

아동 및 청소년의 신체상과 자기효능감이 또래관계에 미치는 영향: 신체질량지수(BMI) 집단별 차이를 중심으로

김선진·정효운[†]
명우임상심리연구소

본 연구의 목적은 아동 및 청소년의 신체질량지수(BMI) 집단별로 신체상과 자기효능감이 또래관계에 미치는 영향을 살펴보는 것이다. 본 연구를 위해 경기, 부산지역 초등학교와 고등학교 총 1,300명을 대상으로 신체상 척도, 자기효능감 척도, 또래관계 척도를 실시하였다. 수집된 자료는 SPSS Win 21.0 프로그램을 이용해 빈도분석, 평균, 표준편차, Pearson의 상관관계 분석, 단계적 중다회귀분석을 진행하였다. 주요 결과를 살펴보면 다음과 같다. 첫째, 아동 저체중 집단의 경우 사회적 지지, 친밀, 우위에 사회적 자기효능감만이 영향을 미치는 것으로 나타났다. 청소년 저체중 집단의 경우 사회적 지지, 친밀, 우위에 사회적 자기효능감이 영향을 미쳤으며 대립에는 신체상이 영향을 미치는 것으로 나타났다. 둘째, 아동 정상체중 집단의 경우 사회적 지지에 일반적 자기효능감, 신체상, 사회적 자기효능감 순으로, 우위에 사회적 자기효능감과 일반적 자기효능감 순으로 영향을 미치는 것으로 나타났다. 또한 처벌/주도권, 대립에는 일반적 자기효능감이, 친밀에는 사회적 자기효능감이 영향을 미치는 것으로 나타났다. 청소년 정상체중 집단의 경우 사회적 지지에 사회적 자기효능감, 일반적 자기효능감 순으로, 처벌/주도권, 친밀, 우위에는 사회적 자기효능감이 영향을 미치는 것으로 나타났다. 셋째, 아동 과체중 이상 집단의 경우 사회적 지지에 사회적 자기효능감과 일반적 자기효능감 순으로 영향을 미치는 것으로 나타났고, 대립에는 일반적 자기효능감, 친밀과 우위에는 사회적 자기효능감이 영향을 미치는 것으로 나타났다. 청소년 과체중 이상 집단의 경우 사회적 지지에는 일반적 자기효능감과 신체상 순으로, 친밀에는 일반적 자기효능감과 신체상 순으로, 우위에는 일반적 자기효능감과 신체상 순으로 영향을 미치는 것으로 나타났다.

주요어: 신체질량지수(BMI), 신체상, 자기효능감, 또래관계

Ⅰ 서론

또래관계란 나이 및 성숙 수준이 비슷한 대상의 사회적 관계망으로 함께 상호작용하며 다양한 정서 및 정보를 공유하게 되는 집단을 말한다(김성근 외, 2011). 아동 및 청소년은 연령이 증가함에 따라 가족 중심의 관계에서 또래 중심의 관계를 형성하며 심리 사회적으로 발달해간다. 선행연구에 따르면 아동 및 청소년의 긍정적 또래관계는 건강한 정체감 형성과 성격 발달에 중요한 매개 역할을 할 뿐만 아니라 삶의 만족감과 사회 적응 기술 향상, 학업성취도와 학교 적응력 향상에 긍정적 영향을 미치는 것으로 알려져 있다(강문희 외, 2004; 김윤경, 이옥경, 2001; 박미래, 양은주, 2017; 손연아 외, 2014; 심희옥, 2000; 정규석, 2004; 허미정 외, 2016). 그러나 낮은 또래관계 만족도나 또래 괴롭힘 피해 경험은 아동과 청소년의 외로움 및 불안, 위축 등 부적응적 정서를 초래하며 비행, 약물남용, 게임 및 스마트폰 중독 등과 같은 다양한 부적응 행동으로 이어지는 것으로 알려져 있다(김경은, 2013; 김정민, 이정희, 2008; 송지영, 박성연, 2010; 양점도, 박영국, 2009; 장은정, 2018; 최귀숙, 임성옥, 2017). 즉 아동과 청소년은 또래관계 속에서 성장에 꼭 필요한 중요한 요소들을 학습하고 있으며, 또래관계가 여러 가지 심리 사회적 위험요인 속에서 보호요인의 역할을 하고 있다는 것을 알 수 있다.

그러나 아동과 청소년의 또래관계는 연령에 따라 차이가 있는 것으로 알려져 있다. 선행연구에 따르면 아동과 비교해 청소년으로 갈수록 또래 간 사회적 지지와 친밀감, 우의 등 긍정적 관계뿐만 아니라 처벌 및 주도권 등 부정적 관계에 대한 지각 또한 점차 높아졌다(임정하, 정옥분, 1997). 이

러한 차이는 나이가 증가함에 따라 또래가 함께 보내는 시간이 늘어나고 이러한 시간 속에서 인정 및 애정을 주고받으며 결속력과 친밀감이 높아지는 것으로 이해할 수 있다. 이에 더해 또래 간 결속력이 강해지는 만큼 또래가 집단의 규칙에 벗어나는 행동을 했을 경우 처벌 또는 대립적 관계를 형성하게 되면서 또래 간 긍정 및 부정의 관계 요소가 모두 커지게 되는 것이다. 이렇듯 또래관계는 아동과 청소년의 심리 사회적 발달과정 전반에 공통으로 핵심적인 영향을 미치고 있지만 나이 증가에 따라 또래관계의 질에 차이가 있음을 알 수 있다. 따라서 아동과 청소년을 이해하기 위해서는 연령 집단 별로 또래관계에 영향을 미치는 변인을 비교 분석하여 이해하는 것이 필요하다.

