

섭식억제 행동을 예측하는 모형의 검증: 계획된 행동이론의 수정모형의 탐색

이 민 규†

한 덕 응

국립서울정신병원 임상심리과

성균관대학교 심리학과

본 연구는 섭식억제 행동의도와 행동을 설명하는데 Fishbein과 Ajzen(1975)이 제안한 합리적 행위이론에서 수정된 Ajzen(1985, 1988, 1991)의 계획된 행동이론을 검증하여 이 이론의 수정된 모형을 탐색하기 위해서 이루어졌다. 전국 4개 지역에 소재하는 8개 대학에서 636명의 여자대학생을 대상으로 수행되었으며 섭식억제자와 섭식비억제자들 자료에서 중다회귀분석과 구조방정식 모형 분석을 통해서 섭식행동을 설명하는 모형들을 검증하였다. 먼저 예측변인들이 섭식억제행동의도를 설명하는 정도를 보면 섭식억제자의 경우, 섭식억제에 대한 태도, 주관적 규범 그리고 지각된 행동통제력이 섭식억제 행동의도를 12%로 통계적으로 유의하게 설명하였다. 그러나 지각된 행동통제력은 행동의도를 설명하는데 기여하지 못하는 것으로 나타났다. 그리고 섭식비억제자의 경우, 이 세 개의 예측변인으로 섭식억제 행동의도의 23%를 설명하였다. 지각된 행동통제력은 행동의도를 설명하는데 반대방향으로 기여하였다. 따라서 계획된 행동이론에서 지각된 행동통제력을 자기주의의 구성개념으로 대체하였다. 그 결과 섭식억제자의 경우 섭식억제행동의도의 16%를 설명하였고, 섭식비억제자의 경우 21% 설명하였다. 예측변인들이 섭식억제 행동을 설명하는 정도를 검증한 결과, 섭식억제자는 섭식억제 행동의도와 지각된 행동통제력으로 섭식억제 행동의 13%를 설명하였고, 섭식억제 행동의도는 유의하였으나 지각된 행동통제력은 유의하지 않았다. 섭식비억제자는 섭식억제 행동의도와 지각된 행동통제력으로 섭식억제 행동의 9%를 설명하였다. 그러나 지각된 행동통제력은 반대방향이었다. 지각된 행동통제력이 자기주의로 대체된 수정된 모형으로 섭식억제 행동을 검증한 결과, 섭식억제자는 섭식억제 행동의도와 자기주의로 섭식억제 행동의 17%, 섭식비억제자는 10%를 설명하였다. 두 집단에서 이 모형은 통계적으로 유의하였고, 전체 설명량에 대한 예언변인들의 상대적 기여도를 볼 때 예언변인 둘 다 유의하였다. 또한 구조방정식 모형 분석으로 이 두 모형을 비교한 결과 수정된 모형이 더 좋은 모형으로 나타났다. 이런 결과는 섭식억제 행동을 예측하는데 지각된 행동통제력 보다 자기주의가 적절한 구성개념임을 시사한다. 마지막으로 본 연구의 제한점과 장래 연구의 방향에 관한 시사점들을 논의하였다.

주요어 : 섭식억제, 계획된 행동이론, 자기주의, 섭식행동

† 교신저자(corresponding author): 이민규 (143-711) 서울 광진구 중곡3동 301-1 국립서울정신병원 임상심리과 E-mail: rmk92@chollian.net

섭식억제를 실제로 실행하고 있는 사람의 체형, 체중, 섭식조절에 대한 태도, 신념 및 행동을 다루는 여러 가지 이론들이 제안되었다. 섭식억제란 체중감소를 위해서 자신이 먹고 싶은 양이나 영양보다 더 적게 먹는 경우를 말한다. 섭식행동을 설명하는 사회인지 이론들 가운데 대표적인 이론으로 Ajzen(1988, 1991)이 제안한 계획된 행동이론(Theory of Planned Behavior)을 들 수 있다. 이 이론은 Fishbein과 Ajzen(1975, Ajzen & Fishbein, 1980)의 합리적 행위 이론(Theory of Reasoned Action)의 확장으로 이루어져 있다. 이 두 이론은 인간이 이용할 수 있는 정보를 사려깊게 고려하여 행동을 결정한다고 가정하는데 근거를 두고 있다. 계획된 행위이론에서는 의지에 의한 행동을 결정하는 근접된 요인이 행동하려는 의도라고 주장한다. 의도란 행동을 수행하기 위하여 노력하려는 의식적 계획 혹은 결정이라는 의미에서 동기수준으로 정의된다. 행동의도는 행동에 대한 태도(AB), 주관적 규범(SN) 및 지각된 행동통제력(PBC)에 의해 결정된다. 계획된 행동이론이 합리적 행위이론과 다른 점은 의도의 결정 요인으로 행동통제력을 추가한데 있다. 이 행동통제력은 주로 관심을 지닌 행동을 수행할 수 있다고 믿는 난이도 수준으로서, 행동수행을 억제하거나 촉진하는 자원이나 기회의 지각에 의해서 결정된다. 이 지각된 행동통제력은 행동의도와 행동수행에 영향을 미친다고 가정한다. 지각된 행동통제력이 행동에 영향을 미치는 경로는 조건에 따라서 결정된다고 볼 수 있다(한덕웅, 1997). 이처럼 확장된 계획된 행동이론은 그림 1로 나타낼 수 있다.

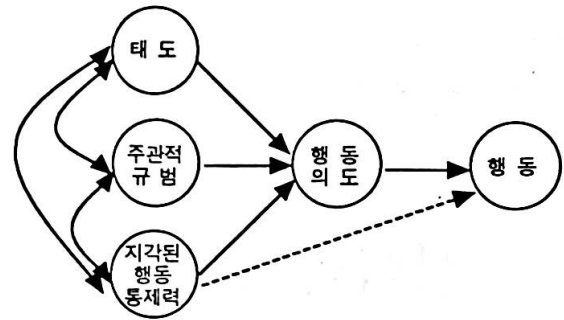


그림 1. 계획된 행동이론 (Ajzen, 1985)

그림 1을 구체적으로 설명하면, 행동의 근접된 결정요인은 행동에 대한 태도가 아니라 행동을 수행하고자 하는 의도이다. 행동의도는 태도, 주관적 규범 그리고 지각된 행동통제력이라는 세 요인들에 의해서 결정된다. 따라서 태도, 주관적 규범 그리고 지각된 행동통제력은 행동의도에 영향을 미치는 간접경로를 통하여 행동 수행에 영향을 미친다. 이 가운데 행동에 대한 태도는 행동에 대한 전반적 평가라고 볼 수 있는데, 흔히 행동으로 인해서 초래된다고 지각된 결과에 대한 평가를 의미한다. 그리고 주관적 규범이란 개인에게 중요한 인물들이 그 행동을 하거나 혹은 하지 말라고 요구하는 사회적 압력의 지각과 이에 대한 동조동기이다.

