

# 본 논문은 아래의 저작권 정책을 가지고 있으니, 이용에 참고하시기 바랍니다.

## • 저작권 정보 (Copyright Policy)

-학술지 발행기관

---

## • 재사용 정보 (CC License)



-저작자를 밝히면 자유로운 이용이 가능하지만 변경 없이 그대로 이용해야 합니다.

---

## • 셀프아카이빙 정보 (Author Self-Archiving)

-Gray : 검토 중 · 비공개 · 무응답 · 기타

---

## • 원문 접근 정보 (Reader Rights)

-이용자 접근정책 : CCL 유형에 따른 재사용 가능

-무료 DB : KCI

## 여성 청소년의 체형인식과 자살 위험: 범불안장애 경험의 매개효과와 성별 차이 검증\*

한 규 은<sup>†</sup>

상명대학교

본 연구는 청소년의 주관적 체형인식이 자살 관련 행동에 미치는 영향에서 범불안장애 경험의 매개효과와 성별의 조절된 매개효과를 검증하였다. 제20차 청소년건강행태조사(2024) 자료를 활용하여 전국 54,653명의 중·고등학생(남학생 51.4%, 여학생 48.6%)을 대상으로 Hayes의 Process Model 7을 통한 조절된 매개효과 분석을 실시하였다. 연구 결과, 주관적 체형인식은 범불안장애 경험을 매개로 자살 관련 행동에 영향을 미쳤으며, 이러한 매개효과는 성별에 따라 차별적으로 나타났다. 구체적으로 여학생의 경우 부정적 체형인식이 범불안장애 경험을 증가시켜 자살 관련 행동 위험을 높인 반면, 남학생에게서는 이러한 경로가 유의하지 않았다. 특히 실제 체중을 통제 후에도 주관적 체형인식의 효과가 여학생에게서만 유의하게 나타났으며, 이는 체형인식이 범불안장애를 매개로 자살 위험을 증가시키는 경로가 여성 청소년에게 특이적으로 작동함을 시사한다. 본 연구는 청소년 자살 예방을 위해 성별 특성을 고려한 차별화된 개입이 필요함을 제시하며, 특히 여학생 대상 프로그램에서는 체중 관리보다 건강한 체형인식 형성과 범불안장애에 대한 조기 개입이 중요함을 강조한다.

주요어 : 주관적 체형인식, 자살 관련 행동, 범불안장애 경험, 성별차이, 조절된 매개효과

\* 본 연구는 2024학년도 상명대학교 교내연구비(과제번호: 2024-A000-0118)의 지원을 받아 수행되었습니다.

† 교신저자: 한규은, 상명대학교, 서울시 중로구 홍지문로 2길 20, Tel: 02-2287-6162

E-mail: kyueun.han@smu.ac.kr

 Copyright © 2025, The Korean Society for Woman Psychology. This is an open-access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution-NonCommercial Licenses (<https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0>) which permits unrestricted non-commercial use, distribution and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

청소년기는 급격한 신체적 변화와 함께 자아정체성이 형성되는 중요한 발달 시기로, 이 시기의 정신건강 문제는 전 생애에 걸쳐 지속적인 영향을 미친다(Sawyer et al., 2018). 특히 자살은 전 세계적으로 청소년 사망의 주요 원인 중 하나로, 우리나라 청소년 자살률은 OECD 국가 중 상위권을 차지하고 있어 심각한 사회적 문제로 대두되고 있다. 이러한 상황에서 청소년 자살의 위험 요인을 규명하고 예방 전략을 개발하는 것은 공중보건학적으로 시급한 과제가 되었다.

청소년 자살 위험 요인 중에서도 체형 인식과 관련된 문제는 최근 특별한 주목을 받고 있다. 청소년기는 신체적 성숙과 함께 외모에 대한 관심이 급격히 증가하는 시기로, 자신의 체형에 대한 인식이 정신건강에 미치는 영향이 크기 때문이다(Ricciardelli & McCabe, 2001). 특히 현대 사회의 외모 중심적 문화와 미디어의 이상적 신체상 전파는 청소년들로 하여금 자신의 체형에 대해 부정적으로 인식하게 만드는 주요 요인이 되고 있다(Thompson et al., 1999). 이러한 주관적 체형인식의 왜곡은 단순히 외모에 대한 불만족을 넘어 심각한 정신건강 문제로 이어질 수 있다는 점에서 우려를 낳고 있다.

그런데 체형 인식과 정신건강 문제의 관계는 성별에 따라 다른 양상을 보인다는 점에서 여성심리학적 관점에서의 접근이 필요하다. 사회문화적으로 여성에게 가해지는 외모 압력은 남성에 비해 훨씬 강력하고 지속적이며, 여성의 사회적 가치가 외모와 밀접하게 연결되어 평가받는 현실은 여성 청소년들을 체형 관련 스트레스에 더욱 취약하게 만든다(Fredrickson & Roberts, 1997). 이러한 현상은 소셜미디어 시대에도 지속되고 있다. 최근 연구

들은 Facebook과 Instagram 등의 소셜미디어 플랫폼이 여성 청소년들에게 더 강한 외모 압력을 가하며(Tiggemann & Slater, 2013; Fardouly et al., 2015; Fardouly et al., 2018), 특히 조작된 이미지에 노출될 경우 체형 불만족이 직접적으로 증가한다는 것을 보여준다(Kleemans et al., 2018). 이는 디지털 시대에도 여성의 사회적 가치가 외모와 밀접하게 연결되어 평가받는 현실이 지속되고 있음을 시사한다. 이러한 맥락에서 미디어에서 제시되는 극도로 마른 여성의 몸에 대한 이상화, 다이어트 문화의 확산, 그리고 외모를 통한 여성성 평가 등은 여성 청소년들이 자신의 체형에 대해 부정적으로 인식하게 만드는 구조적 요인들로 작용한다.

이러한 성별 차이는 단순한 개인적 선호의 문제가 아니라 사회구조적 불평등의 결과로 이해되어야 한다. 여성주의 심리학에서는 여성의 심리적 경험이 남성과 질적으로 다르며, 이러한 차이가 사회적으로 구성된 성역할과 권력 관계에서 비롯된다고 본다(Gilligan, 1993). 최근의 메타분석 연구들은 대부분의 심리적 변인에서 성별 간 유사성이 높지만, 특정 영역에서는 유의미한 차이가 존재함을 보여준다(Hyde, 2014; Zell et al., 2015). 특히 불안장애 영역에서는 여성이 남성보다 높은 유병률을 보이며, 외모 관련 스트레스에 더 민감하게 반응하는 성별 차이가 일관되게 관찰된다(McLean & Anderson, 2009). 따라서 여성 청소년의 체형 인식 문제를 개인적 병리로 접근하기보다는 사회문화적 맥락에서 이해하는 것이 중요하다. 특히 체형 인식이 정신건강에 미치는 영향의 성별 차이를 규명하는 것은 여성 특유의 심리적 취약성을 이해하고 적절한 개입 전략을 개발하는 데 필수적이다.

한편 체형 인식과 자살 관련 행동 간의 관계를 이해하기 위해서는 이들 사이를 연결하는 심리적 메커니즘을 규명하는 것이 중요하다. 본 연구에서는 여러 가능한 매개변인 중 불안장애, 특히 범불안장애에 주목하였으며, 이를 선택한 이론적 및 실증적 근거는 다음과 같다. 첫째, 발생 순서 측면에서 불안이 우울보다 선행하는 경향이 있다. Garber와 Weersing (2010)의 연구에 따르면, 아동기의 불안 증상과 장애는 청소년기와 성인 초기의 우울장애 발생을 예측하며, 특히 여성에게서 이러한 순차적 공존질환 패턴이 더 뚜렷하게 나타난다. 둘째, 소셜미디어와 체형인식 연구에서 외모에 대한 부정적 인식이 일차적으로 불안을 유발한다는 경로가 실증적으로 확인되었다. Fardouly와 동료들(2015)의 연구는 Facebook 사용이 외모 비교를 통해 불안을 증가시키고, 이것이 체형 불만족으로 이어지는 경로를 보여준다. 셋째, 아동·청소년에서 우울과 불안은 최대 75%에 달하는 높은 공존율을 보이며, 메타분석 연구에 따르면 불안이 우울 발병 위험을 증가시키는 경로가 우울이 불안을 예측하는 경로보다 더 강하고 일관되게 나타남을 보였다(Cummings et al., 2014). 넷째, 본 연구에서 분석에 활용된 한국 청소년건강행태조사에서 GAD-7 척도를 사용하여 범불안장애를 측정하고 있어 자료의 활용 가능성을 고려하였다.

