Journal of Fashion Business
Vol. 16, No. 4, pp.123~136(2012)

성인여성의 바디이미지가 의복관리행동과 체중(몸매)관리행동에 미치는 영향

이 주 영
숭의여자대학교 패션디자인 전공 전임강사

The Effects of Body Image on Apparel Management Behavior and Weight(Figure) Control Behavior

Lee Juyoung
Full-time Instructor, Dept. of Fashion Design, Soongeui Women's college

Abstract

The purpose of this study was to analyze body image of women and investigate the relationships of apparel management behavior and weight(figure) control behavior. To achieve the purposes, a questionnaire was conducted to 329 females from October 5 to October 25, 2011. The final data were analyzed with spss 17.0 program. The results were as follows. First, It was found that body image were classified 4 factors of care for appearance, concern about weight, effort of appearance improvement. and appearance attractiveness. Second, there were significant differences of body image by demographic characteristics. Third, there were significant differences of BMI, apparel management behavior and weight(figure) control behavior by demographic characteristics. Forth, there were significant differences of body image, apparel management behavior and weight(figure) control behavior by BMI. Fifth, there were partial significant relations of body image, BMI, appearance management behavior and weight(figure) control behavior.

Thus, it was found that body image is related to appearance management behavior and weight(figure) control behavior.

Key Words : body image(바디이미지), apparel management behavior(의복관리행동), weight(figure) control behavior(체중(몸매)관리행동).

Corresponding author ; Lee Juyoung, Tel:+82+2+3708+9256, Fax:+82+2+3708+9124
E-mail : lycra2@hanmail.net

Ⅰ. 서 론

외모는 신체적 매력, 몸무게, 키, 얼굴의 특성, 몸치장 요소 등과 같은 신체의 변수들로 인지[1]되며 이러한 외모는 그 사람의 능력을 판단하게 하고 편견을 가지게도 하는 수단으로 작용한다. 또한 외모는 타고난다는 과거의 통념과 달리 만들어지고 관리되어야 한다는 사회적 관념이 형성되면서 여성들의 외모 관리에 대한 욕구가 점차 증대하고 있는 실정이다. 많은 여성들이 의복이나 몸매 관리 등의 다양한 방법들을 이용하여 자신의 신체 매력성을 향상시키고 바디이미지를 개선하여 외모를 변화시키기 위해 노력하고 있다.

바디이미지는 자신에 대한 개인적 감정과 태도에 초점을 둔 심리적 경험으로서의 신체로 즉 개인이 자신의 신체에 대해 가지는 정신적 견해이며 인간이 생물, 심리, 사회적 존재로서의 자신을 어떻게 지각하는가와 관련되는 기초적 자기 개념이다[2]. 그러므로 바디이미지는 신체에 대한 기능이나 외모에 대한 평가를 의미하며 이러한 바디이미지를 부정적으로 지각하는가 아니면 긍정적으로 지각하는 가에는 많은 요인들이 영향을 미친다[3].

여성들은 자신의 신체나 외모에 의존하는 정도가 크기 때문에 의복이나 메이크업 등을 통해 자신의 결점을 보완하고 신체의 모습이나 외모를 변화시켜 아름답게 보이고자하는 욕구가 크며 이상적 미의 기준에 도달하기 위해 식사조절이나 운동을 통한 체중관리나 몸매 관리로 아름답고 날씬한 바디이미지를 갖기 위해 노력한다.

자신의 신체에 대한 정신적인 상인 바디이미지는 의복관리행동과 체중(몸매)관리행동에 관련이 있음을 선행 연구를 통해서도 알 수 있는데 외모와 몸매 관리에 관심이 높은 사람은 자신의 신체를 돋보이려고 노력하고 의복으로 사회적 인정을 받으려고 하며 자신을 과시하려는 경향[4]을 보인다. 또한 여대생들의 81.2%가 체중 조절 행동을 한 경험이 있으며 비만도가 높을수록 신체 비하를 느끼고 신체 매력은 부정적으로 느껴서 신체만족도는 낮은 것[5]으로 나타났다. 그러나 지금까지의 바디이미지에 관한 연구는 자아개념과 관련[6][7][8]되거나 연구대상이 주로 청소년[9][10]이나 20대[11][12]에 국한된 경우가 대부분이었다. 그러나 최근의 동안과 다이어트 열풍, 의학 기술의 발달 등으로 인해 나이의 경계가 모호해졌을 뿐 아니라 30-40대의 여성들도 20대와 마찬가지로 본인의 외모와 몸매관리에 매우 관심이 많은 상황이지만 30-40대의 여성을 포함한 바디이미지의 연구는 매우 미비한 실정이다.

따라서 본 연구의 목적은 20-40대의 성인 여성을 대상으로 바디이미지에 영향을 미치는 요인을 분석하고 의복관리행동, 체중관리행동과의 관련성을 조사하는 데 그 목적을 두었다. 또한 인구통계적특성에 따른 바디이미지에 대한 관심과 의복과 체중관리행동의 차이를 분석하여 여성 소비자 집단의 시장세분화를 위한 관련업체의 마케팅 전략에 도움을 줄 수 있는 기초자료를 제공하고자 한다.

Ⅱ. 이론적 배경

1. 바디이미지

바디이미지는 사람들이 자신의 신체나 외모에 대해 평가하는 가장 즉각적이고 중요한 요소[13]이며 마음속에 그리는 신체상, 즉 신체를 자기 자신으로 드러내는 방법[14]으로 외모와 신체적 경험의 주관적인 묘사로 형성되고 환경으로부터의 새로운 자극에 대하여 반응하며 계속 변화한다.

바디이미지는 신체의 지각적인 측면과 태도적인 측면의 비교적 독립적인 2개의 범주로 구분될 수 있다. 지각적인 신체 이미지는 개인이 신체크기를 얼마나 정확하게 또는 왜곡하여 지각하는가에 대한 것으로 태도적인 신체 이미지, 자기 우울감, 섭식 장애 등에 영향을 미치는 것으로 보여 진다. 태도적인 신체이미지는 개인이 자신의 신체에 대해 갖고 있는 느낌, 평가, 행위 등을 말하며 자아개념 및 의복행동에 영향을 미치는 것으로 알려져 있다[15].

