



Original Article

## Internalization of the Sociocultural Attitudes, Body Shape Satisfaction, Anger and Eating Attitudes in College Women

Choi, Myung-Sook<sup>1)</sup> · Cheon, Suk-Hee<sup>2)</sup>

1) Assistant Professor, Department of Nursing, Seoil College

2) Instructor, College of Nursing, Korea University

## 여대생의 외모에 대한 사회문화적 가치 내재화, 체형만족도, 분노 및 식이태도에 관한 연구

최 명 숙<sup>1)</sup> · 천 숙 희<sup>2)</sup>

1) 서일대학 간호과 부교수 2) 고려대학교 간호대학 강사

### Abstract

**Purpose:** The descriptive study was designed to examine the relationship of eating attitudes to the internalization of sociocultural attitudes, body shape satisfaction, anger and anger expression in college women. **Method:** 247 women were recruited from one college located in Seoul, Korea. The instruments used were the Internalization subscale of SATAQ-3R, BSQ for body shape satisfaction, Spielberger's state trait anger expression inventory-Korean version for anger and anger expression, and the Eating Attitude Test(EAT-26) for eating attitudes. **Results:** The score of EAT significantly correlated with internalization, state anger, body shape satisfaction, and anger expression except trait anger. The significant predictors of eating attitudes in college women were body shape satisfaction and anger expression, explaining 55% of the variance in eating attitudes. **Conclusion:** This study showed that body shape satisfaction is an important

predictor for an eating disorder. Therefore, various programs for cognitive changes correcting the understanding about body and weight need to be developed in the future.

**Key words :** College women, Eating attitude, Internalization of the sociocultural attitudes, Body shape satisfaction, Anger

### 서 론

과거 섭식장애의 유병율은 대학생들을 대상으로 한 역학 조사에서 신경성 거식증이 0.7%, 폭식증은 0.8%로 보고되었으나(Hahn et al., 1990) 최근 여대생의 식이태도에 관한 연구에 의하면 이상 식이태도를 보인 여성이 5.93%로 보고 되어(Lee, Kim, Chun, & Han, 2003) 과거에 비해 섭식장애의 발생이 더

투고일: 2007. 10. 25 1차심사완료일: 2007. 10. 29 2차심사완료일: 2007. 11. 1 최종심사완료일: 2007. 12. 5

• Address reprint requests to : Cheon, Suk-Hee(Corresponding Author)

Instructor, College of Nursing, Korea University  
126-1, 5-ka, Anam-dong, Sungbuk-ku, Seoul 136-705, Korea  
Tel: 82-31-453-6051 E-mail: sukichn@nate.com

욱 증가한 것으로 보인다. 이러한 섭식장애의 증가 가능성과 관련하여 섭식장애를 이 시기 여성의 심각한 건강문제로 인식할 필요가 있는데 이미 알려진 바와 같이 섭식장애가 여성 특히 젊은 여성에서 더 빈번하게 발생하는 것으로 보고 되어 왔기 때문이다.

성인 초기 여성에서 섭식장애가 빈번한 이유로 체형과 체중에 대한 인식의 왜곡으로 인한 체형에 대한 불만족을 들 수 있는데 부정적인 체형 인식은 여성들로 하여금 건강하지 못한 식습관을 형성하고 무리한 체중 감소를 시도하도록 만들기 때문이다(Stein & Hedger, 1997). 체형만족도와 섭식장애의 관계에 대하여 Ghaderi와 Scott(2001)은 젊은 여성에서 체형에 대한 불만족이 매우 높은 수준이고 이로 인해 심한 다이어트를 하게 되어 섭식장애로 발전하는 경향이 있기 때문에 체형에 대한 불만족은 섭식장애의 위험 요인이라고 지적한 바 있다. Lee와 Park(2003) 역시 대학생의 체형 인식에 관한 연구에서 대상자의 BMI(Body Mass Index)에 근거한 저체중 대상자가 12.5%, 과체중 3.1%였던 것에 비해 대상자 자신이 평가한 비만 인식은 저체중 15.6%, 과체중이 37.5%로 나타나 대학생들이 실제 체중보다 과체중 즉 비만한 쪽으로 평가한다고 하였으며, 이러한 자신의 신체에 대한 평가는 이상 식이태도와 관련 있는 것으로 제시하였다. 이와 같이 체중 및 신체상에 대한 걱정과 이에 따른 극도의 체중조절 행위는 섭식장애의 발생에 관여하는 것으로 보고 되고 있어 체형만족도는 식이태도의 중요한 관련 요인임을 제시할 수 있다(Cockell, & Zaitsoff, 2000; Geller, Srikaneswaran, Schulken, Pinciario, Sawyer, Jensen, & Hoban, 1997).

그런데 젊은 여성에서 보여진 체형에 대한 인식은 최근 사회가 날씬하고 마른 체형을 가진 여성을 유능함, 성공, 성적 매력을 가진 여성으로 상징화하고 ‘몸짱’, ‘얼짱과 같이 외모에 대한 가치를 중요하게 여기는 사회적 분위기의 영향을 받고 있다. 미에 대한 사회의 가치기준은 여성들로 하여금 날씬한 것은 아름다운 것이며 아름다운 것은 좋은 것이라는 생각을 갖도록 만들며, 이 때문에 여성은 날씬하고 마른 체형을 추구하고 자신의 신체를 왜곡하여 더욱 날씬해지고자 식이를 조절해야 한다는 강박관념을 갖게 된다(Striegel-Moore, Silberstein, & Rodin, 1986; Van den Berg, Wertheim, Thompson, & Paxton, 2002). 즉 날씬하고 마른체형에 대한 사회문화적 요구와 대중매체의 부추김 속에 여성들은 끊임없이 체중을 감소시키기 위해 다이어트와 같은 체중조절 행위를 하게 되는 것이다.

