

[원저]

남녀 청소년에서 신체 외형 선호도

박진아¹, 이성희², 김정순³한일병원 가정의학과¹, 인제의대 서울백병원 가정의학과², 서울대학교 보건대학원 역학교실³

- 요약 -

연구배경	여대생들의 경우 자신의 체형을 그들이 생각하기에 남자에게 매력적이라고 생각되는 체형보다 더 뚱뚱하게 생각하고, 남자 대학생들은 자신의 체형과 이상적인 체형의 인지에서 차이가 없다고 알려져 있다. 본 연구에서는 중학생에서도 체형에 대한 인식에서 성인과 같은 양상의 남녀 차이가 있는지를 알아보고자 한다.
방 법	서울 소재 1개 중학교 학생들 중 484명을 대상으로, 비만 정도에 따라 그려진 자기 기입용 신체 외형도와 Tanner stage에 대한 설문지를 통해 조사하였다. 학생들은 현재의 체형, 이상적인 체형, 이성에게 매력적으로 보이는 체형, 매력적으로 보이는 이성의 체형을 선택하게 하였다. 남녀 학생별로 현재의 체형과 이상적인 체형간의 일치도 및 이성에게 매력적으로 보일 것으로 생각되는 체형과의 일치도를 분석하였다.
결 과	여학생들은 현재의 체형을 이상적인 체형과 남학생에게 매력적으로 보일 것이라고 생각하는 체형보다 더 뚱뚱하게 인지하고 있었고, 남학생에서는 현재의 체형과 이상적인 체형과 여학생에게 매력적으로 보일 것이라고 생각하는 체형 사이에 차이가 없었다. 여학생들은 남학생들이 보기에 매력이 있다고 선택한 신체 외형의 등급보다 더 날씬한 체형을 남학생들에게 매력적으로 보일 것이라고 생각했고, 남학생들은 그와 반대로 생각했다. 여학생에서는 연령을 보정하였을 때, 현재의 체형이 Tanner stage와 유의하게 상관관계가 있었다. 즉, 사춘기 단계가 발달할수록 여학생들은 현재의 체형을 뚱뚱하게 인지하고 있었다.
결 론	남녀 학생 모두 여학생에 대하여 현재의 체형보다 더 날씬한 체형을 선호하는 경향을 보여주었다. 의사와 보건 교육자들은 이런 요소들을 고려하여 표준 체중의 개념과 올바른 신체상을 가지고 체중 조절을 할 수 있도록 교육해야 할 것이다. (대한임상건강증진학회지 2005;3:190~196)
중심단어	체형, 선호도, 신체외형도, 체중 조절

서 론

1985년에 Fallon과 Rozin은 여대생들이 자신의 체형을, 그들이 생각하기에 남자에게 가장 매력적이라고 생각되는 체형보다 더 뚱뚱하게 생각하고, 매력적이라고 생각하는 체형보다 더 마른 체형을 원한다는 것을 발견하였다.¹⁾ 반대로, 남자 대학생들은 자신의 체형과 이렇게 보였으면 하는 체형과 여자에게 가장 매력적이라고 생각하는 체형의 인지에서 차이를 보이지 않았다. 이러한 결과는 남자들에서보다 여자들에서

날씬한 것에 대해서 더 압력이 크다는 것을 나타낸다.^{2,3)} 이러한 압력은 여성에서 섭식장애의 더 높은 발생률에 기여하는 요인과 관련이 된다.^{4,5)} 여성들은 남성들보다 자신을 더 뚱뚱하다고 생각하여 자신을 뚱뚱하게 묘사하고, 자주 식이 조절을 하고, 과체중과 관련된 문제에 대한 의학적 충고를 찾는다.^{6,9)} 이러한 행동은 여성이 남성보다 자신의 외형에 만족하지 못하고 있다는 것을 나타내고, 양 성 사이에 외형을 인지하는데 있어서 가장 현저한 차이는 체중과 관련된 불만족이라는 연구결과와 관련이 있다.^{10,11)}

여성들은 객관적인 기준에 의하면, 과체중이 아닌데 자신을 과체중이라고 판단하고, 남성들은 객관적인 기준에 비해서 자신을 저체중이라고 느낀다.⁸⁾ 이는 각 성에서, 다른 사람과 비교해서 자신의 체중을 잘못 인식하고, 통계적인 건강 모델이 권장하는 것과는 다른 표준을 참고해서 체중을 판단

