

## 체중조절행동과 신체노출 의복행동 상관연구 The Effect of Body Cathexis, Weight Control Behavior on Clothing Behavior

이화여자대학교 가정과학대학 의류직물학과  
이 영 주 · 임 숙 자

Dept. of Clothing and Textiles, Ewha Womans University

Young Ju Rhee · Sook Ja Lim

(2000. 11. 24 접수)

### Abstract

The purpose of this study was to set up an effective marketing strategy targeting college women by researching the relationship between weight control behavior and body exposure in clothing behavior.

The results showed that 1) 85.5% of the college women participated in weight control behavior, and 53.5% of them wanted to lose more than 3kg of their weight. 2) College women were less satisfied with their body and they showed less body exposure in clothing behavior according to the increase of weight control degree. The weight control parts and unsatisfied body parts were almost matched : thigh, abdomen, hip, calf, and weight. College women preferred clothing that exposed neck, legs and shoulder more than clothing that exposed many parts of their body at the same time. 3) exposure in clothing decreased according to the increase of weight control degree, except for the exposure of breast in clothing.

**Key words:** weight control behavior, body exposure in clothing behavior;  
체중조절행동, 신체노출의복행동

### I. 서 론

체중조절행동과 같이 오늘날 여성들의 신체이미지 불만족에 따라 생기는 현상들은 심리적·신체적으로 널리 문제시되고 있다. 자신의 신체에 불만족하는 경우 사회적 상호작용에 있어 의복의 상징적 역할이 중요하다. 그 이유는 의복이 신체적 자아의 연장이며 (Shim, Kotsiopoulos, & Know, 1991) 사회적 상호작용에 있어 중요한 상징적 의미를 갖기 때문이다 (Erickson & Sirgy, 1989; Hamid, 1972; Lessig & Park, 1978; Robertson, 1970; Veblen, 1899). 특히 의복의 경우 여성들이 특별한 체력소모 없이 체중조절 대신 평소애 자신이 불만족해 하는 신체부위를 커버할 수 있다는 면에서 그 실용

성과 심리적인 의존도가 높을 것으로 생각된다. 그러나 신체적 자아에 대한 대부분의 연구는 외모에 대한 만족 혹은 불만족에 대하여 다루어 왔으며 이러한 신체의 불만족과 관련하여 개인이 실제로 신체를 개선시키기 위해 행하는 행동과 의복행동을 관련시킨 연구는 매우 부족한 실정이다.

사회 전반에 걸쳐 일어나고 있는 최근의 급속한 변화는 국민 다수의 생활수준을 향상시켜 식생활이 개선되었으며, 이에 따라 각종 매스컴에서 볼 수 있는 다양한 비만치료 기구나 약품 광고 및 이에 대한 사람들의 관심은 비만인의 체중감량 실천에 도움이 된다는 점에서 긍정적인 면을 찾을 수 있다. 그러나 한편으로 여성의 경우 마른 체형을 정상적으로 인식하는 풍토가 사회적으로 조성되어 있어 (박우미, 1993) 비만이 아

년 정상 체중인들조차 무모한 체중조절을 시도하는 경우를 어렵지 않게 볼 수 있다.

체중조절 현상은 특히 젊은 여성들에게서 심하게 나타나 여대생들 사이에서 하나의 유행이 되다시피 행해지고 있고, 매우 많은 여대생들이 좀더 날씬해지기를 원하고 섭취하는 음식의 양을 제한한 경향이 있는 것으로 나타났다(정근백 외, 1995). 여대생들은 그들의 신체에 대해 비판적이며 신체의 특정부위에 불만족하는 것으로 나타났으며(Clifford, 1971; Guggenheim, Poznanski, & Kaufmann, 1977; Searles, Terny & Amos, 1986), 이러한 신체불만족은 많은 여대생들 사이에서 체중조절행동으로 나타난다.

이러한 체중조절행동은 신체노출의복행동에 영향을 미치리라 생각된다. 이는 인간이 의복을 통해 자신의 신체 중 자신이 없는 부위를 체중조절행동을 통해 바꾸려고 노력함과 동시에 이 부위를 감추어서 체형을 보완하고자 하는 한편, 자신의 신체중 자신 있는 부위는 그 아름다움을 과시하기 위하여 노출하는 도구로 사용하기 때문이다.

우리나라의 경우에는 보수적인 유교 사상의 영향으로 전통 의복에서 신체를 직접 노출한 경우는 거의 찾아볼 수 없고, 서양 의복을 착용한 이래로 팔이나 종아리 등에 약간의 신체 노출이 있어 왔다. 그러나 근대로 접어들어 많은 사회·문화적 변혁을 겪으면서, 사람들의 사고방식도 달라져 의복에 있어서의 많은 제약들이 사라져 가고 있으며 최근의 패션은 거의 서구 패션과 흐름을 같이 하고 있다. 특히 1980년대 중반 이후 전반적인 사회, 문화의 개방화에 따라 의복행동은 더욱 자유로워져, 1990년대에 들어서는 해마다 신체의 노출 현상이 심해지는 경향을 보이고 있다. 특히 1992년과 1993년 여름에는 1967년 이래 스커트 길이가 가장 짧아지기도 하였다. 이와 같은 유행이 진행되는 상황에서 비교적 자유로운 의복행동이 가능하고 주변의 사회상황들에 대하여 나름대로의 판단기준이 확립되어 가는 시기인 여대생들을 대상으로 신체노출 의복행동을 연구하는 것은 의미 있는 일이라 생각된다.

이에 본 논문에서는 자신의 신체를 매우 의식하고 있는 것으로 나타난 여대생 집단에서 중요한 이슈로 떠오르고 있는 체중조절행동이 신체노출 의복행동에

미치는 영향을 분석함으로써 의류업계에서 하나의 거대한 의류소비시장을 형성하고 있는 여대생들의 시장세분화와 의복행동 분석에 도움을 주고, 더 나아가 현재 여대생들이 의복에 대해 불만족하고 있는 부위와 신체노출부위를 파악하여 소비자특성에 따라 좀더 타겟시장에 가까운 의복마케팅 전략수립에 도움을 주고자 한다.

