한국청소년연구
Studies on Korean Youth
2011. Vol. 22. No. 4. pp. 115~136.

중·고등학생의 신체존중감, 완벽주의, 자기통제가 식이태도에 미치는 영향

유정이* · 홍지영**

초 록

본 연구는 중·고등학생을 대상으로 신체존중감, 완벽주의, 자기통제 및 식이태도와의 관계를 남녀를 중심으로 비교하여 밝혀보고자 하였다. 연구대상은 서울, 인천, 경기도 소재의 중·고등학생 268명(남학생 90명, 여학생 178명)이었다. 연구에 사용된 측정도구는 신체존중감, 완벽주의, 자기통제, 식이태도척도였다. 각 변인들 간의 관계를 알아보기 위해 t- 검정, 상관분석, 단계적 회귀분석을 실시하였다. 연구결과 첫째, 성별에 따라 신체존중감, 식이태도는 차이를 나타냈으며, 완벽주의(기준적 완벽주의, 염려적 완벽주의), 자기통제(즉각적 만족, 장기적 만족)는 차이가 없었다. 둘째, 식이태도에 대해서는 남학생은 기준적 완벽주의가 여학생은 신체존중감과 즉각적 만족이 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 식이태도에 대한 상담과 교육장면에서 남학생과 여학생의 차이를 고려한 접근이 필요함을 시사해 준다고 볼 수 있다. 분석결과에 대해 선행연구와 관련하여 논의하고, 연구의 의의와 한계 및 후속연구를 위한 제언을 제시하였다.

주제어 : 신체존중감, 완벽주의(염려적 완벽주의, 기준적 완벽주의), 자기통제(장기적 만족, 즉각적 만족), 식이태도

* 안양대학교 교육대학원
** 안양대학교 학생생활상담센터, 교신저자, myhjy@anyang.ac.kr

Ⅰ. 서 론

최근 외모를 중요시 하는 사회풍토와 신체에 대한 기준이 서구화 되면서 키가 크고 마른 몸매에 대한 선망이 커지고 있다. 이러한 욕구 충족을 위한 다이어트 및 관련 상품이 무분별하게 범람하여 사회 문제화 되고 있으며, 섭식장애의 비율도 증가하는 추세를 보이고 있다. 특히 섭식장애는 대부분 청소년기에 발병하는데, 처음에는 다이어트 등에 관심을 가지기 시작하다가 섭식장애로 연결되는 경우가 많아 청소년기에 올바른 식이태도를 가질 수 있도록 돕는 것이 필요하다. 우리나라의 경우도 최근 연구에 따르면 10대 청소년의 10.9%, 20대 대학생의 3.4-6.8%가 섭식장애 발생 고위험군이라고 한다(송경애・박재순, 2003). 섭식장애 발생 고위험군이란 이상 식이태도를 보이는 상태라고 정의할 수 있다. 이상 식이태도란 음식에 대한 과도한 거부, 체중에 대한 지나친 민감성, 그리고 부적응적인 식습관과 체중조절 시도를 포함하는 상태로, 청소년기의 이상 식이태도가 지속되는 것은 섭식장애 발병의 위험요인으로 작용할 수 있다는 점에서 중요하다(최준호 외, 1998). 이상 식이태도를 가지고 있는 사람들에게서 가장 흔히 발견되는 행동이 다이어트인데, 여대생을 대상으로 한 설문연구에 의하면 다이어트를 경험한 적이 있는 여성은 전체표집의 84.1%에 달한다(박정희, 2006). 과도한 다이어트는 식사조절 뿐 아니라 체중감량제의 복용, 의도적 구토와 체중에 대한 급성 불안을 일으키는 등 심각한 부작용으로 이어진다. 특히 사춘기 이전에 발생한 지나친 다이어트는 신체적, 사회적 성숙과 발달에 큰 지장을 준다(Jacobs & Isaacs, 1986; Wade & Lowes, 2002)는 점에서 더욱 경계할 만하다. 최근 초등학생을 대상으로 한 연구에서 초등학생의 이상 식이태도가 급속히 증가하고 있음을 보여주고 있어 주목된다(임영주, 2006; 천숙희, 2007).

이상 식이태도에 영향을 미치는 요인은 사회문화적인 요인과 생물학적 요인, 그리고 개인의 신체적, 심리적 요인 등으로 알려져 있다. 사회문화적 요인으로는 가족 및 또래, 그리고 대중매체의 영향을 꼽을 수 있고, 생물학적인 요인으로는 유전과 가족력 그리고 호르몬의 영향 등이 연구되어 왔다. 개인의 심리적 요인으로는 신체불만족, 신체존중감, 완벽주의적 성향, 강박적 성향, 신체에 대한 개인의 자기평가나 기대 및 사회문화적 가치기준의 내면화 요인 등이 주목되었다(손은정, 2008; 이상선・오경자, 2004; 임영주, 2006; Polivy & Herman, 2002; Tylka & Subish, 2004). 신체존중감,

완벽주의, 자기통제 등의 심리사회적 요인이 식이태도에 미치는 영향은 사회문화적 요인, 생물학적 요인, 개인의 신체적 요인 등과 더불어 중요하게 다루어져 왔다. 신체적 요인, 즉 비만도와 체질량지수, 체형에 대한 인지 등의 영향력이 크다는 점은 이미 밝혀진 바 있다. 하지만 식이태도의 변화를 위한 상담 및 치료의 관점에서 본다면 식이태도를 결정하는 요인 이외에도 개인의 통제가 가능한 심리적 요인의 중요성을 배제할 수 없다. 식이태도란 단순히 음식을 먹는 행동의 문제가 아니라 식사량과 식사에 대한 개인의 신념 및 통제조절의 문제를 핵심적으로 포함하는 것으로 볼 수 있기 때문이다.

본 연구에서는 식이태도의 문제를 개인의 심리적 요인에 초점을 맞추어 식이태도와 관련이 있다고 보고된 신체존중감, 완벽주의를 비롯하여 청소년 문제 행동과 밀접한 관련이 있는 자기 통제력의 영향력을 살펴보고자 한다.

