

# 신체 통제에 대한 신념이 외모 만족도에 미치는 영향: 미국 여대생을 대상으로

이 윤 정

고려대학교

## The Influence of Belief in Body Control on Appearance Satisfaction of U. S. Female College Students

Yoon-Jung Lee

Korea University  
(2004. 3. 11. 접수)

### Abstract

The purpose of this study was to examine the influence of belief in body control on appearance satisfaction using structural equation modeling. In the structural equation model, self-esteem was included as a common predictor variable of belief in body control and appearance satisfaction, and the ideal body type and perceived body type were included as mediator variables. The data was collected from 96 female college students in the State of Washington, United States. Using AMOS 4, confirmatory factor analyses were conducted to fit the measurement models, and then the fit of the structural model was examined.

The results of this study are as follows: The indirect effect of belief in body control on appearance satisfaction through its negative effect on ideal body type was significant. Yet, the direct path of belief in body control to appearance satisfaction and the indirect path through their common relationships with self-esteem were found not significant. These results indicate that higher body control belief may lead to lower appearance satisfaction due to the decreased size of ideal body type.

**Key words:** Belief in body control, Appearance satisfaction, Self-esteem, Ideal body size, Structural equation modeling; 신체 통제에 대한 신념, 외모만족도, 자아존중감, 이상적 체형, 공분산 구조분석

### I. 연구의 의의

최근 신문, 잡지 등의 대중매체에서 흔히 볼 수 있는 다이어트 상품 광고에서 신체는 부위별로 크기가 조절 가능한 하나의 객체(object)로 묘사되며, 소비자들은 이런 광고를 통해서 신체의 일부를 원하는 대로 변형시켜 외모를 바꾸는 것이 가능하다고 믿도록 설득된다. 성형수술 또는 다이어트 상품의 광고를 보면 의학 또는 과학의 이름을 빌어 소비자들의 이런 신념을 확고하게 다지려 하는 노력이 보인다. 실제로 미

국의 많은 학자들이 여성들이 신체가 가변적이고 가소성(可塑性, plasticity)이 있는 것으로 여기는 경향이 있음을 언급해 왔다(Sault, 1994; Thompson & Hirschman, 1995). 특히, 몸무게 또는 근육의 크기 등은 비교적 쉽게 변화시킬 수 있는 측면으로 여겨지고 있으며, 이런 경향은 우리나라에서도 사회적 문제로 까지 대두되고 있는 거식증이나 폭식증과 같은 섭식장애, 또는 성형수술 또는 다이어트에 대한 지나친 관심의 증가와도 관련이 크다(McKinley & Hyde, 1996).

이렇게 신체를 변형 또는 통제 가능한 객체로 인식하는 정도를 McKinley와 Hyde(1996)는 신체 통제에 대한 신념(Belief in Body Control)이라고 명명하였다. McKinley와 Hyde는 이 신념이 여성들에게 삶에 대한 통제감을 고취시키는 긍정적인 역할을 할 수도 있으나, 한편으로는 자신의 신체를 객체화 시키고, 스스로를 사회적 기준을 근거로 억압하는 역할을 할 수도 있다고 하였다. 대중매체나 광고가 소비자들로 하여금 신체를 통제할 수 있는 것으로 여기게 부추기는 경향이 있음에도 불구하고 신체 통제에 대한 신념이 소비자들의 전반적 신체만족에 미치는 영향에 대한 연구는 상대적으로 많이 이루어지지 않았다. 체중조절을 위한 식이요법에 관한 연구들에서도 이와 유사한 개념인 체중통제의 소재(Weight Locus of Control, WLOC)라는 개념이 제기되어 이에 대한 연구가 진행되어 왔다(Adame, Johnson & Cole, 1989; Bryan & Tiggemann, 2001; Saltzer, 1982; Stotland & Zuroff, 1990). 그러나, 이들 연구에서도 역시 체중통제의 소재가 체중조절의 성패에 미치는 역할이 중심적으로 다루어졌을 뿐 그것이 궁극적으로 체중조절을 하고자 하는 개인의 신체 만족도에 미치는 영향에 대한 고려는 이루어지지 않았다.

본 연구는 미국 여대생을 대상으로 성형수술 또는 다이어트 상품의 효과에 대한 기대감을 통해서 소비자들이 갖게 되는 신체 통제에 대한 신념이 궁극적으로 소비자들의 신체만족도에 미치는 영향을 공변량 구조분석을 통하여 모형화 함으로써 구체적으로 살펴보는 것을 목적으로 한다. 특히 이 변수가 개인의 전반적 신체 만족도에 미칠 영향을 매개변수와 공통 선행변수를 고려함으로써 간접경로와 직접경로로 나누어 살펴보았다. 신체에 대한 통제는 신체의 다양한 측면에 대한 통제를 포함할 수 있으나, 본 연구에서는 신체 크기의 통제에 대한 신념을 중심으로 살펴보았다. 신체 크기는 다른 측면에 비해 비교적 쉽게 통제될 수 있는 것으로 여겨져 왔을 뿐 아니라 섭식장애와도 관계가 있다. 여대생들은 외모에 많은 관심을 가진 대표적 집단으로 섭식장애 등의 많은 신체이미지 관련 질병의 피해자들도 이므로 이에 대한 연구의 의의가 크다고 할 수 있다.