그러므로 외모에 대한 사회문화적 가치는 여성 자신의 체형 및 체중에 대한 인식은 물론 나아가 식이태도에 영향을 미치고 볼 수 있다. 이에 대해 Becker, Burwell, Gilman, Herzog와 Hamburg(2002)은 피지의 청소년기 여성을 대상으로 TV에 거

의 노출되지 않은 집단과 TV에 3년 이상 노출된 집단의 비교를 통해 TV에 만성적으로 노출된 집단에서 이상 식이태도를 보인 여학생이 증가하였고 체중조절을 위해 구도를 유도하는 여학생도 함께 증가했다고 보고하였다. 이러한 결과는 섭식장애 발생에 관한 사회문화적 압력 모델이 제시하듯이 신체불만족과 다이어트, 폭식 등을 유발하는데 외모에 대한 사회문화적 가치의 영향이 관여됨을 보여주는 것이라 하겠다(Thompson, Heinberg, Altabe, & Tantleff-Dunn, 1999).

이와 같은 사회문화적 가치의 영향 측면에서도 특히 여성들이 사회의 압력을 어느 정도로 인지하고 받아들이느냐 즉 우리 사회에서 정한 외모의 기준인 마르고 날씬한 이상형에 대한 내재화(Thin-ideal internalization) 정도가 높을수록 외모에 대한 불만족을 초래하기 쉽고 그 기준에 따르기 위해 다이어트와 같은 섭식행동으로 이어질 수 있어 이상형에 대한 내재화 정도는 체형만족도 및 식이태도와 더욱 밀접한 관련이 있는 것으로 보인다(Stice & Shaw, 2002; Thompson, van den Berg, Roehrig, Guarda, & Heinberg, 2004; Thompson & Stice, 2001; ). 즉 외모에 대한 사회문화적 가치의 내재화 정도는 체형이나 신체 크기와 같이 외모에 대해 사회가 매력적이라고 정의내린 이상형의 기준들을 개인이 인지적으로 받아들인 정도를 의미하는 것으로, 내재화는 사회가 정한 기준에 따르기 위해 행동을 수정하는 것을 포함하고 있기 때문에 내재화 정도가 높을수록 섭식행동에 영향을 미쳐 결국 섭식장애를 유발할 가능성이 높다고 볼 수 있다. 선행 연구에서 Moon(2002)은 여대생의 외모에 대한 사회문화적 가치의 내재화 정도가 신체자존감과 통계적으로 유의한 부적 상관관계가 있었고 신체왜곡증상과는 정적 상관관계가 있었음을 보고하면서 외모에 대한 사회문화적 가치 내재화와 섭식장애의 관련성을 주장하였다. 따라서 외모에 대한 사회문화적 가치의 내재화는 체형에 대한 부정적인 지각을 유도함으로써 섭식장애를 유발하는 요인으로 볼 수 있기 때문에 체형만족도 및 식이태도와와의 관련성을 파악하는 연구가 시도될 필요가 있다.

그러나 많은 연구에서 여성들의 식이태도와 외모에 사회문화적 영향의 연관성을 언급하고 있는 반면 실제 외모에 대한 사회문화적 영향을 측정하여 보고한 연구들은 매우 적은 실정이다. 따라서 여성의 섭식문제에서 사회문화적 측면을 고려한 접근을 위해 외모에 대한 사회문화적 가치 내재화를 측정하여 식이태도와와의 관계를 파악하는 연구가 시도되어야 할 필요가 있다. 또한 자신의 신체 인식과 관련해 기존 연구들에서 측정된 신체관련 태도 및 신체만족도 변인은 여러 신체 부위에 대한 태도를 측정하는 것으로 식이태도에 대한 설명력이 체형만족도에 비해 적을 것으로 판단되며 사회문화적 가치의 영향을 고려해 볼 때 체형만족도를 측정하는 것이 설명력을 높일 수 있을 것으로 사료된다.

한편 사회문화적 영향외에 섭식장애는 개인의 정서 특히 분노와 관련이 있는 것으로 몇몇 연구들에서 제시되어왔다. 예를 들어 신경성 식욕부진 환자는 분노를 억제하거나 관리하는 경향이 있는 반면 폭식환자는 다른 사람이나 대상에 분노감으로 발산하는 경향이 있는 것으로 보고되기도 하였으며(Fassino, Abbate-Daga, Piero, Leombruni, & Rovera, 2001; Fava, Rappe, West, & Herzog, 1995), 비만환 섭식장애환자는 분노를 외부로 표출하는 경향이 있는 반면 폭식 장애가 없는 비만환자는 분노를 억제하는 경향이 있다고 제시되기도 하였다(Fassino, Leombruni, Piero, Abbate-Dogga, & Rovera, 2003). 이러한 결과들은 부정적 정서로서 분노는 섭식장애와 관련이 있으며 분노표현 방식에 따라 섭식장애 양상이 다르게 나타날 수 있음을 시사하는 것이나 아직 국내에서 분노와 식이태도의 관계를 탐색하는 연구가 부족하다. 이에 섭식장애의 정서적 측면을 고려하기 위해 분노 및 분노표현 유형과 식이태도의 관련성을 제시함으로써 정서와 식이태도의 관계에 대한 설명력을 높일 수 있을 것으로 기대된다.

따라서 본 연구는 초기 성인기 여성인 여대생을 대상으로 외모에 대한 사회문화적 가치의 내재화 정도, 체형만족도, 분노 및 분노표현 유형과 식이태도와의 관련성을 파악하고 식이태도에 영향을 미치는 요인을 확인함으로써 여대생에서 건강한 섭식행동을 유도할 수 있는 중재방안을 모색하는데 기여하고자 한다.

### 연구 목적

본 연구의 구체적 목적은 다음과 같다.

- 여대생의 외모에 대한 사회문화적 가치의 내재화, 체형만족도, 상태분노, 기질분노, 분노표현 유형, 식이태도를 파악한다.
- 여대생의 식이태도에 따른 외모에 대한 사회문화적 가치 내재화, 체형만족도, 상태분노, 기질분노, 분노표현 유형의 차이를 검증한다.
- 여대생의 외모에 대한 사회문화적 가치 내재화, 체형만족도, 상태분노, 기질분노, 분노표현과 식이태도의 관련성을 검증한다.
- 여대생의 식이태도에 영향을 미치는 요인을 확인한다.

## 연구 방법

### 1. 연구 설계

본 연구는 여대생의 외모에 대한 사회문화적 가치 내재화, 체형만족도, 분노, 분노표현 유형과 식이태도의 관련성을 파악하고 식이태도에 영향을 미치는 변수들을 규명하기 위한 서술적

조사연구이다.