사회적 상호작용 상황에서 서로에게 가장 먼저 제공되는 정보 중 하나는 신체적 특성이다(이주연, 유조안, 2014). 일반적으로 신체적 매력력이 높을수록 사회적 수용 정도가 높아지고 사회적 유능감을 경험한다고 알려져 있다(강소영 외, 2011). 이는 아동 및 청소년의 또래관계에도 적용되어 체력 등급이 높을수록 또는 신체 매력도가 높을수록 학급 내 지지도 및 또래관계의 질이 높게 나타났다(김성환, 김혜진, 2016; 김유식 외, 2016). 그러나 세계보건기구가 아동기 과체중 및 비만 문제를 현대 사회에서 가장 심각한 보건 문제 중 하나로 꼽은 만큼 아동 및 청소년의 체중 문제가 또래관계에 미치는 부정적 영향이 크다는 것을 짐작할 수 있다(WHO, 2016). 국내의 비만 실태조사 결과 또한 아동기 과체중 및 비만 유병률이 체질량지수(Body Mass Index: BMI) 기준 11~18%인 것으로 나타내며 그 심각성을 드러냈다(추미애, 최병호, 2010). 일반적으로 과체중 및 비만은 집단에서 매력적이지 않게 받아들

여지며, ‘살찐 사람은 나태하고 통제력이 부족하고 사회적으로 유능하지 않다.’ 등의 고정관념을 바탕으로 또래관계에서 차별과 배제로 이어지고 있다(김진희, 이상록, 2015; 이현정 외, 2018; Pizzi & Vroman, 2013).

그러나 선행연구 결과 객관적인 신체질량지수와 주관적 신체상은 일치하지 않을 수 있다고 밝혀졌다(윤현정, 2018). 신체상이란 자기 신체 크기, 기능 등에 대한 인지적 평가와 만족 또는 불만족과 같은 정서적인 요소를 포함하는 개념이다(박민희, 임소연, 2015). 아동 및 청소년 시기는 급격한 신체 변화를 경험하며 자신이 속해 있는 집단의 영향을 받아 주관적인 신체상을 형성해 간다. 6-17세 소아 청소년을 대상으로 체형인식에 대해 조사한 연구를 살펴보면 정상체중 소아청소년의 경우에도 1/3 정도가 체형을 과소평가했고, 1/5 정도가 체형을 과대평가하는 것으로 나타났다(권은주 외, 2017). 또한 2017년 진행된 제13차 청소년 건강행태 온라인 조사에 참여한 62,276명 중 50.5%가 정상체중 또는 저체중임에도 스스로 ‘살이 찼다’라고 인식하는 것으로 나타났다(윤현정, 2018). 이렇듯 아동 및 청소년의 객관적인 신체질량지수와 주관적 신체상에는 차이가 나타나고 있다. 신체상은 자아개념의 근간이 되기 때문에 아동과 청소년 발달에 중요한 요인이다. 선행연구 결과 아동 및 청소년기의 부정적 신체상은 낮은 자아존중감, 우울 및 불안, 스트레스, 자살 생각 등 심리 정서적 불안정과 더불어 학업 및 학교적응과 대인관계의 어려움으로 이어진다고 보고된다(송선미, 2013; 장선철, 송미현, 2004; 정의중, 이지연, 2011). 이에 반해 신체상에 대한 만족도가 높을수록 친밀한 또래관계를 보인다고 밝혀졌다(남정희, 2016; 정운주, 2010). 즉

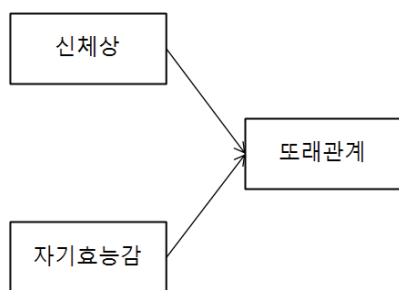
아동과 청소년의 객관적인 신체질량지수가 또래관계에 영향을 미칠 뿐만 아니라 주관적인 신체상이 또래관계에 영향을 미친다는 것을 알 수 있다. 그러나 앞서 살펴본 신체질량지수와 신체상의 차이 연구를 고려할 때 신체질량지수 집단별로 또래관계에 영향을 미치는 신체상의 영향을 살펴보는 것이 중요하다.

또래관계에 영향을 미치는 또 다른 개인 내적 변인으로는 자기효능감(Self-efficacy)이 있다. 자기효능감이란 자신에게 부과된 일을 성공적으로 수행할 수 있다는 신념을 말한다(Bandura, 1986). 즉, 성공에 필요한 신체적, 인지 및 정서적 자원 등 자기 능력에 대한 신념이다. 실제 능력에 차이가 없어도 효능감이 높은 사람은 낮은 사람보다 일을 성공적으로 수행하는 것으로 나타나 효능감 수준은 수행 결과를 예측할 수 있는 변인으로 알려져 있다(김아영, 2004). 선행연구에 따르면 높은 자기효능감은 사회 공포 및 불안을 낮췄으며(이미현, 김정규, 2012), 자신과 타인을 잘 수용하고 관계 속에서 소속감을 높이며 또래관계 질을 향상하는 데 영향을 미치는 것으로 알려져 있다(윤희령 외, 2017; 장인실, 장석진, 2012). 한편 연령에 따른 심리적 변인의 차이를 살펴본 연구에 따르면 자기효능감은 연령에 따라 유의한 차이를 내며 증가하고 있는 것을 알 수 있다(김영호, 2000). 또한 비슷한 신체질량지수를 가졌더라도 자기효능감과 같은 심리 사회적 적응 능력에 차이를 보인다는 연구 결과(Shoup et al., 2008)를 고려할 때 연령 집단에 따라 또한 체질량지수 집단에 따라 또래관계에 미치는 자기효능감의 영향에 차이가 있을 것으로 짐작할 수 있다.

따라서 본 연구는 아동과 청소년 각 집단의 신체질량지수에 따른 신체상과 자기효능감이 또래

관계에 미치는 영향을 살펴보고자 한다. 연구 문제 및 연구모형은 <그림 1>과 같다.

- 연구문제 1. 저체중 집단 아동 및 청소년의 신체상과 자기효능감이 또래관계에 미치는 상대적 영향력은 각각 어떠한가?
- 연구문제 2. 정상체중 집단 아동 및 청소년의 신체상과 자기효능감이 또래관계에 미치는 상대적 영향력은 각각 어떠한가?
- 연구문제 3. 과체중 이상 집단 아동 및 청소년의 신체상과 자기효능감이 또래관계에 미치는 상대적 영향력은 각각 어떠한가?



