



저작자표시-동일조건변경허락 2.0 대한민국

이용자는 아래의 조건을 따르는 경우에 한하여 자유롭게

- 이 저작물을 복제, 배포, 전송, 전시, 공연 및 방송할 수 있습니다.
- 이차적 저작물을 작성할 수 있습니다.
- 이 저작물을 영리 목적으로 이용할 수 있습니다.

다음과 같은 조건을 따라야 합니다:



저작자표시. 귀하는 원저작자를 표시하여야 합니다.



동일조건변경허락. 귀하가 이 저작물을 개작, 변형 또는 가공했을 경우에는, 이 저작물과 동일한 이용허락조건하에서만 배포할 수 있습니다.

- 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](#)

이 정 윤 교수지도

석사학위 청구논문

외모에 대한 사회문화적 영향과
여자 청소년의 이상섭식행동의 관계
-신체 비교와 섭식관련 인지왜곡의 매개효과-

2009

성신여자대학교 대학원

심 리 학 과

조 희 경

외모에 대한 사회문화적 영향과
여자 청소년의 이상섭식행동의 관계
-신체 비교와 섭식관련 인지왜곡의 매개효과-

이 정 윤 교수지도

이 논문을 석사학위 논문으로 제출함

2009년 5월

성신여자대학교 대학원

심 리 학 과

조 희 경

인 준 서

조희경의 석사학위 논문으로 인준함.

심사위원 _____ 인

심사위원 _____ 인

심사위원 _____ 인

성신여자대학교 대학원

논문개요

본 연구는 외모에 대한 사회문화적 영향과 여자 청소년의 이상섭식행동의 관계에서 신체 비교와 섭식관련 인지왜곡의 매개효과를 검증하고, 이 변인들 간의 모형을 검증하고자 하였다. 본 연구를 위해, 서울과 경기도에 위치한 중학교와 고등학교에 재학 중인 여자 청소년 487명을 대상으로 삼자영향 척도, 신체 비교 척도, Mizes의 인지왜곡 척도, 이상섭식태도 척도를 사용하여 설문을 실시하였다.

본 연구의 결과를 요약하면 다음과 같다. 첫째, 각 변인의 상관분석 결과 사회문화적 영향, 신체 비교, 섭식관련 인지왜곡, 이상섭식행동 간에 유의한 정적 상관이 나타났다. 둘째, 이상섭식경향이 있는 여자 청소년과 정상 집단의 여자 청소년들의 주요 변인의 평균을 비교한 결과, 사회문화적 영향, 신체 비교, 섭식관련 인지왜곡에서 유의한 차이가 있었다. 셋째, 사회문화적 영향과 이상섭식행동의 구조모형을 검증한 결과, 신체 비교와 이상섭식행동의 관계는 유의하지 않은 반면, 섭식관련 인지왜곡을 매개로 이상섭식행동에 영향을 미쳤다. 이러한 결과는 섭식문제의 상담에서 인지 치료적 접근이 필요성을 시사한다. 마지막으로 본 연구의 의의와 한계 그리고 후속연구를 위한 제언에 대하여 논의하였다.

주요어 : 외모, 사회문화적 영향, 여자 청소년, 신체 비교, 섭식, 인지왜곡, 이상섭식태도, 매개모형

목 차

논문개요

I. 서론

1. 연구의 필요성 및 목적	1
-----------------------	---

II. 이론적 배경

1. 여자 청소년의 이상섭식행동	4
2. 사회문화적 영향과 이상섭식행동	6
3. 사회문화적 영향, 신체비교, 이상섭식행동의 관계	9
4. 사회문화적 영향, 섭식관련 인지왜곡, 이상섭식행동의 관계	11

III. 연구문제

.....	14
-------	----

IV. 연구 방법

1. 연구대상	17
2. 측정도구	
1) 삼자 영향 척도	18
2) 신체 비교 척도	19
3) Mizes의 인지왜곡 척도	20
4) 이상 섭식 태도 척도	21
3. 연구절차	23
4. 통계처리 및 자료분석	23

V. 연구 결과

1. 연구 대상자의 특성과 주요 변인들의 기술 통계치 25

2. 주요 변인들 간의 상관관계 26

3. 이상섭식행동 수준에 따른 집단 간 차이 28

4. 사회적 영향과 여자 청소년의 이상섭식행동의 관계에서 신체 비교와
섭식관련 인지왜곡 매개모형 검증 29

 1) 측정모형의 검증 30

 2) 연구모형의 검증 32

 3) 경쟁모형의 검증 34

 4) 신체 비교, 섭식관련 인지왜곡의 연구 모형과 경쟁모형의 모형비교
 37

VI. 논의

..... 40

참고문헌

ABSTRACT

부 록

표 목 차

<표 1>	17
<표 2>	19
<표 3>	21
<표 4>	22
<표 5>	25
<표 6>	27
<표 7>	28
<표 8>	31
<표 9>	32
<표 10>	33
<표 11>	35
<표 12>	36
<표 13>	37
<표 14>	39
<표 15>	39

그림 목 차

<그림 1>	15
<그림 2>	16
<그림 3>	31
<그림 4>	32
<그림 5>	35
<그림 6>	38

I. 서론

1. 연구의 필요성 및 목적

“미모는 나의 무기! I'm a beautiful girl.” 이것은 최근의 한 광고에서 나오는 노래 가사의 일부이다. 이 광고를 통해서도 알 수 있듯이 현대 사회는 여성의 걸음으로 드러나는 외모가 경쟁력이 되고 있다. 이 뿐 아니라 몇 해 전부터 최근까지 유행하는 ‘몸짱’, ‘얼짱’, ‘동안’ 신드롬에서도 외모를 중시하는 오늘날의 풍토를 알 수 있다. 이처럼 현대 사회가 외모지상주의로 가면서 ‘날씬한 체형’을 동경하고 이를 위해 체중을 조절하는 젊은 여성들과 여자 청소년이 늘고 있다. 실제로 청소년기 여학생들의 체형 인식도 및 체중조절 실태 연구(김은정, 2004)에 따르면, 조사 대상 여자 청소년의 35.3%가 실제로 저체중이거나 표준체중임에도 불구하고 자신이 뚱뚱하다고 생각하고 있었고, 체중조절에 관해서 생각해 본 적이 있다고 응답한 비율이 무려 94.1%로 여자 청소년이 날씬한 몸매를 갖는데 높은 관심을 갖고 있음을 알 수 있다.

결과적으로 이런 마른 체형의 선호는 여성들로 하여금 다이어트 및 단식, 과도한 운동, 약물 복용, 외과적 시술(지방흡입술)등과 같은 다양한 방법을 통해 자신의 체중을 감량하도록 유도하고 있으며(신미영, 1977), 체중 감량을 위해 섭식억제 행동을 가장 많이 선택하는 것으로 보고되었다(양경미, 2002). 섭식을 억제하기 위해 무리하게 다이어트를 시도하게 되면, 그 후에 음식에 대한 생리적 욕구를 감당할 수 없어서 짧은 시간 안에 많은 음식을 섭취하려는 폭식행동을 하게 되고, 이는 다시 원래의 체중을 유지하기 위해 자의적인 구토를 하거나 하제를 남용하게 함으로써 결국 신경성 식욕 부진증 및 신경성 폭식증과 같은 섭식문제로 발전할 수 있다(이현정, 2001).

이상섭식행동은 여자 청소년과 젊은 여성들에게서 주로 나타난다. 이정윤

(2003)의 연구에 따르면 여대생의 10%가 식사태도검사에서 이상섭식행동을 지니고 있는 것으로 나타났고, 전체 이상섭식행동 환자 중 10대의 비중이 매년 5%씩 늘어 최근에 약 40%에 이른다는 보고가 있다(동아일보, 2006). 이처럼 대부분 청소년기에 시작되는 이상섭식행동은 우울, 불안과 같은 다른 정신 병리로 이어지는 비율이 매우 높다(American Psychiatric Association, 2000). 또한 이러한 청소년기의 섭식 장애는 신체적 · 심리적 문제를 야기할 수 있는데 성장이나 성 발달의 지연, 무월경과 그로 인한 생식기능의 저하, 영양부족, 골다공증 등을 유발하며 성격장애나 정서장애로까지 발전될 수 있다(신철, 이기형, 김난희, 김은실, 2002).

이상섭식행동은 다른 정신 병리와는 달리 개인 내 문제 뿐 아니라 사회 문화적 영향을 많이 받는 장애이다. Stice(2001)는 부모, 친구, 미디어, 신체상 그리고 섭식에 대한 역기능적 행동을 섭식문제의 5가지 위험요인이라고 제안하였으며, 가족, 친구, 미디어로부터 받는 사회적 압력이 이상화된 신체상, 신체 불만족, 섭식제한에 영향을 주는 것으로 나타났다(Stice et al, 1996; Stice & Show, 1994). 또한 Irving(1990)의 연구에서는 폭식증상을 지닌 여성들이 정상 여성들에 비해 가족, 동료, 미디어로부터 날씬함에 대한 압력을 많이 받았다고 보고하였다. 또한 대중매체와 패션산업은 섭식태도에 가장 강력한 영향을 미치는 변인으로 평가되고 있다(Striegel-Moore et al, 1989). 한편, Lehoux와 Howe(2007)에 따르면, 아동기 때 친구들의 외모 관련 놀림이 부정적인 신체상과 섭식문제 발달에 관련한다고 하였다. 이와 같이 날씬함에 대한 사회 문화적 영향은 대부분 가족, 친구, 미디어를 통해 전달되는 것으로 보인다.

하지만 이러한 사회 문화적 영향에도 개인차가 존재한다. 즉, 사회문화적 영향이 한 개인에게 이상섭식행동을 바로 불러일으키는 것은 아닐 것이다. 이 사이에는 개인의 심리적 요인이 매개할 가능성이 있으며, 이러한 심리적 매개 변인으로는 신체비교와 섭식 관련 인지 왜곡을 생각해 볼 수 있다. 신체 비교

는 대중매체 등을 통해 마른 몸매의 모델을 보게 되면 각 개인이 자신과 그 모델을 비교하는 정도가 다르게 나타나며, 모델과 자신을 비교하는 정도가 클수록 이상섭식행동이 많아진다는 것이다. 실제로 선행연구에서 신체 비교는 이상섭식행동을 유의미하게 예측하였다(Corning, Kurmm, & Smitham, 2006). 또한 섭식장애의 발달과 유지에 있어 인지적 변인이 중요한 역할을 하는 것으로 알려져 있다. Fairburn, Cooper & Cooper(1998)는 섭식장애 환자의 사고유형이 체형, 체중에 대한 인지왜곡으로 특징 지워진다고 하였다. 국내 연구에서도 인지적 왜곡과 신경성 폭식증 증상 간에 유의미한 관련이 있음이 보고되었다(이정애, 1997). 이와 같은 선행연구들을 종합해 볼 때, 섭식장애를 가진 이들에게만 특수하게 나타나는 인지적 왜곡이 있을 수 있음을 추론해 볼 수 있다.

이처럼 이상섭식행동은 단일 원인이 아닌 다차원적인 원인들에 의해 발생한다(Katzman & Wolchik, 1984; Polivy & Herman, 2002; Tylka & subich, 2004). 하지만 국내에는 청소년의 이상섭식행동이 어떠한 경로에 의해 발생하는지를 살펴보는 통합적 연구가 부족한 실정이다. 이상섭식행동은 청소년기에 신체적·심리적으로 영향을 줄 뿐 아니라 이후 성인기까지 심각한 문제를 초래할 수 있기 때문에 이상섭식행동의 예방을 위해서는 청소년을 대상으로 한 연구가 필요하다. 따라서 본 연구에서는 사회문화적 영향을 많이 받는 섭식장애의 특성을 고려하여, 외모에 대한 사회문화적 영향이 이상섭식행동에 영향을 미치는 경로에서 섭식관련 인지왜곡과 신체 비교 변인이 이 과정을 매개할 가능성을 살펴보고자 하였다.

II. 이론적 배경

1. 여자 청소년의 이상섭식행동

섭식(eating)은 인간이 삶을 영위하는데 필요한 기본적인 기능으로 모든 사람에게 자연스러운 행동이다. 그러나 폭식행동과 거식행동은 인간의 기본적인 기능이 파괴된 이상섭식행동이다. 이상섭식행동은 섭식장애 진단 준거를 만족시키지 않더라도 비 임상집단에서 그 수가 급증하고 있고 이들이 섭식장애로 진행해 간다는 연구가 있다(Drewnowski, Kurth, & Krahn, 1994; Lowe, Gleaver, Furgueson, & Mckinney, 1996; Shisslak, Crago, & Estes, 1995). 섭식장애는 청소년기의 신체적, 심리적, 사회적 성숙과 관련되어 외모에 민감한 청소년기나 초기 성년기 여성에게 주로 나타난다.

이러한 이상섭식행동은 극단적인 절식을 보이거나 단 시간 내에 많은 양의 음식을 먹는 폭식과 강제 배설 등의 섭식문제가 주요 증상이다. 섭식장애는 음식을 먹는 데 있어서 심한 어려움을 보이는 질병으로, 크게 음식 섭취를 거부하는 거식증(Anorexia Nervosa)과 폭식증(Bulimia Nervosa)의 두 가지 부류가 있다(김정옥, 2000). 신경성 식욕 부진증은 최소한의 정상체중 유지를 거부하며 극단적인 절식을 보이는 것이 주요 특징이며, 신경성 폭식증은 반복되는 폭식(binge eating)과 그에 따르는 부적절한 보상행동(자기 유발성 구토, 하체, 이뇨제, 기타 약물의 남용, 단식, 지나친 운동을 포함)하는 것을 특징으로 한다. 또한 이상섭식행동은 섭식 문제가 없는 사람들부터 전형적인 증상들을 보고하는 섭식문제 환자들까지 연속선상에서 나타나고 있다. 실제로 상담 장면에서 내담자들은 전형적인 섭식문제부터 여러 가지 부정적인 섭식행동까지 다양한 섭식문제들을 호소하고 있다(Ackard, Croll, & Keaney-Cooke, 2002). 이상섭식행동은 만성화되기도 하고 혼란 정신과 질환 중에서는 가장

높은 비율의 치료 요구, 입원, 자살 시도를 보이기도 한다(Stice, 2001). 또한 영양실조 등의 여러 의학적 합병증을 일으키고, 정서 장애, 약물 사용 장애 등과 같은 공존 장애를 지닌다는 점에서 매우 심각한 장애이다(이상선 & 오경자, 2004).

이러한 이상섭식행동에 따른 신체적·심리적 결과는 다양하다. 이상섭식행동으로 인한 신체적인 부작용은 우선 영양 부족으로 인한 각종 문제이다. 지나친 섭식제한은 칼슘, 마그네슘, 인, 철의 섭취에 영향을 미쳐 빈혈, 골다공증, 면역기능 이상, 대사적 문제 등을 유발할 수 있다. 한편, 지방섭취가 부족해지면 항산화 비타민의 영양 상태가 나빠지고 심혈관계 질환의 위험이 높아진다(김은미, 2002). 또한 몸에 필요한 최소한의 영양분의 공급이 부족해지면 생식기능이 저하된다. 따라서 무월경증, 심하게는 불임으로까지 발전될 수 있다. 외모 상으로도 많은 문제들이 야기되는데, 피부가 건조해지거나 입술이 트고 머리가 빠지기도 한다. 구토로 인한 부작용은 치아와 식도의 부식 등이 있다. 이상섭식행동으로 인한 심리적 문제로는 섭식문제를 경험하는 다수가 불행하다고 느끼며 정서적인 어려움을 호소한다. 쉽게 초조하고 우울해 하며, 강박 증상을 보이기도 한다. 약물의 남용 및 오용, 자살과 자해 충동도 식이장애로 인해 발생하는 심리적 부작용이다(송동호, 2005).

