



ISSN 1229-8565 (print)

한국지역사회생활과학회지

Korean J Community Living Sci

<http://doi.org/10.7856/kjcls.2017.28.3.461>

ISSN 2287-5190 (on-line)

28(3): 461~479, 2017

28(3): 461~479, 2017

대전시 일부 청소년의 외모지향성과 체형관리 실태조사

이 가 영 · 박 주 영¹⁾ · 이 준 호^{1)†}

충남대학교 교육대학원 가정교육전공 · 충남대학교 소비자생활정보학과¹⁾

Appearance Orientation and Body Shape Management of Adolescents in Daejeon

Gayoung Lee · Jooyung Park¹⁾ · Joonho Lee^{1)†}

Dept. of Home Economics Education, Graduate School of Education, Chungnam National University, Daejeon, Korea

Dept. of Consumers' Life Information, Chungnam National University, Daejeon, Korea¹⁾

ABSTRACT

This study was to investigate the appearance orientation and body shape management of adolescents in Daejeon. A survey was performed from December 16th~28th 2015 and 355 respondents were collected for analysis. 45.9% of the subjects were middle school students, whereas 54.1% of them were high school ones. The female and high school students tended to show higher ratings in lookism tendency and interests in beauty care, whereas male and middle school students tended to show higher ratings in physical satisfaction than the others. More than 40% of the respondents perceived them fatter than the standard weight, in particular, girls and the ones with opposite-sex friend perceived them fatter than their actual conditions. On body shape satisfaction, female and high school students indicated lower satisfaction. For body shape management, 75% of the female and 40% of the male students had tried weight control. The frequency and the duration time of exercise had higher for boys than girls, and the ones with opposite-sex friend than without. For methods of weight control, girls were more likely to do diet control, whereas boys were more committed to exercise. In general, students with high appearance orientation tended to control taking snacks and fast food or did diet control for body shape management. Conclusively, continued interest and guidance, not only at home but also in school, is required for students so that they can do proper body shape management to fulfill their appearance orientation and they will improve academic performance by gaining confidence through their appearance satisfaction.

Key words: appearance orientation, body shape management, lookism tendency, interest in beauty care, physical satisfaction

This study was supported by research fund of Chungnam National University in 2015.

Received: 12 June, 2017 Revised: 28 June, 2017 Accepted: 3 August, 2017

†Corresponding Author: Joonho Lee Tel: +82-42-368-0236 E-mail: joonho@cnu.ac.kr

This is an Open-Access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution Non-Commercial License (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/3.0>) which permits unrestricted non-commercial use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

I. 서론

최근 사회적으로 외모지향적인 경향이 두드러지면서 외모가 성공조건이 되거나 사회적 지위 또는 부를 상징하는 기준이 될 정도로 중요한 요소가 되고 있으며, 여성들뿐만 아니라 남성들에게도 건강하고, 젊고, 매력적인 외모 만들기를 권유하는 외모지향적인 사회가 되고 있다. 특히 외모지상주의는 외모에 지나치게 집착하는 경향 또는 사회 풍조를 말하며, 외모가 한 사람의 인생을 성공시켜주는 주된 기준으로 간주하는 사회를 비판하는 의미가 포함되어 있다. 외모지상주의는 미국의 언론인 William Safire가 〈뉴욕타임스〉의 칼럼 'On language'에서 인종·종교·성·이념 등과 함께 인류 역사에 불평등을 만들어낸 원인의 하나로 외모를 지적하면서 처음 사용하였다(Min 2008). 이러한 외모지상주의 현상은 일상생활 속의 대중매체를 통해 더욱 강화되는 현실에서 경험과 판단력이 부족한 청소년들에게 많은 영향을 미치고 있다. 청소년들은 현실적이기 보다 매우 감각적이고 외부의 자극에 민감하여 왜곡된 외모에 대한 기준을 그대로 인식하고 내면화하면서 자신의 신체와 비교하고 불만족해 하는 경향이 높다(Wee 2015). 청소년기는 신체적으로 급격히 성장하고 사회성이 발달되는 과정으로 자신의 외모나 신체에 대한 관심이 커지는 시기로 외모를 통해 상대를 평가하려는 속성이 강하며, 몸매나 얼굴에 자신이 없을 때 불안의 원인이 되기도 한다. 따라서 외모지상주의 성향은 청소년들로 하여금 외적인 매력에만 매달리게 하고 이로 인해 삶을 스스로 왜곡시키는 결과를 초래할 수도 있다(Chung & Shin 2006). 반면 청소년들이 외모만족도가 높으면 자아존중감이 향상되어 학교생활에 잘 적응함으로써 학업성적증진에도 좋은 영향을 줄 수 있다(Jang & Song 2004).

한편 청소년들이 외모만족도를 높이기 위해 미용에도 관심이 높아 시중에 중·고등학생용 색조 화장품의 판매량이 날로 증가되고 있다고 하였으며(Kim & Kwon 2014), 화장품과 선호하는 화장품에 대한 정보를 공유하는 그들만의 뷰티인터넷 카페에 다수가

가입하고 있다고 하였다(Seol 2010). Na & Song (2014)은 여중생들이 외모관심도에 따라 화장행동과 화장품사용이 적극적이었다고 하였다.

청소년들은 특히 이성에 좀 더 매력적으로 보이기 위하여 자신의 용모와 옷차림에 많은 신경을 쓰고 있다(Kim 2006). Jang & Song(2004)은 이성 친구가 있는 학생들이 없는 경우보다 외모 만족도가 높았다고 하였다. 그리고 청소년들이 다른체형의 연예인 이미지를 현실로 받아들여지게 되어 자신의 신체에 대한 불만족으로 섭식의 제한이나 폭식 등의 극단적인 행동을 야기시키기도 한다(Moon 2010). 이러한 청소년들의 부적절한 체중조절 행위는 신체적 건강 뿐 아니라 정신적, 심리적 상태에도 부정적인 영향을 미치게 된다(Park & Son 2002). 즉, 만성적으로 무리하게 체중조절을 하는 경우, 집중력 저하, 수면 장애, 빈혈, 생리불순, 신경성 식욕부진, 신경성 폭식증 등의 섭식 장애를 일으켜 건강에 많은 해를 끼치게 된다(Lee & Lee 2006). 따라서 청소년기의 체형에 대한 만족도와 체중조절은 그들의 영양섭취 상태와 함께 매우 중요한 문제이며 무분별한 체중조절의 문제점과 심각성으로 볼 때, 청소년들의 체형관리 실태 및 이에 영향을 미치는 요인에 대한 종합적인 연구가 요구된다(Kang & Lee 2006).

최근 청소년의 외모지향성 성향과 함께 체형관리에 대한 관심이 높아짐에 따라 관련된 연구가 활발히 진행되고 있다. 이를 살펴보면 외모지향성과 외모평가에 대한 태도(Moon 2010), 미디어 이용이 청소년의 외모지상주의에 미치는 영향(Min 2008), 청소년의 외모에 대한 태도와 지각된 사회적 지지 및 학교생활 적응관계(Song 2009), 청소년의 교복행동과 외모에 대한 태도 연구(Han & Lee 2009), 청소년의 외모만족도와 뷰티행동에 관한 연구(Seol 2010), 고등학생의 신체만족도와 체중조절실태에 관한 연구(Lee 2010), 중학생의 외모만족도와 체중조절 행동에 관한 연구(Kim 2009) 등이 보고되어 있다. 그러나 청소년을 대상으로 한 외모지향성과 체형관리에 대한 통합적인 연구는 많지 않았다.

따라서 본 연구에서는 자신의 외모에 대해 왜곡된 인식을 가지기 쉬운 청소년을 대상으로 외모지향성의

수준과 그에 따른 체형관리행동의 실태를 파악해 보았다. 그리하여 청소년들이 외모지향성에 부응하는 체형관리를 적절히 함으로써 건강하고 자신감을 높여 학업성취도가 향상될 수 있도록 지도하는데 도움이 될 기초자료를 제공하고자 하였다.

II. 연구방법

1. 조사대상자 및 기간

본 연구는 대전 지역에 소재하는 중학교 3개교와 고등학교 3개교를 가정환경을 고려하고, 남녀 학생의 수를 균등하게 선정하여 2015년 12월 16일부터 28일까지 조사를 실시하였다. 설문조사는 해당학교 교사가 설문의 목적과 설문 응답 시 주의사항을 설명한 후 기입하도록 하였고, 총 495부를 회수하여 불완전한 응답의 것을 제외한 355부(71.7%)를 논문분석에 사용하였다.

2. 조사 방법 및 내용

본 연구의 조사도구인 설문지는 중·고등학생의 외모지향성과 체형관리에 대하여 연구한 선행연구들(Kim 2004; Min 2008; Kim 2009; Moon 2010; Seol 2010; Lee 2013)의 설문항목을 바탕으로 작성하였으며 본 연구의 목적에 적합하도록 수정, 보완하여 사용하였고 예비조사를 실시하여 수정 후 완성하였다. 설문지의 문항 수는 총 49문항이었고 내용은 3가지 영역으로 나누어 일반적 특성, 외모지향성 및 체형관리 영역으로 구성하였다.

1) 일반적 특성

조사대상자의 일반적인 특성을 알아보기 위하여 성별, 학교급, 성적, 한 달 용돈, 이성 친구 유무 및 체질량지수(BMI)로 총 6문항으로 구성하였다.

2) 외모지향성

외모지향성은 외모지상주의 성향, 미용관심도 및 신체만족도로 파악하였다. 외모지상주의 성향은 총 7

문항으로 구성하였다. 각 문항은 Likert 5점 척도로 측정하였으며 이들 문항의 신뢰도는 Cronbach α 값이 0.81이었다. 미용관심도 영역은 총 7문항으로 구성하였다. 각 문항은 Likert 5점 척도로 측정하였으며 이들 문항의 신뢰도는 Cronbach α 값이 0.90이었다. 신체만족도 영역은 총 9문항으로 구성하였다. 각 문항은 Likert 5점 척도로 측정하였으며 이들 문항의 신뢰도는 Cronbach α 값이 0.89이었다.

