

KWDI 이슈페이퍼

수행과제명 한국사회의 젠더와 건강 불평등 연구(III): 외모강박과 미용성형을 중심으로
과제책임자 김동식 연구위원 (Tel: 02-3156-7156 / E-mail: dskim@kwidimail.re.kr)

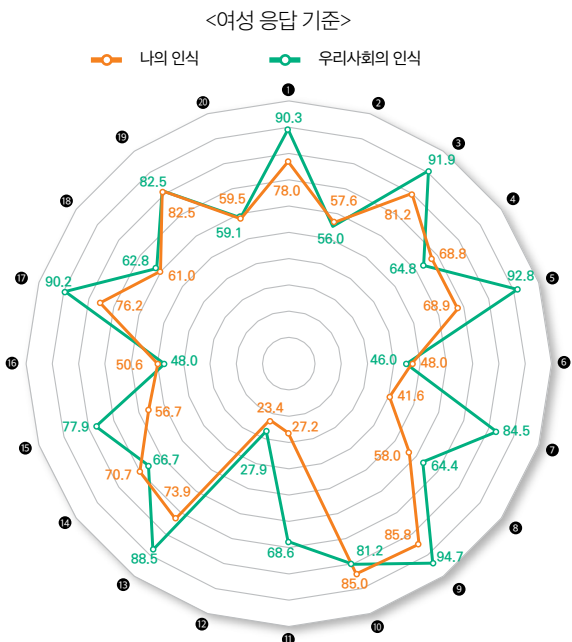
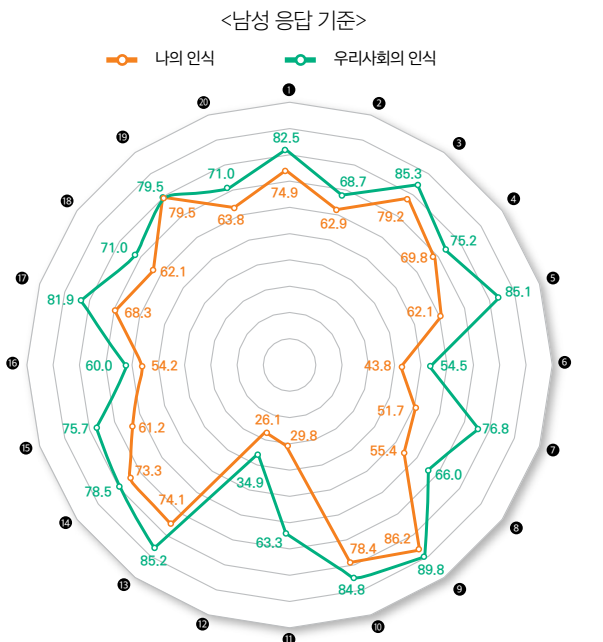
우리사회의 성별화된 외모 고정관념과 외모강박 실태

초록

- 외모강박은 젊은 여성들뿐만 아니라 청소년 및 중장년에 이르기까지 한국사회의 모든 여성들이 공통적으로 겪는 현상으로 자신과 타인의 외모에 대한 왜곡된 사고를 갖게 하고, 거식증, 폭식증과 같이 섭식장애를 앓거나, 전문가와의 상담이 필요한 정도의 우울감과 자살충동 등 여성의 건강권을 위협하고 있음.
- 그간 정부 정책에서는 우리사회의 성별화된 외모 고정관념 및 외모강박, 그리고 이로 인한 건강문제에 대해 관심이 크지 않았음. 이에 관련 실태조사를 실시하여, 우리사회의 성별화된 외모 현상이 심각하고, 특정 성의 외모가 성적 대상화 하고 차별의 수단으로 이용되며, 이로 인한 여성들의 행복권과 건강권이 침해받고 있음을 확인함.

