

음식은 개인의 내면 성격을 반영하기도 하며(Rappoport, 2006), 내적인 개인적 욕구를 충족시켜줄 수도 있고(Rappoport, 2006), 외부적으로 외로움이나 고립감을 줄이기 위해서도 사용될 수 있다(Trosi & Gabriel, 2011). 실제로 사람들은 배가 고프지 않을 때도 신체적 만족이 아닌 정서적이거나 심리적인 허기를 해결하기 위해 음식을 사용한다(Trosi & Gabriel, 2011). 우리가 음식에 부여하는 의미는 음식과 관련된 활동에서 다른 사람과의 상호작용을 통해 유래된 것으로서, 이 의미의 대부분은 가족들과의 초기 사회화를 통해 학습된 것으로 설명되어진다(Locher, Yoels, Maurer, & van Ells, 2005). Peters와 Rappoport(1998)는 음식에 잠재적으로 사회적 대상의 개념을 적용할 수 있음을 언급하였는데, 예를 들면 음식이나 섭식 행동, 식사에 부여된 의미는 평생에 걸쳐 다른 사람과의 상호작용을 통해 만들어진다고 설명하였다.

다른 연구자들은 정서적 대상으로서 음식이 갖는 의미에 대해 언급하였다. McIntosh(1996)는 음식과 섭식행동, 그리고 신체적인 경험 모두가 정서적인 영향을 미친다고 보고하였으며, 혐오 같은 정서가 음식과 관련된 활동에서 다른 사람과의 상호작용을 통해 학습될 수 있다는 주장들도 제기되었다(Rozin, 1998; Rozin, & Fallon, 1987). 연구자들은 섭식장애를 가진 여성의 경우 음식과 섭식행동을 정서, 사회 심리적 기대 및 욕구와 연합시키고 있음을 밝히면서(Chernin, 1986; Millman, 1980; Orbach, 1988), 섭식행동이 가진 규범적이고 정서적인 요소에 주의를 기울여야 함을 강조하였다. Lupton(1996)도 분노, 불안, 실망, 혐오, 당황스러움, 좌절, 죄책감, 행복, 미움, 사랑, 그리움, 안전감, 편안함 같은 다양한 정서가

모두 음식과 연결되어있는 정서라고 설명하였으며, 식욕과 관련하여 여러 가지 배고픔을 생각할 수 있지만 식욕은 정서적인 배고픔으로 볼 수 있으며, 따라서 음식이나 섭식행동은 어떤 맥락에서든지 개인이 경험하는 가장 강력한 정서를 보여주는 것이라고 주장하였다.

한편 특정 음식을 선택하는 것은 보다 큰 사회적, 문화적 시스템 안에 깊이 뿌리박혀있는 것으로 볼 수 있다. Mennel 등(1992)은 스낵부터 전체 요리에 이르기까지 모든 음식은 문화에 크게 영향을 받고 있으며 따라서 사회에 의한 제약을 받는다고 설명하였다(Mennel, Murcott, & van Otterloo, 1992). 같은 맥락으로 Douglas(1984)는 특정 음식을 소비하는 것이 어떻게 다양한 계층, 인종, 종교 집단의 구성원으로써의 정체감을 갖게 하는가를 보여주었다. 이러한 결과들은 단지 음식이 물리적, 신체적 만족과 관련된 것만이 아닌 심리적이며 사회적인 의미를 가지고 있는 대상임을 일관적으로 보여주고 있다.

최근 들어 이처럼 음식이 가진 심리적, 사회적 요인을 밝히고자 하는 연구들이 시도되기 시작했으며, 특히 음식의 심리적 영향을 설명하기 위한 콤포트 푸드라는 용어가 새롭게 등장하였다. 콤포트 푸드는 미국에서 신체 뿐만 아니라 정서적 욕구도 충족시키는 음식이라는 개념으로 처음 등장하였는데(Trosi & Gabriel, 2011), 비록 용어는 새로운 것이라고 볼 수 있지만 그 개념은 이미 우리에게 익숙한 개념으로 생각할 수 있다. 실제로 콤포트 푸드의 사용이 보편화되면서 옥스퍼드 영어사전 1997년판에는 콤포트 푸드가 새로운 단어로 등재되었다. 사실 특정 식품을 섭취하는 것은 개인이 자신을 통제하고 유지시키는 기본적인 방법이 될 수 있는데, 이것은 사회적

으로 불확실한 시기에 특히 중요할 수 있다 (Locher et al., 2005). 예를 들어 Nation Turning to Comfort Food 라는 기사는 9.11 테러에 따라 미국 전역의 식료품점과 레스토랑에서 컴포트 푸드의 섭취가 증가했다고 보고하였다. 과거에는 음식을 처음부터 준비해야하는 번거로움이 있었으나 현대 사회에서는 즉각적인 음식 섭취로 인한 편안함을 경험할 수 있으며, 사람들은 고통에서의 구제를 원할 때 가능한 즉각적이길 원하고 음식이 바로 그 필요를 충족시킬 수 있다(Locher et al., 2005). 이러한 이유들이 오늘날 컴포트 푸드의 개념이 심리학적으로 부각되어지는 부분적인 설명이 될 수 있을 것이다.

그러나 아직까지 컴포트 푸드에 대한 연구는 시작 단계로 볼 수 있으며, 연구자들에 따라 다양하게 정의되어 사용되어지고 있다. 우선 옥스퍼드 영어 사전에서는 컴포트 푸드를 ‘편안하고 위안을 주는 음식; 어린 시절과 관련이 있는 음식(보통 설탕과 탄수화물이 다량 함유된 음식)이나 집에서 만든 음식’으로 정의한다(Locher et al., 2005). 1997년에 Merriam-Webster는 Collegiate 10판 사전에 컴포트 푸드를 포함시켰는데, 이를 ‘일반적으로 향수를 불러일으키거나 감성적으로 마음을 끄는 전통적인 스타일로 선호되는 음식’으로 정의하였다. 컴포트 푸드를 주요 변인으로 사용한 기존 논문들을 살펴보면 심리적인 안정감을 얻을 수 있는 특정한 상황에서 먹었던 특정음식 (Wansink & Sangerman, 2000), 또는 심리적으로 편안하고 즐거운 상태를 떠올리게 하는 음식 (Wansink, Cheney, & Chan, 2003), 그리고 스트레스를 받을 때 먹은 음식, 긍정적인 정서를 불러일으키고, 의미 있는 사회적 관계와 관련된 음식(Locher, 2002) 등으로 정의하고 있다.

또한 컴포트 푸드는 우리가 아플 때 어머니가 보살펴 주었던 과거 음식 경험과 관련되어 있으며, 따라서 우리의 기억 속에서 치유적인 속성을 갖는다는 설명도 있고(Wood & Vogen, 1998), 컴포트 푸드는 음식을 섭취하는 사람들에게 심리적으로 편안하고 즐거운 상태를 떠올리게 하는 것으로, 섭취했을 때 심리적 그리고 신체적으로 편안함을 주는 음식이라고 정의되기도 한다(Wansink et al., 2003).

사실 어떤 음식이 컴포트 푸드가 되는 것은 그것이 반복적으로 사람들과의 관계와 함께 노출되기 때문이라는 주장들이 있다(Trosi & Gabriel, 2011). 즉 컴포트 푸드는 기존 관계들과의 인지적인 연결을 통해 특별한 감정적 힘을 가지게 된 사회적 대리라는 것이다. 컴포트 푸드는 대체로 어린 시절의 초기 관계 대상과 함께 먹은 음식이며, 이러한 음식 섭취의 경험은 고차원적인 사회적 편안함과 함께 입력되어진다. 따라서 컴포트 푸드의 섭취, 또는 컴포트 푸드를 섭취하는 것에 대한 생각조차도 자동적이며 심리적으로 편안한 경험을 활성화시킬 수 있다(Locher et al., 2005). Trosi와 Gabriel(2011)은 컴포트 푸드에 대한 경험을 직접 적어보게 한 결과, 컴포트 푸드는 주로 자신이 좋아하는 음식, 가족의 전통과 관련된 음식, 휴일에 먹은 음식 등과 관련이 있음을 보고하였다. Wansink 등(2003)은 컴포트 푸드라고 여겨지는 음식의 60%는 스낵과 관련이 있고, 40%는 일반적인 식사와 관련된 음식이라고 보고하였다(Wansink et al., 2003). 이 연구는 컴포트 푸드가 단지 쾌락적인 음식이라기 보다는 건강과 관련된 영양학적으로 좋은 음식도 포함할 수 있다는 것을 보여준다. Locher 등(2005)은 대학생들 대상으로 기분을 좋게 만드는 음식 또는 편안함을 주는 음식을 가져오

게 한 후 음식을 선택한 이유를 작성하게 한 결과, 콤포트 푸드를 향수를 불러일으키는 음식, 갈망하는 음식, 편리한(인스턴트) 음식, 신체적으로 편안한 음식의 네 가지로 분류하였다(Locher et al., 2005). 한편, Dubé, LeBel 과 Lu(2005)는 실험연구에서 콤포트 푸드를 크게 이론적 예측에 근거하여 3가지 범주로 정의하였다. 첫째는 초콜릿, 아이스크림 등에 해당하는 달콤한 고칼로리의 음식들, 둘째는 고기 종류, 파스타, 피자, 짠 스낵을 포함하는 달콤하지 않은 고칼로리의 음식들, 셋째는 과일과 채소를 포함하는 저칼로리 음식들이다. 실험 결과, 여성은 달콤한 고칼로리의 스낵 종류를 콤포트 푸드로 더 선호하였고, 남성은 단백질 밀도가 높은(달콤하지 않은 고칼로리) 음식을 콤포트 푸드로 더 선호하는 것이 밝혀졌다. 사실 사회적 맥락에서 성별에 따라 콤포트 푸드의 선호도가 달라질 수 있음이 제기되었는데, 남성은 음식을 대접받는 것에 익숙해져 있기 때문에 따뜻하거나 준비된 음식을 콤포트 푸드로 강하게 선호하는 반면, 여성은 음식을 준비하는 사람으로 양육되어 왔기 때문에 시간과 노력이 덜 요구되는 편리한 음식을 선호할 수 있다(Wansink, 2002). 이처럼 사회적 맥락에 따라 성별에 따라 선호하거나 지각하는 콤포트 푸드가 다를 수 있음이 제기되었다(Wansink et al., 2003).

