

[Original Article]

## A comparison of demographic and socio-psychological characteristics of obese males according to degree of obesity

Eunah Yoh<sup>†</sup>

Professor, Dept. of Fashion Marketing, Keimyung University, Korea

### 비만 남성의 비만 정도에 따른 인구통계 및 사회심리적 특성 비교

여 은 아<sup>†</sup>

계명대학교 패션마케팅학과 교수

#### Abstract

This study aims to explore the diverse characteristics of obese groups of Korean males in their 20's to 40's. A total of 201 males who each had a BMI (Body Mass Index) of 23 or over were recruited through a convenient sampling. Samples were categorized into groups of overweight, slightly obese, and severely obese, and submitted for data analysis. Results are summarized as follows. First, in terms of demographic characteristics, slightly and severely obese males were older than overweight males. There were also group differences in marital status and household income. Second, slightly and severely obese groups demonstrated a higher perception of obesity and a lower perception of health than did the overweight group. Third, there were no group differences in body satisfaction, socio-cultural attitudes toward appearance, and self-esteem. Based on these results, we concluded that overweight, slightly obese, and severely obese groups were distinguishable from each other in terms of their demographic characteristics, whereas the slightly obese group and the severely obese group were not different in terms of perception of obesity, perception of health, weight control behaviors, body satisfaction, body image, socio-cultural attitudes toward appearance, and self-esteem. These findings may reflect that people may not become increasingly sensitive to socio-psychological stimulations as they gain more weight if they have exceeded a certain level of obesity. This observation provides meaningful implications for the differences among obesity groups given the lack of prior research focusing on this issue.

Received May 18, 2019

Revised April 19, 2019

Accepted April 20, 2019

<sup>†</sup>Corresponding author  
(yoheunah@kmu.ac.kr)

ORCID

Eunah Yoh

<http://orcid.org/0000-0003-2894-0283>

*Keywords: obese male(비만남성), body satisfaction(신체만족도), body-image(신체이미지), socio-cultural attitude toward appearance(외모에 대한 사회문화적 태도), self-esteem(자아존중감)*

#### I. Introduction

The present research has been conducted by the Bisa Research Grant of Keimyung University in 2018.

비만(obesity)이란 체지방이 신체에 과도하게 축적되는 상태를 말하며, 여러 질병의 원인이 될 뿐만 아니라, 자신에 대한 사회적 평가에도 부정적 영향을 미친다.

서구화된 식습관, 활동량 감소, 과잉영양 섭취의 증가에 의해 우리나라 비만 인구는 지속적으로 증가하고 있는데, 질병관리본부에 따르면 한국인의 비만율은 2001년 29%에서 2014년 32%로 증가하였고, 2020년에는 39%까지 증가할 것이라고 예상된다(Korea Centers for Disease Control and Prevention, 2015). 비만은 당뇨, 심장질환, 뇌졸중, 암의 원인으로 생명을 위협하며 정신건강과 삶의 질에까지 부정적 영향을 미친다(Farrow & Tarrant, 2009). 비만한 사람들은 그렇지 않은 사람들에 비해 타인으로부터 부정적 편견을 받기 쉽고, 직업적인 선택에서도 차별 상황에 놓이기 쉽다(Choi, Kim, Moon, & Kim, 2006).

따라서 자신의 비만도를 줄이고 사회의 가치 기준에 부합하는 이상적 신체모습을 유지하기 위하여 다양한 다이어트와 운동요법을 시도하는 사람들이 증가하고 있다. 실제로 비만인의 체중감소 시도율은 2011년 42%에서 2014년 64%로 크게 증가하고 있는데(Korea Centers for Disease Control and Prevention, 2015), 식이요법과 운동 등을 통해 비만도를 낮추고자 하는 행동은 자신의 외모를 사회문화적 가치기준에 부합시키고자 하는 욕구에 기반을 두고 있다. 현대 사회에서는 매스미디어의 영향으로 사회문화적인 가치와 자신과의 비교가 빈번하며, 이 과정에서 자신의 신체와 사회의 이상적 신체상 사이에 괴리가 크다고 지각할수록 자신에 대해 부정적인 인식을 가지기 쉽다(Choi et al., 2006). 이렇게 형성된 자신에 대한 태도는 심리적 문제를 유발할 수 있고, 과도한 체중조절행동의 동기로 작용할 수 있다(Choi et al., 2006).

비만은 자신에 대한 만족도를 낮추는 주요 요인으로 여겨져 왔는데, 체지방 축적으로 체형에 변화가 오며 무릎과 허리 등의 통증으로 인해 걸음걸이와 자세까지 달라져 신체에 대한 만족도를 떨어뜨리게 된다. 비만은 자아존중감에도 부정적 영향을 미친다고 알려져 왔다(Klaczynski, Goold, & Mudry, 2004). 비만도가 높을수록 사회로부터 외모에 대한 긍정적인 평가를 받기 어려워짐에 따라 자신의 신체에 대해 불만족하게 되며, 부정적 자아이미지가 형성되고 이는 자아존중감에도 부정적인 영향을 미칠 것이다(Jun, 2006).

그간 비만과 관련된 연구는 여성(Hong, 2006; Kwen, 2015)이나 청소년층(Ahn, Chung, & Jeon, 2011; Lee & Yoo, 2014; Son & Kim, 2012)에 집중되어 왔다.

선행 연구들에서도 비만도와 인구통계적 특성 및 사회심리적 특성간의 관계를 분석한 결과들간에 일관성이 부족하고 국가, 연령 등 사회적 조건에 따라 연구 결과가 다르게 나타났다. 이의 배경에는 지속적으로 증가하는 비만인구에 대한 사회문화적 인식의 변화가 반영된 결과일 수 있다.

우리나라 비만 남성에 대한 연구가 미흡한 상황에서 성인 남성의 비만 세분집단별 특성 고찰을 통해 실무적, 학문적 시사점을 얻고자 한다. 본 연구에서는 우리나라 남성의 과체중, 경도비만, 고도비만 집단별 특성을 고찰하고자 한다. 본 연구의 구체적인 목적은 다음과 같다. 첫째, 과체중, 경도비만, 고도비만 집단간 인구통계적 특성(연령, 교육수준, 결혼여부, 소득수준)에 차이가 있는지 알아보고, 둘째, 이들 집단간 비만도 지각, 건강도 지각 및 체중조절행동에 차이가 있는지 알아보며, 셋째, 이들 집단간 사회심리적 특성(신체만족도, 신체이미지, 외모에 대한 사회문화적 태도, 자아존중감)에 차이가 있는지 알아보고자 한다. 연구결과는 비만 남성의 특성을 다면적으로 파악하기 위한 기초자료로 활용될 것이며, 이를 바탕으로 기존에 부족했던 비만인구 내 세분집단에 대한 이해가 높아지기를 기대한다.

## II. Literature Review

### 1. Body Mass Index(BMI) and obesity

Body Mass Index(BMI)는 체질량지수로 체중(kg)/신장(m<sup>2</sup>)의 수식을 통해 신체 지방량을 산출한 것이며, 의류학, 의학, 식품영양학, 체육학 등의 연구 분야에 널리 활용되는 대표적인 비만지수로 성인 비만 대상의 연구에 적합한 지수이다(Yi, 2010). 국민건강보험의 '2018 비만백서'에 따르면 체질량 지수가 18.5~23 미만이면 정상, 23 이상 25 미만이면 과체중, 25 이상 30 미만이면 경도비만, 30 이상 35 미만이면 고도비만, 35 이상이면 초고도 비만으로 분류한다(National Health Insurance Service, 2018).

경제가 발달하고 서구적 식생활 문화가 확대될수록 비만인구가 날로 증가하고 있는데, 대표적 비만 국가로 여겨지는 미국의 경우 성인의 38.2%가 경도비만 이상의 비만도를 보이며 2030년까지 45%를 넘어설 것으로 예측된다(Kim, 2019). 우리나라에서도 비만

인구가 지속적으로 증가하고 있는데, 질병관리본부가 발표한 2017년 지역사회건강조사 결과에 따르면 2017년 자가 보고에 의한 비만율은 27.5%로 지속적 증가세를 보였다(Yong, 2018). 국민건강보험공단 발표 자료를 바탕으로 분석한 결과에서는 국내에서는 과체중 이상의 비만도를 보이는 인구가 36.9%로 5년 전에 비해 4%나 늘어났는데, 여성에 비해 남성 비만율이 높은 것으로 나타났다(Yoo, 2019). 고도비만 환자 중에도 여성보다 남성이 더 많은 수를 보이는데, 고도비만 환자 수는 2002년 2.5%에서 2012년 4.2%로 증가하였으며, 2025년에는 전체 인구 17명 중 1명이 고도비만이 될 것이라는 전망이 나왔다(YTN, 2015). 국민건강보험공단에 따르면, 비만으로 인한 사회경제적 비용은 연간 11조 4,679억원에 달하며, 비만 남성이 비만 여성에 비해 의료비 지출 등의 면에서 1.3배 더 큰 사회적 손실을 발생시킨다고 하며, 남성 비만 문제의 중요성을 지적하였다(National Health Insurance Service, 2018).

