

## 한국 남성들의 외모 관련 삶의 질 척도 개발 및 외모 관련 삶의 질에 영향을 미치는 신체요인 분석

유혜경 · 고선영<sup>1)†</sup>

인천대학교 패션산업학과  
<sup>1)</sup>호원대학교 패션디자인학과

### Development of a Appearance related Quality of Life Instrument for Korean Men and Investigation on Body Factors Influencing Appearance related Quality of Life

Haekyung Yu, and Sunyoung Ko<sup>1)†</sup>

Dept. Fashion & Industry, University of Incheon; Incheon, Korea  
<sup>1)</sup>Dept. of Fashion Design, Howon University; Gunsan, Korea

**Abstract :** Importance of appearance as a means of self-expression and communication is increasing in modern society even for men. And appearance has become an significant factor affecting men's quality of life. The main objectives of this study were to develop an instrument measuring appearance related quality of life(ARQoL), and examine the body factors influencing ARQoL. The ARQoL instrument was developed from in-depth interviews, focus group interviews, and literature review, and were revised through two pre-tests. The final questionnaire was administered through on-line survey with 440 men. Quota sampling was used based on age and body size. The results indicated that high ARQoL group showed significantly higher satisfaction on body factors including face, weight, shape, body proportion, hair, and overall impression than low ARQoL group. There was no significant difference in terms of satisfaction on height between two groups. Factor analysis showed that ARQoL consists of four factors - physical, economic, psychological and social factors. Overall impression was the most important body factor affecting all four factors of ARQoL and has very strong influence especially on economic ARQoL. BMI was also a significant factor affecting physical, economic and social ARQoL except psychological factor of ARQoL. Face had significant influence only on economic and psychological aspects of ARQoL.

**Key words :** quality of life(삶의 질), appearance(외모), appearance related quality of life instrument development(외모 관련 삶의 질 척도 개발), Korean men(한국 남성), body factor(신체요인)

## 1. 서 론

현대에서 외모는 성공적인 사회생활과 개성 표현의 도구로 그 중요성이 널리 인식되고 있다. 외모는 바디 사이즈, 바디 유형, 비만도와 같은 전반적인 신체 특징, 얼굴, 가슴 등의 특정 신체부위와 관련된 요인들, 의류와 액세서리, 헤어스타일링 등 다양한 요소로 구성되어 자신과 타인에 의해 지각된다. 외모에 대한 인식은 개인의 심리적, 사회적 인식과 밀접한 관계가 있으며 그 영향력은 외모의 중요성이 증가함에 따라 계속 높아지

고 있다. 외모에 대한 지각은 자아 존중감과 같은 심리적 요인은 물론이고, 외모관리 행동(Chung, 2003), 섭식 장애(Stice, 2001)와 같은 일상 행동과 의복스타일 선호(Ryoo & Park, 2005), 의복선택기준(Chung, 2013) 등과 같은 취향에도 영향을 미치는 것으로 알려져 있다. 또한 외모에 대한 인식은 직무 만족(Lee et al., 2013), 스포츠 참여만족(Park, 2015) 등과 같이 생활과 활동에 대한 만족에 영향을 미치고, 나아가 전반적인 삶의 만족도와 삶의 질과도 밀접한 관계가 있다(Jafary et al., 2011).

삶의 질에 대한 정의는 학자들마다 차이는 있으나, 세계보건기구(World Health Organization[WHO], 1993)의 의한 '한 개인이 자신이 살고 있는 문화권과 가치체계 안에서 자신의 목표, 기대, 규범, 관심과 관련한 개인적인 지각'이라는 정의가 널리 받아들여지고 있다. 삶의 질은 포괄적이고 다차원적으로 이루어진 개념으로, 개인의 생활 전반에 걸쳐 느끼는 주관적인 안녕, 즉 신체적 건강, 심리적 건강, 사회적 관계, 환경의 영역에

†Corresponding author; Sunyoung Ko  
Tel. +82-63-450-7634, Fax. +82-63-450-7630  
E-mail: sunyoung@howon.ac.kr

© 2016 (by) the authors. This article is an open access article distributed under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution license (<http://creativecommons.org/licenses/by/3.0/>), which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

서 개인이 주관적으로 느끼게 되는 만족감과 행복으로 이해할 수 있다(Duval et al., 2006). 초기에는 사회경제적 보장과 같은 객관적인 환경을 근거로 삶의 질을 측정하는 경향이 강했지만, 이제는 물질적 풍요를 넘어서 심리적 속성과 삶의 여러 영역에 걸친 만족을 중시하고 있다(Shin, 2012). 그런데, 삶의 질은 매우 광범위한 영역을 포괄하고 있어서, 건강 관련 삶의 질(health-related quality of life)과 같이 특정 영역의 삶의 질에 초점을 두어 다루는 경우도 많이 있다.

그동안 선행연구들은 외모와 자아 존중감, 의복 만족도, 외모관리행동 등과의 관계를 각각 다루어, 외모에 대한 인식과 만족이 개인에게 광범위하게 영향을 미친다는 결과를 보여주었다. 따라서 외모는 개인이 자신의 삶에 대한 포괄적인 만족인 삶의 질과 밀접한 관계가 있을 것이라고 추측할 수 있다. 외모의 중요성이 증가하는 사회상을 고려할 때, 외모와 관련된 삶의 질을 정의하고 측정하며 관련 변수들을 탐색하는 것이 필요하다고 하겠다. 이 연구에서는 외모 관련 삶의 질 척도를 개발하고, 외모 관련 삶의 질과 신체요인과의 관계를 분석하였다. 신체요인은 얼굴, 키, 헤어와 같은 신체부위에 대한 주관적인 인식과 객관적 비만 정도인 BMI(body mass index)를 포함하였다. 비만 정도가 건강을 포함한 다양한 측면의 삶의 질과 밀접한 관계가 있다는 많은 선행 연구가 의학 분야를 중심으로 보고되어 있다(Garner et al., 2012). 외모에 대한 인식과 삶의 질을 다룬 대부분의 선행 연구에서는 전반적인 신체만족도나 신체이미지를 포함하였고, 구체적인 신체 부위나 신체특징을 변수로 다룬 연구는 많지 않다. 따라서 이 연구에서는 신체부위에 대한 인식과 비만 정도를 포함한 신체요인과 삶의 질과의 관계를 알아보고자 하였다.

그 동안 외모를 다룬 많은 연구가 주로 여성을 대상으로 진행되었는데, 이는 남성보다 여성에게 상대적으로 외모가 더 강조되어 왔던 문화를 반영하고 있다고 볼 수 있다(Kirby et al., 2012). 그러나 요즘은 외모에 관심을 가지는 남성들이 증가하고 있어서, 남성들의 의복 구매, 화장 등의 외모 관리에 대한 연구가 활발해지고 있다. 또한 선행연구에서 외모와 삶의 질의 관계가 남성과 여성에 따라 다르게 나타나는 경우도 있어서, 남성을 대상으로 한 삶의 질에 대한 연구가 필요하다고 하겠다. 또한 남성의 외모 관련 주제를 다룬 대부분의 연구들은 젊은 연령대를 대상으로 하여서, 외모 관심이 장년층은 물론 노년층까지 확대되고 있는 추세를 반영하고 있지 못하고 있다. 이 연구에서는 20대부터 50대 이상의 다양한 연령층의 남성을 대상으로 신체요인이 그들의 외모 관련 삶의 질에 미치는 영향을 조사하여 남성의 외모 관련 삶의 질에 대한 이해를 넓히고자 하였다.

