

20대 여성의 사회비교경향성과 이상섭식행동의 관계에서 SNS 셀피행동의 매개효과*

서 지 혜† 장 혜 인‡

성균관대학교 심리학과


본 연구에서는 20대 여성의 사회비교경향성이 이상섭식행동에 미치는 영향에서 SNS 셀피행동의 역할을 확인하고자 하였다. 이를 위해, 여자 대학생 144명을 대상으로 자기보고식 설문지를 사용하여 사회비교경향성, SNS 셀피행동, 이상섭식행동을 측정하였다. 수집된 자료는 SPSS 21.0과 PROCESS Macro를 이용하여 매개분석을 실시하였다. 분석결과, 사회비교경향성이 이상섭식행동에 미치는 영향에서 일반적인 SNS 셀피행동의 매개효과는 유의하지 않은 반면, 타인중심 SNS 셀피행동의 매개효과는 유의한 것으로 나타났다. 본 연구는 섭식문제에 취약한 20대 여성을 대상으로 이상섭식행동을 예측하는 심리적, 사회문화적 요인을 통합적으로 검증하였으며, 그 과정에서 SNS와 같은 새로운 미디어에서의 특정 행동의 영향력을 확인하였다는 점에서 의의가 있다. 이를 통해 20대 여성들의 이상섭식행동에 대한 예방 및 개입에서 타인중심 SNS 셀피행동이 효과적인 표적일 수 있다는 임상적 함의를 제공한다.

주요어 : 사회비교경향성, SNS, 셀피행동, 이상섭식행동

* 본 논문은 서지혜(2023)의 석사학위논문을 수정·보완한 것임.

† 제 1저자: 서지혜, 성균관대학교 심리학과, 석사 과정

‡ 교신저자: 장혜인, 성균관대학교 심리학과, (03063) 서울특별시 종로구 성균관로 25-2, Tel: 02-760-0490, E-mail: hichang@skku.edu

 Copyright © 2024, The Korean Society for Woman Psychology. This is an Open Access article This is an open-access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution-NonCommercial Licenses (<https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0>) which permits unrestricted non-commercial use, distribution and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

이상섭식행동은 섭식문제에 대한 대표적인 지표로써, 섭식을 제한 또는 거부하는 절식행동, 많은 양의 음식을 섭취하는 폭식행동, 그리고 체중 증가를 막기 위해 음식을 통제하며 섭취하는 섭식통제로 구성된다(Garner, Olmsted, Bohr, & Garfinkel, 1982). 이러한 이상섭식행동은 신체 및 심리적 건강을 위협하는 다양한 부작용을 야기하고, 정상섭식행동과 섭식장애의 연속선상에 있기 때문에 오랜 시간 반복될 경우, 신경성 식욕부진증, 신경성 폭식증, 폭식장애 등과 같은 섭식장애로 발전할 가능성이 높다(Mintz, O'Halloran, Mulholland, & Schneider, 1997). 특히 20대 여성은 신체적 외모와 같은 영역에 기반하여 자기 가치를 형성하기 때문에 외모 관련 영역에 굉장한 노력을 들이며(Crocker & Wolfe, 2001), 가정과 학교라는 틀에서 벗어나 식사량을 자율적으로 결정할 수 있기 때문에 이상섭식행동에 더욱 취약할 수 있다(김은하, 이신영, 2016). 실제로 2022년 국민건강보험공단이 제출한 국정감사 자료에 따르면, 최근 5년간 섭식장애 환자가 49.9% 증가하였고, 여성이 남성에 비해 4배 더 많았으며 그중 20대 여성이 가장 많은 것으로 조사되었다(남인순 국회의원실, 2023). 이를 고려할 때, 앞으로 한국 성인 초기의 여성에서 섭식장애가 중요한 심리적 문제로 대두될 가능성이 높다. 따라서 20대 여성의 이상섭식행동에 영향을 미치는 다양한 요인들을 이해하고 이상섭식행동을 예방하기 위한 개입 방법에 대한 고민이 필요할 것이다. 이때, 이상섭식행동에 영향을 미치는 위험요인에 관한 연구(박운영, 이소연, 2019)에서 BMI와 같은 신체 관련 변인에 비해 심리 관련 변인과 사회문화 관련 변인이 이상섭식행동에 유의미하게 더 큰 영향을 미치는 것으로 나타나 본 연

구에서는 이러한 요인들에 주목하였다.

먼저, 이상섭식행동과 관련된 주요한 심리적 요인으로 사회비교경향성이 있다(Morrison et al., 2003). 사회비교경향성이란 자신의 능력이나 의견, 태도, 행동 등 여러 측면에서 자신과 타인을 자주 비교하는 개인의 기질적 성향으로, 사회적으로 비교하려는 경향성이 강한 사람들 또는 유사한 상황에서 타인의 생각과 행동에 대해 궁금해하는 사람들 혹은 타인과 비교하여 자신의 상대적인 위치에 대해 관심이 많은 사람들에게서 나타나는 성격적 기질을 말한다(Gibbons & Buunk, 1999; 조규판, 장은영, 2009). 이러한 사회비교경향성의 개념은 사회비교이론에서 나온 것으로, 사회비교이론에 따르면 인간은 기본적으로 자신의 능력 및 의견을 평가하고자 하는 욕구를 가지고 있는데, 이러한 욕구를 만족시키기 위해 객관적 기준이나 타인과의 비교와 같은 주관적 기준을 사용한다(Festinger, 1954). 한편, 여러 연구에서 사람들은 객관적 기준보다도 사회비교 정보에 주의를 더 기울이고, 상대적인 기준으로 자신을 정의하고자 한다는 것이 나타났다(Campbell, Fairey, & Fehr, 1986; Levine & Green, 1984; Klein, 1997). 즉, 객관적 기준의 유무와 무관하게 사람들은 자신에 대한 정보를 얻고자 할 때 타인과의 비교를 하는 경향이 있다는 것이다. 그러나 이렇게 사회비교를 하는 정도는 개인에 따라 다르게 나타나는 것으로 보고되었다.

사회비교경향성이 높은 사람들은 일반적으로 낮은 자존감이나 불안정한 자기개념과 같이 자신에 대한 불확실성이 높고(Gibbons & Buunk, 1999; Campbell, 1990), 이러한 불확실성으로 인해 생기는 확실함에 대한 지속적인 선호 때문에 다른 사람의 행동에 더 민감하게

반응한다는 특징을 가진다(Vitousek & Hollon, 1990). 이러한 특징들은 섭식장애에서도 일반적으로 보이는 특징으로(Williams et al., 1993; Mintz & Betz, 1988), 섭식장애 증상을 보이는 개인들은 다른 사람들에 자신을 비교함으로써 자신에 대한 정보를 얻고자 한다(Corning, Krumm, & Smitham, 2006). 실증적으로도 사회비교경향성이 섭식장애 증상을 보이는 여성과 보이지 않는 여성을 구별하는 것으로 나타났으며(Corning et al., 2006), 사회비교경향성이 높을수록 폭식행동 및 섭식제한과 같은 섭식장애 증상(Morrison et al., 2003; Saunders, Eaton, & Fitzsimmons-Craft, 2019) 및 신체 이미지 관련 염려(Thompson & Bardone-Cone, 2022)와 신체불만족(Gilbert & Meyer, 2003; Fitzsimmons-Craft, Bardone-Cone, & Harney, 2012a)을 더 많이 보고하는 것이 나타났다.

그러나 섭식과 관련한 사회비교 연구들은 자신이 중요하게 생각하는 영역에서 사회비교가 더 자주 일어난다는 사회비교이론(Festinger, 1954)에 근거하여 주로 섭식장애와 관련된 영역인 외모, 섭식 및 신체 관련 사회비교에 초점을 맞추어 제한된 영역에서의 사회비교가 이상섭식행동에 미치는 영향을 살펴보았고, 사회비교경향성을 이용한 연구는 상대적으로 부족하다. 타인의 반응과 같은 사회비교 정보에 대한 주의가 이상섭식행동에 유의미한 정적 영향을 미쳤다는 연구결과(Bachner-Melman, Watermann, Lev-Ari, & Zohar, 2022)를 고려했을 때, 섭식에 국한된 영역뿐만 아니라 전반적인 영역에서의 사회비교 정도가 이상섭식행동에 미치는 영향을 살펴볼 필요가 있을 것이다. 사회비교경향성은 여러 측면에서의 개인의 사회비교 정도를 나타내는데(Gibbons & Buunk, 1999), 따라서 이는 외모, 섭식 및 신체와 같

은 제한된 영역에 대한 사회비교에 비해 보다 포괄적인 개념일 것으로 추측할 수 있다. 실제로 여러 연구에서 사회비교경향성과 외모, 섭식 및 신체비교 간 유의한 정적 상관이 보고되었고(Fitzsimmons-Craft et al., 2012a; Fitzsimmons-Craft et al., 2012b), 사회비교경향성이 높을수록 신체비교 역시 높은 것으로 나타나(김혜원, 이지연, 2016) 이상섭식행동의 위험요인을 규명하는 데 있어 사회비교경향성을 중심으로 살펴볼 필요가 있음을 시사한다.

한편, 이상섭식행동에 영향을 미치는 사회문화적 요인에 대한 효과크기는 미디어, 또래, 부모 순으로 크게 나타났는데(박윤영, 이소연, 2019), 최근에는 전통적인 미디어인 TV 혹은 잡지를 새로운 형태의 미디어인 SNS가 대체하고 있다. SNS(Social Network Service)란 인터넷을 통해 개인의 정보를 공유할 수 있게하고, 의사소통을 도와줌으로써 웹상에서 사회적 관계망을 확장시키는 플랫폼을 의미한다(Boyd & Ellison, 2007). SNS는 또래집단과 미디어의 영향이 결합된 형태이기 때문에 이상섭식에 대해 더욱 강력한 영향을 미칠 것으로 예상할 수 있다(Rodgers, 2016). 특히, 최근 국내에서 SNS를 기반으로 거식증을 옹호한다는 의미인 ‘프로아나’와 같은 해시태그가 널리 사용되면서, 최근 5년간 신경성 식욕부진증 진료를 받은 인원이 29.9% 증가하였고, 이 중 11.1%가 20대 여성임을 고려했을 때(남인순 국회의원실, 2021), 국내 20대 여성의 이상섭식행동을 이해하는 데 있어 SNS 활동에 주목할 필요가 있을 것이다.

