

## 젊은 성인에서 신체 불만족과 분노 반응 사이의 불안과 우울의 매개 효과

안소현<sup>1,2</sup> · 지현승<sup>1,2</sup>

<sup>1</sup>충남대학교 의과대학 정신과학교실, <sup>2</sup>충남대학교 뇌과학 연구소

### The Mediation Effect of Anxiety and Depression Between Body Dissatisfaction and Anger Reaction in Young Adults

So-Hyun Ahn<sup>1,2</sup> and Hyun-Seung Chee<sup>1,2</sup>

<sup>1</sup>Department of Psychiatry, College of Medicine, Chungnam National University, Daejeon,

<sup>2</sup>Institute of Brain Research, Chungnam National University, Daejeon, Korea

#### ABSTRACT

**Objective :** This study aimed to identify the factors that predict anger reaction as well as investigate the mediation effect of anxiety and depression between body dissatisfaction and anger reaction.

**Methods :** A sample of 467 young adults completed Body Shape Questionnaire-8B, Eating Disorder Inventory-2-Drive for Thinness, Beck Depression Inventory, State-Trait Anxiety Inventory, and Reaction Inventory to Measure to Anger.

**Results :** The factors that were examined for their potential ability to predict anger reaction were drive for thinness and trait anxiety. Regarding the mediation effect of anxiety and depression between body dissatisfaction and anger reaction were found to be significant, and in terms of the direct effect, depression had no indirect effect, while trait anxiety had an indirect effect.

**Conclusion :** The findings show that body dissatisfaction can cause anger reaction either directly or indirectly through trait anxiety, and there is a need for future research targeting various clinical groups. (Anxiety and Mood 2024;20(2):41-48)

KEYWORDS : Body dissatisfaction; Anger reaction; Anxiety; Depression; Mediation effect.

## 서 론

신체 불만족은 개인이 인지하는 실제 체형과 원하는 이상적인 체형 사이의 불일치로 인해 자신의 신체에 대한 부정적인 평가로 정의된다.<sup>1</sup> 그래서 사람들은 더 아름답고 매력적으로 보이려고 노력하는데,<sup>2</sup> 신체 불만족은 일반인에서 70%~80%에 이를 정도로 많고 특히 젊은 여성에서 많이 볼 수 있다.<sup>3</sup> 지나치게 자신의 외모에 집착하여 자신의 신체에 대하여 만족하지 못하게 되면 결과적으로 신체적으로나 심리적으로 건강상의 부정적인 결과를 초래하여 자존심과 정서적 그리고 사회

적 기능을 감소시키고<sup>4</sup> 전반적인 건강<sup>5</sup>에 좋지 않은 영향을 주게 된다.

이렇듯 실제와 이상적인 신체 만족도의 차이가 불안과 우울 같은 부정적인 감정과 관련이 높고 감정조절에도 어려움을 초래하는데 부정적인 감정과 감정조절의 어려움이 신체 불만족을 증가시키는 위험 요소로 작용하기도 한다.<sup>6,7</sup> 불안과 우울 같은 부정적인 감정과 신체 불만족 간의 관련성에 대한 연구는 많이 있지만, 신체 불만족과의 감정 조절의 어려움인 분노와 관계에 대한 연구는 아직 많지는 않다.<sup>8</sup>

외모와 신체 불만족이 있는 사람은 일반인에서보다 우울, 불안, 분노-적개심 그리고 신체 증상이 높은 수준으로 나타나고, 그 중 우울, 불안 및 분노-적개심은 정신질환자보다도 더 심하다는 보고가 있다.<sup>9</sup> 신체 불만족이 심한 경우 자신의 외모에 대한 문제점을 가지고 있다는 좌절감, 더 이상 호전되지 않고 악화되며, 남들로부터 조롱받고 거절당한다는 생각으로 인하여 분노가 생기는 경우가 많다. 그 결과 폭력적인 감정

Received : April 16, 2024 / Revised : June 6, 2024

Accepted : June 6, 2024

#### Address for correspondence

Hyun-Seung Chee, M.D., Ph.D., Department of Psychiatry, College of Medicine, Chungnam National University, 266 Munhwa-ro, Jung-gu, Daejeon, Korea  
Tel : +82-42-280-8291, Fax : +82-42-280-7886  
E-mail : ischee@cnu.ac.kr

폭발이 초래되기도 하고 심한 경우 자살에 이르게 되는 등 사회적 문제를 야기할 수 있다.<sup>10</sup>

그러나 국내에서는 이에 대한 연구가 많지 않다. 저자들은 젊은 성인에서 신체 불만족과 분노 반응과의 관계를 알아보고 불안과 우울의 매개 효과에 대하여 알아보기 위하여 본 연구를 시행하였다.

## 대상 및 방법

### 연구 대상

본 연구는 Kim 등<sup>11</sup>과 Lee 등<sup>12</sup>의 연구의 후속 연구로 이 연구에 참여한 참가자들의 자료를 재분석한 것으로 심의 문제 대상에 해당한다(충남대학병원 IRB No: 2014-06-018). 참가자는 만 19세 이상의 건강한 성인을 대상으로 하였고, 인터넷과 홍보를 통하여 모집하였다. 정신질환으로 진단받은 경우와 임상적으로 유의한 내외과적 질환이 있는 경우는 제외하였다. 분석에 포함된 참가자는 총 467명이다.

