

女大生들의 體型에 대한 認識과 外貌관리行動에 관한 研究

李貞順 · 韓敬姬*

祥明大學校 衣裳디자인專攻 教授
水原女子大學 패션코디네이션과 教授*

The Research on the Female College Students' Perception of their bodies and their Appearance-Management Behaviors

Lee, Jung-Soon · Han, Gyung-Hee*

Professor, Dept. of Fashion Design, Sangmyung University
Professor, Dept. of Fashion Coordination, Suwon Women's College*

Abstract

This research analyzes how female college students' perception of somatotype-self and their satisfactions with their somatotype-self affect their appearance-management behaviors. The result is as follows: 1)An analysis of subjects' physical characteristics revealed that the average figures of their body sizes were within the normal boundaries. The average Quetelet Index of the subjects, which determines obesity of adults, was slightly below the nationwide physical standard of Korea. 2)The subjects' satisfaction with their each body part shows that the women were unsatisfied with every body-part measurement: height, bust size, waist size, hips size and particularly weight. 3)While most of the respondents recognized that sizes of their body parts were average, they were not happy with their body sizes. 4)Three factors were recognized from the study of appearance-management behaviors of the subjects: we defined them as 'Appearance Management', 'Weight Management', and 'Satisfaction with one's Appearance.' The study showed that the fatter, the more a subject controlled her weight. 5)A correlation study between one's perception of her body and her appearance-management behavior found that the more obese a subject was, the harder the subject was controlling her weight.

Key Words : 체형인식(perception of somatotype-self), 체형만족(satisfaction of somatotype), 이상적 체형(ideal somatotype), 실제 체형(real somatotype)

1. 서론

경제발달로 인한 생활의 풍요로움과 현대사회의 외모 중시 풍조의 영향으로 과거에 비해 미에 대한 관심이 급격히 증가되었으며 이에 따른 상업도 크게 확산되어 체형관리 및 성형, 그리고 피부미용과 같은 외모와 관련된 산업이 크게 성장하였다. 현대의 이상적인 신체이미지는 지나치게 마르고 젊은 서구화된 신체모습으로 실제 정상적인 신체를 소유하였음에도 불구하고 이상적인 신체이미지와 불일치로 인한 신체이미지를 왜곡되고 부정적으로 인식하는 경우가 많다. 이러한 이상적신체와 실제신체의 지각 차이는 신체존중감에 영향을 미치고 이는 다시 신체관련 소비의도에 영향을 미친다(김완석, 김해진, 2005). 최근 매스미디어를 통하여 이상적 외모에 대한 빠른 전파와 좋은 신체적 외모가 주는 행복과 성공이 양식화됨에 따라 많은 사람들이 신체에 대하여 불만족을 고민하고 있으며 그 불만의 정도가 지나쳐 현시대의 중요한 사회적·심리적 문제가 되고 있다. 자신의 체형에 대한 인식과 이에 따른 외모관리행동들이 직접적으로 의복행동에 영향을 미치고 있다. 특히 여대생의 경우 자신의 외모와 체형에 대하여 높은 관심을 가지며(허갑범, 1990) 이 시기에는 신체적, 심리적, 사회적 변화가 일어나고 자아관이 불안정한 시기이기 때문에 자신이 외모와 의복에 대한 만족과 불만족은 그들의 기분이나 행동에 많은 영향을 주게 된다(서화숙, 송정아, 2004).

전경숙(2002), 심정희(2003), 조윤주(2005) 등의 신체인식에 관한 선행연구를 살펴보면 '다이어트가 필요한 체형이라고 생각한다', '뚱뚱한 체형이라고 생각한다', '체형에 대해 많은 생각을 한다' 등의 자신의 신체에 대한 심정을 사용한 문항들로 구성되었으나 본 논문의 경우 신체인식에 대하여 신체 각 부위를 단계별로 인식하는 정도를 설문문항으로 구성하였다. 이는 현대 여성들이 신체 부위별 사이즈에 대하여 예민하고 이에 따른 신체 부위별 외모관리행동이 다양하게 나타나기 때문에 실제 신체 사이즈와 신체 부위에 대한 인식과 신체 만족도 및 외모관리행동과의 관계를 밝히는데 연구의 의의가 있다. 사회적으로 인정되는 이상적인 외모는 자신의 미적기

준으로 내면화되며 스스로 이상적 미를 실현하기 위하여 구체적인 외모관리행동을 이끌어낸다.

