

## 미용전공 여대생과 비전공 여대생의 체형인식, 신체만족도 및 식습관 비교 연구

이종현<sup>1\*</sup> · 김민선<sup>2</sup> · 오주환<sup>3</sup>

<sup>1</sup>동남보건대학 식품영양과, <sup>2</sup>서울대학교 생활과학연구소, <sup>3</sup>서울대학교 식품영양학과

### A Comparative Study on Perceptions of Body Image, Body Satisfaction, and Dietary Habits of Beauty Art Major and Non-major Female College Students

Jong-Hyun Lee<sup>1\*</sup>, Min-Sun Kim<sup>2</sup> and Ju-Hwan O<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Dept. of Food and Nutrition, Dongnam Health College, Suwon 440-714, Korea

<sup>2</sup>Research Institute of Human Ecology, Seoul National University, Seoul 151-742, Korea

<sup>3</sup>Dept. of Food and Nutrition, Seoul National University, Seoul 151-742, Korea

#### Abstract

This study was carried out to investigate perceptions of body image, body satisfaction, and dietary habits of beauty art major and non-major college students in Gyeonggi province. A total of 312 self-administered questionnaires (beauty art majors=145; non-majors=167) were analyzed. The means for height, weight, and BMI were 161.7 cm, 51.4 kg and 19.7, respectively. There were more majors who were underweight according to BMI classification than non-majors. Sixty-six percent of the subjects had previous weight control experience, and there was no significant difference between the majors and non-majors. The mean score for current body image was 4.61 out of a possible 9 points in the majors, which was significantly lower than 4.95 in the non-majors, and their perception of an ideal body image was thinner than their current body image. Those with more weight control experience had currently heavier perceptions of their body. The mean score for body satisfaction was 2.60 out of a possible 5 points, which was lower than the mean score for their attitudes toward the importance of their bodies. The mean score for dietary habits was 2.80 out of a possible 5 points, and there was no significant difference with dietary habits according to weight control experience or BMI classification. In both the majors and non-majors, there was a significant positive correlation between BMI and perception of current body image ( $p<0.001$ ,  $p<0.001$ ), and a negative correlation between BMI and body satisfaction ( $p<0.01$ ,  $p<0.001$ ). In the major students, there were significant positive correlations between dietary habits and body satisfaction ( $p<0.01$ ), and attitudes toward the body importance ( $p<0.05$ ); therefore, the greater their body satisfaction and body importance, the higher their scores for dietary habits.

Key words : Perception of body image, body satisfaction, dietary habits, college students.

#### 서 론

최근 우리나라에서도 경제성장과 더불어 식생활 패턴 및 생활양식의 변화로 인해 비판율이 증가하고 있으며, 2005년 국민건강영양조사 결과 성인의 31.8%(남자 35.2%, 여자 28.3%)가 비만이었고, 20대 여성의 비판율은 14.3%로 나타났다(Ministry of Health & Welfare 2006). 비만은 고혈압, 고지혈증, 허혈성 심장질환, 당뇨병과 같은 만성 질환의 주요 원인으로 작용하므로(Chang *et al* 2006) 적극적인 체중조절이 필요하다.

이러한 비판에 대한 염려와 마른 체형을 선호하는 개인적,

사회적 분위기의 확산에 따라 체중조절을 시도하는 사람들이 증가하고 있다(Serdula *et al* 1994, Kim YO 2002). 다이어트에 대한 관심은 특히 청소년 및 여대생들에서 높아 여중생(Kim & Shin 2002), 여고생(Ryu HK 1997), 여대생(Kim *et al* 1997)을 대상으로 한 연구에서 조사대상자의 절반 이상이 체중을 줄이기 위한 체중조절의 경험이 있는 것으로 나타났다. 이들 젊은 여성 대부분은 자신의 체형을 뚱뚱하다고 인식하고 자신의 체중에 대해 만족하지 못하여 체중이 정상임에도 불구하고 체중조절을 시도하고 있는 실정이다. Kim *et al* (2002)은 비만도가 정상임에도 불구하고 여대생의 59.6%가 살이 쪼면 편이라고 응답해 체형에 대한 왜곡이 심함을 지적하였으며, Ryu & Yoon(1999)도 체중조절이 필요치 않은 저체중이거나 정상체중의 여고생과 여대생 중 50~60%가 체중조절의 경험이 있으며, 이는 저체중의 여학생조차 자신이

\* Corresponding author : Jong-Hyun Lee, Tel : +82-31-249-6421, Fax : +82-31-249-6420, E-mail : nutri@dongnam.ac.kr

원하는 체형이 현재의 체중보다 다른 체형이기 때문이라고 보고하였다.

여성의 날씬해지고 싶은 욕구와 신체에 대한 불만족은 무분별하고 무리한 체중조절을 유도하고, 이는 단기적 및 장기적으로 의욕상실, 자신감 결여 및 폭식증이나 거식증과 같은 섭식장애로 이어져 신체적, 정신적 건강장애를 수반하거나 생명을 위협하는 결과를 초래할 수 있다(Story & Alton 1991). Matussek *et al*(2004)은 자신의 신체적 외모에 대해 만족하지 못하는 부정적인 신체상이 낮은 자존심, 부정적인 감정, 제한적인 식사를 비롯한 여러 가지 위험 및 섭식장애와 관련됨을 보고하였고, Won HR(1998)는 여대생의 체형과 이상식이 행동에 대한 연구에서 인식체형, 실제체형이 이상식습관과 관련된 식행동과 상관관계가 있으며, 인식체형이 실제체형보다 식행동에 더 크게 영향을 미치는 것으로 나타나, 체형에 대한 바른 인식을 갖는 것이 바른 식행동과 영양지식을 습득하는데 중요한 변인임을 제시하였다.

대학생은 성인 초기에 접어든 시기로서, 특히 여자 대학생의 경우 곧 임신과 출산의 과정을 겪게 되는 연령층이므로 이 시기의 균형잡힌 영양섭취 및 올바른 식생활 태도는 건강한 모체와 태아를 위해서도 중요하다. 그럼에도 불구하고 여대생들은 불규칙한 식사, 폭식, 결식, 편식, 편의식품 이용, 영양밀도가 낮은 식품섭취 등과 같은 식생활의 문제점을 안고 있으며, 특히 체중조절과 저체중 유지를 위해 부적절한 식사를 하고 있는 것으로 나타나고 있어서(Kim *et al* 1998, Ryu & Yoon 2000), 여대생들이 올바른 체중조절 태도와 식습관을 갖게 하기 위해서는 이들이 먼저 자신의 체형을 바르게 평가하고, 자신의 신체를 긍정적인 시각으로 바라보게 하는 일이 시급하다.