태도와 주관적 규범은 모두 각각의 신념들에 토대를 두고 있다. 태도는 행동적 신념의 함수로 나타나기 때문에 행동에 대한 태도 측정치는 그 행동을 수행하면 특정한 결과를 가져오리라고 믿는 정도와 아울러 그 특정 결과에 대한 평가를 곱한 값들을 모두 합해서 계산한다. 한편, 주관적 규범은 규범적 신념의 함수이다. 주관적 규범의 측정치는 그 행동을 반드시 해야 한다고 보는 중요한 인물들의 기대에 대한 개인의 주관적 지각과 아울러 그 기대나 사회적 압력에 따르려는 개

인의 동기를 곱한 값으로 계산된다고 가정하였다.

지각된 행동통제력은 행동의도에 영향을 미쳐서 행동에 이르는 간접경로 이외에 실제 행동에도 직접 영향을 미친다고 가정하였다. 지각된 행동통제력이란 행동을 수행하기가 쉽거나 어렵다고 지각하는 수준으로 정의된다. 다시 말하자면 지각된 행동통제력이란 행동의 실행이 자신의 의지적 통제하에 있다고 각 개인들이 믿는 정도를 말한다. 통제신념은 자신이 장애물, 자원 혹은 기회를 지니고 있어서 행동을 실행할 수 있다고 보는 확률에 대한 신념이다. 그러므로 장애물이나 방해요인들이 없으면서 자원이나 기회가 많다고 지각할 때 행동의도가 높으며, 또한 행동의 실행에 직접 영향을 미친다. 따라서 행동에 대한 통제력이 있다는 신념을 지니고 있을 때는 행동 통제력이 없다고 지각할 때보다 행동의도와 행동의 실행 확률이 높아지게 된다. 특히 행동에서 자원, 기회 및 기술들이 필요하다고 지각할 수록 지각된 행동통제력이 행동의 의도와 행동의 실행에 미치는 영향력은 크다고 가정되었다.

한덕웅(1997)은 음식의 선택을 합리적 행위이론으로 다룬 연구들(Manstead, 1983; Brinberg & Durand, 1983)과 계획된 행위이론으로 다룬 연구들(Beale & Manstead, 1991; Sparks, 1992; Sparks & Shepherd, 1992; Towler & Shepherd, 1992; Lloyd, 1993; Conner & Sparks, 1994)을 조사하였다. 한덕웅(1997)에 따르면 이 연구들 가운데 Towler와 Shepherd(1992)는 감자튀김을 먹는 행동을 다루었는데, 의도는 태도에 의해서 주로 예언되었으나, 지각된 행동통제력은 의도를 유의하게 예언하지 못하였다. 그러나, 이 연구에서 지각된 행동통제력을 단일 문항으로 측정했기 때문

에 결과의 해석에 주의할 필요가 있다. 한편, Conner와 Sparks(1994)는 건강식품을 섭취하는 행동을 다루었다. 이들의 연구에서 6개월동안 건강식품을 섭취할 의도를 중다예언했을 때 태도($\beta=.13$), 주관적 규범($\beta=.23$) 및 지각된 행동통제력($\beta=.53$)이 모두 유의했으며, 이 세 요소들에 의해서 행동의도를 예언한 변량은 41%에 이르렀다. 또한 실제로 6개월동안 섭취한 저 열량음식을 행동의도와 지각된 행동통제력으로 중다예언했을 때 행동의도($\beta=.16$)와 지각된 행동통제력($\beta=.27$)이 모두 유의했다. 그러나, 이 두 요소에 의해서 낮은 열량을 지닌 음식의 섭취행동이 예언된 변량은 5%에 불과했다. 또한 Ajzen은 초기 연구에서 체중감소(Schifter & Ajzen, 1985)와 출석 및 A 학점 받는 행동(Ajzen & Madden, 1986)과 관련해서 계획된 행동이론을 검증하였다. 이 연구 결과들에서 지각된 행동통제력은 의도를 잘 예측하였다. 그러나 지각된 행동통제력이 행동들에 일관적으로 영향을 미치지 못하였다.

전반적으로 볼 때 계획된 행동이론이 다른 행동과 마찬가지로 섭식행동에 있어서도 영향력 있는 이론이지만 이 이론의 한계나 다른 구성개념의 필요성이 지적되고 있다. 이 이론의 한계와 다른 구성개념의 필요성을 살펴보면 다음과 같다.

첫째, 과거 행동이나 습관이 행동의도나 행동의 예언에 기여한다는 주장과 연구 결과들(Triandis, 1977; Bentler & Speckart, 1979, 1981; Sutton & Hallett, 1989)이 있다. 또한 행동의도가 태도나 주관적 신념보다 지각된 도덕적 의무, 즉 당위에 의해서 더 결정된다는 연구도 있다. 이 변인은 당위적 옳고 그름에 대한 개인의 신념을 말한다. 이는 어떤 행동을 반드시 해야 된다고 하

지 않아야 된다는 다른 사람들의 압력에 대한 지각과 이에 대한 동조의도를 의미하는 주관적 규범과는 개념이 다르다. 당위란 이미 개인 내에 내면화되어 있는 도덕적 규칙을 반영한다. 이와 같은 사적 도덕적 의무를 추가하면 행동의 예언력이 높아진다고 보고한 연구들(Gorsuch & Ortberg, 1983; Pomazal & Jaccard, 1976; Schwart & Tessler, 1972; Zuckerman & Reis, 1978)도 있다.

둘째, 계획된 행동이론의 주관적 규범에 대해서도 보완의 필요성이 지적되었다. 중요한 타인의 영향을 반영하는 주관적 규범 이외에 개인이 옳고 그름에 대하여 개인적으로 지니는 신념을 의미하는 도덕적 규범이 특정한 행동에 큰 영향을 미칠 수 있다. 또한 개인이 지니는 자기 정체성이 행동의도나 행동에 큰 영향을 미친다는 주장이 제기되기도 했다.

셋째, 이 이론에서 태도를 측정할 때 사용되는 결과에 대한 평가는 대체로 인지적 요소들만을 다룬다는 비판도 제기된 바 있다. 이 비판을 제기한 학자들 가운데 한 사람인 Bagozzi(1989)는 태도의 결정 요인으로서 후회나 쾌감과 같은 감정적 결과를 추가할 필요가 있다고 제안했다. 이 비판점들 가운데 정서 경험이나 스트레스가 건강 행동에 큰 영향을 미친다는 주장은 Cameron, Leventhal 및 Leventhal(1993)의 자기조절이론에서도 볼 수 있다. 이들은 정서 경험과 인지 경험이 병렬적으로 작용하여 행동에 영향을 미친다고 주장한다. 또한 Fazio(1986)는 태도의 요소들 가운데 특출한 요소들은 자동 처리되므로 행동의도나 행동에 미치는 영향이 크다는 견해도 제안한 바 있다(한덕웅, 1997).

