

# 초등학교 4학년 아동과 어머니가 인지한 아동의 신체만족, 건강상태, 부모-자녀애착과 아동의 건강행위와의 관계

오진아

인제대학교 간호학과 · 건강과학연구소

## Relationship of Body Satisfaction, Self-rated Health, and Parent-Child Attachment to Health Behavior of Children as Perceived by 4th Grade Elementary School Students and Their Mothers

Jin-A Oh

Department of Nursing, Institute for Health Science Research, Inje University, Busan, Korea

**Purpose:** This study was done to examine body satisfaction of children, self-rated health of children and parent-child attachment as perceived by children and their mothers in relation to children's health behavior and to identify factors affecting health behavior of children. Ultimately the purpose of this study was to provide basic data to develop health promotion programs for children. **Methods:** Participants were 140 couples, 4th grade elementary school students and their mothers residing in Busan. Data collection was done during June 1 and July 31, 2010. The data were analyzed using paired t-test, Pearson correlation coefficients and stepwise multiple regression with PASW 18.0 program. **Results:** Children and mothers rated body satisfaction of the child differently. Children's responses for body satisfaction of child and parent-child attachment were associated with health behavior of children. Self-rated health perceived by children was also a factor affecting health behavior, as were body satisfaction perceived by children and mothers' perception of body satisfaction of child in that order. These variables explained 18.2% of the total variances in health behavior of children. **Conclusion:** The findings indicate that body satisfaction and self-rated health of children are important variables to target within intervention research and treatment programs for health promotion behavior of children at home and school.

**Key words:** Child, Health behavior, Health status, Body image, Parent-child relation

### 서론

#### 연구의 필요성

건강수준의 안녕과 성장발달을 증진하기 위한 건강관리는 올바른 건강행위를 실천함으로써 가능하다(Ayres, Atkins, & Mahat, 2010; Kim & Lee, 2008). 특히 학령기는 건강습관이 형성되는 시기이므로 학령기 아동의 건강행위를 증진시키는 것은 전 생애를 거쳐 건강한 성인으로 성장하도록 돕는 데 매우 중요하다(Lee & Kim, 2004). 인간을 이루는 세 가지 핵심영역인 인지, 정서, 행동은 서로 상호작용하며 인지의 변화와 정서의 영향으로 행동이 변화되고, 변화된 행동은 다시 인지적 재구성을 강화하는 경향이 있다(Dolan,

2002). 그러므로 건강관리를 위한 바람직한 건강행위의 실천은 인지변화와 정서적인 지지로 더욱 강화된다.

건강행위란 건강을 향해 움직이도록 인간 스스로가 자신의 환경에 반응하는 것을 의미하며(Pender, 1996), Pender는 건강개념, 건강통제위, 자기효능감, 건강상태 등이 건강행위에 영향을 미치는 인지적 요인이라고 설명하였다. 본 연구자는 아동의 신체만족, 건강상태, 자아존중감 등이 학령기 아동의 건강행위에 영향을 미치는 인지적 요인이며, 아동은 부모애착이라는 부모와의 긍정적인 관계 속에서 건강행위를 더욱 잘할 수 있다고 밝힌 바 있다(Oh, 2010). 본 연구자가 선행연구결과에서 주목하였던 점은 아동과 부모와의 관계로서, 부모와 아동 각자의 인지와 정서는 아동의 건강

**주요어:** 아동, 건강행위, 건강상태, 신체상, 부모자녀관계

Address reprint requests to: Jin-A Oh

Department of Nursing, School of Medicine, Inje University, Gaegeum 2-dong, Busanjin-gu, Busan 614-735, Korea  
Tel: +82-51-890-6833 Fax: +82-51-896-9840 E-mail: ohjina@inje.ac.kr

투고일: 2011년 3월 14일 / 1차수정: 2011년 4월 11일 / 2차수정: 2011년 5월 9일 / 3차수정: 2011년 5월 23일 / 게재확정일: 2011년 5월 27일

행위에 어떤 영향을 미치는지 파악할 필요가 있다고 판단하였다.

