

외모의 사회문화적 태도와 신체비만도가 신체이미지와 신체만족도에 미치는 영향

홍금희

신라대학교 패션산업학부

The Influence of the Sociocultural Attitudes toward Appearance and BMI on Body Image and Body Satisfaction

Keum-Hee Hong

Division of Fashion Industry, Silla University, Busan, Korea

Abstract : This study was designed to find out how the sociocultural attitudes toward appearance, BMI(Body Mass Index) of adult women affect their body image and body satisfaction. A questionnaire was prepared in the survey and a total of 456 adult women were selected by way of stratified random sampling. The research findings are as follows. The sociocultural attitudes toward appearance were shown in two factors of 'internalization' and 'recognition'. The body image was shown in three dimensions of 'care for appearance,' 'concern about weight,' and 'appearance attractiveness'. Internalization, recognition, and BMI affected care for appearance. Concern about weight was affected by internalization, and BMI. Appearance attractiveness was affected only by BMI. Most people were not satisfied with their weight and overall body shape in spite that they in fact had normal or lean figures except 3.3% of the total samples. From the above research findings, adult women's satisfaction with their body was shown high when they were subjectively satisfied with their appearance attractiveness. And the results indicate that adult women are under pressure of socioculturally distorted image of beauty.

Key words : sociocultural attitudes toward appearance, BMI, body image, body satisfaction

1. 서 론

최근의 신체와 외모에 대한 지대한 관심은 '건강'과 '미'에 집중되면서 매스 미디어를 통해 몸짱, 열짱 등의 신조어와 함께 이에 대한 수많은 담론을 낳고 있다.

첫인상에 영향을 미치는 가장 큰 대인지각의 단서는 신체적 외모이다. 외모의 아름다움과 매력은 대인지각의 후향효과로 작용하여 개인의 능력과 같은 다른 특질까지 긍정적으로 평가하게 한다. 즉 개인의 좋은 신체적 외모는 곧 개인의 행복과 사회적 성공으로 연결된다고 일반적으로 생각하여 신체와 외모 향상에 많은 시간과 노력과 돈을 투자하고 있다. 최근 인터넷 쇼핑몰인 인터파크에서 남녀 회원들을 대상으로 한 연구에 의하면 남성 6명중 1명, 여성 4명중 한명이 성형수술을 받은 적이 있다는 조사결과가 있다(국민일보, 2004). 2002년의 대흥기획의 라이프스타일 조사에서도 아름다워질 수 있다면 성형수술을 하는 것도 괜찮다고 대답한 사람이 1998년 약 30%에서 2001년 약 40%로 급격하게 증가하였다. 특히 조사 결과 뚜렷하게 나타난 것은 10년 전 조사에 비하여 10대와 20대의 외모

와 패션에 대한 관심은 다소 감소 또는 유지되는 반면, 40-50대의 중장년층의 패션 관심이 비교적 크게 늘어나면서 전체적인 상승을 주도했다는 것이다. 패션관련 기사나 잡지를 즐겨본다는 항목이나 주위 사람의 옷차림에 대해서도 많은 관심을 갖고 있다는 문항에서도 40-50대의 응답이 10대-20대의 관심과 비슷한 수준을 보여 과거의 점잖고 중후해야 한다는 중장년층의 라이프스타일이 젊어지고 있는 현상(down-aging trend)을 보이고 있다. 이처럼 외모나 몸에 대한 관심은 이제 연령 벽을 넘어 사회전반의 화두로 대두되었다.

개인의 신체이미지는 그 사회의 외모에 대한 고정관념과 사회 문화의 가치기준에 의해 영향을 받는다. Cash(1990b)는 우리사회 내에 존재하는 신체적 매력에 대한 사회적 기준에 따라 신체이미지가 결정된다고 하였다. 신체적 매력에 대한 사회·문화적 영향력은 성별에 따라 다르게 작용되는데 여성의 매력은 특히 날씬함이 중요한 요소로 지목된다. Fisher(1986) 역시 대체적으로 여성이 남성에 비하여 자신의 외모에 대해 비판적이며, 특히 체중에 집착한다고 주장하였다. 또한 마른 신체는 아름다움, 건강, 바람직한 것, 성숙한 것으로 간주되고 있어 현대 여성들에게 가장 중요한 조건 중의 하나라고 하였다(Lennon·Rudd, 1994). 이때 TV나 잡지와 같은 매스미디어는 구체적으로 이상적인 외모의 전형을 시각적으로 보여줌으로써

Corresponding author; Keum-Hee Hong
Tel. +82-51-309-5454, Fax. +82-51-309-5176
E-mail: khhong@silla.ac.kr

개인의 아름다움 추구행위를 더욱 가속화시키는 매개체로서 역할을 한다.

이렇듯 외모가 중시되는 시대이므로 외모에 대한 사회문화적 태도는 개인의 미에 대한 수용과 기호를 결정할 뿐만 아니라 자신에 대한 전반적인 평가에 영향을 미친다. Mckinley & Hyde(1996)은 많은 연구들에서 여성이 남성보다 신체존중감이 낮게 나타난 원인을 규명하면서 여성의 성역할 규범이나 미디어 압력만으로는 설명이 부족하다고 하였다. 오히려 그보다는 여성에게 문화적으로 부과되어 있는 아름다움의 기준을 스스로 내면화하여 신념을 형성하기 때문이라고 설명하였다. 즉 여성의 신체는 '보여지는(to be look at)' 대상으로서의 구성체이기 때문에 여성들은 자기 신체를 마치 외부 관찰자인 것처럼 보는 것을 배우고 여성적 신체에 관한 문화적 기준을 내면화한다고 하였다.

