한국심리학회지 : 임상
The Korean Journal of Clinical Psychology
2008, Vol. 27, No. 2, 393-412

이상 섭식행동에서 대인사회적 요소의 매개효과*

장 은 영†

성균관대 응용심리연구소

거식행동과 폭식행동에 차별적으로 영향을 미치는 선행인을 알아내고, 두 가지 이상 섭식행동의 경향을 예측하는 데 있어서 대인사회적 요소의 매개효과를 여자대학생들을 대상으로 알아보고자 하였다. 이를 위해 섭식장애 척도(EDI-2)의 완벽주의, 충동성, 신체불만족, 내적혼란 그리고 무능감이 자기향상동기와 자기고양동기를 매개로 하여 거식행동과 폭식행동에 영향을 미치는지 공변량 구조모형을 이용하여 검증하였다. 구조모형을 분석할 때에는 두 가지 경쟁모형을 비교하였는데, 첫 번째 모형은 대인사회적 요소에 해당하는 두 가지 동기가 완전 매개 역할을 한다고 가정하였고, 두 번째 모형은 부분 매개 역할을 한다고 가정하였다. 부합도 지수를 보면, 부분 매개 모형이 지지되었는데, 결과는 다음과 같다: 먼저, 완벽주의는 거식행동에 직접적으로도 영향을 미치고 자기향상동기를 통하여 간접적으로도 영향을 미쳤다. 둘째, 자신에 대한 무능감이 높을수록 자존심을 방어하려는 동기가 높았다. 그러나 이 자기고양동기는 폭식행동을 유의하게 설명하지는 못했다. 이에 더해서 내적혼란과 충동성은 폭식행동에 정적으로 영향을 미쳤고, 신체불만족은 섭식행동과 폭식행동을 모두 직접 유의하게 예측하였다. 끝으로 본 연구에서 얻은 결과들과 시사점을 선행연구들과 관련지어서 논의하였다.

주요어 : 거식행동, 폭식행동, 완벽주의, 충동성, 신체불만족, 내적혼란, 무능감, 자기향상동기, 자기고양동기

---

* 이 논문은 2006년도 정부(교육인적자원부)의 재원으로 한국학술진흥재단의 지원을 받아 수행된 연구임 (KRF-2006-353-H00004).

† 교신저자(Corresponding Author) : 장은영 / 성균관대학교 응용심리연구소 / 서울시 종로구 명륜동 3가 53
Fax : 02) 760-0485 / E-mail : jangmean@hanmail.net

www.kci.go.kr

거식행동과 폭식행동은 이상 섭식행동의 대표적인 두 가지 범주이며, 이러한 이상 섭식행동에 영향을 미치는 요소들은 무수히 많을 수 있다. 본 연구에서는 그 중에서 대인사회적 요소들이 이상 섭식행동이 유발되는 과정에서 어떠한 역할을 하는지 알아보고자 하였다. 오늘날의 한국사회처럼 날씬한 몸매를 선호하는 환경에서 우리들은 타인으로부터 체중이나 섭식행동에 신경쓰도록 압력을 받기도 하고, 혹은 우리 스스로가 타인의 시선을 신경쓰거나 타인의 외모 혹은 체중과 자신의 외모나 체중과 비교하기도 한다. 본 연구는 이와 같이 대인사회적 장면에서 작용할 수 있는 요소들이 거식행동이나 폭식행동 경향에 영향을 미칠 수 있음을 가정하고, 선행연구들을 통해서 이상 섭식행동에 영향을 미친다고 제안되어 온 여러 변인들이 이 대인사회적 요소들을 거쳐서 거식행동이나 폭식행동에 차별적으로 영향을 미치는지 알아보고자 하였다.

흔히 이상 섭식행동이라고 하면 거식행동과 폭식행동을 떠올리게 되지만, 이 두 행동이 어떤 관계를 지니는지 여전히 쉽게 결론내리기 어렵다. 예를 들어 거식행동이 폭식행동을 유발하기도 하지만(Polivy & Herman, 1985), 폭식행동이 거식행동을 거치지 않고 나타나는 경우도 있으며(Polivy & Herman, 1986), 칼로리나 영양분을 꼼꼼히 따져보거나 체중조절이나 신체질병에 대처하기 위해서 건강한 섭식행동을 시작했다가 이후 이상 섭식행동으로 이행하는 경우도 있다(Garfinkel, Molddofsky, & Garner, 1980).

이러한 점들로 볼 때, 거식행동과 폭식행동을 유발하는 요인들 그리고 섭식행동간 관계에 대해 연구되어야 할 영역은 여전히 많다. 본 연구에서는 거식행동과 폭식행동에 영향을 미치는 요소들이 서로 차별되는지 알아보고자 하였다. 이를 위해 선행연구들을 통해서 주로 다루어진 신체불만족, 충동성 및 완벽주의를 포함하여 본 연구에서 가정한 여러 외현변인들이 거식행동과 폭식행동에 서로 다르게 영향을 미치는지 공변량 구조모형을 통해서 검증하고자 하였다. 이에 더해서 이러한 외현변인들이 대인사회적 요소를 거쳐서 거식행동과 폭식행동에 영향을 미치는 매개경로가 있다고 보았으며, 대인사회적 요소들도 거식행동과 폭식행동에 차별적으로 관련될 수 있다고 보았다. 이러한 매개효과도 분석에 포함되어 모형이 검증되었다. 이제 본 연구에서 설정한 모형의 배경이 되는 선행연구들을 살펴보고, 본 연구의 가설을 정리해 보자.

거식행동과 폭식행동에 영향을 미치는 요소들

완벽주의, 충동성 그리고 신체불만족

거식행동은 살찌는 것에 대한 강박적 혐오로 식사를 하려하지 않는 것을 의미하며, 장애나 증상의 측면에서는 신경성 거식증이라는 용어가 널리 사용된다. 거식행동 혹은 신경성 거식증을 설명하기 위해 생물학적 모형, 정신분석적 모형, 심리사회적 모형 등 여러 기제들이 제안되어 왔으며, 경험연구를 통해서 거식행동을 예측하는 요인들이 무엇인지 알아보려는 시도는 상당히 많이 이루어졌다. 그 중에서 거식행동을 예측하는 주요 변인으로는 완벽주의가 가장 잘 알려져 있다(이상선, 오경자, 2005; Tyrka, Waldron, Graber, & Brooks-Gunn, 2002).

완벽주의는 스스로 개인적인 성취가 뛰어나야 한다고 믿는 정도를 의미하는데, 이러한 성향이 높을수록 개인적인 수행에서 가장 높

www.kci.go.kr

은 기준만을 수용하려 하고, 이러한 기준에 도달하려 매우 노력하며, 다른 사람들도 자신에게 이러한 높은 성취를 기대한다고 믿는다. 실제로 신경성 거식증을 지닌 환자들의 병전성격으로 융통성이 없으며 강박적이고 완벽을 추구하는 점이 자주 거론된다(Anderluh, Tchanturia, Rabe-Hesketh, & Treasure, 2003; Davis, Kaptein, & Kaplan, 1998). 따라서 완벽을 추구할수록 신체적으로도 살찌는 것을 두려워하고 체형에 많은 신경을 쓰며, 이는 거식행동을 초래하게 된다.

폭식행동은 빨리 다량의 음식을 먹고, 이어서 먹은 것을 의도적으로 배출하는 행동을 의미하며, 장애나 증상의 측면에서는 신경성 대식증 혹은 폭식증이라는 용어로도 사용된다. 폭식행동 혹은 대식증에 대해서도 거식행동과 유사한 여러 설명기제들이 제안되었다. 폭식행동을 예측하는 주요 변인으로는 충동성이 주로 연구되었는데, 대체로 폭식증을 지닌 사람들이 충동적이고, 화를 잘 내며, 정서적으로 불안정하다는 점은 잘 알려져 있으며, 신경성 거식증에 비해서 물질관련장애나 충동조절장애의 동시이환율도 높은 편이다(Christenson & Mitchell, 1991; Davis & Karvinen, 2002). 실제적으로 충동적이거나 자극을 추구하는 경향이 높을수록 폭식행동을 보일 가능성이 높은 점도 나타났다(이상선, 오경자, 2005; Kaltiala-Heino, Rissanen, Rimpelä, & Rantanen, 2003). 충동성은 폭식증과 거식증을 구분해 주기도 하였는데, 실제로 폭식증 환자들은 거식증 환자들에 비해서 자극추구 성향이 더 높다는 점을 보인 연구도 있다(Rossier, Bolognini, Plancherel, & Halfon, 2000).

