



저작자표시-비영리-변경금지 2.0 대한민국

이용자는 아래의 조건을 따르는 경우에 한하여 자유롭게

- 이 저작물을 복제, 배포, 전송, 전시, 공연 및 방송할 수 있습니다.

다음과 같은 조건을 따라야 합니다:



저작자표시. 귀하는 원저작자를 표시하여야 합니다.



비영리. 귀하는 이 저작물을 영리 목적으로 이용할 수 없습니다.



변경금지. 귀하는 이 저작물을 개작, 변형 또는 가공할 수 없습니다.

- 귀하는, 이 저작물의 재이용이나 배포의 경우, 이 저작물에 적용된 이용허락조건을 명확하게 나타내어야 합니다.
- 저작권자로부터 별도의 허가를 받으면 이러한 조건들은 적용되지 않습니다.

저작권법에 따른 이용자의 권리는 위의 내용에 의하여 영향을 받지 않습니다.

이것은 [이용허락규약\(Legal Code\)](#)을 이해하기 쉽게 요약한 것입니다.

[Disclaimer](#)

碩士學位論文

성인의 섭식성향 측정도구 개발 및 평가

濟州大學校 大學院

看護學科

金 英 媛

2019年 8月

성인의 섭식성향 측정도구 개발 및 평가

指導教授 朴 銀 玉

金 英 媛

이 論文을 看護學 碩士學位 論文으로 提出함

2019年 7月

金英媛의 看護學 碩士學位 論文을 認准함

審査委員長 송 효 정 ①

委 員 김 진 일 ①

委 員 박 은 옥 ①

濟州大學校 大學院

2019年 7月

Development and Evaluation of Eating Traits
Scale for Adult in Republic of Korea

Young-Won Kim
(Supervised by professor Eunok Park)

A thesis submitted in partial fulfillment of the requirement
for the degree of Master of Nursing

2019. 7.

This thesis has been examined and approved.

.....
Thesis director, Hyo Jeong Song, Professor of Nursing
.....
.....
.....

Department of Nursing
GRADUATE SCHOOL
JEJU NATIONAL UNIVERSITY

목 차

I. 서론

1. 연구의 필요성	1
2. 연구의 목적	5
3. 용어의 정의	5

II. 연구방법

1. 연구 설계	6
2. 도구개발 단계	7
3. 도구검정 단계	10
4. 자료 분석 방법	16
5. 연구의 윤리적 고려	17

III. 연구결과

1. 도구개발 단계	18
2. 도구검정 단계	42

IV. 논의

1. 섭식성향 측정도구의 개발	63
2. 섭식성향 측정도구의 검정	65
3. 개발된 섭식성향 측정도구	68
4. 연구의 제한점	72
5. 연구의 의의	72

V. 결론 및 제언	73
참고문헌	76
Abstract	81
부 록	83
부록 1. 섭식성향에 대한 탐색적 연구 고찰	84
부록 2. 1차 예비도구 문항 구성	90
부록 3. 1차 내용타당도 검정 설문지	113
부록 4. 2차 내용타당도 검정 설문지	118
부록 5. 예비조사 설문지	123
부록 6. 본 조사 설문지	128
부록 7. 성인의 섭식성향 측정도구 최종본	136

표 목 차

표 1.	섭식성향 관련 측정도구 고찰	19
표 2.	1차 예비도구 문항	23
표 3.	1차 내용타당도 검정	28
표 4.	2차 내용타당도 검정	34
표 5.	설문지 구성의 적절성에 대한 예비조사 결과	39
표 6.	본 조사를 위한 최종 예비문항	40
표 7.	대상자의 일반적 특성	42
표 8.	문항의 평균, 표준편차, 왜도, 첨도	44
표 9.	문항-총점 간 상관계수	47
표 10.	최종 탐색적 요인분석 결과	53
표 11.	최종도구의 하위요인 간 상관관계	55
표 12.	최종도구의 총점-요인 간 상관관계	55
표 13.	섭식성향 집단비교	58
표 14.	최종도구의 내적일관성 신뢰도 검정	59
표 15.	성인의 섭식성향 측정도구 최종본	60

그 립 목 차

그림 1. 도구개발 및 평가과정	6
그림 2. Scree Plot of Eigen Values	52

I. 서론

1. 연구의 필요성

비만은 과거에 선진국의 건강문제로 여겨졌지만, 개인의 서구화된 식생활과 생활환경이 변화함에 따라 저소득, 중산층 국가에서도 비만 유병률이 증가하며 현재 전 세계적으로 비만을 중요한 건강문제로 인식하고 있다(World Health Organization [WHO], 2018). 이에 WHO는 비만을 하나의 질병으로 규정하고, 2004년 ‘비만과의 전쟁’을 선포하며 비만 예방과 치료를 위해 적극적인 활동을 펼치고 있지만, 비만 유병률은 오히려 지속적으로 증가하는 추세이다. WHO는 2016년을 기준으로 전 세계의 성인 중 39%에 해당하는 19억 명 이상이 과체중이고, 13%에 해당하는 6억 5천만 명이 비만이라고 밝혔다(WHO, 2018).

보건복지부와 질병관리본부(2018)의 국민건강영양조사에 따르면, 만 19세 이상 성인 비만율은 1998년 26.0%에서 2016년 34.8%로 지속적인 증가 추세를 보이고 있다. 특히 2016년 성인 남성 비만율은 42.3%로 5명 중 2명꼴로 높은 편이다. 체중감소 시도율도 1998년 42.2%에서 2016년 58.8%로 지속적으로 증가하고 있어, 비만한 성인의 절반 이상은 본인 의지로 체중을 감소하려고 노력하고 있지만, 비만율은 여전히 높은 상태라고 볼 수 있다.

성인의 비만은 당뇨병, 고혈압, 심뇌혈관질환, 이상지질혈증, 골관절염, 각종 암 등의 만성질환 발생의 중요한 위험인자이다(대한비만학회, 2018). 비만 유병률의 증가는 이러한 만성질환의 발생 위험과 사망률을 높일 수 있으며, 개인의 신체적, 정신적, 사회적 건강상태는 물론, 의료비의 증가로 인한 국민의 사회·경제적 부담의 증가까지 초래할 수 있다(Andersen, 2006; Koelman, 2007/2008; 대한비만학회, 2018).

일반적으로 비만은 비정상적이거나 과도하게 체지방이 축적된 상태로, 섭취에

너지가 소비에너지를 초과하여 체지방이 증가하는 상태를 의미한다(대한비만학회, 2014; WHO, 2018). 비만의 발생은 유전적 요인, 식습관과 신체활동과 같은 건강생활실천, 심리적 요인과 사회·환경적 요인 등 다양한 요인들의 복합적인 상호작용의 결과로 나타날 수 있으며, 어떤 한 가지 원인만으로 비만을 설명하기에는 어렵다(김미영, 오진경, 임민경, 윤이화와 강윤희, 2012; 대한비만학회, 2018; 윤난희, 2016). 하지만, 이러한 다양한 요인들 중에서 특히 에너지의 과잉 섭취가 비만을 유발하는데 핵심적인 역할을 하는 것으로 알려져 있다(대한비만학회, 2018).

Ferster, Nurnberger과 Levtit(1962)은 비만의 원인을 잘못된 섭식행동(Eating behavior)에 있다고 최초로 언급하며, 섭식행동을 조절하여 비만을 치료할 것을 주장했다. 섭식행동의 기본 이론에는 Van Strien, Frijters, Bergers과 Defares(1986)이 제시한 세 가지 이론이 있다. 먼저, 섭식절제 이론(Restraint theory)은 개인 스스로 의도적으로 식이를 제한하다가 자기 통제력을 잃어 다음 식사 시 과식을 유발할 수 있다는 것이다. 정신신체 이론(Psychosomatic theory)은 불안과 두려움과 같은 부정적인 감정 상태에서는 일반적으로 식욕이 저하되지만, 오히려 과식을 일으켜 비만 위험을 초래할 수 있다는 것이다. 외부단서 이론(Externality theory)은 배고픔이나 포만감과 같은 생리적 상태와 관계없이 음식과 관련된 시각, 후각, 미각 등의 외부적 자극으로 인해 과식이 유발할 수 있다는 것이다. 특히, Schachter, Goldman과 Gordon(1968)은 비만인 사람은 정상체중인 사람보다 외부적 자극에 민감하기 때문에, 어떤 자극이 주어지면 자극을 참지 못하고 탈억제 현상으로 더 많이 먹게 된다고 하였다. Allport(1937)는 다양한 종류의 자극에 대해서 특정한 방식으로 반응하는 경향성을 성향(Trait)이라고 정의하였으며, 모든 사람들은 성향이라는 행동 경향성을 지니고 있어 행동을 결정하는 중요한 역할을 한다고 주장하였다.

따라서 섭식성향(Eating trait)이란, 다양한 종류의 자극에 대해 특정한 방식으로 반응하는 음식섭취의 경향성이라고 할 수 있다. 개인의 섭식성향은 시간이 흐름에 따라 배고픔이나 포만감과 같은 생리적 요인 이외에도 심리적 요인과 사회적, 문화적, 물리적 환경 등과 상호작용하며 개인의 성향에 영향을 미치고 행동을 조절한다(이임순, 1997; 권석만, 2017). 따라서 섭식행동을 조절하기 위해서는

개인의 섭식성향을 파악하는 것이 중요하다고 볼 수 있다. 또한, 섭식은 과식이 나 폭식과 같은 식품섭취 양상과 비만도와 같은 체중과의 관련성을 설명하는 중요한 요인이기에(이수경, 이가영, 이상엽, 박태진과 김준수, 2010), 비만 연구에 있어서 매우 중요한 측면을 가지고 있다.

기존 섭식성향과 관련된 측정도구로는 섭식절제척도(Restraing Scale, RS), 삼요인 섭식 질문지(Three Factor Eating Questionnaire, TFEQ), 섭식행동 질문지(Dutch Eating Behavior Questionnaire, DEBQ), 섭식태도검사(Eating Attitude Test, EAT), 일반적 음식갈망-특질 척도(General-Food Cravings Questionnaire-Trait, G-FCQ-T) 등을 주로 사용하고 있다. 하지만 국내에서 개발된 섭식성향 관련 측정도구는 거의 없는 실정으로, 대부분 국외의 도구를 번안하여 사용하거나(이임순, 1997; 김문실과 김숙영, 1997; 김효정, 이임순과 김지혜, 1996; 노지혜 등, 2008), 몇 개의 문항만을 선택하여 사용하였기에, 국내 성인의 섭식성향을 포괄적으로 측정하기에는 몇 가지의 어려움을 갖고 있다.

첫째, 대부분 기존 선행연구에서 도구를 개발하여 적용한 연구 대상자들과 한국어로 번역하여 적용한 연구 대상자가 다르기에 도구를 그대로 적용하기에는 무리가 있을 수 있다. 주로 사용하는 측정도구인 DEBQ와 TFEQ는 애초에 성인을 대상으로 개발된 것이었으나(Stunkard와 Messick, 1985; Van Strien 등, 1986), 국내에서는 여고생이나(김문실 등, 1997), 여대생(김효정 등, 1996)을 대상에게 적용하여 신뢰도와 타당도를 검정하였기에, 일반 성인에게 해당하는 측정도구를 그대로 적용하기에는 무리가 있을 수 있다.

둘째, 국외에서 개발된 측정도구를 그대로 번안하여 사용했기 때문에, 국내의 사회적, 문화적인 차이를 반영하지 못할 수 있다. 예로 들자면, 노지혜 등(2008)의 G-FCQ-T 도구는 번안하는 과정에서 원문항의 의미가 충분히 표현되지 않아 해당 문항이 적합한 요인에 배치되지 않고, 김효정 등(1996)의 DEBQ는 문항과 척도 간 상관관계에서 역상관이 나타난 경우를 확인할 수 있었다. 또한, 섭식성향은 시간이 지남에 따라 개인적 요인에 의해서만 결정되는 것이 아니라, 생활양식, 사회의 문화나 환경 등 다양하게 영향을 받는다. 국외에서 개발한 도구는 국내의 사회문화적 측면을 반영하지 못할 수 있다. 특히 섭식과 관련된 문화는 독특한 환경과 맞물려 있으므로, 사회문화적 특성을 반영한 도구개발이 필요하다.

셋째, 기존 섭식성향과 관련된 측정도구의 문항은 주로 체중 관리를 위한 의식 섭식절제(이임순, 1997; 김문실 등, 1997)를 측정하거나, 정서적 차원과 행동적 차원의 섭식(김호정 등, 1996; Framson 등, 2009), 다이어트 또는 음식에 대한 집착 등의 이상 섭식행동(Garner, Olmsted, Bohr과 Garfinkel, 1982; 이민규 등, 1988)에 주로 초점을 두었고, 섭식성향과 상호작용하는 심리적, 사회적, 문화적 환경요인과 관련된 문항은 상대적으로 부족한 편이어서, 성인의 일반적인 섭식성향을 포괄적으로 포함하는 문항이라고 보기에는 어려움이 있어 이에 대한 보완이 필요하다.

따라서 본 연구에서는 기존의 섭식성향 관련 측정도구 연구와 섭식성향에 대한 탐색적 연구 고찰을 바탕으로 한국의 사회적, 문화적, 심리적 특성을 반영하여 섭식성향을 포괄적으로 측정할 수 있는 도구를 개발하고, 도구의 타당도와 신뢰도를 평가하고자 한다.

2. 연구의 목적

본 연구의 목적은 성인의 섭식성향을 측정하는 도구를 개발하는 것이다. 구체적인 목적은 다음과 같다.

- 1) 성인의 섭식성향 측정도구를 개발한다.
- 2) 개발된 섭식성향 측정도구를 성인에게 적용하여 척도의 타당도와 신뢰도를 평가한다.

3. 용어의 정의

1) 섭식성향(Eating Trait)

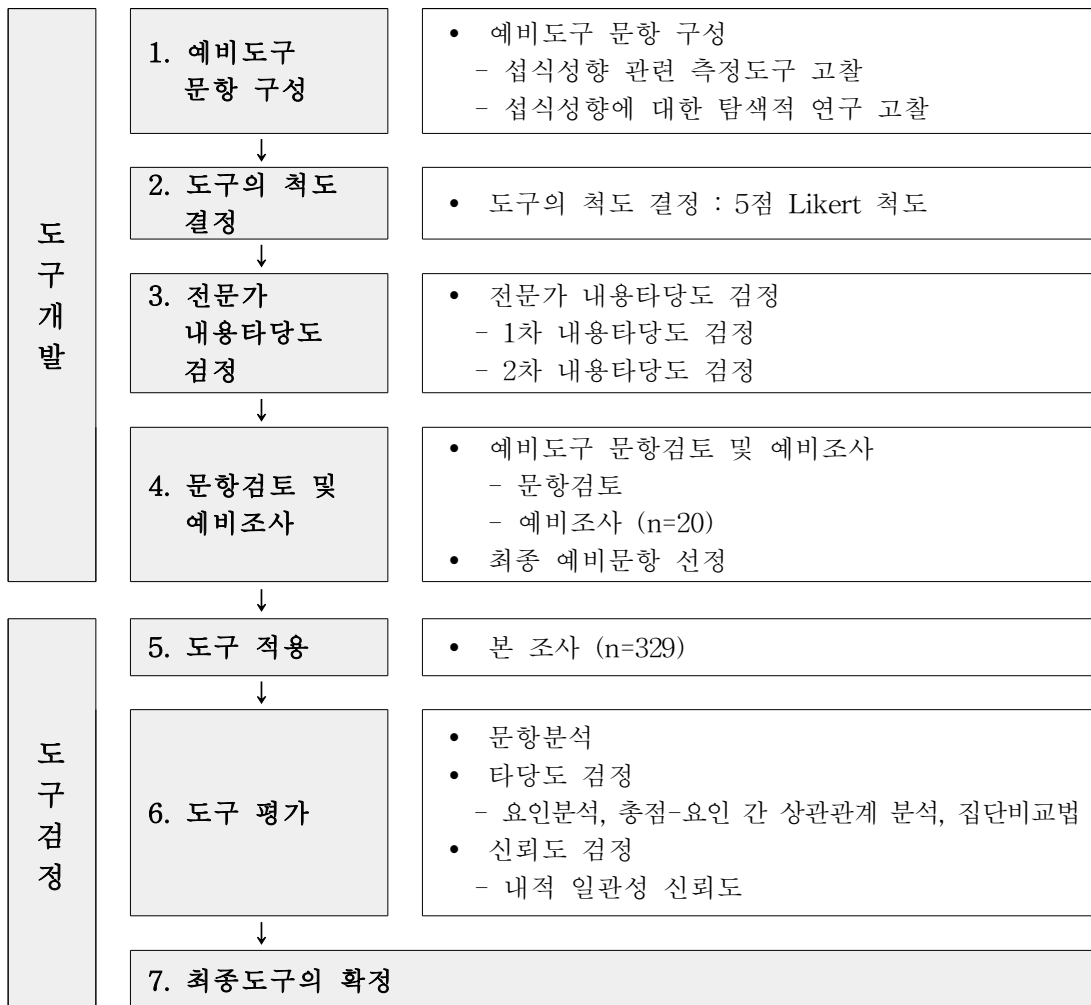
(1) 이론적 정의 : 섭식이란, 음식물을 섭취하는 것을 말하며(국립국어원, 2018), 성향이란, 어떤 특정한 상황에 놓였을 때 잠재적 형태로 존재하는 성질로(서울대학교 교육연구소, 1995), 다양한 종류의 자극에 대해서 특정한 방식으로 반응하는 경향성을 의미한다(Allport, 1937). 따라서 섭식성향이란, 다양한 종류의 자극에 대해 특정한 방식으로 반응하는 음식섭취의 경향성을 의미한다.

(2) 조작적 정의 : 본 연구에서 섭식성향이란, 본 연구자가 개발한 섭식성향 도구에 의해 측정되는 점수로, 각 하위영역의 총 점수가 높을수록 해당하는 영역의 섭식성향이 높음을 의미한다.

II. 연구방법

1. 연구 설계

본 연구는 Devellis(2017)가 제시한 도구개발 절차를 바탕으로 성인의 섭식성향 측정도구를 개발하고, 신뢰도와 타당도를 검증하는 방법론적 연구이며, 도구개발 절차는 다음과 같다<그림1>.



<그림 1> 도구개발 및 평가과정

2. 도구개발 단계

1) 예비도구 문항 구성

예비도구에 포함될 문항은 기존의 섭식성향 관련 측정도구 고찰과 섭식성향에 대한 탐색적 연구 고찰을 바탕으로 예비도구 문항을 구성하였다.

(1) 섭식성향 관련 측정도구 고찰

문항 구성을 위한 첫 번째 단계로, 국내·외 섭식성향과 관련된 측정도구에 대한 문헌고찰을 통해 섭식성향의 속성을 확인하고 추출된 구성요인을 정리하였다. 특히 Herman와 Mack(1975), Stunkard와 Messick(1985), Van Strien 등 (1986), 이민규 등(1998), Nijs, Franken과 Muris(2007), Framson 등(2009), Ismail, Noh, Ismail과 Tamil(2015) 및 Hunot 등(2016)의 연구를 중심으로 섭식성향 관련 측정 문항을 도출하였다.

(2) 섭식성향에 대한 탐색적 연구 고찰

문항 구성을 위한 두 번째 단계로, 개별면담을 통해 성인의 섭식성향을 심층적으로 탐색한 박은옥과 김영원(2019)의 연구 결과를 고찰하였다. 연구는 J지역에 거주하는 만 19세 이상 65세 미만의 성인 14명을 대상으로 개별면담을 하였으며, 대상자의 평균 나이는 38.78 ± 7.75 세였다. 주요 질문은 ‘어떤 상황에서 음식을 먹게 됩니까?’ 였으며, 그 외 보조질문으로는 어떤 상황에서 과식하는지, 배고픔 이외의 이유로 음식을 먹게 되는 요인은 무엇인지, 음식을 먹게 되는 상황이나 요인은 무엇인지, 비만을 걱정하면서도 먹게 되는 경우는 어떤 경우인지, 체중조절을 위해 어떤 상황에서 식이를 제한하는지, 체중조절을 위해 식습관이나 식이와 관련하여 하고 있는 것은 무엇인지 등을 질문하였다. 해당 연구 결과의 고찰을

바탕으로 예비도구 문항을 구성하였다.

(3) 1차 예비도구 문항 작성

1차 예비도구 문항은 기존의 섭식성향 관련 측정도구 고찰과 박은옥과 김영원(2019)의 섭식성향에 대한 탐색적 연구 결과 고찰을 통해 추출된 내용을 바탕으로 작성하였다. 예비문항의 독해수준은 초등학교 6학년 수준으로 작성하는 것이 바람직하다고 한 Devellis(2017)와 하나의 문항에는 하나의 내용만 포함되어야 하고 문항은 간단명료하게 구성하는 것이 좋다고 한 성태제(2008)에 따라 문항을 작성하고자 하였다.

2) 도구의 척도 결정

예비도구 문항의 척도는 5점 또는 6점 척도가 가장 신뢰할 수 있으며(Devellis, 2017), 척도가 5점보다 큰 경우 신뢰도를 더 이상 높이지 못한다(Cicchetti, Shoinralter & Tyrer, 1985)는 근거에 따라, 5점 Likert 척도로, “매우 그렇다” 5점, “대체로 그렇다” 4점, “보통이다” 3점, “대체로 그렇지 않다” 2점, “전혀 그렇지 않다” 1점으로 구성하였다.

3) 전문가 내용타당도 검정

2차 예비도구 문항은 동일한 전문평가단에 의한 1차, 2차 내용타당도 검정을 거쳐 구성하였다.

(1) 1차 내용타당도(content validity) 검정

1차 내용타당도 검정을 위해 전문평가단을 구성하여 내용타당도 지수(Content Validity Index, CVI)를 산출하여 검정하였다. 전문평가단은 총 13인의 전문가로 구성하였으며, 구체적으로 가정의학 전문의 1인, 예방의학 전문의 1인, 간호학 교수 3인, 도구개발 경험이 있는 보건학 교수 2인, 식품영양학 교수 2인, 종합병원에서 근무하는 영양 실무자 1인, 보건소에서 근무하는 영양 실무자 3인으로 구성하였다.

1차 예비도구 문항을 전문가에게 나누어 주고, 문항의 내용타당성에 대하여 Lynn(1986)이 제시한 기준에 따라 “매우 타당하다” 4점, “타당하다” 3점, “타당하지 않다” 2점, “전혀 타당하지 않다” 1점으로 평점하도록 하였으며, 자유롭게 의견을 작성하도록 하였다. 1차 예비도구 문항에서 CVI가 .8 미만인 문항은 삭제하거나, CVI가 .8 이상인 문항에서도 전문가들의 의견을 반영하여 문항을 수정·보완하였다.

(2) 2차 내용타당도(content validity) 검정

1차 내용타당도 검정에서 선정된 문항에 대하여 동일한 전문평가단 13인에게 2차 내용타당도 검정을 시행하였다. 전문평가단이 동일할 경우, 2차 내용타당도 검정은 10일에서 14일 사이의 간격을 두어야 하므로(Lynn, 1986), 본 연구에서도 1차 내용타당도 평가일로부터 10일에서 14일 사이에 2차 내용타당도를 평가하도록 하였다. 2차 예비도구 문항은 CVI가 .8이상인 문항을 선정하거나 전문가들의 의견을 반영하여 문항을 수정·보완하여 구성하였다.

4) 문항검토 및 예비조사

(1) 문항검토

문항의 독해 수준은 초등학교 6학년 수준이 적당하다는 Devellis(2017)에 따라 문항의 이해도를 파악하기 위해 J지역에 소재한 D초등학교 6학년 학생 27명을 대상으로 조사하였다. 각 문항에 대해 “이해하기 쉽다”, “이해하기 어렵다”로 평가하도록 하였으며, 이해가 어려운 문항에 대해서는 자유롭게 의견을 작성하도록 하였다. 전체 문항에 대한 이해도는 “매우 쉽다” 5점, “대체로 쉽다” 4점, “보통이다” 3점, “대체로 어렵다” 2점, “매우 어렵다” 1점으로 평가하도록 하였으며, 초등학생의 의견을 반영하여 문항을 수정하였다.

또한, 국어교사에게 부적절한 어휘나 문법 등에 대한 자문을 구하였으며, 의견을 반영하여 문항을 수정하였다.

(2) 예비조사

예비조사 대상자는 본 조사에서 연구할 대상자와 유사한 대상으로 표본의 크기가 20명~40명이 적합하다는 Nunnally와 Bernstein(1994)의 근거에 따라, J지역에 거주하는 성인 20명을 대상으로 예비조사를 실시하여 설문지 작성 소요시간, 문항의 이해도, 글자 크기 적절성, 문항 길이 적절성 등을 확인하였다. 각 문항에 대한 이해도는 “매우 쉽다” 4점, “대체로 쉽다” 3점, “대체로 어렵다” 2점, “매우 어렵다” 1점으로 평가하도록 하였으며, 자유롭게 의견을 작성하도록 하였다. 예비조사 결과를 바탕으로 예비도구의 문항을 수정하였다.

3. 도구검정 단계

1) 도구 적용

(1) 연구 대상자

본 조사에서 연구대상자는 J지역에 소재한 보건소, 공공기관, 기업체 등을 방문하여 성인 350명을 대상으로 조사하였으며, 구체적인 연구 대상자 선정기준은 다음과 같다.

- ① 만 19세 이상 65세 미만의 성인
- ② 의사소통이 가능하고 설문 내용을 이해할 수 있는 자
- ③ 본 연구의 목적을 이해하고 자발적으로 연구 참여 동의서에 서명한 자
- ④ 섭식장애(신경성 식욕부진증, 신경성 폭식증, 폭식장애)를 진단 받지 않은 자

(2) 연구 표본 크기

연구 표본 크기는 최종 문항 구성을 위해 총 문항 수의 4~5배 정도가 되거나 (이은옥 등, 2009), 요인분석을 실시하는 경우 300명 이상이 바람직하다(Devellis, 2017). 따라서 본 연구에서 300명을 표본 수로 정하였고, 탈락률을 고려하여 총 350명을 계획하였다.

(3) 자료수집 방법

본 조사에서의 자료수집은 J지역에 소재한 1곳의 보건소, 3곳의 공공기관, 3곳의 기업체를 방문하여 자료수집에 대한 허락을 구한 후, 연구자와 훈련된 4인의 연구보조원이 자료를 수집하였다. 연구자는 자료수집 전 연구보조원 4인에게 연

구의 목적과 방법, 중도 철회, 개인정보 보호 등에 대해 교육하였다. 연구 대상자 선정기준에 적합한 대상자를 확인한 후, 자발적 참여 동의를 얻은 대상자에게 연구의 목적과 방법, 중도 철회, 개인정보 보호 등과 관련된 사항을 충분히 설명 후 연구 참여 동의서를 받고 설문조사를 실시하였다. 총 350부의 설문지 중에서 응답이 부실한 21부를 제외한 329부의 설문지가 자료 분석에 사용되었다.

(4) 연구도구

본 조사에서 성인의 섭식성향 측정도구를 평가하기 위해 설문지에 포함된 연구도구는 다음과 같다.

① 일반적 특성

일반적 특성은 대상자의 성별, 연령, 키, 체중, 교육수준, 혼인상태, 가정의 경제상태, 직업, 외식빈도, 과식빈도, 간식섭취 빈도, 야식섭취빈도 등의 총 13문항으로 구성하였다.

② 성인의 섭식성향 측정도구

기존 섭식성향 관련 측정도구 고찰과 박은옥과 김영원(2019)의 섭식성향에 대한 탐색적 연구 결과 고찰을 바탕으로 본 연구자가 예비도구 문항을 작성하여 사용하였다. 전문가 내용타당도 검정과 문항검토, 예비조사를 통해 선정된 최종 예비도구는 총 50문항으로, 각 문항은 성인의 섭식성향과 관련된 내용으로 구성되었으며, 5점 Likert 척도로 구성하였다.

③ 비만도

개발된 도구를 집단비교법을 이용한 구성타당도 검정을 위해 세계보건기구 아시아태평양지역과 대한비만학회(2000)에서 제시한 분류법에 근거하였다. 저체중, 정상체중, 과체중, 비만, 고도비만을 구분하기 위해 대상자의 키와 체중을 자가 보고 형식으로 기입하도록 하였고, 체질량지수(Body Mass Index, BMI)는 체중(kg)을 키(m)의 제곱으로 나누어 계산하였다.

BMI가 18.5kg/m^2 미만은 '저체중', 18.5kg/m^2 이상 23kg/m^2 미만은 '정상', 23kg/m^2 이상 25kg/m^2 미만은 '과체중', 25kg/m^2 이상 30kg/m^2 미만은 '비만', 30kg/m^2 이상인 경우를 '고도비만'으로 분류하였다.

2) 도구 평가

(1) 문항분석

문항분석은 각 문항이 어느 정도의 변별력이 있는지 검토하는 과정으로서, 변별력이 약한 문항을 제거하여 결과적으로 도구의 신뢰도를 향상시키는 데 목적이 있다(이은옥 등, 2009) 본 연구에서는 문항분석을 위해 각 문항별 평균과 표준편차, 왜도(Skewnes)와 첨도(Kurtosis)를 확인하였으며, 문항-총점 간 상관계수(Corrected item-total correlation coefficient)와 각 문항을 제거했을 경우의 신뢰도를 산출하였다.

각 문항의 평균이 1.0 또는 5.0에 가까운 극단적인 값을 갖고 있거나 표준편차가 지나치게 낮은 경우, 이는 문항에서 점수들의 분산이 작다는 의미로 바람직한 문항이라 볼 수 없으며(탁진국, 2009), 왜도와 첨도의 절대 값이 2보다 큰 경우 변별력이 낮은 문항으로 평가하였다(배정민, 2012). 또한, 문항의 변별력을 확인하기 위해 문항-총점 간 상관계수(Item-total correlation)를 확인하였다. 총점과의 상관계수가 .20 미만이거나 .80이상인 문항은 변별력이 낮아 수정 또는 삭제

제를 고려하였다(성태제, 2008). 또한, 각 문항을 제거했을 때 Cronbach's α 값을 확인하여 요인분석을 위한 예비문항을 최종 선정하였다.

(2) 타당도 검정

① 요인분석

문항분석을 통해 선정된 문항들은 변수의 구조를 파악하고, 요인으로 묶이지 않는 중요도가 낮은 변수를 제거하며, 동일한 요인으로 묶이는지를 확인하여 측정도구의 타당성을 검정하기 위해 요인분석을 실시하였다(송지준, 2011). 특히, 이론상으로 아직 체계화되거나 정립되지 않은 연구에서 구성된 문항이 적절한지 탐색하는 탐색적 요인분석(Exploratory factor analysis)을 실시하였다(송지준, 2011).

먼저, 본 도구의 문항들이 요인분석을 수행하기에 적합한지 확인하기 위해 KMO(Kaiser-Meyer-Olkin)의 표본적합성 측도와 바틀렛의 구형성 검정(Bartlett's test of sphericity)을 실시하였다. KMO는 변수들 간의 상관관계가 다른 변수에 의해 잘 설명되는 정도를 나타내는 값으로, 이 값이 낮으면 요인분석을 위한 변수들의 선정이 좋지 못함을 의미한다(송지준, 2011). KMO 값이 .90 이상이면 상당히 좋은 편, .80~.89 꽤 좋은 편, .70~.79 적당한 편, .60~.69 평범한 편, .50~.59 바람직하지 못한편, .50미만이면 받아들일 수 없는 수치로 판단하였다(송지준, 2011). 바틀렛의 구형성 검정은 요인분석 모형의 적합성 여부를 나타내는 것으로, 요인분석 모형으로서 적합한지 아닌지를 유의확률로서 파악하는 것으로(송지준, 2011), 유의확률 p값이 .05보다 작은 경우이면 자료가 요인분석을 지지하는 것으로 판단하였다.

요인추출은 많은 변수의 상관관계를 나타낸 행렬을 이용하여 소수의 요인으로 집약하는 단계이다(이은옥 등, 2009). 본 연구에서는 정보의 손실을 최소화하기 위해 최소의 요인으로 추출하는 방법인 주성분분석법(Principal component method, PCA)을 사용하여 요인을 추출하였으며, 요인회전은 직각회전인

Varimax방식을 이용하였다. 요인의 수는 고유값(Eigen value)을 기준으로 1.0이상인 것과 스크리 검사(scree plot test)에서 고유값의 변화 기울기가 완만해지는 기점(이은옥 등, 2009)을 고려하였고, 누적 설명 분산은 적어도 50~60% 정도는 되어야 한다는 Hair, Black, Babin과 Anderson(2009)의 기준에 따라 50% 이상 되는 요인으로 선정하였다. 공통성(communality)이란 추출된 요인들에 의해서 설명되는 비율을 의미하며, 일반적으로 공통성이 .4이하이면 낮다고 판정한다(송지준, 2011). 따라서 .4 이하인 문항은 제거를 고려하였다. 요인들에 의해 설명된 분산의 요인적재값(factor loading) 기준은 표본 수가 250이상 350미만인 경우 요인적재값이 .4이상이면 충분히 유의하다고 제시한 이은옥 등(2009)의 기준에 따라 .4 미만인 문항은 제거를 고려하였다.

② 총점-요인 간 상관관계 분석

요인의 변별 타당도를 위해 도구의 하위요인 간의 상관관계를 분석하였다. 하위요인 간 상관계수가 .85미만인 경우 각 요인들은 변별력 있는 요인으로 판단하였다(문수백, 2009). 또한, 각 요인의 점수와 총점과의 상관계수에 의한 타당도를 검증하기 위해 각 요인의 점수와 총점 간 피어슨 상관계수(Pearson's correlation coefficient)로 분석하였다.

