

여대생의 사회부과적 완벽주의와 이상 섭식 행동의 관계: 자기개념 명확성, 사회적 체형불안의 이중매개효과[†]

이 다 운 김 종 남[‡]
서울여자대학교 교육심리학과

본 연구는 여대생의 사회부과적 완벽주의 성향과 이상 섭식 행동의 관계에서 자기개념 명확성 및 사회적 체형불안이 미치는 영향을 확인하고자 하였다. 이를 위해 여대생 414명을 대상으로 사회부과적 완벽주의 척도(MPS), 자기개념 명확성 척도(SCCS), 여대생의 사회적 체형불안 척도, 한국판 식사태도 검사(KEAT-26)를 실시하였다. 이들 중 불성실한 응답자의 자료를 제외하고 381명의 자료가 최종 분석에 사용되었다. 분석 결과 사회부과적 완벽주의는 사회적 체형불안, 이상 섭식 행동과 정적 상관을 보였으며 자기개념 명확성과는 부적 상관을 보였다. 자기개념 명확성은 사회적 체형불안, 이상 섭식 행동과 유의한 부적 상관을 보였으며, 사회적 체형불안은 이상 섭식 행동과 유의한 정적 상관을 가졌다. 또한 사회부과적 완벽주의와 이상 섭식 행동의 관계에서 자기개념 명확성, 사회적 체형불안의 이중매개효과를 검증한 결과, 완전이중매개효과가 확인되었다. 이러한 결과는 추후 사회부과적 완벽주의 성향자의 이상 섭식 행동에 대한 효과적인 치료적 개입을 위해 자기개념 명확성 수준을 높이고 사회적 체형불안을 감소시키는 것에 주목할 필요가 있음을 시사한다. 끝으로, 이와 같은 결과를 바탕으로 본 연구의 의의 및 제한점을 제시하였다.

주요어: 사회부과적 완벽주의, 이상 섭식 행동, 자기개념 명확성, 사회적 체형불안

[†] 본 논문은 제1저자의 석사학위논문을 수정, 보완한 것이며, 2017년 한국임상심리학회 춘계학술대회에서 포스터로 발표되었음. 이 논문은 2017학년도 서울여자대학교 교내학술연구비의 지원을 받았음.

[‡] 교신저자(Corresponding author) : 김종남, (139-774) 서울특별시 노원구 화랑로 621 서울여자대학교 교육심리학과, Tel: 02-970-5561, E-mail: kimjn@swu.ac.kr

날씬한 몸매를 선호하는 사회 문화적 분위기에 따라서 여성의 마른 몸매를 미의 기준으로 삼는 경향성이 짙어지고 있고, 다수의 여성이 마른 신체로의 변화 및 이를 유지하기 위한 다이어트 행동을 보이고 있다. 이에 따라서 정상적인 체중을 가졌음에도 불구하고 본인의 체형을 과체중이라고 인식하고 음식의 섭취를 과도하게 제한하거나, 폭식을 한 후 토하는 등의 섭식 문제와 부적절한 다이어트로 건강을 손상시키는 경우도 많이 관찰된다(양수진, 최영, 이형영, 2001; 이경혜, 김숙경, 천기정, 한숙희, 2003). 이러한 정상 범주에서 벗어난 이상 섭식 행동은 비록 공식적인 진단이 내려지지는 않지만(박지연, 신민섭, 김은정, 2011; Dunn, Neighbors, & Larimer, 2003) 섭식장애로 진행될 가능성이 매우 높은 것으로 시사된다(류에리, 송원영, 2013; 오경자, 정현강, 2008; Mintz, O'Halloran, Mulholland, & Schneider, 1997). 이상 섭식 행동이란 정상적인 섭식 행동을 벗어난 것으로 거식 및 폭식 행동과 함께 음식을 쪼개어서 먹는 행동, 섭취 후 하제 및 이뇨제를 사용하거나 구토하는 부적절한 보상행동들을 포함한다(박지연 외, 2011). 이러한 이상 섭식 행동은 정상적인 섭식과 섭식 장애 사이의 연속선 상에 있는 것으로 고려되고, 이러한 행동이 심각할수록 섭식 장애로 발전할 확률이 높다(Mintz et al., 1997).

특히 여대생들은 마른 몸매를 지향한 결과 잘못된 방법으로 체중관리를 할 수 있는데(황관희, 2009), 22개국 남녀 대학생을 대상으로 조사한 결과 비만도를 나타내는 BMI 지수는 한국 여대생이 가장 낮았지만 체중 감량을 시도 중인 여학생의 비율은 77%로 22개국 중 1위를 차지하였다(디지털뉴스부, 2006). 또한 서울소재의 한 대학생들

을 대상으로 조사한 바에 따르면 조사에 참여한 여대생의 53.9%가 다이어트 경험이 있으며, 90.1%가 다이어트 방법으로 식사조절을 선택한다고 밝혔다. 게다가 이 조사에 참여한 여대생 중 10.4%가 섭식태도 검사(EAT-26)를 통해서 이상 섭식 행동 집단으로 드러났다(이정운, 박원주, 최송미, 한광희, 2002; 이정운, 2003에서 재인용). 대학생 시기는 정체성 형성과 신체적 자기평가를 포함한 여러 가지 영역에서 스스로의 가치를 형성해 나가는 중요한 시기이기 때문에, 대학생들은 외모와 연관된 사회적 압력에 보다 취약할 수 있다(Crocker & Wolfe, 2001).

섭식 문제를 발달시키는 다수의 위험요인들 중 '완벽주의(perfectionism)'는 섭식장애 및 이상 섭식 행동에 영향을 미치는 중요한 변인이다. 완벽주의는 수행에 대해 지나치게 높은 기준을 설정하여 완벽해지고자 하는 성격 특성을 의미하는 것으로, 일상적으로도 개인의 성격을 설명하기 위해 많이 사용되는 개념이다. 이상 섭식 행동을 보이는 사람들은 자신의 몸매와 체중에 대해서 지나치게 엄격한 기준을 세우고, 자신이 기대하는 몸매 및 체중에 대한 기준을 달성하기 위해 지나치게 노력한다. 따라서 작은 실패에도 심각한 좌절감을 느낄 수 있기 때문에 체중 조절의 실패 및 약간의 체중 증가에도 이를 해결하기 위한 비정상적인 섭식 행동을 시도할 수 있다(Stein et al., 2002).

1990년대에 들어서면서 완벽주의가 단일 차원이 아닌 다차원적인 개념임이 확인되었고 다수의 연구자들이 이를 발전시켜 연구하고 있다. 완벽주의에 대한 서로 다른 정의에 따라 다양한 측정도구들이 개발되었는데, 그 중에서도 가장 널리 연구에

사용되어 온 것이 Hewitt와 Flett(1991)의 다차원적 완벽주의 척도(Multidimensional Perfectionism Scale)이다(Chang, 2006; 김지윤, 이동귀, 2013에서 재인용). Hewitt와 Flett(1991)는 완벽주의 개념을 다차원적으로 확대하고, 완벽주의가 개인의 적응에서 중요한 대인관계적 측면을 가진다고 주장하며 완벽주의적 행동의 세 가지 차원을 제시하였다. 이는 첫째, 스스로에게 과도하게 높은 기준과 완벽주의적 동기를 설정하는 ‘자기 지향적 완벽주의(Self-Oriented Perfectionism)’, 둘째, 중요한 타인의 수행에 대해 비현실적인 기준을 설정하는 ‘타인 지향적 완벽주의(Other-Oriented Perfectionism)’, 중요한 타인이 자신에게 높은 기준을 세우고 엄격하게 평가한다고 지각하는 ‘사회부과적 완벽주의(Socially Prescribed Perfectionism)’이다. 그 중에서도 사회적으로 부과된 완벽주의는 다른 차원과 비교해서 정신 병리와 가장 큰 상관을 보이는 것으로 확인되었으며(왕미란, 1995; Hewitt & Flett, 1991) 섭식 장애의 각 유형과도 비교적 일관적으로 관련되며(오경자, 정현강, 2008; 최진영, 2000) 대표적인 부적응적 완벽주의로 간주되어 왔다.

