

[Original Article]

## A study on awareness of ideal body image, internalization of appearance, and anti-fat attitudes among middle-aged women

Hyun-Hwa Lee and Minsun Lee<sup>\*†</sup>

Professor, Dept. of Fashion Design & Textiles, Inha University, Korea  
Assistant Professor, Dept. of Fashion Design,  
Konkuk University Glocal Campus, Korea<sup>\*</sup>

### 중년 여성의 이상적인 신체이미지 인식, 외모에 대한 내재화 및 항비만 태도에 대한 연구

이 현 화 · 이 민 선<sup>†</sup>

인하대학교 의류디자인학과 교수,  
건국대학교 글로벌캠퍼스 패션디자인학과 조교수<sup>\*</sup>

#### Abstract

Society's emphasis on a thin body ideal may intensify an individual's negative perceptions of fatness. The purpose of the present study was to examine the relationship between sociocultural attitudes toward appearance (awareness and internalization of the female ideal) and anti-fat attitudes among middle-aged Korean women. In addition, the aim was to examine whether the body internalization of female ideals was a mediator in the proposed model. Participants included a sample of 264 middle-aged Korean women who completed a series of measures online. The following information was collected through online questionnaires: awareness and internalization of the female ideal, attitudes toward fat, body weight perception, and demographics. Data were analyzed using correlation analysis, descriptive analysis, factor analysis, and structural equation modeling. The measurement model and the structural model testing provided an acceptable fit to the data, and all proposed pathways in the research model were statistically significant. Awareness of the female ideal was significantly and positively associated with internalization, and it significantly and positively predicted both constructs of anti-fat attitudes. Additionally, awareness of the female ideal was significantly and positively indirectly associated with attitudes toward fat people-dislike and willpower mediated by internalization. Overall, these findings suggest that society's emphasis on female appearance and a thin body can ultimately result in significant stigmatization of overweight/obese individuals. This study emphasizes the importance of establishing a healthy appearance standard to reduce anti-fat prejudice.

**Keywords:** *sociocultural attitudes(사회문화적 태도), anti-fat attitude(항비만 태도), awareness of ideal body image(이상적인 신체이미지), internalization of appearance(외모 내재화), middle-aged women(중년여성)*

Received July 20, 2022  
Revised August 04, 2022  
Accepted August 08, 2022

<sup>†</sup>Corresponding author  
(minsunlee@kku.ac.kr)

#### ORCID

Hyun-Hwa Lee  
<https://orcid.org/0000-0002-2044-0308>  
Minsun Lee  
<https://orcid.org/0000-0001-6354-2956>

This work was supported by  
INHA UNIVERSITY Research  
Grant.

## I. Introduction

한국 사회에서는 여성의 외모에 대한 매력을 크게 강조하는 외모지상주의가 만연하며, 여성은 개인 및 사회적 관계에서 외모에 기반을 두어 일상적으로 평가되는 것이 빈번하다(Lee & Moon, 2018). 최근에는 전통적으로 기대되고 강요되는 아름다움의 기준을 희석시키고, 있는 그대로의 나와 타인의 몸을 받아들이고자 하는 신체긍정주의(body positivity)가 등장하고 있으며(Lee & Lee, 2020a), 사회의 다양한 분야에서 그리고 패션산업에서도 포용성(inclusivity)의 중요성이 부각되고 있다(Singer, 2022). 그럼에도 불구하고 특히 현대 사회는 여성의 매력에 대한 평가 기준에 있어서 매우 마른 체형을 중요한 요인으로 강조하고 있다. 또한 외모에 대한 지속적인 우려와 관리는 성인 여성의 평생 동안에 지속적으로 이루어지는 문제로 인지된다. 건강한 신체를 갖기 위한 목적보다는 사회의 이상적 신체 기준에 맞추기 위해 많은 여성들은 외모관리와 다이어트를 일생의 과제로 여기는 경우가 많다. 이는 하나의 사회적 문제로 오랫동안 학계와 사회에서 논의되어 왔음에도 불구하고(Lee & Damhorst, 2020), 많은 한국 여성들은 타인의 신체와 자신을 지속적으로 비교하며 신체 및 체형과 관련한 높은 수준의 심리적 압박과 우려를 보이고 있을 뿐만 아니라, 단순한 우려와 걱정을 넘어서서 문제가 될 수 있는 정도의 외모관리 행동을 보이고 있다. 한 개인의 가치를 외모를 기준으로 평가하는 현대 사회의 외모지상주의는 여성의 신체적 및 정신적 건강에 부정적인 영향을 미치며 궁극적으로 여성의 전반적인 삶의 질에 부정적인 영향을 미치므로 우리 사회가 극복해나가야 할 주요 과제로 여겨진다(Jeong, 2016).

이상화된 여성의 체형에 대한 인식과 이에 대한 내재화는 여성의 신체이미지 및 신체 관련 행동과 연관된다(Turel et al., 2018). 대부분의 여성은 외모의 매력, 특히 날씬함과 마른 몸매에 더 집착하고 있으며, 마른 몸매에 대한 이상화와 욕구는 비만에 대한 편견, 즉 항비만 태도와 이에 대한 우려와 걱정과 밀접한 관계가 있다. 비만에 대한 편견으로는 일반적으로 과체중이나 비만인 사람은 마르거나 정상체중의 사람보다 게으르고, 똑똑하지 않으며, 이들에 대해 신뢰를 형성하기 어렵다는 내용들이 포함된다(Crandall, 1994). 이

러한 선입견은 과체중이나 비만의 이유를 스스로의 의지가 부족하여 자기관리를 하지 않은 것으로 판단하게 하며, 비만인을 좋아하지 않을 뿐만 아니라 자신이 비만이 되는 것을 두려워하는 태도로도 나타난다. 지나치게 마른 체중을 이상적으로 여기는 사회의 분위기는 비만이나 과체중을 판단하는 기준을 낮아지게 할 수 있을 것이다. 이미 우리 사회의 많은 정상체중의 여성들은 자신을 과체중이라고 생각하고 현재의 신체에 불만족을 표현하며 끊임없는 다이어트 행동을 보이고 있다. 즉 체중에 기인한 차별적 행동으로 나타나는 항비만 태도는 과체중 및 비만인뿐만 아니라 정상체중 여성의 건강 및 웰빙과 밀접한 관련이 있다.

노화와 함께 자연스럽게 변화하는 체중의 증가와 체형의 변화와 같은 신체이미지의 변화를 느끼는 중년 여성에게는 이상적인 여성의 신체이미지를 유지하는 것은 또 다른 사회적인 압박으로 느껴질 수 있는 부분이다. 특히 중년 여성의 경우 사회에서 요구되는 획일적인 신체이미지를 유지하기 위해서는 방대한 노력이 필요하다(McCabe, Ricciardelli, & James, 2007). 중년 여성의 경우에는 나이와 비례하여 변화하는 신체로 인하여 사회에서 요구하는 매력적이고 이상적인 여성의 신체이미지를 유지하기 위해서는 젊은 여성들보다 추가적인 노력과 시간투자가 필요하기 때문이다(McCabe et al., 2007; Prais & Janowsky, 2010). 중년기는 여성들이 긴 기간 동안 노출되고 설득되어 왔던 이상적인 신체이미지와 변화된 자신의 신체 사이의 괴리감을 높게 인지하게 되며, 그들 연령대의 신체이미지의 우려를 반영하는 새로운 의미로서의 이상적인 신체이미지를 형성하는 시기이다(Pila, Solomon-Krakus, Egelton, & Sabiston, 2018). 이러한 신체이미지에 대한 우려는 모든 연령대의 여성들에게 중요한 문제로 간주되어 왔음에도 불구하고(Saucier, 2004; Tiggemann, 2004), 상대적으로 중년 여성들의 신체이미지와 관련된 연구는 미비하게 진행되어 왔다(Kilpela, Becker, Wesley, & Stewart, 2015; Pila et al., 2018). 특히 중년 여성들은 나이가 들어감에 따라 자연스럽게 나타나는 노화의 과정과 연계하여 자신들의 신체이미지에 대해 부정적인 태도를 경험한다(Bellard, Cornelissen, Mian, & Cazzato, 2021; Longo, Betti, Aglioti, & Haggard, 2009). 그중에서도 체중의 증가는 대부분의 중년 여성이 경험하는 노화로 인한 변화이다. 우리 사

회에서는 자연스러운 노화 과정의 고려 없이 모든 연령대의 여성에게 마르고 날씬한 젊은 여성의 신체 이미지를 이상적인 아름다움으로 요구하는 경향이 강하다. 또한 젊은 여성들의 신체이미지 인식에 영향을 미치는 중요한 요인으로 규명되었던 사회의 영향력은 중년 여성들의 신체이미지 형성에 있어 중요한 요인임이 밝혀졌다(Pruis & Janowsky, 2010). 따라서 사회에서 요구하는 이상적인 마른 신체의 기준을 인식하고 이를 자신의 목표로 내재화하는 경향은 비만에 대한 편견으로 이어질 수 있을 것이다.

