

여대생이 지각한 신체상과 자존감, 가족건강성 관계연구

서영숙*, 손유림

*경주대학교 간호학과 교수

A Study on Body Image, Self-esteem, and Family Strengths of Female University Students

Young-Sook Seo*, Yu-Lim Son

* Department of Nursing, University of Gyeongju

(Received March 13, 2014; Revised March 25, 2014; Accepted March 31, 2014)

Abstract

Purpose. The purpose of this study was to investigate the relationship between body image, self-esteem, and family strengths in female university students.

Methods. One hundred ninety nine female university students participated in data collection. Data on body image, self-esteem, and family strengths were collected via questionnaire between April 2013 and May 2013. Data analysis was done using PASW 18.0 program and included one-way ANOVA, independent t-test and Pearson correlation coefficients analysis.

Results. The mean score of body image was 24.20, self-esteem was 25.30, and family strengths was 83.71. Results showed a positive correlation among body image and self-esteem($r=.19$, $p<.001$), and family strengths($r=.16$, $p<.001$).

Conclusion. The results indicate that it is necessary to increase body image, self-esteem, and family strengths among female university students.

To ensure reasonable body image in female university students, self-esteem, and family strengths should be reinforced.

Key Words: Body image, Family strengths, Self-esteem, Students.

* Corresponding Author : seo1657@gu.ac.kr

1. 서론

1.1. 연구의 필요성

현대사회는 사람의 내적인 아름다움을 중요시하던 과거와는 다르게 외적인 아름다움을 지향하는 ‘외모지상주의’ 사회라고 할 수 있다¹⁾. 이러한 외모지상주의 사회에서는 외모를 하나의 능력으로 평가되면서, 최근에 대부분의 사람들은 신체의 아름다움과 마른 몸매를 유지하려는 등의 외모관리가 중요시되고 있다¹²⁾. 특히 여대생은 남대생보다 외모에 대한 관심이 많고, 자신의 체중이 실제보다 많이 나간다고 인식하고, 마른체형을 선호하는 경향이 두드러졌다³⁾. 한편 여대생은 청소년기에서 성인층으로 전환하는 시기이므로, 개인의 건강과 자녀의 건강문제로 연결될 수 있다⁴⁾. 이에 우리사회의 미래건강과 관련성이 있음을 감안하여 이들의 건강을 위협하는 왜곡된 신체상에 대한 관심을 가질 필요가 있다⁴⁾⁵⁾⁶⁾.

신체상은 자신의 신체에 대해 지각하는 정도로⁷⁾, 사회문화적 환경에 의해 경험하고 지각하게 된다⁴⁾. 이에 자신의 체형에 대한 지각이 이상적인 체형에 대한 지각과 불일치하는 경우에는 부정적인 신체상을 가지게 된다⁷⁾. 이처럼 부정적인 신체상은 체중관리를 위해 식생활을 조절하게 되는데, 지나친 식생활 조절은 체중관리뿐만 아니라 생식선의 기능저하와 섭식장애, 스트레스, 우울, 신체적 수치감 등의 신체적, 정서적 문제를 경험한다⁵⁾⁸⁾⁹⁾¹⁰⁾. 또한 신체상은 전반적인 건강문제와 관련성이 높으므로¹¹⁾, 바른 신체상을 가질 수 있도록 여대생의 신체상에 관심을 가질 필요가 있다³⁾.

신체상은 개인의 내적요인과 환경요인에 따라 변화하므로⁴⁾, 여대생의 신체상에 영향을 미치는 요인을 파악하기 위해서는 다양한 관련요인을 고려하는 것이 중요하다. 우선, 개인요인은 체질량지수¹²⁾¹³⁾, 식생활 습관¹³⁾, 자존감⁴⁾⁸⁾¹⁰⁾, 신체에 대한 의식¹⁾, 외모관련 사회문화적 태도¹⁰⁾, 우울¹⁰⁾, 섭식장애¹³⁾¹⁴⁾ 등이 있고, 가족요인은 가족성⁴⁾, 가족수입원¹⁴⁾ 등으로 보고되었다.

