

어머니의 식생활 환경과 취학 전 아동의 식생활 행동 및 과잉 행동에 관한 연구¹⁾

김 정 현* · 이 성 희**

배재대학교 가정교육과* · 배재대학교 유아교육과**

The Effects of Maternal Food Environment on Food Behavior and Hyperactivity of Preschoolers

Kim, Jung-Hyun* · Lee, Sung-Hee**

Dept. of Home Economics Education, Dept. of Early-Childhood Education.
PaiChai University***

Abstracts

This study evaluated the effects of maternal food environment on food behavior and hyperactivity of preschoolers. The subjects consisted of 270 children aged 5-6 years and 330 their mother. The food behavior and hyperactivity of the children were measured simultaneously by both children's mother and their teachers using the same checklists. And maternal food environment was performed by self-administered questionnaire.

Mother's food value was significantly influenced by their employment status and parenting behavior, but was not affected by the levels of their education and household income. Children's hyperactivity was significant influenced by their sleep status, mother's education level and parenting behavior($p < 0.05$). A significant difference was noted children's food behavior with the teacher's assessment upon the association with hyperactivity($p < 0.05$) but was not significantly related to it by mother's checklist. The mother's food value($p < 0.001$) and food behavior($p < 0.05$) were significantly related to the their children's food behavior and hyperactivity. These results showed that maternal food environment plays an important role in children's food behavior and hyperactivity.

주제어(Key Works) : 식생활 환경(food environment), 식생활 행동(food behavior)
과잉 행동(hyperactivity)

1) 교신저자 : 김정현(jhkim99@mail.pcu.ac.kr)

I. 서 론

인간 발달에 영향을 주는 환경이란 인간 유기체에 게 작용하는 외적 자극과 조건을 포함하는 것으로 생물학적·사회적·심리적 측면을 총칭하는 것이다. 단순히 인간 유기체를 둘러싸고 있는 외계가 아니고 유기체에 감각되어 경험되어지는 총체로서 개인의 생활과 행동에 직접 관계되어 있는 것이라 할 수 있다.

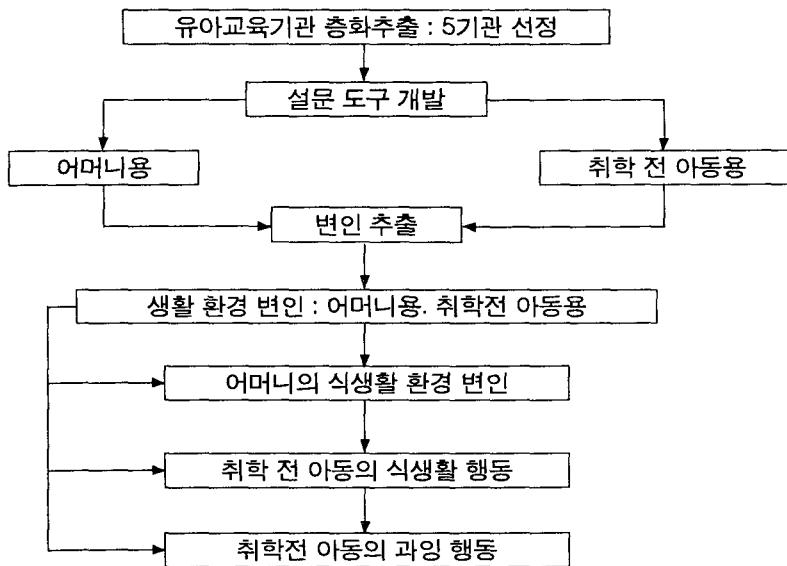
식생활 환경 역시, 예외가 아니어서 어머니의 식생활 환경은 아동 발달에 미치는 영향에 매우 밀접한 관련이 있는 것으로 보고되었다(김인숙, 1991; 정희정, 1995). 그 이유는 이미 여러 연구에서 보고된 바, 식생활은 개인의 생활양식의 일부분으로, 한 사람의 생활 행태에 의해 결정이 되며, 개인의 행동 양식과도 상관이 있으며, 모든 인간의 행동 즉, 일, 사회적 활동, 휴식, 오락 등과 연관되어 변화되어 왔다. 그러므로 식생활 행동은 외적, 내적 환경 요인들의 영향을 받아서 형성된 각 개인의 행동 양식 중 식생활과 관련된 행동이라고 할 수 있다(김선희·김숙희, 1982; 안홍석, 1992).

현재, 우리나라는 아직 식사와 관련된 영양과 인지 및 행동발달에 대한 체계적인 연구가 부족한 실정이

다(남상명, 2003; 이향자·천중희, 1989). 더욱이 가정에서의 어머니의 생활환경은 자녀의 기초적인 성격과 성장의 틀이 결정되며, 자녀의 심리적, 정서적 안정은 물론 신체적, 사회적 발달 등 모든 측면에 걸쳐 중요한 영향을 미치게 된다고 한다. 아동의 신체적 성장과 인지능력 및 행동발달은 유전과 환경의 두 변인이 모두 작용한 결과이며 유전은 이미 고정된 요인이므로 우리가 변화시킬 가능성이 있는 생활 환경 변인, 특히 어머니의 생활 환경 변인에 대한 연구가 필요하다고 생각된다.

이에 본 연구는 어머니의 식생활 환경 변인이 아동의 신체적, 정신적 그리고 사회적 발달을 결정하는 직접적 혹은 간접적 요인으로, 아동의 식생활 행동 및 과잉행동에 영향을 미칠 것이라는 가설 하에 진행되었다. 그러므로 본 연구는 가정이라는 한정된 환경에서 아동 교육 기관이라는 새로운 환경에 노출되는 5~6세의 아동과 그들의 어머니를 대상으로 어머니 식생활 환경이 아동의 식생활 행동에 미치는 영향을 분석하고 아동의 과잉 행동에는 어떠한 영향을 미치는지 분석하고자 하였다.

연구문제는 <그림 1>에서 제시된 연구 모형에 근거하여 제시되었다.



<그림 1> 연구 가설에 따른 연구 모형

1. 어머니의 식생활 환경은 어떤 양상으로 나타나며, 이에 영향을 주는 어머니의 생활 환경 변인은 무엇인가?
2. 어머니의 식생활 환경은 아동의 식생활 행동과 어떤 관련성이 있는가?
3. 어머니의 식생활 환경은 아동의 과잉행동과 어떤 관련성을 가지고 있는가?

II. 선행 연구의 고찰

환경은 유기체 외부에 있는 물리적·심리적 조건과 자극이며(정원식, 1981), 특히 가정환경은 개인에게 주어지는 환경으로서 아동에게 미치는 특수한 영향 때문에, 가정환경은 아동의 발달에 매우 중요한 요인으로 지적되고 있다. 즉, 아동의 최적 발달을 보장하기 위해서는 건전하고 자극적인 환경이 어떻게 주어지는가가 매우 중요하다고 할 수 있다(김기현, 1987; 김상희, 1990). 더욱이 부모와 자녀의 관계는 자녀가 태어나서 성숙할 때까지 오랫동안 계속되는 가장 지속적인 인간관계이다. 자녀의 입장에서 보면 부모는 최초로 맺는 인간관계이며, 부모가 제공하는 환경은 아동의 지적 발달 뿐 아니라 사회성 및 정서 발달에도 중요한 역할을 하게 되므로 부모-자녀 관계는 어떤 인간관계보다 중요하며 결정적이라고 할 수 있다. 특히 자녀가 어릴수록 부모-자녀 관계는 더욱 밀접함으로 부모가 자녀에게 미치는 영향은 매우 크다고 하겠다. 따라서 아동의 사회·정서적 발달은 모두 부모와의 관계 속에서 그 기본 틀이 형성되어서 사회 속으로 나아간다. 이때 아동의 정서적 안정은 이후의 성격형성 및 사회생활에 많은 영향을 미칠 것이다. 즉 적절한 부모의 양육행동은 아동의 건전한 사회적 능력에 필요한 만족감과 안정감을 제공한다는 것이다(노명희, 1995). 이런 부모-자녀간의 밀접한 특성 때문에 많은 연구자들에 의해 다양한 측면에서 부모가 자녀에게 미치는 영향에 관한 연구가 이루어져왔다(공희자·문재우:2004, 김숙경, 1989; 김양의, 1994; 김영미, 1989; 김정숙, 1987; 김진경, 1989).