폭식행동과 거식행동은 서로 중복되는 측면도 있는데, 두 가지 행동 모두 하위유형으로 제거행동(purging)을 포함할 수 있으며(American Psychological Association, 1994), 거식행동이 탈억제를 통해 폭식행동으로 이행하는 경우도 있기 때문이다(Polivy & Herman, 1985). 이로 인해 폭식행동과 거식행동을 모두 예측하는데 기여하는 요인들도 존재한다. 앞서 설명한 완벽주의도 이 두 행동을 모두 예측하는 점을 보인 연구가 있다(Ashby, Kottman, & Schoen, 1998). 다만, 완벽주의가 거식행동에 더해서 폭식행동까지 항상 예측하는 것은 아니며, 주로 자아존중감이 낮거나 자신의 신체에 불만족하는 사람들에게서 완벽주의가 폭식행동을 설명하는 점이 발견되었다(Vohs et al., 2001).

따라서 완벽주의가 두 가지 행동을 모두 예측하는 데는 제약이 있다고 볼 수 있는데, 이와 달리 신체불만족은 섭식행동에서 자주 연구되고, 그 설명력이 일관적으로 지지된 대표적인 변인이다. 특히 신체불만족은 건강한 섭식행동(Waaddegaard & Petersen, 2002)이나 섭식장애행동(이상선, 오경자, 2004, 2005; Stice, 2001)을 예측할 수 있는 것으로 보이며, 앞서 설명한 연구(Vohs et al., 2001)에서와 같이 조절변인으로도 작용하는 점도 지지되었다. 따라서 자신의 신체에 불만족할수록 섭식을 절제하려할 가능성이 높아지고(Waaddegaard & Petersen, 2002), 살찌는 것이 두려워 먹으려 하지 않기도 할 가능성도 높아지며(Dunkley, Wertheim, & Paxton, 2001; Ohring, Graber, & Brooks-Gunn, 2002), 폭식을 보일 가능성도 높아진다(이상선, 오경자, 2005; Field, Camargo, Taylor, Berkey, & Colditz, 1999)고 할 수 있다.

이상에서 보면, 완벽주의는 거식행동에 영향을 미치고, 충동성은 폭식행동에 영향을 미치며, 신체불만족은 둘 모두에 영향을 미친다고 예측할 수 있다. 그런데 이 가운데 완벽주

www.kci.go.kr

의는 *개인으로 하여금 이상적이고 완전한 자기상에 도달하기 위해* 노력하도록 만들며 이 노력의 결과로 거식행동이 유발될 가능성이 높다. 따라서 높은 기준이나 완벽함 혹은 성취를 반영하는 대인사회적 요소를 통해서 거식행동에 영향을 미칠 수 있다고 보았으며, 완벽주의의 효과를 대인사회적 요소가 매개한다고 가정하였다.

내적혼란과 무능감

앞서 살펴본 완벽주의, 신체불만족 그리고 충동성 이외에 섭식장애 척도에서 측정하는 나머지 요소들은 현재까지 상대적으로 덜 다루어졌다고 볼 수 있다. 본 연구에서는 이 가운데 내적혼란과 무능감을 추가적으로 다루어 보고자 한다.

섭식장애 척도에서 내적혼란은 개인이 자신 내부의 다양한 감정들을 구분하거나 변별하고, 포만과 허기를 가늠할 수 있는 능력이 빈약함을 의미하는데, 이러한 능력이 빈약할수록 포만감을 지각하지 못하고 음식을 계속 먹을 가능성이 높아지게 된다. 정상인, 거식증 그리고 폭식증 환자군간 내적혼란의 수준을 비교한 최근의 연구를 찾아볼 수 있는데(Fassino, Pierò, Gramaglia, & Abbate-Daga, 2004), 그 결과를 보면, 내적혼란의 수준은 정상인들보다 섭식장애 환자군에서 더 높았고, 거식증 환자군보다 폭식증 환자군에서 더 높았다.

섭식장애 척도에서 무능감은 자신에 대한 부족감이나 불안정감, 무가치감, 삶에 대한 낮은 통제력 등을 반영하는데, 이는 전통적으로 섭식행동 연구에서 자주 다루어진 자아존중감과 관련이 높다고 볼 수 있다. 그러나 섭식장애 각 유형의 환자군간 혹은 환자군과 정상군을 대상으로 무능감의 수준을 비교하여 알아본 경험연구는 찾아보기 힘들다. 다만, 이스라엘 여대생과 미국 여대생들을 대상으로 섭식장애 척도(EDI-2)의 일부 하부척도의 수준과 상관관계를 비교한 연구(Heesacker, Samson, & Shir, 2000)를 참고할 수 있다. 이 연구의 결과를 보면, 비록 상관계수의 차이를 검증하지는 않았으나, 무능감은 거식행동보다는 폭식행동과 상관이 다소 더 높은 경향을 보였다.

따라서 내적혼란과 무능감은 거식행동보다는 폭식행동을 예측할 것으로 추론된다. 그런데 거식행동에 비해서 폭식행동이 우울장애만이 아니라 불안장애나 양극성장애 등 더욱 다양한 정서 및 불안장애와 공존할 가능성이 높다. 또한 내적혼란과 무능감은 개인이 지닌 정서적 어려움이나 낮은 자존감을 일부 반영한다고 볼 수 있다. 이러한 점에서 본 연구는 내적혼란이나 무능감은 개인이 *자신이 지닌 어려움을 조절하거나 완화시키려는 노력*과 관련되며, 이러한 노력이 실패로 돌아갈 때 폭식행동이 유발될 가능성이 높다고 추론하였다. 그리고 내적혼란이나 무능감 그리고 폭식행동 사이에서 작동한다고 가정한 자신이 지닌 어려움을 조절하거나 완화시키려는 노력을 반영하는 변인 중 하나로 대인사회적 요소의 역할을 검증해보고자 하였다.

대인사회적 요소

본 연구에서는 우리 사회가 외모를 중시하고, 수많은 대중매체를 통하여 날씬하거나 근육질의 몸이 매력적인 외모의 필수요소라고 강조하는 점에 착안하여 섭식행동에 영향을 미치는 또 다른 요소인 대인사회적 요소의 역할을 알아보고자 한다. 구체적으로 앞서 설명한 섭식장애 척도의 일부 하위요소들이 이 대

www.kci.go.kr

인사회적 요소들을 거쳐서 섭식장애 행동에 영향을 미치는 경로가 존재할 수 있다고 보았다. 본 연구에서 가정한 대인사회적 요소는 자신과 타인을 비교하는 사회비교의 측면에 해당한다.

사회비교동기가 이상 섭식행동에 미치는 효과

현대사회에서 대중매체가 개인의 신체불만족에 악영향을 미친다는 점은 최근 연구들을 통해 나타나고 있다. 예를 들어 Groesz, Levine 및 Murnen(2002)은 25개의 선행연구를 분석하여, 대중매체를 통해서 날씬한 인물에 노출된 정도와 신체불만족의 관계를 알아보았는데, 이 두 변인간 상관은 .43의 효과크기(effect size)를 보여서 중간 정도의 관련성이 있음을 보여주었다. 또한 Tiggemann와 Pickering(1996)에서는 TV의 드라마나 영화를 보는 시간이 많을수록 신체불만족이 높고, 날씬해지려는 욕망도 더 높았다. Levine, Smolak 및 Hayden(1994)에서는 패션잡지를 미와 몸매의 중요한 정보의 원천으로 지각할수록 신체불만족이 높았다.

이러한 대중매체 혹은 타인이 개인의 신체불만족에 미치는 영향에 대한 연구가 축적되면서, 자신과 타인을 비교하는 경향이 섭식행동에 어떠한 영향을 미치는지 알아보려는 시도가 이루어졌다. 대표적으로 Morrison, Kalin 및 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, 이뇨제사용, 다이어트약 복용)을 시도한 횟수가 많았다.

따라서 본 연구에서 가정한 자신과 타인을 비교하는 경향 혹은 자신과 타인을 비교하려는 동기(Gibbons & Buunk, 1999)는 이상 섭식행동에 영향을 미친다고 볼 수 있다. 자신과 타인을 비교하는 것을 사회비교라 하며(Festinger, 1954), 이러한 비교를 유발하는 동기를 사회비교동기(Taylor, Wayment, & Carrillo, 1996)라고 하는데, 최근에는 이러한 사회비교동기가 구체적인 유형으로 나뉘어서 연구되는 추세이다. 그 가운데 본 연구에서는 자신보다 나은 사람과 자신을 비교하여 스스로를 향상시키려는 경향(자기향상동기)과 자신의 정서적 어려움이나 자존심을 완화시키기 위해 자신보다 못한 사람과 자신을 비교하려는 경향(자기고양동기)의 효과를 알아보고자 한다.