오늘날 우리 사회는 생활수준의 향상과 생활양식의 다원화로 인해 신체적 건강과 더불어 미에 대한 요구 및 관심이 증가하고 있으며(Song & Lee 2003, Kang & Yu 2005), 대학에서 미용 관련 분야별 과목을 수강하는 미용전공 여대생의 경우 다른 전공 여대생에 비해 신체 외모나 체형에 대한 관심과 의지가 매우 높을 것으로 생각된다. 따라서 본 연구에서는 미용전공 여대생을 대상으로 체중조절 경험과 비만도에 따른 체형에 대한 인식, 신체만족도 및 중요도, 그리고 식습관의 양상을 조사하여 비전공 여대생과 비교함으로써 여대생 영양교육의 기초자료로 제공하고자 한다.

## 연구방법 및 내용

### 1. 조사대상 및 기간

수원시에 소재하는 대학에 재학중인 미용전공 및 비전공 보건계열 여대생 335명을 대상으로 2004년 9월 6일부터 9월

17일까지 설문 조사를 실시하였다. 설문지는 본인이 직접 기록하게 하였으며 회수된 설문지 중 기록이 충분한 미용전공 여대생 145명과 비전공 여대생 167명, 총 312명(응답률 93%)의 자료를 본 연구의 결과분석에 이용하였다.

## 2. 조사내용 및 방법

### 1) 신체적 특성

조사대상자의 신장과 체중은 자기기입 방식으로 조사한 후 BMI(kg/m<sup>2</sup>)를 계산하였다. BMI(body mass index)는 대한비만학회에서 제시한 기준(대한비만학회 2003)에 따라 18.5 미만은 저체중, 18.5~22.9는 정상, 23.0~24.9는 과체중, 25.0 이상은 비만으로 분류하였다.

### 2) 체형에 대한 인식

체형에 대한 인식은 Sorensen *et al*(1983)이 개발한 것을 이용하여 조사하였다. 매우 마른 체형에서 매우 뚱뚱한 체형까지 9개로 구분된 체형의 그림을 보여주고, 현재 자신의 체형 및 이상적이라고 생각하는 체형에 가장 가깝다고 생각되는 그림을 각각 선택하도록 하였다. 가장 마른 체형은 1점, 가장 뚱뚱한 체형은 9점의 순으로 값을 주어 환산된 점수를 분석하였다. 또한 자신이 인식하고 있는 현재의 체형과 이상적이라고 생각하는 체형과의 차이를 체형에 대한 불만족도로 나타내었다.

### 3) 신체만족도와 중요도

개인이 신체의 각 부위 및 전반적인 외모에 대해 느끼는 만족의 수준을 의미하는 신체만족도는 Her *et al*(2003)이 사용한 신장, 체중, 상체, 하체, 전체적인 몸매, 피부, 얼굴생김새, 머릿결, 체격, 피부색의 10개 항목으로 구성되어 조사하였고, '매우 불만족스럽다=1', '불만족스럽다=2', '보통이다=3', '만족스럽다=4', '매우 만족스럽다=5'의 5점 척도로 표시하도록 하였다. 또한, 신체만족도 평가에 이용한 것과 같은 항목과 척도를 사용하여 조사대상자가 생각하는 각 신체 부위에 대한 중요도를 측정하였다. 각 항목의 점수가 높을수록 신체만족도 및 중요도가 높음을 의미한다.

### 4) 식행동

식행동은 Kim *et al*(2003)이 개발한 식생활진단표를 이용하여 1) 충분한 섭취를 권장하는 항목; 우유 및 유제품, 육류·생선·달걀·콩류, 채소류, 과일류의 4 항목, 2) 과잉섭취를 줄이도록 권장하는 항목; 튀김 및 볶음요리(지방 섭취 관련), 고지방육류(포화지방산 섭취 관련), 짬뽕, 단순당류의 4 항목, 3) 균형잡힌 식생활에 관한 항목; 규칙적인 식사,

식품섭취의 다양성의 2항목 등 총 10항목으로 하여 조사하였다. 각 항목에 대해 ‘전혀 아니다’, ‘아니다’, ‘보통이다’, ‘그렇다’, ‘항상 그렇다’의 5점 척도로 표시하도록 하였으며, 각 항목에서 가장 바람직한 수준에 대해 5점, 가장 바람직하지 않은 수준에 대해서는 1점의 순으로 값을 주어 환산된 점수를 분석하였다. 각 항목의 점수가 높을수록 식습관이 좋은 것임을 의미한다.

3. 자료의 분석

조사결과에 대한 모든 자료는 SPSS 프로그램을 이용하여 통계처리하였으며, 빈도와 백분율(%) 또는 평균과 표준편차로 정리하였다.  $\chi^2$ -test와 *t*-test로 미용전공 여대생과 비전공 여대생에 따른 변수간의 유의성을 살펴보았으며, 항목별 상관관계는 Pearson's correlation으로 검증하였다.

결과 및 고찰

1. 신체적 특성

조사대상자의 신체적 특성은 Table 1과 같다. 평균 연령은 미용전공 여대생 19.8세, 비전공 여대생 20.5세로 미용전공 여대생에서 낮게 나타났다( $p<0.01$ ). 평균 체중과 신장은 미용전공 여대생에서 51.1 kg, 161.6 cm, 비전공 여대생에서

51.7 kg, 161.8 cm였으며, BMI(body mass index)는 미용전공 여대생 19.6, 비전공 여대생 19.8로 전공간에 유의적인 차이는 없었고, 여대생 대상의 다른 연구(Park & Yoo 1998, Chung SK 2001) 결과와 비슷한 수준이었다.

BMI를 대한비만학회의 기준(Korean Society for the Study of Obesity 2003)에 따라 분류한 결과(Table 2), 미용전공 여대생에서는 정상체중이 60.7%, 저체중 33.1%, 과체중 3.4%, 비만 2.8%인 반면, 비전공 여대생에서는 정상체중 70.1%, 저체중 24.6%, 과체중 5.4%로 나타나 미용전공 여대생에서 비전공 여대생에 비해 정상체중의 비율은 낮고 저체중의 비율이 더 높은 것으로 나타났다( $p<0.05$ ). BMI 분류에 따른 비만도 판정결과, 비만에 해당하는 여대생은 총 4명으로 너무 적어서 이후의 결과분석에서는 과체중군에 포함시켜 통계처리하였다. 본 조사결과, 저체중 여대생의 비율이 과체중이나 비만보다 높게 나타나 체중조절과 관련하여 보다 더 관심을 기울여야 할 부분으로 생각되며, 최근에 실시된 여대생 대상의 다른 연구들과 비교시 Chin & Chang(2005)이 보고한 저체중 33.8%, 과체중 12.1%보다는 과체중의 비율이 약간 낮은 수준이었고, Chung & Min(2006) 연구에서의 저체중 12.9%, 정상체중 62.3%, 과체중 13.6%, 비만 11.2%에 비해서는 저체중의 비율이 높은 경향을 보였다.