## II. 이론적 배경

### 1. 체중조절행동

서구 사회에서 과체중이나 비만이 된다는 것은 주위 사람들로부터 은연중에 비난받아 마땅한 일이 된다(Cash, 1990; Czajka-Narins & Parham, 1990). 그리고 비만인에 대한 고정관념은 그들의 직업상의 기회(Larkin & Pines, 1979)와 교육의 기회에 악영향을 미칠 수도 있으며(Canning & Mayer, 1966) 비만은 특히 남성보다는 여성의 사회적 관계에 더 영향을 미칠 수 있다(Tiggemann & Rothblum, 1988). 서구지향적인 우리 사회에서도 이러한 이유들로 인해 근래에 와서 체중조절 프로그램이 증가하고 있으며 많은 여성들이 날씬하고자 하는 욕구에 사로잡혀 다이어트와 운동 프로그램을 통해 몸무게를 줄이려 한다.

체중조절행동과 그에 따른 신체노출 의복행동은 자아평가에 대한 기본적인 욕구를 성취하기 위해 타인과의 비교에 의존하게 되는 사회적 비교이론(L. Festinger, 1954)과 관련하여 설명할 수 있다. 인간은 누구나 자신에게 중요한 타인들과 준거집단(개인의 신념, 태도와 가치를 분명히 하도록 도와주는 개인들)을 비교하여 자신의 외모나 의복을 선택하며, 자신의 매력이나 적합성을 상대적으로 비교하여 평가한다. 사회적 비교를 통해 선택된 정보는 사회적인 피드백의 정보를 증가시킨다. 따라서 자신의 외모가 타인과 비교하여 더 뚱뚱하거나 자신이 착용한 의복이 타인보다 더 뚱뚱해 보인다면, 이는 곧 체중조절행동과 의복에 있어서의 신체노출을 줄이는 행동으로 이어질 수 있을 것이다.

체중조절행동을 측정하는 기존의 연구들을 살펴보면, 특정 시점에서 비만증과 체중조절에 관련 있는 변

수들을 조사한 단면연구(a cross-sectional study)와 일정 기간 동안의 체중 감소 및 유지에 영향을 주는 변수를 다룬 코호트 연구(a cohort study)로 크게 나뉘볼 수 있으며, 단순히 체중만을 기준으로 삼기보다는 비만도, 체지방률 및 체지방의 분포 등 체중 관련 지표들 중에서 연구자가 체중조절을 평가할 수 있는 기준을 설정하고 있다.

여성의 체중조절 행태에 영향을 미치는 요인에는 위와 같은 객관적인 비만도 뿐만 아니라 주관적인 판단에 의한 비만도가 포함되며(정근백, 1995; 김연희, 1992; 정옥임, 1991), 여성은 보통 주관적으로 자신의 체형을 평가할 때 실제보다 비만한 쪽으로 생각하게 되므로 그만큼 체중조절에 대한 관심과 경험이 늘어나게 되는 것으로 여겨진다. 주관적인 판단에 의한 비만도인 인지된 비만수준은 객관적 비만수준인 체질량지수(BMI)나 체지방량(PBF)과는 상관없이 자신의 체형에 대해 스스로 평가하고 있는 비만인식과 타인이 평가하는 비만인식을 뜻한다. 즉 객관적 비만수준에 의하면 비만이 아님에도 불구하고 자신이 판단하기에 비만이라고 생각하면 인지된 비만수준이 비만으로 결정되며, 이러한 인식은 그 사람의 행동에 영향을 미쳐 체중조절행동과 같은 결과를 가져오게 되는 것이다.

송명섭(1992)은 여대생의 비만도를 Broca 지수로 판정한 결과 72.5%가 정상체중 또는 저체중이었는데, 정상체중군의 68%와 저체중군의 28.1%가 체중조절을 시도한 경험이 있었고, 여대생을 대상으로 한 임영희(1989)와 김순경(1991)의 연구에서는 각각 82.6%와 81.1%가 체중조절에 관심 있는 것으로 나타났다. 조선진(1996)의 여대생을 대상으로 한 체중조절 실태 연구에서는 대상자들이 대체적으로 객관적인 비만수준보다 자신을 더 과체중에 가깝게 인식하는 것으로 나타났다. 응답자의 87.5%가 체중조절에 대한 관심이 있어 많은 여대생들이 체중조절을 원하는 것으로 나타났다.

이처럼 여대생의 체중조절은 최근 들어 사회적인 문제로 다루어질 만큼 큰 관심의 대상이 되고 있는데 이는 남성에 비해 여성이 신체에 관심을 기울이게 하는 사회적 압력을 받고 있고, 신체는 여성에게 있어 하나의 개인적 자원으로 작용하기 때문이며 이는 다

시 건강을 목적으로 한 것이 아닌 외모나 신체상의 이유로 체중조절을 시도하는 여대생들의 경향으로 나타난다(Hayes, 1987).

대상으로 여대생을 선정한 이유는 대학생들은 어느 연령층보다 의복에 대해 동질적이면서도 다양성을 요구할 뿐 아니라 패션에 민감하며(Horn & Gurel, 1981), 특히 여대생들은 연령적으로 청년기에 속하며 의복에 높은 흥미와 관심을 갖고 있기 때문이다. 또 이들에게 있어서 의복은 정서적인 안정, 이성에 대한 매력, 그리고 주변으로부터 인정받기 위한 수단으로 생각되고 있기 때문에 이들에게 있어 의복의 중요성이 큰 만큼 의류시장에서도 하나의 커다란 위치를 차지하고 있기 때문이다(Rosencranz, 1947; 이은영, 1985). 이들은 또한 어느 다른 집단보다도 패션의 변화가 잦을 뿐 아니라 급변하는 패션을 가장 쉽게 받아들이는 집단이다.

본문에서의 체중조절행동은 의도적으로 체중을 줄이는 것에 대한 행위와 관심도, 그리고 체중조절신념을 의미하며 여기에서의 체중조절신념은 체중조절이 일반적으로 무엇에 의해 좌우된다고 보는가에 관한 기대성향이다(조선진, 1996). 체중조절의 본래 의미는 의도적인 노력으로 체중을 늘이는 것과 줄이는 것 모두를 포함하나, 본 연구에서는 그 의미를 체중을 줄이는 것만으로 제한하였다.