최근 산업사회가 발달하면서 사회인으로 활동하는 여성이 많아지고 있다. 이는 여성 취업을 용이하게 하는 서비스산업의 비중 확대를 축으로 하여 산업구조의 변화라는 노동력 수요 측면의 변화와 출산율의 저하로 인하여 가정의 양육부담과 가사노동이 경감되고, 취업에 대한 의식의 변화가 나타났다(장지연,

1998). 또한 남성만의 수입으로는 가정의 경제적 만족과 현대문명이 주는 혜택을 누리기 어렵다는 것과 여성 자신의 사회 참여 요구의 증대 때문이라고 할 수 있다. 이러한 추세를 볼 때 앞으로도 취업 모는 계속 증가할 것으로 예상되며 취업모의 증가는 여성 자신 뿐 아니라 가정생활에서도 많은 변화를 초래하였다. 이렇게 과거 가정에서 자녀양육을 전담하던 어머니들이 취업이나 기타 사회활동에 참여하기 위해 가정 밖에서 보내는 시간이 많아지면서 어머니의 취업이 자녀에게 미치는 영향에 대한 많은 관심이 모아졌고, 또 취업 모 자녀의 양육 문제를 중심으로 연구가 계속되어 오고 있다(장영애, 1986; 정원식, 1981; 김양의, 1994). 이러한 산업화, 도시화 현상 및 여성의 사회 참여에 대한 의식 변화로 자녀를 둔 어머니의 생활환경 변화가 자녀에게 미치는 영향에 대해 관심은 집중되고 이에 따른 자녀의 행동 발달을 중심으로 연구가 계속되어 오고 있다.

일생을 통하여 성장기의 식생활은 성장 발달 뿐 만 아니라 평생의 신체적, 정신적 건강을 지배하게 되므로 성장기에 대한 식생활 관리와 영양교육의 문제는 그 중요성이 날로 강조되고 있다. 바람직한 성장 발달과 최적의 건강상태 유지는 균형된 식사 섭취에 의해서 가능한데, 균형된 식사 섭취에 의한 좋은 영양상태는 신체적 성장발달 뿐만 아니라 지적, 사회적, 정서적 능력을 향상시킬 수 있기 때문이다.

이에 아동에 있어 최초의 환경으로 나타난 가족은 동일한 주거환경에서 생활공동체를 형성하므로 가족만의 독특한 생활양식과 행동태도를 가지게 된다. 특히 가장 많은 시간을 자녀와 함께하는 어머니의 식생활 환경이 아동의 행동 발달에 미치는 영향은 매우 중요하다고 할 수 있다. 어머니는 한 가정의 주부로서 가족 구성원 모두의 식생활을 계획하고 준비하기 때문에 주부의 식생활에 대한 이해와 태도는 가족 전체의 식품 섭취와 건강에 직접적인 영향을 주게 되며, 자녀의 성장과 발육에도 영향을 미치게 된다. 실제 선행 연구를 살펴보면, 부모 중 어머니의 식생활 행동이 자녀의 식생활 행동 형성에 영향을 미치며, 어머니의 직업유무, 영양지식 등은 아동의 식생활 행동은 물론 건강, 성격, 인지능력, 과잉행동 등에 영향을 미친다고 보고된 바 있다(김정현·이명희, 2003; 김진경, 1989; 김재은, 1977; 노명희, 1995; 문수재·윤진·이영미, 1989). 자녀는 출생과 더불어 가족과 관계를 맺게 되며, 가정생활을 통해서 인간관

계의 기초를 형성하게 된다. 사회적 태도, 정서적 통제 및 기타 행동 습관을 조성하는 기초적 훈련은 가정생활을 통해서 배우게 되며, 특히 어머니는 유아의 사회 정서적 발달이 확립되지 상태에서는 인성형성에 더욱 크게 작용하게 되므로, 어머니의 식생활 환경은 아동의 식생활 행동을 결정하는 중요한 원인이 될 것이다(최일선, 1994; 안진석, 1982; 안진석·정문자, 1982). 더욱이 가정에서 아동 교육기관으로의 이행이 이루어지는 시기이므로 양호한 신체적, 정신적, 사회적 성장 발달이 요구되는 시기이다(안홍석, 1992; Galler JR, 1984). 아동기의 양호한 영양 상태 관리는 가족의 식생활 행동에 따라 좌우될 수 있다. 올바른 식생활 행동의 습득은 아동 행동 발달의 기초를 이루게 되고 자립 기능의 제일 첫 단계로서 독립심의 근간을 이루게 된다. 따라서 식생활 행동은 한 개인의 전반적 발달 상황을 알아 볼 수 있는 기준으로 여겨진다. 더욱이 식사 시의 부적절한 행동은 정상 행동 발달을 저해하는 경우이며, 영양 장애로 전환되어 아동의 행동적 장애가 될 수 있다. 식생활 행동 발달 과정에서 파생되는 섭식 행동 문제 발생률은 평균 아동 3명 중 1명 꼴로 매우 높고, 동시에 문제 행동과 연계된다고 할 수 있다(김재은, 1997; Ashworth A Millward DJ, 1986).

섭식 행동 문제와 연결하여, 아동기의 행동장애중의 하나로서 나타나는 과잉 행동증(hyperactivity) 혹은 주의력 결핍장애(attention deficit disorder: ADD)는 정신박약이나 중추신경계의 뚜렷한 이상 없이 행동장애, 정서장애, 학습장애 등을 일으키는 질환 군을 일컫는 것이다(공희자, 2004; Ross DM·Ross SA, 1982). 이것은 대부분의 아동들은 만 2세가 되면 일시적으로 많이 움직이고 떠들썩한 행동을 나타내다가 유치원 연령에 이르면 운동을 조절하고 주의를 집중시킬 수 있게 된다. 과잉 행동증의 원인은 아직 확실히 규명되지 않았으나 유전적 원인론 및 여러 원인들이 제시되고 있는데, 가정환경과의 관련성 및 아동기 우울증과 같은 신경증, 성격 장애등의 여러 가지 원인이 제시되고 있다(송나리, 1992).