우리사회의 여성과 남성 외모에 대한 고정관념

(단위 : %)



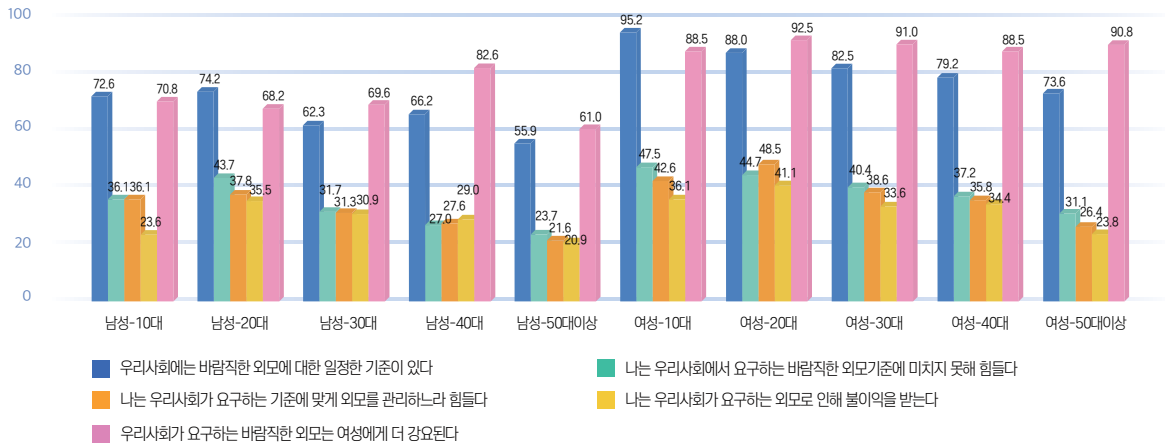
- 여성은 사회적으로 성공하려면 외모는 중요하다
- 여성은 사회적으로 성공하려면 외모는 중요하다
- 여성은 사회적으로 성공하려면 외모관리는 중요하다
- 여성은 사회적으로 성공하려면 외모관리는 중요하다
- 여성은 날씬해야 보기 좋다
- 뚱뚱한 여성은 매력적이지 않다
- 뚱뚱한 남성은 매력적이지 않다
- 처음 만나는 여성의 외모는 호감을 주는데 중요하다
- 처음 만나는 남성의 외모는 호감을 주는데 중요하다

- 여성은 능력보다 외모가 중요하다
- 여성은 능력보다 외모가 중요하다
- 여성의 외모는 연애시 중요하다
- 남성의 외모는 연애시 중요하다
- 남성의 외모는 결혼시 중요하다
- 남성의 외모는 결혼시 중요하다
- 남성의 외모는 결혼시 중요하다
- 남성의 외모는 결혼시 중요하다
- 남성의 외모는 결혼시 중요하다

주: 여기서 비율(%)은 '그렇다(약간 그렇다) + 매우 그렇다'의 응답 비율을 의미함.

우리사회 외모 기준 인식

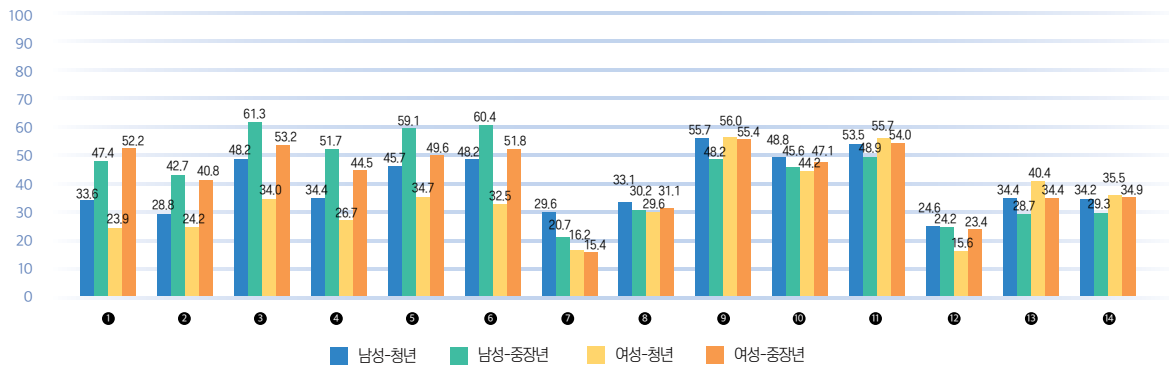
(단위 : %)



주: 여기서 비율(%)은 '그렇다(약간 그렇다 + 매우 그렇다)'의 응답 비율을 의미함.