SNS는 사진 및 동영상을 올리거나 타인의 게시물을 보거나 정보를 찾는 등 다양한 기능을 제공하기 때문에 어떠한 목적을 가지고 이를 사용하는지에 따라 개인의 이용양상이 다

르게 나타나는데(Smock, Ellison, Lampe, & Wohn, 2011), 이에 따라 전반적인 SNS 이용시간보다도 특정 SNS 활동에 주목할 필요성이 제기되었다(Cohen, Newton-John, & Slater, 2018; Holland & Tiggemann, 2016). 특히 선행연구들에 따르면, 모든 SNS 활동이 이상섭식행동으로 이어지기보다는 외모 기반의 이미지 중심 SNS 활동이 섭식 및 신체 이미지 관련 문제에 더 유의미한 영향을 미친다는 것이 보고되었다(Cohen et al., 2017; Meier & Gray, 2014; Holland & Tiggemann, 2016). 외모 기반 이미지 중심의 활동으로는 셀피(selfie)와 관련된 SNS 활동을 생각해볼 수 있다. 셀피란 팔을 뻗어 혹은 거울에 비친 자신의 모습을 스스로 촬영한 사진을 의미하며(Kaur & Vig, 2016), 한국식 영어로 셀프카메라의 줄임말인 '셀카'로 불리기도 한다. SNS는 일방향적으로 정보를 전달하는 기존의 미디어와 달리 양방향적으로 다양한 콘텐츠를 능동적으로 생산하고 자신을 긍정적으로 보일 수 있도록 이를 수정 및 편집할 수 있다는 특징을 가지는데(송혜진, 오세연, 2013; 오현숙, 2017), SNS 셀피행동은 이러한 SNS의 특성을 잘 반영한다. 한편, SNS 셀피행동은 사진이나 동영상 등의 시각적 형태에 기반한 SNS 플랫폼을 중심으로 나타나는데, 국내 20대 여성이 가장 많이 사용하는 이미지 기반 SNS는 인스타그램으로 보고되었다(나스미디어, 2022). 따라서 본 연구에서는 다양한 SNS 플랫폼 중에서도 인스타그램의 이용자를 대상으로 연구를 진행하고자 한다.

SNS 셀피행동은 '셀피 찍기', '셀피 올리기', '셀피에 대한 투자', '셀피 보정'과 같이 SNS에 셀피를 올리는 것과 관련된 모든 활동들을 말한다(McLean, Paxton, Wertheim, & Masters, 2015). 각각의 활동들을 살펴보면, 셀피 찍기

와 올리기는 셀피를 찍고 이를 SNS에 공유하는 행동을, '셀피에 대한 투자'는 SNS에 올릴 셀피를 고르거나 셀피에 대한 타인의 반응을 신경쓰는 데 들이는 시간과 노력을 나타내며, '셀피 보정'은 SNS에 올리기 전 셀피를 조작 및 편집하는 것을 의미한다(McLean et al., 2015). 셀피행동에 대한 선행연구들에 따르면, 셀피 찍기와 올리기는 SNS를 사용하는 청소년과 대학생에서 일반적으로 나타나는 행동으로(Guo et al., 2018; McLean, Jarman, & Rodgers, 2019; Gioia, McLean, Griffiths, & Boursier, 2021), 셀피를 찍고 올리는 것은 시간을 보내기 위한 습관적인 행동이자 창의적인 활동이며 중요한 순간을 기록하기 위한 수단일 수 있음이 보고되었다(Etgar & Amichai-Hamburger, 2017; Sung, Lee, Kim, & Choi, 2016). 이는 셀피 찍기와 올리기가 SNS 사용자들에서 보편적으로 나타나는 일반적인 셀피행동이라는 것을 시사한다. 한편, 셀피에 대한 투자와 셀피 보정은 자신의 외모에 대한 긍정적 평가를 받고자 셀피를 올리는 과정에서 셀피에 들이는 노력을 반영한다(Chua & Chang, 2016; Terán, Yan, & Aubrey, 2020). 즉, 셀피에 대한 투자와 셀피 보정은 자신의 외모에 대한 타인의 평가를 의식하고 염려하여 나타나는 행동(Terán et al., 2020; Nesi et al., 2021)이라는 점에서, 이를 타인중심 셀피행동으로 볼 수 있을 것이다.

이상섭식행동에 대한 SNS 셀피행동의 영향력을 본 연구들을 살펴보면, 셀피 찍기와 올리기와 같은 일반적인 셀피행동은 이상섭식행동에 혼재된 결과를 보이는 것으로 나타났는데, 셀피를 더 자주 찍고 공유하는 여성일수록 체형과 몸무게에 대한 과대평가와 신체 불만족 및 섭식절제 행동을 더 많이 보고하기도 하였으나(전소정, 성용준, 양은주, 2018;

McLean et al., 2015; Niu et al., 2020), 셀피 찍기와 이상섭식행동 간 유의한 상관성이 나타나지 않기도 하고(Cohen et al., 2018) 셀피 올리기 빈도가 신체만족도 및 자존감을 정적으로 예측하기도 하였다(Cohen et al., 2018; Kim, 2020). 한편, 셀피에 대한 투자와 셀피 보정과 같은 타인중심 셀피행동은 비교적 일관되게 섭식 및 신체 관련 문제에 유의한 정적 영향을 미치는 것으로 나타났다(Cohen et al., 2018; Lonergan et al., 2020; Lee-Won, Joo, Back, Hu, & Park, 2020). 이러한 연구결과에 대해 셀피행동이 미칠 수 있는 위험 가능성을 이해하기 위해서는 단순히 셀피를 찍고 올리는 행위보다도 셀피에 대한 투자와 셀피 보정과 같이 셀피를 올리는 과정적 측면에 초점을 맞추는 것이 중요하다는 것이 제안되었다(Gioia et al., 2021; Bij de Vaate, Veldhuis, Alleva, Konjin, & van Hugten, 2018).

셀피에 대한 투자와 셀피 보정은 이상적인 자기제시를 위한 수단으로(Chae, 2017; Bij de Vaate et al., 2018; Gioia et al., 2021), 올릴 셀피를 고심해서 고르고 이를 보정하는 과정에서 여성은 자신의 이미지를 면밀히 검토하고 사회적 미적 기준과 가깝게 만들기 위해 노력하는데(Chua & Chang, 2016; Grogan, Rothery, Cole, & Hall, 2018), 이를 통해 여성은 자연스레 마른 몸매와 같은 미적 기준을 내면화하고 자신의 이미지를 관찰자적 시각에서 바라보게 된다(Lee & Lee, 2021; Cohen et al., 2018). 이후 셀피에 대한 ‘좋아요’나 댓글 같은 즉각적인 피드백에 의해 이러한 행동이 강화되는데, 이에 따라 자기대상화가 강화될 수 있다(Boursier, Gioia, & Griffiths, 2020a; Lamp, Culge, Silverman, Thomas, & Liss, 2019). 실제 여러 연구에서 셀피에 대한 투자 및 셀피 보정과 자기대상화

간 유의한 정적 관계가 보고되었는데(Cohen et al., 2018; Bell, Cassarly, & Dunbar, 2018), 이러한 자기대상화는 신체감시나 외모에 대한 습관적인 점검행동으로 나타나고(Manago, Ward, Lemm, Reed & Seabrook, 2015; Calogero, 2012), 궁극적으로 여성의 섭식장애에 기여하는 것으로 나타났다(Schaefer & Thompson, 2018). 이와 같은 연구결과들을 종합하여, 셀피에 대한 투자 및 셀피 보정이 이상섭식행동에 유의한 영향을 미칠 것으로 생각할 수 있다. 경험적으로도 셀피 보정을 많이 하고 셀피를 올리기 전 시간이 길수록 더 큰 신체관련 및 섭식문제, 신체불만족, 폭식증상 및 마른내재화와 관련이 있는 것으로 나타나(Boursier & Manna, 2018; Lowe-Calverley & Grieve, 2018; McLean et al., 2015; Cohen et al., 2018), 20대 여성의 이상섭식행동을 이해하기 위해서 이 두 가지 셀피행동을 함께 볼 필요가 있을 것이다.

한편, 셀피에 대한 투자와 셀피 보정과 같은 타인중심 SNS 셀피행동은 사회비교경향성과 같은 개인적 성향으로 인해 활성화될 수 있다. 사회비교경향성이 높은 사람들은 타인의 시선 및 평가에 민감하기 때문에(Gibbons & Buunk, 1999) 자신의 실제 모습보다 더 긍정적인 자아이미지를 SNS상에 표출하고자 한다는 것이 보고되었다(유은아, 최지은, 2015). 이때, 외모적 매력은 다른 사람으로부터 긍정적인 평가를 얻고 사회적으로 쉽게 수용될 수 있도록 만들어 주는데(Reis et al., 1982), 따라서 사회비교경향성이 높은 사람들은 SNS상에서 완벽한 인상을 제시하고자 노력할 것이다. 특히 SNS는 자신의 모습을 전략적으로 편집하고 통제할 수 있는 기능을 제공하기 때문에(Mendelson & Papacharissi, 2010) 사회비교경향성이 높은 사람들이 셀피를 올릴 때 자신의

가장 좋은 모습을 드러내고, 사회적인 미적 기준에 부합하는 방향으로 셀피를 선택 및 조작할 것으로 추측할 수 있다. 실제로, 사회비교경향성이 높은 사람일수록 셀피 보정을 자주 하며 자신의 게시물에 대한 사람들의 반응을 기대하는 것으로 나타났다(Wang, 2019; Lee, 2014).

사회비교경향성과 타인중심 SNS 셀피행동의 관련성은 셀피 올리기 동기에 대한 연구들을 통해서도 설명될 수 있다. 사람들은 셀피를 올릴 때 각자 다른 동기를 가지고 이를 올리는데(Bij de Vaate et al., 2018; Sung et al., 2016), 셀피를 통해 유명해지거나 자신이 추구하는 모습을 제시하고자 이를 올리는 것은 셀피에 대한 긍정적인 기대로 볼 수 있다(Boursier & Manna, 2018; Gioia et al., 2021). 이러한 긍정적인 기대를 바탕으로 셀피를 올리는 경우, 다른 사람에게 보이는 자신의 모습에 초점을 맞추기 때문에 올릴 셀피를 고르는데 시간이 많이 걸렸으며, 이상적인 모습을 공유하고자 보정을 더 많이 하는 것으로 나타났다(Boursier et al., 2020b; Gioia et al., 2021). 사회비교경향성이 높은 사람들은 타인에게 비추어지는 자신의 모습에 민감하고 자신을 이상적인 모습으로 제시하고 싶어한다는 점에서(Chae, 2017) 이들이 긍정적인 기대를 바탕으로 셀피를 올리고, 이에 따라 셀피를 올리기 전 보정을 더 많이 하고 이를 고심해서 고르며, 자신의 셀피에 대한 다른 사람의 평가를 굉장히 염려할 것으로 예상된다.