이 연구에서는 일반적인 삶의 질과 구분하여, '외모 관련 삶의 질'을 '한 개인의 생활 전반에 걸쳐 느끼는 외모 관련 주관적인 안녕으로 신체적, 심리적, 사회적, 및 경제적 영역에서 개인이 주관적으로 느끼게 되는 외모 관련 만족감과 행복'으로 정의하고, 다음과 같은 연구문제를 설정하였다.

첫째, 남성들의 외모 관련 삶의 질 측정도구를 개발한다.

둘째, 남성들의 외모 관련 삶의 질에 영향을 미치는 신체요인을 밝힌다.

## 2. 이론적 배경

### 2.1. 삶의 질

삶의 질은 복합적이고 포괄적인 개념으로 위에서 전술한 바와 같이 삶의 여러 영역에 걸친 자신의 상태에 대한 지각(WHO, 1993)을 말한다. 삶의 질을 측정하는 척도는 개인의 지각에 근거한 만족도와 같은 주관적 지표와 경제수준, 주거환경과 같은 객관적 지표로 나눌 수 있다. 과거에는 주관적 지표와 객관적 지표를 분리하여 강조하였으나 최근에는 이를 통합적으로 보려는 시도가 지지를 받고 있다(Lee & Kim, 2012). Piao et al.(2012)는 연변지역 청소년의 삶의 질에 대한 연구에서 주관적 삶의 만족도만으로 이들의 삶의 질을 이해하는데 한계가 있으며, 경제수준, 학업성적, 건강상태와 같은 객관적 척도가 포함되어야 한다고 하였다.

삶의 질을 측정하는 척도로는 세계보건기구에서 여러 문화에서 통용될 수 있는 있도록 개발된 세계보건기구 삶의 질 척도, WHOQOL(World Health Organization Quality of Life)가 있다. WHOQOL은 신체적 영역(physical domain), 심리적 영역(psychological domain), 독립정도(level of independence), 사회적 영역(social domain), 환경적 영역(environmental domain), 영적 영역(spiritual domain) 등 6개 영역으로 나뉘어져 있으며, 각각의 영역은 1~8개의 하부척도(facet)로 구성되어 전체적으로는 총 24 하부척도를 포함한다. 각 하부척도는 4개의 문항으로 측정되고, 이외에 전체적인 삶의 질에 대한 4개 문항을 더하여 WHOQOL은 총 100문항으로 구성되어 있다. WHOQOL을 한국어로 번역한 한국판 척도(Min et al., 2000a)가 개발되었고, 이 척도의 활용도를 높이기 위해 문항을 축소한 한국판 세계보건기구 삶의 질 간편형 척도(WHOQOL-BREF)가 개발되었다(Min et al., 2000b). WHOQOL-BREF는 신체적 영역, 심리적 영역, 사회관계적 영역, 환경적 영역의 4개 영역으로 구성되어 있으며, 일반적인 삶의 질에 대한 2개의 질문을 포함하여 26개의 질문으로 구성되어 있다.

삶의 질을 다룬 연구들 중에 특히 건강과 관련된 삶의 질을 다룬 연구들이 많아서 건강 관련 삶의 질을 측정하기 위한 질문지가 다수 개발되어 사용되고 있다. Duval et al.(2006)은 비만을 포함하는 건강 관련 삶의 질을 측정하는 질문지 11개를 신체 감각(somatic sensation), 신체적 기능(physical function), 감정 상태(emotional state), 사회적 상호작용(social interaction) 영역을 기준으로 비교 분석하였다. 그 결과 5개의 설문지가 4개 영역을 모두 포함하고 있었으며, 4개의 설문지는 신체 감각을 제외한 3개 영역을, 1개 질문지는 사회적 상호작용 영역만, 다른 1개 질문지는 신체감각 영역만을 포함하고 있는 것으로 나타났다. 삶의 질을 측정하는 질문지는 의료 목적으로 환자를

대상으로 개발되는 경우가 많은데, Moorehead-Ardelt 삶의 질 질문지(Moorehead et al., 2003)는 일부 문항에 그림을 사용하여 응답의 용이성을 높이고 있다. 최근에는 성형이나 화장 등의 효과를 측정하기 위해 뷰티 관련 삶의 질 질문지인 BeautyQoL이 글로벌 화장품 회사 주도로 개발되어 소개되었다(Beresniak et al., 2012). 이 척도는 사회생활(social life), 자신감(self confidence), 기분(mood), 에너지(energy), 매력도(attractiveness)의 5개 영역으로 구성되어 있으며, 총 42개의 질문을 포함하고 있다. 또한 특정 연령을 대상으로 하는 삶의 질을 측정하기 위한 척도가 개발되기도 하였는데, Shin(2012)은 청소년 삶의 질 척도에 쾌락적 측면의 삶의 만족도 이외에도 친밀감, 의미성, 주도성과 같은 자기실현적 측면 문항을 포함하였다.

삶의 질을 다룬 국내 연구는 주로 노년층(Choi et al., 2014)이나 청소년(Shin, 2012)과 같이 특정 특정집단을 대상으로 하였다. 또한 성별로는 여성을 대상으로 하거나 남녀 혼성인 경우가 대부분으로 남성의 삶의 질을 다룬 연구는 매우 제한적이다. Kim et al.(2001)은 중년 남성의 직업 만족도와 직장생활에 관련된 스트레스를 다루었고, 최근 비만 남성의 삶의 질에 대한 탐색적 연구(Yu & Ko, 2015)가 보고되었다. 이와 같이 남성을 대상으로 삶의 질을 분석한 연구가 매우 부족한 현실에서, 남성의 사회생활과 밀접한 관계가 있는 외모와 관련한 삶의 질에 대한 연구는 학문 발전을 위해 필요하며, 이를 위해 외모 관련 삶의 질을 측정하는 도구 개발이 선행되어야 할 것으로 사료된다.

## 2.2. 신체요인과 삶의 질

삶의 질에 영향을 미치는 매우 광범위한 요인들 중에서 외모나 신체와 관련된 변수들을 살펴보면, 여러 선행 연구에서 외모에 대한 만족/불만족이 삶의 질에 큰 영향을 미치는 것으로 나타났다(Jafary et al., 2011; Park & Son, 2009; Stice, 2001). Park and Son(2009)은 한국 성인여성을 대상으로 한 연구에서 외모만족도와 삶의 질과의 관계는 생애 주기별로 달라서, 성인 초기에는 외모만족도와 삶의 질과 유의한 상관관계가 없지만, 중년과 노년기에는 유의한 관계가 있다고 하였다. 외모 만족도 이외에도 신체이미지(Choi et al., 2014; Moon, 2012), 신체적 자기개념(Kim, 2014; Lim & Song, 2003)이 삶의 질과 밀접한 관계가 있다고 보고되었다. 또한, 일상생활 능력이나 신체 기능과 같은 신체 효율성이 삶의 만족도에 미치는 영향에 대해서도 연구되었다(Kim & Choi, 2011).

신체 요인 중에서 삶의 질과 관련되어 가장 많은 연구가 진행된 것은 비만이라고 할 수 있다. 비만 정도는 개인을 구별하는 기본 변수로(Sutin et al., 2011) 비만에 따른 사회적 편견과 차별은 널리 퍼져 있다(Myers & Roose, 1999). 비만 여성의 외모관리행동에 대한 면접 연구(Yu et al., 2013)에서 비만 여성들은 심리적, 생리적/신체적 불편함, 의복 욕구 불만족, 구매 불편과 같이 생활의 여러 면에서 비만으로 인해 불편함을 경험한다고 하였다. 비만 남성들에 대한 연구(Yu & Ko, 2015)

에서도 비만 남성들은 외모로 인한 극심한 사회적 차별과 모델감을 경험하고 있으며, 매우 심한 스트레스를 받고 있고 삶의 질이 심각하게 저하되어 있는 것으로 나타났다.

