



Original Article

## Factors Relating to Social Physique Anxiety in Adolescent Girls

Lee, Eun-Joo<sup>1)</sup>

1) Associate Professor, Department of Nursing, College of Medicine, Cheju National University

## 청소년기 여학생의 사회적 체격불안 관련 요인

이 은 주<sup>1)</sup>

1) 제주대학교 의과대학 간호학과 부교수

### Abstract

**Purpose:** This descriptive study was to explore the factors relating to Social Physique Anxiety(SPA) in the adolescent girls(N=700). These factors included the biological(level of school[age], period of menstruation, and BMI), the sociocultural(Influence of Mass Media, [IMM], Stereotype of Ideal Female Body[SIFB], type of school, perceived figure, and ideal figure) and the BW control-related factors(experience of bodyweight [BW] control, satisfaction at the result of BW control, and motive of BW control). **Method:** The sample was 700 girls of the middle and high schools in Jeju-do. The data was collected by the self-reported questionnaire and processed with the SPSS Win 12.0 program. **Result:** 26% of the variance in SPA was explained by the biological factors(level of school) and the sociocultural factors (perceived figure, ideal figure, type of school, and IMM). SPA, IMM, and SIFB were significantly correlated with each others( $r=1.65-2.92$ ,  $p<.05$ ). The mean SPA scores according to BW control-related factors were significantly different. **Conclusion:** This results suggest that media education is necessary to reduce or eliminate the adolescent

girl's SPA. In addition, SPA needs to be considered as the important concept for the future nursing researches and interventions related to BW control.

**Key words :** Adolescent, Anxiety, Media, Body image, BMI

### 서 론

인간은 누구나 자신에게 만족스러운 모습 그리고 타인에게 매력적으로 보이는 모습을 가지길 원한다. 전자에 해당하는 각 개인 스스로에게 만족스러운 신체라는 개념은 신체상, 신체 존중감, 신체 만족도 등에 대한 연구를 통해 간호학을 비롯한 여러 학문의 관심의 대상이 되어왔다. 그러나 개인 자신의 신체에 대한 지각과 감정에 관한 연구에 기울인 노력에 비해, 후자, 즉 자신의 신체에 대한 다른 사람들의 지각에 관한 염려('내가 타인에게 매력적으로 보이는가')는 거의 고려되지 않았다. Hart, Leary와 Rejeski(1989)는 이러한 정서를 사회적 체격불안(social physique anxiety)이라고 명명하였다. 그들

투고일: 2008. 2. 4 1차심사완료일: 2008. 3. 5 2차심사완료일: 2008. 4. 14 최종심사완료일: 2008. 5. 30

• Address reprint requests to : Lee, Eun-Joo

Department of Nursing, College of Medicine, Cheju National University  
66 Jejudaehakno, Jeju-si, Jeju-do, Korea  
Tel: 82-64-754-3881 Fax: 82-64-702-2686 E-mail: flym2m@cheju.ac.kr

은 이것을 어떤 사람의 신체를 포함하는 대인관계적인 평가가 예상되거나 혹은 그런 평가가 있을 때 발생하는 불안이라고 정의하고, 이를 측정할 수 있는 도구를 개발하였다.

Hart 등(1989)이 사회적 체격불안이 높은 여성들은 낮은 여성들보다 신체사정 동안 유의하게 높은 스트레스를 받는다고 보고한 이후, 사회적 체격불안은 선행연구에서 주로 운동행위나 섭식행위를 설명하는 독립변인 혹은 매개변인으로 취급되어 왔으므로, 사회적 체격불안에 영향을 미치는 요인들을 나열하기는 어렵다. 그러나 Hart 등(1989)이 보고한 바에 의하면, 사회적 체격불안은 신체만족도와 신체존중감과 상관관계가 있다고 한다. 따라서 사회적 체격불안과 다르지만, 이미 알려진 신체관련 정서에 영향을 주는 요인들을 검토해보는 것은 사회적 체격불안을 설명할 수 있는 요인을 찾는 하나의 방법이 될 것이다.

잘 알려져 있는 것처럼, 남녀를 막론하고 체질량지수(body mass index)가 높은 사람들은 신체상 장애를 가지기 쉽고, 낮은 신체 존중감을 보이며, 자신들의 신체크기 판단에 오류를 범하기 쉽다(Hart et al., 1989). 하지만 신체상이나 신체에 대한 정서의 성차(sexual difference)를 연구한 결과들은 여성들이 남성들에 비해 자신의 신체에 대한 지각과 만족 정도가 훨씬 부정적이라는 것을 보여준다. 여성들은 남성들보다 자신들의 신체크기를 과도하게 크게 추정하지만, 남성들은 자신들의 신체에 대해 덜 비판적이고, 자신들의 신체크기나 형태를 정상적인 것으로 지각하는 경향이 있다(Cash & Hick, 1990).

신체 관련 정서에서 이렇게 성차가 나는 이유를 Thompson (1990)은 각 성에 대한 사회적 기대가 다르기 때문이라고 주장하였다. 여성과 남성의 체형은 영아기와 초기 아동기에는 유사하다가 사춘기에 들면서 현저하게 달라지는데, 이는 생식호르몬 때문에 여성들은 둔부와 대퇴부에 지방을 축적하는데 비해, 남성들은 주로 근육을 발달시키기 때문이다. 각 성에서의 이러한 변화는 사회적 기대, 즉 남녀의 이상적 체형(마르고 날씬한 여성과 키가 큰 근육질의 남성)과 연관되어 평가된다. 2차 성장 출현 이후 여성의 신체변화는 사회적 기대와 달리 더 “뚱뚱해진” 것으로 여겨지고, 이 때문에 신체상이 남성보다 더 부정적으로 평가된다고 그는 주장하였다. 나아가 Thompson(1990)은 초경이 빨리 시작된 소녀들은 늦게 시작된 소녀들보다 더 부정적인 신체상을 갖지만, 소년들은 2차 성장이 빨리 발전되는 경우 더 긍정적 신체상을 가지는 것 역시, 이상적 체형에 대한 사회적 기대의 차이 때문이라고 보았다. 이러한 주장은 여성들이 신체와 관련한 부정적 정서(우울증, 성기능부전, 섭식장애 등)를 더 많이 경험하는 이유를 심리학에서 제대로 설명할 수 없는 것은 신체가 단지 생물학적으로 주어지는 것이 아니라, 사회 문화적으로 구성되는 것임을 고려하지 않았기 때문이라고 주장한 Fredrickson과 Roberts(1997)

의 견해와 일맥상통한다.

청소년기 소녀들은 사춘기를 지나면서 사회적으로 관찰 가능한 신체적 변화를 체험하고, 또 신체에 대한 사회적 기대가 이전의 시기와 다르다는 것을 인식하기 시작한다(Lee, 2005). Sung(2004)은 조사대상 초등학생의 26.5%만이 체중조절의 경험이 있거나 현재 하고 있다고 하였으나, Kim과 Yoon(2000)은 조사대상 여고생의 75.5%가 체중조절 경험이 있다고 보고하였다. 조사시점과 대상의 차이는 있으나, 이 두 연구 결과의 차이는 주어진 생물학적 조건에 만족하지 못하고 이를 변형하려는 여학생들의 노력이 사춘기의 변화를 거치면서 더 커지기 때문이며, 또 Thompson(1990)이 주장한 것처럼 사회적 기대가 여학생들에게 미치는 영향을 반영하기 때문이라고 해석할 수 있을 것이다. 이러한 맥락에서 청소년기 여학생들의 신체 관련 정서를 이해하기 위해서는 체형이나 2차 성장 발현시기와 같은 생물학적 요인과 함께 사회적 기대를 반영하는 사회문화적 요인에 대해서도 관심을 가져야 할 필요가 있다.

