

여대생의 자아존중감, 신체 비교, 마른 이상적인 체형의 내면화, 신체 불만족이 이상 섭식 행동에 미치는 영향

손 은 정[†]

백석대학교

본 연구에서는 자아존중감, 신체 비교, 마른 이상적인 체형의 내면화, 그리고 신체 불만족이 어떠한 과정을 통해 이상 섭식 행동에 영향을 미치는지 살펴보기 위해 여대생 221명을 대상으로 각 변인들에 대한 척도에 응답하도록 하였다. 경로 분석 결과 9개의 경로 중 자아존중감과 마른 이상적인 체형의 내면화 간의 경로, 그리고 마른 이상적인 체형의 내면화와 이상 섭식 행동 간의 경로를 제외한 7개의 경로가 유의미한 것으로 나타났고, 네 변인 모두 직접, 간접적으로 이상 섭식 행동에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 본 연구의 결과를 통해 특히 자아존중감은 이상 섭식 행동의 예측 요인 중의 하나임을 알 수 있으며, 신체 비교는 이상 섭식 행동에 대한 간접 효과뿐만 아니라 직접 효과도 가지고 있음을 알 수 있다. 본 연구의 결과는 이상 섭식 행동을 보고하는 내담자들에 대한 치료적 접근 방향을 제시하고 있으며, 자아존중감, 신체 비교, 마른 이상적인 체형의 내면화, 그리고 신체 불만족이 어떻게 이상 섭식 행동에 영향을 미치는지 그 체계적인 과정을 보여주고 있다.

주요어 : 섭식 행동, 신체 불만족, 신체 비교, 사회적 비교, 마른 이상적인 체형의 내면화, 자아존중감

[†] 교신저자 : 손은정, 백석대학교 교육대학원, 서울시 서초구 방배 3동 981-7
Tel : 02-520-0712, E-mail : wdcshon@hotmail.com

우리나라에서는 외모 지상주의와 더불어 과도한 체중조절의 경향이 매우 심각한 상태에 이르렀다. 최근 미국, 영국, 프랑스, 일본 등 세계 22개 국가 대학생들의 신체상과 몸무게 조절 행동에 대한 비교 연구에서, 한국 여학생들은 22개 국가 중 상대적으로 몸무게 수치가 가장 낮았음에도 불구하고 몸무게를 조절하려는 노력은 22개 국가 중 가장 높은 것으로 나타났다(Wardle, Haase, & Steptoe, 2006). 또한, 국내의 설문조사에 의하면 중고등학교 10명 가운데 1명꼴인 13.7%만이 외모에 만족하는 것으로 나타났으며(한겨레신문, 2007. 1. 23), 만 15~24세 젊은 여성의 90% 이상이 자신의 신체에 대해 불만족하였고, 이들 중 74%가 체중감량을 시도한 것으로 나타났다(조선일보, 2001. 7. 11). 이와 같이 외모에 대한 불만족과 체중 조절 행동이 급격하게 증가함에 따라 과도한 다이어트로 인한 섭식 장애의 위험률이 점점 더 높아지고 있다.

그동안 섭식 장애를 예방하고 치료하기 위해, 어떤 요인들이 이상 섭식 행동을 일으키며 유지시키는지에 대해 생물학적, 성격적, 사회문화적 차원에서 위험 요인을 밝히고자 하는 노력들이 계속 이루어져왔다(Katzman & Wolchik, 1984; Polivy & Herman, 2002). 특히, 이상 섭식 행동은 단일 원인에 의해 일어난다기 보다는 다차원적인 원인들에 의해 발생하는 것으로 밝혀졌다(Katzman & Wolchik, 1984; Polivy & Herman, 2002; Tylka & Subich, 2004). 따라서 이상 섭식 행동의 위험 요인에 대해 여러 가지 차원에서 종합적으로 접근하는 것이 필요하다고 볼 수 있기에, 본 연구에서는 특히 성격적 차원과 사회문화적 차원에서 중요하게 연구되고 있는 변인들에 대해 초점을 두고 이상 섭식 행동의 위험 요인이 무엇인지

살펴보고자 한다.

성격적 차원: 자아존중감

성격적 차원에서 중요하게 다루어지고 있는 대표적 변인으로 낮은 자아존중감을 들 수 있다(Leary, Schreindorfer, & Haupt, 1995; Polivy & Herman, 2002). 여러 연구들에서 낮은 자아존중감은 이상 섭식 행동과 유의미한 관계가 있었으며(Leary, Schreindorfer, & Haupt, 1995; Polivy & Herman, 2002). 정상 집단과 섭식 장애 집단 간에 자아존중감에서 유의미한 차이가 있었다(Katzman & Wolchik, 1984). 또한 낮은 자아존중감은 마른 몸매에 대한 사회적 압력과 이상 섭식 행동 간을 매개하였으며(Phan & Tylka, 2006), 자아존중감이 낮은 여학생들은 5년 이후 섭식 장애를 더 많이 나타내었다(Button, Sonugarbarke, Davies, & Thompson, 1996). 이와 같은 연구 결과들을 살펴볼 때 자아존중감은 이상 섭식 행동과 밀접한 관련이 있는 성격적 변인임을 알 수 있다.

선행 연구들에서 성격적 차원의 자아존중감과 이상 섭식 행동 간에 서로 유의미한 관계가 있는 것으로 나타났지만, 두 변인 간의 관계에서 자아존중감의 역할이 무엇인지는 아직 분명하게 밝혀지지 못했다. 먼저 Thompson 등(1999)은 자아존중감이 섭식 장애의 예측 요인이 될 수도 있고 결과 요인이 될 수도 있다고 제안하였다. 경험적 연구에서도 Phan과 Tylka(2006)의 연구에서는 자아존중감이 마른 이상 체형의 내면화의 매개를 통해 이상 섭식 행동에 영향을 미치는 예측 요인으로 나타난 반면, Keery 등(2004)의 연구에서는 전반적 심리적 기능 중의 하나인 자아존중감은 섭식 장애의 결과 변인으로 나타났다. 하지만, 자아존

중감이 낮은 여학생들은 5년 이후 섭식 장애를 더 많이 나타내었던 중단 연구(Button et al., 1996)를 살펴볼 때 자아존중감은 결과 변인이라기보다는 예측 변인에 더 가깝다고 볼 수 있으며, 실제로 많은 이론적인 논문들에서 자아존중감은 개인적인 취약성으로서 이상 섭식 행동의 예측 요인으로 제시되고 있다(Leary, et al, 1995; Polivy & Herman, 2002; Striegel-Moore & Cachelin, 2001). 또한 우리나라에서 실시한 이상선과 오경자(2004)의 연구에 의하면 자아존중감은 이상 섭식 행동을 예측하는 요인들 중의 하나로 나타났다. 따라서 본 연구에서도 자아존중감이 이상 섭식 행동을 예측하는 요인으로서 이상 섭식 행동에 영향을 미치는지 살펴보고자 한다.

