



## 여성과 남성의 객체화된 신체이식에 따른 마른 몸과 근육 만들기에 대한 욕구

문희강 · 이현화<sup>1)†</sup>

배재대학교 가정교육과  
<sup>1)</sup>인하대학교 의류디자인학과

### Objectified Body Consciousness, Drive for Thinness, and Drive for Muscularity in Young Women and Men

Heekang Moon and Hyun-Hwa Lee<sup>1)†</sup>

Dept. of Home Economics Education, Pai Chai University; Daejeon, Korea  
<sup>1)</sup>Dept. of Fashion Design & Textiles, Inha University; Incheon, Korea

**Abstract:** The main object of this study was to understand the body image and body management behavior associated with desiring a thinner and more muscular body. The present study examined whether the drives for thinness and muscularity occur concurrently for both male and female college students, and whether there are gender differences. Moreover, the effects of objectified body consciousness on drive for thinness and drive for muscularity were investigated. A self-administered survey was conducted and a total of 390 data were used for data analysis. Participants included 197 male college students and 193 female students. Results indicated that male students reported significantly lower drive for thinness and higher drive for muscularity than female students. However, the drives for thinness and muscularity were significantly correlated for both male and female college students, and they reported discrepancies between their BMI and self-perceived weight and muscle mass. Findings supported the significant effects of objectified body consciousness on the drives for thinness and muscularity for both male and females. Sub-dimensions of objectified body consciousness had differential effects on drive for thinness and muscularity. Specifically, body surveillance and body shame significantly influenced male and female students' drive for thinness, while their control belief did not have significant effects on their drive for thinness. Additionally, body shame emerged as significant unique predictor of drive for muscularity. In terms of gender comparisons, while the effect of body shame was the strongest for the males, the effect of surveillance was as strong as that of body shame for the females.

**Key words:** drive for thinness (마른 몸에 대한 욕구), drive for muscularity (근육 만들기 욕구), objectified body consciousness (객체화된 신체이식), gender comparison (남녀 비교)

## 1. 서 론

날씬한 몸과 매력 있는 몸에 대한 한국사회의 선호는 계속 증가하고 있다. 최근에는 기존의 날씬함을 넘는 마른 몸에 대한 이상이 지속적으로 존재하는 동시에 자기관리의 결과로서 탄탄한 근육의 소유가 이상적인 신체이미지의 추가적인 조건으로 제시되고 있다. 미디어가 제시하는 이상적이고 아름다운 몸에 대한 표현을 살펴보면 각 신체 부위별로 마른 몸의 표준을 구체적

으로 제시하는 동시에, ‘꿀벅지’나 ‘복근’ 등의 각 신체 부위의 근육을 언급하면서 여성의 이상적인 근육미로서 여성스러우면서도 섹시한 건강미를 요구하는 경향이 나타난다. 이와 같이 매스 미디어를 비롯한 사회 전반의 요구는 남성은 물론 여성에게까지 탄탄한 근육질 몸매를 소유하는 것을 이상적인 신체이미지의 필요조건으로 내세우고 있다(Park & Cheon, 2017). 즉 ‘몸짱’이나 ‘육체자본’이라는 용어에서 드러나듯이(Lim, 2005) 체중감량을 통해 만들어내는 마른 몸과 탄탄한 근육을 갖춘 매력적인 몸을 만들기 위한 몸 가꾸기는 사회 내에서 하나의 가치로 자리 잡고 있으며(Lee & Kim, 2013), 이는 날씬하고 관리된 몸은 자기조절능력을 대변하는 것으로 인식되고 있는 현실을 반영하는 것이다.

한국 사회의 건강에 대한 관심이 커짐에 따라 기존의 마른 몸에 대한 욕구(drive for thinness) 외에 근육 만들기 욕구(drive for muscularity) 또한 증가하고 있다. 근육 만들기 욕구의 증가

†Corresponding author; Hyun-Hwa Lee  
Tel. +82-32-860-8138, Fax. +82-32-865-8130  
E-mail: [hyunhwa@inha.ac.kr](mailto:hyunhwa@inha.ac.kr)

© 2018 (by) the authors. This article is an open access article distributed under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution license (<http://creativecommons.org/licenses/by/3.0/>), which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

는 지속적인 신체활동이 신체적, 정신적 건강에 효과적이라는 선행연구 결과들에 근거하여 과도한 체중감소나 섭식장애라는 부작용의 원인으로 지적되어왔던 마른 몸 만들기 열풍보다 다소 긍정적으로 평가되기도 한다(Holland & Tiggemann, 2017; Long & Stabel, 1995; Oh & Jeon, 2014). 그러나, 건강한 삶(healthiness)을 추구하는 피트니스 활동에 대한 정보(Fitspiration: fitness and inspiration)를 인스타그램에 공유하는 여성들을 대상으로 한 최근 연구에 의하면(Holland & Tiggemann, 2017) 근육 만들기 욕구 또한 부정적인 측면이 존재하는 것으로 나타났다. 즉 건강한 몸을 만들고자 하는 긍정적인 의도와는 달리 기존의 마른 몸 만들기에 몰입하는 여성들과 유사하게 근육 만들기 욕구가 높은 경우 높은 수준의 섭식장애와 운동강박 등 부정적인 신체관리 태도와 행동이 나타난다. 이와 같이 외모는 만들어지고 관리하는 대상이라는 관념이 형성됨에 따라, 표면적으로는 잘 관리된 건강한 몸으로 제시되고 있으나 실제로는 자신의 신체를 지속적으로 감시하고 바라보게 되며 그 결과 혹독한 운동과 칼로리 제한을 위한 불규칙한 음식섭취 등과 같은 바람직하지 못한 신체관리행동을 하게 되는 것이다. 이는 사회적으로 요구되는 이상적인 신체이미지의 기준이 대부분의 사람들에게는 도달할 수 없을 정도까지의 마른 몸과 근육 정도를 표준으로 요구하고 있기 때문이며(Lee, 2017; Pritchard & Cramblitt, 2014; Thompson & Stice, 2001), ‘마르고 탄탄한 몸’이라는 한 가지의 신체유형만을 바람직한 신체로 제시하면서 지속적으로 강요하는(Holland & Tiggemann, 2017; Tiggemann & Zaccardo, 2015) 사회문화적인 압력 때문이라고 할 수 있다.

한편, 여성들과 마찬가지로 남성의 외모관리에 대한 사회적 요구와 기대가 증가하고 있으며, 외모가 중요한 경쟁력이라는 사회적 인식은 남성에게까지 확산되었다. 따라서 꽃미남, 꽃중년, 그루밍족(grooming) 등의 용어에서 볼 수 있듯이 이상적인 신체와 외모를 만들기 위해 많은 관심을 가지고 다양한 외모관리행동을 하는 남성의 변화에 주목할 필요가 있다. 전통적인 신체이미지 연구에서 여성과 남성에게 가해지는 외모 관련 사회적 압력에는 차이가 있어 남성에게는 남자다움을 상징하는 근육의 발달이 이상적인 신체이미지 구성에 중요한 요소로 평가된 반면, 근육의 소유는 남성의 전유물로 간주되어 여성의 이상적인 신체 이미지 조건으로는 마른 몸에 대한 이상만이 주로 제시되었다(Ambwani & Chemielewski, 2013). 그러나, Choi(2000)의 주장대로 이상적인 라이프 스타일의 일부로서 신체운동이 중요해짐에 따라 미국, 호주, 유럽 등의 여성들의 근육 만들기 욕구가 점차 증가하고 있는 것과 마찬가지로 한국 여성들에게 규칙적인 운동이 점차 이상적인 라이프 스타일의 중요한 부분으로 강조되고 있다는 점을 고려할 때, 한국 여성의 근육 만들기 욕구 또한 커지고 있음을 짐작할 수 있다. 또한 남성의 마른 몸에 대한 욕구에 미치는 사회적 압력 및 사회적 이상의 내면화의 영향력이 점차 커지고 있음을 제시한 최근 연구결과(Pritchard & Cramblitt, 2014)를 고려할 때, 남성에게 대한 현 시대의 이상적인 신체 이미지 또한 변화되었음을 알 수 있다. 따라서 이상적인 신체이

미지를 살펴봄에 있어서 여성은 마른 몸, 남성은 근육이라는 이분법적인 틀을 벗어나서 남성과 여성 모두에게 피트니스(fitness)를 강조하는 변화된 패러다임을 적용할 필요가 있다.

본 연구에서는 최근 여성뿐 아니라 남성의 경우에도 자신의 신체를 객체로 인식하는 경향이 증대되고 있음을 반영하여(Lee, 2014; Morry & Staska, 2001; Murnen et al., 2003), 남성과 여성의 이상적 신체이미지에 대한 욕구를 설명하는 대표적인 사회심리학적 변인으로 평가되는(McKinley & Hyde, 1996) 객체화된 신체이식(objectified body consciousness)을 남녀 대학생의 마른 몸과 근육에 대한 욕구의 선행변수로 도입하여 그 영향력을 살펴보고자 한다. 대학생이라는 시기는 외모 및 매력성과 관련된 사회적 규범에 대한 인식이 최고조가 되는 시기로 알려져 있으며, 그 결과 섭식장애 등의 건강하지 못한 신체관리 및 변형 행동이 발생할 위험이 가장 높다(Brunet et al., 2010; Grossbard et al., 2011). 이에 본 연구는 마른 몸과 근육 만들기라는 신체관리행동이 가장 활발하게 이루어지는 남녀 대학생을 대상으로 현 시대의 이상적 신체이미지와 이에 영향을 미치는 사회심리학적 변인을 살펴보고자 한다.

남성의 객체화된 신체이식을 다룬 연구는 아직 소수에 불과하며(Lee, 2014) 여성과 남성의 신체에 대한 차별적인 시각에 의해 객체화된 신체이식이 여성과 남성의 마른 몸과 근육 만들기에 대한 욕구에 미치는 영향력을 통합적으로 살펴본 연구는 미비하다. 남성과 여성을 모두 연구대상으로 포함하여 이루어진 최근 연구에서조차 남성은 근육에 대한 욕구, 여성은 마른 몸에 대한 이상, 즉 마르고자 하는 욕구만 중점적으로 살펴보고 있다(Flament et al., 2012). 이는 현대 사회의 변화에 따른 남성과 여성의 외모에 대한 인식변화나 사회적 태도를 충분히 반영하지 못한 결과라고 할 수 있다. 일부 연구들은 마른 몸에 대한 욕구와 근육 만들기 욕구가 모두 높은 남성과 여성이 존재하며 두 가지 욕구 간의 정적 상호관련성이 있음을 주장하였다(e.g., Murray et al., 2010). 이러한 연구들은 마르고 근육이 발달한 매력적인 몸매가 남성과 여성 모두에게 이상적인 신체이미지로 자리잡고 있음을 밝히는 동시에, 마른 몸에 대한 욕구뿐 아니라 근육 만들기 욕구 또한 부정적인 신체관리행동을 유발하는 또 다른 사회적 압력의 소산물임을 시사하고 있다.