오경자와 정현강(2008)은 연구를 통해 다차원적 완벽주의와 이상 섭식 행동의 관계를 자세히 밝히고자 했는데, 그 결과 자기 지향적 완벽주의와 사회부과적 완벽주의는 거식 행동에 유의하게 영향을 미쳤으며, 타인 지향적 완벽주의와 사회부과적 완벽주의는 폭식 행동에 유의하게 영향을 미치는 요인으로 드러났다. 그러나, Cockell, Hewitt, Goldner과 Srikameswaran(1996; Flett & Hewitt, 2002/2013에서 재인용)이 거식증 및 폭식증 환자를 대상으로 한 연구에서는 자기지향적 완벽주의와 사회부과적 완벽주의만이 유의하게 높게 나타

났다. 이러한 연구들에 따르면 사회부과적 완벽주의는 섭식 문제의 특정 종류가 아닌 거식 및 폭식 행동을 모두 포함한 이상 섭식 행동에 공통적으로 영향을 미치는 중요한 요인임을 알 수 있다.

Pliner와 Haddock(1995; Flett & Hewitt, 2002/2013에서 재인용)은 목표를 설정하는 과정에 관한 실험을 통해 완벽주의에 대해 연구했는데, 그 결과 체중에 대해 지나치게 걱정하는 여성들이 그렇지 않은 여성들에 비해 타인의 비현실적으로 높은 기준에 집착하고 있음을 밝혀냈다. 또한, 이러한 여성들은 자신 스스로에 대해서는 낮은 기준을 설정하는 모습을 보였다. 이러한 결과에 기초하여 연구자들은 체중에 대해 걱정하는 여성들이 대체로 사회부과적 완벽주의자이며, 자신의 자존감을 유지하기 위해 스스로에 대해서는 만족시키기 쉬운 낮은 목표를 세운다고 제안하며 자기지향 완벽주의와의 낮은 관련성을 시사했다. 또한, 최진영(2000)이 여대생을 대상으로 한 연구에서도 사회적으로 부과된 완벽주의 수준이 높은 여대생일수록 체중에 대한 불만이 높으며, 이상 섭식 행동 수준이 높게 나타나는 것을 확인했다. 이에 본 연구에서는 부정적 정서와의 관계가 일관적이지 않으며 긍정적 영향 또한 가진다고 밝혀진 자기 지향적 완벽주의(이미화, 류진혜, 2002)와 사회불안 및 섭식문제와 관련이 없다고 밝혀진 타인지향 완벽주의(조진주, 2008; Cockell, Hewitt, Goldner, & Srikameswaran 1991; Flett & Hewitt, 2002/2013에서 재인용)를 제외하고 다양한 섭식 문제에 비교적 일관적, 공통적으로 영향을 미치는 사회부과적 완벽주의를 독립변인으로 설정하여 그 관계를 검증하고자 하였다.

또한 본 연구에서는 사회부과적 완벽주의가 어

떠한 과정이나 기제를 통하여 이상 섭식 행동에 영향을 미치는지 알아보고자 하였다. 완벽주의가 비교적 안정적으로 나타나는 성격 특질임을 고려할 때, 상담 장면에서 완벽주의에 대해 직접 개입하는 것은 치료 시간이 지나치게 오래 소요되거나 그 효과가 제한적이라는 단점을 가진다(이지연, 김아름, 박미란, 2010). 이에 본 연구에서는 사회부과적 완벽주의와 이상 섭식 행동의 관계를 정교하게 밝혀줄 매개변인을 확인하고자 하였다.

현재까지 이상 섭식 행동에 대한 연구를 살펴보면, 주로 자기개념의 평가적 측면인 자아존중감에 초점이 맞추어 진행되어져 왔다(김승경, 손승아, 2005; 이수란, 이동귀, 2008). 그러나 섭식장애 환자의 정체성이 불안정하고 외부의 영향을 많이 받는다는 점을 고려할 때 자기개념 명확성과 이상 섭식 행동 간의 관련성을 예측해 볼 수 있다(조경희, 이봉건, 2015). 초기 연구자들은 자기개념을 통합적이고 단일화된 개념으로 여기고, 자기개념의 내용적 측면에 초점을 맞추고 자아존중감을 중심으로 연구를 진행해왔다. 그러나 자기개념의 내용뿐만 아니라 구조적 요소, 즉 명확성과 안정성 및 조직성을 고려해야 한다는 주장이 제시됨에 따라 현재에는 자기개념을 내용적인 측면과 구조적인 측면으로 구분하여 연구가 진행되고 있다(Campbell et al., 1996). 자기개념 명확성이란 자기개념의 내용적 요소가 아니라, 개인의 자기개념(즉, 스스로가 지각한 개인적 특성)이 얼마나 명확하고 확신있게 정의되어 있고, 내적으로 일관적이며, 시간에 걸쳐 안정적인가를 의미한다(Campbell et al., 1996). 즉, 자기개념을 본인 스스로가 얼마나 명확하고 분명하게 규정할 수 있으며, 시간이 흘러도 일관성 있게 지속되는지와 관

련되어져 있다(강선영, 홍혜영, 2012; Campbell et al., 1996). 자기개념이 명확한 사람일수록 스스로에 대한 일관된 내적 개념이 형성되어 있기 때문에 외적인 영향을 거의 받지 않지만, 자기개념이 명확하지 않은 경우 자신을 정의하기 위해 외부 단서의 영향에 의지하게 되고 이에 취약하다. 이에, 진수빈(2012)이 여대생들을 대상으로 한 연구를 통해 자기개념 명확성이 낮을수록 이상적인 마른체형을 쉽게 내면화할 가능성이 높다는 사실을 확인했다. 이처럼 지나치게 마른 체형을 이상화하는 태도는 이상 섭식 행동을 예측하는 주요 위험요인으로 밝혀져 있다(Thompson & Stice, 2001). 이러한 연구 결과에 따라 최근 조경희와 이봉건(2015)이 자기개념 명확성과 이상 섭식 행동의 관계를 검증한 결과 부적 상관이 있음을 밝혔으나, 아직은 이와 관련된 연구가 상당히 부족한 실정이다.

또한 사회적 체형불안은 사회불안의 한 유형으로, 타인이 자신의 체형을 어떻게 지각하는지에 대한 불안이며 타인의 평가 혹은 평가를 예상하는 경과에 의해 발생된다(Hart, Leary, & Rejeski, 1989). 남녀 운동선수를 대상으로 한 연구에서 모두 사회적 체형불안이 이상 섭식과 관련된 바 있고(Haase, Prapavessis, & Owens, 2002) 젊은 여성을 대상으로 한 연구에서도 마찬가지로 사회적 체형불안이 섭식 장애와 정적 상관이 있음이 밝혀졌다(Thompson & Chad, 2002). 국내에서는 이은주(2009)가 여자 청소년들의 섭식장애에 영향을 미치는 변인을 확인하였는데, 거식증상 및 폭식증상 둘 모두에서 사회적 체형불안이 유의한 설명력을 보였다. 섭식장애 뿐만 아니라 이상 섭식 행동과의 관련성을 밝힌 연구도 다수 존재하는데,

최근 도현정과 김정민(2014)이 연구를 통해 여자 청소년들의 사회적 체형불안 수준이 높을수록 이상 섭식 태도를 보임을 확인하였고, 무용수들을 대상으로 한 이진희(2009)의 연구에서도 사회적 체형불안은 이상 섭식 행동과 정적으로 관련되었다. 사회적 체형불안은 완벽주의 성향과도 관련을 보인다. 국내에서는 황규영(2014)이 대학생의 완벽주의 성향에 따른 사회적 체형불안 수준을 알아 보았는데, 사회부과적 완벽주의 집단에서 사회적 체형불안 수준이 유의하게 높음을 확인하였다. 이는 사회부과적 완벽주의자들이 타인의 기대를 지나치게 높게 지각하기 때문에, 사회적으로 체형이 노출되는 상황에서 타인에게 자신의 체형이 비판적으로 받아지리라 기대하고 이에 따라서 불안 수준이 높아질 수 있음을 시사한다.