사회문화적 차원: 신체 비교, 마른 이상적인 체형의 내면화, 신체불만족

사회문화적 접근에서는 마른 몸매를 선호하는 사회문화적 분위기가 많은 여성들로 하여금 신체 불만족을 갖게 만들었으며 이로 인해 과도한 체중 조절을 하게 했고, 결국 이상 섭식 행동이 증가하게 되었다고 보았다(Striegel-Moore & Cachelin, 2001). 사회문화적으로 마른 몸매에 대한 압력을 받는 모든 여성이 이상 섭식 행동을 나타내는 것은 아니기에, 사회문화적 접근에서는 이러한 개인차를 가져오는 요인에 대해 관심을 가지게 되었고, 그 중 신체 비교(physical comparison)와 마른 이상적인 체형의 내면화(thin-ideal internalization)와 같은 위험 요인들에 의해 신체 불만족이 발생하며 이로 인해 이상 섭식 행동이 나타난다고 보았다(Thompson & Stice, 2001).

특히 성격적 차원을 대표하는 낮은 자아존

중감은 사회문화적 차원의 신체 비교 및 마른 이상적인 체형의 내면화와 유의미한 관계가 있는 것으로 보고 되고 있다. Thompson, Heinberg, Altabe, 그리고 Tantleff-Dunn(1999)은 섭식 장애에 대한 모델에서 전반적인 심리적 기능 중 하나인 자아존중감이 신체 비교 및 마른 이상적인 체형의 내면화의 매개 역할을 통해 이상 섭식 행동에 영향을 미칠 것이라고 제안하였다. 실제로 경험적 연구에서 자아존중감은 신체 비교와 유의미한 관계가 있었으며(Corning et al, 2006), 자아존중감은 마른 이상적인 체형의 내면화의 매개를 통해 이상 섭식 행동에 영향을 미치는 것으로 나타났다(Phan & Tylka, 2006).

사회문화적 차원의 위험 요인인 신체 비교, 마른 이상적인 체형의 내면화, 그리고 신체불만족에 대해 보다 구체적으로 살펴보면, 먼저 신체 비교는 Festinger(1954)의 사회 비교이론에서 출발하였다. Festinger(1954)의 사회 비교 이론에서는 사람들은 끊임없이 자기평가를 하게 되는데, 객관적인 평가 기준이 있을 경우에는 그 기준에 따라 평가를 하지만, 만약 비교에 대한 기준이 모호할 경우에는 타인을 평가 기준으로 삼는다는 것이다. 바로 사회적 환경에서 다른 사람과 자신을 평가하는 과정이 어떻게 이루어지는가를 다루는 것이 사회 비교이론이다. 사회 비교 이론은 사회문화적 압력이 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 선행 연구에서 신체 비교는 이상 섭식

행동을 유의미하게 예측하였다(Corning, Kurmm, & Smitham, 2006).

마른 이상적인 체형의 내면화 역시 이상 섭식 행동과 유의미한 관계가 있는 것으로 밝혀졌다. 마른 이상적인 체형의 내면화란 개인이 이상적인 외모에 도달하기 위한 행동에 관여하는 것으로서, 사회적으로 매력적이라고 정의된 이상적인 외모의 가치를 자기의 것으로 받아들이는 것을 말한다(박정수, 이민규, 신희천, 2007; Thopmson & Stice, 2001). Stice, Schupak-Neuberg, Shaw, 그리고 Stein(1994)의 연구에서 마른 이상적인 체형의 내면화는 대중매체에 노출되는 것과 이상 섭식 행동 간을 매개하였으며, 이러한 연구 결과를 통해 마른 몸매에 대한 사회문화적 압력에 노출된다 하더라도 마른 이상적인 체형의 내면화 정도에 따라 이상 섭식 행동이 달라진다는 것을 알 수 있다.

여러 연구들에서 신체 비교는 마른 이상적인 체형의 내면화와 밀접한 관련이 있는 것으로 밝혀졌다. Cattarin, Thompson, Thomas, 그리고 Williams(2000)의 실험연구에서 마른 이상적인 체형의 내면화는 신체 비교와 유의미한 관계가 있었다. 다른 선행 연구들에서는 마른 이상적인 체형의 내면화는 신체 비교와 섭식 장애 간을 매개하는 변인임이 밝혀졌으며(박정수, 이민규, 신희천, 2007; Keery, van den Berg & Thopmson, 2004; Shroff & Thompson, 2006), 이와 같은 결과들을 살펴볼 때 마른 이상적인 체형의 내면화는 신체 비교와 섭식 장애 간의 관계에 대해 매개 역할을 하는 중요한 변인임을 알 수 있다.

한편, 지금까지 언급한 자아존중감, 신체 비교, 그리고 마른 이상적인 체형의 내면화와 밀접한 관련이 있으며, 이상 섭식 행동의 위

험 요인들 중 가장 직접적인 영향을 미치는 요인으로 밝혀진 변인들 중 하나가 신체 불만족(body dissatisfaction)이다. 신체 불만족은 이상 섭식 행동에 직접적인 영향을 미치며 다른 변인들과 이상 섭식 행동 간을 매개하는 중요한 변인으로 밝혀져왔다(Polivy & Herman, 2002; Striegel-Moore & Cachelin, 2001; Tylka, 2004). 먼저 선행 연구에서 자아존중감, 신체 비교, 그리고 마른 이상적인 체형의 내면화는 신체 불만족에 직접적인 영향을 미치는 것으로 나타났다(Bessenoff, 2006; Cattarin, Thompson, Thomas, & Williams, 2000; Cusumano & Thompson, 1997; Phan & Tylka, 2006; Tiggemann & McGill, 2004), 자아존중감, 신체 비교, 그리고 마른 이상적인 체형의 내면화는 신체 불만족의 매개를 통해 이상 섭식 행동에 영향을 미치는 것으로 나타났다(박정수, 이민규, 신희천, 2007; Keery, van den Berg & Thopmson, 2004; Shroff & Thompson, 2006; Stice, et al., 1994).