### 2. 연구 대상

본 연구의 대상은 서울특별시 소재 대학에 재학 중인 여대생 중 본 연구목적에 동의하고 참여한 247명을 대상으로 하였다.

### 3. 용어의 정의

#### 1) 외모에 대한 사회문화적 가치 내재화

외모에 대한 사회문화적 가치의 내재화는 체형이나 신체 크기와 같이 외모에 대해 사회가 매력적이라고 정의내린 이상형의 기준들을 개인이 인지적으로 받아들인 정도 혹은 이 기준에 도달하기 위해 수정된 행동을 말한다(Thompson et al., 1999). 본 연구에서는 Thompson 등(2000)이 개발한 외모에 대한 사회문화적 태도(Sociocultural Attitude Towards Appearance Questionnaire 3-Revised, SATAQ-3R)의 내재화(Internalization) 하위 척도를 이용하여 측정된 점수를 말한다.

#### 2) 체형만족도

체형만족도는 체중이나 체형에 관한 관심 정도 즉 체형에 관해서 추정하거나 그 결과로 나타나는 현상적 경험에 의거한 만족 정도를 의미한다(Cooper, Taylor, Cooper, & Fairburn, 1987). 본 연구에서 체형만족도는 Cooper, Taylor, Cooper와 Fairburn(1987)이 개발한 체형만족도 질문지(Body Shape Questionnaire, BSQ)를 이용하여 측정된 점수를 말한다.

#### 3) 분노·분노표현

분노는 분노상황에서 나타나는 즉각적인 반응으로 근육긴장 및 자율신경계의 활성화를 수반하면서 경중의 초조함이나 흥분에서부터 격렬한 분노에 이르기까지 다양한 강도의 주관적 감정으로 나타나는 정서적 상태로(Spielberger, 1996), 상태분노는 검사 당시 분노 감정의 정도를, 기질분노는 평소의 분노 빈도나 분노를 느끼는 정서 상태를 의미한다.

분노표현(anger expression)은 분노가 표현되는 빈도를 의미하는 것으로, 분노억제(anger-in)는 분노감정을 참거나 억압하는 빈도를 의미하고, 분노표출(anger-out)은 얼마나 자주 주위의 다른 사람이나 물건에게 분노를 표현하는가의 빈도를 의미하는 것이며, 분노조절(anger-control)은 개인의 분노 표현을 조절하려고 시도하는 빈도를 의미한다.

본 연구에서는 Chon, Hahn, Lee와 Spielberger(1997)의 한국판 상태-기질 분노표현척도(STAXI-K)를 이용하여 측정된 점수를 말한다.

4) 식이태도

인간이 음식을 섭취하는 광범위한 활동인 섭식행동에 대해 가지는 태도로서 절식, 폭식증과 음식에 대한 몰두, 섭식 통제를 의미한다(Ganger, Olmsted, Bohr, & Garfinkel, 1982). 본 연구에서는 식이태도검사(Eating Attitude Test, EAT-26)를 이용하여 측정된 점수를 말한다.

4. 연구 도구

1) 외모에 대한 사회문화적 가치 내재화

본 연구에서 외모에 대한 사회문화적 가치 내재화는 Thompson 등(2000)이 개발한 외모에 대한 사회문화적 태도(Sociocultural Attitudes Towards Appearance Questionnaire 3-Revised, SATAQ-3R)의 내재화(Internalization) 하위 척도를 이용하였다. SATAQ-3R은 외모에 대한 중요성과 사회에서 이상적으로 여기는 외모 기준에 대해 개인이 어떤 태도를 가지고 있는가를 평가하는 것으로 중요성(Importance), 압력(Pressure), 비교(Comparison), 내재화(Internalization), 인식(Awareness) 등 5개 하위척도로 총 38문항으로 구성되어 있으나 본 연구에서는 사회에서 정한 외모에 대해 내재화되어 있는 정도를 파악하기 위해 내재화(Internalization) 척도만을 이용하였다. 이 척도는 총 13문항, 5점 척도로 구성되어 있으며 점수범위는 13~65점으로 점수가 높을수록 외모에 대한 사회문화적 가치를 더 많이 내재화하고 있는 것을 말한다. 본 연구에서 내적일관성 신뢰도 Cronbach's  $\alpha$ 값은 .92이었다.

2) 체형만족도

본 연구에서 체형만족도는 Cooper, Taylor, Cooper와 Fairburn (1987)이 개발한 체형만족도 질문지(Body Shape Questionnaire, BSQ)를 이용하였다. BSQ는 '비만한 느낌' 혹은 이상적 체중으로 인한 현재 체중의 왜곡에 기인한 부정적 정서로 인해 발생하는 상황을 묘사하는 질문들로 구성되어 총 34문항이다. 이 도구는 5점 척도로 되어 있고 점수가 높을수록 자신의 신체에 대한 관심이 크고 비만한 느낌을 더 많이 경험하는 것을 반영하며 전반적인 체형에 대한 만족도가 낮음을 의미한다. 본 연구에서 내적일관성 신뢰도 Cronbach's  $\alpha$ 값은 .96이었다.

3) 분노·분노표현 유형 측정

본 연구에서 분노는 상태분노, 기질분노 및 분노표현을 측정하였으며, Chon, Hahn, Lee와 Spielberger(1997)의 한국판 상태-기질 분노표현척도(STAXI-K)를 이용하여 측정하였다. 이 척도에서 상태분노와 기질분노는 각 10문항, 분노표현은 24문항으로 총 44문항으로 구성되어 있다.

상태분노와 기질분노 문항은 '거의 전혀 아니다' 1점에서

'거의 언제나 그렇다' 4점까지 4점척도로 구성되어 있으며 점수범위는 10점에서 40점이다. 분노표현(anger expression)은 분노억제(anger-in) 8문항, 분노표출(anger-out) 8문항, 분노조절(anger-control) 8문항 총 24문항으로 구성되며, 각 차원의 점수범위는 8점에서 32점으로 점수가 높을수록 각각 분노억제, 분노표출 및 분노조절이 높음을 의미하고, 3개 차원의 전체 점수의 합은 분노표현의 방향(외향화, 내향화)에 관계없이 점수가 높을수록 분노가 표현되는 빈도가 높음을 의미한다. 본 연구에서 내적일관성 신뢰도 Cronbach's  $\alpha$ 값은 상태분노 .87, 기질분노 .95, 분노표현 .72이었다.