이에 본 연구를 통해 현대 사회의 이상적인 신체이미지를 밝히고 성별에 따른 차이가 존재하는지 살펴보고자 하며, 특히 마른 몸과 근육 만들기에 대한 욕구가 상호배타적인 욕구가 아님을 제안하였던 서구의 선행연구(Yelland & Tiggemann, 2003)를 바탕으로 두 가지 욕구 간의 상호 영향관계를 살펴봄으로써 여성은 마른 몸, 남성은 근육이라는 기존의 이분법적인 틀을 벗어난 새로운 패러다임을 제안하고자 한다. 표준화된 척도를 사용하여 남녀의 마른 몸과 근육 만들기 욕구, 그리고 이에 대한 객체화된 신체이식의 영향력을 살펴봄으로써 현 시대의 변화된 이상적인 신체이미지를 이해할 수 있을 것이다. 또한, 날씬하고 건강한 매력 있는 몸으로 관리하고자 하는 표면적인 의도와는 달리 남성과 여성이 자신의 신체를 주관적으로 인식하고 있으며,

그 결과 바람직하지 못한 신체태도와 신체관리행동으로 이어질 수 있음을 실증적으로 고찰하는 것은 의미가 있을 것으로 기대한다.

## 2. 이론적 배경

### 2.1. 신체에 대한 주관적 인식과 마른 몸과 근육 만들기에 대한 욕구

마른 몸에 대한 욕구(Garner et al., 1983)와 근육 만들기 욕구(McCreary & Sasse, 2000)는 사회적 차원의 신체염려(social physique anxiety)의 대표적인 결과변수로서 다루어져 왔으며, 두 가지 욕구와 관련된 이상적인 신체이미지는 남녀에 따라 각각 다르게 인식되고 있는 것으로 알려져 왔다(Magallares, 2016). 사회적 규범에 의해 규정되는 이상적인 신체이미지를 살펴본 연구들은 남성과 여성의 마른 몸과 근육 만들기 욕구는 사회적으로 바람직하고 매력적이라고 여겨지는 마른 몸(thinness)과 근육질 몸매(muscularity)에 대한 규범을 어떻게 인식하는가와 깊은 관련이 있다고 보고 있다(Grossbard et al., 2011). 선행연구 결과에 의하면 여성들은 다른 여성들이 모두 마르고 싶어하며 남성들 또한 마른 여성들을 더 매력적으로 느낀다고 생각하며(Bergstrom et al., 2004), 실제보다 다른 여성들이 평균적으로 더 말랐다고 잘못 인식하고 있는 것으로 나타났다(Grossbard et al., 2011). 또한, 여대생을 대상으로 신체에 대한 주관적 인식에 대해 살펴본 연구에 의하면 한국 여대생이 자기 자신을 실제보다 더 비만한 것으로 지각하는 경향이 크다고 하여 Lee and Kim(2011) 여성의 신체에 대한 왜곡이 존재함을 알 수 있다. 반면에 남성들은 건장하고 근육이 발달한 신체에 이성이 끌린다고 생각한다(Demarest & Allen, 2000)고 하여, 남성과 여성의 마른 몸과 근육에 대한 욕구에 차이가 있음을 보여준다. 이와 같이 남성과 여성 모두 자신의 신체를 주관적으로 왜곡하여 인식할 수 있음을 알 수 있다.

현대의 서양 문화권에서 여성의 이상적인 신체이미지를 구성하는 가장 중요한 특성으로 마른 몸의 가치는 오랜 시간 불변의 진리로 받아들여져 왔으며(Levitt, 2004), 이와 같은 신체적인 외모의 특성은 개인의 가치를 결정짓는 중요한 요소로 받아들여져 왔다(Thompson et al., 1999). 이에 따라, 마른 몸에 대한 욕구에 관한 연구들은 전통적으로 여성을 대상으로 많이 이루어졌다. 반면에, Davis et al.(2005)은 마른 몸에 대한 욕구가 여성들의 섭식장애 행동과 같은 바람직하지 못한 신체관리행동을 예측할 수 있는 대표적인 심리적 특성과 깊은 관련이 있다면, 남성들의 경우에는 근육 만들기 욕구가 높을수록 여성의 마른 몸에 대한 욕구와 동일한 경향을 보여준다고 하여 남성의 근육 만들기 욕구가 여성의 마른 몸에 대한 욕구와 유사함을 주장하였다. 근육 만들기 욕구는 마른 몸에 대한 욕구와 비교하여 상대적으로 최근에 제안된 개념으로(Juarez et al., 2012), 마른 몸에 대한 욕구와 달리 많은 선행연구에서 남성의 이상적 신체이미지와 신체관리행동의 관련 변수로서 다루어져 왔다.

이와 같이 여성의 마른 몸에 대한 욕구와 남성의 근육 만들기 욕구를 상호배타적으로 살펴보는 연구가 수행되어왔으나, 점차 남성들 또한 미디어에 노출된 새로운 남성상과 자신의 신체와의 현실적인 차이를 지각하게 되고 외모에 대한 관심이 증가함에 따라 여성과 마찬가지로 그 차이를 줄이기 위한 방법을 모색하고 있으며, 이를 반영한 연구가 수행될 필요가 있음이 부각되었다. 이에 이상적인 남성의 신체이미지를 내면화함에 따라 섭식장애와 칼로리 제한 등과 같은 불균형적인 신체관리행동이 유발될 수 있음을 밝힌 연구결과들이 제시되었다(Flament et al., 2012; McCabe & Ricciardelli, 2001; Stanford & McCabe, 2005). 이와 같이 근육에 대한 욕구가 체중감소와 밀접한 관련성이 있음을 보고하며 마른 몸에 대한 욕구가 높은 남성들의 특징을 살펴보고 남성의 근육 만들기과 마른 몸에 대한 욕구를 살펴본 연구들은 일부 수행되었으나(Grossbard et al., 2011; Kelley et al., 2010; Smolak et al., 2001), 여성의 근육 만들기 욕구를 마른 몸에 대한 욕구와의 영향관계를 포괄하여 수행된 연구는 매우 제한적이다.

일부 여성과 남성의 마른 몸에 대한 욕구와 근육 만들기 욕구를 함께 살펴본 연구의 결과 또한 일관되지 않게 나타났는데, Kelley et al.(2010)은 남녀 대학생의 마른 몸과 근육에 대한 욕구는 신체강박과 신체염려와 같은 부정적인 신체이미지와 관련이 높으나, 여성의 경우 마른 몸과 근육에 대한 욕구가 높을수록 부정적인 신체이미지를 지니게 되는 반면 남성의 경우에는 근육 만들기 욕구가 마른 몸에 대한 욕구가 부정적인 신체이미지에 미치는 영향을 다소 완화시킨다고 하여 성별에 따른 차이가 있음을 주장하였다. 이와 같은 결과는 남성의 마른 몸에 대한 욕구가 근육 만들기 욕구의 예측변수임을 규명한 일부 연구 결과와는 상이한 것이다(Leit et al., 2002). 미국의 남녀 대학생들을 대상으로 한 Pritchard and Cramblitt(2014)의 연구에서는 여자 대학생의 마른 몸과 근육 만들기 욕구는 유의한 상관관계가 있었으나 남학생의 경우 두 욕구 간의 관련성은 유의하지 않았고 하였다. 또한, 남학생의 경우 근육 만들기 욕구는 사회적 압력과 무관한 반면 마르고자 하는 욕구는 사회적 압력에 의해 형성되는 것으로 나타나(Pritchard & Cramblitt, 2014), 남성의 경우 마른 몸에 대한 욕구와 근육 만들기 욕구에 영향을 미치는 사회심리적 영향력은 다를 수 있음을 시사하고 있다. 이와 같이 여성과 남성의 여성과 마른 몸과 근육 만들기에 대한 욕구는 다를 수 있으며, 두 욕구를 유발하는 사회심리적 영향 변인 또한 다를 수 있으므로 현대 사회의 성역할의 변화나 여성과 남성의 이상적인 외모에 대한 인식변화를 반영한 연구가 이루어질 필요가 있다.

마른 몸에 대한 욕구에 대한 많은 연구들은 다이어트라 불리는 섭식조절행동, 이노제 사용이나 구토, 강박운동 등의 바람직하지 못한 체중감량행동 및 신체불만족과의 연관성을 살펴 보았다(Wharton et al., 2008). 이에 따라 마른 몸에 대한 욕구는 대부분의 연구에서 섭식장애의 하위요인으로, 섭식장애척도(Eating Disorder Inventory 2: EDI-2) 중 다이어트에 대한 과도

한 집착, 몸무게에 대한 집착, 체중 증가에 대한 두려움 등 자신의 신체에 대한 태도와 행동을 포괄하는 개념으로 다루어지고 있다. 근육 만들기 욕구는 근육을 증가시키고자 하는 강한 욕구를 지칭하는 것으로, 이에 관한 선행연구들은 근육 만들기 욕구를 측정하기 위하여 운동 빈도를 측정하기 보다는 운동을 거를 때 느끼는 죄책감이나 우울함 등 부정적인 감정이 동반되는 운동몰입이나 운동강박으로 정의하고 있으며, Holland and Tiggemann(2017)의 연구와 McCreary and Sasse(2000)의 연구에서도 근육 만들기 욕구는 운동몰입으로 개념화하여 제시되고 있다. 최근의 일부 선행연구들은 근육 만들기 욕구와 다른 몸에 대한 욕구 모두 섭식장애와 관련이 있으며(Rodgers et al., 2012), 다이어트에 대한 높은 관심과 강박적인 운동행동과 같은 특성을 공유한다는 점에서 관련성이 높다는 점을 주장하고 있다(Murray et al., 2010). 남자 청소년의 다른 몸과 근육 만들기 욕구를 살펴본 Slater and Tiggemann(2014)의 연구에서도 근육 만들기 욕구를 섭식장애와 관련성이 높다고 하면서 다른 몸에 대한 욕구를 측정하는 척도를 근육 만들기 척도 개념에 적용하여 개발한 Yelland and Tiggemann(2003)의 근육 만들기 욕구 척도를 사용하였다. 본 연구에서는 다른 몸에 대한 욕구를 섭식장애로 대표되는 강박적으로 몸무게를 감소시키고자 하는 욕구와 행동으로, 근육 만들기 욕구를 강박적인 운동이나 다이어트 조절을 통해 근육을 늘리고자 하는 욕구와 행동으로 개념화하고 두 가지 욕구 모두 이와 같은 욕구와 행동과 관련된 걱정이나 죄책감, 집착 등의 감정적인 측면까지 포함하였다.