### 측정도구

단축형 체형만족도 검사(Body Shape Questionnaire-8B, BSQ-8B)

체형 만족도 설문지는 “feeling fat”의 현상학적 경험을 바탕으로 한 총 34개의 질문에 대해 “전혀 그렇지 않다.”(never)부터 “항상 그렇다.”(always)까지의 총 6점으로 된 설문지이다. 점수가 높을수록 자신의 신체에 대한 관심이 크고 비만한 느낌을 더 많이 경험하는 것을 반영하며 전반적인 체형 만족도가 낮음을 의미한다. 본 연구에서는 Lee 등<sup>12</sup>이 BSQ 원판과 7개의 단축형을 분석하여 우리나라 성인에서 신체 불만족을 평가하는데 가장 유용한 도구라고 보고한 한국판 단축형 체형 만족도(K-BSQ-8B)를 사용하였다. 본 연구의 Cronbach’s  $\alpha$ 는 0.861이었다.

섭식장애검사(Eating Disorder Inventory-2)

섭식장애검사는 Garner 등<sup>13</sup>이 섭식장애와 관련된 행동 및 태도를 평가하기 위해 개발한 자가보고형 척도이다. 본 연구에서는 Lee<sup>14</sup>가 변안한 EDI-2 단축형을 시행하였는데, EDI-2는 총 23문항으로, 날씬하고자 하는 욕구 7문항, 체형에 대한 불만 9문항, 폭식 7문항의 3가지 하위척도로 구성되어 있다. 이 중 본 연구는 날씬하고자 하는 욕구에 대한 하위척도(Eating Disorder Inventory-2-Drive for Thinness, EDI-DT)를 이용하였다. 본 연구의 Cronbach’s  $\alpha$ 는 0.913이었다.

한국판 Beck 우울증 척도(Beck Depression Inventory; Korean version, BDI)

Beck 우울증 척도(Beck Depression Inventory; Korean version)는 Beck 등<sup>15</sup>이 처음 개발하여 만족스러운 타당도를 지니는 신뢰성 있는 도구로 가장 널리 사용되는 질문지 중 하나로 한국에서는 Lee와 Song<sup>16</sup>이 이를 번역하여 한국판 BDI를 개발하였다. 총 21문항으로 구성되고 각 문항은 증상의 심한 정도에 따라 0에서 3점으로 평가되었으며 총 점수는 0에서 63점 사이에 분포하게 하였고 점수가 높을수록 더욱 우울 성향이 높은 것으로 평가된다. 본 연구의 Cronbach’s  $\alpha$ 는 0.816이었다.

한국판 상태-특성 불안 척도

(State-Trait Anxiety Inventory, STAI)

상태-특성 불안 척도는 Spielberger 등<sup>17</sup>이 상태 불안과 특성 불안을 평가하기 위하여 개발한 것으로 전체 40개의 문항으로 구성되어 있는데, 상태 불안 20문항(X-1 Type), 특성 불안 20문항(X-2 Type)으로 구성되어 있다. 본 연구에서는 Kim과 Shin<sup>18</sup>이 개발한 한국판 상태-특성 불안 척도를 사용하였다. 본 연구에서 상태불안의 Cronbach’s  $\alpha$ 는 0.920, 특성불안의 Cronbach’s  $\alpha$ 는 0.910이었다.

한국판 분노 반응 척도(Reaction Inventory to Measure to Anger, RI)

분노 반응척도는 Evans와 Stangeland<sup>19</sup>가 고안한 76문항의 척도로, 각 항목에 대하여 얼마나 화가 나는 지를 5점 척도로 표시하는데, 각 척도는 “1=전혀 그렇지 않다”, “2=약간 그렇다”, “3=보통이다”, “4=상당히 그렇다”, “5=매우 심하게 그렇다”로 구성되어 있다. 따라서 얻을 수 있는 가장 낮은 점수는 76점이며, 가장 높은 점수는 380점이다. 점수가 높을수록 강한 분노 성향을 시사한다. 본 연구에서는 Cho 등<sup>20</sup>이 표준화한 23개 항목으로 구성된 한국판 분노 반응 검사를 이용하였다. 본 연구의 Cronbach’s  $\alpha$ 는 0.917이었다.

### 분석방법

인구사회 특성과 각 척도에 대한 기술통계를 시행하였다. 체질량지수 날씬하고자 하는 욕구, 우울 불안, 분노반응, 신체 불만족간의 상관 관계를 알아보기 위하여 상관분석을 시행하였다. 그리고 분노 반응을 예측할 수 있는 요인을 확인하기 위하여 분노 반응을 종속변수로 체질량지수, 날씬하고자 하는 욕구, 우울, 상태 불안, 특성 불안, 분노반응, 신체 불만족을 독립변수로 하여 단계적 회귀분석(stepwise linear regression)을 시행하였으며, SPSS 버전 26 (IBM Corp, Armonk,

NY, USA)을 이용하였다. 또한 신체 불만족이 분노 반응에 미치는 영향과 불안과 우울의 매개 효과는 Jamovi 2.3.2821의 GLM Mediation Model을 이용하였다.

