

남녀대학생의 자아존중감과 섭식억제간의 관계에서 신체비교와 신체불만족의 매개효과 검증

김 영 신

양 난 미[†]

경상대학교

본 연구는 대학생의 섭식억제에 영향을 미치는 자아존중감, 신체비교, 신체불만족의 영향을 구조적으로 검증하고자 하였다. 연구대상은 서울과 지방의 4년제 대학에 재학 중인 남자대학생 238명과 여자대학생 171명 등 총 410명(무응답 1명 포함)이었고, 자아존중감 척도, 신체비교 척도, 체형질문지와 섭식억제 척도 등으로 구성된 설문을 실시하였다. 선행연구 결과를 바탕으로 연구모형과 대안모형 2개를 구성하여 자료를 가장 잘 설명하는 모형이 무엇인지 탐색하였고 최적의 모형에서 개별변수의 영향력과 매개효과의 유의성을 검증하였다. 모형검증 결과 자아존중감이 섭식억제에 미치는 영향에 신체비교와 신체불만족이 부분매개하고 있었으며 부분매개효과는 통계적으로 유의하였다. 다음으로 섭식억제에 영향을 미치는 변인들에서 성차가 있는지를 다변량분산분석(MANOVA)한 결과 모든 변인에서 성차가 있음이 확인되었다. 이를 토대로 성별에 따른 다집단분석한 결과, 성별에 따른 최적의 모형에 차이가 있음을 알 수 있었다. 남자대학생의 경우에는 자아존중감과 섭식억제 사이를 신체비교와 신체불만족이 완전매개하는 모형이 최적의 모형이었으나 여자대학생의 경우에는 연구모형인 부분매개모형이 최적의 모형이었다. 이러한 연구결과를 바탕으로 성별에 따라 자아존중감, 신체비교, 신체불만족이 섭식억제에 미치는 영향력이 어떻게 달라지는지를 확인하였으며, 본 연구가 가지는 한계점과 후속연구들에 대한 제언을 논의하였다.

주요어 : 섭식억제, 신체불만족, 신체비교, 자아존중감

[†] 교신저자: 양난미, 경상대학교 심리학과, 경남 진주시 가좌동 900 경상대학교 사회대 434호
Tel: (055)751-5774, E-mail: behelper@gnu.ac.kr

오늘날 신체적인 외모, 그 중에서도 몸매와 체중에 대한 관심이 매우 높다. 대중매체의 영향으로 날씬한 몸매가 미의 기준으로 강조되면서 대부분의 여성들이 자신의 몸매와 체중에 관심을 가지고 자신이 희망하는 이상적인 몸매를 만들기 위해서 체중을 감량하기 위한 다양한 행동을 취하게 된다. 실제로 한국 대학신문이 대학생 1,707명을 대상으로 조사한 결과에 따르면 여자대학생 989명 중에서 84%가 ‘다이어트를 경험했거나 하고 싶다’고 말해 대부분의 여자대학생이 체중감량에 신경을 쓰고 있음을 보여주었다(주간조선, 2009. 11. 2에서 인용). 또한 ‘체중인식과 신체부위별 만족도’에 대한 김미옥, 은종국과 장은재(2009)의 조사에서도 대부분의 여자대학생들이 자신의 체중에 대해서 잘못된 인식을 가지고 있었는데 참여자 중에서 실제 비만은 4%에 불과했으나 ‘자신이 비만’이라는 응답은 47.5%로 큰 차이를 보였다. 특히, 체중이 정상범위인 참여자의 86.2%가 ‘자신의 체중이 창피해 체중을 감량해야 한다.’고 응답해 우리나라 여자대학생들이 실제체중과 관련 없이 자신의 신체에 불만족하는 경향이 있으며 동시에 체중감량에 대한 부담감을 느끼고 있음을 보여 주었다.

여성들이 체중을 감량하기 위해서 가장 많이 사용하는 방법 중의 하나가 먹는 양을 줄이고 먹고 싶은 것을 참는 섭식억제이다(김유정, 최수동, 서경현, 김성민, 2007). 섭식억제는 먹고 싶은 충동과 싸우는 인지적인 노력을 의미하며(Herman & Polivy, 1980), 먹고 싶은 양보다 적은 양을 먹으려는 경향으로 정의된다(Gorman & Allison, 1995). 하지만 날씬해지고 싶다는 본래 의도와는 달리 지나친 섭식억제는 영양의 불균형, 저체중, 영양실조와 같은

신체적 문제를 일으키고 더 심각해지면 먹기를 거부하는 거식증을 일으키기도 한다(권석만, 2003; 이옥경, 성한기, 2006). 또한 먹고 싶은 것을 참는 섭식억제를 장기간 지속하게 되면 한꺼번에 많은 양을 먹는 폭식행동을 하게 되고, 이후에 살이 찌는 것에 대한 두려움으로 억지로 구토를 하거나 설사제를 복용하는 일을 반복하는 폭식증이나 신경성 대식증을 일으킬 수 있다(Polivy & Herman, 1985; Pyle, Mitchell & Eckert, 1981). 또 다른 연구에서는 음식을 조절하려고 하는 노력이 결과적으로는 비만을 유발하거나 더 악화시킬 수 있다고 지적하고 있다(Stein, Stellar, West et al., 1991; 이민규, 한덕웅, 2001에서 재인용). 결국, 체중조절을 위한 섭식억제는 섭식장애의 원인 중의 하나가 될 수 있기 때문에 이상섭식행동 중에서도 섭식억제를 연구하는 것이 필요할 것이다. 특히 몸매에 관심을 가지고 체중감량을 시작하는 대부분의 사람들이 섭식억제를 시도하기 때문에 섭식억제에 대한 연구는 섭식장애와 비만을 이해하는데 도움이 될 뿐만 아니라 대다수 사람들이 적절한 체중과 체형을 유지하고 건강을 지키는데 유용한 정보를 줄 수 있을 것이다.

이제까지 진행된 연구결과들을 살펴보면 이상섭식행동은 단일 원인에 의해 일어나기 보다는 생리적, 사회문화적, 성격적 변인 등의 다차원적 원인에 의해 나타나는 것으로 밝혀졌다(Katzman & Wolchik, 1984; Polivy & Herman, 2002; Tylka & Subich, 2004; 손은정, 2008에서 재인용). 따라서 본 연구에서는 섭식억제를 중심으로 사회문화적 변인과 성격적 변인들의 구조적인 관계를 모형으로 설정하여 살펴보고자 한다.

이상섭식행동과 가장 강력한 관련이 밝혀진

사회문화적 변인 중의 하나가 신체불만족과 신체비교이다(Cattarin & Thompson, 1994; Stice & Hoffman, 2004; Shroff & Thompson, 2006 재인용). 신체불만족은 실제의 신체상과 목표로 정해둔 이상적인 신체상 사이에 차이가 있을 때 발생하는 부정적인 내적 상태를 말하며(임숙희, 2006), 자신의 신체에 대한 부정적인 평가를 의미한다(박정수, 이민규, 신희천, 2007). 구체적으로 신체불만족은 다이어트에 대한 관심을 증대시키고 섭식억제행동을 하게 만들며(Stice & Shaw, 2002), 섭식문제와 높은 정적 상관관을 보인다고 한다(Fabian & Thompson, 1989). 여자청소년을 대상으로 2년간의 종단연구를 실시한 Attie와 Brooks-Gunn(1989)의 연구에서도 신체불만족은 1년 후의 섭식문제를 예측하는 변인으로 나타났다. 우리나라 연구에서도 신체불만족과 섭식억제는 관련이 있음이 밝혀졌는데 임숙희(2006)는 여자대학생의 신체불만족 수준이 높아질수록 섭식억제나 폭식경향성이 함께 높아지고 있음을 밝혔고 박정수 등(2007)도 여자대학생의 신체불만족 수준이 높아질수록 절식행동이 높아지는 것으로 보고하였다. 또한 신체불만족과 섭식억제를 직접 살펴본 김선경과 서경현(2003)의 연구에서도 체형에 대한 불만족이 섭식억제와 정적인 상관관계를 있음을 보고하였다.

이러한 신체불만족은 신체질량지수(Body Mass Index: BMI)와 같은 객관적인 기준에 의해서도 일어날 수 있지만, BMI가 정상이거나 저체중인 사람들도 신체불만족을 경험한다는 점에서 미루어 보면 연예인과 같이 사회적으로 이상적이라고 여겨지는 대상과 자신의 몸매를 비교함으로써도 일어날 수 있다고 볼 수 있다. 이러한 과정을 설명하기 위해 ‘신체비교’라는 개념을 사용하는데, 신체비교

는 Festinger(1954)가 제시한 사회비교이론을 바탕으로 제안된 개념으로 자신의 체중, 몸매, 외모를 다른 사람과 비교하는 것을 의미한다. 사회비교이론에 따르면 일반적으로 사람들은 자기를 평가하고자 하는 동기가 강해서 끊임 없이 자기평가를 하게 된다고 한다. 이때 비교할 수 있는 객관적인 기준이 있다면 그 기준을 사용하지만, 객관적인 평가 기준이 없거나 모호할 경우 자신과 유사한 타인을 평가 기준으로 삼고 비교하게 된다고 한다. 신체비교는 Festinger(1954)의 사회비교이론에서처럼 자신과 유사한 타인 이외에, 최근에 상호작용을 했던 사람을 대상으로 이루어지기도 하며(Gilbert, Giesler, & Morris, 1995; Morse & Gergen, 1970), 자신과 유사한 속성을 가지고 있지 않은 사람을 대상으로도 이루어진다(Gilbert et al., 1995; Morse & Gergen, 1970)고 밝혀졌다. 선행연구에서 신체비교는 이상섭식행동과 직접적인 관계가 있음이 밝혀졌고(Corning, Krumm, & Smitham, 2006), 동시에 신체불만족과도 상관관계를 있었다(Heinberg & Thompson, 1992; Keery, den Berg & Thompson, 2004; Stormer & Thompson, 1996). 즉, 이상적인 몸매를 자신과 비교하는 행동이 많이 나타날수록 자신의 신체에 대한 불만족도가 높아지며 이상섭식행동 역시 높아지는 경향이 있었다.