마지막으로 지각된 행동통제력의 구성개념에 관한 부분이다. 지각된 행동통제력은 두 개의 경로를 통해서 행동에 영향을 미친다. 하나는 지각된 행동통제력이 행동의도에 영향을 주어서 행동에 영향을 주는 경로다. 두 번째는 지각된 행동통제력이 직접 행동에 영향을 미치는 경로이다. 그런데 두 번째의 직접적인 경로는 지각된 행동통제력이 아니라 실제적인 행동 통제력(actual control)이 관련된다. 행동을 수행하는데 필수조건인 기회나 자원과 같은 요인을 포함하는 실제적 통제력은 개인의 행동 통제력 지각이 완전히 정확하지 않을 수 있다는 점에서 실제적 행동통제력과 구별된다. Langer와 Roth (1975)에 의하면, 통제력의 신념은 과장되게 편향되는 경향이 있다. 그럼에도 불구하고 Ajzen은 실제적인 행동 통제력의 대용으로 지각된 행동통제력을 사용하였다. 이 점이 비판의 대상이 된다. 지각된 행동통제력과 관련된 또 다른 비판점은 지각된 행동통제력이 기술과 자원을 필요로 하고 심사숙고해야하는 행동에는 영향을 미치지만, 부정적인 행동에 대해서 영향을 주지 못한다는 점이다. 예를 들어, 강의실에서 소리를 지르거나 교수를 욕하는 일은 쉬운 일이다. 따라서 지각된 행동통제력이 높다. 그렇다고 해서 학생들이 이런 부정적인 행동을 강의실에서 하지 않는다. 또한 예측하려는 표적 행동을 이미 많이 하여 높은 행동 수준을 보이는 사람은 자신의 기술과 자원 등 행동통제력을 심사숙고해서 지각하지 않는 반면 이전의 표적 행동 수준이 낮은 사람은 더 심사숙고하여 자신의 통제력을 지각할 수 있다. 달리 말해서, 표적 행동의 이전 수행 수준에 따라서 지각된 행동통제력은 행동에 달리 영향을 미칠 수 있다.

본 연구에서는 계획된 행동이론에 대한 비판점들 가운데 지각된 행동통제력에 초점을 두고 섭식억제행동을 설명하는 계획된 행동이론의 수정된 모형을 탐색해보고자 한다. 달리 말해서 지각된 행동 통제력의 구성 개념 대신 다른 심리적 구성개념을 사용하여 행동의도와 행동을 설명하는 수정된 모형을 탐색해 보고자 한다.

섭식억제행동을 설명하기 위한 여러 심리적 구성개념들에 가운데 자기주의이론에 근거를 둔 연구들(예, Herman, Polivy, & Silver, 1979; Polivy, Herman, Younger, & Eriskine, 1979; Polivy, Herman, Hackett, & Kuleshnyk, 1986; Freeman & Prentice-Dunn, 1990; Stephens, Prentice-Dunn, & Spruill, 1994; Sentryz & Bushman, 1998; 이민규, 2000)이 많다. 특히, 이민규(2000)는 실험과 조사연구를 통하여 체형 또는 체중 관련된 사적 자기주의와 공적 자기주의가 섭식억제 행동을 설명하는 중요한 예측 변인임을 밝힘 바 있다. 구체적으로 말해서, 체형 또는 체중관련 자기주의 수준이 높을 때 섭식을 억제하려는 행동의도가 높아지고 또한 실제 섭식억제행동도 높아지는 반면, 체형 또는 체중관련 자기주의 수준이 낮은 사람은 섭식억제행동의도나 실제 섭식억제행동도 낮아진다는 결과를 보고하였다.

이와 같은 이전 연구 결과에 근거하여 본 연구에서는 섭식억제 행동을 설명하는 데 지각된 행동통제력 대신 자기주의의 개념을 사용하고자 한다. 달리 말해서, Ajzen(1988, 1991)이 제안한 계획된 행동이론으로 섭식억제 행동을 예측하는 모형과 지각된 행동통제력의 대신 자기주의의 구성개념을 사용하는 계획된 행동이론의 수정 모형을 비교 검증하고자 한다.

방법 및 절차

참여자

본 조사는 서울(314명), 충청도(70명), 전라도(112명), 경상도(140명)에 소재하는 8개 대학교 여대생 636명을 대상으로 실시되었다. 이 조사 대상들 가운데 각 문항에 하나 이상의 결측치가 있는 자료를 제외한 609명의 자료를 최종 분석 대상으로 하였다.

섭식억제수준 분류

섭식억제 척도는 이민규와 한덕웅(2000)이 개발한 척도를 사용하여 중앙값을 기준으로 42점 이상을 섭식억제자 그리고 40점이하를 섭식비억제자로 나누었다. 이 척도는 7점 Likert 척도로 인지, 정서, 행동의도의 세 가지 차원으로 이루어져 있으며, 각 차원에 5문항씩 전체 15개 문항으로 구성되어 있다. 인지차원의 Cronbach $\alpha=.78$, 정서차원 Cronbach $\alpha=.89$, 행동의도차원 Cronbach $\alpha=.92$, 그리고 전체척도의 Cronbach α 는 .91이었다.

구성개념 측정

자기주의: 이민규(2000)가 개발한 체형 및 체중관련 자기주의 척도를 사용하였다. 이 척도는 7점 Likert 척도로 체형 및 체중관련 사적 자기주의 5문항(예, 나는 체중에 대해서 자주 생각한다, 나는 체중에 대해서 관심이 많다 등)과 공적 자기주의 5문항(예, 내가 불만족하게 생각하는 나의

신체부위들을 남들이 쳐다볼까봐 신경을 쓴다, 다른 사람들 앞에서는 내가 불만족하게 생각하는 나의 신체부위를 물건으로 가린다 등) 총 10문항으로 이루어져 있다. 사적자기주의의 Cronbach α 는 .89이고, 공적 자기주의의 Cronbach α =.83이며 전체 척도의 Cronbach α 는 .89이었다.

행동에 대한 태도: 섭식억제 행동에 대한 태도를 측정하기 위하여 본 연구자들이 5개 문항으로 구성된 태도 척도를 개발하였다. 이 척도는 7점 의미분척도로 되어있고(예, 내가 음식섭취를 억제하는 행동에 대해서 나는: 안심된다-걱정된다, 비호의적이다-호의적이다 등), Cronbach α 는 .88이었다.

주관적 규범: 섭식억제 행동에 대한 주관적 규범은 4문항(예, 동료(학교친구, 직장동료)들은 내가 음식을 적게 먹도록 충고한다, 나의 가족들(부모 형제, 배우자, 자녀 등)은 내가 살찌는 음식을 먹지 못하도록 한다 등)으로 구성하였고, 0(전혀 그렇지 않다)에서 6(매우 그렇다)사이에서 반응하는 7점 Likert척도로 되어 있다. 이 척도의 Cronbach α 는 .83이었다.

지각된 행동통제력: 섭식억제 행동에 대한 지각된 행동통제력 척도는 6문항(예, 내가 원하지 않으면 나는 음식섭취를 억제할 수 있다, 내가 음식을 먹지 않으려 한다면 나는 먹지 않을 수 있다 등)으로 구성하였고, 0(전혀 그렇지 않다)에서 6(매우 그렇다)사이에서 반응하는 7점 Likert척도로 만들었다. 이 척도의 Cronbach α 는 .86이었다.