<그림 1> 연구모형

Ⅱ 연구방법

1. 연구대상

본 연구는 경기, 부산지역 소재 초등학교 3~5학년생과 고등학교 1~3학년생 총 1,300명을 대상으로 질문지를 배부하여 누락 및 무작위 응답지를 제외한 총 1,163부를 최종 자료로 사용하였다. 선행연구에 따르면 아동과 청소년은 연령이 증가함에 따라 신체상, 자기효능감, 또래관계 특성에 차이를 나타낸다고 알려져 있다(김영호, 2000; 김정민, 이세진, 2010; Shoup et al., 2008). 따라서 본 연구는 연령에 따른 뚜렷한 변화 양상을 비교하기 위해 초등학생과 고등학생을 연구대상으로 하였다. 본 연구대상자의 일반적 특성은 <표 1>, <표 2>와 같다. 본 연구에서 신체질량지수(Body Mass Index: BMI)는 자기 보고식으로 조사한 신장, 체중을 이용하여 산출하였다(kg/m²). 또한 질병관리본부의 2007년 소아·청소년 표준 성장도표 기준에 따라

<표 1> 아동 연구대상자의 사회 인구학적 특성

(N=618)

변 수		성 별	명(%)
학 년	초3	남 자	71 (11.5)
		여 자	94 (15.2)
	초4	남 자	120 (19.4)
		여 자	132 (21.4)
	초5	남 자	86 (13.9)
		여 자	115 (18.6)
신체질량지수 (BMI)	저체중	남 자	27 (4.4)
		여 자	38 (6.1)
	정상체중	남 자	194 (31.4)
		여 자	271 (43.9)
	과체중 이상	남 자	56 (9.1)
		여 자	32 (5.2)

〈표 2〉 청소년 연구대상자의 사회 인구학적 특성

(N=545)

변 수	성 별	명(%)
학년	고1	남 자 104 (19.1)
		여 자 107 (19.6)
	고2	남 자 82 (15.0)
		여 자 85 (15.6)
	고3	남 자 97 (17.8)
		여 자 70 (12.8)
신체질량지수 (BMI)	저체중	남 자 31 (5.7)
		여 자 47 (8.6)
	정상체중	남 자 192 (49.4)
		여 자 197 (36.1)
	과체중 이상	남 자 60 (11.0)
		여 자 18 (3.3)

신체질량지수 85백분위수 이상은 과체중 이상, 5백분위수 이상에서 85백분위수 미만은 정상체중, 5백분위수 이하는 저체중 집단으로 구성하였다.

2. 연구도구

1) 신체상 척도

아동의 신체상을 측정하기 위해서 Mendelson 등(1997)이 개발한 신체 존중감 척도(Body Esteem Scale)를 이정숙(2001)이 번안한 것을 사용하였다. 본 척도는 총 23문항으로 Likert 4점 척도(1점: 거의 그렇지 않다~4점: 정말 그렇다)로 평정하며, 점수가 높을수록 신체상 만족도가 높다는 것을 의미한다. 본 연구에서 내적합치도(Cronbach's α)는 .88로 나타났다.

청소년의 신체상을 측정하기 위해서 Mendelson과 White(1985)가 개발한 신체상 만족도 검사(Body Esteem Test)를 조지숙(1992)이 수정, 보완한 것을 사용하였다. 본 척도는 총 12문항으로 각 문항은 Likert 4점 척도(1점: 정말 그렇다~4점: 거의 그렇지 않다)로 평정하며, 점수가 낮을수록 신체상 만

족도가 높다는 것을 의미한다. 그러나 본 연구에서는 아동 신체상 척도와 일관성을 갖기 위해 긍정적인 문항을 역채점하여 점수가 높을수록 신체상 만족도가 높은 것으로 통계 처리하였다. 본 연구에서 내적합치도(Cronbach's α)는 .87로 나타났다.

2) 자기효능감 척도

본 연구는 Sherer 등(1982)이 개발한 자기효능감 척도를 홍혜영(1995)이 번안한 것을 사용하였다. 본 척도는 총 23문항이며, 2개의 하위요인인 일반적 자기효능감과 사회적 자기효능감으로 구성된다. 각 문항은 Likert 5점 척도(1점: 전혀 그렇지 않다~5점: 아주 그렇다)로 평정하며 총점이 높을수록 자기효능감이 높은 것을 의미한다. 본 연구에서 내적합치도(Cronbach's α)는 .89로 나타났다.

3) 또래관계 척도

또래관계를 측정하기 위해 Furman(1985)이 제작한 사회적 관계망 척도(Network of Relationship Inventory)를 한종혜(1995)가 번안한 것을 사용하였

다. 본 척도는 총 33문항으로 사회적 지지, 처벌/주도권, 친밀, 대립, 우의의 5개 하위요인으로 구성된 다. 각 문항은 Likert 5점 척도(1점: 아주 적게~5점: 아주 많이)로 평정하며, 총점이 높을수록 해당 요인의 사회적 관계 정도가 높은 것을 의미한다. 본 연구에서 내적합치도(Cronbach's α)는 .63~.93으로 나타났다.

3. 연구절차

본 연구는 먼저 경기도에 소재한 초등학교 재학생 20명(남 10명, 여 10명)과 고등학교 재학생 20명(남 10명, 여 10명)을 대상으로 예비조사를 실시하여 문항의 이해 및 답변의 원활함을 확인하였다. 이후 본 조사는 경기, 부산지역 소재 초등학교 3~5학년과 고등학교 1~3학년 총 1,300명을 대상으로 질문지를 실시하였다. 질문지의 응답 시간은 10~15분 정도 소요되었고 회수된 1,300부의 질문지 중 누락 및 무작위 응답한 질문지 137부를 제외하고 1,163부가 최종 분석자료로 사용되었다. 자료 분석은 SPSS Win 21.0 통계프로그램을 사용하였으며 평균, 표준편차, 빈도분석, Pearson의 상관관계

분석, 단계적 중다회귀분석이 실시되었다.