위의 선행문헌들을 토대로 사회비교경향성이 타인중심 SNS 셀피행동에 정적인 영향을 미치고, 이러한 셀피행동은 다시 이상섭식행동에 정적인 영향을 미칠 수 있음을 가정해볼 수 있다. 선행연구들에 따르면, 타인중심 SNS

셀피행동을 유발하는 중요한 요인으로서 성격 특성에서의 개인차를 지목한다(Gilliland, Kiss, Morrison, & Morrison, 2018; Fastoso, González-Jiménez, & Cometto, 2021). 실험연구에서 역시 실험환경에 의해 유발된 신체 및 얼굴 불만족이 이후 셀피 보정의 빈도를 예측하지 못하였는데, 이에 대해 Tiggemann 등(2020)은 셀피 보정 행동이 일시적으로 조작된 환경이 아닌 개인의 성격적 특성에 의해 유발되는 것으로 보았으며, 이러한 셀피 보정 행동이 부정정서와 얼굴 불만족을 예측했다고 보고하였다. 이러한 결과들은 타인중심 SNS 셀피행동이 개인의 성격적 특성에 의해 나타나는 행동이며 이러한 셀피행동이 이상섭식행동을 유의하게 높일 가능성을 시사한다. 사회비교경향성 또한 성격 특성의 하나로 분류할 수 있으며(Gibbons & Buunk, 1999; Schneider & Schupp, 2013), 사회비교경향성과 타인중심 SNS 셀피행동의 관련성(Wang, 2019; Lee, 2014) 및 타인중심 SNS 셀피행동이 비교적 일관되게 신체 및 섭식문제에 유의미한 정적 영향을 미쳤음(Lonergan et al., 2019; Butkowski, Dixon, & Weeks., 2019)을 종합적으로 고려하면, 이러한 셀피행동은 사회비교경향성이 이상섭식행동으로 이어지는 경로에서 핵심적인 역할을 할 것으로 예상된다.

그러나 현재까지의 연구들은 사회비교경향성과 SNS 셀피행동, 그리고 이상섭식행동 각각의 변인들의 부분적 관계만을 살펴보고, 세 변인을 함께 다룬 연구는 미비하다. 뿐만 아니라, 지금까지 국내연구는 주로 이미지중심 SNS의 사용과 이상섭식행동의 관계와 같이 SNS 셀피행동과 같은 특정 양상보다도 일반적인 이용 양상에 초점을 맞추고 있어(장유진, 장현아, 2021; 정수인, 양수진, 2020) SNS 활동의 심리적 요인과 어떠한 SNS 활동이 여성의

섭식문제로 이어지는지를 탐색한 연구는 매우 부족하다. 이에 더해, SNS 셀피행동을 구성하는 행동 중에서도 셀피 찍기 및 올리기에 비해 셀피에 대한 투자 및 보정이 일관적으로 신체 및 섭식문제와 관련된다는 것이 나타났음에도 불구하고 지금까지 국내에서 이상섭식행동에 대한 서로 다른 SNS 셀피행동의 상대적 영향력을 본 연구는 전무하다. 이에 본 연구에서는 셀피 찍기와 셀피 올리는 SNS 이용자에서 보편적으로 나타난다는 연구(Gioia et al., 2021)에 근거하여 일반적인 SNS 셀피행동으로, 셀피에 대한 투자와 셀피 보정은 모두 타인을 의식하여 나타나는 셀피행동이라는 선행연구(Nesi et al., 2021)에 근거하여 타인중심 SNS 셀피행동으로 정의하고, 두 가지 셀피행동을 모두 살펴봄으로써 이상섭식행동에 대한 SNS 셀피행동의 상대적 영향력을 검증하고자 한다. 만일 사회비교경향성과 이상섭식행동의 관계에서 타인중심 SNS 셀피행동만이 유의한 매개효과를 보인다면, 이상섭식행동에 더 문제적인 셀피행동을 규명하여 20대 여성의 섭식문제에 대한 개입에 있어 효과적인 표적을 설정할 수 있고, 특정 SNS 활동에 영향을 미치는 개인적 성향과 이러한 성향에 의해 유발된 셀피행동이 이상섭식행동에 미치는 효과를 규명할 수 있다는 점에서 의의가 있다.

이를 종합한 본 연구의 연구가설은 다음과 같다.

연구가설 1. 사회비교경향성이 높을수록 이상섭식행동의 수준이 높을 것이다.

연구가설 2. 사회비교경향성과 이상섭식행동의 관계에서 SNS 셀피행동의 매개효과는 하위요인에 따라 다를 것이다.

연구가설 2-1. 사회비교경향성과 이상섭식행동의 관계를 일반적인 SNS 셀피행동이 매개하

지 않을 것이다.

연구가설 2-2. 사회비교경향성과 이상섭식행동의 관계를 타인중심 SNS 셀피행동이 매개할 것이다.

방 법

연구대상

서울 소재 4년제 대학의 심리학 교양 수업을 수강하는 여학생 중 이미지 기반 SNS, 즉 인스타그램을 이용하고 있는 177명의 여학생을 대상으로 연구를 실시하였고, 학생들은 연구에 참여한 대가로 실험참가점수를 부여받았다. 본 연구의 참가자 177명 중 SNS에 셀카를 올리는 것을 항상 피한다는 응답과 SNS에 셀카를 전혀 올리지 않는다고 응답한 참가자 33명을 ‘셀카를 올리지 않는 사람’으로 분류하여 이들의 자료를 제외한 총 144명의 자료를 분석에 사용하였다. 이들의 평균 연령은 19.9세 ($SD=1.81$)였다.

측정도구

이상섭식행동

Garner와 Garfinkel(1979)가 개발하고, Garner, Olmsted, Bohr와 Garfinkel(1982)이 보완한 식사태도검사(Eating Attitude Test-26; EAT-26)를 이민규 등(1998)이 번안하고 타당화한 한국판 식사태도검사-26(The Korean version of Eating Attitude Test-26; KEAT-26)를 사용하였다. 본 척도는 총 26문항으로 구성되어 있으며 거식(13문항), 폭식증과 음식에 대한 몰두(6문항), 섭식통제(7문항)의 3개 하위요인으로 나뉜다.

각 문항은 6점 리커트 척도로 평정하게 되어 있으며, 점수가 높을수록 이상섭식행동이 높음을 나타낸다. 이민규 등(1998)의 연구에서 KEAT-26의 전체 내적합치도(Cronbach's α)는 .81였으며, 본 연구에서는 .85로 나타났다.

SNS 셀피행동

McLean 등(2015)이 자신의 셀피를 얼마나 자주 찍고 SNS에 공유하는지를 측정하고자 개발한 사진 활동 척도(Photo Activities)와 SNS에 자신의 셀피를 업로드할 때 얼마나 노력을 들이는지를 측정하고자 개발한 사진 보정 척도(Photo Manipulation Scale)와 사진에 대한 투자 척도(Photo Investment Scale)를 번안하여 사용하였다. 저자의 동의를 얻어 연구자가 원척도를 한국어로 번안하였고, 영어와 한국어에 능통한 심리학 관련 전공자 1인과 이중언어사용자 1인이 다시 역번역을 하였으며, 이 두 가지 번역본을 연구자와 임상 심리학 전공 교수가 검토하여 한국 20대 여성에게 맞도록 문항을 수정하였다. 이때, 셀피보다도 한국식 영어인 셀카가 더 익숙할 것으로 생각되어 셀피를 셀카로 대체하여 사용하였다.

사진 활동 척도는 총 4문항으로, 찍기와 관련된 2문항과 올리기와 관련된 2문항으로 구성되어 있다. 셀피 찍기(Selfie taking) 척도는 자신만 나오는 셀피를 찍는 빈도와 다른 사람이 함께 나오는 셀피를 찍는 빈도를 묻는 2문항으로 구성되어 있다. 각 문항은 8점 리커트 척도로 평정하게 되어 있으며, 두 문항의 평균 점수가 높을수록 셀피를 더 자주 찍는다는 것을 의미한다. 한편, 셀피 올리기(Selfie Sharing) 척도는 소셜 미디어에 셀피를 올리는 것을 피하는지 묻는 문항과 인스타그램과 같은 SNS에 셀피를 올리는지를 묻는 2문항으로

구성되어 있다. 각 문항은 5점 리커트 척도로 평정하게 되어 있으며, 두 문항의 평균 점수가 높을수록 셀피를 더 자주 올린다는 것을 의미한다. 사진 보정 척도는 '필터를 사용하여 셀카를 보정한다', '나를 더 날씬하게 만든다' 등과 같은 문항을 통해 소셜 미디어에 업로드하기 전 셀피를 조작 및 편집하는 정도를 측정한다. 원척도는 총 10문항으로 구성되었으나, 본 연구에서는 한국 20대 여성이 몸매 보정 및 가름한 얼굴을 만들어주는 기능을 가진 보정 어플리케이션을 선호한다는 설문결과에 기반하여(신지수, 2022) 사진 보정 척도에서 이들에게 적합하지 않을 것으로 예상되는 '나를 더 크게 보이게 한다(Make yourself look larger)'는 문항을 삭제한 총 9문항을 사용하였다. 사진에 대한 투자 척도는 '나는 SNS에 올릴 셀카 사진을 고르는 것이 어렵다', '나는 다른 사람들이 SNS에서 내 모습을 어떻게 생각할지 걱정한다' 등의 문항으로 소셜 미디어에 공유할 셀피를 고르는 데 노력을 쏟거나 그러한 게시물에 참여하는 정도를 측정하며, 총 8문항으로 구성되어 있다. 두 척도 모두 5점 리커트 척도로 평정되며, 점수가 높을수록 각각의 셀피행동을 더 보이는 것을 나타낸다.

본 연구에서는 셀피 찍기와 셀피 올리기를 합친 행동을 일반적인 SNS 셀피행동으로, 셀피 보정과 셀피에 대한 투자를 합친 행동을 타인중심 SNS 셀피행동으로 보고자 하였기 때문에 각 척도의 점수를 표준화시킨 후, 표준화된 점수를 합산하여 사용하였다. 먼저 셀피 찍기와 올리기 사이에 유의한 정적 상관이 나타났다($r=.51, p<.01$), 이 둘을 합산한 일반적인 SNS 셀피행동의 전체 내적합치도(Cronbach's α)는 .76으로 나타났다. 한편, 셀피 보정과 셀피에 대한 투자 사이에도 유의한 정적 상관이

나타났으며($r=.35, p<.01$), 이 둘을 합산한 타인중심 SNS 셀피행동의 전체 내적합치도(Cronbach's α)는 .85로 나타났다.

사회비교경향성

Gibbson과 Buunk(1999)가 개발한 Iowa-Netherlands Comparison Measure(INCOM)을 최윤희(2003)가 변안한 것을 사용하였다. 본 척도는 총 11문항으로 구성되어 있으며 능력(6문항)과 의견(5문항)의 2개의 하위척도로 구성되어 있다. 각 문항은 5점 리커트 척도로 평정하게 되어 있으며, 점수가 높을수록 사회비교경향성이 높다는 것을 의미한다. 최윤희(2003)의 연구에서 사회비교경향성 척도의 전체 내적합치도는 .83으로 나타났고, 본 연구에서는 .82로 나타났다.

