Check for updates

사회과학연구 제37권 4호(2026) 충남대학교 사회과학연구소 pp. 183-199
http://dx.doi.org/10.16881/jss.2026.10.37.4.183

부정적 신체대화와 이상섭식태도의 관계에서 신체자존감의 매개효과: 자기자비의 조절효과와 성별의 조절된 조절효과

김 수 지, 김 현 지, 이 영 주, 설 경 옥†

이화여자대학교

본 연구는 국내 20-30대 성인 남녀를 대상으로 부정적 신체대화와 이상섭식태도의 관계에서 신체자존감의 매개효과와 자기자비 및 성별의 조절된-조절된 매개모형을 검증하였다. 이를 위해 온라인 설문을 통해 수집한 290명(남성 89명, 여성 201명)의 자료로 SPSS PROCESS Macro Model 11을 분석하였다. 그 결과 부정적 신체대화는 이상섭식태도를 정적으로 예측하였으며, 신체자존감을 통한 간접효과가 유의하였다. 또한 부정적 신체대화와 신체자존감 간의 관계에서 자기자비와 성별의 삼원상호작용이 유의하였다. 남성 집단에서는 자기자비 수준이 낮을수록 부정적 신체대화와 신체자존감의 부적 관계가 강하게 나타났으나, 여성 집단에서는 자기자비 수준과 관계없이 두 변수의 관계가 일관되게 유지되었다. 본 연구는 부정적 신체대화가 신체자존감을 매개로 이상섭식태도로 이어지는 경로를 확인하고, 자기자비의 보호적 기능이 성별에 따라 다르게 작동함을 제시하였다. 또한 이상섭식태도의 예방과 상담적 개입에서 신체대화와 신체자존감, 자기자비 및 성별의 차이를 함께 고려할 필요가 있음을 보여주었다.

주요어: 부정적 신체대화, 신체자존감, 이상섭식태도, 자기자비, 조절된-조절된 매개효과

† 교신저자(Corresponding Author) : 설경옥, 이화여자대학교 심리학과 교수, 서울특별시 서대문구 이화여대길 52, E-mail : koseol@ewha.ac.kr
김수지, 이화여자대학교 심리학과 박사수료(제1저자)
김현지, 이화여자대학교 심리학과 박사수료(공동저자)
이영주, 조지아 주립대학 심리학과 박사과정(공동저자)
■ 최초투고일 : 2026년 5월 14일 ■ 심사마감일 : 2026년 9월 7일 ■ 게재확정일 : 2026년 10월 15일

1. 서 론

섭식장애 및 이상섭식태도에 관한 연구는 주로 여성을 대상으로 이루어져 왔다. 여성은 사회문화적으로 신체불만족과 외모 압박을 더 크게 경험하는 경향이 있지만(이상선, 오경자, 2004; Jung & Forbes, 2006), 점차 남성에서도 외모에 대한 관심과 신체불만족이 증가하며 이상섭식태도와의 관련이 보고되고 있다(Field et al., 2008; Strelan & Hargreaves, 2005). 외모에 대한 평가와 불만은 개인의 인식에 그치지 않고, 일상적인 상호작용 속에서 신체대화(body talk)의 형태로 표현된다. 신체대화에 관한 연구 역시 여성 중심으로 이루어져 왔으나(Martz, Petroff, Curtin, & Bazzini, 2009), 신체대화와 섭식 관련 변인 간의 관계는 남녀 모두에서 확인된다(김시연, 서연석, 2012; Galioto, Karazsia, & Crowther, 2012). 이에 본 연구는 남녀를 대상으로 일상에서 나타나는 부정적 신체대화와 섭식태도 간의 관계를 탐색하고, 이를 설명하는 심리적 기제를 검증하고자 한다.

2. 이론적 배경

1) 부정적 신체대화와 섭식태도

신체대화는 자신의 몸, 체중, 외모에 대해 타인과 나누는 언어적 상호작용으로, 외모에 대한 사회적 기준을 공유하고 내면화하는 과정과 밀접하게 관련된다(Arroyo & Harwood, 2012; Nichter, 2000). 신체대화는 그 내용에 따라 긍정적 신체대화와 부정적 신체대화로 구분된다(Martz et al., 2009). 긍정적 신체대화는 자신의 신체를 수용하고 만족을 표현하는 형태로, 신체에 대한 보다 긍정적인 인식을 강화하는 경향이 있다. 반면, 부정적 신체대화는 자신의 신체에 대한 비하와 불만을 표현하는 대화로, 타인과의 상호작용에서 반복되면서 외모에 대한 사회적 비교가 일어나고 사회적으로 이상화된 신체 기준을 내면화하게 할 수 있다. 부정적 신체대화는 신체불만족을 정적으로 예측하며, 이상섭식행동 역시 정적으로 예측한다(Compeau & Ambwani, 2013; Shannon & Mills, 2015). 또한 외모주의 및 자기대상화와 정적 관련을 보인다(Mills & Fuller-Tyszkiewicz, 2017).

이상섭식태도는 섭식 제한, 폭식, 보상행동과 같은 비정상적 섭식 행동과 그와 관련된 인지 및 정서를 포함하는 개념으로(Alvarenga et al., 2014), 이상섭식태도는 불안, 우울, 충동적 행동과 같은 심리적 부적응과 함께 나타난다(Crow, Eisenberg, Story, & Neumark-Sztainer, 2008). 이러한 특성은 이상섭식태도가 개인의 심리적 적응과 밀접하게 연결된 변인임을 보여준다.

부정적 신체대화는 그 내용에 따라 체형과 체중에 대한 불만을 드러내는 체지방 대화(Fat talk)와 근육에 대한 불만을 드러내는 근육대화(Muscle talk)로 구분된다(Lin, Flynn, & O'Dell, 2021). 체지방 대화와 근육대화의 표현 방식은 성별에 따라 다르게 나타나는데 여성은 마른 체형이 이상적 기준으로 강조되면서 체지방 대화를 주로 하고(Nichter, 2000), 남성은 근육질 체형이 강조되면서 근육대화가 주를 이룬다(Ousley, Cordero, & White, 2008). 남녀의 부정적 신체대화의 주제는 다를 수 있지만 이는 남녀 모두의 이상섭식태도를 정적으로 예측한다(Engeln, Sladek, & Waldron, 2013; Karazsia & Crowther, 2009).

2) 신체자존감의 매개

신체자존감(Body esteem)은 개인이 자신의 신체,

체형, 체중에 대해 내리는 전반적 평가로, 자기평가 체계의 핵심 요소이다(Mendelson, Mendelson, & White, 2001). 신체자존감은 대인 상호작용을 통해 형성되며, 개인은 타인의 반응과 사회적 기준을 내면화하여 자신의 신체를 평가한다(Jones, Vigfusdottir, & Lee, 2004; Rodgers & Chabrol, 2009). 신체자존감은 섭식 관련 태도와 직접적으로 연결된다. 낮은 신체자존감은 이상섭식태도를 정적으로 예측한다(Mendelson, McLaren, Gauvin, & Steiger, 2002). 신체에 대한 부정적 자기평가는 체중과 체형에 대한 통제 행동으로 이어지며, 이는 식이제한이나 보상행동과 같은 섭식 관련 문제로 이어진다(Fairburn, Cooper, & Shafran, 2003).

