



저작자표시-비영리-변경금지 2.0 대한민국

이용자는 아래의 조건을 따르는 경우에 한하여 자유롭게

- 이 저작물을 복제, 배포, 전송, 전시, 공연 및 방송할 수 있습니다.

다음과 같은 조건을 따라야 합니다:



저작자표시. 귀하는 원저작자를 표시하여야 합니다.



비영리. 귀하는 이 저작물을 영리 목적으로 이용할 수 없습니다.



변경금지. 귀하는 이 저작물을 개작, 변형 또는 가공할 수 없습니다.

- 귀하는, 이 저작물의 재이용이나 배포의 경우, 이 저작물에 적용된 이용허락조건을 명확하게 나타내어야 합니다.
- 저작권자로부터 별도의 허가를 받으면 이러한 조건들은 적용되지 않습니다.

저작권법에 따른 이용자의 권리는 위의 내용에 의하여 영향을 받지 않습니다.

이것은 [이용허락규약\(Legal Code\)](#)을 이해하기 쉽게 요약한 것입니다.

[Disclaimer](#)

2019년 02월

석사학위 논문

신체 이미지 희생경험이 여대생의 이상섭식
행동에 미치는 영향
:수동적 소셜 미디어 활동의 매개효과

조선대학교 대학원

상담심리학과

임 온 유

신체 이미지 희생경험이 여대생의 이상섭식
행동에 미치는 영향
:수동적 소셜 미디어 활동의 매개효과

The Effects of Body Image Victimization Experience on
Abnormal Eating Behavior of Female College Students
:The Mediating Effect of Passive Social Media Activities

2019년 2월 25일

조선대학교 대학원

상담심리학과

임 온 유

신체 이미지 희생경험이 여대생의 이상섭식
행동에 미치는 영향
: 수동적 소셜 미디어 활동의 매개효과

지도교수 정 승 아

이 논문을 상담심리학 석사학위신청 논문으로 제출함

2018년 10월

조선대학교 대학원

상담심리학과

임 온 유

임은유의 석사학위논문을 인준함

위원장 조선대학교 교 수 김택호 (인)

위 원 조선대학교 교 수 정승아 (인)

위 원 조선대학교 교 수 오지현 (인)

2018년 11월

조선대학교 대학원

목 차

I. 서론	1
A. 연구의 필요성 및 목적	1
II. 이론적 배경	6
A. 이상 섭식행동	6
1. 개념	6
2. 섭식 장애의 원인	7
B. 신체 이미지 희생경험	8
1. 외상으로써의 신체이미지 희생경험	8
2. 신체 이미지 희생 경험과 이상 섭식행동과의 관계	10
C. 수동적 소셜 미디어 활동	12
1. 소셜 미디어의 개념 및 특징	12
2. 소셜 미디어 이용 동기 및 이용 행동	13
3. 수동적 소셜 미디어 활동의 종류	14
a. 소셜 그루밍 활동	14
b. 외모 비교	16
4. 신체이미지 희생경험과 수동적 소셜 미디어 활동의 관계	18
5. 수동적 소셜 미디어 활동과 이상 섭식행동 간의 관계	19
D. 신체이미지 희생경험, 이상섭식행동 및 수동적 소셜 미디어 활동과의 관계	21
III. 연구방법	23

A. 연구대상	23
B. 측정도구	23
1. 한국판 식사 태도 검사-26	23
2. 신체 이미지 희생 경험 척도	24
3. 수동적 소셜 미디어 활동	24
a. 소셜 그루밍 척도	24
b. 외모 비교 척도	25
C. 연구문제	26
D. 연구절차	27
E. 연구모형	27
F. 자료분석	28
IV. 결과	29
A. 기술 통계	29
1. 인구통계학적 특성	29
2. 연구변인의 기술통계 및 상관분석	31
B. 측정모형 분석	33
1. 측정모형 검증	33
C. 구조모형 분석	36
1. 구조모형 검증	36
2. 매개효과 검증	38
V. 결론 및 논의	39

참고문헌 46
부록 56

표 목 차

<표 1> 인구통계학적 특성	30
<표 2> 신체이미지 희생경험, 수동적 소셜 미디어 활동, 이상섭식행동 간의 상관 및 평균, 표준편차, 왜도, 첨도	31
<표 3> 측정변인 간의 상관 및 평균, 표준편차, 왜도와 첨도	32
<표 4> 측정모형의 적합도 지수	33
<표 5> 측정모형의 확인적 요인분석	34
<표 6> 잠재변수 간 상관관계	34
<표 7> 구조모형의 경로계수	36
<표 8> 효과분해	38
<표 9> 수동적 소셜미디어 활동의 간접효과 부트스트래핑 결과	38

그 립 목 차

그림 1 연구모형.....	27
그림 2 확인적 요인분석.....	35
그림 3 구조모형	37

ABSTRACT

The Effects of Body Image Victimization Experience on Abnormal Eating Behavior according to the BMI of Female College Students :The Mediating Effect of Passive Social Media Activities

Lim On You

Advisor : Prof. Jung Seung Ah, Ph.D.

Dept. of Counseling Psychology

Graduate School of Chosun University

The purpose of this study was to investigate the casual effect of abnormal eating behavior related body image victimization experience, and the mediating effect of passive social media activities on the relation between these two variables.

For this purpose, 449 female university students in G city were sampled. Self report questionnaires, The Korean version of eating attitude test-26(KEAT: 26), body image victimization experiences scale(BIVES) and social grooming scale, physical appearance comparison scale(PACS), specific attributes comparison scale(SACS) were conducted on this sample and statistical analysis were performed with this data using SPSS 24.0 and AMOS 24.0.

The results of the study can be summarized as follows.

First, in the correlation analysis, significant positive correlation(.361) were found between intolerance of body image victimization experience and abnormal eating behavior. and significant positive correlation were found between passive social media activities and body image victimization experience(.319) and passive social media activities and

abnormal eating behavior(.470).

Second, in the SEM(Structural Equational Modeling) analysis, mediating effect of passive social media activities on the relation between body image victimization experience and abnormal eating behavior were found.

Thus, it was confirmed that body image victimization experience a has the directly significant effects on an abnormal eating behavior, and even indirectly significant effects through the mediating variable passive social media activities.

It can be said that the results of the study would help in having a broader understanding about the mechanisms of an eating disorder. This means that passive social media activities gives an effect as an mediating factor in treating an abnormal eating behavior. In other words, These results show the importance of digital literacy education related to social media activities that help treat and prevent eating disorders.

Key words : abnormal eating behavior body image victimization experience, passive social media activities, mediation effect

I. 서론

A. 연구의 필요성 및 목적

중앙일보(2014)가 20대 여성 500명을 대상으로 한 설문조사에서 응답자의 약 76%이상이 다이어트를 시도한 경험이 있다고 응답하였으며, 이 중에서 약 59%는 지금도 다이어트 중이라고 응답하였다. 또한, 설문조사를 하는 동안 그들은 “다이어트 시도만 수백 번”, “일상이 다이어트”라는 말을 하며, 그들에게 있어서 ‘다이어트’ 혹은 ‘살’에 대한 이야기가 일상생활 속에서 너무나 흔한 주제로 자리 잡은 듯 보였다. 날씬함을 미의기준으로 제시하는 현대 사회의 외모중심적인 사회분위기는, 많은 여성이 정상체중임에도 불구하고 자신의 체중을 과체중으로 인식하도록 만들며, 건강에 해로운 다이어트를 하거나 정상범위를 벗어나는 이상 섭식행동을 유발시켰다(강소영, 2003; 이경혜 외 2003). 이상 섭식행동은 공식적인 진단 기준을 통해 섭식장애로 진단되지는 않지만 정상섭식 행동을 벗어나 섭식행동을 제한하거나 폭식행동을 하며 다이어트에 집착하는 지속적이고 반복적인 행동을 의미한다(박지연, 신민섭, 김은정, 2011). 이상 섭식행동은 정상 섭식 행동을 보이는 집단과 섭식장애 환자 사이의 연속선상에서 존재하기 때문에 이상 섭식 행동이 심각해지면 섭식장애로 진행될 수 있다(김은하. 이신영, 2016; Mintz, O’Halloran and Mulholland, 1997).

정신 질환 진단 및 통계 편람(DSM-5)에 따르면 섭식장애는 비정상적인 식사행동이나 제거행동을 보이고, 체중 및 체형에 대해 과도한 집착을 보이는 장애를 의미한다. 섭식장애는 크게 식욕 부진증(anorexia nervosa)과 신경성 폭식증(bulimia)으로 구별될 수 있다.

국내의 섭식 장애 환자는 증가하는 추세로, 최근 5년간(2008 ~ 2012년) 섭식장애로 진료를 받은 인원은 18.8%(2,062명)증가 하였고, 2016년에 섭식장애로 치료를 받은 환자는 1만 3918명으로 보고되었다. 그 중 여성 환자가 81%(1만 1330명)이며, 연령별로는 20대 여성의 비율이 가장 높게 나타났다(건강보험심사평가원, 2016; 파이낸셜 뉴스, 2018). 이후의 국내의 연구에서도 20대 여성의 10명 중 1명(약 9.8%)은 섭식장애로 진행될 위험성을 가지고 있다고 보고되었다(차보경, 2017).

섭식장애는 무월경, 체중감소, 부종, 부정맥, 골밀도 감소, 전해질 이상, 위장문제 등의 신체적 합병증이 동반될 수 있으며(김울리, 2018), 우울증, 강박장애 등과 같은 주요

정신장애와 공병률이 높아 개인의 삶의 질을 저하시키고, 심한 경우, 자살에 이르게 되는 등 사회적으로 심각한 문제가 되고 있다(민성길, 2015; 조상호 외, 2016에서 재인용). 섭식 장애환자들은 섭식장애의 위험성을 간과하며, 환자들의 자발적 치료동기가 미약한 경우가 흔하기 때문에 임상현장에서 진단과 치료가 어렵고 만성화되기 쉽다. 하지만 섭식장애를 조기에 발견하면 환자, 보호자, 치료자의 노력으로 완치 가능한 질환이라고 보고되었다(2018, 김울리). 따라서 이상섭식 행동이 섭식장애로 이행되기 전에 예방하는 것이 중요할 것으로 보인다.

이상섭식 행동은 생물학적, 사회적, 개인 심리적 요인이 상호작용하여 발생하는 것으로 알려져 있다. 그 중에서도 사회문화적 영향은 이상 섭식행동을 설명하는 강력한 요인이며(Thompson et al., 1999), 섭식 장애 및 이상 섭식행동의 유지 및 치료적 접근에 있어서 사회문화적 요인에 중점을 둔 치료가 효과적이라고 알려져 있다(2018, 김울리). 그렇기 때문에 본 연구에서는 섭식 장애 및 이상섭식 행동의 발병, 유지 및 치료에 가장 강력하게 영향을 미치는 사회문화적 영향에 초점을 두어 살펴보고자 한다. 사회문화적 영향이란 외모에 대해 지각된 부모, 또래, 매체의 영향을 의미한다. 이러한 사회문화적 영향은 마른 체형을 이상화시켜 신체 불만족과 이상 섭식행동을 유발시킨다고 알려져 있다(Keery et al., 2004; Thompson et al., 1999). 사회문화적 요인 중 또래 혹은 부모가 여성의 이상섭식행동에 미치는 영향을 살펴보면, 어린 시절 또래나 부모의 신체적 외모에 대한 놀림이나 부정적 피드백은 청소년뿐만 아니라 대학생 및 성인의 신체 불만족과 이상섭식 행동에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다(권민경, 2010; Akan & Grilo, 1995; Duarte & Gouveia, 2017; Haines et al., 2006; Jackson, Grilo, & Masheb, 2000; Menzel et al., 2010). 신체적 외모에 대한 놀림이나 부정적 피드백은 신체이미지 희생경험에 포함되며, 신체이미지 희생경험은 어린 시절에 경험한 신체적 이미지(체중, 몸매, 외모)와 관련되어 또래나 부모에게 희생을 당하거나 거절당했던 경험을 의미한다(Duarte & Pinto-Gouveia, 2016).

선행연구를 살펴보면, Virginia(2012)의 연구에서 6세, 12세 16세에 여대생들의 신체에 대한 놀림 경험이 가장 많았고, 그때 경험했던 체중과 관련된 괴롭힘의 경험들이 이상섭식 행동 및 섭식장애를 유발한다는 것을 발견하였다. 즉, 과거의 신체에 대한 부정적 경험이 시간이 지나서도 여전히 개인에게 영향을 미친다는 것을 알 수 있다. 이러한 어린 시절의 신체 이미지 희생경험은 하나의 외상(trauma)으로서 개인의 발달에 유의미한 영향을 미칠 수 있다. 외상은 작은 외상과 큰 외상으로 구분 되는데, 부모나 또래에 의한 신체 이미지 희생경험은 작은 외상에 포함될 수 있다.

신체이미지 희생경험이 섭식장애의 원인으로 자주 확인되었음에도 불구하고, 그 심각성에 대해 간과하고 있는 실정이며(Slade, 1982), 기존의 연구들에서는 섭식장애의 원인을 신체적·성적 학대와 같은 아동기 외상으로만 제한적으로 보고 있다. 신체이미지 희생경험은 작은 외상으로써 당시에는 심각한 문제를 보이지 않더라도 그 상처가 내면에 남아 현재 여대생이 보이는 이상 섭식행동을 설명하는데 매우 중요한 변인이라고 생각된다. 하지만 어린 시절 신체이미지 희생을 경험했던 모든 사람들이 현재 이상 섭식 행동을 보이는 것은 아니다. 여대생의 경우 시간이 지나면서 이상섭식 행동을 설명하는 신체이미지 희생경험의 영향력은 감소할 수 있기 때문에 현재 이상섭식 행동에 영향을 미치는 요인 또한 고려할 필요성이 있다. 즉, 어린 시절의 신체이미지 희생경험과 이상섭식 행동과의 관계를 매개하는 매개변인이 있음을 고려해볼 수 있다.

가족, 또래, 대중매체는 서로 상호작용하여 이상섭식 행동을 더 잘 설명할 수 있기 때문에 여대생의 이상섭식 행동을 설명하는데 매체의 영향 또한 중요하다. 기존의 연구는 전통적 미디어(잡지, TV, 신문)가 이상 섭식행동에 미치는 영향에 대한 연구들이 주로 진행되었다. 하지만, 스마트폰 사용이 보편화되면서 소셜 미디어(social media)의 이용이 증가함에 따라 소셜 미디어와 관련된 연구의 필요성이 대두되고 있다. 한국 인터넷진흥원에서 조사한 ‘2017 모바일 SNS 이용률’에서 모든 연령의 약 81%가 소셜 미디어를 사용하고 있으며, 그 중에서도 20대 여성(93.5%)이 가장 높은 비율을 보이고 있었다(한국인터넷진흥원, 2017). 이를 통하여 여대생이 소셜 미디어에 더 많이 노출된다고 가정해볼 수 있다. 특히, 청소년에 비해 여대생은 현재 또래나 부모에게 직접적으로 신체적 외모에 대한 부정적인 경험을 겪기보다는 소셜 미디어를 통해 날씬함에 대한 압력을 간접적으로 경험한다고 예상된다. 이러한 이유로 소셜 미디어는 현재 여대생의 이상섭식 행동이 유발되는 것을 유의하게 설명할 수 있는 변인이라고 생각 된다.

선행연구를 살펴보면, 소셜 미디어의 사용과 노출시간이 신체불만족과 이상섭식을 설명하는 설명력은 다소 작았으나(김효진, 임성문, 2015; Ferguson, Winegard, & Winegard, 2011; Ferguson et al., 2014), 소셜 미디어를 통한 사진 올리기, 포스팅, 댓글 보기 등의 활동을 하거나, 외모 비교를 하는 것은 부정적인 신체상과 이상 섭식행동에 높은 설명력을 보였다(김미희, 2015; Fardouly, Vartanian, 2015; Hendrickse et al, 2017; Holland & Tiggemann, 2016; Kim & Chock, 2015; Manago et al, 2015; Meier & Gray, 2014). 즉, 소셜 미디어를 사용하는 시간보다 소셜 미디어를 통해 개인이 어떤 활동을 하느냐가 이상섭식 행동을 설명할 수 있는 주요한 변인임을 알 수 있다.

이러한 소셜 미디어 활동은 타인의 게시물에 올라온 사진이나 동영상 살펴보는 수

동적 사용과 동영상이나 사진을 직접 포스팅 하거나 업로딩 하는 능동적 사용으로 명명하여 구분할 수 있다(Manago, et al., 2015). 선행연구를 살펴보면, 소셜 미디어를 능동적으로 사용하는 이용자들은 사회적 신뢰감을 형성하고, 사회적으로 연결되는 느낌을 갖는 등 긍정적인 영향(Koroleva, Krasnova, Veltri, & Günther, 2011)에 대한 보고가 있는 반면, 수동적인 이용자들은 피로감, 짜증, 신체불만족, 섭식에 대한 걱정을 야기하는 등 개인에게 부정적인 영향을 미친다는 것이 밝혀졌다(Jordan, Monin, Dweck, Lovett, John, & Gross, 2011; Maier, Laumer, Eckhardt, & Weitzel, 2012; Wang, Yang & Haigh, 2017).

따라서 본 연구에서는 소셜 미디어 활동 중에서 개인에게 부정적인 영향을 미치는 수동적 소셜 미디어 활동에 중점을 두어 살펴보고자 한다. 수동적 소셜 미디어 활동은 소셜 미디어 상에서 관계를 유지하는 행동으로써 친구의 SNS를 방문하여 타인과 상호작용 없이 게시물을 살펴보는 행위인 ‘수동적 소셜 그루밍 행동’과(Ellison et al, 2014; Utz, Beukeboom, 2011), 타인이 올린 글과 사진을 수동적으로 둘러보면서 사회적 비교 행위의 목적으로 이루어지는 ‘외모 비교’ 행위로 정의 될 수 있다(정진영, 2018; 오현숙, 2017; Vogel et al., 2015).

선행연구를 살펴보면 ‘수동적 소셜 그루밍’ 과 ‘외모 비교’ 행위가 이상섭식 행동에 유의미한 영향을 미치고 있다는 것을 알 수 있다(Fardouly, Vartanian, 2015; Mabe, Fornety & Keel, 2014). 실제로, 소셜 미디어 이용자는 소셜 미디어를 통해 소셜 그루밍 활동과 외모 비교 행위를 많이 하는 것으로 나타났다(한국인터넷 진흥원, 2013). 따라서 수동적 소셜 미디어 활동 중 ‘수동적 소셜 그루밍’과 ‘외모 비교’는 현재 여대생의 이상섭식 행동을 유의하게 설명할 수 있는 변인이라고 생각 된다.

어린 시절 신체 이미지 희생경험이 있던 사람은 경험이 없거나 과거의 경험을 덜 부정적으로 지각한 사람보다 신체불만족이 높고 사회에서 요구하는 이상적 체형을 추구하는 경향이 있다. 그러기 때문에 신체이미지 희생경험을 부정적으로 지각한 여대생은 날씬함을 강조하는 소셜 미디어의 영향을 더 많이 받으며, 이는 여대생에게 부정적이고 병리적인 영향을 미칠 것이라 예상 된다. 선행연구를 살펴보면, 신체에 대한 놀림, 부정적 피드백의 경험을 부정적으로 지각할수록 타인과의 외모비교를 더 많이 하게 된다는 것이 밝혀졌다(손은정, 2008; Sarwer et al., 1998; Shroff, Thompson, 2006). 신체적 외모에 대한 부정적 경험이 있던 사람은 어린 시절 관계에서 부정적 정서와 결핍을 느꼈기 때문에 소셜 미디어 상에서 관계를 추구하는 그루밍 활동을 함으로써 정서적 지지나 소속감을 얻길 원한다고 보여 진다(채경선, 정윤주. 2015). 더구나 소셜 그루밍

을 통해 타인의 게시물을 많이 접할수록 외모비교를 더 많이 하게 되므로 수동적 소셜 그루밍은 비교를 촉진하는 활동이기도 하다(오현숙, 2017). 선행연구를 근거로, 신체이미지 희생경험과 수동적 소셜 미디어 활동(외모비교, 수동적 소셜그루밍)은 유의미한 관련이 있을 것으로 예측된다. 즉, 수동적 소셜 미디어 활동은 이상섭식 행동에 영향을 미치는 사회문화적 요인이자 동시에 신체이미지 희생경험에 영향을 받는 변인에 해당된다고 볼 수 있다.