II 연구결과

1. 변인 간의 상관관계

체질량지수 집단에 따라 신체상, 자기효능감, 또래관계 간의 관계를 살펴보기 위해 상관관계 분석을 실시한 결과 아동 집단은 <표 3>, <표 4>, <표 5>와 같고, 청소년 집단은 <표 6>, <표 7>, <표 8>과 같다.

2. 상대적 영향력

아동과 청소년의 신체상과 자기효능감이 또래관계에 미치는 상대적 영향을 신체질량지수(BMI) 집단별로 알아보기 위해 또래관계를 종속변수로 하고, 상관관계에서 통계적으로 유의하게 나타난 변인들을 독립변수로 하여 단계적 중다회귀분석을 실시한 결과는 다음과 같다.

<표 3> 아동 저체중 집단의 변인 간의 상관관계

	1	2	3	4	5	6	7	8
1. 신체상	1							
2. 일반적 자기효능감	.35***	1						
3. 사회적 자기효능감	.30*	.68**	1					
4. 사회적 지지	.12	.57***	.65**	1				
5. 처벌/주도권	.00	-.13	-.14	-.17	1			
6. 친밀	.12	.25*	.49***	.73***	.63	1		
7. 대립	.06	-.21	-.16	-.35**	.59***	-.09	1	
8. 우의	.01	.38**	.39**	.73***	-.09	.58***	-.27*	1

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$.

〈표 4〉 아동 정상체중 집단의 변인 간의 상관관계

	1	2	3	4	5	6	7	8
1. 신체상	1							
2. 일반적 자기효능감	.45***	1						
3. 사회적 자기효능감	.26***	.51***	1					
4. 사회적 지지	.40***	.47***	.41***	1				
5. 처벌/주도권	-.12**	-.13**	-.02	-.05	1			
6. 친밀	.12*	.21***	.27***	.60***	.20***	1		
7. 대립	-.18***	-.28***	-.18***	-.34***	.40***	-.09	1	
8. 우의	.13**	.21***	.21***	.59***	-.00	.43***	-.18***	1

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

〈표 5〉 아동 과체중 이상 집단의 변인 간의 상관관계

	1	2	3	4	5	6	7	8
1. 신체상	1							
2. 일반적 자기효능감	.43***	1						
3. 사회적 자기효능감	.21*	.56***	1					
4. 사회적 지지	.27**	.55***	.64***	1				
5. 처벌/주도권	-.17	.01	-.10	-.07	1			
6. 친밀	.07	.27**	.42***	.63***	.19	1		
7. 대립	-.17	-.21*	-.09	-.13	.37***	.12	1	
8. 우의	.19	.31**	.42***	.58***	-.09	.42***	-.09	1

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

〈표 6〉 청소년 저체중 집단의 변인 간의 상관관계

	1	2	3	4	5	6	7	8
1. 신체상	1							
2. 일반적 자기효능감	.00	1						
3. 사회적 자기효능감	.16	.29**	1					
4. 사회적 지지	.02	.23*	.24*	1				
5. 처벌/주도권	-.20	-.00	.13	.57***	1			
6. 친밀	-.02	.09	.25*	.71***	.41***	1		
7. 대립	-.31**	.03	-.26*	-.26*	.14	-.19	1	
8. 우의	.06	.03	.26*	.75***	.43***	.75***	-.25*	1

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

〈표 7〉 청소년 정상체중 집단의 변인 간의 상관관계

	1	2	3	4	5	6	7	8
1. 신체상	1							
2. 일반적 자기효능감	.44***	1						
3. 사회적 자기효능감	.29***	.48***	1					
4. 사회적 지지	.27***	.41***	.42***	1				
5. 처벌/주도권	.04	-.01	.13*	.45***	1			
6. 친밀	.14**	.23***	.33***	.69***	.56***	1		
7. 대립	-.01	-.08	-.05	-.16**	.17**	-.03	1	
8. 우의	.18***	.26***	.41***	.64***	.32***	.57***	-.02	1

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

〈표 8〉 청소년 과체중 이상 집단의 변인 간의 상관관계

	1	2	3	4	5	6	7	8
1. 신체상	1							
2. 일반적 자기효능감	.43***	1						
3. 사회적 자기효능감	.37**	.61***	1					
4. 사회적 지지	.49***	.60***	.47***	1				
5. 처벌/주도권	.14	-.05	.03*	.46***	1			
6. 친밀	.45***	.48***	.32**	.80***	.45***	1		
7. 대립	-.15	-.18	-.19	-.14	.35**	.04	1	
8. 우의	.46***	.46***	.38**	.77***	.30**	.72***	.03	1

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

아동의 저체중 집단의 경우 사회적 지지, 친밀, 우의에는 사회적 자기효능감이 영향을 미치는 것으로 나타났다. 청소년 저체중 집단의 경우 사회적 지지, 친밀, 우의에 사회적 자기효능감이 영향을 미쳤으며, 대립에는 신체상이 영향을 미치는 것으로 나타났다. 아동 정상체중 집단의 경우 사회적 지지에 일반적 자기효능감, 신체상, 사회적 자기효능감 순으로, 우의에 사회적 자기효능감과 일반적 자기효능감 순으로 영향을 미치는 것으로 나타났다. 또한 처벌/주도권, 대립에는 일반적 자기효능감이, 친밀에는 사회적 자기효능감이 영향을 미치는 것으로 나타났다. 청소년 정상체중 집단의 경

우 사회적 지지에 사회적 자기효능감, 일반적 자기효능감 순으로 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 처벌/주도권, 친밀, 우의에 사회적 자기효능감이 영향을 미치는 것으로 나타났다. 아동 과체중 이상 집단의 경우 사회적 지지는 사회적 자기효능감과 일반적 자기효능감 순으로, 친밀과 우의는 사회적 자기효능감이, 대립은 일반적 자기효능감이 영향을 미치는 것으로 나타났다. 청소년 과체중 이상 집단의 경우 사회적 지지와 친밀, 우의에 각각 일반적 자기효능감과 신체상 순으로 영향을 미치는 것으로 나타났다.