구체적으로 우리나라 여자대학생을 대상으로 한 손은정(2008)의 연구에서는 신체비교, 신체불만족, 이상섭식행동의 관계를 포함하는 모형을 검증하였는데 이 모형은 신체비교와 신체불만족, 신체불만족과 이상섭식행동간의 직접경로와 신체비교와 이상섭식행동간의 관계를 신체불만족이 매개하는 간접경로를 포함하는 모형이었다. 경로분석한 결과, 세 경로

모두 정적 관계에 있었는데 신체비교가 높아질수록 신체불만족과 이상섭식행동이 모두 높아지는 경향이 있었고 신체비교와 이상섭식행동을 신체불만족이 부분매개하였다. 이에 비해 박정수 등(2007)의 연구에서는 신체비교, 신체불만족과 절식행동 간의 관계를 포함하는 모형을 검증하였는데 신체비교와 절식행동의 직접경로를 고려하지 않았지만 신체비교와 신체불만족, 신체불만족과 절식행동은 모두 유의한 관계가 있었다. 즉, 신체비교가 높아질수록 신체불만족 수준이 높아졌으며 신체불만족 수준이 높아질수록 절식행동 경향 역시 높아졌고 신체비교와 절식행동 사이를 신체불만족이 완전매개하였다. 박정수 등(2007)에서와 같이 신체비교와 섭식억제 사이를 신체불만족이 완전매개하는 모형은 신체비교 자체보다는 신체비교 결과 느끼는 자신에 대한 불만족이 섭식행동에 직접영향을 미치는 변인임을 보여주는 반면에 손은정(2008)과 같은 부분매개하는 모형은 섭식억제 행동이 남들과의 신체비교와 자신의 신체에 대한 불만족 각각에 의해 영향 받음을 보여준다. 따라서 본 연구에서는 정상 체중이거나 저체중을 지닌 사람들에게도 섭식억제 행동이 나타난다는 점에 미루어 보아, 섭식억제행동이 체중이라는 객관적인 기준에 근거해서 결정되기보다는 다른 사람과의 비교와 그 비교를 통해 자신이 지각하는 신체상에 대한 불만족감 양쪽에 의해서 결정될 것이라고 가정하여 신체비교와 섭식억제 사이의 관계에서 신체불만족이 부분매개하는 모형을 연구모형으로 그리고 완전매개하는 모형을 대안 모형으로 하여 이들 모형을 직접 비교해 보고자 한다.

마지막으로 본 연구에서는 섭식억제에 영향 미치는 성격적 요인으로 자아존중감을 고려하

였다. 자아존중감은 자아개념의 통합으로 볼 수 있으며(방지연, 2009), 자신을 유능하고, 가치있는 존재로 인식하고(육영숙, 2008), 자신의 감정, 능력을 긍정적으로 수용하는 것을 말한다(이경혜, 김숙경, 천기정, 한숙희, 2003). 보통 낮은 자아존중감은 개인적인 취약성으로서 이상섭식행동의 예측요인으로 제시되고 있다(Leary, Schreindorfer & Haupt, 1995; Polivy & Herman, 2002; Striegel-Moore & Cachelin, 2001; 손은정, 2008에서 재인용). 구체적으로 Katz (1985), Grant와 Foror(1986)에 따르면 낮은 자아존중감은 체중을 줄이려는 시도와 밀접한 관련이 있었고(김갑숙, 강연정, 2007에서 재인용) Wilksch와 Wade(2003)에 의하면 자아존중감은 비섭식억제집단에 비해 섭식억제집단이 유의하게 낮으며 이런 관계는 우울을 통제하고 난 뒤에도 유지되고 있음을 밝히고 있다. 우리나라 여자 고등학생과 대학생을 대상으로 한 김갑숙과 강연정(2007)의 연구에서도 자아존중감과 섭식억제행동은 부적 상관이 있었다. 따라서 자아존중감과 섭식억제 사이에 관련이 있음을 가정할 수 있었다.

하지만 자아존중감과 함께 이상섭식행동에 영향을 미치는 다른 변인들을 함께 연구한 연구결과에 따르면 자아존중감은 사회비교, 신체불만족 등의 변인을 통해 간접적으로 이상섭식행동에 영향을 미치는 것으로 나타났다(Tylka & Sabik, 2010; 손은정, 2008). 예를 들면 Tylka와 Sabik(2010)의 연구에서 자아존중감은 섭식장애에 직접효과 없이 신체감시, 신체비교와 신체수치심을 통해 간접적으로 섭식장애에 영향을 미치고 있었으며, 손은정(2008)의 연구에서도 동일하게 자아존중감은 이상섭식행동에 미치는 직접효과 없이 신체비교와 신체불만족을 통해 간접적으로 이상섭식행동에

영향을 미치고 있었다. 구체적으로 Tylka와 Sabik(2010)의 모형에서는 자아존중감과 신체비교, 신체수치심은 부적 관련이 있었고 동일하게 손은정(2008)의 연구에서도 자아존중감은 신체비교와 신체불만족과 부적 관련이 있었다. 이런 연구결과들을 종합하면, 자아존중감은 신체비교와 신체불만족과 간접적으로 부적 관련이 있음을 예측할 수 있다.

그렇다면 자아존중감, 신체비교와 신체불만족의 구조적 관계는 어떠한가? 손은정(2008)에서는 자아존중감과 신체불만족의 관계를 신체비교가 부분매개(연구모형과 대안모형 1)하는 것을 지지하였었고 자아존중감, 신체비교와 신체불만족을 함께 살펴본 Thompson, Heinberg, Altabe, 그리고 Tantleff-Dunn(1999)의 섭식장애 모델은 자아존중감이 신체비교와 마른 체형에 대한 내면화를 통해 신체불만족과 이상섭식행동에 영향을 미치는 완전매개관계(대안모형 2)로 설명하였다. 따라서 본 연구에서는 이 변인들간의 관계도 완전매개와 부분매개를 모형으로 만들어 직접 비교해 보고자 한다.

그런데 이상섭식행동은 이제까지 주로 여성에게서 나타난다고 생각되어 여성대상의 연구가 압도적으로 많았다. 하지만 최근에는 근육질 몸매가 이상적인 남성몸매로 생각되면서 신체불만족이나 섭식이 남성에게도 중요한 문제로 대두되고 있다. 워싱턴포스트 기사에 따르면, 하버드대학 연구진이 섭식장애를 겪고 있는 성인 3,000명의 성비를 조사한 결과 거식증과 폭식증 환자 가운데 남성의 비율이 25%와 40%에 달하고 있어 여성들의 문제라고 인식되어온 섭식장애가 남성들 사이에서 급증하고 있음을 보여주었다. 이렇게 남성 섭식장애가 급증하는 원인을 연구자들은 왕(王)

자 복근이 있는 완벽한 몸매를 선호하는 현실에 기인한다고 분석하였다. 이들은 여성들은 날씬한 몸을 만들기 위해 음식섭취를 줄이려고 하고 이 과정에서 거식증이나 폭식증을 경험하지만, 남성들은 근육질의 균형 잡힌 몸매를 만드는 과정에서 이와 같은 장애를 경험하게 된다고 설명하였다(Washington Post, 2007. 3. 13).

최근 Wardle, Haase와 Steptoe(2006)가 유럽, 아시아, 아메리카 대륙의 22개국 18,512명의 남녀대학생을 대상으로 신체상과 체중조절을 조사한 연구에서도 유사한 경향이 확인되었다. 구체적으로 BMI는 여학생의 경우 19.3-22.6, 남학생은 20.5-24.3으로 대부분의 나라에서 남녀모두 정상범위(18.5-23)에 있는 것으로 나타났지만 체중을 감량하려고 노력하고 있는 경우가 여학생의 29-77%, 남학생의 13-39%로 상당한 비율의 남녀대학생이 체중에 신경을 쓰고 있음을 보여 주었다. 이와 더불어 Wardle 등(2006)의 조사결과에서 나타난 또 하나의 중요한 사실은 우리나라 대학생들의 체중에 대한 관심이 다른 나라에 비해 상대적으로 높다는 점이었다. 우리나라 여학생들의 경우에는 조사 대상 22개국 중에서 가장 낮은 19.3의 BMI를, 남학생은 20.7로 두 번째로 낮은 BMI를 보여 우리나라 남녀대학생의 신장에 비교한 몸무게는 상대적으로 매우 낮은 편이었으나 몸무게를 줄이려는 노력을 하고 있다는 비율은 22개국 중에서 여학생은 1위(77%), 남학생은 8위(23%)로 상대적으로 체중감량에 대한 관심이 매우 높은 편이었다. 이 결과는 우리나라 여학생의 4분의 3이 몸무게를 줄이려고 노력하고 있으며 남학생도 4분의 1정도가 체중감량을 위해 노력하고 있음을 보여주고 있어 우리나라 남녀대학생들의 체중에

대한 관심이 지나치게 높음을 보여준다. 이렇듯 여성들의 문제라고 생각되었던 체중에 대한 관심이 남학생들에게도 나타난다는 사실은 남성의 섭식행동에 대한 연구가 필요한 시점임을 보여준다. 이러한 점에 착안하여 본 연구는 전체집단을 통해 지지된 모형이 남자대학생 집단과 여자대학생 집단 각각에서는 어떠한지 탐색적으로 살펴보고자 한다.

섭식억제와 관련된 변인들은 선행연구에서 성별에 따라 차이가 있다고 나타나거나 일관적이지 않은 결과가 보고되었다. 먼저, 자아존중감은 성별에 따라 유의한 차이가 없다는 연구(김경아, 2003; 전종국, 이미옥, 2007; 하유진, 2007)와 남성의 자아존중감이 여성에 비해 유의하게 높다는 연구(김옥수, 김선화, 김애정, 2002; 김정순, 2009; 양원경, 1999), 반대로 여성의 자아존중감이 남성에 비해 더 높다고 보고한 연구(한향정, 2008) 등 서로 다른 결과를 나타내고 있어 연구결과가 일관적이지 않았다. 신체비교와 관련하여 성차를 확인한 연구는 매우 부족한 실정인데 직접적으로 신체비교를 검증한 것은 아니지만 외모비교에서 자아존중감으로 가는 직접경로에서 표준화된 추정치값의 성차를 비교한 현정숙(2007) 연구에서는 남학생들의 외모비교가 자아존중감에 더 부정적인 영향을 주고 있는 것으로 나타났다. 다음으로 신체불만족의 경우에는 여성이 자신의 신체에 불만족한 비율이 남성에 비해 유의하게 높게 나타났고(김정순, 2009), 다른 연구에서도 일관성있게 여성이 남성보다 신체불만족이 높게 나타나는 것으로 일관적으로 보고되고 있다(강혜자, 2003; 유지영, 2010; 이미숙, 2000; 조영미, 2005). 마지막으로 섭식억제의 경우에는 아동을 대상으로 한 이영미(2004)의 연구에서는 절식에 대한 태도와 과거의 절식

행동은 성별에 따른 차이가 나타나지 않았지만, 현재의 절식행동에 있어서는 여자아이가 유의하게 높게 나타났고, 청소년을 대상으로 한 권민경(2010)의 연구에서도 여자청소년이 절식행동에서 유의하게 높은 점수를 보였다. 또한 신체불만족이 절식행동에 미치는 효과를 분석한 김인혜(2010)의 연구에서는 남자의 경우 신체불만족이 절식점수의 전체변량 38%를 유의하게 설명하였고, 여자의 경우에는 35%를 유의하게 설명하였다. 이러한 결과에 비추어 보았을 때 자아존중감, 신체비교, 신체불만족 및 섭식억제와 관련하여 성차가 나타날 것이라고 예상할 수 있다.

