

논문접수일 : 2014.09.20

심사일 : 2014.10.05

게재확정일 : 2014.10.28

미혼여성의 공적 자기의식과 신체관리행동의 관계

- 외모에 대한 사회문화적 가치의 내면화, 신체수치심의 매개효과 -

The Relationship Between Public Self-Consciousness and Body Management Behavior
of Unmarried Women

- The Mediator Effect of Internalization of Sociocultural Values Related
to Appearance and Body Shame -

주저자 : 전정혜

대구가톨릭대학교 디자인대학 패션디자인과 겸임교수

Jeon, jung-hye

Dept. of Fashion Design, Catholic University of Daegu

공동저자 : 유태순

대구가톨릭대학교 디자인대학 패션디자인과 교수

Yoo, tai-soon

Dept. of Fashion Design, Catholic University of Daegu

1. 서론

2. 이론적배경

- 2.1. 공적 자기의식
- 2.2. 외모에 대한 사회문화적 가치의 내면화
- 2.3. 신체수치심
- 2.4. 신체관리행동

3. 연구방법

- 3.1. 연구문제 및 연구모형
- 3.2. 측정도구
- 3.3. 조사대상 및 분석방법

4. 결과 및 고찰

- 4.1. 측정변인 간의 상호상관행렬 및 기술 통계치
- 4.2. 측정모형의 적합도 추정결과
- 4.3. 구조모형의 적합도 추정결과
- 4.4. 직·간접 효과 분해
- 4.5. 연구변인의 연령별 차이 검증

5. 결론 및 제언

참고문헌

논문요약

본 연구는 공적 자기의식이 외모에 대한 사회문화적 가치의 내면화에 영향을 주고 다시 신체수치심에 영향을, 신체관리행동에 영향을 미치는 과정을 뒷받침하는 연구가 될 것이며, 관련 변인에 미치는 경로와 상대적 영향력, 그리고 관계구조에 관한 정보를 제공할 것이다. 이를 위해 대구지역에 거주하는 20대 미혼여성 214명, 30대 미혼여성 132명을 대상으로 설문조사하였고, 총 346명의 자료를 분석하였다. 연구결과 얻어진 결론은 다음과 같다. 첫째, 공적 자기의식은 외모에 대한 사회문화적 가치의 내면화에 직접적인 영향을 미치는 것으로 나타났고, 외모에 대한 사회문화적 가치의 내면화는 신체수치심에, 신체수치심 역시 신체관리행동에 직접 영향을 미치는 것으로 나타났다. 둘째, 공적 자기의식은 외모에 대한 사회문화적 가치의 내면화를 통하여 신체수치심에 간접적인 영향을 미치는 것으로 나타났고, 외모에 대한 사회문화적 가치의 내면화는 신체수치심을 통하여 신체관리행동에 간접적으로 영향을 미치는 것으로 나타났다. 셋째, 외모에 대한 사회문화

적 가치의 내면화와 신체수치심에서 연령별 통계적으로 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다.

주제어

공적 자기의식, 내면화, 신체수치심, 신체관리행동

Abstract

The current study is to set up public self-consciousness, internalization of sociocultural values relating to appearance, and body shame as the causal variables; and identify the direct or mediator effects of variables and the differences depending on the ages. This study is of significance in covering the existing studies integrately. Moreover, this aims to reveal the relations of how these factors turn to be the body management behaviors after all. A survey was conducted targeting 346 adult unmarried women at the age of 20 to 30 who live in Daegu and Gyeongbuk areas. The data analysis was performed through the programs such as AMOS 19.0 and SPSS 19.0 for Windows. The findings are as follows; First, Public self-consciousness had direct effects both on internalization of sociocultural values relating to appearance, and internalization of sociocultural values relating to appearance had direct effects both on body shame, and it appeared that body shame affected body management behaviors directly. Second, Public self-consciousness had an influence on body shame indirectly, also the internalization of sociocultural values relating to appearance had an influence on body management behavior indirectly. Third, Sociocultural values relating to appearance and body shame to have the most significant difference according to in age.

Keyword

Public Self-Consciousness, Internalization, Body Shame, Body Management Behavior

1. 서론

마른 몸을 이상화하는 사회적 분위기로 인해 우리나라 여성들은 자신의 신체와 외모에 만족하지 못하고 있을 뿐 아니라 다양한 신체적·심리적 어려움을 경험하고 있다. 자기 자신이 타인에게 어떻게 보여지는가에 의식할수록, 사회문화적으로 이상적인 미를 내면화하고, 그 기준에 도달하지 못했을 때 자신의 신체에 대해 신체수치심을 느끼게 되며, 이로 인해 신체관리를 통한 날씬한 체형에 대한 관심이 고조되고 있다. 이처럼 외모를 중시하는 사회분위기로 인해 아름다운 외모를 가꾸는데 많은 관심을 두고 다이어트, 운동 등 다양한 행동을 하고 있다.