## 2.2. 객체화된 신체외식

객체화된 신체외식은 자기 신체를 관찰하고 감시하여야 할 객체로서 바라보는 심리적 경험을 지지하는 신념으로(McKinley & Hyde, 1996), 외모를 중시하는 사회적 환경의 영향을 받아 사회문화적으로 제시된 이상적인 신체기준을 내면화함으로써 자신의 신체를 감시, 평가하고 그 결과 수치심이나 불안, 불만족과 같은 신체에 대한 부정적인 감정을 경험함으로써 형성하게 된다. 즉, 아름다운 신체와 외모에 대한 사회문화적 기준들을 인식하면서 타인들이 내 몸을 어떻게 바라보는가에 대해 많은 관심을 가지게 되고 자신의 외모에 대해 주체적으로 인식하지 못하고 왜곡된 기준에 따라 비교하게 됨으로써 자신 스스로에 대한 불만을 가지게 되는 것이다. 객체화된 신체외식에 대한 선행연구들에 의하면(Calogero et al., 2005; Hong, 2011), 사회문화적으로 제시된 이상적 미적 기준이 여성들의 객체화에 영향을 미치고 그 결과 신체에 대한 수치심과 부정적 감정을 가지게 되며 다양한 외모관리행동을 수행하는 것으로 나타났다. 객체화된 신체외식은 특히 섭식장애나 체중조절행동과 같은 여성의 다른 몸과 근육 만들기 욕구와 관련된 외모관리행동에 중요한 영향을 미치는 것으로 나타났으며(An, 2007; Jeon & Chung, 2011; Lee, 2017), 이 외에도 수치심과 불안감, 신체 내적감각에 대한 민감성 저하와 같은 부정적 신체경험과 관련 있다(Fredrickson & Roberts, 1997). 또한, 최근 연구에 의하면 외모를 선호대상과 비교하거나

자신의 신체를 객체화하여 평가대상으로 생각할수록 운동의 중요성을 높게 평가하고 운동을 하지 않으면 죄책감, 실패, 부끄럽게 느끼는 운동행동조절 차원인 의무조절감이 높게 나타난다고 하여(Chen, 2015), 객체화된 신체외식이 높을수록 근육 만들기 욕구가 높음을 제시하고 있다.

객체화된 신체외식은 많은 선행연구에서 신체불만족이나 외모관리행동에 미치는 사회문화적 태도(sociocultural attitudes toward appearance)의 영향을 매개하는 변수로 다루어져 왔으며, 외모에 대한 사회문화적 태도보다 여성의 외모관리행동 예측에 더 적절한 변수로 보고되고 있다(An, 2007; Jackson et al., 2015). 객체화된 신체외식에 대한 선행연구들은 주로 여성을 대상으로 수행되었으며, 사회문화적으로 정형화되어 제시된 신체 이미지에 남성보다 여성이 더 민감한 이유를 설명하는 대표적인 변수로 객체화된 신체외식이 사용되어 왔다(Strelan & Hargreaves, 2005). 그러나, 남성을 대상으로 하는 외모관리 산업이 발달함에 따라 미디어의 많은 콘텐츠들은 외모를 가꾸는 남성을 새로운 남성상으로 제시하고 있으며, 이에 노출된 남성들의 외모관리행동이 점차 증가하고 있으며 자신의 신체를 객체로 인식하고 있음이 밝혀졌다(Morry & Staska, 2001; Murnen et al., 2003). 미국의 대학생을 대상으로 한 연구에서도 연구대상자의 60% 이상의 남학생이 체중 감소를 원하는 것으로 나타났으며(Neighbors & Sobal, 2007), 중국의 남성 청소년을 대상으로 수행된 연구에서도 미디어 노출을 통해 사회문화적으로 제시된 이상적 신체에 대한 스키마에 의해 여성뿐만 아니라 남성 청소년들 또한 사회적 압력에 의한 신체불만족을 느낀다고 하였다(Eyal & Te'eni-Harari, 2013). 이에 따라 남성의 객체화된 신체외식에 대한 국외의 연구들이 수행되었으며(Jackson et al., 2015), 국내의 경우에도 남성의 객체화된 신체외식이나 그로 인한 신체불만족이 운동이나 칼로리 제한 등과 같은 신체관리행동과 전반적인 외모관리행동에 영향을 미칠 수 있음을 밝히고자 한 연구들이 존재한다(Lee, 2014; Park & Chung, 2011). 즉, 남성들 또한 미디어 속 이미지와 자신의 신체와의 차이를 지각하고 이상적 신체에 도달해야 한다는 사회적 압력을 느끼고 있으며, 그 결과 자기 신체를 객체화하게 되어 불만족과 수치심을 느끼게 된다는 것을 의미한다. 그리고 이는 다른 몸과 근육 만들기 욕구라는 이상적 신체에 대한 이상과 현실 간의 차이를 줄이기 위한 적극적인 방법의 모색으로 이어지고 있는 것이다.

McKinley and Hyde(1996)는 신체감시(body surveillance), 신체수치심(body shame), 그리고 통제신념(control belief)으로 구성된 객체화된 신체외식의 세 가지 하위요인을 제시하였다. 신체감시는 자신의 신체를 객체화하여 사회문화적인 미의 기준과 자신의 신체를 끊임없이 비교하고 타인의 시선으로 감시하듯이 바라보는 것을 의미하며, 자신의 신체에 대한 주체적인 느낌보다 어떻게 보이는가를 더 중요시한다. 신체수치심은 사회문화적인 미적 기준에 도달하지 못했을 때 자신의 신체에 수치심을 느끼는 감정적 반응을 일컫는다. 통제신념은 스스로의 노력과 통제를 통해 외모를 바꿀 수 있다는 신념을 의미한다. 남녀의 객체

화된 신체외식 수준에 대한 선행연구를 살펴보면 상대적으로 여자 청소년은 신체감시와 신체수치심이 높은 반면, 남자 청소년은 통제신념이 높다고 하였다(Koo & Ha, 2010; Lim, 2010). 그러나, 최근에 여대생을 대상으로 진행된 연구에서는(Lee, 2017) 신체수치심보다 통제신념과 신체감시가 더 높게 나타나, 연구대상의 성별과 연령, 시대에 따라 객체화된 신체외식의 수준은 달라질 수 있음을 알 수 있다. 또한, 사회의 변화에 따라 이상적인 신체이미지가 달라지며 이에 따라 남녀의 객체화된 신체외식 수준 또한 변화될 것이므로 현 시대의 객체화된 신체외식을 살펴보는 것은 의미가 있을 것이다.

객체화된 신체외식 하위요인 별 상대적 영향력에 있어서도 연구대상에 따라 상이한 결과를 제시하고 있다. 20~50대 여성을 대상으로 한 Jeon and Chung(2011)의 연구에서는 여성의 체중관리행동에 미치는 신체수치심의 영향력이 가장 컸으며 통제신념의 영향력은 유의하지 않았으나, 여대생을 대상으로 수행한 Lee(2017)의 연구에서는 신체수치심, 신체감시, 통제신념이 모두 체중관리에 유의한 정적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이와 같이 연구에 따라 여성의 체중관리행동에 미치는 객체화된 신체외식 하위요인 별 영향력에는 차이가 있었으며, 특히 통제신념의 영향력은 연구대상에 따라 차이가 있는 반면 신체수치심이 섭식장애에 미치는 상대적 영향력은 매우 중요한 것으로 보고되고 있다(Jackson et al., 2015). 또한, 남녀 고등학생의 객체화된 신체외식과 외모관리행동을 살펴본 Lim(2010)의 연구에 따르면 통제신념이 높은 남학생은 외모관리행동을 덜 하는 반면, 여학생의 외모관리행동은 통제신념과 무관하여 성별에 따른 통제신념의 영향력 또한 다를 수 있음을 예측할 수 있다. 이에 따라, 본 연구에서는 남녀 대학생의 객체화된 신체외식에 차이가 있는지 살펴봄과 동시에 마른 몸과 근육 만들기 욕구에 미치는 하위차원 별 상대적 영향력에 차이가 있는지 살펴봄으로써 남성과 여성이 추구하는 현대 사회의 이상적 신체이미지를 이해할 수 있을 것이다.

### 3. 연구방법

#### 3.1. 연구문제

- 1) 남녀 대학생의 신체에 대한 주관적 인식, 마른 몸과 근육 만들기에 대한 욕구, 객체화된 신체외식에 차이가 있는가?
- 2) 마른 몸과 근육 만들기에 대한 욕구 간의 영향관계는 어떠한가?
- 3) 객체화된 신체외식의 하위차원들이 남녀 대학생의 마른 몸과 근육 만들기에 대한 욕구에 미치는 영향은 어떠한가?