신체상과 관련된 연구들에서 일관된 결과를 보여주는 변수는 체질량지수와 자존감인데, 체질량지수가 높을수록 그리고 자존감이 높을수록 신체상이 높아진다는 것이다⁴⁾⁹⁾¹⁰⁾. 한편 자존감은 자신을 유능하고 가치 있다고 믿는 정도를 의미하며¹⁵⁾, 대학생의 심리·사회적 발달과 관련된 중요한 특성이다⁴⁾. 자존감이 낮은 사람은 자신이 가치 없다고 여기게 되고 자신의 감정과 욕구를 표현하는데 영향을 받게 되므로¹⁶⁾, 자신의 신체상에 직간접으로 영향을 미친다고 볼 수 있다¹⁴⁾. 또한 부모와의 관계경험은 자신의 신체에 대해 긍정적이거나 부정적인 신체상을 가지게 되는데¹⁷⁾, 가족의 비판적인 관계형성은 부정적인 신체상과 관련성이 높은 것으로 보고되었다⁴⁾. 한편 대학생은 부모로부터 독립하는 시기이나 여전히 경제적으로 의존하고 있고, 부모와 관계형성이 지속되는 시기로⁶⁾, 부모와의 관계는 대학생의 신체상에 간접적으로 작용한다고 볼 수 있다. 이에 본 연구에서는 부모와의 관계를 가족의 건강성의 개념으로 알아보고자 한다.

이처럼 신체상은 주관적인 인식인데, 인식과정은 부모와 가족의 특성이 영향을 미치므로, 이들의 긍정적인 평가는 긍정적인 신체상을 확립하는데 중요하다고 할 수 있다¹³⁾. 그러므로 가족의 건강성은 가족 구성원들 간의 문제를 함께 공유하고 해결하기 위해 노력하고 지원하므로⁴⁾, 여대생의 신체상 확립의 기여요인으로 볼 수 있다.

지금까지 우리나라에서 이루어진 여대생의 신체상에 관한 연구는 주로 체질량지수와 식생활 습관 및 섭식태도¹³⁾, 신체상에 영향을 미치는 요인¹⁰⁾, 신체매력 지각이 건강증진행동 및 외모관리행동에 미치는 영향⁵⁾ 등으로 여대생의 신체상에 관한 단편적인 연구들이다. 여대생들의 신체상 관련요인에 대한 탐색은 개인적 요인과 가족적 요인 간의 관계를 함께 다룰 필요가 있다.

이에 본 연구에서는 여대생의 긍정적인 신체상을 확립하기 위한 구체적인 중재방법을 마련하기 위해 여대생이 지각하는 신체상을 알아보고자 한다.

1.2. 연구목적

본 연구의 구체적인 목적은 다음과 같다.

- 여대생의 신체상을 파악한다.
- 여대생의 신체상과 자존감, 가족건강상의 차이를 파악한다.

2. 연구방법

2.1. 연구설계

본 연구는 여대생이 지각하는 신체상을 알아보고 이들 간의 차이를 알아보기 위한 서술적 조사연구이다.

2.2. 연구대상 및 자료수집 방법

본 연구대상자는 G시에 소재한 2곳 대학에 재학중인 여대생 199명을 편의표집하였다. G*power 3.1 program에서 효과크기 .15(medium), 유의수준 .05, 검정력 .95을 만족하면서 반복측정 설계에서 필요한 표본의 수는 178명으로 산출되었다. 자료수집 기간은 2013년 4월 3일부터 2013년 5월 29일까지 탈락률을 고려하여 총210부를 배부하였으며, 이들 중 기록이 누락되거나 미회수한 설문지를 제외하여 199명을 본 연구의 분석 대상으로 하였다. 연구대상자의 윤리적 고려는 연구목적과 연구방법을 설명하고, 연구의 취지와 응답을 원치 않은 경우는 응답을 철회할 수 있고, 회수된 자료는 익명으로 처리됨을 알려주고, 연구참여에 대한 동의는 구하였으며, 이후 연구 참여대상자의 서면동의를 받은 후 설문조사를 실시하였다.