선행연구에서 공적 자기의식이 이상적 외모 내면화에 직접적인 영향을 미친다고 하였고(손은정, 2007), 홍금희(2010)의 연구에서 공적 자기의식이 높을수록 이상적인 외모와의 비교로 인해 신체수치심이 높은 것을 알 수 있어, 내면화가 신체수치심에 직접적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이미숙(2008)의 연구에서는 외모에 대한 사회문화적 가치의 내면화가 높은 집단이 내면화 수준이 낮은 집단에 비해 외모를 부정적으로 평가하고 있는 것으로 나타났다. 이와 같이 대중매체에 많이 노출될수록 이상적인 미를 내면화하여 자신의 신체에 더욱 불만족하고 부정적인 신체이미지를 형성하는 것으로 보고되고 있다(Stice & Shaw, 1994).

또한 신체수치심과 신체관리행동과의 관계에서 신체수치심을 느끼는 사람이 부정적인 섭식행동을 보이거나(김시연 등, 2010), 부정적인 신체이미지로 인해 성형의도를 유발하는 등 신체관리행동의 원인이 된다는 것을 알 수 있었다(장지원 등, 2012).

이러한 선행연구들을 중심으로 살펴 볼 때 대부분 연구변인들을 연구별 특성에 따라 단면적으로 살펴 보았으며, 위의 변인을 함께 연구한 경우는 드물며, 또한 20~30대 미혼여성만을 연구대상으로 변인 간의 관계구조를 설명한 연구는 미흡한 상황이다.

그러므로 본 연구에서는 공적 자기의식이 외모에 대한 사회문화적 가치의 내면화, 신체수치심 등의 변인들을 통해 어떻게 신체관리행동에 영향을 미치는지를 탐색하고자 구조모형을 설정하고 20~30대 미혼여성을 대상으로 그 적합도를 검증하였다. 이 연구는 공적 자기의식이 외모에 대한 사회문화적 가치의 내면화에 영향을 주고 다시 신체수치심에 영향을 주며, 위의 경로가 신체관리행동에 영향을 미치는 과정을 뒷받침하는 연구가 될 것이며, 변인 간의 직·간접적인 인과관계가 타당한 것인가를 구조모형

으로 설정하여 검증하고자 한다. 또한 관련 변인들 간의 연령별 차이를 알아보려고 하였다.

2. 이론적배경

2.1. 공적 자기의식

공적 자기의식은 다른 사람에게 인식되어지는 사회적 객체로서의 자기, 가령 인상형성, 개인의 외적 행동양식 등으로, 즉 다른 사람에게 보여지는 사회적 존재로서의 자아에 주의를 기울이는 경향이라고 볼 수 있다(Elliott, 1984). 이처럼 다른 사람의 평가나 기대에 주의를 더 많이 기울이는 경향성을 가진 공적 자기의식이 높은 사람은 공적 자기의식이 낮은 사람보다 타인의 관심이나 평가의 대상이 될 수 있는 자신의 신체에 대한 비교효과에 민감하게 반응하여(Buss, 1980), 같은 스트레스 상황에서 스트레스를 더 많이 받는 경향이 있고(Innes & Kitto, 1989), 신체불안과 신체불만족이 높게 나타났다(손은정, 2007). 이와 같이 공적 자기의식이 높은 사람들은 집단 내에 다른 사람들과의 관계를 우선시 하며, 자신의 외모에 대한 타인의 평가를 중요시 여기며 자신을 관리하는 경향이 높다고 한다. 그 결과 자신의 외모에 대해서도 관심을 갖고, 신체적 외모를 가꾸는데 많은 노력을 하며, 실제로 타인으로부터 공적 자기의식이 낮은 사람들보다 더 매력적이라는 평가를 받는다(Turner et al., 1981).

2.2. 외모에 대한 사회문화적 가치의 내면화

외모에 대한 사회문화적 가치의 내면화는 대중매체를 중심으로 빠르게 전달되는 이상적인 사회적 기준을 자신의 가치로 수용하고 내면화함으로써 자신에 대한 평가기준으로 삼는 것을 말한다. 이처럼 대중매체가 보여주는 이미지와 사회적 기대수준에 따라 사회적 산물에 불과한 이상적 아름다움을 토대로 자신의 신체외모를 판단하고 내면화가 형성되면, 이상적 외모와의 비교로 인해 자신의 신체에 평가를 하게 된다. 또한 외모에 대한 고정관념과 차별성을 갖게 하는 부정적 영향력, 즉 신체평가와 수치심, 외모불안, 우울감, 분노와 행복감 등의 감정 변화에도 영향을 미치고 있다(Birkeland et al., 2005). 그러므로 이러한 부정적 감정을 해소하기 위해 외모가 좀 더 나아보일 수 있도록 바꿔보려는 신체관리행동을 하게 된다.

