

청소년의 신체이미지 왜곡이 우울에 미치는 영향: 스트레스의 매개효과를 중심으로

맹 성 준
(성균관대학교)

한 창 근*
(성균관대학교)

본 연구는 청소년의 신체이미지 왜곡이 우울에 영향을 미치는지 그리고 이러한 신체 이미지왜곡이 우울에 미치는 영향에서 스트레스가 매개효과를 가지는지를 파악하는데 목적이 있다. 이를 위해 교육부, 보건복지부, 질병관리본부에서 실시한 청소년 건강행태 온라인조사 제12차(2016년) 자료를 활용하여 중학교 1학년부터 고등학교 3학년까지의 청소년 총 48,511명을 대상으로 하였다. 주요 연구결과를 요약하면 다음과 같다. 첫째, 청소년의 신체이미지 왜곡은 우울에 정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 즉, 신체 이미지 왜곡을 하는 청소년일수록 우울하다고 느끼는 것으로 나타났다. 둘째, 청소년의 신체이미지 왜곡이 우울에 미치는 영향에 있어 스트레스가 부분매개하는 것으로 나타났다. 즉, 청소년의 신체이미지 왜곡은 직접적으로 우울에도 영향을 미치지만 부분적으로 신체이미지 왜곡은 스트레스를 높게 하여 이러한 스트레스는 다시 청소년 우울가능성을 높이는 것으로 나타났다. 본 연구는 청소년의 신체이미지 왜곡, 스트레스, 그리고 우울 간의 관계를 샘플사이즈가 큰 청소년 건강행태 온라인조사를 이용하여 그 매개효과를 검증하였다는 점에서 의의가 있다. 본 연구는 결론에서 청소년의 우울에 대한 하나의 해결책으로 청소년이 올바른 신체이미지 확립을 위한 실천적, 정책적 제언을 제시하고 있다.

주요 용어: 신체이미지 왜곡, 스트레스, 우울, 매개효과, 청소년건강행태온라인조사

* 교신저자: 한창근, 성균관대학교(chkhan@skku.edu)

■ 투고일: 2017.7.29 ■ 수정일: 2017.9.12 ■ 게재확정일: 2017.10.14

I. 서론

신체적 미의 기준은 절대적 기준이 있는 것은 아니나, 지금 우리 사회는 세계화 및 서구화로 인해 서양의 문화와 가치 등이 만연해지면서 신체적 미의 조건이 이전의 것과는 다른 양상을 보인다(김해란, 고은혜, 전화연, 2015, p.37). 과거 동양적 미인의 표상인 달덩이 같은 얼굴에 통통한 체구 대신, 대중매체의 발달과 서구화로 인해 긴 하체와 날씬한 몸매를 갖춘 서구적인 외모로 미의 기준이 변화하고 있다(장희순, 김태련, 2006, p.58). 특히 대중매체는 어려보이는 얼굴, 날씬한 몸매, 깨끗한 피부를 가지고 유지하는 것을 아름다움이라 전제하고 자기관리라는 측면에서도 신체적 미의 기준들을 부각시키고 있다(서민정, 손정락, 2015, p.548). 즉, 성별 및 연령을 불문하고 대중들은 대중매체에서 제시한 미의 기준을 선망하고, 이러한 이상적 신체미를 내재화시켜 자신의 신체를 대중매체의 미의 기준에 부합하려고 노력하고 있다(이지원, 2013, p.1).

청소년기에는 신체적·생리적 성장이 급속하게 진행되어 청소년들은 자신의 외모와 체형 등을 비롯한 자신의 신체이미지에 많은 관심을 갖고, 자신의 외모가 타인에게 어떻게 보이는가에 대해 민감해 진다(주석진, 조성심, 2013, p.34). 선행연구(정익중, 이지연, 2011, p.73; 이주연, 유조안, 2015, p.289)들은 청소년의 자이존증감에 영향을 미치는 변인으로 신체이미지를 강조하고 있는데, 청소년시기에 형성되는 자이존증감은 자신의 가치를 긍정적으로 판단하는데 도움을 주며 행복감과 밀접한 연관이 있다(Sowislo & Orch, 2013, p.215). 따라서 청소년 시기에 자신의 신체에 대한 만족도는 올바른 자이존증감 형성에 도움을 주며, 청소년을 건강한 성장의 길로 이끌 자기개념의 중요한 요인이 된다(임지혜, 2011, p.3).

하지만 대한민국 청소년의 신체만족도는 낮은 것으로 보인다. 단편적인 예로 대학교에 입학하기 전의 1,086명의 학생들에게 설문을 해본 결과에 의하면 이미 미용성형수술을 한 학생은 218명으로 약 20%에 달했으며, 미용성형수술을 할 계획이 있는 학생의 수는 133명으로 약 12%에 달했다(윤연옥 등, 2016, p.341). 그리고 2013년 서울에 거주하는 청소년과 대학생 1,320명을 대상으로 생활전반에 관한 설문조사에서는 가장 고민하는 문제에 대한 설문 결과 외모·키·몸무게가 694명(52.7%)으로 가장 높게 나타나 청소년과 대학생들의 주된 고민이 외모임을 확인할 수 있었다(서울특별시, 2013, p.69). 또한 2014년에는 수원시의 고층 아파트에서 17세 여학생이 자신의 외모를 비판하는 유서

를 남기고 투신자살까지 하는 심각한 문제가 발생하기도 하였다. 이렇듯 최근 청소년들의 왜곡된 신체이미지로 인한 스트레스가 상당히 심각하여 이에 대한 해결방안의 모색이 시급한 실정이다.

청소년기는 급격한 신체적, 정신적인 변화로 인해 불안정한 정서를 경험하기 쉽다. 이로 인해서 청소년들이 빈번하게 겪는 문제는 우울이라고 볼 수 있다(조미경, 2014, p.1). 청소년기에 발현하는 우울증상의 특성을 청소년기에 나타나는 발달적 특성이라고 치부해버리는 경우가 많았다(허만세, 이순희, 김영숙, 2017, p.259). 하지만 2016년 대한민국 청소년 우울실태조사의 결과에 따르면, '1년 중 2주 내내 일상생활에 지장이 있을 정도의 우울을 경험하는 청소년의 비율이 25.5%로 나타났다(여성가족부, 2016, p.205). 이러한 청소년의 우울은 낮은 자아존중감을 포함하며, 사회생활에서의 부적응, 자살, 행동장애, 불안 등을 발생시킨다(이순희, 허만세, 2015, p.244). 이렇듯 청소년이 겪는 우울은 이미 사회문제가 될 만큼 심각한 상황이다.

이와 관련하여 최근의 선행연구들은 청소년의 우울, 자살 등에 미치는 영향에 대해 신체이미지를 독립변수로 설정하여 유의미한 결과를 도출하고 있다(노혜련, 최경일, 2009, p.156; 송만규 등, 2010, p.45; 문재우, 2012, p.142). 위의 선행연구들을 통해 청소년시기에 신체이미지가 자아존중감에 상당한 영향을 미칠 뿐만 아니라 우울, 자살 등 청소년의 삶에 중요한 영향을 미치고 있음을 보여주고 있다. 하지만 청소년시기에 신체이미지 왜곡이 우울에 영향을 미칠 가능성이 충분히 있음에도 불구하고 신체이미지 왜곡에 관한 연구는 상대적으로 드문 것이 사실이다.

신체이미지 만족도와 신체이미지 왜곡은 비슷한 개념으로 분류할 수 있으나, 정의와 측정방식에 있어 차이가 있다. 기존 연구들(이안영, 김진이, 2006, p.167; 노혜련, 최경일, 2009, p.148; 김은혜, 2013, p.72; 주석진, 조성심, 2013, p.42; 박정임, 유제민, 김충승, 2016, p.172)에서는 신체이미지를 측정하여 신체이미지 불만족에 초점을 두고 연구가 진행되었다. 위에서 언급한 선행연구들은 신체이미지 불만족을 개인이 자신의 신체에 대해 만족하지 못하고 부정적으로 지각하고 느끼는 감정이나 태도 등으로 정의하고 있다. 상대적으로 신체이미지 왜곡이란 자신의 실제 신체를 정확하고 올바르게 지각하지 못하고 왜곡하는 경우를 의미한다(장희순, 김태련, 2006, p.60). 기존의 신체 이미지에 관한 많은 선행연구들이 있음에도 불구하고, 신체이미지 왜곡을 살펴보는 것이 중요한 이유는 측정방식에서의 차이가 있기 때문이다. 신체이미지에 대한 만족도는

대상자의 주관적인 지각만을 바탕으로 측정하는 반면에 신체이미지 왜곡의 경우에는 대상자의 키와 몸무게를 객관적으로 측정한 후, 이를 바탕으로 대상자의 주관적 지각을 결합하여 측정하는 것이기 때문에 기존연구들과는 다른 시각으로 신체이미지에 대해 바라볼 수 있다.

청소년의 신체이미지 왜곡에 관한 선행연구들은 청소년의 신체 이미지 왜곡에 영향을 미치는 요인들을 분석한 것으로 그것조차도 매우 적고 최근에서야 연구가 진행되고 있는 상황이다(박민희, 임소연, 2015, p.2238; 손현미, 이현영, 이효영, 2015, p.2253). 이러한 선행연구들을 통해 청소년의 신체이미지 왜곡에 영향을 주는 요인으로는 성별, 연령, 주관적 경제상태 등이 제시되고 있다.

