[UCI]I804:24011-200000236166

2008년 2월교육학석사(영양교육)학위논문
교육학석사(영양교육)학위논문

어머니의 양육 행동특성 및 영양지식이 유아의 식생활에 미치는 영향

-광주지역을 중심으로-

조선대학교 교육대학원

영 양 교 육 전 공

이 수 영

어머니의 양육 행동특성 및 영양지식이 유아의 식생활에 미치는 영향

-광주지역을 중심으로-

Effect of the Mother's Behavior Characteristics and Nutritional Knowledge in Bringing up for Dietary Life of Infant.

- Centered on the Gwangju Area -

2008년 2월

조선대학교 교육대학원

영 양 교 육 전 공

이 수 영

어머니의 양육 행동특성 및 영양지식이 유아의 식생활에 미치는 영향

지도교수 이 명 렬

이 논문을 교육학석사(영양교육)학위 청구논문으로 제출합니다.

2007년 10월

조선대학교 교육대학원

영 양 교 육 전 공

이 수 영

이수영의 교육학 석사학위 논문을 인준함.

심사위원장 조선대학교 교수 인

심사위원 조선대학교 교수 인

심사위원 조선대학교 교수 인

2007년 12월

조선대학교 교육대학원

목 차

ABSTRACT · vi

제 1 장 서 론 · 1

제 2 장 연구내용 및 방법 · 3

제 1 절 연구대상 및 조사기간 · 3

제 2 절 연구내용 및 방법 · 3

1. 조사대상자의 일반사항 · 3

2. 영양지식 · 4

3. 식행동에 관한 평가항목 · 4

제 3 절 분석방법 · 4

제 3 장 결과 및 고찰 · 6

제 1 절 조사대상자의 일반 사항 · 6

1. 일반사항 · 6

2. 어머니 관련요인 · 8

가. 어머니의 식품기호도 · 8

나. 어머니가 싫어하는 음식의 식단포함 정도 · 9

다. 어머니가 인식하는 자녀의 기호도 형성요인 · 9

라. 어머니의 식습관 · 10

마. 유아의 식습관 개선을 위한 어머니의 메시지 · 11

3. 유아 관련요인 · 13

가. 유아의 식품기호도 · 13

나. 유아의 식습관 점수 · · · 15
다. 유아의 편식정도 · · · 16
제 2 절 어머니의 양육행동 특성및 영양지식과 유아의 식생활의 관계 · · · 18
1. 어머니의 식습관, 자녀의 식품섭취를 위한 메시지와 유아의 관련성 · · · 18
가. 어머니의 식습관과 유아의 식습관 · · · 18
나. 어머니의 메시지와 유아의 식습관점수와의 관련성 · · · 19
2. 어머니의 직업유무가 식사에 미치는 영향 · · · 20
가. 직업유무가 식사준비에 미치는 영향 · · · 20
나. 직업유무에 따른 주부와 자녀의 비만도 · · · 22
다. 직업유무가 자녀의 식습관에 미치는 영향 · · · 24
라. 직업유무에 따른 주부의 식행동 · · · 28
마. 직업유무에 따른 자녀의 식품섭취를 위한 주부의 행동 · · · 30
바. 주부의 직업유무에 따른 유아의 식습관 점수 · · · 33
3. 주부의 영양지식 정도와 자녀의 식생활과의 관계 · · · 34
가. 영양지식정도가 식사준비에 미치는 영향 · · · 34
나. 영양지식정도에 따른 주부와 자녀의 비만도 · · · 37
다. 영양지식정도가 자녀의 식습관에 미치는 영향 · · · 38
라. 영양지식정도에 따른 주부의 식행동 · · · 41
마. 영양지식정도에 따른 자녀의 식품섭취를 위한 주부의 행동 · · · 43

제 4 장 요약 및 결론 · · · 47

참 고 문 헌 · · · 49
부 록 · · · 53

표 목 차

표 1. 일반적 사항 ·· 7
표 2. 어머니가 좋아하는 식품 ·································· 8
표 3. 어머니가 싫어하는 식품·································· 8
표 4. 어머니가 싫어하는 식품의 식단에 포함여부 ······················ 9
표 5. 자녀의 현재 기호도 형성에 대한 어머니의 인식 ·················· 10
표 6. 어머니의 식습관 점수 ·································· 10
표 7. 자녀의 식품섭취를 위해 어머니가 전하는 메시지 ················· 11
표 8. 어머니 메시지의 주제별 분류 ···························· 12
표 9. 유아가 좋아하는 식품 ·································· 13
표 10. 유아가 싫어하는 식품 ································· 13
표 11. 유아의 식습관 점수 ·································· 15
표 12. 편식유무에 따른 유아의 식습관 ·························· 16
표 13. 유아의 편식유무에 따른 어머니와 자녀의 식습관점수 ··············· 17
표 14. 어머니의 식습관과 유아의 식습관과의 관계······················ 18
표 15. 자녀의 식품섭취를 위한 메시지와 유아의 식습관과의 관계 ··········· 19
표 16. 주부의 직업 유무에 따른 학력 및 식사준비 ····················· 21

표 17. 주부의 직업 유무에 따른 주부와 자녀의 비만도 · 23

표 18. 주부의 직업 유무에 따른 자녀의 식습관 · 27

표 19. 주부의 직업 유무에 따른 자녀의 식품섭취에 대한 주부의 행동 · · · · · · · · · 32

표 20. 주부의 직업유무에 따른 유아의 식습관점수 관계 · · · · · · · · · · · · · · · · · · · 32

표 21. 주부의 영양지식 정도에 따른 일반사항 및 식사준비 · · · · · · · · · · · · · · · · · 36

표 22. 주부의 영양지식 정도에 따른 주부와 자녀의 비만도 · · · · · · · · · · · · · · · · · 37

표 23. 주부의 영양지식에 따른 자녀의 식습관 · 40

표 24. 영양지식 정도에 따른 주부의 식행동 · 42

표 25. 영양지식에 따른 자녀의 식품섭취에 대한 주부의 행동 · · · · · · · · · · · · · · · · 46

그 림 목 차

그림 1. 어머니와 자녀의 선호식품 일치정도 · 14

그림 2. 어머니와 자녀의 싫어하는 식품 일치정도 · · · · · · · · · · · · · · · · · · · 14

그림 3. 직업유무에 따른 주부의 식행동 · 29

ABSTRACT

Effect of the Mother's Behavior Characteristics and Nutritional Knowledge in Bringing up for Dietary Life of Infant.

Lee Soo Young
Adviser : Prof. Lee, Myung-yul, Ph. D.
Department of Food and Nutrition,
Graduate School of Chosun University

This study is purposed on influence, that childrens's dietary life is depend on effect that mother's characteristic of bringing up and degree of nutrition knowledge at the Gwangju Preschool which is situated to Maegokdong Gwangju Because person's dietary life and food preference are related on childhood, parents' characteristic behavior of bringing up and degree of nutrition knowledge much influences on infant. The result of this study showed that attitude and ideas about mother's food intake, existence and nonexistence of mother's work and nutrition knowledge are influencing in infant's eating habit formation. Specially, because food preference of children's like or hate food receives strong influenced by mother's food preference in childhood, children's food preference is depend on mother's preference. Thus, if children educated of importance in whole-food habit, children's health is more improved more than not educated children. Also, infant's unbalanced diet or wrong dietary habit was influenced by yes or not of mother's job. however it is unrelated with degree of nutrition

knowledge. It was exposed that Mother's behavioral characteristic to drive right meal intake to infant was by using language of conciliation or imposition, compensation etc.. The result of this study showed that Infant's food intake was effected by yes or not of mother's job and mother's influence.
Also, because infant's food intake can be limited by mother's food preference, it is thought that mother's attitude at meal ready is very important, and accordingly it is considered that nutrition education for mother's eating habits and nutrition knowledge is so important.

제 1 장 서 론

인간이 생명을 유지하기 위해서 이루어지는 식생활은 개인의 생활양식의 일부분으로 이는 식행동과 깊게 연관되어 있다(1,2). 식행동은 한사람의 생활 형태에 의해 결정되고, 개인의 행동양식과도 상관이 있으며, 모든 인간의 행동 즉, 일, 사회적 활동, 휴식, 오락 등과 연관되어 변화되어 왔다(3,4). 또한 식습관은 인간이 후천적으로 형성해온 생활양식으로 신체적 발육뿐만 아니라 정서 및 심리적 건강상태에도 영향을 미친다(5) Murcott(6)에 의하면 식품선택과 행동은 우연한 것이 아니고, 어떤 패턴이나 규칙성을 나타내고 있음을 시인하는 것이며, 한편, 식에 관한 습관을 단순한 심신적 욕구충족의 수단이나 개개인의 기호 문제라기보다 문화적인 행동으로 간주하고 있다고 했다.

유아기는 성장과 발육이 급속히 진행되며 지능, 정서, 사회성 등 정신적인 면의 발달도 현저한 시기이므로 자아성을 갖게 되고 음식의 선택에 있어서도 좋고 싫음이 확실하게 표현되어 편식이 생기기 쉬워진다(7). 또한 이(8)의 연구에 의하면 유아의 편식비율이 50.7%였으며 임(9)의 연구에서도 편식비율이 33.5%로 높게 나타나 유아의 편식문제의 심각성이 제기되고 있다.

올바른 식행동 및 식습관은 어린 시절부터 접해 있는 여러 환경들로부터 영향을 받아 형성되어지며(3), Yperman 등(10)은 어린시절 식습관 형성은 학교, 가정, 사회 환경 등의 요소와 밀접한 관련이 있다고 하였다. 이 시기의 식생활 교육은 정서발달에 영향을 주며 나아가 성격형성 및 두뇌발달에도 중요한 요인이 되므로 매우 중요하다(11). 또한 유아의 올바른 식습관과 생애 초기의 건강한 식사는 정상적인 성장 발달과 성인이 되어 발생할 수 있는 영양관련 질환의 예방에 필수적이다(12,13,14). 유아의 식습관이 바람직할수록 정서적 안정성과 활동성, 사회성, 책임성이 우수하다고 알려져 있으므로(15) 유아기에 바람직한 식습관을 정립하는 것은 매우 중요하다.

사람이 음식을 섭취하기까지는 여러 가지 많은 요인들이 작용하고 있지만 영양지식의 보급이 식행동의 변화를 위하여 가장 보편적인 방법으로 행해지며 또한 식행동의 변화는 영양지식의 보급뿐 아니라 다른 여러 복합적인 요인들과 상호관련을 갖는다(16,17). 더욱이 식습관은 어릴 때 형성되기 때문에 새로운 식품을 소개하고 식품에 대한 생각을 표현하는 부모의 태도가 많은 영향을 미친다(12,18).

가정은 최초의 환경으로 가족은 동일한 주거 환경에서 생활공동체를 형성하므로 가족만의 독특한 생활양식과 행동태도를 가지게 된다(3). 특히 가장 많은 시간을 아이들과 함께하는 어머니의 경우 어머니의 양육행동에 따라 자녀의 행동에 영향을 주는 요인이 된다(3,19,20,21). 이는 유아의 식사섭취가 어머니의 식품 선택에 의해 제공되거나 제한되고 있기 때문이다(12,22). 즉 어머니의 식품에 대한 신념은 어머니의 식품구매와 식단의 구성에 영향을 미칠 수 있으며 그에 따라 식품의 제공이나 실제 섭취가 조정될 수 있다(12,23) 그리고 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 발육에서 영향을 미치게 된다(3.24,25). 실제로 부모 중 어머니 쪽이 자녀의 식습관에 더 큰 영향을 미치며, 어머니에 의한 자녀의 식습관 변화율은 70%이상이라고 한다(26,27). 특히 어머니의 식품기호도나 식습관, 직업유무 및 영양지식 등이 아동의 식생활에 영향을 미치며, 식행동은 아동의 건강, 성격, 인지능력, 과잉행동 등에 영향을 미친다고 보고된 바 있다(28-35).

따라서 본 연구에서는 어머니의 양육행동 특성과 직업유무 및 영양지식이 유아의 식습관 형성에 미치는 영향과 그 관련성을 알아보고 그에 따라 유아의 식습관은 어떻게 달라 질 수 있는지 알아보고자 하였다.

제 2 장 연구내용 및 방법

제 1 절 연구대상 및 조사기간

본 연구의 조사대상은 광주광역시 북구 매곡동에 위치한 광주어린이집을 중심으로 자녀를 양육하고 있는 주부 230명을 대상으로 실시하였다. 조사기간은 2007년 5월 1일 부터 6월 1일까지 실시하였고 총 230부 중 무성의한 반응을 보인 응답자를 제외한 195부를 통계처리하였다.

제 2 절 연구내용 및 방법

본 조사에 사용된 설문지는 선행연구에서 사용된 평가항목을 선정하였으나 연구목적에 적합하도록 재구성하여 사용하였다.

1. 조사대상자의 일반사항

조사대상자의 일반사항을 알아보기 위하여 조사대상자의 연령, 직업유무, 학력, 배우자 학력, 가족의 월수입, 가족구성, 해당자녀의 형제 중 순서, 자녀의 성별, 자녀의 연령에 관한 항목이 선정되었다.

주부의 비만지수는 체질량지수(BMI)= 체중(kg)/신장(m)^{2}으로, 저체중 : 18.5미만, 정상 : 18.5～23.0, 과체중 : 23.0～25.0, 비만 : 25.0 이상으로 분류하였고(36), 자녀의 비만지수는 KAUP 지수={체중(g)/신장(cm)^2}×10으로, 영양불량 : 14.0미만, 정상 : 14.0～

17.0, 비만경향 : 17.0～18.5, 비만 : 18.5 이상으로 분류하였다(37).

2. 영양지식

영양지식에 관한 평가항목은 5대 영양소에 관련된 사항, 영양과 관련된 문항, 짠 음식 섭취의 지식, 영양보충제의 역할, 좋은 음식의 의미에 관한 문항으로 총 15문항이며 그렇다 : 3점, 잘모른다 : 1점, 아니다 : 1점으로 3점 척도법을 이용하였고, 부정적인 문항에 대해서는 역순환하였다. 총점 45점을 만점으로 하였으며, 195명의 평균과 분포를 구하여 35점 이하는 낮음, 36～40은 보통, 41점 이상은 우수로 분류하였다.

3. 식행동에 관한 평가항목

식행동에 관한 평가항목은 주부의 직업유무와 영양지식정도에 따른 일반적 특성, 자녀의 식습관, 자녀의 다양한 식품섭취를 위한 행동, 자녀와 주부의 비만도에 관한 문항으로 선정하였다.

제 *3* 절 분석방법

본 연구를 수행하는데 있어서 조사 수집된 설문지는 SPSS-PC Program 12.0으로 전산 처리하였다

첫째, 조사대상자의 일반적 사항은 빈도분석을 실시하였다.

둘째, 주부의 직업 유무와 주부의 영양지식정도에 따른 일반적 특성, 자녀의 식습관, 자녀의 다양한 식품섭취를 위한 행동, 자녀와 주부의 비만도 분포는 교차분석(χ^2-test)

을 실시 특성을 비교하였다.

