

[Original Article]

Consumer characteristics of Body Mass Index groups, and the effect of body satisfaction and self-esteem on the involvement in dieting among females aged 25-49 years

Su-mok Jeong and Eunah Yoh^{†*}

Master, Dept. of Fashion Business, Graduate School,
Keimyung University, Korea

Professor, Dept. of Fashion Marketing, Keimyung University, Korea^{*}

25-49세 여성의 Body Mass Index 수준에 따른 소비자 특성과 신체만족도 및 자아존중감이 다이어트 관여도에 미치는 영향

정수목·여은아^{†*}

계명대학교 일반대학원 패션비즈니스학과 석사, 계명대학교 패션마케팅학과 교수^{*}

Abstract

The aim of this study is to explore diverse characteristics of females aged 25 to 49 years grouped according to Body Mass Index(BMI), and to investigate the effect of body satisfaction and self-esteem on involvement in dieting within each BMI group. In total, 549 females who participated in an online survey were divided into groups based on BMI(underweight, normal, and overweight). Results demonstrated three key factors, as follows. First, differences were identified among BMI groups according to demographic characteristics(age, household income, and marital status), although no difference according to education level was found. Second, differences according to BMI groups were found in body satisfaction and involvement in dieting, whereas were not found in self-esteem. Third, model testing for each BMI group showed, a positive correlation between body satisfaction and self-esteem in all three groups. However, there was a difference in causal relationships among variable across BMI groups. Body satisfaction negatively affected and self-esteem positively affected involvement in dieting for the underweight and normal groups, whereas there was no causal relationship between variables in the overweight group. Based on these results, basic information of groups segmented by the level of BMI was obtained, which could be used for both academic and practical implications.

Received September 23, 2020

Revised October 19, 2020

Accepted October 21, 2020

[†]Corresponding author
(yoheunah@kmu.ac.kr)

Keywords: BMI(body mass index), female(여성), body satisfaction(신체만족도), self-esteem(자아존중감), involvement on diet(다이어트 관여도)

ORCID

Su-mok Jeong

<https://orcid.org/0000-0001-8860-6581>

Eunah Yoh

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

I. Introduction

고칼로리 음식 섭취와 운동량 감소에 의해 비만인구가 날로 증가하고 있다. 국민 건강보험공단의 조사결과에 따르면, 체질량 지수(BMI: Body Mass Index)가 25 이상

인 비만 인구는 34.9%로 우리나라 인구의 1/3 이상이 비만인 것으로 추정된다(Choi, 2017). 비만(obesity)은 암 발생 위험을 증가시키고 인슐린저항성 유발과 대사증후군 위험을 내포하며, 과도한 체지방 축적은 심혈관 질환의 원인이 된다(Shin, 2013). 비만한 경우에는 외모에 대한 타인의 부정적 반응을 겪을 가능성이 높고, 이는 정신건강과 심리에까지 부정적 영향을 미칠 수 있다(Farrow & Tarrant, 2009).

현대 사회에서 외모는 자신을 표현하는 수단이 되며, 사람들은 사회적 가치 기준에 따라 개인의 외모를 평가한다. 따라서 적절한 신체 사이즈를 유지하며 건강하고 보기 좋은 외모를 가지는 것은 사회적 평판과 성공에도 유리하게 작용한다(Park, 2016a). 비만에 대한 인식은 남성들에 비해 여성들이 더 많이 가지는데, 미디어에서 날씬한 체형의 인물이 과도하게 노출되고, 사회적으로 다이어트에 대한 성공사례가 크게 이슈화되는 등 이상적 체형에 대한 사회적 압력이 크다. TV 방송 프로그램 출연자의 체형 분석 결과에서 여성 출연자 중 정상 체형이 49%, 마른 체형이 42%를 차지한다는 보고가 있을 정도로 마른 체형 위주의 미디어 노출 문제가 심각한 가운데, 여성들은 미디어에 노출된 인물과 자신의 신체를 비교하여 자신을 실제로 더 비만하다고 지각하는 경향이 있다(Park, 2016a). 실제로 정상체중 여대생의 51%가 자신이 살찐 편이라고 인식하고 있으며, 저체중 여대생의 40%가 자신이 표준 체형이거나 살찐 편이라고 인식하고 있는 것으로 나타났다(Kim & Kim, 2008). 미디어에서 마른 체형의 잦은 노출은 이러한 이상적 체형을 내재화하게 하고, 결과적으로 자신이 실제보다 더 비만이라고 여기게 하므로, 자신의 비만도를 낮추고자 다이어트에 대한 관심과 열의가 커질 것이라 예측할 수 있다.

체중조절을 통해 비만도를 개선하는 다이어트 방법들은 사회적 유행으로 변저 그에 따른 다이어트 시장도 확대되었다. 국내 다이어트 시장의 규모는 10조 원 정도로 추정되는데, 한 다이어트 애플리케이션에서 589명의 이용자들을 대상으로 조사한 결과에 따르면(Choi, 2020), 전체 응답자 중 다이어트 시도 횟수가 10회 이상인 사람이 44%, 5-9회인 사람이 25%로 나타나 많은 사람들이 반복적으로 다이어트를 시도하고 있다는 것을 알 수 있다. 방송에서는 다이어트를 주제로 몇 주간에 걸쳐 체중감량을 하는 과정을 보여

주는 프로그램이 인기를 얻고 있으며, 다이어트에 성공한 출연자들은 유명세를 탄다. 이러한 다이어트 관련 방송들은 사회의 외모지상주의를 부각시키며 여성들에게 날씬한 몸매에 대한 사회적 부담을 가중시킨다(Boo, 2020).

미디어에서 비춰지는 이상적 체형과 자신과의 비교를 통해 괴리감을 크게 지각할수록 자신의 신체에 대한 불만족이 커질 수 있으며, 자신에 대한 낮은 평가를 하게 되어 자아존중감 저하를 겪을 수 있다(Lee, 2013). 신체만족도가 낮고 자아존중감이 낮으면 자신의 체형을 교정하여 사회적 수용을 얻기 위해 다이어트에 관심을 가질 것이고, 다이어트에 대한 관여가 높아질 것이라 예측할 수 있다.

기존 비만과 다이어트 관련 선행연구들은 젊은 연령층에 집중된 경향을 보여왔으며, 중년여성을 포함한 연구는 적은 편이었다(Park & Son, 2009). 그러나 오늘날 신체와 외모에 대한 관심은 젊은 연령층에 국한되지 않고 중년층으로 확대되고 있으며 사회 전반에 걸쳐 화두가 되고 있다(Hong, 2006). 본 연구에서는 청년층과 중년층 여성을 포함하여 25-49세 여성의 체질량지수 집단별 특징을 비교하고, 다이어트 관여도에 영향을 미치는 사회심리학적 변인들을 알아보고자 한다. 본 연구의 구체적인 목적은 첫째, 25-49세 여성을 대상으로 신체질량지수에 의해 분류한 집단별 인구통계적 특성(연령, 교육수준, 소득수준, 결혼 여부)과 사회심리적 특성(신체만족도, 자아존중감, 다이어트 관여도)에 차이가 있는지 알아보고, 둘째, 신체만족도와 자아존중감이 다이어트 관여도에 미치는 영향관계에 있어 신체질량지수 집단간 차이가 있는지 알아보는 것이다. 기존 선행연구에서 신체만족도, 자아존중감, 외모의 관련성을 고찰한 시도가 많았으나 본 연구에서는 결과변인으로 다이어트 관여도를 사용하여 이를 예측하는 변인에 대한 실증자료를 얻고자 한다. 또한 여성의 신체질량지수 세분집단별 특성 고찰을 통해 학문적·실무적 시사점을 얻고자 한다.

