

신체상(body image)이란 개인의 신체에 대한 심상을 뜻하는 것으로(Garner & Garfinkel, 1981), 자신의 신체에 대해 가지고 있는 개인의 지각을 의미한다. 부정적인 신체상을 갖는 것과 같은 신체상 혼란은 섭식장애의 주 진단 기준이 되는데, 섭식장애자는 스스로를 뚱뚱하고 매력적이지 않다고 생각하며, 자신의 신체에 혐오감을 느끼고 거울을 보거나 신체치수를 강박적으로 재는 행동을 한다. Cash와 Pruzinsky(2002)는 이러한 부정적인 신체태도와 인지도식을 가진 사람은 자신의 외모에 대해서 왜곡되고 역기능적인 사고를 한다고 주장했다. 이러한 인지적 처리과정은 종종 불안이나 수치, 또는 낙담과 같은 불쾌한 반응을 일으키고(Cash & Pruzinsky, 2002), 결국 개인은 고통을 주는 신체상 경험을 통제하기 위한 대처전략을 수립하게 된다(Cash, Santos, & Williams, 2005).

이러한 전략이 수립되면 스트레스 대처행동이 나타나는데, 이는 스트레스를 주는 환경과의 교류관계에서 내적·외적 욕구를 조절하고, 개인이 받은 피해를 최소화하거나 견디려는 인지적이며 행동적인 노력을 말한다(Billing & Moos, 1984). 신체상에 대한 위협이나 도전을 받는 것도 스트레스 상황의 일종으로, 이런 상황에 직면하게 되면 개인은 고통스러운 생각, 감정과 상황에 대처하거나 적응하기 위한 인지적·행동적 전략을 수립한다(Cash & Pruzinsky, 2002). 또한 Koff와 Sangani(1997)의 연구에서는 스트레스 상황에서 대처정도를 확인하는 척도(Endler & Parker, 1990)를 사용해 대처전략과 섭식관련행동의 관계를 알아보았다. 그 결과, 정서 중심적 대처와 혼란을 통한 회피가 섭식혼란과 정신 병리적 증후와 정적인 관련이 있는 것을 확인하였다. 신체상에 대한

위협이나 도전을 받는 상황에서의 대처정도를 측정하기 위해 Cash 등(2005)이 신체상 대처전략 척도(Body Image Coping Strategies Inventory: BICSI)를 개발하였다. 이 연구에서는 신체상 위협상황에서의 대처를 외모수정, 회피, 그리고 이성적 수용의 3가지로 나누어 척도를 구성하였다. 이 중에서 외모수정(appearance fixing)은 지각된 결점을 감추거나 위장하거나 수정하려는 것으로 외모를 변화시키는 것이다. 그리고 회피(avoidance)는 개인에게 스트레스를 주는 신체상 상황에서 도망가거나 이를 막으려는 노력을 의미하며, 이성적 수용(positive rational acceptance)은 도전적인 상황과 긍정적인 자기관리의 필요성 또는 자신의 외모에 대한 이성적 생각을 수용하는 것이다. 본 연구에서는 이를 타당화한 한국판 신체상 대처전략 척도(The Korean version of the Body Image Coping Strategies Inventory: K-BICSI)를 이용하여 집단을 구분하였다.

선행 연구(Cash et al., 2005; 광수민, 이장한, 2007)에서는 신체상 위협상황에서 사용하는 대처방식과 다른 척도 간의 관계를 분석하였는데, BICSI의 하위요인인 회피는 외모 인지도식 척도의 자기 평가적 특출성 요인, 섭식장애, 폭식행동과 정적인 상관을 보인 반면, 외모 인지도식 척도의 동기적 특출성 요인, 신체상 상태평가, 신체상 만족도, 그리고 자아존중감과는 부적의 상관이 있었다. 또한 회귀분석을 실시했을 때 이상섭식 행동을 예측하는 유의미한 측정치로 나타났다. 즉, 신체상 위협 상황에서 대처 방식으로 회피를 사용하는 사람은 타인에게 잘 보이고자 하는 욕구와 섭식장애증후가 높은 반면에, 실제로 자신의 외모를 변화시키고자 하는 동기는 낮고 자신의 신체를 부정적으로 평가하며 신체 만족도가 낮

고, 자아존중감이 낮은 편이었다. 이를 통해서 신체상 위협 상황에서 회피 전략을 사용하는 사람들은 자신의 신체에 불만족하며 이상섭식 행동 증후경향이 높은 것으로 확인되었다.