이러한 이론적 배경을 바탕으로, 체형에 대한 부정적 인식은 외모에 대한 지속적인 걱정과 불안을 유발하며, 이러한 불안이 일반화되어 범불안장애로 발전할 수 있다(Kostanski & Cullone, 1998). 범불안장애는 다양한 상황에서 지속적이고 과도한 걱정을 특징으로 하는 불안장애로, 청소년기에 흔히 나타나는 정신건강 문제 중 하나이다(Merikangas et al., 2010).

특히 여성 청소년의 경우 체형 관련 불안이 일상생활 전반에 대한 불안으로 확산되는 경향이 있으며, 이러한 만성적 불안 상태는 절망감과 무력감을 증가시켜 궁극적으로 자살 관련 행동의 위험을 높일 수 있다(Vannucci & Channessian, 2018).

그러나 기존 연구들은 대부분 성별을 단순한 통제변인으로 처리하거나 남녀를 통합한 일반적 모델 제시에 한정되어 있다. 이러한 접근 방식은 여성의 고유한 경험과 취약성을 충분히 반영하지 못하며, 성별 특이적 개입 전략 개발에 제약을 가한다. 여성심리학적 관점에서 볼 때, 여성 청소년의 체형 인식과 정신건강 문제는 남성과 질적으로 상이한 양상을 나타낼 개연성이 높으며, 이러한 성별 차이에 대한 체계적 규명이 요구된다. 이러한 문제는 구체적인 연구 사례들을 통해서도 확인할 수 있다. 예를 들어, Tiggemann과 Slater(2013)의 연구는 소셜미디어 사용과 체형 관련 우려 간의 관계를 규명하였으나 성별 차이에 대한 심층적 분석이 부족하였으며, Fardouly와 동료들(2015)의 연구 역시 Facebook 사용이 체형 불만족에 미치는 영향을 확인하였으나 매개 메커니즘에서의 성별 차이를 규명하지 못하였다. 더 나아가, 기존의 국외 연구들은 주로 서구 청소년을 대상으로 수행되어 한국 청소년이 경험하는 문화적 특성과 K-beauty, K-pop 등의 고유한 사회문화적 맥락을 충분히 반영하지 못하는 한계를 지닌다.

또한 기존 연구들은 주로 객관적 체중이나 체질량지수(BMI)에 초점을 맞춘 경우가 많았으나, 실제로는 객관적 신체 지표보다 주관적 체형 인식이 정신건강에 더 중요한 영향을 미칠 수 있다는 점이 주목받고 있다(Cash & Smolak, 2011). 특히 여성의 경우 사회적으로

구성된 이상적 신체상과 자신의 체형을 비교하면서 형성되는 주관적 인식이 정신건강에 미치는 영향이 클 것으로 예상된다. 이는 여성의 신체 경험이 객관적 현실보다는 사회적 담론과 문화적 기대에 의해 더 강하게 영향받는다라는 여성주의 이론과 일치한다.

이러한 이론적 배경과 실증적 필요에 따라, 본 연구는 한국 청소년의 주관적 체형인식이 자살 관련 행동에 미치는 영향에서 범불안장애 경험의 매개효과와 성별의 조절된 매개효과를 검증하고자 한다. 구체적으로 주관적 체형인식이 범불안장애 경험을 통해 자살 관련 행동에 영향을 미치는 경로가 성별에 따라 다르게 나타나는지를 탐구하였다. 이를 통해 여성 청소년 정신건강의 성별 특이적 위험 요인을 규명하고, 여성주의적 관점에서의 개입 전략 개발에 기여하고자 한다.

본 연구는 질병관리청에서 실시한 전국 54,653명의 중·고등학생을 대상으로 한 제20차 청소년건강행태조사(2024) 데이터를 활용하여 여성 청소년의 정신건강 위험 요인을 실증적으로 검증하고, 성별 특성을 고려한 개입 전략을 제안한다. 이를 통해 여성 청소년에게 특이적으로 나타나는 체형인식-범불안장애-자살 관련 행동의 위험 경로를 실증적으로 규명하고, Hayes Process Model 7을 통한 조절된 매개효과 분석을 통해 성별에 따른 차별적 개입 전략 개발에 기여하고자 하였다. 본 연구의 연구문제는 다음과 같다.

**연구문제 1:** 청소년의 주관적 체형인식은 범불안장애 경험 및 자살 관련 행동과 유의한 정적 상관관계를 보이는가?

**연구문제 2:** 범불안장애 경험은 주관적 체형인식과 자살 관련 행동 간의 관계를 매개하

는가?

**연구문제 3:** 주관적 체형인식이 범불안장애 경험에 미치는 영향에서 성별의 조절효과가 유의한가?

### 청소년의 체형 인식과 정신건강의 관계

청소년기의 체형 인식은 단순한 신체 이미지의 문제를 넘어 정신건강의 핵심적 결정요인으로 작용한다. Cash와 Pruzinsky(2002)의 이론에 따르면, 체형 인식은 인지적, 정서적, 행동적 차원을 포괄하는 다차원적 구성개념으로, 개인의 전반적인 심리적 안녕감에 깊은 영향을 미친다. 특히 청소년기는 신체적 성숙과 더불어 자아개념이 형성되는 결정적 시기로, 이 시기의 부정적 체형 인식은 장기적인 정신건강 문제로 이어질 가능성이 높다(Levine & Smolak, 2002).

체형 인식과 자살 위험의 관계는 국내외 연구에서 일관되게 보고되고 있다. Crow와 동료들(2008)의 미국 청소년 2,516명을 대상으로 한 종단연구에서는 날씬해지기 위한 심각한 체중조절의 시도가 5년 후 자살 시도의 유의한 예측인자임을 밝혔다. 특히 주목할 점은 이러한 관계가 우울증상을 통제한 후에도 유지되었다는 것으로, 체형 인식이 자살 위험의 독립적 위험요인임을 시사한다.

Stice(2002)의 이중경로모델은 체형 불만족이 정신건강 문제로 이어지는 메커니즘을 설명하는 주요 이론적 틀을 제공한다. 이 모델에 따르면, 사회문화적 압력과 마른 이상형의 내재화는 체형 불만족을 유발하고, 이는 부정정서의 증가와 부적응적 행동으로 이어진다. 특히 청소년기에는 또래 비교와 사회적 수용에 대한 욕구가 높아 이러한 경로가 더욱 강화될

수 있다(Jones, 2004).

#### 체형 인식과 정신건강 문제에서의 성별 차이

체형 인식이 정신건강에 미치는 영향은 성별에 따라 상이한 양상을 나타낸다. 이러한 성별 차이를 체계적으로 이해하기 위해서는 자기객체화의 개념적 틀을 고찰할 필요가 있다. 자기객체화는 Fredrickson과 Roberts(1997)의 객체화 이론에서 제시된 핵심 구성개념으로, 개인이 타자(특히 남성)의 관찰자적 시각을 내재화하여 자신의 신체를 외적으로 지각 가능한 속성들(외모, 성적 매력도 등)을 중심으로 평가하는 인지적 과정을 지칭한다. 즉, 여성이 사회문화적으로 구성된 남성적 응시를 자기 지각의 준거틀로 수용함으로써 자신의 신체를 평가와 감시의 객체로 인식하게 되는 현상으로 개념화할 수 있다. 객체화 이론(Fredrickson & Roberts, 1997)에 의하면, 여성은 남성에 비해 외모에 대한 사회적 감시와 평가에 더욱 빈번하게 노출되며, 이러한 사회문화적 조건이 자기객체화를 촉진하는 주요 기제로 작용한다. 이러한 자기객체화는 지속적인 신체 감시, 신체 수치심, 그리고 내적 신체 감각에 대한 인식 저하와 같은 심리적 결과를 초래하며, 궁극적으로 우울, 섭식장애, 성기능장애 등의 다양한 정신건강 문제로 이어지는 핵심적 매개 기제로 기능한다.