여성다운 외모에 대한 인식

(단위 : %)



- ① 어깨가 넓은 여성은 여성스럽지 않다
- ② 근육이 있는 여성은 여성스럽지 않다
- ③ 시각형 얼굴의 여성은 여성스럽지 않다
- ④ 목이 짧은 여성은 여성스럽지 않다
- ⑤ 허리라인이 없는 여성은 여성스럽지 않다

- ⑥ 피부가 거친 여성은 여성스럽지 않다
- ⑦ 머리카락이 짧은 여성은 여성스럽지 않다
- ⑧ 거드랑이에 털이 있는 여성은 여성스럽지 않다
- ⑨ 어깨가 좁은 여성은 여성스럽지 않다
- ⑩ 근육이 없는 여성은 여성스럽지 않다

- ⑪ 뺨뺨 마른 남성은 남성스럽지 않다
- ⑫ 거드랑이에 털이 없는 남성은 남성스럽지 않다
- ⑬ 키가 작은 남성은 남성스럽지 않다
- ⑭ 머리카락이 긴 남성은 남성스럽지 않다

주: 여기서 비율(%)은 '그렇다(약간 그렇다 + 매우 그렇다)'의 응답 비율을 의미함.

1. 배경 및 문제점

- ① 한국사회는 더욱 젊고 아름다운 외모를 갖기 위해 시간과 돈을 끊임없이 투자하는 개인들이 늘어나고 있음.
- ② 특히, 여성에게 있어 외모는 오래전부터 중요한 육체 자본으로 간주되어 관리와 평가의 대상이 되었음.
 - ▶ 채용시장과 결혼시장에서 여성의 외모에 대한 평가와 차별은 매우 심각한 수준임.
 - ▶ 다이어트는 일상이 되었고, 미용성형을 통해 외모 변형을 시도하는 여성들이 크게 늘어나고 있음.
- ③ 이 연구는 중고등학생부터 중장년에 이르기까지 남녀를 대상으로 우리사회의 성별화된 외모(몸)에 대한 고정관념과 그로 인한 강박 실태를 파악하고, 이로 인한 건강문제를 조사함.

2. 조사 및 분석결과

- ① 조사 대상 및 방법
 - ▶ 15~64세 모집단 기준(2019.7), 성별·연령·지역별 인구구성에 비례 표본 할당
 - ▶ 최종 2,585명 조사 참여

분석 결과

- ① 외모에 대한 고정관념의 내면화와 타인 의식 및 체중 관심
 - ▶ 외모에 대한 고정관념이 어느 정도 내면화되어 있는지 관련 문항을 통해 물어봄.
 - 조사 참여자의 80% 이상은 “옷은 체형이 멋진 사람이 입어야 한다”, 60% 이상은 “TV나 영화 속 멋진 외모를 가진 사람을 보면 그런 외모를 갖고 싶다”고 응답하여 많은 사람들이 이상적인 외모와 체형에 대한 고정관념이 내면화되어 있음을 알 수 있음.
 - ▶ 자신의 외모와 관련하여 어느 정도 타인을 의식하는지 살펴보았는데,
 - 조사 참여자의 60~70%는 “외출하기 전”, “수업이나 모임”, “회의가 있을 때” 자신의 외모가 남들에게 어떻게 보일지에 대해 신경을 쓴다고 응답하였음. 이를 통해 볼 때, 상당수의 사람들이 일상생활에서 타인을 만나고 함께 일을 하는 데 있어 자신의 외모와 체형을 의식하고 있음을 알 수 있음.
 - ▶ 본인의 체중(체형)에 대해 어느 정도 관심이 있는지 살펴본 결과,
 - 조사 참여자의 과반 이상은 “살이 찌까봐 체중에 신경을 쓰고 있다”고, 30% 이상은 “체중이 조금이라도 늘면 곧 바로 다이어트를 한다”와 “매일 체중을 잴다”라고, 그리고 20% 정도는 “살이 찌는 음식은 자제하거나 칼로리를 생각하고 먹는다”고 응답함.