선행 연구들에서 사회문화적 차원의 위험 요인들인 신체 비교, 마른 이상적인 체형의 내면화, 그리고 신체 불만족은 이상 섭식 행동과 유의미한 관계가 있는 것으로 밝혀졌다. 그러나 기존 연구들에서는 신체 비교 및 마른 이상적인 체형의 내면화가 이상 섭식 행동에 미치는 영향에 있어서 신체 불만족의 매개에 의한 간접 효과만 있는 것인지, 아니면 직, 간접 효과가 모두 있는 것인지에 대해서는 확실히 밝히지 못했다. Keery 등(2004)의 연구 결과를 살펴보면 마른 이상적인 체형의 내면화는 신체 불만족의 매개에 의한 간접 효과뿐만 아니라 이상 섭식 행동과 직접적인 관계가 있는 변인으로 나타났다. 이러한 연구 결과는 서구 문화에서 얻어진 것으로서 문화적 배경이 다

른 우리나라에서도 동일한 결과가 나타날지에 대해서는 알 수 없다. 실제로 Kerry 등(2004)은 자신들의 연구가 중류 계층의 백인 여학생들만을 대상으로 했기 때문에 이 결과를 다른 대상에게 일반화하는 데에는 한계가 있을 수 있음을 밝혔다. 또한, Corning 등(2006)의 연구 결과를 살펴보면, 신체 비교는 이상 섭식 행동을 유의미하게 예측하였으며, 이것은 신체 비교와 이상 섭식 행동 간에도 직접적인 효과가 나타날 수 있음을 시사하는 결과다. 하지만 이전 선행 연구에서 신체 불만족의 매개에 의한 간접 효과 외에 신체 비교의 직접 효과에 대해서는 유의미한 결과가 나타나지는 않았다. 하지만 우리나라가 다른 사람이 자신을 어떻게 생각할까에 대해서 주의를 많이 기울이는 체면 문화의 특성을 가지고 있기 때문에(최상진, 유승엽, 1992), 자신의 내면에서 이상적으로 바라는 마른 몸매에 대한 기준(마른 이상적인 체형의 내면화)보다는 사회적인 상황에서 다른 사람과 비교했을 때 상대적으로 인식되는 모습(신체 비교)이 섭식 증상 장애에 미칠 직접적인 영향이 클 수 있다. 따라서 본 연구에서는 신체 비교와 마른 이상적인 체형

의 내면화가 이상 섭식 행동에 미치는 영향에 있어서, 신체 불만족의 매개에 의한 간접 효과를 살펴볼 뿐만 아니라 신체 비교와 마른 이상적인 체형의 내면화의 직접 영향도 함께 살펴봄으로써 서구 문화와 어떠한 문화적인 차이가 나타나는지 살펴보고자 한다.

결국 선행 연구들에서 개인적 취약성을 대표하는 자아존중감과 사회문화적 영향을 나타내는 신체비교, 마른 이상적인 체형의 내면화, 그리고 신체 불만족은 이상 섭식 행동과 밀접한 관계가 있는 것으로 나타났지만, 이전 연구들에서는 이들 변인들이 이상 섭식 행동에 영향을 미치는 방식에 대해서는 명확하게 밝히지 못했다. 즉, 자아존중감이 이상 섭식 행동의 예측 요인인지 결과 요인인지 확실하게 알 수 없으며, 신체비교와 마른 이상적인 체형의 내면화가 신체불만족의 매개를 통한 간접적인 영향만 있는 것인지 아니면 직접적인 영향도 있는지 분명하게 알 수 없다. 따라서 본 연구에서는 이들 변인들을 종합적으로 살펴보고, 자아존중감의 역할을 예측 변인으로 설정하며, 신체비교와 마른 이상적인 체형의 이상 섭식 행동에 대한 간접적인 영향뿐만 아

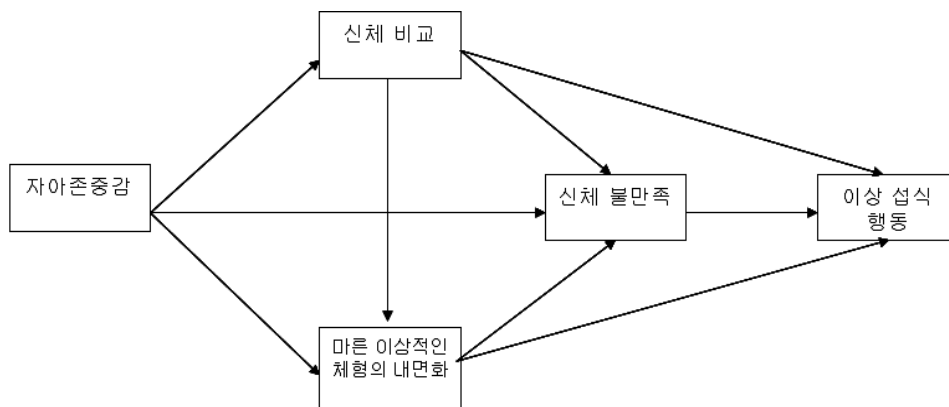


그림 1. 이상 섭식 행동에 영향을 미치는 위험 요인들 간의 관계에 대한 가설적 모형

나라 직접적인 영향도 함께 설정하여 그 가설적 모형을 검증해보고자 한다.

선행 연구결과들을 바탕으로 한 본 연구의 이상 섭식 행동에 영향을 미치는 위험 요인들 간의 관계에 대한 가설적 모형은 그림 1과 같으며, 본 연구의 연구 문제는 다음과 같다. 첫째, 자아존중감은 신체 비교, 마른 이상적인 체형의 내면화, 신체 불만족에 부적 영향을 미칠 것인가? 둘째, 신체 비교는 마른 이상적인 체형의 내면화, 신체 불만족, 이상 섭식 행동에 정적 영향을 미칠 것인가? 셋째, 마른 이상적인 체형의 내면화는 신체 불만족과 이상 섭식 행동에 정적 영향을 미칠 것인가? 넷째, 신체 불만족은 이상 섭식 행동에 정적 영향을 미칠 것인가?

방 법

연구 대상 및 절차

이상 섭식 행동은 일반적으로 남성들보다 여성들에게 10배 정도 더 많이 나타나는 장애이다(Burt & Hendrick, 2001/2005). 또한 이상 섭식 행동은 증상이 전혀 없는 사람부터 전형적인 증상들을 보고하는 섭식 장애 환자들까지 연속선상에서 나타나고 있으며, 실제로 상담 장면에서 내담자들은 전형적인 증상부터 여러 가지 부정적인 섭식 행동까지 다양한 섭식 문제들을 호소하고 있다(Ackard, Croll, & Keaney-Cooke, 2002; Tylka & Subich, 1999, 2002) 따라서 상담심리학 분야에서는 연속선상에서 이상 섭식 행동과 이와 관련된 심리적 특성들이 어떻게 나타나는지를 계속해서 연구하고 살펴보아야 할 필요가 있다(Tylka & Subich,

2004). 이에 본 연구에서는 섭식 장애 환자 집단이 아니라 여자 대학생이라는 일반 집단을 대상으로 연속선상에서 이상 섭식 행동 및 심리적 특성들이 어떻게 나타나는지 살펴보고자 한다.