또한 콤포트 푸드는 긍정적 정서를 강화하고 부정적 정서를 감소시키기 위해 섭취되는 것으로 나타났다. 따라서 콤포트 푸드의 섭취는 심리적 요인과 생리적 감각이 독특하고 밀접하게 관련된 것으로 볼 수 있으며, 콤포트 푸드를 선택하는데 있어 감각적 특성이 중요한 요인이긴 하지만, 즉각적인 쾌락을 넘어서서 복잡하고 강력한 긍정적, 부정적 정서의

연합과 관련이 있는 것으로 결론지을 수 있다(Dubé et al., 2005).

이처럼 여러 연구에서 음식이 갖는 심리적 효과에 대한 관심이 대두되고, 콤포트 푸드에 대해 밝히고자하는 노력들이 지속되어 왔다. 그러나 아직까지 콤포트 푸드는 막연한 개념으로 연구가 진행되고 있으며, 콤포트 푸드의 구성요인 및 개념이 무엇인지 등이 명확하게 밝혀지지 않은 상황이다. 콤포트 푸드가 심리 정서 및 사회에 미치는 영향을 살펴보기 위해서는 우선 콤포트 푸드가 무엇인지에 대한 개인의 이해와 심리내적인 지각에 대한 파악을 시작으로 하여, 콤포트 푸드의 정의와 이해를 갖춘 후 다른 다양한 변인들과의 관계를 분석하는 것으로 진행되어야 할 것이다. 따라서 콤포트 푸드 연구의 기초적인 시작을 위해서는 사람들이 지각하고 있는 콤포트 푸드의 개념이 무엇인가에 대한 내용 중심적 관점의 연구가 이루어져야 할 것이다.

이에 본 연구에서는 개념도 연구방법(concept mapping)을 사용해 사람들이 지각하는 콤포트 푸드의 개념에 대한 인지내적 구조와 내용의 개념화를 시도했다. 개념도 방법이란 질적인 자료를 양적으로 분석하는 연구방법으로서 연구대상이 경험하는 현상의 영역과 구성 요소, 그리고 잠재 구조 등을 밝히는데 특히 유용한 연구방법이다(Trochim, 1993). 또한 개념도 연구 방법은 연구자의 입장에서가 아니라 현상을 경험하는 연구 참여자의 입장에서 지각하는 인지에 대한 질적인 접근이므로 새로운 주제에 대해 탐색할 수 있다는 장점을 지니고 있다.

일반적으로 개념도의 해석 과정에는 다음과 같은 과정들이 포함되는데, 첫째, 범주들이 의미 있는 방식으로 배열되거나 모여 있는지 살

퍼봄으로써 범주가 배치되는데 기준이 된 잠재적 차원의 축을 밝히는 작업, 둘째, 각 하위 영역에 배치된 범주들의 위치와 근접성에 따라 세부적으로 연구 참여자들의 경험 내용과 관계를 밝히는 작업, 셋째, 연구 참여자들이 부여한 각 범주들의 평정치에 따라 경험의 중요성을 파악하는 작업 등이 그것이다(Daughtry & Kunkel, 1993; Johnsen, Biegel, & Shafran, 2000; Paulson, Truscott, & Stuart, 1999). 또한 개념도 해석은 정해진 기준에 따라 결과 수치의 의미를 파악하는 것이 아닌 그림 속 세부 요소들의 위치를 관찰하고 추측하는 작업인 만큼, 각 개념도의 특징과 연구진의 경험 및 지식에 따라 해석과정이 다양하고 풍부하게 진행될 수 있다.

본 연구는 대학생을 대상으로 실시하였는데, 그 이유는 다음과 같다. 우선 콤포트 푸드에 대한 기존 외국 논문들을 살펴보면, 만 18세 이상의 성인을 대상으로 연구하였거나(Dubé et al., 2005; Wansink et al., 2003), 대학생을 주요 대상으로 연구하였다(Locher et al., 2005). 대학생들은 다양한 음식을 경험하는 시기라고 할 수 있는데, 고등학생 때까지는 대부분 학교급식을 먹고 그 외에는 간식을 섭취하는 정도로 음식 경험이 비교적 제한되어 있는 반면, 성인 즉 대학생이 되면서 외부 활동의 폭이 넓어지고 그에 따라 음식과 관련된 경험도 좀 더 다양하게 할 수 있게 된다. 그리고 대학생 시기는 섭식과 관련된 관심이 증가하는 시기라고 할 수 있다. 성인이 되면서 사회적 활동이 증가하게 되고, 사회문화적 요인으로 인해 자신의 외모에 대한 관심이 증가하게 되는데, 이에 따라 섭식과 관련된 관심도 크게 증가하게 된다. 실제 신경성 폭식증은 주로 청소년 후기와 성인기 초기의 여성들

에게서 많이 나타나며, 섭식장애로 인한 진료 인원 중 10-30대가 49.2%의 점유율을 차지하고 있으며, 특히 20대가 차지하는 비율이 가장 높은 것으로 보고되고 있다(건강보험심사평가원, 2013). 따라서 음식에 대한 경험이 증가하고, 음식과 관련된 생각이나 정서가 형성되는 시기라고 할 수 있는 대학생은 본 연구의 대상으로 적합하다고 할 수 있다.

결과적으로 본 연구의 목적은 콤포트 푸드에 대한 개념적 구조를 밝히는 데 있으며, 개념도 해석을 통해 다음과 같은 사실들을 확인할 수 있을 것이다. 첫째, 개인이 지각하는 콤포트 푸드의 개념들은 어떤 내용으로 구성되어 있는지 알 수 있을 것이며, 둘째, 각 하위 범주 영역에서 세부적으로 구분된 콤포트 푸드 구성요인의 특징은 어떠한지 알아볼 수 있을 것이고, 셋째, 적합도에 근거하여 콤포트 푸드 구성요인에 대한 전반적인 적합도 인식 정도와 가장 적합하게 생각하는 콤포트 푸드 구성요인은 무엇인지 파악할 수 있을 것이다. 이러한 결과를 바탕으로 콤포트 푸드의 개념에 대한 기초 자료를 얻을 수 있을 것이며 나아가 미래의 음식 및 섭식행동 연구를 위한 중요한 방향을 제시할 수 있을 것이다.

연구 방법

본 연구는 두 가지의 과정으로 진행되었다. 첫 번째는 대학생들이 지각하는 콤포트 푸드 구성요인에 대한 문항을 선정하는 작업이다. 이 과정에서는 자유로운 면접을 통해 콤포트 푸드의 구성요인과 관련된 문항을 선정하였다. 두 번째 과정으로는 선정된 문항에 대하여 유사성 분석을 하는 것이다. 유사성 분석 과정

에서는 선정된 문항을 카드로 제작한 후, 처음 면접에 참여했던 참가자들이 문항 카드를 분류하고 각 문항에 대한 적합도를 평가하였다. 위의 과정을 통해 콤포트 푸드의 구성요인에 대한 대학생의 인식차원과 차원의 적합도를 확인하였다.

연구 참가자

개념도 제작을 위한 면접 조사 및 자료 분석은 서울소재 대학교 재학생을 대상으로 진행되었으며, 전체 연구기간은 2012년 10월부터 2012년 12월 까지 2개월에 걸쳐 진행되었다. 연구 참가자는 교내에 면접조사의 목적을 밝힌 표집 공고문을 게시하여 모집하였고, 다양한 전공별로 연구 참가자를 구성하였다. Kane과 Trochim(2006)에 따르면, 개념도 연구방법에서는 연구 참가자의 수를 제한하지 않지만, 아이디어를 충분히 도출할 수 있도록 하기 위해 최소한 10명 이상 인원을 참여시킬 것을 권장한다. 최종적으로 구성된 연구 참가자는 대학에 재학 중인 대학생 25명으로 구성되었다. 연구 참가자의 성비는 남자 13명, 여자 12명이고, 학년별로는 1학년 6명, 2학년 2명, 3학년 5명, 4학년 12명이며 연령분포는 만 19세부터 만 27세로 평균 연령은 22.96세(SD=2.57)이다. 전공별로는 인문/사회계열 12명, 상경계열 1명, 자연/공학계열 12명으로 구성되었다. 연구 참가자들은 모두 2회에 걸쳐 면접에 참가하였고, 면접에 앞서 모든 참가자들에게 연구 절차와 비밀보장에 대하여 설명하였다. 모든 연구 참가자들은 자발적인 동의 하에 참가하였다.

연구 절차

본 연구의 목적은 대학생들이 지각하는 콤포트 푸드의 구성요인에 대한 개념적 구조를 파악하는 것으로, 선행연구가 부족함에 따른 기초적인 연구 자료를 얻기 위하여 실시하였다. 대학생을 대상으로 개념도 연구방법을 사용하여 콤포트 푸드의 구성요인에 대한 내면적인 개념적 구조를 알아보고자 하였다. 본 개념도 연구는 Kane과 Trochim(2006)이 제시한 6단계의 개념도 연구절차에 근거하여 진행되었다. 6단계 개념도 연구절차는 첫째 개념도 준비단계, 둘째 아이디어 산출 단계, 셋째 진술문 구조화 단계, 넷째 개념도 분석 단계, 다섯째 해석단계, 여섯째 활용단계이다. 본 연구에서 실시한 각 단계별 구체적인 절차는 다음과 같다.