## II. 이론적 배경

### 1. 신체 통제에 대한 신념

신체 통제에 대한 신념이라는 개념은 여성학적 관점

에서 McKinley와 Hyde(1996)에 의해서 제시되었다. 이는 신체를 변형 가능한 것으로 믿는 정도를 나타내는 개념으로 객체로서의 신체의식도(Objectified Body Consciousness)의 하나의 하위개념이다. McKinley와 Hyde에 따르면 여성들은 사회로부터 자신의 신체를 끊임없이 관찰하고 통제해야 할 하나의 객체로 인식하도록 교육 받는다. 객체로서 신체를 의식하는 데 있어서 외모가 통제가능한 것이냐 아니냐 하는 문제는 외모에 대한 책임이 누구에게 있느냐와 관련된다. 즉, 여성은 외모가 변형이 가능한 객체라면 외모와 관련된 사회적 기준을 따르느냐 못 따르느냐는 개인이 하거나름이라는 결론을 내리게 된다. 따라서 이 논리에 의하면 외모에 대한 책임이 여성 자신에게 지워지게 되며, 이는 사회적으로 인정받지 못하는 외모를 지닌, 즉, 못생기거나 뚱뚱한 여성에게 불이익을 가하는 근거로 작용하기도 한다.

신체 통제에 대한 신념은 긍정적인 측면과 부정적 측면을 모두 갖고 있다(McKinley & Hyde, 1996). 한편으로는 여성들이 외모가 스스로 통제할 수 있는 것이라고 믿는 것은 심리적, 신체적인 복지에 도움이 될 수 있다. 인간은 자신의 환경에 대한 통제를 원하는 본능이 있으며, 특히 서구적 사고방식에 의하면 환경에 대한 개인의 통제력이 갖는 사회적 의미는 크다(Thompson & Hirschman, 1995). 그러나, 한 편으로는 앞서 말한 바와 같이 자신의 신체를 객체로서 인식하도록 훈련을 받은 여성은 자신이 사회의 기준에 못 미치는 체형, 예를 들어 뚱뚱한 체형을 가진 것이 스스로가 자신의 신체를 제대로 통제하지 못한 탓으로 여기게 된다. 또한 외모를 통제할 수 있다는 강한 신념은 음식 섭취량을 지나치게 줄이거나 운동을 지나치게 하는 등의 극단적이고 부정적인 행동들을 유발할 수 있다. 실제로 삶의 다른 부분에 대한 통제력을 잃은 여성들이 체중을 통제함으로써 자신의 삶에 대한 통제의를 되찾으려고 하는 경향이 있다(Bordo, 1993; Kilbourne, 1994). 거식증(anorexia nervosa)이나 폭식증(bulimia nervosa)과 같은 섭식장애나 요즘 새로운 형태의 섭식장애로 간주되고 있는 운동 중독증(muscle dysphoria) 등은 삶에 대한 통제력을 되찾으려고 하는 이런 극단적인 노력의 결과로 나타나기도 한다.

McKinley와 Hyde(1996)가 제시한 신체 통제에 대한 신념과 유사한 개념으로 식이요법 연구분야에서 체중통제의 소재(Weight Locus of Control, WLOC)라는 개

념이 제기된 바 있다(Adame, Johnson & Cole, 1989; Bryan & Tiggemann, 2001; Saltzer, 1982; Stotland & Zuroff, 1990). 이 개념은 개인이 식이요법을 통해서 체중 조절을 가능하게 하는 요인이 자신의 내부에 있다고 여기는가(internal locus of control), 외부에 있다고 여기는가(external locus of control) 나타내는 개념이다(Stotland & Zuroff, 1990). 체중통제의 소재가 내부에 있는 사람은 자신의 노력이나 행동의 변화를 통하여 자신의 체중이 변화될 수 있다고 믿는 반면, 체중통제의 소재가 외부에 있는 사람은 운명 또는 환경 등의 외부적 요인에 의해서 자신의 체중이 변화된다고 생각한다. 즉, 신체 통제에 대한 신념이 높은 사람은 체중통제의 소재가 내부에 있다고 생각할 수 있다.

신체 통제에 대한 신념 척도(McKinley & Hyde, 1998)는 체중 뿐 아니라 다른 신체 측면의 통제도 포함하며, 체중통제의 소재와는 달리 통제의 방법을 식이요법에만 국한시키고 있지 않다는 점에서 체중통제의 소재보다 포괄적 개념으로 이해할 수 있다. 신체 통제에 대한 신념 척도는 체중과 관련된 5개 문항과 체중과 관련되지 않은 문항 3문항을 포함하고 있다. 그러나, 비체중관련 문항들이 체중관련 문항들에 비하여 구체적으로 서술되지 않아 신체 통제의 모든 부분에 대한 통제 신념을 충분히 포괄적으로 포함하기에는 무리가 있다고 본다.