본 연구는 한국 중년 여성의 외모에 대한 사회문화적 태도(이상적인 여성과 몸매에 대한 인식과 내재화)와 항비만 태도 간의 관계를 조사하고자 한다. 구체적으로 본 연구는 이상적인 여성의 신체 기준에 대한 인식이 이상적 신체의 내재화 과정을 통해 비만에 대한 태도에 미치는 영향을 규명하고자 한다. 즉 이상적 신체 기준의 인식, 내재화, 비만에 대한 태도의 관계 규명과 함께, 이상적인 여성의 몸매에 대한 인식과 비만 태도 사이에서 이상적인 여성의 몸매에 대한 내재화의 매개 역할을 연구하고자 한다. 대다수의 여성이 중년기에 상당한 체중 증가를 포함한 신체이미지 변화를 경험하기 때문에 본 연구의 대상자는 중년 여성으로 진행하였다(Vanina et al., 2002). 종합하면, 여성의 이상적 외모와 마른 신체에 대한 사회의 강조가 궁극적으로 우리의 비만에 대한 낙인을 형성할 수 있음을 연구하고자 한다. 본 연구는 신체사이즈의 변화를 크게 경험하는 중년 여성들의 비만에 대한 편견을 낮추고 건강한 신체이미지 인식과 행동을 향상시키기 위해서는 건강한 이상적 외모 기준을 확립하는 것이 중요함을 밝히고자 한다.

## II. Literature Review

### 1. Anti-fat attitudes in body image

#### 1) Anti-fat attitudes in body image and size

항비만 태도는 과체중과 비만에 대한 부정적인 태도를 의미한다(Crandall, 1994). 이는 신체만족도를 포함한 개인의 전반적인 삶에 영향을 미칠 수 있다(Tremblay et al., 2016). 항비만 태도는 과체중과 비만인들이 자기 통제력이나 자기 자율성이 부족하다는

편견을 형성하며 사회적으로 부정적인 고정관념과 낙인을 형성한다(Puhl, Moss-Racusin, Schwartz, & Brownell, 2008; Wang, Brownell, & Wadden, 2004). 항비만 태도 중 비선호는 응답자의 비만인에 대한 싫어함을 의미하며, 항비만 차원 중 의지력은 비만인의 체중 증가에 대한 통제력 부족과 관련된 믿음을 의미한다(Crandall, 1994).

선행연구에서 항비만 태도는 개인의 신체사이즈와 체중에 따라 지각하는 정도가 다름을 밝혔다. 즉, 과체중이나 비만인이 정상 체중인보다 비만에 태도가 더 긍정적이다(Lin & Reid, 2009). 그러나 연구 참여자의 객관적인 신체사이즈와 스스로 지각하는 주관적인 신체사이즈가 모두 고려된 경우, 주관적인 신체사이즈가 항비만 태도에 미치는 중요한 변인임이 규명된 연구도 존재한다(Choi, 2016; Holub, 2008). 본인의 주관적 신체사이즈를 더 크게 인식할수록 비만 및 비만인에 대한 편견은 정적으로 형성되었음이 선행연구에서 규명되었다(Holub, 2008). 또한 체중에 대한 인식과 체중에 대한 중요성을 높게 인식할수록 비만인 사람을 좋아하지 않으며, 비만인 사람은 스스로의 의지력이 부족한 것이라고 생각하는 것으로 나타났다(Scott & Rosen, 2015). 최근에 Ra and Kim(2021)이 국내 여성 청소년을 대상으로 진행한 연구에서도 이와 유사한 결과가 도출되었다. 여성 청소년들은 본인의 체중에 대한 사회에서 이상적으로 기대하는 체중을 중요하게 간주하여, 객관적인 체중에 대한 평가보다는 주관적인 평가의 내재화의 정도에 따라 항비만 태도에 미치는 영향력이 다르게 나타났다. 그러나 McCabe, Ricciardeli, Sitaram, and Mikhail(2006)은 주관적인 신체사이즈를 형성하는 과정은 개인별로 다르며, 미디어의 비정상적으로 마른 신체이미지에 노출이 잦은 여성들은 본인의 신체사이즈를 왜곡하여 인식하는 경향이 강하다고 하였다(Challinor et al., 2017; Lee & Lee, 2020b).

#### 2) Perceptions on anti-fat attitudes of individual differences

신체이미지 관련 연구에서는 항비만 태도에 대한 지각은 남성과 여성이 다르게 지각함을 밝혔다(Holub, 2008; O'Brien, Hunter, Halberstadt, & Anderson, 2007). Puhl et al.(2008)은 여성이 남성보다 체중과 관

련된 보다 민감한 반응을 보이는 경향이 있으며, 이러한 남성과 여성의 항비만 태도에 대한 지각과 반응의 차이는 공감력의 차이에서 기인한다고 설명하였다. 또한 과체중과 비만인에 대한 태도는 연령에 따라 서로 다르게 나타난다. 어린이를 대상으로 진행된 항비만 태도 관련 국내 연구에서도 다양한 연령대에 따라 중요하게 영향을 미치는 집단들과 그들의 문화에 따라 항비만 태도에 대한 형성 정도는 달라질 수 있다는 결과를 보고하였다(Ra, Cho, & Cho, 2020). 예를 들어, 어린이는 신체이미지와 관련한 부모의 피드백과 태도가 중요한 영향을 미친다(Eli, Howell, Fisher, & Nowicka, 2014).

Rodriguez-Gazquez, Ruiz-Iglesias, and Gonzalez-Lopez(2020)는 스페인의 간호학 전공생들을 대상으로 항비만 태도의 변화를 연구하였다. 이들은 학생들은 전공 심화도가 깊어질수록 비만인에 대해 많은 편견을 보이지 않았다고 밝혔다. 이는 간호학이라는 전공 특성상 대학의 교육과 교과과정을 통해서 비만에 대한 편견을 줄일 수 있고, 더 나아가 비만인에 대한 수용 정도를 높일 수 있음을 제시한 것이다. 개인의 전공뿐만 아니라 신체이미지 관련 항비만 태도는 본인들이 현재 소속한 집단과 그들에게 영향을 미치는 사회문화적인 요인에 따라 서로 다르게 달라진다. 항비만 태도는 서구 문화권에서는 인종에 따라 다르게 평가하였는데, 흑인이 백인보다(Hebl, King, & Perkins, 2009), 히스패닉인이 백인보다(Pepper & Ruiz, 2007), 흑인이 히스패닉보다(Scott & Rosen, 2015) 더 낮은 항비만 태도를 보이는 것으로 나타났다. 이들은 개인이 속한 사회가 다양한 신체사이즈를 구성하는 사회문화적 배경을 가지고 있는 인종일수록 비만인에 대해 보다 유연한 인식을 형성하는 것으로 연구결과를 설명하였다(Scott & Rosen, 2015). 아시아 문화권에서는 사회문화적으로 마른 몸매를 이상적으로 여겨왔고, 서구 문화권에 비교하여 사회의 대다수가 마른 몸매를 형성하고 있어 신체 불만족에 대한 정도가 높게 나타난다(Choi, 2016; Ramachandran & Snehaltha, 2010). 미국 여성들과 비교하여 상대적으로 낮은 비만 정도를 보이는 한국 여성들은 비만에 대해 더 부정적인 태도를 가지고 있는데, 이는 사회문화적인 영향력 때문이다(Choi, 2016). 더욱이 타인과의 외모비교를 하는 성향이 높은 사람들은 비만인 혹은 과체중에 대한 편견

과 선입견으로 구성된 항비만 태도를 더 높게 지각하는 경향이 있다(O'Brien et al., 2007). 일련의 선행연구를 통해서 항비만과 관련된 연구는 다양한 사회문화적인 환경하에서, 인종, 남성과 여성의 집단을 독립적으로 그리고 다양한 연령대의 비교연구 혹은 독립적인 연구를 진행하는 것이 보다 의미가 있는 접근이라고 판단된다.