2. 체중조절 경험

조사대상자의 체중조절 경험 여부를 조사한 결과는 Table 3과 같다. 체중조절 경험이 있다고 응답한 비율은 미용전공 여대생 63.4%, 비전공 여대생 68.3%로 나타났으며, 전공 여부에 따른 유의적인 차이는 없었다. 본 연구결과는 체중조절 경험 비율을 조사한 Chung SK(2001)의 연구결과인 68.7%, Chung & Min(2006)의 64.3%와 거의 일치하였으나, BMI가 우리보다 높은 미국 여성의 46~59%(Neumark-Sztainer *et al* 2000, Wardle *et al* 2006)보다는 매우 높은 수준이었다.

BMI 분류별로 보면 과체중 이상에서 체중조절을 시도한 경우는 미용전공 여대생 100%, 비전공 여대생 77.8%였으며,

Table 1. Height, weight and BMI of the subjects

	Major	Non-major	Total	<i>t</i> -value
Age(years)	19.8±2.3 <sup>1)</sup>	20.5±2.2	20.2±2.3	-2.856**
Weight(kg)	51.1±5.9	51.7±5.3	51.4±5.6	-1.005
Height(cm)	161.6±5.5	161.8±4.8	161.7±5.1	-0.275
BMI(kg/m <sup>2</sup> ) <sup>2)</sup>	19.6±2.2	19.8±1.8	19.7±2.0	-0.864

<sup>1)</sup> Mean±SD.

<sup>2)</sup> BMI : body mass index.

\*\*  $p<0.01$ .

Table 2. BMI classification of the subjects

	Major	Non-major	Total	$\chi^2$ -value	
Distribution of BMI	Underweight	48(33.1)	41(24.6)	89( 28.5)	8.286*
	Normal weight	88(60.7)	117(70.1)	205( 65.7)	
	Overweight	5( 3.4)	9( 5.4)	14( 4.5)	
	Obesity	4( 2.8)	0( 0.0)	4( 1.3)	
Total	145(46.5)	167(53.5)	312(100.0)		

\*  $p<0.05$ .

Table 3. Experience of weight control according to BMI classification

Weight control experience	Major				$\chi^2$ -value	Non-major				$\chi^2$ -value	Total (n=312)
	Under weight (n=48)	Normal weight (n=88)	Over weight (n=9)	Total (n=145)		Under weight (n=41)	Normal weight (n=117)	Over weight (n=9)	Total (n=167)		
Yes	18(37.5)	65(73.9)	9(100.0)	92(63.4)	23.237***	21(51.2)	86(73.5)	7(77.8)	114(68.3)	7.357*	206(66.0)
No	30(62.5)	23(26.1)	0(0.0)	53(36.6)		20(48.8)	31(26.5)	2(22.2)	53(31.7)		106(34.0)

\*  $p < 0.05$ , \*\*\*  $p < 0.001$ .

정상체중임에도 체중조절을 시도한 경우가 미용전공 여대생 73.9%, 비전공 여대생 73.5%이었고, 심지어 저체중임에도 불구하고 체중조절을 시도한 경우는 미용전공 여대생 37.5%, 비전공 여대생 51.2%로 나타나( $p < 0.001$ ,  $p < 0.05$ ), 체중조절이 불필요한 저체중 또는 정상체중의 여대생들도 대부분 체중조절을 실시하고 있음을 알 수 있었고, 그 경향은 비전공 여대생에서 더 크게 나타났다. 이는 여대생들이 다른 체형에 대한 지나친 동경으로 인해 자신의 현재체형과 관계없이 체중조절을 시도하였기 때문인 것으로 생각된다(Chung & Min 2006). Park *et al*(1997)은 저체중인 여대생의 53.8%, 정상체중인 여대생의 60.5%가 체중조절을 한다고 보고하였으며, Chung & Choi(2002)의 연구에서는 체중조절 경험이 있다고 응답한 학생이 정상체중군 67.2%, 저체중군 26.7%, 과체중군 72.7%로 나타나 본 연구결과와 유사한 경향을 보였다.

### 3. 체형에 대한 인식

조사대상자의 체형에 대한 인식을 조사한 결과는 Table 4에 제시하였다. 바람직한 체형의 점수를 9점 만점에 5점으로 보았을 때, 현재의 체형에 대한 인식은 미용전공 여대생이 4.61, 비전공 여대생이 4.95로 미용전공 여대생이 비전공 여대생에 비해 자신을 더 말랐다고 생각하는 것으로 나타났으며( $p < 0.05$ ), 이는 BMI에 따른 비만도의 분류에서 미용전공

Table 4. Perception of body image of the subjects

	Major	Non-major	Total	t-value
Perceived current figure	4.61±1.35 <sup>1)</sup>	4.95±1.26	4.79±1.31	-2.251*
Perceived ideal figure	3.62±0.84	3.67±0.75	3.65±0.79	-0.629
Dissatisfaction of body image	1.01±1.40	1.27±1.37	1.15±1.39	-1.595

<sup>1)</sup> Mean±SD.

\*  $p < 0.05$ .

여대생의 저체중 비율이 비전공 여대생에 비해 높게 나타났다는 것과 연관되는 것으로 생각된다.

자신이 이상적이라고 생각하는 체형에 대한 인식은 미용전공 여대생 3.62, 비전공 여대생 3.67로 나타나 전공과 상관 없이 여대생들은 자신의 현재체형보다 더 마른 체형을 선호하는 것을 알 수 있었다. 현재 자신의 체형과 이상적인 체형 간의 차이인 체형에 대한 불만족도는 미용전공 여대생 1.01, 비전공 여대생 1.27로 조사대상자들은 현재 자신의 체형에 불만족하여 체중을 줄이고자 하는 욕구를 가지고 있는 것으로 나타났으며, 이러한 결과는 청년기 여성의 체형에 대한 불만족도가 1.48로 나온 연구결과(Ryu & Yoon 1999) 및 청소년기 여성의 불만족도가 1.03으로 나온 연구결과(Her *et al* 2003)와 유사하였다. 체형에 대한 불만족을 초래하는 요인으로는 현재의 체형이 뚱뚱할수록, 사회에서 이상적인 체형으로 마른 체형을 선호할수록, 마스크의 영향을 많이 받을수록 스트레스가 크게 인지되어 체형에 대한 불만이 커지는 것으로 보고되어 있다(Ryu *et al* 1999).

체중조절 경험 여부 및 BMI 분류에 따라 체형인식을 분석한 결과는 Table 5와 같다. 체중조절 경험 여부에 따른 체형인식을 살펴보면, 현재의 체형에 대한 인식은 체중조절 시도군이 전체 평균 5.10점, 비시도군이 4.17점으로 미용전공( $p < 0.001$ ) 및 비전공 여대생( $p < 0.01$ ) 모두에서 체중조절 경험을 가진 경우, 현재 자신의 체형을 더 뚱뚱하다고 인식하고 있었다. 반면, 이상체형에 대한 인식에서는 체중조절 경험 여부에 따른 유의적인 차이가 나타나지 않았는데, 이는 체중조절 시도군과 비시도군 모두 마른 체형을 선호하고 있기 때문으로 해석되며, 이상체형에 대한 인식은 개인적 요인보다는 광고나 TV 등의 영향이 큰 현대 사회에서 사회문화적으로 형성되므로 군간 차이가 없는 것으로 보여진다(Kim *et al* 1998).