Ⅱ. 이론적 배경

심리적 요인 중 자신의 신체와 외모에 대한 자기평가인 신체존중감 및 신체상에 대한 만족, 불만족은 기존 연구에서 이상 식이태도와 직·간접적인 영향력을 보여주었다. 이상선과 오경자(2004)의 여자 대학생을 대상으로 한 연구에 따르면, 신체에 대한 불만족과 신체존중감은 이상섭식행동에 직접적으로 영향을 미치며, 날씬함을 강조하는 사회문화적 태도를 내면화한 정도는 신체불만족을 매개로하여 이상섭식행동에 영향을 미쳤다. 또한 신체불만족은 여자 청소년들에게서 뿐만 아니라 남자 청소년들 사이에서도 급격하게 증가하는 것으로 보고된다(Funham & Calman, 1998; Katzmarzyk & Davis, 2001). 남자청소년들은 신체의 크기를 증가시키거나 근육을 강화하기 위해 여성들과는 다른 전략을 사용하고 있으며(Katzmarzyk & Davis, 2001), 어떤 남자 청소년들은 여자 청소년과 마찬가지로 마른 체형이 되기를 원하는 반면 다른 남자 청소년들은 더 큰 체형, 혹은 근육질의 체형이 되기를 희망한다(Ricciardelli et al., 2000). 여성과 대학생을 대상으로 한 연구를 통해서 신체불만족 혹은 신체존중감이 이상 식이태도에 영향을 미친다는 것은 검증된 바 있으나 남학생과의 차이에 관한 의문은 여전히 남아있다.

한편, 완벽주의 성향은 이상 식이태도 및 섭식장애, 그리고 다이어트 행동에 영향을 미치는 요인으로 주목받아 왔고(Buhlman et al., 2008), 신체 불만족과도 유의미한 상관을 보이는 것으로 나타났다(이수현, 2005; Yanober & Thompson, 2008). 완벽주의 특성은 섭식장애자들이 도달할 수없는 과도한 날씬함을 추구하는 성향으로 나타나 섭식장애의 발달과 유지에 영향을 주는 것으로 나타나고 있다(Sutandar-Pinnock et al., 2003). 최근에는 완벽주의를 적응과 부적응 기능을 모두 가진 다차원적 관점으로 보고 있다(Blatt, 1995). Frost, Marten, Lahart와 Rosenblate(1990)는 완벽주의를 '높은 기준을 설정하고 자기 자신을 과도하게 비판하는 경향성'으로 정의하고, 높은 개인적 기준, 실수에 대한 염려, 부모 기대, 부모 비난, 수행에 대한의심, 조직화의 여섯 개 차원으로 구분하여 제안하였다. 또한 Hewitt과 Flett(1991)은 완벽주의의 대상에 따라 자신에 대한 완벽주의, 타인에 대한 완벽주의 그리고 사회적으로 부과된 완벽주의로 분류하였다. 이후 Frost, Heimberg, Holt, Mattia와 Neubauer(1993)는 Frost, Marten, Lahart와 Rosenblate(1990), Hewitt과 Flett(1991)의 다차원적 완벽주의 척도를 2개의 요인으로 분석하였는데, 우울 및 부정적 정서와 관련이 있는 '부적응적 평가염려(maladaptive evaluation concern)' 요인 - 실수에 대한 염려, 수행에 대한 의심, 부모 기대, 부모 비난, 사회적으로 부과된 완벽주의 - 과 긍정적인 정서와 관련이 있는 '긍정적 성취 욕구(positive striving need)'요인 - 높은 개인적 기준, 조직화, 자신에 대한 완벽주의, 타인에 대한 완벽주의 - 으로 구분하였다. 오미영(2006)은 여자 대학생을 대상으로 한 연구를 통해 완벽주의와 이상 식이태도와의 관계에서 부적응적 완벽주의의 관련성을 강하게 시사하였다. 또한 사회적으로 부과된 완벽주의는 신체불만족과 폭식행동 간의 관계를 매개하며, 자신에 대한 완벽주의는 신체적 불만족과 거식행동의 관계를 매개한다는 연구도 제시되었다(Brannan & Petrio, 2008). 이를 종합할 때, 완벽주의 성향이 높을수록 이상 식이태도를 보일 가능성도 높음을 보여준다. 국내 남녀 청소년을 대상으로 한 연구에서는 여자 고등학생의 경우, 완벽주의와 충동성은 이상 식이태도에 직접적인 영향을 주며, 완벽주의는 외모에 대한 사회적 인식의 내면화를 매개로 하여 여고생의 식이태도에 영향을 주는 것으로 밝혀졌다(이혜련, 2007). 남자 고등학생의 경우 완벽주의는 신체불만족이 체중변화전략에 영향을 미치는데 매개효과가 있으며, 특히 신체불만족이 높을수록 완벽주의 수준이 낮아지며, 이는 체형변화 전략을 덜 사용하는 것으로 나타나 여학생들과는 다른 결과를 제시하고 있어(박민

경・송현주, 2008) 보다 체계적인 성차에 대한 연구가 진행될 필요가 있다. 그러나 국내에서는 남학생을 대상으로 한 연구가 드물며, 남학생과 여학생을 같이 비교한 연구는 거의 없는 실정이다.

완벽주의 성향 이외에 이상 식이태도와 관련이 깊은 심리적 변인으로 자기통제 요인이 주목되어 왔다. 자기통제란 자신의 인지, 정서 행동을 원하는 대로 조절 할 수 있음을 의미하는데, 자기통제력이 낮은 사람들은 그들의 행동이 가져오는 장기적인 결과를 고려하지 않고, 즉시적인 욕구충족을 추구하는 특성을 가지고 있으며, 반면에 자기통제력이 발달한 사람은 장기적인 이익을 위해 욕구의 지연이 가능하고, 효율적인 문제해결 능력을 가지는 경향성을 가지고 있다고 보았다(Gottfredson & Hirschi, 1990). 배재현과 최정윤(1997)은 섭식장애 환자와 일반인의 비교연구를 통해 섭식장애 환자집단은 정상집단이나 식이제한 집단에 비해 자신의 내면자각이나 금욕주의, 충동조절, 사회적 불안의 측면에서 근원적인 병리를 가지고 있다고 진단하였다. 나아가 섭식장애 환자와는 달리 이상 식이태도를 보이는 일반 청소년에 대한 예방적 관심에서 자기통제 요인과 이상 식이태도와의 관련성이 주목될 필요가 있다. 여자 대학생을 대상으로 섭식행동 통제력 및 섭식통제 행동에 대한 영향력을 밝히는 연구들이 진행되어왔다(이민규・한덕웅, 2001; 장은영・한덕웅, 2007). 반면 남녀 청소년의 식이태도에 자기통제력이 미치는 영향을 밝힌 연구는 찾아보기 어렵다. 청소년의 자기통제는 비행 및 다양한 문제행동을 설명하는 주요요인으로 연구되어 왔다. 청소년의 문제행동을 설명하는 강력한 변인인 자기통제력이 이상 식이태도를 설명하는 데에도 유의한지, 자기통제력의 영향력을 살펴보는 연구의 필요성이 제기된다.