Tiggemann과 Slater(2013)가 13-15세 여학생 1,087명을 대상으로 소셜미디어 사용과 체형 관련 우려의 관계를 조사한 결과, 페이스북 사용 시간이 많을수록 체형 감시, 객체화, 마른 이상형의 내재화, 체형 비교가 증가하는 것을 발견하였다. 특히 Facebook 사용자들이 비사용자보다 모든 체형 관련 우려 측도에서

유의하게 높은 점수를 나타냈다. 이러한 결과는 소셜미디어 플랫폼이 마른 이상형과 외모 비교의 기회를 제공함으로써 여성 청소년의 체형 관련 우려를 증가시키는 사회문화적 매체로 작용함을 시사한다. 한편, 남학생을 대상으로 한 종단 연구에서는 Facebook 사용과 신체 불만족 간의 직접적인 연관성은 나타나지 않았으나, 수동적 Facebook 사용이 이후 외모 비교 행동을 증가시키고, 이 비교 행동이 다시 신체 불만족을 예측하는 간접 경로가 확인되었다(Rousseau et al., 2017). 이러한 결과는 디지털 시대에도 여성 청소년이 외모에 대한 사회문화적 압력에 더 취약하게 노출되고 있음을 시사한다.

국내에서도 청소년의 체형 불만족과 성별 간 차이를 다룬 연구들이 일치되는 결과를 보여주고 있다. 예를 들어, 박우철(2020)은 한국 청소년패널조사(KYPS)를 활용한 종단 연구를 통해, 여학생이 남학생보다 유의하게 높은 수준의 체형 불만족을 경험하며, 이러한 불만족이 자존감 저하로 이어지는 쌍방향적 순환 관계가 형성된다고 보고하였다. 특히 여학생의 경우, 체형에 대한 부정적 인식이 자존감에 미치는 영향은 초기부터 지속적으로 나타났으나, 자존감이 체형 인식에 영향을 주는 역방향 경로는 상대적으로 늦게 나타나는 것으로 확인되었다. 이러한 성별 차이는 여학생이 남학생보다 체형 관련 사회문화적 압력에 더 민감하게 반응함을 시사한다(박우철, 2020).

Rodin, Silberstein, Striegel-Moore(1984)가 제안한 규범적 불만족은 체형 불만족이 여성에게 있어 너무나 일반화된 경험이 되어, 오히려 자신의 체형에 만족하는 것이 비정상적으로 간주되는 현상을 지적한다. 30여 년이 지난 현재, 이러한 현상은 한국을 포함한 아시아

문화권에서도 유사하게 관찰된다. 특히 K-pop과 K-beauty의 세계화는 한국 여성에게 더욱 엄격한 외모 기준을 내면화시키고 있으며, 이는 청소년 및 청년 여성들의 체형 비교와 불만족을 심화시키는 주요 요인으로 작용하고 있다(Hwang, 2024). 이러한 외모 중심적 문화는 단순한 미적 추구를 넘어 자존감, 정신건강, 심지어 자기연민에도 부정적 영향을 미칠 수 있음을 시사한다.

### 범불안장애 경험의 매개효과와 성별의 조절된 매개효과

청소년의 체형 인식과 자살 관련 행동 사이에서 범불안장애(Generalized Anxiety Disorder, GAD)는 중요한 매개변인으로 작용할 수 있다. 체형에 대한 부정적 인식은 외모 평가에 대한 지속적인 걱정을 유발하며, 이는 일상생활 전반에 걸쳐 만성적인 불안으로 확산될 수 있다. 이러한 상태는 절망감, 자기비하, 그리고 무기력감을 증가시켜 궁극적으로 자살 관련 행동 위험을 높이는 경로로 이어질 수 있다(Brausch & Muehlenkamp, 2007).

Vannucci와 동료들(2018)은 3년 간의 종단 연구를 통해, 기저 시점의 체형 불만족이 범불안장애, 사회불안장애, 공황장애 등 다양한 불안 증상을 예측함을 밝혀냈다. 이들의 연구는 외모에 대한 부정적 인식이 단기적 스트레스를 넘어, 만성적이고 복합적인 불안 상태로 발전할 수 있는 근거를 제시하였다.

성별은 이러한 경로에서 조절변인으로 작용할 수 있다. 기존 연구들은 여성 청소년이 체형에 대한 불안에 더 민감하며, 사회적 맥락에서의 외모 평가에 취약하게 반응한다는 점을 보고해 왔다(e.g., Kim, 2009). Kim(2009)에

따르면 외모에 대한 불안이 사회적 불안, 자살과 관련된 생각으로 일반화되는 경향이 남성보다 여성에서 더 강하게 나타나며, 이는 사회문화적으로 강화된 여성의 외모 중심적 평가 환경과 관련이 있다.

Brausch와 Muehlenkamp (2007)는 체형 이미지가 청소년의 자살 위험에 미치는 영향을 확인하였으나 체형 이미지가 청소년의 자살과 관련된 행동에 미치는 영향에서 성별 차이는 발견되지 않았다. 그러나 이는 성별 차이의 부재를 의미하는 것이 아니라, 기존 연구들이 성별이 작용하는 구체적 메커니즘을 충분히 탐구하지 못했을 가능성을 시사한다. 실제로 체형 관련 스트레스와 정신건강의 관계에서 성별 차이는 일관되게 보고되어 왔으나(McLean & Anderson, 2009), 이러한 차이가 어떤 심리적 경로를 통해 나타나는지에 대한 체계적 검증은 여전히 부족한 상황이다.

이에 본 연구는 기존 연구의 한계를 극복하기 위해 다음과 같은 차별화된 접근을 시도하였다. 첫째, 기존 연구들이 성별을 단순한 통제변수로 처리하거나 남녀를 통합하여 분석한 것과 달리, 본 연구는 성별이 체형인식과 자살 관련 행동 간의 매개 경로에서 조절변인으로 작용한다는 가설을 검증하였다. 이는 단순한 성별 차이 확인을 넘어 여성 청소년에게 특이적으로 나타나는 위험 경로를 규명함으로써 성별 맞춤형 개입 전략의 이론적 근거를 제공한다는 점에서 의의를 갖는다.

둘째, 한국 청소년을 대상으로 한 대규모 실증 연구를 통해 K-beauty, K-pop 등 한국 고유의 사회문화적 맥락에서 나타나는 체형인식과 정신건강의 관계를 규명하고자 하였다. 이는 주로 서구 청소년을 대상으로 수행된 기존 연구의 문화적 한계를 보완하는 동시에, 한국



그림 1. 연구모형

적 맥락에서의 실증적 근거를 제공한다는 점에서 중요한 의미를 갖는다.

구체적으로 본 연구는 한국 청소년을 대상으로 주관적 체형 인식이 자살 관련 행동에 미치는 영향에서 범불안장애 경험의 매개효과와 성별의 조절효과를 통합적으로 검증하고자 하였다. 특히 여성주의 심리학적 관점에서 여성 청소년의 외모 관련 정신건강 취약성을 실증적으로 규명함으로써, 성별 특화 개입 전략 수립에 필요한 기초자료를 제공하고자 하였다. 본 연구에서 검증하고자 하는 연구모형은 그림 1에 제시되어 있다.

## 방 법

### 연구 참가자 및 설문방법

본 연구는 질병관리청 만성질환관리국 건강영양조사분석과에서 제공하는 공공데이터를 활용하여 분석을 수행하였다. 이 데이터는 우리나라 청소년(중·고등학생)의 건강행태 현황을 파악하여 청소년 건강증진사업 계획 및 평가를 위한 기초자료를 제공하고, 국제비교를 위한 청소년 보건지표 및 관련 분야의 기초연구자료를 제공하는 목적으로 수집되었다.