부정적 신체대화는 신체에 대한 부정적 평가를 반복적으로 활성화하며, 신체자존감과 연결된다. 부정적 신체대화는 신체불만족을 정적으로 예측하며(Shannon & Mills, 2015), 신체불만족은 신체자존감과 밀접하게 관련된다(Van den Berg, Mond, Eisenberg, Ackard, & Neumark-Sztainer, 2010). 그러나 부정적 신체대화와 신체자존감 간의 직접적 관계를 검증한 연구는 제한적이다. 신체자존감은 개인이 신체 관련 경험과 상호작용을 해석하고 통합하여 평가하는 인지, 정서적 틀을 제공한다(Mendelson et al., 2001). 따라서 부정적 신체대화를 통해 자신의 신체에 대한 부정적 평가가 활성화되어 이상섭식태도로 이어지는 심리적 기제에는 낮은 신체자존감이 역할을 할 수 있다. 이에 본 연구는 부정적 신체대화와 이상섭식태도 간의 관계에서 신체자존감의 매개효과를 검증하고자 한다.

3) 자기자비의 조절효과와 성차

자기자비(Self-compassion)는 개인이 자신의 결함과 고통을 비난 없이 인식하고, 친절함과 보편적인 인간 경험의 관점에서 자신을 대하는 태도이다(Neff, 2003). 자기자비는 신체에 대한 평가에서도 중요한 역할을 한다. 자기자비가 높을수록 개인은 외모 기준과의 불일치를 과도하게 확대하지 않으며, 자신의 신체를 보다 수용적으로 평가한다. 이러한 특성은 자기자비가 신체 관련 부정적 경험과 심리적 부적응 간의 연결을 약화시키는 자원으로 기능함을 시사한다(Ntoumanis et al., 2020).

자기자비와 신체만족과의 정적 관계와 이상섭식태도와 부적 관계는 선행연구에서 반복적이고 일관적으로 확인된다(예: Liss & Erchull, 2015; Pullmer, Zaitsoff, & Coelho, 2019). 종단연구에서도 자기자비는 이후의 신체만족을 유의하게 예측하였다(Stutts & Blomquist, 2018). 이는 자기자비가 긍정적인 신체상을 안정적으로 유지하는 데 기여하는 보호요인임을 시사한다.

자기자비는 부정적 신체대화가 개인의 신체평가에 미치는 부정적인 영향을 조절하기도 한다. 자기자비는 부정적 체지방 대화와 심리적 부적응 간의 관계를 조절하였고(Guertin, Barbeau, & Pelletier, 2020), 자기자비 수준이 외모에 대한 부정적 태도와 신체대화 간의 관계를 조절하였다(Webb, Fiery, & Jafari, 2016). 또한 사회적관계망서비스(social network service: SNS)의 신체대화가 또래의 외모 압력을 거쳐 신체자존감과 연결되는 경로에서도 자기자비의 조절효과가 확인되었다(Wang, Wang, Yang, Zeng, & Lei, 2020). 이러한 결과는 자기자비가 부정적 신체대화와 신체자존감 간의 관계에 조절변인으로 기능함을 시사한다.

한편, 자기자비의 조절 효과는 성별에 따라 다르게 나타날 수 있다. 우선 자기자비 수준 자체에 성차가 있다. 메타분석 연구에 따르면 남성이 여성보다 자기자비 수준이 더 높았는데(Yarnell et

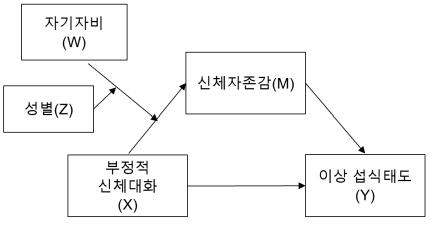
al., 2015), 이러한 성차는 자기비판과 반추 수준의 차이, 그리고 외모에 대한 사회문화적 평가 압력의 차이와 관련된다. 그러나 자기자비의 신체자존감, 이상섭식태도에 대한 보호효과에 대한 성차 연구 결과는 일관적이지 않다. Turk, Kellett과 Waller(2021)의 연구에서는 자기자비와 신체불만족 간의 부적 관계는 남성보다 여성에서 더 강하게 나타났다. 그러나 다른 연구에서는 자기자비가 신체감시와 신체수치심 간의 관계를 완충하는 효과가 남성에서는 유의했으나 여성에서는 유의하지 않았다(Wollast, Riemer, Sarda, Wiernik, & Klein, 2020). Murn과 Steele(2020) 또한 자기자비가 신체자존감에 미치는 보호효과가 남성보다 여성에서 더 약하게 나타났다고 보고하였다. 이러한 결과의 차이는 자기자비의 보호효과가 성별에 따라 다르게 작동함을 보여준다.

한국 사회에서는 외모가 개인의 자기관리와 사회적 평가의 중요한 기준으로 작용하며, 신체에 대한 자기비판적 대화가 일상적 상호작용 속에서 비교적 자연스럽게 공유되는 경향이 있다(전훈정 외, 2020). 이러한 문화적 맥락에서 부정적 신체대화는 신체 관련 인지와 평가를 이해하는 중요한 사회적 단서로 고려될 수 있다.

본 연구는 부정적 신체대화가 신체자존감을 매개로 이상섭식태도에 영향을 미치는 경로를 설정하고, 이 관계에서 자기자비와 성별의 조절효과를 포함한 조절된-조절된 매개모형을 검증하고자 한다. 연구문제는 다음과 같다.

- 연구문제. 부정적 신체대화가 신체자존감을 매개로 이상섭식태도에 영향을 미치는 과정에서, 부정적 신체대화와 신체자존감 간의 관계를 자기자비와 성별이 조절하는가?

연구모형은 <그림 1>에 제시하였다.



<그림 1> 연구모형

3. 연구방법

1) 연구대상 및 절차

본 연구에서는 20-30대 성인 남녀를 대상으로 온라인 설문조사를 실시하였다. 이화여자대학교 온라인 커뮤니티에 연구 참여 안내문과 설문 링크를 게시하였고, 눈덩이 표집으로 연구 참여 조건에 부합하는 주변인들에게 설문 링크를 공유하도록 안내하였다. 설문 시작 단계에서 연구 목적, 절차, 참여자의 권리 및 개인정보 보호에 대한 안내를 제공하고 이에 대한 동의를 받은 경우에만 응답이 가능하도록 설정하였다. 응답 소요 시간은 약 20분이었으며, 설문을 완료한 참여자에게는 소정의 사례가 제공되었다. 총 290명의 자료가 최종 분석에 사용되었으며, 이 중 남성은 89명(30.7%), 여성은 201명(69.3%)이었다. 연구 참여자들의 평균 연령은 남성 29.65세(SD = 4.61), 여성은 29.23세(SD = 4.77)이었다.