섭식장애를 설명하는 인지적 모델에 따르면 섭식장애자는 보이는 단서에만 선택적 주의를 하고, 외적 자극에 우선순위를 두고 의미를 부여하며, 자신을 과장해서 생각하며 다른 자극은 차단한다고 한다. 즉, 섭식장애자는 왜곡된 인지도식으로 인해 자신이 받아들이는 정보 중에서 특정 자극에만 바로 주의를 기울이게 되고 이런 과정을 반복하면서 섭식장애가 계속 유지된다. 그래서 섭식장애자는 자신이 관심이 있는 자극에만 주의를 기울이고, 기억하며, 해석하게 된다(Hargreaves & Tiggemann, 2002). 이처럼 섭식장애자는 정상인과는 다른 인지기제를 갖고 있어서 장애 후 치료를 통해 식습관이나 체중이 정상으로 돌아오게 되어 섭식장애가 회복되더라도, 이들이 모두 자신의 외모에 만족하는 것은 아니다. 실제로 회복된 환자의 2/3는 여전히 자신의 신체적 외모에 대해 만족하지 못하고 과도한 걱정을 한다. 많은 여성들이 날씬해지고자 하는 욕구를 버리는 것이 어려운 일인 것처럼, 섭식장애 환자의 신체상을 재정립하는 것은 치료에서 가장 중요한 부분이다(Rosen, 1995).

현재 섭식장애의 치료로는 인지행동치료가 널리 쓰이고 있는데, 이는 신체불만족을 개선할 수 있는 효과적인 방법으로 밝혀지고 있다(Mitchell, Maki, Adson, Ruskin, & Crow, 1997). 이는 왜곡된 인지기제를 가진 섭식장애자뿐만 아니라 섭식장애가 없는 비만인과 정상인에게도 적용될 수 있다. 이러한 인지행동치료를 효과적으로 실시하기 위해서는 섭식장애증후를 가진 사람의 인지기제를 구체적으로 파악

하는 것이 중요하다.

최근 섭식장애자에 대한 정보처리 연구에 따르면, 섭식장애자들은 외모와 관련된 자극 처리과정에서 주의편향을 보인다는 결과가 있다(Labarge, Cash, & Brown, 1998). 섭식장애자는 정상인에 비해 체중 관련 단어와 신체부위 관련 단어에 대해 스트룹 과제(stroop task)와 탐침 과제(dot probe task)에서 편향된 주의를 보인다는 결과가 나타났다(Green, Corr, & De Silva, 1999; Rieger, Schotte, Touyz, Beumont, Griffiths, & Russellet, 1998). 이러한 결과는 섭식장애자가 정보처리 초기단계에서 체중이나 신체부위와 관련된 자극에 더 높은 주의를 할당한다는 의미이다. 즉, 섭식장애자는 정보가 의식되기도 전에 외모와 관련된 정보를 자동적으로 처리한다는 것을 알 수 있다. 이런 과정은 매우 짧게 제시되었고, 최대한 빠르게 실험참가자의 반응을 유도해 주의편향을 확인하였다. Allport(1989)는 선택적 주의체계는 단일한 것이 아니라 최초응시방향과 응시시간과 같은 둘 이상의 기제로 구성되어 있다는 주장을 제기하였는데, 이를 확인하기 위해서 직접 안구운동을 확인하는 것이 적합한 측정치라고 하였다. 안구운동은 주의편향을 확인할 수 있는 생리적 반응 중 하나인데, 이는 직접적으로 관찰 가능하고, 주의편향을 측정할 수 있는 생태학적으로 타당한 방법이며, 빠르고 자동적으로 발생하고, 또한 내현적인 선택적 주의를 측정하는데 적합하다(Kowler, 1995). Jansen, Nederkoorn과 Mulkens(2005)의 연구에서는 안구운동을 통해서 섭식장애 증후집단과 정상 통제집단의 주의편향을 알아보았는데, 섭식장애 증후집단은 정상인에 비해 타인의 몸을 볼 때에는 아름다운 부분을 추한 부분보다 더 오래 보았다는 결과를 얻었다. 이를 통해서 안구운

동이 섭식장애 증후집단과 정상 집단 간의 다른 주의편향을 알 수 있는 측정치라는 것을 확인할 수 있었다.

안구운동 측정을 통해서 자극에 대한 최초 응시방향과 응시시간 등을 알 수 있는데, 최초응시방향보다는 응시시간이 동기적 변인에 더 많은 영향을 받는다고 한다(LaBerge, 1995). 따라서 본 연구에서는 자극에 대한 최초응시방향과 응시시간 두 가지를 모두 측정하여 주의편향을 다각도로 확인하고자 한다.