바디이미지는 체중, 얼굴을 포함하는 신체 각 부분의 생김새와 의복, 화장 같은 신체적 외모에 대한 지각과 평가 과정을 통해 형성[16]되며 객관적인 수치보다 주관적인 판단에 의해 주로 인지되고 있다. 신체적으로 매력적인 여성이 더욱 여성적인 것으로 지

각되며 매력이 없는 여성일수록 남성적인 것으로 지각되며 마른 신체는 현대 여성의 중요한 조건 중의 하나로 아름다움, 건강, 바람직한 것, 성숙한 것의 상징으로 간주되고 있다[17].

바디이미지에 대한 다차원적 측정 도구인 MBSRQ(Multi-dimensional Body-Self Relations Questionnaire)는 감정적 요소 뿐 아니라 인지적, 행위적 요소를 고려하여 태도적 신체 이미지를 측정하는 것으로 신체적인 외모 뿐 아니라 체중 조절, 건강에 대한 관심, 외모 변형 등의 다양한 측면을 포함 한다[18]. 바디이미지는 행동에 영향을 주어서 불만족스러운 신체 부분이나 체형을 가리고 보충하려는 노력을 동기화[19]시키기 때문에 외모관리 행동에 영향을 미치는 변수임을 알 수 있다.

이러한 바디이미지는 고정되어 있지 않고 항상 변화하며 신체를 꾸며주는 의복이나 화장, 보석 등을 통해 자신의 외모변화행동을 함으로써 신체에 대한 감정을 향상시킬 수 있다.

바디이미지와 관련된 선행연구[20][21][22][23][24][25]를 살펴보면 외모, 신체, 몸매(체형), 체중 등과 관련된 차원으로 분류되어짐을 알 수 있다.

김광경, 이금실, 정미실[26]은 여대생의 신체이미지의 차원을 외모관심, 신체매력, 몸매관리, 운동능력의 4요인으로 분류하였고 각 요인이 의복행동의 각 변수에 각기 다른 영향력을 가짐을 밝혔다.

하주연, 고애란, 정미실[27]은 여고생을 대상으로 신체이미지를 지각적 신체평가, 외모관심, 체중관심의 3요인으로 분류하였고 각 요인이 의복태도변인에 서로 다른 영향을 준다고 밝혔다.

강영숙, 박현정[28]은 20대 여성을 대상으로 신체이미지를 체형만족, 외모만족, 신체활동능력의 3요인으로 분류하였고 신체이미지, 자아존중감, 그리고 외모관리행동간의 관계를 분석하였다.

2. 바디이미지와 의복관리행동

사람의 외모를 구성하는 다양한 요소로는 얼굴, 체격, 체중, 신장, 옷, 액세서리, 화장품, 안경, 체취, 머리 손질 등이 있고[29] 외모를 관리하는 행동은 의복 행동, 피부 관리, 화장, 화장품 구매, 미용성형, 체중관리, 헤어관리, 네일, 페디큐어관리 등으로 이중에서 의복을 이용하여 외모를 변화시키고 관리하는 행동을 의복관리행동이라 할 수 있다. 의복은 개인적인 외모 관리를 위한 보편적인 수단으로서 신체 수정이나 신체 부가 물로서의 기능을 하며 외적 표현 수단으로서 역할을 한다[30].

사회심리학적인 관점에서 의복 착용 행동은 자기 표현임과 동시에 자신의 인상 관리를 위한 하나의 수단으로 사용되며 고용을 위한 면접 시 옷차림이 면접자의 인식에 영향을 주는 등 상대방에게 의복 착용자의 메시지를 전달해주는 수단으로도 작용 한다[31].

McCracken[32]은 패션을 문화적 의미 전달의 대표적인 예로 보았으며 의복은 사회문화적 맥락에 의해 스타일이 결정되고 그 시대의 이상적 신체를 함축하여 제작되므로 외모에 관한 문화적 이상은 유행의복이라는 형태로 가시화된다고 하였다.

의복은 신체적 자기의 확장이고 제 2의 피부로서 신체와 밀접한 관련을 가지므로 바디이미지는 의복을 이용하여 외모를 관리하는 행동과 관련이 있음을 선행 연구를 통해 알 수 있다.

박선영[33]은 성인 여성의 신체이미지와 의복착용스타일에 대한 연구에서 주관적인 신체이미지가 긍정적일 경우에는 타이트하게 맞고 몸매를 드러내는 의복을 착용하였고 신체이미지가 비만에 속할 경우 신체가 드러나지 않는 여유 있게 몸에 맞는 스타일의 의복으로 바람직한 신체이미지를 만든다고 하였다.

전경란, 이명희[34]는 신체만족도와 심리적특성이 외모향상태도에 미치는 영향에 대한 연구에서 신체만족도는 의복태도와는 정적 관계를 나타내고 신체만족도가 높을수록 의복의 심미성을 중요시한다고 하였다.

송경자, 김재숙[35]은 신체이미지에 따른 성형욕구, 자아개념, 의복행동에 관한 연구에서 자신을 정상체형이라고 지각하는 사람이 의복과시행동을 많이 하고 마른 체형을 이상적이라고 여기는 사람이 유행에 대한 관심이 높고 의복동조행동을 많이 하는 것으로 나타났다.

하주연 등[36]은 여고생의 신체이미지에 따른 의복행동에 관한 연구에서 외모와 체중에 관심이 많을수록 유행이나 의복에 대한 관심이 높고 독특한 의복차림을 통해 자신을 과시하려는 성향이 많으며 자신

의 신체에 대해 긍정적일수록 유행에 대해 민감해서 새로운 스타일을 채택하는 시기가 빠르다고 하였다.

조선명, 고애란[37]은 신체이미지가 의복추구혜택에 미치는 영향에 대한 연구에서 신체적 외모의 중요성을 알고 신체에 관심이 많을수록 의복을 통해 개성과 자기표현을 하고자하며 기분을 향상시키고 자신의 이상적 신체모습을 나타내기 위해 의복을 사용한다고 하였다.

3. 바디이미지와 체중(몸매)관리행동

체중(몸매)관리행동은 식사량의 조절, 운동, 클리닉이나 관리실 등을 이용하여 외모 즉 체중이나 몸매를 관리하는 행동이다.