II. Literature Review

1. Demographic characteristics of Body Mass Index (BMI) groups

BMI는 신체질량지수를 말하며, 체중(kg)/신장(m²)

의 수식으로 산출한다(Lee, 2010). 국민건강보험의 ‘2018 비만백서’에 따르면 체질량 지수가 18.5 미만이면 저체중, 18.5-23 미만이면 정상, 23 이상이면 과체중 이상으로 분류된다(National Health Insurance Service [NHIS], 2018). BMI는 대표적인 비만지수이지만 이것이 주관적으로 지각하는 비만도와 언제나 일치하는 것은 아니다. Jeong(2009)은 BMI 비만도와 주관적 비만지각 사이에 66%의 상관성만 있다고 보고하였다. 비만의 객관적 지표와 주관적 판단 사이의 괴리는 남성보다 여성에 있어 더 심한데, 여성들은 BMI에 의한 비만도보다 자신이 더 비만하다고 여기는 경향이 있다(Kiefer, Leitner, Bauer, & Rieder, 2000).

비만 집단간 인구통계적 특성을 분석한 연구들을 살펴보면, 연령, 교육수준, 소득수준에 있어 비만도 집단간 차이가 나타난 경우들이 있었다. 먼저 20-50대 성인여성 437명을 대상으로 한 조사에 따르면 연령대에 따라 BMI 수준에 유의한 차이가 있었으며 연령대가 높아질수록 BMI는 증가하였다(Kim & Lee, 2006). 다음으로 교육수준에 대해서는 지역 커뮤니티 건강센터를 통해 수집된 자료를 분석한 결과, 여성의 경우 교육수준이 높아지면 비만도가 낮아지는 경향이 있는 것으로 나타났다(Choi & Choi, 2017). 한편, 소득수준에 대해서는 보건복지부와 질병관리본부의 ‘국민건강영양조사결과’를 참고할 때, 여성의 소득수준이 높아지면 비만도가 낮아지는 경향이 있었다(NHIS, 2017). 이와 일관되게 한국건강증진개발원의 자료분석 결과에서도 여성은 저소득층의 비만율이 높다고 하였다(Korean Health Promotion Institute, 2018). 여성의 결혼 여부에 따른 비만도 차이를 본 연구는 거의 발견되지 않았으나 남녀를 함께 분석한 결과에서는 기혼일수록 비만도가 높다는 결과가 있었다(Jun, 2006).

교육수준이 높아지면 비만의 부작용에 대한 이해도가 높고, 다이어트에 대한 다양한 정보를 더 많이 접할 수 있으므로 비만의 위험을 줄이기 위한 행동을 많이 할 것이므로 이러한 결과가 나온 것이 아닌지 사료된다. 또한 비만한 여성들은 취업에 있어서도 불이익을 받을 가능성이 높으므로 이것이 소득수준에 영향을 미칠 수도 있다. 위의 논의를 종합할 때 여성의 비만도 집단별 인구통계적 특성에 차이가 있을 것이라 예측된다. 이를 바탕으로 한 연구가설은 다음과 같다.

- H1. 여성의 BMI 집단간 인구통계적 특성(연령, 교육수준, 소득수준, 결혼 여부)에 차이가 있을 것이다.
 H1-1. 여성의 BMI 집단간 연령에 차이가 있을 것이다.
 H1-2. 여성의 BMI 집단간 교육수준에 차이가 있을 것이다.
 H1-3. 여성의 BMI 집단간 소득수준에 차이가 있을 것이다.
 H1-4. 여성의 BMI 집단간 결혼 여부에 차이가 있을 것이다.

2. Body satisfaction, self-esteem, and involvement in dieting

1) Body satisfaction

신체만족은 자신의 신체에 대한 외부 반응의 지각을 말하는데, 사회에서 이상적으로 여기는 신체와 자신의 신체 사이에 불일치를 많이 지각할수록 신체만족도는 낮아진다. 여성에게 있어 아름답고 날씬한 신체에 대한 사회적 기대는 남성에 비해 높으며, 이러한 기대와의 괴리 때문에 여성은 자신의 신체 사이즈나 체중에 대한 불만이 높아 신체만족도가 남성보다 더 낮은 편이다(Hong, 2006).

Park, Nam, Kim, and Jeoung(2010)의 연구에 따르면, 20대 여성의 경우 저체중임에도 자신을 과체중으로 인식하는 경향이 있으며, Lee, Kim, and Yom(2005)의 연구에서도 조사대상 여대생 중 80%가 자신의 체형이 이상 체형보다 크다고 답했다. Roh and Song(2017)은 신체 사이즈를 측정된 값과 자신이 추정된 값을 비교하였는데, 20대 여성의 50% 이상이 실제 사이즈보다 배둘레, 허리둘레 등에서 실제보다 더 굵게 지각한 것을 발견하였다.

이처럼 여성들은 실제보다 자신의 신체 사이즈를 더 크다고 지각하는 경향이 있어 신체만족도는 낮을 것이다. 여대생의 BMI 집단별 신체만족도를 살펴본 연구에서는 저체중 집단의 신체만족도가 가장 높고, 다음은 정상체중, 과체중 순서로 높았다(Choi & Kim, 2008). 이러한 결과는 20-50대 여성을 대상으로 한 조사에서도 유사하게 나타나는데, 저체중 집단의 경우, 정상체중과 과체중 집단에 비해 신체만족도가 높게 나타났으며, 정상체중과 과체중 집단 간에는 신체만족도 차이가 나타나지 않았다(Kweon & Sohn, 2010).

40-50대 여성을 대상으로 한 또 다른 조사에서도 BMI 집단에 따라 신체만족도에 차이가 나타났으며, 정상체중 군의 39%가 자신의 신체에 대해 불만족하거나 매우 불만족하다고 답했다(Lee, 2011).

2) Self-esteem

자아존중감(self-esteem)은 자신의 잠재적 행동과 자신에게 중요한 주변인의 평가를 반영하여 결정되는 자신의 가치에 대한 평가이다(Rosenberg, 1965). 자신에 대한 가치평가는 심리적 행복감을 형성하는 데 중요한 부분을 차지한다(Cheon, 2010). 자아존중감은 개인의 상황이나 경험의 영향을 받는데, 실제 신체상과 이상적 신체상 사이에 괴리가 크면 자신의 가치를 낮게 평가하여 자아존중감이 낮아질 수 있다(Lee, 2013). 따라서 비만도가 일정수준 이상 높아져서 이러한 괴리감이 커지면 자아존중감이 하락할 수 있다.

비만도에 따른 자아존중감의 차이를 살펴본 연구의 결과는 일관되지 않았다. 여자 청소년을 대상으로 한 연구에서 저체중과 정상체중 여성들에 비해 비만 여성들의 자아존중감은 낮은 것으로 나타났고(Kim, Wha, & Kim, 2002), 성인여성을 대상으로 한 연구에서도 비만 여성이 정상 또는 과체중 여성 집단에 비해 자아존중감이 더 낮았다는 보고가 있었다(Son & Kim, 2012). 이와는 다른 결과들도 있었는데, 몇몇 연구자들은(Lee et al., 2016; Park, 2016a) 여성의 비만도에 따라 자아존중감에 차이가 나타나지 않았다고 보고하였다. 여고생의 BMI 집단별로 자아존중감을 비교한 결과에서도 저체중, 정상체중, 과체중 집단 사이에 유의한 차이가 없었다(Cheon, 2010).

3) Involvement in dieting

다이어트란 삶의 방식이란 뜻의 그리스어 디아이타(Diaita)에서 유래된 말로 체중감량이라는 의미로 사용된다(Foxcroft, 2012). 다이어트는 체중감소를 위한 식이요법과 운동을 포괄하는 행위를 말한다. 오늘날 날씬한 체형에 대한 사회의 긍정적 평가는 여성들이 다이어트에 관심을 가지도록 만든다. 성장기 청소년부터 중년 여성에 이르기까지 다이어트에 대한 관심이 높다. 여성 1,152명을 대상으로 실시한 대단위 조사에서 20-39세 집단의 65.4%가 다이어트를 시도해 본 경험이 있으며, 40-64세 집단의 52.9%가 다이

어트 경험이 있다고 하였으며, 65세 이상 집단에서조차 50%가 다이어트 경험이 있다고 하였다(Park & Son, 2009). 이처럼 여성들 사이에서 다이어트가 일상화되어 가고 있는데, 다이어트를 하는 이유로는 마른 몸매가 예뻐서라는 응답이 65%인 반면 건강을 위해서라는 응답은 3.4%에 불과했다(Lim, 2004).