2.3. 신체수치심

신체의외모를 판단하는데 사회적 기준에 도달하지 못했을 때 얻게 되는 자신의 신체에 대한 감정적 반응인 신체수치감, 즉 이상적인 신체 기준을 자연스럽게 내면화하게 되면 습관적으로 자신을 높은 외모 수준을 가지는 사회적 이상미와 비교하여 자기 신체에 대해 우울감, 수치, 불만족과 같은 부정적 감정을 형성하게 된다. 이에 여성들은 불만족을 해소하고, 자기 가치로 내면화된 이상적 외모를 갖기 위해 다양한 외모관리에 지속적인 노력과 관심을 쏟게 된다 (McKinley & Hyde, 1996; Kretchmar, 2001). 자신의 신체에 대한 불만족과 같은 부정적 반응이 아름다운 외모를 지닌 사회적 기준과의 불일치 때문에 야기되며 신체수치심과 낮은 신체존중감 등을 이끌 수 있다 (Strelan & Hargreaves, 2005). 이처럼 외부로부터 형성된 미적 기준에 도달하지 못했을 때, 신체에 대한 부정적 감정을 유발하며 (Noll & Fredrickson, 1998), 체중조절과 같은 신체관리행동에 영향을 미친다고 보고한다. 또한 이상적 기준과의 불일치로 야기되는 신체감시 및 신체수치심의 경우, 여성의 신체만족도와 식이장애에 영향을 미친다 (McKinley, 1998; Noll & Fredrickson, 1998). 이것은 신체사이즈가 클수록 신체수치감과 신체불만족이 증가한다는 McKinley(1998)의 연구에서처럼 사회가 요구하는 미적 기준과의 불일치가 신체불만족과 수치감을 초래한다는 것을 의미한다. 이상과 같이 사회문화적 기준에 따른 사회적 이상미를 내면화함으로써 형성되는 자기객체화는 우리 사회에서 점점 더 영향력을 발휘하고 있으며, 자신의 신체불만족을 유발하고, 부정적인 자아존중감을 갖게 하기도 하며, 아울러 신체관리행동의 원인이 된다는 것을 알 수 있다.

2.4. 신체관리행동

외모가 하나의 자기관리 능력으로 평가받는 요즘 신체관리에 대한 중요성이 증대되고, 외적인 외모는 자기 자신이 만들어 내는 것이라고 할 수 있으므로, 신체를 가꾸기 위한 개인의 의지는 피부체형관리, 성형수술 등의 적극적인 신체관리까지 가능하게 하는 충분한 동기가 되는 것이다.

박은아(2000)는 대중매체에서 보여주는 이상적인 미의 기준과 자기 신체이미지의 불일치로 인하여 불만족이 높아지고 개인이 외모를 중시하는 사회가치와 미적기준을 내면화하는 정도에 따라 외모에 대한 자기감시와 불만족을 형성하게 되며, 신체에 대한 불만은 자신에 대한 불만과 연관되어 자아존중감에도 영향을 미치게 된다고 하였다. 이를 해소하기 위

해 실제로 여성들은 건강상의 이유가 아닌 신체관리 즉 운동, 피부관리 및 체중조절과 같은 일상적인 것부터 미용성형과 같은 적극적인 외모관리를 통해 원하는 외모를 갖기 위해 다양한 행동을 하고 있음을 밝혔다.

3. 연구방법

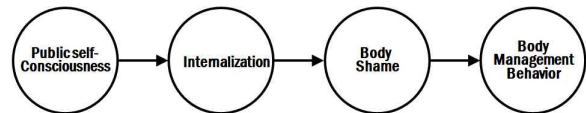
3.1. 연구문제 및 연구모형

본 연구의 목적을 수행하기 위하여 이론적 배경을 토대로 다음과 같이 연구문제를 설정하였으며, 연구모형은 [Fig. 1]에 제시하였다.

연구문제 1. 공적 자기의식은 외모에 대한 사회문화적 가치의 내면화에, 외모에 대한 사회문화적 가치의 내면화는 신체수치심에, 신체수치심은 신체관리행동에 직접 영향을 미칠 것인가?

연구문제 2. 공적 자기의식과 신체관리행동 간의 관계에서 외모에 대한 사회문화적 가치의 내면화, 신체수치심은 매개변인으로서의 역할을 할 것인가?

연구문제 3. 연령(20대, 30대)에 따라 공적 자기의식, 외모에 대한 사회문화적 가치의 내면화, 신체수치심, 신체관리행동은 차이가 있을 것인가?



[Fig. 1] Research model

3.2. 측정도구

3.2.1. 공적 자기의식

공적 자기의식(public self-consciousness)은 다른 사람에게 평가되는 자아에 주의를 기울이는 것으로, 자기 자신이 타인에게 어떻게 보여지는가에 대한 의식을 의미한다. 측정도구는 Fenigstein et al.(1975)이 제작한 도구를 연구의 목적에 맞게 수정·보완하여 총 5문항을 5점 Likert형 척도로 ‘매우 그렇다’를 5점으로, ‘전혀 그렇지 않다’를 1점으로 환산하여 사용하였다. 공적 자기의식 문항의 신뢰도 계수 (Cronbach’ Alpha)는 .834로 나타났다.