따라서 본 연구에서는 패션산업에 영향력을 미치는 여대생 집단을 대상으로 날로 심각해지는 현대의 외모 중시 사회의 체형에 대한 인식과 외모관리행동에 대하여 분석하고자 한다. 이를 바탕으로 여대생들이 체형에 대한 올바른 인식과 심리적 안녕감을 가지며 적절한 외모관리를 통하여 자존감을 획득할 수 있도록 도움이 되고자 한다.

II. 이론적 배경

1. 체형인식

박우미(2000)는 여대생은 신체에 대한 실제치수와 이상적 치수에 대한 차이가 크며, 자신의 체형을 인식하는 인식체형이 실제체형보다 신체만족도에 더 많은 영향을 미친다고 하였다. 또한 이에 따른 의복행동은 이상적인 신체를 향한 만족감 상승의 중요한 도구가 된다고 하였다.

남윤자, 이승희(2001)는 신체만족은 실제체형과 인식체형 중 인식체형과 더 관련이 깊고, 한국 여대생들은 미국 여대생보다 다른 경향임에도 불구하고 자신의 체형인식에서 더 뚱뚱한 것으로 인식함으로써 더 불만족하고 있는 것으로 나타났다고 하였다.

전경숙(2002)은 체형의식에 따른 의복관여 및 의복만족도에 관한 연구에서 신체만족도는 각 부위의 실제치수보다는 인식도에 높은 상관성이 나타났다고 하였다.

조윤주(2003)는 여대생의 체형 인식도와 만족도 차이 연구에서 자신의 체형에 대한 인식은 대부분 허리와 엉덩이, 넓다리, 장딴지는 굵고 다리길어와 키는 작은 것으로 인식하고 있다고 하였다.

2. 외모관리행동

외모관리행동은 자신의 선천적인 외모를 노력과 투자에 의하여 후천적으로 변화시킬 수 있다는 사고방식에 기인한다. 즉 타인에게 비치는 자신의 모습이 기대이상으로 보이도록 하기 위하여 의복, 화장

품, 액세서리 등을 이용한 의복행동이나 운동 및 다이어트를 통한 체형관리, 성형수술 등을 통하여 자신의 신체매력을 과시하려는 행동을 의미한다.

김재숙, 송경자(1999)는 현대의 대다수의 여성들이 피부관리, 기능성 속옷의 착용 등 신체를 변형시키지 않고 외모를 가꾸는 외모관리행동을 주로 많이 하는 것으로 나타났고, 염색, 시력교정수술 등도 다소 한다고 하였다.

Rudd, Lennon(2001)은 미국 여대생으로 대상으로 신체이미지와 외모관리행동에 대해 질적 연구를 하였다. 그 결과 현대서구사회의 이상적 미의 기준은 날씬함, 매력, 체력 등으로 나타났으며, 서구여성은 운동을 통한 외모관리를 중요시 여긴다고 하였다.

이영주, 임숙자(2001)는 현대사회에서의 여성의 아름다움은 끊임없이 추구하고 사회의 규범화되어 여성의 아름다움을 인위적으로 추구 할 수 있다는 사고방식이 점차 확산되어 있다고 하였다.

김선희(2003)는 자신의 외모를 더욱 아름답게 하고자 하는 의지가 외모관리행동을 하는 원동력이 되며 한국 여성의 경우 이상적인 미로 '내적인 미'와 '서구적인 신체 매력'을 추구하였으며 이상적인 미를 추구하기 위해 얼굴 부분을 가꾸고 외모관리행동으로 화장이나 피부관리를 많이 하는 것으로 나타났다.

서화숙, 송정아(2004)는 체중이 많이 나가는 여대생일수록 섭취조절이나 의복사용 같은 외모관리행동을 더 많이 하며, 체중이 신장보다 외모관리행동에 더 큰 영향을 미친다는 것을 알 수 있다고 하였다.