첫째, 개념도 준비단계에서는 연구자가 개발한 7개의 초점질문에 대하여 2명의 상담심리 전공교수와 1명의 교육상담 전공교수에게 평가하도록 하였다. 이 때, 초점질문의 평가 기준은 참가자들이 지각하는 콤포트 푸드 개념에 대한 응답을 이끌어낼 수 있는 정도, 의견을 평가하지 않고 자유롭게 이야기할 수 있는 정도, 쉽게 이해할 수 있는 정도로 결정하였다. 평가 결과 가장 적합하다고 판단된 질문을 초점질문으로 선정하여 반 구조화된 질문지를 제작하였다. 본 연구에서의 초점질문(focus question)은 “당신이 생각하기에 편안하고 위안을 주는 음식이란 어떤 음식입니까? 그 음식과 관련된 경험을 자유롭게 이야기해 주세요.”로 선정되었다.

두 번째, 아이디어 산출 단계에서는 콤포트 푸드 구성요인에 대한 다양한 아이디어를 산출하기 위하여 대학생을 대상으로 면접을 실

시하였다. 면접에 참가한 대학생은 총 25명으로 교내 모집공고를 통해 선발되었고, 사전에 모두 동의를 구한 뒤 소집단으로 면접을 진행하였다. 소집단은 최소 2명에서 최대 3명으로 구성되었고, 각 면접은 상담전공 대학원생 2명에 의해 진행되었으며, 면접자는 연구 시작 단계부터 참여하여 연구 의도 및 전체 진행방법에 대하여 모두 숙지하였다. 면접에서는 연구 참가자들에게 초점 질문이 적힌 질문지가 제공되었고, 면접자는 참가자들이 관련된 주제에 대하여 가능한 한 많은 응답을 할 수 있도록 반응을 촉진하였으며, 질문과 관련된 응답이 아니라고 생각될 경우 초점 질문과 관련된 응답을 하도록 유도하였다. 면접은 평균 2시간 정도 소요되었고, 1주일에 걸쳐 실시하였다. 면접의 내용은 모두 녹음되었고, 이를 토대로 축어록을 작성하였다. 이후 연구진들이 모여 축어록을 함께 다시 읽으면서 참여자들의 응답에서 총 252개의 아이디어를 도출했다. 이론적으로 아이디어의 수에는 제한이 없지만, 아이디어의 수가 너무 많으면 이것을 분석하는데 있어 과도한 시간과 비용이 들기 때문에 일반적으로 100개 이하로 줄이는 것을 권장한다(Kane & Trochim, 2006). 따라서 본 연구에서도 이후 아이디어 분류 작업을 원활하게 하기 위하여 심리학교수 2명 및 석사과정 6명이 산출된 아이디어를 종합적으로 분석하여 편집하였다. 편집과정은 첫 번째, 아이디어들을 중복된 내용이나 유사한 내용에 따라 분류하였고, 두 번째, 연구자들 간 회의를 통해 유사하거나 동일한 내용의 아이디어들을 통합하여 하나의 명료한 문장으로 작성하였다. 이러한 과정을 거쳐 최종적으로 63개의 진술문이 도출되었다. 최종적으로 도출된 63개의 진술문은 표 1에 제시되었다.

세 번째, 진술문 구조화 단계에서는 최종 정리된 진술문들을 한 문장씩 한 개의 카드에 기록하여 총 63개의 진술문 카드를 제작하였다. 그 후 최초 면접에 참가했던 참가자들을 대상으로 두 번째 면담을 진행하여 진술문 분류 및 평정작업을 실시하였다. 진술문 분류 기준은 해당 문장들을 유사한 것끼리, 즉 같은 범주로 묶일 수 있다고 생각되는 것을 기준으로 분류하는 것이다. 이 때 참가자들의 인지적 특성을 최대한 끌어내기 위하여 모든 문장을 각각의 범주로 만들지 말 것과 모든 문장을 하나의 범주로 만들지 말 것(Paulson et al., 1999; Paulson & Worth, 2002)이라는 두 가지 조건만 제시하였다. 또한 전체 63개의 진술문에 대하여 “각 문장이 콤포트 푸드의 구성요인을 설명하는 것으로 보기에 얼마나 적합한지”에 대한 주관적 평정을 5점 척도로 평가하도록 하였다.

네 번째, 개념도 분석 단계에서는 개념도 제작을 위해 SPSS 19.0 버전을 사용하여 다차원 척도법(MDS: multidimensional scaling)과 위계적 군집분석(hierarchical cluster analysis)을 실시하였다. 다차원 척도법 분석에 사용되는 데이터(raw data)는 25명의 연구 참가자들이 총 63개의 진술문을 분류한 결과로, 같은 범주로 묶인 진술문들은 0, 다른 범주로 묶인 진술문들은 1로 코딩한 25개의 유사성 행렬(63*63)을 만든 다음 이 25명의 행렬을 합산한 집단 유사성 행렬(GSM: group similarity matrix) 데이터이다. 다차원 척도법 결과로 도출된 2차원 상에 위치한 진술문들을 내적으로 일관된 군집으로 분할하기 위하여 위계적 군집분석을 실시하였다. 이러한 과정을 통해 주제와 관련된 다양한 수의 개념범주들을 포함하는 예비 개념도들이 작성되었고, 연구자들은 이 중 가장

적절한 범주 수와 명칭을 결정함으로써 최종 개념도를 완성하였다.

개념도에서 범주의 수를 결정함에 있어 수학적 기준이나 올바른 범주의 수는 정해져 있지 않고 단지 연구자들이 맥락에 맞는 범주 수를 결정해야 한다(Kane & Trochim, 2006; Trochim, 1989a). 다만 Trochim에 따르면, 100개 이하의 진술문을 사용한 개념도 연구에서는 20개 정도의 범주 수에서 하나씩 줄여가면서 적절한 범주의 수를 결정하는 방법을 제안하였는데(Jackson & Trochim, 2002; Trochim, 1989a), 경험적으로 한 범주 당 5개 정도의 진술문은 포함하는 것이 단일 범주로서 의미가 있다고 주장하였다(Trochim, Cook, & Setze, 1994). 하지만 본 연구에서는 Trochim 등(1994)이 제시한 기준을 다소 완화하여 사용하였는데, 우리나라 대학생의 인지적 구조가 미국인보다 더 복잡하거나 단순할 수 있으므로 범주 당 문장 수에 대한 허용범위를 다소 완화하여 한 범주씩 줄여나감으로써 적절한 범주의 수를 결정하였다. 연구진은 3회에 걸쳐 만나 전원 합의를 통해 적절한 범주 수를 정하였고, 이후 범주 내에 포함된 문장의 내용과 전체구조를 참고하여 합의를 통해 각 범주의 제목을 붙였다. 범주의 제목은 전체 개념도 속에서 해당 범주의 문장내용을 보고 각 연구자들이 생각하는 제목을 도출하면 각 제목 중 전원이 동의하는 방식으로 결정하였다. 범주의 명칭은 범주 내 문장들을 가장 잘 표현하는 제목을 붙이는 것을 원칙으로 하였으며, 범주 내 문장들의 피상적인 의미 외에도 문장 군에 숨겨진 함의들도 고려하여 적절한 범주 명칭을 결정하였다.

최종 개념도에 표시된 범주들은 특정 주제와 관련한 개념들로서 가까이 있는 범주들은

거리가 먼 범주들보다 개념적으로 더 유사하다는 것을 의미한다(Paulson et al., 1999; Trochim, 1989b). 마지막으로, 각각의 콤포트 푸드 구성요인에 대한 진술문들에 대한 적합도 평균 평정 값을 계산하여 대학생들이 콤포트 푸드의 구성요인으로 적합하다고 생각하는 개념을 살펴보았다. 개념도 연구 절차의 다섯 번째 해석단계와 여섯 번째 활용단계는 연구 결과에 해당하므로 연구 결과 부분에 제시하였다.

연구 결과

본 연구는 콤포트 푸드 각 구성요인 간의 상대적 위치를 비교하고 군집화 양상을 확인하는 것을 주요 목적으로 하고 있으므로, 시각화와 해석의 용이성을 고려하여 2차원 해법을 분석 기준으로 채택하였다. 연구 참가자들은 진술문들을 최소 4개에서 최대 16개로 분류하였으며($M=9.73$, $SD=3.18$), 이들이 분류한 결과를 집단 유사성 행렬의 형태로 만들어 다차원 척도 분석을 실시하였다. 다차원척도는 사전적 분석방법의 하나로 개별 변수간의 거리를 행렬로 만들고 거리가 가까운 변수들을 묶어 2차원에 나타내는 것이다. 거리를 행렬로 만들고 가까운 변수를 2차원으로 묶을 때 가장 잘 설명하는 차원을 찾는 방법이 유사성 계수(stress test)이다. 연구 참가자들 간의 상대적 거리의 정확도를 높이기 위해 다차원 공간에서의 위치결정 작업은 더 이상 개선이 어려울 때까지 반복적으로 계속되는데, 그 결정 작업의 정도를 나타내는 값이 스트레스 값(stress value)이다. 즉, 스트레스 값은 실제의 거리와 결정된 상대적 거리 간의 오차의 정도를

표 1. 대학생들의 콤포트 푸드 구성요인에 대한 군집과 진술문항 평균(표준편차)