청소년의 신체이미지 왜곡에 관한 연구는 부분적으로 이루어지고 있는 상황이며, 신체이미지 왜곡에 영향을 주는 요인을 분석하는 것에 그치고 있다. 더 나아가 청소년의 신체이미지 왜곡이 청소년의 주된 정신건강 문제인 스트레스 및 우울에 어떠한 영향을 미치는지에 대한 연구는 매우 드물다. 이에 본 연구는 청소년의 신체이미지 왜곡이 우울에 어떠한 영향을 미치는지 그리고 신체이미지 왜곡과 우울과의 관계에서 청소년이 경험하는 스트레스가 그 관계를 매개하는지에 관한 연구주제를 설정하였다. 본 연구의 구체적인 연구주제는 다음과 같다. 첫째, 청소년의 신체이미지 왜곡이 우울에 미치는 영향은 어떠한가? 둘째, 청소년의 신체이미지 왜곡이 우울에 미치는 영향에 있어서 스트레스는 그 둘 간의 관계를 매개하는가?

II. 이론적 배경

1. 청소년의 신체이미지와 왜곡

신체이미지는 개인이 신체의 기능, 능력에 대한 경험과 신체를 매개로 타인, 더 나아가 사회문화적 환경과 상호작용하여 얻는 경험으로부터 형성된 신체에 대한 정신적 표상이다(박은아, 성영신, 2001, p.89). 신체이미지는 타인과의 상호작용을 통해 형성될 뿐만 아니라, 타인과의 상호작용에도 중요한 영향을 미칠 수 있다. 신체이미지는 주관적

인 지각을 의미하기 때문에, 개인은 사회와 상호작용을 통해 자신이 속한 사회문화적 기준에 적합한 외모를 추구하고 그 기준을 통해 자신의 신체이미지를 형성한다(백인혜, 2013, p.10). 또한 자신의 신체이미지를 긍정적으로 생각하는 경우에는 사회생활을 함에 있어 좀 더 자신감을 갖고 능동적인 태도를 갖는 경향이 많지만, 신체이미지를 부정적으로 생각하는 경우에는 소극적이며 수동적인 태도를 갖는 것으로 나타나, 신체이미지는 타인과의 상호작용에 영향을 미치는 요인이라 할 수 있다(Orbach et al., 2001, p.238). 따라서 최근에는 많은 사람들이 사회의 사회문화적 기준에 적합한 외모를 추구하기 위해 신체에 무리가 가는 체중조절을 할 뿐만 아니라, 과도한 성형수술을 받기도 한다.

특히 이러한 경향은 청소년들에게 민감하게 나타나고 있는데, 청소년기는 2차 성장으로 인해 신체에 대한 관심이 증가하고, 자아의식이 성장하면서 자신을 타인과 비교하고 평가하는 경향이 커지기 때문이다(이은미, 2007, p.6). 또한 청소년시기에는 상호작용을 통해 자아개념 및 사회성이 발달하고, 신체이미지에 대한 생각은 자아발달에 중요한 역할을 하기 때문에(이재창, 임용자, 1994, p.180), 청소년 시기에 긍정적인 신체이미지에 대한 확립은 매우 중요하다.

하지만 대한민국의 청소년들은 자신의 신체이미지에 대해 부정적인 생각과 왜곡을 갖고 있는 경향이 있다. 2016년도에 대한민국의 중고등학생 67,983명을 대상으로 조사한 결과, 자신의 신체가 표준범위 내에 있으면서도 자신의 체형을 살이 찐 편이라고 응답한 남학생은 20.6%, 여학생은 33.4%로 나타났다(교육부, 2016, p.22). 청소년기는 급격한 신체 변화로 인하여 신체 각 부위가 동일하게 발달하지 못하여 신체 비율상의 문제가 발생하고, 발달시기도 개인마다의 편차가 크기 때문에 자신의 신체이미지를 왜곡하거나 부정적으로 생각하는 경우가 많다(노혜련, 최경일, 2009, p.144). 또한 대중매체 및 사회문화적 영향으로 인해 여성의 아름다움이 날씬함으로 대표되고, 비만은 자기관리를 못하는 매력이 없는 사람으로 비추어지는 경향으로 인해(송만규 등, 2010, p.41) 청소년들은 신체이미지에 대한 왜곡된 생각을 가지고 자신의 신체이미지를 형성하는 경우가 많다.

2. 청소년의 우울

우울은 증상으로서의 일반적인 우울과 증후군으로서의 걱정, 예민함 등과 같은 우울, 그리고 장애로서의 심각한 수준의 우울을 포함하는 여러 가지 개념들을 포함하는 매우 넓은 개념이다(Charles & Patricia, 2006, p.165). 우울은 개인이 인지 및 사고를 함에 있어 많은 부분에 영향을 미치며, 특히 부정적인 정서를 유발하는 경향이 있다(강성욱, 2011, p.19). 특히 청소년 초반기의 정서는 일관성이 없고 불안정하며 청소년 중기에는 초반기보다 비교적 정서가 더욱 강해지고 우울이나 불안이 더욱 고조되는 경향이 있다(오창순 등, 2009, p.272). 이러한 영향으로 인해 청소년기에 우울을 느끼는 것은 보편적인 현상이다. 청소년의 우울을 대상으로 한 선행연구들에서 청소년의 절반 이상이 우울을 경험해보았다고 보고하고 있다(이정선, 이형실, 2012, p.79).

청소년의 우울의 원인에 대해서는 여러 가지 이론이 제기되는데 제일 주목받는 이론이 인지적 관점과 행동적 관점이다(박기원, 2009, p.8). 먼저 인지적 관점을 살펴보면 비합리적 사고로 인한 왜곡으로 인하여 자기에 대해 왜곡된 관점으로 바라볼 뿐만 아니라 타인을 바라봄에도 왜곡된 관점으로 인하여 청소년 우울의 원인이 될 수 있다(강혜원, 김영희, 2011, p.32). 행동적 관점은 청소년의 대인관계에서 긍정적인 피드백을 받지 못해 사회적 강화가 부족해서 우울이 발생한다고 여긴다. 예를 들어 가족과 또래집단에서의 무시 혹은 방치당하는 경험으로 인해 긍정적인 강화가 부족하고, 따라서 긍정적인 사회적 강화를 얻는 토대가 되는 정서적, 사회적, 도구적 기술이 부족하게 되어 우울이 발생한다고 여긴다(이순희, 허만세, 2015, p.244). 이 외에도 청소년에게 과도한 학업 부담이 스트레스가 되어 무리하게 높은 학업기준을 설정하고, 자신의 학업성과 비교하며 자존감이 낮아짐으로써 심리적 불만족이 우울을 발현할 수 있다(우수경, 김기예, 2013, p.168).

우울은 청소년을 사회적으로 위축시키고, 이로 인해 대인관계에 어려움을 겪어 학교 및 또래집단에서의 적응을 어렵게 할 수 있다(김재엽, 최선아, 전지수, 2016, p.211). 즉, 낮은 학업성취도, 학교생활 부적응, 학교중퇴와 관련된 문제로 인해 청소년들은 청소년시기의 중요한 과업인 학교생활 적응을 달성하는데 어려움을 겪을 수 있다(김정민, 송수지, 2015, p.390). 또한 우울은 공격성, 비행, 가출, 음주, 흡연 등의 문제행동과도 관련이 있는 것으로 나타났다(오미숙, 심우찬, 2014, p.242).

3. 청소년의 스트레스

스트레스라는 단어는 청소년뿐만 아니라 현대사회를 살아가는 모든 사람에게 친숙한 단어가 되어버렸다. 스트레스는 관점에 따라 크게 세 가지로 개념화 할 수 있는데, 첫째, 스트레스를 자극으로서 보는 관점으로 인간이 살아가는 환경속의 여러 자극들을 스트레스원으로 본다(Hart & Cooper, 2001, p.94). 둘째, 스트레스를 환경의 요구에 따른 신체반응으로 보는 입장인데, 환경의 요구로 인해 심한 압박이나 자극을 받음으로 말미암아 스트레스라는 반작용이 발생한다는 것이다(박새와, 2012, p.9). 셋째, 대상자와 환경 사이의 상호 작용의 반응에서 스트레스가 발생한다고 정의한다. 스트레스 요인이라든 스트레스를 일으키는 환경과 사람 등의 자극원이며, 스트레스를 개인과 환경의 상호 작용의 반응에서 일어나는 심리과정으로 보며, 개인이 감당할 수 있는 것 이상의 자원을 초과하여 위협하는 개인과 환경의 관계라고 정의내릴 수 있다(박영애, 2010, p.16).

청소년은 성인과 달리 아직 성장하는 과정이기 때문에 스트레스에 대처하는 능력이 부족하여 스트레스수준이 상대적으로 더 높을 수 있다. 청소년의 스트레스 요인은 다양하나, 포괄적인 접근으로서 자극의 정도에 따라 '중대한 삶의 사건'과 '매일의 문제'로 나눌 수 있다(Band & Weisz, 1988, p.247). '중대한 삶의 사건'은 오랜 기간 동안 스트레스에 대응해야하는 것으로, 지인의 죽음, 이혼, 질병 등 당사자에게 있어 삶의 변화를 일으키는 사건이다. 반면 '매일의 문제'는 일상생활 속에서 흔히 발생하는 사건들로 예를 들어 연인과의 헤어짐, 친구들과의 다툼, 성적의 하락, 가족과의 갈등 등이 있다. 과거 청소년의 스트레스에 대한 연구는 '중대한 삶의 사건'에 많은 관심을 가졌지만, 스트레스에 관한 청소년의 적응에 대한 연구에서 '중대한 삶의 사건'보다 '매일의 문제'가 보다 높은 관련성을 보여주는 것으로 나타났다(김보미, 2014, p.8). 물론 삶의 변화를 일으키는 중대한 사건으로 인한 스트레스가 청소년에게 영향을 미치는 것은 당연한 사실이지만, 이러한 사건의 빈도는 매우 낮고 소수가 경험하는 사건이기에 다수가 자주 경험하는 일상적인 스트레스에 대한 중요성이 커지고 있다(배정현, 2003, p.15).