대중 매체를 통해 끊임없이 보여 지는 날씬하고 마른 체형의 이상적인 신체이미지는 여성들에게 무의식적인 압력으로 작용하여 사회적 비교과정을 통해 자신의 체형을 실제보다 뚱뚱한 것으로 잘못 지각하여 스스로를 매력 없는 여성으로 여기게 한다. 그 결과 부정적인 이미지를 갖게 하며 또한 마른 체형이 이상적이며 아름다운 이미지로 인식되기 때문에 많은 여성들은 건강보다 외모관리의 목적으로 체형관리행동을 하고 있다.

그러므로 사람들은 자신의 신체를 지각하면서 이상적인 자아와의 차이를 줄이기 위하여 체중조절행동을 하게 되며 이러한 경향은 자신의 실제 모습에 대한 객관적인 인식과는 별개로 미에 대한 이상형을 규정하고 이러한 기준과 자신의 모습과의 비교를 통하여 신체이미지를 만드는 것이다. 이러한 이상적인 신체이미지와 자신의 신체이미지와의 차이가 클수록 신체에 대한 불만족이 커지고 신체이미지를 왜곡하기도 한다[38].

바디이미지와 체중(몸매)관리행동에 관련된 선행연구를 살펴보면 다음과 같다.

임경복[39]은 사회적 자아와 신체이미지가 외모관리행동에 미치는 영향에 관한 연구에서 여학생은 외모와 관련된 체중 관심을 해결하기 위한 수단으로 운동을 활용하고 남학생은 물리적 신체 만족을 위해 운동을 한다고 하였다.

전현진, 정명선[40]은 외모에 대한 사회문화적태도와 신체이미지가 의복추구혜택에 미치는 영향에 관한 연구에서 신체수치심 차원이 체중 및 체형 관리에 가장 영향을 미치며 여성들이 자신의 체중 조절 및 체형이 사회적 표준에 미치지 못한다고 느꼈을 때 신체에 대한 수치심을 가장 크게 느낀다고 밝혔다.

김인화, 임자영[41] 은 여대생의 신체이미지와 체중조절에 관련된 연구에서 신체에 만족하지 못한 사람과 외모관리를 잘하는 사람은 비만을 우려하는 것으로 나타났고 자신의 신체에 만족하지 못하거나 외모관리를 잘하는 사람은 체중관리를 잘하고 신체에 자신감이 있거나 외모관리를 잘하지 않는 사람은 체중조절에 무관심하다고 밝혔다.

III. 연구 방법 및 절차

1. 연구 문제

1) 성인 여성의 바디이미지의 요인을 분석한다.

2) 인구통계적특성에 따른 바디이미지의 요인을 비교분석한다.

3) 인구통계적특성에 따른 BMI, 의복관리행동, 그리고 체중(몸매)관리행동의 차이를 분석한다.

4) BMI에 따른 바디이미지, 의복관리행동과 체중(몸매)관리행동의 차이를 분석한다.

5) 바디이미지, 의복관리행동, 그리고 체중(몸매)관리행동의 관계를 분석한다.

2. 측정 도구

1) 바디이미지

바디이미지에 대한 문항은 Cash[42]의 신체-자아에 대한 다차원적 설문문항인 MBSRQ(Multi-dimensional Body-Self Relations Questionnaire)중 신체의 외모와 관련된 문항 중 선행 연구[43][44]에서 사용된 문항을 참고로 사용하였다. 각 문항은 5점 리커트 척도로 측정하였고 신뢰도 검증에서 신뢰도를 떨어뜨리는 4문항을 제외한 총 21문항으로 측정하였다. 4요인 모두 신뢰도 계수(Cronbach's α)는 .76이상으로 나타났다.

2) BMI(Body Mass Index)

체질량지수라고 하며 체중(kg)/신장(m^2)으로 산출되는 값을 의미한다. 18미만은 저체중, 18-25미만은 표준 체중, 25이상은 비만으로 분류되며 본 연구에서는 자기 기입식으로 보고한 체중과 신장을 사용하여 객관적인 비만도를 산출하였다.

3) 의복관리행동

의복관리행동은 선행 연구[45]를 연구의 목적에 맞게 수정, 보완하여 총 8문항으로 측정하였다.

각 문항은 5점 리커트 척도로 측정하였고 점수가 높을수록 의복관리행동을 많이 한다고 평가하였다. 신뢰도 분석 결과 신뢰도 계수(Cronbach's α)는 .84로 나타났다.

4) 체중(몸매)관리행동

체중관리 행동은 선행 연구[46]를 연구의 목적에 맞게 수정, 보완하였고 신뢰도 검증에서 신뢰도를 떨어뜨리는 1문항을 제외한 총 5문항으로 측정하였다. 각 문항은 5점 리커트 척도로 측정하였고 점수가 높을수록 체중 관리 행동을 많이 한다고 평가하였다. 신뢰도 분석 결과 신뢰도 계수(Cronbach's α)는 .78로 나타났다.

3. 자료수집 및 분석방법

본 연구의 조사 기간은 2011년 10월 5일부터 10

<표 1> 표본의 인구통계적특성

N=329

변 인		빈도(명)	백분율(%)
연령	20대	162	49.2
	30대	90	27.4
	40대	77	23.4
교육수준	대재	139	41.6
	대졸	126	38.3
	대학원재학이상	64	19.5
결혼여부	미혼	223	67.8
	기혼	106	32.2
직업	학생	143	43.5
	전문직	76	23.1
	사무직	36	10.9
	서비스직	55	16.7
	기타	19	5.8
월평균 외모관리 비용	10만원 이하	85	25.8
	11-20만원 이하	122	37.1
	21-30만원 이하	71	21.6
	31만원 이상	50	15.2
BMI	저체중	47	14.3
	정상체중	261	79.3
	비만	21	6.4
합계		329	100.0

월 25일까지로 서울 및 경기에 거주하는 성인 여성을 편의 표집하였다. 350부의 설문지를 배포하였으며 341부를 회수한 후 부정확한 응답지를 제외한 329부를 분석에 이용하였다.