군집	진술문	M(SD)
1. 즐거운 추억을 떠올리게 하는 음식 3.99(0.25)	22. 친구들과 월드컵 응원을 하면서 치킨과 맥주를 먹었던 즐거운 기억이 있어서, 그때의 즐거웠던 기분을 느끼고 싶을 때면 치킨과 맥주를 먹는다.	3.52(1.39)
	42. 고등학교 때 친구들과 즉석 떡볶이를 먹으면서 자주 놀았던 추억이 있어서 지금도 즉석 떡볶이를 보면 그 시절의 추억이 떠오른다.	4.12(0.88)
	57. 우리집은 것갈로 찜을 싸먹는데, 서울에서 자취를 하면서 가끔 것갈에 찜을 싸 먹으면 마치 집에서 가족들과 음식을 먹었던 그 때로 돌아가는 것 같아서 마음이 따뜻해진다.	4.16(1.11)
	2. 어렸을 때 학교 앞 문방구에서 팔던 불량식품을 어른이 된 지금도 가끔 찾게 되는데, 초등학교 시절에 동심으로 되돌아간 느낌이다.	3.84(1.38)
	36. 할머니가 홍어를 무척 좋아하셨는데 할머니가 돌아가신 후에 홍어를 먹으면 할머니와의 추억을 떠올릴 수 있어서 마음이 따뜻해진다.	4.2(1.04)
	28. 우리가족은 식사 후 항상 과일을 먹으면서 가족 간 대화를 나누기 때문에 과일을 보면 가족들이 생각나고 기분이 좋아진다.	3.8(1.04)
	34. 명절에 종갓집인 우리집에서 온 가족이 모여 전을 부치던 추억이 있어서 전을 생각하면 가족들이 보고 싶어진다.	4.16(0.90)
	15. 만두를 먹을 때면, 예전에 이모집에 다 같이 모여 직접 만들어 먹었던 기억이 떠올라 마음이 훈훈해진다.	4.08(1.00)
	14. 할머니가 돌아가시기 전에 자주 해주셨던 개성식 약과를 지금은 먹을 수 없지만, 그 음식을 생각하면 할머니가 내 곁에 있는 듯이 느껴진다.	4.36(0.86)
	5. 채수를 하고 있을 때, 대학에 다니던 제일 친한 친구가 독서실까지 찾아와 박카스를 한 박스 사준 것에 너무 감동받아서 지금도 박카스를 보면 그 때 그 감정이 떠오른다.	4.08(1.04)
	33. 엄마가 생일날 나를 위해 특별히 꽃케익을 끓여 주셨었는데 그 기억이 인상 깊어서 아직도 꽃케익을 보면 마음이 따뜻해진다.	4.16(1.07)
	52. 어렸을 때부터 엄마와 함께 핫케익을 자주 만들어 먹었기 때문에 핫케익을 보면 그 때 기억이 떠올라 마음이 편안해진다.	4.04(0.94)
	1. 함께 자취하는 룸메이트와 함께 카레를 자주 만들어 먹기 때문에 카레를 보면 친구와 있는 것 같은 편안함을 느낀다.	3.56(1.04)
	2. 따뜻함과 위안을 주는 음식 3.55(0.39)	47. 어렸을 때 할아버지 댁 감나무에서 따 먹은 처음 맛 봤던 감을 잊을 수가 없어서 지금까지도 감을 좋아한다.
29. 어렸을 때는 피자를 먹고 싶어도 잘 못 먹었기 때문에 지금도 피자를 먹으면 행복하다.		2.96(1.14)
58. 힘든 하루 일과를 마치고 나서 친구들과 시원한 맥주와 치킨을 먹으면 마음의 긴장을 풀 수 있다.		3.56(1.08)
6. 군대에서 첫 휴가를 나와서 간pong기를 먹었는데 그 이후로 간pong기를 좋아하게 됐다.		3.48(1.09)
20. 우울할 때 친구들과 매운 불닭을 먹으면서 기분 전환을 하곤 했는데 그 기억 때문에 불닭을 먹으면 기분이 좋아지는 것 같다.		3.44(1.23)
25. 입대 전에는 캔커피를 잘 마시지 않았는데 군대 시절에 캔커피를 마시면서 휴식을 취했기 때문에 제대 후에도 캔커피를 즐겨마시게 됐다.		3.04(1.17)
26. 어릴 때부터 만화영화인 '김정고무신'을 너무 좋아해서 옛시절에 대한 좋은 느낌을 가지고 있는데, 그래서 옛날느낌이 나는 양은도시락이나 건빵 같은 음식을 보면 왠지 모르게 포근하고 기분이 좋아진다.		3.4(1.16)
37. 나는 가장 친한 친구와 힘든 일이 있을 때 마다 허니브레드를 먹으면서 서로를 위로해 주었기 때문에, 허니브레드를 먹으면 힘이 나는 것 같다.		4.12(0.93)
59. 여자 친구가 나를 위해 발렌타인데이때 직접 만들어준 초콜릿을 먹었을 때 여자 친구의 사랑이 느껴졌다.		3.76(1.20)
46. 내가 기분이 안좋을 때면 엄마가 코코아를 타주시며 위로를 해주셨는데, 지금도 스트레스를 받을 때면 코코아를 마시면서 엄마가 해주셨던 위로를 떠올린다.		4.16(0.90)
49. 생일에 미역국을 먹는 것은 내가 세상에 태어난 것을 축하하는 의미처럼 느껴져서 마음이 따뜻해진다.	3.56(1.08)	

한국심리학회지: 일반

3. 친밀감을 주는 익숙한 음식 3.87(0.27)	7.	같은 음식을 먹더라도 잘 모르는 사람들과 먹는 것보다는 가까운 친구나 지인들과 함께 먹는 것이 더 즐겁다.	3.72(1.14)
	17.	나는 내가 먹어보지 못한 새로운 음식이나 특별한 음식을 먹는 것보다는 평상시에 자주 먹는 국밥이나 곱창을 먹을 때 가장 마음이 편하게 느껴진다.	3.6(0.82)
	35.	내가 좋아하는 고기반찬이 없어도 시골에서 할머니가 차려주신 밥상은 푸근한 느낌이 들어서 많이 먹게 된다.	4.12(0.78)
	60.	가족들과 함께 밥상에 둘러앉아서 같이 찌개를 나눠먹으면 마음이 편안해진다.	4.20(0.91)
	41.	가족과 화목한 분위기에서 함께 식사를 하면 어떤 음식이건 상관없이 편안함을 느낀다.	3.72(1.10)
4. 음식 외적 요소에서 편리하거나 부담 없는 음식 2.63(0.28)	9.	투박한 느낌의 음식보다는 예쁜 그릇에 잘 차려진 음식을 먹을 때, 더 정성이 들어간 것 같아 기분이 좋아진다.	2.8(1.08)
	18.	나는 바쁠 때 음식을 먹으면 소화가 잘 안되기 때문에 주말에 쉬면서 느긋하게 밥을 먹는 것이 제일 마음 편하다.	3(1.08)
	32.	편의점에서 파는 삼각김밥처럼 배가 고플 때 근처에서 쉽게 사먹을 수 있는 음식이 편해서 좋다.	2.44(1.16)
	48.	라면은 밤이나 새벽에 생각나도 언제든지 쉽게 해 먹을 수 있기 때문에 좋다.	2.32(1.31)
	40.	요즘 나오는 브라우니 믹스같이 물만 부어 전자렌지에 돌리면 되는 음식은 나처럼 요리를 못하는 사람에게서 쉽고 편리해서 좋다.	2.32(1.31)
	55.	자취를 하고 있는 나로서는 3분카레처럼 조리시간이 짧은 음식이 편하다.	2.44(1.29)
	10.	요리할 필요도 없고, 설거지할 필요도 없는 배달 음식이 나에겐 가장 편하다.	2.44(1.19)
	13.	나는 다른 사람보다 많이 먹는 편이라 뷔페처럼 음식이 모자랄 걱정 없이 마음껏 먹을 수 있는 것이 마음 편하다.	2.56(1.08)
	19.	평소에 혼자서 밥을 먹을 때가 많기 때문에 혼자서 먹어도 눈치 보이지 않는 포장마차에서 우동을 먹는 것이 제일 맛있게 느껴진다.	2.68(1.11)
	39.	경제적으로 여유가 없어서 친구들과 식당에 들어가면 비용걱정부터 하기 때문에 저렴한 분식집에서 음식을 먹는 것이 마음이 편하다.	2.8(1.12)
5. 맛있는 음식 3.30(0.31)	21.	나는 사람들이 많은 곳을 불편해 하는 편이라 조용하고 차분한 분위기에서 음식을 혼자 먹는 것이 좋다.	2.72(1.24)
	31.	고급 한정식집이나 일식집처럼 서비스가 좋고 세팅이 깔끔한 곳에서 음식을 먹으면 대접받는 기분이 든다.	2.44(1.08)
	54.	주머니 사정이 여의치 않아서, 비싼 브랜드의 음식 보다는 저렴한 브랜드나 시장 음식을 먹을 때 더 마음이 편하다.	2.52(1.09)
	56.	평소에 샌드위치를 자주 사먹을 수 있기 때문에 샌드위치를 먹을 때 편안하다.	3.32(0.99)
	12.	커피를 너무 좋아해서 카페 앞을 지나가다 커피향만 맡아도 기분이 좋아진다.	3.72(0.84)
	38.	나는 복숭아를 너무 좋아해서 여름이면 복숭아를 먹는 것이 나의 즐거움 중에 하나이다.	3.04(1.10)
	53.	나는 기분이 좋지 않을 때 일부러 평소보다 신경 써서 맛있는 음식을 꾸밈하게 해 놓고 친구들을 불러서 함께 먹는데, 그러고 나면 기분이 좋아진다.	2.8(1.22)
	8.	나는 시험이 끝나고 나면 내가 좋아하는 스파게티를 먹으러 가는데, 맛있는 스파게티는 시험기간 동안 고생한 나 자신에게 주는 선물과도 같은 것이다.	3.44(1.08)
	45.	마음이 지쳐있을 때 달콤하고 맛있는 팬케이크를 먹으면 위로를 받는 느낌이다.	3.88(0.88)
	30.	나는 초콜릿이나 사탕같이 달콤한 음식들을 먹으면 스트레스가 풀리고 우울한 기분이 좋아진다.	3.44(0.92)
	24.	훈제오리를 제일 좋아하기 때문에 훈제오리를 먹는 생각만 해도 행복하다.	3.12(1.30)
	11.	바삭바삭한 음식이나 얼음처럼 와드득 씹어 먹는 음식을 좋아해서, 스트레스 상황에서도 이런 음식을 먹고 나면 마음이 한결 가벼워진다.	3.28(1.17)
	23.	치킨은 내가 가장 좋아하는 음식이라서 매일 먹어도 질리지 않는다.	2.96(1.21)

