ISSN 1598-4877(Print)
ISSN 2508-6723(Online)

한국콘텐츠학회논문지 제25권 제1호 별쇄

논문 25-25-1-23 2025년 1월

https://doi.org/10.5392/JKCA.2025.25.01.297

한국판 신체대화 척도(KBTS) 타당화: 20대 성인을 중심으로

Validation of Korean Version of the Body Talk Scale : Focusing on Adults in 20s

호선아[*], 송원영[**]

건양대학교 일반대학원 상담심리학과[*], 건양대학교 심리상담치료학과[**]

Sunah Ho(hosunah22@naver.com)[*], Wonyoung Song(1058@paran.com)[**]

사단법인 한 국 콘 텐 츠 학 회

https://doi.org/10.5392/JKCA.2025.25.01.297

한국판 신체대화 척도(KBTS) 타당화: 20대 성인을 중심으로

Validation of Korean Version of the Body Talk Scale : Focusing on Adults in 20s

호선아*, 송원영**

건양대학교 일반대학원 상담심리학과*, 건양대학교 심리상담치료학과**

Sunah Ho(hosunah22@naver.com)*, Wonyoung Song(1058@paran.com)**

요약

이 연구의 목적은 Lin 외 2인(2021)이 개발한 신체대화 척도(BTS)를 한국 20대를 대상으로 타당화하는 것이다. 전국 20대 남녀 449명을 대상으로 설문조사를 실시하여 기술통계, 빈도분석, 탐색적 요인분석, 확인적 요인분석을 하였다. 신뢰도 확인을 위해 내적합치도와 검사-재검사 신뢰도를 확인하였다. 연구결과, 탐색적 요인분석에서 3요인(부정적 체지방대화, 부정적 근육대화, 긍정적 신체대화)을 도출하였고, 확인적 요인분석으로 모형의 적합성을 검증하였다. 내적합치도는 .86, 검사-재검사 신뢰도는 .77로 나타났으며, 신체수치심과의 수렴타당도가 입증되었다. 다만, 긍정적 신체대화는 신체를 수용하는 대화방식이므로 신체수치심과 유의미한 상관이 나타나지 않았다. 이 연구는 성별에 따른 신체대화의 특성과 영역별 신체대화 방식을 파악하여 성별 및 개인 맞춤형 심리적 개입의 기초를 마련하였다는 데 의의가 있다. 후속연구에서 전 연령대로 대상을 확대하고 SNS와 오프라인 간의 신체대화 유형의 차이와 위험성을 분석할 필요가 있다. 이 연구는 신체불만족 프로그램에서 행동적 요소를 측정하는 도구로 활용될 수 있으며, 신체대화와 신체수치심 간의 관계 확인을 통해 예방적 개입의 근거를 제공할 것으로 기대된다.

■ 중심어 : | 한국판 신체대화척도 | 척도 타당화 | 신체대화 | 신체수치심 |

Abstract

This study aimed to validate the Body Talk Scale (BTS), developed by Lin et al. (2021), for Korean young adults (N=449). Exploratory and confirmatory factor analyses identified three factors (negative fat talk, negative muscle talk, and positive body talk). The scale showed reliability (Cronbach's α=.86, test-retest=.77) and convergent validity with body shame, although positive body talk, an acceptance-oriented approach, showed no significant correlation. These findings support gender-specific interventions and the tool's use in body dissatisfaction programs, suggesting future research expand to broader age groups and compare SNS and offline body talk patterns.

■ keyword : | Korean Body Talk Scale (KBTS) | Scale Validation | Body Talk | Body Shame |

I. 서 론

최근 극단적인 체형관리로 인하여 마약류 식욕억제제와 스테로이드 오남용이 심각한 사회문제로 제기되고 있다. 2023년 마약류 식욕억제제를 오남용 처방한 의사 1,129명이 적발되었다[1]. 스테로이드의 경우

접수일자 : 2024년 11월 13일
수정일자 : 2024년 12월 10일
심사완료일 : 2024년 12월 11일
교신저자 : 송원영, e-mail : 1058@paran.com

2019년 1월부터 5월까지의 불법판매 적발 건수는 4373건으로 2016년 대비 16배 이상 급증하였으며[2], 2024년에는 SNS를 사용하여 무허가 스테로이드 의약품을 1031명에게 판매하여 구속 기소된 사건도 있었다[3].

자신의 체형에 대한 불만족으로 인하여 위와 같은 문제가 발생하고 있다. 신체불만족은 폭식증[4], 신경증적 섭식장애[5], 우울증 등의 정신적 문제를 초래할 수 있다[6]. 마른 체형이 이상적인 외모로 여겨지는 사회적 기준에 부합하기 위해 외부 시선으로 스스로를 감시하고 마른 몸매를 갖기 위해 체중조절을 한다[7][8]. 이러한 과정에서 스스로의 신체에 만족감을 느끼지 못하고 불만족감을 느낀다[9][10].

신체불만족은 남녀 상관없이 나타난다. 남성은 사회적으로 근육질의 체형이 이상적인 몸매로 여겨지며, 근육이 많은 몸을 가져야 한다는 압력을 받는다[11]. 이러한 사회적인 기준과 압력으로 남성은 근육질의 몸을 만들기 위하여 체지방을 줄이고 근육을 늘리고자 하며 이러한 과정에서 신체불만족을 경험한다[12][13]. 남성들의 신체불만족은 운동중독, 섭식장애, 스테로이드 사용 등의 문제가 나타난다[14-16].

