

여대생의 자가지향 완벽주의와 폭식증의 관계에서 취업스트레스의 매개효과 연구

A Study on the Mediating Effects of Job-stress on the Relationship between
the Female College Students' Self-oriented Perfectionism and Binge Eating

이유리*, 김남중**

남부대학교 사회복지학과*, 미래세대연구소**

Yu-Ri Lee(yrlee@nambu.ac.kr)*, Nam-Jung Kim(knj7312@gmail.com)**

요약

본 연구는 여대생의 폭식증 수준을 알아보고, 자가지향 완벽주의가 폭식증에 어떠한 영향을 미치는지 알아보고, 그리고 이 변인간의 관계에서 취업스트레스가 갖는 매개효과를 분석하는데 목적이 있다. 이를 위해 광주·전남지역 여대생 325명을 대상으로 자가지향 완벽주의 척도, 취업스트레스 척도, 폭식증 척도를 이용하여 설문조사 하였다. 매개효과를 검증하기 위해 구조방정식 모형을 사용하였다. 주요 분석결과는 다음과 같다. 첫째, 여대생의 폭식증 수준은 중간 점수에 근접하는 것으로 확인되었다. 둘째, 여대생의 자가지향 완벽주의는 폭식증에 직접 영향을 미치는 것으로 분석되었다. 셋째, 여대생의 자가지향 완벽주의가 폭식증에 미치는 영향에 있어서 취업스트레스는 부분 매개효과(partial mediation)를 보이는 것으로 나타났다. 이러한 결과를 바탕으로 폭식증 고위험군 선별 방안, 완벽주의적 성향 감소를 위한 대처방안, 취업스트레스 개입을 통한 폭식증 중재방안 등 실천적 함의를 제시하였다.

■ 중심어 : | 폭식증 | 자가지향 완벽주의 | 취업스트레스 | 여대생 |

Abstract

The purpose of this study was to investigate the binge eating of university women and to discuss whether there was a mediating effect of job-stress. This study conducted a survey of 325 university women using the self-oriented perfectionism, job-stress and binge eating. Descriptive, correlation statistics with SPSS 18.0 and structural equation analysis with AMOS 20.0 was performed. The results of this study were as follows.

First, the binge eating of female university students was lower than intermediate level. Second, the self-oriented perfectionism of female university students had a meaningful positive influence on the binge eating. Third, the job-stress had a partial mediating effect between the self-oriented perfectionism and the binge eating. As a result of this research, comprehensive implications were suggested for interventions.

■ keyword : | Binge Eating | Self-oriented Perfectionism | Job-stress | Female University Students |

I. 서론

섭식(eating)은 인간이 삶을 영위하는데 필요한 기본적인 기능으로 모든 사람에게 자연스러운 행동이다. 그러나 폭식행동과 거식행동 등 이상섭식행동이 과도해지면 섭식장애(eating disorders)라 불리며, 주로 북미, 서유럽, 호주 등에서 1970-80년대 급속히 확산된 이후 심각한 사회문제로 대두되었다[1][2]. 1990년대 이후 한국 사회에서도 섭식장애가 여대생들을 중심으로 등장하여 빠르게 확산되고 있는 추세이다.

최근 여대생 240명을 분석한 자료에 의하면, 지난 1년 동안 1회 이상 폭식을 경험한 사람은 120명(50%)이었는데, 그 중 거의 항상 폭식을 하고 있는 사람이 28명(12%)에 이를 정도로 심각한 문제로 나타났고[3], 여대생 133명을 대상으로 체형만족도와 폭식증 관계를 조사한 연구에서 조사대상자의 56.4%가 다이어트 경험을 하면서 폭식증상을 동반하였다고 보고되었다[4]. 폭식증은 10대와 20대에 주로 나타나며 지난해 20대 여성 10만 명당 30명이 폭식증 환자였고, 30대 여성의 1.6배에 달하는 수치였다는 것을 감안할 때, 여대생의 폭식증 문제가 중요성을 가지고 다루어져야 함을 시사한다.