BMI 분류에 따른 체형인식을 살펴보면, 현재의 체형에 대한 인식은 저체중 여대생의 평균 점수가 3.50점, 정상체중 여대생은 5.21점, 과체중 이상은 6.47점으로 전공 여부에 상관 없이 자신의 실제 체형별로 비교적 바르게 현재체형에 대해 인식하고 있는 것으로 나타났다( $p < 0.001$ ). 반면, 이상적인 체

Table 5. Perception of body image according to weight control experience and BMI classification

Variables	Weight control experience		t-value	BMI classification			F-value	
	Yes	No		Under weight	Normal weight	Over weight		
Perceived current figure	Major	5.03±1.28 <sup>1)</sup>	3.89±1.17	5.351 <sup>***</sup>	3.40±1.03	5.08±0.95	6.75±1.04	66.011 <sup>***</sup>
	Non-major	5.16±1.14	4.47±1.38	3.119 <sup>**</sup>	3.63±0.95	5.30±1.02	6.22±0.67	50.387 <sup>***</sup>
	Total	5.10±1.20	4.17±1.30	6.241 <sup>***</sup>	3.50±0.99	5.21±1.00	6.47±0.87	117.328 <sup>***</sup>
Perceived ideal figure	Major	3.57±0.91	3.70±0.70	-0.876	3.65±0.79	3.51±0.68	4.56±1.67	7.011 <sup>**</sup>
	Non-major	3.61±0.74	3.81±0.77	-1.553	3.83±0.80	3.61±0.73	3.78±0.67	1.372
	Total	3.60±0.82	3.75±0.73	-1.664	3.73±0.79	3.57±0.71	4.17±1.30	5.610 <sup>**</sup>
Dissatisfaction of body image	Major	1.50±1.19	0.19±1.36	6.027 <sup>***</sup>	-0.25±1.21	1.56±0.98	2.63±0.74	55.406 <sup>***</sup>
	Non-major	1.54±1.31	0.65±1.31	4.062 <sup>***</sup>	-0.23±1.05	1.69±1.11	2.44±0.53	53.227 <sup>***</sup>
	Total	1.52±1.26	0.41±1.35	6.995 <sup>***</sup>	-0.24±1.13	1.64±1.06	2.53±0.62	111.018 <sup>***</sup>

<sup>1)</sup> Mean±SD.

\*\*  $p < 0.01$ , \*\*\*  $p < 0.001$ .

형에 대한 인식에서는 저체중 여대생의 경우 현재 인식하고 있는 체형보다 약간 더 뚱뚱한 체형을 희망하고 있었고, 정상체중 및 과체중 이상에서는 현재의 체형보다 더 마른 체형으로 되고 싶어하는 것으로 나타났다. 결과적으로 현재 자신의 체형과 이상적인 체형과의 차이인 체형에 대한 불만족도는 저체중군에서는 낮게(-0.24) 나타난 반면, 정상체중(1.64)과 과체중 이상(2.53)으로 갈수록 불만족도가 증가하여 현재의 체형에 대해 만족하지 못하고 있음을 알 수 있었다. 이는 전체적인 체형만족도가 자신의 현재체형과 유의적인 상관관계가 있어 체형이 커질수록 자신의 체형에 대해 더 불만족했다는 보고(Ryu & Yoon 1999)와 일치하는 결과이며, 자신의 체형에 대한 왜곡된 생각과 이에 따른 체형불만족이 무리한 체중조절 행동으로 이어질 수 있음이 보고되어 있다(Bresolin L 1993, Kim & Won 1996, Kim *et al* 1998). 한편, 전공별로 이상체형에 대한 인식을 살펴본 결과, 미용전공 여대생에서는 저체중(3.65) 및 정상체중군(3.51)에 비해 과체중 이상군(4.56)에서 점수가 높아져서 비교적 바람직한 체형을 희망하고 있는 것으로 나타났으나( $p < 0.01$ ), 비전공 여대생에서는 BMI 분류에 따른 유의적인 차이가 없었으며, 즉 자신의 체형과 관계없이 매우 마른 체형을 이상적으로 생각하고 있는 것으로 나타났다.

#### 4. 신체만족도와 중요도

조사대상자의 신체만족도를 측정된 결과는 Table 6과 같다. 전체 평균 신체만족도 점수는 5점 만점에 미용전공 여대생 2.64, 비전공 여대생 2.57로 보통 이하의 만족도를 가지고 있는 것으로 나타났다. 10개 항목 중 신체만족도 점수가 가

장 높게 나타난 항목은 미용전공 여대생의 경우 '얼굴생김새'(2.92), 비전공 여대생은 '피부색'(2.89)이었으며, 다음으로 미용전공 여대생은 '피부색'(2.86), '머릿결'(2.77)의 순이었으며, 비전공 여대생은 '얼굴생김새'(2.87), '머릿결'(2.85)의 순으로 나타났다. 신체만족도 점수가 가장 낮게 나타난 항목은 미용전공 및 비전공 여대생 모두에서 '하체'(2.18; 2.13)였으며, 다음으로 '체중'(2.47; 2.33), '상체'(2.57; 2.43)의 순이었다. 전공별로 보면 '전체적인 몸매' 항목에서만 미용전공 여대생(2.59)이 비전공 여대생(2.42)에 비해 신체만족도 점수가 높게 나타났고( $p < 0.05$ ), 나머지 9개 항목에서는 전공간에 유의적인 차이를 보이지 않았다. 신체만족도를 조사한 Park *et al*(2004)의 연구에서는 여대생들이 대부분의 신체 부위에 대해 만족하지 못하였으며, 특히 하체의 굽기와 비만 관련 항목에서 불만족하는 것으로 나타났고, Her *et al*(2003)도 여자 청소년의 경우 '피부색'에 대한 만족도가 가장 높으며, '하체'에 대한 신체만족도가 가장 낮은 것으로 보고하여 본 연구 결과와 유사하였다. 이러한 결과들로부터 여성들의 '하체'부분이 신체불만을 결정하는데 중요한 요인임을 알 수 있었다.