종합하면 본 연구는 다음과 같은 목적을 가지고 진행되었다. 첫째, 자아존중감, 신체비교와 신체불만족이 섭식억제에 미치는 영향을 확인해 보고자 하였다. 선행연구에서 신체비교와 신체불만족이 이상섭식행동을 설명하는 중요한 변인으로 밝혀졌는데 이들 변인이 섭식억제와도 관련이 있는지 살펴보고자 하였다. 이를 통해 체중감량을 시작하는 대부분의 사람들이 시도하는 섭식억제를 통합적으로 이해하고자 하였다. 둘째, 섭식억제에 미치는 신체비교와 신체불만족의 구조적 영향을 보다 명확하게 밝히고자 한다. 신체비교와 신체불만족이 각각 직접효과를 갖는지 아니면 신체비교는 신체불만족을 통한 간접효과만을 갖는지를 확인함으로써 우리가 섭식억제문제에 개입하고자 할 때 다른 접근이 필요한지 밝히고자 하였다. 마지막으로 본 연구변인들에서 성별에 따른 차이가 존재하는지, 차이가 존재한다면 변인간의 구조적 관계에도 성별에 따른 차이가 있는지 탐색적으로 알아보고자 하였다. 만약 성별에 따른 차이가 존재한다면 이제까지 여성을 중심으로 진행된 이상섭식행동

에 대한 연구들을 남성에게 적용할 때 보다 신중한 접근이 요구될 것이다.

따라서 본 연구에서는 먼저, 선행연구를 토대로 자아존중감은 신체비교(Kernis, 1993; 백원철, 김수겸, 2004; 손은정, 2008), 신체불만족(Tylka과 Sabik, 2010; 손은정, 2008)에 영향을 미치고 신체비교는 신체불만족(Heinberg & Thompson, 1992; Keery, van den Berg & Thompson, 2004; Stormer & Thompson, 1996; 손은정, 2008)과 섭식억제(Corning, Krumm & Smitham, 2006), 그리고 신체불만족이 섭식억제(김선경, 서경현, 2003; 임숙희, 2006)에 영향을 미치는 그림 1과 같은 모형을 연구모형으로 구성하였다. 이 모형은 자아존중감과 신체불만족 사이를 신체비교가, 신체비교와 섭식억제 사이를 신체불만족이 부분매개하는 모형으로 신체비교가 섭식억제에 미치는 영향이 신체불만족을 통한 간접효과 뿐만 아니라 직접효과도 가지고 있음을 고려한 모형이다. 대

안모형 1은 손은정(2008)과 박정수 등(2007)에서 일치하지 않았던 신체비교와 섭식억제간의 직접경로를 제거한 모형으로, 신체비교가 신체불만족을 통해 섭식억제에 영향을 미치는 모형이다. 대안모형 2는 네 변인간의 관계에서 모두 완전매개만을 가정한 모형으로 자아존중감, 신체비교 등이 섭식억제에 미치는 영향이 다른 변인을 통한 간접효과만을 가정한 모형이었다(Thompson et al., 1999). 대안모형 2는 자아존중감이나 신체비교가 직접적으로 섭식억제에 영향을 주는 것이 아니라 다른 변인들과의 관계를 통해 영향을 미치는 과정을 설명한 모형이다. 다음으로 모형검증을 통해 밝혀진 최적의 모형에서 각 변인들의 영향력과 매개효과의 유의성을 검토하였고 마지막으로 남자대학생과 여자대학생 집단 각각에서 이 네 변인이 유의한 차이가 있는지 그리고 이들 변인간의 관계를 가장 잘 설명하는 모형이 무엇인지 탐색해 보고자 하였다.

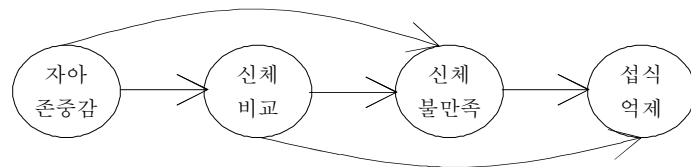


그림 1. 연구모형

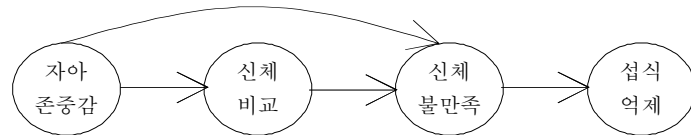


그림 2. 대안모형 1

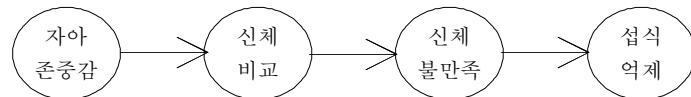


그림 3. 대안모형 2

연구방법

참여자

서울과 지방의 4년제 대학 5개교에 재학 중인 415명이 연구에 참여하였다. 회수된 설문지 중 불성실하게 응답한 5명을 제외하고 총 410부의 설문지를 분석에 사용하였다. 참여자는 남학생이 238명(58.0%), 여학생이 171명(41.7%)이었고, 무응답이 1명(0.2%)이었다. 참여자의 연령은 18-30세 사이였고 평균 21.18세($SD=2.44$)였으며, 학년별 분포는 1학년 118명(28.8%), 2학년 105명(25.6%), 3학년 131명(32.0%), 4학년 54명(13.2%), 무응답 2명(0.5%)이었다. 전공별 분포를 살펴보면, 인문계열 194명(47.3%), 자연계열 163명(39.8%), 기타 48명(11.7%), 무응답 5명(1.2%)이었다. 또한 남학생의 체중은 39-94kg, 평균 68.02kg($SD=9.58$)이었고 여학생의 경우에는 41-75kg, 평균 53.28kg($SD=6.40$)이었으며 신장은 남성이 151-187cm, 평균 174.99cm($SD=5.54$)이었고, 여성은 150-173cm, 평균 162.02cm($SD=4.92$)이었다. 신체질량지수는 남성이 15.81-32.53, 평균은 22.18($SD=2.60$) 여성이 16.22-26.57, 평균 20.24($SD=2.15$)로 나타났다. 설문지는 수업시간에 참여자들에게 참여 동의를 구한 후 실시하였고 그 자리에서 바로 회수하였다.

측정도구

자아존중감

자아존중감은 Rosenberg(1965)가 개발한 자아존중감 척도를 전병제(1974)가 번안한 것을 사용하였다. 이는 자아가치(self-worth)와 자아승인(self-acceptance)을 측정하기 위해 만들어

진 자기보고식 척도로, 긍정 5문항, 부정 5문항으로 구성되어 있다. 응답은 4점 척도로, 1점 '거의 그렇지 않다'에서 4점 '거의 언제나 그렇다'로 하도록 되어있다. 부정문항은 역채점 하였으며, 점수가 높을수록 자아존중감의 수준이 높은 것을 의미한다. 본 연구에서의 Cronbach's α 는 .83이었다.

신체비교

신체비교는 Thompson, Heinberg, Tantleff (1991)의 신체외모에 대한 비교척도(Physical Appearance Comparison Scale; PACS) 5문항과 Tiggemann과 McGill(2004)의 신체특성에 대한 비교 척도(Specific Attributes Comparison Scale; SACS) 중 3문항을 사용하였다. PACS척도는 사회적 맥락에서 자신의 신체와 외모를 다른 사람과 비교하는 정도를 측정하는 5문항으로 구성되어 있으며 손은정(2008)이 번안한 척도를 사용하였다. 점수가 높을수록 다른 사람과 비교하는 경향이 높음을 의미하며 응답은 1점 '전혀 그렇지 않다'에서 5점 '항상 그렇다'로 하도록 되어있다. 본 연구에서의 Cronbach's α 는 .66이었다. SACS척도는 팔뚝, 허벅지, 배 등의 구체적인 신체부위를 다른 사람과 비교하는 정도를 측정하는 5문항으로 구성되어 있고 '전혀 그렇지 않다' 1점에서 '항상 그렇다' 5점으로 응답하며 점수가 높을수록 다른 사람과 비교하는 경향이 높음을 의미한다. 본 연구에서는 남성의 신체비교를 측정하기 위해 주로 여성들에게 해당되는 1번(가는 팔뚝), 4번(엉덩이) 문항을 삭제했으며 문화적인 요인을 고려하여 3번 문항을 '목욕탕에 갈 때'로, 5번 문항을 '다른 사람들이 몸에 꼭 붙는 옷을 입은 것을 보면, 그런 옷을 입었을 때 나의 신체는 어떻게 보일까 비교한다'로 수정하

여 사용하였다. 최종적으로 본 연구에서는 5 문항 중에서 3문항을 사용하였다. 본 연구에서의 *Cronbach's α*는 .80이었다.

신체불만족

신체불만족을 측정하기 위해서 Rosen, Jones, Ramirez와 Waxman(1996)이 개발한 체형질문지(Body Shape Questionnaire)를 하효정(2009)이 변안한 것을 사용하였다. 이 척도는 체형에 대한 관심정도를 측정하는 16문항으로 구성되어 있고 ‘전혀 아니다’ 1점에서 ‘항상 그렇다’ 6점으로 응답하며 점수가 높을수록 신체에 대한 관심이 크며, 뚜렷한 느낌을 더 많이 경험하는 것을 의미한다. 본 연구에서의 *Cronbach's α*는 .96이었다.