■ 논의 및 결론

본 연구의 목적은 아동과 청소년의 신체질량지수 집단별로 신체상과 자기효능감이 또래관계에 미치는 상대적 영향력을 알아보는 것이다. 연구 결과 또래관계에 영향을 미치는 변인은 아동과 청소년의 신체질량지수 집단에 따라 각각 다른 것으로 나타났다.

구체적으로 살펴보면 첫째, 아동 저체중 집단의 경우 사회적 지지, 친밀, 우의 등 긍정적 또래관계에 사회적 자기효능감이 영향력이 있는 것으로 나타났다. 사회적 자기효능감이란 사회적 상황에서 목표를 달성하기 위해 행동을 효과적으로 조직하고 실행할 수 있는 능력에 대한 주관적 평가를 의미한다(박해임, 천성문, 조은미, 2017). 아동 저체중 집단의 경우 높은 사회적 자기효능감이 또래

관계에서 자신감을 가지고 대처할 수 있게 돕기 때문에 친밀한 또래관계 형성에 영향을 미치는 것으로 예측할 수 있다. 청소년 저체중 집단의 경우에도 또래 간 긍정적 관계라고 할 수 있는 사회적 지지, 친밀, 우의에는 사회적 자기효능감이 영향력을 나타냈다. 이는 대학생을 대상으로 진행된 연구에서 사회적 자기효능감이 높을수록 대인관계 문제가 줄어든다는 결과와 같은 맥락으로 이해할 수 있다(김중운, 양민정, 2014). 또한 또래관계에서 의견 차이 및 말다툼을 의미하는 대립에 신체상이 부정적 영향력을 나타냈다. 이는 저체중 청소년의 경우 신체상에 대한 만족감이 높을수록 대립 관계가 나타나지 않는다는 것을 의미한다. 따라서 본 결과는 아동 및 청소년 저체중 집단의 또래관계 갈등 개입 시 사회적 자기효능감에 대한 공통적 개입이 필요하며, 청소년 저체중 집단의 경우엔 신체상에

〈표 9〉 아동의 체질량지수 집단별 신체상과 자기효능감이 또래관계에 미치는 상대적 영향력

집단	종속변수	독립변수	B	β	R ²	F
저체중 집단	사회적 지지	사회적 자기효능감	1.99	.65***	.42	44.77***
	친밀	사회적 자기효능감	.50	.49***	.24	19.37***
	우의	사회적 자기효능감	.27	.39**	.15	11.07**
정상체중집단		일반적 자기효능감	.31	.26***	.22	
	사회적 지지	신체상	.25	.23***	.27	67.46***
		사회적 자기효능감	.74	.22***	.31	
	처벌/주도권	일반적 자기효능감	-.05	-.13**	.02	7.89**
	친밀	사회적 자기효능감	.24	.27***	.07	6.60***
	대립	일반적 자기효능감	-.06	-.28***	.08	38.34***
	우의	사회적 자기효능감	.10	.04**	.04	14.25***
		일반적 자기효능감	.04	.14**	.06	
과체중 이상 집단	사회적 지지	사회적 자기효능감	1.66	.48***	.41	36.56***
		일반적 자기효능감	.37	.28**	.46	
	친밀	사회적 자기효능감	.38	.42**	.18	18.32**
	대립	일반적 자기효능감	-.05	-.21*	.05	4.12*
	우의	사회적 자기효능감	.34	.42***	.18	18.82***

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

〈표 10〉 청소년의 체질량지수 집단별 신체상과 자기효능감이 또래관계에 미치는 상대적 영향력

집단	종속변수	독립변수	B	β	R ²	F
저체중 집단	사회적 지지	사회적 자기효능감	.78	.24*	.06	4.73*
	친밀	사회적 자기효능감	.22	.25*	.06	5.02*
	대립	신체상	-.12	-.31**	.09	7.87**
	우의	사회적 자기효능감	.18	.26*	.07	5.41*
정상체중집단	사회적 지지	사회적 자기효능감	.69	.29***	.18	58.80***
		일반적 자기효능감	.26	.27***	.23	
	처벌/주도권	사회적 자기효능감	-.11	-.13*	.02	6.41*
	친밀	사회적 자기효능감	.26	.33***	.11	47.94***
	우의	사회적 자기효능감	.25	.41***	.17	76.67***
과체중 이상 집단	사회적 지지	일반적 자기효능감	.52	.47***	.36	27.65***
		신체상	.50	.29**	.42	
	친밀	일반적 자기효능감	.11	.35**	.23	16.43***
		신체상	.15	.30**	.31	
	우의	일반적 자기효능감	.09	.33**	.21	15.69***
		신체상	.13	.32**	.30	

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$.

대한 개입이 추가적으로 필요함을 알 수 있다.

둘째, 아동 및 청소년 정상체중 집단의 또래관계에 미치는 변인 간 상대적 영향력에 차이가 나타났다. 아동 정상체중 집단의 경우 사회적 지지에 일반적 자기효능감, 신체상, 사회적 자기효능감 순으로 영향력이 나타났다. 그밖에 우의는 사회적 자기효능감과 일반적 자기효능감 순으로 영향력이 나타났고, 친밀에는 사회적 자기효능감, 처벌/주도권과 대립에는 일반적 자기효능감이 영향을 나타냈다. 이러한 결과는 정상체중 아동의 신체상은 또래 간 사회적 지지 관계를 형성하는데 긍정적 영향을 미치나 그밖의 또래관계 하위요인에는 자기효능감이 더 큰 영향을 미친다는 것을 알 수 있다. 한편 아동의 또래관계에 있어 자기효능감의 중요성은 많은 연구에서 반복 검증되고 있지만(윤희령 외, 2017; 이인학 외, 2011), 자기효능감을 사회적 자기효능감과 일반적 자기효능감으로 구분하

여 또래관계에 미치는 영향에 대해선 선행 연구가 미흡하기 때문에 추가적인 연구의 누적 이후 논의가 필요하다. 청소년 정상체중 집단의 경우엔 사회적 지지에 사회적 자기효능감과 일반적 자기효능감 순으로 설명력을 나타냈으며 친밀과 우의에는 사회적 자기효능감이 설명력을 나타냈다. 또한 처벌/주도권에는 사회적 자기효능감이 부적 영향을 나타냈다. 아동 정상체중 집단과 비교했을 때 청소년 정상체중 집단의 경우 일반적 상황에서 자신의 능력에 대한 신념을 뜻하는 일반적 자기효능감보다는 사회적 상황에 특정 지어지는 사회적 자기효능감이 또래관계에 미치는 영향이 두드러진다는 것을 알 수 있다. 또한 일반적 자기효능감과 사회적 자기효능감 영향을 논의하기 위해선 추가적인 연구가 필요하겠지만, 정상체중 집단의 또래관계 문제 개입 시 아동 및 청소년에 따라 특정 영역의 자기효능감 상승에 초점을 맞춘 개입이 효과

적임을 알 수 있다.