이상섭식행동의 원인에 대해서는 비만과 같은 생리적인 위험 요인(Cattarain & Thompson, 1994)과 극심한 다이어트와 같은 개인적 경험 요인(Stice, 2001), 부정적 정서와 완벽주의, 낮은 자기 존중감 등과 같은 심리적 위험 요인들이 포함되는 개인적 차원과 가족 내 섭식 장애 환자 유무, 무관심이나 밀착 등의 특징적인 가족 상호작용 패턴 등의 가족적 차원과 날씬함을 강조하는 사회 문화적 차원(Stice, Mazotti, Krebs & Martin, 1998)으로 나뉘어 연구되어 왔다.

하지만 이상섭식행동은 특정 위험 요인 하나에 의해 발생되지 않으며, 여러 위험 요인들 간의 상호 작용이 영향을 미치므로, 최근에는 이상섭식행동으로

연결되는 여러 위험 요인들의 상호 작용에 관한 모델들이 제안되고 있다(이상선 & 오경자, 2004).

2. 사회문화적 영향과 이상섭식행동

이상섭식행동의 비율은 산업화가 진행된 나라에서 더 높다. 즉 날씬한 체형에 대한 이상적 이미지를 제공하는 수많은 광고와 기사들은 여성들로 하여금 체중을 줄이도록 강조하고 있다. 이처럼 부모, 친구, 대중매체로부터 받게 되는 날씬한 체형에 대한 사회문화적인 영향은 젊은 여성의 신체상과 섭식문제의 발달에 영향을 준다(Thompson, Heinberg, Altabe, & Tantleff-Dunn, 1999). 또한 Stice(2002)의 메타 분석 연구는 가족, 친구, 대중 매체로부터 받은 날씬한 체형에 대한 사회문화적 영향이 신체 불만족, 섭식제한과 폭식행동에 기여함을 지지해주고 있다.

날씬함에 대한 사회문화적 영향을 전달하는 매개체로 크게 가족, 친구, 대중매체의 영향이 있다. 이들은 체중에 대한 놀림이나 비난, 다이어트에 대한 격려, 날씬한 모델에 대한 칭송 등의 언급과 행동을 나타냄으로써 날씬한 신체상을 강조하는 역할을 한다(Thompson & Stice, 2001).

1) 부모의 영향

부모와 가족의 영향력은 이상섭식행동에 미치는 중요한 사회문화적 요인이다. 부모와 가족은 건강과 관련된 행동에 대한 사회화의 중요한 요인으로 여겨진다(Tinsley, 1992). Mitchell, Hatsukami, Pyle & Eckert (1986)의 연구에서 신경성 폭식증을 가진 여성의 53%가 그들의 가족으로부터 체중을 줄이라는 압력을 받았다고 보고하였다. 또 다른 연구에서 폭식증 집단과 준 폭식

증 집단은 통제 집단에 비해 가족들에게 체중과 관련된 놀림을 더 많이 받았다고 보고하였다(Kanakakis & Thelen, 1995). 국내의 한 보도에서도 모 병원을 찾는 섭식장애 환자의 30% 이상이 부모의 잘못된 다이어트 권유로 섭식장애가 발생한 경우라고 전하였다(동아일보, 2008).

가족 구성원 중에서는, 어머니로부터 영향을 가장 많이 받는 것으로 알려져 있다(Pike & Rodin, 1991). 어머니의 신체상이나 섭식태도나 자녀의 신체상이나 섭식태도 형성에 있어 본보기가 된다(Pike & Rodin, 1991; Turner & Richman, 1993; Smolak et al, 1999). 또 다른 연구에서는 어머니가 딸의 체중이나 체형에 대해 불만족스럽게 생각하거나 걱정하여 여아의 섭식행동이나 체중 조절에 직접적으로 개입하는 것이 여아의 신체상이나 섭식태도에 영향을 기친다고 하였다(Field, Camargo Jr, Taylor, & Berkey, 2001; Hahn-Smith & Smith, 2000). 국내에서 초등학교 여아와 어머니를 대상으로 한 연구에 따르면, 어머니의 신체 불만족, 체중에 대한 염려, 제한된 섭식은 딸의 신체 불만족, 체중에 대한 염려, 제한된 섭식과 정적인 상관을 보였다(노은아, 안창일, 2005). Rives & Cash(1996)는 어머니가 지각한 신체 불만족과 여대생의 신체 불만족의 정적으로 유의한 상관이 있음을 나타냈다. 폭식증인 여대생의 어머니들은 정상 집단의 어머니에 비해, 자신의 딸을 과체중이라고 지각하고 체중 감량을 격려하는 경향이 있는 것으로 드러났다(Moreno & Thelen, 1993).

2) 친구의 영향

여자 청소년의 이상섭식행동에 영향을 미치는 사회적 강화와 모델링은 또래 친구에게 영향을 주로 받는다(Brown, 1989). 또한 마른 체형의 중요성과 같은 특정 태도와 다이어트 행동은 대개 친구들로부터 영향을 받는다고 보고한다(Polivy & Herman, 2002).

Lattimore & Butterworth(1999)는 또래 친구들이 다이어트 행동에 몰두하고 있다고 지각하는 것이 이상섭식행동을 유의미하게 예측한다고 하였다. Stice, Ziemba, Margolis & flick(1996)의 연구에서 폭식증과 준 폭식증을 가진 여고생과 여대생 피험자들이 통제집단보다 친구들로부터 날씬함에 대한 압력을 많이 경험했다고 보고하였다. 친구들의 다이어트 유무, 좋은 체형과 운동, 신체 비교에 대하여 대화를 나누는 빈도수는 여자 청소년의 신체상에 대한 왜곡과 이상섭식행동을 예측하였다(Paxton, Schutz, Wertheim, & Muir, 1999). 또한 체중에 관련한 또래 친구들의 놀림은 식사 제한과 신체상에 대한 지나친 염려에 직접적인 영향을 미친다고 하였다(Paxton, Schutz, Wertheim, & Muir, 1999; Stormer & Thompson, 1996). 이처럼 또래 친구들의 신체상과 체중에 관련된 놀림은 섭식문제를 영향을 주는 일관성 있는 예측 변인이 되는 것으로 나타났다.

3) 대중매체의 영향

지난 수십 년 동안, 여성들이 생각하는 일반적인 이상적인 체중은 급감하는 한편, 체중 감량을 조장하는 대중 매체의 영향은 점점 급증하였다(Garner, Garfinkel, Schwartz, & Tomson, 1980). 게다가 빠르게 정보를 제공하는 대중 매체를 언제 어디서나 이용할 수 있게 됨에 따라, 대중매체의 영향력은 점점 커져가고 있다.

대중매체는 날씬한 체형을 이상으로 추구하는 외모 중심의 가치를 전파하고(Stice & Shaw, 1994), 섭식과 체중 관련 장애를 발달시키는 데 중요한 역할을 하는 것으로 알려져 왔다. Heinberg & Thompson(1995)이 여대생 실험 집단에게 10분 동안 날씬한 외모와 관련된 광고를 보여준 결과, 실험 집단은 통제 집단에 비해 신체 불만족, 우울, 분노 수준이 높아진 것으로 나타났다. 이처럼 단기간동안의 대중 매체의 노출도 여성들에게 부정적인 영향을 끼치는

것으로 보인다. 또 다른 연구들에서도 대중매체로 인해 마른 신체상의 정보에 노출되어 있는 여성은 자신의 현재 신체상에 만족하지 않았으며, 이는 섭식혼란과 관련이 있다고 보고하였다(Lavin & Cash, 2000; Hargreaves & Triggemann, 2003).

뿐만 아니라, 현대 사회에서는 다이어트와 관련된 산업들이 번창하면서 다이어트 책, 다이어트를 다루는 여성지, 다이어트 약에 각종 비디오들까지 쏟아지고 있다(김정옥, 2000). 최근의 광고들은 날씬함 뿐 아니라 운동선수 같은 체형을 강조하고 있다(Thompson et al, 1999). 더구나 인터넷 사용이 활성화되면서 개인이 블로그, 클럽, 카페 등에서 뷰티, 패션, 다이어트와 관련된 정보를 접할 기회가 많아지면서, 인터넷에 의한 영향력 역시 이상 섭식 행동의 발달에 영향을 준다고 볼 수 있다.

이처럼 대중매체는 우리가 쉽게 접할 수 있고 특히 청소년들에게는 인터넷, TV, 광고 등에 더 노출되기 쉽다. 특히 대중 매체가 미치는 영향에 대한 취약성은 연령과 밀접한 관련이 있는 것으로 보이며, TV는 이미지를 다양한 감각을 사용하여 보여주기 때문에 감수성이 예민한 청소년들에게는 더 큰 영향력을 가진다(이가영, 1997).

3. 사회문화적 영향, 신체 비교, 이상섭식행동의 관계

신체 비교는 사회 심리학의 사회 비교이론에서 파생되었는데(Festinger, 1954; Goethals, 1986), 주로 외모와 체중 그리고 몸매를 다른 사람과 비교하는 것을 말한다. 사회 심리학에서는 개인이 자기 지각(Self-perception)을 하는데 있어서 선천적인 요인뿐만 아니라 타인과 관련해서 사회적 요인들에 의해 크게 영향 받는다는 사실에 주목해 왔다. 타인과 관련해서 자기 지식(Self-Knowledge)을 얻을 수 있는 자동적이고 자연스러운

과정이 사회 비교이다. 일례로, 우리는 자신이 얼마나 매력적인지, 명석한지, 호감을 주는 사람인지를 알고 싶을 때 주변 사람들의 생각, 감정, 행동과 자신의 모습을 비교해 보게 된다(Festinger, 1954; 한송희, 2007, 재인용).

Festinger(1954)의 사회 비교 이론에서는 사람들은 자기-평가에 대한 강한 동기가 있어서 끊임없이 자기평가를 하게 되는데, 개인이 자신의 능력과 의견을 판단하기 위한 객관적인 외부 기분이 없을 때 자신의 능력과 태도를 자신과 유사한 타인과 비교한다는 것을 가정한다. 비교를 자주 하는 것은 실제이든 지각된 것이든 상관없이 불확실한 자아를 자주 경험하게 된다는 것을 반증한다고 볼 수 있다(황혜진, 2005). 이처럼 사회적 환경에서 다른 사람과 자신을 평가하는 과정이 어떻게 이루어지는가를 다루는 것이 사회 비교이론이다. 사회 비교 이론은 사회문화적 영향이 어떻게 이상 섭식 행동을 가져오는지 그 개인차를 설명해 주고 있다(Thompson, Heinberg, Altabe, & Tantleff-Dunn, 1999). 즉, 대중매체 등을 통해 마른 몸매의 모델을 보게 되면 각 개인이 자신과 그 모델을 비교하는 정도가 다르게 나타나며, 모델과 자신을 비교하는 정도가 클수록 이상 섭식 행동이 많아진다는 것이다. 실제로 선행연구에서 신체 비교는 이상 섭식 행동을 유의미하게 예측하였다(Corning, Kurmm, & Smitham, 2006). 또한 사회 비교는 동료들의 놀림과 낮은 신체 존중감과 섭식장애의 발전에 중요한 매개라고 제안되었다(Thompson, Coovert, & Stormer, 1999; 백주현, 재인용).

Morrison, Kalin & Morrison(2004)의 연구에서는 여성들의 경우에 외모에 대해 타인과 자신을 비교하는 경향이 높을수록 외모에 대한 자존감이 낮고, 체중감량을 위해 음식을 조절하고자 시도한 횟수가 많으며, 섭식장애 행동(구토, 이노제사용, 다이어트 약 복용)을 시도한 횟수가 많았다(장은영, 2008, 재인용). 또한 신체 비교는 섭식태도 중 폭식과 관련이 있다고 보고되었다(Gibert & Meyer, 2003). 대학생을 대상으로 한 연구에서 외모와 신체의 비교는 자신이 뚱뚱하다고 느끼는 것(Striegel-Moore, Silberstein, & Rodin,

1986),과 신체 불만족(Heinberg & Thompson, 1992a; Keery et al., 2004; Stormer & Thompson, 1996), 폭식 행동과 마르고 싶은 욕구(Stormer & Thomson, 1996)와 유의미한 상관이 있었다. 여자 청소년의 잦은 신체 비교는 자신을 부정적으로 평가하는 것과 상관이 있고 지속적인 신체 비교는 신체 불만족과 정적 상관이 있다(Jones, 2004; Keery et al., 2004; Schutz et al., 2002). 또한 여자 청소년과 젊은 여성과 남성들은 대부분의 신체 비교의 대상이 친구와 대중 매체의 이미지인 것으로 나타났다(Schutz et al., 2002).

4. 사회문화적 영향, 섭식관련 인지왜곡, 이상섭식행동의 관계

Freeman(1986)에 의하면 오늘날의 미디어는 여성의 이상적으로 미화된 인물과 실제 인물 사이의 경계를 흐리게 하여 마치 이상적 인물에 쉽게 도달할 수 있는 것처럼 여겨지게 하고 있다고 하였다(박경미, 2007, 재인용). 미디어에 나타난 이상적인 미는 내면화 과정을 거침으로써 사회문화적 압력이 되어 그 기준에 도달되지 못할 경우 신체에 대한 불만족이나 왜곡과 함께 섭식장애를 일으키기도 한다고 하였다. 또한 국내의 연구에서도 청년기 여성들은 대중매체에 비취지는 이상적인 외모를 통해 이상적인 미의 사회적 기준을 내면화하고 신체적 외모에 대해 열중하는 인지적/행동적 성향이 높았다(조선명, 고애란, 2001). 여자 청소년을 대상으로 한 조성실(2008)의 연구에서도, 날씬함에 대한 사회문화적 영향을 받는 경험이 많을수록 체형, 체중에 대한 인지왜곡이 높아져 폭식증에 영향을 미치는 것을 알 수 있다.

이상섭식행동을 가진 사람들은 섭식, 체형, 체중에 대한 인지왜곡이 특징이다. Mizes(1989)의 연구에서 폭식증 환자들이 비합리적 신념 검사의 9개 하위 척도 중 6개 하위 척도에서 통제집단보다 점수가 높았다. Fairburn,

Cooper, & Shafran(2003)의 연구에서도 폭식증 환자들은 핵심믿음과 같은 인지적 개념에서 정상집단과 다른 수준을 보였다. 이상섭식행동의 유지와 위험 요인에 대한 인지-행동 모델에서는 체중과 체형에 대한 특징적인 신념이 섭식제한, 폭식, 보상행동과 같은 이상섭식행동에 지속적으로 영향을 미쳐 이상섭식행동을 발전시키고 유지시킨다고 하였다(Vitousek & Orimoto, 1993; Wilson & Fairburn, 1993; Garner & Bemis, 1985).