많은 문제를 야기하는 신체불만족은 신체대화(body talk)를 통해 더욱 심화된다[17]. 신체대화는 다른 사람과 자신의 신체에 대해 나누는 대화를 의미한다[18]. 신체대화는 신체불만족 외에도 마른 몸매에 대한 욕구, 섭식장애, 낮은 자존감에 영향을 준다[19]. 신체대화는 부정적인 신체대화와 긍정적인 신체대화로 분류가 되는데, 부정적인 신체대화에는 팻토크와 근육 대화가 해당된다.

자세히 살펴보면 첫 번째, 팻토크(fat talk)는 신체대화 개념의 가장 초기 형태로 Nichter과 Vucovic (1994)이 가장 먼저 언급하였다[20]. 팻토크는 “너무 뚱뚱해요.”와 같이 자신의 몸과 체지방에 대한 자기비하적인 발언을 의미한다[21]. 1994년부터 2016년까지 22년간의 연구를 분석한 메타분석 연구에 따르면 여성들에게서 팻토크는 신체이미지, 신체 감시, 신체수치심, 마른 몸매에 대한 이상적 내면화, 외모비교, 신체점검행동에 영향을 준다고 나타났다[22]. 남성의 부정적 체지방 대화는 남성의 외모 우려를 증가시키고 병리적 섭식, 과도한 운동, 스테로이드 사용에 영향을 준다[23].

두 번째, 부정적인 근육대화는 자신의 근육에 대한 불만족에 초점을 맞춘 대화를 의미한다[24]. 이러한 근육대화는 근육을 갈망하게 할 뿐만 아니라 외모 개선 노력과 신체불만족에도 영향을 준다[25]. 근육에 대한 불만족과 스테로이드를 사용하게 한다[26][27].

마지막으로 긍정적인 신체대화(Positive Body Talk)는 자신의 신체에 대해서 본질적으로 수용하거나 긍정하는 대화이다[18]. 자신의 신체를 긍정하는 이러한 유형의 대화는 비현실적인 신체 기준을 거부하고 신체 수용을 촉진한다[28]. 긍정적 신체대화는 자존감과 신체만족도에 긍정적인 영향을 주고 신체 관련 인지 왜곡이 감소되며, 우정의 질이 향상된다[29]. 긍정적인 신체대화는 BMI에 따라서 상반된 영향을 보이기도 한다. 낮은 BMI는 긍정적인 신체대화에 많이 참여할수록 병리적 섭식 행동으로부터 보호효과를 보인다. 반면, 높은 BMI는 병리적인 섭식행동이 증가한다[30].

가장 처음 개발된 신체대화 척도는 ‘팻토크 설문지(The Fat Talk Questionnaire)’로, 신체 이미지와 관련된 부정적인 체지방 대화를 측정하기 위해 Clarke, Murnen, Smolak(2010)가 개발한 Fat Talk척도이다[26]. 그 이후 개발된 팻토크 척도(The Fat Talk Scale: FTS)는 Royal와 동료들(2013)이 개발하였다[27]. 이 척도는 국내에서 전훈정 외(2020)가 번안하여 사용하였고[28], 이후 이수민, 조옥귀(2023)가 인스타그램에 맞게 문항을 번안 및 수정하여 사용하였다[29]. FTS는 여성을 대상으로 개발한 척도로, 여성이 친구와 하는 대화에서 자신의 몸매나 신체치수에 대한 부정적인 발언을 하는지에 대해 묻는다[27]. 점수가 높을수록 친구와 대화 중 팻토크를 하는 빈도가 높다는 것을 의미한다.

Warren 외 3인(2012)는 신체에 대한 대화를 ‘신체대화’로 명명하여 부정적인 신체대화 척도(Negative Body Talk Scale: NBTS)를 개발하였다[30]. NBTS는 대학생 여성을 대상으로 신체불만족과 마른 체형을 추구하는 것에 대한 신체대화의 빈도를 측정하였다[30]. 점수가 높을수록 신체에 대한 부정적인 대화 빈도가 높다는 것을 의미한다. NBTS는 국내에서는 이상의(2019)가 번안 및 수정하여 총 8개의 문항으로 수정하고, 5점 Likert척도로 평정하여 사용하였다[31].

남성의 신체대화를 측정하기 위한 남성용 신체대화 척도(Male Body Talk Scale: MBT)는 남성들이 체지방이나 근육량에 대한 불만을 주고 받는 빈도를 평가한다[32]. 이 척도는 하위요인은 근육대화와 체지방대화로 구성되어 있다. 반면, 현재 긍정적인 신체대화를 직접적으로 측정할 수 있는 척도가 개발되지 않았으며, 긍정적 신체이미지, 신체감사 척도 등에서 일부 긍정적인 신체대화 행동을 반영하고 있다[33].