## 결 과

### 기술통계와 상관관계

전체 참여자는 총 467명으로 남자가 96명(20.6%), 여자가 371명(79.4%)이었다. 남녀 간의 연령은 차이가 없었고 신체 불만족(BSQ-8B)과 날씬하고자 하는 욕구(Eating Disorder Inventory-Drive for Thinness, EDI-DT), 우울(BDI) 그리고 분노 반응(RI)은 여자에서 더 높았고, 체질량지수(Body mass index, BMI)와 상태 불안(SA)은 남자에서 더 높았다. 특성 불안(TA)은 남녀 간 차이가 없었다(Table 1).

전체 참여자에서 신체 불만족은 상태 불안( $r=-0.001$ ,  $p=0.983$ )을 제외하고는 체질량지수( $r=0.252$ ,  $p<0.001$ ), 날씬하고자 하는 욕구( $r=0.715$ ,  $p<0.001$ ), 우울( $r=0.245$ ,  $p<0.001$ ), 특성 불안( $r=0.133$ ,  $p=0.004$ ), 분노 반응( $r=0.208$ ,  $p<0.001$ )과 정적인 상관관계가 있었다. 분노 반응은 날씬하고자 하는 욕구( $r=0.273$ ,  $p<0.001$ )와 우울( $r=0.151$ ,  $p<0.01$ ) 그리고 특성 분노( $r=0.236$ ,  $p<0.001$ )와 정적인 상관관계가 있었다. 성별에 따라 살펴보면, 남자에서는 신체 불만족은 체질량지수( $r=0.522$ ,  $p<0.001$ ), 날씬하고자 하는 욕구( $r=0.702$ ,  $p<0.001$ ), 분노 반응( $r=0.217$ ,  $p<0.05$ )과 정적인 상관관계가 있었고, 분노 반응은 날씬하고자 하는 욕구( $r=0.288$ ,  $p<0.01$ )와 우울( $r=0.250$ ,  $p<0.05$ ), TA ( $r=0.300$ ,  $p<0.01$ )와 정적인 상관관계가 있었다. 여자에서 신체 불만족은 체질량지수( $r=0.342$ ,  $p<0.001$ ), 날씬하고자 하는 욕구( $r=0.699$ ,  $p<0.001$ ), 우울( $r=0.246$ ,  $p<0.001$ ), 특성 분노( $r=0.176$ ,  $p<0.001$ ) 분노 반응( $r=0.172$ ,  $p<0.001$ )과 정적인 상관관계가 있었고, 분노 반응은 날씬하고자 하는 욕

구( $r=0.238$ ,  $p<0.001$ )와 특성 불안( $r=0.221$ ,  $p<0.001$ )와 정적인 상관관계가 있었다(Table 2).

### 분노 반응을 예측할 수 있는 요인

전체 참여자에서 분노반응을 예측할 수 있는 요인을 알아보기 위하여 단계적 회귀분석 결과,  $F=27.818$  ( $p=0.000$ )으로 회귀모형은 적합하였고, adj.은 0.108로 10.8%의 설명력을 나타냈다. 분노 반응에 영향을 미치는 요인은 날씬하고자 하는 욕구와 특성 불안이었다. 날씬하고자 하는 욕구는  $B=0.490$  ( $p=0.000$ )으로 분노 반응에 유의한 영향을 미치는데 날씬하고자 하는 욕구가 1 증가하면 분노 반응이 0.490만큼 높아진다고 할 수 있다. 또한 특성 불안도  $B=0.396$  ( $p=0.000$ )으로 분노 반응에 유의한 영향을 미치는데, 특성 불안이 1 증가하면 분노 반응이 0.396 높아진다고 할 수 있다. 날씬하고자 하는 욕구와 특성 불안 중 분노 반응에 더 많은 영향을 미치는 것은 무엇인지 알아보기 위하여  $\beta$  값을 비교해 본 결과, 날씬하고자 하는 욕구  $\beta=0.246$ , 특성불안  $\beta=0.196$ 으로 날씬하고자 하는 욕구가 특성 불안보다 분노 반응에 더 큰 영향을 준다고 할 수 있다. 남자에서 분노 반응에 영향을 미치는 요인은 날씬하고자 하는 욕구( $B=0.632$ ,  $\beta=0.271$ ,  $p=0.009$ )와 우울( $B=0.373$ ,  $p=0.039$ ,  $\beta=0.214$ )이었고, 여자에서는 날씬하고자 하는 욕구( $B=0.426$ ,  $p=0.000$ ,  $\beta=0.214$ )와 특성 불안( $B=0.397$ ,  $p=0.000$ ,  $\beta=0.196$ )이 분노 반응에 영향을 주는 것으로 나타났고, 남녀 모두에서 날씬하고자 하는 욕구가 분노 반응에 더 큰 영향을 주는 것으로 나타났다(Table3).