## 2. 외모 만족도

외모에 대한 만족도는 신체이미지 만족도의 하위 개념 중 하나이다. 신체이미지(body image)란 개인이 자신의 신체에 대한 이미지로 이는 신체의 모습, 능력, 효율성에 대한 지각, 태도, 행동을 포함하는데(Cash, 1990; Thompson, 1996), 이 중 외모는 신체이미지의 큰 부분을 차지하기 때문에 일반적으로 신체이미지를 대변하는 것으로 간주되기도 한다. 외모에 대한 만족도는 개인의 삶에 대한 만족을 결정짓는 중요한 하나의 요소로 여겨지고 있다(Alfonso, Allison, Rader & Gorman, 1996).

신체이미지 만족도에 대한 척도에는 신체를 여러 부분으로 나누어 각 신체부분에 대한 만족도를 측정하여 전반적인 신체만족도를 측정하는 척도가 있는가 하면(Franzoi & Shields, 1984; Thomas & Freeman, 1990), 개슈탈트적 입장에서 신체전반에 대한 만족도를 측정하는 척도들도 있다(Thompson, 1996). 신체의 각 부분

적 특성이 전반적 신체 만족도에 미치는 영향이 같지 않다는 관점에서 각 부분에 대한 만족도에 가중치를 두어 전반적 만족도를 계산하기도 하는데, 특히 체중 또는 체형은 전반적 신체만족도에 미치는 효과가 큰 요소로 알려져 있다(Cash, 1990).

## 3. 지각된 체형과 이상적 체형

신체만족도에 영향을 주는 대표적 요인들 중 신체에 대한 지각과 이상을 꼽을 수 있다. 어떤 학자들은 신체만족도를 이상적인 신체상과 실제의 신체상, 또는 지각된 신체상 간의 차이로 정의하기도 한다(Fallon & Rosen, 1985; Thompson, 1990). 즉, 개인이 지각하는 현재의 신체상이 이상적 신체상에 가까울수록 그 사람은 자신의 신체에 대하여 만족한다고 생각할 수 있다.

신체에 대한 지각을 측정하는 척도들은 대체로 신체의 크기에 대한 주관적 지각과 관련된 척도가 많다. 그 중 대표적인 유형이 5~9개의 서로 다른 크기의 인체 그림을 제시하고 응답자로 하여금 이들 그림 중 자신의 신체를 가장 잘 표현한다고 생각되는 그림을 선택하도록 하는 척도들이다(Stunkard et al., 1983; Thompson, 1996에서 재인용; Thompson & Altabe, 1991, Thompson, 1996에서 재인용; Thompson & Gray, 1995). 신체에 대한 지각은 주관적인 것으로 신체의 실제 모습과 반드시 일치하지는 않는다. 그 예로 거식증 증세를 보이는 사람들은 자신의 신체의 크기를 실제보다 크게 지각하는 경향이 있는가 하면, 운동중독증의 경우 실제 신체크기보다 자신의 신체(특히 근육의 크기)를 작게 지각하는 경향이 있다. 이런 주관적인 신체에 대한 지각이 개인의 신체에 대한 만족에 미치는 영향은 실제 신체 모습이 미치는 영향보다 더 큰 것으로 알려져 있다(Thompson, 1996).

신체의 크기에 대한 지각을 측정하는 척도들은 이상적 신체의 크기를 측정하는 데에도 이용될 수 있으며, 이 두 값의 크기의 차이를 체형에 대한 만족도로 간주하기도 한다(Thompson & Gray, 1995). 이상적 신체상은 신체에 대한 사회적인 이상형과 개인적으로 그 이상을 성취할 가능성이 얼마나 되는가에 대한 기대에 의하여 결정된다고 볼 수 있다. 따라서 개인의 이상적 신체상은 신체 통제에 대한 신념의 영향을 받을 것으로 예측할 수 있다.

4. 자아존중감, 신체 통제에 대한 신념, 외모만족도

자아존중감이 높은 사람은 자신의 통제능력에 대한 기대가 일반적으로 높으며(Major, Testa & Bylsma, 1991) 신체 통제에 대한 신념도 높다(McKinley & Hyde, 1996). 체중 통제의 소재에 관한 연구에서도 자아존중감이 높은 사람이 내적 통제 소재를 갖는 경향이 크다고 하였다(Stotland & Zuroff, 1990).

한편 자아존중감이 높은 사람은 대체로 자아에 대한 만족이 높은 편이며, 외모의 측면에서도 자아존중감이 높은 사람은 외모만족도도 높은 것으로 알려져 있다(Irving, 1990). 따라서 자아존중감은 신체 통제에 대한 신념과 외모만족도에 대하여 공통적인 영향을 주는 것으로 기대할 수 있다.

III. 연구 방법 및 절차

1. 연구모형 및 가설

본 연구는 신체 통제에 대한 신념이 소비자들의 외모 만족도에 미치는 영향을 공분산 구조분석 모형(Structural Equation Modeling)을 통해 살펴보는 것을 목적으로 한다. 구체적으로, 본 연구에서는 신체 통제 신념이 외모만족도에 갖는 효과의 여러 경로를 긍정적 경로와 부정적 경로를 포함하는 여러 경로로 나누어 살펴보는 것을 목적으로 한다. 연구의 모형은 <그림 1>에 제시되었고, 구체적 가설은 다음과 같다.