신체대화는 신체불만족에 중요한 영향을 미치는 변인임에도 불구하고, 기존 연구들은 부정적 신체대화만을 다루거나 특정 성별만을 대상으로 연구를 진행해왔다는 데에 한계가 있다. 특히 부정적 체지방에 대하여 여성과 남성의 대화 빈도를 직접 비교한 연구는 매우 드물며, 기존의 측정도구를 사용하기 위해서는 성별에 대한 측정 도구를 사용해야 했다. 최근에는 여성 역시 근육에 대한 관심이 증가하면서 여성들의 근육 대화 수준을 평가할 필요성이 증가하였다[34][35]. 또한, 긍정적인 신체대화를 측정할 수 있는 검증된 척도가 부재하다는 점도 한계로 지적되고 있다. Lin과 동료들(2021)은 이러한 한계를 보완하고자, 긍정적 신체대화와 부정적 신체대화를 포괄하여 측정하고, 모든 성별에게 적용이 가능한 Body Talk Scale(BTS)을 개발하였다[18]. 한국의 맥락에서 살펴보면, 한국 여대생은 미국 여대생에 비해 더 높은 신체불만족을 경험한다[36]. 한국의 여성과 남성 모두 미디어에서 외모와 관련된 압력을 경험하고, 이로 인하여 신체불만족을 경험한다. 특히 한국은 20대의 90% 이상이 SNS를 사용하고 있으며, SNS에서의 피트니스 콘텐츠는 부정적인 신체대화를 유발하여 신체불만족을 촉발시킬 수 있다[37]. 이처럼 한국 사회의 문화적 맥락에 부합하는 신체대화 척도의 타당화 연구가 필요하다.

이 연구는 신체대화척도(BTS)의 문항을 번안하고, 신뢰도와 타당도를 검증하고자 한다. 탐색적으로 요인의 구조를 확인하고 신뢰도를 확인하고자 한다. 시간의 경과한 후 재검사를 시행하였을 때 일관적으로 결과가 나타나는지 확인하고자 한다. 다음으로 준거 타당도와 수렴타당도 분석을 진행하여 개념적으로 구별될 수 있는지 확인하고자 한다. KBTS의 준거타당도를 확인하기 위해 팻토크 설문지(FTQ)를 사용하여 개념적으로 관련된 연관성을 평가하고자 한다. 또한 신체수치심 척도(K-OBC Shame)를 사용하여 수렴 타당도를 확인하여 관련 변인과의 관련성을 살펴보고자 한다.

이 연구에서는 Lin과 동료들(2021)이 개발한 Body Talk Scale(BTS)는 한국 성인 20대를 대상으로 번안하여 타당화 하고자 한다. 이 연구를 통하여 신체불만족의 가장 기본적인 이론인 사회문화적 이론에서 행동적인 측면으로서 신체대화의 영향을 확인하고 모델을 확장할 수 있을 것으로 기대된다. 더불어 개인은 행동적인 요인에 대한 문항으로 더욱 쉽게 각 영역에서의 신체대화 빈도를 확인하고 경각심을 제공할 수 있을 것으로 기대된다.

II. 연구 방법

1. 연구대상 및 자료수집 절차

이 연구는 20대 성인(만 19세-28세)을 대상으로 설문조사기관을 통해 참여자를 모집하였다. 데이터수집은 Google폼을 사용하여 이루어졌으며, 설문 가장 첫 부분에 설문의 목적 및 절차에 대한 설명과 연구 동의에 대한 항목을 제시하였다. 연구는 참여자의 자발적 동의로 진행되었으며, 연구의 목적을 이해하고 동의한 경우 설문에 참여할 수 있도록 하였다. 총 470명을 모집하였으며, 이 중 불성실한 응답을 한 자료를 제외하고 최종적으로 449명의 자료를 사용하였다. 전체 참여자 중 남성은 177명, 여성은 264명이었다. 그 중 탐색적 요인분석은 총 129명(남성 53명-41%, 여성 76명-59%)과 확인적 요인분석 총 320명(남성 132명-41%, 여성188명-59%)의 자료를 사용했다. 이 중 51명에게는 3-4주 간격으로 검사-재검사를 실시하였다.

2. 측정도구

2.1 신체대화척도(Body Talk Scale: BTS)

이 연구에서 타당화한 한국판 신체대화 척도(KBTS)는 Lin, Flynn, O'Dell(2021)이 신체대화 정도를 측정하기 위해 개발한 척도를 번역하여 사용하였다[18]. 한국판 신체대화 척도는 3개의 하위요인과 14개의 문항으로 구성되어 있으며, 6점 Likert 척도로 문항을 평가

하게 된다. Lin과 동료들(2021)의 연구에서 BTS는 부정적 체지방대화, 부정적 근육대화, 긍정적 신체대화 3가지 하위요인과 14개의 문항으로 구성되어 있으며, 하위요인 별로 평균점수를 내어 특정 영역에 대한 신체대화 빈도가 수준을 확인할 수 있다. Lin 외 2명(2021)의 연구에서 나타난 내적 합치도(Cronbach's α)는 .95이었고, 이 연구에서는 .86로 나타났다.

2.2 팻토크 질문지

Royal, MacDonal와 Dionne(2013)이 개발한 팻토크 질문지(Fat Talk Questionnaire)를 이수민, 조옥귀가 번안하여 인스타그램에 맞게 수정하였다[29]. FTQ는 총 14문항으로 구성되어 있으며, 5점 Likert 척도로 평정한다. 이 연구에서는 문항 속 '인스타그램에서'을 제외하고 수정하여 이 척도와 동일하게 사용하고자 한다. 이수민, 조옥귀(2023)의 연구에서 내적합치도는 .93이었고, 이 연구에서의 내적합치도는 .92로 나타났다.

