

TV 미디어가 청소년의 신체이미지에 미치는 영향

김 재 숙 · 이 미 숙

충남대학교 의류학과

The effect of TV media on adolescent' body images

Jae-sook Kim · Mi-sook Lee

Dept. of Clothing and Textiles, Chungnam National University

(2001. 1. 26 접수)

Abstract

The purpose of this study was to extend the social comparison theory in an attempt to examine the effect of TV media on adolescent' body images.

The research was a survey and the subjects were 895 male and female adolescents in Taejon, Korea. The measuring instruments were 2 sets of stimuli of male and female body silhouettes and self-administrated questionnaire.

Results were as follows: 1) The subjects' TV viewing periods were 3~4 hours per day and their involvements in TV media were moderate degree. 2) The results of perceptual body images showed that adolescents favored thin body type as an ideal body and had distorting tendency that their bodies were larger than the actual sizes. 3) The results of attitudinal body images showed three factors such as 'appearance evaluation', 'appearance orientation', and 'fitness orientation'. 4) TV media had significant effects on perceptual and attitudinal body images.

It is concluded that the results of this study support social comparison theory that people compare themselves to others to satisfy their needs for self-evaluation and for judgments of their own personal worth since TV media give strong influence on adolescents through presenting social comparison models to body images.

Key words: TV media, body image, adolescent; TV 미디어, 신체이미지, 청소년기

I. 서 론

사춘기와 함께 시작되는 청소년기는 급격한 신체 변화로 인해 자신의 신체와 외모에 많은 관심을 지니며, 자신의 변화된 신체를 지각하고 새로운 신체이미지를 형성하게 되는 시기이다. 신체이미지는 신체에 대한 한 개인의 지각, 태도, 평가 등을 말하는데(소지

숙, 1992), 청소년기의 신체에 대한 평가는 성인이 된 이후에도 자아개념 및 사회성 발달에 지속적인 영향을 미치기 때문에 매우 중요하다(윤진, 1993). 그러나, 신체적인 외모나 매력은 객관적인 평가기준이 없기 때문에 청소년들은 자신을 타인과 비교함으로써 신체에 대한 평가를 형성하게 된다(Festinger, 1954).

'현대는 매스 커뮤니케이션의 시대'라고 할 만큼 매스미디어는 우리들의 생활과 매우 밀접한 관계를

맞고 있으며, 현실에 대한 지식과 정보를 습득하는 사회화 도구로서 중요한 기능을 수행하고 있기 때문에 현대 사회에서 매스미디어가 갖는 영향력은 거의 절대적이라고 할 수 있다. 특히, TV 미디어는 현대 사회의 가장 강력하고 보편적인 문화도구로 생활의 여러 측면에 대한 사회적 비교의 기준을 제시함으로써 시청자들의 사고, 가치, 태도, 행동 등에 큰 영향을 미치는 것으로 보여지는데(Bandura 등, 1966), 이러한 경향은 세상에 대한 경험은 부족하나 현실 세계에 대한 호기심이 강하여 외부의 자극에 쉽게 반응하고 영향을 받는 청소년들에게서 더욱 두드러지게 나타난다.

청소년기는 신체적·생리적인 변화로 인하여 매우 감각적이고 외부의 자극에 민감하게 반응하는 특징을 보이며(한상철, 1998), TV 미디어에서 보여지는 감각적인 영상에 높은 주의를 기울이고 이를 현실로 받아들이는 경향이 크다. 또한 청소년기는 심리적으로 불안정하고 자아개념이 불확실한 시기이므로, 자신이 이상적 또는 매력적이라고 생각하는 대상과 동일시함으로써 심리적인 일체감을 느끼고자 하는 경향이 강하게 나타난다. 이러한 경향은 현대의 청소년들에게서 두드러지게 보여지는 인기 연예인에 대한 추종현상에서 찾아볼 수 있는데, 특히 이들의 외모는 그 가시적인 특성으로 인하여 청소년들의 신체 이미지에 중요한 영향을 미칠 것으로 여겨진다. 그러나, TV 미디어에서 보여지는 인기 연예인들의 외모가 청소년의 신체이미지에 어떠한 영향을 미치고 있는지에 대해서는 아직 조사된 바가 없다. 또한 청소년의 신체이미지를 조사한 선행연구들을 살펴보면, 남자 혹은 여자만을 연구대상으로 한 것이 대부분이며, 신체이미지의 지각적·태도적인 측면을 모두 다룬 연구는 극히 미흡한 실정이다.

따라서, 본 연구는 첫째, 청소년기의 전 범위에 해당하는 11~20세의 남녀 청소년을 대상으로 청소년기의 지각적·태도적인 신체이미지를 체계적으로 조사함으로써 청소년기의 성별과 연령에 따른 신체 이미지의 차이와 그 변화과정을 이해하고, 둘째, TV 미디어가 청소년의 신체이미지에 어떠한 영향을 미치는 지를 알아봄으로써 현대 사회의 중요한 사회·문화적 배경이 되고 있는 TV 미디어의 문제

점과 그 개선방안을 살펴보는 데 그 목적이 있다.

II. 이론적 연구

1. 사회적 비교이론

Festinger(1954)에 의해 제시된 사회적 비교이론에 따르면, 사람들은 자신의 노력, 태도, 외양이나 행동 등을 객관적으로 평가하려는 욕구를 지니며, 객관적 기준이 없는 상황에서 자신을 타인들과 비교함으로써 자신에 대한 평가를 형성한다고 주장한다. 이 이론은 신체매력, 자아존중감 및 외모관리 행동을 설명하는데 유용하게 사용될 수 있는데(Lennon & Rudd, 1994), 특히 신체매력에 대한 평가는 그 시대에 문화적으로 규정된 이상적인 미의 식이나 유행 등의 사회·문화적인 맥락에 매우 의존적인 특성을 지니기 때문에 객관적인 비교가 불가능하므로, 개인들은 자신이 속한 맥락 내에서의 사회적 비교과정을 통하여 신체에 대한 평가를 형성하는 것으로 보여진다.