③ 집단비교법

집단 간 차이 검정을 통해 구성타당도를 검증하였다. 비만도, 과식빈도, 외식빈도, 간식섭취 빈도, 야식섭취 빈도에 따라 집단을 나누어 집단 간 섭취성향의 차이를 검증하였다.

(3) 신뢰도 검정

① 내적 일관성 신뢰도

개발된 측정도구의 모든 항목들이 얼마나 일관되게 개념을 측정하는지 확인하기 위해 Cronbach's α 값을 산출하여 내적 일관성 신뢰도를 검정하였다. 일반적으로 Cronbach's α 은 .60이상이면 신뢰도가 있다고 보며(송지준, 2011), 새로 개발된 심리사회적 도구의 경우 신뢰도 계수가 .70이면 수용 가능한 것으로 간주한다는 기준(이은옥 등, 2009)에 따라 신뢰도 계수 Cronbach's α 값이 .70 이상인 것을 확인하여 도구의 신뢰도를 검정하였다.

4. 자료 분석 방법

본 연구를 위해 수집된 자료는 IBM SPSS Statistics 24.0 프로그램을 이용하여 분석하였으며, 구체적인 분석방법은 다음과 같다.

- 1) 대상자의 일반적 특성은 기술통계를 이용하여 빈도와 백분율, 평균과 표준편차로 산출하였다.
- 2) 도구의 내용 타당도 검정은 전문평가단에 의한 내용 타당도 지수(Content Validity Index, CVI)를 산출하여 분석하였다.
- 3) 문항분석은 기술통계와 문항-총점 간 상관계수(Corrected item-total correlation coefficient)를 이용하여 측정하였다.
- 4) 도구의 구성 타당도 검정은 탐색적 요인분석(Exploratory factor analysis)을 실시하였다. 하위요인 간 상관관계와 각 요인의 점수와 총점과의 상관관계는 피어슨 상관계수(Pearson's correlation coefficient)를 이용하여 분석하였고, 집단 간 차이는 independent t-test, ANOVA를 이용하여 분석하였다.
- 5) 도구의 신뢰도 검정은 Cronbach' α 값을 이용하여 분석하였다.

5. 연구의 윤리적 고려

본 연구는 제주대학교 생명윤리심의위원회(Institutional Review Board, IRB)의 승인을 받았다(승인번호 : JJNU-IRB-2019-010). 연구에 참여하는 모든 대상자에게 연구의 목적과 방법, 개인정보 보호, 연구 참여에 따른 이익과 불이익, 중도 철회와 관련된 사항을 충분히 설명 후 연구 참여 동의서에 자발적으로 서명한 자를 대상으로 연구를 진행하였다. 그리고 참여자가 원한다면 언제든지 연구 참여를 중단할 수 있으며 어떠한 불이익도 발생하지 않을 것임을 설명하였다. 연구에 참여한 모든 대상자에게는 감사의 표시로 소정의 답례품을 제공하였다. 특히 수집된 자료는 개인정보가 노출되지 않도록 익명화하여 처리하였으며, 관련 자료는 암호화된 컴퓨터와 잠금장치가 있는 서랍장에 보관하여 연구자 이외에는 접근할 수 없도록 하였다.

Ⅲ. 연구결과

1. 도구개발 단계

1) 예비도구 문항 구성

국내·외 섭식성향과 관련된 측정도구에 대한 고찰을 통해 섭식성향의 속성을 확인하고 추출된 구성요인을 정리하였다. 특히 Herman와 Mack(1975), Stunkard와 Messick(1985), Van Strien 등 (1986), 이민규 등(1998), Nijs 등 (2007), Framson 등(2009), Ismail 등(2015), Hunot 등(2016)의 연구를 중심으로 구성 요인을 확인하였다. 고찰 결과, 섭식성향과 관련된 영역은 정서적 섭식, 외부적 섭식, 식이 제한, 탈억제, 통제 상실, 배고픔, 음식에 대한 집착 등으로 나타났다 <표 1>.

박은옥과 김영원(2019)의 섭식성향에 대한 탐색적 연구에서 개별면담 자료 고찰 내용은 <부록 1>과 같다. 주요 내용은 총 138개로 구성되어 있었다.

<표 1> 섭식성향 관련 측정도구 고찰 (계속)

측정도구	구분	개발자(년도)	대상자	적용	문항 수	하부요인(문항 수)	신뢰도	타당도
Restraint Scale (RS)	국외	Herman & Mack (1975), Herman 등 (1978).	여대생	60명	10문항	-섭식절제(10)	-	-
	국내	이임순 (1997)	여대생	285명	10문항	-섭식절제(10)	- Cronbach's α : 전체 .72	- 주성분 요인분석 (Principle component analysis) : (2002년) 총 설명변량 56.0%
Three Factor Eating Questionnaire (TFEQ)	국외	Stunkard 등 (1985)	성인	220명	51문항	- 의식적 식이제한(21), 탈억제(16), 배고픔(14)	- Cronbach's α : 전체 .90 : 인지적 식이제한 .90 : 탈억제 .87 : 배고픔 .82	- 주성분 요인분석 (Principle component analysis) - 준거 타당도 (Criterion validity)
	국내	김문실 등 (1997)	여고생	202명	32문항	- 의식적 식이제한(10), 탈억제(14), 배고픔(8)	- Cronbach's α : 전체 .94 : 의식적 식이제한 .87 : 탈억제 .88 : 배고픔 .85	- 주성분 요인분석 (Principle component analysis) : 총 설명변량 45.7%

<표 1> 섭식성향 관련 측정도구 고찰 (계속)

측정도구	구분	개발자(년도)	대상자	적용	문항 수	하부요인(문항 수)	신뢰도	타당도
Dutch Eating Behavior Questionnaire (DEBQ)	국외	Van Strien 등 (1986)	성인	657명	33문항	- 절제된 섭식(10), 정서적 섭식(13), 외부적 섭식(10)	- Cronbach's α : 절제된 섭식 .95 : 정서적 섭식 .93 : 외부적 섭식 .80	- 탐색적 요인분석 (Exploratory factor analysis)
	국내	김효정 등 (1996)	여대생	292명	33문항	- 절제된 섭식(10), 정서적 섭식(13), 외부적 섭식(10)	- Cronbach's α : 절제된 섭식 .90 : 정서적 섭식 .93 : 외부적 섭식 .79	- 주성분 요인분석 (Principle component analysis)
Eating Attitude Test (EAT)	국외	Garner 등 (1982)	신경성 부진증 여자환자	160	40문항	- 다이어트 - 대식증과 음식 집착 - 구강통제	- Cronbach's α : 다이어트 .86 : 대식증과 음식집착 .61 : 구강통제 .46	- 주성분 요인분석 (Principle component analysis)
	국내	이민규 등 (1998)	성인	3,496명	26문항	<남자> - 식사에 대한 자기 통제와 대식증적 증상(10) - 날씬함에 대한 집착(9) - 음식에 대한 집착과 다이어트(4) - 단음식 회피(2) <여자> - 식사에 대한 자기 통제와 대식증적 증상(11) - 날씬함에 대한 집착(5) - 음식에 대한 집착(3) - 다이어트(7)	- Cronbach's α : 전체 .81 - Spearman-Brown : 전체 .75	- 탐색적 요인분석 (Exploratory factor analysis)

<표 1> 섭식성향 관련 측정도구 고찰 (계속)

측정도구	구분	개발자(년도)	대상자	적용	문항 수	하부요인(문항 수)	신뢰도	타당도
General -Food Cravings Questionnaire -Trait (G-FCQ-T)	국외	Nijs 등 (2007)	대학생	227명	21문항	- 음식에 대한 몰두(6), 통제 상실(6), 긍정적 결과 기대(5), 정서적 갈망(4)	- Cronbach's α : 전체 .90 : 하부요인 .71-.91 - 검사-재검사 신뢰도 : 전체 .79 : 하부요인 .62-.78	- 확인적 요인분석 (Confirmatory factor analysis) : $r^2/df=2.44$, TLI=.86 : CFI=88, RMSEA = .80
	국내	노지혜 등 (2008)	대학생, 성인	168명	21문항	- 음식에 대한 몰두(6), 통제 상실(6), 긍정적 결과 기대(5), 정서적 갈망(4)	- Cronbach's α : 전체 .88 : 음식에 대한 몰두 .61 : 통제 상실 .85 : 긍정적 결과 기대 .74 : 정서적 갈망 .71 - 검사-재검사 신뢰도 : 전체 .85 : 음식에 대한 몰두 .61 : 통제 상실 .86 : 긍정적 결과 기대 .72 : 정서적 갈망 .79	- 탐색적 요인분석 (Exploratory factor analysis) : 총 설명변량 50.03%
Mindful Eating Questionnaire (MEQ)	국외	Framson 등 (2009)	성인	303명	28문항	- Disinhibition(8), Awareness(7), External cues(6), Emotional response (4), Distraction (3)	- Cronbach's α : 전체 .88 : Disinhibition .83 : Awareness .74 : External cues .70 : Emotional response .71 : Distraction .64	- 탐색적 요인분석 (Exploratory factor analysis)

<표 1> 섭식성향 관련 측정도구 고찰 (계속)

측정도구	구분	개발자(년도)	대상자	적용	문항 수	하부요인(문항 수)	신뢰도	타당도
Three Factor Eating Questionnaire (TFEQ-R21)	국외	Ismail등 (2015)	남성 근로자	313명	21문항	- Cognitive restraint(6), Uncontrolled eating(9), Emotional eating(6)	- Cognitive restraint 0.66 - Uncontrolled eating 0.79 - Emotional eating 0.87	- 라쉬분석 (Rasch Factor Analysis) - 탐색적 요인분석 (Exploratory factor analysis) : 총 설명변량 56.8%
Adult Eating Behaviour Questionnaire (AEBQ)	국외	Hunot 등 (2016)	성인	PCA :708명 CFA: 954명	35문항	- Hunger(5), Food responsiveness(5), Emotional under-eating(5), Food fussiness(5), motional over-eating(5), Satiety responsiveness(3), Enjoyment of food(3), Slowness in eating(4)	- Cronbach's α : Hunger .75 : Food responsiveness .75 : Emotional over-eating .90 : Enjoyment of food .86 : Satiety responsiveness .75 : Emotional under-eating .90 : Food fussiness .88 : Slowness in eating .88 -Intra-Class Correlation coefficients (ICC)	- 주성분 요인분석 (Principle component analysis) - 확인적 요인분석 (Confirmatory factor analysis) RMSEA=0.06 CFI=0.91 2254.66(df=532, p< 0.001)

(2) 1차 예비도구 문항 작성

1차 예비도구 문항은 섭식성향 관련 측정도구 고찰과 박은옥과 김영원(2019)의 섭식성향에 대한 탐색적 연구 결과를 고찰하여, 성인의 섭식성향을 포괄할 수 있는 문항으로 구성하였으며, 절차는 <부록 2>와 같다. 1차 예비도구 문항은 정서적 섭식 16문항, 신체적 상태과 관련된 섭식 4문항, 음식에 대한 태도 7문항, 섭식을 촉발하는 외부요인 14문항, 대인관계에서 오는 섭식 10문항, 일을 위한 섭식 3문항, 습관적 섭식 5문항, 섭식절제 19문항으로, 총 8개 영역, 78개의 문항으로 구성하였다<표 2>.

<표 2> 1차 예비도구 문항 (계속)

영역	문항
스트레스	1. 화가 나면 더 먹는다.
	2. 화가 나면 덜 먹는다.
	3. 스트레스를 받으면 먹는다.
	4. 뜻대로 일이 잘 풀리지 않으면 먹는다.
정서적 섭식	5. 기분이 좋을 때 더 먹는다.
	6. 기분이 상할 때 더 먹는다.
	7. 기분이 상할 때 덜 먹는다.
	8. 불안하거나 걱정될 때 더 먹는다.
	9. 불안하거나 걱정될 때 덜 먹는다.
	10. 심심하거나 지루할 때 먹는다.
	11. 마음이 허하거나 외로울 때 먹는다.
	12. 우울할 때 더 먹는다.
	13. 우울할 때 덜 먹는다.
	14. 슬플 때 먹는다.
기분전환	15. 기분전환을 위해 먹는다.
	16. 마음을 편안하게 하기위해 먹는다.

<표 2> 1차 예비도구 문항 (계속)

영역		문항
신체적 상태와 관련된 섭식	배고픔	17. 배고프면 먹는다.
		18. 먹어도 채워지지 않는 느낌이 든다.
	피곤함	19. 몸이 피곤할 때 먹는다.
		20. 졸음을 깨기 위해 먹는다.
음식에 대한 태도	버리기 아까움	21. 남은 음식이 아까워서 먹는다.
	돈이 아까움	22. 외식을 하면 가격 생각에 많이 먹는다.
	건강을 위함	23. 건강을 위해 먹는다.
	음식을 즐김	24. 먹는 것을 즐기는 편이다.
		25. 새롭고 다양한 종류의 음식을 맛 보는 것을 즐긴다.
	음식에 대한 집착	26. 항상 음식에 집착한다.
		27. 먹고 싶은 음식을 계속 생각하게 된다.
	섭식을 촉발하는 외부요인	음식방송
음식점 또는 음식판매점		29. 식당 음식의 양이 많아서 많이 먹게 된다.
		30. 뷔페에 가면 많이 먹게 된다.
		31. 외식을 하면 많이 먹게 된다.
		32. 배고프지 않아도 영화관에 가면 팝콘을 먹게 된다.
		33. 저렴하게 판매하면 사먹게 된다.
음식 자체의 자극		34. 음식을 먹을 때 다른 음식도 함께 먹게 된다.
		35. 요리를 하면서 먹게 된다.
		36. 주변에 먹을 것이 보이면 먹게 된다.
		37. 옆 사람이 먹고 있는 모습을 보면 먹게 된다.
		38. 각종 행사에서 준비된 맛있는 음식을 보면 많이 먹게 된다.
	39. 지나가다가 판매하는 음식을 보면 사먹게 된다.	
40. 맛있는 냄새를 맡으면 먹게 된다.		
41. 음식이 맛있으면 많이 먹게 된다.		

<표 2> 1차 예비도구 문항 (계속)

영역	문항
대인관계 에서 오는 섭식	42. 가족 모임을 위해 먹게 된다.
	43. 누군가에게 음식을 챙겨주면서 먹게 된다.
	44. 누군가와 대화를 하면서 먹게 된다.
	45. 누군가와 함께 먹으면 많이 먹게 된다.
	46. 사람들과 어울리기 위해 먹는다.
	47. 먹고 싶지 않아도 분위기를 맞추기 위해 먹는다.
	48. 배가 불러도 예의상 먹게 된다.
	49. 먹지 않으면 다른 사람들이 집요하게 물어보기 때문에 먹게 된다.
	50. 손님을 접대하기 위해 먹는다.
	51. 사람들 간의 갈등이 있으면 많이 먹게 된다.
	일을 위한 섭식
53. 평일보다는 주말에 많이 먹게 된다.	
54. 업무의 능률을 위해 먹는다.	
습관적 섭식	55. 식사시간이 되면 꼭 식사를 한다.
	56. 습관적으로 특정음식을 먹는다.
	57. 영화나 TV를 보면서 생각 없이 먹게 된다.
	58. 다른 사람들보다 음식을 빨리 먹는 편이다.
	59. 다른 사람들보다 음식을 천천히 먹는 편이다.
섭식절제	60. 과식하면 속이 불편하기 때문에 적게 먹는다.
	61. 많이 먹은 경우, 다음날에는 일부러 적게 먹는다.
	62. 평소보다 적게 먹거나 먹지 않으려고 노력한다.
	63. 먹지 않기 위해 주변에 음식을 두지 않는다.
	64. 음식이 맛있어도 배가 부르면 그만 먹는다.
	65. 배가 고프더라도, 입맛에 맞지 않으면 먹지 않는다.

<표 2> 1차 예비도구 문항 (계속)

영역	문항
통제상실	66. 다른 사람들과 있을 때 보다 혼자 있을 때 많이 먹는다.
	67. 좋아하는 음식을 먹기 시작하면 멈추기 어렵다.
	68. 배가 고프지 않아도 먹게 된다.
	69. 먹고 싶은 욕구를 참을 수 없어서 먹게 된다.
	70. 먹지 않으려는 압박감으로 오히려 나중에 많이 먹게 된다.
	71. 조금만 먹거나 끼니를 거르면 나중에 많이 먹게 된다.
	72. 먹고 싶은 음식은 대체적으로 먹는 편이다.
체중증가에 대한 염려	73. 먹고 싶은 음식은 참았다가 꼭 먹고 싶을 때만 먹는다.
	74. 체중을 쉽게 감량할 수 있을 것이라는 자신감에 많이 먹는다.
	75. 체중 조절을 위해 식사를 제한한다.
섭취 열량의 고려	76. 체중 조절을 위해 저녁식사 이후에는 먹지 않는다.
	77. 음식의 칼로리를 확인하고 먹는다.
	78. 체중 조절을 위해 식품을 고려하여 먹는다.

2) 도구의 척도 결정

예비도구 문항의 척도는 5점 또는 6점 척도가 가장 신뢰할 수 있으며(Devellis, 2017), 척도가 5점보다 큰 경우 신뢰도를 더 이상 높이지 못한다(Cicchetti, Shoinralter & Tyrer, 1985)는 근거에 따라, 5점 Likert 척도로, “매우 그렇다” 5점, “대체로 그렇다” 4점, “보통이다” 3점, “대체로 그렇지 않다” 2점, “전혀 그렇지 않다” 1점으로 구성하였다.

3) 전문가 내용타당도 검정

(1) 1차 내용타당도 검정

13명의 전문평가단이 1차 내용타당도를 검정한 결과, 78문항 중 내용타당도 지수(CVI)가 .8 미만인 문항은 18문항이었다. 이 중 ‘뜻대로 일이 잘 풀리지 않으면 먹는다’, ‘기분이 상할 때 덜 먹는다’, ‘슬플 때 먹는다’, ‘먹어도 채워지지 않는 느낌이 든다’, ‘먹고 싶은 음식을 계속 생각하게 된다’, ‘식당 음식의 양이 많아서 많이 먹게 된다’, ‘음식을 먹을 때 다른 음식도 함께 먹게 된다’, ‘누군가에게 음식을 챙겨주면서 먹게 된다’, ‘먹지 않으면 다른 사람들이 집요하게 물어보기 때문에 먹게 된다’, ‘손님을 접대하기 위해 먹는다’, ‘업무 중 휴식시간에 먹는다’, ‘업무의 능률을 위해 먹는다’, ‘과식하면 속이 불편하기 때문에 적게 먹는다’, ‘배가 고프지 않아도 먹게 된다’, ‘먹지 않으려는 압박감으로 오히려 나중에 많이 먹게 된다’, ‘먹고 싶은 음식은 참았다가 꼭 먹고 싶을 때만 먹는다’, ‘체중을 쉽게 감량할 수 있을 것이라는 자신감에 많이 먹는다’의 17문항은 삭제하였고, ‘저렴하게 판매하면 사먹게 된다’는 ‘음식을 저렴하게 판매하면 배고프지 않아도 사먹는다’로 1문항을 수정하였다.

CVI가 .8 이상인 문항 중에서 전문평가단의 의견에 따라 다른 문항과 중복되는 내용의 문항인 ‘마음을 편안하게 하기위해 먹는다’, ‘외식을 하면 가격 생각에 많이 먹는다’, ‘가족 모임을 위해 먹게 된다’, ‘누군가와 대화를 하면서 먹게 된다’, ‘사람들 간의 갈등이 있으면 많이 먹게 된다’, ‘평소보다 적게 먹거나 먹지 않으려고 노력한다’의 6문항은 삭제하였다. 또한, 각 문항에서 ‘더 먹는다’와 ‘덜 먹는다’는 비교 기준이 필요하다는 의견에 따라 ‘평소보다 더 먹는다’와 ‘평소보다 덜 먹는다’로 수정하였으며, ‘스트레스를 받으면 먹는다’는 ‘더 먹는다’ 또는 ‘덜 먹는다’의 비교가 필요하다는 의견에 따라 ‘스트레스를 받았을 때 평소보다 더 먹는다’와 ‘스트레스를 받았을 때 평소보다 덜 먹는다’로 문항을 나누었다. 각 문항에서 구체적인 설명을 위해 필요에 따라 ‘배고프지 않아도’를 추가하였으며, ‘습관적으로 특정음식을 먹는다’는 ‘습관적으로 사탕, 초콜렛, 커피 등의 간식을 먹는

다'로 수정하였다. '옆 사람이 먹고 있는 모습을 보면 먹게 된다'는 '주변에 있는 사람이 먹으면 따라 먹는다'로 수정하였다. 이외에도 일부 문항의 표현을 수정하였다.

또한, 전문평가단의 의견에 따라 '스트레스를 받았을 때 평소보다 덜 먹는다', '밤 늦게 배고프면 야식을 먹는다', '음식의 모양과 색상이 예쁘면 먹는다', '특정 음식에 대한 안 좋은 기억이 있으면 먹지 않는다', '새로 접하는 음식은 먹지 않는다'의 5문항을 추가하였다.

즉, 78문항의 예비문항에서 CVI가 .8 미만인 18문항 중 17문항은 삭제하였고, 전문평가단의 의견에 따라 1문항은 수정하였다. CVI가 .8 이상인 문항에서도 다른 문항과 내용이 중복되는 6문항은 삭제하였고, 일부 문항의 표현을 수정하였다. 또한, 전문평가단의 의견에 따라 5문항을 추가하였다. 결과적으로, 1차 내용타당도 검정을 통해 60문항의 예비문항이 선정되었다<표 3>.

<표 3> 1차 내용타당도 검정 (계속)

번호	문항	번호	수정된 문항	CVI
1.	화가 나면 더 먹는다.	1.	화가 날 때 평소보다 더 먹는다.	1.0 (수정)
2.	화가 나면 덜 먹는다.	2.	화가 날 때 평소보다 덜 먹는다.	0.8 (수정)
3.	스트레스를 받으면 먹는다.	3.	스트레스를 받았을 때 평소보다 더 먹는다.	0.8 (수정)
		4.	스트레스를 받았을 때 평소보다 덜 먹는다.	(추가)
4.	뜻대로 일이 잘 풀리지 않으면 먹는다.		삭제	0.7 (삭제)
5.	기분이 좋을 때 더 먹는다.	5.	기분이 좋을 때 무엇인가를 먹는다	0.8 (수정)
6.	기분이 상할 때 더 먹는다.	6.	기분이 언짢을 때 무엇인가를 먹는다.	0.8 (수정)
7.	기분이 상할 때 덜 먹는다.		삭제	0.6 (삭제)
8.	불안하거나 걱정될 때 더 먹는다.	7.	불안하거나 걱정거리가 있을 때 평소보다 더 먹는다.	0.8 (수정)

<표 3> 1차 내용타당도 검정 (계속)

번호	문항	번호	수정된 문항	CVI
9.	불안하거나 걱정될 때 덜 먹는다.	8.	불안하거나 걱정거리가 있을 때 평소보다 덜 먹는다.	0.8 (수정)
10.	심심하거나 지루할 때 먹는다.	9.	심심하거나 한가할 때 무엇인가를 먹는다.	0.9 (수정)
11.	마음이 허하거나 외로울 때 먹는다.	10.	마음이 허하거나 외로울 때 무엇인가를 먹는다.	0.8 (수정)
12.	우울할 때 더 먹는다.	11.	우울할 때 평소보다 더 먹는다.	0.9 (수정)
13.	우울할 때 덜 먹는다.	12.	우울할 때 평소보다 덜 먹는다.	0.8 (수정)
14.	슬플 때 먹는다.		삭제	0.7 (삭제)
15.	기분전환을 위해 먹는다.	13.	기분전환이 필요할 때 무엇인가를 먹는다.	0.9 (수정)
16.	마음을 편안하게 하기위해 먹는다.		삭제	0.8 (삭제)
17.	배고프면 먹는다.	14.	배고플 때 무엇인가를 꼭 먹는다.	0.8 (수정)
		15.	밤늦게 배고프면 야식을 먹는다.	(추가)
18.	먹어도 채워지지 않는 느낌이 든다.		삭제	0.5 (삭제)
19.	몸이 피곤할 때 먹는다.	16.	몸이 피곤할 때 무엇인가를 먹는다.	0.8 (수정)
20.	졸음을 깨기 위해 먹는다.	17.	졸음을 깨기 위해 무엇인가를 먹는다.	0.8 (수정)
21.	남은 음식이 아까워서 먹는다.	18.	남은 음식을 버리기 아까워서 먹는다.	0.9 (수정)
22.	외식을 하면 가격 생각에 많이 먹는다.		삭제	0.8 (삭제)
23.	건강을 위해 먹는다.	19.	건강에 좋은 음식이라는 생각에 먹는다.	0.9 (수정)
24.	먹는 것을 즐기는 편이다.	20.	먹는 것 자체가 즐거워서 먹는다.	0.9 (수정)
25.	새롭고 다양한 종류의 음식을 맛 보는 것을 즐긴다.	21.	새롭고 다양한 음식 맛 보는 것을 좋아해서 먹는다.	0.9 (수정)

<표 3> 1차 내용타당도 검정 (계속)

번호	문항	번호	수정된 문항	CVI
26.	항상 음식에 집착한다.	22.	먹고 싶은 음식은 무슨 수를 쓰더라도 반드시 먹는다.	0.8 (수정)
27.	먹고 싶은 음식을 계속 생각하게 된다.		삭제	0.7 (삭제)
28.	음식 관련 방송을 보면 먹고 싶어진다.	23.	음식 관련 방송을 볼 때, 따라 먹고 싶어져서 먹는다.	1.0 (수정)
29.	식당 음식의 양이 많아서 많이 먹게 된다.		삭제	0.6 (삭제)
30.	뷔페에 가면 많이 먹게 된다.	24.	뷔페에 가게 될 경우, 평소보다 많이 먹는 편이다.	0.9 (수정)
31.	외식을 하면 많이 먹게 된다.	25.	외식을 할 때 평소보다 많이 먹는다.	0.9 (수정)
32.	배고프지 않아도 영화관에 가면 팝콘을 먹게 된다.	26.	영화관에 가게 될 경우, 배고프지 않아도 팝콘을 사먹는 편이다.	0.9 (수정)
33.	저렴하게 판매하면 사먹게 된다.	27.	음식을 저렴하게 판매하면 배고프지 않아도 사먹는다.	0.7 (수정)
34.	음식을 먹을 때 다른 음식도 함께 먹게 된다.		삭제	0.6 (삭제)
35.	요리를 하면서 먹게 된다.	28.	요리를 하게 될 경우, 요리를 하면서 먹는 편이다.	0.8 (수정)
36.	주변에 먹을 것이 보이면 먹게 된다.	29.	배고프지 않아도 먹을 것이 눈앞에 보이면 먹는다.	1.0 (수정)
		30.	음식의 모양과 색상이 예쁘면 먹는다.	(추가)
37.	옆 사람이 먹고 있는 모습을 보면 먹게 된다.	31.	주변에 있는 사람이 먹으면 따라 먹는다.	1.0 (수정)
38.	각종 행사에서 준비된 맛있는 음식을 보면 많이 먹게 된다.	32.	각종 행사에서 제공하는 음식을 평소보다 많이 먹는다.	0.8 (수정)
39.	지나가다가 판매하는 음식을 보면 사먹게 된다.	33.	식품판매점을 지나갈 때 먹고 싶어져서 사먹는다.	0.8 (수정)
40.	맛있는 냄새를 맡으면 먹게 된다.	34.	배고프지 않아도 맛있는 냄새를 맡으면 먹게 된다.	0.9 (수정)

<표 3> 1차 내용타당도 검정 (계속)

번호	문항	번호	수정된 문항	CVI
41.	음식이 맛있으면 많이 먹게 된다.	35.	배고프지 않아도 음식이 맛있으면 많이 먹게 된다.	1.0 (수정)
42.	가족 모임을 위해 먹게 된다.		삭제	0.8 (삭제)
43.	누군가에게 음식을 챙겨주면서 먹게 된다.		삭제	0.6 (삭제)
44.	누군가와 대화를 하면서 먹게 된다.		삭제	0.8 (삭제)
45.	누군가와 함께 먹으면 많이 먹게 된다.	36.	다른 사람과 같이 먹을 때 평소보다 많이 먹는다.	0.9 (수정)
46.	사람들과 어울리기 위해 먹는다.	37.	배고프지 않아도 사람들과 어울리기 위해 먹는다.	0.9 (수정)
47.	먹고 싶지 않아도 분위기를 맞추기 위해 먹는다.	38.	배고프지 않아도 분위기를 맞추기 위해 먹는다.	0.8 (수정)
48.	배가 불러도 예의상 먹게 된다.	39.	배가 불러도 예의상 먹는다.	0.8 (수정)
49.	먹지 않으면 다른 사람들이 집요하게 물어보기 때문에 먹게 된다.		삭제	0.5 (삭제)
50.	손님을 접대하기 위해 먹는다.		삭제	0.7 (삭제)
51.	사람들 간의 갈등이 있으면 많이 먹게 된다.		삭제	0.8 (삭제)
52.	업무 중 휴식시간에 먹는다.		삭제	0.7 (삭제)
53.	평일보다는 주말에 많이 먹게 된다.	40.	평일보다는 주말에 많이 먹는다.	0.9 (수정)
54.	업무의 능률을 위해 먹는다.		삭제	0.5 (삭제)
55.	식사시간이 되면 꼭 식사를 한다.	41.	배고프지 않아도 식사시간에는 반드시 식사를 한다.	0.8 (수정)
56.	습관적으로 특정음식을 먹는다.	42.	습관적으로 사탕, 초콜렛, 커피 등의 간식을 먹는다.	0.8 (수정)
57.	영화나 TV를 보면서 생각 없이 먹게 된다.	43.	영화나 TV를 보면서 생각 없이 음식을 먹는다.	0.9 (수정)

<표 3> 1차 내용타당도 검정 (계속)

번호	문항	번호	수정된 문항	CVI
58.	다른 사람들보다 음식을 빨리 먹는 편이다.	44.	다른 사람들보다 음식을 빨리 먹는다.	0.8 (수정)
59.	다른 사람들보다 음식을 천천히 먹는 편이다.	45.	다른 사람들보다 음식을 천천히 먹는다.	0.8 (수정)
60.	과식하면 속이 불편하기 때문에 적게 먹는다.		삭제	0.6 (삭제)
61.	많이 먹은 경우, 다음날에는 일부러 적게 먹는다.	46.	많이 먹게 되면, 다음날에 일부러 적게 먹는다.	0.8 (수정)
62.	평소보다 적게 먹거나 먹지 않으려고 노력한다.		삭제	0.8 (수정)
63.	먹지 않기 위해 주변에 음식을 두지 않는다.	47.	먹지 않기 위해 주변에 음식을 두지 않는다.	0.8 (유지)
64.	음식이 맛있어도 배가 부르면 그만 먹는다.	48.	음식이 맛있어도 배가 부르면 그만 먹는다.	1.0 (유지)
65.	배가 고프더라도, 입맛에 맞지 않으면 먹지 않는다.	49.	배가 고프더라도, 입맛에 맞지 않으면 그만 먹는다.	0.8 (수정)
		50.	특정음식에 대한 안 좋은 기억이 있으면 먹지 않는다.	(추가)
		51.	새로 접하는 음식은 먹지 않는다.	(추가)
66.	다른 사람들과 있을 때 보다 혼자 있을 때 많이 먹는다.	52.	다른 사람들과 있을 때보다 혼자 있을 때 많이 먹는다.	0.9 (수정)
67.	좋아하는 음식을 먹기 시작하면 멈추기 어렵다.	53.	좋아하는 음식을 먹을 때 폭식한다.	0.8 (수정)
68.	배가 고프지 않아도 먹게 된다.		삭제	0.6 (삭제)
69.	먹고 싶은 욕구를 참을 수 없어서 먹게 된다.	54.	먹고 싶은 욕구를 참을 수 없어서 먹게 된다.	0.9 (유지)
70.	먹지 않으려는 압박감으로 오히려 나중에 많이 먹게 된다.		삭제	0.7 (삭제)
71.	조금만 먹거나 끼니를 거르면 나중에 많이 먹게 된다.	55.	조금만 먹거나 끼니를 거르면 나중에 많이 먹는다.	1.0 (수정)

<표 3> 1차 내용타당도 검정 (계속)

번호	문항	번호	수정된 문항	CVI
72.	먹고 싶은 음식은 대체적으로 먹는 편이다.	56.	먹고 싶을 때는 대체적으로 먹는다.	0.8 (수정)
73.	먹고 싶은 음식은 참았다가 꼭 먹고 싶을 때만 먹는다.		삭제	0.5 (삭제)
74.	체중을 쉽게 감량할 수 있을 것이라는 자신감에 많이 먹는다.		삭제	0.6 (삭제)
75.	체중 조절을 위해 식사를 제한한다.	57.	체중관리를 위해 일부러 적게 먹거나 먹지 않는다.	0.8 (수정)
76.	체중 조절을 위해 저녁식사 이후에는 먹지 않는다.	58.	체중관리를 위해 저녁식사 이후에는 먹지 않는다.	0.8 (수정)
77.	음식의 칼로리를 확인하고 먹는다.	59.	체중관리를 위해 음식의 열량을 고려하여 먹는다.	0.8 (수정)
78.	체중 조절을 위해 식품을 고려하여 먹는다.	60.	체중관리를 위해 식품의 종류를 고려하여 먹는다.	0.8 (수정)

(2) 2차 내용타당도 검정

1차 내용타당도 평가일로부터 10~14일의 간격을 두고, 동일한 전문평가단이 60 문항에 대해 2차 내용타당도 평가를 실시한 결과, 60문항 중 CVI가 .8미만인 문항은 3개 문항으로, ‘기분전환이 필요할 때 무엇인가를 먹는다’, ‘식품판매점을 지나갈 때 먹고 싶어져서 사먹는다’, ‘먹고 싶은 욕구를 참을 수 없어서 먹게 된다’의 3문항을 삭제하였다.