과잉 행동과 식생활 행동과의 관련성은 국외의 연구에서 지적한 바 있다. 불균형한 식사가 행동적 이상을 초래할 가능성이 있다고 하였고, 식품 첨가물과 색소가 많은 식품을 다량 섭취할 경우 신경전도체의 변화를 가져와 행동 이상이 유발될 수 있다고 보고한 바 있다. 또한, 청소년 범죄자들의 식사내용을 분석

한 결과에 의하면 과잉 행동증이 일종의 식품에 대한 과민반응 증상으로서 정제당류 및 탄산음료, 즉석 같이 식품의 섭취가 많을수록 충동적이고 공격적인 경향이 있으며, 자연식품을 많이 사용한 식사를 제공함으로써 이들의 충동성과 공격성이 교정되었다고 하였다(Ferguson HB, 1986). 이러한 연구들은 과잉 행동증의 조기발견과 식품선택 및 조리방법의 변화로 행동교정이 유도될 수 있음을 시사하고 있다(Rapoport JL, 1986; Printz RJ, 1980; Stare FJ, 1980).

Ⅲ. 연구 방법

1. 연구 대상자

본 연구에서는 연구 대상자 선정을 위하여 대전 시 소재 유아 교육 기관 전체를 대상으로 층화 추출법에 의해 추출된 유아 교육 기관 22곳을 선정하여 각 기관의 협조 하에 한 기관에서 3명의 교사가 선정된 후 각각의 교사는 아동 5명을 무작위 추출하여 추출된 아동과 그들의 어머니를 본 연구의 대상으로 선정하였다. 따라서 선정된 연구대상자는 아동 330명과 그들의 어머니 330명이었으며, 회수된 자료는 각각 270개로 총 540부이었으며, 변인마다 분석에 사용된 자료의 수를 제시하였다.

2. 연구 방법

1) 조사 도구 개발

조사 도구는 아동용과 어머니용으로 분류하여 다르게 구성하였다. 선행 연구에서 사용했던 도구들을 일부 수정하였으며, 연구 대상자의 크기에서 약 20%에 해당하는 사람들을 대상으로 예비 설문을 실시한 후 수정, 보완하였다(김정현, 이명희, 2003). 각각 내용별 조사 도구의 내적 일치성 신뢰도(Cronbach'Alpha)는 0.82-0.92로 분석되었다.

조사기관에서 각각 5명의 아동을 선정하여 선정된 아동에 대한 설문지와 동일한 아동을 대상으로 그들의 어머니가 응답해야 하는 설문지를 배포하였다. 이중 아동에 관한 설문도구는 동일한 아동에 대해 교사가 측정하는 도구와 어머니가 측정하는 도구가 함께 구성되었다.

2) 조사 도구 내용

설문 도구 내용은 연구 대상자가 어머니와 아동이므로 어머니용과 아동용으로 분류되어 구성되어 있다.

(1) 어머니 변인 분석을 위한 설문 도구 내용

① 개인 환경 변인

어머니의 개인 환경 변인으로는 어머니의 연령, 직업 그리고 학력 수준 및 소득수준을 조사하였으며, 양육 태도에 대해서는 어머니 스스로를 방임적, 권위적, 허용적, 과잉 보호적 태도 중 어느 곳에 해당하는 지에 대한 조사를 병행하였다. 또한 가족 변인으로 남편(아동의 아버지)의 개인적 변인을 조사하였다.

② 식생활 환경 조사

식생활 환경을 조사하기 위해서는 어머니 스스로에 대한 식생활 가치관과 식생활 행동을 분석하였다.

㉠ 식생활 가치관

선행연구(문수재·윤진·이영미, 1989)에서 사용한 도구로서 생리적 욕구, 안전의 욕구, 건강 향상의 욕구, 즐거움의 욕구를 식생활에 대한 가치 무여 이론에 적용하여 평소 식사 시 어떤 점에 유의하고 있는가를 설문하여 공복을 채우는 것(생리적 욕구), 식사를 간단히 끝내는 것(안전의 욕구), 영양을 취하는 것(건강 향상의 욕구), 그리고 좋아하는 것을 먹는 것(즐거움의 욕구) 중 어느 것에 속하는지를 구분한다.

㉡ 식생활 행동

식생활 행동의 측정은 일본에서 개발된 식생활 행동 점점 문항을 김정현 등(1992)에서 우리나라의 실정에 맞게 수정하여 인용한 식생활 행동 점점 문항을 그 표현 내용상 우리도록 일부 개정 후 사용한다. 식생활행동 평가 문항의 구성은 총 20문항이며, ①전반적인 식생활행동 평가 문항(5문항)과 ②섭취 음식의 균형성 평가 문항(8문항), ③생활과의 조화를 평가하는 문항(7문항)으로 구성되어 있다.

(2) 아동 변인 분석을 위한 조사 도구 내용

① 개인 환경 변인

아동의 개인 환경 변인으로는 성별, 가족 수, 출생 순위와 아동 개인의 출생 시 신장과 체중 그리고 현재의 신장과 체중을 조사하였다. 아동의 건강 상태 및 병치레의 종류에 대해 조사하였으며, 활동 상태 그리고 수면 상태에 대해 조사하였다.

② 식생활 행동

藤澤良知(1974)의 식습관 조사표를 일부 수정하여

동일한 아동에게 동일한 설문 도구 내용에 관하여 ㉠ 교사가 판정하는 조사표와 ㉡학부모가 판정하는 조사표를 각각 상황에 맞게 일부 수정하여 이용하였으며, 높은 점수를 받을수록 식생활 행동이 양호한 것으로 판정하였다.

③ 과잉 행동

교육기관 환경에서 과잉 행동을 측정하기 위해 가장 널리 알려져 사용되는 평정 척도는 코너스 교사평정척도(Coners Teacher Rating Scale)이다(바바라 잉거솔, 1992). 연구자들은 흔히 28 문항 도구 판을 애용하지만 임상에서는 10 문항 도구가 더 자주 사용된다. 이 척도는 주의력과 과잉 행동에 관한 질문들로 재구성된 것으로 주의력 부족을 과잉 행동 장애의 일차적 장애로 생각하기 때문에 그 척도는 주의력을 강조 하도록 고안되었다. 3점 척도로서 일반적으로 18-20 점 이상의 점수는 과잉 행동 장애의 가능성이 높은 것으로 나타나고 있다. 선행연구에 제시한바 있다(김정현·이명희, 2003).

3. 자료의 분석방법

조사된 변인에 대한 빈도와 백분율로 구하였으며, 식생활 환경 중 식생활 행동, 사회적 능력, 과잉행동은 점수화 된 도구로서 평균과 표준편차로 구하여 비교 분석하였고, 변인간의 관련성 분석은 F-test와 변량분석(ANOVA)으로 검증하였다. 또한, 식생활 환경과 사회적 능력 그리고 과잉 행동과의 조사하기 위하여 Pearson의 적률 상관계수 분석을 하여 상관 관계를 구하였다.

IV. 연구 결과 및 고찰

1. 연구 대상자의 개인 환경적 특성

연구 대상자의 개인 환경적 특성을 크게 2가지 측면에서 조사하였다.