3.3 객체화된 신체 척도

McKinley와 Hyde(1996)이 개발하고, 김완석 외 2명(2007)이 번역 및 타당화한 객체화 신체의식 척도(Objectified Body Consciousness Scale) 사용하였다[34]. K-OBCS는 총 24문항으로 구성되어 있으며 6점 Likert 척도로 평정한다. 신체감시성, 신체수치심, 통제신념 3개의 하위요인으로 구성되어있다. 이 연구에서는 신체대화와 가장 직접적으로 관련된 정서적 변인인 신체수치심(K-OBC-Shame) 하위요인만을 사용하고자한다[40]. 김완석 외 2인(2007)의 연구에서 내적합치도는 .93이었고, 이 연구에서의 내적합치도는 .88로 나타났다.

3. 연구절차

원척도 개발자(Lin과 동료들)에게 BTS를 한국판으로 번안 및 타당화하는 것에 허가를 받았다. 번역가 1인, 임상심리전문가 1인, 임상심리 전공 석사과정생 1인이 원척도를 번역하고 원문과 번역된 문항을 비교하여 문화적 맥락에 맞는 표현으로 수정하였다. 이후, 역번역 과정을 통해 원문과 번역된 문항을 비교하며 적합성을 검토하여 한국판 신체대화 척도(KBTS)의 문항을 구성하였다. 탐색적 요인분석을 실시하여 요인을 구성하는 문항 구조를 탐색하고 이후 확인적 요인분석을 통해 척도 구조의 모형 적합도를 확인하였다. 내적합치도를 확인하고, 3-4주 간격으로 진행한 검사-재검사 신뢰도로 신뢰도를 확인하였다. 또한 신체대화와 관련이 있는 척도들과의 상관분석을 통해 구성타당도를 검증하였다.

4. 분석방법

이 연구에서는 분석을 위해 SPSS 25.0과 AMOS 21을 사용하였다. 첫째, 빈도분석을 실시하여 인구통계학적 정보를 확인하였다. 자료의 적합도를 검증하기 위해 KMO와 Bartlett 구형성 검정 지수로 적합도를 확인하였다. 또한 KBTS의 요인구조를 확인하기 위해서 최대우도법으로 요인을 추출한 후 요인회전방법을 사용하여 탐색적 요인분석을 진행하고 내적합치도(Cronbach's α)을 확인하였다. 둘째, 빈도분석을 실시하여 인구통계학적 정보를 확인하였으며, 기술통계분석을 실시하여 측정도구의 평균, 표준편차, 왜도, 첨도를 확인하였다. KBTS의 구조적합성을 검토하기 위해 확인적 요인분석을 실시하여 *CFI, TLI, NFI, RMSEA* 지수를 통해 모형의 적합도 검증을 하였다. 측정변수의 준거타당도와 수렴타당도를 검증하기 위해 상관분석을 실시하였다. 3-4주가 지난 후 검사-재검사 신뢰도를 통해 측정 도구의 시간에 따른 일관성을 평가하고 검증하였다.

III. 결 과

1. 탐색적 요인분석

자료의 적합도를 확인하기 위해 KMO와 Barlett구형성 검증을 하였으며, KMO는 .846, Barlett의 구형 검정 결과는 1412.556(p<.001)로 나타나 요인분석에 적합한 자료임을 확인하였다. 탐색적 요인분석 결과, 원척도와 동일하게 3요인으로 나타났다. 추출된 요인들은 전체 입력변수의 76.741%를 설명하고, 추출된 적재값은 70.831%을 설명하였다. 분석 결과는 [표 1]에 제시하였다. 요인1은 4문항으로 전체 분산의 36.559%를 설명하는 것으로 나타났다. 요인2는 5문항으로 전체 분

산의 26.335%를 설명하는 것으로 나타났다. 마지막으로 요인3은 5문항으로 구성되어 있으며 전체 분산의 13.846%로 나타났다. 각 요인들은 순서대로 '부정적 근육대화', '긍정적 신체대화', '부정적 체지방대화'로 명명하였다. 각 요인의 내적합치도(Cronhach's *a*)는 .90, .84, .91으로 나타났다.

표 1. 탐색적 요인분석 결과

		1요인	2요인	3요인
8	나는 근육 성장을 돕는 음식을 섭취해야 해.	0.945	0.022	0.019
9	나는 근육을 만들기 위해 더 자주 웨이트 트레이닝을 해야 해.	0.878	−0.003	0.054
6	나는 더 근육질이었으면 좋겠어.	0.824	−0.056	0.051
7	나는 내 몸이 더 강했으면 좋겠어.	0.823	0.031	0.053
11	나는 내 몸이 마음에 들어.	−0.179	0.909	0.146
10	나는 내 모습이 마음에 들어.	−0.027	0.887	0.082
12	나는 내 몸에 대해 자부심을 느껴.	−0.026	0.850	−0.049
13	나는 내 식습관에 만족해.	0.098	0.593	−0.151
14	나는 내 운동 습관에 만족해.	0.216	0.491	−0.104
1	나는 체중을 좀 줄여야 해.	−0.054	−0.026	0.936
2	나 살쪘나봐.	−0.042	0.015	0.914
4	나는 살찌게 하는 음식을 끊어야 해.	0.121	0.076	0.822
3	내 옷이 너무 꽉 끼어.	0.034	0.000	0.804
5	나는 체중을 줄이기 위해 운동을 더 해야 해.	0.135	−0.082	0.769
고유값		5.118	3.687	1.938
설명분산		36.559	26.335	13.846
누적분산		36.556	62.894	76.741

