

## BMI, 의복치수, 자아존중감과 우울이 신체관리에 미치는 영향

전대근<sup>1)</sup> · 박성미 · 박순지<sup>†</sup>

<sup>1)</sup>안동대학교 의류학과  
영남대학교 의류패션학과

### Effects of BMI, Fitting size, Self-esteem, and Depression on the Body Management

Daegeun Jun<sup>1)</sup>, Sungmi Park, and Soonjee Park<sup>†</sup>

<sup>1)</sup>Dept. of Clothing & Textiles, Andong National University; Andong, Korea  
Dept. of Clothing and Fashion, Yeungnam University; Gyeongsan, Korea

**Abstract :** This research aimed to figure out the effects of physical features such as BMI, garment size and socio-psychological factors such as self-esteem and depression on the body management. A survey was conducted for women in their 40's and 50's. The participants in this study consisted of 197 women recruited in Daegu and the surrounding areas. Statistical analysis including factor analysis, ANOVA, cluster analysis and regression was done using SPSS 23.0 to analyze the results. Among 3 clusters divided by BMI, normal group showed higher body cathexis compared with overweight group and obesity group. S-size group showed higher body cathexis rather than M, L-size groups. L-size group showed higher scores in nonsurgical body management factor. Self-esteem(+)/depression(-) group showed highest body cathexis among 4 groups clustered by self-esteem and depression levels. On the other hand, self-esteem(-)/depression(+) group showed the lowest body cathexis and highest surgical body management and nonsurgical body management factors. This result meant that the lower in self-esteem and the higher in depression, body cathexis decreased and desire for body management increased. As the results of analysis of the effects of BMI, garment size, self-esteem, depression level on body management, depression was a significant factor on surgical body management; depression and garment size were critical factors on nonsurgical body management.

**Key words :** BMI (체질량지수), garment size (의복치수), self-esteem (자아존중감), depression (우울), body management (신체관리)

## 1. 서 론

우리나라의 경제발전과 사회문화적 수준향상 속에서 여성들은 보다 적극적으로 사회생활을 하게 되었다. 여성의 활발한 경제활동과 사회참여 등을 통해 여성의 삶은 개선되고 여성의 지위는 크게 향상된 것으로 여겨진다. 그러나 긍정적인 변화의 이면에 가려진 중년여성의 삶은 숫자로 나타난 현실과 크게 차이난다. 일반적으로 중년기는 가정이나 사회에서 중추적인 역할을 수행하는 시기인 동시에 신체적, 사회적, 심리적으로 많은 변화와 문제를 안고 있는 시기이다(Kim & Yoon, 1993; Park

& Kim, 2012). 또한 여성들이 중년기에 이르러 지금까지 외부로 향했던 관심의 영역이 내부로 향하게 되면서 자신의 실존에 대한 의미를 성찰하고 여기서 공허감이 생기기 심리적, 정서적 혼란, 절망감, 무력감 등이 수반되는 정체성의 위기를 맞게 된다(Hwang, 2013). 즉, 지금의 한국 중년여성은 긴장 수준이 높으나 보상이 적은 전통적인 역할로부터의 위기와 변화된 시대의 기회와 불안을 동시에 느끼고 있으며, Huh(2016)는 이러한 중년여성의 상황을 다음과 같이 규정하였다. 오늘의 중년여성은 신체적 변화와 더불어 가정 내에서 역할 변화를 통해 가족 위주의 사고와 생활에서 벗어나서 자신에 대한 관심을 높이고 스스로 자존감을 되찾는 인지적 변화를 겪고 있다. 이전 세대의 중년들과 다르게 고학력에 기반한 사회활동과 경제활동을 통해서 보다 활발하고 적극적인 소비생활을 하고 있으며, 패션 시장에서 주요한 소비자 군으로 주목해야 할 대상으로 부상하고 있다. 본 연구에서는 우리나라의 40-50대 여성이 경험하는 특수한 상황을 고려하여 중년여성을 연구대상으로 주목하였고, 대상의 심리적, 신체적 특성을 통해 구체적인 연구주제를 검토하였다.

<sup>†</sup>Corresponding author; Soonjee Park

Tel. +82-53-810-2795, Fax. +82-53-810-1467

E-mail: spark@yu.ac.kr

© 2017 (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.

그 동안 중년여성을 대상으로 한 다양한 분야의 연구들은 중년여성의 정체성 위기나 우울과 같은 부정적 감정을 핵심적인 주제로 삼았다. 의류학 분야에서는 중년여성의 신체, 자기정체성, 의복행동 등과 관련된 논제를 통해 주로 접근했다. 그러나 많은 연구가 개괄적으로 중년여성을 연구대상으로 다뤘을 뿐 중년기에 겪게 되는 신체적·정신적 변화와 이로 인해 발생하는 자아에 대한 정체성의 혼란 등을 고려하지 않고 있다고 하였다(Lee et al., 2016). 따라서 본 연구에서는 중년여성의 심리적, 신체적 특성을 연구에 반영하고자 중년여성이 겪는 대표적인 부정적 감정인 우울에 주목하였다. 한편으로 중년여성의 정체성 변화와 위기 등을 고려할 때, 자기 자신을 호의적으로 생각하는 감정인 자아존중감을 중요한 긍정적 감정으로 보았다. 이렇게 상반된 두 감정을 통해 중년여성의 심리가 행동에 미치는 영향을 복합적으로 확인할 수 있다고 판단하였다. 따라서 중년여성의 정신적 변화를 우울과 자아존중감으로, 신체적 변화는 BMI, 의복치수, 신체만족도 등의 변수를 통해서 측정하였다. 또한 이러한 변수들이 영향을 미치는 구체화된 행동 변수로는 신체에 대한 반응행동이라고 할 수 있는 신체관리를 선정하였다. 신체관리는 건강의 관점에서 중요하게 다루어져 왔으나 근래에는 인체의 아름다움과 같은 미적 측면, 긍정적 자기관리나 자긍심 향상과 같은 심리적 측면에서도 의미있는 활동으로 평가된다. 특히 최근 전 세대에 걸쳐 젊음에 대한 가치가 증대되면서 중년여성들도 건강하고 젊어보이고자 하는 욕구가 늘고 자신의 신체이미지를 긍정적으로 변화시키는데 적극적인 태도를 보이고 있다(Huh, 2016)는 동시대적 흐름을 고려할 때, 의복행동에 선행하는 변수로 신체관리행동을 살펴보는 것은 중요하다. 그 동안에 중년여성을 대상으로 진행된 여러 연구에서 외모관리라는 틀에서 신체를 한 부분으로 다루었다. 그러나 신체에 대한 중년여성의 급격한 의식 변화를 반영하여 신체와 관련된 행동을 논의하지는 못했다. 따라서 본 연구에서는 중년여성의 신체관리에 미치는 영향을 확인하기 위하여 이들이 쉽게 경험할 수 있는 긍정적 감정인 자아존중감과 부정적 감정인 우울을 심리적 특성으로 함께 다루었고, 신체와 직접적으로 관련된 변수 가운데 BMI와 의복치수를 포함하여 종합적인 연구를 수행하였다는 의의가 있다. 저출산, 고령화라는 대한민국의 현실에서 향후 중년여성의 역할과 의미는 더 커질 것이므로 중년여성의 신체관리에 미치는 영향 요인의 확인을 통해 의복행동을 포함한 다양한 소비자 행동과 신체와 관련된 여러 제품의 기획, 설계 등에 시사점을 제공하는데 본 연구의 목적이 있다.

