

미용성형 의도, 신체이미지와 신체가치관의 관계: 여성요가인과 여대생을 대상으로

김 완 석[†]

아주대학교

조 옥 경

서울불교대학원대학교

전문여성요가인 153명과 여자대학생 168명을 대상으로 신체가치관과 객체화 신체의식, 신체 존중감, 성형수술의도 등을 비교하고 신체가치관이 성형수술의도에 미치는 영향을 객체화 신체의식과 신체존중감이 매개하는 인과적 모형을 검증하였다. 요가인 집단은 여대생 집단에 비해 상대적으로 보수적인 신체가치관을 가지고 있으며, 신체존중감이 더 높고 주관적 안녕감도 더 높으며 성형수술의도는 더 낮은 것으로 나타났다. 본 연구에서 상정한 인과적 모형의 적합도는 두 집단 모두에서 비교적 양호한 것으로 나타났으나, 요가인 집단과 여대생 집단에서 인과적 관계의 양상에는 상당한 차이가 있었다. 연구결과와 함의를 논의하고 추후 연구의 필요성을 제안하였다.

주제어 : 신체가치, 신체이미지, 신체조작성, 신체편향성, 신체도구성, 객체화신체의식, 감시성, 수치심, 신체존중감, 성형수술의도, 요가

[†] 교신저자 : 김완석, 아주대학교 심리학과, wsgim@ajou.ac.kr

최근 한국 사회에서 몸에 대한 담론은 일상적인 현상이 되었다. 특히 여성들의 외모에 대한 담론은 각종 대중매체들의 프로그램과 상업광고에서 아주 흔하게 찾아볼 수 있다. 또한 몸짱이나 얼짱과 같은 몸의 특성을 집약 표현하는 단어들은 일반인들의 인물묘사에서 빠지지 않고 등장하는 용어가 되었다. 다이어트나 휘트니스, 미용성형과 같은 몸 가꾸기 산업의 규모가 급격하게 증가하고 있는 것도 우리사회의 몸에 대한 관심증가와 무관하지 않다.

이렇듯 신체에 대한 관심이 매우 높아지는 것과 더불어 신체와 관련된 많은 적응적 문제들(예를 들면, 부적절한 섭식제한이나 약물복용, 무분별한 성형수술, 채용장면에서 신체를 토대로 한 차별 등)이 심각한 사회문제로 등장하고 있다. 특히 여성들은 남성에 비해 자신의 신체에 덜 만족하며(Cash, Winstead, & Janda, 1987; Garner, 1997), 외모를 더 중시한다(Tiggemann & Williamson, 2000). 그래서 의과학에서 원하는 적정 체질량지수보다 훨씬 더 마른 몸매를 원하며, 이로 인해 과도한 다이어트나 미용성형으로 인해 경제적 심리적 어려움을 겪는 경우가 많다.

이 분야의 연구들은 주로 ‘신체이미지’라는 다차원적이고 포괄적인 개념을 중심으로 이루어지고 있으며(김완석과 유연재, 2006), 이러한 여성의 부적응적 신체관련 행동들이 신체불만족이나 낮은 신체존중감 같은 자신의 신체에 대한 부정적인 감정과 인지, 평가 등에 기인하는 것으로 보고있다. 또한, 이같은 부정적 신체경험과 태도, 평가 등의 발달에 영향을 미치는 요인으로 부모와 친구, 장난감 같은 요인들도 지적하고 있지만(Smolak, 2002) 특히 대중매체에 대한 노출을 부정적인 신체이미지

에 영향을 미치는 가장 중요한 사회문화적 요인으로 들고 있다.

이런 관점을 가장 잘 보여주는 대표적인 이론이 Fredrickson과 Roberts(1997)의 객체화이론이다. 이 이론은 여성들의 부정적인 신체이미지와 경험은 1) 주로 마른 몸매(slim or thin body)를 아름다운 것으로 제시하는 대중매체의 영향으로 마른 몸매를 자신이 도달해야 할 이상적인 몸매로 내면화하고, 2) 이렇게 내면화한 이상적 몸매는 실제로 도달 불가능한 것인데도 이를 기준으로 자신의 몸매를 지각하고 경험하기 때문에 부정적인 신체이미지가 생겨나며, 3) 그 결과로 자신의 신체에 대한 부정적 감정과 평가, 과도한 다이어트나 성형중독과 같은 부적응적인 신체관련 경험과 행동들이 나타나게 된다고 주장한다(김완석과 김정식, 2007).

많은 신체이미지 연구들은 암묵적이든 명시적이든 객체화이론의 설명을 토대로 하고 있다. 그래서 내면화 관련 개념들인 자기객체화(Fredrickson & Roberts, 1997), 자기감시, 수치심과 같은 객체화 신체의식(McKinley & Hyde, 1996)의 하위요인들, 신체에 대한 사회문화적 태도(Heinberg, Thompson, & Stormer, 1995), 신체존중감이나 신체만족도(Franzoi, & Shields, 1984; Mendelson, Mendelson, & White, 2001; Pliner, & Chaiken, 1990 등), 외모지향성(Cash, 1990), 하나의 태도로서 신체이미지의 여러 차원들(예를 들면, Brown, Cash, & Mikulka, 1990) 등 다양한 개념들을 연구에 활용하고 있다.

김완석과 동료들은 지금까지 ‘신체이미지’분야의 연구들에 사용되고 있는 태도나 평가, 감정에 관한 변수들의 선행요인으로서 신체가치관이라는 개념을 제안하고 이를 다양한 측면에서 측정하기 위한 척도를 개발하고(김완

석과 김철민, 2002; 김완석과 유연재, 2006; 김완석과 차주화, 2006) 그 유용성을 실증적으로 입증한 바 있다(김완석, 2007; 김완석과 김정식, 2007; 김완석, 유연재와 권지현, 2009; 김완석, 박은아와 Takemoto, 2009).

본 연구는 두 가지 목적을 가지고 있다. 하나는 여성요가인들의 신체가치관들과 객체화 신체 의식, 신체존중감 등을 일반여성들과 비교하려는 것이고, 다른 하나는 신체가치가 성형의도에 미치는 영향에서 객체화 신체 의식과 신체존중감의 역할을 밝히려는 것이다.

신체가치관에 관한 연구들

신체개념 즉 신체란 무엇인가 하는 신체의 의미지각은 자기개념의 중요한 부분으로서 자신과 타인의 신체에 대한 사고방식과 행동양식에 큰 영향을 미친다(Harre, 1991). 신체의 의미지각과 자신의 신체에 대한 평가나 지각, 감정경험 등은 분명히 심리적 현상으로서 신체다루기 행동에 영향을 미침에도 불구하고 이에 관한 심리학적 연구는 그리 많지 않다. 특히 개인의 핵심적인 신념으로서 신체가치에 대한 심리학적 연구는 거의 찾아보기 힘들다. 그동안의 연구들은 주로 ‘신체이미지’라는 개념을 중심으로 이루어졌고, 신체에 대한 평가, 태도, 만족도, 감정에 관련된 개념들을 중심으로 이루어졌을 뿐 더 핵심적인 신념체계인 신체가치관에 대해서는 거의 연구가 이루어지지 않았다(이에 관한 논의는 김완석과 차주화, 2006 참조).

김완석 등(김완석과 김철민, 2002; 김완석과 유연재, 2006)은 신체가치관을 개인의 신체에 대한 평가나 지각, 신체관련 감정경험 등에 비해 더 근본적인 ‘신체의 개인적 사회적 의

미에 대한 주관적 지각으로서, 신체의 의미에 대한 학습 가능한 일련의 가치’로 정의하고 이러한 가치를 반영하는 당위적 신념으로서 ‘신체조작성’과 ‘신체도구성’, ‘신체편향성’이라는 개념을 제안한 바 있다. 신체조작성이란 ‘신체를 자신의 의지에 따라 마음대로 조작해도 되는 것인가’에 대한 개인적 신념을 뜻하며, 신체편향성이란 ‘신체의 외모(체형)와 신체의 건강(체기능) 중 어느 것이 더 자신에게 가치있는가’에 대한 개인적 신념을 뜻한다(김완석과 유연재, 2006, 참조). ‘신체도구성’이란 ‘신체의 외모나 건강이 짝짓기나 사회적 성취에 얼마나 도움이 되는가’에 대한 개인적 신념을 뜻한다(김완석과 김정식, 2007).

이런 신념들은 사회문화적 가치관들을 반영하는 것으로서 주로 당위적인 것들이지만 사회화과정을 통해 내면화됨으로서 개인의 핵심적 신념으로 자리잡게 된다. 이런 신념들은 개인의 실생활 경험을 토대로 형성된 것이기 보다는 이리이러 해야 한다는 도덕적이고 종교적인 윤리적 가치관을 반영하는 것이기 때문에 당위적인 것이며, 현실적 경험사건들이 내포하는 새로운 가치관들과 충돌하면서 점진적으로 변화하게 된다.