날씬한 몸매를 가꾸는 일은 여성성의 전형에 해당한다는 관점에서 식이태도에 대한 연구는 대부분 여자 청소년 및 여자 성인을 대상으로 수행되어왔다. 하지만 최근 들어 남성들도 체형을 위해 식사조절을 하는 등 이상적인 체형을 위해 노력하는 경향이 높아짐에 따라 남성을 대상으로 한 연구의 필요성이 인식되고 있다. 이에 본 연구에서는 신체에 대한 민감도와 불안도가 상대적으로 높을 것으로 보이는 중・고등학생을 대상으로 하되, 여학생과 남학생을 함께 연구함으로써 이상 식이태도에 영향을 미치는 여러 변인의 상대적 영향력을 성별에 대한 차이를 중심으로 밝히고자 하였다. 본 연구의 연구문제는 다음과 같다.

첫째, 신체존중감, 완벽주의(염려적 완벽주의, 기준적 완벽주의), 자기통제(장기적

만족, 즉각적 만족), 식이태도는 성별에 따라 차이가 있는가?

둘째, 신체존중감, 완벽주의(염려적 완벽주의, 기준적 완벽주의), 자기통제(장기적 만족, 즉각적 만족)가 식이태도에 미치는 영향은 성별에 따라 어떻게 다른가?

Ⅲ. 연구방법

1. 연구대상 및 자료수집 방법

본 연구는 서울, 인천, 경기도 소재 중·고등학교에 재학중인 남녀학생들 290명을 대상으로 하였다. 자료수집은 교사들이 특별활동시간 및 기타 시간을 활용하여 실시하였고, 기간은 2009년 10월~2010년 7월에 이루어졌다. 그 가운데 결측치(missing data)가 3개 이상 포함된 22부를 분석에서 제외하여 연구에 참여한 대상자는 총 268명이었다. 학력별로는 성별로는 남학생이 33.6%(90명), 여학생이 66.4%(178명)였고, 학력은 중학생이 41.8%(112명), 고등학생이 58.2%(156명)였다. 학교의 형태는 남녀공학이 91.8%(246명), 여학교가 7.8%(22명)로 대부분 남녀공학의 학생들로 이루어졌다.

2. 측정도구

1) 신체존중감 척도(Body Esteem Scale, BES)

신체존중감을 측정하기 위해 Mendelson, Andrews, Balfour와 Buchoiz(1997)가 청소년과 성인을 위해 개발한 신체존중감 척도(Body Esteem Scale: BES)를 이정숙(2001)이 번안한 것을 사용하였다. 이 척도는 외모, 체중, 신체특성에 관련된 신체상을 측정하기위해 개발되었으며 총 23문항, Likert 4점 척도로 구성되었고, 점수가 높을수록 신체존중감이 높은 것을 의미한다. 문항의 예로는 '나는 몸무게를 조절하기 위해 온갖 노력을 다하고 있다.', '나는 나의 외모에 대해 부끄럽게 생각한다.', '나는 몸무게를 잴 때 괴롭다.'등이 있다. 이정숙(2001) 연구의 Cronbach's α 계수는 .92로 나타났으며 본 연구에서 Cronbach's α 계수는 남학생 .67 , 여학생 .61로 나타났다.

2) 완벽주의 척도(Multidimensional Perfectionism Scale)

완벽주의를 측정하기위해 Frost, Marten, Lahart와 Rosenblate(1990)의 '다차원 완벽주의 척도(Multidimensional Perfectionism Scale: F-MPS)'를 정승진(1999)이 번안한 6개 차원(개인적 기준, 조직화, 실수에 대한 염려, 수행에 대한 의심, 부모의 기대, 부모의 비난), 35문항 중 부모의 기대와 부모의 비난은 완벽주의 발달에 수반된 측변을 반영한다는 점을 고려하여(전란영, 2009), 이를 제외한 4개의 하위차원 26문항을 요인분석을 통해 23문항으로 재구성한 척도를 사용하였다. 여러 연구에서 완벽주의를 두 가지 차원으로 구분하고 있으며(Frost et al., 1993; Dunkley et al., 2000; Rice & Mirzadeh, 2000), 본 연구에서도 이를 반영하여 최근 완벽주의 연구에서 공통적으로 지적하는 완벽주의의 하위차원을 자신에게 높은 기준을 부과하고 그에 도달하기 위해 체계적으로 노력하는 '기준적 완벽주의'와 행동의 결과와 실수에 대한 타인의 평가에 신경을 쓰고 이를 염려하는 '염려적 완벽주의'로 구분하였다. 즉 개인적 기준, 조직화를 '기준적 완벽주의'로, 실수에 대한 염려, 수행에 대한 의심을 '염려적 완벽주의' 요인으로 구분하여 살펴보았다. 이 척도는 Likert 5점 척도로 구성되었고, 점수가 높을수록 완벽주의 성향이 높은 것을 의미한다. 문항의 예로는 ' 부분적으로 실패하는 것도 내게는 완전히 실패하는 것과 다름이 없다.', ' 깔끔하게 정리 정돈하는 것이 중요하다.', '나는 다른 사람들보다 목표를 높게 잡는다.'를 들 수 있다. 전란영(2009) 연구의 Cronbach's α 계수는 전체 .87, 염려적 완벽주의 .86, 기준적 완벽주의 .83로 나타났으며 본 연구에서 Cronbach's α 계수는 남학생은 전체 .88, 기준적 완벽주의 .86, 염려적 완벽주의 .90, 여학생은 전체 .88, 기준적 완벽주의 .87, 염려적 완벽주의 .89로 나타났다.

3) 자기통제 척도(Self-Control Scale)

자기통제를 측정하기 위해 Gottfredson과 Hirschi(1990)가 사용한 자기통제력 척도와 김현숙(1998)의 자기통제력 평정척도를 참고로 재구성한 남현미와 옥선화(2001)의 측정도구를 사용하였다. 이 척도는 2개의 하위요인으로 구성된 총 20문항의 자기보고식 질문지로, 하위요인은 집중력이 있고, 욕구를 지연시킬 수 있으며 효율적인 문제해

결 능력 등의 장기적 만족 요인과 충동적이고 자신 위주로 생각하며 말보다 행동이 앞서는 등의 즉각적 만족 요인이며, 각각 10문항씩 구성되어있다. 각 문항은 Likert 5점 척도로 구성되었고, 즉각적 만족 추구는 역채점 하며, 총점수가 높을수록 자기통제력이 높음을 의미한다. 문항의 예로는 '나는 일을 하기 전에 항상 생각을 먼저하고 행동한다.', '나는 주어진 과제가 어려워도 쉽게 포기하지 않는다.','나는 지금 당장 즐거운 일이라도 나중에 손해가 되는 일이라면 하지 않는다.'등이 있다. 남현미와 옥선화(2001)의 연구에서 Cronbach's α 계수는 .78로 나타났으며 본 연구에서 Cronbach's α 계수는 남학생은 전체 . 78, 장기적 만족 추구 .81, 즉각적 만족추구 .74, 여학생은 전체 .75, 장기적 만족 추구 .77, 즉각적 만족추구 .74로 나타났다.