셋째, 주부의 직업 유무에 따라 자녀의 현재 식품 기호도에 대한 주부의 인식, 영양 관련 행동, 자녀와 주부의 비만지수에 대해서는 독립표본 T 검정(Student t-test)를 실시하여 두 집단 간에 평균치를 비교하였고, 주부의 영양지식 분포에 따른 자녀의 현재 식품기호도의 주부 인식, 영양관련 행동, 자녀와 주부의 비만지수 등은 일원배치분산분석법(one-way ANOVA)를 이용하여 세 그룹간의 평균을 비교하였으며, 사후 검정은 Scheffe법으로 다중 비교하였다.

넷째, 본 연구의 유의수준 $p<0.05$에서 검증하였다.

제 3 장 결과 및 고찰

제 1 절 조사대상자들의 일반 사항

1. 일반사항

조사 대상자들의 일반적 사항을 표 1에 제시하였다. 조사 대상자의 연령대는 25~29세는 2.1%, 30~34세는 48.7%, 35~39세 43.1%, 40세 이상은 6.2%로 30대가 대부분을 차지하고 있었다.

어머니의 직업유무는 직업이 있는 주부는 47.2%, 직업이 없는 주부는 52.8%, 학력은 고졸이하가 31.8%, 전문대졸이 32.8%, 대졸이상이 35.4%로 거의 비슷한 비율이었으며, 배우자의 학력은 고졸이하 33.7%, 전문대졸이 27.5%, 대졸이상이 38.8%로 대졸이상이 많았고, 가족의 월수입은 200만원 미만이 37.3%, 200만원-299만원이 21.2%, 300만원-399만원이 17.1%, 400만원 이상인 경우가 24.2%였다. 가족구성은 부모와 자녀만 사는 핵가족인 경우가 86.2%, 대가족이 12.8%, 편부모와 사는 경우가 1.0%였다. 대부분의 응답자가 핵가족을 구성하는 것으로 보아 부모가 자녀에게 미치는 식행동 양상에 대하여 더 잘 알 수 있을 것으로 사료된다. 해당자녀의 출생순위는 맏이인 경우가 41.5%, 중간이 8.7%, 막내가 44.1%, 외동이 5.6%로 대부분이 맏이이거나 막내였다. 자녀의 성별은 남자가 50.8%, 여자가 49.2%이었으며, 자녀의 연령은 4세가 30.8%, 5세가 36.4%, 6세가 32.8%로 거의 비슷하였다.

김 등(38)은 도시지역 학령 전 아동의 식습관에 대한 연구에서, 어머니의 학력, 어머니의 직업유무, 월수입, 형제순위에 따른 식습관 점수는 식습관에 유의적인 차이를 나타내지 않았다고 하였다. Sanjur 등(16)은 어머니의 직업 유무가 아동의 식습관에 영향을 미치는 요소로 보았으며 본 연구에서도 어머니의 직업유무와 영양지식에 따른 자녀의 식습관에 유의적 차이가 있는지 알아보고자 하였다.

표 1. 일반적 사항

구분		명(%)
연령(세)	25-29	4(2.1)
	30-34	95(48.7)
	35-39	84(43.1)
	≥40	12(6.2)
직업유무	예	92(47.2)
	아니오	103(52.8)
학력	고졸이하	62(31.8)
	전문대졸	64(32.8)
	대졸이상	69(35.4)
배우자 학력	고졸이하	65(33.7)
	전문대졸	53(27.5)
	대졸이상	75(38.8)
가족의 월수입(만원)	〈200	72(37.3)
	200-299	41(21.2)
	300-399	33(17.1))
	≥400	47(24.4)
가족 구성	부부+자녀	168(86.2)
	부부+자녀+부모	25(12.8)
	어머니+자녀	2(1.0)
해당자녀의 형제 중 순서	첫째	81(41.5)
	중간	17(8.7)
	막내	86(44.1)
	독자	11(5.6)
자녀의 성별	남자	99(50.8)
	여자	96(49.2)
자녀의 연령(세)	4	60(30.8)
	5	71(36.4)
	6	64(32.8)

2. 어머니 관련요인

가. 어머니의 식품기호도

어머니가 선호하는 식품과 싫어하는 식품을 표 2와 3에 제시하였다

어머니가 선호하는 식품으로는 채소가 가장 많은 응답을 보였고 다음이 육류. 어류 및 해산물, 곡류, 된장 그리고 기타 순으로 나타났으며 싫어하는 식품은 어패류, 채소, 육류 순이었다.

표 2. 어머니가 좋아하는 식품

순위	선호식품	N(%)
1	채소	76(55.9)
2	육류	60(44.1)
3	어류및해산물	45(33.1)
4	곡류	12(8.8)
5	된장	8(5.9)
6	기타	16(11.7)

표 3. 어머니가 싫어하는 식품

순위	싫어하는 식품	N(%)
1	어패류	18(13.2)
2	채소	9(6.6)
3	육류	7(5.2)
4	특별히 없음	44(32.4)

나. 어머니가 싫어하는 음식의 식단포함 정도

표 4에서는 어머니는 자신이 싫어하는 음식을 어느정도 식단에 포함하고 있는가의 문항에 많이 포함시킨다가 11.8%, 조금 포함시킨다는 59.1%, 별로 포함시키지 않는다 22.9%, 전혀 포함시키지 않는다는 6.2%로 약 70%정도가 자신이 싫어하는 음식이더라도 식단에 포함시키고 있는 것으로 나타났다.

표 4. 어머니가 싫어하는 식품의 식단에 포함여부

어머니가 싫어하는 식품의 포함여부	N(%)
많이 포함시킨다	22(11.8)
조금 포함시킨다	112(51.9)
별로 포함시키지 않는다	43(22.9)
전혀 포함시키지 않는다	12(6.2)

다. 어머니가 인식하는 자녀의 기호도 형성요인

어머니는 자녀의 현재 기호도가 어떻게 형성된 것이라고 인식하는지를 5점 척도법으로 4개의 문항을 물어보았다. 각 항목에 따른 평균 점수는 표5와 같다.

어머니들은 현재 자녀의 식품기호도 형성요인은 이유기의 섭식이 가장 큰 영향을 미쳤다고 생각하고 있었으며 다음으로 어머니의 식품 기준에 의한 영향, 임신 중 어머니의 섭식, 아버지의 기호도 순으로 응답하였다. 본 연구에 의하면 유아의 식품기호도는 여러 원인에 의해 형성될 수 있지만 특히 어머니의 식품기호도에 따라 유아의 식품을 경험할 기회가 좌우되므로 유아의 식품섭취는 어머니의 기호도나 의도에 의해 제공되거나 제한될 수 있다고 사료된다.

표 5. 자녀의 현재 기호도 형성에 대한 어머니의 인식

항목	Mean±SD
임신 중 나의 식품섭취가 아이의 현재 식품 기호도에 영향을 미쳤다	2.97±1.03
이유 초기의 식품섭취가 영향을 미쳤다	3.21±1.21
남편의 식품기호도가 영향을 미쳤다	2.93±1.19
나의 식품기호도가 영향을 미쳤다	3.17±1.07

라. 어머니의 식습관

어머니의 식습관에 대한 문항은 7개 문항을 5점 척도법을 적용하여 조사하였다. 각 문항별 어머니의 식습관 점수는 표6과 같다. 어머니의 식습관 평균점수는 27.88±3.89였다. 어머니의 경우 식사 속도는 빠르다에서 가장 낮은 점수를 보였으며 반면 어머니는 음식에 대한 불평에 관한 질문에서 높은 점수를 보여 음식투정을 하지 않는 것으로 나타났다.

표 6. 어머니의 식습관 점수

항목	Mean±SD
하루 세끼를 먹는다	3.54±1.21
식사시간은 규칙적이다	3.37±1.10
음식은 골고루 섭취한다	3.49±0.92
배부를때까지 먹는다	3.01±0.93
식사속도는 빠른 편이다	2.87±1.07
음식투정을 한다	4.26±0.68
편식을 한다	4.08±0.79
합계	27.88±3.89

마. 유아의 식습관 개선을 위한 어머니의 메시지

어머니가 아이에게 전달하는 섭식과 관련된 메시지를 긍정적인 메시지와 부정적인 메시지로 구성하여 총 8가지 문항으로 계산하여 표 7에 제시하였다. 그 중 힘이 세어진다는 메시지가 평균 4.18±0.87로 가장 높은 수준이었고, 아프게 될 것이다는 항목에서 가장 낮은 점수를 보여다. 이에 따르면 어머니들은 부정적이고 억압적인 언어 전달보다는 긍정적인 방법을 통해 아이의 식품섭취를 조절하고자 하고 있음을 알 수 있었다.

표 7. 자녀의 식품섭취를 위해 어머니가 전하는 메시지

	항목	점수	χ^2
긍정적인 메시지	먹으면 힘이 세지고 튼튼해 진다	4.18±0.87	3.50±0.66
	칼슘, 비타민 등이 많이 들어있다	3.35±1.18	
	어떤 음식을 먹으면 다른 좋아하는 음식이나 보상을 주겠다고 회유한다	3.72±1.29	
	칭찬하여 먹게한다	3.81±0.93	
부정적인 메시지	안 먹으면 병난다	2.90±1.24	3.24±0.66
	안 먹으면 TV나 놀이등을 못하게 한다	3.21±1.24	
	안 먹으면 화낸다 등의 위협 또는 강요를 한다	3.20±1.22	
	안 먹으면 너랑 안놀아준다	3.61±1.23	

Values are mean±SD Range: 1-5

** $p<0.01$

어머니의 메시지를 주제별로 분류하였을 때 메시지는 회유 메시지가 3.81로 유의적으로 가장 높은 수준이었으며 건강이 3.47, 강요는 3.41. 보상이 2.96 순으로 나타났다

표 8. 어머니 메시지의 주제별 분류

메시지 분류	Mean±SD
건강 메시지	3.47±0.64
보상 메시지	2.96±0.79
강요 메시지	3.41±1.07
회유 메시지	3.81±0.93

Values are mean±SD

Range: 1-5

3. 유아 관련요인

가. 유아의 식품기호도

유아가 가장 선호하는 식품은 육류로 59.6%였으며 다음은 생선이 27.9%로 나타났고 그 다음은 채소류 25.7%, 곡류 9.6%, 계란 8.8%, 과일류 8.8%, 된장 7.3%, 우유 5.9%, 기타 11.8% 순이었다. 싫어하는 식품은 채소가 62.5%로 가장 많았고 다음은 콩 16.2%, 과일류가 12.5% 순으로 나타났다.

표 9. 유아가 좋아하는 식품

순위	선호식품	N(%)
1	육류	81(59.6)
2	생선	38(27.9)
3	채소류	35(25.7)
4	곡류	13(9.6)
5	계란	12(8.8)
6	과일류	12(8.8
7	된당	10(7.3)
8	우유	8(5.9)
9	기타	16(11.8)

표 10. 유아가 싫어하는 식품

순위	싫어하는 식품	N(%)
1	채소류	85(62.5)
2	콩류	22(16.2)
3	과일류	17(12.5)
4	해산물	9(6.6)
5	곡류	5(3.7)
6	육류	3(2.2)
9	기타	15(11.3)

어머니와 유아의 식품 기호도에 대한 일치정도는 선호 식품에서는 높았으나 싫어하는 식품에서는 일치율이 낮았다. 어머니의 경우 싫어하는 식품이 없다고 응답한 경우가 많은 것으로 미루어보아 교육이나 식품에 대해 접할 경험이 많아질수록 싫어하는 식품에 대한 거부가 감소되는 것으로 생각되며 유아기부터 다양한 식품섭취의 중요성을 강조하는 영양교육을 실시한다면 개선의 가능성이 높아질 것으로 사료된다.

어머니와 자녀의 식품 기호도는 좋아하는 것, 싫어하는 것, 맛보지 못한 것까지 상관이 있었고 실제로 어머니는 자신이 싫어하는 식품은 식단에 포함하지 않는 경우가 있었다. 따라서 어머니가 자신의 기호에 맞춰 식사를 준비할 경우 어머니의 식품 기호도는 자녀에게 답습될 수 있을 것으로 보인다.

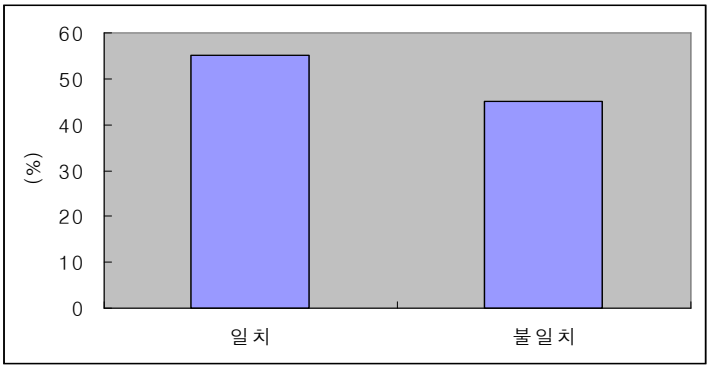

그림 1. 어머니와 자녀의 선호식품 일치정도

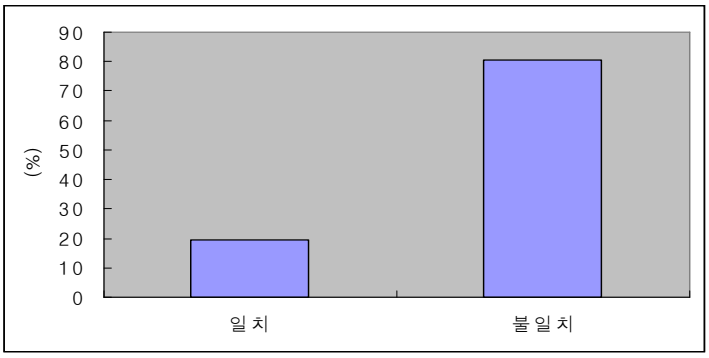

그림 2. 어머니와 자녀의 싫어하는 식품 일치정도

나. 유아의 식습관점수

유아의 평균 점수는 23.93±3.51이었다. 다양한 식품을 먹는다에서 가장 낮은 점수를 보였으며, 하루 세끼를 먹는다는 문항에서 4.05±0.96으로 가장 높은 점수를 보였다

표 11. 유아의 식습관 점수

항목	Mean±SD
하루 세끼를 먹는다	3.54±1.21
식사시간은 규칙적이다	3.37±1.10
음식은 골고루 섭취한다	3.49±0.92
배부를때까지 먹는다	3.01±0.93
식사속도는 빠른 편이다	2.87±1.07
음식투정을 한다	4.26±0.68
편식을 한다	4.08±0.79
합계	27.88±3.89

다. 유아의 편식정도

조사대상 유아중 68.9%가 편식을 하고 있었으며 31.3%는 편식을 하지 않는다고 대답하여 과반수를 넘는 수의 유아들이 편식을 하는 것으로 나타났다. 편식유아들은 식사속도가 빠르다를 제외한 전 문항에서 편식을 하지 않는 유아와 유의적인 차이를 보이고 있었다. 하루 세끼를 먹는다, 식사시간은 규칙적이다, 골고루 음식을 섭취한다, 음식투정을 한다, 항상 맛있는 음식만 먹는다는 문항에서는 편식을 하지않는 유아의 식습관 점수가 양호한 수준이었으며, 배부를 때까지 먹는다에서는 편식유아의 식습관 점수가 양호한 수준이었다.