섭식억제

섭식억제를 측정하기 위해서 이민규와 한덕용(2001)이 개발한 섭식억제 척도를 사용하였다. 이 척도는 섭식억제 수준을 측정하기 위한 것으로 인지요인 5문항, 행동의도요인 5문항, 정서요인 5문항 총 15문항으로 구성되어 있다. 인지요인과 행동의도요인은 ‘전혀 그렇지 않다’ 1점에서 ‘매우 그렇다’의 7점 척도로 정서척도는 ‘나쁘다’ 1점에서 ‘좋다’ 7점의 의미분척도로 점수가 높을수록 섭식억제가 더 높아짐을 의미한다. 본 연구에서는 정서척도가 참여자들에게 혼란을 줄 수 있다고 판단하여 제외하고 인지와 행동척도만 분석에 사용하였다. 본 연구에서의 *Cronbach's α*는 하위요인별로 인지요인은 .80, 행동의도요인은 .93이었고, 인지요인과 행동요인의 전체 *Cronbach's α*는 .92이었다.

자료 분석

사용된 척도들의 신뢰도분석을 위해서 *Cronbach's α*를, 변인들의 일반적인 특성을 알아보기 위해서 평균과 표준편차를, 변인 간 관계를 알아보기 위해서 상관분석을 실시하였다. 다음으로 자아존중감, 신체비교, 신체불만족과 섭식억제를 설명하는 최적의 모형을 찾기 위해 연구모형과 대안모형 2개를 구성하여 구조방정식 모형검증을 통해 비교하였다. 모형검증은 Anderson과 Gerbing(1988)의 2단계 방식을 사용하였고 추정방법은 최대우도법을 사용하였다. 1단계에서는 먼저 각 척도별로 3개의 문항꾸러미(item parcels)로 나누어 측정변수를 만든 이후에 측정변수들이 잠재변수를 잘 측정하는지 측정모형에 대한 확인적 요인분석을 실시하였다. 문항꾸러미는 Russel, Kahn, Spoth와 Altmaier(1998)의 권유에 따라, 섭식억제는 정서요인을 제외한 2개 하위요인별로, 나머지 잠재변인들은 각각 3개의 측정변수로 묶었다. 각 문항 꾸러미들이 잠재변수에 대해 동일한 부하량을 가지도록 요인분석을 실시하여 요인부하량의 평균이 동등하도록 문항을 배분하였다. 각 측정변수별로 왜도, 첨도와 이상치 등을 점검하여 이상이 없음을 확인한 이후에 자료의 결측치는 기대-최대화(Expectation-maximization) 방식으로 처리하였다. 모형적합도 지수는 표본크기에 대한 민감성, 모형의 간명성, 해석가능성 등을 고려하여 TLI, CFI, IFI, RMSEA 등을 사용하였다. RMSEA는 절대적 적합도 지수로 .05 이하(Brown & Cudeck, 1993)일 때 좋은 적합도로 판정되고 .08 이하이면 보통 적합도, .10 이상이면 나쁜 적합도로 판정된다. 이에 비하여 TLI, CFI, IFI는 상대적 적합도 지수로 .90 혹은 .95 이상이면 모

형의 적합도가 좋은 것으로 해석한다(배병렬, 2007; 홍세희, 2000). 모형비교를 위해서는 내재된 모형인 경우에 사용하는 적합도 지수비교와 χ^2 차이검증을 사용하였다(김주환, 김민규, 홍세희, 2009; 배병렬, 2007). 검증된 모형에서 매개효과의 유의성은 김진호, 홍세희와 추병대(2007), Shrout와 Bolger(2002)의 권유에 따라 부트스트랩 절차를 사용하여 검증하였다. 부트스트랩 절차에서는 원자료($N=410$)에서 무선 표집으로 생성된 1,000개 표본을 모수추정에 사용하였고 신뢰구간은 95%로 설정하였다. 마지막으로 네 변인에서 성차가 있는 알아보기 위해 다변량분산분석(MANOVA)을 사용하였고 변인들간의 구조적 관계가 두 집단에서 서로 동일한지 확인하기 위해 다집단분석(multi-group analysis)을 실시하였다. 모든 통계분석은 SPSS win 12.0과 AMOS 5.0 프로그램을 이용하였다.

연구결과

예비분석

연구모형을 검증하기 전에 예비분석으로 변인들 간의 평균과 표준편차, 상관을 분석하였

다. 표 1에 있는 결과를 살펴보면 자아존중감은 나머지 세 변인과 부적인 상관이 있는 것으로 나타났고, 신체비교는 신체불만족, 섭식억제와 정적인 상관이 있는 것으로 나타났다. 그리고 신체불만족과 섭식억제 사이에는 정적인 상관이 있는 것으로 나타났다.

측정모형 검증

문항 꾸러미를 통해 만들어진 측정변수들의 상관과 평균, 표준편차는 표 2에 제시하였다.

본 연구의 측정변수들이 잠재변수를 적절하게 측정하는지를 확인하기 위해 측정모형 검증을 실시하였다. 측정모형의 확인적 요인분석 결과 $\chi^2(df=38, N=410)=124.046(p=.000)$ 이었으나 TLI=.962, CFI=.974, IFI=.974로 좋은 적합도를 나타내었고 RMSEA=.074로 보통 적합도를 보여 측정모형이 자료에 적합한 것으로 나타났다. 표 3에서 제시된 바와 같이 자아존중감의 하위요인들은 .73-.82, 신체비교는 .55-.92, 신체불만족은 .94-.95, 섭식억제는 .81-.91의 요인부하량을 보였다. 모든 측정변인의 요인부하량은 통계적으로 유의한 것으로 나타났다($p<.001$). 따라서 본 연구에서 11개의 측정변수로 4개의 잠재변인을 측정할 것은 타당함을 알 수 있었다.

표 1. 주요변인의 평균, 표준편차 및 상관계수

		1	2	3	4	M	SD
1	자아존중감	-	-.27***	-.34***	-.17***	3.43	.53
2	신체비교		-	.72***	.52***	2.79	.71
3	신체불만족			-	.65***	2.65	1.13
4	섭식억제				-	2.96	1.10

주. *** $p < .001$

표 2. 측정변수간의 평균, 표준편차 및 상관계수

변인	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	M	SD
1	-	.60***	.59***	-.24***	-.16**	-.27***	-.31***	-.29***	-.33***	-.19***	-.12*	2.75	.66
2		-	.67***	-.15***	-.13**	-.19***	-.26***	-.22***	-.26***	-.15**	-.05	3.22	.59
3			-	-.17***	-.18***	-.23***	-.29***	-.27***	-.32***	-.15**	-.03	3.21	.50
4				-	.42***	.62***	.44***	.52***	.56***	.44***	.30***	2.89	.80
5					-	.49***	.41***	.43***	.46***	.35***	.25***	2.90	.71
6						-	.68***	.73***	.73***	.58***	.48***	2.60	.99
7							-	.91***	.90***	.64***	.59***	2.40	1.12
8								-	.88***	.65***	.60***	2.80	1.23
9									-	.63***	.54***	2.72	1.16
10										-	.74***	3.29	1.36
11											-	2.98	1.57

주. 1. 2. 3은 자아존중감을 3개 하위요인으로 묶은 것이며, 4,5,6은 신체비교를 3개 하위요인으로 묶은 것이다. 7. 8. 9는 신체불만족을 3개 하위요인으로 묶은 것이며, 10. 섭식억제의 인지요인 11. 섭식억제의 행동요인이다.

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

표 3. 측정모형의 요인계수

측정변수	비표준화 경로계수	표준오차	임계치	표준화 경로계수
자아존중감				
자아존중감 1	1.00			.73
자아존중감 2	1.00	.07	14.26	.81***
자아존중감 3	.86	.06	14.32	.82***
신체비교				
신체비교 1	1.00			.67
신체비교 2	.72	.07	10.09	.55***
신체비교 3	1.69	.12	14.63	.92***
신체불만족				
신체불만족 1	1.00			.95
신체불만족 2	1.10	.03	39.55	.95***
신체불만족 3	1.03	.03	39.06	.94***
섭식억제				
섭식억제(인지)	1.00			.91
섭식억제(행동)	1.04	.06	17.69	.81***

주. *** $p < .001$

모형비교

표 4에 제시된 바와 같이 연구모형과 대안 모형 1, 2 모두 TLI, CFI, IFI가 .90 이상으로 좋은 적합도를 보이며 RMSEA도 .08 이하로 보통 정도의 적합도를 보이고 있어 3개의 모형이 모두 자료에 적합함을 알 수 있었다. 그러나 3개 모형의 적합도 지수를 비교했을 때, 연구모형이 대안모형 1, 2에 비해 근소하지만 TLI, CFI, IFI, RMSEA가 더 좋은 것으로 나타나 연구모형이 가장 좋은 모형임을 보여주었다. 또한 연구모형과 대안모형 1, 2의 χ^2 차이 검증을 실시한 결과를 비교해보면, 연구모형과 대안모형 1의 $\Delta\chi^2(1)=6.460$, 연구모형과 대안모형 2의 $\Delta\chi^2(2)=15.539$ 로 유의수준 .05에서 유의한 차이를 나타냈다. 이는 연구모형과 대안모형 1, 2가 자료를 설명하는 정도에 차이가 없다는 영가설을 기각하는 결과로 연

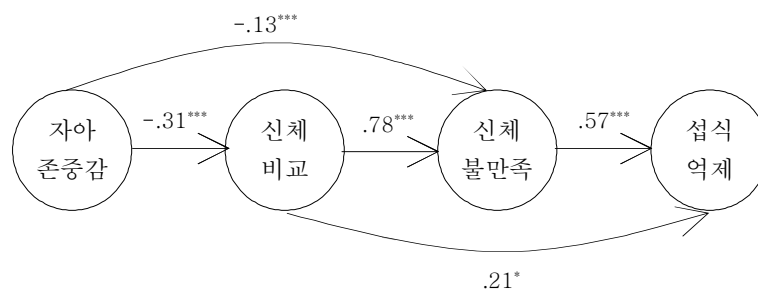
구모형이 가장 좋은 모형임을 보여준다. 결론적으로 적합도 지수비교와 χ^2 차이 검증 결과를 종합해 볼 때, 3개 모형 중 연구모형이 자료를 가장 잘 설명하는 모형임을 알 수 있었다.