비만도에 따라 다이어트에 대한 인지, 관심, 시도가 다른지를 알아본 연구는 다음과 같다. 여대생의 BMI 집단별 식이요법과 운동행동의 차이를 살펴본 결과, 정상체중과 과체중 집단은 저체중 집단보다 식이요법과 운동요법 경험이 더 많았으며, 정상체중과 과체중 집단 간에는 차이가 없었다(Choi & Kim, 2008). Turakulova et al.(2013)의 연구에서도 여대생들은 정상체중과 과체중 집단이 저체중 집단에 비해 다이어트 인식을 더 많이 한다고 밝혔다. 중년 여성에 있어서도 과체중과 정상체중군의 체중조절 경험이 저체중군보다 많은 것으로 나타났다(Kim & Kim, 2002). 이러한 결과는 과체중집단뿐만 아니라, 정상체중군에서도 다이어트에 대한 인식과 관심이 높다는 것을 보여준다. Park(2016a)은 20대 남녀를 대상으로 분석한 결과, 저체중이나 과체중 집단보다 정상체중 집단에서 다이어트에 대한 필요성 지각, 다이어트 관련 정보의 사용, 체중조절에 대한 관심이 가장 높은 편이라고 하였다. 식이요법 측면에서도 정상체중군은 다이어트 보조식품을 먹거나 식사량을 조절하였지만, 과체중군은 이러한 행동을 하는 빈도가 낮았다고 하였다. 이와 일관되는 연구로 비만군보다 정상체중군에서 체중조절을 시도한 경험이 더 많다는 결과들이 있었다(Song & Moon, 2014; Yang & Byeon, 2012).

또 다른 연구에서는 저체중인 여성조차 다이어트에 대한 관심과 경험이 많다는 것을 보여주는데, Lim(2004)의 연구에서는 정상체중 여대생의 68%, 저체중인 여대생의 33%가 다이어트 경험이 있다고 답했다. Yang(2002)의 연구에서도 여자 중학생의 경우 비만군뿐만 아니라 정상체중군과 저체중군에서도 다이어트에 대한 인지, 관심, 경험이 높았다. 이를 종합할 때 대상자의 연령이나 연구에 따라 결과가 완전히 일관되지는 않지만, 대체적으로 비만도가 높지 않은 정상체중군이나 저체중군에서도 더 날씬한 몸매를 동경하여 과체중군 못지않게 다이어트에 대한 관심이 높은 것을 알 수 있다. 실증조사 대상은 대부분 20대나 청소년 여성이며

중년 여성을 대상으로 한 연구는 부족하여 이에 대한 추가적인 연구가 필요하다.

소비자의 정보처리 과정에 영향을 미치는 핵심적인 요인 중 하나가 소비자의 관여수준이다. 관여도 (involvement)란 특정 상황에서 어떤 대상이 한 개인에게 관련된 정도 혹은 개인이 그 대상에 부여하는 중요성의 정도를 뜻하며, 대상에 대한 관심도라 할 수 있다. 대상에 대한 관여도가 높을수록 그에 대한 정보를 더 많이 찾고 주의를 더 기울인다(Zaichkowsky, 1985). 다이어트에 대한 관여도가 높을수록 다이어트에 대한 사회적 압박을 더 크게 느끼고, 다른 사람들이 다이어트에 대하여 긍정적으로 생각할 것이라고 믿는 정도가 더 크며, 실질적으로 다이어트를 시도하는 경우도 더 많을 것이다(Choi, 2010). 본 연구에서는 여성의 비만도에 따른 다이어트 관여도의 차이를 알아보려고 한다.

선행연구를 바탕으로 한 연구가설은 다음과 같다.

- H2. 여성의 BMI 집단간 사회심리적 특성(신체만족도, 자아존중감, 다이어트 관여도)에 차이가 있을 것이다.
- H2-1. 여성의 BMI 집단간 신체만족도에 차이가 있을 것이다.
- H2-2. 여성의 BMI 집단간 자아존중감에 차이가 있을 것이다.
- H2-3. 여성의 BMI 집단간 다이어트 관여도에 차이가 있을 것이다.

3. Causal relationships among body satisfaction, self-esteem, and involvement in dieting

신체만족도와 자아존중감은 상관성이 높다고 알려져 있다. 대다수의 여성들은 이상적인 신체에 대해 기능적인 측면보다 미적인 측면을 더 중시하는 경향이 있으므로, 자신의 신체와 원하는 이미지 사이에 괴리가 크면 상실감을 느끼게 되며 이는 자아존중감 저하로 이어질 수 있다(Jang & Song, 2004). 20-70대 여성을 조사한 연구에서도 신체이미지와 자아존중감은 전 연령대에 걸쳐 높은 상관성을 보였다(Park & Son, 2009).

Su and Song(2004)에 따르면 신체만족도가 낮은 여대생들은 체중조절을 통해 이를 개선하고자 노력한다. 반면 외모만족도가 낮은 여성일수록 운동에 대한 참여도가 낮으며 불건강한 식이행동을 보인다는 주장

도 있다(Ferraro et al., 2008). 이를 바탕으로 추론하면 신체만족도와 다이어트 관여도 사이에 유의한 부적 영향관계가 있을 것이라 추측되는데, 앞서 기술한 신체 질량지수에 따른 다이어트 참여도가 연구마다 상이한 것을 볼 때 이에 대한 추가적인 고찰이 필요하다.

한편, 자아존중감과 체중조절행동 사이에는 유의한 상관관계가 있는 것으로 알려져 있는데(Jeon, 2014), 여대생의 다이어트 유발 조건은 과제중과 비교의식에 의한 낮은 자아존중감이라는 주장이 있다(Lee, Kim, Jeong, & Lee, 2001). 자아존중감이 낮으면 자신의 신체를 부정적으로 지각하기 쉽고 체중조절행동을 통해 이러한 불만족을 해소하고자 하는 경향이 있다는 것이다. 아울러 자아존중감이 낮으면 날씬한 외모를 추구하는 사회적 압력을 쉽게 내면화하므로 다이어트에 대한 관심이 높을 것이라 예측할 수 있다(Park & Yoo, 2013). 반면, Kim(2016)의 연구에서는 남녀 대학생을 조사하였는데, 자아존중감이 높은 집단은 낮은 집단보다 체중조절행동 평균값이 더 높았으며, Chun and Lee(2007)의 연구에서는 여학생의 경우 자아존중감과 다이어트 행동 사이에 정적인 상관관계가 있었다. 이는 자아존중감이 다이어트에 대한 관심과 실행에 정적 영향을 미칠 수도 있음을 보여준다. 이처럼 정적 혹은 부적 관계를 뒷받침하는 실증결과들이 있으나, 또 다른 연구들에서는 자아존중감은 다이어트 인식이나 행동에 영향을 미치지 않는다는 보고도 있었다. Jeun, Lee, and Park(2006)의 연구에서 자아존중감은 체중조절행위에 직접적 영향이 없다고 하였다. Park (2016b)도 20대 남녀를 대상으로 한 연구에서 자아존중감은 다이어트 인식에 영향을 미치지 않는다고 보고하였다. 이러한 연구를 종합해볼 때 신체만족도, 자아존중감, 다이어트 관여도 사이의 영향관계를 뒷받침하는 선행연구 결과가 일관되지 않다. 선행연구에서 다이어트 관여도를 결과변인으로 사용한 연구는 없었으므로, 이에 대하여 다수의 연구결과에 기반하여 제시하는 연구가설은 다음과 같다.

H3. 여성의 신체만족도, 자아존중감, 다이어트 관여도 사이에 영향관계가 있을 것이다.

H3-1. 여성의 신체만족도와 자아존중감은 정적 상관관계가 있을 것이다.

H3-2. 여성의 신체만족도는 다이어트 관여도에 부적

영향을 미칠 것이다.

H3-3. 여성의 자아존중감은 다이어트 관여도에 정적 영향을 미칠 것이다.