따라서 외모에 대한 문화적 기준의 내면화와 외모인식은 여성들로 하여금 사회문화적으로 현재 수용되고 있는 이상적인 미에 가깝도록 다이어트나 운동 등 외모 관리 행동을 하게 하고, 극단적인 경우에는 지나친 다이어트로 섭식장애를 일으키기도 하고 약물 복용을 하거나 성형수술을 감행하기도 한다.

이에 따라 본 연구에서는 외모에 대한 사회문화적인 태도와 실제 신체비만도 지수인 BMI가 개인의 신체이미지 지각에 어떻게 영향을 주며 그에 따른 신체만족도는 어떠한지를 알아보고자 하였다. 아울러 최근의 중년층의 다른 에이징 경향이 과연 나타나는지도 알아보기 위해 연령대 별 차이도 살펴보고자 한다.

2. 이론적 배경

2.1. 외모에 대한 사회문화적 태도와 신체비만도

Rudd & Lennon(2001)은 미(美)란 문화적 구성요소이면서 사회적 구성요소라고 하였다. 따라서 여성의 이상적인 외모는 문화적 역사적인 변천에 따라 점차 변형되고 변천되어져 왔는데, 최근의 경향은 극도로 마른 몸매가 TV나 잡지에 의해 사회적 이상으로 강조되고 있다. Cash et al.(1986)이 MBSRQ로 측정한 연구에 의하면 남성의 34%와 여성의 30%가 자신의 외모에 불만족스러워하였는데, 그 중 복부 부분이 가장 불만족스러웠고, 그 다음이 몸무게로 나타났으며, 키와 얼굴생김새는 대체로 만족하였다.

강상현(2000)은 한국 여성들은 자기 신체를 타인의 평가에 근거해서 지각하는 경향이 강하고 다른 사람과 자신의 외모를 끊임없이 비교하기 때문에 이상적인 신체이미지를 향해 저체중의 여성조차 다이어트에 집착하는 현상을 보인다고 하였다. 조선명·고애란(2001)에 의하면 청년기 여성은 매스미디어에 비취지는 이상적인 외모를 통해 이상적인 미의 사회적 기준을 내면화하고 자신의 신체적 외모의 중요성을 인식하여 신체적 외모에 대해 열중하는 인지적·행동적 성향이 매우 높다고 하였다. 특히 청소년 초기인 고등학교 시기에는 신체적 외모에 대

한 사회문화적 태도는 인지적·행동적 차원에 큰 영향을 미쳤고 신체 이미지의 감정적 차원 역시 이 시기에 가장 강하게 표현되었다. 따라서 청소년기의 여학생은 고등학교 시기에 신체에 대한 태도가 최고를 이룬다는 것을 알 수 있다. 그러다가 청소년 후기인 대학생 집단에서는 점차 줄어드는 것으로 나타났다.

실제 신체비만도 계수인 BMI 지수와 체형인지도 관계 연구(성민정·김희은, 2001)를 보면 인지 체형과 실제 체형 사이에 많은 차이가 있어 객관적인 결과보다 자신을 크게 인식하여 지나치게 비만하다고 평가하였다. 그리고 대체적으로 기늘고 길며 수척한 체형에 대하여 신체만족도가 높았으며, 몸무게 및 토르소 무게가 신체만족도에 가장 큰 영향을 미쳤다. 미국여대생과 비교한 박은아(2003)의 연구에서도 미국여대생은 BMI가 20.83으로 정상체중이나 한국여대생은 평균 16.02로 저체중의 마른 체형으로 나타나 건강이 우려되는 것으로 나타났다.

이상의 연구에서 보듯이 여성들은 매스미디어를 통해 나타난 이상적인 미의 사회적 기준을 내면화하여 실제 날씬함에도 불구하고 보다 키가 더 크고 더 마른 이상적인 미와 비교함으로써 신체만족도는 낮은 경향을 보였다.

2.2. 신체이미지

신체이미지(body image)란 자신의 신체에 대하여 가지고 있는 정신적인 상(mental image)으로서 자아개념의 근본적인 핵심요소일 뿐 아니라 자아개념의 한 평가적 구성요소로 작용한다. 즉 신체 이미지는 자기개념 형성과 표현에 중심적인 역할을 하는 것으로 개인이 세상으로부터 다양한 경험을 겪으면서 정체감을 형성하게 되는 과정에서 얻게 되는 신체에 대한 응축된 개념으로서 자신의 신체에 대한 주관적인 이미지라고 볼 수 있다(성연신, 1997).

Cash(1990a)는 신체이미지의 특성을 다음의 네 가지로 설명하였다. 첫째, 신체이미지는 다차원적으로 감정적 측면과 인지적/행동적 측면으로 구성되어 있으며, 둘째, 신체이미지는 우리 사회 내에 존재하는 신체적 매력에 대한 사회적 기준에 의해 결정이 되고, 셋째, 신체이미지는 고정되지 않고 항상 변화하는 속성을 가지며 매력적인 광고모델들은 신체에 대한 의식을 강화하는 요인으로 작용한다. 그에 따라 의복이나 보석, 화장, 향수 등을 통해 개인의 신체이미지를 향상시킨다고 하였다. 그리고 넷째, 신체이미지는 행동에 영향을 주어 불만족스런 신체부분이나 체형을 가리고 보충하는 노력을 동기화시킨다고 하였다. Thompson(1990) 역시 일반적으로 신체 외모의 구성요소는 지각적 요소와 주관적 요소 및 행동적 요소로 이루어져 있다고 하였다.