분석방법

본 연구는 IBM SPSS Statistics version 21과 Hayes(2013)의 PROCESS Macro 프로그램을 이용하여 자료를 분석하였다. 먼저 연구에 포함된 모든 변인의 신뢰도 및 기술통계, 상관을 확인하였다. 매개효과를 검증하는 것에 있어 전통적으로 Baron과 Kenny(1986)의 검증 방법을 활용하였으나, 이는 매개효과를 검증하는 간접적인 방법이라는 비판을 받기도 한다(Preacher & Hayes, 2004). Hayes(2013)는 독립변인이 종속변인에 미치는 총효과나 독립변인이 매개변인으로 이어지는 경로, 매개변인에서 종속변인으로 이어지는 경로가 유의하지 않을 때에도 독립변인이 매개변인을 통해 종속변인에 미치는 효과가 유의할 수 있으며, 부트스트래핑(bootstrapping)을 통해 이를 해결할 수 있다고 한다. 부트스트래핑 기법을 활용하면

매개변인의 간접효과를 반복적으로 재추출하는 방식을 통해 매개효과를 직접적으로 검증할 수 있다. 이에 본 연구에서는 매개효과의 유의성을 검증하기 위하여 부트스트래핑 기법으로 단순매개효과를 검증할 수 있는 PROCESS Macro의 Model 4를 활용하여 분석을 실시하였다. 이 분석을 통해 매개변인이 있거나 독립변인이 매개변인을 거치지 않고 종속변인에 미치는 직접효과, 매개변인이 없을 때 독립변인이 종속변인에 미치는 효과인 총효과, 그리고 독립변인이 매개변인을 통해 종속변인에 미치는 효과인 간접효과 값을 확인할 수 있으며, 각 효과의 95% 부트스트랩 신뢰구간(CI)에 대한 정보를 얻을 수 있다. 이때, 신뢰구간에 0이 포함되지 않으면 통계적으로 유의한 효과로 해석할 수 있다. 부트스트랩 표본의 수가 5,000개 이상일 때 신뢰구간의 변동이 적다는 Hayes(2013)의 제안을 바탕으로 본 연구에서는 부트스트랩 표본의 수를 10,000으로 설정하였고, 모든 분석에서 신뢰도는 95%로 설정하였다.

결 과

기술통계 및 상관분석

주요 변인들의 기술통계치 및 상관분석 결과를 표 1에 제시하였다. 먼저 변인들이 검증을 위한 기본 조건을 충족시킨지 알아본 결과, 모든 변인의 왜도가 절댓값 3 미만, 첨도가 8 미만으로 나타나 모든 변인이 정규성 가정을 충족하는 것으로 나타났다(Kline, 2005). 상관분석 결과, 독립변인인 사회비교경향성은 종속변인인 이상섭식행동과 유의한 정적 상관을

표 1. 변인들의 기술통계 및 상관관계 (N=144)

	1	2	3	4
1. 사회비교경향성	-			
2. 일반적인 SNS 셀피행동	.14	-		
3. 타인중심 SNS 셀피행동	.29**	.20**	-	
4. 이상섭식행동	.21*	.05	.25**	-
평균	41.88	0.00	0.00	62.51
표준편차	6.99	0.00	1.64	17.17
왜도	-1.21	.29	-.30	.53
첨도	2.59	-.49	-.18	.00

주. * $p < .05$, ** $p < .01$

나타냈다($r = .21, p < .05$). 일반적인 SNS 셀피행동은 타인중심 SNS 셀피행동에서만 유의한 정적 상관을 나타내고($r = .20, p < .05$), 사회비교경향성($r = .14, ns$)과 이상섭식행동($r = .05, ns$) 모두에서 유의한 상관관계가 나타나지 않았다. 반면, 타인중심 SNS 셀피행동은 사회비교경향성($r = .29, p < .01$) 및 이상섭식행동($r = .25, p < .01$) 모두와 유의한 정적 상관을 보였다.

사회비교경향성과 이상섭식행동의 관계에서 일반적인 SNS 셀피행동의 매개효과

먼저, 사회비교경향성이 이상섭식행동에 미치는 영향을 확인하는 단순회귀분석을 실시한

결과, 사회비교경향성은 이상섭식행동을 유의하게 예측하였으며($B = .53, p < .05$), 이상섭식행동 총 변량의 5%를 설명하였다($R^2 = .05, F_{1, 142} = 6.80, p < .05$). 사회비교경향성과 이상섭식행동의 관계에서 일반적인 SNS 셀피행동의 매개효과를 살펴보기 위하여 PROCESS Macro의 model 4를 사용하여 분석한 결과는 표 2에 제시하였다. 사회비교경향성은 일반적인 SNS 셀피행동에 유의한 영향을 미치지 않는 것으로 나타났으며($B = .03, ns$), 모형의 설명력 역시 유의하지 않았다($R^2 = .02, F_{1, 142} = 2.68, ns$). 사회비교경향성과 일반적인 SNS 셀피행동을 동시에 투입했을 때, 사회비교경향성은 이상섭식행동에 유의한 정적 영향을 미쳤으나($B = .52,$

표 2. 사회비교경향성과 이상섭식행동의 관계에서 일반적인 SNS 셀피행동의 매개효과

종속변인	독립변인	B	S.E	t	R ²
일반적인 SNS 셀피행동	사회비교경향성	.03	.02	1.64	.02
	이상섭식행동	.52	.20	2.54*	.05*
일반적인 SNS 셀피행동	이상섭식행동	.21	.82	0.25	

주. * $p < .05$

$p < .05$), 일반적인 SNS 셀피행동은 이상섭식행동에 유의한 영향을 미치지 않았으며($B = .21, ns$), 모형의 설명력은 5%로 나타났다($R^2 = .05, F_{1, 142} = 3.41, p < .05$).

다음으로, 사회비교경향성과 이상섭식행동의 관계에서 일반적인 SNS 셀피행동의 매개효과를 알아보기 위해 부트스트래핑(bootstrapping)을 실시한 결과는 표 3에 제시하였다. 일반적인 SNS 셀피행동의 간접효과는 95% 신뢰구간에서 0을 포함하고 있어 유의하지 않은 것으로 나타났다($B = .01, 95\%CI = [-.06, .08]$).

사회비교경향성이 일반적인 SNS 셀피행동을 매개하여 이상섭식행동을 예측하는 모형에 대한 결과를 종합하여 그림 1에 제시하였다.

사회비교경향성과 이상섭식행동의 관계에서 타인중심 SNS 셀피행동의 매개효과

먼저, 사회비교경향성이 이상섭식행동에 미치는 영향을 확인하는 단순회귀분석을 실시한 결과, 사회비교경향성은 이상섭식행동을 유의하게 예측하였으며($B = .53, p < .05$), 이상섭식행동 총 변량의 5%를 설명하였다($R^2 = .05, F_{1, 142} = 6.80, p < .05$). 사회비교경향성과 이상섭식행동의 관계에서 타인중심 SNS 셀피행동의 매개효과를 살펴보기 위하여 PROCESS Macro의 model 4를 사용하여 분석한 결과는 표 4에 제시된 바와 같다. 사회비교경향성은 타인중심 SNS 셀피행동을 정적으로 예측하였으며($B = .07, p < .001$), 설명력은 8%로 나타났다($R^2 = .08, F_{1, 142} = 12.92, p < .001$). 사회비교경향성

표 3. 사회비교경향성과 이상섭식행동의 관계에서 일반적인 SNS 셀피행동의 간접효과 부트스트래핑 결과

	B	Boot SE	95%CI	
			LL	UL
일반적인 SNS 셀피행동	.01	.03	-.06	.08

주. CI=Confidence Interval, LL=Lower Limit, UL=Upper Limit

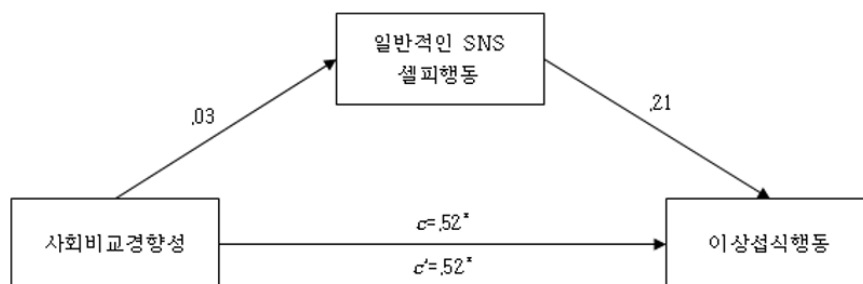


그림 1. 사회비교경향성과 이상섭식행동의 관계에서 일반적인 SNS 셀피행동의 매개모형 분석 결과

주. c =이상섭식행동에 대한 사회비교경향성의 총효과 크기,
 c' =이상섭식행동에 대한 사회비교경향성의 직접효과 크기,
 $*p < .05$, 모형에 표시된 경로계수는 비표준화 계수임.

표 4. 사회비교경향성과 이상섭식행동의 관계에서 타인중심 SNS 셀피행동의 매개효과

종속변인	독립변인	B	S.E	t	R ²
타인중심 SNS 셀피행동	사회비교경향성	.07	.02	3.60***	.08***
	일반적인 SNS 셀피행동	2.12	.88	2.40*	
이상섭식행동	사회비교경향성	.38	.21	1.84	.08**
	일반적인 SNS 셀피행동	2.12	.88	2.40*	

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

과 타인중심 SNS 셀피행동을 동시에 투입했을 때, 사회비교경향성은 이상섭식행동에 유의한 영향을 미치지 않았으나($B = .38, ns$), 타인중심 SNS 셀피행동은 이상섭식행동에 유의한 정적 영향을 미쳤으며($B = 2.12, p < .01$), 모형의 설명력은 8%로 나타났다($R^2 = .08, F_{1, 142} = 6.41, p < .01$).

다음으로, 사회비교경향성과 이상섭식행

동의 관계에서 타인중심 SNS 셀피행동의 매개효과를 알아보기 위해 부트스트래핑(bootstrapping)을 실시한 결과는 표 5에 제시하였다. 타인중심 SNS 셀피행동의 간접효과는 95% 신뢰구간에서 0을 포함하고 있지 않아 유의한 것으로 나타나($B = .14, 95\%CI = [.01, .32]$) 20대 여성의 사회비교경향성과 이상섭식행동의 관계를 타인중심 SNS 셀피행동이 완전

표 5. 사회비교경향성과 이상섭식행동의 관계에서 타인중심 SNS 셀피행동의 간접효과 부트스트래핑 결과

	B	Boot SE	95%CI	
			LL	UL
타인중심 SNS 셀피행동	.14	.08	.01	.32

주. CI=Confidence Interval, LL=Lower Limit, UL=Upper Limit

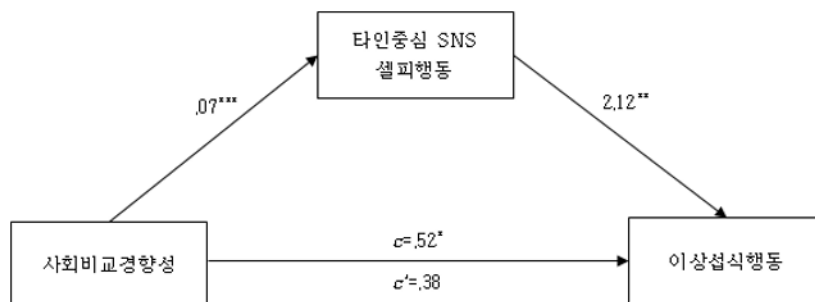


그림 2. 사회비교경향성과 이상섭식행동의 관계에서 타인중심 SNS 셀피행동의 매개모형 분석 결과
주. c =이상섭식행동에 대한 사회비교경향성의 총효과 크기.

c' =이상섭식행동에 대한 사회비교경향성의 직접효과 크기.

