



저작자표시-비영리-변경금지 2.0 대한민국

이용자는 아래의 조건을 따르는 경우에 한하여 자유롭게

- 이 저작물을 복제, 배포, 전송, 전시, 공연 및 방송할 수 있습니다.

다음과 같은 조건을 따라야 합니다:



저작자표시. 귀하는 원저작자를 표시하여야 합니다.



비영리. 귀하는 이 저작물을 영리 목적으로 이용할 수 없습니다.



변경금지. 귀하는 이 저작물을 개작, 변형 또는 가공할 수 없습니다.

- 귀하는, 이 저작물의 재이용이나 배포의 경우, 이 저작물에 적용된 이용허락조건을 명확하게 나타내어야 합니다.
- 저작권자로부터 별도의 허가를 받으면 이러한 조건들은 적용되지 않습니다.

저작권법에 따른 이용자의 권리는 위의 내용에 의하여 영향을 받지 않습니다.

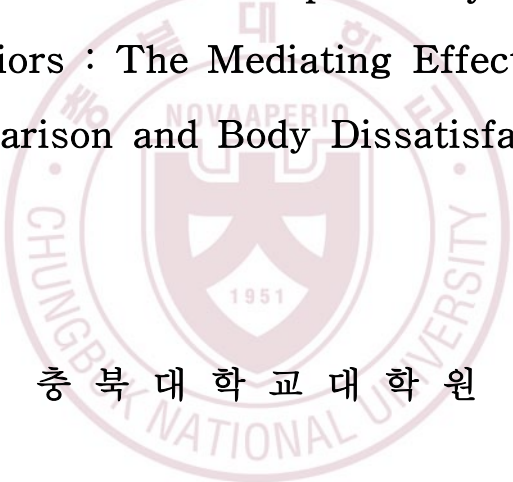
이것은 [이용허락규약\(Legal Code\)](#)을 이해하기 쉽게 요약한 것입니다.

[Disclaimer](#)

문학석사학위논문

자기개념 명확성이 이상 섭식 행동에 미치는 영향: 신체 비교 및 신체 불만족의 이중매개 효과

The Influence of Self-Concept Clarity on Disordered Eating Behaviors : The Mediating Effects of Physical Comparison and Body Dissatisfaction.



충북대학교대학원

심리학과 임상 및 상담심리전공

조 경 희

2015년 2월

문학석사학위논문

자기개념 명확성이 이상 섭식 행동에 미치는 영향: 신체 비교 및 신체 불만족의 이중매개 효과

The Influence of Self-concept Clarity on Disordered Eating Behaviors : The Mediating Effects of Physical Comparison and Body Dissatisfaction.

지도교수 이봉건

심리학과 임상 및 상담심리전공

조 경 희

이 논문을 문학석사학위 논문으로 제출함

2015년 2월

본 논문을 조경희의 문학석사학위 논문으로 인정함.

심사위원장 유 순 형 ①인

심사 위원 이 봉 건 ①인

심사 위원 박 상 희 ①인

충북대학교대학원

2015년 2월

목 차

| | |
|---|----|
| I. 서 론 | 1 |
| II. 이론적 배경 | 4 |
| 1. 이상 섭식 행동 | 4 |
| 2. 신체 비교 | 6 |
| 3. 신체 불만족 | 7 |
| 3-1 신체 비교와 신체 불만족 및 이상 섭식 행동 | 8 |
| 4. 자기개념 명확성 | 9 |
| 4-1. 자기개념 명확성과 섭식 장애 | 11 |
| 4-2. 자기개념 명확성과 신체 비교, 신체 불만족, 이상섭식 행동 | 12 |
| III. 연구 목적 및 연구 가설 | 14 |
| 1. 연구 목적 | 14 |
| 2. 연구 가설 | 15 |
| 3. 연구 모형 | 16 |
| IV. 연구 방법 | 17 |
| 1. 연구대상 | 17 |
| 2. 측정도구 | 18 |
| 3. 분석방법 | 20 |

| | |
|--------------------------------------|----|
| V. 연구결과 | 22 |
| 1. 자기개념 명확성과 주요 변인간 기술 통계 및 상관 | 22 |
| 2. 측정모형 검증 | 24 |
| 3. 연구 모형과 경쟁 모형 | 26 |
| 4. 매개효과 검증 | 30 |
| VI. 논 의 | 33 |
| 참 고 문 헌 | 37 |
| ABSTRACT | 50 |
| 부 록 | 52 |

표 목차

| | |
|---------------------------------------|----|
| 표 1. 인구통계학적 특성 | 17 |
| 표 2. 각 측정변인들 간의 평균 표준편차 및 상관계수 | 22 |
| 표 3. 하위 측정변인들 간의 평균 표준편차 및 상관계수 | 23 |
| 표 4. 측정 모형 적합도 | 25 |
| 표 5. 측정 모형의 요인 계수와 임계치 | 25 |
| 표 6. 연구모형과 경쟁모형 간 적합도 지수 | 29 |
| 표 7. 최종 모형의 모수 추정치 | 30 |
| 표 8. 주요 변인간의 직, 간접 및 총효과 | 31 |

그림 목차

| | |
|-----------------------|----|
| 그림 1. 연구모형 | 16 |
| 그림 2~5. 경쟁모형1~4 | 27 |

국 문 요 약

본 연구에서는 자기개념 명확성과 신체 비교, 신체 불만족 및 이상 섭식 행동간의 관련성을 확인하였다. 표본자료는 10~20대 여성 총 386명을 대상으로 장훈장학회 후원을 받아 (주)인바이트(www.invight.co.kr)를 통해 온라인 설문조사로 수집되었다. 측정도구는 자기개념 명확성(SCCS), 이상 섭식 행동(KEAT-26), 신체 비교(PACS+SACS), 신체 불만족(BSQ) 척도가 사용되었다. 분석 방법은 첫째, 상관 분석을 실시하여 변인들 간의 관련성을 확인하였다. 둘째, 선행 연구 가설에 따라 연구 모형과 경쟁 모형을 만들어 구조방정식 모형 검증을 실시하였다. 연구모형은 자기개념 명확성이 신체 비교와 신체 불만족의 매개를 통해 이상 섭식 행동에 간접적으로 영향을 주면서 자기개념 명확성이 이상 섭식 행동에도 직접 영향을 주는 부분 이중 매개 모형을 가정하였다. 경쟁 모형은 자기개념 명확성이 신체 비교와 신체 불만족을 거쳐 이상 섭식 행동에 미치는 영향을 하나씩 제거한 모형들과 완전 매개 모형을 가정하였다. 그 후, 최종 선택된 모형에서 신체 비교 및 신체 불만족의 매개 효과를 검증 하였다. 본 연구의 결과는 다음과 같다. 자기개념 명확성과 신체 비교, 신체 불만족, 이상 섭식 행동 간에 모두 유의미한 관련성이 나타났다. 모형 검증 결과, 자기개념 명확성과 이상 섭식 행동 간의 관계를 신체 비교와 신체 불만족이 순차적 이중 매개하는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 섭식 장애가 주로 발병하는 청소년기~ 성인 초기에 자신의 정체성을 명확히 형성하는 것을 통해 타인과의 비교 행동, 신체 불만족 및 이상 섭식 행동을 줄일 수 있음을 시사한다. 마지막으로 본 연구의 시사점과 제한점 및 추후 연구를 위한 제언을 논의하였다.

주요어: 자기개념 명확성, 이상 섭식 행동, 신체 비교, 신체 불만족, 섭식 장애, 거식, 폭식, 섭식 통제

I. 서론

현대 사회에서 아름다운 외모와 날씬한 몸매는 여성의 미를 상징하는 기준이 되었다. 날씬한 신체를 강조하는 문화는 젊은 여성들로 하여금 마른 몸매를 가지기 위해 무리한 체중 조절을 시도 하게 한다(Thompson, 1992; Thompson, Heinberg, Altabe, & Tantleff-Dunn, 1999). 실제 최근에 진행된 연구에 따르면 여대생 중 58.6%가 자신의 체형에 만족하지 못하고 다이어트를 시도한다고 하였으며, 정상체중의 61%와 저체중 31%의 여대생들도 신체에 불만족을 나타냈다(남정혜, 이수재, 김현정, 2014). '국제건강행태연구'에 의하면 세계 22개 국가 대학생을 대상으로 체중조절 노력을 비교한 결과, 한국 여학생이 비교 국가 중 가장 적은 몸무게를 가지고 있음에도 체중을 조절하려는 노력은 가장 높은 것으로 나타났다(Wardle, Hasse, & Steptoe, 2006). 이는 대다수의 여성들이 자신의 체중에 불만족하며 다이어트를 시도하고 있고 특히 한국 여성에게서 체중 조절 노력이 더 많이 나타남을 알 수 있다.

체중 조절을 위한 노력은 운동, 음식 절제, 약물 복용이나 수술 등 다양하게 나타날 수 있는데 그 중 가장 많이 시도 하는 것은 섭식 절제이다(김유정, 김성민, 서경현, & 최수동, 2007). 그러나 반복된 음식 절제는 오히려 음식에 대한 갈망을 증가시켜 단기간에 많은 양의 음식을 먹게 하는 등 폭식을 유발할 수 있다(Ricciardelli, Tate, & Williams, 1997; Stice, 1994).

섭식장애는 크게 세가지로 구분된다. 우선 체중 증가에 대한 공포와 극단적으로 음식 섭취를 거부하는 신경성 식욕부진증(Anorexia Nervosa)이 있다. 두 번째는 신경성 폭식증(Bulimia Nervosa)으로, 이는 단기간에 많은 양의 음식을 먹고 먹는 동안 자신이 음식을 통제하지 못한다는 느낌을 가지며 음식 섭취 후 구토나 하제 및 이뇨제를 남용하는 부적절한 보상행동을 보인다. 세 번째로 폭식행동은 보이지만 부적절한 보상행동을 보이지 않는 폭식장애

(Binge Eating Disorder)로 구분된다. 위 장애 모두 음식에 대한 강박적인 집착을 보이며 신경성 식욕부진증과 폭식증은 체중과 체형이 자기평가에 있어서 중요한 요소를 차지한다. 그 외에 장애에는 속하지 않지만 이상 섭식 행동이 있다. 이상 섭식 행동은 거식행동과 폭식행동, 부적절한 보상행동과 더불어 음식을 조금씩 먹거나 잘게 잘라서 먹는 섭식통제 행동을 포함한다. Mintz, O'Halloran, Mulholland 및 Schneider(1997)는 정상집단에서 이상 섭식 행동을 많이 보일수록 섭식장애로 진행될 가능성이 높다고 하였다.

섭식장애는 정신과 단일 질환 중 매우 높은 사망률을 보이는데 신경성 식욕부진증의 경우 극단적인 체중 감량으로 인한 전신쇠약이 발생해 환자의 6-11%가 대개 사망한다(Arcelus, Mitchell, Wales, & Nielsen, 2011). 그 외에도 저혈압, 저체온증, 무월경, 영양 결핍 등의 신체적 문제와(Smolak, Levin, & Schermer, 1999), 불안과 우울, 강박 사고, 약물남용 등의 심리적 문제를 발생시킨다(김정옥, 2011).

섭식장애의 원인을 찾으려는 연구들이 진행되어 왔으며 장애가 단일 요인으로 발생하기 보다는 생물학적, 심리적, 사회문화적 요인들이 복합적으로 상호작용하여 발병하는 것으로 나타났다. 그 중 이상 섭식 행동을 잘 예측하는 사회문화적 변인으로 신체 불만족과 신체 비교가 있다(Ricciardelli, Tate, & Williams, 1997; Shroff & Thompson, 2006).

신체 불만족은 자신의 체중과 외형에 대한 부정적인 생각과 감정을 의미하며, 높은 신체 불만족은 이상 체중에 도달하기 위한 섭식 절제 행동 및 폭식과도 관련이 있다(Ricciardelli, Tate, & Williams, 1997). 신체 비교는 Festinger(1954)의 사회비교 이론에서 출발한 것으로 자신의 신체를 타인과 지속적으로 비교하는 것을 의미한다. 신체 비교를 많이 하는 것은 비만한 사람뿐만 아니라 정상체중, 저체중인 사람들도 자신의 신체를 불만족스럽게 만들었으며 이상 섭식 행동과 높은 관련성을 보였다(Bamford & Halliwell, 2009; Corning & Smitham, 2006; Stormer & Thompson, 1996).

섭식 행동과 관련된 성격적 측면에서는 자기 개념이 있으며 최근에는 자기 개념이 내용적 측면과 구조적 측면으로 구분하여 연구되고 있다(Campbell, 1996). 내용적 측면에는 자기에 대한 지식적 측면과 평가적 측면으로 나뉘어 지는데 구조적 측면에는 자기 개념이 조직화되는 방식으로 자기 복잡성과 자기개념 명확성이 있다. 사회비교이론을 주장한 Festinger(1954)에 의하면 정체성이 모호하고 불확실한 사람일수록 그들이 사회에 적합한지 어느 위치에 해당하는지를 평가하고자 하는 동기가 더 강하다고 하였다. 이는 자기개념이 명확하지 않은 사람일수록 타인과 비교 행동을 통해 외부로부터 정체성을 확인하고 형성하려함을 시사한다(Vartanian, 2013).

따라서 본 연구는 ‘자기개념의 내용이 얼마나 분명하고 확신 있게 정의 되어있고 시간에 따라 안정적이고 일관되어 있는가’ 을 의미하는 자기개념 명확성(Campbell, 1996)이 신체 비교와 신체 불만족을 매개하여 이상 섭식 행동에 미치는 영향을 확인해보고자 한다.