김광경 외(2001)는 Cash(1990a)의 다차원적 신체이미지로 신체이미지를 요인 분석하였는데, 그 결과 하위차원으로 외모관심, 신체매력, 몸매관리, 운동능력의 4개 요인으로 나타났다. 이때 외모와 몸매관리에 관심이 높은 사람은 의복에서 개성을 중요시하고 자신의 신체를 돋보이려고 노력하며 의복으로 사회적

인정을 받으려 하고 성적 매력을 나타낼 수 있는 옷을 선호한다고 하였다. 또한 자신의 신체가 매력적이고 운동능력이 있다고 생각하는 사람은 의복으로 개성을 추구하고 몸매를 강조하는 의복을 선호한다고 하였다.

송경자·김재숙(2005)의 연구에 의하면 신체이미지에는 실제 자신의 체형크기보다는 지각된 체형크기가 더 중요하게 영향을 미쳐, 자신을 따른 체형으로 인지할수록 자아개념과 의복과시성이 높았고, 자신의 신체지각에서 왜곡이 적을수록 자아개념이 높은 것으로 나타났다.

2.4. 연령에 따른 신체만족도

자신의 신체에 대한 만족, 불만족의 정도를 나타내는 신체만족도는 이상적인 신체이미지에 가까울수록 만족도가 높다(송경자·김재숙, 2005).

여대생을 대상으로 신체만족도에 따른 다차원적 신체이미지를 연구한 추태귀(2002)의 연구를 보면 전반적으로 여대생의 신체만족도는 다소 낮아 불만족한 편이었고, 특히 하체와 체중에서 가장 불만족하였다. 그리고 신체만족도가 높을수록 자신의 신체에 대하여 매력적으로 느끼고 체중조절행동을 덜 하는 편으로 나타났다. 그러나 외모의식은 신체만족도와 관계없이 높은 편으로 나타났다. 신체만족도가 높을수록 성적매력, 개성, 실용성을 더 추구하였으며, 신체만족도가 낮은 집단은 신체적 결점을 보완하기 위하여 의복을 더 많이 사용하는 것으로 나타났다.

전경란·이명희(2002)의 연구에 의하면 40대가 30대 이하보다 신체만족도가 높게 나타났다. 이와 같은 결과는 10대와 20대가 외모관심은 더 높지만 기대 수준 역시 높기 때문에 40대에 비하여 오히려 상대적으로 신체만족도가 낮아졌다. 20대는 성형가치를 높게 평가하였으나 40대는 낮게 평가하였으며 성형동조 현상의 경우도 20대가 다른 연령층에 비해서 비교적 높게 나타나 20대의 기대수준이 높았다.

송경자·김재숙(2005)의 20대와 40대의 신체이미지 지각과 신체만족도에 대한 비교연구를 보면 40대 여성은 20대보다 자신을 더 날씬한 것으로 지각하였으며, 신체만족도도 역시 40대가 더 높은 것으로 나타났다. 연구자들은 이와같은 결과가 자신을 타인과 비교함으로써 자신에 대한 평가를 형성한다는 사회적 비교이론을 지지한다고 하였다.

이상의 연구결과를 보면 20대보다 40대가 기대수준이 낮아 상대적으로 신체만족도가 높았으며 외모관리행동도 적게 하는 것으로 나타났다. 그러나 최근의 40대의 다운에이징 경향은 다른 결과가 예상된다.

3. 연구방법

3.1. 연구문제

본 연구의 연구문제는 다음과 같다.

연구문제1 : 외모에 대한 사회문화적 태도 차원과 신체이미지 차원과의 관계를 알아본다.

연구문제2 : 외모에 대한 사회문화적 태도와 BMI가 신체이미지에 어떤 영향을 미치는지를 알아본다.

연구문제3 : 외모에 대한 사회문화적 태도, BMI 및 신체이미지가 신체만족도에 어떤 영향을 미치는지를 알아본다.

연구문제4 : 연령별 관련 변수들의 차이를 알아본다.

3.2. 측정도구

외모에 대한 사회문화적 태도 : 외모에 대한 사회문화적 태도란 신체적 외모의 중요성과 이상적인 미에 대한 사회적 기준에 대한 개인의 태도를 의미하는 것으로 Heinberg et al.(1995)이 개발한 문항(Sociocultural Attitude toward Appearance Questionnaire: SATAQ)을 사용하였다. 총 14문항으로 5점 리커트 척도로 측정되었다.

신체이미지 : 신체이미지는 Cash(1990a)의 신체-자아에 관한 다차원적 설문문항인 MBSRQ(Multidimensional Body-Self Relation Questionnaire)를 사용한 김광경 외(2001)와 추태귀(2002)의 연구에서 신뢰도가 검증된 14개 문항을 사용하였다. 5점 리커트 척도로 측정되었다.