2.3. 연구도구

2.3.1. 신체상

신체상은 자신의 외모에 대한 태도를 측정하는 다차원 척도로, 자아개념과 신체이미 도구를

바탕으로 Bae가 개발한 도구를 이용하였다⁸⁾. 이 도구의 구성은 긍정적 신체상 7문항과 부정적 신체상 2문항의 총 9문항으로, 각 문항은 '전혀 아니다' 1점에서 '매우 그렇다' 5점의 5점 Likert로, 점수가 높을수록 신체상이 높음을 의미한다. Bae³⁾ 연구에서의 Cronbach's α .70였으며, 본 연구에서 .84 였다.

2.3.2. 자존감

자존감은 자신을 유능하고 가치 있다고 믿는 정도로¹⁵⁾, 본 연구에서는 Rosenberg¹⁵⁾가 개발한 자존감 척도를 Jon이 한국판으로 표준화 한 도구를 사용하였다¹⁸⁾. 이 도구는 개인의 가치, 자신감, 만족도와 자신에 대한 비하 등으로 긍정적인 문항(1, 2, 4, 6, 7번)과 부정적인 문항(3, 5, 8, 9, 10번)의 총 10문항으로 구성되었으며, 부정적인 문항은 역 채점하였다. 각 문항은 '매우 그렇지 않다' 1점에서 '매우 그렇다' 4점의 4점 Likert로, 전체 가능한 총점은 10-40점이며, 점수가 높을수록 자존감이 높음을 의미한다. 도구 개발당시 Cronbach's α 는 .85였고, 본 연구에서 .87이었다.

2.3.3. 가족건강성

가족건강성은 가족구성원들 간의 규칙적이고 다양한 상호작용을 통해 가족의 공동체적인 정서적, 도덕적 가치적 관계 향상을 도모하는 정도로¹⁹⁾, 본 연구에서는 Eo와 Yoo가 개발한 도구를 사용하였다¹⁹⁾. 이 도구의 구성은 가족유대 10문항, 의사소통 9문항, 문제해결력 6문항, 가치공유 9문항의 총 34문항으로 각 문항은 '매우 그렇다' 4점에서 '전혀 그렇지 않다' 1점의 4점 Likert로, 점수가 높을수록 가족건강성이 높음을 의미한다. 도구 개발당시 Cronbach's α 는 .94였고, 본 연구에서는 .97이었다.

2.4. 자료분석

수집된 자료는 PASW 18.0 program을 사용하여 분석하였다.

■ 대상자의 일반적 특성에 따른 지각된 신체상과 자존감, 가족건강성은 t-test와 one-way ANOVA로 사후검정은 Scheffe' test를 이용하

였다.

■ 대상자의 지각된 신체상과 자존감, 가족건강성의 정도는 평균과 표준편차로 산출하였다.

■ 대상자의 지각된 신체상과 자존감, 가족건강성 간의 상관관계는 Pearson' correlation coefficients로 산출하였다.

3. 연구결과

3.1. 일반적 특성에 따른 지각된 신체상과 자존감, 가족건강성

대상자의 일반적 특성을 분석한 결과, 연령은 18~21세 83.9%명으로 가장 많았으며, 학년은 1학년 45.2%로 나타났다. 생활만족은 '보통이다' 77.4%로, 종교는 '가톨릭'이 33.7%로 나

타났다. 흡연유무는 '아니다'가 90.5%, 음주는 '한다'가 66.8%로 나타났으며, 운동은 '안한다'가 57.6%, 다이어트 경험은 '있다'가 58.8%로 높게 나타났다.

대상자의 일반적인 특성에 따른 지각된 신체상과 자존감, 가족건강성의 차이검정결과는 신체상은 연령(F=4.14, p=0.013), 학년(F=14.37, p<0.001), 운동(t=2.29, p=0.023)에 따라 통계적으로 유의한 차이가 나타났다. '22세 이상'이 '21세 이하'보다, 3학년이 1,2학년보다, 운동을

Table 1. Body Image, Self-esteem and Family Strengths according to general characteristics (N=199)