## 2. Demographic characteristics of obese males

비만 성인남성의 특성을 고찰한 연구는 여성이나 청소년층을 대상으로 한 연구들에 비해 매우 적으며, 비만 성인남성을 연구대상에 포함하더라도 성별 구분 없이 남성과 여성을 한 집단으로 묶어 분석한 경우가 많았다. Jun(2006)은 729명의 남성과 661명의 여성들을 대상으로 BMI를 기준으로 저체중, 정상, 과체중, 비만 집단으로 나누어 인구통계적 특성을 비교하였는데, 연령이 높을수록, 기혼일수록, 교육수준이 높을수록 비만도가 높은 것으로 나타났다. 이는 남성과 여성을 모두 포함하는 집단에 대한 분석으로 남성만을 대상으로 하는 분석결과와는 다를 수 있으며, 교육수준에 대해서는 초등, 중등, 고등, 대학교 졸업자까지 교육수준 분포가 넓은 상태에서 조사한 결과였다. Jun(2006)은 결과 해석에서 미혼이 기혼에 비해 비만관리에 더 신경쓰고 있으며, 학력이 높은 사람들은 비만과 건강에 대한 관심과 정보수준이 높기 때문에 낮은 비만도를 보인다고 하였다. 남녀 성인을 대상으로 한 Choi et al.(2006)의 연구에서도 교육수준과 관련하여 중졸, 고졸, 대졸로 구분한 집단간에 BMI에 차이가 있는 것으로 나타났으며, 소득수준에는 대해서는 BMI의 차이가 없었다.

남성과 여성을 한데 묶어 분석한 위의 결과와 달리 남성과 여성을 분리하여 사분석한 결과는 성별에 따른 차이를 보인다. 지역 커뮤니티 건강센터를 통해 수집된 20만 건 이상의 자료를 토대로 분석한 Choi and Choi(2017)의 연구에 따르면, 한국 성인 남성의 경우 교육수준이 높아지면 비만도도 증가하는데 비해 여성은 낮아지는 것으로 나타났으며, 결혼 여부와 관련하여 여성은 결혼한 남성에 있어 비만도가 높았다. 한편 Yu and Ko(2015)는 비만 남성과의 심층면접을 통해 이성을 만나 결혼하기 위해 혹은 결혼식을 앞두고 체중감량에 성공한 집단은 결혼 후 대부분 이전 체중으로 돌아갔으나 건강에 대한 위기감 때문에 체중감량을 한 경우는 지속적으로 유지하고 있는 경우가 많다고 하였다.

한편, 국민건강보험공단이 비만도에 따른 소득수준을 조사하여 발표한 자료에 따르면 여성은 소득수준이 낮을수록 비만도가 높지만 남성의 경우에는 가장 저소득층 일부를 제외하고는 소득수준이 높아질수록 비만도가 증가하는 것으로 나타났다(National Health Insurance Service, 2017). 또한 한국건강증진개발원이 보건복지부와 질병관리본부의 ‘국민건강영양조사결과’를 취합해 발표한 자료에 따르면 남성은 고소득층의 비만율이 높은 반면, 여성은 저소득층의 비만율이 높다고 하였다(Korean Health Promotion Institute, 2018). 비만 여성의 경우 사회생활에 더 노출되어 직장을 갖기 어려운 측면이 있으며, 여성은 남성에 비해 날씬해야 한다는 사회적 압박감을 더 많이 느끼기 때문에 나타난 결과라 추론된다.

위의 논의를 종합할 때 성인 남성 비만도 수준과 연령은 대체로 정적 관계를 가지고 있으나 교육수준에 따른 비만도의 결과는 일관되지 않았다. 또한 결혼 여부 및 소득수준에 따른 비만도의 차이에 대해서도 남성만을 대상으로 한 연구가 적어 추가적인 조사를 통해 남성의 비만집단별 특성을 파악하는 것이 필요하다. 이러한 선행연구를 바탕으로 한 연구문제는 다음과 같다.

연구문제 1. 과체중, 경도비만, 고도비만 남성 집단 간 인구통계적 특성(연령, 교육수준, 결혼여부, 소득수준)에 차이가 있는지 알아본다.

### 3. Perceived degree of obesity, perceived degree of health, and weigh control behaviors of obese males

#### 1) Perceived degree of obesity

사람마다 자신이 가진 기준에 따라 자신의 비만도를 평가하게 되는데, 이렇게 지각된 비만도 수준은 객관적 지표인 체질량 지수(BMI)에 의한 비만도 수준과 동일하지는 않지만 높은 상관성을 가진다. Jeong(2009)은 BMI가 23 이상인 남녀 성인들을 대상으로 한 조사에서 지각된 비만도 수준과 BMI 비만 여부의 일치도는 66% 정도를 보였다고 하였다. 여성의 경우 BMI와 체형인지도 사이에 큰 차이가 있어 BMI에 따른 비만도보다 자신이 더 비만하다고 여기는 경향이 컸다(Sung & Kim, 2001). 또 다른 연구(Kiefer, Leitner, Bauer, & Rieder, 2000)에서도 여성은 BMI 지표상 표준이라도 과체중으로 인식하는 경향이 있는 반면 남성의 경우에는 과체중일지라도 표준으로 인식하는 경향이 있음을 확인하였다. 이를 바탕으로 BMI에 의한 비만도는 자신이 지각하는 비만도와 다를 수 있다는 것을 알 수 있다.

#### 2) Perceived degree of health

지각된 건강도 수준은 자신의 신체적, 생리적, 정신 사회적 건강에 대한 종합적인 평가로 삶의 질에 대한 지표가 될 수 있다(Ware & Sherbourne, 1992). 지각된 건강도 수준은 객관적인 건강상태나 인구통계적 변수 등 관련변수를 통제한 후에도 사망률과 상관성이 있다고 발표된 바 있고(Mossey & Shapiro, 1982), 입원 가능성, 다양한 질병 발생 가능성과도 연결된다고 보고될 정도로(Gutman, Stark, Donald, & Beattie, 2001) 의학적으로 의미 있는 지표로 고려된다. 이처럼 지각된 건강도 수준은 전반적인 건강상태를 나타내는 지표로 이용되어 왔으므로, 비만과 지각된 건강도 수준의 연관성을 고찰한 연구가 있었다. 일본 중년 여성을 대상으로 한 연구에서는 BMI와 지각된 건강도 수준 사이에 관련성이 없었으나(Kanagae et al., 2006), 미국 남녀를 대상으로 한 조사에서는 지각된 건강도 수준과 비만 사이에 유의한 상관성이 있었다(Okosun, Choi, Matamoros, & Denver, 2001). 한국 성인 남녀를 대상으로 한 조사에서 BMI에 따라 지각된 건강도

수준에 차이가 나타나지 않은 연구가 있는 반면(Ha & Park, 2012), 30~60세 성인 여성을 대상으로 표준 집단과 비만 집단을 비교한 결과 주관적 건강도 지각에 차이가 나타난 연구도 있었다(Wang & Kim, 2004). 이처럼 비만도와 지각된 건강도 사이의 연관성을 확인한 연구 중 남성만을 대상으로 한 연구는 부족하였으며, 그 결과도 일관되지 않았다.

#### 3) Weight control behaviors

체중조절방법은 일반적으로 운동, 식이조절, 약물 치료 등이 있다(Park, Park, & Ha, 2004). 운동에는 달리기, 수영, 피트니스 등을 통한 반복적 신체활동이 있으며(Carless & Douglas, 2008), 식이요법은 식사량을 줄이고 칼로리가 적은 식품을 섭취하거나 탄수화물 섭취를 제한하는 등의 방법 등이 있다(Fyler, Schumacher, Banning, & Gam, 2014). 운동과 식이요법 외에 다이어트 보조제나 보조식품을 섭취하는 방법으로 체중조절을 시도하기도 하는데, 식품의약품안전처에 따르면 건강기능을 담은 다이어트 보조식품 시장의 규모는 2017년 기준 1,103억 원이며 허가된 품목 수는 2,849개에 달할 정도로 활성화되어 있다(Lee, 2019). 이 외에도 의사의 처방을 받아 복용하는 약물치료 방법도 있는데, 식욕 억제나 지방 연소를 돕는 성분이 들어간 제품들이 있다(Valente et al., 2016).

선행연구에 따르면 비만클리닉을 방문한 성인 남녀를 대상으로 조사한 결과에서 비만 집단의 71%가 운동 경험이 있고, 57%가 식이조절 경험이 있으며, 45%가 약물치료 경험이 있는 것으로 나타났다(Choi & Choi, 2017). 한편, Park(2011)은 남자 운동선수들을 대상으로 한 연구에서 체질량 지수가 높을수록 체중감량 행동을 더 많이 하는 것을 확인하였다. 또 다른 20~30대 남성대상 연구에서도 체중조절 경험이 있는 집단에서 체질량지수가 더 높게 나타났으며, 체중조절 방법으로 운동요법과 식사량 조절을 병행한다는 응답이 체중조절용 식품을 섭취한다는 응답에 비해 많았다(Jung, 2007). Park and Yoo(2013)의 연구에서도 성인 남성 조사대상자의 체질량 지수에 따라 저체중, 표준, 과체중 집단을 분류하여 이들의 체중조절 행동을 비교하였는데, 과체중 집단이 다른 집단에 비해 체중조절행동을 많이 하였다. 이와 같이 비만도가 높을수록 체중조절 행동을 많이 하는 경향이 있다는

연구결과는 과체중이나 비만 집단뿐만 아니라 표준 혹은 저체중 집단까지를 포함한 연구의 결과들이며, 과체중 이상 비만도가 높은 집단에서도 비만도에 따라 같은 결과가 나오는지에 대한 고찰한 연구는 거의 없었다. 이러한 선행연구를 바탕으로 한 연구문제는 다음과 같다.