신체가치관 개념과 그 척도는 외국의 연구들에서 차용한 것이 아니라 독자적으로 개념화하고 척도를 개발한 것이어서 이에 관한 연구들은 김완석과 동료들의 연구가 전부이다. 이들이 척도를 개발하는 과정과 개발한 척도를 이용해서 행한 연구의 결과들을 정리하면 다음과 같다.

신체가치관의 인구통계적 차이가 있다. 우리나라 여성은 남성에 비해 신체조작성 점수가 더 높아서 신체에 대한 자의적 조작에 더 허용적인 경향이 있으며, 편향성 점수가 더

높아서 신체적 건강보다는 외모를 더욱 중요한 것으로 여기는 경향이 있는 것으로 나타났다(김완석과 차주화, 2006; 김완석과 유연재, 2007). 또한 이런 경향은 나이가 어린 집단일수록 더 큰 것으로 나타나서(김완석, 김철민, 2002; 김완석, 차주화, 2006), 나이가 어릴수록 신체의 자의적 조작가능성을 더 믿으며, 건강에 비해 외모를 중시하는 경향도 더 큰 것으로 나타났다. 이는 남성이 여성에 비해, 나이가 많을수록 상대적으로 전통적인 신체가치관을 더 강하게 가지고 있음을 시사한다.

이러한 신체가치관은 국가 간의 차이가 있다. 한국과 중국, 일본의 여대생을 대상으로 신체가치관과 신체존중감 등을 비교한 김완석과 김정식(2007)의 연구에 따르면, 보통 서구 학자들이 동일문화권으로 간주하는 동아시아 삼국의 여대생들 사이에도 신체가치관에 유의한 차이가 있다. 이들에 따르면, 자본주의 역사가 가장 짧은 중국여대생들은 한국이나 일본의 여대생들에 비해 가장 보수적인 신체가치관을 가지고 있었다. 하지만 자본주의 역사가 일본에 비해 짧은 한국여대생은 오히려 일본여대생에 비해서도 더 자본주의적인 신체가치관을 가지고 있어서, 신체의 자의적 조작에 대한 허용도가 높고, 외모를 상대적으로 더 중요하게 여기는 것으로 나타났다. 특히 한국여대생은 신체도구성 수준이 가장 높아서 한국여대생들이 중국이나 일본여대생에 비해 신체외모의 사회적 유용성, 즉 신체가 이성의 획득이나 사회적 관계나 성취에 도구적 가치가 있다는 신념수준도 가장 높은 것으로 나타났다.

한편, 신체가치관은 종교생활과도 관련이 있어서, 어떤 종교냐에 관계없이 독실한 종교 생활을 하는 사람들은 그렇지 않은 사람들에

비해 신체조작성 점수가 낮고, 신체편향성 점수도 낮아서 신체의 자의적 조작에 대해 부정적이며, 외모의 중요성을 덜 강조하는 경향이 있다(김완석과 차주화, 2006; 김완석과 유연재, 2007).

신체조작성과 신체편향성은 모두 신체존중감, 특히 외모존중감과 유의한 역상관이 있어서, 신체의 자의적 조작에 관대하고 외모를 중시할수록 외모존중감이 낮은 경향이 있었다(김완석과 차주화, 2006; 권지현, 2009; 김완석과 김정식, 2007). 하지만, 신체도구성은 외모존중감과 유의한 정상관이 있어서, 신체외모의 사회적 유용성을 크게 지각할수록 외모존중감이 높은 경향이 있는 것으로 나타났다(김완석과 김정식, 2007).

신체조작성과 신체편향성, 신체도구성 등의 신체가치관과 성형수술이나 섭식, 운동, 몸치장 등 다양한 영역의 신체관련 행동들의 상관계수는 연구에 따라 유의하지 않거나 또는 유의하더라도 상당히 작은 것으로 나타났다(김완석과 김철민, 2002; 김완석과 차주화, 2006; 김완석과 김정식, 2007; 김완석과 유연재, 2007). 이런 결과는 신체가치가 그동안 신체이미지 분야에서 다룬 여러 태도나 감정, 평가를 반영하는 개념들에 비해 더 근본적인 선행요인일 수 있음을 즉, 신체가치가 신체관련 행동에 영향을 미치는 과정에는 상당히 다양한 매개변수들이 있을 수 있고, 신체존중감도 이런 매개변수로 볼 수 있음을 시사한다.

이와 관련해서, 김완석, 유연재와 권지현(2009)은 신체조작성과 신체편향성을 외모에 대한 사회문화적 태도(SATA, Heinberg, Thompson, & Stormer, 1995)와 외모지향성(Cash, 1990)의 선행인자로 상정한 모형과 그 반대로 상정한 모형의 적합도를 비교한 결과, 신체조

작성과 신체편향성을 태도나 지향성의 선행인
으로 상정한 모형이 더 우수한 것으로 나타났
다.

지금까지 간략하게 정리한 신체가치관에 관
한 연구결과들은 결정적인 결론을 내리기 위
해서는 앞으로 더 많은 연구들이 필요할 것이
지만, 두 가지 측면에서 신체조작성이나 신체
편향성, 신체도구성 같은 개념들의 유용성을
충분히 보여주고 있다. 하나는, 이런 개념들이
국가나 문화권, 하위문화 집단들이 가지고 있
는 신체의 의미지각의 차이를 드러내어 묘사
할 수 있는 변별력이 있는 개념이라는 점이다.
다른 하나는, 신체가치관의 차이를 통해 자신
의 신체에 대한 경험과 평가는 물론이고 신체
와 관련한 행동들에 대해 과거연구들과는 다
른 조금 더 근원적인 설명이 가능할 수 있다
는 점이다.

요가의 신체관

전통적인 세계적 종교들의 신체관은 현대
상업주의 매체들이 내포하고 있는 신체관과
매우 다르다. 그래서 종교활동은 개인의 신체
가치관이나 신체이미지에 큰 영향을 미칠 수
있다. 실제로 자신이 믿는 종교와 관계없이,
신앙생활을 충실히 하고 있다고 응답한 사람
들은 그렇지 않은 사람들에 비해, 자신의 신
체를 자의적으로 변형하는 것에 대해 더 부정
적이었으며, 신체의 외모보다는 건강을 더 중
요하게 생각하는 것으로 나타났다(김완석과
김철민, 2002; 김완석과 차주화, 2006; 김완석
과 유연재, 2007). 세계 3대 종교라 불리는 불
교과 기독교, 유교적 관점의 신체의 의미, 즉
신체관은 자본주의 상업매체들이 전달하는 신
체관과 거의 상반된다(이에 관해서는 김완석

과 김철민, 2002 참조). 따라서, 종교생활을 통
해 확립된 신체가치관은 상업주의 매체 노출
으로 인한 부정적 신체개념과 신체경험을 완화
시킬 수 있다.

힌두교의 상키아 철학에 바탕을 둔 요가는
신체수련을 신과의 합일을 위한 중요한 수단
으로 강조한다. 특히 하타요가는 다른 종교들
에서는 그 유례를 찾아볼 수 없을 정도로 신
체자체의 수련을 강조하고 있다. 이런 이유로
신체단련을 강조하는 하타요가 중 자세법이라
불리는 아사나(asana)는 인도 이외의 지역에서
는 종교적 수련이 아니라 다이어트나 유연성
을 증진시키고 몸매를 아름답게 만드는 수단
으로 받아들여지는 경우가 많다. 하지만 실제
요가에서는 자신의 신체를 하나의 물리적 대
상으로 취급하는 제 3인칭적 관점이 아닌 1인
칭적 관점 즉 주관적, 주체적 관점을 매우 강
조한다. 이런 관점은 끊임없이 자신의 신체를
객체화하도록 하는 것이 아니라 주관적 실체
로 여기도록 가르친다. 그러므로 신체의 외형
적 모습 보다는 신체를 매개로 일어나는 주관
적인 경험의 세계, 즉 감각, 지각, 느낌, 심상,
생각 등에 관심을 기울인다(Boccio, 2009).

요가에서의 신체는 의식을 둘러싸고 있는
하나의 껍질로 간주한다. 신체는 가장 거친
물질로 이루어져 있으며 우리가 먹는 음식물
들이 그 물질들을 이루는 기본적인 구성 성분
들을 제공한다. 그러므로 부패하거나 상한 음
식, 냉장고에 오래 보관해둔 음식을 먹으면
몸이 무기력해지고 게으름에 빠져들기 쉽다.
반면에 야채나 과일, 견과류, 곡류 등 가볍고
소화하기 쉬운 음식을 먹으면 몸도 가벼워지
고 유연해진다. 이런 육체의 껍질을 넘어서서
내면으로 들어가면 느낌이나 정서의 경험을
유도하는 활력과 생명력의 껍질, 생각과 사고

를 일으키는 마음의 껍질, 지혜와 창조성, 직관이 일어나는 높은 지성의 껍질, 존재의 기쁨에 잠기게 하는 지복의 껍질이 존재한다 (Anderson & Sovik, 2006; 조옥경, 2006).