4) 식이태도 척도(Eating Attitude Test for Adolescents, EAT-26KA)

식이태도를 측정하기위해 Garner와 Garfinkel(1979)이 개발하고 Garner, Olmsted, Bohr과 Garfinkel(1982)이 축소 재수정한 영문판 식이태도검사(Eating Attitude Test-26)를 최준호, 안동형, 남정현, 조연규과 최보율(1998)이 청소년 연령에 맞게 수정 번안한 식이태도검사(Eating Attitude Test for Adolescents: EAT-26KA)를 사용하였다. 이 검사는 신경성 식욕부진증의 행동특성들을 측정하기 위해 제작되었으며, 정상체중인 사람들 중에서 심각한 섭식문제를 지닌 사람들을 진단하는데 유용한 도구로 쓰인다. 문항의 예로는'배가 고파도 식사를 하지 않는다.', '살이 쪘다는 생각을 떨쳐버릴 수가 없다.', '음식에 대해 많은 시간과 정력을 투자한다.'등이 있다. 총 26 문항으로 Likert 6점 척도로 구성되었으며, '항상 그렇다'에 3점, '매우 자주 그렇다'에 2점, '자주 그렇다'에 1점, '가끔 그렇다', '거의 드물다', '전혀 아니다'에 0점 처리하여 점수가 높을수록 이상 식이태도 수준이 높아짐을 의미하며, 0-9점 정상, 10-19점 저위험군, 20점 이상은 고위험군으로 섭식장애로 진단한다. 본 연구 대상자들은 남학생의 경우 정상 86.4%, 저위험군 11.4% 고위험군 2.3%이며, 여학생은 정상 72.4%, 저위험군 20.7%, 고위험군 6.9%로 나타났다. 최준호, 안동형, 남정현, 조연규과 최보율(1998)의 연구의 Cronbach's α 계수는 .83로 나타났으며 본 연구에서 하위요인별 Cronbach's α 계수는 남학생 .69, 여학생 .78로 나타났다.

3. 분석방법

첫째, 연구문제에 대한 분석에 앞서 기초분석을 실시하였다. 다중공선성을 측정하기 위해 공차한계와 VIF 값을 살펴보았다. 또 잔차분석을 통해 오차항들의 독립성을 확인하려고 Durbin-Watson통계치, 산점도를 통한 등분산성을 확인하였다.

둘째, 성별에 따른 신체존중감, 완벽주의(염려적 완벽주의, 기준적 완벽주의), 자기통제(장기적 만족, 즉각적 만족), 식이태도의 차이를 분석하기 위해 t-test를 실시하였다.

셋째, 신체존중감, 완벽주의(염려적 완벽주의, 기준적 완벽주의), 자기통제(장기적 만족, 즉각적 만족), 식이태도간의 관계를 파악하기 위해 상관분석을 남녀별로 실시하였다.

넷째, 식이태도에 대한 영향력을 파악하기 위해 식이태도를 종속변인으로 신체존중감, 완벽주의(염려적 완벽주의, 기준적 완벽주의), 자기통제(장기적 만족, 즉각적 만족)를 독립변인으로 단계적 회귀분석을 남녀별로 실시하였다. 이상의 통계분석을 위해 SPSS WIN 18.0 프로그램을 이용하였다.

Ⅳ. 연구 결과

1. 예비분석결과

먼저 다중 공선성을 측정하기 위해 공차한계(tolerance)와 VIF 값을 확인한 결과, 공차는 .98~.97, VIF는 1.00~1.02로 나타나 다중공선성의 문제가 없는 것으로 간주할 수 있다. 또 Durbin -Watson 통계치는 2.05~2.15로 나타나 잔차와 관측순서를 이용한 산점도를 통해서도 독립성이 만족됨을 확인하였다. 그리고 산점도를 통해 등분산 가정에도 문제가 없음을 확인하였다.

2. 신체존중감, 완벽주의(염려적 완벽주의, 기준적 완벽주의), 자기통제(장기적 만족, 즉각적 만족), 식이태도의 성별에 따른 차이

응답자들의 성별에 따라 주요변인들에서 유의미한 차이가 나타나는지 알아보기 위해 독립표본 t-test를 실시한 결과는 〈표 1〉에 제시되었다. 분석결과를 살펴보면 신체존중감(t = 5.83, p 〈 .001)과 식이태도(t = -4.05, p 〈 .001)가 성별에 따른 차이를 보이고 있었다. 즉 신체존중감의 경우 남학생이 여학생보다 높으며, 이상 식이태도 수준은 여학생이 남학생에 비해 높은 것으로 나타났다. 반면 염려적 완벽주의, 기준적 완벽주의, 장기적 만족, 즉각적 만족은 유의미한 차이가 없었다.

<표 1> 신체존중감, 완벽주의(염려적 완벽주의, 기준적 완벽주의), 자기통제(장기적 만족, 즉각적 만족), 식이태도의 성별에 따른 차이

	성별	*N*	*M*	*(SD)*	*t*
신체존중감	남	90	1.54	(.43)	5.84***
	여	178	1.21	(.43)	
염려적 완벽주의	남	90	2.15	(.75)	.68
	여	178	2.08	(.69)	
기준적 완벽주의	남	90	2.22	(.79)	.83
	여	178	2.13	(.80)	
장기적 만족	남	90	2.16	(.67)	1.45
	여	178	2.04	(.60)	
즉각적 만족	남	90	2.46	(.61)	1.89
	여	178	2.32	(.57)	
식이태도	남	90	.20	(.21)	-4.05***
	여	178	.33	(.28)	

*** $p < .001$

3. 신체존중감, 완벽주의(염려적 완벽주의, 기준적 완벽주의), 자기통제(장기적 만족, 즉각적 만족), 식이태도간의 상관관계

남녀별 신체존중감, 완벽주의(염려적 완벽주의, 기준적 완벽주의), 자기통제(장기적 만족, 즉각적 만족), 식이태도간의 상관분석 결과는 〈표 2〉에 제시하였다.

먼저 남학생을 살펴보면, 신체 존중감의 경우 기준적 완벽주의(r = .29) 및 장기적 만족(r = .36)과 유의미한 정적 상관을 보였으며, 염려적 완벽주의와는 부적 상관(r = -.38)을 나타냈다. 염려적 완벽주의는 즉각적 만족과 유의미한 부적 상관(r = -.38)을 보였으며, 기준적 완벽주의는 장기적 만족(r = .54)및 식이태도(r = .26)와 정적 상관을 나타냈다. 이러한 결과는 남학생의 경우 기준적 완벽주의가 식이태도와 관련된다는 것을 보여준다. 여학생의 경우 신체 존중감은 염려적 완벽주의와는 부적 상관(r = -.31)인 것으로 나타났으며, 기준적 완벽주의(r = .16) 및 장기적 만족(r = .16)과 유의미한 정적상관관계를 보였으나 상관의 크기는 작은 편으로 나타났다. 염려적 완벽주의는 기준적 완벽주의(r = .20)와 유의미한 정적상관을 보였으며 즉각적 만족(r = -.40)과는 부적상관을 나타냈다. 기준적 완벽주의는 장기적 만족(r = .52)과 정적상관을 나타냈다. 식이태도는 신체존중감(r = -.29) 및 즉각적 만족(r = -.23)과 부적상관을 보였으며, 염려적 완벽주의(r = .19)와는 정적상관관계를 보이는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 여학생의 경우 염려적 완벽주의, 즉각적 만족, 신체존중감이 식이태도와 관련된다는 것을 보여준다.

