은 남녀학생 모두 정상체중이라고 생각하는 비율이 가장 높았으나, 여학생들이 남학생보다 자신이 비만한 것으로 인식하고 있다. 이것은 실제 체형에 대한 지각은 여학생이 남학생보다 약간 살찐 것으로 나타났으나 통계적으로 유의한 수준은 아닌 것으로 나타난 강혜자(2003)의 연구와는 차이를 보였다.

비만도의 경우는 남녀간에 차이가 없었으며, 남학생의 경우는 저체중이 43.9% 과다체중 및 비만이 18.7%로 나타난 반면 여학생은 저체중이 36.8%, 과다체중 및 비만이 14%로 나타났다. 이러한 결과로 보아 고등학생들은 실제 체형보다 자신의 체형을 비만한 것으로 왜곡되게 지각하고 있으나, 실제로 저체중의 비율이 상당수 나타나고 있어 청소년들의 건강 문제가 있음을 시사하고 있다. 따라서 청소년의 저체중이나 과체중은 현재의 건강 뿐 아니라 성인기의 건강에 지장을 초래할 수 있다는 점에서 적절한 체중을 유지하도록 돋는 노력이 필요할 것이다.

신체만족도는 남학생은 보통이 47.7%로 가장 높았으며 다음은 불만족이 29.5%로 나타난 반면, 여학생은 불만족이 40.5%, 보통이 34.2%, 아주 불만족도이 17.9%로 나타나 여학생들이 남학생보다 신체에 대한 만족도가 낮았다. 서지은(2000)의 남녀고등학생들은 대상으로 연구한 결과에서 저체중은 남학생은 39.9%, 여학생은 49.8%, 정상체중은 남학생은 51.9%, 여학생 47.4%, 비만은 남학생은 8.2%, 여학생은 2.8%로 나타났으나 남학생은 53.2%가 여학생의 78.4%가 체중에 불만족한 것으로 나타났다. 여고생을 대상으로 한 박선주(2000)의 연구에서도 여고생의 85.9%가 체중에 불만족한 것으로 나타났으나, 실제 체중은 저체중 7%, 체중미달군 29%, 정상군 54%, 과체중군 10%로 나타나 신체상에 대한 인식이나 지각이 왜곡되어 있음을 알 수 있다. 이와 같이 체중에 대한 비정상적인 가치관이 대다수의 여성들을 자신의 신체적 외모에 집착하게 하고 자신의 외모에 불만족하는 것으로 보인다. 이와

같이 신체상에 대한 지각은 성별에 따라 차이가 있는 것으로 나타났는데, 남학생은 여학생보다 신체를 더 긍정적으로 지각하는 반면 여학생은 더 부정적으로 지각하고 있어 자신의 신체에 대해 부정적으로 평가하는 것은 여학생들이 남학생보다 더 심각하다는 연구(문병녀, 1997; 조지숙, 1992; 황선희, 1998)들과 일치하였다. 이것은 매스컴의 영향으로 날씬한 여성만을 아름답다고 여기며 능력보다는 신체적 매력을 여성의 중요한 능력으로 여기는 풍조에 기인한 결과라 생각된다. 그 외 자신의 체형을 실제보다 과장되게 인식하고 있는 선행연구 결과들(송원석, 1998; 박선희, 2000; 이요원, 1998)과도 일치하였다.

다이어트관심도는 남학생의 경우는 관심이 있는 경우가 34.5%, 매우 관심이 있음이 11.5%로 나타난 반면, 여학생은 관심 있음이 46.0%, 매우 관심 있음이 40.2%로 나타나 대부분의 여학생들은 다이어트에 관심을 가지고 있었다.

체중조절경험도 남학생의 경우는 경험이 없다가 53.0%인 반면 여학생의 경우는 1회 이상 시도한 경험이 53.2%로 나타나 남녀 학생들간에 차이를 보였다. 김은정(2004)의 연구에서는 체중조절을 생각해 본 적이 없다는 비율이 5.9%로 대부분의 여학생들이 체중조절을 생각하고 있음을 알 수 있다. 이임순(1999)은 여고생을 대상으로 다이어트 실행여부 및 체중에 관련된 태도를 알아본 결과 표준체중, 저체중에 속하는 피험자 중 69.4%가 다이어트를 실행한 경험이 있었다. 대부분이 정상체중임에도 불구하고 무리한 다이어트 행동을 하고 있음을 알 수 있다.