## 2. Female body image and sociocultural attitudes

### 1) Sociocultural attitudes toward body image

외모에 대한 사회문화적 태도는 여성이 사회에서 여성 외모와 체형에 대한 사회적 규범을 인식하고 사회가 인정하는 이상적 신체의 기준을 자신이 추구하는 목표로 삼는 정도를 의미하는 것으로, 사회에 속한 개인이 이상적 외모에 대해 인식(awareness)하고 이를 내재화(internalization)하는 과정이다(Heinberg, Thompson, & Stormer, 1995). 현대 사회와 서구 사회에서 이상적인 여성에 대한 사회적 기준은 마른 몸매를 내포하고 있다. 가족, 미디어, 친구 등 다양한 사회문화적 요인을 통해 여성은 자신이 속한 사회에서 아름다운 여성으로 간주되는 것이 무엇인가에 대해 인식한다.

Del Rosso(2017)는 중년 여성을 독자로 한 세 운동 관련 잡지의 광고를 분석한 그의 연구에서, 여전히 백인의 마르고 전형적인 아름다운 운동선수를 모델로 활용했음을 밝혔으며, 이와 함께 모델의 다양한 문화권, 연령, 신체사이즈에 대한 다양성이 부족함을 지적하였다. 대중매체는 날씬한 몸매를 가진 여성 유명인을 아름답고 매력적인 체형으로 반복해서 묘사한다. 이후, 일부 여성들은 다양한 미디어를 통해서 노출되고 사회에서 요구되는 마른 이상적인 몸매를 개인 스스로가 달성하고자 하는 개인적인 목표로 형성한다(Thompson & Stice, 2001). 즉, 이상적 외모의 기준에 대한 인식은 내재화와 관련된다.

### 2) Internalization and anti-fat attitudes

때로는 비현실적인 사회에서 요구하는 이상적인 여성의 신체이미지의 목표로 인하여 본인의 신체이미지에 대한 매우 높은 불만족을 초래하기도 한다(Jackson, Jiang, & Chen, 2016). 특히 아름다움에 대한 사회문

화적인 기준에 크게 의존하는 사람들은 비만이거나 과체중의 신체이미지를 사회문화적으로 기대되는 기준과 괴리감이 크다고 인식하며, 이에 대해 부정적이고 비수용적인 태도를 형성한다(Wu, Ching, He, & Li, 2021). 사회적 기준으로 작용하는 마른 몸에 대한 내재화가 이루어진 여성들은 강한 항비만 태도를 가질 경향이 있으며(Vartanian, Herman, & Polivy, 2005), 지속적으로 본인의 신체이미지를 미디어에서 보이는 사회문화적으로 이상적으로 여겨지는 신체이미지와 비교하는 사람들도 과체중과 비만에 대해 부정적 태도를 형성할 경향이 있다(Himmelstein & Tomiyama, 2015; Webb, Fiery, & Jafari, 2016).

한편, 체형이나 몸매가 상대적으로 큰 사람들은 종종 게으르거나, 대중매체 속의 우스꽝스러운 하나의 캐릭터 또는 사회 속에서의 이상하거나 심지어 일탈의 이미지로도 묘사된다(Karsay & Schmuck, 2019). 극단적으로 마른 몸매를 가진 이상적인 여성에 대한 왜곡된 인식은 비만에 대한 우리의 부정적인 인식을 악화시킬 수 있다. 마른 체형에 대한 높은 내재화 수준을 지닌 여성들은 마른 체형의 몸매가 매력적이고 아름답다는 신념을 가지고 있다. 반대로, 커다란 신체 사이즈를 가진 여성은 본인의 체형에 대한 부정적인 인식을 나타낼 수 있다.

이런의 선행연구에서, 사회에서 제시하고 있는 이상적인 마른 신체에 대한 기준을 목표로 내재화하는 경향과 항비만 태도에 대한 관계를 규명하였다(Langdon, Rukavina, & Greenleaf, 2016; Vartanian et al., 2005; Wu et al., 2021). Langdon et al.(2016)은 이상적인 신체에 대한 내재화를 높게 하는 운동전공 학생들은 비만공포에 대해 더 정적으로 반응하여, 비만인과 과체중의 신체이미지에 대해서는 부정적으로 평가하는 경향성이 있음을 밝혔다. 이들 연구에서는 이상적인 마른 몸에 대한 내재화를 높게 할수록 항비만 태도에 정적인 영향, 즉 비만에 대한 편견이 높고, 비만과 과체중에 대한 부정적인 인식이 나타난다는 것을 보고하였다. Wu et al.(2021)은 중국 여성을 대상으로 이상적 신체이미지에 대한 내재화는 항비만 태도의 선행 변수임을 밝혔고, 미디어에서 강요되는 특정 스타일의 아름다움이 아닌 보다 포괄적인 개념의 아름다움을 형성한 경우, 항비만 편견에 부정적인 영향력을 미친다는 것을 규명하였다. 이는 체형의 다양성을 존

중하는 경향성으로 설명될 수 있다(Wood-Barcalow, Tylka, & Augustus-Horvath, 2010).

한국 사회에서의 플러스 사이즈와 신체긍정성에 대한 영향이 강조되고 있으나, 여전히 미디어에서 보여지는 이상적인 여성의 이미지에 대한 압박감을 받고 있다. 늘어나는 신체사이즈의 변화와 체중의 증가, 특히 마른 몸매가 강조되는 아시아 문화권에서는 다른 연령대와 비교하여 연구의 집중도가 미흡했던 중년 여성의 항비만 태도에 대한 연구가 필요하다(Ramachandran & Snehathatha, 2010). 본 연구는 이러한 선행연구를 기반으로 사회 속에서 이상적인 여성에 대한 인식은 내재화 과정의 매개를 통해 비만인에 대한 태도를 예측할 수 있다고 제안한다.

### III. Methods

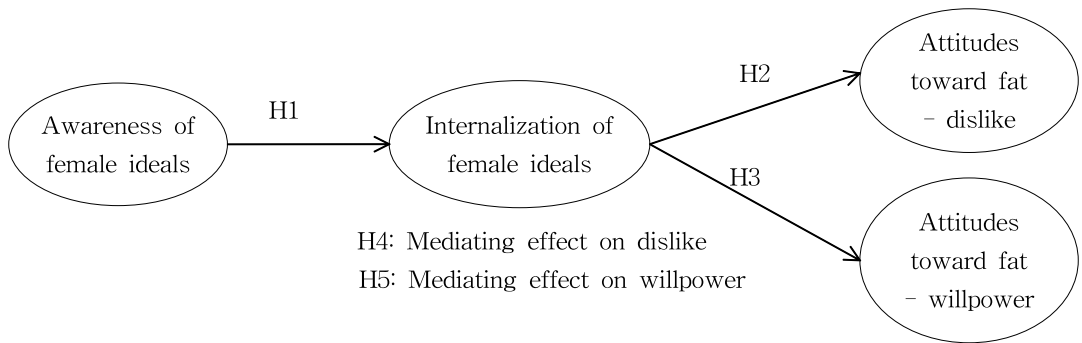
#### 1. Research model and hypothesis

본 연구의 구체적인 연구가설과 연구모형(Fig. 1)은 다음과 같다.

- 연구가설 1: 이상적인 여성의 신체에 대한 인식은 여성의 신체에 대한 내재화에 긍정적인 영향을 미칠 것이다.
- 연구가설 2: 이상적인 여성의 신체에 대한 내재화는 비만인-비선호 태도에 긍정적으로 영향을 미칠 것이다.
- 연구가설 3: 이상적인 여성의 신체에 대한 내재화는 비만인-의지력에 긍정적으로 영향을 미칠 것이다.
- 연구가설 4: 이상적인 여성의 신체에 대한 내재화는 이상적인 여성의 체형에 대한 인식과 비만인-비선호 태도와의 관계를 매개할 것이다.
- 연구가설 5: 이상적인 여성의 신체에 대한 내재화는 이상적인 여성의 체형에 대한 인식과 비만인-의지력과의 관계를 매개할 것이다.