II. 이론적 배경

1. 이상 섭식 행동

섭식장애는 음식섭취와 관련된 이상행동을 뜻하며 대표적으로 신경성 식욕부진증(anorexia nervosa)과 신경성 폭식증(bulimia nervosa)이 있다. 신경성 식욕부진증은 활동에 필요한 양보다 훨씬 더 적게 먹음으로써 연령, 성별, 발달 수준, 신체 건강의 맥락에서 심각한 수준의 저체중을 유발한다. 살이 찌는 것에 대한 극심한 공포를 가지고 있고 이에 대한 두려움을 없애기 위해 체중 감소 행동을 지속적으로 보인다. 신경성 폭식증은 단기간에 정상인이 먹는 것보다 많은 양의 음식을 섭취하고 음식을 먹는 동안 스스로가 음식 섭취를 자제할 수 없다는 느낌을 가진다. 폭식 후에는 체중 증가에 대한 두려움으로 토를 하거나 하제를 사용하는 등 부적절한 보상행동을 보이는데 신경성 식욕부진증과는 달리 신경성 폭식증 환자는 대개 정상체중을 유지한다. 최근 DSM-5에서는 기존의 두 가지 진단과 더불어 폭식장애(binge eating disorder)를 추가하였다(APA, 2013). 폭식장애는 다음의 폭식 삽화 중 3가지 이상에 해당할 경우 진단한다.

1. 정상인보다 매우 빠르게 음식을 먹으며 2. 불편할 정도로 포만감이 들 때까지 계속해서 음식을 섭취한다. 3. 신체적으로 배가 고프지 않음에도 지속적으로 많은 양의 음식을 먹으며 4. 다른 사람과 함께 음식을 먹게 되면 너무 많이 먹어서 부끄러움을 느낄까봐 주로 혼자서 음식을 먹는다. 끝으로 폭식 후에 자신에 대한 혐오감이나 우울감 및 심한 죄책감을 가지게 된다. 신경성 폭식증도 폭식삽화를 가진다는 점에서 공통점이 있지만 폭식장애는 폭식을 한 후 구토나 하제를 사용하는 부적절한 보상행동을 보이지 않는다.

이상 섭식 행동은 정상 섭식행동과 섭식장애의 연속선상에 있는 행동으로

거식행동과 폭식행동, 구토나 하체를 사용하는 등의 부적절한 보상행동과 더불어 섭식통제 행동을 포함한다. 섭식 통제 행동에는 음식을 잘게 잘라서 먹거나 열량을 계산하면서 먹거나 설탕, 빵, 감자 등 탄수화물이 많이 든 음식을 피하는 행동들을 의미한다. 이상 섭식 행동은 정상적인 섭식 행동을 벗어나는 것을 의미하며 정상과 섭식 장애의 연속선상에서 섭식 행동을 평가할 수 있다.(Mintz, O'Halloran, Mulholland, & Schneider 1997).

섭식장애의 유병률은 서양의 경우 신경성 식욕부진증은 1.4~2.0% (Favaro, Ferrara, & Santonastaso, 2003), 신경성 폭식증의 경우 1.1~4.6% (Favaro et al., 2003; Lewinsohn, Striegel-Moore, & Seeley 2000)으로 알려져 있다. 최근 건강보험심사평가원(2013)에 따르면 한국은 5년간(2008~2012년) 섭식장애로 진단 받은 사람을 조사한 결과 10940명에서 13002명으로 약 18.8% 증가 하였다. 이 조사에 따르면 남성보다는(18.9%~23%) 여성(77%~81.1%)에게서 더 많이 섭식장애가 나타났으며 10~30대에게서(49.2%) 가장 높게 나타났다.

지나친 섭식억제와 폭식행동은 심각한 신체적 문제를 일으키는데 신경성 식욕부진증의 경우 단기적으로는 무월경, 변비, 복통, 추위에 대한 내성 저하 등이 발생한다. 영양 부족 상태가 장기화 되면 빈혈, 신장 기능 장애, 심장 혈관계장애, 골다공증 등이 발생하며(Smolak, et al., 1999). 기아, 전해질 불균형 혹은 자살로 환자의 약 10%가 사망한다(Arcelus, et al., 2011). 신경성 폭식증의 경우 의식적인 구토로 위산이 역류해 치아가 손상되며 부종이 발생하고, 과민성 대장 증후군, 근육 통증 및 당뇨에도 영향을 미친다 (Reichborn-Kjennerud, Bulik, Tambs, & Harris, 2004).

섭식장애를 이해하기 위해서 생물학적, 심리적, 사회문화적인 요인이 고려 되었으며 생물학적 요인으로는 뇌의 시상하부 이상과 세로토닌 등 신경전달물질 이상, 비만의 유전적 원인등이 언급되었다(권석만, 2013). 심리적 측면으로는 신경성 식욕부진증의 경우 완벽주의(Fairburn, Cooper, Doll, & Welch,

1999) 와 낮은 자아존중감(Leary, Schreindorfer, & Haupt, 1995)을 보이며, 폭식증의 경우 높은 충동성, 정서적 불안정성(Fahy & Eisler, 1993)과 관련이 된다. 사회문화적으로는 날씬함을 강조하는 사회적 압력과 내면적인 것보다 외적인 측면을 강조하는 문화적 규범, 마른 이상적인 체형의 내면화(Shroff & Thompson, 2006)와 성적 대상화(Moradi & Huang, 2008)등이 있다.

최근에는 섭식장애로 이어지는 여러 위험 요인들의 상호작용에 관한 모델들이 제시되고 있다.

2. 신체 비교

섭식장애를 이해하는데 중요한 요인으로 Festinger(1954)의 사회비교 이론이 있다. 이 이론에 따르면 사람들은 자신의 위치가 어느 정도인지 비교하려는 동기를 가지는데 비교 행동을 통해 자신의 삶을 이해하고 더 나은 방향으로 향상시키려고 한다. 이때 비교행동은 객관적인 기준을 통해서 이루어지지만 비교 기준이 모호할 경우에는 타인을 통해 자신을 평가한다(Thompson, Heinberg, Altabe, & Tantleff-Dunn, 1999). 사회비교 이론에서 나온 '신체 비교'는 개인이 자신의 체형이나 체중을 타인과 비교하는 것을 말한다(Stormer & Thompson, 1996). 신체의 경우 시대와 문화의 영향을 받기 때문에 객관적인 기준이 존재하지 않는다. 따라서 개인은 자신이 존재하는 사회 속에서 타인과의 비교 행동을 통해 자신의 신체를 평가하게 된다(홍종필, & 이시연, 2005).

많은 청소년과 젊은 여성들이 그들의 신체가 문화적인 기준에 어느 정도에 해당하는지 평가하는 수단으로 주변의 동료들과 자신의 신체사이즈를 비교하는 경향이 있음을 확인하였다(Lindner, Hughes, & Fahy, 2008).

타인과의 비교 행동은 상향 비교(upward comparison)와 하향 비교

(downward comparison)로 나뉘어 질 수 있다. 상향 비교는 자신보다 우월한 사람과 비교하는 행동이며 하향 비교는 자신보다 열등한 사람과 비교하는 행동을 의미한다. 선행 연구를 보면 뚱뚱한 사람과 비교하는 하향 비교보다는 자신보다 더 마른 여성이나 TV에 나오는 모델들과 상향 비교 하는 경향성이 높은 것으로 나타났다(Thompson et al., 1999). 구체적으로 Leahey 등(2007)의 연구에 의하면 여성들은 자신을 둘러싼 환경 속에서 동료, 모델, 혹은 다른 사람들과 자신의 신체를 비교할 때 약 80%정도 이상이 하향 비교 보다는 상향 비교 행동을 많이 하는 것으로 나타났다. Mills 등(2002)은 여성들이 상향 비교를 더 많이 하는 이유가 자신의 신체에서 좀 더 마르고자 하는 열망을 반영하기 때문이라고 하였다. 높은 신체 비교 행동은 신체 불만족도를 높이며 이상 섭식 행동과도 밀접히 관련된다(Bamford & Halliwell, 2009; Corning & Smitham, 2006; Stormer & Thompson, 1996). Gilbert와 Meyer (2003)의 연구에 따르면 타인과 비교 행동이 많으면 많을수록 현재 보다 더 마르려는 욕구와, 자신의 신체에 대한 불만족 및 폭식 행동과 관련이 있음을 확인했다. 손은정 (2008)의 연구에서도 신체 비교 행동이 이상 섭식 행동에 영향을 미치는 중요한 요인으로 나타나 치료적 개입이 이루어 져야 한다고 하였다.

3. 신체 불만족

신체 불만족이란 자신의 신체 사이즈와 체형, 무게에 대한 부정적인 평가를 의미하며, 자신이 지각하는 신체와 현재 자신이 바라는 이상적인 신체와의 차이로도 정의내릴 수 있다(Cash, 2012). 신체 불만족의 원인으로는 생물학적, 사회문화적, 심리적인 측면등 다차원적인 요인들이 제시되었다(Markham, Thompson, & Bowling, 2005). 그 중에서도 사회가 도달하기 어려운 이상적인 마른 체형을 강조하면 할수록 여성들은 자신의 체중을 기준과 비교하여 신체

에 대한 불만족을 느끼고 체중조절을 시도하게 된다(Stice, 2001). 실제 국내 연구를 보면 남정혜 등(2014)이 여대생 133명을 대상으로 체질량지수에 따른 체형만족도와 날씬해지고 싶은 욕구를 조사한 결과, 여대생의 58.6%가 자신의 체형에 만족하지 못하고 다이어트를 하거나 시도하고 있다고 응답하였다. 또한 보통은 34%, 만족은 6%에 불과한 것으로 나타났다. 호주에서 여자 청소년 470명을 대상으로 연구를 실시한 결과 신체 불만족이 높은 청소년일수록 다이어트 관련 행동이 더 많았으며 이런 행동은 폭식 행동과도 연관이 있었다(Van den Berg, Wertheim, Thompson, & Paxton, 2001). 섭식장애 환자들을 대상으로 자신의 신체 만족도를 평가해본 결과 체중이 정상범위 혹은 저체중임에도 불구하고 자신의 신체가 지나치게 뚱뚱하다고 지각하고 불만족하는 경향이 높았다(Stein, 1996). 또한 신체 불만족도가 더 높을수록 섭식 절제 행동뿐만 아니라 음식을 먹은 후 심한 죄책감을 가지며 구토를 하거나 이뇨제를 사용하는 등 하제를 사용하는 비율도 높았다(Ackard et al., 2011). 이렇듯 높은 신체 불만족은 이상적인 체중에 도달하기 위한 섭식 절제 행동과 지속적인 음식 절제 행동은 폭식을 유발하는 등 섭식장애로 이어질 위험성이 높았다(Ricciardelli, Tate, & Williams, 1997). 그 밖에 신체 불만족의 증가는 우울과 불안, 낮은 자아존중감과 관련이 있었다(Johnson & Wardle, 2005).

3-1)신체 비교와 신체 불만족 및 이상 섭식 행동

신체 비교와 신체 불만족 간의 연구를 보면 Richins (1991)의 신체 비교와 신체 불만족 간의 연구에서 여성들에게 마른 모델이 나오는 광고를 보여 주고 신체 만족도를 확인한 결과, 광고 후 여성들이 모델과 자신의 신체를 비교하고 신체에 불만을 표시하거나 부정적인 자기평가를 하는 것으로 나타났다. 국내 연구에서 조아라(2013)는 남녀 38명을 대상으로 비만, 보통, 마른 체형의

신체 사진을 각각 제시하고 이에 대한 사이즈와 매력, 우월도를 평가하도록 실시한 결과, 여성은 날씬한 여성에 대해서 더욱 매력적이고 우월하다고 평가하였다. 또한 참가자에게 날씬한 체형을 보여주기 전보다 보여준 후에 기분이 더 부정적으로 변화했으며 신체 만족도가 훨씬 낮아졌다. 이를 통해 신체를 비교 한 후 타인의 체형을 자신보다 우월하다고 판단하는 것은 여성의 기분을 부정적으로 만들고 신체 만족도에도 부정적인 영향을 미친다. 그 밖에 마른 또래와 빈번하게 신체를 비교하는 것도 자신의 체중이 많이 나간다는 걱정과 함께 다이어트에 대한 욕구를 증가시키는 것으로 나타났다(Wertheim, Paxton, Sechutz, & muir, 1997). Corning 및 Smitham (2006)도 매일 자신의 신체를 타인과 많이 비교하는 사람일수록 높은 이상 섭식 행동과 관련됨을 확인했다. 손은정(2008)은 여대생을 대상으로 다차원적 모형을 검증하였는데 신체 비교와 신체 불만족, 신체 불만족과 이상 섭식 행동간에 직접효과 뿐만 아니라 신체비교와 이상 섭식 행동을 신체 불만족이 매개하는 간접효과도 유의미한 것으로 나타났다. 김영신(2010)은 대학생들을 대상으로 자아존중감과 신체 비교, 신체 불만족, 섭식 억제간의 관련성을 확인해 본 결과 신체 비교와 신체 불만족이 자아존중감과 섭식 억제를 부분매개하고 있음을 확인하였다. 그 밖에도 많은 선행 연구들이 신체 비교가 증가할수록 신체 불만족과 이상 섭식 행동을 증가시킴을 확인하였다(Cattarin, Thompson, Thomas, & Williams, 2000; Durkin & Paxton, 2002).

4. 자기개념 명확성

자기개념이란 ‘자신에 대한 믿음, 평가, 기억을 포함하는 자신과 관련된 정보를 처리하는 역동적이며 조직화된 지식 구조’(Campbell et al., 1996)로 정의된다. 자기개념은 인간의 경험을 해석하고 행동 하는데 매우 중요한 심리적

구성개념으로 심리적 적응과도 밀접하게 관련된다(Shower, Abramson & Hogan, 1998).

초기에 자기개념은 안정되고 통합된 단일 개념으로 가정하고 자신을 어떻게 생각하고 느끼는지에 대한 평가적인 측면에 초점이 맞추어 연구되어 왔다(Swann, Chang-Schneider, & McClarty, 2007). 그러나 자기개념이 명확한지와 안정적인지, 그리고 조직적(organization)인 것을 고려해야 한다는 주장이 제기됨에 따라 현재에는 자기개념을 내용적인 측면과 구조적인 측면으로 구분하고 있다(Campbell, 1990).