이상의 결과를 통하여 청소년기 여성은 남성보다 외모에 많은 관심을 가지고 스스로 덜 매력적이라고 여기고 있어 날씬함에 대한 관심은 남성보다는 여성에게서 더 강하게 나타나며 날씬함과 매력은 남성보다 여성 사이에서 자기개념 형성에 중요한 요소가 된다고 하는 점을 뒷받침하였다. 발달단계상 자아 신체상을 형성하는 과정에 있는 여자청소년은 사회적인 기준에 민감하게 반응하기 때문에 체중조절을 하게 되는데, 올바른 지식이 없이 부적절한 방법으로 체중조절을 하는 경향이 있어 문제시되고 있다(윤진숙, 박정아, 2002). 왜곡된 신체상과 다이어트에 대한 지나친 강박관념을 가지는 것은 영양섭취에 영향을 주어 섭식장애를 유발하여 건강을 위협할 뿐 아니라 정신적, 심리적 합병증을 일으키기도 한다(de Zwaan et al., 1994; Hudson et al., 1988, 서지은, 2000 재인용). 따라서 청소년들의 건강한 성장을 위해서는 자신의 신체에 대한 긍정적인 존중감을 가지고도록 돋는 것이 무엇보다 필요하다 할 것이다.

둘째, 다이어트 행동에 영향을 미치는 변인들의 상관관계를 살펴본 결과 남학생의 경우 다이어트 행동은 다이어트관심도, 체중조절경험정도, 비만도와는 정적 상관이,

신체만족도와는 부적 상관이 있었다. 여학생의 경우 다이어트 행동은 다이어트관심도, 체중조절경험정도, 비만도와는 정적 상관이, 신체만족도, 자아존중감과는 부적 상관이 있었다. 즉 다이어트에 대한 관심도가 높고, 체중조절경험이 많을수록, 비만도가 높을수록, 신체에 대한 만족도가 낮을수록 남녀학생모두 다이어트 행동을 많이 하는 것으로 나타났으며, 여학생은 자존감이 낮을수록 다이어트 행동을 하는 경향이 높았다.

셋째, 신체관련변인과 자아존중감 변인이 다이어트 행동에 미치는 영향력을 알아보기 위하여 회귀분석을 실시한 결과 남학생은 체중조절경험, 신체만족도, 비만도 변인이 영향을 미쳤으며 설명력은 51.7%였으며, 여학생의 경우는 다이어트관심도, 체중조절경험, 신체만족도, 비만도 변인으로 설명력은 66.0%였다. 즉 다이어트에 관심이 많고, 체중조절경험이 많을수록, 신체만족도가 낮을수록, 비만도가 높을수록 다이어트 행동을 하며 체중증가에 따른 공포가 많았다.

남학생 여학생 모두 비만도가 다이어트 행동에 가장 중요한 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 신체만족도변인과 체중조절경험변인이 공통적으로 영향을 미쳤다. 이는 비만도보다는 비만수준에 대한 자기인식의 정도와 더 많은 상관이 있다는 조성은(2004)의 연구와는 차이를 보였다. 신체에 대해 불만족한 학생들이 다이어트 행동이 많은 것은 섭식장애를 지닌 여성들은 섭식장애를 지니지 않은 여성보다 자신의 신체를 부정적으로 평가하며(Stein, 1996), 높은 신체 불만족과 신체에 대한 부정적 평가로 인하여 전반적인 자기개념을 부정적으로 만드는 것이 섭식장애에 특정적인 위험요인으로 작용한다는 이상선, 오경자(2004)의 견해를 지지한다.

자아존중감은 상관분석 결과 여학생의 다이어트 행동과 관계가 있는 것으로 나타났으나, 회귀분석을 실시한 결과 다이어트 행동을 설명하지 못하는 것으로 나타났다. 우리나라 청소년을 대상으로 비만과 심리적 적응에 관한 선행연구에 의하면 비만한 학생이 자아존중감과 자기효능감이 더 낮은 것으로 나타난 연구(곽지영, 1999; 김정화, 2000; 신철, 1992; 오미선, 2001)와 비만한 학생과 정상체중 학생 간에 자아존중감의 차이가 없다는 연구(조성은, 2004; 강명옥, 1999)가 서로 다르게 나타나고 있다. Button과 그 동료들(1996)은 자아존중감이 섭식장애를 발생시키는 주요한 요소임을 주장하였고 그 외 선행연구에서도(김미정, 1999; 안소연, 1994; 이상선, 1993; 황란희, 신혜숙, 2000; Katz, 1985; Kinder, 1991; Grant와 Foror, 1986) 자아존중감이 섭식장애 행동과 밀접한 관련성이 있어 낮은 자존감은 섭식장애의 취약한 심리변인으로 나타났다. 한미정(1999)의 연구결과에 의하면 자존감이 낮은 경우 자