3) 체형 관리

체형관리 영역은 체형에 대한 인식 및 만족도, 체중 조절에 대한 일반사항, 운동 및 식행동으로 구성하였다. 체형에 대한 인식 및 만족도에서는 현재 체형에 대한 인식, 이상적 체형 인식, 비만도에 대한 체형 인식, 체형만족도로 구성하였고 각 문항은 Likert 5점 척도로 측정하였다. 비만도 분류는 조사대상자의 신장과 체중으로부터 구한 BMI를 이용해서, 보건 복지부 질병관리 본부의 소아청소년 표준 성장도표(Ministry of Health and Welfare 2007)에서 정한 BMI 백분위수를 근거로 하였다. 체중조절에 대한 일반사항은 체중조절 관심도 등 5문항으로 구성하였고, 그 중 체중조절 관심도는 Likert 5점 척도로 측정하였으며, 그 외에는 빈도(%)로 측정하였다. 체중조절 시도 방법 및 체중조절 시도 후 신체증상은 다중응답으로 측정하였다. 운동에서는 운동 빈도 등 3문항, 식행동에서는 간식 및 패스트푸드 섭취빈도 2문항과 식사조절행위 5문항으로 구성하였다. 식사조절행위는 Likert 5점 척도로 측정하였고 부정적인 문항('과식이나 폭식을 한 적이 있다')은 역 코딩을 하였으며 이들 문항의 신뢰도는 Cronbach α 값이 0.57이었다. 그 외의 문항은 빈도(%)로 측정하였다.

3. 자료처리 및 분석 방법

본 연구를 수행하기 위해서 수집된 자료는 SPSS version 22.0을 이용하여 통계분석을 하였다. 각 조사항목에 따라 평균과 표준편차, 백분율과 빈도분석을 실시하고 각 변수들 간의 차이를 검정하기 위해 χ^2 -test, t-test, one-way ANOVA를 이용하였다. χ^2 -test의 검정

결과 5미만의 셀이 전체의 20%를 초과했을 시 Fisher's exact test를 적용하였다. one-way ANOVA의 경우 분석 후 유의차가 있을 시 Duncan's multiple range test를 실시하여 p<0.05 수준에 의해 유의적 차이를 인정하였다. 문항 신뢰도를 보기 위해 Cronbach α 값을 구하였다. 외모지향성과 체형관리의 상관관계를 알아보기 위해 Pearson's correlation coefficient를 사용하였다.

III. 결과 및 고찰

1. 조사대상자의 일반적 특성과 비만도

조사대상자의 일반적 특성은 Table 1과 같았다. 조사대상자는 총 355명으로 중학생은 163명(45.9%), 고등학생은 192명(54.1%)이었으며, 남학생은 184명(51.8%), 여학생은 171명(48.2%)이었다. 조사대상자의 BMI는 중학생이 19.8kg/m², 고등학생은 21.4kg/m²이었다. 조사대상자의 한 달 용돈은 5만원 미만인 64.8%, 5만원~10만원 미만이 24.8% 순이었고, 조사대상자의 성적은 중위권이 47.6%, 하위권이 32.1%, 상위권이 20.3% 순이었다. 조사대상자의 이성 친구 유무에 대하여 '이성 친구가 있다'가 14.4%, '없다'가 85.6%이었다.

Table 1. General characteristics of subjects

	Variables	N(%)
Gender	Boys	184(51.8)
	Girls	171(48.2)
School	Middle school	163(45.9)
	High school	192(54.1)
BMI ¹⁾	Middle school	19.8 ± 2.6 ²⁾
	High school	21.4 ± 3.2
Pocket money per month (ten thousand won)	< 5	230(64.8)
	5~10	88(24.8)
	≥10	37(10.4)
Grades ³⁾	High	72(20.3)
	Middle	169(47.6)
	Low	114(32.1)
Opposite-sex friend	Have	51(14.4)
	Haven't	304(85.6)
Total		355(100)

¹⁾ Body mass index (BMI) = weight(kg)/[height(m)]²

²⁾ Mean ± SD

³⁾ Low; less than 70 points, Middle; 70~less than 90 points, High; more than 90 points

Table 2. The obesity degree of subjects¹⁾

		N(%)	Under weight	Standard	Over weight	Obesity	x ²
Gender	Boys	184(51.8)	0(0.0) ²⁾	150(81.5)	22(12.0)	12(6.5)	11.67**
	Girls	171(48.2)	6(3.5)	145(84.8)	17(9.9)	3(1.8)	
School	Middle	163(45.9)	1(0.6)	143(87.7)	15(9.2)	4(2.5)	5.96
	High	192(54.1)	5(2.6)	152(79.2)	24(12.5)	11(5.7)	
Grades ³⁾	High	72(20.3)	1(1.4)	59(81.9)	9(12.5)	3(4.2)	2.94 [#]
	Middle	169(47.6)	4(2.4)	141(83.4)	19(11.2)	5(3.0)	
	Low	114(32.1)	1(0.9)	95(83.3)	1(9.6)	7(6.1)	
Opposite-sex friend	Have	51(14.4)	1(2.0)	45(88.2)	4(7.8)	1(2.0)	1.47
	Haven't	304(85.6)	5(1.6)	250(82.2)	35(11.5)	14(4.6)	
Total		355(100)	6(1.7)	295(83.1)	39(11.0)	15(4.2)	

¹⁾ The criteria of obesity degree; under weight(less than 5), standard(5-85), over weight(85-95), obesity(more than 95) based on the percentile of BMI growth chart of children and adolescents(2007).

²⁾ N(%), **p<0.01

³⁾ Low; less than 70 points, Middle; 70~less than 90 points, High; more than 90 points

[#] Fisher's exact test: It was applied to case that under five cells were over 20%.

조사대상자의 BMI를 기준으로 하여 비만도를 저체중집단, 표준체중집단, 과체중집단 및 비만집단의 4군으로 분류한 결과는 Table 2와 같았다. 조사대상자의 비만도에서 '표준체중'이 83.1%로 가장 많았으며 '과체중' 11.0%, '비만' 4.2% 순으로 나타났다. 성별에 따른 결과를 살펴보면 남학생은 '표준체중' 81.5%, '과체중' 12.0%, '비만' 6.5% 순이었으며 여학생은 '표준체중' 84.8%, '과체중' 9.9%, '저체중' 3.5% 순으로 나타났으며 그룹 간에 유의한 차이가 있었다(p<0.01). 학교급에 따르면 중학생은 '표준체중'이 87.7%으로 대부분을 차지했으며, 고등학생은 '표준체중'이 79.2%, '과체중' 12.5% 순으로 나타났다.

2. 외모지향성

1) 외모지상주의 성향

외모지상주의 성향에 대한 결과는 Table 3과 같다. 외모지상주의 성향의 전체 평균은 5점 만점에 2.82로 '보통이다'에 가까웠다. '외모가 매력적인 사람들은 특별대우를 받을 때가 있다'(3.41점)가 가장 높았고, '나의 외모가 연예인 같았으면 좋겠다'(3.17점), '나의 외모 중에서 바꾸고 싶은 부분이 많이 있다'(3.01점) 순으로 나타났다. 성별로 살펴보면 '나의 외모 중에서 바꾸고 싶은 부분이 많이 있다', '외모가 매력적인 사람들은 특별대우를 받을 때가 있다', '성형수술을 해서라도 매력적인 외모를 가지고 싶다', '나의 외모가 연예인 같았으면 좋겠다' 문항에 대하여 여학생이 남학생보다 유의적으로 더 높게 나타났다

Table 3. The lookism tendency according to general characteristics¹⁾

	N(%)	I want to change many parts among my appearance	Charmless appearance is difficult to success	Appearance is very important for making friends	People with attractive appearance can get special treat by anaplasty	I want to have attractive appearance	Appearance is important for happy life	I want that my appearance seems like entertainer	Total	
Gender	Boys	184(51.8)	2.88 ± 1.09 ²⁾	2.65 ± 1.07	2.55 ± 1.06	3.20 ± 1.17	1.90 ± 0.97	2.80 ± 1.04	2.92 ± 1.17	2.70 ± 0.77
	Girls	171(48.2)	3.16 ± 1.02	2.70 ± 1.03	2.37 ± 1.02	3.63 ± 1.03	2.38 ± 1.19	2.92 ± 1.07	3.43 ± 1.08	2.94 ± 0.69
	t-value		-2.58*	-0.39	1.68	-3.72***	-4.16***	-1.07	-4.21***	-3.12**
School	Middle	163(45.9)	2.97 ± 1.10	2.51 ± 1.02	2.44 ± 1.08	3.12 ± 1.17	1.98 ± 1.08	2.66 ± 1.11	3.13 ± 1.12	2.69 ± 0.78
	High	192(54.1)	3.05 ± 1.03	2.81 ± 1.06	2.48 ± 1.01	3.65 ± 1.02	2.26 ± 1.12	3.03 ± 0.98	3.19 ± 1.10	2.93 ± 0.68
	t-value		-0.73	-2.74**	-0.38	-4.60***	-2.43*	-3.30**	-0.47	-3.08**
Opposite-sex friend	Have	51(14.4)	2.88 ± 1.23	2.73 ± 1.13	2.53 ± 1.22	3.49 ± 1.07	1.94 ± 1.05	3.02 ± 1.05	3.29 ± 1.21	2.84 ± 0.78
	Haven't	304(85.6)	3.04 ± 1.03	2.66 ± 1.04	2.45 ± 1.01	3.39 ± 1.13	2.16 ± 1.12	2.84 ± 1.05	3.14 ± 1.14	2.81 ± 0.73
	t-value		-0.85	0.36	0.42	0.58	-1.31	1.16	0.86	0.25
Grades ³⁾	High	72(20.3)	2.82 ± 1.11 ^{a)}	2.60 ± 1.04	2.36 ± 1.05	3.63 ± 1.03 ^{a)}	1.82 ± 0.86 ^{c)}	2.82 ± 1.00 ^{b)}	3.13 ± 1.11	2.73 ± 0.64
	Middle	169(47.6)	2.96 ± 1.01 ^{ab)}	2.67 ± 1.05	2.49 ± 1.04	3.47 ± 1.11 ^{b)}	2.02 ± 1.10 ^{a)}	2.74 ± 1.09 ^{a)}	3.09 ± 1.12	2.77 ± 0.73
	Low	114(32.1)	3.22 ± 1.09 ^{b)}	2.72 ± 1.06	2.49 ± 1.04	3.17 ± 1.16 ^{b)}	2.48 ± 1.18 ^{b)}	3.07 ± 1.01 ^{b)}	3.30 ± 1.22	2.95 ± 0.80
	F-value		3.62*	0.30	0.45	4.35*	9.81***	3.48*	1.12	2.14
Total	355(100)	3.01 ± 1.06	2.67 ± 1.05	2.46 ± 1.04	3.41 ± 1.12	2.13 ± 1.11	2.86 ± 1.05	3.17 ± 1.15	2.82 ± 0.74	

¹⁾ Likert scale: 1 point: Not at all, 2 point: Not really, 3 point: So-so, 4 point: Somewhat so, 5 point: Very so

²⁾ Mean ± SD, *p<0.05, **p<0.01, ***p<0.001

³⁾ Low; less than 70 points, Middle: 70~less than 90 points, High; more than 90 points

^{ab)} Different superscripts in the same column mean significant differences among groups by Duncan's multiple range test (p<0.05).