황진숙, 김윤희(2006)는 외모관리행동에 따른 집단을 분류한 결과 '과격한 체중조절집단', '일상적 외모관리집단', '의복을 통한 외모관리집단', '무관심 집단'의 4집단으로 분류하였으며, 남성들은 평상시 운동이나 식사습관, 수면 등을 통한 외모관리 행동을 더 많이 하며, 여성들은 남성들에 비해 일상적인 외모관리보다 과격한 체중조절이나 의복을 통한 외모관리를 더 한다고 하였다. 또한 여성들은 극도로 마른 몸매를 동경하고 이상적인 외모를 가꾸기 위해 투자를 아끼지 않는다고 하였다.

최근에는 몸 자체를 변화시키는 것을 목적으로 하

는 소비행동이 급격하게 증가되고 있다(김완석, 김해진, 2005).

III. 연구방법 및 내용

1. 연구대상 및 연구내용

본 연구는 임의표본추출법으로 추출된 208명의 여대생을 대상으로 설문조사를 실시하였다. 질문지 총 230부를 배부하여 210부가 회수되었으며 불완전한 응답지 2개를 제외한 208부를 본 연구의 분석자료로 사용하였다. 연구기간은 1, 2차 예비조사를 거쳐서 2007년 1월부터 3월까지 본 조사를 실시하였다. 연구절차는 설문지의 타당도와 신뢰도를 높이기 위하여 의류관련 전공의 훈련받은 면접자가 여대생 30명을 대상으로 1차 예비조사를 실시하였다. 1차 예비조사 결과를 토대로 설문지를 수정, 보완하여 여대생 230명을 대상으로 본 조사를 실시하였다. 질문지는 신체인식 관련한 14문항과 자신의 신체에 대한 만족도에 관련한 15문항, 그리고 외모관리행동 관련한 12문항으로 구성되었다. 체형인식 및 신체만족도에 관한 문항은 백희영 외 3인(2000)의 연구, 조윤주(2003)의 연구에서 사용한 항목들을 종합하여 키, 몸무게, 젖가슴둘레, 허리둘레, 엉덩이둘레, 위팔둘레, 아래팔둘레, 손목둘레, 넓다리둘레, 장딴지둘레, 팔길이, 다리둘레, 어깨너비에 대하여 측정하였다. 조사대상자들의 신체적 특성은 신장, 체중을 조사하여 신체지수치[B.M.I.(Body Mass Index, 체질량지수):체중(kg)/신장²(cm) $\times 10^4$]를 이용한 체형분류를 하였다. 성민정, 김희은(2001), 홍금희(2006) 등의 연구에 따라 20.0미만을 수척, 20.0~24.9를 정상, 25.0이상을 비만으로 판정하였다.

2. 분석방법

본 연구의 분석방법은 SPSS 14.0/PC (Statistical Package for the Social Sciences/ Personal Computer) 프로그램을 이용하여 전산처리하였다. 통계는 원천 데이터의 내용들이 도수분포상에서 어떠한 분포적 특성을 가지고 있는지를 파악하기 위하

여 빈도분석을 사용하였다. 또한 측정도구의 신뢰도를 검증하기 위해 Cronbach's α 를 산출하였고, 신체 인식과 외모관리행동을 분석하기 위하여 요인분석, ANOVA와 T-Test, 상관분석을 이용하였다.

IV. 결과 및 고찰

1. 연구대상자 체형의 특성 및 만족도

연구대상자의 체형적 특성은 <표1>에 나타난 바와 같이 키는 평균 163.0cm이며, 몸무게는 평균 52.0kg, 가슴둘레는 평균 84.2cm, 허리둘레는 평균 67.8cm, 엉덩이둘레는 평균 92.3cm으로 나타났다. 이는 2004년 국민표준위자료에 따른 부위별 사이즈와 비교해볼 때 키는 3.0cm, 가슴둘레는 2.3cm, 허리둘레는 0.8cm, 엉덩이둘레는 1.0cm 더 크고, 몸무게는 1.5kg 더 작은 것으로 나타났다. 신체지수의 평균값은 모두 정상범위에 속하였으며, 성인의 비만 판정에 이용되는 체격지수인 BMI로 볼 때 연구대상자의 BMI평균은 .20으로 국민표준체위보다 약간 작게 나타났다.

연구대상자들의 신체부위별 만족도를 살펴보면 키, 몸무게, 가슴둘레, 허리둘레, 엉덩이둘레의 모든 항목에서 불만족하고 특히 몸무게에서 불만족하는 것으로 나타났다.