CVI가 .8 이상인 문항 중에서 전문평가단의 의견에 따라 총 8문항을 삭제하였다. 다른 문항과 유사하다는 ‘화가 날 때 평소보다 덜 먹는다’, ‘스트레스를 받았을 때 평소보다 덜 먹는다’, ‘기분이 언짢을 때 무엇인가를 먹는다’, ‘불안하거나 걱정거리가 있을 때 평소보다 덜 먹는다’, ‘우울할 때 평소보다 덜 먹는다’, ‘배가 불러도 예의상 먹는다’, ‘먹고 싶을 때는 대체적으로 먹는다’의 문항과, 의미 전달

이 모호하다는 ‘요리를 하게 될 경우, 요리를 하면서 먹는 편이다’의 문항을 삭제하였다.

‘습관적으로 사탕, 초콜렛, 커피 등의 간식을 먹는다’의 문항은 카페인과 고당분 간식을 분리하여 질문할 필요가 있다는 의견에 따라 ‘습관적으로 간식(사탕, 초콜렛, 빵, 과자 등)을 먹게 된다’와 ‘습관적으로 커피를 마시게 된다’의 문항으로 나누었다. 또한 구어체의 문항을 문어체로 사용하며 문맥이 어색하지 않게 수정하라는 의견에 따라 일부 문항을 수정하였으며, ‘먹는다’와 ‘먹게 된다’의 구분이 필요하다는 의견에 따라 문항이 능동성과 수동성(피동성)이 동시에 존재할 경우에는 ‘먹는다’를, 수동성(피동성)인 경우에는 ‘먹게 된다’를 사용하여 문항을 수정하였다.

즉, 60문항의 예비문항에서 CVI가 .8 미만인 3문항은 삭제하였고, CVI가 .8 이상인 문항에서 다른 문항과 유사한 내용인 8문항과 의미 전달이 모호한 1문항은 삭제하였고, 42번 문항은 각각 2개의 문항으로 나누었다. 결과적으로, 2차 내용타당도 검정을 통해 50문항의 2차 예비도구 문항이 선정되었다<표 4>.

<표 4> 2차 내용타당도 검정 (계속)

번호	문항	번호	수정된 문항	CVI
1.	화가 날 때 평소보다 더 먹는다.	1.	화가 날 때 평소보다 더 먹는다.	1.0 (유지)
2.	화가 날 때 평소보다 덜 먹는다.		삭제	0.9 (삭제)
3.	스트레스를 받았을 때 평소보다 더 먹는다.	2.	스트레스를 받았을 때 평소보다 더 먹는다.	1.0 (유지)
4.	스트레스를 받았을 때 평소보다 덜 먹는다.		삭제	0.9 (삭제)
5.	기분이 좋을 때 무엇인가를 먹는다	3.	기분이 좋을 때 평소보다 더 먹는다.	0.9 (수정)
6.	기분이 언짢을 때 무엇인가를 먹는다.		삭제	0.8 (삭제)
7.	불안하거나 걱정거리가 있을 때 평소보다 더 먹는다.	4.	불안하거나 걱정될 때 평소보다 더 먹는다.	0.8 (수정)
8.	불안하거나 걱정거리가 있을 때 평소보다 덜 먹는다.		삭제	0.8 (삭제)

<표 4> 2차 내용타당도 검정 (계속)

번호	문항	번호	수정된 문항	CVI
9.	심심하거나 한가할 때 무엇인가를 먹는다.	5.	심심하거나 지루할 때 무엇인가를 먹는다.	0.9 (수정)
10.	마음이 허하거나 외로울 때 무엇인가를 먹는다.	6.	마음이 허하거나 외로울 때 무엇인가를 먹는다.	0.8 (유지)
11.	우울할 때 평소보다 더 먹는다.	7.	우울할 때 평소보다 더 먹는다.	0.9 (유지)
12.	우울할 때 평소보다 덜 먹는다.		삭제	0.9 (삭제)
13.	기분전환이 필요할 때 무엇인가를 먹는다.		삭제	0.7 (삭제)
14.	배고플 때 무엇인가를 꼭 먹는다.	8.	배고프면 무엇인가를 꼭 먹어야 한다.	0.9 (수정)
15.	밤늦게 배고프면 야식을 먹는다.	9.	밤늦게 배고프면 야식을 먹는다.	0.9 (유지)
16.	몸이 피곤할 때 무엇인가를 먹는다.	10.	몸이 피곤할 때 무엇인가를 먹는다.	0.8 (유지)
17.	졸음을 깨기 위해 무엇인가를 먹는다.	11.	졸음을 깨기 위해 무엇인가를 먹는다.	0.8 (유지)
18.	남은 음식을 버리기 아까워서 먹는다.	12.	음식이 남으면 버리기 아까워서 먹게 된다.	0.8 (수정)
19.	건강에 좋은 음식이라는 생각에 먹는다.	13.	건강에 좋은 음식이라는 생각에 먹는다.	1.0 (유지)
20.	먹는 것 자체가 즐거워서 먹는다.	14.	먹는 것 자체가 즐거워서 먹는다.	0.9 (유지)
21.	새롭고 다양한 음식 맛 보는 것을 좋아해서 먹는다.	15.	새롭고 다양한 음식을 맛보는 것을 좋아한다.	1.0 (수정)
22.	먹고 싶은 음식은 무슨 수를 쓰더라도 반드시 먹는다.	16.	먹고 싶은 음식이 있으면 반드시 먹어야 한다.	0.8 (수정)
23.	음식 관련 방송을 볼 때, 따라 먹고 싶어져서 먹는다.	17.	음식 관련 방송이 나오면 따라서 그 음식을 먹게 된다.	0.9 (수정)
24.	취폐에 가게 될 경우, 평소보다 많이 먹는 편이다.	18.	취폐에 가면 평소보다 많이 먹게 된다.	1.0 (수정)
25.	외식을 할 때 평소보다 많이 먹는다.	19.	외식을 하면 집에서 먹을 때보다 많이 먹게 된다.	1.0 (수정)

<표 4> 2차 내용타당도 검정 (계속)

번호	문항	번호	수정된 문항	CVI
26.	영화관에 가게 될 경우, 배고프지 않아도 팝콘을 사먹는 편이다.	20.	영화관에 가면 배고프지 않아도 음식(팝콘, 콜라, 오징어 등)을 사먹게 된다.	0.8 (수정)
27.	음식을 저렴하게 판매하면 배고프지 않아도 사먹는다.	21.	음식을 저렴하게 판매하면 배고프지 않아도 사먹게 된다.	0.9 (수정)
28.	요리를 하게 될 경우, 요리를 하면서 먹는 편이다.		삭제	0.8 (삭제)
29.	배고프지 않아도 먹을 것이 눈앞에 보이면 먹는다.	22.	배고프지 않아도 먹을 것이 눈앞에 보이면 먹게 된다.	1.0 (수정)
30.	음식의 모양과 색상이 예쁘면 먹는다.	23.	배고프지 않아도 음식의 모양과 색상이 예쁘면 먹게 된다.	0.8 (수정)
31.	주변에 있는 사람이 먹으면 따라 먹는다.	24.	배고프지 않아도 주변에 있는 사람이 먹으면 따라 먹게 된다.	0.9 (수정)
32.	각종 행사에서 제공하는 음식을 평소보다 많이 먹는다.	25.	각종 행사에서 제공하는 음식을 먹을 때 평소보다 많이 먹게 된다.	0.8 (수정)
33.	식품판매점을 지나갈 때 먹고 싶어져서 사먹는다.		삭제	0.5 (삭제)
34.	배고프지 않아도 맛있는 냄새를 맡으면 먹게 된다.	26.	배고프지 않아도 맛있는 냄새를 맡으면 먹게 된다.	0.8 (유지)
35.	배고프지 않아도 음식이 맛있으면 많이 먹게 된다.	27.	배고프지 않아도 음식이 맛있으면 많이 먹게 된다.	0.8 (유지)
36.	다른 사람과 같이 먹을 때 평소보다 많이 먹는다.	28.	다른 사람과 같이 먹을 때 평소보다 많이 먹게 된다.	1.0 (수정)
37.	배고프지 않아도 사람들과 어울리기 위해 먹는다.	29.	배고프지 않아도 사람들과 어울리기 위해 먹는다.	1.0 (유지)
38.	배고프지 않아도 분위기를 맞추기 위해 먹는다.	30.	배고프지 않아도 분위기를 맞추기 위해 먹는다.	0.9 (유지)
39.	배가 불러도 예의상 먹는다.		삭제	0.8 (삭제)
40.	평일보다는 주말에 많이 먹는다.	31.	평일보다는 주말에 많이 먹게 된다.	0.8 (수정)
41.	배고프지 않아도 식사시간에는 반드시 식사를 한다.	32.	배고프지 않아도 식사시간에는 반드시 식사를 한다.	1.0 (유지)

<표 4> 2차 내용타당도 검정 (계속)

번호	문항	번호	수정된 문항	CVI
42.	습관적으로 사탕, 초콜렛, 커피 등의 간식을 먹는다.	33.	습관적으로 간식(사탕, 초콜렛, 빵, 과자 등)을 먹게 된다.	1.0 (수정)
		34.	습관적으로 커피를 마시게 된다.	(추가)
43.	영화나 TV를 보면서 생각 없이 음식을 먹는다.	35.	영화나 TV를 보면서 음식을 먹게 된다.	0.8 (수정)
44.	다른 사람들보다 음식을 빨리 먹는다.	36.	다른 사람들보다 음식을 빨리 먹는 편이다.	0.9 (수정)
45.	다른 사람들보다 음식을 천천히 먹는다.	37.	다른 사람들보다 음식을 천천히 먹는 편이다.	0.8 (수정)
46.	많이 먹게 되면, 다음날에 일부러 적게 먹는다.	38.	많이 먹은 다음 날은 일부러 적게 먹는다.	1.0 (수정)
47.	먹지 않기 위해 주변에 음식을 두지 않는다.	39.	먹지 않기 위해 주변에 음식을 두지 않는다.	0.8 (유지)
48.	음식이 맛있어도 배가 부르면 그만 먹는다.	40.	배가 부르면 음식이 맛있어도 그만 먹는다.	0.8 (수정)
49.	배가 고프더라도, 입맛에 맞지 않으면 그만 먹는다.	41.	배가 고파도 음식이 맛이 없으면 먹지 않는다.	0.8 (수정)
50.	특정음식에 대한 안 좋은 기억이 있으면 먹지 않는다.	42.	특정음식에 대한 안 좋은 기억이 있으면 먹지 않는다.	0.8 (유지)
51.	새로 접하는 음식은 먹지 않는다.	43.	새로 접하는 음식은 먹지 않는다.	0.8 (유지)
52.	다른 사람들과 있을 때보다 혼자 있을 때 많이 먹는다.	44.	다른 사람들과 있을 때보다 혼자 있을 때 많이 먹게 된다.	0.9 (수정)
53.	좋아하는 음식을 먹을 때 폭식한다.	45.	좋아하는 음식을 먹을 때 과식하게 된다.	0.9 (수정)
54.	먹고 싶은 욕구를 참을 수 없어서 먹게 된다.		삭제	0.7 (삭제)
55.	조금만 먹거나 끼니를 거르면 나중에 많이 먹는다.	46.	조금만 먹거나 끼니를 거르면 나중에 많이 먹게 된다.	0.8 (수정)
56.	먹고 싶을 때는 대체적으로 먹는다.		삭제	0.8 (삭제)
57.	체중관리를 위해 일부러 적게 먹거나 먹지 않는다.	47.	체중관리를 위해 일부러 적게 먹거나 먹지 않는다.	0.9 (유지)

<표 4> 2차 내용타당도 검정 (계속)

번호	문항	번호	수정된 문항	CVI
58.	체중관리를 위해 저녁식사 이후에는 먹지 않는다.	48.	체중관리를 위해 저녁식사 이후에는 먹지 않는다.	0.9 (유지)
59.	체중관리를 위해 음식의 열량을 고려하여 먹는다.	49.	체중관리를 위해 음식의 열량을 고려하여 먹는다.	0.9 (유지)
60.	체중관리를 위해 식품의 종류를 고려하여 먹는다.	50.	체중관리를 위해 식품의 종류를 고려하여 먹는다.	0.9 (유지)

4) 문항검토 및 예비조사

(1) 문항검토

문항의 독해 수준을 파악하기 위해 J지역에 소재한 초등학교 6학년 학생 27명을 대상으로 문항의 이해도를 조사하였다. 2명의 학생이 ‘마음이 허하거나 외로울 때 무엇인가를 먹는다’에서 ‘허하다’라는 표현이 어렵다는 의견에 따라 ‘마음이 허전하거나 외로울 때 무엇인가를 먹는다’로 수정하였다. 1명의 학생이 ‘평일보다는 주말에 많이 먹게 된다(31번)’에서 평일이 공휴일인 경우에는 헛갈린다는 의견에 따라 ‘평일보다는 주말(휴일)에 많이 먹게 된다’로 수정하였다. 또한 2명의 학생이 ‘체중관리를 위해 음식의 열량을 고려하여 먹는다(49번)’에서 ‘열량’이라는 단어가 어렵다는 의견에 따라 ‘체중관리를 위해 음식의 열량(칼로리)을 고려하여 먹는다’로 수정하였고, 1명의 학생이 ‘체중관리를 위해 식품의 종류를 고려하여 먹는다(50번)’에서 ‘식품의 종류’가 한식인지, 중식인지, 디저트인지 헛갈린다는 의견에 따라 ‘체중 관리를 위해 식품의 영양소(탄수화물, 단백질, 지방, 비타민, 무기질 등)를 고려하여 먹는다’로 수정하였다. 초등학교 27명의 전체 문항에 대한 이해도는 ‘매우 쉽다’ 18명, ‘대체로 쉽다’ 7명, ‘보통이다’ 2명이었다.

수정된 예비문항 검토를 위해 국어교사에게 자문을 받아 일부 문항을 수정하

였다. ‘줄음을 깨기 위해 무엇인가를 먹는다(11번)’는 ‘줄음을 쫓기 위해 무엇인가를 먹는다’로 수정하였으며, 32번 문항의 ‘식사시간’은 ‘식사 시간’으로, 47~50번 문항의 ‘체중관리’는 ‘체중 관리’로 띄어쓰기를 수정하였다.

(2) 예비조사

문항검토를 거쳐 수정된 예비문항으로 J지역에 거주하는 성인 20명에게 예비 조사를 실시하여 설문지 작성 소요시간, 문항의 이해도, 글자 크기 적절성, 문항 길이 적절성 등을 평가하였다.

설문지 작성 소요시간은 5~15분까지로 평균 10.40분이었고, 5점 Likert 척도로 측정된 결과 전체 문항의 이해도는 4.15 ± 0.81 점, 글자 크기 적절성은 3.85 ± 1.04 점, 문항 길이 적절성은 4.0 ± 0.79 점이었다<표 5>.

문항별 이해도는 “매우 쉽다” 4점, “대체로 쉽다” 3점, “대체로 어렵다” 2점, “매우 어렵다” 1점으로 평가하도록 하였으며, 측정된 결과 평균 3.65 ± 0.59 점~ 3.90 ± 0.31 점 사이였다. 또한 이해되지 않는 문항이나 개선사항에 대해 의견을 수렴하였다. ‘건강에 좋은 음식이라는 생각에 먹는다(13번)’에서 질문의 의도가 명확했으면 좋겠다는 의견에 따라 ‘건강에 좋은 음식을 먹는다’로 수정하였다. 또한 ‘배고프지 않아도 음식의 모양과 색상이 예쁘면 먹게 된다(23번)’에서 예쁘다는 기준이 애매하다는 의견에 따라 ‘배고프지 않아도 음식이 먹음직스러워 보이면 먹게 된다’로 수정하였다.

<표 5> 설문지 구성의 적절성에 대한 예비조사 결과 (N=20)

구분	Range	Mean±SD
설문지 작성 소요시간	5~15분	10.40±3.36
전체 문항의 이해도	3~5점	4.15±0.81
글자 크기의 적절성	1~5점	3.85±1.04
문항 길이의 적절성	3~5점	4.0±0.79

(3) 본 조사를 위한 최종 예비문항 선정

선행연구에서 섭식성향과 관련된 문항과 성인 14명의 개별면담 자료 분석을 통해 추출된 138개의 주요 내용 근거에 따라 1차 예비도구 78문항을 구성하였다. 1차 예비도구 78문항은 13인의 전문평가단의 1차 내용타당도 검정을 통해 60문항이 선정되었고, 2차 내용타당도 검정을 통해 50문항이 선정되었다. 50문항으로 선정된 2차 예비도구는 문항검토와 예비조사를 통해 문항을 수정하였으며, 설문지 작성 소요시간, 문항의 이해도, 글자 크기와 문항 길이의 적절성 등을 평가하여 본 조사를 위한 최종 예비도구 50문항을 확정하였다<표 6>.

<표 6> 본 조사를 위한 최종 예비문항 (계속)

번호	최종 예비문항
1.	화가 날 때 평소보다 더 먹는다.
2.	스트레스를 받았을 때 평소보다 더 먹는다.
3.	기분이 좋을 때 평소보다 더 먹는다.
4.	불안하거나 걱정될 때 평소보다 더 먹는다.
5.	심심하거나 지루할 때 무엇인가를 먹는다.
6.	마음이 허전하거나 외로울 때 무엇인가를 먹는다.
7.	우울할 때 평소보다 더 먹는다.
8.	배고프면 무엇인가를 꼭 먹어야 한다.
9.	밤늦게 배고프면 야식을 먹는다.
10.	몸이 피곤할 때 무엇인가를 먹는다.
11.	졸음을 쫓기 위해 무엇인가를 먹는다.
12.	음식이 남으면 버리기 아까워서 먹게 된다.
13.	건강에 좋은 음식을 먹는다.
14.	먹는 것 자체가 즐거워서 먹는다.
15.	새롭고 다양한 음식을 먹는 것을 좋아한다.
16.	먹고 싶은 음식이 있으면 반드시 먹어야 한다.
17.	음식 관련 방송이 나오면 그 음식을 따라 먹게 된다.
18.	취폐에 가면 평소보다 많이 먹게 된다.
19.	외식을 하면 집에서 먹을 때보다 많이 먹게 된다.

<표 6> 본 조사를 위한 최종 예비문항 (계속)

번호	최종 예비문항
20.	영화관에 가면 배고프지 않아도 음식(팝콘, 콜라, 오징어 등)을 사먹게 된다.
21.	음식을 저렴하게 판매하면 배고프지 않아도 사먹게 된다.
22.	배고프지 않아도 먹을 것이 눈앞에 보이면 먹게 된다.
23.	배고프지 않아도 음식이 먹음직스러워 보이면 먹게 된다.
24.	배고프지 않아도 주변에 있는 사람이 먹으면 따라 먹게 된다.
25.	각종 행사에서 제공하는 음식을 먹을 때 평소보다 많이 먹게 된다.
26.	배고프지 않아도 맛있는 냄새를 맡으면 먹게 된다.
27.	배고프지 않아도 음식이 맛있으면 더 먹게 된다.
28.	다른 사람과 같이 먹을 때 평소보다 많이 먹게 된다.
29.	배고프지 않아도 사람들과 어울리기 위해 먹는다.
30.	배고프지 않아도 분위기를 맞추기 위해 먹는다.
31.	평일보다는 주말(휴일)에 많이 먹게 된다.
32.	배고프지 않아도 식사 시간에는 반드시 식사를 한다.
33.	습관적으로 간식(사탕, 초콜렛, 빵, 과자 등)을 먹게 된다.
34.	습관적으로 커피를 마시게 된다.
35.	영화나 TV를 보면서 음식을 먹게 된다.
36.	다른 사람들보다 음식을 빨리 먹는 편이다.
37.	다른 사람들보다 음식을 천천히 먹는 편이다.
38.	많이 먹은 다음 날은 일부러 적게 먹는다.
39.	먹지 않기 위해 주변에 음식을 두지 않는다.
40.	배가 부르면 음식이 맛있어도 그만 먹는다.
41.	배가 고파도 음식이 맛이 없으면 먹지 않는다.
42.	특정 음식에 대한 안 좋은 기억이 있으면 먹지 않는다.
43.	새로 접하는 음식은 먹지 않는다.
44.	다른 사람들과 있을 때보다 혼자 있을 때 많이 먹게 된다.
45.	좋아하는 음식을 먹을 때 과식하게 된다.
46.	조금만 먹거나 끼니를 거르면 나중에 많이 먹게 된다.
47.	체중 관리를 위해 일부러 적게 먹거나 먹지 않는다.
48.	체중 관리를 위해 저녁식사 이후에는 먹지 않는다.
49.	체중 관리를 위해 음식의 열량(칼로리)을 고려하여 먹는다.
50.	체중 관리를 위해 식품의 영양소(탄수화물, 단백질, 지방, 비타민, 무기질 등)를 고려하여 먹는다.

2. 도구검정 단계

1) 도구 적용

만 19세 이상~65세 미만의 성인을 대상으로 수집한 자료 350부 중 불완전한 자료 21부를 제외하고 329부를 분석하였으며, 대상자의 일반적 특성은 다음과 같다<표 7>.

(1) 대상자의 일반적 특성

본 연구 대상자는 총 329명으로 남성 167명(50.8%), 여성 162명(49.2%)이었다. 평균 연령은 38.53±12.34세였으며, 비만도는 평균 23.93±3.42kg/m²으로 정상체중 119명(36.2%), 비만 100명(30.4%), 과체중 78명(23.7%), 고도비만 17명(5.2%), 저체중 15명(4.6%)순으로 나타났다. 교육수준은 4년제 대학 졸업이 52.0%으로 가장 많았으며, 혼인 상태는 기혼이 55.3%, 주관적 경제수준은 보통이 68.4%, 직업은 사무종사자가 43.8%으로 가장 많았다. 외식빈도는 주 1-2회 하는 경우가 41.0%, 과식빈도는 주 1-2회 하는 경우가 49.5%로 가장 많았으며, 간식 섭취는 하루 1회 이상 섭취하는 경우가 38.3%, 야식 섭취는 주 1-2회 섭취하는 경우가 36.8%로 가장 많았다.

<표 7> 대상자의 일반적 특성 (계속) (N=329)

특성	구분	빈도(n)	백분율(%)	Mean±SD
성별	남성	167	50.8	
	여성	162	49.2	
연령	19-29세	93	28.3	
	30-39세	95	28.9	
	40-49세	68	20.7	38.53±12.34
	50-59세	46	14.0	
	60-64세	27	8.2	

<표 7> 대상자의 일반적 특성 (계속)

(N=329)

특성	구분	빈도(n)	백분율(%)	Mean±SD
비만도(kg/m ²)	저체중 (BMI<18.5)	15	4.6	23.93±3.42
	정상체중 (18.5≤BMI<23.0)	119	36.2	
	과체중 (23.0≤BMI<25.0)	78	23.7	
	비만 (25.0≤BMI<30.0)	100	30.4	
	고도비만 (30.0≤BMI)	17	5.2	
교육수준	고등학교 졸업 이하	58	17.6	
	2/3년제 대학 졸업	78	23.7	
	4년제 대학 졸업	171	52.0	
	대학원 졸업 이상	22	6.7	
혼인상태	미혼	133	40.4	
	기혼	182	55.3	
	기타(별거, 이혼, 사별)	14	4.3	
주관적 경제수준	잘 사는 편	56	17.0	
	보통	225	68.4	
	못 사는 편	48	14.6	
직업	관리자, 전문가 및 관련종사자	70	21.3	
	사무종사자	144	43.8	
	서비스종사자, 판매종사자	59	17.9	
	기타	56	17.0	
외식 빈도	주 3-4회 이상	100	30.4	
	주 1-2회	135	41.0	
	월 1-3회	74	22.5	
	거의 외식하지 않음	20	6.1	
과식 빈도	주 3-4회 이상	49	14.9	
	주 1-2회	163	49.5	
	월 1-3회	66	20.1	
	거의 과식하지 않음	51	15.5	
간식 섭취 빈도	하루 1회 이상	126	38.3	
	주 5-6회	17	5.2	
	주 3-4회	54	16.4	
	주 1-2회	71	21.6	
	거의 먹지 않음	61	18.5	
야식 섭취 빈도	주 3-4회 이상	35	10.6	
	주 1-2회	121	36.8	
	월 1-3회	55	16.7	
	거의 먹지 않음	118	35.9	

2) 도구 평가

(1) 문항분석

① 문항의 평균, 표준편차, 왜도, 첨도

50개의 예비문항의 문항분석을 위해 각 문항별 평균과 표준편차, 왜도와 첨도를 확인한 결과는 <표 8>과 같다. 문항의 평균 값은 2.28~3.76, 표준편차는 0.87~1.40로 극단적인 값은 없었으며, 왜도의 절대 값은 0.008~1.227, 첨도의 절대 값은 0.018~1.777로 모두 절대 값 2를 넘지 않아 삭제된 문항은 없었다.

<표 8> 문항의 평균, 표준편차, 왜도, 첨도 (계속) (N=329)

번호	문항	평균	표준편차	왜도	첨도
1.	화가 날 때 평소보다 더 먹는다.	2.67	1.22	0.188	-1.019
2.	스트레스를 받았을 때 평소보다 더 먹는다.	2.86	1.26	-0.038	-1.195
3.	기분이 좋을 때 평소보다 더 먹는다.	3.22	0.98	-0.718	0.082
4.	불안하거나 걱정될 때 평소보다 더 먹는다.	2.28	1.01	0.580	-0.242
5.	심심하거나 지루할 때 무엇인가를 먹는다.	3.13	1.06	-0.427	-0.602
6.	마음이 허전하거나 외로울 때 무엇인가를 먹는다.	2.78	1.10	-0.067	-0.886
7.	우울할 때 평소보다 더 먹는다.	2.45	1.08	0.416	-0.591
8.	배고프면 무엇인가를 꼭 먹어야 한다.	3.65	1.06	-0.604	-0.146
9.	밤늦게 배고프면 야식을 먹는다.	2.89	1.10	0.057	-0.825
10.	몸이 피곤할 때 무엇인가를 먹는다.	2.52	1.11	0.335	-0.817
11.	졸음을 쫓기 위해 무엇인가를 먹는다.	2.30	1.07	0.451	-0.706
12.	음식이 남으면 버리기 아까워서 먹게 된다.	2.96	1.17	-0.158	-0.985
13.	건강에 좋은 음식을 먹는다.	3.26	0.87	-0.185	-0.064

<표 8> 문항의 평균, 표준편차, 왜도, 첨도 (계속)

(N=329)

번호	문항	평균	표준편차	왜도	첨도
14.	먹는 것 자체가 즐거워서 먹는다.	3.32	1.04	-0.364	-0.166
15.	새롭고 다양한 음식을 먹는 것을 좋아한다.	3.53	1.02	-0.422	-0.205
16.	먹고 싶은 음식이 있으면 반드시 먹어야 한다.	3.24	1.02	-0.244	-0.286
17.	음식 관련 방송이 나오면 그 음식을 따라 먹게 된다.	2.64	0.97	-0.053	-0.531
18.	뷔페에 가면 평소보다 많이 먹게 된다.	3.47	1.03	-0.608	-0.251
19.	외식을 하면 집에서 먹을 때보다 많이 먹게 된다.	3.64	0.88	-0.829	0.891
20.	영화관에 가면 배고프지 않아도 음식(팝콘, 콜라, 오징어 등)을 사 먹게 된다.	2.95	1.22	-0.198	-1.151
21.	음식을 저렴하게 판매하면 배고프지 않아도 사먹게 된다.	2.53	0.99	0.200	-0.566
22.	배고프지 않아도 먹을 것이 눈앞에 보이면 먹게 된다.	3.04	1.01	-0.301	-0.541
23.	배고프지 않아도 음식이 먹음직스러워 보이면 먹게 된다.	3.33	0.94	-0.625	0.152
24.	배고프지 않아도 주변에 있는 사람이 먹으면 따라 먹게 된다.	3.15	1.00	-0.473	-0.412
25.	각종 행사에서 제공하는 음식을 먹을 때 평소보다 많이 먹게 된다.	2.90	1.05	-0.057	-0.773
26.	배고프지 않아도 맛있는 냄새를 맡으면 먹게 된다.	3.03	0.95	-0.430	-0.213
27.	배고프지 않아도 음식이 맛있으면 더 먹게 된다.	3.45	0.97	-0.735	0.168
28.	다른 사람과 같이 먹을 때 평소보다 많이 먹게 된다.	3.20	0.92	-0.497	0.173
29.	배고프지 않아도 사람들과 어울리기 위해 먹는다.	2.99	0.99	-0.396	-0.594
30.	배고프지 않아도 분위기를 맞추기 위해 먹는다.	2.98	0.95	-0.449	-0.423
31.	평일보다는 주말(휴일)에 많이 먹게 된다.	3.34	1.12	-0.483	-0.516

<표 8> 문항의 평균, 표준편차, 왜도, 첨도 (계속)

(N=329)

번호	문항	평균	표준편차	왜도	첨도
32.	배고프지 않아도 식사 시간에는 반드시 식사를 한다.	2.95	1.10	0.008	-0.782
33.	습관적으로 간식(사탕, 초콜렛, 빵, 과자 등)을 먹게 된다.	2.57	1.11	0.316	-0.656
34.	습관적으로 커피를 마시게 된다.	3.41	1.40	-0.504	-1.049
35.	영화나 TV를 보면서 음식을 먹게 된다.	2.98	1.11	-0.092	-0.779
36.	다른 사람들보다 음식을 빨리 먹는 편이다.	3.30	1.11	-0.407	-0.437
37.	다른 사람들보다 음식을 천천히 먹는 편이다.	2.54	1.16	0.359	-0.730
38.	많이 먹은 다음 날은 일부러 적게 먹는다.	2.73	1.04	0.174	-0.601
39.	먹지 않기 위해 주변에 음식을 두지 않는다.	2.49	1.04	0.291	-0.576
40.	배가 부르면 음식이 맛있어도 그만 먹는다.	3.12	0.96	-0.066	-0.459
41.	배가 고파도 음식이 맛이 없으면 먹지 않는다.	3.17	1.02	0.015	-0.564
42.	특정 음식에 대한 안 좋은 기억이 있으면 먹지 않는다.	3.50	1.15	-0.559	-0.436
43.	새로 접하는 음식은 먹지 않는다.	2.39	0.97	0.247	-0.494
44.	다른 사람들과 있을 때보다 혼자 있을 때 많이 먹게 된다.	2.52	1.02	0.187	-0.667
45.	좋아하는 음식을 먹을 때 과식하게 된다.	3.76	0.92	-1.227	1.777
46.	조금만 먹거나 끼니를 거르면 나중에 많이 먹게 된다.	3.29	0.94	-0.532	-0.018
47.	체중 관리를 위해 일부러 적게 먹거나 먹지 않는다.	2.78	1.07	0.079	-0.527
48.	체중 관리를 위해 저녁식사 이후에는 먹지 않는다.	2.67	1.19	0.196	-0.929
49.	체중 관리를 위해 음식의 열량(칼로리)을 고려하여 먹는다.	2.37	1.08	0.394	-0.699
50.	체중 관리를 위해 식품의 영양소(탄수화물, 단백질, 지방, 비타민, 무기질 등)를 고려하여 먹는다.	2.42	1.06	0.315	-0.595

② 문항-총점 간 상관관계

문항분석은 문항-총점 간 상관관계수(Item-total correlation)로 확인하였으며, 상관관계수가 .20미만이거나 .80이상이면 변별력이 낮은 문항으로 평가되므로(성태제, 2008), 삭제 여부를 고려하였고, 각 문항을 제거했을 경우의 Cronbach's α 값을 산출하였다<표 9>.

본 연구에서 50개 문항의 전체 Cronbach's α 값은 .908로 나타났으며, 문항-총점 간 상관관계수는 -.038~.667의 분포를 보였다. 문항-총점 간 상관관계수가 .20미만인 문항과 음수인 문항은 총 7개로, 13번($r=.17$), 36번($r=.11$), 37번($r=-.04$), 40번($r=-.25$), 41번($r=.11$), 42번($r=.17$), 43번($r=.18$) 문항이었으며, 7개의 각 문항을 제거했을 경우 전체 Cronbach's α 값은 같거나 증가하는 것을 확인할 수 있었다.

문항-총점 간 상관관계수가 .20미만인 7개의 문항을 제거한 후 43개 문항의 전체 Cronbach's α 값은 .921로 증가하였으며, 모든 문항의 상관관계수가 .20이상~.80미만의 기준치를 충족시켜 탐색적 요인분석을 하기에 적합했다.