6. 건강을 고려한 음식 2.87(0.33)	3.	나는 칼로리가 높은 음식을 먹으면 죄책감을 느끼는 편인데, 0칼로리인 곤약은 죄책감이 느껴지지 않아서 즐겨 먹는다.	2.84(1.25)
	4.	삼계탕 같은 탕 종류를 먹고 땀을 흘리고 나면 노폐물이 빠진 것 같아 시원한 느낌이다.	3.16(1.03)
	27.	추울 때 마시는 따뜻한 국물이나 차는 몸을 따뜻하게 해줘서 좋다.	3.32(1.07)
	61.	고기 같은 고단백질의 음식을 먹으면 몸 안에 영양분이 가득 공급되는 것 같은 든든한 느낌이 들어서 좋다.	3.08(1.12)
	51.	몸에 좋은 비타민을 챙겨먹을 때마다, 자기관리를 잘하는 사람이 된 것 같아서 매일 챙겨먹게 된다.	2.72(1.10)
	44.	쌀죽이 자극적이지 않고 속이 편안해지는 것 같아서 좋다.	3.08(1.12)
	62.	운동을 하기 때문에 단백질이나 이온음료 같이 운동에 도움이 되는 음식을 먹으면 몸이 더 좋아지는 것 같은 느낌을 받는다.	2.8(1.04)
	43.	약간 살편 편이라 기름진 음식을 먹으면 죄책감을 느끼기 때문에 맛은 없어도 야채를 먹는 것이 마음이 놓인다.	2.52(1.19)
	16.	초콜릿을 무지 좋아하는 나는 항상 초콜릿을 가지고 다니면서 먹기 때문에 초콜릿이 제일 편안한 음식이다.	3.2(1.04)
	50.	같은 치킨이라도 후라이드치킨 보다는 구운치킨처럼 기름기가 적고 담백한 음식이 마음이 편안하다.	2.48(1.12)
63.	나는 지금 다이어트를 하고 있기 때문에 셀러드 같이 칼로리가 낮은 음식을 먹어야 죄책감을 덜 느낀다.	2.32(1.11)	

나타내어 주는 것으로서, 스트레스 값이 작을 수록 포지셔닝 맵이 원래의 유사성 자료와 일치한다고 볼 수 있다. 본 연구의 결과로 나타난 2차원 해법의 스트레스 값은 .243으로 나타났다으며, 이는 개념도를 위한 다차원 척도 분석에 적합한 평균 범위(0.205~0.365)를 충분히 충족시키는 것이라고 볼 수 있다(Gol & Cook, 2004; Kane & Trochim, 2006).

이후 다차원 척도 분석에 의해 도출된 좌표 값을 기준으로 위계적 군집 분석을 실시한 결과, 총 6개의 군집이 도출되었다. 군집 수는 군집화 일정표와 덴드로그램을 토대로 결정하였다. 군집 계수 값이 현저하게 증가하는 단계들을 살펴보고 덴드로그램에서 3 미만의 거리 값을 보이는 군집의 수를 기준으로 하였다. 또한 해석하기에 적합한 군집의 수를 선택하기 위해서 두 가지 지침이 사용되었다. 첫째, 참여자들이 분류한 범주의 수 이상을 선택하지 않았다. 둘째, 연구자들이 개념적 명료성과 각각의 군집 안에 있는 진술문들의 유사성,

그리고 군집들 간의 차이를 분명하게 하기 위해서 군집 간 진술문과 군집 내 진술문을 검토하였다. 이러한 방법을 이용해서 총 6개의 군집 해법이 가장 적합한 것으로 고려되었다. 군집에 대한 명명은 세 가지 지침을 준거로 하였다. 첫째, 지도상에 문항들 사이의 상대적 거리들을 고려하였고 둘째, 군집 내 문항들의 유사성을 검토한 후, 마지막으로, 참여자들이 도출한 제목들을 참조하여 작성하였다. 6개 군집에 속하는 진술문들과 각 진술문에 대한 적합도 평정 평균값은 표 1에 제시하였다.

대학생들이 지각한 콤포트 푸드 구성요인에 대한 개념도

절차에 따라 입력된 자료를 근거로 하여 다차원 척도법을 통한 플롯맵이 작성되었다. 이 매트릭스에 위계적 군집분석을 실시함으로써 군집성에 따른 범주화 작업이 완성되었다. 이후 연구진들은 가장 적절한 범주의 수를 정하

고 각 범주에 제목을 붙임으로써 대학생이 지각하는 콤포트 푸드 구성요인에 대한 개념도를 작성하였다. 참가자들로부터 도출한 63개 진술문들은 그림 1의 개념도 위에 문항번호로 나타나 있다. 문항들의 위치는 다차원 척도분석의 결과로 도출되었으며, 여러 참가자들에 의해 분류된 빈도를 반영한다. 거리상 가까이 있는 문항들은 멀리 떨어져 있는 문항들에 비해 보다 자주 같은 범주로 분류된 문항이며, 서로 관련이 깊은 요인임을 보여준다. 또한 각 범주의 면적이 넓을수록 참가자들이 해당 범주의 내용을 폭넓은 방식으로 경험하거나 다양하게 표현하고 있다는 의미이며, 많은 진술문들이 포함되어 밀도가 높은 범주는 참가자들의 인식 속에 뚜렷하게 개념화되어 있음을 의미한다. 각 범주의 두께는 참가자들이 응답한 적합도의 정도를 의미하는 것으로, 두꺼울수록 참가자들이 콤포트 푸드의 구성요인으로 적합하다고 평가했음을 나타낸다. 개념도의 이름은 일관된 군집으로 묶여진 진술문들과 참가자들이 명명한 제목들을 참고하여 작성하였다.

결과적으로 대학생들이 지각하는 콤포트 푸드의 구성요인은 6개의 범주로 이루어져 있다. 6개 범주는 즐거운 추억을 떠올리게 하는 음식, 따뜻함과 위안을 주는 음식, 친밀감을 주는 익숙한 음식, 음식 외적 요소에서 편리하거나 부담 없는 음식, 맛있는 음식, 건강을 고려한 음식이다. 각 범주별로 좀 더 구체적으로 살펴보면, 콤포트 푸드 구성요인에 대한 군집 1은 14개의 문항을 포함하고 있으며, 구체적이고 긍정적인 다른 사람들과의 추억을 떠올리게 만드는 음식이 주요 내용이다. 세부적으로는 친구들과 놀면서 자주 먹었던 음식, 가족들과 함께 만들어 먹었던 음식, 명절에

일가친척이 모여 나눠먹었던 음식 등의 내용이 포함된다. 군집 2는 10개의 문항을 포함하고 있으며, 심리적으로 마음을 따뜻하게 해주거나 휴식, 휴가와 관련되어 편안함을 주는 음식을 주요 내용으로 하고 있다. 세부적으로는 힘든 일이 있을 때 먹으면서 위로를 받은 음식이나, 음식을 통해 사랑을 느낀 경우, 휴가나 휴식을 취하면서 먹은 음식 등이 있다. 군집 3은 5개의 문항을 포함하고 있으며, 친밀한 사람들과 먹거나 음식 자체가 익숙한 음식이 주요 내용이다. 세부적으로는 가까운 친구나 지인, 가족들과 함께 먹는 음식, 평상시에 자주 먹는 음식 등이 있다. 군집 4는 14개의 문항을 포함하고 있으며, 음식 그 자체보다는 음식 이외의 상처림이나 비용, 편리성 등에서 편안함을 느끼게 하는 음식이 주요 내용이다. 세부적으로는 빠르고 간편하게 먹을 수 있는 음식, 조용한 곳에서 편하게 먹을 수 있는 음식, 저렴한 음식, 잘 차려지고 서비스가 좋은 곳에서 먹는 음식 등이 있다. 군집 5는 9개의 문항을 포함하고 있으며, 맛있다고 생각하는 음식이 주요 내용이다. 세부적으로는 자신이 좋아하는 음식이나 맛있는 음식 등이 있다. 군집 6은 11개의 문항을 포함하고 있으며, 건강에 긍정적으로 작용하고, 자극적이지 않은 음식이 주요 내용이다. 세부적으로는 영양 측면에서 몸에 좋은 음식, 칼로리가 낮은 음식, 몸을 따뜻하게 해주고 속을 편안하게 해주는 음식 등이 있다.