## 2. 신체노출의복행동

인간은 최초로 여러 가지 목적으로 의복을 착용하였으나 대부분의 이론가들은 신체를 장식하려는 욕구가 아마도 옷을 입으려고 한 최초의 이유라고 주장하였다(김진구, 1991). 그러나 James(1918)는 신체의 장식미를 표현하기 위한 다양한 방법중의 한가지로 의복으로 인체의 성적 부위를 상징화하여 성적 흥미를 유발시키기도 하고, 인간 욕구의 자연스런 표현으로 신체를 노출시키기도 한다고 주장하였다.

이러한 이론에 의하면 신체노출은 정숙성과 상대되는 개념이라고 볼 수 있으며, 의복에서의 정숙성은 문화적 배경, 도덕, 사회적 규범 등에 대한 적응의 정도를 나타내는 것으로 시대와 장소에 따라 크게 다르고 같은 시대에도 개인의 성별, 연령, 가치관 등에 따라 달라지게 된다.

여러 연구자들의 정숙성에 대한 정의를 바탕으로 보면 정숙성이란 좁은 의미로는 성적 흥미와 관련된 신체 노출방지를 나타내며, 넓은 의미로는 사회적 규범의 준수로 눈에 띄지 않는 의복을 좋아하며 색상, 디자인, 재질, 노출에 있어서 보수적인 의복행동을 의미한다. 그러나 정숙성의 기준은 시대와 문화에 따라 다르며 개인에 따라서도 달라질 수 있다. 따라서 신체의 노출은 결국 의복의 정숙성과 완벽하게 상반되는 개념으로는 볼 수 없고 정숙성에 포함된 개념으로 볼 수 있으며, 의복행동에 대한 많은 연구들이 정숙성이라는 용어를 사용하여 이루어지고 있다.

Ellis(1936)는 아름다운 신체를 지닌 사람은 신체 노출과 장식을 강조하며, 반대로 미적으로 열등한 사람은 신체적 노출을 꺼리게 된다고 하여 노출에 있어 신체만족의 중요성을 강조하였다.

김정숙과 이수지(1996)의 연구에서도 신체만족도와 의복이 몸에 맞는 정도는 상관이 있어 신체만족도가 높을수록 타이트한 스타일이나 미니스타일을 선호하는데, 이는 외모에 자신이 있을수록 자신의 신체를 과시하려는 욕구가 강함을 나타낸다고 하였다. 또한 신체에 덜 만족할수록 체형을 별로 강조하지 않는 디자인을 선택하는데 이는 외형으로 인한 열등감을 극복하기 위한 것이며 자신에게 어울리는 의복을 선택함으로써 안정감을 갖게 된다는 것을 의미한다고 하였다.

임숙자(1992)는 여자 중학생이 신체의 결함을 의복으로 보완하고자 하는 경향이 있다고 하였고, 정삼호(1990)는 성인여성의 신체적 조건에 따라 의복선호가 다른데 극단적인 체형의 사람들은 자신의 체형을 의식하여 의복으로 신체적 외모를 보완할 수 있는 디자인을 선호한다는 결과를 얻고, 이에 체형을 고려한 의복디자인의 필요성을 제시하였다.

이상에서 볼 때 신체노출 의복행동은 여성의 마른 체형이 선호되는 것과 신체만족도와 관련이 있으며, 의복 착용자는 의복을 통해 신체적 외모를 보완하거나 강조하고자 함을 알 수 있다. 그러나 이제까지의 연구는 주로 신체노출 정도와 정숙성, 성격간의 관계만을 다룬 연구가 대부분이고 체중조절과 관련되어 신체노출 의복행동을 살펴본 연구는 전무하여 그에 관한 연구가 필요하다고 판단된다. 따라서 본 연구는 체

중조절행동과 신체만족도, 신체노출 의복행동 간의 관계를 살펴보고자 하는데 그 의의가 있다.

### III. 연구방법 및 절차

#### 1. 연구문제

연구문제 1: 여대생의 체중조절행동과 신체만족도, 신체노출 의복행동의 관계를 밝힌다.

연구문제 2: 여대생의 체중조절행동과 신체노출부위의 관계를 밝힌다.

연구문제 3: 여대생의 체중조절부위에 따른 신체노출부위를 알아본다.

#### 2. 측정도구 및 절차

##### 1) 체중조절행동 측정

체중조절행동의 측정은 Rossi(1994)의 "A Processes of Change Model for Weight Control for Participants in a Community Based Weight Loss Program"에서 발췌한 Process of Change Questionnaire(PCQ)의 48문항에서 예비조사를 통해 20문항을 선택하여 5점 Likert 척도로 측정하였으며, Cronbach's  $\alpha$  신뢰도는 .92로 높게 나타났다.

##### 2) 신체만족도 측정

신체만족도의 측정은 Mclean(1978)의 연구에서 사용된 Secord & Jourard(1953)의 Body Cathexis Scale 46문항을 번역하여 사용한 이영윤(1982), 고애란(1983), 김정숙(1985), 조성아(1992), 김희라(1992), 김양진(1992), 이수지(1993), 이연희(1996)의 선행연구에서 의복과의 관련연구에 보다 적합하다고 생각되는 13문항과 전체적인 만족의 평가를 위한 김양진(1992)의 1문항으로 총 14개의 문항을 예비조사를 통해 추출, 사용하여 5점 척도로 측정하였다. 신체만족도 측정 문항의 Cronbach's  $\alpha$  신뢰도는 .85로 나타났다.