내용적 측면은 자기 자신을 기술하는 지식적 요소와 평가적 요소로 나뉜다. 지식적 요소는 자신의 목표, 가치, 특징등으로 기술되며 '나는 누구인가'에 대한 질문에 대한 대답을 포함한다. 평가적 요소는 '나 자신에 대해서 어떻게 느끼는가?'에 대한 답으로 자신에 대한 긍정적, 부정적 판단을 나타낸다. 대표적으로 자아 존중감이 있다(Campbell 1996; 고현석, 민경환, 김민희, 2012 재인용).

구조적인 측면은 자기신념이 조직화되는 방식으로 자기 복잡성과 자기개념 명확성이 있다. 자기 복잡성(self-complexity)이란 자기에 대한 인지적 구성개념을 얼마나 가지고 있고, 얼마나 다양한 지를 뜻한다. 반면, 자기개념 명확성이란 '자기개념의 내용이 얼마나 분명하고 확신 있게 정의되어있고, 시간에 따라 안정적이고 일관되어 있는가'를 의미한다(Campbell et al., 1996). 즉, 자기개념이 실제 자기와 얼마나 일치한가와는 상관없이 본인 스스로가 인식하기에 얼마나 명확하고 분명하게 규정할 수 있는가, 시간이 흘러도 얼마나 일관성 있게 지속되는가와 관련되어 있다(강선영, 홍혜영, 2012). 자기개념 명확성은 주로 인지적인 측면으로 정서적인 측면을 포함하는 자아존중감과 별도의 고유한 설명력을 가지고 있으며, 개념적으로 구분될 수 있다고 보았다(DeMarree, Petty, & Brinol, 2007; Wu & Watkins 2010). 최근 구조적 차원이 심리적 건강에 중요한 역할이 밝혀짐에 따라 연구의 초점이 되기 시작했다(Neimeyer &

Brown, 2001).

선행 연구들은 자기개념 명확성이 정신 건강을 예측하는데 중요한 변인이며, 정서의 균형, 만족감, 삶의 목적과 정적인 관련이 있음을 확인하였다 (Nezlek & Plesko, 2001). 자기개념 명확성이 낮을수록 높은 우울을 보였으며 (Butzer & Kuiper, 2006), 증가된 분노와 공격성(Stucke & Sporer, 2002), 자기 불확실성(Hogg, 2007)과도 관련되었다.

자기개념이 명확한 사람일수록 자신에 대한 일관된 내적 기준과 개념이 형성되어 있으며 외부의 기준에 쉽게 흔들리지 않고 확실한 정체감을 가지고 있다. 반면 자기개념이 명확하지 않을수록 자기개념이 일관적이지 않아 자신에 대한 상충되고 혼란스러운 정보가 많으며, 자신이 누구인지를 정의하는데 외적 단서를 더 추구하고 의존하게 된다(Campbell & Fehr, 1990; Vatarian, 2013).

4-1). 자기개념 명확성과 섭식 장애

Bruch (1973)는 섭식장애 환자들이 초기 부모와 상호작용 실패로 인해 독립적인 정체성을 지니는데 어려움을 경험하는데, 특히 통제감이 높고 지배적인 부모로부터 길러진 아동일수록 독립적이며 분명한 자기 개념을 형성시키는데 곤란을 겪는다고 하였다(Stein, 1996). 명확한 자기개념 형성의 실패는 아동이 청소년기가 되면서 사회적 도전을 마주하는 시기에 무능력감과 자기의심, 통제감 부족을 느끼게 된다. Bruch (1981)는 이러한 무능력, 무기력함을 극복하기 위해 자신이 스스로 통제할 수 있는 신체이미지로써 자기개념을 획득하려 한다고 하였다(Stein, 1996). 즉 신체는 자신이 스스로 통제할 수 있고 음식을 적게 섭취할수록 체중이 감소하는 명확한 피드백이 오기 때문에 자기 스스로가 통제력을 가지고 있다는 느낌을 받게 된다. 또한 사회가 마른 체형을 강

조합에 따라 신체이미지는 더욱 보상적인 측면(Heinberg, 1996; Tiggemann & Lynch, 2001)을 가지게 된다. 이에 지속적인 체중 감량 행동을 보이게 되고 거식 행동을 보일 뿐만 아니라 지속적인 음식 절제 행동은 오히려 음식에 대한 갈망을 더욱 증가시켜 폭식 행동으로 이어질 수 있다(Stice, Nemeroff, & Shaw, 1996; Stice, 2001). Goodsitt(1997) 또한 부모의 양육실패가 불안정적이고 모호한 정체성을 형성할 수 있으며 이것은 음식 통제 행동을 통해서 자신의 정체성을 보상하려는 특징으로 나타날 수 있다고 하였다.

선행 연구를 보면 Schupak-Neuberg와 Nemeroff(1993)의 연구에서 폭식 증상을 보이는 집단이 정상 집단보다 자기를 명확하게 정의하는데 어려움을 보이며 정체성이 불안정한 것을 확인하였다. 또한 환자들이 지각한 가족응집성이 정상집단에 비해 높다는 것으로 나타났다. Cahill(2005)등의 연구에서 더욱 마른 몸매를 추구하려는 태도와 체중 감량 행동은 자기 평가가 부정적인 사람들뿐만 아니라 불안정한 자기평가를 하는 사람에서도 강하게 나타났다. Perry(2008)는 대학생을 대상으로 자기개념을 세 가지 차원으로 나누어 외적 통제 소재(locus of control), 자기개념 명확성, 자아존중감과 이상 섭식 행동과의 관련성을 확인한 결과, 외적 통제 소재와 낮은 자아존중감, 낮은 자기개념 명료성 모두 이상 섭식 행동과 유의미한 관련성을 보였다.

4-2). 자기개념 명확성과 신체 비교, 신체 불만족 및 이상 섭식 행동

높은 자기개념 명확성을 가진 사람일수록 자기 자신이 어떤 사람인지를 명확하게 알고 정체성이 안정적이다. 반면에 자기개념이 불명확할수록 자신이 어떤 사람인지를 설명하기 어렵고 정체성도 불안정하다. 사회비교 이론을 주장한 Festinger(1954)은 정체감이 불확실한 사람일수록 그들이 사회에서 적합

하고, 어느 위치에 해당하는지를 평가하고자 하는 동기가 더 강하다고 하였다. 이를 통해 자기개념이 불확실한 사람일수록 타인과의 비교하려는 욕구가 높을 것임을 가정할 수 있다(Butzer & Kuiper, 2006). 실제 불안과 우울을 통제된 상태에서 자기개념 명확성이 낮은 사람이 높은 사람들보다 사회비교가 더 많은 것으로 나타났는데, Butzer(2006)는 대학생을 대상으로 자기개념 명확성에 따른 타인과의 비교 정도를 확인해 본 결과 자기개념이 명확하지 않은 사람일수록 비교하려는 경향성이 더 높았으며 하향비교(downward comparison)보다는 상향비교(upward comparison)의 횟수가 많았다. Durkin 등(2007)은 중학교 2학년과 고등학교 2학년 여성을 대상으로 실험연구를 실시했는데 미디어를 통해 마른 체형의 이미지를 보여 주기 전과 보여 준 후의 신체 만족도를 측정하였다. 그 결과 심리적 상태(자아존중감, 우울, 자기개념 명확성)가 낮은 사람일수록 신체 비교를 매개하여 신체불만족에 영향을 미치는 것을 확인하였다. 그 밖에 Corning과 Smitham(2006)도 자기개념이 모호할수록 자신에 대한 정보를 얻기 위한 수단으로 타인과의 비교를 자주 하게 되고 이는 섭식증상에 영향을 줄 수 있다고 하였다. Vartanian(2013)은 자기개념 명확성과 신체 비교, 신체 불만족간의 관련성을 본 결과, 자기개념 명확성이 낮은 사람일수록 상향 비교와 신체 불만족도가 높음을 확인하였다.

Ⅲ 연구 목적 및 연구 가설

1. 연구 목적

선행연구를 보면 섭식장애에 있어서 자기개념이 중요한 역할을 하고 그에 관한 연구가 이루어져 왔지만, 주로 자기개념의 평가적 측면인 자아존중감에 초점이 이루어져 왔다(이상선, 오경자 2004; Jordan & Cole, 1996). 그러나 최근에 자기개념과 관련된 연구가 평가적 측면과 구조적 측면으로 구분하고 있고 섭식장애 환자들의 정체성이 불안정하고 혼동되어 있으며 외부의 영향을 많이 받는다는 것을 고려해 볼 때, 자기개념의 명확성 정도와 섭식장애 간 관련이 되어 있을 것임을 추측할 수 있다. 자기 개념이 명확하지 않고 불안정할 수록 자신에 대한 정보를 얻기 위해서 외부와 비교하는 경향성이 강하며, 증가된 신체 비교는 신체 불만족 및 이상 섭식 행동을 증가시킬 수 있다.

그러나 자기개념 명확성과 이상 섭식 행동 간에 어떤 관련성이 있는지에 대한 연구는 국내뿐 아니라 국외에서도 부족한 실정이다. 따라서 본 연구는 자기개념 명확성과 이상 섭식 행동에 있어서 신체 비교 및 신체 불만족의 매개 효과를 확인하였다.

본 연구는 사회 비교 중에서도 구체적으로 신체 비교 척도를 사용하였는데 이는 사회 비교보다는 구체적으로 신체 비교가 신체 불만족 및 이상 섭식 행동과 관련이 있었다는 선행 연구(Bailey & Ricciardelli, 2010; Myers & Crowther, 2009; Stormer & Thompson, 1996)들을 고려하였기 때문이다. 또한 여성들이 신체비교 행동에 있어서 약 80%가 하향비교 보다는 상향비교를 더 많이 한다는 선행 연구 결과(Leahey, Crowther, & Mickelson, 2007)를 가정하여 국내에 손은정(2008)이 변안한 신체 비교 행동 척도 PACS와 SACS를 사용하

었다.

2. 연구 가설

본 연구에서는 자기개념 명확성이 이상 섭식 행동에 미치는 영향에서 신체 비교와 신체 불만족이 매개역할을 하는지 알아보고자 다음과 같이 연구가설을 설정하였다.

연구문제 1. 자기개념 명확성과 신체 비교, 신체 불만족, 이상 섭식 행동 간에 관련성이 있을 것이다.

연구문제 2. 자기개념 명확성은 신체 비교와 신체 불만족을 매개 하여 이상 섭식 행동에 영향을 미칠 것이다.

연구문제2-1. 자기개념 명확성은 이상 섭식 행동과 부적 관련성을 가질 것이다.

연구문제2-2. 자기개념 명확성은 신체 비교를 매개로 하여 이상 섭식 행동과 부적인 관련이 있을 것이다.

연구문제2-3. 자기개념 명확성은 신체 불만족을 매개로 하여 이상 섭식 행동과 부적 관련성이 있을 것이다.

연구문제2-4. 자기개념 명확성과 이상 섭식 행동의 관계를 신체 비교와 신체 불만족이 순차적으로 매개할 것이다.

3. 연구 모형

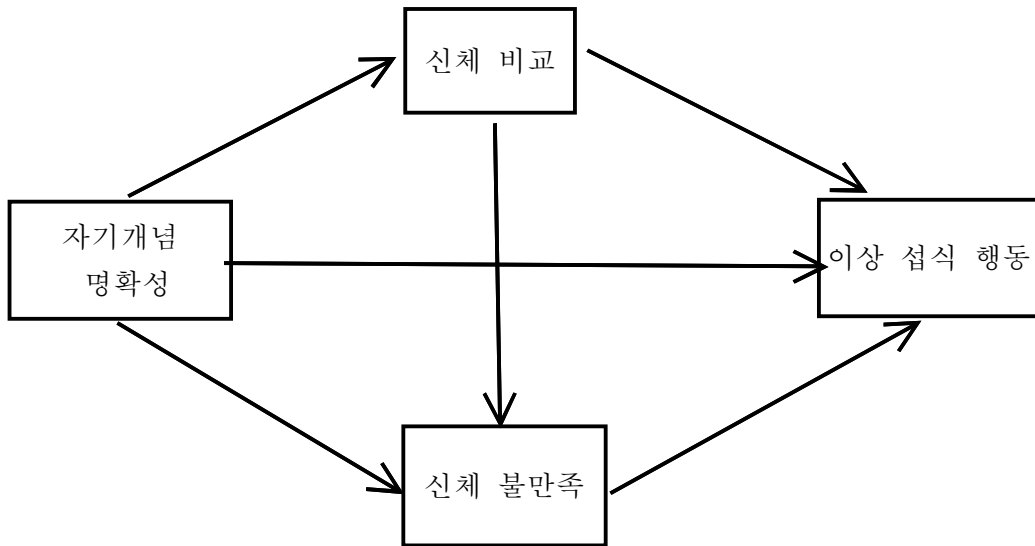


그림 1. 연구모형

IV. 연구방법

1. 연구대상

연구대상자는 장훈장학회 후원을 받아 (주)인바이트(www.invight.co.kr)를 통해 온라인 설문조사로 수집되었다. 이상 섭식 행동이 자주 나타나는 10~20대 여성 400명을 대상으로 연구가 진행되었으며 결측치를 제외한 총 386명이 분석에 사용되었다. 참여자의 평균 연령은 만 20.27세였고, 체중 평균은 약 55.29kg(SD=9.4), 신장은 평균 160.94cm(SD=5.27) 이었다. 신체 질량 지수(BMI)를 확인해 본 결과 저체중 집단(BMI 18.5미만)이 약 17.9%였으며, 정상 체중 집단(BMI 18.5~23)은 약 57.7%, 과체중집단(BMI 23~ 25)는 약 12.5%, 비만 집단(BMI 25이상)이 약 12%였다. 평균 신체 질량 지수는 21.3(SD=3.3)로 나타났다. 총 참여자의 44%가 현재 다이어트 중이라고 대답하였다. 구체적인 내용은 표 1에 제시하였다.