그런데 성별에 따라 비만이 삶의 질에 미치는 영향은 다르게 나타나기도 하는데, 비만 여성들의 비만 정도가 삶의 질에 부정적인 영향을 미치는데 비하여, 비만 남성들의 삶의 질은 비만 정도에 따라 유의한 차이가 없었다(Bookwala & Boyar, 2008; Garner et al., 2012). 하지만 남성의 경우에도 전체적인 비만 정도가 아닌 복부비만은 삶의 질과 부적인 관계가 있는 것으로 나타나서(Rosmond & Bjorntop, 2000), 비만과 삶의 질의 관계는 여러 차원이 존재하는 복합적인 양상이라는 것을 알 수 있다. 또한 신체에 대한 인식은 문화에 의해 생성되기 때문에(Wright & Whitehead, 1987) 문화에 따라 비만에 대한 인식이 다르다. 따라서 비만율이 높은 서양 국가에서 진행된 연구 결과와는 달리 비만율이 상대적으로 낮은 한국에서는 비만이 삶의 질에 미치는 영향이 다를 가능성도 있다.

많은 선행연구들이 신체에 대한 전반적인 인식이나 비만 정도와 같은 전반적 특징을 다룬 것에 비하여, 신체 부위나 특징을 삶의 질과 관련되어 조사한 연구는 많지 않다. Rosemond and Bjorntop(2000)은 일반적인 비만 지수인 BMI와 복부비만은 삶의 질과 다르게 연관되어 있어서, BMI와 달리 복부비만은 삶의 질을 일관성 있게 감소시킨다고 하였다. Chung(2003)은 얼굴의 형을 포함한 15개 부위와 신체 비례, 전체적인 몸매에 대한 매력성 지각을 측정하였지만, 이들 항목의 값을 합한 총체적 신체매력성 인식 정도에 따라 세 집단으로 나누어 자존감과 의복관리 행동을 비교하였기에 각 신체 부위에 대한 인식이 미치는 영향을 밝히지는 못하였다. Park et al.(2010)은 한국과 몽골 여대생을 대상으로 키, 머리카기 등과 같은 신체부위별 만족도와 실제 체형 및 인지 체형과의 관계를 조사하였다. 그 결과 실제체형보다 인지체형이 만족도에 더 큰 영향을 미쳤는데 특히 만족도가 낮은 부위에서 이런 경향이 강하게 나타나서, 신체 만족도에 실제 체형보다 소비자의 인식이 더 중요한 영향을 준다는 것을 알 수 있다.

## 3. 연구방법

### 3.1. 척도 개발 과정

이 연구에서는 Beresniak et al.(2012)의 연구를 비롯한 대부분의 척도 개발 연구에서 사용되는 3단계의 과정을 통하여 남성의 외모 관련 삶의 질 척도를 개발하였다. 개발 과정의 첫 번째 단계에서는 관련된 주요 개념을 파악하여 그를 측정할 수 있는 문항을 개발하여 척도를 구성하고, 두 번째 단계에서는 척도에 대한 예비조사를 실시하여 수정하며, 마지막으로 척도를 사용하여 자료를 수집한 후, 신뢰성과 타당성을 확인하고 관련 변수와의 관계를 파악한다.

척도개발의 처음 단계로 외모 관련 삶의 질과 관련된 개념과 어휘를 추출하기 위하여, 심층 면접과 FGI(Focus Group

Interview)를 실시하였다. 먼저 비만이 삶의 질에 심각한 영향을 미친다는 Herman et al.(2013)의 연구를 근거로 외모로 인하여 삶의 질에 영향을 많이 받을 것으로 생각되는 비만 남성을 심층 면접하여 외모로 인해 생활에서 경험하는 스트레스를 조사하였다. 심층면접은 2013년 9월부터 2014년 3월까지 20대 8명, 30대 8명, 40대 8명, 50대 6명으로 총 30명을 대상으로 실시하였다. 또한 비만 남성들뿐만 아니라 모든 남성들을 대상으로 하는 척도를 개발하기 위해, 일반남성을 대상으로 하여 두 차례의 FGI를 실시하였다. 1차 FGI는 2014년 7월에 30대 3명, 40대 3명, 50대 2명을 대상으로 외부 전문기관에 의뢰하여 실시하였고, 2차 FGI는 20대 대학생 및 대학원생 3명을 대상으로 연구자가 실시하였다. 이상과 같은 심층 면접과 FGI 결과를 바탕으로 항목을 개발하였으며 또한 선행연구 고찰을 통하여 3개 문항을 추가하였다.

이렇게 구성된 척도에 대해 2014년 12월, 2015년 1월에 각각 27명, 31명 남성을 대상으로 두 차례 예비조사를 실시하였다. 예비조사 결과를 분석하여 신뢰도를 현저하게 저하시키는 6개 문항을 제거하였다. 이러한 수정을 거쳐 5점 리커트 척도의 18개 문항으로 구성된 외모 관련 삶의 질(AHQoL: Appearance related quality of life) 척도를 완성하였다.

**3.2. 자료수집 및 분석**

설문지는 외모 관련 삶의 질 척도, 신체요인, 인구통계문항으로 구성되었다. 신체요인은 일반남성을 대상으로 한 FGI 조사 자료와 Chung(2003), Kim(2003), Stice(2001)의 연구를 참조하여 신체 부위별(얼굴, 체중, 몸매, 신체비례, 키, 헤어, 전반적인 인상) 만족도를 측정하는 5점 리커트 문항들과 키와 체중을 직접 기입하는 문항을 포함하였으며, 비만지수인 BMI는 체중(kg)/키(m)<sup>2</sup>로 계산하여 사용되었다.

자료 수집을 위하여 전문조사기관에 의뢰하여 전국 남성을 대상으로 2015년 4월 3~8일 기간에 온라인 설문조사를 실시하였다. 이때, 연령과 착용하는 의복사이즈를 기준으로 쿼터 샘플링 방법을 사용하였다. 연령은 20대, 30대, 40대 50대 이상이 고르게 분포되고, 의복사이즈는 105사이즈 이상이 50% 포함되도록 하였다. 총 440부가 분석에 사용되었으며, 설문문항이 외모와 관련된 부정적인 경험을 묻고 있어 역으로 코딩하여 자료를 분석하였다. 자료는 SPSS 18.0 프로그램을 사용하여 기술 통계, 요인분석, 상관관계분석, 중회귀분석으로 분석하였다.

**4. 결과 및 논의**

**4.1. 응답자의 인구통계특성**

응답자의 인구통계적 특성을 살펴보면, 연령은 쿼터샘플링 사용에 따라 20대, 30대, 40대, 50대 이상이 약 25%씩으로 고른 분포를 나타냈다. 착용하는 의복 사이즈는 95 사이즈 이하가 24.5%, 100사이즈 25%, 105 사이즈 13.6%, 110사이즈 이상이 36.9%로 마른체형, 보통체형, 비만체형을 모두 포함하

**Table 1.** Demographic characteristics

	Item	Frequency	Percentage
Age	20s	103	23.4
	30s	108	24.5
	40s	116	26.4
	Older than 50s	113	25.7
	Marital status	Single	160
Married		271	61.6
Divorced		9	2.0
Education	Under high school graduate	48	10.9
	In college and college graduate	343	78.0
	Graduate school	49	11.1
Occupation	Student	56	12.7
	Managerial	209	47.5
	Professional	48	10.9
	Sales and service	25	5.7
	Production worker	23	5.2
	Entrepreneur	49	11.1
	Teacher	7	1.6
	Others	23	5.2
	Monthly household income	Less than one million won	13
More than 1 million-2 million won		37	8.4
More than 2 million-3 million won		86	19.5
More than 3 million-4 million won		86	19.5
More than 4 million-5 million won		73	16.6
More than 5 million-6 million won		68	15.5
More than 6 million-7 million won		25	5.7
More than 7 million won	52	11.8	
Clothing size	95 size or smaller	108	24.5
	100 size	110	25.0
	105 size	60	13.6
	110 size or larger	162	36.9

였다. 학력은 대학교 재학 및 졸업 이상이 전체의 89.1%를 차지하여 전반적으로 고학력으로 나타났고 직업은 사무직이 약 50%를 차지하였다. 소득수준은 200만원에서 400만원이 전체의 39%를 차지하였으며 그 다음으로 400만원에서 500만원, 500만원에서 600만원 구간으로 나타났다(Table 1).