그리고 스트레스 상황에서 회피를 통한 대처 정도가 높은 사람은 외모관련 자극에 노출되었을 때, 노출 전보다 더 부정적인 기분을 나타낼 것이라는 가설을 설정하였다. Birkeland, Thompson, Herbozo, Roehrig, Cafri와 van den Berg(2005)의 연구에서는 이상적인 모델 자극과 중립 자극을 제시하고 자극제시 전과 후에 실험참가자들의 기분과 신체상 만족도가 어떻게 변화하는지를 비교했다. 그 결과, 중립자극보다 이상적인 모델이 제시되었을 때 정상집단에 비해 섭식장애 증후집단은 더 불쾌한 기분과 높은 신체불만족을 보였다. 즉, 섭식장애 증후를 보이는 사람들은 정상인과는 달리 외모관련 자극에 노출되었을 때 더 부정적인 기분을 나타냈다. 이를 통해서 섭식장애를 예측하는 변인인 회피를 많이 사용하는 사람들도 역시 정상인과는 다르게 외모관련 자극을 받아들이고, 이로 인해 기분이 부정적으로 변화할 것이라는 가설을 세웠다.

본 연구에서는 외모관련 자극에 대한 주의편향을 알아보기 위해 다이어트 사이트에서 다이어트 전과 후의 사진을 자극으로 선정했다. 선행 연구(Birkeland et al., 2005)에서는 외모관련 자극과 중립자극을 제시하여 기분변화와 신체만족도 변화를 확인하였기 때문에 본

연구에서는 중립자극 없이 외모관련 자극을 더 다양하게 나누고자 하였다. 자극 통제를 위해 동일인의 다이어트 전후 사진을 선택하였으며 다이어트 전 사진은 비매력자극, 다이어트 후 사진은 매력자극으로 명명하였다.

따라서 본 연구에서는 회피를 사용하는 정도로 집단을 구분하여 신체관련 자극이 나타났을 때의 안구운동 변화를 확인하여 주의편향과 정서변화간의 관계성을 알아보고자 한다. 선행 연구(Jansen et al., 2005; Birkeland et al., 2005)에서 섭식장애 증후가 있는 여성들이 타인의 몸을 볼 때 매력적인 부분에 주의를 기울였으며, 외모관련 자극을 보았을 때 정서가 부정적으로 변했다는 결과를 바탕으로 본 연구의 가설을 세웠다. 첫째, 고 회피집단은 저 회피집단에 비해 최초응시방향이 매력자극으로 향할 것이다. 둘째, 고 회피집단은 저 회피집단에 비해 매력자극에 대한 응시시간이 길 것이다. 셋째, 고 회피집단은 저 회피집단에 비해 실험 전보다 실험 후 기분이 부정적으로 변할 것이다.

방법 및 절차

실험참가자

실험을 실시하기 전 실험참가자 선정을 위해 56명의 서울 소재 C 대학 여대생에게 K-BICSI를 작성하도록 하였다. K-BICSI의 하위 요인인 회피 값을 분석했을 때 평균값이 15.5 점이었는데, 이를 기준으로 평균보다 높은 점수의 사람은 고 회피집단, 낮은 점수의 사람은 저 회피집단으로 분류되었다. 실험 참가자는 총 25명이었는데, 1명은 시점 조정작업

(Calibration; 실제 눈동자의 움직임과 모니터 상의 움직임을 일치시켜 동기화하는 절차)이 제대로 이루어지지 않아 모든 분석에서 제외되어 최종 분석 대상은 24명(고 회피집단 12명, 저 회피집단 12명)이었다. 그 중 최초응시 방향이 모두 왼쪽으로, 극단적 편향(leftward bias)을 보인 5명을 제외하여 최초응시방향 분석에는 총 19명이 포함되었다. 그리고 응시시간 분석과 정서변화값 평균의 편차가 심해(3SD 이상) 각각 1명씩 제외되어 총 23명의 자료가 분석되었다.

실험 도구

실험은 안구운동 추적장비(model ViewPoint PC-60 EyeFrame Scene Camera, Arrington Research, Scottsdale, AZ, USA)를 이용하여 진행되었다. 자극 제시화면으로는 LCD 19" 모니터를 사용하였으며, 실험참가자가 의자에 착석해서 모니터를 응시할 때 시야각은 38°이었다.