본 연구에서는 서울 소재 대학교 여학생들에게 수업 시간 중 질문지를 완성하도록 하였다. 총 226명의 자료 중 응답이 불성실한 설문지와 발달적 시기가 다른 연령대를 제외한 221명의 자료가 분석에 사용되었다. 참여자들의 나이는 만 18세에서 26세까지 평균 22.24세(표준편차 1.54)이었다. 본 연구의 참여자들은 발달심리학적 관점에서 볼 때 신흥 성인기(emerging adulthood)에 해당하는, 동질적인 발달적 특성을 가진 집단으로 볼 수 있다. 최근에 새롭게 정의되어지고 있는 신흥 성인기는 십대 후반에서 이십 대 중, 후반까지를 포함하며, 청소년에서 성인으로의 전환이 이루어지는 시기이다(Arnett, 2000; Arnett, 2004). Arnett(2000, 2004)에 의하면 이 시기는 부모의 통제로부터 더 자유롭고 자율적인 탐색이 이루어진다는 점에서 청소년기와는 차이가 있으며, 아직까지 자신이 성인에 이르지 못했다고 느끼고 있으며 실제로도 직업, 결혼, 부모 역할 등에서 완전한 결정이 내려지지 못했으므로 성인기와도 차이가 있는 시기이다. 이 기간 동안 많은 사람들은 어떤 직업을 택할지, 어떤 정체감을 가질지, 어떤 생활방식(독신, 동거 또는 결혼)을 채택할지 고민하며 탐색한다.

본 연구에서 참여자들의 키는 150cm에서 176cm까지, 평균 162.47cm(표준편차 4.99)이었으며, 몸무게는 40kg에서 70kg까지, 평균 52.35kg(표준편차 5.80)으로 나타났다. 비만도를 간단하게 평가할 수 있는 신체질량지수(Body

Mass Index: BMI)를 ‘체중/키(m)의 제곱’이라는 과정을 통해 산출하였다. 신체질량지수가 20미만은 저체중, 20-24는 정상체중, 25-30은 과체중, 30이상은 비만으로 볼 수 있는데, 본 연구에서는 15.89에서 26.29까지, 평균 19.81(표준편차 1.83)로 나타나, 신체질량지수의 평균이 저체중으로 나타났다.

도 구

자아존중감

자아존중감을 측정하기 위해서 Rosenberg (1965)의 자아존중감 척도(Self-Esteem Scale; SES)를 최정아(1996)가 번역한 것을 사용하였다. 총 10문항으로, 각 문항은 ‘전혀 그렇지 않다(1)’에서 ‘매우 그렇다(4)’까지 4점 척도로 구성되어 있으며, 점수의 범위는 10점부터 40점까지이고, 점수가 높을수록 자아존중감의 수준이 높은 것을 의미한다. 문항의 예로는 ‘나는 내가 좋은 장점(자질)을 많이 가지고 있다고 느낀다.’ 또는 ‘대체로 나는 나 자신에 대해 만족한다.’를 들 수 있다. 최정아(1996)의 연구에서 내적 합치도는 .83이었으며, 본 연구에서의 내적 합치도는 .87로 나타났다.

신체 비교

신체에 대한 사회적 비교를 측정하기 위해서 Thompson, Heinberg, 그리고 Tantleff(1991)의 신체 외모에 대한 비교 척도(Physical Appearance Comparison Scale; PACS)를 번안하여 사용하였다. 번안의 방법으로는 역번안 기법을 사용하였다. 역번안 기법은 원척도와 번역된 척도 간의 동등성을 평가하는 판단적 방법 중 하나로 번역의 질을 평가하는 데 효과적이며 (Hulin, Drasgow, & Komocar, 1982), 원검사와

가장 유사한 번안된 검사를 만드는데 효과적인 방법으로 알려져 있다(Werner & Campbell, 1970). 번안의 1차 과정으로서 영어로 기록된 질문지를 본 연구자가 한글로 번역하였다. 2차 과정으로서 한글로 번역한 질문지를 영어와 한국어를 능숙하게 구사하는 사람(bilingual)이 영어로 역번역하였다. 3차 과정으로서 상담심리 전공의 박사과정 중인 영어를 모국어로 사용하는 전문가가 역번역한 질문지를 다시 원래 질문지와 비교하여 원질문지와 많은 차이를 보이는 문항을 선별하였다. 4차 과정으로서 원질문지와 많은 차이를 보이는 문항에 대한 한국어 번역을 본 연구자와 이중 언어사용자가 원질문지에 최대한 충실하게 수정하였다. 문항의 예로는, ‘나는 파티나 다른 사교 모임에서 나의 신체적 외모와 다른 사람의 신체적 외모를 비교한다.’, 또는 ‘나는 종종 사람들을 만날 때 나의 몸매를 다른 사람의 몸매와 비교한다.’를 들 수 있다. 이 척도는 원래 5문항으로 구성되어 있었으나, 여학생들을 대상으로 하였을 때 전체 신뢰도를 감소시키는 수준이 매우 높은 문항을 삭제하고 4문항으로 수정하여 사용되어져왔다(Vader Wal & Thelen, 2000; Shroff & Thompson, 2006). 따라서 본 연구에서도 총 4문항으로 구성된 척도를 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 .72이었으며, 본 연구에서의 내적 합치도는 .82이었다.

마른 이상적인 체형의 내면화

사회의 마른 이상적인 체형을 내면화하는

정도를 측정하기 위해 Cusumano와 Thompson(1997)이 개발하였고 문정신(2002)이 번안한 사회문화적 가치의 내재화 척도(Sociocultural Attitudes toward Appearance Scale; SATAS)를 사용하였다. 총 21문항으로 구성되어 있으며, '전혀 그렇지 않다'의 1부터 '매우 그렇다' 5까지 5점 리커트 척도이다. 이 척도의 하위척도는 자각과 내면화이며, 본 연구에서는 그중 내면화에 해당하는 9문항만을 사용하였다. 점수의 범위는 9점부터 45점까지로 점수가 높을수록 사회문화적 가치를 더 많이 내면화한 것으로 볼 수 있다. 문항의 예로는, '나는 나의 몸이 TV나 영화에 나오는 여자들과 같았으면 좋겠다.', 또는 '나는 몸매가 좋은 여자들이 나오는 뮤직 비디오를 보면, 나도 저런 몸매를 가졌으면 하고 바란다.'를 들 수 있다. 내적 합치도가 Cusumano와 Thompson(1997)과 문정신(2002)의 연구에서는 .83이었고, 본 연구에서는 .83으로 나타났다.

신체 불만족

신체에 대한 불만족을 측정하기 위해서 McKinley와 Hyde(1996)의 대상화된 신체 의식 척도(The Objectified Body Consciousness Scales)의 하위 척도 중 '신체에 대한 수치심'을 손은정(2007)이 번안한 것을 사용하였다. 신체에 대한 수치심은 총 8문항으로 구성되어 있으며, 역시 '전혀 그렇지 않다'의 1에서부터 '매우 그렇다'의 7까지 7점 리커트 척도이다. 점수의 범위는 총점을 문항 수로 나눈 값으로서 1점부터 7점까지 점수가 높을수록 자신의 신체에 대한 수치심이 높은 것을 의미한다. 문항의 예로는, '내 몸무게가 얼마인지 사람들이 알게 되면 부끄러워질 것이다', 또는 '내가 되어야만 한다고 생각하는 만큼의 몸집(사이즈)가 되

지 못할 때 부끄럽게 느껴진다.'를 들 수 있다. McKinley와 Hyde(1996)의 연구에서는 검사-재검사 신뢰도가 .84로 나타났으며, 손은정(2007)의 연구에서 내적 합치도는 .80이었으며, 본 연구에서의 내적 합치도는 .83이었다.