연구 참가자는 2024년 전국 17개 시·도의 중학교 및 고등학교 각 400개교(총 800개교)에

재학 중인 학생들로, 학교당 학년별 1개 학급, 약 6만 명이 조사에 참여하였다. 본 연구에서 활용한 제20차 청소년건강행태조사는 2024년 6월부터 7월까지 실시되었으며, 매년 정기적으로 수행되는 국가승인통계이다. 조사 내용은 흡연, 음주, 신체활동, 식생활, 비만 및 체중조절, 정신건강, 손상 및 안전의식, 구강건강, 개인위생, 성행태, 아토피·천식, 약물, 인터넷중독, 건강형평성, 폭력 등 15개 영역, 총 106개 문항으로 구성되었으나, 본 연구에서는 주관적 체형인식, 범불안장애, 자살 관련 행동, 그리고 성별, 연령, 실제 체중 관련 문항을 분석에 사용하였다.

조사에 참여한 학생 중 남학생은 28,090명(51.4%), 여학생은 26,563명(48.6%)이었으며, 평균 연령은 14.89세(SD=1.76)였다. 학교급별 분포를 살펴보면 중학생이 29,087명(53.2%)으로 가장 많았고, 일반계고 학생이 20,986명(38.4%), 특성화계고 학생이 4,139명(7.6%)이었다. 본 연구는 정부 및 공공기관에서 제공한 비식별화된 공개 데이터를 활용하였으며, 「생명윤리 및 안전에 관한 법률」 및 관련 가이드라인에 따라 인간대상연구에 해당하지 않아 기관생명윤리위원회(IRB) 심의를 생략하였다. 이 연구에 사용된 마이크로데이터는 청소년건강행태조사 누리집(<http://www.kdca.go.kr/yhs/>)에 공개되어 있어 누구나 접근 가능하다.

### 변인

본 연구에서는 주관적 체형인식, 자살 관련 행동, 범불안장애 경험 그리고 성별, 연령, 실제 체중 등의 인구통계학적 정보가 변인으로 사용되었다.

### 주관적 체형인식

주관적 체형인식은 개인이 자신의 체형에 대해 갖는 주관적 평가를 측정하기 위해 사용되었다. 이는 “자신의 체형이 어떻다고 생각합니까?”라는 단일 문항으로 측정되었으며, 5점 리커트 척도로 구성되었다. 응답 범주는 ① 매우 마른 편이다, ② 약간 마른 편이다, ③ 보통이다, ④ 약간 살이 찐 편이다, ⑤ 매우 살이 찐 편이다로 제시되었다. 점수가 높을수록 자신의 체형을 더 살이 찐 편으로 인식함을 의미한다. 본 변인은 객관적인 신체 지표와는 독립적으로 개인의 주관적 체형 지각을 평가하는 것으로, 실제 체중이나 체질량지수와는 구별되는 심리적 구성개념이다. 이러한 주관적 체형인식은 청소년의 신체상 및 자아 개념 형성에 중요한 영향을 미치는 변인으로 알려져 있어 본 연구의 핵심 독립변인으로 설정되었다.

### 자살 관련 행동

자살 관련 행동은 자살생각, 자살계획, 자살시도의 세 가지 차원을 포괄하는 복합 변인으로 측정되었다. 이는 최근 12개월을 기준으로 한 세 개의 이분형 문항으로 구성되었다. 첫 번째 문항은 “최근 12개월 동안, 심각하게 자살을 생각한 적이 있었습니까?”, 두 번째 문항은 “최근 12개월 동안, 자살하기 위해 구체적인 계획을 세운 적이 있었습니까?”, 세 번째 문항은 “최근 12개월 동안, 자살을 시도한 적이 있었습니까?”였다. 각 문항은 ① 최근 12개월 동안 없다, ② 최근 12개월 동안 있다는 이분형 척도로 측정되었으며, 본 연구에서는 각 문항의 응답을 없음(0점), 있음(1점)으로 재코딩하여 세 문항의 합산 점수를 산출하였다. 따라서 자살 관련 행동 변인의 점수 범위는

0점에서 3점까지이며, 점수가 높을수록 더 다양하고 심각한 수준의 자살 관련 행동을 경험했음을 의미한다. 본 연구에서 자살 관련 행동 척도의 내적 타당도(Cronbach's  $\alpha$ )는 .649로 나타났다. 이러한 측정 방식은 자살 관련 행동의 연속성과 심각도를 동시에 반영하는 접근법으로, 본 연구의 종속변인으로 설정되었다.

### 범불안장애 경험

범불안장애 경험은 GAD-7(Generalized Anxiety Disorder 7-item scale)을 기반으로 한 7개 문항으로 측정되었다. 응답자들은 “지난 2주 동안, 다음의 문제들로 인해서 얼마나 자주 방해를 받았습니까?”라는 질문에 대해 각 증상별로 응답하였다. 측정 문항은 1) 초조하거나 불안하거나 조마조마하게 느낀다, 2) 걱정하는 것을 멈추거나 조절할 수가 없다, 3) 여러 가지 것들에 대해 걱정을 너무 많이 한다, 4) 편하게 있기가 어렵다, 5) 너무 안절부절 못해서 가만히 있기가 힘들다, 6) 쉽게 짜증이 나거나 쉽게 성을 내게 된다, 7) 마치 끔찍한 일이 생길 것처럼 두렵게 느껴진다고 구성되었다.

각 문항은 4점 리커트 척도(① 전혀 방해받지 않았다, ② 며칠 동안 방해받았다, ③ 7일 이상 방해받았다, ④ 거의 매일 방해받았다)로 평정되었으며, 점수가 높을수록 범불안장애 증상이 심각함을 의미한다. 본 연구에서 범불안장애 경험 척도의 내적 타당도(Cronbach's  $\alpha$ )는 .909로 나타나 높은 신뢰도를 보였다. 이 척도는 본 연구에서 주관적 체형인식과 자살 관련 행동 간의 관계를 매개하는 변인으로 설정되었다.

### 인구통계학적 정보

본 연구의 인구통계학적 변인으로는 성별, 연령, 거주지역, 신체정보 등이 수집되었다. 성별은 남성과 여성으로 측정되었으며, 기타 성별에 대한 선택지는 포함되지 않았다. 표본 추출 과정에서 성별과 학교급(중학교/고등학교)은 비율에 따라 균형을 맞춘 표본 수 모집을 적용하였다. 연령은 만 나이로 수집되었으며, 거주지역은 17개 시도(강원, 경기, 경남, 경북, 광주, 대구, 대전, 부산, 서울, 세종, 울산, 인천, 전남, 전북, 제주, 충남, 충북)로 분류되어 수집되었다.

신체정보로는 키와 몸무게가 측정되었으며, 이 중 실제 몸무게는 주관적 체형인식과 구별되는 객관적 지표로서 통제변인으로 활용되었다. 이는 실제 체중의 영향을 배제하고 주관적 체형인식 자체가 종속변인에 미치는 순수한 효과를 검증하기 위함이었다. 또한 응답자의 가구원 구성과 국적 등의 기본적인 사회인구학적 정보가 함께 수집되어 연구의 맥락적 정보를 제공하였다.

### 자료 분석

자료 분석은 SPSS 28.0과 SPSS PROCESS Macro(v.4.2)를 이용하여 다음과 같은 절차로 진행되었다. 먼저, 주관적 체형인식, 범불안장애 경험, 자살 관련 행동에 대한 기술 통계치와 변인 간의 상관관계를 확인하였다. 또한, one-way ANOVA 분석을 통해 각 변인에 대해 성별 차이가 존재하는지 확인하였다. 다음으로, 주관적 체형인식과 자살 관련 행동 간의 관계에서 범불안장애 경험의 매개효과를 검증하기 위해 다중 회귀분석을 실시하였다. 이때, SPSS PROCESS Macro를 이용하여 부트스트래핑

(bootstrapping) 방법으로 매개효과의 유의성을 검증하였다. 이어서, 범불안장애 경험에 대한 성별과 주관적 체형인식의 상호작용 효과를 알아보기 위해 다중 회귀분석을 실시하였다. 마지막으로, 주관적 체형인식, 범불안장애 경험, 자살 관련 행동 간의 관계에서 성별의 조절된 매개효과를 검증하기 위해 PROCESS Macro의 Model 7 분석 방법을 활용하였으며, 통계적 유의성은 부트스트래핑과 Johnson-Neyman 기법을 통해 확인하였다(Hayes & Scharkow, 2013). 모든 분석에서 통제변인으로 연령과 실제 체중을 포함하여 주관적 체형인식의 순수한 효과를 검증하였다.