<표 9> 문항-총점 간 상관관계수 (계속)

(N=329)

번호	문항	문항-총점 간 상관관계수 (r)	문항 제거시 신뢰도 (Cronbach's α)
1.	화가 날 때 평소보다 더 먹는다.	.55	.904
2.	스트레스를 받았을 때 평소보다 더 먹는다.	.55	.904
3.	기분이 좋을 때 평소보다 더 먹는다.	.42	.906
4.	불안하거나 걱정될 때 평소보다 더 먹는다.	.45	.906
5.	심심하거나 지루할 때 무엇인가를 먹는다.	.47	.905
6.	마음이 허전하거나 외로울 때 무엇인가를 먹는다.	.60	.904
7.	우울할 때 평소보다 더 먹는다.	.56	.904

<표 9> 문항-총점 간 상관계수 (계속)

(N=329)

번호	문항	문항-총점 간 상관계수 (r)	문항 제거시 신뢰도 (Cronbach's α)
8.	배고프면 무엇인가를 꼭 먹어야 한다.	.37	.907
9.	밤늦게 배고프면 야식을 먹는다.	.23	.908
10.	몸이 피곤할 때 무엇인가를 먹는다.	.42	.906
11.	즐음을 쫓기 위해 무엇인가를 먹는다.	.41	.906
12.	음식이 남으면 버리기 아까워서 먹게 된다.	.20	.909
13.	건강에 좋은 음식을 먹는다.	.17 (삭제)	.908
14.	먹는 것 자체가 즐거워서 먹는다.	.49	.905
15.	새롭고 다양한 음식을 먹는 것을 좋아한다.	.34	.907
16.	먹고 싶은 음식이 있으면 반드시 먹어야 한다.	.45	.906
17.	음식 관련 방송이 나오면 그 음식을 따라 먹게 된다.	.48	.905
18.	뷔페에 가면 평소보다 많이 먹게 된다.	.38	.906
19.	외식을 하면 집에서 먹을 때보다 많이 먹게 된다.	.41	.906
20.	영화관에 가면 배고프지 않아도 음식 (팝콘, 콜라, 오징어 등)을 사먹게 된다.	.42	.906
21.	음식을 저렴하게 판매하면 배고프지 않아도 사먹게 된다.	.54	.905
22.	배고프지 않아도 먹을 것이 눈앞에 보이면 먹게 된다.	.67	.903
23.	배고프지 않아도 음식이 먹음직스러워 보이면 먹게 된다.	.64	.904
24.	배고프지 않아도 주변에 있는 사람이 먹으면 따라 먹게 된다.	.64	.904
25.	각종 행사에서 제공하는 음식을 먹을 때 평소보다 많이 먹게 된다.	.58	.904
26.	배고프지 않아도 맛있는 냄새를 맡으면 먹게 된다.	.64	.904

<표 9> 문항-총점 간 상관계수 (계속)

(N=329)

번호	문항	문항-총점 간 상관계수 (r)	문항 제거시 신뢰도 (Cronbach's α)
27.	배고프지 않아도 음식이 맛있으면 더 먹게 된다.	.56	.905
28.	다른 사람과 같이 먹을 때 평소보다 많이 먹게 된다.	.47	.906
29.	배고프지 않아도 사람들과 어울리기 위해 먹는다.	.43	.906
30.	배고프지 않아도 분위기를 맞추기 위해 먹는다.	.43	.906
31.	평일보다는 주말(휴일)에 많이 먹게 된다.	.53	.905
32.	배고프지 않아도 식사 시간에는 반드시 식사를 한다.	.25	.908
33.	습관적으로 간식(사탕, 초콜렛, 빵, 과자 등)을 먹게 된다.	.44	.906
34.	습관적으로 커피를 마시게 된다.	.27	.908
35.	영화나 TV를 보면서 음식을 먹게 된다.	.52	.905
36.	다른 사람들보다 음식을 빨리 먹는 편이다.	.11 (삭제)	.909
37.	다른 사람들보다 음식을 천천히 먹는 편이다.	-.04 (삭제)	.911
38.	많이 먹은 다음 날은 일부러 적게 먹는다.	.33	.907
39.	먹지 않기 위해 주변에 음식을 두지 않는다.	.39	.906
40.	배가 부르면 음식이 맛있어도 그만 먹는다.	-.25 (삭제)	.912
41.	배가 고파도 음식이 맛이 없으면 먹지 않는다.	.11 (삭제)	.909
42.	특정 음식에 대한 안 좋은 기억이 있으면 먹지 않는다.	.17 (삭제)	.909
43.	새로 접하는 음식은 먹지 않는다.	.18 (삭제)	.908

<표 9> 문항-총점 간 상관계수 (계속)

(N=329)

번호	문항	문항-총점 간 상관계수 (r)	문항 제거시 신뢰도 (Cronbach's α)
44.	다른 사람들과 있을 때보다 혼자 있을 때 많이 먹게 된다.	.37	.907
45.	좋아하는 음식을 먹을 때 과식하게 된다.	.49	.905
46.	조금만 먹거나 끼니를 거르면 나중에 많이 먹게 된다.	.46	.906
47.	체중 관리를 위해 일부러 적게 먹거나 먹지 않는다.	.32	.907
48.	체중 관리를 위해 저녁식사 이후에는 먹지 않는다.	.29	.908
49.	체중 관리를 위해 음식의 열량(칼로리)을 고려하여 먹는다.	.36	.907
50.	체중 관리를 위해 식품의 영양소(탄수화물, 단백질, 지방, 비타민, 무기질 등)를 고려하여 먹는다.	.32	.907
전체 Cronbach's α : .908 (50문항), .921 (43문항)			

(2) 타당도 검정

① 요인분석

문항분석을 통해 선정된 43개 문항에 대해 직각회전인 Varimax 방식에 의한 주성분 분석법을 사용하여 탐색적 요인분석을 실시하였다.

1차 탐색적 요인분석 결과, 표본 적절성의 KMO(Kaiser-Meyer-Olkin) 측도 값은 .880이었으며, 바틀렛의 구형성 검정 값도 통계적으로 유의한 것으로 나타나($\chi^2=6963.231, p<.001$) 탐색적 요인분석에 적합한 자료임을 확인되었다. 스크리 검사(scree plot test)상 고유값의 변화가 완만해지기 시작하는 기점을 고려하여 추출할 요인을 5개로 결정하였고, 5개 요인의 고유 값(eigen value)은 모두 1.0

이상이었다.

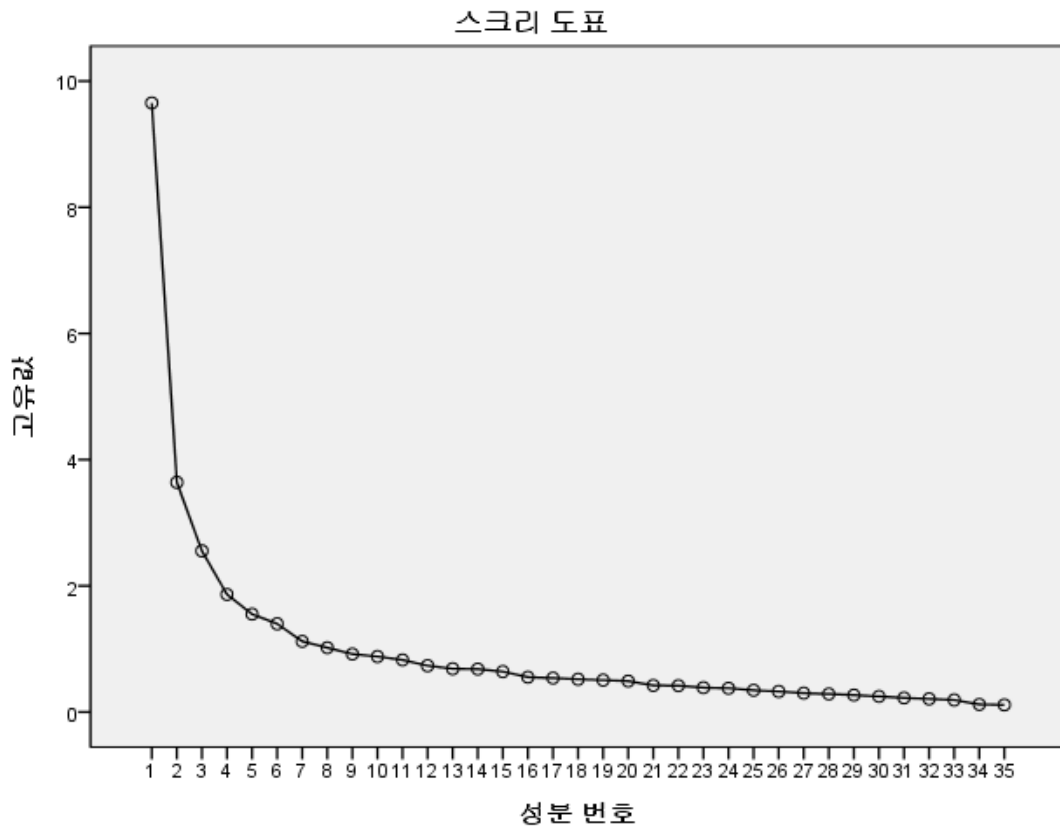
43개 문항에 대해 요인 수 5개를 지정하여 2차 탐색적 요인분석을 실시하였다. KMO값은 .880이었으며, 바틀렛의 구형성 검정 값은 통계적으로 유의한 것으로 나타나($\chi^2=6963.231$, $p<.001$) 탐색적 요인분석에 적합한 자료임을 확인되었다. 누적 설명력은 48.7%였다. 각 문항들의 공통성(communality)이 .4미만인 6개 문항(3번, 11번, 12번, 32번, 34번, 44번)을 삭제하였다.

37개 문항에 대해 요인 수 5개를 지정하여 3차 탐색적 요인분석을 실시하였다. KMO값은 .884, 바틀렛의 구형성 검정 값은 $\chi^2=6332.211$, $p<.001$ 으로 통계적으로 유의한 것으로 나타났으며, 누적 설명력은 53.7%로 증가하였으며, 적어도 50~60% 정도는 되어야 한다는 Hair 등 (2009)의 기준을 충족시켰다. 각 문항의 공통성이 .4미만인 1개 문항(10번)을 삭제하였다.

36개 문항에 대해 요인 수 5개를 지정하여 4차 탐색적 요인분석을 실시하였다. KMO값은 .883, 바틀렛의 구형성 검정 값은 $\chi^2=6209.885$, $p<.001$ 으로 통계적으로 유의하였고, 누적 설명력은 54.4%로 증가하였다. 공통성은 .4미만인 문항은 없었으며, 요인적재값(factor loading)이 .40이상이면 유의하다고 제시한 이은옥 등 (2009)의 기준에 따라 요인적재값이 .37인 46번 문항을 제거하였다.

35개 문항에 대해 요인 수 5개를 지정하여 5차 탐색적 요인분석을 실시하였다. KMO값은 .880, 바틀렛의 구형성 검정 값은 $\chi^2=6058.271$, $p<.001$ 으로 통계적으로 유의하였고, 누적 설명력은 55.0%로 증가하였다. 요인적재값은 .42~.84 분포를 보였다.

5차에 걸친 탐색적 요인분석 결과, 최종적으로 35개 문항이 확정되었다. 5개 요인의 고유값(eigen value)은 모두 1.0 이상이었으며, 스크리 도표는 다음과 같다<그림 2>.



<그림 2> Scree Plot of Eigen Values

탐색적 요인분석 결과, 5개의 총 누적 설명력은 55.0%이었으며 요인적재값 모두 .40 이상이었다. 제 1요인은 6문항으로 고유값 9.655, 설명력 12.6%이었으며, '정서 상태'로 명명하였다. 제 2요인은 6문항으로 고유값 3.640, 설명력 11.3%이었으며, '건강 추구'로 명명하였다. 제 3요인은 9문항으로 고유값 2.554, 설명력 11.3%이었으며, '음식 자극'으로 명명하였다. 제 4요인은 5문항으로 고유값 1.865, 설명력 10.0%이었으며, '사회적 상황'으로 명명하였다. 제 5요인은 9문항으로 고유값 1.551, 설명력 9.8%이었으며, '육구 충족'으로 명명하였다<표 10>.

<표 10> 최종 탐색적 요인분석 결과 (계속)

(N=329)

번호	문항	요인 1	요인 2	요인 3	요인 4	요인 5	공통성
1.	화가 날 때 평소보다 더 먹는다.	0.829	0.133	0.162	0.052	0.066	0.739
7.	우울할 때 평소보다 더 먹는다.	0.810	0.160	0.159	0.052	0.089	0.718
2.	스트레스를 받았을 때 평소보다 더 먹는다.	0.791	0.197	0.173	0.022	0.096	0.705
4.	불안하거나 걱정될 때 평소보다 더 먹는다.	0.753	0.091	0.090	0.041	0.021	0.586
6.	마음이 허전하거나 외로울 때 무엇인가를 먹는다.	0.681	0.197	0.075	0.243	0.144	0.589
5.	심심하거나 지루할 때 무엇인가를 먹는다.	0.465	0.017	-0.028	0.352	0.312	0.438
49.	체중 관리를 위해 음식의 열량(칼로리)을 고려하여 먹는다.	0.065	0.841	0.050	0.110	0.026	0.727
48.	체중 관리를 위해 저녁 식사 이후에는 먹지 않는다.	0.130	0.821	0.052	-0.028	-0.033	0.695
50.	체중 관리를 위해 식품의 영양소(탄수화물, 단백질, 지방, 비타민, 무기질 등)를 고려하여 먹는다.	0.039	0.750	0.075	0.129	-0.011	0.586
39.	먹지 않기 위해 주변에 음식을 두지 않는다.	0.172	0.710	0.070	0.000	0.126	0.555
38.	많이 먹은 다음 날은 일부러 적게 먹는다.	0.131	0.678	0.045	0.054	0.070	0.487
47.	체중 관리를 위해 일부러 적게 먹거나 먹지 않는다.	0.174	0.663	-0.053	0.059	0.093	0.485
19.	외식을 하면 집에서 먹을 때보다 많이 먹게 된다.	0.050	0.045	0.736	0.097	0.044	0.558
18.	뷔페에 가면 평소보다 많이 먹게 된다.	0.012	0.144	0.708	0.148	-0.038	0.545
27.	배고프지 않아도 음식이 맛있으면 더 먹게 된다.	0.190	-0.050	0.638	0.271	0.279	0.597
45.	좋아하는 음식을 먹을 때 과식하게 된다.	0.238	-0.081	0.593	0.076	0.286	0.503
23.	배고프지 않아도 음식이 먹음직스러워 보이면 먹게 된다.	0.295	-0.007	0.525	0.345	0.359	0.612
25.	각종 행사에서 제공하는 음식을 먹을 때 평소보다 많이 먹게 된다.	0.202	0.163	0.523	0.446	0.043	0.542
28.	다른 사람과 같이 먹을 때 평소보다 많이 먹게 된다.	0.123	-0.017	0.475	0.330	0.169	0.379
26.	배고프지 않아도 맛있는 냄새를 맡으면 먹게 된다.	0.196	0.101	0.460	0.440	0.330	0.563
22.	배고프지 않아도 먹을 것이 눈앞에 보이면 먹게 된다.	0.406	0.072	0.420	0.382	0.314	0.591

<표 10> 최종 탐색적 요인분석 결과 (계속)

(N=329)

번호	문항	요인 1	요인 2	요인 3	요인 4	요인 5	공통성
29.	배고프지 않아도 사람들과 어울리기 위해 먹는다.	-0.015	0.202	0.235	0.755	-0.086	0.674
30.	배고프지 않아도 분위기를 맞추기 위해 먹는다.	-0.065	0.178	0.246	0.753	-0.049	0.666
20.	영화관에 가면 배고프지 않아도 음식(팝콘, 콜라,오징어등)을 사먹게 된다.	0.135	-0.098	0.107	0.557	0.271	0.423
21.	음식을 저렴하게 판매하면 배고프지 않아도 사먹게 된다.	0.344	0.095	0.143	0.506	0.174	0.434
24.	배고프지 않아도 주변에 있는 사람이 먹으면 따라 먹게 된다.	0.344	-0.004	0.408	0.474	0.278	0.587
16.	먹고 싶은 음식이 있으면 반드시 먹어야 한다.	0.008	0.158	0.220	-0.003	0.743	0.625
8.	배고프면 무엇인가를 꼭 먹어야 한다.	0.140	-0.086	0.104	0.065	0.643	0.455
17.	음식 관련 방송이 나오면 그 음식을 따라 먹게 된다.	-0.003	0.237	0.179	0.209	0.566	0.452
14.	먹는 것 자체가 즐거워서 먹는다.	0.175	0.146	0.443	-0.135	0.521	0.538
9.	밤늦게 배고프면 야식을 먹는다.	0.159	-0.352	-0.137	0.288	0.474	0.476
35.	영화나 TV를 보면서 음식을 먹게 된다.	0.244	-0.102	0.160	0.415	0.444	0.464
15.	새롭고 다양한 음식을 먹는 것을 좋아한다.	-0.124	0.243	0.435	-0.072	0.440	0.463
31.	평일보다는 주말(휴일)에 많이 먹게 된다.	0.313	0.143	0.203	0.152	0.438	0.375
33.	습관적으로 간식(사탕, 초콜렛, 빵, 과자 등)을 먹게 된다.	0.367	0.020	-0.071	0.344	0.419	0.434
고유값(eigen value)		9.655	3.640	2.554	1.865	1.551	
설명분산(%)		12.6	11.3	11.3	10.0	9.8	
누적분산(%)		12.6	23.9	35.2	45.2	55.0	

② 총점-요인 간 상관관계 분석

각 하위요인 간 상관계수가 .85미만이면 각 요인들은 변별력 있는 요인으로 판단할 수 있다(문수백, 2009). 본 도구의 하위요인 간의 상관관계를 분석한 결과, 상관계수는 .17~.64($p < .001$)였으며, 모두 .85미만으로 나타나 각 요인들은 변별력이 있음을 확인하였다<표 11>.

각 요인의 점수와 총점 간 상관관계를 분석한 결과, .51~.83($p < .001$)로 모두 유의한 정의 상관관계를 보였다. 따라서 5개의 요인은 성인의 섭식성향의 속성을 충분히 설명함을 알 수 있다<표 12>.

<표 11> 최종도구의 하위요인 간 상관관계 (N=329)

구분	요인 2 (건강 추구)	요인 3 (음식 자극)	요인 4 (사회적 상황)	요인 5 (육구 충족)
	$r(p)$	$r(p)$	$r(p)$	$r(p)$
요인1 (정서 상태)	.31 (<.001)	.45 (<.001)	.42 (<.001)	.46 (<.001)
요인2 (건강 추구)		.21 (<.001)	.19 (<.001)	.17 (.002)
요인3 (음식 자극)			.64 (<.001)	.61 (<.001)
요인4 (사회적 상황)				.49 (<.001)

<표 12> 최종도구의 총점-요인 간 상관관계 (N=329)

구분	요인 1 (정서 상태)	요인 2 (건강 추구)	요인 3 (음식 자극)	요인 4 (사회적 상황)	요인 5 (육구 충족)
	$r(p)$	$r(p)$	$r(p)$	$r(p)$	$r(p)$
성인의 섭식성향 (총점)	.74 (<.001)	.51 (<.001)	.83 (<.001)	.73 (<.001)	.78 (<.001)

③ 집단비교법

최종적으로 개발된 도구의 집단비교를 통해 구성타당도 검정을 수행하였다. BMI, 과식빈도, 외식빈도, 간식섭취 빈도, 야식섭취 빈도에 따라 집단을 나누어 섭식성향을 비교하였다<표 13>.

BMI에서 25.0kg/m²을 기준으로 비만군과 정상체중군으로 나누어 섭식성향을 비교한 결과, 비만군이 정상체중군보다 ‘음식 자극(t=-2.31, p=.021)’ 점수가 유의하게 높게 나타났다

과식빈도에 따라 집단을 나누어 비교한 결과, 섭식성향 총 점수(F=27.12, p<.001)와 정서 상태(F=18.39, p<.001), 음식 자극(F=23.79, p<.001), 사회적 상황(F=11.69, p<.001), 욕구 충족(F=22.02, p<.001)에서 집단 간 유의한 차이가 있었다. 다중비교 결과, 총 점수와 ‘음식 자극’, ‘욕구 충족’에서 주1-2회 이상이 월 1-3회 집단 보다, 월 1-3회 집단이 과식을 거의 하지 않는 집단보다 점수가 유의하게 높았다. ‘정서 상태’는 주 1-2회 이상 집단이 월 1-3회와 과식을 거의 하지 않는 집단 보다 유의하게 높았고, ‘사회적 상황’에서 주 1-2회 이상 집단이 과식을 거의 하지 않는 집단보다 유의하게 높았다.

외식빈도에 따라 집단을 나누어 비교한 결과, 섭식성향 총점(F=9.388, p<.001)과 음식 자극(F=8.50, p<.001), 사회적 상황(F=7.61, p<.001), 욕구 충족(F=13.92, p<.001)에서 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 다중비교 결과, 주 1-2회 이상 외식하는 집단이 월 1-3회 집단과 거의 외식을 하지 않는 집단보다 총점, 음식 자극, 사회적 상황, 욕구 충족 점수가 유의하게 높았다.

간식 섭취 빈도에 따라 집단을 나누어 비교한 결과, 섭식성향 총점(F=38.77, p<.001), 정서 상태(F=22.05, <.001), 건강 추구(F=5.88, p=.003), 음식 자극(F=17.69, p<.001), 사회적 상황(F=21.86, p<.001), 욕구 충족(F=32.52, p<.001)에서 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 다중비교 결과, 간식을 거의 먹지 않는 집단 보다 주 1-2회 집단이, 주 1-2회 집단보다 주 3-4회 이상 집단에서 총점, 정서 상태, 사회적 상황, 욕구 충족 점수가 유의하게 높았다. 간식을 거의 먹지 않는 집단보다 주 1-2회 집단과 주 3-4회 이상 집단에서 건강 추구, 음식 자극 점수가 유의하게 높았다.

야식섭취 빈도에 따라 집단을 나누어 비교한 결과, 총점($F=7.89$, $p<.001$), 정서 상태($F=3.90$, $p=.021$), 음식 자극($F=5.02$, $p=.007$), 사회적 상황($F=6.67$, $p<.001$), 욕구 충족($F=23.96$, $p<.001$)에서 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 다중비교 결과, 주 1-2회 이상 야식을 섭취하는 집단이 야식을 거의 섭취하지 않는 집단보다 총점, 정서 상태, 음식 자극, 사회적 상황에서 점수가 유의하게 높게 나타났다. 주 1-2회 이상, 월 1-3회 야식을 섭취하는 집단이 야식을 거의 섭취하지 않는 집단보다 욕구 충족 점수가 유의하게 높게 나타났다.

<표 13> 섭식성향 집단비교

(N=329)

구분	총집		요인1		요인2		요인3		요인4		요인5		
	M (SD)	t or F(p)	M (SD)	t or F(p)	M (SD)	t or F(p)	M (SD)	t or F(p)	M (SD)	t or F(p)	M (SD)	t or F(p)	
BMI	비만	105.74(17.11)	-1.11 (.270)	16.56(5.62)	-0.98 (.326)	15.02(4.95)	1.23 (.220)	30.85(5.47)	-2.31 (.021)	14.76(3.36)	-0.58 (.565)	28.56(5.05)	-0.94 (.349)
	정상체중	103.37(19.46)		15.96(5.07)		15.72(5.00)		29.24(6.39)		14.51(3.90)		27.94(6.05)	
과식 빈도	주 1-2회 이상 ^a	108.80(16.89)	27.12 ($<.001$)	17.35(5.09)	18.39 ($<.001$)	15.45(4.83)	2.92 (.055)	31.25(5.20)	23.79 ($<.001$)	15.25(3.60)	11.69 ($<.001$)	29.50(5.35)	22.02 ($<.001$)
	월 1-3회 ^b	100.89(17.22)		14.83(5.08)		16.48(5.24)		28.65(5.90)		14.05(3.24)		26.88(4.47)	
	거의 안함 ^c	89.45(19.22)	c<b<a*	13.00(4.62)	b,c<a*	14.25(5.11)		25.31(7.39)	c<b<a*	12.65(4.02)	c<a*	24.24(6.46)	c<b<a*
외식 빈도	주 1-2회 이상 ^a	106.56(17.53)	9.39 ($<.001$)	16.50(5.23)	2.26 (.106)	15.39(4.91)	0.43 (.653)	30.57(6.01)	8.50 ($<.001$)	15.05(3.65)	7.61 ($<.001$)	29.06(5.39)	13.92 ($<.001$)
	월 1-3회 ^b	100.54(19.07)		15.68(5.01)		15.89(5.05)		28.51(5.71)		13.82(3.85)		26.64(5.72)	
	거의 안함 ^c	90.20(22.41)	b,c<a*	14.15(6.35)		14.90(5.69)		25.65(6.56)	b,c<a*	12.25(2.65)	b,c<a*	23.25(6.00)	b,c<a*
간식 섭취 빈도	주 3-4회 이상 ^a	109.91(16.43)	38.77 ($<.001$)	17.46(4.93)	22.05 ($<.001$)	15.92(4.92)	5.88 (.003)	31.13(5.58)	17.69 ($<.001$)	15.50(3.62)	21.86 ($<.001$)	29.90(5.24)	32.52 ($<.001$)
	주 1-2회 ^b	101.97(15.75)		15.56(4.95)		15.90(5.09)		29.34(5.63)		14.23(2.80)		26.94(4.92)	
	거의 안함 ^c	88.43(19.14)	c<b<a*	12.70(5.10)	c<b<a*	13.52(4.66)	c<a,b*	26.10(6.76)	c<a,b*	12.15(3.81)	c<b<a*	23.95(5.57)	c<b<a*
야식 섭취 빈도	주 1-2회 이상 ^a	107.58(16.85)	7.89 ($<.001$)	16.70(5.21)	3.90 (.021)	14.73(4.87)	3.43 (.033)	30.90(5.62)	5.02 (.007)	15.24(3.62)	6.67 (.001)	30.01(4.99)	23.96 ($<.001$)
	월 1-3회 ^b	106.04(18.44)		16.96(4.57)		16.40(5.23)		29.22(6.30)		14.85(3.58)		28.60(5.74)	
	거의 안함 ^c	98.91(19.95)	c<a*	15.10(5.52)	c<a*	16.02(4.92)		28.64(6.44)	c<a*	13.64(3.73)	c<a*	25.51(5.62)	c<a,b*

*a,b,c=Scheffe test

요인 1: 정서 상태, 요인 2: 건강 추구, 요인 3: 음식 자극, 요인 4: 사회적 상황, 요인 5: 욕구 충족

(3) 신뢰도 검정

① 내적 일관성 신뢰도

최종적으로 개발된 도구의 신뢰도를 검정하기 위해 전체 문항과 각 요인별 문항의 내적 일관성 신뢰도를 산출하였다. 성인의 섭식성향 측정도구의 전체 문항의 Cronbach's α 값은 .92로 나타나 신뢰도는 높은 것으로 나타났다<표 14>. 각 요인별 Cronbach's α 값은 요인 1(정서 상태)은 .87, 요인 2(건강 추구)는 .86, 요인 3(음식 자극)은 .87, 요인 4(사회적 상황)는 .77, 요인 5(육구 충족)는 .78로 나타났다<표 14>.

<표 14> 최종도구의 내적일관성 신뢰도 검정 (N=329)

요인	문항수	Cronbach's α
요인 1 (정서 상태)	6	.87
요인 2 (건강 추구)	6	.86
요인 3 (음식 자극)	9	.87
요인 4 (사회적 상황)	5	.77
요인 5 (육구 충족)	9	.78
전체	35	.92

3) 최종도구의 확정

타당도와 신뢰도 검정을 통해 최종적으로 성인의 섭식성향 측정도구는 총 35 문항과 5개 요인으로 확정되었다<표 15>. 5개 요인은 ‘정서 상태’, ‘건강 추구’, ‘음식 자극’, ‘사회적 상황’, ‘육구 충족’으로 명명하였다.

‘정서 상태’ 요인은 6문항(문항번호 1~6번), ‘건강 추구’ 요인은 6문항(문항번호 7~12번), ‘음식 자극’ 요인은 9문항(문항번호 13~21번), ‘사회적 상황’ 요인은 5문항(22~26번), ‘육구 충족’ 요인은 9문항(27~34번)으로 구성되었다.

개발된 도구의 척도는 5점 Likert 척도로 ‘전혀 그렇지 않다’ 1점, ‘대체로 그렇지 않다’ 2점, ‘보통이다’ 3점, ‘대체로 그렇다’ 4점, ‘매우 그렇다’ 5점으로 응답한다. 본 도구는 전체 문항의 총 점수는 산출하지 않고, 각 하위영역에 해당하는 총 점수를 산출하여 섭식성향 요인별로 측정하는 하위척도로 사용할 수 있다. 각 하위영역의 총 점수가 높을수록 해당하는 영역의 섭식성향이 높은 것으로 해석한다.

<표 15> 성인의 섭식성향 측정도구 최종본 (계속)

하위 요인	최종 번호	문 항	전혀 그렇지 않다	대체로 그렇지 않다	보통 이다	대체로 그렇다	매우 그렇다
정서 상태	1.	화가 날 때 평소보다 더 먹는다.	①	②	③	④	⑤
	2.	우울할 때 평소보다 더 먹는다.	①	②	③	④	⑤
	3.	스트레스를 받았을 때 평소보다 더 먹는다.	①	②	③	④	⑤
	4.	불안하거나 걱정될 때 평소보다 더 먹는다.	①	②	③	④	⑤
	5.	마음이 허전하거나 외로울 때 무엇인가를 먹는다.	①	②	③	④	⑤
	6.	심심하거나 지루할 때 무엇인가를 먹는다.	①	②	③	④	⑤
건강 추구	7.	체중 관리를 위해 음식의 열량(칼로리)을 고려하여 먹는다.	①	②	③	④	⑤
	8.	체중 관리를 위해 저녁식사 이후에는 먹지 않는다.	①	②	③	④	⑤

<표 15> 성인의 섭식성향 측정도구 최종본 (계속)

하위 요인	최종 번호	문 항	전혀 그렇지 않다	대체로 그렇지 않다	보통 이다	대체로 그렇다	매우 그렇다
	9.	체중 관리를 위해 식품의 영양소(탄수화물, 단백질, 지방, 비타민, 무기질 등)를 고려하여 먹는다.	①	②	③	④	⑤
	10.	먹지 않기 위해 주변에 음식을 두지 않는다.	①	②	③	④	⑤
	11.	많이 먹은 다음 날은 일부러 적게 먹는다.	①	②	③	④	⑤
	12.	체중 관리를 위해 일부러 적게 먹거나 먹지 않는다.	①	②	③	④	⑤
	13.	외식을 하면 집에서 먹을 때보다 많이 먹게 된다.	①	②	③	④	⑤
	14.	뷔페에 가면 평소보다 많이 먹게 된다.	①	②	③	④	⑤
	15.	배고프지 않아도 음식이 맛있으면 더 먹게 된다.	①	②	③	④	⑤
	16.	좋아하는 음식을 먹을 때 과식하게 된다.	①	②	③	④	⑤
음식 자극	17.	배고프지 않아도 음식이 먹음직스러워 보이면 먹게 된다.	①	②	③	④	⑤
	18.	각종 행사에서 제공하는 음식을 먹을 때 평소보다 많이 먹게 된다.	①	②	③	④	⑤
	19.	다른 사람과 같이 먹을 때 평소보다 많이 먹게 된다.	①	②	③	④	⑤
	20.	배고프지 않아도 맛있는 냄새를 맡으면 먹게 된다.	①	②	③	④	⑤
	21.	배고프지 않아도 먹을 것이 눈앞에 보이면 먹게 된다.	①	②	③	④	⑤
	22.	배고프지 않아도 사람들과 어울리기 위해 먹는다.	①	②	③	④	⑤
	23.	배고프지 않아도 분위기를 맞추기 위해 먹는다.	①	②	③	④	⑤
사회적 상황	24.	영화관에 가면 배고프지 않아도 음식(팝콘, 콜라, 오징어등)을 사먹게 된다.	①	②	③	④	⑤
	25.	음식을 저렴하게 판매하면 배고프지 않아도 사먹게 된다.	①	②	③	④	⑤
	26.	배고프지 않아도 주변에 있는 사람이 먹으면 따라 먹게 된다.	①	②	③	④	⑤

<표 15> 성인의 섭식성향 측정도구 최종본 (계속)

하위 요인	최종 번호	문 항	전혀 그 렇 지 않 다	대체 로 그 렇 지 않 다	보 통 이 다	대체 로 그 렇 다	매우 그 렇 다
	27.	먹고 싶은 음식이 있으면 반드시 먹어야 한다.	①	②	③	④	⑤
	28.	배고프면 무엇인가를 꼭 먹어야 한다.	①	②	③	④	⑤
	29.	음식 관련 방송이 나오면 그 음식을 따라 먹게 된다.	①	②	③	④	⑤
	30.	먹는 것 자체가 즐거워서 먹는다.	①	②	③	④	⑤
육구 충족	31.	밤늦게 배고프면 야식을 먹는다.	①	②	③	④	⑤
	32.	영화나 TV를 보면서 음식을 먹게 된다.	①	②	③	④	⑤
	33.	새롭고 다양한 음식을 먹는 것을 좋아한다.	①	②	③	④	⑤
	34.	평일보다는 주말(휴일)에 많이 먹게 된다.	①	②	③	④	⑤
	35.	습관적으로 간식(사탕, 초콜렛, 빵, 과자 등)을 먹게 된다.	①	②	③	④	⑤

IV. 논의

본 연구는 섭식성향 관련 측정도구 고찰과 박은옥과 김영원(2019)의 섭식성향에 대한 탐색적 연구 고찰을 통해 성인의 섭식성향 측정도구를 개발하고, 타당도와 신뢰도 검정을 거쳐 도구를 평가하였다. 본 연구에서 개발된 섭식성향 측정도구는 5개의 요인과 35개의 문항으로 구성되었다. 이에 본 장에서는 성인의 섭식성향 측정도구의 개발과정과 평가과정에 대해 논의하고, 개발된 최종도구의 특징과 간호학적 의의에 대해 기술하고자 한다.