3.2.2. 외모에 대한 사회문화적 가치의 내면화

외모에 대한 사회문화적 가치의 내면화(internalization of sociocultural values related to appearance)는 신체적 외모의 중요성을 지각하고 그 기준을 자신의 외모를 평가하는 지침으로 내재화 한 것을 의미한다.

측정도구는 Heinberg et al.(1995)이 제작한 도구를 연구의 목적에 맞게 수정·보완하여 총 6개의 문항을 5점 Likert형 척도로 사용하였다. 외모에 대한 사회문화적 가치의 내면화 문항의 신뢰도는 .828로 나타났다.

3.2.3. 신체수치심

신체수치심(body shame)은 사회문화적으로 이상적인 미의 기준에 도달하지 못했을 때 갖게 되는, 자신의 신체에 대해 느끼는 수치심을 의미한다. 측정도구는 McKinley & Hyde(1996)가 제작한 도구를 연구의 목적에 맞게 수정·보완하여 총 4개의 문항을 5점 Likert형 척도로 사용하였다. 신체수치심 문항의 신뢰도 계수는 .771로 나타났다.

3.2.4. 신체관리행동

신체관리행동(body management behavior)은 자신의 신체적 외모에 대한 만족도를 높이기 위해, 신체적 이미지를 변화시키고 아름답게 가꾸기 위하여 행해지는 행동을 의미한다. Lennon & Rudd(1994), Rudd & Lennon(2000), 황진숙, 김윤희(2006) 등이 제작한 도구를 연구의 목적에 맞게 수정·보완하여 총 4개의 문항을 5점 Likert형 척도로 사용하였다. 신체관리행동 문항의 신뢰도 계수는 .812로 나타났다.

3.3. 조사대상 및 분석방법

본 연구를 위한 자료 수집은 본 조사에 앞서 측정도구의 타당성과 신뢰성을 알아보기 위하여 예비조사를 실시하였으며, 그 결과 신뢰도가 낮은 문항을 제외한 문항으로 다시 수정·보완하여 대구지역에 거주하는 만 20세부터 39세의 미혼여성을 대상으로 무작위로 추출하여 370부의 설문지를 배포하여 자료를 수집하였으며, 그 중 응답이 미비한 설문지를 제외하고 346부(20대 214부, 30대 132부)를 최종분석에 사용하였다. 설문조사 기간은 2013년 7월 14일부터 7월 24일까지 실시하였으며, 설문조사방법은 자기기입식이였다.

자료분석을 위해 AMOS 19.0 과 SPSS 19.0 for Windows 프로그램을 이용하였다. 측정도구의 내적 일관성을 측정하고자 신뢰도 분석(reliability analysis)을 하여 신뢰도 계수(Cronbach' Alpha)를 구하였으며, 연구변인 간의 관련성 여부를 파악하기 위해 피어슨의 상관분석(Pearson' s correlation analysis), 변인들 간의 인과관계를 검증하고자 구조방정식모형 분석(structural equating model analysis), 간접효과 역시 Bootstrapping 절차를 사용하여 분석하였다. 또

한 연령에 따른 차이를 규명하기 위하여 기초통계량을 구하고, 각 변인에 대한 평균차이를 보기 위해 독립표본 t-test를 실시하였다.

4. 결과 및 고찰

4.1. 측정변인 간의 상호상관행렬 및 기술 통계치

측정변인 간의 관련성 여부를 파악하기 위해 상관관계 분석을 실시하였고, 그 결과 대부분 통계적으로 유의한($p < .001$) 것으로 나타났다.[Table 1]

Variables	1	2	3	4
1. Public self-Consciousness	1			
2. Internalization	.347***	1		
3. Body Shame	.204***	.413***	1	
4. Body Management Behavior	.057	.239***	.388***	1
Total(N)	346	346	346	346
Mean	3.87	3.76	2.90	2.83
skewness	.038	-.307	.144	.083
kurtosis	-.025	-.370	-.715	-.575
S.D	.53	.67	.76	.83

*** $p < .001$

[Table 1] Correlation coefficient of the measurement variables

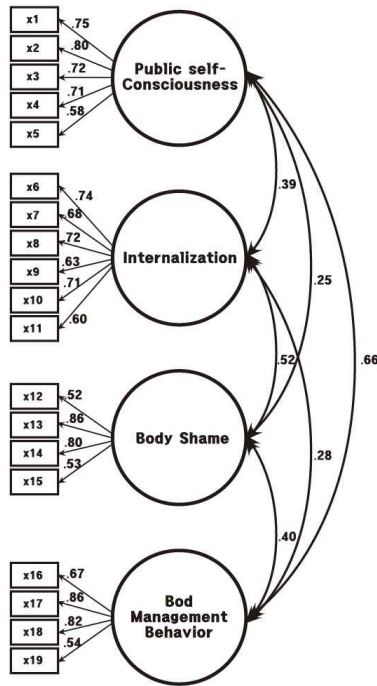
4.2. 측정모형의 부합도 추정결과

본 연구에서 검증하고자 하는 구조회귀모형의 모형추정가능성과 부합도를 검증하기 전에 2단계 모형추정가능성 확인절차(문수백, 2009)에 따라 측정모형과 구조모형으로 분리하여 설정한 다음 설정된 측정모형과 구조모형의 모형추정 가능성을 검토하였다.