4) 식이태도 측정

본 연구에서 식이태도는 식이태도검사(Eating Attitude Test, EAT-26)를 이용하여 측정하였다. 이 척도는 절식 13문항, 폭식증과 음식에 대한 몰두 6문항, 섭식통제 7문항 총 26문항으로 구성되어 있으며, '전혀 아니다' 1점에서 '항상 그렇다' 6점까지 6점 척도로 되어 있다. 1점에서 3점은 0점으로, 4점은 1점, 5점은 2점, 6점은 3점으로 처리하며, 따라서 식이태도검사 점수의 범위는 0~78점이며 점수가 높을수록 혼란된 섭식행동을 보이는 것을 의미하며, 점수가 20점 이상일 경우 식이장애 특히 신경성 식욕부진증의 증상이 있음을 의미한다. 본 연구에서 내적일관성 신뢰도 Cronbach's  $\alpha$ 값은 .82이었다.

<Table 1> Measurement of variables

Variables	Measurement	Items
Internalization	Internalization subscale(SATAQ-3R)	13
Body shape satisfaction	Body shape questionnaire(BSQ)	34
State anger	State anger scale(STAXI-K)	10
Trait anger	Trait anger scale(STAXI-K)	10
Anger expression	Anger expression scale(STAXI-K)	24
	· Anger-in	8
	· Anger-out	8
	· Anger-control	8
Eating attitude	Eating Attitude Test(EAT-26)	26
	· Dieting	13
	· Food preoccupation	6
	· Oral control	7

5. 자료 수집 방법

본 연구의 자료수집은 서울특별시 소재 대학에 재학 중인 여자 대학생을 대상으로 본 연구 목적을 설명하고 동의를 구한 후 질문지를 작성하도록 요청하고 이를 회수 하였으며, 자료수집기간은 2007년 9월 3일부터 10월 5일이었다.

6. 자료 분석 방법

수집된 자료의 분석은 SPSS/WIN 11.5 program을 이용하여 전산통계처리 하였으며 구체적인 자료 분석 방법은 다음과 같다.

- 대상자의 일반적 특성은 실수와 백분율 및 평균을 산출하였다.
- 대상자의 외모에 대한 사회문화적 가치 내재화, 체형만족도, 상태분노, 기질분노, 분노표현 유형, 식이태도의 기술통계는 평균과 표준편차를 이용하였다.
- 대상자의 식이태도에 따른 외모에 대한 사회문화적 가치 내재화, 체형만족도, 상태분노, 기질분노, 분노표현 유형의 차이 분석은 t-test를 이용하였다.
- 외모에 대한 사회문화적 가치 내재화, 체형만족도, 상태분노, 기질분노, 분노표현 유형, 식이태도의 상관관계는 Pearson's Correlation Coefficient를 이용하였다.
- 대상자의 식이태도를 설명하는 요인의 파악은 Stepwise Multiple Regression Analysis를 이용하였다.

## 연구 결과

### 1. 대상자의 일반적 특성

대상자의 평균 연령은 20.7세이었고, 형제 관계를 보면 형제수가 2명으로 응답한 경우가 60.3%로 가장 많았으며 형제수가 3명이라고 응답한 경우가 33.6%였다. 대상자의 평균 초경 연령은 12.9세이었고 초경연령 시기는 10~13세가 71.5%로 가장 많았으며, 14~16세가 17.7%, 17세 이상이 2%순이었다. BMI(Body Mass Index)는 18.5~25미만이 70.9%로 가장 많았고 18.5미만이 21.5%, 25이상이 15%이었다. 종교는 있다고 응답한 대상이 59.1%이었다. 또한 현재 흡연하고 있다고 응답한 대상자는 4.90%였고, 음주를 한다고 응답한 대상은 65.2%였으며 주당 평균 음주 회수는 1.23회였다.

### 2. 대상자의 제 연구변수의 특성

대상자의 외모에 대한 사회문화적 가치 내재화 평균 점수는 43.6점(점수범위 13~99)이었고, 체형만족도는 114.4점(34~193)이었다. 상태분노는 20.0점(10~40), 기질분노는 11.6점

(10~35)이었으며, 분노표현에서 분노억제는 16.7점(8~30), 분노표출 14.0점(8~27), 분노통제는 19.3점(10~32)이었다. 전체 식이태도 평균 점수는 11.8점(0~44)이었고 하위 요인인 절식은 7.34점(0~29), 폭식 및 음식에의 몰두는 1.78점(0~13), 섭식통제는 2.70점(0~13)이었다<Table 2>.

<Table 2> The descriptive statistics of the research variables in college women (N=247)

Variables	M(SD)	Possible range
Internalization	43.6 (13.9)	13- 65
BSQ	114.4 (30.2)	34-170
State anger	20.0 (5.45)	10- 40
Trait anger	11.6 (3.78)	10- 40
Anger expression		
Anger-in	16.7 (3.55)	8- 32
Anger-out	14.0 (3.64)	8- 32
Anger-control	19.3 (4.46)	8- 32
EAT	11.8 (7.71)	0- 78
Dieting	7.34 (5.94)	0- 39
Bulimia/Food preoccupation	1.78 (2.48)	0- 18
Oral control	2.70 (2.32)	0- 21

### 3. 대상자의 식이태도에 따른 제 연구변수의 차이 분석

대상자의 식이태도 점수 20점 기준으로 구분하였을 때 이상 식이태도를 보이는 고위험 대상자는 31명으로 전체의 12.6%였으며 20점 미만인 대상자는 85.4%였다<Table 3>.