## 2. 이론적 배경

### 2.1. 자아존중감과 우울

자아존중감은 자신의 특성을 긍정적이나 부정적으로 평가하는 요소로서 자신을 좋아하는 정도를 의미한다(Jung & Chu, 2011). 자아개념이 인지적 측면에서 자기 존재에 대한 지각을

뜻하는 반면 자아존중감은 감정적 측면으로 자기 자신에 대한 긍정적, 부정적 견해를 말한다(Lee, 2011). 이처럼 자아존중감은 심리적이자 감정적인 실체로 볼 수 있고, Lee(1992)는 자아존중감을 자신에게 가치를 부여하고 사람들의 사랑과 인정을 받고 싶어 하며, 남보다 우월하기를 바라고 자신을 사랑하는 심리적 상태라고 정의하였다. 이처럼 자아존중감은 개인이 가질 수 있는 적응력의 한 요인으로 자신의 장점과 단점에 대하여 우월감이나 열등감을 갖지 않고, 사실 그대로를 실제적으로 인지하고, 독립적이며 기능적으로 행동하게 한다(Mandleco & Peery, 2000). 따라서 자아정체감이 취약한 중년여성은 자아정체감이 확립된 여성에 비해 신체 연령을 더 높게 느끼고, 소극적인 의복이미지를 추구한다고 하였다(Choi, 2010). 한편, 우울은 스트레스 적응과정에서 자신에 대한 부정적 차원을 부각하여 인식한 결과를 의미하고, 개인의 신체적, 심리적, 정서적 요인에 의해 근심, 무기력, 무가치함 등을 나타내는 정서장애라고 할 수 있다(Hwang, 2013).

긍정적 심리변수인 자아존중감은 부정적 심리변수인 우울과 함께 연구되는 사례가 많다. 기혼여성의 경우 자아존중감이 낮을수록 우울해지고, 자아존중감이 높을수록 우울이 낮아져 정적 상관이 있다는 결과는 흔하게 제시된다(Kim, 2006). 자아존중감은 인간의 내재적 특성으로 일상생활에서 발생하는 다양한 감정을 여과시켜 행동에 이르게 한다. Kessler et al.(1988)에 따르면 자아존중감이 낮을수록 불안, 우울, 신체화 증상 등을 더 경험한다고 하였고, Brown and Mankowski(1993)는 부정적 스트레스가 발생하면 자아존중감이 낮은 사람은 부정적 반응을 보이고, 자아존중감이 높은 사람은 부정적 스트레스를 제한하려고 하기 때문에 영향을 적게 받는다고 하였다. Park et al.(2002)은 중년여성이 지각한 생활스트레스와 자아존중감 및 우울 관계에서 중년여성의 자아존중감 정도가 높을수록 우울 정도가 낮아진다고 하였으며, Kim(2015)의 연구에서는 중년 소비자들은 실제 연령보다 젊게 지각하는 사람일수록 자아존중감이 높다는 결과를 도출하였다. Kim(2000)의 연구에서는 자아존중감이 우울에 부정적인 영향을 주고 특히 자아존중감이 낮은 사람일수록 우울도가 높는데, 우울은 중독구매와 보상구매에 정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 선행연구를 종합해 보면, 자아존중감과 우울은 유의하게 부적인 상관관계를 보였고, 자아존중감은 우울과 같은 부정적 감정을 완충하는 역할을 하였다. 결과적으로 우울이 심해지면 부정적인 의복행동이 유발될 수 있다는 것을 확인했으므로 의복행동에도 영향을 미치는 신체관리에 있어 우울과 자아존중감의 영향을 살펴보는 것은 중요하다고 볼 수 있다.

### 2.2. 신체관리

현대 사회에 있어 여성들은 아름다워야 한다는 것은 하나의 규범이 되었고 여성들은 아름다움에 대한 문화적 관념을 내면화하여 끊임없이 이를 추구하게 되어 여성의 아름다움을 인위

적으로 추구할 수 있다는 사고방식이 점점 확산되고 있다(Rhee & Lim, 2001). 외모는 타고난다는 과거의 관념이 외모는 노력을 통해 만들고 관리할 수 있다고 변하면서 외모관리에 대한 개인과 사회의 요구, 기대 등은 점차 커지고 있다. Collins (1996)는 사람들은 자신이 중요하게 생각하는 부분에 대해서는 남보다 낮다고 생각하고 싶어하기 때문에 날씬한 신체가 아름답고 좋은 것이라 생각하고 그것에 대해 관심이 많을수록 자기 신체를 부정적으로 보는 경향이 지배적이라고 하였다. 외모관리는 개인 각자가 다른 사람들과의 상호 관계를 통해 자신의 역할을 수행하면서 자신의 개성을 표현해 나가는 과정이며, 일상생활을 통해 타인에게 다양한 외모 관리 행동을 보여주게 되며 외모향상을 통해 자신의 이미지를 만들어 가고 그 이미지를 내면화시키려고 노력한다(Kim et al., 2006). 외모가 나를 통해 볼 수 있는 모든 것을 의미하면서 외모관리는 다차원적으로 형성되었고, 이상적 외모에 대한 정의가 변화하면서 외모관리의 차원 또한 달라진다. Kwon(2010)은 오늘날의 이상적인 외모는 얼굴만을 의미하는 것이 아니라 큰 키에 날씬한 몸, 볼륨있는 신체, 길고 가는 다란 팔·다리 모두를 의미하고 이에 따라 외모관리행동도 다양해 졌으며 헤어관리, 피부관리, 체형관리, 화장, 네일·페티큐어, 미용성형, 다이어트, 악세사리, 의복 등으로 구분된다고 하였다.