<표 2> 신체존중감, 완벽주의(염려적 완벽주의, 기준적 완벽주의), 자기통제(장기적 만족, 즉각적 만족), 식이태도 간의 상관관계(남녀별)

	신체존중감	염려적 완벽주의	기준적 완벽주의	장기적 만족	즉각적 만족	식이태도
신체존중감	1	-.38***	.29**	.36***	.16	-.02
염려적 완벽주의	-.31***	1	.14	-.01	-.38***	.20
기준적 완벽주의	.16*	.20**	1	.54***	-.08	.26*
장기적 만족	.16*	.05	.52***	1	.16	.15
즉각적 만족	.07	-.40***	-.06	.13	1	-.15
식이태도	-.29***	.19*	.02	-.11	-.23**	1

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

주. ▒ 윗부분은 남학생, 아랫부분은 여학생임

4. 신체존중감, 완벽주의(염려적 완벽주의, 기준적 완벽주의), 자기통제(장기적 만족, 즉각적 만족)가 식이태도에 미치는 영향

신체존중감, 완벽주의(염려적 완벽주의, 기준적 완벽주의), 자기통제(장기적 만족, 즉각적 만족)가 식이태도에 미치는 영향을 확인하기 위해 남녀별로 앞서 제시한 다섯 가지 변인들을 독립변인으로, 그리고 식이태도를 준거변인으로 하여 단계적(step-wise) 회귀분석을 실시하였다.

먼저 남학생의 경우 〈표 3〉에서 볼 수 있듯이, 다섯 가지 변인들을 동시에 예측변인으로 투입한 결과 기준적 완벽주의만이 유의미한 예측력을 가지는 변인으로 나타났으며($t = 2.54$, $p < .05$), 나머지 변인들은 분석에서 제외되었다. 회귀모형은 통계적으로 유의미하였으며($F = 6.45$, $p < .05$), 식이태도 전체 변량의 약 6%를 설명하는 것으로 나타났다. 기준적 완벽주의는 식이태도를 정적으로 예측하는 변인임을 알 수 있다($\beta = .26$). 이러한 결과는 남학생의 경우 자신에게 높은 기준을 부과하고 그에 도달하기 위해 체계적으로 노력하는 기준적 완벽주의 성향이 높을수록 이상 식이태도 수준도 높아질 수 있음을 나타내 주는 것이다.

<표 3> 남학생의 식이태도에 대한 신체존중감, 완벽주의(염려적 완벽주의, 기준적 완벽주의), 자기통제(장기적 만족, 즉각적 만족)의 단계적 회귀분석

독립변인	*B*	*SE*	*β*	*t*	R^2(adj-R^2)	*F*
(상수)	.02	.12		.17	.07(.06)	6.45*
기준적 완벽주의	.13	.05	.26	2.54*		

* $p < .05$

여학생의 경우 〈표 4〉에서 볼 수 있듯이, 다섯 가지 변인들을 동시에 예측변인으로 투입한 결과 첫 번째 모형에서는 신체존중감($t = -4.01$, $p < .001$)을 유의미한 예측변인으로 가지는 회귀모형이 통계적으로 유의미하며($F = 16.09$, $p < .001$), 식이태도 전체 변량의 8%를 설명하는 것으로 나타났다. 두 번째 단계의 모형에서는 신체존중감($t = -3.90$, $p < .001$)에 더하여 즉각적 만족($t = -2.97$, $p<.01$)이 추가적인 예측

변인으로 식이태도를 4% 추가로 설명하는 것으로 나타났으며($\triangle R^2$ = .04), 증분 설명량은 통계적으로 유의미하였고, 회귀모형도 통계적으로 유의미한 것으로 나타났다(F = 12.82, p 〈 .001). 상대적인 기여도는 신체존중감(β = -.28), 즉각적 만족(β = -.21) 순으로 나타났다. 즉, 여성의 경우 신체존중감과 즉각적 만족이 개인의 식이태도에 대해 부적인 예측력을 가지는 변인으로 볼 수 있다. 이러한 결과는 여학생의 경우 신체존중감이 낮을수록, 충동적이고 자신위주로 생각하며 말보다 행동이 앞서는 즉각적 만족을 추구하는 경향이 클수록 이상 식이태도 수준이 높아짐을 나타내는 것이다.

<표 4> 여학생의 식이태도에 대한 신체존중감, 완벽주의(염려적 완벽주의, 기준적 완벽주의), 자기통제(장기적 만족, 즉각적 만족)의 단계적 회귀분석

모형	독립변인	*B*	*SE*	*β*	*t*	R^2(adj-R^2)	$\triangle R^2$	*F*
1	(상수)	.561	.061		9.18***	0.9(.08)	.09	16.09***
	신체존중감	-.19	.05	-.29	-4.01***			
2	(상수)	.793	.098		8.06***	.13(.12)	.04**	12.82***
	신체존중감	-.19	.05	-.28	-3.90***			
	즉각적 만족	-.11	.04	-.21	-2.97**			

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

Ⅴ. 논 의

본 연구는 중・고등학생들을 대상으로 신체존중감, 완벽주의(염려적 완벽주의, 기준적 완벽주의), 자기통제(장기적 만족, 즉각적 만족)및 식이태도의 관계에 대해 남녀를 중심으로 비교하고자 하였다. 이를 통해 중・고등학생들의 식이태도와 관련된 요인들이 남녀별로 어떻게 다른지 파악하여 식이태도와 관련된 문제의 이해를 돕고 더 나아가 식이태도 문제와 관련된 청소년 상담 및 교육 현장에서 활용할 수 있는 기초정보를 제시하고자 하였다.

본 연구결과와 관련된 논의 및 시사점은 다음과 같다.