<Table 3> The degree of eating disorder (N=247)

Category	f	(%)
Normal (Below 20 point)	211	85.4
High risk group (Above 20 point)	31	12.6

식이태도 점수 20미만인 집단과 20점 이상인 집단에서 제 연구변수들의 차이를 분석한 결과, 체형만족도에서 통계적으로 유의한 차이가 있었다( $t=-6.76, p=.000$ ). 그러나 외모에 대한 사회문화적 가치 내재화( $t=-1.06, p=.28$ ), 상태분노( $t=-0.96, p=.33$ ), 기질분노( $t=-0.95, p=.34$ ), 분노억제( $t=-2.38, p=.18$ ),

<Table 4> The research variables by EAT score (N=247)

	Internalization		BSQ		State anger		Trait anger		Anger expression					
	M(SD)	t(p)	M(SD)	t(p)	M(SD)	t(p)	M(SD)	t(p)	Anger-in		Anger-out		Anger-control	
	M(SD)	t(p)	M(SD)	t(p)	M(SD)	t(p)	M(SD)	t(p)	M(SD)	t(p)	M(SD)	t(p)	M(SD)	t(p)
Normal group (Below 20 point)	43.1(14.3)	-1.06 (0.28)	109.9(27.9)	-6.78 (0.00)	20.0(5.22)	-0.96 (0.33)	11.5(3.58)	-0.95 (0.34)	16.6(3.51)	-2.38 (0.18)	13.9(3.50)	-0.82 (0.41)	19.1(4.51)	-1.55 (0.12)
High risk group (Above 20 point)	46.0(12.0)		146.4(24.0)		21.0(6.81)		12.1(4.78)		18.2(3.23)		14.5(4.50)		20.5(3.82)	

분노표출( $t=-0.82, p=.41$ ), 분노통제( $t=-1.55, p=.12$ )는 두 집단 간에 통계적으로 유의한 차이가 나타나지 않았다<Table 4>.

#### 4. 대상자의 식이태도와 제 연구변수의 관계 분석

대상자의 식이태도는 외모에 대한 사회문화적 가치 내재화와 통계적으로 유의한 상관관계가 있었고( $r=.18, p=.004$ ), 식이태도와 체형만족도( $r=.55, p=.000$ ), 상태분노( $r=.16, p=.01$ ), 분노표현( $r=.31, p=.000$ )간에 통계적으로 유의한 상관관계가 있었다. 그러나 식이태도와 기질분노간에 통계적으로 유의한 관계가 없었다( $r=.74, p=.25$ ).

또한 외모에 대한 사회문화적 가치 내재화와 체형만족도( $r=.32, p=.000$ ), 상태분노( $r=.17, p=.008$ ), 기질분노( $r=.13, p=.03$ )간에, 체형만족도와 분노표현( $r=.19, p=.003$ ), 상태분노와 기질분노( $r=.39, p=.000$ ), 상태분노와 분노표현( $r=.32, p=.000$ ), 기질분노와 분노표현( $r=.29, p=.000$ )간에 통계적으로 유의한 차이가 있었다. 그러나 체형만족도와 상태분노( $r=.07, p=.26$ ), 체형만족도와 기질분노( $r=.04, p=.47$ ), 외모에 대한 사회문화적 가치 내재화와 분노표현( $r=.05, p=.43$ )간에는 유의한 차이가 나타나지 않았다<Table 5>.

식이태도의 세 하위 요인 즉 절식, 폭식증 및 음식에의 몰두, 섭식통제와 연구변수들의 상관관계는 <Table 5>와 같다.

절식 요인은 외모에 대한 사회문화적 가치 내재화( $r=.16, p=.009$ ), 체형만족도( $r=.64, p=.000$ ), 분노억제( $r=.16, p=.01$ ), 분노표출( $r=.12, p=.04$ ), 분노통제( $r=.13, p=.04$ )와 통계적으로 유의한 관계가 있었다. 폭식증 및 음식에의 몰두 요인은 외모에 대한 사회문화적 가치 내재화( $r=.15, p=.01$ ), 체형만족도( $r=.35, p=.000$ ), 상태분노( $r=.23, p=.000$ ), 기질분노( $r=.14, p=.02$ ), 분노억제( $r=.19, p=.003$ ), 분노표출( $r=.20, p=.002$ )과 통계적으로 유의한 관계가 있었다. 섭식통제 요인은 체형만족도( $r=-.17, p=.008$ )와 통계적으로 유의한 부적 상관관계를 보였고 분노억제( $r=.19, p=.003$ ), 분노통제( $r=.21, p=.001$ )와는 정적 상관관계를 보였다<Table 6>.

#### 5. 대상자의 식이태도에 영향을 미치는 요인

대상자의 식이태도에 영향을 미치는 설명변수를 확인하기 위해 식이태도와 유의한 상관관계를 보인 외모에 대한 사회문화적 가치 내재화, 체형만족도, 상태분노, 분노표현을 독립변인으로 하여 분석한 결과 Regression Coefficient가  $p<.05$ 에서 유의한 하계 나타난 것은 체형만족도와 분노표현 두 변수 뿐이었다. 따라서 이 두 변인만으로 단계적 다중회귀 분석한 결과 식이태도를 총 55% 설명하는 것으로 나타났으며, 이 중 체형만족도가 식이태도의 53%를 설명하고, 분노표현이 2%를

<Table 5> Correlation coefficients of the research variables

(N=247)

	Internalization	BSQ	State anger	Trait anger	Anger expression	EAT
	r(p)	r(p)	r(p)	r(p)	r(p)	r(p)
Internalization	1.00	0.32 (.000)	0.17 (.008)	0.13 (.03)	0.05 (.43)	0.18 (.004)
BSQ		1.00	0.07 (.26)	0.04 (.47)	0.19 (.003)	0.55 (.000)
State anger			1.00	0.39 (.000)	0.32 (.000)	0.16 (.01)
Trait anger				1.00	0.29 (.000)	0.74 (.25)
Anger expression					1.00	0.31 (.000)
EAT						1.00

<Table 6> Correlation between EAT subscale and other variables

(N=247)

	Internalization	BSQ	State anger	Trait anger	Anger expression		
					Anger-in	Anger-out	Anger-control
	r(p)	r(p)	r(p)	r(p)	r(p)	r(p)	r(p)
Dieting	0.16 (.009)	0.64 (.000)	0.11 (.08)	0.02 (.70)	0.16 (.01)	0.12 (.04)	0.13 (.04)
Bulimia/ food preoccupation	0.15 (.01)	0.35 (.000)	0.23 (.000)	0.14 (.02)	0.19 (.003)	0.20 (.002)	-0.03 (.61)
Oral control	0.01 (.84)	-.17 (.008)	0.01 (.76)	0.05 (.41)	0.19 (.003)	0.05 (.44)	0.21 (.001)

설명하는 것으로 나타났다<Table 7>.