종합하면, 어린 시절의 신체이미지 희생경험과 현재의 수동적 소셜 미디어 활동은 이상섭식 행동에 영향을 미치는 변인이고, 동시에 신체이미지 희생경험이 수동적 소셜 미디어 활동에 영향을 미치는 변인이라고 생각된다. 이 두 가지 변인이 서로 유의미한 영향을 주어 이상섭식 행동을 더 잘 설명한다고 예상된다. 하지만 이들의 관계를 종합적으로 이해하고자 하는 시도는 미비한 실정이며, 지금까지의 연구들은 신체이미지 희생경험과 소셜 미디어 활동이 이상섭식 행동에 미치는 영향을 각각 살펴보거나, 단지 소셜 미디어 활동이 신체상에 미치는 부정적 영향만을 살펴보고 있다. 이에 본 연구에서는 여대생의 신체이미지 희생경험과 이상섭식 행동의 관계에서 수동적 소셜 미디어 활동의 매개효과를 알아봄으로써, 신체이미지 희생경험이 이상섭식 행동에 미치는 영향과 수동적 소셜 미디어 활동의 간접적인 영향을 살펴보고자 한다.

II. 이론적 배경

A. 이상 섭식 행동

1. 개념

이상 섭식행동은 DSM-5의 공식적인 진단기준을 통해 섭식 장애로 진단되지는 않지만 정상적인 섭식행동의 수준과 범위를 벗어나는 행동을 의미한다(박지연, 신민섭, 김은정, 2011). 이상 섭식행동은 일반인들의 섭식 문제를 측정하는 대표적인 지표이며(김은하, 이신영, 2016), 폭식, 거식행동, 섭식통제 행동이 있다. 거식행동은 식사량을 극도로 제한하거나 전혀 음식을 섭취하지 않는 행동을 의미한다. 폭식행동은 다른 사람들에 비해 과도하게 많은 양의 음식을 짧은 시간 내에 섭취하는 행동과 음식에 대한 통제력을 잃는 행동을 의미한다. 섭식 통제 행동은 살이 찌는 것을 방지하기 위해 음식을 억제하거나 조금씩 먹거나 작게 잘라서 먹는 행동을 의미한다(김은하, 이신영, 2016; APA, 2013). 이상 섭식행동은 정상 섭식행동을 보이는 집단과 섭식장애 환자 사이의 연속선상에서 존재하기 때문에(Mintz, O'Halloran and Mulholland, 1997), 이상 섭식 행동이 심각해지면 섭식장애로 진행될 수 있다(김은하, 이신영, 2016). 따라서 비 임상군을 대상으로 한 이상 섭식행동에 대한 연구는, 섭식장애의 병리를 이해하는데 도움이 된다. 이처럼 이상 섭식행동은 섭식장애와 연속선상에 존재하기 때문에 섭식장애 또한 구분하여 알아볼 필요가 있다.

DSM-5에 따르면 급식 및 섭식장애는 개인의 신체적 건강과 심리사회적 기능을 현저하게 방해하는 부적응적인 섭식 행동을 의미한다. 하위유형에는 신경성 식욕부진증, 신경성 폭식증, 폭식 장애 등이 있다. 신경성 식욕부진증은 체중 증가와 비만에 대한 극심한 두려움을 지니고 있어서 음식섭취를 현저하게 감소시키거나 거부함으로써 체중이 비정상적으로 저하되는 경우를 의미한다. 신경성 폭식증은 짧은 시간 내에 많은 양의 음식을 먹는 폭식행동을 보이며, 이로 인한 체중증가를 막기 위해 구토나 과도한 운동 등의 보상행동이 반복되는 경우를 의미한다. 폭식 장애는 폭식행동을 일삼으면서 자신이 폭식행동을 하는 것에 현저한 고통을 느끼지만 토하는 등의 보상행동을 나타내지는 않는 경우를 말한다. 이러한 섭식장애 및 이상 섭식행동은 개인에게 현저한 신체

적, 심리적 고통 및 사회적, 직업적 기능의 손상을 야기하기 때문에 섭식 장애 및 이상 섭식 행동에 대한 이해와 적절한 개입 및 예방이 필요할 것으로 보인다.

2. 섭식 장애의 원인

섭식 장애 및 이상섭식 행동은 다차원적 원인에 의해 발생한다. 주로 생물학적, 개인 심리적 요인, 가족적 요인, 사회 문화적 요인들이 섭식장애를 일으킨다고 알려져 있다. 개인 심리적 요인으로는 낮은 자기개념 명확성, 자아 존중감, 외모스트레스 등이 이상 섭식 행동에 유의미한 영향을 미친다고 보고되었다(성미혜, 2004; 조경희, 이봉건, 2015; 장혜경, 2014). 성격적인 면에서도 완벽주의 성향과 내현적 자아가 이상섭식 행동과 유의미한 상관성이 있는 것으로 나타났다(김정내, 하정희 2007; 박지연, 신민섭, 김은정 2011). 최근에는 개인의 성향보다 정서에 초점을 맞추는 경향이 있으며, 그 중에서 여성의 경우 우울, 불안, 체형 불만족과 같은 부정적인 정서 상태가 이상 섭식 태도에 영향을 미친다고 보고하였다(백수연 외, 2012).

사회문화적 요인에서는 특히 대중매체가 사회문화적 가치를 전파하는데 핵심적인 역할을 하고 있다고 알려져 있다(Stice & Shaw, 1994). Stice(2002)은 사회문화적 압력에 대한 모형을 제시하였다. 이 모델에 따르면, 날씬한 몸매를 가져야 한다는 사회적 압력과 마른 신체상에 대한 내면화가 자신의 신체에 대한 불만족을 일으키게 된다. 이러한 신체 불만족은 엄격한 섭식절제로 이어지고 그 반작용으로 폭식행동을 촉발시킨다. 또한 신체 불만족은 부정정서를 유발하고 그 결과로서 폭식행동이 나타날 수 있다(권석만, 2013). Thompson 등(1999)의 삼자 영향 모형(tripartite influence model)에 의하면, 부모, 또래, 매체로부터 날씬해야 한다는 압력이 신체 비교와 마른 이상적 체형의 내면화를 증가시키는 과정을 통해 신체 불만족, 섭식장애에 영향을 미치게 된다. 이러한 모델을 통해 섭식 장애 유발에 있어서 사회문화적 요인이 중요하다는 것을 알 수 있다.

생물학적 요인으로는 뇌의 시상하부 기능 부전이나 호르몬의 영향, 유전(Husm, 1990; Lawsonetal, 2012; 유지혜, 2013 재인용)등이 섭식장애 및 이상섭식 행동에 유의미한 영향을 미치는 것으로 알려져 있다. BMI(신체 체질량 지수) 또한 이상 섭식행동 및 섭식장애에 유의미한 영향을 미치는데, 선행연구를 살펴보면, 저체중에 비해 정상체중 및 과체중 집단일수록 이상섭식 행동을 보일 가능성이 높다는 것이 밝혀졌다(김소정, 손준호 & 류호상, 2008).

가족적 요인으로서는 부모 애착, 양육 태도, 외모에 대한 부정적 피드백, 과보호 등이 이상섭식 행동에 미치는 영향에 대해 연구 되고 있다. 김정안(2012)은 부모 애착과 섭식장애 행동의 관계를 살펴보았는데, 낮은 수준의 안정 애착을 보이는 개인 중에 충동성을 가진 사람들이 폭식행동을 보인다는 것을 입증했다. 또한, 부정적인 부모의 양육과 가족 기능은 섭식장애의 발병에 유의미한 영향을 미쳤다(Le Grange et al., 2010). 청소년뿐만 아니라 여대생에게도 가족적 요인이 어떠한 영향을 미치는지 연구가 진행되었는데 과보호적인 부모의 양육 태도가 섭식태도에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이를 통해 어머니의 양육태도가 과보호적 이라고 인지하는 여대생 일수록 이상섭식 행동의 위험성이 높아지는 것을 알 수 있다(최윤정, 김석선 2017).

이처럼 섭식장애를 유발하는 원인은 매우 다양하지만, 그중에서도 이상섭식 행동은 다른 정신병리보다 사회문화적 영향을 많이 받는다고 보고되었다(Thompson et al., 1999). 또한 섭식 장애환자들은 섭식장애의 위험성을 간과하며, 환자들의 자발적 치료동기가 미약한 경우가 흔하기 때문에 치료적 접근에 있어서 개인 심리적인 요인에 중점을 둔 치료의 효과는 미약하다고 보여 진다(2018, 김율리). 그렇기 때문에 섭식 장애의 발병, 유지 및 치료에 가장 강력하게 영향을 미치는 사회문화적 영향에 초점을 두어 환자에게 개입하는 것이 중요할 것으로 생각된다. 따라서 본 연구에서는 사회문화적 영향을 소셜 미디어가 보편화된 현실과 여대생이라는 대상에 중점을 두어 ‘부모나 또래로부터 신체이미지 희생경험’과 ‘수동적 소셜 미디어 활동’으로 변인을 설정하여 이상섭식행동과의 관련성을 살펴보려고 한다.

B. 신체 이미지 희생경험

1. 외상으로써의 신체이미지 희생경험

외상(trauma)은 외부로부터 가해지는 충격적인 사건에 의해서 개인의 심리적 적응에 심각한 문제를 초래하는 정서적 충격, 심리적 상처라고 정의 내릴 수 있다(권석만, 2014). 외상은 심각도, 종류, 맥락에 따라 미치는 영향에 차이가 나타난다. 이러한 외상은 크게 (1) 일회적이거나 반복적인 외상 (2) 자연적이거나 인위적인 외상 (3) 대인관계에서 발생하는 외상으로 구분될 수 있다. 이 중 대인 간 외상(interpersonal trauma)은 이별, 배신, 학대. 방임, 따돌림, 괴롭힘, 폭력 등 사람에 의해 고의적으로 발생하는 외

상을 의미한다(Allen, 2010).

정신분석학자 프로이트(Sigmund Freud)는 1985년에 브로이어(Breuer)와 『히스테리 연구』를 발표했으며, 처음으로 “일반히스테리”라는 개념을 제시하였다(프로이트, 1997). 일반 히스테리는 큰 외상(일반적으로 PTSD로 분류되는 외상사건)은 없지만 여러 개의 작은 외상이 누적 될 때에 발병하는 히스테리를 의미한다. 프로이트는 작은 외상이 공포감, 불안, 창피함 혹은 신체적 고통과 같은 부정적 정서를 불러일으키는 경험이라면 모두 작은 외상으로 작용할 수 있다고 주장하였다. 외상은 작은 외상(small “t” trauma)과 큰 외상(Big “T” Trauma)으로 분류된다. 큰 외상은 충격적인 경험으로 인해 인간의 신체적, 정신적 시스템이 붕괴되고 세상과 사람들에 대한 기본적인 신뢰와 안정감이 상실되는 것이라고 정의 내려진다. 전형적으로 큰 외상은 DSM-5에서 제시하는 PTSD 외상을 의미한다. 큰 외상에는 심각한 사고, 자연재해, 강도, 강간, 도시폭동, 전쟁, 전투, 강제수용소, 대수술, 생명을 위협하는 질병, 아동학대, 방임과 같은 만성적이거나 반복적인 경험 등이 있다(Elyssa, 2017; Lesa, 2013).

작은 외상은 각 개인의 삶에서 자존감을 잃게 만드는 일상의 경험, 사건을 의미한다. 이는 개인에게 오래 지속되어 고통을 유발하고 삶에 부정적인 영향을 미치며, 집중력, 자존감, 정서적 조절의 어려움을 유발할 수 있다. 작은 외상은 부모에게 심하게 야단맞은 기억, 친구에게 놀림 받은 기억, 친구와의 갈등, 부정, 이혼, 상사와의 충돌, 급작스럽거나 확장된 부서이동이나 이사, 결혼 계획, 새로운 직업의 시작, 아이를 입양하거나 임신하는 것, 법적 문제, 경제적 어려움 등이 있다. 작은 외상은 큰 외상과는 달리 침습하는 기억이 없거나, PTSD로 진단되지 않을 수 있어 작은 외상을 간과하는 경향이 있다. 하지만 작은 외상이 축적되면 그 당시에는 병리적 현상이 나타나지 않더라도 시간이 지나면 우울증이나 외상 후 스트레스 장애로 빠지는 등의 큰 고통을 일으킬 수 있다(최광현, 2009; 홍준기, 2015; Elyssa, 2017; Lesa, 2013).

신체이미지 희생경험은 어린 시절, 청소년기에 경험한 신체적 이미지(체중, 몸매, 외모)와 관련되어 또래친구나 부모에게 직접적이거나 간접적으로 희생을 당하거나 거절을 당했던 경험을 의미한다. 신체 이미지 희생경험에는 부모나 또래가 자신의 신체 이미지(체중, 몸매, 외모)에 대해 조롱하거나 놀렸던 경험, 부정적 피드백을 주며 지적했던 경험, 별명으로 부르며 수치심을 줬던 경험, 다른 사람 앞에서 놀렸던 경험 등이 있다(Duarte & Pinto-Gouveia, 2016). 이러한 신체이미지 희생경험은 외상 사건 중에 작은 외상에 해당된다고 볼 수 있다(Elyssa, 2017; Lesa, 2013).

Sarwer 등(1998)은 신체에 대해 놀림을 받은 경험을 개인이 어떻게 지각하고 있는

지가 아동, 청소년의 발달 및 자신의 신체상을 형성하는데 중요한 영향을 주는 변인이라고 주장한다. 즉, 어린 시절에 놀림을 받은 경험을 아동, 청소년이 더 수치스럽고 고통스럽게 느꼈다면, 이는 개인의 신체상의 발달에 지속적으로 영향을 미쳐 신체에 대한 지향성이 높아지고, 신체에 만족하지 못한다는 것이 밝혀졌다. 또한, 아동 및 청소년뿐만 아니라 대학생 및 성인의 경우에도 어린 시절 놀림에 대한 지각은 신체 불만족에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다(Akan & Grilo, 1995). 이처럼 자신의 신체상을 형성하는데 타인의 평가, 피드백 등이 많은 영향을 미치게 된다. 자신의 신체상에 대해 부정적으로 인식하는 것은 섭식장애와 같은 질병을 유발하기 때문에 개인의 정신건강에 좋지 않은 영향을 미친다. 선행 연구를 살펴보면, 작은 외상에 속하는 신체 이미지 희생 경험은 개인에게 매우 해롭고 오래 지속되는 고통을 주며, 우울, 낮은 자존감, 신체 불만족에 유의미한 영향을 미칠 뿐만 아니라 섭식 장애와 같은 질병을 유발한다고 밝혀졌다(Duarte & Pinto-Gouveia, 2016).

2. 신체 이미지 희생 경험과 이상 섭식행동과의 관계

아동기 외상경험은 섭식 장애의 발병에 유의미한 영향을 미친다고 알려져 있다(Anderson, LaPorte, & Crawford, 2000; Kent & Waller, 2000; Kent, Waller, & Dagnan, 1999; Pope & Hudson, 1992; Root & Fallon, 1988; Welch & Fairburn, 1996; Sweetingham & Waller 2008에서 재인용). 국내의 연구를 살펴보면, 아동기의 외상 중 성적학대가 부적응적 섭식 태도에 유의한 상관이 있는 것으로 보고되었다(손지원, 2013). 섭식장애 환자의 아동기 외상 경험을 조사한 연구에서는 대부분의 섭식장애 환자(98.4%)가 한 가지 이상의 아동기 외상을 경험하였으며, 유형별로 정서적 학대 83.6%, 신체적 방임 82.8%, 신체적 학대 71.9% 순으로 높은 비율을 보였다(공성숙, 이정현, 신미연, 2009). 이처럼 외상은 섭식장애 및 이상섭식 행동을 보이는 사람들에게 유의미한 영향을 미치는 것을 보여 준다. 기존의 연구는 아동기 외상을 신체적, 성적 학대에 중점을 두어 살펴보았다. 하지만, 작은 외상 인 어린 시절 괴롭힘을 당했던 경험이 이상섭식 행동과 관련이 있음이 밝혀졌다(Engstrom & Norring, 2002; Menzel et al., 2010). 이에 어린 시절에 경험했던 신체적 외모에 대한 놀림이나 부정적 피드백과 같은 작은 외상과 이상섭식 행동 간의 관련성에 대해 살펴볼 필요성이 있다.

선행연구를 살펴보면, 어린 시절에 또래 친구나 부모가 신체적 외모에 대해 조롱적

인 별명으로 불렸던 여자 청소년은 현재 폭식행동을 보인다고 보고되었다(Duarte et al., 2016). 또한, 청소년기에 가족이나 또래에 의한 체중이나 놀림에 대한 경험이 있는 학생은 경험이 없던 학생들보다 높은 신체불만족, 우울감을 보고 하였다(Eisenberg, Neumark-Sztainer, & Story, 2003). 청소년뿐만 아니라 어린 시절에 체중과 외모에 놀림을 당한 경험이 있는 성인 여성도 현재 낮은 자존감 및 신체 불만족, 우울증, 이상 섭식 행동을 보였다(Jackson, Grilo, & Masheb, 2000; Stormer & Thompson, 1996). 구체적으로 여성의 경우, 또래와의 부정적 경험(모욕적인 언어적, 부정적 피드백, 별명으로 놀리는 것)은 정서조절의 어려움, 열등감, 수치심, 신체 불만족과 관련이 있었고 이는 폭식과 같은 이상 섭식행동을 보일 가능성이 높다고 보고되었다(Duarte & Gouveia, 2017; Menzel et al., 2010; Sweetingham and Waller, 2008). 부모의 신체 이미지에 대한 부정적 피드백 또한 개인의 신체적 불만족과 이상 섭식 행동에 유의미한 영향을 주는 것으로 나타났다(Keery et al., 2005; Menzel et al., 2010). Haines 등(2006)은 5년간의 추적 연구를 통해 체중과 관련되어 놀림을 받은 청소년이 5년 후 더 폭력적이고 통제력을 상실하며 폭식 등의 이상섭식 행동을 보일 가능성이 높다는 것을 입증 하였다. 이러한 선행연구들의 결과를 종합해보면 큰 외상뿐만 아니라 어린 시절 부모나 또래에 의한 신체이미지 희생 경험의 작은 외상 또한 이상 섭식행동을 유의미하게 설명하는 변인이라는 것을 알 수 있다.

국내의 선행연구를 살펴보면, 신체적 외모에 대한 또래의 압력은 청소년의 부적응적 섭식 행동에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다(권민경, 2010). 안귀여루(2012)는 체중이나 몸매에 대해 부모가 언급하거나 비난하는 것은 여고생들의 절식과 폭식 행동에 영향을 미친다는 것을 입증했다. 또한, 적응적 섭식과 부모, 또래 관계를 살펴본 연구에서 부모의 부정적인 표현이 적응적 섭식에 부적 영향을 미쳤다. 즉, 부모의 부정적 표현은 여대생의 이상 섭식행동에 영향을 미친다는 것을 알 수 있었다(전은혜, 2016).

이처럼 외모나 몸매에 대해 놀림을 당했던 경험이 섭식장애의 원인으로 자주 확인되었음에도 불구하고 그 심각성에 대해 간과하고 있는 실정이며(Slade, 1982), 기존 연구들에서는 주로 섭식장애를 일으키는 원인을 신체적, 성적 학대와 같은 아동기 외상으로만 제한적으로 보고 있다. 하지만, 어린 시절의 부모나 또래로부터의 신체에 대한 부정적 경험은 작은 외상으로써 당시에는 심각한 문제를 보이지 않더라도 그 상처가 내면에 남기 때문에 현재 여대생이 보이는 이상 섭식행동을 설명하는데 매우 중요한 변인이라고 생각된다.

C. 수동적 소셜 미디어 활동

1. 소셜 미디어의 개념 및 특징

‘2017 모바일 SNS 이용률’을 살펴보면 우리나라 전체의 약 81%가 소셜 미디어를 이용하고 있으며 그 중에서도 20대 여성(93.5%)의 비율이 가장 높게 나타났다(한국 인터넷진흥원). 이처럼 미디어 환경이 급속히 변하면서 스마트폰의 보급이 보편화되고, 소셜 네트워크 서비스(SNS)의 이용이 증가함에 따라 소셜 미디어(social media)의 영향력 또한 고려할 필요성이 높아지고 있다.