신의 신체에 대한 불만족도가 높고 대중매체에 의한 영향을 많이 받아 체중감소에 대한 과다한 노력을 기울인다는 결과가 나타났다.

그러나 본 연구에서는 자아존중감은 다이어트 행동에 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 외모에 대한 사회문화적 태도의 인식으로 인하여 자아존중감 수준에 따른 차이 없이 대부분의 청소년들이 다이어트 행동에 관심을 가지고 있음을 입증한 것으로도 볼 수 있으며, 한편으로는 사용한 자아존중감 척도와 대상 집단의 차이로도 볼 수 있을 것이다. 특성 자아존중감은 정상 여대생 집단에서 다이어트의 실시 여부와 상관없이 동등한 수준으로 나타난다고 보고한 이상선, 오경자(2004)의 연구와 섭식장애가 아닌 정상 여대생 집단을 대상으로 한 연구에서 전반적인 자아존중감이 신체 존중감에 의존하지 않는 것으로 나타난 Mendelson 외(2002)의 연구, 자아존중감이 이상섭식행동에 영향을 미치지 않는다는 김은정(2004)의 연구와 같은 맥락으로 볼 수 있다. 이러한 결과는 특성 자아존중감 척도와 신체적 자아 존중감 척도에 따라 차이가 있을 것으로 예상되어 이에 대한 추가적인 연구가 필요할 것이다.

이러한 결과를 토대로 몇 가지 제언을 하고자 한다.

첫째, 남 여 청소년의 다이어트 행동에 영향을 미치는 관련 변인들에 대한 지속적인 연구가 필요하며, 특히 이 시기 청소년의 자기 신체상에 대한 인식이나 자아존중감이 중요한 영향을 미치는 변인으로, 다이어트를 제대로 하기 위해서는 자기 자신과 존중감을 향상시킬 수 있는 프로그램의 모색과 실시가 중요하다고 할 수 있다. 따라서 이러한 프로그램그램의 개발을 통해 자신에 대한 존중감을 향상시킬 수 있는 프로그램이 다이어트 행동과 관련된 연구가 개발 실시되어야 할 것이다.

둘째, 청소년기의 건강한 정신과 신체를 형성하기 위하여 다이어트에 관한 정확한 지식전달과 인식을 위한 교육이 필요하다. 이는 부정확한 다이어트 지식을 통한 과도한 위험을 초래할 수 있으므로 다이어트와 관련한 교육을 통한 정확한 인식이 필요하다.

주제어 : 다이어트 행동, 신체관련 변인, 자아존중감, 신체 만족도, 섭식장애

참 고 문 헌

강명옥(1999). 비만 여고생의 신체의식과 신체 및 자아존중감에 대한 연구. 전남대학교 석사학위논문.