만족도와 같은 항목을 가지고 신체 부위에 대해 어느 정도의 중요성을 가지고 있는지를 분석하여 Table 6에 나타내었다. 전체 평균 신체중요도 점수는 미용전공 여대생 3.86, 비전공 여대생 3.82로 신체만족도 점수에 비해 높게 나타났고, 가장 중요하다고 생각되는 항목은 미용전공 및 비전공 여대생 모두에서 '체격'(4.26; 4.03)이었으며, 다음으로 '전체적인 몸매'(4.13; 4.00), '얼굴 생김새'(4.04; 3.99)의 순으로 나타났다. 가장 낮은 중요도를 보인 항목은 미용전공 여대생의

Table 6. Body satisfaction and body importance of the subjects

	Body satisfaction			t-value	Body importance			t-value
	Major	Non-major	Total		Major	Non-major	Total	
Height	2.63±1.07 <sup>1)</sup>	2.65±0.98	2.64±1.02	-0.216	3.63±0.87	3.66±0.75	3.65±0.80	-0.330
Weight	2.47±0.92	2.33±0.89	2.39±0.91	1.362	3.87±0.84	3.86±0.75	3.86±0.79	0.141
Upper part of the body	2.57±1.03	2.43±0.89	2.49±0.96	1.350	3.62±0.82	3.68±0.72	3.65±0.77	-0.642
Lower part of the body	2.18±0.90	2.13±0.88	2.15±0.89	0.472	3.70±0.84	3.72±0.78	3.71±0.81	-0.229
Overall appearance	2.59±0.79	2.42±0.67	2.50±0.73	2.002*	4.13±0.80	4.00±0.77	4.06±0.78	1.481
Skin	2.70±0.84	2.57±0.74	2.63±0.79	1.357	3.78±0.84	3.78±0.80	3.78±0.82	0.009
Feature	2.92±0.80	2.87±0.84	2.89±0.82	0.606	4.04±0.83	3.99±0.79	4.02±0.81	0.516
Hair condition	2.77±1.17	2.85±1.06	2.81±1.11	-0.625	3.68±0.89	3.65±0.76	3.67±0.82	0.319
Physique	2.71±1.09	2.62±1.02	2.66±1.05	0.783	4.26±0.71	4.03±0.72	4.14±0.72	2.856**
Skin color	2.86±0.97	2.89±0.96	2.87±0.96	-0.283	3.83±0.84	3.75±0.76	3.79±0.80	0.871
Mean	2.64±0.54	2.57±0.55	2.60±0.54	1.053	3.86±0.62	3.82±0.62	3.84±0.62	0.544

<sup>1)</sup> Mean±SD.

\*  $p < 0.05$ , \*\*  $p < 0.01$ .

경우는 '상체'(3.62), 비전공 여대생은 '머릿결'(3.65)이었으며, 다음으로 미용전공 여대생은 '신장'(3.63), '머릿결'(3.68)의 순이었고, 비전공 여대생은 '신장'(3.66), '상체'(3.68)의 순으로 나타났다. 전공별로 보면 '체격' 항목에서만 미용전공 여대생(4.26)이 비전공 여대생(4.03)에 비해 신체중요도 점수가 높게 나타났고( $p < 0.01$ ), 나머지 9개 항목에서는 전공 간에 유의적인 차이를 보이지 않았다. 청소년 여학생들의 신체중요도를 조사한 다른 연구(Her et al 2003)에서는 '전체적인 몸매'와 '피부'의 순으로 중요하게 생각하는 것으로 나타나 본 조사결과와는 차이를 보였다.

체중조절 경험 여부 및 BMI 분류에 따른 신체만족도와 중

요도를 분석한 결과(Table 7), 신체만족도는 미용전공 여대생의 경우 체중조절 경험에 따른 차이가 나타나지 않았으나, 비전공 여대생에서는 체중조절 경험이 있는 학생의 신체만족도가 경험이 없는 학생의 신체만족도보다 낮게 나타났다( $p < 0.01$ ). 신체만족도가 낮은 경우 체중조절을 위한 시도가 더 많아짐은 여러 연구(Kim et al 1998, Anderson et al 2002, Her et al 2003, Gingras et al 2004)에서 보고된 바 있다. 또한, 신체만족도가 미용전공 여대생의 경우에는 저체중 및 정상체중군에서( $p < 0.05$ ), 비전공 여대생에서는 저체중군에서( $p < 0.01$ ) 다른 군에 비해 높은 것으로 나타나, 정상체중의 미용전공 여대생이 비전공 여대생에 비해 자신의 신체에 대해

Table 7. Body satisfaction and body importance according to weight control experience and BMI classification

Variables		Weight control experience		t-value	BMI classification			F-value
		Yes	No		Under weight	Normal weight	Over weight	
Body satisfaction	Major	2.60±0.54 <sup>1)</sup>	2.71±0.52	-1.218	2.68±0.59	2.66±0.48	2.18±0.65	3.690*
	Non-major	2.50±0.52	2.73±0.59	-2.589**	2.82±0.51	2.49±0.55	2.54±0.42	5.621**
	Total	2.54±0.53	2.72±0.56	-2.767**	2.74±0.56	2.56±0.53	2.36±0.56	5.415**
Body importance	Major	3.88±0.63	3.82±0.61	0.599	3.94±0.54	3.82±0.57	3.76±1.24	0.674
	Non-major	3.86±0.66	3.73±0.51	1.246	3.67±0.59	3.88±0.63	3.71±0.54	1.916
	Total	3.87±0.65	3.77±0.56	1.285	3.82±0.58	3.86±0.61	3.73±0.93	0.393

<sup>1)</sup> Mean±SD.

\*  $p < 0.05$ , \*\*  $p < 0.01$ .

보다 더 만족하고 있음을 알 수 있었다. 신체중요도의 경우는 미용전공 및 비전공 여대생 모두에서 체중조절 경험과 비만도에 따른 유의적인 차이를 볼 수 없었다.

5. 식습관

조사대상자의 식습관을 조사하여 Table 8에 제시하였다. 미용전공 및 비전공 여대생의 평균 식습관 점수는 5점 만점에 2.80이었으며, 전체 평균 점수가 3.0 이상인 경우를 정상 성인의 식습관이라고 보았을 때(Kim et al 2003), 본 조사대상 여대생의 식습관은 정상보다 약간 낮은 것으로 나타났다. 이러한 결과는 선행 연구들에서 보고된 여대생의 불규칙한 식사, 폭식, 편식, 편의식품 이용 등의 문제(Kim et al 2002, Cheong et al 2002, Kim KH 2003) 및 체중조절을 위한 식사량 감소의 문제(Kim et al 1997, Kim et al 1998, Park & Yoo 1998) 등과 연관되어 나타났을 것으로 생각된다.