행동의도: 섭식억제 행동의도는 3문항(나는 다음 2주 동안 억제된 식사할 의도가 있다, 나는 다음 2주 동안 억제된 식사할 계획이다, 나는 다음 2주 동안 억제된 식사를 할 것이다)으로 구성하였고, 0(전혀 그렇지 않다)에서 6(매우 그렇다)사이에서 반응하는 7점 Likert척도로 되어 있다. 이 척도의 Cronbach α 는 .97이었다.

행동: 섭식억제 행동은 최근 2주동안 음식 억제를 한 정도를 0(전혀 없다)에서 6(매우 있다)사이에서 반응하는 7점 Likert 척도로 측정되었다. 이 척도는 1문항으로 구성하였다.

분석 방법

먼저 섭식억제와 비억제자로 나눈 후 각각의 집단에서 섭식억제행동에 대한 태도, 주관적 규범 그리고 지각된 행동통제력을 예언변인으로 하고 행동의도를 준거변인으로 하는 중다회귀분석을 하였다. 그리고 행동의도와 지각된 행동통제력을 예언변인으로 하고 최근 2주 동안의 섭식억제행동 준거변인으로 하는 중다회귀분석을 실시하였다. 그리고 지각된 행동통제력 대신 체형관련 자기주의를 사용하여 위와 동일한 방법으로 중다회귀분석을 실시하였다. 이 분석에 사용된 통계프로그램은 SPSS for 10.0이었다. 마지막으로 AMOS 4.01을 사용하여 공변량구조 방정식 모형 분석으로 Ajzen이 제안한 계획된 행동이론과 본 저자들이 제안한 수정된 모형을 비교 검토하였다.

결 과

만족스러운 신뢰도 수준을 보였다.

본 연구 결과는 섭식억제 행동을 예측하는 모형을 검증하기 위하여 사용된 각 구성개념의 신뢰도와 섭식억제 행동의도 및 실제 섭식억제 행동을 준거변인으로 하는 중다회귀분석 그리고 구조방정식모형분석 결과의 순서로 제시되었다. 그리고 모든 분석은 섭식억제 집단과 섭식비억제집단으로 나누어 실시되었다.

구성개념측정치의 신뢰도

본 연구에 사용된 구성개념들의 내적 일관성 계수 Cronbach α 를 섭식억제 집단과 섭식비억제 집단으로 나누어 살펴보았다. 각 구성개념들의 신뢰도가 표 1에 제시되어 있다. 표 1에서 보는 바와 같이, Cronbach α 의 범위가 .77에서 .96으로

표 1. 각 집단별 구성개념들의 내적 일관성 계수

구성개념	섭식억제집단	섭식비억제집단
행동에 대한 태도	.83	.84
주관적 규범	.77	.86
지각된 행동통제력	.84	.87
행동의도	.96	.95
자기주의	.85	.84

섭식억제 행동에 대한 태도, 주관적 규범 그리고 지각된 행동통제력에 따른 섭식억제 행동의도

계획된 행동이론에서 행동의도를 예측하는 선행변인들의 효과를 알아보기 위하여 먼저 섭식억제집단과 섭식비억제집단으로 나누어 각 집단별로 중다회귀분석을 실시하였다. 표 2에 예언변인과 준거변인들간 상관계수가 제시되어 있고 중다

표 2. 섭식억제 행동의도와 태도, 주관적 규범 및 지각된 행동통제력간 상관행렬

	섭식억제집단(n=298)				섭식비억제집단(n=296)			
	의도	태도	주관적 규범	지각된 행동통제력	의도	태도	주관적 규범	지각된 행동통제력
의도	1.000				1.000			
태도	.317**	1.000			.337**	1.000		
주관적규범	.189**	.217	1.000		.346**	.168*	1.000	
행동통제력	.000	-.000	-.298**	1.000	-.366**	-.260**	-.434**	1.000

*p<.05 **p<.001

표 3. 섭식억제행동에 대한 태도, 주관적 규범 및 지각된 행동통제력에 따른 행동의도의 중다회귀(섭식억제자집단)

Model	B	Std. Error	Beta	t	p	Partial	Part	Tolerance	VIF
(상수)	1.457	1.483							
태도	.294	.058	.285	5.079	.000	.284	.278	.949	1.053
주관적규범	.140	.056	.147	2.499	.013	.144	.137	.865	1.156
행동통제력	.05	.045	.066	1.154	.249	.067	.063	.908	1.102
R=.35 R ² =.12 F(3,294)=13.23, p=.000									

회귀분석 결과가 표 3과 표 4에 제시되어 있다. 표 3에서 보면 섭식억제자의 경우, 섭식억제행동에 대한 태도, 주관적 규범 그리고 지각된 행동통제력이 섭식억제 행동의도를 설명하는 변량은 12%로 통계적으로 유의하였다. 그러나 전체 설명량에 대한 예언변인들의 상대적 기여도를 볼 때 태도가 가장 많이 기여하고 다음이 주관적 규범이 유의한 기여도를 보였다. 그러나 지각된 행동통제력은 행동의도를 설명하는데 유의하게 기여하지 못하는 것으로 나타났다.

표 4는 섭식비억제자의 섭식억제 행동에 대한 태도, 주관적 규범 그리고 지각된 행동통제력으로 섭식억제 행동의도를 예측한 결과이다. 이 세 개의 예언변인으로 섭식억제행동 의도의 23%를 설명하였다. 이는 통계적으로 유의한 수준이다. 전체 설명량에 대한 예언변인들의 상대적 기여도를 볼 때 태도가 가장 많이 기여하고 다음이 주관적

규범, 지각된 행동통제력 순으로 모두 유의하게 기여하였다. 그러나 지각된 행동통제력은 행동의도를 설명하는데 반대방향으로 기여하였다. 즉, 섭식비억제자들은 섭식억제 행동에 대한 지각된 행동통제력이 높을수록 섭식억제 행동을 할 의도가 낮은 것으로 나타났다.

이런 결과들은 섭식억제자와 섭식비억제자의 섭식억제 행동의도를 설명하는데 지각된 행동통제력이 적절한 구성개념이 아닐 수 있음을 시사한다. 따라서 지각된 행동통제력의 구성개념의 대안으로 체형 및 체중에 대한 자기주의를 사용하여 섭식억제 행동의도를 예측하여 보았다.