표 1. 인구통계학적 특성(N=386)

| 구분 | 평균(표준편차) | 최소-최대값 |
|---------------|----------------|-----------|
| 연령(만) | 20.27 | 14-29 |
| 키 | 160.94cm(5.27) | 145-176cm |
| 몸무게 | 55.29kg(9.4) | 39-110kg |
| 신체 질량 지수(BMI) | 21.3(3.3) | 15-42 |

2. 측정도구

1) 자기개념 명확성 척도(SCCS)

Campbell(1996)이 만든 자기개념 명확성 척도(Self-Concept Clarity Scale; SCCS)를 김대익(1998)이 번안한 것을 사용하였다. 척도는 총 12문항으로 문항들은 "나는 내가 누구이며 어떤 사람들인가에 대한 분명한 생각을 가지고 있다", "내 자신에 대한 나의 생각들이 불일치 할 때가 있다", "내가 원하는 것을 잘 모르기 때문에 어떤 결정을 내리기 어려울 때가 있다" 등으로 구성되어 있다. 총 5점 척도로 측정되며 (1=전혀 아니다, 5=매우 그렇다), Campbell(1996)등의 연구에서 내적 합치도는 .86으로 나타났으며, 본 연구에서 내적 합치도는 .84로 나타났다.

2) 신체 비교 척도(PACS+SACS)

신체에 대한 사회적 비교를 측정하는 도구로서 Thompson, Heinberg 및 Tantleff(1991)의 신체 비교 척도(Physical Appearance Comparison Scale; PACS)를 박정수(2007)가 번안한 척도 5문항을 사용하였다. 문항의 예로 "나는 파티나 다른 사교 모임에서 나의 신체적 외모와 다른 사람의 신체적 외모를 비교한다", "나는 종종 사람들을 만날 때 나의 몸매를 다른 사람의 몸매와 비교한다"등으로 구성되었다. 문항은 총 4개의 문항으로 구성된 5점 척도(1=전혀 아니다, 5=매우 그렇다)이다. Thompson등 (2004)의 연구에서는 내적 일치도가 .78로 나타났으며 박정수(2007)의 연구에서는 .82로 나타났다. 본 연구에서 내적 합치도는 .78로 나타났다.

또한 Tiggemann과 McGill(2004)가 개발하고 손은정(2008)이 번안한 구체적인 신체 특성 비교 척도(Specific Attributes Comparison Scale; SACS)를 사

용하였다. 구체적인 신체 특성 비교 척도는 팔뚝, 허벅지등 구체적인 신체 부위를 다른 사람과 비교하는 정도를 측정하는데, 문항은 총 5개의 문항으로 (1=전혀 그렇지 않다, 5=매우 그렇다) 5점 척도로 구성된다. Tiggemann과 McGill(2004)의 연구에서 내적 합치도는 .81로 나타났다. 본 연구에서도 동일하게 내적 합치도는 .81로 나타났다.

3) 신체 불만족 척도(BSQ)

신체 불만족을 측정하기 위해서 Cooper, Taylor, Cooper와 Fairburn(1987)이 체형에 대한 관심 정도를 확인하기 위해 만든 체형 만족도 평가지(Body Shape Questionnaire: BSQ)를 노영경과 김봉환(2005) 번안한 척도를 사용하였다. BSQ는 비만한 느낌과 현재 체중의 왜곡에 기인한 부정적 정동을 나타내는 질문들로 구성 되어있다. 문항은 총 32 문항이며 6점 척도(1=전혀 아니다, 6=항상 그렇다)이다. 척도의 문항으로는 “다른 사람들의 체형을 보면 자신의 체형에 대해 비판적으로 느껴집니까?”, “다른 사람들과 함께 있을 때 자신의 체형에 대해 신경이 쓰입니까?” 등이며 점수가 높을수록 뚱뚱한 느낌을 많이 경험하며 체형에 대한 만족도가 낮은 것을 시사한다. 이 척도의 내적 합치도는 .88로 나타났으며 노영경(2005)의 연구에서는 .95로 나타났다. 본 연구에서 내적 합치도는 .96으로 나타났다.

4) 이상 섭식 행동 척도(KEAT-26)

이상 섭식 행동을 측정하기 위해서 Garfinkel(1982)등이 개발한 Eating Attitude Test(EAT)를 이민규(1998)가 번안한 한국판 섭식태도 검사(Korean Version of Eating Attitude Test-26)을 사용했다. 이 척도는 섭식장애 환자뿐

만이 아니라 정상 집단의 이상 섭식 태도를 확인하는데 사용되는 자기보고식 척도이며 총 26문항으로 구성되어 있다. 문항들은 거식요인 13문항과 폭식과 음식에 대한 몰두를 나타내는 6문항 섭식통제 행동 7문항을 포함한다. 문항은 6점 척도(1=전혀 아니다, 6=항상 그렇다)로 매우 그렇다는 3점, 그렇다는 2점, 약간 그렇다부터 전혀 아니다 까지는 0점으로 적용하여 사용된다. 총점이 높을수록 이상 섭식 행동을 보이는 경향이 강하며 총점이 20점이 넘을 경우 병리적인 절식행동을 보이는 것으로 간주되며 신경성 거식증을 시사한다. 문항의 예로 “음식을 작은 조각으로 나누어 먹는다” “자신이 먹고 있는 음식의 열량을 알고 먹는다” “내 삶이 음식에 의해 좌우된다는 생각이 든다”, “먹고 난 다음 심한 죄책감을 느낀다” 등으로 이루어져 있다. 이민규 등(1998)의 연구에서 내적 합치도는 .90였다. 본 연구에서는 .87로 나타났다.

3. 분석방법

본 연구는 SPSS 21.0과 AMOS 21.0을 사용하여 분석을 실시하였다. 구체적인 절차는 다음과 같다.

첫째, SPSS를 이용해 빈도분석을 실시하여 인구통계학적 특성을 확인하고, 신뢰도 분석을 통한 Cronbach's α 를 확인하였다.

둘째, 각각의 변인간 관련성을 알아보기 위해 상관분석을 실시하였다.

셋째, 자기개념 명확성과 이상 섭식 행동을 가장 잘 설명하는 모형을 찾기 위해 AMOS를 사용하여 Anderson과 Gerbing (1988)이 제안한 방식인 2단계 접근법(Two step approach)에 따라 측정 모형을 검증 후 구조모형을 검증하였다. 선행 연구에 따라 연구모형1개와 경쟁모형4개를 만들어 χ^2 검증을 통해 차이를 비교하였다.

넷째, 자기개념 명확성과 이상 섭식 행동의 매개효과를 확인하기 위해 부트

스트랩 (bootstrapping) 절차를 사용하여 검증하였다. 구조 방정식 모형의 적합도는 CFI, TLI, RMSEA 값을 통하여 평가하였다.

V. 연구결과

1. 자기개념 명확성과 주요 변인간 기술 통계 및 상관

각 변인들 간의 관련성을 알아보기 위해 Pearson의 상관분석을 실시하였다. 그 결과는 표 2와 표 3에 제시하였다.

표 2. 각 측정변인들 간의 기술통계 및 상관계수 (N=386)

| 변인 | 1 | 2 | 3 | 4 |
|------------|---------|--------|--------|------|
| 1.자기개념 명확성 | | | | |
| 2.신체 비교 | -.517** | | | |
| 3.신체 불만족 | -.463** | .720** | | |
| 4.이상 섭식 행동 | -.387** | .539** | .679** | |
| 총점 | 30.79 | 29.14 | 96.18 | 9.13 |
| 표준편차 | 6.38 | 7.21 | 28.08 | 8.37 |
| 왜도 | .191 | -.105 | .422 | 1.35 |
| 첨도 | .201 | -.398 | -.119 | 2.04 |

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

개별 문항을 모두 사용하는 것에 비해서 문항꾸러미(item parcelling)를 만들어서 자료를 분석할 때 자료가 정규분포를 위반할 가능성이 줄어들 뿐만 아니라 적합도가 상승한다(Bandalos, 2002). 따라서 본 연구에서는 문항꾸러미를 만들어 구조방정식 검정을 실시하였다. 기존의 선행연구를 바탕으로 이상 섭

식 행동은 3요인, 자기개념 명확성, 신체 비교, 신체 불만족은 탐색적 요인분석을 실시 각각 2요인과 3요인으로 나누어 분석을 실시하였다.

표 3. 하위 측정 변인간 상관계수 (N=386)

| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
|----------|---------|---------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|-------|
| 1 | | | | | | | | | | |
| 2 | .659** | | | | | | | | | |
| 3 | -.456** | -.435** | | | | | | | | |
| 4 | -.454** | -.407** | .715** | | | | | | | |
| 5 | -.385** | -.321** | .523** | .696** | | | | | | |
| 6 | -.419** | -.405** | .542** | .697** | .796** | | | | | |
| 7 | -.482** | -.380** | .564** | .538** | .694** | .702** | | | | |
| 8 | -.327** | -.278** | .487** | .546** | .749** | .662** | .654** | | | |
| 9 | -.151** | -.142** | .210** | .079 | .098 | .078 | .214** | .307** | | |
| 10 | -.411** | -.291** | .403** | .359** | .448** | .436** | .596** | .501** | .276** | |
| 평균 | 15.98 | 14.80 | 12.83 | 16.30 | 44.90 | 40.92 | 10.35 | 5.15 | 2.02 | 1.95 |
| 표준 편차 | 3.48 | 3.53 | 3.24 | 4.53 | 12.47 | 14.04 | 3.84 | 5.50 | 2.54 | 2.60 |
| 왜도 | .094 | .229 | -.174 | -.113 | -.004 | .730 | .701 | 1.140 | 1.839 | 1.550 |
| 첨도 | -.105 | .248 | -.185 | -.517 | -.394 | .284 | .196 | .735 | 4.157 | 1.857 |

자기개념 명확성 1,2, 신체비교 3,4, 신체불만족 5,6,7 이상섭식행동-절식 8,이상섭식행동-섭식통제 9, 이상섭식행동-폭식 10. * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

측정변인의 왜도와 첨도의 절대값이 각각 2와 7을 넘지 않을 때 정상분포 가정을 충족시킨다는 제언(Finch & West, 1997)에 따라 왜도와 첨도를 계산한 결과, 모든 변수들이 왜도 $<\pm 2$, 첨도 $<\pm 7$ 을 넘지 않음으로 정규성 가정을 위반하지 않는 것으로 나타났다. 상관분석을 한 결과 모든 변인들이 통계적으로 유의미한 관련성을 보였다. 구체적으로 자기개념 명확성은 신체 비교와 유의한 부적 상관($r = -.517, p < .01$)을 보였고 자기개념 명확성과 신체 불만족과도 유의한 부적 상관($r = -.463, p < .01$)을 보였다. 또한 자기개념 명확성은 이상 섭식 행동과 통계적으로 유의한 부적 상관($r = -.387, p < .01$)을 보였다. 신체 비교는 신체 불만족과 유의한 정적 상관($r = .720, p < .01$)을 보였으며 신체 비교는 이상 섭식 행동과도 유의한 정적 상관($r = .539, p < .01$)을 보였다. 신체 불만족은 이상 섭식 행동($r = .679, p < .01$)과도 유의한 정적 상관을 보였다. 각 하위 측정 변인간 관련성을 표 3에 제시하였다.

2. 측정모형 검증

설정된 구조 모형을 검증하기 이전에 측정 변인들이 잠재 변인들을 잘 측정하는지를 알아보기 위해 측정 모형 검증을 실시하였다. 측정 모형 검증은 Anderson & Gerbing(1988)이 제안한 2단계 접근법을 사용하였다. 2단계 접근법의 경우, 1단계에서 확인적 요인분석을 통해 측정모형의 적합도와 타당성을 검증하고 2단계에서 구조모형을 추정하는 방법이다. 적합도 지수는 CFI, TLI, RMSEA등을 사용하였다. RMSEA는 절대 적합도 지수로 .05이하이면 좋은 적합도, .80이하이면 괜찮은 적합도, .10 이하이면 보통 적합도, .10 이상이면 나쁜 적합도로 판정된다(배병렬 2011; 홍세희, 2000). 모형의 적합도는 표 4에 제시하였

다.

표 4. 측정모형 적합도(N=386)

| 모형 | $\chi^2(df)$ | CFI | TLI | RMSEA |
|------|---------------|------|------|-------|
| 측정모형 | 75.558(23)*** | .978 | .957 | .077 |

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

연구 결과 CFI와 TLI는 .90이상 RMSEA는 .80이하로 괜찮은 적합도를 보여 측정모형이 수용 가능한 것으로 나타났다.

표 5. 측정모형의 요인계수와 임계치(N=386)

| 경로 | 비표준화 경로계수 | 표준화 경로계수 | 표준오차 | 임계치 |
|-----------|--------------|-------------|------|-----------|
| 자기개념 명확성 | | | | |
| 자기개념 명확성1 | 1 | .857 | | |
| 자기개념 명확성2 | .910 | .768 | .081 | 11.233*** |
| 신체 비교 | | | | |
| 신체 비교1 | 1 | .782 | | |
| 신체 비교2 | 1.636 | .914 | .094 | 17.468*** |
| 신체 불만족 | | | | |
| 신체 불만족1 | 1 | .906 | | |
| 신체 불만족2 | 1.088 | .875 | .044 | 24.878*** |
| 신체 불만족3 | .267 | .785 | .013 | 20.112*** |
| 이상 섭식 행동 | | | | |
| 절식행동1 | 1 | .864 | | |
| 섭식통제행동2 | .491 | .520 | .048 | 10.279*** |
| 폭식행동3 | .975 | .658 | .072 | 13.610*** |

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

표 5를 보면 측정모형의 모수 추정치들간의 경로계수가 모두 통계적으로 유의하였으며, 요인 부하량은 자기개념 명확성은 .76-.85, 신체 비교는 .78-.91, 신체 불만족 .78-.90, 이상 섭식 행동은 .52-.86 으로 모두 $p < .001$ 수준에서 양호한 것으로 나타났다. 잠재변인에서 측정변인의 요인부하량이 .5이상이면 좋은 값으로 집중타당도가 있다고 간주하는데(우종필, 2012) 모든 요인이 .50이상으로 적절한 것으로 나타났다.