• 교신저자 : 박진아 한일병원 가정의학과
 • 주 소 : 서울시 도봉구 쌍문3동 388-1
 • 전 화 : 02-901-3161
 • E-mail : parkjina@paran.com
 • 접수일 : 2005년 8월 29일 • 채택일 : 2005년 9월 9일

한다는 것을 의미한다. 그러한 한 기준은, 이상적인 신체 형태에 대한 이성애에 의한 판단일 수 있다. 한편 비만과 체중 조절에 대한 사회적 관심이 증가되면서 뚱뚱한 사람은 물론 정상 체중 및 저체중의 경우에도 살을 빼려는 노력이 보편화되고 있는 실정인데¹²⁾, 정신적인 성장 및 발달을 위한 영양 섭취가 적절하게 요구되는 청소년기에는 체중 조절을 위한 지나친 식이 제한을 할 경우 이로 인해 성장 및 성 성숙의 지연이 발생하기도 한다.¹³⁾ 또한 정신사회적으로 민감한 청소년기에 비만에 대한 과도한 염려와 체중 조절에 대한 지나친 강박관념은 섭식장애 등과 같은 정신 건강의 문제도 유발시킬 수 있기 때문에, 청소년이 자기의 체형을 어떻게 인지하고 어떠한 체형을 선호하는지를 알아보는 것은 의의가 있다고 하겠다.¹⁴⁾

본 연구는 아직 성장이 다 끝나지 않은 남녀 중학생에서도 이러한 체형에 대한 인식에서 성인과 같은 양상의 남녀의 차이가 있는지를 알아보기 위하여 수행되었다.

방 법

1. 연구 대상

서울 소재 시의 일개 남녀 공학 중학교 학생들을 각 학년에 네 반씩 임의로 추출하여 설문지를 배포하였다. 전체 학생 484명 중 설문지를 충실하게 작성한 457명을 최종 연구 대상으로 하였다.

2. 연구 방법

1) 신체 계측 및 신체 외형도를 이용한 자료의 수집

1983년에 Sorenson에 의하여 개발된 각 성에서 날씬한 체형부터 뚱뚱한 체형까지 9등급의 비만 정도에 따라 그려진 자기 기입용 신체 외형도를 사용하였다.¹⁵⁾ 가장 날씬한 체형이 1등급이고, 가장 뚱뚱한 체형이 9등급인데 9가지 체형 중 하나를 선택하게 하였다. 1994년에 배종면 등이 대학병원급 가정의학과 외래를 방문한 사람들을 대상으로 신체 외형도의 타당도와 신뢰도를 조사하였는데 실제 측정된 신장과 체중을 이용한 체질량지수와와의 스피어만 상관 계수는 $0.795(p<0.001)$ 이었고, 조사 재조사를 통해 얻어진 스피어만 상관계수는 $0.905(p<0.001)$ 이었다.¹⁶⁾

학생들은 현재의 체형을 가장 잘 묘사한 그림(current), 남에게 이렇게 보였으면 하는 체형(ideal), 다른 성에게 가장 매

력적으로 보이는 체형(attractive), 가장 매력적으로 보이는 이성의 그림(other attractive)을 선택하였다. 각 대답은 9점 척도로 점수가 매겨졌다(그림 1). 대상자의 신장과 체중은 학교에서 시행한 건강 검진을 통해서 측정한 결과를 이용하였고, 체중(kg)을 신장(m)의 제곱으로 나누어 구한 체질량지수(BMI)를 사용하여 비만도를 표시하였다.

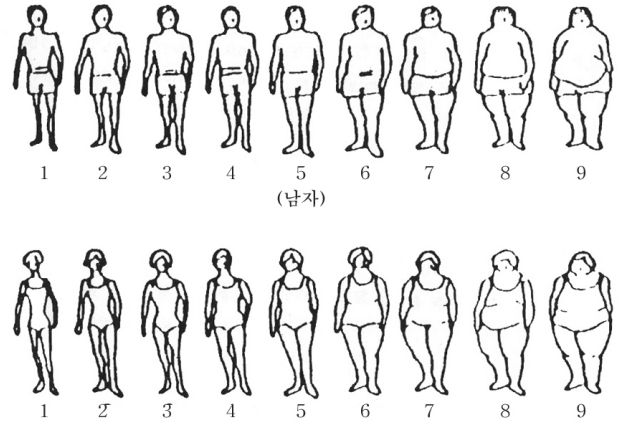


Figure 1. A set of nine figure drawings arranged from very thin to very heavy figures.