부모는 아동의 여러 가지 발달 측면에 지속적으로 영향을 미치며, 아동은 부모로부터 사랑과 지지를 받음으로써 자율성을 획득하고 이를 더욱 조화롭게 키울 수 있다(Park & Cheon, 2008). 부모-자녀관계는 아동기 전체에 걸쳐 아동발달과 건강에 중요하며(Harrist & Waugh, 2002), 부모의 건강에 대한 인지나 신체상에 대한 태도가 아동의 건강행위에 영향을 준다(Cromley, Neumark-Sztainer, Story, & Boutelle, 2010). 특히 어머니는 아동의 주양육자로서 어머니의 인지적인 특성은 아동에게 영향을 미치며(Boutelle, Birkeland, & Hannan, 2007), 어머니의 관심과 격려로 나타나는 자녀애착은 중요한 사회·정서적 지지의 하나로 자녀의 긍정적인 건강행위를 촉진시킬 수 있다(Ayres et al., 2010). 이에 아동건강에 대한 어머니와 아동 각자의 인지와 부모-자녀애착의 정도 및 그 차이를 파악하는 것은 지금까지 밝혀진 아동의 건강행위에 영향을 미치는 요인을 보다 확대함으로써 실질적이고 효율적인 전략개발을 도모할 수 있다고 생각된다.

초등학교 4학년은 자아정체성이 눈을 뜨기 시작하고, 신체에 대한 관심이 증가되며, 여러 가지 새로운 기능이 발달하는 시기이다(Oh, 2011). 또한 우리나라는 ‘건강검진기본법’에 따라 초등학교 4학년을 대상으로 학교건강검진을 실시하도록 ‘학교보건법’에 명시하고 있어(National Assembly of the Republic of Korea, 2010), 학령기 아동의 건강행위의 초점을 초등학교 4학년에 두는 것이 의미가 있다고 본다. 이에 본 연구에서는 초등학교 4학년 아동과 그 어머니가 인지한 아동의 신체만족과 건강상태, 부모-자녀애착의 차이를 조사하고 아동의 건강행위와의 관계 및 아동의 건강행위에 영향을 미치는 요인을 파악하고자 하였다.

## 연구 목적

본 연구의 구체적인 목적은 다음과 같다.

첫째, 아동과 어머니가 인지한 아동의 신체만족, 건강상태와 부모-자녀애착의 차이를 파악한다.

둘째, 아동과 어머니가 인지한 아동의 신체만족, 건강상태, 부모-자녀애착과 건강행위와의 상관관계를 파악한다.

셋째, 아동의 건강행위에 영향을 미치는 요인을 파악한다.

## 연구 방법

### 연구 대상

본 연구는 2010년 6월 1일부터 7월 31일까지 부산광역시 2개구에 위치한 학생건강검진 지정병원으로 학생건강검진을 위해 내원한 초등학교 4학년 아동과 그 어머니를 대상으로 하였다. 질병이나 건강상 특별한 문제가 없는 아동을 대상으로 하였으며 아동과 어머니의 짝을 맞추기 위하여 친인척과 내원한 경우는 제외하였다. 특히 1개 병원에서는 본 연구자가 같은 해 3월 1일부터 6월 30

일까지 초등학교 4학년 어머니를 대상으로 다른 주제의 연구를 위한 자료 수집을 하였기 때문에(Oh, 2011), 연구대상자가 중복되지 않도록 신중을 기하였다.

표본크기는 Faul, Erdfelder, Buchner와 Lang (2009)이 제시한 G\*Power 3.0 프로그램을 사용하여 산출하였으며, 유의수준 .05, 검정력 .80, 회귀분석의 중간 효과크기 .15로 선정했을 때 최소인원은 139명으로 산출되어 탈락자를 고려한 아동과 어머니 총 160쌍을 대상으로 설문지를 배포하였다. 배포한 설문지는 전 분량을 회수하였으나 어머니 혹은 아동의 응답이 완전하지 않은 자료를 제외하고 총 140쌍(87.5%)의 자료를 최종 분석에 이용하였고, 이는 본 연구의 결과를 신뢰할 수 있는 인원이 충족되었다고 볼 수 있다. 그러나 본 연구에 참여한 연구대상자는 연구자의 편의추출에 의한 것으로서 연구결과를 일반화하기 어렵다는 제한점이 있다.