이상섭식행동을 갖는 여자 청소년들은 체중과 몸매 같은 신체 영역에 대해 심각한 인지 왜곡을 보인다(APA, 1994). 신체 영역에 대한 인지적 왜곡의 예로는 “나는 똥똥해서 사랑 받을 수 없어.”, “나는 몸매가 예쁘지 않기 때문에 별 볼일 없는 사람이야.” 그리고 “체중을 줄이지 않으면 모두들 나를 싫어 할 꺼야” 등이 있다. 섭식과 관련된 인지왜곡은 부정적 자기 신념과 타인에 의한 수용, 자기 수용, 섭식에 대한 통제로 몸무게와 몸매 그리고 정상적인 식사의 거부, 폭식으로 인한 체중 증가를 나타낸다(Cooper, Todd, & Wells, 1995).

Polivy & Herman(1985)은 폭식행동을 촉발하는 강력한 예언요인으로 이분법적 사고를 강조하였다. 즉, 폭식증 환자는 이분법적 생각(좋은 음식 vs 나쁜 음식)과 흑백 논리(과식 vs 절식)에 지배되어 지속적인 체중감소 압박에 시달린다. 또한 ‘다이어트가 폭식을 유발 한다.’는 논리에도 섭식에 대한 인지적 통제가 생리적 통제를 대체한다는 전제가 깔려있다. 즉, 다이어트에 성공하기 위해서 ‘날씬해야한다’는 인지적 통제가 ‘배고프다’는 생리적 통제를 대체하는 것이다. 하지만 이러한 생리적 박탈은 음식에 대한 몰두와 음식단서에 대한 반응을 고양시켜 결국엔 음식이 자신의 사고를 지배하게 된다.

이상섭식행동을 보이는 여성의 세 가지 특성으로 단순성, 확실성, 그리고 새해 결심과 같은 인지유형(The New Year's Resolution Cognitive Style) 등이 있다(이정애, 1997). 단순성은 폭식증 환자들이 자신에게 부과된 기대, 책임, 선택의 복잡성을 유난히 더 못 견디는 경향을 의미하며 확실성은 폭식증 환자들은 자신이 틀릴지도 모른다고 생각하여 다른 사람과 다른 의견을 제시

하지 않으려는 것을 말한다. 마지막으로 새해 결심과 같은 인지 유형은 “~을 하려면 반드시 ~을 해야 하며, 반드시 더 나은 사람이 될 거야.”는 식의 패턴이다. 따라서 이들은 “내가 사랑받으려면 반드시 살을 빼야 해. 나는 오늘부터 좀 더 열심히 살을 빼서 사랑받는 사람이 될 거야.”라고 생각한다(임소영, 2006).

이상섭식행동과 관련된 인지 왜곡을 측정하기 위한 척도를 개발한 연구를 살펴보면 체중증가에 대한 엄격한 통제, 외모와 체중이 타인으로부터의 인정에 미치는 영향, 섭식에 대한 자기 통제와 자기존중, 음식에 대한 이분법적 사고, 섭식·체중·음식의 주제에서의 개인화, 과장, 미신적 사고 경향의 5가지 요인을 이상섭식행동과 관련된 인지왜곡으로 제안하였다(Mizes & Klesges, 1989).

III. 연구문제

최근 들어 섭식 장애 행동을 설명하기 위해, 심리적 요인과 사회문화적 요인을 모두 포함시킨 이론 모형들에 대한 연구가 활발히 진행되고 있다. 따라서 본 연구에서도 사회적 요인과 심리적 요인이 어떠한 경로를 통해 이상섭식 행동에 영향을 미치는지 알아보고자 하였다. 선행연구들을 통해 날씬한 체형에 대한 사회문화적 영향을 지각하게 되면 사회에서 이상적으로 받아들여지는 체형과 자신의 체형을 비교하게 되거나, 또는 섭식에 관련하여 인지 왜곡을 형성하게 됨으로 결과적으로 이상섭식행동을 일으키는 것으로 가정해볼 수 있다. 따라서 본 연구에서는 지역사회 일반 여자 청소년들을 대상으로 외모에 대한 사회문화적 영향이 이상섭식행동에 영향을 미치는 과정에서 ‘신체 비교’와 ‘섭식과 관련한 인지왜곡’이 매개 변인으로 작용하는지 알아보고자 하였다. 이를 위해 다음과 같이 연구 문제를 설정하였다.

연구 문제 1. 사회문화적 영향, 신체 비교, 인지 왜곡, 여자 청소년의 이상섭식 행동 간의 상관관계는 어떠한가?

<가설 1-1> 사회문화적 영향은 여자 청소년의 이상섭식행동과 통계적으로 유의미한 정적상관이 있을 것이다.

<가설 1-2> 사회문화적 영향은 여자 청소년의 신체 비교와 통계적으로 유의미한 정적상관이 있을 것이다.

<가설 1-3> 사회문화적 영향은 여자 청소년의 섭식관련 인지왜곡과 통계적으로 유의미한 정적상관이 있을 것이다.

연구 문제 2. 이상섭식행동 집단과 정상집단은 신체적 특성들과 주요 변인들의 평균에서 집단 간 차이를 보이는가?

<가설 2-1> 이상섭식행동 집단과 정상집단은 신체적 특성들과 주요 변인들의 평균에서 집단 간 차이를 보일 것이다.

연구 문제 3. 사회문화적 영향과 여자 청소년의 이상섭식행동의 관계에서 신체 비교, 섭식관련 인지왜곡의 매개효과는 어떠한가?

<가설 3-1> 사회문화적 영향과 여자 청소년의 이상섭식행동의 관계에서 신체 비교가 매개할 것이다.

<가설 3-2> 사회문화적 영향과 여자 청소년의 이상섭식행동의 관계에서 섭식관련 인지왜곡이 매개할 것이다.

연구 문제 4. 사회문화적 영향과 여자 청소년의 이상섭식행동의 관계에 대한 매개모형은 본 연구에서 설정한 모형들 중에서 어떤 모형이 가장 적합한가?

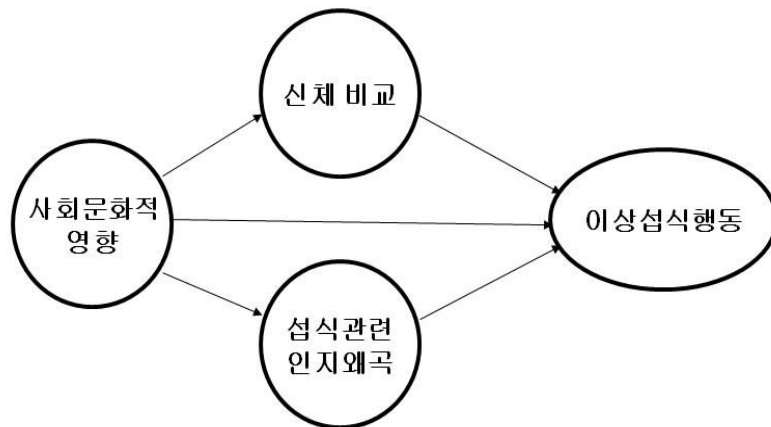


그림 1. 연구모형

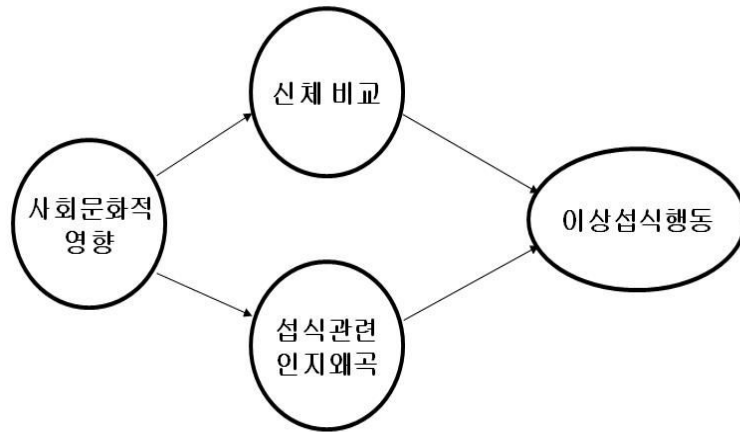


그림 2. 경쟁모형

본 연구에서는 각 변수들 간의 관계를 가장 잘 설명하는 모형을 선택하기 위해 여자 청소년의 사회문화적 영향과 이상섭식행동 관계에서 신체 비교와 섭식관련 인지왜곡의 매개 경로에 따른 두 매개모형을 구성하였다. 이론적 배경을 바탕으로 사회문화적 영향에서 이상섭식행동으로 가는 경로가 부분 매개인지 완전매개인지 확인하기 위해 사회문화적 영향이 이상섭식행동에 직접적으로 영향을 주기도 하지만 신체 비교와 섭식관련 인지왜곡을 거쳐 이상섭식행동에 간접적으로 영향을 주기도 하는 연구모형 <그림 1>을 구성하였다. 경쟁모형은 <그림 2>와 같이 사회문화적 영향이 이상섭식행동에 직접적으로 영향을 주지 않고 신체 비교와 섭식관련 인지왜곡을 거쳐 이상섭식행동에 영향을 주는 모형이다.

IV. 연구방법

1. 연구 대상

서울 또는 경기도에 위치한 중학교와 인문계, 실업계 고등학교에 재학중인 여자 청소년 550명을 대상으로 설문을 실시하였다. 설문지는 총 530부가 회수되었으며, 회수된 설문지 중에서 하나의 척도 이상을 기재하지 않거나 무작위 응답과 무성의하게 응답한 43명의 자료를 제외시킨 나머지 487부의 설문지를 바탕으로 연구 분석에 사용하였다. 총 487명에서 중학생은 204명(41.9%)이었고, 고등학생은 283명(58.1%) 중 인문계 고등학생은 135명(27.7%), 실업계 고등학생은 148명(30.4%)이었다. 자세한 연구대상의 일반적 특성은 <표 1>에 제시하였다.

<표 1> 연구대상의 일반적 특성

변인	구분	인원수(487명)	백분율(%)
학년	중1	73	35.8%
	중2	77	37.7%
	중3	54	26.5%
	고1	131	46.3%
	고2	36	12.7%
	고3	116	41.0%

2. 측정도구

1) 삼자영향 척도

Keery, van den Berg & Thompson(2004)이 개발한 삼자영향 척도(Tripartite Influence Scale-Revised: TIS-R)는 섭식행동과 신체 이미지에 대한 부모, 또래, 미디어의 영향을 측정한다. 박정수(2006)가 번안한 문항 및 수정하였고, 총 문항은 43문항으로 부모 관련 문항 20문항, 또래 관련 문항 13문항, 미디어 관련 문항 10문항으로 구성되어 있다.

부모 관련 문항은 부모의 체중이나 몸매에 대한 몰두, 개입, 언급에 대한 내용들로 이루어져 있다(예, “당신의 체중이 너무 많이 나간다고, 살이 찼다고, 혹은 살이 찌까봐 어머니가 걱정스러워 하십니까?”). 또래 관련 문항에서는 친구들의 체중이나 몸매에 대한 몰두, 친구들로부터의 체중이나 몸매로 인한 거부나 놀림, 친구들의 영향력에 대한 지각 등을 나타낸다(예, “내 친구들은 가능한 한 날씬해지는 것을 중요하게 생각한다.”). 미디어 문항들은 몸매와 체중에 대한 대중매체의 영향력의 지각, 체중감량에 대한 미디어의 압력, 다이어트·패션 혹은 건강과 관련된 TV 프로그램이나 잡지를 보는 정도를 나타낸다(예, “내가 보는 잡지와 TV에서는 체중감량을 위한 다이어트를 강조한다.”).

박정수(2006)가 번안하면서 미디어 문항들을 약간 수정하였는데 동일한 질문 내용으로 구성된 TV와 잡지 문항을 통합된 문항으로 수정하였으며, 인터넷 관련 문항을 추가(예, “다이어트와 관련된 정보를 검색하거나, 관련 카페, 블로그, 클럽 활동을 한다.”)하였다.

TIS-R은 5점 Likert 척도로서 각각의 문항을 읽고 자신이 문항에 제시된 바와 같이 느낀 정도를 1에서 5중 하나에 응답하게 되어 있고, 점수가 높을수록 사회적 영향을 많이 받는 것으로 해석한다. Keery 등(2004)의 여자 청

소년을 대상으로 한 연구에서는 부모=.88, 또래=.89, 미디어=.87의 신뢰도를 보였다. 본 연구에서 사용한 이 척도의 Cronbach's α 는 .927이었다.

<표 2> 삼자영향 척도의 구성내용

하위 요인	문항수	Cronbach's α
부모 영향	20	.896
친구 영향	13	.911
대중 매체의 영향	10	.884

2) 신체비교 척도

신체에 대한 사회적 비교를 측정하기 위해서 Thompson, Heinberg, & Trantleff(1991)의 신체 외모에 대한 비교 척도(Physical Appearance Comparison Scale: PACS)를 박정수(2007)가 번안한 것을 사용하였다. 이 척도는 5개의 문항으로 구성되어 있으며, 신체에 대한 사회적 비교를 측정하기 비교하는 정도를 측정한다. 그런데 한 개의 역문항이 전체의 신뢰도를 감소시키는 것으로 밝혀져(Shroff & Thompson, 2006; Vander Wal & Thelen, 2000), 본 연구에서는 4개의 문항만을 사용하였다. 전혀 그렇지 않다(1)에서 항상 그렇다(5)의 5점 척도로서 점수의 범위는 4점부터 20점까지이며, 점수가 높을수록 비교하는 경향이 높은 것을 의미한다. Thompson 등(1991)의 연구에서 내적 합치도는 .78이었고, 검사-재검사 신뢰도는 .72이었고 박정수의 내적 일치도 계수는 .82였다. 본 연구에서 사용한 이 척도의 Cronbach's α 는 .870이었다.

3) 인지왜곡 척도

인지왜곡 척도(The Mizes Anorectic Cognition Scale: MACS)는 신경성 식욕 부진증과 신경성 폭식증과 관련된 인지를 측정하기 위해 Mizes & Klesges(1989)에 의해 고안된 척도를 이정애(1997)가 번안한 것을 사용하였고, 총 33문항으로 구성되었다. 이 검사는 섭식과 체중에 관한 질문에 대한 반응으로 ‘전혀 그렇지 않다’에서부터 ‘항상 그렇다’에 이르는 5점 척도로 측정된다. MACS는 검사-재검사 신뢰도, 요인구조의 안정성, 동시타당도, 구성타당도 등이 좋고, 특히 인지치료 효과에 민감한 것으로 나타났다(Mizes & Klesges, 1989).

MACS는 원래 3요인으로 분석되었지만 국내 번안과정에서 이정애(1997)는 5요인으로 재분석하였다. 1요인은 체중증가에 대한 엄격한 통제, 2요인은 외모와 체중이 타인으로부터의 인정에 미치는 영향, 3요인은 섭식에 대한 자기 통제와 자기 존중, 4요인은 음식에 대한 이분법적 사고, 5요인은 섭식, 체중, 음식의 주제에서의 개인화, 과장, 미신적 사고의 경향이다. MACS 척도에서 높은 점수는 섭식과 체중에 대한 역기능적 인지가 많다는 것을 나타낸다. 하위 척도점수와 전체점수의 상관은 .74 ~ .94이다. 본 연구는 이정애(1997)의 연구에서 요인 분석된 결과를 사용하였다. 그 결과 전체 신뢰도는 .93이고 하위 요인으로 1요인은 .84, 2요인은 .77, 3요인은 .69, 4요인은 .76, 5요인은 .71로 각각 분석되었다. 본 연구에서 사용한 이 척도의 Cronbach's α 는 .908이었다.