이러한 신체만족도와 자아존중감이 다이어트 관여도에 미치는 영향관계에 있어 비만도 집단별 차이를 알아본 연구는 발견되지 않았다. 저체중, 정상체중, 과체중 집단별로 변인의 관계에 있어 변인의 영향력에 차이가 있을 수 있음에도 이에 대한 선행연구가 없었기에 이를 실증적으로 알아보하고자 한다.

H4. 여성의 BMI 집단간 신체만족도, 자아존중감, 다이어트 관여도 사이의 영향관계에 차이가 있을 것이다.

III. Methods

1. Data collection

설문지법을 사용하여 자료를 수집하기 위해 개발한 설문문항은 다음과 같다. 먼저 BMI는 체중(kg)/신장(m²)의 식을 이용하여 계산하였으며, 자신의 비만도 수준은 0-10까지 등간척도를 이용하여 자신의 비만도와 가장 가까운 곳에 표시하는 방법으로 측정하였다. 신체만족도는 선행연구(Lee, 2011; Park & Son, 2009)를 참고하여 4개의 문항(나는 내 체형에 만족한다, 나의 신체는 매력적이다, 나의 신체는 완벽하다, 나는 내 신체 사이즈를 좋아한다)으로 측정하였다. 자아존중감은 Rosenberg(1965)의 10개 척도 중 선행연구에서 요인적재값이 높았던 항목을 중심으로 5개 문항(적어도 나는 다른 사람과 같은 정도로 가치있는 사람이라고 생각한다, 좋은 성품을 가지고 있다고 생각한다, 대부분 다른 사람들만큼은 일을 잘 할 수 있다, 내 자신에 대해 긍정적인 태도를 가지고 있다, 대체로 내 자신에 대해 만족한다)을 사용하였다. 다이어트 관여도는 Zaichowsky(1985)의 측정도구를 참고하여 6개 문항(다이어트는 중요하다, 의미있다, 매력적인, 가치있는, 나와 관련된, 필요한)을 사용하였다. 이에 대해 7점 리커트 척도(1: 전혀 그렇지 않다-7: 매우 그렇다)로 측정하였다. 그 외에 인구통계적 특성(연령, 교육수준, 가계소득수준)이 자기기입식 혹은 명목척도로 측정되었다.

본 설문조사를 실시하기 전 20-40대 여성 10명을 대상으로 설문문항에 대한 예비조사를 실시하여 문항의 순서 등을 수정하고 설문문항의 이해도를 점검하였다. 조사는 온라인 리서치 전문기관에 의뢰하여 실시하였으며, 전국에 거주하는 25세 이상 50세 미만의 여성 중 다이어트 관련 질문에 응답하고자 하는 사람들을 대상으로 설문조사를 실시하였다. 총 549명의 설문 응답이 집계되어 분석에 사용되었다. 수집된 자료는 기술통계분석, 요인분석, 일원변량분석, LSD 사후검정, AMOS 집단비교 인과분석법을 통해 분석되었다.

2. Characteristics of respondents

총 549명의 응답자 중 25세-30세 미만(110명, 20.0%), 30세-40세 미만(218명, 39.7%), 40세-50세 미만(221명, 40.3%)으로 분포되었다. 교육수준은 대학교 졸업자가 430명(78.3%)으로 대다수를 차지하였다. 결혼 여부에 대해서는 미혼이 43.4%, 기혼이 56.6%였으며, 월평균 가계소득에 있어서는 400만 원 이상(46.1%)이 가장 많은 수를 차지하였다. BMI는 자기기입한 체중과 신장 수치를 이용하여 계산하였다. 응답자의 BMI에 따라 집단을 나눈 결과, 저체중(BMI<18.5)이 121명(22.0%), 정상(18.5≤BMI<23)이 326명(59.3%), 과체중 이상(23≤BMI)이 102명(18.6%)으로 나타났다. 정상체중군이 저체중군과 과체중군에 비해 2배 이상의 비중을 차지하는 것으로 나타났는데, 이는 선행연구의 결과와 유사한 것이었다(Ahn & Park, 2009; Yang & Byeon, 2012). 일원변량분석(ANOVA)과 LSD 사후검정 결과에 따르면 응답자의 BMI 집단별로 BMI와 비만도 지각에서 유의한 차이를 보였으며, 전반적으로 자신의 BMI에 비해 자신이 더 비만하다고 지각하는 것으로 파악되었다. 응답자 특성은 다음 <Table 1>과 <Table 2>에 정리되었다.

IV. Results and Discussion

1. Exploratory factor analysis of variables

베리맥스 회전을 이용한 탐색적 요인분석을 실시하여 다차원으로 측정된 변수들의 차원을 축소하였으며, 그 결과 신체만족도, 자아존중감, 다이어트 관여도 각각 한 개의 요인이 도출되었다. 각 요인의 요인적재치는 .73부터 .92까지 분포되었으며, 아이겐 값은

<Table 1> Demographic characteristics of respondents (N=549)

Variable		n(%)
Age	25 to 29	110(20.0)
	30 to 39	218(39.7)
	40 to 49	221(40.3)
Education level	High school graduated	56(10.2)
	Undergraduate degree	430(78.3)
	Graduate degree	63(11.5)
Marital status	Not married	238(43.4)
	Married	311(56.6)
Household monthly income (10,000 KRW)	<200	70(12.8)
	200 to <300	112(20.4)
	300 to <400	114(20.8)
	≥400	253(46.1)

3.26부터 3.96까지 분포되었고, 변인별 설명변량은 65.16%부터 81.54%까지로 나타나 각 요인별 수렴성이 확인되었다. 문항 신뢰도를 측정하기 위해 크론바 알파값을 확인한 결과, .87부터 .92까지 분포되어 내적일관성이 확보되었다. 추출된 요인별로 7점 척도로 측정된 항목의 평균값을 살펴볼 때 신체만족도는 3.06으로 중간값인 4점에 못 미쳐 대체적으로 신체만족도가 낮은 편이라는 것을 알 수 있었다. 반면 자아존중감의 평균값은 5.01, 다이어트 관여도는 5.75로 중간값보다 높았다(Table 3). 이 결과를 바탕으로 요인별 항목들의 평균값을 각 요인값으로 사용하였다.

2. BMI group difference in demographic characteristics
BMI 집단간 인구통계적 특성 차이를 알아보기 위

해 교차분석과 일원변량분석(ANOVA)를 실시하였으며, 그 결과는 (Table 4)에 정리되었다. 연령 항목에서 저체중, 정상, 과체중 집단 간에 유의한 차이가 확인되었다. LSD test를 이용하여 사후검정을 실시한 결과, 저체중 집단은 정상 이상의 체중을 가진 집단들에 비해 연령대가 낮은 것으로 확인되었다. 본 연구에서는 20대 중반부터 40대 후반까지의 여성을 대상으로 조사하였는데, 일반적으로 연령이 증가할수록 비만도가 증가한다는 선행연구(Jun, 2006)와 일관되는 면이 있지만, 정상체중과 과체중 집단 간에는 연령대 차이를 보이지 않아 이들 집단 간의 차이는 나이에 따른 신진대사량 차이에 기인한다기보다는 개인적인 체중 관리에 따라 달라진다고 볼 수 있다.

다음으로 교육수준, 가계소득수준, 결혼 여부 항목에 대하여 BMI 집단간 교차분석을 실시하였는데, 교육수준에 대한 차이는 유의하지 않았다. 이는 여성의 경우 교육수준이 증가할수록 비만도는 낮아진다는 선행연구(Choi & Choi, 2017)와는 다른 결과였다. 가계소득수준에 대해서는 BMI 집단 간 유의한 차이가 나타났는데, 기대빈도와 관측빈도의 차이를 비교할 때 대체적으로 저체중과 정상체중 집단에서 가계소득수준이 높으며, 과체중인 경우 가계소득수준이 낮은 편인 것으로 파악되었다. 이는 여성을 대상으로 한 선행연구의 결과(NHIS, 2017)와 대체로 일관되었다. 결혼 여부에 대해서는 집단 간 유의한 차이가 나타났는데, 기대 빈도보다 관측 빈도가 더 높게 나타난 항목들을 살펴보면 저체중과 과체중 집단에서는 미혼인 경우가 기대빈도보다 관측 빈도가 더 높게 나타났으며, 반대로 정상체중 집단에서는 기혼인 경우가 더 많았다. 남성의 경우에는 기혼이 미혼에 비해 비만일 가능성이 높다는 선행연구(Choi & Choi, 2017)가 있는데 비해 여성에 대한 결과는 찾아보기 어려웠다. 최근 30대 이

<Table 2> Characteristics of BMI groups

Variable	BMI			F
	Under-weight (n=121)	Normal (n=326)	Over-weight (n=102)	
BMI	16.84(.86) ^a	20.12(1.36) ^b	25.68(2.13) ^c	757.07***
Perceived obesity*	5.79(1.60) ^a	7.94(1.40) ^b	9.74(1.05) ^c	225.38***

Mean (standard deviation) is presented in each cell.; *** p<.001; ^a ^b: LSD test results.