본 연구는 신체를 주로 다루고 있으므로 외모관리행동 역시 몸과 직접 관련된 내용과 그 외의 부분으로 분리해야 한다고 보았다. 관리의 핵심은 가변성에 있는데 상대적으로 일회적인 성격을 갖고 가변성이 높은 화장, 헤어관리 등과 다르게 체형이나 체중은 쉽게 바꾸기가 어렵고, 일단 정해지면 오래 지속되는 낮은 가변성을 가지고 있다. 따라서 외모관리에서 신체관리를 독립적으로 살펴보고자 한다. 여기서 신체관리는 단순히 생명유지를 위한 섭식이나 운동이 아니라 신체의 기능이나 외양을 변화시키려는 것을 목적으로 하는 모든 의도적 소비행위로 신체의 기능이나 외양을 통제하려는 의도를 가진 적극적 소비행동을 말한다(Kim, 2003). 신체관리와 심리적 변수의 관계를 다룬 선행연구들을 살펴보면, 먼저 Lee(1992)의 연구에서는 신체상과 자아존중감이 유의한 상관관계가 있으며 낮은 신체상을 가진 사람일수록 낮은 자아존중감을 가진다고 언급하였다. Rudd and Lennon(2000) 역시 사람들은 매스미디어나 준거집단을 통해 외모와 신체를 비교하고 이는 자아존중감과 관련되며, 외모향상 및 자아존중감의 향상을 위한 노력은 체중조절이나 의복행동 등으로 나타난다고 하였다. 또한 Lee(2010)의 연구에서는 비만스트레스를 많이 받을수록 체중 조절행동을 많이 하였고, Jeon(2015)의 연구에서도 스트레스를 많이 받을수록, 우울할수록 체형관리가 증가한 것으로 나타났다. 이와 같이 선행 연구를 통해서 심리적 특성은 신체관리에 직접 영향을 미친다는 것을 확인하였고, 심리적 특성이 본 연구에서 제시한 신체관리의 하위 차원에 어떤 영향을 주는지 살펴보고자 한다.

### 3. 연구방법

#### 3.1. 조사도구의 구성

연구문제를 해결하기 위하여 설문지법을 채택하여 연구를 진행하였다. 설문지는 연구문제에 기초하여 신체, 심리 그리고 인구통계학적 변수를 포함한 일반 사항과 같이 3부분으로 작성하였다. 첫째, BMI와 의복치수를 측정하기 위해서 키와 몸무게, 평상시 착용하는 의복 외의와 내의 하의의 평균 치수를 기입하도록 하였다. 신체만족도는 본인의 몸에 대한 전반적인 만족도를 묻는 1문항으로 측정하였고, 신체관리는 모두 10문항으로 측정하였다. 체중관리, 체형관리, 미용성형 등의 외모관리행동을 측정한 Ryo(2007), Shin(2008)의 설문을 일부 수정하고 보완하여 사용하였다. 둘째, Rosenberg(1965)가 개발한 10문항의 5점 척도(1점-5점)를 사용하여 자아존중감을 측정하였고, 이는 '나는 다른 사람에 비해 더 가치있는 사람이다', '나는 내게 장점이 많다고 느낀다' 등과 같은 항목으로 구성하였다. 우울 정도를 확인하고자 Beck(1967)이 제시한 21문항 4점(0점-3점) BDI(Beck Depression Inventory) 척도를 사용하였다. 예를 들어, '나는 슬프지 않다', '가끔 슬플 때가 있다', '항상 슬픔에서 벗어날 수가 없다', '매우 슬프고 불행해서 참을 수 없다'와 같이 우울과 관련한 4단계의 문장을 제시하고, 지난 일주일 동안 본인을 가장 잘 표현한 문장을 선택하도록 구성하였다. 자아존중감과 우울 모두 측정된 점수의 총합이 높을수록 그 정도가 큰 것으로 판단한다. 셋째, 직업, 연령 등의 인구통계학적 변수를 포함하여 응답자의 일반적 사항을 살펴보고자 하였다.

#### 3.2. 자료수집 및 분석방법

연구수행에 필요한 자료를 수집하고자 2013년 11월 11일부터 30일까지 대구와 경북지역에 거주하는 40-50대 중년여성 250명을 대상으로 설문지를 배포하고 수집하였다. 응답이 불성실하거나 불완전한 자료를 제외하여 최종적으로 197부를 연구 분석에 사용하였다. 분석은 신체와 직접 관련된 변수인 BMI, 의복치수 그리고 심리적 변수인 자아존중감과 우울을 통한 집단에서의 신체관리 비교와 이들 변수가 신체관리에 미치는 영향을 중심으로 이루어졌다. 통계분석에는 SPSS 23.0 프로그램을 사용하였고, 요인분석, 분산분석, 군집분석, 회귀분석 등의 분석기법을 활용하여 결과를 제시하였으며, 분산분석의 경우 사후검정으로 Scheffé's test를 사용하였다.

#### 3.3. 연구문제

본 연구는 BMI, 의복치수 그리고 자아존중감과 우울에 따른 집단 간 특성이 신체관리에 미치는 영향을 살펴보고자 다음과 같이 연구문제를 구성하였다.

첫째, BMI, 의복치수, 자아존중감과 우울 정도에 따라 각각 응답자를 유형화하고, 신체관리의 하위차원을 밝힌다.

**Table 1.** Standards of BMI and garment size for grouping

Variables	Groups		
BMI	BMI<23.0	23.0≤BMI<25.0	BMI≤25.0
	126(64.0%)	52(26.4%)	19(9.6%)
Garment size	Small size	Medium size	Large size
	23-32/75,80,85	26-32/90,95	28-36/95,100,105
	51(25.9%)	123(62.4%)	23(11.7%)

둘째, BMI, 의복치수, 자이존중감과 우울에 따라 각각 유형화된 집단에서 신체만족도와 신체관리의 차이를 비교한다.

셋째, BMI, 의복치수, 자이존중감, 우울이 신체관리에 미치는 영향을 살펴본다.