청소년의 신체 관련 정서에 영향을 주는 사회문화적 요인으로 가족과 또래집단 그리고 대중매체 등을 들 수 있다(Jang, 2004; Thompson, 1996). Buckingham(2003)은 오늘날의 대중매체에 대해 아동의 사회화에서 가족, 교회, 그리고 학교를 대체하는 영향력을 가진다고 평가하였다. 대중매체는 우리의 일상생활에 매우 깊숙하게 그리고 대단히 넓게 자리 잡고 있어서 우리가 의도하지 않는다면 그 영향력의 범위를 넘어서기가 매우 어렵다. 매일 아침 눈을 뜨고 밤에 잠들기 전까지 마주하게 되는 TV, 인터넷, 신문이나 잡지 등의 프로그램과 기사, 광고 등은 체중조절이나 다이어트의 다양한 방법과 그 효능에 대한 이야기로 넘친다. 이런 이야기가 특히 여성에 대한 것일 때 대부분의 경우, 비현실적으로 마르고 날씬한 모습을 한 모델을 통해 전달된다. 나아가 이러한 조건은 누구나 도달할 수 있고 또 도달해야 하는 이상형(ideal)으로 전파된다. Shin(1997)은 대중매체가 날씬하고 마른 모델들을 반복적으로 노출시킴으로써 이런 체형을 이상적인 신체형으로 유포하고, 여성들로 하여금 자신들의 신체에 대해 불만을 가지게 한다고 주장하였다. 그러나 사회구성원들은 이러한 상황을 비판적으로 보는 것이 아니라 자연스러운 것으로 내재화하여 이상적인 여성신체에 대한 고정관념(stereotype of ideal female body)을 형성하게 된다.

고정관념은 가지고 있어도 그것을 인식하기 어렵기 때문에, ‘날씬하고 마른 몸이 아름답다’는 사회문화적 고정관념은 누구나 달성할 수 있는 것이 아님에도 불구하고 포기하기 어렵다. 이런 고정관념을 내재화한 여성들은 매체의 모델들을 바라보는 바로 그 시선(기준)으로 자신을 관찰한다. 또 자신이 그 모델들을 관찰하듯이 자신 또한 타인에게 보여 진다는 것

을 의식하며, 신체적 조건에 관계없이 타인에게 좋게 혹은 매력적으로 보일지를 염려하여 사회적 체격불안을 경험하게 된다. 요약하면 대중매체의 영향력에 의해 사람들은 이상적인 여성의 신체에 대한 고정관념을 갖게 되고, 이를 내재화함으로써 자신을 대상처럼 바라보기 때문에 사회적 체격불안이 상승할 수 있다. 다시 말해 대중매체가 유포하는 이상적 신체 이미지에 대한 고정관념 형성을 막거나 이를 저하시킨다면 사회적 체격불안은 저하될 수 있을 것이다.

한편 사회적 체격불안은 주로 운동이나 무용과 같이 신체로 기량을 표현해야 하는 영역에서 사용되어 왔다. Melby (2005) 그리고 Brewer, Diehl, Cornelius, Joshua와 Van Raalte (2004)는 개인의 운동행위(운동충실도, 동기, 유형, 장소와 시간, 운동복의 유형 등) 차이를 설명하기 위해 사회적 체격불안 개념을 사용하였다. 또한 사회적 체격불안은 일반여성(Diehl, Johnson, Rogers, & Petric, 1998)과 무용수(Yoo & Lee, 2005)에서 섭식장애를 예측할 수 있는 요인으로, 그리고 일반인과 운동선수(Krane, Stiles-Shipley, Waldon, & Michalenok, 2001)의 섭식장애 발생 정도의 차이를 설명하는 요인으로 사용되었다. 사회적 체격불안이 운동과 섭식행위와 관련성이 있다는 연구결과는 운동과 섭식에 대한 중재개발을 필요로 하는 간호학에서 사회적 체격불안이 유용하게 사용될 수 있음을 시사한다. 이러한 점에서 본다면, 체격에 영향을 미치는 더 일반적인 개념인 체중조절 행위(체중조절 시도, 동기, 그리고 결과 만족 여부)와 사회적 체격불안과의 관련성을 밝혀 간호학 연구에서 이 개념의 유용성을 평가해 볼 필요가 있다.

본 연구에서는 체질량 지수를 비롯한 생물학적 요인과 함께 대중매체의 영향력과 이상적 여성신체 고정관념과 같은 사회문화적 요인들이 청소년기 소녀들의 사회적 체격불안에 어떤 영향을 주는지를 밝히고자 한다. 또 체중조절 관련변인과 사회적 체격불안 간의 관계를 탐색하고자 한다. 청소년기 여학생의 사회적 체격불안이 생물학적 요인과 사회문화적 요인 그리고 체중조절 관련 요인과 가지는 관련성을 규명하는 것은 사회적 체격불안을 완화할 수 있는 간호중재개발을 위한 기초 자료를 제공할 수 있을 것이다.

### 1. 연구 목적

본 연구의 목적은 청소년기 여학생의 사회적 체격불안 관련요인을 찾아내어 사회적 체격불안을 제거하거나 완화할 수 있는 간호중재 개발을 위한 기초 자료를 제공하는 것이다. 구체적 목적은 다음과 같다.

- 대상자의 일반적 특성과 체중조절 관련 특성을 조사한다.
- 대상자들의 일반적 특성과 체중조절 관련 특성에 따른 대중매체의 영향력과 이상적 여성신체 고정관념의 차이를 비교한다.

- 대상자들의 일반적 특성과 체중조절 관련 특성에 따른 사회적 체격불안의 차이를 분석한다.
- 대상자의 사회적 체격불안 관련 요인을 설명한다.

### 2. 연구의 제한점

본 연구에서 체질량지수는 체중과 신장을 실제로 측정한 값이 아니라 대상자가 보고한 자료에 의거하여 계산되었다. 본 연구결과를 해석할 때 이점에 유의해야 한다.

## 연구 방법

### 1. 자료수집 방법과 연구 대상자

본 연구를 위한 자료수집은 중학교와 고등학교 2학년 여학생을 대상으로 2006년 10월 11일부터 11월 6일 사이에 이루어졌다. 제주도에 있는 중학교와 고등학교를 임의로 선정하고 방문하여 학교 당국의 허락을 얻었다. 자신의 시간을 이용하여 설문지를 배포하는 것에 동의한 교사들에게 연구목적과 주의사항을 설명하였다. 교사들이 재량시간을 이용하여 학생들에게 설문지를 배포하고 수거하였다. 연구자가 직접 학생들을 접촉하기 어려웠기 때문에 설문지의 앞면에 연구목적, 익명성의 보장, 연구 참여자로서의 권리 등에 대해 상세하게 설명하였다. 설문지는 중학생에게 551부, 고등학생에게 414부, 총 965부를 배포하였으며 회수율은 95.6%(923부)이었다. 응답이 부실한 경우를 제외하고 700명의 자료만을 분석하였다.

### 2. 용어 정의 및 연구 도구

#### 1) 신체질량지수(Body Mass Index)

신체질량지수는 체중(kg)을 신장의 제곱(m<sup>2</sup>)으로 나눈 값이다. 본 연구에서는 BMI가 19kg/m<sup>2</sup> 이하이면 저체중, 20-24kg/m<sup>2</sup>는 정상체중, 그리고 25-29kg/m<sup>2</sup>과 30kg/m<sup>2</sup> 이상은 각각 과체중과 비만으로 분류하였다(그러나 자료 분석 과정에서 비만인 대상자는 중학생 1명뿐이어서 이를 과체중으로 처리하였다).