#### 2. Study procedure

##### 1) Sampling and data collection procedures



Subjective body size: Control variable

<Fig. 1> Proposed research model

본 연구의 자료는 온라인 설문을 통해 수집하였다. 본 연구의 대상자는 중년 여성이다. 노년 여성을 대상으로 진행한 연구에서는 연구 대상자가 일관되게 65세 이상으로 나타났으나(Jang, 2016; Park & Park, 2018), 중년 여성을 대상으로 진행한 연구에서는 다양한 연령대를 찾아볼 수 있었다. 40세 이상~64세 미만(Jang, 2016), 45세 이상~64세 미만(Park & Park, 2018), 그리고 50세 이상~65세 미만(Pila et al., 2018)으로 연구대상의 연령대의 범위가 다양하게 진행되었다. 또한 중년 여성을 대상으로 한 세 잡지광고 분석 연구에서 구독자인 중년 여성의 연령대 중위값을 각각 39, 40, 45세로 보고하여(Del Rosso, 2017), 노년 여성과 달리 중년 여성의 연령대는 보다 다양하게 진행됨을 확인할 수 있었다. 본 연구에서는 국내 선행연구에서 진행한 중년 여성의 연령대와 같은 연령대인 45세 이상~65세 미만으로 제한하였다(Park & Park, 2018). 온라인 마케팅 리서치 회사의 45세~64세의 성인 여성 패널을 대상으로 편의표집하였으며, 연구 참여자들은 조사담당 회사에서 제공하는 포인트를 수령하였다. 응답자는 연구 목적에 대한 간략한 설명을 제공받은 후, 설문에 참여하였으며, 이상적인 여성에 대한 인식과 내재, 비만에 대한 태도, 인구통계학적 문항, 체중에 대한 인식을 응답했다.

2) Measurement

본 연구의 온라인 설문에는 외모에 대한 사회문화적 태도의 하위요인 중 이상적인 여성에 대한 인식과 내재화 문항(sociocultural attitudes towards appearance questionnaire; Heinberg et al., 1995), 항비만에 대한

태도(antifat attitude questionnaire; Crandall, 1994)의 하위요인 중 비만인에 대한 평가를 측정하는 비선호(dislike)와 의지력(willpower)을 포함하였다. 항비만 태도는 높은 점수일수록 비만인을 싫어하며 비만인의 체중증가에 대한 의지력이 부족하다는 것을 의미한다. 또한 체중에 대한 주관적인 인식을 포함하였다. 이상적인 여성에 대한 인식과 내재화 문항들은 리커트형 5점 척도(1=전혀 그렇지 않다~5=매우 그렇다)로 측정하였다. 비만에 대한 태도는 선행연구에서 사용한 리커트형 10점 척도(0=전혀 그렇지 않다~10=매우 그렇다)를 적용하였다. 체중에 대해 연구 참여자들이 느끼는 인식은 연구 참여자들이 직접 저체중, 정상체중, 과체중, 비만의 카테고리로 분류하도록 문항을 제시하였다. 이외에도 설문에는 나이, 교육수준 등의 인구통계학적 문항을 포함하였다.

3) Data analysis

자료의 분석은 기술통계 분석, 상관관계 분석, 빈도 분석, 신뢰도 분석, 탐색적 요인분석이 SPSS 26.0을 활용하여 실시되었다. 측정도구의 타당도를 검증하기 위해서는 탐색적 요인분석이 활용되었으며, 연구변수의 측정문항 간 내적 일관성을 확보하기 위한 신뢰도 검증은 Cronbach's  $\alpha$  계수를 활용하였다. 연구가설은 AMOS를 활용한 구조방정식 모형을 활용하여 분석하였다. 구조방정식 모형에서 주관적 신체사이즈 인식은 통제변수로 사용되었다. 이 통제변수는 모든 잠재변수에 직접 효과의 형태로 구조방정식 모형에 투입되었다.

## IV. Results

### 1. Characteristics of sample

본 연구의 264명의 조사 참여자는 45세~64세( $M_{Age}=56.341$ ,  $SD=5.872$ )의 여성으로 조사대상자의 특성은 <Table 1>에 제시하였다. 연구 참여자의 직업으로는 전업주부( $n=126$ , 47.78%)가 가장 높게 나타났으며, 사무직 종사자( $n=64$ , 24.2%)가 두 번째로 높게 나타났다. 학력은 학사 학위인 대학교 졸업( $n=122$ , 46.2%)이 가장 높은 비중을 보였으며, 그 다음으로는 고등학교 졸업( $n=90$ , 34.1%)의 순이었다. 연평균 가구 소득의 분포는 다음과 같다. 응답자의 27.7%( $n=73$ )가 4천만 원 이상~6천만 원 미만, 그리고 유사한 분포인 참여자의 26.5%( $n=70$ )가 2천만 원 이상~4천만 원 미만의 연평균 가구 소득으로 보고하였다. 조사 참여자의 개개인 스스로를 지각하는 신체사이즈는 정상체중과 과체중이( $n=111$ , 42.0%) 가장 많았으며, 그 다음은 비만( $n=28$ , 10.6%), 저체중( $n=14$ , 5.3%)의 순으로 나타났다. 연구 참여자의 평균 키는 158.40cm( $SD=4.22$ ,  $min=148$ ,  $max=171$ )와 평균 몸무게는 56.79kg( $SD=$

8.06,  $min=40$ ,  $max=85$ ), 평균 BMI는 22.63( $SD=3.02$ ,  $min=16.41$ ,  $max=32.39$ )으로 나타났다.

### 2. Exploratory and confirmatory factor analyses for measures

연구 변수들의 타당도와 신뢰도 검증을 위해 탐색적 요인분석을 진행하였다(Table 2). 전체 연구변수별 요인부하량은 모두 .70 이상으로 나타났으며, 낮은 요인 부하량을 나타낸 이상적 여성의 신체에 대한 내재화의 한 문항만이 최종 분석에서 제거되었다. 모든 변수별 Cronbach's alpha는 .70 이상으로 확인되어 측정도구의 내적일관성이 확보되었다. 측정모형의 적합도는 기준치에 부합한 결과가 확인되었으며( $\chi^2=191.53$ ,  $df=67$ ,  $p<.001$ ,  $TLI=.97$ ,  $CFI=.98$ ,  $RMSEA=.07$ ), 확인적 요인분석 결과, 측정문항의 모든 요인 적재량, 표준 적재치, AVE, 개념신뢰도를 평가하기 위한 평균 분산 추출값도 기준치에 부합하였다(Table 3). 또한 <Table 4>에 제시한 바와 같이 연구 변수 간의 판별타당도도 검증되었다.

<Table 1> Sample characteristics

(N=264)

Variable	Items	n	%
Gender	Female	264	100
Occupation	Homemaker	126	47.7
	Office worker	64	24.2
	Professionals	22	8.3
	Self-employed	17	6.4
	Production worker	5	1.9
	Public official	4	1.5
	Others	26	9.8
Education	High school graduated	90	34.1
	2-years college graduated	24	9.1
	Bachelor's degree	122	46.2
	Graduate degree	28	10.6
Yearly household income (won)	Less than 20,000,000	25	9.5
	20,000,000 ≤ and < 40,000,000	70	26.5
	40,000,000 ≤ and < 60,000,000	73	27.7
	60,000,000 ≤ and < 80,000,000	56	21.2
	80,000,000 ≤ and < 100,000,000	24	9.1
	100,000,000 and over	16	6.1
Perception of body size	Under weight	14	5.3
	Normal weight	111	42.0
	Over weight	111	42.0
	Obese	28	10.6

&lt;Table 2&gt; Exploratory factor analysis result

Construct	Items	Factor loadings	Eigen value	Variance explained %	Cronbach's $\alpha$
Awareness of female ideals	Item 1. Attractiveness is very important if you want to get ahead in our culture.	.831	1.353	7.517	.729
	Item 2. It's important for people to work hard on their figures/physiques if they want to succeed in today's culture.	.737			
	Item 3. In today's society, it's not important to always look attractive. (r)	.730			
Internalization of female ideals	Item 1. Music videos that show thin women make me wish that I were thin.	.792	6.155	34.195	.903
	Item 2. I do not wish to look like the models in the magazines. (r)	.823			
	Item 3. I tend to compare my body to people in magazines and on TV.	.825			
	Item 4. Photographs of thin women make me wish that I were thin.	.839			
	Item 5. I wish I looked like a swimsuit model.	.772			
	Item 6. I often read magazines and compare my appearance to the models.	.743			
Attitudes toward fat-dislike	Item 1. I really don't like fat people much.	.727	2.839	15.771	.891
	Item 2. I tend to think that people who are overweight are a little untrustworthy.	.840			
	Item 3. Although some fat people are surely smart, in general, I think they tend not to be quite as bright as normal weight people.	.775			
	Item 4. I have a hard time taking fat people too seriously.	.801			
	Item 5. Fat people make me feel somewhat uncomfortable.	.864			
	Item 6. If I were an employer looking to hire, I might avoid hiring a fat person.	.696			
Attitudes toward fat-willpower	Item 1. People who weight too much could lose at least some part of their weight through a little exercise.	.706	1.862	10.344	.756
	Item 2. Some people are fat because they have no will power.	.791			
	Item 3. Fat people tend to be fat pretty much through their own fault.	.850			

Note. (r): Reversed scale.