섭식억제 행동에 대한 태도, 주관적 규범 그리고 자기주의에 따른 섭식억제 행동의도

계획된 행동이론의 구성개념 가운데 지각된

표 4. 섭식억제행동에 대한 태도, 주관적 규범 및 지각된 행동통제력에 따른 행동의도의 중다회귀(섭식비억제자집단)

Model	B	Std. Error	Beta	t	p	Partial	Part	Tolerance	VIF
(상수)	3.675	1.085							
태도	.182	.039	.247	4.652	.000	.263	.238	.929	1.077
주관적규범	.196	.052	.214	3.759	.000	.215	.193	.808	1.238
행동통제력	-.118	.033	-.209	-3.589	.000	-.206	-.184	.775	1.200
R=.48 R ² =.23 F(3,292)=29.74, p=.000									

표 5. 섭식억제 행동의도와 태도, 주관적 규범 그리고 자기주의간 상관행렬

	섭식억제집단(n=298)				섭식비억제집단(n=296)			
	의도	태도	주관적 규범	자기주의	의도	태도	주관적 규범	자기주의
의도	1.000				1.000			
태도	.323**	1.000			.338**	1.000		
주관적규범	.190**	.224**	1.000		.345**	.168*	1.000	
자기주의	.323**	.328**	.374**	1.000	.293**	-.319**	.374**	1.000

*p<.05 **p<.001

표 6. 섭식억제행동에 대한 태도, 주관적 규범 그리고 자기주의에 따른 행동의도의 중다회귀(섭식억제자집단)

Model	B	Std. Error	Beta	t	p	Partial	Part	Tolerance	VIF
(상수)	-.596	1.371							
태도	.248	.060	.237	4.121	.000	.236	.222	.880	1.136
주관적규범	.05	.056	.052	.892	.373	.052	.048	.849	1.178
자기주의	.121	.032	.226	3.735	.000	.215	.201	.797	1.254
R=.40 R ² =.16 F(3,294)=18.24, p=.000									

행동통제력의 대안으로 체형 및 체중에 대한 자기주의를 사용하여 섭식억제 행동의도를 예측하는 모형을 검증하였다. 앞서와 마찬가지로 섭식억제집단과 섭식비억제집단으로 나누어 각 집단별로 중다회귀분석을 실시하였다. 표 5에 예언변인과 준거변인들간 상관계수가 제시되어 있다. 모두 유의한 상관을 보였다. 그리고 중다회귀분석 결과가 표 6과 표 7에 제시되어 있다. 표 6에서 보면 섭식억제자의 경우, 섭식억제 행동에 대한 태도, 주관적 규범 그리고 자기주의가 섭식억제 행동의도의 16%를 설명하였고, 이 모형은 통계적으로 유의하였다. 그리고 전체 설명량에 대한 예언변인들의 상대적 기여도를 볼 때 태도가 가장

많이 기여하고 다음이 자기주의가 유의하게 기여하였다. 그러나 주관적 규범은 섭식억제 행동의도를 설명하는데 유의하게 기여하지 못하는 것으로 나타났다.

표 7은 섭식비억제자의 섭식억제 행동에 대한 태도, 주관적 규범 그리고 자기주의로 섭식억제 행동의도를 예측한 결과이다. 이 세 개의 예언변인으로 섭식억제 행동의도의 21%를 설명하였다. 전체 설명량에 대한 예언변인들의 상대적 기여도를 볼 때 태도가 가장 많이 기여하고 다음이 주관적 규범, 자기주의 순으로 모두 유의하게 나타났다. 이런 결과들은 체형 및 체중에 대한 자기주의가 섭식억제 행동의도를 예측하는데 설명력을

표 7. 섭식억제행동에 대한 태도, 주관적 규범 그리고 자기주의에 따른 행동의도의 중다회귀(섭식비억제자집단)

Model	B	Std. Error	Beta	t	p	Partial	Part	Tolerance	VIF
(상수)	-.406	.636							
태도	.190	.041	.258	4.675	.000	.265	.244	.895	1.117
주관적규범	.237	.052	.059	4.594	.000	.260	.024	.857	1.167
자기주의	.051	.023	.113	1.931	.054	.113	.101	.792	1.262
R=.46 R ² =.21 F(3,292)=25.63, p=.000									

표 8. 섭식억제 행동의도와 지각된 행동통제력 그리고 섭식억제 행동간 상관행렬

	섭식억제집단(n=298)			섭식비억제집단(n=296)		
	섭식억제행동	의도	행동통제력	섭식억제행동	의도	행동통제력
섭식억제행동	1.000			1.000		
의도	.354**	1.000		.246**	1.000	
행동통제력	.044**	.041	1.000	-.254**	.383**	1.000

*p<.05 **p<.001

표 9. 섭식억제 행동의도와 지각된 행동통제력에 따른 섭식억제 행동의 중다회귀(섭식억제자집단)

Model	B	Std. Error	Beta	t	p	Partial	Part	Tolerance	VIF
(상수)	1.045	.451							
의도	.153	.024	.353	6.305	.000	.354	.353	.998	1.002
지각된 행동통제력	.009	.019	.029	.525	.600	.044	.029	.998	1.002
R=.36 R ² =.13 F(3,294)=20.19, p=.000									

지니는 구성개념임을 시사한다.

섭식억제 행동의도와 지각된 행동통제력에 따른 섭식억제 행동

계획된 행동이론의 구성개념 가운데 행동의도와 지각된 행동통제력이 행동수행에 미치는 부분을 검증하였다. 앞서와 마찬가지로 섭식억제집단과 섭식비억제집단으로 나누어 각 집단별로 중다회귀분석을 실시하였다. 표 8에 예언변인과 준거변인들간 상관계수가 제시되어 있다. 그리고 중다회귀분석 결과가 표 9와 표 10에 제시되어 있다. 표 9에서 보면 섭식억제자는 섭식억제 행동의도와 지각된 행동통제력으로 섭식억제 행동의 13%를 설명하였고, 이 모형은 통계적으로 유의하였다. 그리고 전체 설명량에 대한 예언변인들의 상대적 기여도를 볼 때 섭식억제 행동의도는 유의하였으나 지각된 행동통제력은 유의하지 않았다.

표 10. 섭식억제 행동의도와 지각된 행동통제력에 따른 섭식억제 행동의 중다회귀(섭식비억제자집단)

Model	B	Std. Error	Beta	t	p	Partial	Part	Tolerance	VIF
(상수)	1.113	.290							
의도	.050	.019	.175	2.836	.005	.167	.161	.853	1.172
지각된 행동통제력	-.032	.011	-.187	-3.042	.003	.179	-.173	.853	1.172
R=.30 R ² =.09 F(3,292)=14.00, p=.000									

표 10에서 보면 섭식비억제자는 섭식억제 행동의도와 지각된 행동통제력으로 섭식억제 행동의 9%를 설명하였고, 이 모형은 통계적으로 유의하였다. 그리고 전체 설명량에 대한 예언변인들의 상대적 기여도를 볼 때 예언변인 둘 다 유의하였으나 지각된 행동통제력은 반대방향이였다. 즉, 섭식비억제자들은 섭식억제 행동에 대한 통제력을 낮게 지각할수록 섭식억제 행동을 많이 하는 것으로 나타났다. 이런 결과는 섭식억제 행동을 예측하는데도 지각된 행동통제력이 적절한 구성개념이 아닐 수 있음을 시사한다.

섭식억제 행동의도와 자기주의에 따른 섭식억제 행동

계획된 행동이론의 구성개념 가운데 지각된 행동통제력의 대안으로 자기주의를 사용하여 섭식억제 행동을 예측하는 모형을 검증한 결과를 살펴보면 다음과 같다. 표 11에 섭식억제 행동의

표 11. 섭식억제 행동의도와 자기주의 그리고 섭식억제행동간 상관행렬

	섭식억제집단(n=298)			섭식비억제집단(n=296)		
	섭식억제행동	의도	자기주의	섭식억제행동	의도	자기주의
섭식억제행동	1.000			1.000		
의도	.360**	1.000		.245**	1.000	
자기주의	.305**	.292**	1.000	.269**	-.289**	1.000

*p<.05 **p<.001

도, 자기주의 그리고 섭식억제행동간 상관행렬이 제시되어 있다. 표에서 보는 바와 같이, 상관계수가 모두 통계적으로 유의하였다.