‘소셜 미디어’는 블로그(blog), 소셜 네트워크 서비스(SNS; social network Service), 메시지 보드(meessage board), 팟캐스트(podcast), 위키스(wikies), 비디오블로그(vlog) 등 다양한 형태로 진화하고 있다(이주영, 2013).

소셜 미디어는 ‘소셜’이라는 측면에서의 네트워크 기능과 ‘미디어’ 측면에서 콘텐츠 생산과 공유 기능이 결합함으로써 붙여진 이름을 의미한다(최민재, 양승찬, 2009). 신문, 방송, 잡지와 같은 전통적 미디어가 일방적인 콘텐츠의 생산과 전달의 목적이 중점적이었다면, 소셜 미디어는 콘텐츠의 생산과 공유의 관계가 이루어지는 양방향적인 목적을 지니고 있다고 볼 수 있다(김봉섭 외 2013). 소셜 미디어는 특정 주제에 관심 있는 사람들이 자발적으로 지식과 의견을 공유할 수 있고, 소셜 미디어를 통한 참여와 피드백이 개방적인 것이 특징적이다. 더욱이 소셜 미디어는 댓글을 통해 ‘쌍방향의 대화’를 할 수 있으며, 소셜 미디어 이용자들이 온라인상에서 사진, 취미, 드라마, 이슈 등 동일한 관심사를 중심으로 ‘커뮤니티’를 이루며, 이를 통해 효율적으로 소통할 수 있기 때문에 매우 유용하다(jylee, 2013; 박진우, 김덕중 2014에서 인용).

소셜 미디어는 다양하게 정의되는데, 일반적으로 소셜 미디어는 SNS에 가입한 이용자들이 서로 의견과 정보를 공유하면서 대인관계망을 넓힐 수 있는 플랫폼으로 정의 내려진다(이인희, 2013; 최민재, 양승찬, 2009; 최성우, 2011; 한국정보화진흥원, 2011년). 소셜 미디어의 기술적 측면, 서비스 측면, 행위적 관점들을 종합해서 새롭게 정의를 내려 보면 소셜 미디어는 “다양한 사람들이 모여 양방향적으로 개인의 정보, 지식, 경험, 생각 등을 공유하거나 텍스트, 사진, 동영상, 오디오 등 다양한 포맷의 대화를 통해 관계를 유지하는 활동이나 행위를 하는 온라인상 웹기반의 어플리케이션”으로 정의 내릴 수 있다. 현재 국내·외에서 주로 사용되는 소셜 미디어의 종류는 블로그(blog),

페이스북(facebook), 트위터(twitter), 카카오톡(kakaotalk), 인스타그램(instagram), 밴드(band) 등이 대표 적이다(2017, 모비인사이드).

2. 소셜 미디어 이용 동기 및 이용 행동

소셜 미디어의 이용 동기는 이용과 충족 이론(theory of uses and gratification)에 따라 다양하게 분류 될 수 있다. 박진우, 김덕중(2014)은 다양한 소셜 미디어 이용 동기를 정보교류, 관계 맺기, 자기표현으로 구분하였다. 정보교류는 사적인 메시지나 정보를 전달하거나 주고받는 것을 의미한다. 관계 맺기는 개인과 개인 간의 상호교류를 하거나 상호작용 하는 것을 의미한다. 자기표현은 소셜 미디어를 통해 타인에게 자신의 존재와 정체성을 알리는 것을 의미한다. 이 3가지 소셜 미디어의 이용 동기를 통해 소셜 미디어 이용자들이 어떠한 동기와 목적을 가지고 소셜 미디어를 이용하는지 알 수 있다. 국내 SNS 이용자(94,4%)의 주된 SNS 이용목적은 친교 및 교체(79,5%), 취미 및 여가 활동(51,3%), 일상생활의 기록(49,6%), 개인적 관심사 공유(43,6%)등으로 나타났다. 이중 절반 이상이 하루에 한 번 이상 모바일 SNS를 이용하며, SNS를 통한 활동은 자신이 직접 게시물을 작성하는(49,6%)활동보다 타인의 게시물을 읽거나(83,8%) 반응하고(64,1%) 공유하는(25,9%)활동이 더 빈번한 것으로 나타났다(한국인터넷 진흥원, 2013). 즉, 소셜 미디어 이용자들이 소셜 미디어 활동 중 친교 및 교체와 타인의 게시물을 읽는 행위를 많이 하며, 이러한 활동은 소셜 그루밍(social grooming)활동과 타인의 게시물을 읽거나 반응하면서 나타나는 외모 비교 행위로 구분 할 수 있다.

다음으로 소셜 미디어 이용행동을 살펴보면, Wang 등(2017)은 타인의 사진을 보는 수동적 행동과 자신이 직접 사진을 업로딩 하는 능동적 사용으로 나누어 살펴보았다. 연구 결과, 타인이 찍은 사진을 보는 활동은 자신이 직접 자신을 올리는 능동적인 행동보다 더 낮은 자존감 및 삶의 불만족감을 예측하였다. 또한, Manago 등(2015)은 소셜 미디어 이용행동을 크게 두 가지로 구분하였다. 이들은 단순히 타인의 게시물에 올라온 사진이나 동영상을 살펴보는 수동적 사용과 동영상이나 사진을 직접 포스팅 하거나 업로딩 하는 능동적 사용으로 명명하여 소셜 미디어의 이용정도를 측정하였다. 선행연구를 살펴보면, 소셜 미디어를 능동적으로 사용 하는 이용자들은 사회적 신뢰감을 형성하고, 사회적으로 연결되는 느낌을 갖는 등 긍정적인 영향(Koroleva et al., 2011)에 대한 보고가 있는 반면, 수동적인 이용자들은 피로감, 짜증을 야기하는 등 개인에게

부정적인 영향을 미친다는 것이 밝혀졌다(Jordan et al., 2011; Maier, Laumer, Eckhardt, & Weitzel, 2012; Wang, Yang & Haigh, 2017). 특히, 타인이 찍은 사진을 보는 수동적 이용은 또래간의 상향비교를 증가시키며 자신이 직접 사진을 올리는 능동적 이용보다 낮은 자존감, 신체불만족, 섭식에 대한 걱정과 유의한 관련이 있다고 보고되었다(Jordan et al., 2011; Wang, Yang & Haigh, 2017).

3. 수동적 소셜 미디어 활동의 종류

a. 소셜 그루밍 활동

그루밍(grooming)은 어떤 동물 개체가 동종 타 개체의(특히 스스로는 만지기 어려운 부위의) 피부, 털, 깃털 등을 청소해 주는 행동 양식을 의미한다. 포유류에서 그루밍은 ‘털 손질’, 새의 경우에는 ‘깃털 손질’을 뜻한다. 이는, 먼지나 기생충을 없애고 작은 상처를 치료하기 위한 행동으로서 자기 개체에 대한 위안 행동이라고 불렀다. 사회적 의미의 그루밍은 짝이나 집단의 동종끼리 연대를 강화하고 개체 간의 사회적 관계를 확인하는 등에서 중요한 역할을 하는데 의미가 있다(강영희, 2008).

원숭이가 털을 쓰다듬는 그루밍 행동은 관계를 확인하는 행동이며, 이는 “내가 너에게 관심이 있다”는 것을 그루밍을 통해 보여준다는 것을 의미한다. Dunbar(1998)는 털을 서로 만지는 그루밍 행동보다 언어가 더 관계를 맺는데 효율적이기 때문에 유인원들이 사회적으로 더 많은 그루밍을하기 위해 언어가 탄생했다고 주장하고 있다. 즉, 그루밍은 동물들이 서로의 유대감을 보여주기 위해 털을 골라주는 행동이지만 인간도 이와 유사하게 상호 간에 신뢰를 구축하고 관계를 유지하기 위해 동물들이 하는 털 손질 대신에 언어를 통해 이와 유사한 행동을 한다는 것을 의미한다. 예를 들어 인간사회에서의 그루밍은 언어로 친구나 동료들에게 어떻게 지내는지 안부를 묻거나 아는 사람과 뉴스나 운동경기에 대해 몇 마디 이야기를 나누며 상호 관계를 구축한다는 것을 의미한다. 또한, 사람들이 인맥을 유지하기 위해 생일 축하 메시지를 보내거나, 가끔 안부 전화를 하는 것도 원숭이들이 그루밍 하는 것과 유사하다고 말하고 있다. Rogers(2007)는 특히, 소셜 미디어가 등장하면서, 원숭이가 더 많은 교류를 하려고 언어가 탄생했던 것처럼 사람들이 더 많은 사람들과 관계를 맺기 위해 페이스북을 통한 관계를 맺는 행동을 하게 되었다고 주장하고 있다.

소셜 그루밍(social grooming)은 소셜 미디어 상에서 관계를 유지하는 행동을 의미한다(Ellison et al, 2014). 사람들은 소셜 그루밍을 통해 더 큰 네트워크상에 서로 상호간에 관계를 맺고 유지하는 것이 가능하게 되었다. 소셜 미디어를 통해서 연락이 끊겼거나 자주 보지 못하는 친구와 연락을 하거나 관계를 유지하는 것은 소셜 그루밍의 활동 중에 하나이기도 하다(Lampe, Ellison, & Steinfield, 2006). 또한 Utz와 Beukeboon (2011)은 소셜 그루밍 활동에는 친구들의 SNS를 방문하고, 프로필을 보고, ‘좋아요’를 누르거나 댓글을 다는 행동 등이 있다고 언급하고 있다.

소셜 미디어를 통한 그루밍 활동은 관계를 유지하는 상호교류 활동이지만, 소셜 그루밍 활동을 많이 할수록 타인의 이상적인 이미지에 노출될 기회가 더 증가되고 ‘좋아요’나 댓글 같은 평가적 반응을 요구하게 된다. 소셜 미디어의 활발한 상호작용은 한 여성이 만들어 낸 이상적 이미지가 곧 다른 여성의 신체이미지 형성에 영향을 미치게 되는데, 이는 개인에게 부정적인 신체상을 형성하는데 영향을 미칠 수 있다는 것을 의미한다. 또한, 소셜 미디어를 통해 개인이 타인의 게시물을 많이 접할수록 외모비교를 더 많이 하게 되기 때문에 소셜 그루밍은 서로 간의 유대감을 확인하는 활동이지만 비교를 촉진하는 활동이기도 하다(오현숙, 2017). 선행연구를 살펴보면, 소셜 그루밍 활동에 속하는 포스팅한 글이나 댓글을 보거나 사진에 ‘좋아요’를 받지 못하는 것 등이 신체 불만족 및 섭식장애와 관련이 있다는 것이 밝혀졌다(Mabe, Fornety, & Keel, 2014). 하지만 또 다른 연구에서는 소셜 그루밍 활동에서 타인에 글에 댓글이나 ‘좋아요’를 누르는 활동 등은 긍정적인 상호교류의 효과가 있음이 나타났으며, 특히 ‘좋아요’기능은 온라인상에서 공감을 촉진하여 이용자들의 감성욕구를 충족시키는 요인으로 평가되기도 하였다(박소영, 2012; Koroleva, Krasnova, Veltri, & Günther, 2011). 앞서 살펴본 소셜 미디어 이용행동 중 본 연구에서 측정하고자 하는 소셜 그루밍 활동은 소셜 미디어의 능동적 사용과 수동적 사용이 혼합되어 나타나는 활동을 의미한다. 그렇기 때문에 소셜그루밍 활동에 대해서 다소 혼재된 결과들이 보고되고 있다. 따라서 본 연구에서는, 소셜 그루밍 활동의 수동적 측면에 초점을 두어 살펴보고자 한다.

b. 외모 비교

Festinger(1954)가 처음으로 제시한 사회비교 이론(social comparison theory)은 “개체로서의 한 인간은 자신의 의견과 능력을 평가하고자 하는 내재된 욕망”을 가졌다고 전제한다. 이는 인간이 자신을 평가하기 위해 타인과 자신을 비교하게 된다는 것을 의미한다. 비교 하는 대상이 자신 보다 우월한지, 혹은 열등한지에 따라 상향 비교와 하향 비교로 구분된다. 상향 비교(upward comparison)는 자신보다 더 우위에 있는 사람들과 자신을 비교 하는 것을 의미한다. 미디어에 등장하는 여성의 이미지는 이상화된 신체적 매력을 보여주기 때문에 사회비교 이론 중 상향비교와 밀접하게 관련이 있다고 볼 수 있다. 외모 비교는 위에서 제시한 Festinger(1954)의 사회비교이론을 토대로 제안된 것으로, 자신의 외모, 몸매, 체중을 다른 사람과 비교하는 것을 의미한다.

선행 연구를 살펴보면 미디어 속의 날씬한 모델의 몸매와 상향비교를 더 많이 할수록, 신체에 불만족이 높다는 것이 밝혀졌다(이병혜, 2009; 홍종필, 이시연, 2005; Cusumano & Thompson, 1997). 또한, 대중매체 속의 마른 이상적인 체형의 내면화 및 신체 비교는 이상 섭식행동과 유의미한 관계가 있는 것으로 알려져 있다(류애리, 송원영, 2013; 손은정, 2008). 이처럼 전통적 미디어를 통한 외모의 비교 대상은 주로 날씬한 몸매를 지닌 연예인, 유명인이었다. 하지만 페이스북, 인스타그램 같은 소셜 미디어의 외모비교 대상은 날씬한 연예인, 유명인에 한정되지 않는다. 대다수의 소셜 미디어 이용자들은 자신과 비슷한 또래 집단 및 친구와 관계를 맺고 상호 교류하는 경향이 있다. 그러기 때문에 소셜 미디어에서 외모 비교 대상이 현실에서 만날 수 없는 유명인이나 연예인뿐만 아니라 일상생활에서 쉽게 접할 수 있는 또래 집단일수 있다(오현숙, 2017; Jones, 2001).

따라서, 여대생들이 소셜 미디어를 통해 비교하는 대상이 자신과 가까운 또래 집단일 가능성이 높을 것이라 생각된다. Festinger(1954)의 사회 비교 이론의 “유사성에 대한 욕구(the need for similarity)”가 이를 뒷받침해 준다. 이에 따르면 사람들은 자기 견해의 타당성을 다른 사람들과의 비교를 통해 검증한다. 유사한 사람들은 상호간의 비교를 함으로써 개개인이 지니고 있는 믿음, 태도, 생각, 감정 등이 합당하다는 것을 확인할 수 있어서 서로에게 사회적 지원을 제공하게 된다. 즉, 사람들이 자신이 가지고 있는 능력이나 의견을 평가하기 위해서 자신과 유사한 능력과 의견을 지니고 있는 사람들과 자신을 비교한다는 것을 의미한다. 이를 위해 사람들은 나와 유사한 측면을 많

이 공유하고 있는 사람들과 자신을 비교하게 되며, 이 때 다른 사람들을 나와 더 '유사하게' 바꾸려고 노력하는 동시에, 자신도 타인과 더 유사해지도록 노력을 하게 된다(한규석, 2009). 여학생과 남학생에게 친구, 가족, 유명인 중에 어떤 집단이 자신에게 중요한 비교 상대인지를 조사했을 때, 남, 여학생 모두 유명인보다 친구가 더 중요한 외모 비교 상대라고 응답했다(Heinberg & Thompson, 1992). 선행연구를 살펴보면, 소셜 미디어 속 유명인의 사진을 보는 것보다는 또래의 사진을 보는 것이 여성의 신체상에 부정적인 영향을 끼친다고 보고되었다(Cash, Cash, & Butters, 1983; Jones, 2001).

따라서, 소셜 미디어의 몸매, 외모와 같은 외모 비교는 유명인보다 자신과 유사한 또래 집단과의 비교가 더 자주 일어나며 이는 개인에게 부정적인 영향이 미칠 것으로 예상된다. 본 연구에서 다루고자 하는 소셜 미디어에서의 외모 비교는 "유사성에 대한 욕구"를 근거로 소셜 미디어 상에서 관계를 맺고 있는 또래 집단 및 친구와 자신을 비교하는 행위로 정의 될 수 있다.

또한, 앞서 살펴본 것과 같이 소셜 미디어 활동은 능동적, 수동적 활동 구분되어지는데, 타인과의 상호작용 없이 단순히 프로필을 둘러보는 외모비교 행위는 수동적 활동이라고 볼 수 있다. 이는 다수의 이용자들이 사회비교를 하는 목적으로, 타인의 글과 사진을 둘러보면서 수동적 이용방식을 선택한다는 것을 의미한다(Lee, 2014; Vogel et al., 2015).

종합해보면, 소셜 미디어 활동 중 개인에게 역기능적인 영향을 미치는 활동은 수동적 소셜 미디어 활동이며, 수동적 소셜 미디어 활동은 '수동적 소셜 그루밍 활동'과 '외모비교' 행위로 구분 지을 수 있다. 이 변인들은 개인의 신체상 및 이상섭식 행동에 영향을 미치는 주요한 변인이라고 생각된다. 소셜 미디어 상에서 관계를 유지하는 행동으로써 친구의 SNS를 방문하여 타인과 상호작용 없이 게시물을 살펴보는 행위를 '수동적 소셜 그루밍 행동'으로(Ellison et al, 2014; Utz, Beukeboon, 2011), 타인이 올린 글과 사진을 둘러보면서 사회적 비교 행위의 목적으로 이루어지는 수동적인 활동은 '외모 비교' 행위로 정의 될 수 있다(오현숙, 2017; 정진영, 2018; Vogel et al., 2015).

4. 신체이미지 희생경험과 수동적 소셜 미디어 활동의 관계

Keery 등(2004)은 부모, 또래, 매체로부터 날씬해야 한다는 사회적 영향은 신체 불만족, 이상 섭식 행동에 유의미한 영향을 미친다고 주장 하였다. 본 연구에서는 사회문화적 영향 중 부모나 또래의 영향을 어린 시절 외상 경험에 초점을 두어 ‘부모나 또래로부터 신체이미지 희생경험’으로 소셜 미디어가 보편화된 현실에 따라 매체의 영향을 ‘소셜 미디어 활동’으로 설정하였다. 이 두 변인은 이상섭식 행동을 유발하는 사회문화적 영향으로써 서로 유의미한 관계가 있다고 보여 진다. 어린 시절 신체적 외모에 대한 부정적 경험이 있는 사람은 사회에서 요구하는 이상적 체형을 추구하며 신체불만족이 높기 때문에, 어린 시절 신체적 외모에 대한 부정적 경험이 없거나 과거의 경험을 덜 부정적으로 지각한 사람보다 날씬함에 대한 소셜 미디어의 영향을 더 많이 받는다고 예상된다.

소셜 미디어 활동 중 외모비교와 부모, 또래에 의한 신체 이미지 희생경험에 대한 선행 연구를 살펴보면, 외모비교는 부모, 친구, 대중 매체의 영향 및 신체 불만족을 매개하여 섭식행동에 간접적으로 영향을 미치는 것을 알 수 있다(Kerry et al., 2004). Shroff와 Thompson(2006)은 청소년기에 외모에 대해 타인에게 부정적 피드백을 받게 되면, 청소년이 외모와 관련되어 신체불만족이 증가되고 그로 인해 사회적 비교를 하는 경향이 높아진다고 주장했다. Sarwer 등(1998)이 제안한 신체상과 성형수술의 관계에 대한 모델에서는, 어린 시절부터 신체적 외모에 대해 타인에게 놀림당한 경험이 많았던 사람은 사회에서 제시하는 이상적인 신체상을 과도하게 추구하기 때문에 타인과의 외모 비교의 정도가 높아진다는 것을 밝혔다. 손은정(2008)은 여대생이 어린 시절에 부모나 또래에 의한 신체 놀림에 대해 부정적으로 지각한 정도가 높을수록 타인과의 신체 비교를 더 많이 하게 되고, 이로 인해 신체에 불만족이 높아졌음을 보여주었다.

선행연구를 종합해 볼 때, 또래나 부모에 의한 신체적 외모에 대해 부정적 경험이 있던 사람은 신체 불만족이 높아져서 타인과 자신을 비교하게 된다는 것을 알 수 있다. 여대생의 경우 이러한 외모비교는 가상적인 공간인 소셜 미디어 상에서 더 자주 일어나며, 비교 대상은 유명인이나 가족보다는 또래 집단일 가능성이 높다(오현숙, 2017; Cash, Cash, & Butters, 1983; Jones, 2001).