### 신체 불만족과 분노 반응 사이의 불안과 우울의 매개 효과

전체 참여자에서 신체 불만족과 분노 반응 간의 직접 효과는 0.2866 ( $p<0.001$ )로 유의하였고, 전체 효과는 0.3484 ( $p<0.001$ )로 유의하였다. 간접 효과를 살펴보면 우울은 간접효과

**Table 1.** Demographic characteristics

	Total (n=467)	Male (n=96, 20.6%)	Female (n=371, 79.4%)	t	p
Age	27.43±8.80	26.75±3.90	27.60±9.67	0.844	0.399
Weight	57.12±10.46	71.08±10.11	53.51±6.92	-19.975	<0.001
Height	164.07±7.32	174.52±5.15	161.37±5.00	22.820	0.001
BMI	21.13±2.80	23.32±2.94	20.56±2.47	-9.369	<0.001
BSQ-8B	20.44±8.16	16.99±7.14	21.33±8.17	4.756	<0.001
EDI-DT	16.18±6.85	12.40±5.71	17.11±6.79	6.008	<0.001
BDI	9.19±7.07	7.05±7.54	9.75±6.84	3.370	<0.001
SA	43.48±6.09	45.51±6.16	42.95±5.97	-3.716	<0.001
TA	44.98±6.65	44.88±6.76	45.01±6.63	0.175	0.862
RI	69.67±13.66	65.39±13.44	70.78±13.51	3.492	<0.001

BMI, Body Mass Index; BSQ-8B, Body Shape Questionnaire-8B; EDI-DT, Eating Disorder Inventory-Drive for Thinness; BDI, Beck Depression Inventory; SA, State Anxiety; TA, Trait Anxiety; RI, Reaction inventory to measure to anger

**Table 2.** Correlation of variables

	BMI	EDI-T	BDI	SA	TA	RI	BSQ-8B
<b>Total</b>							
BMI	1						
EDI-DT	0.118*	1					
BDI	-0.018	0.222***	1				
SA	0.056	-0.041	-0.063	1			
TA	-0.089	0.136**	0.330***	0.553***	1		
RI	-0.020	0.273***	0.151**	0.041	0.236***	1	
BSQ-8Q	0.252***	0.715***	0.245***	-0.001	0.133**	0.208***	1
<b>Male</b>							
BMI	1						
EDI-DT	0.450**	1					
BDI	-0.050	0.082	1				
SA	-0.034	0.108	0.083	1			
TA	-0.254*	0.234*	0.342***	0.551***	1		
RI	0.119	0.288**	0.250*	-0.042	0.300**	1	
BSQ-8Q	0.522**	0.702***	0.119	0.027	-0.047	0.217*	1
<b>Female</b>							
BMI	1						
EDI-DT	0.211***	1					
BDI	0.082	0.217***	1				
SA	-0.007	-0.015	-0.073	1			
TA	-0.044	0.122*	0.330***	0.565***	1		
RI	0.027	0.238***	0.095	0.100	0.221***	1	
BSQ-8Q	0.342***	0.699***	0.246***	0.039	0.176***	0.172***	1

\*p < 0.05; \*\*p < 0.01; \*\*\*p < 0.001. BMI, Body Mass Index; BSQ-8B, Body Shape Questionnaire-8B; EDI-DT, Eating Disorder Inventory-Drive for Thinness; BDI, Beck Depression Inventory; SA, State Anxiety; TA, Trait Anxiety; RI, reaction inventory to measure to anger

가 없었고(0.0177, p=0.398), 특성 불안은 간접효과가 있었다(0.0442, p=0.032) (Table 4, Figure 1). 남자에서 신체 불만족과 분노 반응 간의 직접 효과는 0.4017 (p=0.024)로 유의하였고, 전체 효과는 0.4084 (p=0.030)로 유의하였다. 그러나 우울(0.0299, p=0.379)과 특성 불안(-0.0233, p=0.650)은 간접효과가 없었다. 여자에서는 신체 불만족과 분노 반응 간의 직접 효과는 0.22880 (p=0.008)로 유의하였고, 전체 효과는 0.28465 (p<0.001)로 유의하였다. 간접 효과를 살펴보면 우울은 간접 효과가 없었고(-0.00177, p=0.936), 특성 불안은 간접효과가 있었다(0.05762, p=0.012) (Table 4).

## 고찰

본 연구는 젊은 성인에서 신체 불만족과 분노 반응 사이의 불안과 우울의 매개 효과에 대하여 알아보고자 하였다. 남녀 간의 비교에서 신체 불만족(BSQ-8B)과 날씬하고자 하는 욕구(EDI-DT) 그리고 우울(BDI)과 분노 반응(RI)은 여자에서 더 높았고, 체질량지수(BMI)와 상태 불안(SA)은 남자에서 더

높았으며, 특성 불안(TA)은 차이가 없었다. 신체 불만족과 다른 변수들 간의 상관관계에서는 상태 불만을 제외하고 체질량지수, 날씬하고자 하는 욕구, 우울, 특성 불안, 그리고 분노 반응이 정적인 상관관계가 있었다.

여자에서 신체 불만족과 날씬하고자 하는 욕구가 더 높고 체질량지수는 남자에서 더 높은 것은 여자는 날씬함(thinness)을 아름다움(beauty)과 성공(success)으로 생각하는 경향이 더 크고,<sup>22</sup> 남자는 날씬함보다는 근육질의 이상형(muscular ideal)을 신체 만족도로 생각하는 것<sup>23</sup>과 일치한다고 볼 수 있다. 또한 신체 불만족은 불안과 우울과 관련이 매우 높는데 그 동안의 신체불만족에 대한 연구가 주로 여자를 대상으로 한 연구가 많았기에,<sup>24</sup> 여자에서의 신체 불만족과 불안 그리고 우울과의 관련성은 널리 알려져 왔고 신체불만족과 관련된 불안과 우울이 남자보다 여자에서 더 높다.<sup>25,26</sup> 본 연구에서도 여자에서는 신체 불만족이 우울과 특성 불안과는 상관이 있는 것으로 나타났으나 남자에서는 관련이 없었다. 그동안의 연구가 남자를 대상으로 한 연구가 적어서 잘 알려지지 않았기 때문일 수도 있기 때문인데 최근에는 남자에서도 신체