#### 3.2. 측정도구

설문 문항 정제화를 위하여 예비조사를 거쳐 선행연구에서 검증된 척도를 본 연구의 목적에 맞도록 수정하여 사용하였다. 객체화된 신체외식을 측정하기 위해 선행연구를 참조하여(Gim et al., 2007; McKinley & Hyde, 1996) 신체감시(body surveill-

ance), 통제신념(control belief), 신체수치심(body shame)에 해당하는 총 12문항을 포함하였다. 마른 몸에 대한 욕구(drive for thinness)와 근육 만들기 욕구(drive for muscularity)를 살펴본 대부분의 선행연구들은 마른 몸에 대한 욕구를 측정하기 위해 섭식장애척도를 사용하고 있다. 이에 본 연구에서도 Garner et al.(1983)의 섭식장애척도(Eating Disorder Inventory 2: EDI-2) 중 다이어트에 대한 과도한 집착, 몸무게 증가에 대한 두려움, 몸무게에 대한 집착, 더 마르고자 하는 갈망, 체중 증가에 대한 두려움을 측정하는 총 5문항을 사용하여 남녀 대학생의 마른 몸에 대한 욕구를 측정하였다. 근육 만들기 욕구(drive for muscularity)를 측정하기 위하여 관련 선행연구들을 살펴본 결과 일부 연구는(McCreary, 2007; Pritchard & Cramblitt, 2014) 근육을 가지고 싶은 정도로 개념화하여 단일문항으로 측정하였다. 그러나, 단일문항 척도가 지니는 한계와 마른 몸에 대한 욕구 척도와의 균형을 고려하여 본 연구는 McCreary and Sasse(2000)의 운동몰입 척도(Drive for Muscularity scales: DMS) 중 남성과 여성에게 모두 적합한 태도와 행동을 측정하는 4개 문항을 포함하였으며, 운동을 거르는 것에 대한 죄책감, 근육강화제 사용 욕구, 근육 만들기 운동에 대한 집착 및 운동이 생활에 미치는 영향 정도 등을 측정하는 내용으로 구성하였다. 이 외 인구통계학적 특성과 함께 현재 자신의 신체에 대한 주관적 인식에 관한 문항과 향후 체중 및 근육량 관리에 대한 계획 등에 대한 문항을 포함하였으며, 이들 문항을 제외한 모든 주요변수는 7점 Likert 척도를 사용하여 측정하였다.

#### 3.3. 자료수집 및 분석

자료수집은 한국의 서울과 대전을 포함한 대도시에 위치한 3개 대학의 남학생과 여학생을 대상으로 편의 추출법에 의한 설문조사 방법으로 시행되었으며, 대학의 교양수업을 수강하는 다양한 전공과 학년의 학생들을 대상으로 하였다. 총 397명의 응답 중 일부 불성실한 응답자를 제외하고 최종적으로 남학생 197명, 여학생 193명을 포함한 총 390명의 응답을 결과분석에 사용하였다. 수집된 자료는 SPSS 23.0 프로그램을 사용하여 기술통계 분석, 빈도분석, 탐색적 요인분석, 신뢰도 분석, 독립표본 *t*-검정, 상관관계분석, 다중회귀분석을 실시하였다.

#### 3.4. 측정도구의 타당성 및 신뢰도 평가

본 연구에서 사용한 측정도구의 타당도를 검증하고 남녀 대학생의 객체화된 신체외식에 대한 하위 구성차원을 살펴보고자 탐색적 요인분석을 실시하였다(Table 1). 요인분석 정제화 기준에 따라 Varimax 회전에 의한 주성분 분석을 활용한 결과(Hair et al., 2010), 총 11개의 문항이 고유치 1을 상회하는 3개의 요인으로 분류되어 추출되었으며, 전체 분산의 약 54.65%를 설명하고 있어 개념타당성이 확보되었다. 첫 번째 요인은 총 분산 중 20.69%를 설명할 수 있는 요인으로, 자신의 외모에 집중하고 타인과 자신의 신체를 비교하면서 타인에게 자신의 모습이 어떻게 보여지는가에 대해서 중요하게 생각하는 내용의 5개 문항으로

구성되어 ‘신체감시’로 명명하였다. 두 번째 차원은 4개의 문항 중 1문항이 탈락되고 외모는 유전보다는 자신의 노력에 의해 변화 또는 향상될 수 있다는 믿음과 관련된 4개의 문항들로 구성되어 ‘통제신념’으로 명명하였으며, 전체 변량의 17.24%이다. 세 번째 요인은 자신이 생각하는 이상적인 외모가 아니거나 이상적인 외모가 되기 위한 노력이 부족하다고 느끼는 수치심과 죄의식과 관련된 내용을 측정하는 3개의 문항으로 구성되어 ‘신체수치심’으로 명명하였으며, 전체 변량의 16.72%의 설명력을 보였다. 이와 같은 결과는 객체화된 신체외식이 신체감시, 통제신념, 신체수치심의 세 가지 하위차원으로 구성되어 있다는 많은 선행 연구 결과들을 지지한다(e.g., McKinley & Hyde, 1996). 각 하위차원의 신뢰도를 확인한 결과, 3개 요인의 Cronbach's  $\alpha$  값이 모두 0.6 이상으로 기준 이상의 신뢰도를 확보하고 있었다.

마른 몸에 대한 욕구와 근육 만들기를 측정하는 문항들에 대한 요인분석 결과 모두 단일차원으로 도출되었으며 두 변수를 측정하는 문항들 간의 신뢰도 검증 결과 각각 Cronbach's  $\alpha$  값이 0.91과 0.84로 높은 신뢰도를 나타내었다.

#### 4. 결과 및 논의

##### 4.1. 표본 특성 및 신체에 대한 인식에서의 남녀 대학생 집단 간의 차이

분석에 사용한 총 390명의 응답자의 인구통계적 특성은 다음과 같다. 남성과 여성 응답자 모두 20대였으며 남성 응답자 197명의 평균 연령은 23.49세( $SD=2.66$ ), 여성 응답자 193명의 평균 연령은 21.67세였다( $SD=1.71$ ).

남녀 응답자의 체질량 지수(BMI)를 살펴본 결과 남성 응답자의 평균은 22.19( $SD=2.96$ ), 여성 응답자의 평균은 20.13( $SD$

$=2.21$ )으로 남성 응답자의 평균이 다소 높게 나타났다. 대한비만 학회와 WHO가 제시한 기준에 의한 남녀 집단 간 체질량 지수 분포에 차이가 있는지 살펴보기 위해 교차분석을 실시한 결과 (Table 1), 정상(BMI 18.5~25 미만) 집단에 속한 남학생(83.3%)이 여학생(76.1%)보다 많은 반면 저체중 집단(BMI 18.5 미만)은 여학생(20.2%)이 남학생(5.1%)보다 많았다. 그러나, 응답자의 체중에 대한 주관적 인식에 남녀 대학생 간에 차이가 있는지 살펴보기 위하여 현재 본인의 체중을 어떻게 인식하고 있는지 물어본 결과, 남학생의 25.5%가 자신을 저체중으로 인식하는 반면 여학생의 경우에는 응답자의 7.8%만이 자신을 저체중으로 인식하고 있었으며, 자신을 과체중으로 인식하는 남학생 비율이 28.5%인 반면 여학생의 비율은 36.3%였다(Table 3).

응답자의 실제 체질량 지수와 주관적 인식의 괴리가 어느 정도인지 살펴보기 위해 체질량 지수 집단 간 체중에 대한 주관적 평가에 차이가 있는지 남녀 대학생 집단을 대상으로 각각 교차 분석을 실시하였다. 분석결과(Table 3), 남학생의 경우 정상 체질량 지수 집단(BMI 18.5~25 미만) 중 22.1%가 자신을 저체중으로 인식하는 반면 여학생의 경우에는 2.0%만이 저체중으로 인식하고 있었다. 또한, 저체중 체질량 지수 집단(BMI 18.5 미만)에 속하는 여학생의 10%와 정상 체질량 지수 집단(BMI 18.5~25 미만)에 속하는 여학생의 93.4%가 자신이 다소 혹은 상당히 과체중이라고 인식하는 반면, 남학생의 경우에는 저체중 집단에 속한 응답자가 자신을 과체중이라고 인식하는 경우는 전혀 없었으며 정상 체질량 집단 남학생의 22.1%만이 다소 과체중이라고 인식하고 있었다. 즉, 실제 체질량 지수는 여학생이 남학생보다 저체중이 더 많음에도 불구하고 체중에 대한 주관적 인식은 정반대의 경향을 나타내고 있어, 남학생은 자신을 저체중으로 인식하는 비율이, 여학생은 과체중으로 인식하는 비율이 상

Table 1. Factor analysis of body consciousness

Dimensions	Items	Factor loading	Eigenvalue Variance % (Cumulative Variance %)	Cronbach's $\alpha$
Body surveillance	I think it is more important that my clothes are comfortable than whether the look good on me.	.71	2.28 20.69 (20.69)	.69
	I rarely worry about how I look to other people. <sup>†</sup>	.70		
	I think more about how my body feels than how my body looks. <sup>†</sup>	.64		
	I rarely compare how I look with how other people look. <sup>†</sup>	.64		
	During the day, I think about how I look many times.	.60		
Control belief	I think a person's weight is mostly determined by the genes they are born with. <sup>†</sup>	.79	1.90 17.24 (37.94)	.64
	The shape you are in depends mostly on your genes. <sup>†</sup>	.76		
	I think a person is pretty much stuck with the looks they are born with. <sup>†</sup>	.69		
Body shame	When I'm not exercising enough I question whether I am a good person.	.82	1.84 16.72 (54.65)	.66
	When I can't control my weight, I feel like something must be wrong with me.	.78		
	When I'm not the size I think I should be, I feel ashamed.	.63		

<sup>†</sup> denotes reverse score item

대적으로 많다고 할 수 있다. 특히, 대부분의 여학생은 정상 체중임에도 불구하고 자신을 과체중이라고 인식하는 것으로 나타나 여성의 실제 체질량 지수와 주관적 인식의 괴리가 매우 크다는 것을 확인할 수 있었다.