구체적으로 자기향상동기는 거식행동에 영향을 미칠 것으로 보았다. 자기향상동기는 스스로 더 나은 사람이 되고자 타인과 자신을 지속적으로 비교하려는 동기를 의미한다. 선행연구를 보면, 이 동기가 높은 사람들은 자신보다 나은 사람과 자신을 비교하며, 자신이 원하는 높은 기준에 도달하고자 노력한다(장은영, 한덕웅, 2003; Taylor et al., 1996). 이 동기가 거식행동과 지니는 관련성은 선행연구에서도 찾아볼 수 있다. Green과 Saenz(1995)의 연구를 보면, 자신보다 신체적으로 매력적인 동성의 인물과 함께 있게 되면, 여성들의 음식을 억제하려는 경향이 증가되었다. 자신보다 신체적으로 매력적인 여성은 외모나 체형의 측면에서는 자신보다 우월한 사람에 해당되며, 이와 같은 사회비교는 자기향상동기를 높이게 된다(Taylor et al., 1996). 따라서 자기향상동기가 높아지면, 거식행동이 높아진다고 추론할 수 있다.

다음으로 자기고양동기는 폭식행동에 영향을 미칠 것으로 보았다. 이 동기는 손상된 자존심을 회복시키려 타인과 자신을 지속적으로

www.kci.go.kr

비교하려는 동기를 의미한다. 선행연구를 보면, 이 동기가 높은 사람들은 자신보다 못한 사람과 자신을 비교하며, 우울감도 높고, 신경증적 경향도 높다(장은영, 2003). Corning, Krumm 그리고 Smitham(2006)에서는 일상에서 자신과 타인을 지속적으로 비교하는 사람들 가운데 자존심이 낮아지면 섭식장애의 경향이 높아지는 점이 발견되기도 하였다. 자존심을 손상시키는 사회비교는 섭식장애의 위험을 높인다고 볼 수 있는데, 그 가운데 거식행동이 아닌 폭식행동에 대한 태도에 차별적으로 영향을 미치는 점을 보인 연구도 있다(Gilbert & Meyer, 2003). 따라서 자기고양동기가 높아지면, 폭식행동이 높아진다고 추론할 수 있다.

자기향상동기와 자기고양동기의 매개효과

자기향상동기와 자기고양동기는 각각 거식행동과 폭식행동에 영향을 미칠 뿐만 아니라, 앞서 제안한 여러 예측인들과 함께 섭식행동에 영향을 미친다고 볼 수 있다. 다만, 앞서 제안한 이상 섭식행동의 선행요소들과 이 두 가지 동기의 관계를 직접적으로 추론할만한 경험연구는 현재 찾아보기 힘들기 때문에 이들의 관계를 예측하는 데는 한계가 있을 수 있다. 하지만, 이 각각의 동기들의 특징을 살펴보면, 함의점을 찾을 수 있다.

자기향상동기와 완벽주의는 높은 기준을 추구하며, 이에 도달하려고 하고, 높은 성취를 달성하려는 점에서 유사하다. 따라서 완벽주의 성향이 높아서 완벽함과 극도의 성취를 추구하는 사람은 자신보다 나은 사람과 자신을 끊임없이 비교하려 할 것이다. 특히 외모에서 완벽함을 추구할수록 자신보다 외모가 나은 사람과 자신을 지속적으로 비교하고 이는 결과적으로 살찌는 것을 두려워하는 거식행동을 높일 수 있다. 따라서 자기향상동기는 완벽주의의 효과를 매개한다고 예측하였다.

반면에 자기고양동기는 자존심, 우울감, 신경증적 경향과 관련이 높은데, 이러한 주관적 어려움을 극복하거나 마음에 위안을 얻고자 자신보다 못한 사람과 비교하게 만든다. 따라서 본 연구에서 가정한 선행요소들 가운데 정서적 어려움이나 낮은 자존감을 반영하는 변인들과 자기고양동기가 관련된다고 볼 수 있으며, 이러한 점에서 자기고양동기는 내적혼란과 무능감의 효과를 매개한다고 보았다. 즉, 내적혼란과 무능감이 높을수록 자신보다 못난 사람과 자신을 비교하여 이를 완화시키려 할 수 있고, 이러한 시도는 폭식행동을 높일 수 있다고 예측하였다.

본 연구의 모형 및 가설

이상에서 설명한 내용에 근거하여, 본 연구에서는 일부 외현변인들은 이상 섭식행동에 직접 영향을 미치고, 또 다른 일부 변인들은 자기향상동기와 자기고양동기를 매개로 하여 이상 섭식행동에 간접적으로 영향을 미친다고 보았다. 이러한 예측을 검증할 수 있도록 모형(모형 1)을 설정하였는데, 모형에서 가정된 유의한 경로들을 아래 가설로 제시하였다.

가설 1. 완벽주의는 자기향상동기에 영향을 미치고, 자기향상동기는 거식행동에 영향을 미친다.

가설 2a. 내적혼란은 자기고양동기에 영향을 미치고, 자기고양동기는 폭식행동에 영향을 미친다.

가설 2b. 무능감은 자기고양동기에 영향을 미치고, 자기고양동기는 폭식행동에 영향을 미친다.

www.kci.go.kr

가설 3a. 충동성은 폭식행동에 영향을 미친다.

가설 3b. 신체불만족은 거식행동에 영향을 미친다.

가설 3c. 신체불만족은 폭식행동에 영향을 미친다.

그런데 사회비교동기를 통해 그 효과가 매개될 것이라고 가정된 세 가지 변인들은 이상섭식행동에 직접적으로도 영향을 미칠 수 있다. 이 점을 탐색적으로 알아보기 위해 모형 1에 직접 경로를 추가한 모형을 경쟁모형(모형 2)으로 두고 두 모형을 비교하고자 하였다.

연구 방법

조사 대상 및 조사 절차

조사는 2007년 5월에서 2007년 6월 사이에 서울의 한 사립대학교에서 온라인으로 진행되는 심리학개론 강좌를 수강하는 대학생들을 대상으로 실시되었다. 이 대학의 심리학 교양강좌를 수강하는 학생들은 실험이나 조사연구에 2회 참가하여야 하는 의무가 따른다. 조사가 실시되기 약 3주 전에 질문지가 발송될 예정임을 미리 학생들에게 알렸다. 사전공지한 조사연구 기간이 되면, 학교에 등록된 학생들의 이메일을 통해서 질문지를 발송하였다. 참가자들은 질문지 파일을 다운로드하여 파일상에 응답하고 이를 다시 저장한 후 지정된 기간 내에 온라인 강좌에 업로드하여야 했다. 403명의 학생들에게 발송하였으며, 이 중 382명이 응답하여 회수율은 95%이었다. 이 중에서 불성실하게 응답한 19명의 자료가 제외되었고, 참가자들이 대부분 20대이었으나, 30세, 31세, 41세가 한 명씩 포함되어서 이들의 응답도 분석에서 제외되었다. 이 360명의 자료 중에서 공변량구조분석의 listwise방법으로 인해 최종 314명의 응답이 분석되었다. 314명의 자료에서 여성들이 남성들보다 날씬한 체형이나 섭식행동에 관여도 수준이 높기 때문에 (Markey & Markey, 2005; Wardle, Haase, & Steptoe, 2004), 160명의 여성 자료만 분석에 포함되었다. 평균 연령은 20.21세이며, 평균 키는 160.94cm이고, 평균 몸무게는 55.13kg이었다. 신체질량지수(BMI)로 계산하였는데, 평균값은 21.35이었다.

변인과 측정치

본 연구의 변인들은 종단설계로 계획된 연구의 첫해에 실시된 질문지를 통해 측정되었다. 크게 세 범주로 나뉘는데, 종속변인인 거식행동과 폭식행동, 매개변인인 대인사회적 요소에 해당하는 자기향상동기와 자기고양동기, 예측변인인 완벽주의, 내적혼란, 충동성, 신체불만족, 무능감이다. 이 중에서 매개변인을 제외한 나머지 변인들은 섭식장애 척도 (Eating Disorder Inventory-2: EDI-2, Garner, 1991)[1]의 소척도들을 이용하여 측정하였다. 섭식

1) 본래 섭식장애 척도는 91문항으로 이루어진 11개 소척도로 구성된다. 11개 소척도 가운데 위에서 언급한 8개 소척도 이외에 '대인관계에서 불신감(interpersonal distrust), 성장에 대한 두려움(maturity fears) 그리고 금욕주의(asceticism)'도 함께 측정되었다. 그러나 이 세 변인들의 효과에 대해 가설을 세우지 않았고, 11개 변인들을 모두 포함한 초기 공변량구조분석에서 이 세 변인들은 유의한 경로를 전혀 보이지 않아서 이론 및 통계적 간명성을 위하여 최종 분석에서 제외되

www.kci.go.kr

장애 척도에 응답할 때에 참가자들은 '전혀 그렇지 않다(1)'부터 '항상 그렇다(6)'까지 6점 척도에 응답하였다.[2] 본 연구에서 다루는 변인들을 측정하기 위해 사용된 소척도의 특징과 본 연구를 통해 얻은 신뢰도는 다음과 같다.