본 실험 전 자극통제를 위해 선행 조사를 실시하였다. 다이어트관련 사이트에서 여성의 다이어트 전(비매력자극), 후(매력자극) 사진을 선택하여, 총 30장의 사진(15명의 모델)에 대해 측정하였다. 예비실험 대상자 37명은 사진 모델의 전반적 몸매, 모델의 상체 및 하체의 비만 정도(7점 척도로 측정, 1: 매우 말랐다, 7: 매우 통통하다), 그리고 사진을 보고 느끼는 기분(7점 척도; 1: 부정적, 7: 긍정적)을 표기하였다. 비매력자극 모델의 전반적 몸매에 대한 평균 측정값은 6.09(SD=0.41), 매력자극의 평균값은 3.70(SD=0.57)이었다. 이 측정값 중에서 비매력자극을 5.11이하(하위 약8%로 마른 편해 해당)로 평가한 사진 3쌍과, 매력자극을 4.27이상(상위 약 89%로 통통한 편해 해

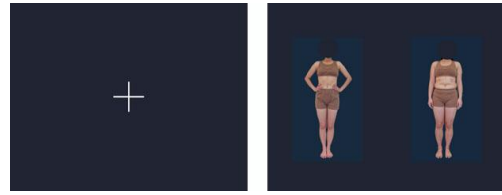


그림 1. 자극 제시 화면('+기호, 모델 사진)

당)으로 평가한 사진 4쌍을 제외하고, 총 8쌍의 사진 16장을 최종 자극으로 선정하였다. 시선이 모델의 얼굴로 이동하는 것을 막기 위해 얼굴 부위는 차단하였고 동일인의 비매력 자극과 매력자극 사진 한 쌍(2장)이 동시에 좌우로 제시되었으며, 실제 화면에 제시된 자극 크기는 한 장이 10.53cm(가로) X 18.50cm(세로)였다(그림 1 참고).

질문지

한국판 신체상 대처 전략 척도(K-BICSI)

신체상 위협상황에서 대처정도를 측정하는 척도로 26문항, 4점 리커트 척도로 이루어져 있으며 외모수정, 회피, 그리고 이성적 수용의 3가지 하위요인으로 구성되어 있다. 지시사항에는 자신이 신체상 위협 혹은 도전을 받는 상황에 처해있다고 생각한 후 설문을 작성하라는 내용이 포함되어 있다. 본 연구에서는 회피요인으로 집단을 구분했고 신뢰도 계수(Cronbach's α)는 .74였다.

체질량 지수(Body Mass Index: BMI)

일본비만학회가 제시한 체질량지수(BMI)를 사용하였는데, 체질량지수는 체중을 신장의 제곱으로 나눈 값이다. W/H^2 (W =체중: 단위는 kg, H =신장: 단위는 m) 공식에 따라 산출되는 값으로 비만여부를 측정하는데 사용된다

(Garrow & Webster, 1985).

정서 측정(Visual Analogue Scales)

Visual Analogue Scales(VAS; Heinberg & Thompson, 1995)은 개인의 주관적인 경험을 확인하는 용도로 사용되는 간략하고 비언어적인 측정도구이다. 실험참가자는 100mm의 수평선 위에 자신의 정서와 같은 주관적 상태를 평가하는데, 본 실험에서는 편의를 위해 100mm의 수평선 위에 구분선 11개를 표시하였고, 실험참가자는 11점 척도(0: 불쾌하다, 10: 유쾌하다) 상에서 자신의 주관적 기분을 평가하였다. 낮은 점수는 부정적 기분을, 높은 점수는 긍정적 기분을 의미한다.

실험절차

실험참가자는 먼저 실험에 대해 간략히 설명을 듣고 실험 전 현재 기분을 표시한 후, 자극제시용 컴퓨터 화면에서 55cm 떨어진 곳에 앉았다. 그리고 안구운동 추적장비를 이용하여 시점 조정작업을 한 후, 본 실험에 착수하였다. 본 실험에서는 지시사항이 10초 동안 나타나고, 2초 동안 시선을 고정하는 십자가가 제시되었다. 그 후 화면 양쪽에 10초 동안

동일인의 비매력자극과 매력자극 2장이 동시에 15번 제시되었으며, 비매력자극과 매력자극은 좌우가 무선적으로 배치되었고, 같은 사진은 2번씩 제시되었다. 기존의 실험패러다임에 따르면 8쌍의 자극이 2번씩 제시되어 총 16번 나타나야 하는데, 안구운동 추적장비 프로그램상의 문제로 마지막 자극이 나타나지 않아 총 15번만 제시되었다. 지시사항을 뺀 총 자극 제시시간은 3분이었다. 실험을 마치고 실험참가자의 현재 기분을 표시하도록 하였고 참가비 5,000원을 지급하였다(그림 2 참고).