최대우도 추정법에 의한 측정모형의 부합도를 추정된 결과 [Table 2]에서와 같이 부합도 기준에 비교적 양호하게 부합되는 것으로 나타났다. 따라서 측정모형의 모수치 추정결과 [Fig. 2]와 같다.

NPAR	CMIN	DF	p	CFI	TLI	RMSEA (.076)	
						LO90	HI90
44	435.316	146	.000	.888	.869	.068	.084

[Table 2] Measured Model fit



[Fig. 2] Measured model

[Fig. 2]의 측정모델에서 나타난 요인들 간의 상관 관계를 살펴보면, 첫째, 공적 자기의식과 외모에 대한 사회문화적 가치의 내면화 간의 상관계수($r=.39$, $p<.05$)는 정적상관을 나타내고, 둘째, 외모에 대한 사회문화적 가치의 내면화와 신체수치심 간의 상관계수($r=.52$, $p<.05$)는 정적상관을 나타낸다. 셋째, 신체수치심과 신체관리행동 간의 상관계수($r=.40$, $p<.05$)는 정적상관을 나타내는 것으로 나타났다.

각 잠재변인과 지표변수들 간의 관계를 검토한 결과, 모든 잠재변수에 있어서 지표변수들의 표준화 회귀계수인 요인부하량이 모두 .50이상의 높은 부하량을 가지는 것으로 나타났다. 그리고 이론변수들 간의 상호상관 정도를 검토한 결과, .25 ~ .66 범위의 상관을 가지는 것으로 나타났다. 잠재변수 간의 상관계수가 .80이상이면 잠재변수 간에 다른 요인을 측정하는 것이 아니라 한 요인을 측정하게 되는 것이다. 그러나 본 연구의 잠재변수 간의 상관계수는 .80이상인 것이 없으므로 변별적 타당도를 만족하는 것으로 나타났다. 즉 연구모형하의 각 이론변수들을 측정하기 위해 선정된 지표변수들이 충분한 수렴적 타당성을 지니고 있고, 그리고 이론변수들 간에도 충분한 변별성을 가지는 것으로 나타났으며, 측정모형에 대한 어떤 수정도 필요하지 않는 것으로 나타났다. 연구모형하의 모든 이론변수들이 측정모형을

통해 통계적으로 정확하고 타당하게 측정될 수 있는 것으로 나타남에 따라 측정된 이론변수들 간의 인과적 관계를 설정한 구조회귀모형의 부합도 및 모수치를 추정하였다.

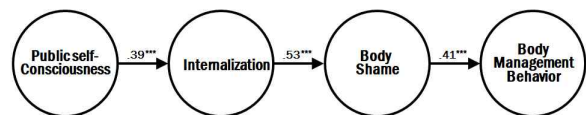
4.3. 구조모형의 부합도 추정결과

본 연구에서 검증하고자 하는 측정모형의 모형 부합도를 추정한 결과 부합도 기준에 양호하게 부합되는 것으로 나타났고, 구조모형의 모형추정가능성이 이론적으로 확인되었기 때문에 최대우도추정방법에 따라 연구모형인 구조회귀모형의 부합도를 추정한 결과 [Table 3]과 같다.

NPAR	CMIN	DF	p	CFI	TLI	RMSEA (.075)	
						LO90	HI90
41	438.512	149	.000	.888	.872	.067	.083

[Table 3] Research structural Model fit

통계적 모형이 자료에 양호하게 부합되는 것으로 나타남에 따라 연구모형하의 모수치들의 통계적 유의성을 검증한 결과 [Fig. 3]에 나타내었으며, 추정결과는 [Table 4]와 같다. 검증 결과 나타난 그림과 표를 보면, 모든 경로가 유의수준($p<.001$)에서 통계적으로 유의한 것으로 나타났다.



[Fig. 3] The results of structural model

Parameter	Unstandardized			Standardized
	Direct Effects	S.E.	C.R.	
Public Self-Consciousness → Internalization	.58	.09	5.96***	.39
Internalization → Body Shame	.41	.06	6.59***	.53
Body Shame → Body Management Behavior	.49	.09	5.44***	.41

*** $p<.001$
 U. E.: Unstandardized Estimates, C. R.: Critical Ratio,
 S. E.: Standardized Estimates

[Table 4] Parameter estimates of model

4.3.1. 외모에 대한 사회문화적 가치의 내면화에 대한 공적 자기의식

공적 자기의식은 외모에 대한 사회문화적 가치의 내면화에 정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다($t=5.96, p<.001$). 이것은 자신이 타인에게 어떻게 보여 지는지 의식하는 공적 자기의식이 높은 사람은 사회적 요구나 평가에 민감하기 때문에 사회가 요구하는 이상적인 미의 기준을 자신의 가치로 내면화하는 외모에 대한 사회문화적 태도가 높다는 것을 의미한다. 이러한 결과는 공적 자기의식이 사회문화적 가치의 내면화에 영향을 미친다는 기존 연구결과들을 지지하고 있다(홍금희, 2010; 손은정, 2007).