편식유아의 어머니들은 식습관 점수가 편식을 하지 않는 군의 어머니와 식습관 점수의 유의성은 없었으나 낮은 수준이었고, 유아의 식습관 점수 또한 편식유아가 편식을 하지않는 유아보다 유의적으로 낮아서 어머니의 식습관 점수가 낮을수록 유아의 편식과 관련이 있음을 알 수 있었다.

표 12. 편식유무에 따른 유아의 식습관

항목	편식	
	유	무
하루 세끼를 먹는다	3.93±0.94	4.39±0.86
식사시간은 규칙적이다	3.76±0.94	4.22±0.79
음식은 골고루 섭취한다	2.45±0.82	3.66±0.79
배부를 때까지 먹는다	3.44±0.88	2.98±1.04
식사속도는 빠른편이다	3.87±1.00	3.59±1.22
음식투정을 한다	2.86±1.05	3.90±0.70
좋아하는 음식만 먹는다	2.41±0.95	3.90±0.83

Value are mean±SD　　* $p<0.05$

표 13. 유아의 편식유무에 따른 어머니와 자녀의 식습관점수

유아의 식이타입	편식		차이정도
	유	무	
어머니의 식습관점수	27.57±3.78	28.61±4.12	-
유아의 식습관점수	22.71±3.20	26.63±2.70	**

Value are mean±SD　　* $p<0.01$

제 2 절 어머니의 양육행동 특성 및 영양지식과 유아의 식생활의 관계

1. 어머니의 식습관, 자녀의 식품섭취를 위한 메시지와 유아의 관련성

가. 어머니의 식습관과 유아의 식습관

표 14에서는 어머니의 식습관과 유아의 식습관의 상관관계를 비교하였다. 어머니의 식습관 점수가 높을수록 유아의 식습관 점수도 양호하였으며 편식유아를 둔 어머니의 식습관 점수가 낮은 경향을 보였다. 이미 형성된 유아의 식습관 개선을 위해서는 어머니들에게 식품별로 조리방법이 다양화된 레시피를 개발하고 제공할 필요가 있으며 유아기는 어머니의 영향을 가장 많이 받는 시기이며 편식유아의 어머니 식습관 점수가 낮았으므로 어머니의 식습관을 개선시키면서 함께 자녀의 식습관을 개선시켜 나가도록 함으로서 유아의 식습관도 개선효과를 나타낼 것으로 생각된다.

표 14. 어머니의 식습관과 유아의 식습관과의 관계

	어머니의 식습관점수
유아의 식습관점수	0.275**

** $p<0.01$

나. 어머니의 메시지와 유아의 식습관점수와의 관련성

어머니의 자녀의 식품섭취를 위한 메시지 전달방법을 긍정적 메시지와 부정적 메시지로 구분하고 이에따른 유아의 식습관과 영양지식의 차이를 알아보았다. 어머니의 메시지가 부정적일수록 유아의 식습관 점수는 유의적으로 높았다

표 15. 자녀의 식품섭취를 위한 메시지와 유아의 식습관과의 관계

	긍적적메시지	부정적메시지
유아의 식습관점수	-0.107	0.296**

**p<0.01

2. 어머니의 직업유무가 식사에 미치는 영향

가. 직업유무가 식사준비에 미치는 영향

주부의 직업유무에 따른 학력 및 식사준비에 대한 일반적인 사항은 표 16과 같다. 직업을 가지고 있는 주부의 학력은 고졸이하가 25.0%, 전문대졸은 26.1%, 대졸이상은 48.9%였고, 전업주부의 경우 고졸이하가 37.9%, 전문대졸은 38.8%, 대졸이상은 23.3%로 직업을 가지고 있는 주부의 학력이 전업주보다 유의하게 높았다($p<0.05$).

직업을 가지고 있는 주부의 영양지식 점수는 평균 39.0±2.0점, 전업주부는 평균 38.2±2.9점으로 직업을 가지고 있는 주부의 영양지식이 전업주부보다 유의하게 높았다($p<0.05$)

신(39)의 연구에서는 유의적인 차이가 나타나지 않았고, 김(40)의 연구에서는 어머니가 직업을 가진 주부인 경우가 전업주부보다 유의적인 차이를 보여 본 연구결과와 유사하였다. 따라서 직업을 가진 주부의 경우 학력이 높은 결과를 보인 것과 연관성이 있는 것으로 보이며 그에 따라 영양지식에도 영향을 미치는 것으로 생각된다.

식사 준비 시 기호도에 가장 큰 비중을 두는 사람은 주부의 직업유무와 크게 상관이 없이 남편과 자녀 순으로 나타났고, 자신이 싫어하는 음식을 식단에 포함하는지에 대한 응답에서도 주부의 직업유무는 크게 차이를 보이지 않아 조금 포함하거나 별로 포함하지 않는다는 응답이 대부분이었다. 따라서 주부의 직업유무는 학력이나 영양지식에는 유의한 차이가 있으나 식사준비시의 기호도나 주부가 싫어하는 식품을 식탁에 어느 정도 포함하는지의 여부에는 크게 관련이 없는 것으로 보인다.

표 16. 주부의 직업 유무에 따른 학력 및 식사준비

명(%)

구분		직업유무		χ^2
		예	아니오	
학력	고졸이하	23(25.0)	39(37.9)	13.944**
	전문대졸	24(26.1)	40(38.8)	
	대졸이상	45(48.9)	24(23.3)	
직장인 주부의 식사에 대한 소홀함	예	80(87.0)		-
	아니오	12(13.0)		
전업주부의 식사에 대한 정성	예		63(61.2)	-
	아니오		40(38.8)	
식사 준비 시 기호도에 가장 큰 비중을 두는 사람	본인	6(6.5)	1(1.0)	4.935
	남편	44(47.8)	58(56.3)	
	자녀	42(45.7)	44(42.7)	
	기타	0(0.0)	0(0.0)	
자신이 싫어하는 음식을 식단에 포함하는가	많이 포함	12(14.0)	10(9.7)	1.774
	조금 포함	49(57.0)	63(61.2)	
	별로 포함하지 않음	21(24.4)	22(21.4)	
	전혀 포함하지 않음	4(4.7)	8(7.8)	
영양지식		39.0±2.0[1)]	38.2±2.9	t=-2.234*

* : p<0.05, ** : p<0.01

1) 평균±표준편차

나. 직업유무에 따른 주부와 자녀의 비만도

주부의 직업 유무에 따른 주부와 자녀의 비만도는 표 17과 같다. 직업을 가지고 있는 주부의 BMI는 평균 21.6±2.8, 전업주부는 21.2±2.2로 비슷하였다. 그러나 BMI를 분류한 결과 직업이 있는 주부는 저체중이 15.6%, 정상은 53.3%, 과체중과 비만이 각각 15.6%인 반면, 전업주부의 경우 저체중은 4.0%. 정상은 81.2%, 과체중이 5.9%, 비만은 8.9%로 직업을 가지고 있는 주부의 저체중과 비만율이 전업주부보다 유의하게 많았다 ($p<0.001$).

대상 유아의 Kaup지수로 볼 때 직업이 있는 주부의 자녀는 영양불량이 14.1%, 정상이 75.0%, 비만경향이 4.3%, 비만이 6.9%였고 직업이 없는 주부의 자녀는 영양불량이 9.7%, 정상이 68.0%, 비만경향이 17.5%, 비만이 4.9%였다.

직업이 있는 주부의 자녀가 전업주부의 자녀보다 영양불량이나 비만률이 높은 것으로 보아 어머니가 항상 자녀의 식품섭취 행태를 관찰할 수 없는 상황으로 인하여 직장주부의 자녀가 식사를 거르거나 패스트푸드 등의 고열량 위주의 식품을 섭취하는 경향에 기인하여 그러한 현상을 보이는 것으로 생각된다.

표 17. 주부의 직업 유무에 따른 주부와 자녀의 비만도

명(%)

구분		직업유무		χ^2
		예	아니오	
주부의 BMI		21.6±2.8[1)]	21.2±2.2	t=-2.251
주부의 BMI 분류	저체중	14(15.6)	4(4.0)	18.162***
	정상	48(53.3)	82(81.2)	
	과체중	14(15.6)	6(5.9)	
	비만	14(15.6)	9(8.9)	
자녀의 KAUP 지수		15.7±2.4	15.9±1.7	t=0.653
자녀의 KAUP 분류	영양불량	13(14.1)	10(9.7)	8.806*
	정상	69(75.0)	70(68.0)	
	비만경향	4(4.3)	18(17.5)	
	비만	6(6.9)	5(4.9)	

* : $p<0.05$, *** : $p<0.001$

1) 평균±표준편차

다. 직업유무가 자녀의 식습관에 미치는 영향

표 18은 주부의 직업유무에 따른 자녀의 식습관에 대한 조사결과이다. 자녀가 하루 세끼를 먹느냐는 질문에, 직업을 가지고 있는 주부는 그렇지 않다 8.9%, 어느 정도 그렇다 11.1%, 대체적으로 그렇다 36.7%, 매우 그렇다 43.3%였고, 전업주부는 그렇지 않다 5.8%, 어느 정도 그렇다 19.4%, 대체적으로 그렇다 28.2%, 매우 그렇다 46.6%로 직업유무에 따른 자녀의 하루 세끼 섭취는 유의한 차이가 없이 하루 세끼의 식사를 잘 섭취하고 있었다.

자녀의 식사시간은 규칙적인가에 대한 문항에, 직업을 가지고 있는 주부의 자녀경우는 그렇지 않다가 10.0%, 어느 정도 그렇다가 24.4%, 대체적으로 그렇다가 33.3%, 매우 그렇다가 32.2%였고, 전업주부의 자녀 경우 그렇지 않다가 3.9%, 어느 정도 그렇다가 16.5%, 대체적으로 그렇다가 35.9%, 매우 그렇다가 43.7%로 직업유무에 따른 자녀의 식사시간의 규칙성에는 유의한 차이가 없었고 하루 세끼의 식사시간에 일정한 규칙성을 갖는 것으로 보였다.

자녀가 음식은 골고루 섭취하는가의 문항에서, 직업이 있는 주부의 경우 전혀 그렇지 않다가 11.1%, 그렇지 않다는 26.7%, 어느 정도 그렇다가 35.6%, 대체적으로 그렇다가 15.6%, 매우 그렇다가 11.1%였고, 전업주부의 경우 전혀 그렇지 않다가 1.0%, 그렇지 않다는 19.4%, 어느 정도 그렇다가 48.5%, 대체적으로 그렇다가 19.4%, 매우 그렇다가 11.7%로 전업주부의 자녀가 음식을 골고루 섭취하고 있음을 알 수 있었다. 직장이 있는 주부의 경우 매 식사를 자녀와 함께하지 못하기 때문에 고른 음식섭취를 위한 지도가 부족해 보였다.

직업이 있는 주부의 경우 자녀가 배부를 때까지 먹는다는 문항에, 그렇지 않다가 22.2%, 어느 정도 그렇다가 45.6%, 대체적으로 그렇다가 27.8%, 매우 그렇다가 4.4%였고, 전업주부의 경우 전혀 그렇지 않다가 7.8%, 그렇지 않다는 45.6%, 어느 정도 그렇다가 23.3%, 대체적으로 그렇다가 17.5%, 매우 그렇다가 5.8%로 직업을 가진 주부의 자녀가 배부를 때까지 먹는 경향이 높게 보였다

자녀의 식사속도는 빠른가에 관한 문항에서는, 직업이 있는 주부의 자녀 경우 전혀 그렇지 않다가 14.4%, 그렇지 않다가 31.1%, 어느 정도 그렇다가 32.3%, 대체적으로 그

렇다가 17.8%, 매우 그렇다가 4.4%이며, 전업주부의 경우 전혀 그렇지 않다가 5.8%, 그렇지 않다가 56.3%, 어느 정도 그렇다가 25.2%, 대체적으로 그렇다가 9.7%, 매우 그렇다가 2.9%로 유의적인 차이를 보였다.

자녀가 음식투정을 한다는 문항에서 직업이 있는 주부의 자녀 경우 전혀 그렇지 않다가 12.2%, 그렇지 않다가 50%, 어느 정도 그렇다가 22.2%, 대체적으로 그렇다가 8.9%, 매우 그렇다가 6.7%이며, 전업주부 자녀 경우 전혀 그렇지 않다가 6.8%, 그렇지 않다 42.7%, 어느 정도 그렇다 37.9%, 대체적으로 그렇다가 87%, 매우 그렇다가 1.9%로 비슷한 경향을 보여 대체적으로 음식투정을 하지 않는 것으로 나타났다.

자녀가 짜게 먹는 편이라는 문항은, 직업이 있는 주부자녀 경우 전혀 그렇지 않다가 24.4%, 그렇지 않다가 46.7%, 어느 정도 그렇다가 22.2%, 대체적으로 그렇다가 2.2%, 매우 그렇다가 4.4%였고, 전업주부의 자녀 경우 전혀 그렇지 않다가 12.6%, 그렇지 않다가 68.9%, 어느 정도 그렇다가 14.6%, 대체적으로 그렇다가 1.9%, 매우 그렇다가 1.9%로 유의한 차이가 있었다.

자녀가 편식을 한다는 문항에, 직업이 있는 주부의 자녀 경우 전혀 그렇지 않다가 4.4%, 그렇지 않다가 34.4%, 어느 정도 그렇다가 30.0%, 대체적으로 그렇다가 11.1%, 매우 그렇다가 20.0%이고, 전업주부의 자녀 경우 전혀 그렇지 않다가 8.9%, 그렇지 않다가 41.6%, 어느 정도 그렇다가 30.7%, 대체적으로 그렇다가 14.9%, 매우 그렇다가 4.0%로 유의한 차이를 보였다.

본 연구에서 자녀의 하루 세끼의 규칙적인 식사에는 주부의 직업유무에 따른 큰 차이 없이 규칙적인 식사가 이루어지고 있었으며, 배부를 때까지 먹는다거나 식사속도의 빠르기 등 자녀의 식행동에서는 차이를 보여 자녀를 곁에서 양육하는 전업주부의 경우가 직장이 있는 주부에 비하여 자녀의 식사 행동을 잘 잡아주는 것으로 보인다. 식품섭취와 관련하여 음식을 골고루 먹는다, 짜게 먹는 편이다, 편식을 한다와 같은 문항에서 유의한 차이를 보이는 것은 어머니가 자녀에게 식품섭취에 대해 지도할 기회가 대부분 가정에서 이루어지므로 전업주부의 경우 자녀에게 좀 더 올바른 식습관을 형성하는데 도움을 주었으리라 생각되며, 이러한 차이로 보아 직업이 있는 주부의 경우 자녀의 식사 시 고른 식품섭취와 올바른 식습관을 형성할 수 있도록 더 많은 배려와 관심이 필

요할 것으로 사료되며, 가정에서의 식습관, 식사예절, 영양교육 등의 한계를 고려하여 가정외의 기관에서의 교육체계가 마련된다면 자녀의 올바른 식습관 형성을 위해 도움이 될 것으로 생각된다.