<표 3> Mizes의 인지 왜곡 척도의 구성내용

하위 요인	해당번호	문항수	Cronbach's α
체중 증가에 대한 엄격한 통제	1, 5, 6, 18, 23, 26, 29, 33	8	.782
외모와 체중이 타인으로부터의 인정에 미치는 영향	2, 11, 12, 15, 27, 28, 30, 31	8	.748
섭식에 대한 자기 통제와 자기 존중	3, 4, 10, 14, 25	5	.581
음식의 주제에 대한 이분법적 사고	7, 8, 16, 19, 20, 21, 22	7	.758
개인화, 과장, 미신적 사고	9, 13, 17, 24, 32	5	.640
전 체		33문항	

4) 이상섭식행동 척도

본 연구에서는 여자 청소년의 부정적 섭식행동을 측정하기 위해 Garner 등 (1982)이 제작한 식사태도 척도(Eating Attitude Test-26; EAT-26)를 이상 선(1994)이 번안한 것을 사용한다. 원래 이 검사는 신경성 식욕 부진증 환자의 행동과 태도를 측정하기 위해서 40문항으로 제작되었다(Garner & Garfinkel, 1979). 그러나 정상 체중인 사람들 가운데 발병 위험률이 높은 초기단계 상태인 사례들도 잘 감별해내며, 실제임상장면에서보다 연구용으로 더 유용하게 사용되는 검사도구로 알려져 있다. 본 연구에서는 26문항으로 구성

된 단축형을 사용하였다. 하위 요인을 보면 기름진 식품을 피하고 날씬함에 대한 집착과 식이 조절을 묻는 11문항(Dieting), 폭식증과 음식의 집착을 묻는 7문항(Bulimia & preoccupation), 자신의 의지로 식사 조절 여부를 묻는 8문항(Oral control)으로 구성되었다.

각 문항들은 '항상 그렇다'에서 '전혀 그렇지 않다'의 6점 척도로 응답하게 되어 있으나, '전혀 그렇지 않다', '거의 그렇지 않다', '가끔 그렇다'는 0점으로 채점되며, '자주, 매우 자주, 항상 그렇다'는 각각 1,2,3으로 채점된다. 따라서 점수는 0점에서 78점까지 분포되며, 점수가 높을수록 식사 행동에 이상이 있음을 나타내며, 총점이 20점 이상이면 섭식장애가 있는 것으로 본다(우마리아, 1996). 이상선(1994)의 연구에서 식사 태도 검사의 신뢰도는 .87이었으며 본 연구에서의 신뢰도 검증 결과, Cronbach's α 는 .843으로 나타났다. 또한, 20점 이상의 점수를 받아, 잠재적인 이상섭식행동의 가능성을 보인 여자 청소년은 44명(9.03%)이었다.

<표 4> 이상섭식행동 척도의 구성내용

하위 요인	해당번호	문항수	Cronbach's α
다이어트	1, 2, 11, 12, 13, 14, 17, 19, 20, 22, 24	11	.777
폭식증과 음식 몰두	3, 4, 8, 10, 18, 21, 25	7	.566
구강적 통제	5, 6, 7, 9, 15, 16, 23, 26	8	.628
전 체	26문항		

3. 연구절차

2009년 4월 20일부터 5월 2일에 걸쳐 서울과 경기도에 소재한 A중학교, A고등학교, K고등학교 및 기타(교회, 성당)에서 550명의 여자 청소년들을 대상으로 사회문화적 영향을 측정하기 위한 삼자영향 척도(TIS-R), 신체 비교(PACS), 체중 · 섭식 · 음식과 관련된 인지적 왜곡을 측정하기 위한 Mizes의 인지왜곡 척도(MACS), 이상섭식행동에 대한 이상섭식태도 척도(EAT-26)를 포함한 설문지 550부를 배부 및 수거하였다. 학교 수업 시간과 야간 자율 학습 시간을 이용해 설문을 실시하였고 각 반의 담임교사 및 가정 과목 담당 교사에 의해 이루어졌으며, 응답에 소요되는 시간은 약 10~15분 정도였다. 자료 수집 전에 연구자는 조사자에게 본 연구의 취지 및 검사지 실시 유의사항에 대하여 설명하였다. 되도록 성실하게 작성된 정확한 자료를 얻기 위해 비밀이 보장되는 통계법 8조에 대해 알려주고 익명으로 처리하기로 하였다.

4. 통계처리 및 자료분석

본 연구에서 수집된 자료는 SPSS 15.0과 AMOS 7.0을 사용하여 분석하였다. 본 연구에서 사용된 분석방법은 다음과 같다.

첫째, 사회문화적 영향, 신체 비교, 섭식관련 인지왜곡, 이상섭식행동의 상호 관련성이 있는지를 알아보기 위해 pearson 상관관계분석을 실시하였다.

둘째, 이상섭식행동 집단과 정상집단 간에 신체 특성과 주요 변인들의 평

군에서 차이가 나타나는지 알아보기 위해 독립 t검증을 실시하였다.

셋째, AMOS 7.0을 사용하여 사회문화적 영향과 이상섭식행동의 관계에서 신체 비교, 섭식관련 인지왜곡의 매개모형을 설계하여 구조방정식을 검증하였다.

V. 연구결과

1. 연구 대상자의 특성과 주요 변인들의 기술 통계치

<표 5> 연구 대상자의 특성 및 주요 변인들의 평균과 표준편차

변인	사례수(N)	평균(M)	표준편차(SD)
연령	487	16.17	1.73
신장	476	159.72	5.56
체중	452	51.52	8.58
BMI	452	20.12	2.86
사회문화적 영향	487	106.14	24.79
신체 비교	487	10.53	4.29
섭식관련 인지왜곡	487	80.29	20.16
이상섭식행동	487	9.29	7.24

<표 5>는 연구 대상자들의 특성 및 주요 변인들의 전체평균과 표준편차를 제시한 것이다. <표 5>에서 보는 바와 같이, 여자 청소년들의 평균 연령은 16.17세이며, 평균 신장은 159.72cm, 평균 체중은 51.52kg이었다. 이들의 신체질량지수(BMI)¹⁾ 평균은 20.12로 정상체중범위에 속하며, BMI 분포는 132명(27.1%), 정상체중은 330명(67.8%), 과체중은 21명(4.3%), 비만은 4명(0.8%)으로 나타났다.

1) BMI(Body Mass Index): 저체중, 정상체중, 과다체중, 비만으로 나누는 중요지표이다. 계산 방법은 체중(kg)÷신장(m²)이며 18.5미만이면 저체중, 18.5~24.9는 정상체중, 25~29.9는 과체중, 30이상이면 비만이다.

또한 주요 변인들의 평균을 살펴보면 사회문화적 영향은 106.14, 신체 비교는 10.53, 섭식관련 인지왜곡은 80.29, 이상섭식행동은 9.29로 각각 나타났다.

2. 사회문화적 영향, 신체 비교, 섭식관련 인지 왜곡 및 이상섭식행동 간의 상관관계

본 연구에서는 연구문제로 설정한 매개모형을 검증하는 데 있어 주요 잠재변인과 측정 변인들 간에 서로 적절한 상관을 가지고 있는지 확인하기 위해 Pearson 상관분석을 실시하였다. 그 결과는 <표 6>에 제시되어 있다.

잠재 변인들 중 신체 비교가 사회문화적 영향과 가장 높은 정적상관($r=.590, p<.001$)을 보였고, 섭식관련 인지왜곡 또한 사회문화적 영향과 유의한 정적인 상관($r=.506, p<.001$)이 있었다. 이상섭식행동은 사회문화적 영향($r=.467, p<.001$)과 신체 비교($r=.356, p<.001$)와 섭식관련 인지왜곡($r=.584, p<.001$)과 유의한 정적 상관을 나타냈다. 특히 주요 변인들 중 섭식관련 인지왜곡이 이상섭식행동과 높은 상관을 보인 것은 섭식관련 인지왜곡 척도가 섭식, 체중, 체형에 대한 특정한 주제에 한정되어 측정하기 때문으로 판단된다.

또한 이상섭식행동은 사회문화적 영향, 신체 비교, 섭식관련 인지왜곡의 모든 하위요인들과 $p<.01$ 수준에서 유의한 정적 상관을 보였으며, 사회문화적 영향, 섭식관련 인지왜곡의 모든 하위 요인들 간에도 유의한 정적 상관이 나타났다.

<표 6> 모형 검증에 사용된 측정 변인들의 상관

변인	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
1. TIS-R(1)	1																
2. TIS-R(2)	.338**	1															
3. TIS-R(3)	.356**	.469**	1														
4. TIS-R	.771**	.783**	.748**	1													
5. PACS(1)	.329**	.465**	.508**	.554**	1												
6. PACS(2)	.330**	.489**	.508**	.565**	.801**	1											
7. PACS	.348**	.503**	.536**	.590**	.948**	.951**	1										
8.MACS(1)	.436**	.228**	.383**	.455**	.247**	.290**	.283**	1									
9.MACS(2)	.328**	.291**	.394**	.434**	.435**	.425**	.453**	.601**	1								
10. MACS(3)	.275**	.273**	.367**	.390**	.357**	.367**	.381**	.410**	.556**	1							
11. MACS(4)	.283**	.191**	.398**	.369**	.296**	.306**	.317**	.459**	.524**	.558**	1						
12. MACS(5)	.315**	.296**	.412**	.437**	.407**	.446**	.450**	.439**	.610**	.528**	.589**	1					
13. MACS	.371**	.324**	.493**	.506**	.444**	.461**	.477**	.749**	.858**	.741**	.785**	.774**	1				
14. EAT-26(1)	.311**	.389**	.425**	.481**	.373**	.404**	.410**	.484**	.526**	.392**	.452**	.516**	.617**	1			
15. EAT-26(2)	.203**	.153**	.188**	.236**	.133**	.119**	.133**	.167**	.192**	.161**	.256**	.328**	.283**	.408**	1		
16. EAT-26(3)	.226**	.130**	.294**	.276**	.172**	.160**	.175**	.247**	.219**	.237**	.327**	.256**	.313**	.408**	.301**	1	
17. EAT-26	.336**	.320**	.427**	.467**	.334**	.342**	.356**	.440**	.465**	.377**	.482**	.516**	.584**	.878**	.675**	.697**	1

**p<.01

3. 이상섭식행동 수준에 따른 집단 간 차이

본 연구에서 실시된 식사태도 척도(EAT-26)의 점수의 합이 20점 이상을 나타내면 이상섭식행동의 경향을 나타내므로, 식사태도 척도에서 20점 이상을 이상섭식경향집단으로, 20점 미만을 정상집단으로 구분하였다. 본 연구의 여자 청소년들에게서 이상섭식행동 경향집단의 비율은 전체 피험자의 9.03%(44명)로, 정상집단(443명)로 나타났다. 이들 두 집단 간에 신체 특성인 체중, 신장, BMI와 주요 변인인 사회문화적 영향, 신체 비교, 섭식관련 인지왜곡에서 평균 차이가 나타나는지 알아보기 위해 독립 t검증을 실시하였으며, 그 결과는 <표 7>에 제시되어 있다.

<표 7> 이상섭식경향집단과 정상집단 간의 평균 차이

변인	이상섭식경향집단 (N=44)	정상집단 (N=443)	t
	평균(표준편차)	평균(표준편차)	
신장	160.72(5.61)	159.64(5.44)	1.250
체중	52.62(7.23)	51.44(8.24)	.912
BMI	20.35(2.43)	20.15(2.90)	.434
사회문화적 영향	132.28(24.77)	103.54(23.27)	7.767***
신체 비교	13.27(4.89)	10.25(4.14)	4.538***
섭식관련 인지왜곡	104.43(20.18)	77.89(18.53)	8.986***
이상섭식행동	26.33(6.60)	7.59(4.66)	18.396***

*** $p < .001$

<표 7>의 결과를 보면 이상섭식경향집단과 정상집단 간에 신체 특성인 신장, 체중, BMI에서는 유의한 평균차이를 보이지 않았다.

다음으로 두 집단 간 주요 변인들의 평균 차이를 살펴보면, 사회문화적 영향($t(485)= 7.767, p<.001$), 신체 비교($t(485)= 4.538, p<.001$), 섭식관련 인지왜곡($t(485)= 8.986, p<.001$), 이상섭식행동($t(485)= 18.396, p<.001$) 모두에서 유의한 차이가 나타났다. 즉, 이상섭식경향집단이 정상집단보다 사회문화적 영향, 신체 비교, 섭식관련 인지왜곡에서 유의미하게 높았다. 또한 이상섭식경향집단과 정상집단의 이상섭식행동 평균점수 비교를 통해, 이상섭식행동의 심각성에 있어 두 집단 간에 상당한 차이가 난다는 것을 알 수 있다.

4. 사회문화적 영향과 이상섭식행동의 관계에서 신체 비교, 섭식관련 인지왜곡의 매개모형 검증

본 연구에서는 사회문화적 영향, 신체 비교, 섭식관련 인지왜곡과 이상섭식행동의 관계를 알아보기 위해 부분매개모형을 가정하였다. 사회문화적 영향이 이상섭식행동에 미치는 영향에서 신체 비교와 섭식관련 인지왜곡의 매개효과를 검증하고자 하였다.

본 연구의 구조 방정식 모형은 4개의 잠재변인을 포함하고 있다. 구조 방정식 모형을 분석할 때 하나의 모델만을 추정하는 경우는 드물며, 실제로 연구모형에 비해 대안모형을 선택하는 경우가 많다. 구조방정식 모델은 관련 이론과 사전 연구를 토대로 연구모형을 구축하고, 이러한 모델을 다른 이론적 명제, 기타 문헌에서의 반박 주장 및 간명도의 원리에 따라 여타 경쟁 모델과의 비교를 통해 검증하는 경쟁 모델 접근법이 바람직하다(김계수,

2006). 이에 본 연구에서는 이론적 배경 및 선행연구를 바탕으로 설정된 변인들의 관계성에 대한 검증을 위해 두 개의 모형을 설정하여 검증하였다.

모형의 적합성을 평가하는 방법으로는 χ^2 검증과 여러 가지 적합도 지수(fit index)들을 이용하는 방법이 있다. 적합도 지수는 모형을 제대로 평가하기 위해 표본 크기에 민감하게 영향을 받지 않아야 하고, 자료에 잘 부합되면서 동시에 간단한 모형을 선호해야 한다. 그러나 χ^2 검증은 영가설의 내용이 엄격하여 쉽게 기각되는 경향이 있고, 표본크기에 비교적 민감하여 표본크기가 많은 경우에는 거의 모든 수준에서 유의미하게 나타난다(홍세희, 2000). 따라서 본 연구에서는 모형 적합도를 평가하기 위해서 표본의 영향을 덜 받는 적합도 지수인 GFI(Goodness-of-Fit Index), CFI(Comparative Fit Index), TLI(Tucker & Lewis Inventory), RMSEA(Root Mean Square Error of Approximation)를 사용하여 모형의 적합성을 종합적으로 평가하였다. GFI는 절대 적합지수의 종류로 1에 가까울수록 이상적인 모델이며, 일반적으로 .90이상 이면 모형이 좋은 적합도를 보이고 있다고 할 수 있다. CFI와 TLI는 증분 적합도지수로 .90이상이면 좋은 적합도로 수용할 수 있다. RMSEA는 절대적합지수의 일종으로 <.05이면 좋은 적합도, .05와 .08사이면 보통의 적합도, .10이상이면 좋지 않은 적합도를 나타낸다(홍세희, 2000).