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$, 모형에 표시된 경로계수는 비표준화 계수임.

매개하는 것으로 확인되었다.

사회비교경향성이 타인중심 SNS 셀피행동을 매개하여 이상섭식행동을 예측하는 모형에 대한 결과를 종합하여 그림 2에 제시하였다.

논 의

본 연구는 20대 여성의 이상섭식행동에 영향을 미치는 기제를 밝히기 위해 사회비교경향성, SNS 셀피행동, 이상섭식행동 간의 관계를 탐구하고, 사회비교경향성이 이상섭식행동으로 이어지는 경로에서 타인중심 SNS 셀피행동이 매개역할을 하는지 검증하였다. 본 연구의 결과를 요약하면 다음과 같다.

첫째, 사회비교경향성이 이상섭식행동을 정적으로 유의하게 예측하였다. 이는 사회비교경향성이 높을수록 더 높은 수준의 신체불만족(오문영, 이지연, 2016)과 이상섭식행동(Corning et al., 2006; Morrison et al., 2003)을 나타냈다고 보고한 선행연구와 일치하는 결과이다. 이는 사회비교경향성이 아름다움과 마름에 대한 사회문화적 압력을 개인에게 전달함으로써 섭식문제에 영향을 미치기 때문인 것으로 유추할 수 있다(Gilbert & Meyer, 2003). 한편, 개인에 따라 사회비교를 하는 방향 역시 다르게 나타나는데(Gibbons & Gerrard, 1989; Brown, Ferris, Heller, & Keeping, 2006) 이러한 사회비교의 방향 역시 이상섭식행동에 영향을 미치는 것으로 알려져 있다(Pinkasavage, Arigo, & Schumacher, 2016). 여러 선행연구들에서 20대 여성이 자신보다 못한 위치에 있는 타인과 비교하는 하향비교보다 자신보다 나은 위치에 있는 타인과 비교하는 상향비교를 더 많이 하고(Fitzsimmons-Craft, Cio, & Accurso, 2016;

Leahey, Crowther, & Ciesla, 2011), 이러한 상향비교는 여성의 신체불만족 및 이상섭식행동에 영향을 미치는 것으로 나타났다(Leahey, Crowther, Mickelson, 2007; Rancourt, Schaefer, Bosson, & Thompson, 2016). 상향비교는 특히 자신과의 직·간접적인 접근이 용이한 사람들을 대상으로 자동적, 무의식적으로 일어나는데(Suls, Martin, & Wheeler, 2002), SNS에서는 타인의 정보에 지속적으로 노출될 수밖에 없기 때문에 무의식중에 상향비교에 노출될 수 있다(Feinstein et al., 2013). 또한 소셜미디어에서의 상향비교가 전통적인 미디어와 오프라인에서의 상향비교보다 더욱 부정적인 결과를 초래했다는 연구결과(Fardouly, Pinkus, & Vartanian, 2017)를 고려했을 때, 추후 20대 여성을 대상으로 사회비교의 방향에 대한 경향성 역시 고려할 필요성이 시사된다.

둘째, 사회비교경향성과 이상섭식행동의 관계를 타인중심 SNS 셀피행동이 완전매개하는 것으로 나타났다. 이와 같은 경로가 나타난 이유는 다음과 같이 탐색해볼 수 있다. 우선 사회비교경향성이 높은 사람들은 타인의 비판을 받는 것과 사회적 기준에서 벗어나는 것을 염려하기 때문에(Buunk & Gibbons, 2006; Iftikhar, Yasmeen, Nadeem, & Ahmad, 2023), 지속적으로 타인을 의식하며 사회적 대상으로서의 자신에 주의를 기울인다(Buunk & Gibbons, 2006; Lee & Workman, 2020). 즉, 사회비교경향성이 높을수록 타인에게 보여지는 자신에 대해 관심을 가지고(Chae, 2017), 자신의 인상을 관리하고자 한다(Mustafa & Akram, 2022; Jang, Park, & Song, 2016). 이와 같은 맥락에서 사회비교경향성이 높은 20대 여성이 SNS에 셀피를 올리는 경우, 타인에게 선호될 수 있는 이상적인 모습을 제시하고자 사회적 미적 기준을

내면화하여 이에 맞지 않다고 생각되는 신체적 결함을 숨기기 위해 공유할 셀피를 선택하는 데 시간을 더 투자하고, 셀피 보정을 자주 하며 셀피에 대한 피드백을 지나치게 의식할 것으로 보인다. 이처럼 자신의 신체적 결함에 초점을 맞추어 사고하는 것은 신체 이미지에 부정적 영향을 미치는 것으로 보고되었다(Sherry, Hewitt, Flett, & Lee-Bagley, 2007). 따라서 사회비교경향성으로 인해 이상적인 자기제시를 추구하는 과정에서 타인중심 SNS 셀피행동을 많이 하게 되고, 이 과정에서 자신의 신체를 대상화하고 감시하게 되어 이것이 이상섭식행동으로 이어지기 때문으로 추측된다.

한편, 지금까지 이상섭식행동에 대한 위험요인으로는 주로 신체불만족(Brechan & Kvaalem, 2015), 마름 이상 내재화(Stice, 2002) 및 체중 관련 놀림(Menzel et al., 2010)과 같이 주로 체형 혹은 체중에 기반한 요인들이 이야기되어 왔다. 그러나 셀피는 주로 얼굴 및 상반신이 드러나는 사진을 말하고, 셀피 보정 어플리케이션 역시 신체 보정보다도 얼굴 보정 기능을 더 많이 제공한다. 따라서 타인중심 SNS 셀피행동이 이상섭식행동을 유의미하게 설명했다는 본 연구의 결과는 얼굴에 대한 염려 역시 이상섭식행동에 영향을 미칠 수 있다는 것을 나타낸다. 이는 섭식장애 증상이 있는 참가자들이 증상이 없는 참가자들에 비해 더 큰 얼굴 외모에 대한 걱정을 보였으며(Jackson & Chen, 2007) 신경성 식욕부진증 환자들이 머리, 코, 피부, 이빨과 같이 얼굴에 국한된 영역에 대한 염려를 나타냈다는 선행연구(Cerea, Bottesi, Grisham, & Ghisi, 2018)와 일치하는 결과이다.

특히 사회비교경향성이 이상섭식행동에 영향을 미치는 경로에서 일반적인 SNS 셀피행동

은 매개효과가 나타나지 않은 반면, 타인중심 SNS 셀피행동은 매개효과가 나타난 본 연구의 결과는 셀피를 찍고 올리는 행동 그 자체는 문제가 되지 않으나 타인을 의식하여 나타나는 셀피행동은 20대 여성의 이상섭식행동을 발달시키는 데 많은 영향을 줄 수 있다는 것을 시사한다. 이러한 연구결과는 셀피 보정은 6개월 후의 얼굴 및 신체 불만족을 예측했지만, 셀피 올리기는 그러지 않았다는 선행연구 결과(Wang, Xie, Fardouly, Vartanian & Lei, 2021)를 지지한다. 즉, 사회비교경향성과 같은 개인 내적 특성이 이상섭식행동으로 이어지는 경로에 있어 일반적인 SNS 셀피행동보다도 타인중심 SNS 셀피행동의 역할이 더 핵심적일 것으로 추측된다.

본 연구의 이론적 의의와 임상적 함의는 다음과 같다. 먼저 본 연구는 사회비교경향성과 이상섭식행동의 관계에서 SNS 셀피행동의 역할을 탐색함으로써 이상섭식행동에 미치는 20대 여성의 심리적, 사회문화적 요인을 통합적으로 확인하였다는 의의가 있다. 또한, 사회비교경향성이 어떠한 기제를 통해 이상섭식행동에 영향을 미치는지 구체적으로 검증하였다는 의의가 있다. 사회비교와 이상섭식행동의 관계에 대한 선행연구들은 주로 섭식문제와 관련 있는 제한된 영역에 대한 사회비교와 이상섭식행동에 관계를 검증해왔으나, 개인적 성향으로서의 일반적인 사회비교가 어떠한 과정을 통해 이상섭식행동에 영향을 미치는지를 밝힌 연구는 상대적으로 부족하였다. 따라서 사회비교경향성이 타인중심 SNS 셀피행동을 통해 이상섭식행동에 간접적으로 영향을 미친다는 것을 밝혀낸 의의가 있다.

더불어 본 연구는 이상섭식행동에 대한 일반적인 SNS 셀피행동과 타인중심 SNS 셀피행

등의 상대적 영향력을 확인함으로써, 사회비교경향성이 높은 20대 여성의 이상섭식행동에 개입할 때 타인중심 SNS 셀피행동에 초점을 맞추는 것이 효과적일 수 있음을 제시했다는 점에서 이상섭식행동에 대한 개입에서의 시사점 또한 지니고 있다. 구체적으로, 타인중심 SNS 셀피행동에 기저하는 자기대상화와 같은 매커니즘(Veldhuis, Alleva, Bij de Vaate, Keijer & Konjin, 2020)과 이것의 결과로 나타나는 이상섭식행동 간의 관계에 초점을 맞추어 20대 여성에게 타인을 의식하여 나타나는 셀피행동의 위험성에 대한 인식을 제고하는 데 집중할 필요가 있을 것이다. 또한, 사회비교경향성이 높은 20대 여성이 SNS에 셀피를 올릴 때 올릴 사진을 고르는 데 들이는 노력 및 시간과 보정 정도 및 타인의 반응을 신경쓰는 정도를 검토하여 내담자가 이상적이라고 생각하는 신체 이미지가 어떠한지를 파악하고, 이를 완화할 수 있는 적절한 치료의 필요성을 제안할 수 있을 것이다.