Cash 등(1983)은 신체매력에 대한 사회적 비교과정에서의 대비효과를 연구한 결과, 매력적인 자극물은 비매력적인 자극물보다 피험자의 신체매력 평가에 부정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. Kenrick과 Gutirres(1980)도 매력적인 여성이 등장한 프로그램을 본 남성들은 그렇지 않은 프로그램을 본 남성들보다 자극물로 제시된 여성의 매력을 더 낮게 평가하였다고 밝혔다. 한편, Bloch와 Richins(1992)는 외모평가에서의 사회적 비교과정을 조사한 결과, 사람들은 사회적 비교를 통하여 준거집단 내의 외모의 기준을 관찰하고 다이어트 등의 외모관리 행동과 연합시켜 이를 신체매력을 증진시키는 수단으로 사용함으로써 자아존중감을 향상시키고 사회적인 이점을 획득하는 것으로 나타났으며, 외모평가에서의 사회적 비교과정은 매스미디어나 준거집단을 통해 이루어진다고 하였다.

신체매력에 대한 현대의 미의식은 날씬함과 관계된 것으로, 날씬함은 아름답고 건강하며 성숙한 것으로 간주되고, 미학, 심리학, 의학, 매스미디어에 의해 지지되고 있다(Lee, 1997). 특히 TV 미디어는 빈번하게 등장하는 매력적인 인기 연예인의 모습을

통해 현대 사회의 날씬함에 대한 선호경향을 더욱 강조함으로써 신체와 외모에 관심이 많은 청소년들에게 많은 영향을 미치는 것으로 보여진다. 김용주(1987)는 여자 청소년의 신체이미지를 조사한 결과, 또래집단과 비교해볼 때 자신이 정상체형에 속하는 것으로 인식하고 있는 청소년들조차도 자신보다 더 마른 체형을 선호하여 자신의 신체에 불만족하였으며, 체중감소를 위해 다이어트를 시도하는 것으로 나타났는데, 이러한 결과는 TV 미디어에서 보여지는 인기 연예인의 모습이 청소년의 신체이미지를 평가하기 위한 중요한 사회적 비교의 기준으로 작용하였기 때문으로 여겨진다.

2. 청소년기의 신체이미지

신체이미지는 신체를 하나의 심리적인 경험으로 받아들일 때 언급되는 용어로서 자신의 신체에 대한 개인의 지각, 태도, 평가, 감정 및 반응을 포함하는 구성개념으로(소지숙, 1992), 육체적 외모와 신체적 경험의 주관적인 묘사로 형성되고, 환경으로부터의 새로운 자극에 반응함으로써 끊임없이 변화되며, 자아존중감과 밀접하게 관련되어 있는 것으로 보여진다(Cash 등, 1986).

신체이미지는 사춘기와 함께 시작되는 청소년기에 가장 많은 변화를 보이는데, 청소년기는 급격한 신체의 변화, 사회성의 발달로 인하여 자신의 신체와 외모에 관심이 집중되고 사회적 활동이나 대인관계에 적극 참여하는 시기이므로, 신체이미지는 청소년의 정서에 많은 영향을 미치는데, 이상적인 신체이미지와 현실의 신체이미지와의 차이가 적을수록 정서적으로 만족하게 된다(Horn & Gurel, 1981).

신체이미지는 비교적 독립적인 2개의 범주, 즉 지각적인 신체이미지와 태도적인 신체이미지로 구분될 수 있다. 지각적인 신체이미지는 자신을 얼마나 정확하게 또는 왜곡하여 지각하는 가를 말하며, 태도적인 신체이미지는 자신의 신체에 대한 느낌, 평가, 행위 등을 말하는데, 이러한 신체이미지는 섭식장애, 자아존중감, 자아개념 및 의복행동 등에 영향을 미치는 것으로 보여진다(Keeton 등, 1990).

신체이미지에 대한 선행연구 결과들을 살펴보면, Jacobi 등(1994)의 연구에서는 남녀 대학생 모두 자

신의 신체사이즈를 왜곡하여 지각하는 경향을 보였으며, 특히 여자들이 자신을 실제보다 더 뚱뚱하게 지각하는 것으로 나타났다. Duke-Duncon 등(1985)은 소녀들은 성숙됨에 따라 자신의 체중에 불만족하여 부정적인 신체이미지를 지니는 것으로 보여지나, 소년들의 신체이미지는 신체적인 발달과 함께 긍정적으로 변화된다고 하였다. Higgins 등(1991)은 청소년들은 자신을 뚱뚱한 것으로 지각하며 더 마른 체형을 이상적인 것으로 여김으로써 자신의 신체에 불만족하고, 체중감소를 위하여 다이어트를 시도하는 현상을 보였는데, 이러한 현상은 특히 소년들보다는 소녀들에게 심각하게 나타난다고 하였다. 한편, 고애란과 김양진(1996)의 연구에서는 여자가 남자보다 신체에 대한 불만이 높았으며, 중학생이나 대학생보다는 고등학생이 자신의 신체에 대해서 불만족하는 것으로 나타났다.

Ⅲ. 연구방법 및 절차

1. 연구의 가설

본 연구의 가설은 다음과 같다.

첫째, 청소년들의 신체이미지는 성별과 연령에 따라 차이를 보일 것이다.

둘째, TV 미디어는 청소년들의 신체이미지 형성에 부정적인 영향을 미칠 것이다.

2. 연구대상

연구대상은 11~20세의 남녀 청소년으로, 피험자의 인구통계학적 분포는 다음과 같다.

〈표 1〉 피험자의 인구통계학적인 분포

연령별 성별	초등학생	중학생	고등학생	대학생	계
남 자	114	113	118	103	448
여 자	116	117	116	108	447
계	230	220	234	211	895

3. 측정도구

1) TV 미디어 측정도구

TV 미디어가 청소년의 신체이미지에 미치는 영

향을 알아보기 위한 측정변인으로 TV 시청량과 TV 관여도를 조사하였다. TV 시청량은 평일, 토요일, 일요일의 TV 시청량을 각각 조사하여 이를 토대로 1주간의 총 TV 시청량을 계산한 값으로 나타냈다. TV 관여도는 일상생활에서 TV를 필요로 하고 TV 프로그램의 내용에 관심과 주의를 기울이는 정도를 말하는 것으로, 본 연구에 사용된 TV 관여도 측정문항은 선행 연구에서 사용된 문항을 토대로 연구자가 제작한 5점 척도의 총 6문항으로 구성되었으며, 점수가 높을수록 관여를 많이 하는 것을 의미한다. 예비조사 결과, TV 관여도 측정문항에 대한 신뢰도 계수(Cronbach α)는 .76으로 나타나 본 연구에서 사용된 TV 관여도 측정문항은 비교적 신뢰성이 있는 것으로 판단되었다.