- 강혜자(2003). 신체상의 자기차이가 정서와 신체증상 및 섭식 행동에 미치는 영향. *한국심리학회지: 건강*, 8(2), 355-374.
- 곽지영(1999). 초등학교 아동의 체중에 다른 신체상 만족도, 자아존중감 및 우울의 관계. *전북대학교 석사학위논문*.
- 김규민(2000). 청소년의 섭식태도 영향요인에 관한 연구. *목원대학교 산업정보대학원 석사학위논문*.
- 김미정(1999). 여고생의 섭식장애행동과 스트레스 대처방식, 자아존중감의 관계. *중앙대학교 대학원 석사학위논문*.
- 김은정(2004). 청소년기 여학생들의 체형인식도 및 체중조절 실태와 이상 섭식행동 관련 요인. *성신여자대학교 대학원 석사학위논문*.
- 김정화(2000). 비만아동과 표준체중 아동의 신체상 만족도 및 자아존중감과의 관계. *국민대학교 석사학위논문*.
- 노성윤(1996). 비만 성인을 대상으로 한 Weight controlprogram과 Fad diets의 효과 비교, 덕성여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 류호경(1997). 청소년들의 체형에 대한 관심과 인식에 관한 연구, *지역사회영양학회지*, 2(3), 202-209.
- 문병녀(1997). 청소년기 열등감과 신체상과의 관계. *침례신학대학교 석사학위논문*.
- 박선주(2000). 여고생의 영양지식, 식행동, 체중 조절간의 상관관계에 관한 연구. *서울대학교 대학원 석사학위논문*.
- 박선희(2000). 서울시내 여중생의 다이어트 행위실태 및 관련 요인 분석. *서울대학교 보건대학원 석사학위논문*.
- 박우미(1993). 우리나라 여성의 신체에 대한 의식구조, 대한 가정학회지, 31(1), 163-180.
- 박정원, 박효미, 하나선(2004). 일 대학 대학생의 비만도와 체중조절방법에 관한 연구, *정신간호학회지*, 13(1), 5-13.
- 박혜순, 이현옥, 송성자(1997). 일부 도시지역 여대생들의 신체상과 섭식장애 및 영양섭취 양상. *지역사회영양학회지*, 2(4), 504-514.
- 박희숙(1998). 여고생의 체형에 대한 인식과 다이어트 행동의 도에 관한 연구, *동국대학교 대학원 석사학위논문*.
- 서지은(2000). 남녀 고등학생의 비만도, 체중만족도, 섭식장애가 체중조절 행태와 영양소 섭취에 미치는 영향. *원광대학교 교육대학원 석사학위논문*.
- 송원석(1998). 여중생들의 체중조절에 대한 인식도 및 비만실태에 관한 연구. *명지대학교 교육대학원 석사학위논문*.
- 신 철(1992). 정상아와 비만아의 성격특성 및 자아개념에 관한 연구. *연세대학교 석사학위논문*.
- 안동철(1996). 청소년기의 섭식장애-비만과 거식증, 대한 의 사협회지, 39(12), 1506.
- 안소연(1994). 폭식행동집단의 신체불만족과 자아존중감 및 우울간의 관계. *연세대학교 대학원 석사학위논문*.
- 양경옥(2004). 체형에 대한 자기지각과 자기주의 및 자기통제가 섭식절제와 폭색행동에 미치는 영향. *대구가톨릭대학교 대학원 석사학위논문*.
- 오미선(2001). 비만 청소년의 자기효능감과 학습된 무기력과의 관계. *충북대학교 석사학위논문*.
- 오수일 · 윤승호(1998). 여고생들의 비만도에 따른 다이어트(diet) 행동과 의식에 관한 조사. *강원대학교 부설체육과학연구소논문집*, 22호, 245-262.
- 오숙현(1994). 여대생의 섭식장애행동과 부모와의 애착에 관한 연구. *이화여자대학교 대학원 석사학위논문*.
- 원혜숙, 한성숙, 오세영, 김혜영, 김우경, 이현숙, 장영애, 조성수, 김숙희(2000). 한국 초·중·고등학생의 비만의 BMI 기준 제시 및 체력과의 관계에 대한 연구. *한국영양학회지* 33(3), 279-288.
- 윤진숙, 박정아(2002). 대구지역 여고생들의 체형인식과 섭식장애 관련 식행동 주관적 건강상태와의 관련성. *계명대학교 생활과학연구소 과학논집*, 제 28집, 101-111.
- 이상선(1993). 여대생의 식사행동과 심리적 요인들의 관계. *연세대학교 대학원 석사학위논문*.
- 이상선, 오경자(2004). 몸매와 체중에 근거한 자기평가와 신체불만족이 여대생의 이상 섭식행동에 미치는 영향. *한국심리학회지: 임상*, 23(1), 91-106.
- 이성효(1997). 여고생의 우울감, 신체만족도, 자아존중감이 섭식태도에 미치는 영향. *중앙대학교 사회개발대학원 석사학위논문*.
- 이요원(1998). 중학생들의 체중조절 태도와 식생활 행동에 관한 연구. *강원대학교 교육대학원 석사학위논문*.
- 이임순(1999). 여대생의 다이어트 및 식사절제 경향. *심리검사 및 상담연구*, 4(1), 43-50.
- 정근백, 임동규, 이영주, 이석기, 윤승욱외(1995). 인천시내 중·고등학생들의 다이어트 여부에 영향을 미치는 인자분석, *가정의학회지*, 16(4), 254-260.
- 정승교(1997). 행동수정프로그램과 에어로빅 운동이 비만 여중생의 비만도, 식이행동, 우울 및 자아존중감에 미치는 효과. *기본간호학회지*, 4(1), 103-117.
- 조성은(2004). 여자 청소년들의 비만도, 비만수준에 대한 자기인식과 심리적 적응간의 관계. *상담학연구* 5(1), 129-140.
- 조성일, 송윤미, 김철환, 서홍관, 최지호, 신보문(1994). 단식이 인체에 미치는 영향에 관한 연구. *가정의학회지*, 15(2), 1128-1140.
- 조지숙(1992). 청소년의 신체상, 신체적 매력, 신체상의 왜곡과 자아존중감의 관계. *부산대학교 석사학위논문*.
- 최윤정(2005). 미디어에 의한 여성들의 신체불만족현상에 관