폭식증은 생물학적, 심리적, 환경적 요인들이 다양하게 관여하고 있으며, 그 중에서도 심리적 요인, 특히 완벽주의가 폭식증과 밀접하게 관련되어 있다는 것이 그동안 많은 선행연구에서 지적되어 왔다. 국외 선행연구에 의하면, 자기지향적 완벽주의가 폭식증에 영향을 미치는 연구결과가 보고되었고, 완벽주의가 폭식증에 선행하며 폭식행위의 심각도를 높이고[5][6], 섭식장애 회복 후에도 지속된다고 보고되었다[7]. 국내 연구에서도 완벽주의와 폭식증의 관계를 살펴보았는데, 두 변인간 유의미한 상관관계가 보고되었다[8-10]. 이러한 선행연구들을 종합해 볼 때 심리적 요인인 완벽주의가 폭식증의 중요한 예측변인임을 알 수 있다.

또한 심리적 요인 외에 폭식증의 영향요인으로 환경적 요인을 꼽을 수 있다. 여대생이 처한 환경적 요인 중 폭식증 유발에 영향을 미치는 변수로 대학생스트레스를 들 수 있는데 우리나라 여대생들의 주요 고민을 조사한 실태조사와 경험적 연구들에 따르면 많은 여대

생들은 진로 및 취업스트레스가 대학생들의 고민 중에 가장 주요한 부분을 차지하고 있다[11][12][29][30]. 취업스트레스와 폭식증 간의 관계를 살펴본 연구가 많지는 않으나 일부 연구에서 폭식은 취업스트레스로 인해 불안하고 혼란스러울 때 이에 대한 결과로 나타나는 증상이며[13], 여대생의 취업스트레스는 폭식증을 유발시키는 요인이라고 보고되었다[9].

최근 대학생 취업률을 살펴보다도, 남학생 60.3%, 여학생 59.9%로 근소한 차이지만 여학생의 취업률이 남학생에 비해 낮게 조사되었고[14], 실업률에서도 대학교 졸업 이후 여성실업자는 2009년 37%에서 2010년 41%로 증가추세를 보이고 있어[15], 여대생의 취업스트레스는 남학생에 비해 심각한 영향을 미칠 수 있다고 사료된다. 따라서 여대생의 폭식증 유발 요인 중 취업스트레스의 영향력에 초점을 두어 살펴보는 작업은 중요한 의미를 가질 것이다.

일부 선행연구에서 완벽주의적 성향이 높은 여대생은 대학생생활스트레스 중 취업관련 스트레스 수준이 높다는 결과가 제시되고 있고[13][19], 취업스트레스와 폭식증은 관련성이 높다고 제시되고 있기에 완벽주의와 폭식증 간의 관계에서 취업스트레스가 갖는 매개효과에 이론적 타당성이 성립한다고 보여진다.

그러나 폭식증 관련 기존의 연구들에서는 폭식증 관련 영향변인들 간 단일차원의 직접적 영향력만 다루었을 뿐 각 변수들간의 경로관계 및 매개효과를 중심으로 다차원적인 함의를 이끌어낸 연구는 부재하였고, 특히 여대생을 대상으로 최근 대학생생활 스트레스 중 높은 부정적인 스트레스원으로 기능하여 정신건강의 문제에서 중요성을 갖는 취업스트레스가 폭식증에 미치는 영향력에 대하여 구조화된 개념적 틀을 활용하여 포괄적으로 분석한 연구는 이루어지지 않았기에 본 연구는 기존의 선행연구와 차별성을 갖는다고 판단된다.

이에 본 연구에서는 여대생의 완벽주의가 폭식증에 미치는 영향을 규명하고, 아울러 완벽주의와 폭식증의 관계에서 취업스트레스의 매개효과를 검증하고자 한다.

II. 이론적 배경

1. 폭식증

폭식(Binge Eating)이란 정신장애의 진단 및 통계편람 DSM-IV에 따르면, 일정한 시간 내에 보통 사람들이 먹는 것보다 더 많은 양의 음식을 먹는 섭식행동이다. 음식을 먹는 동안에는 조절 능력을 상실하여 먹는 것을 멈추지 못하고 음식의 종류를 가리지 않으며, 양을 조절 할 수 없는 것이 특징이다[16]. 폭식은 DSM-5에 수록된 섭식장애의 유형인 신경성 폭식증(Bulimia Nervosa)과 달리 분류되지 않는 섭식장애(Eating Disorder Not Otherwise Specified)에 속하는 섭식장애에서 필수적으로 나타나며, 신경성 식욕부진증(Anorexia Nervosa)에서도 폭식 및 하제 사용 하위유형에서 나타나는 현상으로, 모든 섭식장애에 속하는 공통적인 증상으로 볼 수 있다.