2) 신체이미지 측정도구

(1) 지각적인 신체이미지 측정도구

지각적인 신체이미지 측정도구는 아직까지 국내에서 개발된 것이 없는 관계로 서양인을 대상으로 외국에서 개발된 측정도구를 사용해왔다. 그러나, 서양인과 동양인은 그 신체비례나 비만정도 등에서 차이가 있으므로(김선화, 1998), 본 연구에서는 가장 최근에 실시된 국민 표준체위 조사보고서(국립기술품질원, 1997)의 자료를 토대로 지각적인 신체이미

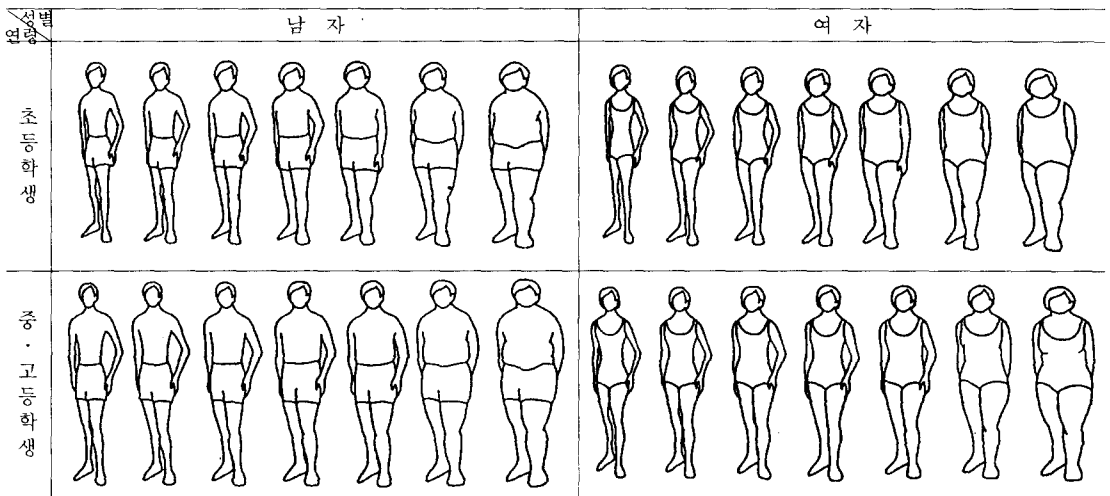
지 측정도구를 개발하였다. 본 연구에서 사용된 자극물의 제작과정은 다음과 같다.

먼저, 국민 표준체위 조사보고서의 내용을 토대로 각 연령집단에 대한 남녀의 평균 신체사이즈를 조사하여 표준체형을 제작한 다음, 이를 기준으로 신체의 마르고 뚱뚱한 정도를 남녀 각각 7단계로 분류하여 각 해당연령별로 총 14장의 자극물을 제작하였다. 이때, 7단계에 대한 분류기준은 국민 표준체위 조사 보고서에 나타난 신체비만 정도에 따른 각 백분위수(5%, 10%, 25%, 50%, 75%, 90%, 95%)에 해당하는 측정치를 기준으로 분류하였으며, 가장 마른 모습은 1, 가장 뚱뚱한 모습은 7에 해당하도록 구성하였다.

한편, 중·고등학생용과 대학생용 자극물은 신체비례나 비만정도에서 거의 차이가 없는 것으로 나타났다기 때문에, 본 연구에서는 초등학생용과 중·고등학생용 자극물을 사용하였다. 본 연구에서 개발된 지각적인 신체이미지 측정도구는 [그림 1]과 같다.

(2) 태도적인 신체이미지 측정도구

태도적인 신체이미지 측정도구는 다차원적인 신체이미지 측정도구인 MBSRQ(Multi-dimensional Body-Self Relations Questionnaire)의 전체적인 신체외모 평가척도(Global Appearance Evaluation Subscale)를 수정·보완한 5점 척도의 총 12개의 문



[그림 1] 지각적인 신체이미지 측정도구

향으로 구성되었으며, 예비조사 결과 태도적인 신체 이미지 측정분항에 대한 신뢰도는 .75로 비교적 신뢰성이 있는 것으로 나타났다.

4. 자료수집 및 분석

설문조사는 총 960부를 배부하여 927부의 설문지를 회수하였고 이중 불성실하게 응답한 것을 제외하고 총 895부가 자료분석에 사용되었다. 자료분석 방법으로는 기술통계와 요인분석, 변량분석 및 Duncan의 다중범위 검정을 실시하였다.

IV. 연구결과 및 논의

1. TV 시청량과 TV 관여도

TV 미디어의 영향을 알아보기 위해 TV 시청량과 TV 관여도를 조사한 결과는 다음과 같다. 청소년들의 1주간 TV 시청량은 25.4시간으로 이는 하루 평균 TV를 3~4시간 시청하는 것이라 할 수 있는데, 이러한 결과는 청소년들이 자유시간의 대부분을 TV를 시청하면서 보낸다는 선행연구(박세권, 1995; 방송위원회, 1997)의 결과를 지지한다. 청소년들의 평균 TV 관여도는 17.3로 이는 TV 관여도가 5~30점의 범위임을 고려할 때 중간 정도의 관여수준을 지니는 것이라 할 수 있다.

TV 시청량과 TV 관여도는 피험자의 성별과 연령에 따라 유의한 차이가 있어 남자보다는 여자가, 연령에서는 중학생이 다른 연령집단보다 TV 시청량과 관여도가 높은 것으로 나타났다. 한편, 고등학생의 경우에는 TV 시청량은 가장 적는데 반해 TV

관여도는 비교적 높은 것으로 나타났는데, 이것은 대학 입시준비로 대다수의 시간을 학업에 열중해야 하는 시기이기 때문에 TV 시청량은 적으나 청소년기의 특성상 감각적인 영상매체에 대한 관심과 주의집중성이 높아 TV 관여도는 비교적 높은 것이라 생각된다.

따라서, 청소년기에서는 남자보다는 여자, 그리고 연령에서는 중학생 시기의 청소년들이 TV 미디어의 영향을 가장 많이 받을 것이고, 초등학교와 고등학교가 그 다음으로 영향을 받을 것으로 여겨진다.