요가에서는 이런 껍질들을 몸이라고 부르며 다섯 개의 몸이 인간의 궁극적인 본성인 의식 자체를 둘러싸고 있다고 본다. 이 중에서 신체는 가장 외부에 위치한 몸으로서 나머지 네 개의 내면적인 몸과 끊임없이 상호작용하면서 특정한 구조를 형성한다. 그러므로 요가는 외적인 모습으로 드러나는 신체 보다는 신체가 담고 있는 다양한 주관적인 세계들을 더욱 중요하게 여기며 적절한 훈련을 통해 이들을 자각하고, 정화하며, 계발하는데 중점을 두고 있다(Kraftsow, 1999). 따라서 요가는 아사나 훈련에서도 끊임없이 자신의 신체에 대해 주의를 기울이도록 강조하지만, 이때 주의를 타자의 시선에 멎었고 날씬하게 비치는 신체 구조의 모습이 아닌 신체를 매개로하여 일어나는 감각과 느낌이라는 내적이며 주관적인 경험을 향한다. 이런 경험은 육체적인 눈이 아닌 스스로를 관찰할 수 있는 의식 자체의 기능에 의해서 일어나기 때문에 요가에서는 이런 관찰기능의 훈련에 주로 관심을 기울이며 (Salmon, Lush, Jablonski & Sephton, 2009) 이를 통해 몸과 마음의 균형과 통합성을 이룰 수 있도록 안내한다.

이러한 요가적 신체관은 다른 종교적 신체관과 마찬가지로 신체조작성이나 신체편향성과 같은 신체가치관들에 영향을 미칠 수 있다. 대부분의 세계적 종교들은 신체의 외모의 아름다움을 강조하거나 자신을 타인의 관점에서 바라보기를 부추기지 않는다. 오히려 신체는 욕망의 원천으로서 통제해야할 대상으로 보는 관점이 더욱 우세하며, 일부 신체를 긍정적으

로 간주하는 종교에서도 신체의 외양의 아름다움보다는 내적조화와 기능을 강조하는 것이 일반적이다. 특별히 신체의 수련을 강조하는 요가에서도 이런 경향은 다르지 않다. 예컨대, 요가에서는 외형적인 모습만을 몸으로 생각하지 않기 때문에, 외모를 중시하는 사회적, 문화적 가치를 수용한다고 하더라도 그런 가치에 따라 외모를 인위적으로 변형하기보다는 내면적인 몸을 변화시킴으로써 외모를 바꿀 수 있다고 생각한다. 요가는 또한 신체-정서-마음-영혼의 전일적이고 통합적인 건강을 지향하고 신체 자체의 조화로운 기능과 마음과의 통합을 강조하기에 타인이 보기에 매력적인 신체외모를 갖는 것에 대해서는 그리 큰 가치를 두지 않는다. 따라서, 객체적 아름다움을 위한 신체의 인위적 조작에 관대하고 건강 보다는 외모자체를 중요시하는 현대의 상업주의적 신체가치관에 비하면, 요가를 포함한 전통적인 종교들의 신체가치관은 대단히 보수적인 것이라 볼 수 있다.

지금까지 우리나라에서 요가의 효과에 대한 연구는 일부 있지만, 요가 전문인의 특성을 탐구한 연구는 거의 없다. 최근 요가전문가를 질적인 방법으로 연구한 흥미화와 배상우 (2007)에 따르면, 요가수련은 일상생활을 긍정적인 방식으로 바꾸어주고, 스트레스의 조절과 자연스런 섭식조절을 가능케 하며, 타인의 관점이 아니라 자신의 편리함에 초점을 둔 패션을 추구하게 한다. 특히 앞서 논의한 것처럼 요가수련에서는 타인과의 비교보다는 주체적인 자기 내적인 비교를 강조한다는 점에서 객체화이론(McKinley & Hyde, 1996)이 주장하는 자기 신체의 객체화가 덜 발생할 것이며, 따라서 자신의 신체외모에 대한 감시성이나 수치심이 덜할 것이다. 또한 이에 따라 신체

존중감의 저하나 부정적 신체관련 행동의 가능성이 더 낮을 것이라 예상할 수 있다.

이러한 논의를 바탕으로 다음과 같은 가설이 가능하다.

1. 여성요가인들의 신체가치관들은 일반여성에 비해 더 보수적일 것이다.

1-1. 여성 요가인들은 일반여성에 비해 신체의 자의적 조작에 더 부정적일 것이다(신체조작성).

1-2. 여성요가인들은 일반여성에 비해 외모보다는 건강을 더욱 중시할 것이다(신체편향성).

1-3. 여성요가인들은 일반여성에 비해 외모의 사회적 도구성을 덜 크게 지각할 것이다(신체도구성).

2. 여성요가인들은 일반여성에 비해 신체를 객체화하는 정도가 덜할 것이다.

2-1. 감시성이 더 낮을 것이다.

2-2. 수치심이 더 낮을 것이다.

3. 여성요가인은 일반여성에 비해 신체존중감과 주관적 안녕감이 높으며, 성형수술 의도는 낮을 것이다.

신체가치관과 신체관련 소비행동의 매개변수들: 객체화 신체의식과 신체존중감

신체존중감이나 신체만족도(Franzoi, & Shields, 1984; Mendelson, Mendelson, & Andrews, 2000; Pliner, & Chaiken, 1990 등), 자기객체화(Fredrickson & Roberts, 1997), 외모지향성(Cash, 2002), 객체화 신체의식척도(OBCS, McKinley & Hyde, 1996)의 하위차원인 감시성과 수치심, 다차원적 신체-자기관계 척도(MBSRQ, Brown, Cash, & Mikulka, 1990)의 하위차원들인 신체에

태도들, 신체에 대한 사회문화적 태도척도(SATA, Heinberg, Thompson, & Stormer, 1995)의 하위차원들인 인식과 내면화 등은 신체이미지 연구에서 가장 널리 쓰이는 개념과 척도들이다.

앞서 논의한 것처럼, 김완석과 동료들은 신체가치관이 이러한 신체에 관한 지각과 감정, 평가를 포착하는 개념들에 비해 더욱 근원적인 핵심 신념을 포착하는 것이며, 그런 점에서 이들 변수들은 신체가치와 신체관련 행동의 과정에서 작용하는 매개변수들로 보았다. 신체가치관은 새로운 신체관련 가치들(예를 들어, 대중매체가 전파하는 최근의 신체가치들)의 수용정도에 영향을 미치며, 그런 결과로 신체에 대한 지각과 감정, 평가의 형성과 변화를 낳게 된다고 보기 때문이다. 본 연구에서는 이러한 매개변수들로 신체존중감과 객체화신체의식의 하위차원인 수치심과 감시성을 연구대상으로 하였다. 이미 김완석, 유연재와 박은아(2007)는 객체화신체의식의 한국판(K-OBCS)을 개발하였고, 김완석(2007)은 한국판 전반적 신체존중감 척도(KOBES)를 개발했는데, 아직까지 신체가치와 객체화 신체의식, 신체존중감의 관계를 한꺼번에 연구한 적은 없기 때문이다.

신체존중감은 자신의 신체를 다루는 방식과 사회적 관계 행위에 영향을 미친다. 그래서, 신체존중감은 섭식, 성생활, 성형, 화장, 몸매 및 건강관리 장비와 서비스 소비 등 신체와 관련된 다양한 행동들에 영향을 미치며, 삶의 질에도 영향을 미치는 중요한 개념이다. 따라서 많은 연구들이 신체존중감(또는 신체불만족)을 신체관련 행동의 가장 가까운 원인으로 보았다. 특히 낮은 신체존중감이 부적응적 신체관련 행동의 원인이 될 수 있다. 여러 연구

들은 신체존중감이 삶의 질(Diener, Wolsic, & Fujita, 1995; Pruzinsky, & Cash, 2002; 박은아, 2003; 김완석, 유연재, 박은아, 2007; 김완석, 2007 등), 부적응적 섭식행동(Garner, 2002; Stice, 2001), 대인관계의 문제(Kleck, & Strenta, 1980; Nezelek, 1999), 성기능 장애(Wierderman, 2002), 성형(Sarwer, Wadden, Pertschuk, & Whitaker, 1998; Sarwer, Magee, & Clark, 2003) 등의 문제와 관련이 있음을 보여주었으며, 화장과 성형수술, 몸매관리 장비와 서비스, 건강 보조식품 등 다양한 신체관련 소비와도 관련이 있다(Thompson, & Hirschman, 1995; 김완석과 김해진, 2005; 김완석과 차주화, 2006; 김완석, 2007).

감시성과 수치심은 신체존중감의 선행요인으로 작용할 수 있다. 앞서 논의한 것처럼, 객체화 이론에 따르면, 마른몸매를 이상화하고 여성의 신체를 객체화하는 상업주의 매스미디어의 영향으로 여성들은 자신의 신체에 대한 끊임없는 감시와 수치심을 경험할 수 있으며(Bartky, 1988; Spitzack, 1990), 이러한 감시정도와 수치심은 낮은 신체존중감을 비롯한 부정적 신체경험의 원인이 된다(McKinley & Hyde, 1996).