&lt;Table 3&gt; Confirmatory factor analysis result

Construct	Items	Standardized factor loadings	<i>t</i>	AVE	CR
Awareness of female ideals	Item 1	.708***	-	.479	.829
	Item 2	.751***	8.643		
	Item 3	.609***	7.877		
Internalization of female ideals	Item 1	.678***	-	.577	.872
	Item 2	.736***	11.569		
	Item 3	.900***	12.370		
	Item 4	.737***	18.615		
	Item 5	.697***	10.114		
	Item 6	.788***	11.297		
Attitudes toward fat-dislike	Item 1	.737***	-	.582	.616
	Item 2	.887***	13.889		
	Item 3	.754***	12.368		
	Item 4	.648***	10.509		
	Item 5	.748***	12.261		
	Item 6	.782***	12.051		
Attitudes toward fat-willpower	Item 1	— <sup>a</sup>	-	.748	.599
	Item 2	.992***	-		
	Item 3	.716***	7.858		

<sup>s</sup>: Excluded from CFA.

\*\*\*  $p < .001$

&lt;Table 4&gt; Correlation analysis for research variables

	Mean (SD)	1	2	3	4	5
1. Awareness of female ideals	3.835 (.605)	<b>.692</b>				
2. Internalization of female ideals	2.815 (.888)	.407***	<b>.760</b>			
3. Attitudes toward fat-dislike	3.295 (1.834)	.295***	.325***	<b>.763</b>		
4. Attitudes toward fat-willpower	6.000 (1.962)	.279***	.196***	.401***	<b>.865</b>	
5. Subjective body size	2.580 (.751)	-.034	.149*	-.015	-.152*	-

Diagonals in bold represent square root of the AVE and off diagonals are correlations among the research variables.

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

### 3. Correlations and descriptive statistics for research variables

연구 변수들 간의 관계성 검증을 위해 상관관계분석을 진행하였으며, 그 결과는 <Table 4>에 제시하였다. 이상적인 여성의 신체에 대한 인식은 여성의 신체에 대한 내재화( $r=.407, p<.001$ ), 비만인-비선호( $r=.295, p<.001$ )와 비만인-의지력( $r=.279, p<.001$ )과 정(+)적 상관관계가 보였다. 이상적 여성의 신체에 대한 내재화는 비만인-비선호( $r=.325, p<.001$ )와 비만인-의지력( $r=.196, p<.001$ ), 그리고 체중에 대한 인식( $r=.149, p<.001$ )과 유의한 정(+)의 상관관계가 나타났다. 비만인에 대한 비선호도는 비만인-의지력( $r=.401, p<.001$ )과 정(+)적 상관이 나타났다.

### 4. Tests of research hypotheses

구조방정식 모형의 적합도 지수는  $\chi^2=272.49, df=139, p<.001, GFI=.91, TLI=.94, CFI=.95, RMSEA=.06$ 으로 나타나 전반적으로 만족할 만한 수준임이 확인되었다(Table 5; Fig. 2). 본 연구에서 통제변수로 사용된 주관적 신체사이즈는 구조방정식 모형에서 모든 잠재변수에 직접효과로 포함하여 통제변수로 활용하였다. 구조방정식의 모형에서 주관적 신체사이즈는 이상적인 여성의 신체사이즈( $\beta=-.045, p=.554$ )와 항비만인 비선호( $\beta=-.072, p=.238$ )를 통제하는 데에는 유의하게 나타나지 않았으나, 내재화( $\beta=.138, p<.05$ )와 비만인-의지력( $\beta=-.202, p<.01$ )의 통제에서는 유의하게 나타났다. 응답자의 주관적 신체사이즈 인식은 항비만 태도의 연구에서 중요한 변수이나, 개인별로

차이가 있음을 인식하는 선행연구의 지적에 따라 주관적 신체사이즈를 통제변수로 활용하였다. 통제변수의 통계적 유의성보다는 본 연구에서는 주관적인 신체사이즈의 영향력을 배제한 중년 여성의 이상적인 신체이미지 인식과 내재화 그리고 이들과 항비만 태도의 관계성을 규명하였다.

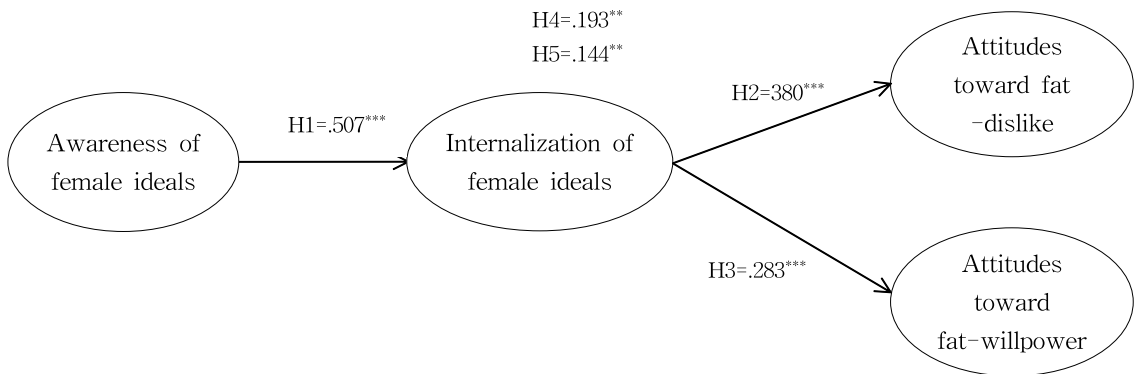
연구가설 검증을 위해 구조모형을 분석한 결과, 이상적인 여성의 신체에 대한 인식은 신체이미지에 대한 여성의 내재화( $\beta=.507, p<.001$ )에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타내, 가설 1은 지지되었다. 이 결과는 이상적 여성의 신체이미지에 대해 높은 인지를 하는 여성일수록 이상적인 신체이미지를 개인이 추구하고자 하는 특별한 기준을 삼으려고 하는 경향성이 높다는 선행연구의 결과를 지지한다(Cribb & Haase, 2016; Vartanian et al., 2005; Warren, Castillo, & Gleaves, 2009). 또한 미디어에서 제시되는 이상적인 여성에 대한 신체이미지는 중년 여성들을 대상으로 하는 운동 잡지에서도 예외는 아니며(Del Rosso, 2017), 이렇게 미디어에서 제시되는 이미지를 지각하는 여성들은 해당 신체이미지를 본인이 달성하고자 하는 신체기준의 목표로 삼는다는 Thompson and Stice(2001)의 연구와 맥을 함께한다. 본 연구의 결과는 이상적인 여성의 신체이미지의 인식이, 이상적인 신체이미지의 내재화에 미치는 영향력은 체중의 증가와 같은 신체의 변화가 일어나는 중년 여성들에게도 강하게 나타남을 규명하여 신체이미지의 연구의 대상과 그 결과를 확장하였다(Pruis & Janowsky, 2010).