신체비만도(Body Mass Index) : 응답자의 실제 키(cm)와 체중(Kg)을 직접 설문지에 기입하는 방식으로 측정하였으며, BMI 지수는 몸무게(Kg)/키²(cm) × 10⁴로 계산하였다. Jequier(1987)의 판정기준이 가장 유용하다고 한 성민정, 김희은(2001)의 연구에 따라 20.0 미만을 수척, 20.0-24.9를 정상, 25.0 이상을 비만으로 판정하였다.

신체만족도 : 키, 몸무게, 얼굴생김새, 상체, 하체 등 7개 항목 별 5점 리커트 척도로 각각 측정하였으며, 전체 신체만족도는 각 항목을 합산하여 사용하였다.

3.3. 자료수집

자료수집은 연령대 별 고른 분포를 위해 2004년 7월 5일에서 7월 23일까지 부산지역의 성인여성을 대상으로 연령과 직업별로 나누어 편의표집을 하였다. 그 결과 표본은 20대 초반이 120명, 20대 후반이 87명, 30대가 131명, 40대가 118명으로 나타났다. 학력은 대졸 이상이 75.7%로 나타났으며, 직업은 학생이 26.8%, 주부가 23%, 사무직이 16%, 수입은 200-400만원이 41.9%로 나타났다.

4. 연구결과 및 논의

4.1. 외모에 대한 사회문화적 태도

1차 요인분석에서 공통성 값이 매우 낮게 나타난 6번 문항(우리사회에서는 뚱뚱한 사람들도 보기 괜찮다고 생각한다)을 제외하고, 다시 Varimax법으로 2차 요인분석을 하였다. 첫 번째 요인은 ‘나는 보그지와 같은 패션잡지를 보면서 내 외모와 잡지모델을 비교하곤 한다’ ‘TV 프로나 영화에 나오는 여자들은 내가 목표로 생각하는 외모의 전형을 보여준다’ 등의 문항이 요인부하량이 높게 나타났다. 즉 패션잡지나 TV, 영화 등에

Table 1. 외모에 대한 사회문화적 태도의 요인분석

요인	문항	요인부하량	고유치	누적분산량(%)
내면화요인	14. 나는 보그지와 같은 패션잡지를 보면서 내 외모와 잡지모델을 비교하곤 한다.	.77	4.32	33.2
	1. TV프로나 영화에 나오는 여자들은 내가 목표로 생각하는 외모의 전형을 보여준다.	.73		
	3. 다른 여자가 나오는 뮤직비디오를 보면 나도 그렇게 말랐으면 하고 바라게 된다.	.70		
	13. 나는 내 몸매가 수영복 모델과 같은 몸매였으면 한다.	.67		
	7. 다른 여자의 사진을 보면 나도 그렇게 되고 싶다.	.66		
	5. 나는 잡지나 TV에 나오는 사람들의 몸매와 내 몸매를 비교하는 경향이 있다.	.65		
	4. 나는 잡지에 나오는 모델처럼 되고 싶지 않다.	-.58		
	2. 나는 옷은 다른 모델들이 입어야 더 예뻐보인다고 믿는다.	.42		
인식요인	9. 오늘날의 우리 문화에서 성공하려면 몸매관리를 열심히 하는 것이 중요하다.	.64	1.42	10.92
	11. 사람들은 마를수록 옷맵시가 더 좋다고 생각한다.	.63		
	8. 우리 문화에서 출세하기 원한다면 외모의 매력이 매우 중요하다.	.65		
	12. 오늘날의 사회에서 매력적으로 보이는 것은 중요하지 않다.	-.49		
	10. 대부분의 사람들은 마를수록 보기 좋다는 것을 믿지 않는다.	-.52		

나오는 매체의 이상적 이미지와의 비교를 통한 내면화를 언급하는 문항들로 이루어져 ‘내면화’요인으로 명명하였으며, 이 요인의 분산량은 33.20%로 나타났다. 요인 2는 ‘오늘날의 우리 문화에서 성공하려면 몸매관리를 열심히 하는 것이 중요하다’ ‘사람들은 마를수록 옷맵시가 더 좋다고 생각한다’ ‘우리문화에서 출세하기를 원한다면 외모의 매력이 매우 중요하다’ 등의 문항으로 이루어져 ‘인식’요인으로 명명하였으며, 이 요인의 분산량은 10.92%로 나타났다.

이상의 결과는 Heinberg et al.(1995)의 외모에 대한 사회문화적 태도 요인 분류와 일치하였다. 즉 ‘내면화’ 요인은 매스 미디어를 중심으로 전달되는 이상적인 사회적 기준을 승인하여 자신의 가치로 수용하고 내면화함으로써 자신에 대한 평가기준을 삼는 것을 말하며, ‘인식’ 요인은 매력적인 외모의 사회적 중요성을 인식하는 것을 말한다. 이상의 두 요인의 전체 분산량은 44.12%이었다. 각 요인별 신뢰도계수에서 요인1은 .77이고, 요인2는 .72로 나타났다.