## 결 과

### 주요 변인 간 상관관계

성별(남 = 1, 여 = 2)을 살펴보면, 여학생이 남학생보다 자신의 체형을 더 통통하다고 인식하며( $r = .069, p < .001$ ), 자살 관련 행동을 더 많이 경험하는 것으로 나타났다( $r = .092, p < .001$ ). 또한 여학생이 남학생보다 범불안장애를 더 많이 경험하는 것으로 확인되었다( $r = .178, p < .001$ ). 주관적 체형인식은 자살 관련 행동( $r = .040, p < .001$ )과 범불안장애 경험( $r = .043, p < .001$ )에 유의미한 정적 상관을 보였다(표 1 참조). 즉, 자신의 체형을 더 통통하다고 인식할수록 자살 관련 행동을 더 많이 경험하며, 범불안장애를 더 많이 경험하는 것을 알 수 있다. 이는 체형에 대한 부정적 인식이 자살 위험 및 불안 증상과 관련이 있다는 선행연구 결과들(Brausch & Muehlenkamp, 2007; Vannucci & Ohannessian,

표 1. 변인 간 상관분석 및 기술통계표 ( $N = 54,653$ )

	1	2	3	4
1. 성별	-			
2. 주관적 체형인식	.069 <sup>***</sup>	-		
3. 자살 관련 행동	.092 <sup>***</sup>	.040 <sup>***</sup>	-	
4. 범불안장애 경험	.178 <sup>***</sup>	.043 <sup>***</sup>	.403 <sup>***</sup>	-
<i>M</i>	1.486	3.15	0.204	1.635
<i>SD</i>	0.5	1.005	0.571	0.677

<sup>\*\*\*</sup>  $p < .001$

2018)을 지지하는 것으로, 본 연구에서도 이러한 관계가 한국 청소년 집단에서 재확인되었다.

마지막으로, 범불안장애의 경험은 자살 관련 행동과 강한 정적 상관을 나타냈다( $r = .403, p < .001$ ). 범불안장애 증상을 더 많이 경험할수록 자살 관련 행동을 더 많이 보이는 것으로 밝혀졌다.

#### 주요 변인의 성별 차이 분석

주요 변인들의 성별 간 차이를 확인하기 위해 일원분산분석(One-way ANOVA)을 실시한 결과(표 2 참조), 주관적 체형인식( $F(1, 54651)$

$= 261.545, p < .001, \eta^2 = .005$ ), 자살 관련 행동( $F(1, 54651) = 464.026, p < .001, \eta^2 = .008$ ), 범불안장애 경험( $F(1, 54651) = 1786.826, p < .001, \eta^2 = .032$ ) 모든 변인에서 여학생이 남학생보다 유의하게 높은 수준을 보였다. 이러한 성별 차이의 효과 크기를 Cohen's  $d$ 로 환산하여 Aguinis 등(2005)의 기준에 따라 해석하면, 주관적 체형인식( $d = 0.15$ )과 자살 관련 행동( $d = 0.18$ )에서는 작은 효과 크기( $d = 0.20$  미만), 범불안장애 경험( $d = 0.36$ )에서는 중간 정도의 효과 크기( $d = 0.20-0.80$ )를 나타내어, 범불안장애 영역에서 성별 차이가 가장 두드러지게 나타났다.

표 2. 성별에 따른 주요 변인들의 평균 차이

변인	<i>M(SD)</i>		<i>F</i>
	남( $n = 28,090$ )	여( $n = 26,563$ )	
주관적 체형인식	3.09(1.062)	3.23(.936)	261.545 <sup>***</sup>
자살 관련 행동	.153(.499)	.258(.634)	464.026 <sup>***</sup>
범불안장애 경험	1.518(.623)	1.759(.710)	1786.826 <sup>***</sup>

<sup>\*\*\*</sup>  $p < .001$

범불안장애의 매개효과 검증

주관적 체형인식이 자살 관련 행동에 미치는 영향에서 범불안장애 경험의 매개효과를 검증하기 위해 Hayes(2022)의 PROCESS Model 4를 활용하여 부트스트래핑 분석을 실시하였다. 연령과 실제 체중을 통제변인으로 포함한 분석 결과(표 3 참조), 주관적 체형인식은 범불안장애 경험에 유의한 정적 영향을 미쳤다( $B = .086, t = 23.18, p < .001$ ). 또한 범불안장애 경험은 자살 관련 행동에 유의한 정적 영향을 미치는 것으로 나타났다( $B = .335, t = 100.40, p < .001$ ).

주목할 점은 실제 체중이 자살 관련 행동에 미치는 영향이 통계적으로 유의하지 않았다는 것이다( $B = .000, t = .68, p = .495$ ). 이는 객관적인 신체 지표보다는 개인이 자신의 체형

에 대해 갖는 주관적 인식이 정신건강에 더 중요한 영향을 미친다는 기존 이론들(Cash & Smolak, 2011)을 지지하는 결과로 해석된다.

주관적 체형인식이 자살 관련 행동에 미치는 직접효과는 유의하였으며( $B = .011, t = 3.96, p < .001$ ), 범불안장애 경험을 통한 간접효과는  $B = .029$ 로 나타났고 부트스트래핑을 통한 95% 신뢰구간[.026, .031]이 0을 포함하지 않아 간접효과가 통계적으로 유의함을 확인하였다. 이러한 결과는 주관적 체형인식이 자살 관련 행동에 미치는 영향에서 범불안장애 경험이 부분매개 역할을 한다는 것을 의미한다. 즉, 청소년이 자신의 체형을 더 통통하다고 인식할수록 범불안장애 증상이 증가하고, 이는 궁극적으로 자살 관련 행동의 위험을 높이는 것으로 해석된다.

표 3. 범불안장애 경험의 매개효과 검증

경로	B	SE	t	95% CI
모형 1: 주관적 체형인식 → 범불안장애 경험				
주관적 체형인식	0.086	0.004	23.18***	[.078, .093]
연령	0.027	0.002	15.63***	[.024, .031]
실제 체중	-0.007	0	-26.36***	[-.008, -.007]
모형 2: 주관적 체형인식, 범불안장애 경험 → 자살 관련 행동				
주관적 체형인식	0.011	0.003	3.96***	[.006, .017]
범불안장애 경험	0.335	0.003	100.40***	[.328, .341]
연령	-0.012	0.001	-9.10***	[-.015, -.010]
실제 체중	0	0	0.68	[-.000, .001]
직접효과 및 간접효과				
직접효과	0.011	0.003	3.96***	[.006, .017]
간접효과	0.029	0.001		[.026, .031] <sup>a</sup>

주. 연령과 실제 체중이 통제변인으로 포함됨; a 부트스트래핑 95% 신뢰구간(5,000회 반복추출);

\*\*\*  $p < .001$

주관적 체형인식, 범불안장애 경험과 자살 관련 행동의 관계에서 성별의 조절된 매개효과

주관적 체형인식이 범불안장애 경험에 있어서 성별의 차이가 있는지를 파악하기 위해 Hayes(2022)의 PROCESS model 7을 활용하여 분석을 실시하였다. 분석 결과(표 4 참조), 성별은 범불안장애 경험에 유의미하게 영향을 미쳤다. 여학생의 경우 남학생보다 범불안장애 증상을 더 많이 경험하였으며( $t = 6.47, p < .001$ ), 범불안장애 경험에 대한 성별과 주관적 체형인식의 상호작용 효과 역시 유의미하였다( $t = 5.58, p < .001$ ). 또한, 범불안장애 증상을

더 많이 경험할수록 자살 관련 행동이 증가하는 것을 확인하였다( $t = 100.40, p < .001$ ). 즉, 주관적 체형인식은 범불안장애 경험을 통해 자살 관련 행동과 유의미한 관계를 맺고 있으며, 성별에 따라 이 효과가 조절되고 있음을 의미한다.