($p < 0.05$, $p < 0.001$, $p < 0.001$, $p < 0.001$). Chung & Shin(2006)의 연구에서도 여학생이 남학생보다 외모 관심도가 더 높은 것으로 나타나 본 조사와 유사함을 보였다. 학교급에 의해 살펴보면 ‘능력이 있더라도 외모에 매력이 없으면 성공하기 어렵다’, ‘외모가 매력적인 사람들은 특별대우를 받을 때가 있다’, ‘성형수술을 해서라도 매력적인 외모를 가지고 싶다’, ‘외모는 인생을 행복하게 하는데 중요한 요소이다’ 문항에서 고등학생의 점수가 중학생보다 유의적으로 더 높게 나타났다($p < 0.01$, $p < 0.001$, $p < 0.05$, $p < 0.01$). 성적별로 살펴보면 ‘나의 외모 중에서 바꾸고 싶은 부분이 많이 있다’에서 하위권이 상위권보다 유의적으로 높았고($p < 0.05$), ‘성형수술을 해서라도 매력적인 외모를 가지고 싶다’에서는 하위권이 중, 상위권보다 유의적으로 높았으며($p < 0.001$), ‘외모는 인생을 행복하게 하는데 중요한 요소이다’에서는 하위권이 중위권보다

유의적으로 높게 나타났는데($p < 0.05$) ‘외모가 매력적인 사람들은 특별대우를 받을 때가 있다’에서는 오히려 상위권이 중, 하위권보다 유의적으로 더 높게 나타났다($p < 0.05$). 대체적으로 외모지상주의 성향은 성적 하위권이 상위권보다 더 높은 경향이였다.

2) 미용관심도

미용관심도에 관한 결과는 Table 4와 같았다. 미용관심도의 전체 평균은 5점 만점에 2.93으로 ‘보통이다’에 가까웠다. ‘자신을 꾸미는 것은 중요하다’(3.65점)가 가장 높았고, ‘남자도 화장을 할 수 있다’(3.36점), ‘가벼운 염색과 파마는 괜찮다’(3.31점), ‘가벼운 화장을 하는 것은 괜찮다’(3.19점) 순으로 나타났다. 시중에 중·고등학생용 색조 화장품이 나올 정도로 미용에 대한 청소년의 관심이 높아졌다고 하였는데 (Kim & Kwon 2014), 본 연구에서는 미용관심도가

Table 4. The interest in beauty care according to general characteristics¹⁾

	N(%)	I like to buy beauty products being advertised	I am interested in style of entertainers	Students can wear light makeup	Light hair perm and dyeing is good	Students can paint natural color to nails	Men can makeup, too	It is important to make up own	Total	
Gender	Boys	184(51.8)	1.58 ± 0.86	1.84 ± 1.03	2.56 ± 1.16	2.88 ± 1.24	2.55 ± 1.20	3.08 ± 1.11	3.30 ± 0.99	2.40 ± 0.72
	Girls	171(48.2)	3.36 ± 1.15	3.27 ± 1.20	3.87 ± 1.03	3.77 ± 1.07	3.68 ± 1.11	3.67 ± 0.95	4.02 ± 0.83	3.50 ± 0.74
	t-value		-15.54***	-12.00***	-11.28***	-7.22***	-9.23***	-5.35***	-7.43***	-14.21***
School	Middle	163(45.9)	2.47 ± 1.40	2.49 ± 1.38	2.99 ± 1.38	3.16 ± 1.35	2.92 ± 1.36	3.34 ± 1.21	3.44 ± 1.10	2.83 ± 1.00
	High	192(54.1)	2.41 ± 1.38	2.57 ± 1.28	3.36 ± 1.16	3.43 ± 1.13	3.24 ± 1.20	3.38 ± 0.95	3.83 ± 0.84	3.01 ± 0.83
	t-value		0.41	-0.54	-2.79**	-2.04*	-2.35*	-0.27	-3.68***	-1.83
Opposite-sex friend	Have	51(14.4)	2.47 ± 1.46	2.43 ± 1.30	3.24 ± 1.26	3.31 ± 1.32	2.82 ± 1.41	3.16 ± 1.24	3.69 ± 1.09	2.91 ± 0.96
	Haven't	304(85.6)	2.43 ± 1.38	2.55 ± 1.33	3.18 ± 1.28	3.31 ± 1.23	3.14 ± 1.26	3.39 ± 1.05	3.64 ± 0.97	2.93 ± 0.91
	t-value		0.20	-0.59	0.26	0.04	-1.62	-1.46	0.28	-0.17
Grades ³⁾	High	72(20.3)	2.17 ± 1.28	2.28 ± 1.27	3.28 ± 1.18	3.39 ± 1.17	3.24 ± 1.20	3.56 ± 1.01 ^a	3.72 ± 0.94	2.90 ± 0.83
	Middle	169(47.6)	2.50 ± 1.41	2.56 ± 1.33	3.24 ± 1.28	3.25 ± 1.27	3.14 ± 1.28	3.43 ± 0.98 ^{ab}	3.66 ± 0.94	2.95 ± 0.92
	Low	114(32.1)	2.50 ± 1.41	2.65 ± 1.35	3.07 ± 1.34	3.34 ± 1.25	2.94 ± 1.34	3.14 ± 1.23 ^b	3.59 ± 1.08	2.91 ± 0.97
	F-value		1.68	1.82	0.78	0.39	1.37	3.93*	0.44	0.10
Total	355(100)	2.43 ± 1.39	2.53 ± 1.33	3.19 ± 1.28	3.31 ± 1.24	3.09 ± 1.28	3.36 ± 1.08	3.65 ± 0.98	2.93 ± 0.91	

¹⁾ Likert scale: 1 point: Not at all, 2 points: Not really, 3 points: So-so, 4 points: Somewhat so, 5 points: Very so

²⁾ Mean ± SD, * $p < 0.05$, ** $p < 0.01$, *** $p < 0.001$

³⁾ Low; less than 70 points, Middle; 70~less than 90 points, High; more than 90 points

^{ab:} Different superscripts in the same column mean significant differences among groups by Duncan's multiple range test ($p < 0.05$).

보통수준으로 나타났다. 성별로 살펴보면, 모든 문항에서 여학생이 남학생보다 유의적으로 높게 나타났다($p < 0.001$). 학교급으로 살펴보면 '가벼운 화장을 하는 것은 괜찮다', '가벼운 염색과 파미는 괜찮다', '자연스러운 색의 매니큐어는 괜찮다', '자신을 꾸미는 것은 중요하다' 문항에서 고등학생이 중학생보다 유의적으로 더 높게 나타났다($p < 0.01$, $p < 0.05$, $p < 0.05$, $p < 0.001$). 성적별로 살펴보면, '남자도 화장을 할 수 있다'에서만 상위권이 하위권보다 유의적으로 높았으며($p < 0.05$), 미용관심도는 대체로 성적상위권이 하위권보다 높은 경향이였다. Seol(2010)의 연구에서도 성적 상위권 학생이 하위권보다 뷰티관심도가 유의적으로 높았다고 하였다.

3) 신체만족도

신체만족도에 관한 결과는 Table 5와 같았다. 신체만족도의 전체 평균은 5점 만점에 3.02점으로 '보통이

다'에 가까웠으며, 머리(3.37점)가 가장 높았고, 얼굴생김새(3.15점), 상체(3.13점), 피부(3.08점) 순으로 나타났다. 성별에 의하면 체중, 전체적인 몸매, 피부, 상체, 허리 및 하체에서 여학생이 남학생보다 유의적으로 낮게 나타났다($p < 0.001$, $p < 0.001$, $p < 0.01$, $p < 0.001$, $p < 0.01$, $p < 0.001$). 따라서 여학생이 남학생보다 대체로 신체만족도가 더 낮은 것을 알 수 있었다. 고등학생을 대상으로 한 Song(2008)의 연구에서도 여학생이 남학생보다 신체만족도가 유의적으로 낮게 나와 본 연구와 유사하였다. 학교급으로 살펴보면 키, 체중, 전체적인 몸매, 상체 및 하체에서 중학생이 고등학생보다 유의적으로 더 높게 나타나($p < 0.05$, $p < 0.05$, $p < 0.01$, $p < 0.05$, $p < 0.05$), 고등학생이 중학생보다 신체만족도가 더 낮은 것을 알 수 있었다. Wee(2015)의 연구에서도 여학생이 여중생보다 신체만족도가 더 낮은 경향이라고 하였다. 또한 이성친구가 있는 경우(3.08점)에서 없는 경우(2.71점)보다 체중에서 만족도가 유의적으로 높게 나