연구문제 2. 과체중, 경도비만, 고도비만 남성 집단 간 비만도 지각, 건강도 지각 및 체중 조절행동에 차이가 있는지 알아본다.

#### 4. Body satisfaction, body image, sociocultural attitude toward appearance, and self-esteem of obese males

##### 1) Body satisfaction

신체만족은 자신의 신체가 외부에 노출되어 타인으로부터 긍정적으로 인정받는 정도에 대한 지각이다(Heinberg, Thompson, & Stormer, 1995). 신체만족은 신체 모양과 체중에 대한 만족의 정도를 나타내며, 이상적 기준을 제시하는 다른 사회구성원이나 미디어 등의 영향을 받아 이상적 기준과의 비교를 통해 형성된다. 신체만족도는 신체이미지와 관련성이 높은 개념이지만 전체 신체와 함께 다양한 신체 부위에 대한 만족의 정도를 종합화하는 개념이다(Cash, 1990). 이상적 신체와 실제 자신의 신체 사이의 불일치 지각이 커질수록 신체만족도는 낮아지는데 이러한 지각은 그 사회의 문화에 의해 영향을 받는다. 전통적으로 아름다운 외모와 날씬한 체형에 대한 사회적 기대가 남성보다는 여성에게 더 강하게 작용하였으므로 여성은 남성에 비해 신체만족도가 낮은 경향이 있다(Hong, 2006). 그러나 점차 남성들에 대해서도 멋있는 외모와 신체에 대한 사회적 기대가 증가하면서 남성들도 이상적인 외모와의 괴리감을 느낄 때 신체불만족을 경험하게 된다(Ra & Jee, 2014).

남성에 있어서 신체만족도는 체지방 감소와 근육량 증가에 대한 열망과 관련이 크다(Nowell & Ricciardelli, 2008). 비만한 신체를 가진 경우 신체불만족이 커지는데 비만에 대한 사회적 기준과 자신을 비교하는 과정에서 불만족이 형성된다(Farrow & Tarrant, 2009). 비만과 관련한 신체만족도에 대한 연구는 주로 표준체형 집단과 비만체형 집단을 비교한 연구가 대부분이

었는데, 성인남성에 있어 표준체형 집단에 비해 비만체형 집단의 신체만족도가 낮다는 결과가 도출되었다(Ahn, 2001). 선행연구에서 비만집단을 과체중, 경도비만, 고도비만 집단 등으로 세분화하여 이들 간에 신체만족도에 차이가 있는지를 알아본 연구는 발견하기 어려웠다.

##### 2) Body image

신체이미지는 자신의 신체를 포함한 물리적 자아에 대한 개념으로 개인이 세상으로부터 얻는 경험을 통해 자아정체감을 형성하는 과정에서 얻게 되는 자신의 신체에 대한 주관적 이미지이다(Frederick, Sandhu, Scott, & Akbari, 2016). Cash(1990)에 따르면 신체이미지는 감정적, 인지적, 행동적 측면으로 구성되어 있는 다차원적 개념이며, 사회 내에 존재하는 신체적 매력에 대한 사회문화적 기준에 의해 결정된다. 신체이미지 형성에는 신장이나 체중 같은 물리적 변인이 매우 중요하게 작용하지만 자신이 속한 환경과의 상호작용을 통해 학습하는 것이므로 신체에 대한 객관적인 모습보다 주관적인 지각이 더 중요하다(Frederick et al., 2016).

Hong(2006)은 20~40대 성인 여성을 대상으로 한 조사에서 신체이미지의 세부 요인이 외모관심, 체중관심, 외모매력 요인이라고 밝히며 BMI가 낮을수록 외모에 더 관심을 많이 가지고 외모에 대한 긍정적 지각을 더 많이 하며, BMI가 높을수록 체중에 더 관심을 많이 가진다고 하였다. Jung(2007)은 20~30대 남성들을 대상으로 BMI에 따른 신체이미지를 조사하였는데, 외모관심 요인에서는 수칙, 표준, 비만집단간 차이가 없었으나 신체매력 지각에서는 유의한 차이가 나타나 비만일수록 신체매력 지각이 낮아진다고 하였다. 신체이미지에 대해서도 남성을 대상으로 비만 집단을 세분화하여 이들 간에 신체이미지를 비교한 연구는 찾아보기 어려웠다.

##### 3) Socio-cultural attitude toward appearance

외모에 대한 사회문화적 태도는 그 사회문화에서 요구하는 외모의 기준에 대한 개인의 인식과 내면화 수준을 말한다(Heinberg et al., 1995). 외모를 중시하는 사회문화적 분위기 형성에는 매스미디어의 영향이 크다. 매스미디어는 대중에게 정보를 전달하는 과정

에서 사회문화적 틀을 함께 제시함으로써 어떤 신체와 외모가 이상적으로 여겨지는지에 대한 정보를 제시하고 강화하는 역할을 하게 된다. 이를 통해 대중들은 사회문화적으로 형성된 이상적 신체의 기준을 인식하고 이를 내면화하게 된다. 개인은 사회로부터 이상적 신체기준에 대해 동일한 자극을 받는다고 할지라도 개인별로 이에 대한 수용도에 차이를 보인다. 결과적으로 사람들은 외모에 대한 사회문화적 중요성에 대해서는 잘 알고 있어 이에 대한 ‘인식’ 수준은 높더라도, 본인이 이를 따라야만 한다고 생각하는 ‘내면화’ 수준은 인식 수준만큼 높지는 않은 것이 일반적이다(Park, 2015). 외모에 대한 사회문화적 태도 중 내면화 수준이 높을수록 자신의 외모를 사회문화적 기준에 맞추기 위해 적극적인 외모관리행동을 하게 된다(Park, 2015).

여성은 남성에 비해 그 사회가 가지고 있는 아름다운 외모의 기준을 내면화하는 경향이 크다고 하였다(Hong, 2006). 비만 남성만을 대상으로 그들의 외모에 대한 사회문화적 태도를 고찰한 연구는 매우 부족했다. 외모에 대한 사회문화적 태도 중 인식과 내면화 수준이 높다는 것은 사회에서 제시하는 이상적인 신체상에 대해서 잘 알고 따르려 한다는 의미이므로, 인식과 내면화 수준이 높으면 비만도가 낮을 것이라 예측할 수 있다. 관련하여 Park(2016)은 성인 남녀를 저체중, 표준, 과체중 집단으로 구분하여 외모에 대한 사회문화적 태도를 비교하였는데 과체중 집단은 다른 집단에 비해 인식수준과 내면화 수준 모두 더 낮게 나타났다.

#### 4) Self-esteem

자아존중감(self-esteem)은 자아에 대한 긍정적, 부정적 태도이며 자신이 유능하고 중요하며 가치있는 사람이라고 믿는 정도를 나타낸다(Rosenberg, 1965). 자아존중감은 건전한 성격발달의 기초를 형성하며 개인의 행복감과 성취에도 큰 영향을 미친다(Kim, 1987). 실제적 신체이미지와 이상적 신체이미지 사이에 괴리(discrepancy between real self-image and ideal self-image)가 클수록 신체불만족은 증가하고, 이는 자신에 대한 낮은 평가로 이어져 자아존중감(self-esteem)이 낮아진다(Lee, 2013). 따라서 사회의 이상적 신체상과 괴리가 있는 비만은 자아존중감에 부정적 영향을 줄

것이다(Scott et al., 2008; Simon et al., 2006). 실증연구에서 여성의 경우 비만 여성이 정상 또는 과체중 여성 집단에 비해 자아존중감이 더 낮았다는 연구결과가 있었으며(Son & Kim, 2012), 초등학교 고학년 남녀학생을 대상으로 한 연구에서도 정상체중, 과체중, 비만집단간 자아존중감에 유의한 차이가 나타났으며(Lee & Yoo, 2014), 과체중과 비만집단이 표준집단에 비해 낮은 자아개념을 보였다(Ahn et al., 2011).

이와는 상이한 결과를 보인 연구도 있었는데, Choi et al.(2006)은 성인남녀 집단을 함께 분석한 결과에서 비만수준에 따라 자아존중감에 차이가 없는 것을 확인하였다. 또 다른 연구에서도 성인 남녀를 대상으로 저체중, 표준, 과체중, 비만 집단간 자아존중감을 비교하였는데 이에 대한 차이가 나타나지 않았다(Lee et al., 2016).

자아존중감의 결정에 영향을 미치는 요인들은 성별에 따라 다르다고 알려져 왔다. 여성의 자아존중감은 신체에 대한 매력지각과 상관성이 높지만 남성의 자아존중감은 신체의 능력과 기능에 대한 평가의 영향을 더 받는 경향이 있다. 남성의 경우 비만은 자아존중감에 영향을 적게 미치며, 여성들은 실제보다 자신의 신체 사이즈를 과대 지각하는 경우가 많아 비만 여성이 비만 남성에 비해 더 낮은 자아존중감을 보일 가능성이 더 높다는 주장도 있다(Grubb, Sellers, & Waligroski, 1993). 그러나 성인 비만 남성만을 대상으로 비만도와 자아존중감의 연관성을 고찰한 연구는 매우 적었다. Park(2016)은 성인 남성 중 저체중 집단에 비해 표준체중 집단은 더 높은 자아존중감을 보였으나 표준체중과 과체중 집단간에는 자아존중감에 차이가 없다고 하였다. 이러한 선행연구를 바탕으로 한 연구문제는 다음과 같다.