셋째, 아동 및 청소년 과체중 이상 집단에서도 또래관계에 미치는 변인 간 상대적 영향력에 차이를 나타냈다. 아동 과체중 이상 집단의 사회적 지지에 사회적 효능감, 일반적 효능감 순으로 영향을 미쳤고, 친밀과 우의에는 사회적 효능감만이 설명력을 나타냈다. 또래 간 대립의 경우 일반적 자기효능감이 부정적 영향력을 나타냈는데, 이는 일반적 상황에서 필요한 의지와 자신감, 자신의 능력에 대한 믿음을 의미하는 일반적 자기효능감이 높을수록 또래 간 대립 관계가 형성되지 않는다는 것을 의미한다. 즉 이러한 결과를 통해 아동 과체중 이상 집단의 경우에도 사회적 또는 일반적 자기효능감이 높을수록 긍정적 또래관계 형성이 가능함을 알 수 있다(Lunde, Frisén, & Hwang, 2006; Williams & Currie, 2000). 이러한 아동 과체중 이상 집단의 결과는 과체중 및 비만 초등학교 고학년 학생의 신체 만족도가 또래관계에 미치는 영향에 자존감이 완전 매개하였다는 선행연구 결과와 같다(이주연, 유조안, 2014). 또한 학령기 아동의 BMI에 따른 자아존중감의 차이를 알아본 연구(강지훈, 2010)에서 비만 아동 집단의 경우 자아존중감이 정상체중 아동보다 낮게 나타난 것을 고려할 때 아동 과체중 이상 집단의 또래관계의 질을 향상하기 위해선 일반적 상황 및 사회적 상황 전반에 걸친 스스로에 대한 평가에 개입하는 것이 무엇보다 중요하다는 것을 예상할 수 있다. 한편 청소년 과체중 이상 집단은 사회적 지지, 친밀, 우의라는 긍정적 또래관계에 일반적 자기효능감, 신체상의 순으로 각각 영향력을 나타냈다. 이러한 결과는 청소년 과체중 이상 집단의 경우에도 신체상보다 자기효능감이 또래관계에 미치는 영향력이 더 크다는 것을 알 수 있다. 이

는 고등학생의 신체상이 사회불안에 직접 영향을 미치기보다는 자기효능감을 통해 간접적으로 영향을 미친다는 연구 결과(이미현, 김정규, 2012)와 비만 청소년의 자기효능감이 학업성취 및 심리 사회적 적응 전반에 영향을 미친다는 연구 결과와 같은 맥락이다(김진희, 이상록, 2015). 또한 아동 과체중 이상 집단과 비교했을 때 아동보다 청소년의 또래관계에 신체상의 영향력이 나타난 이유는 연령이 증가함에 따라 신체 만족도가 낮아지고 외모지향성과 외모평가 수준이 높아진다는 선행연구 결과로 이해할 수 있다(김정민, 이세진, 2009). 즉, 아동보다 청소년의 경우 신체상이 더욱 중요해지며 과체중 이상 청소년 집단의 또래관계 질을 높이기 위해선 신체상에 대한 개입도 필요함을 알 수 있다.

종합적으로 살펴보면 본 연구는 아동 및 청소년의 신체질량지수 집단에 따라 신체상과 자기효능감이 또래관계에 미치는 영향의 차이를 확인하였다. 본 연구 결과는 상담 장면에서 아동 및 청소년이 호소하는 또래관계 문제에 내담자의 연령과 신체 질량지수 수준을 고려해 효과적인 접근을 마련하기 위한 기초자료를 연구했다는 데 그 의의가 있다.

한편, 본 연구는 특정 지역과 특정 연령의 학생들을 표집하여 설문지를 진행하였기 때문에 결과의 일반화에 한계가 있다. 추후 연구에서는 다양한 지역 및 사회계층, 연령을 대상으로 표집 범위를 확대하여 일반화 가능성을 높이는 것이 필요하다. 또한 본 연구는 아동과 청소년의 신체상을 각각 다른 척도로 평정하였다. 추후 연구에서는 연령 발달에 따라 신체상 및 각 변인의 영향을 살펴보기 위해 전 연령을 대상으로 하는 신체상 척도의 개발 및 동일한 신체상 척도를 사용한 변인 비교 연구가 필요하겠다.