앞서 논의된 바와 같이 선행연구들에 의하면 자아존중감이 높은 개인은 대체로 신체 통제 신념이 높고 외모만족도도 높다. 본 연구에서는 자아존중감이 신체 통제 신념과 외모만족도에 대하여 공통으로 갖는 영향을 고려하고자 하였다. 동시에, 외모에 대하여만

족하는 경우 자아존중감이 높을 것으로 기대된다. 따라서 본 연구에서는 자아존중감과 외모만족도 간에 상호 영향이 있을 것으로 설정되었다.

가설 1. 자아존중감은 신체 통제에 대한 신념에 영향을 미칠 것이다.

가설 2. 자아존중감과 외모 만족도 간에는 상호 영향이 있을 것이다.

신체 통제에 대한 신념은 자신의 주변환경을 통제하고자 하는 인간의 욕구를 만족시키므로 외모만족도에 긍정적인 영향을 가질 것으로 예측할 수 있다. 따라서 본 연구에서는 이런 긍정적인 영향을 포함하는 직접적인 경로도 연구 모형에 포함시켰다. 동시에 신체 통제에 대한 신념이 외모만족도에 미치는 영향 중 한가지는 더 높은 이상을 갖게 함으로써 현실과 이상의 괴리를 크게 하여 만족감을 저하시키는 경로로 볼 수 있으므로, 본 연구에서는 신체 통제 신념이 이상적 체형에 영향을 주고, 이상적 체형과 지각된 체형이 외모만족도를 결정하는 것으로 가설을 설정하였다.

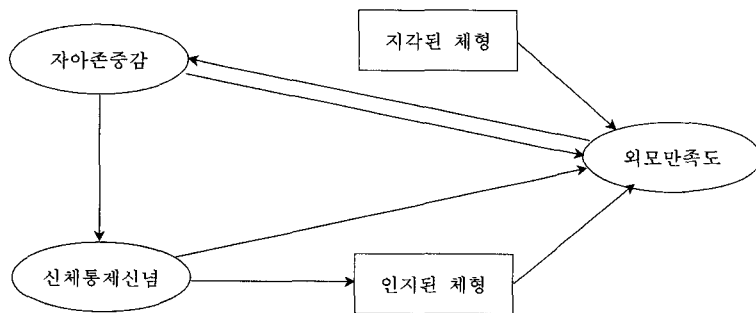
가설 3. 신체 통제에 대한 신념은 외모만족도에 영향을 줄 것이다.

가설 4. 신체 통제에 대한 신념은 이상적 체형에 영향을 줄 것이다.

가설 5. 지각된 실제 체형은 외모에 대한 만족도에 영향을 줄 것이다.

가설 6. 이상적 체형은 외모에 대한 만족도에 영향을 줄 것이다.

<그림 1>의 모형에서 타원으로 표시된 변수들은 잠재변수로 둘 이상의 측정변수에 의해 측정된 잠재변수들(latent variables)이다. 지각된 실제 체형과 이상적 체형은 각각 하나의 문항으로 측정된 측정변수로서 같은 척도를 이용하여 질문만 달리하여 측정하



<그림 1> 연구 모형

였으므로 이들의 오차항들(d3와 d4)은 상관을 갖는 것으로 설정되었다.

## 2. 조사대상 및 자료수집

연구를 위하여 설문조사를 통하여 자료를 수집하였다. 연구자료는 미국 워싱턴주의 2~4년제 대학(University of Washington, Washington State University, Seattle Pacific University, Art Institute of Seattle, Seattle Central Community College 등)의 여학생 110명을 대상으로 수집되었다. 자료 수집을 위하여 수업 담당강사의 동의를 얻어 수업시간 또는 수업 전후에 설문지를 배부하였으며, 분석에 부적절한 설문지를 제외한 96부가 분석에 이용되었다. 응답자의 평균연령은 21.5세였으며, 백인 77%, 아시아인 14%, 그 외의 인종이 8%였다. 이들의 평균 신체 질량 지수(Body Mass Index; 체중/(신장)<sup>2</sup> (Kg/m<sup>2</sup>); Keys, Fidanza, Karvonen, Kmrug & Taylor, 1972)는 22.7이었으며, 미국 국립보건원(National Institutes of Health)의 기준에 따르면 73.5%정도가 정상체중(신체 질량 지수 20이상 25이하)으로 분류된다.

## 3. 측정도구

설문지에는 신체 통제에 대한 신념(이하 신체 통제 신념), 지각된 체형 및 이상적 체형, 외모만족도, 자아존중감을 측정하는 척도들 외에 신체 질량 지수의 계산을 위하여 체중과 신장을 묻는 질문과 연령, 인종 등의 인구통계특성에 대한 질문이 포함되었다.