더불어 자기개념 명확성은 사회 불안의 예측 변인임이 확인되었는데(Stopa, Brown, Luke, & Hirsch, 2010), 사회적 체형불안이 사회 불안의 하나의 유형이며 보다 구체적인 변인임을 고려할 때 본 연구를 통해 자기개념 명확성이 사회적 체형불안의 예측 변인으로 작용하는지 확인해 볼 수 있을 것으로 기대된다.

따라서 본 연구에서는 여대생을 대상으로 사회부과적 완벽주의와 이상 섭식 행동의 관계를 다시 한 번 확인하고, 그 과정에서 자기개념 명확성 및 사회적 체형불안의 순차적 이중매개효과를 확인하고자 했다. 이를 통해 사회부과적 완벽주의자가 어떠한 심리적 기제를 통해 이상 섭식 행동에 이르게 되는지 보다 정교히 밝힐 수 있을 것으로 기대되며, 본 연구 결과를 통해 추후 상담 장면에서 어떠한 변인에 더 중점적으로 개입해야 효과적일지 살필 수 있을 것으로 보인다.

연구문제 1. 사회부과적 완벽주의와 이상 섭식 행동의 관계에서 자기개념 명확성, 사회적 체형불안의 이중매개효과가 있는가?

가설 1-1. 사회부과적 완벽주의와 이상 섭식 행동 간의 관계에서 자기개념 명확성과 사회적 체형불안의 순차적 이중매개 효과가 있을 것이다.

방법

연구참여자

본 연구는 인간대상 연구임을 고려해서 서울여대 생명윤리위원회(Institutional Review Board) 심사(IRB 승인번호: IRB-2016A-12)를 통과한 후 진행하였다. 사회부과적 완벽주의와 이상 섭식 행동의 관계에서 자기개념 명확성, 사회적 체형불안의 영향을 확인하기 위해 서울, 경기 및 충청도 지역에 거주하는 20대 여자 대학생을 대상으로 인구통계학적 변인, 사회부과적 완벽주의, 자기개념 명확성, 사회적 체형불안, 이상 섭식 행동에 대한 자기보고식 설문지를 실시하였다. 총 414부의 설문지가 수거되었으며 그 중 무응답 문항이 있거나 불성실하게 응답한 38부를 제외한 381부의 자료를 최종 분석에 사용하였다.

응답자의 연령 범위는 만 18세에서 27세까지였으며, 평균 연령은 만 20.64세($SD=1.758$)였다. BMI는 15.62에서 32.39까지 분포하였으며 평균 20.66($SD=2.64$)으로 정상 수준을 보였다. 비만도 분류는 대한비만학회의 비만치료지침(2012)을 기준으로 하였다.

측정도구

사회부과적 완벽주의 척도(MPS). 다차원적 완벽주의 척도(Multidimensional Perfectionism Scale)는 Hewitt와 Flett(1991)가 개발한 것으로 자기지향 완벽주의, 타인지향 완벽주의, 사회부과 완벽주의의 3가지 영역으로 이루어져 있다. 본 연구에서는 이 척도를 한기연(1993)이 번안한 것 중 사회부과적 완벽주의에 해당하는 15문항만을 사용하였으며, 7점 척도(1=전혀 그렇지 않다, 2=거의 그렇지 않다, 3=별로 그렇지 않다, 4=보통이다, 5=조금 그렇다, 6=거의 그렇다, 7= 매우 그렇다.)로 점수가 높을수록 사회부과적 완벽주의 성향이 높음을 의미한다. 2번, 6번, 8번, 12번, 15번 문항은 역채점하여 합산한다. Hewitt과 Flett(1991)의 연구에서 사회부과적 완벽주의의 내적 합치도(Cronbach's α)는 .87이었으며, 한기연의 연구에서는 .76으로 나타났다. 본 연구에서 사회부과적 완벽주의의 내적 합치도는 .82였다.

자기개념 명확성 척도(SCCS). 자기개념 명확성 척도(Self-Concept Clarity Scale)는 Campbell 등(1996)이 개발한 척도로 본 연구에서는 김대익(1998)이 번안하고 타당화한 것을 사용하였다. 척도는 단일 요인으로 총 12문항으로 구성되어 있으며 5점 척도(1=전혀 그렇지 않다, 2=대체로 그렇지 않다, 3=보통이다, 4=대체로 그렇다, 5=매우 그렇다.)로 점수가 높을수록 자기개념이 명확함을 시사한다. 6번과 11번을 제외하고 모두 역채점 문항으로 구성되어 있다. Campbell 등(1996)의 연구에서 내적 합치도(Cronbach's α)는 .86으로 나타났고, 김대익(1998)의 연구에서는 .78로 나타났다.

본 연구에서는 .85의 내적 합치도를 보였다.

여대생의 사회적 체형불안 척도. 한국 여대생의 특성에 맞춰 김현지, 김미예, 김덕진(2014)이 개발한 여대생의 사회적 체형불안 척도를 사용하였다. 척도는 총 16문항으로 구성되며 각 하위요인으로 타인 평가 불안 6문항, 자기 평가 불안 5문항, 의복 관련 불안 5문항을 포함한다. 총 5점 척도로 측정되며 (1=전혀 그렇지 않다, 2=그렇지 않다, 3=보통이다, 4=그렇다, 5=매우 그렇다.) 점수가 높을수록 사회적 체형불안 수준이 높음을 의미한다.

김현지 등(2014)의 연구에서 타인평가 불안 요인에서의 내적 합치도는 .83, 자기평가 불안 요인은 .81, 의복관련 불안 요인은 .72로 나타났다. 또한 전체문항의 내적 합치도는 .91이었다. 본 연구에서 사회적 체형불안의 내적 합치도(Cronbach's α)는 .92로 나타났다.

한국판 식사태도 검사(KEAT-26). 이상 섭식 행동을 측정하기 위해서 Garner, Olmsted, Bohr와 Garfinkel(1982)이 개발한 Eating Attitude Test (EAT)를 이민규 등(1998)이 국내에 표준화하고 타당화(이민규, 고영택, 이혜경, 황을지, 이영호, 2001)한 한국판 식사태도 검사(Korean Version of Eating Attitude Test-26)를 사용하였다. 이 척도는 섭식장애 환자뿐만 아니라 정상 집단의 이상 섭식 행동 및 태도를 확인하는데도 사용 가능하다. 국내 학술지 연구의 동향을 살펴보면, 최근까지 다수의 연구에서 이상 섭식 행동을 확인하기 위해 이 척도를 사용해왔다(류애리, 송원영, 2013; 박세희, 박경, 2016; 이현정, 이승연, 2016).