3. 연구 모형과 경쟁 모형

본 연구에서는 선행 연구를 토대로 1개의 연구 모형과 4개의 경쟁 모형을 만들어 모형을 비교 검증해 보았다. 연구모형은 자기개념 명확성이 신체 비교와 신체 불만족의 매개를 통해 이상 섭식 행동에 간접적으로 영향을 주면서 자기개념 명확성이 이상 섭식 행동에 직접 영향을 주는 부분 이중 매개 모형을 가정하였다.

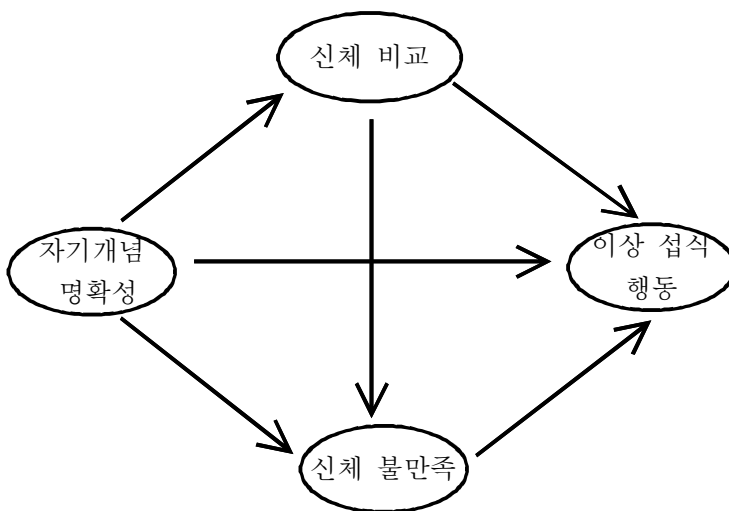


그림 1.

경쟁 모형은 다음과 같다.

경쟁모형 1. 연구모형에서 신체비교가 이상 섭식 행동에 미치는 영향을 제거한 모형

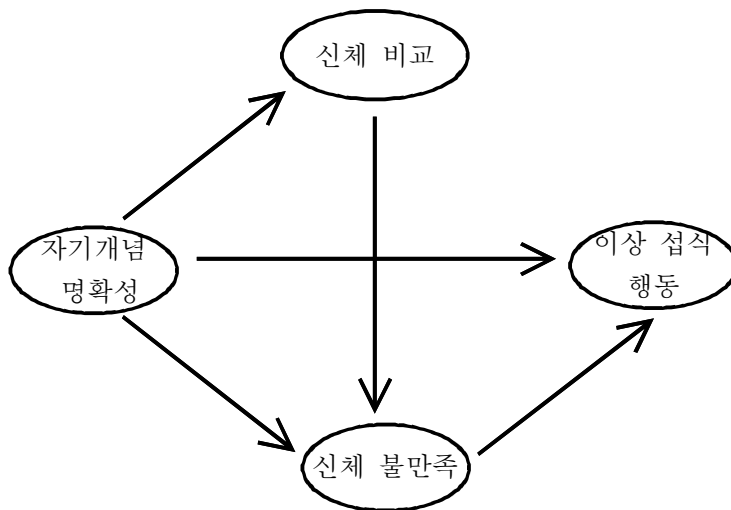


그림 2.

경쟁모형 2. 자기개념 명확성이 신체 비교와 신체 불만족의 매개를 통해 이상 섭식 행동에 간접적으로도 영향을 미치는 모형

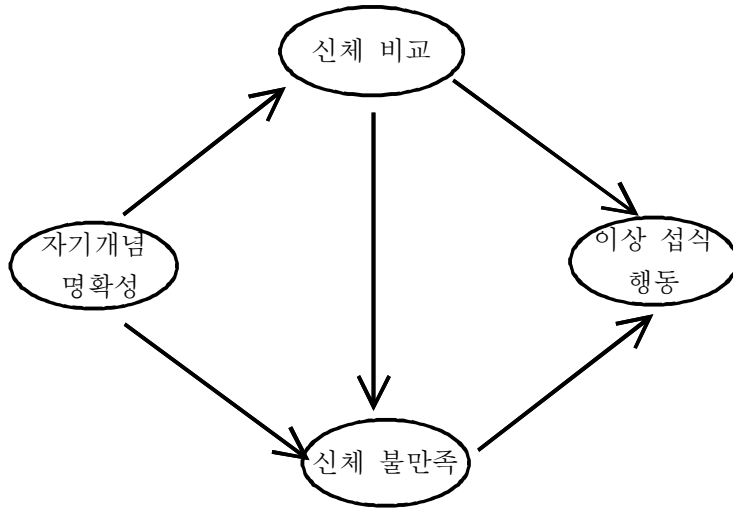


그림 3.

경쟁모형 3. 자기개념 명확성이 이상 섭식 행동에 직접 영향을 미치면서 신체 비교와 신체 불만족을 통해 간접적으로도 영향을 미치는 매개모형

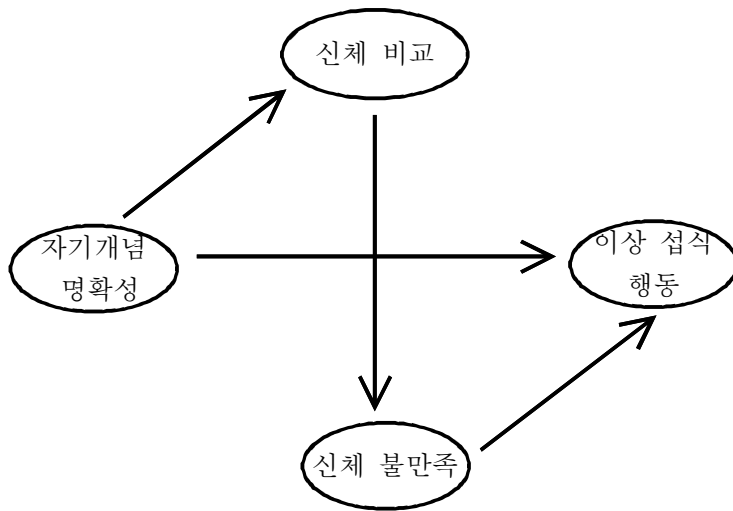


그림 4.

경쟁모형 4. 자기개념 명확성이 신체 비교와 신체 불만족의 순차적 매개만을 통해 이상 섭식 행동에 영향을 미치는 완전 이중 매개모형

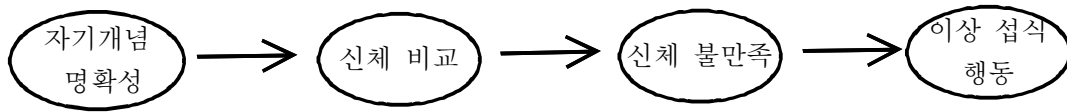


그림 5.

표 6. 연구모형과 경쟁모형간의 적합도 지수(N=386)

| | χ^2 | df | TLI | CFI | RMSEA | $\Delta\chi^2(df)$ |
|--------|-----------|----|------|------|-------|--------------------|
| 연구 모형 | 87.943*** | 23 | .947 | .973 | .086 | |
| 경쟁 모형1 | 88.004*** | 24 | .950 | .973 | .083 | 0.061(1) |
| 경쟁 모형2 | 87.958*** | 24 | .950 | .973 | .083 | 0.015(1) |
| 경쟁 모형3 | 89.901*** | 25 | .951 | .973 | .082 | 1.958(2) |
| 경쟁 모형4 | 89.951*** | 26 | .954 | .973 | .080 | 2.008(3) |

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

각 모형의 적합도 지수는 표 6에 제시하였다. 연구모형과 경쟁모형 1,2,3,4 모두 RMSEA가 .10 이하(90%의 신뢰구간)로 보통 수준의 적합도를 나타냈다. 이는 연구모형과 경쟁모형 모두 자료에 적합한 것을 의미한다. 그 중 가장 잘 설명하는 모형을 선택하기 위해 연구모형과 경쟁모형이 서로 내포된(nested) 관계를 보이고 있으므로 χ^2 차이검증을 이용하여 모형을 비교해 보았다. 구체적으로 연구모형과 경쟁모형들 간의 차이는 경쟁모형 1의 경우 $\Delta\chi^2=0.061(\Delta df=1)$, 경쟁모형 2의 경우 $\Delta\chi^2=0.015(\Delta df=1)$ 로써 임계치 3.84보다 작으므로 두 모형간에 유의미한 차이가 없었다. 경쟁 모형 3은 $\Delta\chi^2=1.958(\Delta df=2)$ 로써 임계치 5.99를 넘지 못했고 경쟁 모형 4 $\Delta\chi^2=2.008(\Delta df=3)$ 또한 임계치 7.82를 넘지 못해 연구 모형과 유의한 차이를 나타내지 않았다. 두 모형간 χ^2 의 차이가 유의하면 자유도가 작은 모형을 선택하며 두 모형간의 χ^2 차이가 유의미하지 않으면 두 모형간 합치도 차이가 없는 것임으로 간결성의 원칙에 따라

더 간단한 모형, 즉 자유도가 더 큰 모형이 선호된다. 따라서 간결성의 원칙에 따라 연구 모형 대신 경쟁 모형 4가 최종 모형으로 선정되었다.

표 7. 최종 모형의 모수추정치(N=386)

| 경로 | 비표준화 | 표준화 | 표준오차 | 임계치 |
|------------|-------|-------|------|-----------|
| | 계수 | 계수 | | |
| 자기개념 명확성 | -.523 | -.617 | .056 | -9.281*** |
| →신체 비교 | | | | |
| 신체 비교 →신체 | 3.675 | .846 | .243 | 15.099*** |
| 불만족 | | | | |
| 신체 불만족 →이상 | .227 | .896 | .010 | 21.689*** |
| 섭식 행동 | | | | |

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

최종 모형의 모수추정치를 보면 자기개념 명확성은 신체 비교($\beta = -.617$, $p < .001$)와 부적 관련성을 가지며 신체 비교는 신체불만족($\beta = .846$, $p < .001$)과, 신체 불만족은 이상 섭식 행동($\beta = .896$, $p < .001$)과 정적 상관을 가졌다. 이는 자기개념이 명확하지 않을수록 신체 비교를 더 많이 하고 신체 불만족도도 높으며 이상 섭식 행동을 많이 하는 것을 의미한다.

4. 매개효과 검증

가장 적합한 모형에서 자기개념 명확성이 이상 섭식 행동에 미치는 영향의 매개 효과를 확인하기 위해 Shrout와 Bolger(2002)에 따라 부트스트랩(Bootstrapping)검증을 실시하였다. AMOS 프로그램에서 모수 추정 방법으로 주로 ML과 GLS를 사용하지만 이 방법들은 다변량 정규분포를 따른다는 가정하에 실시된다. 그러나 대부분의 자료들은 다변량 정규분포를 따른다는 가

정을 충족할 수 없기에 비교적 다변량 정규분포를 따른다는 통계적 가정의 제약으로부터 자유로운 부트스트래핑 방법을 사용한다(김계수, 2011). 부트스트래핑은 모집단으로부터 표본 데이터를 무작위로 재추출하여 표준오차를 추정하는 방법으로 모집단의 분포를 모르는 상태에서 표본 데이터를 가지고 모수 분포를 생성하여 모수를 추정하는 방법이다. 실행을 위해 원자료(N=386)에서 무선 표집으로 생성된 10000개의 자료 표본이 모수추정에 사용되었으며, 신뢰구간은 95%로 설정하였다. 부트스트래핑 검증은 신뢰구간 내에서 값이 영가설을 의미하는 0을 포함하지 않으면 매개효과가 유의미한 것으로 해석한다. 그 결과는 표 8에 제시하였다.

표 8. 주요 변인간의 직, 간접 및 총 효과(N=386)

| 경로 | 직접효과 | 간접효과 | 총효과 |
|--------------------|----------|-----------------------|----------|
| 자기개념 명확성 →신체 비교 | -.617*** | | -.617*** |
| 자기개념 명확성 →신체 불만족 | | -.522***(-.600~-.433) | -.522*** |
| 자기개념 명확성 →이상 섭식 행동 | | -.467***(-.549~-.380) | -.467*** |
| 신체 비교 →신체 불만족 | .846*** | | .846*** |
| 신체 비교 →이상 섭식 행동 | | .758***(.690~.814) | .758*** |
| 신체 불만족 →이상 섭식 행동 | .896*** | | .896*** |

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

변수들의 전체 효과는 .46에서 .89까지 모든 변인이 유의 수준 .001에서 이

상 섭식 행동에 영향을 미치고 있었다. 자기개념 명확성과 신체 비교를 거쳐 신체 불만족으로 가는 경로를 살펴보면 95%의 신뢰 구간에서 $-.600 \sim -.433$ 로 0을 포함하지 않으므로 매개효과는 유의미한 것으로 나타났다($\beta = -.522$, $p < .001$). 또한, 신체비교가 이상 섭식 행동에 미치는 영향에 있어서도 신체 불만족의 신뢰구간이 $.690 \sim .814$ 로 간접효과가 유의미한 것으로 나타났다($\beta = .758$, $p < .001$). 자기개념 명확성에서 이상 섭식 행동으로 가는 간접효과도 신뢰구간이 $-.549 \sim -.380$ 로 모두 유의한 것으로 나타났다($\beta = -.467$, $p < .001$).