연구문제 3. 과체중, 경도비만, 고도비만 남성 집단 간 사회심리적 특성(신체만족도, 신체 이미지, 외모에 대한 사회문화적 태도, 자아존중감)에 차이가 있는지 알아본다.

### III. Methods

#### 1. Data collection

본 연구를 위해 비만도가 과체중 이상인 20~40대 남성만을 대상으로 설문조사를 실시하였다. 패션 전

공 대학원생 다섯 명이 설문 표집자로 활동하였는데, 이들은 2018년 10월부터 11월까지 대구경북 지역의 여러 대학교, 운동시설, 회사 등의 인적 네트워크를 통해 자신이 과체중이나 비만이라고 생각하는 사람들을 접촉하였고, 이들을 직접 만나 시각적인 비만도를 일차적으로 확인하며 설문조사 참여를 부탁하였다. 총 250부의 설문지가 배포되었으며, 회수된 211개의 설문지 중 자기기입식으로 기입한 신장과 체중 값을 토대로 체질량지수를 계산하여 과체중 기준인 BMI가 23 이상이며 전체 질문에 모두 성실히 응답한 남성의 201부의 설문지만 결과분석에 활용하였다.

다음은 설문문항 내용을 정리한 것이다. BMI는 응답자가 자기 기입식으로 제시한 신장과 체중값을 사용하여 체중(kg)/신장(m<sup>2</sup>)의 식을 이용하여 계산하였다. 체중조절 경험은 Boutelle, Neumark-Sztainer, Story, & Resnick(2002)의 항목을 사용하여 측정하였다. “귀하는 지난 1년간 체중을 조절하기 위해 다음의 행동을 한 경험이 있습니까?”에 대한 질문을 사용하여 다섯 개 세부항목(e.g., 음식을 적게 먹거나 먹는 음식 종류를 바꾸었다, 운동량을 늘렸다, 다이어트 보조식품을 섭취하였다, 다이어트 약을 처방받아 복용했다, 체중감소를 위한 행동을 했다)에 대하여 각각 그렇다와 아니다 중 하나의 답변을 선택하도록 하였다. 자신의 비만도 수준은 0~10까지 등간척도에 자신의 비만도와 가장 가까운 곳에 표시하는 방법으로 측정하였으며, 본인이 지각하는 자신의 건강상태는 7점 리커트 척도(1: 매우 나쁘다-7: 매우 좋다)로 측정하였다.

신체만족도는 Secord and Jourard(1953)의 Body Cathexis Scale을 바탕으로 정리하여 키, 몸무게, 상체, 하체, 얼굴, 신체 전체에 대한 만족도를 묻는 6개의 설문문항을 사용하였다. 이에 대하여 7점 리커트 척도(1: 전혀 만족하지 않는다-7: 매우 만족한다)로 측정하였다. 신체이미지는 신체자아에 관한 다차원 설문문항인 Multidimensional Body-Self Relation Questionnaire(MBSRQ; Cash, 1990)를 바탕으로 정리하여 사용한 Hong(2006)의 14개 설문문항을 사용하여 측정하였다. 외모에 대한 사회문화적 태도는 Heinberg et al.(1995)을 바탕으로 하여 개발한 Hong(2006)의 14항목 중 중복된 의미를 담는 항목과 여성에만 해당되는 문항, 요인적재값이 낮게 나타났던 문항들을 삭제하여 총 10문항으로 측정하였다. 자아존중감은

Rosenberg(1965)의 10개 척도를 사용하여 측정하였다. 신체이미지, 외모에 대한 사회문화적 태도, 자아존중감 항목들에 대하여 7점 리커트 척도(1: 전혀 그렇지 않다-7: 매우 그렇다)로 측정하였다. 그 외에 인구통계적 특성(연령, 교육수준, 월가계소득)이 자기기입식 혹은 명목척도로 측정되었다. 연구결과는 기술통계, 교차분석, 탐색적 요인분석, 신뢰도분석, Analysis of Variance(ANOVA), Scheffé test를 통한 사후검정법을 이용하여 분석되었다.

## 2. Characteristics of respondents

총 201명의 응답자 중 20~30세 미만(59명, 29.35%), 30~40세 미만(79명, 39.30%), 40~50세 미만(63명, 31.34%)으로 분포되었다. 교육수준은 고등학교 졸업자와 대학교 졸업자에 집중되어 각각 22.4%와 77.6%를 차지하였다. 결혼 여부에 대해서는 미혼이 49.3%, 기혼이 40.3%였으며, 월평균 가계소득에 있어서는 200만~300만원 미만(35.8%)과 400만원 이상(31.3%)이 가장 많은 수를 보였다. BMI에 대해서는 과체중(23≤BMI<25)이 36명(17.9%), 경도비만(25≤BMI<30)이 132명(65.7%), 고도비만(30≤BMI)이 33명(16.4%)으로 나타났다. 응답자 특성은 다음 <Table 1>에 정리되었다.

## IV. Results and Discussion

### 1. Exploratory factor analysis of variables

다항목으로 측정된 변수들의 차원을 축소하기 위해 베리릭스 회전을 이용한 탐색적 요인분석을 실시하였다. 결과에 따르면 신체만족도와 자아존중감에 대해서는 각 한 개의 요인만 도출되어 단일 차원으로 요인화 되었다. 체중조절행동에 대해서는 음식/운동조절, 다이어트 보조제/약 복용의 두 개 요인이 도출되었으며, 신체이미지에 대해서는 외모관심, 외모만족, 체중관심의 세 개 요인이 도출되었고, 외모의 사회문화적 태도에 대해서는 내면화와 인지의 두 개 요인이 도출되었다. 신체이미지 요인분석 결과는 같은 측정도구를 사용한 Hong(2006)의 결과와 같았으며, 외모의 사회문화적 태도가 내면화와 인지 요인으로 구성되는 분석 결과도 선행연구(Hong, 2006; Park, 2016)와 일관되었다. 각 요인의 요인적재치는 .60부터 .90까지 분포되었다. 아이겐 값은 1.49 부터 4.61까지 분

<Table 1> Demographic characteristics of respondents  
(N=201)

Variable		n(%)
Age	<30	59(29.35)
	30 to <40	79(39.30)
	≥40	63(31.34)
Education level	High school graduated	45(22.4)
	College/university graduated	156(77.6)
Marital status	Not married	99(49.3)
	Married	81(40.3)
Household monthly income (10,000 KRW)	<200	27(13.4)
	200 to <300	72(35.8)
	300 to <400	39(19.4)
	≥400	63(31.3)
BMI	23 to <25	36(17.9)
	25 to <30	132(65.7)
	30≤	33(16.4)

포되었고, 변인별 총 설명변량은 69.33%부터 89.16%까지로 나타나 각 요인별 수렴성이 확인되었다. 문항

신뢰도를 측정하기 위해 크론바알파값을 확인한 결과, .70부터 .92까지 분포되어 내적일관성이 확보되었다. 추출된 요인별로 7점 척도로 측정된 항목의 평균값은 3.69에서 4.92까지 분포되어, 7점 척도의 중간값인 4 점 전후의 평균값을 보였다. 신체이미지 중에서는 외모관심, 체중관심, 외모만족 요인 순으로 높은 평균값을 보여 외모나 체중에 대한 관심에 비해 외모만족은 다소 낮은 편이었다. 외모의 사회문화적 태도에 대해서는 인지 항목은 평균값이 4.92로 변인들 중 가장 높았으나 내면화는 3.68로 비만 남성의 경우 인지와 내면화의 차이가 다소 큰 편이라는 것을 알 수 있었다. 자아존중감의 평균값은 4.58로 다른 변인의 평균값들과 비교할 때 다소 높은 편인 것을 알 수 있었다 (Table 2).