거식행동

섭식장애 척도(Eating Disorder Inventory-2: EDI-2)의 마르고 싶은 욕망(drive for thinness) 소척도를 사용하여 측정하였다. 값이 높을수록 마르고 싶은 것에 대한 과도한 욕구를 지니며, 체중증가에 대한 두려움을 가지고 있다고 해석된다. 선행연구(이상선, 오경자, 2005)를 통해서 거식행동을 측정하는 도구로 사용된 바 있다. 본래 7개 문항으로 구성되지만, 한 문항이 문항-전체간 상관이 '.09'이며 신뢰도 수준을 상당히 낮추어서 제외되었다. 이로써 총 6개 문항으로 본 연구의 표집에서 얻은 내적 일치도(Cronbach's α)는 .93이며, 6문항을 세 개의 덩이(parcel)로 만들어서 측정변수로 공변량구조분석에 사용하였다.

폭식행동

섭식장애 척도(Eating Disorder Inventory-2: EDI-2)의 폭식증(bulimia) 소척도를 이용하여 측정하였다. 값이 높을수록 폭식경향이 높음을 의미한다. 총 7개 문항으로 본 연구의 표집에서 얻은 내적 일치도(Cronbach's α)는 .79이며, 7문항을 세 개의 덩이(parcel)로 만들어서 측정변수로 공변량구조분석에 사용하였다.

자기향상동기

한덕웅과 장은영(2003)이 개발한 척도(self-improvement motive)를 사용하였다. 이 척도에서 값이 높을수록 자기를 개발하고 더 나은 사람으로 만들고자 자신보다 나은 사람과 자신을 비교하는 경향이 높음을 의미한다. 총 5개 문항으로 이루어지며, 각 문항에 동의하는 정도를 '매우 동의하지 않는다(1)'부터 '매우 동의한다(5)'까지 5점 척도로 응답하게 된다. 본 연구의 표집에서 얻은 내적 일치도(Cronbach's α)는 .88이며, 5문항을 측정변수로 공변량구조분석에 사용하였다.

자기고양동기

한덕웅과 장은영(2003)이 개발한 척도(self-enhancement motive)를 사용하였다. 이 척도에서 값이 높을수록 자신의 자존심을 지키고 높이기 위해서 자신보다 못한 사람과 자신을 비교하는 경향이 높음을 의미한다. 총 5개 문항으로 이루어지며, 각 문항에 동의하는 정도를 '매우 동의하지 않는다(1)'부터 '매우 동의한다(5)'까지 5점 척도로 응답하게 된다. 본 연구의 표집에서 얻은 내적 일치도(Cronbach's α)는 .92이며, 5문항을 측정변수로 공변량구조분석에 사용하였다.

완벽주의

섭식장애 척도(Eating Disorder Inventory-2: EDI-2)의 완벽주의(perfectionism) 소척도를 사용하여 측정하였다. 값이 높을수록 탁월한 성취를 이루기 위해 애쓰는 수준이 높다고 해석된

었다.

2) 본래 EDI-2는 6점 척도로 질문하지만, 채점은 3점 체계로 이루어진다. 다만, 본 연구는 상관관계에 근거한 공변량을 분석하는데 목적이 있으므로 6점 체계를 그대로 분석하였다. 표 1에 제시된 기술통계치도 EDI-2의 소척도들의 경우는 6점 체계에 기초한 것이다.

www.kci.go.kr

다. 총 6개 문항으로 본 연구의 표집에서 얻은 내적 일치도(Cronbach's α)는 .55이며, 6문항을 세 개의 덩이(parcel)로 만들어서 측정변수로 공변량구조분석에 사용하였다.

충동성

섭식장애 척도(Eating Disorder Inventory-2: EDI-2)의 충동성(impulse regulation) 소척도[3]를 사용하여 측정하였다. 값이 높을수록 충동성이나 무모함, 자기파괴 성향 등이 높다고 해석된다. 총 11개 문항으로 본 연구의 표집에서 얻은 내적 일치도(Cronbach's α)는 .80이며, 11문항을 세 개의 덩이(parcel)로 만들어서 측정변수로 공변량구조분석에 사용하였다.

신체불만족

섭식장애 척도(Eating Disorder Inventory-2: EDI-2)의 신체불만족(body dissatisfaction) 소척도를 사용하여 측정하였다. 값이 높을수록 자신의 몸에 관심이 지나치게 많으며 전체 체형이나 몸의 일부에 대해서 불만족이 높다고 해석된다. 총 9개 문항으로 본 연구의 표집에서 얻은 내적 일치도(Cronbach's α)는 .91이며, 9문항을 세 개의 덩이(parcel)로 만들어서 측정변수로 공변량구조분석에 사용하였다.

내적혼란

섭식장애 척도(Eating Disorder Inventory-2: EDI-2)의 내적혼란(interoceptive awareness) 소척도[4]를 사용하여 측정하였다. 값이 높을수록 자신의 정서 상태에 대해 정확하게 인식하고 반응하는데 있어서 혼란과 걱정이 많다고 해석된다. 총 10개 문항으로 본 연구의 표집에서 얻은 내적 일치도(Cronbach's α)는 .82이며, 10문항을 세 개의 덩이(parcel)로 만들어서 측정변수로 공변량구조분석에 사용하였다.

무능감

섭식장애 척도(Eating Disorder Inventory-2: EDI-2)의 무능감(ineffectiveness) 소척도[5]를 사용하여 측정하였다. 값이 높을수록 일반적인 부족감, 무가치감, 자신의 삶에 대해 통제력이 결여된 느낌이 높다고 해석된다. 총 10개 문항으로 본 연구의 표집에서 얻은 내적 일치도(Cronbach's α)는 .87이며, 10문항을 세 개의 덩이(parcel)로 만들어서 측정변수로 공변량구조분석에 사용하였다.

자료의 분석

완벽주의, 내적혼란, 충동성, 신체불만족, 무능감이 자기향상동기와 자기고양동기를 거쳐서 거식행동과 폭식행동에 미치는 효과를 알아보기 위하여 Lisrel 8.5판을 이용하여 공분산 행렬과 최대우도법을 사용한 공변량구조분석을 실시하였다. 섭식장애 척도의 7개 소척도는 6개에서 11개 사이의 문항들로 이루어진다. 공변량구조분석에서 각 척도들의 비중을 유사하게 만들기 위하여 앞서 언급한 바와 같이 모두 3개의 덩이(parcel)들을 구성하여 공분산

3) 이 척도를 충동 조절이라고 부르기도 하지만, 점수가 높을수록 부정적 경향이 높음을 의미하기 때문에 충동성이라는 용어를 사용하였다.

4) 이 척도를 내부감각 인식이라고 부르기도 하지만, 점수가 높을수록 부정적 경향이 높음을 의미하며, 척도의 내용이 지닌 의미를 전달하기 용이하도록 내적혼란이라는 용어를 사용하였다.

5) 이 척도를 비효율성이라고 부르기도 하지만, 척도의 내용이 지닌 의미를 전달하기 용이하도록 무능감이라는 용어를 사용하였다.

www.kci.go.kr

행렬을 추정하는데 사용하였다. 본 연구에서 비교하여 검증하는 모형은 두 가지로써, 첫 번째 모형에서는 일부 변인들이 자기향상동기와 자기고양동기를 거쳐서 이상섭식행동에 간접적으로 영향을 미치는 경로만 가정되었고, 두 번째 모형에서는 일부 변인들이 이상섭식행동에 직접적으로도 영향을 미치며, 간접적으로도 영향을 미치는 경로가 모두 가정되었다.

이에 더해서 각 변인들의 기술통계치를 구하고, 측정하고자 의도한 관찰변인들의 신뢰도를 알아보기 위해서 내적일치도계수(Cronbach' α)를 구하였으며, 각 변인들의 관련성을 알아보기 위해서 상관분석을 실시하였다. 이 분석에는 SPSS 13.0판을 사용하였다.