이상 섭식 행동

이상 섭식 행동의 정도를 측정하기 위해서 Garner, Olmsted, Bohr, 그리고 Garfinkel(1982)이 개발하였고 한오수 등(1990)이 번안한 식이태도 검사(Korean Version of Eating Attitude Test-26, EAT-26)를 사용하였다. 이 검사는 신경성 식욕부진증의 행동특성들을 측정하기 위해 제작되었으며, 정상 체중인 사람들 중에서 심각한 섭식 문제를 지닌 사람들을 진단하는데 유용한 도구로 쓰인다. 문항의 예로는, '식사 후에 토하고 싶은 충동을 느낀다.', 또는 '나는 음식에 집착하고 있다.'를 들 수 있다. 총 26문항이 포함되어 있으며, '전혀 그렇지 않다'의 0에서 '항상 그렇다'의 5까지 6점 리커트 척도이다. 한오수 등(1990)의 연구에서 이 검사의 내적 합치도는 .85로 나타났고, 본 연구에서의 내적 합치도는 .90이었다.

분석 방법

(a) 예비 분석으로서 모든 변인들의 기술 통계치를 산출하였으며 변인들 간 상관분석을 실시하였다. (b) 자아존중감, 신체 비교, 마른 이상적인 체형의 내면화, 신체 불만족이 이상 섭식 행동에 미치는 영향을 살펴보기 위해서는 AMOS 5.0을 사용하여 경로분석을 실시하였다. 경로분석은 인과관계를 가지는 변인들 간의 직접효과와 간접효과를 밝힐 수 있는 분석이다(Wright, 1960: 배병렬, 2007에서 재인용).

결 과

예비 분석 결과

가설적 모형을 분석하기 위한 기초분석으로서 각 척도에 대한 평균, 표준편차 등 기초통계치를 구하였으며, 상관 분석을 실시하였다. 신체 비교, 마른 이상적인 체형의 내면화, 신체 불만족, 그리고 이상 섭식 행동 간에는 유의미한 정적 상관관계가 나타났으며, 자아존중감과 다른 변인들 간의 관계는 유의미한 부적 상관관계가 나타났다. 분석 결과는 표 1에 제시되어 있다.

매개모형 검증

모형 검증

자아존중감, 신체 비교, 마른 이상적인 체형의 내면화와 이상 섭식 행동 간의 관계에 대한 모형을 검증하기 위해 경로분석을 실시한 결과 산출된 모형의 적합도는 표 2와 같다.

본 연구의 가설적 모형은 자유도가 0인 적정 식별모형(just-identified model)에 가까운 모형이기 때문에, χ^2 는 0에 가까운 값을 나타내었다. 모형의 적합도를 살펴보면, 1에 가까울수록 좋은 적합도를 나타내는 NFI, TLI, CFI는 1을 나타내었으며, 0에 가까울수록 좋은 적합도로 판단되는 RMSEA 역시 .00(90%신뢰구간 .00-.05)으로 나타나 본 연구에서의 가설적 모형이 타당하고 적합한 모형임을 알 수 있다(배병렬, 2007).

모형에 나타난 경로계수

먼저 이상 섭식 행동과 위험 요인들 간의 관계에 대한 모형의 타당성을 검증하기 위해 경로분석을 실시한 결과 산출된 연구 모형의 경로계수는 그림 2, 표 3에 제시하였다. 가설적 모형의 경로계수를 살펴보면, 자아존중감과 마른 이상적인 체형의 내면화, 그리고 마른 이상적인 체형의 내면화와 이상 섭식 행동 간의 경로를 제외한 7개의 경로가 $\alpha=.001$ 수준에서 유의미한 것으로 나타났다.

표 1. 기술 통계 분석 및 상관분석 결과

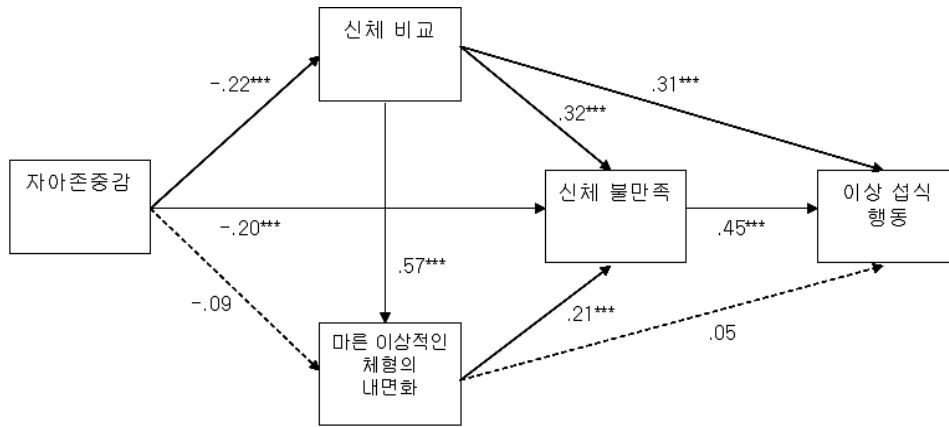
(N = 221)

변 인	ESTM	SC	NTR	SHM	ET	평균	표준편차
자아존중감(ESTM)	1					30.74	5.09
신체 비교(SC)	-.22**	1				12.46	3.00
마른 이상적인 체형의 내면화(NTR)	-.21**	.58**	1			31.14	5.40
신체 불만족(SHM)	-.32**	.49**	.44**	1		3.70	1.11
이상 섭식 행동(ET)	-.22**	.56**	.43**	.62**	1	39.70	18.04

** $p < .01$

표 2. 이상 섭식 행동에 영향을 미치는 위험 요인들 간의 관계에 대한 가설적 모형의 적합도 지수

	χ^2	df	NFI	TLI	CFI	RMSEA(90%신뢰구간)
기본 모형	.004	1	1.0	1.0	1.0	.00(.00-.00)



*** $p < .001$

그림 2. 이상 섭식 행동에 영향을 미치는 위험 요인들 간의 관계에 대한 가설적 모형의 경로 계수

표 3. 이상 섭식 행동에 영향을 미치는 위험 요인들 간의 관계에 대한 가설적 모형의 경로계수

경로	경로계수	표준오차	임계치	표준화계수
신체 비교 ← 자아존중감	-.13	.04	-3.34	-.22***
마른 이상적인 체형의 내면화 ← 자아존중감	-.09	.06	-1.56	-.09
마른 이상적인 체형의 내면화 ← 신체 비교	1.02	.10	10.06	.57***
신체 불만족 ← 자아존중감	-.05	.01	-3.54	-.20***
신체 불만족 ← 신체 비교	.12	.03	4.56	.32***
신체 불만족 ← 마른 이상적인 체형의 내면화	.04	.01	3.06	.21***
이상 섭식 행동 ← 신체 비교	1.87	.39	4.86	.31***
이상 섭식 행동 ← 마른 이상적인 체형의 내면화	.15	.21	.73	.05
이상 섭식 행동 ← 신체 불만족	7.21	.94	7.67	.45***

*** $p < .001$

직접·간접 효과

변수들 간의 직·간접 효과는 표 4에 제시하였다. 직·간접 효과에 대한 결과에서는, 변인들의 전체 효과가 .14부터 .53까지 모든 변인이 이상 섭식 행동에 직·간접으로 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 신체 비교의 효과 크기(전체효과=0.53)가 가장 크게 나타났다.