자료 분석

안구운동 추적장비로 얻어진 자료를 통해 최초응시방향과 응시시간을 확인하였다. 모든 통계 분석에는 SPSS 13.0 for windows가 사용되었고, 집단 간(고 회피집단, 저 회피집단) 응시시간(매력자극, 비매력자극), 그리고 정서변화에 대한 비교를 위한 분석에는 반복측정 변량분석(repeated measures ANOVA), 최초응시방향과 우연에 의해 응시를 할 비율과의 비교를 위해서는 t-test가 사용되었다.

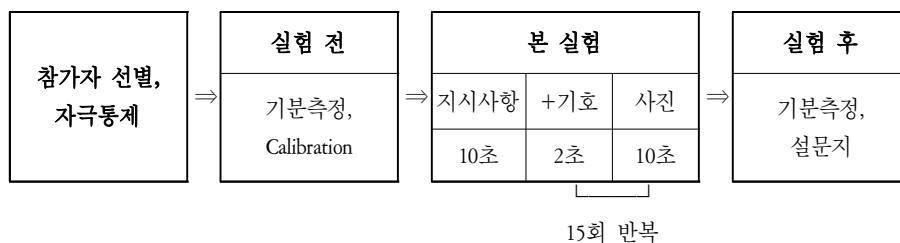


그림 2. 실험 절차

결 과

최초응시방향

기술통계치

각 집단은 분석변인에 따라 다르게 구성되었다. 최초응시방향분석에는 5명이 제외된 19명(고 회피집단 10명, 저 회피집단 9명)이 포함되었고, 응시시간과 정서변화분석에는 각각 1명이 제외되어서 23명(응시시간: 고 회피집단 12명, 저 회피집단 11명; 정서 변화값: 고 회피집단 12명, 저 회피집단 11명)이 포함되었다. 기술통계치 분석에서는 연령과 K-BICSI를 통해 측정된 회피 값, 그리고 BMI를 측정하였는데, 세 가지 변인 중에서 회피 값만 유의미한 집단 간 차이가 있었다(표 1 참고).

t-test를 이용해 50%(우연에 의해 응시를 할 비율)와 최초응시방향을 비교하였을 때 유의

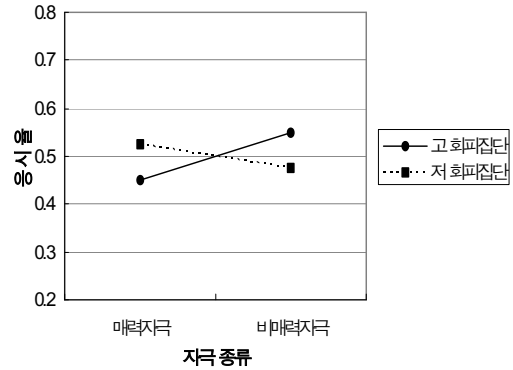


그림 3. 회피값에 따른 최초응시방향

표 1. 기술통계치, 안구운동 측정값과 정서변화값

	고 회피집단 평균(SD)	저 회피집단 평균(SD)	t 값
연령	23.75(1.60)	23.00(1.48)	1.19
K-BICSI 회피값	18.58(1.83)	13.17(1.90)	7.11**
BMI	20.29(2.86)	18.98(1.56)	1.39
최초응시방향			
매력자극	0.45(0.09)	0.52(0.10)	
비매력자극	0.55(0.09)	0.48(0.10)	
응시시간(초)			
매력자극	4.52(0.46)	4.26(0.36)	
비매력자극	3.74(0.51)	4.15(0.38)	
정서값			
실험전	6.00(1.55)	5.67(1.56)	
실험후	5.09(1.22)	6.17(1.12)	

**p<.01, K-BICSI: The Korean version of the Body Image Coping Strategies Inventory, BMI: Body Mass Index

미한 차이가 없었다. 즉 두 집단 모두 최초응시방향이 우연에 의한 확률과 비교했을 때 통계적으로 유의미하게 차이가 나지 않았다(그림 3 참고).

응시시간

ANOVA를 실시하였을 때 유의미한 상호작용이 있었다 $F_{(1, 21)}=4.572, p<0.5$. 즉 고 회피 집단은 저 회피집단에 비해 비매력자극보다는 매력자극에 대한 응시시간이 유의미하게 길었다(그림 4 참고).