국의 연구에 따르면 미국 내 여대생들의 68-79%가 적어도 한 번 이상 폭식행동을 위해 의도적으로 구토나 하제, 이노제 등의 약물 사용 경험을 보고했다. 또한 Wolff와 Wittrock(1998)의 연구에서는 여성의 9%와 남성의 5.2%가 적어도 일주일에 한 번은 폭식을 하는 것으로 나타났으며, 여성의 26.6%가 폭식 후에 극도의 심리적 고통을 호소하는 것으로 나타났다[17].

국내의 폭식증 환자와 관련한 최근 통계에서 2008년 1만940명에서 2012년 1만3002명으로 5년 만에 19%가량이나 증가했다. 이들 환자 2명 중 1명은 10~20대 연령층이며, 여성이 남성보다 4배나 많은 것으로 나타났다[18]. 우리나라에서도 폭식증 환자가 급격히 증가하고 있음을 보여주고 있다. 따라서 여대생의 폭식증 예측변인을 검증하는 것이 필요하며, 이를 통해 실천적 근거 자료를 마련할 수 있을 것이다.

2. 완벽주의와 폭식증의 관계

완벽주의와 폭식증의 유의미한 관계를 설명하는 대표적 이론이 회피이론이다. 회피이론(escape theory)에서는 높은 완벽주의적 기준에 부합하지 못하면, 자신에 대해 부정적으로 지각하고 평가하게 되며, 이로 인해 자신의 부정적인 모습에 주의를 집중하게 되는 자기초

점(self-focus)이 높아지게 된다. 자기초점이 높아지면 부정적인 감정을 유발하게 되며, 이 때 유발된 부정적인 감정을 감소시키기 위해 높아진 자기초점의 수준을 낮추고자 한다. 이를 통해 자신이 가지고 있던 기준과 실제 자기 모습 간의 차이를 덜 인식할 수 있기 때문이다. 다시 말해, 자기초점이 높은 상태에서는 자신을 통제하는 수준이 높기 때문에 음식에 대해 통제력을 가지고 있었지만, 자기초점의 수준이 낮아지면 절제된 행동이 무너지고, 결국은 폭식을 하게 된다는 것이다.

Hewitt과 Flett(1991)은 완벽주의적 대상 혹은 완벽주의적 행동이 향하는 방향에 따라 자기지향 완벽주의, 타인지향 완벽주의, 사회적으로 부과된 완벽주의를 제안하였다[19]. 자기지향 완벽주의는 자신에게 완벽주의적인 기준을 세우고 성취에 대한 강한 동기와 자신에 대한 엄격한 평가를 부과한다. 선행연구를 통해 자기지향 완벽주의는 폭식증의 유의미한 예측변인으로 조사되었다[3].

따라서 본 연구에서는 회피이론에서 폭식증을 유발할 수 있는 취약성 요인으로 언급되고 있는 완벽주의와의 관계를 살펴보고자 한다.

3. 완벽주의와 폭식증의 영향관계에서 취업스트레스의 매개효과

본 연구에서는 완벽주의와 폭식증 간의 관계에서 두 변수간의 영향관계를 매개하는 변인으로 환경적 요인인 여대생의 취업스트레스에 주목하고자 한다. 취업스트레스는 학업과 졸업 후의 취업관련 문제로 인하여 대학생활 중에 신체적, 심리적 평형상태가 파괴되고, 위기, 긴장감 또는 불안을 느끼는 상태를 말한다[31].

우선 자기지향 완벽주의와 취업스트레스간의 관계를 살펴보면, 완벽주의는 자기초점이 높아지면서 부정적인 감정을 유발하고, 이로 인해 스트레스 수준이 높아진다. 완벽주의 성향이 높은 사람은 일상의 사소한 문제를 비롯하여 자신의 내외부적으로 나오는 높은 기준을 이루어내기 위해 지속적인 압박을 느끼고 스트레스를 경험할 가능성이 높다. 엄격한 자기평가로 인해 스트레스에 대한 지각수준이 높아진다는 것이다[19]. 그러므로 완벽주의 성향이 높은 여대생의 경우 대학생할

스트레스 중 취업 및 진로 관련 스트레스도 높다고 보고되고 있다[13].