향후 체중과 근육량 관리 계획에 대한 응답을 분석한 결과는

다음과 같다(Table 2). 현재 체중을 유지하고자 하는 여학생 비율이 20.3%, 남학생 비율이 37.8%로 여학생이 매우 낮게 나타났다. 향후 체중 감량 계획을 가지고 있는 응답자의 비율 차이는 더욱 크게 나타나 여학생은 77.1%인 반면 남학생은 39.3%였다. 이는 실제 체질량 지수보다 자신을 과체중으로 인식하는 경

**Table 2.** Gender differences in perception of weight and muscle mass

Variables		Male		Female		Chi-square	
		n	%	n	%		
BMI	Underweight (BMI: less than 18.5)	10(25) <sup>†</sup>	5.1	39(24)	20.2	45.86***	
	Normal weight (BMI: 18.5~less than 25)	164(157)	83.3	147(154)	76.1		
	Overweight (BMI: equal to or greater than 25)	23(15)	11.7	7(23)	3.6		
	Total	197	100.0	193	100.0		
Body perception	I think	Very underweight	9(5)	4.6	1(5)	0.5	29.33***
		Somewhat underweight	41(28)	20.9	14(27)	7.3	
	I am...	Normal weight	90(100)	45.9	108(98)	56.0	
		Somewhat overweight	52(53)	26.5	53(52)	27.5	
		Very over weight	4(10)	2.0	17(11)	8.8	
	Total	196(196)	100.0	193(193)	100.0		
Body management	At present,	Lose my weight	77(114)	39.3	148(111)	77.1	65.21***
		Maintain my weight	74(57)	37.8	39(56)	20.3	
	I'm trying to...	Gain my weight	45(25)	23.0	5(24)	2.6	
		Total	196(196)	100.0	192(192)	100.0	
At present,	I'm trying to...	Lose muscle mass	0(2)	0.0	4(2)	2.1	18.83***
		Maintain muscle mass	32(47)	16.5	62(47)	32.3	
	I'm trying to...	Build muscle mass	162(145)	83.5	126(143)	65.6	
		Total	194(196)	100.0	192(192)	100.0	

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

<sup>†</sup> denotes expected frequency in parenthesis

**Table 3.** Differences between actual weight and self perception of weight

I think I am...	Underweight (BMI: less than 18.5)		Normal weight (BMI: 18.5~less than 25)		Overweight (BMI: equal to or greater than 25)		Chi-square	
	n	%	n	%	n	%		
Male	Very underweight	6(1) <sup>†</sup>	60.0	3(8)	1.8	0(1)	0.0	169.05***
	Somewhat underweight	6(2)	30.0	36(34)	22.1	2(5)	8.7	
	Normal weight	1(5)	10.0	88(75)	54.0	1(11)	4.3	
	Somewhat overweight	0(3)	0.0	36(43)	22.1	16((6)	69.6	
	Very over weight	0(0)	0.0	0(3)	0.0	4(0)	17.4	
	Total	10(10)	100.0	163(163)	100.0	23(23)	100.0	
Female	Very underweight	1(0)	2.6	0(1)	0.0	0(0)	0.5	78.16*
	Somewhat underweight	11(3)	28.2	3(11)	2.0	0(0)	7.3	
	Normal weight	23(22)	59.0	83(82)	56.5	2(4)	28.6	
	Somewhat overweight	4(11)	10.3	48(40)	32.7	1(2)	14.3	
	Very overweight	0(3)	0.0	13(13)	8.8	4(1)	57.1	
	Total	39(39)	100.0	147(147)	100.0	7(7)	100.0	

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

<sup>†</sup> denotes expected frequency in parenthesis

향이 높은 여학생 집단의 경우 실제 과제중이 아님에도 불구하고 향후 체중 감량 계획을 가지고 있는 비중이 상대적으로 높다는 것을 보여주는 것이다. 또한, 대다수의 남성(83.5%)뿐 아니라 여학생의 경우에도 응답자의 65.6%가 향후 근육량을 늘릴 계획을 가지고 있다고 하여 과거와 달리 여학생의 근육 만들기에 대한 관심이 높음을 확인할 수 있었다.

**4.3. 남녀 대학생의 객체화된 신체외식, 마른 몸과 근육 만들기에 대한 욕구 비교**

여대생의 객체화된 신체외식 수준을 살펴보기 위하여 하위요인 별 평균점수를 산출한 결과, 여대생의 객체화된 신체외식은 전반적으로 높게 나타났으며, 특히 신체수치심(M=3.86)과 통제신념(M=3.74)은 신체감시(M=3.39)보다 높게 나타났다. 남자 대학생의 경우에도 여학생과 마찬가지로 신체수치심(M=3.60)과 통제신념(M=3.96)이 신체감시(M=2.85)보다 높게 나타났으며, 특히 외모는 타고나는 것이 아니라 스스로의 노력과 통제에 의해 만들어지는 것이라는 통제신념이 매우 높은 것으로 나타났다. 남녀 대학생의 마른 몸과 근육 만들기에 대한 욕구 수준을 알아보기 위해 각각의 평균점수를 살펴본 결과(Table 4), 여대생의 마른 몸에 대한 욕구(M=4.55)는 매우 높게 나타난 반면, 근육 만들기 욕구(M=2.29)는 상대적으로 낮게 나타났다. 남자 대학생의 경우에는 반대로 근육 만들기 욕구(M=3.21)가 마른 몸에 대한 욕구(M=2.98)보다 높게 나타났다.

남녀 대학생의 객체화된 신체외식과 마른 몸과 근육 만들기 욕구에 통계적으로 유의한 차이가 있는지 검증하고자 독립표본 t-검정을 실시한 결과, 여학생의 신체감시가 남학생보다 유의하게 높게 나타난 반면 통제신념과 신체수치심은 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다. 이와 같은 결과는 객체화된 신체외식이 성별에 따라 뚜렷한 차이가 있음을 제시한 일부 선행연구 결과를 일부 지지하는 것으로(Koo & Ha, 2010; Lim, 2010), 남자 청소년의 신체수치심이 여학생보다 상대적으로 낮게 나타난 남녀 청소년이나 고등학생을 대상으로 한 선행연구 결과와 달리 본 연구의 경우 외모에 대한 관심이 높고 외모관리행동이 증가하는 연령대인 남자 대학생의 신체에 대한 수치심과 부정적 감정이 커짐으로써 여자 대학생의 객체화된 신체외식과 큰 차이가 없게 나타난 것으로 생각된다.

**4.4. 마른 몸과 근육 만들기에 대한 욕구 및 주요 변수 간 상관관계**

마른 몸에 대한 욕구와 근육 만들기 욕구 간의 상관관계를 살펴본 결과(Table 5), 남녀 대학생 모두 두 변수 간의 양적 상관관계가 유의하게 나타났다. 즉, 남성과 여성 모두 마른 몸에 대한 욕구가 높을수록 근육 만들기에 대한 욕구 또한 높다고 할 수 있으며, 이와 같은 결과는 두 변수가 상호 배타적인 욕구가 아님을 제안한 Yelland and Tiggemann(2003)의 주장을 실증적으로 밝힌 것이다. 한편, 남학생과 여학생 집단의 두 변수 간 상관관계 계수의 크기를 비교한 결과 여학생 집단의 두 변수 간

**Table 4.** Gender differences in key variables

Variables	Male (M)	Female (M)	t
Body surveillance	2.85	3.39	-5.45***
Control belief	3.96	3.74	1.69
Body shame	3.60	3.86	-1.93
Drive for thinness	2.98	4.55	-9.51***
Drive for muscularity	3.21	2.29	7.50***

\*\*\*p<.001

**Table 5.** Correlations between key variables

Variables	1	2	3	4	5
1. Drive for thinness	-	.266**	.446**	.147*	.485**
2. Drive for muscularity	.178*	-	.031	.164*	.304**
3. Body surveillance	.211**	.083	-	.038	.368**
4. Control belief	.074	.028	.024	-	.221**
5. Body shame	.416**	.329**	.135	.107	-

Correlations above the diagonal represent women; correlations below the diagonal represent men

\*p<.05, \*\*p<.01

상관관계가 남학생보다 더 강한 것으로 나타났다. 따라서, 마른 몸에 대한 욕구와 근육 만들기에 대한 욕구 간의 영향관계는 여학생의 경우 더욱 두드러진다고 할 수 있다.

객체화된 신체외식이 남녀 대학생의 마른 몸과 근육 만들기 욕구에 미치는 영향을 살펴보기 전에 마른 몸과 근육 만들기에 대한 욕구를 포함한 주요 변수들 간의 상관관계를 Pearson's correlation을 통해 살펴보았다. 분석결과, 여성의 경우 객체화된 신체외식의 세 가지 하위 차원과 마른 몸에 대한 욕구와의 상관관계는 모두 유의한 반면, 근육 만들기 욕구와 신체감시와의 상관관계는 유의하지 않은 것으로 나타났다. 남성의 경우에는 마른 몸에 대한 욕구와 신체감시, 신체수치심 간의 상관관계만이 유의했으며, 근육 만들기에 대한 욕구는 신체수치심과의 상관관계만이 유의한 것으로 나타났다. 객체화된 신체외식의 하위차원 간 상관관계를 살펴본 결과 남학생의 경우에는 남학생의 경우에는 객체화된 신체외식의 하위차원 간 상관관계가 모두 유의하지 않게 나타난 반면, 여학생의 경우에는 신체수치심과 신체감시, 신체수치심과 통제신념 간의 정적 상관관계가 유의하게 나타났다.

**4.5. 객체화된 신체외식이 마른 몸과 근육 만들기 욕구에 미치는 영향**

남녀 대학생의 객체화된 신체외식이 마른 몸과 근육 만들기에 대한 욕구를 예측하는 정도와 객체화된 신체외식의 하위 차원들이 두 욕구에 미치는 상대적 영향력을 살펴보기 위하여 다중회귀분석을 수행하였다. 남학생과 여학생 집단에 대해 각각 다중회귀분석을 실시한 결과, 두 집단 모두 객체화된 신체외식이 높을수록 마른 몸과 근육 만들기에 대한 욕구가 높은 것으로 나타났다(Table 6). 전반적인 설명력 측면에서 남학생의 경우 객체

**Table 6.** Hypotheses testing: results of regression analyses

Dependent	Group	Independent	$\beta$	$t$	$F$	Adj. $R^2$	
Drive for thinness	Male	Body surveillance	.16	2.42*	15.83***	.19	
		Control belief	-.03	-.43			
		Body shame	.39	5.97***			
	Female	Body surveillance	.31	4.85***			
		Control belief	-.06	-.91		29.84***	.31
		Body shame	.36	5.42***			
Drive for muscularity	Male	Body surveillance	.04	.57	7.89***	.10	
		Control belief	.01	.12			
		Body shame	.33	4.70***			
	Female	Body surveillance	.09	1.20			
		Control belief	.10	1.39		7.74***	.10
		Body shame	.32	4.17***			

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

화된 신체외식이 마른 몸에 대한 욕구를 예측하는 정도( $R^2=.19$ )는 여학생( $R^2=.31$ )보다 낮으나 유의한 것으로 나타난 반면, 근육 만들기에 대한 욕구를 예측하는 정도에서는 큰 차이가 없었다( $R^2_{male}=.10$ ;  $R^2_{female}=.10$ ). 따라서 남녀 대학생 모두 자신의 신체를 관찰하고 감시하여야 할 객체로 간주하며 외모를 중시하는 사회문화적 환경에서 제시하는 이상적 신체이미지를 내면화한 결과 마른 몸과 근육 만들기 욕구를 가지게 되었다고 할 수 있다. 또한, 남자 대학생의 경우 객체화된 신체외식이 마른 몸과 근육 만들기 욕구를 예측하는 정도는 비슷한 반면, 객체화된 신체외식이 높은 여자 대학생의 마른 몸에 대한 욕구가 높을 가능성은 근육 만들기 욕구보다 크다고 할 수 있다.