문항은 총 26문항으로 이민규 등(1998)의 연구에서 여자 성인 집단을 대상으로 요인분석한 결과 식사에 대한 자기 통제와 대식증적 증상 11문항, 날씬함에 대한 집착 5문항, 음식에 대한 집착 3문항, 다이어트 7문항의 4요인 구조로 나타났다. 문항은 6점 척도(1=항상 그렇다, 2=거의 그렇다, 3=자주 그렇다, 4=가끔 그렇다, 5=거의 그렇지 않다, 6=전혀 그렇지 않다.)로 항상 그렇다는 3점, 거의 그렇다는 2점, 자주 그렇다는 1점, 가끔 그렇다와 전혀 그렇지 않다까지는 0점을 부여하며 식사장에 환자군과 일반 여자 성인을 구분하기 위해 사용할 때는 절단점으로 22점을 사용하도록 제안하고 있다. 이민규 등(1998)의 연구에서 내적 합치도(Cronbach's α)는 .90이었으며, 본 연구에서 한국판 식사태도 검사의 내적 합치도는 .84로 나타났다.

분석방법

먼저, 자료의 기술통계 분석을 실시하고 인구통계학적 특성을 파악하였다. 그 후, 척도의 신뢰도 검증을 위해 내적 합치도(Cronbach's α)를 확인하고, 주요 변인 간 Pearson 적률 상관분석을 실시하여 각 변인 간의 관계를 파악하였다.

다음으로 Hayes(2013/2015)의 PROCESS를 이용하여 매개 효과 분석을 실시하였다. Hayes의 PROCESS macro는 회귀분석을 활용하여 직접효과, 매개효과, 조절효과를 추가적인 과정 없이 한번에 효과크기를 검증할 수 있는 분석 방법이다(정대용, 채연희, 2016). 본 연구에서 부트스트랩핑 횟수는 Shrout과 Bolger(2002)가 제안한 5,000번으로 설정하였으며, 6번 모형을 사용하여 검증하였

다. 또한 표준화 계수는 단순히 하나의 임의 측정 척도를 또 하나의 모형의 계수, 직접효과, 간접효과 및 총효과들은 비표준화 계수로 보고하는 것이 권장되기 때문에(Hayes, 2013/2015: 이진영, 2016에서 재인용) 본 연구에서는 회귀계수를 비표준화 계수로 표기하였다.

결 과

사회부과적 완벽주의, 자기개념 명확성, 사회적 체형불안, 이상 섭식 행동 간의 상관관계를 확인하기 위해 Pearson의 적률 상관 분석을 실시하였으며 표 1에 그 결과를 제시하였다.

상관분석 결과, 사회부과적 완벽주의는 자기개념 명확성과 유의한 부적 상관, $r=-.42$, $p<.01$, 을 보였고, 사회적 체형불안 및 이상 섭식 행동과는 유의한 정적 상관, $r=.31$, $p<.01$; $r=.16$, $p<.01$, 이 있는 것으로 나타났다.

자기개념 명확성은 사회적 체형불안 및 이상 섭식 행동과 유의한 부적 상관을 보였다, $r=-.34$, $p<.01$; $r=-.27$, $p<.01$. 이상 섭식 행동은 사회적 체형불안과 유의한 정적 상관을 나타냈다, $r=.47$, $p<.01$.

사회부과적 완벽주의와 이상 섭식 행동의 관계에서 자기개념 명확성, 사회적 체형불안의 이중매개효과 검증

분석 결과는 표 2와 같으며, 모든 변수는 이상 섭식 행동에 유의하게 영향을 미치는 것으로 확인되었다.

구체적으로 첫째, 사회부과적 완벽주의는 이상

섭식 행동에 유의한 정적 영향을 주었다, $B=.128$, $p<.001$. 따라서, 사회부과적 완벽주의 수준이 높을수록 이상 섭식 행동 수준 역시 높아짐을 알 수 있었다. 사회부과적 완벽주의가 이상 섭식 행동에 보이는 설명력은 2.5%, $R^2=.025$ 로 나타났다.

둘째, 사회부과적 완벽주의는 자기개념 명확성에 유의한 부적 영향을 주는 것으로 나타났다, $B=-.292$, $p<.001$. 따라서, 사회부과적 완벽주의 수준이 높을수록 자기개념 명확성은 낮아진다. 사회부과적 완벽주의가 자기개념 명확성에 보이는 설명력은 17.4%, $R^2=.174$ 였다.

자기개념 명확성과 사회부과적 완벽주의를 동시에 투입했을 때, 둘 다 사회적 체형불안에 유의

한 영향을 미쳤다. 자기개념 명확성은 사회적 체형불안에 부적 영향을 미쳤으며, $B=.420$, $p<.001$, 사회부과적 완벽주의는 정적 영향을 미쳤다, $B=.245$, $p<.001$. 따라서 자기개념 명확성 수준이 낮을수록 사회적 체형불안이 높아지며, 사회부과적 완벽주의 수준이 높을수록 사회적 체형불안 수준이 높아짐을 알 수 있었다. 자기개념 명확성과 사회부과적 완벽주의가 사회적 체형불안에 보이는 설명력은 14.8%, $R^2=.148$ 이었다.

마지막으로 이상 섭식 행동을 종속 변인으로 설정하고 자기개념 명확성, 사회적 체형불안, 사회부과적 완벽주의를 동시에 투입했을 때는 자기개념 명확성이 부적 영향, $B=-.161$, $p<.001$, 사회적

표 1. 주요 변인들 간 상관계수

변인	1	2	3	4
1. 사회부과적 완벽주의	1			
2. 자기개념 명확성	-.42**	1		
3. 사회적 체형불안	.31**	-.34**	1	
4. 이상 섭식 행동	.16**	-.27**	.47**	1

** $p < .01$.

표 2. 사회부과적 완벽주의와 이상 섭식 행동의 관계에서 자기개념 명확성, 사회적 체형불안의 이중매개효과 검증

종속변인	독립변인	B	SE	t	하한값	상한값	F	R ²
이상 섭식 행동	사회부과적 완벽주의	.128	.041	3.111***	.0471	.2089	9.68***	.025
	자기개념 명확성	-.292	.033	-8.946***	-.3561	-.2278	80.04***	.174
사회적 체형불안	자기개념 명확성	-.420	.089	-4.754***	-.5938	-.2463	32.72***	.148
	사회부과적 완벽주의	.245	.062	3.963***	.1234	.3664		
이상 섭식 행동	자기개념 명확성	-.161	.059	-2.706***	-.2775	-.0439		
	사회적 체형불안	.293	.034	8.718***	.2268	.3588	37.46***	.230
	사회부과적 완벽주의	-.027	.041	-.645	-.1075	.0544		

*** $p < .001$.

체형불안이 정적 영향, $B=.293$, $p<.001$, 을 미쳤으나 사회부과적 완벽주의는 유의하지 않은 것으로 나타나 완전이중매개효과를 시사하였다. 이는 사회부과적 완벽주의가 높을수록 자기개념 명확성이 낮아지며, 자기개념 명확성이 낮으면 사회적 체형불안이 상승하고, 사회적 체형불안이 높으면 이상 섭식 행동 수준이 증가함을 의미한다. 총 설명력은 23%, $R^2=.230$ 으로 나타났다.