2. 신체이미지

1) 지각적인 신체이미지

(1) 청소년의 객관적인 신체이미지

청소년들의 객관적인 신체이미지를 알아보기 위하여 연구에 참가한 10대 남녀 청소년들의 키와 체중을 조사하여 신체충실지수(Röhrer 지수)를 계산하였다. 신체충실지수는 신체의 영양상태를 나타내는 지표로서 우리 나라의 경우는 Röhrer 지수가 120~150이면 정상(정상체형), 120이하이면 허약(마른 체형), 150이상이면 비만(비만 체형)에 속하는 것으로 구분된다(국립기술품질원, 1997).

신체충실지수(Röhrer 지수)를 근거로 피험자들의 체형을 조사한 결과, 대다수의 학생들이 마른 체형이나 정상체형인 것으로 나타났는데, 이러한 경향은 현대 사회의 날씬함에 대한 선호 때문인 것으로 보여진다. 남상인 등(1993)도 청소년들은 마른 체형을 선호하여 자신이 표준체형이나 그 이하의 범위에 들어간다고 하더라도 체중감소를 원하고 다이어트 행

〈표 2〉 청소년의 성별과 연령에 따른 TV 시청량과 TV 관여도 비교

집단		TV 미디어	TV 시청량				TV 관여도			
			평균	표준편차	집단구분	F 값	평균	표준편차	집단구분	F 값
성별	남자		24.0	15.3	B	6.51**	16.7	4.1	B	24.21***
	여자		26.6	16.5	A		17.9	3.9	A	
연령별	초등학생		29.4	15.8	B	52.15***	17.5	3.5	B	14.36***
	중학생		32.8	16.2	A		18.3	4.0	A	
	고등학생		16.6	10.5	D		17.5	4.1	B	
	대학생		22.5	16.2	C		15.9	4.0	C	
전체			25.4	16.0		23.62***	17.3	4.0		10.74***

p<.01 *p<.001(집단구분은 Duncan의 다중범위검정에 따른 집단구분임)

<표 3> 청소년의 신체충실지수에 따른 체형구분 n(%)=890

신체충실지수		120 이하 (마른 체형)	120~150 (정상 체형)	150 이상 (비만 체형)
성 별	남자	249(56.2%)	176(39.5%)	19(4.3%)
	여자	267(59.9%)	166(37.2%)	13(2.9%)
연 령 별	초등학생	128(52.2%)	82(37.2%)	19(10.6%)
	중학생	155(71.8%)	59(27.3%)	3(0.9%)
	고등학생	122(51.3%)	102(43.6%)	10(5.1%)
	대학생	111(52.9%)	99(47.1%)	-
전체		516(58.0%)	342(38.4%)	32(3.6%)

등을 한다고 하였으며, 김용주(1987)의 연구에서도 여고생의 80%가 체중조절에 매우 높은 관심을 지니고 있었으며 28.7%의 학생은 체중조절을 시도한 경험이 있고, 54.9%는 앞으로 체중조절을 시도할 계획인 것으로 나타났다.

(2) 청소년이 지각한 현실적 신체이미지

청소년이 자신에 대하여 지각한 현실적 신체이미지를 조사한 결과는 다음과 같다.

<표 4>에서 제시한 바와 같이, 남학생은 전체의 약 37.1%가 3번을, 24.2%는 2번을, 19.9%는 4번을 자신의 현실적인 신체이미지로 지각하는 것으로 나타났다. 고등학생 집단은 다른 연령집단에 비해 자신

을 좀 더 비만한 것으로 지각하는 반면, 대학생 집단은 다른 연령집단에 비해 자신이 왜소하다고 지각하는 경향을 보였는데, 이것은 고등학생은 대입 준비로 인하여 야외활동이나 운동을 할 시간적인 여유가 부족하여 일시적으로 비만해지는 경향이 있기 때문으로 보여지며, 대학생들은 사회적인 고정관념상 남성의 신체적인 매력이 근육이 발달한 건장한 신체에 있는 것으로 여겨지므로(Jacobi & Cash, 1994), 자신을 이상적인 신체이미지보다 왜소하게 지각하는 것이라고 생각된다.

여자 청소년은 자신의 신체이미지로 3번(34.9%), 2번(28.8%), 4번(21.8%) 등을 선택하였다. 연령별로 살펴보면, 초등학생과 중학생 집단보다 고등학생과 대학생 집단이 상대적으로 자신을 좀 더 비만한 것으로 지각하는 경향을 보였는데, 이는 여성의 신체적인 매력에서 날씬함이 가장 중요한 측면으로 여겨지는 현대의 사회·문화적인 선호경향 때문인 것으로 여겨진다.

(3) 신체이미지 왜곡

청소년들의 신체이미지 왜곡을 조사하기 위하여 피험자의 객관적인 신체이미지와 현실적인 신체이미지를 비교하였다. 즉, 신체충실지수를 근거로 한 체형구분과 현실적 신체이미지를 근거로 한 체형구

<표 4> 남자 청소년이 지각한 현실적 신체이미지

n(%)=425

신체이미지	마른 체형 ←			정상 체형			→ 비만 체형	
	1	2	3	4	5	6	7	
초등학생	12(2.6%)	22(21.9%)	35(38.6%)	22(21.9%)	14(12.3%)	2(2.6%)	-	
중 학생	10(8.9%)	26(24.1%)	43(40.2%)	15(13.4%)	11(10.7%)	3(2.7%)	-	
고등학생	11(9.3%)	24(21.2%)	38(33.1%)	22(16.9%)	19(16.1%)	4(3.4%)	-	
대 학생	5(4.9%)	31(30.1%)	38(36.9%)	19(19.4%)	7(6.8%)	1(1.0%)	1(1.0%)	
전 체	28(6.5%)	103(24.2%)	154(37.1%)	78(19.9%)	51(9.4%)	9(1.8%)	1(0.1%)	

<표 5> 여자 청소년이 지각한 현실적 신체이미지

n(%)=435

신체이미지	마른 체형 ←			정상 체형			→ 비만 체형	
	1	2	3	4	5	6	7	
초등학생	6(6.1%)	35(31.3%)	46(41.7%)	19(16.5%)	4(4.3%)	-	-	
중 학생	5(4.7%)	40(37.4%)	35(32.7%)	17(15.9%)	7(7.5%)	2(1.9%)	-	
고등학생	5(4.3%)	30(25.9%)	36(31.0%)	31(26.7%)	11(9.5%)	3(2.6%)	-	
대 학생	10(9.4%)	21(20.8%)	35(34.0%)	29(28.3%)	8(7.5%)	-	-	
전 체	26(6.1%)	126(28.8%)	152(34.9%)	96(21.8%)	30(9.4%)	5(1.1%)	-	

〈표 6〉 청소년의 신체이미지 왜곡 n(%)=890

집단	왜곡경향	과소지각		
		정확하게 지각	과대지각	
성별	남자	28(6.3%)	284(64.0%)	132(29.7%)
	여자	20(4.5%)	306(68.6%)	120(26.9%)
연령별	초등학생	27(11.8%)	134(58.5%)	68(29.7%)
	중학생	4(1.8%)	134(61.8%)	79(36.4%)
	고등학생	10(4.3%)	168(71.8%)	56(23.9%)
	대학생	7(3.3%)	154(73.3%)	49(23.3%)
전체		48(5.4%)	590(66.3%)	252(28.3%)

분이 일치하는 정도를 조사한 결과는 <표 6>과 같다.