신체이미지에 대한 내재화는 비만인-비선호( $\beta=$

<Table 5> Results of the significance test for the direct and indirect effects

Direct paths		$\beta$	SE	t
H1	Awareness of female ideals → Internalization of female ideals	.507***	.120	5.898
H2	Internalization of female ideals → Attitudes toward fat-dislike	.380***	.168	5.281
H3	Internalization of female ideals → Attitudes toward fat-willpower	.283***	.191	4.074
Indirect paths		$\beta$	SE	95% CI
H4	Awareness of female ideals → Internalization of female ideals → Attitudes toward fat-dislike	.193**	.048	[.105, .293]
H5	Awareness of female ideals → Internalization of female ideals → Attitudes toward fat-willpower	.144**	.046	[.060, .243]

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



$\chi^2=272.49, df=139, p<.001, GFI=.91, TLI=.94, CFI=.95, RMSEA=.06$   
 \*\*  $p<.01, *** p<.001$

<Fig. 2> Analysis of research model: results of structural equation model

.380,  $p<.001$ )와 비만인-의지력( $\beta=.283, p<.001$ )에 유의한 정(+)의 영향력이 확인되어, 가설 2와 가설 3도 채택되었다. 미디어에서 보여지는 사회적인 기준으로서의 마른 몸에 대한 내재화가 높게 이루어진 중년 여성들은 항비만 태도를 높게 형성한다는 것을 의미한다. 구체적으로 비만인에 대한 비선호를 높게 나타내며 비만인들의 의지력을 부정적으로 평가하는 것으로 나타났다. 이는 국내의 중년 여성들도 마른 신체이미지를 기준으로 높게 형성할수록 비만인에 대한 편견과 선입견과 같은 부정적인 인식이 형성됨을 규명하였다. 이는 선행연구에서 지적인 사회에서 요구되는 신체이미지에 대한 내재화 정도가 강할수록 강한 항비만 태도를 가진다는 선행연구의 결과를 지지한다(Himmelstein & Tomiyama, 2015; Vartanian et al., 2005; Webb et al., 2016; Wu et al., 2021).

이상적 여성의 신체에 대한 인식과 비만인-비선호( $\beta=.193, p<.01$ )와 비만인-의지력( $\beta=.144, p<.01$ ) 사이에서 이상적 여성의 신체에 대한 내재화의 매개효과는 모두 유의한 결과가 확인되었다. 따라서 이상적

인 신체이미지에 대한 인식이 비만인에 대한 비선호와 의지력에 미치는 간접효과에 관한 가설 4와 가설 5는 지지되었다. 즉 이상적인 여성의 신체이미지를 중요하게 지각할수록 자신의 신체를 이상적 기준에 맞추고자 하는 경향이 강해지며, 이는 비만인에 대한 높은 비선호와 비만인의 의지력에 대한 높은 편견의 형성으로 이어진다는 것이다.

5. Post-hoc analysis

추가적으로, 해당 매개효과를 보다 구체적으로 분석하고자 이상적 여성의 신체에 대한 인식이 비만인-비선호와 비만인-의지력에 미치는 직접효과를 포함한 구조방정식 분석을 진행하였다(구조방정식 모형의 적합도 지수:  $\chi^2=256.042, df=137, p<.001, NFI=.91, TLI=.94, CFI=.95$ ). 분석결과, 이상적 여성의 신체 인식이 비만인 태도의 두 변수에 미치는 직접효과는 유의하게 나타나( $\beta_{비선호}=.277, p<.01; \beta_{의지력}=.299, p<.001$ ), 이상적 신체 내재화의 매개효과는 완전매개가 아닌 부분매개 효과로 규명되었다(Table 6).

<Table 6> Results of post-hoc analysis

Direct paths	$\beta$	SE	t
Awareness of female ideals → Attitudes toward fat-dislike	.277*	.287	3.188
Awareness of female ideals → Attitudes toward fat-willpower	.299***	.348	3.309

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

## V. Conclusion and Implications

본 연구는 신체이미지 연구 분야에서 상대적으로 연구가 미흡했던 중년 여성을 대상으로(Ramachandran & Snehathalatha, 2010), 이상적 여성의 신체 기준에 대한 인식, 이상적 신체의 내재화, 항비만 태도의 관계를 규명하였다. 또한 이상적인 여성의 신체에 대한 인식이 내재화를 통해서 항비만 태도에 영향을 미친다는 이상적 여성에 대한 내재화의 매개효과를 밝혔다.

구체적으로 본 연구에서는 이상적인 여성의 신체 이미지에 대한 여성의 내재화의 정도가 높을수록 항비만 태도의 두 차원과 모두 정적인 관계가 나타났다. 이상적 신체 기준에 대한 인식을 높게 하는 중년 여성일수록 이 기준을 자신들의 신체이미지의 목표로 내재화하는 경향성이 높다는 것이 규명되었다. 또한 이러한 내재화를 높게 하는 여성은 비만에 대한 비선호를 높게 지각하는 경향성이 있음이 밝혀졌다. 또한 내재화를 높게 지각할수록, 비만은 비만인의 낮은 의지력에서 기인한다고 평가하였다. 본 연구는 사회에서 요구하는 이상적인 여성의 신체이미지는 20~30대의 젊은 여성뿐만 아니라 중년 여성들의 신체이미지 관련 태도에도 중요한 영향을 미치는 요인임을 규명함으로써 신체이미지의 연구의 결과를 확장하였다는 데에 그 의의가 있다. 이외에도 기존의 신체이미지 연구들이 젊은 여성들에게 집중되어 있었으며, 상대적으로 중년 여성의 연구가 부족한 신체이미지 관련 연구 분야에서(Pila et al., 2018), 중년 여성을 대상으로 연구의 범위와 대상을 확장한 점에서도 학문적 의미가 있다고 본다.

본 연구에서는 이상적인 여성의 신체이미지에 대한 내재화가 중년 여성들의 비만에 대한 비선호와 비만에 대한 부정적인 태도에 강하게 미치는 영향력을 규명하였다. 항비만 태도의 차원 중 타인인 비만인의 평가차원인 비만인에 대한 비선호와 비만인에 대한 의지력을 활용하였다. 이는 사회문화적 환경하에 영향을 받는 본인 스스로의 신체이미지 형성이 동일한 사회문화적 배경아래의 구성원이며 비만인인 타인의 평가에 어떻게 영향을 미칠 수 있는가에 대해 규명한 것에 의의가 있다고 본다. 이러한 본 연구의 결과는 신체 긍정주의가 강조되고 있는 현 시점에도 비만인과 과체중에 대한 편견과 선입견은 여전히 존재하고

있다는 것을 나타낸다. 또한 사회에서 요구되는 마르고 아름다운 이상적인 여성 이미지를 통해서 이러한 비만에 대한 편견적인 인지를 형성하는 것이 규명되었다. 즉, 중년 여성의 외모와 이상적인 신체이미지로 여겨지는 마른 몸매에 대한 사회의 압력과 무의식적인 압박은, 궁극적으로 보다 높은 항비만 태도를 형성하며 비만에 대한 낙인을 형성할 수 있음을 밝혔다. 이는 한 사회에서 내적으로도 개인의 가치를 사회에서 요구되는 마른 신체이미지를 기준으로 평가하고 있으며, 이는 타인에 대한, 특히 비만에 대한 부정적인 편견을 형성한다는 점을 지적한다. 이는 건강한 사회의 구성원으로서 개인의 의미와 가치는 특정 신체 이미지를 통해 평가된다는 것의 위험성이 있음을 의미하며, 비만과 관련한 사회적 편견과 고정관념은 낮추고 수용 정도를 함양할 수 있는 노력이 필요하다는 것을 시사한다.

개인을 외모를 기준으로 평가한다는 것은, 여성의 전반적으로 긍정적이고 높은 삶의 질의 형성을 저해하고 정신적 건강에 부정적인 영향을 미칠 수 있다(Jeong, 2016). 이를 극복하기 위해서는 학문적으로 보다 넓은 의미의 아름다움에 대한 개념 정립이 필요하다고 본다(Wu et al., 2021). 이는 현재 패션 산업이 지향하고 있는 신체긍정주의와 포용성과 맥을 함께 한다. 또한 건강하고 다양한 신체에 대한 이미지를 형성하고 제안하기 위해 학계와 사회의 교육과 관심이 필요하다고 본다. 아름다움이라는 개념에 대해서 다양한 연령, 성별 등의 관점에서의 연구가 필요하며, 포용성이라는 의미에 대한 보다 심층적인 해석이 학계와 패션업계에서 모두 필요한 시점이라고 본다.