**4.2. 외모 관련 삶의 질 문항개발**

이 연구에서는 남성의 외모 관련 삶의 질 문항을 개발하기 위해 심층 면접과 FGI(Focus Group Interview)를 실시하였다. 비만 남성을 대상으로 한 심층면접결과를 내용 분석하여, 비만 남성들이 경험한 외모 관련 삶의 질 문항으로 ‘우울’, ‘심리적 위축’, ‘자기비난’, ‘대인기피’, ‘자기혐오’, ‘과도한 타인의식’, ‘타인으로부터의 놀림’, ‘타인으로부터의 배척’, ‘타인의 좋지 않

은 선입관', '차별대우', '이성을 만나기 어려움', '옷 사 입기 불편', '마음에 드는 스타일 옷 착용의 어려움', '취업 불이익', '승진 불이익', '업무수행 불이익', '수입 불이익', '체력저하', '행동불편', '수면', '피로' 항목을 추출하였다. 이렇게 추출된 항목들이 비만남성에만 특징적인 것인지, 일반남성도 경험하는 것인지를 확인하고자 일반남성을 대상으로 하여 두 차례의 FGI를 실시하였다.

FGI 결과 일반남성도 비만남성과 마찬가지로 외모로 인해 많은 스트레스를 경험하고 있었다. '우울', '심리적 위축', '타인으로부터의 놀림', '타인의 좋지 않은 선입관', '차별대우', '이성을 만나기 어려움', '옷 사 입기 불편', '마음에 드는 스타일 옷 착용의 어려움', '취업 불이익', '승진 불이익', '수입 불이익'은 일반남성도 비만남성과 마찬가지로 경험한 것으로 조사되었다. 그러나 '자기비난', '대인기피', '자기혐오', '과도한 타인의 식', '타인으로부터 배척', '업무수행 불이익', '체력저하', '행동불편', '수면', '피로' 항목은 비만 남성에게만 나타나는 외모 관련 스트레스였다. 이 연구는 비만을 포함한 광범위한 외모 관련 삶의 질을 포함하고 있어 비만남성에게서 나타난 외모 관련 스트레스 항목을 모두 포함시켰다. 또한 삶의 질과 관련된 선행 연구들 중 Min et al.(2000b)의 삶의 질 척도에서 외모와 관련된 것으로 예상되는 '자기존중감', '통증', '일상생활활동' 항목을 추가하여 모두 24개 문항으로 외모 관련 척도를 구성하였다.

이와 같이 개발된 척도에 대해 두 차례의 예비조사를 실시하여 신뢰도를 현저하게 저하시키는 6개 문항을 제거하였다. 제거된 문항에는 '자기 존중감', '자기비난', '자기혐오', '이성

을 만나기 어려움', '옷 사 입기 불편', '마음에 드는 스타일 옷 착용의 어려움' 문항이 포함되었다. 이러한 과정을 통해 18개 문항의 외모 관련 삶의 질(ARQoL: Appearance related quality of life) 척도가 완성되었다.

### 4.3. 외모 관련 삶의 질 구성차원과 신뢰도 및 타당도

외모 관련 삶의 질 문항을 Varimax 회전법으로 주성분 분석한 결과 Table 2와 같이 4개의 차원으로 구성된 것으로 나타났다. 요인1은 외모(체형)로 인한 피로감, 통증, 행동불편, 체력저하, 일상생활 활동 불편, 수면 불편을 묻는 문항으로 구성되어 있어 '외모 관련 신체적 삶의 질'이라고 명명하였다. 요인2는 외모로 인한 승진, 업무수행, 취업, 수입에서의 불이익과 차별대우를 묻는 문항을 포함하고 있어 '외모 관련 경제적 삶의 질'이라고 명명하였다. 요인3의 경우 외모와 관련하여 심리적 위축, 우울을 느끼는지, 다른 사람을 의식하거나 사람 만나는 것을 꺼리는지 묻는 문항을 포함하고 있어 '외모 관련 심리적 삶의 질'이라고 명명하였다. 마지막으로 요인4는 외모로 인한 편견, 차별대우, 배척, 놀림당한 경험이 있는지 묻는 문항을 포함하고 있어 '외모 관련 사회적 삶의 질'로 명명하였다. 요약하면 외모 관련 삶의 질은 신체적, 경제적, 심리적, 사회적 삶의 질로 구성된 개념구조를 가지는 것으로 나타났다. 이와 같은 구조는 Min et al.(2000b)가 개발한 세계보건기구 삶의 질 간편형 척도의 구조와 유사하나, 본 연구에서 개발된 외모 관련 삶의 질은 경제적인 측면이 강조되어 있다는 점에서 차이가 있다고 하겠다.

외모 관련 삶의 질 척도의 신뢰도는 크론바하 알파와 개별

Table 2. Exploratory factor analysis of appearance related quality of life

Factor name	Item	Factor loading	Eigenvalue	Variance explained %	Cronbach' α
Factor 1: Physical ARQoL	- Do you feel fatigue due to appearance(body)?	.832	9.776	54.312	.934
	- Do you feel pain due to appearance(body)?	.815			
	- Do you feel discomfort due to appearance(body)?	.796			
	- Do you feel falling off physical strength due to appearance(body)	.779			
	- Do you have trouble in acting of daily life due to appearance(body)?	.766			
	- Do you suffer from sleep disorder due to appearance(body)?	.714			
Factor 2: Economic ARQoL	- Do you think that you will have a disadvantage in promotion due to your appearance	.818	1.633	9.075	.914
	- Do you think that you will have a disadvantage in job performance due to your appearance?	.787			
	- Do you think that you will have a disadvantage in getting a job due to your appearance?	.762			
	- Do you think that you will have a disadvantage in income due to your appearance	.735			
	- Have you experienced discrimination due to your appearance?	.409			
Factor 3: Psychological ARQoL	- Do you feel intimidated because of your appearance?	.826	1.280	7.110	.852
	- Do you feel depressed because of your appearance?	.824			
	- Are you conscious of how others think of you because of your appearance?	.681			
	- Do you tend to avoid meeting people because of your appearance?	.651			
Factor 4: Social ARQoL	- Do people have a prejudice on you because of your appearance?	.743	0.919	5.104	.873
	- Have you experienced discrimination due to your appearance?	.721			
	- Have you been shunned out by others because of your appearance?	.706			
	- Have you been picked on by others because of your appearance?	.690			

문항과 전체 문항의 합과의 상관관계(item-to-total correlation)를 통하여 검증하였다. 18개 외모 관련 삶의 질 측정문항의 크론바하 알파는 .949로 매우 높게 나타났다. 또한 개별문항과 전체문항의 합과의 피어슨 상관계수를 구한 결과 0.527에서 0.823 사이에 분포하였고 유의확률 0.001 수준에서 모두 통계적으로 유의하였다.