표 18. 주부의 직업 유무에 따른 자녀의 식습관

명(%)

구분		직업유무		χ^2
		예	아니오	
하루 세끼를 먹는다	전혀 그렇지 않다	0(0.0)	0(0.0)	3.950
	그렇지 않다	8(8.9)	6(5.8)	
	어느 정도 그렇다	10(11.1)	20(19.4)	
	대체적으로 그렇다	33(36.7)	29(28.2)	
	매우 그렇다	39(43.3)	48(46.6)	
식사시간은 규칙적이다	전혀 그렇지 않다	0(0.0)	0(0.0)	5.906
	그렇지 않다	9(10.0)	4(3.9)	
	어느 정도 그렇다	22(24.4)	17(16.5)	
	대체적으로 그렇다	30(33.3)	37(35.9)	
	매우 그렇다	29(32.2)	45(43.7)	
음식은 골고루 섭취한다	전혀 그렇지 않다	10(11.1)	1(1.0)	12.098*
	그렇지 않다	24(26.7)	20(19.4)	
	어느 정도 그렇다	32(35.6)	50(48.5)	
	대체적으로 그렇다	14(15.6)	20(19.4)	
	매우 그렇다	10(11.1)	12(11.7)	
배부를 때까지 먹는다	전혀 그렇지 않다	0(0.0)	8(7.8)	24.100***
	그렇지 않다	20(22.2)	47(45.6)	
	어느 정도 그렇다	41(45.6)	24(23.3)	
	대체적으로 그렇다	25(27.8)	18(17.5)	
	매우 그렇다	4(4.4)	6(5.8)	
식사속도는 빠른 편이다	전혀 그렇지 않다	13(14.4)	6(5.8)	13.923**
	그렇지 않다	28(31.1)	58(56.3)	
	어느 정도 그렇다	29(32.2)	26(25.2)	
	대체적으로 그렇다	16(17.8)	10(9.7)	
	매우 그렇다	4(4.4)	3(2.9)	
음식투정을 한다	전혀 그렇지 않다	11(12.2)	7(6.8)	6.632
	그렇지 않다	45(50.0)	44(42.7)	
	어느 정도 그렇다	20(22.2)	39(37.9)	
	대체적으로 그렇다	8(8.9)	9(8.7)	
	매우 그렇다	6(6.7)	4(3.9)	
짜게 먹는 편이다	전혀 그렇지 않다	22(24.4)	13(12.6)	10.309*
	그렇지 않다	42(46.7)	71(68.9)	
	어느 정도 그렇다	20(22.2)	15(14.6)	
	대체적으로 그렇다	2(2.2)	2(1.9)	
	매우 그렇다	4(4.4)	2(1.9)	
편식을 한다	전혀 그렇지 않다	4(4.4)	9(8.9)	13.176*
	그렇지 않다	31(34.4)	42(41.6)	
	어느 정도 그렇다	27(30.0)	31(30.7)	
	대체적으로 그렇다	10(11.1)	15(14.9)	
	매우 그렇다	18(20.0)	4(4.0)	

* : P<0.05, ** : P<0.01, *** : P<0.001

라. 직업유무에 따른 주부의 식행동

직업유무에 따른 주부의 식행동에 대한 조사결과는 그림 3에 제시하였다. 몸에 좋은 음식을 먹으려 한다는 질문에 직업이 있는 주부는 평균 3.59점, 전업주부는 3.58점으로 두 군간에 차이가 없었다. 가능한 한 유기농 식품을 구입한다는 질문에 직업주부는 2.80%, 전업주부는 2.64%로 비슷한 수준으로 아직은 유기농 식품에 대한 인식이 크게 자리 잡고 있지 않아 보였다. 인스턴트식품을 먹지 않는다는 질문에 직업주부는 3.13%, 전업주부는 3.54%로 유의한 차이를 보여 전업주부의 경우 인스턴트식품을 가능한 섭취하지 않으려는 경향을 보였다. 외식을 가급적 하지 않는다는 문항은 직업주부는 2.90%, 전업주부는 3.3%로 유의한 차이를 보였고 직업주부의 외식하는 횟수가 전업주부보다 높았다. 체중조절을 위해 음식량을 조절한다는 질문에 직업주부는 2.51%, 전업주부는 2.57%로 비슷한 경향을 보였으며, 채식위주의 식사선호도에서 직업주부는 2.84%, 전업주부는 3.02%로 큰 차이가 없었다. 문제성이 보도된 식품은 먹지 않는다는 질문에는 직업주부는 3.84%, 전업주부는 3.50%로 그러한 식품을 먹지 않으려는 경향을 보였으나 직업주부의 점수가 더 높게 나타났다.

인스턴트식품을 먹지 않거나 외식을 가급적하지 않는다는 문항에 전업주부보다 직업이 있는 주부의 응답이 높은 것은 집에서 보다 바깥에서 활동하는 시간이 많기 때문에 식품을 직접 조리할 시간적 여유가 부족한 것에 기인한 것으로 보이며 인스턴트식품이나 외식으로 인하여 표 3에서 제시한 것과 같이 직업주부의 자녀가 비만률이 높게 나타난 것과도 연관이 있어 보인다.

문제성이 보도된 식품을 먹지 않는다는 응답은 전업주부보다 직장인 주부의 인식이 더 높은 것으로 나타났고 경제활동을 함으로 외부의 정보나 지식에 더 접할 기회가 많기 때문일 것으로 생각된다.

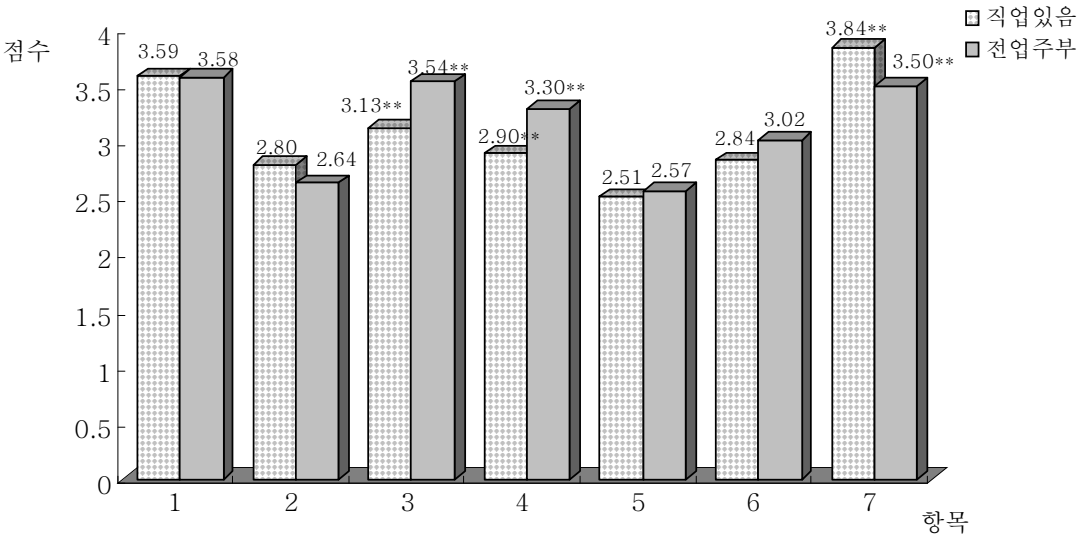

그림 3. 직업유무에 따른 주부의 식행동

** : $p<0.01$

1. 몸에 좋은 음식을 먹으려고 한다
2. 가능한 한 유기농 식품을 구입 한다
3. 인스턴트식품을 먹지 않는다
4. 외식을 가급적 하지 않는다
5. 체중조절을 위해 음식량을 조절 한다
6. 채식위주의 식사를 선호 한다
7. 문제성이 보도된 식품은 먹지 않는다

(매우 그렇다 : 5점, 대체적으로 그렇다 : 4점, 어느 정도 그렇다 : 3점, 그렇지 않은 편이다 : 2점, 전혀 그렇지 않다 : 1점)

마. 직업유무에 따른 자녀의 식품섭취를 위한 주부의 행동

표 19는 자녀의 다양한 식품섭취를 위해 아이들에게 어떤 이야기나 행동을 하는지에 대한 조사결과이다. 먹으면 힘이 세지고 튼튼해진다고 설명한다는 응답에, 직업이 있는 주부는 어느 정도 그렇다가 22.8%, 대체적으로 그렇다가 51.1%, 매우 그렇다는 26.1%였고, 전업주부의 경우 어느 정도 그렇다가 14.9%, 대체적으로 그렇다가 39.6%, 매우 그렇다는 45.5%로 직업유무에 따라 유의하게 차이가 있었다($p<0.05$).

안 먹으면 병난다는 응답에 직업이 있는 주부는 전혀 그렇지 않다가 2.2%, 그렇지 않다가 30.3%, 어느 정도 그렇다가 24.7%, 대체적으로 그렇다가 38.2%, 매우 그렇다는 4.5%였고, 전업주부의 경우 전혀 그렇지 않다가 6.0%, 그렇지 않다가 36.0%, 어느 정도 그렇다가 17.0%, 대체적으로 그렇다가 22.0%, 매우 그렇다는 19.0%로 직업유무에 따라 유의하게 차이가 있었다.

칼슘이나 비타민 등이 들어있다고 이야기한다는 응답은, 직업이 있는 주부는 그렇지 않다가 15.2%, 어느 정도 그렇다가 44.6%, 대체적으로 그렇다가 38.0%, 매우 그렇다는 2.2%였고, 전업주부의 경우 전혀 그렇지 않다가 7.2%, 그렇지 않다가 15.5%, 어느 정도 그렇다가 44.3%, 대체적으로 그렇다가 21.6%, 매우 그렇다는 11.3%로 직업유무에 따라 유의하게 차이가 있었다.

어떤 음식을 먹으면 다른 좋아하는 음식이나 보상을 해주겠다고 회유한다는 응답에, 직업이 있는 주부는 전혀 그렇지 않다가 29.3%, 그렇지 않다가 47.8%, 어느 정도 그렇다가 12.0%, 대체적으로 그렇다가 8.7%, 매우 그렇다는 2.2%였고, 전업주부의 경우 전혀 그렇지 않다가 54.0%, 그렇지 않다가 29.0%, 어느 정도 그렇다가 12.0%, 대체적으로 그렇다가 5.0%로 직업유무에 따라 유의하게 차이가 있었다.

안 먹으면 TV나 놀이 등을 못 하게 한다는 응답은, 직업이 있는 주부는 전혀 그렇지 않다가 27.2%, 그렇지 않다가 27.2%, 어느 정도 그렇다가 39.1%, 대체적으로 그렇다가 2.2%, 매우 그렇다는 4.3%였고, 전업주부의 경우 전혀 그렇지 않다가 33.0%, 그렇지 않다가 28.0%, 어느 정도 그렇다가 19.0%, 대체적으로 그렇다가 9.0%, 매우 그렇다는 1.0%로 직업유무에 따라 유의하게 차이가 있었다.

안 먹으면 화낸다 등의 위협 또는 강요를 한다는 응답에, 직업이 있는 주부는 전혀 그

렇지 않다가 24.7%, 그렇지 않다가 31.5%, 어느 정도 그렇다가 32.6%, 대체적으로 그렇다가 6.7%, 매우 그렇다는 4.5%였고, 전업주부의 경우 전혀 그렇지 않다가 24.0%, 그렇지 않다가 47.0%, 어느 정도 그렇다가 23.0%, 대체적으로 그렇다가 4.0%, 매우 그렇다는 2.0%로 비슷한 경향을 보였다.

안 먹으면 너랑 안 논다, 미워한다고 한다는 응답은, 직업이 있는 주부는 전혀 그렇지 않다가 62.9%, 그렇지 않다가 19.1%, 어느 정도 그렇다가 13.5%, 매우 그렇다는 4.5%였고, 전업주부의 경우 전혀 그렇지 않다가 54.0%, 그렇지 않다가 41.0%, 어느 정도 그렇다가 4.0%, 대체적으로 그렇다가 1.0%로 직업유무에 따라 유의하게 차이가 있었다.

식사 때마다 식탁에 내놓는다는 응답은, 직업이 있는 주부는 전혀 그렇지 않다가 17.3%, 그렇지 않다가 50.6%, 어느 정도 그렇다가 17.3%, 대체적으로 그렇다가 9.9%, 매우 그렇다는 4.9%였고, 전업주부의 경우 전혀 그렇지 않다가 13.5%, 그렇지 않다가 32.3%, 어느 정도 그렇다가 29.2%, 대체적으로 그렇다가 9.4%, 매우 그렇다는 15.6%로 직업유무에 따라 유의하게 차이가 있었다.

칭찬하여 먹게 한다는 응답은 직업이 있는 주부는 전혀 그렇지 않다가 2.2%, 그렇지 않다가 18.5%, 어느 정도 그렇다가 42.4%, 대체적으로 그렇다가 30.4%, 매우 그렇다는 6.5%였고, 전업주부의 경우 그렇지 않다가 10.8%, 어느 정도 그렇다가 57.8%, 대체적으로 그렇다가 25.5%, 매우 그렇다는 5.9%로 직업유무에 따라 차이를 보이지 않았다.

어머니가 자녀의 식품섭취를 위해 전하는 메세지는 긍정적 메시지와 부정적 메시지로 구분되었으며 메시지 전달에 관한 직업유무에는 어느 정도 차이가 있었고, 직장이 있는 주부의 경우 먹으면 힘이 세지고 튼튼해진다, 안 먹으면 병난다, 화낸다, 안 먹으면 TV나 놀이 등을 못하게 한다 등의 회유나 강요, 보상 등의 메시지를 더 많이 사용하였으며 또한 전업주부에 비하여 부정적인 메시지를 전달하는 비율이 더 높게 나타났다. 이는 자녀와 함께 하는 시간이 적은 직장주부들은 짧은 시간에 효과적인 메시지를 전달함으로써 자녀에게 올바른 식품섭취를 강요하는 것으로 보였으며, 전업주부는 직장인 주부에 비하여 자녀의 식품섭취를 위해 식사 때마다 식탁에 내놓는다. 칭찬하여 먹도록 한다는 응답이 더 높게 나타났다.