이상의 논의를 바탕으로 연구모형을 설정하였는데, 이 모형은 전체적으로 신체가치를 가장 선행요인으로 하고, 객체화 신체의식과 외모존중감을 매개변인으로 삼으며, 종속변인으로는 미용성형수술 의도를 상정한 것이다. 다양한 신체관련 행동 중에서 미용성형수술 의도를 종속변인으로 삼은 것은 성형수술이 가장 적극적으로 인간의 신체의 외모에 인위적 조작을 가하는 행위이기 때문이다. 특히 재활 성형수술과 달리 미용성형수술은 자신에게든 타인에게든 긍정적으로 보이하고자하는 동기가

매우 크게 작용하는 신체관련 행동이기도 하다.

종속변수인 성형의도와 관련해서, 신체가치관 중 신체조작성은 성형의도라는 변수와는 직접적인 강력한 관계를 가질 것으로 기대할 수 있다. 신체조작성은 자신의 신체의 자의적 조작에 대한 수용정도를 의미하는 것이며, 성형수술은 신체를 자의적으로 변형하는 가장 대표적인 신체관련 행동이라 볼 수 있기 때문이다. 따라서, 신체조작성은 섭식과 화장, 운동처럼 신체에 대해 비교적 장기적인 변형결과를 낳는 행동들과도 관계가 있지만, 즉각적인 신체의 변형을 야기하는 성형수술과 같은 행동들과는 특히 높은 관련성을 가질 것으로 볼 수 있다.

한편, 감시성과 수치심, 외모존중감의 관계에 대해서는 조금 다른 모형의 설정이 가능하다. 한국인 표본을 대상으로 한 김완석, 유연재와 박은아(2007)의 연구에서는 남성 표본에서 감시성과 수치심은 모두 신체존중감과 유의한 상관이 있었으나, 여성표본의 경우는 감시성은 신체존중감과 유의한 상관이 없고 수치심만이 유의한 상관이 있는 것으로 나타났다. 특히 여성의 수치심은 건강존중감보다는 외모존중감이나 체중존중감과 높은 상관이 있었다. 이렇게, 여성표본에서 수치심은 외모존중감에 영향을 미치지만 감시성은 그렇지 않았던 결과는 수치심과 감시성의 관계에 대한 새로운 해석의 가능성을 보여준다. 즉 객체화 이론이 말하는 것처럼 신체감시성과 수치심이 서로 상관이 있기는 하지만 인과적이지는 않은 두 하위요인이 아니라 인과적 관계를 가진 요인일 가능성이 있다. 즉, 외적 기준의 내면화로 인해 감시성이 늘어나고 그 결과 자신의 외모와 외적기준의 차이를 크게 지각해서 수치심

이 증가한다는 인과적 관계를 상정할 수 있다. 실제로, 전직무용수와 일반여성을 비교한 Tiggerman과 Slater(2001)는 일반인 표본과 전직 무용수 표본 모두에서 감시성이 수치심과 밀접한 관련을 가진 선행인임을 발견하였다. 이들은 감시성을 수치심의 선행요인으로 개념화하고, 감시성이 섭식행동에 미치는 영향이 표본에 따라 달라서 일반여대생의 경우는 감시성이 섭식행동에 대해 직접적인 영향과 수치심을 통한 간접적인 영향을 모두 미치는 부분매개 효과가 있지만 무용수 표본에서는 감시성이 수치심을 통해 섭식행동에 영향을 미친다는 완전매개 효과가 있음을 발견하였다.

이상의 논의를 바탕으로, 그림 1과 같은 연구모형과 그림 2와 같은 경쟁모형을 설정하였다.

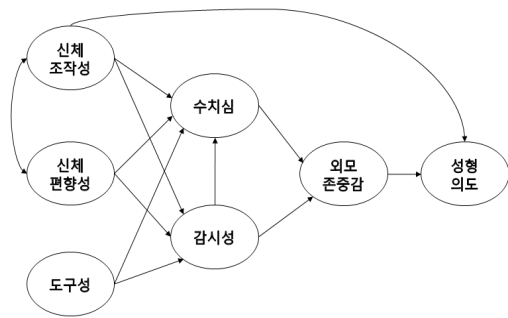


그림 1. 연구모형

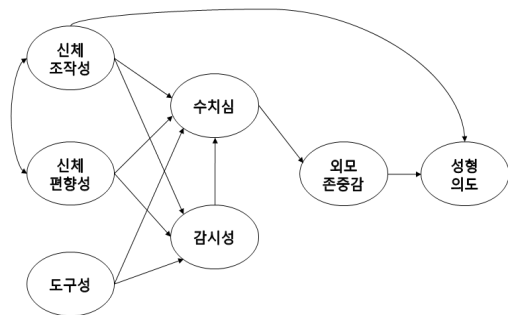


그림 2. 경쟁모형

방 법

연구대상

일반여성 표본은 서울과 경기도의 A, E, D 대학에 재학 중인 여학생 168명 이었고, 전문요가인은 한국요가연합회가 주최한 ‘지도자 연수교육과정’에 참가한 요가지도자 153명 이었다. 이들은 요가지도를 하나의 개인수련이자 하나의 직업으로 하고 있거나 이를 지향하는 사람들로서, 요가수련기간이 1년 미만인 사람이 32.7%, 1-3년 26.8% 4년 이상이 39.9%였다.

일반여성표본의 평균연령은 20.60세, 평균키는 161.5cm, 평균체중은 53.2kg이었고, 전문요가인의 평균연령은 34.16세, 평균키 162.0cm, 체중 53.3kg이었다. 체질량 지수(BMI)의 경우 일반여성집단은 20.4였고, 전문요가인집단은 20.3이었다.

측정도구

신체가치관: 조작성, 편향성, 도구성

김완석과 차주화(2006)가 개발하여 김완석과 유연재(2007)가 수정, 보완한 신체가치-조작성 척도(BVI-O)와 신체가치-편향성 척도(BVI-I)를 사용하였다. BVI-O(Body Value Inventory-Operability)는 신체의 의미와 조작가능성에 대해 상반되는 두 개의 문장 중 하나를 택하는 12개의 이분척도(dichotomous scale) 문항으로 이루어져 있다. 신체조작성은 그 값이 클수록 신체의 자의적 조작에 대한 허용도가 높은 것을 의미한다. BVI-I(Body Value Inventory-Inclination)는 신체의 체형(외모와 체중)과 체기능(건강)의 특성 중 무엇을 더 중요하게 생각하는지를 묻는 4점 리커트식 척도이며 9문항

으로 구성되었다. 신체편향성은 그 값이 클수록 건강에 비해 외모를 상대적으로 더 중요하게 생각하는 것을 나타낸다. 본 연구에서 BVI-O 신뢰도는 .853, BVI-I의 신뢰도는 .844이었다.

사회적 도구성은 권지현(2008)이 개발한 신체 가치-사회적 도구성 척도(BVI-SI)를 사용하였다. BVI-SI(Body Value Inventory-Social Instrumentality)는 신체의 외모와 건강이 연애나 결혼과 같은 이성관계나 사회적 성취에 얼마나 유용한 도구적 기능을 갖는가하는 신념을 측정하는 16개의 문항으로 구성된 리커트 척도이다. 외모 도구성(10문항)과 건강도구성(6문항)의 하위척도로 구성되며, 값이 클수록 신체의 사회적 유용성을 더 강하게 믿음을 의미한다. 본 연구에서 BVI-SI의 신뢰도는 외모척도가 .824, 건강척도가 .854로 나타났다. 본 연구의 모형검증에는 외모도구성 척도만을 사용하였다.

객체화 신체의식

김완석과 유연재, 박은아(2007)가 개발한 한국판 객체화신체의식 척도(K-OBCS)를 사용하였다. 이 척도는 McKinley와 Hyde(1996)의 객체화 신체의식(Objectified Body Consciousness) 척도를 한국판으로 개발한 것으로서, 감시성과 수치심, 통제신념의 세 하위차원을 재는 각 8개씩 총 24개의 6점짜리 문항으로 구성되었다. 본 연구에서 하위척도들의 신뢰도는 감시성이 .852, 수치심 .781, 통제신념 .617로 나타났다.

통제신념 척도의 경우 본 연구에서 .617의 낮은 신뢰도가 나타났는데, 이는 일반적으로 외국의 다른 연구들에서도 나타나는 현상이며, 그래서 객체화신체의식을 다른 연구에서 이 척도를 배제하고 감시성과 수치심만을 사용하기도 한다(예를 들면, Noll & Fredrickson, 1998;

Tiggemann, 2001). 본 연구의 연구모형 검증에도 감시성과 수치심만을 사용하였다. 값이 클수록 감시성과 수치심 수준이 높다는 것을 의미한다.