1) 아동의 개인 환경적 특성

연구 대상 아동은 총 270 명으로 남아가 53.9%, 여아가 46.1 %로 구성되었으며, 연구 대상은 동일한 만 5세 아동을 대상으로 하였다. 가족 수는 4인 가족이 57.6%로 가장 많았다. 아동의 생활 환경적인 특성을 살펴본 결과 <표 1>에 제시된 바와 같이 건강

〈표 1〉 아동의 개인 환경적 특성

변수		범주	빈도(명)	Percent(%)
가족변인	성별	남아	146	53.9
		여아	125	46.1
		계	274	100.0
	출생 순위	첫 번째	166	62.9
		두 번째	83	31.4
		세 번째 이상	14	5.7
		계	274	100.0
	가족 수	3인 이하	37	13.1
		4인	163	57.6
		5인	41	14.5
		6인 이상	42	14.9
		계	283	100.0
	건강상태	매우양호	59	21.5
		양호	169	61.7
		보통	29	10.6
		병치레	17	6.2
		계	274	100.0
	병치레	감기	151	61.9
		열	11	4.5
		기침	38	15.6
인후		31	12.7	
복통		7	2.9	
기타		3	1.2	
계		244	100.0	
활동상태	매우 활발	76	27.8	
	활동적	184	67.4	
	비활동적	13	4.8	
	계	273	100.0	

상태는 83.2%가 매우 양호 혹은 양호하다고 응답하였으며, 병치레를 자주 한다고 응답한 경우는 6.2%이었다. 또한, 주로 하는 병치레를 조사한 결과 감기가 61.9%로 가장 많았으며, 감기의 증상이 기침과 인후기 불편함이 각각 15.6% 그리고 12.7%로 나타났다. 어머니들이 본 아동의 활동 상태는 95.2%가 매우 활발하거나 활발하다고 응답하였다.

2) 어머니의 개인 환경적 특성

연구 대상 어머니의 연령 분포는 30대가 86.0%로 나타나 평균 연령은 34세로 나타났으며, 학력 수준은

대학교 졸업 이상이 64.9% 이었다. 어머니의 취업 여부를 조사한 결과, 정규직을 가지고 있는 경우가 28.0%나 되었으며, 파트 타임직까지 합하면 42.4%로 나타났다. 가정의 소득 수준을 조사한 결과 평균 소득이 226.9 만원으로 나타났으며, 30.6%가 150만원 이하의 소득 수준을 가지고 있었으며, 30.6%가 150 - 200 만원의 소득 수준을 가지고 있는 것으로 나타나, 그 분포는 40 만원부터 1,000 만원 까지 다양한 소득 수준을 가지고 있었다(표 2). 또한, 어머니들 스스로는 아동에 대한 어머니의 양육태도에 대해 어떻게 생각하는가에 대한 조사를 한 결과, 허용

〈표 2〉 어머니의 개인 환경적 특성

변수	범주	빈도(명)	Percent(%)
연령	20대	17	6.4
	30대	232	86
	40대	21	7.7
	계	270	100.0
직업	가사	156	57.6
	파트타임	39	14.4
	정규직	76	28.0
	계	271	100.0
학력	대학원졸	14	5.3
	대졸	156	59.5
	고졸	91	34.7
	중졸이하	1	0.4
	계	262	100.0
가족의 총 수입	150만원 이하	87	30.6
	150만원-200만원	87	30.6
	200만원-250만원	30	12.4
	250만원-300만원	31	12.8
	300만원 이상	33	13.6
	계	268	100.0
양육 태도	방임적 태도	13	5.1
	권위적 태도	23	9.0
	허용적 태도	217	85.1
	과잉 보호적 태도	2	0.8
	계	255	100.0

적인 태도에 85.1%가 응답하였으며, 그 외 권위적인 태도가 9.0%로 나타났다

2. 어머니의 식생활 환경

연구 대상자 어머니의 식생활 환경 변인으로 식생활에 대한 가치관과 식생활 행동을 분석하였다.

(1) 식생활 가치관

어머니의 식생활 환경 분석을 위하여 식생활에 대한 가치관을 조사하였다. 그 결과, 85.4% 어머니들은 영양에 식생활의 가치를 두고 있다고 응답하였다. 좋아하는 것을 먹는 것에 식생활의 가치를 두는 경우는 8.8%에 지나지 않았다. 선행 연구(김정현, 1991)에 의하면, 즉, 공복을 해소하는 것과 간단히

해결하는 식사에 가치를 두는 경우는 식생활에 대한 가치관 확립이 되어 있다고 할 수 없으며, 영양을 우선시 하거나 좋아하는 것을 먹는 것에 식생활의 가치를 두는 경우는 식생활 가치관이 확립되어 있다고 제시한 바 있다. 이에 근거하여 본 연구 대상자들은 식생활에 대한 가치관이 확립이 되어 있는 것으로 볼 수 있다(그림 2).

(2) 식생활 행동

어머니의 식생활 행동 평가는 하위 개념의 3 부류가 있어 식사 태도, 반찬의 조화(식품의 다양성), 그리고 생활의 균형으로 구분하여 분석하였으며, 전체적인 총점으로 판정하는 식생활 행동 평가를 한 결과 〈표 3〉에 제시된 바와 같다. 식사 태도는 12.26 점이고 반찬의 조화는 34.84 점 그리고 생활의 균형은

〈표 3〉 어머니의 양육태도에 따른 어머니의 식생활 행동 점수

(N=251)

변인		N	Mean	SD	F value (p-value)
식사 태도	방임	13	11.46	4.54	4.743* (0.029)
	권위	22	12.45	3.76	
	허용	214	12.38	3.77	
	전체	251	12.27	3.86	
반찬의 조화	방임	13	30.92	9.95	12.456 (0.091)
	권위	22	36.00	8.52	
	허용	214	34.99	7.93	
	전체	251	34.78	8.13	
생활의 균형	방임	13	11.77	3.94	2.367 (0.102)
	권위	22	13.32	3.85	
	허용	214	13.13	3.13	
	전체	251	13.04	3.26	
식생활 행동	방임	13	54.15	15.27	5.782* (0.018)
	권위	22	61.77	12.05	
	허용	214	60.43	11.99	
	전체	251	60.05	12.33	

* p<0.05

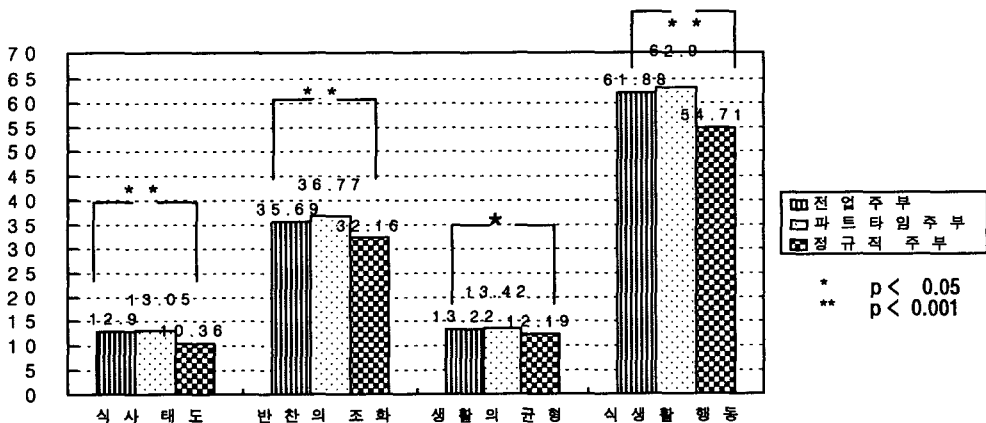
12.98 점으로 나타나 총점으로 평가하는 식생활 행동 점수는 60.05 으로 60점에서 80점 까지를 '양호' 그리고 80점 이상인 경우 '매우 양호'한 식생활 행동 이라고 평가한다면, 본 연구 대상자의 평균 점수는 '양호' 한 것으로 판정할 수 있다. 이는 일반적으로 가정 내에서 식생활 행동을 평가해 볼 때 가족 중 식 생활을 담당하고 있는 어머니의 식생활 행동이 비교적 양호한 것으로 나타나는 선행 연구 결과들과 일치 하는 결과임을 알 수 있었다(장희경, 2002; 김정현,

1992)

(3) 어머니의 식생활 행동에 영향을 주는 변인 분석
 어머니의 식생활 행동에 영향을 주는 변인을 분석 한 결과 어머니 자신의 취업 여부, 양육 태도와 어머니의 식생활 가치관이 유의적으로 영향을 미치는 변 인으로 분석되었다.