McKinley와 Hyde(1996)의 대상화된 신체 의식도 척도(Objectified Body Consciousness Scale)의 통제 신념 하위척도(Control Belief Subscale)가 신체 통제에 대한 신념을 측정하는 데 이용되었다. 이 척도는 체중 외의 외모의 다른 측면에 대한 통제까지도 포함한 일반적인 외모 통제에 관한 신념을 측정하는 것을 목적으로 하고 있기 때문에, 5개의 체중관련 문항과 3개의 비체중 관련문항으로 구성되어 있다. 본 연구에서는 체중관련 5개 문항만 이용되었다. 통제 신념 하위척도(Control Belief Subscale)에 대한 점수가 높은 여성은 충분히 노력만 하면 자신의 체중이나 외모를 조절할 수 있다고 믿는데 반하여, 이 척도에 대한 점수가 낮은 사람은 체중이나 외모는 유전적 요소 등에 의해서 결정된다고 믿는다. 이 척도의 Cronbach의

값은 .72로 보고되었다(McKinley & Hyde, 1996).

응답자가 지각하는 실제 체형과 이상적 체형의 차이를 비교하기 위하여 신체 만족도 척도인 Thompson과 Gray(1995)가 개발한 외곽선 신체 그림 척도(Contour Drawing Body Scale)를 이용하였다. 이 척도는 9개의 서로 다른 크기의 신체 그림 중 자신의 외모를 가장 잘 나타낸다고 생각되는 그림과 자신의 이상적 체형을 가장 잘 나타낸다고 생각되는 그림을 하나씩 선택하게 되어 있다. 각 그림은 가장 마른 체형이 1점, 가장 큰 체형이 9점으로 점수화되었다.

외모에 대한 전반적 만족도는 삶에 대한 만족도 측정도구(The Extended Satisfaction with Life Scale, Alfonso, Allison Radar, & Gorman, 1996)의 하위척도인 외모 만족도 척도(Physical Appearance Subscale)를 이용하였다. 이 척도는 자신의 외모에 대한 만족을 긍정 또는 부정으로 묻는 포괄적인 질문들(예를 들어, 당신은 당신의 외모에 대하여 얼마나 만족하십니까? 당신의 외모 중 바꾸고 싶은 부분이 있습니까? 등)을 묻는 5문항의 5점 척도로 구성되어 있다. 이 척도는 남녀 대학생들의 삶에 대한 만족도를 측정하기 위하여 개발되었으며, 내적 일관성은 .91, 재검사 신뢰도는 .83으로 보고되어(Alfonso & Allison, 1993, Thompson, 1996)서 재인용) 여대생들을 대상으로 이용하기에 적절한 척도로 사료된다.

## 4. 분석 방법

자료의 분석을 위하여 SPSS와 AMOS 4를 이용하였다. 먼저 각 이론변수들의 측정모형에 대한 검증을 위해 확인적 요인분석을 실시하여 그 결과에 근거하여 측정모형을 수정, 일정 수준의 적합도가 얻어진 후에, 이론변수들 간의 관계를 검증하는 공분산 구조 분석을 실시하였다.

## IV. 연구 결과

### 1. 측정모형의 적합도 검증

이론모형의 검증에 앞서 측정모형의 검증을 위하여 2개 이상의 측정변수를 통하여 측정된 이론변수들, 즉, 자아존중감, 신체 통제신념, 외모만족도에 대한 신뢰도 분석과 확인적 요인분석이 실시되었다.

이론모형의 검증을 하기 전에 측정모형의 타당도를

높이기 위하여 AMOS가 제공하는 추가지수 (modification indices)와 고정지수(critical range, 이하 C.R.)를 참고하여 적합도를 저해하는 문항들을 제외시키거나 상관이 높은 측정변수들 간의 상관을 허락함으로써 측정모형을 수정하였다. 그 결과 최종적으로 자아존중감 5 문항, 신체 통제신념 4문항, 외모만족도 4문항이 분석에 포함되었다. 자아존중감과 외모만족도의 경우 상관이 높은 측정변수들이 나타나 측정변수들의 오차항간의 상관을 허용하였다(자아존중감의 e9와 e10, 외모만족도의 e2와 e4).

<표 1>은 각 이론변수들의 최종 측정모형의 확인적 요인분석 결과와 신뢰도(Cronbach의 alpha)를 보여준다. 최종 측정모형들의  $\chi^2$ 의 p값이 모두 .05이상이고, GFI값이 .90이상, RMR과 RMSEA값이 .05이하로 전체적 적합도 평가기준을 충족시켰으며, 각 측정항목의 요인 적재치는 모두 2 이상의 C. R.값을 가져 이론모형분석에 적합한 것으로 판단되었다. 또한 신뢰도

도 자아존중감은  $\alpha = .801$ , 외모만족도는  $\alpha = .904$ 로 높은 신뢰도를 보였으며, 신체 통제신념은  $\alpha = .622$ 로 양호한 편이었다.