연구 참가자들이 각 범주 문항이 콤포트 푸드의 구성요인으로서 얼마나 적합한지 평가한 적합도 점수는 최소 2.63에서 최대 3.99로 나타났다. 각 군집 별로 적합도의 평균 점수를 살펴보면, 군집 1(즐거운 추억을 떠올리게 하는 음식)의 적합도는 3.99, 군집 2(따뜻함과 위

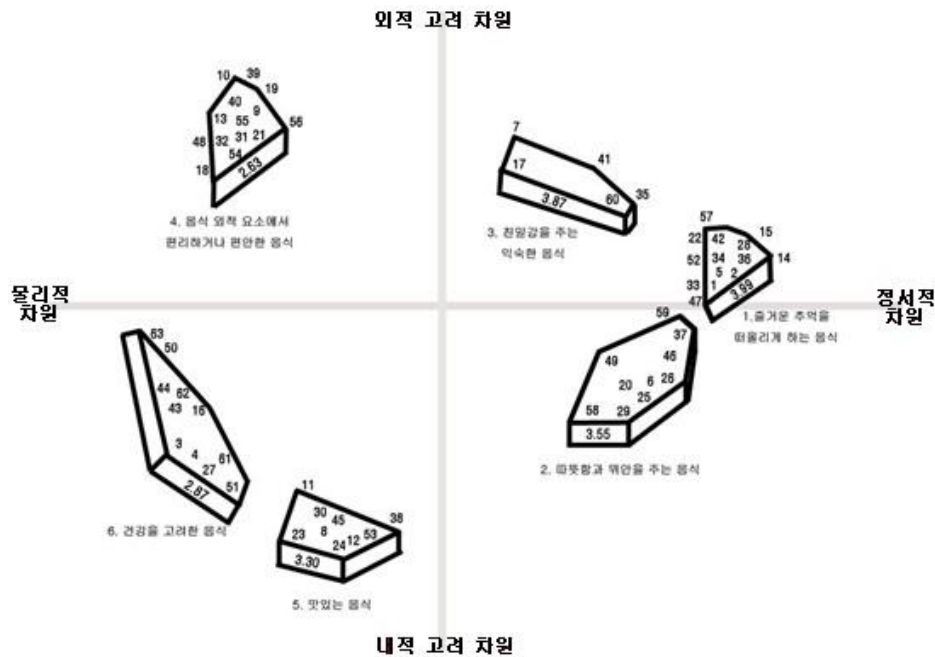


그림 1. 대학생이 지각한 콤포트 푸드 구성요인의 개념도

안을 주는 음식)의 적합도는 3.55, 군집 3(친밀감을 주는 익숙한 음식)의 적합도는 3.87, 군집 4(음식 외적 요소에서 편리하거나 부담 없는 음식)의 적합도는 2.63, 군집 5(맛있는 음식)의 적합도는 3.30, 군집 6(건강을 고려한 음식)의 적합도는 2.87로 나타났다. 결과적으로 대학생 참가자들은 군집 1인 즐거운 추억을 떠올리게 하는 음식을 콤포트 푸드의 구성요인으로 가장 적합하다고 생각하고 있으며, 군집 4인 음식 외적 요소에서 편리하거나 부담 없는 음식을 가장 적합하지 않은 것으로 지각하고 있음을 확인할 수 있었다.

대학생들이 지각하는 콤포트 푸드의 구성요인에 대한 다차원 척도 분석 결과와 군집 분석 결과를 2차원 좌표 평면상에 시각적으로 표현한 결과는 그림 1과 같다. 콤포트 푸드 구성요인의 군집별 포지셔닝 양상을 살펴본

결과, 두 가지 차원이 나타내는 속성을 확인할 수 있었다. 즉 좌표 상에 그려진 지도들의 위치와 상대적 거리, 그리고 좌표 값 등을 고려하여 연구자들의 직관과 통찰에 의해 두 가지 분류기준을 탐색하였다. 그래프의 중심축을 기준으로 상위에 위치한 군집은 군집 1, 군집 3, 군집 4로 주로 외부적 상황이나 다른 사람들과 관련된 음식으로 구성되어 있었다. 반면에 그래프의 하위에 위치한 군집은 군집 2, 군집 5, 군집 6으로 주로 개인의 내적 취향이나 상태와 관련된 음식으로 구성되어 있었다. 따라서 그래프의 수직적 차원에서 상위는 외적 고려 차원으로, 하위는 내적 고려 차원으로 구성되었다고 할 수 있다. 한편, 그래프의 중심축을 기준으로 왼쪽에 위치한 군집은 군집 4, 군집 5, 군집 6으로 주로 음식 외적 요소나 신체적 편안함, 맛과 관련된 음식으로

구성되어 있었다. 반면에 그래프의 오른쪽에 위치한 군집은 군집 1, 군집 2, 군집 3으로 추억이나 친밀감, 심리적 편안함과 관련된 음식으로 구성되어 있었다. 결론적으로 그래프의 수평적 차원에서 왼쪽은 물리적 차원, 오른쪽은 정서적 차원으로 구성되었다고 할 수 있다.

논 의

본 연구의 목적은 대학생들이 지각하는 컴포트 푸드의 구성요인이 무엇인지를 탐색적으로 살펴보고, 이를 기초로 각 유형별 적합도를 파악함으로써 대학생들이 지각하는 컴포트 푸드의 구성요인에 대한 인지적 특성을 알아보는 것을 목적으로 하였다. 이를 위해 4년제 대학교에서 다양한 전공의 25명 대학생들을 모집하여 면접조사를 실시한 결과, 컴포트 푸드 구성요인에 대한 63개 문장을 추출하였다. 추출한 문장은 유사한 항목끼리 분류하였으며, 분류된 문장은 적합도 정도를 평정하게 한 후, 이를 다차원 척도 분석과 군집 분석을 실시하여 개념도를 그렸다. 그 결과 연구에 참가한 대학생들이 지각하는 컴포트 푸드의 구성요인으로는 6가지 유형이 있는 것으로 나타났다. 이상의 절차를 통해 얻은 결과를 바탕으로 본 연구에 대해 요약하고 논의하면 다음과 같다.

첫째, 최근 들어 음식이 가진 심리적, 사회적 요인을 밝히고자 하는 연구들이 시도되기 시작했으며, 특히 음식의 심리적 영향을 설명하기 위한 컴포트 푸드라는 용어가 새롭게 등장하였다(Trosi & Gabriel, 2011). 그러나 아직까지 컴포트 푸드에 대한 개념이 명확하지 않으며, 컴포트 푸드의 구성요인과 내용이 무엇인지 등이 충분하게 다루어지지 않은 상황이다.

사실 컴포트 푸드가 심리정서 및 사회에 미치는 영향을 살펴보기 위해서는 어떤 음식을 컴포트 푸드로 지각하는지에 대한 개인의 이해와 심리내적인 지각에 대한 파악이 필요하다. 따라서 사람들이 지각하고 있는 컴포트 푸드가 무엇인가에 대한 내용 중심적 관점의 연구가 시작되어야 한다. 이에 본 연구에서는 개인들이 지각하는 컴포트 푸드의 구성요인에 대해 관심을 가지고 그 내용을 확인하고자 했다. 그 결과, 본 연구에서 개인이 지각하는 컴포트 푸드의 구성요인은 즐거운 추억을 떠올리게 하는 음식, 따뜻함과 위안을 주는 음식, 친밀감을 주는 익숙한 음식, 음식 외적 요소에서 편리하거나 부담 없는 음식, 맛있는 음식, 건강을 고려한 음식의 6개 범주로 분류되었다. 이전 연구에서 Trosi와 Gabriel(2011)는 컴포트 푸드가 주로 자신이 좋아하는 음식, 가족의 전통과 관련된 음식, 휴일에 먹은 음식 등과 관련이 있다고 보고하였으며, Locher 등(2005)은 향수를 불러일으키는 음식, 갈망하는 음식, 편리한 음식, 신체적으로 편안한 음식으로 크게 네 가지로 컴포트 푸드를 분류하였다. 기존 연구와 비교할 때, 긍정적 추억이나 친밀한 사람들과 관련된 음식, 자신이 좋아하는 음식은 컴포트 푸드의 공통적인 요인이라는 것을 알 수 있다. 그러나 본 연구에서 도출된 컴포트 푸드의 구성요인은 기존 연구결과와 일치하는 부분도 있었지만 보다 다양한 요인으로 구성되어 있었다. 물론 본 연구에서 사용한 연구방법이 기존의 연구방법과 다르며 소수의 참여자를 대상으로 진행되었다는 한계점을 갖고 있으나, 연구의 결과를 통해 개인이 지각하는 컴포트 푸드의 구성요인이 단순한 것이 아니며 보다 다양한 요인으로 구성될 수 있음을 확인할 수 있었다. 특히 다른 사람

들과의 관계와 관련된 부분이 콤포트 푸드의 중요한 구성 개념으로 많이 나타나는 것을 확인할 수 있었는데, 이는 인간관계를 중요시하는 가족 및 집단주의 중심인 우리나라 문화 특성을 반영한 결과로 생각해볼 수 있을 것이다. 또한 본 연구에서 밝혀진 요인 외에도 또 다른 콤포트 푸드에 대한 개념 요인이 존재할 가능성과 연구 대상에 따른 특성이 존재할 수도 있음을 고려해야 할 것이다. 따라서 미래의 연구에서는 대상의 특성이나 문화적 특성을 고려한 콤포트 푸드의 구성개념에 대한 확인이 필요할 것이다. 그러나 이러한 제한점에도 불구하고 본 연구의 결과는 콤포트 푸드로 지각되는 음식의 설명 요인을 밝혀주었다는 점에 의의가 있으며, 미래의 콤포트 푸드 연구를 위한 중요한 기초자료가 될 수 있을 것이다.