표 19. 주부의 직업 유무에 따른 자녀의 식품섭취에 대한 주부의 행동

명(%)

구분		직업유무		χ^2
		예	아니오	
먹으면 힘이 세지고 튼튼해 진다	전혀 그렇지 않다	0(0.0)	0(0.0)	8.075*
	그렇지 않다	0(0.0)	0(0.0)	
	어느 정도 그렇다	21(22.8)	15(14.9)	
	대체적으로 그렇다	47(51.1)	40(39.6)	
	매우 그렇다	24(26.1)	46(45.5)	
안 먹으면 병난다	전혀 그렇지 않다	2(2.2)	6(6.0)	15.694*
	그렇지 않다	27(30.3)	36(36.0)	
	어느 정도 그렇다	22(24.7)	17(17.0)	
	대체적으로 그렇다	34(38.2)	22(22.0)	
	매우 그렇다	4(4.5)	19(19.0)	
칼슘, 비타민 등이 들어 있다	전혀 그렇지 않다	0(0.0)	7(7.2)	16.692*
	그렇지 않다	14(15.2)	15(15.5)	
	어느 정도 그렇다	41(44.6)	43(44.3)	
	대체적으로 그렇다	35(38.0)	21(21.6)	
	매우 그렇다	2(2.2)	11(11.3)	
어떤 음식을 먹으면 다른 좋아하는 음식이나 보상을 주겠다고 회유한다	전혀 그렇지 않다	27(29.3)	54(54.0)	14.510*
	그렇지 않다	44(47.8)	29(29.0)	
	어느 정도 그렇다	11(12.0)	12(12.0)	
	대체적으로 그렇다	8(8.7)	5(5.0)	
	매우 그렇다	2(2.2)	0(0.0)	
안 먹으면 TV나 놀이 등을 못하게 한다	전혀 그렇지 않다	25(27.2)	33(33.0)	14.988*
	그렇지 않다	25(27.2)	28(28.0)	
	어느 정도 그렇다	36(39.1)	19(19.0)	
	대체적으로 그렇다	2(2.2)	9(9.0)	
	매우 그렇다	4(4.3)	1(1.0)	
안 먹으면 화낸다 등의 위협 또는 강요를 한다	전혀 그렇지 않다	22(24.7)	24(24.0)	6.040
	그렇지 않다	28(31.5)	47(47.0)	
	어느 정도 그렇다	29(32.6)	23(23.0)	
	대체적으로 그렇다	6(6.7)	4(4.0)	
	매우 그렇다	4(4.5)	2(2.0)	
안 먹으면 너랑 안 논다, 미워한다고 한다	전혀 그렇지 않다	56(62.9)	54(54.0)	18.389***
	그렇지 않다	17(19.1)	41(41.0)	
	어느 정도 그렇다	12(13.5)	4(4.0)	
	대체적으로 그렇다	0(0.0)	1(1.0)	
	매우 그렇다	4(4.5)	0(0.0)	

* : P<0.05, *** : P<0.001

표 19. 주부의 직업 유무에 따른 자녀의 식품섭취에 대한 주부의 행동(계속)

명(%)

구분		직업유무		χ^2
		예	아니오	
식사 때마다 식탁에 내 놓는다	전혀 그렇지 않다	14(17.3)	13(13.5)	11.330*
	그렇지 않다	41(50.6)	31(32.3)	
	어느 정도 그렇다	14(17.3)	28(29.2)	
	대체적으로 그렇다	8(9.9)	9(9.4)	
	매우 그렇다	4(4.9)	15(15.6)	
칭찬하여 먹도록 한다	전혀 그렇지 않다	2(2.2)	0(0.0)	6.944
	그렇지 않다	17(18.5)	11(10.8)	
	어느 정도 그렇다	39(42.4)	59(57.8)	
	대체적으로 그렇다	28(30.4)	26(25.5)	
	매우 그렇다	6(6.5)	6(5.9)	

* : P<0.05, ** : P<0.01, *** : p<0.001

바. 주부의 직업유무에 따른 유아의 식습관 점수

표 20에서는 어머니의 직업유무에 따라 유아의 식습관 점수에 차이가 있는지 비교하였다

취업 어머니와 전업주부인 어머니의 식습관 점수는 각각 23.94±3.87, 24.90±3.36으로 유의적인 차이가 나타나지 않았고 또한 유아의 식습관 점수에서도 각각 23.28±3.36, 24.15±3.55로 유의적인 차이는 보이지 않았으나 전업주부의 자녀가 높은 점수를 나타내었다.

표 20. 주부의 직업유무에 따른 유아의 식습관점수 관계

	직업유무	
	예	아니오
어머니의 식습관점수	23.94±3.87	24.90±3.36
유아의 식습관점수	23.29±3.36	24.15±3.55

3. 주부의 영양지식정도와 자녀의 식생활과의 관계

가. 영양지식정도가 식사준비에 미치는 영향

주부의 영양지식 정도에 따른 일반사항 및 식사준비정도는 표 21에 제시하였다. 주부들의 영양지식 점수는 평균 38.6점으로 각각 군의 영양지식 점수를 살펴본 결과 낮은군은 34.1점, 보통군은 38.3점, 높은군은 41.2점이었다.

영양지식정도에 따른 주부들의 학력을 조사한 결과 낮은군은 전문대졸이 75.8%, 대졸 이상은 24.2%였고, 보통군은 고졸이하가 40.0%, 전문대졸 26.3%, 대졸 이상 33.7%이며, 높은군은 고졸이하가 35.8%, 전문대졸은 20.9.8%, 대졸 이상은 43.3%로 그룹 간에 유의하게 차이를 보였다($p<0.000$).

이러한 결과는 부모의 학력이 높을수록 영양지식의 인지도가 높다는 김(40)의 연구 및 이(41)의 연구결과와 비슷하나 김(42) 그리고 김(43)의 연구결과와는 차이를 보였다.

가족 월평균 수입에 있어서 영양지식정도가 낮은군은 200만원미만이 42.4%, 300만원-399만원은 24.2%, 400만원이상은 33.3%였고, 보통군은 200만원미만이 43.0%, 200만원-299만원은 26.9%, 300만원-399만원은 12.9%, 400만원이상은 17.2%였으며, 높은군은 200만원미만이 26.9%, 200만원-299만원은 23.9%, 300만원-399만원은 19.4%, 400만원이상은 29.9%로 그룹간 유의한 차이를 보였다.

직장인 주부의 경우 영양지식정도가 낮은군은 식사에 대해 소홀하다는 응답에, 모두가 소홀하다 하였고 보통군은 소홀하다 87.5%, 소홀하지 않다 12.5%였으며, 높은군은 소홀하다 81.8%, 소홀하지 않다 18.2%로 영양지식정도에 따른 식사에 대한 소홀함에는 큰 차이가 없었다. 이는 식사에 대한 소홀함은 영양지식의 정도와 크게 상관관계가 없어 보이며 오히려 직장이 있는 주부가 공통적으로 가족의 식사에 소홀하다고 생각하는 것으로 보인다.

전업주부의 경우 직장인 주부에 비해 바람직한 식사를 가족에게 제공하는가에 대한 응답은, 영양지식이 낮은군은 모두 그렇다고 하였고, 보통군은 그렇다 38.3%, 아니다가 61.7%였으며, 높은군은 그렇다가 67.6%, 아니다가 32.4%로 유의한 차이를 보여, 영양지식이 낮은군이 직장인 주부보다 바람직한 식사를 제공한다고 생각하는 경향을 보인

것으로 보아 전업주부의 영양지식정도가 바람직한 식사를 제공하는 것에 크게 영향이 없는 것으로 나타났다.

식사준비 시 기호도에 가장 큰 비중을 두는 사람이 누구냐는 문항에, 영양지식이 낮은 군은 모두 남편이라고 응답하였고, 보통군은 본인이 3.2%, 남편은 34.7%, 자녀는 62.1%였으며, 높은군은 본인이 6.0%, 남편이 53.7%, 자녀는 40.3%로 유의한 차이를 보였다.

즉 영양지식이 낮은 군에 비하여 보통인 군과 높은군이 식사준비에 자녀의 기호를 많이 고려하는 것으로 보였다.

자신이 싫어하는 음식을 식단에 포함하는가는 문항에, 영양지식이 낮은군은 모두 조금 포함한다고 응답하였고, 보통군은 많이 포함한다가 14.1%, 조금 포함한다가 42.4%, 별로 포함하지 않는다가 32.6%, 전혀 포함하지 않는다는 10.9%였으며, 높은군은 많이 포함한다가 14.1%, 조금 포함한다가 62.5%, 별로 포함하지 않는다가 20.3%, 전혀 포함하지 않는다가 3.1%로 유의한 차이를 보였다.

표 21. 주부의 영양지식 정도에 따른 일반사항 및 식사준비

명(%)

구분		영양지식			χ^2
		낮음	보통	높음	
학력	고졸이하	0(0.0)	38(40.0)	24(35.8))	37.927***
	전문대졸	25(75.8)	25(26.3)	14(20.9)	
	대졸이상	8(24.2)	32(33.7)	29(43.3)	
가족 월평균 수입(만원)	<200	14(42.4)	40(43.0)	18(26.9)	17.648***
	200-299	0(0.0)	25(26.9)	16(23.9)	
	300-399	8(24.2)	12(12.9)	13(19.4)	
	≥400	11(33.3)	16(17.2)	20(29.9)	
직업유무	예	11(33.3)	48(50.5)	33(49.3)	3.081
	아니오	22(66.7)	47(49.5)	34(50.7)	
직장인 주부의 식사에 대한 소홀함	예	11(100.0)	42(87.5)	27(81.8)	2.431
	아니오	0(0.0)	6(12.5)	6(18.2)	
전업주부의 식사에 대한 정성	예	22(100.0)	18(38.3)	23(67.6)	24.916***
	아니오	0(0.0)	29(61.7)	11(32.4)	
식사 준비 시 기호도에 가장 큰 비중을 두는 사람	본인	0(0.0)	3(3.2)	4(6.0)	44.029***
	남편	33(100.0)	33(34.7)	36(53.7)	
	자녀	0(0.0)	59(62.1)	27(40.3)	
	기타	0(0.0)	0(0.0)	0(0.0)	
자신이 싫어하는 음식을 식단에 포함하는가	많이 포함	0(0.0)	13(14.1)	9(14.1)	36.136***
	조금 포함	100(100.0)	39(42.4)	40(62.5)	
	별로 포함하지 않음	0(0.0)	30(32.6)	13(20.3)	
	전혀 포함하지 않음	0(0.0)	10(10.9)	2(3.1)	
영양지식		34.1±0.8[1)]	38.3±1.1	41.2±0.5	-

* : p<0.05, ** : p<0.01, *** : p<0.001, 1) 평균±표준편차

나. 영양지식정도에 따른 주부와 자녀의 비만도

주부의 영양지식 정도에 따른 주부와 자녀의 비만도는 표 22와 같다. 영양지식이 낮은군 주부의 BMI는 평균 20.5±0.7, 보통군은 21.6±2.7, 높은군은 21.4±2.7로 비슷하였다.

그러나 BMI를 분류한 결과, 영양지식이 낮은군의 주부는 저체중이 3.0%, 정상은 97.0%인 반면, 영양지식이 보통인 군의 주부는 저체중은 12.6%. 정상은 61.1%, 과체중이 11.6%, 비만은 14.7%이었고, 높은군은 저체중은 7.9%. 정상은 63.5%, 과체중이 14.3%, 비만은 14.3% 로 영양지식이 낮은군의 대부분이 정상이었고 보통군과 높은군의 저체중과 비만율이 낮은군보다 유의하게 많았다($p<0.05$).

자녀의 KAUP 지수를 비교한 결과, 낮은군은 16.0±1.2, 보통군은 15.4±2.1, 높은군 16.4±2.3으로 주부의 영양지식이 높은군 자녀의 KAUP 지수가 가장 높았으며, 낮은군과 보통군, 높은군 사이에는 유의적인 차이가 없었지만, 보통군과 높은군 사이에는 유의하게 차이가 있었다($p<0.05$).

표 22. 주부의 영양지식 정도에 따른 주부와 자녀의 비만도

명(%)

구분		영양지식			χ^2
		낮음	보통	높음	
주부의 BMI		20.5±0.7[1)]	21.6±2.7	21.4±2.7	F=2.577
주부의 BMI 분류	저체중	1(3.0)	12(12.6)	5(7.9)	16.800*
	정상	32(97.0)	58(61.1)	40(63.5)	
	과체중	0(0.0)	11(11.6)	9(14.3)	
	비만	0(0.0)	14(14.7)	9(14.3)	
자녀의 KAUP 지수		16.0±1.2[ab]	15.4±2.1[a]	16.4±2.3[b]	F=4.627*
자녀의 KAUP 분류	영양불량	2(6.1)	15(15.8)	6(9.0)	13.079*
	정상	26(78.8)	64(67.4)	49(73.1)	
	비만경향	4(12.1)	14(14.7)	4(6.0)	
	비만	1(3.0)	2(2.1)	8(11.9)	

* : $p<0.05$

a,b 다른 문자끼리는 Scheffe의 사후 검정에 따라 유의한 차이가 있음

1) 평균±표준편차

다. 영양지식정도가 자녀의 식습관에 미치는 영향

표 23은 주부의 영양지식에 따른 자녀의 식습관에 대한 조사결과이다. 자녀가 하루 세끼를 먹느냐는 질문에, 영양지식이 낮은군에서는 그렇지 않다 0.0%, 어느 정도 그렇다 42.4%, 대체적으로 그렇다 33.3%, 매우 그렇다 24.2%였고, 보통군은 그렇지 않다 8.6%, 어느 정도 그렇다 9.7%, 대체적으로 그렇다 30.1%, 매우 그렇다 51.6%였으며, 높은군은 그렇지 않다 9.0%, 어느 정도 그렇다 10.4%, 대체적으로 그렇다 34.3%, 매우 그렇다 46.3%로 영양지식이 낮은군보다 보통군, 높은군에서 자녀가 하루 세끼 섭취하는 비율이 높았으며 유의하게 차이를 보였다($p<0.001$). 어머니의 영양지식이 높을수록 매식사의 규칙적인 섭취가 중요하다고 인지하고 있는 것으로 보였다.

자녀가 음식은 골고루 섭취한다는 질문에, 영양지식이 낮은군에서는 어느 정도 그렇다 75.8%, 대체적으로 그렇다 24.2%였고, 보통군은 전혀 그렇지 않다 5.4%, 그렇지 않다 32.3%, 어느 정도 그렇다 41.9%, 대체적으로 그렇다 5.4%, 매우 그렇다 15.1%였으며, 높은군은 전혀 그렇지 않다 9.0%, 그렇지 않다 20.9%, 어느 정도 그렇다 26.9%, 대체적으로 그렇다 31.3%, 매우 그렇다 11.9%로 영양지식이 높은군에서 자녀가 음식을 골고루 섭취하는 비율이 높았으며 유의하게 차이를 보여 다양한 식품을 골고루 섭취하는 것의 중요성이 영양지식의 정도에 따라 인지되고 있다고 보였다.

자녀가 배부를 때까지 먹는다는 질문에, 영양지식이 낮은군에서는 그렇지 않다 66.7%, 대체적으로 그렇다 33.3%였고, 보통군은 전혀 그렇지않다 6.5%, 그렇지 않다 31.2%, 어느 정도 그렇다 43.0%, 대체적으로 그렇다 16.1%, 매우 그렇다 3.2%였으며, 높은군은 전혀 그렇지 않다 3.0%, 그렇지 않다 23.9%, 어느 정도 그렇다 37.3%, 대체적으로 그렇다 25.4%, 매우 그렇다 10.4%로 영양지식이 낮은군에서 자녀가 음식을 배부를 때까지 먹는 경향을 보였고 유의하게 차이를 보였다.

자녀의 식사속도는 빠른 편이냐는 질문에, 영양지식이 낮은군에서는 그렇지 않다 42.4%, 어느 정도 그렇다 57.6%였고, 보통군은 전혀 그렇지 않다 16.1%, 그렇지 않다 43.0%, 어느 정도 그렇다 25.8%, 대체적으로 그렇다 11.8%, 매우 그렇다 3.2%였으며, 높은군은 전혀 그렇지 않다 6.0%, 그렇지 않다 47.8%, 어느 정도 그렇다 17.9%, 대체적으로 그렇다 22.4%, 매우 그렇다 6.0%로 유의하게 차이를 보였다.