4.3.2. 신체수치심에 대한 외모에 대한 사회문화적 가치의 내면화

외모에 대한 사회문화적 가치의 내면화는 신체수치심에 정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다($t=6.59, p<.001$). 이것은 외모에 대한 이상적 사회 기준을 자신의 가치로 수용하게 되는 외모에 대한 사회문화적 가치의 내면화가 높을수록 이 기준에 도달하지 못했을 때 자신의 신체를 더 많이 관찰하며 자신의 신체에 대해 느끼는 신체수치심이 높다는 것을 의미한다. 이러한 결과는 이상적인 외모와의 비교로 인한 신체수치심이 높아진다는 홍금희(2010)의 연구결과와 같다. 또한 박은아(2000)의 연구에서도 미적 기준을 내

면화하는 정도가 높을수록 외모 불만족과 이를 해소하기 위해 극단적인 다이어트 등을 하게 된다고 하였다. 이것으로 사회적 이상미에 도달하지 못했을 때 신체에 대해 부정적인 경험을 하고 이로 인해 신체관리를 한다는 것을 확인할 수 있다.

4.3.3. 신체관리행동에 대한 신체수치심

신체수치심은 신체관리행동에 정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다($t=5.44, p<.001$). 이것은 자신의 외모에 대한 신체수치심이 높게 나타날수록 신체이미지를 변화시키기 위한 신체관리행동을 한다는 것을 의미한다. 이러한 결과는 신체수치심이 성인여성의 체중관리행동을 설명하는 주요 변인이고 신체수치심이 높을수록 체중 및 피부 관리를 한다는 전현지, 정명선(2011, 2010)의 연구 결과를 뒷받침하고 있다. 이로써 신체감시성이 높을수록 자신의 신체에 대한 불안, 불만족으로 인해 피부, 체형관리 등과 같은 다양한 방법으로 신체모습을 향상시키기 위해 외적인 아름다움을 추구하는 것으로 사료된다.

4.4. 직·간접 효과 분해

연구모형인 구조회귀모형의 총 효과에 대한 직접 효과 및 간접효과를 분해하여 추정된 다음, 직·간접효과에 대한 통계적 유의성을 실시한 결과 [Table 5]와 같다.

Parameter	Total Effects	Direct Effects	Indirect Effects	Indirect Effects Path
Public Self-Consciousness→Internalization	.39	.39***	-	-
Internalization→Body Shame	.53	.53***	-	-
Body Shame→Body Management Behavior	.41	.41***	-	-
Public Self-Consciousness→Body Shame	.21	-	.21**	Public Self-Consciousness→Internalization→Body Shame
Internalization→Body Management Behavior	.21	-	.21**	Internalization→Body Shame→Body Management Behavior
Public Self-Consciousness→Body Management Behavior	.08	-	.08*	Public Self-Consciousness→Internalization→Body Shame→Body Management Behavior

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

[Table 5] Direct and indirect effects, total effects of the research variables

[Table 5]에서 볼 수 있는 바와 같이 경로계수가 모두 통계적으로 유의한 것으로 나타났다. 즉, 공적 자기의식은 내면화($\beta=.39, p<.001$)에, 내면화는 신체

수치심($\beta=.53, p<.001$)에, 신체수치심은 신체관리행동($\beta=.41, p<.001$)에 직접적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 또한 사회문화적 가치의 내면화가 신체수

치심에 상대적인 영향력이 높은 것으로 나타났다.

그리고 공적 자기의식은 내면화를 통해 신체수치심에($\beta=.21, p<.01$), 내면화는 신체수치심을 통해 신체관리행동($\beta=.21, p<.01$)에 간접적으로 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이것으로 외모에 대한 사회문화적 가치의 내면화, 신체수치심이 이들 관계를 매개한다고 할 수 있다.

4.5. 연구변인의 연령별 차이 검증

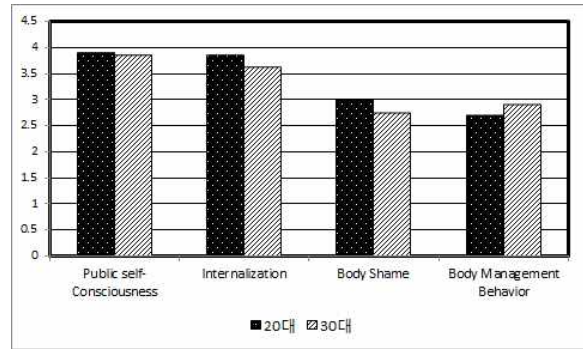
측정변인 간의 연령별 차이가 존재하는지 살펴보기 위해, t-test을 실시하였고, 결과는 [Table 6]과 같다. 연구변인 중 외모에 대한 사회문화적 가치의 내면화와 신체수치심에서 연령대별 통계적으로 유의한($p<.01$) 차이가 있는 것으로 나타났고, 공적 자기의식과 신체관리행동은 통계적으로 차이가 없는 것으로 나타났다. 이것은 20대 미혼여성이 30대 미혼여성보다 사회문화적으로 이상적인 미를 내면화하고, 이상적인 미의 기준에 도달하지 못했을 때, 신체수치심을 느끼는 정도가 높다는 것을 의미한다. 이는 20대 여성들이 30대 여성보다 외모의 사회문화적 표준을 내면화 하고, 신체수치심이 높다는 전현진(2010)의 연구와 일치되어, 이를 뒷받침한다. 이러한 결과는 20대 미혼여성이 30대 미혼여성에 비해 미디어에 노출되는 횟수가 높기 때문에 사회문화적 기준의 이상적인 미를 내면화하고 미디어로부터 느끼는 압력이 높은 것으로 사료된다.