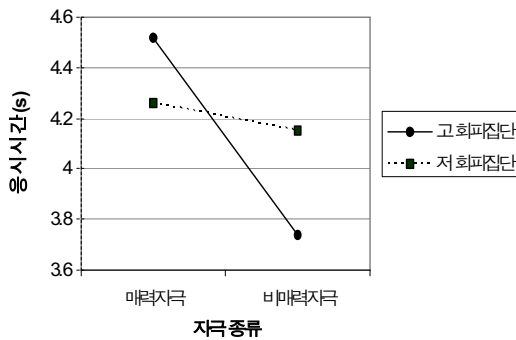


그림 4. 회피값에 따른 응시시간

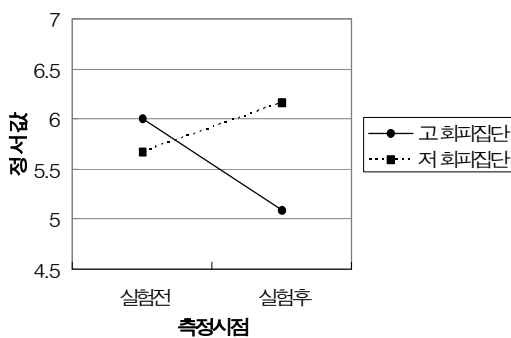


그림 5. 회피값에 따른 정서변화값

정서변화

ANOVA를 실시하였을 때 유의미한 상호작용이 있었다 $F_{(1, 21)}=5.698, p<0.5$. 즉 고 회피 집단은 저 회피집단에 비해 실험 전보다 실험 후 기분이 부정적으로 변했다(그림 5 참고).

논 의

본 연구에서는 신체상 위협상황에서 회피 대처전략을 사용하는 여성들이 외모관련 자극에 노출되었을 때 나타내는 주의편향과 정서변화를 확인하였다. 고 회피집단은 저 회피집단에 비해 매력자극에 대한 응시시간이 통계적으로 유의미하게 길었으며 실험 후 정서가 부정적으로 변했다. 이는 두 번째와 세 번째 가설을 지지하는 결과이며, 고 회피집단과 저 회피집단이 외모관련 자극에 대해 다른 인지기제를 가지고 있다고 추측할 수 있다. 즉 외모관련 자극이 제시되었을 때 고 회피집단은 저 회피집단보다 매력자극에 더 주의를 할당하며, 이러한 과정에서 정서적으로도 민감한 변화가 나타날 것이라고 생각된다.

이번 실험을 통해 최초응시방향 분석 시 가설과 일치하는 방향은 아니지만 그와 반대의 경향성이 확인되었다. 고 회피집단이 저 회피집단에 비해 매력자극에 대한 주의편향을 보일 것으로 가설을 설정했었고, 최초응시방향과 응시시간에서 모두 매력자극에 대한 주의정도가 높을 것으로 생각되었다. 하지만 실험 결과에서는 고 회피집단이 저 회피집단에 비해 비매력자극에 대한 최초응시방향이 약간 높은 경향성만 확인되었다. 안구운동 추적장비를 이용한 선행 연구들(Field, Mogg, &

Bradley, 2004; Mogg, Field, & Bradley, 2005)에서도 독립변인으로 최초응시방향과 응시시간을 측정하였는데, 유의미한 결과는 주로 응시시간에서만 나타났고, 최초응시방향은 명확한 결과를 보이지 않았다. 이는 본 연구와 유사한 결과로, 최초응시방향보다는 응시시간을 측정하는 것이 주의편향을 알아볼 수 있는 타당한 측정방법으로 생각된다. 그리고 본 연구에서는 최초응시방향을 분석할 정도로 많은 개수의 자극이 제시되지 않았다는 한계점이 있었다. 또한 실험참가자 중 5명은 모든 자극에 대한 최초응시방향이 왼쪽으로 나타났다. 이러한 경향성을 좌측 편향(leftward bias)이라 하는데, 선행 연구(Rosler, Ulrich, Billino, Sterzer, Weidauer, Bernhardt, Steinmetz, Frllich, & Kleinschmidt, 2005)에서는 이를 극복하기 위해 미리 최초응시방향을 측정해 기저선을 확인한 후 본 시행과 비교하였다. 추후 연구에서는 지시되는 자극의 수를 늘리고 미리 좌측 편향 기저선을 측정해 본 과제와 비교하는 과정이 추가된다면 최초응시방향 측정에 도움이 될 것이다.