## 2. Difference in demographic and physical characteristics among obesity groups

비만 남성 집단간 인구통계적 특성 및 신체적 특성 차이를 알아보기 위해 교차분석과 일원분산분석(ANOVA)를 실시하였으며 그 결과는 <Table 3>과 <Table 4>에 정리되었다. 연령 항목에서 비만 집단간 유의한 차이가 확인되었다. Scheffé test를 이용하여 사후검정을 실시한 결과, 경도비만과 고도비만 집단

<Table 2> Exploratory factor analysis results

Item	Factor	Measurement	Factor loading	Eigen value	Cumulative variance %	Cronbach's alpha	Mean (SD)
Weight control behavior*	Control food and exercise	I ate less or changed kinds of food.	.82	1.99	39.87	.73	.67 (.38)
		I exercised more.	.73				
		I took an action to lose my weight.	.87				
	Eat diet supplement or pill	I ate diet supplements.	.84	1.49	69.72	.70	
		I took a diet pill on prescription.	.88				
Body satisfaction		Height	.66	3.56	59.28	.85	3.83 (.97)
		Weight	.60				
		Upper body	.86				
		Lower body	.83				
		Face	.75				
		Whole body	.90				



&lt;Table 2&gt; Continued

Item	Factor	Measurement	Factor loading	Eigen value	Cumulative variance %	Cronbach's alpha	Mean (SD)
Body image	Appearance concern	I concerns if my outfits are not appropriate.	.81	4.58	32.70	.92	4.72 (1.15)
		It is important to look nice all the time.	.86				
		I always make an effort to look my appearance better.	.84				
		I am much interested in others' thoughts on my appearance,	.87				
		I often check my appearance through mirrors.	.73				
		Looking good is always important.	.86				
	Appearance satisfaction	Most of people will think that I look nice.	.60	2.70	51.95	.79	3.69 (1.13)
		I like my naked body.	.75				
		I have sexual attraction.	.79				
		I am satisfied with my appearance.	.89				
	Weight concern	I am on a diet to lose my weight.	.82	2.53	70.04	.83	4.07 (1.40)
		I have had a strict dietary restriction to lose my weight in a short time.	.75				
		I concerns though I gain weight slightly.	.75				
I always worry whether to gain weight.		.85					
Socio-cultural attitude toward appearance	Internalization	I believe that clothing in a thinner model looks better.	.89	3.36	41.95	.88	3.68 (1.33)
		I wish I could be thinner when I watch thin people in broadcasting.	.87				
		I want to be like models in magazines.	.73				
		I tend to compare my body with peoples' bodies in magazines or TV.	.72				
		I think that thinner people look better in clothing.	.81				
	Awareness	Appearance attraction is important for a success in our culture.	.86	2.21	69.62	.78	4.92 (1.17)
		It is important to look attractively in our society.	.83				
		It is important to manage body shapes for a success in our society.	.76				
	Self-esteem	I think that I am a valuable person as other people.	.71	4.61	57.63	.89	4.58 (.88)
I think I have good personality.		.74					
I can do well as much as most of others.		.80					
I have nothing to boast.		.77					
I have a positive attitude toward myself.		.78					
I am mostly satisfied with myself.		.82					
Sometimes, I think that I am useless.(-)		.69					
Sometimes, I think that I am not a good person.(-)		.72					

Note. \*It was assessed through dummy variables(Yes-1; No-0) to the question as "Do you have an experience of the following behaviors to control weight within the last 1 year?".

(-) reversely coded.

&lt;Table 3&gt; Differences in age among obesity groups

Variable	BMI			F-value
	Over-weight	Slightly obese	Severely obese	
Age	27.67(4.89)b	<b>37.34(8.32)a</b>	<b>39.91(8.36)a</b>	26.42***

Note. Mean(standard deviation) is presented in each cell; \*\*\*  $p < .001$ ; a, b: Scheffé test results.

&lt;Table 4&gt; Differences in demographic characteristics among obesity groups

Variable		BMI			$\chi^2$ -value
		Over-weight	Slightly obese	Severely obese	
Education level	High school graduated	8( 8.1)	31(29.6)	6( 7.4)	.49
	College/university graduated	27(27.9)	102(102.4)	27(25.6)	
Marital status	Not married	<b>27(18.2)</b>	54(64.4)	<b>18(16.5)</b>	13.59**
	Married	6(14.9)	<b>63(52.7)</b>	12(13.5)	
Household monthly income (10,000 KRW)	<200	<b>12( 4.8)</b>	11(17.7)	4( 4.4)	36.16***
	200 to <300	12(12.9)	<b>54(47.3)</b>	6(11.8)	
	300 to <400	3( 7.0)	<b>32(25.6)</b>	4( 6.4)	
	≥400	8(11.3)	34(41.4)	<b>21(10.3)</b>	

Note. Observed frequency(expected frequency) is presented in each cell; \*\*  $p < .01$ , \*\*\*  $p < .001$ .

사이에는 연령 차이가 없었으나 과체중 집단과 다른 집단 사이에는 연령 차이가 나타났으며, 경도비만 및 고도비만 집단은 과체중 집단에 비해 연령이 높은 것을 알 수 있었다. 본 연구에서는 20대부터 40대까지의 남성인 기초 신진대사량의 차이가 크지 않은 연령대를 대상으로 조사한 것임에도 불구하고 연령이 증가할수록 비만도가 증가한다는 선행연구(Jun, 2006)와 일관된 결과를 보였다.

다음으로 교육수준, 결혼 여부, 가계소득수준 항목에 대하여 비만 집단간 교차분석을 실시하였는데, 교육수준에 대한 차이는 유의하지 않았다. 이는 남성의 경우 교육수준이 증가할수록 비만도도 증가한다는 선행연구(Choi & Choi, 2017)와 차이를 보인 것이지만 본 연구 표본의 교육수준 범위가 고등학교 졸업자에서 대학 졸업자까지 그리 크지 않은 점이 반영된 결과라 해석할 수 있다.

결혼 여부에 대해서는 집단간 유의한 차이가 나타났는데, 기대 빈도보다 실제 빈도가 더 높게 나타난 항목들을 살펴보면 과체중과 고도비만 집단의 경우

미혼자가 기혼자보다 더 많으며, 경도비만 집단의 경우 기혼자가 미혼자보다 더 많았다. 기혼 남성의 경우 미혼남성에 비해 비만일 가능성이 높다는 선행연구(Choi & Choi, 2017; Jun, 2006)와 비교할 때 과체중과 경도비만 집단만을 본다면 같은 패턴을 보인다고 할 수 있다. 그러나 고도비만의 경우에는 기혼자보다 미혼자가 기대빈도 대비 관측빈도가 더 높았는데 이는 고도비만으로 인해 배우자를 선택하는데, 지장을 가졌을 가능성이 있다고 추측해볼 수 있다.

가계소득수준에 대해서도 비만 세분집단간 유의한 차이가 나타났는데, 과체중-비만-고도비만 집단으로 갈수록 소득수준이 증가하는 양상을 보였다. 우리나라 남성의 경우 가장 저소득층을 제외하고는 소득수준이 높은 층에서 비만율이 높다는 연구보고서들(Korean Health Promotion Institute, 2018; National Health Insurance Service, 2017)의 결과와 일관된다. 그러나 과체중, 경도비만, 고도비만 집단간 소득수준 차이가 있는지를 알아본 선행연구는 발견되지 않았는데 본 연구는 이에 대한 실증결과를 새로이 제시한다.

### 3. Difference in perceived level of obesity, perceived level of health, and weight control behavior among obesity groups

비만집단간 지각된 비만도, 지각된 건강도, 체중조절행동을 비교하였다(Table 5). 경도비만과 고도비만 집단은 과체중 집단에 비해 비만도를 높게 지각하는 것으로 나타났으며, 건강도를 더 낮게 지각하는 것으로 나타났다. 경도비만과 고도비만 집단간에는 비만도와 건강도 지각 수준에 차이가 없었다. 이는 비만이 일정 수준 진행된 이후에는 비만도의 증가에 둔감해지는 측면이 있다는 것을 보여준다. 또한 고도비만의 건강 위험도는 경도비만에 비해 매우 높아지지만 지각하는 건강도에서는 이 두 집단간 차이가 없으므로 보아 경도비만에서 고도비만으로 비만수준이 증가하더라도 건강도 악화 지각에는 둔감한 것을 알 수 있었다.

체중조절노력 경험에 대해서는 해당 경험이 있는지 더미변수(0-경험없다, 1-경험있다)로 측정하였는데, 음식과 운동량 증가 등에 대해서는 비만 세분 집단간 차이가 없이 모든 집단에서 평균값이 중간값인 .50 이상으로 나타나 응답자의 절반 이상이 해당 행동을 할 경험이 있다는 것을 알 수 있었다. 반면 다이어트 보조제나 다이어트 약을 복용한 경험에 대해서는 과체중 집단의 평균값이 .08로 매우 낮은 편이었으며, 과체중 집단에 비해 경도비만과 고도비만 집단의 경

우 경험 수준이 유의하게 높게 나타났다. 이를 선행연구(Jung, 2007; Park & Yoo, 2013)와 비교할 때 식사량 조절과 운동량 증가가 우선적인 체중조절 요법이라는 점은 선행연구의 결과와 일관되었다. 다만 본 연구대상자 중 경도비만과 고도비만 남성이 많은 과체중 남성만을 포함한 결과에 비하여 다이어트 보조제나 약을 복용한 경험이 적지 않은 것을 알 수 있다.