2. 기술통계분석

이 자료의 평균, 표준편차, 왜도, 첨도를 확인하고자 기술통계분석을 실시하였다. KBTS의 합에 대한 평균은 39.84, 표준편차는 12.22으로 나타났다. 왜도는 절댓값 2 이하, 첨도는 절댓값 7 이하로 나타나 정규분포 가정을 충족하였다고 볼 수 있다. 자세한 분석 결과는 [표 2]에 제시하였다.

표 2. KBTS 기술통계분석

	KBTS			
	합	1	2	3
M	39.84	12.13	12.92	14.79
SD	12.23	5.39	5.25	6.40
SW	.20	.38	.44	.38
KE	−.27	−.64	−.19	−.62

3. 확인적 요인분석

탐색적 요인분석 결과 요인구조가 적절한지 알아보기 위해 2차 표본 320명을 대상으로 확인적 요인분석을 실시하였다. 그 결과 적합도 지수는 x^2(72)이 2792.758(p=.000), *df*=72, *TLI*=.929, *CFI*=.944, *RMSEA*=.081으로 적합하게 나타나 KBTS의 구성타당도가 확인되었다. 자세한 분석 결과는 [표 3]에 제시하였다.

표 3. 확인적 요인분석 모델 적합도

x^2	*df*	*TLI*	*NFI*	*GFI*	*RMSEA*
2792.758	72	.929	.920	.910	.081

4. 내적합치도와 검사-재검사 신뢰도 분석

KBTS의 신뢰도를 확인하기 위하여 내적합치도를 산출하였다. 전체 KBTS는 .86, 요인1은 .90, 요인2는 .84, 요인3은 .91로 나타났다. 시간의 안정성을 확인하기 위해 검사-재검사 신뢰도는 3-4주 간격으로 KBTS를 재실시하여 측정하였다(n=51). 전체 척도의 검사-재검사 신뢰도는 .77, 요인1은 .83, 요인2는 .63 요인3은 .81로 나타났으며, 모두 p<.01로 나타나 유의미한 결과였다. 자세한 분석 결과는 [표 4]에 제시하였다.

표 4. KBTS 신뢰도 **(*N*=320)**

요인	문항번호	Cronbach's *a*
전체	1-14	.86
요인1 (부정적 근육대화)	6,7,8,9	.90
요인2 (긍정적 신체대화)	10,11,12,13,14	.84
요인3 (부정적 체지방대화)	1,2,3,4,5	.91

5. 준거타당도와 수렴타당도 분석

KBTS의 타당도를 검증하기 위해 준거타당도, 수렴타당도를 확인하였다. KBTS와 FTQ와 높은 정적 상관(r = .42, p = .001)을 보여주었고, 하위요인도 비교적 높은 상관으로 나타나 준거타당도가 확보되었다. KBTS와 신체수치심 간의 상관은 정적 상관(r = .50, p = .001)을 보여주었으며, 요인1과 요인3에서는 유의한 상관이 나타났으나 요인2에서는 유의한 상관이 나타나지 않았다. 수렴타당도를 확보하였다. 자세한 분석 결과는 [표 5]에 제시하였다.

표 5. 준거타당도 및 수렴타당도

	1	2	3	4	5	6
	KBTS	부정적 근육대화	긍정적 신체대화	부정적 체지방대화	FTQ	K-OBC Shame
2	.80***	1				
3	.62***	.34***	1			
4	.73***	.40***	.08	1		
5	.42***	.25***	.08	.53***	1	
6	.50***	.37***	.04	.62***	.74***	1

***$p < .001$

IV. 결론 및 논의

이 연구는 신체에 대한 대화 행동을 측정할 수 있는 측정도구를 타당화하는 것이 목적으로 국내 실정에 맞는 신체대화를 측정할 수 있는 신체대화 척도를 한국판으로 타당화하고자 하였다. 이를 위해 Lin과 동료들(2021)이 개발한 BTS원척도를 번안하고 확인하였다. 표본을 수집하여 빈도분석과 탐색적 요인분석을 실시하였으며, 그 결과를 바탕으로 문항의 구조를 확인하였다. 2차 수집에서 빈도분석, 기술통계분석, 확인적 요인분석 및 신뢰도와 타당도를 검증하였다. 3-4주의 간격으로 검사-재검사 신뢰도를 통해 시간의 안정성을 확인하였다. 관련 변인들과의 상관을 확인하여 준거타당도, 수렴타당도를 확인하였다.

이에 대한 구체적인 논의는 다음과 같다.

첫째, 탐색적 요인분석과 확인적 요인분석 결과 원척도와 마찬가지로 KBTS 역시 3요인(부정적 체지방 대화, 부정적 근육대화, 긍정적 신체대화)으로 나타났다. 이는, BTS가 중국과 일본에서도 동일하게 3요인 구조로 나타났다는 선행연구와 일치한다. KBTS가 다른 나라에서도 동일한 요인구조로 나타나 한국의 문화적 맥락에서도 안정적으로 측정할 수 있는 구조를 지니고 있다고 볼 수 있다[14].