소셜 미디어 상의 그루밍 활동은 다양한 친구를 사귀며 상호간의 교류를 추구하는 활동을 의미하며, 소셜 미디어 이용자는 관계의 욕구를 충족하고 심리적 안정과 정서

적 지지를 받을 수 있는 수단으로 소셜 미디어를 사용한다(채경선, 정윤주, 2015). 신체 이미지 희생경험과 소셜 그루밍간의 관계를 살펴보면, 어린 시절 부모와의 부정적인 관계에서 외로움이나 정서적 결핍을 경험한 아이는 소셜 미디어 상에서 결핍의 욕구를 충족시키려는 욕구를 보인다고 보고되었다. 또한, 20대 성인이 가족이나 친구와의 친밀감을 형성하지 못하고 타인과의 관계에서 소통에 대한 어려움, 외로움, 소외감을 가지게 되는 경우, 그 결핍된 욕구를 가상의 공간인 SNS 통해 채우고자하는 경향성이 있다는 것이 밝혀졌다(정수인,2014; 김미영, 2015; 김진아 2018에서 재인용). 즉, 어린 시절에 신체적 외모에 대한 부정적 경험이 있던 사람은 어린 시절 관계에서 부정적 정서와 결핍을 느꼈기 때문에 소셜 미디어 상에서 관계를 추구하는 그루밍 활동을 함으로써 정서적 지지나 소속감을 얻길 원한다고 보여 진다. 또한, 타인의 게시물을 많이 접할수록 외모비교를 더 많이 하기 때문에 소셜 그루밍은 서로 간의 유대감을 확인하는 활동이지만 비교를 촉진하는 활동이기도 하다(오현숙, 2017).

5. 소셜 미디어 활동과 이상 섭식행동 간의 관계

우리나라의 사회 분위기는 날씬하고 마른 체형을 가진 여성을 유능하고 자기 통제적이고 성적인 매력을 가진 성공한 여자로 보는 경향이 있으며, 매체가 이를 강조함으로써 많은 여성이 날씬한 외모를 선호하고 있다(이경아,1996; 김인혜, 이영호, 2014에서 재인용). 미디어와 신체상 및 이상섭식 행동의 관계를 고찰한 대부분의 선행연구는, 마른 몸매를 강조하는 미디어에 더 많이 노출되는 여성 일수록 신체 불만족과 높은 관련성이 있음이 보고되었다(Posavac, 1998; Stice& Shaw, 1994). 대중매체에서 노출되는 이상적인 여성의 모습은 여성들의 신체 불만족을 일으키고 마르고 싶은 욕구를 자극하여 무리한 다이어트나 섭식장애 행동을 유발하였다(Grabe, Ward & Hyde ,2008; Stice et al., 1994).

이처럼 기존의 선행연구는 전통적 미디어(잡지, TV, 신문)가 섭식 행동에 미치는 영향에 대한 연구들이 주로 진행되었다. 하지만, 스마트폰 사용이 보편화되면서 소셜 미디어의 이용이 증가함에 따라 소셜 미디어와 관련된 연구의 필요성이 대두되고 있다. TV, 잡지와 같은 전통적 매체와 소셜 미디어 이용시간이 다이어트 행동에 미치는 정도에 대한 선행연구를 살펴보면, 소셜 미디어가 전통적 미디어보다 다이어트 행동에 더 높은 예측력을 보였다(Tiggemann & Slater, 2013). 20대의 미디어 이용률을 살펴보

면, 전통 미디어 이용 비율은 TV 84.7%, 신문 7.4%, 잡지 3.4%인 것에 비해 ‘모바일 2017년 모바일 SNS 이용률’은 약 94%로 가장 높은 수치를 보이고 있었다(한국인터넷진흥원, 2017). 이를 통하여 여대생이 모바일이나 인터넷을 통한 소셜 미디어에 더 많이 노출되며 전통적 미디어 보다 소셜 미디어가 섭식장애 및 이상섭식행동을 유의하게 설명하는 변인이라고 생각된다.

한편, 소셜 미디어와 신체상 및 이상 섭식 행동의 관련성에 대한 연구는 다소 혼재된 결과들이 보고되었다. 몇몇 연구에서 소셜 미디어의 사용이 부정적인 신체상 및 이상섭식 행동과 유의미한 관계가 있는 것으로 밝혀졌지만(Tiggemann & Slater, 2013; Lee et al., 2014), 미디어 노출 시간과 이용이 신체 불만족, 이상 섭식 행동 간의 관련성이 적다는 연구 결과도 나타났다(김미희, 2015; 김효진, 임성문, 2015; Ferguson, Winegard, & Winegard, 2011; Ferguson et al., 2014). 또한, 단순히 소셜 미디어를 사용하는 시간이나 소셜 미디어를 통한 모든 활동이 신체상 및 이상 섭식행동에 영향을 미치는 것이 아니라, 사진 올리기, 포스팅 하기, 댓글 보기, ‘좋아요’ 누르기 등과 같은 소셜 미디어 활동이나 외모비교를 하는 것이 부정적인 신체상 및 이상 섭식행동에 영향을 미친다고 보고된다(Hendrickse et al., 2017; Holland & Tiggemann, 2016; Manago et al., 2015; Mabe, Forney, Keel, 2014; Meier & Gray, 2014).

소셜 미디어 이용행동이 이상섭식 행동에 미치는 영향에 대한 선행연구를 살펴보면, 여대생을 대상으로 한 Fardouly 와 Vartanian(2015)의 연구 결과, 페이스북에 올라온 사진속의 인물과 자신을 비교하는 외모 비교를 할수록 신체 불만족이 높아진다고 보고하였다. 또한, 소셜 미디어에 사진을 올리는 횟수나 친구의 프로필을 읽는 행위 등 소셜 미디어 이용의 다양한 측면이 이상섭식 행동에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다(Mabe, Forney, & Keel, 2014; Smith et al, 2013).

국내의 연구 또한 소셜 미디어의 활동에 초점을 맞추어 소셜 미디어 활동이 신체상에 어떤 영향을 미치는지 연구가 이루어지고 있다. 김미희(2015)의 연구에서는, 페이스북 이용이 대학생의 부정적 신체 이미지에 직접 영향을 미치지 못했지만 외모 상향 비교를 매개로 하여 간접적으로 영향을 미친다고 보고하였다. 또한, 소셜 미디어 활동을 분류한 연구에서는, 소셜 미디어에서 타인의 사진을 보는 수동적 사용(browsing)과 자신의 사진을 올리는 능동적 사용(uploading)으로 구분해 여성의 신체상에 미치는 영향을 살펴보았다. 연구결과, 업로딩 행동이 높을수록 신체 감시와 신체 수치심이 촉진되고, 절제된 섭식 행동이 높아졌고, 브라우징 행동은 직접 신체 수치심에 영향을 미쳐 절제된 섭식 행동을 예측하였다(전소정, 성용준, 양은주, 2018). 오현숙(2017)은 페이스

북 이용시간, 페이스북 친구 수, 페이스북 활동유형(포스팅 활동/ 소셜 그루밍 활동), 외모상향 비교로 소셜 미디어 활동을 분류해서 어떤 요인이 부정적 신체 이미지에 영향을 주는지 알아보았다. 연구 결과, 부정적 신체 이미지에 영향을 미치는 요인은 단순한 페이스북 노출 시간이 아닌 관계 유지를 위한 소셜 그루밍 활동과 페이스북 상에 이루어지는 외모 비교임이 드러났다.

선행 연구를 종합해 보면, 단순한 소셜 미디어 노출보다는 소셜 미디어 활동이 이상섭식 행동에 유의미한 영향을 미치며, 소셜 미디어 활동 중에서도 타인의 게시물에 반응하고 관계를 유지하는 ‘수동적인 소셜 그루밍 활동’과 친구의 게시물을 보고 ‘외모 비교’ 하는 행위가 이상섭식 행동에 많은 영향을 미친다고 보여 진다. 또한, 소셜 미디어 이용자들이 소셜 미디어 활동 중 친구 및 교제와 타인의 게시물을 읽는 행위를 많이 하는 것으로 나타났으며, 이는 소셜 그루밍 활동과 타인의 게시물을 읽거나 반응하면서 나타나는 외모 비교 행위로 구분 할 수 있다. 즉, 소셜 미디어에서 가장 많이 이루어지는 활동은 ‘수동적 소셜 그루밍 활동’과 ‘외모 비교’이며 이는 이상섭식 행동에 미치는 영향을 설명하는 가장 유의한 변인이라고 생각된다.

하지만 국내의 연구들은 소셜 미디어 활동이 신체상에 어떻게 부정적 영향을 미치는지 살펴보는 데 그치고 있다. 따라서 본 연구는 국내에서 아직 초기 단계에 머물고 있던 소셜 미디어와 신체이미지에 대한 연구를 확장해서, 소셜 미디어 활동의 변인들과 이상섭식 행동의 관련성에 대해서 알아보고자 한다.

D. 신체이미지 희생경험, 이상섭식행동 및 수동적 소셜 미디어 활동과의 관계

이상섭식 행동은 생물학적, 개인 심리적, 사회 문화적 요인 등 다차원적 요인에 의해 발생하는데, 그중에서 사회문화적 영향은 이상섭식 행동의 유발, 유지에 있어서 강력하게 영향을 미치는 요인이다. 사회문화적 영향은 또래, 부모, 대중매체의 영향을 의미한다(Keery, et al., 2004; Thompson et al., 1999). 사회문화적 영향 중 또래와 부모의 영향을 의미하는 신체이미지 희생경험은 작은 외상으로써 당시에는 심각한 문제를 보이지 않더라도 그 상처가 내면에 남아 시간이 지나서도 개인에게 영향을 미치기 때문에 현재 여대생이 보이는 이상 섭식행동을 설명하는데 매우 중요한 변인이라고 생각된다. 하지만 여대생의 경우 시간이 지나면서 이상섭식 행동을 설명하는 신체이미지 희생경

험의 영향력은 감소할 수 있기 때문에 현재 이상섭식 행동에 영향을 미치는 요인 또한 고려할 필요성이 있다.

가족, 또래, 대중 매체는 서로 유의미한 관련이 있으며, 세 가지 변인이 상호작용하여 이상섭식 행동을 더 잘 설명할 수 있기 때문에 이상섭식 행동을 설명하는데 가족이나 또래의 영향 뿐 아니라 대중 매체의 영향 또한 중요하다. 더구나 청소년의 비해 대학생은 현재 또래나 부모에게 직접적으로 신체적 외모에 대한 부정적인 경험을 겪기보다는 소셜 미디어를 통해 날씬함에 대한 압력을 간접적으로 경험한다고 예상되기 때문에 소셜 미디어는 현재 여대생의 이상섭식 행동을 유의하게 설명할 수 있는 변인이라고 생각 된다. 특히 소셜 미디어의 단순한 노출보다는 소셜 미디어를 통해 어떤 활동을 하느냐가 더 중요하며, 그 중에서 소셜 미디어 상에서의 수동적으로 이루어지는 수동적 소셜 그루밍과 외모비교는 여대생의 이상섭식행동을 유발하는 원인을 유의하게 설명할 수 있는 변인이다(Fardouly, Vartanian, 2015; Mabe, Fornety, & Keel, 2014). 어린 시절 신체적 외모에 대한 부정적 경험이 있는 사람은 사회에서 요구하는 이상적 체형을 추구하며 신체불만족이 높기 때문에, 어린 시절 신체적 외모에 대한 부정적 경험이 없는 사람들 보다 날씬함에 대한 소셜 미디어의 영향을 더 많이 받을 것이라 예상된다. 따라서 본 연구자는 또래나 부모에 의한 신체이미지 희생경험과 소셜 미디어 활동 및 이상섭식행동이 하나의 연결선상에 있다고 가정 하였다.

선행연구를 종합해보면, 신체이미지 희생경험과 수동적 소셜 미디어 활동은 이상섭식 행동에 영향을 미치며, 이상섭식 행동을 예언하는 신체이미지 희생경험과 수동적 소셜 미디어 활동 간에도 서로 밀접한 관련이 있음을 확인할 수 있었다.

세 변인들 간의 관계를 근거로 할 때, 신체이미지 희생경험은 이상섭식 행동에 직접적인 영향을 미칠 뿐 만 아니라 수동적 소셜 미디어 활동을 통해 이상섭식 행동에 간접적으로 영향을 미칠 수 있음을 가정 할 수 있다.

Ⅲ. 연구방법

A. 연구대상

본 연구는 광주지역 C대학에 재학 중인 비임상군 20대 여자 대학생 500명을 대상으로 연구 자료를 수집하였다. 여대생이 이상섭식 행동 및 섭식장애에 높은 비율을 보이며, SNS이용률에 따른 영향을 많이 받기 때문에 연구의 가설을 설명하는데 있어 여대생을 대상으로 하는 것이 적합하다고 생각된다.

B. 측정도구

1. 한국판 식사 태도 척도-26

(The Korean Version of Eating Attitude Test-26:KEAT: 26)

이상 섭식행동을 측정하기 위해 Garner, Olmsted, Bohr와 Garfinkel(1982)이 개발하고 이민규 등(1988)이 변안한 표준화한 한국판 섭식태도 척도-26(the korean version of Eating attitude Test-26:KEAT-26)을 사용하였다. 본 척도는 섭식 장애 환자가 보이는 행동과 특성을 측정하기 위해 고안되었지만, 정상집단의 이상섭식행동 및 태도를 확인하는데 유용한 도구로 알려져 있다. 본 척도는 살찌는 음식을 기피하고 마르고자 하는 욕구와 관련된 거식요인(예: “음식을 작은 조각으로 나누어 먹는다.”) 13문항, 폭식과 음식에 대한 몰두(예: “억제할 수 없이 폭식을 한 적이 있다.”) 6문항, 섭식에 대한 자기통제와 타인에게 받는 체중 증가의 압력에 관한 섭식통제(예: “자신이 살이 찼다는 생각에 늘 사로 잡혀있다”) 7문항의 총 26문항으로 구성되어 있다.

각 문항은 Likert식 6점 척도로 평정되며, 채점은 0~3으로 하며, ‘항상 그렇다’는 3점, ‘거의 그렇다’는 2점, ‘자주 그렇다’는 1점으로 채점되며, 나머지(가끔 그렇다, 거의 그렇지 않다, 전혀 그렇지 않다)는 0점으로 채점한다. 점수가 높을수록 섭식태도가 역기능적이고 부정적인 경향을 보임을 의미한다. 점수범위는 0-78점이며, 0-21은 정상, 22-26점은 신경성 식욕부진증, 거식증 등 섭식장애를 가지고 있는 경우, 27점 이상은

심각한 섭식장애가 있는 경우라고 볼 수 있다(이민규 등, 1998, 2001),

김은하, 이신영(2016)의 연구에서는 내적합치도(Cronbach's α)는 .89로 나타났고, 이현정, 이승연(2016)의 연구에서는 내적합치도(Cronbach's α)는 .73로 나타났다. 본 연구에서 내적합치도(Cronbach's α)는 .88로 나타났다.

2. 신체 이미지 희생 경험 척도

(Body Image Victimization Experiences Scale: BIVES)

부모나 또래에 의한 신체이미지 희생경험을 측정하기 위해 Duarte & Pinto-Gouveia (2015)가 개발한 척도를 번안, 수정하여 사용하였다. 본 척도는 동료 (친구 또는 동료) 또는 부모 (또는 다른 중요한 양육자)가 저지른 신체적 외모와 관련된 괴롭힘 및 놀림의 어린 시절 또는 청소년기의 경험을 측정한다. 각 문항은 Likert식 5점 척도로 평정되며, 각 상황에 대한 경험의 빈도(1= 전혀 없다 ~ 5 = 아주 빈번하다) 및 경험에 대한 정서적인 영향(1 = 전혀 당황하지 않았다 ~ 5 = 매우 당황했다)에 대해 측정하도록 구성되어 있다. 부모에 의한 신체이미지 희생경험과 친구에 의한 신체이미지 희생경험의 두 하위요인의 평균점수는 1-5점이다. 일반 인구의 비임상 샘플에서 수행된 BIVES 타당도 연구에서 두 하위요인의 구성타당도, 검사-재검사 신뢰도 (.80에서 .89까지), 내적일관성(.95)을 포함한 매우 신뢰로운 심리측정적 속성을 나타냈다.

본 연구에서의 내적합치도(Cronbach's α)는 친구에 의한 신체이미지 희생경험은 .89, 부모에 의한 신체이미지 희생경험 .96, 전체 신뢰도는 .94로 나타났다.

3. 수동적 소셜 미디어 활동

(1) 소셜 그루밍 척도 (Social Grooming Scale)

소셜 그루밍 활동을 측정하기 위해 Utz와 Beukeboom(2011)이 개발하고 오현숙(2017)이 번안, 수정한 소셜 그루밍 척도(social grooming scale)를 사용하였다. Utz 와 Beukeboom(2011)이 개발한 사회적 그루밍을 위한 페이스북 사용 척도(facebook use for social grooming scale)는 사람들이 SNS에서 실제로 행해지는 일을 평가하였다. Utz 와

Beukeboom(2011)는 페이스북에서 친구들의 프로필을 방문하거나, 친구의 프로필을 살펴보는거나, 자신의 프로필에 대한 메시지와 의견을 남기는 등의 페이스북에서 이루어지는 사회적 참여행동의 빈도를 측정하고자 개발하였다. 본 척도는 Kim 과 Chock(2015)의 연구에서는 내적합치도(Cronbach's α)는 .87로 나타났다. 오현숙(2017)이 변안, 수정한 소셜그루밍 척도(social grooming scale)의 내적합치도(Cronbach's α)는 .91로 나타났다. 소셜 그루밍 척도는 모두 9문항으로 이루어졌으며, 각 문항은 5점 척도(1= 전혀 하지 않는다, 5=하루에 여러 번 한다)로 측정되어 진다.

본 연구에서의 내적합치도(Cronbach's α)는 전체 소셜 그루밍 활동이 .90이었으며, 수동적 소셜 그루밍은 .87, 능동적 소셜 그루밍은 .91로 나타났다.

(2) 외모 비교

소셜미디어 상에서 이루어지는 외모 비교를 측정하기 위해 Thompson, Heinberg, & Tantleff(1991)의 신체 외모에 대한 비교 척도(Physical Appearance Comparison Scale: PACS) 5문항과 Tiggemann & McGill (2004)의 신체특성에 대한 비교 척도(Specific Attributes Comparison Scale: SACS) 5문항을 정진영(2018)과 손은정(2008)이 변안, 수정한 척도를 사용 하였다.

신체 외모에 대한 비교 척도는 사회적 관계에서 타인의 신체와 외모를 자신과 비교하는 정도를 측정하는 내용으로 이루어져 있으며, Likert식 5점 척도(1= 전혀 그렇지 않다, 5= 항상 그렇다)로 평정된다. 신체특성에 대한 비교 척도는 개인의 허벅지, 배, 엉덩이, 팔뚝 등 구체적인 신체부위와 타인의 신체부위를 비교하는 정도를 측정하는 내용으로 이루어져 있으며, Likert식 5점 척도(1= 전혀 그렇지 않다, 5= 항상 그렇다)로 평정된다. 본 연구에서는 소셜 미디어 상에서의 신체 특성 비교를 측정하기 위해 정진영(2018)이 수정, 보완한 척도를 사용하였다. 두 척도 점수의 합이 높게 나올수록 타인과 자신의 외모, 신체를 비교하는 정도가 높다는 것을 의미하고, 전체 점수의 범위는 10-50점이다.

신체 외모에 대한 비교척도는 Thompson, et al,(1991)이 실시한 연구에서는 내적 합치도는(Cronbach's α)=.78 이였고, 검사-재검사 신뢰도는 .72로 나타났다. 손은정(2008)의 연구에서는 내적합치도 Cronbach's α 는 .82로 나타났다. 류애리, 송원영(2013)의 연구에서는 내적합치도 Cronbach's α 는 .73으로 보고되었다. 신체 특성에 대한 비교척

도는 Tiggemann & McGill(2004)의 연구에서는 내적합치도 (Cronbach's α)=.81 이었고, 류애리, 송원영(2013)의 연구에서는 내적합치도 Cronbach's α 가 .84로 나타났다. 김영신(2011)의 연구에서는 .80 이었다.

본 연구에서 측정한 내적합치도(Cronbach's α)는 전체 외모비교가 .92이었으며, 외모비교1은 .80, 외모비교2는 .92로 나타났다.

C. 연구문제

본 연구는 여대생을 대상으로 어린 시절 부모나 또래로부터 경험했던 신체 이미지 희생경험과 이상 섭식행동의 관계에서 수동적 소셜 미디어 활동의 매개효과를 검증하고자 한다.

본 연구의 연구 문제 및 연구가설은 다음과 같다.