### 4. 결과 및 논의

#### 4.1. BMI, 의복치수 그리고 자이존중감과 우울에 따른 집단 유형화

BMI, 의복치수 그리고 자이존중감과 우울 수준에 따라 응답자를 유형화한 결과는 Table 1, Table 2와 같다.

##### 4.1.1. BMI, 의복치수를 통한 집단 유형화

먼저 BMI를 통해서 응답자를 분류한 내용은 다음과 같다. 성인의 경우, BMI가 18.5 미만이면 저체중, 18.5 이상-23.0 미만을 정상, 23.0 이상-25.0 미만을 과체중, 25.0 이상을 비만으로 판정한다(Choi et al., 2009). 본 연구에서는 BMI 18.5 미만인 경우가 5명(2.5%), 18.5 이상-23.0 미만이 121명(61.5%), 23.0 이상-25.0 미만이 52명(26.4%), 25.0 이상이 19명(9.6%)으로 나타났다. 20대 여성을 편의표본 추출하여 BMI로 유형화한 Hong et al.(2009)의 연구에서 18.5 미만의 인원 비율은 약 33.4%로 나타났고, 연령대별 비만여성 분포를 살펴본 Yoon et al.(2013)은 BMI 25 이상의 비만여성 중에 20대는 4.6%, 30대는 13.8%, 40대는 23.3%, 50대는 40.0%, 60대는 45.2%와 같이 연령이 높아지면서 BMI도 증가한다고 보고하였다. 따라서 중년여성을 편의표본으로 추출한 본 연구표본의 특성상, BMI 18.5 미만의 인원이 적게 분포하였고, 이들을 독립된 집단으로 분류할 수 없어서 18.5 이상-23.0 미만 구간의 인원과 함께 BMI 23.0 미만 집단으로 규정하였다. 따라서 BMI를 통해 응답자를 모두 3개 집단으로 분류한 후에 분석을 실시하였다.

의복치수를 통해서 응답자를 분류한 내용은 다음과 같다. 통

상적으로 인치(inch)로 표기하는 의복치수 가운데 외의 하의의 허리치수는 23부터 36(inch)까지 분포하였고, 센티미터(cm)로 표기하는 내의 하의의 치수는 75부터 105까지 분포하였다. BMI를 통해 3집단으로 재분류하였으므로 의복치수 역시 2개의 치수를 가지고 3개 집단으로 지정하여 군집분석을 실시하였다. 그 결과, 작은 치수 집단(n=51)에서 외의 하의의 허리치수는 23-32(inch)까지, 내의 하의 치수는 75, 80, 85(cm) 사이에 분포하였다. 중간 치수 집단(n=123)에서 외의 하의의 허리치수는 26-32(inch)까지, 내의 하의 치수는 90, 95(cm) 사이에 분포하였다. 가장 큰 치수 집단(n=23)에서 외의 하의의 허리치수는 28-36(inch)까지, 내의 하의 치수는 95, 100, 105 사이에 분포하였다.

##### 4.1.2. 자이존중감과 우울을 통한 집단 유형화

자이존중감과 우울 변수를 통해 중년여성을 세분화하고 집단 간의 차이를 살펴보고자 군집분석을 실시하였다. 집단별 빈도분포와 각 집단 간의 차이를 고려하여 총 4개 집단으로 분류하였다. 분류된 집단에 대해 분산분석을 실시하고 Scheffe's test로 사후검정한 결과는 Table 2와 같다. 자이존중감과 우울이 둘 다 높은 집단(51명), 둘 다 낮은 집단(44명), 자이존중감이 낮고 우울한 집단(50명), 자이존중감이 높고 우울하지 않은 집단(52명)과 같이 변수 특성이 서로 다른 4개의 집단을 도출하였다. 자이존중감을 5점 척도(1점-5점) 10개 문항으로 측정했으므로 자이존중감 합계는 최소 10점, 최대 50점까지 분포할 수 있고, 본 연구에서는 최소 22점, 최대 50점, 평균 33.62점으로 나타났다. 우울의 경우 4점 척도(0점-3점) 21개 문항으로 측정했으므로 우울 합계는 최소 0점에서 최대 63점까지 분포할 수 있으며, 본 연구에서는 최소 0점, 최대 32점, 평균은 12.63점으로 제시되었다. 도출된 4집단에서 자이존중감과 우울의 +, - 수준은 각각 변수의 평균보다 높거나 낮게 나타나서 두 가지 변수의 특성이 유의하게 4집단에 반영되었다.

#### 4.2. 신체관리의 차원 분석

신체관리의 개념적 구조를 확인하고자 요인분석을 실시하였다. Varimax 회전에 의한 주성분분석을 사용하였고 요인의 수는 고유값 1 이상으로, 요인부하량은 .5 이상으로 하였다. 요인 분석의 결과, 3개 요인을 추출하였고 누적분산은 61.36%로 나타났다. 제 1요인의 내용은 Table 3과 같다. 제 1요인의 분산은 28.68%였고, 성형 및 주름 잡티 등의 제거와 연결된 각종 성

**Table 2.** Cluster analysis of self-esteem and depression

Factor \ Group	Self esteem-depression+ (N=50)	Self esteem+ depression+ (N=51)	Self esteem+ depression- (N=52)	Self esteem-depression- (N=44)	F
Self esteem	27.4D	35.6B	40.2A	30.6C	158.70***
Depression	22.9A	15.2B	5.6C	6.2C	291.51***

\*\*\*p<.001

Groups with significant differences according to Scheffe's test(p<.05) were noted with different letters.

**Table 3.** Results of factor analysis of body management

Factors and items(Cronbach's $\alpha$ )	Factor loading	Communality	Eigen value % of variance
<b>Surgical body management(.77)</b>			
I want to get plastic surgery to remove wrinkles and sagging under the eyes.	.79	.65	2.368
A plastic surgery can change one's personality for the better.	.74	.55	
I did or am willing to get plastic surgery to look better.	.71	.66	
I did or want to remove freckles by laser treatment.	.67	.47	
<b>Nonsurgical body management(.73)</b>			
I take laxatives or diet pills to reduce the weight.	.81	.68	1.891
I wear body shaping underwear like girdle or corset to look better.	.73	.58	
I did or want to have liposuction.	.65	.62	
<b>Natural body management(.71)</b>			
I eat only low-calorie food to reduce the weight.	.81	.68	1.877
I eat less food to reduce the weight.	.77	.67	(61.36%)
I do exercise to be in good shape.	.73	.57	

형수술이나 시술을 통한 신체관리로 나타나서 '수술적 신체관리'로 명명하였다. 제 2요인의 분산은 18.91%로 나타났고, 약물복용이나 체형보정 속옷의 착용 등을 포함하여 외부로부터 적극적인 도움을 통한 체형관리와 관련되었으나 수술 외적인 방법이므로 '비수술적 신체관리'로 명명하였다. 제 3요인의 분산은 18.77%이고, 저칼로리 식품복용 및 소식, 운동 등과 같이 일상생활에서의 평범한 신체관리와 관련되었으므로 '자연적 신체관리'로 명명하였다. 전체 요인들의 신뢰도는 모두 .71 이상으로 나타나서 대체적으로 신뢰할 만한 수준이었다.