#### 2) 월경기간(Period of Menstruation)

월경기간은 초경 이후 현재까지의 기간이다. 긴 기간(long period)은 해당집단의 중위수(중학생 1.8년, 고등학생 4.3년)보다 월경기간이 긴 경우, 즉 해당집단에서 초경이 상대적으로 빨랐다는 것을 의미한다. 그리고 짧은 기간(short period)은 해당집단의 중위수보다 짧은 시기동안 월경이 있었으며, 상대적으로 초경이 늦었다는 것을 의미한다.

### 3) 대중매체의 영향력(Influences of Mass Media)

대중매체의 영향력은 ‘체중조절이나 몸매 가꾸기’를 다루는 대중매체를 보는 정도(노출도, frequency)와 관심을 기울이는 정도(관심도, interest)를 종합한 것이다. 본 연구에서는 Shin(1997)이 개발한 도구를 연구자가 수정한 도구를 사용하여 측정된 값이다. 도구는 청소년이라는 대상자의 특성과 대중매체의 변화를 감안하여 수정되었다. 대중매체의 영향력 도구는 7개의 대중매체(신문기사와 광고, 인터넷기사와 광고, TV쇼나 오락프로, TV광고, 홈쇼핑 TV와 책자, 잡지, 그리고 비디오와 영화)에 대해 각각 노출도(1-5점)와 관심도(1-5점)를 측정할 수 있도록 고안되었다. 각 매체의 영향력은 노출도에 관심도를 곱한 값(1-25점)으로, 어떤 매체를 자주 접하지 않는다고 해도 관심이 많다면 그 매체의 영향을 받았다고 할 수 있다. 대중매체의 영향력은 7개 매체 영향력의 평균을 말하며, 점수가 높을수록 영향력이 높다는 것을 의미한다. Shin(1997)의 연구에서 도구 전체의 Cronbach's alpha는 .85였고, 노출도와 관심도의 하위척도는 각각 .71과 .75였다. 본 연구에서 도구 전체는 .91, 노출도와 관심도는 각각 .88와 .90이었다.

### 4) 이상적 여성신체 고정관념(Stereotype of Ideal Female Body)

이상적 여성신체 고정관념은 여성의 신체 전체와 각 부분의 외모에 대한 사회문화적 이상을 수용하는 정도를 의미한다. 본 연구에서 이상적 여성신체 고정관념은 Shin(1997)이 개발한 이상적 여성신체에 대한 표현에 동의하는 정도를 의미하며, 점수(1-5점)가 높을수록 이상적 신체에 대한 고정관념의 정도가 강한 것이다. 도구는 모두 13개 문항 5점 척도로, 신체를 상체(4문항: 얼굴, 목, 가슴, 상반신), 중간(4문항: 복부, 허리, 팔, 손가락), 하체(4문항: 허벅지, 다리, 종아리, 엉덩이) 그리고 전신(1문항)으로 구분하는 4개 하부척도로 구성되었다. Shin(1997)의 연구에서 도구 전체의 Cronbach's alpha는 .93, 상체 하부 요인은 .77, 중간과 하체 하부요인은 각각 .82과 .91이었다. 본 연구에서는 도구 전체는 .96, 상체, 중간 하체 하부요인은 각각 .84, .90 그리고 .94이었다.

### 5) 사회적 체격불안(Social Physique Anxiety)

사회적 체격불안은 사람들이 자신의 체격에 관한 타인의 평가에 대한 반응으로 경험하는 불안이다(Hart et al., 1989). 본 연구에서는 Hart 등(1989)이 개발한 사회적 체격불안 척도를 사용하여 측정된 값이다. 측정도구는 단일요인 12문항(역문항 6개 포함)으로 구성된 5점 척도로 점수가 높을수록 자신의 체격이나 체형에 대한 타인의 잠재적인 평가에 대해 반응적으로 경험하는 불안의 정도가 높다는 것을 의미한다. 연구자가 이 도구를 번안하고, 보건교사 1인이 검토한 후, 중학교

2학년 학생 10명에게 제시하여 도구의 각 문항이 이들에게 이해 가능하다는 것을 확인 후 사용하였다. Hart 등(1989)의 연구에서 Cronbach's Alpha는 .90이었으며, 본 연구에서는 .76이었다.

## 3. 자료 분석 방법

자료는 SPSS Win 12.0 프로그램을 이용하여 분석하였다. 대상자의 일반적 특성과 체중조절 관련 특성은 실수와 백분율, 평균과 표준편차 그리고  $\chi^2$ -test, Fisher exact test, t-test를 이용하여 분석하였다. 대상자들의 일반적 특성과 체중조절 관련 특성에 따른 대중매체의 영향력, 이상적 여성신체 고정관념, 사회적 체격불안의 차이는 t-test와 ANOVA를 이용하여 분석하고, 사후검정은 Sheffe-test를 하였다. 대중매체의 영향력, 이상적 여성신체 고정관념, 사회적 체격불안의 관계는 Pearson 상관계수를 통해 분석하였고, 사회적 체격불안의 영향요인을 규명하기 위해서는 단계적 다중회귀 분석을 하였다. 단계적 다중회귀분석을 위해 연속적이지 않은 독립변수는 dummy변수로 처리하였다.

## 연구 결과

### 1. 대상자의 일반적 특성과 체중조절 관련 특성

본 연구의 참여자들은 임의 표출되었으며, <Table 1>에서 보는 것처럼 중학교(여학교 2개교 230명, 32.9%; 남녀공학 2개교 150명, 21.4%)에 재학 중인 2학년 여학생들 380명(54.3%)과 고등학교(여학교 2개교 118명, 16.9%; 남녀공학 3개교 202명, 28.9%)에 재학 중인 2학년 여학생(320명, 45.7%)으로 총 700명(100%)이었다.

중학생과 고등학생 각 집단의 평균연령은 14.1±0.30세와 17.1±0.34세였고, 평균체중은 49.8±7.06kg과 53.0±6.54kg이었으며, 평균 신장은 각각 1.59±0.05m와 1.61±0.05m이었다.

대상자들의 BMI 분포를 보면, 소녀들 중 292명(전체의 41.6%)이 저체중, 37명(전체의 5.3%)이 과체중(비만에 해당하는 중학생 1명 포함함)이었다. 중학생의 경우 저체중의 비율(63.7%)이, 그리고 고등학생의 경우는 과체중의 비율(56.8%)이 상대적으로 높았으며, 이 차이는 통계적으로 유의하였다( $\chi^2=18.19, p<.05$ ).

참여자들 대부분(672명, 96.1%)은 월경을 이미 시작하였으며, 월경기간은 중학생과 고등학생에서 각각 평균 1.83±0.87년과 4.30±1.17년이었다. 월경기간이 해당 집단의 중위수(중학생: 1.8년, 고등학생: 4.3년)보다 긴 하부 집단과 짧은 하부 집단의 분포는 중고교생간에 유의한 차이가 없었다.