▶ 이상의 결과는 남성보다는 여성, 중년층보다는 청년층에서 두드러지게 확인됨.

- 여성은 남성보다 10%p 이상 높은 응답을 보였음. 특히 여성청년에서의 응답률이 가장 높음. 즉, 이 인구집단에서 외모에 대한 고정관념이 가장 심하고, 또한 자신의 외모/체형에 대해 타인을 더 의식하며, 체중 관리에 신경을 쓰는 경우가 많았음. 이는 외모/체형에 따른 평가와 요구가 어느 집단보다 이 인구집단에서 높음을 간접적으로 시사하는 것임.

<표 1> 외모 고정관념에 대한 내면화, 타인의식 및 체중관심 인식

(단위: %, 명)

구분		외모 고정관념 내면화			타인 의식			체중 관심					전체
		①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨	⑩	⑪	
성별	남성	17.2	53.6	80.6	56.0	55.7	62.8	42.2	19.0	23.9	20.7	19.9	1,321
	여성	29.8	69.8	85.4	70.9	72.1	82.1	63.5	36.9	36.4	32.2	30.6	1,264
	X ² (p)	57.3 (***)	70.9 (***)	10.5 (***)	62.3 (***)	75.7 (***)	120.2 (***)	117.4 (***)	103.4 (***)	48.2 (***)	44.6 (***)	39.1 (***)	
생애	청년	28.6	69.3	83.6	68.3	70.1	74.7	49.4	28.6	28.4	21.3	24.5	1,158
	중장년	19.1	55.3	82.3	59.3	58.7	70.2	55.2	27.1	31.4	30.4	25.6	1,427
	X ² (p)	31.8 (***)	52.9 (***)	0.8	22.3 (***)	36.3 (***)	6.25 (***)	8.59 (***)	0.72	2.71	27.6 (***)	0.44	
성별 x 생애	남성-청년	20.7	61.5	80.3	62.2	63.9	68.4	40.1	22.1	21.9	19.6	24.1	600
	남성-중장년	14.2	47.1	80.8	50.8	49.0	58.1	43.9	16.4	25.6	21.5	16.4	721
	여성-청년	37.3	77.6	87.3	74.9	76.9	81.5	59.6	35.5	35.3	23.1	24.9	558
	여성-중장년	24.1	63.7	83.9	67.9	68.4	82.6	66.6	38.0	37.3	39.3	34.9	706
	X ² (p)	95.7 (***)	125.3 (***)	13.1 (**)	87.1 (***)	115.9 (***)	137.6 (***)	125.7 (***)	109.6 (***)	50.9 (***)	87.2 (***)	65.8 (***)	
전체		23.3	61.5	82.9	63.3	63.8	72.2	52.6	27.7	30.0	26.3	25.1	2,585