Table 5. Physical satisfaction according to general characteristics¹⁾

	N(%)	Height	Weight	Total body image	Face image	Skin	Hair	Upper body	Waist	Lower body	Total	
Gender	Boys	184(51.8)	296 ± 1.22 ⁹⁾	304 ± 1.06	3.16 ± 1.08	3.24 ± 0.93	3.24 ± 1.04	3.39 ± 1.08	3.32 ± 1.00	3.12 ± 1.04	3.16 ± 1.07	3.18 ± 0.77
	Girls	171(48.2)	293 ± 1.19	246 ± 1.08	2.63 ± 1.01	3.05 ± 0.95	2.91 ± 1.07	3.36 ± 1.10	2.93 ± 0.92	2.82 ± 1.04	2.55 ± 1.05	2.84 ± 0.75
	t-value		0.21	5.07***	4.73***	1.86	2.97**	0.30	3.78***	2.77**	5.43***	4.11***
School	Middle	163(45.9)	3.09 ± 1.28	2.91 ± 1.22	3.07 ± 1.14	3.22 ± 0.97	3.13 ± 1.09	3.48 ± 1.14	3.25 ± 1.01	3.09 ± 1.14	3.02 ± 1.15	3.14 ± 0.87
	High	192(54.1)	2.82 ± 1.13	2.64 ± 0.98	2.76 ± 1.01	3.09 ± 0.93	3.03 ± 1.05	3.28 ± 1.05	3.03 ± 0.95	2.89 ± 0.96	2.73 ± 1.05	2.92 ± 0.68
	t-value		2.04*	2.29*	2.76**	1.31	0.91	1.76	2.17*	1.80	2.48*	2.66**
Opposite-sex friend	Have	51(14.4)	3.12 ± 1.21	3.08 ± 1.07	3.04 ± 1.08	3.18 ± 1.09	3.16 ± 1.17	3.53 ± 1.14	3.20 ± 1.02	3.12 ± 1.09	3.10 ± 1.19	3.17 ± 0.85
	Haven't	304(85.6)	2.91 ± 1.20	2.71 ± 1.10	2.88 ± 1.08	3.14 ± 0.92	3.07 ± 1.05	3.35 ± 1.08	3.12 ± 0.97	2.95 ± 1.05	2.83 ± 1.09	3.00 ± 0.76
	t-value		1.12	2.23*	0.97	0.20	0.56	1.10	0.52	1.03	1.61	1.46
Grades ³⁾	High	72(20.3)	2.96 ± 1.25	2.99 ± 1.23	3.17 ± 1.06	3.58 ± 0.95 ^{a)}	3.38 ± 1.18 ^{a)}	3.83 ± 1.01 ^{a)}	3.29 ± 1.04	3.07 ± 1.05	3.18 ± 1.05 ^{a)}	3.27 ± 0.79 ^{a)}
	Middle	169(47.6)	3.07 ± 1.20	2.71 ± 1.04	2.86 ± 1.05	3.06 ± 0.88 ^{b)}	3.01 ± 0.99 ^{b)}	3.30 ± 1.04 ^{b)}	3.11 ± 0.95	2.98 ± 1.07	2.79 ± 1.10 ^{b)}	2.99 ± 0.73 ^{b)}
	Low	114(32.1)	2.75 ± 1.17	2.69 ± 1.11	2.80 ± 1.11	3.01 ± 0.96 ^{c)}	3.00 ± 1.09 ^{c)}	3.20 ± 1.14 ^{c)}	3.06 ± 0.99	2.91 ± 1.04	2.78 ± 1.12 ^{c)}	2.91 ± 0.81 ^{b)}
	F-value		2.27	1.90	2.84	10.1***	3.52*	8.59**	1.31	0.49	3.68*	5.14**
Total	355(100)	2.94 ± 1.20	2.76 ± 1.11	2.90 ± 1.08	3.15 ± 0.95	3.08 ± 1.07	3.37 ± 1.09	3.13 ± 0.98	2.98 ± 1.05	2.87 ± 1.11	3.02 ± 0.78	

¹⁾ Likert scale: 1 point: Never satisfied, 2 points: Almost no satisfied, 3 points: So-so, 4 points: Generally satisfied, 5 points: Very satisfied

²⁾ Mean ± SD, * $p < 0.05$, ** $p < 0.01$, *** $p < 0.001$

³⁾ Low; less than 70 points, Middle: 70~less than 90 points, High; more than 90 points

^{ab)} Different superscripts in the same column mean significant differences among groups by Duncan's multiple range test($p < 0.05$).

타났다(p<0.05). Seol(2010)의 연구에서도 이성친구가 있는 경우에 외모자신감이 높았다고 하였다. 성적별로 살펴보면, 얼굴생김새, 피부, 머리 및 하체에서 상위권이 중, 하위권보다 유의적으로 신체만족도가 높게 나왔으며(p<0.001, p<0.05, p<0.001, p<0.05), 전체적으로 성적이 높을수록 신체만족도가 높은 경향이었다. Seol(2010)의 연구에서도 성적이 높을수록 외모자신감이 유의적으로 높았다고 하여 본 연구와 유사하였다. 고등학생을 대상으로 한 Jang & Song(2004)의 연구에서 외모만족도가 높으면 자아존중감이 향상되고 학교 생활에 잘 적응된다고 하였는데 학업성적에도 영향을 주어 상호관계가 이루어지는 것으로 생각되었다.

3. 체형 관리

1) 체형에 대한 인식

조사대상자의 현재 체형에 대한 인식은 Table 6에서와 같이 5점 만점에 3.21점으로 나타나 표준체형과 조금 살찐 체형의 사이에 해당되었다. 성별로 살펴보

면 여학생(3.37점)이 남학생(3.06점)보다 유의적으로 더 높아 자신의 현재 체형을 더 살찐 것으로 인식하였다(p<0.01). Kim(2006)의 연구에서도 표준체형인 학생의 41.8%가 자신이 살찐다고 인식하였으며 특히 여학생의 경우 표준체형 중의 62.3%가 살찐 체형으로 왜곡하였다. 학교급에 따라 살펴보면 고등학생(3.25점)이 중학생(3.17점)보다 자신의 현재 체형을 더 살이 찐다고 인식하였으나 유의적인 차이는 없었다. 또한 이성친구가 없는 경우(3.27점)가 있는 경우(2.84점)보다 유의적으로 높아(p<0.01) 현재 자신의 체형을 더 살찐 것으로 인식하고 있었다.

조사대상자의 이상적 체형에 대한 인식을 Table 6에서 보면 5점 만점에 2.61점으로 나타나 대체로 조금 마른 체형을 이상적으로 생각하고 있었다. 여학생을 대상으로 한 Ryu & Yoon(1999)의 연구에서도 저체중군과 정상체중군에서 50% 이상이 체중조절 경험이 있어 현재 체형보다 더 마른 체형을 원한다고 하였다. 성별로 살펴보면 여학생이 2.34점으로 남학생의 2.86점보다 유의적으로 더 낮아(p<0.001), 여학생들이 남

Table 6. The perception of current body shape and ideal body shape

		N(%)	Perception of current body shape ¹⁾	Ideal body shape ¹⁾
Gender	Boys	184(51.8)	3.06 ± 1.04 ²⁾	2.86 ± 0.53
	Girls	171(48.2)	3.37 ± 0.88	2.34 ± 0.54
	t-value		-3.06**	9.19***
School	Middle	163(45.9)	3.17 ± 0.94	2.59 ± 0.57
	High	192(54.1)	3.25 ± 1.01	2.63 ± 0.62
	t-value		-0.81	-0.65
Grades ³⁾	High	72(20.3)	3.21 ± 0.95	2.64 ± 0.51
	Middle	169(47.6)	3.21 ± 0.95	2.56 ± 0.59
	Low	114(32.1)	3.22 ± 1.05	2.67 ± 0.66
	F-value		0.006	1.14
Opposite-sex friend	Have	51(14.4)	2.84 ± 0.92	2.67 ± 0.55
	Haven't	304(85.6)	3.27 ± 0.97	2.60 ± 0.61
	t-value		-2.93**	0.72
Total		355(100)	3.21 ± 0.98	2.61 ± 0.60

¹⁾ Likert scale: 1point; Very thin, 2 points; A little thin, 3 points; Standard, 4 points; A little fatty, 5 points; Very fatty

²⁾ Mean ± SD, **p<0.01, ***p<0.001

³⁾ Low; less than 70 points, Middle; 70~less than 90 points, High; more than 90 points

Table 7. The perception on current body shape about degree of obesity

	N(%)	Very thin	A little thin	Standard	A little fatty	Very fatty	χ^2
Degree of obesity ¹⁾	Under weight	6(1.7)	2(33.3) ²⁾	4(66.7)	0(0.0)	0(0.0)	3.41***#
	Standard	295(83.1)	13(4.4)	66(22.4)	118(40.0)	93(31.5)	
	Over weight	39(11.0)	0(0.0)	0(0.0)	2(5.1)	27(69.2)	
	Obesity	15(4.2)	0(0.0)	0(0.0)	0(0.0)	5(33.3)	
Total	355(100)	15(4.2)	70(19.7)	120(33.8)	125(35.2)	25(7.0)	

¹⁾ The criteria of obesity degree: under weight(less than 5), standard(5-85), over weight(85-95), obesity(more than 95) based on the percentile of BMI growth chart of children and adolescents(2007).

²⁾ N(%), **p<0.01

Fisher's exact test: It was applied to case that under five cells were over 20%.

학생보다 더 날씬한 체형을 이상적이라고 생각하였다. 학교급과 성적별로는 큰 차이가 없었다.

조사대상자의 비만도에 대한 현재 체형 인식의 결과는 Table 7과 같았다. 비만도가 저체중인 경우 자신의 체형을 '조금 마른 체형(66.7%)'이거나 '매우 마른 체형(33.3%)'으로 인식하였고, 표준체중일 때는 '표준체형(40.0%)', '조금 살찐 체형(31.5%)' 순으로 인식하였다. 또한 과체중일 경우는 '조금 살찐 체형(69.2%)', '매우 살찐 체형(25.6%)' 순으로 인식하였으며, 비만인 경우 '매우 살찐 체형(66.7%)', '조금 살찐 체형(33.3%)'으로 인식하였으며 유의적인 차이가 나타났다(p<0.01). 따라서 비만도에서 표준체형인 학생 중의 33.2%가 자신이 살찐다고 잘못 인식하고 있었다. 여중생을 대상으로 한 Lee(2013)의 연구에서도 자신이 저체중인 경우 34.1%가 보통 체형이라고 인식하였고, 정상체중인 경우 20.6%가 약간 비만이라고 하였으며 Song(2013)의 연구에서도 비만도가 정상군인 여중생들의 20.1%가 자신이 살찐다고 인식하여 본 연구와 유사하게 나타났다.

2) 체형만족도

조사대상자의 체형만족도 결과는 Table 8과 같았고, 5점 만점에 2.87점으로 나타나 보통이하의 정도였다. 성별로 보면 여학생(2.56점)이 남학생(3.16점)보다 체형만족도가 유의적으로 더 낮게 나타났다(p<0.001). 학교급에 의해 살펴보면 고등학생(2.75

점)이 중학생(3.01점)보다 체형만족도가 유의적으로 더 낮게 나타났다(p<0.05). 성적별로 살펴보면 상위권 3.15점, 중위권 2.85점, 하위권 2.73점 순으로 나타났다으며 성적이 낮을수록 체형만족도가 유의적으로 낮게 나타났다(p<0.05). 비만도에 따라 보면 표준체중 2.98점, 저체중 2.83점, 비만 2.47점, 과체중 2.21점 순으로 나타나 비만과 과체중에서 만족도가 매우 낮았으며, 표준체중인 경우에도 체형만족도가 보통정도로 나타나 만족도가 비교적 높지 않게 나타났는데 여중생을 대상으로 한 Song(2013)의 연구에서도 정상체중군 중의 65.3%가 자기체형에 불만족한 것으로 나타났고, Lee et al.(2005)의 연구에서도 정상체중의 49.3%가 체중조절을 계획할 정도로 지나치게 마른체형을 이상적으로 생각하여 체형만족도가 낮아 본 연구의 결과와 유사하였다. 또한 이성친구가 있는 경우의 체형만족도는 3.10점으로 없는 경우(2.83점)보다 약간 높은 경향이였다.