본 연구결과를 토대로 향후 시도할 수 있는 개입 프로그램을 모색해 보면 다음과 같다. 최근 섭식장애에 대한 미디어의 영향력에 대하여 ‘미디어 리터러시 프로그램’이 효과적인 방법임이 나타났다(McLean, Paxton, & Wertheim, 2016; Andrew, Tiggemann, & Clark, 2015). 미디어 리터러시란 미디어에 대해 비판적으로 평가하는 능력으로(Silverblatt, 2001), 특히 미디어의 이미지가 얼마나 현실적인지 혹은 비현실적인지에 대한 평가를 할 수 있는 능력을 의미한다(Berel & Irving, 1998). 미디어 리터러시가 높은 여성은 미디어상의 비현실적인 마른 이미지와 자신을 덜 비교하며 이러한 마른 이상 이미지를 덜 내면화하고, 이에 따라 신체 불만족을 덜 보이는 것으로 나타났다(McLean

et al., 2016). 따라서 사회비교경향성이 높은 20대 여성의 타인중심 SNS 셀피행동에 대한 개입을 시도할 때, 이들이 내면화하고 있는 사회적 미적 기준에 대한 비판적 사고 기술의 연습 및 마른 이상 미디어 이미지에 대한 현실성 부족에 대한 강조와 같은 미디어 리터러시 프로그램을 시도해볼 수 있을 것이다. 이러한 맥락에서 본 연구는 이상섭식행동에 영향을 미치는 타인중심 SNS 셀피행동에 대한 개입의 가능성에 대한 기초자료를 제시했다고 볼 수 있다.

본 연구의 한계 및 후속연구를 위한 제언은 다음과 같다. 첫째, 본 연구는 서울 소재 4년제 대학 1곳에 재학중인 여자 대학생에 국한하여 자료를 수집하여 표집크기가 크지 않아 국내 20대를 대상으로 일반화하기에 한계가 있다. 특히 최근에는 남성들에서도 섭식장애 유병률이 점차 높아지고 있으며(김성수, 임수근, 황보인, 2017), 성인 남성 역시 인스타그램 활동을 통해 신체불만족을 경험하였다는 것이 나타났다(Modica, 2020) 성인 남성의 이상섭식행동에 관한 연구는 여전히 부족한 실정이다. 더하여, 이상섭식행동은 여자 청소년에서도 높은 비율로 나타나며(Fear, Bulik, & Sullivan, 1996) 스마트폰 사용 연령이 점점 낮아짐에 따라 타인중심 SNS 셀피행동이 청소년들에서도 흔하게 나타난다는 것이 보고되었는데(Dhir, Pallesen, Torsheim, & Andreassen, 2016), 따라서 이후 연구에서는 다양한 연령과 성별을 대상으로 다수표집하여 타인중심 SNS 셀피행동이 이상섭식행동에 어떠한 영향을 미치는지 검증할 필요성이 있을 것이다.

둘째, 본 연구에서는 외모 기반 이미지 중심 SNS 활동 중 셀피행동만을 다루었다는 점에서 한계를 가진다. 이상섭식행동에 영향을

미치는 또 다른 외모 기반 이미지 중심 SNS 활동으로는 타인의 이미지 및 사진에 노출되는 ‘브라우징’ 역시 존재한다(Stein, Krause, & Ohler, 2021; Chang, Li, Loh, & Chua, 2019). SNS를 통해 타인의 셀피를 브라우징하는 것은 곧 미디어의 이상적인 신체 이미지에 노출된다는 것을 의미한다. 이를 통해 비현실적인 미적 기준을 현실적인 것으로 지각하게 되고(Shanahan, Shanahan, & Morgan, 1999), 신체불만족 및 이상섭식행동을 보이는 것으로 나타났다(Brown & Tiggemann, 2016; Sharma & Vidal, 2023). 따라서 추후에는 이러한 외모 기반 이미지 중심 SNS 활동을 통합적으로 살펴볼 필요가 있다.

셋째, 본 연구는 각 변인을 자기보고식 도구를 사용하여 측정하였기 때문에 편향되거나 왜곡된 보고의 위험이 있다. 본 연구에서 사용한 질문지는 참가자들에게 민감한 주제일 수 있는 셀피를 올리는 데 있어 들이는 노력 및 섭식행동들로 구성되어 있기 때문에 참가자들의 반응 편향과 사회적 바람직성에 의한 왜곡 가능성을 배제할 수 없다. 비록 자기보고식 질문지가 다른 방법으로는 쉽게 파악하기 어려운 개인의 심리상태에 대한 정보를 제공한다라는 장점이 있으나, 이후 연구에서는 구조화된 면담이나 관찰 등 보다 다양한 측정방법을 활용한다면 좋을 것이다.

마지막으로 본 연구는 횡단설계이자 상관연구로, 비록 본 모형은 선행 이론 및 경험연구에 바탕하였으나, 연구설계 특성상 연구모형에 포함된 각 요인들 간 선후관계나 인과관계를 확실히 가려내기 어렵다. 특히 심리적 변인에 따라 셀피행동이 다르게 나타날 수 있다는 제안을 바탕으로 신체불만족과 같이 이상섭식행동과 관련된 심리적 변인이 셀피행동

에 미치는 영향을 본 연구가 있었는데, 이러한 연구에 따르면 신체불만족은 셀피보정 및 셀피에 대한 투자에 정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다(Veldhuis et al., 2020). 이는 타인 중심 SNS 셀피행동이 이상섭식행동의 한 가지 모습일 수 있음을 시사한다. 따라서 향후 실험설계 또는 중단설계를 활용하여 변인간 관계를 더욱 엄정하게 볼 필요가 있을 것이다.

이와 같은 한계에도 불구하고, 본 연구는 사회비교경향성이 이상섭식행동으로 이어지는 기제에서 SNS 셀피행동의 상대적 영향력을 확인하였다는 점에서 학술적 의의를 갖는다. 특히 섭식문제에 취약한 20대 여성을 대상으로 이들이 SNS상에서 자주 보이는 행동인 셀피행동과 관련하여 이상섭식행동에 더 문제적인 셀피행동을 확인하였다는 점에서 이상섭식행동에 대한 SNS 셀피행동의 영향력을 다룬 선행연구들과는 또 다른 의미를 제공한다. 즉, 사회비교경향성이 높은 20대 여성의 이상섭식행동을 줄이기 위해서는 타인중심 SNS 셀피행동을 표적으로 한 개입이 효과적일 수 있음을 보여주었다.

참고문헌

- 김성수, 임수근, 황보인 (2017). 남성 섭식장애 환자의 섭식장애 병리의 특징. *정신신체의학*, 25(2), 185-192.
- 김은하, 이신영 (2016). 여자대학(원)생의 자아분화와 이상섭식행동 간의 관계. *한국심리학회지: 학교*, 13(1), 181-204.
- 김혜원, 이지연 (2016). 여고생의 사회부과적 완벽주의, 사회비교경향성, 신체비교, 신체불만족의 구조적 관계 분석. *사회과학*

- 연구, 42(2), 253-276.
- 나스미디어. (2022). 2022 인터넷 이용자 조사 (NPR). <https://www.nasmedia.co.kr/NPR/2022/>
- 남인순 국회의원실 (2021.10.12). ‘개말라’‘뺨말라’ 신경성식욕부진 10대 여성 최다. 보도자료.
- 남인순 국회의원실 (2023.10.11). 먹고 토하고.. 청년 여성 위협하는 섭식장애. 보도자료.
- 박윤영, 이소연 (2019). 여자 청소년과 여대생의 이상섭식태도에 영향을 미치는 위험요인과 보호요인에 관한 메타분석. *청소년상담연구*, 27(1), 105-140.
- 송혜진, 오세연 (2013). 대학생의 MSNS(Mobile Social Network Service) 중독에 관한 연구. *사회과학연구*, 20(2), 56-82.
- 신지수 (2022.02.07.). MZ세대가 꼽은 셀카 앱 Best 6. ALLURE website. <https://www.allurekorea.com/2022/02/07/mz%EC%84%B8%EB%8C%80%EA%B0%80-%EA%B C%BD%EC%9D%80-%EC%85%80%EC%B9%B4-%EC%95%B1-best-6/>
- 오문영, 이지연 (2016). 고교 유형별 여고생의 사회부과적 완벽주의와 신체불만족의 관계: 신체비교와 사회비교경향성의 매개효과. *중등교육연구*, 64(1), 99-130.
- 오현숙 (2017). 소셜 미디어가 여대생의 신체 이미지 형성에 미치는 영향. *광고연구*, 115, 421-450.
- 유은아, 최지은 (2015). 오프라인의 실제적 자아와 SNS에서의 자아 간의 자아불일치에 영향을 미치는 선행요인과 결과요인. *소비문화연구*, 18(3), 25-44.
- 이민규, 이영호, 박세현, 손창호, 정영조, 홍성국, 이병관, 장필립, 윤애리 (1998). 한국판 식사태도검사-26(The Korean Version of Eating Attitudes Test-26: KEAT-26) 표준화 연구 I: 신뢰도 및 요인분석. *정신신체의학*, 6(2), 155-175.
- 장유진, 장현아 (2021). 여자 대학생의 이미지 기반 SNS 이용과 이상섭식행동의 관계에서 사회지향성의 조절효과. *정서·행동장애연구*, 37(2), 161-177.
- 전소정, 성용준, 양은주 (2018). 소셜미디어 이용행동과 여성의 신체상의 관계: 자기대상화 이론을 중심으로. *한국심리학회지: 여성*, 23(1), 69-89.
- 정수인, 양수진 (2020). 성인 초기 여성의 이미지 기반 SNS의 과도한 사용과 이상섭식행동의 관계: 객체화된 신체의식과 외모 거부민감성의 매개효과. *한국심리학회지: 여성*, 25(1), 49-69.
- 조규관, 장은영 (2009). 고등학생의 사회비교경향성에 따른 학습양식 및 성패귀인양식. *한국교육학연구*, 15(2), 57-78.
- 최윤희 (2003). 스트레스, 통제소재 및 사회비교 경향성이 우울정도에 미치는 영향. 가톨릭대학교 대학원 석사학위논문.
- Andrew, R., Tiggemann, M., & Clark, L. (2015). The protective role of body appreciation against media-induced body dissatisfaction. *Body image*, 15, 98-104.
- Bachner-Melman, R., Watermann, Y., Lev-Ari, L., & Zohar, A. H. (2022). Associations of self-repression with disordered eating and symptoms of other psychopathologies for men and women. *Journal of Eating Disorders*, 10(1), 1-12.
- Baron, R. M., & Kenny, D. A. (1986). The moderator-mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual,