또한, 자아존중감과 마른 이상적인 체형의 내면화 간의 경로, 자아존중감과 이상 섭식 행동 간의 경로, 그리고 마른 이상적인 체형의 내면화와 이상 섭식 행동 간의 경로에서는 간접 효과가 더 크게 나타났고, 나머지 7개의 경로에서는 직접 효과가 더 큰 것으로 나타났다.

표 4. 이상 섭식 행동에 영향을 미치는 위험 요인들 간의 직접·간접 효과

경로	전체 효과	직접 효과		간접효과
신체 비교 ← 자아존중감	-.22	-.22	>	.00
마른 이상적인 체형의 내면화 ← 자아존중감	-.21	-.09	<	-.13
마른 이상적인 체형의 내면화 ← 신체 비교	.57	.57	>	.00
신체 불만족 ← 자아존중감	-.32	-.20	>	-.12
신체 불만족 ← 신체 비교	.44	.32	>	.12
신체 불만족 ← 마른 이상적인 체형의 내면화	.21	.21	>	.00
이상 섭식 행동 ← 자아존중감	-.22	.00	<	-.22
이상 섭식 행동 ← 신체 비교	.53	.31	>	.12
이상 섭식 행동 ← 마른 이상적인 체형의 내면화	.14	.05	<	.09
이상 섭식 행동 ← 신체 불만족	.45	.45	>	.00

논 의

본 연구에서는 이상 섭식 행동의 위험 요인 들인 자아존중감, 신체 비교, 마른 이상적인 체형의 내면화, 그리고 신체 불만족이 어떠한 방식으로 이상 섭식 행동에 영향을 미치는지 살펴보았다. 연구 결과, 첫째, 가설적 모형의 경로계수에서 자아존중감과 마른 이상적인 체형의 내면화, 그리고 마른 이상적인 체형의 내면화와 이상 섭식 행동 간의 경로를 제외한 7개의 경로가 유의미한 것으로 나타났다. 이와 같은 결과는 신체 비교가 자아존중감과 신체 불만족 간을, 마른 이상적인 체형의 내면화가 신체 비교와 신체 불만족 간을, 그리고 신체 불만족이 자아존중감, 신체 비교, 마른 이상적인 체형의 내면화와 이상 섭식 행동 간을 매개하고 있음을 보여주고 있다. 이러한 결과는 변인들 간의 매개 역할에 대한 선행 연구들과 일치하는 결과이다(박정수 등 2007; Cattarin et al., 2000; Keery, van den Berg &

Thompson, 2004; Phan & Tylka, 2006; Polivy & Herman, 2002; Shroff & Thompson, 2006). 둘째, 가설적 모형에서의 이상 섭식 행동에 대한 직접·간접 효과를 살펴보면, 네 위험요인 모두 직접, 간접적으로 이상 섭식 행동에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이와 같은 결과는 자아존중감, 신체 비교, 마른 이상적인 체형의 내면화, 신체 불만족과 이상 섭식 행동 간에 유의미한 관계가 있다는 선행 연구 결과들과 일치하는 결과이다(박정수 등, 2007; Bessenoff, 2006; Button et al., 1996; Corning et al., 2006; Katzman & Wolchik, 1984; Keery, et al., 2004; Phan & Tylka, 2006; Shroff & Thompson, 2006; Stice et al., 1994; Tiggemann & McGill, 2004).

특히 본 연구 결과에서 주목할 만한 점은 첫 번째로, 자아존중감이 예측 변인으로서 신체 비교와 신체 불만족의 매개를 통해 이상 섭식 행동에 영향을 미치는 것으로 나타났다는 점이다. 이는 자아존중감이 이상 섭식 행동의 결과 변인으로 나타났던 Keery 등(2004)의 연

구와는 대조되는 결과이지만, 이상 섭식 행동의 예측 변인으로 나타났던 연구와는 일치하는 결과이다(이상선 & 오경자, 2004; Button. et al., 1996). 본 연구 결과를 통해 Leary 등(1995), Polivy와 Herman(2002), 그리고 Striegel-Moore와 Cachelin(2001)이 제시한 바와 같이 낮은 자아 존중감은 개인적인 취약성을 나타내며, 이와 같은 심리적 취약성은 이상 섭식 행동의 중요한 유발 요인이 될 수 있음을 보여주고 있다. 따라서 자아존중감이 낮으면서 다이어트에 대한 관심이 높고 신체 불만족이 높은 내담자들은 이상 섭식 행동을 보일 가능성이 높기에, 상담자는 이러한 가능성을 염두에 두고 내담자의 섭식 행동에 대해 살펴보며 적절하게 개입하는 것이 필요하다. 특히 우리나라에서 이루어진 본 연구의 결과는 서구 문화에서의 연구와 유사한 것으로 나타났는데, 이는 자아존중감은 개인적인 취약성을 나타내는 성격적 변인이기에 사회나 문화에 따라 큰 차이가 없는 결과가 나타났다고 볼 수 있다.