① 취업 여부

〈그림 3〉에 제시된 바와 같이 어머니 자신의 취업



〈그림 3〉 어머니의 취업 여부에 따른 어머니의 식생활 행동 점수

〈표 4〉 어머니의 식생활 가치관에 따른 어머니의 식생활 행동

(N = 268)

		N	Mean	SD	F value (p-value)
식사 태도	공복	13	11.31	4.40	4.34 (0.291)
	영양	231	12.40	3.76	
	좋아	23	11.30	4.34	
반찬의 조화	공복	13	30.08	7.10	9.85* (0.048)
	영양	231	35.22	8.23	
	좋아	23	34.3	7.30	
생활의 균형	공복	13	11.69	2.84	3.79 (0.212)
	영양	230	13.13	3.19	
	좋아	23	12.17	3.07	
식생활 행동	공복	13	53.08	11.11	9.25* (0.042)
	영양	231	60.69	12.50	
	좋아	23	57.83	9.33	

* p<0.05

여부에 따라 어머니의 식생활 행동은 유의적으로 차이가 있었다. 식사 태도, 반찬의 조화 그리고 생활의 균형 모두 취업을 하고 있는 어머니의 경우 유의적으로 낮은 점수를 나타내고 있으며(p<0.001, p<0.001, p<0.05), 전체적인 식생활 행동 평가의 경우도 정규직의 취업을 하고 있는 어머니의 경우 식생활 행동 점수가 유의적으로 낮았다(p<0.001). 더욱이 어머니가 정규직 주부인 경우 식생활 행동의 평균 점수가 54.71 점으로 나타나, 본 평가 도구의 척도로 평가해 본다면, 60점 이하의 점수인 경우 식생활 행동이 불량하다고 판정하므로, 정규직을 가지고 있는 어머니의 경우는 식생활 행동이 불량하여 전문인의 상담이 요구되는 수준이다. 본 연구 결과에서도 나타나듯이 어머니의 취업 여부는 가정환경의 다양한 각도에서 영향을 미치고 있음을 알 수 있었다(이경래, 1997).

②양육태도

어머니의 양육 태도에 따른 어머니의 식생활 행동을 평가한 결과, 스스로 방임적인 양육태도를 가지고 있다고 응답한 어머니의 경우, 식사 태도(p<0.05), 반찬의 조화, 생활의 균형 모두에서 낮은 식생활 행동을 보였으며, 이들 어머니들의 전체적인 식생활 행동 점수(p<0.05)는 54.15점으로 매우 불량한 것으로 나타났다(표 3).

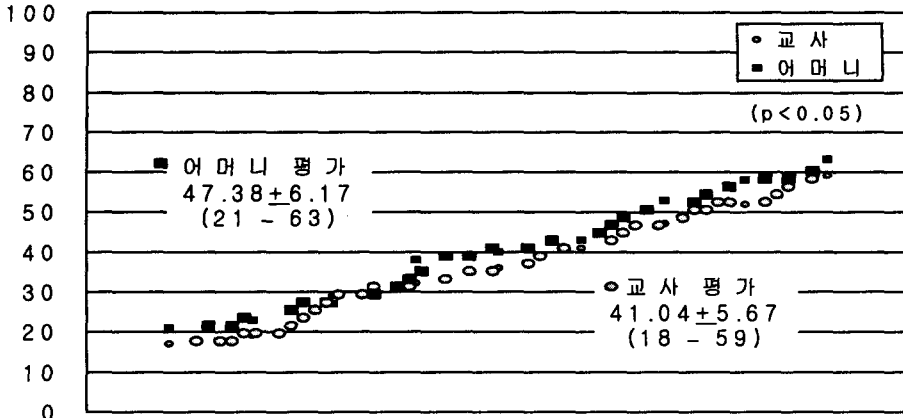
③식생활가치관

어머니의 식생활 가치관에 따른 어머니의 식생활 행동을 평가한 결과, 〈표 4〉에 제시된 바와 같이 공복을 해소하는 것에 식생활의 가치를 두고 있는 어머니들의 경우 유의적으로 낮은 식생활 행동을 보이는 것으로 분석되었다. 또한, 좋아하는 것을 먹는 것에 식생활의 가치를 두는 경우에도 비교적 낮은 식생활 행동을 보이고 있었다. 따라서 식생활에 대한 가치관의 확립이 무엇보다도 중요함을 알 수 있었다. 이는 다른 연구 결과에서도 지적한 바(문수재, 1989) 식생활 가치관은 식생활 행동과 직결되고 있음을 알 수 있었다.

3. 아동의 식생활 행동 및 과잉 행동 분석

1) 식생활 행동

아동의 식생활 행동은 동일한 아동에 대해 교사와 어머니가 측정하였다. 이를 분석한 결과, 〈그림 4〉에서 제시한 바와 같이 동일한 아동에 대해 교사와 어머니가 평가한 식생활 행동 점수에는 유의적인 차이가 있는 것을 볼 수 있었다. 최저 점수를 살펴보면, 교사는 18점으로 평가한 반면, 어머니는 21점으로 평가하여 차이를 보였으며, 최고 점수의 경우도 교사는 59점으로 평가한 반면 어머니는 63 점으로 평가하여, 유의적인 차이를 보였다. 즉, 평균 점수를 살펴



〈그림 4〉 교사와 어머니가 평가한 아동의 식생활 행동 평가점수

보면, 동일한 아동에 대해 평균 식생활 행동 점수는 교사의 경우 41.04 ± 5.67 점으로 평가하였으며, 어머니가 판정한 아동의 식생활 행동은 47.38 ± 6.17 점으로 나타나 유의적인 차이가 있었다. 즉, 교사보다는 어머니의 식생활 행동 평가가 유의적으로 더 높은 것을 알 수 있었다($p < 0.05$). 이러한 결과는 연구 대상 아동들의 식생활 행동이 불량하다는 것을 알 수 있었으며, 특히, 어머니의 시각에서 바라본 아동의 식생활 행동은 교사가 평가한 식생활 행동 평가 점수보다 유의적으로 높게 분석된 것은 매우 고무적인 결과라고 할 수 있다.

2) 과잉 행동

연구 대상 아동의 과잉 행동 점수를 분석하여 〈그림 5〉에 제시하였다. 18점 이상을 과잉 행동 가능성이 높은 것으로 진단하였을때, 전체 연구 대상의

10.8%가 과잉 행동 가능성이 높은 것으로 나타났다. 또한, 이들의 평균 점수는 $15.07 + 4.90$ 점으로 나타났다. 1995년 보건사회연구원 조사에 의하면 서울시내 4개 초등학교 1-3학년 재학생 중 8.6%가 과잉 행동 가능성이 높은 것으로 분석된 바 있다고 보고한 바 있다(공희자, 2004). 본 연구 결과에서는 5세 아동임을 감안해 볼 때 10% 내외의 빈도를 보인다는 연구 결과 등과 일치함을 알 수 있었다.