연구 결과

기술통계치

이상 섭식행동과 관련되리라고 가정된 변인들의 평균, 표준편차 및 상관계수는 표 1에 제시되어 있다. 거식행동부터 살펴보면, 6점 척도에서 2.37로 중간보다 다소 낮은 빈도를 보이고 있다. 이 거식행동과 유의한 상관을 살펴보면 다음과 같다: 완벽주의 성향이 높을수록, r = .39, p < .001, 충동적일수록, r = .14, p < .05, 신체에 불만족할수록, r = .63, p < .001, 내적혼란 수준이 높을수록, r = .45, p < .001, 무능감이나 무가치감이 높을수록, r = .23, p < .01, 자기를 향상시키려는 마음이 강할수록, r = .26, p < .01, 거식행동도 높아졌다. 특히 신체에 불만족하거나 내적 혼란이 높은 정도 그리고 완벽을 추구하는 정도와의 상관이 두드러지게 높았다. 폭식행동을 살펴보면, 6점 척도에서 2.12로 낮은 편이다. 유의

표 1. 변인들의 평균, 표준편차 그리고 상관

	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1 완벽주의	1.00								
2 충동성	.30	1.00							
3 신체불만족	.17	.05	1.00						
4 내적혼란	.42	.65	.33	1.00					
5 무능감	.07	.44	.30	.51	1.00				
6 자기향상동기	.16	-.03	.09	-.03	-.04	1.00			
7 자기고양동기	.08	.10	.01	.17	.20	.04	1.00		
8 거식행동	.39	.14	.63	.45	.23	.26	.01	1.00	
9 폭식행동	.26	.36	.38	.63	.40	.11	.14	.58	1.00
평균	3.55	2.46	3.10	2.73	2.79	3.56	2.64	2.37	2.12
표준편차	.77	.69	1.04	.63	.89	.89	.96	1.05	.84

N = 160. $rs \geq .14$, $p < .05$; $rs \geq .23$, $p < .01$; $rs \geq .27$, $p < .001$.

www.kci.go.kr

한 상관결과를 살펴보면, 완벽주의 성향이 높을수록, $r = .26$, $p < .01$, 충동적일수록, $r = .36$, $p < .001$, 신체에 불만족할수록, $r = .38$, $p < .001$, 내적혼란이 높을수록, $r = .63$, $p < .001$, 무능감이나 무가치감이 높을수록, $r = .40$, $p < .001$, 자존심을 고양시키려는 동기가 높을수록, $r = .14$, $p < .05$, 폭식행동도 높아졌다. 거식행동과 폭식행동간 상관도 상당히 높은 편이었다, $r = .62$, $p < .001$.

이에 더해서 본 연구에서 매개변인의 역할을 할 것으로 가정한 변인들이 독립변인으로 가정된 변인들과 지니는 상관을 살펴보면 다음과 같다. 먼저 완벽주의 성향이 높을수록, $r = .16$, $p < .05$, 자기를 향상시키려는 마음이 강했다. 반면에 내적혼란 수준이 높을수록, $r = .17$, $p < .05$, 무능감이나 무가치감이 높을수록, $r = .20$, $p < .05$, 자존심을 방어하고 싶은 마음이 강했다.

측정모형의 검증

본 연구에서 사용된 관찰변수들이 가정된 잠재변인에 부하되는지 알아보기 위해서 확인적 요인분석을 실시하였다. 측정모형의 부합도 지수는 전반적으로 양호하였다, χ^2 (434, N = 160) = 1172.98, $p < .001$; *RMSEA* = .09; *GFI* = .84, *CFI* = .97, *NFI* = .92, *NNFI* = .96. 모든 요인부하량은 .40 이상으로 유의하였다. 따라서 측정모형을 그대로 유지하고 본 연구에서 가정한 두 가지 구조모형을 비교하였다.

구조모형의 검증

완전 매개효과를 가정한 모형(모형 1)의 검증

본 연구에서 가정한 경로의 계수가 공변량 구조분석을 통해서 추정되었다. 완벽주의, 내적혼란, 충동성, 신체불만족, 무능감은 모두 외현변인들(exogenous variables)이었다. 잠재변인들(endogenous variables)은 자기향상동기, 자기고양동기, 거식행동 그리고 폭식행동이었다. 그리고 앞서 기술한대로 매개변인으로 가정한 자기향상동기와 자기고양동기의 완전 매개효과만 먼저 가정되어 검증되었다. 가정된 모형의 부합도는 양호한 편이었다, χ^2 (412, N = 160) = 627.37, $p < .001$; *RMSEA* = .06; *GFI* = .80, *CFI* = .95, *NFI* = .89, *NNFI* = .95. 거식행동의 62%, 폭식행동의 43%가 본 연구의 변인들에 의해서 설명되었고, 자기향상동기의 3%, 자기고양동기의 5%가 설명되었다. 구조모형의 경로계수는 그림 1[6]에 제시하였다. 간접효과를 검증한 결과에서는 완벽주의가 자기향상동기를 거쳐서 거식행동에 영향을 미치는 경로가 유의한 경향을 보였다, $\beta = .08$, $t = 1.92$, $p < .10$. 그러나 내적혼란이 자기고양동기를 거쳐서 폭식행동에 영향을 미치는 경로와 무능감이 자기고양동기를 거쳐서 폭식행동

6) 외현변인들간 상호상관을 모두 가정하였으며, 거식행동과 폭식행동간 상호상관도 가정하였다. 그 결과에서 유의하게 나타난 상호상관의 표준화된 계수와 유의도 수준은 다음과 같다: 거식행동과 폭식행동, $\beta = .25$, $t = 3.97$, $p < .001$, 완벽주의와 내적혼란, $\beta = .49$, $t = 3.03$, $p < .01$, 완벽주의와 충동성, $\beta = .33$, $t = 2.71$, $p < .01$, 완벽주의와 신체불만족, $\beta = .28$, $t = 2.34$, $p < .05$, 내적혼란과 충동성, $\beta = .78$, $t = 4.47$, $p < .001$, 내적혼란과 신체불만족, $\beta = .37$, $t = 3.18$, $p < .01$, 내적혼란과 무능감, $\beta = .55$, $t = 4.00$, $p < .001$, 충동성과 무능감, $\beta = .52$, $t = 4.95$, $p < .001$, 신체불만족과 무능감, $\beta = .36$, $t = 3.65$, $p < .001$.

www.kci.go.kr

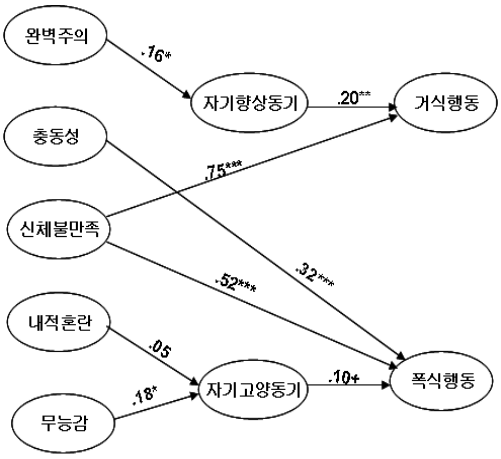

그림 1. 자기향상동기와 자기고양동기의 완전 매개효과를 가정하여 거식행동과 폭식행동을 설명하는 구조모형

+ $p < .10$, * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

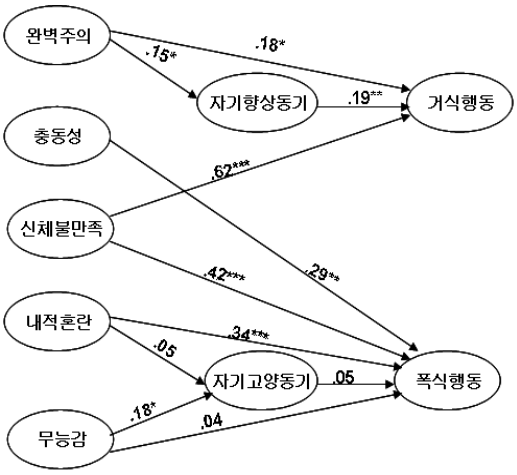

그림 2. 자기향상동기와 자기고양동기의 부분 매개효과를 가정하여 거식행동과 폭식행동을 설명하는 구조모형

+ $p < .10$, * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

에 영향을 미치는 경로는 유의하지 않았다, 순서대로, $\beta = .02$, $t = 0.45$, $\beta = .03$, $t = 1.01$.