- strategic, and statistical consideration. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51, 1173-1182.
- Bell, B. T., Cassarly, J. A., & Dunbar, L. (2018). Selfie-objectification: Self-objectification and positive feedback (“likes”) are associated with frequency of posting sexually objectifying self-images on social media. *Body image*, 26, 83-89.
- Berel, S., & Irving, L. M. (1998). Media and disturbed eating: An analysis of media influence and implications for prevention. *Journal of Primary Prevention*, 18(4), 415-430.
- Bij de Vaate, A. J. N. B., Veldhuis, J., Alleva, J. M., Konijn, E. A., & van Hugten, C. H. (2018). Show your best self(ie): An exploratory study on selfie-related motivations and behavior in emerging adulthood. *Telematics and Informatics*, 35, 1392-1407.
- Boursier, V., & Manna, V. (2018). Selfie expectancies among adolescents: Construction and validation of an instrument to assess expectancies toward selfies among boys and girls. *Frontiers in psychology*, 9, 839.
- Boursier, V., Gioia, F., & Griffiths, M. D. (2020a). Selfie-engagement on social media: Pathological narcissism, positive expectation, and body objectification - Which is more influential?. *Addictive behaviors reports*, 11, 100263.
- Boursier, V., Gioia, F., & Griffiths, M. D. (2020b). Do selfie-expectancies and social appearance anxiety predict adolescents' problematic social media use?. *Computers in Human Behavior*, 110, 106395.
- Boyd, D. M., & Ellison, N. B. (2007). Social network sites: Definition, history, and scholarship. *Journal of computer mediated Communication*, 13(1), 210-230.
- Brechan, I., & Kvaem, I. L. (2015). Relationship between body dissatisfaction and disordered eating: Mediating role of self-esteem and depression. *Eating behaviors*, 17, 49-58.
- Brown, D. J., Ferris, D. L., Heller, D., & Keeping, L. M. (2007). Antecedents and consequences of the frequency of upward and downward social comparisons at work. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 102(1), 59-75.
- Brown, Z., & Tiggemann, M. (2016). Attractive celebrity and peer images on Instagram: Effect on women's mood and body image. *Body image*, 19, 37-43.
- Butkowski, C. P., Dixon, T. L., & Weeks, K. (2019). Body surveillance on Instagram: Examining the role of selfie feedback investment in young adult women's body image concerns. *Sex Roles*, 81, 385-397.
- Buunk, A. P., & Gibbons, F. X. (2006). Social comparison orientation: A new perspective on those who do and those who don't compare with others. In S. Guimond (Ed.), *Social comparison and social psychology: Understanding cognition, intergroup relations, and culture* (pp. 15-32). Cambridge University Press.
- Calogero, R. M. (2012). Objectification theory, self-objectification, and body image. In T. F. Cash (Ed.), *Encyclopedia of body image and human appearance* (pp. 574-580). Elsevier Academic Press.
- Campbell, J. D., Fairey, P. J., & Fehr, B. (1986).

- Better than me or better than thee? Reactions to intrapersonal and interpersonal performance feedback. *Journal of Personality*, 54(3), 479-493.
- Campbell J. D. (1990). Self-esteem and clarity of the self-concept. *Journal of personality and social psychology*, 59(3), 538-549.
- Cerea, S., Bottesi, G., Grisham, J. R., & Ghisi, M. (2018). Non-weight-related body image concerns and body dysmorphic disorder prevalence in patients with anorexia nervosa. *Psychiatry research*, 267, 120-125.
- Chae, J. (2017). Virtual makeover: Selfie-taking and social media use increase selfie-editing frequency through social comparison. *Computers in Human Behavior*, 66, 370-376.
- Chang, L., Li, P., Loh, R. S. M., & Chua, T. H. H. (2019). A study of Singapore adolescent girls' selfie practices, peer appearance comparisons, and body esteem on Instagram. *Body image*, 29, 90-99.
- Chua, T. H. H., & Chang, L. (2016). Follow me and like my beautiful selfies: Singapore teenage girls' engagement in self-presentation and peer comparison on social media. *Computers in human behavior*, 55, 190-197.
- Cohen, R., Newton-John, T., & Slater, A. (2017). The relationship between Facebook and Instagram appearance-focused activities and body image concerns in young women. *Body image*, 23, 183-187.
- Cohen, R., Newton-John, T., & Slater, A. (2018). 'Selfie'-objectification: The role of selfies in self-objectification and disordered eating in young women. *Computers in Human Behavior*, 79, 68-74.
- 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.
- Crocker, J., & Wolfe, C. T. (2001). Contingencies of self-worth. *Psychological review*, 108(3), 593.
- Dhir, A., Pallesen, S., Torsheim, T., & Andreassen, C. S. (2016). Do age and gender differences exist in selfie-related behaviors? *Computers in Human Behavior*, 63, 549-555.
- Etgar, S., & Amichai-Hamburger, Y. (2017). Not all selfies took alike: Distinct selfie motivations are related to different personality characteristics. *Frontiers in psychology*, 8, 842.
- Fardouly, J., Pinkus, R. T., & Vartanian, L. R. (2017). The impact of appearance comparisons made through social media, traditional media, and in person in women's everyday lives. *Body image*, 20, 31-39.
- Fastoso, F., González-Jiménez, H., & Cometto, T. (2021). Mirror, mirror on my phone: Drivers and consequences of selfie editing. *Journal of Business Research*, 133, 365-375.
- Fear, J., Bulik, C., & Sullivan, P. (1996). The prevalence of disordered eating behaviours and attitudes in adolescent girls. *New Zealand Journal of Psychology*, 25, 7-12.
- Feinstein, B. A., Hershenberg, R., Bhatia, V., Latack, J. A., Meuwly, N., & Davila, J. (2013). Negative social comparison on Facebook and depressive symptoms: Rumination as a mechanism. *Psychology of*

- popular media culture*, 2(3), 161.
- Festinger, L. (1954). A theory of social comparison processes. *Human relations*, 7(2), 117-140.
- Fitzsimmons-Craft, E. E., Bardone-Cone, A. M., & Harney, M. B. (2012a). Development and validation of the Body, Eating, and Exercise Comparison Orientation Measure (BEECOM) among college women. *Body Image*, 9(4), 476-487.
- Fitzsimmons-Craft, E. E., Harney, M. B., Koehler, L. G., Danzi, L. E., Riddell, M. K., & Bardone-Cone, A. M. (2012b). Explaining the relation between thin ideal internalization and body dissatisfaction among college women: The roles of social comparison and body surveillance. *Body image*, 9(1), 43-49.
- Fitzsimmons-Craft, E. E., Ciao, A. C., & Accurso, E. C. (2016). A naturalistic examination of social comparisons and disordered eating thoughts, urges, and behaviors in college women. *International Journal of Eating Disorders*, 49(2), 141-150.
- Garner, D. M., & Garfinkel, P. E. (1979). The Eating Attitudes Test: An index of the symptoms of anorexia nervosa. *Psychological medicine*, 9(2), 273-279.
- Garner, D. M., Olmsted, M. P., Bohr, Y., & Garfinkel, P. E. (1982). The eating attitudes test: psychometric features and clinical correlates. *Psychological medicine*, 12(4), 871-878.
- Gibbons, F. X., & Gerrard, M. (1989). Effects of upward and downward social comparison on mood states. *Journal of social and clinical psychology*, 8(1), 14-31.
- Gibbons, F. X., & Buunk, B. P. (1999). Individual differences in social comparison: development of a scale of social comparison orientation. *Journal of personality and social psychology*, 76(1), 129-142.
- Gilbert, N., & Meyer, C. (2003). Social anxiety and social comparison: Differential links with restrictive and bulimic attitudes among nonclinical women. *Eating Behaviors*, 4(3), 257-264.
- Gilliland, E., Kiss, M. J., Morrison, M. A., & Morrison, T. G. (2018). Characterological correlates of selfie taking behavior. *Psychology*, 9, 1530-1545.
- Gioia, F., McLean, S., Griffiths, M. D., & Boursier, V. (2021). Adolescents' selfie-taking and selfie-editing: A revision of the photo manipulation scale and a moderated mediation model. *Current Psychology*, 42, 3460-3476.
- Grogan, S., Rothery, L., Cole, J., & Hall, M. (2018). Posting selfies and body image in young adult women: The selfie paradox. *The Journal of Social Media in Society*, 7(1), 15-36.
- Guo, M., Liu, R. D., Ding, Y., Hu, B., Zhen, R., Liu, Y., & Jiang, R. (2018). How are extraversion, exhibitionism, and gender associated with posting selfies on WeChat friends' circle in Chinese teenagers?. *Personality and Individual Differences*, 127, 114-116.
- Hayes, A. F. (2013). *Introduction to Mediation, Moderation, and Conditional Process Analysis*. New York: Guilford.
- Holland, G., & Tiggemann, M. (2016). A systematic review of the impact of the use of social networking sites on body image and disordered eating outcomes. *Body image*, 17,

- 100-110.
- Iftikhar, I., Yasmeen, B., Nadeem, M., & Ahmad, N. (2023). Filtered reality: Exploring gender differences in Instagram use, social conformity pressure, and regret among young adults. *Journal of Human Behavior in the Social Environment*, 1-19.
- Jackson, T., & Chen, H. (2007). Identifying the eating disorder symptomatic in China: The role of sociocultural factors and culturally defined appearance concerns. *Journal of Psychosomatic Research*, 62(2), 241-249.
- Jang, K., Park, N., & Song, H. (2016). Social comparison on Facebook: Its antecedents and psychological outcomes. *Computers in Human Behavior*, 62, 147-154.
- Kaur, S., & Vig, D. (2016). Selfie and mental health issues: An overview. *Indian Journal of Health & Wellbeing*, 7(12), 1149-1152.
- Kim, M. (2020). Instagram selfie-posting and young women's body dissatisfaction: Investigating the role of self-esteem and need for popularity. *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*, 14(4), Article 4.
- Klein, W. M. (1997). Objective standards are not enough: affective, self-evaluative, and behavioral responses to social comparison information. *Journal of personality and social psychology*, 72(4), 763.
- Kline, T. J. (2005). *Psychological testing: A practical approach to design and evaluation*. Sage Publications.
- Lamp, S. J., Cugle, A., Silverman, A. L., Thomas, M. T., Liss, M., & Erchull, M. J. (2019). Picture perfect: The relationship between selfie behaviors, self-objectification, and depressive symptoms. *Sex Roles*, 81, 704-712.
- Leahey, T. M., Crowther, J. H., & Mickelson, K. D. (2007). The frequency, nature, and effects of naturally occurring appearance-focused social comparisons. *Behavior Therapy*, 38(2), 132-143.
- Leahey, T. M., Crowther, J. H., & Ciesla, J. A. (2011). An ecological momentary assessment of the effects of weight and shape social comparisons on women with eating pathology, high body dissatisfaction, and low body dissatisfaction. *Behavior therapy*, 42(2), 197-210.
- Lee, M., & Lee, H. H. (2021). Social media photo activity, internalization, appearance comparison, and body satisfaction: The moderating role of photo-editing behavior. *Computers in Human Behavior*, 114, 106579.
- Lee, S. H., & Workman, J. (2020). How do face consciousness and public self-consciousness affect consumer decision-making?. *Journal of Open Innovation: Technology, Market, and Complexity*, 6(4), 144.
- Lee, S. Y. (2014). How do people compare themselves with others on social network sites?: The case of Facebook. *Computers in human behavior*, 32, 253-260.
- Lee-Won, R. J., Joo, Y. K., Baek, Y. M., Hu, D., & Park, S. G. (2020). "Obsessed with retouching your selfies? Check your mindset!": Female Instagram users with a fixed mindset are at greater risk of disordered eating. *Personality and Individual Differences*, 167, 110223.
- Levine, J. M., & Green, S. M. (1984). Acquisition