신체존중감

김완석(2007)이 개발한 한국판 전반적 신체 존중감척도(KOBES)를 사용하였다. 이 척도는 4점 리커트식으로 응답하는 18개의 문항으로 이루어져 있다. 외모존중감(6문항), 체중존중감(3문항), 건강존중감(9문항)의 하위척도로 구성되며, 김완석(2007)에서 신뢰도는 여성표본의 내적 합치도(Cronbach's α)의 경우 표본에 따라 외모존중감이 .84 - .85, 체중존중감이 .85 - .86, 건강존중감이 .88 - .91 이었다. 본 연구에서 내적합치도는 외모존중감 .82, 체중존중감 .83, 건강존중감 .88로 나타났다. 모형검증에서는 건강존중감을 제외하고 외모존중감과 체중존중감 하위척도를 통합하여 외모존중감의 측정치로 사용하였다.

자기존중감

Rosenberg(1965)의 자기존중감 척도를 전병제(1974)가 한국판으로 만든 자아존중감척도를 사용하였다. 10문항이며 4점 척도로 답하게 되어있다. 본 연구에서 척도의 신뢰도는 .831이었다.

주관적안녕감

Diener, Emmons, Larsen과 Griffin(1985)이 개발한 삶에 대한 만족척도(Satisfaction with Life Scale)를 김완석과 김영진(1997)이 한국판으로 만든 주관적안녕감 척도를 사용하였다. 5문항이며 동의정도를 7점 척도로 답하게 되어있다. 본 연구에서 신뢰도는 .881이었다.

성형의도

손은정(2007)이 사용한 방법을 토대로 측정하였다. “비용이 별로 문제가 되지 않는다면”이라는 단서를 달아 쌍꺼풀수술, 눈썹미용문신, 코수술, 안면윤곽수술, 지방흡입수술, 가슴성형수술 각각에 대한 의도를 묻고, 5점 리커트식 척도로 응답하게 하였다. 이들 여섯 문항짜리 척도의 신뢰도는 .789였다.

결 과

요가인과 일반여성 집단의 비교

표 1에 각 측정변수들의 집단별 평균과 차이검증 결과를 요약하였다.

전문요가인은 여자대학생에 비해, 신체의 자의적 조작에 덜 허용적이며, 외모를 덜 중요한 것으로 여기며, 신체의 사회적 도구성을 덜 믿는 것으로 나타났다. 이런 결과는 전문요가인이 여자대학생에 비해 더 보수적인 신체가치를 가지고 있음을 시사한다.

그러나, 본 연구의 두 표본 사이에 평균연령의 차이가 있으며, 신체가치관과 연령은 상관이 있어서, 연령이 높을수록 보수적인 경향이 있기 때문에(김완석과 김철민, 2002; 김완석과 차주화, 2006) 연령의 효과를 통제하기 위해 연령을 공변인으로 하는 공변량분석을 하였다. 그 결과, 신체조작성 수준에는 두 집단 간에 유의한 차이가 없었다.

하지만, 신체편향성은 대학생 집단(estimated M = 19.23)이 요가인 집단(estimated M =

표 1. 측정 변수들의 집단별 평균, 표준편차 및 차이검증

변수명	척도의 중앙값	요가인				일반여성				t (1, 320), p
		최소 값	최대 값	Mean	SD	최소 값	최대 값	Mean	SD	
신체가치-조작성	18	12	24	17.89	3.47	12	24	18.91	3.43	-2.598 p < .01
신체가치-편향성	22.5	9	26	15.03	4.55	9	34	20.18	5.04	-9.371 p < .01
외모도구성	3.0	2	5	3.58	.53	2	5	3.71	.50	-2.210 p < .05
건강도구성	3.0	2	5	3.98	.61	1	5	3.54	.62	6.351 p < .01
객체화-감시성	28.0	10	44	26.85	6.81	11	46	31.95	6.53	-6.801 p < .01
객체화-수치심	28.0	11	42	25.43	6.37	9	47	27.02	7.36	-2.043 p < .05
객체화-통제신념	28.0	19	48	34.55	5.45	21	46	33.77	4.71	1.367 n.s.
신체존중감-외모	2.5	1	4	2.63	.49	1	4	2.47	.44	3.182 p < .01
신체존중감-체중	2.5	1	4	2.88	.59	1	4	2.46	.79	5.405 p < .01
신체존중감-건강	2.5	1	4	2.83	.52	1	4	2.75	.46	1.526 n.s.
자기존중감	25.0	17	39	30.06	4.34	16	39	29.84	4.97	.409 n.s.
주관적안녕감	20.0	5	35	21.84	6.32	7	35	19.98	6.04	2.690 p < .01
성형수술의도	18.0	6	30	10.08	5.57	6	27	13.29	5.33	-5.206 p < .01

16.13)에 비해 여전히 유의하게 높았고, F외모(1,306) = 16.76, $p < .001$, 신체도구성도 대학생 집단(estimated M = 3.72)이 요가인 집단(estimated M = 3.56)에 비해 유의하게 높았다, F(1,317) = 3.362, $p < .10$. 이는 두 집단 사이의 연령차를 고려할 때, 신체조작성에서는 차이가 없지만, 전문요가인이 여자대학생에 비해 외모를 중시하는 정도나 외모의 사회적 도구성을 믿는 정도가 덜하며 이런 차이를 단순히 연령의 차이로 볼 수 없다는 것을 의미한다.

자신의 신체에 대한 감시성이나 수치심 수준도 요가인에 비해 대학생이 유의하게 더 높았다. 하지만, 연령을 통제하면 수치심에는 두 집단의 차이가 없었고, 감시성은 대학생집단(estimated M = 30.98)이 요가인 집단(estimated M = 27.93)에 유의하게 높은 것으로 나타났다, F(1,313) = 8.59, $p < .01$.

자신의 신체에 대한 평가를 반영하는 신체 존중감은 외모와 체중 존중감은 요가인(M = 2.63, M = 2.88, 각각)이 대학생(M = 2.47, M = 2.46, 각각)에 비해 높았지만, $t(317) = 3.18$, 5.40, $p < .01$, 각각, 건강존중감에는 유의한 차이가 없었다. 이런 현상은 연령을 통제한 경우에도 마찬가지였다. 이는 요가인이 대학생에 비해 체중을 포함하는 외모에 대한 존중감이 더 높다는 것을 뜻한다.

한편, 자기존중감에는 두 집단 간에 유의한 차이가 없었지만, 주관적 안녕감은 연령효과를 통제해도 요가인(estimated M = 21.94)이 대학생(estimated M = 19.89)에 비해 유의하게 높았다, F(1,315) = 4.376, $p < .05$.

성형수술의도의 경우, 여학생집단(M = 13.29)이 요가인집단(M = 10.08)에 비해 유의하게 높았으며, $t(311) = -5.206$, $p < .01$, 연령

효과를 통제해도 이런 경향은 그대로 유지되었다.

일부 가설을 지지하지 않는 결과가 나타나기는 했지만, 전체적으로 볼 때, 요가인은 여학생에 비해 좀 더 보수적인 가치관을 가지고 있으며, 자신을 객체화하는 정도가 덜하며, 특히 외모존중감의 손상이 덜하며, 또한 성형수술의도도 낮은 것으로 나타났다. 이런 결과는 요가철학의 영향을 피할 수 없는 전문요가수련이 신체가치관이나 이와 관련된 부정적인 신체 지각이나 감정, 태도, 그리고 행동의도에 전체적으로 긍정적인 영향을 발휘하는 것일 가능성을 강력하게 시사하는 것이다.

모형검증

감시성에서 외모존중감으로 가는 직접경로와 수치심을 통해 가는 간접경로가 모두 존재하는 연구모형과 간접경로만 설정한 경쟁모형을 비교하기 위하여 각 집단별 모형분석을 실시하였으며 그 결과를 표 2에 제시하였다.

각 모형의 집단별 검증결과를 전체적으로 볼 때, 신체가치관들을 수치심이나 감시성, 외모존중감 같은 변인들의 선행요인으로 설정한 연구모형이나 경쟁모형의 적합도가 그리 나쁘지 않은 것으로 나타났다. 이런 결과는 신체가치관들을 현재 신체이미지 연구에서 많이 사용하고 있는 심리적 변수들의 선행변수로 활용할 수 있음을 시사하는 것이다.

동일집단의 자료에서 두 모형간의 유의미한 차이가 있는지 검증하기 위하여 포함(nest-nested) 모형간 χ^2 검증을 실시하였다. 내포한(nested) 모형검증에서 χ^2 차이 검증은 경로 1개가 추가되었을 때 모형이 더 개선되기를 원하는 경우에 사용하며 이러한 개선이 통

표 2. 연구모형과 경쟁모형의 집단별 모형적합도

모형	집단	χ^2	df	CFI	NFI	TLI	RMSEA
연구모형	전체	289.832***	123	.927	.882	.899	.065
	일반인	238.283***	123	.900	.821	.861	.075
	요가인	175.442***	123	.942	.835	.928	.053
경쟁모형	전체	295.289***	124	.925	.880	.897	.066
	일반인	238.729***	124	.901	.820	.863	.074
	요가인	179.352***	124	.940	.832	.926	.054

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

계적으로 유의미한지 검증하기 위하여 사용한 다. 경로를 추가하였을 때 그 증가가 통계적으로 유의미하면 경로계수의 수가 많은 모형(자유도가 큰모형)을 선택하고, 유의미하지 않은 경우에는 경로계수의 수가 적은 모형(자유도가 작은 모형)을 선택한다(Baentler & Bonett, 1980). 본 연구에서는 경로를 추가한 것이라 아니라 경로를 제거하였으나 동일한 논리를 적용할 수 있다.