3) 체중조절에 대한 일반사항

(1) 체중조절 관심도 및 체중조절 하는 이유

조사대상자의 체중조절에 대한 관심도는 Table 9에서와 같이, 5점 만점에 3.38점으로 나타나 보통 이상의 관심을 갖고 있었다. 성별로 살펴보면 여학생(3.82점)이 남학생(2.97점)보다 체중조절에 대한 관심이 유의적으로 더 많은 것으로 나타났다(p<0.001). Kim(2006)의 연구에서도 체중조절 관심도가 여학생 76.8%, 남학생 53.7%

Table 8. The satisfaction of body shape according to general characteristics

		N(%)	Satisfaction of body shape ¹⁾
Gender	Boys	184(51.8)	3.16 ± 1.05 ²⁾
	Girls	171(48.2)	2.56 ± 1.02
	t-value		5.44 ^{***}
School	Middle	163(45.9)	3.01 ± 1.13
	High	192(54.1)	2.75 ± 1.01
	t-value		2.31 [*]
Grades ³⁾	High	72(20.3)	3.15 ± 1.08 ^a
	Middle	169(47.6)	2.85 ± 1.05 ^b
	Low	114(32.1)	2.73 ± 1.08 ^b
	F-value		3.59 [*]
Degree of obesity ⁴⁾	Under weight	6(1.7)	2.83 ± 1.17
	Standard	295(83.1)	2.98 ± 1.07
	Over weight	39(11.0)	2.21 ± 0.89
	Obesity	15(4.2)	2.47 ± 0.92
	F-value		7.07
Opposite-sex friend	Have	51(14.4)	3.10 ± 1.12
	Haven't	304(85.6)	2.83 ± 1.06
	t-value		1.64
Total		355(100)	2.87 ± 1.07

¹⁾ Likert scale: 1 point: Never satisfied, 2 points: Almost no satisfied, 3 points: So-so, 4 points: Generally satisfied, 5 points: Very satisfied

²⁾ Mean ± SD, ^{*}p<0.05, ^{***}p<0.001

³⁾ Low: less than 70 points, Middle: 70~less than 90 points, High: more than 90 points

⁴⁾ The criteria of obesity degree: under weight(less than5), standard(5-85), over weight(85-95), obesity(more than 95) based on the percentile of BMI growth chart of children and adolescents(2007).

^{ab:} Different superscripts in the same column mean significant differences among groups by Duncan's multiple range test(p<0.05).

로 여학생이 유의적으로 더 많았다. 학교급에 의하면 고등학생(3.47점)이 중학생(3.27점)보다 높게 나타났으나 유의한 차이는 없었다. 또한 이성친구가 없는 경우(3.40점)가 있는 경우(3.25점)보다 체중조절에 관심이 조금 더 많은 경향이었다. 성적별로 살펴보면 하위권(3.43점), 중위권(3.41점)이 상위권(3.22점)보다 높아 성적이 낮은 그룹에서 체중조절 관심도가 높은 경향이었다.

체중조절에 관심이 있다고 한 조사대상자에게 체중조절을 하는 가장 큰 이유에 대하여 분석한 결과는 Fig. 1과 같았다. 체중조절을 하는 이유는 '건강을 위

해', '외모 때문에', '자신감 회복 때문에' 순이었고, 남학생은 '건강을 위해' 56.4%, '외모 때문에' 23.1%, '자신감 회복 때문에' 11.1% 순이었으며, 여학생은 '외모 때문에' 50.0%, '건강을 위해' 23.6%, '자신감 회복 때문에' 20.3% 순으로 나타났다. 따라서 남학생은 '건강을 위해' 여학생은 '외모 때문에' 체중조절을 한다는 응답이 가장 많아 남녀학생이 체중조절을 하는 이유에서 차이가 있었다. Kim(2006)의 연구에서도 체중조절을 하는 이유에서 여학생은 '옷맵시를 위해서'(46.0%), 남학생은 '건강을 위해'(38.0%)가 가장

Table 9. Interest on weight control according to general characteristics

		N(%)	Interest on weight control ¹⁾
Gender	Boys	184(51.8)	2.97 ± 1.23 ²⁾
	Girls	171(48.2)	3.82 ± 1.03
	t-value		-7.08***
School	Middle	163(45.9)	3.27 ± 1.27
	High	192(54.1)	3.47 ± 1.16
	t-value		-1.54
Grades ³⁾	High	72(20.3)	3.22 ± 1.20
	Middle	169(47.6)	3.41 ± 1.22
	Low	114(32.1)	3.43 ± 1.21
	F-value		0.75
Opposite-sex friend	Have	51(14.4)	3.25 ± 1.28
	Haven't	304(85.6)	3.40 ± 1.20
	t-value		-0.78
Total		355(100)	3.38 ± 1.21

¹⁾ Likert scale: 1 point; Not interest at all, 2 points; Almost no interest, 3 points; So-so, 4 points; A little interest, 5 points; Very interest

²⁾ Mean ± SD, ***p<0.001

³⁾ Low; less than 70 points, Middle; 70~less than 90 points, High; more than 90 points

큰 이유라고 하여 본 연구 결과와 유사하였다.

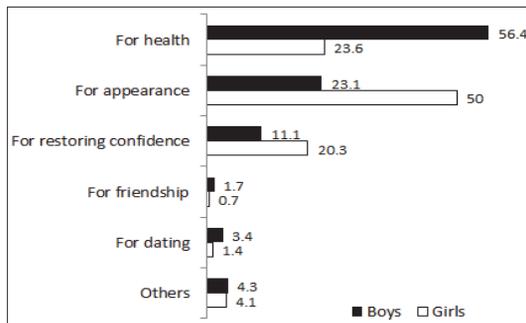


Fig. 1. The reason for weight control(%)

(2) 체중조절 시도 여부 및 시도방법

조사대상자에게 체중조절을 시도해 본 적이 있는지에 대하여 분석한 결과는 Table 10과 같았다. 체중조절을 시도해 본 적이 있는지에 대하여 '예'가 56.9%로 나타났다. 청소년 건강행태온라인조사에서는 청소년들의 체중조절 시도가 32.0%로 나타나(Ministry of Health and Welfare 2015) 본 조사에서 비율이 더 높

게 나타났다. 성별로 살펴보면 남학생이 '예'가 40.2%이었으며 여학생의 경우는 '예'가 74.9%로 나타났다. 따라서 남학생들보다 여학생들이 체중조절을 위해 더 많이 노력하고 있었으며 그룹 간에 유의적인 차이가 있었다(p<0.001). Her et al.(2003)의 연구에서도 체중조절 경험율이 여학생은 66.0%, 남학생은 41.2%가 되어 여학생이 체중조절을 더 많이 시도하였다. 학교급에 의하면 중학생은 54.0%, 고등학생은 59.4%로 나타나 중학생에 비해 고등학생이 체중조절을 시도해 본 학생이 더 많은 경향이었다. 성적에 의해 살펴보면 체중조절 시도 여부의 '예'가 상위권이 47.2%, 중위권이 60.4%, 하위권이 57.9%로 성적이 낮은 경우에 체중조절 시도를 더 많이 하는 편이었다.

체중조절을 시도해 본 적이 있는 학생들에게 시도방법을 다중응답으로 선택하도록 한 결과는 Fig. 2와 같았다. 남학생은 운동(85.1%), 식사량 및 횡수 감소(55.4%), 간식제한(52.7%) 순이었고, 여학생은 운동(82.0%), 간식제한(75.7%), 식사량 및 횡수 감소(74.2%)로 나타나 여학생이 남학생보다 식사량 및 횡

Table 10. The attempt on weight control of subjects

		N(%)	Yes	No	χ^2
Gender	Boys	184(51.8)	74(40.2) ¹⁾	110(59.8)	43.36***
	Girls	171(48.2)	128(74.9)	43(25.1)	
School	Middle	163(45.9)	88(54.0)	75(46.0)	1.04
	High	192(54.1)	114(59.4)	78(40.6)	
Grades ²⁾	High	72(20.3)	34(47.2)	38(52.8)	3.62
	Middle	169(47.6)	102(60.4)	67(39.6)	
	Low	114(32.1)	66(57.9)	48(42.1)	
Opposite-sex friend	Have	51(14.4)	27(52.9)	24(47.1)	0.38
	Haven't	304(85.6)	175(57.6)	129(42.4)	
Total		355(100)	202(56.9)	153(43.1)	

¹⁾ N(%), ***p<0.001

²⁾ Low; less than 70 points, Middle; 70~less than 90 points, High; more than 90 points

수 감소, 간식제한을 하는 비율이 더 높았다. 여고생을 대상으로 한 Lee et al.(2005)의 연구에서도 체중조절을 위한 방법에서 운동량 늘림, 식사량 조절, 간식량 줄이기 순으로 나타나 본 연구결과와 유사하였다.

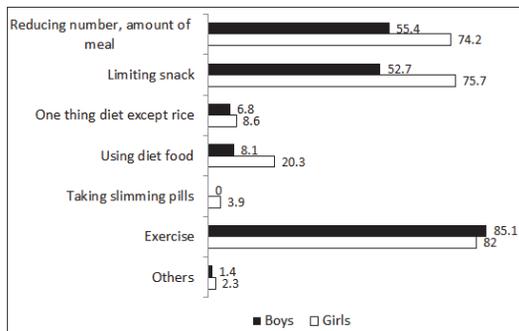


Fig. 2. Methods of weight control attempt(%)

*We permitted some overlapped answers

(3) 체중조절 시도 후 신체증상

체중조절 시도를 해본 적이 있는 학생들에게 체중조절시도 후 신체증상을 다중응답으로 선택하도록 한 결과는 Fig. 3과 같았다. 남학생은 증상 없음(71.6%), 전신 쇠약감(13.5%) 순이었고, 여학생은 증상 없음(58.6%), 전신 쇠약감(19.5%), 식욕부진(15.6%), 어지럼증, 구토(15.6%) 순으로 나타나 여학생이 체중조절 시도를 많이 하였고 그로 인해 남학생보다 체중조

절 후유증을 다양하게 느끼고 있었다.