### 4. Difference in body satisfaction, body image, socio-cultural attitude toward appearance, and self-esteem among obesity groups

비만 남성 집단간 신체만족도, 신체이미지, 외모의 사회문화적 태도, 자아존중감 등 사회심리학적인 특성에 차이가 있는지를 알아보았다(Table 6). 먼저 신체만족도 변인에 대한 집단간 차이를 알아보았는데,  $F$ 값이 기준치인 2에 근접한 1.92였으나 유의수준을 넘는 수치는 아니었다. 선행연구에서는 대체로 표준체형과 비만체형을 비교하는 연구가 많아 이들 간의 차이가 뚜렷하였으나(Ahn, 2001), 본 연구에서는 과체중, 경도비만, 고도비만 집단을 비교하였는데 이들 사이에 신체만족도는 나타나지 않았다. 이는 BMI가 일정 수준 이상 증가하면 신체만족도가 지속적으로 낮아지는 것은 아니라는 것을 보여주는 결과라 해석할 수 있으며, 다른 한편으로는 남성의 경우 비만이

<Table 5> Differences in perceived degree of obesity, perceived degree of health, and weight control behavior among obesity groups

Variable		BMI			F-value
		Over-weight	Slightly obese	Severely obese	
Perceived degree of obesity*		5.54(1.27)b	<b>6.36(1.31)a</b>	<b>6.91(2.01)a</b>	8.01***
Perceived degree of health**		<b>5.00(1.37)a</b>	3.93(1.08)b	3.64(1.45)b	12.97***
Weight control behavior***	Control food and exercise	.64( .40)	.65( .38)	.79( .33)	1.92
	Eat diet supplement or pill	.08( .12)b	<b>.26( .36)a</b>	<b>.18( .33)a</b>	4.27*

Note. Mean(standard deviation) is presented in each cell; \*  $p < .05$ , \*\*\*  $p < .001$ ; a, b: Scheffé test results.

\*It was assessed through a 10-point scale with the mid point of 5.

\*\*It was assessed through a 7-point scale.

\*\*\*It was assessed through dummy variables(Yes-1; No-0) to the question as “Do you have an experience of the following behaviors to control weight within the last 1 year?”.

&lt;Table 6&gt; Differences in socio-psychological characteristics among obesity groups

Variable		BMI			F-value
		Over-weight	Slightly obese	Severely obese	
Body satisfaction		4.11( .74)	3.77(1.00)	3.75(1.03)	1.92
Body image	Appearance concern	4.86(1.39)	4.69(1.13)	4.71( .98)	.30
	Appearance satisfaction	<b>4.31(1.29)a</b>	3.49(1.01)b	3.77(1.16)ab	7.98***
	Weight concern	4.21(1.77)	4.07(1.40)	3.77(1.16)	.39
Socio-cultural attitude toward appearance	Internalization	3.68(1.61)	3.61(1.33)	4.00( .96)	1.17
	Awareness	4.83(1.31)	4.91(1.14)	5.08(1.17)	.39
Self-esteem		4.68( .88)	4.60( .89)	4.42( .89)	.79

Note. Mean(standard deviation) is presented in each cell; \*\*\*  $p < .001$ ; a, b, c: Scheffé test results.

신체만족도에 미치는 영향이 여성만큼 뚜렷한 것이 아니라는 점을 시사한다.

신체이미지에는 외모관심, 외모만족, 체중관심의 세 가지 세부 요인이 있었다. 이 중 외모만족 요인에 대하여 과체중 집단이 경도비만 집단에 비해 유의하게 높은 결과를 보였으나, 다른 두 가지 요인에는 집단간 차이가 발견되지 않았다. 남성을 대상으로 한 선행연구(Jung, 2007)에서도 수칙, 표준, 비만집단간 외모관심에 차이가 없다고 하여 본 연구결과와 일관되었으나, 외모만족과 유사한 매력지각 항목에서는 비만집단이 낮게 나타나 본 연구결과와 차이를 보였다. 본 연구에서는 비만도가 과체중 이상인 사람만을 대상으로 분석한 결과이므로 선행연구와 차이를 보였을 것이다. 본 연구에서는 과체중과 고도비만 집단간 외모만족에 차이가 나타나지 않았는데, 위의 신체만족도의 결과와 연결해서 추론할 때 고도비만 집단은 자신의 외모만족에 대하여 판단할 때 사회에서 요구하는 이상적 외모와의 괴리가 커지더라도 이를 민감하게 받아들이지 않는 측면을 보였다. 선행연구에서는 비만집단을 세분화하여 사회심리학적 변인을 연구한 사례가 부족하므로 세분집단간 차이에 대해 밝혀진 바가 적은데, 이와 관련된 후속연구들이 더 필요하다.

외모에 대한 사회문화적 태도에 대해서는 내면화와 인지 두 가지 요인 모두에서 집단간 차이가 발견되지 않았다. 자신의 신체 비만도와 상관없이 외모에 대

한 사회문화적 태도 형성이 어느 정도 이루어지고 있으며, 외모가 사회문화적으로 자신에 대한 평가에 큰 영향을 미치는 요인이라는 것에 대해 비만집단간 생각 차이가 크지 않다는 것을 알 수 있었다. 본 연구에서는 과체중 이상의 비만도를 가진 집단의 경우 비만도 수준별 집단에 따라 사회문화적 요인에 차이가 없거나 적은 것을 알 수 있었다. 선행연구(Park, 2016)에서는 표준체중과 과체중 집단을 비교한 결과에서 외모에 대한 사회문화적 태도의 차이를 확인하였는데, 본 연구결과와는 상이하였다. 이는 과체중 이상의 비만도를 가진 집단에서는 비만도가 증가하더라도 외모에 대한 사회문화적 태도가 달라지지 않는다는 것을 보여준다. 선행연구에서는 비만 세분집단별로 외모에 대한 사회문화적 태도를 비교한 연구가 없어 본 연구는 이에 대한 새로운 결과를 제시하는 것이다.

자아존중감에 대해서도 비만 세분집단간 유의한 차이가 나타나지 않은 결과를 보였는데, 일정 수준 이상의 비만도를 가진 남성들의 경우 그 이상 체중이 증가하여 비만도가 증가하더라도 자아존중감이 낮아지지 않는 것을 알 수 있었다. 이는 비만과 자아존중감의 부적영향을 발견한 선행연구들(Scott et al., 2008; Simon et al., 2006)과는 다르나 성인남녀를 대상으로 비만과 자아존중감의 상관성이 없다는 것을 확인한 연구들(Choi et al., 2006; Lee et al., 2016)과는 일관되었다. 이 조사에서는 저체중이나 표준체중 집단을

과체중 및 비만 집단과 비교한 결과이므로 비만 세분 집단만을 비교한 결과에서도 자아존중감의 차이가 없다는 실증결과를 더하는 것이다.

이러한 결과들을 정리하면, 일정수준 이상 비만도를 가진 남성들에게는 비만도가 더 증가하더라도 사회심리학적 요소들에 대한 부정적 영향이 계속 증가하지는 않는다. 즉 자신이 생각하는 비만한 수준의 경계를 넘어서면 비만도가 더욱 증가하여 실질적 건강이나 이동 등에 불편함이 가중된다할지라도 사회심리적인 부정적 영향은 어느 한계치를 넘어서까지 지속적으로 커지지는 않는다고 해석할 수 있다.

## V. Conclusion

본 연구의 목적은 우리나라 성인남성의 비만세분 집단별로 인구통계적 특성(연령, 교육수준, 결혼여부, 소득수준)에 차이가 있는지를 알아보고, 비만도 및 건강도 지각과 체중조절행동에 차이가 있는지 알아보고, 사회심리적 특성(신체만족도, 신체이미지, 외모에 대한 사회문화적 태도, 자아존중감)에 차이가 있는지 알아보는 것이었다. 다수의 선행연구에서 비만집단으로 함께 통합되어 분석되던 것과 달리 본 연구에서는 비만집단을 과체중, 경도비만, 고도비만 집단으로 나누어 비교를 실시하였다. 주된 연구결과와 학문적, 실무적 시사점은 다음과 같다.

첫째, 과체중, 경도비만, 고도비만 남성 집단의 인구통계적 특성은 다음과 같다. 경도비만과 고도비만 집단은 과체중 집단에 비해 연령대가 높은 것으로 나타났다. 비만도가 높은 집단에서 더 높은 소득수준을 보였다. 결혼 여부에 대해서는 과체중과 고도비만 집단에서 미혼자가 더 많았으며, 경도비만 집단에서는 기혼자가 더 많았다. 교육수준에는 비만집단간 차이가 나타나지 않았는데, 이는 설문대상자의 교육수준이 고등학교 졸업부터 대학졸업자까지 다소 좁게 분포되어 나타난 결과라 추론된다.

둘째, 과체중, 경도비만, 고도비만 남성 집단의 지각된 비만도, 지각된 건강도, 체중조절행동 경험에 대해 알아보았다. 경도비만과 고도비만 남성들은 과체중 남성들에 비해 자신의 비만도를 더 높게 지각하였으나 경도비만과 고도비만 남성들 간에는 지각된 비만도에 차이가 없었다. 한편 경도비만과 고도비만 남

성들은 과체중 남성들에 비해 자신의 건강도를 더 낮게 지각하였으며, 경도비만과 고도비만 남성들 간에는 지각된 건강도에 차이가 없었다. 체중조절행동으로 식사량을 줄이고 운동량을 늘리는 경험은 세 집단에 차이가 없이 모든 집단에서 50% 이상 해당 경험을 하는 것을 알 수 있었다. 그에 반해 다이어트 보조제나 다이어트 약을 복용하는 경험은 집단간 차이가 있었는데, 경도비만과 고도비만 집단은 과체중 집단에 비해 다이어트 보조제나 약을 복용한 경험이 더 많았다. 그러나 이에 대해 경도비만과 고도비만간 차이를 보이지 않았다. 이를 종합할 때, 경도비만과 고도비만 집단은 비만도 지각, 건강도 지각, 체중조절행동 경험에서 차이가 나타나지 않았는데, 경도비만 단계를 지나 고도비만 단계까지 비만도가 증가하면 건강악화에 대한 위험지각이 높아지거나 적극적인 체중조절 노력을 더 많이 할 것이라 예상하였으나, 실체는 그와 다르며, 일정 수준 이상 비만도가 증가한 상황에서는 지속적인 체중증가와 건강악화 등에 대해 둔감해지는 것을 알 수 있었다.