선행연구들을 살펴보면 청소년이 겪는 일상적인 스트레스의 주된 요인은 사회적 역할에 대한 부담, 학업 성적에 대한 부담, 자아정체성에 대한 고민, 인간관계 문제, 외모 등이 있는 것으로 나타났다(김은진, 2015, p.240; 김재엽, 성신명, 장건호, 2016, p.188; 신영훈, 박선영, 2016, p.239). 이러한 스트레스는 청소년들에게 자존감의 하락, 불만족

한 대인관계, 우울 등으로 이어질 수 있다. 또한 더 나아가 음주, 흡연, 약물중독과 같은 청소년 비행으로 이어질 수 있으며, 우울로 인한 무력감, 분노로 인한 반사회적 행동으로 이어질 수 있다.

4. 청소년기의 신체이미지 왜곡, 스트레스, 그리고 우울

신체이미지 왜곡은 자기대상화이론을 통해 설명할 수 있다. 대상화 이론은 외모로 여성을 평가하고, 성적으로 묘사하는 대중매체에 여성들이 노출되는 경험을 통해, 타인의 관점을 자신의 관점으로 내면화하게 되고, 자신을 외모에 의해 평가받는 대상으로 인식하게 되는 자기대상화를 경험한다고 설명하고 있다(Fredrickson & Roberts, 1997, p.174). 자기대상화는 자신의 신체를 계속 의식하게 만들고, 습관적으로 타인의 신체와 비교하게 만드는데, 이러한 결과로 자기대상화의 수준이 높아지면 신체수치심, 불안, 신체이미지 왜곡, 스트레스, 우울 등과 같은 문제를 발생시킬 수 있다(정은혜, 박경, 2009, p.3; 정은석, 강상경, 김성용, 2014, p.273; 노은실, 2016, p.8). 또한 이러한 부정적인 경험의 결과로 과도한 체중조절, 화장, 성형수술 등을 하는 경우가 높은 것으로 나타났다(김은혜, 2013, p.17).

자기대상화이론은 불안, 우울, 섭식장애 등을 경험하는 여성들을 설명하는 이론으로 주목받았고, 주로 여성을 대상으로 연구되었다. 하지만 최근에는 남성들도 시각적 이미지가 중요해짐에 따라 자기대상화를 경험하게 되고, 이에 따라 자기대상화이론에서의 연구 범위가 남성들까지 확대되었다. 특히 남성 중에서도 청소년시기에 대상화 경험에 취약한 것으로 나타났는데(Field et al., 2008, p.575), 이는 남자청소년의 또래집단은 외모에 대한 타인의 평가나 반응에 많은 영향을 받기 때문이다(Hutchinson & Rapee, 2007, p.1559).

이처럼 타인의 신체를 평가하는 것이 만연한 사회에서 사람들은 자기대상화에 취약하여 자신의 외모를 타인과 끊임없이 비교하게 되고 그 결과 자신의 신체이미지를 왜곡하게 되는 경우가 많다. 특히 다른 발달과정에서보다도 신체이미지에 대한 관심이 가장 높은 청소년기에 신체이미지가 매우 중요한 의미를 갖는데, 이는 청소년기에 형성된 신체이미지가 곧 자기개념, 자존감 형성에 중요한 역할을 하기 때문이다(김선진, 2016, p.18). 하지만 개인의 외모가 성공과 실패를 가르는 기준이 되는 사회적 분위기와 대중

매체에서는 마른 체형만을 선호하게 조장하여 청소년들은 자신의 신체이미지를 왜곡하는 경우가 많아지고 있다(이혜미, 하요상, 2014, p.20).

특히 신체이미지 왜곡을 갖고 있는 청소년들은 자신의 신체이미지를 부정적으로 생각하는 경우가 많아 여러 정신적, 신체적 문제를 경험할 가능성이 높다. 청소년기에 신체 이미지에 대한 왜곡은 결식, 약물복용 등과 같은 비정상적인 체중조절 행위를 하는 결과를 초래하게 될 뿐만 아니라(김미현, 2012, p.580), 이로 말미암아 근육 및 신체기능 등에 문제가 생겨 건강문제가 발생하고 비정상적인 체중조절 행위를 시작할 때부터 체중조절로 인한 스트레스를 받는다(민성희, 오혜숙, 김지향, 2004, p.159). 또한 청소년기에는 외모에 상당한 관심을 가지게 되어 청소년의 삶에 많은 영향력을 미칠 수 있는데, 자신의 신체이미지를 왜곡하는 경향이 강하면, 자신감이 없어지고 불안해하며 이로 인해 스트레스, 우울 등의 정신건강문제로 발현될 수 있다(김건숙, 이호준, 2015, p.333). 이러한 선행연구로 말미암아 청소년의 스트레스 및 우울을 감소시킬 수 있는 요인인 청소년의 긍정적인 신체이미지 확립은 청소년 정신건강문제의 출발점이라 할 수 있다.

청소년의 신체이미지가 우울에 미치는 영향을 고찰한 선행연구들을 살펴보면 신체 이미지를 부정적으로 인식할수록 우울을 더 많이 경험하는 경향이 있는 것을 확인할 수 있다(노혜련, 최경일, 2009, p.156; 양경미, 2013, p.6). 이와 같은 결과는 신체이미지를 부정적으로 인식하는 것은 본 연구의 신체이미지 왜곡과 유사한 개념이기 때문에, 신체 이미지를 왜곡한 경우에도 우울을 경험할 수 있다는 근거를 제시해준다.

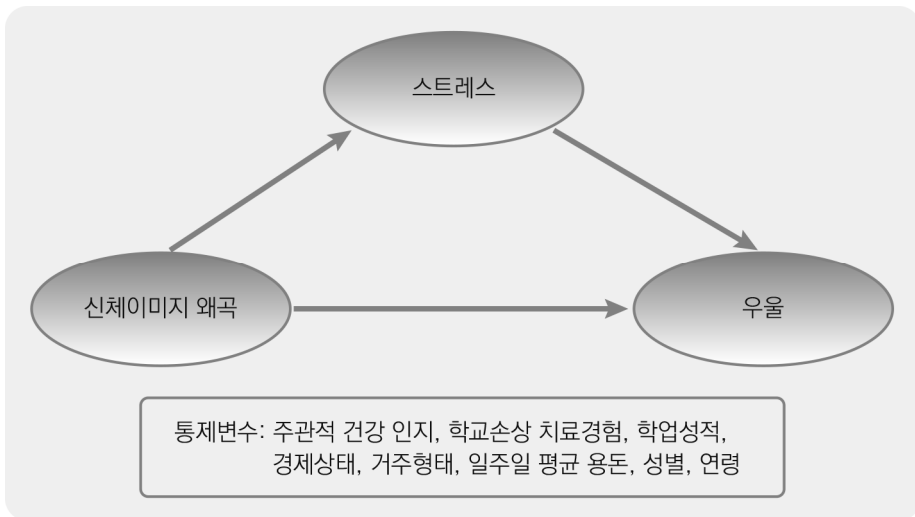
청소년의 신체이미지와 스트레스에 관련된 선행연구를 통해 청소년의 스트레스를 유발하는 요인으로는 학업, 가족관계, 경제상태, 신체이미지 등이 제시되고 있다(강혜자, 2011, p.223; 신미연, 이정윤, 2012, p.185). 청소년기의 신체이미지 왜곡은 성인기로도 이어져 섭식장애를 유발할 수 있고, 죄책감, 스트레스, 우울 등의 정신적인 병리 현상의 원인이 된다(강미희, 조여원, 2010, p.286). 따라서 청소년들에게 있어 신체이미지 왜곡에 대한 개입은 청소년 시기뿐만 아니라, 성인기 이후의 삶까지 긍정적인 영향을 미칠 수 있다.

청소년의 스트레스와 우울의 관계에 대한 선행연구를 살펴보면, 스트레스는 우울을 발생시키는 중요한 요인으로 정적인 상관관계가 있는 것으로 나타났다(우채영, 2009, p.108; 임성택, 김진호, 정의석, 2011, p.254; 한선영, 2011, p.67; 박순희, 양정남, 최은

정, 2015, p.315). 청소년이 받는 주요 스트레스는 가족스트레스, 친구스트레스, 학업스트레스이며 이러한 스트레스는 우울을 발생시키는 원인이 된다(김재엽, 이동은, 정윤경, 2013, p.102). 또한 더 나아가 스트레스는 우울을 매개로 하여 자살생각에까지 영향을 미치는 것으로 밝혀졌다(우채영, 김판희, 2011, p.234).

지금까지의 선행연구들을 살펴볼 때 청소년의 신체이미지 왜곡은 스트레스와 우울에 영향을 미치는 요인이라 가정할 수 있다. 또한 스트레스에 미치는 주요 변인으로는 가족관계, 학업성적, 경제상황, 외모 등이 있다. 특히 청소년기에는 신체이미지가 자아존중감에도 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이에 본 연구는 외모와 비슷한 개념인 신체이미지의 왜곡이 스트레스와 정적인 상관관계가 있다고 가정하고, 이러한 스트레스가 매개가 되어 우울에 영향을 미치는 지에 대해 밝히고자 한다. 본 연구를 진행하기 위해 설정한 연구모형은 [그림 1]과 같다.