2) 체형에 대한 불만족을 보는 설문 조사

체형에 대한 불만족을 알아보는 4가지 문항의 설문 조사를 시행하였다.

- 더 마르기를 원합니까?
- 같은 학년에서 다른 남자/여자 친구들보다 체중이 더 나간다고 생각합니까?
- 더 살찌기를 원합니까?
- 같은 학년에서 다른 남자/여자 친구들보다 더 말랐다고 생각합니까?

3) Tanner stage를 이용한 사춘기의 발달 단계 측정

사춘기의 발달이 신체 외형의 선호에 영향을 미치는지 알기 위하여 Tanner stage를 자기기입기술을 사용하여 측정하였다.^{17,18)} 남자는 체모와 성기에 관한 그림에서, 여자는 체모와 유방에 대한 그림에서, 청소년들은 자신의 발달 상태를 5단계 중에서 선택하였다. 1단계와 2단계는 초기 사춘기에 속하고, 3, 4단계는 중기 사춘기, 5단계는 후기 사춘기이다. Tanner stage는 자기기입을 평균하는 것으로부터 구하였다. 이러한 자기기입 기술은 초기 사춘기, 중기, 후기 사춘기인 10대를 구분하는데 타당하다고 알려져 있다.¹⁹⁻²²⁾

3. 분석 방법

자료의 통계적 분석은 PC-SAS를 이용하였다. 타당도 검증을 위해서 체질량지수와 신체 외형도 등급간의 스피어만 순위상관계수를 구하였으며, 사회 인구학적 특징을 보정하기 위하여 부분 상관계수를 같이 구하였다. 동시에 신체외형도의 등급 내에서의 체질량지수의 평균을 이용한 분산분석 검정을 시행하여 등급간의 동질성 정도를 알아보았다. 신체 외형도를 이용한 측정 결과에서 현재의 체형과 선호하는 체형의 차이(ideal-current), 현재의 체형과 이성에게 매력적으로 보여질 것이라고 생각하는 체형의 차이(current-attractive), 선호하는 체형과 이성에게 매력적이라고 보일 것이라고 생각하는 체형의 차이(ideal-attractive)는 짝 t 검정을 이용하여 검정을 시행하였다. 신체 외형도를 이용한 측정 결과와 Tanner stage간의 상관계수를 구하였으며 Tanner stage의 등급 내에서 신체 외형도의 등급의 평균을 이용한 분산분석 검정을 시행하여 등급간의 동질성 정도를 알아보았다. p 값이 0.05 미만인 경우 유의하다고 판정하였다.

결 과

1. 연구 대상자들의 일반적 특성

연구기간 동안 설문지를 완성한 사람은 457명이었고, 표 1에서 보면 조사 대상자의 평균 나이는 남녀에서 각각 13.88세, 13.91세였다. 체질량지수의 분포는 표 2에 분류했는데, 과체중이라고 볼 수 있는 BMI 23 이상인 남학생은 27.4%였다. BMI 23 이상인 여학생은 12.3%이고, 저체중이라고 볼 수 있는 BMI 18.5 이하인 여학생은 37.0%였다.

Table 1. Distributions of Anthropometric values in subjects (mean±standard deviation).

	Boys (n=230)	Girls (n=227)
Age(years)	13.88± 0.92	13.91±0.92
Height(cm)	162.82± 8.62	158.47±5.26
Weight(kg)	55.45±13.71	49.64±7.54
BMI(kg/m ²)	20.74± 4.03	19.74±2.72

Table 2. Distributions of body mass index in subjects.

	Unit: number(%)	
	Boys (n=230)	Girls (n=227)
<18.5	84(36.5)	84(37.0)
18.5-22.9	83(36.1)	115(50.6)
23-24.9	23(10.0)	18 (7.9)
25-29.9	34(14.8)	10 (4.4)
>30	6 (2.6)	0 (0.0)

2. 신체 외형도의 정확도

대상자에서 측정한 체질량지수를 참값(gold standard)으로 하여, 설문조사에서 응답한 신체 외형도 등급과의 상관계수를 통해 신체 외형도의 타당도 검증을 시행하였다. 스피어만 상관계수는 0.787($p=0.0001$)였으며, 연령, 성별로 각각 보정하였을 때, 0.795, 0.782의 상관 계수로 여전히 통계적으로 유의하였다. 이는 1994년에 배종면 등이 성인을 대상으로 조사한 신체 외형도와 체질량 지수와의 상관계수인 0.795와 비슷하게 나왔고, 자기기입식 비만도 측정 도구로 충분히 타당도가 있다는 것을 나타낸다.