1. 섭식성향 측정도구의 개발

본 연구에서는 성인의 섭식성향 구성요소를 확인하기 위해 섭식성향 관련 측정도구와 박은옥과 김영원(2019)의 섭식성향에 대한 탐색적 연구의 결과를 고찰하였다. 이를 바탕으로 성인의 섭식성향을 포괄할 수 있는 78개의 예비문항을 구성하였다. 본 연구자는 좋은 문항을 구성하기 위해 문항을 간단명료하게 구성하는 것이 좋으며, 모호하지 않고 구체적으로 기술하여야 하고, 하나의 문항에는 하나의 내용만을 포함한다는 것이 좋다는 성태제(2008)와 독해 난이도 수준은 초등학교 6학년 수준으로 이해하기 쉽게 작성하여야 한다는 Devellis(2017)에 따라 문항을 구성하고자 하였다.

문항의 척도는 5점 또는 6점 척도가 가장 신뢰할 수 있고(Devellis, 2017), 척도가 5점보다 큰 경우 신뢰도를 더 이상 높이지 못한다(Cicchetti, Shoinralter & Tyrer, 1985)는 근거에 따라, 5점 Likert 척도로, “매우 그렇다” 5점, “대체로 그렇다” 4점, “보통이다” 3점, “대체로 그렇지 않다” 2점, “전혀 그렇지 않다” 1점으로 구성하였다.

78개의 1차 예비도구 문항이 섭식성향의 주요 구성요소를 얼마나 포함하고 있는지 검토하기 위해 총 13인의 전문평가단을 구성하여 내용타당도를 평가받았다. 전문평가단은 구체적으로 가정의학 전문의 1인, 예방의학 전문의 1인, 간호학 교수 3인, 도구개발 경험이 있는 보건학 교수 2인, 식품영양학 교수 2인, 종합병원에서 근무하는 영양 실무자 1인, 보건소에서 근무하는 영양 실무자 3인으로 다양하게 구성하였다. Lynn(1986)이 제시한 기준에 따라 문항의 내용타당성에 대하여 4점 척도로 평점하도록 하였다. 내용타당도 지수(CVI)는 각 항목에서 전문가들이 3점 혹은 4점 점수를 준 항목의 비율로 계산하는데, .5 이하이면 내용타당도가 없다고 판단하고, .8이상이면 내용타당도가 높다고 판단한다(이은옥 등, 2009). 본 연구에서는 .8 이상인 문항을 선정하거나, CVI가 .8 이상인 문항에서도 전문가들의 의견을 반영하여 문항을 수정, 보완하였다. 전문가 내용타당도 검정을 2차에 걸쳐 총 50문항의 2차 예비도구의 문항을 구성하였다.

문항의 독해 수준은 초등학교 6학년 수준이 적당하다는 Devellis(2017)에 따라 초등학교 6학년 학생 27명을 대상으로 각 문항에 대한 이해도를 확인하였고, 이해가 어려운 문항에 대해서는 의견을 반영하여 일부 수정하였다. 또한, 국어교사의 자문을 통해 부적절한 어휘나 문법을 사용한 일부 문항을 수정하였다.

사전조사는 성인 20명을 대상으로 4점 척도로 각 문항에 대한 이해도를 평가하도록 하였으며, 글자 크기 적절성, 설문지 작성 소요시간 등을 검토하였다. 또한, 이해가 어려운 문항이나 개선사항에 대한 의견을 수렴하여 일부 문항의 표현을 수정하였다. 이런 과정을 통해 본 조사를 위한 최종 예비도구 50문항을 선정하였다.

2. 섭식성향 측정도구의 검정

최종 도구의 타당도와 신뢰도를 검정하기 위해 성인을 대상으로 본 조사를 실시하여 자료를 수집하였다. 요인분석을 실시하는 경우 표본은 300명 이상이 바람직하다는 Devellis(2017)의 기준에 따라 탈락률을 고려하여 총 350명을 대상으로 자료를 수집하였으며, 응답이 부실한 21부를 제외한 329부가 타당도와 신뢰도 검정에 사용되어 요인분석을 하기에 표본은 충분한 것으로 나타났다. 자료수집 시에는 성별, 연령별 인구 비중을 고려하여 자료를 수집하고자 하였다.

도구의 신뢰도를 향상시키기 위해 분별력이 약한 문항을 제거하는 문항분석(이은옥 등, 2009)을 실시하였다. 먼저 각 문항별 평균과 표준편차, 왜도와 첨도를 확인한 결과, 각 문항의 평균이 1.0 또는 5.0에 가까운 극단적인 값을 갖거나 표준편차가 지나치게 낮은 문항은 없었으며, 왜도와 첨도의 절대 값은 2보다 큰 문항이 없어 제거된 문항은 없었다. 이는 문항에서 각 문항의 점수들의 분산이 고르게 분포되었기에 바람직한 문항이라 볼 수 있다(탁진국, 2009).

다음으로 문항-총점 간 상관계수와 각 문항을 제거했을 경우의 Cronbach's α 값을 확인하였다. 총점과의 상관계수가 .20 미만인 문항은 각 영역 내에서 기여도가 낮은 것으로 평가되어 수정 또는 삭제가 필요하고, .80이상인 문항은 변별력이 낮은 문항으로 평가되는데(성태제, 2008), 본 조사에서는 .20 미만인 문항 7개를 모두 제거하였다. 전체 문항의 Cronbach's α 값은 제거 전 .908였으나, 제거 후 .921로 증가하였다. 제거 후 모든 문항의 상관계수 또한 .20이상~.80미만의 기준치를 충족시켜 탐색적 요인분석을 시행하기에 적합했다.

문항분석을 통해 선정된 43개의 문항에 대해 직각회전인 Varimax 방식에 의한 주성분 분석법을 사용하여 탐색적 요인분석을 실시하였다. 수집된 자료가 탐색적 요인분석을 수행하기에 적합한지 확인하기 위해 먼저 표본 적절성의 KMO(Kaiser-Meyer-Olkin) 측도 값과 바틀렛의 구형성 검정 값을 확인한 결과 모두 탐색적 요인분석에 적합한 자료임을 확인되었다. 요인 수를 결정하는 방법으로는 고유 값 1.0 이상이 되는 성분의 수, 스크리 도표, 누적 설명 분산을 고려

하는 방법이 있는데, 한 가지 방식만으로는 결정하기보다는 다양한 방식을 고려하여 결정하는 것이 가장 최선이다(탁진국, 2009). 따라서 본 연구에서는 고유값(eigen value)이 1.0 이상이면, 스크리 도표 상 고유값의 변화가 완만해지기 시작하는 기점을 고려하여 최종적으로 5개의 요인을 추출하였다. 공통성(communality)은 요인들에 의해 설명되는 비율을 의미하는데, .4이하이면 낮다고 판정하는 기준(송지준, 2011)에 따라 .4이하인 문항은 제거하였다. 총 5차례에 걸쳐 탐색적 요인분석을 시행하였으며, 최종적으로 35문항이 선정되었다. 추출된 5개의 요인은 모두 고유값 1.0이상이었으며, 총 누적 설명력은 55.0%로 나타나, 사회과학 분야에서는 총 누적 설명력이 50~60% 정도는 되어야 한다는 기준(Hair 등, 2009)을 충족시켜 본 도구의 설명력은 양호한 수준이라고 볼 수 있다. 요인분석에서는 적어도 요인의 변수가 3개 이상 발견되어야 그 요인을 해석할 수 있는데(이순목, 2000), 본 연구에서 요인별 문항 수는 5개~9개로 나타나 적절하다고 볼 수 있다.

각 하위요인 간 상관계수가 .85미만이면 각 요인들은 변별력이 있다고 판단할 수 있는데(문수백, 2009), 본 연구에서는 상관계수가 모두 .85미만으로 유의하게 나타나 각 요인들은 변별력이 있다고 해석할 수 있다. 또한, 각 요인의 점수와 총점 간 상관관계를 분석한 결과, 모두 유의한 상관관계를 나타냈다. 따라서 5개의 요인은 성인의 섭식성향의 속성을 충분히 설명할 수 있다고 볼 수 있다.

5개의 요인으로 구성된 섭식성향 도구의 제 1요인은 6문항으로 '정서 상태', 제 2요인은 6문항으로 '건강 추구', 제 3요인은 9문항으로 '음식 자극', 제 4요인은 5문항으로 '사회적 상황', 제 5요인은 9문항으로 '육구 충족'으로 명명하였다.

최종도구는 집단에 따라 섭식성향을 비교하여 구성타당도를 검정하였다. 그 결과, 비만군이 정상체중군보다 '음식 자극'의 점수가 유의하게 높게 나타났으며 다른 요인에서는 유의한 차이가 없었다. 과식빈도에 따른 집단비교에서는 '정서 상태', '음식 자극', '사회적 상황', '육구 충족'의 4개 요인에서 집단 간 유의한 차이가 있었다. 외식빈도에 따른 집단비교에서는 '음식 자극', '사회적 상황', '육구 충족'에서 집단 간 유의한 차이가 있었다. 간식 섭취 빈도에 따른 집단비교에서는 '정서 상태', '건강 추구', '음식 자극', '사회적 상황', '육구 충족'에서 모두 집단 간 유의한 차이가 있었다. 야식섭취 빈도에 따른 집단비교에서는 '정서 상태', '음식

자극', '사회적 상황', '육구 충족'에서 집단 간 유의한 차이가 있었다.

이처럼 과식빈도, 외식빈도, 간식섭취 빈도, 야식섭취 빈도에 따라 섭식성향의 각 요인별 점수 차이가 있다는 것은 집단에 따라 섭식성향이 다를 수 있으며, 각각의 비만 예방 관리를 위해 상황에 적합한 다양하고 차별화된 전략을 마련할 수 있을 것임을 시사한다. 한편, 비만도에 따른 집단비교에서는 섭식성향 요인 중 '음식 자극'요인에서 집단 간 유의한 차이가 나타났으나, 다른 요인에서는 유의한 차이가 없었다. '음식 자극' 요인은 기존 섭식성향과 관련된 도구의 '외부적 섭식' 요인과 유사한 문항으로, '외부적 섭식' 점수가 높을수록 비만도가 높게 나타난 연구 결과(Hays 등, 2002; Steinle 등, 2002; Provencher, Drapeau, Tremblay, Després과 Lemieux, 2003; Keski-Rahkonen 등, 2007; Braet 등 2008; Van Strien, 2012)와 유사하였다.

신뢰도 검정은 최종도구의 Cronbach's α 값을 산출하여 내적 일관성 신뢰도를 검정하였다. 전체 Cronbach's α 값은 .92로 높게 나타났으며, 제 1요인(정서 상태)은 .87, 제 2요인(건강 추구)은 .86, 제 3요인(음식 자극)은 .87, 제 4요인(사회적 상황)은 .77, 제 5요인(육구 충족)은 .78로 나타났다. Cronbach's α 값을 해석하는 기준은 학자들마다 다르게 하는 경우가 있는데, 일반적으로 사회과학 분야에서는 .60이상이면 신뢰도가 있다고 본다(송지준, 2011). 잘 만들어진 심리사회 측정도구에서는 .80이상을 기준으로 제시하지만, 새로 개발된 심리사회적 도구의 경우 .70정도의 신뢰도를 수용 가능한 것으로 간주한다(이은옥 등, 2009). 따라서 본 도구는 성인의 섭식성향을 신뢰도 높게 측정할 수 있는 도구라고 볼 수 있다.

3. 개발된 섭식성향 측정도구

본 연구에서 개발된 섭식성향 측정도구는 최종적으로 35개의 문항과 5개의 하위요인으로 도출되었다. 섭식성향 관련 측정도구로는 Van Strien 등(1986)이 개발한 섭식행동 질문지(DEBQ), Stunkard와 Messick(1985)이 개발한 삼요인 섭식 질문지(TFEQ), Herman와 Mack(1975)가 개발한 섭식절제 척도(RS)를 주로 사용하고 있다. 기존 섭식성향 관련 측정도구 하위요인의 수는 1개부터 8개까지 구성되어 있으며(Stunkard와 Messick, 1985; Van Strien 등, 1986; 이민규 등, 1998; Nijs 등, 2007; Framson 등, 2009; Ismail 등, 2015; Herman와 Mack, 1975; Hunot 등, 2016). Herman와 Mack(1975)의 섭식절제 척도(RS)는 1개 하위요인인 ‘섭식절제’, Van Strien 등(1986)의 섭식행동 질문지(DEBQ)는 3개의 하위요인으로 ‘절제된 섭식’, ‘정서적 섭식’, ‘외부적 섭식’이 있었다. Stunkard와 Messick(1985)의 삼요인 섭식 질문지(TFEQ)는 3개의 하위요인으로 ‘식이제한’, ‘탈억제’, ‘배고픔’이 있었으며, Ismail 등(2015)의 삼요인 섭식 질문지-R21(TFEQ-R21)는 3개의 하위요인으로 ‘인지적 섭식절제’, ‘통제되지 않는 섭식’, ‘정서적 섭식’이 있었고, Nijs 등 (2007)의 일반적 음식갈망-특질 척도(G-FCQ-T)는 4개의 하위요인으로 ‘음식에 대한 몰두’, ‘통제 상실’, ‘긍정적 결과 기대’, ‘정서적 갈망’이 있었다. 이민규 등(1998)의 한국판 식사태도 검사-26(KEAT-26)는 4개의 하위요인으로, 남자인 경우 ‘식사에 대한 자기 통제와 대식증적 증상’, ‘날씬함에 대한 집착’, ‘음식에 대한 집착과 다이어트’, ‘단 음식 회피’가 있었으며, 여자인 경우 ‘식사에 대한 자기 통제와 대식증적 증상’, ‘날씬함에 대한 집착’, ‘음식에 대한 집착’, ‘다이어트’가 있었다. Framson 등(2009)의 Mindful Eating Questionnaire(MEQ)은 5개의 하위요인으로 ‘탈억제’, ‘인식’, ‘외부 단서’, ‘정서적 반응’, ‘주의산만’이 있었다. Hunot 등(2016)의 성인용 섭식행동 질문지(AEBQ)는 8개의 하위요인으로 ‘배고픔’, ‘음식 반응’, ‘정서적 소식’, ‘음식 까다로움’, ‘정서적 과식’, ‘포만감 반응’, ‘음식의 즐거움’, ‘느린 식사’가 있었다.

본 연구에서는 5개의 하위요인이 도출되었으며, ‘정서 상태’, ‘건강 추구’, ‘음식

자극’, ‘사회적 상황’, ‘욕구 충족’으로 명명하였다. 섭식성향과 관련된 기존 도구의 하부요인과 비교했을 때, 본 연구에서는 ‘사회적 상황’ 요인과 ‘욕구 충족’ 요인이 새롭게 추가되었다. 이러한 결과는 본 연구에서 음식을 섭취하는 행위와 관련된 섭식 성향에 ‘사회적 상황’과 같이 배고픔이나 정서적인 이유 외에 사람들과의 관계나 사회적 분위기 등이 섭식 성향과 관련되는 요인이 됨을 보여주고 있으며, ‘욕구 충족’의 경우도 단지 생리적 욕구에 의한 음식 섭취의 욕구 뿐만이 아니라 배고프지 않더라도 영화나 TV, 새로운 음식 등 생리적 차원 이외의 요인으로 음식 섭취의 욕구가 발생하고 이를 충족하기 위해 음식섭취를 하게 됨을 보여주고 있다. 섭식 성향은 생리적 측면 외에 정서, 사회, 문화와 관련된 것임을 확인할 수 있었다.

제 1요인에는 화, 스트레스, 우울, 불안 등의 부정적인 감정 상태와 허전함과 외로움, 심심함과 지루함 등에 대한 6개의 문항으로 구성되어 있으며, 이를 ‘정서 상태’로 명명하였다. ‘정서 상태’와 관련된 기존 측정도구에서는 13문항으로 이루어진 DEBQ의 ‘정서적 섭식’ 요인, G-FCQ-T에서 5문항의 ‘긍정적 결과 기대’ 요인과 4문항의 ‘정서적 갈망’ 요인, MEQ에서 4문항의 ‘정서적 반응’ 요인과 TFEQ-R21에서 6문항의 ‘정서적 섭식’ 요인이 있었으며, AEBQ에서 각 5문항씩 구성된 ‘정서적 과식’ 요인과 ‘정서적 소식’ 요인이 있었다. 정서적 상태와 관련된 기존 도구(Van Strien 등, 1986; Nijs 등, 2007; Framson 등, 2009; Ismail 등, 2015; Hunot 등, 2016)에서 화 또는 스트레스, 우울과 불안, 걱정, 외로움 등 부정적 감정상태로 인해 음식을 섭취한다는 문항과 유사했으며, DEBQ와 TFEQ-R21의 “외로울 때 먹는다” 문항과 다르게 “마음이 허전하다”라는 표현이 추가되어 본 도구에서 “마음이 허전하거나 외로울 때 무엇인가를 먹는다”의 문항이 추가되었다. 한편, 본 연구의 예비문항 개발과정에서 “기분이 좋을 때 더 먹는다”의 긍정적 감정의 섭식 문항이 새로 구성되었으나, 문항을 제거하는 과정에서 문항이 제거되었다. 이는 추후 섭식성향에 ‘긍정적 감정 상태’ 요인을 포함시킬 것인지에 대한 질적 연구가 추가적으로 이루어져야 할 것이다.

제 2요인에는 체중 관리를 위해 음식의 열량이나 영양소를 고려해서 먹는 것과 체중 관리를 위해 적게 먹거나, 저녁식사 이후에는 먹지 않는 것, 주변에 음식을 두지 않거나, 많이 먹은 다음 날은 일부러 적게 먹는 등 6개의 문항으로 구

성되어 있으며, 이를 ‘건강 추구’로 명명하였다. 기존 도구인 TFEQ의 ‘식이제한’, DEBQ의 ‘절제된 섭식’, KEAT-26의 ‘식사에 대한 자기통제’와 ‘다이어트’, TFEQ-R21의 ‘의식적 제한’ 요인과 유사한 문항이 있었으나, 본 연구에서는 식이 제한과 다이어트에 초점을 두기보다는 건강을 추구하기 위한 섭식과 관련된 문항으로 구성하였다. 개별면담 자료에서 대부분의 대상자가 체중 관리를 위해 밥, 빵 등의 탄수화물을 적게 먹거나, 짠 음식, 기름진 음식은 피하고, 야채, 견과류를 섭취하는 등 식품의 종류를 고려해서 먹는다는 내용이 추가로 도출되면서 “체중 관리를 위해 식품의 영양소(탄수화물, 단백질, 지방, 비타민, 무기질 등)를 고려하여 먹는다”의 문항이 새롭게 추가되었다.

제 3요인에는 맛, 시각, 후각 등 음식 자체가 유발하는 자극과, 외식, 뷔페나 각종 행사에서 제공되는 음식의 자극, 다른 사람이 먹는 음식의 자극 등의 9개 문항으로 구성되어 있으며, 이를 ‘음식 자극’으로 명명하였다. 기존 도구에서 ‘외부적 섭식’, ‘외부적 단서’, ‘통제 상실’, ‘탈억제’ 요인에 포함된 시각, 미각, 후각 등 음식 자체의 자극과 관련된 문항 내용은 거의 유사하였고(Stunkard와 Messick, 1985; Van Strien 등, 1986; Nijs 등, 2007; Framson 등, 2009), 기존 도구 MEQ에서 맛있는 음식이 있는 파티 상황에서 과식을 하게 된다는 문항이 있었으나, 본 연구에서는 외식과 회식문화 속에서 음식 자극과 관련된 내용이 새롭게 반영되어 “외식을 하면 집에서 먹을 때보다 많이 먹게 된다.”, “각종 행사에서 제공하는 음식을 먹을 때 평소보다 많이 먹게 된다.”가 추가로 도출되었다.

제 4요인에는 배고프지 않아도 사람들과 어울리거나 분위기를 맞추기 위해 먹는 것, 영화관에 가게 되면 배고프지 않아도 팝콘 등을 사먹게 되는 것, 음식을 저렴하게 판매하는 상황에서 사먹게 되는 것, 주변사람이 먹으면 따라 먹게 되는 5문항으로 구성되어 있으며, 이를 ‘사회적 상황’으로 명명하였다. 선행연구에서는 사회적 상황과 관련된 섭식 문항이 하나의 요인으로 구성되지 않았으나, 본 연구에서는 ‘사회적 상황’이라는 요인이 새롭게 도출되었다. 개별면담 자료에서도 알 수 있듯이, 최근 음식을 섭취하는 상황이 다양해졌으며, 특히 14명의 모든 면담자가 가족, 친구, 동료 등과 함께 음식을 섭취하는 사교적 상황에서 본인의 의지와 관계없이 음식을 섭취하게 된다는 다양한 내용을 확인할 수 있었다. 기존 대인관계와 관련된 문항으로는 KEAT-26의 “내가 음식을 많이 먹으면 다른 사람

들이 좋아하는 것 같다”, “다른 사람들이 나에게 음식을 먹도록 강요하는 것 같이 느껴진다”의 문항만을 확인할 수 있었으나, 본 연구에서는 “배고프지 않아도 사람들과 어울리기 위해 먹는다”, “배고프지 않아도 분위기를 맞추기 위해 먹는다”의 문항이 새롭게 추가되었다. 또한, 기존 도구인 MEQ의 문항 중 “훨씬 더 비싸지 않으면, 나는 배고픈 느낌에 관계없이 더 큰 사이즈의 음식이나 음료를 시킨다”라는 문항이 있었으나, 본 연구에서는 음식을 저렴하게 판매하는 마케팅 등의 사회적 상황을 반영하여 “음식을 저렴하게 판매하면 배고프지 않아도 사먹게 된다”의 문항이 새롭게 도출되었다.

제 5요인에는 배고프거나 먹고 싶은 음식이 있으면 반드시 먹어야 한다는 것, 음식과 관련된 방송이 나오면 따라 먹게 되는 것, 새롭고 다양한 음식을 즐겨 먹는 것, 간식을 습관적으로 먹거나, 평일보다는 주말(휴일)에 더 많이 먹게 되는 등의 9개 문항으로 구성되었으며, 이를 ‘욕구 충족’으로 명명하였다. 기존 도구 AEBQ의 ‘음식의 즐거움’, ‘음식 까다로움’ 요인과 KEAT-26의 ‘음식 집착과 다이어트’ 요인에서 음식을 즐기는 문항과 음식 집착에 관한 일부 문항 등은 유사하였으나, 본 연구에서는 ‘욕구 충족’이라는 요인이 새롭게 도출되었다. 기존 도구 MEQ에서는 음식 광고에 관한 문항만 있었으나, 최근 음식 관련 방송 프로그램이나 먹는 방송을 통해 음식을 먹으며 욕구를 충족하는 내용을 반영하여 “음식 관련 방송이 나오면 그 음식을 따라 먹게 된다”, “영화나 TV를 보면서 음식을 먹게 된다”의 문항이 새롭게 추가되었다. 또, 기존 도구에서는 찾아볼 수 없었던 “평일보다는 주말(휴일)에 음식을 더 많이 먹게 된다”의 문항이 새롭게 도출되었다.

이처럼, 5개 요인으로 구성된 35문항의 섭식성향 측정도구는 외부적 섭식, 정서적 섭식, 섭식절제 등 기존 도구에서 제시된 섭식성향뿐만 아니라, 한국의 사회적 문화적 특성과 상황이 반영된 문항으로 구성하였기에, 국내 성인의 섭식성향을 더욱 포괄적으로 측정할 수 있는 도구라고 평가할 수 있겠다.

4. 연구의 제한점

섭식성향이라는 것은 안정적이고 지속적인 행동 양상이지만, 현재 질병상태나 다이어트 유무 등 개인의 상황에 따라 변동이 있을 수 있어 조사시점에 따라 섭식성향의 차이가 발생할 수 있음을 고려하지 못했다.

구성개념은 행동을 통해서 간접적으로 측정할 수밖에 없기 때문에 섭식성향과 관련된 모든 행동을 포함시킬 수는 없으므로, 섭식성향의 모든 측면을 문항에 모두 반영하기에는 한계가 있다.

5. 연구의 의의

1) 간호연구 측면

본 연구에서는 성인의 섭식성향 측정도구 개발을 위해 국내외 섭식성향 관련 측정도구의 고찰뿐만 아니라 선행연구의 탐색적 연구 고찰을 바탕으로 국내 성인의 문화적 특성을 반영하여 문항을 개발하고, 타당도와 신뢰도 검정을 거쳐 국내 성인의 섭식성향 측정도구를 개발했다는 점에서 의의를 갖는다. 본 연구에서 개발한 측정도구는 국내 성인의 섭식성향을 사정하는데 활용될 수 있을 것이며, 비만 예방 관리를 위한 연구에 기초자료로 활용될 수 있을 것이다. 또한 섭식성향 측정 결과를 바탕으로 성인의 섭식성향에 관한 개념과 이론적 기틀을 마련하여, 이론을 발전시키는 데 도움이 될 것으로 사료된다.

2) 간호실무 측면

본 연구에서 개발된 성인의 섭식성향 측정도구는 일반 성인에게 적용 가능하도록 개발된 도구이다. 본 도구는 응답하기 쉬운 문항으로 구성되었기에 실무현장에서 섭식성향을 보다 쉽고 간단하게 측정할 수 있다. 섭식 성향은 개개인마다 다르고, 개개인의 섭식 성향을 파악하는 것은 비만의 예방과 관리에 유용하게 활용할 수 있다. 섭식성향 측정도구를 이용하여 대상자의 섭식성향을 객관적으로 파악할 수 있고, 이는 개개인의 섭식성향을 고려한 맞춤형 상담을 제공하기 위한 기초자료가 될 수 있다.

V. 결론 및 제언

1. 결론

본 연구는 성인의 섭식성향 측정도구를 개발하였으며, 도구에 대한 타당도와 신뢰도를 검증한 방법론적 연구이다. 성인의 섭식성향 측정도구의 개발절차는 크게 두 단계를 거쳤다.

첫째, 도구개발 단계로 기존의 섭식성향 측정도구 고찰과 박은옥과 김영원(2019)의 섭식성향 탐색적 연구 결과를 고찰하여 1차 예비도구 78문항을 구성하였다. 도구의 척도는 5점 Likert 척도로 정하였다. 1차 예비도구는 13인의 전문평가단에 의해 2회에 걸쳐 내용타당도를 평가하였다. 내용타당도 지수(CVI)가 .8

이상인 문항을 선택하거나, 전문가의 의견을 바탕으로 문항을 수정하여 2차 예비 도구 50문항을 구성하였다. 6학년의 독해 난이도 수준으로 문항을 구성하기 위해 27명의 초등학교 6학년 학생을 대상으로 문항의 이해도를 파악하였고, 의견을 바탕으로 문항을 수정하였다. 또한, 국어교사에게 자문을 거쳐 일부 문항의 표현을 수정하였다. 문항검토를 통해 수정된 50문항으로 일반 성인 20명에게 예비조사를 시행하였으며, 이해가 어려운 문항은 의견에 따라 일부 수정하여 본 조사를 위한 최종 예비도구를 확정하였다.

둘째, 도구검정 단계로 일반 성인 329명을 대상으로 예비도구 50문항으로 본 조사를 실시하여 개발된 섭식성향 측정도구를 적용하고, 도구의 타당도와 신뢰도를 평가하였다. 수집된 자료는 문항분석을 통해 문항-총점 간 상관관계수가 .20이상~.80미만의 변별력 있는 43개 문항을 선정하였고, 탐색적 요인분석을 통해 구성타당도를 검정하였다. 탐색적 요인분석 결과, 5개 요인과 35개 문항으로 도출되었다. 5개 요인의 총 누적 설명분산은 55.0%로 나타나 본 도구가 성인의 섭식성향을 충분히 설명할 수 있는 도구임을 확인하였다. 제 1요인은 6문항으로 '정서 상태', 제 2요인은 6문항으로 '건강 추구', 제 3요인은 9문항으로 '음식 자극', 제 4요인은 5문항으로 '사회적 상황', 제 5요인은 9문항으로 '육구 충족'으로 명명하였다. 각 하위요인 간 상관관계수는 모두 .85미만으로 나타나 각 요인들은 변별력이 있음을 확인하였고, 각 하위요인의 점수와 총점 간 상관관계는 모두 유의한 상관관계를 보여 각 하위요인이 섭식성향의 속성을 충분히 설명할 수 있음을 확인하였다. 비만도, 과식빈도, 외식빈도, 간식섭취 빈도, 야식섭취 빈도에 따라 집단을 나누어 집단 간 비교를 통해 구성타당도를 검정한 결과, 집단별로 각 요인의 점수가 유의한 차이가 있는 것으로 확인되어 도구의 타당성이 확보되었다. 신뢰도는 내적일관성 신뢰도 검정한 결과, 전체 Cronbach's α 값은 .92로 높게 나타났다. 각 요인별 Cronbach's α 값은 .77에서 .87로 비교적 높은 값을 나타냈다.

따라서 본 연구에서 개발된 성인의 섭식성향 측정도구는 내용타당도와 구성타당도, 신뢰도가 검정된 도구이므로, 임상 실무와 연구 영역에서 성인의 섭식성향을 측정하고 평가하는데 적절하게 활용될 수 있을 것이다. 특히 개인의 섭식성향을 확인하는 것은 비만 예방과 관리를 위한 맞춤형 상담에 유용하게 활용될 것이다.

2. 제언

본 연구 결과를 바탕으로 다음과 같이 제언하고자 한다.

첫째, 일반 성인을 대상으로 반복연구를 실시하여 본 도구의 신뢰도와 타당도를 재검정하고, 도구의 보완을 위한 후속 연구를 제언한다.

둘째, 본 연구에서 도출된 성인의 섭식성향의 구성요인을 재확인하는 확인적 요인분석의 실시를 제언한다.

셋째, 도구의 문항을 선정하는 과정에서 제거된 문항에 대해서는 추가적인 연구가 필요하다.

넷째, 본 연구에서 개발된 도구를 활용하여 섭식성향의 집단별, 요인별 차이를 파악하여 다양하고 차별화된 비만 예방 프로그램 개발과 적용에 대한 후속 연구를 제언한다.