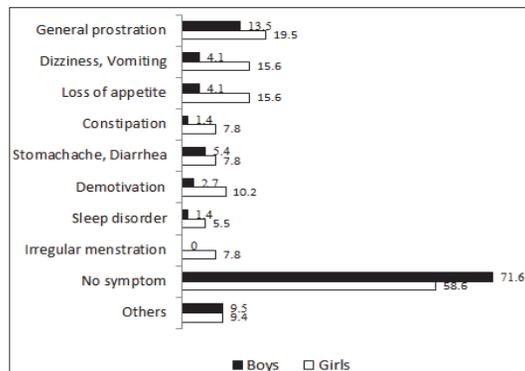


Fig. 3. Physical symptoms after weight control attempting(%)

*We permitted some overlapped answers

4) 운동 및 식행동

(1) 운동 빈도 및 지속시간

조사대상자들의 운동 빈도를 분석한 결과는 Table 11과 같았다. 운동 빈도는 '주 1~2회'가 31.8%로 가장 많았으며 '주 3~4회'가 28.2%, '하지 않는다'가 20.8% 순으로 나타났다. Choi(2008)의 청소년을 대상으로 한 연구에서도 운동 빈도가 주 2~3회가 40.5%, 주 1회가 22.5%로 나와 본 연구와 유사하였다. 성별로 살펴보면 남학생은 '주 3~4회'가 31.5%, '주 1~2회'가 29.3% 순이

Table 11. Exercise frequency and duration time of subjects

	N(%)	Gender		School		Grades ¹⁾			Opposite-sex friend		
		Boys	Girls	Middle	High	High	Middle	Low	Have	Haven't	
Exercise frequency (times)	Don't do	73(20.6)	20(10.9) ²⁾	53(31.0)	24(14.7)	49(25.5)	16(22.2)	34(20.1)	23(20.2)	12(23.5)	61(20.1)
	1~2/week	113(31.8)	54(29.3)	59(34.5)	33(20.2)	80(41.7)	20(27.8)	53(31.4)	40(35.1)	10(19.6)	103(33.9)
	3~4/week	100(28.2)	58(31.5)	42(24.6)	59(36.2)	41(21.4)	22(30.6)	55(32.5)	23(20.2)	18(35.3)	82(27.0)
	5~6/week	34(9.6)	24(13.0)	10(5.8)	23(14.1)	11(5.7)	8(11.1)	15(8.9)	11(9.6)	2(3.9)	32(10.5)
	Every day	35(9.9)	28(15.2)	7(4.1)	24(14.7)	11(5.7)	6(8.3)	12(7.1)	17(14.9)	9(17.6)	26(8.6)
	χ^2		34.65***		38.55***		9.26			9.62*	
Total	355(100)	184(51.8)	171(48.2)	163(45.9)	192(54.1)	72(20.3)	169(47.6)	114(32.1)	51(14.4)	304(85.6)	
Duration time of exercise	<30minutes	81(28.7)	38(23.2)	43(36.4)	33(23.7)	48(33.6)	12(21.4)	36(26.7)	33(36.3)	5(12.8)	76(31.3)
	30minutes ~1hour	116(41.1)	67(40.9)	49(41.5)	53(38.1)	63(44.1)	29(51.8)	57(42.2)	30(33.0)	20(51.3)	96(39.5)
	1~2hours	67(23.8)	46(28.0)	21(17.8)	40(28.8)	27(18.9)	15(26.8)	30(22.2)	22(24.2)	12(30.8)	55(22.6)
	≥2 hours	18(6.4)	13(7.9)	5(4.2)	13(9.4)	5(3.5)	0(0.0)	12(8.9)	6(6.6)	2(5.1)	16(6.6)
	χ^2		9.43		9.75*		13.79			8.81	
	Total	282(100)	164(58.2)	118(41.8)	139(49.3)	143(50.7)	56(19.9)	135(47.9)	91(32.3)	39(13.8)	243(86.2)

¹⁾ Low; less than 70 points, Middle; 70~less than 90 points, High; more than 90 points

²⁾ N(%), *p<0.05, ***p<0.001

있고 여학생은 '주 1~2회'가 34.5%, '하지 않는다'가 31.0% 순이었으며 그룹 간에 유의한 차이가 있었다 ($p<0.001$). 따라서 여학생보다 남학생의 운동 빈도가 더 많은 것으로 나타났다. 청소년을 대상으로 한 Kim(2006)의 연구에서도 운동 빈도가 '주 3회 이상' 하는 경우 남학생은 52%, 여학생은 44%로 남학생이 운동을 더 많이 하는 것으로 나와 본 연구와 유사하였다. 학교급에 의해 보면 중학생은 '주 3~4회'가 36.2%, '주 1~2회'가 20.2% 순이었고 고등학생은 '주 1~2회'가 41.7%, '하지 않는다'가 25.5% 순이었으며 그룹 간에 유의한 차이가 있었다($p<0.001$). 따라서 중학생이 고등학생보다 운동 빈도가 더 많은 것으로 나타났다. 성적으로 살펴보면, 대체로 상위권보다 하위권에서 운동 빈도가 더 많은 경향이 있었다. 또한 이성친구가 있는 경우에 '주 3~4회'가 35.3%, '하지 않는다'가 23.5% 순이었고, 이성친구가 없는 경우에 '주 1~2회'가 33.6%, '주 3~4회'가 27.0% 순으로 나타났으며 그룹 간에 유의한 차이가 있었다($p<0.05$).

조사대상자들의 운동 지속시간을 분석한 결과는

Table 11과 같았다. 운동 지속시간은 '30분~1시간미만'이 41.1%로 가장 많았으며 '1시간~2시간미만' (23.8%), '30분미만'(28.7%) 순으로 나타났다. 성별에 의해 살펴보면 남학생은 '30분~1시간미만'(40.9%), '1시간~2시간미만'(28.0%) 순이었으며, 여학생은 '30분~1시간미만'(41.5%), '30분미만'(36.4%) 순으로 나타나 남학생이 여학생보다 운동 지속 시간이 더 길은 경향이 있었다. Choi(2008)의 연구에서도 남학생이 여학생보다 운동지속시간이 더 길어 본 연구와 유사하였다. 학교급에 의해 알아보면 중학생은 '30분~1시간미만'이 38.1%, '1시간~2시간미만'(28.8%) 순이었으며, 고등학생은 '30분~1시간미만'이 44.1%, '30분미만'(33.6%) 순으로 나타나 중학생이 고등학생보다 운동 지속 시간이 더 길었으며 그룹 간에 유의적인 차이가 있었다 ($p<0.05$). 성적으로 살펴보면 상위권보다 중, 하위권이 운동지속시간이 약간 긴 경향이었고, 또한 이성친구가 있는 경우가 없는 경우보다 운동 지속시간을 더 오래하는 경향이 있었다.

(2) 운동 종류

조사대상자들의 운동 종류를 분석한 결과는 Table 12와 같았다. 운동 종류는 '배드민턴, 탁구, 농구, 축구'가 29.1%로 가장 많았으며, '걷기, 조깅'(28.7%), '맨손체조, 줄넘기'(21.3%) 순으로 나타났다. 성별로 살펴보면 남학생은 '배드민턴, 탁구, 농구, 축구'가 43.9%로 가장 많았으며, '걷기, 조깅'과 '기타'가 각각 19.5% 순이었고, 여학생은 '걷기, 조깅'(41.5%), '맨손체조, 줄넘기'(31.4%) 순으로 나타나 성별에 따라 유의한 차이가 있었다($p < 0.001$). Choi(2008)의 연구에서도 남학생은 배드민턴, 탁구, 축구를 41.7%, 여학생은 걷기, 조깅을 62.3%로 가장 많이 하여 본 연구와 유사하였다. 학교급으로 살펴보면 중학생은 '배드민턴, 탁구, 농구, 축구'(30.2%), '걷기, 조깅'(28.1%) 순이었고, 고등학생은 '걷기, 조깅'(29.4%), '배드민턴, 탁구, 농구, 축구'(28.0%) 순으로 나타났으며 유의적인 차이는 없었다. 또한 이성친구가 있는 경우 '배드민턴, 탁구, 농구, 축구'(53.8%), '걷기, 조깅'(20.5%) 순이었고, 이성친구가 없는 경우 '걷기, 조깅'(30.0%), '배드민턴, 탁구, 농구, 축구'(25.1%) 순으로 나타났으며, 이성친구의 유무에 따라 유의적인 차이가 나타났($p < 0.01$).

(3) 식사조절행위

조사대상자들의 식사조절행위에 대하여 분석한 결과는 Table 13과 같았다. 식사조절행위의 부정적인 문항('과식이나 폭식을 한 적이 있다')은 역 코딩을 하여 합산하였으며, 전체 평균 5점 만점에 2.56점으로 '보통이다'에 가까웠다. '한 끼 식사량은 적정량만 먹는다'(3.26점)가 가장 높았고, '과식이나 폭식을 한 적이 있다'(2.78점), '체중을 줄이기 위해 음식조절을 한다'(2.52점) 순으로 나타났다. 성별에 의하면 '체중을 줄이기 위해 음식조절을 한다', '음식을 먹을 때 함유된 열량을 생각한다', '먹고 난 후 심한 죄책감을 느낀다'에서 여학생이 남학생보다 유의적으로 더 높게 나타났다($p < 0.001$, $p < 0.05$, $p < 0.001$). 따라서 여학생이 남학생보다 식사조절을 하기 위해 더 많이 노력하고 있었다. 학교급에 의하면 '한 끼 식사량은 적정량만 먹는다'에서 중학생(3.37점)이 고등학생(3.18점)보다 점수가 높고 유의한 차이가 있었다($p < 0.05$). 성적으로 살펴보면 '한 끼 식사량은 적정량만 먹는다'에서 상위권(3.46점)이 하위권(3.10점)보다 유의적으로 높았다($p < 0.05$).