표 12에서 보면 섭식억제자는 섭식억제 행동의도와 자기주의로 섭식억제 행동의 17%를 설명하였고, 이 모형은 통계적으로 유의하였다. 그리고 전체 설명량에 대한 예언변인들의 상대적 기여도를 볼 때 섭식억제 행동의도와 자기주의 둘 다 유의한 예언변인이었다.

표 13에서 보면 섭식비억제자는 섭식억제 행동의도와 자기주의로 섭식억제 행동의 10%를 설명하였고, 이 모형은 통계적으로 유의하였다. 그리고 전체 설명량에 대한 예언변인들의 상대적 기여도를 볼 때 예언변인 둘 다 유의하였다. 이런 결과는 섭식억제 행동을 예측하는데 지각된 행동통제력 보다 체형 및 체중에 대한 자기주의가 적절한 구성개념일 수 있음을 시사한다.

두가지 섭식억제 행동 설명 모형의 비교를 위한

구조방정식 모형 분석

섭식억제 행동을 설명하는 계획된 행동이론과 이 모형의 구성 개념 가운데 지각된 행동통제력을 체형 및 체중에 대한 자기주의로 대체한 수정된 계획된 행동이론을 비교하기 위하여 구조방정식 모형 분석을 실시하였다. 비교하려는 두 모형이 서로 포함관계(nested)에 있지 않아서 χ^2 차이검증을 통한 모형 비교는 할 수 없었다. 대신 부합도 지수들을 살펴보고 더 좋은 부합도를 지니는 모형을 더 좋은 모형으로 판단하는 방법을 사용하였다. 섭식억제집단과 섭식비억제 집단으로 나누어 부합도를 산출하였다. 표 14에서 보면 두 집단 모두 계획된 행동이론보다 수정된 계획된 행동이론의 부합도가 더 좋다. 그러나 수정된 계획된 행동이론의 부합도 지수들이 아주 만족스러운 수준은 아니다. 수정된 계획된 행동이론의 부합도들 가운데 많이 사용되는 지수들을 중심으로 살펴보면, NFI(표준부합치)가 두 집단 모두 .89이며, TLI(NNFI: 비표준화 부합치)가 .88로 아

표 12. 섭식억제 행동의도와 자기주의에 따른 섭식억제 행동의 종다회귀(섭식억제자집단)

Model	B	Std. Error	Beta	t	p	Partial	Part	Tolerance	VIF
(상수)	-.418	.497							
의도	.126	.025	.296	5.145	.000	.297	.283	.914	1.094
자기주의	-.050	.013	-.219	3.811	.000	.224	.209	.914	1.094
R=.42 R ² =.17 F(3,294)=28.68, p=.000									

표 13. 섭식억제 행동의도와 자기주의에 따른 섭식억제 행동의 중다회귀(섭식비억제자집단)

Model	B	Std. Error	Beta	t	p	Partial	Part	Tolerance	VIF
(상수)	-.285	.184							
의도	.055	.018	.182	3.079	.002	.181	.175	.917	1.091
자기주의	.026	.007	.216	3.655	.000	.214	.207	.917	1.091
R=.32 R ² =.10 F(3,292)=16.00, p=.000									

주 좋은 부합도의 기준인 .90에 못 미치고 있으나 대체로 만족할만한 수준이다. 그리고 RMSEA가 .10으로 좋은 부합도 기준 .50에 미치지 못하고 있다. 그러나 CFI는 .90으로 좋은 부합도를 보이고 있다. 요약하면 수정된 계획된 행동모형의 원모형보다 부합도가 더 좋으나 수정된 모형의 부합도가 대체로 만족할만한 수준이었다.

논 의

본 연구는 섭식억제 행동을 설명하는데 계획된 행동이론의 적용가능성을 살펴보고, 섭식억제 행동을 더 잘 설명할 수 있는 수정된 계획된 행동이론을 탐색해보고자 하였다. 구체적으로, 계획된 행동이론을 검증하는 대부분의 연구에서 사용하는 중다회귀분석방법을 사용하여 섭식억제 행

표 14. 두 모형의 부합도 지수

	계획된 행동이론			수정된 계획된 행동이론		
	전체	섭식억제	섭식비억제	전체	섭식억제	섭식비억제
Chi-square =	3020.963	1609.601	1455.735	3002.186	1802.876	1490.705
Degrees of freedom =	146	146	146	224	224	224
Chi-square / df	20.692	11.025	9.971	13.403	8.049	6.655
Normed fit index	0.874	0.875	0.862	0.892	0.891	0.891
Relative fit index	0.836	0.838	0.821	0.867	0.865	0.866
Tucker-Lewis index	0.843	0.850	0.836	0.875	0.880	0.877
Comparative fit index	0.879	0.885	0.874	0.899	0.903	0.900
Parsimony-adjusted NFI	0.672	0.673	0.663	0.724	0.723	0.723
Parsimony-adjusted CFI	0.676	0.680	0.671	0.729	0.733	0.731
RMSEA ^a	0.180	0.183	0.174	0.143	0.100	0.104
RMSEA lower bound	0.174	0.175	0.166	0.138	0.097	0.101
RMSEA upper bound	0.186	0.192	0.183	0.147	0.103	0.106
ECVI ^b	5.176	5.824	5.362	5.185	5.308	5.635
ECVI lower bound	4.888	5.404	4.960	4.900	5.074	5.393
ECVI upper bound	5.476	6.269	5.789	5.482	5.550	5.885

a: Root Mean square error of approximation

b: Expected cross validation index

동의를 예측하는 선행변인의 기여도를 살펴보고, 그 다음 섭식억제 행동을 예측하는 경로를 살펴해보았다. 그리고 계획된 행동이론의 수정된 모형을 제안하고 기존 모형과 수정모형을 비교 검증하였다. 먼저 본 연구의 주요 결과를 살펴보면 다음과 같다.

섭식억제 행동의도의 설명

계획된 행동이론에 근거하여 섭식억제 행동에 대한 태도, 주관적 규범 그리고 지각된 행동통제력으로 다음 2 주 동안 섭식억제 행동을 할 의도를 예측한 결과, 섭식억제자 집단은 12%의 설명력을 보였고, 섭식비억제자 집단에서는 23%의 설명력을 보였다. 그러나 각 예언 변인이 섭식억제 행동의도를 설명하는 상대적 기여도를 볼 때, 섭식억제자 집단에서 지각된 행동통제력이 유의한 기여도를 보이지 못하였다. 이런 결과는 감자 튀김을 먹는 행동을 다룬 Towler와 Shepherd(1992)의 연구와 일치하는 결과이다. 한편, 섭식비억제자의 경우, 섭식억제 행동에 대한 지각된 행동통제력이 섭식억제 행동의도를 설명하는데 유의하게 기여하였으나 계획된 행동이론이 가정하는 방향과 반대되는 방향으로 나타났다. 즉, 섭식억제 행동에 대한 지각된 행동통제력이 높을수록 섭식억제 행동의도가 더 낮은 것으로 나타났다.