반면 사회문화적 차원을 대표하는 변인들에서는 서구 문화에서의 연구와 다른 결과가 나타났다. 즉, 서구 문화에서 이루어진 이전 연구들과는 달리 다른 이상적인 체형의 내면화의 이상 섭식 행동에 대한 직접적인 영향은 유의하지 않았으며 전체효과 크기(0.14)가 크지 않은 것으로 나타난 반면, 신체 비교는 이상 섭식 행동에 대해 신체 불만족과 다른 이상적인 체형의 내면화의 매개에 의한 간접효과 뿐만 아니라 직접 효과도 있는 것으로 나타났다. 이는 Keery 등(2004)의 연구에서 다른 이상적인 체형의 내면화가 이상 섭식 행동에 직접적인 영향을 미쳤던 결과나, 다른 이상적인 체형의 내면화가 신체 비교보다 신

체에 대한 불만족에 더 중요한 영향을 미쳤던 선행 연구 결과와 상반된 결과이다(Dittmar & Howard, 2004). 이 같은 결과의 차이는 다른 체형에 대한 사회문화적인 영향을 인식하고 처리하는 사회인지 측면에서 문화적인 차이가 있음을 보여준다. 즉 우리나라의 문화는 다른 사람들의 시선에 신경을 많이 쓰는 체면문화이기 때문에(최상진, 유승엽, 1992), 다른 사람과 자신을 비교하는 경향이 더 많이 나타날 수 있으며, 이러한 경향이 신체 불만족 및 이상 섭식 행동에 미치는 영향도 더 클 수 있을 것이다. 실제로 우리나라의 홍종필과 이시연(2005)의 연구에서 다른 몸매에 대한 사회적 규범화는 신체 불만족을 유의미하게 예측하지 못하는데 반해, 신체에 대한 사회적 비교는 신체 불만족을 유의미하게 예측하는 것으로 나타났다. 따라서 우리나라 문화에서는 내면에서 자신의 몸매에 대해 어떤 바람이나 소망을 가지고 있는가(다른 이상적인 체형의 내면화) 보다는, 사회적인 상황에서 다른 사람과 비교했을 때 상대적으로 인식되는 모습(신체 비교)이 훨씬 더 신체 불만족과 이상 섭식 행동에 중요한 영향을 미치는 요인이라고 볼 수 있다. 선행 연구 결과와 본 연구의 결과에 차이가 나타난 또 다른 이유로, 본 연구에 참여한 표본의 특징에서 비롯된 것이라고 생각해 볼 수 있다. 도시는 다른 지역에 비해 더 경쟁적인 특성이 있기 때문에 서울에 거주하는 여대생들은 다른 집단(예: 지방에 거주하는 여대생들 등)에 비해 다른 사람과의 비교가 더 중요한 요인이 될 수 있다.

결국 본 연구의 결과는 실제 상담 장면에서 이상 섭식 행동을 호소하는 내담자들에게 어떻게 접근하는 것이 필요한지에 대해 시사하고 있다는 점에서 큰 의의가 있다고 볼 수 있

다. 먼저 자아존중감은 결과 요인이라기보다는 이상 섭식 장애를 불러일으키는 예측 요인이라고 볼 수 있기에, 낮은 자아존중감을 나타내며 높은 신체 불만족을 호소하는 내담자를 접했을 때 섭식 행동에 대해 점검하고 이에 대해 적절하게 개입해야 할 필요가 있음을 알 수 있다. 또한, 기존의 여러 연구들에서는 마른 이상적인 체형의 내면화의 정도를 감소 시킴으로써 신체 불만족 및 이상 섭식 행동을 완화시키려는 시도들이 이루어졌지만(Stice, Chase, Stormer, & Appel, 2001; Stice, Mazotti, Weibel, & Agras, 2000), 신체 비교에 대해서는 치료적 접근이 이루어지지 못했다. 하지만 본 연구의 결과를 살펴보면, 특히 우리나라에서는 신체 비교가 이상 섭식 행동에 매우 중요한 영향을 미치는 위험요인으로 나타났으므로, 신체 비교를 감소시킬 수 있는 치료적 개입 및 프로그램의 개발이 무엇보다 필요하다고 볼 수 있다. 즉 가능한 한 다른 사람과의 신체 비교 경향성을 감소시킬 수 있도록 돕는 것이 필요하며, 신체 비교 이후 경험하는 부정적인 사고와 감정들을 긍정적으로 전환할 수 있도록 돕는 것이 필요하다.

또한, 본 연구는 기존 연구에서 분명하게 밝혀지지 못했던 성격적 차원의 자아존중감과 신체 비교 및 마른 이상적인 체형의 내면화가 어떤 과정을 통해 신체 불만족 및 이상 섭식 행동에 영향을 미치는지 통합적으로 살펴보았다는 점에서 의의가 있다고 볼 수 있다. 특히 기존 연구에서 밝혀지지 못했던, 신체 비교가 이상 섭식 행동에 미치는 영향이 매우 크다는 연구 결과는 추후 연구에서 보다 면밀하게 살펴보아야 할 중요한 발견이라고 생각된다.

하지만, 본 연구는 몇 가지 제한점을 가지고 있는데, 첫째 본 연구에서 나타난 결과가

다른 집단에도 일반화될 수 있는지 재검증이 필요하다. 특히 본 연구에서는 신체 비교가 매우 중요한 위험요인으로 나타났는데, 이것이 도심에 거주하는 여대생만의 특징인지 혹은 문화적 특성에 의한 우리나라 전체 여성의 특성인지에 대해 보다 면밀한 비교 연구가 필요할 것이다. 둘째, 본 연구는 자기보고에 의해 이상 섭식 행동을 측정하였는데, 이것은 객관적으로 관찰되어지는 이상 섭식 행동과 큰 차이가 있을 수 있다. 따라서 추후 연구에서는 자기보고 뿐만 아니라 관찰에 의한 자료도 함께 추가하여 연구해야 할 필요가 있을 것이다. 셋째, 본 연구에서는 Thompson 등(1999)이 제안한 모델 중 일부분만을 검증하였다. 추후 연구에서는 이 모델에서 제안한 여러 변인들을 보다 통합적으로 검증하는 것이 필요하며, 특히 전반적인 심리적 기능을 나타내는 변인 중 완벽주의와 같은 다른 변인들을 추가로 포함시켜서 연구하는 것이 필요하다. 마지막으로 본 연구에서는 신흥 성인기에 해당하는 여성들을 대상으로 이상 섭식 행동의 위험요인들에 대한 검토가 이루어졌다. 하지만 이 연구의 결과를 다른 발달적 특성을 지닌 여성들에게 일반화하는 것에는 한계가 있을 것이다. 따라서 추후 연구에서는 신흥 성인기뿐만 아니라 아동기, 청소년기나 성인 여성들과의 비교 연구가 필요하다.