### 자료 수집 절차

먼저 연구대상 병원의 기관장과 간호부장에게 본 연구의 목적을 설명하고 자료 수집에 대한 허락을 받았으며 해당 병원내 윤리위원회의 승인을 얻었다. 자료 수집은 학생건강검진이 주로 이루어지는 토요일을 이용하였으며 원활한 자료 수집의 협조를 위해 훈련된 소아과 외래 근무 간호사가 연구자와 함께 설문지를 배부하였다. 설문지는 아동용(분홍색지)과 어머니용(하늘색지)으로 구별하여 아동과 어머니가 각자 작성하도록 하였다. 설문지를 배부하기 전에 아동과 어머니에게 연구의 의의를 설명하고 자발적인 참여를 유도하였으며, 어머니로부터 설명의 동의서를 받았다. 그리고 설문 내용에 대하여 밝히고 싶지 않은 문항이 있거나 응답을 원하지 않으면 언제든지 그만둘 수 있도록 하였고 응답 후에는 소정의 선물을 지급하였다.

### 연구 도구

#### 신체계측

신체계측을 위하여 아동의 체중과 신장은 신발을 벗고 상하의를 가볍게 입은 상태에서 신장체중측정기(GL-150KT, GTech21 Int., Gyeonggi-Do, Korea)로 2회씩 측정된 평균값을 소숫점 첫째 자리까지 정확하게 명시하도록 하였다. 체질량지수(body mass index)는 아동의 체중(kg)을 신장(m)의 제곱으로 나눈 값으로 계산하였다.

#### 신체만족

신체만족(body satisfaction)은 현재 아동의 신체에 대한 아동 자신과 어머니의 주관적인 평가로서 이를 측정하기 위해 표준화된 도구가 없어 단일문항으로 측정하였다. 아동용 질문 ‘자신의 신체(체형)에 대해 전반적으로 만족하는가’와 어머니용 질문 ‘자녀의 신체(체형)에 대해 전반적으로 만족하는가’를 평가한 것으로 ‘매우 만족한다’에서 ‘전혀 만족하지 않는다’까지 5점 척도이다.

**건강상태**

건강상태(self-rated health)는 현재 아동의 건강상태를 아동 자신과 어머니가 주관적으로 평가한 것으로 아동용은 현재 자신의 건강상태에 대하여, 어머니용은 현재 자녀의 건강상태에 대하여 어떻게 인지하는지 단일문항으로 질문하였다. ‘매우 건강하다’에서 ‘매우 건강하지 않다’까지 5점 척도이다.

**부모-자녀애착**

부모-자녀애착(parent-child attachment)은 자녀가 부모에게, 그리고 부모가 자녀에게 느끼는 정서적인 친밀도라는 의미로 설명할 수 있는데(Bowlby, 1982), 본 연구에서는 한국청소년정책연구원(National Youth Policy Institute [NYPI], 2007)이 한국청소년패널조사(Korean Youth Panel Survey)를 위해 개발한 6문항의 부모애착 도구를 사용하였다. NYPI (2007)에서 개발한 원도구의 신뢰도 계수 Cronbach’s  $\alpha = .76$ 이었고, 본 연구에서 아동의 부모애착 신뢰도 계수 Cronbach’s  $\alpha = .91$ 이었다. 어머니용 자녀애착 도구는 NYPI (2007) 부모애착도구를 바탕으로 하여 각 문항의 주체를 어머니 자신으로 대체하여 수정하였으며, 수정한 문항에 대하여 아동간호학 교수 2인, 소아과 교수 1인, 소아과 간호사 2인에게 각 문항의 타당성을 조사하여 각 문항에 90% 이상 합의를 도출하였다. 어머니의 자녀애착 신뢰도 계수 Cronbach’s  $\alpha = .86$ 이었다.

**건강행위**

건강행위(health behavior)는 신체적 활동, 식습관과 생활습관으로 설명할 수 있다. 본 연구에서는 Jung (2003)의 도구에서 신체관리를 위한 행동적 지표인 운동과 식습관 4문항과 연구자가 선정한 생활습관 3문항을 포함하여 총 7개 문항, 5점 Likert scale로 구성하였으며, 아동간호학 교수 2인, 소아과 교수 1인, 소아과 간호사 2인에게 각 문항의 타당성을 조사하였다. 내용타당도지수(content validity index)를 산출하여 80% 이상의 합의가 이루어진 문항을 선정하였고(Lynn, 1986), 7개 문항이 모두 채택되었으며 이들의 총합이 높을수록 건강행위를 많이 하는 것으로 평가하였다. 이 도구는 아동에게만 질문하였고 본 연구에서의 신뢰도 계수 Cronbach’s  $\alpha = .66$ 이었다.