다음으로 취업스트레스와 폭식증의 관계를 살펴보면, 폭식을 하는 사람들은 부정적 정서와 스트레스에 매우 취약하며, 스트레스에 의해 불안정해진 자아를 보호하기 위한 목적으로 폭식을 한다는 것이다. Greeno와 Wing (1994)은 여대생이 스트레스를 감소시키기 위해서 과식뿐만 아니라 폭식을 자주하게 된다고 보고하였다[20]. 스트레스를 해소하기 위해 음식을 과하게 섭취하고, 이를 통해 부정적 정서로부터 벗어나는 효과가 발생한다고 하였다[21].

따라서 본 연구에서는 여대생의 대표적인 취업스트레스가 완벽주의와 폭식증의 관계에서 매개효과를 나타내는지 살펴보고자 한다.

III. 연구방법

1. 연구모형

완벽주의가 폭식증에 미치는 영향관계에서 취업스트레스 갖는 매개효과를 구조적 관계로 구성한 연구모형을 다음과 같이 제시하고자 한다.

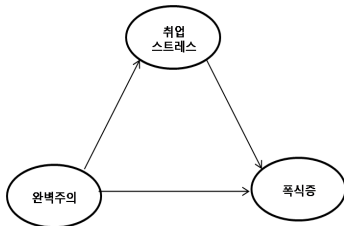


그림 1. 연구모형

2. 조사대상

본 연구대상자는 광주·전남 지역의 19세부터 25세까지의 여자대학생 모든 학년을 대상으로 편의적 표집 방법에 의하여 표본을 추출하였다. 설문조사는 2014년 5월부터 2개월 동안 370부를 수집하였다. 수집된 설문지 중 불성실하게 응답한 45부를 제외한 325부가 최종 분석에 활용되었다.

3. 조사도구

3.1 종속변수 : 폭식증

폭식증은 김은정(2004)[22]이 활용한 척도를 수정하였고, 폭식증과 관련한 5점 Likert척도 3문항으로 구성하였다. 점수가 높을수록 폭식성향의 태도를 나타내는 것으로, 신뢰도 계수 Cronbach's α 는 .749로 나타났다.

3.2 독립변수 : 완벽주의

여대생의 완벽주의는 Hewitt과 Flett(1991)[19]이 개발한 척도를 김수진(2008)[23]이 번안한 자기지향적 완벽주의 하위요인 5문항으로 구성하였다. 5점 Likert 척도로 이루어졌으며, 확인적 요인분석결과 3문항을 본 연구에 적용하였다. 완벽주의 신뢰도 계수 Cronbach's α 는 .758로 나타났다.

3.3 매개변수 : 취업스트레스

여대생의 취업스트레스는 진경구, 김교헌, 이준석(2000)[24]의 대학생용 생활스트레스경험 척도 중 취업 및 진로관련 스트레스와 관련한 5점 Likert 척도 8문항으로 구성하였다. 확인적 요인분석 결과 4문항을 본 연구에 적용하였고, 신뢰도 계수 Cronbach's α 는 .829로 높게 나타났다.

4. 분석방법

본 연구의 자료분석에는 SPSS 18.0과 AMOS 20.0 프로그램을 사용하였다. 척도의 신뢰도 측정을 위하여 Cronbach's alpha를 산출하였으며, 자료분석을 위해 평균, 표준편차, 정규성 분석, 빈도분석, Pearson의 상관관계분석, 구조모형분석을 실시하였다. 모형의 적합도를 평가하기 위해 Hair 등(2006)이 제시한 X^2 , CFI, TLI, SRMR 및 RMSEA 적합도 지수를 이용하였다[25]. 모형 적합도 판단 기준은 CFI, TLI의 경우 .90 이상일 때 좋은 적합도이고, SRMR 및 RMSEA는 값이 작을수록 좋은 적합도를 나타내는데 .05이하이면 좋은 적합도, .08이하이면 괜찮은 적합도이다.

IV. 연구결과

1. 주요변수의 평균

여대생의 완벽주의는 5점 만점에 중간 점수인 3점보다 조금 낮은 2.91점으로 나타났다. 취업스트레스는 4점 만점에 중간점수인 2.5점보다 낮은 2.11점으로 나타났다. 마지막으로 폭식증은 5점 만점에 중간점수 3점보다 낮은 2.30점으로 나타났다. 또한 모든 변수들이 정규성을 충족하는 것으로 나타났다.