연구문제 1. 여대생의 신체 이미지 희생경험, 이상섭식 행동, 수동적 소셜 미디어 활동 간의 관계는 어떠한가?

연구가설 1-1. 신체이미지 희생경험과 이상 섭식행동은 정적상관이 있을 것이다.

연구가설 1-2. 신체이미지 희생경험과 수동적 소셜미디어 활동은 정적상관이 있을 것이다.

연구가설 1-3. 수동적 소셜미디어 활동은 이상섭식행동과 정적상관이 있을 것이다.

연구문제 2. 여대생의 신체이미지 희생경험과 이상섭식 행동의 관계에서 수동적 소셜 미디어 활동은 어떠한 역할을 할 것인가?

연구가설 2-1. 신체이미지 희생경험과 이상섭식 행동의 관계에서 수동적 소셜 미디어 활동은 매개역할을 할 것이다.

D. 연구절차

본 연구의 설문조사는 광주지역 C대학에 재학 중인 비임상군 20대 여자 대학생을 대상으로 2018년 9월 3일부터 2018년 9월 17일에 걸쳐 실시되었다. 연구에 대한 안내를 설문 첫 장에 제시하였고, 설문 실시 전에 그에 대한 간략한 설명을 한 후 설문이 진행되었다. 연구 대상자들이 이를 읽고 동의한 이후에 설문에 응답할 수 있도록 하였으며, 설문 소요시간은 약 10-15분 이었다. 총 500부의 설문을 실시하였으며 그 중 모든 설문에 응답하지 않았거나 한 점수로 기입하거나, SNS를 사용하지 않아서 설문에 답을 하지 못했던 51부를 제외하여 총 449부를 활용하여 통계적 분석 및 연구 가설 검증 실시하였다.

E. 연구 모형

본 연구에서는 여대생을 대상으로 신체이미지 희생경험, 수동적 소셜 미디어 활동, 이상섭식 행동 간에 어떠한 관계가 있는지를 확인하고, 변인들이 어떤 경로를 통해 이상섭식 행동의 발생과 유지에 영향을 미치는지 알아보았다.

이에 본 연구는 신체이미지 희생경험을 독립변수로, 이상 섭식행동을 종속변수로, 수동적 소셜 미디어 활동을 매개변수로 하는 연구 모형을 다음 <그림 1>과 같이 제시하였다. 모형구성은 이론적 배경에서 살펴본 이론적 내용과 선행연구를 토대로 하였다.



그림1. 연구모형

F. 자료 분석

본 연구에서 연구문제를 통계적으로 분석하기 위해 SPSS 24.0을 사용하여 기술 통계 분석을 실시하였고, 연구모형의 적합도 검증을 위해 구조방정식을 채택하여 AMOS 24.0, 매개효과를 검증하기 위해 bootstrapping을 실시하였다.

첫째, 연구 대상자의 인구통계학적 특성을 알아보기 위해 기술통계 분석을 실시하였다.

둘째, 측정도구의 신뢰도를 검증하기 위해 Cronbach's α 계수를 산출하였다.

셋째, 여대생의 신체 이미지 희생경험, 이상섭식 행동, 수동적 소셜 미디어 활동 간의 관계를 살펴보기 위해 Pearson의 상관관계 분석을 실시하였다.

넷째, 측정 변수들이 잠재 변인을 타당하게 측정하고 있는지 확인하기 위해 확인적 요인분석(CFA)를 실시하였으며, 적합도와 표준화 요인 부하량을 확인하였다.

다섯째, 연구모형의 타당성을 확인하기 위해 연구모형의 적합도 검증을 실시하였다.

여섯째, 여대생의 신체이미지 희생경험과 이상섭식 행동의 관계에서 수동적 소셜 미디어 활동의 매개효과를 검증하기 위해 bootstrapping을 실시하였다.

IV. 결과

A. 기술 통계

1. 인구통계학적 특성

먼저 연구대상자의 인구통계학적 특성을 살펴보았으며, 그 결과는 <표 1>에 제시하였다. 구체적으로 살펴보면 연구대상자의 평균연령은 만 20.21세이며, 학년은 1학년 115명(25.6%), 2학년 178명(39.6%), 3학년 125명(27.8%), 4학년 31명(6.8%)이었다.

키는 평균 161.6cm(SD=.23), 몸무게는 평균 54.6kg(SD=.41)으로 전체 평균 BMI는 20.9(SD=.14) 정상으로 나타났으며, BMI 빈도와 구성 비율은 저체중 77명(17.2%), 정상 285명(63.3%), 과체중 49명(10.9%), 비만 29명(6.5%), 고도비만 9명(2.0%)순으로 나타났다. 소셜 미디어 사용 여부를 살펴보면 전체 485명 중 449명(92.6%)은 소셜 미디어를 사용하고, 36명(7.4%)은 소셜 미디어를 사용하지 않는 것으로 나타났다. 소셜 미디어 이용자가 주로 사용하는 소셜 미디어 종류는 페이스북 128명(28.5%), 인스타그램 211명(47.6%), 카카오톡(카카오토리) 41명(9.1%), 트위터 61명(13.6%), 기타 8명(1.8)이 사용하는 것으로 나타났다.

<표 1>. 인구통계학적 특성

구분	빈도(명)	구성비율(%)	평균(표준편차)
키			161.6cm (.23)
몸무게	449		54.6kg (.41)
BMI			
저체중	74	16.5	
정상	285	63.5	
과체중	47	10.5	
비만	29	6.5	
고도비만	8	1.8	
학년			20.9 (.14)
1학년	115	25.6	
2학년	178	39.6	
3학년	125	27.8	
4학년	31	6.9	
SNS 종류			
페이스북	128	28.5	
인스타그램	211	47.0	
카카오톡	41	9.1	
트위터	61	13.6	
기타	8	1.8	

2. 연구변인의 기술통계 및 상관분석

<표 2> 신체이미지 회생경험, 수동적 소셜 미디어 활동, 이상섭식행동 간의 상관 및 평균, 표준편차, 왜도, 첨도

변인	1	2	3
1. 신체이미지회생경험	-		
2. 수동적 소셜미디어 활동	.319**	-	
3. 이상섭식행동	.361**	.470**	-
M	43.52	40.73	8.43
SD	2.0	.57	.41
왜도	2.27	.07	2
첨도	6.1	-.66	5.28
범위	12-300	17-75	0-78

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

본 연구의 연구모형 검증에 대한 기초분석으로 연구 변인의 일반적 경향성과 정규성을 확인하기 위해 기술통계 및 왜도와 첨도를 확인하였다. 또한, 연구 변인들 간의 관련성을 알아보기 위해 Pearson의 상관분석을 실시하였다. 다음의 < 표 2>와 < 표 3>에서 그 결과를 제시하였다. 신체이미지 회생경험은 수동적 소셜 미디어 활동과 유의한 정적 상관($r = .319, p < .01$)을, 이상섭식 행동과도 유의한 정적 상관($r = .361, p < .01$)을 보였으며, 수동적 소셜 미디어 활동은 이상섭식행동과 유의한 정적상관($r = .470, p < .01$)을 보였다. 즉, 신체이미지 회생경험의 빈도 및 강도가 높을수록 수동적 소셜 미디어 활동이 증가하며, 신체이미지 회생경험과 수동적 소셜 미디어 활동이 많을수록 이상섭식 행동에 미치는 영향 또한 높다고 볼 수 있다.

구조방정식 분석을 위해서는 변수들이 정규분포를 이루어야 하므로, 정규성 판단을 위해 왜도와 첨도를 확인하였다. Kline(2015)가 제시한 기준에 따르면 왜도의 절대값이 3을 넘지 않고, 첨도의 절대값이 10을 넘지 않아야 정규성 가정을 충족했다고 볼 수 있다. 본 연구 결과, 측정 변인의 왜도의 절대값이 0.70 ~ 2.27로 절대값 3을 넘지 않는 것으로 나타났으며, 첨도의 절대값이 -.66 ~ 6.1로 10을 넘지 않기 때문에 정규성 가정을 충족하는 것으로 볼 수 있다.

< 표 3> 측정변인 간의 상관 및 평균, 표준편차, 왜도와 첨도

	1	1-1	1-2	2	2-1	2-2	2-3	2-4	3	3-1	3-2	3-2
1	1											
1-1	.916	1										
1-2	.813**	.512**	1									
2	.362**	.264**	.393**	1								
2-1	.145**	.85	.186**	.740**	1							
2-2	.031	-.002	.069	.533**	.760**	1						
2-3	.328**	.240**	.354**	.863**	.497**	.289**	1					
2-4	.404**	.315**	.410**	.881**	.412**	.254**	.763**	1				
3	.384**	.308**	.375**	.476**	.208**	.161**	.444**	.502**	1			
3-1	.308**	.227**	.330**	.411**	.188**	.142**	.368**	.430**	.895**	1		
3-2	.344**	.290**	.317**	.414**	.169**	.092	.419**	.422**	.732**	.514**	1	
3-3	.353**	.333**	.333**	.512**	.201**	.157**	.500**	.565**	.799**	.651**	.639**	1
M	43.52	23.13	20.3	40.73	24.08	10.70	9.85	12.781	8.432	3.523	13.615	21.88
SD	42.3	28.7	19.7	12.06	4.66	4.41	3.86	5.81	8.68	3.95	4.98	5.96
왜도	2.26	2.4	2.31	0.70	-.198	.203	.136	.203	1.999	2.381	1.231	.647
첨도	6.11	5.9	7.61	-.662	-.453	-.453	-.836	-.836	5.920	9.393	1.741	.235

1. 신체이미지 희생 경험, 1-1 부모에 의한 신체이미지 희생경험, 1-2 친구에 의한 신체이미지 희생경험
2. 수동적 소셜미디어 활동, 2-1 수동적 소셜그루밍 활동, 2-2 능동적 소셜그루밍 활동, 2-3 외모비교1, 2-4 외모비교2
3. 이상섭식행동, 3-1 거식, 3-2 폭식, 3-3 섭식통제

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

B. 측정모형 분석

본 연구에서는 Anderson과 Gerbing(1988)이 제안한 측정모형과 구조모형을 검증하는 2단계 접근법을 사용하여 구조방정식 모형분석 실시하였다. 1단계에서 측정모형의 검증은 구조모형을 검증하기에 앞서 측정변수들이 잠재변수를 잘 측정하는지 알아보기 위하여 확인적 요인분석을 실시하였다. 2단계에서는 잠재변수들 간의 구조적 관계모형의 타당성을 검증하였다.

1. 측정모형 검증

각 측정변인들이 해당 잠재변인들을 잘 설명하는지 알아보기 위해 측정모형에 대한 모형검증을 실시하였으며, 그 결과는 <표4>에 제시하였다. 일반적으로 모형적합도 검증에 위해서 상대적 적합도 지수인 CFI와 TLI, 절대적 적합도 지수인 RMSEA, χ^2 를 많이 사용한다. 따라서 본 연구에서는 측정 모형의 적합도를 확인하기 위해 CFI, TLI, RMSEA, χ^2 지수를 사용하였다. χ^2 값은 p-value가 .05보다 크면 일반적으로 적합도가 높은 것으로 받아들여진다. 모형의 간명성을 고려하는 CFI와 TLI 값은 .90이상이면 적합도가 좋은 것으로 평가될 수 있고, RMSEA .08(.10)보다 작으면 적합도가 좋다고 할 수 있다(이학식, 임지훈, 2015). 본 연구에서는 $\chi^2(17)=41.264$ TLI는 .972, CFI는 .983, RMSEA .056로 나타났기 때문에 위에서 제시한 적합도 판단기준을 종합적으로 고려했을 때, 본 연구의 측정모형은 적합한 것으로 판단된다.

<표 4> 측정모형의 적합도 지수

χ^2	df	χ^2/df	TLI	CFI	RMSEA
41.264	17	2.427	.972	.983	.056

또한 연구 모형의 관측변수가 잠재변수를 잘 반영하고 있는지 알아보기 위해 확인적 요인분석을 실시하였으며, 그 결과는 <표5>, 그림2 에서 제시하였다. 구체적으로 잠재변수에서 관측변수로 가는 모든 경로의 표준화 요인 부하량이 .50이상의 값을, C.R.의 값은 1.965 이상이 나타내어야 한다. 또한, 잠재변수간의 상관계수가 .80미만으로 나타

내어야 하며, 표준화 요인 부하량이 1을 넘지 않는지를 확인해야 한다. 본 연구에서 확인적 요인분석을 실시한 결과, 요인 부하량은 표준화계수 .531~.897로 $p < .001$ 수준에서 모두 유의한 것으로 나타났다. 또한 <표6>에서 제시한 것과 같이 잠재변수간의 상관관계가 .468 ~.667 범위에 있어 타당하다고 볼 수 있다. 이러한 결과는 잠재변인의 각 측정 변인들이 적합하게 구성되었기 때문에 잠재변수들 간의 이론적 관계를 규명하는 구조모형 검증이 가능함을 시사한다.

<표 5 > 측정모형의 확인적 요인분석

경로	E	S.E	C.R	P	β
수동적 소셜미디어 활동→ 수동적 소셜 그루밍	1.000				.531
수동적 소셜미디어 활동→ 외모비교2	1.735	.151	11.460	***	.884
수동적 소셜미디어 활동→ 외모비교1	1.131	.099	11.431	***	.866
신체이미지희생경험→	1.000				.813
친구에 의한 신체이미지 희생경험					
신체이미지 희생경험→	1.118	.154	7.283	***	.613
부모에 의한 신체이미지 희생경험					
이상섭식행동→ 섭식통제	1.000				.897
이상섭식행동→ 폭식	.665	.042	15.792	***	.714
이상섭식행동→ 거식	.534	.033	15.976	***	.722

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

<표 6 > 잠재변수 간 상관관계

상관	Estimate
수동적 소셜미디어 활동<-->신체이미지희생경험	.497
신체이미지희생경험 <--> 이상섭식행동	.468
수동적 소셜미디어 활동 <--> 이상섭식행동	.667

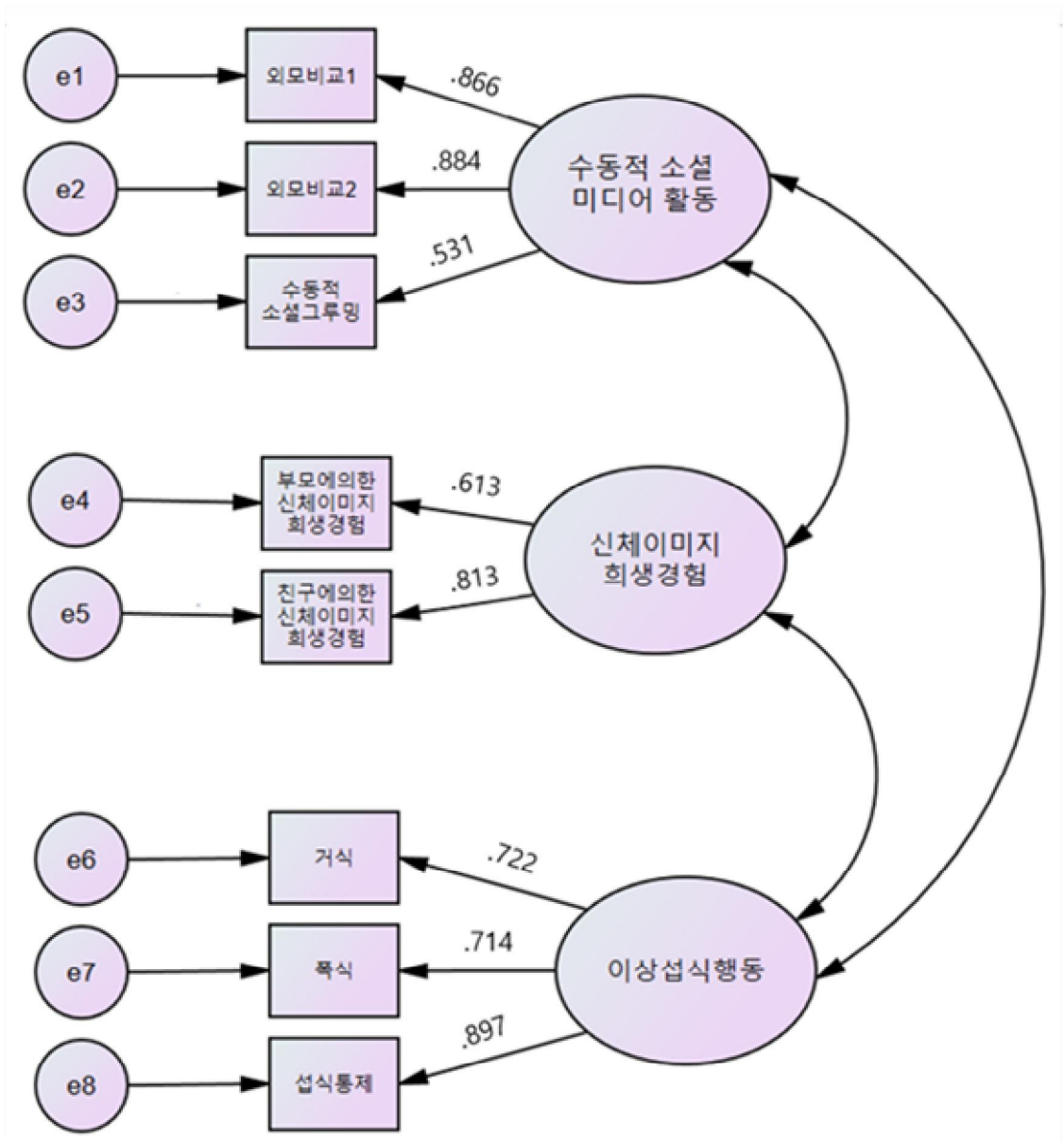


그림 2. 확인적 요인분석

C. 구조모형 분석

1. 구조모형 검증

본 연구에서 가정한 부분매개모형을 검증한 결과 연구모형의 적합도 지수는 $\chi^2 = 41.264(df=17, p=.000)$, $TLI=.972$, $CFI=.977$, $RMSEA=.056$ 로 나타났다. 모든 값이 양호하게 나타나 연구모형이 표본자료에 적합하다고 판단할 수 있다.

다음으로 여대생의 신체이미지 희생 경험이 수동적 소셜 미디어를 통해 이상섭식 행동에 영향을 미치는 총효과, 직접효과, 간접효과를 알아보았다. <표7>에서 제시한 결과를 살펴보면, 여대생의 신체이미지 희생경험은 소셜 미디어 활동($\beta = .497, p < .001$)과 이상섭식행동($\beta = .181, p < .01$)을 유의미하게 예측하였다. 또한 여대생의 수동적 소셜 미디어 활동은 이상섭식행동($\beta = .577, p < .001$)에 유의미한 직접효과를 보였다. 즉, 구조모형 분석결과 모든 경로가 유의하였고, 모두 정적인 관계가 있는 것으로 나타났다. 구조모형은 그림3에서 제시하였다.