부분 매개효과를 가정한 모형(모형 2)의 검증

외현변인과 잠재변인은 모형 1과 동일하였다. 모형 1에 더해서 세 가지 경로가 추가되었는데, 완벽주의가 자기향상동기를 거치지 않고 거식행동에 영향을 미치는 직접 경로, 내적혼란과 무능감이 자기고양동기를 거치지 않고 폭식행동에 영향을 미치는 직접 경로들이다. 가정된 모형의 부합도는 양호한 편이었다, $\chi^2(409, N = 160) = 569.38$, $p < .001$; *RMSEA* = .05; *GFI* = .81, *CFI* = .96, *NFI* = .90, *NNFI* = .96. 거식행동의 70%, 폭식행동의 62%가 본 연구의 변인들에 의해서 설명되었고, 자기향상동기의 3%, 자기고양동기의 5%가 설명되었다. 구조모형의 경로계수는 그림 2[7]에 제시하였다. 그림 2를 보면, 부분 매개효과를 가정했을 때, 자기고양동기의 매개효과는 전혀 지지되지 못하였으며, 자기향상동기의 부분 매개효과가 지지되었다.

모형 1과 모형 2의 비교 및 부분 매개효과

완전 매개효과를 가정한 모형 1과 부분 매

7) 외현변인들간 상호상관을 모두 가정하였으며, 거식행동과 폭식행동간 상호상관도 가정하였다. 그 결과에서 유의하게 나타난 상호상관의 표준화된 계수와 유의도 수준은 다음과 같다: 거식행동과 폭식행동, $\beta = .25$, $t = 3.97$, $p < .001$, 완벽주의와 내적혼란, $\beta = .49$, $t = 3.03$, $p < .01$, 완벽주의와 충동성, $\beta = .33$, $t = 2.71$, $p < .01$, 완벽주의와 신체불만족, $\beta = .28$, $t = 2.34$, $p < .05$, 내적혼란과 충동성, $\beta = .78$, $t = 4.47$, $p < .001$, 내적혼란과 신체불만족, $\beta = .37$, $t = 3.18$, $p < .01$, 내적혼란과 무능감, $\beta = .55$, $t = 4.00$, $p < .001$, 충동성과 무능감, $\beta = .52$, $t = 4.95$, $p < .001$, 신체불만족과 무능감, $\beta = .36$, $t = 3.65$, $p < .001$.

www.kci.go.kr

개효과를 가정한 모형 2를 비교했을 때, 모형 2에서 부합도 지수들이 다소 향상되는 점을 알 수 있다. 모형 2에서 세 개의 경로가 추가로 자유화되었으므로 자유도가 '3'인 상태에서 카이증분값을 검증하였는데, 이는 유의하였다, $\Delta\chi^2 = 57.99$, $df = 3$, $p < .001$. 따라서 두 모형 중에서 부분 매개효과를 가정한 모형 2가 지지되었다고 볼 수 있으며, 그림 2를 기초로 하여, 경로계수들을 정리해보면 다음과 같다.

먼저, 자기향상동기의 역할을 중심으로 살펴보자. 완벽주의가 높을수록 자기향상동기가 유의하게 높았고, $\beta = .15$, $t = 1.98$, $p < .05$, 자기향상동기가 높을수록 거식행동도 유의하게 높아졌다, $\beta = .19$, $t = 2.58$, $p < .01$. 이는 본 연구의 예측(가설 1)과 일치하는 결과이다.

다음으로 자기고양동기를 보면, 무능감이 높을수록 자기고양동기가 높았지만, $\beta = .18$, $t = 2.12$, $p < .05$, 내적혼란은 자기고양동기를 유의하게 예측하지 못하였다, $\beta = .05$, $t = .51$. 또한 자기고양동기도 폭식행동을 유의하게 예측하지 못하였다, $\beta = .05$, $t = .86$. 따라서 무능감이 자기고양동기를 높일 것이라는 예측은 지지되었으나, 전체적으로 자기고양동기의 매개효과와 관련된 가설(가설 2a, 가설 2b)은 기각되었다.

거식행동이나 폭식행동에 직접적으로 영향을 미칠 것으로 예측된 변인들은 충동성과 신체불만족이다. 그림 2에서 볼 수 있는 바와 같이, 충동성은 폭식행동에 영향을 미쳤다, $\beta = .29$, $t = 3.22$, $p < .01$. 이는 본 연구에서 예측한 점과 일관된다(가설 3a). 이에 더해서 신체불만족이 높을수록 거식행동이 높았고, $\beta = .62$, $t = 8.02$, $p < .001$, 폭식행동도 높았다, $\beta = .42$, $t = 3.98$, $p < .001$. 이도 역시 본 연구에서 예측한 바(가설 3b, 가설 3c)과 일관되는 결과이다.

마지막으로, 완벽주의, 내적혼란 및 무능감이 이상섭식행동에 영향을 직접 미치는 경로를 보면, 완벽주의와 내적혼란의 직접효과가 지지되었다, 순서대로, $\beta = .18$, $t = 2.32$, $p < .05$, $\beta = .34$, $t = 3.40$, $p < .001$. 반면에 무능감은 자기고양동기에는 영향을 미치지만, 폭식행동에 직접적으로는 영향을 미치지 못하는 것으로 나타났다, $\beta = .04$, $t = .44$.

논 의

본 연구는 섭식에 대해 혹은 섭식과 관련하여 사람들이 지니는 성향이나 특징들이 거식행동과 폭식행동에 어떤 차별적 영향을 미치는지 알아보고, 그 과정에서 다른 사람과 자신을 비교하는 성향이 이를 매개하는지 검증하였다. 그림 2의 모형에 근거하여 주요 결과를 정리하면 다음과 같다: (1) 완벽주의는 자기향상동기를 거쳐서 거식행동에 영향을 미쳤다. 그리고 완벽주의는 자기향상동기를 거쳐서 거식행동에 간접적으로 영향을 미치기도 하지만, 직접적으로도 영향을 미쳤다. (2) 신체불만족은 거식행동과 폭식행동에 직접적으로 영향을 미쳤다. (3) 내적혼란과 충동성은 직접적으로 폭식행동에 영향을 미쳤으며, 내적혼란이 자기고양동기를 거쳐서 폭식행동에 영향을 미치리라는 매개효과는 기각되었다. 하지만, 내적혼란은 폭식행동에 직접 영향을 미쳤다.(4) 무능감은 자기고양동기에는 영향을 미쳤지만, 자기고양동기를 거쳐서 폭식행동에 영향을 미치리라는 매개효과는 기각되었다.

www.kci.go.kr

이상 섭식행동의 외현변인들의 효과

선행연구와 일관되게 완벽주의는 거식행동을 높였다. 즉, 완벽함이나 높은 성취를 갈망하는 사람들은 체형이나 외모에서도 완벽을 추구하고, 이는 살찌기 싫어하고 거식행동을 높이는 것으로 보인다. 다음으로 충동성과 내적혼란도 폭식행동을 높였다. 즉, 충동적인 사람일수록 혹은 자신의 내적 신호나 감정을 파악하기 어려워하는 사람일수록 폭식행동이 높았다. 다시 말해서 불안정하고 충동적인 사람이 섭식을 제어하기 어려워하고, 자신의 내적 신호에 둔감하여 허기와 포만을 잘 구분하지 못하는 사람이 섭식을 제어하기 어려워하여 폭식하게 되는 것으로 보인다.

신체불만족의 예측력은 전체적으로 높았으며, 직접 그리고 간접적으로 이상 섭식행동에 영향을 미쳤다. 즉, 사람들은 자신의 신체에 불만족할수록 살찌기 싫어하고 음식을 먹지 않으려는 거식행동이 높아지는 것으로 보인다. 의문점은 자신의 신체나 체형에 불만족하는 사람이 폭식하는 행동을 왜 보이는가에 대한 것이다. 이에 대해서는 선행연구(이상선, 오경자, 2004)의 제언을 참고할 필요가 있다. 이들은 신체불만족이 신체와 관련된 대표적인 왜곡된 자기개념의 하나로써, 이상 섭식행동의 위험요소라고 보았다(93쪽). 즉, 자신의 신체에 불만족할수록 체형과 관련된 자기개념이 왜곡되고, 이는 자아존중감이나 자기평가를 낮추며, 짧은 시간에 폭식하는 이상행동도 높인다고 볼 수 있다. 이에 더해서 신체에 불만족하는 사람이 거식행동으로 시작하여, 음식에 대한 유혹을 떨치기 어려워하며, 다시 짧은 시간에 음식을 먹고, 이를 제거하는 행동으로 이행할 수도 있다. 이러한 신체불만족이 자기개념과 거식행동을 거쳐서 폭식행동까지 이르는 과정은 앞으로 연구해볼만한 주제이다.