둘째, 대학생들이 지각하는 콤포트 푸드 구성요인의 군집별 포지셔닝 양상을 살펴보면 좌우, 상하로 나뉘어져 고르게 분포되어 있음을 알 수 있었다. 먼저 그래프의 중심축을 기준으로 왼쪽에 위치한 군집은 군집 4, 군집 5, 군집 6으로 주로 음식 외적인 환경적 요소나 신체적 편안함, 맛과 관련된 음식으로 구성되어 있었다. 반면에 그래프의 오른쪽에 위치한 군집은 군집 1, 군집 2, 군집 3으로 즐거운 추억을 떠올리게 하는 음식, 따뜻함과 위안을 주는 음식, 친밀감을 주는 익숙한 음식으로 구성되어 있어, 참가자들이 콤포트 푸드의 구성요인에서 물리적 차원과 정서적 차원 속성 모두를 고르게 지각하고 있음을 확인할 수 있었다. 또한 수직선의 위측은 군집 1, 군집 3, 군집 4로 주로 외부적 상황이나 다른 사람들과 관련된 음식으로 구성되어 있었고, 아래측은 군집 2, 군집 5, 군집 6으로 주로 개인의

내적 요인이나 성향과 관련된 음식으로 구성되어 있었으며, 참가자들이 콤포트 푸드의 구성요인에서 외적 고려 차원과 내적 고려 차원 속성도 모두 고르게 지각하고 있음을 확인할 수 있었다. 결과적으로 연구 참여자들은 콤포트 푸드에 대해 물리적, 정서적 속성과 외적 고려, 내적 고려 모두를 고려한 통합적인 개념을 가지고 있었다. 한편, 개념도에서는 범주의 면적이 넓을수록 참가자들이 해당 범주의 내용을 다양한 방식으로 경험하거나 표현하고 있으며, 밀도가 높을수록 많은 진술문들이 포함되어 연구 참가자들의 인식 속에서 뚜렷하게 개념화되어 있음을 의미한다. 이것을 기준으로 본 연구의 군집들을 살펴보면, 군집 6(건강을 고려한 음식)의 면적이 가장 넓은 것으로 나타나 참가자들이 건강을 고려한 음식에서 가장 다양한 방식의 콤포트 푸드를 지각하고 있는 것을 알 수 있었다. 한편 군집3(친밀감을 주는 익숙한 음식)과 군집 6(건강을 고려한 음식)을 제외한 나머지 군집들은 비교적 밀도가 높은 것으로 확인되었으며, 따라서 참여자들은 콤포트 푸드 범주요인에 대해 비교적 뚜렷하게 개념화 되어 있음을 알 수 있었다. 그러나 본 연구는 콤포트 푸드의 구성 개념을 살펴본 연구로서 실제 음식과는 다소 거리가 있는 추상적이고 논리적인 개념일 수 있다. 콤포트 푸드가 기본적으로 음식에 기반한 연구라는 점을 고려할 때, 추후에는 구체적인 음식을 기초로 한 보다 실증적이고 경험적인 확인 연구가 필요할 것이다.

셋째, 대학생들이 지각하는 콤포트 푸드 구성요인의 하위 요인에 대한 적합도를 살펴본 결과, 즐거운 추억을 떠올리게 하는 음식을 콤포트 푸드의 구성요인으로 가장 적합하다고 보았으며, 친밀감을 주는 익숙한 음식, 따뜻함

과 위안을 주는 음식, 맛있는 음식, 건강을 고려한 음식, 음식 외적 요소에서 편리하거나 부담 없는 음식의 순서로 적합도가 나타났다. 우리가 음식에 부여하는 의미는 음식과 관련된 활동에서 다른 사람과의 상호작용을 통해 유래된 것으로써, 이 의미의 대부분은 가족들과의 초기 사회화를 통해 학습된 것으로 설명되어지기도 한다(Locher et al., 2005). 본 연구의 결과에서도 콤포트 푸드는 맛, 건강, 편리함 등의 외적인 요소보다는 추억이나 친밀감, 따뜻함, 위로처럼 사람들과의 관계를 통해 의미를 갖게 된 음식으로 가장 잘 이해되고 있음을 알 수 있었다. Barthes(1982)는 음식은 상황(situations)을 나타낸다고 설명하며 경험하는 것이상으로 음식이 삶의 방식에 중요하다는 점을 강조하였다. 콤포트 푸드는 대체로 어린 시절의 초기 관계 대상과 함께 먹은 음식이며, 이러한 음식 섭취의 경험은 고차원적인 사회적 편안함과 함께 입력되어진다. 따라서 콤포트 푸드의 섭취, 또는 콤포트 푸드를 섭취하는 것에 대한 생각조차도 자동적이며 심리적으로 편안한 경험을 활성화 시킬 수 있다(Locher et al., 2005). 콤포트 푸드는 우리가 아플 때 어머니가 특정 음식을 준비하여 보살펴 주었던 과거 경험과 관련될 수도 있기 때문에 우리의 기억 속에서 치유적인 속성을 갖는다는 설명도 있다(Wood & Vogen, 1998). 이처럼 콤포트 푸드는 특정한 대상와의 관계를 통해 만들어진 편안한 연합과 같은 것으로써 스트레스 받고 고립감을 느끼는 상황 속에서 가족이나 다른 안정적인 관계를 상기시키는 음식일지도 모른다. 본 연구의 결과는 음식이 물리적, 신체적 만족에만 관련된 것이 아니라 심리적이거나 사회적인 중요한 의미를 가지고 있는 대상임을 일관적으로 확인시켜주고 있다.

실제로 개인은 부정적인 정서를 경험할 때 콤포트 푸드를 섭취하여 긍정적 정서 상태를 달성하려고 시도하며(Dubé et al., 2005), 음식이 가지고 있는 심리적, 정서적 요소는 사람들의 적응과 웰빙에 중요한 영향을 미칠 것으로 제안되어 지고 있다(Trosi & Gabriel, 2011). 따라서 향후 콤포트 푸드는 심리학의 중요한 연구 분야가 될 수 있으며, 개인이 선호하는 콤포트 푸드의 종류나 내용, 구성 개념들에 따라 심리적, 정서적 특성의 차이 또는 스트레스 대처방식 및 적응 등에 미치는 영향을 확인하는 연구가 지속적으로 진행되어야 할 것이다.

다음으로 음식 연구에 대한 관점 변화의 필요성을 제안하고자 한다. 아직까지 국내에서는 음식이 가진 심리적, 정서적 및 사회적 개념을 중요한 연구 개념으로 받아들이지 않고 있다. 이에 콤포트 푸드라는 용어도 그리운 옛 맛(어머니의 맛갈스러운 음식 맛 따위), 강장(強壯) 음식 등으로 제한되어 번역될 수밖에 없는 상황이다. 그러나 최근의 여러 연구들에서 음식이 가진 심리적, 정서적 의미와 효과의 중요성이 제기되어지고 있다(Locher et al., 2005; Wansink et al., 2003). 연구자들은 정서적 대상으로서 음식이 갖는 의미에 대해 언급하고 있으며, 음식과 섭식행동, 그리고 신체적인 경험 모두는 정서에 영향을 미친다는 결과(McIntosh, 1996)와 섭식장애를 가진 여성의 경우 음식과 섭식행동을 정서, 사회 심리적 기대 및 욕구와 연합시키고 있다는 사실들이 밝혀지고 있다(Chernin, 1986; Millman, 1980; Orbach, 1988), 따라서 연구자들은 음식과 섭식행동이 가진 규범적이고 정서적인 요소에 관심을 가질 필요가 있다. 음식은 집을 떠나오거나 스트레스를 받고 고립감을 느끼는 상황일 때, 고통에서 구제를 원할 때 가장 즉각적

인 충족 대상으로 존재할 수 있다. Lupton (1996)은 분노, 걱정, 실망, 좌절, 미움, 사랑, 그리움, 안전감 같은 다양한 정서가 모두 음식과 연결되어 있는 정서라고 설명하였으며, 따라서 식욕은 정서적인 배고픔으로 볼 수 있다고 주장하였다. 이처럼 음식의 심리적 의미에 대해 인식하고 알게 되는 것은 우리에게 비만이나 섭식장애를 가진 개인을 이해할 수 있는 또 다른 관점을 제공해준다. 또한 때로는 같이 음식을 만들고 나누어 먹게 하는 간단한 과정을 지시함으로써 대인관계를 개선할 수 있는 가장 효과적인 지침을 제공하게 될 수도 있다. 이처럼 음식이 가진 심리적, 정서적 의미를 잘 이해하게 되는 것은 이후 개인의 정서뿐 아니라 가족상담 분야에서도 활용될 수 있는 중요한 기초적 자료가 될 수 있다.

한편, 사람들이 지각하는 콤포트 푸드에서 성별, 연령별에 따른 차이가 있다는 연구결과들이 제시되어 왔다. 선호하는 음식의 종류를 성별과 연령에 따라 조사한 결과, 여성은 스낵과 같은 음식을 콤포트 푸드로 더 선호하고, 남성은 식사와 관련된 음식을 더 선호하며, 연령에 따라서는 나이가 어릴수록 스낵과 같은 음식을 선호하고, 나이가 많을수록 식사와 관련된 음식을 선호한다는 결과들이 나타났다 (Wansink et al., 2003). 실제 본 연구의 참가자들을 대상으로 실시한 면접에서도 남학생과 여학생의 응답에서 다소 차이가 있음을 확인할 수 있었다. 본 연구에서는 구체적인 음식의 종류가 아니라 음식에 대한 생각을 살펴본 있는데, 여학생들은 주로 추억이나 위안과 같은 심리적 요인과 관련된 음식을 콤포트 푸드로 많이 보고한 반면, 남학생들은 주로 편리함이나 신체적 편안함과 관련된 음식을 콤포트 푸드로 보고하였다. 따라서 성별에 따라

선호하는 콤포트 푸드의 종류만 다른 것이 아니라 콤포트 푸드에 대한 구성개념이나 요인이 다를 수 있음을 생각할 수 있다.