또한 본 연구에서는 여성의 외모와 관련된 자극으로 다이어트 전·후 사진을 선택했는데, 이는 자극의 현출성을 통제하여 더 정교하게 주의 편향을 알아보고자 했기 때문이다. 하지만 다이어트 후 사진은 보통의 몸을 가진 여성이었고 아주 마른 몸은 아니었다. 실제로 섭식장애자는 자신 몸이 매우 말랐음에도 불구하고 이상 섭식행동을 나타내는 경우가 있는데, 이들의 주의편향을 확인하기 위해서는 자극 구성을 더 여러 종류로 하는 것이 바람직할 것이다. 그리고 선행 연구(Jansen et al., 2005; Jansen, Smeets, Martijn, & Nederkoorn, 2006)에서는 실험참가자의 몸을 직접 촬영해

이들의 주의편향과 신체 매력도를 측정하였는데, 타인의 신체 뿐 아니라 자신의 몸에 대한 주의편향을 측정하는 것도 추가된다면 외모관련 자극에 대한 주의편향을 더 다각도로 확인할 수 있을 것이다.

다른 한계점으로는 충분한 수의 참가자 확보가 이루어지지 않았다는 점이다. 본 연구에서는 각 집단에 12명의 참가자만 모집되었고, 극단치에 있는 자료를 제외하다보니 자료분석에 투입된 표본크기가 작아졌다. 추후 연구에서는 더 많은 참가자를 모집하는 것이 바람직할 것이다.

선행 연구(Cash et al., 2005; 곽수민, 이장한, 2007)에서 확인된 바에 따르면 고 회피집단은 신체 불만족과 섭식장애 경향성이 높았다. 이러한 결과를 토대로 본 연구의 패러다임을 실제 섭식장애 집단에 적용했을 때, 정상군과 임상군의 확연한 차이를 알아볼 수 있을 것으로 예상된다. 기존의 연구들에서는 섭식장애 위험군의 주의편향이나 정서변화를 확인했지만, 생리적 기제를 통해 확인한 적은 거의 없었고, 이것이 섭식장애와 관련된 다른 변인들과의 관련성을 확인한 연구도 부족했다. 그래서 본 연구에서는 생리적 기제를 통해 신체상 위협상황에서 회피 대처전략을 사용하는 사람들의 인지기제와 정서변화를 알아보았다는데 의의가 있다.

본 연구에서는 회피 대처전략을 사용하는 정도가 외모관련 자극에 대한 주의편향과 정서변화에 미치는 영향을 알아보았다. 회피전략 사용정도가 높은 사람일수록 최초응시방향은 비매력자극을 향하지만, 매력자극에 대한 응시시간이 길었으며 외모관련 자극을 본 후 부정적 기분을 느끼는 경향이 높았다. 이를 바탕으로 주의편향 확인을 위해 안구운동을

측정하는 것이 적합한 방법이라는 것을 알 수 있었고, 최초응시방향보다는 응시시간 측정치에서 유의미한 집단 간 차이가 있다는 것을 확인하였다. 추후 연구에서는 신체만족도와 회피전략의 관계, 그리고 자신의 몸과 타인의 몸을 볼 때 다르게 나타나는 주의편향 기제를 안구운동을 통해 확인하는 것이 필요할 것으로 생각된다. 또한 본 연구에서 확인된 섭식장애 위험군의 주의편향과 정서변화가 실제 섭식장애 치료 장면에서 응용될 수 있다면 더 의미 있는 연구가 될 것이다.

참고문헌

- 박수민, 이장한 (2007). 한국판 신체상 대처전략 척도(K-BICSI)의 탐색적 연구. *Journal of The Korean Data Analysis Society*, 9(2), 659-672
- Allport, A. (1989). Visual attention. In: M. I. Posner (Ed.) *Foundations of cognitive science*. MIT Press, Cambridge.
- Billing, A. G., & Moos, R. H. (1984). Coping, stress and social resources among adults with unipolar depression. *Journal of Personality and Social Psychology*, 46, 877-891.
- Birkeland, R., Thompson, J. K., Herbozo, S., Roehrig, M., Cafri, G., & van den Berg, P. (2005). Media exposure, mood, and body image dissatisfaction: An experimental test of person versus product priming. *Body Image*, 2, 53-61.
- Cash, T. F., & Pruzinsky, T. (2002). *Body image: A handbook of theory, research, and clinical practice*. New York: Guilford.
- Cash, T. F., Santos, M. T., & Williams, E. F. (2005). Coping with body-image threats and challenges: Validation of the Body Image Coping Strategies Inventory. *Journal of Psychosomatic Research*, 58, 191-199.
- Endler, N. S., & Parker, J. D. A. (1990). *Coping Inventory for Stressful Situations (CISS): Manual*. Toronto, Ontario, Multi-Health Systems.
- Field, M., Mogg, K., & Bradley, B. P. (2004). Eye movements to smoking-related cues: Effects of nicotine deprivation. *Psychopharmacology*, 173, 116-123.
- Garner, D. M., & Garfinkel, P. E. (1981). Body image in anorexia nervosa: Measurement, theory and clinical implications. *International Journal of Psychiatry in Medicine*, 11, 263-284.
- Garrow, J. S., & Webster, J. (1985). Quetelet's index (W/H^2) as a measure of fatness. *International Journal of Obesity*, 9, 147-153.
- Green, M., Corr, P., & De Silva, L. (1999). Impaired colour naming of body shape-related words in anorexia nervosa: Affective valence or associative priming? *Cognitive Therapy and Research*, 23, 413-422.
- Hargreaves, D., & Tiggemann, M. (2002). The effect of television commercials on mood and body dissatisfaction: The role of appearance-schema activation. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 21(3), 287-308.
- Heinberg, L. J., & Thompson, J. K. (1995). Body image and televised images of thinness and attractiveness: A controlled laboratory investigation. *Journal of Social and Clinical*