<표 7> 구조모형의 경로계수

경로	E	β	C.R
신체이미지희생경험→수동적 소셜미디어 활동	.488	.497	6.474***
신체이미지희생경험→이상섭식 행동	.214	.181	2.955**
수동적 소셜미디어 활동→이상섭식 행동	.694	.577	7.508***

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

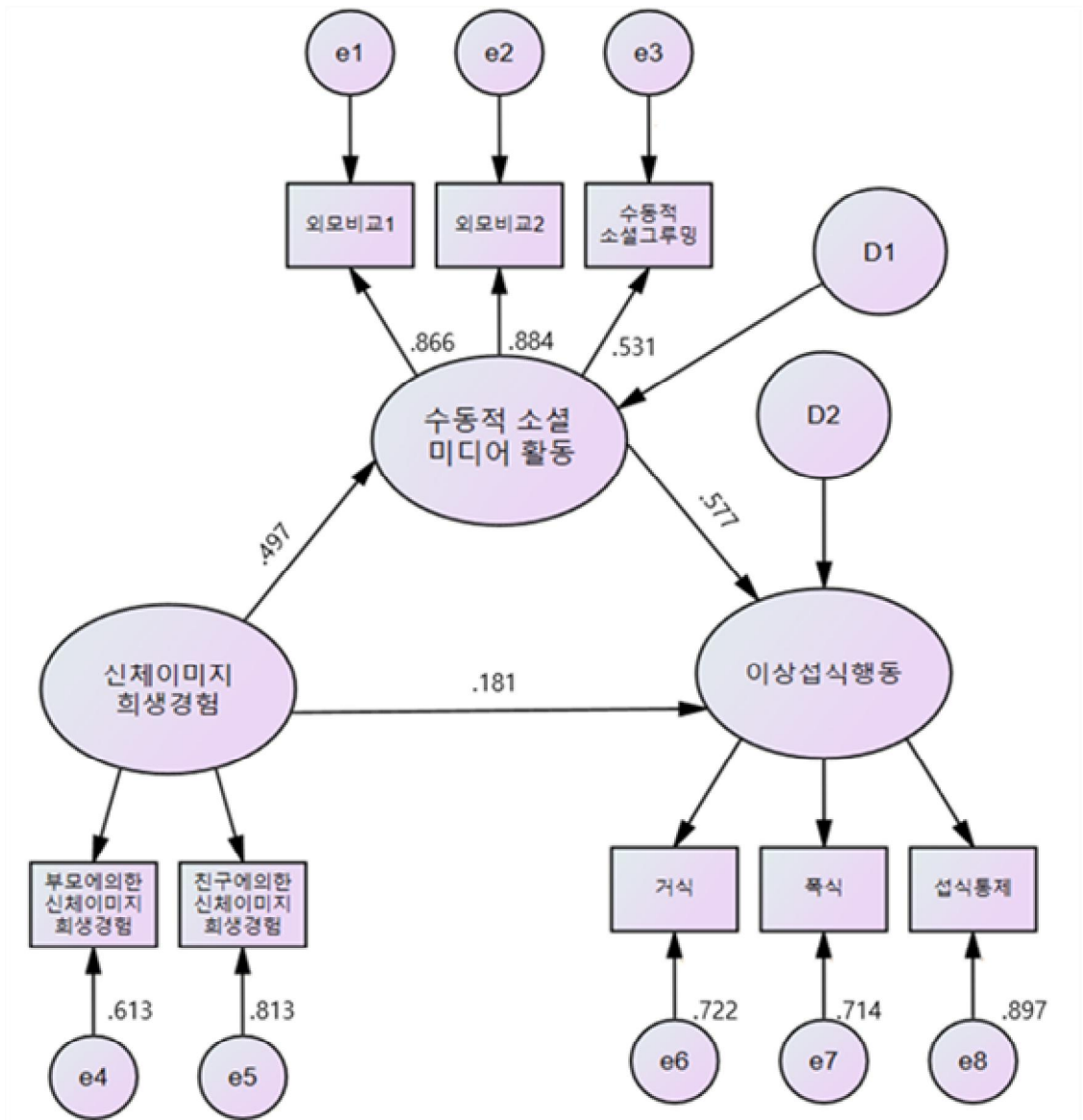


그림 3 . 구조 모형

2. 매개효과 검증

구조모형에서 변인들의 매개효과를 검증하기 위해 Shout와 Bolger(2002)가 제안한 부트스트랩(bootstrap) 방법을 사용하였으며, 이 방법은 신뢰구간을 제시하고 그 구간이 0을 포함하지 않으면 간접효과가 통계적으로 유의한 것으로 보는 방법이다. 따라서 본 연구에서는 부스트랩 결과에서 평균 간접효과를 95% 신뢰 구간에서 보고하였다. 또한 최종모델의 총효과에 대한 직접효과 및 간접효과를 분해하여 추정한 다음 직접, 간접효과에 대한 통계적 유의성을 검증하였다.

<표8>, <표9>에 제시한 바와 같이, 신체이미지 희생경험이 수동적 소셜 미디어 활동을 매개로 하여 이상섭식행동에 이르는 경로($\beta = .287$, Bias-corrected CI=.232 ~.382)를 살펴보면, 간접효과의 95% 신뢰구간에도 '0'이 포함되어 있지 않으므로 유의수준 5%에서 매개효과가 유의한 것을 나타냈다. 즉, 여대생의 신체이미지 희생경험이 이상섭식 행동에 직접적인 영향을 미칠 뿐만 아니라 수동적 소셜 미디어 활동을 매개로 하여 이상섭식행동에 간접적으로 영향을 미치고 있음을 의미한다.

<표 8 > 효과분해

경로	전체효과	직접효과	간접효과
신체이미지 희생경험→수동적 소셜 미디어 활동	.497	.497	
신체이미지 희생경험→이상섭식행동	.468	.181	.287
수동적 소셜미디어 활동→이상섭식행동	.577	.577	

<표 9> 수동적 소셜미디어 활동의 간접효과 부트스트래핑 결과

경로	추정치 β	95%신뢰구간		p값
		lower	upper	
수동적 소셜미디어 활동 신체이미지 희생경험 → 이상섭식 행동	.287	.232	.382	.002**

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

V. 결론 및 논의

본 연구는 여대생이 올바른 섭식태도를 갖도록 돕기 위해 역기능적 섭식 행동에 대한 예방 및 치료적 개입을 위한 경험적 근거를 살펴보고자 하였다. 어린 시절에 경험했던 부모나 또래로부터의 신체이미지에 대한 희생 경험을 부정적으로 지각할수록 여대생은 사회에서 요구하는 이상적 체형을 추구하게 되며, 이로 인해 날씬함을 강조하는 소셜 미디어의 영향을 더 많이 받을 것이라고 예상하였다. 특히 소셜 미디어를 통해 자신과 타인의 외모를 비교하는 행위와 타인의 게시물에 반응하여 관계를 맺는 수동적 소셜 그루밍 활동이 증가되면 타인의 이상적인 이미지에 노출된 기회가 많아져 자신의 신체상을 왜곡시킬 가능성이 높아지게 된다. 이는 결국 섭식 행동에 역기능적 영향을 미치기 때문에 수동적 소셜 미디어 활동은 이상섭식 행동을 발전시키고 유지시킬 것이라고 예측하였다. 본 연구에서는 여대생을 대상으로 부모나 또래로부터 신체이미지 희생경험이 수동적 소셜 미디어 활동을 통해 섭식 장애의 연속선상에 존재하는 이상섭식 행동으로 이어지는 과정을 살펴보고자 하였다.

이를 위해 광주광역시 소재한 C대학에서 수업을 듣는 20대 여대생을 대상으로 설문 조사를 실시하였다. 총 500부의 설문을 실시하였으며 그 중 모든 설문에 응답하지 않았거나 한 점수로 기입하거나, SNS를 사용하지 않아서 설문에 답을 하지 못했던 51부를 제외하여 총 449부의 자료를 본 연구에 사용하였다. 본 연구에서 수집된 자료는 SPSS 24.0을 이용하여 신뢰도 분석, 기술통계 및 상관분석을 실시하였으며 AMOS 24.0을 이용하여 구조방정식 모형을 분석하였다.

위의 분석 과정을 통해 나타난 본 연구의 주요한 결과를 요약하면 다음과 같다.

첫째, 여대생의 신체이미지 희생경험과 이상섭식 행동 간의 관련성을 알아보기 위해 상관분석을 실시하였다. 그 결과 두 변인간의 유의미한 정적 상관이 나타났다. 이러한 결과는 본 연구의 가설 1-1을 지지하며, 이는 개인이 부모나 또래로부터 신체적 외모에 대한 놀림이나 부정적 피드백을 많이 받거나 이러한 경험을 부정적으로 지각할수록 이상섭식 행동으로 나타날 가능성이 높다는 선행연구와 일치하는 결과이다(권민경, 2010; 안귀여루, 2012; Duarte et al, 2016; Duarte & Gouveia, 2017; Jackson, G rilo, & Masheb, 2000; Menzel et al., 2010; Stormer & Thompson, 1996; Sweetingham and Waller 2008).

둘째, 부모나 또래로부터 신체이미지 희생경험과 수동적 소셜 미디어 활동의 관련성을 알아보기 위해 상관분석을 실시하였다. 그 결과 두 변인 간에 유의한 정적 상관이 나타났으며, 이는 본 연구의 가설 1-2를 지지하는 결과이다. 구체적으로 살펴보면 소셜 미디어 활동 중 외모비교는 신체이미지 희생경험과 유의한 정적 상관을 보였다. 이는 또래나 부모에 의한 신체적 외모에 대한 부정적 경험이 있던 사람이 소셜 미디어 상에서 이루어지는 외모비교를 자주 한다는 선행연구와 일치하는 결과이다(손은정, 2008; Cash, Cash, & Butters, 1983; Shroff & Thompson, 2006). 다음으로 소셜 그루밍 활동을 살펴보면, 신체이미지 희생경험과 수동적 소셜 그루밍이 정적상관을 보였지만 능동적 소셜 그루밍은 상관이 나타나지 않았다. 이는 소셜그루밍 활동이 측정하는 것을 고려해볼 때, 소셜 그루밍 활동에 능동적, 수동적 소셜 미디어 이용 행동이 혼합되어 있기 때문에 나타난 결과라고 생각된다. 즉, 댓글을 달거나, ‘좋아요’를 누르거나, 포스팅을 하는 행동은 단순히 타인의 게시물을 살펴보는 행동보다 더 자신을 드러내는 적극적인 그루밍 활동이며 이는 긍정적인 상호교류의 효과가 있기 때문에(Koroleva, Krasnova, Veltri, & Günther, 2011), 수동적 소셜 그루밍 활동이 능동적 소셜 그루밍 활동보다 여대생에게 부정적인 영향을 끼칠 가능성이 더 높다고 여겨진다. 따라서 어린 시절 신체에 대한 놀림 경험을 부정적으로 지각하는 여대생은 부정적으로 지각하지 않는 사람보다 소셜 미디어를 통해 자신을 드러내는 활동을 덜 적극적으로 하기 때문에 능동적인 소셜 미디어 이용보다 단순히 타인의 게시물에 반응하는 수동적 소셜 미디어 이용이 더 많을 것이라고 예상된다.

셋째, 수동적 소셜 미디어 활동과 이상섭식 행동의 관련성을 알아보기 위해 상관분석을 실시하였다. 그 결과 두 변인 간에 유의한 정적 상관이 나타났다. 이러한 결과는 본 연구의 가설 1-3을 지지하며, 이는 소셜 미디어 속 타인의 사진에 나타난 이상적 모습과 자신의 외모를 비교하거나 댓글을 보거나 ‘좋아요’를 누르는 것과 같은 소셜 그루밍 활동을 많이 할수록 이상섭식 행동을 보일 가능성이 높다는 기존의 연구와도 일치하는 결과이다(김미희, 2015; 오현숙, 2017; Mabe, Forney, & Keel, 2014; Manago et al., 2015; Meier & Gray, 2014; Smith et al, 2013; Holland & Tiggemann, 2016; Hendrickse et al., 2017).

넷째, 부모나 또래로부터의 신체이미지 희생경험이 이상섭식 행동에 영향을 미치는 데 있어서 수동적 소셜 미디어 활동이 매개하는지를 검증하기 위해 구조모형 분석을 실시하였다. 연구 결과, 수동적 소셜 미디어 활동이 부모나 또래로부터의 신체이미지 희생경험과 이상섭식 행동 사이에서 부분 매개하는 것으로 나타나 연구문제2에 상정

한 가설이 지지되었다. 이는 신체 이미지 희생경험이 직접적으로 그리고 수동적 소셜 미디어 활동을 통해 간접적으로 이상섭식 행동에 영향을 미친다는 것을 의미한다. Sarwer등(1998)에 의하면 신체에 대해 부정적인 경험을 개인이 어떻게 지각하고 있는지가 자신의 신체상을 형성하는데 중요한 영향을 주는 변인이며, 이는 개인의 신체상의 발달에 지속적으로 영향을 미쳐 신체지향성 증가 및 신체불만족, 섭식문제에 영향을 미친다고 주장했다(Akan & Grilo, 1995; Duarte & Pinto-Gouveia, 2016). 어린 시절 또래나 부모로부터 신체적 외모에 대한 놀림경험을 부정적으로 지각할수록 작은 외상으로써 그 상처가 개인의 내면에 남게 된다. 이는 시간이 지나서도 여전히 성인이 된 여대생의 신체상 형성에 부정적인 영향을 미치게 된다는 것을 의미한다. 이러한 부정적 경험으로 인해 형성된 왜곡된 신체상은 개인이 섭식장애 및 이상섭식 행동에 취약하게 만든다. 이는 부모나 또래로부터 신체상에 대한 부정적인 경험과 이상섭식 행동이 밀접한 관계가 있다고 밝힌 선행연구를 지지하는 결과이다(권민경, 2010; 안귀여루, 2012; Duarte et al, 2016; Duarte & Gouveia, 2017; Jackson, Grilo, & Masheb, 2000; Menzel et al., 2010; Stormer & Thompson, 1996; Sweetingham and Waller 2008). 또한 신체이미지 희생경험을 부정적으로 지각한 여대생은 사회에서 제시하는 이상적인 신체상을 과도하게 추구하기 때문에 날씬함을 강조하는 소셜 미디어의 영향을 더 많이 받게 된다. 특히 소셜 미디어 속에서 이루어지는 소셜 그루밍 활동과 외모비교는 개인에게 타인의 이상적 이미지에 노출된 기회를 증가시켜 왜곡된 신체상을 형성하기 때문에 결국 이상섭식 행동을 유발하게 한다. 이러한 결과는 이상섭식 행동을 보이는 섭식장애 환자에게 있어 소셜 미디어 활동이 중요한 역할을 하며 소셜 미디어 활동과 이상섭식 행동이 밀접한 관계가 있음을 밝힌 선행연구를 지지하는 결과이다(오현숙, 2017; Cash, Cash, & Butters, 1983; Jones, 2001; Mabe, Fornety, & Keel, 2014).

이상의 연구 결과를 바탕으로 본 연구의 의의를 살펴보면 다음과 같다.

첫째, 본 연구는 이상 섭식행동과 이를 가장 강력하게 설명할 수 있는 사회문화적 영향을 포괄적이고 인과적으로 이해할 수 있는 모형을 설정해 검증함으로써 기존 연구들을 통합했다는 이론적인 함의를 지닌다. 사회문화적 영향은 지각된 부모, 또래, 매체의 영향을 의미한다. 이러한 부모, 또래, 매체의 영향이 서로 상호작용하여 섭식장애 및 이상섭식 행동에 영향을 미친다는 것은 기존의 연구에서 이미 밝혀진 사실이다. 하지만 현대 사회에서는 스마트폰의 보편화에 따른 소셜 미디어의 이용이 증가됨에 따라 매체의 영향을 기존의 연구에서 초점을 두었던 전통적 미디어(잡지, TV, 신문)보다 소셜 미디어 활동의 다양한 측면에 중점을 두어 연구하는 것이 각광받고 있

는 실정이다. 뿐만 아니라 기존의 연구에서는 부모나 또래의 영향에서 측정하고자 하는 개념이 다소 혼재되었기 때문에 또래나 부모의 영향을 명확히 살펴보는 데 어려움이 있었다. 그렇기 때문에 최근에는 부모, 또래의 영향을 ‘어머니의 자녀의 신체이미지에 대한 부정적 피드백’, ‘놀림경험’, ‘부모나 또래의 외모관리 행동’ 과 같이 부모나 또래의 영향을 구체적인 변인으로 설정하여 살펴보는 추세이다(김은하, 김현준, 기민선, 2016; 손은정 2008.; 전은혜, 2016). 따라서 본 연구에서는 소셜 미디어가 보편화되게 사용되는 현실과 이용률이 가장 높은 여대생이라는 대상의 특성에 맞추어 매체의 영향을 ‘소셜 미디어 활동’으로, 부모나 또래의 영향은 어린 시절 작은 외상 경험에 초점을 두어 ‘부모나 또래로부터 신체이미지 희생경험’으로 설정하였다. 본 연구에서 설정한 부모나 또래로부터의 신체이미지 희생경험과 소셜 미디어 활동이 이상섭식 행동 및 섭식장애에 영향을 미친다는 것이 기존에 연구되어왔지만, 이 변인들을 함께 살펴본 연구는 거의 없는 실정이다. 따라서 본 연구에서는 부모나 또래로부터 신체이미지 희생경험이 이상섭식 행동에 미치는 관계에서 소셜 미디어 활동의 매개효과를 검증하여 이러한 변인들 간의 경로를 확인해 통합적으로 살펴보았으며, 그 결과 섭식장애의 기제에 대한 이해를 넓히는데 도움을 주었다.

둘째, 부모나 또래에 의한 신체상의 부정적 경험이 여대생의 이상섭식 행동에 미치는 영향을 살펴봄으로써 이상섭식 행동에 영향을 미치는 작은 외상의 중요성을 밝힐 수 있었다. 그동안의 선행연구는 섭식장애 및 이상섭식 행동에 영향을 미치는 외상 경험을 성적, 신체적, 정서적 아동기 외상경험에만 국한되어 연구되었다(공성숙, 이정현, 신미연, 2009; Sweetingham & Waller, 2008). 하지만 본 연구에서는 섭식장애 유발에 있어 작은 외상인 부모나 또래에 의한 신체이미지 희생 경험의 중요성을 강조함으로써 그동안 간과하고 있던 작은 외상의 위험성을 밝혔다는 데 의의가 있다.

셋째, 국내에서 아직 초기 단계에 머물고 있던 소셜 미디어와 신체이미지에 대한 연구를 확장해서, 소셜 미디어 활동의 변인들과 이상섭식 행동의 관련성을 살펴보았다는 데 의의가 있다. 현대 사회는 사진과 동영상을 기반으로 한 시각적 소셜 미디어의 이용이 늘어나면서 타인이 만들어낸 이상적 체형에 노출되어 개인의 신체상과 섭식행동에 부정적인 영향을 미칠 위험성이 더 커질 것으로 예상되지만. 이에 대한 연구는 부족한 실정이다. 또한 기존의 연구는 소셜 미디어와 신체상 및 이상 섭식 행동의 관련성에 대해 다소 혼재된 결과들이 보고되었다(김미희, 2015; 김효진, 임성문, 2015; Ferguson et al., 2014; Ferguson, Winegard, & Winegard, 2011; Lee et al., 2014; Tiggemann & Slater, 2013). 이에 대해 단순히 소셜 미디어를 사용하는 시간이나 소셜

미디어를 통한 모든 활동이 신체상 및 이상 섭식행동에 영향을 미치는 것이 아니라, 사진 올리기, 포스팅 하기, 댓글 보기, ‘좋아요’ 누르기 등과 같은 소셜 미디어 활동이나 외모비교를 하는 것이 부정적인 신체상 및 이상 섭식행동에 영향을 미친다는 것이 밝혀졌다(Hendrickse et al., 2017; Holland & Tiggemann, 2016; Mabe, Forney, Keel, 2014; Manago et al., 2015; Meier & Gray, 2014). 따라서 본 연구에서는 이러한 한계를 극복하고자 소셜 미디어 활동을 소셜 그루밍 활동과, 외모비교의 변인으로 구체적으로 설정하여 단순한 소셜 미디어 노출보다 소셜 미디어를 통한 활동이 여대생의 이상섭식행동에 영향을 미친다는 것을 밝혀냈다. 이는 소셜 미디어 활동과 부정적인 신체상과의 관계만을 살펴본 국내의 연구에서 더 나아가 이상섭식 행동과의 관련성을 살펴보았기 때문에, 소셜 미디어 활동이 섭식장애로 발전하는 기체에 영향을 미치는 요인임을 밝혀내는데 도움을 주었다.

넷째, 본 연구는 부모나 또래의 영향을 살펴보기 위해 새로운 척도를 사용했기 때문에 기존의 연구들의 한계를 극복할 수 있었다. 성인은 현재 직접적으로 부모나 또래에게 신체이미지에 대한 비난적인 말을 듣기 보다는 이러한 경험을 어린 시절에 겪었을 가능성이 더 많기 때문에, 성인의 경우 부모나 또래에 의한 어린 시절의 신체상에 대한 부정적 경험을 살펴보는 것이 중요하다고 여겨진다. 하지만 기존의 척도를 사용한 연구는 주로 현재 겪고 있는 부모나 또래에 의한 신체외모에 대한 부정적 경험을 측정하거나, 현재의 부모나 또래의 외모관리행동에 의한 간접적인 신체외모에 대한 압력을 동시에 평가하기 때문에, 성인을 대상으로 부모나 또래의 영향을 명확하게 살펴보는 데 어려움이 있었을 것이라 예상된다. 그렇지만 본 척도를 통한 연구는 여대생이라는 대상에 적합하게 어린 시절의 경험을 측정할 수 있었기 때문에 부모나 또래의 영향을 구체적으로 살펴보는 데 도움을 주었다. 또한 본 연구에서 사용하는 척도는 신체이미지 희생경험의 구체적인 경험뿐만 아니라 이러한 경험들의 빈도와 강도를 모두 측정할 수 있다. 기존의 척도는 부모나 또래의 영향을 단지 신체적 외모에 대한 놀림경험에 한정하여 빈도만을 평가하기 때문에 이러한 경험을 너무 단편적으로만 측정하고 있다는 한계점을 가지고 있었다. 하지만 본 연구에서 사용하는 척도는 별명으로 부르거나, 체육시간에 제외되는 등 구체적인 신체적 외모에 대한 다양한 부정적인 경험뿐만 아니라 그 경험을 했을 당시의 정서적 강도 또한 평가할 수 있다는 데 의의가 있다.