또한 우리나라의 식생활 문화는 짧은 시간에 급속한 발전과 변화를 겪어 왔기 때문에 현재 대학생들을 기준으로 이들이 먹는 음식과 부모님이 먹었던 음식, 조부모님이 먹었던 음식, 그리고 최근의 아동들이 먹는 음식은 서로 상이하다고 볼 수 있다. 사실 음식의 선택은 사회적, 문화적 시스템 안에 깊이 뿌리박혀 있는 것으로 볼 수 있으며, 특정 음식을 소비하는 것은 계층, 구성원으로써의 정체감과도 깊은 관련이 있을 수 있다(Douglas, 1984). 이처럼 한 사회에서 즐겨 먹는 요리, 요리 하는 방법, 세부적으로 음식을 만드는 기술 등은 그 사회의 전체적인 사회구조를 반영하는 것일 수 있으며, 따라서 같은 시공간이라 하여도 성별, 연령별 혹은 사회문화적 지역별로 지각하는 콤포트 푸드에 대한 구성요인과 의미는 모두 다를 수도 있을 것이다. 따라서 미래의 연구에서는 대상에 따라 콤포트 푸드의 경험과 구성요인의 차이가 존재할 수 있음을 고려하여 이에 대한 확인연구가 필요할 것이다.

본 연구는 개념도 연구법을 사용하여 우리나라 대학생들이 생각하는 콤포트 푸드 개념의 구성 요인을 보여준 최초의 연구라는 점에서 의의가 있으며, 향후 양적 연구를 위한 기초자료로 유용하게 활용될 수 있을 것이다. 그러나 다음과 같은 점에서 본 연구의 제한점 및 후속연구를 위한 제언을 하고자 한다. 첫째, 연구방법상 기초 자료가 참여자들의 주관적 생각에 근거하고 있다는 제한점이 있다. 개념도 연구 방법은 방법 특성상 연구 참여자의 경험과 생각만을 분석의 자료로 사용하고

있기 때문에 참여자의 개인적 경험이나 신념, 개인 특성에 따라 연구결과가 달라질 수 있다는 문제점을 가지고 있다. 둘째, 개념도는 여타 방법론과 구분되는 장점도 많지만, 그림이라는 결과물로 제시되기 때문에 해석의 특성상 타당도를 지지할 만한 근거가 부족하다. 따라서 해석자의 배경에 따라 동일한 결과물이라도 다양하게 해석될 수 있다. 이러한 방법론적 특성을 고려하여 차후에는 양적 연구를 통한 객관적인 데이터의 수집과 분석이 필요할 것이다. 셋째, 객관적인 범주 제목 명명에 따른 어려움이다. 가능한 많은 연구진을 구성하여 본 연구를 진행하였으나, 현실적으로 연구진들의 상담경험이 다양하고 각 개인의 판단 기준에 차이가 있어 동일 범주 내 분류된 문장들이더라도 불가피하게 동질적이지 못한 문장들이 포함되었다. 본 연구에서의 군집 4(음식 외적 요소에서 편리하거나 부담 없는 음식)의 경우 사실 내용상으로는 편리한 음식과 편안한 음식의 2개 군집으로 따로 분류하는 것이 더 적절한 것으로 생각된다. 그러나 2차원상의 분류라는 방법론적의 한계로 인하여 본 연구에서는 같은 군집으로 분류되었다. 향후에는 이러한 방법론상의 한계를 보완하는 작업과 양적 연구로 연결되는 작업이 지속적으로 필요할 것이다. 넷째, 본 연구는 서울 소재의 4년제 대학교 학생만을 대상으로 하여 진행되었기 때문에 표집에 따른 효과가 나타났을 수 있다. 또한 질적 연구의 현실적 여건상 피험자의 수가 많지 않았기에 본 연구의 결과를 일반화 하는데 제한점이 있을 수 있다. 후속 연구에서는 다양한 연령 및 사회계층의 피험자들과 실제로 음식과 관련된 전문성을 갖춘 음식 개발자나 평가자 또는 식품 전문가 등을 포함한 지속적인 확인 연구가 실

시되어야 할 것이다.

참고문헌

- Batthes, R. (1982). *Empire of Signs*. Translated by R. Howard. New York: Hill and Wang. Original edition, 1970.
- Chernin, K. (1986). *The Hungry Self: Women, Eating, and Identity*. New York: Perennial Library.
- Daughtry, D., & Kunkel, M. A. (1993). Experience of depression in college students: A concept map. *Journal of Counseling Psychology, 40*(3), 316-323.
- Douglas, M. T. (1984). *Standard Social Uses of Food*. In M. D. Douglas (ed.). *Food in the Social Order: Studies of Food and Festivities in Three American Communities*. New York: Russell Sage Foundation.
- Dubé, L., LeBel, J. L., & Lu, J. (2005). Affect asymmetry and comfort food consumption. *Physiology & Behavior, 86*, 559-567.
- Gol, A. R., & Cook, S. W. (2004). Exploring the Underlying Dimensions of Coping: A concept mapping approach. *Journal of Social and Clinical Psychology, 23*(2), 155-171.
- Jackson, K. M., & Trochim, W. M. K. (2002). Concept Mapping as an Alternative Approach for the Analysis of Open-Ended Survey Responses. *Organizational Research Methods, 5*(4), 307-336.
- Johnsen, J. A., Biegel, D. E., & Shafran, R. (2000). Concept mapping in mental health: uses and adaptations. *Evaluation and Program*

- Planning*, 23(1), 67-75.
- Kane, M., & Trochim, W. M. K. (2006). Concept Mapping for Evaluation and Planning. *Pergamon Press*, 12(1), 53-57.
- Levi-Strauss, C. (1969). *The Raw and the Cooked*. London: Jonathan Cape. Original edition, 1964.
- Locher, J. L. (2002). *Comfort Food*. In S. Katz (ed.). Encyclopedia of Food and Culture. New York: Charles Scribner's Sons.
- Locher, J. L., Yoels, W. C., Maurer, D., & van Ells, J. (2005). Comfort foods: an exploratory journey into the social and emotional significance of food. *Food & Foodways*, 13, 273-297.
- Lupton, D. (1996). *Food, the Body, and the Self*. London: Sage.
- McIntosh, W. A. (1996). *Sociologies of Food and Nutrition*. New York: Plenum Press.
- Mennell, S., Murcott, A., & van Otterloo, A. H. (1992). *The Sociology of Food: Eating, Diet, and Culture*. Newbury Park, CA: Sage.
- Millman, M. (1980). *Such a Pretty Face: Being Fat in America*. New York: W. W. Norton and Company.
- Nation Turning to Comfort Food. (2006, January 7). abcNEWS. <http://abcnews.go.com/US/story?id=92217&page=1>
- Orbach, S. (1988). *Fat is a Feminist Issue*. London: Arrow Books.
- Paulson, B. L., Truscott, D., & Stuart, J. (1999). Clients' perceptions of helpful experiences in counseling. *Journal of Counseling Psychology*, 46(3), 317-324.
- Paulson, B. L., & Worth, M. (2002). Counseling for suicide: Client perspectives. *Journal of Counseling & Development*, 80(1), 86-93.
- Peters, G. R. & Rappoport, L. (1998). Behavioral Perspectives on Food, Nutrition, and Aging. *American Behavioral Scientist*, 32, 5-16.
- Rappoport, L. (2006). 음식의 심리학. (김용환 역). 서울: 인북스.
- Rozin, P. (1988). *Social Learning about Food by Humans*. In M. Harris and E. B. Ross (eds.). Food and Evolution: Toward a Theory of Human Food Habits. Philadelphia: Temple University Press.
- Rozin, P. & Fallon, A. E. (1987). A Perspective on Disgust. *Psychological Review*, 94, 23-41.
- Trochim, W. M. K. (1989a). An introduction to concept mapping for planning and evaluation. *Evaluation and Program Planning*, 12(1), 1-16.
- Trochim, W. M. K. (1989b). Outcome pattern matching and program theory. *Evaluation and Program Planning*, 12(4), 355-366.
- Trochim, W. M. K. (1993). The Reliability of Concept Mapping. *Paper presented at the Annual Conference of the American Evaluation Association*, November 6. Dallas, Texas.
- Trochim, W. M. K., Cook, J. A., & Setze, R. J. (1994). Using concept mapping to develop a conceptual framework of staff's views of a supported employment program for individuals with severe mental illness. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 62(4), 766-775.
- Trosi, J. D. & Gabriel, S. (2011). Chicken Soup Really Is Good for the Soul: "Comfort Food" Fulfills the Need to Belong. *Psychological Science*, 22(6), 747-753.
- Wansink, B., Cheney, M. M., & Chan, N. (2003).

- Exploring comfort food preferences across age and gender. *Physiology & Behavior*, 79, 739-747.
- Wansink, B. & Sangerman, C. (2000). The taste of comfort: food for thought on how Americans eat to feel better. *American Demographics*, 22(7), 66-67.
- Wansink, B. (2002). Changing eating habits on the home front: lost lessons from World War II research. *Journal of Public Policy & Marketing*, 21(1), 90-99.
- Wood, P. & Vogen, B. (1998). Feeding the Anorectic Client: Comfort Foods and Happy Hour. *Geriatric Nursing*, 19, 192-194.
- 1차원고접수 : 2013. 06. 30.
수정원고접수 : 2013. 08. 22.
최종게재결정 : 2013. 08. 27.

Concept Mapping Analysis of Comfort Food by College Students

Ji-Ye Kim

Sanghee Lee

Kwangwoon University

In this study, we attempted to explore conceptual structure of comfort food perceived by college students. To do so, we had 25 college students produce their ideas on comfort food from which we draw 63 statements regarding comfort food. Using these statements, we performed multi-dimensional scaling and hierarchical cluster analysis to construct conceptual map of comfort food. The results produced 6 clusters as components of comfort food. The comfort food components by college students were the followings: food which is reminiscent of happy memories, food which gives warmth and relaxation, familiar food related to intimacy, healthy food. The 2 dimensions which classify the comfort food clusters were external-internal and physical-emotional dimension. In addition, our participants judged the first cluster, that is, food which is reminiscent of happy memories to fit best to the concept of comfort food. Limits of the current study and future research are discussed.

Key words : college students, comfort food, concept mapping