모수추정치

모형비교 결과 자아존중감, 신체비교, 신체 불만족, 섭식억제의 관계를 가장 잘 설명하는 모형으로 나타난 연구모형의 모수추정치는 그림 4에 제시된 것과 같다. 모수추정치를 살펴보면, 모든 경로계수가 유의함을 알 수 있었다. 자아존중감은 신체비교($\beta=-.31, p<.001$)와 신체불만족($\beta=-.13, p<.001$)에 부적 영향을 미치는 것으로 나타났고 이는 자아존중감이 낮을수록 신체비교를 더 많이 하고, 신체불만족도 더 많이 경험하는 것을 의미한다. 신체비

표 4. 모형 간 적합도 지수 비교

	χ^2	df	TLI	CFI	IFI	RMSEA	$\Delta\chi^2$
연구모형	129.607	39	.961	.972	.972	.075	
대안모형 1	136.067	40	.960	.971	.971	.077	6.460
대안모형 2	145.146	41	.957	.968	.968	.079	15.539



주. * $p<.05$, *** $p<.001$

그림 4. 연구모형의 모수추정치

교는 신체불만족($\beta=.78, p<.001$)과 섭식억제($\beta=.21, p<.05$)에 정적 영향을 미치는 것으로 나타났는데, 이는 신체비교를 많이 할수록 신체에 대해 불만족을 더 많이 느끼며, 섭식억제도 많이 나타남을 의미한다. 신체불만족은 섭식억제($\beta=.57, p<.001$)에 정적 영향을 미치는데 신체에 대해 불만족을 많이 느끼면 섭식을 억제하려는 경향도 함께 높아짐을 의미한다.

매개효과 유의성 검증

자료에 적합한 것으로 확인된 연구모형에서 변수들의 간접효과가 통계적으로 유의한지를 알아보기 위해, 부트스트랩(Bootstrap)절차를 사용하였다. 이 결과, 모든 직·간접효과의 경로 계수가 유의수준 .05에서 통계적으로 유의한 것으로 나타났다(표 5). 이는 자아존중감이 섭식억제에 미치는 영향에서 신체비교와 신체불만족의 매개효과가 통계적으로 유의하며, 자아존중감이 신체불만족에 미치는 영향에서 신체비교, 신체비교가 섭식억제에 미치는 영향에서 신체불만족의 매개효과가 통계적으로 유의함을 의미한다.

성별에 따른 차이 검증

전체 집단에서 확인된 모형이 남자대학생과 여자대학생에서 동일한지 검토하기 위하여 먼저 성별(남성, 여성)을 독립변수로, 자아존중감, 신체비교, 신체불만족, 섭식억제를 종속변수로 하는 다변량 분산분석(MANOVA)을 실시하였다. 변량-공변량 행렬의 동질성을 검증한 결과 집단의 동질성이 충족되지 않았기 때문에 $[F(10, 630274.48) = 2.60, p < .05]$ Pillai's Trace 값을 확인하였다. 그 결과, 성별에 따라 자아존중감, 신체비교, 신체불만족, 섭식억제의 선형조합에 유의한 차이가 있었으며, 이때 Pillai's $T = .210$ 이었고 $F=26.789(p<.001)$ 이었다. 또한, 성별은 자아존중감, 신체비교, 신체불만족, 섭식억제 선형조합의 21%를 설명하였다. 성별에 따른 종속변수의 평균 차이를 구체적으로 살펴보면, 표 6에 제시된 것처럼 자아존중감은 유의수준 .05에서 유의한 차이가 있었고, 신체비교, 신체불만족, 섭식억제는 유의수준 .001에서 유의한 차이가 있었다. 즉, 평균적으로 여자대학생들은 남자대학생들에 비해 자아존중감이 낮고 신체비교를 많이 하며 신체불만족과 섭식억제를 더 많이 경험함

표 5. 신체비교와 신체불만족의 매개효과 검증

	직접효과	간접효과	총효과
자아존중감→신체비교	-.307**		-.307**
자아존중감→신체불만족	-.128**	-.239*** (-.330~-1.49)	-.366**
자아존중감→섭식억제		-.273*** (-.352~-1.94)	-.273***
신체비교→신체불만족	.777*		.777**
신체비교→섭식억제	.214*	.440** (.296~.597)	.655**
신체불만족→섭식억제	.567**		.567**

주. * $p<.05$, ** $p<.01$, *** $p<.001$

표 6. 자아존중감, 신체비교, 신체불만족, 섭식억제의 성차

변인	남성		여성		F(1,414)	η^2
	M	SD	M	SD		
자아존중감	3.48	.52	3.36	.54	5.59*	.014
신체비교	2.56	.68	3.10	.65	64.02***	.136
신체불만족	2.24	.93	3.20	1.14	87.85***	.178
섭식억제	2.59	1.03	3.47	1.00	75.27***	.156

주. * $p < .05$, *** $p < .001$

을 알 수 있었다. 각 종속변수에 대한 성별의 설명력은 자아존중감이 총 변량의 1.4%, 신체비교가 13.6%, 신체불만족이 17.8%, 그리고 섭식억제는 15.6%였다.

성별에 따른 모형 검증

성별에 따른 모형검증에 앞서 측정변수들 간의 상관과 평균, 표준편차는 표 7에 제시하였다. 전체적으로 측정변수의 상관관계는 전체집단과 유사한 상관을 보이고 있었다.

본 연구에서 자료에 가장 적합한 것으로 확인된 연구모형이 성별에 따라 차이가 있는지 검증하기 위하여 다집단분석(multi-group analysis)을 실시하였다. 다집단분석은 세 단계를 통해 이루어지는데 1단계에서는 구조모형이 두 집단에서 동일한지를 확인하기 위해 형태동일성을 검증하고, 형태동일성가정이 충족되면 2단계에서는 두 집단에서 동일한 속성을 측정하고 있는지를 확인하기 위해 측정동일성을 검증한다. 그리고 3단계에서는 구조모형에서의 경로계수가 두 집단에서 동일한지를 확인하기 위한 구조동일성검증을 실시한다.

1단계로 형태동일성 검증을 위하여 남자대학생 집단과 여자대학생 집단에서 자료에 가

장 적합한 것으로 나타난 모형이 동일한지 검토하였다. 표 8에 제시된 것처럼, 남자대학생들의 경우 연구모형과 대안모형 1, 2의 적합도 지수를 비교해 보면 세 모형의 TLI, CFI, IFI는 모두 .90 이상으로 근소한 차이만을 보이고 있어 세 모형 모두 좋은 모형임을 보이고 있었다. 하지만 세 모형 모두에서 RMSEA는 .80 이상 .10 이하로 세 모형 모두 나쁜 모형은 아님을 알 수 있었다. 세 모형의 χ^2 차이검증 결과는 살펴보면, 연구모형에 비해 대안모형 1은 $\Delta\chi^2(1)=0.574(p>.05)$, 대안모형 2는 $\Delta\chi^2(2)=4.257(p>.05)$ 로 χ^2 차이검증 결과 연구모형에 비해 대안모형들은 모두 통계적으로 유의한 차이가 없었다. 이는 보다 간명한 모형인 대안모형 2가 연구모형이나 대안모형 1보다 더 좋은 모형임을 의미한다. 이러한 결과들을 종합할 때 적합도 지수에서는 근소한 차이만 있었지만 내재된 모형을 비교할 때는 χ^2 차이검증결과를 우선적으로 검토한다는 배병렬(2007)의 방식에 따라 남자대학생 집단에서는 대안모형 2가 자료를 가장 잘 설명하는 것으로 결정하였다.

다음으로 여자대학생의 경우에는 3개 모형의 적합도 지수를 비교했을 때, 연구모형이

표 7. 남녀별 측정변수간의 평균, 표준편차 및 상관계수

변인	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	남	
												M	SD
1	-	.64***	.66***	.19*	.15	.21**	.35***	.31***	.31***	.14	.06	2.64	.71
2	.56***	-	.56***	.25***	.13	.22**	.33***	.26***	.29***	.16*	.07	3.16	.58
3	.54***	.68***	-	.21**	.14	.26***	.37***	.34***	.37***	.19*	.01	3.16	.48
4	.23***	.04	.11	-	.34***	.58***	.49***	.57***	.62***	.52***	.33***	3.12	.80
5	.09	.08	.18**	.39***	-	.34***	.34***	.32***	.35***	.23**	.18*	3.18	.64
6	.26***	.14*	.18**	.60***	.48***	-	.64***	.67***	.69***	.52***	.39***	3.02	.92
7	.20**	.18**	.21***	.29***	.30***	.62***	-	.88***	.90***	.57***	.46***	2.93	1.13
8	.22***	.16*	.19**	.40***	.35***	.71***	.89***	-	.86***	.62***	.50***	3.38	1.21
9	.28***	.19**	.27***	.43***	.40***	.69***	.85***	.84***	-	.60***	.45***	3.28	1.21
10	.16*	.09	.09	.29***	.28***	.51***	.58***	.58***	.54***	-	.68***	3.87	1.25
11	.12	.10	.01	.20**	.17**	.45***	.65***	.62***	.52***	.74***	-	3.47	1.57
여	M	2.83	3.27	3.25	2.74	2.70	2.30	2.01	2.37	2.32	2.87	2.63	
	SD	.60	.59	.51	.77	.69	.94	.94	1.06	.94	1.28	1.47	

주. 대각선 아래 남자, 대각선 위 여자이며 1. 2. 3은 자아존중감을 3개 하위요인으로 묶은 것이며, 4. 5. 6은 신체비교를 3개 하위요인으로 묶은 것이다. 7. 8. 9는 신체불만족을 3개 하위요인으로 묶은 것이며, 10. 섭식억제의 인지요인 11. 섭식억제의 행동요인이다.