- Psychology*, 14, 325-328.
- Jansen, A., Nederkoorn, C., & Mulkens, S. (2005). Selective visual attention for ugly and beautiful body parts in eating disorders. *Behaviour Research and Therapy*, 43, 183-196.
- Jansen, A., Smeets, T., Martijn, C., & Nederkoorn, C. (2006). I see what you see: The lack of a self-serving body-image bias in eating disorders. *The British Psychological Society*, 45, 123-135.
- Koff, E., & Sangani, P. (1997). Effects of coping style and negative body image on eating disturbance. *International Journal of Eating Disorders*, 22, 51-56.
- Kowler, E. (1995). Eye movements. In: S. M. Kosslyn, & D. M. Osherson (Eds.), *Visual cognition*. Harvard University Press, Cambridge.
- LaBerge, D. (1995). *Attentional processing*. Harvard University Press, Cambridge.
- Labarge, A. S., Cash, T. F., & Brown, T. A. (1998). Use of a modified Stroop task to examine appearance-schematic information processing in college women. *Cognitive Therapy and Research*, 22, 179-190.
- Mitchell, J. E., Maki, D. D., Adson, D. E., Ruskin, B. S., & Crow, S. (1997). The selectivity of inclusion and exclusion criteria in bulimia nervosa treatment studies. *International Journal of Eating Disorders*, 22, 243-252.
- Mogg, K., Field, M., & Bradley, B. P. (2005). Attentional and approach biases for smoking cues in smokers: An investigation of competing theoretical views of addiction. *Psychopharmacology*, 180, 333-341.
- Rieger, E., Schotte, D. E., Touyz, S. W., Beumont, P. J. V., Griffiths, R., & Russell, J. (1998). Attentional biases in eating disorders: A visual probe detection procedure. *International Journal of Eating Disorders*, 23(2), 199-205.
- Rosen, J. C. (1995). Body image assessment and treatment in controlled studies of eating disorders. *International Journal of Eating Disorders*, 20, 331-343.
- Rosler, A., Ulrich, C., Billino, C., Sterzer, P., Weidauer, S., Bernhardt, T., Steinmetz, H., Fflich, L., & Kleinschmidt, A. (2005). Effects of arousing emotional scenes on the distribution of visuospatial attention: Changes with aging and early subcortical vascular dementia. *Journal of the Neurological Sciences*, 229-230, 109-116.
- 원고접수일 : 2007. 1. 4.
게재결정일 : 2007. 6. 3.

Effect of Avoidance Coping Strategy on Appearance-related Stimuli: Using Eye-tracker

Soo-Min Kwak

Jang-Han Lee

Department of Psychology, Chung-Ang University

This study attempted to investigate the attentional bias and emotional change of coping strategy user when appearance-related stimuli presented. Participants were 24 female college students and divided into two groups (high-avoidance group, N=12; low-avoidance group, N=12) by K-BICSI (The Korean Version of the Body Image Coping Strategies Inventory). Attentional bias was measured by eye-tracker and analyzed the initial fixation direction and gaze duration time. Emotional change was measured by VAS. High-avoidance group indicated significantly longer gaze time to attractive stimuli than low-avoidance group did. And their feeling changed negatively when after presenting of appearance-related stimuli than before presenting. From these results, it was identified that high-avoidance group had different attention mechanism and were emotionally sensitive compared to low-avoidance group. In future studies, it will be helpful for preventing and treatment of eating disorder to measure various aspects of the cognitive mechanism and emotional change in avoidance coping strategy user.

Key words : *Body Image, Avoidance, Coping Strategy, Eye Movement, Attentional Bias, Emotional Change*