다음으로 객체화된 신체외식 하위차원들이 마른 몸에 대한 욕구에 미치는 상대적 영향력을 살펴본 결과, 신체감시와 신체수치심이 마른 몸에 대한 욕구에 미치는 영향은 유의한 반면 통제신념의 영향은 남학생과 여학생 모두 유의하지 않았다. 즉, 남학생과 여학생 모두 자신의 신체를 객체화하여 이상적인 미의 기준과 자신의 신체를 비교하고 평가할수록, 자신이 생각하는 이상적인 외모가 아니거나 이상적인 외모가 되기 위한 노력이 부족하다고 느끼고, 그에 따른 수치심과 죄의식을 많이 가지고 있을수록 마른 몸에 대한 욕구가 크다고 할 수 있다. 또한, 마른 몸에 대한 욕구에 미치는 신체감시( $\beta_{male}=.16$ ;  $\beta_{female}=.31$ )와 신체수치심( $\beta_{male}=.39$ ;  $\beta_{female}=.36$ )의 상대적 영향력을 살펴보기 위해 표준화된 회귀계수( $\beta$ )의 크기를 살펴본 결과, 남학생과 여학생 집단 모두 신체수치심의 영향력이 더 큰 것으로 나타났다. 객체화된 신체외식 하위차원들이 근육 만들기에 대한 욕구에 미치는 영향력을 살펴보면, 남학생과 여학생 집단 모두 신체수치심의 영향력만이 유의하게 나타나, 신체수치심은 남녀 대학생의 근육 만들기 욕구의 중요한 영향변수임을 확인할 수 있었다.

## 5. 결 론

본 연구는 객체화된 신체외식을 영향요인으로 도입하여 현대 사회의 이상적인 신체이미지를 주도하고 있는 마른 몸과 근육 만들기에 대한 남성과 여성의 욕구를 살펴봄으로써 현대 사회의 이상적인 신체이미지를 밝히고 성별에 따른 차이가 존재하는지 살펴보고자 하였다. 특히, 마른 몸과 근육 만들기에 대한 욕구가 상호배타적인 욕구가 아님을 제안하였던 서구의 선행연구들을 바탕으로 두 가지 욕구 간의 상호 영향 관계를 살펴봄으로써 여성은 마른 몸, 남성은 근육이라는 기존의 이분법적인 틀을 벗어난 새로운 패러다임을 제안하고자 하였다. 매스미디어가 마른 몸과 근육 만들기 욕구에 미치는 영향을 살펴본 최근 연구에 따르면(Pritchard & Cramblitt, 2014), 신체에 대한 사회적 이상을 제시하는 매스미디어에의 노출 증가는 마른 몸과 근육 만들기 욕구에 직접적인 영향을 미치지 못하는 반면 내면화의 매개를 통해 영향을 미치는 것으로 나타났다. 본 연구에서 마른 몸과 근육에 대한 욕구의 영향 변수로 도입된 객체화된 신체외식은 남성과 여성의 이상적인 신체이미지에 대한 사회적 영향의 차이를 설명하는 대표적인 사회심리학적 변수로, 이를 통해 마른 몸과 근육 만들기와 같은 신체관리행동에 대한 실증적 현상을 파악하는 것은 의미가 있을 것으로 기대한다. 본 연구결과를 요약하면 다음과 같다.

첫째, 남녀 대학생의 실제 체질량 지수와 주관적 인식의 괴리가 어느 정도인지 살펴본 결과, 실제 체질량 지수는 여학생이 남학생보다 저체중이 더 많음에도 불구하고 체중에 대한 주관적 인식은 정반대의 경향을 나타내고 있어, 남학생은 자신을 저체중으로 인식하는 비율이, 여학생은 과체중으로 인식하는 비율이 상대적으로 많다고 할 수 있다. 특히, 대부분의 여학생은 정상 체중임에도 불구하고 자신을 과체중이라고 인식하고 있는 것으로 나타나, 한국 여대생이 자기자신을 실제보다 비만체형으로 왜

곡하여 지각하는 경향이 크다고 한 Lee and Kim(2011)의 연구와 마찬가지로 여성의 실제 체질량 지수와 주관적 인식의 괴리가 매우 크다는 것을 확인할 수 있었다. 이와 같은 신체왜곡은 사회적으로 바람직하다고 여겨지는 이상적인 신체와의 차이를 감소하고자 하는 신체관리행동을 유발하는 것으로 나타났는데, 기존 선행연구들이 남성은 체중감량과 함께 근육도 늘리고자 한 반면 여성의 경우에는 체중감량 의도는 높지만 근육증량 의도는 낮다(Frederick et al., 2007; Jones & Crawford, 2005)고 했던 것과는 달리, 본 연구결과에서는 여성의 근육증량 의도 또한 매우 높게 나타나 여성의 이상적인 신체에 대한 사회적 인식이 달라졌음을 확인할 수 있었다.

둘째, 많은 선행연구 결과와 유사하게 마른 몸에 대한 욕구는 여학생이, 근육에 대한 욕구는 남학생이 유의하게 높게 나타났으며, 남자 대학생의 마른 몸과 근육에 대한 욕구 수준이 비슷하였다. 그러나, 마른 몸에 대한 욕구와 근육 만들기 욕구 간의 상관관계를 살펴본 결과 남녀 대학생 모두 두 변수 간의 양적 상관관계가 유의하게 나타나, 남성과 여성 모두 마른 몸에 대한 욕구가 높을수록 근육 만들기 욕구 또한 높다고 할 수 있다. 이와 같은 결과는 두 변수가 상호 배타적인 욕구가 아님을 제안한 선행연구들의 주장을 실증적으로 밝힌 것이며(Hildebrandt et al., 2006; Yelland & Tiggemann, 2003), 과도한 운동이 폭식증이나 거식증과 같은 섭식장애에 대한 보상심리로 인해 발생하는 전조 증상으로 관련성이 높다고 한 선행연구(Davis et al., 2005) 결과들과 맥을 같이한다. Pritchard and Cramblitt(2014)의 연구에서는 남성의 미디어 신체이미지 내면화 정도와 근육 만들기 욕구와의 상관관계는 유의한 반면 마른 몸에 대한 욕구와의 상관관계는 유의하지 않게 나타났으며, 마른 몸에 대한 욕구와 근육 만들기 욕구 간의 상관관계는 여성의 경우만 유의하게 나타났다. 그러나 본 연구 결과에서는 여성뿐 아니라 남자 대학생 집단에서도 마른 몸과 근육 만들기에 대한 욕구 간의 상관관계가 유의하게 나타났는데, 이는 여성뿐만 아니라 점차 많은 남성들이 몸무게를 줄여 마르고 날씬한 몸을 갖기 원하는 최근의 사회적 변화를 반영하는 것으로, 여성뿐 아니라 남성의 경우에도 마른 몸과 탄탄한 근육이라는 완벽한 몸에 대한 사회적 압력이 점차 커지고 있음을 반영하는 것으로 판단된다.

셋째, 한국의 남녀 대학생 모두 객체화된 신체의식이 높을수록 마른 몸과 근육 만들기에 대한 욕구가 높은 것으로 나타났다. 남녀 대학생 모두 자신의 신체를 관찰하고 감시하여야 할 객체로 간주하며 외모를 중시하는 사회문화적 환경에서 제시하는 이상적 신체이미지를 내면화하여 자신의 신체에 대한 부정적인 감정을 경험한 결과 마른 몸과 근육 만들기 욕구를 가지게 되었다고 할 수 있다. 또한, 전반적인 설명력 측면에서 객체화된 신체의식이 근육 만들기에 대한 욕구를 예측하는 정도를 살펴본 결과 남녀 대학생 집단 간 큰 차이가 없었다. 따라서 남성뿐 아니라 여성의 경우에도 사회적으로 제시된 이상적 신체이미지로서의 근육 만들기가 내면화되고 있으며, 근육 만들기가 더 이상 남성의 전유물이 아니라고 인식하는 외모에 대한 사회적 태도의

변화를 확인할 수 있었다. 이는 남녀의 차이보다는 성역할 인식의 차이에 따라 남성과 여성의 마른 몸과 근육 만들기에 대한 욕구가 달라질 수 있다고 한 Magallares(2016)의 주장을 지지하는 결과로, 현대 사회에서 이상적인 신체이미지에 미치는 사회문화적 영향력은 남녀의 차이보다는 개인의 특성 차이에 따라 달라질 수 있음을 시사하는 것이다.

넷째, 남녀 대학생 집단 모두 신체수치심이 매우 높았으며 마른 몸과 근육 만들기에 대한 욕구에 미치는 신체수치심의 상대적 영향력이 가장 크게 나타났다. 또한, 신체수치심은 근육 만들기 욕구를 예측하는 유일한 객체화된 신체의식 하위요인으로 나타나 남성과 여성의 마른 몸과 근육 만들기에 대한 욕구를 유발하는 가장 중요한 사회심리적인 변인이 신체수치심임을 알 수 있다. 이와 같은 결과는 마른 몸에 대한 욕구에 미치는 신체수치심의 영향력이 가장 크다는 선행연구 결과들(Jeon & Chung, 2011) 일부 지지하는 것으로, Jeon and Yoo(2011)의 연구에서도 객체화된 신체의식 하위차원 중 신체감시성이 의복선택에, 신체수치심은 체형과 체중관리에 미치는 영향이 상대적으로 크다고 하였다. Brunet et al.(2010)의 연구결과 또한 다른 사람들이 자신의 신체를 부정적으로 평가할 것이라고 느끼는 신체수치심과 유사한 신체 근심이 높을수록 남녀 청소년의 마른 몸과 근육 만들기에 대한 욕구가 높아진다고 하여 본 연구결과와 맥을 같이 한다.