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

표 8. 남자대학생과 여자대학생 집단에 대한 모형적합도 지수 비교

Model	χ^2	df	TLI	CFI	IFI	RMSEA	$\Delta\chi^2$
남성 연구모형	113.839	39	.937	.955	.956	.090	
남성 대안모형 1	114.413	40	.939	.956	.956	.089	0.574
남성 대안모형 2	118.096	41	.938	.954	.955	.089	4.257
여성 연구모형	65.977	39	.970	.979	.979	.064	
여성 대안모형 1	72.885	40	.964	.974	.974	.070	6.908
여성 대안모형 2	76.695	41	.962	.972	.972	.072	10.718

대안모형 1, 2에 비해 근소하지만 TLI, CFI, IFI, RMSEA가 더 좋아 연구모형이 가장 좋은 모형임을 보여주었다. 또한 연구모형과 대안

모형 1, 2의 χ^2 차이검증을 실시한 결과를 비교해보면, 연구모형과 대안모형 1의 $\Delta\chi^2$ (1)=6.908, 연구모형과 대안모형 2의 $\Delta\chi^2$

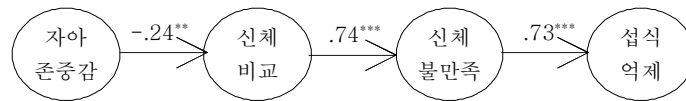


그림 5. 남자대학생 집단에서 최적의 모형 (대안모형 2)

주. ** $p < .01$, *** $p < .001$

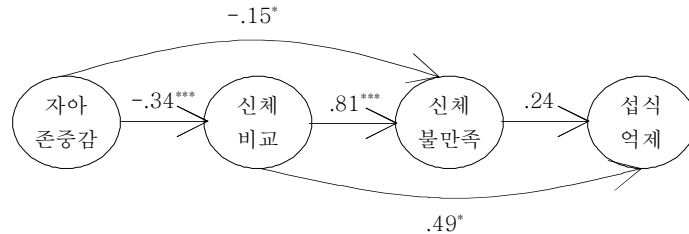


그림 6. 여자대학생 집단에서 최적의 모형 (연구모형)

주. * $p < .05$, *** $p < .001$

(2)=10.718로 .05에서 유의한 차이를 나타내었다. 이는 연구모형과 대안모형 1, 2가 자료를 설명하는 정도에 차이가 없다는 영가설을 기각하는 결과로 연구모형이 가장 좋은 모형임을 보여준다. 결론적으로 적합도 지수와 χ^2 차이검증 결과를 종합해 볼 때, 여자대학생 집단에서는 3개 모형 중 연구모형이 자료를 가장 잘 설명하는 모형임을 알 수 있었다.

형태동일성가정이 우선적으로 충족되어야 측정동일성과 구조동일성 검증이 가능하지만 남자대학생 집단과 여자대학생 집단에서 가장 자료를 잘 설명하는 모형이 서로 달랐기 때문에 측정동일성 및 구조동일성 검증은 실시하지 않았다.

각 집단에서 최적의 모형으로 채택된 대안모형 2와 연구모형에 대한 모수추정치를 그림 5, 그림 6에 제시하였다.

남자대학생의 경우, 자아존중감이 낮을수록 신체비교 정도가 높아지고($\beta = -.24, p < .01$) 신체비교가 높을수록 신체불만족 정도도 높아졌

으며($\beta = .74, p < .001$), 신체불만족이 높을수록 섭식억제 역시 높아지는 것으로 나타났다($\beta = .73, p < .001$).

반면 여자대학생의 경우, 자아존중감이 낮을수록 신체비교정도($\beta = -.34, p < .001$)와 신체불만족정도($\beta = -.15, p < .05$)가 높아졌으며, 신체비교가 높을수록 신체불만족 정도도 높아지고($\beta = .81, p < .001$) 섭식억제 경향도 강해졌다($\beta = .49, p < .05$). 하지만 신체불만족과 섭식억제사이의 직접경로는 통계적으로 유의하지 않은 것으로 나타났다($\beta = .24, p > .05$).

논 의

본 연구는 대학생들의 자아존중감, 신체비교, 신체불만족이 이상섭식행동의 대표적인 방식인 섭식억제에 미치는 영향을 확인하기 위해 선행연구를 바탕으로 연구모형과 2개의 대안모형을 구성하여 탐색적으로 네 변인간의

구조적 관계를 검증하였다. 그리고 성별에 따라 네 변인간의 관계에 차이가 있는지 알아보았다. 본 연구의 결과에 나타난 주요 시사점은 다음과 같다.

첫째, 자아존중감, 신체비교와 신체불만족이 우리나라 대학생들의 섭식억제행동에 영향을 주고 있었다. 섭식억제행동을 가장 잘 설명하는 모형은 자아존중감과 섭식억제 사이를 신체비교와 신체불만족이 매개하고 있으며 동시에 자아존중감과 신체불만족 사이를 신체비교가, 신체비교와 섭식억제 사이를 신체불만족이 부분매개하고 있었다. 구체적으로 자신에 대해 자신감이 없을수록 다른 사람의 몸매와 자신의 몸매를 비교하는 경향이 높아지며 자신의 몸매에 불만족하는 것으로 나타났다. 이런 결과는 자아존중감이 신체비교와 신체불만족에 영향을 미친다는 선행연구와 일치하는 결과이다(Corning, Krumm & Smithan, 2006; Kernis, 1993; 백원칠, 김수겸, 2004; 손은정, 2008). 이는 자아존중감이 낮은 사람들의 경우 신체비교를 더 많이 하고 신체에 대한 불만족 경향 역시 높아지는 것을 의미한다. 본 연구의 연구대상이었던 대학생 집단은 초기 청년기 혹은 청소년기 후기의 집단으로 이 시기의 사람들은 발달과정상 자아존중감이 일시적으로 낮아지고 또래의 영향에 보다 민감한 시기이다. 이러한 점을 고려할 때, 낮은 자아존중감을 가진 대학생들이 지각하는 신체나 외모에 대한 스트레스가 매우 가중될 수 있을 것이다. 따라서 이 시기 대학생에 대한 적절한 개입이 필요함을 의미한다.

둘째, 다른 사람의 몸매와 자신의 몸매를 비교하는 경향이 높을수록 자신의 몸매에 대해 불만족하는 경향이 높았으며 먹고 싶은 충동을 참고 섭식을 억제하는 경향 역시 높아지

는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 신체비교가 신체불만족과 섭식억제에 영향을 미친다는 손은정(2008), Corning, Krumm과 Smithan(2006), Tiggemann과 McGill(2004) 등의 선행연구와 일치하는 결과이다. 특히 본 연구모형에서 주목할 점은 박정수 등(2007)이 제안한 바와 같이 신체비교와 섭식억제에 사이에 직접적인 경로가 제외된 대안모형 1보다는 두 변인사이에 직접경로를 추가한 연구모형이 지지되었다는 점이다. 이는 신체비교가 신체불만족을 통해서 섭식억제에 영향을 줄 뿐만 아니라 섭식억제에 직접영향을 주고 있음을 의미한다. 이런 결과들을 고려할 때 신체비교가 섭식억제에 개입할 수 있는 중요한 통로임을 알 수 있다. 즉, 대학생들이 부적절하게 섭식을 제한하지 않도록 돕기 위해서는 왜곡되지 않은 방식으로 자신을 타인과 비교할 수 있도록 하는 것이 필요할 것이다. 최근에 외모의 중요성이 점점 커지고 비만이나 과체중에 대한 관심이 높아지면서 S라인과 같은 몸매가 외모평가에서 중요한 기준이 됨에 따라 대학생들 사이에서 무리하게 굶고 적게 먹거나 편식하는 등의 섭식억제가 더욱 심각해지고 결국 거식증과 폭식증뿐만 아니라 저체중과 같은 문제를 경험하는 대학생의 비율이 증가하고 있다고 한다(중앙일보, 2009. 6. 22에서 인용). 이런 현실을 고려할 때 대학생들이 합리적이고 건강한 비교기준을 형성하도록 하기 위해서는 먼저, 대학생들이 언론매체에서 보여주는 연예인의 비정상적으로 마른 몸매를 비교기준으로 삼는 것과 같은 왜곡된 기준을 갖지 않도록 교육하는 것이 가장 중요할 것으로 보인다. 이를 위해서 신체질량지수와 같이 과학적 근거를 가진 건강하고 합리적인 비교기준과 부적절한 섭식억제의 장기적인 결과에 대한 정보를 제

공하는 등의 교육적 접근이 필요하며 동시에 대학생들에게 영향을 많이 미칠 수 있는 연예인과 언론매체가 이런 부분에 대한 책임을 자각하고 적절하게 대응하도록 유도하는 등의 사회분위기를 변화시키려는 노력이 필요하다고 생각된다.

셋째, 본 연구에서는 섭식억제에 영향을 미치는 변인들에 대한 남녀 간의 차이를 알아보았다. 연구결과 성별에 따라 각 변인들의 평균이 달랐으며, 섭식억제에 영향을 미치는 변수들의 영향력도 다른 것으로 나타났다. 성별에 따른 차이를 살펴보면, 자아존중감, 신체비교, 신체불만족, 섭식억제 모두 성별에 따라 차이가 있는 것으로 나타났다. 자아존중감은 여학생들에 비해 남학생들이 더 높은 것으로 나타났으며, 그 외의 변인들은 남학생들에 비해 여학생들이 더 높은 것으로 나타났다. 즉, 여자대학생들은 남자대학생들에 비해 자신들의 가치를 덜 인정하며, 자신의 있는 그대로를 긍정적으로 수용하기 어려워하고 대중매체 속의 마른 몸매를 가진 연예인이나 주변의 타인들과 끊임없이 비교하는 경향이 더 높고 자신의 신체에 대해 더 많은 불만을 느끼며 결국 섭식을 억제하는 경향도 더 많이 보이는 것이다. 이러한 연구결과는 섭식문제가 여성들에게 많이 나타난다는 선행연구들과 일치하는 것이다(Polivy, & Herman, 2002; 김갑숙, 강연정, 2007; 이옥경, 성한기, 2006). 하지만 각 변인별로 성별이 설명하는 비율은 자아존중감이 1%정도로 매우 낮았고 이외의 신체비교, 신체불만족과 섭식억제 모두에서 14-18%로 전체 변량의 20%를 넘지 않아 최근에 여성 못지않게 남성들도 몸매에 대한 스트레스를 많이 받고 있는 현실을 반영하는 것으로 보인다. 특히, 우리나라 대학생들이 다른 나라 대

학생들보다 비교적 신체질량지수가 낮았음에도 불구하고 체중감량에 대한 관심이 매우 높았던 Wardle 등(2006)의 연구결과를 고려할 때 섭식문제가 더 심각해지기 전에 빠른 개입이 필요한 시점이라고 생각된다.

넷째, 성별에 따른 다집단분석 결과, 남녀 집단에서 서로 다른 모형이 지지되었다. 남자대학생 집단에서는 완전매개모형인 대안모형 2가 최적의 모형으로 채택되었으며, 여자대학생 집단에서는 자아존중감과 신체불만족간의 직접경로와 신체비교와 섭식억제간의 직접경로가 추가된 연구모형이 최적의 모형으로 채택되었다. 이러한 결과는 남자대학생 집단과 여자대학생 집단에서 섭식억제에 영향을 주는 변인들간의 관계가 다를 수 있음을 시사하고 있다.