Characteristics	Categories	n (%)	Body-image			Self-esteem			Family strengths		
			M±SD	t/F	p	M±SD	t/F	p	M±SD	t/F	p
Age (yr) [†]	18~21 ^a	167(83.9)	13.96±8.44	4.41	0.013	25.86±9.93	0.65	0.521	84.34±12.44	3.71	0.026
	22~25 ^b	30(15.1)	9.30±7.48		(a<b,c)	25.08±5.73			87.03±8.61		(a,b>c)
	≤26 ^c	2(1.0)	8.00±0.00			26.00±0.00			65.00±0.00		
Grade [†]	1 ^a	90(45.2)	7.40±9.62	14.37		25.86±10.19	2.06		83.73±13.46	0.46	
	2 ^b	69(34.7)	12.36±8.57		0.001	25.96±9.59		0.131	84.54±10.85		0.631
	≤3 ^c	40(20.1)	16.54±6.09		(a<b<c)	24.42±7.72			82.23±10.89		
Life satisfaction [†]	poor	7(3.5)	17.14±8.13	1.53		30.95±7.36	11.81		90.43±14.50	1.74	
	moderate	154(77.4)	12.69±8.99		0.220	25.58±9.51		<0.001	83.94±11.55		0.178
	good	38(19.1)	14.53±5.46			25.11±6.13		(a<b,c)	81.53±13.53		
Religion [†]	Christian ^a	62(31.2)	14.35±8.16	1.00	0.392	25.62±9.78	5.02		83.45±14.43	1.27	
	Catholicism ^b	67(33.7)	11.87±8.37			25.58±8.88		0.002	83.43±10.13		
	Buddhism ^c	44(22.1)	13.18±9.53			26.90±8.23		(d<a,b,c)	82.09±11.26		0.287
	None ^d	26(13.1)	13.88±7.02			24.01±9.43			87.77±11.70		
Smoking status	Yes	180(90.5)	13.33±8.46	0.08	0.481	25.72 ±9.14	0.61	0.544	84.08±11.96	1.30	0.185
	No	19(9.5)	11.89±8.24			25.26±11.6			80.21±13.04		
Drinking status	Yes	133(66.8)	13.41±8.55	0.59	0.557	26.09 ±9.37	2.63	0.009	84.63±10.71	1.58	0.117
	No	66(33.2)	12.66±8.25			24.86 ±9.04			81.75±14.45		
Exercise	Yes	84(35.6)	14.71±7.24	2.29	0.023	25.50±8.22	0.76	0.448	83.70±14.21	0.02	0.988
	No	114(57.6)	11.97±9.04			25.84±0.15			83.68±10.36		
Diet experience	Yes	117(58.8)	13.34±8.32	0.19	0.850	25.89±9.65	0.84	0.403	84.26±10.15	1.14	0.258
	No	82(41.2)	13.09±8.52			25.97±8.85			82.12±5.77		

[†] Scheffe' test

‘한다’ 경우에서 신체상이 더 긍정적이었다. 신체상은 생활만족(F=11.81, p<0.001), 종교(F=5.02, p=0.002), 음주(t=2.63, p=0.009)에 따라 통계적으로 유의한 차이가 나타났다. 생활만족 정도가 ‘상’에서, 종교가 ‘없음’ 경우보다

‘기독교, 불교와 가톨릭’ 등 에서, 음주는 ‘한다’에서 자존감이 더 높았다. 가족건강성은 연령(F=3.71, p=0.026)에 따라서 유의한 차이가 있었으며, 25세 이하가 가족건강성이 더 높았다<Table 1>.

3.2. 지각된 신체상과 자존감, 가족건강성 정도 대상자의 신체상과 자존감, 가족건강성 정도

를 분석한 결과, 신체상은 45점 중 평균 24.20점, 자존감은 40점 중 25.30점, 가족건강성은 136점 중 83.71점으로 나타났다<Table 2>.

Table 2. Degree of Body Image, Self-esteem and Family Strengths (N=199)

Variables	Mean±SD	Observed range	Possible range
Body image	24.20±8.43	0~36	1~45
Self-esteem	25.30±9.38	12~35	10~40
Family strengths	83.71±12.08	27~111	34~136

3.3. 지각된 신체상과 자존감, 가족건강성 간 관계

(r=.19, p<0.001), 가족건강성(r=.16, p<0.001) 간의 양의 상관관계가 있었으며, 자존감은 가족건강성(r=.18, p<0.001) 간의 양의 상관관계가 나타났다<Table 3>.