두 집단의 자료를 통합한 전체집단과 여대생 집단, 요가인 집단의 자료에서 연구모형과 경쟁모형의 적합성의 차이검증을 하였다. χ^2 검증 결과, 전체집단($\Delta\chi^2 = 5.457, p < .05$)과 요가인 집단($\Delta\chi^2 = 3.910, p < .05$)은 자유도 1 상실로 인한 χ^2 의 변화가 통계적으로 유의미하여 경쟁모형보다는 연구모형이 적합한 것으로 나타났으나 일반인 집단에서는 $\Delta\chi^2 = 0.446(p=.504)$ 로 자유도 1 상실로 인한 χ^2 의 변화가 통계적으로 유의미 하지 않아 경쟁모형이 적합한 것으로 나타났다. 이런 결과는, 여대생 집단과 요가인 집단에서 객체화 신체 의식의 하위차원인 감시성과 수치심이 외모존중감에 미치는 영향 과정의 차이가 있다는 것

을 의미한다.

모형내의 경로계수들의 집단간 차이를 분석하기 위해서는 일반인 집단과 요가인 집단 모형의 형태동일성(configural invariance)과 측정 동일성(metric invariance), 구조동일성(structure invariance)이 확보가 되어야 한다. 하지만, 본 연구에서는 두 집단에서 적합한 모형이 서로 다른 것으로 나타났기에 형태동일성을 확보하지 못해 다집단 분석을 실시하지 않고 각 집단에서 적합성이 높은 모형을 대상으로 각 경로계수의 유의미성을 검증하였다.

여대생 집단의 완전매개 구조모형과 경로계수의 유의미성은 표 3과 그림 3에 제시하였으며 요가인 집단의 부분매개 구조모형과 경로계수의 유의미성은 표 4와 그림 4에 제시하였다.

일반여대생 집단의 경우, 신체가치관에서 객체화 신체의식의 하위요인인 감시성과 수치심에 이르는 모든 경로가 조작성에서 수치심으로 가는 경로계수만이 유의하지 않을 뿐, 나머지 5개의 경로는 모두 유의한 것으로 나타났다. 또한 외모존중감은 감시성의 직접적인 영향을 받지 않고 수치심의 영향만을 받는

표 3. 여대생 집단의 완전매개모형의 경로계수

원인변인	결과변인	B	β	SE	CR
조작성	→ 수치심	0.495	0.175	0.274	1.804
조작성	→ 감시성	0.357	0.230*	0.149	2.397
편향성	→ 수치심	0.834	0.476***	0.206	4.039
편향성	→ 감시성	0.364	0.379***	0.099	3.696
도구성	→ 수치심	2.013	0.269**	0.729	2.761
도구성	→ 감시성	0.837	0.204*	0.375	2.232
감시성	→ 수치심	-0.11	-0.061	0.199	-0.556
수치심	→ 외모존중감	-0.074	-0.481***	0.016	-4.742
외모존중감	→ 성형의도	-1.888	-0.368***	0.548	-3.447
조작성	→ 성형의도	1.347	0.604***	0.254	5.299

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

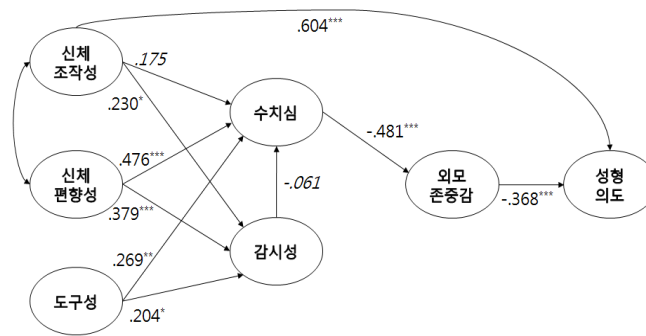


그림 3. 여대생 집단의 완전매개모형의 구조모형

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$, 이탤릭체는 유의미 하지 않음

것으로 나타났고, 외모존중감도 성형수술의도에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 신체조작성이 성형수술의도에 상당한 직접적인 영향력을 갖는 것으로 나타난 현상도 예상과 일치하는 것이었다. 전체적으로 일반여대생 집단의 모형은 신체가치관이 객체화 신체 의식에 영향을 미치고, 이에 따라 외모존중감이 영향을 받아 성형수술의도에 영향을 미친

다는 인과적 설명의 타당성을 지지하는 것이라 볼 수 있다.

요가인 집단의 경우에는 신체조작성과 신체도구성이 감시성에 대해서만 유의한 경로계수를 가지며, 신체편향성은 객체화신체의식의 어떤 하위요인과도 유의한 경로계수를 나타내지 않았다. 하지만 신체도구성은 수치심과 감시성 모두에 유의미한 영향을 미치는 것으로

표 4. 요가인 집단의 부분매개모형의 경로계수

원인변인	결과변인	B	β	SE	CR
조작성	→ 수치심	0.365	0.167	0.24	1.522
조작성	→ 감시성	0.419	0.339***	0.127	3.313
편향성	→ 수치심	-0.157	-0.102	0.154	-1.022
편향성	→ 감시성	0.144	0.165	0.084	1.704
도구성	→ 수치심	1.908	0.246*	0.83	2.3
도구성	→ 감시성	1.383	0.315**	0.445	3.106
감시성	→ 수치심	0.592	0.335**	0.231	2.567
수치심	→ 외모존중감	-0.032	-0.212	0.017	-1.912
감시성	→ 외모존중감	-0.046	-0.174	0.029	-1.61
외모존중감	→ 성형의도	-1.222	-0.193*	0.599	-2.039
조작성	→ 성형의도	0.566	0.272**	0.215	2.625

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

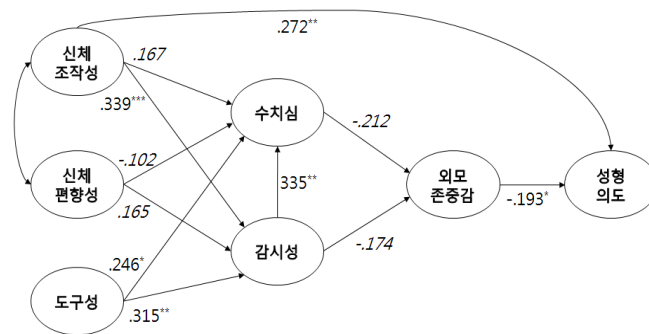


그림 4. 요가인 집단의 부분매개모형의 구조모형

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$, 이탤릭체는 유의미 하지 않음

나타났다. 또한 신체조작성과 신체도구성은 수치심에 대한 직접적인 영향은 없이 전적으로 감시성의 매개역할을 통해 영향을 미치는 완전매개 형태의 관계를 나타내고 있으나, 이런 수치심은 외모존중감에 유의한 영향력을 갖지는 않는 것으로 나타났다. 또한, 외모존중감은 성형수술의도에 대해 유의하기는 하지만

약한 영향력을 갖는 것으로 나타났고, 신체조작성이 성형수술의도에 대한 직접적인 영향력도 유의하기는 하지만 그리 크지 않았다.

이러한 두 집단 간의 모형 내 경로계수들의 차이는 여대생 집단과 요가인 집단 사이에는 신체가치관이 성형수술의도에 미치는 영향과 정의 매개변수들의 관계양상이 상당히 다를

수 있다는 것을 시사한다.

논 의

요가를 전문적으로 수련하는 여성요가인의 신체가치관은 예상했던 것처럼 여자대학생에 비해 비교적 보수적인 것으로 나타났다. 단순 평균을 검증한 결과는 요가인 집단이 여대생 집단에 비해 신체의 자의적 조작에 대해 상대적으로 부정적인 신념을 가지고 있으며, 신체의 외모를 중시하는 경향이나 외모가 연애나 사회적 성취에 중요한 도구가 된다고 믿는 경향도 여자대학생에 비해 유의하게 낮았다. 하지만, 연령의 효과를 통제하면, 신체편향성이나 신체도구성과 달리 신체조작성에서는 여자대학생과 유의한 차이가 없었다.

또한 요가인들은 여자대학생 집단에 비해 신체에 대한 감시성이나 수치심이 덜한 것으로 나타났다. 이는 요가인들이 여자대학생 집단에 비해 신체를 객체화하는 정도가 덜하다는 것을 시사하는 것이다. 하지만 이런 결론을 내리기에는 아직 이른 것 같다. 왜냐하면, 연령의 효과를 통제하면 수치심에서는 두 집단 간의 차이가 없었기 때문이다.