조사 결과, 전체 청소년의 66.3%는 자신의 체형을 정확하게 지각하였으며, 28.3%는 자신을 실제보다 뚱뚱하게, 5.4%는 자신을 실제보다 마르게 지각하는 것으로 나타나, 청소년들은 자신을 실제보다 뚱뚱하게 왜곡하여 지각하는 것으로 나타났다. 이것은 청소년들이 실제로 비만이 아닌데도 자신을 비만이라

고 생각하며 정상체중임에도 불구하고 자신의 신체에 대하여 불만족스러워하는 등 자신의 신체이미지에 대한 왜곡과 부정적 태도를 갖는 경향이 있다는 선행연구(남상인 등, 1993) 결과를 지지하는 것으로, 이러한 신체이미지에 대한 왜곡은 청소년들의 신체 이미지나 자아개념 형성에 부정적인 영향을 미칠 것으로 여겨진다.

한편, 신체이미지 왜곡은 성별에서는 큰 차이가 없었으나 연령에서는 차이가 나타났다. 즉, 청소년들은 연령이 증가함에 따라 점차 자신을 정확하게 지각하는 경향을 띠었으며, 초등학생은 다른 연령집단에 비해 자신을 실제보다 마르게 지각하는데 반해, 중학생 집단은 다른 연령집단보다 자신을 뚱뚱하게 지각하는 경향을 나타냈다.

(4) 청소년이 지각한 이상적인 신체이미지

청소년이 지각한 남자와 여자의 이상적인 신체이미지를 조사한 결과는 다음과 같다.

먼저, 남자의 이상적인 신체이미지로는 3번(61.8%)이 가장 많이 선택되었으며, 그 외에 4번

〈표 7〉 청소년이 지각한 남자의 이상적인 신체이미지

n(%)=865

신체이미지	집단	마른 체형 ←			정상 체형			→ 비만 체형
		1	2	3	4	5	6	
성별	남자	3(0.6%)	39(9.4%)	250(58.7%)	127(30.1%)	8(1.2%)	—	—
	여자	4(0.9%)	93(21.0%)	286(65.1%)	55(13.0%)	—	—	—
연령별	초등학생	1(0.4%)	12(6.1%)	131(61.3%)	63(31.7%)	1(0.4%)	—	—
	중 학생	2(0.9%)	43(20.0%)	137(63.2%)	32(14.5%)	3(1.4%)	—	—
	고등학생	4(1.3%)	48(20.5%)	139(59.8%)	40(17.5%)	2(0.9%)	—	—
	대 학생	—	29(13.7%)	129(62.6%)	47(22.8%)	2(0.9%)	—	—
전체		7(0.8%)	132(15.2%)	536(61.8%)	182(21.7%)	8(0.7%)	—	—

〈표 8〉 청소년이 지각한 여자의 이상적인 신체이미지

n(%)=858

신체이미지	집단	마른 체형 ←			정상 체형			→ 비만 체형
		1	2	3	4	5	6	
성별	남자	31(7.2%)	250(59.0%)	114(28.0%)	25(5.8%)	—	—	—
	여자	33(7.4%)	263(59.7%)	124(28.6%)	18(4.3%)	—	—	—
연령별	초등학생	6(3.0%)	73(35.2%)	115(55.7%)	12(6.1%)	—	—	—
	중 학생	13(6.0%)	143(67.0%)	45(21.6%)	12(5.5%)	—	—	—
	고등학생	22(9.4%)	157(67.9%)	41(17.5%)	12(5.1%)	—	—	—
	대 학생	23(10.9%)	140(68.2%)	37(17.5%)	7(3.3%)	—	—	—
전체		64(7.3%)	513(59.4%)	238(28.3%)	43(5.0%)	—	—	—

<표 9> 현실적 · 이상적인 신체이미지의 비교 n(%)=860

집단	신체이미지 비교	현실<이상	현실=이상	현실>이상
	성별	남자	163(38.6%)	143(33.6%)
	여자	65(14.1%)	117(27.0%)	256(58.6%)
연령별	초등학생	63(30.5%)	81(38.9%)	63(30.5%)
	중학생	58(27.5%)	71(32.9%)	85(39.7%)
	고등학생	51(23.3%)	60(26.1%)	121(51.7%)
	대학생	56(26.4%)	48(23.0%)	103(50.7%)
전체		228(26.6%)	260(30.0%)	372(43.1%)

현실<이상: 현실적 신체이미지가 이상적 신체이미지보다 다른 것을 나타냄
 현실=이상: 현실적 신체이미지가 이상적 신체이미지와 일치함을 나타냄
 현실>이상: 현실적 신체이미지가 이상적 신체이미지보다 뚱뚱함을 나타냄

(21.7%), 2번(15.2%) 등이 선택되었다. 따라서, 10대 청소년들은 남자의 이상적인 신체이미지로 다소 다른 체형을 선호하는 경향을 보였으며, 이러한 경향은 남자보다는 여자에게서, 초등학생과 대학생보다는 중학생과 고등학생 집단에게서 더 두드러지게 나타나는 것으로 보여진다.

여자의 이상적인 신체이미지로는 전체의 59.4%가 2번을, 28.6%는 3번을 선택하였다. 따라서, 10대 청소년들은 매우 다른 체형을 여자의 이상적인 신체이

미지로 선호하고 있음을 알 수 있으며, 이러한 경향은 연령이 증가함에 따라 더 강하게 나타났으나 성별에 따른 차이는 없는 것으로 나타났다.