대상자의 지각된 신체상, 자존감과 가족건강성 간의 관계를 분석한 결과, 신체상은 자존감

Table 3. Correlations among Body Image, Self-esteem and Family Strengths (N=199)

	Self-esteem r (p)	Family Strengths r (p)
Body-image	.19 (0.001)	.16 (0.001)
Self-esteem		.18 (0.001)

4. 논의

본 연구는 여대생을 대상으로 지각된 신체상과 자존감, 가족건강성 간의 관계를 알아보고 긍정적인 신체상 중재에 기초자료를 제시하고자 시도하였다.

본 연구대상자의 일반적인 특성에 따른 지각된 신체상을 분석한 결과에서는 연령이 많을수록, 학년이 높을수록, 운동을 하는 경우에서 통계적으로 유의한 차이가 나타났다. 이러한 결과는 대학생들을 대상으로 신체상을 연구한 Oh²⁰⁾와 Anton, Perri와 Riley²¹⁾의 결과와 일치하였다. 연령과 학년에 따른 차이는 연령과 학년이 더

해갈수록 다양한 교과목의 습득과 사회경험을 하면서 신체외모에 대한 중요성이 감소되었다고 사료된다. 또한 여대생은 취업을 앞둔 시기이므로, 대인관계에서 중요한 대인관계를 고려하게 되고, 이러한 내외적인 신체상을 가지게 되었다고 볼 수 있다. 이는 학년별로 신체상 주제를 건강교과내외 기회를 부여한다면 우리사회가 추구하는 건강지향적인 신체상을 확립할 수 있을 것이다. 운동에 따른 차이는 신체적 활동이 많은 여대생에게 신체상의 의미는 더 높은 것으로 생각된다. 이러한 결과는 Lyu²²⁾의 결과에서 운동을 선호하는 여학생은 자신의 신체적 유능감을 높이 지각하게 되고, 신체적 외

모에 만족할 가능성이 높다고 보고한 결과와 맥락을 같이하고자 한다. 특히 운동은 자신의 신체적 변화를 직접적으로 체험하고 또한 건강한 신체를 유지하면서 관리할 수 있는 올바른 가치관을 기를 수 있게 되었다고 볼 수 있다. 이에 여대생의 신체상은 신체활동량을 증가시킬 수 있는 다양한 운동프로그램을 포함할 필요가 있다.

한편 여대생의 다이어트 경험이 있는 경우가 58.8%로 나타났는데 이는 Yang와 Byeon³⁾의 연구에서 48%로 보고된 결과보다 높았다. 이처럼 여대생은 청소년후기와 성년초기로 자신의 신체상에 대한 관심이 높은 시기이므로, 자신이 선호하는 체형을 만들기 위해 노력하고 있다는 것을 알 수 있다. 이러한 결과에서 여대생의 신체상은 다이어트 경험에 따라 차이가 달라지므로, 무엇보다 올바른 다이어트가 이루어질 수 있도록 다양한 다이어트 정보를 습득할 수 있는 기회를 제공하는 것이 중요하다고 여겨진다.

여대생의 신체상은 45점 중 평균 23.20점(평균 점 2.58/5점)으로, Lee⁶⁾의 결과와 일치한다. 이러한 결과는 여대생에게서 자신이 지각하는 신체상은 중간점수로 중립적인 태도임을 유추할 수 있으며, 자신의 신체상을 긍정적으로 가질 필요가 있다고 본다. 또한 Kwon과 Kang, Cho²⁴⁾의 연구에서는 신체상이 긍정적일수록 식습관과 운동 등의 생활습관에도 영향을 미치는 것으로 나타나 중립적인 태도를 긍정적인 태도로 개선하기 위한 노력이 필요할 것으로 사료된다. 특히 여대생의 신체상은 신체적 영역을 아울러 자신의 가치, 신념과 성격 등의 심리적, 정서적 영역을 통합하므로, 긍정적인 신체상을 제공하기 위해서 신체적 영역을 벗어나 심리적, 정서적 영역을 통합할 수 있는 다양한 기회를 제공할 필요가 있다고 사료된다.