Table 3. Distribution of dissatisfaction as measured by silhouette ratings(ideal-current).

	Unit: number(%)		
	Boys (n=230)	Girls (n=227)	Total (n=457)
ideal-current>0	92(40.0)	20 (8.8)	112(24.5)
ideal-current=0	46(20.0)	35(15.4)	81(17.7)
ideal-current<0	92(40.0)	172(75.7)	264(57.8)

표 3에서 보듯이 남학생의 20%와 여학생의 15.4%는 자신의 체형에 만족하고 있었고, 남학생의 40%와 여학생의 75.7%는 현재의 체형이 선호하는 체형보다 더 뚱뚱하다고 생각하였고, 남학생의 40%와 여학생의 8.8%는 현재의 체형이 선호하는 체형보다 더 말랐다고 생각하였다. 현재의 체형보다 더 마른 체형을 선호하는 ideal-current<0인 264명의 응답자 중에서 남학생은 92명, 여학생은 172명이었고, “더 살찌기를 원합니까?”라는 질문에서 99.6%는 살이 찌기를 원하지 않았고, “더 마르기를 원합니까?”라는 질문에서 90.9%는 더 마르기를 원했다. 이는 신체 외형도를 이용한 현재의 체형에 대한 불만족과 직접적인 설문에 의한 불만족 사이의 일치도가 높은 것을 알 수 있다. 현재의 체형이 선호하는 체형보다 더 말랐다고 생각하는 ideal-current>0인 112명의 응답자 중에서 남학생은 92명, 여학생은 20명이었다. 이들 중 “더 마르기를 원합니까?”라는 질문에서 88.4%는 더 마르기를 원하지 않았고, “더 살이 찌기를 원합니까?” 라는 질문에서 55.4%는 더 살이 찌기를 원했다.

3. 신체 외형도를 이용한 측정 결과

표 4와 그림 2는 신체 외형도를 이용한 측정 결과를 현재의 체형, 이렇게 보였으면 하는 체형, 매력적으로 보이리라고 생각하는 체형, 매력적으로 보이는 이성의 체형을 선택한 것에

서 각각 매긴 등급의 평균을 구한 것이다. 표 4에서 보듯이 여학생들은 현재의 체형을 이렇게 보였으면 하는 체형보다 더 뚱뚱하게 인지하고 있었고, 그 차이는 통계적으로 유의한 차이가 있었다(짝 t 검정, $p=0.0001$).

Table 4. Mean figure ratings of adolescent girls and adolescent boys (mean±standard deviation).

	Boys (n=230)	Girls (n=227)
Current	3.91±1.53	3.53±1.07
Ideal	3.79±0.80	2.55±0.69
Attractive	3.82±0.93	2.57±0.74
Other attractive	3.18±0.85	3.19±0.79
Attractive-ideal	0.03±0.89	0.02±0.63
Current-ideal	0.13±1.46	0.98±1.02
Current-attractive	0.10±1.79	0.95±1.18

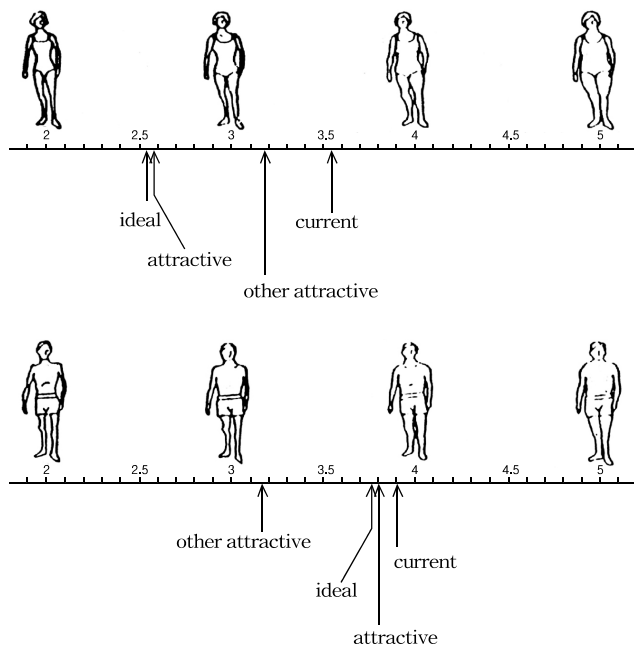


Figure 2. Mean figure ratings of adolescent girls and adolescent boys.