##### 3) 신체노출 의복행동 측정

예비조사를 위해 이화여대 정문에서 1998년 8월 28일부터 9월 3일까지 촬영한 70장의 여대생 의복착용 사진을 분석하였다. 의복의 유형분류를 위해 70장의

사진에 일련번호를 붙인 후 이화여대 의류직물학과 대학원생 30명을 대상으로 유형분류를 하도록 하고 이화여대 의류직물학과 학부생들에게 노출정도가 심한 사진을 순서대로 1위부터 10위까지 선정하게 하였다. 선정된 사진중 각 사진의 넥라인, 소매, 스커트 디자인을 뽑아 조합(8×2×3)하여 48가지의 도식화를 그린 후 도식화를 통해 동일 의류직물학과 학부생들에게 노출정도를 측정하게 하여 예비조사의 결과 평균이 3.5 이상으로 노출정도가 높다고 평가된 도식화 12가지를 택한 후, 그 착용 정도를 '전혀 입지 않는다(1), 거의 입지 않는다(2), 자주 입는다(3), 항상 입는다(4)'의 4 점 척도로 평가하였다. 상의 넥라인, 소매형태, 허리여유분, 스커트길이의 도식화는 장혜원(1996)의 의복 품목별 스타일 분류에서 발췌한 도식화를 연구자가 예비조사를 통해 수정·보완하여 사용하였으며, Cronbach's  $\alpha$  신뢰도는 .87로 높게 나타났다.

### 3. 연구대상 및 자료수집과 분석

본 연구의 대상은 이화여자대학교에 재학중인 여대생으로 표본추출은 편의추출법을 이용하였다. 자료는 1998년 10월 2일부터 9일에 걸쳐 수집되었으며 총 400부의 설문지가 배부되어 380부가 회수되었고 응답이 불완전한 30부를 제외하고 350부가 분석자료로 사용되었다. 자료의 분석은 SAS 통계 Package를 사용하여 빈도와 백분율, 산술평균, t-test,  $\chi^2$ -test, Pearson의 적률상관관계 분석과 회귀분석을 실시하였으며, 측정도구의 신뢰도를 검증하기 위해 Cronbach's  $\alpha$ 를 산출하였다.

## IV. 연구결과 및 논의

### 1. 체중조절행동에 따른 연구대상의 분포

조사대상 여대생의 체중조절여부를 측정한 후 체중조절을 하는 집단과 체중조절행동을 안하는 집단으로 분류하였다. 체중조절여부에 따라 분류된 집단을 보면, 전체 연구대상자인 345명중 비조절집단이 14.5%, 체중조절 집단이 85.5%로 전체 연구대상자의 대부분이 체중조절행동을 하는 것으로 나타났다. 이는 여대생중 정상체중군의 68%와 저체중군의 28.1%가 체중조절을 시도한 경험이 있다는 송명섭(1992)의 연구나 여

대생 응답자의 87.5%가 체중조절에 대한 관심이 있다는 조선진(1996)의 연구와도 비슷한 결과를 보인다.

앞으로의 체중조절계획에 대한 질문에는 응답자의 80.2%가 긍정적인 대답을 하여 대부분의 여대생들이 체중조절을 하기를 원하는 것으로 나타났다. 체중조절시 원하는 감량정도로는 응답자의 26.7%가 3kg 미만을 감량하기 원한 반면, 53.5%의 여대생이 3kg 이상을 감량하기를 원한다고 대답해 여대생들이 자신의 신체에 대해 많은 양의 체중조절을 원하고 있었다. 이러한 결과로 미루어 보아 마른 체형을 이상적으로 생각하는 사회적 풍토의 조성으로 인해 여대생들이 자신의 신체에 대해 많은 양의 체중조절을 원함을 알 수 있으며, 학년별로는 체중조절 경험과 계획에 차이가 거의 나타나지 않았다.

## 2. 체중조절행동과 신체만족도, 신체노출 의복행동

### 1) 신체만족도, 신체노출 의복행동의 평균 및 점수 범위

전체 연구대상의 신체만족도, 신체노출 의복행동의 평균점수는 각각 2.55, 2.38로 전반적으로 낮았으며 이러한 결과는 여성들이 신체부위가 가늘고 긴 형태를 이상형으로 생각함으로써, 이상형과 현실과의 괴리감으로 인하여 신체에 대한 불만감이 높다는 박우미(1933)의 연구결과와 일치한다. 여대생의 신체노출 의복행동 정도도 대체로 낮아 아직까지도 다수의 여대생들이 신체를 많이 노출하는 의복을 꺼려하는 우리나라의 보수성이 강한 성향에 의해 어느정도 영향을 받고 있는 것으로 생각된다.

### 2) 체중조절행동과 신체만족도, 신체노출도와의 관계

체중조절행동과 신체만족도, 신체노출도와의 관계를 파악하기 위하여 Pearson의 적률상관계수를 산출한 결과  $r = -.373^{***}$ ,  $r = -.104^{***}$ 로 모두 부적으로 유의한 상관관계를 나타냈다. 이러한 결과는 비만체형보다는 마른체형을 선호하는 현대사회에서 자신이 마른 체형이라고 생각하여 신체만족도가 높은 집단이 자신의 체중에도 역시 만족하여 체중감량을 실시하지

않기 때문이라고 해석될 수 있다. 한편, 체중조절행동을 안하는 집단일수록 오늘날의 미의 기준인 마른 체형이 많으므로 신체노출을 통해 자신의 신체를 좀더 드러내길 원하였다. 반대로 체중조절 정도가 높은 집단은 신체노출을 적게 함으로 해서 자신의 체형을 최대한 보완할 수 있는 디자인을 통해 타인에게 보여지기를 원하는 것으로 나타났다.

### 3) 체중조절행동에 따른 신체만족도, 신체노출도의 비교

체중조절행동에 따른 신체만족도, 신체노출도의 차이를 비교, 분석한 결과는 <표 1>에 제시되었으며, 집단간 유의한 차이를 보였다. 체중조절을 하지 않는 비조절집단의 신체만족도가 더 높았고 신체노출 정도도 더 높게 나타나 의복착용시 더욱 자신의 신체를 노출함을 알 수 있고, 이러한 결과는 체중조절을 안하는 집단일수록 자신의 체형에 만족하여 신체노출을 통해 자신의 신체를 좀더 드러내길 원하기 때문일 것으로 해석된다.