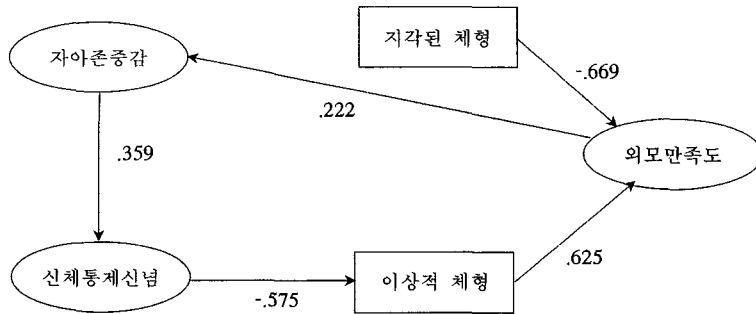
### 2. 이론모형의 검증

<그림 1>에서 제시된 연구모형의 검증을 위하여 공분산 구조 분석을 실시하였다. 전반적인 적합도가 높은 최종 연구모형을 결정하는 과정에서 외모만족도의 4번 문항이 이상적 체형과 높은 상관을 보임이 발견되었다. 이 외모만족도 문항은 이상적 외모와 실제 외모의 지각 차이를 측정하는 문항으로 이들 문항간의 상관이 높은 것은 이론상 적절하다고 사료되어 이 변수와 이상적 체형의 오차항들 간의 상관을 허용하였다. 본 연구의 수정된 연구모형의 적합도를 분석한 결과  $\chi^2 = 67.144$  ( $df = 81, p = .865$ ), GFI = .914, RMR = .092, RMSEA = .000로, RMR값을 제외한 부

<표 1> 이론변수들의 최종 측정모형의 확인적 요인분석 및 신뢰도 분석 결과

연구 변수	최종항목	요인 부하량	표준오차 (SE)	고정지수 (C.R.)	신뢰도 ( $\alpha$ )
자아 존중감	나는 대부분의 다른 사람들만큼은 일을 할 수 있다. (1)	.944	.162	5.842	.801
	나는 적어도 다른 사람들과 비슷한 정도의 가치는 있는 사람이라 생각한다. (7)	.731	.160	4.579	
	대체로, 나는 나 스스로가 실패라고 여기는 경향이 있다. (R)(8)	1.000			
	나는 내가 스스로를 더 존중할 수 있었으면 좋겠다. (R)(9)	.615	.094	6.567	
	때때로 나는 내가 아무런 쓸모가 없다는 생각을 한다. (R)(10)	.620	.102	6.064	
	e10 ↔ e9	.221	.121	1.833	
Chi Square=3.123, $df=4, p=.538$ GFI = .986		RMR=.024 RMSEA = .000			
신체 통제신념	나는 체중은 대체로 타고난 유전자에 의해 결정된다고 생각한다. (R)(4)	.859	.264	3.256	.622
	몸매는 대체로 유전적으로 결정되는 것이다. (R)(6)	.950	.291	3.266	
	내가 아무리 열심히 노력해 봐야 내 체중은 그대로 일 것이다. (R)(7)	1.000			
	좋은 몸매는 대부분 날 때부터 타고 나는 것이다. (R)(8)	.546	.221	2.472	
Chi Square=.253, $df=2, p=.881$ GFI=.999		RMR=.011 RMSEA=.000			
외모 만족도	나는 내 외모가 훌륭하다고 생각한다. (2)	.815	.071	11.512	.904
	나는 나의 외모에 대하여 만족한다. (3)	1.000			
	나의 외모에서 변화시키고 싶은 부분은 없다. (4)	.485	.074	6.518	
	나는 대체로 나의 외모에 대하여 만족스럽게 생각한다. (5)	.971	.069	14.109	
	e2 ↔ e4	.362	.128	2.825	
Chi Square=.000, $df=1, p=.988$ GFI=1.000		RMR=.000 RMSEA=.000			

주. ( ) : 문항번호. 즉, e10은 문항 10의 오차항임.  
(R): 역점수 문항.



<그림 2> 수정된 최종 모형

합지수들이 비교적 양호한 값을 가졌다.

각 경로들의 분석 결과 자아존중감과 신체 통제신념에서 외모만족도로의 직접경로는 C.R.값이 2보다 적어 유의하지 않았으므로, 이 경로들의 계수를 각각 0으로 설정한 모형의 적합도를 계산하여 비교하였다. 그 결과 이들 경로의 계수를 0으로 고정하였을 때 모형의 전반적 적합도는 유의하게 저하되어 이 경로들을 포함하는 기존 모형을 최종 모형으로 채택하였다 (그림 2).

각 경로에 대한 분석결과를 보면 <표 2>, 자아존중감은 신체 통제신념에 정적인 영향을 주어 가설 1은 지지되었으나, 신체 통제에 대한 신념은 외모만족도에 유의한 직접 영향을 갖지 않아 가설 3은 기각되었다. 그러나 신체 통제에 대한 신념의 이상적 체형을 매개로 외모만족도에 미치는 간접 영향은 유의하여 가설 4와 가설 6은 지지되었고, 지각된 체형은 외모만족도에 대하여 유의한 부적 상관을 가져, 가설 5도 지지되었다. 외모만족도에 대한 이상적 체형과 지각된 체형의 오차항 간의 상관은 유의하여 이들 두 변

수간의 강한 상관을 보여주었다.

분석의 결과로 나온 경로계수를 통하여 신체 통제신념이 외모만족도에 미치는 영향을 더 자세히 분석해 보면, 자아존중감과외모만족도의 공통상관에 의한 간접경로( $\beta = .359 \times .557 = .199$ )와 두 변수간의 직접경로( $\beta = .316$ )는 정적 방향을 가지나 유의하지 않고, 신체 통제신념이 이상적 체형을 통하여 외모만족도에 미치는 간접경로는 부적인 관계( $\beta = -.575 \times .625 = -.359$ )를 가짐을 알 수 있다.