둘째, KBTS의 신뢰도를 확인하기 위해 내적합치도와 검사-재검사 신뢰도를 산출하였다. 그 결과 내적합치도는 전체 .864로 나타났으며, 검사-재검사 신뢰도는 .77로 나타나 두 신뢰도 모두 양호하게 나타났다. 이는 문항들이 신체대화를 일관성 있게 측정하고 있음을 의미한다.

셋째, KBTS의 준거타당도를 검증하기 위해 FTQ와의 상관관계를 확인하였다. 분석 결과, 유의한 정적상관이 나타났는데, 이는 새로운 척도인 KBTS가 FTQ와 유사한 개념을 측정하고 있다고 볼 수 있다. 그러나 KBTS의 하위요인인 긍정적 신체대화와 부적 상관이 나타났다. 이러한 결과는 FTQ가 신체에 대한 부정적인 체지방 대화를 측정하는 반면, KBTS의 하위요인인 긍정적 신체대화는 신체에 대한 긍정적인 대화를 측정하여 FTQ와 대조적인 개념을 반영한다고 볼 수 있다[22][25].

넷째, 수렴타당도를 검증하기 위해 KBTS와 신체수치심과의 상관관계를 확인하였다. KBTS와 신체수치심은 정적 상관을 보였으나 각 하위요인에서 차이가 나타났다. 부정적 체지방대화와 부정적 근육대화는 정적으로 유의미한 상관이 나타나 신체불만족과 관련된 심리적 요소임을 반영되었다고 볼 수 있다. 반면, 긍정적 신체대화는 신체수치심과 상관이 나타나지 않았다. 이는 신체수치심이 개인이 자신의 신체에 대해 부정적 평가를 하거나 수치심을 느끼는 심리적 상태라는 점에서 긍정적 신체대화가 신체에 대한 수용을 하는 긍정적인 대화방식이기 때문에 신체수치심과 상관이 나타나지 않은 것으로 보인다[19][25].

이 연구의 제한점과 후속연구에 대한 제언은 다음과 같다. 첫째, 연구 대상자가 20대 남녀로 한정되어 모든 연령대의 대상자에게 일반화하는 데 한계가 있다. 신체대화는 연령과 무관하게 신체불만족에 영향을 미치는 요인이다[35]. 모든 연령에서의 신체대화 연구를 위해 전연령으로 대상을 확대하여 타당화를 한다면 더욱 폭넓은 대상에게 신체대화 연구를 할 수 있을 것으로 기대된다.

둘째, 본 연구에서는 온라인과 오프라인에서의 신체대화 방식의 차이를 반영하지 못한 한계가 있다. 특히 SNS에서의 신체대화를 통해 신체수치심을 경험하고 제한적인 식사를 유발할 수 있다[39][40]. 따라서 후속연구에서는 SNS에서 이루어지는 신체대화와 오프라인에서 이루어지는 신체대화의 차이를 비교하고, SNS에서의 신체대화의 위험성을 확인하여 SNS에서의 신체대화에 대한 규제를 제공할 수 있을 것으로 기대된다.

이러한 제한점이 있음에도 이 연구는 모든 성별이 함

께 사용할 수 있고, 부정적인 신체대화와 함께 긍정적인 신체대화를 측정할 수 있는 KBTS를 타당화하여 성별 사이에서의 신체대화의 양상을 파악하고, 함께 나타날 수 있는 신체대화의 각 영역의 빈도를 확인하여 개인에게 개별적인 개입을 할 수 있도록 하였다는 데 의의가 있다. 더불어 신체불만족과 관련된 프로그램에서 행동적인 요소를 측정할 수 있는 도구로 활용될 수 있다. 신체대화는 내담자의 실제 대화 내용을 반영하기 때문에 보다 구체적이고 실질적인 데이터를 얻을 수 있다. 또한 어떤 하위요인의 빈도가 증가하고 감소하였는지를 측정하여 보다 더욱더 구체적인 결과를 얻을 수 있어 프로그램의 효과를 검증하는 데 보조적인 역할을 할 수 있다는 데에 의의가 있다.

참 고 문 헌

[1] 식품의약품안전처, *2024 식품의약품안전백서,* 2024.

[2] 홍성익, "스테로이드 온라인 불법판매 급증…올해 4373건 적발," 한스경제, 2019. https://www.hansbiz.co.kr/news/articleView.html?idxno=356306

[3] 김호윤, "식약처, 불법 스테로이드 제조판매사범 형제 2명 구속기소," 대한경제, 2023. https://www.dnews.co.kr/uhtml/view.jsp?idxno=202308031501085640565

[4] E. Stice and H. E. Shaw, "Role of body dissatisfaction in the onset and maintenance of eating pathology: A synthesis of research findings," Journal of Psychosomatic Research, Vol.53, No.5, pp.985-993, 2002.

[5] R. H. Striegel-Moore and C. M. Bulik, "Risk factors for eating disorders," American Psychologist, Vol.62, No.3, pp.181-198, 2007.