성별의 조절된 매개효과의 통계적 유의성을 검증하기 위해, 성별에 따른 간접효과의 유의미성을 부트스트래핑 방법으로 분석하였다(표 5 참조). 부트스트래핑 설정 횟수는 5,000번이었으며, Frazier와 동료들(2004)이 상호작용 효과의 적절한 해석을 위해 권장한 대로 비표준화 계수(B)를 비교하였다. 신뢰구간은 95%로

표 4. 조절된 매개효과 검증

	종속변인: 범불안장애 경험		
	비표준화 계수		<i>t</i>
	<i>B</i>	<i>SE</i>	
상수	1.212	0.038	31.65***
주관적 체형인식	-0.025	0.01	-2.51*
성별	0.127	0.02	6.47***
주관적 체형인식 × 성별	0.033	0.006	5.58***
연령	0.012	0.002	6.81***
실제 체중	-0.001	0.001	-1.39
	종속변인: 자살 관련 행동		
	비표준화 계수		<i>t</i>
	<i>B</i>	<i>SE</i>	
상수	-0.209	0.021	-10.15***
주관적 체형인식	0.011	0.003	3.96***
범불안장애 경험	0.335	0.003	100.40***
연령	-0.012	0.001	-9.10***
실제 체중	0.001	0.001	0.68

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

표 5. 성별에 따른 조절된 매개효과

	성별	조절변수의 각 수준별 조건부 간접효과			
		<i>boot</i> 간접효과	<i>boot</i> SE	<i>boot</i> LLCI	<i>boot</i> ULCI
범불안장애	남성	.003	.002	-.001	.006
경험	여성	.014	.002	.010	.018

*boot* LLCI=*boot* 간접효과의 95%신뢰구간 내에서의 하한 값, *boot* ULCI=*boot* 간접효과의 95%신뢰구간 내에서의 상한 값;

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

설정되었으며, 여학생의 신뢰구간에는 0이 포함되지 않아 통계적 유의성을 확인하였고, 남학생의 신뢰구간에는 0이 포함되어 통계적으로 유의하지 않았다. 이는 여학생의 경우 자신의 체형을 더 통통하다고 인식할수록 범불안장애 증상의 경험이 유의미하게 증가하였으나, 남학생의 경우 이러한 관계는 유의하지 않음을 의미한다.

따라서 주관적 체형인식, 범불안장애 경험, 그리고 자살 관련 행동 간의 매개 관계에서 성별이 범불안장애 경험을 조절할 것이라는 가설을 검증하였다. 이는 주관적 체형인식이 자살 관련 행동에 미치는 영향(직접효과)이 범불안장애 경험 의해 매개(간접효과)되며, 이러

한 간접효과의 크기가 여학생의 경우에만 크게 나타나는 것을 의미한다. 즉 여학생의 경우 자신의 체형을 통통하다고 인식할수록 범불안장애 증상을 경험하는 것이 증가하였으며 이는 자살 관련 행동의 위험을 높이는 것으로 해석된다. 남학생의 경우에는 주관적 체형인식의 정도가 범불안장애를 통해 자살 관련 행동에 영향을 미치지 않았다(그림 2 참조).

## 논 의

본 연구는 전국 규모의 대표성 있는 표본을 통해 청소년의 주관적 체형인식이 자살 관련 행동에 미치는 영향에서 범불안장애 경험의 매개효과와 성별의 조절된 매개효과를 실증적으로 검증하였다. 연구 결과는 기존의 이론적 가정들을 뒷받침하는 동시에 여성 청소년의 정신건강 이해에 중요한 시사점을 제공한다.

가장 주목할 만한 발견은 주관적 체형인식이 자살 관련 행동에 미치는 영향에서 범불안장애 경험이 유의한 부분매개 역할을 한다는 것이다. 이는 체형에 대한 부정적 인식이 직접적으로 자살 위험을 증가시키기보다는, 범불안장애 경험이라는 심리적 기제를 통해 간

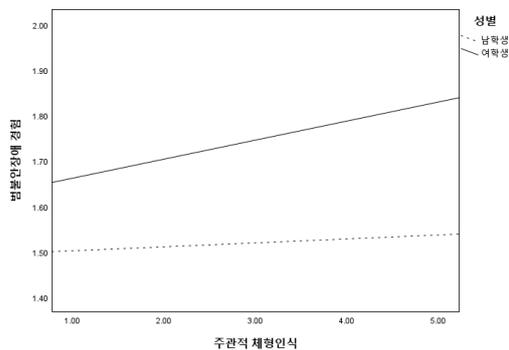


그림 2. 주관적 체형인식과 범불안장애 경험에서 성별의 조절효과

접적으로 영향을 미친다는 것을 의미한다. 이러한 결과는 Vannucci와 Ohannessian(2018)의 중단연구에서 체형 불만족이 시간 경과에 따라 불안 증상을 증가시킨다는 발견과 일치하며, 체형 인식과 자살 관련 행동 사이의 복잡한 심리적 경로를 보여준다. 특히 실제 체중이 자살 관련 행동에 미치는 영향이 통계적으로 유의하지 않았다는 사실은 Cash와 Smolak(2011)이 주장한 바와 같이 객관적 신체 지표보다 개인이 자신의 체형에 대해 갖는 주관적 인식이 정신건강에 더 중요한 영향을 미친다는 점을 실증적으로 확인한 것이다. 이러한 발견은 여성의 신체 경험을 이해하는 데 있어 객관적 현실보다 사회적으로 구성된 주관적 경험이 더 중요하다는 전통적인 여성주의 심리학의 관점(Fredrickson & Roberts, 1997)과 일치한다. 더욱 중요한 것은 이러한 매개 관계가 성별에 따라 다르게 나타난다는 점이다. 여학생의 경우에만 주관적 체형인식이 범불안장애 경험을 통해 자살 관련 행동에 영향을 미치는 경로가 유의하게 나타난 반면, 남학생에서는 이러한 관계가 확인되지 않았다. 이는 체형 관련 스트레스가 불안을 통해 자살 위험으로 이어지는 성별에 따라 다른 위험 경로가 존재함을 보여준다.

이러한 성별 차이는 McLean과 Anderson (2009)의 메타분석에서 여성이 남성보다 불안장애 유병률이 높으며, 특히 체형 관련 걱정이 촉발요인인 경우 이러한 성별 차이가 더욱 두드러진다는 발견과 일맥상통한다. 본 연구 결과는 여성 청소년이 체형 인식을 더 부정적으로 내재화하는 경향이 있으며, 이러한 요인이 불안 수준과 관련될 가능성을 시사한다. 다만, 자살 위험으로 이어지는 과정은 다차원적이며, 본 연구의 분석 모형이 모든 관련 변인

을 포함하지 않았음을 고려할 때, 외모 중심의 사회문화적 압력과 미디어 영향이 자살 관련 행동으로 직접 이어진다고 단정할 수 없다. 따라서 향후 연구에서는 이러한 관계를 보다 정교하게 규명하기 위한 추가 변인 및 매개 경로를 포함하는 모형 검증이 필요하다.

본 연구의 이론적 기여는 여성 청소년의 정신건강 관련 위험 요인을 성별에 따른 차이 관점에서 통계적으로 검증하고 탐색한 점에 있다. 기존 연구들이 주로 남녀를 통합한 모델을 제시한 것과 달리, 본 연구는 여성에게만 나타나는 고유한 위험 경로를 실증적으로 입증하였다. 이는 Gilligan(1993)이 주장한 바와 같이 여성의 심리적 경험이 남성과 질적으로 다르며, 성별을 고려하지 않은 일반화된 접근이 여성의 특수한 경험을 간과할 수 있다는 여성심리학의 핵심 주장을 뒷받침한다. 실제 체중의 영향을 통제한 상태에서도 주관적 체형인식의 효과가 여성에게서만 유의하게 나타난 것은, 여성의 신체 경험이 객관적 현실보다는 사회적으로 구성된 인식과 더 밀접하게 연관되어 있음을 시사한다.