남자대학생들의 경우 신체비교가 신체불만족의 매개변인을 거쳐서 섭식억제로 이어지는 반면, 여자대학생들의 경우에는 신체비교와 섭식억제간의 직접경로가 추가되면서 신체불만족과 섭식억제간의 경로가 유의하지 않은 것으로 나타났다. 이 결과는 우리나라 여자대학생의 신체불만족이 섭식억제와 직접관련이 있음을 보고한 김선경과 서경현(2003), 박정수 등(2007), 임숙희(2006)의 선행연구결과와는 일치하지 않는 결과이다. 하지만 본 연구결과에 따르면 우리나라 남자대학생들은 자신감이 낮고 자신을 긍정적으로 수용하기 어려울수록 자신의 몸매를 다른 사람들과 더 자주 비교하는 경향이 있고 이렇게 자신의 몸매를 다른 사람들과 자주 비교할수록 자신의 몸매에 대해 만족하지 못하는 경향 역시 높아지며, 자신의 몸매에 만족하기 어려울수록 먹고 싶은 충동을 참고 억제하려는 행동을 더 자주하는 경향이 있었다. 반면 우리나라 여자대학생들

은 자신감이 낮고 자신을 긍정적으로 수용하기 어려울수록 자신의 몸매를 다른 사람들과 더 많이 비교하고 자신의 신체에 만족하지 못하는 경향이 더 자주 나타나며 다른 사람과 몸매를 비교하는 경향이 높을수록 먹고 싶은 충동을 참고 억제하려는 행동을 더 자주하는 경향이 있음을 보여준다. 특히, 이러한 섭식억제행동은 자신의 신체에 대한 불만족 경향과는 직접적인 관련이 없었고 자신의 몸매를 다른 사람들과 비교하는 경향과 관련이 있음을 알 수 있었다. 이러한 결과를 해석해보면 남성들은 근육질의 이상적인 몸매를 가진 남성을 본 후, 그들의 몸매와 자신들의 몸매를 비교함으로써 신체불만족을 인식해야지만 섭식억제행동을 하기 때문에 실제로 비만한 남성들에게 섭식억제가 많이 나타나는 반면, 여성들의 경우에는 이상적인 몸매를 가진 매력적인 여성을 보는 것만으로도 섭식을 억제하는 행동으로 이어질 수 있기 때문에 저체중이나 정상체중의 여성들도 섭식억제를 하게 되는 것을 설명하는 결과라고 보인다. 즉, 남성들의 섭식억제행동은 신체비교가 신체불만족으로 이어져야 시작되지만 여성들의 섭식억제행동은 신체비교가 직접적으로 영향을 미친다는 의미이다.

이 결과는 섭식억제행동에 개입하기 위해서는 남녀간에 효율적인 대처방식이 다를 수 있음을 의미하는데 남자대학생의 경우 신체비교뿐만 아니라 비교결과에 따라 자신이 스스로의 몸매에 불만족하는 것이 실제적인 섭식억제행동으로 나타나므로 제시되는 이상적인 몸매나 기준뿐만 아니라 자신이 스스로 자신의 신체에 대해 불만족하지 않도록 돕는 것이 필요할 것이다. 이에 비해 여자대학생의 경우 비교 자체가 섭식억제행동으로 이어질 수 있

으므로 사회적인 비교 대상, 이상적인 몸매에 대한 기준 등에 직접적으로 개입하는 것이 더욱 효과적일 것으로 보인다. 특히, 신체비교에서 여성들이 경험하는 부정적인 사고와 감정들을 합리적으로 평가하고 긍정적으로 변화시키는 인지적 개입이 필요할 것이다. 그러나 표집오차 등을 고려할 때 본 연구결과에 기초해서 일반화된 결론을 내리기는 어렵다고 보이므로 추후에 다른 연구를 통해 성별에 따른 차이를 검증하려는 추가적인 노력이 필요할 것으로 보인다.

본 연구는 다음과 같은 의의를 가진다. 먼저 이상섭식행동 중에서도 섭식억제를 연구했다는 점에서 의의가 있다. 기존 연구들이 주로 폭식이나 거식과 같은 심각한 증상에 초점을 두고 연구되었기 때문에 정상인들의 섭식행동 특히, 섭식억제에 대한 연구들은 부족한 실정이었다. 본 연구에서는 심각한 증상보다는 정상인들의 섭식행동에도 많이 나타나는 섭식억제에 초점을 두으로써 현재 사회적으로 이슈가 되고 있는 다이어트, 그 중에서도 음식을 억제하려는 경향에 대해 알아보았다는 점에서 의의가 있을 것이다. 다음으로, 지금까지 연구들이 주로 여성들을 대상으로 진행되었지만 본 연구는 연구대상을 남성들로 확대했다는 점이다. 본 연구결과 섭식억제에 영향을 미치는 변인들의 영향력이 성별에 따라 달랐지만 남성들에게도 분명히 섭식억제가 나타나고 있다는 점이 밝혀졌으며 이는 이상섭식행동이 여성들의 문제라는 인식에서 벗어나 남성들의 섭식문제에 대해서도 관심을 가질 필요가 있음을 시사하고 있다.

본 연구의 제한점 및 후속연구를 위한 제언은 다음과 같다. 첫째, 본 연구에서 사용된 변인들이 주로 여성들을 대상으로 연구된 변인

이기 때문에 남성을 대상으로 실시했을 때 그 결과를 일반화하는 데에 한계가 있을 수 있다. 특히, 남자대학생집단에서 연구모형과 대안모형들의 적합도 지수가 비교적 낮았고 RMSEA가 .08 이상으로 좋지 않았던 점을 고려할 때 후속연구에서는 남성들의 섭식억제에 영향을 미치는 새로운 변인들에 대한 연구가 필요할 것으로 보인다. 이와 관련하여 여성의 경우 마른 몸매가 목표이기 때문에 섭식억제가 나타날 수 있지만 남성의 경우 근육질 몸매가 목표이기 때문에 섭식억제보다는 운동과 관련된 행동이 시도될 수 있을 것이므로 이런 특성을 반영한 연구가 필요할 것으로 보인다. 둘째, 본 연구는 대학생들만 대상으로 실시했기 때문에 연구결과를 일반화하는데 한계가 있다. 후속연구에서는 초, 중, 고등학생이나 성인들을 대상으로 연구를 실시하여, 섭식억제가 연령에 따라 차이가 있는지, 섭식억제에 영향을 미치는 변인들에 차이가 있는지를 살펴봐야 할 것이다. 셋째, 본 연구에서 사용된 측정도구 중 신체비교에 관한 질문지는 외국에서 개발된 것이기 때문에 우리나라의 문화와 맞지 않은 문항들이 포함되어 있었다. 따라서 문항을 삭제하거나 내용을 수정하여 사용하였으며, 측정도구의 수정으로 인해 연구결과에 영향을 미쳤다는 가능성을 배제할 수 없다. 후속연구에서는 우리나라의 문화에 맞는 도구를 개발하여 사용할 필요가 있다. 마지막으로 신체비교와 신체불만족간의 상관성이 매우 높았는데 본 연구에서는 선행연구에 따라 신체비교가 신체불만족에 영향을 주는 경로만을 고려하였으나, 두 변인간의 관계에서 신체불만족이 신체비교에 영향을 주는 역방향 역시 고려될 수 있을 것이다. 따라서 앞으로의 연구에서는 역방향을 포함하는 모형에

대한 검토도 필요할 것이다.

참고문헌

- 고려대학교 부속 행동과학연구소편 (2001). 심리척도핸드북 II. 서울: 학지사.
- 강혜자 (2003). 신체상의 자기차이가 정서와 신체증상 및 섭식행동에 미치는 영향. 한국심리학회지: 건강, 18(2), 355-374.
- 권민경 (2010). 또래압력, 외모관련 사회문화적 태도 및 체중조절 효능감이 남자 청소년과 여자 청소년의 섭식행동에 미치는 영향. 석사학위논문, 성균관대학교.
- 권석만 (2003). 현대이상심리학. 서울: 학지사.
- 김갑숙, 강연정 (2007). 여자청소년의 신체관련 변인, 자존감, 내적 통제력이 섭식장애행동에 미치는 영향. 한국가정관리학회지, 25(3), 77-87.
- 김경아 (2003). 아동과 청소년의 외모 및 신체만족과 심리적 특성간의 관계. 석사학위논문, 성신여자대학교.
- 김미옥, 은종극, 장은재 (2009). 여대생들의 체중에 대한 인식과 신체 부위별 만족도. 한국식품영양학회지, 22(2), 205-214.
- 김선경, 서경현 (2003). 여대생의 체형불만족 및 섭식억제와 자아존중감의 관계. 여성건강, 4(2), 81-94.
- 김옥수, 김선화, 김애정 (2002). 남녀 고등학생들의 비만도, 체중조절행위 자아존중감에 대한 비교 연구. 성인간호학회지, 14(1), 53-61.
- 김유정, 최수동, 서경현, 김성민 (2007). 신체상에 만족하지 않는 여대생의 섭식억제와 운동 및 운동동기. 한국스포츠리서치, 18(4),