■ 참고문헌

- 강문희, 신현옥, 정옥환, 정정옥 (2004). 아동발달. 서울: 교문사.
- 강소영, 김보성, 민윤기 (2011). 초등학교의 신체상 인식에 따른 자기표현 및 대인관계의 특성. *Journal of The Korean Data Analysis Society*, 13(2), 771-785.
- 강지훈 (2010). 학령기 아동의 BMI와 신체활동 수준이 자아존중감에 미치는 영향. *한국체육교육학회지*, 15(3), 139-153.
- 권은주, 추지은, 나은희 (2017). 한국 소아청소년의 체형 인식 불일치 추이와 특성: 2009~2015년 학생 건강 검사 자료 활용. *대한보건연구*, 43(4), 73-85.
- 김경은 (2013). 청소년의 사이버폭력에 영향을 미치는 위험요인: 비행친구의 매개효과를 중심으로. *미래청소년학회지*, 10(4), 133-159.
- 김성근, 천성문, 함경애, 최희숙 (2011). 중·고등학생용 또래관계 검사 개발 및 타당화. *직업교육연구*, 30(4), 143-159.
- 김성환, 김혜진 (2016). 청소년 신체적 요인에 따른 교우 연결망 분석. *학습자중심교과교육연구*, 16(8), 439-456.
- 김아영 (2004). 자아효능감과 학습동기. *교육방법연구*, 16(2), 1-38.
- 김영호 (2000). 성과 연령에 따른 청소년의 건강행동과 건강관련 심리적 변인의 차이. *한국학교체육학회지*, 10(1) 55-67.
- 김유식, 이솔잎, 최재필 (2016). 중2학생의 신체매력, 또래관계 및 자아존중감의 관계. *교과교육학연구*, 20(1), 21-34.
- 김윤경, 이옥경 (2001). 아동과 청소년의 또래관계에 따른 심리사회적 적응과 행동특성. *한국심리학회지: 발달*, 14(2), 65-82.
- 김정민, 이세진 (2010). 외모에 대한 사회문화적 요인, 신체질량지수 및 자아존중감이 신체상에 미치는 영향. *가정과삶의질연구*, 27(6), 1-12.
- 김정민, 이정희 (2008). 또래수용, 우정의 질 및 학업수행이 청소년의 사회불안과 우울 증상에 미치는 영향. *상담학연구*, 9(4), 1747-1767.
- 김종운, 양민정 (2014). 대학생의 애착과 자기효능감이 대인관계문제에 미치는 영향. *학습자중심교과교육연구*, 14(2), 283-299.
- 김진희, 이상록 (2015). 비만이 청소년의 학업성취와 심리사회적응에 미치는 발달경로. *한국아동복지학*, 50), 179-211.
- 남정희 (2016). 초등학교의 외모만족도가 스트레스 대처행동과 또래관계에 미치는 영향. *아동가족치료연구*, 14(0), 33-44.
- 박미려, 양은주 (2017). 부모방임, 또래애착이 자아정체감과 진로정체감을 매개로 고등학생의 삶의 만족감에 미치는 영향. *청소년학연구*, 24(1), 263-284.
- 박민희, 임소연 (2015). 남녀 청소년의 체질량지수, 신체 이미지 왜곡과 건강행태와의 관련성. *Journal of The Korean Data Analysis Society*, 17(4), 2237-2249.
- 박해임, 천성문, 조은미 (2017). 대학 신입생의 내재적·외재적 전공선택동기와 진로결정자기효능감 및 사회적자기효능감, 대학생활적응에 관한 구조적 관계. *학습자중심교과교육연구*, 17(24), 1-21.
- 손연아, 신수지, 손은령 (2014). 중학생의 진로정체감에 영향을 주는 변인연구. *진로교육연구*, 27(1), 109-125.
- 송선미 (2013). 청소년의 외모만족도가 학교적응에 미치는 영향과 자기효능감의 매개효과. *한국학교보건학회지*, 26(1), 1-12.
- 송지영, 박성연 (2010). 초등학교 아동의 부모애착과 친구애착이 남녀 청소년 비행에 미치는 영향: 문제행동과 비행친구 유무의 매개효과. *아동학회지*, 31(3), 51-66.
- 심희옥 (2000). 또래지지와 대인관계 갈등 대처방법 및 사회적 기술과의 관계. *아동학회지*, 21(1), 19-33.
- 양점도, 박영국 (2009). 가족요인과 또래지지가 자기효능감 및 청소년 비행에 미치는 영향. *한국가족복지학*, 14(4), 211-235.
- 윤현정 (2018). 청소년의 신체이미지 왜곡이 정신건강에 미치는 영향. *보건정보통계학회지*, 43(3), 191-199.
- 윤희령, 안세지, 김성희 (2017). 아동이 지각하는 부모-자녀 간의 의사소통이 또래관계에 미치는 영향에서 자

- 기효능감의 매개효과. *동서정신과학*, 20(1), 33-45.
- 이미현, 김정규 (2012). 청소년의 신체상이 사회불안에 미치는 영향: 자기효능감의 매개효과. *청소년문화포럼*, 31(-), 61-83.
- 이인학, 박지은, 김도진, 최성열 (2011). 초등학교의 정서지능, 학습동기, 자기효능감, 사회성이 학교적응에 대한 상대적 예측력. *아동교육*, 20(3), 21-31.
- 이정숙 (2001). 중고등학생의 성별, 비만, 타인의 평가와 신체존중감의 관계. *한국교원대학교 석사학위논문*.
- 이주연, 유조안 (2015). 정상체중 중학생의 체형인식이 자아존중감에 미치는 영향: 체형만족도의 매개효과와 성별 차이. *한국청소년연구*, 26(4), 267-297.
- 이현정, 김지선, 홍세희 (2018). 아동청소년의 체질량지수 변화에 따른 잠재집단 추정 및 교우관계와의 관련성 검증. *한국청소년연구*, 29(2), 125-154.
- 임정하, 정옥분 (1997). 아동이 지각한 또래관계와 사회적 능력과의 관계. *아동학회지*, 18(1), 163-175.
- 장선철, 송미현 (2004). 고등학생의 외모만족도와 자아존중감 및 학교적응의 관계. *청소년학연구*, 11(3), 115-133.
- 장은정 (2018). 아동의 공감능력, 또래관계, 스마트폰 중독의 관계 연구: 공감능력의 매개효과 검증. *아동복지연구*, 16(2), 47-66.
- 장인실, 장석진 (2012). 초기 청소년이 지각한 어머니 양육태도와 또래관계에서 자기효능감의 매개효과 분석. *청소년학연구*, 19(6), 291-313.
- 정규석 (2004). 사회적 관계요인이 청소년의 학교적응에 미치는 영향. *한국사회복지학*, 56(1), 235-252.
- 정윤주 (2010). 청소년 초기의 신체상 태도와 관련 변인들 간의 관계. *대한가정학회지*, 48(5), 103-117.
- 정익중, 이지연 (2011). 청소년기 비만과 외모만족도가 자아존중감에 미치는 영향: 성별의 조절효과를 중심으로. *정신건강과 사회복지*, 38, 60-80.
- 조지숙 (1992). 청소년의 신체상, 신체적 매력, 신체상의 왜곡과 자아존중과의 관계. *부산대학교 석사학위논문*.
- 최귀숙, 임성옥 (2017). 학교청소년의 대인관계가 비행에 미치는 영향: 게임중독의 매개효과를 중심으로. *한국콘텐츠학회논문지*, 17(6), 180-193.
- 추미애, 최병호 (2010). 한국 소아청소년 비만과 대사증후군. *J Korean Med Assoc*, 53(2), 142-152.
- 한종혜 (1995). 사회적 관계망과 아동의 자기역량지각과의 관계연구. *대한가정학회지*, 33(2), 129-141.
- 허미정, 노미화, 최연실 (2016). 청소년의 자아존중감이 삶의 만족도에 미치는 영향: 이타심과 자기통제에 의한 또래관계의 조절된 매개효과 검증. *한국가족관계학회지*, 21(1), 29-49.
- Bandura, A. (1986). The explanatory and predictive scope of self-efficacy theory. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 4(3), 359.
- Berndt, T. J., & Perry, T. B. (1986). Children's perceptions of friendships as supportive relationships. *Developmental Psychology*, 22(5), 640-648.
- Buhrmester, D., & Furman, W. (1987). The development of companionship and intimacy. *Child Development*, 58(4), 1101-1113.
- Dion, K., Berscheid, E., & Walster, E. (1972). What is beautiful is good. *Journal of Personality and Social Psychology*, 24(3), 285-290.
- Goldman, W., & Lewis, P. (1977). Beautiful is good: Evidence that the physically attractive are more socially skillful. *Journal of Experimental Social Psychology*, 13(2), 125-130.
- Lunde, C., Frisén, A., & Hwang, C. P. (2006). Is peer victimization related to body esteem in 10-year-old girls and boys?. *Body Image*, 3(1), 25-33.
- Maddux, J. E., Norton, L. W., & Leary, M. R. (1988). Cognitive components of social anxiety: An investigation of the integration of self-presentation theory and self-efficacy theory. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 6(2), 180-190.
- Mahone, E. M., Bruch, M. A., & Heimberg, R. G. (1993). Focus of attention and social anxiety: The role of negative self-thoughts and perceived positive attributes of the other. *Cognitive Therapy and Research*, 17(3), 209-224.
- Mendelson, B. K., & White, D. R. (1985). Development of self-body-esteem in overweight youngsters. *Developmental*