연령 별 외모에 대한 사회문화적 태도의 차이를 알아본 결과는 Table 2와 같다. 외모에 대한 사회문화적 태도는 연령별 유의한 차이를 보였다. 매체에 나타난 이상적 외모의 내면화 정도는 20대, 30대와 40대 순으로 높게 나타났다. 즉 20대는 패션잡지나 TV 및 영화매체에서 나타난 매체의 이상적 외모에 민감할 뿐만 아니라 매체외모와 자신의 외모를 비교하는 경향이 다른 연령층에 비하여 높은 것으로 나타났다. 이때 20대 초반과 후반의 연령대에서는 유의한 차이가 나지 않았다. 성공하기 위해서는 외모가 중요하다고 생각하는 외모인식요인에서도 20대가 30, 40대보다 더 중요하게 생각하였다. 따라서 20대는 3, 40대에 비하여 이상적 외모에 대한 강박관념이 높고 오늘날의 우리 문화에서 성공하기 위해서는 매력적인 외모는 중요하다고 생각하는 경향이 강했다.

4.2. 신체이미지

신체이미지의 하위 차원을 알아보기 위하여 Varimax법으로 직교회전을 통한 요인분석 결과 Table 3과 같다. 요인 1은

Table 2. 연령별 외모에 대한 사회문화적 태도

외모의 사회문화적 태도	연령				F 값
	20대 (N=120)	초반 20대 (N=87)	30대 (N=131)	40대 (N=118)	
내면화 요인	26.84 a	26.03 a	22.56 b	20.79 c	39.62***
인식 요인	17.82 a	18.30 a	16.96 b	16.49 b	8.45***

*** p<.001 a,b,c는 Duncan test 결과

‘나는 내 차림새가 적절하지 못하면 신경이 쓰인다’, ‘나는 항상 내 외모를 더 좋게 보이려고 노력 한다’, ‘내가 항상 멋있게 보이는 것은 중요하다’ 등으로 총 6문항으로 이루어져 ‘외모관심’요인으로 명명 하였으며, 분산량은 22.94%로 나타났다. 요인 2는 ‘나는 언제나 살찐 것에 대해, 또는 살이 찌까봐 걱정한다’, ‘나는 체중을 줄이려고 다이어트 중이다’ 등의 문항으로 이루어져 ‘체중관심’ 요인으로 명명하였다. 분산량은 18.15%로 나타났다. 요인 3은 ‘나는 내 외모에 만족한다’, ‘대부분의 사람들은 나를 멋지다고 여길 것이다’ 등의 문항으로 이루어져 ‘외모매력’ 요인으로 명명하였다. 이상의 세요인의 총 분산량은 36.82%이었으며, 신뢰도계수는 .82, .81, .71로 나타났다.

Table 4의 연령별 신체이미지에서 외모관심은 20대 초반과 20대 후반이 30, 40대보다 높게 나타나 20대가 더 외모에 관심을 가지며 좋은 외모를 위해 신경을 쓰고 노력하는 것으로 나타났다. 외모매력요인에서는 2, 30대는 유의한 차이가 없어 30대의 자신의 외모매력에 대한 평가가 20대와 비슷함을 나타내었다. 그러나 40대는 자신의 외모매력을 가장 낮게 평가하였다. 이와같은 결과는 40대의 경우에 같은 연령층과의 사회적 비교로 외모만족도가 높았다는 선행연구들(전경란·이명희, 2002; 송경자·김재숙, 2005)과는 달리 본 연구에서는 40대 역시 매체에 나타난 이상적인 외모와 자신의 외모를 비교함으로써 높은 비교기준으로 인해 만족도가 가장 낮았음을 알 수 있다. 한편 체중관심 요인에서는 연령별 차이가 없이 비교적 모

Table 3. 신체이미지의 요인분석

요인	문항	요인 부하량	고유치	누적 분산량(%)
외모관심요인	1. 나는 내 차림새가 적절하지 못하면 신경이 쓰인다.	.73	3.21	22.94
	3. 나는 항상 내 외모를 더 좋게 보이려고 노력한다.	.73		
	6. 내가 항상 멋지게 보이는 것은 중요하다.	.71		
	2. 나는 언제나 남들 앞에 나가기 전에 내 모습이 괜찮은지 확인한다.	.70		
	4. 나는 사람들이 나의 외모에 대해 어떻게 생각하는지에 관심이 없다.	-.70		
체중관심요인	5. 나는 수시로 거울에 비친 내 모습을 살펴본다.	.69	2.54	41.09
	14. 나는 언제나 살찐 것에 대해, 또는 살이 찌까봐 걱정한다.	.80		
	11. 나는 체중을 줄이려고 다이어트 중이다.	.78		
	12. 나는 빠른 시간 안에 체중을 줄이려고 매우 엄격한 식사 제한을 한 일이 있다.	.78		
외모매력요인	13. 나는 몸무게가 조금만 변해도 걱정한다.	.76	2.20	56.82
	10. 나는 내 외모에 만족한다.	.75		
	7. 대부분의 사람들은 나를 멋지다고 여길 것이다.	.75		
	8. 나는 성적 매력이 있다.	.70		
	9. 난 옷을 입지 않았을 때의 내 몸매가 마음에 든다.	.66		

Table 4. 연령대별 신체이미지

신체이미지	연령				F값
	20대초반	20대후반	30대	40대	
외모관심 요인	22.48 a	22.98 a	20.89 b	20.56 b	14.27***
체중관심 요인	10.72	11.30	10.16	10.53	2.03
외모매력 요인	11.35 a	11.38 a	10.99 a	10.38 b	4.99**

a,b는 Duncan test 결과 ***p<.001 **p<.01

두 낮게 나타났다.