<Table 1> General and BW<sup>†</sup> control-related characteristics of subjects

N=700

Variable(unit)	Category(unit)	Middle School n(%), M±SD	High School n(%), M±SD	Total n(%), M±SD	$\chi^2$ or t	p
Type of school	Girls only	230(60.5)	118(36.9)	348(49.7)		
	Co-ed	150(39.5)	202(63.1)	352(50.3)		
Age(yr)	-	14.1±0.30	17.1±0.34	15.4±1.54		
Weight(kg)	-	49.8±7.06	53.0±6.54	51.3±7.01		
Height(m)	-	1.59±0.05	1.61±0.05	1.60±0.05		
BMI <sup>‡</sup>	Underweight	186(63.7)	106(36.3)	292(41.6)	18.19	.00
	Normal	178(48.0)	193(52.0)	371(53.1)		
	Overweight	16(43.2)	21(56.8)	37( 5.3)		
Menstruation 1	Yes	353(93.1)	319(99.7)	672(96.1)	20.00 <sup>§</sup>	.00
	No	26( 6.9)	1( 0.3)	27( 3.9)		
Period of menstruation 1	Mean(yr)	1.83±0.87	4.30±1.17	2.92±1.59	-27.19	.00
	Short	150(49.8)	110(46.0)	260(48.1)		
	Long	151(50.2)	129(54.0)	280(51.9)		
Perceived figure	Slender	62(16.3)	46(14.4)	108(15.4)	6.12 <sup>§</sup>	.11
	Standard	177(46.6)	176(55.0)	353(50.4)		
	A little fat	126(33.2)	83(25.9)	209(29.9)		
	Very fat	15( 3.9)	15( 4.7)	30( 4.3)		
Ideal figure	Slender	207(54.5)	199(62.2)	406(58.0)	7.25 <sup>§</sup>	.05
	Standard	159(41.8)	115(35.9)	274(39.1)		
	A little fat	13( 3.4)	4( 1.3)	17( 2.4)		
	Very fat	1( 0.3)	2( 0.6)	3( 0.4)		
Experience of BW <sup>†</sup> control 1	Yes	242(63.9)	242(75.9)	484(69.3)	11.75	.00
	No	137(36.1)	77(24.1)	214(30.7)		
Satisfaction at result of BW <sup>†</sup> control 1,2	Yes	38(15.8)	39(16.3)	77(16.0)	0.89	.90
	No	203(84.2)	201(83.8)	404(84.0)		
Motives of BW <sup>†</sup> control 1,2	Appearance	204(86.1)	211(87.9)	415(87.0)	0.44 <sup>§</sup>	.80
	Health	24(10.1)	22( 9.2)	46( 9.6)		
	Others	9( 3.8)	7( 2.9)	16( 3.4)		

§: Fisher exact test †: Body Weight ‡: Body Mass Index

1: except no response 2: included who have the experience(s) of the body weight control

여학생들이 자신의 체형을 ‘표준’이라고 지각한 경우가 50.4%로 가장 많았으며, ‘약간 살찐 편’이라고 지각하는 경우는 29.9%였고, 지각 체형에서 중학생과 고등학생 간의 유의한 차이는 보이지 않았다( $\chi^2=6.12$ ,  $p>.05$ ). 대상자들이 이상적 체형이라고 한 것은 ‘날씬한’ 체형(58%)이 가장 많았다. 원하는 체형의 분포는 중고교 학생들 간에 유의한 차이가 있었는데( $\chi^2=7.25$ ,  $p<.05$ ), 고등학생들은 ‘날씬한’ 체형을, 중학생은 ‘표준’ 체형을 상대적으로 더 많이 원하였다.

대상자들의 체중조절관련 특성을 살펴보면, 체중조절경험이 있다고 한 경우는 전체 소녀의 69.3%였고, 중학생에 비해 고등학생들이 체중조절 경험자가 유의하게 더 많았다( $\chi^2=11.75$ ,  $p<.05$ ). 체중조절경험자 중에서 그 결과에 대해 만족한 경우는 16.0% 뿐이었으며, 중고교생간의 유의한 빈도차이는 없었다( $\chi^2=0.89$ ,  $p>.05$ ). 체중조절을 했던 소녀들이 체중조절동기로 ‘외모’를 든 경우가 전체의 87.0%로 압도적으로 많았으며, ‘건강’ 때문에 체중조절을 하였다고 한 응답자는 9.6%에 불과하였다. 체중조절동기의 빈도는 중고교 소녀들 간에 유의한 차

이가 없었다( $\chi^2=0.44$ ,  $p>.05$ ).

## 2. 대상자의 일반적 특성과 체중조절 관련 특성에 따른 대중매체의 영향력

대중매체의 영향력은 대상자들이 체중조절이나 다이어트에 관련된 대중매체를 얼마나 자주(노출도) 그리고 얼마나 관심을 가지고(관심도) 보는가를 말해준다. <Table 2>에서 보는 것처럼, 고등학생(6.92±4.40)이 중학생(5.34±3.91)에 비해 대중매체의 영향력 점수가 유의하게 더 높았으며( $t=-4.96$ ,  $p<.05$ ). 여학교와 남녀공학을 다니는 여학생들 간의 대중매체의 영향력 차이는 유의하지 않았다( $t=-0.67$ ,  $p>.05$ ).

월경기간에 따른 대중매체 영향력의 차이를 보면, 중학생( $t=-2.38$ ,  $p<.05$ )과 고등학생( $t=-2.04$ ,  $p<.05$ ) 두 집단 모두에서 월경기간이 긴 군이 대중매체 영향력 점수가 유의하게 더 높았다. BMI에 따른 대중매체의 영향력 역시 유의한 차이가 있었는데( $F=14.18$ ,  $p<.05$ ), 사후검정(Scheffe test) 결과 과체중군

<Table 2> Influence of mass media according to general and BW<sup>†</sup> control-related characteristics

N=700

Variable	Category	n	M±SD	t or F	p	Scheffe	
Level of school	Middle school	380	5.34±3.91	-4.96	.00		
	High school	320	6.92±4.40				
Type of school	Girls only	348	5.96±4.40	-06.7	.50		
	Co-ed	352	6.17±4.02				
Period of menstruation	Middle school	Short	150	5.02±3.57	-2.38	.02	
		Long	151	6.10±4.23			
	High school	Short	110	6.25±4.08	-2.04	.04	
		Long	129	7.41±4.62			
BMI <sup>‡</sup>	Underweight	292	5.16±3.72 <sup>c</sup>	14.18	.00	a>b>c	
	Normal	371	6.58±4.26 <sup>b</sup>				
	Overweight	37	8.06±5.67 <sup>a</sup>				
Perceived figure	Slender	108	4.20±3.23 <sup>c</sup>	16.73	.00	a>b>c	
	Standard	353	5.85±3.83 <sup>b</sup>				
	A little fat	209	6.96±4.43 <sup>b</sup>				
	Very fat	30	9.07±6.41 <sup>b</sup>				
Ideal figure	Slender	406	6.49±4.19 <sup>b</sup>	3.34	.02	a>b	
	Standard	274	5.46±4.23 <sup>b</sup>				
	A little fat	17	5.79±3.29 <sup>ab</sup>				
	Very fat	3	5.29±3.71 <sup>ab</sup>				
Experience of BW <sup>†</sup> control	Yes	484	7.03±4.31	91.28	.00		
	No	214	3.92±3.01				
Satisfaction at result of BW <sup>†</sup> control 1,2	Yes	77	6.30±4.77	-1.49	.14		
	No	404	7.17±4.21				
Motive of BW <sup>†</sup> control 1,2	Appearance	415	7.26±4.24 <sup>b</sup>	3.38	.04	a>b	
	Health	46	5.64±4.51 <sup>b</sup>				
	Others	16	6.09±5.02 <sup>ab</sup>				

† : Body Weight    ‡ : Body Mass Index

1: except no response    2: includes who have the experience(s) of the body weight control

에서 대중매체의 영향력이 가장 높고 저체중군에서 가장 낮았다.