- 471-480.
- 김인혜 (2010). 사회 문화적 영향, 신체불만족, 대처방식 및 이분법적 사고가 폭식행동과 절식행동에 미치는 영향. 석사학위논문, 가톨릭대학교.
- 김정순 (2009). 중학생의 체형인식, 자아존중감, 식생활에 관한 남녀 비교 연구. 석사학위논문, 한국교원대학교.
- 김주환, 김민규, 홍세희 (2009). 구조방정식모형으로 논문 쓰기. 서울: 커뮤니케이션북스.
- 김진호, 홍세희, 추병대 (2007). 경영학 연구에서의 구조방정식 모형의 적용: 문헌 연구와 비판. 한국경영학회: 경영학연구 36(4), 897-923.
- 박정수, 이민규, 신희천 (2007). 여대생의 절식 및 폭식행동에 대한 자기-평가의 신체 중요성 지각 모형. 한국심리학회지: 임상, 26(1), 73-91.
- 박태균 (2009.06.22). [커버스토리/청소년 저체중] 몸매 만들려다 몸이 무너질라. 중앙일보, http://article.joinsmsn.com/news/article/article.asp?total_id=3656969.
- 방지연 (2009). 여자 대학생의 완벽주의, 자아존중감 및 사회적지지가 신체만족도에 미치는 영향. 석사학위논문, 가톨릭대학교.
- 배병렬 (2007). Amos 17.0 구조방정식모델링(원리와 실제). 서울: 청람.
- 백원칠, 김수겸 (2004). 성인여성의 스포츠참여변인과 자아존중감 및 주관적 행복감간의 인과분석. 한국체육학회지, 43(6), 249-260.
- 손은정 (2008). 여대생의 자아존중감, 신체 비교, 마른 이상적인 체형의 내면화, 신체 불만족이 이상 섭식 행동에 미치는 영향. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 20(3), 885-901.
- 심선혜 (2009.11.02). 임산부 · 10대들까지 ‘몸매 강박증’. 주간조선, http://weekly.chosun.com/site/data/html_dir/2009/10/27/2009102700990.html.
- 양원경 (1999). 또래수용성 및 또래괴롭힘과 남녀청소년의 자아존중감간의 관계. 석사학위논문, 이화여자대학교.
- 유지영 (2010). 청소년기 우울증상의 성차에 대한 신체 불만족의 매개효과. 석사학위논문, 숙명여자대학교.
- 육영숙 (2008). 여대생의 신체상과 섭식행동 및 자아존중감의 관계. 한국스포츠심리학회지, 19(4), 105-115.
- 이경혜, 김숙경, 천기정, 한숙희 (2003). 여자대학생들의 섭식장애와 자아존중감과 관계. 여성건강간호학회지, 9(4), 390-399.
- 이미숙 (2000). TV미디어가 청소년의 신체이미지와 의복행동 및 연예인 모방행동에 미치는 영향. 박사학위논문, 충남대학교.
- 이민규, 한덕웅 (2001). 섭식억제 척도의 개발. 한국심리학회지: 임상, 20(4), 795-807.
- 이영미 (2004). 아동의 체형 지각 및 신체상 지각에 따른 절식 행동. 대한가정학회지, 42(4), 143-151.
- 이옥경, 성한기 (2006). 체형 · 체중관련 자기주의와 체중에 따른 섭식억제 및 폭식행동의 차이. 한국심리학회지: 건강, 11(4), 727-741.
- 임숙희 (2006). 날씬함에 대한 사회문화적 압력이 여대생들의 신체불만족과 섭식행동에 미치는 효과: 행동접근체계의 조절 효과. 석사학위논문, 충남대학교.
- 전병제 (1974). 자아 개념 측정 가능성에 관한 연구. 연세 논총, 11.
- 전종국, 이미옥 (2007). 남 · 여 고등학생의 다

- 이어트 행동에 미치는 요인에 대한 연구. 한국생활과학회지, 16(5), 1041-1050.
- 조영미 (2005). 아동 및 청소년기의 신체상. 석사학위논문, 가톨릭대학교.
- 하유진 (2007). 자아존중감 및 내외 통제성과 심리적 안녕감의 관계: 20, 30대 성인남녀를 중심으로. 석사학위논문, 연세대학교.
- 하효정 (2009). 부적응적 완벽주의와 자기대상화가 신체와 관련한 정서 및 행동에 미치는 영향. 석사학위논문, 경상대학교.
- 한향정 (2008). 남녀 고등학생의 자아존중감 및 스트레스 대처행동과 우울과의 관계. 석사학위논문, 경남대학교.
- 현정숙 (2007). 청소년의 외모에 대한 사회문화적 태도, 외모비교, 신체상이 자아존중감에 미치는 영향. 석사학위논문, 제주대학교.
- 홍세희 (2000). 문항반응 이론과 요인분석을 이용한 척도 개발 및 타당화. 워크샵 교재. 한국임상심리학회.
- Anderson, J. C., & Gerbing, D. W. (1988). Structural equation modeling in practice: A review and recommended two-step approach. *Psychological Bulletin*, 103(3), 411-423.
- Attie, I. & Brooks-Gunn, J. (1989). Development of eating problem in adolescent girls: A longitudinal study. *Developmental Psychology*, 25(1), 70-79.
- Brown, M. W., & Cudeck, R. (1993). Alternative ways of assessing model fit. IN K. A. Bollen & J. S. Long(Eds). *Testing Structural Equation Models* (pp.136-162). Newbury Park, CA: Sage.
- Corning, A. F., Krumm, A. J., & Smitham, L. A. (2006). Differential Social Comparison Processes in women with and without eating disorder symptoms. *Journal of Counseling Psychology*, 53(3), 338-349.
- Fabian, L. J., & Thompson, J. K. (1989). Body image and eating disturbance in young females. *International Journal of Eating Disorders*, 8(1), 63-74.
- Festinger, L. (1954). A theory of social comparison processes. *Human Relation*, 7, 117-140.
- Gilbert, D. T., Giesler, R. B., & Morris, K. A. (1995). When comparison arise. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(2), 227-236.
- Gorman, B. S., & Allison, D. B. (1995). Measures of Restrained Eating. In D. B. Allison. (Ed). *Handbook of Assessment Methods for Eating Behaviors and Weight-Related Problems* (pp. 149-184). London: Sage publications.
- Grant, C. L., & Foror, I. G. (1986). Adolescent attitudes toward body image and anorexic behavior. *Adolescence*, 21(82), 269-281.
- Herman, C. P., & Polivy, J. (1980). Restrained eating. In A. B. Stunkard (Ed). *Obesity*. Philadelphia: Saunders.
- Heinberg, L. J., Thompson, J. K. (1992). The effects of figure size feedback (positive vs. negative) and target comparison group (particularistic vs. universalistic) on body image disturbance. *International Journal of Eating Disorders* 12(4), 441-448.
- Katz, J. L. (1985). Anorexia nervosa. *American Journal of Psychiatry*, 143, 375-385.
- Katzman, M. A., & Wolchik, S. A. (1984). Bulimia and binge eating in college woman: 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). An evaluation of the Tripartite Influence Model of body dissatisfaction and eating disturbance with adolescent girls. *Body Image*, 1(3), 237-251.
- Kernis, M. H., (1993). The roles of stability and level of self-esteem in psychological functioning. In R. F. Baumeister (Ed). *Self-Esteem: The Puzzle of low self-regard*(pp. 167-182). New York: Plenum.
- 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(3), 297-314.
- Morse, S., Gergen, K. J. (1970). Social comparison, self-consistency, and the concept of self. *Journal of Personality and Social Psychology* 16(1), 148-156.
- Polivy, J., & Herman, C. P. (1985). Dieting and Binging. A Causal Analysis. *American Psychologist* 40(2), 193-201.
- Polivy, J., & Herman, C. P. (2002). Causes of eating disorders. *Annual Review of Psychology*, 53, 187-213.
- Pyle, R., Michell, J., & Eckert, E. (1981). Bulimia: A report of 34 cases. *Journal of Clinical Psychiatry*, 42(2), 60-64.
- Rosen, J. C., Jones, A., Ramirez, E., Waxman, S., (1996). Body Shape Questionnaire: Studies of Validity and Reliability. *International Journal of Eating Disorders*, 20(3), 315-319.
- Rosenberg, M. (1965). *Society and Adolescent Self Image* Princeton, NJ: Princeton University Press.
- Russel, D. W., Kahn, J. H., Spoth, R., & Altmaier, E. M. (1998). Analyzing data from experimental studies: A latent variable structural equation modeling approach. *Journal of Counseling Psychology*, 45(1), 18-29.
- Sandra G. Boodman. (2007. 3. 13). Eating Disorders: Not Just for Woman. Washington Post, <http://www.washingtonpost.com/wp-dyn/content/article/2007/03/09/AR2007030901870.html>.
- 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.
- Shrout, E. P. & Bolger, N. (2002). Mediation in Experimental and Nonexperimental Studies: New Procedures and Recommendations. *Psychological Methods*, 7(4), 422-445.
- Stein, L. J., Stellar, E, West D. B., Greenwood, M. R. C., Foster, G. D., Feurer, I., Brown, J., Mullen, J. L., & Brownell, K. D. (1991). Early-onset repeated dieting reduces food intake and body weight but not adiposity in dietary-obese female rats. *Physiology and Behavior*. 51(1). 1-6.
- Stice, E. (2002). Risk and maintenance factors for eating pathology: A meta-analytic review. *Psychological Bulletin*, 128(5), 825-848.
- Stice, E., & Shaw, H. E. (2002). Role of body dissatisfaction in the onset and maintenance of eating pathology: A synthesis of research findings. *Journal of Psychosomatic Research* 53(5), 985-993.
- Stormer, S. M., & Thompson, J. K. (1996).

- Explanations of body image disturbance: A test of maturational status, negative verbal commentary, social comparison, and sociocultural hypotheses. *International Journal of Eating Disorders*, 19(2), 193-202.
- Striegel-Moore, R. H., & Cachelin, F. M. (2001). Etiology of eating disorders in woman. *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.
- 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., & Sabik, N. J. (2010). Integrating social comparison theory and self-esteem within objectification theory to predict women's disordered eating. *Sex Roles*, 63(1), 18-31.
- 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.
- 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.
- Wilksch, S., & Wade, T. D. (2003). Differences between Women with Anorexia Nervosa and Restrained Eaters on Shape and Weight Concerns, Self-Esteem, and Depression. *International Journal of Eating Disorders*, 35(4), 571-578.

1차원고접수 : 2010. 07. 10.

수정원고접수 : 2010. 11. 08.

최종게재결정 : 2010. 12. 01.

Mediating Effect of Physical Comparison and Body Dissatisfaction in the Relation between Self-Esteem and Restrained Eating among Male and Female University Students

Young Sin Kim

Nan Mee Yang

Gyeongsang National University

This study probes to structurally examine influences of self-esteem, physical comparison, body dissatisfaction on restrained eating among university students. The participants were chosen from university students(N=410/ M=238, F=171, No Response=1) in Korea and they received questionnaires to measure their self-esteem, physical comparison, body shape, and restrained eating scale. Based on previous studies the researcher constructed one research model and two alternative models to navigate the most suitable explanation for data and verified the influence of variables and the significance of the mediating effect. Based on these results, we found that physical comparison and body dissatisfaction worked as partial mediation to the effects of self-esteem in restrained eating, and this mediation effect is statistically significant. Next, we verified the gender difference in the influences of each variables on restrained eating using MANOVA(Multivariate Analysis of Variance). We confirmed as results of multiple-group analysis that there was discrepancy in the optimum model for each gender. For male university students, the model of physical comparison and body dissatisfaction working as full mediation between self-esteem and restrained eating was the most suitable model where as for female students, the research model, a partial mediation model, fitted the best. The implication of this result was discussed and the limitation and future direction of this study were suggested in the end.

Key words : restrained eating, self-esteem, physical comparison, body dissatisfaction