**자료 분석 방법**

수집된 자료는 PASW 18.0 프로그램을 이용하였으며, 대상자의 일반적인 특성과 각 변수는 평균, 표준편차, 백분율의 기술통계로 분석하였다. 아동과 어머니가 인지한 부모-자녀애착, 건강상태, 신체만족의 차이는 paired t-test를, 이들 변수와 건강행위 간의 상관관계는 Pearson’s correlation coefficient로 분석하였다. 마지막으로 아동의 건강행위에 가장 영향을 미치는 요인을 파악하기 위하여 아동의 건강행위를 종속변수로 하고 유의한 상관관계를 보인 모든 변수를 독립변수로 하여 다중공선성 진단 후 단계적 방법

(stepwise method)으로 다중회귀분석(multiple regression)하였다.

**연구 결과**

**대상자의 일반적인 특성**

본 연구 대상자의 일반적인 특성은 Table 1과 같다. 대상아동의 평균 나이는 10.39 ± .54세로 남녀학생은 각각 48.6%, 51.4%이었고, 출생순위는 첫째가 60.7%, 둘째가 33.6%, 셋째 이상이 5.7%이었다. 아동의 평균 신장은 141.54 ± 7.46 cm, 평균 체중은 37.01 ± 7.61 kg, 체질량지수는 18.35 ± 2.78 kg/m<sup>2</sup>, 아동의 건강행위는 평균 25.69 ± 4.23점이었다. 어머니의 평균 나이는 38.48 ± 3.39세이며, 고졸 이하가 24.3%, 전문대졸 이상이 75.7%이었다. 가정주부는 52.9%, 전일제 취업자 32.1%, 시간제 취업자 15.0%이었으며 가정일 수입은 300만 원대가 가장 많아 35.7%이었다.

**아동과 어머니가 인지한 아동의 신체만족, 건강상태와**

**부모-자녀애착 차이**

아동과 어머니가 인지한 아동의 신체만족, 건강상태와 부모-자녀애착의 차이를 파악하기 위하여 paired t-test 분석을 한 결과 (Table 2), 신체만족에서는 통계적으로 유의한 차이가 있어 어머니가 인지하는 것보다 아동이 인지한 자신의 신체만족이 높게 나타났다( $t = 2.724, p = .007$ ). 반면, 부모-자녀애착( $t = 0.955, p = .341$ )과 아동과 어머니가 인지한 아동의 건강상태( $t = 0.411, p = .681$ )의 유의한 차이는 없었다.

**Table 1.** Characteristics of the 4th Grade Elementary School Students and their Mothers (N=140)

Subject	Variables	Range (Min-Max) or categories	Mean ± SD or n (%)
Child	Age (year)	(7.9-12.5)	10.39 ± 0.54
	Sex	Boy	68 (48.6)
		Girl	72 (51.4)
	Birth priority	1st	85 (60.7)
		2nd	47 (33.6)
		3rd ≤	8 (5.7)
	Height (cm)	(121.0-168.0)	141.54 ± 7.46
	Weight (kg)	(20.0-59.0)	37.01 ± 7.61
	BMI (kg/m <sup>2</sup> )	(13.4-27.6)	18.35 ± 2.78
	Health behavior	(14.0-35.0)	25.69 ± 4.23
Mother	Age (year)	(27.0-51.0)	38.48 ± 3.39
	Education	≤ High school	34 (24.3)
		College ≤	106 (75.7)
	Job	Housewife	74 (52.9)
		Full time employee	45 (32.1)
		Part time employee	21 (15.0)
	Monthly income (10,000 won)	≤ 200	9 (6.4)
		201-300	34 (24.3)
		301-400	50 (35.7)
		401 ≤	47 (33.6)

**아동과 어머니가 인지한 아동의 신체만족, 건강상태, 부모-자녀애착과 건강행위와의 관계**

Table 3에 나타나는 바와 같이 아동과 어머니가 인지한 아동의 신체만족, 건강상태, 부모-자녀애착과 건강행위 간에는 유의한 상관관계가 있었다. 각 변수와 아동의 건강행위와의 상관관계 정도를 살펴보면 아동이 인지한 신체만족( $r = .270, p = .001$ ), 어머니가 인지한 신체만족( $r = .225, p = .008$ ), 아동이 인지한 건강상태( $r = .260, p = .002$ ), 부모애착( $r = .249, p = .003$ )과 통계적으로 유의한 상관관계가 있는 것으로 나타났다.