**4.3. BMI, 의복치수, 자아존중감과 우울에 따른 신체만족도와 신체관리**

중년여성의 신체적 특성과 심리적 특성을 통한 집단 간의 신체만족도와 신체관리에서의 차이를 비교하여 살펴보았다.

**4.3.1. BMI에 따른 집단에서 신체만족도와 신체관리 차이**

BMI에 따른 집단에서 살펴본 신체만족도와 신체관리에서의 차이는 Table 4와 같다. 먼저 신체만족도에서는 전반적으로 낮은 수준을 나타냈으나, BMI 23 미만의 정상집단이 과체중과 비만 집단보다 상대적으로 높은 신체만족도를 보였다. 체형과 신체만족도를 살펴본 Rhee(2007)의 연구에서 저체중집단과 정

상집단 간의 신체만족도 차이는 없었으나, 과체중집단과의 차이는 매우 유의한 것으로 나타나서 본 연구와 유사한 결과를 확인할 수 있었다. 또한 중년여성의 체형별 신체만족도를 분석한 Park and Ryoo(2004)의 연구에서도 중년여성들의 신체만족도는 낮게 나타났으나 상대적으로 키가 크고 마른 체형집단에서 가장 높은 수준의 신체만족도를 보였다. 한편, 신체관리에서는 BMI에 따른 집단 간 유의한 차이는 없었다. Lee et al.(2016)의 연구에서 중년기 여성은 신체에 대한 부정적인 성향이 높아져 신체만족도가 낮은 것으로 보았는데, 이처럼 신체에 대한 중년여성의 부정적 성향이나 무관심, 체념 등이 신체관리에도 그대로 반영된 것으로 판단하였다. 즉, 중년여성들의 경우에는 BMI에 따라서 신체관리가 달라지지 않으며 전반적으로 낮은 신체관리의 수준을 나타내었다.

**4.3.2. 의복치수에 따른 집단에서 신체만족도와 신체관리 차이**

의복치수에 따른 집단에서 살펴본 신체만족도와 신체관리에서의 차이는 Table 5와 같다. 먼저 신체만족도의 경우, S-M-L의 치수 크기에 따라 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 일반적으로 BMI의 크기와 의복치수의 크기는 비례하므로 Table 4에서 살펴본 내용을 다시 확인할 수 있었다. 그러나 신체관리에서는 비수술적 신체관리에서 의복치수에 따른 집단 간 유의

**Table 4.** Results of ANOVA depending on BMI groups

Factor	BMI Group	Normal (n=126)	Pre-obese (n=52)	Obese (n=19)	F
	Body satisfaction		2.82A	2.44AB	
Body management	Surgical body management	3.06	2.97	2.80	.86
	Nonsurgical body management	2.02	2.19	2.32	1.98
	Natural body management	2.61	2.62	2.61	.01

\*\*\*p<.001

**Table 5.** Results of ANOVA depending on garment size groups

Factor	Size Group	S size (n=126)	M size (n=52)	L size (n=23)	F
Body satisfaction		2.90A	2.64AB	2.39B	5.06**
Body management	Surgical body management	3.18	2.91	3.15	2.07
	Nonsurgical body management	2.04B	2.05B	2.49A	4.19*
	Natural body management	2.75	2.52	2.84	2.37

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

한 차이가 있는 것으로 나타났다. BMI에 따른 집단 비교에서는 BMI가 커질수록 비수술적 신체관리가 다소 증가하는 경향을 살펴볼 수 있었는데, 의복치수에 따른 집단에서는 L 치수 집단이 유의하게 높게 나타났다. 한편, 중년여성의 신체관련 스트레스와 외모관리행동을 살펴본 Jeon and Chung(2008)은 체형에 대한 스트레스가 높은 집단과 낮은 집단 즉, 비만에 대한 걱정이 큰 집단과 그렇지 않은 집단의 외모관리행동 비교에서 헬스/요가와 같은 자연적 신체관리나 성형수술과 같은 수술적 신체관리에서 차이가 없다고 하여 본 연구와 유사한 결과를 제시하였다. 즉, 신체에 의해 분류된 집단 간의 차이는 신체에 국한된다는 것을 확인할 수 있었다.

4.3.3. 자아존중감과 우울에 따른 집단에서 신체만족도와 신체관리 차이

자아존중감과 우울에 따른 집단에서 살펴본 신체만족도와 신체관리에서의 차이는 Table 6과 같다. 먼저 신체만족도의 경우, 자아존중감과 우울에 따른 집단 간 유의한 차이가 있었다. 자아존중감이 높고 우울 정도가 낮은 집단이 가장 높은 신체만족도를 보였고, 자아존중감이 낮고 우울이 심한 집단에서 가장 낮은 신체만족도를 보였다. Kim and Lee(2007)의 연구에서 자아존중감과 우울은 유의한 역상관관계를 나타내었는데, 본 연구에서도 이러한 역상관관계를 보였다. 또한 집단 간 신체만족도의 크기를 비교하면 상대적으로 자아존중감이 신체만족도에 미치는 긍정적인 영향이 우울이 신체만족도에 미치는 부정적인 영향보다 큰 것으로 나타났다. 우울, 자아존중감, 신체만족도가 증독구매에 미치는 영향에 대한 Kim(2000)의 연구에서도 자아