이러한 이론적 발견은 실무적 측면에서도 중요한 함의를 갖는다. 여학생을 대상으로 한 상담 및 개입 시, 체형 인식과 관련된 우려뿐 아니라 불안 관련 경험을 함께 살펴보는 것이 중요할 수 있음을 시사한다. 따라서 인지행동 치료(CBT)와 같은 근거기반 치료에서 체형 관련 인지왜곡과 불안 증상을 동시에 다루는 통합적 접근이 필요하다. 또한 객관적 체중 관리보다는 주관적 체형 인식의 개선에 초점을 맞춘 개입이 더욱 중요함을 보여준다. 이는 기존의 체중 감량 중심 접근에서 벗어나 사회적으로 구성된 이상적 신체상에 대한 비판적

사고와 자기 수용을 강화하는 접근의 필요성을 강조한다.

특히 여학생들이 경험하는 체형 관련 스트레스를 개인적 문제가 아닌 사회구조적 문제로 인식할 수 있도록 돕는 것이 중요하다. 예를 들어, 상담에서는 의식화 작업을 통해 청소년이 자신의 외모 불안이 사회문화적 압력에서 비롯된 것임을 인식하도록 돕고, 역할연기나 집단 토론을 활용해 ‘외모 규범이 부여하는 의미’를 재구성할 수 있다(Worell & Remer, 2003). 또한, 학교나 지역사회 차원의 예방 교육에서는 Stice와 동료들(2006)의 인지부조화 기반 프로그램을 참고하여, 청소년들이 이상화된 신체상에 반대되는 입장을 토론하거나, 미디어 광고 분석 활동과 같은 비판적 사고 훈련을 실시함으로써 외모 관련 압력에 대해 거리두기를 연습할 수 있다. 이러한 개입은 개별 상담뿐 아니라 교실 기반 워크숍이나 온라인 프로그램 형태로도 실행 가능하다.

본 연구는 다음과 같은 제한점들을 지닌다. 첫째, 횡단적 연구설계의 특성상 변인 간 인과관계를 명확히 규명하는 데 한계가 있다. 청소년기 체형 인식의 변화가 불안과 자살 위험에 미치는 영향을 시간의 흐름에 따라 추적하는 종단연구가 필요하며, 청소년기 전반에 걸친 발달적 변화를 포착하는 연구가 요구된다. 둘째, 자기보고식 측정도구에 의존함으로써 사회적 바람직성 편향이 개입될 가능성을 배제할 수 없다. 체형과 자살이라는 민감한 주제의 특성상 이러한 편향이 더욱 강하게 작용했을 가능성이 있다. 셋째, 여성 청소년의 체형 인식 형성에 영향을 미치는 사회문화적 맥락 요인들을 충분히 포함하지 못하였다. 향후 연구에서는 미디어 노출 정도, 또래집단의

영향력, 가족 내 외모 중시 문화 등이 체형 인식에 미치는 영향을 체계적으로 탐구할 필요가 있다. 넷째, 본 연구에서 사용한 주관적 체형인식은 국가에서 제공하는 2차 자료의 단일 문항으로 측정되었기 때문에 내적 타당도와 같은 신뢰도 지표를 산출할 수 없었다. 이는 측정의 정밀성 측면에서 한계로 작용할 수 있으며, 향후 연구에서는 신뢰도가 검증된 다문항 적도의 사용이 요구된다. 다섯째, 자살 관련 행동을 단일 차원의 합산 점수로 처리함으로써 각 행동이 지닌 질적 차이와 심각도를 충분히 반영하지 못하였다. Nock 등(2008)이 제안한 다차원적 분류체계를 적용하여 여성 청소년 특유의 자살 관련 행동 양상을 보다 정교하게 포착하는 연구가 진행되어야 할 것이다. 또한, 본 연구는 자살 관련 행동이 최근 12개월 기준, 불안 증상이 최근 2주 기준으로 측정되어 두 변수 간 시간적 참조 범위가 상이하다는 한계가 있다. 이러한 차이는 원자료의 조사 설계에 기인하며, 동일한 시점에서 수집된 데이터를 활용했다는 점에서 분석의 의미는 유효하다. 그러나 향후 연구에서는 시간 기준이 일치하는 측정 도구를 사용함으로써 변수 간 관계를 보다 정밀하게 검증할 필요가 있다.

이러한 한계에도 불구하고 본 연구는 여성 청소년 정신건강 연구의 향후 방향성을 제시한다는 점에서 의의를 지닌다. 후속 연구에서는 여성주의적 관점을 토대로 개발된 체형 인식 개선 프로그램과 범불안장애 관리 프로그램을 통합한 개입이 실제로 자살 위험 감소에 효과적인지 검증할 필요가 있다. 나아가 예방적 관점에서 여성 청소년의 체형 인식 형성에 영향을 미치는 사회문화적 환경을 개선하기 위한 정책적 방안을 모색하는 연구가 요

구된다.

종합하면, 본 연구는 여성 청소년의 주관적 체형인식과 자살 관련 행동 간의 관계에서 성별에 따른 차별적 위험 경로를 실증적으로 확인함으로써 여성 청소년 정신건강에 대한 이해를 확장하였다. 무엇보다 범불안장애 경험이 여성 청소년에게서만 유의미한 매개 역할을 한다는 발견은 성별 특성을 고려한 차별화된 예방 및 개입 전략 수립의 필요성을 시사한다. 이는 여성의 고유한 심리적 경험을 인정하고, 사회구조적 압력에 대한 비판적 성찰과 자기 수용 능력을 향상시키는 여성주의적 접근의 타당성을 뒷받침하는 결과이다. 본 연구의 결과는 여성 청소년 자살 예방을 위한 정책 수립과 실천 현장에서 성별 특이적 위험요인을 고려한 맞춤형 개입의 중요성을 부각시키며, 여성 청소년의 정신건강 증진을 위한 실증적 토대를 제공한다.

### 참고문헌

- 박우철. (2020). 후기 아동기 및 초기 청소년의 신체상불만족과 자존감: 종단적 패널 연구. *Human Ecology Research*, 58(2), 163-176. <https://doi.org/10.6115/fer.2020.012>
- Aguinis, H., Beaty, J. C., Boik, R. J., & Pierce, C. A. (2005). Effect size and power in assessing moderating effects of categorical variables using multiple regression: a 30-year review. *Journal of applied psychology*, 90(1), 94-107. <https://doi.org/10.1037/0021-9010.90.1.94>
- Brusch, A. M., & Muehlenkamp, J. J. (2007). Body image and suicidal ideation in adolescents. *Body image*, 4(2), 207-212. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2007.02.001>
- Carlson Jones, D. (2004). Body image among adolescent girls and boys: a longitudinal study. *Developmental psychology*, 40(5), 823-835. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.40.5.823>
- Cash, T. F., & Smolak, L. (2011). Understanding body images: Historical and contemporary perspectives. In T. F. Cash & L. Smolak (Eds.), *Body image: A handbook of science, practice, and prevention* (2nd ed., pp. 3-11). The Guilford Press.
- Cash, T. F., & Pruzinsky, T. (2002). *Body image: A handbook of theory, research, and clinical practice*. Guilford Press.
- 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), 887-892. <https://doi.org/10.1037/a0012783>
- Cummings, C. M., Caporino, N. E., & Kendall, P. C. (2014). Comorbidity of anxiety and depression in children and adolescents: 20 years after. *Psychological Bulletin*, 140(3), 816-845. <https://doi.org/10.1037/a0034733>
- Fardouly, J., Diedrichs, P. C., Vartanian, L. R., & Halliwell, E. (2015). Social comparisons on social media: The impact of Facebook on young women's body image concerns and mood. *Body Image*, 13, 38-45. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2014.12.002>
- Fardouly, J., Willburger, B. K., & Vartanian, L. R. (2018). Instagram use and young women's