표본의 인구통계적특성은 <표 1>과 같고 연령은 20대가 49.2%, 30대가 27.4%, 40대가 23.4%로 나타나 20대의 비율이 가장 높았고 미혼의 비율이 67.8%이고 기혼의 비율은 32.2%였다. 직업은 학생이 43.5%, 전문직이 23.1%, 사무직이 10.9%, 서비스직이 16.7%의 비율을 보였고 월평균 외모관리 비용으로는 11-20만원이 37.1%로 가장 높은 비율을 보였고 10만원 이하가 25.8%, 21-30만원이 21.6%, 31만원 이상이 15.2%의 순으로 나타났다. 평균 체중은 52.68kg, 신장은 162.40cm로 BMI는 19.98로 나타나 정상 범위에 속해 있으며 18미만인 저체중은 14.3%, 18이상 25미만인 정상 체중은 79.3%, 25이상인 비만은 6.4%로 나타났다.

자료 분석을 위해 SPSSWIN 17.0을 이용하였고 평균과 표준편차, 빈도 분석, 신뢰도 분석, T-검증 , ANOVA, 상관관계 분석, 그리고 회귀분석을 실시하였다.

Ⅳ. 연구 결과 및 논의

1. 바디 이미지 요인 분석

<표 2> 바디이미지 요인 분석

요 인	요인 부하량	고유값	설명력	신뢰도 (α)
요인 1: 외모관심				
남들 앞에 나가기 전에 내 모습이 괜찮은지 확인한다.	.75			
나는 외출 전 준비하는 시간이 길다.	.71	3.91	17.00	.80
나는 거울을 자주 보는 편이다.	.70			
내가 아름답게 보이는 것은 중요하다.	.58			
나는 외모를 치장하기위해 여러 용품을 사용한다.	.58			
요인 2: 체중관심				
나는 체중을 줄이려고 다이어트 중이다.	.82			
나는 살이 찐 것에 대해 혹은 살이 찔까봐 걱정된다.	.74			
나는 몸무게가 조금만 변해도 신경이 쓰인다.	.72	3.36	14.60	.82
나는 빠른 시간 안에 체중을 줄이려고 강력한 다이어트를 한 적이 있다.	.71			
나는 날씬한 몸매를 유지하기위해 적극적으로 하는 일이 없다.(R)	.67			
나는 날씬한 몸매를 유지하는 방법에 대해 많이 알고 있다.	.64			
요인 3: 외모향상노력				
나는 헤어스타일에 신경을 쓰는 편이다.	.76			
나는 항상 외모를 좋게 하기 위해 노력한다.	.75	2.74	11.90	.80
나는 옷을 잘 맞추어 입기 위해 노력한다.	.72			
나는 내가 아름답게 보일 수 있는 옷을 사려고 노력한다.	.51			
나는 옷을 입을 때 신경 쓰지 않고 입는다.(R)	46			
요인 4: 외모매력				
나의 몸은 성적 매력이 있다.	.74			
나는 옷을 입지 않은 내 몸매가 마음에 든다.	.74	2.73	11.88	.76
나는 내 외모에 만족한다.	.72			
나는 신체적인 매력이 없다.(R)	.65			
대부분의 사람들은 나를 멋지다고 여길 것이다.	.65			

연구대상자의 바디이미지의 차원을 밝히기 위해 주성분 분석으로 요인을 추출하고 Varimax에 의한 회전을 실시하여 요인 분석을 실시하였고 신뢰도 분석을 한 결과는 <표 2>와 같다. 분석 결과 4요인으로 나타났고 신뢰도 검증에서 신뢰도를 떨어뜨리는 문항과 여러 요인에 대해 비슷한 정도의 요인 부하량을 갖는 문항을 제외하였다.

요인 1은 남들 앞에 나가기 전에 내 모습이 괜찮은지 확인한다, 외출 전 준비하는 시간이 길다 등의 5문항으로 외모관심 요인이라고 명명하였고 설명력은 17.00%였다.

요인 2는 나는 체중을 줄이려고 다이어트 중이다, 살이 찐 것에 대해 혹은 살이 찔까봐 걱정된다 등의 6문항으로 체중관심 요인이라고 명명하였고 설명력은 14.60%였다.

요인3은 나는 헤어스타일에 신경을 쓰는 편이다, 항상 외모를 좋게 하기 위해 노력한다 등의 5문항으로 외모향상노력 요인이라고 명명하였고 설명력은 11.90%였다.

요인 4는 나의 몸은 성적 매력이 있다, 옷을 입지 않은 내 몸매가 마음에 든다 등의 5문항으로 외모매력 요인이라고 명명하였고 설명력은 11.88%였다.

성인 여성들은 외모에 대한 관심이 외모 매력, 외모향상 욕구나 체중에 대한 관심보자 더 높음을 알 수 있었다.

2. 인구통계적특성에 따른 바디이미지

인구통계적 특성에 따른 바디이미지의 차이를 분석한 결과는 <표 3>과 같다.

연령에 따라서는 외모관심, 체중관심, 외모향상노력에 있어서 유의차가 있는 것으로 나타나 20대의 평균이 가장 높아 연령이 적을수록 외모나 체중에 관심이 많고 외모 향상 욕구가 높아 외모관리 노력을 많이 하고 있음을 알 수 있었다. 이는 40대의 여성이 20대 보다 체중에 관심이 높다고 한 송경자, 김재숙[47]의 연구와 다른 결과이다. 그러나 외모향상노력은 전반적으로 평균이 높게 나타났고 외모매력에 대해서는 평균이 낮게 나타나 대다수의 성인 여성들은 본인의 외모를 향상시키기 위해 노력은 많이 하고 있으나 매력을 느끼지 못하고 만족하지 못하고 있음을 알 수 있는 결과이다.

결혼 여부에 따라서는 외모관심, 체중관심, 외모향상노력에서 유의차가 나타나 미혼이 기혼보다 외모나 체중에 관심이 많고 외모 향상을 위해 노력을 많이 하고 있음을 알 수 있다.

직업에 따라서는 바디이미지의 모든 변인이 유의차가 나타나 서비스직 여성이 가장 외모나 체중에 관심이 많고 외모향상노력을 하고 본인의 외모에도 매력을 느끼고 만족하는 반면 전문직 여성은 외모에 관심이 가장 적고 외모 관리를 가장 적게 하며 본인의 외모에도 가장 만족하지 못하고 있음을 알 수 있었다. 이는 외모가 중요시되는 서비스직의 특성이 반영된 결과로 해석된다.