표 1. 주요 변수의 평균

변수	최소값	최대값	평균	표준 편차	왜도	첨도
완벽주의	1.00	5.00	2.91	.701	.152	.112
취업스트레스	1.00	4.00	2.11	.672	.376	-.349
폭식증	1.00	5.00	2.30	.857	.293	-.239

2. 상관관계 분석

본 연구에서 사용되고 있는 각 변수들 간의 상관관계를 위해 피어슨 상관분석 결과는 [표 3]과 같다. 완벽주의는 취업스트레스, 폭식증과 통계적으로 유의미한 정적 상관관계를 가졌다. 또한 취업스트레스와 폭식증도 통계적으로 유의미한 정적 상관관계를 나타냈다.

표 2. 주요 변인의 상관관계

변수	완벽주의	취업스트레스	폭식증
완벽주의	1		
취업스트레스	.118*	1	
폭식증	.172**	.291**	1

* p<.05, ** p<.01

3. 구조모형의 적합도 검증

구조모형의 적합도 지수를 살펴보면, 모형의 $\chi^2 = 71.279(p > .05)$ 로 적합도 기준에 부합하지 못한 것으로 나타났다. χ^2 값의 경우 표본 크기에 민감하게 반응하는 특성을 보이는데, 특히 200개 이상의 경우 그러하다 [26]. 본 연구는 325개의 표본을 사용하였으므로 χ^2 값

의 결과로 연구모형의 적합도를 판단하기에는 무리가 있어 앞서 자료분석 방법에서 제시한 바대로, 모형의 적합도를 평가하는 다양한 적합도 기준을 함께 사용하였다. TLI와 CFI는 각각 .948, .963으로 좋은 적합도 기준인 0.9를 모두 상회하는 것으로 나타났으며, RMSEA와 SRMR은 각각 .062, .045로 적합도 기준인 0.08이하로 나타나 권장사용수준을 만족하는 것으로 나타났다. 이상과 같이 모형의 적합도 평가 결과를 통해 볼 때, 본 연구모형의 적합도는 수용 가능하며, 제시된 자료를 잘 설명하는 것으로 판단된다.

표 3. 구조모형 적합도 비교

적합도	χ^2	p	TLI	CFI	RMSEA	SRMR
지수	71.279	.000	.948	.963	.062 (.042-.081)	.045

90 Percent Confidence Interval for RMSEA=(.042;.081)

4. 구조모형 분석

4.1 완벽주의와 폭식증, 취업스트레스와의 관계 검증

여대생의 완벽주의는 폭식증에 직접적 영향(14.5)을 미치고($t=2.222, p<.05$), 취업스트레스에도 직접적 영향(14.0)을 미치는($t=2.135, p<.05$) 것으로 나타났다. 또한 취업스트레스가 폭식증에 직접적 영향(32.4)을 미치는 변인으로 확인되었다($t=4.592, p<.001$).

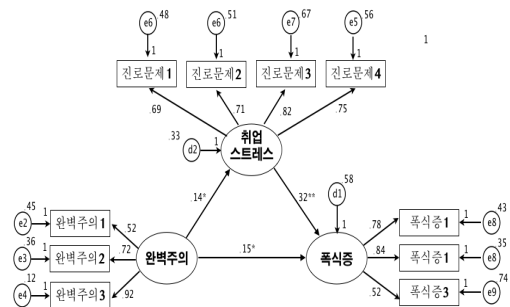


그림 2. 구조모형의 경로계수 값

표 4. 연구모형의 모수 추정치

경로	Estimate		S.E.	C.R.	P
	비표준화	표준화			
완벽주의→ 폭식증	.142	.145	.064	2.222	.026
완벽주의→취업스트레스	.098	.140	.046	2.135	.033
취업스트레스→ 폭식증	.456	.324	.099	4.592	***

*** p<.001

4.2 완벽주의와 폭식증의 관계에서 취업스트레스 매개효과 검증

매개효과 분석 및 연구모형의 심층적인 이해를 위해 각 변수들 간의 영향관계를 직접효과와 간접효과로 분석하였고, 그 결과는 [표 6]과 같다. 간접효과에 대한 분석은 AMOS 20의 부트스트래핑(Bootstrapping) 방법을 통해 분석한 후 통계적 유의성을 검증하였다. 부트스트래핑 방법은 모든 자료가 정규분포를 따른다는 통계적 가정의 제약으로부터 자유롭다는 특징이 있다[27].