1) 측정모형 검증

본 연구의 구조모형을 검증하기 전에 각 측정변인들이 잠재변인을 얼마나 잘 측정하고 있는지를 알아보기 위해 측정모형을 먼저 검증하였다. 잠재변인으로 사회문화적 영향, 신체 비교, 섭식관련 인지왜곡, 이상섭식행동이 선택되었고, 측정변인으로 사회문화적 영향과 이상섭식행동은 3개의 측정변인을 가지며, 인지왜곡은 5개의 측정변인을 가진다. 신체 비교는 하위요인이

없는 단일요인이므로 박정수(2006)가 문항 묶음(Item parceling)을 한 것을 본 연구에서도 사용하여 2개의 측정변인으로 구성하였다. Russell, Kahn, Spoth, & Altmaier(1998)에 따르면 문항 묶음을 하기 위해서, 최대 우도법을 사용한 요인 분석을 통해 하위 척도를 만든다. 적합도를 검증한 결과는 <표 8>와 그림 3에 제시하였다.

<표 8> 측정모형의 적합도

적합도	χ^2	df	GFI	AGFI	TLI	CFI	RMSEA
측정 모형	217.924	59	.936	.902	.921	.940	.074

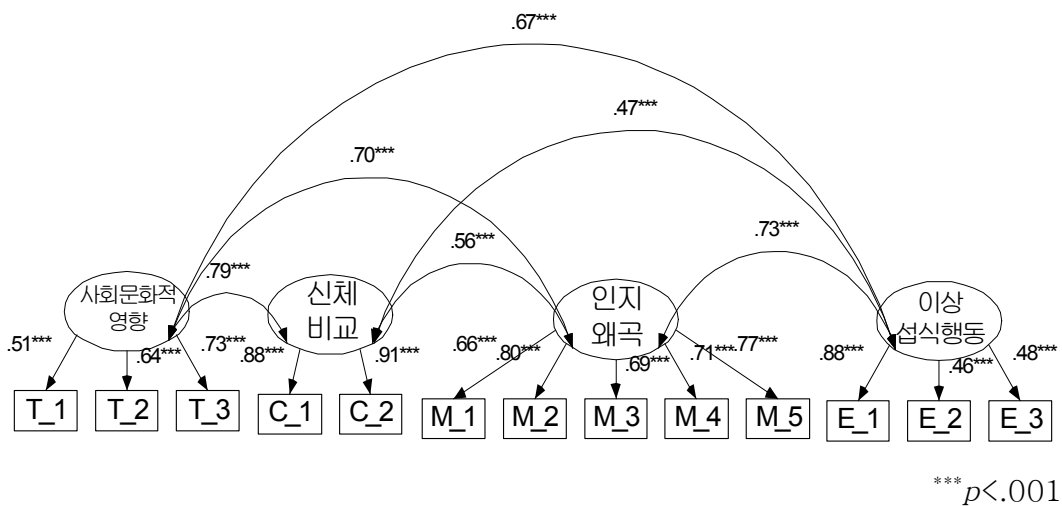


그림 3. 측정모형 검증

측정모형의 적합도 검증 결과, 측정모형의 전반적인 적합도는 $\chi^2 = 217.924$ ($df=59$ $N=487$), $p < .001$, $GFI=.936$, $AGFI=.902$, $TLI=.921$, $CFI=.940$, $RMSEA=.074$ 로 양호하였다. 즉, 잠재변인에 대한 모든 측정변인

들의 요인 값은 신뢰수준 .001에서 유의미하여, 잠재변인들이 측정변인들로 적합하게 조직화되었다고 할 수 있다.

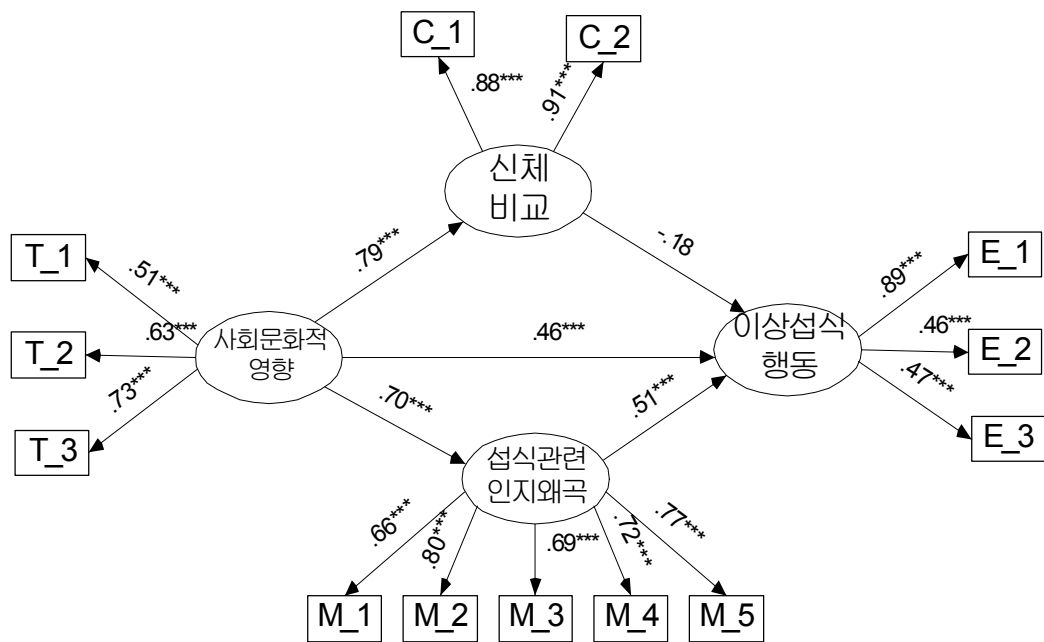
2) 연구모형의 검증

본 연구의 연구모형은 사회문화적 영향이 이상섭식행동에도 직접적으로 영향을 주면서 사회문화적 영향이 신체 비교와 섭식관련 인지왜곡을 매개로 하여 이상섭식행동에 영향을 미칠 것이라 가정한 부분매개 모형이다. 연구 모형의 적합도를 검증한 결과는 <표 9>에 제시하였다.

<표 9> 연구 모형의 적합도

적합도	χ^2	df	GFI	AGFI	TLI	CFI	RMSEA
연구 모형	218.018	60	.936	.904	.922	.940	.074

전체 집단을 대상으로 한 연구모형의 검증 결과, 연구모형의 적합도는 비교적 양호한 것으로 나타났다. 기본적인 적합도지수로 χ^2 는 218.018(60)로 $p < .001$ 에서 유의미하였으며, GFI=.936, AGFI=.904, TLI=.922, CFI=.940, RMSEA=.074로 나타났다. GFI, AGFI, TLI, CFI는 모두 .90 이상이므로 모형의 적합도가 좋은 것으로 간주되며, RMSEA지수 역시 .80이하로 보통의 적합도를 가졌다고 할 수 있다. 연구모형의 검증 결과는 그림 4와 <표 10>에 제시되어 있다.



*** $p < .001$

그림4. 연구 모형의 검증

<표 10> 연구모형의 경로계수 (N=487)

경로	비표준화 경로계수	표준화 경로계수	Z
이론구조			
사회문화적 영향 → 신체 비교	1.195	.793***	12.848
사회문화적 영향 → 인지왜곡	.624	.702***	11.248
사회 문화적 영향 → 이상섭식행동	.259	.462***	3.331
신체 비교 → 이상섭식행동	-.066	-.178	-1.778
인지왜곡 → 이상섭식행동	.320	.508***	6.625

*** $p < .001$

<표 10>은 연구 모형의 잠재변인들의 경로계수를 나타낸다. 연구 모형에서 사회문화적 영향이 신체 비교로 가는 경로계수는 유의미하였고($\beta = .793$, $p < .001$), 사회문화적 영향이 섭식관련 인지왜곡으로 가는 경로계수도 유의미하였다($\beta = .702$, $p < .001$). 또한 사회문화적 영향이 이상섭식행동으로 가는 경로계수도 유의미하였다($\beta = .259$, $p < .001$). 매개변인인 신체 비교가 이상섭식행동으로 가는 경로계수는 유의하지 않았으며($\beta = -.178$, $p < .001$), 섭식관련 인지왜곡이 이상섭식행동으로 가는 경로계수는 유의미하였다($\beta = .320$, $p < .001$). 이러한 결과는 사회문화적 영향이 높을수록 신체 비교, 인지왜곡, 이상섭식행동 경향성이 높아지며, 인지왜곡의 수준이 높을수록 이상섭식행동의 경향이 높아지는 것을 설명할 수 있다. 또한 사회문화적 영향이 인지왜곡의 매개를 통해 이상섭식행동에 영향을 미칠 것임을 알 수 있다.

결과적으로, 연구모형의 적합도는 양호한 것으로 보이나 잠재변인들의 회귀경로를 살펴보았을 때, 사회문화적 영향이 신체 비교, 섭식관련 인지왜곡과 이상섭식행동에 영향을 미치고, 섭식관련 인지왜곡이 이상섭식행동에 영향을 미치는 경로는 유의미하였으나, 신체 비교가 이상섭식행동에 영향을 주고 사회문화적 영향이 신체 비교의 매개를 통해 이상섭식행동에 영향을 미칠 것이라는 예측과는 달리 신체 비교가 이상섭식행동에 미치는 영향이 유의미하지 않은 것으로 나타났다.

3) 경쟁모형의 검증

본 연구에서 경쟁모형은 이상섭식행동에 대한 사회문화적 영향이 신체 비교와 섭식관련 인지왜곡을 매개로 하여 간접적으로 영향을 미칠 것이라 가정한 완전매개 모형을 가정하였다. 경쟁모형의 적합도를 검증한 결과는 <표 11>에 제시하였다.

<표 11> 경쟁모형의 적합도

적합도	χ^2	df	GFI	AGFI	TLI	CFI	RMSEA
경쟁 모형	230.666	61	.932	.899	.918	.936	.076

경쟁모형 검증한 결과, 적합도는 양호한 것으로 나타났다. $\chi^2=230.666(df=61, N=487)$ 로 $p<.001$ 수준에서 유의미하였으며, $GFI=.932$, $AGFI=.899$, $TLI=.918$, $CFI=.936$, $RMSEA=.076$ 으로 나타났다. 경쟁모형의 검증 결과는 그림 5와 <표 12>과 같다.

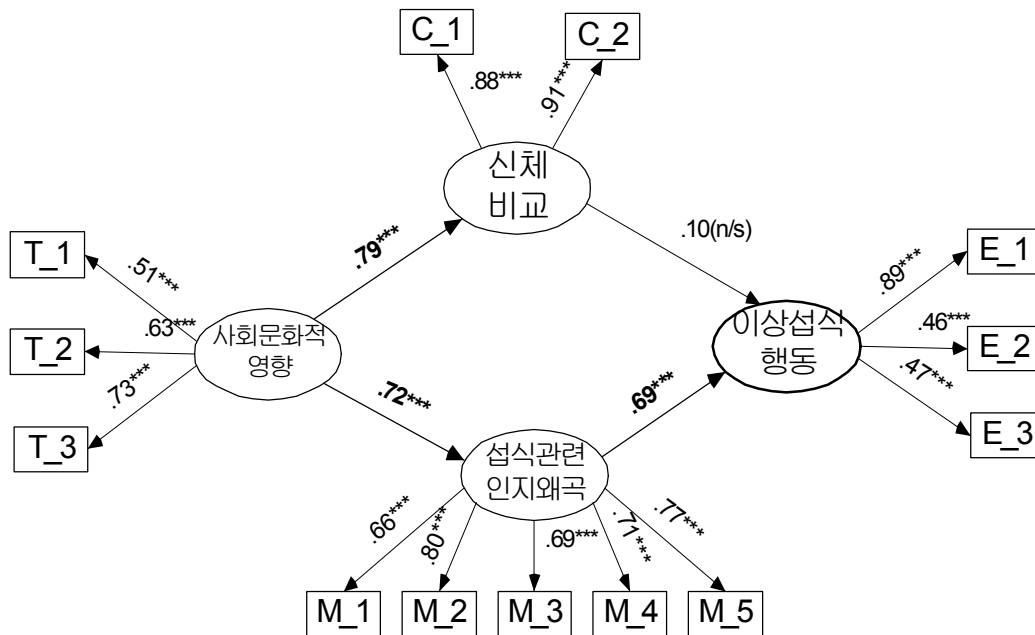


그림5. 경쟁 모형의 검증

*** $p<.001$

<표 12> 경쟁모형의 경로계수

경로	비표준화 경로계수	표준화 경로계수	Z
이론구조			
사회문화적 영향 → 신체 비교	1.172	.787***	12.860
사회문화적 영향 → 인지왜곡	.627	.715***	11.421
신체 비교 → 이상섭식행동	.036	.096	1.801
인지왜곡 → 이상섭식행동	.437	.685***	11.230

*** $p < .001$

<표 12>는 경쟁모형의 잠재변인들의 경로계수를 나타낸다. 경쟁모형에서 사회문화적 영향이 신체 비교로 가는 경로계수는 유의미하였고($\beta = .787$, $p < .001$), 사회문화적 영향이 섭식관련 인지왜곡으로 가는 경로계수도 유의미하였다($\beta = .715$, $p < .001$). 또한 매개변인인 신체 비교가 이상섭식행동으로 가는 경로계수는 유의하지 않았으며($\beta = .096$, $p < .001$), 섭식관련 인지왜곡이 이상섭식행동으로 가는 경로계수는 유의미한 것으로 나타났다($\beta = .685$, $p < .001$).

결과적으로, 경쟁모형의 적합도는 양호한 것으로 보이며, 잠재변인들의 회귀경로를 살펴보았을 때, 사회문화적 영향이 섭식관련 인지왜곡에 영향을 미치고, 인지왜곡이 이상섭식행동에 영향을 미치는 경로는 유의미하였으나, 신체 비교가 이상섭식행동에 이르는 경로는 유의미하지 않은 것으로 나타나 대안모형의 가설이 뒷받침 되지 않았다.

4) 신체 비교, 섭식관련 인지왜곡의 연구모형과 경쟁모형의 비교

구조방정식 모형을 활용하여 모형을 검증할 때는 한 가지 이상의 모형을 대안모형을 설정하여 서로 비교하여 검증하는 전략이 중요하다(Brecklder, 1990). nested 관계에 있는 모형끼리는 유의도 수준 $\alpha=.05$ 수준에서 연구 모형과 경쟁 모형이 차이가 없다는 영가설을 기각하기 위해서는 자유도 1차이가 3.84이상의 χ^2 차이를 가져와야 한다. 이 때 두 모형간의 χ^2 차이가 유의미하면 자유도가 작은 모형을 선택하게 된다. 반면, 두 모형의 χ^2 차이가 유의미하지 않으면 두 모형의 합치도가 유사하다는 것을 의미하고, 이렇게 두 모형간 합치도 차이가 없을 때에는 “간결의 원칙”에 의하여 더 간단한 모형 즉, 자유도가 더 큰 모형이 선호된다(박광배, 2000, 재인용). 또한 각 변인들 간의 통계적인 유의미성이 고려되어야 한다.

적합도 지수에 의해 연구모형, 경쟁모형의 적합도를 분석한 결과를 <표 13>에 제시하였다.