외모 관련 삶의 질 요인구조의 수렴 타당성을 검증하고자 외모 관련 삶의 질을 구성하는 4개 하위차원 각각의 크론바하의 알파를 구한 결과(Table 2), 0.852에서 0.934로 나타나 매우 높은 수렴타당도를 보여주었다. 또한 각 요인을 구성하고 있는 문항들의 요인부하량이 경제적 삶의 질의 ‘차별대우’ 한 문항을 제외하고는 모두 0.6 이상으로 나타나 역시 높은 수렴타당도를 확인할 수 있었다. 외모 관련 삶의 질 측정의 법칙적 타당성을 입증하기 위하여 자신의 외모에 대한 만족감을 나타내는 외모만족도와 유의한 정적 상관관계를 가정하였다. 외모 관련 삶의 질 문항 합과 외모만족도와와의 피어슨의 상관계수는

0.151로 유의수준 0.01에서 통계적으로 유의하여 법칙적 타당성을 만족시켰다.

**Table 3.** Differences in ARQoL factors between high and low ARQoL groups

ARQoL factors	Appearance related quality of life		t
	Low group (n=215)	High group (n=225)	
Physical ARQoL	2.00 (.70)	3.24 (.55)	20.56***
Economic ARQoL	2.13 (.63)	3.25 (.49)	21.05***
Psychological ARQoL	2.04 (.64)	2.95 (.51)	16.55***
Social ARQoL	2.10 (.62)	3.18 (.52)	20.04***

\*\*\* p<.001

**Table 4.** Differences in demographic variables between high and low ARQoL groups

Item	Appearance related quality of life		Statistics
	Low group (n=215)	High group (n=225)	
Age	38.36	41.33	t=2.91**
Marital status	Single & divorced	77	χ <sup>2</sup> =3.412
	Married	148	
Education	Under high school graduate	23	χ <sup>2</sup> =2.29
	In college and college graduate	177	
	Graduate school	25	
Occupation	Student	20	χ <sup>2</sup> =16.064*
	Managerial	113	
	Professional	21	
	Sales and service	16	
	Production worker	12	
	Entrepreneur	26	
	Teacher	7	
	Others	10	
Monthly household income	Less than one million won	5	χ <sup>2</sup> =9.824
	More than 1 million-2 million won	19	
	More than 2 million-3 million won	45	
	More than 3 million-4 million won	37	
	More than 4 million-5 million won	37	
	More than 5 million-6 million won	34	
	More than 6 million-7 million won	19	
Clothing size	More than 7 million won	29	χ <sup>2</sup> =7.51*
	95 size or smaller	60	
	100 size and 105 size	96	
	110 size or larger	69	

\* p<.05, \*\* p<.01

4.4. 외모 관련 삶의 질에 영향을 미치는 신체 요인

외모 관련 삶의 질을 구성하는 신체적, 경제적, 심리적, 사회적 요인을 기준으로 군집분석을 실시하였다. 그 결과 모든 외모 관련 삶의 질 구성요인에서 높은 평균값을 나타낸 집단(High ARQoL)과 낮은 평균을 나타낸 집단(Low ARQoL)으로 구분되었다. 외모 관련 삶의 질이 두 집단은 외모 관련 삶의 질의 모든 구성차원에서 유의수준 0.001에서 통계적으로 유의한 차이가 있었다(Table 3).

또한 두 집단 간의 인구통계적 특성 차이를 *t-test*와 카이제곱 검정을 통해 확인해보았다. 그 결과 연령, 직업, 그리고 의복 사이즈 변수에서 집단 간에 유의한 차이가 있었고, 결혼지위, 학력, 소득에서는 집단 간에 유의한 차이가 나타나지 않았다(Table 4). 연령은 외모 관련 삶의 질이 낮은 집단에서 유의하게 낮았다. 직업에서는 학생과 전문직 그리고 기타 직업을 가지고 있는 응답자의 빈도가 외모 관련 삶의 질 저집단에서 높게 나타났다. 의복 사이즈의 경우 110 이상의 집단만 외모 관련 삶의 질 저집단에서 상대적으로 빈도가 높았다. 즉, 연령이 낮을수록 직업이 학생이나 전문직일수록 그리고 착용하는 의복 사이즈가 110 이상일수록 외모 관련 삶의 질 낮은 경우가 많았다. 이와 같은 결과는 연령이 낮을수록 외모에 따라 삶의 질에 영향을 더 받는다는 것을 뒷받침하고 있으며, 또한 비만남성들이 외모로 인해 삶의 질이 낮아진다는 것을 추측할 수 있다. 또한 전문직 남성일수록 외모에 민감하다는 것을 시사하고 있다.

외모 관련 삶의 질과 신체요인과의 관계를 살펴보기 위해 *t-test*를 통해 외모 관련 삶의 질이 높은 집단과 낮은 집단의 주관적 신체인식과 객관적 비만지표인 BMI의 차이를 살펴보았다(Table 5). 그 결과 외모 관련 삶의 질이 높은 집단이 낮은 집단에 비해 자신들의 전체적인 얼굴, 체중, 몸매, 신체비례, 헤어 그리고 전반적인 인상에 대한 평가가 유의수준 .001에서 통계적으로 유의하게 높았다. 그러나 키에 대해서는 유의한 차이가 나타나지 않았다. 즉, 키를 제외하고는 자신들의 신체요인에 대한 만족이 높을수록 외모 관련 삶의 질이 높은 것을 알 수 있다. 하지만 키에 대한 만족은 외모 관련 삶의 질에 따라 차이가 없어서, 한국 남성들은 자신들이 느끼는 전반적인 삶의 질과는 무관하게 대체적으로 자신들의 키에 보통 정도로 만족한다고 할 수 있다.

BMI는 외모 관련 삶의 질이 높은 집단에서 유의수준 .001에서 통계적으로 유의하게 낮게 나타났다. 즉, 비만 정도가 낮은 남성들이 외모 관련 삶의 질이 높은 것을 알 수 있는데, High ARQoL 집단의 BMI지수 평균값은 24.47로 보통 아시아인의 비만 기준 값인 25보다 낮았다. 그러가 하면 외모 관련 삶의 질이 낮은 Low ARQoL 집단의 BMI 평균값은 25.98로 과체중을 포함한 비만에 속한다. 따라서 한국 남성에게는 비만 정도는 외모 관련 삶의 질을 저하시킨다고 해석할 수 있는데, 이와 같은 결과는 남성의 경우 삶의 질이 비만 정도에 따라 차이가 없다는 Bookwala and Boyar(2008), Garner et al.(2012)

Table 5. Differences in body factors between high and low ARQoL groups

	Appearance related quality of life		<i>t</i>
	Low group ( <i>n</i> =215)	High group ( <i>n</i> =225)	
Face	3.05 (.73)	3.44 (.65)	5.84***
Weight	2.39 (.92)	2.85 (.92)	5.34***
Shape	2.47 (.86)	2.86 (.84)	4.90***
Body proportion	2.69 (.88)	3.10 (.80)	5.09***
Height	2.94 (1.05)	3.11 (.95)	1.75
Hair	2.67 (.86)	3.00 (.86)	3.90***
Overall impression	2.99 (.75)	3.52 (.70)	7.70***
BMI	25.98 (4.36)	24.47 (3.39)	-4.03***

\*\*\* *p*<.001

의 연구와는 일치하지 않고 있다. 이러한 결과의 차이는 비만인의 비율이 높은 서양과 한국, 또한 문화의 차이에서 기인한다고 할 수 있다.