또한 연령별 평균을 정리해 보면 [Fig. 4]와 같다. 공적 자기의식, 외모에 대한 사회문화적 가치의 내면화, 신체수치심은 20대 미혼여성이 높으나, 신체관리행동은 30대 미혼여성이 높은 것으로 나타났다. 이는 30대 미혼여성이 신체관리에 대한 필요성과 경제적 능력이 뒷받침되기 때문에 좀 더 적극적인 신체관리행동을 하는 것으로 판단된다.

Variables	Total N=346	20대 N=214	30대 N=132	t값
Public self-Consciousness	3.87±.53	3.89±.53	3.84±.53	.962
Internalization	3.76±.67	3.85±.66	3.61±.64	3.351**
Body Shame	2.90±.76	3.00±.78	2.73±.71	3.185**
Body Management Behavior	2.83±.83	2.78±.83	2.91±.84	-1.357

** $p<.01$

[Table 6] t-test of in the variables



[Fig. 4] Variables between ages

5. 결론 및 제언

본 연구는 20~30대 미혼 여성을 연구대상으로 공적 자기의식이 외모에 대한 사회문화적 가치의 내면화, 신체수치심의 변인들을 통해 신체관리행동에 영향을 미칠 것이라는 변인 간의 인과관계가 타당한 것인가를 구조모형을 설정하여 검증하고자 한다. 이를 위해 대구지역에 거주하는 20~30대 미혼 여성 346명을 대상으로 설문조사를 실시하였으며, 연구결과와 논의의 통해 얻어진 결론은 다음과 같다.

첫째, 공적 자기의식은 외모에 대한 사회문화적 가치의 내면화에 직접적인 영향을 미치는 것으로 나타났고, 외모에 대한 사회문화적 가치의 내면화는 신체수치심에 직접적인 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 신체수치심은 신체관리행동에 직접적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 또한 사회문화적 가치의 내면화가 신체수치심에 상대적인 영향력이 높은 것으로 나타났다. 즉 공적 자기의식이 높을수록 외모에 대한 사회문화적 가치의 내면화가 높고, 내면화 할수록 사회적 이상미의 기준에 도달하지 못했을 때 갖게 되는, 자신의 신체에 대해 수치심을 느끼고, 체형관리 등과 같은 신체관리행동을 하는 것으로 볼 수 있다.

둘째, 공적 자기의식은 외모에 대한 사회문화적 가치의 내면화를 통하여 신체수치심에 간접적인 영향을 미치는 것으로 나타났고, 외모에 대한 사회문화적 가치의 내면화는 신체수치심을 통하여 신체관리행동에 간접적으로 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이것으로 공적 자기의식과 신체관리행동 사이에서 외모에 대한 사회문화적 가치의 내면화, 신체수치심의 매개역할을 확인했다.

셋째, 외모에 대한 사회문화적 가치의 내면화와 신체수치심에서 연령대별 통계적으로 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 평균값은 20대 미혼여성이 30대 미혼여성보다 높은 것으로 나타나, 이는 20대 미혼여성이 30대 미혼여성보다 사회문화적으로 이

상적인 미를 내면화하고, 이상적인 미의 기준에 도달하지 못했을 때, 신체수치심을 느끼는 정도가 높다는 것을 의미한다.

이러한 연구는 변인들이 어떤 과정을 통해 일어나고 있는가를 경로와 관계구조에 관한 정보를 실증적으로 뒷받침하는 연구가 될 것이다. 그리고 본 연구의 제한점으로는 표본수집을 대구지역이라는 한정된 지역과 20~30대 미혼 여성만을 연구대상으로 하였기 때문에 연구결과를 일반화 할 수 없다.