다섯째, 남녀 대학생의 객체화된 신체의식 하위차원들의 평균 점수를 비교한 결과 남학생과 비교하여 여학생의 경우 신체감시의 정도가 유의하게 높은 것으로 나타났으며, 회귀분석 결과에서도 신체감시가 마른 몸에 대한 욕구에 미치는 영향력이 여자 대학생 집단에서 상대적으로 크게 나타났다. 이와 같은 결과는 중국 여성을 대상으로 신체감시의 섭식장애에 대한 예측력이 가장 크다고 한 Jackson et al.(2015)의 연구결과를 지지하는 것으로, 남성보다 특히 여성의 섭식장애행동과 관련성이 높다고 하였다. 본 연구결과에서 여학생의 경우 자신의 현재 몸무게가 표준 몸무게임에도 불구하고 대부분 자신이 과체중이라고 인식하고 있을 정도로 여성의 실제 체질량 지수와 주관적 인식의 괴리가 매우 크며 그 결과 몸무게를 더욱 줄이고자 하는 비율이 매우 높게 나타났다. 또한, 객체화된 신체의식이 마른 몸에 대한 욕구를 예측하는 정도를 남녀 대학생 집단 별로 살펴본 결과, 두 집단 모두 유의한 반면 여학생 집단의 설명력이 훨씬 더 높게 나타났다. 이와 같은 본 연구결과를 고려할 때, 남성의 신체에 대한 관심이 증가하고 외모관리에 대한 사회적 요구가 증가하고 있음에도 불구하고 여성의 이상적 신체에 대한 기준이 더욱 높으며, 이에 따라 타인의 시선을 의식하고 신체를 대상화하는 사회적 압력을 느끼는 심리적 부담에 대한 노출 정도는 아직은 여성의 경우가 더 크다고 할 수 있다.

여섯째, 마른 몸에 대한 욕구에 매우 큰 영향을 미치는 신체감시가 근육 만들기 욕구에 미치는 영향력은 유의하지 않은 것으로 나타나 마른 몸에 대한 욕구와 근육 만들기 욕구에 미치는 객체화된 신체의식의 세 가지 하위 요인이 차별적 영향력을 가

지고 있음을 알 수 있다. 선행연구에 따르면 미국의 남녀 대학생 대상자로 마른 몸과 근육 만들기 욕구에 미치는 미디어의 영향을 살펴본 Pritchard and Cramblitt(2014)의 연구에서 마른 몸에 대한 욕구에 미치는 사회적 압력의 영향력은 유의한 반면 근육 만들기 욕구와 사회적 압력 간의 유의한 영향관계가 없는 것으로 나타났는데, 이 점에 주목할 필요가 있다. 즉, 남성과 여성 모두 점차 근육 만들기 욕구가 증가함에도 불구하고 마른 몸에 대한 욕구와 관련된 사회적 압력의 영향이 상대적으로 크고 이와 같은 현상은 타인의 시선으로 자신의 신체를 바라보고 끊임없이 비교하는 신체감시와 깊은 연관성을 가지는 것으로 보인다.

마지막으로, 객체화된 신체의식 하위차원 중 신체감시와 신체 수치심이 마른 몸에 대한 욕구나 근육 만들기 욕구에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타난 반면, 통제신념은 두 가지 욕구에 미치는 영향이 남녀 대학생 집단에서 모두 유의하지 않았다. 이와 같은 결과는 신체수치심과 신체감시는 여성의 체중관리행동이나 외모관리행동에 영향을 미쳤으나 통제신념은 영향을 미치지 않는다고 한 선행연구 결과들을(Jeon & Chung, 2011; Lim, 2010) 지지하는 것이다. 레저 스포츠 참여 여대생의 객체화된 신체의식을 살펴본 연구에서도(Jeong et al., 2016) 신체감시와 신체수치심은 외모존중감과 신체존중감에 영향을 미치는 반면 통제신념이 외모존중감에 미치는 영향력은 유의하지 않아 그 영향력이 일관되지 않게 나타났다. 특히, 본 연구에서 객체화된 신체의식의 세 가지 하위차원 간 상관관계를 분석한 결과에서도 통제신념과 나머지 두 가지 하위차원들 간의 상관관계가 낮거나 유의하지 않게 나타났는데, 이는 통제신념이 신체수치심과 신체감시 성과는 다른 개념으로서 신체관리행동에 영향을 주는 동기적 효능감이라고 설명한 선행연구 결과와 같은 맥락으로 볼 수 있다(Gim et al., 2007). 따라서 신체수치심과 신체감시는 개인의 외부에 통제 소재(locus of control)가 존재하는 반면 통제신념의 경우 개인 내부의 통제신념을 측정하므로 외모에 대한 사회문화적인 압력의 결과라고 할 수 있는 이상적 신체에 대한 욕구에 미치는 영향력에 차이가 있는 것으로 판단된다.

본 연구는 현대 사회의 이상적인 신체이미지를 주도하고 있는 마른 몸과 근육에 대한 욕구의 영향변인으로 객체화된 신체의식을 도입하여 남성과 여성의 이상적인 신체이미지에 대한 사회적 변화를 고찰하고자 하였으며, 이를 통해 마른 몸과 근육 만들기가 여성과 남성 각각의 이상이 아닌 공통적으로 추구하는 현대 사회의 이상적 신체이미지로 받아들여지고 있다는 것을 실증적으로 밝혔는데 의의가 있다. 또한, 이와 같은 결과는 마케팅 전략의 측면에서도 여성의 마른 몸을 가장 이상적인 신체로 제시해온 광고나 이러한 여성의 미에 근거한 기준의 브랜드 이미지 전략 등에 변화가 필요함을 시사한다. 그러나, 본 연구는 편의표집에 의해 일부 대도시의 남녀 대학생을 대상으로 진행되었으므로 연구결과를 일반화하기에는 한계가 있다. 현대 사회의 마르고자 하는 욕구는 젊음과 날씬함이 깊은 연관성을 가지고 있다고 생각하는 즉, 나이가 들수록 체중이 증가할 수밖에 없다

는 사실에 근거한 서양의 사고방식에서 비롯된 것으로(Smith et al., 2011), 서양의 미의 기준을 따르고 있는 한국 또한 이와 같은 인식이 사회 전반에 퍼져감에 따라 마른 몸과 근육 만들기에 대한 욕구는 젊은 사람들만의 것이라고 할 수 없다. 따라서, 후속 연구에서는 대학생뿐 아니라 보다 다양한 연령의 성인 남녀를 대상으로 성별에 따른 차이 이외에 젊음에 대한 인식 및 욕구 등 사회문화적 현상을 바라보는 개인적 인식 특성에 따라 객체화된 신체의식이나 마른 몸과 근육 만들기 욕구와의 관련성이 어떻게 달라지는지를 살펴봄으로써 현 시대의 이상적인 신체이미지에 미치는 사회심리적인 영향요인들을 보다 심층적으로 이해할 수 있을 것이다.

## 감사의 글

이 논문은 2018학년도 배재대학교 교내학술연구비 지원에 의하여 수행된 것임.

## References

- Ambwani, S., & Chemielewski, J. F. (2013). Weighing the evidence: Social desirability, eating disorder symptomatology, and accuracy of self-reported body weight among men and women. *Sex Roles, 68*(7-8), 474-483. doi:10.1007/s11199-012-0244-1
- An, N. Y. (2007). *The effects of sociocultural attitudes toward appearance and objectified body consciousness on appearance-management behaviors*. Unpublished master's thesis, Chonnam National University, Gwangju.
- Bergstrom, R. L., Neighbors, C., & Lewis, M. A. (2004). Do men find "bony" women attractive?: Consequences of misperceiving opposite sex perceptions of attractive body image. *Body Image, 1*(2), 183-191. doi:10.1016/S1740-1445(03)00025-1
- Brunet, J., Sabiston, C. M., Dorsch, K. D., & McCreary, D. R. (2010). Exploring a model linking social physique anxiety, drive for muscularity, drive for thinness and self-esteem among adolescent boys and girls. *Body Image, 7*(2), 137-142. doi:10.1016/j.bodyim.2009.11.004
- Calogero, R. M., Davis, W. N., & Thomson, J. K. (2005). The role of self-objectification in the experience of women with eating disorders. *Sex Roles, 52*(1-2), 43-50. doi:10.1007/s11199-005-1192-9
- Chen, E. Y. (2015). Relationship among sociocultural attitudes toward appearance, body esteem and sport behavior regulation of the women participants in sports for all. *Journal of Korean Association of Physical Education and Sport for Girls and Women, 29*(2), 193-208.
- Choi, P. Y. L. (2000). *Femininity and the physically active woman*. Hoboken: Routledge.
- Davis, C., Karvinen, K., & McCreary, D. R. (2005). Personality correlates of a drive for muscularity in young men. *Personality and Individual Differences, 39*(2), 349-359. doi:10.1016/j.paid.2005.01.013
- Demarest, J., & Allen, R. (2000). Body image: Gender, ethnic, and age differences. *The Journal of Social Psychology, 140*(4), 465-472. doi:10.1080/00224540009600485
- Eyal, K., & Te'eni-Harari, T. (2013). Explaining the relationship