자녀가 음식투정을 한다는 질문에, 영양지식이 낮은 군에서는 그렇지 않다 47.6%, 어느 정도 그렇다 42.4%였고, 보통군은 전혀 그렇지 않다 9.7%, 그렇지 않다 31.2%, 어느 정도 그렇다 38.7%, 대체적으로 그렇다 9.7%, 매우 그렇다 10.8%였으며, 높은 군은 전혀 그렇지 않다 13.4%, 그렇지 않다 61.2%, 어느 정도 그렇다 13.4%, 대체적으로 그렇다 11.9%로 영양지식이 높은 군에서 보통 군과 낮은 군보다 자녀가 음식투정을 하지 않는다는 비율이 높았으나, 영양지식이 보통인 군이 낮은 군보다 자녀가 음식투정을 한다는 응답이 높게 나타나 어머니의 영양지식이 자녀의 음식투정과 관련되어 보이지는 않았다.

자녀가 짜게 먹는 편이라는 질문에, 영양지식이 낮은군에서는 모두 그렇지 않다고 응답했고, 보통군은 전혀 그렇지 않다 26.9%, 그렇지 않다 51.6%, 어느 정도 그렇다 19.4%, 대체적으로 그렇다 2.2%였으며, 높은군은 전혀 그렇지 않다 14.9%, 그렇지 않다 47.8%, 어느 정도 그렇다 25.4%, 대체적으로 그렇다 3.0%, 매우 그렇다 9.0%로 유의하게 차이를 보였으나 영양지식이 보통인 군과 높은군의 자녀가 짜게 먹는다는 응답이 더 높게 나타나 어머니의 영양지식 정도에 따라 자녀가 짜게 먹는 편인가에 대한 영향은 없어 보였다.

자녀가 편식을 하는가에 대한 질문에, 영양지식이 낮은군에서는 모두 그렇지 않다고 응답했고, 보통군은 전혀 그렇지 않다 9.9%, 그렇지 않다 18.7%, 어느 정도 그렇다 40.7%, 대체적으로 그렇다 12.1%, 매우 그렇다 18.7%였으며, 높은군은 전혀 그렇지 않다 6.0%, 그렇지 않다 34.3%, 어느 정도 그렇다 31.3%, 대체적으로 그렇다 20.9%, 매우 그렇다 7.5%로 유의한 차이를 보였으나 영양지식이 보통인 군과 높은 군보다 낮은 군의 자녀가 편식을 하지 않는다는 응답이 높게 나타나 어머니의 영양지식과의 상관성이 크게 나타나지 않았다.

본 연구결과에 의하면 어머니의 영양지식이 자녀의 식습관 형성에 일부 영향을 주는 것으로 나타났으며, 대체로 영양지식의 정도가 높은군에서 좀 더 바람직한 식습관이 형성된 것으로 보아 어머니의 영양지식 함양을 위한 교육이 필요하다고 생각되고 이를 위해 영양교육을 위한 체제정비와 같은 더 효과적인 방안이 필요하다고 사료된다.

표 23. 주부의 영양지식에 따른 자녀의 식습관

명(%)

구분		영양지식			χ^2
		낮음	보통	높음	
하루 세끼를 먹는다	전혀 그렇지 않다	0(0.0)	0(0.0)	0(0.0)	25.727***
	그렇지 않다	0(0.0)	8(8.6)	6(9.0)	
	어느 정도 그렇다	14(42.4)	9(9.7)	7(10.4)	
	대체적으로 그렇다	11(33.3)	28(30.1)	23(34.3)	
	매우 그렇다	8(24.2)	48(51.6)	31(46.3)	
식사시간은 규칙적이다	전혀 그렇지 않다	0(0.0)	0(0.0)	0(0.0)	11.161
	그렇지 않다	0(0.0)	9(9.7)	4(6.0)	
	어느 정도 그렇다	11(33.3)	13(14.0)	15(22.4)	
	대체적으로 그렇다	14(42.4)	31(33.3)	22(32.8)	
	매우 그렇다	8(24.2)	40(43.0)	26(38.8)	
음식은 골고루 섭취한다	전혀 그렇지 않다	0(0.0)	5(5.4)	6(9.0)	47.643***
	그렇지 않다	0(0.0)	30(32.3)	14(20.9)	
	어느 정도 그렇다	25(75.8)	39(41.9)	18(26.9)	
	대체적으로 그렇다	8(24.2)	5(5.4)	21(31.3)	
	매우 그렇다	0(0.0)	14(15.1)	8(11.9)	
배부를 때까지 먹는다	전혀 그렇지 않다	0(0.0)	6(6.5)	2(3.0)	38.524***
	그렇지 않다	22(66.7)	29(31.2)	16(23.9)	
	어느 정도 그렇다	0(0.0)	40(43.0)	25(37.3)	
	대체적으로 그렇다	11(33.3)	15(16.1)	17(25.4)	
	매우 그렇다	0(0.0)	3(3.2)	7(10.4)	
식사속도는 빠른 편이다	전혀 그렇지 않다	0(0.0)	15(16.1)	4(60.)	31.741***
	그렇지 않다	14(42.4)	40(43.0)	32(47.8)	
	어느 정도 그렇다	19(57.6)	24(25.8)	12(17.9)	
	대체적으로 그렇다	0(0.0)	11(11.8)	15(22.4)	
	매우 그렇다	0(0.0)	3(3.2)	4(6.0)	
음식투정을 한다	전혀 그렇지 않다	0(0.0)	9(9.7)	9(13.4)	37.496***
	그렇지 않다	19(47.6)	29(31.2)	41(61.2)	
	어느 정도 그렇다	14(42.4)	36(38.7)	9(13.4)	
	대체적으로 그렇다	0(0.0)	9(9.7)	8(11.9)	
	매우 그렇다	0(0.0)	10(10.8)	0(0.0)	
짜게 먹는 편이다	전혀 그렇지 않다	0(0.0)	25(26.9)	10(14.9)	42.305***
	그렇지 않다	33(100.0)	48(51.6)	32(47.8)	
	어느 정도 그렇다	0(0.0)	18(19.4)	17(25.4)	
	대체적으로 그렇다	0(0.0)	2(2.2)	2(3.0)	
	매우 그렇다	0(0.0)	0(0.0)	6(9.0)	
편식을 한다	전혀 그렇지 않다	0(0.0)	9(9.9)	4(6.0)	75.433***
	그렇지 않다	33(100.0)	17(18.7)	23(34.3)	
	어느 정도 그렇다	0(0.0)	37(40.7)	21(31.3)	
	대체적으로 그렇다	0(0.0)	11(12.1)	14(20.9)	
	매우 그렇다	0(0.0)	17(18.7)	5(7.5)	

* : P<0.05, *** : P<0.001

라. 영양지식정도에 따른 주부의 식행동

영양지식에 따른 주부의 식행동은 표 24와 같다.

몸에 좋은 음식을 먹으려고 한다는 질문에, 영양지식이 낮은 군은 평균 3.1점, 보통군과 높은군은 각각 3.6점으로 낮은 군과 보통군, 높은 군과의 사이에는 유의하게 차이가 있었으나, 보통군과 높은 군 사이에는 차이가 없었다($p<0.01$).

채식위주의 식사를 선호한다는 질문에, 영양지식이 낮은군은 평균 2.4점, 보통군은 2.9점, 높은군은 3.3점으로 영양지식이 높을수록 채식위주의 식사를 선호하는 것으로 보였다.

문제성이 보도된 식품은 먹지 않는다는 문항에, 영양지식이 낮은군은 평균 3.3점, 보통군은 3.8점, 높은군은 3.6점으로 유의한 차이가 있었다.

본 연구결과에 의하면 몸에 좋은 음식을 먹고, 채식위주의 식사를 선호한다거나 문제성이 보도된 식품은 먹지 않는다는 등의 문항과 같이 식품의 영양적인 지식을 요하는 질문에서 영양지식의 정도는 큰 연관성이 있어 보인다.

가능한 한 유기농 식품을 구입한다, 인스턴트식품을 먹지 않는다, 외식을 가급적하지 않는다, 체중조절을 위해 음식량을 조절한다는 문항에서는 크게 차이를 보이지 않았는데 이는 영양지식의 문제라기보다는 그림 2에서와 같이 식품의 선호도나 식품조리를 위한 시간적 여유를 갖지 못하는 직장주부와 전업주부간의 차이에 더 기인하는 것으로 보인다.

표 24. 영양지식 정도에 따른 주부의 식행동

평균±표준편차

구분	영양지식			F
	낮음	보통	높음	
몸에 좋은 음식을 먹으려고 한다	3.1±0.9[a]	3.6±0.9[b]	3.6±0.7[b]	7.765**
가능한 한 유기농 식품을 구입한다	2.5±0.9	2.7±0.9	2.9±1.0	2.057
인스턴트 식품을 먹지 않는다	3.6±1.2	3.3±0.9	3.3±0.7	1.215
외식을 가급적 하지 않는다	2.9±1.0	3.1±0.9	3.2±1.1	1.525
체중조절을 위해 음식량을 조절한다	2.4±0.5	2.5±1.1	2.7±1.0	1.695
채식위주의 식사를 선호한다	2.4±0.5[a]	2.9±1.0[b]	3.3±0.8[c]	10.024***
문제성이 보도된 식품은 먹지 않는다	3.3±0.5[a]	3.8±0.8[b]	3.6±0.9[ab]	3.940*

* : $p<0.05$, ** : $p<0.01$, *** : $p<0.001$

a,b,c 다른 문자끼리는 Scheffe의 사후 검정에 따라 유의한 차이가 있음

(매우 그렇다 : 5점, 대체적으로 그렇다 : 4점, 어느 정도 그렇다 : 3점, 그렇지 않은 편이다 : 2점, 전혀 그렇지 않다 : 1점)

마. 영양지식정도에 따른 자녀의 식품섭취를 위한 주부의 행동

표 25는 자녀의 다양한 식품섭취를 위해 아이들에게 어떻게 설명하는지에 대한 주부의 영양지식에 따른 조사결과이다. 먹으면 힘이 세지고 튼튼해진다고 설명한다는 응답에 영양지식이 낮은 군은 어느 정도 그렇다가 0.0%, 대체적으로 그렇다가 57.6%, 매우 그렇다는 42.4%였고, 보통군은 어느 정도 그렇다가 16.1%, 대체적으로 그렇다가 34.4%, 매우 그렇다는 49.5%, 높은 군은 어느 정도 그렇다가 31.3%, 대체적으로 그렇다가 53.7%, 매우 그렇다는14.9%로 영양지식정도에 따라 설명하는 태도에 유의하게 차이가 있었다($p<0.001$).

안 먹으면 병난다고 설명한다는 응답에, 영양지식이 낮은 군은 그렇지 않다가 100.0%, 보통군은 전혀 그렇지 않다 2.2%, 그렇지 않다가 15.2%, 어느 정도 그렇다 27.2%, 대체적으로 그렇다가 39.1%, 매우 그렇다는 16.3%, 높은 군은 전혀 그렇지 않다 9.4%, 그렇지 않다 25.0%, 어느 정도 그렇다가 21.9%, 대체적으로 그렇다가 31.3%, 매우 그렇다는 12.5%로 영양지식이 높은 군과 보통군이 낮은 군에 비하여 안 먹으면 병 난다라고 설명하는 비율이 높았으며 유의한 차이를 보였다

칼슘, 비타민 등이 들어 있다고 설명한다는 응답에, 영양지식이 낮은 군은 어느 정도 그렇다가 66.7%, 대체적으로 그렇다가 33.3%였고, 보통군은 전혀 그렇지 않다 4.4%, 그렇지 않다 22.0%, 어느 정도 그렇다가 30.8%, 대체적으로 그렇다가 33.0%, 매우 그렇다는 9.9%, 높은군은 전혀 그렇지 않다 4.6%, 그렇지 않다 13.8%, 어느 정도 그렇다가 52.3%, 대체적으로 그렇다가 23.1%, 매우 그렇다는 6.2%로 유의한 차이를 보였다

어떤 음식을 먹으면 다른 좋아하는 음식이나 보상을 주겠다고 회유한다는 응답에, 영양지식이 낮은 군은 전혀 그렇지 않다 66.7%, 그렇지 않다가 33.3.%였고, 보통군은 전혀 그렇지 않다 38.7%, 그렇지 않다가 40.9%, 어느정도 그렇다 16.1%, 대체적으로 그렇다가 4.3%, 높은군은 전혀 그렇지 않다 34.8%, 그렇지 않다 36.4%, 어느 정도 그렇다가 12.1%, 대체적으로 그렇다가 13.6%, 매우 그렇다는 3.0%로 유의한 차이를 보였다

안 먹으면 TV나 놀이등을 못하게 한다는 응답에, 영양지식이 낮은 군은 전혀 그렇지 않다 24.2%, 그렇지 않다가 42.4.%, 어느 정도 그렇다 33.3%였고, 보통군은 전혀 그렇

지 않다 22.6%, 그렇지 않다가 38.7%, 어느 정도 그렇다 30.1%, 대체적으로 그렇다가 8.6%, 높은 군은 전혀 그렇지 않다 43.9%, 그렇지 않다 19.7%, 어느 정도 그렇다가 24.2%, 대체적으로 그렇다가 4.5%, 매우 그렇다는 7.6%로 영양지식이 높은 군이 낮은 군과 보통군에 비하여 안 먹으면 TV나 놀이 등을 못하게 한다는 응답이 높은 것으로 나타났고 유의하게 차이가 있었다.

안 먹으면 화 낸다 등의 위협 또는 강요를 한다는 응답에, 영양지식이 낮은 군은 그렇지 않다가 100.0%, 보통군은 전혀 그렇지 않다 24.7%, 그렇지 않다가 28.0%, 어느 정도 그렇다 40.9%, 대체적으로 그렇다가 5.4%, 매우 그렇다는 1.1%, 높은 군은 전혀 그렇지 않다 36.5%, 그렇지 않다 25.4%, 어느 정도 그렇다가 22.2%, 대체적으로 그렇다가 7.9%, 매우 그렇다는 7.9%로 영양지식이 높은 군과 보통군이 낮은 군에 비하여 어느 정도 그러한 반응을 보이며 유의하게 차이가 있었다.

안 먹으면 너랑 안 논다, 미워한다고 말한다는 응답에, 영양지식이 낮은 군은 전혀 그렇지 않다가 100.0%, 보통군은 전혀 그렇지 않다 48.4%, 그렇지 않다가 38.7%, 어느 정도 그렇다 11.8%, 대체적으로 그렇다가 1.1%, 높은군은 전혀 그렇지 않다 50.8%, 그렇지 않다 34.9%, 어느 정도 그렇다가 7.9%, 매우 그렇다는 6.3%로 영양지식의 정도에 따라 유의하게 차이가 있었다

식사 때마다 식탁에 내놓는다는 응답에, 영양지식이 낮은 군은 그렇지 않다가 75.8.%, 매우 그렇다 24.2%, 보통군은 전혀 그렇지 않다 13.6%, 그렇지 않다가 37.0%, 어느 정도 그렇다 25.9%, 대체적으로 그렇다가 12.3%, 매우 그렇다는 11.1%, 높은 군은 전혀 그렇지 않다 25.4%, 그렇지 않다 27.0%, 어느 정도 그렇다가 33.3%, 대체적으로 그렇다가 11.1%, 매우 그렇다는 3.2%로 영양지식정도에 따라 유의한 차이가 있었다.