간접효과 검증 결과, 사회부과적 완벽주의와 이상 섭식 행동에서 자기개념 명확성의 간접효과가 95% 신뢰구간에서 [.0079~.0944]로 0을 포함하지 않았으므로 유의한 것으로 나타났다. 또한 사회부과적 완벽주의와 이상 섭식 행동에 사회적 체형불안을 매개로 하여 간접적으로 영향을 미치는 경로 역시 95% 신뢰구간에서 [.0318~.1212]로 유의한 것으로 나타났다. 마지막으로, 사회부과적 완

표 3. 자기개념 명확성 및 사회적 체형불안에 대한 간접효과 검증

경로	효과 크기	SE	95% 신뢰구간	
			LLCI (하한값)	ULCI (상한값)
총 효과(c:완벽→섭식)	.1280	.0411	.0471	.2089
직접 효과(c':완벽→섭식)	-.0266	.0412	-.1075	.0544
완벽→자기개념→섭식	.0469	.0219	.0079	.0944
완벽→불안→섭식	.0717	.0226	.0318	.1212
완벽→자기개념→불안→섭식	.0359	.0105	.0188	.0602

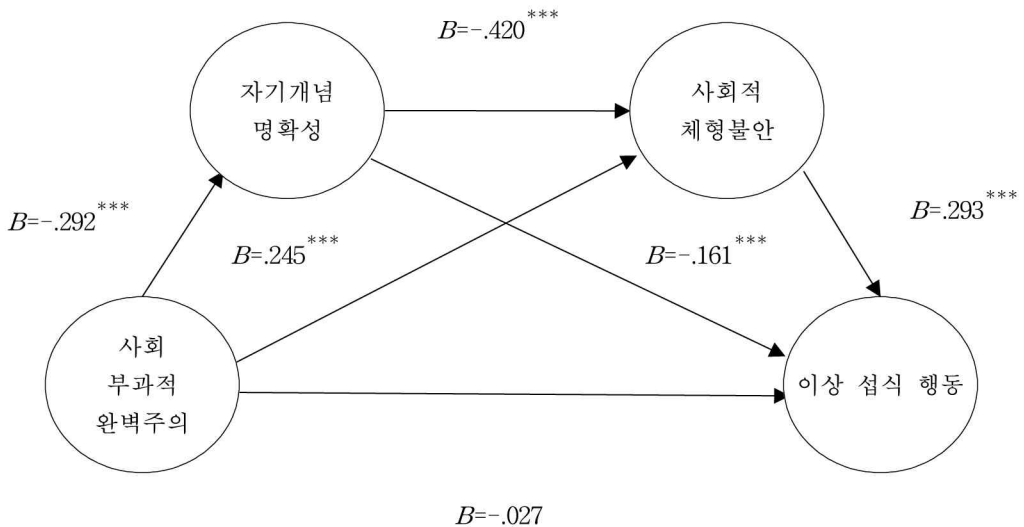


그림 1. 사회부과적 완벽주의와 이상 섭식 행동의 관계에서 자기개념 명확성 및 사회적 체형불안의 이중매개모형

벽주의가 자기개념 명확성과 사회적 체형불안을 순차적으로 매개하여 이상 섭식 행동에 영향을 미치는 경로 역시 95% 신뢰구간에서 유의한 것으로 나타났다[.0188~.0602]. 총 효과는 유의하게 나타났다, 자기개념과 사회적 체형불안은 독립적으로 사회부과적 완벽주의가 이상 섭식 행동에 미치는 영향은 나타나지 않았다($c' = -.0266$, $p = .5194$). 따라서 사회부과적 완벽주의를 통해 자기개념 명확성, 사회적 체형불안을 순차적으로 매개하여 이상 섭식 행동에 이르는 완전이중매개효과가 밝혀졌다.

논 의

현대 사회 문화에서 날씬한 몸매에 대한 요구는 건강한 체중(BMI 정상 수준)의 범위를 뛰어넘는 수준에 이른다(권석만, 2013). 남정혜, 이수재, 김현정(2014)의 연구 결과에 따르면 전체 조사 대상 여대생 중 본인의 체형에 만족하는 경우는 6.8%에 불과했다. 또한, 정상 체중군의 61.7%, 저체중군의 31%가 자신의 신체에 불만족한다고 표기했다. 이와 같이 지나치게 날씬한 몸매를 이상으로 삼고 그러한 몸매를 소유하기 위해 부적응적인 방식으로 섭식 행동을 지나치게 조절하며, 폭식 후 살찌는 것에 대한 걱정과 불안으로 구토 및 이뇨제를 사용하는 등의 섭식에서의 문제는 갈수록 증가 추세에 있다.

이런 섭식 문제가 반복될 경우, 심리적 건강을 해칠 뿐만 아니라 역류성 식도염 등의 소화기능에서의 이상, 영양실조, 탈모 및 생리불순과 같은 신체적 건강 역시 망가지게 되는 심각한 결과를 불러일으키는 것으로 알려져 있다(마지혜, 2016).

이에 본 연구에서는 20대 여자 대학생들의 섭식 문제에 개입할 필요성이 있다고 보고, 섭식 문제의 위험요인으로 알려진 사회부과적 완벽주의가 이상 섭식 행동에 미치는 영향을 확인하였으며, 그 관계에서 자기개념 명확성과 사회적 체형불안의 매개효과를 확인하여 섭식 문제에 대한 더 나은 치료 방안을 적용할 수 있도록 하고자 했다.

본 연구에서 자료 분석에 사용한 총 381명의 자료 중 이민규 등(1998)의 연구에서 섭식장애의 절단점으로 제시한 22점 이상의 점수를 받아 섭식장애를 가진 것으로 추정 가능한 여대생은 9.2%(38명)였고, 섭식문제의 경향성이 있다고 판단되는 18~21점의 점수를 받은 여대생은 6.3%(26명)으로 총 15.5%의 여대생이 섭식장애 고위험 집단으로 분류가 가능했다. 물론 단일 검사의 점수만으로 섭식 장애의 유무를 쉽게 판단할 수는 없으나, 고위험 집단으로 분류 가능한 여대생이 일반 여대생의 15.5%에 이른다는 사실은 여대생의 섭식 문제에 대한 보다 깊은 개입의 필요성을 시사한다.

본 연구의 결과를 설명하면 다음과 같다. 먼저, 가설 검증을 위해 사회부과적 완벽주의, 자기개념 명확성, 사회적 체형불안, 이상 섭식 행동의 상관 관계를 확인하였다. 사회부과적 완벽주의는 자기개념 명확성과는 부적 상관, 사회적 체형불안 및 이상 섭식 행동과는 정적 상관이 있었다. 즉, 사회부과적 완벽주의 수준이 높을수록 자기개념 명확성은 떨어졌으며, 사회적 체형불안은 높아지고, 더 심각한 이상 섭식 행동을 보임을 의미한다. 자기개념 명확성은 사회적 체형불안 및 이상 섭식 행동과 부적 상관이 있었다. 이는 자기개념 명확성 수준이 낮으면 사회적 체형불안 수준이 올라가며,

이상 섭식 행동 또한 유의하게 증가함을 말한다. 또한, 사회적 체형불안은 이상 섭식 행동과 강력한 정적 상관을 보였다. 즉, 사회적 체형불안이 심각할수록 이상 섭식 행동 역시 증가함을 의미한다. 다시 말하자면, 사회부과적 완벽주의 수준이 높을수록 자기에 대해 분명하고 안정적으로 정의 내릴 수 있는 자기개념 명확성 수준이 낮고, 사회적인 상황에서 체형이 노출되는 것에 대한 불안 수준이 높으며, 폭식이나 섭식 억제와 같은 부적응적 섭식 행동을 보일 수 있음을 시사한다. 이는 다양한 선행연구들과 유사한 결과라고 할 수 있다(송은영, 하은혜, 2008; 오경자, 정현강, 2008; 조경희, 이봉건, 2015; Haase, Prepavessiss, & Owens, 2002)

그 다음으로, 사회부과적 완벽주의와 이상 섭식 행동의 관계에서 자기개념 명확성의 완전매개효과가 확인되었다. 이는 사회부과적 완벽주의 수준이 이상 섭식 행동에 직접적으로 영향을 미치기 보다, 자기개념 명확성의 경로를 거쳐 이상 섭식 행동에 간접적으로 영향을 미침을 보여준다. 즉, 사회부과적 완벽주의 수준이 높을수록 이들의 자기개념은 불명확하고 불안정할 가능성이 높으며, 이렇듯 자기개념 명확성 수준이 낮아질수록 부적응적 섭식 행동 양상을 보일 수 있음을 의미한다. 이러한 결과는 사회부과적 완벽주의자들의 자기개념이 불명확하고(김미소, 2015) 자기개념이 분명하지 못할수록 이상 섭식 행동 수준이 높다는 선행연구(조경희, 이봉건, 2015)와도 일치한다. 게다가, 완전매개효과가 있을 경우 예측변인이 아니라 매개변인에 초점을 두고 상담 개입을 진행해야 효과적이기 때문에(서영석, 2010) 차후 섭식 문제에 치료적 개입을 위해 자기개념 명확성에 주목

할 필요가 있다.