또, 여학생들은 현재의 체형을, 남자에게 매력적으로 보일 것이라고 생각하는 체형(attractive)보다 더 뚱뚱하게 인지하고 있었고, 그 차이는 통계적으로 유의하였다(짝 t 검정, $p=0.0001$).

남학생에서는 Fallon과 Rozin의 연구결과처럼, 현재의 체형(current)과 이렇게 보였으면 하는 체형(ideal)과 여자에게 매력적으로 보일 것이라고 생각하는 체형(attractive) 사이에 유의한 차이를 보이지 않았다. 남녀 양 군에서 이성 친구들

에게 가장 매력적으로 보일 것이라고 생각하는 부분에서는 판단의 차이가 있었는데, 여학생들은 남학생들이 등급을 선택한 것(평균=3.18)보다 더 날씬한 체형(평균=2.57)을 남자들에게 매력적으로 보이리라고 선택했다.

남학생들은 여학생들이 매력적이라고 선택한 등급(평균=3.19)보다 더 살찐 체형(평균=3.82)을 여학생들에게 매력적으로 보이리라고 선택했다. 또한 남학생들은 여학생들이 현재의 자기 모습으로 인지하는 체형(평균=3.53)보다 더 날씬한 여학생의 체형(평균=3.18)을 매력적으로 보았다.

4. 신체 외형의 인지에서 사춘기 발달에 따른 변화

여학생 중에 Tanner stage를 선택한 196명에서 각 변수와 Tanner stage와의 연령을 보정한 편상관계수를 구하였다. 표 5에서 여학생의 경우를 살펴보면, 인지된 현재의 체형(current)은 연령을 보정하였을 때 Tanner stage와 유의하게 상관관계가 있었다($r=0.250$, $p=0.000$). 즉, 사춘기의 단계가 발달할수록 현재의 체형을 뚱뚱하게 인지하고 있었다. 사춘기의 상태와 원하는 체형이나 매력적이라고 생각하는 체형 사이에서도 상관 관계가 있었다($r=0.143$, $p=0.047$). 그러나 인지하는 현재의 체형과 남학생에게 매력적으로 보이리라고 생각하는 체형은 같이 발달하지 않아서, 신체에 대한 불만족이 커지는 것으로 나타난다. 더 진행된 사춘기 단계의 소녀들은 덜 발달된 단계의 소녀들보다 현재의 체형과 남학생에게 매력적으로 보이리라고 생각하는 체형과의 차이가 더 컸다($r=0.149$, $p=0.038$). 여학생들에서 Tanner stage별로 본 현재의 체형 등급의 분포에서, 사춘기의 단계가 발달할수록 현재의 체형을 뚱뚱하게 인지하고 있는 것을 알 수 있었고, 그 때문에 현재의 체형과 매력적으로 보이리라고 생각되는 체형의 차이가 사춘기가 진행될수록 커지는 것으로 보인다.

남학생 중에 Tanner stage를 선택한 205명 중에서 연령을 보정하였을 때 각 변수와의 편상관계수를 구하였는데, 표 6에서 보듯이 남학생의 경우에는 다 유의한 상관관계가 없었

Table 5. Age-adjusted partial correlation coefficients between Tanner stage and ratings of figures in adolescent girls.

	r^*	p -value
Current	0.250	0.000
Ideal	0.199	0.005
Attractive	0.143	0.047
Current-ideal	0.133	NS
Ideal-attractive	0.056	NS
Current-attractive	0.149	0.038

* r : age-adjusted partial correlation coefficients

Table 6. Age-adjusted partial correlation coefficients between Tanner stage and rating of figures in adolescent boys.

	r^*	p -value
Current	0.068	NS
Ideal	0.029	NS
Attractive	-0.071	NS
Ideal-current	-0.056	NS
Ideal-attractive	0.115	NS
Current-attractive	0.102	NS

* r : Age-adjusted partial correlation coefficients

다. 즉, 사춘기의 단계가 발달하면서 현재의 체형이나 원하는 체형 등에서 큰 변화가 보이지 않는 것으로 생각된다.