[6] S. A. McLean and S. J. Paxton, "Body image in the context of social media," Journal of Body Image, Vol.31, pp.1-4, 2019.

[7] J. K. Thompson, L. J. Heinberg, M. N. Altabe, and S. Tantleef-Dunn, *Exacting Beauty: Theory, Assessment, and Treatment of Body Image Disturbance,* American Psychological Association, 1999.

[8] J. K. Thompson and E. Stice, "Thin-ideal internalization: Mounting evidence for a new risk factor for body-image disturbance and eating pathology," Current Directions in Psychological Science, Vol.10, No.5, pp.181-183, 2001.

[9] B. L. Fredrickson and T. A. Roberts, "Objectification theory: Toward understanding women's lived experiences and mental health risks," Psychology of Women Quarterly, Vol.21, No.2, pp.173-206, 1997.

[10] E. Stice, E. Schupak-Neuberg, H. E. Shaw, and R. I. Stein, "Relation of media exposure to eating disorder symptomatology: An examination of mediating mechanisms," Journal of Abnormal Psychology, Vol.103, No.4, pp.836-840, 1994.

[11] L. Ousley, E. D. Cordero, and S. White, "Eating disorders and body image of undergraduate men and women: Prevalence and predictors," Eating Disorders, Vol.16, pp.418-427, 2008.

[12] H. G. Pope, K. A. Phillips, and R. Olivardia, *The Adonis Complex: The Secret Crisis of Male Body Obsession,* Free Press, 2000.

[13] D. Mitchison, S. Slewa-Younan, and J. M. Mond, "The prevalence and correlates of eating disorders in people of high and low socioeconomic status: An Australian population study," Journal of Eating Disorders, Vol.2, No.1, p.13, 2014.

[14] L. A. Ricciardelli and M. P. McCabe, "Sociocultural influences on body image and body changes among adolescent boys and girls," Journal of Social Psychology, Vol.141, No.2, pp.179-192, 2001.

[15] M. Alcaraz-Ibáñez, Á. Sicilia, M. D. Griffiths, and V. Morales-Sánchez, "Social physique anxiety and exercise addiction in adolescents: The mediating role of motivational regulations," International Journal of Mental Health and Addiction, Vol.19, No.1, pp.52-67, 2021.

[16] G. Cafri, J. K. Thompson, L. Ricciardelli, M. McCabe, L. Smolak, and C. Yesalis, "Pursuit of the muscular ideal: Physical and psychological consequences and putative risk factors,"

Clinical Psychology Review, Vol.25, No.2, pp.215-239, 2005.

[17] R. H. Salk and R. Engeln-Maddox, "If you're fat, then I'm humongous!" Frequency, content, and impact of fat talk among college women," Psychology of Women Quarterly, Vol.35, No.1, pp.18-28, 2011.

[18] L. Lin, M. Flynn, and D. O'Dell, "Measuring positive and negative body talk in men and women: The development and validation of the Body Talk Scale," Body Image, Vol.37, pp.106-116, 2021.

[19] A. Arroyo and J. Harwood, "Exploring the causes and consequences of engaging in fat talk," Journal of Applied Communication Research, Vol.40, No.2, pp.167-187, 2012.

[20] N. L. Sault, (Ed.), *Many mirrors: Body image and social relations,* Rutgers University Press, 1994.

[21] M. Nichter, *Fat Talk*, Cambridge, MA: Harvard University Press, 2000.

[22] J. S. Mills and M. Fuller-Tyszkiewicz, "Fat talk and body image disturbance: A systematic review and meta-analysis," Body Image, Vol.20, pp.123-134, 2017.

[23] E. A. Velkoff, R. C. Gibler, L. N. Forrest, and A. R. Smith, "Indirect effects of negative body talk on eating, exercise, and expectations about steroids in a sample of at-risk adult men," Psychology of Men & Masculinities, Vol.20, No.4, p.594, 2019.

[24] M. R. Sladek, R. Engeln, and S. A. Miller, "Development and validation of the Male Body Talk Scale: A psychometric investigation," Body Image, Vol.11, No.3, pp.233-244, 2014.

[25] R. Engeln, M. R. Sladek, and H. Waldron, "Body talk among college men: Content, correlates, and effects," Body Image, Vol.10, No.3, pp.300-308, 2013.

[26] A. C. Saguy and A. Ward, "Coming out as fat: Rethinking stigma," Social Psychology Quarterly, Vol.74, No.1, pp.53-75, 2011.

[23] E. A. Velkoff, R. C. Gibler, L. N. Forrest, and A. R. Smith, "Indirect effects of negative body talk on eating, exercise, and expectations about steroids in a sample of at-risk adult men," Psychology of Men & Masculinities, Vol.20, No.4, p.594. 2019.

[24] M. R. Sladek, R. Engeln, and S. A. Miller, "Development and validation of the Male Body Talk Scale: A psychometric investigation," Body Image, Vol.11, No.3, pp.233-244. 2014.

[25] R. Engeln, M. R. Sladek, and H. Waldron, "Body talk among college men: Content, correlates, and effects," Body Image, Vol.10, No.3, pp.300-308, 2013.

[25] A. C. Saguy and A. Ward, "Coming out as fat: Rethinking stigma," Social Psychology Quarterly, Vol.74, No.1, pp.53-75, 2011.