그 다음으로 사회부과적 완벽주의와 이상 섭식 행동의 관계에서 사회적 체형불안의 매개효과를 검증한 결과, 완전매개효과가 나타났다. 이는 타인의 기대에 부응하고자 지나치게 노력하는 사회부과적 완벽주의자가 사회적인 상황에서 완벽하지 못한 체형의 노출 상황을 두려워하고, 이러한 경로로 이상 섭식 행동을 보이게 됨을 시사한다. 선행연구에 따르면 사회부과적 완벽주의 수준이 높은 대학생이 사회불안 및 그 발표불안을 더 많이 경험한다고 밝혔는데(김응주, 2016; 박지연, 양남미, 2014) 본 연구에서는 그와 더불어 다른 하위 유형인 사회적 체형불안 역시 관련됨을 확인했다. 또한 김미형(2014)은 사회적 체형불안 수준이 높은 여대생이 이상 섭식 행동을 보일 가능성이 높다고 제시하였는데, 본 연구의 결과와 유사하다.

마지막으로 사회부과적 완벽주의와 이상 섭식 행동의 관계에서 자기개념 명확성과 사회적 체형불안의 순차적 이중매개효과가 유의한 것으로 드러났다. 이러한 결과는 사회부과적 완벽주의자들의 경우 타인의 기준에 부합하는 완벽함을 수행하고자 하기 때문에 더욱 스스로에 대해 분명히 정의내리지 못하고 불명확한 자기개념을 가지기 쉽고, 그로 인해 사회적 상황에서 체형이 노출되는 것에 대한 평가불안을 경험할 수 있으며, 체형 평가에 대한 불안에 따라 부적응적 섭식 행동을 더 많이 경험할 수 있음을 보여준다.

또한 사회부과적 완벽주의가 이상 섭식 행동에 직접적으로 영향을 미치는 경로는 유의하지 않았으며, 자기개념 명확성과 사회적 체형불안을 통해서만 이상 섭식 행동에 유의한 영향을 미치는 것으로 확인되었다. 이러한 결과는 사회부과적 완벽

주의자 대학생들을 대상으로 완벽주의적 성향을 조절하고자 했던 기존의 치료에서 벗어나서, 자기에 대한 명확성을 확립할 수 있도록 돕고 타인에게 노출되는 상황에서 스스로의 체형의 평가불안 수준을 낮출 수 있도록 개입해야 성공적인 결과를 얻을 수 있음을 시사한다. 이러한 연구 결과를 확장하여 섭식 문제에 대해 새로운 치료 방식으로 개입한다면, 여대생들의 섭식 행동의 정상화에 큰 기여를 할 수 있을 것으로 보인다.

본 연구의 의의는 다음과 같다. 첫째, 현재 섭식 장애 위험군 여대생의 비율을 다시 한 번 확인했다는 점이다. 앞서서도 언급한 바와 같이 섭식장애(F50) 진료인원은 5년 사이 2,062명(18.8%)이 증가하였으며(김신희, 2013) 계속적인 증가 추세에 있다. 그러나 실제로 병원에 방문하지 않는 잠정적 섭식 장애 위험군, 이상 섭식 행동군의 범위를 파악하기는 쉽지 않다. 섭식장애는 우울증과 같은 이차적 정신병리가 많이 동반되고 이로 인해 증상이 악화될 수 있기 때문에(권석만, 2013) 빠른 진단과 예방이 필수적인 장애다. 이러한 점에서 현재 일반 여대생들에서 섭식 문제가 상당한 수준임을 밝혔고, 향후 개입의 필요성을 시사했다는 점에 본 연구의 의의가 있다.

둘째, 본 연구는 자기개념 명확성과 사회적 체형불안의 관계를 직접적으로 밝힌 최초의 연구라는 점에서 의의를 가진다. 자기개념 명확성은 자기(Self)에 대한 인지적 변인으로, 자기에 대해 불안정하게 정의내리며 스스로 확신을 가지지 못하는 개인의 경우 대인 상황에서 주의의 초점이 오로지 본인에게로 향하면서 사회 불안을 경험하게 된다고 설명된다(옥주희, 김은정, 2015). 그러나 이러한 연구에서는 사회공포증 척도를 이용하여 전

반적인 사회불안 수준을 확인했을 뿐이며, 이상 섭식 행동과 직결될 수 있는 변인인 사회적 체형불안과 자기개념 명확성과의 관계를 밝힌 연구는 전무했다. 본 연구는 이러한 관계를 다시 한 번 확인했을 뿐만 아니라, 단순히 관계를 밝히는 것이 이상으로 정교한 모형을 설정하여 이중매개효과를 확인하였다는 점에서 의의를 가진다.

셋째, 완벽주의라는 변화하기 어려운 성격적 특성 대신 개입할 수 있는 새로운 심리적 기제들을 확인했다는 점에서 의미가 있다. 본 연구의 결과로 미루어 볼 때, 이미 형성된 성격적 특질인 사회부과적 완벽주의는 자기개념 명확성과 사회적 체형불안을 투입했을 때 이상 섭식 행동에 영향을 미치지 못했다는 점에 주목해야 한다. 지금까지 많은 연구에서 완벽주의를 비정상적 섭식 행동의 선행 요인으로 주목해왔고, 상담 전략 역시 완벽주의에 초점을 맞춘 인지행동치료로 완벽주의적 생각과 행동을 줄이고 완벽주의적 추구의 대상을 바꾸도록 돕는 방식으로 진행되어 왔다(Flett & Hewitt, 2002/2013). 그러나 본 연구에서는 직접효과가 유의하지 않았으며, 오히려 매개변인의 완전매개효과가 확인되었다. 이러한 매개변인 및 완전매개효과 확인은 인지적 요인인 자기개념 명확성, 사회적 체형불안에 개입하기 위한 새로운 상담 전략을 수립해야 한다는 사실을 시사한다.

본 연구의 제한점과 추후 연구를 위한 제언은 다음과 같다. 첫째, 표집의 한계점이 있다. 본 연구의 참여 대상자는 서울, 경기도, 충청도 지역의 여자 대학생으로 제한되었다. 따라서 본 연구의 표본이 모든 지역의 여대생을 대표한다고 확신하기에 어려움이 따른다.

둘째, 본 연구에서는 사회부과적 완벽주의 및 자기개념 명확성, 사회적 체형불안, 이상 섭식 행동 수준을 측정하기 위해 자기 보고식 검사를 사용하였다. 그러나 타인이 스스로에게 높은 기대를 가지고 있고 그를 충족시켜야만 한다고 믿는 사회부과적 완벽주의자의 특성을 고려할 때 사회적 바람직성에 따라서 문항의 응답을 왜곡했을 가능성이 있고, 특히 문항이 드러나게 부적응적인 섭식 행동과 같은 검사에서 의도적으로 긍정적으로 왜곡하여 표기했을 수 있다. 따라서 추후 연구에서는 객관적인 측정이 가능한 방식을 선택하여 연구를 진행한다면 더 좋은 결과를 기대할 수 있을 것으로 보인다.