### 4) 체중조절 부위와 신체만족, 신체노출 부위의 순위

여대생들이 체중조절을 원하는 부위는 허벅지, 배, 엉덩이, 종아리, 팔, 몸무게의 순으로 나타났고, 신체불만족 부위는 허벅지, 엉덩이, 배, 종아리, 몸무게, 전체적인 몸매의 순으로 나타났다. 따라서 조사대상 여대생들은 주로 하체부위에 불만족하며 이 부위의 체중감량을 원하고 있었다. 이는 여성들은 하체부위에 불만이 높다는 Secord와 Jourard(1954), 김양진(1992)의 연구결과와도 일치한다. 반면, 체중조절을 원하지 않는 부위의 순위는 목, 가슴, 어깨, 등의 순으로 나타났

고, 신체만족 부위 역시 목, 등, 어깨, 몸통의 순으로 나타나 여대생들은 주로 목, 어깨, 등 부위에 만족함을 알 수 있었다.

의복착용시 여대생들이 가장 많이 착용하는 의복은 주로 목, 어깨, 목+어깨(목과 어깨), 목+가슴(목과 가슴) 부위가 노출된 의복이었으며 이는 체중조절을 원하지 않는 부위, 신체만족 부위의 순위와도 일치한다. 또, 신체의 여러 부위가 한꺼번에 같이 노출된 의복보다는 목이나 다리, 어깨 등의 한 부위만 노출된 의복을 선호하는 것으로 나타났다. 체중조절 집단과 비체중조절 집단의 의복노출의 순위를 살펴본 결과, 비조절집단은 목+어깨+다리(목과 어깨, 다리) 부위를, 체중조절 집단은 목+가슴(목과 가슴) 부위를 많이 노출하는 것으로 나타났다. 이와 같은 결과는 비조절집단의 경우 마른 체형으로 목과 어깨, 다리 부위에 대한 신체만족도가 높아 의복을 통해 이를 드러내고자 하며, 체중조절 집단의 경우 자신의 신체중 몸무게에 대한 불만이 높아 체중조절을 실시하는 대신 비교적 가슴은 풍만하므로 의복착용시에도 가슴을 강조하거나 노출하는 의복을 선호하기 때문인 것으로 보인다. 이는 오늘날 사회의 이상형이 마르면서도 가슴과 허리, 엉덩이와 허리 사이의 차이가 10~12.5인치의 비례(Armstrong, 1987)인 서구의 이상적인 신체비례가 우리나라에 영향을 미침에 따라 우리의 이상형도 서구화된 데서 그 원인을 찾을 수 있겠다.

## 3. 신체만족, 체중조절행동, 신체노출 의복 행동간의 관계

신체만족, 체중조절행동, 신체노출 의복행동간의 관계를 보기 위하여 단계적 회귀분석(stepwise regression analysis)을 실시하였으며, <표 2>의 결과와 같이 모든 F 값이  $p<0.001$ 로 유의하게 나타나 다음과 같은 관계가 성립되었다. 즉, 신체만족은 체중조절행동에 부적인 영향을 미치며 신체노출 의복행동에는 정적인 영향을 미치고, 체중조절행동은 다시 신체노출 의복행동에 부적인 영향을 미쳤다. 따라서 여대생은 신체만족도가 높을수록 체중조절행동을 적게 하며 신체노출 정도가 높은 반면, 체중조절행동을 많이 할수록 신체노출 정도가 낮음을 [그림 1]을 통해 알 수 있다.

<표 1> 체중조절행동에 따른 신체만족도, 신체노출도의 비교

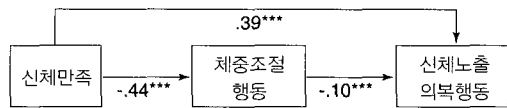
변인	비조절집단 (n=50)		체중조절 집단 (n=295)		t 값
	Mean	S. D.	Mean	S. D.	
신체만족도	3.04	0.55	2.47	0.51	7.33***
신체노출도	2.57	0.58	2.35	0.61	2.35*

\* $p<0.05$  \*\*\* $p<0.001$

〈표 2〉 신체만족, 체중조절행동, 신체노출 의복행동의 회귀분석 결과

종속변수	독립변수	Beta	R <sup>2</sup>	Adj R <sup>2</sup>	F 값
체중조절행동	신체만족	-.44	0.14	0.14	55.04***
신체노출 의복행동	신체만족	.39	0.13	0.12	49.10***
	체중조절행동	-.10	0.01	0.01	3.75***

\*\*\*p<0.001



〈그림 1〉 신체만족, 체중조절행동, 신체노출 의복행동의 관계

#### 4. 체중조절행동에 따른 부위별 신체노출도

체중조절행동에 따른 각 부위별 신체노출도를 살펴본 결과 〈표 3〉에서와 같이 체중조절행동과 의복 각 부위의 노출정도는 가슴 부위를 제외하고 모두 부적인 상관관계가 있는 것으로 나타나 체중조절 정도가 높을수록 의복의 각 부위별 노출정도는 낮음을 알 수 있었다. 그러나 가슴 부위의 경우 다른 노출부위와 상반되는 정적인 상관관계를 보였는데, 이는 여대생이 의복을 통해 자신의 신체중 자신이 없는 부위를 감추어서

체형을 보완하고자 하는 반면, 자신의 신체중 자신 있는 부위는 그 아름다움을 과시하기 위하여 노출하는 도구로 사용하기 때문에 나타나는 것으로 생각된다.

#### 5. 체중조절부위에 따른 착용 의복노출 부위

체중조절부위에 따른 착용 의복의 부위별 신체노출도를 살펴보기 위해 t-test를 실시한 결과, 각 신체부위의 체중조절을 원하는지의 여부가 의복의 각 부위별 노출도에 영향을 미치는 것으로 나타났다.