셋째, 비만 세분집단간 사회심리학적 변인들에 차이가 있는지 알아보았다. 신체만족도, 외모에 대한 사회문화적 태도, 자아존중감에 있어 과체중, 경도비만, 고도비만 집단간 차이가 발견되지 않았으며, 다만 신체이미지 중 외모관심 요인에는 집단차이가 없고, 외모만족 요인에는 과체중 집단이 경도/고도비만 집단에 비해 더 만족한다는 결과를 보여주었다. 과체중, 경도비만, 고도비만 집단은 사회에서 요구하는 이상적 외모에 대해 어느 정도 인지하고 있고 이를 내면화하고 있지만, 비만도가 더 높다고 해서 이에 대해 덜 인지하고 있거나 덜 내면화하고 있는 것은 아니었다. 비만도가 더욱 증가하여 자신의 신체와 사회에서 요구하는 이상적 신체 사이의 괴리가 더 커지는 경우에도, 신체만족도가 지속적으로 낮아지거나 자아존중감이 지속적으로 낮아지는 것은 아니었다. 남성의 신체만족도에는 BMI의 결정요소인 신장과 체중 외에도 근육량 등과도 관련이 있어 다양한 요인의 영향성이 고려되지 않아 나온 결과일 수 있다. 한편 남성의 자아존중감에는 신체 매력지각 외에 신체 능력과 기능에 대한 평가가 중요한 영향을 미치기 때문에(Grubb et al., 1993) 나타난 결과로 해석할 수 있다. 앞서 인구통계적 특성에 대한 결과에서 비만도가 증가할수록

소득수준이 높았던 결과와 연계할 때 비만한 신체로 인해 떨어지는 자아존중감은 소득수준 등에 의해 어느 정도 보정이 되는 것이라고도 생각해볼 수 있다. 후속연구에서는 이러한 점을 고려하여 남성의 신체만족도를 측정하는 도구에서 근육량 등을 추가한 도구를 사용하는 것도 의미있을 것이라 사료되며, 소득수준이나 사회적 성공 수준이 신체만족도를 보정하는 효과에 대한 연구도 의미있는 시사점을 제안할 수 있는 주제라 여겨진다.

비만 인구 중 남성인구 비중이 날로 증가하고 있는 시점에서 이 연구는 비만 세분 집단의 특성에 대한 기초정보를 제공한다는 면에서 의의가 있다. 결과들을 종합할 때, 비만 세분 집단의 특성을 구분하는 데에는 인구통계 특성이 뚜렷한 편이며, 사회심리적 특성에는 세분집단별 차이가 거의 없었다. 본 연구에서는 비만집단 표집의 어려움으로 집단별 분석 대상자 수가 많지 않았으나 후속 연구에서는 과체중, 경도비만, 고도비만 집단별로 다수의 대상을 표집하여 분석하여 결과의 타당성을 강화해야 할 것이다. 본 연구의 결과에서 BMI는 지각된 비만도 및 지각된 건강도와 일관된 결과를 보여 BMI가 객관적 비만 지표로서 가치가 있음이 다시 한번 확인되었다. 후속연구에서는 BMI 외에 외적으로 비만도가 부각되는 ‘복부비만 수치’ 등 다양한 비만지표를 활용하여 비만집단을 세분화하는 연구도 의미있을 것이다. 고도비만 남성 인구가 급격히 증가하고 있는 추세에서 경도비만이 고도비만으로 이행되는 선은 건강 면에서 매우 중요한 경계선이라 할 수 있음에도 불구하고, 경도비만과 고도비만간의 비만지각, 건강지각, 체중조절행동, 사회심리적 변인 등에 거의 차이가 발견되지 않았다. 이러한 결과는 긍정적 혹은 부정적으로 해석될 수 있을 것이다. 긍정적인 관점에서는 일정수준 이상 비만도가 증가하더라도 정신건강에 미치는 부정적 영향이 지속적으로 증가하지는 않는다는 점이다. 부정적인 관점에서는 일정수준 이상 비만도가 증가하면 사회문화적 자극에 둔감해져 지속적 비만도 상승에도 비만을 억제할 수 있는 자극제가 부족하다는 점이다. 비만 세분집단에 대한 사회심리학적 변인 연구의 부족으로 인해 본 연구 결과의 배경이나 이유를 설명할 수 있는 충분한 이론적 근거가 부족하다. 이러한 결과의 이유를 추론해 보자면 남성의 경우 비만도가 높은 집단일수록 소득수준

이 높아지는 경향을 보였는데 높은 소득수준이 비만한 외모로 인해 낮아지는 자아존중감이나 신체만족도를 보완해 주었을 가능성이 있을 것이라 사료된다. 표준체중과 과체중의 비교에 집중한 많은 선행연구들이 경도비만과 고도비만의 차이에 대한 연구결과 설명에 그대로 적용되기 어려운 측면들이 많으므로 후속 연구에서는 비만 세분집단별 조사분석과 논의가 활발해져 관련 지식기반이 확고해지기를 기대한다.

## References

- Ahn, H.-S., Chung, K.-M., & Jeon, J. (2011). The effect of BMI and physical ability on self-efficacy, quality of life, and self-esteem in overweight and obese children. *Korean Journal of Health Psychology, 16*(3), 537-555. doi:10.17315/kjhp.2011.16.3.007
- Ahn, S. W. (2001). *A study on the body cathexis and satisfaction with ready-to-wear fit of 20 to 59 year-old men*. Unpublished master's thesis, Korea University, Seoul, Korea.
- Boutelle, K., Neumark-Sztainer, D., Story, M., & Resnick, M. (2002). Weight control behaviors among obese, overweight, and nonoverweight adolescents. *Journal of Pediatric Psychology, 27*(6), 531-540. doi:10.1093/jpepsy/27.6.531
- Carless, D., & Douglas, K. (2008). Narrative, identity and mental health: How men with serious mental illness re-story their lives through sport and exercise. *Psychology of Sport and Exercise, 9*(5), 576-594. doi:10.1016/j.psychsport.2007.08.002
- Cash, T. F. (1990). The multidimensional body-self relations questionnaire. In J. K. Thompson, *Body image disturbance: Assessment and treatment* (pp. 125-130). Elmsford, NY: Pergamon Press.
- Choi, S. W., & Choi, M.-H. (2017). The association between obesity and neighborhood deprivation among Korean adults: Using a multilevel analysis. *Health Communication, the Official Journal of Korean Academy on Communication in Healthcare, 12*(1), 11-19. doi:10.15715/kjhcom.2017.12.1.11

- Choi, W. S., Kim, S. Y., Moon, S. Y., & Kim, S.-J. (2006). A study on BMI, self-esteem and attitude toward body shape perceived by obese adults. *Journal of Korean Academy of Community Health Nursing, 17*(4), 501-511.
- Farrow, C. V., & Tarrant, M. (2009). Weight-based discrimination, body dissatisfaction and emotional eating: The role of perceived social consensus. *Psychology & Health, 24*(9), 1021-1034. doi:10.1080/08870440802311348
- Frederick, D. A., Sandhu, G., Scott, T., & Akbari, Y. (2016). Reducing the negative effects of media exposure on body image: Testing the effectiveness of subvertising and disclaimer labels. *Body Image, 17*, 171-174. doi:10.1016/j.bodyim.2016.03.009
- Fyler, M., Schumacher, J., Banning, J., & Gam, H. J. (2014). Influence of body satisfaction, body mass index, and diet quality on healthy eating attitudes among college students. *Family & Consumer Sciences Research Journal, 42*(4), 330-340. doi:10.1111/fcsr.12067
- Grubb, H. J., Sellers, M. I., & Waligroski, K. (1993). Factors related to depression and eating disorders: Self-esteem, body image, and attractiveness. *Psychological Reports, 72*(3), 1003-1010. doi:10.2466/pr0.1993.72.3.1003
- Gutman, G. M., Stark, A., Donald, A., & Beattie, B. L. (2001). Contribution of self-reported health ratings to predicting frailty, institutionalization, and death over a 5-year period. *International Psychogeriatrics, 13*(S1), 223-231. doi:10.1017/S1041610202008165
- Ha, Y., & Park, H. (2012). Association between obesity and self-rated health in Korean males and females. *Journal of Korean Biological Nursing Science, 14*(3), 203-211. doi:10.7586/jkbn.2012.14.3.203
- Heinberg, L. J., Thompson, J. K., & Storer, S. (1995). Development and validation of the socio-cultural attitudes towards appearance questionnaire. *International Journal of Eating Disorders, 17*(1), 81-89. doi:10.1002/1098-108X(199501)17:1<81::AID-EAT2260170111>3.0.CO;2-Y
- Hong, K.-H. (2006). The influence of the socio-cultural attitudes toward appearance and BMI on body image and body satisfaction. *Fashion & Textile Research Journal, 8*(1), 48-54.
- Jeong, H.-S. (2009). Agreement self perception as obese with obesity classified by body measure in obese and overweighted adults. *Journal of Health Informatics and Statistics, 34*(2), 187-196.
- Jun, S.-H. (2006). The effect of obesity and physical satisfaction on self-esteem. *Korean Journal of Sport Psychology, 17*(3), 75-89.
- Jung, Y.-K. (2007). *A study of appearance management behavior and physical image of the men in 20s and 30s in accordance with the body mass index and the current status of weight control*. Unpublished master's thesis, Chung-Ang University, Seoul, Korea.
- Kanagae, M., Abe, Y., Honda, S., Takamura, N., Kusano, Y., Takemoto, T.-I., & Aoyagi, K. (2006). Determinants of self-rated health among community-dwelling women aged 40 years and over in Japan. *The Tohoku Journal of Experimental Medicine, 210*(1), 11-19. doi:10.1620/tjem.210.11
- Kiefer, I., Leitner, B., Bauer, R., & Rieder, A. (2000). Body weight: The male and female perception. *International Journal of Public Health, 45*(6), 274-278. doi:10.1007/BF01591690
- Kim, H. M. (2019, February 3). 비만인구 늘어나는 미국, 플러스 사이즈 의류 인기 [US with increasing obese populations, plus sized clothing is popular]. *Opinion News*, Retrieved April 19, 2019, from <http://www.opinionnews.co.kr/news/articleView.html?idxno=13129>
- Kim, K.-Y. (1987). *The relation of parental evaluation of children, self-esteem and child-rearing attitudes to children's self-esteem*. Unpublished doctoral dissertation, Pusan National University, Busan, Korea.