<Table 7> Predictors of EAT in college women (N=247)

Predictor variables	$\beta$	R <sup>2</sup>	Cum. R <sup>2</sup>	F	p
BSQ	.73	.53	.53	255.4	0.000
Anger expression	.12	.02	.55	8.13	0.005

## 논 의

본 연구는 여대생을 대상으로 식이태도와 외모에 대한 사회문화적 가치 내재화, 체형만족도, 분노, 분노표현과의 관련성을 파악하고 이러한 요인들이 식이태도에 미치는 영향을 파악하기 위해 수행되었다.

먼저, 이상 식이태도를 보이는 것으로 판단되는 식이태도점수 20점 이상인 대상자가 전체의 12.6%를 차지하였고 식이태도 평균점수가 11.6점으로 나타났는데 이는 선행 연구결과에서 제시한 수준보다 매우 높은 것이었다. 즉 이상 섭식태도를 보인 여대생을 Lee 등(2003)은 5.93%, 평균 7.68로 보고하였고, Song과 Park(2003)은 3.4%, 평균 6.47로 보고한 바 본 연구에서 보여준 결과는 최근 여대생의 섭식문제가 급격히 증가하였고 심각한 수준에 이른 것으로 해석될 수 있다. 외국과 비교해 볼 때 Hoerr, Bokram, Lugo, Bivins와 Keast(2002)의 연구에서 보고된 10.9%보다는 높고 Prouty, Protinsky와 Canady(2002)가 보고한 17%보다는 낮은 수준이었다.

식이태도 점수 20점을 기준으로 고위험군(20점 이상)과 정상/저위험군(20점 이하)로 구분하고 제 연구변수의 차이를 분석한 결과에서는 두 집단 간에 체형만족도에서 유의한 차이가 있었는데 이것은 이상 식이태도를 보인 대상자들이 신체에 관심이 많고 자신을 비판한다고 느껴 체형에 대한 만족도가 더 낮다는 것을 의미한다. 이 결과는 섭식장애의 진단 기준을 기술한 DSM-IV에서 '체형과 체중에 의해 자기평가가 과도하게 영향을 받는다'는 항목이 포함되어 있듯이 몸매와 체중에 근거한 자기 평가와 섭식장애 발병 및 이상 섭식행동의 관련성이 매우 높은 것임을 보여주는 것이다. 본 연구결과는 선행 연구들을 지지하는 데 예를 들면, Noh(2005)은 여대생 461명을 대상으로 체형만족도와 섭식장애의 상관관계를 파악하기 위해 섭식장애 척도(Eating Disorder Inventory-2, EDI-2)를 이용하여 분석한 결과 두 변인간의 유의한 상관관계가 있음을 보고한 바 있다. 또한 Sung(2005)는 여대생 282명을 대상으로 자신의 체형에 만족하는 정도를 '만족한다', '약간 불만족한다', '매우 불만족한다'로 구분하고 이에 따른 식이태도 점수의 차이를 분석한 결과 매우 불만족한다고 응답한 대상자의 식이태도 점수가 가장 높았으며 집단 간에 유의한 차이가 있음을 보고하였다. 여대생의 섭식장애 행동에 대

한 구조방정식 모델을 제시한 Kim과 Kim(2004)은 신체상의 자기평가로서 측정된 신체만족도가 섭식장애 행동에 직접적인 영향을 미치고 있어 섭식장애에 관련된 예측 요인임을 제시하였다. 따라서 이러한 연구결과와 더불어 본 연구결과 역시 체형만족도가 식이태도의 중요한 관련 요인임을 보여주는 것이라 할 수 있다.

다음으로 식이태도와 연구변수들간의 상관성 분석에서 식이태도와 유의한 상관관계를 보인 변수는 외모에 대한 사회문화적 가치 내재화, 체형만족도, 상태분노, 분노표현으로 기질분노를 제외한 모든 변수들과 식이태도는 상관관계가 있었다. 특히 다른 요인에 비해 식이태도와 높은 상관관계를 보인 변인은 체형만족도( $r = .55, p < .000$ ), 상태분노( $r = .31, p < .000$ )였다. 본 연구에서는 외모에 대한 사회문화적 태도(Sociocultural Attitude Towards Appearance Questionnaire 3-Revised, SATAQ-3R)의 하위척도 중 내재화(Internalization)를 이용하여 식이태도와의 관련성을 파악하였는데 Lee와 Oh(2004)는 SATAQ-3R의 인식(Awareness)과 내재화 하위척도로 측정된 외모에 대한 사회문화적 태도가 체형불만족에 의해 매개하여 EAT-26을 이용한 이상 식이태도를 설명하고 EDI-2를 이용한 경우에는 직접 영향을 미친 것으로 보고하면서 사회문화적 태도의 인식과 내재화가 이상 섭식행동을 직접 설명할 수 있음을 지적하였다. 또한 Kim(2004)은 여고생 546명을 대상으로 SATAQ-3R의 인식 및 내재화 하위척도와 식이태도의 관계를 분석한 결과 외모에 대한 사회문화적 태도와 이상 식이태도 간에 유의한 상관관계가 나타나 외모관련 사회문화적 태도를 인식하고 내재화 할수록 이상 식이태도를 보인다고 하였다. Lim(2006) 역시 초등학교 여학생에서 이상 식이태도에 직접 영향을 주는 요인으로 사회문화적 태도를 제시하였다. 따라서 본 연구결과는 이러한 선행 연구결과들을 지지하며 외모에 대한 사회문화적 압력이나 영향을 받는 여성일수록 이상 식이태도 경향이 있음을 보여주는 것이다. 이에 여대생이 외모에 대한 사회문화적 가치 기준의 영향을 받아 내재화할 가능성을 감소시키고 외모에 대한 올바른 인식을 하도록 돕는 섭식장애 예방 프로그램의 마련이 필요하다고 사료된다.