2) 자료분석

SPSS 26.0을 사용하여 기술통계 및 Pearson 적률상관분석을 실시했다. 이후 부정적 신체대화와 이상섭식태도의 관계에서 신체자존감을 매개변인으로, 자기자비와 성별을 조절변인으로 설정한 조절된-조절된 매개모형(Moderated-Moderated

Mediation)을 검증했다. 이를 위해 Hayes(2017)의 PROCESS Macro Model 11을 적용했으며, 본 모형은 조절변인이 독립변인과 매개변인 간의 경로(a경로)에 작용하는 구조로, 선행연구에서 자기자비와 성별이 부정적 신체대화와 신체자존감 간의 관계를 조절하는 변인으로 제안된 이론적 근거에 기반한다(Guertin et al., 2020; Wang et al., 2020; Wollast et al., 2020). 간접효과의 통계적 유의성은 부스트래핑(Bootstrapping) 방법으로 검증했다.

3) 측정도구

(1) 부정적 신체대화

부정적 신체대화를 측정하기 위해 Lin 등(2021)이 개발하고 호선아와 송원영(2025)이 번안 및 타당화한 한국판 신체대화 척도(Korean Body Talk Scale: KBTS)를 사용하였다. 본 척도는 부정적 체지방 대화(5문항), 부정적 근육 대화(4문항), 긍정적 신체대화(5문항) 3개 하위요인, 총 14문항으로 구성되어 있다. 본 연구에서는 연구 목적에 따라 부정적 체지방 대화(예: 나는 내 체중을 좀 줄여야 한다)와 부정적 근육 대화(예: 나는 더 근육질이었으면 좋겠다) 2개의 하위요인을 사용하였다. 참여자들은 문항을 읽고 지난 6개월 이내에 아버지, 어머니, 친구와 해당 주제로 이야기한 정도를 응답하였다. 각 문항은 '전혀 그렇지 않다(1점)'에서 '항상 그렇다(6점)'까지 6점 리커트 척도로 평정하며, 점수가 높을수록 부정적 신체대화를 더 빈번하게 하는 것을 의미한다. 본 연구에서는 두 하위요인 문항의 평균점수가 사용되었고, 신뢰도 계수는 .96이었다.

(2) 신체자존감

신체자존감을 측정하기 위해 김완석(2007)이 개발하고 타당화한 한국판 전반적 신체자존감 척도(Korean Overall Body Esteem Scale: KOBES)를 사용하였다. 본 척도는 외모 자존감(예: 나는 나의 외모가 자랑스럽다), 체중 자존감(예: 나는 내 키에 지금의 몸무게가 적당하다고 생각한다), 신체기능 자존감(예: 나의 몸은 건강하다) 3개의 하위영역으로 구성되었고, '전혀 그렇지 않다(1점)'에서 '항상 그렇다(4점)'까지 4점 리커트 척도로 평정하며, 점수가 높을수록 신체자존감이 높음을 의미한다. 본 연구에서는 평균점수가 사용되었고, 신뢰도 계수는 .91이었다.

(3) 자기자비

자기자비를 측정하기 위해 Neff(2003)가 개발한 자기자비 척도를 김경의, 이금단, 조용래, 채숙희, 이우경(2008)이 한국의 대학생을 대상으로 번안, 타당화한 한국판 자기자비 척도(Korean Self-Compassion Scale: K-SCS)를 사용하였다. 본 척도는 자기친절(예: 나는 감정적으로 힘들어질 때, 나 자신을 사랑하려고 애쓴다), 보편적 인간성(예: 나는 상황이 나에게 좋지 않게 돌아갈 때, 그러한 어려움은 누구나 겪을 수 있는 인생의 한 부분이라고 여긴다), 마음챙김(예: 나는 어떤 일 때문에 마음이 상할 때는 감정의 평정을 유지하려고 노력한다), 자기판단(예: 나는 내 자신의 결점과 부족한 부분을 못마땅하게 여기고 비난하는 편이다), 고립(예: 나는 내 부족한 점을 생각하면 스스로 세상과 단절되고 동떨어지는 기분이 든다), 과잉동일시(예: 나는 기분이 처질 때 잘못된 모든 일을 강박적으로 떠올리며 집착하는 경향이 있다) 총 6개의 하위요인으로 구성되었고, '거의 아니다(1점)'에서 '거의 항상 그렇다(5점)'까지 5점 리커트 척도로 평정하며, 점수가 높을수록 자기자비가 높은 것을 의미한다. 본 연구에서는 평균점수가 사용되었고, 신뢰도 계수는 .96이었다.

(4) 이상섭식태도

이상섭식태도를 측정하기 위해 Garner와 Garfinkel (1979)이 개발하고 단축형으로 재수정한 것(Garner, Olmsted, Bohr, & Garfinkel, 1982)을 우리나라에 적합하게 이민규 외(1998)가 표준화한 한국판 식사태도검사(KEAT-26)를 사용하였다. 본 척도는 식습관에 관련된 정체성(예: 살찌는 것이 두렵다), 타인을 의식한 식습관(예: 내가 음식을 많이 먹으면 다른 사람들이 좋아하는 것 같다), 체중조절(예: 배가 고파도 식사를 하지 않는다) 총 3개의 하위요인으로 구성되었고, '전혀 그렇지 않다(1점)'에서 '항상 그렇다(6점)'까지 6점 리커트 척도로 평정하며, 점수가 높을수록 절식하거나 음식에 대해 집착하는 등 섭식문제가 심한 것을 의미한다. 본 연구에서는 평균점수가 사용되었고, 신뢰도 계수는 .90이었다.

4. 연구결과

1) 기술통계 및 상관분석

성별에 따른 변인 간 관계를 비교하기 위해 남성과 여성 집단을 구분하여 상관분석을 실시하였다(<표 1> 참조). 상관분석 결과, 부정적 신체대화와 신체자존감 간 관계는 성별에 따라 차이가 있었다. 여성 집단에서는 두 변인 간 유의한 부적 상관이 있었으나(r = -.42, p < .01), 남성 집단에서는 유의하지 않았다. 부정적 신체대화와 이상섭식태도 간 관계는 남녀 모두에서 유의한 정적 상관이 확인되었으며(남성: r = .29, p < .01; 여성: r = .71, p < .001), 부정적 신체대화와 자기자비와의 상관은 두 집단 모두에서 유의하지 않았다. 신체자존감은 자기자비와 유의한 정적 상관(남성: r = .77, p < .01; 여성: r = .58, p < .001), 이상섭식태도와는 유의한 부적 상관이 있었다(남성: r = -.30, p < .01; 여성: r = -.45, p < .001). 자기자비 역시 이상섭식태도와 유의한 부적 상관을 보였다(남성: r = -.40, p < .001; 여성: r = -.27, p < .001).