참고문헌

- 문정신 (2002). 공적 자기의식 및 외모에 대한 사회문화적 가치의 내면화와 신체상과의 관계. 이화여자대학교 석사학위논문.
- 박정수, 이민규, 신희천 (2007). 여대생의 절식

- 및 폭식행동에 대한 자기-평가의 신체 중요성 지각 모형. 한국심리학회지: 임상, 26(1), 73-91.
- 배병렬 (2007). Amos 7에 의한 구조방정식 모델링: 원리와 실제. 서울: 청람.
- 손은정 (2007). 공격 자기의식, 신체에 대한 감시, 신체에 대한 수치심이 섭식 행동에 미치는 영향. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 19(3), 735-750.
- 이상선, 오경자 (2004). 몸매와 체중에 근거한 자기 평가와 신체 불만족이 여대생의 이상 섭식 행동에 미치는 영향. 한국심리학회지: 임상, 23(1), 91-106.
- 조선일보, 2001년 7월. 11일자
- 최상진, 유승엽 (1992). 한국인의 체면에 대한 사회심리학적 한 분석. 한국심리학회지: 사회 및 성격, 6(2), 137-157.
- 최정아 (1996). 자의식과 자존감이 상담에 대한 태도에 미치는 영향. 연세대학교 석사학위 논문.
- 한오수, 유희정, 김창윤, 이철, 민병근, 박인호 (1990). 한국인의 식이장애의 역학 및 성격 특성. 정신의학, 15(4), 270-287.
- 홍종필, 이시연 (2005). 잡지 속의 신체 이미지 광고에 대한 노출이 20대 여성의 기분과 신체 불만족에 미치는 영향. 미디어, 젠더, 그리고 문화, 4, 72-162.
- 한겨레신문 2007년 1월 23일자
- 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.
- Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55, 469-480.
- Arnett, J. J. (2004). Emerging Adulthood. *Chronicle of Higher Education*, 51(12).
- Bessenoff, G. R. (2006). Can the media affect us? Social comparison, self-discrepancy, and the thin ideal. *Psychology of Women Quarterly*, 30(3), 239-251.
- Burt, V. K., & Hendrick, V. C. (2005). 여성의 정신건강. (남범우, 서정석, 류은정, 최귀순 역). 서울: 하나의학사. (원전은 2001에 출판).
- Button, E. J., Sonuga-Barke, E. J. S., Davies, J., & Thompson, M. (1996). A prospective study of self-esteem in the prediction of eating problems in adolescent school girls: questionnaire findings. *British Journal of Clinical Psychology*, 35, 193-203.
- 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(2), 220-239.
- Corning, A. F., Krumm, A. J., & Smithan, L. A. (2006). Differential Social Comparison Processes in women with and without eating disorder symptoms. *Journal of Counseling Psychology*, 53(3), 338-349.
- Cusumano, D. L., & Thompson, J. K. (1997). Body image and shape ideals in magazines: Exposure, awareness, and internalization. *Sex Roles*, 37(9), 701-721.
- Dittmar, H., & Howard, S. (2004). Thin-ideal internalization and social comparison

- tendency as moderators of media models' impact on women's body-focused anxiety. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 23(6), 768-791.
- Festinger, L. (1954). A theory of social comparison processes. *Human Relations*, 7, 117-140.
- Garner, D. M., Olmsted, M. P., Bohr, Y., & Garfinkel, P. E. (1982). The eating attitudes test: Psychometric features and clinic correlates. *Psychological Medicine* 12, 871-878.
- Hulin, C. L., Drasgow, F., & Komocar, J. (1982). Applications of item response theory to analysis of scale translations. *Journal of Applied Psychology*, 67(6), 818-825.
- Katzman, M. A., & Wolchik, S. A. (1984). Bulimia and binge eating in college women: A comparison of personality and behavioral characteristics. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 52(3), 423-428.
- 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*, 1(3), 237-251.
- Leary, M. R., Schreindorfer, L. S., & Haupt, A. L. (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.
- McKinley, N. M., & Hyde, J. S. (1996). The Objectified Body Consciousness Scale: Development and validation. *Psychology of Women Quarterly*, 20(2), 181-215.
- Phan, T., & Tylka, T. L. (2006). Exploring a model and moderators of disordered eating with Asian American college women. *Journal of Counseling Psychology*, 53(1), 36-47.
- Polivy, J., & Herman, C. P. (2002). Causes of eating disorders. *Annual Review of Psychology*, 53(1), 187-213.
- Shroff, H., & Thompson, 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., Chase, A., Stormer, S., & Appel, A. (2001). A randomized trial of a dissonance-based eating disorder prevention program. *International Journal of Eating Disorders*, 29(3), 247-262.
- Stice, E., Mazotti, L., Weibel, D., & Agras, W. S. (2000). Dissonance prevention program decreases thin-ideal internalization, body dissatisfaction, dieting, negative affect, and bulimic symptoms: A preliminary experiment. *International Journal of Eating Disorders*, 27(2), 206-217.
- Stice, E., Schupak-Neuberg, E., Shaw, H. E., & Stein, R. I. (1994). Relation of media exposure to eating disorder symptomatology: An examination of mediating mechanisms. *Journal of Abnormal Psychology*, 103(4), 836-840.
- Striegel-Moore, R. H., & Cachelin, F. M. (2001). Etiology of eating disorders in women. *The Counseling Psychologist*, 29(5), 635-661.
- Thompson, J. K., Heinberg, L. J., & Tantleff, S. (1991). The Physical Appearance Comparison Scale (PACS). *Behavior Therapist*, 14, 174.
- 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 Psychological Association.
- 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(5), 181-183.
- 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.
- Tylka, T. L. (2004). The Relation between body dissatisfaction and eating disorder symptomatology: An analysis of moderating variables. *Journal of Counseling Psychology*, 51(2), 178-191.
- Tylka, T. L., & Subich, L. M. (1999). Exploring the construct validity of the eating disorder continuum. *Journal of Counseling Psychology*, 46(2), 268-276.
- Tylka, T. L., & Subich, L. M. (2002). Exploring young women's perceptions of the effectiveness and safety of maladaptive weight control techniques. *Journal of Counseling & Development*, 80(1), 101-110.
- 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.
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton, NJ: Princeton University Press.
- Vader Wal, J. S., & Thelen, M. H. (2000). Predictors of body image dissatisfaction in elementary-age school girls. *Eating Behaviors*, 1(2), 105-122.
- Wardle, J., Haase, 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.
- Werner, O., & Campbell, D. (1970). Translating, working through interpreters, and the problem of decentering. In R. Naroll and R. Cohen (Eds.), *A handbook of methods in cultural anthropology*. New York: American Museum of National History.

원 고 접 수 일 : 2008. 4. 16
수정원고접수일 : 2008. 7. 26
게 재 결 정 일 : 2008. 8. 8

The Influence of Self-Esteem, Physical Comparison, Thin-Ideal Internalization, and Body Dissatisfaction on the Eating Disorder Symptoms of College Aged Women

Eun Jung Son

Baekseok University

This study examined the effects of self-esteem, physical comparison, thin-ideal internalization, and body dissatisfaction on eating disorder symptoms. The participants were recruited from a class of a university in Seoul, and 221 women responded to the questionnaires sent out. As a result of path analysis, the following conclusions were drawn. Firstly, 7 paths were significant, with the exception of two paths from self-esteem to thin-ideal internalization and from thin-ideal internalization to eating disorder symptoms. Secondly, all four variables affect eating disorder symptoms directly or indirectly. Thirdly, physical comparison was the most direct and critical predictor in eating disorder symptoms. These results illuminated the process by which the risk variables influence eating disorder symptoms. The results also suggested possible guidance for counselors dealing with eating disorders.

Key words: eating disorder, physical comparison, self-esteem, thin-ideal internalization, body dissatisfaction