다섯째, 이 연구 결과는 여대생의 이상섭식 행동에 영향을 미치는 소셜 미디어 활동의 중요성을 일깨움으로써 향후의 사회에서 인식된 마른몸매에 대한 인식 개선, 소

소셜 미디어의 올바른 사용 등에서 디지털 리터러시 교육의 중요성을 보여준다. 소셜 미디어 속에서 노출되는 유명인과 또래 여성의 이미지도 상당 부분이 만들어진 허구적 이미지라는 사실을 디지털 리터러시 교육을 통해 주지시킬 필요가 있다. 또한 왜곡된 신체상으로 인해 섭식 문제를 겪고 있는 젊은 여성에게 개입하는데 있어 소셜 미디어 이용행동을 살펴보는 것이 치료적 개입에 있어 도움이 될 수 있다. 젊은 여성이 소셜 미디어를 통해 타인과 자신의 외모를 지속적으로 비교하거나 타인의 이상적 이미지에 노출되어 자신의 신체상을 왜곡하게 된다면 그것이 섭식 문제에 영향을 미칠 수 있음을 인지하도록 도움을 줄 수 있다. 이와 같이 개인이 문제가 되는 소셜 미디어 활동을 보이는 경우, 이에 경각심을 가지고 소셜 미디어 활동을 제한하거나 올바른 사용을 유도할 수 있는 전략이 필요할 것으로 보인다.

본 연구가 가지고 있는 제한점과 이에 따른 후속연구를 위한 제언은 다음과 같다.

첫째, 연구 대상자에 대한 문제가 있다. 본 연구는 실제 섭식 장애로 진단받은 임상군을 대상으로 한 것이 아니라 비 임상군을 대상으로 설문을 진행하였다. 따라서 본 연구의 결과를 실제 섭식장애 환자에게 일반화하여 적용하는데 문제가 있을 수 있을 것이라고 생각된다.

둘째, 본 연구에서는 BMI 집단(저체중, 정상체중, 과체중 이상)에 따른 여대생의 신체이미지 희생 경험이 이상섭식 행동에 영향을 미치는데 있어서 수동적 소셜 미디어 활동의 매개효과를 검증하지 못했다는 한계가 있다. 본 연구에서는 저체중 및 과체중 이상의 표본수가 적고, BMI와 매개변인의 관련성이 약해 BMI 집단별 차이를 명확하게 알 수 없었다. 그렇기 때문에 후속 연구에서는 BMI 집단별로 표본수를 늘리고, BMI에 집단에 따른 분석에 의미가 있는 소셜 미디어 활동을 선정해서 살펴보는 것이 필요할 것으로 보인다.

셋째, 소셜 미디어 활동을 구체적이고 다양하게 살펴볼 필요가 있다. 페이스북, 인스타그램, 카카오톡, 트위터 등 소셜 미디어의 종류마다 주로 사용하는 소셜 미디어 활동에 차이가 있으므로 후속 연구에서는 변인들을 설정할 때 소셜 미디어의 종류별로 살펴보거나, 소셜 미디어를 통해 주로 접하게 되는 정보가 먹방, 다이어트 및 뷰티, 애견, 유머 등 매우 다양하기 때문에 주로 접하는 유형별로 세분화해서 비교하는 것도 또한 필요할 것으로 보인다. 뿐만 아니라 후속연구에서는 소셜 미디어 활동에서 소셜 그루밍 활동뿐만 아니라 ‘사진 관련 활동’, ‘포스팅’ ‘자신의 게시물에 달린’ ‘좋아요’나, 댓글을 확인하는 행동’ 등의 활동을 구체적으로 설정해서 연구 할 필요성이 있다.

넷째, 본 연구는 어린 시절(과거) 부모나 또래로부터 신체이미지 희생경험에 초점을

맞추었기 때문에 여대생의 섭식문제에 영향을 미치는 현재의 부모나 또래의 영향을 간과한 경향을 있다. 따라서 후속 연구에서는 이러한 영향을 통제하거나 종합해서 살펴볼 필요성이 있다.

다섯째, 본 연구는 여대생을 대상으로만 실시하였기 때문에 성별에 따른 차이 및 성인 남성의 역기능적 섭식태도에 대한 근거를 입증하지 못했다는 한계가 있다. 실제로 젊은 여성 뿐 아니라 남성도 이상적 신체상을 추구하고 이를 위해 절식 및 과도한 운동을 하거나 근육 강화제 복용 등을 하기 때문에 남성의 신체건강과 정신건강에 심각한 문제를 초래하고 있다. 따라서 후속 연구에서는 남성의 역기능적 섭식 행동에 대한 예방 및 치료적 개입을 위한 경험적 근거를 살펴보는 것이 필요하다.

여섯째, 본 연구는 자기보고식 설문지만을 사용하여 자료를 수집하였다는 점에서 한계가 있다. 자기보고식 설문지는 사회적 바람직성으로 인해 사실을 왜곡하거나 축소하여 응답하였거나, 부모나 또래의 영향에 대해서 과거의 경험을 측정하기 때문에 연구 대상자의 현재의 자각에 의해 기억이 왜곡되었을 가능성이 있다. 따라서 후속 연구에서는 주변사람 및 전문가에 의한 타인평정과 같은 객관적인 측정방법을 통해 객관성을 확보한 자료 수집이 필요할 것이다.

일곱째, 본 연구는 이상섭식 행동에 영향을 미치는 요인 중 사회문화적 요인에 초점을 두었기 때문에, 개인 심리적 요인을 간과한 경향이 있다. 섭식장애 및 이상섭식 행동에 영향을 미치는 요인 중 섭식 장애의 발병, 유지 및 치료에 가장 강력하게 영향을 미치는 요인이 사회문화적 영향이기 때문에 본 연구에서는 이러한 사회문화적 영향에 중점을 두어 구조모형 분석을 실시하였다. 하지만 개인의 성격 및 특성에 따라 같은 환경에 놓여있더라도 섭식 행동에 미치는 영향이 다를 수 있기 때문에 개인 심리적 요인을 살펴볼 필요성이 있다.

참고 문헌

- 강소영 (2003). 외모콤플렉스와 신체상. 석사학위논문, 가톨릭대학교.
- 강영희 (2008). 생명과학대사전. 서울: 아카데미서적. 논문지.
- 건강보험심사평가원(2014. 5. 24, 2016). 살찌는 것이 두렵다.
- 공성숙, 이정현, 신미연 (2009). 섭식장애 환자의 아동 외상경험이 자해행동에 미치는 영향과 부모 간 갈등의 매개효과 분석. 정신간호학회지, 18(1), 31-40.
- 권민경 (2010). 또래압력, 외모 관련 사회문화적 태도 및 체중조절 효능감이 남자 청소년과 여자 청소년의 섭식행동에 미치는 영향. 성균관대학교 일반대학원 석사학위 논문.
- 권석만 (2013). 현대 이상심리학. 서울: 학지사.
- 김미희 (2015). 페이스북 이용이 여자 대학생의 부정적 신체이미지에 미치는 영향. 韓國言論學報, 59(5), 272-297 .
- 김봉섭, 신명희, 임도경, 이인희 (2013). 소셜미디어 이용자 유형에 따른 소셜미디어 이용동기 및 활동 유형에 대한 차이 연구. 사회과학연구, 29(2), 105-134.
- 김영신 (2011). 여자고등학생의 신체불만족이 대인관계 문제에 미치는 영향: ‘삼자영향 모형’을 중심으로. 미간행 석사학위논문, 경상대학교 대학원.
- 김율리 (2018). 섭식장애의 신체적 이상과 치료. *J Korean Med Assoc.* 61(3):191-197.
- 김은하, 이신영 (2016). 여자대학(원)생의 자아분화와 이상섭식행동 간의 관계-정서표현 양가성을 통한 심리적 수용의 조절된 매개효과 검증. 한국심리학회지 : 학교, 13(1), 181-204.
- 김인혜, 이영호 (2014). 사회 문화적 영향, 신체불만족, 대처방식 및 이분법적 사고가 폭식행동과 절식행동에 미치는 영향. 한국심리학회지 : 임상, 33(2), 315-339.
- 김정내, 하정희 (2006). 완벽주의와 자의식이 남녀 대학생의 섭식행동에 미치는 영향. 한국청소년연구, 17(2), 107-131.
- 김정안 (2012). 성인애착과 폭식행동의 관계에서 충동성과 감정표현불능성향의 매개효과. 경북대학교 대학원 석사학위 논문.
- 김진아 (2018). 대학생이 지각하는 가족건강성과 SNS 과몰입 경향성의 관계: 타인인정 추구의 매개효과. 상명대학교 복지상담대학원 석사학위논문.
- 김효진, 임성문 (2015). 여자 청소년의 소셜 미디어 이용과 이상섭식행동의 관계 :신체

- 대화와 유명인송배의 매개효과. 청소년학연구, 22(8), 25-52 .
- 류애리, 송원영 (2013). 마른 이상적 체형의 내면화 및 신체비교가 이상섭식행동에 미치는 영향에 있어서 신체 수치심의 매개효과 검증. 한국심리학회지 : 건강, 18(2), 345-365.
- 모비인사이드 (2017). '대한민국 SNS이용현황-2017년 상반기' <http://m.post.naver.com/viewer/postView.nhn?volumeNo=9271877&memberNo=6457418&vType=VERTICAL>
- 박소영. (2012). 페이스북, 2010 년 '좋아요'버튼으로 감성 충족에 결정적. 한국 일보, 제 7 면.(2012. 2. 3.).
- 박지연, 신민섭, 김은정 (2011). 내현적 자기에 성향과 이상섭식행동의 관계에서 신체에 대한 수치심 매개효과 검증. 한국심리학회지 : 임상, 30(3), 663-679.
- 박진우, 김덕중(2014). 소셜미디어 이용 동기와 신뢰성이 사회 자본에 미치는 영향. 한국컴퓨터정보학회지, 19(10), 207-219.
- 백수연, 박지영, 김희순, 김태형(2012). 여고생의 섭식태도와 우울, 부모-자녀 상호작용. 정신간호학회지, 21(3), 176-187.
- 성경숙, 윤영미, 김은주 (2013). 국내 비만아동의 비만관리프로그램의 효과에 대한 메타 분석. Child Health Nursing Research, 19(4), 262-269.
- 성미혜 (2004). 여대생의 섭식장애행동과 자아 존중감 및 우울간의 관계. 기본간호학회지, 11(1), 59-66.
- 손은정 (2008). 여대생의 자아존중감, 신체 비교, 마른 이상적인 체형의 내면화, 신체 불만족이 이상 섭식 행동에 미치는 영향. 한국심리학회지 : 상담 및 심리치료, 20(3), 885-901.
- 손지원 (2013). 아동기 트라우마 경험과 성인기 섭식에 대한 부적응적 태도 : 자아존중감의 매개효과. 서강대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 안귀여루 (2012). 사회문화적 압력이 여고생의 신체불만족과 이상섭식행동에 미치는 영향. 한국심리학회지: 건강, 17(4), 963-977.
- 오현숙 (2017). 소셜 미디어가 여대생의 신체 이미지 형성에 미치는 영향 : 페이스북의 소셜 그루밍(social grooming) 활동을 중심으로. 광고연구, (115), 427-445.
- 유지혜 (2013). 수치심과 이상섭식행동의 관계에서 정서조절 전략과 자기자비의 매개효과 연구. 이화여자대학교 대학원 석사학위 논문.
- 이경혜, 김숙경, 천기정, 한숙희 (2003). 여자대학생들의 섭식장애와 자아존중감과의 관

- 계. 여성건강간호학회지, 9(4), 390-399.
- 이민규, 고영택, 이해경, 황을지, 이영호 (2001). 한국판 섭식 태도 검사-26(The Eating Attitude Test-26: KEAT-26)의 타당화. 정신신체의학, 9(2), 153-163.
- 이민규, 이영호, 백세현, 손창현, 정영조, 홍성국, 장필립, 윤애리 (1998). 한국판 섭식 태도 검사 표준화 연구: 신뢰도 및 요인분석. 정신신체의학, 6(2), 155-175.
- 이병혜 (2009). 매스 미디어의 신체이미지와 자아 존중감, 우울에 대한 영향. 한국방송학보, 23(3), 166-204 .
- 이인희 (2013). 뉴스 미디어 역사, 커뮤니케이션 북스.
- 이주영 (2013). 소셜 미디어 서비스 현황 및 활용: 소셜 네트워크 서비스를 중심으로. 방송통신정책, 25(9), 45-65.
- 이주영. (2012). 여대생의 외모만족과 BMI 에 따른 외모관리행동에 관한 연구. 한국미용학회지, 18(3), 651-660.
- 이학식, 임지훈 (2015). 구조방정식 모형분석과 AMOS 22. 서울: 집현재.
- 이현정, 이승연 (2016). 여대생의 다차원적 완벽주의와 이상섭식행동의 관계에서 성인 애착의 매개효과. 한국심리학회지 : 발달, 29(1), 83-99.
- 장혜경 (2014). 여대생의 외모스트레스, 자아탄력성, 대인관계 및 우울이 섭식태도에 미치는 영향. 기본간호학회지, 21(3), 235-242.
- 전소정, 성용준, 양은주 (2018). 소셜미디어 이용행동과 여성의 신체상의 관계. 한국심리학회지 : 여성, 23(1), 69-89.
- 전은혜 (2016) 부모와 또래의 외모관련 행동이 여대생의 적응적 섭식에 미치는 영향: 외모수용의 매개효과. 계명대학교 대학원 석사논문.
- 정진영 (2017). SNS를 통한 신체비교가 여대생의 사회적 체형불안에 미치는 영향. 서강대학교 교육대학원 체육교육 전공 석사논문.
- 조경희, 이봉건 (2015). 자기개념 명확성이 이상 섭식 행동에 미치는 영향. 한국심리학회지: 건강, 20(2), 469-484.
- 조상호, 안영준, 이승환, 임정화 (2016). 섭식장애 치료에 대한 임상연구 동향: 중의학 논문을 중심으로. 동의신경정신과학회지, 27(1), 11-21.
- 중앙일보 (2014년 11월 18일자). 마른 몸매 강요하는 사회, 20대 여성 59% “늘 다이어트”. <http://news.joins.com/article/16449180>.
- 프로이트, 김미리혜 옮김(1997 ,2003). 히스테리 연구, 서울: 열린책들.
- 차보경 (2017). 성인초기여성의 섭식장애에 영향을 미치는 요인에 관한 경로 분석. Jou

- mal of Nutrition and Health , 50(6), 615-623.
- 채경선, 정윤주 (2015). 청소년의 소셜 네트워크 서비스 이용 동기와 또래관계 기술과의 관계 연구. *문화교류연구*, 4(1), 31-51 .
- 최광현 (2009). 트라우마와 영산의 목회적 돌봄. *오순절신학논단*, 7 , 11-26.
- 최민재, 양승찬 (2009). 인터넷 소셜미디어와 저널리즘, 한국언론재단, 서울
- 최성우. (2011). 소셜 네트워크 서비스 (Social Network Service, SNS)??!!!. *사목정보*, 4(4), 51-54.
- 최윤정, 김석선 (2017). 여대생의 이상섭식행동에 미치는 영향 요인. *정신간호학회지*, 26(2), 134-142.
- 파이낸셜 뉴스 (2018년 3월 19일자). 마른 몸 집착, 무리한 다이어트로 몸 망쳐. <http://www.fnnews.com/news/201803191725059243?pg=stand>.
- 한국정보화진흥원 (2011). 재난안전 부문의 소셜 미디어 활용 선진사례 연구.
- 한국인터넷 진흥원 (2013. 2017).
- 홍종필, & 이시연 (2005). 잡지 속의 신체 이미지 광고에 대한 노출이 20 대 여성의 기분과 신체 불만족에 미치는 영향. *미디어, 젠더 & 문화*, (4), 72-118.
- 홍준기 (2015). 폭력에 대한 정신분석적 성찰: 개인과 사회속의 트라우마를 어떻게 극복할 것인가. *지식의 지평*, (18)호, 83-103.
- Akan, G. E., & Grilo, C. M. (1995). Sociocultural influences on eating attitudes and behaviors, body image, and psychological functioning: A comparison of African American, Asian American, and Caucasian college women. *International Journal of Eating Disorders*, 18(2), 181-187.
- Allen, J. G. (2010). 트라우마의 치유 [Coping with trauma: Hope through understanding (2nd ed.)]. (권정혜, 김정범, 조용래, 최혜경, 최윤경, 권호인 역). 서울: 학지사.
- American Psychiatric Association (1994, 2013). *Diagnostic and statistical Manual of Mental Disorder- 5* . Washington, DC. American Psychiatric Association.
- Anderson, J. C., & Gerbing, D. W.(1988). Structural equation - 86 - modeling in practice: A review and recommended two-step approach. *Psychological Bulletin*, 103, 411-42.
- Cash, T. F., Cash, D. W., & Butters, J. W. (1983). " Mirror, Mirror, on the Wall...? " Contrast Effects and Self-Evaluations of Physical Attractiveness. *Personality and Individual Differences*, 14, 113-126.

- lity and Social Psychology Bulletin*, 9(3), 351-358.
- Cusumano, D. L., & Thompson, J. K. (1997). Body image and body shape ideals in magazines: Exposure, awareness, and internalization. *Sex Roles*, 37(9-10), 701-721.
- Duarte, C., & Pinto-Gouveia, J. (2017). Body image as a target of victimization by peers/parents: Development and validation of the Body Image Victimization Experiences Scale. *Women & Health*, 57(9), 1061-1079.
- Duarte, C., & Pinto-Gouveia, J. (2016). Body image flexibility mediates the effect of body image-related victimization experiences and shame on binge eating and weight. *Eating Behaviors*, 23, 13-18.
- Dunbar, R. (1998). Grooming, gossip, and the evolution of language. Harvard University Press.
- Eisenberg, M. E., Neumark-Sztainer, D., & Story, M. (2003). Associations of weight-based teasing and emotional well-being among adolescents. *Archives of Pediatrics & Adolescent Medicine*, 157(8), 733-738.
- Ellison, N. B., Vitak, J., Gray, R., & Lampe, C. (2014). Cultivating social resources on social network sites: Facebook relationship maintenance behaviors and their role in social capital processes. *Journal of Computer Mediated Communication*, 19(4), 855-870.
- Elyssa .(2017). Different Types of Trauma: Small 't' versus Large 'T' <https://www.psychologytoday.com/us/blog/trauma-and-hope/201703/different-types-trauma-small-t-versus-large-t>.
- Engström, I., & Norring, C. (2002). Estimation of the population “at risk” for eating disorders in a non-clinical Swedish sample: a repeated measure study. *Eating and Weight Disorders-Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity*, 7(1), 45-52.
- Fardouly, J., & Vartanian, L. R. (2015). Negative comparisons about one’s appearance mediate the relationship between Facebook usage and body image concerns. *Body Image*, 12, 82-88.
- Ferguson, C. J., Muñoz, M. E., Garza, A., & Galindo, M. (2014). Concurrent and prospective analyses of peer, television and social media influences on body di

- ssatisfaction, eating disorder symptoms and life satisfaction in adolescent girls. *Journal of Youth and Adolescence*, 43(1), 1-14.
- Ferguson, C. J., Winegard, B., & Winegard, B. M. (2011). Who is the fairest one of all? How evolution guides peer and media influences on female body dissatisfaction. *Review of General Psychology*, 15(1), 11.
- Festinger, L. (1954). A theory of social comparison processes. *Human Relations*, 7(2), 117-140.
- 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.
- Grabe, S., Ward, L. M., & Hyde, J. S. (2008). The role of the media in body image concerns among women: a meta-analysis of experimental and correlational studies. *Psychological Bulletin*, 134(3), 460.
- Haines, J., Neumark-Sztainer, D., Eisenberg, M. E., & Hannan, P. J. (2006). Weight teasing and disordered eating behaviors in adolescents: longitudinal findings from Project EAT (Eating Among Teens). *Pediatrics*, 117(2), 209-215.
- Heinberg, L. J., & Thompson, J. K. (1992). Social comparison: Gender, target importance ratings, and relation to body image disturbance. *Journal of Social Behavior and Personality*, 7(2), 335.
- Hendrickse, J., Arpan, L. M., Clayton, R. B., & Ridgway, J. L. (2017). Instagram and college women's body image: Investigating the roles of appearance-related comparisons and intrasexual competition. *Computers in Human Behavior*, 74, 92-100.
- 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.
- Jackson, T. D., Grilo, C. M., & Masheb, R. M. (2000). Teasing history, onset of obesity, current eating disorder psychopathology, body dissatisfaction, and psychological functioning in binge eating disorder. *Obesity*, 8(6), 451-458.
- Jones, D. C. (2001). Social comparison and body image: Attractiveness comparisons to models and peers among adolescent girls and boys. *Sex Roles*, 45(9-10),

645-664.