그림 1. 연구모형



Ⅲ. 연구방법

1. 분석자료 및 연구대상

본 연구에서는 제12차(2016년) 청소년 건강행태 온라인조사 자료를 활용하여 분석하였다. 청소년 건강행태 온라인조사는 교육부, 보건복지부, 질병관리본부에서 대한민국 청소년의 건강행태를 조사하기 위해 중1~고3 학생을 대상으로 진행한 자기기입식 온라인조사이며, 익명성이 담보되어 있다. 조사항목은 흡연, 음주, 신체활동, 식생활, 비만 및 체중조절, 정신건강, 손상 및 안전의식, 구강건강, 개인위생, 성행위, 아토피천식, 약물, 인터넷중독, 건강형평성, 폭력, 주관적 건강 인지 등 총 15개 영역으로 구성되어 있다. 청소년 건강행태 온라인조사 자료는 서울을 포함한 7개의 광역시와 제주도를 포함한 9개의 도를 포함하고 있어 대표성이 담보되어 있다.

본 연구의 자료의 목표모집단은 2016년 4월 기준의 전국 중·고등학교 재학생으로 정의하였으며, 층화집락추출법을 사용하여 총 67,983명을 대상으로 조사하였고, 65,528명이 조사에 참여하여 참여율이 96.4%인 것으로 나타났다. 이 중 연구목적에 따라 신체이미지 왜곡 인지를 살피보기 위해 질병관리본부, 대한소아과학회, 소아청소년 신체발육표준치 제정위원회에서 2007년도에 발간한 소아청소년 성장도표 연령별 체질량지수를 참고하여 85백분위수 미만인 대상 48,511명을 최종적으로 분석하였다.

2. 변수측정 방법

가. 독립변수: 신체이미지 왜곡

본 연구에서는 신체이미지 왜곡을 독립변수로 사용하였다. 청소년 건강행태 온라인조사 원시자료이용지침서에서 신체이미지 왜곡은 질병관리본부, 대한소아과학회, 소아청소년 신체발육표준치 제정위원회에서 2007년에 발간한 소아청소년 성장도표 연령별 체질량지수를 참고하여 기준 85백분위수 미만인 자 중에서 자신의 체형을 살이 찐 편이라고 인지한 경우로 정의한다. 자신의 체형에 관해 묻는 문항으로 5점 리커트 척도로 측정하였으며(1=매우 마른 편이다, 2=약간 마른편이다, 3=보통이다, 4=약간 살이 찐

편이다, 5=매우 살이 찐 편이다), 2007년 소아청소년 성장도표 연령별 체질량지수 기준 5백분위수 이상에서 85백분위수 미만인 사람이 4번 문항과 5번 문항을 답한 경우와 체질량지수 5백분위수 미만인 사람이 3번 문항, 4번 문항, 5번 문항에 답한 경우에 신체 이미지를 왜곡한 것으로 측정하였다(교육부 등, 2016, p.374).

나. 종속변수: 우울

청소년 건강행태 온라인조사에서 청소년의 우울은 최근 12개월 동안 2주 내내 일상 생활을 중단할 정도로 슬프거나 절망감을 느낀 경험이 있는 경우 1, 경험이 없는 경우 0으로 이분형 변수로 한 문항으로 측정하였다.

다. 매개변수: 스트레스

매개변인인 스트레스는 평상시 스트레스를 얼마나 느끼는지에 대해 한 문항으로 5점 리커트 척도로 측정하였으며 분석을 위해 '1=전혀 느끼지 않는다 ~ 5=대단히 많이 느낀다' 재구성 하였다. 점수가 높을수록 스트레스 수준이 높은 것으로 측정하였다.

라. 통제변수

본 연구에서는 청소년의 우울에 영향을 미치는 요인에 대해 선행 연구(김재엽, 남보영, 2012, p.178; 신복기, 이성진, 2012, p.301; 권세원, 이동은, 장은혜, 한기주, 2013, p.214; 송예리아, 김진영, 2013, p.141; 이봉주, 손선옥, 김윤지, 2015, p.44)를 바탕으로 독립변수와 매개변수에 영향을 미칠 수 있는 요인들을 통제변수로 사용하였다. 우선, 성별은 '0=여자, 1=남자'로 재구성하였고, 연령은 연속변수로 사용하였다. 학교손상치료 경험은 최근 12개월 동안 학교(교실, 복도, 운동장 등 학교 울타리 안)에서 다친 것 때문에 병원에서 치료를 받은 지에 대해 '0=없음, 1=있음'으로 재구성하여 분석하였다. 거주형태는 '0=가족과 함께 거주하고 있지 않다, 1=가족과 함께 살고 있다'로 재구성하여 사용하였다. 주관적 건강상태는 평상시 자신의 건강상태에 대해 5점 리커트 척도로 구성되어 있으며 분석을 위해 '1=매우 건강하지 못한 편이다 ~ 5=매우 건강한 편이다'

재구성하였으며, 학업성적은 최근 12개월 동안 학업 성적에 대해 '1=하 ~ 5=상'으로 재구성하였다. 경제상태는 가정의 경제적 상태에 대해 '1=하 ~ 5=상'으로 구성되었다. 일주일 평균 용돈은 총 16개의 변량으로 구성되어 있고, 각 숫자는 해당 숫자 만원 미만의 용돈을 의미한다. 예를 들어 7은 7만원 미만을 의미한다. 주관적 건강상태, 학업성적, 경제상태 및 일주일 평균 용돈은 측정상 서열변수이나 분석에서는 연속형 변수로 간주하여 분석하였다.

3. 자료분석 방법

연구대상자의 인구사회학적 특성 등을 분석하기 위해 기술통계분석을 실시하였으며, 주요 변수들 간의 상관관계를 살펴보기 위해 상관관계분석을 실시하였다. 또한 신체이미지 왜곡에 어떤 변수들이 영향을 미치는지 알아보기 위해 신체이미지 왜곡을 종속변수로 한 로지스틱회귀분석을 실시하였다. 모든 분석은 청소년 건강행태 온라인조사에서 제공하는 가중치를 사용하였다.

신체이미지 왜곡과 우울 간의 영향력 및 스트레스의 매개효과를 분석하기 위해 Baron과 Kenny(1986)의 분석방법에 의해 선형회귀분석과 로지스틱 회귀분석을 사용하였다. 1단계에서는 신체이미지 왜곡이 우울에 미치는 영향을 알아보기 위해 통제변수를 포함한 로지스틱 회귀분석을, 2단계에서는 신체이미지 왜곡이 스트레스(매개변수)에 미치는 영향을 알아보기 위해 통제변수를 포함한 투입하여 회귀분석을, 마지막 3단계에서는 1단계 모형에 매개변수인 스트레스를 포함하여 로지스틱 회귀분석을 실시하였다. 또한 매개효과의 통계적 유의미성을 알아보기 위해 Sobel 검증을 활용하였다.

IV. 연구결과

1. 연구대상자의 일반적 특성

연구대상자의 일반적 특성은 <표 1>과 같다. 우울 경험한 적이 있는지를 묻는 질문에 대해 경험하지 않은 사람이 36,112명(74.4%), 경험한 사람이 12,399명(25.6%)로 나타났다. 신체이미지 왜곡이 없는 사람은 34,543명(71.2%), 있는 사람은 13,979명(28.8%)로 나타났다. 스트레스는 ‘조금 느낀다’가 42.6%, ‘많이 느낀다’가 27.7%, ‘별로 느끼지 않는다’가 16.0%, ‘대단히 많이 느낀다’가 10.2%, ‘전혀 느끼지 않는다’가 3.5% 순으로 나타났다.

성별은 여학생이 25,706명(53.0%)으로 남학생(22,805명: 47.0%)보다 조금 많은 것으로 나타났다. 연령은 평균 15.0으로 나타났다. 학교손상 치료 경험의 유무는 ‘없다’가 76.0%로 ‘있다’의 24.0%보다 높게 나타났다. 거주형태에서는 거의 대부분의 청소년들

표 1. 연구대상자의 인구사회학적 특성

(N=48,511)

구분	변수명	구분 혹은 범위	% 혹은 평균(SD)
종속변수	우울	없다	74.4%
		있다	25.6%
독립변수	신체이미지 왜곡	없다	71.2%
		있다	28.8%
매개변수	스트레스	1-5	3.252(.960)
통제변수	성별	여자	53.0%
		남자	47.0%
	연령	12-18	15.020(1.740)
	경제상태	1-5	3.269(.898)
	일주일 평균용돈	1-16	3.080(2.850)
	거주형태	없다	4.8%
		있다	95.2%
	학업성적	1-5	3.062(1.175)
주관적 건강상태	1-5	3.919(.861)	
학교손상 치료 경험	없다	76.0%	
	있다	24.0%	

이 가족과 함께(95.2%) 거주하는 것으로 나타났다. 주관적 건강상태는 평균 3.919로 나타나 청소년의 평가한 주관적 건강상태는 5점 척도 기준 4점 즉 '건강한 편이다'에 가까운 것으로 나타났다. 학업성적의 평균은 3.032로 5점 척도의 '중'에 아주 가까운 것으로 나타났다. 경제상태의 평균은 3.269로 나타났고 이는 5점척도 '중'에 가까운 것으로 나타났다. 일주일 평균 용돈은 총 16개 변량으로 구성되어 있고 평균 3.080으로 나타났다. 이는 일주일 평균용돈이 3만원에 가깝다는 것을 의미한다.