자아존중감과 외모만족도 간의 상호 영향을 예측했던 가설 2에 대한 결과는 자아존중감과 외모만족도 간의 관계는 외모만족도에서 자아존중감으로의 영향만 유의하게 지지되었고, 외모만족도에서 자아존중감으로의 경로는 유의하지 않았다. 따라서 가설 2는 일부만 지지되었다.

V. 논의 및 결론

본 연구에서는 신체 통제에 대한 신념이 외모만족감에 미치는 영향을 공분산 구조 분석을 이용하여 살

<표 2> 이론모형의 공분산 구조 분석의 결과

경로	표준화된 경로계수	표준 오차	고정지수
자아존중감 → 신체 통제신념 (가설 1)	.359**	.131	2.735
자아존중감 → 외모만족도 (가설 2)	.557	.438	1.273
외모만족도 → 자아존중감 (가설 2)	.222*	.103	2.148
신체 통제신념 → 외모만족도 (가설 3)	.316	.424	.744
신체 통제신념 → 이상적 체형(가설 4)	-.575**	.210	-2.740
지각된 체형 → 외모만족도 (가설 5)	-.669***	.145	-4.605
이상적 체형 → 외모만족도 (가설 6)	.625**	.211	2.956
d3 ↔ d4	.989***	.194	5.100
e4 ↔ d3	.207*	.097	2.141

주. \* $p < .05$ , \*\* $p < .01$ , \*\*\* $p < .001$ .

퍼 보았다. 구체적으로, 신체 통제에 대한 신념이 외모만족감에 미치는 직접효과로부터 이상적 체형을 매개변수로 하는 간접효과와 자아존중감이라는 공통적 선행변수를 통한 간접효과를 분리하여 고려함으로써 두 변수간의 상관의 구조를 좀 더 심층적으로 분석하는 것이 목적이었다.

선행연구자들(McKinley & Hyde, 1996)이 예측한 바와 같이, 신체 통제에 대한 신념이 외모만족도에 미치는 효과는 긍정적인 효과와 부정적인 효과로 나뉠 수 있었다. 연구의 결과에 따르면 공통적 선행변수인 자아존중감의 효과와 이상적 체형이라는 매개변수를 고려했을 때 신체 통제 신념이 외모 만족도에 미치는 직접적인 효과는 유의하지 않았으며, 공통 선행변수인 자아존중감을 통한 간접효과 역시 유의하지 않았다. 반면, 더 마른 체형을 이상형으로 여기게 유도하여 현재 외모에 대해 불만족하게 하는 부정적인 간접 효과는 유의하게 나타났다. 즉, McKinley와 Hyde가 예측한 부정적 효과와 긍정적 효과 중 긍정적 효과는 본 연구에서는 통계적으로 지지되지 않았다.

본 연구의 결과는 여대생들이 다이어트 상품 광고의 설득적 문구를 받아들여 자신의 외모를 변화시킬 수 있다는 신념을 갖게 될수록 외모에 대한 만족도는 낮아질 수 있음을 시사한다. 낮은 외모만족도가 자아존중감에 영향을 미친다는 본 연구의 또 다른 결과는 외모만족도의 중요성을 확인시키는 결과라고 볼 수 있다. 실제로 다이어트 프로그램의 성공률이 매우 낮다는 점을 감안할 때, 이 결과는 소비자 교육을 통하여 소비자들이 상품 광고의 내용의 신빙성을 재고하고 다이어트 상품 또는 프로그램의 현실적 성공가능성을 가능한 정확하게 파악하도록 강조하는 것이 중요함을 보여준다.

이 결과를 역으로 생각하면 신체는 개인이 통제하기 힘든 것이라고 믿는 여대생의 경우 좀 더 현실적인 체형을 이상으로 삼으며, 결과적으로 자신의 외모에 대해 더 만족함을 의미한다고 해석할 수도 있다. 이처럼 특정한 외모를 이상으로 내세우는 사회적 경향에도 불구하고 사람들이 일정 정도의 외모에 대한 만족도를 유지하도록 유도하는 요인들을 밝혀내는 일은 여대생들에게 많이 나타나는 외모로 인한 심리장애의 치료 또는 예방에 도움이 될 것이다.

본 연구의 주목할 만한 또 다른 결과는 자아존중감이나 신체 통제에 대한 신념이 직접적으로는 외모만족도에 유의한 영향을 미치지 않았고, 간접적인 영향

만을 가졌다는 점이다. 즉, 개인의 높은 자아존중감이나 신체 통제에 대한 신념은 그 자체로는 높은 외모만족을 유지하는 데 직접적 도움이 되지 않음을 의미한다. 그러나 외모만족도는 자아존중감에 유의한 직접적인 영향을 가졌다. 다시 말해서, 여대생들이 외모에 만족하는 경우 높은 자아존중감을 갖는 경향이 있었다. 이들 두 변수의 관계를 연구한 선행연구들이 대부분이 상관관계를 다룬 연구였으므로, 이 결과는 자아존중감과 외모만족도 간의 인과성의 선후관계를 설명하는 데 하나의 단서로 볼 수도 있을 것이다. 그러나, 이 변수들 간의 인과관계를 명확히 하기 위해서는 통제의 실패 또는 성공이 외모만족도 또는 자아존중감에 미치는 영향까지 고려할 수 있는 종단적 연구가 필요할 것이다.