항목별로 보면 미용전공 및 비전공 여대생 모두에서 채소

류(3.28; 3.34) 섭취관련 점수가 가장 높았으며, 그 다음은 균형식(3.26; 3.19)으로 나타나 이 두 항목에서만 좋은 식습관을 가진 것으로 조사되었다. 가장 낮은 점수를 보인 항목은 미용전공 여대생의 경우 고기·생선·계란·콩류의 섭취(2.44), 비전공 여대생은 식사의 규칙성(2.40)이었으며, 다음으로 낮은 점수를 보인 항목은 미용전공 여대생의 경우 식사의 규칙성, 짠음식 섭취의 순으로 나타났고, 비전공 여대생에서는 짠음식 섭취, 고지방육류 섭취의 순으로 나타났다. 전공별로는 우유 및 유제품 섭취와 고기·생선·계란·콩류 섭취의 항목에서 미용전공 여대생에 비해 비전공 여대생에서 유의적으로( $p < 0.01$ ,  $p < 0.05$ ) 높은 점수를 보였다.

체중조절 경험 여부 및 BMI 분류에 따른 식습관을 분석한 결과(Table 9), 미용전공 여대생과 비전공 여대생 모두에서 유의적인 차이가 없는 것으로 나타났다. 여대생들의 식생활 태도나 식습관이 비만도에 따른 체중군별로 유의한 차이가 없음을 다른 연구에서도 보고되어 있다(Chung & Choi 2002,

Table 8. Dietary habit scores of the subjects

	Major	Non-major	Total	t-value
Eat the milk or dairy product everyday over the one serving size.	2.61±0.97 <sup>1)</sup>	2.92±1.06	2.78±1.03	-2.656**
Eat the meat, fish, egg, bean or fofu every day over the 3~4 serving size.	2.44±0.82	2.66±0.88	2.56±0.85	-2.319*
Eat the vegetable and kimchi every meal.	3.28±1.01	3.34±1.02	3.31±1.01	-0.457
Eat one serving size of fruit or fruit juice every.	2.99±1.04	2.97±0.98	2.98±1.01	0.143
Eat the fried or stir-fried food every two days over the one serving size.	2.82±0.95	2.70±0.90	2.76±0.92	1.121
Eat the fatty meat(etc. bacon, a lib) every three days over the one serving size.	2.61±0.87	2.56±0.89	2.58±0.88	0.441
Add the table salt or sauce to food in generally.	2.56±1.08	2.44±1.00	2.50±1.04	0.956
Eat ice-cream, cake, snack, soda(etc. Coke, cider) between meals everyday.	2.96±1.12	2.78±1.04	2.86±1.08	1.430
Keep the three regular meals a day.	2.50±1.16	2.40±1.05	2.44±1.10	0.813
Eat the variety foods(eat the balanced diet).	3.26±1.12	3.19±1.02	3.22±1.07	0.569
Mean	2.80±0.42	2.80±0.44	2.80±0.43	-0.101

<sup>1)</sup> Mean±SD.

\*  $p < 0.05$ , \*\*  $p < 0.01$ .

Table 9. Dietary habit scores according to weight control experience and BMI classification

Variables	Weight control experience		t-value	BMI classification			F-value	
	Yes	No		Under weight	Normal weight	Over weight		
Dietary habit	Major	2.80±0.47 <sup>1)</sup>	2.79±0.34	0.148	2.79±0.46	2.83±0.36	2.56±0.70	1.704
	Non-major	2.81±0.42	2.79±0.49	0.352	2.80±0.52	2.82±0.42	2.69±0.34	0.339
	Total	2.81±0.44	2.79±0.42	0.364	2.80±0.48	2.82±0.40	2.62±0.54	1.751

<sup>1)</sup> Mean±SD.

Yoon YS 2002, Chin & Chang 2005). 한편, Ryu & Yoon(2000)은 체중조절 시도 여성이 비시도군에 비해 식습관 점수가 낮게 나타남을 보고하였으나, 본 연구에서는 그러한 경향이 보이지 않았다.

6. 각 변수의 상관관계

조사대상자의 BMI, 체형에 대한 인식, 신체만족도와 중요도 및 식습관 간의 상관관계를 분석한 결과는 Table 10에 제시하였다. 미용전공 및 비전공 여대생 모두에서 BMI값은 체형인식( $r=0.744, p<0.001$ ;  $r=0.716, p<0.001$ ) 및 체형에 대한 불만족도( $r=0.647, p<0.001$ ;  $r=0.649, p<0.001$ )와 양의 상관관계를, 신체만족도와는 음의 상관관계( $r=-0.258, p<0.01$ ;  $r=-0.246, p<0.001$ )를 보였고, 체형인식은 체형에 대한 불만족도와 양의 상관관계( $r=0.851, p<0.001$ ;  $r=0.841, p<0.001$ )를, 신체만족도와는 음의 상관관계( $r=-0.268, p<0.01$ ;  $r=-0.333, p<0.001$ )를 보여 BMI가 증가할수록 현재 자신의 체형을 똥똥하다고 인식하여 자신의 체형 및 신체에 만족하지 못하는 것으로 나타났으며, 이는 청소년을 대상으로 한 연구(Kang *et al* 1994, Song *et al* 1999)에서와 같은 결과였다. 또한 신체만족도와 중요도의 관계에 있어서는 비전공 여대생에서만 음의 상관관계( $r=-0.186, p<0.05$ )를 보여 자신의 신체에 불만족할 경우 중요성을 더 크게 두고 있는 것

로 나타났다.

식습관과 다른 요인과의 관련성을 분석한 결과, 미용전공 여대생에서는 식습관과 신체만족도( $r=0.231, p<0.01$ ) 및 중요도( $r=0.169, p<0.05$ ) 간에 양의 상관관계를 보여 자신의 신체에 만족하고 중요하게 생각할수록 바람직한 식행동을 하는 것으로 나타났으며, 비전공 여대생에서는 이러한 상관관계를 볼 수 없었다. Bellisle *et al*(1995)은 인식체형과 체중이 체중감량을 하는 식행동과 관련성이 크다고 보고하였고, Won HR(1998)은 인식체형과 실제체형(비만도)이 이상식습관과 관련된 식행동과 높은 상관관계가 있으며, 또한 인식체형이 실제체형보다 유의성이 더 큰 것으로 나타나 자신의 체형에 대한 잘못된 평가가 식습관과 영양섭취에 부정적인 영향을 미칠 수 있음을 보고하였다. 본 조사결과, 미용전공 여대생에서 BMI는 식습관과 상관관계가 없는 반면, 신체만족도가 식습관에 영향을 미치는 것으로 나타난 것은 비만 여부 자체보다는 자신의 신체에 대하여 느끼는 주관적인 생각과 평가가 균형잡힌 식생활을 영위하는데 영향을 더 미칠 수 있음을 제시한다고 하겠다. 따라서 체중조절과 관련하여 여대생을 대상으로 영양교육을 실시함에 있어, 우선적으로 여대생들이 자신의 체형에 대한 올바른 인식을 통하여 자신의 신체를 긍정적으로 생각하도록 인지시키는 일이 중요하다고 생각된다.