- of relative performance information: The roles of intrapersonal and interpersonal comparison. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 10(3), 385-393.
- Lonergan, A. R., Bussey, K., Mond, J., Brown, O., Griffiths, S., Murray, S. B., & Mitchison, D. (2019). Me, my selfie, and I: The relationship between editing and posting selfies and body dissatisfaction in men and women. *Body image*, 28, 39-43.
- Lonergan, A. R., Bussey, K., Fardouly, J., Griffiths, S., Murray, S. B., Hay, P., Mond, J., Trompeter, N., & Mitchison, D. (2020). Protect me from my selfie: Examining the association between photo-based social media behaviors and self-reported eating disorders in adolescence. *International Journal of Eating Disorders*, 53(5), 755-766.
- Lowe-Calverley, E., & Grieve, R. (2018). Self-love: Predictors of image editing intentions on Facebook. *Telematics and Informatics*, 35(1), 186-194.
- Manago, A. M., Ward, L. M., Lemm, K. M., Reed, L., & Seabrook, R. (2015). Facebook involvement, objectified body consciousness, body shame, and sexual assertiveness in college women and men. *Sex roles*, 72, 1-14.
- McLean, S.A., Paxton, S.J., Wertheim, E. H., & Masters, J. (2015). Phtoshopping the selfie: Self photo editing and photo investment are associated with body dissatisfaction in adolescent girls. *International Journal of Eating Disorders*, 48(8), 1132-1140.
- McLean, S. A., Paxton, S. J., & Wertheim, E. H. (2016). Does media literacy mitigate risk for reduced body satisfaction following exposure to thin-ideal media?. *Journal of youth and adolescence*, 45, 1678-1695.
- McLean, S. A., Jarman, H. K., & Rodgers, R. F. (2019). How do “selfies” impact adolescents' well-being and body confidence? A narrative review. *Psychology research and behavior management*, 12, 513-521.
- Meier, E. P., & Gray, J. (2014). Facebook photo activity associated with body image disturbance in adolescent girls. *Cyberpsychology, behavior, and social networking*, 17(4), 199-206.
- Mendelson, A. L., & Papacharissi, Z. (2010). Look at us: Collective narcissism in college student Facebook photo galleries. In Z. Papacharissi (Ed.), *The networked self: Identity, community and culture on social network sites* (pp. 259-281). New York: Routledge.
- Menzel, J. E., Schaefer, L. M., Burke, N. L., Mayhew, L. L., Brannick, M. T., & Thompson, J. K. (2010). Appearance-related teasing, body dissatisfaction, and disordered eating: A meta-analysis. *Body image*, 7(4), 261-270.
- Mintz, L. B., & Betz, N. E. (1988). Prevalence and correlates of eating disordered behaviors among undergraduate women. *Journal of counseling psychology*, 35(4), 463.
- Mintz, L. B., O'Halloran, M. S., Mulholland, A. M., & Schneider, P. A. (1997). Questionnaire for Eating Disorder Diagnoses: Reliability and validity of operationalizing DSM-IV criteria into a self-report format. *Journal of Counseling Psychology*, 44(1), 63-79.
- Modica, C. A. (2020). The associations between

- Instagram use, selfie activities, appearance comparison, and body dissatisfaction in adult men. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 23(2), 90-99.
- Morrison, T., Waller, G., Meyer, C., Burditt, E., Wright, F., Babbs, M., & Gilbert, N. (2003). Social comparison in the eating disorders. *The Journal of nervous and mental disease*, 191(8), 553-555.
- Mustafa, S., & Akram, M. (2022). Self-Consciousness, Self-Objectification, and Social Anxiety as Predictors of Photo Editing Behavior among Emerging Adults. *Human Behavior & Emerging Technologies*, 1-9
- Nesi, J., Choukas-Bradley, S., Maheux, A. J., Roberts, S. R., Sanzari, C., Widman, L., & Prinstein, M. J. (2021). Selfie Appearance Investment and Peer Feedback Concern: Multi-Method Investigation of Adolescent Selfie Practices and Adjustment. *Psychology of popular media culture*, 10(4), 488-499.
- Niu, G., Sun, L., Liu, Q., Chai, H., Sun, X., & Zhou, Z. (2020). Selfie-posting and young adult women's restrained eating: The role of commentary on appearance and self-objectification. *Sex Roles*, 82, 232-240.
- Pinkasavage, E., Arigo, D., & Schumacher, L. M. (2015). Social comparison, negative body image, and disordered eating behavior: The moderating role of coping style. *Eating behaviors*, 16, 72-77.
- Preacher, K. J., & Hayes, A. F. (2004). SPSS and SAS procedures for estimating indirect effects in simple mediation models. *Behavior Research Methods, Instruments, & Computers*, 36, 717-731.
- Rancourt, D., Schaefer, L. M., Bosson, J. K., & Thompson, J. K. (2016). Differential impact of upward and downward comparisons on diverse women's disordered eating behaviors and body image. *International Journal of Eating Disorders*, 49(5), 519-523.
- Reis, H. T., Wheeler, L., Spiegel, N., Kernis, M. H., Nezelek, J., & Perri, M. (1982). Physical attractiveness in social interaction: II. Why does appearance affect social experience? *Journal of Personality and Social Psychology*, 43(5), 979-996.
- Rodgers, R. F. (2016). The relationship between body image concerns, eating disorders and internet use, part II: An integrated theoretical model. *Adolescent Research Review*, 1, 121-137.
- Saunders, J. F., Eaton, A. A., & Fitzsimmons-Craft, E. E. (2019). Body-, eating-, and exercise-related comparisons during eating disorder recovery and validation of the BEECOM-R. *Psychology of Women Quarterly*, 43(4), 494-508.
- Schaefer, L. M., & Thompson, J. K. (2018). Self-objectification and disordered eating: A meta analysis. *International Journal of Eating Disorders*, 51(6), 483-502.
- Schneider, S. M., & Schupp, J. (2014). Individual differences in social comparison and its consequences for life satisfaction: introducing a short scale of the Iowa-Netherlands Comparison Orientation Measure. *Social Indicators Research*, 115, 767-789.
- Shanahan, J., & Morgan, M. (1999). *Television and Its Viewers: Cultivation Theory and Research*. Cambridge University Press.

- Sharma, A., & Vidal, C. (2023). A scoping literature review of the associations between highly visual social media use and eating disorders and disordered eating: a changing landscape. *Journal of Eating Disorders, 11*(1), 170.
- Sherry, S. B., Hewitt, P. L., Flett, G. L., & Lee-Bagley, D. L. (2007). Perfectionism and undergoing cosmetic surgery. *European Journal of Plastic Surgery, 29*, 349-354.
- Silverblatt, A. (2001). *Media literacy: Keys to interpreting media messages* (2nd ed.). Westport, CT: Praeger Publishers.
- Smock, A. D., Ellison, N. B., Lampe, C., & Wohn, D. Y. (2011). Facebook as a toolkit: A uses and gratification approach to unbundling feature use. *Computers in human behavior, 27*(6), 2322-2329.
- Stein, J. P., Krause, E., & Ohler, P. (2021). Every (Insta) Gram counts? Applying cultivation theory to explore the effects of Instagram on young users' body image. *Psychology of popular media, 10*(1), 87.
- Stice, E. (2002). Risk and maintenance factors for eating pathology: A meta-analytic review. *Psychological Bulletin, 128*(5), 825-848.
- Suls, J., Martin, R., & Wheeler, L. (2002). Social comparison: Why, with whom, and with what effect?. *Current directions in psychological science, 11*(5), 159-163.
- Sung, Y., Lee, J. A., Kim, E., & Choi, S. M. (2016). Why we post selfies: Understanding motivations for posting pictures of oneself. *Personality and Individual Differences, 97*, 260-265.
- Terán, L., Yan, K., & Aubrey, J. S. (2020). "But first let me take a selfie": US adolescent girls' selfie activities, self-objectification, imaginary audience beliefs, and appearance concerns. *Journal of Children and Media, 14*(3), 343-360.
- Thompson, K. A., & Bardone-Cone, A. M. (2022). Social comparison, disordered eating, and body dissatisfaction among postpartum women. *Body Image, 42*, 401-412.
- Tiggemann, M., Anderberg, I., & Brown, Z. (2020). Uploading your best self: Selfie editing and body dissatisfaction. *Body Image, 33*, 175-182.
- Veldhuis, J., Alleva, J. M., Bij de Vaate, A. J., Keijer, M., & Konijn, E. A. (2020). Me, my selfie, and I: The relations between selfie behaviors, body image, self-objectification, and self-esteem in young women. *Psychology of Popular Media, 9*(1), 3.
- Vitousek, K. B., & Hollon, S. D. (1990). The investigation of schematic content and processing in eating disorders. *Cognitive therapy and research, 14*, 191-214.
- Wang, D. (2019). A study of the relationship between narcissism, extraversion, body-esteem, social comparison orientation and selfie-editing behavior on social networking sites. *Personality and Individual Differences, 146*, 127-129.
- Wang, Y., Xie, X., Fardouly, J., Vartanian, L. R., & Lei, L. (2021). The longitudinal and reciprocal relationships between selfie-related behaviors and self-objectification and appearance concerns among adolescents. *New Media & Society, 23*(1), 56-77.

Williams, G. J., Power, K. G., Millar, H. R., Freeman, C. P., Yellowlees, A., Dowds, T., Walker, M., Campsie, L., MacPherson, F., & Jackson, M. A. (1993). Comparison of eating disorders and other dietary/weight groups on measures of perceived control, assertiveness, self-esteem, and self-directed hostility. *The International journal of eating disorders*, 14(1), 27-32.

1차원고접수 : 2024. 01. 17.

심사통과접수 : 2024. 03. 04.

최종원고접수 : 2024. 03. 30.

The Mediating Effects of Selfie Behaviors in SNS on the Relationship Between Social Comparison Orientation and Disordered Eating Behavior among Female Adults in Their 20s

Jihye Seo Hyein Chang

Sungkyunkwan University

This study investigated the role of selfie behaviors in SNS as a mediator of the relationship between social comparison orientation and disordered eating among female adults in their 20s. The participants were 144 female college students who completed a series of self-report questionnaires that measure social comparison orientation, SNS selfie behaviors, and disordered eating behavior. The results indicated that general selfie behaviors did not significantly mediate the association between social comparison orientation and disordered eating behavior, whereas other-focused selfie behaviors significantly mediated the relationship between social comparison orientation and disordered eating behavior. Based on the findings, theoretical and practical implications as well as the limitations of this study are discussed.

Key words : social comparison orientation, SNS selfie behavior, disordered eating behavior