2) 부정적 신체대화와 이상섭식태도 간 관계에서 자기자비와 성별의 조절된-조절된 매개효과 검증

부정적 신체대화가 신체자존감을 매개로 이상섭식태도에 미치는 간접효과가 자기자비와 성별에 따라 달라지는지를 검증하기 위해 PROCESS Macro Model 11을 사용하였다(Hayes, 2018). 분석 결과(<표 2> 참조), 부정적 신체대화는 신체자존감을 유의하게 부적으로 예측하였으며(β = -.36, p < .05), 신체자존감은 이상섭식태도를 유

<표 1> 변인 간 기술통계 및 상관분석 결과

변인	1	2	3	4
1. 부정적 신체대화	1	-.14	-.17	.29**
2. 신체자존감	-.42**	1	.77**	-.30**
3. 자기자비	-.12	.58***	1	-.40***
4. 이상섭식태도	.71***	-.45***	-.27***	1
M(*SD*)	2.31(0.97)	2.86(0.60)	3.44(0.85)	2.53(0.74)

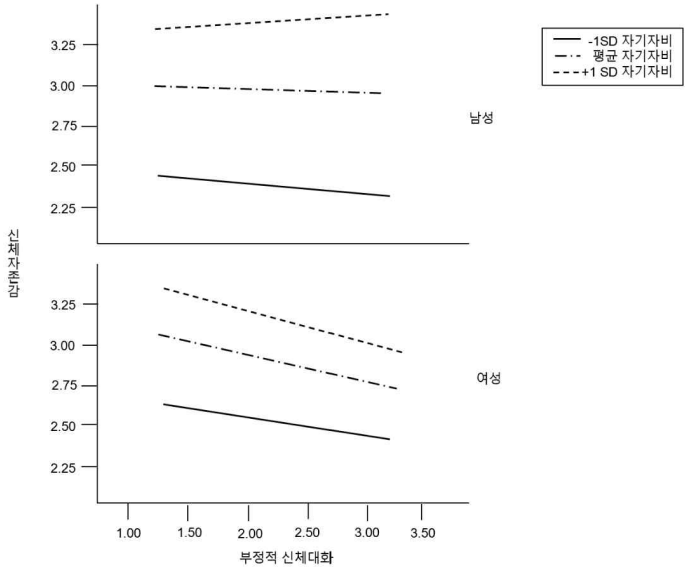
주: 대각선 위: 남성 집단(n = 89), 대각선 아래: 여성 집단(n = 201)
*p<.05, **p<.01, ***p<.001

<표 2> 조건부 과정분석의 회귀계수

	종속변인: 신체자존감				
	β	SE	t	95% CI	
				LL	UL
부정적 신체대화	-.36	.15	-2.40*	-.66	-.06
자기자비	.36	.12	2.89**	.11	.60
성별	-.15	.58	-.26	-1.30	.99
부정적 신체대화 × 자기자비	.09	.04	2.42*	.02	.17
부정적 신체대화 × 성별	.38	.20	1.91	-.01	.78
자기자비 × 성별	.15	.16	.98	-.15	.46
부정적 신체대화 × 자기자비 × 성별	-.17	.05	-3.05**	-.27	-.06
	R^2 = .543, F(7,282) = 47.88***				

	종속변인: 이상섭식태도				
	β	SE	t	95% CI	
				LL	UL
부정적 신체대화	.34	.04	8.98***	.27	.42
신체자존감	-.35	.06	-5.68***	-.47	-.23
	R^2 = .354, F(2,287) = 78.77***				

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



<그림 2> 부정적 신체대화, 자기자비, 성별의 조건부 상호작용 그래프

의하게 부적으로 예측하였다(β = -.35, p < .001). 이는 부정적 신체대화가 신체자존감 저하를 통해 이상섭식태도와 연결될 수 있음을 시사한다. 또한 부정적 신체대화, 자기자비, 성별 간 삼원상호작용이 유의하였다(β = -.17, p < .01)(<그림 2> 참조).

삼원상호작용의 방향을 구체적으로 확인하기 위해 성별에 따른 조건부 조절효과를 검증하였다(<표 3> 참조). 그 결과, 남성 집단에서는 부정적 신체대화와 신체자존감 간 관계에서 자기자비의 조절효과가 유의하였으나(β = .09, p < .05), 여성 집단에서는 유의하지 않았다. 또한 두 조절변인의 수준에 따른 조건부 효과를 검증한 결과(<표 4> 참조), 남성 집단에서는 자기자비 수준이 낮을 때 부정적 신체대화가 신체자존감에 미치는 부적 효과가 상대적으로 크게 나타났으며, 자기자비 수준이 높아질수록 그 효과는 감소하는 경향을 보였다. 반면 여성 집단에서는 자기자비 수준과 관계없이 부정적 신체대화가 신체자존감에 미치는 부적 효과가 일관되게 유지되었다.

조절된-조절된 매개효과의 유의성을 검증하기 위해 5,000회의 부스트래핑을 실시한 결과(<표 5> 참조), 조절된-조절된 매개지수의 95% 신뢰구간에 0이 포함되지 않아 해당 효과가 유의하였다. 이는 부정적 신체대화가 신체자존감을 저하시킴으로써 이상섭식태도를 증가시키는 간접효과가 존재하며, 이러한 간접효과의 크기가 자기자비 수준과 성별에 따라 달라질 수 있음을 의미한다.

성별에 따른 조건부 조절된 매개효과를 추가로 분석한 결과(<표 6> 참조), 남성 집단에서는 95% 신뢰구간에 0이 포함되지 않아 자기자비에 따른 조절된 매개효과가 유의하였으나, 여성 집단에서는 신뢰구간에 0이 포함되어 해당 효과가 유의하지 않았다. 그러나 여성 집단에서는 부정적 신체대화와 신체자존감 간의 강한 상관이 있는 것과 달리 남성 집단에서는 유의하지 않았다(여성 r = -.42, p < .01; 남성 r = -.14, ns; Fisher's z = -2.38, p = .017). 이는 여성 집단에서 자기자비

<표 3> 성별에 따른 조건부 조절효과 검증 결과

성별	β	F	$df1$	$df2$	p
남성	.09	5.86	1	282	.016
여성	-.07	3.56	1	282	.060

<표 4> 두 조절변인의 수준에 따른 조건부 효과의 유의성 검증 결과

조절변인		β	SE	95% CI	
자기자비	성별			LL	UL
2.50	남성	-.13	.06	-.25	-.01
2.50	여성	-.16	.05	-.25	-.07
3.58	남성	-.03	.04	-.10	.05
3.58	여성	-.24	.03	-.31	-.17
4.25	남성	.04	.04	-.05	.12
4.25	여성	-.29	.05	-.39	-.19

<표 5> 부스트래핑을 통한 조절된-조절된 매개효과의 유의성 검증 결과

조절된-조절된 매개지수	Boot SE	95% CI	
		LL	UL
.06	.03	.02	.14

<표 6> 성별에 따른 조건부 조절된 매개효과의 유의성 검증 결과

성별	조절변인에 의한 조건부 조절된 매개지수	Boot *SE*	95% CI	
			LL	UL
남성	-.03	.02	-.11	-.01
여성	.03	.02	-.01	.06

의 조절된 매개효과가 유의하지 않은 것이 자기자비의 효과성 부재를 의미하기보다, 부정적 신체대화와 신체자존감 간 직접적 관계가 매우 강하게 나타난 결과일 가능성을 시사한다. 이에 대해서는 논의에서 구체적으로 다루었다.