따라서 본 연구에서는 기존 연구에서 섭식억제 행동을 예측하는 중요한 심리적 구성개념으로 많이 연구되었던 체형 및 체중에 대한 자기주의를 지각된 행동통제력에 대한 대안 개념으로 설정하고 섭식억제 행동의도를 예측하였다. 그 결과 섭식억제자 집단에서 섭식억제 행동에 대한 태도,

주관적 규범 그리고 자기주의로 섭식억제 행동의도의 16%를 설명하였다. 이 결과는 계획된 행동이론에서 섭식억제 행동의도를 예언했을 때의 12%보다 4%가 더 증가한 수치다. 또한 계획된 행동이론에서와 달리 자기주의가 섭식억제 행동의도를 예측하는데 유의하게 기여하는 변인이었다. 한편, 섭식비억제자 집단에서 섭식억제 행동에 대한 태도, 주관적 규범 그리고 자기주의로 섭식억제 행동의도를 예측하였을 때 계획된 행동이론 보다 2% 줄어든 21%였다. 이 결과는 체형 및 체중에 대한 자기주의가 섭식억제 수준과 상호작용하여 섭식억제 행동의도에 영향을 줄 수 있음을 시사한다. 이 가정에 대해서는 앞으로 더 실증적인 연구가 필요하다.

섭식억제 행동의 설명

계획된 행동이론에 근거하여 섭식억제 행동에 대한 의도와 지각된 행동통제력으로 2주 동안의 섭식억제 행동을 예측한 결과, 섭식억제자 집단은 13%의 설명력을 보였고, 섭식비억제자 집단에서는 9%의 설명력을 보였다. 그러나 섭식억제자 집단에서 섭식억제 행동에 대한 지각된 행동통제력은 섭식억제 행동을 설명하는데 유의한 예측변인이 아니었다. 섭식비억제자 집단에서는 섭식억제 행동에 대한 지각된 행동통제력이 섭식억제 행동을 예측하는데 유의하게 기여하였으나, 계획된 행동이론의 가정과 반대 방향이었다. 이런 결과는 지각된 행동통제력이 섭식억제 행동을 설명하는데 크게 기여하지 못함을 시사한다.

그러나 섭식억제 행동에 대한 지각된 행동통제력 대신 자기주의의 개념을 사용하여 섭식억제

행동을 예측하였을 때, 섭식억제자 집단에서는 기존 모형보다 4% 증가된 17%의 설명량을 보였으며, 자기주의의 상대적 기여도도 유의하였다. 섭식억제자 집단에서는 1% 증가된 10%의 설명량을 보였다.

이상의 결과는 섭식억제 행동의도와 실제 행동을 예측하는데 지각된 통제력 개념보다 자기주의 개념이 투입될 때 더 적절한 모형이 될 수 있음을 시사한다.

두 모형의 비교

섭식억제 행동을 설명하는 계획된 행동이론과 이 모형의 구성 개념 가운데 지각된 행동통제력을 체형 및 체중에 대한 자기주의로 대체한 수정된 계획된 행동이론을 비교하기 위하여 구조방정식 모형 분석을 실시한 결과 지각된 행동통제력 요소가 포함된 계획된 행동이론보다 자기주의가 포함된 수정된 계획된 행동이론의 부합도가 더 좋았다. 따라서 섭식억제 행동을 설명하는데 계획된 행동이론보다 수정된 계획된 행동이론 모형이 더 적절할 수 있음을 시사한다. 그러나 수정된 계획된 행동이론의 부합도 지수들이 아주 만족스러운 수준은 아니다. 따라서 이 수정된 모형의 적합성을 검증하기 위하여 다른 표집을 사용한 추후 연구가 필요하다. 특히, 식사 문제가 있거나 다이어트를 하는 사람들에게 이 모형을 검증해 봄으로써 이 모형의 확장가능성을 모색해 볼 수 있다.

계획된 행동이론의 수정된 모형 제안

앞에서 살펴본 결과를 토대로 탐색적인 수준

에서 그림 2와 같은 수정된 계획된 행동이론을 제안할 수 있다. 이 모형을 구체적으로 설명하면 섭식억제 행동의도를 설명하는 선행변인은 그 행동에 대한 태도와 주관적 규범 그리고 체형 및 체중에 대한 자기주의이며, 섭식억제 행동의 가장 근접한 심리적 구성개념은 행동의도와 자기주의이다. 달리 말해서, 섭식억제 행동에 대해서 호의적으로 생각하고, 좋은 태도를 가지며, 주위사람의 섭식억제 압력이 높다고 지각하고, 자신의 체형이나 체중에 자기주의를 하는 수준이 높으면 섭식억제 행동의 의도가 높아진다. 또한 체형이나 체중에 대한 자기주의 수준이 높고 섭식억제 행동의 의도가 높으면 실제 섭식억제 행동이 높게 된다.

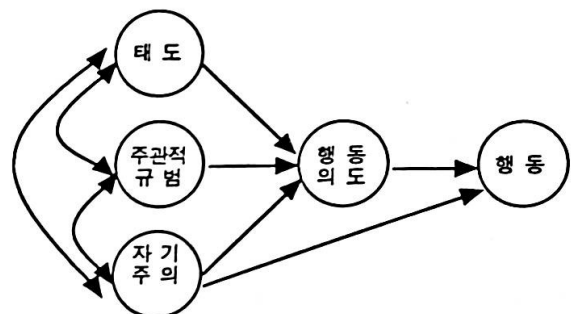


그림 2. 수정된 계획된 행동이론

본 연구의 제한점과 장래 연구 과제

끝으로 이 연구의 제한점과 장래 연구의 시사점을 언급하고자 한다. 본 연구에서 얻은 섭식억제 행동측정치는 이 조사에 참가한 사람들이 자신의 행동을 주관적으로 자기 보고한 자료라는 제한점이 있다. 의도적 행동을 다루는 연구들이 대부분 주관적 자기보고 기법으로 행동을 측정하기는 하지만 장래연구에서는 실제 행동을 관찰하여 필자가 제안한 섭식억제 행동 모형을 검증할

필요가 있다.

두 번째 제한점은 섭식억제 행동에 영향을 미치는 요인들과 섭식억제 행동을 동일한 시점에서 측정하는 점이다. 이 방법 역시 여러 연구들에서 사용되고 있다. 그러나 섭식억제 행동을 측정하기 이전에 행동의도를 포함한 선행변인들을 측정해야 선행변인에 따라서 섭식억제 행동에 미치는 영향을 인과적으로 설명할 수 있다. 따라서 장래 연구에서는 행동의 선행 결정요인들을 먼저 측정한 후 시간적 간격을 두고 실제 행동을 측정하여 본 연구에서 제안한 섭식억제 행동을 설명하는 대안모형을 검증하는 연구가 요구된다.