고 찰

본 결과는 많은 소녀들이 사춘기 초기에 날씬함에 대한 편견이 생기는 것을 보여 준다. 이러한 편견은 이성의 선호에 의해서 자극을 받는 것처럼 보인다. 본 연구 결과에서 여학생들은 남학생들이 가장 매력적이라고 선택한 체형(평균=3.18)보다 자신을 더 뚱뚱하게 인지하고 있다(평균=3.53)는 것을 알 수 있었고, 이는 여학생들의 현재의 체형과 원하는 체형간의 차이에 대한 현실적인 근거가 있다고 볼 수 있고, 그러한 압력 때문에 여학생들이 날씬함을 추구하려고 한다고 생각할 수 있다. 본 연구에서는 여학생에서는 현재의 체형과 이렇게 보였으면 하는 체형이 뚜렷한 차이를 보였지만, 남학생에서는 현재의 체형과 원하는 체형과 여학생에게 가장 매력적으로 보이리라고 생각하는 체형 사이에 유의한 차이가 없었다. 남학생들은 여학생들이 매력적으로 보는 체형(평균=3.82)이 자신의 현재의 체형(평균=3.91)과 비슷하리라고 생각하였고, 반대로 여학생들은 자신의 현재의 체형(평균=3.53)을 원하는 체형(평균=2.55)이나 남학생들에게 매력적으로 보이리라고 생각하는 체형(평균=2.57)보다 뚱뚱하다고 생각하고 있었다. 그리고 남학생들에게 매력적으로 보이리라고 생각하는 체형이 자신의 원하는 체형과 비슷하리라고 생각했다. 여학생들은 이성 친구들에게 가장 매력적으로 보일 것이라고 생각하는 부분에서는 판단의 차이가 있었는데, 남학생들이 가장 매력적이라고 선택한 등급(평균=3.18)보다 더 날씬한 체형(평균=2.57)을 남자들에게 매력적으로 보이리라고 선택했다.

이는 여학생들이 이상적으로 생각하는 체형이 필요 이상으로 가냘픈 체형이고, 현재의 체형에 만족하지 못하고 있다는 것을 보여 준다. 본 연구 결과는 서울시의 1개 중학교를 대상으로 하였기 때문에, 더 넓은 대상에 확대시키면, 더 정확한 결과가 나올 수 있을 것이다.

그러나 남성들이 선호하는 것만으로는 이러한 날씬함을 추구하는 것을 부분적으로만 설명할 수 있는데 다른 가능성은 다이어트 회사의 광고를 통해서 날씬함을 장려하는 결과로 잘못된 정보를 가지고 있는 것을 생각할 수 있다.¹⁾ 남성에게 매력적이라는 것 이외의 변수가 날씬함을 추구하는 것에 영향을 주는데, 날씬해지고 체중을 줄이는 것은 자신의 삶을 조절하는 한 수단일 수 있고, 많은 사람들이 여성에게서 날씬함을 긍정적인 개인적인 특징으로 생각한다는 것이다. 이러한 여학생들의 자신의 현재의 체형에 대한 불만족과 남학생들이 선호하는 것에 대한 왜곡은, 여성에서 식이 조절과 신경성 식욕 부진증과 신경성 대식증의 높은 발생률과 관련이 있을 것이다.^{4,7)} 사춘기 이전에는 소녀들은 소년들 보다 10-15% 정도 더 뚱뚱한 사람이 많지만, 사춘기 이후에는 소년들 보다 거의 두 배만큼 뚱뚱한 사람이 더 많다. 그 이유는 소녀들은 사춘기 때 주로 지방 조직의 형태로 체중이 증가하기 때문이고, 반대로 소년들의 체중의 증가는 주로 근육 조직의 증가 때문이다. 전통적인 미의 기준은 여성에 대해서는 “마르고 사춘기 이전의 모습”이고, 남성에 대해서는 키가 크고, 근육질인 모습이어서, 사춘기의 소녀들이 사춘기 소년들보다 자기 긍정도가 낮고, 체중에 대한 불만이 더 큰 것이 놀랄만한 일은 아니다. 신체적인 성숙이 소년들은 근육질의 이상형에 더 가까워지는 것에 반해, 대부분의 소녀에서 발달한 현재 아름답다고 생각하는 것에서 멀어지는 것을 의미한다.