여대생의 자존감은 40점 중 25.30점(평균 점 2.53점/4점)으로, Shin과 Paik¹⁴⁾의 2.84점(4점 척도)의 결과와 유사한 결과이다. 이러한 결과에서 여대생의 신체상을 사정할 때는 신체적 요인뿐만 아니라 자존감의 내적요인을 함께 고려할 필요가 있음을 알 수 있다. 한편 여대생의

신체상은 자존감과 유의한 상관관계가 나타났으며, 이는 신체상과 자존감과 관련성이 높게 보고한 여러 선행연구⁵⁾⁹⁾¹⁴⁾ 결과와 일관된다. 특히 자존감은 자신의 능력이나 가치를 스스로 평가하고 판단하게 되므로, 이는 자신의 신체상을 지각하고 수용하는데 중요한 작용을 한다⁵⁾고 볼 수 있다. 이에 여대생의 신체상은 자신이 소중하고 가치로운 사람으로 인정하고 받아들일 수 있도록 내적요인을 강화할 수 있는 중재 전략을 제공할 필요가 있다.

여대생의 가족건강성은 136점 중 83.71점으로, 학령기를 대상으로 한 Bang 등⁴⁾ 98.34점의 결과보다는 낮게 나타났다. 이는 본 연구 대상자는 부모로부터 사회적으로 독립하는 시기이므로, 학령기와 차이가 있다고 사료된다. 한편, Oh²⁰⁾의 연구에서는 부모와 형제자매의 태도, 가정내 분위기에 따라 긍정적인 신체상이 확립된다고 보고하였다. 이처럼 가족 건강성은 가족원 간의 유대가 높고, 가족원 간의 대화가 잘 이루어지며, 문제를 잘 해결할 수 있으므로⁴⁾ 대학시기에서도 긍정적인 신체상 확립에 중요한 변인이라고 할 수 있다. 이러한 결과에서 가족의 건강성은 생애전반의 신체상과 관련성이 있음을 감안하여 생애주기에 따른 추가연구와 가족의 지지체계를 고려한 신체상 중재전략을 제안한다.

여대생의 신체상은 가족건강성과 유의한 상관관계가 나타났다. 이러한 결과는 여대생의 신체상은 가족탄력성에 따른 차이를 보인 Jung과 Kim²³⁾의 결과와 일치하였으며, 여대생의 체중 조절행위는 친구와 가족의 변인과 관련성이 있는 Yang와 Byeon³⁾의 결과와 유사한 것으로 볼 수 있다. 한편 대학생은 사회적 관계가 활발하여, 친구집단이나 가족 간의 영향을 미치지 않은 것으로 보고한 Kwon 등²⁴⁾의 결과와는 차이가 있다. 반면, 여대생을 대상으로 신체상을 연구한 Lee⁶⁾의 결과에서는 부모로부터 경제적인 독립이 가능할 때 자신의 가치신념형성에도 긍정적으로 영향을 미치는 것으로 보고되었다. 여대생의 신체상은 가족의 경제적 변인에 따라 영향을 받을 수 있으므로, 이들 변인을 고려한

추후연구가 필요하다고 본다. 이에 여대생의 신체상은 부모나 가족변인이 신체상과 관련성이 있으므로, 가족건강성을 고려한 가족중심의 전략이 필요하다고 사료된다.

이상의 결과에서 여대생의 신체상은 자존감, 가족건강성 등이 고려되어야 함을 알 수 있다. 따라서 신체상에 관련성이 높은 변인은 자존감으로 이를 향상시킬 수 있는 중재프로그램의 개발에 기초자료로 활용될 것을 기대한다.

5. 결론 및 제언

본 연구목적은 여대생의 지각된 신체상과 자존감, 가족건강성의 관계를 알아보고, 긍정적인 신체상 중재에 기초자료를 제시하고자 시도되었다. 연구대상자는 G시에 소재한 2곳 대학에 재학중인 여대생 199명을 대상으로 설문지를 통하여 지각된 신체상과 자존감, 가족건강성을 조사하였으며, 이들 간의 상관관계를 분석한 결과는 다음과 같다. 여대생의 신체상은 자존감과 가족건강성 간의 상관관계가 있음을 확인할 수 있었다. 즉, 여대생의 신체상은 자존감의 정도가 높을수록, 가족건강성의 정도가 높을수록 더 긍정적으로 평가되었다. 그러므로 여대생의 긍정적인 신체상은 자존감과 가족건강성을 향상시킬 수 있는 중재프로그램을 개발할 필요가 있을 것으로 사료된다.