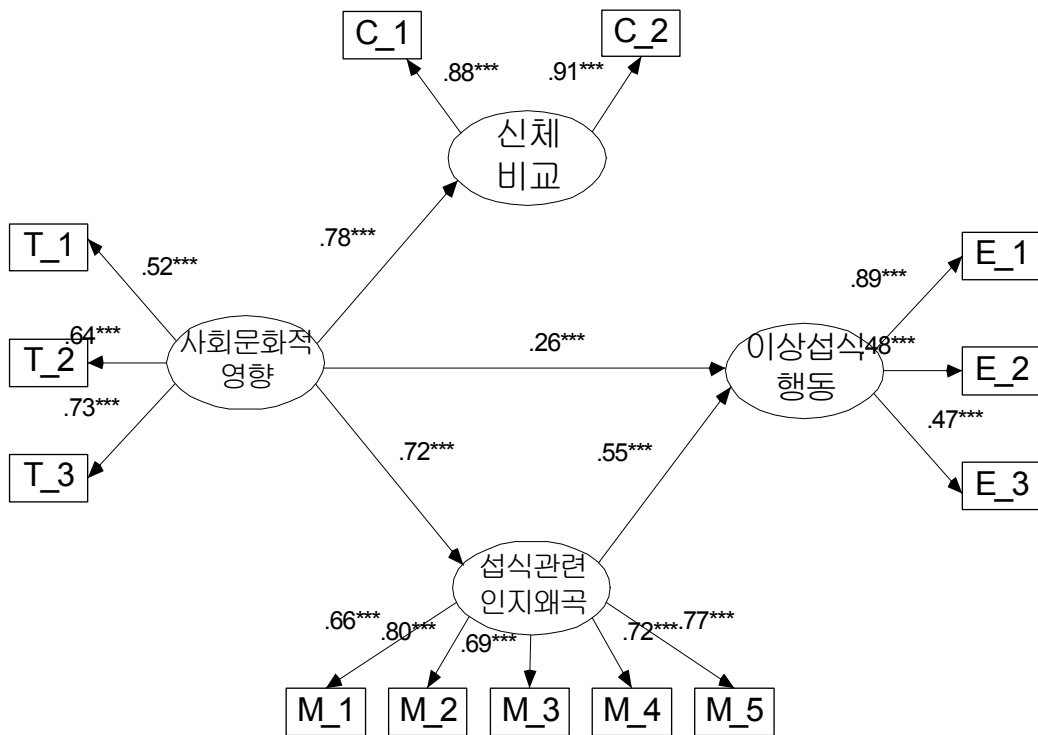
<표 13> 연구모형, 경쟁모형의 적합도 지수

적합도	χ^2	df	GFI	AGFI	TLI	CFI	RMSEA
연구 모형	218.018	60	.936	.904	.922	.940	.074
경쟁 모형	230.666	61	.932	.899	.918	.936	.076

<표 13>은 연구모형, 경쟁모형의 적합도를 비교한 결과이다. 두 모형의 적합도 수준은 비슷하게 나타났다. 어느 모형이 더 적합한지 검증하기 위해 χ^2 통계량과 자유도를 비교하였다.

연구 모형(부분매개모형)은 경쟁모형(완전매개모형)에 비해 사회문화적 영향이 이상섭식행동에 미치는 직접효과를 추정하는 경로를 더 가지므로 경쟁

모형은 연구모형에 포함된 모형(nested model)이라 할 수 있다. 두 모형의 χ^2 차이검증 결과 $\Delta\chi^2 = 12.648$ 이고, 자유도의 차이 값은 1로, 두 모형 간에 유의한 차이가 나타났다. 따라서 간결한 모형을 위해 자유도가 작은 모형인 연구모형이 최종적으로 채택되었다. 최종 수락된 모형의 결과는 그림 6과 <표 14>, <표 15>에 제시하였다.



*** $p < .001$

그림 6. 최종 수락된 모형

<표 14> 최종 수정된 모형의 적합도

적합도	χ^2	edf	GAI	AGFI	TLI	CFI	RMSEA
측정 모형	221.398	61	.935	.903	.922	.939	.074

<표 15> 최종 수정된 모형의 경로계수

경로	비표준화 경로계수	표준화 경로계수	Z
이론구조			
사회문화적 영향 → 신체 비교	1.164	.781***	12.905
사회문화적 영향 → 인지왜곡	.618	.703***	11.281
사회문화적 영향 → 이상섭식행동	.167	.262***	3.565
인지왜곡 → 이상섭식행동	.346	.545***	7.448

최종 수정된 모형에서 적합도 지수는 각각 GFI=.935, AGFI=.903, TLI=.922, CFI=.939, RMSEA=.074로 나타났으며 모형에 나타난 경로계수를 살펴보면 모든 변인의 경로가 유의한 것으로 나타났다.

이는 사회문화적 영향을 받는 경험이 많을수록 신체 비교와 섭식관련 인지 왜곡, 이상섭식행동에 영향을 주며 특히 인지 왜곡은 사회문화적 영향과 이상섭식행동의 관계에서 매개효과를 나타내는 것을 볼 수 있다.

VI. 논의

본 연구에서는 이상섭식행동에 취약한 시기인 여자 청소년들을 대상으로 외모와 날씬함에 대한 사회문화적 영향, 신체 비교, 섭식관련 인지왜곡, 이상섭식행동의 관계를 살펴보고자 하였다. 먼저 사회문화적 영향, 신체 비교, 섭식관련 인지왜곡이 이상섭식행동의 상관관계를 알아보았고, 정상 집단과 이상섭식행동 경향 집단의 평균 차이를 살펴보았다. 또한 사회문화적 영향이 이상섭식행동에 영향을 미치는 데 있어서 신체 비교와 섭식관련 인지왜곡이 매개변인으로 작용하는지 검증하고자 구조방정식 모형을 활용하였다.

본 연구의 결과는 다음과 같다.

첫째, 각 변인들의 상관관계를 알아보았다. 여자 청소년들의 사회문화적 영향, 신체 비교, 섭식관련 인지왜곡, 이상섭식행동 간에 유의미한 정적 상관이 나타났다. 이상섭식행동은 섭식관련 인지왜곡과 상관이 가장 높았으며 사회문화적 영향, 신체 비교 순으로 높은 상관관계를 보였다. 또한 이상섭식행동은 사회문화적 영향, 신체 비교, 섭식관련 인지왜곡의 모든 하위요인들과 유의미한 정적상관을 보였다. 구체적으로 살펴보면, 이상섭식행동과 사회문화적 영향의 하위요인의 관계에서는 TIS-R(3)(대중매체)이 높은 상관을 보였다. 이와 같이 이상섭식행동에 사회문화적 영향들 중에서도 대중매체와 높은 상관을 보이는 것은 여자 청소년들이 다른 사회문화적 영향들보다도 대중매체로부터 외모와 날씬함에 대한 사회문화적 영향을 많이 받는다는 것을 의미한다. 이것은 대중매체의 역할이 이상섭식행동과 섭식장애의 발달 및 유지에 중요하다는 것을 시사한다. 이는 Keery(2004) 등의 연구에서 사회문화적 영향의 하위요인들 중 대중매체 영향이 이상섭식행동

과 가장 높은 상관을 보인 것과 일치하는 결과이다. 또한 조선명과 고애관(2001)의 연구에서 청소년들이 대중매체를 통해 비취지는 이상적인 체형을 사회적 기준으로 내면화하고 자신의 체형 및 외모에 열중하는 경향이 높았다는 결과를 지지하는 것이다.

한편, 이상섭식행동은 섭식관련 인지왜곡 하위요인의 MACS(5)(섭식 · 체중 · 음식 주제에서의 개인화, 과장, 미신적 사고), MACS(4)(음식의 주제에 대한 이분법적 사고)와 높은 상관을 나타냈다. 이러한 결과는 ‘사람들이 웃고 속삭이는 것은 내가 체중이 늘었다는 것을 의미한다.’와 같은 섭식 · 체중 · 음식 주제에서의 인지적 왜곡과 살을 찌게 하는 음식을 먹지 않는 행동을 보여주게 하는 음식에 대한 이분법적인 사고가 이상섭식행동과 관련된다는 것을 의미한다. 이는 이정애(1997)와 임소영(2006)의 연구에서 폭식 경향 집단이 섭식 · 체중 · 음식에 관련하여 인지 왜곡을 나타냈다는 결과와 Lingswiler, Crowther & Stephens(1989)의 연구에서 이상섭식행동을 보이는 집단이 통제집단보다 음식의 주제에 대한 이분법적 사고가 더 크게 나타난 결과를 지지하는 것이다.

둘째, 여자 청소년들의 신체적 특징, 사회문화적 영향, 신체 비교, 섭식관련 인지왜곡이 이상섭식행동에 주는 의미를 파악하기 위해 식사태도 척도의 점수를 기준으로 이상섭식경향집단과 정상집단을 구분하여 두 집단 간의 차이를 살펴보았다. 두 집단은 신체적 변인에서는 유의미한 차이를 보이지 않았다. 반면에 이상섭식경향집단이 사회문화적 영향, 신체 비교, 섭식관련 인지왜곡의 평균 점수가 유의미하게 높은 곳으로 나타났다. 이러한 결과는 이상섭식행동을 보이는 여자 청소년들이 정상 여학생들과 마찬가지로 정상체중 범위에 속해 있음에도 불구하고 외모와 날씬함에 대한 사회문화적 영향에 더욱 민감하며, 신체 비교를 많이 하고, 섭식관련 인지왜곡을 보다 많이 한다는 것을 시사한다. 또한 이러한 심리적 특성들은 이상섭식행동의 경향성을 높이는 데 기여했을 가능성이 크다. 이는 이정애(1997)와

조성실(2008)의 연구에서 폭식경향집단이 정상집단보다 심리적 변인들에서 평균의 차이가 있는 결과를 지지해주는 것이다.

셋째, 본 연구에서는 사회문화적 영향이 이상섭식행동에 미치는 영향에서 신체 비교와 섭식관련 인지왜곡이 매개변인으로 작용할 것이라고 가정하였다. 기본 연구 모형으로 사회문화적 영향이 신체비교와 섭식관련 인지왜곡을 매개로하여 직·간접으로 이상섭식행동에 영향을 미칠 것이라는 모형을 설정하였다. 연구 결과 연구모형은 비교적 적합한 것으로 나타났으나 신체 비교가 이상섭식행동에 이르는 경로는 유의미하지 않은 것으로 나타났다. 또한 경쟁모형으로 사회문화적 영향이 신체 비교와 섭식관련 인지왜곡을 매개로 하여 이상섭식행동에 간접적으로 영향을 미칠 것이라는 완전매개 모형을 검증하였다. 그 결과 연구모형과 마찬가지로 경쟁모형도 양호한 적합도 수준을 보였고 사회문화적 영향에서 섭식관련 인지왜곡을 매개로 하여 이상섭식행동에 이르는 간접경로는 유의미하였으나, 신체 비교를 매개로 하는 경로는 유의미하지 않았다. 이러한 결과는 박정수(2006)의 연구와 일치하나 Keery(2004), 손은정(2008)의 연구와는 다른 결과이다. 이는 PACS 척도가 신체 비교를 측정하는 데 있어서 타당성을 고려할 필요가 있음을 시사한다. 따라서 추후 연구를 위해 신체 비교 척도의 타당성을 위하여 추가적인 문항 개발이 필요할 것으로 보인다.

이러한 연구 결과를 토대로 사회문화적 영향은 이상섭식행동에 직·간접으로 영향을 미치지만 섭식관련 인지왜곡과 같은 인지적 변인이 매개하는 것으로 나타났다. 이는 이상섭식행동에 대한 인지왜곡의 높은 영향력에 대한 본 연구의 결과는 여자 청소년들을 대상으로 하는 섭식문제 상담과 예방, 교육 프로그램에서 인지적 왜곡과 같은 인지적 변인에 대한 개입이 이루어져야 함을 시사한다. 즉 섭식에 관련하여 왜곡된 인지를 바로 잡아주기 위하여 인지·행동 치료적 접근이 필요한 것으로 여겨진다. 이상섭식행동의 인지행동치료는 섭식습관과 체중, 체형에 대한 잘못된 생각을 교정하

고, 자신의 가치에 대해 부정적으로 평가하는 역기능적인 인지체계를 수정하는 것을 목표로 한다(김정옥, 2000). 이와 같은 이상섭식행동의 인지행동치료의 효과는 지지되고 있으며, 다른 치료기법들과 병행할 때 더욱 효과적인 것으로 알려져 있다(Garner & Garfinkel, 1985).

끝으로 추후 연구를 위해 본 연구의 제언점은 다음과 같다.

첫째, 본 연구에서 나타난 결과가 다른 집단에도 일반화 될 수 있는지 재검증이 필요하다. 특히 본 연구에서는 섭식관련 인지왜곡이 매우 중요한 위험요인으로 나타났는데, 이것이 여자 청소년들만의 특징인지 혹은 우리나라 전체 여성의 특성인지에 대해 보다 면밀한 연구가 필요할 것이다.

둘째, 본 연구는 자기보고식 검사지를 통해 이상섭식행동을 측정하였는데, 이것은 객관적으로 관찰되어지는 이상섭식행동과 큰 차이가 있을 수 있다. 따라서 추후연구에서는 자기보고 뿐만 아니라 관찰에 의한 자료도 함께 추가하여 연구해야 할 필요가 있을 것이다.

셋째, 본 연구에서는 사회문화적 영향을 부모, 또래, 대중매체로 나누어서 봤는데 더 구체적이고 다양한 사회문화적 영향을 고려하는 것이 필요하다. 예를 들어, 가족이 섭식의 사회화 과정에 있어서 가장 기본적인 집단이기 때문에 부모뿐 아니라 형제, 자매를 고려하는 것이 필요하다. Hill과 Franklin(1998)의 연구 결과에 따르면, 여아의 몸매나 섭식 행동에 대한 남자 형제들의 놀림, 여자 자매들의 언급이 신체상의 왜곡과 이상섭식행동에 영향을 주는 것으로 나타났다.

넷째, 본 연구에서는 사회문화적 영향이 이상섭식행동에 미치는 영향에서 신체 비교와 섭식관련 인지왜곡의 변인을 가지고 매개효과를 검증하였는데, 최근에 이상섭식장애의 위험요인 연구가 다차원적으로 이루어지는 것을 감안하여 보다 통합적으로 검증하는 것이 필요하다. 특히 인지적 요인 뿐 아니라, 성격 차원, 정서 차원의 변인들을 추가로 포함시켜서 연구하는 것이 필요하다. 예를 들면 신경성 거식증인 사람들은 높은 참을성을 보

고한 반면, 폭식증의 경우 높은 충동성과 감각 추구 성향을 나타낸다고 한다(Cassin, & von Ranson, 2005).

마지막으로, 본 연구는 여자 청소년들을 대상으로 이상섭식행동의 위험요인들에 대한 검토가 이루어졌다. 하지만 이 연구의 결과를 다른 발달적 특성을 지닌 여성들에게 일반화하는 것에는 한계가 있을 것이다. 따라서 추후 연구에서는 청소년기 여자 뿐 아니라 아동기, 성인 여성, 남성들과의 비교 연구가 필요하다.