존중감과 우울은 역상관관계를 보였고, 각각 신체만족도에 유의한 영향을 미쳤으며 자아존중감이 우울보다 큰 영향을 주는 것으로 나타났다. 신체만족도는 자신의 몸에 대한 이해와 존중에 기반하기 때문에 우울보다 자아존중감이 더 큰 영향을 미친 것으로 분석하였다. 한편, 신체관리의 하위차원인 수술적 신체관리와 비수술적 신체관리에서는 집단 간 차이가 유의한 것으로 나타났고, 자연적 신체관리에서는 차이가 없었다. 수술적 신체관리와 비수술적 신체관리에서는 자아존중감이 낮고 우울이 심한 집단이 다른 집단에 비해 높은 수치를 보였는데, 자신감이나 자기에 대한 믿음이 부족하고 감정적으로 위축된 사람들이 수술적, 비수술적 신체관리에 상대적으로 쉽게 동조하는 것으로 보였다. Hwang et al.(2003)의 연구에서는 자아존중감은 미용성형행동과 부적인 상관관계를 가진다고 하였고, Moon(2002)의 연구에서는 우울정향이 높은 집단이 화장을 더 많이 하며 의복에서 유행과 흥미를 더 느낀다고 하였다. 따라서 자아존중감이 낮을수록, 우울이 심할수록 성형수술 등에 더 많은 관심을 보이고, 외부 조력에 의지하여 신체를 관리한다는 본 연구결과를 선행연구와 유사한 맥락에서 이해할 수 있었다. 이러한 결과는 자아개념과 우울 그리고 동조적 의복행동을 살펴본 연구들을 통해서도 설명할 수 있는데, Chi(1994)의 연구에서 우울과 사회적 인정성은 유의한 상관관계를 나타내었고, 이는 비우울 집단보다 우울집단에서 자아의 주관이나 개성보다는 자신이 속한 집단의 의복규준에 동조적인 의복행동을 하는 경향이 상대적으로 높다는 것을 의미한다. 즉, 우울집단이 정상 집단보다 동조적 의복행동을 보이는 경향이 높다. 또한 Kim and Cho(1988)에 따르면 자아개념이 높은 집단에서 개성적인 의복행동을 보이고, 자아개념이 낮은 집단에서 동조적인 의복행동을 보이는 것으로 나타났다. 자아존중감이 낮고 우울이 심한 집단은 타인에 의한 판단을 내리고 동조적인 성향을 강하게 표출하므로 신체관리에 있어서도 최근에 많이 유행하고 남들을 쉽게 따라할 수 있는 수술적, 비수술적 신체관리에서 보다 높은 수치가 나타난 것으로 해석할 수 있다.

4.4. BMI, 의복치수, 자아존중감, 우울이 신체관리에 미치는 영향

BMI, 의복치수, 자아존중감, 우울이 신체관리에 미치는 영향을 신체관리의 차위차원에 따라 Table 7에서 각각 확인하였다. 자연적 신체관리에는 유의한 영향을 주지 않았으며 수술적 신

**Table 6.** Results of ANOVA depending on self esteem & depression groups

Factor	Group	Self esteem-depression+ (n=50)	Self esteem+depression+ (n=51)	Self esteem+depression- (n=52)	Self esteem-depression- (n=44)	F
Body satisfaction		2.24C	2.82AB	3.00A	2.64B	13.54***
Surgical body management		3.35A	3.01AB	2.83B	2.85B	4.13**
Nonsurgical body management		2.33A	2.15AB	2.06AB	1.81B	4.47**
Natural body management		2.58	2.61	2.62	2.67	.09

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

Table 7. Results of regression analysis on the body management

Dependent variables	Independent variables	$\beta$	T	$R^2$	F
Surgical body management	Depression	.253	3.647***	.064	13.30***
Nonsurgical body management	Depression	.261	3.834***	.099	10.63***
	Fitting size	.184	2.692***		

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

체관리와 비수술적 신체관리에 각각 유의한 영향을 주었다. 먼저 수술적 신체관리에 대해서는 우울이 정적인 영향을 미쳤는데, Jeon(2015)의 연구에서 중년여성은 우울할수록 체형관리나 두피관리에 신경을 많이 쓴다고 하였고, 우울한 집단에서 더 많은 미용수술과 시술을 받았다고 보고하였다. 우울한 감정에 빠져들수록 스스로에 대한 보상심리가 발동하여 미용과 관련한 신체관리에 신경을 쓰는 것으로 볼 수 있다. 한편, 비수술적 신체관리에 대해서는 우울과 의복치수가 정적인 영향을 주었는데, 정서적으로 위축될수록 이를 빠르게 극복하기 위해서는 손쉽고 효과적인 신체관리가 요구되기 때문에 우울한 중년여성일수록 약물치료나 보정속옷의 착용 등에 의존하는 경우가 많아지는 것으로 보았다. 의복치수가 커질수록 비수술적 신체관리가 증가하는 것은 의복치수의 증가는 자신의 신체변화에 대한 비교적 객관적이고 명확한 결과이기 때문에 신체와 관련하여 단기 간에 확실한 관리효과를 확인할 수 있는 비수술적 신체관리가 증가하는 것으로 볼 수 있다. 우울이 신체관리에 유의한 영향을 미친 반면에 자아존중감은 유의한 영향을 미치지 못했는데 이는 자아존중감의 특성과 신체관리의 특성을 통해 이해할 필요가 있다. 부정적인 감정은 다소의 차이가 있지만 결국 자신에게 투사되는데, 몸은 내 자신의 일부이며 눈으로 확인할 수 있는 구체적 형상이다. 따라서 몸은 부정적인 감정의 대상이 되며 감정해소를 위해 변화가 요구된다. 자아존중감은 긍정의 감정으로 자신에 대한 인정과 이해에서 출발한다. 따라서 자아존중감이 높은 사람들은 부정적으로 받아들여질 수 있는 몸을 오히려 이해하고자 노력하고 어떤 급격한 변화를 주기위해 노력하지는 않는다. 자아존중감과 외모의 인식에 대한 Hong(2006)의 연구에서 자아존중감은 외모지상주의적 인식이나 체중관심과 상관관계가 없었고, 응답자의 실제 비만도와도 무관하게 나타났다. 한편, 자연적 신체관리에 어떤 변수도 유의한 영향을 주지 못했는데, 자연적 신체관리는 어느 누구에게라도 상대적으로 긴 시간과 많은 노력을 요구하는 보편적인 행동이기 때문에 어떤 성향의 수준에 따라 영향 받지 않는 것으로 이해하였다.