참고문헌

- 국립국어원(2018). 표준국어대사전. Retrieved from <http://stdweb2.korean.go.kr/main.jsp>
- 권석만(2017). *인간 이해를 위한 성격심리학*. 서울: 학지사
- 김문실, 김숙영(1997). 섭식행동의 세가지 측면. *한국간호과학회*. 27(2). 377-388.
- 김미영, 오진경, 임민경, 윤이화, 강윤희(2012). 일부 농촌주민을 대상으로 한 사회경제적 및 심리사회적 요인과 비만의 관련성. *대한비만학회지*. 21(1). 18-28.
- 김효정, 이임순, 김지혜(1996). 식이행동 질문지의 신뢰도, 타당도 연구. *한국심리학회지 : 임상*. 15(1). 141-150.
- 노지혜, 김지혜, 남희정, 임미래, 이동수, 홍경수(2008). 일반적 음식갈망-특질 척도(G-FCQ-T)의 타당화. *한국심리학회지 : 임상*. 27(4), 1039-1051.
- 대한비만학회(2018). *비만치료지침 2018*. 서울: 청운
- 문수백(2009). *구조방정식모델링의 이해와 적용*. 서울: 학지사
- 박은옥, 김영원(2019). 섭식성향에 대한 탐색적 연구. *대한보건협회 보건학종합학술대회*.
- 배정민(2012). *그림으로 이해하는 닥터 배의 술술 보건의학통계*. 서울: 한나래 아카데미
- 보건복지부, 질병관리본부(2018). 「국민건강통계-국민건강영양조사 제7기 1차년도(2016)」
- 서울대학교 교육연구소(1995). *교육학용어사전*. 서울: 하우동설.
- 성태제(2008). *문항제작 및 분석의 이론과 실제*. 서울: 학지사.
- 송지준(2011). *논문작성에 필요한 SPSS/AMOS 통계분석방법*. 파주: 21세기사.
- 윤난희(2016). *비만과 비만관리에서 개인 건강행동과 지역 환경요인의 영향 분석: 질적조사방법과 다수준분석의 통합 연구*. 박사학위논문, 서울대학교, 서울.
- 이민규, 이영호, 박세현, 손창호, 정영조, 홍성국, 이병관, 장필립, 윤애리

- (1998). 한국판 식사태도검사-26(The Korean Version of Eating Attitudes Test-26 : KEAT-26) 표준화 연구 I : 신뢰도 및 요인분석. *정신신체의학*, 6(2), 155-175.
- 이수경, 이가영, 이상엽, 박태진, 김준수(2010). 식이행동설문지로 조사한 섭식척도 관련 요인과 비만 치료에 따른 섭식척도의 변화. *가정의학회지*. 31(5), 361-368.
- 이순목(2000). *요인분석의 기초*. 서울: 교육과학사
- 이은옥, 임난영, 박현애, 이인숙, 김종임, 배정미, 이선미(2009). *간호연구와 통계분석*. 경기도: 수문사
- 이임순(1997). 정상인의 섭식유형 및 다이어트 양상. *한국심리학회지 : 임상*, 16(1), 87-100.
- 이임순(2000). 섭식절제와 다이어트가 역규제적 섭식에 미치는 영향. *한국심리학회지 : 임상*, 19(3), 575-585.
- 탁진국(2009). *심리검사: 개발과 평가방법의 이해*. 서울: 학지사
- Andersen, R. E. (2006). *비만 원인·평가·치료와 예방*(권봉안, 최종환, 안자희, 정윤만, 정순광, 김현주, 옴김 2006). 서울: 대한미디어. (Human Kinetics Publisher 2003)
- Braet, C., Claus, L., Goossens, L., Moens, E., Van Vlierberghe, L., & Soetens. (2008). Differences in eating style between overweight and normal-weight youngsters. *Journal of Health Psychology*. 13(6), 733-743.
- Cicchetti, D. V., Shoinralter, D., & Tyrer, P. J. (1985). The effect of number of rating scale categories on levels of interrater reliability: A Monte Carlo investigation. *Applied Psychological Measurement*, 9(1), 31-36.
- Devellis, R. F. (2017). *Scale development: Theory and applicaton (4rd ed)*. California: SAGE Publications.
- Ferster, C. B., Nurnberger, J. I., & Levtit, E. B. (1996). The control of eating. 1962. *Obesity research*, 4(4), 401-410.
- Framson, C., Kristal, A. R., Schenk, J. M., Littman, A. J., Zeliadt, S., &

- Benitez, D. (2009). Development and validation of the mindful eating questionnaire. *Journal of the American Dietetic Association*, 109(8), 1439-1444.
- Garner, D. M., Olmsted, M. P., Bohr, Y., & Garfinkel, P. E. (1982). The Eating Attitudes Test: psychometric features and clinical correlates. *Psychological Medicine*, 12(4), 871-878.
- Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., & Anderson, R. (2009). *Multivariate data analysis* (7th ed.) Upper Saddle River, NJ: Prentice Hall.
- Hays, N. P., Bathalon, G. P., McCrory, M. A., Roubenoff, R., Lipman, R., & Roberts, S. B. (2002). Eating behavior correlates of adult weight gain and obesity in healthy women aged 55 - 65 y. *The American Journal of Clinical Nutrition*, 75(3), 476 - 483.
- Herman, C. P., & Mack, D. (1975). Restrained and unrestrained eating. *Journal of personality*. 43(4), 647-660.
- Herman, C. P., Polivy, J., Pliner, P., Threlkeld, J., & Munic, D. (1978). Distractibility in dieters and nondieters: an alternative view of "externality". *Journal of Personality Social Psychology*. 36(5), 536-548.
- Hunot, C., Fildes, A., Croker, H., Llewellyn, C. H., Wardle, J., & Beeken, R. J. (2016). Appetitive traits and relationships with BMI in adults: Development of the Adult Eating Behaviour Questionnaire. *Appetite*, 105, 356-363.
- Keski-Rahkonen, A., Bulik, C. M., Pietiläinen, K. H., Rose, R. J., Kaprio, J., & Rissanen, A. (2007). Eating styles, overweight and obesity in young adult twins. *European Journal of Clinical Nutrition*, 61(7), 822 - 829.
- Koelman, P. G. (2008). *실전비만학 - 성인&소아(대한비만학회, 옮김)*. 서울: 가본의학. (Blackwell Publishing Ltd 2007).
- Lynn, M. R. (1986). Determination and quantification of content validity. *Nursing Research*, 35(6), 382-385.
- Nijs, I. M. T., Franken, I. H. A., & Muris, P. (2007). The modified Trait and

- State Food-Cravings Questionnaires: Development and validation of a general index of food craving. *Appetite*, 49(1), 38 - 46.
- Nunnally, J. C., & Bernstein, I. H. (1994). *Psychometric theory*(3rd ed.). New York: McGraw-Hill.
- Provencher, V., Drapeau, V., Tremblay, A., Després, J. P., & Lemieux, S. (2003). Eating Behaviors and Indexes of Body Composition in Men and Women from the Québec Family Study. *Obesity Research*, 11(6), 783 - 792.
- Ismail, R., Noh, M., Ismail, N. H., & Tamil, A. M. (2015). A tale of two construct validation analysis: Rasch model and exploratory factor analysis approach for three-factor eating questionnaire (TFEQ-R21) among malaysian male workers. *Medical Journal of Malaysia*, 70(3), 169-176.
- Schachter, S., Goldman, R., & Gordon, A. (1968). Effects of fear, food deprivation and obesity on eating. *Journal of Personality and Social Psychology*, 10, 91-97.
- Steinle, N. I., Hsueh, W. C., Snitker, S., Pollin, T., Sakul, H., St Jean, P. L., Bell S. J., Mitchell B. D., & Shuldiner A. R. (2002). Eating behavior in the Old Order Amish: heritability analysis and a genome-wide linkage analysis. *The American Journal of Clinical Nutrition*, 75(6), 1098 - 1106.
- Stunkard, A. J., & Messick, S. (1985). The three-factor eating questionnaire to measure dietary restraint, disinhibition and hunger. *Journal of Psychosomatic Research*, 29(1), 71-83.
- Van Strien, T., Frijters, J. E. R., Bergers, G. P. A., & Defares, P. B. (1986). The Dutch Eating Behavior Questionnaire (DEBQ) for assessment of restrained, emotional, and external eating behavior. *International Journal of Eating Disorders*, 5(2), 295 - 315.
- Van Strien, T., Herman, C. P., & Anschutz, D. (2012). The predictive validity

of the DEBQ external eating scale for eating in response to food commercials while watching television. *International Journal of Eating Disorders*, 45(2), 257-262.

World Health Organization (2018). *Obesity and overweight*. Retrieved February 16, 2018, from <http://www.who.int/en/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>

WHO, IASO & IOTF (2000). *The Asia-Pacific perspective: redefining obesity and its treatment*. Health communications Australia: Melbourne.

Abstract

Development and Evaluation of Eating Traits Scale for Adult in Republic of Korea

Young-Won Kim

Department of Nursing
Graduate School of Jeju National University
(Supervised by professor Eunok Park)

Purpose : The purpose of this study was to develop eating traits scale for Korean adults and verify its validity and reliability.

Methods : First, in the scale development phase, the initial items were developed by literature reviews and exploratory research reviews from Park and Kim's(2019). The first preliminary scale has consisted of 78 items selected from the 138 items by literature reviews and exploratory research reviews. The second preliminary scale has consisted of 50 items selected from the 78 items by 13 experts who were formed to evaluate the content validity. In order to review the questionnaires, 27 sixth-grade elementary school students were asked to involve in this study whether they could

understand their reading level. The questionnaire was revised through the consultation of Korean language teachers, and the final preliminary scale was composed of 50 items.

Second, in the scale evaluation phase, data were collected from 329 adults aged 19 to 65 years, and the validity and reliability were verified. From the item analysis, 43 items with an item-total correlation between .20 and .80 were selected. The construct validity was verified through exploratory factor analysis.

Results : Exploratory factor analysis showed 5 factors of 35 items. The factors were identified as ‘Mood states(6 items)’, ‘Pursuit of health(6 items)’, ‘Stimulation of food(9 items)’, ‘Social situations(5 items)’, ‘Desire satisfaction(9 items)’. These 5 factors composed of 35 items explained 55.04% of the total variance.

The construct validity was evaluated by group comparisons. The group was classified according to obesity, frequency of overeating, frequency of eating out, frequency of eating snacks, frequency of late-night snack. Their inter comparison showed significant differences in their eating traits. Accordingly, Eating traits scale developed in this study was established construct validity. The reliability of the scale, Cronbach’s alpha coefficient was .92 and the factor’s ranged from .77 to .87.

Conclusions: Eating traits scale developed in this study was verified by content validity, construct validity and reliability. It is expected to be useful measuring eating traits of Korean adults in clinical practice and research.

Key words : Eating traits, Scale development, Adult, Obesity, Validity and reliability

부 록

부록 1. 섭식성향에 대한 탐색적 연구 고찰

부록 2. 1차 예비도구 문항 구성

부록 3. 1차 내용타당도 검정 설문지

부록 4. 2차 내용타당도 검정 설문지

부록 5. 예비조사 설문지

부록 6. 본 조사 설문지

부록 7. 최종 섭식성향 측정도구

부록 1. 섭식성향에 대한 탐색적 연구 고찰

번호	문 항	해당자수
1.	화가 나면 많이 먹는다.	2
2.	스트레스를 받으면 많이 먹는다.	10
3.	스트레스를 풀기 위해 맵거나 자극적인 음식을 먹는다.	5
4.	스트레스를 받을 때 먹으면 안정된다.	4
5.	스트레스 상황에서 완화하기 위해 먹는다.	2
6.	일이 잘 풀리지 않을 때 먹는다.	2
7.	기분이 좋을 때 많이 먹게 된다.	2
8.	기분이 좋지 않을 때 많이 먹게 된다.	2
9.	화가 나거나 짜증이 날 때 오히려 식욕이 없다.	1
10.	불안할 때 먹는다.	2
11.	먹으면 불안이 해소된다.	1
12.	답답할 때 먹는다.	1
13.	입이 심심할 때 먹는다.	1
14.	마음이 허할 때 먹게 된다.	3
15.	우울할 때 먹게 된다.	2
16.	울적할 땐 오히려 안 먹게 된다.	1
17.	먹으면 행복할 것 같아서 먹게 된다.	2
18.	마음을 편안하게 하거나, 위안을 받기 위해 먹는다.	4
19.	배가 고프거나 허기질 때 먹는다.	3
20.	늘 배가 고파서 먹는다.	1
21.	저녁을 일찍 먹은 날에는 밤에 배고파져서 야식을 먹게 된다.	1
22.	먹어도 채워지지 않는 느낌이 든다.	1
23.	몸이 지치거나 피곤할 때 특정음식을 먹는다.	4
24.	몸이 적당히 피곤할 때 무엇인가를 먹으면 기운이 난다.	1
25.	졸릴 때 졸음을 깨기 위해 또는 정신을 차리기 위해 먹는다.	4

번호	문항	해당지수
26.	남은 음식을 버리기 아까워서 먹는다.	6
27.	요리를 할 때 음식을 많이 만들게 되어 많이 먹게 된다.	3
28.	외식할 때 남긴 음식이 다음 날 생각날까봐 많이 먹게 된다.	1
29.	음식 남기는 건 예의가 아니라고 해서 다 먹게 된다.	3
30.	음식을 귀하게 여기기 때문에 잘 먹는다.	1
31.	뷔페를 가면 본전 생각에 많이 먹게 된다.	1
32.	외식을 하면 가격 생각에 많이 먹게 된다.	1
33.	건강을 위해 의도적으로 특정 음식을 먹는다.	4
34.	평소에도 잘 먹지만, 복날에는 더 잘 챙겨 먹게 된다.	1
35.	살이 찌도 먹는 것에 대한 관대함 때문에 먹게 된다.	1
36.	머리가 아플 때 커피를 마신다.	1
37.	많이 먹었을 때, 소화를 시키기 위해 커피까지 마시게 된다.	1
38.	먹는 것을 좋아한다.	1
39.	맛있는 것을 먹는 즐거움이 있다.	1
40.	누군가 먹을 것을 사오면 맛을 보기 위해 먹게 된다.	3
41.	유명한 식당에 가서 여러 종류의 음식을 맛 보는 것을 좋아한다.	1
42.	여행을 가면 대표적이고 유명한 음식을 찾아 먹으려고 한다.	3
43.	음식에 집착을 한다.	1
44.	당기는 음식을 먹지 못하면 화가 나거나 스트레스를 받는다.	1
45.	당기는 음식을 먹기 전까지는 계속 그것을 먹어야 한다는 생각을 계속 하게 된다.	1
46.	당기는 음식을 먹지 못하면 화가 나거나 스트레스를 받는다.	1
47.	TV에서 맛있게 먹는 모습을 보면 먹고 싶어져서 먹게 된다.	3
48.	TV에서 음식을 만드는 장면이 나오면 따라 만들어 먹게 된다.	2
49.	TV에서 음식 광고가 나오면 먹고 싶어져서 먹게 된다.	1
50.	식당 음식은 양이 많아서 많이 먹게 된다.	3
51.	주문한 음식과 함께 제공되는 반찬까지 먹게 된다.	1

번호	문항	해당자수
52.	뷔페 먹으러 가면, 선택이 자유롭기 때문에 많이 먹게 된다.	4
53.	외식이나 회식을 하면 많이 먹게 된다.	10
54.	평소에 먹기 어려운 맛있는 식당에 가면 많이 시켜 먹는다.	2
55.	영화를 볼 때 배불러도 팝콘을 먹으면서 본다.	1
56.	음식을 저렴하게 판매하면 대량구매하여 쌓아두고 먹게 된다.	3
57.	간식을 먹다 보면 음료수도 함께 마시게 된다.	2
58.	맵고 짠 음식을 먹을 때, 배가 불러도 맵지 않은 음식을 함께 곁들여 먹는다.	2
59.	요리를 하면서 먹게 된다.	1
60.	눈 앞에 먹을 것이 보이면 먹게 된다.	8
61.	주변에 먹을 것이 있으면 먹게 된다.	7
62.	예쁘게 잘 차려진 음식 사진을 보면 먹고 싶어진다.	1
63.	옆 사람이 맛있게 먹는 것을 보면 따라 먹게 된다.	2
64.	결혼식, 제사 등 각종 행사에 가면 음식을 많이 먹게 된다.	3
65.	판매하는 음식을 보면 사 먹게 된다.	2
66.	지나가다가 맛있는 냄새를 맡으면 사 먹게 된다.	2
67.	음식이 맛있어서 많이 먹게 된다.	6
68.	가족 모임을 하면 많이 먹는다.	5
69.	대가족이 함께 살아서 나눠 먹을 기회가 많다.	1
70.	가족에게 음식을 챙겨주면서 먹게 된다.	2
71.	가족과 대화를 하기 위해 함께 먹게 된다.	1
72.	동료와 대화를 하면서 먹게 된다.	2
73.	사람들과 대화를 하다 보면 음식을 계속 먹게 된다.	2
74.	친구(동료 또는 누군가)와 먹으러 가면 원래 식사량보다 많이 먹게 된다.	4
75.	사람들과 만나게 되면, 많이 먹게 된다.	8
76.	모임을 하면 밥을 먹고 디저트도 먹으러 간다.	1

번호	문 항	해당자수
77.	음식을 좋아하는 사람이 옆에 있으면 함께 먹게 된다.	2
78.	직장 동료들과 함께 먹어야 하는 분위기여서 먹는다.	1
79.	사람들과 어울리기 위해 먹는다.	1
80.	눈치를 보고 분위기를 맞추기 위해 먹게 된다.	2
81.	모임에서 혼자 안 먹을 수도 없고, 안 먹겠다는 표현하기 어려워서 먹게 된다.	4
82.	사람들과 함께 먹을 때 먹지 않으면 까다로워 보일까봐 조금이라도 먹게 된다.	2
83.	배가 불러도 상대방이 섭섭해할까봐 미안해서 예의상 먹게 된다.	4
84.	주변에서 먹으라고 유혹하거나, 먹지 않으면 집요하게 물어보거나 구박을 해서 먹는다.	2
85.	손님을 접대해야 할 경우 음식을 먹게 된다.	2
86.	사람들 간의 갈등이 있으면 많이 먹게 된다.	2
87.	일이 많거나 힘들면 먹는다.	3
88.	일하는 동안 휴식시간에 먹게 된다.	2
89.	주말 또는 휴일에는 시간 여유가 있어 많이 먹게 된다.	5
90.	일의 집중력을 위해 먹는다.	2
91.	일하기 때문에 어쩔 수 없이 먹는 것이라고 생각하면서 먹는다.	1
92.	일을 하게 되면 나중에 배가 고플까봐 미리 배부르게 챙겨 먹게 된다.	1
93.	간단한 간식을 옆에 두고 먹으면서 일을 한다.	3
94.	끼니를 굶지 않고 습관적으로 식사를 한다. -속을 비우지 않기 위해 조금이라도 꼭 먹는다	3
95.	식사시간이기 때문에 (배가 고프지 않아도) 밥을 먹는다.	2
96.	습관적으로 특정음식(커피)을 먹는다.	3
97.	TV나 영화를 보면서 생각 없이 먹게 된다.	3
98.	빨리 먹어서 배부름을 못 느껴 더 많이 먹게 된다.	1
99.	습관이 되어서 음식을 빨리 먹는 편이다.	1

번호	문 항	해당지수
100.	다른 사람들보다 천천히 먹는다.	1
101.	과식하면 속이 불편하기 때문에 의식적으로 절제한다.	1
102.	많이 먹으면, 다음날 한 끼 정도는 굶거나 식사량을 줄이려고 한다.	2
103.	평소에 먹는 것 보다 적게 먹으려고 노력한다.	3
104.	먹지 않기 위해 주변에 음식을 멀리 두거나 두지 않는다.	4
105.	배가 부르면 그만 먹는다.	1
106.	맛있는 음식이 남았더라도 배부르면 먹지 않는다.	1
107.	입맛에 맞지 않으면 먹지 않는다.	1
108.	혼자 있을 때 많이 먹게 된다.	2
109.	당기는 음식을 먹었을 때 배가 불러도 다 먹어야 직성이 풀린다.	1
110.	당기는 음식을 먹을 때 (맛있으면) 계속 먹게 된다.	2
111.	좋아하는 음식을 먹기 시작하면 많이 먹는다.	4
112.	좋아하는 음식이 옆에 있으면 배가 불러도 먹는다.	1
113.	간식은 포만감이 덜 느껴져서, 얼마나 먹었는지 몰라서 많이 먹게 된다.	2
114.	밥을 먹은 이후에도 다른 음식을 또 먹게 된다.	3
115.	의지력이 부족하여 먹고 싶은 유혹을 참을 수 없어서 먹게 된다.	3
116.	체중을 되돌리려고 애를 쓰지만 행동은 반대로 한다.	1
117.	자제해야 한다는 생각을 하지 않고 먹으면 많이 먹게 된다.	2
118.	다이어트에 대한 압박감으로 오히려 음식을 절제를 하기 어렵다.	1
119.	안 먹으려고 스트레스를 받으면, 나중에 한꺼번에 많이 먹게 된다.	1
120.	조금만 먹거나 끼니를 거르면 나중에 많이 먹게 된다.	6
121.	스트레스를 받으면서까지 제한하기 싫어서, 먹고 싶은 음식은 대체적으로 먹는 편이다.	8
122.	매일 먹고 싶지만 참았다가 꼭 먹고 싶을 때만 먹는다. -도저히 참기 어려울 때 한 번만 먹는다	3
123.	마음만 먹으면 살을 뺄 수 있을 것 이라는 마음가짐에 먹게 된다.	1

번호	문 항	해당지수
124.	‘다음날 굶으면 빠지겠지’ 라는 생각에 많이 먹는다.	1
125.	체중이 늘어서 적게 먹는다.	1
126.	체중조절을 위해 다이어트 약을 먹는다.	1
127.	365일 다이어트를 한다.	1
128.	체중조절을 위해 식사를 줄이거나 과식하지 않으려고 노력한다.	3
129.	체중 조절을 위해 간식을 줄이거나, 먹지 않으려고 노력한다.	6
130.	체중조절을 위해 저녁을 일찍 먹거나, 밤에 먹지 않으려고 노력한다.	7
131.	날씬한 사람이 예뻐 보여서 살을 빼고 싶다.	1
132.	식품을 구매하거나 먹기 전에는 칼로리를 확인한다.	2
133.	살이 찌는 음식(기름기 많은 음식, 술)은 먹지 않으려고 노력한다.	4
134.	체중 조절을 위해 건강한 음식(과일, 야채, 견과류 등)을 먹는다.	7
135.	체중 조절을 위해 다이어트용 도시락이나 대용식을 먹는다.	4
136.	짠 음식이나 국물을 적게 먹으려고 노력한다.	4
137.	단 음식을 먹고 싶지만 참는다.	1
138.	밥이나 빵, 면 등의 탄수화물 섭취량을 줄이거나, 끊는다.	10

부록 2. 1차 예비도구 문항 구성

영역구분	면담내용 (14인)	응답 자수	기존도구	저자 구분*	1차 예비도구 문항	
1. 정서적 섭식	1. 화가 나면 많이 먹는다.	2	• 화가 났을 때, 나는 음식이 당긴다.	E	1. 화가 나면 더 먹는다.	
			• 나는 화가날 때 더 먹는다.	H		
				• 나는 화가날 때 덜 먹는다.	H	2. 화가 나면 덜 먹는다.
	2. 스트레스를 받으면 많이 먹는다.	10	• 스트레스 받을 때, 나는 음식이 당긴다.	E	3. 스트레스를 받으면 먹는다.	
			• 직장에서 스트레스를 받았을 때, 나는 먹을 것을 찾는다.	F		
	3. 스트레스를 풀기 위해 맵거나 자극적인 음식을 먹는다.	5				
	4. 스트레스를 받을 때 먹으면 안정 된다.	4				
	5. 스트레스 상황에서 완화하기 위해 먹는다.	2				
	6. 일이 잘 풀리지 않을 때 먹는다.	2	• 뜻대로 일이 안되거나 잘못 될 때 먹고 싶어집니까?	C		4. 뜻대로 일이 잘 풀리지 않으면 먹는다.
	기분	7. 기분이 좋을 때 많이 먹게 된다.	2			5. 기분이 좋을 때 더 먹는다.
상	8. 기분이 좋지 않을 때 많이	2	• 기분이 언짢을 때 먹고 싶어집	C	6. 기분이 상할 때 더 먹는다.	

태	먹게 된다.		니까?			
			• 나는 짜증날 때 더 먹는다.	H		
			• 기분이 상할 때 먹고 싶어집니까?	C		
			• 나는 기분이 상할 때 더 먹는다.	H		
			• 불쾌한 일이 일어나려 할 때 먹고 싶어집니까?	C		
			• 누군가에게 무시를 당했을 때 먹고 싶어집니까?	C		
		9. 화가 나거나 짜증이 날 때 오히려 식욕이 없다.	1	• 나는 짜증날 때 덜 먹는다.	H	7. 기분이 상할 때 덜 먹는다.
			• 나는 기분이 상할 때 덜 먹는다.	H		
		10. 불안할 때 먹는다.	2	• 나는 불안할 때 더 먹는다.	H	8. 불안하거나 걱정될 때 더 먹는다.
		11. 먹으면 불안이 해소된다.	1	• 음식을 먹고 나면, 불안감이 덜 해진다.	E	
				• 나는 걱정될 때 더 먹는다.	H	
		12. 답답할 때 먹는다.	1	• 불안하거나 걱정되거나 긴장될 때 먹고 싶어집니까?	C	
				• 긴장될 때 먹는다.	G	
			• 초조할 때 먹고 싶어집니까?	C		
			• 나는 불안할 때 덜 먹는다.	H	9. 불안하거나 걱정될 때 덜 먹는다.	
			• 나는 걱정될 때 덜 먹는다.	H		
	13. 입이 심심할 때 먹는다.	1	• 지루하거나 안절부절못할 때 먹	C	10. 심심하거나 지루할 때 먹는다.	

			고 싶어집니까?			
			• 무료할 때 먹고 싶어집니까?	C		
	14. 마음이 허할 때 먹게 된다.	3	• 외로울 때 먹고 싶어집니까?	C	11. 마음이 허하거나 외로울 때 먹는다.	
			• 외로울 때 먹는다.	G		
	15. 우울할 때 먹게 된다.	2	• 우울하거나 낙심했을 때 먹고 싶어집니까?	C	12. 우울할 때 더 먹는다.	
			• 우울할 때 먹는다.	G		
	16. 울적할 땐 오히려 안 먹게 된다.	1			13. 우울할 때 덜 먹는다.	
			• 슬플 때 많이 먹는다.	G	14. 슬플 때 먹는다.	
			• 슬플 때 먹으면 기분이 나아진다.	F		
			• 먹고 싶던 것을 먹으면 기분이 나아진다.	E		
			• 놀랐을 때 먹고 싶어집니까?	C		삭제
			• 실망했을 때 먹고 싶어집니까?	C		삭제
			• 내가 먹는 것이 내 감정상태에 영향을 주는 것을 알아차린다.	F		삭제
기 분 전 환	17. 먹으면 행복할 것 같아서 먹게 된다.	2	• 때로는 무언가를 먹으면, 모든 것이 다 좋아 보인다.	E	15. 기분전환을 위해 먹는다.	
			• 나는 감정 기복이 있을 때, 더 먹고 싶어진다.	E		

	+ 편 안 함 에 대 한 기 대			• 먹고 싶던 음식을 먹을 때, 기분이 최고로 좋다.	E	
		18. 마음을 편안하게 하거나, 위안을 받기 위해 먹는다.	4			16. 마음을 편안하게 하기 위해 먹는다.
2. 신체적 상태와 관련된	배고픔	19. 배가 고프거나 허기질 때 먹는다.	3	• 배가 고프는 때는 꼭 무엇인가를 먹어야만 합니다 • 나는 종종 배고프면 무엇인가를 바로 먹어야 한다.	B H	17. 배고프면 먹는다.
		20. 늘 배가 고파서 먹는다.	1	• 자주 배가 고파집니까	B, H	
				• 언제든지 먹을 수 있을만큼 배가 고프다.	G	
				• 너무 배가 고파서 하루에 3번 이상 드십니까	B	
		21. 저녁을 일찍 먹은 날에는 밤에 배고파져서 야식을 먹게 된다.	1	• 가끔 저녁이나 밤늦게 상당히 배가 고파집니까	B	
		22. 먹어도 채워지지 않는 느낌	1	• 뱃속에 거지가 들어앉은 것처럼	B	18. 먹어도 채워지지 않는 느낌이

섭식	이 든다.		느낄 때가 많습니까		든다.	
			• 나는 자주 너무 배가 고프다 - 위는 밀 빠진 독처럼 느껴진다.	G		
			• 위가 비어 있는 느낌이 있다	D		
			• 금방 배가 고파지기 때문에 다이어트를 하기가 힘이 듭니까	B		
			• 식사시간과 관련된 배고픔 빈도는?	G	삭제	
			• 나는 종종 내 배가 꼬르륵거리는 것을 알아차린다.	H	삭제	
			• 만약 내가 식사를 놓치면 나는 짜증을 낸다.	H	삭제	
			• 식사가 늦어지면 머리가 가벼워진다.	H	삭제	
	피곤함	23. 몸이 지치거나 피곤할 때 특정음식을 먹는다.	4			19. 몸이 피곤할 때 먹는다.
		24. 몸이 적당히 피곤할 때 무엇인가를 먹으면 기운이 난다.	1			
졸림	25. 졸릴 때 졸음을 깨기 위해 또는 정신을 차리기 위해 먹는다.	4			20. 졸음을 깨기 위해 먹는다.	
3. 버림	26. 남은 음식을 버리기 아까워서 먹는다.	6	• 음식이 남으면 배가 불러도 끝까지 다 먹습니까	B	21. 남은 음식이 아까워서 먹는다.	

식 에 대 한 태 도	기 아 까 움			• 내가 좋아하는 음식이 남으면, 나는 배가 불러도 먹는다.	F		
		27. 요리를 할 때 음식을 많이 만들게 되어 많이 먹게 된다.	3				
		28. 외식할 때 남긴 음식이 다 음 날 생각날까봐 많이 먹게 된다.	1				
		29. 음식 남기는 건 예의가 아 니라고 해서 다 먹게 된다.	3				
		30. 음식을 귀하게 여기기 때문 에 잘 먹는다.	1				
	돈 이 아 까 움	31. 뷔페를 가면 본전 생각에 많이 먹게 된다.	1				22. 외식을 하면 가격 생각에 많이 먹는다.
		32. 외식을 하면 가격 생각에 많이 먹게 된다.	1				
	건 강 을	33. 건강을 위해 의도적으로 특 정 음식을 먹는다.	4				
		34. 평소에도 잘 먹지만, 복날 에는 더 잘 챙겨 먹게 된다.	1				23. 건강을 위해 먹는다.

위 합	35. 살이 찌도 먹는 것에 대한 관대함 때문에 먹게 된다.	1			
	36. 머리가 아플 때 커피를 마신다.	1			삭제
	37. 많이 먹었을 때, 소화를 시키기 위해 커피까지 마시게 된다.	1			삭제
음 식 을 즐 김	38. 먹는 것을 좋아한다.	1	<ul style="list-style-type: none"> 나는 음식을 좋아한다. 나는 식사시간이 기다려진다. 	H H	24. 먹는 것을 즐기는 편이다.
	39. 맛있는 것을 먹는 즐거움이 있다.	1	<ul style="list-style-type: none"> 나는 먹는 것을 즐긴다. 	H	
	40. 누군가 먹을 것을 사오면 맛을 보기 위해 먹게 된다.	3	<ul style="list-style-type: none"> 나는 내가 먹는 것을 한입 한입 맛을 본다. 	F	25. 새롭고 다양한 종류의 음식을 맛 보는 것을 즐긴다.
	41. 유명한 식당에 가서 여러 종류의 음식을 맛 보는 것을 좋아한다.	1	<ul style="list-style-type: none"> 나는 다양한 종류의 음식을 즐긴다. 	H	
	42. 여행을 가면 대표적이고 유명한 음식을 찾아 먹으려고 한다.	3	<ul style="list-style-type: none"> 나는 새로운 음식을 맛보는 것을 즐긴다. 	H	
			<ul style="list-style-type: none"> 새로운 기름진 음식 먹는 것을 즐긴다. 나는 전에 맛보지 못한 음식을 맛보는 것을 좋아한다. 	D H	
음	43. 음식에 집착을 한다.	1	<ul style="list-style-type: none"> 나는 음식에 집착하고 있다 	D	26. 항상 음식에 집착한다.
	44. 당기는 음식을 먹지 못하면	1	<ul style="list-style-type: none"> 나는 늘 먹을 것에 집착한다. 	E	

식 에 대 한 집 착	화가 나거나 스트레스를 받는다.				
			• 음식이 나의 인생을 지배한다는 생각이 든다.	D	
			• 선택이 주어진다면, 대부분 먹는데 시간을 보낼 것이다.	H	
			• 음식에 대해 많은 시간과 정력을 투자한다.	D	
	45. 당기는 음식을 먹기 전까지는 계속 그것을 먹어야 한다는 생각을 계속 하게 된다.	1	• 음식에 대해 생각하는데 많은 시간을 보냅니까?	A	27. 먹고 싶은 음식을 계속 생각하게 된다.
			• 나는 하루 종일 먹을 것에 대해 생각하는 것 같다.	E	
			• 나는 아무리 애를 써도 먹는 것에 대한 생각을 계속하게 된다.	E	
			• 나는 항상 음식에 대해 생각한다.	H	
			• 나는 많은 시간 동안 다음에는 또 무엇을 먹을까 생각한다.	E	
	46. 당기는 음식을 먹지 못하면 화가 나거나 스트레스를 받는다.	1	• 일단 어떤 음식이 당기면, 그 생각을 하느라 지치게 된다.	E	
• 음식이 당길 때면, 나는 한결같			E		

				이 어떻게 그 음식을 먹을 수 있을까 궁리하게 된다.		
4. 섭식을 촉발하는 외부요인	음식 방송	47. TV에서 맛있게 먹는 모습을 보면 먹고 싶어져서 먹게 된다.	3			28. 음식 관련 방송을 보면 먹고 싶어진다.
		48. TV에서 음식을 만드는 장면이 나오면 따라 만들어 먹게 된다.	2			
		49. TV에서 음식 광고가 나오면 먹고 싶어져서 먹게 된다.	1	• 음식 광고는 내가 먹고 싶게 만든다는 것을 알고 있다.	F	
	음식점 또는 음식점 판매점	50. 식당 음식은 양이 많아서 많이 먹게 된다.	3	• 나는 식당에서 내가 제공받은 음식의 양이 많다는 것을 말할 수 있다.	F	29. 식당 음식의 양이 많아서 많이 먹게 된다.
		51. 주문한 음식과 함께 제공되는 반찬까지 먹게 된다.	1			
		52. 뷔페 먹으러 가면, 선택이 자유롭기 때문에 많이 먹게 된다.	4	• 뷔페에 가게 되면, 필요 이상으로 많이 먹는다.	E	30. 뷔페에 가면 많이 먹게 된다.
				• 모든 것을 먹을 수 있는 뷔페에 갔을 때, 나는 과식하는 경향이 있다.	F	
	53. 외식이나 회식을 하면 많이 먹게 된다.	10			31. 외식을 하면 많이 먹게 된다.	
	54. 평소에 먹기 어려운 맛있는	2				

	식당에 가면 많이 시켜 먹는다.				
	55. 영화를 볼 때 배불러도 팝콘을 먹으면서 본다.	1	<ul style="list-style-type: none"> • 영화관에 들어가면, 내가 사탕이나 팝콘을 먹고 싶어지게 만든다는 것을 알아차린다. 	F	32. 배고프지 않아도 영화관에 가면 팝콘을 먹게 된다.
	56. 음식을 저렴하게 판매하면 대량구매하여 쌓아두고 먹게 된다. (예: 1+1)	3	<ul style="list-style-type: none"> • 훨씬 더 비싸지 않으면, 나는 배고픈 느낌에 관계없이 더 큰 사이즈의 음식이나 음료를 시킨다. 	F	33. 저렴하게 판매하면 사먹게 된다.
			<ul style="list-style-type: none"> • 유혹하는 음식을 쌓아두는 빈도는? 	G	
음식 자체의 자극	57. 간식을 먹다보면 음료수도 함께 마시게 된다.	2			34. 음식을 먹을 때 다른 음식도 함께 먹게 된다.
	58. 맵고 짠 음식을 먹을 때, 배가 불러도 맵지 않은 음식을 함께 곁들여 먹는다.	2			
	59. 요리를 하면서 먹게 된다.	1	<ul style="list-style-type: none"> • 식사 준비를 하면서 음식을 먹게 됩니까? 	C	35. 요리를 하면서 먹게 된다.
	60. 눈 앞에 먹을 것이 보이면 먹게 된다.	8			36. 주변에 먹을 것이 보이면 먹게 된다.
	61. 주변에 먹을 것이 있으면 먹게 된다.	7	<ul style="list-style-type: none"> • 나는 주변에 사탕 접시가 있기 때문에 먹는 것이라고 느낀다. • 집 주변에 아이스크림, 쿠키, 과자가 있으면, 먹지 않는 데 어 	F F	

			려움이 있다. • 배가 불러도 후식이 있으면 꼭 먹습니까	B	
	62. 예쁘게 잘 차려진 음식 사진을 보면 먹고 싶어진다.	1			
	63. 옆 사람이 맛있게 먹는 것을 보면 따라 먹게 된다.	2	• 남들이 먹는 것을 보면 당신도 먹고 싶어집니까?	C	37. 옆 사람이 먹고 있는 모습을 보면 먹게 된다.
• 옆에 있는 사람이 먹고 있으면 또 배가 고파집니까			B		
• 누군가 먹고 있으면 나는 종종 배가 고파진다.			H		
• 남들이 먹는 것을 보면 평소보다 많이 먹습니까?			C		
	64. 결혼식, 제사 등 각종 행사에 가면 음식을 많이 먹게 된다.	3	• 파티에서 좋은 음식이 있다면, 배가 불러도 계속 먹을 것이다.	F	38. 각종 행사에서 준비된 맛있는 음식을 보면 많이 먹게 된다.
• 좋은 음식이 많이 있는 파티는 내가 먹어야 하는 것보다 더 많이 먹게 한다는 것을 알고 있다.			F		
• 매우 맛있는 것을 보게 되면, 배가 고파져서 바로 먹어야 한다.			G		
	65. 판매하는 음식을 보면 사먹	2	• 제과점 앞을 지나가면 무엇인가	C	39. 지나가다가 판매하는 음식을

			맛있는 것을 사고 싶어집니까? • 스낵코너나 카페를 지날 때 무엇인가 맛있는 것을 사고 싶어 집니까?	C	보면 사먹게 된다.
	66. 지나가다가 맛있는 냄새를 맡으면 사먹게 된다.	2	• 맛있는 음식을 보거나 맛있는 냄새를 맡으면 먹고 싶어 집니까? • 맛있어 보이는 음식을 보거나 냄새를 맡으면, 나는 먹는 것을 참기 어렵다. -방금 식사를 끝낸 상태일지라도 • 내가 좋아하는 음식을 보거나 냄새를 맡으면, 먹고 싶게 만든다. • 맛있는 냄새가 나고 먹음직스럽게 보이면 평소보다 더 먹습니까? • 좋아하는 음식냄새가 나면(고기나 생선굽는 냄새) 배가 안고파도 또 먹으려 합니까	C G H C B	40. 맛있는 냄새를 맡으면 먹게 된다.
	67. 음식이 맛있어서 많이 먹게 된다.	6	• 맛있는 음식이 있으면 배가 안고파도 많이 먹습니까 • 음식 맛이 좋으면 평소보다 더	B C	41. 음식이 맛있으면 많이 먹게 된다.