*It was assessed through a 11-point scale.

<Table 3> Exploratory factor analysis results

Factor	Item	Factor loading	Eigen value	Variance %	Cronbach's α	Mean (SD)
Body satisfaction	I am satisfied with my body shape.	.91	3.26	81.54	.92	3.06 (1.33)
	My body is attractive.	.92				
	My body is perfect.	.86				
	I like my body size.	.92				
Self-esteem	I think that I am a valuable person as other people.	.79	3.26	65.16	.87	5.01 (1.08)
	I think I have good personality.	.80				
	I can do well as much as most of others.	.76				
	I have a positive attitude toward myself.	.85				
	I am mostly satisfied with myself.	.84				
Involvement in dieting	Important	.78	3.96	66.00	.89	5.75 (.89)
	Meaningful	.83				
	Attractive	.73				
	Valuable	.83				
	Related	.86				
	Needed	.84				

상 연령층에서 미혼의 비중이 높아지고 있는 상황에서 여성의 경우에도 결혼 여부에 따라 비만도에 차이가 있을 수 있다는 하나의 단서를 제공한 것이라 여겨지며, 추후 이에 대한 추가적인 검증이 필요하다고 사료된다. 이 결과를 바탕으로 H1-1, H1-3, H1-4는 지지되고, H1-2는 기각되었다.

3. BMI group difference in body satisfaction, self-esteem, and involvement in dieting

BMI 집단간 신체만족도, 자아존중감, 다이어트 관여도에 대한 차이를 알아보았다(Table 5). 먼저 신체만족도 변인에 대하여 집단 간 유의한 차이가 나타났으며, LSD 사후검정 결과 신체만족도는 저체중, 정상체중, 과체중 순으로 높게 나타났다. 이는 여대생을 대상으로 한 선행연구(Choi & Kim, 2008) 결과와 일관된 것이었는데, 25-49세 여성들도 마른 몸매를 선호하며 이에 만족해 한다는 것을 보여준다.

다음으로 자아존중감에 대한 비교에서 BMI 집단 간에 자아존중감의 차이는 없는 것으로 나타났다. 이

는 비만도와 자아존중감의 부적 관계를 발견한 선행 연구들(Kim et al., 2002; Son & Kim, 2012)과는 달랐으나, 비만과 자아존중감의 상관성이 없다는 것을 보여준 또 다른 연구들(Park, 2016a; Lee et al., 2016)과는 일관되었다.

또한 BMI 집단 간 다이어트 관여도를 비교한 결과 집단간 유의한 차이가 발견되었으며, 사후검정 결과를 볼 때 정상 이상의 체중 집단은 저체중 집단에 비해 다이어트 관여도가 높다는 것을 알 수 있었다. 이러한 결과들을 정리하면, 여성의 비만도가 높을수록 신체에 불만족하기 쉬우며, 이로 인해 정상체중 이상에서 다이어트 관여도가 높게 나타나고 있지만 자아존중감과 비만도의 관계는 발견되지 않았다. 이를 바탕으로 H2-1과 H2-3은 지지되었고, H2-2는 기각되었다.

4. BMI group difference in causal relations among body satisfaction, self-esteem, and involvement in dieting

<Table 4> BMI group difference in demographic characteristics

Variable		BMI			F
		Under-weight	Normal	Over-weight	
Age ¹		34.50(6.78) ^a	37.54(7.07) ^b	37.25(6.96) ^b	26.42 ^{***}
Education level ²	High school graduated	7(12.3)	33(33.3)	16(10.4)	7.89
	Undergraduate degree	99(94.8)	252(255.3)	79(79.9)	
	Graduate degree	15(13.9)	41(37.4)	7(11.7)	
Household monthly income ² (10,000 KRW)	<200	15(15.4)	32(41.6)	23(13.0)	36.16 ^{***}
	200 to <300	28(24.7)	62(66.5)	22(20.8)	
	300 to <400	20(25.1)	74(67.7)	20(21.2)	
	≥400	58(55.8)	158(150.2)	37(47.0)	
Marital status ²	Not married	68(52.5)	124(141.3)	46(44.2)	12.01 ^{**}
	Married	53(68.5)	202(184.7)	56(57.8)	

¹ANOVA result with *F*; Mean (standard deviation) is presented in each cell.; LSD test results are indicated as ^a and ^b.
²Cross-tabulation test results with χ^2 ; Observed frequency (expected frequency) is presented in each cell; ** $p < .01$, *** $p < .001$.

1) Confirmatory factor analysis and AVE checks

본 연구의 인과모형 분석을 위해 잠재변수들에 대한 확인적 요인분석을 실시하였다(Table 6). 결과에 따르면 CMIN는 260.949($df=77$)이며, Q값(CMIN/DF)은 3.389로 기준값인 3에 근접하였으며, IFI는 .963, TLI는 .950, CFI는 .963, RMSEA는 .066으로 나타나 대체적으로 양호한 적합도를 보였다. 모든 관측변수들은 잠재변수에 대해 높은 경로계수를 보였는데 경로계수의 CR 값은 12.489부터 30.253까지 분포되어 모두 기준값 2 이상($p < .05$)으로 나타나 통계적으로 유의하였다. 또한 판별타당성을 검증하기 위해 잠재변수 간 평균분산추출값(AVE)을 계산하였다(Table 7). 결과에서 각 변인에 대한 평균분산추출값이 상관관계

제공 값보다 크게 나타나 잠재변인의 판별타당성이 확인되었으며, 각 요인별 CR값도 .970부터 .985까지 분포되어 개념신뢰도를 확보하였다.

2) BMI group difference in causal relationships among variables

본 연구에서는 신체만족도와 자아존중감이 다이어트 관여도에 미치는 영향을 보여주는 인과모형을 제시하고 변인간 관계에서 BMI 집단간에 차이가 있는지를 AMOS를 이용한 집단비교분석법을 통해 알아보았다(Fig. 1). 모형적합도에서 CMIN는 599.984이며, Q값(CMIN/DF)은 2.299로 기준값인 3 이하로 나타나 양호하였으며, CFI는 .928, IFI는 .928, TLI는 .913,

<Table 5> BMI group difference in body satisfaction, self-esteem, and involvement on diet

Variable	BMI			F
	Under-weight	Normal	Over-weight	
Body satisfaction	3.96(1.14) ^c	3.06(1.27) ^b	1.98(.88) ^a	78.08 ^{***}
Self-esteem	5.08(1.04)	5.04(1.09)	4.80(1.09)	2.32
Involvement in dieting	5.40(.95) ^a	5.84(.84) ^b	5.91(.87) ^b	13.00 ^{***}

Mean (standard deviation) is presented in each cell; *** $p < .001$; ^{a,b,c}: LCD test results.