2. 체형분류에 따른 인식

조사대상자들이 인식하고 있는 체형에 따른 빈도 분석결과<표 2> 비만정도에 따른 체형의 경우 수척 체형이 29명(13.9%)이었으며 정상체형은 131명(63.0%)이었으며 동등한 체형은 48명(23.1%)로 나타났다. 굴신정도에 따른 체형의 경우 굴신체형이 49명(23.6%)이었으며 정상체형은 144명(69.2%)이었으며 반신체형은 15명(7.2%)로 나타났다.

3. 신체부위별 인식과 만족도

조사대상의 신체부위별 인식과 만족도<표2>를 조사해본 결과 대부분의 신체부위는 평균사이즈로 인식하고 있는 것으로 나타났다. 손목둘레는 가늘다고 인식하고 있으며, 엉덩이둘레, 넓다리둘레, 장딴지둘레의 하반신관련 항목의 둘레에서 굵다고 인식하는 것으로 나타났다. 만족도의 경우 대부분의 신체부위에서 불만족하는 것으로 나타났다. 특히, 몸무게를 비롯하여 젓가슴둘레, 허리둘레, 엉덩이둘레, 위팔둘레, 장딴지둘레에서 불만족이 높은 것으로 나타났다. 신체부위별 인식과 만족도의 관계를 paired t-test 분석한 결과 키, 팔길이와 다리길이는 $***p<.001$ 수준에서 유의한 차이를 나타내어 길이가 길수록 만족하는 것으로 나타났으며, 몸무게는 $***p<.001$ 수준에서 유의한 차이를 나타내어 몸무게가 가벼울수록 만족하는 것으로 나타났다. 허리둘레와 아래팔둘레는 $***p<.001$ 수준에서 유의한 차이를 나타내어 가늘수록 만족하는 것으로 나타났다.

<표 1> 연구대상자 체형의 특성 및 만족도

구 분	빈도(N)	평 균		만족도(평균)	표준편차
		실제치수	국민표준*		
키(cm)	208	163.0	160.7	2.6	1.2
몸무게(kg)	208	52.0	53.5	2.0	1.0
가슴둘레(cm)	208	84.2	81.9	2.2	1.1
허리둘레(cm)	208	67.8	67.1	2.3	1.0
엉덩이둘레(cm)	208	92.3	91.3	2.4	1.0
BMI	208	.20	.21		

* 국민표준은 2004년 국민표준위자료로 20-24세 여성을 기준

** [B.M.I.(Body Mass Index, 체질량지수):체중(kg)/신장²(cm)x10⁴]

20.00미만:수척, 20.0~24.9:정상, 25.0이상:비만

<표 2> 체형인식에 따른 빈도

체형분류 빈도(%)	비만정도			골신정도			합계
	수척체형	정상체형	비만체형	골신체형	정상체형	반신체형	
N	29	131	48	49	144	15	208
%	13.9	63.0	23.1	23.6	69.2	7.2	100

<표 3> 신체부위별 인식과 만족도의 관계

신체부위	체형인식		만족도		T값
	단계	평균	단계	평균	
키	작다 - 크다	3.0	만족 --- 불만족	3.4	-.48***
몸무게	가볍다 - 무겁다	3.3	만족 --- 불만족	3.8	.51***
젖가슴둘레	작다 - 크다	2.8	만족 --- 불만족	3.7	-.96
허리둘레	가늘다 - 굵다	3.1	만족 --- 불만족	3.6	.51***
엉덩이둘레	작다 - 크다	3.5	만족 --- 불만족	4.0	.44
위팔둘레	가늘다 - 굵다	3.3	만족 --- 불만족	3.7	.39
아래팔둘레	가늘다 - 굵다	2.9	만족 --- 불만족	3.4	.49***
손목둘레	가늘다 - 굵다	2.5	만족 --- 불만족	2.9	.36
넓다리둘레	가늘다 - 굵다	3.7	만족 --- 불만족	4.1	.36
장딴지둘레	가늘다 - 굵다	3.5	만족 --- 불만족	3.9	.41
팔길이	짧다 - 길다	3.3	만족 --- 불만족	3.0	-.29***
다리길이	짧다 - 길다	3.0	만족 --- 불만족	3.6	-.59***
어깨너비	좁다 - 넓다	3.1	만족 --- 불만족	3.3	.16