본 연구에서 식이태도와 상태분노 및 분노표현의 상관관계 역시 통계적으로 유의하였으며 특히 식이태도의 하위 요인인 절식과 분노억제, 분노표출, 분노통제간에, 폭식증 및 음식에의 몰두와 상태분노, 기질분노, 분노억제, 분노표출간에, 섭식통제와 분노억제와 분노통제간에 유의한 상관관계가 있었다. Waller 등(2003)은 식이장애 환자와 정상 집단 간의 비교를 통해 폭식 증상이 있는 식이장애 환자집단은 정상 집단보다 상태분노와 분노억제 수준이 높다고 하였다. 또한 Truglia 등(2006)에 의하면 분노와 식이장애의 관계에 관한 대부분 연구들이 식욕부진 환자는 분노를 억제하거나 자신을 향해 분노

를 관리한다고 하였고 폭식 환자들은 분노감을 자주 느끼며 다른 사람이나 대상으로 분노를 발산하는 것으로 보고함에 따라 절식이나 섭식통제는 분노억제와, 폭식증 및 음식에의 몰두는 분노표출과 관련될 수 있음을 시사하는 것이어서 본 연구에서 보여준 상관성과 부분 일치한다고 볼 수 있다. Fassino 등(2003)에 따르면 폭식 장애가 있는 비만 여성 103명과 폭식장애가 없는 비만 여성 52명 그리고 정상 여성 93명을 대상으로 분노, 분노표현 유형과 식이장애와의 관계를 파악한 결과 비만한 폭식 환자 집단과 정상 집단 간에 상태분노, 기질분노, 분노억제와 분노표출에서 유의한 차이를 보였으며 폭식 장애가 있는 비만 집단은 폭식장애가 없는 비만 집단보다 기질분노와 분노표출 수준이 더 높게 나타났다. 이 연구의 결과는 폭식증 및 음식에의 몰두가 분노억제, 분노표출과 관련성을 제시한 본 연구결과와 일치된 견해라고 할 수 있다. 그러나 본 연구에서 절식이 3가지 분노표현 유형 모두와, 섭식통제가 분노억제는 물론 분노통제와도 유의한 상관관계가 있는 것으로 나타나 분노표현과 식이태도의 관계에 대해 좀 더 연구가 뒷받침되어야 할 것이다.

마지막으로 외모에 대한 사회문화적 가치 내재화, 체형 만족도, 기질분노, 상태분노, 분노표현 유형이 식이태도에 미치는 영향을 파악하기 위해 단계적 다중회귀분석을 실시한 결과 체형만족도와 분노표현이 식이태도의 55%를 설명하였다. 이 중에서 체형만족도의 설명력은 53%로 매우 높았는데 이상 식이태도를 보인 고위험군과 정상/저위험군간에 오직 체형만족도에서만 유의한 차이가 있었던 결과가 보여주듯이 이상 식이태도의 가장 중요한 예측 요인은 체형만족도임을 지적하는 것이라 할 수 있다. Kim과 Kim(2004)이 대학생을 대상으로 식이장애 예측요인을 파악한 연구에서 여대생의 경우 신체불만족도가 식이장애의 예측 요인임을 보고한 바 있어 본 연구결과를 뒷받침하고 있다. 또한 식이태도를 예측하는 요인으로 분노표현은 그 설명력이 2%였는데 분노표현 유형 즉 분노를 억제하는 경향 또는 분노를 표출하는 경향에 따라 신경성 식욕부진이나 폭식증과 같은 이상 식이태도를 보일 수 있다고 제시한 선행 연구들을 통해서 볼 때 식이태도를 예측하는 요인임을 지적할 수 있다. 아직 분노표현과 식이태도와의 관계에 대해 연구들이 많이 이뤄지지 않았고 일치된 결과를 보여주지 못하는 제한점이 있기 때문에 이에 대해 추후 규명되어야 할 것이다.

한편 외모에 대한 사회문화적 가치 내재화, 상태분노와 기질분노는 식이태도를 예측하는 요인으로 유의하지 않았다. 외모에 대한 사회문화적 가치 내재화 변수가 식이태도와 상관관계가 있음에도 불구하고 예측요인으로 유의하지 않은 것은 내재화와 체형만족도의 상관성이 유의했던 결과에 비추어 식이태도에 직접 영향하기보다 체형만족도를 매개하여 식이태도

에 영향하는 것으로 사료된다. Lee와 Oh(2004)의 연구에서도 SATAQ-3R의 인식(Awareness)과 내재화 하위척도로 측정된 외모에 대한 사회문화적 태도가 체형 만족도를 매개하여 이상 식이태도에 영향하는 것으로 제시된 바 있어 이러한 가정을 가능케 한다. 또한 상태분노와 기질분노 역시 식이태도 직접 영향하는 것이 아니라 분노표현에 영향하여 간접적으로 식이태도에 영향하는 것으로 사료된다.

따라서 여대생의 경우 자신의 체형에 불만족할수록 이상 식이태도를 보이기 때문에 여대생이 자신의 신체를 있는 그대로 받아들이도록 하여 체형에 대한 부정적인 관심을 보다 긍정적인 방향으로 변화시키는 다양한 프로그램 개발이 필요한 것으로 사료된다.

## 결론 및 제언

본 연구는 여대생의 식이태도와 외모에 대한 사회문화적 가치 내재화, 체형만족도, 기질분노, 상태분노, 분노표현의 관계를 파악하고 식이태도에 영향하는 요인을 확인한 결과 기질분노를 제외한 모든 연구변수들이 식이태도와 통계적으로 유의한 상관관계가 있는 것으로 나타났으며, 이상 식이태도를 예측하는 요인으로 체형만족도와 분노표현이 확인되었고 이중 체형만족도의 설명력이 매우 높은 것으로 나타났다.

따라서 본 연구는 최근 미의 기준과 가치관이 변화됨에 따라 마른 체형을 선호하는 사회문화적 현상을 고려하여 젊은 여성의 섭식 문제를 다룬 연구로 평가된다. 본 연구결과에 따라 인지적 접근을 통해 외모에 대한 사회문화적 태도의 내재화 수준을 낮추고 체형에 대한 올바른 인식할 수 있도록 유도하는 중재가 마련될 필요가 있다. 또한 본 연구와 선행 연구에서 제시된 다양한 측면의 변수들을 포괄적으로 포함하여 식이태도의 예측 요인을 파악하는 연구가 시도됨으로써 젊은 여성의 섭식장애 발생에 영향하는 생리적, 심리적, 사회적 측면 등 다양한 측면의 요인들을 규명하여 제시할 필요가 있다.