대중매체의 영향력을 소녀들은 지각한 체형에 따라 유의한 차이가 있었다(F=16.73, p<.05). 자신을 ‘매우 살찐 편’이라고 여기는 경우가 가장 영향력 점수가 높았으며, 스스로 ‘날씬한 편’이라고 한 경우가 가장 낮았다. 그리고 이상적인 체형에 따른 대중매체의 영향력도 유의한 차이가 있었으며(F=3.34, p<.05), ‘날씬한 체형’을 원하는 경우에 가장 높았고, ‘표준 체형’을 원하는 경우에 가장 낮은 것으로 나타났다.

체중조절경험이 있는 소녀들이 그렇지 않은 소녀들에 비해 대중매체의 영향력 점수가 유의하게 더 높았다(t=91.28, p<.05). 체중조절결과에 대해 만족하는 소녀들보다는 그렇지 않은 경우가 대중매체의 영향력 점수가 더 높았으나, 그 차이는 유의하지 않았다. 체중조절동기에 따른 대중매체의 영향력은 유의한 차이가 있었는데(F=3.34, p<.05), 체중조절 동기가 ‘외모’라고 한 소녀들이 ‘건강’ 때문이라고 한 경우보다 더 유의하게 대중매체 영향력이 더 높았다.

### 3. 대상자의 일반적 특성과 체중조절 관련 특성에 따른 이상적 여성신체 고정관념

이상적 여성신체 고정관념의 정도는 우리 문화가 가진 이 고정관념을 수용하는 정도를 반영한다. <Table 3>에서 보는 것처럼 대상자중 고등학생(3.47±0.92)은 중학생(3.29±1.02)에 비해 이 고정관념의 정도가 유의하게 더 높았으나(t=-2.49, p<.05), 학교유형별 여학생들의 고정관념의 정도는 유의한 차이가 없었다.

월경기간에 따른 이상적 여성신체 고정관념은 중학생의 경우 그 기간이 짧은 경우에 고정관념 점수가 유의하게 높았으나(t=3.06, p<.05), 고등학생은 월경경험기간에 따라 유의한 차이가 없었다. BMI에 따른 이상적 여성신체 고정관념의 정도는 유의한 차이가 없었다.

지각한 체형에 따른 이상적 여성신체 고정관념 정도는 유의한 차이가 있었는데(F=4.64, p<.05), 자신의 체격을 ‘매우 살찐 편’이라고 한 경우에서 고정관념의 정도가 가장 높았다. 또 이상적 체형에 따른 이상적 여성신체 고정관념 역시 유의한 차이가 있었는데(F=14.55, p<.05), 사후검정결과 ‘뚱뚱한 체

<Table 3> Stereotype of ideal female body according to general and BW<sup>†</sup> control-related characteristics of subjects

N=700

Variable	Category	n	M±SD	t or F	p	Scheffe	
Level of school	Middle school	380	3.29±1.02	-2.49	.01		
	High school	320	3.47±0.92				
Type of school	Girls only	348	3.36±0.97	-0.40	.69		
	Co-ed	352	3.38±0.99				
Period of menstruation	Middle school	Short	150	3.50±1.00	3.06	.00	
		Long	151	3.15±0.97			
	High school	Short	110	3.40±0.86	-0.98	.33	
		Long	129	3.51±0.94			
BMI <sup>‡</sup>	Underweight	292	3.38±1.01	0.00	.99		
	Normal	371	3.37±0.96				
	Overweight	37	3.36±1.92				
Perceived figure	Slender	108	3.36±1.06 <sup>b</sup>	4.64	.00	a>b	
	Standard	353	3.34±0.92 <sup>b</sup>				
	A little fat	209	3.29±1.03 <sup>b</sup>				
	Very fat	30	3.96±0.79 <sup>a</sup>				
Ideal figure	Slender	406	3.57±0.97 <sup>ab</sup>	14.55	.00	a>b	
	Standard	274	3.10±0.92 <sup>ab</sup>				
	A little fat	17	2.90±0.88 <sup>b</sup>				
	Very fat	3	3.97±0.84 <sup>a</sup>				
Experience of BW <sup>†</sup> control 1	Yes	484	3.42±0.94	2.28	.13		
	No	214	3.29±1.05				
Satisfaction at result of BW <sup>†</sup> control 1,2	Yes	77	3.01±0.81	-4.11	.00		
	No	404	3.49±0.95				
Motives of BW <sup>†</sup> control 1,2	Appearance	415	3.47±0.95 <sup>a</sup>	5.26	.01	a>b	
	Health	46	3.10±0.91 <sup>ab</sup>				
	Others	16	2.95±0.77 <sup>b</sup>				

† : Body Weight    ‡ : Body Mass Index

1: except no response    2: includes who have the experience(s) of the body weight control

형'이라고 한 경우에 고정관념의 정도가 가장 높았으며, 다른 체형인 경우는 그 정도가 유사하였다.

체중조절경험이 있는 여학생들이 없는 여학생들에 비해 이상적 여성신체 고정관념이 약간 높았지만 유의한 차이는 아니었다. 그러나 체중조절 경험자들 중에서 그 결과에 만족하지 않는 소녀들이 만족하는 소녀들보다 고정관념의 정도가 더 높았으며(t=-4.11, p<.05), 체중조절동기가 '외모' 때문인 경우가 다른 동기를 가진 경우보다 고정관념의 정도가 역시 더 강하였다(F=5.26, p<.05).

#### 4. 대상자의 일반적 특성과 체중조절 관련 특성에 따른 사회적 체격불안

대상자 전체의 사회적 체격불안은 3.24±0.62점이었으며, <Table 4>에서 보는 것처럼, 고등학생(3.38±0.61)이 중학생(평균 3.12±0.62)보다 유의하게 더 높았다(t=-5.55, p<.05). 학교유형에 따른 불안의 정도는 남녀공학에 다니는 소녀들이 여학교에 다니는 소녀들보다 유의하게 더 높았다(t=-3.64, p<.05).

월경기간에 따른 사회적 체격불안의 정도는 중학생의 경우

기간이 긴 경우가 짧은 경우에 비해 유의하게 높았으며(t=-2.64, p<.05), 고등학생들의 경우는 유의한 차이가 없었다. BMI에 따른 사회적 체격불안은 통계적으로 유의한 차이가 있었으며(F=20.10, p<.05), 과체중군에서 가장 높고 저체중군에서 가장 낮았다.

여학생들이 지각한 자신의 체형에 따른 사회적 체격불안의 정도는 통계적으로 유의한 차이가 있었는데(F=42.41, p<.05), 스스로 '날씬'하거나 '표준'체형이라고 지각한 경우가 가장 낮았으며, '매우 살찐 편'이라고 한 경우가 가장 높았다. 이상적 체형에 따른 사회적 체격불안의 차이 역시 유의하였는데(F=11.04, p<.05), 이상적 체형이 '매우 살찐 형'이라고 한 경우가 사회적 체격불안의 정도가 가장 낮고, 마르거나 '약간 살찐 편'이라고 한 소녀들이 비슷하게 높았고 다음은 '표준'인 경우였다.