첫째, 신체존중감과 식이태도는 성별에 따른 유의한 차이가 있는 반면 완벽주의(염

려적 완벽주의, 기준적 완벽주의)와 자기통제(장기적 만족, 즉각적 만족)는 성별에 따른 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다. 즉 여학생이 남학생 보다 신체에 대해 불만족 하여 자신의 신체에 대한 존중감이 더 낮으며, 식이태도에서 문제를 보일 가능성도 더 높음을 의미한다. 신체존중감과 식이태도에 대한 성별의 차이는 기존연구(Fallon & Rozin, 1985; 김정민・이세진, 2009)와 일치하는 결과로서 신체 및 식이태도와 관련한 성별차이를 주목할 필요가 있음을 보여준다. 한편 염려적, 기준적 완벽주의가 성별에 대한 차이가 없다는 결과는 이전 연구들에서 남학생의 완벽주의 중 '긍정적 성취욕구'에 해당하는 자기지향, 타인지향 완벽주의에서는 성별의 차이가 없고, '부적응적 평가염려' 요인인 사회부과 완벽주의에서의 차이를 나타내고 있는 것으로 나타나(김은아, 1997; 조진주, 2008; 정지은・김정민, 2010)부분적으로 유사한 결과라 해석할 수도 있으나, 기존의 연구의 척도가 본 연구에서 사용된 Frost, Marten, Lahart와 Rosenblate(1990)의 척도(F-MPS)가 아니라 Hewitt과 Flett(1991)이 개발한 척도(H-MPS)를 사용한 점을 고려할 때 추후 연구에서 재확인될 필요가 있다. 자기통제력의 성별차이는 없는 것으로 나타났으며, 이는 남현미와 옥선화(2001)의 연구에서 중학교 3학년을 대상으로 했을 때 성별에 따른 차이가 없는 것으로 나타난 것과 일치하는 결과라 볼 수 있다. 그러나 권오숙과 문성호(2007)의 연구에서는 중・고등학생들을 대상으로 했을 때 남학생의 자기통제력이 더 높은 것으로 나타나 성별에 따른 차이가 연구 간에 일관성을 띠지 않는 것으로 보인다. 이러한 연구간 불일치는 연구대상의 연령, 문화의 차이 등으로 추측될 수 있다.

둘째, 신체존중감, 완벽주의(염려적 완벽주의, 기준적 완벽주의), 자기통제(장기적 만족, 즉각적 만족)가 식이태도에 성별에 따라 어떻게 다르게 영향을 미치는지 확인하였다. 그 결과 남학생은 완벽주의 하위변인 중 기준적 완벽주의가, 여학생은 신체존중감과 자기통제의 하위변인 중 즉각적 만족이 식이태도에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 즉 남학생은 자신에게 높은 기준을 부과하고 그에 도달하기 위해 체계적으로 노력하는 기준적 완벽주의 성향이 높을수록 이상 식이태도 수준이 높아지는 것을 나타내며, 여학생은 신체존중감이 낮고 충동적이고 자신위주로 생각하며 말보다 행동이 앞서는 즉각적 만족을 추구하는 경향이 클수록 이상 식이태도 수준이 높아지는 것을 예측 할 수 있다. 이를 통해 성별에 따라 식이태도에 영향을 미치는 요인들이 상이함을 확인 할 수 있었다. 구체적으로 살펴보면, 남학생의 경우 기존연구에서 남학생의

완벽주의가 신체 불만족과 체형변화전략을 매개한다는 결과(박민경・송현주, 2008)와 유사한 결과로서 식이태도에 대한 기준적 완벽주의의 직접적인 영향력을 보여준다. 이에 남학생을 상담하거나 교육 할 때, 기준적 완벽주의 성향이 검토되어야 함을 시사한다고 볼 수 있다. 또한 남학생의 완벽주의와 식이태도와 관련해서, 완벽주의가 체중을 늘리거나, 근육을 증가시키는 전략에 영향을 미쳤다는 연구(Davis et al., 2005), 신체불만족과 부적 상관을 보인 연구(박민경・송현주, 2008), 신체불만족과 정적 상관을 보인 연구(Penkal & Kurdek, 2007) 등 다양한 연구결과가 제시되고 있고, 여학생의 경우도 기존연구 결과와 달리 염려적 완벽주의와 식이태도간의 상관은 나타났으나 상대적 영향력은 나타나지 않아 추후 보다 다양한 측면에서 완벽주의와 식이태도의 관계를 규명해 볼 필요가 있을 것으로 본다. 여학생의 경우 자신의 신체에 대한 존중감이 낮을수록, 즉각적 만족을 추구할수록 이상 식이태도는 증가하는 것으로 나타났다. 이는 신체 존중감, 신체 불만족 등의 신체에 대한 평가가 이상 식이태도에 직접 또는 매개효과를 나타낸다는 기존 연구와 자기통제력이 신체존중감을 매개로 혹은 직접적으로 식이태도에 영향을 미친다는 연구(이상선・오경자, 2004)와 맥을 같이하고 있다. 즉 여학생을 대상으로 하는 식이태도 관련 교육 및 상담에서 여학생의 식이태도에 영향을 미치는 개인 심리내적 요인 중 신체존중감과 즉각적 만족 추구 요인을 고려하여, 이상 식이태도를 줄이기 위해 자신의 신체에 대한 만족도를 높이고, 즉각적 만족을 추구하는 성향을 줄이는 전략이 도움이 될 수 있다는 것을 시사하는 것으로 볼 수 있다.

이상과 같은 연구의 논의를 바탕으로 한 본 연구의 의의 및 성과는 다음과 같다.

첫째, 식이태도에 영향을 미치는 심리내적 변인들 중 신체존중감, 완벽주의(염려적 완벽주의, 기준적 완벽주의), 자기통제력(장기적 만족, 즉각적 만족)을 상정하여 식이태도와의 관련성을 남녀별로 살펴봄으로써, 식이태도에 미치는 변인들의 상대적 중요성을 알아보았다는데 연구의 의의가 있다.

둘째, 식이태도 및 섭식장애 관련된 선행연구들이 대부분 여성을 중심으로 이루어진 반면, 본 연구에서는 남학생과 여학생을 함께 살펴봄으로써 식이태도에 영향을 미치는 변인에 대한 남학생과 여학생의 차이를 발견하였다. 즉 식이태도에 미치는 변인으로 남학생은 기준적 완벽주의를, 여학생은 신체존중감과 즉각적 만족추구의 영향력을 밝혔다. 이는 식이태도 및 섭식행동 문제 상담과 예방교육에서 성별에 따른 차이를 고려하여 차별적인 접근전략을 구성할 수 있어야 함을 보여준데 그 의의가 있다. 이러한 결과

는 섭식장애 청소년의 치료개입에서도 실제적인 체중조절과 더불어 남학생은 기준적 완벽주의 성향을 탐색하고 조절해 나가므로, 여학생은 신체존중감을 향상시키고, 즉각적 만족을 줄여나가는 상담전략 및 개입이 치료효과를 높일 수 있음을 시사한다.