- 한 연구: TV와 잡지 소비로 인한 신체불만족 현상과 다이어트, 성형수술에 대한 동의 관계 분석을 중심으로, 숙명여자대학교 석사학위논문.
- 한미정(1999). 대중매체 프로그램이 여성의 신체 이미지와 미의식에 미치는 영향에 관한 일 연구. 성결대학교 사회과학연구, 6(1), 405-413.
- 한미정(2000). 신체이미지 관련 TV메시지의 처리방식이 여대생의 신체만족감과 다이어트 행동에 미치는 영향에 관한 연구. 한국방송학보, 14(3), 291-317.
- 황란희·신혜숙(2000). 여고생의 섭식장애와 신체적 자아존중감에 관한 연구. 여성건강간호학회지, 6(1), 129-141.
- 황선희(1998). 청소년기 비만 여학생들의 정신병리. 충남대학교 석사학위논문.
- Anderson, A. E.(1993). Gender difference in eating disorders. Scientific symposium on Eating Disorders, National Institute of Mental Health, Chicago, Illinois, May 7-8.
- Button, E. J., Sonuga-Barke, E. J. S., Davies, J., & Thompson, M.(1996). A prospective study of self-esteem in the prediction of eating problems in adolescent school girls: Questionnaire findings. *The British Journal of Clinical Psychology*, 35, 193-203.
- Emmons, L.(1992). Diet and purging behavior black and white high school students. *Journal of American Diet Association*, 93, 306-312.
- French, S. A., Story, M., Downes, B., Resnick, M. D., & Blum, R. W.(1995). Frequent dieting among adolescents; Psychosocial and health behavior correlates. *Journal of Public Health*, 85, 695-701.
- Grant, C. L., & Foror, I. G.(1986). Adolescent attitudes toward body image and anorexic behavior. *Adolescence*, 21, 269-281.
- Herzog, D. B., & Copeland, P. M.(1985). Eating disorder. *New England Journal of Medicine*, Med, 313, 295-303.
- Katz, J. L.(1985). Anorexia nervosa. *American Journal of Psychiatry*, 143, 375-385.
- Kinder, B. N.(1991). Eating disorders(Anorexia and bulimia nervosa). In M. Hersen & S. M. Turner(Eds.). *Adult psychopathology and diagnosis*(2nd). John Wiley & Son.
- Mehrabian, A.(1987). 조옥귀, 신동순 옮김(1998). *섭식특성과 기질*. 경남대학교 출판부.
- Mendelson, B. K., McLaren, L., Gauvin, L., & Steiger, H.(2002). The relationship of self-esteem and body-esteem in women with and without eating disorders. *International Journal of Eating Disorder*, 31, 118-323.
- National Center for Chronic Disease Prevention and Health Promotion(2007). Overweight and Obesity. Division of Nutrition, Physical Activity and Obesity. <http://www.cdc.gov/nccdphp/dnpa/obesity/index.htm>.
- Rand, C. S.,& Kuldau, J. M.(1991). Restrained eating (weight concerns) in the general population and among students. *International Journal of Eating Disorders*, 10, 461-471.
- Rosenberg, M.(1965). The Self-Esteem Scale. In. J. P. Robinson, P. R. Shaver & I. S. Wrightsman(Eds.). *Measure of Personality and Social Psychological Attitudes*(1). Academic Press.
- Stein, K. F.(1996). The self-schema model: A theoretical approach to the self-concept in eating disorders. *Archives of Psychiatric Nursing*, X(2), 96-109.

(2007. 7. 20 접수; 2007. 9. 18 채택)