*p<0.05, **p<0.01, ***p<0.001

주: 각 셀은 긍정의 응답(약간 그렇다 + 매우 그렇다)에 대한 비율을 의미함

- ① 나는 모델이나 연예인들의 외모와 내 외모를 비교하곤 한다
- ② TV나 영화에서 나오는 멋진 외모를 가진 사람들을 보면 나도 그런 외모를 갖고 싶다
- ③ 웃은 체형이 멋진 사람들이 입어야 더 멋있다
- ④ 외출하기 전에 내가 남들에게 어떻게 보일지 항상 신경이 쓰인다
- ⑤ 내 외모가 남들에게 어떻게 보이는지 신경을 쓰는 편이다
- ⑥ 수업, 모임, 회의가 있을 시 외모에 신경을 더 쓰는 편이다
- ⑦ 나는 언제나 살이 찢까봐 신경을 쓴다
- ⑧ 나는 체중이 조금이라도 늘어난다면, 곧 바로 다이어트를 시작한다
- ⑨ 나는 매일 체중을 잰다
- ⑩ 나는 좋아하는 음식이라도 살이 찢는 음식은 자제를 한다
- ⑪ 나는 음식을 먹을 때 칼로리를 생각하고 먹는다

- 주관적으로 날씬하다고 인지하고 있거나 실제 체질량지수(BMI)가 저체중인 경우, 자신의 체형(체중)을 과대 왜곡하고, 외모 전반에 대해 불만족하며 외모 고정관념에 대한 내면화가 강하고 또한 자신의 외모에 대해 타인을 더 많이 의식하며, 자신의 체중에 대한 관심도 역시 높은 것으로 나타남.

<표 2> 외모에 대한 객관적 및 주관적 평가에 따른 외모 고정관념 내면화, 타인 의식, 체중관심 평균

(단위: 점, 명)

구분		남성(n=1,321)						여성(n=1,264)					
		외모 고정관념 내면화		타인의식		체중관심		외모 고정관념 내면화		타인의식		체중관심	
		평균 (표준 편차)	t/F (p)	평균 (표준 편차)	t/F (p)	평균 (표준 편차)	t/F (p)	평균 (표준 편차)	t/F (p)	평균 (표준 편차)	t/F (p)	평균 (표준 편차)	t/F (p)
체질량 지수 (BMI)	저체중	7.62 (1.60)	0.96	8.03 (2.22)	3.41 (*)	7.45 (3.25)	23.72	8.53 (1.71)	7.15 (***)	8.76 (1.90)	0.29	9.73 (3.68)	7.15 (***)
	정상체중	7.42 (1.81)		7.96 (1.97)		9.68 (3.00)		8.14 (1.75)		8.66 (1.74)		11.60 (3.26)	
	과체중/비만	7.31 (1.69)		7.68 (1.89)		10.49 (2.84)		7.82 (1.82)		8.61 (1.77)		11.21 (2.95)	
주관적 체중 인식 (BWP)	마른 편	7.44 (1.77)	0.4	8.06 (2.03)	3.23 (*)	8.26 (3.01)	48.42	8.24 (1.71)	1.21	8.77 (1.79)	3.16 (*)	9.72 (3.64)	25.35 (***)
	보통	7.44 (1.77)		7.95 (1.94)		10.08 (2.98)		8.00 (1.78)		8.46 (1.83)		11.58 (3.36)	
	살찐 편	7.35 (1.75)		7.73 (1.91)		10.43 (2.80)		8.12 (1.78)		8.72 (1.71)		11.64 (3.02)	
외모 왜곡 (BID)	비외모왜곡	7.39 (1.72)	0.03	7.84 (1.94)	0.41	10.16 (2.95)	21.29	7.94 (1.78)	7.34 (***)	8.55 (1.79)	3.13 (*)	11.16 (3.29)	11.63 (***)
	외모왜곡-과대평가	7.41 (1.81)		7.78 (1.95)		10.37 (2.75)		8.34 (1.73)		8.80 (1.70)		11.84 (3.06)	
	외모왜곡-과소평가	7.37 (1.85)		7.94 (1.98)		8.81 (3.12)		8.08 (1.75)		8.79 (1.78)		10.24 (3.70)	
외모 만족	만족함	7.26 (1.73)	-3.20 (**)	7.84 (1.93)	-0.15	9.81 (2.99)	-2.37	7.87 (1.74)	-5.26 (***)	8.60 (1.74)	-1.19	11.24 (3.36)	-1.26
	불만족함	7.58 (1.77)		7.86 (1.97)		10.20 (2.97)		8.39 (1.77)		8.72 (1.79)		11.48 (3.15)	
전체		7.39 (1.75)		7.85 (1.95)		9.96 (2.99)		8.10 (1.77)		8.66 (1.76)		11.35 (3.27)	

*p<0.05, **p<0.01, ***p<0.001

주: 외모 고정관념에 대한 내면화 점수 범위는 3~12점이며, 점수가 높을수록 그 수준이 높음을 의미함.