이러한 결과는 여성의 신체적인 매력에서 날씬한 것이 가장 중요한 요건으로 보여지는 현대의 사회·문화적인 영향 때문이라고 생각되며, 비만은 남자보다 여자에게 더 심각한 고민거리로 작용하여 여자 청소년들의 신체이미지와 자아개념의 형성에 부정적인 영향을 미칠 것으로 보인다.

(5) 현실적 · 이상적인 신체이미지의 비교

청소년들이 지각한 현실적 · 이상적인 신체이미지를 비교한 결과는 <표 9>과 같다.

조사 결과, 전체적으로는 현실적인 신체이미지가 이상적인 신체이미지보다 뚱뚱하다고 지각한 학생이 43.1%로 그렇지 않은 사람보다 약간 더 많은 것으로 나타났으나 성별에 따라 큰 차이를 보여, 남자는 자신이 이상적인 신체이미지보다 말랐다고 지각한 학생이 좀 더 많은 반면, 여자는 자신이 이상적인 신체이미지보다 뚱뚱하다고 지각한 학생은 무려 58.6%나 되는 것으로 나타났다. 한편, 연령별로 살펴보면 자신이 이상적인 신체이미지와 일치한다고 지각한 학생의 수는 연령이 증가함에 따라 감소하는 경향을 나타냈으며, 전체적인 경향에서 청소년들은 연령이 증가함에 따라 자신을 이상적인 신체이미지보다 뚱뚱하게 지각함을 알 수 있었다.

<표 10> 태도적인 신체이미지의 구성차원

요인	문항	요인 부하량	신뢰도 계수	설명력
외모 평가	나는 다른 사람에게 호감을 주는 외모를 가지고 있다	.80	.76	25.6%
	나의 외모는 매력적이다	.78		
	*대부분의 사람들은 나보다 좋은 외모를 가지고 있다.	.74		
	*나는 외모 때문에 이성친구들 앞에 나서기가 두렵다	.67		
외모 관심	나는 자주 거울을 보며 내 모습을 살펴본다	.78	.72	24.3%
	나는 항상 외모를 돋보이게 하려고 노력한다	.75		
	아침에 옷차림이나 머리모양이 뜻대로 나오지 않으면 하루종일 신경이 쓰인다	.69		
	*나는 나의 외모가 다른 사람에게 어떻게 보이는 지에 대해 관심이 없다	.65		
체중 관심	나는 항상 비만에 대하여 걱정하고 있다	.84	.78	9.7%
	나는 절식 및 단식 등으로 다이어트를 시도한 적이 있다.	.81		
	다른 사람이 살찐다는 소리를 하면 내 몸무게가 늘지 않았어도 신경이 쓰인다	.80		
전체				59.6%

*측정문항의 값을 역으로 환산하여 입력한 문항임

〈표 11〉 현실적·이상적인 신체이미지와외의 불일치가 태도적인 신체이미지에 미치는 영향

태도적인 신체이미지 현실적·이상적 신체이미지와의 불일치	외모평가			외모관심			체중관심		
	평균	표준편차	집단구분	평균	표준편차	집단구분	평균	표준편차	집단구분
현실<이상	.02	1.02	B				-.75	0.71	C
현실=이상	.29	0.94	A				-.24	0.91	B
현실>이상	-.21	0.97	C				.63	0.80	A
F-Vaule	10.38***						110.42***		

***p<.001(집단구분은 Duncan의 다중범위검정에 따른 집단구분임)

2) 태도적인 신체이미지의 구성차원

태도적인 신체이미지의 구성차원을 알아보기 위해 주성분분석과 Varimax 회전법을 사용하여 요인 분석을 실시한 결과, 태도적인 신체이미지는 외모평가, 외모관심, 체중관심의 3개의 요인으로 구성되었으며, 총 설명력은 59.6%로 나타났다.

태도적인 신체이미지의 각 요인에서 요인점수에 따른 결과는 점수가 높을수록 신체평가가 요인에서는 자신의 신체에 대한 평가가 높은 것으로, 외모관심 요인에서는 외모에 대한 관심이 많은 것으로, 체중관심 요인에서는 비만을 걱정하며 날씬한 체형을 유지하기 위하여 관심과 노력을 기울이는 것으로 해석할 수 있다.

한편, 요인부하량이 낮은 한 문항은 결과 분석에서 제외시켰다.

3) 지각적인 신체이미지가 태도적인 신체이미지에 미치는 영향

현실적·이상적인 신체이미지와외의 불일치는 태도적인 신체이미지를 예측하는 중요한 변인으로 보여진다(Keeton, Cash & Brown, 1990). 따라서, 현실적·이상적인 신체이미지와외의 불일치가 태도적인 신체이미지에 미치는 영향을 조사한 결과, 현실적·이상적인 신체이미지와외의 불일치는 외모평가와 체중관심 요인에 유의한 영향을 미쳤다. 즉, 외모평가 요인에서는 현실적인 신체이미지와 이상적인 신체이미지가 일치하는 집단이 자신의 신체에 대해 가장 긍정적으로, 이상적인 신체이미지보다 뚱뚱한 집단은 가장 부정적으로 평가하는 것으로 나타났으며, 체중관심 요인에서는 이상적인 신체이미지보다 뚱뚱한 집단이 다른 집단에 비해 가장 체중관심이 높

은 것으로 나타났다. 이러한 결과는 자신의 신체에 대한 인식은 신체만족도와 높은 관련성을 지니며 (정재은·남윤자, 1997), 현실적·이상적인 신체이미지와외의 불일치는 태도적인 신체이미지에 중요한 영향을 미치는 것으로 나타난 Keeton 등(1990)의 연구 결과를 지지한다.

이상의 결과를 통해 알 수 있듯이, 신체적인 외모에 대한 평가는 자신의 현실적인 신체이미지가 객관적으로 날씬한가 또는 뚱뚱한가 하는 측면보다는 이상적인 신체이미지를 어떻게 인지하며 이와 관련하여 자신을 어떻게 주관적으로 판단하는가에 따라 큰 차이를 보일 것이라고 생각된다. 청소년기의 신체이미지, 특히 자신의 신체에 대한 평가적인 측면은 자아정체성을 형성하는 중요한 시기에 있는 청소년들에게 긍정적인 자아개념을 형성하기 위한 기본 토대를 제공하기 때문에 매우 중요하다. 따라서, 중요한 정신적·신체적 발달시기에 있는 청소년이 자신의 신체이미지를 올바르게 이해하고 자신의 신체에 대해 긍정적인 평가를 형성할 수 있는 사회분위기의 조성이 필요하다고 생각된다.