사회적 체격불안은 체중조절 경험이 있는 소녀들이 없는 소녀들보다 유의하게 높았다(t=6.20, p<.05). 체중조절 경험이 있는 대상자들 중에서 그 결과에 만족하는 경우보다는 만족하지 않는 경우에서 사회적 체격불안의 정도가 유의하게 더 높았다(t=-6.64, <.05). 또 체중 조절 동기에 따른 사회적 체격

<Table 4> Social physical anxiety according to general and BW<sup>†</sup> control-related characteristics of subjects N=700

Variable	Category	n	M±SD	t or F	p	Scheffe
Level of school	Middle school	380	3.12±0.62	-5.55	.00	
	High school	320	3.38±0.61			
Type of school	Girls only	348	3.15±0.63	-3.64	.00	
	Co-ed	352	3.32±0.62			
Period of menstruation	Middle school	Short	150	3.01±0.55	-2.64	.01
		Long	151	3.19±0.65		
	High school	Short	110	3.37±0.56	-0.01	.99
		Long	129	3.37±0.60		
BMI <sup>‡</sup>	Underweight	292	3.07±0.59 <sup>c</sup>	20.10	.00	a>b>c
	Normal	371	3.33±0.63 <sup>b</sup>			
	Overweight	37	3.56±0.58 <sup>a</sup>			
Perceived figure	Slender	108	2.99±0.63 <sup>c</sup>	42.41	.00	a>b>c
	Standard	353	3.09±0.55 <sup>c</sup>			
	A little fat	209	3.52±0.58 <sup>b</sup>			
	Very fat	30	3.88±0.60 <sup>a</sup>			
Ideal figure	Slender	406	3.34±0.64 <sup>a</sup>	11.04	.00	a>b
	Standard	274	3.08±0.57 <sup>ab</sup>			
	A little fat	17	3.37±0.78 <sup>a</sup>			
	Very fat	3	2.69±0.54 <sup>b</sup>			
Experience of BW <sup>†</sup> control 1	Yes	484	3.33±0.62	6.20	.00	
	No	214	3.03±0.59			
Satisfaction at result of BW <sup>†</sup> control 1,2	Yes	77	2.95±0.54	-6.64	.00	
	No	404	3.41±0.61			
Motives of BW <sup>†</sup> control 1,2	Appearance	415	3.39±0.61 <sup>a</sup>	9.71	.00	a>b
	Health	46	3.00±0.59 <sup>b</sup>			
	Others	16	3.07±0.70 <sup>ab</sup>			

† : Body Weight ‡ : Body Mass Index

1: except no response 2: includes who have the experience(s) of the body weight control

불안의 정도도 유의한 차이가 있었는데(F=9.71, p<.05), 동기가 외모인 소녀들이 건강 때문에 체중조절을 한 소녀들보다 사회적 체격불안의 정도가 유의하게 더 높았다.

### 5. 사회적 체격불안과 제 변수와의 관계

여학생들의 대중매체 영향력과 이상적 여성신체 고정관념의

정도는 낮지만 유의한 상관관계(r=0.17, p<.05)가 있었고, 또 대중매체의 영향력과 사회적 체격불안의 상관관계 역시 <Table 5>에서 보는 것처럼, 낮지만 유의한 상관관계(r=0.29, p<.05)를 보였다.

사회적 체격불안에 영향을 주는 요인들을 찾기 위해 단계적 다중회귀분석을 한 결과는 <Table 6>에 제시되었다. 소녀들이 지각한 체형(13%), 학교수준(6%), 이상적 체형(4%), 대

<Table 5> Correlations among the important variables

N=700

Variable	Influence of mass media r(p)	Stereotype of ideal female body r(p)	Social physical anxiety r(p)
Influence of mass media	1		
Stereotype of ideal female body	0.17(.00)	1	
Social physical anxiety	0.29(.00)	0.17(.00)	1

<Table 6> Factors affecting social physical anxiety

N=700

Variable	β	R <sup>2</sup>	Cum. R <sup>2</sup>	F	p
Perceived figure	0.33	0.13	0.13	72.90	.00
Level of school	0.20	0.06	0.19	56.99	.00
Ideal figure	-0.17	0.04	0.23	47.23	.00
Influence of mass media	0.15	0.02	0.25	38.94	.00
Type of school	0.10	0.01	0.26	32.64	.02



중매체의 영향력(2%), 그리고 학교 유형(1%)이 대상자들의 사회적 체격불안 변량의 26%를 설명하였다.

## 논 의

사회적 체격불안은 누군가에 의해 자신의 체격 혹은 체형이 관찰되거나 평가된다고 여길 때 발생한다. 본 연구에서는 대상자의 일반적 특성과 체중조절 관련 특성, 그리고 사회문화적 특성인 이상적 여성신체 고정관념과 대중매체 영향력이 사회적 체격불안과 어떤 관련성을 가지는지를 살펴보았다.

단계적 다중회귀분석 결과, 생물학적 변인 중 중학교와 고등학교로 구분된 학교수준, 즉 연령만이 사회적 체격불안에 대해 유의한 설명력을 가지며, 월경기간과 BMI는 그렇지 않은 것으로 나타났다. Melbye(2005)는 35세 이상 여성이 18-34세 여성들보다 자신을 관찰해야할 대상으로 여기는 경향이 낮았으며, 이 자기-대상화 경향은 사회적 체격불안과 상관관계가 있었다고 보고하였다. 또 Tiggemann과 Lynch(2001)는 20대와 30대의 젊은 여성들에서 이러한 자기-대상화 경향이 가장 높고 40대와 50대에 저하하기 시작해서 60대 이후에는 가장 크게 저하하기 시작한다고 주장하였다. 이러한 주장들은 자신들의 체격을 이상적 기준과 비교되는 대상으로 보고, 자신의 체격에 대해 불안해지는 정도가 연령에 따라 달라질 수 있음을 의미한다. 즉 사회적 체격불안은 여성에게 여성다운 몸이 강조되는 시기에 높아지기 시작하여 노년기에 접어들면 감소한다고 볼 수 있다. 본 연구에서 초경 이후 여성스러운 몸이 나타나기 시작한 시기(중학생)에 비해 그 성숙도가 심화되는 시기(고등학생)에서 체격불안의 정도가 유의하게 더 높은 것은 여학생들이 자신의 몸의 변화에 대해 사회의 여성신체에 대한 고정관념('마르고 날씬한 몸이 아름답다')을 여러 가지 경로, 특히 대중매체를 통해 내재화하고, 고정관념의 거울을 통해 자신이 관찰, 평가되는 대상으로 여기는 경향이 더 강화된 결과라 여겨진다. 실제로 본 연구에서 중학생들에 비해 고등학생들이 대중매체의 영향력과 이상적 여성신체 고정관념의 정도가 유의하게 높은 것은 이 주장을 뒷받침해준다.

선행 연구(Thompson, 1990)에서 본 연구에서 다루는 변인과 관련된 변인(신체상)이 초경의 시작 시기와 관련이 있다고 보고하고 있어, 초경시작 시기, 즉 월경을 경험한 기간, 다시 말해 신체적 여성성의 발현이 사회적 체격불안과 관련이 있는지를 분석할 필요가 있었다. 대상자들 중 중학생의 경우는 월경기간이 그 집단의 중위수보다 더 긴 소녀들, 즉 다른 소녀들보다 초경이 빨랐던 소녀들이 사회적 체격불안의 정도가 유의하게 높았으나, 고등학생들의 경우는 유의한 차이가 없었다. 이 결과는 Thompson (1990)의 결과와 유사하다. 그는 사춘기 이후 신체 변화가 사회적 기대와 연관되어 평가되면서

여성의 경우는 사춘기가 빨리 오는 것이 신체상에 부정적 영향('똥똥하다')을 주나 남성에게는 긍정적 효과로 나타난다고 보았다. 실제로 Lee(2005)의 연구에서 어린 소녀들은 월경이 늦어지는 것을 걱정하면서도 한편으로는 다행으로 여겼는데 이는 월경이 오면 '허벅지가 두꺼워지고', 똥똥해진다고 보았기 때문이었다. 본 연구에서 고등학생의 경우는 적어도 월경을 시작한지 4.30±1.17년이 경과하였기 때문에 이차성징으로 인한 변화에 거의 적응한 상태여서 이 집단 내에서는 월경기간에 따른 사회적 체격불안의 차이가 유의하게 나타나지 않은 것으로 보인다.