본 연구는 미국 여대생을 대상으로 한 연구로 한 연구이기는 하나, 외모에 대한 규범이나 이상적 체형이 유사한 한국의 여대생들 집단에 대해서도 어느 정도 적용이 가능할 것이다. 그러나, 문화적 차이의 영향을 고려할 때, 특히, 한국과 미국 문화에서의 통제 또는 절제의 중요성이 서로 다르게 인식될 수 있으므로, 한국의 여대생을 대상으로 본 연구결과의 일반화 가능성을 확인하는 연구가 요구된다고 하겠다. 본 연구의 연구대상은 미국 북서부의 한 주를 중심으로 편의표집 되었으므로, 이 결과를 미국 여대생 전체에 일반화하는 데에는 신중성을 기해야 할 것이다.

## 참고문헌

- Adame, D. D., Johnson, T. C., & Cole, S. P. (1989). Physical fitness, body image, and locus of control in college freshman men and women. *Perceptual and Motor Skills*, 68(2), 400-402.
- Alfonso, V. C., Allison, D. B., Rader, D. E., & Gorman, B. S. (1996). The Extended Satisfaction with Life Scale: Development and psychometric properties. *Social Indicators Research*, 38, 275-301.
- Bordo, S. (1993). *Unbearable weight*. Berkeley, CA: University of California Press.
- Bryan, J., & Tiggemann, M. (2001). The effect of weight-loss dieting on cognitive performance and psychological well-being in overweight women. *Appetite*, 36, 147-156.
- Cash, T. F. (1990). The psychology of physical appearance: Aesthetics, attributes, and images. In T. F. Cash & T. Pruzinsky (Eds.), *Body images: Development, deviance, and change* (pp. 51-79). NY: The Guilford Press.



- Fallon, A. E., & Rosen, P. (1985). Sex differences in perceptions of desirable body shape. *Journal of Abnormal Psychology, 94*, 102-105.
- Franzoi, S. L., & Shields, S. A. (1984). The body esteem scale: multidimensional structure and sex differences in a college population. *Journal of Personality Assessment, 48*, 173-178.
- Irving, L. M. (1990). Mirror images: Effects of the standard of beauty on the self- and body-esteem of women exhibiting varying levels of bulimic symptoms. *Journal of Social and Clinical Psychology, 9*, 230-242.
- Keys, A., Fidanza, F., Karvonen, M. J., Kmurag, N., & Taylor, H. L. (1972). Indices of relative weight and obesity. *Journal of Chronic Diseases, 25*, 329-343.
- Kilbourne, J. (1994). Still killing us softly: Advertising and the obsession with thinness. In P. Fallon, M. Katzman, & S. Wooley (Eds.), *Feminist perspectives on eating disorders* (pp. 395-418). NY: The Guilford Press.
- Major, B., Testa, M., & Bylsma, W. H. (1991). Responses to upward and downward social comparisons: The impact of esteem-relevance and perceived control. In J. Suls & T. A. Wills (Eds.), *Social comparison: Contemporary theory and research* (pp. 235-260). Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates, Publishers.
- McKinley, N. M., & Hyde, J. S. (1996). The Objectified Body Consciousness Scale: Development and validation. *Psychology of Women Quarterly, 20*, 181-215.
- Saltzer, E. B. (1982). The Weight Locus of Control (WLOC) scale: A specific measure for obesity research. *Journal of Personality Assessment, 46*(6), 620-628.
- Sault, N. L. (1994). Introduction: The human mirror. In N. L. Sault (Ed.), *Many mirrors: Body images and social relations* (pp. 1-28). New York: Rutgers University Press.
- Stotland, S., & Zuroff, D. C. (1990). A new measure of weight locus of control: The dieting beliefs scale. *Journal of Personality Assessment, 54*(1 & 2), 191-203.
- Thomas, C. D., & Feeman, R. J. (1990). The body esteem scale: construct validity of the female subscales. *Journal of Personality Assessment, 54*(1 & 2), 204-212.
- Thompson, C. J., & Hirshman, E. C. (1995). Understanding the socialized body: A poststructuralist analysis of consumers' self-conceptions, body images, and self-care practices. *Journal of Consumer Research, 22*, 139-153.
- Thompson, J. K. (1990). *Body image disturbance: Assessment and treatment*. Elmsford, NY: Pergamon Press.
- Thompson, J. K. (1996). Assessing body image disturbance: Measures, methodology, and implementation. In J. K. Thompson (Ed.), *Body Image, Eating Disorders, and Obesity* (pp. 49-82). Washington, DC: American Psychological Association.
- Thompson, M. A., & Gray, J. J. (1995). The development and validation of a new body image assessment scale. *Journal of Personality Assessment, 64*, 258-269.