참고문헌

- 김시연, 백근영, 서영석 (2010). 대인 성적 대상화 경험과 외모에 대한 사회문화적 기준의 내면화가 섭식장애증상에 미치는 영향: 무용전공 여대생과 일반 여대생 비교. 『한국심리학회지』, 15(4), 613-634.
- 문수백 (2009). 『구조방정식모델링의 이해와 적용』. 서울 : 학지사.
- 박은아 (2000). 「광고모델과 소비자의 신체이미지 차이에 따른 광고효과」, 고려대학교 대학원 박사학위 논문.
- 손은정 (2007). 공적 자기의식, 사회문화적 가치의 내면화 및 신체상에 대한 태도가 성형 의도에 미

- 치는 영향. 『한국심리학회지』, 12(1), 63-81.
- 손은정 (2007). 공적 자기의식, 신체에 대한 감시, 신체에 대한 수치심이 섭식 행동에 미치는 영향. 『한국심리학회지』, 19(3), 735-750.
- 이미숙 (2008). 외모에 대한 사회문화적 가치관의 내면화가 청소년들의 신체이미지와 의복행동에 미치는 영향. 『한국의류학회지』, 58(6), 96-109.
- 장지원, 이지연, 정진이 (2012). 여고생의 대인 성적 대상화 경험과 성형의도와 관계: 외모에 대한 사회문화적 가치의 내면화, 신체감시, 신체수치심의 매개효과. 『한국심리학회지』, 17(4), 559-577.
- 전현진 (2010). 「외모에 대한 사회문화적 태도, 객체화된 신체의식 및 신체존중감이 외모관리행동에 미치는 영향」, 전남대학교 대학원 박사학위 논문.
- 전현진, 정명선 (2010). 외모에 대한 사회문화적 태도와 객체화된 신체의식이 20~30대 여성들의 외모관리행동에 미치는 영향. 『한국미용학회지』, 16(2), 590-601.
- 전현진, 정명선 (2011). 객체화된 신체의식과 신체존중감이 체중 및 헤어관리행동에 미치는 영향. 『복식문화연구』, 19(6), 1272-1287.
- 홍금희 (2010). 공적 자기의식과 사회문화적 압력이 이상적 외모태도와 신체수치심에 미치는 영향에 관한 비교문화연구. 『한국의류학회지』, 34(10), 1731-1741.
- 황진숙, 김윤희 (2006). 외모관리행동에 따른 신체 이미지 및 심리적 안녕감. 『복식』, 56(3), 143-155.
- Birkeland, R., Thompson, J. K., Herbozo, S., Roehrig, M., Cafri, G., & van den Berg, P. (2005). Media exposure, mood, and body image dissatisfaction: An experimental test of person versus product priming. *Body Image*, 2(1), 53-61.
- Buss, A. H. (1980). *Self-consciousness and social anxiety*. San Francisco: W. H. Freeman.
- Elliott, G. C. (1984). Dimensions of the self concept: A source of further distinctions in the nature of self-consciousness. *Journal of youth and adolescence*, 13(4), 285-307.
- Fenigstein, A., Scheier, M. F., & Buss, A. H. (1975). Public and private self-consciousness: Assessment and theory. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 43(4), 522-527.
- Heinberg, L. J., Thompson, J. K., & Stormer, S. (1995). Development and validation of the sociocultural attitudes towards appearance questionnaire. *International Journal of Eating Disorders*, 17(1), 81-89.
- Innes, J. M., & Kitto, S. (1989). Neuroticism, self-consciousness and coping strategies, and

- occupational stress in high school teachers. *Personality and Individual Differences*, 10(3), 303-312.
- Kretchmar, J. L. (2001). Objectified consciousness in african american and caucasian college-age women of varying physical activity levels. Ph. D dissertation, University of North Carolina at Chapel Hill.
 - Lennon, S. J., & Rudd, N. A. (1994). Linkages between attitudes toward gender roles, body satisfaction, self-esteem, and appearance management behaviors in women. *Family and Consumer Sciences Research Journal*, 22(2), 94-117.
 - McKinley, N. M. (1998). Gender differences in undergraduates' body esteem: The mediating effect of objectified body consciousness and actual/ideal weight discrepancy. *Sex Roles*, 39(1-2), 113-123.
 - McKinley, N. M., & Hyde, J. S. (1996). Attitude toward social comparison as function of self-esteem: Idealized appearance and body image. *Family and Consumer Sciences Research Journal*, 24(4), 379-405.
 - McKinley, N. M., & Hyde, J. S. (1996). The objectified body consciousness scale. *Psychology of Women Quarterly*, 20(2), 181-215.
 - Noll, S. M., & Fredrickson, B. L. (1998). A mediational model linking self-objectification, body shame, and disordered eating. *Psychology of Women Quarterly*, 22(4), 623-636.
 - Rudd, N. A., & Lennon, S. J. (2000) Body image and appearance-management behaviors in college women. *Clothing and Textiles Research Journal*, 18(3), 152-162.
 - Stice, E., & Shaw, H. E. (1994). Adverse effects of the media portrayed thin-ideal on women and linkages to bulimic symptomatology. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 13(3), 288-308.
 - Strelan, P., & Hargreaves, D. (2005). Reasons for exercise and body esteem: Men's responses to self-objectification. *Sex Roles*, 53(7-8), 495-503.
 - Turner, R. G., Gilliland, L., & Klein, H. M. (1981). Self-consciousness, evaluation of physical characteristics, and physical attractiveness.

Journal of Research in Personality, 15(2), 182-190.