**Table 3.** Stepwise regression analysis to evaluate predictive factors for RI

	Unstandardized coefficients		Standardized coefficients	t, p	TOL	VIF
	B	SE	$\beta$			
<b>Total</b>						
(constant)	43.981	4.237		10.380, p=0.000		
EDI-DT	0.490	0.090	0.246	5.450, p=0.000	0.982	1.019
TA	0.396	0.092	0.195	4.307, p=0.000	0.982	1.019
F, p				27.818, p=0.000		
adj.R <sup>2</sup>				0.108		
Durbin-Watson				1.840		
<b>Male</b>						
(constant)	55.339	3.382		16.361, p=0.000		
EDI-DT	0.632	0.237	0.271	2.665, p=0.009	0.993	1.007
BDI	0.373	0.177	0.214	2.102, p=0.039	0.993	1.007
F, p				6.261, p=0.003		
adj.R <sup>2</sup>				0.108		
Durbin-Watson				1.692		
<b>Female</b>						
(constant)	45.516	4.801		9.480, p=0.000		
EDI-DT	0.426	0.101	0.214	4.203, p=0.000	0.985	1.015
TA	0.397	0.103	0.196	3.848, p=0.000	0.985	1.015
F, p				18.478, p=0.000		
adj.R <sup>2</sup>				0.089		
Durbin-Watson				1.948		

RI, Reaction inventory to measure to anger; EDI-DT, Eating Disorder Inventory-Drive for Thinness; TA, Trait Anxiety

불만족과 불안과 우울이 관련이 많다는 보고가 많다.<sup>27</sup>

Dakanalis 등<sup>28</sup>은 불안이 남자에서 불만족과 식이 장애 사이의 이미 존재하는 정신병리를 더 강화시키는 역할을 하기도 하는데, 특히 젊은 남자에서는 낮은 자존심과도 관련이 있다고 하였고,<sup>29</sup> Czeglédi 등<sup>30</sup>은 불안이 젊은 남자에서 신체 불만족과 관련이 있는데 근육질에 대한 만족도가 적을수록 자존감의 감소로 이어지고 그 결과 상태 불안이 높아진다고 하였다. 남자에서 신체 불만족과 우울과도 관련이 있는데 신체 불만족이 없는 경우는 우울감을 호소하지 않으나 신체 만족이 높은 경우는 우울감을 보인다고 하며,<sup>31</sup> Gillen은 자신의 신체상에 긍정적인 남자는 우울 정도나 식이장애, 근육질에 대한 욕구도 낮고 자존감도 높다고 하였다.<sup>32</sup>

신체 불만족과 분노와 관련된 연구는 많지 않는데 과제중인 청소년에서도 신체 만족도가 높으면 불안과 우울 그리고 분노는 적고 자존감이 높다고 하며,<sup>33</sup> 젊은 여자에서 충동 조절의 어려움이 분노를 증가시켜 신체 불만족으로 이어지게 한다는 보고가 있다.<sup>34</sup> 분노는 개인의 공격성 위험을 조절하며 신체 불만족의 발달에도 중요한 역할을 할 수 있는 것으로 보고되는데 특히 분노가 식이장애의 증상을 증가시키고 예측하는 요인으로 작용하여, 분노 조절이 식이장애의 치료에 중요

한 요인으로 작용한다고 한다.<sup>35</sup>

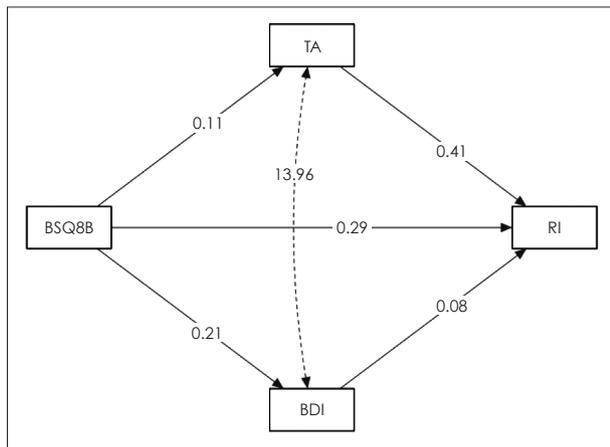
본 연구에서는 전체 참여자나 여자에서 신체 불만족과 분노 반응 사이의 불안과 우울의 매개 효과에서는 상태 불안과 우울은 매개 효과가 없었으나, 특성 불안은 매개 효과가 있었고, 남자에서는 우울과 특성 불안의 매개 효과가 없었다. 신체 불만족과 분노 반응 사이의 불안과 우울의 매개 효과에 대한 연구가 없어 직접적인 비교는 할 수는 없었지만, 신체 불만족과 관련된 연구가 주로 식이장애와의 관련성에서 불안과 우울의 매개 효과에 대한 연구는 많이 있는데, 주로 우울이 매개 효과가 있는 것으로 보고되고 있다.<sup>36-38</sup>