월 평균 외모 관리 비용에 따라서는 외모관심, 외모향상노력, 외모매력에서 유의차가 나타나 대체적으로 외모 관리 비용을 많이 지출할수록 외모에 관심이 많고 외모 관리를 위해 노력하고 있으며 본인의 외모에 매력을 느끼고 만족하고 있음을 알 수 있다. 이는 경제적 여유가 많고 사회적 지위가 높은 상류층 집단이 외모에 관심이 많다고 한 김선희[48]와 김광경, 이금실, 정미실[49]의 연구와 일치하는 결과이다.

3. 인구통계적특성에 따른 BMI, 의복관리행동과 체중(몸매)관리행동

인구통계적특성에 따라 BMI와 의복관리행동과 체중(몸매)관리행동이 차이가 있는지를 분석한 결과는 <표 4>와 같다.

연령과 결혼 여부에 따라서는 BMI와 의복관리행동에서 유의차가 나타나 40대는 20, 30대에 비해, 기혼은 미혼에 비해 BMI가 높고 의복을 이용한 외모관리행동을 적게 하고 있음을 알 수 있다.

직업에 따라서는 BMI와 의복관리행동에서 유의차가 나타나 전문직의 경우 BMI가 가장 높고 의복을 이용한 외모관리 행동을 가장 적게 하며 서비스직은 BMI가 가장 낮고 의복을 이용한 외모관리 행동을 가장 많이 하고 있음을 알 수 있다.

월평균 외모관리 비용에 따라서는 BMI, 의복관리행동, 체중(몸매)관리행동에서 유의차가 나타나 외모관리 비용을 많이 지출하는 여성들이 날씬하고 의복

<표 3> 인구통계적특성에 따른 바디이미지

M(S.D.)

변 인		외모관심	체중관심	외모향상노력	외모매력
연 령	20대 (n=162)	3.75(.65)a	3.19(.79)a	3.82(.59)a	2.95(.62)
	30대 (n=120)	3.51(.57)b	3.14(.74)ab	3.71(.52)a	3.10(.54)
	40대 (n=107)	3.19(.59)c	2.88(.76)b	3.45(.63)b	2.90(.61)
F 값		22.57***	4.31*	10.64***	2.91
결혼 여부	미혼 (n=243)	3.68(.64)	3.19(.77)	3.80(.57)	3.00(.62)
	기혼 (n=146)	3.28(.60)	2.93(.77)	3.51(.62)	2.93(.56)
t 값		5.44***	2.78**	4.20***	1.01
직 업	학생 (n=143)	3.72(.67)a	3.16(.79)	3.80(.58)a	2.93(.66)
	전문직 (n=103)	3.23(.60)b	2.87(.76)	3.45(.64)b	2.91(.55)
	사무직 (n=49)	3.50(.56)ab	3.23(.80)	3.78(.55)a	3.10(.47)
	서비스직 (n=75)	3.69(.59)a	3.20(.78)	3.83(.55)a	3.16(.60)
F 값		11.14***	3.02*	7.02***	2.69*
월평균 외모 관리 비용	10만원 이하 (n=97)	3.38(.66)b	2.98(.78)	3.47(.55)b	2.76(.65)b
	11-20만원 (n=144)	3.55(.65)ab	3.09(.76)	3.68(.63)ab	2.98(.50)ab
	21-30만원 (n=86)	3.71(.57)a	3.14(.76)	3.90(.50)a	3.08(.53)a
	31만원이상 (n=86)	3.64(.70)ab	3.31(.83)	3.86(.61)a	3.19(.72)a
F 값		3.83**	1.87	8.54***	7.03***

*p<.05 **p<.01 ***p<.001 a,b,c는 scheffe 사후 검증 결과

관리행동과 체중(몸매)관리행동을 많이 하고 있음을 알 수 있다. 이는 경제 수준이 높은 집단이 유행하거나 자신에게 어울리는 의복을 구입하고 몸매를 관리하기 위해 관리실이나 헬쓰클럽을 이용할 수 있는 여유가 있으므로 자신의 외모를 관리하기 위해 더 노력하고 있음을 알 수 있는 결과이다.

4. BMI에 따른 바디이미지, 의복관리행동과 체중(몸매)관리행동

BMI에 따라 바디이미지, 의복관리행동과 체중(몸매)관리행동에 차이가 있는지를 분석한 결과는 <표 5>와 같다.

바디이미지 중 외모관심과 체중관심이 그리고 의복관리행동과 체중(몸매)관리행동에 유의차가 있는 것으로 나타나 저체중 집단이 외모에 관심이 가장 많고 의복을 이용한 외모관리행동을 가장 많이 하고

있는 반면 정상체중집단은 체중에 관심이 많고 체중(몸매)관리행동도 많이 하며 몸매 관리에 가장 적극적인 것을 알 수 있다. 즉 저체중집단과 과체중집단보다 정상체중집단이 체중에 관련된 바디 이미지에 관심이 많음을 알 수 있다. 이는 BMI가 높을수록 체중에 대한 관심이 높다고 한 류은정, 김영희[50]와 홍금희[51]의 연구와는 다른 결과이고 김광경, 이금실, 정미실[52]의 연구와 일치하는 결과로 정상체중집단이 더 마른 체형을 선호하며 지향하고 있음을 알 수 있는 결과이다.

5. BMI, 바디이미지, 의복관리행동, 체중관리행동의 상관관계

BMI, 바디이미지의 각 변인, 의복관리행동 그리고 체중(몸매)관리행동의 상관관계를 분석한 결과는 <표 6>과 같다.

대부분의 변인들이 통계적으로 유의한 수준에서 상관관계가 있는 것으로 나타났다. BMI는 외모관심, 외모매력, 의복관리행동과 부적인 상관관계가 체중관심과 체중(몸매)관리행동과는 정적인 상관관계가

<표 4> 인구통계적특성에 따른 BMI, 의복관리행동과 체중(몸매)관리행동

M(S.D.)