참 고 문 헌

- 김은정 (2004). 청소년기 여학생들의 체형 인식도 및 체중 조절 실태와 이상 섭식 행동 관련 요인. 성신여자대학교 대학원 석사학위논문
- 김은미 (2002). 여성의 다이어트와 영양문제. 대한비만학회지. 11(3), 257-262.
- 김정옥 (2000). 섭식장애. 서울: 학지사.
- 노은아, 안창일 (2003). 여아의 섭식장애 위험요인들과 관련된 어머니의 요인들-어머니의 섭식장애 위험요인들과 관여를 중심으로. 한국심리학회지: 건강 10(2), 127-144.
- 동아일보 (2008). 자나 깨나 음식공포 “먹는 게 괴로워”. 의학·과학 분야.
- 박경미 (2007). 여고생의 비합리적 섭식신념과 외모에 관한 사회문화적 태도가 섭식태도에 미치는 영향. 명지대학교 석사학위 논문.
- 박정수 (2006). 섭식행동의 신체 중요성 지각 모형 검증: 대학생, 청소년 집단을 대상으로. 아주대학교 석사학위 논문.
- 박정수, 이민규, 신희천 (2007). 여대생의 절식 및 폭식행동에 대한 자기-평가의 신체 중요성 지각모형. 한국 심리학회지: 임상. 26(1), 73-91.
- 백주현 (2008). 여자 청소년의 수치심과 사회비교가 사회불안 및 섭식태도에 미치는 영향. 명지대학교 석사학위 논문.
- 손은정 (2008). 여대생의 자아존중감, 신체 비교, 마른 이상적인 체형의 내면화, 신체 불만족이 이상 섭식 행동에 미치는 영향. 한국심리학회지 : 상담 및 심리치료 20(3), 885-901
- 송동호 (2005). 식이장애: 거식증과 폭식증. 아카데미아.
- 신미영 (1997). 대중매체가 여성의 다이어트와 섭식장애에 영향을 미치는 과정. 강원대학교 석사학위 논문.
- 양경미 (2002). 여중생의 체형과 다이어트 행위에 관한 연구. 중앙대학교 석

사학위 논문.

우마리아 (1995). 섭식태도검사(EAT)의 표준화를 위한 예비연구. 충남대학교 석사학위 논문.

이가영 (1997). 신세대 의복 행동에 나타난 TV의 영향에 관한 연구 -중·고등학교 학생을 중심으로-. 명지대학교 석사학위 논문.

이상선 (1994). 여대생의 식사 행동과 심리적 요인들의 관계. 연세대학교 석사학위 논문.

이상선 (2004). 거식행동과 폭식 행동에 자기 평가의 신체 비중, 신체 불만족, 완벽주의, 충동성이 미치는 영향. 연세대학교 박사 학위 논문.

이상선, 오경자 (2004). 몸매와 체중에 근거한 자기 평가와 신체 불만족이 여대생의 이상 섭식 행동에 미치는 영향. 한국심리학회지 : 임상, 23(1), 91-106.

이수현, 현명호 (2001). 여중생의 비만도와 신체상 만족도 및 폭식행동이 우울에 미치는 영향. 한국심리학회지: 건강, 6(1), 195-207.

이정윤 (2003). 여대생의 이상식사 행동 수준에 따른 심리적, 정서적 특성. 한국심리학회지 : 상담 및 심리 치료, 15(1), 11-124.

이정애 (1997). 폭식행동집단의 인지적 특성. 고려대학교 석사학위 논문.

이현정 (2001). 섭식절제, 부정적 정서 및 충동성이 폭식행동에 미치는 영향. 가톨릭대학교 석사학위 논문.

임소영 (2006). 사회향성과 사회적 불안이 폭식행동에 미치는 영향 -인지왜곡의 매개효과를 중심으로. 전남대학교 석사학위 논문.

조성실 (2009). 사회지향성과 사회문화적 압력이 폭식행동에 미치는 영향: 섭식관련 인지왜곡을 매개로 하여. 가톨릭대학교 석사학위 논문.

조선명, 고애란 (2001). 외모에 대한 사회문화적 태도와 신체이미지가 이미지가 의복추구 혜택에 미치는 영향: 청소년기 여학생의 연령 집단별 차이 비교. 한국의류학회지, 25(7), 1227-1238.

- 장은영 (2008). 이상 섭식행동에서 대인 사회적 요소의 매개효과. *한국심리학회지 : 임상*, 27(2), 391-410.
- 한송희 (2007). 사회적 비교상황해서 자기 해석 점화의 효과 : 아동의 자기평가와 유사성 지각을 중심으로. 이화여자대학교 석사학위 논문.
- 황혜진 (2005). 사회 비교 빈도와 주관적 안녕의 관계에 관한 연구. 연세대학교 학사 학위 논문.
- 홍세희 (2000). 구조방정식 모형의 적합도 지수 선정과 그 근거. *한국심리학회: 임상*, 19(1), 161-177.
- American Psychiatric Association. (1994). *Diagnostic and Statistical manual of mental disorders (4th ed)*, 698-712, Washington, DC: Author.
- American Psychiatric Association. (2000). *Diagnostic and Statistical manual of mental disorders (4th ed.-text revision)*. Washington, DC: Author.
- Ackard, D. M., Croll, J. K., & Keaney-Cooke, A. (2002). Dieting frequency among college females: Association with disordered eating, body image and related psychological problems. *Journal of psychosomatic Research*, 52(3), 129-136.
- Brown, B. B. (1989). The role of peer groups in adolescents adjustment to secondary school. In: T. J. Berndt, & G. W. Ladd (Eds), *Peer relationships in child development*, 188-215, New York, NY: Wiley.
- Beth E. K-C., & Wolfgang, S. (1994). Self-Concept, Attributional Beliefs, and School Achievement: A Longitudinal Analysis, *Contemporary Educational Psychology*. 19. 199-221.
- Cassin, S. E. & von Ranson, K. M. (2005). Personality and eating

- disorders: A decade in review. *Clinical Psychology Review*, 25, 895-916.
- Cooper, M. J., & Todd, G., & Cohen-Tovee, E. (1996). Core beliefs in eating disorders. *International Cognitive Therapy Newsletter*, 10(2), 2-3.
- Cooper, M. J., & Todd, G., & Wells, A. (1995). Content origins and consequences of dysfunctional beliefs in anorexia nervosa and bulimia nervosa. *The World Congress of Behavioral and cognitive Therapies*.
- Coopersmith, S. (1967). *The antecedent of self-esteem*, San Francisco: Freeman.
- Drewnowski, A., Kurth, C. L., & Krahn, D. D. (1994). Body weight and dieting in adolescence: Impact of socioeconomic status. *International Journal of Eating Disorders*, 16, 61-65.
- Fairburn, C. G. & Wilson, G. T. (1993). *Cognitive-Behavioral therapy for binge eating and bulimia: A comprehensive treatment manual*. In *binge Eating; Nature, assessment and treatment*. New York; Guilford Press.
- Festinger, L. (1954). A theory of social comparison process. *Human Relations*, 7, 117-140.
- Field, A. E., Camargo Jr, C. A., Taylor, C. B., & Berkey, C. S. (2001). Peer, parent, and media influences on the development of weight concerns and frequent dieting among preadolescent and adolescent girls and boys. *Pediatrics*, 107, 54-60.
- Garner, D. M., Garfinkel, P. E. (1979). The eating attitude test: and index of the symptoms of anorexia nervosa. *Psychological*

Medicine, 9, 272-279.

- Garner, D. M., Garfinkel, P. E., Schwartz, D., & Tompson, M. (1980). Cultural expectations of thinness in women. *Psychological Reports, 47, 483-491.*
- Garner, D. M., Olmsted, M. P., Bohr, Y., & Garfinjel, P. E. (1982). The eating attitude test: *psychometric features and clinical correlates. Psychological Medicine, 12, 871-878.*
- Goethals, G. R. (1986). Social comparison theory: Psychology from the lost and found. *Personality and Social Psychology Bulletin, 12, 261-178.*
- Hahn-Smith, A. M. & Smith, J. E. (2000). The positive influence of maternal identification on body image, eating attitudes, and self-esteem of Hispanic and Anglo girls. *International Journal of Eating Disorders, 29, 429-440.*
- Hargreaves, D., & Tiggermann M. (2003). Longer-term implications of responsiveness to 'thin-ideal' television: support for a cumulative hypothesis of body image disturbance, *European Eating Disorders Review, 11(6), 465-477.*
- Heinberg, L. J., & Thompson, J. K. (1992). The effects of figure size feedback (positive vs. negative) and target comparison group (particularistic vs. universalistic) on body image disturbance. *International Journal of Eating Disorders, 12, 441-448.*
- Heinberg, L. J., & Thompson, J. K. (1995). Baby image and televised images of thinness and attractiveness: A controlled laboratory investigation. *Journal of Social and Clinical Psychology, 14, 325-338.*

- Hemal Shroff, J. Kevin Thompson The tripartite influence model of body image and eating disturbance: A replication with adolescent girls. *Body image: An International Journal of Research*, 17~23.
- Hill, A. J., & Franklin, J. A. (1998). Mothers, daughters, and dieting: Investigating the transmission of weight control. *The British Journal of Clinical Psychology*, 37, 3-14.
- Kanakis, D. M., & Thelen, M. H. (1995). Parental variables associated with bulimia nervosa. *Addictive Behaviors*, 20(4), 491-500.
- Keery, H., van den Berg, & Thompson, J. K. (2004). A test of the Tripartite Influence Model of Body Image and Eating Disturbance in adolescent girls. *Body image: An International Journal of Research*, 237-251.
- Lattimore, P. J., & Butterworth, M. (1999). A test of the structural model of initiation of dieting among adolescent girls. *Journal of psychosomatic Research*, 46, 295-299.
- Lavin, M. A. & Cash, T. F. (2000). Effects of exposure to information about appearance stereotyping and discrimination on women's body images, *International Journal of Eating Disorders*, 29, 51-58.
- Lowe, M. R., Gleaver, D. H., Furgueson, C., & Mckinney, S. (1996). Rest raint, dieting, and the continuum model of bulimia nervosa. *Journal of abnormal psychology*, 4, 508-517.
- Mareno, A., & Thelen, M. H.(1993). Parental factors related to bulimia nervosa. *Addictive Behaviors*, 18, 681-689.
- Mizes, J. S., & Klesges, R. C.(1989). Validity, reliability, and factor

- structure of the anorectic cognitions Quest. *Addictive behavior*, 14(5), 589-594.
- Paxton, S. J., Schutz, H. K., Wertheim, E. H., & Muir, S. L.(1999). Friendship clique and peer influences on body image concerns, dietary restraint, extreme weight loss behaviors, and binge eating in adolescent girls, *Journal of Abnormal Psychology*, 108, 255-266.
- Pike, K. M., & Rodin, J. (1991). Mothers, daughters, and disordered eating. *Journal of abnormal psychology*, 100, 198-204.
- Polivy, J., & Herman, C. P. (2002). Dieting and Binging: A causal analysis. *American Psychologists*, 40, 193-201.
- Rieves, L., & Cash, T. F. (1996). Social developmental factors and women's body image attitudes. *Journal of social behavior and personality*, 11(1), 63-78.
- Russell, D. W., Kahn, J. H., Spoth R., & Altmaier, E. M. (1989). Analyzing data from experimental studies: A latent variable structural equation modeling approach. *Journal of Counseling Psychology*, 45, 18-29.
- Ruther, N. M., & Richman, C. L. (1993). The relationship between mothers' eating restraint and their children's attitudes and behaviors. *Bulletin of the Psychonomic Society*, 31(3), 217-220.
- Schutz, H. K., Paxton, S. J., & Wertheim, E. H.(2002). Investigation of body comparison among adolescent girls. *Journal of Applied Social Psychology*, 32(9), 1906-1937.
- Shisslak, C. M., Crago, M., & Estes, L. S. (1995). The spectrum of eating disturbances. *International Journal of Eating Disorders*,

18(3), 209-219.

- 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.
- Shroff, H., & Tothompson, J. K. (2006). The tripartite influence model of body image and eating disturbance: A replication with adolescent girls. *Body Image, 3*(1), 17-23.
- Stice, E. (2001). A prospective test of the Dual-pathway Model of Bulimic Pathology: Mediating effect of Dieting and Negative Affect. *Journal of Abnormal Psychology, 110*(1), 124-135.
- Stice, E. (2002). Risk and maintenance factors for eating pathology: A meta-analytic review. *Behavior Therapy, 29*, 257-276.
- Stice, E., Mazotti, L., Krebs, M., & Martin, S. (1998). Predictors of adolescent dieting behaviors: A longitudinal study. *Psychology of Addictive behaviors, 12*, 195-205.
- Stice E., & Shaw, H. E. (1994). Adverse effects of the media portrayed thin-ideal on women and linkages to bulmic symptomatology. *Journal of Social and Clinical Psychology, 13*, 288-308.
- Stice E., Ziemba, C., Margolis, J., & Flick, P. (1996). The dual pathway model differentiates bulimics subclinical bulimics, and controls; testing the continuity hypothesis. *Behavior Therapy, 27*, 531-549.
- Stormer S. M., & Thompson J. K. (1996). Explanation of body image disturbance: a test of maturational status, negative verbal commentary, social comparison and sociocultural hypothesis. *International Journal of Eating Disorders. 19*, 193-202.

- Striegel-Moore, R. H., Silberstein, L. R., & Rodin, J. (1989). Toward an understanding of risk factors for bulimia. *American Psychologist*, *41*, 246-263.
- Tylka, T. L. & Subich, L. M. (2004). Examining a multidimensional model of eating disorder symptomatology among college women. *Journal of Counseling Psychology*, *51*(3), 314-328.
- Thompson, J. K., & Heinberg, L. J. (1999). The media's influence on body image disturbance and eating disorders: We've reviled them, now can we rehabilitate them?. *Journal of social Issues*, *55*(2), 339-353.
- Thompson, J. K., & Heinberg, L. J., Altabe, M., & Tantleff-Dunn, S. (1999). *Exacting beauty: theory, assessment and treatment of body image disturbance*. Washington, DC: American Psychiatric Association.
- Thompson, J. K., & Heinberg, L. J., & Tantleff, S. (1991). The Physical Appearance Comparison Scale (PACS). *Behavior Therapist*, *14*, 174.
- Thompson, J. K., & Stice E. (2001). Thin-ideal internalization: Mounting evidence for a new risk factor for body image disturbance and eating pathology. *Current Directions in Psychological Science*, *10*, 181-183.
- Tinsley, B. J. (1992). Multiple Influences on the acquisition and socialization of children's health attitudes and behavior: An integrative review. *Child development*, *53*, 1043-1069.
- Vitousek, K. B., & Orimoto, L. (1993). Cognitive-behavioral models of anorexia, bulimia nervosa, and obesity. In K. S. Dobson & P. C.

Kendall(Eds.), *Psychopathology and cognition* (pp. 193-245).
New York: Academic Press.

Vander Wal, J., S., & Thelen, M. H. (2000). Predictors of body image dissatisfaction in elementary-age school girls. *Eating Behaviors*, *1*(2), 105-122.

White, W. C., & Boskind-White, M. (1984). An experiential-behavioral treatment program for bulimarexia women. In Hawkins, R. C., Fremow, W. J., & Clement, P. F.(Eds.), *The Binge-purge Syndrome*. Springer, New York.

ABSTRACT

The Relationship between
Social-Cultural influence for Appearance and
Disordered eating behaviors in Adolescent Girl.
:Testing a Mediating Model of
Body Comparison and Cognitive Distortion

Cho, Hee, Kyung
Department of Psychology
The Graduate School of
Sungshin Women's University

The purpose of this study was to demonstrate the mediating effects of body comparison and cognitive distortion on the relationship between social-cultural influence for appearance and disordered eating behaviors in adolescent girl.