그리고 사춘기는 몇 가지 이유 때문에 식이조절과 체중을 줄이려는 노력에 적합한 시기이다. 첫째, 청소년들은 성인보다 자신의 체형에 관심이 많은데, 이는 사춘기의 급작스러운 성장에 의한 신체적 변화로 인해 새로운 외형을 가지게 되기 때문이다. 사춘기의 성장유형은 다양해서 신체적인 차이가 커지는데, 사춘기 소녀들은 소년들보다 2년 정도 일찍 성숙하고, 체중이 너무 많다고 생각되면 걱정하기 시작한다. 반면에, 같은 연령의 많은 소년들은 아직도 성장하고 있다. 뚱뚱한 소년들은 자신의 체중문제가 일시적이고, 키가 성장하리라고 확신하고 있고, 키가 작고 마른 소년들은 체중미달에 대한 걱정이 많다. 키가 자라는 것에 비해 체중이 빨리 증가하면, 청소년들을 당황하게 하고 체중 조절 노력을 하게 한다.⁶⁾ 둘째로, 사춘기 성장 중에 극심한 체형의 변화를 겪으면서 십대들은 체중의 변화가 가능하고, 조절이 쉽다고 생각하게 된다. 성인들은 자신의 현재 체형에 익숙해져 있고, 체중변화가 힘들다는 것을 경험으로부터 알고 있다. 셋째, 체중과 외모의 이상형에 대한 욕구가 성인기보다 사춘기에서 특별히 강하다. 십대들은 동료와 다른 것을 열등하다고 생각하는 경향이 있고, 이러한 생각은 체중을 변화시키고 평균치로 돌리려는 노력을 하게 한다.

신체상이란 자신의 신체에 대한 개인의 인지상태를 나타내며, 신체상의 장애란 신체 모양에 대한 불만족이나 부적절한 인식을 포함한다.²³⁾ 청소년들이 자신의 신체에 대해 어떻게 느끼고 어느 정도 만족하는지에 대해서는 여러 가지 변수들이 영향을 끼친다. 위에서 살펴 본 것처럼 사춘기 청소년들이 체형에 관심을 가지고 체중조절을 위한 노력을 하는데는 여러 가지 타당한 이유가 있다. 그러나 그 기준이 표준 체중에 비해서 너무 마른 체형을 선호하고 정상체중인데도 살을 빼려는 노력을 하면 여러 가지 섭식장애 및 발달장애를 일으킬 수 있다. 청소년들의 잘못된 신체상의 인지는 비현실적인 목표를 세우게 되고 그 목표를 이루기 위해 건강하지 못한 체중조절 행동들을 하게 된다. 우리나라도 의사나 보건교육자들이 이런 요소들을 고려하여 건강을 유지할 수 있는 표준 체중의 개념과 청소년들이 원하는 체형과 현재의 체형의 차이에 관심을 가지고, 청소년들이 올바른 신체상을 가지고 적절한 방법으로 체중 조절을 할 수 있도록 교육하고 홍보하는 것이 필요하다고 생각된다.