그러나 상태 불안이 매개 효과를 보인 경우도 있었는데, 신경성 식욕부진증 환자에서 환자의 감정적인 기질(affective temperamental traits)과 날씬하고자 하는 욕구와 신체 불만족 사이의 불안과 우울의 매개 효과에 대한 연구에서 기분 항진성 기질(hyperthymic temperament)만이 날씬하고자 하는 욕구와 신체 불만족에 대하여 전체 효과(total effect)가 있었는데, 직접 효과에서는 불안 기질(anxious temperament)만이 날씬하고자 하는 욕구에 직접적인 효과가 있다고 하였다. 간접효과에서는 불안과 우울은 매개 효과가 있었는데 특성 불안, 상태 불안, 우울 증상의 효과를 보면 특성 불안은 매개 효과가 없었

**Table 4.** Results of the meditation analysis

Type	Effect	Estimate	SE	Indirect and total effects		$\beta$	z	p
				95% C.I. (a)				
				Lower	Upper			
<b>Total</b>								
Indirect	BSQ-8Q⇒BDI⇒RI	0.0177	0.0209	-0.0228	0.0591	0.0105	0.845	0.398
	BSQ-8B⇒TA⇒RI	0.0442	0.0206	0.0026	0.0832	0.0264	2.146	0.032
Component	BSQ-8B⇒BDI	0.2127	0.0382	0.1371	0.2869	0.2455	5.566	<0.001
	BDI⇒RI	0.0830	0.0965	-0.1036	0.2746	0.0429	0.860	0.390
	BSQ-8B⇒TA	0.1082	0.0404	0.0270	0.1855	0.1326	2.675	0.007
Direct	TA⇒RI	0.4082	0.1075	0.1936	0.6149	0.1989	3.798	<0.001
	BSQ-8Q⇒RI	0.2866	0.0782	0.1314	0.4379	0.1712	3.665	<0.001
Total	BSQ-8Q⇒RI	0.3484	0.0818	0.1926	0.5131	0.2081	4.262	<0.001
<b>Male</b>								
Indirect	BSQ-8Q⇒BDI⇒RI	0.0299	0.0340	-0.0368	0.0966	0.0159	0.879	0.379
	BSQ-8B⇒TA⇒RI	-0.0233	0.0514	-0.1240	0.0774	-0.0124	-0.453	0.650
Component	BSQ-8B⇒BDI	0.1252	0.1070	-0.0845	0.3350	0.1186	1.170	0.242
	BDI⇒RI	0.2390	0.1793	-0.1124	0.5904	0.1342	1.333	0.183
	BSQ-8B⇒TA	-0.0444	0.0965	-0.2335	0.1447	-0.0469	-0.460	0.645
Direct	TA⇒RI	0.5246	0.1989	0.1348	0.9144	0.2639	2.638	0.008
	BSQ-8Q⇒RI	0.4017	0.1781	0.0527	0.7508	0.2136	2.256	0.024
Total	BSQ-8Q⇒RI	0.4084	0.1884	0.0391	0.7776	0.2171	2.168	0.030
<b>Female</b>								
Indirect	BSQ-8Q⇒BDI⇒RI	-0.0018	0.0221	-0.0451	0.0415	-0.0011	-0.080	0.936
	BSQ-8B⇒TA⇒RI	0.0576	0.0228	0.0129	0.1024	0.0349	2.523	0.012
Component	BSQ-8B⇒BDI	0.2061	0.0421	0.1236	0.2887	0.24625	4.894	<0.001
	BDI⇒RI	-0.0086	0.1071	-0.2185	0.2014	-0.0044	-0.080	0.936
	BSQ-8B⇒TA	0.1426	0.0415	0.0613	0.2239	0.1757	3.437	<0.001
Direct	TA⇒RI	0.4041	0.1088	0.1909	0.6173	0.1984	3.716	<0.001
	BSQ-8Q⇒RI	0.2288	0.0860	0.0603	0.3973	0.1384	2.662	0.008
Total	BSQ-8Q⇒RI	0.2847	0.0846	0.1187	0.4505	0.1722	3.363	<0.001

BSQ-8B, Body Shape Questionnaire-8B; BDI, Beck Depression Inventory; TA, Trait Anxiety; RI, reaction inventory to measure to anger



**Figure 1.** Mediation effect of TA on the relationship between BSQ and RI in total participants. BSQ-8B, Body Shape Questionnaire-8B; BDI, Beck Depression Inventory; TA, Trait Anxiety; RI, Reaction inventory to measure to anger.

고 우울 증상은 기분 향진성 기질과 날씬하고자 하는 욕구 사이만 매개하는 것으로 나타났고 상태 불안만이 모든 기질과 날씬하고자 하는 욕구 사이를 매개하는 것으로 나타났다.<sup>39</sup>

최근 신체 불만족에 대한 연구가 점점 다양화되고 있는데, 대표적인 것이 중독(addiction)과 관련된 연구가 많아지고 있다. 문제적 인터넷 사용(problematic internet use)을 대상으로 하는 연구에서 신체 만족도가 높은 경우 자존감이나 불안은 문제적 인터넷 사용에 직접적인 영향을 미치지 않는으나, 자존감-우울증을 매개로 영향을 미친다고하며,<sup>40</sup> 신체 불만족이 스마트폰 중독에 직접적인 영향을 줄 뿐만 아니라, 성격특성(신경증, 개방성, 성실성)<sup>41</sup>이나 침투적 이미지(intrusive imagery)와 부정적인 평가에 대한 두려움(fear of negative evaluation)<sup>42</sup>을 매개로 스마트폰 중독에 영향을 미친다는 연구<sup>43</sup>도 있다. 또한 신체 만족도와 사회망 사용(social network

addiction) 사이에 외모에 대한 압박감(awareness of appearance pressure)과 이상적인 날씬함에 대한 내면화(internalization of the thin ideal)가 매개 효과가 있고,<sup>44</sup> 신체 만족도와 음식 중독(food addiction)과의 사이에서 섭식 기대(eating expectancies)가 매개 효과가 있다는 보고<sup>45</sup> 등이 있다.