4.3. 신체비만도에 의한 체형분류와 신체만족도

Table 5에서 BMI 지수에 의하여 체형을 분류함에 따라 40대가 가장 BMI 지수가 높았고, 그 다음이 30대, 20대 순이었다. BMI 지수에 따른 체형 분류로 보면 수척체형이 전체 206명으로 45.2%이며, 정상체형은 235명으로 51.5%이고, 비만체형은 15명으로 3.3%로 나타났다. 특히 20대의 경우는 20대 후반에서 1명만이 비만체형이고, 60.8%가 정상체형보다 여원 수척체형으로 나타났다. 40대의 경우도 수척체형이 19.5%가 되었으며 비만체형은 9.3%에 불과하고 71.2%가 정상체형으로 나타났다.

이처럼 성인 여성들의 실제 체형은 전체 3.3%만 제외하고는 정상 혹은 수척 체형임에도 불구하고 Table 6에서 보듯이 몸무

Table 6. 신체 각 부위에 대한 만족도

항목	평균	20대초반	20대후반	30대	40대	F-value
키	2.89	2.85	2.94	2.99	2.81	1.09
몸무게	2.67	2.66	2.60	2.84	2.62	2.41
상체	2.71	2.77	2.70	2.69	2.68	.28
하체	2.59	2.56	2.48	2.75	2.60	1.99
머릿결	2.92	3.06a	2.89ab	3.03a	2.66b	4.56**
피부상태	2.97	2.88	3.09	3.00	2.88	1.37
얼굴생김새	3.05	3.02	3.18	3.09	2.92	2.34
전체 만족도	19.82	19.78ab	19.89ab	20.39a	19.17b	2.92*

**p<.01 *p<.05 a,b는 Duncan test 결과

게에서 만족도가 낮아 왜곡된 사회문화적 미의 압박을 받고 있음을 알 수가 있다. 이런 경향은 20대의 경우 더욱 심하였으며, 40대의 경우도 마찬가지로 나타났다.

Table 6의 신체 각 부위에 나타난 만족도를 보면 연령별 차이 없이 전반적으로 만족도가 낮았는데, 특히 하체, 몸무게, 상체 순으로 만족도가 낮았다. 이와같은 결과는 Cash et al. (1986)의 연구와 마찬가지로 복부 부분이 가장 불만족스럽고 그 다음이 체중으로 나타난 결과와 일치하였으며 얼굴 생김새의 경우는 두 연구 모두에서 상대적으로 만족도가 높았다. 머릿결 항목에서는 40대가 가장 만족도가 낮았으며, 전체 신체 만족도에서도 30대와 40대가 유의한 차이를 보여 40대가 가장 만족도가 낮았다. 이와같은 결과 역시 40대가 20대보다 기대수준이

Table 5. 연령대별 신체비만도

BMI 체형분류	연령대				전체 (n=456)
	20대초반(n=120)	20대후반(n=87)	30대(n=131)	40대(n=118)	
수척체형	73(60.8)	53(60.9)	57(43.5)	23(19.5)	206(45.2)
정상체형	47(39.2)	33(37.9)	71(54.2)	84(71.2)	235(51.5)
비만체형	0	1(1.1)	3(2.3)	11(9.3)	15(3.3)
BMI	19.45 a	19.83 a	20.58 b	22.37 c	20.60 F=27.55***

괄호안은 퍼센테이지 *** p<.001 a,b,c는 Duncan test 결과

Table 7. 신체이미지에 영향미치는 외모에 대한 사회문화적 태도와 BMI

변수	신체이미지			신체만족도
	외모관심 β값(β값)	체중관심 β값(β값)	외모매력 β값(β값)	β값(β값)
외모의 사회문화적 태도	내면화	.37(8.07***)	.38(8.03***)	.07(1.33)
	인식	.16(3.41***)	.02(.36)	-.04(-.84)
BMI		-.10(-2.45*)	.26(5.91***)	-.26(5.64***)
신체이미지	외모관심			.05(.98)
	체중관심			-.11(-2.38*)
	외모매력			.45(10.37***)
R ² (F값)		.24(46.91***)	.18(33.38***)	.08(12.27***)

***p<.001 **p<.01 *p<.05

Table 8. 신체만족집단과 신체불만족 집단의 소비자 특성

집단유형	외모의 사회문화적 태도		신체이미지			BMI	연령
	내면화	인식	외모관심	체중관심	외모매력		
신체만족집단(n=66)	22.61	16.89	22.35	9.62	13.06	19.32	32.10
신체불만족집단(n=125)	25.61	17.98	21.79	11.34	9.96	21.53	30.36
t값	-3.59***	-2.35*	1.04	-3.16**	9.89***	-4.07***	1.21

**p<.001 *p<.01

낮아 오히려 만족도는 높은 것으로 나타난 여러 선행연구들과 달리 본 연구에서는 40대 역시 기대수준이 높아 Table 4에서와 마찬가지로 신체만족도가 가장 낮게 나타나는 것으로 추론된다.