For this purpose, middle school students ($N = 204$) and high School students ($N = 283$) participated in this study. Tripartite Influence Scale-Revised(TIS-R), Physical Appearance Comparison Scale(PACS), The Mizes Anorectic Cognition Scale(MACS) and Eating Attitude Test-26(EAT-26) were used to measure sociocultural influence, body comparison, cognitive distortion and disordered eating behaviors. All analyses were

conducted for descriptive statistics by SPSS 15.0 and Structural equation modeling by AMOS 7.0

The results of this study are summarized as follows.

First, sociocultural influence, body comparison, cognitive distortion and disordered eating behaviors had significantly positive correlation.

Second, adolescent girls discriminated into disordered eating behaviors group normal group according to Eating Attitude Test-26. The result of compared two group was significantly different from sociocultural influence, body comparison, cognitive distortion and disordered eating behaviors.

Third, the result of structural equation analysis suggest that cognitive distortion partially mediated relation between social-cultural influence for appearance and disordered eating behaviors.

Finally, based on the finding results, the implications and limitations of this study were discussed.

Key words : sociocultural influence, body comparison, cognitive distortion, disordered eating behaviors.

부 록

1. 삼자영향척도(Tripartite Influence Scale-Revised : TIS-R)
2. 신체 비교 척도(PACS-R)
3. Mizes의 인지왜곡 척도(The Mizes Anorectic Cogntion Scale: MACS)
4. 식사태도 척도-26(KEAT-26)

1. 삼자영향척도(Tripartite Influence Scale-Revised : TIS-R)

여러분의 부모님의 대한 내용입니다. 잘 읽고 해당하는 곳에 표시를 해 주세요.

문항내용	매우 그렇 지 않다	약간 그렇 지 않다	보통 이다	약간 그렇 다	매우 그렇 다
1. 어머니는 체중감량을 위한 다이어트를 하고 있다.	1	2	3	4	5
2. 어머니는 가능한 한 날씬해지는 것을 중요하게 생각한다.	1	2	3	4	5
3. 어머니에게는 자신의 외모(몸매, 체중, 옷)가 중요하다.	1	2	3	4	5
4. 아버지는 체중감량을 위한 다이어트를 하고 있다.	1	2	3	4	5
5. 아버지는 가능한 한 날씬해지는 것을 중요하게 생각한다.	1	2	3	4	5
6. 아버지에게는 자신의 외모(몸매, 체중, 옷)가 중요하다.	1	2	3	4	5
7. 부모님이 서로의 체중과 몸매에 많은 주의를 기울인다고 생각합니까?	1	2	3	4	5
8. 부모님은 체중과 몸매를 중요하게 여깁니까?	1	2	3	4	5

문항내용	전혀 그렇 지 않다	드물 게 그렇 다	때때 로 그렇 다	종종 그렇 다	매우 자주 그렇 다
1. 어머니가 내 외모를 언급하거나 놀렸다.	1	2	3	4	5
2. 아버지가 내 외모를 언급하거나 놀렸다.	1	2	3	4	5
3. 부모님은 서로의 체중에 대해 언급한다.	1	2	3	4	5
4. 부모님은 서로 체중을 줄이라고 격려해준다.	1	2	3	4	5
5. 부모님은 체중이나 다이어트에 관해서 이야기 한다.	1	2	3	4	5
6. 부모님은 자신들의 체중에 대해 걱정한다.	1	2	3	4	5
7. 부모님은 먹는 것을 고민한다.	1	2	3	4	5
8. 부모님은 다이어트를 한다.	1	2	3	4	5

9. 당신의 체중이 너무 많이 나간다고, 살이 찼다고, 혹은 살이 찌까봐 어머니가 걱정스러워 하십니까?	1	2	3	4	5
10. 당신이 날씬한 것이 어머니에게는 중요합니까?	1	2	3	4	5
11. 당신의 체중이 너무 많이 나간다고, 살이 찼다고, 혹은 살이 찌까봐 아버지가 걱정스러워 하십니까?	1	2	3	4	5
12. 당신이 날씬한 것이 아버지에게는 중요합니까?	1	2	3	4	5

다음은 당신의 친구에 대한 질문입니다. 잘 읽고 해당하는 곳에 표시를 해 주세요.

문항내용	매우 그렇지 않다	약간 그렇지 않다	보통이다	약간 그렇다	매우 그렇다
1. 한 명 이상의 친구가 살을 빼려고 다이어트 중이다.	1	2	3	4	5
2. 내 친구들은 가능한 한 날씬해지는 것을 중요하게 생각한다.	1	2	3	4	5
3. 내 친구들에게는 자신의 외모(몸매, 체중, 옷)가 중요하다.	1	2	3	4	5
4. 친구들이 서로의 체중과 몸매에 많은 주의를 기울인다고 생각합니까?	1	2	3	4	5
5. 친구들은 체중과 몸매를 중요시 여깁니까?	1	2	3	4	5

문항내용	전혀 그렇지 않다	드물게 그렇다	때때로 그렇다	종종 그렇다	매우 자주 그렇다
1. 친구들이 내 외모를 언급하거나 놀렸다.	1	2	3	4	5
2. 친구들이 서로의 체중에 대해 언급한다.	1	2	3	4	5
3. 친구들이 서로 체중을 줄이라고 격려해준다.	1	2	3	4	5
4. 친구들이 체중이나 다이어트에 관해서 이야기 한다.	1	2	3	4	5
5. 친구들이 자신들의 체중에 대해 걱정한다.	1	2	3	4	5

6. 친구들이 먹는 것을 고민한다.	1	2	3	4	5
7. 친구들은 다이어트를 한다.	1	2	3	4	5
8. 친구들이 식사를 거른다.	1	2	3	4	5

다음은 대중매체에 관한 내용입니다. 문항들을 잘 읽고 맞는 곳에 표시를 해 주세요.

문 항 내 용	매우 그렇 지 않다	약간 그렇 지 않다	보통 이다	약간 그렇 다	매우 그렇 다
1. 내가 보는 잡지와 TV에서는 날씬해지는 것이 중요하다고 강조한다.	1	2	3	4	5
2. 내가 보는 잡지와 TV에서는 외모(몸매, 체중, 옷)가 중요하다고 강조한다.	1	2	3	4	5
3. 내가 보는 잡지와 TV에서는 체중감량을 위한 다이어트를 강조한다.	1	2	3	4	5
4. 다이어트를 주제로 하는 TV프로그램/잡지를 보는데 관심이 있다.	1	2	3	4	5
5. 건강, 운동을 주제로 하는 TV프로그램/잡지를 보는데 관심이 있다.	1	2	3	4	5
6. 패션을 주제로 한 TV프로그램/잡지를 보는데 관심이 있다.	1	2	3	4	5
7. 인터넷을 통해 다이어트와 관련된 정보를 검색하거나, 관련 카페, 블로그, 클럽 활동을 한다.	1	2	3	4	5
8. 인터넷을 통해 건강, 운동과 관련된 정보를 검색하거나 관련 카페, 블로그, 클럽 활동을 한다.	1	2	3	4	5
9. 인터넷을 통해 패션과 관련된 정보를 검색하거나, 관련 카페, 블로그, 클럽 활동을 한다.	1	2	3	4	5

문 항 내 용	매우 그렇 지 않다	드물 게 그렇 다	때때 로 그렇 다	종종 그렇 다	매우 자주 그렇 다
1. 대중매체에서 살을 빼라는 압력을 느낀다.	1	2	3	4	5

2. 신체 비교(PACS-R)

다음 문항을 읽고 자신과 가장 잘 맞는 곳에 표시를 해 주세요.

문항 내용	전혀 그렇지 않다	이따금씩 그렇다	때때로 그렇다	종종 그렇다	항상 그렇다
1. 파티나 모임에서, 내 외모를 다른 사람의 외모와 비교한다.	1	2	3	4	5
2. 체중이 많이 나가는지 적게 나가는지 알려면, 자신의 몸매를 다른 사람의 몸매와 비교하는 게 가장 좋은 방법이다.	1	2	3	4	5
3. 파티나 모임에서, 내 옷차림과 다른 사람의 옷차림을 비교한다.	1	2	3	4	5
4. 사회적인 장면에서, 때때로 다른 사람의 몸매와 내 몸매를 비교한다.	1	2	3	4	5

3. Mizes의 인지 왜곡 척도(The Mizes Anorectic Cogntion Scale: MACS)

다음 문항을 잘 읽고 해당하는 곳에 표시를 해 주세요.

문 항 내 용	전혀 그렇 지 않다	조금 그렇 다	보통 이다	매우 그렇 다	항상 그렇 다
1. 매일 매일의 식생활에 대한 규칙이 없다면 나는 음식 조절을 하지 못하고, 체중이 늘어날 것이다.	1	2	3	4	5
2. 누가 나에게 체중이 늘었다고 말한다면, 견딜 수 없을 것이다.	1	2	3	4	5
3. 뚱뚱한 사람은 먹고 나는 먹지 않을 때, 나는 우울감을 갖는다.	1	2	3	4	5
4. 단 것을 먹지 않고 참을 때, 나는 배고픔을 이겨낸 것 같은 느낌을 갖는다.	1	2	3	4	5
5. 굉장히 배가 고플 때에도 나는 그 배고픔을 이겨내야 한다. 그렇지 못하면 나는 계속 먹어 났 것이고 머지않아 뚱뚱해질 것이다.	1	2	3	4	5
6. 체중이 1~2kg정도 늘어나는 것은 걱정하지 않는다. 그것은 일시적인 현상이고 결국 정상체중으로 되돌아 올 것이다.	1	2	3	4	5
7. 기름기 많은 음식, 단 음식, 빵은 살을 찌개하기 때문에 내 체중과 상관없이 이 음식 안 먹는다.	1	2	3	4	5
8. 나는 디저트를 먹으면 살이 찐다. 그래서 살찌지 않기 위해 나는 디저트를 먹지 말아야 한다.	1	2	3	4	5
9. 내가 들을 수 없을 정도로 작은 목소리로 사람들이 속삭이며 웃을 때, 그들은 내가 매력적이지 않다고 비웃는 것 같이 생각된다. 그들이 웃고 속삭이는 것은 내가 체중이 늘었다는 것을 의미한다.	1	2	3	4	5
10. 먹고 싶은 충동을 스스로 억제했을 때, 나는 자부심을 느낀다.	1	2	3	4	5
11. 아무도 뚱뚱한 사람을 좋아하지 않는다. 따라서 다른 사람들이 나를 좋아할 수 있게 마른 몸매를 유지해야 한다.	1	2	3	4	5
12. 살이 찌면 나는 내 외모에 불만을 갖는다. 살이 찌는 것은 나 자신을 불행하게 만드는 것이다.	1	2	3	4	5
13. 체중이 1kg 늘어나면, 나는 짧은 옷을 입을 수 없게 된다.	1	2	3	4	5

14. 매일 매일의 계획표를 짜놓지 않으면 모든 것이 혼란스러워져 나는 아무 것도 할 수 없다.	1	2	3	4	5
15. 내가 보통 느끼는 행복감과 내 체중과는 아무런 상관이 없다.	1	2	3	4	5
16. 단 것을 먹으면, 곧바로 배에 살이 찌는 것이다.	1	2	3	4	5
17. 맛있는 음식을 제외하면 나는 아무것도 즐길게 없다.	1	2	3	4	5
18. 체중이 2-3kg 정도 변동이 있더라도 그것은 아주 정상이므로 괜찮다.	1	2	3	4	5
19. 내가 식생활을 통제할 수 있다면 나의 삶도 통제할 수 있다.	1	2	3	4	5
20. 내가 탄수화물을 섭취하지 않는다면 나는 결코 똥똥해지지 않을 것이다.	1	2	3	4	5
21. 칼로리가 높은 음식을 먹었을 때 나는 마음이 언짢아지고, 운동을 하면 기분이 좋아진다.	1	2	3	4	5
22. 음식을 사양할 수 있는 내 능력은 내가 다른 사람들보다 더 나은 사람임을 보여준다.	1	2	3	4	5
23. 지방이 많은 음식을 먹더라도 크게 신경 쓰지 않는다.	1	2	3	4	5
24. 내가 먹는 것을 다른 사람들이 보면 당황스럽다.	1	2	3	4	5
25. 내가 다이어트 할 수 있고, 배고픔을 통제할 수 있다고 해서 그렇게 하지 못하는 사람들보다 더 나은 것은 아니다.	1	2	3	4	5
26. 체중이 3kg 늘는 것은 매우 위험하다.	1	2	3	4	5
27. 내 몸무게와 내 인기는 상관없다.	1	2	3	4	5
28. 나의 친구들은 내 몸무게와 상관없이 나를 좋아할 것이다.	1	2	3	4	5
29. 배가 부르게 되면 그만 먹게 될 것을 알기 때문에 별 걱정하지 않고 배가 고플 때면 음식을 먹는다.	1	2	3	4	5
30. 나 자신을 완전히 통제할 수 없다면 아무것도 할 수 없게 된다.	1	2	3	4	5
31. 똥똥한 가 아닌 가에 상관없이 사람들은 성격이 좋은 사람을 좋아한다.	1	2	3	4	5
32. 똥똥한 사람을 볼 때, 내가 그 사람처럼 될까봐 걱정한다.	1	2	3	4	5
33. 체중이 약간 늘기 시작하면 계속해서 많이 늘어나게 될 것이다. 그래서 체중, 음식 및 운동을 철저히 통제해야 한다.	1	2	3	4	5

4. 식사태도 척도-26(KEAT-26)

각 항목들을 주의 깊게 읽어 보시고 자신의 상태를 잘 나타낸다고 생각되는 문항 하나를 골라 해당란에 표시해 주십시오.

문항 내용	전혀 그렇지 않다	거의 그렇지 않다	가끔 그렇다	자주 그렇다	거의 그렇다	항상 그렇다
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 집착하고 있다.	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 영양분과 열량을 알고 먹는다.	1	2	3	4	5	6
7. 빵, 감자 같은 탄수화물이 많은 음식을 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. 먹고 난 다음 더 심한 죄책감을 느낀다.	1	2	3	4	5	6
11. 좀 더 날씬해져야겠다는 생각을 떨쳐 버릴 수 없다.	1	2	3	4	5	6
12. 운동을 할 때 운동으로 인해 없어질 열량에 대해 계산하거나 생각한다.	1	2	3	4	5	6
13. 남들이 내가 너무 말랐다고 생각한다.	1	2	3	4	5	6
14. 내가 살이 너무 찼다는 생각을 떨쳐버릴 수가 없다.	1	2	3	4	5	6
15. 식사시간이 다른 사람보다 더 길다.	1	2	3	4	5	6
16. 설탕이 든 음식은 피한다.	1	2	3	4	5	6

17. 체중조절을 위해 다이어트용 음식을 먹는다.	1	2	3	4	5	6
18. 음식이 나의 인생을 지배한다는 생각이 든다.	1	2	3	4	5	6
19. 음식에 대한 자신의 조절능력을 과시한다.	1	2	3	4	5	6
20. 다른 사람이 나에게 음식을 먹도록 강요하는 것 같이 느껴진다.	1	2	3	4	5	6
21. 음식에 대해 많은 시간과 정력을 투자한다.	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. 위가 비어 있는 느낌이 있다.	1	2	3	4	5	6
25. 새로운 기름진 음식 먹는 것을 즐긴다.	1	2	3	4	5	6
26. 식사 후 토하고 싶은 충동을 느낀다.	1	2	3	4	5	6