본 연구 결과 신체 불만족이 분노 반응에 직접적으로 영향을 줄 뿐만 아니라 특성 불안을 매개로 하여 분노 반응에 영향을 줄 수 있다는 것을 알 수 있었다. 최근 신체 불만족에 대한 관심이 높아지면서 연구 대상의 폭도 넓어지고 있으며 향후 다양한 임상군을 포함한 연구가 필요한데, 본 연구는 단면(cross-sectional)연구로 인하여 변수 간의 인과 관계를 추론할 수 없기에 종단적인(longitudinal)연구를 통한 신체 불만족과 분노 반응 사이의 인과적 특성을 확인할 수 있는 연구가 필요하다.

## 결론

본 연구에서는 신체 불만족이 분노 반응에 미치는 영향을 알아보고 신체 불만족과 분노 반응과 관련이 있는 우울과 불안의 매개 효과에 대하여 알아보고자 하였다. 날씬해지고자 하는 욕구와 상태 불안이 분노 반응을 예측할 수 있는 요인이었고, 신체 불만족이 분노 반응에 직접적인 영향을 주고 우울은 매개 효과가 없었고, 특성 불안이 매개 효과가 있는 것으로 나타났다. 향후 다양한 임상군을 대상으로 한 연구가 필요하다.

**중심 단어 :** 신체불만족; 분노반응; 불안; 우울; 매개효과.

## REFERENCES

- Hosseini SA, Padhy RK. Body image distortion. StatPearls. Treasure Island, FL: StatPearls Publishing;2023.
- Yarosh DB. Perception and deception: human beauty and the brain. Behav Sci 2019;9:34.
- Fiske L, Fallon EA, Blissmer B, Redding CA. Prevalence of body dissatisfaction among United States adults: review and recommendations for future research. Eat Behav 2014;15:357-365.
- Lantz EL, Gaspar ME, DiTore R, Piers AD, Schaumberg K. Conceptualizing body dissatisfaction in eating disorders within a self-discrepancy framework: a review of evidence. Eat Weight Disord 2018;23:275-291.
- Eck KM, Quick V, Byrd-Bredbenner C. Body dissatisfaction, eating styles, weight related behaviors, and health among young women in the United States. Nutrients 2022;14:3876.
- Brytek-Matera A. Body attitudes and self-representation in women with eating disorders. Research based on Edward Tory Higgins' self-discrepancy theory. Psychiatria Polska 2011;45:671-682.
- Mason TB, Smith KE, Engwall A, Lass A, Mead M, Sorby M, et al. Self-discrepancy theory as a transdiagnostic framework: a meta-analysis of self-discrepancy and psychopathology. Psychol Bull 2019;145:372-389.
- Momeñe J, Estévez A, Herrero M, Griffiths MD, Olave L, Iruarrizaga I. Emotional regulation and body dissatisfaction: the mediating role of anger in young adult women. Front Psychiatry 2023;14:1221513.
- Phillips KA, Siniscalchi JM, McElroy SL. Depression, anxiety, anger, and somatic symptoms in patients with body dysmorphic disorder. Psychiatr Q 2004;75:309-320.
- Phillips KA. The broken mirror: understanding and treating body dysmorphic disorder. New York: Oxford university press;1996.
- Kim TS, Chee IS. The reliability and validity of the Korean version of the Body Shape Questionnaire. Anxiety and Mood 2018;14:36-43.
- Lee JH, Chee IS. The reliability and validity of the Korean short version of body shape questionnaire. J Korean Soc Biol Ther Psychiatry 2016;22:180-186.
- Garner DM. The eating disorder inventory-2: professional manual. Florida: Psychological Assessment Resources;1991.
- Lee IS. Eating and dieting style of college women. Korean J Clin Psychology 1997;16:87-100.
- Beck AT, Ward CH, Mendelsohn M, Mock J, Erbaugh J. An inventory for measuring depression. Arch Gen Psychiatry 1961;4:561-571.
- Lee YH, Song JY. A study of the reliability and the validity of the BDI, SDS, and MMPI-D scales. Kor J Clin Psychol 1991;10:98-113.
- Spielberger CD, Gorsuch RL, Lushene RE. Manual for the state-trait anxiety inventory. Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press;1970.
- Kim JT, Shin DK. A study based on the standardization of the STAI for Korea. New Medical Journal 1978;21:69-75.
- Evans DR, Stangeland M. Development of the reaction inventory to measure anger. Psychol Rep 1971;29:412-414.
- Cho YW, Kim JL, Kim SY, Wang SK, Chee IS. A Standardization of the Korean version of the reaction inventory. J Korean Soc Biol Ther Psychiatry 2009;15:130-139.
- Jamovi. The Jamovi Project [Computer Software]. 2021. Available online: <https://www.jamovi.org>.
- Jiotsa B, Naccache B, Duval M, Rocher B, Grall-Bronnec M. Social media use and body image disorders: association between frequency of comparing one's own physical appearance to that of people being followed on social media and body dissatisfaction and drive for thinness. Int J Environ Res Public Health 2021;18:2880.
- McCabe MP, Ricciardelli LA. Body image and strategies to lose weight and increase muscle among boys and girls. Health Psychol 2003;22:39-46.
- Ferguson CJ, Winegard B, Winegard BM. Who is the fairest one of all? How evolution guides peer and media influences on female body dissatisfaction. Rev Genl Psychol 2011;15:11-28.
- DeBraganza N, Hausenblas HA. Media exposure of the ideal physique on women's body dissatisfaction and mood: the moderating effects of ethnicity. J Black Stud 2010;40:700-716.
- Ivezaj V, Saules KK, Hoodin F, Alschuler K, Angelella NE, Collings AS, et al. The relationship between binge eating and weight status on depression, anxiety, and body image among a diverse college sample: a focus on bi/multiracial women. Eat Behav 2010;11:18-24.
- Barnes M, Abhyankar P, Dimova E, Best C. Associations between body dissatisfaction and self-reported anxiety and depression in otherwise healthy men: a systematic review and meta-analysis. PLoS One 2020;15:e0229268.
- Dakanalis A, Timko CA, Favagrossa L, Riva G, Zanetti MA, Clerici M. Why do only a minority of men report severe levels of eating disorder symptomatology, when so many report substantial body dissatisfaction? examination of exacerbating factors. Eat Disord 2014;22:292-305.
- Dakanalis A, Favagrossa L, Clerici M, Prunas A, Colmegna F, Zanetti MA, et al. Body dissatisfaction and eating disorder symptomatology: a latent structural equation modeling analysis of moderating variables in 18-to-28-year-old males. J Psychol 2015;149:85-112.
- Czeglédi E, Probst M, Babusa B. Body dissatisfaction, trait anxiety and self-esteem in young men. Psihijatrija Danas 2015;47:29-41.
- El Ansari W, Dibba E, Stock C. Body image concerns: levels, correlates and gender differences among students in the United Kingdom. Cent Eur J Public Health 2014;22:106-117.
- Gillen MM. Associations between positive body image and indica-