남성의 외모 관련 삶의 질을 구성하는 4개의 하위요인에 대한 신체요인지각과 BMI의 영향을 알아보기 위해 중회귀분석을 실시하였다(Table 6). 그 결과 신체적 삶의 질에는 BMI, 전반적인 인상과 키에 대한 인식의 순으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이 중 BMI와 전반적인 인상에 대한 인식이 큰 영향을 미치고 있었는데, BMI가 높을수록 신체적 삶의 질에 부적 영향을 미치는 것으로 나타나서, 비만 정도가 높을수록 신체적인 삶의 질은 저하되는 것으로 나타났다. 한편 전반적인 인상에 대한 인식은 신체적인 삶의 질에 정적 영향을 미치고 있어서, 인상에 대한 만족이 높을수록 신체적 삶의 질이 높은 것으로 나타났다. 또한 키에 대한 인식이 신체적 삶의 질에 미치는 부적 영향은 예상하지 못한 결과이다. 유의수준이 0.045라는 점을 고려할 때 추후 연구를 통하여 검증되어야 할 것으로 생각된다.

외모 관련 경제적 삶의 질에는 전반적인 인상, BMI, 얼굴 순으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 외모 관련 신체적 삶의 질과는 달리, 경제적 삶의 질에는 전반적인 인상이 가장 큰 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 또한 얼굴이 중요한 영향 변수로 나타났다. 비만 정도는 외모 관련 경제적 삶의 질에도 신체적 삶의 질에서와 마찬가지로 부적 영향을 미치고 있었지만 그 영향력은 전반적인 인상에 비해 낮아서, 경제적인 측면에서는 비만 정도보다 전반적인 인상이 더 중요하다는 것을 알 수 있다.

심리적 삶의 질에는 얼굴, 전반적인 인상에 대한 인식이 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났고, BMI를 비롯한 다른 변수의 영향은 나타나지 않았다. 따라서 심리적 측면에서는 얼굴과 인상이 중요하다는 것을 알 수 있다. 특히 얼굴이 전반적인 인상에 비해서도 더 큰 영향력을 미치는 결과는 개인의 심리적 측면에서는 비만정도나 키, 인상 등에 대한 인식보다 얼굴에 대한 인식이 더 중요한 변수라는 것을 알 수 있다.

사회적 삶의 질에는 BMI와 전반적인 인상에 대한 인식이 유의한 영향력을 미치는 것으로 나타났다. BMI는 전반적인 인상보다 더 큰 영향을 미치고 있는데, 사회생활과 관련된 삶의

질에 비만 정도가 가장 큰 영향을 주는 결과는 비만의 사회적 의미를 시사하고 있는 것으로 보인다. 비만에 대한 사회적 편견과 차별은 여러 사회에 만연되어 있지만, 특히 우리나라에서 비만인들은 사회적으로 심한 냉대, 멸시, 차별 등을 경험하고 있는 것으로 알려져 있다(Yu & Ko, 2015).

이상과 같이 한국 남성의 외모 관련 삶의 질에 영향을 미치는 신체 요인들을 살펴본 결과를 요약하면, 모든 하위차원에 영향을 미치는 중요한 변수는 전반적인 인상과 BMI로 나타났다. 전반적인 인상은 외모 관련 삶의 질 4개 차원 모두에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났고 특히 경제적 삶의 질에는 가장

Table 6. Regression results of body factors on appearance related quality of life

Dependent variable	Independent variable	$\beta$	$t(p)$	$R^2$	$F(p)$
Physical ARQoL	Face	.025	.466(.648)	.207	14.029 (.000)***
	Weight	.133	1.936(.053)		
	Shape	-.027	-.384(.701)		
	Body proportion	.033	.559(.577)		
	Height	-.098	-2.014(.045)*		
	Hair	-.020	-.373(.709)		
	Overall impression	.253	4.269(.000)***		
	BMI	-.256	-5.048(.000)***		
Economic ARQoL	Face	.122	2.177(.030)*	.180	11.858 (.000)***
	Weight	.052	.739(.460)		
	Shape	-.134	-1.843(.066)		
	Body proportion	.014	.235(.815)		
	Height	-.012	-.233(.816)		
	Hair	-.006	-.113(.910)		
	Overall impression	.312	5.180(.000)***		
	BMI	-.217	-4.215(.000)***		
Psychological ARQoL	Face	.194	3.367(.001)**	.137	8.517 (.000)***
	Weight	-.050	-.693(.489)		
	Shape	.010	.132(.895)		
	Body proportion	.080	1.295(.196)		
	Height	-.030	-.592(.554)		
	Hair	.021	.378(.706)		
	Overall impression	.181	2.992(.001)**		
	BMI	-.032	-.603(.547)		
Social ARQoL	Face	.097	1.699(.090)	.140	8.788 (.000)***
	Weight	-.008	-.118(.906)		
	Shape	-.047	-.634(.526)		
	Body proportion	.008	.137(.891)		
	Height	-.047	-.924(.356)		
	Hair	.009	.165(.869)		
	Overall impression	.234	3.785(.000)***		
	BMI	-.252	-4.760(.000)***		

\*  $p < .05$ , \*\*  $p < .01$ , \*\*\*  $p < .001$



영향력이 큰 변수로 나타났다. 이는 소득, 구직, 승진 등과 관련된 경제적인 측면에서는 다른 어떤 신체요인보다도 전반적인 인상이 중요한 영향을 미친다고 할 수 있다.

그런가 하면 BMI는 심리적 삶의 질을 제외한 모든 외모 관련 삶의 질 차원에서 유의한 영향을 미치고 있었다. 특히 신체적 삶의 질과 사회적 삶의 질에는 가장 영향력이 큰 변수로 나타났는데, 이는 비만 정도가 신체와 건강과 관련된 삶의 질과 사회 활동과 관련된 삶의 질에 가장 중요한 요인이라는 것을 보여준다.

얼굴은 경제적 삶의 질과 심리적 삶의 질에 영향을 미치는 것으로 나타났는데, 특히 심리적 삶의 질에는 전반적인 인상보다도 더 큰 영향을 미치고 있었다. 이는 자신감과 같은 심리 상황은 개인이 얼굴에 대한 인식이 비만 정도, 키, 체중 같은 신체요인은 물론이고 전반적인 인상에도 더 중요하다는 것을 알 수 있다. 다른 신체적 요인들은 대부분 외모 관련 삶의 질에 유의한 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다.

## 5. 결 론

이 연구는 경제적인 풍요와 더불어 사회 구성원들의 삶의 질에 대한 관심이 증대되고 있는 현 시점에서 남성들의 외모 관련 삶의 질을 측정할 수 있는 척도를 개발하고, 외모 관련 삶의 질과 비만을 포함한 신체요인과의 관계를 알아보고자 하였다. 연구의 주요 결과는 다음과 같다.

첫째, 외모 관련 삶의 질에 대한 심층면접과 FGI 자료를 기초로 문항을 추출하여 척도를 개발하였으며, 설문조사를 통해 외모 관련 삶의 질의 구조를 분석한 결과 외모 관련 삶의 질은 신체적 삶의 질, 경제적 삶의 질, 심리적 삶의 질, 그리고 사회적 삶의 질의 4개의 차원으로 구성되었고 측정의 신뢰도와 타당도를 만족시켰다.

둘째, 외모 관련 삶의 질이 높은 집단이 낮은 집단에 비해 키를 제외한 모든 신체요인인 얼굴, 체중, 몸매, 신체비례, 헤어, 그리고 전반적인 인상에 대한 만족도가 높게 나타났다. 또한 외모 관련 삶의 질이 낮은 집단이 높은 집단에 비해 BMI 지수가 높아서 비만도가 높은 집단이 외모 관련 삶의 질이 낮은 것을 알 수 있다.