표 5. 잠재변수간의 직접간접효과 분해

독립변수	종속변수	직접효과	간접효과	총효과
완벽주의	취업스트레스	.140*		.140*
	폭식증	.145*	.045*	.190**
취업스트레스	폭식증	.324**		.324**

* p<.05, ** p<.01

분석 결과, 여대생의 완벽주의가 폭식증으로 가는 경로에서 취업스트레스의 간접효과($\beta=.045, p<.05$)가 통계적으로 유의미한 것으로 나타나 취업스트레스의 매개효과가 통계적으로 검증되었다. 여대생의 완벽주의가 폭식증으로 가는 경로의 직접효과는 유의미하므로 ($\beta=.145, p<.05$), 완벽주의와 폭식증의 관계에서 취업스트레스는 부분매개효과를 가지는 것으로 나타났다.

V. 결론

본 연구는 여대생의 폭식증에 영향을 미치는 요인을 파악하고, 요인들 간 상대적 영향력을 규명하고자 실시되었다. 본 결과를 바탕으로 확인된 점은 다음과 같다.

첫째, 여대생의 자기지향 완벽주의는 폭식증에 직접적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 자기지향 완벽주의 성향이 높을수록 폭식증의 수준이 높아지는 정적관계를 보였는데, 이는 선행연구 결과와 맥을 같이 하며[3] 완벽주의 성향이 높은 여대생들에 대한 임상적 개입의 필요성을 지지해주는 결과이다.

둘째, 여대생의 자기지향 완벽주의는 취업스트레스에 직접적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 자기 자신이 완벽하지 못하다고 높게 인식한 경우 취업스트레스가 높아지는 것을 의미하는 결과로, 기존 선행연구의 결과를 지지한다[13][19].

셋째, 여대생의 취업스트레스는 폭식증에 직접적인 영향을 미쳤고, 취업스트레스로 불안정해진 자아를 보호하기 위해 폭식을 한다는 것을 의미하는 결과이다.

넷째, 여대생의 자기지향 완벽주의는 폭식증에 미치는 영향관계에서 취업스트레스가 부분매개효과가 있는 것으로 분석되었다. 이는 자기지향 완벽주의, 폭식증, 취업스트레스의 변인간 단편적 관계를 살펴본 선행연구 결과에서 더 나아가 간 결과라 할 수 있다. 구조모형 검증을 통해 다차원적으로 분석한 결과, 여대생의 취업스트레스가 부분매개효과가 확인된 것은 여대생의 폭식증을 완화시키기 위해 자기지향 완벽주의 성격을 통찰하기 위한 노력과 더불어 취업스트레스 중재방안의 필요성을 강조할 수 있는 근거가 도출되었음을 의미한다.

위와 같은 연구 결과를 토대로 다음과 같은 함의를 제시하고자 한다.

첫째, 최근 들어 여대생의 폭식증이 증가하고 있는 추세이므로, 건강한 발달을 돕는 대학 내 다양한 특강, 상담교육, 동아리 활동 등의 지원이 마련되어야 할 것이다. 여대생의 바람직한 섭식행동을 내재화 할 수 있도록 교양교육을 실시하고, 학생상담센터에서 폭식증을 예방할 수 있는 프로그램 개발도 요구된다. 이를 위해

폭식증을 선별해낼 수 있는 측정도구 적용 및 위험군별로 차별화된 개별상담 및 집단상담 프로그램이 이루어져야 할 것이다. 또한 폭식증 고위험군에 대하여 정신보건 전문 기관과의 연계를 통해 기타 정신건강 문제에 대한 중복장애 관련성도 평가해야 할 것이다.

둘째, 폭식증에 영향을 미치는 자기지향 완벽주의 성향과 관련하여 여대생의 완벽주의적 수준을 완화시키는 노력이 필요하다. 완벽주의적 성향에서 세워진 기준은 비합리적일 수 있으며, 완벽한 대학생활을 위해 자기자신이 해야 할 목표들이 실현가능성을 배제한 채 높게 설정되고, 자신의 무리한 계획 중 약간의 차질이 생기면 모두 실패했다고 느끼고 자포자기해서 폭식을 할 가능성이 있다. 그러므로 여대생의 대학생활 가운데 완벽주의 성향이 높은 여대생을 평가한 후 개별상담을 통해 이들의 비합리적인 기준과 목표를 바로 잡아줌으로써 폭식증을 완화시킬 수 있을 것이다.