<Table 6> Confirmatory factor analysis results

Path	Std. estimate	Std. error	CR(p)	Fit
Body satisfaction1 ← Body satisfaction	.906	-	-	$\chi^2=260.949$ $df=77$ $CMIN/df=3.389$ $IFI=.963$ $TLI=.950$ $CFI=.963$ $RMSEA=.066$
Body satisfaction2 ← Body satisfaction	.887	.032	30.253***(.000)	
Body satisfaction3 ← Body satisfaction	.819	.038	23.212***(.000)	
Body satisfaction4 ← Body satisfaction	.883	.032	30.152***(.000)	
Self-esteem1 ← Self-esteem	.653	-	-	
Self-esteem2 ← Self-esteem	.640	.056	15.234***(.000)	
Self-esteem3 ← Self-esteem	.609	.065	12.489***(.000)	
Self-esteem4 ← Self-esteem	.858	.075	16.334***(.000)	
Self-esteem5 ← Self-esteem	.880	.078	16.508***(.000)	
Diet involvement1 ← Diet involvement	.738	-	-	
Diet involvement2 ← Diet involvement	.726	.060	17.779***(.000)	
Diet involvement3 ← Diet involvement	.712	.078	12.289***(.000)	
Diet involvement4 ← Diet involvement	.782	.071	16.132***(.000)	
Diet involvement5 ← Diet involvement	.814	.067	17.623***(.000)	
Diet involvement6 ← Diet involvement	.854	.063	18.353***(.000)	

RMSEA는 .049로 양호하게 나타났다.

저체중, 정상, 과체중 집단 각각에서 경로의 유의성을 살펴보았다. 전체적으로 모든 집단에서 신체만족도와 자아존중감의 정적 상관관계는 유의하게 나타났다. 즉, 신체만족도가 높으면 자아존중감도 높은 경향이 있다는 것이다. 인과관계 분석에서 저체중 집단과 정상체중 집단은 유사한 결과가 나왔다. 신체만족도가 낮고 자아존중감이 높을수록 다이어트에 대한 관여도가 높게 나타났다. 즉, 자신의 신체에 불만족하고 자아존중감이 높으면 다이어트에 대한 관심도와 지식

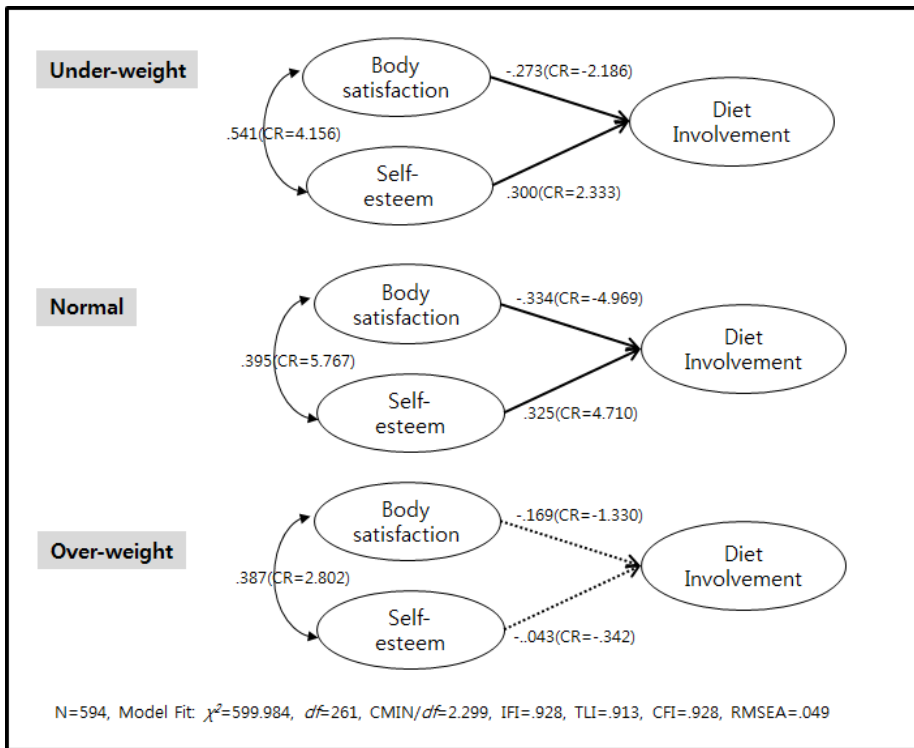
이 높다는 것이다. 반면 과체중 집단에서는 신체만족도와 자아존중감이 다이어트 관여도에 미치는 영향이 없는 것으로 나타났다. 이는 신체만족도나 자아존중감이 높낮이에 상관없이 다이어트에 미치는 관심이 적다는 것을 의미하며, 반대로 신체에 불만족하거나 자아존중감이 높더라도 이것이 다이어트에 관심을 가지는데 어떤 영향도 미치지 않으므로 과체중이 머물고 있다고도 해석할 수 있다. 이를 바탕으로 H3-1은 지지되었으며, H3-2와 H3-3은 저체중과 정상체중 집단에서는 지지되었고, 과체중 집단에서는 기각되었다.

<Table 7> Discriminant validity

	Body satisfaction	Self-esteem	Diet involvement
Body satisfaction	.956		
Self-esteem	.181	.847	
Diet involvement	.009	.005	.855
CR	.985	.970	.977

AVE values were indicated in diagonal lines.

Squared correlations between variables were indicated under diagonal lines.



<Fig. 1> BMI group differences in causal relationships among variables

BMI 집단 비교에서 각 인과경로가 통계적으로 유의한 수준의 차이를 보이는지를 알아보기 위해 Critical ratio for difference(CRD)의 수치를 확인하였다(Table 8). 분석결과에서 경로간 유의한 차이를 보인 경로는 자아존중감이 다이어트 관여도에 미치는 경로에 대하여 저체중과 과체중 집단간 차이(CRD=2.152)가 있었으며, 정상체중과 과체중 집단간 차이(CRD=2.479)도 기준값 2 이상을 보였다. 이를 통해 과체중 집단은 다른 집단들과 비교할 때 다이어트 관여도 형성에 있어 자아존중감의 영향성이 현저히 낮다는 것을 알 수 있다. 이를 바탕으로 H4는 부분적으로 지지되었다.

V. Conclusion

본 연구의 목적은 25-49세 여성의 BMI 집단간 인구통계적 특성(연령, 교육수준, 결혼 여부, 소득수준)과 사회심리적 특성(신체만족도, 자아존중감, 다이어트 관여도)에 차이가 있는지 알아보고, BMI 집단간 신체만족도, 자아존중감, 다이어트 관여도의 인과관계에 차이가 있는지를 알아보는 것이었다. 주된 연구결과와 학문적·실무적 시사점은 다음과 같다.

첫째, 저체중, 정상체중, 과체중 집단간 인구통계적 특성의 차이를 알아본 결과, 연령, 소득수준, 결혼 여

<Table 8> Critical ratio for difference between paths

Group	Path	Body satisfaction → Diet involvement	Self-esteem → Diet involvement
Under-weight vs. Normal		-.445	.733
Under-weight vs. Over-weight		-.664	2.152
Normal vs. Over-weight		-.441	2.479

부의 차이가 있었으나, 교육수준에 대한 차이는 없었다. 저체중 집단은 정상체중과 과체중 집단에 비해 연령이 낮았으나, 정상체중과 과체중 집단 간 연령 차이는 없었다. 정상체중과 저체중 군이 과체중 군에 비해 소득수준이 높은 것을 확인하였다. 한편 결혼 여부와 관련하여 미혼자는 저체중과 과체중 집단에, 기혼자는 정상체중 집단에 더 많이 분포하였다. 교육수준에 대해서는 BMI 집단간 차이가 나타나지 않았다. 연령이 높아질수록 신진대사량이 낮아져 체중조절이 더 어려워지므로 연령에 따른 비만도의 차이는 선행연구에서도 일관되게 나타나지만, 다른 인구통계적 특성에 대해서는 선행연구 결과가 부족하고 일관되지 못하다. 최근의 인구통계적인 변화, 즉 미혼인구의 증가와 여성의 취업 확대 등의 변화와 연결하여 체질량 지수의 세분 집단의 특성은 계속 변화할 수 있으므로 이에 대한 주기적이며 대단위적인 조사분석이 필요할 것이다. 이를 통해 건강진단의 기초가 되는 비만지수 집단별 기초 특징을 올바르게 파악하고 이를 바탕으로 각 세분 집단별 지원 전략을 개발할 수 있을 것이다.