종합하면, 부정적 신체대화는 신체자존감을 통해 이상섭식태도와 연결되었으며, 이 간접효과의 크기는 자기자비와 성별에 따라 달라졌다. 특히 남성 집단에서는 자기자비 수준에 따라 간접효과의 크기가 달라진 반면, 여성 집단에서는 이러한 차이가 통계적으로 유의하지 않았다.

5. 논 의

이 연구는 국내 20-30대 성인 남녀를 대상으로 부정적 신체대화와 이상섭식태도 간의 관계에서 신체자존감의 매개효과와 자기자비 및 성별의 조절효과를 포함한 조절된-조절된 매개모형을 분석하였다. 주요 결과에 대한 논의는 다음과 같다.

부정적 신체대화는 이상섭식태도를 정적으로 예측하였고, 신체자존감은 이상섭식태도를 부적으로 예측하였다. 또한 부정적 신체대화는 신체자존감을 부적으로 예측하였으며, 신체자존감을 통한 간접효과가 유의하였다. 이러한 결과는 선행 연구와 일치하였다. 선행 연구에서는 부정적 신체대화가 신체불만족을 정적으로 예측하였는데(Shannon & Mills, 2015), 신체불만족과 신체자존감은 둘 다 개인의 신체에 대한 평가를 반영하는 변인으로 매우 밀접하게 연결이 되어 있으며, 서로 강한 부적 상관이 있다(Van den Berg et al., 2010).

남성 집단에서 부정적 신체대화와 신체자존감 간 단순 상관은 유의하지 않았으나, 이러한 결과는 조건부 관계를 고려하여 해석할 필요가 있다. 본 연구는 자기자비를 조절변인으로 포함한 조건부 과정모형으로, 자기자비 수준이 낮은 남성에서는 부정적 신체대화가 신체자존감에 미치는 부적 영향이 강하게 나타난 반면, 자기자비 수준이 높은 남성에서는 그 영향이 유의하지 않았다. 이러한 결과는 남성 집단에서 부정적 신체대화와 신체자존감의 관계가 자기자비 수준에 따라 달라질 수 있음을 보여준다. 즉, 자기자비가 낮은 남성에서는 부정적 신체대화가 신체자존감에 부정적인 영향을 미쳤으나, 자기자비가 높은 남성에서는 이러한 관계가 유의하지 않았다.

부정적 신체대화가 신체자존감을 매개로 이상섭식태도에 영향을 미치는 결과는 일상의 상호작용에서 일어나는 부정적 신체대화가 개인을 사회적 외모 기준에 반복적으로 노출시키고, 자신의 신체를 그 기준에 따라 해석하고 평가하도록 만들기 때문일 수 있다(Arroyo & Andersen, 2016). 이 과정에서 외모가 주요한 자기평가 기준으로 강화되고, 대인 상호작용과 사회적 비교를 통해 형성되는 신체자존감이 저하될 수 있다(Jones et al., 2004; Rodgers & Chabrol, 2009). 신체자존감과 이상섭식행동의 부적 관계는 낮은 신체자존감이 섭식 제한, 폭식, 보상행동과 같은 다양한 이상섭식행동과 연결된다는 선행연구와 일관된다. 신체에 대한 자기평가가 부정적인 개인은 자신의 외모를 통제하거나 개선하기 위한 시도로 과도한

절식과 같은 이상섭식행동을 보이는 경향이 있다(Bardone-Cone, Thompson, & Miller, 2020). 즉 사회가 제시하는 이상적인 외모 기준으로 인해 외모 비교가 발생하고, 그로 인해 손상된 신체자존감을 회복시키려는 시도로 이상섭식행동이 발생할 수 있다.

자기자비와 성별의 조절효과 분석에서는 부정적 신체대화와 신체자존감 간의 관계에서 자기자비와 성별의 상호작용을 확인하였다. 구체적으로 남성에서는 자기자비 수준에 따라 부정적 신체대화와 신체자존감 간의 관계가 달라졌으나, 여성에서는 이러한 차이가 확인되지 않았다. 이 결과는 자기자비가 신체 관련 경험과 자기평가 간의 관계를 조절하는 역할을 할 수 있으나, 그 영향이 성별에 따라 다름을 의미한다.

자기자비는 신체불만족과 섭식 문제를 완화하는 보호요인으로 보고되어 왔다(Liss & Erchull, 2015; Pullmer et al., 2019; Stutts & Blomquist, 2018). 그러나 본 연구에서는 이러한 효과가 여성집단에서는 확인되지 않았다. 이는 한국의 20-30대 여성집단이 처한 사회적 조건과 관련지어 해석할 수 있다. 이 시기 개인은 취업, 연애, 결혼과 같은 주요 전환 과업을 거친다. 한국 사회는 외모가 사회적 평가 기준으로 작용하는 경향이 강하고(Lee, Son, Yoon, & Kim, 2017), 특히 여성은 이 기준에 더 빈번하게 노출된다. 개인의 자기평가에도 외모가 주요하게 작용하여 자기자비와 같은 개인 내 자원의 효과를 제한하여 부정적 신체대화가 신체자존감으로 이어지는 경로가 일관적으로 유지되었을 수 있다. 반면 남성의 경우 외모에 대한 사회적 기준이 상대적으로 덜 고정되어 있고 개인 간 변동이 크기 때문에, 자신의 신체경험을 해석하는 방식에서 개인차가 클 수 있다(Pomichter, Cepeda-Benito, Ahmadkaraji, & DePalma, 2025). 자기자비와 같은 개인 내 자원이 부정적 신체대화와 신체자존감 간의 관계를 조절하는 역할이 두드러졌을 수 있다. 참고로 선행연구와 일치하게(윤혜경, 정남운, 2017; Yarnell et al., 2015) 본 연구에서도 남성의 자기자비 점수가 여성보다 높았다.

이 연구의 의의는 첫째, 일상적 대인 상호작용인 부정적 신체대화가 신체자존감과 이상섭식태도에 미치는 영향을 검증한 것이다. 외모주의나 신체상 연구는 사회문화적 규범이나 미디어에 관한 개인의 인식이 주가 되었고(이수민, 조옥귀, 2023; Lim & Kim, 2023; Tylka & Sabik, 2010), 개인 내 가치가 실생활에서 어떻게 표현되고 강화되는지를 살펴본 연구는 부족하다. 기존 연구는 건강한 외모 대화와 신체대화의 보호적 측면을 다루거나(조윤경, 김은미, 2008; 조윤경, 2010; 여천요, 이숙정, 2022; 이은순, 2019), 부정적 신체대화를 다루더라도 부모와의 신체대화만 살펴보거나(김은하, 김현준, 기민선, 2016), SNS상 신체대화를 확인하는 등 특정 맥락에 제한적이었다(이수민, 조옥귀, 2023; 이주현, 최지영, 2022). 이 연구는 다양한 관계 맥락의 일상적 상호작용에서 나타나는 부정적 신체대화의 영향력을 포괄적으로 살펴보았다는 데 의의가 있다.