셋째, 본 연구에서는 Flett와 Hewitt(1991)가 제시한 다차원적 완벽주의의 세 가지 차원 중 부적응적 완벽주의로 분류되었으며 이상 섭식 행동의 거식, 폭식 행동 모두와 유의한 관련을 보인 바 있는 사회부과적 완벽주의만을 채택하여 연구를 진행하였다. 그러나 본 연구에서 이상 섭식 행동에 대한 사회부과적 완벽주의의 설명량은 2.5%로 다소 낮게 나타났으며, 이중매개분석에서도 완전 매개효과를 보이며 직접효과가 확인되지 않았다. 또한 이와 더불어, 자기 지향적 완벽주의의 경우 특정 연구에서는 부적응적 섭식 행동과 관련을 보이는 반면 다른 연구에서는 상관을 보이지 않는 등으로 그 결과가 다소 상이한 점을 고려할 때(오경자, 정현강, 2008; Cockell, Hewitt, Goldner, Srikaneswaran, & Flett, 1996; Flett & Hewitt, 2002/2013에서 재인용), 본 연구에서 완벽주의의 다양한 측면이 이상 섭식 행동에 각기 다른 방향으로 관여하며 사회부과적 완벽주의의 설명량이 다소 낮게 확인되었을 가능성이 있다. 따

라서, 이후 연구에서는 자기 지향적 완벽주의 및 타인 지향적 완벽주의를 추가 변인으로 설정하여 모형을 검증하여 차이를 확인하는 것이 의미가 있을 것이다.

마지막으로, 본 연구는 일반 여자 대학생을 대상으로 했기 때문에 이상 섭식 행동 수준의 평균 점수가 높지 않았다. 따라서 추후 연구에서는 실제 임상장면에서 섭식 장애 고위험군 및 섭식장애 진단을 받은 환자들을 대상으로 연구를 진행한다면 더 뚜렷한 결과를 도출할 수 있을 것이라고 기대된다.

참 고 문 헌

- 강선영, 홍혜영 (2012). 직장인의 자기에와 공격성의 관계: 자기개념 명확성의 조절효과. *통합치료연구*, 4(1), 25-51.
- 권석만 (2013). *현대 이상심리학*. 서울: 학지사.
- 김대익 (1998). *Self-concept clarity in Korea : Personality, self-consciousness and behavioral correlates*. 중앙대학교 석사학위 청구논문.
- 김미소 (2015). 대학생의 사회부과적 완벽주의가 진로미결정에 미치는 영향: 자기개념 명확성과 특성불안의 매개효과를 중심으로. *경상대학교 석사학위 청구논문*.
- 김미형 (2014). 여대생의 사회적 체형불안과 자아존중감이 신체활동과 섭식태도에 미치는 영향. *중앙대학교 석사학위 청구논문*.
- 김승경, 손승아 (2005). 여대생의 섭식태도에 영향을 미치는 요인 연구. *여성건강*, 6(1), 53-70.
- 김신희 (2013, 6, 7). 20대 섭식장애 여성, 남성보다 약 9배 높아. *미디어생활*. <http://m.imedialife.co.kr/news/articleView.html?idxno=8915>에서 2016, 11, 02 인출.
- 김응주 (2016). 사회부과적 완벽주의와 발표불안의 관계

- 에서 부정적 자기개념의 매개효과 검증. 이화여자 대학교 교육대학원 석사학위 청구논문.
- 김지윤, 이동귀 (2013). 대학생의 사회부과 완벽주의와 주관적 안녕감의 관계에서 무조건적 자기수용과 자기개념 명확성의 매개효과 검증. 상담학연구, 14(1), 63-82.
- 김현지, 김미예, 김택진 (2014). 여대생의 사회적 체형불안 척도 개발. 한국여성체육학회지, 28(3), 143-165.
- 남정혜, 이수재, 김현정 (2014). 경기 일부지역 여대생의 체질량지수와 섭식장애의 상관관계 연구. 한국식품영양학회지, 27(1), 80-88.
- 대한비만학회 (2012). 비만치료지침. 서울: 대한비만학회.
- 도현정, 김정민 (2014). 여자 청소년의 행동억제와 섭식태도가 사회불안에 미치는 영향: 사회적 체형불안의 매개효과를 중심으로. 청소년학연구, 21(3), 57-82.
- 디지털뉴스부 (2016, 05, 16). 한국여성 살빼기 노력 '세계 최고'. 국제신문. <http://www.kookje.co.kr/mobile/view.asp?gbn=v&code=0200&key=20060516.99002081605>에서 2016, 10, 20 인출.
- 류애리, 송원영 (2013). 마른 이상적 체형의 내면화 및 신체비교가 이상섭식행동에 미치는 영향에 있어서 신체 수치심의 매개효과 검증. 한국심리학회지: 건강, 18(2), 345-365.
- 마지혜 (2016, 7. 12). 과도한 다이어트... '섭식장애' 급증... '폭토' '씹빨'을 아시나요. 한국경제. <http://health.hankyung.com/article/2016071149881>에서 2016, 11, 29 인출.
- 박세희, 박경 (2016). 자기비난과 이상섭식행동의 관계에서 반추의 매개효과. 한국심리학회지: 임상심리 연구와 실제, 2(1), 19-37.
- 박지연, 신민섭, 김은정 (2011). 내현적 자기에 성향과 이상섭식행동의 관계에서 신체에 대한 수치심 매개효과 검증. 한국심리학회지: 임상, 30(3), 663-679.
- 박지연, 양난미 (2014). 대학생의 사회부과적 완벽주의와 사회불안의 관계. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 26(2), 363-388.
- 서영석 (2010). 상담심리 연구에서 매개효과와 조절효과 검증: 개념적 구분 및 자료 분석 시 고려사항. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 22(4), 1147-1168.
- 송은영, 하은혜 (2008). 청소년의 외상 경험, 완벽주의 성향 및 부정적 사고가 사회불안에 미치는 영향. 인지행동치료, 8(1), 41-56.
- 양수진, 최영, 이형영 (2001). 도시 여고생들의 식이 태도와 자아 정체감 및 자아 존중감. 신경정신의학, 40(3), 477-486.
- 오경자, 정현강 (2008). 이상 섭식 행동에 영향을 주는 완벽주의 성향과 정서조절 양식에 대한 연구. 한국심리학회지 건강, 13(1), 41-55.
- 옥주희, 김은정 (2015). 부정적 자기개념과 자기개념 명확성이 사회불안에 미치는 영향: 부적응적 자기초점적 주의의 매개효과. 인지행동치료, 15(3), 619-637.
- 왕미란 (1995). 완벽주의, 자의식 및 우울성향 간의 관계. 중앙대학교 석사학위 청구논문.
- 이경혜, 김숙경, 천기정, 한숙희 (2003). 여자대학생들의 섭식장애와 자아존중감과의 관계. 여성건강간호학회지, 9(4), 390-399.
- 이미화, 류진혜 (2002). 완벽주의 성향의 순기능과 역기능: 성취목표, 스트레스, 심리적 안녕감, 우울과 관련하여. 청소년학연구, 9(3), 293-316.
- 이민규, 이영호, 박세현, 손창호, 정영조, 홍성국, ... 윤애리 (1998). 한국판 식사태도검사-26(The Korean Version of Eating Attitudes Test-26: KEAT-26) 표준화 연구 I: 신뢰도 및 요인분석. 정신신체의학, 6(2), 155-175.
- 이민규, 고영택, 이해경, 황을지, 이영호 (2001). 한국판 식사태도검사-26(The Eating Attitude Test-26: KEAT-26)의 타당화. 정신신체의학, 9(2), 153-163.
- 이수란, 이동귀 (2008). 자존감의 영역별 수반성과 자기평가 간 불일치가 정신건강에 미치는 영향. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 20(2), 313-335.
- 이은주 (2009). 여자청소년의 섭식장애 증상과 사회문화적 요인의 관계. 한국청소년연구, 20(2), 307-326.
- 이정운 (2003). 여대생의 이상식사행동 수준에 따른 심리적, 정서적 특성. 한국심리학회지: 상담 및 심리