〈표 4〉에서 보면, 목부위를 체중조절하는 집단일수

〈표 3〉 체중조절행동과 부위별 신체노출도와의 관계

노출 부위	체중조절행동
1. 다리 노출	-.154**
2. 어깨 노출	-.102
3. 목+다리 노출	-.129*
4. 목+어깨 노출	-.116*
5. 목+가슴 노출	.183***
6. 어깨+다리 노출	-.168**
7. 목+어깨+가슴 노출	-.031
8. 목+가슴+다리 노출	-.015
9. 목+어깨+다리 노출	-.243***
10. 목+어깨+가슴+다리 노출	-.082

\*p<0.05 \*\*p<0.01 \*\*\*p<0.001

〈표 4〉 체중조절 부위에 따른 착용 의복노출 부위

체중조절부위	의복부위	집단	N	Mean	S.D.	t 값
목	상의	비조절집단	303	2.40	0.67	0.87
		체중조절 집단	42	2.29	0.83	
팔	소매형태	비조절집단	141	1.80	0.63	4.48***
		체중조절 집단	204	1.50	0.62	
허리	상의	비조절집단	163	2.93	0.88	2.49*
		체중조절 집단	182	2.68	0.98	
배	허리여유분	비조절집단	88	3.00	0.80	2.49*
		체중조절 집단	257	2.74	0.97	
몸통	상의	비조절집단	257	2.93	0.89	4.46***
		체중조절 집단	88	2.43	0.97	
허벅지	스커트길이	비조절집단	59	3.07	1.05	1.67
		체중조절 집단	286	2.81	1.08	
종아리	스커트길이	비조절집단	135	3.17	0.92	4.67***
		체중조절 집단	210	2.65	1.13	

\*p<0.05 \*\*\*p<0.001

록 상의네크라인 노출정도가 낮았으나 구체적인 착용 네크라인의 빈도에 있어서는 유의한 차이가 나타나지 않았다. 또 팔부위의 체중조절을 원하지 않는 집단의 소매 노출정도는 체중조절을 원하는 집단보다 높게 나타나 팔부위를 체중조절하는 집단일수록 소매 노출정도가 낮음을 알 수 있었다. 허리와 배, 몸통 부위의 경우 체중조절을 원하지 않는 집단의 상의 허리여유분 노출정도는 체중조절을 원하는 집단보다 높게 나타났고 이중 특히 몸통부위의 체중조절을 원하는 집단의 상의허리 노출정도가 가장 낮게 나타나 상의 여유분이 넉넉한 의복을 통해 자신의 몸통부분을 가리려 하는 것으로 보였다. 허벅지와 종아리 부위의 체중조절을 원하지 않는 집단의 스커트길이는 체중조절 집단보다 짧게 나타나 스커트 노출정도(다리 노출정도)가 높음을 알 수 있다. 이중 특히 종아리부위의 체중조절 집단의 스커트 노출정도가 비조절집단보다 현저히 낮게 나타났다.

### 7. 체중조절 부위에 따른 착용의복 스타일

체중조절 부위에 따른 착용의복의 노출정도를 살펴 보기 위하여 빈도, 백분율,  $\chi^2$ -test를 실시하였고, 그 결과는 <표 5>과 같다.

체중조절 여부를 떠나 여대생들이 가장 많이 착용하는 상의는 허리여유분 5~6cm로 나타났으며, 구체적인 착용 스타일을 살펴보면, 자신의 신체중 허리의 체중조절을 원하지 않는 집단은 허리여유분 3~4cm의 타이트한 상의를 선호한 반면, 허리부위의 체중감량을 원하는 집단은 여유분 7~8cm의 상의를 상대적으로 선호하였다. 배의 경우 비조절집단은 허리여유분 5~6cm의 상의를 선호하였으나 체형을 드러내지 않는 박스형을 착용하는 여대생은 매우 적었고, 체중조절 집단은 허리여유분 7~8cm나 박스형의 체형을 드러내지 않는 상의의 착용정도가 높았다. 허리의 피트성에 있어서 자신의 신체중 몸통의 체중조절을 원하지 않는 집단은 허리여유분 3~4cm의 타이트한 상의를 선호한 반면, 몸통부위의 체중감량을 원하는 집단은 허리여유분 7~8cm와 여유분이 넉넉한 박스형을 선호하였다. 즉, 허리와 배, 몸통부위의 체중조절을 원하는 집단일수록 허리의 여유분이 많은 넉넉한 상의를 착용하여

그부위를 드러내지 않음을 알 수 있었다.

마지막으로 허벅지와 종아리 부위를 체중조절하는 집단일수록 스커트의 노출정도가 낮았으며, 특히 종아리부위의 체중조절을 원하는 집단과 원하지 않는 집단의 스커트길이 노출정도의 차이가 크게 나타났다. 전체 연구대상이 가장 많이 착용하는 스커트길이는 종아리의 체중조절여부에 상관없이 무릎길이로 나타났고, 종아리부위의 비조절집단은 무릎위 5cm의 짧은 스커트를 착용한 반면, 종아리 체중조절 집단은 발목 길이의 긴 스커트를 많이 착용함이 나타났다. 즉, 중

<표 5> 허리, 배, 몸통, 종아리의 체중조절에 따른 착용 의복

체중조절 부위	허리여유분	비조절 집단	체중조절 집단	계
허리	박스형	15(9.2)	25(13.7)	40(11.6)
	허리여유분 7-8cm	24(14.7)	47(25.8)	71(20.6)
	허리여유분 5-6cm	81(49.7)	69(37.9)	150(43.5)
	허리여유분 3-4cm	43(26.4)	41(22.6)	84(24.3)
계	163(47.3)	182(52.7)	345(100.0)	
		$\chi^2 = 9.94^*$		df = 3
배	박스형	6(6.8)	34(13.2)	40(11.6)
	허리여유분 7-8cm	10(11.4)	61(23.7)	71(20.6)
	허리여유분 5-6cm	50(56.8)	100(38.9)	150(43.5)
	허리여유분 3-4cm	22(25.0)	62(24.2)	84(24.3)
계	88(25.5)	257(74.5)	345(100.0)	
		$\chi^2 = 12.06^{**}$		df = 3
몸통	박스형	23(9.0)	17(19.3)	40(11.6)
	허리여유분 7-8cm	42(16.3)	29(33.0)	71(20.6)
	허리여유분 5-6cm	121(47.1)	29(33.0)	150(43.5)
	허리여유분 3-4cm	71(27.6)	13(14.7)	84(24.3)
계	257(74.5)	88(25.5)	345(100.0)	
		$\chi^2 = 22.33^{**}$		df = 3
체중조절 부위	스커트길이	비조절 집단	체중조절 집단	계
종아리	발목 길이	11(8.2)	52(24.8)	63(18.3)
	무릎아래 10cm	9(6.7)	21(10.0)	30(8.7)
	무릎 길이	66(48.9)	90(42.9)	156(45.2)
	무릎 위 5cm	44(32.6)	42(20.0)	86(24.9)
	무릎 위 15cm	5(3.6)	5(2.3)	10(2.9)
계	135(39.1)	210(60.9)	345(100.0)	
		$\chi^2 = 19.86^{**}$		df = 4

\*p<0.05 \*\*p<0.01



〈표 6〉 체중조절부위에 따른 신체노출부위의 유의성 비교

의복부위 \ 체중조절 부위	목	팔	허리	배	몸통	허벅지	종아리
상의 네크라인							
소매형태		***					
상의 허리여유분			*	*	***		
스커트길이							***

\*p<0.05 \*\*\*p<0.001

아리부위의 체중조절을 원하는 집단일수록 무릎선 이하 길이의 긴 스커트를 더 많이 착용하였다.