둘째, 부정적 신체대화와 신체자존감 간의 관계에서 자기자비의 조절효과가 성별에 따라 다르게 나타남을 확인하였다는 데 의의가 있다. 자기자비는 신체불만족 및 이상섭식행동과 관련된 주요한 보호요인으로 제시되어 왔다(고성인, 조성호, 2017; 권예지, 김정호, 2018; Liss & Erchull, 2015; Tylka, Russell, & Neal, 2015). 자기자비의 조절효과가 성별에 따라 다르게 나타난 본 연구의 결과는 이전 연구에서 일관되지 않았던 자기자비 효과의 성차 결과에 추가적인 경험적 근거를 더하였다. 본 연구에서는 여성의 경우 부정적 신체대화와 신체자존감의 부적 관계를 자기자비가 조

절하지 못했다. 자기자비는 다수의 연구에서 이상섭식에 대한 보호요인으로 밝혀졌다(고성인, 조성호, 2017; Tylka et al., 2015). 선행 연구와는 다르게 본 연구에서 자기자비의 보호효과가 나타나지 않은 것은 부정적 신체대화와 신체자존감 간의 관계가 강력하기 때문일 수 있다. 이러한 결과는 신체자존감과 같은 개인의 신체에 대한 평가 개입에 있어 가족 및 또래 관계 맥락에서 이루어지는 부정적 신체대화 자체를 감소시키고 이에 대응하기 위한 개입도 함께 고려할 필요가 있음을 시사한다. 구체적으로는 자신과 타인의 외모를 평가하거나 비교하는 대화 습관을 스스로 인식하고 줄이는 심리교육, 가족 및 또래 집단을 대상으로 한 신체대화 개선 프로그램, 혹은 부정적 신체대화가 발생했을 때 사용할 수 있는 의사소통 기술 훈련 등이 효과적인 개입 방안이 될 수 있다.

셋째, 본 연구에서는 남성과는 달리 여성의 신체자존감은 자기자비 수준과 관계없이 부정적 신체대화에 취약하게 반응할 수 있음을 발견하였다. 이러한 결과는 비록 남성에게서도 신체적 미의 중요성이 증가하고 있으나, 여성의 신체자존감 형성과 평가에서는 여전히 외모가 중요한 요인임을 확인하였다는 데 의의가 있다.

이 연구의 한계는 첫째, 연구대상을 20-30대 성인으로 제한하였기 때문에 결과를 다른 발달 단계로 일반화하는 데 제약이 있다. 신체대화는 청소년기에 시작한다는 점(김시연, 서연석, 2012; Field et al., 2008), 외모 관련 사회문화적 영향의 민감성이 발달 단계에 따라 달라질 수 있다는 점(Stice & Whitenton, 2002)은 다양한 발달단계의 개인을 대상으로 신체대화가 외모 관련 태도와 이상섭식태도에 미치는 영향을 확인할 필요성을 보여준다. 실제로 청소년의 경우 또래 간 외모 관련 대화만으로도 외모 기준이 강화되는 양상이 보고된 바 있다(Jones et al., 2004). 반면 중・노년기에서는 노화와 외모 변화로 인해 신체불만족의 양상이 이 연구의 대상이 되었던 개인과 다르게 나타날 수 있다(Goffman, 1963/2009; Shilling, 1993/2011). 따라서 향후 연구에서는 다양한 연령대를 포함한 검토가 필요하다.

둘째, 본 연구는 여성 참가자 비율이 남성 참가자보다 상대적으로 높아 성별 간 표본 크기가 균형을 이루지 못하였다. 특히, 남성 표본 크기가 상대적으로 적어 남성 집단 효과를 검증하는 통계적 검증력이 충분하지 않았을 가능성이 있다. 따라서 본 연구에서 확인된 성별의 조절효과는 해석에 주의가 필요하다. 향후 신체대화의 성차를 확인하는 연구는 남녀 표본 크기를 보다 균형 있게 확보하여 성별에 따른 부정적 신체대화, 신체자존감, 자기자비 간 관계의 일반화 가능성을 검증할 필요가 있다.

셋째, 취업 여부나 결혼 여부와 같은 주요 생애 맥락 변인을 포함하지 못하였다. 20-30대는 진로, 경제적 독립, 결혼 여부 등 사회적 전환이 집중되는 시기이며, 외모 평가와 신체 관련 태도와 가치관 변화가 동반될 수 있다. 취업 여부에 따라 외모 관심 수준이 달라질 수 있으며(조미경, 최은지, 이지원, 이유나, 채지영, 2013), 혼인 상태 또한 외모관리 행동과 관련되는 변인으로 보고된 바 있다(임우경, 박길순, 2019). 경쟁적 사회 환경에서 사회적 비교와 평가 민감성은 외모 관련 스트레스로 연결될 수 있다(Gilbert, 2005).

넷째, 본 연구에서 신체대화는 자기보고식 설문으로 측정하였다. 신체대화는 일상적이고 순간적으로 발생하는 상호작용이기 때문에, 사후 보고 방식으로 이를 정확히 포착하는 데 한계가 있다. 이를 보완하기 위해 향후 연구는 생태순간평가와 같은 방법으로 신체대화와 정서 반응을 측정할 필요가 있다.

참 고 문 헌

고성인 · 조성호 (2017). 신체불만족이 섭식장애에 미치는 영향: 자기자비의 조절효과 검증. <한국심리학회지: 건강>, 22(3), 711-724.

권예지 · 김정호 (2018). 자기자비 증진 프로그램이 부정적인 신체상을 가진 여대생의 신체상 불만족, 신체 수치심, 자기존중감 및 주관적 웰빙에 미치는 영향. <스트레스硏究>, 26(4), 296-304.

김경의 · 이금단 · 조용래 · 채숙희 · 이우경 (2008). 한국판 자기-자비 척도의 타당화 연구: 대학생을 중심으로. <한국심리학회지: 건강>, 13(4), 1023-1044.

김시연 · 서연석 (2012). 또래 대상화 경험이 남자 고등학생의 부정적 섭식행동 및 근육질 추구에 미치는 영향: 신체감시 및 신체불안의 매개효과 검증. <한국심리학회지: 상담 및 심리치료>, 24(4), 929-948.

김완석 (2007). 전반적 신체존중감 척도 (KOBES): 개발 및 성차 탐색. <한국심리학회지: 여성>, 12(2), 231-253.

김은하 · 김현준 · 기민선 (2016). 모의 부정적 신체이미지와 외모에 대한 부정적 피드백이 여대생의 이상섭식행동에 미치는 영향: 조절된 매개효과. <한국심리학회지: 여성>, 21(4), 587-610.

여천요 · 이숙정 (2022). 대학생의 외모지상주의 인식이 외모 신념과 외모 불안에 미치는 영향: 외모 대화의 역할을 중심으로. <한국소통학보>, 21(4), 163-198.