- 치료, 15(1), 111-124.
- 이지연, 김아름, 박미란 (2010). 청소년의 완벽주의와 정서강도, 정서인식명확성에 따른 하위집단과 정신건강. *아시아교육연구*, 11(3), 181-207.
- 이진영 (2016). 대학생의 생활스트레스가 스마트폰 중독에 미치는 영향: 인지적 유연성의 매개효과 및 부정적 기분조절 기대치의 조절효과. *서울여자대학교 석사학위 청구논문*.
- 이진희 (2009). 무용수의 외모에 대한 사회문화적 가치 내재화가 대상화된 신체적, 사회적 체형 불안 및 섭식장애 정도에 미치는 영향. *한국체육학회지-인문 사회과학*, 48(1), 81-91.
- 이현정, 이승연 (2016). 여대생의 다차원적 완벽주의와 이상섭식행동의 관계에서 성인애착의 매개효과. *한국심리학회지: 발달*, 29(1), 83-99.
- 전수민 (2012). 여대생의 사회문화적 압력과 이상적인 마른 체형 내면화의 관계: 자기개념 명확성, 자아존중감의 조절효과. *이화여자대학교 석사학위 청구논문*.
- 정대용, 채연희 (2016). 고용가능성이 창업의도에 미치는 영향과 셀프리더십과 자기효능감의 이중매개효과. *대한경영학회지*, 29(1), 467-488.
- 조경희, 이봉건 (2015). 경험논문: 자기개념 명확성이 이상 섭식 행동에 미치는 영향: 신체 비교 및 신체 불만족의 이중매개 효과. *한국심리학회지: 건강*, 20(2), 469-484.
- 조진주 (2008). 청소년의 애착과 완벽주의성향이 특성불안에 미치는 영향. *서울여자대학교 석사학위 청구논문*.
- 최진영 (2000). 여대생의 섭식절제와 신체불만족 및 완벽주의와의 관계. *전남대학교 석사학위 청구논문*.
- 한기연 (1993). 다차원적 완벽성: 개념, 측정 및 부적응과의 관련성. *고려대학교 박사학위 청구논문*.
- 황규영 (2014). 대학생의 완벽주의 성향에 따른 사회적 체형불안과 신체적 자기개념. *한국스포츠학회지*, 12(3), 149-161.
- 황란희 (2009). 여대생의 섭식장애, 신체상 및 자아존중감 관계 연구. *여성건강간호학회지*, 15(4), 328-335.
- 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(1), 141-156.
- Crocker, J., & Wolfe, C. T. (2001). Contingencies of self-worth. *Psychological Review*, 108(3), 593-623.
- Dunn, E. C., Neighbors, C., & Larimer, M. (2003). Assessing readiness to change binge eating and compensatory behaviors. *Eating Behaviors*, 4(3), 305-314.
- Flett, G. L., & Hewitt, P. L. (2013). 완벽주의 이론, 연구 및 치료 (박현주, 이동귀, 신지은, 차영은, 서해나 공역). 서울: 학지사. (원전은 2002에 출판)
- Garner, D. M., Olmsted, M. P., Bohr, Y., & Garfinkel, P. E. (1982). The Eating Attitudes Test: Psychometric features and clinical correlates. *Psychological Medicine*, 12(4), 871-878.
- Haase, A. M., Prapavessis, H., & Owens, R. G. (2002). Perfectionism, social physique anxiety and disordered eating: A comparison of male and female elite athletes. *Psychology of Sport and Exercise*, 3(3), 209-222.
- Hart, E. A., Leary, M. R., & Rejeski, W. J. (1989). The measurement of social physique anxiety. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 11(1), 94-104.
- Hayes, F. A. (2015). PROCESS macro를 이용한 매개 분석 · 조절분석 및 조절된 매개분석 (이형권 편역). 경기: 신영사. (원전은 2013에 출판)
- Hewitt, P. L., & Flett, G. L. (1991). Perfectionism in the self and social contexts: Conceptualization, assessment, and association with psychopathology. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60(3), 456-470.
- 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-IV criteria into a self-report format. *Journal of Counseling Psychology*, 44(1), 63-79.
- Shrout, P. E., & Bolger, N. (2002). Mediation in experimental and nonexperimental studies: new procedures and recommendations. *Psychological Methods*, 7(4), 422-445.
- Stein, D., Kaye, W. H., Matsunaga, H., Orbach, I., Har-Even, D., Frank, G., ... Rao, R. (2002). Eating-related concerns, mood, and personality traits in recovered bulimia nervosa subjects: A replication study. *International Journal of Eating Disorders*, 32(2), 225-229.
- Stopa, L., Brown, M. A., Luke, M. A., & Hirsch, C. R. (2010). Constructing a self: The role of self-structure and self-certainty in social anxiety. *Behaviour Research and Therapy*, 48(10), 955-965.
- Thompson, A. M., & Chad, K. E. (2002). The relationship of social physique anxiety to risk for developing an eating disorder in young females. *Journal of Adolescent Health*, 31(2), 183-189.
- Thompson, J. K., & Stice, E. (2001). Mounting evidence for a new risk factor for body image disturbance and eating pathology. *Current Directions in Psychological Science*, 10, 181-183.

원고접수일: 2017년 4월 3일

논문심사일: 2017년 4월 24일

게재결정일: 2017년 9월 7일

한국심리학회지: 건강

The Korean Journal of Health Psychology

2017. Vol. 22, No. 4, 925 - 941

Relationship between Socially Prescribed Perfectionism and Disordered Eating Behaviors of Female Undergraduates: The Dual Mediating Effects of Self-Concept Clarity and Social Physique Anxiety

Daun, Lee Jong-Nam, Kim

Department of Educational Psychology
Seoul Women's University

The purpose of this study is to verify the double mediating effect of Self-Concept Clarity and Social Physique Anxiety between Socially Prescribed Perfectionism and Disordered Eating Behaviors in female college students. The Socially Prescribed Perfectionism scale(MPS), Self-Concept Clarity Scale(SCCS), Social Physique Anxieties Scale for female college students, and the Korean Version of Eating Attitude Test-26(KEAT-26) are used as measurements. The data from 381 undergraduate female students were used for analysis. The results of this study can be summarized as follows. First, the Socially Prescribed Perfectionism showed a significant positive correlation with Social Physique Anxiety and Disordered Eating Behaviors, and a significant negative correlation with Self-Concept Clarity. Also, Self-Concept Clarity showed a significant negative correlation with Social Physique Anxiety and Disordered Eating Behaviors. In addition, Social Physique Anxiety showed a significant positive correlation with Disordered Eating Behaviors. Second, Socially Prescribed Perfectionism had not directly an effect on Disordered Eating Behaviors but only indirectly an effect on Disordered Eating Behaviors via Self-Concept Clarity and Social Physique Anxiety. So, Self-Concept Clarity and Social Physique Anxiety had a complete dual mediating effect between Socially Prescribed Perfectionism and Disordered Eating Behaviors. Based on the results of this study, the implications and limitations of this study were discussed with suggestions for the further study.

Keywords: Socially Prescribed Perfectionism, Disordered Eating Behaviors, Self-Concept Clarity, Social Physique Anxiety.