4.4. 신체이미지 및 신체만족도에 영향미치는 외모에 대한 사회문화적 태도와 BMI

신체이미지의 하위 차원에 대한 외모에 대한 사회문화적 태도와 BMI의 영향력을 알아보기 위하여 회귀분석한 결과 Table 7과 같다. 외모관심에는 내면화, 인식, BMI 순으로 영향을 미쳐 매체를 통한 이상적 이미지에의 내면화 정도가 강하고, 외모의 사회적 영향력이 크다고 느낄수록 그리고 신체비만도가 낮을수록 외모관심이 높았다. 체중관심에는 내면화 요인과 BMI만이 영향을 미쳤으며, 내면화 정도가 강하고 BMI가 높을수록 체중관심이 높았다. 이에 비하여 외모매력에는 BMI만이 영향을 미쳤다. 이상의 결과에서 보듯이 외모매력 변수를 제외하고는 신체이미지 지각에서 매체를 통한 이상적 이미지에의 내면화가 가장 영향력이 커서 미디어를 통한 사회문화적 압력이 큰 것으로 나타났다.

Table 7의 신체만족도에는 무엇보다 주관적으로 자신의 외모매력이 크다고 지각할수록 신체만족도가 높았다. 그리고 매체를 통한 이상적 외모의 내면화가 약할수록 BMI 지수가 작을수록 체중에 대한 관심이 낮을수록 만족도가 높았다. 매체외모에의 내면화 정도가 강할수록 신체만족도가 낮았으므로, 매체의 과급효과를 감안한다면 매체에서는 보다 건강한 신체이미지를 보여줄 필요가 있으며, 아울러 연령대별 이상적인 미의 전형을 다양화할 필요가 있다.

신체만족집단과 불만족집단의 차이를 명확하게 분석하기 위하여, 단일 문항으로 측정된 신체만족도에서 중간 값을 제외하고 ‘만족스럽다’와 ‘아주 만족스럽다’에 응답한 만족집단과 ‘불만족스럽다’와 ‘아주 불만족스럽다’에 응답한 불만족집단으

로 나누어 집단별 특성을 살펴보았다. 이 때 신체만족도 집단은 66명으로 나타났으나 신체불만족도 집단은 그보다 2배 많은 125명으로 나타나 차이를 보였다. Table 8의 신체만족 집단과 불만족 집단은 신체이미지의 외모관심과 연령 변수를 제외하고는 모두 유의한 차이를 보였다. 즉 신체불만족집단은 만족집단에 비하여 실제 BMI 지수도 높았으며, 매체에 나타난 이상적 이미지에 대한 내면화정도가 더 강했으며, 외모의 사회적 중요성을 더 잘 인식하고 있었고, 매체외모와의 비교로 자신의 외모매력을 낮게 평가하였다. 이와같은 결과는 연령에 관계없이 나타났다. 이상의 결과에서 연령에 관계없이 외모에 대한 사회문화적 태도와 외모관심을 제외한 신체이미지가 신체만족집단과 불만족집단을 나눌 만큼 유의하게 차이가 나 특히 미디어에 나타나는 이상적 이미지의 영향력을 짐작할 수 있다.

5. 결 론

이상적인 외모에 대한 사회문화적 가치와 태도의 기준은 개인의 미에 대한 수용과 기호를 결정하는데 있어 중요한 역할을 할뿐만 아니라 때로는 압력으로 작용한다. 그 결과 자신의 신체이미지 지각에 영향을 주어 왜곡된 부정적인 신체이미지로 이어지거나 극단적인 외모관리행동을 하게 한다. 최근에는 중년층에까지 매체외모의 영향이 확대되는 경향을 보인다. 이에 따라 본 연구에서는 외모에 대한 사회문화적인 태도와 실제 신체비만도 지수인 BMI가 개인의 신체이미지 지각에 어떻게 영향을 주는지를 알아보고 그에 따라 신체만족도와 외모관리행동은 어떠한지를 그리고 연령대 별 차이는 어떠한지를 알아보고자 실시하였다.

연구결과는 다음과 같다.

1. 외모에 대한 사회문화적 태도는 ‘내면화’ 요인과 ‘인식’ 요인의 두 요인으로, 신체이미지는 ‘외모관심’ 요인, ‘체중관심’

요인, '외모매력' 요인의 세 요인으로 나타났다.

2. 외모관심 요인에는 내면화 요인, 인식 요인, BMI가 영향을 미쳤는데, 그 중 매체에 나타난 이상적 외모의 내면화 요인의 영향력이 가장 컸다. 체중관심에는 내면화 요인과 BMI가 영향을 미쳤고, 외모매력에는 BMI만이 영향을 미쳤다.

3. 전체 표본의 3.3%만이 비만 체형으로 나타났음에도 불구하고 몸무게와 전체몸매에 대한 불만족이 높아 왜곡된 신체이미지를 가지고 있었다. 외모매력정도가 클수록, 매체외모 내면화 정도가 약할수록 BMI가 낮을수록 체중에 그다지 신경을 쓰지 않을수록 전체 신체만족도가 높았다.

4. 연령별 차이를 보면, 매체외모 내면화와 외모인식은 20대가 가장 높았으며, 그다음이 30대, 40대 순으로 나타났다. BMI지수는 연령이 높을수록 높았으나, 전체 신체만족도는 오히려 30대가 가장 높았고 그 다음이 20대, 40대 순으로 나타났다.