본 연구는 G시의 일부 여대생을 대상으로 한 연구로서 우리나라 전체 여대생의 신체상과 자존감, 가족건강성을 일반화하는데 제한점이 있다

References

1. Yom YH, Lee KE. Factors affecting body image of undergraduate students. *Journal of Korean Academy of Fundamentals of Nursing*, 2011;18:452-462.
2. Lee AY, Kim J. Relationships among meaning of life, body image, self-esteem, altru-

- ism, and resilience in institutionalized adolescents. *Studies on Korean Youth*, 2006; 17:159-183.
3. Yang HY, Byeon YS. Weight control behavior in women college students and factors influencing behavior. *Journal of Korean academy of fundamentals of nursing*, 2012;19: 190-200.
4. Bang KS, Chae SM, Kim JY, et al. Relationships between body image, self-esteem and family strengths in late school aged children. *Korean Parent Child Health Journal*, 2012;15:33-38.
5. Lee ES. The influence of perception of physical attractiveness on health promoting behavior and appearance management behavior. *Journal of the Korean Academy of Family Medicine*, 2011;49:48-56.
6. Lee YM. Influences of body mass index, mindfulness and self-esteem on the body image among university students. *Korean Journal of Adult Nursing*, 2012;24:200-207.
7. Cash TF. *Users' manual for the Multidimensional Body-Self Relations Questionnaire*. Norfolk, Virginia: Old Dominion University, 2000.
8. Bae MJ. The effects of body image and social support of college on psychological well-being and adjustment. Unpublished master's thesis, Hanyang University, 2011.
9. Hwang RH. A study on eating disorder, body image and self esteem of female university students. *Korean Journal of Woman Health Nursing*. 2009;15: 328-335.
10. Yu CH, Lee JS. A study on the nutritional status according to body mass index in Korean college women. *Korean Journal Nutrition*, 2004;37:899-907.
11. Crocker J, Wolfe CT. Contingencies of

- self-worth. *Psychological Review*, 2001; 108:593-623.
12. Kang JS, Kim YY, Kim MY. A study on body attitude, body mass index, and perceived stress among women's college students. *Journal of Korean Academy of Public Health Nursing*, 2009;23:296-305.
13. Kim MJ. BMI, body image, food habit and food attitude in college female students. *Society of Digital Policy & Management*, 2012;10:389-395.
14. Shin HS, Paik SM. Body Image, self-esteem and depression in college female students. *Journal of Korean Academy of Nursing*, 2011;33:331-338.
15. Rosenberg M. *Society and the adolescent self-image*. Princeton, NJ: Princeton University Press, 1965.
17. Ata RN, Ludden AB, Laily MM. The effects of gender and family, friend and media influences on eating behaviors and body image during adolescence. *Journal of Youth Adolescence*, 2007;36:1024-1037.
18. Jon BJ. Self-esteem: A test of its measurability. *Yonsei Nonchong*, 1974;1:107-130.
16. Pyon BK, Kang SK. A study of adolescents self-esteem and hostility. *Korean Journal Youth Studies*, 2002;9:269-291.
19. Eo EJ, Yoo YJ. A study on the development of the scale for measuring family strengths. *Journal of Korean Home Management Association*, 1995;13:145-156.
20. Oh HK. A study on body image, self-esteem and self-efficacy of female students in college. *Korean Journal of adult nursing*, 2003;15:278-286.
21. Anton SA, Perri MG, Riley JR. Discrepancy between actual and ideal body images impact on eating and exercise behaviors. *Eating Behaviors*, 2000;1:153-160.
22. Lyu MJ. Differences and relationships of perceived physical competence and body image in adolescents. *Korean Journal of Sport Science*, 2009;20:158-168.
23. Jung JE, Kim JM. The effects of narcissism, perfectionism and family resilience on adolescents' body image. *Journal of Play Therapy*, 2010;14:1-17.
24. Kwon MS, Kang KM, Cho HR. The effects of health education on health promoting behavior, body-image, and self-efficacy of female and male college students. *Journal of Military Nursing Research*, 2012; 30:82-92.