**아동의 건강행위에 영향을 미치는 요인**

아동의 건강행위에 영향을 미치는 요인을 파악하기 위하여 단계적 방법의 다중회귀분석을 실시한 결과는 Table 4와 같다. 독립변수들 간의 상관계수는 .010-.425로 .80 이상인 변수가 없어 예측 변수들이 독립적임이 확인되었다. 독립변수 간의 공차한계(tolerance limit)가 .90 이상이고 분산팽창인자(variance inflation factor, VIF) 범위는 기준치 10 이하로 나타나 다중공선성(multicollinerar-

**Table 2.** Differences in Level of Health Status, Body Satisfaction and Parent-child Attachment between Children and Mothers' Perception (N = 140)

	Children Mean ± SD	Mothers Mean ± SD	Difference Mean ± SD	t	p
Body satisfaction	3.54 ± 0.93	3.24 ± 1.08	0.29 ± 1.27	2.724	.007
Parent-child attachment	24.19 ± 4.65	23.77 ± 3.13	0.42 ± 5.22	0.955	.341
Health status	4.06 ± 0.77	4.04 ± 0.76	0.03 ± 0.82	0.411	.681

**Table 3.** Correlation among Observed Variables

	BSC	BSM	SHC	SHM	PA	CA
BSM	0.212*					
SHC	-0.018	-0.096				
SHM	-0.017	0.172*	0.425***			
PA	0.364***	0.069	0.101	0.091		
CA	0.010	0.262**	-0.051	0.154	0.143	
HB	0.270***	0.225**	0.260**	0.128	0.249**	0.090

\* $p < .05$ ; \*\* $p < .01$ ; \*\*\* $p < .001$ .

BSC=Body satisfaction of child perceived by children; BSM=Body satisfaction of child perceived by mothers; SHC=Self-rated health perceived by children; SHM=Self-rated health of child perceived by mothers; PA=Parent attachment by children; CA=Child attachment by mothers.

ity)의 문제를 해결했다고 볼 수 있다. 잔차의 독립성 검증을 위해 Durbin-Watson값을 구한 값은 1.887로 2에 가까우므로 자기상관(autocorrelation)이 없는 것으로 판단하였다. 다중회귀분석 결과 아동이 인지한 건강상태, 아동의 신체만족, 어머니가 인지한 아동의 신체만족 등이 아동의 건강행위에 영향을 미치는 요인으로 진입되었다. 다중회귀분석 결과는 유의한 것으로 나타났고( $p < .001$ ), 모형의 설명력은 18.2%이었다.

**논 의**

건강행위는 인지·정서적인 영향을 받아 더욱 강화될 수 있으며, 부모의 인지와 애정과 관심은 아동에게 가장 큰 정서적 지지가 된다(Boutelle et al., 2007; Cromley et al., 2010; Keery, Eisenberg, Boutelle, Neumarker-Sztainer, & Story, 2006). 이러한 근거에 따라 본 연구에서는 아동의 신체만족, 건강상태와 부모-자녀애착에 대한 아동과 어머니의 인지 차이, 그리고 이들 변수와 아동의 건강행위와의 상관관계를 파악하여 아동의 건강행위에 영향을 미치는 요인을 보다 심도있게 확인하고자 하였다.