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

4. 인지체형과 실제체형간의 체형분류 및 평균치

연구대상자들이 본인의 체형에 대하여 스스로 인지하고 있는 체형을 수척체형, 정상체형, 비만체형으로 분류하여 집단별 평균 키와 체중을 살펴본 결과<표4, 인지체형> 수척체형의 경우 평균 키는 163.4cm·평균 체중은 45.9kg이며, 정상체형의 경우 평균 키는 163.0cm·평균 체중은 51.4kg이며, 비만체형의 경우 평균 키는 163.0cm·평균 체중은 58.2kg로 나타났다.

연구대상자들의 체형을 BMI에 의하여 수척체형, 정상체형, 비만체형으로 분류하여 집단별 평균 키와 체중을 살펴본 결과<표4, 실제체형> 수척체형의 경우 평균 키는 163.2cm·평균 체중은 45.3kg이며, 정상체형의 경우 평균 키는 163.2cm·평균 체중은 55.0kg이며, 비만체형의 경우 평균 키는 164.3cm·

평균 체중은 72.3kg로 나타났다.

연구대상자의 키의 경우 인지체형과 실제체형 모두 차이를 보이지 않았으나 몸무게의 경우는 체형간 차이를 확실히 나타내었다. 인지체형에 따른 체형분류와 실제사이즈에 따른 체형분류간을 paired t-test 분석한 결과 키의 경우는 유의한 차이를 나타내지 않았으나 몸무게의 경우는 **p<.01 수준에서 유의한 차이를 나타내었다.

체형분류에 따른 BMI(Body Mass Index, 체질량지수)를 살펴본 결과 본인이 비만이라고 인지하는 경우 실제 비만이 아닌 것으로 나타났다. 이는 실제 비만이 아닌 경우에도 본인 스스로가 비만이라고 생각하는 학생들이 많은 것을 의미한다.

5. 외모관리행동

여대생의 외모관리행동을 평가하기 위하여 13문항에 대하여 요인분석을 실시한 결과 총분산을 58.36% 설명하는 3개 요인이 추출되었다. 요인분석 결과와 각 요인별 요인 점수값이 가장 높은 이미지를 대표 이미지로 <표5>에 제시하였다.

요인 I은 '나는 언제나 남들 앞에 나가기 전에 내 모습이 괜찮은지 확인한다' 등의 7문항으로 구성되었으며, 총 분산의 22.82% 설명력을 나타냈고 '외모관리'로 명명하였다.

요인 II는 20.13%의 설명력을 지니며 '나는 체중을 줄이려고 다이어트 중이다'를 포함하여 4문항으로 구성되었고 '체중관리'로 명명하였다. 요인 III은 15.41%의 설명력을 지니며 '나는 내 외모에 만족한다'를 포함하여 4문항으로 구성되었고 '외모만족'으로 명명하였다.

신체인식에 따른 외모관리행동<표6>을 분석한 결과 비만의 정도에 따라 체중관리를 하는 것으로 나타났다(**p<.01) 그 외에는 체형에 따른 유의한 차이는 나타나지 않았으나 전체적으로 살펴본 결과 여대생들의 외모만족은 낮게 나타났으며(평균 2.6), 외모관리는 많이 하고 있는 것으로 나타났다(평균 3.6).

<표 4> 인지체형과 실제체형간의 체형분류 및 평균치

체형분류	키(cm)			몸무게(kg)			인지체형 BMI	실제체형 BMI
	인지체형	실제체형	T-test	인지체형	실제체형	T-test		
수척 체형	163.4	163.2	.11	45.9	45.3	6.33***	.17	.17
정상 체형	163.0	163.2	-.57	51.4	55.0	-3.65***	.19	.21
비만 체형	163.0	164.3	-.88	58.2	72.3	-.83**	.21	.27

p<.01, *p<.001

* [B.M.I.(Body Mass Index, 체질량지수):체중(kg)/신장²(cm)x10⁴] 20.0미만:수척, 20.0~24.9:정상, 25.0이상:비만