셋째, 외모 관련 삶의 질을 구성하는 4개의 하위차원에 영향을 미치는 중요한 신체요인은 전반적인 인상과 비만 정도인 것으로 나타났다. 전반적인 인상은 외모 관련 삶의 질 4개 차원 모두에 유의한 영향을 미쳤고, 특히 경제적인 삶의 질에는 가장 영향력이 큰 변수로 나타났다. BMI는 심리적인 삶의 질을 제외한 모든 외모 관련 삶의 질 차원에 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 특히 신체적 삶의 질과 사회적 삶의 질에는 가장 영향력이 큰 변수로 나타났다. 그 외에 얼굴에 대한 인식이 경제적 삶의 질과 심리적 삶의 질에 그리고 키에 대한 인식이 신체적 삶의 질에 영향을 미치는 것으로 나타났고, 다른 신체요인은 외모 관련 삶의 질에 유의한 영향을 미치지 않는 것으

로 나타났다.

이상과 같은 연구 결과에서 나타난 외모 관련 삶의 질과 다른 선행연구에서 나타난 삶의 질의 구조와 내용을 비교해 보면, 널리 사용되는 세계보건기구 삶의 질 간편형 척도와 4개의 하위차원으로 구성되어 있고, 또한 4개의 차원 중 신체적, 심리적, 사회적 삶의 질의 3차원은 유사하다. 그러나 WHOQOL-BREF에는 경제적 여건이외에 주거 환경, 여가환경, 교통을 포함하는 환경차원이 포함되는데 비하여, 본 연구에서 개발된 외모 관련 삶의 질은 직업, 승진, 소득 등에 초점을 두는 경제적 차원이 포함되어 있는 점이 다르다고 하겠다. 이런 결과는 일반적인 삶의 질과 외모 관련 삶의 질이 공통되는 부분도 있지만 차이도 있어서, 외모와 관련된 변수들과 삶의 질을 연구할 때는 일반적인 삶의 질 척도가 아닌 외모 관련 삶의 질 척도를 사용하는 것이 연구의 타당성을 높일 수 있을 것이라는 것을 시사하고 있다.

이 연구에 포함된 신체요인이 외모 관련 삶의 질의 4개 차원에 미치는 영향을 살펴보면, 전체적인 인상과 비만정도가 가장 중요한 요인이지만 각 차원에 따라 신체요인의 영향은 다르게 나타났다. 신체적 삶의 질과 사회적 삶의 질에는 비만정도가 가장 큰 영향을 미치는데 비하여, 경제적 삶의 질에는 전체적인 인상이 심리적 삶의 질에는 얼굴이 가장 큰 영향을 미치는 것으로 나타났다. 또한 심리적 삶의 질에는 비만 정도가 유의한 영향을 미치고 있지 않았다. 이와 같이 외모 관련 삶의 질의 차원에 따라 신체요인이 미치는 영향이 다른 결과에서 외모 관련 삶의 질이 다차원 구조로 이루어져 있다는 점을 확인할 수 있다. 또한 이런 결과는 외모 관련 삶의 질에서도 어떤 특정한 차원을 다룰 경우 그와 관련되어 있는 신체요인에 집중하는 것이 필요할 것이라는 것을 시사하고 있다. 예를 들어 외모 관련 심리적 삶의 질에는 얼굴이 가장 중요한 변수이고 비만정도는 유의한 관계가 없는 결과를 고려하면, 청소년들의 자존감을 높이는 것과 같이 심리적 삶의 질을 향상시키기 위해서는 일반적인 체중 조절이나 운동과 같은 프로그램보다는 얼굴에 대한 인식 변화에 초점을 맞추는 전략이 더 효과적일 것으로 추론할 수 있다. 한편 사회적 삶의 질에는 비만 정도가 가장 큰 영향을 미치고 있는데, 한국사회에는 비만에 대한 사회적 편견이 강하게 존재하고 있으며 따라서 남성들의 외모 관련 사회적 삶의 질을 향상시키기 위해서는 비만에 대한 편견을 해소하거나 감소시키는 사회 전 구성원들의 노력이 필요하다는 것을 시사하고 있다.

전반적인 인상, 비만정도, 얼굴을 제외하고 외모를 구성하는 헤어, 키, 신체 비례 등 다른 신체요인은 외모 관련 삶의 질에 유의한 영향을 미치지 않았다. 이러한 결과에 비추어 외모에 대한 관심이 고조되고 각종 미디어에서는 헤어스타일, 체형 관리를 위한 피트니스 등이 광범위하게 다루고 있지만, 실제 한국 남성들의 삶의 질에 모든 신체 요인들이 중요한 영향을 미치고 있다고 보기 어렵다. 오히려 일부 신체요인을 제외하고는 미디어나 기업들의 마케팅 전략으로 과도하게 신체 관리를 강조하

고 있다고 볼 수 있다.

이 연구의 학문적, 실무적 의의를 살펴보자면, 먼저 성인 남성을 대상으로 외모 관련 삶의 질이라는 새로운 개념을 정의하고 측정도구를 개발하였다는 점에서 후속 연구에 기초가 될 수 있다. 척도를 개발하기 위해 외모 관련 삶의 질을 구성하는 문항을 추출하고자 심층면접과 FGI 자료를 분석하였고 이렇게 구성된 문항을 설문조사를 통해 개념구조 및 신뢰도와 타당도를 확인하였다. 신뢰도와 타당도가 확인된 외모 관련 삶의 질 척도는 몸매 만들기, 성형 열풍 등 외모와 관련된 많은 상품 및 서비스가 지속적으로 개발되고 강조되는 우리 사회에서 외모와 관련되는 삶의 질 수준을 측정하고 각종 변수와의 관계를 분석하는데 유용하게 사용될 수 있을 것이며, 이를 통해 기업과 정부의 정책 수립에 도움을 줄 수 있을 것이다. 또한 이 연구는 한국남성의 외모 관련 삶의 질과 영향력이 큰 신체요인을 밝힘으로써 그동안 연구가 부족했던 남성을 대상으로 남성의 삶의 질에 영향을 미치는 요인을 규명하였다는 점에서 의의를 가진다.

이 연구의 제한점과 앞으로의 연구방향을 논의하자면, 우선 이 연구에서는 20대에서 50대 이상 성인남성을 대상으로 외모 관련 삶의 질 척도를 개발하여서, 척도의 신뢰도와 타당성을 성인여성 및 다른 집단에 대해서 확인하지 못하였다. 향후 연구 대상을 여성이나 노인, 청소년 등으로 확장하여 이 척도를 수정하고 보완하는 연구가 필요하다. 또한 이 연구는 외모 관련 삶의 질에 영향을 미치는 주관적, 객관적 신체요인만을 분석하였다. 후속연구는 외모 관련 삶의 질에 영향을 미치는 광범위한 심리적, 사회적, 환경적 요인을 규명하는 연구로 확대될 수 있을 것이다.

## 감사의 글

이 논문은 2013년 교육과학기술부의 재원으로 한국연구재단의 지원을 받아 수행된 연구임(NRF-2013S1A5A2A01).