타인의식의 점수 범위는 3~12점이며, 점수가 높을수록 그 수준이 높음을 의미함.

체중관심의 점수 범위는 5~20점이며, 점수가 높을수록 그 정도가 높음을 의미함.



외모에 대한 사회적 통념

- ▶ 여성의 외모, 남성의 외모에 대해 남녀가 각각 개인적 수준과 사회적 수준에서 어떻게 인식되는지 물어본 결과,
 - 남녀 모두 여성의 외모 및 외모관리는 사회적으로 성공을 위해 중요하며, 여성은 날씬해야 하고 뚱뚱한 여성은 매력적이지 않으며, 여성의 외모는 능력보다 중요하며, 또한 여성의 외모는 연애, 결혼, 취업 및 대인관계에서도 중요하는데 대해 대체로 동의하고 있었음. 특히나 이러한 여성의 외모 및 외모관리에 대한 동의율은 응답자가 여성인 경우보다 남성에게서 더 높았음.
 - 이상의 개인 수준에서의 동의율은 우리사회 수준에서 물었을 때의 동의율보다는 낮았음. 즉, 우리사회에서 여성의 외모 및 외모관리는 사회적 성공과 사회적 관계 형성에 있어 매우 중요한 역할을 한다는데 대다수가 동의하고 있었음. 이는 여성의 외모와 외모관리가 여성에게 있어 매우 중요한 사회적 요소로 작용하고 있음을 의미함.

<표 3> '나'와 '우리사회' 기준의 여성 외모에 대한 인식

(단위 : %)

구분	'나' 기준			'사회' 기준		
	남성	여성	X ² (p)	남성	여성	X ² (p)
여성은 사회적으로 성공하려면 외모는 중요하다	74.9	78.0	3.45	82.5	90.3	33.26(***)
여성은 사회적으로 성공하려면 외모관리는 중요하다	79.2	81.2	1.69	85.3	91.9	27.74(***)
여성은 날씬해야 보기 좋다	62.1	68.9	13.13(***)	85.1	92.8	38.65(***)
뚱뚱한 여성은 매력적이지 않다	51.7	41.6	26.85(***)	76.8	84.5	24.46(***)
처음 만나는 여성의 외모는 호감을 주는데 중요하다	86.2	85.8	0.06	89.8	94.7	21.59(***)
여성은 능력보다 외모가 중요하다	29.8	27.2	2.09	63.3	68.6	7.93(*)
여성의 외모는 연애시 중요하다	74.1	73.9	0.02	85.2	88.5	6.05(*)
여성의 외모는 결혼시 중요하다	61.2	56.7	5.42(*)	75.7	77.9	1.74
여성의 외모는 취업시 중요하다	68.3	76.2	20.29(***)	81.9	90.2	36.52(***)
여성의 외모는 대인관계시 중요하다	79.5	82.5	3.78	79.5	82.5	3.78

*p<0.05, **p<0.01, ***p<0.001

주: 여기서 비율(%)은 '그렇다(약간 그렇다 + 매우 그렇다)'의 응답 비율을 의미함.