이상에서 논의한 제한점들에도 불구하고 본 연구는 섭식억제 행동을 설명하는 계획된 행동이론을 검증하여 대안적 모형을 제안한데 그 의의가 있으며, 앞으로 탐색적으로 제안된 수정된 계획된 행동이론이 다양한 표본 집단에서 검증될 필요가 있다.

참고문헌

- 이민규(2000). 섭식억제수준, 사전음식섭취 및 자기주의에 따른 음식섭취행동. 성균관대학교 대학원 박사학위 청구논문.
- 이민규·한덕웅(2000). 섭식억제척도의 개발. 199 한국심리학회지: 임상, 20(4), 795-807.
- 한덕웅(1997). 건강행동을 설명하는 사회인지이론의 비판적 개관. 한국심리학회지: 건강, 2(1), 21-45.
- Ajzen, I. (1985). From intentions to actions: A theory of planned behavior. In J. Kuhl & J. Beckmann (Eds.), *Action control: From cognition to behavior* (pp.11-39). New York: Springer-Verlag.
- Ajzen, I.(1988). *Attitudes, personality, and behavior*. Chicago: Dorsey.
- Ajzen, I.(1991). The theory of planned behavior. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 50, 179-211.
- Ajzen, I, & Fishbein, M.(1980). *Understanding attitudes and prediction social behavior*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Ajzen, I, & Madden, T. J. (1986). Prediction of goal-directed behavior: Attitudes, intentions, and perceived behavioral control. *Journal of Experimental Social Psychology*, 22, 453-474.
- Bagozzi, R. P.(1989). An investigation of the role of affective and moral evaluations in the purposeful behavior model of attitude. *British Journal of Social Psychology*, 28, 97-113.
- Beale, D. A., & Manstead, A. S. R.(1991). Predicting mothers' intention to limit frequency of infants' sugar intake: Testing the theory of planned behavior. *Journal of Applied Social Psychology*, 21, 409-415.
- Brinberg, D., & Durand, J. (1983). Eating at fast-food restaurant: An analysis using two behavioral intention models. *Journal of Applied Social Psychology*, 13, 459-472.
- Conner, M., & Sparks, P.(1996). The theory of planned behavior and health behaviors. In

- M. Onner & P. Norman (Eds), *Prediction health behavior: Research and practice with social cognition models* (pp. 121-162). Buckingham: pen University Press.
- Cameron, L., Leventhal, E. A., & Leventhal, H.(1993). Symptom representations and affect as determinants of care seeking in a community-swelling, adult sample population. *Health Psychology, 12*(3), 171-179.
- Fazio, R. H.(1989). On the power and functionality of attitudes: The role of attitude accessiblity. In A. R. Pratkanis, S. J. Breckler, & A. G. Greenward(Eds.), *Attitude structure and function*(pp.153-179). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Fishbein, M., & Ajzen, I.(1975). *Belief, attitude, intention, and behavior*. NY: wiley.
- Freeman, A. C., & Prentice-Dunn, S. (1990). The roles of restraint and private self-awareness in precipitating eating. *Journal of Social Behavior and Personality, 5*, 615-625.
- Gorsuch, R. L., & Ortberg, J. (1983). Moral obligation and attitude : Their relation to behavioral intentions. *Journal of Personality and Social Psychology, 44*, 1025-1028.
- Herman, C. P., & Polivy, J., & Silver, R (1979). The effects of an observer on eating behavior: The induction of "sensible" eating. *Journal of Personality, 47*, 85-99.
- Polivy, J., Herman, C. P., Hackett, R., & Kuleshnyk, I. (1986). The effects of self-attention and public attention on eating in restrained and unrestrained subjects. *Journal of Personality and Social Psychology, 50*, 1253-1260.
- Polivy, J., Hermann, C. P., Younger, J. C., & Eriskine, B. (1979). Effects of a model in eating behavior: The induction of restraines eating style. *Journal of Personality, 47*, 100-117.
- Pomazal, R. J., & Jaccard, J. J. (1976). An informational approach to altruistic behavior. *Journal of Personality and Social Psychology, 33*, 317-326.
- Schwart, S. H., & Tessler, R. C. (1972). A test of a model for reducing measured attitude-behavior discrepancies. *Journal of Personality and Social Psychology, 24*, 225-236.
- Langer, E. j., & Roth, J. (1975). Heads I win, tails it's chance: The illusion of control as a function of the sequence of outcomes in a purely chance task. *Journal of Personality and Social Psychology, 32*, 951-955.
- Manstead, A. S. R, Plevin, C. E., & Smart, J. L. (1983). Predicting and understanding mothers' infant-feeding intention and behavior. *Journal of Personality and Social Psychology, 44*, 657-671.
- Schifter, D. E., & Ajzen, I. (1985). Intention,

perceived control, and weight loss. An application of the theory of planned behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*, 49, 843-851.

원고 접수: 2001. 9. 28일

수정원고 접수: 2001. 10. 10일

게재 결정: 2001. 10. 15일

Sentyrz, S. M. & Bushman B. J. (1998). Mirror, mirror on the wall, Who's the thinnest one of all? effects of self-awareness on consumption of full-fat, reduced-fat, and no-fat products. *Journal of Applied Psychology*, 6, 944-949.

Sparks, O. & Shepherd, R. (1992). Self-identity and the theory of planned behavior: Assessing the role of identification with 'green consumerism'. *Social Psychology Quarterly*, 55, 388-399.

Stephen G. C., Steven P. D. & Spruill J. C. (1994) Public self-awareness and success-failure feedback as disinhibitors of restrained eating. *Basic and Applied Social Psychology*, 15(4), 509-521.

Tower, G. & Shepherd, T. (1992). Modification of Fishbein and Ajzen's theory of reasoned action to predict chip consumption. *Food Quality and Preference*, 3, 37-45.

Triandis, H. C. (1977). *Attitude and attitude change interpersonal behavior*. Monterey, CA: Brooks-Cole.

Zuckerman, M., & Reis, H. (1978). Comparison of three models for predicting altruistic behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*, 36, 498-510.

A Test of Model to Explaining Restrained Eating Behavior : Exploring the Modified theory of Planned Behavior Model

Min-Kyu, Rhee

Department of Clinical Psychology
Seoul National Mental Hospital

Doug-Woong, Hahn

Department of Psychology
Sungkyunkwan University

This study assessed the ability of the theory of planned behavior(TPB) to account for intention and behavior of restrained eating, comparing other alternative models. A sample of university students (N=636) was surveyed with questionnaire constructed to measure attitude toward behavior, subjective norms, perceived behavior control, self-focused attention, and behavior intention and restrained eating behavior. Results showed the substitution self-focused attention for perceived behavior led to the most significant increments in amount of explained variance in intentions and the most significant increments in restrained eating behavior, thereby supporting other model instead of TPB. An alternative model was suggested at the based on findings. The limitations of this study and future directions for further study were discussed.

key words : restrained eating behavior, theory of planned behavior, self-focused attention, eating behavior