변 인		BMI	의복관리행동	체중(몸매)관리행동
연 령	20대 (n=162)	19.68(2.57)b	3.46(.58)a	2.63(.77)
	30대 (n=120)	19.57(1.85)b	3.45(.57)a	2.76(.83)
	40대 (n=107)	21.11(2.17)a	3.12(.85)b	2.69(.77)
F 값		11.75***	8.22***	.49
결혼 여부	미혼 (n=243)	19.63(2.35)	3.46(.57)	2.64(.80)
	기혼 (n=146)	20.73(2.28)	3.20(.81)	2.63(.77)
t 값		-3.95***	3.33**	.09
직 업	학생 (n=143)	19.79(2.63)ab	3.42(.60)ab	2.62(.77)
	전문직 (n=103)	20.77(2.45)a	3.13(.84)b	2.67(.77)
	사무직 (n=49)	19.74(1.87)ab	3.53(.57)a	2.69(.95)
	서비스직 (n=75)	19.24(1.40)b	3.55(.56)a	2.84(.79)
F 값		5.01**	5.60***	.66
월평균 외모관리 비용	10만원 이하 (n=97)	20.54(2.81)a	3.08(.63)c	2.51(.72)b
	11-20만원 (n=144)	20.03(2.39)ab	3.38(.68)b	2.66(.84)ab
	21-30만원 (n=86)	19.42(1.90)b	3.49(.57)ab	2.74(.72)ab
	31만원이상 (n=86)	19.53(2.03)b	3.72(.65)a	2.98(.80)a
F 값		3.15*	11.56***	3.84**

*p<.05 **p<.01 ***p<.001 a,b,c는 scheffe 사후 검증 결과

<표 5> BMI에 따른 바디이미지, 의복관리행동과 체중관리 행동

M(S.D.)

변 인		저체중 (n=47)	정상체중 (n=261)	과체중 (n=21)	F
바디 이미지	외모관심	3.85(.64)a	3.53(.63)ab	3.16(.62)b	7.95***
	체중관심	2.70(.73)b	3.18(.77)a	3.15(.79)ab	7.86***
	외모향상노력	3.79(.59)	3.70(.60)	3.54(.68)	.96
	외모매력	2.99(.55)	3.00(.60)	2.70(.74)	1.66
의복관리행동		3.57(.58)a	3,38(.70)ab	3.03(.68)b	4.00*
체중관리 행동		2.29(.65)b	2.76(.79)a	2.60(.79)ab	7.77***

*p<.05 **p<.01 ***p<.001 a,b,c는 scheffe 사후 검증 결과

<표 6> BMI, 바디이미지, 의복관리행동, 체중(몸매)관리행동의 상관관계

변인		BMI	바디이미지				의복관리 행동	체중관리 행동
			외모관심	체중관심	외모향상노력	외모매력		
BMI		1.00						
바디 이미지	외모관심	-.20**	1.00					
	체중관심	.23**	.22**	1.00				
	외모향상 노력	-.11	.65**	.29**	1.00			
	외모매력	-.12*	.22**	.01	.31**	1.00		
의복관리행동		-.12*	.58**	.32**	.64**	.26**	1.00	
체중(몸매) 관리행동		.12*	.16**	.73**	.23**	.12*	.36**	1.00

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

있는 것으로 나타났다. 외모관심은 체중관심, 외모향상노력, 외모매력, 의복관리행동, 체중(몸매)관리행동과 정적인 상관관계가 있는 것으로 나타났고 체중관심은 외모관리 노력, 의복관리행동, 체중(몸매)관리행동과 정적인 상관관계가 있는 것으로 나타났다. 외모향상노력은 외모매력, 의복관리행동, 체중(몸매)관리행동과 외모매력은 의복관리행동, 체중(몸매)관리행동과 의복관리행동은 체중(몸매)관리행동과 정적인 상관관계가 있는 것으로 나타났다.

BMI는 체중과 관련된 변인과만 정적인 상관관계가 있고 나머지 변인과는 부적인 상관관계가 있는 것으로 나타났는데 체중에 불만족할수록 외모에도 관심이 없고 유행 의복이나 옷차림에도 관심이 없음을 알 수 있는 결과이다. 이는 체중에 문제가 있으면 외모자체를 덜 중요시한다는 임경복[53]의 연구와 신체이미지에 대한 불만이 크면 신체에 대한 인지적 중요성과 의식이 낮아진다는 조선명, 고애란[54]의 연구와 유사한 결과이다.

6. 의복관리행동과 체중관리 행동에 대한 회귀분석

여성의 의복관리행동과 체중(몸매)관리행동에 대한 BMI와 바디이미지 요인의 영향력을 알아보기 위해 회귀분석한 결과는 <표 7>과 같다.

의복관리행동에는 유의한 변인이 외모향상노력(β=.41), 외모관심(β=.26), 체중관심(β=15.), 외모매력(β=.10)의 순으로 나타났고 설명력은 46%로 나타났다. 즉 외모를 향상시키기 위해 노력을 하고 외모에 관심이 많고 체중에 관심이 많고 본인의 외모에 매력을 느낄수록 유행하는 의복이나 배우의 옷차림에 관심을 갖고 옷을 잘 입기 위해 노력을 하는 것을 알 수 있다. 특히 의복관리행동에 가장 큰 영향을 미친 변수는 외모향상노력으로 본인의 외모를 향상시키기 위해 노력하는 사람이 의복을 이용하여 외모를 관리하는 행동을 많이 하고 있음을 알 수 있다.

체중(몸매)관리행동에는 유의한 변인이 체중관심(β=.76), 외모매력(β=.15)의 순으로 나타났고 설명력은 62%로 나타났다. 즉 본인의 체중에 관심이 많고 외모에 매력을 느낄수록 체중에 신경을 쓰고 식사량을 조절하고 몸매 관리를 위해 운동을 하는 등의 노력을 하고 있음을 알 수 있다.

의복관리행동보다 체중(몸매)관리행동에 대한 설명력이 더 크게 나타났는데 이는 여성의 바디이미지에 중요하게 작용하는 것이 체중관리임을 알 수 있는 결과이다.

V. 결론 및 제언

본 연구는 20-40대의 성인 여성을 대상으로 바디이미지의 요인을 분석하고 의복관리행동과 체중(몸매)관리행동 간의 관계를 밝히고자 한다.

본 연구의 결과를 요약하면 다음과 같다.

첫째, 연구대상자의 바디이미지의 요인 분석 결과 외모관심 요인, 체중관심 요인, 외모향상노력 요인, 외모매력 요인의 4요인으로 나타났다. 외모관심 요인이 가장 주요한 요인으로 설명력이 높았다.