Table 12. The kinds of exercise which subjects were doing

		N(%)	Freehand exercise, rope skipping	Walking, jogging	Badminton, table tennis, basket ball, soccer	Swimming, tennis, taekwondo	Others	χ^2
Gender	Boys	164(58.2)	23(14.0) ¹⁾	32(19.5)	72(43.9)	5(3.0)	32(19.5)	51.39***
	Girls	118(41.8)	37(31.4)	49(41.5)	10(8.5)	3(2.5)	19(16.1)	
School	Middle	139(49.3)	28(20.1)	39(28.1)	42(30.2)	7(5.0)	23(16.5)	5.36
	High	143(50.7)	32(22.4)	42(29.4)	40(28.0)	1(0.7)	28(19.6)	
Grades ²⁾	High	56(19.9)	11(19.6)	11(19.6)	25(44.6)	1(1.8)	8(14.3)	10.76
	Middle	135(47.9)	31(23.0)	41(30.4)	32(23.7)	3(2.2)	28(20.7)	
	Low	91(32.3)	18(19.8)	29(31.9)	25(27.5)	4(4.4)	15(16.5)	
Opposite-sex friend	Have	39(13.8)	4(10.3)	8(20.5)	21(53.8)	1(2.6)	5(12.8)	13.89**
	Haven't	243(86.2)	56(23.0)	73(30.0)	61(25.1)	7(2.9)	46(18.9)	
Total		282(100)	60(21.3)	81(28.7)	82(29.1)	8(2.8)	51(18.1)	

¹⁾ N(%), ** $p < 0.01$, *** $p < 0.001$

²⁾ Low; less than 70 points, Middle; 70~less than 90 points, High; more than 90 points

Table 13. The behaviors on diet control according to general characteristics¹⁾

	N(%)	Eat adequate amount at a meal	Control meal for reducing weight	Think of calories contained in the food	Have done overeating or binge	Feel severe guilty after eating food	Total	
Gender	Boys	184(51.8)	3.27 ± 0.88 ²⁾	2.27 ± 1.07	2.07 ± 1.08	2.84 ± 1.14	1.66 ± 0.89	2.42 ± 0.58
	Girls	171(48.2)	3.26 ± 0.90	2.79 ± 1.08	2.44 ± 1.18	2.72 ± 1.16	2.29 ± 1.23	2.70 ± 0.60
	t-value		0.15	-4.59***	-3.06*	0.96	-5.45***	-4.39***
School	Middle	163(45.9)	3.37 ± 0.89	2.48 ± 1.16	2.26 ± 1.16	2.80 ± 1.24	2.01 ± 1.19	2.59 ± 0.65
	High	192(54.1)	3.18 ± 0.88	2.55 ± 1.05	2.23 ± 1.13	2.76 ± 1.08	1.93 ± 1.03	2.53 ± 0.57
	t-value		2.03*	-0.53	0.24	0.35	0.67	0.87
Opposite-sex friend	Have	51(14.4)	3.08 ± 0.91	2.41 ± 1.13	2.33 ± 1.16	2.67 ± 1.16	1.82 ± 1.01	2.46 ± 0.67
	Haven't	304(85.6)	3.30 ± 0.88	2.54 ± 1.10	2.23 ± 1.14	2.80 ± 1.15	1.99 ± 1.12	2.57 ± 0.59
	t-value		-1.62	-0.75	0.58	-0.76	-0.97	-1.17
Grades ³⁾	High	72(20.3)	3.46 ± 0.87 ^a	2.39 ± 1.11	2.13 ± 1.17	2.96 ± 1.11	1.75 ± 1.05	2.54 ± 0.59
	Middle	169(47.6)	3.30 ± 0.86 ^{ab}	2.49 ± 1.11	2.22 ± 1.16	2.79 ± 1.16	1.98 ± 1.10	2.56 ± 0.58
	Low	114(32.1)	3.10 ± 0.91 ^b	2.65 ± 1.09	2.37 ± 1.11	2.65 ± 1.16	2.07 ± 1.15	2.56 ± 0.67
	F-value		3.93*	1.38	1.10	1.61	1.90	0.18
Total	355(100)	3.26 ± 0.89	2.52 ± 1.10	2.25 ± 1.15	2.78 ± 1.15	1.96 ± 1.11	2.56 ± 0.61	

¹⁾ Likert scale: 1 point: Not at all, 2 points: No, 3 points: So-so, 4 points: Generally so, 5 points: Always so

²⁾ Mean ± SD, *p<0.05, ***p<0.001

³⁾ Low: less than 70 points, Middle: 70 ~less than 90 points, High: more than 90 points

^{ab)} Different superscripts in the same column mean significant differences among groups by Duncan's multiple range test(p<0.05).

(4) 간식 및 패스트푸드 섭취 빈도

조사대상자들의 간식 및 패스트푸드 섭취 빈도를 분석한 결과는 Table 14와 같았다. 하루 동안의 간식 섭취 빈도는 '1번 정도'(40.6%), '2번 정도'(31.8%) 순으로 나타났다. Kwon(2013)의 연구에서는 '가끔 먹는 다'가 41.6%, '하루에 1~2번'이 35%로 나와 본 연구 학생들이 비교적 간식을 많이 먹는 편이었다. 성별, 학교급 및 이성친구에 의한 차이는 적었는데 용돈에 관해서는 용돈이 많은 경우 간식의 섭취 빈도가 많아지는 경향이였다.

패스트푸드 섭취 빈도는 '한 달에 1~2번 이하'(56.3%), '일주일에 1~2번'(36.9%) 순으로 나타났는데 Kwon(2013)의 연구에서는 패스트푸드 섭취 빈도가 '일주일에 1~2번'이 73.3%를 차지하여 본 연구 학생들의 패스트푸드 섭취 빈도가 이들보다 낮은 편이었다. 성별, 학교급에 의해서는 큰 차이가 없었는데

이성친구가 있는 경우 '한 달에 1~2번 이하'가 47.1%, 없는 경우에 '한 달에 1~2번 이하'가 57.9%로 가장 많아 이성친구가 있는 경우 적게 먹는 경향이였다. 또한 용돈이 적은 경우보다 많은 경우에 패스트푸드 섭취 빈도가 높았으며, 그룹 간에 유의적인 차이가 있었다(p<0.001).

4. 외모지향성과 체형관리 변수들의 상관관계

외모지향성과 체형관리에 관련된 변수들의 상관관계를 분석한 결과는 Table 15와 같았다. 외모지향성에서 외모지상주의 성향은 미용관심도와 양의 상관이 있는 것으로 나타났으며(p<0.001), 신체만족도와 운동 빈도와는 음의 상관이 있는 것으로 나타났(p<0.001). 즉, 외모지상주의 성향이 증가하면 미용관심도는 증가하였으며 반면에 신체만족도와 운동 빈도는 감소하였다. 미용관심도는 신체만족도, 운동 빈

Table 14. Frequency on eating snack daily and fast food intake of subjects

	N(%)	Gender		School		Opposite-sex friend		Pocket money (ten thousand won)			
		Boys	Girls	Middle	High	Have	Haven't	Under 5	5-10	Over 10	
Eating snack daily	Don't eat	40(11.3)	19(10.3) ¹⁾	21(12.3)	18(11.0)	22(11.5)	2(3.9)	38(12.5)	29(12.6)	7(8.0)	4(10.8)
	Once	144(40.6)	81(44.0)	63(36.8)	59(36.2)	85(44.3)	24(47.1)	120(39.5)	95(41.3)	37(42.0)	12(32.4)
	Twice	113(31.8)	56(30.4)	57(33.3)	58(35.6)	55(28.6)	14(27.5)	99(32.6)	71(30.9)	31(35.2)	11(29.7)
	Over 3times	58(16.3)	28(15.2)	30(17.5)	28(17.2)	30(15.6)	11(21.6)	47(15.5)	35(15.2)	13(14.8)	10(27.0)
	x ²		2.05		3.47		8.29		20.2		
Fast food intake (times)	<1~2/ month	200(56.3)	100(54.3)	100(58.5)	92(56.4)	108(56.3)	24(47.1)	176(57.9)	139(60.4)	45(51.1)	16(43.2)
	1~2/ week	131(36.9)	66(35.9)	65(38.0)	59(36.2)	72(37.5)	22(43.1)	109(35.9)	85(37.0)	33(37.5)	13(35.1)
	≥3~4/ week	24(6.8)	18(9.8)	6(3.5)	12(7.4)	12(6.2)	5(9.8)	19(6.2)	6(2.6)	10(11.4)	8(21.6)
	x ²		5.88		0.73		2.71		46.9 ^{***}		
	Total	355(100)	184(51.8)	171(48.2)	163(45.9)	192(54.1)	51(14.4)	304(85.6)	230(64.8)	88(24.8)	37(10.4)

¹⁾ N(%), **p<0.001

Table 15. The correlation of factors related appearance orientation and body shape management

	Appearance orientation			Body shape management				
	Lookism tendency	Interest in beauty care	Physical satisfaction	Frequency of exercise	Duration time of exercise	Behavior on diet control	Frequency of eating snack	Frequency of fast food intake
Appearance orientation	Lookism tendency	1						
	Interest in beauty care	0.410 ^{***}	1					
	Physical satisfaction	-0.446 ^{***}	-0.149 ^{**}	1				
Body shape management	Frequency of exercise	-0.206 ^{***}	-0.165 ^{**}	0.198 ^{***}	1			
	Duration time of exercise	-0.074	-0.135 [*]	0.099	0.317 ^{***}	1		
	Behavior on diet control	0.045	0.174 ^{**}	-0.076	0.031	-0.040	1	
	Frequency of eating snack	-0.059	-0.110 [*]	0.020	-0.040	-0.045	0.049	1
	Frequency of fast food intake	-0.049	-0.042	0.014	-0.046	-0.080	-0.135 [*]	0.230 ^{***}

*p<0.05, **p<0.01, ***p<0.001

도, 평균 운동 지속 시간, 간식 섭취 빈도와 음의 상관관이 있는 것으로 나타났으며($p < 0.01$, $p < 0.01$, $p < 0.05$, $p < 0.05$), 식사조절행위와는 양의 상관관이 있는 것으로 나타났으며($p < 0.01$). 즉, 미용관심도가 높을수록 신체만족도, 운동 빈도, 평균 운동 지속 시간, 간식 섭취 빈도는 감소하였으며, 식사조절행위는 증가하였다. 신체만족도는 운동 빈도와 양의 상관관이 있는 것으로 나타났으며($p < 0.001$). 즉, 신체만족도가 높을수록 운동 빈도가 증가하였다. 체형관리에서 운동 빈도는 운동 지속 시간과 양의 상관관이 있는 것으로 나타났으며($p < 0.001$). 즉 운동 빈도가 증가하면 운동 지속 시간이 증가하였다. 식사조절행위는 패스트푸드 섭취 빈도와 음의 상관관이 있는 것으로 나타났으며($p < 0.05$). 즉 식사조절행위가 증가하면 패스트푸드 섭취 빈도는 감소하였다. 간식 섭취 빈도는 패스트푸드 섭취 빈도와 양의 상관관이 있는 것으로 나타났으며($p < 0.001$). 즉 간식 섭취 빈도가 증가하면 패스트푸드 섭취 빈도도 증가하였는데 Kwon(2013)의 연구에서도 본 연구결과와 일치하였다.