생물학적 변인 중에서 BMI는 사회적 체격불안에 대해 유의한 설명력을 가지진 못하였다. 그러나 저체중군, 정상군, 과체중군의 사회적 체격불안은 유의한 차이를 보였으며, BMI가 클수록 이 불안의 정도가 유의하게 높았다. BMI에 따른 이상적 여성신체 고정관념은 유의한 차이가 없었으나, 대중매체의 영향력은 유의한 차이가 있었는데, 역시 BMI가 높은 집단에서 그 영향력이 더 높았다.

사회문화적 변인들 중에서 대중매체의 영향력과 학교유형, 그리고 지각된 체형과 이상적 체형은 유의한 설명력을 가지나, 이상적 여성신체 고정관념은 이 불안에 대해 유의한 설명력을 가지지 못하는 것으로 나타났다. 그러나 상관관계 분석에서는 대중매체의 영향력과 이상적 여성신체 고정관념이 사회적 체격불안과 낮지만 유의한 관계가 있는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 Shin(1997)이 여대생과 직장여성을 대상으로 한 연구에서 대중매체 영향력과 이상적 여성신체 고정관념의 정도가 유의한 상관관계가 있다 보고한 결과와 유사하다.

Jang(2004)은 초등학생과 고등학생 그리고 대학생을 대상으로 편집된 영상매체를 통해 이상적인 신체적 미를 강조한 자극('날씬 조건')을 주었을 때, 똥똥하지만 긍정적인 모습을 강조한 자극('똥똥 조건')이나 중성적인 자극('통제 조건')을 준 집단에 비해 자신의 체격을 더 크게 지각하게 되고 신체 존중감은 더 낮아졌으며, '똥똥 조건'의 매체를 본 집단은 반대의 결과를 보였다고 보고하였다. TV 미디어가 청소년의 신체상에 미치는 영향을 분석한 Lee(2004) 역시 유사한 결과를 제시하였다. 그는 청소년의 TV시청량과 TV관여도가 높을수록 자신과 이상적인 신체상과의 차이가 크고, 또 자신이 실제로 더 똥똥한 것으로 왜곡하는 경향이 있으며, 자신의 신체에 대해 부정적으로 평가하고 외모와 체중에 높은 관심을 가진다고 보고하였다. 또 Moon(2003)도 외모에 대한 사회 문화적 가치를 많이 내재화할수록 자신의 외모나 몸무게에 만족하는 신체 자존감은 낮아지고, 자신의 신체 결점에 과도하게 집착하고, 그로 인해 사회활동까지 회피하는 신체 왜곡 증상이 많아진다고 하였다. 덧붙여서 그는 공적 자기의식(다른 사람에게 보이는 자기의 측면에 주의를 더 많이 기울이는 것으로

본 연구의 사회적 체격불안과 유사한 개념이다)이 높을수록 신체 왜곡증상이 많아진다고 주장하였다. 이러한 결과들은 대상자들이 매체에 등장한 모델의 신체 이미지(즉, 이상적 여성 신체 고정관념)를 자신의 체격을 평가하는데 사용한다는 것을 암시한다. 체중조절이나 몸매 가꾸기에 관련한 대중매체에서 마르고 날씬한 여성들을 관심을 가지고 자주 보는 것은 자신의 신체 혹은 체격을 왜곡하여 이를 더 크게 지각하게 하고, 또 자신의 신체에 대한 존중감을 감소시키거나 혹은 체격불안을 상승시킬 수 있다. 이러한 결과들은 또 본 연구에서 지각된 체형이 사회적 체격불안의 가장 많은 부분을 설명하고, 또 스스로 '매우 살찐 편'이거나 '약간 살찐 편'이라고 응답한 대상자들이 그렇지 않은 경우보다 더 높은 사회적 체격 불안을 보이고, 대중매체의 영향력이 더 높은 이유를 설명해준다. 본 연구에서 이상적 체형에 따른 사회적 체격불안이 '날씬한 체형'과 '약간 뚱뚱한 체형'이 유사하게 높았다는 것은 이론적으로 설명하기 곤란하고 추후 연구가 필요한 것으로 보인다. 하지만 '날씬한 체형'을 원하는 경우에서 다른 체형을 원하는 경우보다 사회적 체격불안의 정도가 높고, 이 집단이 대중매체의 영향력과 이상적 여성신체 고정관념의 정도가 높은 것은 이 불안이 대중매체의 영향력과 이상적 여성신체 고정관념과 유의한 관련성을 가지기 때문이라고 해석할 수 있을 것이다.

대중매체가 이상적 신체에 대한 고정관념을 유포하고, 이 관념(혹은 시선)을 통해 자신을 평가하는 것이 사회적 체격불안에 영향을 준다는 결과는 건강교육 현장에 대해 중요한 시사점을 가진다. 현재 건강교육에서는 다양한 매체를 활용한다. 그러나 매체를 통한 교육을 넘어서 학생들이 일상적으로 접하는 대중매체를 분석하고, 해석하며, 비판할 수 있는 능력을 길러주는 것이 필요하다(Buckingham, 2003). 왜냐하면 본 연구에서 다른 대중매체의 내용(체중조절과 몸매 가꾸기)은 '야한 동영상'이나 '폭력적인 게임'과 달리 일반적으로 유해한 것으로 여겨지지 않는다. 이러한 내용을 담은 매체들에 등장하는 마르고 날씬한 모델들은 이상적으로 여겨지지만, 누구나 도달할 수 있는 상태가 아니며, 어떤 경우는 비정상적이거나 특수하다. 또 그들은 지극히 비현실적인 상황(화장과 의상, 조명과 카메라 기술 등)에서 등장한다. 그러나 이러한 상황을 그 때마다 분석, 비판하는 것은 훈련 없이는 어렵다. 이런 점에서 Choma, Foster와 Radford(2007)의 연구는 매우 흥미 있는 것이다. 그들은 50명의 여대생들을 대상으로 매체 이해력(media literacy)을 높이는 중재를 한 결과 스스로를 대상으로 바라보는 경향이 감소하고 또한 자존감이 향상되었다고 보고하였다.

본 연구에서 학교유형은 사회적 체격불안의 극히 일부밖에 설명하지 못하였다. 남녀공학의 여학생들은 여학교의 학생들

과 비교하여 대중매체 영향력이나 이상적 여성신체 고정관념의 정도는 유의한 차이가 없었으나 사회적 체격불안이 유의하게 높았는데, 이는 남녀공학 여학생의 경우 이성 관찰자의 존재를 의식하기 때문으로 보인다.