아동의 수면 및 활동 상태에 따른 과잉 행동 분포는 〈표 5〉에 제시된 바와 같다. 아동의 활동 상태에 따라 과잉 행동은 유의적인 차이를 보이지는 않았지만, 수면 상태에 따른 차이는 있는 것으로 나타났다($p < 0.05$). 즉, 8시간 미만으로 수면 시간이 적은 경우 과잉 행동의 경향이 유의적으로 높은 것으로 나타났다.

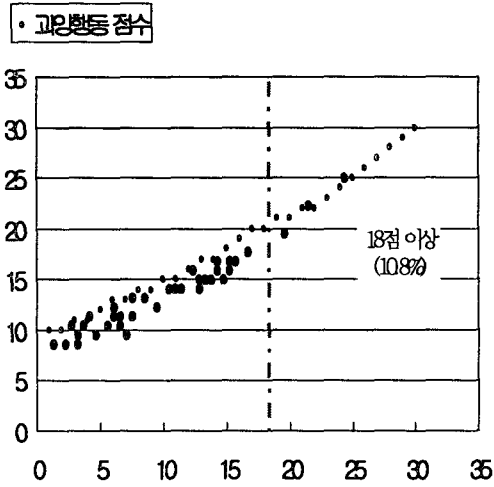
〈표 5〉 아동의 수면 및 활동상태에 따른 과잉 행동 점수

(N=202)

	N	Mean ^U	SD	Range	Fvalue (p-value)	
수면 상태	8시간미만	8	24.94	7.31	10-30	8.564* (0.029)
	8시간	47	16.13	3.37	10-30	
	9시간	104	14.82	4.24	10-29	
	10시간이상	103	14.10	4.73	10-22	
활동 상태	매우 활발	51	15.06	5.42	10-30	0.357 (0.992)
	활발	144	15.09	4.78	10-29	
	비활동적	7	14.86	4.18	10-22	
계	202	15.07	4.90	10-30		

* $p < 0.05$

1) 18점 이상: 과잉 행동 가능성



〈그림 5〉. 아동의 과잉 행동 점수 분포

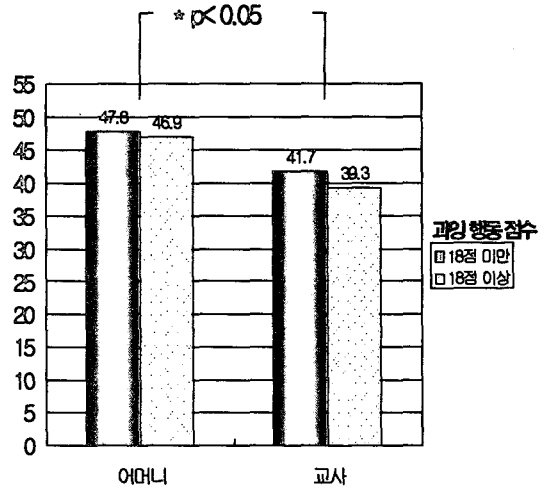
3) 아동의 식생활 행동과 과잉 행동과의 관련성

아동의 식생활 행동과 과잉 행동과의 관련성을 분석한 결과 〈그림 6〉에서 제시된 바와 같다. 즉, 동일한 아동에 대해 교사와 어머니가 과잉 행동 경향이 높은 집단과 정상 집단으로 분류하여 두 집단간에 식생활 행동 점수를 분석하였다. 그 결과, 어머니가 측정한 경우에서는 과잉 행동 경향이 높은 집단에서 식생활 행동 점수가 낮은 경향이 보였지만, 유의적인 차이는 보이지 않았다. 반면, 교사가 측정한 아동의 식생활 행동 점수는 과잉 행동 증상 점수가 높은 집단에서 유의적으로 낮은 것을 알 수 있었다. 따라서 과잉 행동 성향이 높은 아동의 경우 식생활 행동 점수는 유의적으로 양호하지 않음을 알 수 있었다 ($p < 0.05$). 이는 취학 전 아동을 대상으로 식생활 행동이 과잉 행동에 미치는 영향을 연구한 선행 연구에서 나타난 결과와 일치함을 알 수 있었다(김경아, 1994).

4. 어머니의 식생활 환경이 아동의 식생활 행동 및 과잉행동에 미치는 영향 분석

1) 어머니의 개인 환경적 변인

어머니의 학력 수준과 아동의 식생활 행동 및 과잉 행동과의 관련성은 〈표 6〉에 제시하였다. 어머니의 학력 수준은 아동의 과잉행동에 유의적인 영향을 미치고 있었다. 어머니의 학력 수준이 고교 이하인 경



〈그림 6〉 어머니와 교사가 측정한 아동의 식생활 행동 점수와 과잉행동과의 관련성

우 유의적으로 과잉 행동 경향이 유의적으로 높음을 알 수 있었다. 이는 과잉 행동의 경향이 높은 집단의 경우 정상 아동 집단에 비해 어머니의 학력 수준이 유의적으로 낮은 여러 연구 결과와도 일치하는 결과이다 (공희자, 2004; 김명희, 1988).

어머니의 양육 태도와 아동의 과잉 행동과의 관련성에 관한 연구는 다각적으로 제시된 바 있다. 이미 선행 연구(김정숙, 1987; 최일선, 1994)에서도 지적된 바와 같이 어머니의 양육 태도는 본 연구 결과에서도 아동의 과잉 행동에 영향을 주는 변인으로 분석되었다. 본 연구 결과에서는 〈표 7〉에서도 제시된 바와 같이, 스스로 권위적인 양육 태도를 가지고 있다고 응답한 어머니의 경우, 그 아동들의 과잉 행동 점수가 17.47 점으로 분석되어 다른 아동들보다 유의적으로 과잉 행동 경향이 높은 것으로 나타났다($p < 0.05$).

〈표 6〉 어머니와 학력 수준과 아동의 과잉 행동과의 관련성

(N=197)

	N	Mean	SD	F value (p-value)
대학원 졸	14	13.57	4.67	9.357* (0.009)
대학교 졸	124	14.45	4.29	
고졸 이하	59	16.93	5.86	
계	197	15.07	4.90	

* $p < 0.05$

〈표 7〉 어머니의 양육 태도와 아동의 과잉 행동과의 관련성 (N = 188)

	N	Mean	S.D.	F value (p-value)
방임	11	16.36	5.18	4.357 (0.047)*
권위	17	17.47	4.84	
허용	159	14.60	4.56	
계	188	14.94	4.68	

* p<0.05

2) 어머니의 식생활 환경이 아동의 식생활 행동 및 과잉 행동에 미치는 영향

어머니의 식생활 행동과 아동의 식생활 행동 및 과잉 행동 간의 상관성을 분석한 결과, 〈표 8〉에서 제시된 바와 같다. 어머니의 식생활 환경 변인으로 식생활 가치관과 식생활 행동 변인과 아동의 식생활 행동 변인은 교사와 어머니가 측정한 결과 그리고 과잉 행동 변인간의 상관성을 분석하였다.