Table 10. Correlation coefficients between BMI, body image, body satisfaction and dietary habit

Variables	BMI	Current body image	Dissatis faction of body image	Body satisfaction	Body importance	Dietary habit
Major						
BMI	1					
Current body image	0.744***	1				
Dissatisfaction of body image	0.647***	0.851***	1			
Body satisfaction	-0.258**	-0.268**	-0.269**	1		
Body importance	-0.152	-0.073	-0.031	0.159	1	
Dietary habit	-0.148	-0.010	0.012	0.231**	0.169*	1
Non-major						
BMI	1					
Current body image	0.716***	1				
Dissatisfaction of body image	0.649***	0.841***	1			
Body satisfaction	-0.246***	-0.333***	-0.365***	1		
Body importance	0.093	0.137	0.183*	-0.186*	1	
Dietary habit	0.003	0.085	0.008	-0.028	0.044	1

\*  $p<0.05$ , \*\*  $p<0.01$ , \*\*\*  $p<0.001$ .



## 요약 및 결론

본 연구는 2004년 9월 6일부터 9월 17일까지 수원시에 소재하는 대학에 재학중인 미용전공 여대생 145명과 비전공 여대생 167명, 총 312명을 대상으로 체형에 대한 인식, 신체만족도와 중요도 및 식습관을 조사하였으며 그 결과를 요약하면 다음과 같다.

- 1) 조사대상자의 평균 신장과 체중은 각각 161.7 cm와 51.4 kg이었고, 평균 BMI는 19.7이었으며, 미용전공 여대생에서 비전공 여대생에 비해 저체중의 비율이 더 높았다( $p<0.05$ ).
- 2) 체중조절의 경험을 가진 여대생은 66.0%로 전공에 따른 차이가 없었다. 과체중 이상에서 체중조절을 시도한 경우는 미용전공 100%, 비전공 77.8%였으며, 정상체중임에도 체중조절을 시도한 경우가 미용전공 73.9%, 비전공 73.5%이었고, 심지어 저체중임에도 불구하고 체중조절을 시도한 경우는 미용전공 37.5%, 비전공 51.2%로 나타났다( $p<0.001$ ,  $p<0.05$ ).
- 3) 현재 자신의 체형에 대해서는 전공에 상관없이 체중조절 경험을 가진 여대생에서 자신을 더 뚱뚱하다고 인식하고 있었으며, 자신의 실제 체형별로 비교적 바르게 현재체형에 대해 인식하고 있었다. 이상체형에 대한 인식은 체중조절 경험 여부에 따른 유의적인 차이가 없었고, 미용전공 여대생의 경우에는 저체중 및 정상체중군에 비해 과체중 이상군에서 비교적 바람직한 체형을 희망하고 있는 것으로 나타난 반면, 비전공 여대생은 자신의 체형과 관계없이 매우 마른 체형을 이상적으로 생각하고 있는 것으로 나타났다.
- 4) 신체만족도는 5점 만점에 평균 2.60으로 전공에 따른 차이가 없었으며, 가장 높게 나타난 항목은 미용전공 여대생의 경우 '얼굴생김새', 비전공 여대생은 '피부색'이었고, 가장 낮은 만족도를 보인 항목은 미용전공 및 비전공 여대생 모두에서 '하체'였으며, 신체중요도는 신체만족도에 비해 모든 항목에서 점수가 높게 나타났다. 신체만족도는 미용전공 여대생의 경우 체중조절 경험에 따른 차이가 나타나지 않았으나, 비전공 여대생에서는 체중조절 경험이 있는 학생의 신체만족도가 경험이 없는 학생에서보다 낮게 나타났다( $p<0.01$ ). 또한, 신체만족도는 미용전공 여대생의 경우 저체중 및 정상체중군에서( $p<0.05$ ), 비전공 여대생에서는 저체중군에서( $p<0.01$ ) 높게 나타났다.
- 5) 평균 식습관 점수는 5점 만점에 2.80으로 정상보다 약간 낮게 나타났으며, 미용전공 및 비전공 여대생 모두에서 채소류 섭취관련 점수가 가장 높았고, 가장 낮은 점수를 보인 항목은 미용전공 여대생의 경우 고기·생

선·계란·콩류의 섭취, 비전공 여대생은 식사의 규칙성이었다. 미용전공 여대생에 비해 비전공 여대생에서 우유 및 유제품 섭취와 고기·생선·계란·콩류 섭취의 두 항목에서 유의적으로( $p<0.01$ ,  $p<0.05$ ) 높은 점수를 보였다. 체중조절 경험 여부 및 BMI 분류에 따른 식습관은 유의적인 차이가 없는 것으로 나타났다.

- 6) BMI값은 미용전공 및 비전공 여대생 모두에서 체형인식( $p<0.001$ ,  $p<0.001$ ) 및 체형에 대한 불만족도( $p<0.001$ ,  $p<0.001$ )와 양의 상관관계를, 신체만족도와는 음의 상관관계( $p<0.01$ ,  $p<0.001$ )를 보였고, 체형인식은 체형에 대한 불만족도와 양의 상관관계( $p<0.001$ ,  $p<0.001$ )를, 신체만족도와는 음의 상관관계( $p<0.01$ ,  $p<0.001$ )를 보여 BMI가 증가할수록 자신을 뚱뚱하다고 인식하여 자신의 체형 및 신체에 만족하지 못하는 것으로 나타났다. 식습관은 미용전공 여대생에서 신체만족도( $p<0.01$ ) 및 중요도( $p<0.05$ )와 양의 상관관계를 보여 자신의 신체에 만족하고 중요하게 생각할수록 바람직한 식행동을 하는 것으로 나타났으며, 비전공 여대생에서는 이러한 상관관계를 볼 수 없었다.

본 조사결과, 미용전공 및 비전공 여대생 모두에서 자신의 현재체형에 대해서는 바르게 인식하고 있는 반면, 체중조절이 필요치 않은 정상체중의 여대생들도 현재체형보다 더 마른 체형이 되기를 희망하고 있는 것으로 나타났다. 또한, 정상체중 여대생의 신체에 대한 만족도는 미용전공 여대생에서 비전공 여대생에 비해 높게 나타났으며, 특히 미용전공 여대생에서는 신체만족도가 바람직한 식습관 형성에 긍정적인 영향을 미칠 수 있는 것으로 나타났다. 이로부터 여대생을 대상으로 자신의 체형을 올바르게 인식시킴과 더불어 식습관의 변화를 유도할 수 있는 구체적이고 지속적인 영양교육이 필요하며, 이 과정에 신체만족도와 같은 심리적 측면도 함께 고려되어야 할 것으로 생각된다.

## 문헌

- Anderson LA, Eyler AA, Galuska DA, Brown DR, Brownson RC (2002) Relationship of satisfaction with body size and trying to lose weight in a national survey of overweight and obese women aged 40 and older, United States. *Prev Med* 35: 390-396.
- Bellisle F, Monneuse MO, Steptoe A, Wardle J (1995) Weight concerns and eating pattern: a survey of university students in Europe. *Int J Obes Relat Metab Disord* 19: 723-730.
- Bresolin L (1993) Body image and health counseling for women. *Arch Fam Med* 2: 1084-1087.