이를 위해서는 학계에서는 Rodriguez-Gazquez et al.(2020)의 연구결과에서 밝혀졌듯이, 중년 여성들을 대상으로 지역과 커뮤니티 중심의 교육 프로그램 등을 진행하는 방법을 제안한다. 이를 통해 다양한 신체 이미지를 존중하고(Wood-Barcalow et al., 2010), 사회문화적으로 요구되는 이상적인 아름다움의 기준에 동조하지 않아야 한다는(Tylka & Iannantuono, 2016), 보다 넓은 개념의 아름다움에 대해 논의할 필요성이 있다. 또한 중년 여성들은 가정에서도 자녀들에게 비만에 대한 본인들의 의견으로 영향을 미칠 수 있으므로, 이들에게 탈편견적인 가치와 태도를 형성할 수 있는 학습의 기회를 제공하는 것이 바람직할 것으로 본

다. 실무적으로는 미디어에서 다양한 신체사이즈의 모델들을 등장시키고 있으나, 이에 대한 보다 적극적인 참여가 필요하다고 본다. 전형적인 특정 신체사이즈만이 아닌 다양한 신체사이즈의 적극적인 노출, 그리고 있는 그대로의 수용에 대한 부분은 비만에 대한 편견을 낮추고 마른 몸매와 전형적인 아름다움으로 정형화된 신체이미지로의 내재화 과정을 약화시킬 수 있다고 본다. 특히 패션 브랜드와 산업에서는 다양한 사이즈의 활용 및 의복판매 및 제작 등을 활용하는 실무적 시사점을 제안한다. 항비만 태도를 낮추는 것은 패션산업의 다양한 부분에서 진행되고 있는 신체긍정주의와 포용성의 보다 활발한 수용을 위해서도 선행되어야 하는 부분임을 강조한다. 이는 또한 현재 중년 여성들의 신체긍정주의와 포용성의 개념과 비만에 대한 편견 지각의 관련성을 밝히는 보다 심층적인 후속 연구가 필요함을 제시한다.

본 연구는 항비만 태도는 성별과 나이에 따라 다르게 인식된다는 선행연구의 결과를 바탕으로 중년 여성을 연구 대상으로 한정하였다. 따라서 중년 남성을 대상으로 항비만 태도 관련 신체이미지 연구를 제안한다. 또한 후속 연구에서는 중년 여성들의 신체이미지의 내재화와 항비만 태도를 매개변수로, 사회 구성원 간의 상호작용이 삶의 질에 미치는 영향력을 규명하는 것이 필요하다고 본다. 본 연구에서는 주관적 신체사이즈 인식을 통제변수로 활용하였으나, 선행 연구에서 규명한 바와 같이(Choi, 2006; Holub, 2008), 해당 변수의 항비만 태도에 대한 상대적인 영향력을 연구하는 것도 의미가 있을 것으로 사료된다. 본 연구에서는 항비만 태도에 대한 자기응답 기반의 설문방식으로 연구가 진행되었다. 그러나 신체긍정주의의 중요성이 대두되고 있는 현 시점에서 미디어에서 노출되고 있는 다양한 신체이미지(예: 비만과 과체중의 플러스 사이즈 모델) 및 사회 구성원 간의 상호작용의 영향력을 검증하는 실험연구도 필요하다고 본다. 마지막으로 노화의 과정으로 인해 신체의 큰 변화를 겪고 있는 중년 여성과 중년 남성들 그리고 노년층의 남녀를 대상으로, 그들이 소속한 집단 내에서 재정립하고 있는 새로운 의미의 신체이미지와 보다 넓은 의미에서의 건강함과 아름다움에 대한 개념을 탐색하는 연구가 요구된다.

## References

- Bellard, A. M., Cornelissen, P. L., Mian, E., & Cazzato, V. (2021). The ageing body: Contributing attitudinal factors towards perceptual body size estimates in younger and middle-aged women. *Archives of Women's Mental Health, 24*, 93-105. doi:10.1007/s00737-020-01046-8
- Challinor, K. L., Mond, J., Stephen, I. D., Mitchison, D., Stevenson, R. J., Hay, P., & Brooks, K. R. (2017). Body size and shape misperception and visual adaptation: An overview of an emerging research paradigm. *Journal of International Medical Research, 45*(6), 2001-2008. doi:10.1177/0300060517726440
- Choi, M. Y. (2016). A cross-cultural study of plus-size consumer's perception of body, attitude of accepting obesity and clothing behaviors in Korea and the US. *Journal of the Korean Society of Costume, 66*(3), 75-92. doi:10.7233/jksc.2016.66.3.075
- Crandall, C. S. (1994). Prejudice against fat people: Ideology and self-interest. *Journal of Personality and Social Psychology, 66*(5), 882-894. doi:10.1037/0022-3514.66.5.882
- Cribb, V. L., & Haase, A. M. (2016). Girls feeling good at school: School gender environment, internalization and awareness of socio-cultural attitudes associations with self-esteem in adolescent girls. *Journal of Adolescence, 46*, 107-114. doi:10.1016/j.adolescence.2015.10.019
- Del Rosso, T. (2017). There's a cream for that: A textual analysis of beauty and body-related advertisements aimed at middle-aged women. *Journal of Women & Aging, 29*(2), 185-197. doi:10.1080/08952841.2015.1125698
- Eli, K., Howell, K., Fisher, P. A., & Nowicka, P. (2014). "A little on the heavy side": A qualitative analysis of parents' and grandparents' perceptions of preschoolers' body weights. *BMJ Open, 4*(12), 1-9. doi:10.1136/bmjopen-2014-006

609

- Hebl, M., King, E. B., & Perkins, A. (2009). Ethnic differences in the stigma of obesity: Identification and engagement with a thin ideal. *Journal of Experimental Social Psychology, 45*(6), 1165-1172. doi:10.1016/j.jesp.2009.04.017
- Heinberg, L. J., Thompson, J. K., & Stormer, S. (1995). Development and validation of the socio-cultural attitudes towards appearance questionnaire. *International Journal of Eating Disorders, 17*(1), 81-89. doi:10.1002/1098-108x(199501)17:1<81::aid-eat2260170111>3.0.co;2-y
- Himmelstein, M., & Tomiyama, A. J. (2015). It's not you, it's me: Self-perceptions, antifat attitudes, and stereotyping of obese individuals. *Social Psychological and Personality Science, 6*(7), 749-757. doi:10.1177/1948550615585831
- Holub, S. C. (2008). Individual differences in the anti-fat attitudes of preschool children: The importance of perceived body size. *Body Image, 5*(3), 317-321. doi:10.1016/j.bodyim.2008.03.003
- Jackson, T., Jiang, C., & Chen, H. (2016). Associations between Chinese/Asian versus Western mass media influences and body image disturbances of young Chinese women. *Body Image, 17*, 175-183. doi:10.1016/j.bodyim.2016.03.007
- Jang, Y. J. (2016). A comparative study of productive activities between middle-aged and elderly women. *Korean Journal of Family Social Work, 53*, 7-44. doi:10.16975/kjfs.w.2016..53.001
- Jeong, O. H. (2016). Developing art appreciation programme for overcoming 'lookism'. *Korean Journal of Culture and Arts Education Studies, 11*(2), 55-82. doi:10.15815/kjcaes.2016.11.2.55
- Karsay, K., & Schmuck, D. (2019). "Weak, sad, and lazy fatties": Adolescents' explicit and implicit weight bias following exposure to weight loss reality TV shows. *Media Psychology, 22*(1), 60-81. doi:10.1080/15213269.2017.1396903
- Kilpela, L. S., Becker, C. B., Wesley, N., & Stewart, T. (2015). Body image in adult women: Moving beyond the younger years. *Advances in Eating Disorders, 3*(2), 144-164. doi:10.1080/21662630.2015.1012728
- Langdon, J., Rukavina, P., & Greenleaf, C. (2016). Predictors of obesity bias among exercise science students. *Advances in Physiology Education, 40*(2), 157-164. doi:10.1152/advan.00185.2015
- Lee, H.-H., & Moon, H. (2018). The effects of media and self-image congruity of ideal body image on dieting and exercising behaviors: Comparison of Korea and U.S. female college students. *The Research Journal of the Costume Culture, 26*(5), 806-821. doi:10.29049/rjcc.2018.26.5.806
- Lee, M., & Damhorst, M. L. (2020). Women's body image throughout the adult life span: A latent growth modeling approach. *The International Journal of Aging and Human Development, 91*(3), 317-339. doi:10.1177/0091415019871206
- Lee, M., & Lee, H.-H. (2020a). Effects of body positivity and types of expression on social media, and women's subjective body size on mood and appearance satisfaction. *Fashion & Textiles Research Journal, 22*(2), 170-180. doi:10.5805/SFTI.2020.22.2.170
- Lee, M., & Lee, H.-H. (2020b). Objective versus subjective comparisons of body size against thin media models, media pressures, internalization, and body satisfaction. *The Social Science Journal, 57*(3), 269-280. doi:10.1016/j.soscij.2019.01.004
- Lin, L., & Reid, K. (2009). The relationship between media exposure and antifat attitudes: The role of dysfunctional appearance beliefs. *Body Image, 6*(1), 52-55. doi:10.1016/j.bodyim.2008.09.001
- Longo, M. R., Betti, V., Aglioti, S. M., & Haggard, P. (2009). Visually induced analgesia: Seeing the body reduces pain. *Journal of Neuroscience, 29*(39), 12125-12130. doi:10.1523/JNEUROSCI.3072-09.2009
- McCabe, M. P., Ricciardelli, L. A., & James, T. (2007). A longitudinal study of body change strategies of fitness center attendees. *Eating Be-*