사회적 체격불안은 운동 행위(Brewer et al., 2004; Melby, 2005)나 섭식 행위(Fredrickson, Roberts, Noll, Quinn, & Twenge, 1998; Yoo et al., 2005)와 관련이 있다고 주장되어 왔다. 본 연구에서는 체중조절 경험유무와 그 결과에 대한 만족여부, 그리고 체중조절 동기에 따른 사회적 체격불안의 정도를 조사하였다. 체중조절 경험이 있는 소녀들이 없는 소녀들에 비해 사회적 체격불안이 유의하게 높았고, 또 그 결과에 만족하지 않는 소녀들에서 이 불안이 유의하게 더 높은 것으로 나타났다. 이 결과는 사회적 체격불안이 높은 것이 체중조절을 시도하게 하고 또한 그 결과에 대해서도 만족하기 어렵게 만들 가능성이 있다는 것을 암시한다. Eklund와 Crawford(1994)는 외모 때문에 운동하는 여성들이 건강 때문에 운동하는 여성들보다 사회적 체격불안이 높았다고 주장하였는데 이는 본 연구의 결과와 유사하다. 소녀들 중에서 체중조절의 동기가 외모인 경우 다른 동기로 체중조절을 시도한 경우보다 사회적 체격불안이 높은 것으로 나타났다. 체중조절 관련 변인들에 따라 사회적 체격불안이 유의한 차이가 있다는 것은 이 불안이 운동행위나 섭식행위 뿐만 아니라 체중을 조절하려는 동기와 체중 조절의 시도, 체중 조절 결과에 대한 만족도 등에 의미 있는 영향을 줄 것이라는 것을 시사한다.

## 결론 및 제언

본 연구에서는 중고교 여학생들(N=700)의 사회적 체격불안이 생물학적 요인들, 사회문화적 변인들, 그리고 체중조절 관련 변인들과의 어떤 관계를 갖는지를 조사하였다. 단계적 다중회귀분석 결과 대중매체의 영향력, 학교유형, 지각된 체형, 이상적 체형 그리고 학교수준이 사회적 체격불안을 유의하게 설명하는 것으로 나타났다. 그리고 대상자들의 사회적 체격불안은 대중매체의 영향력과 이상적 여성신체 고정관념과 유의한 상관관계를 보였다. 이러한 결과는 사회적 체격불안이 단순히 체격 조건이나 연령 등과 같은 생물학적 요인뿐만 아니라, 사회문화적 담론(대중매체에서 유포하는 이상적 여성신체 이미지)과 밀접한 관련이 있음을 의미한다. 사회적 체격불안의 정도는 체중조절 경험 유무와 그 결과에 대한 만족 여부, 그리고 조절 동기에 따라 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 이는 체중조절과 관련된 간호 연구에서 대상자의 사회적 체격불안 개념이 유용하게 사용될 수 있으며, 관련 간호중재 시에 대상자의 사회적 체격불안을 고려할 필요가 있다는 것을 보여준다.

이상의 결과를 바탕으로 다음을 제안한다.

- 사회적 체격불안에 영향을 주는 변인들 중 지각된 체형과 이상적 체형은 조절하기 어려운 변인이지만, 대중매체의 영향력을 조절함으로써 사회적 체격불안을 감소시키는 것은 매체교육을 통해 가능할 것이다.
- 현재 건강교육 현장에서는 다양한 매체를 사용한다. 그러나 단지 다양한 매체를 이용하는 건강교육을 넘어서, 체중조절이나 다이어트에 관한 매체를 분석하고 평가할 수 있는 능력을 길러주는 프로그램을 개발하고 이를 건강교육에 적용할 필요가 있다.
- 대상자의 학교수준과 학교유형을 감안하여 건강교육 시에 대상자의 특성에 맞는 매체교육을 통해 청소년기 소녀들이 대중매체가 유포하는 이상적 신체 이미지의 허구성을 비판할 수 있는 능력을 배양할 필요가 있다.
- 사회적 체격불안은 간호학에서 거의 사용되지 않는 개념이나, 본 연구에서 체중조절 경험, 체중조절 동기 그리고 체중 조절 결과 만족 등의 변인과 유의한 관계가 있는 것으로 나타나 다이어트나 운동 등의 체중조절 행위에 대한 추후연구에서 사회적 체격불안이 이 행위들에 미치는 영향을 다시 확인할 필요가 있다.

## References

- Brewer, B. W., Diehl, N. S., Cornelius, A. E., Joshua, M. D., & Van Raalte, J. L. (2004). Exercising caution: Social physique anxiety and protective self-presentational behavior. *J Sci Med Sport, 7*(1), 47-55.
- Buckingham, D. (2003). *Media education: Literacy, learning, and contemporary culture*. Oxford: Blackwell Publishing Ltd..
- Cash, T. F., & Hick, K. L. (1990). Being fat versus thinking fat: Relationship with body image, eating behavior, and well-being. *Cogn Ther Res, 14*(3), 327-341.
- Choma, B. L., Foster, M. D., & Radford, E. (2007). Use of objectification theory to examine the effects of a media literacy intervention on women. *Sex Role, 56*, 581-591.
- Diehl, N. S., Johnson, C. E., Rogers, R. L., & Petrie, T. A. (1998). Social physique anxiety and disordered eating: What's the connection? *Addictive Behav, 23*(1), 1-6.
- Eklund, R. C., & Crawford, S. (1994). Active women, social physique anxiety, and exercise. *J Sport Exerc Psychol, 16*, 431-448.
- Fredrickson, B. L., & Roberts, T. A. (1997). Objectification theory: Toward understanding women's lived experiences and mental health risks. *Psychol Women Quart, 21*, 173-206.
- Fredrickson, B. L., Roberts, T. A., Noll, S. M., Quinn, D. M., & Twenge, J. M. (1998). That swimsuit becomes you: Sex differences in self-objectification, restrained eating, and math performance. *J Person Soc Psychol, 75*(1), 269-284.
- Hart, E. A., Leary, M. R., & Rejeski, W. J. (1989). The measurement of social physique anxiety. *J Sport Exerc Psychol, 11*, 94-104.
- Jang, H. S. (2004). *The effect of mass media on body perception and state esteem of body image*. Unpublished master's thesis, Ewha Womans University, Seoul.
- Kim, O. S., & Yoon, H. S. (2000). Factors associated with weight control behaviors among high school females with normal body weight. *J Korean Acad Nurs, 30*(2), 391-401.
- Krane, V., Stiles-Shipley, J. A., Waldon, J., & Michalenok, J. (2001). Relationships among body satisfaction, social physique anxiety, and eating behaviors in female athletes and exercises. *J Sport Behav, 24*, 247-265.
- Lee, E. J. (2005). The discourse analysis of puberty in early teenage girls. *J Korean Acad Child Health Nurs, 11*(2), 179-188.
- Lee, M. S. (2004). *The effect of TV media on body images, clothing behaviors and star-entertainer imitation behaviors*. Unpublished doctoral dissertation, Chungnam National University, Taejeon.
- Melbye, L. (2005). *Self-objectification and exercise behaviors: The meditating role of social physique anxiety*. Unpublished master's thesis, The Florida State University, Tallahassee, Florida, USA.
- Moon, J. S. (2003). *A study for the relations between the internalization and the body image of the socio-cultural attitudes according to the public self-consciousness and the appearance*. Unpublished master's thesis, Ewha Womans University, Seoul.
- Shin, I. Y. (1997). *A process that mass-media affects dieting and eating disorder of young women*. Unpublished master's thesis, Kangwon National University, Chuncheon.
- Sung, M. H. (2004). Relationship between eating disorders, physical symptoms, depression and health locus of control among elementary school girls in South-Korea. *J Korean Acad Nurs, 34*(3), 576-585.
- Thompson, J. K. (1990). *Body image disturbance: Assessment and treatment*. New York: Pergamon Press.
- Thompson, J. K. (1996). Body image, eating disorders, and obesity: An emerging synthesis. In J. K. Thompson (Ed.), *Body image, eating disorders and obesity: An Integrative guide for assessment and treatment*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Tiggemann, M., & Lynch, J. E. (2001). Body image across the life span in adult women: The role of self-objectification. *Dev Psychol, 37*(2), 243-253.
- Yoo, J., & Lee, S. A. (2005). Psychological predictors of eating disorder susceptibility in female dance major students. *Korean J Sport Psychol, 16*(1), 17-30.