셋째, 여대생의 취업스트레스는 자기지향 완벽주의와 폭식증의 관계에서 부분적으로 매개하는 변수임이 확인되었다. 따라서 취업스트레스에 대한 대처능력을 향상시킬 수 있도록 제도적 대안 도입이 필요하다. 이를 위해 우선 폭식증 고위험군 여대생을 선별해내어, 이들을 중심으로 대학 내 취업관련 부서와의 유기적인 연계 시스템을 운영하고 취업관련 불안 요인 감소를 위한 학년별, 단계적 취업역량강화 프로그램에 참여시키며, 취업우수사례 선배와의 심리적 지지 멘토링을 통해 취업 스트레스를 예방하고 대처할 수 있는 개입이 이루어져야 할 것이다.

넷째, 본 연구는 일부 지역의 여대생을 대상으로 했기 때문에 폭식증을 일반화하는데 한계가 있으며, 본 연구에서 사용된 변인들은 폭식증과 심리내적, 환경적 측면만을 다루었다는 한계가 있다. 따라서 후속 연구에서는 본 연구에서 다루지 못한 폭식증에 영향을 줄 수 있는 사회·문화적 요인을 함께 살펴보아야 할 것이다.

참고 문헌

- [1] C. G. Fairbum, Z. Cooper, H. A. Doll, and S. L. Welch, "Risk factors for anorexia nervosa: Three integrated case control comparisons," *Archives of General Psychiatry*, Vol.56, pp.468-476, 1999.
- [2] A. R. Tyrka, I. Waldron, J. A. Graber, and J. Brooks-Gunn, "Prospective predictors of the onset of anorexic and bulimic syndromes," *International Journal of Eating Disorders*, Vol.32, pp.282-290, 2002.
- [3] 오경자, 정현강, "이상섭식행동에 영향을 주는 완벽주의 성향과 정서조절 양식에 대한 연구", *한국심리학회지*, 제13권, 제1호, pp.41-55, 2008.
- [4] 남정혜, 이수재, 김현정, "경기 일부지역 여대생의 체질량지수와 섭식장애의 상관관계 연구", *한국식품영양학회지*, 제27권, 제1호, pp.80-88, 2014.
- [5] K. A. Halmi, S. R. Sunday, M. Stober, A. Kaplan, D. B. Woodside, M. Fichler, J. Treasure, W. H. Berrettini, and W. H. Kaye, "Perfectionism in anorexia nervosa: variation by clinical subtype, obsessionality, and pathological eating disorder," *American Journal of psychiatry*, Vol.157, pp.1799-1805, 2000.
- [6] L. R. Lilenfeld, D. Stein, C. M. Bulik, M. Strober, K. Plotnicov, and C. Police, "Personality traits among currently eating disorder, recovered and never ill first-degree female relative of bulimic and control women," *Psychological medicine*, Vol.30, pp.1399-1410, 2000.
- [7] K. Sutandar-Pinnock, W. D. Blake, J. C. Carter, M. P. Olmsted, and A. S. Kaplan, "Perfectionism in anorexia nervosa: a 6-24 month follow-up study," *International Journal of Eating Disorder*, Vol.33, pp.225-229, 2003.
- [8] 김하영, 박기환, "완벽주의, 충동성, 섭식절제와 폭식행동의 연관성", *한국심리학회지*, 제14권, 제1