표 2. 주요변인들의 상관관계분석 결과

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
1. 우울	1										
2. 신체이미지 왜곡	.050***	1									
3. 스트레스	.359***	.080***	1								
4. 성별	-.120***	-.104***	-.187***	1							
5. 연령	.074***	.060***	.109***	-.021	1						
6. 경제상태	-.071***	-.037***	-.129***	.060***	-.147***	1					
7. 일주일 평균 용돈	.068***	.003	.032***	.036***	.248***	.097***	1				
8. 거주형태	-.029***	.001	-.020***	-.005	-.135***	.036***	-.088***	1			
9. 학업성적	-.087***	-.026***	.092***	.017**	-.057***	.271***	-.042***	-.020***	1		
10. 주관적 건강 상태	-.178***	-.078***	-.303***	.162***	-.121***	.188***	-.014**	.004	.106***	1	
11. 학교손상 치료 경험	.095***	-.005	.048***	.115***	-.037***	.044***	.038***	-.022***	.011*	-.006	1

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

2. 주요변인들의 상관관계분석 결과

본 연구에 사용된 주요변인들 간의 상관관계와 다중공선성을 확인하기 위해 상관관계 분석을 진행하였다. 분석결과는 <표 2>와 같다. 먼저 모든 주요변인의 Pearson 상관계수 값이 .50미만으로 나타나 다중공선성에는 문제가 없는 것으로 나타났다.

종속변수인 우울은 독립변수인 신체이미지 왜곡($r=.050, p<.001$)과 매개변수인 스트레스($r=.359, p<.001$)와 정적 상관관계를 보이고 있고, 독립변수인 신체이미지 왜곡은 매개변수인 스트레스($r=.080, p<.001$)와 정적 상관관계를 보이는 것으로 확인되었다.

3. 신체이미지 왜곡 요인

본 연구의 주요 연구주제는 아니지만 추가적으로 본 연구에서는 신체이미지 왜곡에 영향을 미치는 요인을 살펴보기 위해 로지스틱 회귀분석을 실시하였다. 그 결과는 <표 3>과 같다. 분석결과 모형의 적합도를 나타내는 χ^2 값은 861.142(df=8)($p<.001$)로 모형이 적합한 것으로 나타났다. 설명력을 나타내는 Nagelkerke R^2 은 .25로 나타남에 따라 모형의 설명력은 25%로 낮게 나타났다. 로지스틱회귀분석을 실시한 결과, 성별, 연령, 경제상태, 학업성적, 주관적 건강상태가 유의미한 것으로 나타났다. 즉, 여학생일수록, 연령이 높아질수록, 경제상태가 낮을수록, 학업성적이 낮을수록, 주관적 건강상태가 낮을수록 신체이미지 왜곡을 하는 것으로 나타났다.

표 3. 신체이미지 왜곡의 로지스틱회귀분석 결과

(N=48,511)

변수명	신체이미지 왜곡		
	B(S. E)	Wals	Exp(B)
성별	-.425 (.021)	413.458	.654***
연령	.067 (.006)	117.552	1.069***
경제상태	-.027 (.012)	5.067	.973*
일주일 평균용돈	-.005 (.004)	1.669	.995
거주형태	.080 (.048)	2.780	1.083
학업성적	-.026 (.009)	8.161	.975**
주관적 건강상태	-.135 (.012)	125.946	.874***
학교손상 치료 경험	.042 (.024)	3.133	1.043
χ^2		864.142(df=8)***	
모델적합도	-2 Log 우도	57397.032a	
	Nagelkerke R^2	.25	

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

4. 신체이미지 왜곡과 우울 간 스트레스의 매개효과 검증

신체이미지 왜곡과 우울 간 스트레스의 매개효과를 검증하기 위해 본 연구는 Baron과 Kenny(1986)의 분석방법을 사용하였고, 매개효과의 통계적 유의미성을 검증하기 위해 Sobel 검증을 활용하였다.

가. 신체이미지 왜곡이 우울에 미치는 영향 검증

종속변수가 비연속적 변수이고 신체이미지 왜곡의 유무를 묻는 이분형 변수이기에 로지스틱 회귀분석을 실시하였다. 모든 변수의 VIF(variance inflation factor)가 1.3미만으로 나타나 다중공선성에는 문제가 없는 것으로 나타났다.

먼저 신체이미지 왜곡이 우울에 미치는 영향을 파악하기 위한 <단계 1>을 로지스틱 회귀분석을 실시한 결과, 분석모형의 χ^2 값이 3097.587(df=9)($p < .001$)로 적합한 것으로 나타났다. 또한 추가로 로지스틱 회귀모형의 적합도 검정을 위해 Hosmer-Lemeshow Test를 한 결과 유의확률이 .854로 나타남에 따라 p 값이 .05보다 훨씬 크게 나타났으므로 모형은 적합하다고 할 수 있다. 로지스틱 회귀분석에서 설명력(R^2)을 나타내는 Nagelkerke R^2 은 .091로 모형의 설명력은 9.1%로 나타났다.

독립변수인 신체이미지 왜곡의 B 값이 .125(Odds Ratio=1.133, $p < .001$)로 나타남에 따라 종속변수인 우울에 정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다.

통제변수 중에서는 학교손상 치료 경험이 $B = .583$ (O.R.=1.792, $p < .001$)로 나타남에 따라 정적으로 제일 큰 영향을 미치는 것으로 나타났다. 일주일 평균 용돈은 $B = .044$ (O.R.=1.045, $p < .001$), 연령은 $B = .049$ (O.R.=1.050, $p < .001$)으로 정적 영향을 미치는 결과를 보였다. 주관적 건강인지가 $B = -.381$ (O.R=.683, $p < .001$)로 나타나 부적으로 제일 큰 영향을 미치는 것으로 나타났고, 성별은 $B = -.527$ (O.R.=.590, $p < .001$), 학업 성적은 $B = -.125$ (O.R=.883, $p < .001$), 경제상태는 $B = -.071$ (O.R=.932, $p < .001$), 거주형태는 $B = -.184$ (O.R=.832, $p < .001$)으로 부적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 즉, 학교손상 치료 경험이 있는 사람이, 일주일 평균 용돈이 높은 사람이, 연령이 높은 사람일수록, 남성보단 여성이, 주관적 건강인지가 낮은 사람이, 학업성적이 낮은 사람이, 경제상태가 낮은 사람이, 가족과 함께 살지 않는 사람이 우울한 것을 알 수 있다.

나. 신체이미지 왜곡이 스트레스에 미치는 영향 검증

신체이미지왜곡이 스트레스에 미치는 영향을 검증하기 위한 회귀분석을 실시한 결과는 다음과 같다. 모든 변수의 VIF가 1.3미만으로 나타나 다중공선성에는 문제가 없는 것으로 나타났다. 분석결과 모형의 스트레스에 대한 F값이 797.119($p < .001$)로 나왔으며, 연구모델의 설명력(Adj. R^2)은 12.9%로 나타났다. 또한 Durbin-Watson은 1.970이 나와 잔차의 독립성이 충족되었다. 통제변수를 통제한 상태에서 독립변수인 신체이미지 왜곡의 β 값이 .039($p < .001$)로 나타나 독립변수가 매개변수인 스트레스에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 즉, 신체이미지 왜곡을 할수록 스트레스가 높은 것으로 나타났다.

다. 신체이미지 왜곡 및 스트레스가 우울에 미치는 영향 검증

독립변수가 종속변수에 영향을 미치는 것으로 확인되었기 때문에, 다음 단계로, 스트레스의 매개효과를 검증하기 위해 스트레스를 추가로 투입하여 로지스틱 회귀분석을 실시하였다. 매개효과를 검증하기 위한 각 단계별 구체적인 결과는 <표 4>에 제시되었다.

분석모형의 χ^2 값이 7855.416($df=10$)($p < .001$)로 적합한 것으로 나타났다. 로지스틱 회귀모형의 적합도 검정을 위해 추가로 Hosmer-Lemeshow Test를 한 결과 유의확률이 .305로 나타남에 따라 모형은 적합한 것으로 나타났다. 모형의 설명력을 나타내는 Nagelkerke R^2 은 .220으로 나타났다.

독립변수인 신체이미지 왜곡과 매개변수인 스트레스 그리고 통제변수를 모두 포함한 단계 3 모델에서 독립변수인 신체이미지 왜곡은 여전히 청소년 우울에 통계적으로 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다($B=.061$, $O.R=1.063$, $p < .05$). 하지만 단계 1에 비해서 통계적 영향력이 많이 감소한 것으로 나타났다($B=.125 \rightarrow B=.061$). 단계 3 모델에서 매개변수인 스트레스는 우울에 강한 정적 영향력을 가지고 있는 것으로 나타났다($B=.896$, $O.R=1.063$, $p < .001$).

단계 3 모형의 통제변수의 경우, 학교손상 치료 경험, 일주일 평균 용돈, 그리고 연령은 정적인 영향력을, 주관적 건강 인지, 성별, 학업성적, 거주형태, 그리고 경제상태는 부적인 영향력을 미치는 것으로 밝혀졌다.