VI. 논 의

현대 사회에서 섭식 장애 환자들이 급속도로 증가하고 있고 이에 대한 연구의 필요성이 증가함에 따라 본 연구에서는 여성을 대상으로 한 이상 섭식 행동에 대해서 연구해 보았다. 특히 섭식 장애가 청소년기~초기 성인기에 가장 많이 나타난다는 것(DSM-5, APA)을 토대로 10대~20대 여성들로만 연구 대상을 제한하여 연구를 진행하였다. 구체적으로 보면 자기개념이 구조적 측면과 평가적 측면으로 나뉜다는 이론을 바탕으로 자기개념의 구조적 측면인 자기개념 명확성과 이상 섭식 행동간의 관계에 대해서 검토해 보았다. 선행 연구들을 통해 자기개념 명확성이 이상 섭식 행동에 미치는 영향에 있어서 직접적인 관련성 뿐만 아니라 신체 비교와 신체 불만족이 매개역할을 할 것이라고 가정하였다. 보다 정확한 분석을 위해서 완전 및 부분 매개를 포함하는 연구 모형과 연구모형에서 각각 하나씩 변인들의 관계를 제거해 나간 부분 매개와 완전 매개 모형등 경쟁 모형 4개를 만들어서 어느 것이 수집된 자료에 더 적합한 모형인지를 비교 검증하였다. 결과들을 요약하면 다음과 같다.

첫째, 각 주요변인과 이상 섭식 행동간의 상관을 확인해 본 결과, 모든 변인들 간에 유의미한 상관을 보였으며 그 중 이상 섭식 행동과 관련된 변인 중 신체 불만족이 높은 상관을 보였다. 이는 이상 섭식 행동의 위협 요인들 중에서 신체 불만족이 특히 중요한 영향을 미치는 요인이라는 결과와 일치한다(김영신, 양난미 2010; 손은정, 2008; Polivy & Herman, 2002).

둘째, 자기개념 명확성과 이상 섭식 행동을 설명하는 모형들에 있어서 신체 비교와 신체 불만족이 순차적으로 완전 매개한다는 경쟁모형이 수집된 자료에 가장 적합한 것으로 나타났다. 이는 변인들이 모두 투입된 모형에서 자기개념 명확성이 이상 섭식 행동에 직접적인 영향을 미치지 않고 신체 비교 행동과 신체 불만족을 거쳐서 이상 섭식 행동에 영향을 주는 것을 의미한다. 즉 자기

개념이 명확하며 일관되고 안정될수록 외부, 타인으로부터 자신을 비교하는 행동을 적게 하고 자신의 신체에 대한 불만족도가 낮았으며 이상 섭식 행동도 적었다. 이는 내적 기준이 모호하고 일관되지 않을수록 외부 자극에 민감하고 영향을 받는다는 Campbell (1990)의 주장과도 일치된다.

셋째, 타인과 자신의 몸매를 비교할수록 자신의 신체에 대한 만족도도 떨어지며 음식을 억제하거나 쪼개먹거나 혹은 폭식을 하는 등 이상 섭식행동과도 관련성이 있었다. 이는 기존의 선행 논문과 일치하는 결과이며(김영신, 양난미, 2010; 손은정, 2008; Cattarin, Thompson, Thomas, & Williams, 2000; Durkin & Paxton, 2002; Fisher, Dunn, & Thompson, 2002) 사회적인 상황에서 다른 사람의 외모나 몸매를 자주 비교할수록 자신의 단점을 더 많이 인식하고 부각하게 되어 신체 만족도가 떨어질 수 있음을 시사한다.

본 연구의 의의는 다음과 같다.

첫째, 최근 현대 사회에서 날씬한 몸매와 다이어트에 대한 열풍이 더욱더 고조됨에 따라 정상인을 대상으로 한 섭식 행동을 조사할 필요성이 있었다. 특히 참여자들의 BMI가 평균적으로 21.3으로 정상체중에 해당함에도 전체의 44%가 현재 다이어트를 하고 있다고 대답한 것으로 보아 실제적으로 많은 여성들이 더 마른 모습을 추구하고 있고 체중 감량 행동을 하고 있음을 시사한다. 또한 본 연구에서 사용한 이상 섭식 행동 척도의 경우, 20점 이상을 병리적인 절식 행동을 보이는 것으로 판단하는데 전체 참여자의 약 10%가 해당하는 것으로 나타나 신경성 거식증의 가능성을 시사하였다. 본 연구가 정상인을 대상으로 진행된 것으로 볼 때 잠재적인 섭식 장애 환자에 대한 적극적인 교육 및 치료에 대한 개입의 필요성을 요구한다.

둘째, 섭식장애와 관련된 자기개념 연구는 자아존중감 위주로 진행되어 왔다. 자기개념의 평가적 측면인 자아 존중감과 관련하여 신체 비교 및 신체 불만족과 이상 섭식 행동을 설명하였다(Corning, Krumm & Smithan, 2006; 손은정, 2008; 김영신, 양난미, 2010). 그러나 최근 들어 자기개념이 단일한 측면

이 아니라는 주장(Kernis, Cornell, Sun, Berry, & Harlow, 1993; McConnell, 2011)에 따라 평가적 측면과 구조적 측면으로 나누어서 연구가 진행되고 있다. 본 연구는 자기개념의 구조적 측면인 자기개념 명확성과 이상 섭식 행동간의 유의미한 관련성을 확인함으로써 자기개념과 섭식 장애에 관한 연구를 확장시켰다는 점에서 의의가 있다.

셋째, 청소년기에서 초기 성인기는 정체성이 모호하고 확실하게 성립되어 있지 않으며 잦은 변화와 혼란을 경험한다(Kroger, Martinussen, & Marcia, 2010). 또한 청소년기~초기 성인기가 다른 시기보다 타인과의 신체 비교 행동들이 자주 관찰 된다(Clay, Vignoles, & Dittmar, 2005). 이 시기에 섭식장애가 많이 발생한다는 것(DSM-5, 2014)을 고려해 볼 때 자기 개념을 명확히 형성하는 것을 통해 타인과의 비교 행동을 줄일 수 있다. 또한 감소된 비교 행동은 자신의 신체에 대한 불만족도를 감소시킬 수 있으며 나아가 이상 섭식 행동을 줄일 수 있음을 시사한다. 즉 치료개입에 있어 외모에 기초하지 않는 일관되고 분명한 자기개념을 확립하는 것이 필요하다.

본 연구의 한계점은 다음과 같다.

첫째, 여성만을 대상으로 연구가 진행되었으므로 결과를 일반화 시키는데 한계가 있다. 후속 연구에서는 남성에게도 섭식장애 환자가 증가한다는 연구들을 토대로 남녀 모두를 포함한 연구를 진행해 성별에 따라 섭식 행동이 달리 나타나는지 차이도 분석해 볼 필요가 있다. 또한 10대에서 20대를 대상으로만 표본이 수집되었으므로 다양한 연령대의 표집을 통한 모형 검증을 요구한다.

둘째, 본 연구에서 연구의 적합도를 고려해볼 때 이상 섭식 행동 모형에 있어서 새로운 변인들을 추가적으로 연구해야 될 것으로 보인다. 그 변인으로 박정수 (2007)의 연구에 보면 자기-평가에서 신체 중요성이 절식 및 폭식에 중요한 영향을 미친다는 것을 생각해 볼 수 있다. 추후에는 신체 중요성과 자기개념 명확성, 신체 비교, 이상 섭식 행동간의 관련성에 대한 연구를 진행해

볼 수 있을 것이다.

셋째, 본 연구에서 사용된 설문지인 신체 불만족과 이상 섭식 행동의 경우 비교적 중첩되는 문항들이 존재했다. 가령 이상 섭식 행동 척도에 있어서 “먹고 난 다음 토한다.”와 신체 불만족 척도에서 “더 마르고 싶어서 토한 적이 있습니까?”등이 있다. 또한 신체 불만족 척도의 문항에서 “더 날씬해지기 위해 설사제를 복용한 적이 있습니까?”, “체형에 대한 염려 때문에 운동을 꼭 해야 한다고 생각합니까?” 등은 신체에 대한 불만족이라기보다는 이상 섭식 행동에 더 적합했다. 또한 척도에서 국내 문화와는 맞지 않는 어투의 문항들도 다소 있었는데 국내 정서에 맞게 수정할 필요성이 요구된다.

넷째, 자기개념의 구조적 측면에만 초점이 맞추어져서 이상 섭식 행동을 설명하였다. 본 연구결과를 확장하여 후속 연구에서는 구조적 측면과 평가적 측면인 자기개념 명확성과 자아 존중감을 모두 고려한 통합적인 모형 검증을 기대한다.

참 고 문 헌

- 강선영, 홍혜영 (2012). 직장인의 자기애와 공격성의 관계. **통합치료연구**, 4(1), 25-51.
- 건강보험심사평가원 (2013). “살 찌는 것이 두렵다”, 20대 섭식장애 여성 남성의 9배 <http://www.hira.or.kr>, 2013. 5. 27.
- 고현석, 민경환, 김민희 (2012). 자존감, 자존감 안정성, 자기개념 명료성과 심리적 적응과의 관계 탐색. **한국심리학회지 : 일반**, 31(3), 825-846.
- 권석만 (2013). 현대 이상심리학. 서울 : 학지사.
- 김계수 (2011). 구조방정식 모형 분석. 한나래아카데미.
- 김영신, 양난미 (2010). 남녀대학생의 자아존중감과 섭식억제간의 관계에서 신체 비교와 신체 불만족의 매개효과 검증. **한국심리학회지 : 일반**, 29(4), 791-815.
- 김유정, 최수동, 서경현, 김성민 (2007). 신체상에 만족하지 않는 여대생의 섭식억제와 운동 및 운동동기. **한국스포츠리서치**, 18(4), 471-480.
- 김정욱 (2011). 섭식장애. 서울 : 학지사.
- 노영경, 김봉환(2005). 체형 만족도 평가지의 타당화 연구-여대생을 중심으로. **상담학 연구**, 6(4), 1163-1174.
- 남정혜, 이수재, 김현정 (2014). 경기 일부 지역 여대생의 체질량지수와 섭식장애의 상관관계 연구. **한국식품영양학회지**, 27(1), 80-88.
- 박정수, 이민규, 신희천 (2007). 여대생의 절식 및 폭식행동에 대한 자기-평가의 신체중요성 지각 모형. **한국심리학회지 : 임상**, 26(1), 73-91.
- 배병렬 (2011). 구조방정식 모델링. 서울: 청람.
- 손은정 (2008). 여대생의 자아존중감, 신체 비교, 마른 이상적인 체형의 내면화, 신체불만족이 이상 섭식 행동에 미치는 영향. **한국심리학회지 : 상담**

및 심리치료, 20(3), 885-901.

- 우종필 (2012). 우종필 교수의 구조방정식모델 개념과 이해. 한나레아카데미
- 이민규, 이영호, 백세현, 손창현, 정영조, 홍성국, 장필립, 윤애리 (1998). 한국
판 식사 태도 검사 표준화 연구 : 신뢰도 및 요인분석, **정신신체의학**,
6(2), 155-175.
- 이상선, 오경자 (2004). 몸매와 체중에 근거한 자기 평가와 신체 불만족이 여
대생의 이상 섭식 행동에 미치는 영향. **한국심리학회지 : 임상**, 23(1),
91-106.
- 이수현 (2005). 자기 복잡성과 자기 개념 명료성이 심리적 적응에 미치는
영향. 서울대학교 대학원 석사학위 청구 논문.
- 정승교, 박종성 (1997). 여중생의 체중조절 실패, 비만도 및 신체상에 관한 연
구. **보건교육건강증진학회지**, 14(2), 171-184.
- 조아라 (2013). 성차에 따른 신체 비교와 신체 불만족 간의 관계 연구. **한국심
리학회지 : 건강**, 18(1), 105-120.
- 홍세희. (2000). 특별기고: 구조 방정식 모형의 적합도 지수 선정기준과 그 근
거. **한국심리학회지 임상**, 19(1), 161-177.
- Ackard, D.M., Cronemeyer, C. L., Franzen, L. M., Richter, S. A., &
Norstrom, J. (2011). Number of different purging behaviours used
among women with eating disorders: Psychological, behavioural,
self-efficacy and quality of life outcomes. *Eating Disorders*, 19(2), 156
- 174.
- American Psychiatric Association (2013). *DSM-5: Diagnostic and statistical
manual of mental disorders*. Washing. DC.
- Anderson, J. C., & Gerbing, D. W. (1988). Structural equation modeling in
practice: A review and recommended two-step approach. *Psychological
Bulletin*, 103, 411-423.

- Arcelus, J., Mitchell, A. J., Wales, J., & Nielsen, S. (2011). Mortality rates in patients with anorexia nervosa and other eating disorders. A meta-analysis of 36 studies. *Archives of Psychiatry, 68*(7), 31-724.
- Arroyo, A. (2013). Connecting theory to fat talk: Body dissatisfaction mediates the relationships between weight discrepancy, upward comparison, body surveillance, and fat talk. *Body image, 11*, 303-306.
- Bailey, S. D., & Ricciardelli, L. A. (2010). Social comparisons, appearance related comments, contingent self-esteem and their relationships with body dissatisfaction and eating disturbance among women. *Eating Behaviors, 11*(2), 107-112.
- Bandalos, D. L. (2002). The effects of item parceling on goodness-of-fit and parameter estimate bias in structural equation modeling. *Structural Equation Modeling, 9*(1), 78 - 102.
- Bamford, B., & Halliwell, E. (2009). Investigating the role of attachment in social comparison theories of eating disorders within a non-clinical female population. *European Eating Disorders Review, 17*, 371-379.
- Bruch, H. (1973). *Eating disorder: Obesity, anorexia nervosa, and the person within*. New York: Basic Books.
- Bruch, H. (1981). Developmental considerations of anorexia nervosa and obesity. *Canadian Journal of Psychiatry, 26*, 212-217.
- Bunck, A. P., & Gibbons, F. X. (2007). Social comparison: The end of a theory and the emergence of a field. *Organizational Behavior and Human Decision Processes, 102*, 3-21.
- Butzer, B., & Kuiper, N. A. (2006). Relationships between the frequency of social comparisons and self-concept clarity, intolerance of uncertainty, anxiety, and depression. *Personality and Individual Differences, 41*,

167-176.