이런 결과는 20대 초반의 전직 무용수와 여대생을 대상으로 했던 Tiggerman과 Slater(2001)의 연구에서 전직무용수 집단이 일반여성 집단에 비해 수치심 수준에서는 차이가 없지만, 감시성은 유의하게 높다는 결과와 비교할 때, 매우 흥미로운 것이다. 요가인이나 무용수 모두 일반인에 비하면 자신의 신체에 대한 관찰을 일상적으로 훈련하는 집단임에도 요가인의 경우 감시성이 오히려 낮게 나타났기 때문이다. 이런 결과는 무용수들의 자기 신체관찰이

관객의 관점에서 이루어지는 반면에, 요가인들의 신체관찰은 3자적 관점이 아니라 1자적 관점에서 이루어지기 때문이라는 가설적 설명이 가능할 것이다.

요가인들은 연령의 효과를 고려해도 외모에 대한 신체존중감이 여자대학생에 비해 유의하게 높았다. 이런 결과는 요가수련이 자신의 신체에 대한 왜곡지각이나 객체화를 억제하는 효과 때문에 나타난 것일 수 있다. 하지만, 신체에 대한 수치심에서 요가인들이 여자대학생과 비슷한 수준을 보이면서도 외모존중감이 높다는 결과는 기존의 객체화이론의 설명이나 연구결과들과는 일치하지 않는 것이다.

요가인들은 여자대학생에 비해 자기존중감에서는 차이가 없었지만, 주관적 안녕감에서는 유의하게 높은 점수를 보였고, 이는 연령 효과를 통제해도 마찬가지였다. 이런 결과는 그동안 많은 연구들에서 신체존중감이 삶의 질에 영향을 미친다는 것을 보여주고 있다는 점에서 요가수련이 삶의 질에 매우 긍정적 효과를 가질 수 있음을 시사하는 것이다. 또한, 본 연구에서 가장 중요하게 다룬 성형의도에 관해서도 요가인은 여자대학생에 비해 연령효과와 관계없이 더 낮았다.

이런 결과들을 전체적으로 보면, 지금까지 여성의 신체이미지와 신체관련 행동에 관한 설명들은 일반여대생 집단에서는 비교적 상당한 정도의 타당성을 갖는 것이지만, 전문요가인 집단에서는 그렇지 않다는 것을 보여주며, 이런 현상이 두 집단의 신체가치관의 차이에서 일부 기인한 것일 가능성을 시사한다.

모형검증결과는 이런 사실을 더 확실하게 보여주었다. 여대생집단의 경우는 본 연구에서 설정한 모형의 경로계수 대부분이 유의하였고, 경로계수도 상당히 컸던 반면에, 요가인

집단의 경우는 많은 경로계수들이 유의하지 않을 뿐 아니라, 계수 자체가 비교적 작았다. 또한 두 집단에서 적합도가 더 높은 모형이 서로 달라서, 여대생의 경우는 완전매개 모형이, 요가인의 경우는 부분매개 모형이 더 적합한 것으로 나타났다. 특히 요가인의 경우 성형의도에 대한 외모존중감과 신체조작성의 영향이 여대생과는 판이하게 달라서 외모존중감은 성형의도에 유의하기는 하지만 매우 작은 영향을 미치는 것으로 나타났고, 신체조작성의 영향도 유의하기는 하지만 여대생 집단에 비해 매우 작았다.

두 집단을 비교한 연구결과들은 크게 두 가지 시사점을 갖는다. 하나는 요가수련이 좀 더 긍정적인 신체가치관과 신체에 대한 경험을 촉진하며, 그 결과로 삶의 질을 높이고 부적응적인 신체관련 행동들을 완화하거나 예방할 수 있는 가능성이 크다는 점이다. 다른 하나는, 자기 신체의 객체화나 신체존중감은 신체가치와 신체관련 행동 사이를 매개하는 변수일지라도, 실제 각 변수들이 작용하는 과정에는 집단 간 차이가 있을 수 있다는 점이다.

전체적으로 본 연구는 신체조작성, 신체편향성, 신체도구성 등 신체가치관 개념과 그 측정도구들이 신체이미지 연구에 매우 유용하게 쓰일 수 있음을 보여주었다. 하지만, 이들 개념들과 기존의 신체이미지 연구에서 많이 사용되는 객체화 신체의식, 신체존중감 등 다양한 개념들의 관계에 대해서는 이론적인 탐색과 실증연구가 더 많이 이루어져야 할 것이다. 특히나 변수들 간의 인과적 관계의 설정에 관해서는 세심한 주의와 탐구가 필요할 것이다. 예를 들어, 신체가치관은 불변의 신념이 아니다. 이런 가치관은 사실상 기존의 신체가치관들이 새로운 신체가치관을 전파하는 다양

한 메시지들의 수용정도에 영향을 미칠 수 있을 뿐 아니라, 자신의 신체에 대한 평가나 태도와 같은 기존 인지의 영향을 받아 변화할 수도 있다. 예를 들어, 행동이 태도나 신념에 영향을 미칠 수 있다는 인지부조화 이론의 설명을 받아들인다면, 성형수술 경험은 신체조작성에 영향을 미칠 수 있다. 또한 본 연구에서는 신체가치와 외모존중감, 객체화 신체의식과 성형의도 간의 직접적 관계를 상정하지 않았다. 하지만 본 연구에서 신체가치 중 신체조작성과 성형의도의 직접관계가 유의하며 또한 그 경로계수가 매우 크다는 점은 신체관련 행동의 종류에 따라 변수들의 관계성이 상당히 다를 수 있다는 점을 시사한다. 예컨대, 문제가 되는 행동이 과도한 건강보조식품 의존이라면 이 연구에서 설정한 변수들과는 다른 변수들의 다른 관계양상을 상정해야 할 수 있다.

또한 본 연구의 결과는 연구자가 상정한 신체가치관과 신체이미지, 신체관련 행동의 인과적 관계라는 설명이 비교적 타당할 수 있음을 보여주었다. 하지만, 전문요가인 집단을 분석한 결과들은 이런 설명이 일반여대생 집단-그동안 신체이미지 연구분야에서 전형적인 표본이었던-에서는 비교적 타당할 수 있지만, 독특한 신체 관련 환경에서 생활하는 집단에 대해서는 적절하지 않을 수 있음을 시사한다. 예컨대, 본 연구에서 다룬 요가인 집단 외에도, 무용이나 연극 같은 행위예술을 하는 사람들이나 연예인들은 항상 자신의 신체의 기능과 외모에 주의를 기울여야 하고, 자신의 신체에 대한 3차적 관점을 고려해야하는 사람들이라는 점에서 일반인과 다른 신체가치관을 가지고 있을 가능성이 크다. 본 연구에서 요가인들은 여대생에 비해 외모도구성은 낮고

건강도구성은 높았다. 하지만, 대중매체 연예인들의 경우는 그 반대일 수도 있다.

또한 하위집단에 따라 신체이미지 연구들에서 사용하고 있는 개념들의 의미가 일반인과는 다를 수 있다. 예컨대 요가인의 경우, 여대생과는 달리 감시성이 수치심에 큰 영향을 미치지 않지만 이들 두 변수 모두 외모존중감에는 별 영향이 없고 또한 외모존중감이 성형수술의도에 미치는 영향도 일반인에 비해 확연히 작았다. 다양한 해석의 여지가 있기는 하지만, 한 가지 가능한 해석은 요가인들이 일반인과는 달리 자신의 관점과 타인의 관점을 분리해서 지각하는 성향이 더 강하다는 것이다. 즉, 각 변수들에 대해 요가인들은 주관적 관점의 판단과 객관적 관점의 판단을 동시에 고려하며, 행동의도는 주로 주관적 관점에 의해 이루어지는 것일 수 있다. 향후 연구가 필요한 분야이다.

본 연구에서는 요가인들과 여대생의 차이를 주로 요가라는 수련의 결과인 것으로 가정하였다. 하지만 이에 대해 요가수련을 선택하는 사람들이 일반적으로 여대생에 비해 더 보수적인 성향을 가진 사람일 수 있다는 가능성을 생각해볼 수 있다. 향후 더욱 엄밀한 연구설계를 통해 요가수련이 신체가치관과 이미지 등에 영향을 미치는가를 확인할 필요가 있겠다.

참고문헌

권지현 (2008). 신체의 사회적 유용성에 대한 신념: 신체도구성과 신체소비행동. 아주대학교 석사학위청구논문.
김완석 (2007). 전반적 신체존중감 척도

(KOBES): 개발 및 성차 탐색. 한국심리학회지: 여성, 12(2), 231-253.

김완석, 박은아 Takemoto (2009). 객체화 신체 의식과 신체존중감, 자기해석의 관계: 한국, 중국, 일본여대생 비교. 한국심리학회지: 여성, 14(1), 23-46.