표 4. 스트레스의 매개효과

(N=48,511)

변수명	단계 1 (독립 → 종속)		단계 2 (독립 → 매개)			단계 3 (독립-매개 → 종속)		
	B (S. E)	Odds Ratio	B (S. E)	β	t	B (S. E)	Odds Ratio	
통제변수	성별	-.527 (.022)	.590***	-.279 (.008)	-.145	-33.402***	-.349 (.024)	.705***
	연령	.049 (.007)	1.050***	.033 (.002)	.059	13.087***	.030 (.007)	1.031***
	경제상태	-.071 (.013)	.932***	-.059 (.005)	-.055	-12.079***	-.029 (.014)	.971*
	일주일 평균용돈	.044 (.004)	1.045***	.006 (.001)	.019	4.318***	.041 (.004)	1.041***
	거주형태	-.184 (.048)	.832***	-.033 (.019)	-.007	-1.705	-.162 (.051)	.850**
	학업성적	-.125 (.010)	.883***	-.035 (.004)	-.043	-9.777***	-.103 (.010)	.902***
	주관적 건강 인지	-.381 (.013)	.683***	-.283 (.005)	-.254	-57.653***	-.178 (.014)	.837***
	학교손상 치료 경험	.583 (.024)	1.792***	.153 (.010)	.068	15.861***	.515 (.026)	1.673***
독립변수	신체이미지 왜곡	.125 (.023)	1.133***	.083 (.009)	.039	9.156***	.061 (.025)	1.063*
매개변수	스트레스	-	-	-	-	.896 (.014)	2.450***	
모델 적합도	χ^2	3097.587(df=9)***		-			7855.416(df=10)***	
	-2 Log 우도	52049.241 ^a		-			47291.412 ^a	
	Nagelkerke R ²	.091		-			.220	
	R ² (Adj. R ²)	-		.129 (.129)			-	
	F	-		797.119***			-	
	Durbin-Watson	-		1.970			-	

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

라. 매개효과의 통계적 유의성 검증

Baron과 Kenny(1986)의 매개효과 검증 방법을 통해 매개효과를 검증하였다. 하지만 이 방법은 매개효과의 통계적 유의미성을 직접 검증하기 어렵다는 단점이 존재한다(신나래, 이영수, 2017, p.30). 따라서 이러한 문제를 해결하기 위해 매개효과의 통계적 유의미성을 검증하기 위해 Sobel 검증이 활용된다(Mackinnon et al., 2002). 따라서 본 연구의 매개효과의 통계적 유의미성을 검증하기 위해 Sobel 검증을 실시한 결과, z값이 7.052($p < .001$)가 되어서 Sobel 검증의 기준인 z값이 1.96보다 큰 것으로 나타났다. 이는 청소년의 신체이미지 왜곡이 우울에 미치는 영향력이 스트레스에 의해서 부분 매개되고 있음을 보여주고 있다.

V. 결론

본 연구는 청소년들에게 있어서 신체이미지 왜곡의 중요성을 파악하고 신체이미지 왜곡이 청소년의 스트레스 그리고 우울에 어떠한 영향을 미치는 지를 파악하는 것에 주 목적을 가지고 있다. 구체적으로 본 연구는 청소년의 신체이미지 왜곡이 스트레스를 매개로 우울에 미치는 영향을 분석하고자 하였다. 본 연구문제의 분석을 위해 본 연구는 ‘청소년 건강행태 온라인 조사 제12차(2016) 데이터를 활용하여 48,511명을 대상으로 회귀분석과 로지스틱회귀분석을 실시하였다. 연구의 주요결과와 이에 관한 논의는 다음과 같다.

첫째, 청소년의 신체이미지 왜곡에 성별, 연령, 경제상태, 학업성적, 주관적 건강상태가 유의미한 영향을 미치는 요인으로 나타났다. 이는 여성일수록 신체이미지를 왜곡할 위험이 높다는 선행연구 결과(김효정, 김미라, 2011, p.597; 김미현, 2012, p.588)와 일치하고 있다. 또한 여성일수록, 연령이 낮을수록, 경제상태가 낮을수록 신체이미지를 왜곡할 위험이 높다는 선행연구(강현주, 2012, p.35; 손현미 등, 2015, p.2262)와 일치하고 있다. 본 연구에서는 지금까지의 선행연구보다 청소년의 신체이미지 왜곡에 영향을 미치는 요인에 대해 포괄적인 접근을 위해 투입된 학업성적 및 주관적 건강상태가

청소년의 신체이미지 왜곡에 영향을 줄 수 있음을 밝히고 있다.

둘째, 청소년의 신체이미지 왜곡과 우울의 관계를 살펴 본 결과 청소년의 신체이미지 왜곡이 우울에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 즉, 청소년이 신체이미지를 왜곡할수록 우울이 높아지는 것을 의미한다. 이러한 결과는 청소년의 체형이 우울에 영향을 미치는 기존의 연구결과(송만규 등, 2010, p.45)와 유사하다. 또한, 신체이미지를 왜곡한 청소년 중 여성일수록 더 우울하다는 선행연구(양경미, 2013, p.7; 신인순, 강현주, 2014, p.146)등과 맥을 같이 한다. 또한 본 연구에서는 연령이 높을수록 신체이미지 왜곡 위험이 증가하고 우울 역시 증가하였으나, 다른 선행연구(노혜련, 최경일, 2009, p.150)에서는 연령에 따른 결과가 다르게 나타나 추후 연구가 더 필요할 것이라 생각한다.

셋째, 스트레스는 신체이미지 왜곡과 우울 간을 부분 매개하는 것으로 나타났다. 이는 한편으로는 청소년의 신체이미지 왜곡이 우울에 직접적인 영향력을 미치기도 하지만 다른 한편으로는 신체이미지 왜곡이 청소년의 스트레스를 증가시켜 우울을 증가시키고 있음을 보여주고 있다. 즉, 단순하게 청소년의 이미지 왜곡이 우울을 증가시킨다는 연구 결과에 더하여 스트레스라는 매개요인이 그 영향력을 매개하고 있음을 보여주고 있다.

본 연구의 의의는 다음과 같다. 첫째, 본 연구의 결과는 전국의 청소년을 대상으로 공신력 있는 국가기관에서 체계적으로 층화집락추출법을 사용하여 표본을 추출하였기 때문에 표본의 대표성이 담보되어 있으며 자기기입식으로 조사를 진행한 것이기에 익명성이 보장되어 답변의 신뢰도가 높다. 이러한 이유로 청소년의 신체이미지 왜곡과 우울을 해결하기 위한 정책과 사회복지 프로그램 개발에 경험적 근거를 제공할 수 있을 것이다.

둘째, 청소년의 스트레스와 우울에 대해 신체이미지 왜곡이라는 새로운 변수를 통해 연구를 시도하였기 때문에 청소년의 정신건강문제에 대해 새로운 시각을 제공할 수 있을 것이다. 기존의 선행연구들을 살펴보면 크게 두 가지로 분류할 수 있는데, 먼저 비만 청소년들의 스트레스와 우울에 대한 연구들(탁미자, 문희, 2010, p.262; 문재우, 2012, p.140; 성경미, 함옥경, 이한주, 2012, p.202)이 있고, 청소년의 신체이미지가 스트레스와 우울, 더 나아가 자살에 미치는 영향에 관한 연구(노혜련, 최경일, 2009, p.143; 송만규 등, 2010, p.41; 김은혜, 2013, p.8)가 주를 이룬다. 즉, 지금까지 청소년의 신체이미지 왜곡에 관한 연구는 부족하였다. 따라서 본 연구는 청소년의 신체이미지 왜곡이 스트레스를 매개로 하여 우울에 미치는 영향을 검증하였기 때문에 청소년의 신체이미지 왜

곡이 청소년의 스트레스와 우울 문제에 중요한 변수임을 확인하고 이론적 근거를 제공하였다.

셋째, 기존의 신체이미지 왜곡 혹은 불만족에 관한 연구(노혜련, 최경일, 2009, p.160; 송만규 등, 2010, p.41; 이은미, 김유정, 2017, p.38)들은 한계점을 지니고 있다. 이를테면 연구대상자 규모, 특정지역, 성별의 비율 등이 연구의 한계점이다. 하지만 본 연구는 전국조사로 연구대상자 규모가 크고, 대한민국 전체 지역에서 표본을 추출하였으며, 성별의 비율이 고루 분포하여 선행연구들의 한계점을 극복할 수 있었다. 이러한 점으로 미루어 보았을 때 신체이미지 대한 이론적 지지를 통해 청소년의 정신건강문제에 있어 신체이미지에 대한 중요성을 다시 한 번 강조하였다.

본 연구의 결과를 바탕으로 청소년복지의 제언을 논의하면 다음과 같다. 먼저, 청소년의 신체적 건강유지를 위한 지원과 관심이 필요하다. 건강유지에 관한 영양교육, 식습관, 건강관리교육 등을 통해 청소년들이 과도한 비만이 되는 것을 방지할 필요가 있다. 그리고 수업 중 체육과목을 더욱 활성화 시켜 다양한 신체활동을 통해 건강유지를 할 수 있도록 도움을 주어야 할 것이다. 또 동아리를 활성화할 수 있도록 지원해야 할 것이다. 동아리 활동을 통해 신체활동을 증진시키고, 스트레스를 해소하는 방법은 청소년에게 매우 유익한 방법일 것이다.

둘째, 올바른 신체이미지 확립에 도움을 주는 교육을 활성화시켜야 할 것이다. 본 연구의 대상자들은 2007년 소아청소년 성장도표 연령별 체질량지수 기준으로 정상 혹은 저체중에 속한다. 이들은 체질량지수 기준으로 정상범위에 속하나, 자신을 과체중이라 생각하는 경향이 있다. 따라서 일선 교사, 사회복지사, 상담사에게 교육을 통해 청소년들이 올바른 신체이미지를 확립할 수 있도록 해야 할 것이다.

셋째, 신체이미지 왜곡에 영향을 미치는 요인으로 성별, 연령, 경제상태, 학업성적, 주관적 건강상태가 유의미한 것으로 나타났다. 이러한 요인들 중에서도 성별, 연령의 영향력이 상대적으로 큰 것으로 나타났기 때문에 대상자의 성별과 연령을 고려하여 올바른 신체이미지를 확립할 수 있도록 지원해야 할 것이다.

마지막으로, 후속연구를 위해 본 연구의 제한점을 설명하고, 대안을 제시하고자 한다. 먼저 본 연구에서는 2차 자료를 활용하였기 때문에 변수를 측정하는 과정에서 부족한 부분이 있었다. 예를 들어 매개변수인 스트레스와 종속변수인 우울의 경우 오직 1문항으로 측정하였기 때문에 개념의 측정에 있어서 많은 한계점을 가지고 있다. 따라서 후속

연구에서는 스트레스와 우울의 타당도와 신뢰도에 있어서 향상된 척도를 이용하여 연구를 수행할 필요가 있다.