- body image concerns and self-objectification: Testing mediational pathways. *New Media & Society*, 20(4), 1380-1395.  
<https://doi.org/10.1177/1461444817694499>
- Frazier, P. A., Tix, A. P., & Barron, K. E. (2004). Testing moderator and mediator effects in counseling psychology research. *Journal of counseling psychology*, 51(1), 115-134.  
<https://doi.org/10.1037/0022-0167.51.1.115>
- Fredrickson, B. L., & Roberts, T. A. (1997). Objectification theory: Toward understanding women's lived experiences and mental health risks. *Psychology of women quarterly*, 21(2), 173-206.  
<https://doi.org/10.1111/j.1471-6402.1997.tb00108.x>
- Garber, J., & Weersing, V. R. (2010). Comorbidity of anxiety and depression in youth: Implications for treatment and prevention. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 17(4), 293-306.  
<https://doi.org/10.1111/j.1468-2850.2010.01221.x>
- Gilligan, C. (1993). *In a different voice: Psychological theory and women's development*. Harvard university press.
- Hyde, J. S. (2014). Gender similarities and differences. *Annual Review of Psychology*, 65, 373-398.  
<https://doi.org/10.1146/annurev-psych-010213-15057>
- Hayes, A. F., & Scharnow, M. (2013). The relative trustworthiness of inferential tests of the indirect effect in statistical mediation analysis: does method really matter? *Psychological science*, 24(10), 1918-1927.  
<https://doi.org/10.1177/0956797613480187>
- Hwang, K. (2024). Why Cosmetic Surgery is Prevalent in Korea: A Perspective Grounded in Basic Values. *Journal of Craniofacial Surgery*, 36(2), 383-386.  
<https://doi.org/10.1097/scs.00000000000010940>
- Kim, D. S. (2009). Body image dissatisfaction as an important contributor to suicidal ideation in Korean adolescents: gender difference and mediation of parent and peer relationships. *Journal of psychosomatic Research*, 66(4), 297-303.  
<https://doi.org/10.1016/j.jpsychores.2008.08.005>
- Kleemans, M., Daalmans, S., Carbaat, I., & Anshütz, D. (2018). Picture perfect: The direct effect of manipulated Instagram photos on body image in adolescent girls. *Media Psychology*, 21(1), 93-110.  
<https://doi.org/10.1080/15213269.2016.1257392>
- Kostanski, M., & Gullone, E. (1998). Adolescent body image dissatisfaction: Relationships with self-esteem, anxiety, and depression controlling for body mass. *The Journal of Child Psychology and Psychiatry and Allied Disciplines*, 39(2), 255-262.  
<https://doi.org/10.1017/S0021963097001807>
- Levine, M. P., & Smolak, L. (2002). Body image development in adolescence. In T. F. Cash & T. Pruzinsky (Eds.), *Body image: A handbook of theory, research, and clinical practice* (pp. 74-90). New York: Guilford Press.
- McLean, C. P., & Anderson, E. R. (2009). Brave men and timid women? A review of the gender differences in fear and anxiety. *Clinical Psychology Review*, 29(6), 496-505.  
<https://doi.org/10.1016/j.cpr.2009.05.003>

- Merikangas, K. R., He, J. P., Burstein, M., Swanson, S. A., Avenevoli, S., Cui, L., ... & Swendsen, J. (2010). Lifetime prevalence of mental disorders in US adolescents: results from the National Comorbidity Survey Replication - Adolescent Supplement (NCS-A). *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry, 49*(10), 980-989.  
<https://doi.org/10.1016/j.jped.2011.04.014>
- Nock, M. K., Borges, G., Bromet, E. J., Cha, C. B., Kessler, R. C., & Lee, S. (2008). Suicide and suicidal behavior. *Epidemiologic reviews, 30*(1), 133-154.  
<https://doi.org/10.1093/epirev/mxn002>
- Ricciardelli, L. A., & McCabe, M. P. (2001). Children's body image concerns and eating disturbance: A review of the literature. *Clinical psychology review, 21*(3), 325-344.  
[https://doi.org/10.1016/s0272-7358\(99\)00051-3](https://doi.org/10.1016/s0272-7358(99)00051-3)
- Rodin, J., Silberstein, L., & Striegel-Moore, R. (1984). *Women and weight: a normative discontent. In Nebraska symposium on motivation.* University of Nebraska Press.
- Rousseau, A., Eggermont, S., & Frison, E. (2017). The reciprocal and indirect relationships between passive Facebook use, comparison on Facebook, and adolescents' body dissatisfaction. *Computers in Human Behavior, 73*, 336-344.  
<https://doi.org/10.1016/j.chb.2017.03.056>
- Sawyer, S. M., Azzopardi, P. S., Wickremarathne, D., & Patton, G. C. (2018). The age of adolescence. *The lancet child & adolescent health, 2*(3), 223-228.  
[https://doi.org/10.1016/s2352-4642\(18\)30022-1](https://doi.org/10.1016/s2352-4642(18)30022-1)
- Sharpe, H., Patalay, P., Choo, T. H., Wall, M., Mason, S. M., Goldschmidt, A. B., & Neumark-Sztainer, D. (2018). Bidirectional associations between body dissatisfaction and depressive symptoms from adolescence through early adulthood. *Development and psychopathology, 30*(4), 1447-1458.  
<https://doi.org/10.1017/s0954579417001663>
- Stice, E. (2002). Risk and maintenance factors for eating pathology: a meta-analytic review. *Psychological bulletin, 128*(5), 825-848.  
<https://doi.org/10.1037//0033-2909.128.5.825>
- Stice, E., Shaw, H., Burton, E., & Wade, E. (2006). Dissonance and healthy weight eating disorder prevention programs: a randomized efficacy trial. *Journal of consulting and clinical psychology, 74*(2), 263-275.  
<https://doi.org/10.1037/0022-006x.74.2.263>
- Thompson, J. K., Heinberg, L. J., Altabe, M., & Tantleff-Dunn, S. (1999). *Exacting beauty: Theory, assessment, and treatment of body image disturbance.* Washington, DC: American Psychological Association.
- Tiggemann, M., & Slater, A. (2013). NetGirls: The Internet, Facebook, and body image concern in adolescent girls. *International Journal of Eating Disorders, 46*(6), 630-633.  
<https://doi.org/10.1002/eat.22141>
- Vannucci, A., & Ohannessian, C. M. (2018). Body image dissatisfaction and anxiety trajectories during adolescence. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology, 47*(5), 785-795.  
<https://doi.org/10.1080/15374416.2017.1390755>
- Worell, J., & Remer, P. (2002). *Feminist perspectives in therapy: Empowering diverse women.* John Wiley & Sons.

Zell, E., Krizan, Z., & Teeter, S. R. (2015).  
Evaluating gender similarities and differences  
using metasynthesis. *American Psychologist*,  
70(1), 10-20. <https://doi.org/10.1037/a0038208>

1차원고접수 : 2025. 07. 07.

심사통과접수 : 2025. 08. 05.

최종원고접수 : 2025. 09. 30.

## Body Image and Suicide Risk in Adolescents: Testing the Mediating Effect of Generalized Anxiety Disorder and Gender Differences

Kyueun Han

Sangmyung University

This study examined the mediating effect of generalized anxiety disorder (GAD) experiences and the moderated mediating effect of gender in the relationship between subjective body image perception and suicide-related behaviors among adolescents. Using data from the 20th Korea Youth Risk Behavior Survey (2024), we conducted a moderated mediation analysis using Hayes' Process Model 7 with a nationally representative sample of 54,653 middle and high school students (51.4% male, 48.6% female). The results revealed that subjective body image perception influenced suicide-related behaviors through the mediation of GAD experiences, and this mediating effect differed by gender. Specifically, among female students, negative body image perception increased GAD experiences, which in turn elevated the risk of suicide-related behaviors, whereas this pathway was not significant among male students. Notably, the effect of subjective body image perception remained significant only for female students even after controlling for actual body weight, suggesting that the pathway from body image perception to suicide risk through GAD operates specifically among female adolescents. These findings highlight the need for gender-specific intervention strategies in adolescent suicide prevention, emphasizing that programs targeting female students should prioritize the development of healthy body image perceptions and early intervention for GAD rather than focusing on weight management.

*Key words* : subjective body image, suicide-related behaviors, generalized anxiety disorder experiences, gender differences, moderated mediation effect