- 그러나 남성의 외모와 외모관리에 대해서도 사회적 성공과 사회적 관계 형성에 있어 중요하다는 데 동의하는 비율이 개인 수준보다는 우리사회 기준에서 상대적으로 높으나, 앞서 확인된 여성의 외모와 외모관리에 대한 동의율과 비교했을 때는 상대적으로 낮았음. 또한 여성 응답자가 남성의 외모 및 외모관리에 대한 동의율보다 남성 응답자가 남성의 외모 및 외모관리에 대한 동의율이 상대적으로 높았음. 이는 남성 역시 남성으로서 외모와 외모관리의 압박을 받고 있고 사회적으로 남성에게 요구되는 몸(이미지)이 있음을 의미함. 그렇지만, 여성의 입장은 오히려 남성은 그렇지 않거나 여성 자신들이 사회로부터 요구받는 몸에 대한 사회적 규범이 남성보다 더 엄격함을 보여주고 있음. 이를 통해 우리사회의 여성과 남성의 몸에 대한 통념과 규범이 분명한 차이가 있음을 확인할 수 있었음.

<표 4> '나'와 '우리사회' 기준의 남성 외모에 대한 인식

(단위 : %)

구분	'나' 기준			'사회' 기준		
	남성	여성	X ² (p)	남성	여성	X ² (p)
남성은 사회적으로 성공하려면 외모는 중요하다	62.9	57.6	7.57(**)	68.7	56.0	44.48(***)
남성은 사회적으로 성공하려면 외모관리는 중요하다	69.8	68.8	0.31	75.2	64.8	33.48(***)
남성은 날씬해야 보기 좋다	43.8	48.0	4.55(*)	54.5	46.0	18.50(***)
뚱뚱한 남성은 매력적이지 않다	55.4	58.0	1.76	66.0	64.4	0.72
처음 만나는 남성의 외모는 호감을 주는데 중요하다	78.4	85.0	18.76(***)	84.8	81.2	5.82(***)
남성은 능력보다 외모가 중요하다	26.1	23.4	2.60	34.9	27.9	14.69(***)
남성의 외모는 연애시 중요하다	73.3	70.7	2.16	78.5	66.7	45.73(***)
남성의 외모는 결혼시 중요하다	54.2	50.6	3.44	60.0	48.0	37.48(***)
남성의 외모는 취업시 중요하다	62.1	61.0	0.35	71.0	62.8	19.47(***)
남성의 외모는 대인관계시 중요하다	63.8	59.1	6.02(*)	71.0	59.5	37.68(***)

*p<0.05, **p<0.01, ***p<0.001

주: 여기서 비율(%)은 '그렇다(약간 그렇다 + 매우 그렇다)'의 응답 비율을 의미함.



우리사회의 외모 기준에 대한 인식과 외모 불안감

▶ 우리사회에 특정한 외모 기준이 있는지 물어본 결과,

- 응답자의 상당수가 우리사회에는 사회가 요구하는 특정한 외모 기준, 이상적인 외모 기준이 있다고 응답함. 특히 그 기준에 미치지 못한다고 인지하는 경우 그 기준에 맞게 외모를 관리하느라 힘들며, 또한 그 기준에 못 미쳐서 불이익을 받는다는 응답이 많았음.
- 이러한 응답은 특히나 남성보다는 여성, 여성 안에서도 청년층에서 가장 많았음. 실제 “우리사회가 요구하는 바람직한(이상적인) 외모는 여성에게 더 강요된다”는 문항으로 남녀의 응답 경향을 살펴본 결과, 여성청년에서의 응답이 91.5%로 가장 높았음. 남성의 경우도, 여성에 대한 우리사회의 외모 기준이 남성에 대해 한 것보다 더 강요되는 경향이 있다는 것에 대한 동의율이 70% 이상으로 높았음.
- 여성의 경우, 이러한 외모 기준이 임신기에도 적용되는지 “임신기에도 자신의 체중과 외모(체형)를 관리해야 한다”와 “출산 전 외모(체형)로 돌아가기 위해 체중 및 외모(체형)를 관리해야 한다” 등으로 살펴본 결과, 대다수의 여성들이 이에 동의하였음. 이는 청년뿐만 아니라 중년 여성에서도 동의율은 비슷하였음. 또한 남성 역시 임신기의 여성의 외모 관리의 필요성에 대해서도 동의율이 높았음.