[26] L. Z. DuBois, J. A. Puckett, C. SturtzSreetharan, D. Jolly, B. R. Lash, T. Z. Huit, N. Holt, A. Ralston, D. A. Hope, R. Mocarski, T. Walker, M. Miles, S. Volk, A. Capannola, C. Tipton, and R. P. Juster, *Mental health, coping, and resilience among transgender and gender diverse people during the 2020 US presidential election,* Psychology of Sexual Orientation and Gender Diversity, 2024

[27] E. A. Velkoff, R. C. Gibler, L. N. Forrest, and A. R. Smith, "Indirect effects of negative body talk on eating, exercise, and expectations about steroids in a sample of at-risk adult men," Psychology of Men & Masculinities, Vol.20, No.4, pp.594-602, 2019.

[28] P. M. Clarke, S. K. Murnen, and L. Smolak, "Development and psychometric evaluation of a quantitative measure of 'fat talk'," Body Image, Vol.7, No.1, pp.1-7, 2010.

[29] J. A. Rudiger and B. A. Winstead, "Body talk and body-related co-rumination: Associations with body image, eating attitudes, and psychological adjustment," Body Image, Vol.10, No.4, pp.462-471, 2013.

[30] E. Hart, C. M. Chow, and C. C. Tan, "Body talk, weight status, and pathological eating behavior in romantic relationships," Appetite, Vol.117, pp.135-142, 2017.

[27] C. Royal, D. E. MacDonald, and M. M. Dionne, "Development and validation of the Fat Talk Scale for women," Body Image, Vol.10, No.1, pp.62-69, 2013.
[28] 전훈정, 김보민, 김가람, 김채린, 박주영, 서미란, 이성희, "여대생의 SNS 이용, 신체만족도, 신체감시, 팻토크가 외모관리행동에 미치는 영향," 간호와 혁신, 제24권, 제1호, pp.53-65, 2020.
[29] 이수민, 조옥귀, "이미지 기반 SNS에서의 상향비교와 이상섭식행동의 관계: 신체대화와 신체감시의 역할," 한국심리학회지: 건강, 제28권, 제1호, pp.107-126, 2023.
[30] C. S. Warren, S. Holland, H. Billings, and A. Parker, "The relationships between fat talk, body dissatisfaction, and drive for thinness: Perceived stress as a moderator," Body Image, Vol.9, No.3, pp.358-364, 2012.
[31] 이상의, 이숙정, "소셜 미디어 이용이 청소년의 신체상에 미치는 영향: 외모 대화, 마른몸매의 내면화, 외모상향비교, 신체불만족 간의 관계 중심으로," 한국커뮤니케이션학회: 일반, 제30권, 제5호, pp.60-63, 2019.
[32] M. R. Sladek, R. Engeln, and S. A. Miller, "Development and validation of the Male Body Talk Scale: A psychometric investigation," Body Image, Vol.11, No.3, pp.233-244, 2014.
[33] T. L. Tylka and N. L. Wood-Barcalow, "The Body Appreciation Scale-2: Item refinement and psychometric evaluation," Body Image, Vol.12, pp.53-67, 2015.
[34] 김완석, 유연재, 박은아, "한국판 객체화 신체의식 척도 (K-OBCS): 개발과 타당화," 한국심리학회지: 일반, 제26권, 제2호, pp.329-349, 2007.
[35] E. R. Carrotte, I. Prichard, and M. S. C. Lim, ""Fitspiration" on social media: A content analysis of gendered images," Journal of medical Internet research, Vol.19, No.3, e95, 2017.
[36] M. Tiggemann and M. Zaccardo, "Strong is the new skinny': A content analysis of# fitspiration images on Instagram," Journal of health psychology, Vol.23, No.8, pp.1003-1011, 2018.
[37] J. Jung and G. B. Forbes, "Multidimensional assessment of body dissatisfaction and disordered eating in Korean and US college women: A comparative study," Sex Roles, Vol.55, pp.39-50, 2006.
[38] M. J. Waugh, *The long-term psychological sequelae of childhood experiences during World War II. University of London*, University College London (United Kingdom), 2001.
[39] A. Arroyo and S. R. Brunner, "Negative body talk as an outcome of friends' fitness posts on social networking sites: Body surveillance and social comparison as potential moderators," Journal of Applied Communication Research, Vol.44, Vol.3, pp.216-235, 2016.
[40] Y. Wang, J. Wang, J. Geng, H. Wang, and L. Lei, "Body talk on social networking sites and restrained eating among adolescents: A test of a multiple mediation model," Body Image, Vol.45, pp.145-152, 2023.

저 자 소 개

호 선 아(Sunah Ho) 준회원



- 2019년 2월 : 건양대학교 심리상담치료학과(문학사)
- 2022년 3월 ~ 현재 : 건양대학교 상담심리학과 임상심리전공(석사과정)

〈관심분야〉 : 임상심리, 섭식장애, SNS

송 원 영(Wonyoung Song) 정회원



- 2004년 12월 ~ 2006년 8월 : 국가청소년위원회 선임연구원
- 2007년 2월 : 연세대학교 심리학과(철학박사)
- 2007년 3월 ~ 현재 : 건양대학교 심리상담치료학과 교수

〈관심분야〉 : 임상심리, 인지행동치료, 심리검사 개발