<표 5> 외모관리행동 요인분석

요인 및 문항내용		평균	표준 편차	요인 부하량	고유치	Cronbach's α	누적 분산
요인 I 외모 관리	나는 언제나 남들 앞에 나가기 전에 내 모습이 괜찮은지 확인한다	4.10	.79	.82	3.20	.59	22.82
	내가 항상 멋지게 보이는 것은 중요하다	3.96	.84	.79			
	나는 항상 내 외모를 더 좋게 보이려고 노력한다	3.97	.81	.76			
	나는 내 차림새가 적절하지 못하면 신경이 쓰인다	4.36	.75	.70			
	나는 수시로 거울에 비친 내 모습을 살펴본다	3.63	.93	.60			
나는 사람들이 나의 외모에 대해 어떻게 생각하는지에 관심이 없다	1.95	.90	-.58				
요인 II 체중 관리	나는 체중을 줄이려고 다이어트 중이다	3.06	1.22	.85	2.82	.84	42.95
	나는 몸무게가 조금만 변해도 걱정한다	2.95	1.23	.84			
	나는 빠른 시간 안에 체중을 줄이려고 매우 엄격한 식사 제한을 한 일이 있다	2.59	1.41	.80			
	나는 언제나 살찐 것에 대해, 또는 살이 찌까봐 걱정이다	3.78	1.16	.79			
요인 III 외모 만족	나는 내 외모에 만족하다	2.84	.84	.75	2.16	.68	58.36
	대부분의 사람들은 나를 멋지다고 여길 것이다	2.71	.76	.71			
	나는 성적 매력이 있다	2.63	.97	.70			
	난 옷을 입지 않을 때의 내 몸매가 마음에 든다	2.31	1.04	.68			

<표 6> 신체인식에 따른 외모관리행동

	수척체형		정상체형		비만체형		합계		F값	정상체형		굴신체형		반신체형		평균		F값
	평균	표준편차	평균	표준편차	평균	표준편차	평균	표준편차		평균	표준편차	평균	표준편차	평균	표준편차	평균	표준편차	
외모관리	3.8	.43	3.6	.43	3.6	.62	3.6	.48	1.34	3.7	.48	3.7	.45	3.5	.69	3.6	.49	.62
체중관리	2.3	1.03	3.1	.98	3.6	.86	3.1	1.04	14.95**	3.1	1.01	3.1	1.16	3.2	.85	3.1	1.03	.13
외모만족	2.7	.71	2.7	.61	2.5	.72	2.6	.66	.82	2.7	.62	2.5	.64	2.8	.92	2.6	.65	1.61

**p<.01

<표 7> 신체인식과 외모관리행동간의 상관분석

		체형인식		외모관리행동		
		비만정도	굴신정도	외모관리	체중관리	외모만족
체형인식	비만정도	1	-.06	-.06	.36***	-.12
	굴신정도	-.06	1	-.06	.02	.13
외모관리행동	외모관리	-.08	-.62	1	.20**	.16*
	체중관리	.36***	.02	.20**	1	.07
	외모만족	-.12	.13	.16*	.07	1

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

신체인식과 외모관리행동간의 상관분석<표7> 결과 비만의 정도와 체중관리행동과의 관계는 ***p<.001수준(양쪽)에서 유의하게 나타나 비만이 심할수록 체중관리를 하는 것으로 나타났다. 또한 외모관리행동의 요소간의 상관분석을 살펴본 결과 외모관리집단과 체중관리집단간의 상관성은 통계적으로 상관계수 0.05 수준(양쪽)에서 유의하게 나타나 외모관리를 할수록 체중관리를 하는 것으로 나타났다. 또한, 외모관리집단과 외모만족집단간의 상관성은 통계적으로 상관계수 0.05 수준(양쪽)에서 유의하게 나타나 외모에 만족할수록 외모관리를 하는 것으로 나타났다.

V. 결론

본 연구의 목적은 여대생들이 자신의 신체에 대한 인식과 만족도가 외모관리행동에 어떤 영향을 미치는지를 분석하는데 있으며 결과는 다음과 같다.