둘째, 인구통계적특성에 따른 바디이미지의 차이를 분석한 결과 연령에 따라서는 외모관심, 체중관심, 외모향상노력에서 유의차가 나타났다. 결혼 여부에 따라서는 외모관심, 체중 관심, 외모향상노력에서 유의차가 나타났다. 직업에 따라서는 바디이미지의 모든 변인이 유의차가 나타났고 월 평균 외모

<표 7> 의복관리 행동과 체중관리행동에 대한 회귀분석

종속변수	독립변수		β	t	R^2	F
의복관리행동	BMI		-.04	-.93	.46	47.12***
	바디이미지	외모향상노력	.41	7.22***		
		외모관심	.26	4.69***		
		체중관심	.15	3.39***		
		외모매력	.10	2.02*		
체중관리행동	BMI		-.04	-1.06	.62	70.86***
	바디이미지	체중관심	.76	19.05***		
		외모매력	.15	3.59**		
		외모향상노력	-.01	-.17		
		외모관심	-.03	-.66		

관리 비용에 따라서는 외모관심, 외모향상노력, 외모매력에서 유의차가 나타났다.

셋째, 인구통계적특성에 따라 BMI와 의복관리행동과 체중(몸매)관리행동이 차이가 있는지를 분석한 결과 연령에 따라서는 BMI와 의복관리행동에서 유의차가 나타났고 결혼 여부에 따라서는 BMI와 의복관리행동에서 유의차가 나타났고 직업에 따라서는 BMI와 의복관리행동에서 유의차가 나타났다.

넷째, BMI에 따라 바디이미지, 의복관리행동과 체중(몸매)관리행동에 차이가 있는지를 분석한 결과 바디이미지 중 외모관심과 체중관심이 그리고 의복관리행동과 체중관리 행동에 유의차가 있는 것으로 나타났다.

다섯째, BMI, 바디이미지의 각 변인, 의복관리행동 그리고 체중(몸매)관리행동의 상관관계를 분석한 결과 BMI는 외모관심, 외모매력, 의복관리행동과 부적인 상관관계가 체중관심과 체중(몸매)관리행동과는 정적인 상관관계가 있는 것으로 나타났다. 외모관심은 체중 관심, 외모향상노력, 외모매력, 의복관리행동, 체중(몸매)관리행동과 정적인 상관관계가 있는 것으로 나타났고 체중관심은 외모향상노력, 의복관리행동, 체중(몸매)관리행동과 정적인 상관관계가 있는 것으로 나타났다. 외모향상노력은 외모매력, 의복관리행동, 체중(몸매)관리행동과 외모매력은 의복관리행동, 체중(몸매)관리행동과 의복관리행동은 체중(몸매)관리행동과 정적인 상관관계가 있는 것으로 나타났다.

여섯째, 여성의 의복관리행동과 체중(몸매)관리행동에 대한 BMI와 바디이미지 요인의 영향력을 알아보기 위해 회귀 분석한 결과 의복관리행동에는 유의한 변인이 외모향상노력(β=.41), 외모관심(β=.26), 체중관심(β=15.), 외모매력(β=.10)의 순으로 나타났고 설명력은 46%로 나타났다. 체중(몸매)관리행동에는 유의한 변인이 체중관심(β=.76), 외모매력(β=.15)의 순으로 나타났고 설명력은 62%로 나타났다.

이상의 연구결과를 볼 때 20-40대의 성인 여성들은 대부분이 외모에 관심이 많고 외모를 향상시키기 위한 욕구가 강하며 외모관리를 위해 노력하고 있으나 본인의 외모에 대한 매력은 느끼지 못하여 만족하지 못하는 것으로 나타났다. 또한 외모매력요인은 의복관리행동과 체중(몸매)관리행동 모두에 영향을 미치는 변수로 나타났으므로 여성들이 본인의 장점을 파악하여 외모에 매력을 느끼고 만족할 수 있도록 하는 패션관련업계 및 체중/체형 관리 관련업계의 서비스 전략이 필요할 것이다.

성인 여성은 BMI에 따라 바디이미지에 대한 관심과 의복과 체중(몸매)관리행동에 차이가 있는 것으로 나타났고 바디이미지 중 체중관심요인은 체중(몸매)관리행동 뿐 아니라 의복관리행동에도 영향을 미치는 중요한 변수로 나타났다. 저체중 집단은 외모에 관심이 가장 많고 의복관리행동을 가장 많이 하는 것으로 나타났는데 이는 본인의 몸매가 날씬하여 이상적 기준에 가까울수록 외모에 관심이 많으며 유행에 관심이 많고 비싸더라도 유명브랜드 의복을 구입하는 등 본인의 외모에 시간과 비용을 투자하고 있음을 알 수 있는 결과이다. 또한 정상체중집단은 과체중집단보다 체중 관리에 관심이 많고 체중관리 행동도 많이 하며 몸매관리에 적극적인 것으로 나타났으므로 업계의 차별화되고 세분화된 마케팅 전략이 요구된다.

본 연구의 표본은 서울 및 경기에 거주하는 20-40대의 성인 여성을 대상으로 했기 때문에 전체 성인 여성으로 일반화시키기에는 한계가 있고 외모에 대한 관심이 연령과 성별에 관계없이 증가하고 있으므로 노년층, 남성을 포함한 연구 대상 범위의 확대 연구가 이루어져야 할 것이다.