체중조절부위에 따른 신체노출부위의 유의성을 비교한 〈표 6〉을 통해 그 결과를 종합적으로 제시하면 아래와 같다.

### V. 결론 및 마케팅 시사점

본 연구는 의류산업에 있어 중요한 소비층을 형성하는 여대생을 대상으로 체중조절행동이 신체노출 의복행동에 미치는 영향과 그에 따른 노출 의복스타일을 분석함으로써 여대생 의복의 시장세분화와 의복행동 분석에 도움을 주며, 소비자특성에 따라 표적시장에 가까운 의복마케팅 전략수립에 도움을 주고자 하였으며, 자료분석의 결과는 다음과 같다.

첫째, 전체 연구대상 여대생의 85.5%가 체중조절행동을 하며, 그중 53.5%가 3kg 이상의 많은 양의 체중조절을 원했다.

둘째, 여대생은 전반적으로 자신의 신체에 대해 만족하고 있지 않았으며, 신체만족도가 낮을수록 체중조절 정도가 높으며 신체노출 정도도 낮았다. 체중조절을 원하는 부위와 신체불만족 부위는 허벅지, 배, 엉덩이, 종아리, 뒤통수로 거의 일치하였다. 여대생이 가장 선호하는 노출의복은 주로 목 부위를 노출하는 의복으로 신체의 여러 부위가 동시에 노출된 의복보다는 목이나 다리, 어깨 등의 한 부위만 노출된 의복을 선호하였으며, 비조절집단은 목+어깨+다리부위를, 체중조절 집단은 목+가슴 부위를 많이 노출하는 차이가 있었다.

셋째, 체중조절 정도에 따른 부위별 신체노출도를

살펴본 결과, 체중조절 정도가 높을수록 다리, 목+다리, 어깨+다리, 목+가슴, 목+어깨, 목+어깨, 다리 부위의 신체노출 정도가 낮게 나타났다. 그러나 목+가슴 노출 의복의 경우에는 그 반대의 경향을 보여 체중조절을 많이 할수록 목+가슴을 노출하는 의복을 많이 착용하였다.

넷째, 체중조절부위에 따른 신체노출부위를 살펴본 결과 목, 팔, 허리, 배, 몸통, 종아리 부위의 체중조절을 원하는 집단의 상의네크라인, 소매형태, 상의 허리여유분, 스커트길이의 노출정도가 낮게 나타났다.

이러한 결과는 체중조절 정도가 낮을수록 외모에 자신이 있어 자신의 신체를 과시하려는 욕구가 강한 반면, 체중조절 정도가 높을수록 자신의 체형을 별로 강조하지 않는 디자인을 선택한다는 김정숙(1984)과 이수지(1993)의 연구결과와도 일치하며, 이는 외형으로 인한 열등감을 극복하기 위해 자신에게 어울리는 의복을 선택함으로써 심리적 안정감을 갖게 된다는 것을 의미한다.

이제까지의 연구결과에 따르면 체중조절 정도와 체중조절 부위는 모두 여대생의 신체노출 정도와 신체노출 부위에 영향을 미쳤다. 즉, 여대생들은 의복 착용 시 자신의 체중조절부위를 고려하며, 이는 다시 그 부위의 의복노출정도와의 연결되는 것으로 나타났다. 따라서 본 연구를 통해 여대생 집단은 자신의 실제체형과 사회적으로 인정된 이상적인 체형과의 거리를 좁히기 위해 체중조절행동의 경향이 높은 것을 알 수 있으며, 이에 따른 마케팅 전략을 제시하면 다음과 같다.

첫째, 본 연구의 결과 대부분의 여대생이 체중조절행동을 하며, 체중조절 부위도 각각 다르게 나타남을

알 수 있었다. 체중감량을 원하는 대부분의 여대생은 자신이 보다 마른 체형으로 보이기를 원하므로 여대생을 대상으로 하는 브랜드의 의복을 디자인 할 때 좀 더 날씬해 보일 수 있는 디자인과 패턴을 개발하여 여대생들이 체중감량을 원하는 부위를 보완할 수 있도록 하여야 할 것이다. 따라서 여대생을 주소비층으로 하는 브랜드는 각각의 체중조절 정도에 따라 집단을 세분화하여 각 집단에 적절한 상품기획과 마케팅 전략을 세워야 하겠다.

둘째, 여대생들의 신체노출 정도는 대체로 낮게 나타나 여대생들이 반드시 유행에 따라 몸에 타이트하고 노출이 심한 의복스타일만을 선호하는 것은 아니며, 체중조절을 많이 하는 집단일수록 노출이 심한 의복의 선호도가 낮음을 고려하여 여대생의 의복을 디자인해야 할 것이다. 따라서 각 시즌에 따라 노출의복이 유행한다 하더라도 의류업계에서는 노출정도가 낮은 체중조절 집단을 고려하여 각각의 노출정도가 다른 디자인을 선보여야 할 것이다. 또한 여대생들은 의복착용시 신체의 여러 부위가 동시에 노출된 의복보다는 목이나 다리, 어깨 등의 한 부위만 노출된 의복을 선호하는 것으로 나타나 전체적으로 노출이 심한 의복보다 신체 각 부위별로 노출정도를 달리한 다양한 디자인이 필요하다고 생각된다.