먼저 각 변수에 대한 아동과 어머니의 인지 차이를 살펴보면, 아동의 신체만족에는 차이가 있고, 아동의 건강상태나 부모-자녀애착에는 차이가 없었다. 아동의 건강상태나 부모-자녀애착에서 어머니와 아동의 인지에 차이가 없었던 것과는 달리 아동의 신체만족에서 어머니와 아동의 인지에 통계적인 차이가 있고 아동의 신체만족에 대한 어머니의 인지가 다소 낮은 것은 주목할 만하다. 일반적으로 신체만족은 사회비교를 통한 상대적인 만족도로 평가되는데(Kim & Choi, 2009), '전반적인 신체(체형)의 만족도'를 질문한 본 연구에서 어머니들은 아동의 신체에 대하여 사회비교가 개입됨으로써 아동 자신이 생각하는 주관적인 만족도보다 낮은 평가를 한 것이라고 판단된다. 어머니들은 신체조건이 갖는 사회적인 영향력이 크다고 생각하여 아동의 신체조건에 대한 희망과 현실에의 차이로서 아동의 신체에 불만족을 가질 수 있다(Oh, 2011). 신체만족은 신체상(body image)에 대한 긍정적인 평가로서 사춘기가 시작되는 학령기 후기에 적절한 신체상을 확립하는 것은 무엇보다도 중요하다(Mulasi-Pokhriyal & Smith, 2010). 그리고 아동의 신체에 대한 부모의 긍정적인 인지는 아동의 신체만족에 매우 큰 영향을 미친다(Cromley et al., 2010). 그러므로 아동의 신체만족을 더욱 향상시킬 수 있는 부모 대상 교육프로그램의 적극적인

**Table 4.** Influencing Factors on Health Behavior of 4th Grade Elementary School Students

(N = 140)

Variables	B	SE	Standardized $\beta$	t (p)	Adjusted R <sup>2</sup> (p)	F (p)	Durbin-Watson
Constant	13.110	2.354		5.568 (<.001)	.182	10.084 (<.001)	1.887
Self-rated health perceived by children	1.556	0.428	0.283	3.638 (<.001)			
Body satisfaction of children	1.053	0.360	0.232	2.925 (.004)			
Body satisfaction of child perceived by mothers	0.791	0.310	0.203	2.548 (.012)			

개발이 필요하다. 그리고 초등학교 4, 5, 6학년을 대상으로 한 Oh (2010)의 연구에서 학년이 높을수록 신체만족도가 더 낮아진다는 결과로 유추해보면 학령기 아동은 학년이 올라갈수록 신체만족에 대한 사회비교가 커지고 이로 인한 상대적인 신체만족이 떨어진다고 생각할 수 있다. 그러므로 아동을 위한 신체만족, 자기긍정, 자존감 증진과 같은 프로그램이 학년별로 특화될 필요가 있다.

다음으로 각 변수의 상관관계를 보면 아동의 건강행위는 아동과 어머니가 인지한 아동의 신체만족, 아동이 인지한 아동의 건강상태, 그리고 아동이 인지한 부모애착과 유의한 상관관계가 있었다. 이 결과에서 아동의 건강상태를 보면 아동은 스스로 건강상태가 좋다고 인지할수록 아동은 건강행위를 잘한다는 것을 알 수 있다. 건강상태를 건강행위에 영향을 주는 선행요인으로 보기보다는 건강행위의 결과로 보는 것이 더 타당할 수 있다(Nicholas, 1993). 그러나 많은 연구에서 이러한 상호호혜적인 관계의 가능성을 배제하고 건강상태를 건강행위의 유의한 예측인자로 보고 있고, 건강상태가 좋을수록 건강행위를 잘하는 정적상관관계의 결과가 도출되는 것은 건강상태에 대한 긍정적인 평가가 더욱 적극적인 건강행위를 유도하는 것으로 해석할 수 있다. 물론 건강상태에 대한 인지가 실제 건강상태를 의미하지는 않지만, 자신의 건강상태에 대해 긍정적으로 인지할수록 건강행위를 잘 하고 이는 다시 좋은 건강상태를 유도한다고 보아도 좋을 것이다.

한편, 아동이 인지한 부모애착 역시 아동의 건강행위와 상관관계가 있었는데, 부모가 자신에 대해 관심과 애착을 가지고 있다고 생각하는 아동일수록 건강행위를 잘한다는 것은 '부모의 깊은 관심은 아동의 건강행위와 밀접한 관계가 있다'는 Davis와 Cooper (in press)의 연구와 같은 결과라고 할 수 있다. 아동의 건강한 발달은 의미 있는 사람과의 애착형성을 통해 이루어지며(Tuttle, Campbell-Heider, & David, 2006), 아동에 대한 어머니의 긍정적인 평가와 격려가 아동이 건강행위를 하는 데 적극적인 결과를 도출한다(Keery et al., 2006). 부모애착은 무엇보다 아동의 자기규제 능력에 영향을 주어 더욱 효과적으로 자신의 행동을 할 수 있게 해준다(Bowlby, 1982). 그러므로 아동의 건강행위를 증진하기 위한 연구와 중재 프로그램 개발에 가족의 역동과 의사소통 및 어머니와의 상호작용을 주요하게 다룸으로써 부모애착을 향상시키는 것은 아동건강관리에 유익할 것으로 생각된다.