김완석, 유연재와 권지현 (2009). 신체가치가 외모관리행동에 미치는 영향: 외모에 대한 사회문화적 태도와 외모지향성의 매개효과를 중심으로. 한국심리학회지: 소비자·광고, 10(3), 581-600.

김완석, 유연재와 박은아 (2007). 한국관 객체화 신체 의식 척도(K-OBCS): 개발과 타당화. 한국심리학회지: 일반, 26(2), 329-349.

김완석, 김정식 (2007). 동아시아 여대생들의 신체가치관과 신체존중감: 한국, 중국, 일본의 비교. 한국심리학회지: 사회문제, 13(4), 113-134.

김완석, 김철민 (2002). 몸의 심리학: 몸에 대한 생각과 소비행동. 한국소비자광고심리학회 학술대회 발표논문집, 1-20.

김완석, 김혜진 (2005). 여성의 신체이미지 지각이 신체관련 소비에 미치는 영향. 한국심리학회지: 소비자광고, 6(3), 27-40.

김완석, 유연재 (2007). 신체가치척도의 개발과 타당화: 신체조작성척도와 신체편향성척도. 한국심리학회지: 일반, 26(1), 1-21.

김완석, 차주화 (2006). 신체가치와 소비행동: 척도개발과 활용을 위한 탐색연구. 한국심리학회지: 소비자광고, 7(3), 455-485.

박은아 (2003). 신체존중감이 주관적 안녕감에 미치는 영향에 관한 비교문화적 연구: 한국과 미국의 여대생을 대상으로. 한국심리학회지: 일반, 22(2), 35-56.

손은정 (2007). 공적 자기의식, 사회문화적 가

- 치의 내면화 및 신체상에 대한 태도가 성형의도에 미치는 영향. *한국심리학회지:여성*, 12(1), 63-81.
- 전병제 (1974). 자아개념 측정가능성에 관한 연구. *연세논총*, 11.
- 조옥경 (2006). 요가의 치료적 가치에 대한 고찰. *불교와 심리*. 창간호. 193-223.
- 홍미화와 배상우 (2007). 요가지도자의 요가에 대한 경험 및 인식 탐구. *한국여가레크리에이션학회지*, 31(2), 41-51.
- Anderson, S & Sovik, R. (2006). *요가 첫걸음[Yoga ; Mastering the Basics]* (조옥경, 김채희 역). 학지사(원전출판은 2000년도).
- Bartky, S. L. (1988). Foucault, femininity, and the modernization of patriarchal power. In I. Diamond, & L. Quinby (Eds.), *Feminism and Foucault: Reflections on resistance* (61-86). Boston: Northeastern University Press.
- Boccio, F. J. (2009). *마음챙김을 위한 요가 [Mindfulness yoga]*. (조옥경, 김채희 역). 서울: 학지사(원전출판은 2004년도)
- Brown, T. A., Cash, T. F., & Mikulka, P. J. (1990). Attitudinal body image assessment: Factor analysis of the Body-Self Relations Questionnaire. *Journal of Personality Assessment*, 55(1&2), 135-144.
- Cash, T. F. (1990). Multidimensional Body-Self Relation Questionnaire. In Thompson, J. K. *Body image disturbance: Assessment and treatment*. Pergamon Press.
- Cash, T. F., Winstead, B. A., & Janda, L. H. (1986). The great American shape-up. *Psychology Today*, April, 30-37.
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49, 71-75.
- Diener, E., Wolsic, B., & Fujita, F. (1995). Physical attractiveness and subjective well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(1), 120-129.
- 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(2), 173-178.
- Fredrickson, B. L., Roberts, T-A. (1997). Objectification theory: Toward understanding women's lived experiences and mental health risks. *Psychology of Women Quarterly*, 21, 173-206.
- Garner, D. M. (2002). Body image and anorexia nervosa. In T. F. Cash, & T. Pruzinsky (Eds.) *Body Image: A Handbook of Theory, Research, and Clinical Practice* (295-303). New York: Guilford.
- Garner, D. M. (1997). Body Image Survey Results. *Psychology today*, 30(1), 30-45.
- Harre, R. (1991). *Physical Being: A Theory for a Corporeal Psychology*. Oxford: Blackwell.
- Heinberg, L. J., Thompson, J. K., & Stormer, S. M. (1995). Development and validation of the sociocultural attitude towards appearance questionnaire. *International Journal of Eating Disorders*, 17(1), 81-89.
- Kleck, R. E., & Strenta, A. (1980). Perceptions of the impact of negatively valued physical characteristics on social interaction. *Journal of Personality and Social Psychology*, 39, 861-873.
- Kraftsow, G.(1999). *Yoga for Wellness*. Penguin Compass.

- McKinley, N. M., & Hyde, J. S. (1996). The Objectified Body Consciousness Scale: Development and validation. *Psychology of Women Quarterly*, 20, 181-215.
- Mendelson, M., Mendelson, B. K., & Andrews, J. (2000). Self-esteem, body esteem, and body-mass in late adolescence: Is a competence X importance model needed? *Journal of Applied Developmental Psychology*, 21(3), 249-266.
- Mendelson, M., Mendelson, B. K., & White, D. R. (2001). Body-Esteem Scale for adolescents and adults. *Journal of Personality Assessment*, 76(1), 90-106.
- Nezlek, J. (1999). Body image and day-to-day social interaction. *Journal of Personality*, 67, 793-817.
- Noll, S. M., & Fredrickson, B. L. (1998). A mediational model linking self-objectification, body shame, and disordered eating. *Psychology and Women Quarterly*, 22, 623-636.
- Pliner, P., & Chaiken, S. (1990). Gender differences in concern with body weight and physical appearance over the life span. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 16 (2), 263-273.
- Pruzinsky, T., & Cash, T. F. (2002). Understanding body images: Historical and contemporary perspectives. In Cash, & T. Pruzinsky (Eds.) *Body Image: A Handbook of Theory, Research, and Clinical Practice* (3-12). New York: Guilford.
- Rosenberg, M. (1965). *Society and Adolescent Self-Image*. Princeton, NJ: Princeton University Press.
- Salmon, P., Lush, E., Jablonski, M., & Sephton, S. E. (2009). Yoga and mindfulness: clinical aspects of an ancient mind/body practice. *Cognitive and Behavioral Practice*, 16, 59-72.
- Sarwer, D. B., Magee, L., & Clark, V. L. (2003). Physical appearance and cosmetic medical treatments: Physiological and socio-cultural influences. *Journal of Cosmetic Dermatology*, 2(1), 29 - 39.
- Sarwer, D. B., Wadden, T. A., Pertschuk, M. J., & Whitaker, L. A. (1998). The psychology of cosmetic surgery: A review and reconceptualization. *Clinical Psychological Review*, 18(1), 1-22.
- Stice, E. (2001). A prospective test of the dual pathway model of bulimic pathology: Mediating effects of dieting and negative affect. *Journal of Abnormal Psychology*, 110, 124-135.
- Thompson, C. J., & Hirschman, 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.
- Tiggemann, M., & Slater, A. (2001). A test of objectification theory in former dancers and non-dancers. *Psychology of Women Quarterly*, 25, 57-64.
- Tiggemann, M., & Williamson, S. (2000). The Effect of Exercise on Body Satisfaction and Self-Esteem as a Function of Gender and Age. *Sex roles*, 43(1/2), 119-127.
- Wiederman, M. W. (2002). Body image and sexual functioning. In T. F. Cash, & T.

Pruzinsky (Eds.) *Body Image: A Handbook of Theory, Research, and Clinical Practice* (287-294).
New York: Guilford.

원 고 접 수 일 : 2009. 10. 25.

수정원고접수일 : 2009. 11. 13.

게 재 결 정 일 : 2009. 11. 15.

Relationships among body-related values, body images and intension about cosmetic surgery in yoga teachers and college women

Wan-Suk Gim

Ajou University

Ok-Kyeong Cho

Seoul University of Buddhism

In this study we aimed to 1) compare a yoga group to a student group in terms of body-related values, self-objectification, body esteem and intension about plastic surgery and 2) examine the causal models in which objectification and self-esteem play mediatory roles between body-related values and intension about plastic surgery. Two groups of women, 153 yoga teachers and 168 undergraduate students, filled out a questionnaire designed to measure body-related values such as operability, inclination, and social instrumentality, objectification variables such as shame and surveillance, body esteem, and body-related behaviors including the intension about plastic surgery. It was revealed that the yoga group had more conservative body values, lower surveillance and shame, higher body-esteem, and low intension about plastic surgery than the student group. These differences between two groups were still valid though the effects of age on those variables were controlled. For the yoga group, the interrelationship between body-related values and self-objectification and body-esteem was low, and the body-esteem had no significant predictive power on the behavioral intension. In case of the college student group, the mediatory role of the self-objectification variable and the body-esteem in terms of the intension about plastic surgery was clearly demonstrated. The Implications of the results for further research were discussed.

Key words : *body-related values, body images, operability, inclination, social instrumentality, surveillance, shame, body esteem, plastic surgery. yoga*