마지막으로 무능감의 효과는 지지되지 못하였다. 단지 무능감이 높을수록 자기고양동기가 높아졌는데, 이는 자신이 무가치하다고 느끼고 존중감이 낮은 사람일수록 자신의 자존심을 높이고자 노력하며, 이를 위해 자신보다 열등한 사람과 비교하는 경향이 높다는 점을 보여준다. 그러나 이 결과는 섭식행동과 직접적으로 관련된다고 볼 수는 없다. 또한 무능감은 내적혼란과 달리 폭식행동에 효과를 미치지 못하였다.

대인사회적 요소들의 매개효과

완벽주의가 거식행동에 미치는 효과를 자기향상동기가 매개하리라는 예측은 지지되었다. 따라서 완벽을 추구하는 사람이 자신보다 나은 사람과 자꾸 비교할수록 행동의 측면에서는 부정적인 결과를 초래할 수 있는 것으로 보이는데, 그 가운데 본 연구에서는 음식을 먹지 않으려하고 살찌는 것을 거부하는 행동이 영향받는 과정이 입증되었다. 반면에 자기고양동기의 매개효과는 기각되었다. 무능하다고 느끼고, 자기가치감이 낮을수록 자신보다 못난 사람과 자신을 비교하여 자신이 더 낫다고 위안을 받고자 하며 자존심을 회복하려 시도하는 점은 지지되었다. 그러나 자기고양동기는 폭식행동에 영향을 미치지 못하였다. 다만, 본 연구에서 다른 가능한 변인의 효과를 간과한 점을 지적할 필요가 있겠다. 즉, 자존심을 회복하려 시도했으나 이에 실패하여, 여전히 자존심이 낮게 유지되거나, 더욱 낮아지거나 혹은 부정적 정서를 경험하여 폭식행동을 높일 수도 있다. 이 점은 본 연구에서 확인되지 못하였으나 장차 연구를 통해서 검증할 수 있겠다.

www.kci.go.kr

그런데 자기향상동기나 자기고양동기는 전체적으로 설명력이 상당히 작은 편이다. 다만, 본 연구에서 사용한 변인들은 주로 체형이나 체중에 초점을 두어 측정되지만, 자기향상동기나 자기고양동기는 체형이나 체중에 대한 기술이 포함되지 않은 채 광범위하고 일반적인 내용을 담고 있다. 따라서 문항의 구체성 혹은 표적행동과의 상응성이 상대적으로 낮았던 점이 설명력을 낮추었을 가능성이 있으며, 그럼에도 불구하고 자기향상동기의 매개효과가 지지된 점은 관심을 기울일 만하다.

현대사회에서 외모나 체형이 자신과 타인을 평가하는 중요한 잣대로 사용되고 있는 상황도 고려하면, 사회적 압력이나 영향은 개인의 이상 섭식행동 혹은 이로써 초래되는 다양한 부적결과들에 영향을 미칠 수 있다. 이미 최근 여러 연구들을 통해서 이러한 사회적 영향력이 섭식행동에 미치는 효과들이 발견되고 있다. 대표적으로 외모에 대한 사회문화적 기준이 내면화된 정도(이상선, 오경자, 2003; Heinberg, Thompson, & Stormer, 1995)나 대중매체나 패션잡지의 모델에 노출되는 정도(Groesz et al., 2002; Levine et al., 1994; Tiggemann & Pickering, 1996) 등의 영향력이 이미 입증되었다. 본 연구에서도 대인사회적 요소들의 효과가 지지되었다는 점에서 볼 때, 앞으로도 이상 섭식행동에 영향을 미치는 또 다른 구체적인 대인사회적 요소들을 찾는 작업이 중요하겠다.

본 연구의 제한점과 장래 연구의 과제

본 연구의 제한점

연구의 대상이 대학생이라는 점에서 결과를 일반화하는데 한계가 있다. 대인관계 활동이 활발하고, 취업 준비에 여념이 없는 이들에게 외모는 상당히 중요한 요소이며(경향신문, 2007), 이로 인해 섭식행동에 미치는 변인들의 영향력이 다른 세대보다도 더 강할 가능성이 있기 때문이다.

둘째, 섭식행동은 주로 여성들을 대상으로 이루어지는 경우가 많으며, 본 연구에서도 여자 대학생들을 대상으로 자료를 얻었다. 물론 대학생들에게 외모는 성별을 막론하고 중요하게 지각될 가능성이 있지만, 본 연구의 결과는 여자 대학생들에 국한하여 적용되어야 하겠다.

셋째, 본 연구에서 사용한 종속변인은 거식행동 혹은 폭식행동의 정도를 반영하는 것이며, 이상섭식의 병리나 증상이 있는 사람들만을 대상으로 얻어진 결과가 아니다. 다양한 수준의 거식행동이나 폭식행동을 다루었다는 점에서 대학생들의 섭식행동을 이해하는데 도움이 되지만, 섭식장애 환자군을 대상으로 자료를 얻어서 본 연구와 비교해 보는 것도 섭식장애를 이해하는데 도움이 될 수 있겠다. 이와 관련하여 본 연구에서 참가자들의 BMI의 평균값이 낮은 점은 주의할 부분이다. 이는 익명이 보장된 상황에서 자기보고를 통해 체중과 신장을 기입하도록 한 방법에도 일부 기인할 수 있다. 다만, 실제 측정한 체중 및 신장과 스스로 보고한 체중 및 신장간 상관이 대체로 높았다는 선행연구(Strauss, 1999, 약 .87에서 .99의 값을 얻음)를 볼 때, 실제 BMI보다 다소 과소 추정되었다고는 볼 수 있어도 신뢰롭지 못한 자료라고는 볼 수 없겠다.

넷째, 본 연구에서 거식행동은 EDI-2의 마르고 싶은 욕구 소척도로, 폭식행동은 EDI-2의 폭식 소척도로 측정하였다. 물론 이 각각의 소척도들과 본 연구에서 측정하고자 한 변인

www.kci.go.kr

들이 상관이 높을 수는 있으며, 선행연구(이상선, 오경자, 2005)에서도 이 방법을 사용하였지만, 마르고 싶은 욕구로 거식행동을 측정하거나 폭식 경향으로 폭식행동을 측정하는 데는 분명 한계가 존재한다.

장래 연구의 과제

앞서 언급한 본 연구의 제한점과 본 연구에서 얻은 결과들을 바탕으로 장래 연구 과제를 생각해보면 다음과 같다. 첫째, 여자대학생들 대상으로 얻은 결과이므로 다른 세대 혹은 표집을 대상으로 본 연구에서 얻어진 대인사회적 요소들의 효과를 검증할 필요가 있겠으며, 실제 섭식장애를 지닌 환자군을 대상으로 본 연구의 결과를 반복검증할 필요가 있겠다. 이와 관련하여 최근에는 남성들도 자신의 외모나 체형에 관심이 높아지고 있으므로, 이들에 대해서도 이상 섭식행동의 예측인을 알아보는 것도 의미가 있겠다.

둘째, 앞서 언급한 대로 장차 연구를 통해 자기고양동기를 충족시키려다 실패한 경우에 초래되는 결과가 폭식행동에 영향을 미치는 경로를 확인해 볼 필요가 있으며, 또 다른 대인사회적 요소들을 찾아낼 필요가 있겠다. 대인사회적 요소와 관련하여, 자기향상동기와 자기고양동기의 문항 내용을 체형이나 체중으로 구체화시켜서 측정하여 효과를 검증해 볼 수도 있겠다.

셋째, 앞서 설명한대로 거식행동과 폭식행동의 측정하는 방법에서 제약이 있으므로, 장차 거식행동과 폭식행동을 직접 측정한 자료로 본 연구의 결과를 반복검증할 필요가 있겠다. 이와 함께 거식행동에서 폭식행동으로 이행하는 과정이나, 섭식장애의 증상이나 행동들이 발생하는 과정도 종단연구를 통해서 살펴볼 만하다.

참고문헌

경향신문 (2007, 12, 06). 높아진 '취업장벽' 바늘구멍 틈새라도….

이상선, 오경자 (2003). 외모 관련 사회문화적 태도 설문지의 타당화 연구. 한국심리학회지: 임상, 22(4), 913-926.

이상선, 오경자 (2004). 몸매와 체중에 근거한 자기평가와 신체불만족이 여대생의 이상섭식행동에 미치는 영향. 한국심리학회지: 임상, 23(1), 91-106.

이상선, 오경자 (2005). 구조 방정식 모형을 이용한 거식 행동과 폭식 행동의 관계에 대한 이해. 한국심리학회지: 임상, 24(4), 791-813.

장은영 (2003). 사회비교동기가 대상선택과 정서경험에 미치는 영향. 성균관대학교 박사학위 청구논문.