윤혜경 · 정남운 (2017). 부모애착과 사회불안의 관계에서 자기자비의 요인별 성별 매개효과. <한국심리학회지: 건강>, 22(3), 629-643.

이민규 · 이영호 · 박세현 · 손창호 · 정영조 · 홍성국 · 이병관 · 장필립 · 윤애리 (1998). 한국판 식사태도검사-26 (The Korean Version of Eating Attitudes Test-26: KEAT-26) 표준화 연구 I: 신뢰도 및 요인분석. <정신신체의학>, 6(2), 155-175.

이상선 · 오경자 (2004). 몸매와 체중에 근거한 자기 평가와 신체 불만족이 여대생의 이상 섭식 행동에 미치는 영향. <Korean Journal of Clinical Psychology>, 23(1), 91-106.

이수민 · 조옥귀 (2023). 이미지 기반 SNS에서의 상향비교와 이상섭식행동의 관계: 신체대화와 신체감시의 역할. <한국심리학회지: 건강>, 28(1), 107-126.

이은순 (2019). 가족 커뮤니케이션과 미디어 노출이 여고생의 성형 의도에 미치는 영향: 건강외모대화, 외모내면화, 외모만족, 정보추구행위의 매개효과에 대한 탐색적 연구. <한국방송학보>, 33(2), 140-183.

이주현 · 최지영 (2022). 대학생의 신체적 자아개념과 신체대화가 학교생활만족도에 미치는 영향. <교육상담연구>, 3(2), 17-36.

임우경 · 박길순 (2019). 외모관리에 대한 의도가 외모관리행동에 미치는 영향. <한국생활과학회 학술대회논문집>, 32.

전훈정 · 김보민 · 김가람 · 김채린 · 박주영 · 서미란 · 이채은 · 이다윤 · 이성희 (2020). 여대생의 SNS 이용, 신체만족도, 신체감시, 팻토크가 외모관리행동에 미치는 영향. <경북간호과학지>, 24(1), 53-65.

조미경 · 최은지 · 이지원 · 이유나 · 채지영 (2013). 대학생의 성별에 따른 외모와 취업 스트레스 및 취업불안과의 관계. <Perspectives in Nursing Science (간호학의 지평)>, 10(2), 114-150.

조윤경 (2010). 청소년의 외모에 대한 인식과 인터넷 이용, 그리고 가족커뮤니케이션의 관계. <한국언론학보>,

54(2), 210-231.

조윤경 · 김은미 (2008). 미디어 이용과 대인 간 상호작용이 청소년의 몸에 대한 인식에 미치는 영향. <한국언론학보>, 52(5), 255-274.

호선아 · 송원영 (2025). 한국판 신체대화 척도 (KBTS) 타당화: 20대 성인을 중심으로. <한국콘텐츠학회논문지>, 25(1), 297-305.

Alvarenga, M. D. S., Koritar, P., Pisciolaro, F., Mancini, M., Cordás, T. A., & Scagliusi, F. B. (2014). Eating attitudes of anorexia nervosa, bulimia nervosa, binge eating disorder and obesity without eating disorder female patients: differences and similarities. *Physiology & Behavior*, 131, 99-104.

Arroyo, A., & Andersen, K. K. (2016). Appearance-related communication and body image outcomes: Fat talk and old talk among mothers and daughters. *Journal of Family Communication*, 16(2), 95-110.

Arroyo, A., & Harwood, J. (2012). Exploring the causes and consequences of engaging in fat talk. *Journal of Applied Communication Research*, 40(2), 167-187.

Bardone-Cone, A. M., Thompson, K. A., & Miller, A. J. (2020). The self and eating disorders. *Journal of Personality*, 88(1), 59-75.

Compeau, A., & Ambwani, S. (2013). The effects of fat talk on body dissatisfaction and eating behavior: The moderating role of dietary restraint. *Body Image*, 10(4), 451-461.

Crow, S., Eisenberg, M. E., Story, M., & Neumark-Sztainer, D. (2008). Are body dissatisfaction, eating disturbance, and body mass index predictors of suicidal behavior in adolescents? A longitudinal study. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 76(5), 887.

Engeln, R., Sladek, M. R., & Waldron, H. (2013). Body talk among college men: Content, correlates, and effects. *Body Image*, 10(3), 300-308.

Fairburn, C. G., Cooper, Z., & Shafran, R. (2003). Cognitive behaviour therapy for eating disorders: A "transdiagnostic" theory and treatment. *Behaviour Research and Therapy*, 41(5), 509-528.

Field, A. E., Javaras, K. M., Aneja, P., Kitos, N., Camargo, C. A., Taylor, C. B., & Laird, N. M. (2008). Family, peer, and media predictors of becoming eating disordered. *Archives of Pediatrics & Adolescent Medicine*, 162(6), 574-579.

Galioto, R., Karazsia, B. T., & Crowther, J. H. (2012). Familial and peer modeling and verbal commentary: Associations with muscularity-oriented body dissatisfaction and body change behaviors. *Body Image*, 9(2), 293-297.

Garner, D. M., & Garfinkel, P. E. (1979). The eating attitudes test: An index of the symptoms of anorexia nervosa. *Psychological Medicine*, 9(2), 273-279.

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.

Gilbert, P. (2005). *Compassion: Conceptualisations, research and use in psychotherapy*. Routledge.

Goffman, E. (1963). *Stigma: Notes on the management of spoiled identity*. 윤선길 · 정기현 역 (2009). <스티그마: 장애의 세계와 사회적응>. 서울: 한신대학교 출판부.

Guertin, C., Barbeau, K., & Pelletier, L. (2020). Examining fat talk and self-compassion as distinct motivational processes in women's eating regulation: A self-determination theory perspective. *Journal of Health Psychology*, 25(12), 1965-1977.

Hayes, A. F. (2017). *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A regression-based approach*. (2nd ed.). Guilford Publications.

Hayes, A. F. (2018). Partial, conditional, and moderated moderated mediation: Quantification, inference, and interpretation. *Communication Monographs*, 85(1), 4-40.

Jones, D. C., Vigfusdottir, T. H., & Lee, Y. (2004). Body image and the appearance culture among adolescent girls and boys: An examination of friend conversations, peer criticism, appearance magazines, and the internalization of appearance ideals. *Journal of Adolescent Research*, 19(3), 323-339.

Jung, J., & Forbes, G. B. (2006). Multidimensional assessment of body dissatisfaction and disordered eating in Korean and US college women: A comparative study. *Sex Roles*, 55(1), 39-50.

Karazsia, B. T., & Crowther, J. H. (2009). Social body comparison and internalization: Mediators of social influences on men's muscularity-oriented body dissatisfaction. *Body Image*, 6(2), 105-112.

Lee, H., Son, I., Yoon, J., & Kim, S. S. (2017). Lookism hurts: appearance discrimination and self-rated health in South Korea. *International Journal for Equity in Health*, 16(1), 204.