- Chang YK, Byun KW, Lee BK, Lee JH, Lee HN, Cho YY (2006) Medical Nutrition Therapy. Hyoilbooks, Seoul, pp 250-253.
- Chang SK (2001) Weight control practices and body image of female college students. *J Korean Soc Health Promot* 18: 163-175.
- Chang SK, Min SY (2006) Body satisfaction and weight control loss in women college students. *J Korean Acad Fundam Nurs* 13: 485-492.
- Cheong SH, Kwon WJ, Chang KJ (2002) A comparative study on the dietary attitudes, dietary behaviors and diet qualities of food and nutrition major and non-major female university students. *Korean J Comm Nutr* 7: 293-303.
- Chin JH, Chang KJ (2005) College students' attitude toward body weight control, health-related lifestyle and dietary behavior by self-perception on body image and obesity index. *J Korean Soc Food Sci Nutr* 34: 1559-1565.
- Chung NY, Choi SM (2002) Body mass index and food habits of female university students in Seoul. *Korean J Soc Food Cookery Sci* 18: 505-515.
- Gingras J, Fitzpatrick J, MaCargar L (2004) Body image of chronic dieters: lowered appearance evaluation and body satisfaction. *J Am Diet Assoc* 104: 1589-1592.
- Her ES, Kang HJ, Lee KH (2003) The factors associated with weight control experiences among adolescents - based on self-esteem, body-cathexis, attitudes toward the body, anthropometric characteristics and perceptions of body shape-. *Korean J Comm Nutr* 8: 658-666.
- Kang JW, Park CW, Park HW, Chung HS, Park YR (1994) Relation between depressive trends and body weight in teen-age girls. *J Korean Acad Med* 15: 639-647.
- Kang MY, Yu EK (2005) Appearance-making and physical satisfaction in majoring beauty high school students. *J Korean Soc Cosm* 11: 217-223.
- Kim BR, Han YB, Chang UJ (1997) A survey on the attitude toward weight control, diet behavior and food habits of college students. *Korean J Comm Nutr* 2: 530-538.
- Kim IS, Yu HH, Han HS (2002) Effects of nutrition knowledge, dietary attitude, dietary habits and life style on the health of college students in the Chungnam ares. *Korean J Comm Nutr* 7: 45-57.
- Kim KH (2003) A study of the dietary habits, the nutritional knowledge and the consumption patterns of convenience foods of university students in the Gwangju area. *Korean J Comm Nutr* 8: 181-191.
- Kim KW, Lee MJ, Kim JH, Shim YH (1998) A study on weight control attempt and related factors among college female students. *Korean J Comm Nutr* 3: 21-33.
- Kim KW, Shin WM (2002) A study on nutrition knowledge, nutritional attitudes, dietary behavior and dietary intake by weight control attempt among middle school female students. *Korean J Comm Nutr* 7: 23-31.
- Kim SY, Won WJ (1996) Factors affecting body image distortion. *J Korean Acad Fam Med* 15: 639-647.
- Kim WY, Cho MS, Lee HS (2003) Development and validation of mini dietary assessment index for Koreans. *Korean J Nutr* 36: 83-92.
- Kim YO (2002) Weight control behaviors among Korean adults: association with dietary intake. *J Korean Soc Food Sci Nutr* 31: 1018-1025.
- Korean Society for the Study of Obesity (2003) Contemporary diagnosis and management of obesity. Haneohak, Seoul. pp 7-9.
- Matusek JA, Wendt SJ, Wesiman CV (2004) Dissonance thin-ideal and healthy behavior eating disorder prevention programs: results from a controlled trial. *Inter J Eating Disorders* 36: 376-388.
- Ministry of Health & Welfare (2006) 2005 National Health and Nutrition Survey. Retrieved September 3, 2006, from <http://www.mohw.go.kr/>
- Neumark-Sztainer D, Rock CL, Thornquist MD, Cheskin LJ, Neuhouseer ML, Barnette MJ (2000) Weight-control behaviors among adults and adolescents: association with dietary intake. *Prev Med* 30: 381-391.
- Park HS, Lee HO, Sung CJ (1997) Body image, eating problems and dietary intakes among female college students in urban area of Korea. *Korean J Comm Nutr* 2: 505-514.
- Park JK, Nam YJ, Choi KM (2004) A comparison of satisfaction for actual body and perceived body between Korean and Japanese female college students. *J Korean Soc Cloth Textiles* 28: 758-766.
- Park SJ, Yoo YS (1998) A study of dietary behavior regarding weight control of female college students. *J East Asian Soc Dietary Life* 8: 147-154.
- Ryu HK (1997) A survey of adolescents' concern and perception about body image. *Korean J Comm Nutr* 2: 197-205.
- Ryu HK, Yoon JS (1999) A study of perception about body image in adolescent females- in Daegu city. *Korean J*

- Comm Nutr* 4: 554-560.
- Ryu HK, Yoon JS (2000) A comparative study of nutrient intakes and health status with body size and weight control experience in adolescent females. *Korean J Comm Nutr* 5: 444-451.
- Ryu HK, Yoon JS, Park DY (1999) A study of factors influencing weight control behavior in adolescent females. *Korean J Comm Nutr* 4: 561-567.
- Serdula MK, Williamson DF, Anda RF, Levy A, Heaton A, Byers T (1994) Weight control practices in adults; results of a multistage telephone survey. *Am J Public Health* 84: 1821-1824.
- Song HJ, Oh MS, Ahn SH, Park MS, Yoo TW, Kang JH, Choi YI (1999) The factors associated with satisfaction about body image and weight control behaviors in adolescents. *J Korean Acad Fam Med* 20: 345-357.
- Song MR, Lee JR (2003) A study on the relationship between hairstyling of college students in department of beauty art and their personalities. *Korean J Sanitation* 18: 75-86.
- Sorensen TI, Stunkard AJ, Teasdale TW, Higgins MW (1983) The accuracy of reports of weight: children's recall of their parents weights 15 years earlier. *Int J Obes* 7: 115-122.
- Story M, Alton I (1991) Current perspective on adolescent obesity. *Top Clin Nutr* 6: 51-56.
- Wardle J, Hasse AM, Steptoe A (2006) Body image and weight control in young adults: international comparison in university students from 22 countries. *Int J Obes* 30: 644-651.
- Won HR (1998) A study of the relationship between the eating attitude influenced by eating disorder and body shape, nutritional knowledge among female college students in Wonju province. *Korean J Comm Nutr* 3: 308-316.
- Yoon YS (2002) A study on relationship of body image, food habit and food attitude in obese women college students. *J Korean Soc Cosm* 8: 11-20.
- (2007년 5월 7일 접수, 2007년 7월 6일 채택)