둘째, 청소년의 스트레스와 우울에 영향을 미치는 많은 변수가 있을 수 있으나 2차 자료에서 활용할 수 없는 변수들을 통제하지 못했다. 이를테면 선행연구(권세원, 이동은, 장은혜, 한기주, 2013; p.215; 이봉주, 손선옥, 김윤지, 2015, p.44; 성준모, 2016, p.97)에서는 청소년의 스트레스와 우울에 영향을 미치는 변수로 자아존중감, 부모의 양육행동, 가족분위기 등을 제시하고 있다. 향후 연구에서 청소년의 스트레스와 우울에 영향을 미치는 변수들을 포괄적으로 포함하여 통제하고 연구를 진행한다면 좀 더 의미 있는 분석결과를 제시할 수 있을 것으로 생각된다.

셋째, 본 연구에서 신체이미지 왜곡에 대한 개념은 2차 자료의 한계로 인해 개념적·조작적 정의를 그대로 사용하여서 소아청소년 성장도표 연령별 체질량지수 기준으로 저체중에 속하는데 자신을 비만이라 생각한 청소년들로 한정하였다. 후속 연구에서는 소아청소년 성장도표 연령별 체질량지수 기준으로 과체중에 속하는데 자신을 저체중이라 생각한 청소년들까지 포함하여 연구를 진행할 필요가 있다.

맹성준은 성균관대학교 사회복지학과 석사과정에 재학 중이며, 관심분야는 사회복지정책분석, 청소년복지이며 현재 자산복지, 사회복지정책분석 등을 공부하고 있다.

(E-mail: bossmsj@naver.com)

한창근은 서울대학교 학사 및 석사를 마쳤으며, 미국 Washington University in St. Louis에서 사회사업학 박사학위를 받았다. 현재 성균관대학교 사회복지학과 부교수로 재직 중이다. 주요 관심분야는 사회복지정책분석, 자산과 삶의 질, 노인복지이며, 현재 사회복지정책분석, 자산과 삶의 질, 노인복지를 연구하고 있다.

(E-mail: chkhan@skku.edu)

참고문헌

- 강미희, 조여원. (2010). 여중생의 BMI에 따른 신체 이미지, 체형 스트레스, 섭식 태도 및 식사의 질에 관한 연구. *한국영양학회지*, 43(3), pp.285-293.
- 강성욱. (2011). 청소년의 우울, 사회적지지, 스트레스가 자살생각에 미치는 영향에 관한 연구. 석사학위논문, 강남대학교.
- 강현주. (2012). 간호실무: 한국 청소년의 체중인식과 체중조절행동에 영향을 미치는 요인. *간호학의 지평*, 9(1), pp.24-35.
- 강혜원, 김영희. (2011). 생의 의미수준에 따른 우울과 자아존중감이 청소년 비행에 미치는 영향. *교정담론*, 5(2), pp.27-50.
- 강혜자. (2011). 비행청소년의 비행촉발요인에 관한 연구. *교정연구*, 53, pp.221-239.
- 교육부, 보건복지부, 질병관리본부. (2016). 제12차(2016년) 청소년건강행태온라인조사. 세종: 교육부, 보건복지부, 질병관리본부.
- 권세원, 이동은, 장은혜, 한기주. (2013). 고등학교 청소년의 자살생각에 대한 중학생 시기 학교폭력 피해경험의 종단적 영향과 우울의 매개효과. *청소년학연구*, 20(11), pp.203-229.
- 김건숙, 이호준. (2015). 청소년의 외모만족도와 또래관계 친밀감의 관계: 자기신뢰감의 매개효과. *청소년학연구*, 22(1), pp.331-356.
- 김미현. (2012). 한국 여자 고등학생의 비만도에 따른 식습관, 체형 인식 및 체중 조절 행동 양상 - 제 6차 청소년건강행태 온라인 조사를 중심으로. *한국식품영양학회지*, 25(3), pp.579-589.
- 김보미. (2014). 청소년의 일상적 스트레스와 자아존중감이 학교적응에 미치는 영향. 석사학위논문, 이화여자대학교.
- 김선진. (2016). 아동 및 청소년의 신체상과 자기효능감이 또래관계에 미치는 영향: 신체질량지수 집단별 차이를 중심으로. 석사학위논문, 명지대학교.
- 김은진. (2015). 청소년기 부모애착, 자아존중감, 분노, 스트레스 관계에 대한 종단연구. *한국청소년연구*, 26(4), pp.239-266.
- 김은혜. (2013). 대상화요인이 청소년의 외모만족도, 자아개념 및 정신건강에 미치는 영향.

박사학위논문, 백석대학교

- 김재엽, 남보영. (2012). 신체학대가 청소년의 비행에 미치는 영향 -부모애착과 우울의 매개효과. *청소년복지연구*, 14(3), pp.169-191.
- 김재엽, 성신명, 장건호. (2016). 학업스트레스가 자살생각에 미치는 영향 -가족 지지의 조절효과를 중심으로. *한국가족사회복지학*, 51, pp.187-218.
- 김재엽, 이동은, 정윤경. (2013). 청소년 스트레스가 우울에 미치는 영향에 자원봉사활동의 조절효과. *한국청소년연구*, 24(3), pp.99-126.
- 김재엽, 최선아, 전지수. (2016). 청소년의 가족구조, 우울, 학교적응의 관계. *청소년학연구*, 23(9), pp.207-231.
- 김정민, 송수지. (2015). 청소년의 우울과 휴대전화 의존, 학업적응의 구조적 관계. *청소년학연구*, 22(6), pp.389-408.
- 김해란, 고은혜, 전화연. (2015). 신체질량지수, 신체이미지, 신체불만족과 청소년의 외형적 성역할과의 관계. *청소년시설환경*, 13(4), pp.37-45.
- 김효정, 김미라. (2011). 경북 지역 고등학생의 성별에 따른 체형인식도 및 다이어트 행동에 관한 비교 연구. *동아시아식생활학회지*, 21(4), pp.587-599.
- 노은실. (2016). 청소년의 자기대상화와 자아존중감이 성적자기주장에 미치는 영향: SNS이용행태를 중심으로. 석사학위논문, 가톨릭대학교
- 노혜련, 최경일. (2009). 청소년의 신체상이 자살생각에 미치는 영향. *한국청소년연구*, 20(3), pp.141-165.
- 문재우. (2012). 청소년의 비만, 우울, 자아존중감 및 신체이미지가 삶의 만족도에 미치는 영향. *한국학교지역보건교육학회지*, 13(2), pp.119-146.
- 민성희, 오혜숙, 김지향. (2004). 대학생의 식생활태도와 스트레스에 관한 조사. *한국식생활문화학회지*, 19(2), pp.158-169.
- 박기원. (2009). 청소년의 우울에 영향을 미치는 관련 변인 연구 - 성별 차이를 중심으로. 석사학위논문, 중앙대학교
- 박민희, 임소연. (2015). 남녀 청소년의 체질량지수, 신체이미지 왜곡과 건강행태와의 관련성. *Journal of the Korean Data Analysis Society*, 17(4), pp.2237-2249.
- 박새와. (2012). 청소년의 문제행동에 영향을 미치는 일상적 스트레스와 자아탄력성, 희망감 및 사회적지지의 관계. 석사학위논문, 이화여자대학교

- 박순희, 양정남, 최은정. (2015). 저소득층 밀집지역 청소년의 스트레스와 우울, 자살생각 간의 관계. *청소년학연구*, 22(5), pp.301-323.
- 박영애. (2010). 스트레스와 학교적응과의 관계에서 자아탄력성, 사회적 지지의 매개효과: 보호시설 청소년을 중심으로. 석사학위논문, 경북대학교.
- 박은아, 성영신. (2001). 광고모델에 대한 소비자 지각이 구매의도에 미치는 영향. *한국심리학회지 소비자·광고*, 2(1), pp.87-116.
- 박정임, 유제민, 김충송. (2016). 외모를 강조하는 대중매체에의 과다노출이 여자청소년의 신체이미지와 자기존중감에 미치는 영향. *청소년학연구*, 23(7), pp.167-187.
- 배정현. (2003). 또래지위에 따른 아동의 스트레스와 대처행동의 차이. 석사학위논문, 연세대학교.
- 백인혜. (2013). 청소년의 신체이미지와 성형태도의 관계: 자아존중감, 자기애의 매개효과와 감사성향의 조절효과를 중심으로. 석사학위논문, 이화여자대학교.
- 서민정, 손정락. (2015). 합리적 정서 행동치료가 대학생들의 부적응적 완벽주의, 신체불만족 및 신체상의 암묵적 태도에 미치는 영향. *한국심리학회지: 건강*, 20(3), pp.547-566.
- 서울특별시. (2013). 2013 서울특별시 아동청소년 정책지표. 서울: 서울특별시 여성가족정책실.
- 성경미, 함옥경, 이한주. (2012). 비만, 과체중 아동과 정상체중 아동의 신체자아개념, 학업자아개념 및 우울 정도 비교 연구. *한국학교보건학회지*, 25(2), pp.192-203.
- 성준모. (2016). 청소년의 우울에 영향을 미치는 종단적 요인. *청소년복지연구*, 18(4), pp.93-111.
- 손현미, 이현영, 이효영. (2015). 청소년기의 신체이미지 왜곡의 영향요인: 2013년도 청소년건강행태온라인조사 자료를 중심으로. *Journal of the Korean Data Analysis Society*, 17(4), pp.2251-2267.
- 송만규, 하지현, 박두흠, 유승호, 오정현, 유재학. (2010). 여자 청소년의 신체이미지와 식사태도가 우울감과 자살사고에 미치는 영향. *정신신체의학*, 18(1), pp.40-47.
- 송예리아, 김진영. (2013). 경제적 곤란 및 부모와의 소통과 청소년기 우울의 관계에 대한 종단적 연구. *청소년학연구*, 20(5), pp.131-155.
- 신나래, 이영수. (2017). 여성의 근로소득이 가정폭력 피해경험에 미치는 영향. *남성의*