- Cahill, S., & Mussap, A. J. (2005). Emotional reactions following exposure to idealized bodies predict unhealthy body change attitudes and behaviors in women and men. *Journal of Psychosomatic Research, 62*, 631-639.
- Campbell, J. D. (1990). Self-esteem and clarity of the Self-concept. *Journal of personality and Social Psychology, 59*(3), 538-549.
- Campbell, J. D., & Fehr, B. (1990). Self-esteem and perceptions of conveyed impressions: Is negative affectivity associated with greater realism? *Journal of Personality and Social Psychology, 58*, 122-133.
- Campbell, J. D., Trapnell, P. D., Heine, S. J., Katz, I. M., Lavallee, L. F., & Lehman, D. R. (1996). Self-concept clarity: measurement, personality correlates, and cultural boundaries. *Journal of Personality and Social Psychology, 70*, 141-156.
- Cash, T. F. (2012). Cognitive-behavioural perspectives on body image. In T. F. Cash (Ed.), *Encyclopedia of body image and human appearance*. London, UK and San Diego, CA: Academic Press (Elsevier).
- Casper, R. C., Hedeker, D. & McClough, J. F. (1992). Personality dimensions in eating disorders and their relevance for subtyping. *Journal of American Academy of Child and Adolescent Psychiatry, 37*, 1030-1035.
- Cattarin, J. A., Thompson, J. K., Thomas, C., & Williams, R. (2000). Body image, mood and televised images of attractiveness: The role of social comparison. *Journal of Social and Clinical Psychology, 19*, 220-239.
- Clay, Vignoles, & Dittmar. (2005). Body image and self-esteem among adolescent girls: Testing the influence of sociocultural factors. *Journal*

- of Research on Adolescence, 15, 451 - 477.*
- Corning, A. F., Krumm, A. J., & Smitham, L. A. (2006). Differential social comparison processes in women with and without eating disorder symptoms. *Journal of Counseling Psychology, 53, 338-349.*
- Cooper, P. J., Taylor, M. J., Cooper, Z., & Fairburn, C. G. (1987). The development and validation of the Body shape Questionnaire. *International Journal of Eating Disorder, 6(4), 485-494.*
- DeMarree, K. G., Petty R. E., & Brinol, P. (2007). Self-certainty: Parallels to attitude certainty. *International Journal of Psychology and Psychological therapy, 7, 159-188.*
- Durkin, S. J., & Paxton, S. J. (2002). Predictors of vulnerability to reduced body image satisfaction and psychological wellbeing in response to exposure to idealized female media images in adolescent girls. *Journal of Psychosomatic Research, 53, 995-1005.*
- Fahy, T., & Eisler, I. (1993). Impulsivity and eating disorders. *British Journal of Psychiatry, 162, 193-197.*
- Favaro, A., Ferrara, S., & Santonastaso, P. (2003). The spectrum of eating disorders in young women: A prevalence study in a general population sample. *Psychosomatic Medicine, 65, 701-708.*
- Festinger, L. (1954). A theory of social comparison processes. *Human Relations, 7, 117-140.*
- Fisher, E., Dunn, M., & Thompson, J. K. (2002). Social comparison and body image :An investigation of body comparison processes using multidimensional scaling. *Journal of Social and Clinical Psychology, 21, 566-579.*
- Friedlander ,M. L., & Segal, S. M. (1990). Separation-individuation

- difficulties and cognitive-behavioral indicators of eating disorders among college women. *Journal of Counseling Psychology*, 37, 74–78.
- Garner, D. M., Olmstead, M. P., & Bohr, Y., & Garfinkel, P. E. (1982). Eating Attitudes Test: Psychometric Features and Clinical Correlates. *Psychological Medicine*, 12, 871-878.
- Garrow, J. S., Webster, J. (1985). Quetelet's index as a measure of fatness. *International Journal of Obesity*, 9, 147-153.
- Gilbert, N., & Meyer, C. (2003). Social anxiety and social comparison. Differential links with restrictive and bulimic attitudes among nonclinical women. *Eating Behaviors*, 4, 257 - .264
- Goodsitt, A. (1997). Eating disorders: A self-psychological perspective. In D. Garner & P. Garfinkel (Eds), *Handbook of treatment for eating disorders* (2nd Ed.). 205-228. New York: Guilford Press.
- Heesacker, R. S., & Neimeyer, G. J. (1990). Assessing object relations and social cognitive correlates of eating disorder. *Journal of Counseling-Psychology*, 37, 419-426.
- Heinberg, L. J. (1996). Theories of body image disturbance: Perceptual, developmental, and sociocultural factors. In J. K. Thompson (Ed.), *Body image, eating disorders, and obesity: An integrative guide for assessment and treatment* (pp. 27 - 47). Washington, D.C. APA.
- Hesse-Biber, S., Marino, M., & Watts-Roy, D. (1999). A longitudinal study of eating disorders among college women: Factor that influence recovery. *Gender and Society*, 13, 385-408.
- Hinney, A., Remschmidt, H., & Hebebrand, J. (2000). Candidate gene polymorphisms in eating disorders. *European Journal of Pharmacology*. 410, 147-159.

- Hogg, M. A. (2007). Uncertainty-identity theory. In M. P. Zanna (Ed.), *Advances in experimental social psychology*, 39, San Diego, CA: Academic Press.
- Johnson, F., & Wardle, J. (2005). Dietary restraint, body dissatisfaction, and psychological distress: A prospective analysis. *Journal of Abnormal Psychology*, 114(1), 119 - 125.
- Jordan, A., & Cole, D. A. (1996). Relation of depressive symptoms to the structure of self-knowledge in childhood. *Journal of Abnormal Psychology*, 105(4), 530-540.
- Kernis, M. H., Cornerll, D. P., Sun, C. -R., Berry, A., & Harlow, T. (1993). There's more to self-esteem than whether it is high or low: The importance of stability of self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, 65, 1190-1204.
- Kroger, Martinussen, & Marcia. (2010). Identity status change during adolescence and young adulthood: A meta-analysis. *Journal of Adolescence*, 33, 683 - 698.
- Leahey, T. M., Crowther, J. H. & Mickelson, K.D. (2007). The frequency, nature, and effects of naturally occurring appearance-focused social comparisons. *Behavior Therapy*, 38, 132-143.
- Leary, M. R. Schreindorfer, L. S., & Haupt, A. I. (1995). The role of low self-esteem and behavioral problems: Why is low self-esteem dysfunctional? *Journal of Social and Clinical Psychology*, 14, 297-314.
- Levin, M. P., Smolak, L., & Hayden, H. (1994). The relation of sociocultural factors to eating attitudes and behaviors among middle school girls. *Journal of Early Adolescence*, 14, 471-490.
- Lewinsohn, P. M., Striegel-Moore, R. H., & Seeley, J. R. (2000).

- Epidemiology and natural course of eating disorders in young women from adolescence to young adulthood. *Journal of the Academy of Child Adolescent Psychiatry*, 39, 1284- 1292.
- Lindner, D., Hughes, A., & Fahy, R. (2008). Eating Pathology and social comparison in college females. *North American Journal of Psychology*, 10, 445-462.
- Linville, P. W. (1985). Self-complexity and affective extremity: Don't put all of your eggs in one cognitive basket. *Social Cognition*, 3, 94-120.
- Linville, P. W. (1987). Self-complexity as a cognitive buffer against stress-related illness and depression. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 663-676.
- Markham, A., Thompson, T., & Bowling, A. (2005). Determinants of body-image shame. *Personality and Individual Differences*, 38(7), 1529 - 1541.
- Markus, H. R., & Wurf. E. (1987). The dynamic self-concept: A social psychological perspective. *Annual Review of Psychology*, 38, 299-337.
- McConnell, A. R. (2011). The multiple self-aspects framework: Self-concept representation and its implication. *Personality and Social Psychology Review*, 15, 3-27.
- Mills, J. S., Polivy, J., Herman, C. P., & Tiggemann, M. (2002). Effects of exposure to thin media images: Evidence of self-enhancement among restrained eaters. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 28, 1687-1699.
- Mintz, L. B., O'Halloran, M. S., Mulholland, A. M., & Schneider P. A. (1997). Questionnaire for eating disorder diagnoses: Reliability and validity of operationalizing DSM-4 criteria into a self-report format.

- Journal of Counseling Psychology*, 44(1), 63-79.
- Moradi, B., & Huang, Y. (2008). Objectification theory and psychology of women: A decade of advances and future directions. *Psychology of Women Quarterly*, 32, 377-398.
- Myers, T. A., & Crowther, J. H. (2009). Social comparison as a predictor of body dissatisfaction: A meta-analytical review. *Journal of Abnormal Psychology*, 118(4), 683-698.
- Nezlek, J. B., Feist, G. J., Wilson, F. C., & Plesko, R. M. (2001). Day to day variability in empathy as a function of daily events and mood. *Journal of Research in Personality*, 35(4), 401-423.
- Perry, J. A., Silbera, D. H., Neilands, T. B., Rosenvinge, J. H., & Hanssen, T. (2008). A study of the relationship between parental bonding self-concept and eating disturbances in Norwegian and American college populations. *Eating Behaviors*, 9, 13-24.
- Reichborn-Kjennerud, T., Bulik, C., Tambs, K., & Harris, J. (2004). Genetic and environmental influences on binge eating in the absence of compensatory behaviours: A population-based twin study. *International Journal of Eating Disorders*, 36, 307-314.
- Ricciardelli, K. A., Tate, D., & Williams, R. J. (1997). Body dissatisfaction as a mediator of the relationship between dietary restraint and bulimic eating patterns. *Appetite*, 29, 43-54.
- Richins, M. L. (1991). Social comparison and the idealized image of advertising. *Journal of Consumer Research*, 18, 71-83.
- Rodriguez-Cano, T., Beato-Fernandez, L., & Llarío, A. B. (2006). Body dissatisfaction as a predictor of self-reported suicide attempts in adolescents: A Spanish community prospective study. *Journal of*

- Adolescent Health*, 38, 684-688.
- Schupak-Neuberg, E., & Nemeroff, C. J. (1993). Disturbances in identity and self-regulation in bulimia nervosa: Implications for a metaphorical perspective of "body as self". *International Journal of Eating Disorders*, 13, 335-347.
- Showers, C. J., Abramson, L. Y., & Hogan, M. E. (1998). The Dynamic Self: How the Content and Structure of the self-concept change with mood. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75 (2), 478-493.
- Shroff, H., & Thompson, J. K. (2006). The tripartite influence model of body image and eating disturbance: A replication with adolescent girls. *Body Image*, 3, 17-23.
- Shrout, P. E., & Bolger, N. (2002). Mediation in experimental and non experimental studies: New procedures and recommendations. *Psychological Methods*, 7, 422-445.
- Smolak, L., Levine, M. P., & Schermer, F. (1999). Parental input and weight concerns among elementary school children. *International Journal of Eating Disorders*, 25, 263-271.
- Stein, K. F. (1996). The schema model: A theoretical approach to the self concept in eating disorders. *Archives of Psychiatric Nursing*, 10, 96-109.
- Stein, K. F., & Corte, C. (2003). Reconceptualizing Causative Factors and Intervention Strategies in the Eating Disorders: A Shift From Body Image to Self-Concept Impairments. *Archives of Psychiatric Nursing*, 17(2), 7-66.
- Stice, E. (2001). A prospective test of the Dual-Pathway Model of Bulimic Pathology: mediating effects of dieting and negative affect. *Journal of*

- Social and Abnormal Psychology*, 110(1), 124-135.
- Stice, E. (1994). Review of the evidence for a sociocultural model of bulimia nervosa and an exploration of the mechanisms of action. *Clinical Psychology Review*, 14, 633-661.
- Stice, E., Nemeroff, C., & Shaw, H. (1996). A test of the dual pathway model of bulimia nervosa: Evidence for restrained-eating and affect-regulation mechanisms. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 15, 340-363.
- Stice, E., & Shaw, H. E. (2002). Role of body dissatisfaction in the onset and maintenance of eating pathology: A synthesis of research findings. *Journal of Psychosomatic Research*, 53(5), 985 - 993.
- Stormer, S. M., & Thompson, J. K. (1996). Explanations of body image disturbance: A test of maturational status, negative verbal commentary, social comparison, and sociocultural hypotheses. *International Journal of Eating Disorders*, 19, 193-202.
- Strahan, E. J., Wilson, A. E., Cressman Kate, E., & Buote, V. M. (2006). Comparing to perfection: How cultural norms for appearance affect social comparisons and self-image. *Body Image*, 3, 211-227.
- Striegel-Moore, R., McAvay, G., & Rodin, J. (1986). Psychological and behavioral correlates of feeling fat in women. *International Journal of Eating Disorders*, 5, 935-947.
- Striegel-Moore, R. H., Silberstein, L. R., & Rodin, J. (1993). The social self in bulimia nervosa: Public self-consciousness, social anxiety, and perceived fraudulence. *Journal of Abnormal Psychology*, 102, 297-303.
- Strober, M. (1991). Disorders of the self in anorexia nervosa: An Organismic-developmental paradigm. In C. Johnson (Ed.),

- Psychodynamic treatment of anorexia nervosa and bulimia*, 354-373.
New York: Guilford Press.
- Stucke, T. S., & Sporer, S. L.(2002). When a grandiose self-image is threatened: Narcissism and self-concept clarity as predictors of negative emotions and aggression following ego-threat. *Journal of Personality*, 70, 509-532.
- Swann, W. B., Chang-Schneider, C., & McClarty, K. L. (2007). Do our self-views matter? Self-concept and self-esteem in everyday life. *American Psychologist*, 62, 84-94.
- Tiggemann, M., & Lynch, J. E. (2001). Body image across the life span in adult women: *The role of self-objectification*. *Developmental Psychology*, 37, 243 - 253.
- Tiggemann, M., & McGill, B. (2004). The role of social comparison in the effect of magazine advertisements on women's mood and body dissatisfaction. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 23(1), 23-44.
- Thompson, J. K., Heinberg, L. J., & Tantleff, S. (1991). The physical Appearance Comparison Scale (PACS). *The Behavior Therapist*, 14, 174.
- Thompson, J. K., Heinberg, I., J., Altabe, M., & Tantleff-Dunn, S. (1999). *Exacting beauty: theory, assesment, and treatment of body image disturbance*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Tyrka, A. R., Waldron, I., Graber, J. A., & Brooks-Gunn, J. (2002). Prospective predictors of the onset of anorexia and bulmic syndromes. *International Journal of Eating Disorders*, 32, 282-290.
- Vartanian, L. R., (2009). When the body defines the self: self-concept clarity, internalization, and body image. *Journal of Social and Clinical*

Psychology, 28, 94-126.