따라서 여대생을 주대상으로 하는 제품개발자는 여대생이 하나의 집단이 아닌 체중조절행동에 따른 다양한 집단으로 나뉘어짐을 상기하고 이를 기초로 하여 좀 더 다양화되고 체형을 보완해줄 수 있는 디자인의 제품개발에 유의하여야 할 것이며, 의복의 패턴체계도 세분화되어 여대생의 각 부위별 특성에 맞게 재 정비되어야 할 것이다. 이를 위해서는 학계와 업계 모두의 산학협동에 의한 노력과 연구가 뒷받침되어야 할 것으로 생각된다.

후속연구를 위한 제언은 다음과 같다.

첫째, 연구대상을 선정함에 있어 성별, 연령별, 지역별로 표집하여 비교 연구함으로써 보다 의미 있는 결과를 얻을 수 있으며, 체중조절행동 집단 내에서도 그 정도를 달리하여 각 집단의 의복행동 차이를 연구할 수 있을 것이다.

둘째, 신체만족도, 체중조절행동과 신체노출 의복

행동의 측정에 있어 우리나라의 실정에 보다 적합하고 합리적인 측정도구가 개발되어야 할 것이다.

## 참 고 문 헌

- 고애란(1982), 성인남자의 의복행동과 강화통제 및 신체적 만족과의 상관연구, 연세대학교 대학원 석사학위논문.
- 고애란 · 강혜원(1992), 의복의 색과 신체노출이 정숙성인상에 미치는 영향, 한국의류학회지, 16(3), 181-196.
- 국민영양조사 보고서(1992), 보건사회부.
- 김경옥(1983), 의복의 노출에 관한 연구 : 현대 이전까지의 여성복을 중심으로, 숙명여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 김양진 · 강혜원(1992), 의복 및 신체만족도와 학업성취도가 사회적 자아존중감에 미치는 영향, 한국의류학회지, 16(2), 197-209.
- 김인숙 · 신소진(1994), 신체노출을 탈리한 남성 캐주얼 복장에 대한 남 · 녀대학생의 인상 형성, 한국의류학회지, 18(4), 501-514.
- 김정순(1993), 우리나라 사망원인의 변천과 현황, 대한의학협회지 36(3), 271-284.
- 김진구(1991), 복식사회심리학, 경춘사.
- 김혜선(1958), 서양복식사, 경복 : 문화사.
- 박기완(1988), 패션코디네이트, 유신문화사.
- 박선영(1998), 성인여성의 신체이미지와 의복착용스타일, 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 박우미(1993), 우리나라 여성의 신체에 대한 의식구조, 대한가정학회지, 31(1), 163-180.
- 박혜순(1996), 여대생 '몸매 콤플렉스' 심하다, 조선일보, 23507호-1996.10.9, 39.
- 심정은(1996), 청소년기의 자의식 및 체중조절행동과 의복행동과의 관련 연구, 연세대학교 대학원 석사학위논문.
- 이명희(1982), 예의 · 정숙성과 심미성을 중심으로 한 대학생의 의복행동과 관련된 심리적 변인 연구, 이화여자대학교 대학원 박사학위논문.
- 이수지(1996), 성인 여성의 신체만족도 및 스트레스에 따른 미니 스타일 선호에 관한 연구, 건국대학교 대학원 석사학위논문.
- 이연희(1996), 유행선도력과 의복 및 신체만족도와와의 상관

- 연구, 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 임숙자(1992), 여대생의 의복행동에 관한 연구, 이화여자대학교 대학원 박사학위논문.
- 장혜원(1995), 사회계층에 따른 의복행동에 관한 연구, 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 정명선(1984), 남녀대학생의 의복에 대한 정숙성과 의복 가치관에 관한 연구, 한국의류학회지, 8(1), 85-94.
- 정삼호(1990), 성인여성의 체형과 연령에 따른 의복디자인 선호연구, 숙명여자대학교 대학원 박사학위논문.
- 정재은(1992), 20대 여성의 실제 체형과 이상형에 관한 연구, 서울대학교 대학원 석사학위논문.
- 조선진(1996), 일부 여대생의 비만수준 및 체중조절행태가 스트레스에 미치는 영향, 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 한미연(1994), 여대생의 사회적 태도와 신체 노출 의복행동에 관한 연구, 한양대학교 대학원 석사학위논문.
- 홍미령(1995), 비만인의 자기조절행위와 체중조절에 관한 구조모형, 경희대학교 대학원 박사학위논문.
- Allison B. David(1995), *Handbook of Assessment Methods for Eating Behaviors and Weight-related Problems*, SAGE Publications, Inc.
- Cash Thomas F., Thomas Pruzinsky(1990), *Body Images*, Guilford Publications, Inc.
- Cash, T., Winstead, B., & Janda, L.(1986), The great American shape-up : Body image survey report, *Psychology Today*, 20(4), 30-37.
- Festinger L.(1954), A Theory of Social Comparison Process, *Human Relations*, 7, 117-140.
- Horn, M. J., & Gurel, L. M.(1981), *The second skin*(3rd ed). Boston, Houghton Mifflin. Co.
- Lerner R.M, Karabenick S. A. & Stuart J. L.(1973), Relations Among Physical Attractiveness, Body Attitudes, and Self-concept in Male and Female College Students, *Journal of Psychology*, 85(1), 119-129.
- Littrell Mary A., Mary L. Damhorst & John M. Littrell(1990), Clothing Interests, Body Satisfaction, and Eating Behavior of Adolescent Females, *Adolescence*, 115(97).
- Mable, H. M., Balance, W. D., & Galgan, R. J.(1991), Body image distortion and dissatisfaction in university students, *Perceptual and Motor Skills*, 63, 907-911.
- McLean F. P.(1978), *The Process of Aging Related to Body Cathexis and to Clothing Satisfaction*, Unpublished doctoral dissertation, The Utah Univ.
- Megel E. Mary et al.(1994), Health Promotion, Self-Esteem, and Weight Among Male College Freshmen, *Health Values*, 18(4).
- Millman, M.(1980), *Such a pretty face, Being fat in America*, New York, W.W.Norton & company.
- Thompson, J. K.(1990), *Body Image Disturbance, Assessment and Treatment*, Pergamon, Elmsford, NY.
- Troxell(1973), *Fashion Merchandising*, New York, The Ronald Press Co.