## 5. 결 론

본 연구에서는 BMI, 의복치수 그리고 자아존중감과 우울이 신체관리에 미치는 영향을 살펴보기 위하여 생애주기에 있어서 신체적, 정서적 변화가 큰 40, 50대 중년여성들을 대상으로 연

구를 진행하였다. 주요한 결과는 다음과 같다. BMI에 따라 분류된 3집단에서 정상집단이 과체중, 비만 집단보다 유의하게 높은 신체만족도를 보였고, 의복치수에 따라 분류된 3집단에서는 S 사이즈 집단이 M, L 사이즈 집단보다 유의하게 높은 신체만족도를 보였다. BMI와 의복치수가 높은 상관관계를 가지고 있기 때문에 상대적으로 키가 크고 몸무게가 적게 나가거나 둘레치수가 적은 집단에서 신체만족도가 높게 나타났다. 우리 사회에서 긍정적으로 받아들여지는 마른 몸에 대한 선호나 자기만족이 중년여성 사이에서도 유효하다는 것을 확인할 수 있었다. 한편 BMI 3집단에서 신체관리의 유의한 차이는 없었으나, BMI가 높아질수록 수술적 신체관리는 다소 감소하고 비수술적 신체관리는 약간 증가하는 경향을 보였다. 의복치수 3집단에서는 비수술적 신체관리에서만 L 사이즈 집단이 상대적으로 높은 수치를 나타냈다. 즉, BMI와 의복치수 각각을 통해 분류한 3집단에서 공통적으로 보다 높은 수치를 보인 집단이 상대적으로 높은 비수술적 신체관리 수준을 보였다. 이를 통해 BMI나 의복치수가 높은 집단이 외부의 조력에 의지해서 상대적으로 쉽고 빠른 효과가 있는 방법을 통한 체중, 체형관리에 관심이 높은 경향이 있다는 것을 확인하였다. 따라서 이들의 신체 특성을 반영한 플러스사이즈 의류의 개발이나 플러스사이즈 관련 제품 시장의 특성화를 고려할 필요가 있다.

자아존중감과 우울에 따른 4집단에서는 자아존중감+우울- 집단이 가장 높은 신체만족도를 나타냈고, 자아존중감-우울+ 집단이 가장 낮은 신체만족도를 보였다. 신체만족도에 관한 자아존중감과 우울 변수의 부적 상관관계를 확인할 수 있었고, 자아존중감이 높을수록 자신의 몸에 대한 존중이 높아지고, 우울이 심해질수록 몸에 대한 만족도 줄어든다는 것을 알 수 있었다. 자아존중감-우울+ 집단의 경우, 수술적 신체관리와 비수술적 신체관리에서 가장 높은 수치를 나타내어 자아존중감이 낮고 우울할수록 보다 적극적인 형태의 신체관리에 대한 욕구는 높아지는 것을 확인할 수 있었다. 우울이 심한 집단을 비교해 보면, 자아존중감이 우울을 통제하거나 완충하는 작용을 하기 때문에 자아존중감을 향상시키는 것은 개인의 신체관리에 중요하다는 것을 알 수 있었다. BMI, 의복치수, 자아존중감과 우울에 따른 집단 간 신체관리의 비교에서 공통적인 점은 자연적 신체관리에서는 집단 간 차이가 전혀 없었고 일관된 경향을 나타냈는데, 자연적 신체관리는 신체적, 심리적 변수에 관계없이 어떤 중년여성들에게도 똑같이 시도하기 어려운 신체관리의 한 방법이라는 것을 확인할 수 있었다.

마지막으로 신체관리에 대한 BMI, 의복치수, 자아존중감, 우울의 영향을 확인한 결과, 수술적 신체관리에 우울이, 비수술적 신체관리에 우울과 의복치수가 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 중년여성의 특성 상, 다른 연령대에 비해 우울에 빠지는 비율이 높는데, 우울은 신체에 대해서도 비호감을 형성하므로 자아존중감의 향상과 더불어 우울의 감정을 통제하는 것은 부정적인 신체관리를 줄이는데 도움이 된다. 또한 중년여성들의 의복치수 증가가 비수술적 신체관리로 직결되는 것을

확인할 수 있는데, 중년여성에게 하의치수가 늘어난다는 것은 체중감소 약물이나 체형보정속옷 구매의 촉매 역할이 된다는 것으로 이해할 수 있다. 본 연구에서 제시한 결과를 바탕으로 향후 연구에서는 신체관리에 기반하여 외모관리행동을 종합적으로 살펴보고, 외모관리행동의 차원들이 신체관리와 어떻게 관계되어 있는지 확인한 후에 신체관리에 기초한 응용된 외모관리 전략을 제시하는 것이 필요하다. 나아가 의류상품의 기획과 설계에도 이러한 신체적 특성이나 요구사항을 적절히 배려하는 것이 요구된다.

## 감사의 글

이 논문은 2015학년도 안동대학교 연구비에 의하여 연구되었음.