둘째, 저체중, 정상체중, 과체중 집단 간 사회심리학 특성의 차이를 알아본 결과, 신체만족도와 다이어트 관여도에서는 차이가 있었으나, 자아존중감에는 차이가 없었다. 신체만족도는 저체중, 정상체중, 과체중 집단 순으로 높았는데, 25-49세의 여성들은 정상체중에 비해 저체중일 때 자신의 신체에 대해 더 만족하는 것으로 나타나, 폭넓은 연령대에서 두루 마른 체형을 선호한다는 것을 알 수 있었다. 다이어트 관여도는 저체중집단에 비해 정상체중과 과체중 집단에서 더 높게 나타났다. 다수의 여성들이 마른 체형을 선호함에 따라 정상체중군에서도 다이어트에 대한 관심과 지식수준이 과체중군만큼이나 높은 것을 알 수 있었다. 이 결과를 바탕으로 다이어트 제품이나 서비스의 타겟 설정시 과체중 여성뿐만 아니라 정상체중 여성들을 주요 공략 대상으로 설정한다면 훨씬 더 많은 수의 대상자를 확보할 수 있을 것이다. 실제로 정상체중의 여성들이 다이어트 제품과 서비스의 주된 고객층이 되고 이러한 제품과 서비스의 소비를 통해 적절한 체중을 유지하므로, 신진대사량이 줄어드는 중년층이 되어서도 정상체중군에 더 오래 머물 수 있을 것이라 사료된다. 한편, 체질량지수 집단간 자아존중감의 차이는 나타나지 않았는데, 자아존중감 형성에는 자신

의 외모에 대한 미적 가치뿐만 아니라 직업, 경제능력 등 기능적 가치가 중요하게 작용한 결과로 추정된다. 후속연구에서 다양한 사회심리학적 변인들을 포함하여 연구함으로써 보다 더 종합적인 결과 해석을 시도해야 할 것이다.

셋째, BMI 집단별로 신체만족도와 자아존중감이 다이어트 관여도에 미치는 영향성을 확인하고, 집단 간 경로값에 유의한 차이가 있는지를 알아보았다. 전 집단에 걸쳐 신체만족도와 자아존중감의 정의 상관성은 유의했다. 또한 저체중군과 정상체중군에서는 신체만족도와 자아존중감이 다이어트 관여도에 미치는 영향이 유의하게 나타났는데, 신체만족도가 낮을수록 그리고 자아존중감이 높을수록 다이어트에 대한 관여도가 높았다. 이는 자신의 신체에 만족할 경우 다이어트에 대한 관심이 낮지만, 자아존중감이 높으면 자신의 가치를 높게 평가하므로 자신의 높은 가치에 적합한 신체를 추구하는 심리로 인해 다이어트에 대한 관여도가 높아진 것으로 해석된다. 이 결과를 바탕으로 저체중군과 정상체중군 중 자아존중감이 높은 사람들에게 자신의 가치감을 더욱 고양시킬 수 있는 광고 메시지를 제시한다면, 이 집단이 다이어트 제품과 서비스에 더 큰 관심을 가지는 데 도움을 줄 수 있을 것이다.

반면 과체중군에서는 신체만족도와 자아존중감이 다이어트 관여도에 미치는 영향은 없는 것으로 나타났다. 집단 간 경로차이의 유의성을 확인한 결과에서도 자아존중감이 다이어트 관여도에 미치는 영향관계가 과체중군에서는 거의 나타나지 않았다. 즉, 과체중군에서는 자신의 신체에 불만족하거나 자아존중감이 높아 자신의 가치를 높이는 일에 더 관심을 가지더라도 이것이 다이어트에 대한 관심으로 이어지지는 않는다는 것이다. 아직까지 다이어트 관여도를 결과변인으로 사용한 선행연구가 없었으므로 이 결과는 본 연구에서 처음 제시된 것이다. 과체중 집단의 다이어트 관여도에는 신체만족도나 자아존중감 외에 다른 심리학적 변인이나 주변의 정보원 등이 영향을 미칠 수 있음을 예측해볼 수 있다. 또 다른 방향으로 해석하면 과체중 여성의 신체만족도가 낮더라도 다이어트에 대한 관여도에 미치는 영향이 낮으므로 다이어트를 하지 않아 과체중에 머물렀다고도 볼 수 있다. 따라서 과체중군을 공략하기 위해서는 신체불만족과 자아존중감 등의 요소 보다는 건강에 대한 위협 등 다른

요소를 부각시키는 것이 이 집단의 다이어트에 대한 관심유도에 도움을 줄 것이라 생각한다.

비만 인구가 증가하고 과도한 다이어트의 폐해가 늘어나고 있는 시점에서 BMI 집단의 특성을 알아보고, 집단별로 다이어트 관여도에 영향요인을 알아보는 연구는 세분 집단별 지원 전략 개발을 위한 기초정보를 제공한다는 측면에서 의미가 있다. 연구결과들을 종합할 때, 여성의 비만 세분 집단의 특성을 구분하는 데에는 인구통계 특성과 사회심리적 특성에 세분집단별 차이가 드러났다. 본 연구에서는 10대 청소년과 20대 대학생을 대상으로 한 다수의 선행연구들과 달리 대학을 졸업하여 사회인이 되는 연령인 25세부터 갱년기를 맞아 체형변화가 극심해지는 시기인 50세 미만의 여성들을 대상으로 조사하였다. 성인 여성에 대한 비교가능 연구가 부족한 상황에서 최근의 비혼, 만혼, 다운에이징(down-aging) 등 다양한 라이프스타일 변화를 겪고 있는 25-49세의 여성들을 대상으로 최고의 관심사 중 하나인 다이어트 관여도를 예측하는 연구모형을 제시하고, 체질량집단 별로 모형검증을 실시하였다. 급변하는 사회환경을 반영하기 위해 주기적으로 동일한 대상군에 대한 연구를 반복하여 이를 시계열적으로 분석할 때 좀 더 의미있는 변화동향의 시사점을 얻을 수 있을 것이라 생각한다. 후속 연구에서는 체질량지수 집단별로 더 많은 수의 대상을 표집하여 분석함으로써 결과의 타당성을 강화해야 할 것이다. 후속연구에서는 과체중군에 있어 신체만족도와 자아존중감 외에 다이어트 관여도를 예측하는 다른 요인을 발굴하고 이를 포함시켜 연구모형을 확장하고 이를 검증하는 시도가 필요할 것이다.

References

- Ahn, B. R., & Park, E. S. (2009). Perception of body weight control life styles, and dietary habits according to the obesity index(OI) of female college students. *Korean Journal of Human Ecology*, 18(1), 167-179. doi:10.5934/KJHE.2009.18.1.167
- Boo, S. J. (2020, July 24). 다이어트 예능: 처절함의 연속...극한의 살빼기 [Diet in variety show: Continuity in being derivative...Extremely losing weight]. *Dailian*, Retrieved September 10, 2020, from <https://www.dailian.co.kr/news/view/907418/?sc=Naver>
- Cheon, K. M. (2010). The relationships social physique anxiety and self-esteem on subjective physique and BMI of girls' high school students. *Journal of Sport and Leisure Studies*, 39(39), 557-565.
- Choi, M.-O., & Kim, J.-Y. (2008). Survey of eating habits, self cathexis, and appearance management behaviors in relation to BMI in college women: Focused on shape management. *Journal of Korean Society of Cosmetics*, 14(2), 605-613.
- Choi, M. W. (2010). A study on the influence of the media use and involvement on the perception of diet focusing on pluralistic ignorance. *Journal of Public Relations*, 14(2), 182-215. doi:10.15814/jpr.2010.14.2.182
- Choi, S. H. (2020, August 3). “지름길은 없다” 피땀 눈물로 성공하는 ‘확찐자’ 탈출법 [“There is no short cut” Ways to escape from ‘radical weight-gainers’ who will succeed through blood, sweat, and tears]. *Economychosun*, Retrieved September 10, 2020, from http://economychosun.com/client/news/view.php?boardName=C24&t_num=13609350
- Choi, S. W., & Choi, M.-H. (2017). The association between obesity and neighborhood deprivation among Korean adults: Using a multilevel analysis. *Korean Journal of Health Community*, 12(1), 11-19.
- Choi, W. S. (2017, November 21). 건강검진 수검률 증가, 비만대사증후군 비율도 ↑ [Increase in medical examination rate, proportion of obesity metabolic syndrome is also ↑]. *Doctorsnews*, Retrieved April 26, 2020, <http://www.doctorsnews.co.kr/news/articleView.html?idxno=119969>
- Chun, C. G., & Lee, M. O. (2007). The effect of adolescent body related variables, self-esteem on eating disorder. *Korean Journal of Human Ecology*, 16(5), 1041-1050. doi:10.5934/KJHE.2007.16.5.1041
- Farrow, C. V., & Tarrant, M. (2009). Weight-based discrimination, body dissatisfaction and emotional eating: The role of perceived social consensus.