- 호, pp.73-88, 2009.
- [9] 이윤정, 손정락, “스트레스 관리 프로그램이 폭식 경향이 있는 대학생의 스트레스, 대처방식, 정서적 섭식 및 폭식행동에 미치는 효과”, 한국심리학회지, 제15권, 제3호, pp.409-425, 2010.
- [10] 손은정, “완벽주의, 자기비난, 자기의식, 신체불만족 및 신경성 폭식증 증상 간의 관계”, 한국심리학회지, 제30권, 제1호, pp.165-183, 2011.
- [11] D. L. Coffman and T. D. Gilligan, “Social support, stress and self-efficacy: Effects on student’s satisfaction,” *Journal of College Studied*, Vol.4, No.1, pp.53-66, 2002.
- [12] 이숙정, 유지현, “대학생의 학업 및 진로스트레스와 대학생활적응의 관계에 대한 자기효능감의 매개효과”, *교육심리연구지*, 제22권, 제3호, pp.589-607, 2008.
- [13] E. C. Chang, “Perfectionism as a predictor of positive and negative psychological outcomes: Examining a mediation model in younger and older adults,” *Journal of Counseling Psychology*, Vol.47, pp.18-26, 2000.
- [14] 교육인적자원부, *교육통계연보*, 2012.
- [15] 통계청, 2011 한국의 사회지표, 통계개발원, 2011.
- [16] American Psychiatric Association, *Diagnostic and statistica manual of disorder*, 5th ed., American Psychiatric Association, 1994.
- [17] G. E. Wolff, R. D. Crosby, J. A. Robert, and D. A. Wittrock, *Differences in daily stress, mood, coping, and eating behavior in binge eating and non binge eating college women*, *Addictive Behaviors*, 2000.
- [18] 건강보험심사평가원, 건강보험심사평가원 보도 자료(www.hira.or.kr), 2013.
- [19] P. L. Hewitt and G. L. Flett, “Perfectionism in the self and social context: Concept-tualization, assessment and association with psychopathology,” *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol.60, pp.459-470, 1991.
- [20] C. G. Greeno and R. R. Wing, Stress-induced eating, *Psychological Bulletin*, Vol.115, pp.444-464, 1994.
- [21] G. Oliver and J. Wardle, Perceived effects of stress on food choice, *Psychology and Behavior*, Vol.66, pp.511-515, 1999.
- [22] 김은정, *청소년기 여학생들의 체형인식도 및 체중조절 실태와 이상섭식행동 관련 요인*, 성신여자대학교 대학원 석사학위논문, 2004.
- [23] 김수진, *완벽주의적 자기제시와 신체불만족이 섭식장애증상에 미치는 영향*, 카톨릭대학교 대학원 석사학위논문, 2008.
- [24] 전경구, 김교현, 이준석, “대학생용 생활스트레스 척도 개발연구”, *한국심리학회지*, 제5권, 제2호.
- [25] J. F. Jr. Hair, W. E. Black, B. J. Babin, R. E. Anderson, and R. L. Tatham, *Multivariate Data Analysis*, 6th ed., Prentice-Hall International, 2006.
- [26] 김계수, *구조방정식 모형 분석*, 서울: 한나래 아카데미, 2010.
- [27] 배병렬, *구조방정식 모델링 원리와 실제*, 청람, 2011.
- [28] D. G. Schlundt and W. G. Johnson, *Eating disorders: Assessment and treatment*, Allyn&Bacon, 1990.
- [29] 김건희, “간호대학생의 스트레스 대처, 유머감과 대학생생활적응의 관계”, *한국콘텐츠학회논문지*, 제14권, 제3호, pp.301-313, 2014.
- [30] 유은영, “보건계열과 비보건계열 대학생들의 스트레스 대처방안과 정신건강과의 관계”, *한국콘텐츠학회논문지*, 제9권, 제12호, pp.718-729, 2009.
- [31] 전해옥, “대학생의 취업스트레스, 성인애착, 자기표현성이 우울에 미치는 영향”, *한국콘텐츠학회논문지*, 제14권, 제7호, pp.312-323, 2014.

저 자 소 개

이 유 리(Yu-Ri Lee)

정회원



- 1998년 2월 : 이화여자대학교 사회복지학과(문학사)
- 2001년 2월 : 이화여자대학교 사회복지학과(문학석사)
- 2008년 2월 : 이화여자대학교 사회복지학과(문학박사)

▪ 2010년 3월 ~ 현재 : 남부대학교 사회복지학과 교수
<관심분야> : 정신장애인 가족, 정신장애인 인권, 외상후스트레스장애

김 남 중(Nam-Jung Kim)

정회원



- 2004년 8월 : 숭실대학교 사회복지학과(문학석사)
- 2012년 3월 ~ 현재 : 남부대학교 사회복지학과 박사수료
- 2013년 1월 ~ 현재 : 미래세대 연구소 소장

<관심분야> : 사회복지학, 청소년복지, 진로교육 등