셋째, 식이태도에 영향을 미치는 요인들이 성별에 따라 어떻게 다른지를 확인함으로써 여자 대학생을 중심으로 이루어진 식이태도 및 섭식행동에 관한 연구가 남녀 중・고등학생을 대상으로 하여 면밀하게 이루어져야 할 필요가 있음을 보여준데 그 의의가 있다.

넷째, 자기통제 변인은 자신의 일시적 충동과 즉각적 만족을 주는 문제행동을 유보하는 능력으로 이상적인 신체 및 외모를 추구하는 이상 식이태도와 관련성을 가질 수 있는 개념이나 국내연구에서 중・고등학생들을 대상으로 식이태도와 관련해서 이루어진 연구는 없는 실정이다. 이에 중・고등학생들을 대상으로 자기통제 변인과 식이태도의 관련성을 살펴보는 시도는 의의가 있다고 본다.

다섯째, 본 연구의 대상이 섭식장애를 가진 청소년이 아니라 일반 중・고등학생을 대상으로 했기에 일상생활에서 경험하는 식이태도의 문제를 상담하고 교육하는데 효과적인 도움을 제공 할 수 있을 것으로 보인다.

본 연구의 제한점 및 후속 연구를 위한 제언은 다음과 같다.

첫째, 본 연구 결과의 해석과 적용에서 이상 식이태도가 남학생에 비해 여학생이 유의하게 높게 나온 점을 고려해야 할 것이다.

둘째, 연구대상의 전체수, 남녀 비율, 지역 분포 등이 제한적이어서 결과를 국내 청소년의 식이태도 결과로 일반화시키는 데는 다소 무리가 따른다. 추후 연구에서는 연구대상의 수와 성비율을 고려하고, 지역을 보다 다양화하여 결과를 보완할 필요가 있다.

셋째, 신체존중감과 식이태도 척도의 신뢰도가 다소 낮아 추후연구에서 결과를 재학인할 필요가 있다.

넷째, 본 연구에서 신체존중감, 완벽주의(염려적 완벽주의, 기준적 완벽주의), 자기통제(장기적 만족, 즉각적 만족)변인이 식이태도를 설명하는 변량은 소량으로 나타나 추후 연구에서 심리내적인 요인, 가족 요인, 사회문화적 요인 등 다양한 변인들을 함께 살펴보는 것이 필요할 것으로 보인다. 이에 청소년들의 식이태도와 관련해서 신체관련 변인, 다양한 개인 심리내적 변인, 가족 요인 및 사회문화적인 요인을 중심으로 남녀 차이에 대한 연구가 심도 깊게 이루어진다면 식이태도와 관련된 상담과 교육에서 남녀 차이를 고려한 보다 효과적인 개입을 할 수 있을 것이다.

참고문헌

권오숙・문성호(2007). 청소년의 스트레스 및 자기통제력과 충동구매 경향성과의 관계. 청소년학연구, 제14권 제1호, pp. 31-46.

김은아(1997). 부모와 자녀의 완벽주의 성향 및 자각된 부모의 양육태도간의 관계. 이화여자대학교 석사학위논문.

김정민・이세진(2009). 외모에 대한 사회문화적 요인, 신체질량지수 및 자아존중감이 신체상에 미치는 영향. 한국가정관리학회지, 제27권 제6호, pp. 1-12.

김현숙(1998). 청소년의 건강행위와 비행의 영향요인에 관한 모형 구축. 서울대학교 박사학위논문.

남현미・옥선화(2001). 가족의 심리적 환경과 청소년의 자기통제력 및 친구특성이 청소년의 문제행동에 미치는 영향. 대한가정학회지, 제39권 제7호, pp. 37-58.

박민경・송현주(2008). 남자 청소년들의 신체 이미지, 완벽주의와 체형변화전략과의 관계. 심리치료: 다학제적 접근, 제8권 제2호, pp. 145-159.

박정희(2006). 여대생들의 체형의 인식과 다이어트 실태조사. 한국스포츠리서치, 제17권 제6호, pp. 713-722.

배재현・최정윤(1997). 섭식장애 환자집단의 심리적 특성에 대한 연구 : 식이제한수준이 높은 집단, 과다체중집단, 정상집단에 대한 비교를 통해. 한국심리학회지: 임상, 제16권 제2호, pp. 209-217.

손은정(2008). 여대생의 자아존중감, 신체비교, 마른 이상적인 체형의 내면화, 신체불만족이 이상 섭식행동에 미치는 영향. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 제20권 제3호, pp. 885-901.

송경애・박재순(2003). 서울지역 일부 대학생들의 식습관, 섭식장애 발생경향, 체중조절형태 및 비만도. 여성간호학회지, 제9권 제4호, pp. 157-466.

오미영(2006). 섭식태도와 완벽주의 성향간의 관계. 이화여자대학교 석사학위논문.

이상선・오경자(2004). 몸매와 체중에 근거한 자기 평가와 신체 불만족이 여대생의 이상 섭식 행동에 미치는 영향. 한국심리학회지: 임상, 제23권 제1호, pp. 91-106.

이정숙(2001). 중고등학생의 성별, 비만, 타인의 평가와 신체존중감의 관계. 한국교원대학교 석사학위논문.

이민규・한덕웅(2001). 섭식억제 행동을 예측하는 모형의 검증 : 계획된 행동이론의 수정모형의 탐색. 한국심리학회지: 건강, 제6권 제2호, pp. 173-190.

이수현(2005). 섭식문제가 있는 여대생의 완벽주의 패턴과 자기 지식 구조. 서울대학교 석사학위논문.

이혜련(2007). 외모에 대한 사회문화적 요인, 충동성 및 완벽주의가 여고생의 섭식 태도에 미치는 영향. 명지대학교 석사학위논문.

임영주(2006). 초등학생의 이상섭식행동과 관련된 사회심리적변인. 연세대학교 석사학위논문.

장은영・한덕웅(2007). 섭식행동에서 계획된 행동이론과 Bentler-Speckart 모형의 비교 검증. 한국심리학회지: 건강, 제12권 제3호, pp. 193-516.

전란영(2009). 청소년의 완벽주의와 개인적 변인 및 어머니 변인과의 관계. 부산대학교 석사학위논문.

정승진(1999). 완벽성 감소를 위한 인지행동 집단상담 프로그램 개발. 연세대학교 박사학위논문.

정지은・김정민(2010). 남녀 청소년의 자기애, 완벽주의 및 가족탄력성이 신체상에 미치는 영향. 놀이치료연구, 제14권 제3호, pp. 1-17.

조진주(2008). 청소년의 애착과 완벽주의 성향이 특성불안에 미치는 영향. 서울여자대학교 석사학위논문.

천숙희(2007). 청소년기 여성의 섭식행동과 우울, 분노, 분노표현 및 개인적 특성에 관한 연구. 여성간호학회지, 제13권 제4호, pp. 310-319.