- Klaczynski, P. A., Goold, K. W., & Mudry, J. J. (2004). Culture, obesity stereotypes, self-esteem, and the “thin ideal”: A social identity perspective. *Journal of Youth and Adolescence*, 33(4), 307-317. doi:10.1023/B:JOYO.0000032639.71472.19
- Korea Centers for Disease Control and Prevention. (2015). *Korea health statistics 2014: Korea national health and nutrition examination survey (KNHANES VI-2)*. Cheongju-si, Chungcheongbuk-do: Korea Centers for Disease Control and Prevention.
- Korea Health Promotion Institute. (2018). *The 4th health plan 2020: Trend report 2018*. Seoul: Korea Health Promotion Institute.
- Kwen, J. (2015). An examination of body perception and satisfaction of female college students based on their obesity. *Journal of the Korean Society of Design Culture*, 21(3), 67-78.
- Lee, H., Je, M. J., Lee, S. O., Chang, C. L., Lee, C.-H., & Kim, S. S. (2016). Effect of obesity and personal weight perception on body esteem, self-esteem and depression. *Health Communication, the Official Journal of Korean Academy on Communication in Healthcare*, 11(1), 17-26. doi:10.15715/kjhcom.2016.11.1.17
- Lee, J., & Yoo, J. P. (2014). Examining the mediation effect of self-esteem on the associations between overweight, obesity, body image satisfaction, and peer relationships among children in upper elementary school. *Journal of Youth Welfare*, 16(4), 29-55.
- Lee, J.-W. (2013). *The influence of body image on self-esteem of female fashion models and general female*. Unpublished master's thesis, Dongduk Women's University, Seoul, Korea.
- Lee, N. E. (2019, January 9). 10조원 다이어트 시장, ‘부작용’은 살핀다 [Diet market of 10 trillion won, ‘sider effect’ is gaining weight]. *MoneyS*, Retrieved March 9, 2019, from <http://moneys.mt.co.kr/news/mwView.php?no=2019010217468098762>
- Mossey, J. M., & Shaprio, E. (1982). Self-rated health: A predictor of mortality among the elderly. *American Journal of Public Health*, 72(8), 800-808. doi:10.2105/AJPH.72.8.800
- National Health Insurance Service. (2017). *2017 obesity white paper*. Wonju, Gangwon-do: National Health Insurance Service.
- National Health Insurance Service. (2018). *2018 obesity white paper*. Wonju, Gangwon-do: National Health Insurance Service.
- Nowell, C., & Ricciardelli, L. A. (2008). Appearance-based comments, body dissatisfaction and drive for muscularity in males. *Body Image*, 5(4), 337-345. doi:10.1016/j.bodyim.2008.06.002
- Okosun, I. S., Choi, S., Matamoros, T., & Dever, G. E. A. (2001). Obesity is associated with reduced self-rated general health status: Evidence from a representative sample of white, black, and hispanic Americans. *Preventive Medicine*, 32(5), 429-436. doi:10.1006/pmed.2001.0840
- Park, J. W., Park, H. M., & Ha, N. S. (2004). A study on the obesity and weight control methods of college students. *Journal of Korean Academy of Psychiatric and Mental Health Nursing*, 13(1), 5-13.
- Park, K. (2016). Effects of body mass index, self-esteem, and sociocultural attitude toward appearance on diet awareness. *Fashion & Textile Research Journal*, 18(2), 176-183. doi:10.5805/sfti.2016.18.2.176
- Park, K. H., & Yoo, H. S. (2013). Appearance orientation and appearance management behaviors in relation to body mass index and demographic variables. *Fashion & Textiles Research Journal*, 15(6), 912-922. doi:10.5805/SFTI.2013.15.6.912
- Park, S. K. (2015). A study on sociocultural attitude toward appearance and appearance management intention of male consumer: Focusing on media exposure. *Journal of the Korean Society of Cosmetology*, 21(4), 614-620.
- Park, Y. (2011). The appearance management behavior of male athletes. *The Korean Journal of Sport*,



- 9(2), 1-11.
- Ra, H. S., & Jee, S. O. (2014). Appearance satisfaction and hair and skin care interest according to BMI in the male university students. *Asian Journal of Beauty and Cosmetology*, 12(3), 417-424.
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton, NJ: Princeton University Press.
- Scott, K. M., Bruffaerts, R., Simon, G. E., Alonso, J., Angermeyer, M., de Girolamo, G., ..., & Von Korff, M. (2008). Obesity and mental disorders in the general population: Results from the world mental health surveys. *International Journal of Obesity*, 32, 192-200. doi:10.1038/sj.ijo.0803701
- Secord, P. F., & Jourard, S. M. (1953). The appraisal of body-cathexis: Body-cathexis and the self. *Journal of Consulting Psychology*, 17(5), 343-347. doi:10.1037/h0060689
- Simon, G. E., Von Korff, M., Saunders, K., Miglioretti, D. L., Crane, P. K., van Belle, G., & Kessler, R. C. (2006). Association between obesity and psychiatric disorders in the US adult population. *Archives of General Psychiatry*, 63(7), 824-830. doi:10.1001/archpsyc.63.7.824
- Son, Y.-J., & Kim, G. Y. (2012). The relationship between obesity, self-esteem, and depressive symptoms of adult women in Korea. *The Korean Journal of Obesity*, 21(2), 89-98. doi:10.7570/kjo.2012.21.2.89
- Sung, M.-J., & Kim, H.-E. (2001). Classification of the somatotype by obesity indexes and body cognition of female college students. *Fashion & Textile Research Journal*, 3(3), 227-234.
- Valente, D. S., Padoin, A. V., Carvalho, L. A., de Azambuja Pereira Filho, G., Ribeiro, V. W., & Zanella, R. K. (2016). Prospective and bidirectional cross-sectional associations between body mass index and physical activity following liposuction: A cohort study. *Plastic and Reconstructive Surgery*, 138(1), 48e-54e. doi:10.1097/PRS.0000000000002253
- Wang, M.-J., & Kim, J.-A. (2004). Comparative study on social support and perceived health between obese women and normal weight women. *Journal of Korean Academy of Community Health Nursing*, 15(4), 587-599.
- Ware, J. E., Jr., & Sherbourne, C. D. (1992). The MOS 36-item short-form health survey (SF-36): I. Conceptual framework and item selection. *Medical Care*, 30(6), 473-483. doi:10.1097/00005650-199206000-00002
- Yi, K.-H. (2010). A comparative study on obesity judgment criteria in the frequently used obesity indices. *The Research Journal of the Costume Culture*, 18(1), 93-108. doi:10.29049/rjcc.2010.18.1.93
- Yong, W. J. (2018, April 13). 비만인구 4명 중 1명...패션계 '빅사이즈 고객' 잡기 나섰다 [Obesity population one out of four...fashion industry is trying to hold 'big size customers']. *Single List*, Retrieved March 9, 2019, from <http://www.slist.kr/news/articleView.html?idxno=30919>
- Yoo, H. W. (2019, February 28). 남성 비만 환자 증가...지방 축적 상태, 체질 고려한 치료법 적용해야 [Increase in male obese patients...Need to apply treatments considering fat accumulation status and physical constitution]. *NewsPoint*, Retrieved March 9, 2019, from <http://www.pointn.net/news/articleView.html?idxno=4674>
- YTN. (2015, August 13). 국내 비만 인구 증가...2025년 국민 17명 중 1명 '고도비만' [Increase of national obesity populations...one out of 17 citizens is 'severely obese person' in 2025]. *YTN*, Retrieved March 9, 2019, from [https://www.ytn.co.kr/\\_ln/0105\\_201508131109078348](https://www.ytn.co.kr/_ln/0105_201508131109078348)
- Yu, H., & Ko, S. (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/JKSCT.2015.39.6.812