- between media exposure and early adolescents' body image perceptions: The role of favorite characters. *Journal of Media Psychology*, 25(3), 129-141. doi:10.1027/1864-1105/a000094
- Flament, M. F., Hill, E. M., Buchholz, A., Henderson, K., Tasca, G. A., & Goldfiled, G. (2012). Internalization of the thin and muscular body ideal and disordered eating in adolescence: The mediation effects of body esteem. *Body Image*, 9(1), 68-75. doi:10.1016/j.bodyim.2011.07.007
- Frederick, D. A., Buchanan, G. M., Sadehgi-Azar, L., Peplau, L. A., Haselton, M. G., Berezovskaya, A., & Lipinski, R. E. (2007). Desiring the muscular ideal: Men's body satisfaction in the United States, Ukraine, and Ghana. *Psychology of Men & Masculinity*, 8(2), 103-117. doi:10.1037/1524-9220.8.2.103
- Fredrickson, B. L., & Roberts, T. A. (1997). Objectification theory: Toward understanding women's lived experiences and mental health risks. *Psychology of Women Quarterly*, 21(2), 173-206. doi:10.1111/j.1471-6402.1997.tb00108.x
- Garner, D. M., Olmsted, M. P., & Polivy, J. (1983). Development and validation of multidimensional eating disorder inventory for anorexia nervosa and bulimia. *International Journal of Eating Disorders*, 2(2), 15-34. doi:10.1002/1098-108X(198321)2:2<15::AID-EAT2260020203>3.0.CO;2-6
- Gim W. S., Ryu, Y. J., & Park, E. A. (2007). The Korean version of objectified body consciousness scales(K-OBCS): Development and validation. *Koran Journal of Psychology*, 26(2), 329-349.
- Grossbard, J. R., Neighbors, C., & Larimer, M. E. (2011). Perceived norms for thinness and muscularity among college students: What do men and women really want?. *Eating Behaviors*, 12(3), 192-199. doi:10.1016/j.eatbeh.2011.04.005
- Hair Jr., J. F., Black, W. C., Babin, B. J., & Anderson, R. E. (2010). *Multivariate data analysis*. (7th Eds.). Upper Saddle River, NY: Pearson Education.
- Hildebrandt, T., Schlundt, D., Langenbucher, J., & Chung, T. (2006). Presence of muscle dysmorphia symptoms among male weightlifters. *Comprehensive Psychiatry*, 47(2), 127-135. doi:10.1016/j.comppsy.2005.06.001
- Holland, G., & Tiggemann, M. (2017). "Strong beats skinny every time": Disordered eating and compulsive exercise in women who post fitspiration on Instagram. *International Journal of Eating Disorders*, 50(1), 76-79. doi:10.1002/eat.22559
- Hong, K. H. (2011). A study on the variables influencing female college students' body shame and appearance change intention: Comparison of Korea, China and Germany. *Fashion & Textile Research Journal*, 13(4), 2011, 523-530. doi:10.5805/KSCI.2011.13.4.523
- Jackson, T., Zheng, P., & Chen, H. (2015). Features of objectified body consciousness and sociocultural perspectives as predictors of eating and body image disturbances among young women and men in China. *Journal of Gender Studies*, 25(5), 599-612. doi:10.1080/09589236.2015.1073144
- Jeon, H. J., & Chung, M. S. (2011). The influences of objectified body consciousness and body esteem on weight and hair management behavior. *The Research Journal of the Costume Culture*, 19(6), 1272-1287.
- Jeon, J. H., & Yoo, T. S. (2011). Directional relationship of public self-consciousness and sociocultural attitudes toward appearance and objectified body consciousness on image management behavior. *Journal of the Korean Society of Clothing and Textiles*, 35(11), 1333-1345. doi:10.5850/JKSC.2011.35.11.1333
- Jeong, Y. H., Lee, J. H., & Nam, J. H. (2016). The relationship among objectified body consciousness, participation motivation and body esteem of female university students participating in leisure sports. *The Korean Journal of Sport*, 14(4), 489-503.
- Jones, D. C., & Crawford, J. K. (2005). Adolescent boys and body image: Weight and muscularity concerns as dual pathways to body dissatisfaction. *Journal of Youth and Adolescence*, 3(6), 629-636. doi:10.1007/s10964-005-8951-3
- Juarez, L., Soto, E., & Pritchard, M. (2012). Drive for muscularity and drive for thinness: The impact of pro-anorexia websites. *Eating Disorders*, 20(2), 99-112. doi:10.1080/10640266.2012.653944
- Kelley, C. C. G., Neufeld, J. M., & Musher-Eizenman, D. R. (2010). Drive for thinness and drive for muscularity: opposite ends of the continuum or separate construct?. *Body Image*, 7(1), 74-77. doi:10.1016/j.bodyim.2009.09.008
- Koo, J. Y., & Ha, E. H. (2010). Validation study of the Korean version of objectified body consciousness scale for youth. *Korean Journal of Play Therapy*, 13(3), 131-158.
- Lee, M. S. (2014). The effects of sociocultural attitude toward appearance and objectified body consciousness on male consumer' appearance management behavior. *Journal of the Korea Fashion & Costume Design Association*, 16(4), 63-73.
- Lee, M. S. (2017). The effects of media exposure and involvement of female university students on objectified body consciousness and appearance management behaviors. *Journal of the Korea Fashion & Costume Design Association*, 19(4), 59-73.
- Lee, J. Y., & Kim, J. D. (2011). A study on weight control behavior, body attitude, and obesity stress of a women's university students. *Journal of the Korean Society of Cosmetology*, 17(3), 461-467.
- Lee, S. H., & Kim, S. H. (2013). 체형인식과 체중감량시도에 대한 남녀 차이 연구[Gender difference in body perception and weight loss behavior]. *The Korean Sociological Association Research Journal*, 12, 261-274. <http://www.dbpia.co.kr/Article/NODE02369627>
- Leit, R. A., Gray, J. J., & Pope Jr, H. G. (2002). The media's representation of the ideal male body: A cause for muscle dysmorphia?. *International Journal of Eating Disorders*, 31(3), 334-338.
- Levitt, D. (2004). Drive for thinness and fear of fat among college women: Implications for practice and assessment. *Journal of College Counseling*, 7(2), 109-117. doi:10.1002/j.2161-1882.2004.tb00242.x
- Lim, B. H. (2010). *The effects of adolescents' socio-cultural attitude toward appearance and objectified body consciousness on appearance management behavior*. Unpublished master's thesis, Daegu University, Daegu.
- Lim, I. S. (2005). Men' acceptance level of body-management and their appearance anxiety. *Korean Journal of Sociology*, 39(6), 87-118.
- Long, B. C., & Stabel, R. V. (1995). Effects of exercise training on anxiety: A meta-analysis. *Journal of Applied Sport Psychology*, 7(2), 167-189. doi:10.1080/10413209508406963
- Magallares, A. (2016). Drive for thinness and pursuit of muscularity: the role of gender ideologies. *Universitas Psychologica*, 15(2), 353-360. doi:10.11144/Javeriana.upsy15-2.dtpm
- McCabe, M., & Ricciardelli, L. (2001). Parent, peer and media influences on body image and strategies to both increase and decrease body size among adolescent boys and girls. *Adolescence*, 36(142), 225-240.
- McCreary, D. R., & Sasse, D. K. (2000). An exploration of the drive

- for muscularity in adolescent boys and girls. *Journal of College Health*, 48(6), 297-304. doi:10.1080/07448480009596271
- McKinley, N. M., & Hyde, J. S. (1996). The objectified body consciousness scale: Development and validation. *Psychology of Women Quarterly*, 20(2), 181-215.
- McCreary, D. R. (2007). The drive for muscularity scale: Description, psychometrics, and research findings. In J. K. Thompson & G. Cafri (Eds.), *The muscular ideal: Psychological, social, and medical perspectives* (pp. 87-106). Washington, DC: American Psychological Association.
- Morry, M. M., & Staska, S. L. (2001). Magazine exposure: Internalization, self-objectification, eating disorders, and body satisfaction in male and female university students. *Canadian Journal of Behavioral Science*, 33(4), 269-279.
- Mumen, S. K., Smolak, L., Mills, J. A., & Good, L. (2003). Thin, sexy women and strong, muscular men: Grade-school children's responses to objectified images of women and men. *Sex Roles*, 49(9-10), 427-437. doi:10.1023/A:1025868320206
- Murray, S. B., Rieger, E., Touyz, S. W., & De la Graza, G. Y. (2010). Muscle dysmorphia and the DSM-V conundrum: Where does it belong? A review paper. *International Journal of Eating Disorders*, 43(6), 483-491. doi:10.1002/eat.20828
- Neighbors, L. A., & Sobal, J. (2007). Prevalence and magnitude of body weight and shape dissatisfaction among university students. *Eating Behaviors*, 8(4), 429-439. doi:10.1016/j.eatbeh.2007.03.003
- Oh, K. R., & Jeon, J. S. (2014). An analysis of the structural relationship among the dancer's OBCS, body-esteem, self-esteem, and PANAS. *Korean Journal of Sports Science*, 23(3), 533-542.
- Park, H. W., & Chung, M. S. (2011). The influence of appearance concern and body satisfaction on the appearance management behavior of male college students. *The Research Journal of the Costume Culture*, 19(5), 1119-1132.
- Park, J. Y., & Cheon, H. J. (2017). Contradicting muscle: The experiences of muscle making among young women. *Media, Gender & Culture*, 32(3), 47-85.
- Pritchard, M., & Cramblitt, B. (2014). Media influence on drive for thinness and drive for muscularity. *Sex Roles*, 71(5-8), 208-218. doi:10.1007/s11199-014-0397-1
- Rogers, R. F., Ganchou, C., Franko, D. L., & Chabrol, H. (2012). Drive for muscularity and disordered eating among French adolescent boys: A sociocultural model. *Body Image*, 9(3), 318-323. doi:10.1016/j.bodyim.2012.03.002
- Slater, A., & Tiggemann, M. (2014). Media matters for boys too! The role of specific magazine types and television programs in the drive for thinness and muscularity in adolescent boys. *Eating Behaviors*, 15(4), 679-682. doi:10.1016/j.eatbeh.2014.10.002
- Smith, A., Hawkeswood, S., Bodell, L. P., & Joiner, T. E. (2011). Muscularity versus leanness: An examination of body ideals and predictors of disordered eating in heterosexual and gay college students. *Body Image*, 8(3), 232-236. doi:10.1016/j.bodyim.2011.03.005
- Smolak, L., Levine, M. P., & Thompson, J. K. (2001). The use of the sociocultural attitudes towards appearance questionnaire with middle school boys and girls. *International Journal of Eating Disorders*, 29(2), 216-223. doi:10.1002/1098-108X(200103)29:2<216::AID-EAT1011>3.0.CO;2-V
- Stanford, J. N., & McCabe, M. P. (2005). Sociocultural influences on adolescent boys' body image and body change strategies. *Body Image*, 2(2), 105-113. doi:10.1016/j.bodyim.2005.03.002
- Strelan, P., & Hargreaves, D. (2005). Reasons for exercise and body esteem: Men responses to self-objectification. *Sex Roles*, 53(7-8), 95-503. doi:10.1007/s11199-005-7137-5
- Tiggemann, M., & Zaccardo, M. (2015). Exercise to be fit, not skinny: The effect of fitspiration imagery on women's body image. *Body Image*, 15, 61-67. doi:10.1016/j.bodyim.2015.06.003
- Thompson, J. K., Heinberg, L. J., Altabe, M., & Tantleff-Dunn, S. (1999). *Exacting beauty: Theory, assessment, and treatment of body image disturbance*. Washington, DC: American Psychological Association. doi:10.1037/10312-000
- 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.
- Wharton, C. M., Adams, T., & Hampl, J. S. (2008). Weight loss practices and body weight perceptions among US college students. *Journal of American College Health*, 56(5), 579-584. doi:10.3200/JACH.56.5.579-584
- Yelland, C., & Tiggemann, M. (2003). Muscularity and the gay ideal: Body dissatisfaction and disordered eating in homosexual men. *Eating Behaviors*, 4(2), 107-116. doi:10.1016/S1471-0153(03)00014-X

(Received 19 October, 2018; 1st Revised 15 November, 2018;  
2nd Revised 16 November, 2018; Accepted 30 November, 2018)