- Keery, H., Boutelle, K., van den Berg, P., & Thompson, J. K. (2005). The impact of appearance-related teasing by family members. *Journal of Adolescent Health, 37*(2), 120-127.
- Keery, H., Van den Berg, P., & Thompson, J. K. (2004). An evaluation of the Tripartite Influence Model of body dissatisfaction and eating disturbance with adolescent girls. *Body Image, 1*(3), 237-251.
- Kim, J. W., & Chock, T. M. (2015). Body image 2.0: Associations between social grooming on Facebook and body image concerns. *Computers in Human Behavior, 48*, 331-339.
- Kline, R. B. (2015). Principles and practice of structural equation modeling(4th ed.), New York: Guilford Publications.
- Koroleva, K., Krasnova, H., Veltri, N. F., & Günther, O. (2011). It's all about networking! Empirical investigation of social capital formation on social network sites.
- Lampe, C., Ellison, N., & Steinfield, C. (2006, November). A Face (book) in the crowd: Social searching vs. social browsing. *In Proceedings of the 2006 20th anniversary Conference on Computer Supported Cooperative Work* (pp. 167-170). ACM.
- Le Grange, D., Lock, J., Loeb, K., & Nicholls, D. (2010). Academy for eating disorders position paper: The role of the family in eating disorders. *International Journal of Eating Disorders, 43*(1), 1-5.
- Lee, H. R., Lee, H. E., Choi, J., Kim, J. H., & Han, H. L. (2014). Social media use, body image, and psychological well-being: A cross-cultural comparison of Korea and the United States. *Journal of Health Communication, 19*(12), 1343-1358.
- Lee, Sang Yup. "How do people compare themselves with others on social network sites?: The case of Facebook." *Computers in Human Behavior, 32* (2014): 253-260
- Lesa (2013). EMDR- rapid healing of "small t" and "big T" trauma.
- Mabe, A. G., Forney, K. J., & Keel, P. K. (2014). Do you "like" my photo? Facebook

- k use maintains eating disorder risk. *International Journal of Eating Disorders*, 47(5), 516-523.
- Maier, C., Laumer, S., Eckhardt, A., & Weitzel, T. (2012). When Social Networking Turns to Social Overload: Explaining the stress, Emotional Exhaustion, and Quitting Behavior from Social Network sites' Users. In ECIS (p. 71).
- 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(1-2), 1-14.
- 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.
- 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., 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, 63-79.
- Posavac, H. D., Posavac, S. S., & Posavac, E. J. (1998). Exposure to media images of female attractiveness and concern with body weight among young women. *Sex Roles*, 38(3-4), 187-201.
- Rogers, M. (2007). How social can we get? , http://www.nbcnews.com/id/20642550/ns/technology_and_science-innovation/t/how-social-can-we-get/#.WuB61mYh1PZ.
- Sarwer, D. B., Wadden, T. A., Pertschuk, M. J., & Whitaker, L. A. (1998). The psychology of cosmetic surgery: A review and reconceptualization. *Clinical Psychology Review*, 18(1), 1-22.
- Shroff, H., & Thompson, J. K. (2006). Peer influences, body-image dissatisfaction, eating dysfunction, and self-esteem in adolescent girls. *Journal of Health Psychology*, 11, 533 - 551.
- Slade, P. D. (1982). Towards a functional analysis of anorexia nervosa and bulimia

- nervosa. *British Journal of Clinical Psychology*, 21, 167 - 179.
- Smith, A. R., Hames, J. L., & Joiner, T. E. (2013). Status update: Maladaptive Facebook usage predicts increases in body dissatisfaction and bulimic symptoms. *Journal of Affective Disorders*, 149(1), 235-240.
- Stice E., & Shaw, H. E. (1994). Adverse effects of the media portrayed thin-ideal on women and linkages to bulimic symptomatology. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 13, 288-308.
- Stice, E., Schupak-Neuberg, E., Shaw, H. E., & Stein, R. I. (1994). Relation of media exposure to eating disorder symptomatology: an examination of mediating mechanisms. *Journal of Abnormal Psychology*, 103(4), 836.
- Stice, E. (2002). Risk and maintenance factors for eating pathology: A meta-analytic review. *Psychological Bulletin*, 128(5), 825 - 848.
- Stormer, S. M., & Thompson, J. K. (1996). Explanations of body image disturbance: A test of maturational status, negative verbal commentary, social comparison, and sociocultural hypotheses. *International Journal of Eating Disorders*, 19(2), 193-202.
- Sweetingham, R & Waller, G. (2008). Childhood experiences of being bullied and teased in the eating disorders. *European Eating Disorders Review*, 16(5), 401-407
- 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., Heinberg, L. J., & Tantleff-Dunn, S. (1991). The Physical Appearance Comparison Scale (PACS). *Behavior Therapist*, 14, 174.
- Tiggemann, M., Slater, A. (2013). NetGirls: The Internet, Facebook, and body image concern in adolescent girls. *International Journal of Eating Disorders*, 46(6), 630-633.
- Tiggemann, M., & McGill, B. (2004). The role of social comparison in the effect of magazine advertisements on women's mood and body dissatisfaction. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 23, 23-44.
- Utz, S., & Beukeboom, C. J. (2011). The role of social network sites in romantic re

- relationships: Effects on jealousy and relationship happiness. *Journal of Computer Mediated Communication*, 16(4), 511~527.
- Virginia M. Quick , Rita Mc Williams , Carol Byrd-Bredbenner. (2012). Fatty, Fatty, Two-by-Four: Weight-Teasing History and Disturbed Eating in Young Adult Women. *American Journal of Public Health* ,103(3), 508-515.
- Vogel, E. A., Rose, J. P., Okdie, B. M., Eckles, K., & Franz, B. (2015). Who compares and despairs? The effect of social comparison orientation on social media use and its outcomes. *Personality and Individual Differences*, 86, 249-256.
- Wang, J., Iannotti, R. J., & Luk, J. W. (2010). Bullying victimization among underweight and overweight US youth: Differential associations for boys and girls. *Journal of Adolescent Health*, 47(1), 99-101

부 록

부록 1. 한국판 식사 태도 척도-26

부록 2. 신체이미지 희생경험 척도

부록 3. 수동적 소셜 미디어 활동
(소셜 그루밍 척도, 외모비교 척도)

부록 1. 한국판 식사 태도 척도-26

다음의 식사습관에 관련된 문항들을 제시해놓았습니다. 항목들을 주의 깊게 읽어 보시고 자신의 상태를 가장 잘 나타낸다고 생각되는 문항하나를 골라 해당란에 “V” 또는 “O” 표시 해주시기 바랍니다. 하나도 빠트리지 말고 반드시 한가지로만 답해 주시기 바랍니다.

내 용	전혀 그렇 지 않다	거의 그렇 지 않다	가끔 그렇 다	자주 그렇 다	거의 그렇 다	항상 그렇 다
1. 살찌는 것이 두렵다.	①	②	③	④	⑤	⑥
2. 배가 고파도 식사를 하지 않는다.	①	②	③	④	⑤	⑥
3. 나는 음식에 집착하고 있다.	①	②	③	④	⑤	⑥
4. 억제할 수 없이 폭식을 한 적이 있다.	①	②	③	④	④	⑥
5. 음식을 작은 조각으로 나누어 먹는다(음식을 깔짝거린다).	①	②	③	④	⑤	⑥
6. 자신이 먹고 있는 음식의 영양분과 열량을 알고 먹는다.	①	②	③	④	⑤	⑥
7. 빵이나 감자 같은 탄수화물이 많은 음식을 특히 피한다.	①	②	③	④	⑤	⑥
8. 내가 음식을 많이 먹으면 다른 사람들이 좋아하는 것 같다.	①	②	③	④	⑤	⑥
9. 먹고 난 다음 토한다.	①	②	③	④	⑤	⑥
10. 먹고 난 다음 심한 죄책감을 느낀다.	①	②	③	④	⑤	⑥
11. 자신이 좀 더 날씬해져야겠다는 생각을 떨쳐버릴 수 없다.	①	②	③	④	⑤	⑥
12. 운동을 할 때 운동으로 인해 없어질 열량에 대해 계산하 거나 생각한다.	①	②	③	④	⑤	⑥

내 용	전혀 그렇 지 않다	거의 그렇 지 않다	가끔 그렇 다	자주 그렇 다	거의 그렇 다	항상 그렇 다
13. 남들이 내가 너무 말랐다고 생각한다.	①	②	③	④	⑤	⑥
14. 내가 살이 찼다는 생각을 떨쳐버릴 수 없다.	①	②	③	④	⑤	⑥
15. 나는 다른 사람들보다 음식을 천천히 먹는다.	①	②	③	④	⑤	⑥
16. 설탕이든 음식을 피한다.	①	②	③	④	⑤	⑥
17. 체중 조절을 위해 다이어트용 음식을 먹는다.	①	②	③	④	⑤	⑥
18. 내 삶이 음식에 의해 좌우 된다는 느낌이 든다.	①	②	③	④	⑤	⑥
19. 나는 식사량 조절을 잘하는 것을 자랑스러워한다.	①	②	③	④	⑤	⑥
20. 다른 사람들이 나에게 음식을 먹도록 강요하는 것 같이 느껴진다.	①	②	③	④	⑤	⑥
21. 음식에 대해 많은 시간을 들이고, 생각한다.	①	②	③	④	⑤	⑥
22. 단 음식을 먹고 나면 마음이 편치 않다.	①	②	③	④	⑤	⑥
23. 체중을 줄이기 위해 운동이나 다른 것을 하고 있다.	①	②	③	④	⑤	⑥
24. 공복감이 좋다.	①	②	③	④	⑤	⑥
25. 새롭고 맛 좋은 음식을 먹고 보는 것을 즐긴다.	①	②	③	④	⑤	⑥
26. 식사 후 토하고 싶은 충동을 느낀다.	①	②	③	④	⑤	⑥

부록 2. 신체 이미지 희생 경험 척도

다음은 어린 시절(고등학교 졸업 전) 또래로부터의 신체이미지(외모, 몸매, 체중)에 대한 놀림 및 괴롭힘의 경험에 관련된 문항을 제시해 놓았습니다. 각 문항은 어린 시절 경험과 관련된 항목의 빈도와 놀림이나 괴롭힘을 받았을 때 얼마나 감정이 상했는가에 대한 2개의 질문으로 구성되어 있습니다. 빈도와 정서적 지각의 각 2가지 영역은 1에서 5까지의 척도 상으로 평가하세요.

빈도에서 1은 경험이 전혀 없음을 의미 합니다. 5는 경험이 아주 빈번함을 의미합니다.

정서적 지각에서 1은 놀림의 경험을 받았던 당시 전혀 당황하지 않았음을 의미합니다. 5는 경험 당시 매우 당황했음을 의미합니다. 빈도에서 1-5까지의 척도에서 한 가지 문항을 골라주시고, 정서적 지각에서 1-5까지의 척도에서 한 가지 문항을 골라주시기 바랍니다.

만약 신체 이미지 희생 경험이 없다면, 빈도에는 (전혀없다①), 정서적 지각에는 (전혀 당황하지 않았다①)로 체크해주시고, 경험의 빈도가 아주 빈번하고 그 당시에 매우 당황했다면 빈도에는 (아주 빈번하다⑤)와 정서적 지각에 (매우 당황했다⑤)에 체크해 주시기 바랍니다.

항목들을 주의 깊게 읽어 보시고 자신의 상태를 가장 잘 나타낸다고 생각되는 문항하나를 골라 해당란에 “V” 또는 “O” 표시하여 주십시오.

내용	빈도					정서적 지각				
	전혀 없다	가끔 경험 했다	보통이 다	자주 경험했 다	아주 빈번하 다	전혀 당황하 지 않았다	조금 당황했 다	보통이 다	당황했 다	매우 당황했 다
1. 친구가 나의 신체적 외모에 대해서 조롱하거나 놀렸었다.	①	②	③	④	⑤	①	②	③	④	⑤
2. 친구가 나의 신체적 외모(몸매, 체중)에 대해 별명을 지었다(별명으로 부르며 놀렸었다).	①	②	③	④	⑤	①	②	③	④	⑤
3. 내 체중, 신체적 외모를 친구가 지적하거나 손가락질 했다.	①	②	③	④	⑤	①	②	③	④	⑤
4. 친구는 내 신체적 외모 때문에 나를 괴롭혔다.	①	②	③	④	⑤	①	②	③	④	⑤
5. 학교에서(예: 체육시간) 내 신	①	②	③	④	⑤	①	②	③	④	⑤

내용	빈도					정서적 지각				
	전혀 없다	가끔 경험 했다	보통이 다	자주 경험했 다	아주 반반하 다	전혀 당황하 지 않았다	조금 당황했 다	보통이 다	당황했 다	매우 당황했 다
체적 외모 때문에 제외되거나 빠져 있었다.										
6. 내가 운동을 할 때, 친구가 나를 놀렸었다.	①	②	③	④	⑤	①	②	③	④	⑤

다음은 어린 시절(고등학교 졸업 전) 부모로부터의 신체이미지(외모, 몸매, 체중)에 대한 놀림 및 괴롭힘의 경험에 관련된 문항을 제시해 놓았습니다. 항목들을 주의 깊게 읽어 보시고 자신의 상태를 가장 잘 나타낸다고 생각되는 문항하나를 골라 해당란에 “V” 또는 “O” 표시하여 주십시오, 하나도 빠트리지 말고 반드시 한가지로만 답해 주시기 바랍니다.

내용	빈도					정서적 지각				
	전혀 없다	가끔 경험했 다	보통이 다	자주 경험했 다	아주 반반하 다	전혀 당황하 지 않았다	조금 당황했 다	보통이 다	당황했 다	매우 당황했 다
1. 어머니/ 아버지는 나의 신체적 외모가 보기 좋지 않다고 말했었다. (ex 더 마르면 보기 좋은 것이라고 말한다)	①	②	③	④	⑤	①	②	③	④	⑤
2. 어머니/ 아버지는 나의 체중이나 외모에 대해 부정적인 발언을 했었다.	①	②	③	④	⑤	①	②	③	④	⑤
3. 어머니/ 아버지는 나를 “똥똥한” 같은 단어로 내가 어떻게 생겼는지 설명했었다.	①	②	③	④	⑤	①	②	③	④	⑤
4. 어머니/ 아버지는 나의 외모나	①	②	③	④	⑤	①	②	③	④	⑤

내용	빈도					정서적 자각				
	전혀 없다	가끔 경험했 다	보통이 다	자주 경험했 다	이주 반반하 다	전혀 당황하 지 않았다	조금 당황했 다	보통이 다	당황했 다	매우 당황했 다
체중 때문에 나를 비난했었다.										
5. 어머니/ 아버지는 나의 외모나 체중을 가지고 농담을 했었다(놀렸다)	①	②	③	④	⑤	①	②	③	④	⑤
6. 어머니/아버지는 다른 가족 구성원들과 같이 내 신체적 외모에 대해 큰 소리로 지적하거나 비판했다.	①	②	③	④	⑤	①	②	③	④	

부록 3. 수동적 소셜 미디어 활동

아래 항목들은 ‘SNS 이용시’ 외모 비교 척도에 대한 질문입니다. 귀하의 생각과 가장 가까운 곳에 “V” 또는 “O” 표시 해주시기 바랍니다.

내 용	전혀 그렇지 않다	가끔 그렇지 않다	보통 이다	자주 그렇다	항상 그렇다
1. SNS(페이스북, 인스타그램)을 이용할 때, 나는 SNS 친구들의 신체적 외모와 나의 신체적 외모를 비교한다.	①	②	③	④	⑤
2. SNS(페이스북, 인스타그램)을 이용할 때, 어떤 사람이 과체중인지 저체중인지 알 수 있는 가장 좋은 방법은 그 사람의 몸매를 다른 사람과 비교하는 것이다.	①	②	③	④	⑤
3. SNS(페이스북, 인스타그램)을 이용할 때, 나는 SNS 친구들의 옷차림과 나의 옷차림을 비교한다.	①	②	③	④	⑤
4. SNS(페이스북, 인스타그램)을 이용할 때, 나의 외모와 SNS 친구들의 외모를 비교하는 것은 당신이 매력적인지 매력적	①	②	③	④	④

내 용	전혀 그렇지 않다	거의 그렇지 않다	보통 이다	자주 그렇다	항상 그렇다
이지 않은지 결정하는 데 있어서 좋지 않는 방법이다.					
5. SNS(페이스북, 인스타그램)을 이용할 때, 나는 SNS친구들의 몸매와 나의 몸매를 비교한다.	①	②	③	④	⑤
6. SNS(페이스북, 인스타그램)을 이용할 때, SNS상에서 가늘고 얇은 팔뚝을 가진 여자들이 있으며 나 자신을 의식하게 된다.	①	②	③	④	⑤
7. SNS(페이스북, 인스타그램)을 이용할 때, 나는 SNS 친구들의 허벅지와 나의 허벅지를 비교한다.	①	②	③	④	⑤
8. SNS(페이스북, 인스타그램)을 이용할 때, 나는 SNS친구들에 비해 내 뱃살이 어떻게 보이는지 의식한다.	①	②	③	④	⑤
9. SNS(페이스북, 인스타그램)을 이용할 때, 나는 SNS 친구들의 엉덩이 크기와 내 엉덩이 크기를 비교한다.	①	②	③	④	⑤
10. SNS(페이스북, 인스타그램)을 이용할 때, 나는 SNS친구들이 청바지(스키니진)나 치마를 입는 것을 보면 그런 옷을 입을 때 나의 하체는 어떻게 보일 비교한다.	①	②	③	④	⑤

아래 항목들은 ‘SNS 이용시’ 소셜 그루밍 활동에 대한 질문입니다. 여러분의 생각과 가장 가까운 곳에 “V” 또는 “O” 표시 해주시기 바랍니다.

(Passive Use)

내 용	전혀 하지 않다	가끔 한다	보통 이다	자주 하는 편이다	하루에 여러번 한다
1. 당신은 얼마나 자주 SNS에 친구들이 올려놓은 글을 읽습니까?	①	②	③	④	⑤
2. 당신은 얼마나 자주 친구들의 SNS에 방문하십니까?	①	②	③	④	⑤
3. 당신은 얼마나 자주 친구의 포스팅에 달린 다른 사	①	②	③	④	⑤

내 용	전혀 하지 않다	가끔 한다	보통 이다	자주 하는 편이다	하루에 여러 번 한다
람의 댓글을 읽습니까?					
4. 당신은 얼마나 자주 당신의 네트워크에 포함 되지 않은 사람들의 프로필을 둘러보십니까?	①	②	③	④	④
7. 당신은 얼마나 자주 친구의 프로필 사진을 확인하십니까?	①	②	③	④	⑤

(Active Use)

내 용	전혀 하지 않다	가끔 한다	보통 이다	자주 하는 편이다	하루에 여러 번 한다
5. 당신은 얼마나 자주 친구의 포스팅에 '좋아요'를 누르십니까?	①	②	③	④	⑤
6. 당신은 얼마나 자주 친구의 페이스북 포스팅에 댓글을 남기십니까?.	①	②	③	④	⑤
8. 당신은 얼마나 자주 친구의 프로필 사진에 '좋아요'를 누르십니까?	①	②	③	④	⑤
9. 당신은 얼마나 자주 친구의 프로 필 사진에 댓글을 남기십니까?	①	②	③	④	⑤