이상의 연구결과에서 신체이미지는 실제 신체비만도 지수보다는 매체외모의 내면화와 외모인식의 사회문화적인 태도에 더 영향을 받아 매체외모와의 비교를 통해 자신의 신체이미지가 형성되고 만족도가 결정됨을 알 수 있다. 이와같은 경향은 20대 뿐만 아니라 40대 중년층 역시 BMI 지수가 그다지 높지 않음에도 불구하고 자신의 신체에 대한 불만족도가 높아 매체외모에 의해 강화된 미의식의 압력을 받고 있음을 반증하였다. Fallon(1990)에 따르면 외모에 대한 사회문화적 기준은 때로는 좁게 정의되어 보편적이기보다는 특별한 신체이미지로 묘사되는 경향이 있으며, 그리고 그것은 미디어 이미지를 통해 강화되고 도처에 편재하여 그 영향력이 강력하다고 하였다(Rudd · Lennon, 2001). 매스미디어의 이와같은 강력한 영향력으로 인한 성인여성의 낮은 신체만족도는 낮은 자아존중감으로 이어져 생활에 대한 만족도에까지 그 영향을 미친다는 것을 생각한다면, 매스미디어의 좀더 보편적이면서 다양한 신체이미지의 사회문화적인 포용이 요구된다. 즉 20대 초반의 가늘고 길며 수척한 신체이미지가 아니라 정상적인 BMI지수를 나타내는 건강한 신체이미지도 긍정적으로 묘사되어야 하며, 더구나 30, 40대의 다양한 연령대의 비교기준이 될 수 있는 신체이미지들의 모델제시도 아울러 필요하다.

본 연구의 한계점으로는 자료수집이 부산지역으로 한정되어 있으므로 연구결과의 확대해석에는 신중을 기해야 할 것이다.

참고문헌

강상현 (2000) 다이어트 심리에 관한 연구. 고려대학교 대학원 석사 학위논문.
 국민일보 (2004. 8. 16) 남성 17%, 여성 26% 성형수술 한 적 있다.
 김광경 · 이금실 · 정미실 (2001) 다차원적 신체이미지가 의복행동에 미치는 영향. *한국의류학회지*, 25(2), 358-365.

박은아 (2003) 신체존중감이 주관적 안녕감에 미치는 영향에 관한 비교문화연구-한 국과 미국여대생을 대상으로. *한국심리학회지*, 22(2), 35-56.
 성연신 (1997) "소비와 광고 속의 신체이미지, 성과 사회". 나남출판사, 서울, pp.
 성민정 · 김희은 (2001) 비만 판정지수에 의한 여대생의 체형분류 및 체형인지도. *한국의류산업학회지*, 3(3), 227-234.
 송경자 · 김재숙 (2005) 신체이미지에 따른 성형요구, 자아개념, 의복행동 -다중 측정 도구를 사용하여. *한국의류학회지*, 29(3/4), 391-402.
 이승희 · Rudd, N.A · 김재숙 (2001) 바디이미지 연구(제1보): 한 · 미 여성의 이상적 미, 바디이미지와 외모행동에 관한 연구. *한국의류학회지*, 25(5), 969-980.
 전경란 · 이명희 (2002) 여성의 욕구, 자아존중감과 성형태도에 관한 연구. *복식*, 52(6), 71-83.
 조선명 · 고애란 (2001) 외모에 대한 사회, 문화적 태도와 신체이미지가 의복추구행태에 미치는 영향. *한국의류학회지*, 25(7), 1227-1238.
 추태귀 (2002) 신체만족도에 따른 다차원적 신체이미지와 의복추구효용. *한국의류산업학회지*, 4(4), 376-382.
 대흥기획 (2002) 2002 마케팅 키워드/ Changing Korean: 한국인의 의식주 트렌드. 164, 4-9.
 Cash T.F. (1990a) The Multidimensional body-self relations questionnaire. In Appendix. "Body Image Disturbance, Assessment and Treatment". (Thompson, J. K.), Elmsford, NY: Pergamon Press, 125-130.
 Cash T.F. (1990b). The Psychology of physical appearance. In T. F. Cash & T. Pruzinsky (Eds.), "Body Image: Development, Deviance, and Change". New York: The Guilford Press. 51-79.
 Cash T., Winstead B. and Janda L. (1986) Body image survey report: The great American shape-up. *Psychology Today*, Apr., 30-37.
 Fish, S. (1986) "Development and Structure of the Body Image". (Vols. 1-2). Hillsdale, NJ: Easdbaum.
 Heinberg L.J., Thompson J.K. and Stomer S. (1995) Development and validation of the sociocultural attitudes towards appearance questionnaire. *International Journal of Eating Disorders*, 17(1), 81-89.
 Jequier, E. (1987) Energy, Obesity, and body weight standards. *American Journal of Clinical Nutrition*, 45, 1035-1036.
 Lennon S. and Rudd N. (1994) Body satisfaction, self-esteem and appearance management behaviors in women. *Family and Consumer Sciences Research Journal*, 23, 94-117.
 Mahoney E.R. and Finch M.D. (1976) The Dimensionality of body-cathexis. *The Journal of Psychology*, 92, 277-279.
 Mckinley N.M. and Hyde J. (1996) The objectified body consciousness scale: Development and validation. *Psychology of Women Quarterly*, 20, 191-215.
 Rudd N.A. and Lennon S.J. (2001) Body image: linking aesthetics and social psychology of appearance. *Clothing and Textiles Research Journal*, 19(3), 120-129.
 Thompson J.K. (1990) "Body Image Disturbance, Assessment and Treatment". Pergamon Press, NY, pp.1-2.
 (2005년 7월 19일 접수)