Lim, J. Y., & Kim, K. H. (2023). The effects of mukbang show and impulsivity on binge eating behavior: Ecological Momentary Assessment (EMA). *Journal of the Korean Society for Wellness*, 18(1), 111-119.

Lin, L., Flynn, M., & O'Dell, D. (2021). Measuring positive and negative body talk in men and women: The development and validation of the Body Talk Scale. *Body Image*, 37, 106-116.

Liss, M., & Erchull, M. J. (2015). Not hating what you see: Self-compassion may protect against negative mental health variables connected to self-objectification in college women. *Body Image*, 14, 5-12.

Martz, D. M., Petroff, A. B., Curtin, L., & Bazzini, D. G. (2009). Gender differences in fat talk among American adults: Results from the psychology of size survey. *Sex Roles*, 61(1), 34-41.

Mendelson, B. K., McLaren, L., Gauvin, L., & Steiger, H. (2002). The relationship of self-esteem and body esteem in women with and without eating disorders. *International Journal of Eating Disorders*, 31(3), 318-323.

Mendelson, B. K., Mendelson, M. J., & White, D. R. (2001). Body-esteem scale for adolescents and adults. *Journal of Personality Assessment*, 76(1), 90-106.

Mills, J., & Fuller-Tyszkiewicz, M. (2017). Fat talk and body image disturbance: A systematic review and meta-analysis. *Psychology of Women Quarterly*, 41(1), 114-129.

Murn, L. T., & Steele, M. R. (2020). What matters most? Age and gender differences in self-compassion and body attitudes among college students. *Counselling Psychology Quarterly*, 33(4), 541-560.

Neff, K. (2003). Self-compassion: An alternative conceptualization of a healthy attitude toward oneself. *Self and Identity*, 2(2), 85-101.

Nichter, M. (2000). *Fat talk. Cambridge*, MA: Harvard University Press.

Ntoumanis, N., Stenling, A., Quested, E., Nikitaras, N., Olson, J., & Thøgersen-Ntoumani, C. (2020). Self-compassion and need frustration moderate the effects of upward appearance comparisons on body image discrepancies. *The Journal of Psychology*, 154(4), 292-308.

Ousley, L., Cordero, E. D., & White, S. (2008). Eating disorders and body image of undergraduate men. *Journal of American College Health*, 56(6), 617-622.

Pomichter, E., Cepeda-Benito, A., Ahmadkaraji, S., & DePalma, J. P. (2025). Exploring male body image: A scoping review of measurement approaches and mental health implications. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 22(6), 834.

Pullmer, R., Zaitsoff, S. L., & Coelho, J. S. (2019). Self-compassion and eating pathology in female adolescents with eating disorders: The mediating role of psychological distress. *Mindfulness*, 10(12), 2716-2723.

Rodgers, R., & Chabrol, H. (2009). Parental attitudes, body image disturbance and disordered eating amongst adolescents and young adults: A review. *European Eating Disorders Review: The Professional Journal of the Eating Disorders Association*, 17(2), 137-151.

Shannon, A., & Mills, J. S. (2015). Correlates, causes, and consequences of fat talk: A review. *Body Image*, 15, 158-172.

Shilling, C. (1993). *The body and social theory*. 임인숙 역 (2011). <몸의 사회학>. 파주: 나남.

Stice, E., & Whitenton, K. (2002). Risk factors for body dissatisfaction in adolescent girls: A longitudinal investigation. *Developmental Psychology*, 38(5), 669.

Strelan, P., & Hargreaves, D. (2005). Women who objectify other women: The vicious circle of objectification? *Sex Roles*, 52(9), 707-712.

Stutts, L. A., & Blomquist, K. K. (2018). The moderating role of self-compassion on weight and shape concerns and eating pathology: A longitudinal study. *International Journal of Eating Disorders*, 51(8), 879-889.

Turk, F., Kellett, S., & Waller, G. (2021). Determining the potential links of self-compassion with eating pathology and body image among women and men: A cross-sectional mediational study. *Body Image*, 37, 28-37.

Tylka, T. L., & Sabik, N. J. (2010). Integrating social comparison theory and self-esteem within objectification theory to predict women's disordered eating. *Sex Roles*, 63(1), 18-31.

Tylka, T. L., Russell, H. L., & Neal, A. A. (2015). Self-compassion as a moderator of thinness-related

pressures' associations with thin-ideal internalization and disordered eating. *Eating Behaviors*, 17, 23-26.

Van den Berg, P. A., Mond, J., Eisenberg, M., Ackard, D., & Neumark-Sztainer, D. (2010). The link between body dissatisfaction and self-esteem in adolescents: Similarities across gender, age, weight status, race/ethnicity, and socioeconomic status. *Journal of Adolescent Health*, 47(3), 290-296.

Wang, Y., Wang, X., Yang, J., Zeng, P., & Lei, L. (2020). Body talk on social networking sites, body surveillance, and body shame among young adults: The roles of self-compassion and gender. *Sex Roles*, 82(11), 731-742.

Webb, J. B., Fiery, M. F., & Jafari, N. (2016). "You better not leave me shaming!": Conditional indirect effect analyses of anti-fat attitudes, body shame, and fat talk as a function of self-compassion in college women. *Body Image*, 18, 5-13.

Wollast, R., Riemer, A. R., Sarda, E., Wiernik, B. M., & Klein, O. (2020). How self-compassion moderates the relation between body surveillance and body shame among men and women. *Mindfulness*, 11(10), 2298-2313.

Yarnell, L. M., Stafford, R. E., Neff, K. D., Reilly, E. D., Knox, M. C., & Mullarkey, M. (2015). Meta-analysis of gender differences in self-compassion. *Self and Identity*, 14(5), 499-520.

Mediating Effect of Body Esteem on the Relationship between Negative Body Talk and Disordered Eating Attitudes: The Moderating Effect of Self-Compassion and the Moderated Moderation Effect of Gender

Suji Kim, Heonji Kim, Youngju Lee, Kyoung Ok Seol

Department of Psychology, Ewha Womans University

This study examined a moderated-moderated mediation model in which body esteem mediated the relationship between negative body talk and disordered eating attitudes, with self-compassion and gender moderating the relationship between negative body talk and body esteem among Korean adults in their 20s and 30s. Data from 290 adults (89 men and 201 women) were analyzed using PROCESS Macro Model 11 for SPSS. The results suggested that negative body talk positively predicted disordered eating attitudes and that the indirect effect through body esteem was significant. The three-way interaction among negative body talk, self-compassion, and gender significantly predicted body esteem. Among men, the negative association between negative body talk and body esteem was stronger at lower levels of self-compassion, whereas this association remained consistent among women regardless of self-compassion levels. These findings suggest that body esteem mediates the relationship between negative body talk and disordered eating attitudes and that the protective role of self-compassion differs according to gender. The findings also highlight the need to consider body talk, body esteem, self-compassion, and gender differences in the prevention of disordered eating attitudes and in counseling interventions.

Keywords: Negative Body Talk, Body Esteem, Disordered Eating Attitudes, Self-Compassion, Moderated-Moderated Mediation