- haviors*, 8(4), 492-496. doi:10.1016/j.eatbeh.2007.01.004
- McCabe, M. P., Ricciardeli, L. A., Sitaram, G., & Mikhail, K. (2006). Accuracy of body size estimation: Role of biopsychosocial variables. *Body Image*, 3(2), 163-171. doi:10.1016/j.bodyim.2006.01.004
- O'Brien, K. S., Hunter, J. A., Halberstadt, J., & Anderson, J. (2007). Body image and explicit and implicit anti-fat attitudes: The mediating role of physical appearance comparisons. *Body Image*, 4(3), 249-256. doi:10.1016/j.bodyim.2007.06.001
- Park, S. Y., & Park, S. Y. (2018). A longitudinal study on ecological determinants associated with middle-aged and elderly women's life satisfaction and depressive symptoms. *Health and Social Welfare Review*, 38(4), 129-163. doi:10.15709/hswr.2018.38.4.129
- Pepper, A. C., & Ruiz, S. Y. (2007). Acculturation's influence on antifat attitudes, body image and eating behaviors. *Eating Disorders*, 15(5), 427-447. doi:10.1080/10640260701667912
- Pila, E., Solomon-Krakus, S., Egelton, K., & Sabiston, C. M. (2018). "I am a fat baby, who moved to a fat child, who moved to a fat teenager, who moved to a fat adult": Women's reflections of a lifetime of body and weight concern. *Journal of Women & Aging*, 30(2), 158-177. doi:10.1080/08952841.2017.1295669
- Pruis, T. A., & Janowsky, J. S. (2010). Assessment of body image in younger and older women. *The Journal of General Psychology*, 137(3), 225-238. doi:10.1080/00221309.2010.484446
- Puhl, R. M., Moss-Racusin, C. A., Schwartz, M. B., & Brownell, K. D. (2008). Weight stigmatization and bias reduction: Perspectives of overweight and obese adults. *Health Education Research*, 23(2), 347-358. doi:10.1093/her/cym052
- Ra, J. S., Cho, K. S., & Cho, Y. H. (2020). Gender differences regarding parental teasing of Korean children's weight and anti-fat attitudes. *Journal of Korean Public Health Nursing*, 34(2), 289-300. doi:10.5932/JKPHN.2020.34.2.289
- Ra, J. S., & Kim, S. O. (2021). Factors associated with the weight bias internalization of the girls in early adolescence. *Journal of Korean Academy of Community Health Nursing*, 32(2), 140-149. doi:10.12799/jkachn.2021.32.2.140
- Ramachandran, A., & Snehalatha, C. (2010). Rising burden of obesity in Asia. *Journal of Obesity*, 2010, 1-9. doi:10.1155/2010/868573
- Rodriguez-Gazquez, M., Ruiz-Lglesias, A., & Gonzalez-Lopez, J. R. (2020). Changes in anti-fat attitudes among undergraduate nursing students. *Nurse Education Today*, 95, 1-6. doi:10.1016/j.nedt.2020.104584
- Saucier, M. G. (2004). Midlife and beyond: Issues for aging women. *Journal of Counseling & Development*, 82(4), 420-425. doi:10.1002/j.1556-6678.2004.tb00329.x
- Scott, S. R., & Rosen, L. H. (2015). Predicting anti-fat attitudes: Individual differences based on actual and perceived body size, weight importance, entity mindset, and ethnicity. *Eating and Weight Disorders*, 20, 179-186. doi:10.1007/s40519-014-0158-8
- Singer, M. (2022, February 22). What's changing—and what isn't—about fashion's relationship to the body? *Vogue*. Retrieved July 10, 2022, from <https://www.vogue.com/article/fashion-and-the-body>
- Thompson, J. K., & Stice, E. (2001). Thin-ideal internalization: Mounting evidence for a new risk factor for body-image disturbance and eating pathology. *Current Directions in Psychological Science*, 10(5), 181-183. doi:10.1111/1467-8721.00144
- Tiggemann, M. (2004). Body image across the adult life span: Stability and change. *Body Image*, 1(1), 29-41. doi:10.1016/S1740-1445(03)00002-0
- Tremblay, L., Roy-Vaillancourt, M., Chebbi, B., Bouchard, S., Daoust, M., Denomme, J., & Thorpe, M. (2016). Body image and anti-fat

- attitudes: An experimental study using a haptic virtual reality environment to replicate human touch. *Cyberpsychology, Behavior and Social Networking*, 19(2), 100-106. doi:10.1089/cyber.2015.0226
- Turel, T., Jameson, M., Gitimu, P., Rowlands, Z., Mincher, J., & Pohle-Krauz, R. (2018). Disordered eating: Influence of body image, socio-cultural attitudes, appearance anxiety and depression—A focus on college males and a gender comparison. *Cogent Psychology*, 5(1), 1-22. doi: 10.1080/23311908.2018.1483062
- Tylka, T. L., & Iannantuono, A. C. (2016). Perceiving beauty in all women: Psychometric evaluation of the broad conceptualization of beauty scale. *Body Image*, 17, 67-81. doi:10.1016/j.bodyim.2016.02.005
- Vanina, Y., Podolskaya, A., Sedky, K., Shahab, H., Siddiqui, A., Munshi, F., & Lippmann, S. (2002). Body weight changes associated with psychopharmacology. *Psychiatric Services*, 53(7), 842-847. doi:10.1176/appi.ps.53.7.842
- Vartanian, L. R., Herman, C. P., & Polivy, J. (2005). Implicit and explicit attitudes toward fatness and thinness: The role of the internalization of societal standards. *Body Image*, 2(4), 373-381. doi: 10.1016/j.bodyim.2005.08.002
- Wang, S. S., Brownell, K. D., & Wadden, T. A. (2004). The influence of the stigma of obesity on overweight individuals. *International Journal of Obesity*, 28(10), 1333-1337. doi:10.1038/sj.ijo.0802730
- Warren, C. S., Castillo, L. G., & Gleaves, D. H. (2009). The sociocultural model of eating disorders in Mexican American women: Behavioral acculturation and cognitive marginalization as moderators. *Eating Disorders*, 18(1), 43-57. doi: 10.1080/10640260903439532
- Webb, J. B., Fiery, M. F., & Jafari, N. (2016). “You better not leave me shaming!”: Conditional indirect effect analyses of anti-fat attitudes, body shame, and fat talk as a function of self-compassion in college women. *Body Image*, 18, 5-13. doi:10.1016/j.bodyim.2016.04.009
- Wood-Barcalow, N. L., Tylka, T. L., & Augustus-Horvath, C. L. (2010). “But I like my body”: Positive body image characteristics and a holistic model for young-adult women. *Body Image*, 7(2), 106-116. doi:10.1016/j.bodyim.2010.01.001
- Wu, H. X., Ching, B. H. H., He, C. C., & Li, Y. (2021). “Thinness is beauty”: Predictors of anti-fat attitudes among young Chinese women. *Current Psychology*. Advance online publication. doi:10.1007/s12144-021-02021-x