## References

- Becker, A. E., Burwell, R. A., Gilman, S. E., Herzog, D. B., & Hamburg, P. (2002). Eating behaviors and attitudes following prolonged exposure to television among ethnic Fijian adolescent girls. *Br J Psychiatry, 180*, 509-514.
- Fassino, S., Daga, G. A., Piero, A., Leombruni, P., & Rovera, G. G. (2001). Anger and personality in eating disorders. *J Psychosom Res, 51*(6), 757-764.
- Fassino, S., Leombruni, P., Piero, A., Abbate-Daga, G., & Giacomo Rovera, G. (2003). Mood, eating attitudes, and anger in obese women with and without Binge Eating Disorder. *J Psychosom Res, 54*(6), 559-566.



- Fava, M., Rappe, S. M., West, J., & Herzog, D. B. (1995). Anger attacks in eating disorders. *Psychiatry Res*, 56(3), 205-212.
- Geller, J., Srikameswaran, S., Cockell, S. J., & Zaitsoff, S. L. (2000). Assessment of shape- and weight-based self-esteem in adolescents. *Int J Eat Disord*, 28(3), 339-345.
- Ghaderi, A., & Scott, B. (2001). Prevalence, incidence and prospective risk factors for eating disorders. *Acta Psychiatr Scand*, 104(2), 122-130.
- Hahn, O. S., Yoo, H. J., Kim, C. Y., Lee, C., Min, B. K., & Park, I. H. (1990). The epidemiology and personality characteristics of eating disorder in Korea. *Kor J Psychopathol*, 15(4), 270-287.
- Hoerr, S. L., Bokram, R., Lugo, B., Bivins, T., & Keast, D. R. (2002). Risk for disordered eating relates to both gender and ethnicity for college students. *J Am Coll Nutr*, 21(4), 307-314.
- Kim, E. J. (2004). *The research about recognition of body shape, weight control and the factors related to the disordered eating behaviors in adolescent girls*. Unpublished master's thesis, Sungshin University, Seoul.
- Kim, K. N., & Kim, Y. H. (2004). Factors related to eating disorder behavior in university students. *J Korean Home Economics Association*, 42(2), 83-97.
- Kim, S. K., & Son, S. A. (2005). The factors which affected the eating attitude of undergraduate women. *Women Health*, 6(1), 53-70.
- Lee, J. E., & Park, H. R. (2003). Body-related attitude, self-esteem and eating attitude in undergraduate students. *J Korean Acad Psych Mental Health Nurs*, 12(4), 602-611.
- Lee, K. H., Kim, S. Y., Chun, K. J., & Han, S. K. (2003). The relationship between eating disorder and self-esteem in female college students. *Korean J Women Health Nurs*, 9(4), 390-399.
- Lee, S. L., & Oh, K. J. (2004). The effect of shape and weight based self-evaluation and body dissatisfaction on disorders eating behaviors of female university students. *Korean J Clinical Psychol*, 23(1), 91-106.
- Lim, Y. J. (2006). *Psycho-social factors related to abnormal eating attitude in elementary school students*. Unpublished master's thesis, Yonsei University, Seoul.
- Moon, J. S. (2002). *Study for the relations between the internalization and the body image of the socio-cultural attitudes according to the public self-consciousness and the appearance*. Unpublished master's thesis, Ewha Womans University, Seoul.
- Noh, Y. K. (2005). *The relationship between body shape satisfaction and eating disorder and self-esteem*. Unpublished master's thesis, Sookmyung Women's University, Seoul.
- Prouty, A. M., Protinsky, H. O., & Canady, D. (2002). College women: eating behaviors and help-seeking preferences. *Adolescence*, 37(146), 353-363.
- Schulken, E. D., Pinciario, P. J., Sawyer, R. G., Jensen, J. G., & Hoban, M. T. (1997). Sorority's women's body size perception and their weight-related attitude and behaviors. *J Am Coll Health*, 46(2), 69-74.
- Song, G. A., & Park, J. S. (2003). Eating habits, trend of disordered eating, weight reduction practice and body size evaluation of college students in Seoul. *Korean J Women Health Nurs*, 9(4), 457-466.
- Stein, K. F., & Hedger, K. M. (1997). Body weight and shape self-cognitions, emotional distress, and disordered eating in middle adolescent girls. *Arch Psychiatr Nurs*, 11(5), 264-275.
- Stice, E., & Shaw, H. E. (2002). Role of body dissatisfaction in the onset and maintenance of eating pathology: a synthesis of research findings. *Psychosom Res*, 53(5), 985-993.
- Striegel-Moore, R. H., Silberstein, L. R., & Rodin, J. (1986). Toward an understanding of risk factors for bulimia. *Am Psychol*, 41(3), 246-263.
- Sung, M. H. (2005). Factors influencing eating disorders of college women. *J Korean Soc School Health*, 18(1), 71-82.
- 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.
- Thompson, J. K., & Stice, E. (2001). Thin-ideal internalization: Mounting evidence for a new risk factor for body-image disturbance and eating pathology. *Curr Dir Psychol Sci*, 10(5), 181-183.
- Thompson, J. K., van den Berg, P., Roehrig, M., Guarda, A. S., & Heinberg, L. J. (2004). The sociocultural attitudes towards appearance scale-3 (SATAQ-3): development and validation. *Int J Eat Disord*, 35(3), 293-304.
- Truglia, E., Mannucci, E., Lassi, S., Rotella, C. M., Faravelli, C., & Ricca, V. (2006). Aggressiveness, anger and eating disorders: a review. *Psychopathology*, 39(2), 55-68.
- Van den Berg, P., Wertheim, E. H., Thompson, J. K., & Paxton, S. J. (2002). Development of body image, eating disturbance, and general psychological functioning in adolescent females: a replication using covariance structure modeling in an Australian sample. *Int J Eat Disord*, 32(1), 46-51.
- Waller, G., Babbs, M., Milligan, R., Meyer, C., Ohanian, V., & Leung, N. (2003). Anger and core beliefs in the eating disorder. *Int J Eat Disord*, 34(1), 118-124.