최준호・안동형・남정현・조연규・최보율(1998). 한국판 청소년용 식이 태도 검사(EAT-26KA)의 신뢰도 조사. 소아・청소년 정신의학, 제9권 제1호, pp. 91-97.

Blatt, S. J.(1995). The destuctiveness of perfectionism. *American Psychologist, Vol. 50*, pp. 1003-1020.

Brannan, M, E., & Petrio, T. A.(2008). Moderators of the body dissatisfaction-eating disorder symptomatology relationship: Replication and extension. *Journal of Counseling Psychology, Vol. 55 No. 2*, pp. 263-275.

Buhlmann, U., Etcoff, N. L. & Wilhelm, S.(2008). Facialattractiveness ratings and perfectionism in body dysmorphic disorder and obsessive-compulsive

disorder. *Journal of Anxiety Disorders, Vol. 22*, pp. 540-547.

Davis, C., Karvinen, K., & MaCreary, D. R.(2005). Personality correlates of a drive for muscularity in young men. *Personality and individual Differences*, *Vol. 39,* pp. 349-359.

Dunkley, D. M., Blankstein, K. R., Halsall, J., williams, M., & Winkworth, G.(2000). The relation between perfectionism and distress: Hassles, coping, and perceived social support as mediators and moderators. *Journal of Counseling Psychology, Vol. 47*, pp. 437-453.

Fallon, A. E., & Rozin, P.(1985). Sex differences in perceptions of body shape. *Journal of abnormal psychology, Vol. 94*, pp. 102-105.

Frost, R. O., Heimberg, R. G., Holt, C. S., Mattia, J. I., & Neubauer, A. L.(1993). A comparison of two measures of perfection. *Personality and Individual Differences, Vol. 14,* pp. 112-137.

Frost, R. O., Marten, P., Lahart, C., & Rosenblate, R.(1990). The dimension of perfectionism. *Cognitive Therapy and Reserch, Vol. 14*, pp. 449-468.

Funham, A., & Calman, A.(1998). Eating disturbance, self-esteem, reasons for exercising and body weight dissatisfaction in adolescent males. *European Eating Disorders Review, Vol. 6,* pp. 58-72.

Garner, D. M., & Garfinkel, P. E.(1979). The Eating Attitudes Test: An Index of the symptoms of anorexia nervosa. *Psychological Medicine, Vol. 9,* pp. 273-279.

Garner, D. M., Olmsted, M. P., Bohr, Y., & Garfinkel, P. E.(1982). The Eating Attitude Test: psychometric features and clinical correlations. *Psychological Medicine, Vol. 12,* pp. 871-878.

Gottfredson, M. and Hirschi, T.(1990). *A General Theory of Crime*. Palo Alto, CA: Stanford University Press.

Hewitt, P. L., & Flett, G. L.(1991). Perfectionism in the self and social contexts: conceptualization, assessment, and association with psychopathology. *Journal of Personality and Social Psychology, Vol. 60 No. 3,* pp. 456-470.

Jacobs, B. W., & Isaacs. S.(1986). Pre-Pubertal anorexia nervosa; Aretrospective controlled study. *Journal of child psychology and psychiatry, Vol. 27 No. 2*, pp. 237-250.

Katzmarzyk, P. T., & Davis, C.(2001). Thinness and body shape of Playboy centerfolds from 1978 to 1998. *International Journal of Obesity and Relates Merabolic Disorders, Vol. 25*, pp. 590-592.

Mendelson, B. K., Mendelson, M. J., Andrews, J., Balfour, L. & Bucholz, A.(1997). Three aspects ofbody esteem in adolescents and young adults: Differential relations with weight and self-esteem. *Research in Child Development, Vol. 17 No.1*, pp. 145-160.

Penkal, J. L., & Kurdek, L. A.(2007). Gender and race differences in young adults' body dissatisfaction. *Personality and Individual Differences, Vol. 43*, pp. 2270-2281.

Polivy, J., & Herman, C. P.(2002). Causes of eating disorders. *Annual Review of Psychology, Vol. 53 No. 1*, pp. 187-213.

Ricciardelli, L. A., McCabe, M. P., & Banfield, S.(2000). Body image and body change methods in adolescent boys : Role of parents, friends, and the media. *Journal of Psychosomatic Research, Vol. 48,* pp. 189-197.

Rice, K. G., & Mirzadeh, S. A.(2000). Perfectionism, attachment and adjustment. *Journal of Consulting Psychology*, *Vol. 47*, pp. 238-250.

Sutandar-Pinnock, K., Blake, W. D., Carter, J. C., Olmsted, M. P., & Kaplan, A. S.(2003). Perfectionism in anorexia nervosa: a 6-24 month follow-up study. *International Journal of Eating Disorder, Vol. 33,* pp. 225-229.

Tylka, T. L., & Subich, L. M.(2004). Examining a Multidimensional Model of eating disorder symptomatology among collage women. *Journal of Counseling Psychology, Vol. 51 No. 3,* pp. 341-328.

Wade, T. D., & Lowes, J.(2002). Variables associated with disturbed eating habits and overvalued ideas about the personal implications of body shape and weight in a female adolescent population. *International Journal of Eating Disorders, Vol. 32,* pp. 39-45.

Yanober, T., & Thompson, J. K.(2008). Eating problems, body image disturbances, and academic achievement: Preliminary evaluation of the eating and body image disturbances academic interference scale. *International Journal of Eating Disorders, Vol. 41 No. 2*, pp. 184-187.

ABSTRACT

The Effect of Middle-High School Students' Body Esteem, Perfectionism, and Self-control on Eating Attitudes

Ryu, Jeong-Yi* · Hong, Ji-Young*

The purpose of the present study is to investigate the relationship between middle-high school students' body esteem, perfectionism, and self-control and their eating attitudes. 268 middle-high school students (90 males and 178 females) participated in the study. The subjects were from Seoul, Incheon, and Kyonggi province in Korea. During the study, four scales were used: The Multidimensional Perfectionism Scale, The Self-Control Scale, The Body Esteem Scale (BES), and The Eating Attitude Test for Adolescents (EAT-26KA). In addition, three analyses were conducted: t-test, correlation, and step-wise regression. The results are as follows. First, there is a significant gender effect on body esteem and eating attitudes. However, there is no significant gender effect on perfectionism (standard -centered and concern-centered perfectionism) and self-control (immediate and longitudinal satisfaction). Second, standard-centered perfectionism for male students and body esteem and immediate satisfaction for female students have an effect on their eating attitudes. These results indicate that gender differences should be considered when conducting guidance and counseling sessions on issues related to the eating attitudes of middle-high school students.

Key Words : body esteem, perfectionism, self-control, eating attitudes

투고일 : 9월 14일, 심사일 : 10월 24일, 심사완료일 : 11월 18일

* Anyang University