연구 결과, 어머니의 식생활 변인인 식생활 가치관과 식생활 행동은 아동의 식생활 행동과 과잉 행동에 유의적으로 영향을 미치는 변인으로 분석되었다. 즉, 교사와 어머니가 측정한 아동의 식생활 행동 점수는 어머니의 식생활 가치관이 확립될수록 그리고 식생활 행동 점수가 양호할수록 유의적으로 높은 것으로 나타났다(p<0.001, p<0.05). 또한 어머니의 식생활 가치관과 어머니의 식생활 행동은 아동의 과잉 행동의 유의적인 음의 상관성을 가지고 있는 것으로 분석되었다(p<0.001, p<0.05).

그러므로 어머니의 식생활 환경 변인인 어머니의 식생활 가치관과 식생활 행동은 아동의 식생활 행동은 물론 아동의 과잉 행동에도 유의적인 영향을 주는 것으로 분석되어, 아동의 행동 발달에 어머니의 식생활 변인은 매우 중요한 변인임을 알 수 있었다. 이에

본 연구를 통하여 행동 발달 측면에서 중요한 영향을 미치는 어머니 변인 중 식생활 변인의 중요성을 제시 하면서 식생활 변인은 물론 여러 환경 변인간의 복합적인 접근이 필요함을 제시하는 바이다.

IV. 결론 및 제언

본 연구는 어머니의 식생활 환경 변인이 아동의 신체적, 정신적 그리고 사회적 발달을 결정하는 직접적 혹은 간접적 요인으로 작용하여, 이러한 어머니 식생활 환경 변인들이 아동의 식생활 행동 및 과잉행동에 영향을 미칠 것이라는 가설 하에 진행되었다. 그 결과, 어머니의 식생활 가치관은 영양을 우선시하는 것에 두고 있었으며, 식생활 행동 점수는 60.05 점으로 '양호' 수준으로 평가되었다. 어머니의 식생활 행동에 영향을 주는 변인을 분석한 결과, 어머니 자신의 취업 유무(p<0.001) 및 어머니의 양육 태도(p<0.05), 그리고 어머니의 식생활 가치관(p<0.05)이 유의적으로 영향을 미치는 변인으로 분석되었다.

아동의 식생활 행동은 어머니가 평가한 결과보다는 교사가 평가한 결과에서 유의적으로 낮은 것으로 나타났다(p<0.05). 아동의 과잉 행동 경향은 연구 대상의 10.8%가 과잉 행동 성향이 높은 것으로 나타났다. 아동의 과잉 행동은 아동의 수면 시간(p<0.05)이 8시간보다 적은 경우 유의적으로 과잉 행동 성향이 높은 것으로 분석되었다. 또한, 어머니의 학력 수준(p<0.05)의 낮을수록 그리고 어머니의 양육태도(p<0.05)가 권위적일 수록 아동의 과잉 행동의 성향이 높은 것으로 나타났다. 어머니의 교사가 측정한 아동의 식생활 행동 점수와 아동의 과잉 행동과의 관련성을 분석한 결과, 어머니가 측정한 아동의 과잉 행동 성향에 따른 아동의 식생활 행동 점수는 유의적인 차이가 없었으나, 교사가 측정한 식생활 행동은 아동의 과잉 행동 성향이 높은 경우 유의적으로 낮은

〈표 8〉 어머니의 식생활 환경과 아동의 식생활 행동 및 과잉 행동 간의 상관성 분석 (N = 274)

아동	행동	식생활 행동		과잉행동
		교사 측정	어머니 측정	교사 측정
어머니	식가치관	0.254**	0.282**	-0.259**
	식생활 행동	0.129*	0.116*	-0.103*

* p<0.05

** p<0.001

것으로 나타났다($p < 0.05$).

어머니의 식생활 환경 변인과 아동의 과잉 행동과의 상관성 분석을 한 결과, 어머니의 식생활 가치관이 확립될수록($p < 0.001$), 그리고 어머니의 식생활 행동이 양호할수록($p < 0.05$), 교사와 어머니가 측정 한 아동의 식생활 행동은 유의적으로 양호한 것으로 나타났으며, 아동의 과잉행동은 유의적으로 낮음을 알 수 있었다.

본 연구 결과, 어머니의 식생활 환경 변인은 아동의 식생활 행동 및 과잉 행동에 직, 간접적으로 유의적인 영향을 미치고 있음을 알 수 있었다. 이는 아동의 영양 관리는 아동의 성장, 발달 및 행동과 학습 수행에 영향을 줄 수가 있다는 여러 연구 결과들과 연결되며, 아동의 식생활과 행동 발달에만 국한되었던 연구 자료에서 새로운 시각으로 아동의 식생활 행동과 과잉 행동이라는 새로운 측면의 다각적인 연구 접근이라는 점에서 그 의미가 크며, 그 결과 또한 매우 중요하다고 할 수 있다.

이상의 결과를 종합해 보면 아동의 식생활 환경 요인은 많은 환경요인 중의 일부일 뿐이지만 아동의 사회 경제적요인, 건강요인 등의 환경요인과 함께 아동의 신체적 성장, 정신적 발달 및 행동 발달 그리고 사회적 기술이 함축된 사회적 능력에 직접 또는 간접적으로 영향을 미치고 있음을 확인한 것으로 생각되며, 이를 바탕으로 이들 각 인자간의 상호 관련성에 관한 연구가 더욱 필요하다고 본다. 또한 아동의 발달 측정법은 종류가 많고, 지금까지 사용된 방법에는 연속성과 체계성이 부족하였으므로 아동의 식생활 변인 측면에서 연관성이 큰 방법을 찾는 연구가 필요하다고 생각된다.

참 고 문 헌

공희자·문재우 (2004). 주의력 결핍 및 과잉행동장애 아동과 일반 아동 어머니의 양육태도 비교연구. *건강증진학회지*, 21(1), 297-318.

김경아 (1994). 식생활 행동이 취학전 아동의 신체발달과 인지능력 및 과잉행동에 미치는 영향 - 취학전 아동을 대상으로 - 서울여대 대학원 석사논문.

김기현(1987)). 아동의 가정환경 요인과 인성발달에 관한 고찰. *전주유석대 논문집*, 9, 169-190.

김명희(1988). 과잉행동증과 관련 변인의 상호연관성에 관한 연구. *이화여대대학원 석사논문*.

김상희(1990). 형제간 및 또래간 사회성에 영향을 주는 가족인구학적 변인. *이화여대 대학원 박사학위논문*.

김선효·임국이 (1985). 청소년기 식사의 질에 영향을 미치는 요인에 관한 연구. *한국영양학회지*, 18(3), 225-233.

김선희·김숙희 (1982). 학령기 아동의 영양실태와 신체발달 및 행동에 관한 연구. *한국영양학회지*, 16(4), 253-260.

김양의(1994). 부모의 온정 및 통제와 아동의 사회성. 안정성에 관한 연구. *목포대학교 석사학위논문*.

김영미(1989). 취학전 교육경험에 따른 아동의 사회성에 대한 연구. *연세대학교 석사학위논문*.

김정숙(1987). 어머니의 양육태도와 유아의 사회성과의 관계연구. *조선대학교 석사학위 논문*.

김정현(1991). 한국인의 식행동에 영향을 주는 변인 분석. *연세대학교 석사학위논문*.

김정현·이명희(2003). 취학전 아동의 식생활 행동이 사회적 능력 및 과잉 행동에 미치는 영향. *한국가정과교육학회지* 15(4), 147-157.