3. TV 미디어가 신체이미지에 미치는 영향

1) TV 미디어가 지각적인 신체이미지에 미치는 영향

TV 미디어가 지각적인 신체이미지에 미치는 영향을 알아보기 위하여 변량분석을 실시한 결과, TV 관여도만이 현실적·이상적인 신체이미지와외의 불일치에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 따라서, TV 미디어의 영향은 TV에 노출된 시간보다는 시청자 본인의 TV 미디어에 대한 태도, 즉 얼마나 TV에서 보여지는 내용에 관심과 주의를 기울이고 이를 현실로 받아들이느냐에 따라 다르다고 할 수 있다.

〈표 12〉 TV 미디어가 지각적인 신체이미지에 미치는 영향

지각적인 신체이미지		현실적·이상적 신체이미지와와의 불일치			
		평균	표준편차	집단구분	F 값
TV 관여도	낮은 집단	0.03	1.23	C	9.62***
	중간 집단	0.28	1.19	B	
	높은 집단	0.57	1.18	A	

***p<.001(집단구분은 Duncan의 다중범위검정에 따른 집단구분임)

〈표 12〉에 제시된 현실적·이상적 신체이미지와와의 불일치 점수는 청소년들이 자신과 가장 유사하다고 표시한 현실적 신체이미지와 이상적 신체이미지와의 차이를 나타낸 것으로, 점수가 음의 값이면 현실적인 신체이미지가 이상적인 신체이미지보다 마른 것으로, 점수가 0이면 이상적인 신체이미지와 일치하는 것으로, 점수가 양의 값이면 이상적인 신체이미지보다 뚱뚱한 것으로 지각함을 말하며, 값의 절대값이 클수록 현실적인 신체이미지와 이상적인 신체이미지와와의 불일치가 증가하는 것으로 해석할 수 있다.

분석결과를 살펴보면, 청소년들은 TV 관여도가 높을수록 현실적·이상적 신체이미지와와의 불일치가 큰 것으로 지각하였으며, 점수가 양의 값을 가지므로, 현실적인 신체이미지가 이상적인 신체이미지보다 뚱뚱하다고 지각하는 경향을 나타내었다. 이것은 전체 청소년 집단에 비해 볼 때, 극소수에 해당하는 지나칠 정도로 날씬한 연예인들의 모습이 청소년들의 신체적인 외모를 평가하는 하나의 사회적 비교 기준으로 제시되어, 청소년들은 이들과 자신을 비교하는 과정에서 부정적인 신체평가를 형성하는 것이

라 여겨진다. 이러한 경향은 TV 관여도가 높은 집단일수록 심각한 것으로 나타나, TV 미디어는 청소년들이 자신의 신체이미지를 형성하기 위한 사회적 비교의 기준을 제시하는 중요한 정보원인 것으로 나타났다. 또한 TV 미디어는 매력적인 인기 연예인의 모습을 빈번하게 제시하고 또 다양한 여러 프로그램에서 신체매력의 중요성을 부각시켜 현실에 대한 인식이 부족한 청소년들이 자신의 신체를 정확하게 평가하지 못하고 필요이상으로 신체적인 외모에 몰두하도록 함으로써 청소년들의 신체이미지 형성에 부정적인 영향을 미치는 것으로 보여진다.

2) TV 미디어가 태도적인 신체이미지에 미치는 영향
TV 미디어가 태도적인 신체이미지에 미치는 영향을 알아보기 위해 변량분석을 실시한 결과는 〈표 13〉과 같다.

TV 시청량은 외모관심 요인에 영향을 주어, TV 시청량이 많을수록 외모에 대한 관심이 증가하는 것으로 나타났다. 따라서, TV 미디어는 청소년들이 자신의 신체적인 외모에 대하여 많은 관심과 주의를 기울이도록 하는데 영향을 미치는 것으로 보여

〈표 13〉 TV 미디어가 태도적인 신체이미지에 미치는 영향

TV 미디어	지각적인 신체이미지	외모 평가				외모 관심				체중 관심			
		평균	표준편차	집단구분	F 값	평균	표준편차	집단구분	F 값	평균	표준편차	집단구분	F 값
TV 시청량	적은 집단					-.24	1.05	C					
	중간 집단					.00	1.01	B	4.04*				
	많은 집단					.19	0.96	A					
TV 관여도	낮은 집단	.18	1.00	A		-.28	1.05	C		-.36	0.99	B	
	중간 집단	-.03	0.96	B	3.99*	-.04	0.96	B	3.83*	.03	0.94	A	3.40*
	높은 집단	-.09	1.09	B		.37	0.98	A		.18	1.04	A	

*p<.05(집단구분은 Duncan의 다중범위검정에 따른 집단구분임)

진다.

TV 관여도는 외모평가, 외모관심, 체중관심의 3 요인 모두에 영향을 주었는데, 외모평가 요인에서는 TV 관여도가 낮은 집단이 그렇지 않은 집단보다 자신의 신체에 대해 긍정적으로 평가하는 것으로 나타났고, 외모관심 요인에서는 TV 관여도가 높을 수록 외모에 대한 관심이 높은 것으로 나타났으며, 체중관심 요인에서는 TV 관여도가 낮은 집단이 그렇지 않은 집단에 비해 체중에 대한 관심이 낮은 것으로 나타났다.

이러한 결과를 통해 볼 때, 청소년들이 TV 미디어에서 보여지는 다양한 프로그램의 내용과 연예인들의 모습에 많은 관심과 주의를 기울일수록 자신의 신체적인 외모를 부정적으로 지각하고, 외모를 중시하여 외모를 매력적으로 가꾸는데 많은 관심과 주의를 기울이며, 자신의 체중에 지대한 관심을 갖고 체중을 감소시키기 위해 다양한 다이어트 행동을 수행하는 것으로 보여진다.

V. 결론 및 제언

본 연구의 결과를 통해 얻어진 결론은 다음과 같다.

첫째, TV 미디어는 남자보다는 여자에게, 연령집단에서는 다른 집단보다 중학생집단에게 미치는 영향이 큰 것으로 보이며, TV 시청량보다는 TV 관여도가 청소년들의 신체이미지에 더 중요한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 따라서, TV에 노출되는 시간보다는 TV의 내용에 얼마나 몰두하며 이를 현실로 받아들이는가가 청소년들의 신체적·심리적 발달에 더 중요한 것으로 생각되므로, 학교 또는 가정에서는 청소년들의 TV 시청자세에 대한 지도가 필요하다고 여겨진다.

둘째, 자신과 이상적인 신체이미지와와의 불일치 정도는 청소년들의 신체에 대한 평가에 중요한 영향을 미치는 것으로 보여진다. 현재 청소년들에게서 보여지는 다이어트에 대한 지대한 관심은 지나치게 마른 것을 이상적인 것으로 강조하는 TV 등의 매스미디어의 영향이 크다고 판단되므로, 매스미디어는 청소년들의 바람직한 신체적·심리적 발달을 위

해 건전한 청소년 프로그램을 개발할 필요가 있다고 생각된다.

셋째, TV 미디어는 청소년들에게 신체매력에 대한 사회적 비교의 기준을 제시하는 역할을 수행하였으므로, 본 연구의 결과는 객관적인 평가기준이 없는 상황에서 사람들은 타인들과 자신을 비교함으로써 자신에 대한 평가를 형성한다는 사회적 비교이론을 지지한다.

본 연구는 대전시에 거주하는 10대 청소년을 대상으로 편의표집 방법에 의해 피험자를 선정하였다는 데 제한점이 있으며, 국내에서는 최초로 한국인의 체형을 토대로 지각적인 신체이미지 측정도구를 개발하여, 신체이미지에 대한 체계적인 연구결과를 제시함으로써 청소년들의 신체이미지의 다양한 측면에 대한 이해와 정보를 제공하고 앞으로의 신체이미지 연구에 공헌하였다는데 그 의의가 있다고 여겨진다.

후속연구에 대한 제언은 다음과 같다. 첫째, 본 연구에서는 청소년기의 신체이미지를 조사하였으나, 중년기, 또는 노년기의 신체변화에 따른 신체이미지 및 심리변화에 대한 연구가 필요하다고 생각된다. 둘째, 본 연구결과 TV 시청량과 TV 관여도 만으로는 TV 미디어의 영향을 조사하기에 부족하다고 판단되며, 매스미디어는 시청자들에게 장기적·잠재적인 측면에까지 영향을 미치기 때문에 이러한 미디어의 영향을 효과적으로 조사하기 위한 다양한 TV 미디어 측정변인의 개발이 필요하다고 생각된다.

참고 문헌

- 고애란·김양진(1996), 청소년의 의복행동에 대한 자아중심성, 자의식, 신체만족도의 영향 연구, 한국의류학회지, 20(4), 667-681
- 국립기술품질원(1997), 국민 표준체위 조사보고서
- 김선화(1998), 백인여성과 아시아 여성의 신체비율의 비교연구 -Petite 사이즈를 중심으로-, 복식문화연구, 6(4), 238-246
- 김용주(1987), 서울지역 여고생의 체중조절 관심도에 따른 식생활 행동에 관한 연구, 연세대학교 교육대학원 석사학위논문

- 남상인 외 4명(1993), 청소년 다이어트 행동 연구, 재단법인 청소년 대화의 광장
- 박세권(1995), 청소년의 사회화에 미치는 대중매체의 영향에 관한 조사 연구, 경북대학교 대학원 석사학위논문
- 방송위원회(1997), 청소년 TV 시청행태 조사연구 종합 보고서
- 소지숙(1992), 청소년의 신체상·신체적 매력, 신체상의 왜곡과 자아존중과의 관계, 부산대학교 대학원 석사학위논문
- 윤진(1993), 청소년 심리학, 한국 청소년 개발원, 도서출판 서원
- 정재은·남윤자(1997), 20대 여성의 신체만족도 및 이상형에 관한 연구 -1992년도와 1997년도의 비교-, 한국의류학회지, 23(1), 159-169
- 한상철(1998), 청소년학 개론, 중앙적성출판사
- Bandura, A., Grusec, J. E., & Menlove, F. L.(1966), Observational learning as a function of symbolization and incentive set, *Child Development*, 37, 499-506
- Bloch, P. H., Richins, M. L.(1992), You look "Marvelous": The pursuit of beauty and the marketing concept, *Psychology and Marketing*, 9, 3-15
- Cash, T. F., Winstead, B. W., & Janda, L. H.(1986), The great American shape-up: Body image survey report, *Psychology Today*, 20(4), 30-37
- Cash, T. F., Cash, E. W., & Butters, J. W.(1983), "Mirror, mirror, on the wall...?": Contrast effects and self-evaluations of physical attractiveness, *Personality and Social Psychology Bulletin*, 9(3), 351-358
- Duke-Duncan, P., Ritter, P. L., Dornbusch, S. M., Gross, R. T. & Carlsmith, J. M.(1985), The effects of pubertal timing on body image, school behavior, and deviance, *Journal of Youth and Adolescence*, 14, 227-235
- Festinger, L.(1954), A theory of social comparison processes, *Human Relations*, 7, 117-140
- Higgins, E. T., Strauman, T., Vookles, J., Berenstein, V. & Chaken, S(1991), Self-discrepancies and vulnerability to body dissatisfaction and disordered eating, *Journal of Personality and Social Psychology*, 61(6), 946-956
- Horn, M. J. & Gurel, L. M.(1981), *The Second Skin*(3rd ed.), Boston: Houghton Mifflin Company
- Jacobi, L., Cash, T. F.(1994), In pursuit of the perfect appearance: Discrepancies among self-ideal percepts of multiple physical attributes, *Journal of Applied Social Psychology*, 24(5), 379-396
- Keeton, W. P., Cash, T. F., & Brown, T. A.(1990), Body image or body images? : Comparative, multidimensional assessment among college students, *Journal of Personality Assessments*, 54(1 &2), 213-230
- Kenrick, D. T., & Gutirres, S. E.(1980), Contrast effects and judgements of physical attractiveness: When beauty becomes a social problem, *Journal of Personality and Social Psychology*, 38(1), 131-140
- Lee, Miran(1997), Relationship of body image, acculturative stress, and self-esteem among Korean female college students, Master's Thesis, Ohio state university
- Lennon, S. & Rudd, N.(1994), Linkages between attitudes toward gender roles, body satisfaction, self-esteem, and appearance management behaviors in women, *Family and Consumer Sciences Research Journal*, 23(2), 94-117