참고문헌

- Fallon AE, Rozin P. Sex differences in perceptions of desirable body shape. *Journal of Abnormal Psychology* 1985;94:102-5.
- Dwyer JT, Feldman JJ, Mayer J. The social psychology of dieting. *Journal of Health and Social Behavior* 1970;11:269-87.
- Klesges RC. An analysis of body image distortions in a nonpatient population. *International Journal of Eating Disorders* 1983;2:35-41.
- Garner DM, Garfinkel PE, Schwartz D, Thompson M. Cultural expectations of thinness in women. *Psychological Reports* 1980;47:483-91.
- Striegel-Moore RH, Silberstein LR, Rodin J. Toward an understanding of risk factors for bulimia. *American Psychologist* 1986;41:246-63.
- Dwyer JT, Faildman JJ, Seltzer CC, Mayer J. Adolescent attitudes toward weight and appearance. *Journal of Nutrition Education* 1969;1:14-19.
- Huenemann RL, LR Shapiro, MC Hampton, BW Mitchell, AR Behnke. A longitudinal study of gross body composition and body conformation and their association with food and activity in a teenage population: views of teenage subjects on body conformation, food, and activity. *American Journal of Clinical Nutrition* 1966;18:325-38.
- Gray S. Social aspects of body image: Perception of normalcy of weight and affect of college undergraduates. *Perceptual and Motor Skills* 1977;45:1035-40.
- Waldron I. Sex differences in illness incidence, prognosis and mortality: Issues and evidence. *Social Science and Medicine* 1983;17:1107-23.
- Calden G, Lundy RM, Schlafer RJ. Sex differences in body concepts. *Journal of Consulting Psychology* 1959;23:378.
- Berscheid E, Walster E, Bohmstedt G. The happy American body: A survey report. *Psychology Today* 1973;7:119-131.
- NIH Technology Assessment Conference Panel: methods for voluntary weight loss and control. *Ann Intern Med* 1992;116:942-9.
- Gustafson-Larson AM, Terry RD. Weight-related behaviors and concerns of fourth-grade children. *J AM Diet Assoc* 1992;92:818-2.
- 강재현. 고등학생들의 섭식 장애 실태와 대책. *교육 월보* 1997;187:72-7.
- Stunkard AJ, Sorensen T, Schulsinger F. Use of the Danish adoption register for the study of obesity and thinness. In S. Kety (Ed.), *The genetics of neurological and psychiatric disorders*. New York: Raven Press;1983 p.115-20.
- 배종면, 원장원. 자기 기입용 비만도 측정 설문 도구 개발. *가정의학회지* 1996;17:332-38
- Marshall WA, Tanner JM. Variations in the pattern of pubertal changes in boys. *Archives of Disease in Childhood* 1970;45:13-23.
- Marshall WA, Tanner JM. Variations in the pattern of pubertal changes in girls. *Archives of Diseases in Childhood* 1969;44:291-303.
- Duke PM, Litt I, Gross RT. Adolescents self-assessments of sexual maturity. *Pediatrics* 1980;66:918-20.
- Morris N, Udry JR. Validation of a self-administered instrument to assess stage of adolescent development. *Journal of Youth and Adolescence* 1980;9:271-80.
- Richard EB, Robert MK, Hal BJ. *Nelson Textbook of Pediatrics*. 17th ed. US: International Edition;2004 p.53-5.
- Tanner JM, Davis PS. Clinical longitudinal standards for height and height velocity for North American children. *Journal of Pediatrics* 1985;107:317-29.
- Encyclopedia of Human Behavior*: Academic Press, Inc. 1994, p407-14.

[Abstract]

Body-Figure Preferences in Male and Female Adolescents

Jin A Park¹, Sung Hee Lee², Jung Soon Kim³

Department of Family Medicine, Hanil General Hospital¹, Department of Family Medicine, Seoul Paik Hospital, Inje University²,
Department of Epidemiology, Graduate school of Public Health, Seoul National University³

Background	This study examines the developmental roots of body figure preferences by replicating Fallon's procedure with a sample of early adolescents.
Methods	Using a set of 9 figure drawings arranged from very thin to very heavy figures, 230 boys and 227 girls indicated their current figure, their ideal figure, the figure that they felt would be most attractive to the opposite sex, and the opposite sex figure to which they would be most attracted. Pubertal development was assessed by using a self-staging technique for Tanner level.
Results	Adolescent girls tended to perceive their current body size as heavier than their ideal. Adolescents boys display no differences in the perceptions of their own figure, ideal figure, and figure they consider most attractive to women. Both groups erred in their judgement of which size figure appealed most to their opposite-sex classmates. Girls underestimated the size of the female figure boys rated as attractive. Perceived body size is significantly correlated with Tanner stage in girls. Girls at more advanced pubertal levels show a greater discrepancy between current and attractive figures than do less developed girls.
Conclusions	The finding that men desire women who are thinner than that women currently perceive themselves to be suggests that there is some realistic basis for discrepancy between current and ideal figures for women, and hence for the pressure women feel to pursue thinness. It is important to educate girls to get adequate body image and effective weight reduction program is needed for health in adolescent girls. (Korean J Health Promot Dis Prev 2005; 3:190~196)
Key words	somatotype drawings, current figure, ideal figure, attractive figure

• Address for correspondence : **Jin A Park**
Department of Family Medicine, Hanil General Hospital,
132-703, Korea
• Tel : 02-907-3161
• E-mail : parkjina@paran.com