마지막으로 아동의 건강행위에 영향을 미치는 요인을 조사한 결과 모형의 설명력이 다소 낮았으나 통계적으로는 유의하여 아동이 인지한 건강상태, 아동의 신체만족, 그리고 어머니가 인지한 아동의 신체만족 순으로 아동의 건강행위에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 Oh (2010)의 연구에서 학령기 후기 아동의 건강행위에 영향을 미치는 요인이 신체만족도, 부모애착, 지각된 건강상태, 자아존중감, 학년의 순으로 나타난 것과 구별되는 것은 어머니가 인지한 아동의 신체만족이 진입된 것이다. 특히 아동의 신체만족에 대한 아동과 어머니의 인지가 아동의 건강행위에 영향

력이 있는 것으로 나타난 것은 신체만족은 전반적인 생활만족에 영향을 주어, 식습관, 운동습관 및 신체 활동에도 중요한 요인으로 작용한다는 선행연구들의 결과를 지지한다(Ayres et al., 2010; Cromley et al., 2010; Do, 2008). 신체만족은 자신감을 강화시키고 적극적인 행동을 하는 데 영향을 주는 중요한 조건이며, 신체만족과 같은 자기만족은 자신의 건강관리를 위한 건강행위에 긍정적으로 작용한다(Kim & Choi, 2009). 그러므로 학령기 아동의 신체만족의 향상을 위하여 학교나 지역사회 등에서 부모-자녀 공동프로그램 개발을 모색해야 할 것이다.

본 연구는 초등학교 4학년의 자가 보고에 의한 조사방법을 택함으로써 반응의 정확성을 해석함에 어려움이 있고, 특히 아동의 신체만족에 대해 어머니와 아동 각자의 인지를 객관적으로 평가할 도구가 개발되지 않은 상태에서 단일문항의 도구를 사용하여 도구의 타당성의 문제가 제기될 수 있기 때문에 본 연구결과를 일반화하기에는 다소 무리가 있다는 제한점이 있다. 그러므로 본 연구에서 사용한 다양한 변수에 대하여 생리학적 검사와 관찰, 심층인터뷰 등의 연구방법으로 도구를 개발하는 등 연구방법론에서 개선되어야 함을 제안한다. 그리고 본 연구에서는 아동의 건강행위에 영향을 미치는 정서적 요인을 부모-자녀애착으로 한정하였으나 향후 가족기능모델과 인지행동이론 등을 보다 심도 있게 검토해야 함을 제안하는 바이다.

## 결론

본 연구는 140쌍의 초등학교 4학년 아동과 그 어머니를 대상으로 아동과 어머니가 지각하는 아동의 신체만족, 부모-자녀애착, 건강상태의 차이를 파악하고 아동의 건강행위와의 관계와 그 영향 정도를 조사한 것이다. 이는 아동의 건강행위에 영향을 미치는 요인을 파악함에 있어 아동과 어머니의 인지와 정서적인 부분을 조명함으로써 부모자녀 상호작용을 강화시켜 보다 효율적인 건강교육 프로그램 개발의 중요한 자료가 될 것으로 생각하며 궁극적으로 아동의 건강과 성장발달을 증진하는 데 기초자료가 될 것으로 생각한다. 본 연구에서 아동이 인지한 건강상태가 좋을수록, 그리고 아동과 어머니가 지각한 신체만족이 높을수록 건강행위를 잘한다는 결과를 바탕으로 아동과 그 부모를 대상으로 하는 긍정적인 신체상 및 신체만족 향상 교육프로그램 개발을 염두에 두어야 할 것이다.