연구대상자의 체형적 특성을 분석한 결과 키는 평균 163.0cm이며, 몸무게는 평균 52.0kg, 가슴둘레는 평균 84.2cm, 허리둘레는 평균 67.8cm, 엉덩이둘레는 평균 92.3cm으로 나타났다. 이는 2004년 국민표준위자료에 따른 부위별 사이즈와 비교해볼 때 키, 가슴둘레, 허리둘레, 엉덩이둘레는 크고, 몸무게는 더 작은 것으로 나타났다. 신체지수의 평균값은 모두 정상범위에 속하였으며, 성인의 비만판정에 이용되는 체격지수인 BMI(Body Mass Index, 체질량지수)지수를 기준으로 볼 때 연구대상자의 BMI평균은 국민표준체위보다 약간 작게 나타났다. 체형분류에 따른 BMI를 살펴본 결과 본인이 비만이라고 인지하는 경우 실제 비만이 아닌 것으로 나타났다. 이는 실제 비만이 아닌 경우에도 본인 스스로가 비만이라고 생각하는 학생들이 많은 것을 의미한다.

연구대상자들의 신체부위별 만족도를 살펴보면 키, 몸무게, 가슴둘레, 허리둘레, 엉덩이둘레의 모든 항목에서 불만족하고 특히 몸무게에서 불만족하는

것으로 나타났다.

조사대상자들이 인식하고 있는 체형에 따른 빈도 분석결과 비만정도에 따른 체형의 경우 수척체형이 29명(13.9%)이었으며 정상체형은 131명(63.0%)이었으며 뚱뚱한 체형은 48명(23.1%)로 나타났다. 굴신정도에 따른 체형의 경우 굴신체형이 49명(23.6%)이었으며 정상체형은 144명(69.2%)이었으며 반신체형은 15명(7.2%)로 나타났다.

조사대상의 신체부위별 인식과 만족도를 조사해본 결과 대부분의 신체부위는 평균사이즈로 인식하고 있는 것으로 나타났다. 손목둘레는 가늘다고 인식하고 있으며, 엉덩이둘레, 넓다리둘레, 장딴지둘레의 하반신관련 항목의 둘레에서 굵다고 인식하는 것으로 나타났다. 만족도의 경우 대부분의 신체부위에서 불만족하는 것으로 나타났다. 신체부위별 인식과 만족도의 관계에서 키, 팔길이와 다리길이는 길이가 길수록 만족하는 것으로 나타났으며, 몸무게는 가벼울수록 만족하는 것으로 나타났다. 또한 허리둘레와 아래팔둘레는 가늘수록 만족하는 것으로 나타났다.

여대생의 외모관리행동을 요인분석한 결과 3개 요인이 추출되었으며 각각 '외모관리', '체중관리', '외모만족'로 명명하였다. 신체인식에 따른 외모관리행동을 분석한 결과 비만의 정도에 따라 체중관리를 하는 것으로 나타났다. 또한 여대생들의 외모만족은 낮게 나타났으며, 외모관리는 많이 하고 있는 것으로 나타났다.

신체인식과 외모관리행동간의 상관분석한 결과 비만이 심할수록 체중관리를 하는 것으로 나타났다. 또한 외모관리를 할수록 체중관리를 하는 것으로 나타났으며 외모에 만족할수록 외모관리를 하는 것으로 나타났다.

본 연구에서는 체형분류 및 신체부위의 사이즈 인식에 관한 설문문항을 통하여 실제 신체 사이즈보다 신체 인식이 신체에 대한 만족도와 외모관리행동에 영향을 미친다는 중요성을 밝혔는데 그 의의가 있다. 따라서 자신의 체형에 대한 올바른 인식과 외모관리행동을 통하여 자존감을 획득하고 외모에 대한 집착을 버리며 다양한 다른 가치를 위하여 노력할 수 있는 계기를 만들어야 할 것이다. 또한 의류산업체에서는 여대생을 대상으로 한 의복디자인의 경우

길이항목은 길어 보이고 둘레항목은 날씬해 보일 수 있는 디자인과 패션을 개발하여 여대생들이 의복을 통해 체형의 불만족한 부분을 보완할 수 있도록 해야 할 것이다.

이상의 연구결과를 토대로 앞으로의 연구를 위한 제언을 하면 다음과 같다.

첫째, 본 연구는 체형에 대한 인식을 신체부위별 이미지와 사이즈를 통하여 사용하였으나 앞으로는 체형에 대한 인식을 좀 더 세분화하여 살펴봄으로써 신체왜곡에 대한 깊이 있는 연구가 진행되어야 할 것이다. 또한 체형관리 및 성형수술에 대한 확산과 부작용들이 늘고 있는 추세에서 좀 더 바람직한 외모관리에 대한 인식과 행동에 대한 연구가 전개되어야 할 것이다.