한덕웅, 장은영 (2003). 사회비교가 분노경험, 주관안녕 및 건강지각에 미치는 영향. 한국심리학회지: 건강, 8(2), 85-112.

American Psychiatric Association(1994). *Diagnostic and statistical manual of mental Disorders*(4th Ed.). Washington D.C.: APA.

Anderluh, M. B., Tchanturia, K., Rabe-Hesketh, S., & Treasure, J. (2003). Childhood obsessive-compulsive personality traits in adult women with eating disorders: Defining a broader eating disorder phenotype. *American Journal of Psychiatry, 160*, 242-247.

Ashby, J. S., Kottman, T., & Schoen, E. (1998). Perfectionism and eating disorders

www.kci.go.kr

reconsidered. *Journal of Mental Health Counseling, 20*, 261-271.

Christenson, G. A., & Mitchell, J. E. (1991). Trichotillomania and repetitive behavior in bulimia nervosa. *International Journal of Eating Disorder, 10*, 593-598.

Corning, A. F., Krumm, A. J., & Smitham, L. A. (2006). Social comparison processes among college-age women with and without eating disorders. *Journal of Counseling Psychology, 53*, 338-349.

Davis, C., & Karvinen, K. (2002). Personality characteristics and intention to self-harm: A study of eating disordered patients. *Eating Disorders, 10*, 245-255.

Davis, C., Kaptein, S., & Kaplan, A. S. (1998). Obsessionality in anorexia nervosa: The moderating influence of exercise. *Psychosomatic Medicine, 60*, 192-197.

Dunkley, T. L., Wertheim, E. H., & Paxton, S. J. (2001). Examination of a model of multiple socio-cultural influences on adolescent girls' body dissatisfaction and dietary restraint. *Adolescence, 36*, 265-279.

Fassino, S., Pierò, A., Gramaglia, C., & Abbate-Daga, G. (2004). Clinical, psychopathological and personality correlates of interoceptive awareness in anorexia nervosa, bulimia nervosa and obesity. *Psychopathology, 37*, 168-174.

Festinger, L. A. (1954). A theory of social comparison process. *Human Relations, 7*, 117-140.

Field, A. E., Camargo, C. A., Taylor, C. B., Berkey, C. S., & Colditz, G. A. (1999). Relation of peer and media influences to the development of purging behaviors among preadolescent and adolescent girls. *Archives of Pediatrics and Adolescent Medicine, 153*, 1184-1189.

Garfinkel, P. E., Molddofsky, H., & Garner, D. M. (1980). The heterogeneity of anorexia nervosa. *Archives of General Psychiatry, 37*, 1036-1040.

Garner, D. M. (1991). *Eating Disorder Inventory-2: Professional Manual*. Odesa, FL: Psychological Assessment Resources.

Gibbons, F. X., & Buunk, B. P. (1999). Individual differences in social comparison: The development of a scale for social comparison orientation. *Journal of Personality and Social Psychology, 76*, 129-142.

Gilbert, N., & Meyer, C. (2003). Social anxiety and social comparison: differential links with restriction and bulimic attitudes among nonclinical women. *Eating Behaviors, 4*, 257-264.

Green, B. L., & Saenz, D. S. (1995). Tests of a mediational model of restrained eating: The role of dieting self-efficacy and social comparisons. *Journal of Social and Clinical Psychology, 14*, 1-22

Groesz, L. M., Levine, M. P., & Murnen, S. K. (2002). The effect of experimental presentation of thin media images on body satisfaction: A meta-analytic review. *International Journal of Eating Disorders, 31*, 1-16.

Heesacker, M., Samson, A., & Shir, J. (2000). Assessment of disordered eating by Israeli

www.kci.go.kr

and American college women. *College Student Journal, 34*, 572-584.

Heinberg, L. J., Thompson, J. K., & Stormer, S. (1995). Development and validation of the sociocultural attitudes towards appearance questionnaire(SATAQ). *International Journal of Eating Disorders, 17*, 81-89.

Kaltiala-Heino, R., Rissanen, A., Rimpelä, M., & Rantanen, P. (2003). Bulimia and impulsive behaviors in middle adolescence. *Psychotherapy and Psychosomatics, 72*, 26-33.

Levine, M. P., Smolak, L., & Hayden, H. (1994). The relation of socio-cultural factors to eating attitudes and behaviors among middle school girls. *Journal of Early Adolescence, 14*, 471-490.

Markey, C. N., & Markey, P. M. (2005). Relations between body image and dieting behaviors: An examination of gender differences. *Sex Roles, 53*, 519-530.

Morrison, T. G., Kalin, R., & Morrison, M. A. (2004). Body image evaluation and body-image investment among adolescents: A test of sociocultural and social comparison theories. *Adolescence, 39*, 571-592.

Ohring, R., Graber, J. A., & Brooks-Gunn, J. (2002). Girls' recurrent and concurrent body dissatisfaction: Correlates and consequences over 8 years. *International Journal of Eating Disorders, 31*, 404-415.

Polivy, J., & Herman, C. P. (1985). Dieting and binging: A causal analysis. *American Psychologist, 40*, 193-201.

Polivy, J., & Herman, C. P. (1986). Dieting and binging reexamined: Response to Lowe. *American Psychologist, 41*, 327-328.

Rossier, V., Bolognini, M., Plancherel, B., & Halfon, O. (2000). Sensation seeking: A personality trait characteristic of adolescent girls and young women with eating disorders? *European Eating Disorders Review, 8*, 245-252.

Stice, E. (2001). A prospective test of the dual-pathway model of bulimic pathology: mediating effects of dieting and negative affect. *Journal of Abnormal Psychology, 110*, 124-135.

Strauss, R. S. (1999). Comparison of measured and self-reported weight and height in a cross-sectional sample of young adolescents. *International Journal of Obesity, 23*, 904-908.

Taylor, S. E., Wayment, H. A., & Carillo, M. (1996). Social comparison, self-regulation, and motivation. In R. M. Sorrentino & E. T. Higgins (Eds.), *Motivation & Cognition*(pp. 3-27). New York: Guilford Press.

Tiggemann, M., & Pickering, A. S. (1996). Role of television in adolescent women's body dissatisfaction and drive for thinness. *International Journal of Eating Disorders, 20*, 199-203.

Tyrka, A. R., Waldron, I., Graber, J. A., & Brooks-Gunn, J. (2002). Prospective predictors of the onset of eating disorders. *International Journal of Eating Disorders, 32*, 282-290.

Vohs, K. D., Voelz, Z. R., Pettit, J. W., Bardone, A. M., Katz, J., Abramson, L. Y., Heatherton, T. F., & Joiner, Jr. T. E. (2001). Perfectionism, body dissatisfaction,

www.kci.go.kr

and self-esteem: An interactive model of bulimic symptom. development. *Journal of Social and Clinical Psychology, 20*, 476 – 497.

Waaddegaard, M., & Petersen, T. (2002). Dieting and desire for weight loss among adolescents in Denmark: A questionnaire study. *European Eating Disorder Review, 10*, 329-346.

Wardle, J., Haase, A. M., & Steptoe, A. (2004). Gender differences in food choice: The contribution of health beliefs and dieting. *Annals of Behavioral Medicine, 27*, 107-116.

원고접수일 : 2008. 01. 05.
게재결정일 : 2008. 02. 18.

www.kci.go.kr

한국심리학회지 : 임상
The Korean Journal of Clinical Psychology
2008, Vol. 27, No. 2, 393-412

The Mediational Role of Interpersonal Factors in Anorexic and Bulimic Behavior

Eun-Young Jang

Institute of Applied Psychology, Sungkyunkwan Univ.

This study was to investigate the differential predictors of anorexic and bulimic behavior and explore the interpersonal factors of disordered eating behaviors among female college students. For this purpose, the effects of perfectionism, interoceptive awareness, impulse regulation, body dissatisfaction, and ineffectiveness of EDI-2 on anorexic and bulimic behavior were tested. In addition, in order to examine the mediational role of interpersonal factors, two structural models assuming full and partial mediational effects separately were compared by the use of Structural Equation Modeling. The partial mediational model was supported and the main results were as follows. First, perfectionism predicted directly and indirectly anorexic behavior through the effect of self-improvement motive. Second, ineffectiveness predicted self-enhancement motive which could not affect bulimic behavior. Also, interoceptive awareness and impulse regulation had direct effects on bulimic behavior and body dissatisfaction influenced both of disordered eating behaviors directly. Finally, the limitations of this study and the implications for future studies were discussed.

Key words : anorexic behavior, bulimic behavior, perfectionism, impulse regulation, body dissatisfaction, interoceptive awareness, ineffectiveness, self-improvement motive, self-enhancement motive

www.kci.go.kr