김진경(1989). 자녀가 지각한 부의 양육태도와 자녀의 사회성 안정성에 관한 연구. *국민대학교 석사학위논문*.

김재은 (1977). 영양과 행동의 발달. *한국영양학회지*, 10(12), 12-16.

남상명(2003). 어머니의 양육 행동 특성과 초등학교생의 식습관에 관한 연구. *Korean J. Food Culture* 18(2), 515-526.

노명희(1995). 아동의 어머니에 대한 애착과 사회적 능력. *석사학위논문*. 전남대학교 대학원.

문수재·윤진·이영미 (1989). 청소년의 식생활 행동, 성격 특성과 영양섭취상태에 관한 연구. *연세논총*, 3, 47-58.

모수미·이미숙 (1976). 어린이의 식습관이 체위에 미치는 영향에 관한 연구. *한국영양학회지*, 9, 1-9.

문수재·이명희 (1987). 어린이의 식생활 태도와 영양 상태 및 성격에 미치는 영향에 관한 연구. *한국영양학회지*, 20(4), 19-27.

서영선(1992). 청소년의 패스트푸드식습관과 인성에 관한 연구. *성신여대교육대학원 석사논문*.

송나리 (1992). 의동이의 사회적 능력 및 인지 능력발달에 관한 연구. *이화여자대학교 대학원 석사학위 논문*.

안홍석 (1992). 미취학 어린이의 영양의식과 섭식태도에 관한 연구. *한국음식문화연구원 논문집* 297-314.

- 1992.
- 안진석 (1982). **취학전 아동의 인기도와 사회적 행동 및 어머니의 양육 태도 간의 관계연구**. 연세대학교 대학원 석사학위 논문.
- 우희정(1993). **가정환경과 아동의 자기-효능감 간의 인과모형 분석**. 전남대 대학원 박사학위 논문.
- 이경래 (1997). **취업모의 양육 태도와 유아자아개념과의 관계**. 한국교원대학교 교육대학원. 석사학위논문.
- 이은혜·장영애(1982). **가정 환경 자극 검사(HOME)의 타당화 연구**. *교육학연구*, 20(1), 49-63.
- 이향자·천종희 (1989). **아동의 식습관 및 식품 기호가 성격특성과의 관계연구**. *대한가정학회지*, 22, 2-13.
- 장희경·한용봉 (2002). **중년 여성의 갱년기 증상과 식생활 양상에 관한 연구**. 40(1), 125-134.
- 최일선 (1994). **아동의 사회적 능력과 어머니의 인식 및 행동**. 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 한성희 (1988). **아동의 사회적 능력과 인기도간의 관계**. *한국아동학회*, 81-91.
- 바바라 잉거술. (1992). **김동성역. 어린이의 과잉행동과 치료**. 홍익제.
- Abidin, R. R.(1990). *Parenting Stress Index (PSI): Manual Pediatric Psychology*.
- Ashworth A, Willward DJ. (1986) Catch-up growth in children. *Nutrition Review*, ~44, 157-161.
- Breskin MW, et al. (1985) Water-soluble vitamins : Intakes and indicies in children. *J Am Diet Assoc* 85. 49-54.
- Cmic. K. A. & Greenberg. M. T(1990). Minor parenting stress with young children. *Child Development*, 61, 1628-1637.
- Ferguson HB, Stoddart C, Simeon JG. (1986). Double-blind challenge studies of behavioral and cognitive effects of sucrose-aspartame ingestion in normal children. *Nutrition Review(Suppl)*, 44: 144-148.
- Gross MD(1984). Effect of sugar on hyperkinetic children. *Pediatrics*, 74, 876-879.
- Printz RJ, Roberts WA, Hartman E. (1980). Dietary correlates of hyperactive behavior in children. *Journal of Consult Clinical Psychology*, 48, 760-767.
- Rapoport JL. (1986). Diet and Hyperactivity. *Nutrition Review*, 44, 167-172.
- Stare FJ, Whelan EM, Sheridan M. (1980) Diet and hyperactivity: Is there a relationship? *Pediatrics* 66, 521-527.
- Axelson, M. L. (1986). "The impact of culture on food-related behavior", *Annual Review nutrition*. 6, 433-456.
- Galler, J. R. (1984). *Human nutrition: Nutrition and behavior*. Plenum, NY and London.
- Nelson RW. (1984). Israel AC. *Behavior disorders of childhood*, Prentice-hall Inc.
- Castle S. (1984). *Nutrition for your child's most important years*. Simon & Schuster.
- Kanarek RB, Marks-Kaufman R. (1991). *Sugar and Behavior* In : Nutrition and behavior new perspective. Van Nostrand reinhold N.Y. rub.
- Ross DM. Ross SA. (1982). *Hyperactivity : Current issue, research and theory*, wiley series on personality process.
- 藤澤良知 (1974). **營養指導**. pp105-106. 第一出版社, 東京.

〈국문초록〉

어머니의 식생활 환경인 식생활에 대한 가치관과 식생활 행동이 아동의 식생활 행동과 과잉 능력과 어떤 관련성이 있는 지 분석하였다. 연구 대상은 취학 전 아동(5-6세) 330명과 그들의 어머니를 대상으로 하였으며, 취학 전 아동 변인인 경우 동일한 아동에 대해 어머니와 교사가 조사에 응답하였다. 그 결과, 어머니의 식생활 가치관은 영양을 우선시하는 것에 두고 있었으며, 식생활 행동은 양호의 수준으로 평가되었으며, 식생활 행동에 영향을 주는 변인으로는 어머니 자신의 취업 유무($p < 0.001$) 그리고 양육 태도($p < 0.05$) 및 어머니의 식생활 가치관($p < 0.05$)이 유의적으로 영향을 미치는 변인으로 분석되었다. 아동의 식생활 행동은 어머니가 평가한 결과보다는 교사가 평가한 결과에서 유의적으로 낮은 것으로 나타났다($p < 0.05$). 아동의 식생활 행동과 아동의 과잉 행동과의 상관성 분석을 한 결과, 교사가 측정한 아동의 식생활 행동이 양호할수록 아동의 과잉 행동은 유의적으로 낮음을 알 수 있었다($p < 0.05$). 이러한 현상은 동일한 아동일지라도 어머니가 평가한 아동의 식생활 행동에서는 관찰되지 않았다. 어머니의 학력 수준이 낮을수록 그리고 어머니의 양육태도가 권위적인 경우, 아동의 과잉 행동 성향이 높은 것으로 나타났다($p < 0.05$). 또한, 어머니의 식생활 환경 변인과 아동의 과잉 행동과의 상관성 분석을 한 결과, 어머니의 식생활 가치관이 확립될수록($p < 0.001$), 그리고 어머니의 식생활 행동이 양호할수록($p < 0.05$), 교사와 어머니가 측정한 아동의 식생활 행동은 유의적으로 양호한 것으로 나타났으며, 아동의 과잉 행동은 유의적으로 낮음을 알 수 있었다.

본 연구 결과, 어머니의 식생활 환경 변인은 아동의 식생활 행동은 물론 과잉 행동에 직, 간접적으로 유의적인 영향을 미치고 있음을 알 수 있었다. 이러한 결과는 어머니의 식생활 환경은 아동의 영양 관리 및 아동의 성장, 발달 및 행동과 학습 행동에 중요한 영향력을 미칠 수 있는 것으로 나타나, 어머니의 식생활 환경의 중요성을 강조하여야 할 것이다.