칭찬하여 먹도록 한다는 응답에, 영양지식이 낮은 군은 그렇지 않다가 33.3.%, 어느 정도 그렇다 66.7%, 보통군은 그렇지 않다 5.3%, 어느 정도 그렇다 52.1%, 대체적으로 그렇다가 38.3%, 매우 그렇다는 4.3%, 높은 군은 전혀 그렇지 않다 3.0%, 그렇지 않다 17.9%, 어느 정도 그렇다가 40.3%, 대체적으로 그렇다가 26.9%, 매우 그렇다는11.9%로 유의한 차이가 있었다.

본 연구에 의하면 영양지식의 정도에 따라 자녀에게 다양한 식품섭취를 위해 어떠한

설명을 하는지의 여부는 유의한 차이를 보였으나, 어머니가 자녀의 식품섭취를 위해 전하는 긍정적 메시지와 부정적 메시지는 어머니의 영양지식의 정도에 따른 상관관계은 없어 보였고, 어머니의 영양지식이 높다고 하여 자녀의 식품섭취를 위한 바람직한 메시지를 전하는 것으로 보이지는 않았다.

오히려 영양지식이 낮은 군의 어머니가 좀 더 바람직한 메시지를 전하는 경우가 더 많은 것으로 나타났으며, 이는 영양지식보다는 어머니의 자녀에 대한 양육특성이 자녀의 식품섭취를 위한 메시지전달에 관한 내용에 영향을 미치고 있음을 나타낸다고 생각된다.

표 25. 영양지식에 따른 자녀의 식품섭취에 대한 주부의 행동

명(%)

구분		영양지식			χ^2
		낮음	보통	높음	
먹으면 힘이 세지고 튼튼해 진다	전혀 그렇지 않다	0(0.0)	0(0.0)	0(0.0)	30.086***
	그렇지 않다	0(0.0)	0(0.0)	0(0.0)	
	어느 정도 그렇다	0(0.0)	15(16.1)	21(31.3)	
	대체적으로 그렇다	19(57.6)	32(34.4)	36(53.7)	
	매우 그렇다	14(42.4)	46(49.5)	10(14.9)	
안 먹으면 병난다	전혀 그렇지 않다	0(0.0)	2(2.2)	6(9.4)	87.423***
	그렇지 않다	33(100.0)	14(15.2)	16(25.0)	
	어느 정도 그렇다	0(0.0)	25(27.2)	14(21.9)	
	대체적으로 그렇다	0(0.0)	36(39.1)	20(31.3)	
	매우 그렇다	0(0.0)	15(16.3)	8(12.5)	
칼슘, 비타민 등이 들어 있다	전혀 그렇지 않다	0(0.0)	4(4.4)	3(4.6)	22.611**
	그렇지 않다	0(0.0)	20(22.0)	9(13.8)	
	어느 정도 그렇다	22(66.7)	28(30.8)	34(52.3)	
	대체적으로 그렇다	11(33.3)	30(33.0)	15(23.1)	
	매우 그렇다	0(0.0)	9(9.9)	4(6.2)	
어떤 음식을 먹으면 다른 좋아하는 음식이나 보상을 주겠다고 회유한다	전혀 그렇지 않다	22(66.7)	36(38.7)	23(34.8)	23.008**
	그렇지 않다	11(33.3)	38(40.9)	24(36.4)	
	어느 정도 그렇다	0(0.0)	15(16.1)	8(12.1)	
	대체적으로 그렇다	0(0.0)	4(4.3)	9(13.6)	
	매우 그렇다	0(0.0)	0(0.0)	2(3.0)	
안 먹으면 TV나 놀이 등을 못하게 한다	전혀 그렇지 않다	8(24.2)	21(22.6)	29(43.9)	25.381***
	그렇지 않다	14(42.4)	36(38.7)	13(19.7)	
	어느 정도 그렇다	11(33.3)	28(30.1)	16(24.2)	
	대체적으로 그렇다	0(0.0)	8(8.6)	3(4.5)	
	매우 그렇다	0(0.0)	0(0.0)	5(7.6)	
안 먹으면 화낸다 등의 위협 또는 강요를 한다	전혀 그렇지 않다	0(0.0)	23(24.7)	23(36.5)	73.750***
	그렇지 않다	33(100.0)	26(28.0)	16(25.4)	
	어느 정도 그렇다	0(0.0)	38(40.9)	14(22.2)	
	대체적으로 그렇다	0(0.0)	5(5.4)	5(7.9)	
	매우 그렇다	0(0.0)	1(1.1)	5(7.9)	
안 먹으면 너랑 안 논다, 미워한다고 한다	전혀 그렇지 않다	33(100.0)	45(48.4)	32(50.8)	37.573***
	그렇지 않다	0(0.0)	36(38.7)	22(34.9)	
	어느 정도 그렇다	0(0.0)	11(11.8)	5(7.9)	
	대체적으로 그렇다	0(0.0)	1(1.1)	0(0.0)	
	매우 그렇다	0(0.0)	0(0.0)	4(6.3)	
식사 때마다 식탁에 내 놓는다	전혀 그렇지 않다	0(0.0)	11(13.6)	16(25.4)	45.953***
	그렇지 않다	25(75.8)	30(37.0)	17(27.0)	
	어느 정도 그렇다	0(0.0)	21(25.9)	21(33.3)	
	대체적으로 그렇다	0(0.0)	10(12.3)	7(11.1)	
	매우 그렇다	8(24.2)	9(11.1)	2(3.2)	
칭찬하여 먹도록 한다	전혀 그렇지 않다	0(0.0)	0(0.0)	2(3.0)	40.166***
	그렇지 않다	11(33.3)	5(5.3)	12(17.9)	
	어느 정도 그렇다	22(66.7)	49(52.1)	27(40.3)	
	대체적으로 그렇다	0(0.0)	36(38.3)	18(26.9)	
	매우 그렇다	0(0.0)	4(4.3)	8(11.9)	

** : P<0.01, *** : P<0.001

제 4 장 요약 및 결론

사람의 식습관과 식품 기호도는 비교적 어린시기에 형성되며 부모의 양육행동과 영양지식은 유아에게 많은 영향을 미치게 된다. 특히 어머니의 식품섭취에 대한 태도와 생각들 그리고 영양지식은 유아의 식품섭취에 많은 영향을 줄 수 있으며 어머니의 직장유무 또한 유아의 식습관 형성에 많은 영향을 미치고 있음을 본 연구에서 확인할 수 있었다.

1. 유아의 식품기호도는 여러 원인들에 의해 형성될 수 있지만 특히 어머니의 식품기호도에 따라 유아의 그 식품을 경험할 가능성이 좌우될 수 있으며 본 연구에서도 유아의 식품섭취는 어머니의 기호도나 의도에 의해 제공되거나 제한될 수 있다고 보인다.
특히 아이들이 식품을 좋아하거나 싫어하는 것은 어머니에 의한 것이며 어머니의 식품기호도는 자녀에게 지속적으로 강한 영향력을 줄 수 있는 것으로 보인다.
어머니가 만약 자신의 기호에 맞춰 식사를 준비하거나 남편의 식품기호도에 맞춰 식사를 제공할 경우 부모의 식품기호도는 자녀에게 그대로 답습될 수 있으므로 유아기부터 다양한 섭식의 중요성을 강조하는 영양교육이 시행된다면 개선의 가능성이 높아질 것으로 생각된다.

2. 유아기에 건강한 식습관 형성은 성장발달을 최적화하고 성인기에 유발될 수 있는 영양관련 질환의 예방을 위해서도 매우 중요하다.
여러 연구에서 유아 식습관의 가장 큰 문제는 편식으로 지적되고 있으며, 본 연구에서는 유아의 편식이나 잘못된 식습관은 어머니의 직장유무와 관련이 있게 나타났고 영양지식의 정도와는 크게 관련이 없게 나타났다.
그와 관련하여 직장주부의 자녀를 위한 영양교육이나 식사제공의 장을 마련하는 등 제도적 장치를 고안하는 방안이 필요하다고 생각된다.

3. 어머니의 식행동을 직장유무와 관련하여 살펴볼 때, 직장이 있는 주부는 인스턴트식품의 이용이 높고 외식의 빈도가 전업주부에 비하여 잦아 편의성을 추구하는 것으로 나타났으며, 자녀의 식습관은 전업주부의 자녀보다 직장주부의 자녀의 편식비율이 높

은 것으로 볼 때 어머니가 편의성을 많이 고려하는 것이 편식과도 관련이 있어 보인다.

4. 본 연구에서 유아에게 올바른 식품섭취를 유도하기 위해 어머니가 아이에게 전하는 메시지는 부정적인 메시지보다는 긍정적인 메시지를 사용하는 비율이 높았고, Carine(45)에 의하면 어머니의 적극적인 강화로서 아동들의 건강한 식습관을 격려할 수도 있으며, 사회적 배경의 차이에 따른 아동의 식품섭취의 차이를 감소시킬 수 있다고 하였다. 아동의 식품섭취를 바람직하게 지도해 나가려면 섭취의 절제와 섭취의 강조가 적절히 조화되어야 한다. 또 어머니의 직장유무에 따라서도 차이가 있었는데, 전업주부에 비하여 직장인 주부가 자녀에게 회유나 강요, 보상 등의 메시지를 더 많이 사용하는 것으로 나타났다. 이는 자녀와 식사를 갖는 횟수가 적기 때문에 그에 따라 좀 더 강한 메시지를 전달하는 것으로 보이며 유아의 적절한 식품섭취를 위한 강화방법으로 긍정적인 측면의 정적강화뿐만 아니라 강요나 부정적 용어로의 부적강화의 적절한 적용도 유아의 영양교육에서 필요한 것으로 보인다.

영양지식에 따른 자녀의 식품섭취에 대한 주부의 행동에서의 메시지 전달방법은 영양지식의 정도에 따른 차이는 있었으나 영양지식의 정도와 메시지 전달정도의 비례적 관계는 나타내지 않아 영양지식의 정도가 메시지 전달에 많은 영향을 미치는 것으로 보이지는 않았다.

이상의 결과를 요약하면 유아의 식품섭취에 미치는 영향은 어머니의 영향이 컸으며 또한 어머니의 직장유무도 관련이 있다고 보였다. 자녀의 식습관 개선을 위한 어머니의 메시지는 긍정적인 메시지와 부정적인 메시지를 함께 사용하고 있었으나 부정적인 메시지 사용이 조금 더 많았다. 또한 어머니의 식품 기호도에 따라 유아의 식품섭취가 제한될 수 있으므로 어머니의 식사 준비시의 태도는 매우 중요하다고 생각되며 이에 따라 어머니의 식습관, 영양지식 함양을 위한 어머니에 대한 영양교육은 매우 중요하다고 사료된다.

참 고 문 헌

1. Moon SJ and 小石秀夫. Nutritional Ecology, shingwang press,1989.
2. B.C. Schorr and D. Sanjur. Teen-age food habits. J.Am. Det. Assoc,61,451,1972.
3. 남상면, 어머니의 양육 행동특성과 초등학생의 식습관에 관한 연구. 한국식생활문화학회지 18(6): 515-524
4. Kim JH, Lee MJ, Yang IS and Moon SJ. Analysis of affecting korean eating behavior. Korean J Dietary Culture,7(1):1-8,1992.
5. 김진희. 기숙사 거주 대학생의 식행동에 관한 조사. 울산대학교 대학원, 석사학위논문. 2004.
6. Murcott, A. The cultural significance of food and eating, prc. Nutr. Soc, 41:203,1982.
7. 신은경· 이연경. 보육시설 유아들의 식행동과 식품기호도 조사를 통한 식단개발 및 평가. 한국식생활문화학회지 20(1): 2-12,2005
8. Lee JM. 2003. A Survey on eating behaviors of preschool children for development snack. Korean J Food Culture 18(2):151-159.
9. Lim HJ. 1999. A study on the food habit and the evaluation of nutrient intake of preschool children in Pusan. J Korean So Food Sci 28(6):1369-1379.
10. Yperman, A.M.,J.A. Vermeersch. Factors associated with children's food habits. J Nutr.Educ.,11(2):72-76,1979.
11. 김석조. 6학년 아동의 식습관과 성격특성 및 학업성적과의 관계. 경남대학교 교육대학원, 석사학위논문. 2000.
12. 정영혜. 어머니의 식습관, 식품이데올로기 및 체형인식이 유아의 영양 상태에 미치는 영향. 계명대학교 대학원 , 박사학위논문. 2005.
13. Nicklas TA, Baranowski T, Baranowski JC, Cullen K, Rittenberry L, Olivia N. 2001. Family and child-care provider influences on preschool children's fruit, juice and vegetable consumption. Nutr Rev 59(7):224-235.

14. Matheson D, Spranger K, Saxe A. 2002. Preschool children's perception of food and their food experiences. J Nutr Educ Behav 34(2):85-92.
15. Yi HJ, Chyun JH. 1989. A study on the relationship between food habits, food references and personality traits of children. J Korean Home Economics Asso 27(2):85-95.
16. Sanjur D. 1982. Social & cultural perspectives in nutrition. Prenticehall. New York. p 21-52.
17. Grevetti L. 2001. Psycology and cultural aspects of energy. Nutr Rev 59(1 pt 2): s5-12.
18. Wrighr DE, Radcliffe JD. 1992. Parent's perceptions of food behavior development of children attending day cave facilities. Society for Nutr Educ 24(4):198-201.
19. Park SY, Jun CA, Han SY. Mother's parenting as related to child's temperament, mother's temperament, and mother's parenting stress. J Korean Home Economics Association, 34(4):203-215,1996.
20. Son NJ and Choi BG. Influences of children's perceived maternal acceptance-rejection and self-evaluation on learned helplessness. J Korean Home Economics Association,34(3):245-257,1996.
21. Lee KY and Choi JH. The relationship Mother's child rearing attitude and child self-control. The Journal of Child Education,10(2):185-196,2001.
22. Auld G, Boushey CJ, Bock MA, Bruhn C, Gabel K, Gustafson D, Holmes B, Misner S, Novotny R, Peck L, et al. 2002. Perspectives on intake of calcium rich foods among Asia, Hispanic and white preadolescent and adolescent females. J Nutr Educ Bhav 34(5): 242-251.
23. Contento IR. Basch C. Zybert P. 2002. Body image, weight, and food choices of Latina women and their young children. J Nutr Educ Bhav 35(5): 236-248.