- 배우자 만족도 매개효과를 중심으로 사회과학연구, 28(1), pp.23-39.
- 신미연, 이정윤. (2012). 외모에 대한 지각된 사회문화적 영향과 다이어트 행동의 관계: 신체상과 인지왜곡의 매개효과. 인지행동치료, 12(2), pp.183-198.
- 신복기, 이성진. (2012). 청소년의 가정폭력, 학교폭력, 우울불안, 자살 간의 관계: 가정위탁, 양육시설, 쉼터, 보호관찰 청소년들을 중심으로 한국민족문화, 44, pp.281-318.
- 신영훈, 박선영. (2016). 청소년의 대인관계 스트레스가 자살생각에 미치는 영향: 자아존중감의 조절효과 검토. 청소년복지연구, 18(1), pp.235-259.
- 신인순, 강현주. (2014). 빈곤 아동의 신체상과 우울의 관계: 자아존중감의 매개효과를 중심으로. 청소년복지연구, 16(3), pp.129-152.
- 양경미. (2013). 남녀 대학생의 신체 이미지, 완벽주의, 강박증이 우울에 미치는 영향. 스트레스연구, 21(1), pp.1-11.
- 여성가족부. (2016). 2016 청소년백서. 서울: 여성가족부.
- 오미숙, 심우찬. (2014). 학업 스트레스가 아동의 우울에 미치는 영향: 자아존중감의 조절효과를 중심으로. 학교사회복지, 29, pp.237-261.
- 오창순, 신선인, 장수미, 김수정. (2009). 인간행동과 사회환경 2판. 서울: 학지사.
- 우수경, 김기예. (2013). 청소년의 성, 학교급, 시험불안 및 우울이 학교생활적응에 미치는 영향. 순천향 인문과학논총, 32(2), pp.165-195.
- 우채영, 김판희. (2011). 청소년의 자살생각을 예측하는 변인들 간의 다차원적 구조 분석. 청소년학연구, 18(4), pp.219-240.
- 우채영. (2009). 청소년의 부정적 인간관계, 스트레스, 우울과 자살생각 간의 구조적 관계. 박사학위논문, 계명대학교.
- 윤연옥, 감신, 이원기, 류동희, 정호영. (2016). 대학신입생의 남녀별 미용성형수술계획 실태 및 관련 요인. 보건정보통계학회지, 41(3), pp.336-343.
- 이봉주, 손선옥, 김윤지. (2015). 아동청소년 학교생활스트레스가 우울에 미치는 영향과 자아존중감의 조절효과. 학교사회복지, 31, pp.37-58.
- 이순희, 허만세. (2015). 청소년의 우울과 비행의 종단적 인과관계 분석. 청소년복지연구, 17(2), pp.241-264.
- 이안영, 김진이. (2006). 시설거주 청소년의 삶의 의미, 신체상, 자존감 및 이타성과 탄력

- 성간의 관계. 한국청소년연구, 17(2), pp.159-183.
- 이은미, 김유정. (2017). 고등학생의 신체상 불일치, 신체존중감, 대인관계 스트레스, 사회 문화적 태도가 외모 관련 사회적 압박감에 미치는 영향. 스트레스연구, 25(1), pp.37-43.
- 이은미. (2007). 고등학생 청소년의 신체상 자기차이와 정서 및 섭식행동 간의 관계. 석사학위논문, 중앙대학교.
- 이재창, 임용자. (1994). 사춘기 신체이미지 연구의 생물사회적 접근 모형. 인문과학, 2(1994), pp.173-200.
- 이정선, 이형실. (2012). 청소년의 우울 관련 요인. 가정과교육학회지, 24(4), pp.77-89.
- 이주연, 유조안. (2015). 정상체중 중학생의 체형인식이 자아존중감에 미치는 영향. 한국 청소년연구, 26(4), pp.267-297.
- 이지원. (2013). 신체상이 자아존중감에 미치는 영향: 패션모델과 일반인의 비교분석을 중심으로. 석사학위논문, 동덕여자대학교.
- 이혜미, 하요상. (2014). 초등학교의 신체상과 우울의 관계에서 자아존중감의 매개효과. 한국초등교육, 25(3), pp.19-33.
- 임성택, 김진호, 정의석. (2011). 청소년 생활스트레스와 우울의 관계에 대한 완벽성향의 조절효과. 청소년복지연구, 13(3), pp.243-260.
- 임지혜. (2011). 여자 청소년의 외모만족도가 자아존중감 및 학교생활적응에 미치는 영향. 석사학위논문, 명지대학교.
- 장희순, 김태련. (2006). 대중매체 노출이 신체상 지각과 상태 신체 존중감에 미치는 영향. 한국청소년연구, 17(2), pp.57-83.
- 정은석, 강상경, 김성용. (2014). 아동·청소년기 비만이 자아존중감에 미치는 영향의 시기 별 비교: 성별 차이를 중심으로. 사회복지연구, 45(4), pp.267-294.
- 정은혜, 박경. (2009). 아동 청소년기의 자기 대상화와 우울 및 섭식간의 관계: 신체수치심의 중재효과. 심리치료: 다학제적 접근, 9(2), pp.1-18.
- 정익중, 이지연. (2011). 청소년기 비만과 외모만족도가 자아존중감에 미치는 영향. 정신보건과 사회사업, 38, pp.60-80.
- 조미경. (2014). 청소년의 우울 감소를 위한 사이코 드라마 프로그램 개발과 효과. 박사학위논문, 중앙대학교.

- 주석진, 조성심. (2013). 청소년의 신체상과 학교생활부적응과의 관계에서 인터넷 중독의 매개효과 검증: 가구특성에 따른 집단비교를 중심으로. *청소년복지연구*, 15(2), pp.33-59.
- 탁미자, 문희. (2010). 정상체중아동과 비만아동의 생활습관과 정신건강비교. *스트레스연구*, 18(3), pp.255-263.
- 한선영. (2011). 청소년의 자아존중감과 스트레스가 우울에 미치는 영향에 관한 연구. 석사 학위논문, 원광대학교.
- 허만세, 이순희, 김영숙. (2017). 한국어판 CES-DC 11의 개발 - 신뢰도 및 타당도 분석을 중심으로. *정신보건과 사회사업*, 45(1), pp.255-285.
- Wenar, C. & Kerig, P. (2006). *발달정신병리학: 영아기부터 청소년기까지*. (이춘재, 역). 서울: 박학사. (원서출판 2000).
- Band, E. B., & Weisz, J. r. (1988). How to feel better, when it feels bad: Children's perspectives on coping with everyday stress. *Developmental Psychology*, 24(2), pp.247-253.
- Baron, R. M., & Kenny, D. A. (1986). The moderator-mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, Strategic, and statistical consideration. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51, pp.1173-1182.
- Field, A. E., Javaras, K. M., Aneja, P., Kitos, N., Camargo. C. A. Jr. Taylor. C. B., Laird, N. M. (2008). Family, peer, and media predictors of becoming eating disordered. *Archives of Pediatrics & Adolescent Medicine*, 162(6), pp.574-579.
- Fredrickson, B. L., & Roberts, T. (1997). Objectification theory: Toward understanding women's lived experiences and mental health risks. *Psychology of Women Quarterly*, 21(2), pp.173-206.
- Hart, P. M., & Cooper, C. (2001). Occupational Stress: Toward a more integrated framework. In N. Anderson, D. S. Ones., H. K. Sinangil & C. Viswesvaran (Eds.), *Handbook of industrial, Work and Organizational Psychology (Vol: Personnel Psychology)*. London: Sage.
- Hutchinson, D., & Rapee, R. M. (2007). Do friends share similar body image and eating problems? The role of social networks and peer influence in early

- adolescence. *Behaviour Research and Therapy*, 45(7), pp.1557-1577.
- MacKinnon, d. P., Lockwood, C. M., Hoffman, J.M., West, S. G., & Sheets, V. (2002). A comparison of methods to test mediation and other intervening variable effect. *Psychological Methods*, 7, pp.83-104
- Orbach, I., Stein, D., Shani-Sela, M. & Har-Even, D. (2001). Body attitudes and body experiences in suicidal adolescents. *Suicide and Live-Threatening Behavior*, 31(3), pp.237-249.
- Sowislo, J. F., & Orch, U. (2013). Dose low self-esteem predict depression and anxiety? A meta-analysis of longitudinal studies. *Psychological Bulletin*, 139(1), pp.213-240.

The Impact of Body Image Distortion on Depression in Youths: Focusing on the Mediating Effects of Stress

Maeng, Seong-Jun
(Sungkyunkwan University)

Han, Chang-Keun
(Sungkyunkwan University)

This study aims to examine whether body image distortion influences depression in youths and whether the influence is mediated by stress. Data come from the 12th (2016) Korea Youth Risk Behavior Web-based Survey. The sample consists of 48,511 youths in the 7th to 9th grades. Key findings can be summarized as follows: First, distortion of body image was found to have positive impacts on depression in youths. Second, stress was found to partially mediate the relationship between body image distortion and depression. While body image distortion has direct impacts on depression of youth, the stress has partial mediation effects on depression. The findings are meaningful in that this study is based on the large sample size of youth. This study conclude with policy and practice implications on youth's body image distortion, stress, and depression.

Keywords: Body Image Distortion, Stress, Depression, Mediating Effect, KYRBS