## References

- Beresniak, A., Linares, Y., Krueger, G. G., Talarico, S., Tsutani, K., Duru, G., & Berger, G. (2012). Validation of a new international quality-of-life instrument specific to cosmetics and physical appearance BeautyQoL questionnaire. *Archives of Dermatology*, 148(11), 1275-1262. doi:10.1001/archdermatol.2012.2696
- Bookwala, J., & Boyar, J. (2008). Gender, excessive body weight and psychological well-being in adulthood. *Psychology of Women Quarterly*, 32(2), 188-195.
- Choi, S. K., Jeong, S. J., & Chu, M. S. (2014). Effects of appearance care behavior on the quality of life of elderly women. *Journal of the Korean Society of Design Culture*, 20(4), 689-696.
- Chung, M. S. (2003). The influence of self-perceived physical attractiveness on self-esteem and appearance management behavior of adult women. *Journal of the Korean Society of Costume*, 53(3), 165-179.
- Chung, S. J. (2013). Effects of self-esteem and body satisfaction of middle-aged women on their clothing satisfaction and clothing selection criteria. *Fashion & Textile Research Journal*, 15(1), 84-94. doi:10.5805/SFTI.2013.15.1.084
- Duval, K., Marceau, P., Pérusse, L., & Laasse, Y. (2006). An overview of obesity-specific quality of life questionnaire. *Obesity Reviews*, 7(4), 347-360. doi:10.1111/j.1467-789X.2006.00244.x
- Garner, R. E., Feeny, D. H., Thompson, A., Bernier, J., McFarland, B. H., Huguet, N., Kaplan, M. S., Orpana, H., Ross, N. A., & Blanchard, C. (2012). Bodyweight, gender, and quality of life: a population-based longitudinal study. *Quality of Life Research*, 21(5), 813-825. doi:10.1007/s11136-011-9989-1
- Herman, K. M., Hopman, W. M., & Rosenberg, M. W. (2013). Self-rated health and life satisfaction among Canadian adults: associations of perceived weight status versus BMI. *Quality of Life Research*, 22(10), 2693-2705. doi:10.1007/s11136-013-0394-9
- Jafary, F., Farahbakhsh, K., Shafiqabadi, A., & Delavar, A. (2011). Quality of life and menopause: Developing a theoretical model based on meaning in life, self-efficacy beliefs, and body image. *Aging & Mental Health*, 15(5), 630-637. doi:10.1080/13607863.2010.548056
- Kim, N. H., & Choi, S. I. (2011). Effects of the physical and social characteristics of elderly women on self-esteem and life satisfaction. *Journal of Digital Contents Society*, 11(11), 241-252. doi:10.5392/JKCA.2011.11.11.241
- Kim, S. H. (2003). A study on the sociocultural attitude toward appearance and appearance management behavior. *Journal of the Korean Home Economics Association*, 41(5), 99-108.
- Kim, S. Y. (2014). The effects of physical self-concept on life-style and life satisfaction of elderly sports participants. *The Korean Journal of Growth and Development*, 22(3), 313-320.
- Kim, Y. H., Kim, J. H., & Park, J. Y. (2001). A study about stressors that middle-aged men go through and coping behavior. *Journal of Korean Home Management Association*, 19(6), 157-172.
- Kirby, R., Kirby, M., Carson, C., & Fitzpatrick, J. M. (2012). The trouble with men. *BJU International*, 109(6), 821-822. doi:10.1111/j.1464-410X.2012.10985.x
- Lee, H. G., & Kim, Y. H. (2012). A integrative approach of psychological variables to predict health-related quality of life in adults. *The Korean Journal of Physical Education*, 51(5), 207-216.
- Lee, S. W., Kwon, H. J., & Moon, S. K. (2013). An effect on employee satisfaction according to the physical attractiveness of the hotel employees. *Journal of Hotel & Resort*, 12(3), 19-41.
- Lim, H. T., & Song, C. H. (2003). Effects of physical self-concept of athletes in college of physical education on their satisfaction with life. *Korea Sport Research*, 14(4), 571-582.
- Min, S. K., Kim, W. I., Shin, S. Y., & Kim, D. K. (2000a). Development of Korean version of World Health Organization quality of life scale(WHOQOL). *Journal of Korean Neuropsychiatry Association*, 39(1), 78-88.
- Min, S. K., Lee, C. I., Kim, K. I., Shin, Y. S., & Kim, D. K. (2000b). Development of Korean version of WHO quality of life scale abbreviated version(WHOQOL-BREF). *Journal of Korean Neuropsychiatry Association*, 39(3), 571-579.
- Moon, J. W. (2012). The effect of obesity, depression, self esteem, body image on adolescents' life satisfaction. *The Journal of Korean Society for School Health Education*, 13(2), 119-146.
- Moorehead, M., Ardel-Gattinger, E., Lechner, H., & Oria, H. (2003).

- The validation of the Moorehead-Ardelt quality of life questionnaire. *Obesity Surgery*, 13, 684-692.
- Myers, A., & Rosen, J. C. (1999). Obesity stigmatization and coping : relation to mental health symptoms, body image, and self-esteem. *International Journal of Obesity*, 23, 221-230.
- Park, J. A. (2015). The effect of physical self-concept and leisure sport participation level on leisure sport satisfaction. *Journal of the Korean Academia-Industrial Cooperation Society*, 16(1), 215-222. doi:10.5762/KAIS.2015.16.1.215
- Park, J. K., Nam, Y. J., Kim, Y. J., & Jeong, S. Y. (2010). A comparison of satisfaction for actual body and perceived body between Korean and Mongolian female college students. *Journal of the Korean Society of Clothing and Textiles*, 34(9), 1558-1566. doi:10.5850/JKSC.2010.34.9.1558
- Park, Y. R., & Son, Y. J. (2009). Relationship of satisfaction with appearance, self-esteem, depression and stress to health related quality of life in women across the lifespan. *Journal of Korean Academy of Fundamental Nursing*, 16(3), 353-361.
- Piao, X. Y., Choi, H. J., & Kim, S. G. (2012). The effect of social support on the quality of life of Korean-Chinese youth in Yanbian, China: Focused on the mediating effects of self-esteem. *Korean Journal of Youth Studies*, 19(5), 47-69.
- Rosmond, R., & Bjorntorp, P. (2000). Quality of life, overweight, and body fat distribution in middle-aged men. *Behavioral Medicine*, 26(2), 90-94. doi:10.1080/08964280009595757
- Ryoo, S. H., & Park, J. H. (2005). The image evaluation and the preference of tailored jacket according to the body type and the degree of satisfaction with the body-focused on the length of jacket. *Fashion & Textile Research Journal*, 7(2), 211-217.
- Stice, E. (2001). A prospective test of the dual-pathway model of bulimic pathology: mediating effects of dieting and negative affect. *Journal of Abnormal Psychology*, 110(1), 124-135. doi:10.1037/0021-843X.110.1.124
- Shin, M. (2012). Adolescent quality of life questionnaire: validity and reliability study. *Journal of Adolescent Welfare*, 14(1), 163-194.
- Sutin A. R., Ferrucci, L., Zonderman, A. B., & Terracciano, A. (2011). Personality and obesity across the adult life span. *Journal of Personality and Social Psychology*, 101(3), 579-592. doi:10.1037/a0024286
- World Health Organization. (1993). *WHOQOL study protocol*. Geneva: Author.
- Wright, E. J., & Whitehead, T. L. (1987). Perceptions of body size and obesity: a selected review of the literature. *Journal of Community Health*, 12(2), 117-129.
- Yu, H. K., & Ko, S. Y. (2015). An exploratory study on appearance related quality-of-life of obese Korean men. *Journal of the Korean Society of Clothing and Textiles*, 39(6), 812-825. doi:10.5850/JKSC.2015.39.6.817
- Yu, H. K., Ko, S. Y., & Kim, C. J. (2013). Plus-size women and appearance management with a focus on clothing-Grounded theory based exploratory-. *Journal of the Korean Society of Clothing and Textiles*, 37(3), 306-318. doi:10.5850/JKSC.2013.37.3.306

(Received 20 April 2016; 1st Revised 16 May 2016;  
2nd Revised 27 June 2016; 3rd Revised 19 July 2016;  
Accepted 25 July 2016)