전체적으로 외모지상주의 성향이 높으면 미용관심도가 높고 반면에 신체만족도는 감소하였으며, 미용관심도가 높을수록 간식 섭취 빈도는 감소하고 식사조절 행위는 증가하였다. 또한 식사 조절 행위가 증가하면 패스트푸드 섭취 빈도는 감소하였다. 따라서 외모지상주의 성향이 높을수록 미용관심도가 높고, 간식, 패스트푸드 섭취 및 식사를 조절하여 체형관리를 하는 것으로 나타났다.

IV. 요약 및 결론

본 연구는 대전시 일부 청소년들의 외모지향성과 체형관리에 대하여 2015년 12월 16일부터 28일까지 설문조사를 실시하여 355부를 분석에 사용하였다. 조사대상자는 남학생이 51.8%, 여학생이 48.2%이었고, 중학생이 45.9%, 고등학생이 54.1%이었다. 한 달 용돈은 5만원 미만이 60.4%로 가장 많았고, 성적은 중위권이 47.6%로 가장 많았다. 이성친구의 유무에서 이

성친구가 없는 경우가 85.6%로 다수를 차지했다. 조사대상자의 BMI는 중학생이 19.8kg/m²로 나타났고, 고등학생은 21.4kg/m²로 나타났다. 학생들의 비만도는 표준체중집단이 83.1%로 가장 많았다.

외모지향성에서 외모지상주의 성향은 2.82/5점으로 보통정도이며 여학생이 남학생보다, 고등학생이 중학생보다, 성적이 낮은 경우에 유의적으로 더 높았다($p < 0.05$). 미용관심도에서는 2.93/5점으로 보통정도이며 여학생이 남학생보다 유의적으로 높게 나타났다($p < 0.001$). 신체만족도에서는 3.02/5점으로 보통정도이고 남학생이 여학생보다, 중학생이 고등학생보다 신체만족도가 유의적으로 높게 나타나($p < 0.01$) 외모지상주의 성향이나 미용관심도와 반대적 경향을 나타냈으며, 성적에서는 상위권 학생들이 하위권 학생보다 신체만족도가 더 높게 나타났다.

체형관리에서 현재 체형에 대한 인식은 여학생이 남학생보다, 이성친구가 없는 학생이 있는 학생보다 자신의 현재 체형을 더 살찐 것으로 인식했다. 이상적인 체형은 여학생이 남학생보다 유의적으로 더 날씬한 체형을 희망하였다. 체형만족도는 2.87/5점이었으며 여학생이 남학생보다, 고등학생이 중학생보다, 그리고 성적이 하위권에서 유의적으로 더 낮았다. 체중조절에 대한 관심도는 3.38/5점이었으며, 여학생이 남학생보다 체중조절에 대한 관심이 더 많았으며, 체중조절을 하는 이유는 남학생은 '건강을 위해', 여학생은 '외모 때문에'가 가장 많았다. 체중조절을 시도한 학생이 56.9%로 나타났으며 여학생이 남학생보다 체중조절을 위해 더 노력하였다. 체중조절 시도 방법으로는 남, 여학생 모두 '운동'이 가장 많았으며 그다음에 식사량조절, 간식제한이었고, 체중조절 후 느끼는 신체 증상에서는 여학생이 남학생보다 후유증을 다양하게 느끼고 있었다. 운동 빈도는 '주 1~2회'가 31.8%로 가장 많았고, 남학생이 여학생보다, 중학생이 고등학생보다, 이성친구가 있는 경우에 없는 경우보다 더 많았다. 운동 지속 시간은 '30분~1시간미만'이 41.1%로 가장 많았고, 중학생이 고등학생보다 더 길었다. 식사조절행위는 2.56/5점으로 보통정도이며,

여학생이 남학생보다 더 많이 하는 경향이였다.

외모지향성과 체형관리에 관련된 변수들의 상관관계에서 외모지상주의 성향이 높으면 미용관심도가 높고 신체만족도와 운동 빈도는 낮았으며, 미용관심도가 높으면 식사조절행위 점수가 높았으나 신체만족도, 운동 빈도, 운동 지속 시간 및 간식 섭취 빈도가 낮았다. 식사조절행위 점수가 높으면 패스트푸드 섭취 빈도가 낮았으며, 간식 섭취 빈도가 높으면 패스트푸드 섭취 빈도도 높은 것으로 나타났다.

대체로 여학생이 남학생보다 외모지상주의 성향과 미용관심도는 높은 반면 체형만족도와 신체만족도는 낮았고, 체중조절 시도를 많이 하였는데 그 방법에서는 여학생은 식사조절을 많이 하였고 남학생은 운동을 많이 하는 경향이였다. 전체적으로 외모지향성이 높을수록 간식이나 패스트푸드 섭취 및 식사를 조절하여 체형관리를 하는 것으로 나타났다. 따라서 학생들이 외모지향성에 부응해서 보다 적절한 체형관리를 통하여 건강을 유지하면서 자신감을 높여 학업성취도를 향상시킬 수 있도록 하기위해서는 가정과 학교에서 꾸준한 관심과 지도가 필요할 것으로 여겨진다.

본 연구의 결과를 토대로 다음의 내용을 제안하고자 한다.

첫째, 청소년의 외모지향성을 건전하게 하기 위해서는 외모지상주의 성향이 높게 나타난 여자 고등학생을 중심으로 적절한 프로그램을 제공하는 것이 필요하다.

둘째, 여학생의 미용관심도가 높게 나타난 점과 관련하여 학생들이 적절하고 건전한 미용행위를 할 수 있도록 지도 편달이 필요할 것으로 여겨진다.

셋째, 체중조절을 위해 여학생들에게는 운동을, 남학생들에게는 식이조절행위를 더욱 실천할 수 있도록 가정과 학교의 지도가 필요할 것으로 사료된다.

References

Choi JH(2008) A study on dietary habits and weight control in adolescent in Gwangju. Master's thesis, Mokpo National University
 Chung JY, Shin HW(2006) The appearance management

behaviors and clothing benefits sought according to body cathexis and appearance interest of high school students. Korean Home Econ Educ Assoc 18(4), 13-23
 Han MH, Lee EH(2009) A study related to adolescent students' school uniform behavior and attitude toward appearance. Korean Home Econ Educ Assoc 21(2), 23-43
 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, anthropometry characteristics and perceptions of body shape-. Korean Soc Community Nutr 8(5), 658-666
 Jang SC, Song MH(2004) Relationship between high school students' appearance satisfaction and self- esteem and school-related adjustment. Korea Youth Res Assoc 11(3), 115-133
 Kang HW, Lee SS(2006) Obesity and weight control prevalence of middle school students in Seoul, Gyeonggi area. Korean J Nutr 39(7), 674-683
 Kim EJ(2004) The research about recognition of body shape, weight control and the factors related to the disordered eating behaviors in adolescent girls. Master's thesis, Sungshin Women's University
 Kim HJ(2009) A study on middles school girls' behaviors towards weight control and appearance satisfaction, Master's thesis, Ewha Woman's University
 Kim HJ, Kwon HJ(2014) A study on behavior pattern of purchase and usage of cosmetic according to interest in appearance of adolescents. Korean J Aesthet Cosmetol 12(3), 353-359
 Kim JM(2006) The effects of sex role identity and interest in the opposite sex of high school male students on appearance making attitude. Master's thesis, Chonnam National University
 Kim JY(2006) A study on the factors related to perception on body image, weight control attitude, and dietary behaviors in Korean adolescents by body image satisfaction, Master's thesis, Chung-Ang University
 Kim YK(2009) A study on the awareness of body shape and eating disorders of female adolescents -A comparative study between students with and without eating disorders-. Master's thesis, Kyunghee University
 Kwon HK(2013) The relationship among dietary behavior, nutrition knowledge, living habit and obesity index of middle school students in Daejeon area. Master's thesis, Chungnam National University
 Lee HJ, Choi MR, Koo JO(2005) A study of body image, weight control and dietary habits with different BMI in female high school students. Korean J Community Nutr 10(6), 805-813
 Lee JE, Lee LH(2006) Classification of eating disorder patterns of female middle school students and their association with self-body image, weight control behavior, and eating behavior. Korean J Community

- Living Sci 17(2), 89-103
- Lee JH(2013) A study on eating behaviors and self-perception in middle school girls according to body image satisfaction, Master's thesis, Sookmyung Women's University
- Lee MG(2010) A study on the body satisfaction and weight control of high school students in Jeonnam, Master's thesis, Mokpo National University
- Min JH(2008) The effects of media use on adolescents' lookism and the desire to improve body image: focusing on TV entertainment programming and personal media, *Form Youth Cult* 19, 45-78
- Ministry of Health and Welfare, Korea Centers for Disease Control and prevention(2007). Standard growth chart of children and adolescents, Ministry of Health and Welfare
- Ministry of Health and Welfare, Korea Centers for Disease Control and prevention(2015) Adolescent health behavior online survey, Ministry of Health and Welfare
- Moon HJ(2010) A study of the intention of appearance and the appearance valuation and the attitude of skin health care, Master's thesis, Chungnam National University
- Moon YJ(2010) A study on adolescents' lookism - Focused on middle-school & high-school Students in Gyeonggi region -. Master's thesis, Dongguk University
- Na YY, Song SY(2014) The influence on make-up behavior and cosmetics consumption tendency to interest in appearance of female middle School students - Gwangju area -. *Korea Sci Art forum* 18, 221-233
- Park SJ, Son CN(2002) The effects of cognitive- behavioral therapy on body image esteem, self-esteem, and depression of college women with negative body image. *Korean Health Psychol* 7(3), 335-351
- Ryu HK, Yoon JS(1999) A study of perception about body image in adolescent females-in Daegu city-. *Korean J Community Nutr* 4(4), 554-560
- Seol HJ(2010) A study on appearance satisfaction and beauty behavior according to the sociocultural elements of the growing generation concerning appearance, doctoral dissertation, Sungshin Women's University
- Song HJ(2013) Body image recognition, dietary behaviors, weight control and dietary quality of female middle school students in a Seoul area by obese degree and the risk of eating disorders, Doctoral dissertation, Dankook University
- Song YS(2009) The relations between adolescents' attitude toward appearance and perceived social support and school life adjustment, Master's thesis, Ewha Woman's University
- Wee EH(2015) A study on differences in body comparison, body satisfaction, and appearance management behaviors according to social cultural attitudes toward appearance among adolescents in Gwangju and Jeonnam province- by sex and age, *Korean Home Econ Educ Assoc* 27(1), 13-29