				먹습니까?				
5. 대인관계에서 오는 섭식	가족 / 친구 / 동료 / 사람과의 만남	68. 가족 모임을 하면 많이 먹는다.	5			42. 가족 모임을 위해 먹게 된다.		
		69. 대가족이 함께 살아서 나눠 먹을 기회가 많다.	1					
		70. 가족에게 음식을 챙겨주면서 먹게 된다.	2			43. 누군가에게 음식을 챙겨주면서 먹게 된다.		
		71. 가족과 대화를 하기 위해 함께 먹게 된다.	1			44. 누군가와 대화를 하면서 먹게 된다.		
		72. 동료와 대화를 하면서 먹게 된다.	2					
		73. 사람들과 대화를 하다보면 음식을 계속 먹게 된다.	2					
		74. 친구(동료 또는 누군가)와 먹으러 가면 원래 식사량보다 많이 먹게 된다.	4			45. 누군가와 함께 먹으면 많이 먹게 된다.		
		75. 사람들과 만나게 되면, 많이 먹게 된다.	8					
		76. 모임을 하면 밥을 먹고 디저트도 먹으러 간다.	1					
		77. 음식을 좋아하는 사람이 옆에 있으면 함께 먹게 된다.	2	• 옆 사람이 과식을 하면 당신도 많이 먹습니까	B			
• 과식하는 사람과 같이 먹게 되	E							

			면, 나도 과식하게 된다.		
	78. 직장 동료들과 함께 먹어야 하는 분위기여서 먹는다.	1			46. 사람들과 어울리기 위해 먹는다.
	79. 사람들과 어울리기 위해 먹는다.	1			
	80. 눈치를 보고 분위기를 맞추기 위해 먹게 된다.	2			47. 먹고 싶지 않아도 분위기를 맞추기 위해 먹는다.
	81. 모임에서 혼자 안 먹을 수도 없고, 안 먹겠다는 표현하기 어려워서 먹게 된다.	4			
	82. 사람들과 함께 먹을 때 먹지 않으면 까다로워 보일까봐 조금이라도 먹게 된다.	2	• 내가 음식을 많이 먹으면 다른 사람들이 좋아하는 것 같다	D	
	83. 배가 불러도 상대방이 섭섭해할까봐 미안해서 예의상 먹게 된다.	4			48. 배가 불러도 예의상 먹게 된다.
	84. 주변에서 먹으라고 유혹하거나, 먹지 않으면 집요하게 물어보거나 구박을 해서 먹는다.	2	• 다른 사람들이 나에게 음식을 먹도록 강요하는 것 같이 느껴진다	D	49. 먹지 않으면 다른 사람들이 집요하게 물어보기 때문에 먹게 된다.
	85. 손님을 접대해야 할 경우 음식을 먹게 된다.	2			50. 손님을 접대하기 위해 먹는다.
	86. 사람들 간의 갈등이 있으면 많이 먹게 된다.	2			51. 사람들 간의 갈등이 있으면 많이 먹게 된다.

6. 일을 위한 섭식	일에 대한 보상	87. 일이 많거나 힘들면 먹는다.	3			52. 업무 중 휴식시간에 먹는다.	
		88. 일하는 동안 휴식시간에 먹게 된다.	2				
		89. 주말 또는 휴일에는 시간 여유가 있어 많이 먹게 된다.	5			53. 평일보다는 주말에 많이 먹게 된다.	
	업무 수행을 위한 준비		90. 일의 집중력을 위해 먹는다.	2			54. 업무의 능률을 위해 먹는다.
			91. 일하기 때문에 어쩔 수 없이 먹는 것이라고 생각하면서 먹는다.	1			
			92. 일을 하게 되면 나중에 배가 고플까봐 미리 배부르게 챙겨 먹게 된다.	1			
		93. 간단한 간식을 옆에 두고 먹으면서 일을 한다.	3				
7. 습관적 섭식	이유 없는 습관	94. 끼니를 굶지 않고 습관적으로 식사를 한다. -속을 비우지 않기 위해 조금이라도 꼭 먹는다	3			55. 식사시간이 되면 꼭 식사를 한다.	
		95. 배가 곱지 않아도 식사시간이기 때문에 밥을 먹는다.	2	• 배가 안고파도 식사시간이 되면 식사를 합니까	B		
				• 간식을 먹어도 식사시간이 되	B		

			면 꼭 식사를 합니까			
		96. 습관적으로 특정음식(커피)을 먹는다.	3	• 배가 고플 것이 아니라 습관 때 문이나 할 일이 없어서 먹고 싶 다는 생각이 듭니까	B	56. 습관적으로 특정음식을 먹는다.
		97. TV나 영화를 보면서 생각 없이 먹게 된다.	3			57. 영화나 TV를 보면서 생각 없이 먹게 된다.
		98. 빨리 먹어서 배부름을 못느껴 더 많이 먹게 된다.	1	• 나는 빨리 먹어서 내가 먹는 것을 맛을 느끼지 못한다.	F	58. 다른 사람들보다 음식을 빨리 먹는 편이다.
		99. 습관이 되어서 음식을 빨리 먹는 편이다.	1	• 다른 사람들과 식사를 할 때 먼저 식사를 마치는 편입니까	B, H	
		100. 다른 사람들보다 천천히 먹는다.	1	• 나는 천천히 먹는다.	H	59. 다른 사람들보다 음식을 천천히 먹는 편이다.
				• 나는 식사를 하는 동안 점점 더 천천히 먹는다.	H	
				• 식사시간이 다른 사람보다 더 길다	D	
				• 나는 종종 식사를 마지막에 마친다.	H	
8 .	식이 제한	101. 과식하면 속이 불편하기 때문에 의식적으로 절제한다.	1			60. 과식하면 속이 불편하기 때문에 적게 먹는다.
		102. 많이 먹으면, 다음날 한 끼 정도는 굶거나 식사량을 줄이려고 한다.	2	• 전날 너무 많이 먹은 경우 다음 날에는 평소보다 적게 먹습니까?	C	61. 많이 먹은 경우, 다음날에는 일부러 적게 먹는다.

제			<ul style="list-style-type: none"> • 다이어트 중에 고칼로리 음식을 먹었다면 그것을 만회하기 위해 한동안 덜 먹습니까 	B	
	103. 평소에 먹는 것 보다 적게 먹으려고 노력한다.	3	<ul style="list-style-type: none"> • 원하는 것보다 의식적으로 덜 먹으려 합니까? 	B	62. 평소보다 적게 먹거나, 먹지 않으려고 노력한다.
			<ul style="list-style-type: none"> • 식사 때 먹고 싶은 양 보다 적게 먹으려고 노력 합니까? 	C, G	
			<ul style="list-style-type: none"> • 입이 심심해도 먹지 않고 참습니까 	B	
			<ul style="list-style-type: none"> • 배가 고파도 식사를 하지 않는다 	D	
	104. 먹지 않기 위해 주변에 음식을 멀리 두거나 두지 않는다.	4	<ul style="list-style-type: none"> • 살찌는 음식(초콜렛이나 사탕 등)을 안먹으려고 눈에 안띄는 곳에 둥습니까? 	B	63. 먹지 않기 위해 주변에 음식을 두지 않는다.
	105. 배가 부르면 그만 먹는다.	1	<ul style="list-style-type: none"> • 식당음식의 양이 많을 때, 나는 배부르면 그만 먹는다. 	F	64. 음식이 맛있어도 배가 부르면 그만 먹는다.
	106. 맛있는 음식이 남았더라도 배부르면 먹지 않는다.	1	<ul style="list-style-type: none"> • 내가 좋아하는 것을 먹더라도 배부르면 그만 먹는다. 	F	
	107. 입맛에 맞지 않으면 먹지 않는다.	1			65. 배가 고프더라도, 입맛에 맞지 않으면 먹지 않는다.
			<ul style="list-style-type: none"> • 나는 새로운 음식은 거부한다. 	H	
		<ul style="list-style-type: none"> • 나는 종종 맛을 보기 전에는 내가 음식을 좋아하지 않는다고 	H		

			결심한다.		
통 제 상 실	108. 혼자 있을 때 많이 먹게 된다.	2	<ul style="list-style-type: none"> • 다른 사람 앞에서는 적당히 먹고 혼자 먹을 때는 마음껏 먹습니까? • 다른 사람들 앞에서는 적당히 먹는데 아무도 없으면 배가 부르도록 먹습니까 	A B	66. 다른 사람들과 있을 때 보다 혼자 있을 때 많이 먹는다.
			<ul style="list-style-type: none"> • 나는 항상 배가 고파서, 내 접시의 음식을 다 먹기 전에는 먹는 것을 멈추기 어렵다. 	G	67. 좋아하는 음식을 먹기 시작하면 멈추기 어렵다.
			<ul style="list-style-type: none"> • 일단 한번 음식을 먹기 시작하면, 멈추기가 어렵다. 	G	
	109. 당기는 음식을 먹었을 때 배가 불러도 다 먹어야 직성이 풀린다.	1	<ul style="list-style-type: none"> • 어떤 음식이 당길 때, 그 음식을 먹게 되면 나는 제어하지 못할 것이다. 	E	
	110. 당기는 음식을 먹을 때 (맛있으면) 계속 먹게 된다.	2	<ul style="list-style-type: none"> • 먹고 싶은 음식을 일단 먹기 시작하면, 끝까지 계속 먹는다. 	C, E	
	111. 좋아하는 음식을 먹기 시작하면 많이 먹는다.	4	<ul style="list-style-type: none"> • 먹고 싶은 음식을 먹게 되면, 나는 절제하지 못하고 너무 많이 먹게 된다. 	E	
	112. 좋아하는 음식이 옆에 있으면 배가 불러도 먹는다.	1	<ul style="list-style-type: none"> • 억제할 수 없이 폭식을 한 적이 있다. 	D	
	113. 간식은 포만감이 덜 느껴	2	<ul style="list-style-type: none"> • 내가 좋아하는 음식을 먹을 때, 	F	

	져서, 얼마나 먹었는지 몰라서 많이 먹게 된다.		나는 충분히 먹은 것을 인지하지 못한다.		
	114. 밥을 먹은 이후에도 다른 음식을 또 먹게 된다.	3	• 배가 고프지도 않은 데 먹는 적이 있습니까?	B, G	68. 배가 고프지 않아도 먹게 된다.
	115. 의지력이 부족하여 먹고 싶은 유혹을 참을 수 없어서 먹게 된다.	3	• 맛있는 음식을 먹지 않고 참을 수 있습니까?	C	69. 먹고 싶은 욕구를 참을 수 없어서 먹게 된다.
	116. 체중을 되돌리려고 애를 쓰지만 행동은 반대로 한다.	1	• 먹고 싶은 것을 참으려고 하지만 행동은 그렇지 않을 때가 많습니까	B	
	117. 자제해야 한다는 생각을 하지 않고 먹으면 많이 먹게 된다.	2	• 먹을 것을 보면 참아야지 하면서도 다시 먹게 됩니까	B	
	118. 다이어트에 대한 압박감으로 오히려 음식을 절제를 하기 어렵다.	1			70. 먹지 않으려는 압박감으로 오히려 나중에 많이 먹게 된다.
	119. 안 먹으려고 스트레스를 받으면, 나중에 한꺼번에 많이 먹게 된다.	1			
	120. 조금만 먹거나 끼니를 거르면 나중에 많이 먹게 된다.	6			71. 조금만 먹거나 끼니를 거르면 나중에 많이 먹게 된다.
	121. 스트레스를 받으면서까지 제한하기 싫어서, 먹고 싶은 음식	8	• 당신은 아무때나 아무거나 자주 먹습니까	B	72. 먹고 싶은 음식은 대체적으로 먹는 편이다.

체 중 증 가 에 대 한 염 려	식은 대체적으로 먹는 편이다.		<ul style="list-style-type: none"> • 먹고 싶을 때는 아무 때나 아무거나 다 먹는다. • 먹고 싶을 때는 대개 아무거나 먹는 편이다. 	B	
	122. 매일 먹고 싶지만 참았다가 꼭 먹고 싶을 때만 먹는다. -도저히 참기 어려울 때 한 번만 먹는다	3	<ul style="list-style-type: none"> • 먹고 싶을 때는 안먹으려 노력하지만 가끔 먹는다. 	B	73. 먹고 싶은 음식은 참았다가 꼭 먹고 싶을 때만 먹는다.
	123. 마음만 먹으면 살을 뺄 수 있을 것 이라는 마음가짐에 먹게 된다.	1	<ul style="list-style-type: none"> • 음식에 대한 자신의 조절 능력을 과시한다 	D	74. 체중을 쉽게 감량할 수 있을 것이라는 자신감에 많이 먹는다.
	124. 다음날 굶으면 빠지겠지 라는 생각에 많이 먹는다.	1			
	125. 체중이 늘어서 적게 먹는다.	1	<ul style="list-style-type: none"> • 체중이 늘 때에는 평소보다 적게 먹습니까? 	C	75. 체중 조절을 위해 식사를 제한한다.
	126. 체중조절을 위해 다이어트약을 먹는다.	1	<ul style="list-style-type: none"> • 체중 조절을 위해 작은 도움을 선택한다. 	G	
	127. 365일 다이어트를 한다.	1	<ul style="list-style-type: none"> • 몸무게를 조절하기 위해 자주 다이어트를 합니까 	B	
	128. 체중조절을 위해 식사를 줄이거나 과식하지 않으려고 노력한다.	3	<ul style="list-style-type: none"> • 몸무게가 더 늘지 않기 위해 의식적으로 식사를 제한합니까 	B	
		<ul style="list-style-type: none"> • 체중증가를 피하기 위해 의식적 	G		

			으로 식사를 제한한다.		
			• 먹고 싶어도 체중을 줄이기 위해 참는다.	B	
			• 체중증가가 염려되어 원하는 음식이나 음료를 거절할 때가 있습니까?	C	
			• 나를 살 찌우게 만들기 때문에 음식을 먹지 않는다.	G	
			• 살이 찌지 않기 위해 일부러 적게 먹습니까?	C	
			• 식사할 때 살이 찌까봐 배가 부르지 않은 상태에서 그만 먹습니까?	B	
	129. 체중 조절을 위해 간식을 줄이거나, 먹지 않으려고 노력한다.	6	• 체중 때문에 간식을 먹지 않으려고 노력한 적이 많습니까?	C	
	130. 체중조절을 위해 저녁을 일찍 먹거나, 밤에 먹지 않으려고 노력한다.	7	• 체중 때문에 저녁식사 후에는 아무 것도 먹지 않으려고 노력한 적이 많습니까?	C	
	131. 날씬한 사람이 예뻐보여서 살을 빼고 싶다.	1	• 자신이 좀 더 날씬해져야겠다는 생각을 떨쳐 버릴 수 없다	D	
			• 내가 살이 찼다는 생각을 떨쳐 버릴 수 없다	D	76. 체중 조절을 위해 저녁식사 이후에는 먹지 않는다.

섭취 열량의 고려			<ul style="list-style-type: none"> • 살 찌는 것이 두렵다 	D	삭제
			<ul style="list-style-type: none"> • 남들이 내가 너무 말랐다고 생각한다 	D	
	132. 식품을 구매하거나 먹기 전에는 칼로리를 확인한다.	2	<ul style="list-style-type: none"> • 먹을 것을 살 때나 식사 시 열량에 대해 생각합니까 	B	77. 음식의 칼로리를 확인하고 먹는다.
			<ul style="list-style-type: none"> • 자신이 먹고 있는 음식의 영양분과 열량을 알고 먹는다 	D	
			<ul style="list-style-type: none"> • 먹고 있는 음식에 대해 신경을 많이 쓰는 편입니까? 	A	
	133. 살이 찌는 음식(기름기 많은 음식, 술)은 먹지 않으려고 노력한다.	4	<ul style="list-style-type: none"> • 살이 찌는 음식을 가급적 안 먹으려 합니까 	B	78. 체중 조절을 위해 식품을 고려하여 먹는다.
	134. 체중 조절을 위해 건강한 음식(과일, 야채, 견과류 등)을 먹는다.	7	<ul style="list-style-type: none"> • 의도적으로 살이 덜 찌는 음식을 먹습니까? 	C	
	135. 체중 조절을 위해 다이어트용 도시락이나 대용식을 먹는다.	4	<ul style="list-style-type: none"> • 체중조절을 위해 다이어트용 음식을 먹는다 	D	
136. 짠 음식이나 국물을 적게 먹으려고 노력한다.	4				

	137. 단 음식을 먹고 싶지만 참는다.	1	• 설탕이 든 음식은 피한다	D	
	138. 밥이나 빵, 면 등의 탄수화물 섭취량을 줄이거나, 끊는다.	10	• 빵이나 감자같은 탄수화물이 많은 음식은 특히 피한다.	D	
			• 체중을 고려해서 먹는 음식을 선택합니까?	C	
			• 내가 먹는 음식에 미묘한 맛이 있을 때 알아차린다.	F	삭제
			• 내가 먹기 전에, 내 음식의 색깔과 맛을 알아차리기 위해 잠시 시간을 갖는다.	F	삭제
			• 나는 음식과 음료수가 너무 달았을 때를 알아차린다.	F	삭제
			• 내 접시 위에 놓인 음식 모양에 감사한다.	F	삭제

* A; Herman & Mack, 1975, B; Stunkard & Messick, 1985. C; Van Strien et al, 1986, D; 이민규 등, 1998, E; Nijs et al, 2007, F; Framson 등, 2009, G; Ismail 등, 2015, H; Hunot 등, 2016

연구과제명 : 성인의 섭식성향 측정도구 개발 및 평가

안녕하십니까? 저는 제주대학교 일반대학원 석사과정에서 간호학을 전공하는 학생입니다.

개인의 식생활과 생활환경이 변화함에 따라 비만 유병률이 꾸준히 증가하고 있으며, 전 세계적으로 비만을 중요한 건강문제로 인식하고 있습니다. 섭식성향이란, 개인이 어떤 특정한 상황에서 식품을 섭취하는 여러 가지 잠재적인 성질을 의미하며, 특히 비만과 밀접한 관련성이 있습니다.

다음은 본 연구자가 성인의 섭식성향을 포괄적으로 측정할 수 있는 도구를 개발하고자 작성된 문항입니다. 각각의 문항이 성인의 섭식성향을 측정하기에 타당한 내용인지, 또는 중복된 내용이거나 누락된 내용이 있는지 내용 타당성을 평가해 주시기 바랍니다.

귀하의 의견은 본 연구에 중요한 자료로 사용될 것이며, 응답하신 모든 내용은 무기명으로 처리되므로 비밀이 보장되며, 연구 이외에 목적으로는 사용되지 않을 것입니다.

바쁘신 가운데 귀중한 시간을 내시어 평가에 참여해 주신 것에 진심으로 감사드립니다.

좋은 의견 부탁드립니다.

제주대학교 일반대학원 간호학과
김 영 원 올림
kyws2@naver.com

- 다음은 성인의 **섭식성향**을 측정하기 위한 문항입니다. 각 문항을 읽고 성인의 섭식성향을 측정하는데 타당한 문항이라고 생각하는 정도에 **√ 표시**해 주시기 바랍니다.

1차 예비문항	① 전혀 타당하지 않다	② 타당하지 않다	③ 타당하다	④ 매우 타당하다	수정 의견
1. 화가 나면 더 먹는다.					
2. 화가 나면 덜 먹는다.					
3. 스트레스를 받으면 먹는다.					
4. 뜻대로 일이 잘 풀리지 않으면 먹는다.					
5. 기분이 좋을 때 더 먹는다.					
6. 기분이 상할 때 더 먹는다.					
7. 기분이 상할 때 덜 먹는다.					
8. 불안하거나 걱정될 때 더 먹는다.					
9. 불안하거나 걱정될 때 덜 먹는다.					
10. 심심하거나 지루할 때 먹는다.					
11. 마음이 허하거나 외로울 때 먹는다.					
12. 우울할 때 더 먹는다.					
13. 우울할 때 덜 먹는다.					
14. 슬플 때 먹는다.					
15. 기분전환을 위해 먹는다.					
16. 마음을 편안하게 하기위해 먹는다.					
17. 배고프면 먹는다.					
18. 먹어도 채워지지 않는 느낌이 든다.					
19. 몸이 피곤할 때 먹는다.					
20. 졸음을 깨기 위해 먹는다.					
21. 남은 음식이 아까워서 먹는다.					
22. 외식을 하면 가격 생각에 많이 먹는다.					
23. 건강을 위해 먹는다.					

1차 예비문항	① 전혀 타당하지 않다	② 타당하지 않다	③ 타당하다	④ 매우 타당하다	수정 의견
24. 먹는 것을 즐기는 편이다.					
25. 새롭고 다양한 종류의 음식을 맛 보는 것을 즐긴다.					
26. 항상 음식에 집착한다.					
27. 먹고 싶은 음식을 계속 생각하게 된다.					
28. 음식 관련 방송을 보면 먹고 싶어진다.					
29. 식당 음식의 양이 많아서 많이 먹게 된다.					
30. 뷔페에 가면 많이 먹게 된다.					
31. 외식을 하면 많이 먹게 된다.					
32. 배고프지 않아도 영화관에 가면 팝콘을 먹게 된다.					
33. 저렴하게 판매하면 사먹게 된다.					
34. 음식을 먹을 때 다른 음식도 함께 먹게 된다.					
35. 요리를 하면서 먹게 된다.					
36. 주변에 먹을 것이 보이면 먹게 된다.					
37. 옆 사람이 먹고 있는 모습을 보면 먹게 된다.					
38. 각종 행사에서 준비된 맛있는 음식을 보면 많이 먹게 된다.					
39. 지나가다가 판매하는 음식을 보면 사먹게 된다.					
40. 맛있는 냄새를 맡으면 먹게 된다.					
41. 음식이 맛있으면 많이 먹게 된다.					
42. 가족 모임을 위해 먹게 된다.					
43. 누군가에게 음식을 챙겨주면서 먹게 된다.					
44. 누군가와 대화를 하면서 먹게 된다.					

1차 예비문항	① 전혀 타당하지 않다	② 타당하지 않다	③ 타당하다	④ 매우 타당하다	수정 의견
45. 누군가와 함께 먹으면 많이 먹게 된다.					
46. 사람들과 어울리기 위해 먹는다.					
47. 먹고 싶지 않아도 분위기를 맞추기 위해 먹는다.					
48. 배가 불러도 예의상 먹게 된다.					
49. 먹지 않으면 다른 사람들이 집요하게 물어보기 때문에 먹게 된다.					
50. 손님을 접대하기 위해 먹는다.					
51. 사람들 간의 갈등이 있으면 많이 먹게 된다.					
52. 업무 중 휴식시간에 먹는다.					
53. 평일보다는 주말에 많이 먹게 된다.					
54. 업무의 능률을 위해 먹는다.					
55. 식사시간이 되면 꼭 식사를 한다.					
56. 습관적으로 특정음식을 먹는다.					
57. 영화나 TV를 보면서 생각 없이 먹게 된다.					
58. 다른 사람들보다 음식을 빨리 먹는 편이다.					
59. 다른 사람들보다 음식을 천천히 먹는 편이다.					
60. 과식하면 속이 불편하기 때문에 적게 먹는다.					
61. 많이 먹은 경우, 다음날에는 일부러 적게 먹는다.					
62. 평소보다 적게 먹거나 먹지 않으려고 노력한다.					
63. 먹지 않기 위해 주변에 음식을 두지 않는다.					
64. 음식이 맛있어도 배가 부르면 그만 먹는다.					

1차 예비문항	① 전혀 타당하지 않다	② 타당하지 않다	③ 타당하다	④ 매우 타당하다	수정 의견
65. 배가 고프더라도, 입맛에 맞지 않으면 먹지 않는다.					
66. 다른 사람들과 있을 때 보다 혼자 있을 때 많이 먹는다.					
67. 좋아하는 음식을 먹기 시작하면 멈추기 어렵다.					
68. 배가 고프지 않아도 먹게 된다.					
69. 먹고 싶은 욕구를 참을 수 없어서 먹게 된다.					
70. 먹지 않으려는 압박감으로 오히려 나중에 많이 먹게 된다.					
71. 조금만 먹거나 끼니를 거르면 나중에 많이 먹게 된다.					
72. 먹고 싶은 음식은 대체적으로 먹는 편이다.					
73. 먹고 싶은 음식은 참았다가 꼭 먹고 싶을 때만 먹는다.					
74. 체중을 쉽게 감량할 수 있을 것이라는 자신감에 많이 먹는다.					
75. 체중 조절을 위해 식사를 제한한다.					
76. 체중 조절을 위해 저녁식사 이후에는 먹지 않는다.					
77. 음식의 칼로리를 확인하고 먹는다.					
78. 체중 조절을 위해 식품을 고려하여 먹는다.					

- 기타 추가되어야 할 문항이나 조언이 있으시면 자유롭게 적어주시기 바랍니다.

연구과제명 : 성인의 섭식성향 측정도구 개발 및 평가

안녕하십니까? 저는 제주대학교 일반대학원 석사과정에서 간호학을 전공하는 학생입니다.

다음은 본 연구자가 성인의 섭식성향을 포괄적으로 측정할 수 있는 도구를 개발하고자 작성된 문항입니다. 13명의 전문가들에게 1차 내용타당도 평가를 받았으며, 결과를 토대로 문항을 수정하여 다시 정리하였습니다. 각각의 문항이 성인의 섭식성향을 측정하기에 타당한 내용인지, 또는 중복된 내용이거나 누락된 내용이 있는지 타당성을 평가해 주시기 바랍니다.

귀하의 의견은 본 연구에 중요한 자료로 사용될 것이며, 응답하신 모든 내용은 무기명으로 처리되므로 비밀이 보장되며, 연구 이외에 목적으로는 사용되지 않을 것입니다.

바쁘신 가운데 귀중한 시간을 내시어 평가에 참여해 주신 것에 진심으로 감사드립니다.

좋은 의견 부탁드립니다.

제주대학교 일반대학원 간호학과
김 영 원 올림
kyws2@naver.com

- 다음은 성인의 **섭식성향**을 측정하기 위한 문항입니다. 각 문항을 읽고 **성인의 섭식성향**을 측정하는데 타당한 문항이라고 생각하는 정도에 **√ 표시**해 주시기 바랍니다.

2차 예비문항	① 전혀 타당하지 않다	② 타당하지 않다	③ 타당하다	④ 매우 타당하다	수정 의견
1. 화가 날 때 평소보다 더 먹는다.					
2. 화가 날 때 평소보다 덜 먹는다.					
3. 스트레스를 받았을 때 평소보다 더 먹는다.					
4. 스트레스를 받았을 때 평소보다 덜 먹는다.					
5. 기분이 좋을 때 무엇인가를 먹는다.					
6. 기분이 언짢을 때 무엇인가를 먹는다.					
7. 불안하거나 걱정거리가 있을 때 평소보다 더 먹는다.					
8. 불안하거나 걱정거리가 있을 때 평소보다 덜 먹는다.					
9. 심심하거나 한가할 때 무엇인가를 먹는다.					
10. 마음이 허하거나 외로울 때 무엇인가를 먹는다.					
11. 우울할 때 평소보다 더 먹는다.					
12. 우울할 때 평소보다 덜 먹는다.					
13. 기분전환이 필요할 때 무엇인가를 먹는다.					
14. 배고플 때 무엇인가를 꼭 먹는다.					
15. 밤늦게 배고프면 야식을 먹는다.					
16. 몸이 피곤할 때 무엇인가를 먹는다.					
17. 졸음을 깨기 위해 무엇인가를 먹는다.					
18. 남은 음식을 버리기 아까워서 먹는다.					
19. 건강에 좋은 음식이라는 생각에 먹는다.					

2차 예비문항	① 전혀 타당하지 않다	② 타당하지 않다	③ 타당하다	④ 매우 타당하다	수정 의견
20. 먹는 것 자체가 즐거워서 먹는다.					
21. 새롭고 다양한 음식 맛 보는 것을 좋아해서 먹는다.					
22. 먹고 싶은 음식은 무슨 수를 쓰더라도 반드시 먹는다.					
23. 음식 관련 방송을 볼 때, 따라 먹고 싶어져서 먹는다.					
24. 뷔페에 가게 될 경우, 평소보다 많이 먹는 편이다.					
25. 외식을 할 때 평소보다 많이 먹는다.					
26. 영화관에 가게 될 경우, 배고프지 않아도 팝콘을 사먹는 편이다.					
27. 음식을 저렴하게 판매하면 배고프지 않아도 사먹는다.					
28. 요리를 하게 될 경우, 요리를 하면서 먹는 편이다.					
29. 배고프지 않아도 먹을 것이 눈 앞에 보이면 먹는다.					
30. 음식의 모양과 색상이 예쁘면 먹는다.					
31. 주변에 있는 사람이 먹으면 따라 먹는다.					
32. 각종 행사에서 제공하는 음식을 평소보다 많이 먹는다.					
33. 식품판매점을 지나갈 때 먹고 싶어져서 사먹는다.					
34. 배고프지 않아도 맛있는 냄새를 맡으면 먹게 된다.					
35. 배고프지 않아도 음식이 맛있으면 많이 먹게 된다.					
36. 다른 사람과 같이 먹을 때 평소보다 많이 먹는다.					
37. 배고프지 않아도 사람들과 어울리기 위해 먹는다.					

2차 예비문항	① 전혀 타당하지 않다	② 타당하지 않다	③ 타당하다	④ 매우 타당하다	수정 의견
38. 배고프지 않아도 분위기를 맞추기 위해 먹는다.					
39. 배가 불러도 예의상 먹는다.					
40. 평일보다는 주말에 많이 먹는다.					
41. 배고프지 않아도 식사시간에는 반드시 식사를 한다.					
42. 습관적으로 사탕, 초콜렛, 커피 등의 간식을 먹는다.					
43. 영화나 TV를 보면서 생각 없이 음식을 먹는다.					
44. 다른 사람들보다 음식을 빨리 먹는다.					
45. 다른 사람들보다 음식을 천천히 먹는다.					
46. 많이 먹게 되면, 다음날에 일부러 적게 먹는다.					
47. 먹지 않기 위해 주변에 음식을 두지 않는다.					
48. 음식이 맛있어도 배가 부르면 그만 먹는다.					
49. 배가 고프더라도, 입맛에 맞지 않으면 그만 먹는다.					
50. 특정음식에 대한 안 좋은 기억이 있으면 먹지 않는다.					
51. 새로 접하는 음식은 먹지 않는다.					
52. 다른 사람들과 있을 때보다 혼자 있을 때 많이 먹는다.					
53. 좋아하는 음식을 먹을 때 폭식한다.					
54. 먹고 싶은 욕구를 참을 수 없어서 먹게 된다.					
55. 조금만 먹거나 끼니를 거르면 나중에 많이 먹는다.					