둘째, 본 연구에서는 피험자 선정과정에서 여대생만을 대상으로 하여 편의표집하였으므로 연구결과를 일반화시키는데 제한이 있다. 따라서 후속 연구에서는 최근 외모에 관심이 많은 남성들의 증가를 고려하여 지역과 성별에 따른 차이를 조사하는 것을 제안한다.

향후 이러한 연구들을 바탕으로 의류업체에서 소비자들의 신체에 대한 인식을 수용하고 적절한 외모관리행동에 도움이 되는 의복디자인들이 개발하는데 도움이 될 것이며 이를 위해서는 시대의 빠른 흐름에 따라 지속적인 연구개발이 필요하다. 또한 관측활동 전개를 위한 효과적인 활용방안을 제시하며 외모관련 업체들의 마케팅 전략 수립에 도움이 될 것이라 기대한다.

참고문헌

- 1) 김선희(2003), 신체이미지와 라이프스타일에 대한 연구, *복식*, 53(1), pp.87-99
- 2) 김원석, 김해진(2005), "여성의 신체이미지 지각이 신체관련 소비에 미치는 영향:소비자,광고", *한국심리학회지*, 6(3), pp.27-40
- 3) 김재숙, 송경자(1999), "신체이미지신체이미지. 신체왜곡 및 자아존중감이 의복행동에 미치는 영향 -태도적.지각적 신체이미지 측정을 중심으로"

- 로-", *복식문화학회지*, 7(5), pp.68-79
- 4) 남윤자, 이승희(2001), "한·미 여대생의 실제체형과 인지체형의 만족도에 관한 비교", *한국의류학회지*, 25(4), pp.736-747
 - 5) 박우미(2000), "신체에 대한 의식과 만족도에 대한 한국과 미국 여대생의 비교연구", *한국의류학회지*, 24(5), pp.736-747
 - 6) 백희영, 남윤자, 박재경, 김주연(2000), "신체에 대한 인식과 계층자료에 의한 여대생들의 체형 비교연구", *대한가정학회지*, 38(3), pp.59-70
 - 7) 서화숙, 송정아(2004), "여대생의 신체적 특성에 따른 신체만족도 및 의복만족도, 외모관리행동에 관한 연구", *의류산업학회지*, 6(3), pp. 329-335
 - 8) 성민정, 김희은(2001), "비만 판정지수에 의한 여대생의 체형분류 및 체형인지도", *한국의류산업학회지*, 3(3), pp.227-234
 - 9) 심정희(2003), "중년 여성의 체형에 대한 자기평가", *한국의류학회지*, 27(1), 18-28
 - 10) 이영주, 임숙자(2001), "체중조절행동과 의복만족도 및 신체노출의복행동의 관련 연구", 이화여자대학교 대학원 석사학위논문
 - 11) 전경숙(2002), "체형의식에 따른 의복관여 및 의복만족도에 관한 연구-서울 시내 여자 중·고등학생을 중심으로-", *한국의류학회지*, 52(3), pp.75-85.
 - 12) 조윤주(2003), "여대생의 체형 인식도와 만족도 차이 연구", *대한가정학회지*, 41(11), pp.73-80
 - 13) 조윤주(2005), "체형인식에 따른 세분화와 의복 평가기준과의 관계", *대한가정학회지*, 43(11), pp.185-196
 - 14) 허갑범(1990), "영양과 관련된 질환의 현황과 대책", *한국영양학회지*, 23(3), pp.197
 - 15) 황진숙, 김윤희(2006), "외모관리행동에 따른 신체이미지 및 심리적 안녕감", *복식* 56(3), pp.143-155
 - 16) 홍금희(2006), "외모의 사회문화적 태도와 신체 비만도와 신체만족도에 미치는 영향", *한국의류산업학회지*, 8(1), pp.48-54
 - 17) Rudd, N.A., & Lennon, S.J. (2001). Body image: linking aesthetics and social psychology of appearance. *Clothing and Textiles Research Journal*, 19(3), 120-133

(2007년 5월 25일 접수, 2007년 7월 30일 채택)