참고문헌

1) 토머스F.캐시(2000), 바디 이미지: 발전, 일탈, 변화, 임숙자 역, 교문사, p.4.
2) 강영숙, 박현정(2009), "뷰티살롱 고객의 외모관리행동에 대한 신체이미지와 자아존중감의 영향관계", *한국미용학회지, 15(1)*, pp.363-373.
3) 김완석, 김혜진(2005), "여성의 신체이미지 지각이 신체관련 소비에 미치는 영향", *한국심리학*

회지: 소비자, 광고 , 6(3), pp.27-40.
4) 김광경, 이금실, 정미실(2001), "다차원적 신체 이미지가 의복행동에 미치는 영향". *한국의류학회지, 25(2),* pp.358-365.
송경자, 김재숙(2005), "신체이미지에 따른 성형욕구, 자아개념, 의복행동", 한*국의류학회지, 29(3),* pp.391-402.
5) 이주영(2011), "여대생의 체중조절행동과 신체태도 및 비만스트레스에 관한 연구", *한국미용학회지, 17(3),* pp.461-467.
6) 이승희, 이시원(2009), "성별에 따른 공적 자기의식, 신체이미지, 사회문화적 영향의 차이에 관한 연구", *패션비지니스학회지, 13(5),* pp.45-54.
7) 이미숙(2009), "청소년의 신체이미지, 사회적 자아개념과 의복행동간의 관계 연구", *한국의류학회지, 33(3),* pp.433-443.
8) 임경복(2009), "사회적자아와 신체이미지가 외모관리행동에 미치는 영향", *대한가정학회지, 47(6),* pp.67-77.
9) 하주연, 고애란, 정미실(2005), "여고생의 감각추구성향과 신체이미지에 따른 의복행동 및 헤어스타일 태도", *한국의류학회지, 29(5),* pp.715-726.
10) 이미숙(2009), "청소년의 신체이미지, 사회적 자아개념과 의복행동간의 관계 연구", *한국의류학회지, 33(3),* pp.433-443.
11) 김선희(2003), "신체이미지와 라이프스타일에 관한 연구", *한국복식학회지, 53(1),* pp.87-98.
12) 임경복. op.cit., pp.67-77.
13) 토머스F.캐시, op.cit., p.67.
14) 토머스F.캐시, op.cit., p.59.
15) 김은주(2000), "여대생의 외모관리 행동애 관한 연구", 이화여자대학교 석사학위논문, pp.4-5.
16) 조선명, 고애란(2010), "외모에 대한 사회, 문화적 태도와 신체이미지가 의복추구 혜택에 미치는 영향", *한국의류학회지, 25(7),* pp.1227-1238.
17) Lennon, S., Rudd, N. A.(1994), "Linkages between attitudes toward gender roles, body satisfaction, self-esteem and appearance management behaviors in women", *Family Consumer Science Research Journal, 23(2),* pp.94-117.
18) Cash, T. F., Winstead, B., Janda, L.(1986), "The great American shape-up:Body survey report", *Psychology Today, 20(4),* pp.30-37.
19) 이승희, 심지윤(2006), "외모 관련 강박행동이 바디이미지에 미치는 영향", *패션비지니스학회지,* 10(2), pp.181-193.
20) 강영숙, 박현정, op.cit., pp.363-373.
21) 김광경, 이금실, 정미실, op.cit., pp.358-365.
22) 김선희, op.cit., pp.87-98.
23) 이승희, 이시원, op.cit., pp.45-54.
24) 임경복, op.cit., pp.68-77.
25) 하주연, 고애란, 정미실, op.cit., pp.715-726.
26) 김광경, 이금실, 정미실, op.cit., pp.358-365.
27) 하주연, 고애란, 정미실, op.cit., pp.715-726.
28) 강영숙, 박현정, op.cit., pp.363-373.
29) 김아날리아, 이수경, 고애란(2006), "남녀 프리틴 세대의 외모관리행동 영향요인", *한국의류학회지, 30(11),* p.1539.
30) 강혜원(1984), "의상사회심리학," 교문사, pp.224-225.
31) 토머스F.캐시, op.cit., p.56.
32) McCracken, G(1988), "Culture Consumption: New approach to the symbolic character of consumer goods and activities", Indiana University Press, pp.93-103.
33) 박선영(1998), "성인 여성의 신체이미지와 의복착용스타일", 이화여자대학교 석사학위논문, pp.35-60.
34) 전경란, 이명희(2003), "신체만족도와 심리적특성이 외모향상태도에 미치는 영향", *한국의류학회지, 27(6),* pp.643-653.
35) 송경자, 김재숙, op.cit., pp.391-402.
36) 하주연, 고애란, 정미실, op.cit., pp.715-726.
37) 조선명, 고애란, op.cit., pp.1227-1238.
38) 이주영(2011), "여성의 외모관리행동에 대한 자아존중감과 정보탐색에 관한 연구", 숙명여자대

학교 석사학위논문, p.11.
39) 임경복, op.cit., p.68-77.
40) 전현진, 정명선(2010), "외모에 대한 사회문화적 태도와 객체화된 신체의식이 20-30대 여성들의 외모관리행동에 미치는 영향", *한국미용학회지, 16(2)*, pp.590-601.
41) 김인화, 임자영(2010), "여자대학생의 신체이미지가 의복행동과 체중조절에 미치는 영향", *한국생활과학회지, 19(4),* pp.687-697.
42) Cash, T. F.(1990), "The multidimensional body-self relation questionnaire. In appendix. Body Image Disturbance, Assesment and Treatment", New York: Pergamon Press, pp.125-130.
43) 조선명, 고애란, op.cit., pp.1227-1238.
44) 김광경, 이금실, 정미실, op.cit., pp.358-365.
45) 김선희, op.cit., pp.87-98.
김아날리아, 이수경, 고애란, op.cit., p.1539.
류현혜(2007), "노년기 여성의 개인적 사회적 자의식과 외모관리행동과의 관계", 대구카톨릭 대학교 박사학위논문, pp.80-88.
46) 김선희, op.cit., pp.87-98.
김아날리아, 이수경, 고애란, op.cit., pp.1539.
류현혜, op.cit., pp.80-88.
47) 송경자, 김재숙, op.cit., pp.391-402.
48) 김선희, op.cit., pp.87-98.
49) 김광경, 이금실, 정미실, op.cit., pp.358-365.
50) 류은정, 김영희(2008), "남자 대학생의 신체이미지에 따른 외모관리행동과 동기", *대한가정학회지, 46(1),* pp.63-72.
51) 홍금희(2006), "외모의 사회문화적 태도와 신체비만도가 신체이미지와 신체만족도에 미치는 영향", *한국의류산업학회지, 8(1)*, pp.48-54.
52) 김광경, 이금실, 정미실, op.cit., pp.358-365.
53) 임경복, op.cit., ,pp.67-77.
54) 조선명, 고애란, op.cit., pp.1227-1238.

접수일(2012년 6월 7일),
수정일(1차 : 2012년 6월 29일),
게재확정일(2012년 7월 23일)