2차 예비문항	① 전혀 타당하지 않다	② 타당하지 않다	③ 타당하다	④ 매우 타당하다	수정 의견
56. 먹고 싶을 때는 대체적으로 먹는다.					
57. 체중관리를 위해 일부러 적게 먹거나 먹지 않는다.					
58. 체중관리를 위해 저녁식사 이후에는 먹지 않는다.					
59. 체중관리를 위해 음식의 열량을 고려하여 먹는다.					
60. 체중관리를 위해 식품의 종류를 고려하여 먹는다.					

- 기타 추가되어야 할 문항이나 조언이 있으시면 자유롭게 적어주시기 바랍니다.

부록 5. 예비조사 설문지

안녕하십니까?

저는 제주대학교 일반대학원 석사과정에서 간호학을 전공하는 학생입니다.

다음은 본 연구자가 성인의 섭식성향을 포괄적으로 측정할 수 있는 도구를 개발하고자 작성된 문항입니다. 본 조사는 설문지 응답 소요시간, 문항의 이해 정도, 글자의 크기 등이 적절한지의 여부와 수정되어야 할 부분에 대한 귀하의 의견을 기입해주시면 됩니다.

귀하의 의견은 본 연구에 중요한 자료로 사용될 것이며, 응답하신 모든 내용은 무기명으로 처리되므로 비밀이 보장되며, 연구 이외에 목적으로는 사용되지 않을 것입니다.

귀한 시간 내시어 연구에 참여해 주셔서 감사드립니다. 가능한 한 문항도 빠짐없이 성의 있고 솔직한 답변 부탁드립니다.

제주대학교 일반대학원 간호학과
김영원
kyws2@naver.com

■ 1~5번까지의 질문은 설문을 끝내고, 마지막에 답해주시기 바랍니다.

1. 설문지를 작성하는데 시간이 얼마나 걸렸습니까? ()분

2. 전반적으로 문항에 대한 이해 정도는 어떠하십니까?

① 매우 어렵다 ② 어렵다 ③ 보통이다 ④ 쉽다 ⑤ 매우 쉽다

3. 글자의 크기는 적절합니까?

① 전혀 그렇지 않다 ② 그렇지 않다 ③ 보통이다 ④ 그렇다 ⑤ 매우 그렇다

4. 각 문항의 길이는 적절합니까?

① 전혀 그렇지 않다 ② 그렇지 않다 ③ 보통이다 ④ 그렇다 ⑤ 매우 그렇다

5. 설문지에 보완되어야 할 사항이 있다면, 자유롭게 의견을 주시기 바랍니다.

I. 섭식성향

- 다음은 본 연구에서 개발한 섭식성향을 측정하기 위한 문항입니다. 각 문항을 읽고 자신에 해당하는 곳에 표시해 주시기 바랍니다.

예 비 문 항	A : 설문내용 체크					B: 문항의 난이도			
						나는 이 문항을 이해하기가			
	전혀 그렇지 않다	대체로 그렇지 않다	보통 이다	대체로 그렇다	매우 그렇다	매우 어렵다	대체로 어렵다	대체로 쉽다	매우 쉽다
1. 화가 날 때 평소보다 더 먹는다.	①	②	③	④	⑤	①	②	③	④
2. 스트레스를 받았을 때 평소보다 더 먹는다.	①	②	③	④	⑤	①	②	③	④
3. 기분이 좋을 때 평소보다 더 먹는다.	①	②	③	④	⑤	①	②	③	④
4. 불안하거나 걱정될 때 평소보다 더 먹는다.	①	②	③	④	⑤	①	②	③	④
5. 심심하거나 지루할 때 무엇인가를 먹는다.	①	②	③	④	⑤	①	②	③	④
6. 마음이 허전하거나 외로울 때 무엇인가를 먹는다.	①	②	③	④	⑤	①	②	③	④
7. 우울할 때 평소보다 더 먹는다.	①	②	③	④	⑤	①	②	③	④
8. 배고프면 무엇인가를 꼭 먹어야 한다.	①	②	③	④	⑤	①	②	③	④
9. 밤늦게 배고프면 야식을 먹는다.	①	②	③	④	⑤	①	②	③	④
10. 몸이 피곤할 때 무엇인가를 먹는다.	①	②	③	④	⑤	①	②	③	④
11. 졸음을 쫓기 위해 무엇인가를 먹는다.	①	②	③	④	⑤	①	②	③	④
12. 음식이 남으면 버리기 아까워서 먹게 된다.	①	②	③	④	⑤	①	②	③	④
13. 건강에 좋은 음식이라는 생각에 먹는다.	①	②	③	④	⑤	①	②	③	④
14. 먹는 것 자체가 즐거워서 먹는다.	①	②	③	④	⑤	①	②	③	④
15. 새롭고 다양한 음식을 먹는 것을 좋아한다.	①	②	③	④	⑤	①	②	③	④
16. 먹고 싶은 음식이 있으면 반드시 먹어야 한다.	①	②	③	④	⑤	①	②	③	④

예 비 문 항	A : 설문내용 체크					B: 문항의 난이도			
						나는 이 문항을 이해하기가			
	전혀 그렇지 않다	대체로 그렇지 않다	보통 이다	대체로 그렇다	매우 그렇다	매우 어렵다	대체로 어렵다	대체로 쉽다	매우 쉽다
17. 음식 관련 방송이 나오면 그 음식을 따라 먹게 된다.	①	②	③	④	⑤	①	②	③	④
18. 뷔페에 가면 평소보다 많이 먹게 된다.	①	②	③	④	⑤	①	②	③	④
19. 외식을 하면 집에서 먹을 때보다 많이 먹게 된다.	①	②	③	④	⑤	①	②	③	④
20. 영화관에 가면 배고프지 않아도 음식(팝콘, 콜라, 오징어 등)을 사 먹게 된다.	①	②	③	④	⑤	①	②	③	④
21. 음식을 저렴하게 판매하면 배고프지 않아도 사먹게 된다.	①	②	③	④	⑤	①	②	③	④
22. 배고프지 않아도 먹을 것이 눈앞에 보이면 먹게 된다.	①	②	③	④	⑤	①	②	③	④
23. 배고프지 않아도 음식의 모양과 색상이 예쁘면 먹게 된다.	①	②	③	④	⑤	①	②	③	④
24. 배고프지 않아도 주변에 있는 사람이 먹으면 따라 먹게 된다.	①	②	③	④	⑤	①	②	③	④
25. 각종 행사에서 제공하는 음식을 먹을 때 평소보다 많이 먹게 된다.	①	②	③	④	⑤	①	②	③	④
26. 배고프지 않아도 맛있는 냄새를 맡으면 먹게 된다.	①	②	③	④	⑤	①	②	③	④
27. 배고프지 않아도 음식이 맛있으면 많이 먹게 된다.	①	②	③	④	⑤	①	②	③	④
28. 다른 사람과 같이 먹을 때 평소보다 많이 먹게 된다.	①	②	③	④	⑤	①	②	③	④
29. 배고프지 않아도 사람들과 어울리기 위해 먹는다.	①	②	③	④	⑤	①	②	③	④
30. 배고프지 않아도 분위기를 맞추기 위해 먹는다.	①	②	③	④	⑤	①	②	③	④
31. 평일보다는 주말(휴일)에 많이 먹게 된다.	①	②	③	④	⑤	①	②	③	④
32. 배고프지 않아도 식사 시간에는 반드시 식사를 한다.	①	②	③	④	⑤	①	②	③	④
33. 습관적으로 간식(사탕, 초콜릿, 빵, 과자 등)을 먹게 된다.	①	②	③	④	⑤	①	②	③	④

예 비 문 항	A : 설문내용 체크					B: 문항의 난이도			
						나는 이 문항을 이해하기가			
	전혀 그렇지 않다	대체로 그렇지 않다	보통 이다	대체로 그렇다	매우 그렇다	매우 어렵다	대체로 어렵다	대체로 쉽다	매우 쉽다
34. 습관적으로 커피를 마시게 된다.	①	②	③	④	⑤	①	②	③	④
35. 영화나 TV를 보면서 음식을 먹게 된다.	①	②	③	④	⑤	①	②	③	④
36. 다른 사람들보다 음식을 빨리 먹는 편이다.	①	②	③	④	⑤	①	②	③	④
37. 다른 사람들보다 음식을 천천히 먹는 편이다.	①	②	③	④	⑤	①	②	③	④
38. 많이 먹은 다음 날은 일부러 적게 먹는다.	①	②	③	④	⑤	①	②	③	④
39. 먹지 않기 위해 주변에 음식을 두지 않는다.	①	②	③	④	⑤	①	②	③	④
40. 배가 부르면 음식이 맛있어도 그만 먹는다.	①	②	③	④	⑤	①	②	③	④
41. 배가 고파도 음식이 맛이 없으면 먹지 않는다.	①	②	③	④	⑤	①	②	③	④
42. 특정음식에 대한 안 좋은 기억이 있으면 먹지 않는다.	①	②	③	④	⑤	①	②	③	④
43. 새로 접하는 음식은 먹지 않는다.	①	②	③	④	⑤	①	②	③	④
44. 다른 사람들과 있을 때보다 혼자 있을 때 많이 먹게 된다.	①	②	③	④	⑤	①	②	③	④
45. 좋아하는 음식을 먹을 때 과식 하게 된다.	①	②	③	④	⑤	①	②	③	④
46. 조금만 먹거나 끼니를 거르면 나중에 많이 먹게 된다.	①	②	③	④	⑤	①	②	③	④
47. 체중 관리를 위해 일부러 적게 먹거나 먹지 않는다.	①	②	③	④	⑤	①	②	③	④
48. 체중 관리를 위해 저녁식사 이후에는 먹지 않는다.	①	②	③	④	⑤	①	②	③	④
49. 체중 관리를 위해 음식의 열량(칼로리)을 고려하여 먹는다.	①	②	③	④	⑤	①	②	③	④
50. 체중 관리를 위해 식품의 영양소(탄수화물, 단백질, 지방, 비타민, 무기질 등)를 고려하여 먹는다.	①	②	③	④	⑤	①	②	③	④

II. 일반적 특성

- 다음은 귀하의 일반적 특성에 관한 질문입니다.

각 문항을 읽고 해당되는 항목에 표시 또는 직접 기입해 주시기 바랍니다.

1. 성별 ① 남자 ② 여자 2. 연령 만 _____ 세

3. 키 cm 4. 몸무게 kg

5. 최종학력 ① 무학 ② 초등학교 졸업 ③ 중학교 졸업 ④ 고등학교 졸업
 ⑤ 2/3년제 대학 졸업 ⑥ 4년제 대학 졸업 ⑦ 대학원 이상

6. 혼인상태 ① 미혼 ② 배우자 있음(같이 살고 있음) ③ 이혼 ④ 별거 ⑤ 사별

7. 가정의 경제상태 ① 상 ② 중상 ③ 중 ④ 중하 ⑤ 하

8. 귀하의 직업은 어디에 해당되십니까?

직 업 분 류	① 관리자	② 전문가 및 관련종사자
	③ 사무종사자	④ 서비스종사자
	⑤ 판매종사자	⑥ 농·림·어업종사자
	⑦ 기능원 및 관련기능종사자	⑧ 장치, 기계조작 및 조립종사자
	⑨ 단순노무종사자	⑩ 군인(직업군인)
	⑪ 학생/재수생	⑫ 주부 ⑬ 무직

구분이 어려우시면, 일의 종류를 적어주세요

일의 종류	
-------	--

9. 평소 외식은 얼마나 자주 합니까? (*직장에서 제공되는 급식 제외 / 배달음식, 포장음식 포함)

① 매일 ② 주 5-6회 ③ 주 3-4회 ④ 주 1-2회 ⑤ 거의 외식하지 않는다.

10. 평소 과식은 얼마나 자주 합니까?

① 매일 ② 주 5-6회 ③ 주 3-4회 ④ 주 1-2회 ⑤ 거의 과식하지 않는다.

11. 평소 간식은 얼마나 자주 먹습니까? (*간식 : 끼니 사이에 먹는 간단한 음식)

① 하루 3회 이상 ② 하루 2회 ③ 하루 1회 ④ 주 5-6회 ⑤ 주 3-4회
 ⑥ 주 1-2회 ⑦ 간식을 거의 먹지 않는다.

12. 평소 야식은 얼마나 자주 먹습니까? (*야식 : 저녁밥을 먹은 뒤에 밤늦게 먹는 음식)

① 매일 ② 주 5-6회 ③ 주 3-4회 ④ 주 1-2회 ⑤ 월 1-3회
 ⑥ 야식을 거의 먹지 않는다.

13. 의사에게 섭식장애를 진단받은 적이 있습니까? ① 있다 ② 없다

* 섭식장애 : 신경성 식욕부진증(거식증), 신경성 폭식증(폭식증), 폭식장애

연구참여사용 설명서 및 동의서

연구 과제명 : 성인의 섭식성향 측정도구 개발 및 평가

연구 책임자명 : 김영원(제주대학교 일반대학원 간호학과, 석사과정)

이 연구는 성인의 섭식성향 측정도구를 개발하고 평가하기 위한 연구입니다. 귀하는 만 19세 이상 65세 미만의 성인이기 때문에 이 연구에 참여하도록 권유 받았습니다. 이 연구를 수행하는 제주대학교 소속의 연구원(김영원, 010-****-****)이 귀하에게 이 연구에 대해 설명해 줄 것입니다. 이 연구는 자발적으로 참여 의사를 밝히신 분에 한하여 수행 될 것이며, 귀하께서는 참여 의사를 결정하기 전에 본 연구가 왜 수행되는지 그리고 연구의 내용이 무엇과 관련 있는지 이해하는 것이 중요합니다. 다음 내용을 신중히 읽어보신 후 참여 의사를 밝혀 주시길 바라며, 필요하다면 가족이나 친구들과 의논해 보십시오. 만일 어떠한 질문이 있다면 담당 연구원이 자세하게 설명해 줄 것입니다.

1. 이 연구는 왜 실시합니까?

이 연구의 목적은 성인의 섭식성향을 측정하는 도구를 개발하고 평가하여, 성인의 비만 예방과 관리를 위한 간호중재 개발과 연구에 기여하고자 하는 것입니다.

2. 얼마나 많은 사람이 참여합니까?

만 19세~65세 미만의 성인 약 350명이 참여할 것입니다.

3. 만일 연구에 참여하면 어떤 과정이 진행됩니까?

만일 귀하가 참여의사를 밝혀 주시면 다음과 같은 과정이 진행될 것입니다.

먼저, 연구자 또는 보조연구원이 연구의 목적과 방법 등에 대해 충분히 설명할 것입니다. 본 연구를 이해하고 자발적으로 연구 참여에 동의하실 경우, 동의서에 서명 후 섭식성향과 관련된 설문조사를 하게 될 것입니다.

4. 연구 참여 기간은 얼마나 됩니까?

설문 조사는 1회 실시하며, 약 15분이 소요될 것입니다.

5. 참여 도중 그만두어도 됩니까?

예, 귀하는 언제든지 어떠한 불이익 없이 참여 도중에 그만 둘 수 있습니다. 만일 귀하가 연구에 참여하는 것을 그만두고 싶다면 연구 책임자에게 즉시 말씀해 주십시오.

6. 부작용이나 위험요소는 없습니까?

본 연구는 성인의 섭식성향을 파악하기 위해 설문조사를 하는 과정에서 부작용이나 위험요소는 지극히 경미하거나 없을 것으로 생각됩니다. 만일 연구 참여 도중 발생할 수 있는 부작용이나 위험 요소에 대한 질문이 있으면 담당 연구원에게 즉시 문의해 주십시오.

7. 이 연구에 참여시 참여자에게 이득이 있습니까?

귀하가 이 연구에 참여하는데 있어서 직접적인 이득은 없습니다. 그러나 귀하가 제공하는 정보는 성인의 섭식성향에 대한 이해를 증진하는데 도움이 될 것입니다.

8. 만일 이 연구에 참여하지 않는다면 불이익이 있습니까?

귀하는 본 연구에 참여하지 않을 자유가 있습니다. 또한, 귀하가 본 연구에 참여하지 않아도 귀하에게는 어떠한 불이익도 없습니다.

9. 연구에서 얻은 모든 개인 정보의 비밀은 보장됩니까?

개인정보관리책임자는 제주대학교 일반대학원 간호학과 김영원(010-****-****)입니다. 이 연구를 통해 얻은 모든 개인 정보의 비밀 보장을 위해 최선을 다할 것입니다. 이 연구에서 얻어진 개인 정보가 학회지나 학회에 공개될 때 귀하의 이름과 다른 개인 정보는 사용되지 않을 것입니다. 그러나 만일 법이 요구하면 귀하의 개인 정보는 제공될 수도 있습니다. 또한 모니터 요원, 점검 요원, 생명윤리심의위원회는 연구참여자의 개인 정보에 대한 비밀 보장을 침해하지 않고 관련 규정이 정하는 범위 안에서 본 연구의 실시 절차와 자료의 신뢰성을 검증하기 위해 연구 결과를 직접 열람할 수 있습니다. 귀하가 본 동의서에 서명하는 것은, 이러한 사항에 대하여 사전에 알고 있었으며 이를 허용한다는 동의로 간주될 것입니다.

10. 이 연구에 참가하면 댓가가 지급됩니까?

귀하의 연구 참여시 감사의 뜻으로 소정의 기념품이 증정될 것입니다.

11. 연구에 대한 문의는 어떻게 해야 됩니까?

본 연구에 대해 질문이 있거나 연구 중간에 문제가 생길 시 다음 연구 담당자에게 연락하십시오.

이름: 김영원 전화번호: 010-****-****

만일 어느 때라도 연구 참여자로서 귀하의 권리에 대한 질문이 있다면 다음의 제주대학교 생명윤리심의위원회에 연락하십시오.

제주대학교 생명윤리심의위원회 (JJNU-IRB) 전화번호: 064-754-2488

동 의 서

1. 나는 이 설명서를 읽었으며 담당 연구원과 이에 대하여 의논하였습니다.
2. 나는 위험과 이득에 관하여 들었으며 나의 질문에 만족할 만한 답변을 얻었습니다.
3. 나는 이 연구에 참여하는 것에 대하여 자발적으로 동의합니다.
4. 나는 이 연구에서 얻어진 나에 대한 정보를 현행 법률과 생명윤리심의위원회 규정이 허용하는 범위 내에서 연구자가 수집하고 처리하는데 동의합니다.
5. 나는 담당 연구자나 위임 받은 대리인이 연구를 진행하거나 결과 관리를 하는 경우와 보건 당국, 학교 당국 및 제주대학교 생명윤리심의위원회가 실태 조사를 하는 경우에는 비밀로 유지되는 나의 개인 신상 정보를 직접적으로 열람하는 것에 동의합니다.
6. 나는 언제라도 이 연구의 참여를 철회할 수 있고 이러한 결정이 나에게 어떠한 해도 되지 않을 것이라는 것을 압니다.
7. 나의 서명은 이 동의서의 사본을 받았다는 것을 뜻하며 연구 참여가 끝날 때까지 사본을 보관하겠습니다.

연구참여자 성명	서 명	2019 / / 날짜 (년/월/일)
동의서 받은 연구원 성명	서 명	2019 / / 날짜 (년/월/일)
연구책임자 성명	서 명	2019 / / 날짜 (년/월/일)

안녕하십니까?

저는 제주대학교 일반대학원 석사과정에서 간호학을 전공하는 학생입니다.

개인의 식생활과 생활환경이 변화함에 따라 비만 유병률이 꾸준히 증가하고 있으며, 전세계적으로 비만을 중요한 건강문제로 인식하고 있습니다. 섭식성향이란, 개인이 어떤 특정한 상황에서 식품을 섭취하는 여러 가지 잠재적인 성질을 의미하며, 이는 비만과 밀접한 연관성이 있습니다.

다음은 본 연구자가 성인의 섭식성향을 포괄적으로 측정할 수 있는 도구를 개발하고 평가하기 위한 문항입니다. 응답해 주신 자료는 향후 성인의 비만 예방과 관리를 위한 중재를 개발하는데 소중한 자료로 사용될 것입니다. 설문하는데 소요되는 시간은 약 15분 정도입니다.

응답하신 모든 내용은 무기명으로 처리되므로 비밀이 보장되며, 연구 이외에 목적으로는 사용되지 않을 것입니다.

바쁘신 가운데 귀중한 시간을 내시어 설문에 참여해 주신 것에 진심으로 감사드립니다. 가능한 한 문항도 빠짐없이 성의 있고 솔직한 답변 부탁드립니다.

제주대학교 일반대학원 간호학과

김 영 원

kyws2@naver.com

I. 섭식성향

- 다음은 본 연구에서 개발한 섭식성향을 측정하기 위한 문항입니다. 각 문항을 읽고 자신에 해당하는 곳에 √ 표시해 주시기 바랍니다.

문 항	전혀 그렇지 않다	대체로 그렇지 않다	보통 이다	대체로 그렇다	매우 그렇다
1. 화가 날 때 평소보다 더 먹는다.	①	②	③	④	⑤
2. 스트레스를 받았을 때 평소보다 더 먹는다.	①	②	③	④	⑤
3. 기분이 좋을 때 평소보다 더 먹는다.	①	②	③	④	⑤
4. 불안하거나 걱정될 때 평소보다 더 먹는다.	①	②	③	④	⑤
5. 심심하거나 지루할 때 무엇인가를 먹는다.	①	②	③	④	⑤
6. 마음이 허전하거나 외로울 때 무엇인가를 먹는다.	①	②	③	④	⑤
7. 우울할 때 평소보다 더 먹는다.	①	②	③	④	⑤
8. 배고프면 무엇인가를 꼭 먹어야 한다.	①	②	③	④	⑤
9. 밤늦게 배고프면 야식을 먹는다.	①	②	③	④	⑤
10. 몸이 피곤할 때 무엇인가를 먹는다.	①	②	③	④	⑤
11. 졸음을 쫓기 위해 무엇인가를 먹는다.	①	②	③	④	⑤
12. 음식이 남으면 버리기 아까워서 먹게 된다.	①	②	③	④	⑤
13. 건강에 좋은 음식을 먹는다.	①	②	③	④	⑤
14. 먹는 것 자체가 즐거워서 먹는다.	①	②	③	④	⑤
15. 새롭고 다양한 음식을 먹는 것을 좋아한다.	①	②	③	④	⑤
16. 먹고 싶은 음식이 있으면 반드시 먹어야 한다.	①	②	③	④	⑤

문항	전혀 그렇지 않다	대체로 그렇지 않다	보통 이다	대체로 그렇다	매우 그렇다
17. 음식 관련 방송이 나오면 그 음식을 따라 먹게 된다.	①	②	③	④	⑤
18. 뷔페에 가면 평소보다 많이 먹게 된다.	①	②	③	④	⑤
19. 외식을 하면 집에서 먹을 때보다 많이 먹게 된다.	①	②	③	④	⑤
20. 영화관에 가면 배고프지 않아도 음식(팝콘, 콜라, 오징어 등)을 사먹게 된다.	①	②	③	④	⑤
21. 음식을 저렴하게 판매하면 배고프지 않아도 사먹게 된다.	①	②	③	④	⑤
22. 배고프지 않아도 먹을 것이 눈앞에 보이면 먹게 된다.	①	②	③	④	⑤
23. 배고프지 않아도 음식이 먹음직스러워 보이면 먹게 된다.	①	②	③	④	⑤
24. 배고프지 않아도 주변에 있는 사람이 먹으면 따라 먹게 된다.	①	②	③	④	⑤
25. 각종 행사에서 제공하는 음식을 먹을 때 평소보다 많이 먹게 된다.	①	②	③	④	⑤
26. 배고프지 않아도 맛있는 냄새를 맡으면 먹게 된다.	①	②	③	④	⑤
27. 배고프지 않아도 음식이 맛있으면 더 먹게 된다.	①	②	③	④	⑤
28. 다른 사람과 같이 먹을 때 평소보다 많이 먹게 된다.	①	②	③	④	⑤
29. 배고프지 않아도 사람들과 어울리기 위해 먹는다.	①	②	③	④	⑤
30. 배고프지 않아도 분위기를 맞추기 위해 먹는다.	①	②	③	④	⑤
31. 평일보다는 주말(휴일)에 많이 먹게 된다.	①	②	③	④	⑤
32. 배고프지 않아도 식사 시간에는 반드시 식사를 한다.	①	②	③	④	⑤
33. 습관적으로 간식(사탕, 초콜렛, 빵, 과자 등)을 먹게 된다.	①	②	③	④	⑤
34. 습관적으로 커피를 마시게 된다.	①	②	③	④	⑤

문항	전혀 그렇지 않다	대체로 그렇지 않다	보통 이다	대체로 그렇다	매우 그렇다
35. 영화나 TV를 보면서 음식을 먹게 된다.	①	②	③	④	⑤
36. 다른 사람들보다 음식을 빨리 먹는 편이다.	①	②	③	④	⑤
37. 다른 사람들보다 음식을 천천히 먹는 편이다.	①	②	③	④	⑤
38. 많이 먹은 다음 날은 일부러 적게 먹는다.	①	②	③	④	⑤
39. 먹지 않기 위해 주변에 음식을 두지 않는다.	①	②	③	④	⑤
40. 배가 부르면 음식이 맛있어도 그만 먹는다.	①	②	③	④	⑤
41. 배가 고파도 음식이 맛이 없으면 먹지 않는다.	①	②	③	④	⑤
42. 특정 음식에 대한 안 좋은 기억이 있으면 먹지 않는다.	①	②	③	④	⑤
43. 새로 접하는 음식은 먹지 않는다.	①	②	③	④	⑤
44. 다른 사람들과 있을 때보다 혼자 있을 때 많이 먹게 된다.	①	②	③	④	⑤
45. 좋아하는 음식을 먹을 때 과식하게 된다.	①	②	③	④	⑤
46. 조금만 먹거나 끼니를 거르면 나중에 많이 먹게 된다.	①	②	③	④	⑤
47. 체중 관리를 위해 일부러 적게 먹거나 먹지 않는다.	①	②	③	④	⑤
48. 체중 관리를 위해 저녁식사 이후에는 먹지 않는다.	①	②	③	④	⑤
49. 체중 관리를 위해 음식의 열량(칼로리)을 고려하여 먹는다.	①	②	③	④	⑤
50. 체중 관리를 위해 식품의 영양소(탄수화물, 단백질, 지방, 비타민, 무기질 등)를 고려하여 먹는다.	①	②	③	④	⑤

II. 일반적 특성

- 다음은 귀하의 일반적 특성에 관한 질문입니다.
각 문항을 읽고 해당되는 항목에 √ 표시 또는 직접 기입해 주시기 바랍니다.

1. 성별 ① 남자 ② 여자 2. 연령 만 _____ 세

3. 키 . cm 4. 몸무게 . kg

5. 최종학력 ① 무학 ② 초등학교 졸업 ③ 중학교 졸업 ④ 고등학교 졸업
 ⑤ 2/3년제 대학 졸업 ⑥ 4년제 대학 졸업 ⑦ 대학원 이상

6. 혼인상태 ① 미혼 ② 배우자 있음(같이 살고 있음) ③ 이혼 ④ 별거 ⑤ 사별

7. 가정의 경제상태 ① 상 ② 중상 ③ 중 ④ 중하 ⑤ 하

8. 귀하의 직업은 어디에 해당되십니까?

직 업 분 류	① 관리자	② 전문가 및 관련종사자
	③ 사무종사자	④ 서비스종사자
	⑤ 판매종사자	⑥ 농·림·어업종사자
	⑦ 기능원 및 관련기능종사자	⑧ 장치, 기계조작 및 조립종사자
	⑨ 단순노무종사자	⑩ 군인(직업군인)
	⑪ 학생/재수생	⑫ 주부 ⑬ 무직

구분이 어려우시면, 일의 종류를 적어주세요

일의 종류	
-------	--

9. 평소 외식은 얼마나 자주 합니까? (*직장에서 제공되는 급식 제외 / 배달음식, 포장음식 포함)

- ① 매일 ② 주 5-6회 ③ 주 3-4회 ④ 주 1-2회 ⑤ 월 1-3회 ⑥ 거의 외식하지 않는다.

10. 평소 과식은 얼마나 자주 합니까?

- ① 매일 ② 주 5-6회 ③ 주 3-4회 ④ 주 1-2회 ⑤ 월 1-3회 ⑥ 거의 과식하지 않는다.

11. 평소 간식은 얼마나 자주 먹습니까? (*간식 : 끼니 사이에 먹는 간단한 음식)

- ① 하루 3회 이상 ② 하루 2회 ③ 하루 1회 ④ 주 5-6회 ⑤ 주 3-4회
⑥ 주 1-2회 ⑦ 간식을 거의 먹지 않는다.

12. 평소 야식은 얼마나 자주 먹습니까? (*야식 : 저녁밥을 먹은 뒤에 밤늦게 먹는 음식)

- ① 매일 ② 주 5-6회 ③ 주 3-4회 ④ 주 1-2회 ⑤ 월 1-3회
⑥ 야식을 거의 먹지 않는다.

13. 의사에게 섭식장애를 진단받은 적이 있습니까? ① 있다 ② 없다

* 섭식장애 : 신경성 식욕부진증(거식증), 신경성 폭식증(폭식증), 폭식장애

부록 7. 성인의 섭식성향 측정도구 최종본

- 다음은 섭식성향을 측정하기 위한 문항입니다. 각 문항을 읽고 해당하는 곳에 √ 표시해 주시기 바랍니다.

문 항	전혀 그렇지 않다	대체로 그렇지 않다	보통 이다	대체로 그렇다	매우 그렇다
1. 화가 날 때 평소보다 더 먹는다.	①	②	③	④	⑤
2. 우울할 때 평소보다 더 먹는다.	①	②	③	④	⑤
3. 스트레스를 받았을 때 평소보다 더 먹는다.	①	②	③	④	⑤
4. 불안하거나 걱정될 때 평소보다 더 먹는다.	①	②	③	④	⑤
5. 마음이 허전하거나 외로울 때 무엇인가를 먹는다.	①	②	③	④	⑤
6. 심심하거나 지루할 때 무엇인가를 먹는다.	①	②	③	④	⑤
7. 체중 관리를 위해 음식의 열량(칼로리)을 고려하여 먹는다.	①	②	③	④	⑤
8. 체중 관리를 위해 저녁식사 이후에는 먹지 않는다.	①	②	③	④	⑤
9. 체중 관리를 위해 식품의 영양소(탄수화물, 단백질, 지방, 비타민, 무기질 등)를 고려하여 먹는다.	①	②	③	④	⑤
10. 먹지 않기 위해 주변에 음식을 두지 않는다.	①	②	③	④	⑤
11. 많이 먹은 다음 날은 일부러 적게 먹는다.	①	②	③	④	⑤
12. 체중 관리를 위해 일부러 적게 먹거나 먹지 않는다.	①	②	③	④	⑤
13. 외식을 하면 집에서 먹을 때보다 많이 먹게 된다.	①	②	③	④	⑤
14. 뷔페에 가면 평소보다 많이 먹게 된다.	①	②	③	④	⑤
15. 배고프지 않아도 음식이 맛있으면 더 먹게 된다.	①	②	③	④	⑤
16. 좋아하는 음식을 먹을 때 과식하게 된다.	①	②	③	④	⑤

문항		전혀 그렇지 않다	대체로 그렇지 않다	보통이다	대체로 그렇다	매우 그렇다
17.	배고프지 않아도 음식이 먹음직스러워 보이면 먹게 된다.	①	②	③	④	⑤
18.	각종 행사에서 제공하는 음식을 먹을 때 평소보다 많이 먹게 된다.	①	②	③	④	⑤
19.	다른 사람과 같이 먹을 때 평소보다 많이 먹게 된다.	①	②	③	④	⑤
20.	배고프지 않아도 맛있는 냄새를 맡으면 먹게 된다.	①	②	③	④	⑤
21.	배고프지 않아도 먹을 것이 눈앞에 보이면 먹게 된다.	①	②	③	④	⑤
22.	배고프지 않아도 사람들과 어울리기 위해 먹는다.	①	②	③	④	⑤
23.	배고프지 않아도 분위기를 맞추기 위해 먹는다.	①	②	③	④	⑤
24.	영화관에 가면 배고프지 않아도 음식(팝콘, 콜라, 오징어 등)을 사먹게 된다.	①	②	③	④	⑤
25.	음식을 저렴하게 판매하면 배고프지 않아도 사먹게 된다.	①	②	③	④	⑤
26.	배고프지 않아도 주변에 있는 사람이 먹으면 따라 먹게 된다.	①	②	③	④	⑤
27.	먹고 싶은 음식이 있으면 반드시 먹어야 한다.	①	②	③	④	⑤
28.	배고프면 무엇인가를 꼭 먹어야 한다.	①	②	③	④	⑤
29.	음식 관련 방송이 나오면 그 음식을 따라 먹게 된다.	①	②	③	④	⑤
30.	먹는 것 자체가 즐거워서 먹는다.	①	②	③	④	⑤
31.	밤늦게 배고프면 야식을 먹는다.	①	②	③	④	⑤
32.	영화나 TV를 보면서 음식을 먹게 된다.	①	②	③	④	⑤
33.	새롭고 다양한 음식을 먹는 것을 좋아한다.	①	②	③	④	⑤
34.	평일보다는 주말(휴일)에 많이 먹게 된다.	①	②	③	④	⑤
35.	습관적으로 간식(사탕, 초콜렛, 빵, 과자 등)을 먹게 된다.	①	②	③	④	⑤