- Vartanian, L. R., Dey, S. (2013). Self-concept clarity, thin-ideal internalization, and appearance-related social comparison as predictors of body dissatisfaction. *Body image*, 10, 495-500.
- Wardle, J., Hasse, A. M., & Steptoe, A. (2006). Body image and weight control in young adults: international comparisons in university students from 22 countries. *International Journal of Obesity*, 30(4), 644-651.
- Weary, G., Marsh, K. L., & McCormick, L. (1994). Depression and social comparison motives. *European Journal of Social Psychology*, 24, 117-129.
- Wertheim, E. H., Paxton, S. J., Schutz, H. K., & muir, S. L. (1997). why do adolescent girls "watch their weight"? An interview study examining sociocultural pressures to be thin. *Journal of Psychosomatic Research*, 42, 345-355. *ce, practice, and prevention*. 271-278. New York: Guilford.
- Wu, J., Watikins, D., & Hattie, J. (2010). Self-concept clarity: A longitudinal study of Hong Kong adolescents. *Personality and Individual Differences*, 48(3), 277-282.

The Influence of Self-Concept Clarity on Disordered Eating Behaviors : The Mediating Effects of Physical Comparison and Body Dissatisfaction.

Cho, Kyunghee

Department of Psychology
Graduate School, Chungbuk National University
Cheong-Ju, Korea

Supervised by Professor Lee,Bongkeon

Abstract

The purpose of the study is to examine the influence of self-concept clarity, physical comparison, body dissatisfaction on disordered eating behaviors. Participants were 386 female aged 10 to 29 years recruited in Online survey. They received questionnaires to measure their self-concept clarity(SCCS), physical comparison(PACS+SACS), body shape(BSQ), and disordered eating behaviors(KEAT-26) scale. Based on previous studies the researcher constructed one research model and four alternative models to navigate the most suitable explanation for data and verified the influence of variables and the significance of the mediating effect. In order to

compare one research model and four alternative models, structural equation modeling(SEM) was used. The SEM revealed that full dual mediation model fit the data well. These findings suggest that low self-concept clarity might contribute to disordered eating behaviors because it increases women's vulnerability to physical comparison tendencies and body dissatisfaction. Finally, implications and limitations of this study and suggestions for future study were addressed.

부 록

◆ 다음은 여러분의 기본적인 정보에 대한 질문입니다. 연구에 꼭 필요한 자료이니 한 문항도 빠짐없이 해당 사항에 표시(√)하거나 기입해주세요.

1. 나 이 만 () 세

2. 당신의 현재 키를 적어주십시오. 키: ____Cm

3. 당신의 현재 체중을 적어주십시오. 체중: ____Kg

<부록 1> 자기개념 명확성 척도

◆ 다음 문항들을 잘 읽어보시고, 평소의 여러분을 가장 잘 나타내는 칸에 “O”로 표시하세요. 빠짐없이 응답해 주세요.

| | 문항내용 | 전혀 아니 다 | 아니 다 | 보통 이다 | 그렇 다 | 매우 그렇 다 |
|---|-------------------------------|---------------|---------|----------|---------|---------------|
| 1 | 내 자신에 대한 나의 생각들이 불일치 할 때가 있다. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 2 | 내 자신에 대한 생각이 날마다 변한다. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 3 | 내가 누구인가를 생각하는 데에 많은 시간을 보낸다. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 4 | 나는 길으로 드러난 모습과는 다른 것 같다. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

| | | | | | | |
|----|---|---|---|---|---|---|
| 5 | 과거에 내가 어떤 사람이었는지 잘 모르겠다. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 6 | 내 성격의 모순적인 면 때문에 갈등을 경험하는 일이 거의 없다. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 7 | 때때로 내 자신보다 다른 사람에 대해 더 잘 안다고 생각한다. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 8 | 내 자신에 대한 나의 생각이 매우 자주 바뀌는 것 같다. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 9 | 내 성격에 대한 나의 설명은 날마다 달라진다. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 10 | 내가 실제로 누구인지를 다른 사람에게 설명할 수가 없다. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 11 | 나는 내가 누구이며 어떤 사람인가에 대해 잘 알고 있다. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 12 | 내가 원하는 것을 잘 모르기 때문에 어떤 결정을 내리기 어려울 때가 있다. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

<부록 2> 신체 비교 척도

◆ 다음 문항들을 잘 읽어보시고, 평소의 여러분을 가장 잘 나타내는 칸에 “O”로 표시하세요. 빠짐없이 응답해 주세요.

| | 문항내용 | 전혀 아니 다 | 아니 다 | 보통 이다 | 그렇 다 | 매우 그렇 다 |
|---|--|---------------|---------|----------|---------|---------------|
| 1 | 나는 사교 모임에서 나의 신체적 외모와 다른 사람의 신체적 외모를 비교한다. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 2 | 어떤 사람이 과체중인지 체중 미달인지를 알 수 있는 가장 좋은 방법은 그 사람의 몸매를 다른 사람들과 비 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | 교하는 것이다. | | | | | |
| 3 | 나는 사교모임에서 내가 옷을 어떻게 입고 있는가와 다른 사람이 어떻게 옷을 입고 있는가를 비교한다. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 4 | 나는 종종 사람들을 만날 때 나의 몸매를 다른 사람의 몸매와 비교한다. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 5 | 얇은 팔뚝을 가진 여자와 함께 있을 때 나 자신을 의식하게 된다. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 6 | 다른 사람들과 같이 있을 때 나의 허벅지 둘레를 동료의 허벅지와 비교한다. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 7 | 목욕탕에 갈 때 다른 사람들에게 내 배가 어떻게 보이는지에 대해 의식한다. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 8 | 다른 여자들의 엉덩이 크기와 내 엉덩이 크기를 비교한다. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 9 | 다른 사람들이 몸에 꼭 붙는 옷을 입은 것을 보면, 그런 옷을 입었을 때 나의 신체는 어떻게 보일까 비교한다. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

<부록 3> 신체 불만족 척도

◆다음 문항들을 잘 읽어보시고, 평소의 여러분을 가장 잘 나타내는 칸에 “O”로 표시하세요. 빠짐없이 응답해 주세요.

| | 문항 | 매우 그렇 지않 다 | 그렇 지 않다 | 약간 그렇 지않 다 | 약간 그렇 다 | 그렇 다 | 항상 그렇 다 |
|---|--------------------------------|---------------------|---------------|---------------------|---------------|---------|---------------|
| 1 | 따분할 때 자신의 체형에 대해 골똘히 생각하게 됩니까? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |

| | | | | | | | |
|----|--|---|---|---|---|---|---|
| 2 | 체형이 염려되어서 다이어트를 해야만 한다고 생각합니까? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 3 | 내 몸의 다른 부위에 비해 허벅다리나 엉덩이가 너무 크다고 생각이 됩니까? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 4 | 배가 부르면(예:음식을 먹고 난 후) 살이 찌는 것이라는 생각을 합니까? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 5 | 체형 때문에 기분이 나빠서 울어 본 적이 있습니까? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 6 | 살이 출렁거릴까 봐 달리기를 싫어합니까? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 7 | 다른 사람들과 함께 있을 때 자신의 체형에 신경이 쓰입니까? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 8 | 자리에 앉을 때 허벅지 살이 늘어난 것 때문에 염려합니까? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 9 | 음식을 조금 먹었는데도 불구하고 살이 찌는 것 같다는 생각을 합니까? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 10 | 다른 사람들의 체형을 보면 자신의 체형에 대해 비판적으로 느껴집니까? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 11 | 자신의 체형에 대한 생각으로 집중이 잘 안 된 적이 있습니까? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 12 | 목욕할 때처럼 옷을 벗을 때 살이 찌는 느낌을 받습니까? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 13 | 체형이 드러나는 옷을 싫어합니까? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 14 | 살찐 부분을 제거하는 상상을 해보니까? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 15 | 단것이나 케익 또는 다른 고칼로리 음식을 먹고 나면 살이 찌는 것 같은 느낌이 듭니까? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 16 | 체형이 신경 쓰여서 사회적인 모임에 가지 않은 적이 있습니까? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 17 | 체격이 지나치게 크거나 몸이 두리 뭉 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |

| | | | | | | | |
|----|---|---|---|---|---|---|---|
| | 실하다는 느낌을 갖습니까? | | | | | | |
| 18 | 자신의 몸매를 부끄럽게 느낍니까? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 19 | 체형에 대한 염려 때문에 다이어트를 합니까? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 20 | 공복일 때 자신의 체형에 대해 가장 행복한 기분이 됩니까? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 21 | 자체력이 부족해서 지금의 체형이 되었다고 생각합니까? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 22 | 허리나 배 주위의 살이 많은 부분을 다른 사람들이 볼까 염려합니까? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 23 | 다른 사람들이 자신보다 마른 것이 불공평하다고 생각합니까? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 24 | 더 마르고 싶어서 토했던 적이 있습니까? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 25 | 다른 사람과 함께 있을 때 자신이 너무 많은 자리를(예:소파나 버스 자리에 앉을 때) 차지하는 것 같아 염려 됩니까? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 26 | 살이 겹쳐지게 될 것을 염려합니까? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 27 | 거울이나 가게 창문에서 자신의 비취진 모습을 보면서 기분이 나빠진 적이 있습니까? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 28 | 지방이 얼마나 있는지 알아보기 위해 몸의 여기저기를 꼬집어 본 적이 있습니까? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 29 | 사람들이 자신의 몸을 볼 수 있는 상황을 피한 적이 있습니까? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 30 | 더 날씬해지기 위해 설사제를 복용한 적이 있습니까? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 31 | 다른 사람들과 함께 있을 때 자신의 체형에 대해 신경이 쓰입니까? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 32 | 체형에 대한 염려 때문에 운동을 꼭 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |

| | | | | | | |
|---------------|--|--|--|--|--|--|
| 해야 한다고 생각합니까? | | | | | | |
|---------------|--|--|--|--|--|--|

<부록 4> 이상 섭식 행동 척도

◆다음 문항들을 잘 읽어보시고, 평소의 여러분을 가장 잘 나타내는 칸에 “O”로 표시하세요. 빠짐없이 응답해 주세요.

| | 문항내용 | 전혀 그렇 지않 다 | 거의 그렇 지 않다 | 가끔 그렇 다 | 자주 그렇 다 | 거의 그렇 다 | 항상 그렇 다 |
|---|---------------------------------|---------------------|---------------------|---------------|---------------|---------------|---------------|
| 1 | 살찌는 것이 두렵다 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 2 | 배가 고파도 식사를 하지 않는다. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 3 | 나는 음식에 집착한다. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 4 | 억제할 수 없이 폭식을 한 적이 있다. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 5 | 음식을 작은 조각으로 나누어 먹는다. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 6 | 자신이 먹고 있는 음식의 열량을 알고 먹는다. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 7 | 빵이나 밥, 감자등 탄수화물이 많은 음식은 특히 피한다. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |

| | | | | | | | |
|----|-----------------------------------|---|---|---|---|---|---|
| 8 | 내가 음식을 많이 먹으면 다른 사람들이 좋아하는 것 같다. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 9 | 먹고 난 다음 토한다. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 10 | 먹은 후에 심한 죄책감을 느낀다. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 11 | 나는 날씬해져야겠다는 생각을 떨쳐버릴 수 없다. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 12 | 운동할 때, 운동으로 소비되는 칼로리를 계산한다. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 13 | 남들은 내가 너무 말랐다고 한다. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 14 | 살이 찼다는 생각에 늘 사로잡혀 있다. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 15 | 식사시간이 다른 사람들보다 더 길다.(음식을 천천히 먹는다) | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 16 | 설탕이 든 음식을 피한다. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 17 | 체중조절을 위해 살이 찌지 않는 음식을 먹는다. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 18 | 내 삶이 음식에 의해 좌우된다는 생각이 든다. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 19 | 식사량을 조절하는 것이 자랑스럽게 여겨진다. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 20 | 다른 사람이 나에게 음식을 먹도록 강요하는 것처럼 느껴진다. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 21 | 음식에 대한 생각을 너무 많이 한다. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 22 | 단 음식을 먹고 나면 마음이 편치 않다. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |

| | | | | | | | |
|----|------------------------------|---|---|---|---|---|---|
| 23 | 체중을 줄이기 위해 운동이나 다른 것을 하고 있다. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 24 | 공복감이 좋다 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 25 | 새롭게 맛있는 음식을 먹어보는 것을 즐긴다. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 26 | 식사 후에 토하고 싶은 충동을 느낀다. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |