

중년 여성의 체형에 대한 자기 평가

심 정 회

한국섬유개발연구원

A Study on Self-Evaluation about Real Body-type of the Middle-Aged Women

Jung-Hee Shim

Korea Textile Development Institute
(2002. 3. 29. 접수)

Abstract

The purpose of this study is to provide total data of real body-type and self-evaluation about it. The subjects were 614 middle-aged women between 35 and 59 years old. Data were collected through measurement and a questionnaire survey on self-evaluation. The results of self-evaluation of body are as follows; 1. As the result of the recognition degree analysis, people consider themselves thicker, shorter or smaller than what they really are, regardless of ages and types. In addition, the women of younger group rather than the women of older group consider themselves bigger/thicker and shorter than what they really are. They think that the items of waist girth, abdominal girth, hip girth, upper arm girth, and thigh girth are thicker than the other items, however, among girth items the size of bust girth is smaller than the other items. The women of the late middle-aged group consider their somatotype thicker/bigger and shorter than the women of the early middle-aged group do. 2. As the result of body cathexis for each part, women in general turn out themselves not to be satisfied with their body parts, regardless of ages and types. Particularly, they are not satisfied with abdominal girth, weight, hip girth. According to the age bracket, the women in the older group are more satisfied than the women of younger group in terms of their body. According to somatotype, women in tall and slim groups are more satisfied with their body. The women of the early middle-aged group turn out not to be satisfied with girth items while the women of the late middle-aged group are not satisfied with length items.

Key words: real body-type, middle-aged women, self-evaluation, recognition degree, body cathexis; 실제 체형, 중년 여성, 자기 평가, 인식도, 신체 만족도

I. 서 론

인간활동의 영역에서 의복의 선택은 개인의 가치와 생활양식을 가장 분명하게 나타내며, 의복의 착용은 수치관념이나 신체보호의 욕구보다 사회적 우월성이나 심리적인 만족감 등의 욕구에 의해 더 많이 좌우된다.

특히 중년기 여성들은 여러 가지 급격한 신체적 변화에 따라 의복을 의식하게 된다. 체형의 변화와 체중

의 증가에 따른 비만에 대한 의식은 중년 여성에게 심리적 위기감을 유발시켜, 신체적 매력의 재인식이라는 자기 쇄신(self-renewal)의 방법을 모색하게 한다(이영주, 1997).

중년 여성의 의복 선택에 가장 큰 영향을 미치는 요소는 연령과 비만도로, 이 시기는 의복행동에 있어서 위장(僞裝)의 기능이 강화되어 자신의 신체에 맞는 옷을 선택하기보다는 신체의 윤곽이 드러나지 않는 풍성한 옷을 선택하여 자신의 비만을 감추고자 한

다. 연령이 증가함에 따라 나타나는 체형 변화를 최대한 보완할 수 있는 의복을 선택하여 다른 사람들에게 자기 자신을 표현함으로써 심리적으로 안정감을 얻으려고 한다.

중년기 여성들에게 의복은 자신에 대한 신뢰감과 정서적 안정에 기여하는 바가 크므로, 체형의 변화에 대응하여 신체적 약점을 보완하고 심리적으로 안정감을 주며, 아름다움을 돋보이게 하는 의복의 개발이 이루어져야 할 것으로 본다(유정미, 1980). 그러나 그동안 우리나라에서 행해져 온 연구들을 살펴보면 실제 체형에 대한 연구나 의복 행동에 대한 심리적 접근 또는 소비자 행동에 관한 연구들이 독립적으로는 활발히 연구되고 있지만, 실제 체형과 주관적인 자기 평가와의 관계에 대한 고찰은 하고 있지 않다. 이에 실제 체형과 신체 각 부위에 대한 인식도 및 만족도 등의 자기평가와의 관계에 대해 구체적으로 파악해 볼 필요가 있다.

본 연구는 이런 점에 착안하여 만 35세에서 59세까지의 중년기 여성을 대상으로 체형의 두 가지 측면 즉 실제 체형과 자신의 체형에 대한 주관적인 평가와의 총합적인 관계를 살펴봄으로써 신체 외형에 대한 만족감은 물론 심리적 만족감을 향상시킬 수 있는 의복 개발의 기반을 마련하고자 한다.

중년 여성의 체형과 연령별, 유형별 자기 평가를 함께 고찰함으로써 신체적·심리적 요소가 반영된 보다 적합도가 높은 의복을 설계하는데 유용한 자료를 제공할 수 있다.

II. 연구 방법

1. 연구 대상

본 연구는 만 35세에서 59세까지의 중년 여성 614명을 대상으로 인체 측정과 설문을 동시에 실시하였다. 연구 대상의 연령 분포는 다음 <표 1>과 같다.

<표 1> 연구 대상의 연령 분포

| 연령(세) | 인원수(명) | 백분율(%) |
|-------|--------|--------|
| 35~39 | 131 | 21.34 |
| 40~44 | 146 | 23.78 |
| 45~49 | 141 | 22.96 |
| 50~54 | 96 | 15.64 |
| 55~59 | 100 | 16.28 |
| 계 | 614 | 100.00 |

<표 2> 자기평가 측정도구

| 조사내용 | 항목수 | 평가방법 |
|--------------|-------|-------|
| 신체부위에 대한 인식도 | 27 항목 | 5점 척도 |
| 신체부위에 대한 만족도 | 27 항목 | 5점 척도 |

2. 연구 방법

인체 측정의 용구 및 방법은 전보(심정희, 함옥상, 2001)와 같다. 설문지는 전반적으로 개인의 신체에 대한 스스로의 평가를 조사하기 위하여 「신체에 대한 인식도」 27항목, 「신체에 대한 만족도」 27항목으로 5단계 의미미분척도(Semantic differential scale)로 하였다<표 2>.

그 중 신체 만족도는 Secord와 Jourard가 개발한 신체 만족도(The Body Cathexis Scale) 측정도구(Secord & Jourard, 1953) 중 신체기능을 제외하고 신체외모에 대한 만족 정도를 사용하여 측정하였다.

3. 분석 방법

본 연구의 인체 측정 자료와 설문자료는 SAS와 SPSSWIN 10.0을 사용하여 통계 처리하였고, 각 내용별 분석방법은 다음과 같다.

첫째, 신체 각 부위에 대한 인식도 및 신체 각 부위에 대한 만족도의 모든 항목들의 평균을 구하였다. 또 이들 평가항목과 실제 체형과의 비교를 위해 인체 측정치의 평균을 구하였다.

둘째, 연령집단별 평균을 구하고 분산분석과 SNK 검정을 실시하여 집단간 유의차를 알아보았다.

셋째, 전보(심정희, 2001, 2002)에서 체형 특성에 따라 분류된 4유형별 평균을 구하고 분산 분석과 SNK 검정을 실시하여 집단간 유의차를 알아보았다.

III. 결과 및 고찰

본 연구를 위해 측정된 614명의 평균, 표준편차, 최대값, 최소값을 다음 <표 3>에 제시하였다.

1. 신체에 대한 인식도

1) 전체 집단의 신체 각 부위에 대한 인식도
신체 각 부위에 대한 인식도의 항목에서 '작다, 가늘다, 좁다, 짧다'라는 인식을 갖는 경우에는 5점 척

<표 3> 신체 직접 측정항목의 기술통계량(단위 : cm)

| 항목 | 평균 | 표준편차 | 최대값 | 최소값 |
|---------|--------|------|--------|--------|
| 키 | 156.30 | 4.90 | 170.30 | 140.70 |
| 머리둘레 | 54.64 | 1.42 | 59.40 | 50.90 |
| 목둘레 | 40.60 | 1.94 | 46.00 | 35.40 |
| 가슴둘레 | 89.98 | 6.42 | 111.50 | 72.00 |
| 허리둘레 | 78.83 | 7.17 | 102.00 | 54.70 |
| 배둘레 | 90.72 | 6.40 | 116.00 | 73.00 |
| 엉덩이둘레 | 94.43 | 4.73 | 109.90 | 81.50 |
| 넓적다리둘레 | 54.83 | 3.55 | 64.60 | 45.00 |
| 장딴지둘레 | 33.74 | 2.09 | 39.50 | 27.60 |
| 발목둘레 | 20.78 | 1.12 | 25.00 | 17.30 |
| 진동둘레 | 38.56 | 2.62 | 48.50 | 31.60 |
| 윗팔둘레 | 29.40 | 2.20 | 35.00 | 23.40 |
| 손목둘레 | 15.73 | 0.85 | 18.90 | 13.50 |
| 어깨너비 | 39.47 | 1.78 | 44.30 | 33.20 |
| 등길이 | 40.69 | 2.05 | 45.20 | 34.20 |
| 팔길이 | 53.64 | 2.15 | 60.50 | 47.10 |
| 엉덩이길이 | 18.66 | 1.71 | 23.40 | 14.00 |
| 바자길이 | 92.06 | 3.89 | 103.70 | 80.90 |
| 몸무게(kg) | 57.77 | 6.68 | 80.80 | 39.40 |

도 중 1점을 부여하고, 반대로 '크다, 굵다, 넓다, 길다'라는 인식을 갖는 경우에는 5점 척도 중 5점을 부여하였는데, <표 4>에서와 같이 대체로 2.65~3.70 사이에 평균이 분포하였다. 그 중 배둘레(3.70)에서 가장 큰 값을 보였으며 몸무게(3.60), 윗팔둘레(3.55), 허리둘레(3.53), 엉덩이둘레(3.51), 몸통둘레(3.50)의 순으로 3.50 이상의 높은 평가 점수를 나타내어 이들 항목들은 굵다고 평가하는 대표적인 항목으로 파악되었다.

길이에 대한 평가 항목 중에서는 키(2.65)에서 가장 작은 값을 나타내었으며, 다리길이(2.72), 목길이(2.76), 몸통길이(2.87)의 순으로 3.00 이하의 낮은 평가 점수를 나타내어 짧고 작다고 평가하는 대표적인 항목으로 파악되었다.

이상에서 전체 표본자료에 의한 신체 각 부위의 평가는 일반적으로 배둘레, 허리둘레 등의 굵기와 관련한 항목에서는 보통 이상으로 굵다고 평가하였으며, 키와 다리길이 등 길이와 관련한 항목에서는 다소 작거나 짧다고 평가하였다.

2) 연령별 신체 각 부위에 대한 인식도

연령의 증가에 따른 신체 부위에 대한 인식도의 결과를 다음 <표 5>에 나타내었다. 연령별로 유의한 차이를 나타낸 항목은 가슴둘레, 허리둘레, 배둘레, 윗팔둘레, 몸통둘레, 목길이, 어깨너비로 목길이를 제외한 나머지 항목은 모두 둘레항목에서 유의한 차이를 보

<표 4> 전체 집단의 신체 인식도

| 항목 | 평균 | 표준편차 | 항목 | 평균 | 표준편차 |
|--------|------|------|-------|------|------|
| 목둘레 | 3.11 | 0.86 | 목길이 | 2.76 | 0.84 |
| 가슴둘레 | 3.19 | 1.03 | 등길이 | 3.03 | 0.84 |
| 허리둘레 | 3.53 | 0.88 | 엉덩이길이 | 3.05 | 0.70 |
| 배둘레 | 3.70 | 0.86 | 어깨너비 | 3.28 | 0.93 |
| 엉덩이둘레 | 3.51 | 0.96 | 머리크기 | 3.04 | 0.82 |
| 윗팔둘레 | 3.55 | 0.93 | 손크기 | 3.09 | 0.96 |
| 아래팔둘레 | 3.11 | 0.91 | 발크기 | 3.01 | 0.95 |
| 손목둘레 | 2.92 | 0.97 | 팔길이 | 2.99 | 0.97 |
| 넓적다리둘레 | 3.44 | 0.99 | 다리길이 | 2.72 | 1.00 |
| 장딴지둘레 | 3.20 | 1.01 | 몸통길이 | 2.87 | 0.89 |
| 발목둘레 | 2.90 | 0.97 | 키 | 2.65 | 1.02 |
| 몸통둘레 | 3.50 | 0.82 | 몸무게 | 3.60 | 0.85 |

1=작다, 가늘다, 좁다, 짧다 5=크다, 굵다, 넓다, 길다.

였다. 그 중 허리둘레, 배둘레, 엉덩이둘레, 윗팔둘레, 몸통둘레, 몸무게의 항목은 3.50 이상의 높은 평가 점수를 보여 다른 항목들보다 더 굵다고 인식되었다.

특히 45~49세 집단을 기준으로 하여 굵기와 관련된 항목들의 평균값이 점차 증가하기 시작하다가 그 집단(45~49세 집단)에서 최대값을 나타내었고, 그 이후의 집단에서는 다시 감소하는 경향을 보였다. 마찬가지로 길이와 관련된 항목들의 평균값도 점차 감소하기 시작하다가 45~49세 집단에서 최소값을 보였으며, 그 이후의 집단에서 다시 조금씩 증가하였다.

또 35~39세와 40~44세 집단을 중년 전기로, 45~49세, 50~54세, 55~59세 집단을 중년 후기로 나누어 신체 각 부위에 대한 인식도를 살펴보면 중년 후기 집단이 전기 집단에 비해 목둘레, 가슴둘레, 허리둘레, 배둘레, 엉덩이둘레, 윗팔둘레, 아래팔둘레, 몸통둘레, 머리둘레, 몸무게 등의 체간부 및 상지의 굵기와 관련한 부위에서는 높은 점수를 보여 자신의 신체가 중년 전기 집단보다 더 굵다고 평가함을 알 수 있다.

한편 손목둘레, 넓적다리둘레, 장딴지둘레, 발목둘레, 목길이, 등길이, 엉덩이길이, 어깨너비, 손크기, 발크기, 팔길이, 다리길이, 몸통길이, 키 등의 길이와 관련한 부위에서는 목길이와 어깨너비 항목에서만 유의차를 나타내고 있으나 전체적으로 중년 후기 집단이 낮은 평가 점수를 나타내어 중년 전기 집단에 비해 작거나 짧다고 인식하고 있음을 알 수 있다. 이는 중년 후기로 갈수록 체간부의 둘레항목은 굵어지는 반면 길이항목과 하지는 작고 가늘어지는 체형의 변화에 따른 결과라고 해석할 수 있다.

중년 전기 집단 중 35~39세 집단의 굵기에 대한 평

가는 윗팔둘레에서 3.66의 가장 큰 값을 나타내었으며 넓적다리둘레(3.63), 배둘레(3.54), 몸무게(3.52)의 순으로 나타났다. 길이에 대한 평가에서는 키(2.81)에서 가장 작은 값을 보였다.

40~44세 집단은 배둘레(3.61)를 가장 굵다고 평가하였으며 그 다음으로 윗팔둘레(3.58), 엉덩이둘레(3.53)의 순이었고, 길이항목에서는 키(2.70)에서 가장 작은 값을 나타내었다.

또 40~44세 집단은 35~39세 집단보다 목둘레, 허리둘레, 배둘레, 엉덩이둘레, 몸통둘레 등 체간부의 굵기와 관련한 항목에서는 다소 큰 값을 보여 자신의 신체를 더 굵다고 인식하였으며, 길이 및 사지부의 굵기와 관련한 항목은 작은 값을 보여 더 얇고 가늘다고 평가하였다.

이는 중년여성의 체형이 45세를 기점으로 두드러지게 변화된다는 사실을 감안한다면, 체형의 변이가 점차 진행되기 시작하는 40~44세 집단의 여성들이 자신의 변화되는 신체를 다소 인식하고 있음을 나타내 주는 결과라고 생각된다.

중년 후기 집단 중 45~49세 집단은 배둘레(3.84)에서 가장 큰 값을 나타내었으며 이는 모든 집단 중 가

장 높은 점수였다. 그 다음으로 윗팔둘레(3.72), 몸무게(3.71), 허리둘레(3.68), 몸통둘레(3.64), 엉덩이둘레(3.56)의 순으로 나타났다. 길이에 관한 평가에서는 키(2.54)에서 가장 작은 값을 나타내었는데, 이 수치는 모든 집단에서 가장 낮은 평가 점수였다.

따라서 45~49세 집단은 다른 집단에 비해 키를 특히 작다고 인식하였으며, 허리둘레, 배둘레, 엉덩이둘레, 윗팔둘레 등의 항목에서도 다른 집단에 비해 큰 값을 나타내어 더 굵다고 인식하였다. 이를 체형 유형화의 결과와 관련시켜 고찰해 보면 중년여성은 45세를 기점으로 하여 체형의 변이가 뚜렷하게 나타나므로, 이 집단의 신체에 대한 인식도 역시 이와 같은 체형의 변화에 따른 것이라고 생각된다.

50~54세 집단은 굵기 항목에서 배둘레(3.81)를 가장 굵다고 평가하였고 그 다음은 허리둘레(3.68), 몸무게(3.65), 엉덩이둘레(3.53), 몸통둘레(3.51) 순이었다. 길이항목에서는 키(2.56)에서 가장 작은 값을 나타내었다.

55~59세 집단도 배둘레(3.76)를 가장 굵다고 평가하였으며 그 다음은 몸무게(3.69), 허리둘레(3.65), 엉덩이둘레(3.55), 몸통둘레(3.54)의 순으로 나타났다.

<표 5> 연령별 신체 인식도

| 연령별 항목 | 35~39세 | 40~44세 | 45~49세 | 50~54세 | 55~59세 | SNK | | | | | F값 |
|-----------|--------|--------|--------|--------|--------|-----|----|----|----|----|---------|
| | 평균 | 평균 | 평균 | 평균 | 평균 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | |
| 목 둘 레 | 3.00 | 3.08 | 3.28 | 3.16 | 2.99 | b | ab | a | ab | b | 2.44 |
| 가 슷 둘 레 | 3.02 | 3.01 | 3.27 | 3.45 | 3.31 | b | b | ab | a | a | 4.21** |
| 허 리 둘 레 | 3.33 | 3.41 | 3.68 | 3.68 | 3.65 | b | b | a | a | a | 4.51*** |
| 배 둘 레 | 3.54 | 3.61 | 3.84 | 3.81 | 3.76 | b | ab | a | a | ab | 2.99** |
| 엉덩이둘레 | 3.37 | 3.53 | 3.56 | 3.53 | 3.55 | a | a | a | a | a | 0.82 |
| 윗 팔 둘 레 | 3.66 | 3.58 | 3.72 | 3.35 | 3.30 | a | ab | a | bc | c | 4.64*** |
| 아래 팔 둘 레 | 3.08 | 3.11 | 3.15 | 3.09 | 3.07 | a | a | a | a | a | 0.14 |
| 손 목 둘 레 | 2.94 | 2.93 | 2.94 | 2.87 | 2.92 | a | a | a | a | a | 0.09 |
| 넓적다리둘레 | 3.63 | 3.40 | 3.47 | 3.26 | 3.36 | a | ab | ab | b | ab | 2.20 |
| 장딴지둘레 | 3.32 | 3.23 | 3.25 | 2.99 | 3.14 | a | ab | ab | b | ab | 1.72 |
| 발 목 둘 레 | 2.92 | 2.94 | 2.96 | 2.65 | 2.98 | a | a | a | b | a | 1.91 |
| 몸 통 둘 레 | 3.38 | 3.42 | 3.64 | 3.51 | 3.54 | b | ab | a | ab | ab | 2.03* |
| 목 길 이 | 2.88 | 2.87 | 2.65 | 2.60 | 2.73 | a | a | ab | b | ab | 2.84** |
| 등 길 이 | 3.13 | 3.14 | 2.99 | 2.89 | 2.93 | a | a | ab | b | ab | 2.24 |
| 엉덩이길이 | 3.12 | 3.08 | 3.03 | 2.99 | 2.98 | a | a | a | a | a | 0.86 |
| 어깨너비 | 3.31 | 3.27 | 3.44 | 3.27 | 3.03 | a | ab | a | ab | b | 2.96* |
| 머리크기 | 3.10 | 2.96 | 3.09 | 3.13 | 2.94 | a | a | a | a | a | 1.32 |
| 손 크 기 | 3.26 | 3.05 | 3.05 | 3.06 | 3.02 | a | a | a | a | a | 1.23 |
| 발 크 기 | 3.16 | 3.00 | 2.97 | 2.91 | 2.98 | a | a | a | a | a | 1.19 |
| 팔 길 이 | 3.06 | 3.07 | 2.95 | 2.88 | 2.92 | a | a | a | a | a | 0.94 |
| 다 리 길 이 | 2.82 | 2.75 | 2.65 | 2.72 | 2.66 | a | a | a | a | a | 0.64 |
| 몸 통 길 이 | 3.01 | 2.89 | 2.74 | 2.82 | 2.87 | a | ab | b | ab | ab | 1.58 |
| 키 | 2.81 | 2.70 | 2.54 | 2.56 | 2.63 | a | a | a | a | a | 1.52 |
| 몸 무 게 | 3.52 | 3.47 | 3.71 | 3.65 | 3.69 | ab | b | a | ab | ab | 2.15 |

* : P<0.05, ** : P<0.01, *** : P<0.001

길이 항목에서는 키(2.63)에서 가장 작은 값을 보였다.

이상에서 중년 후기의 집단에서는 45~49세 집단이 다른 집단에 비해 들레항목에서 다소 높은 평가점수를 나타냄으로써 자신의 신체를 좀 더 굵다고 인식하였다. 이로써 중년기 여성의 신체 각 부위에 대한 인식은 연령과 상관없이 신체에 대한 스스로의 평가에서 굵기와 관련한 부위에서는 보통 이상으로 굵다고 평가하였고, 길이와 관련한 항목에서는 작거나 짧다고 평가함으로써, 스스로의 신체가 전반적으로 굵고 짧다고 인식함을 알 수 있었다. 키는 모든 집단에서 가장 작은 값을 나타내어 다른 항목에 비해 작다고 인식되었다.

3) 유형별 신체 각 부위에 대한 인식도

<표 6>에서 중년 전기 집단의 체형 유형별 신체 각 부위에 대한 인식도를 살펴보았다. 총 24항목 중 15항목에서 유의한 차이를 나타내었다. 중년 전기 집단의 체형 유형은 전보(심정희, 2001)와 같으며 유형 1은 키가 크면서 날씬하고 정면은 X형, 유형 2는 키와 들레항목이 보통이면서 상반신의 길이는 짧고 측면

은 엉덩이가 돌출된 체형, 유형 3은 키가 보통이면서 말랐고 정면은 H형, 측면은 등과 엉덩이 부위의 돌출이 뚜렷하면서 젖힌 체형 그리고 유형 4는 키가 보통이면서 뚱뚱하고 상반신이 긴 체형이다.

굵기에 대한 평가를 살펴보면 대부분의 들레항목에서 3.00 이상의 값을 보여 스스로의 신체를 다소 굵다고 평가하였으며, 또 길이에 대한 평가 항목에서는 3.00 이하의 값을 보여 다소 짧고 작다고 인식하였다. 인식도와 실제 체형과의 비교를 위해 ()안은 실제 개인의 측정치를 목뒤점 높이로 나눈 지수치로 표시하였다.

유형 1 집단의 평균은 2.50과 3.50 사이에 분포하고 있어서 대체로 신체 각 부위의 크기를 보통이라고 인식하였다. 그 중 굵기에 대한 평가를 살펴보면 이 유형은 실제로 모든 유형 중 키가 크면서 날씬한 체형임에도 불구하고 목둘레, 아래팔둘레, 발목둘레, 머리둘레, 다리길이의 항목을 제외한 나머지 항목에서 3.00 이상의 값을 보여 스스로의 신체를 다소 굵다고 평가하는 경향을 보였다. 그러나 다른 유형에 비해 그 값은 낮게 나타났다. 들레항목에 대한 평가 중 특

<표 6> 유형별 신체 인식도(중년 전기)

| 체형유형 항목 | 전체 평균 (실측치) | 유형 1 평균 (실측치) | 유형 2 평균 (실측치) | 유형 3 평균 (실측치) | 유형 4 평균 (실측치) | SNK | | | | F값 |
|------------|----------------|------------------|------------------|------------------|------------------|-----|----|----|----|----------|
| | | | | | | 1 | 2 | 3 | 4 | |
| 목 둘레 | 3.05 (0.30) | 2.80 (0.29) | 2.96 (0.30) | 3.07 (0.30) | 3.46 (0.31) | b | b | b | a | 7.39*** |
| 가슴 둘레 | 3.02 (0.66) | 2.70 (0.63) | 2.88 (0.66) | 2.85 (0.64) | 3.75 (0.70) | b | b | b | a | 13.51*** |
| 허리 둘레 | 3.41 (0.57) | 3.17 (0.54) | 3.44 (0.57) | 3.24 (0.56) | 3.76 (0.59) | b | b | b | a | 5.83*** |
| 배 둘레 | 3.59 (0.66) | 3.31 (0.64) | 3.69 (0.67) | 3.43 (0.65) | 3.88 (0.68) | c | ab | bc | a | 5.88*** |
| 엉덩이 둘레 | 3.45 (0.70) | 3.28 (0.69) | 3.54 (0.71) | 3.26 (0.70) | 3.66 (0.72) | b | ab | b | a | 2.54 |
| 윗팔 둘레 | 3.59 (0.21) | 3.33 (0.20) | 3.51 (0.21) | 3.54 (0.21) | 4.05 (0.22) | b | b | b | a | 7.50*** |
| 아래팔 둘레 | 3.08 | 2.80 | 3.07 | 3.07 | 3.43 | b | b | b | a | 5.55*** |
| 손목 둘레 | 2.92 (0.11) | 2.66 (0.11) | 2.85 (0.11) | 3.00 (0.11) | 3.25 (0.11) | c | bc | ab | a | 4.59** |
| 넓적다리 둘레 | 3.50 (0.41) | 3.42 (0.40) | 3.47 (0.41) | 3.30 (0.40) | 3.80 (0.42) | b | ab | b | a | 2.65* |
| 장딴지 둘레 | 3.26 (0.25) | 3.16 (0.25) | 3.20 (0.25) | 3.22 (0.25) | 3.52 (0.26) | a | a | a | a | 1.69 |
| 발목 둘레 | 2.91 (0.15) | 2.78 (0.15) | 2.88 (0.15) | 3.00 (0.15) | 3.05 (0.16) | a | a | a | a | 0.98 |
| 몸통 둘레 | 3.42 | 3.22 | 3.43 | 3.26 | 3.76 | b | b | b | a | 6.21*** |
| 목 길이 | 2.87 | 3.09 | 2.82 | 2.76 | 2.79 | a | ab | b | b | 2.44 |
| 등 길이 | 3.12 (0.31) | 3.32 (0.30) | 3.00 (0.30) | 2.96 (0.31) | 3.23 (0.31) | a | bc | c | ab | 4.00** |
| 엉덩이 길이 | 3.10 (0.14) | 3.17 (0.14) | 3.06 (0.14) | 3.02 (0.13) | 3.15 (0.14) | a | a | a | a | 0.79 |
| 어깨 너비 | 3.28 (0.29) | 3.17 (0.29) | 3.17 (0.29) | 3.22 (0.29) | 3.63 (0.30) | b | b | b | a | 4.19** |
| 머리 크기 | 3.02 (0.41) | 2.81 (0.40) | 3.04 (0.41) | 2.91 (0.41) | 3.30 (0.41) | b | ab | b | a | 4.07** |
| 손 크기 | 3.14 | 3.14 | 2.96 | 3.46 | 3.16 | ab | b | a | ab | 2.69* |
| 발 크기 | 3.06 | 3.16 | 2.90 | 3.09 | 3.20 | a | a | a | a | 1.72 |
| 팔 길이 | 3.06 (0.40) | 3.16 (0.40) | 2.96 (0.40) | 3.00 (0.40) | 3.18 (0.40) | a | a | a | a | 1.10 |
| 다리 길이 | 2.77 (0.70) | 2.91 (0.70) | 2.77 (0.70) | 2.67 (0.69) | 2.70 (0.69) | a | a | a | a | 0.74 |
| 몸통 길이 | 2.92 (0.51) | 3.11 (0.50) | 2.84 (0.50) | 2.76 (0.50) | 2.98 (0.51) | a | ab | b | ab | 2.30 |
| 키 | 2.73(157.51) | 3.06(159.38) | 2.59(156.82) | 2.57(156.32) | 2.71(157.51) | a | b | b | b | 3.72* |
| 몸무게 | 3.49 (0.42) | 3.30 (0.41) | 3.48 (0.42) | 3.30 (0.40) | 3.87 (0.45) | b | b | b | a | 6.47*** |

* : P<0.05, ** : P<0.01, *** : P<0.001

() 안은 실제 측정치의 지수치임

이한 점은 가슴둘레는 다른 둘레항목에 비해 오히려 조금 작다고 인식하였다.

유형 2의 집단은 굵기에 관한 평가에서 배둘레(3.69)를 가장 굵다고 평가하였으며, 그 다음은 엉덩이둘레(3.54), 윗팔둘레(3.51)의 순으로 3.50이상의 큰 값을 보였다. 길이에 대한 평가에서는 키(2.59)에서 가장 작은 값을 나타내었고 다른 항목에서도 3.00 이하의 값을 보였다. 실제 이 유형은 키와 둘레항목이 보통이었으나 스스로의 신체를 다소 굵고 짧다고 인식하는 경향을 나타내었다. 허리둘레, 배둘레, 엉덩이둘레, 윗팔둘레의 항목에서는 다른 항목보다 큰 값을 나타내어 이 부위를 더 굵다고 인식하였다. 그러나 유형 1과 마찬가지로 가슴둘레 항목은 체간부의 다른 둘레항목과는 반대로 조금 작다고 평가하였다.

유형 3의 집단은 가슴둘레를 제외한 대부분의 둘레항목에서 3.00 이상의 값을, 길이 항목에서 3.00 이하의 값을 나타내었다. 이 유형은 마른 체형이었으나 자신의 신체를 가늘다고 평가하지 않았다. 그러나 다리길이, 몸통길이, 키 등의 길이항목은 다른 유형에 비해 작은 값을 보였다. 전체적으로는 윗팔둘레를 가

장 굵다고 평가하였고, 키를 가장 작다고 인식하였다.

유형 4는 키가 보통이면서 뚱뚱한 체형의 집단으로 인식도 결과에서도 다른 유형에 비해 굵기 항목에서 가장 큰 값을 나타내었다.

이상에서 중년 전기 집단의 유형별 신체 각 부위에 대한 인식도를 살펴본 결과 유형에 관계없이 신체에 대한 스스로의 평가에서 굵기와 관련한 부위에서는 보통 이상으로 굵다고 평가하였고, 길이부위와 관련한 항목에서는 작거나 짧다고 평가함으로써, 스스로의 신체를 다소 굵고 짧다고 인식하였다. 그 중 허리둘레, 배둘레, 엉덩이둘레, 윗팔둘레, 넓적다리둘레 등의 항목은 다른 둘레항목에 비해 큰 값을 나타내어 특히 이 부위를 더 굵다고 평가하였으며, 둘레항목 중 가슴둘레는 다른 둘레 항목에 비해 오히려 작다고 인식하고 있었다. 이는 자신의 신체를 좀 더 이상형에 근접시키고자 하는 욕구가 크고, 이에 따라 그만큼 자신의 신체를 실제보다 더 굵고 짧다고 인식한 것으로 볼 수 있다.

중년 후기 집단의 체형 유형별 신체 각 부위에 대한 인식도를 고찰해 본 결과를 <표 7>에 나타내었다.

<표 7> 유형별 신체 인식도(중년 후기)

| 체형유형 항목 | 전체 | 유형 1 | 유형 2 | 유형 3 | 유형 4 | SNK | | | | F값 |
|------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|-----|----|----|----|----------|
| | 평균 (실측치) | 평균 (실측치) | 평균 (실측치) | 평균 (실측치) | 평균 (실측치) | 1 | 2 | 3 | 4 | |
| 목 둘레 | 3.15 (0.31) | 3.02 (0.31) | 3.29 (0.31) | 3.03 (0.31) | 3.32 (0.31) | b | ab | b | a | 2.87* |
| 가슴둘레 | 3.34 (0.70) | 3.27 (0.69) | 3.58 (0.71) | 2.96 (0.68) | 3.54 (0.72) | a | a | b | a | 6.70*** |
| 허리둘레 | 3.66 (0.62) | 3.58 (0.61) | 3.59 (0.62) | 3.58 (0.62) | 3.92 (0.64) | b | b | b | a | 2.99* |
| 배둘레 | 3.81 (0.71) | 3.70 (0.70) | 3.70 (0.70) | 3.82 (0.71) | 4.05 (0.73) | b | b | ab | a | 3.14* |
| 엉덩이둘레 | 3.55 (0.72) | 3.39 (0.71) | 3.36 (0.71) | 3.58 (0.73) | 3.91 (0.75) | b | b | b | a | 5.56*** |
| 윗팔둘레 | 3.48 (0.22) | 3.43 (0.22) | 3.51 (0.22) | 3.32 (0.22) | 3.68 (0.23) | ab | ab | b | a | 1.97 |
| 아래팔둘레 | 3.11 | 2.99 | 3.14 | 3.01 | 3.32 | b | ab | b | a | 2.12 |
| 손목둘레 | 2.92 (0.12) | 2.82 (0.12) | 2.86 (0.12) | 2.86 (0.12) | 3.14 (0.12) | a | a | a | a | 1.80 |
| 넓적다리둘레 | 3.38 (0.42) | 3.25 (0.41) | 3.22 (0.41) | 3.49 (0.42) | 3.61 (0.43) | b | b | ab | a | 2.85* |
| 장딴지둘레 | 3.15 (0.25) | 3.03 (0.25) | 2.99 (0.25) | 3.28 (0.25) | 3.33 (0.26) | a | a | a | a | 2.33 |
| 발목둘레 | 2.88 (0.15) | 2.82 (0.15) | 2.57 (0.15) | 3.10 (0.16) | 3.05 (0.16) | ab | b | a | a | 4.87** |
| 몸통둘레 | 3.57 | 3.44 | 3.64 | 3.46 | 3.80 | b | ab | b | a | 3.41** |
| 목 길이 | 2.66 | 2.75 | 2.68 | 2.79 | 2.39 | a | a | a | b | 3.22* |
| 등 길이 | 2.94 (0.30) | 3.10 (0.31) | 3.06 (0.31) | 2.76 (0.30) | 2.79 (0.30) | a | ab | c | bc | 3.25* |
| 엉덩이길이 | 3.00 (0.14) | 3.01 (0.14) | 2.97 (0.14) | 3.23 (0.14) | 2.78 (0.14) | ab | b | a | b | 4.47** |
| 어깨너비 | 3.27 (0.30) | 3.35 (0.30) | 3.35 (0.30) | 2.76 (0.30) | 3.59 (0.30) | a | a | b | a | 10.58*** |
| 머리크기 | 3.05 (0.41) | 3.02 (0.41) | 3.08 (0.41) | 2.95 (0.41) | 3.17 (0.42) | a | a | a | a | 1.05 |
| 손크기 | 3.06 | 3.23 | 2.97 | 3.15 | 2.84 | a | ab | a | b | 3.00* |
| 발크기 | 2.97 | 3.21 | 2.85 | 2.96 | 2.80 | a | b | ab | b | 3.37** |
| 팔 길이 | 2.91 (0.41) | 3.02 (0.41) | 2.88 (0.41) | 2.89 (0.41) | 2.83 (0.41) | a | a | a | a | 0.55 |
| 다리 길이 | 2.67 (0.70) | 2.86 (0.69) | 2.63 (0.69) | 2.53 (0.70) | 2.62 (0.70) | a | a | a | a | 1.61 |
| 몸통 길이 | 2.80 (0.51) | 2.96 (0.51) | 2.79 (0.51) | 2.68 (0.51) | 2.70 (0.52) | a | a | a | a | 1.61 |
| 키 | 2.57(155.28) | 2.65(156.67) | 2.59(155.47) | 2.57(154.81) | 2.46(153.68) | a | a | a | a | 0.46 |
| 몸부계 | 3.68 (0.45) | 3.51 (0.44) | 3.68 (0.44) | 3.59 (0.44) | 4.01 (0.47) | b | b | b | a | 5.50*** |

* : P<0.05, ** : P<0.01, *** : P<0.001
() 안은 실제 측정치의 지수치임

중년 후기 집단의 체형 유형은 전보(심정희, 2002)와 같으며, 유형 1은 키가 크면서 날씬하고 측면은 등면 하부가 맛있는 체형, 유형 2는 키와 둘레항목이 보통이고 측면은 찌뚱한 체형, 유형 3은 키와 둘레항목이 보통이고 정면은 H형, 측면은 배를 앞으로 내밀고 있는 체형 그리고 유형 4는 키가 작으면서 뚱뚱하고 측면은 엉덩이부위의 돌출이 뚜렷한 체형이다. 4유형에 대한 인식도 평가 결과 대부분의 둘레항목에서 3.00 이상의 값을 보여 스스로의 신체를 다소 굵다고 인식하였으며, 또 길이에 대한 평가 항목에서는 3.00 이하의 값을 보여 다소 짧고 작다고 인식하였다. 전체적으로 허리둘레, 배둘레, 엉덩이둘레, 몸통둘레, 몸무게의 항목에서 3.50 이상의 큰 값을 나타내었다.

유형 1의 집단은 키가 크면서 비교적 날씬한 체형임에도 불구하고 스스로의 신체를 다소 굵고 짧다고 평가하였다. 자신의 신체 중 배둘레(3.70)를 가장 굵다고 평가하였으며 허리둘레(3.58), 몸무게(3.51)의 순으로 3.50 이상으로 큰 값을 나타내었다. 길이에 대한 평가에서는 키(2.65)에서 가장 작은 값을 보였다.

유형 2의 집단은 키와 둘레항목이 보통인 체형으로 나타났으나 역시 스스로의 체형을 굵고 짧다고 평가하였다. 배둘레를 가장 굵다고 인식하였으며, 발목둘레와 키를 가장 작다고 평가하였다.

유형 3의 집단은 유형 1, 유형 2와 마찬가지로 자신의 신체를 굵고 짧다고 인식하였다. 굵기에 관한 평가에서는 배둘레를 가장 굵다고 평가하였으며 다리길이를 가장 짧다고 인식하였다. 다른 유형 집단에 비해 어깨부위가 좁고 가슴둘레가 작으며, 배둘레를 굵다고 인식하고 있었는데, 실제로 이 유형은 키와 둘레항목은 보통이고 어깨 부위가 좁고 처져 있으며, 가슴 부위가 작고 배를 내밀고 있는 자세를 하고 있어 배부위가 돌출된 집단으로 나타났다.

유형 4는 키가 작으면서 뚱뚱한 체형의 집단으로 인식도 결과에서도 다른 유형보다 굵기와 관련한 항목에서 더 큰 값을 나타내었다.

이상에서 중년 후기 집단의 유형별 신체 각 부위에 대한 인식도를 살펴본 결과 자신의 체형과는 상관없이 스스로의 신체를 굵고 짧다고 인식하는 경향이 있음을 알 수 있었다. 이러한 결과가 나타나게 된 이유는 비만화의 경향이 뚜렷이 나타나는 중년 후기의 집단에서 비록 유형 1의 집단과 같이 키가 크면서 날씬한 체형으로 분류되었지만 그들이 소속되어 있는 집단의 평균값에 대한 인식 부족과 함께 좀 더 젊은 연

령대의 집단과 자신을 비교함으로써 자신의 신체를 굵고 짧다고 평가한 것으로 생각된다.

2. 신체에 대한 만족도

1) 전체 집단의 신체 각 부위에 대한 만족도

신체 각 부위에 대한 만족도 항목에서는 불만족에 1점, 만족에 5점을 부여하였고, 평균과 표준편차를 구하여 <표 8>에 나타내었다.

전체 27개 항목 중 손목둘레, 발목둘레, 등의 굴곡, 머리둘레, 손크기, 발크기, 팔길이의 7개 항목을 제외하고 모두 3.00 이하의 평균값을 나타내어 대부분의 신체 부위에 대해 만족하지 못하는 경향을 보였다.

그 중 2.50 이하의 낮은 평가 점수를 나타내어 강한 불만을 나타낸 항목은 배둘레(2.31), 몸무게(2.36), 엉덩이둘레(2.44), 체형(2.44)으로 이것은 인식도의 결과에서 굵다고 평가한 배둘레(3.70), 몸무게(3.60)의 항목과 일치하였다.

2) 연령별 신체 각 부위에 대한 만족도

연령의 증가에 따른 신체 각 부위에 대한 만족도의 결과를 다음 <표 9>에 나타내었다. 연령별로 유의한 차이를 나타낸 항목은 목둘레, 가슴둘레, 윗팔둘레, 아래팔둘레, 넓적다리둘레, 장딴지둘레, 몸통둘레, 어깨너비, 어깨경사, 몸통길이, 체형으로 대부분이 둘레 항목이었다.

신체에 대한 만족도는 연령에 관계없이 거의 모든 항목에서 3.00 이하로 나타나 스스로의 신체에 만족

<표 8> 전체 집단의 신체 만족도

| 항목 | 평균 | 표준편차 | 항목 | 평균 | 표준편차 |
|---------|------|------|---------|------|------|
| 목 둘 레 | 2.97 | 1.05 | 등의 굴 곡 | 3.05 | 1.10 |
| 가 슴 둘 레 | 2.58 | 1.12 | 엉덩이길이 | 2.81 | 1.00 |
| 허 리 둘 레 | 2.55 | 1.16 | 어깨 너 비 | 2.75 | 1.11 |
| 배 둘 레 | 2.31 | 1.12 | 어깨 경 사 | 2.96 | 1.07 |
| 엉덩이둘레 | 2.44 | 1.07 | 머리크기 | 3.10 | 1.03 |
| 윗 팔 둘 레 | 2.54 | 1.11 | 손 크 기 | 3.11 | 1.13 |
| 아래팔둘레 | 2.90 | 1.04 | 발 크 기 | 3.16 | 1.10 |
| 손 목 둘 레 | 3.06 | 1.04 | 팔 길 이 | 3.09 | 1.06 |
| 넓적다리둘레 | 2.56 | 1.15 | 다 리 길 이 | 2.70 | 1.16 |
| 장딴지둘레 | 2.74 | 1.15 | 몸 통 길 이 | 2.75 | 1.05 |
| 발 목 둘 레 | 3.01 | 1.08 | 키 | 2.57 | 1.25 |
| 몸 통 둘 레 | 2.52 | 1.07 | 몸 무 게 | 2.36 | 1.15 |
| 목 길 이 | 2.85 | 1.10 | 체 | 2.44 | 1.07 |
| 등 길 이 | 2.92 | 0.99 | | | |

1=불만족, 5=만족

<표 9> 연령별 신체만족도

| 연령별 항목 | 35~39세 | 40~44세 | 45~49세 | 50~54세 | 55~59세 | SNK | | | | | F값 |
|-----------|--------|--------|--------|--------|--------|-----|----|----|----|----|---------|
| | 평균 | 평균 | 평균 | 평균 | 평균 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | |
| 목 둘레 | 2.95 | 3.12 | 2.74 | 2.93 | 3.15 | ab | a | b | ab | a | 3.19* |
| 가슴 둘레 | 2.30 | 2.66 | 2.57 | 2.64 | 2.83 | b | a | ab | a | a | 3.57** |
| 허리 둘레 | 2.62 | 2.57 | 2.41 | 2.41 | 2.77 | ab | ab | b | b | a | 1.91 |
| 배 둘레 | 2.33 | 2.34 | 2.19 | 2.20 | 2.48 | a | a | a | a | a | 1.26 |
| 엉덩이 둘레 | 2.32 | 2.48 | 2.40 | 2.43 | 2.62 | a | a | a | a | a | 1.15 |
| 윗팔 둘레 | 2.24 | 2.55 | 2.36 | 2.69 | 3.02 | d | bc | cd | b | a | 8.83*** |
| 아래팔 둘레 | 2.84 | 2.85 | 2.78 | 2.94 | 3.21 | b | b | b | b | a | 2.99* |
| 손목 둘레 | 3.05 | 3.05 | 3.02 | 3.06 | 3.13 | a | a | a | a | a | 0.17 |
| 넓적다리 둘레 | 2.26 | 2.63 | 2.45 | 2.71 | 2.89 | c | ab | bc | ab | a | 5.25*** |
| 장딴지 둘레 | 2.73 | 2.72 | 2.51 | 2.80 | 3.04 | ab | ab | b | ab | a | 3.24* |
| 발목 둘레 | 3.08 | 3.08 | 2.80 | 3.02 | 3.11 | ab | ab | b | ab | a | 1.85 |
| 몸통 둘레 | 2.53 | 2.64 | 2.37 | 2.32 | 2.72 | abc | ab | bc | c | a | 2.88* |
| 목 길이 | 3.00 | 2.94 | 2.67 | 2.71 | 2.93 | a | ab | b | ab | ab | 2.36 |
| 등 길이 | 2.99 | 2.92 | 2.87 | 2.81 | 3.01 | a | a | a | a | a | 0.77 |
| 등의 굴곡 | 2.88 | 3.10 | 3.04 | 3.09 | 3.15 | a | a | a | a | a | 1.08 |
| 엉덩이 길이 | 2.70 | 2.85 | 2.67 | 2.96 | 2.95 | a | a | a | a | a | 2.12 |
| 어깨 너비 | 2.68 | 2.78 | 2.55 | 2.88 | 2.97 | ab | ab | b | a | a | 2.58* |
| 어깨 경사 | 2.78 | 3.04 | 2.74 | 3.18 | 3.19 | bc | ab | c | a | a | 4.85*** |
| 머리크기 | 2.94 | 3.10 | 3.03 | 3.23 | 3.29 | b | ab | ab | a | a | 2.24 |
| 손크기 | 2.91 | 3.07 | 3.09 | 3.22 | 3.33 | b | ab | ab | a | a | 2.32 |
| 발크기 | 3.05 | 3.11 | 3.12 | 3.33 | 3.26 | a | a | a | a | a | 1.15 |
| 팔 길이 | 3.16 | 3.17 | 3.01 | 2.93 | 3.12 | a | a | a | a | a | 1.17 |
| 다리 길이 | 2.72 | 2.72 | 2.54 | 2.68 | 2.90 | ab | ab | b | ab | a | 1.42 |
| 몸통 길이 | 2.73 | 2.89 | 2.57 | 2.55 | 3.00 | ab | a | b | b | a | 3.99** |
| 키 | 2.52 | 2.64 | 2.59 | 2.33 | 2.73 | ab | ab | ab | b | a | 1.47 |
| 몸무게 | 2.29 | 2.43 | 2.26 | 2.27 | 2.57 | a | a | a | a | a | 1.45 |
| 체형 | 2.32 | 2.61 | 2.26 | 2.32 | 2.73 | b | a | b | b | a | 4.63*** |

* : P<0.05, ** : P<0.01, *** : P<0.001

하지 못하는 것으로 파악되었다.

한편 연령이 증가함에 따라 각 항목들의 평균값이 점차 감소하기 시작하다가 45~49세 집단에서 가장 작은 값을 나타내었고, 그 이후의 집단에서는 다시 조금씩 증가하는 경향을 보였다. 다른 집단에 비해 45~49세 집단의 평균값이 작게 나타나 자신의 신체에 가장 만족하지 못함을 알 수 있었다.

또 중년 전기 집단 중 35~39세 집단이 40~44세 집단에 비해 전반적으로 작은 값을 보여 자신의 신체에 대한 만족도가 더 낮았다.

35~39세 집단은 윗팔둘레(2.24)에서 가장 작은 값을 보여 이 부위에 대한 만족도가 특히 낮았다. 그 다음으로 넓적다리둘레(2.26), 몸무게(2.29), 가슴둘레(2.30), 체형(2.32), 엉덩이둘레(2.32), 배둘레(2.33)의 순으로 2.50 이하의 작은 값을 보였다.

40~44세 집단에서 2.50 이하의 작은 값을 나타낸 항목은 배둘레(2.34), 몸무게(2.43), 엉덩이둘레(2.48)로 자신의 신체 중 배둘레에 가장 만족하지 못

하였다.

이를 인식도의 결과와 관련시켜 보면 인식도에서는 40~44세 집단이 35~39세 집단보다 스스로의 신체를 더 굵고 짧다고 인식하였음에도 불구하고, 만족도는 오히려 40~44세 집단이 더 높았다.

중년 후기 집단 중 45~49세 집단에서 2.50 이하의 작은 값을 나타낸 항목은 배둘레(2.19), 몸무게(2.26), 체형(2.26), 윗팔둘레(2.36), 몸통둘레(2.37), 엉덩이둘레(2.40), 허리둘레(2.41), 넓적다리둘레(2.45)로 다른 집단에 비해 낮은 평가 점수를 보였으며, 그 항목의 수도 많았다. 이는 중년여성의 체형은 45세를 전후하여 급격히 변화되므로, 이 연령집단에서 자신의 신체에 대해 가장 만족하지 못하는 경향을 나타낸 것으로 생각된다.

50~54세 집단에서 2.50 이하의 작은 값을 나타낸 항목은 배둘레(2.20), 몸무게(2.27), 몸통둘레(2.32), 체형(2.32), 키(2.33), 허리둘레(2.41), 엉덩이둘레(2.43)였으며, 다른 집단에 비해 키에 대한 만족도가 낮게

나타났다.

55~59세의 집단은 배둘레의 항목에서만 2.50 이하의 작은 값을 보였으며, 다른 집단에 비해 비교적 높은 평가점수를 나타내었다.

따라서 중년 후기의 연령 집단에서는 45~49세 집단이 다른 집단에 비해 가장 작은 평균값을 보였으며, 자신의 신체에 가장 만족하지 못하였다.

이상에서 살펴본 바와 같이 신체적 만족도가 비교적 높은 집단은 연령층이 높은 집단이었는데, 이는 젊은 연령 집단에서는 자신의 체형을 그 시대의 이상형의 체형과 비교해서 만족의 정도를 느끼는 반면, 연령층이 높은 집단은 자신과 같은 연령층의 사람들을 비교 대상으로 삼기 때문에 다른 연령 집단보다 상대적으로 만족도가 높은 것으로 생각된다. 또 연령층이 비교적 높은 집단이 젊은 연령 집단보다 만족도가 높은 것은 나이가 들어감에 따라 스스로의 신체에 대한 기대 수준이 감소한데 따른 것이라고도 해석할

수 있다. 이는 선행 연구(이영주, 1997)의 결과와 일치하였다.

3) 유형별 신체 각 부위에 대한 만족도

중년 전기 집단의 유형별 신체 각 부위에 대한 만족도의 결과를 <표 10>에 나타내었다. 전반적으로 유형에 관계없이 대부분의 항목에서 3.00 이하의 값을 보여 스스로의 신체에 만족하지 못하는 경향을 나타내었다.

유형 1은 키가 크면서 날씬한 집단이었으나 자신의 신체에 대한 만족도는 약간 낮은 경향을 보였다. 2.50 이하의 작은 값을 나타낸 항목은 엉덩이둘레(2.38), 넓적다리둘레(2.38), 가슴둘레(2.44)로 이를 인식도의 결과와 비교해 보면 둘레항목에서 작다고 평가한 가슴둘레와 크다고 평가한 엉덩이둘레, 넓적다리둘레에서 만족도가 낮았다. 이것은 가슴둘레는 작은 것에 만족하지 못하는 경향을 나타내었다는 선

<표 10> 유형별 신체 만족도(중년 전기)

| 체형유형 항목 | 전체 평균 (실측치) | 유형 1 평균 (실측치) | 유형 2 평균 (실측치) | 유형 3 평균 (실측치) | 유형 4 평균 (실측치) | SNK | | | | F값 |
|------------|----------------|------------------|------------------|------------------|------------------|-----|----|----|----|---------|
| | | | | | | 1 | 2 | 3 | 4 | |
| 목 둘레 | 3.03 (0.30) | 3.22 (0.29) | 3.15 (0.30) | 3.02 (0.30) | 2.64 (0.31) | a | a | a | b | 4.16** |
| 가슴둘레 | 2.49 (0.66) | 2.44 (0.63) | 2.66 (0.66) | 2.67 (0.64) | 2.13 (0.70) | ab | a | a | b | 3.44* |
| 허리둘레 | 2.58 (0.57) | 2.89 (0.54) | 2.47 (0.57) | 2.87 (0.56) | 2.18 (0.59) | a | ab | a | b | 5.03** |
| 배둘레 | 2.33 (0.66) | 2.59 (0.64) | 2.22 (0.67) | 2.65 (0.65) | 1.96 (0.68) | ab | bc | a | c | 4.96** |
| 엉덩이둘레 | 2.41 (0.70) | 2.38 (0.69) | 2.40 (0.71) | 2.61 (0.70) | 2.32 (0.72) | a | a | a | a | 0.67 |
| 윗팔둘레 | 2.42 (0.21) | 2.63 (0.20) | 2.46 (0.21) | 2.50 (0.21) | 2.04 (0.22) | a | a | a | b | 3.54* |
| 아래팔둘레 | 2.86 | 3.06 | 2.88 | 2.96 | 2.53 | a | a | a | b | 3.22* |
| 손목둘레 | 3.06 (0.11) | 3.16 (0.11) | 3.10 (0.11) | 2.98 (0.11) | 2.93 (0.11) | a | a | a | a | 0.71 |
| 넓적다리둘레 | 2.45 (0.41) | 2.38 (0.40) | 2.35 (0.41) | 2.80 (0.40) | 2.43 (0.42) | b | b | a | ab | 1.94 |
| 장딴지둘레 | 2.74 (0.25) | 2.89 (0.25) | 2.73 (0.25) | 2.91 (0.25) | 2.44 (0.26) | a | ab | a | b | 1.92 |
| 발목둘레 | 3.10 (0.15) | 3.11 (0.15) | 3.15 (0.15) | 3.15 (0.15) | 2.98 (0.16) | a | a | a | a | 0.33 |
| 몸통둘레 | 2.59 | 2.92 | 2.48 | 2.87 | 2.18 | a | b | a | b | 7.18*** |
| 목 길이 | 2.97 | 3.30 | 3.05 | 2.87 | 2.55 | ab | a | bc | c | 5.40*** |
| 등 길이 | 2.95 (0.31) | 3.08 (0.30) | 2.95 (0.30) | 2.89 (0.31) | 2.84 (0.31) | a | a | a | a | 0.74 |
| 등의 굴곡 | 3.02 | 3.06 | 3.07 | 3.00 | 2.87 | a | a | a | a | 0.47 |
| 엉덩이길이 | 2.79 (0.14) | 2.73 (0.14) | 2.84 (0.14) | 3.00 (0.13) | 2.62 (0.14) | ab | ab | a | b | 1.57 |
| 어깨너비 | 2.75 (0.29) | 3.00 (0.29) | 2.77 (0.29) | 2.83 (0.29) | 2.38 (0.30) | a | a | a | b | 3.50* |
| 어깨경사 | 2.95 (0.15) | 3.08 (0.16) | 3.11 (0.15) | 2.91 (0.13) | 2.58 (0.15) | a | a | ab | b | 3.47* |
| 머리크기 | 3.03 (0.41) | 3.05 (0.40) | 3.13 (0.41) | 3.02 (0.41) | 2.85 (0.41) | a | a | a | a | 0.89 |
| 손크기 | 3.00 | 3.08 | 3.17 | 2.63 | 2.94 | a | a | b | ab | 2.55 |
| 발크기 | 3.11 | 3.23 | 3.15 | 2.85 | 3.11 | a | a | a | a | 1.17 |
| 팔 길이 | 3.17 (0.40) | 3.17 (0.40) | 3.20 (0.40) | 3.16 (0.40) | 3.13 (0.40) | a | a | a | a | 0.06 |
| 다리 길이 | 2.72 (0.70) | 2.90 (0.70) | 2.60 (0.70) | 2.74 (0.69) | 2.67 (0.69) | a | a | a | a | 0.92 |
| 몸통 길이 | 2.79 (0.51) | 2.97 (0.50) | 2.67 (0.50) | 2.91 (0.50) | 2.71 (0.51) | a | a | a | a | 1.58 |
| 키 | 2.56(157.51) | 2.84(159.38) | 2.38(156.82) | 2.46(156.32) | 2.64(157.51) | a | a | a | a | 1.98 |
| 몸무게 | 2.37 (0.42) | 2.60 (0.41) | 2.37 (0.42) | 2.65 (0.40) | 1.85 (0.45) | a | a | a | b | 5.77*** |
| 체형 | 2.47 | 2.84 | 2.45 | 2.52 | 2.02 | a | b | ab | c | 6.30*** |

* : P<0.05, ** : P<0.01, *** : P<0.001

() 안은 실제 측정치의 지수치임

행 연구 결과(정재은, 1993)와 일치한다.

유형 2의 집단은 배둘레(2.22)에서 가장 만족도가 낮았는데, 인식도에서도 배둘레를 가장 굵다고 평가하였다. 그 다음은 넓적다리(2.35), 몸무게(2.37), 키(2.38), 엉덩이둘레(2.40), 체형(2.45), 윗팔둘레(2.46), 허리둘레(2.47), 몸통둘레(2.58)의 순으로 만족도가 낮게 나타났다.

유형 3의 집단은 보통의 키에 마른 체형으로 실측치의 키의 항목이 평균보다 약간 작은 값을 보였는데, 만족도 조사 결과에서도 키에서 2.46의 가장 작은 값을 나타내어 이 항목에 대하여 가장 만족하지 못함을 알 수 있었다.

유형 4는 키는 보통이면서 뚱뚱한 체형의 집단으로 배둘레(1.96)와 몸무게(1.85)에서 가장 작은 값을 나타냄으로써, 배둘레와 몸무게에 강한 불만을 보였다. 다른 유형에 비해 자신의 신체에 가장 만족하지 못하였다.

이상에서 중년 전기 집단의 유형별 신체 각 부위에 대한 만족도를 살펴본 결과 유형과 상관없이 대부분 만족하지 못하였다.

그 중 체간부의 굵기와 관련한 허리둘레, 배둘레, 엉덩이둘레, 몸무게 등의 둘레 항목에서 만족도가 낮았으며, 길이항목에서는 키에서 가장 만족도가 낮았다.

중년 후기 집단의 유형별 신체 각 부위에 대한 만족도의 결과를 <표 11>에 나타내었다. 유의한 차이를 나타낸 항목은 전체 27항목 중 허리둘레, 배둘레, 엉덩이둘레, 윗팔둘레, 넓적다리둘레, 몸통둘레, 목길이, 어깨너비, 다리길이, 몸무게, 체형의 11개 항목이었다. 중년 전기 집단과 마찬가지로 유형에 관계없이 거의 모든 항목에서 3.00 이하의 작은 값을 나타내어 스스로의 신체에 대해 만족하지 못하는 것으로 파악되었다.

유형 1은 키가 크면서 비교적 날씬한 체형 집단이었음에도 불구하고 자신의 신체에 만족하지 못하는

<표 11> 유형별 신체 만족도(중년 후기)

| 체형유형 항목 | 전체 평균 (실측치) | 유형 1 평균 (실측치) | 유형 2 평균 (실측치) | 유형 3 평균 (실측치) | 유형 4 평균 (실측치) | SNK | | | | F값 |
|------------|----------------|------------------|------------------|------------------|------------------|-----|----|----|----|----------|
| | | | | | | 1 | 2 | 3 | 4 | |
| 목 둘레 | 2.91 (0.31) | 3.12 (0.31) | 2.78 (0.31) | 2.95 (0.31) | 2.74 (0.31) | a | ab | ab | b | 2.24 |
| 가슴 둘레 | 2.66 (0.70) | 2.66 (0.69) | 2.58 (0.71) | 2.78 (0.68) | 2.62 (0.72) | a | a | a | a | 0.45 |
| 허리 둘레 | 2.51 (0.62) | 2.43 (0.61) | 2.52 (0.62) | 2.82 (0.62) | 2.32 (0.64) | b | ab | a | b | 2.84* |
| 배 둘레 | 2.28 (0.71) | 2.31 (0.70) | 2.21 (0.70) | 2.57 (0.71) | 2.01 (0.73) | ab | ab | a | b | 3.22* |
| 엉덩이 둘레 | 2.46 (0.72) | 2.53 (0.71) | 2.56 (0.71) | 2.59 (0.73) | 2.15 (0.75) | a | a | a | b | 2.87* |
| 윗팔 둘레 | 2.65 (0.22) | 2.66 (0.22) | 2.66 (0.22) | 2.91 (0.22) | 2.37 (0.23) | ab | ab | a | b | 2.77* |
| 아래팔 둘레 | 2.94 | 2.99 | 2.92 | 3.07 | 2.77 | a | a | a | a | 1.01 |
| 손목 둘레 | 3.06 (0.12) | 3.09 (0.12) | 3.12 (0.12) | 3.14 (0.12) | 2.91 (0.12) | a | a | a | a | 0.71 |
| 넓적다리 둘레 | 2.65 (0.42) | 2.55 (0.41) | 2.85 (0.41) | 2.86 (0.42) | 2.37 (0.43) | ab | a | a | b | 3.26* |
| 장딴지 둘레 | 2.74 (0.25) | 2.71 (0.25) | 2.60 (0.25) | 3.03 (0.25) | 2.62 (0.26) | ab | b | a | b | 2.19 |
| 발목 둘레 | 2.94 (0.15) | 2.86 (0.15) | 2.96 (0.15) | 3.14 (0.16) | 2.84 (0.16) | a | a | a | a | 1.17 |
| 몸통 둘레 | 2.45 | 2.40 | 2.58 | 2.90 | 1.96 | b | ab | a | c | 10.12*** |
| 목 길이 | 2.75 | 2.89 | 2.63 | 2.99 | 2.46 | a | ab | a | b | 3.72** |
| 등의 길이 | 2.89 (0.30) | 2.87 (0.31) | 2.92 (0.31) | 3.08 (0.30) | 2.68 (0.30) | ab | ab | a | b | 1.83 |
| 등의 굽곡 | 3.08 | 3.02 | 2.99 | 3.19 | 3.17 | a | a | a | a | 0.65 |
| 엉덩이 길이 | 2.82 (0.14) | 2.86 (0.14) | 2.75 (0.14) | 2.94 (0.14) | 2.73 (0.14) | a | a | a | a | 0.65 |
| 어깨 너비 | 2.76 (0.30) | 2.74 (0.30) | 2.69 (0.30) | 3.16 (0.30) | 2.46 (0.30) | b | b | a | b | 5.04** |
| 어깨 경사 | 2.99 (0.15) | 2.94 (0.13) | 2.86 (0.16) | 3.23 (0.17) | 2.97 (0.15) | ab | b | a | ab | 1.63 |
| 머리 크기 | 3.16 (0.41) | 3.14 (0.41) | 3.05 (0.41) | 3.43 (0.41) | 3.04 (0.42) | ab | b | a | b | 2.22 |
| 손 크기 | 3.19 | 3.01 | 3.15 | 3.23 | 3.41 | b | ab | ab | a | 1.93 |
| 발 크기 | 3.22 | 3.15 | 3.26 | 3.09 | 3.38 | a | a | a | a | 1.05 |
| 팔 길이 | 3.00 (0.41) | 2.93 (0.41) | 2.96 (0.41) | 3.23 (0.41) | 2.92 (0.41) | a | a | a | a | 1.37 |
| 다리 길이 | 2.69 (0.70) | 2.81 (0.69) | 2.65 (0.69) | 2.91 (0.70) | 2.36 (0.70) | a | ab | a | b | 3.28* |
| 몸통 길이 | 2.69 (0.51) | 2.76 (0.51) | 2.62 (0.51) | 2.91 (0.51) | 2.45 (0.52) | ab | ab | a | b | 2.37 |
| 키 | 2.56(155.28) | 2.66(156.67) | 2.47(155.47) | 2.69(154.81) | 2.39(153.68) | a | a | a | a | 1.07 |
| 몸무게 | 2.35 (0.45) | 2.53 (0.44) | 2.32 (0.44) | 2.58 (0.44) | 1.92 (0.47) | a | a | a | b | 5.48*** |
| 체형 | 2.41 | 2.51 | 2.40 | 2.64 | 2.07 | a | ab | a | b | 3.94** |

* : P<0.05, ** : P<0.01, *** : P<0.001

() 안은 실제 측정치의 지수치임

경향을 나타내었다. 그 중 배둘레(2.31)와 허리둘레(2.43)에서 만족도가 가장 낮았다.

유형 2의 집단은 키와 둘레항목이 보통인 체형이었으나 역시 자신의 신체에 만족하지 못하는 경향을 나타내었다. 배둘레(2.21), 몸무게(2.32), 체형(2.40)에서 만족도가 낮았다.

유형 3은 키와 둘레항목이 보통인 체형으로 분류되었으나 유형 2보다는 너비·둘레항목의 인자점수가 낮게 나타나 약간 더 마른 체형임을 알 수 있다. 이 유형은 다른 유형 집단에 비해 만족도의 평균값이 상대적으로 높게 나타났다. 따라서 길이에 대한 항목보다 둘레에 대한 항목에서 자신의 체형이 말랐을 경우 자신의 신체에 좀 더 만족하는 경향이 있음을 알 수 있었다.

유형 4는 키가 작으면서 뚱뚱한 체형 집단으로, 모든 유형 중에서 만족도의 평균 점수가 가장 낮았다. 그 중 몸무게에서 1.92의 작은 값을 나타내어 강한 불만을 표시하였으며 그 다음은 몸통둘레(1.96), 배둘레(2.01), 체형(2.07), 엉덩이둘레(2.15), 허리둘레(2.32), 다리길이(2.36), 윗팔둘레(2.37), 키(2.39), 몸통길이(2.45), 목길이(2.46), 어깨너비(2.46)의 순으로 2.50이하의 작은 값을 나타내었다. 모든 유형 중 자신의 신체에 대한 만족도가 가장 낮았다.

V. 결 론

만 35세에서 59세까지의 중년 여성 614명을 대상으로 실제 체형과 신체에 대한 자기 평가와의 관계를 살펴본 결과 다음과 같은 결론을 얻었다.

1. 신체 각 부위에 대한 인식도 분석 결과 연령 및 유형에 상관없이 굵기와 관련한 부위에서는 굵다고 인식하였고, 길이와 관련한 부위에서는 다소 작거나 짧다고 평가함으로써 스스로의 신체를 굵고 짧다고 평가하였다. 또한 좀 더 젊은 연령 집단이 나이가 많은 연령 집단에 비해 자신의 신체를 실제보다 더 굵으며 짧다고 인식하였다. 그 중 허리둘레, 배둘레, 엉덩이둘레, 윗팔둘레, 넓적다리둘레 등의 항목은 다른 둘레항목에 비해 더 굵다고 하였으며, 둘레항목 중 가슴둘레는 다른 둘레항목에 비해 오히려 작다고 하였다. 길이항목에서는 다른 항목에 비해 특히 키를 작다고 평가하였다. 한편 중년 후기 집단은 중년 전

기 집단보다 자신의 신체를 더 굵고 짧다고 하였다. 또한 45~49세 집단은 다른 연령 집단에 비해 자신의 신체를 가장 굵고 짧다고 평가하였다.

중년 전기 집단의 인식도의 결과를 살펴보면 40~44세 집단이 35~39세 집단에 비해 자신의 신체를 더 굵고 짧다고 평가하였으며, 중년 후기 집단에서는 45~49세 집단이 다른 연령 집단에 비해 자신의 신체를 더 굵고 짧다고 평가하였다. 그리고 모든 연령 집단 중에서 45~49세 집단이 자신의 신체를 가장 굵고 짧다고 평가하였다.

2. 신체 각 부위에 대한 만족도 분석 결과 연령 및 유형과 상관없이 스스로의 신체에 대한 만족도가 낮게 나타나 스스로의 체형에 만족하지 못함을 알 수 있었다. 특히 배둘레, 몸무게, 엉덩이둘레, 체형의 항목에서 만족도가 낮았다. 또한 나이가 많은 연령 집단이 젊은 연령 집단보다 자신의 신체에 대한 만족도가 높았다. 유형별 비교에서는 자신의 체형이 크고 말랐을 경우 좀 더 자신의 신체에 만족하는 경향을 나타내었다. 그리고 중년 전기 집단은 둘레항목에서, 중년 후기 집단은 길이항목에서 만족도가 낮았다. 중년 전기 집단은 35~39세 집단에서, 중년 후기 집단은 45~49세 집단에서 가장 만족도가 낮게 나타났다. 특히 45~49세 집단은 모든 연령 집단 중 만족도가 가장 낮았다.

참고문헌

- 이영주. (1997). *중년여성의 하반신 형태에 따른 인식도와 슬랙스 입체 재단에 관한 연구*, 영남대학교 대학원 박사학위 논문.
- 유정미. (1980). *중년 여성복 연구*, 홍익대학교 산업미술대학원 석사학위 논문.
- 심정희, 함옥상. (2001). *중년 여성의 체형 분류 및 연령별 특징 연구*. *한국의류학회지*, 25(4), 795-806.
- Secord, P. F. & Jourard, S. M. (1953). The appraisal of body cathexis: body cathexis and the self. *Journal of Consulting Psychology*, 17, 343-347.
- 심정희. (2001). *중년 전기 여성의 체형 유형화에 관한 연구*. *한국의류학회지*, 25(8), 1386-1397.
- 심정희. (2002). *중년 후기 여성의 체형 유형화에 관한 연구*. *한국의류학회지*, 26(1), 15-26.
- 정재은. (1993). *20대 여성의 실제체형과 이상형에 관한 연구*, 서울대학교 대학원 석사학위 논문.