- Psychology*, 21(1), 90-96.
- Mendelson, B. K., Mendelson, M. J., Andrews, J., Balfour, L., & Bucholz, A. (1997). Three aspects of body esteem in adolescents and young adults: Differential relations with weight and self-esteem. *Research in Child Development*, 17(1), 145-160.
- Parker, J. G., & Asher, S. R. (1987). Peer relations and later personal adjustment: Are low-accepted children at risk?. *Psychological Bulletin*, 102(3), 357-389.
- Perry, D. G., & Bussey, K. (1984). *Social development*. New Jersey: Prentice-Hall.
- Pizzi, M. A., & Vroman, K. (2013). Childhood obesity: effects on children's participation, mental health, and psychosocial development. *Occupational Therapy in Health Care*, 27(2), 99-112.
- Sherer, M., Maddux, J. E., Mercandante, B., Prentice-Dunn, S., Jacobs, B., & Rogers, R. W. (1982). The self-efficacy scale: Construction and validation. *Psychological Reports*, 51(2), 663-671.
- Shoup, J. A., Gattshall, M., Dandamudi, P., & Estabrooks, P. (2008). Physical activity, quality of life, and weight status in overweight children. *Quality of Life Research*, 17(3), 407-412.
- Williams, J. M., & Currie, C. (2000). Self-esteem and physical development in early adolescence: Pubertal timing and body image. *The Journal of Early Adolescence*, 20(2), 129-149.
- World Health Organization. (2016). Report of the commission on ending childhood obesity.

원고접수일: 2022. 11. 20.

수정원고 접수일: 2022. 12. 18.

게재 결정일: 2022. 12. 25.

인지행동치료상담연구Korean Journal of Cognitive Behavior Therapy and Counseling
2022, Vol. 4, No. 1, 1-15

A Study on the Influences of Body Image and Self-Efficacy on Peer Relationships of Children and Adolescents: Focusing on Differences by Body Mass Index(BMI) Group

Kim Seon Jin · Jeong Hyo Un (Myongwoo Institute of Clinical Psychology)

The purpose of this study is to examine the effects of physical image and self-efficacy on peer relationships by body mass index(BMI) group of children and adolescents. For this study, a total of 1,300 elementary and high school students in Gyeonggi-do and Busan were subjected to a body image scale, a self-efficacy scale, and a peer relationship scale. The collected data were subjected to frequency analysis, mean, standard deviation, Pearson's correlation analysis, and stepwise multiple regression analysis using the SPSS Win 21.0 program. The main results are as follows. First, in the case of the children in low-weight group, only social support, intimacy, and so friendship were found to have an effect on social self-efficacy. In the case of the adolescents in low-weight group, social self-efficacy influenced social support, intimacy, and friendship, and body image influenced confrontation. Second, in the case of the children in normal-weight group, it was found that social support was influenced in the order of general self-efficacy, body image, and social self-efficacy, and friendship in the order of social self-efficacy and general self-efficacy. In addition, it was found that general self-efficacy had an effect on punishment/ leadership and confrontation, and social self-efficacy had an effect on intimacy. In the case of the adolescents normal-weight group, social self-efficacy and general self-efficacy were influenced in the order of social support, and social self-efficacy was indicated to have an effect on punishment/leadership, intimacy, and friendship. Third, in the case of the children in over-weight group, social support was found to have an effect in the order of social self-efficacy and general self-efficacy. In addition, social self-efficacy was indicated to have an effect on intimacy and friendship, and general self-efficacy was indicated to have an effect on confrontation. In the case of the adolescents in over-weight group, social support was found to have an effect in the order of general self-efficacy and body image, intimacy in the order of general self-efficacy and body image, and friendship in the order of general self-efficacy and body image.

■ *Key words* : Body Mass Index(BMI), Body Image, Self-Efficacy, Peer Relationship