## 참고문헌

- Ayres, C. G., Atkins, R., & Mahat, G. (2010). Factors related to performance of health practices among Asian adolescents in the United States. *Asian Nursing Research*, 4, 64-74.
- Boutelle, K., Birkeland, R., & Hannan, P. (2007). Association between maternal concern for healthful eating and maternal eating behaviors, home

- food availability, and adolescent eating behaviors. *Journal of Nutrition Education*, 39, 248-256.
- Bowlby, J. (1982). *Attachment and loss: Vol. 1. attachment (2nd ed.)*. New York: Basic Books.
- Cromley, T., Neumark-Sztainer, D., Story, M., & Boutelle, K. N. (2010). Parent and family associations with weight-related behaviors and cognitions among overweight adolescents. *Journal of Adolescent Health*, 47, 263-269.
- Davis, C. L., & Cooper, S. (in press). Fitness, fatness, cognition, behavior, and academic achievement among overweight children: Do cross-sectional association correspond to exercise trial outcomes? *Preventive Medicine*.
- Do, K. H. (2008). The effects of children's self-esteem, eating attitude and school adjustment on body image. *The Journal of Elementary Education*, 21, 111-125.
- Dolan, R. J. (2002). Emotion, cognition, and behavior. *Science*, 298, 1191-1194.
- Faul, F., Erdfelder, E., Buchner, A., & Lang, A. G. (2009). Statistical power analyses using G\*Power 3.1: Tests for correlation and regression analyses. *Behavior Research Methods*, 41, 1149-1160.
- Harrist, A. W., & Waugh, R. M. (2002). Dyadic synchrony: Its structure and function in children's development. *Developmental Review*, 22, 555-592.
- Jung, N. K. (2003). An evaluation of children's body image and physical self-perceptions. *The Korean Journal of Measurement and Evaluation in Physical Education and Sport Science*, 5, 49-69.
- Keery, H., Eisenberg, M. E., Boutelle, K., Neumark-Sztainer, D., & Story, M. (2006). Relationships between maternal and adolescent weight-related behaviors and concerns: The role of perception. *Journal of Psychosomatic Research*, 61, 105-111.
- Kim, S. H., & Lee, J. H. (2008). Test of a hypothetical model for health promoting behavior in school-aged children. *Journal of Korean Academy of Child Health Nursing*, 14, 22-34.
- Kim, S. I., & Choi, Y. J. (2009). Analysis of structural model among upward comparison, thinness, body satisfaction and self-esteem, depression in leisure sport participants. *The Korean Journal of Physical Education*, 48, 325-336.
- Lee, H. Y., & Kim, C. N. (2004). The study of performance of health promoting behavior in elementary school students. *Journal of Korean Community Health Nursing Academic Society*, 18, 119-131.
- Lynn, M. R. (1986). Determination and quantification of content validity. *Nursing Research*, 35, 382-285.
- Mulasi-Pokhriyal, U., & Smith, C. (2010). Assessing body image issues and body satisfaction/dissatisfaction among Hmong American children 9-18 years of age using mixed methodology. *Body Image*, 7, 341-348.
- National Assembly of the Republic of Korea. (2010). *School health law. Article 7, Section 2-1*. Seoul: Author.
- National Youth Policy Institute. (2007). *Korean youth panel survey*. Seoul: Author.
- Nicholas, P. K. (1993). Hardiness, self-care practices and perceived health status in older adults. *Journal of Advanced Nursing*, 18, 1085-1094.
- Oh, J. (2010). Factors affecting the health behavior of elementary school children at a late school age. *Journal of Korean Academy Community Health Nursing*, 21, 458-467.
- Oh, J. (2011). Perception concerning height and child height-promoting behavior among mothers of 4th grade elementary school students in a general hospital. *Journal of Korean Society of Maternal and Child Health*, 15, 60-70.
- Park, W. M., & Cheon, S. M. (2008). A study on parent attachment, self-concept, self-efficacy and peer relationship of the 6th grade children in elementary school. *The Korean Journal of School Psychology*, 5, 41-59.
- Pender, N. J. (1996). *Health promotion in nursing practice* (3rd ed.). Connecticut: Appleton & Lange Stanford.
- Tuttle, J., Campbell-Heider, N., & David, T. M. (2006). Positive adolescent life skill training for high-risk teens: Results of group intervention study. *Journal of Pediatric Health Care*, 20, 184-191.