- tors of men's and women's mental and physical health. *Body Image* 2015;13:67-74.
33. Cromley T, Knatz S, Rockwell R, Neumark-Sztainer D, Story M, Boutelle K. Relationships between body satisfaction and psychological functioning and weight-related cognitions and behaviors in overweight adolescents. *J Adolesc Health* 2012;50:651-653.
  34. Momeñe J, Estévez A, Herrero M, Griffiths MD, Olave L, Iruarrizaga I. Emotional regulation and body dissatisfaction: the mediating role of anger in young adult women. *Front Psychiatry* 2023;14:1221513.
  35. Edman JL, Yates A, Aruguete MS, DeBord KA. Negative emotion and disordered eating among obese college students. *Eat Behav* 2005;6:308-317.
  36. Yang F, Qi L, Liu S, Hu W, Cao Q, Liu Y, et al. Body dissatisfaction and disordered eating behaviors: the mediation role of smartphone addiction and depression. *Nutrients* 2022;14:1281.
  37. Chen G, He J, Zhang B, Fan X. Revisiting the relationship between body dissatisfaction and eating disorder symptoms in Chinese adolescents: the mediating roles of regulatory emotional self-efficacy and depression symptoms. *Eat Weight Disord* 2021;26:239-247.
  38. Brechan I, Kvaalem IL. Relationship between body dissatisfaction and disordered eating: mediating role of self-esteem and depression. *Eat Behav* 2015;17:49-58.
  39. Jérolon A, Perduca V, Delsedime N, Abbate-Daga G, Marzola E. Mediation models of anxiety and depression between temperament and drive for thinness and body dissatisfaction in anorexia nervosa. *Eat Weight Disord* 2022;27:2569-2581.
  40. Koronczai B, Kökönyei G, Urbán R, Kun B, Pápay O, Nagygyörgy K, et al. The mediating effect of self-esteem, depression and anxiety between satisfaction with body appearance and problematic internet use. *Am J Drug Alcohol Abuse* 2013;39:259-265.
  41. Kang JW, Chee IS. Impact of body dissatisfaction and personality characteristics on smartphone addiction. *J Korean Soc Biol Ther Psychiatry* 2019;25:36-41.
  42. Wu YK, Zimmer C, Munn-Chernoff MA, Baker JH. Association between food addiction and body dissatisfaction among college students: the mediating role of eating expectancies. *Eat Behav* 2020;39:101441.
  43. Liu S, Hu W, Yang Y, Yang F. Body dissatisfaction and smartphone addiction: the mediation role of intrusive imagery and fear of negative evaluation. *Front Psychol* 2023;14:1217220.
  44. Delgado-Rodríguez R, Linares R, Moreno-Padilla M. Social network addiction symptoms and body dissatisfaction in young women: exploring the mediating role of awareness of appearance pressure and internalization of the thin ideal. *J Eat Disord* 2022;10:117.
  45. Wu YK, Zimmer C, Munn-Chernoff MA, Baker JH. Association between food addiction and body dissatisfaction among college students: the mediating role of eating expectancies. *Eat Behav* 2020;39:101441.