24. Emmons L. Nutrition knowledge of mothers and children. J Nutri ED, 5(2):134-139,1973.
25. Mo SM. Nutrition throughout the life cycle, hyoil press.1995.
26. Jung SJ and Kim HY. Nutrition Knowledge and Food Habits of Housewives. J Korean Home Economics Association, 23(4):101-108,1985.
27. Eppright ES, et al. Nutrition knowledge and attitudes of mothers. J Home Ecs,62(5):327-331,1970.
28. Mo SM and Woo MK. Dietary behaviors of children in day care center regarding the family and dietary environments. J Korean Home Economics Association,22(2):51-62,1984.
29. Lee KS and Lee HG. A study on the nutrition knowledge, dietary behavior and food preference of the employed women in Korea. Korean J Soc. Food. Sci.16(4):301-310,2000.
30. Kim KA and Shim YH. Cognitive performance and hyperactivity in terms of eating behavior and physical growth among preschoolers-1. a survey on eating behavior of preschoolers. Korean J Dietary Culture, 10(4):255-267,1995.
31. Kim KA and Shim YH. Cognitive performance and hyperactivity in terms of eating behavior and physical growth among preschoolers-2. The relationships of several factors(nutritional and social factors, cognition and hyperactivity) on preschoolers. Korean J Dietary Culture,10(4):269-278,1995.
32. Kim JH, Lee MJ, Yang IS and Moon SJ. Analysis of factors affecting Korean eating behavior. Korean J Diet Culture,7(1):1-8,1992.
33. Kim KN. A study on relationship between food habits and personality. Korean J Nutr. 15(3):194-201,1982.
34. Lim HS. The relationship between food habits and the health responses to the total health index. Korean J. Nutr. 14(1):9-15,1981.
35. Moon SJ, Lee MH. An rffect of children's food attitudes on nutritional

status and personality. Korean J. Nutr. 20(4):259-271,1987.
36. 대한비만학회, 대한임상건강증진학회. 창립기념 심포지움. 2000
37. 이정원, 이미숙, 김정희, 손숙미, 이보숙. 개정판 영양판정. 교문사. 서울. 2007
38. Kim YK, Moon HK Jung HJ, Park SY, 1998. Indicators of nutritional status on the basis of preschool children's anthropometry, Korean J Nutrition 3(8): 1283-1294.
39. 신은숙. 서울지역중학생의 식행동, 식태도 및 영양지식에 대하 관련변인 연구. 숙명여대 교육대학원 석사학위논문, 1998.
40. 김은경. 서울과 강릉지역 국민학생의 영양지식에 관한 연구. 한국영양학회지, 28(9):880-892,1995.
41. 이은주. 급식학교와 비급식학교 아동의 영양지식과 식습관에 관한 연구, 효성여대 대학원 석사학위논문, 1994.
42. 김경미. 이심열. 인천지역의 초등학생의 영양지식 및 식생활행동에 관한 연구. 대한영양사회 학술지, 6(2): 97-107.2002.
43. 김경자. 부산지역 초등학생의 영양지식, 식태도 및 식행동에 관한 연구. 생활과학연구지, 10(1):247-270, 2002.
44. Thompson VJ, Baranowski T, Cullen KW, Ritterry L, Baranowski J, Taylor W, Nicklas T. 2003. Influences on diet and physical activity among middle-class African American 8-to 10-year-old girls at risk of becoming obese. J Nutr Educ Behav 35(3): 115-125.
45. Carine AV, Keukelier E, Maes L. 2004. Influence of mother's educational level on food parenting practices and food habits of young children. Appetite 43(1): 93-103.

유아의 식습관과 어머니와의 관계에 관한 설문조사지

Ⅰ. 신체계측
1. 자녀 성별 ① 남 ② 여 신장 cm 체중 kg

2-1. 자녀 나이 : 만 세
2-2. 어머니의 나이 : 만 세

3. 어머니의 현재 신장과 체중은 얼마입니까? 신장 cm 체중 kg

Ⅱ. 다음 중 해당하는 항목에 v표 해주십시오
1. 어머니의 최종학력
①무학 ②국졸 ③중졸 ④고졸 ⑤전문대졸 ⑥대졸이상

2. 아버지의 최종학력
①무학 ②국졸 ③중졸 ④고졸 ⑤전문대졸 ⑥대졸이상

3. 가족의 월 평균수입은 어느 정도입니까?
①150만원미만 ②150-200만원 미만 ③200-250만원 미만
④250-300만원 미만 ⑤300-350만원 미만 ⑥350-400만원 미만 ⑦400만원이상

4. 가족구성
①부모와 자녀만 살고 있다 ②부모, 자녀 외에 조부모와 살고 있다
③부모 둘 중 한명과 자녀가 살고 있다

5. 해당 자녀는 형제 중 몇째인가요?
①맏이 ②중간 ③막내 ④독자

6-1. 어머니는 전업 주부입니까? ①예 ②아니오
6-2. (직장에 다니시는 경우) 가족의 식사에 소홀함이 있다고 생각하십니까?
①예 ②아니오
6-2. (전업주부인 경우) 실제 가족의 식사섭취에 있어서 직장인 주부보다 바람직한 식사를 가족에게 제공한다고 생각하십니까?
①예 ②아니오
7. 식사를 준비할 때 누구의 기호도를 가장 많이 고려합니까?
①나 ②남편 ③자녀 ④그 외 가족(시부모...)

8. 어머니 자신이 싫어하는 음식은 어느정도 식단에 포함시키고 있습니까?
①많이 포함시킨다 ②조금 포함시킨다 ③별로 포함시키지 않는다
④전혀 하지 않는다

9. 자녀의 현재 식품기호도 형성에 대한 어머니의 인식에 대한 내용입니다. 해당하는 곳에 ○표 해주십시오

	매우 그렇다	대체적으로 그렇다	어느 정도 그렇다	그렇지 않은 편이다	전혀 그렇지 않다
임신 중 나의 식품섭취가 아이의 현재 식품 기호도에 영향을 미쳤다	5	4	3	2	1
이유 초기의 식품섭취가 영향을 미쳤다	5	4	3	2	1
남편의 식품기호도가 영향을 미쳤다	5	4	3	2	1
나의 식품기호도가 영향을 미쳤다	5	4	3	2	1

10. 아이는 어떤 음식을 가장 좋아합니까? ( )
11. 아이는 어떤 음식을 가장 싫어합니까? ( )

12. 어머니와 자녀의 식습관에 관련된 문항입니다. 해당되는 내용을 ○표해 주십시오

매우 그렇다	대체적으로 그렇다	어느 정도 그렇다	그렇지 않은 편이다	전혀 그렇지 않다	어머니 ← 식습관 → 자녀	매우 그렇다	대체적으로 그렇다	어느 정도 그렇다	그렇지 않은 편이다	전혀 그렇지 않다
5	4	3	2	1	하루 세끼를 먹는다	5	4	3	2	1
5	4	3	2	1	식사시간은 규칙적이다	5	4	3	2	1
5	4	3	2	1	음식은 골고루 섭취한다	5	4	3	2	1
5	4	3	2	1	배부를 때까지 먹는다	5	4	3	2	1
5	4	3	2	1	식사속도는 빠른 편이다	5	4	3	2	1
5	4	3	2	1	음식투정을 한다	5	4	3	2	1
5	4	3	2	1	짜게 먹는 편이다	5	4	3	2	1
5	4	3	2	1	편식을 한다	5	4	3	2	1

13. 자녀가 현재 편식을 하고 있습니까? (예, 아니오)

14. 자녀가 현재 편식을 한다면 어떤 식품을 먹지 않으려고 합니까? 해당되는 식품에 ○표 해주세요

시금치, 양파, 당근, 파, 김치, 호박, 가지, 돼지고기, 닭고기, 소고기, 생선, 콩, 두부, 우유, 치즈, 청국장, 된장, 달걀 그 외( )

15. 다음을 읽고 본인과 관련된 행동에 해당되는 칸에 ○표 해주세요

	매우 그렇다	대체적으로 그렇다	어느 정도 그렇다	그렇지 않은 편이다	전혀 그렇지 않다
몸에 좋은 음식을 먹으려고 한다	5	4	3	2	1
가능한 한 유기농 식품을 구입한다	5	4	3	2	1
인스턴트 식품을 먹지 않는다	5	4	3	2	1
외식을 가급적 하지 않는다	5	4	3	2	1
체중조절을 위해 음식량을 조절한다	5	4	3	2	1
채식위주의 식사를 선호한다	5	4	3	2	1
문제성이 보도된 식품은 먹지 않는다	5	4	3	2	1

16. 어머니는 간식을 제공할 때 주로 어떤 음식을 제공합니까? ( )

17. 자녀의 다양한 식품섭취를 위해 아이에게 주로 어떤 이야기나 행동을 하시는지 해당하는 곳에 ○표 해주세요

	매우 그렇다	대체적으로 그렇다	어느 정도 그렇다	그렇지 않은 편이다	전혀 그렇지 않다
먹으면 힘이 세지고 튼튼해진다	5	4	3	2	1
안 먹으면 병난다	5	4	3	2	1
칼슘, 비타민 등이 들어있다	5	4	3	2	1
어떤 음식을 먹으면 다른 좋아하는 음식이나 보상을 주겠다고 회유	5	4	3	2	1
안 먹으면 TV나 놀이 등을 못하게 한다	5	4	3	2	1
안 먹으면 화낸다 등의 위협 또는 강요	5	4	3	2	1
안 먹으면 너랑 안 논다, 미워	5	4	3	2	1
식사 때마다 식탁에 내 놓는다	5	4	3	2	1
칭찬하여 먹도록 한다	5	4	3	2	1

18. 어머니의 영양지식에 관한 문항입니다

문항	그렇다	잘모른다	아니다
당질과 지방은 우리가 활동하는데 필요한 힘과 열을 내는 영양소이다			
비타민의 섭취를 위해서는 신선한 과일과 채소를 먹는 것이 좋다			
우리 몸의 뼈와 치아를 구성하는 영양소는 칼슘이다			
철분이 부족하면 빈혈에 걸리기 쉽다			
성장기에 충분히 먹지 못하여 잘 자라지 못했을 때, 나중에 부족한 것은 보충해주면 된다			
고기, 생선, 달걀, 콩은 단백질이 많이 들어있는 식품이다			
하루에 한끼씩 굶으면 살이 빠진다			
먹은 만큼 운동하지 않으면 지방이 우리몸 안에 쌓여 체중이 증가하게 된다			
적절한 식사대신에 양양보충제(비타민c 등)는 건강을 유지하기에 충분하다			
콜라, 사이다는 열량이 없다			
식물성 지방보다 동물성 지방이 우리 몸에 좋다			
짠 음식의 섭취를 줄이는 것이 중요하다			
물을 많이 마시면 살이 찐다			
사람에게 필요한 영양소의 양은 남녀노소가 같다			
맛있는 음식이 우리 몸에도 좋다			

감사의 글

학위 논문을 완성하기까지 많은 어려움이 있었지만 많은 분들의 관심과 격려로 마무리를 짓게 되었습니다. 이 자리를 빌어 그분들께 감사의 마음을 전하고자 합니다. 먼저 항상 부족한 저에게 용기를 주시고 논문이 완성되기까지 끊임없이 지도해 주셨던 지도교수님이신 이명렬 교수님께 깊은 감사를 드립니다. 또한 논문을 지도해주시면서 따끔한 충고도 아끼지 않으셨던 장해춘 교수님, 교수님의 말씀을 귀담아 더 발전된 모습의 저를 계획할 수 있었던 것 같습니다. 깊이 감사드립니다. 또한 항상 따뜻한 마음과 부드러운 목소리로 격려해 주신 김복희 교수님께 깊은 감사를 드립니다. 앞으로 교단에 서게 된다면 그 모습을 본받고 싶습니다. 그리고 대학시절부터 늘 격려해주시고 여러 가지로 지도해 주신 노희경 교수님, 김경수 교수님께 감사의 말씀을 드립니다. 아직 배워야 할 것이 많은데 이렇게 졸업할 시간이 다가온 것이 아쉽기만 합니다.

긴 시간을 공부한다고 많이 신경 못썼는데도 항상 잘 견뎌주고 따뜻하게 지켜봐 준 사랑하는 남편, 너무 고마워요.. 힘들다고 투정도 많이 부리고 속상하게 한 일도 많았는데 오히려 힘내라면서 감싸준 것만큼 이제 내가 더 잘 할께요.. 또 엄마가 공부한다고 많이 못 챙겨준 사랑하는 가람이와 지원이에게 너무 고맙다. 앞으로 더 많이 사랑하고 보살펴 줄게..

또한 힘들다고 투정부릴때 옆에서 위로해주고 도와준 가족들에게 깊이 감사드립니다. 직장 다니면서 대학원 진학한다고 할 때 물심양면으로 지원해 주신 아버님, 어머님께 감사의 마음을 전합니다. 여러 가지로 많은 것을 지도해 줬던 큰형부와 작은형부에게 감사하며, 대학원 다닐 때 가람이를 잘 보살펴준 언니들에게 고맙다고 전하고 싶습니다. 특히 사랑하는 동생 순영아, 너무 고마워. 네가 있어서 무사히 마칠 수 있었던 것 같다. 많이 사랑한다. 이렇게 곁에서 응원해 준 가족이 없었다면 이 시간이 너무나 힘든 나날이었을 것입니다. 깊이 감사하고 사랑해요.

저작물 이용 허락서

학 과	영양교육	학 번	20058138	과 정	석사
성명	한글: 이수영 한문: 李秀榮 영문: Lee Soo Young				
주소	광주광역시 북구 매곡동 서광인텔파크 104-1804				
연락처	E-MAIL:swim-lee@hanmail.net				
논문제목	한글 : 어머니의 양육 행동특성 및 영양지식이 유아의 식생활에 미치는 영향 -광주지역을 중심으로- 영문 : Effect of the Mother's Behavior Characteristics and Nutritional Knowledge in Bringing up for Dietary Life of Infant. - Centered on the Gwangju Area -				

본인이 저작한 위의 저작물에 대하여 다음과 같은 조건 아래 조선대학교가 저작물을 이용할 수 있도록 허락하고 동의합니다.

- 다 음 -

1. 저작물의 DB구축 및 인터넷을 포함한 정보통신망에의 공개를 위한 저작물의 복제, 기억 장치에의 저장, 전송 등을 허락함.
2. 위의 목적을 위하여 필요한 범위 내에서의 편집・형식상의 변경을 허락함. 다만, 저작물의 내용변경은 금지함.
3. 배포・전송된 저작물의 영리적 목적을 위한 복제, 저장, 전송 등은 금지함.
4. 저작물에 대한 이용기간은 5년으로 하고, 기간종료 3개월 이내에 별도의 의사표시가 없을 경우에는 저작물의 이용기간을 계속 연장함.
5. 해당 저작물의 저작권을 타인에게 양도하거나 또는 출판을 허락을 하였을 경우에는 1개월 이내에 대학에 이를 통보함.
6. 조선대학교는 저작물의 이용허락 이후 해당 저작물로 인하여 발생하는 타인에 의한 권리 침해에 대하여 일체의 법적 책임을 지지 않음.
7. 소속대학의 협정기관에 저작물의 제공 및 인터넷 등 정보통신망을 이용한 저작물의 전송・출력을 허락함.

2008년 2월 일

저작자: 이수영 (서명 또는 인)

조선대학교 총장 귀하