

한·일 여대생의 자기 체형인식 및 사회적 체형불안에 관한 비교연구

최수영*, 최봉순, 홍진표¹대구효성가톨릭대학교 식품영양학과, 대구효성가톨릭대학교 체육교육학과¹

청년기 여성의 건강은 단지 자기자신의 건강문제에만 국한되는 것이 아니라 장래 건전한 모성영양의 관점에서 매우 중요하다. 이 시기는 출산과 수유를 대비하여 체중의 구성에 체지방량이 매우 높으며 또한 필수적이다. 그러나 청년기 여성의 마른 체형을 선호하는 경향은 비정상적인 체중감량을 시도하여 폭식증 내지 거식증을 동반하면서 생리적으로 위험한 수준을 초래하고 있다. 이러한 청년기 여성의 자기 체형의 인식과 체형에 대한 수척경향을 알아보기 위하여 한·일 여대생의 자기 체형인식 및 사회적 체형 불안에 관하여 비교조사하였다. 조사대상자는 한국은 대구의 T대학교 여자 대학생(평균연령 19.9 ± 1.2) 412명, 일본은 후쿠오카의 K, N여자대학생 (18.5 ± 0.6) 423명이었으며 조사내용은 설문지를 사용하여 현재의 신장과 체중에 관한 인식, 이상적인 신장과 체중, 체중의 조절지향 및 사회적 체형 불안도를 조사하였다. 현재의 신장과 체중에 대한 인식조사는 자기의 체형을 「너무 마름(Lean)」, 「여윈(Slim)」, 「보통(Normal)」, 「약간 살짐(Fattish)」, 및 「너무 살짐(Fatty)」로 분류하여 자기평가체형(Subjective physique)으로 하였다. 체중의 조절지향은 「살빼기바람(Slenderness)」, 「살찌기바람(Fatness)」 및 「이대로 좋음(Maintenance)」으로 분류하였다. 사회적 불안도는 Hart 등의 Social Physique Anxiousness(SPAS)를 사용하여, 최고로 높은 불안도 4점에서 낮은 불안도 0점까지의 5단계척도, 12항목 합계 48점으로 평가하였다.

대상자의 현실체형(Actural physique)은 실측한 신장과 체중으로부터 이상체형(Ideal physique)은 각 대상자가 신고한 이상의 신장과 체중으로 하였다.

현실체형과 자기평가체형의 matching로부터 현실체형과 자기평가체형이 일치한 자를 「정당(Justice)평가」, 현실체형보다 뚱뚱하게 평가한 자를 「과대(over)평가」, 역으로 마르게 평가한 자를 「과소(Under)평가」로 하였으며 결과는 평균치±표준편차로 표시하여, 2군간의 평균치의 차의 검정에는 Student's *t* test을, 3군간 이상의 평균치의 차의 검정에는 일원배치분산분석법을 이용하였다. 또, 도수분포의 차의 검정에는 χ^2 검정을 채용하였다. 유의수준은 모두 $p < 0.05$ 미만으로 하였다.