- Psychology and Health*, 24(9), 1021-1034. doi:10.1080/08870440802311348
- Ferraro, F. R., Muchlenkamp, J. J., Painter, A., Wasson, K., Hager, T., & Hoverson, F. (2008). Aging, body image, and body shape. *The Journal of General Psychology*, 135(4), 379-392. doi:10.3200/GENP.135.4.379-392
- Foxcroft, L. (2012). *Calories and corsets: A history of dieting over two thousand years*. London: Profile Books.
- Hong, K.-H. (2006). The influence of the sociocultural attitudes toward appearance and BMI on body image and body satisfaction. *Fashion & Textile Research Journal*, 8(1), 48-54.
- Jang, S. C., & Song, M. H. (2004). Relationships between high school students' appearance satisfaction and self-esteem and school-related adjustment. *Korean Journal of Youth Studies*, 11(3), 115-133.
- Jeon, H. O. (2014). Relations of self-assertiveness, self-esteem, depression and abnormal eating attitudes among female university students with weight control experience. *Journal of the Korea Academia-Industrial Cooperation Society*, 15(4), 2207-2216. doi:10.5762/KAIS.2014.15.4.2207
- Jeong, H.-S. (2009). Agreement self perception as obese with obesity classified by body measure in obese and overweighted adults. *Journal of the Korean Society of Health Information and Health Statistics*, 34(2), 187-196.
- Jeun, Y. S., Lee, J. R., & Park, C. M. (2006). A study on the development of weight controlling health behavioral model in women. *Journal of Korean Society for Health Education and Promotion*, 23(4), 123-153.
- Jun, S.-H. (2006). The effect of obesity and physical satisfaction on self-esteem. *Korean Journal of Sport Psychology*, 17(3), 75-89.
- Kiefer I, Leitner B, Bauer R, & Rieder A. (2000). Body weight: The male and female perception. *Soz Präventivmed*, 45(6), 274-278. doi:10.1007/BF01591690
- Kim, J.-I. (2016). Predictors of weight control behavior according to college students' BMI, perception of body shape, obesity stress, and self-esteem. *Journal of the Korea Academia-Industrial Cooperation Society*, 17(6), 438-448. doi:10.5762/KAIS.2016.17.6.438
- Kim, M.-K., & Lee, G.-C. (2006). Weight reduction dieting survey and satisfaction degree and diet related knowledge among adult women by age. *Journal of Food Science and Nutrition*, 35(5), 572-582. doi:10.3746/jkfn.2006.35.5.572
- Kim, M. R., & Kim, H. C. (2008). A study on diet behaviors and related factors in dieting college students. *Journal of East Asian Society Dietary Life*, 18(1), 135-148.
- Kim, O. S., Wha, K. S., & Kim, A. J. (2002). BMI, weight control behaviour, and self-esteem in high school adolescents. *Korean Journal of Adult Nursing*, 14(1), 53-61.
- Kim, Y. H., & Kim Y. N. (2002). A study on body mass index and associated factors of the middle aged women in small city. *Korean Journal of Community Nutrition*, 7(4), 506-515.
- Korea Health Promotion Institute. (2018). *The 4th health plan: Trend report 2018*. Seoul: Author.
- Kweon, S. A., & Sohn, B.-H. (2010). A study on body satisfaction and fitness apparel based on body type by body mass index: In women 20-50's years of age. *International Journal of Human Ecology*, 48(6), 1-8. doi:10.6115/khea.2010.48.6.001
- 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. *Korean Journal of Health Communication*, 11(1), 17-26. doi:10.15715/kjhcom.2016.11.1.17
- Lee, J. S., Kim, B. H., Jeong, H. C., & Lee, S. E. (2001). A grounded approach to dietary experiences in college women. *Korean Journal of Women Health Nursing*, 7(4), 596-609.
- 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, K. E., Kim, E. J., & Yom, Y. H. (2005). Body esteem, body figure discrepancy and depression in women college students. *The Korean Journal of Fundamentals of Nursing*, 12(2), 206-214.
- Lee, 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.
- Lee, Y. A. (2011). A study on the actual image of Seoul women in their middle-ages: Comparison by each category of BMI. *Journal of Basic Design & Art*, 12(4), 251-261.
- Lim, I. S. (2004). Sociocultural context of diet: Focused on college women's look-discriminatory experience and the body images of mass media. *Korean Journal of Sociology*, 38(2), 165-187.
- National Health Insurance Service. (2017). *2017 obesity white paper*. Wonju, Kangwon: Author.
- National Health Insurance Service. (2018). *2018 obesity white paper*. Wonju, Kangwon: Author.
- Park, J. K., Nam, Y. J., Kim, U. J., & Jeoung, 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/JKSCT.2010.34.9.1558
- Park, K. H. (2016a). Characteristics of groups classified by degree of obesity using Body Mass Index: Focused on self-esteem, food lifestyle, social-cultural attitudes towards appearance, and diet-related attitude and behavior. *Journal of the Korean Society of Costume*, 66(8), 12, 33-45. doi:10.7233/jksc.2016.66.8.033
- Park, K. H. (2016b). Effects of body mass index, self-esteem, and sociocultural attitude toward appearance on diet awareness. *Fashion & Textiles 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, 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 the Korean Academy of Fundamentals of Nursing*, 16(3), 353-361.
- Roh, Y.-K., & Song, H. K. (2017). Effects of real body, perceived body, self discrepancy and body satisfaction on garment fit satisfaction of women in their twenties: Focused on women's jacket. *Fashion & Textiles Research Journal*, 19(6), 768-776. doi:10.5805/SFTI.2017.19.6.768
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton, NJ: Princeton University Press.
- Shin, J.-Y. (2013). *A study on the state of obesity management and satisfaction level among women*. Unpublished master's thesis, Sookmyung Women's University, Seoul, Korea.
- Son, Y. J., & Kim, G. Y. (2012). The relationship between obesity, self-esteem, and depressive symptoms of adult women in Korea. *Korean Journal of Obesity*, 21(2), 89-98.
- Song, H. J., & Moon, H. K. (2014). Body image, risk of disturbed eating attitudes and weight control of female junior high school students by the body mass index in Seoul. *Korean Journal of Community Nutrition*, 19(2), 111-121. doi:10.5720/kjcn.2014.19.2.111
- Su, H. S., & Song, J. A. (2004). A study on body cathexis, satisfaction with apparel fit and appearance - Management behaviors according to physical figure. *Fashion & Textile Research Journal*, 6(3), 329-335.
- Turakulova, K., Kim, M. J., Kim, H. S., Kim, H. J., Lee, S. J., . . . & Choi, J. Y. (2013). Level of socio-cultural attitude toward appearance and desire to go on diet among female university students. *Ewha*

- Journal of Nursing*, 47, 97-112.
- Yang, H. Y., & Byeon, Y. S. (2012). Weight control behavior in women college students and factors influencing behavior. *Journal of Korean Academy Fundamentals of Nursing*, 19(2), 190-200.
- Yang, K. M. (2002). *A study on the type of body and diet behavior among female middle school students*. Unpublished master's thesis, Chung-Ang University, Seoul, Korea.
- Zaichkowsky, J. L. (1985). Measuring the involvement construct. *Journal of Consumer Research*, 12(3), 341-352. doi:10.1086/208520