## References

- Beck, A. T. (1967). *Depression: Causes and treatment*. Philadelphia: University of Pennsylvania Press.
- Brown, J. D., & Mankowski, T. A. (1993). Self-esteem, mood, and self-evaluation: change in mood and the way you see you. *Journal of Personality & Social Psychology*, 64, 421-430. doi:10.1037//0022-3514.64.3.421
- Chi, Y. Y. (1994). *An investigation into relationships of depression and clothing behavior -Among middle aged women in Seoul*. Unpublished master's thesis, Ewha Womans University, Seoul.
- Choi, J. W. (2010). *Study on pursuing clothing image and clothing purchase activity according to ego identity and subjective age of new middle aged women*. Unpublished doctoral dissertation, Sookmyung Women's University, Seoul.
- Choi, Y. L., Han, S. A., & Nam, Y. J. (2009). Exploratory study on the proportion of the male body according to obesity. *Journal of the Korean Society of Clothing and Textiles*, 33(8), 1306-1314. doi: 10.5850/JKSC.2009.33.8.1306
- Collins, R. L. (1996). For better or worse: the impact of upward social comparison on self evaluations. *Psychological Bulletin*, 119(1), 51-59. doi:10.1037/0033-2909.119.1.51
- Hong, K. H. (2006). The influence of the sociocultural attitudes towards appearance, BMI and body image on self esteem. *Journal of the Korean Society of Clothing and Textiles*, 30(2), 348-357.
- Hong, W. J., Cho, H. K., & Lee, Y. S. (2009). A study examining glucose tolerance tests, food habits, and nutrient intakes in female college students according to BMI in the Kyunggi-do area. *Journal of East Asian Society of Dietary Life*, 19(6), 869-881.
- Hwang, M. S. (2013). *Mediating effect of family support and the moderating effect of self-esteem on the relationships between hospitalization stress depression of middle-aged women patients*. Unpublished doctoral dissertation, Dankook University, Seoul.
- Hwang, Y. J., Jo, K. Y., & Yoo, T. S. (2003). The study on cosmetic surgery behavior according to appearance concern, body cathexis, and self esteem. *Journal of Fashion Business*, 7(4), 17-25.
- Huh, J. H. (2016). *Effects of self-esteem and body satisfaction of middle aged women on their clothing attitude*. Unpublished master's thesis, Dongduk Women's University, Seoul.
- Jeon, H. J., & Chung, M. S. (2008). The influence of a physical related stress on appearance management behavior of middle aged women. *The Research Journal of the Costume Culture*, 16(1), 115-129.
- Jeon, H. N. (2015). *The effects of stress and depression on beauty care behaviors in the middle aged*. Unpublished master's thesis, Honam University, Gwangju.
- Jung, S. J., & Chu, M. S. (2011). The effect of somatotype, self-esteem, body satisfaction and body image on clothing attitude. *Journal of the Korea Fashion & Costume Design Association*, 13(3), 117-133.
- Kessler, R. C., Turner, J. B., & House, J. S. (1988). Effects of unemployment on health in a community survey: Main modifying, and mediating effects. *Journal of Social Issues*, 44(4), 69-85. doi:10.1111/j.1540-4560.1988.tb02092.x
- Kim, A., Lee, S. G., & Goh, A. R. (2006). Effects of media involvement, body satisfaction and self esteem on the appearance management behavior of preteen boys and girls. *Journal of the Korean Society of Clothing and Textiles*, 30(11), 1538-1549.
- Kim, A. S., & Yoon, G. (1993). The middle life crisis. *Journal of Korean Gerontological Society*, 13(1), 1-16.
- Kim, H. J. (2003). *Body management behavior according to body image*. Unpublished master's thesis, Ajou University, Suwon.
- Kim, J. H. (2000). *The effect of self esteem, body cathexis, depression on addictive buying behavior of clothing product*. Unpublished master's thesis, Chonnam National University, Gwangju.
- Kim, M. R. (2006). *Relationship between housewives life stress and depression tendency*. Unpublished doctoral dissertation, Chonnam National University, Gwangju.
- Kim, N. M. (2015). *A study on the self-esteem, appearance satisfaction and clothing benefit pursuits of middle aged consumers according to the gap between subjective age and real age*. Unpublished master's thesis, Dongduk Women's University, Seoul.
- Kim, S. I., & Lee, J. I. (2007). A study on aging anxiety, depression, and self esteem of middle aged people. *The Korean Journal of Fundamentals of Nursing*, 14(1), 103-109.
- Kim, S. Y., & Cho, P. G. (1988). A study on the relationship between clothing selection behavior and personal variables of adult women. *Journal of the Korean Society of Clothing and Textiles*, 12(2), 159-168.
- Kwon, S. B. (2010). *Research on the correlation among physical satisfaction, physical management behaviors, and skin care behaviors of university students in the twenties*. Unpublished master's thesis, Kyungil University, Kyungsan.
- Lee, H. S. (2011). *A study on self image expression teaching through self research*. Unpublished master's thesis, Seoul National University of Education, Seoul.
- Lee, J. E., Choi, H. J., Shin, B. J., & Park, S. J. (2016). Body cathexis and clothing behavior of middle-aged women according to the depression level. *Fashion & Textile Research Journal*, 18(2), 207-216. doi:10.5805/SFTI.2016.18.2.207
- Lee, K. H. (1992). *Body image and self esteem of women considering aesthetic plastic surgery*. Unpublished master's thesis, Ewha Womans University, Seoul.
- Lee, Y. Y. (2010). *The effect of body perception and obesity stress on weight control behavior for women*. Unpublished master's thesis,



- Ewha Womans University, Seoul.
- Mandleco, B. L., & Peery, J. C. (2000). An organizational framework for conceptualizing resilience in children. *Journal of Child and Adolescent Psychiatric Nursing*, 13(3), 99-111. doi:10.1111/j.1744-6171.2000.tb00086.x
- Moon, H. K. (2002). *The relationship among psychological characteristics clothing attitude and makeup*. Unpublished doctoral dissertation, Catholic University of Daegu, Daegu.
- Park, K. J., Lee, J. H., Kim, M. O., Bang, B. K., Yoon, S. J., & Choi, E. J. (2002). Relationships among perceived life stress, self-esteem and depression in middle-aged women. *The Journal of Korean Community Nursing*, 13(2), 354-362.
- Park, J. H., & Ryoo, S. H. (2004). A study on the middle age women's the body type and the degree of satisfaction with their body. *The Research Journal of the Costume Culture*, 12(1), 121-135.
- Park, S. J., & Kim, H. J. (2012). Survey on clothing worn by middleaged women undergoing menopause and their satisfaction with garments according to menopausal symptoms. *Journal of the Korean Society of Clothing and Textiles*, 36(11), 1186-1196. doi:10.5850/JKST.2012.36.11.1186
- Rhee, J. H. (2007). A study on effects of somatotypes and stress on body cathexis and preferences of clothing image. *The Research Journal of the Costume Culture*, 15(6), 168-183.
- Rhee, Y. J., & Lim, S. J. (2001). The relationship between control behavior and satisfaction with fit of apparel. *Journal of the Korean Society of Clothing and Textiles*, 25(1), 13-24.
- Rosenberg, M. (1965). *Society and adolescent self-image*. New Jersey: Princeton University Press.
- Rudd, N. A., & Lennon, S. J. (2000). Body Image and appearance management behaviors in college women. *Clothing and Textile Research Journal*, 18(3), 152-162. doi:10.1177/0887302X0001800304
- Ryoo, H. H. (2007). *The relationship among private-social self-consciousness and appearance management behavior of older women*. Unpublished doctoral dissertation, Catholic University of Daegu, Daegu.
- Shin, H. O. (2008). *The effects of appearance concern, appearance complex and body satisfaction on appearance management behavior and expenses*. Unpublished master's thesis, Ewha Womans University, Seoul.
- Yoon, J. W., Yoon, H. J., & An, J. S. (2013). An analysis of upper-body shapes in obese women for apparel pattern design. *Fashion & Textile Research Journal*, 15(1), 130-137. doi:10.5805/SFTI.2013.15.1.130

(Received 16 November 2017; 1st Revised 24 November 2017;  
2nd Revised 5 December 2017; Accepted 10 December 2017)