<표 5> 우리사회의 외모 기준에 대한 인식

(단위: %, 명)

구분		우리사회의 외모 기준 및 강박				우리사회의 여성 외모 기준 및 임신부 강박			전체
		①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	
성별	남성	64.4	30.9	29.0	27.8	75.9	27.0	55.7	1,321
	여성	80.7	37.8	36.0	32.2	90.7	39.2	67.0	1,264
	X ² (p)	85.86(***)	13.37(***)	14.35(***)	6.14(*)	99.7(***)	43.42(***)	34.80(***)	
생애	청년	77.8	40.7	39.3	34.8	79.9	30.3	49.9	1,158
	중장년	68.0	29.2	27.0	26.1	85.7	35.1	70.3	1,427
	X ² (p)	30.62(***)	37.13(***)	43.93(***)	23.26(***)	15.61(***)	6.73(**)	111.58(***)	
성별x생애	남성-청년	69.4	38.3	35.1	32.3	69.1	25.6	45.7	600
	남성-중장년	60.1	25.0	24.0	24.0	81.6	28.2	64.0	721
	여성-청년	86.7	43.3	43.8	37.6	91.5	35.5	54.5	558
	여성-중장년	76.0	33.5	30.0	28.1	89.9	42.1	76.7	706
	X ² (p)	118.56(***)	51.85(***)	59.69(***)	30.34(***)	135.8(***)	50.58(***)	145.80(***)	
전체		72.3	34.3	32.5	30.0	83.1	33.0	61.2	2,585

*p<0.05, **p<0.01, ***p<0.001

주: 여기서 비율(%)은 '그렇다(약간 그렇다 + 매우 그렇다)'의 응답 비율을 의미함.

- ① 우리사회에는 바람직한 외모에 대한 일정한 기준이 있다
- ② 나는 우리사회에서 요구하는 바람직한 외모 기준에 미치지 못해 힘들다
- ③ 나는 우리사회가 요구하는 기준에 맞게 외모를 관리하느라 힘들다
- ④ 나는 우리사회가 요구하는 외모로 인해 불이익을 받는다
- ⑤ 우리사회가 요구하는 바람직한 외모는 여성에게 더 강요 된다
- ⑥ 임신 중인 여성도 체중 및 외모(체형) 관리를 해야 한다
- ⑦ 출산한 여성은 출산 전 외모(체형)로 돌아가기 위해 체중 및 외모(체형)관리를 해야 한다

▶ 우리사회의 외모 기준으로 인한 외모 불안감을 “자신의 외모가 외모 기준에 못 미칠까”, “타인이 나의 외모로 싫어할까”, “좋은 기회를 나의 외모로 놓칠까” 걱정하고 불안해하는지 물어본 결과,

- 남녀 모두, 청년 모두에서 동의 비율이 높았음. 특히 어느 인구집단보다 여성청년에서의 동의율이 가장 높았음.

<표 6> 외모 불안감

(단위: %, 명)

구분		다른 사람들이 생각하는 외모 기준에 미치지 못할까봐 종종 불안	내 외모 때문에 사람들이 나를 싫어할까 걱정	내 외모 때문에 좋은 기회를 놓치게 될까봐 걱정	전체
성별	남성	28.6	27.0	30.1	1,321
	여성	37.2	30.1	34.8	1,264
	X ² (p)	21.77(***)	3.01	6.39(***)	
생애	청년	42.9	38.2	42.2	1,158
	중장년	24.8	20.7	24.4	1,427
	X ² (p)	94.67(***)	95.92(***)	92.63(***)	

구분		다른 사람들이 생각하는 외모 기준에 미치지 못할까봐 종종 불안	내 외모 때문에 사람들이 나를 싫어할까 걱정	내 외모 때문에 좋은 기회를 놓치게 될까봐 걱정	전체
성별 x 생애	남성-청년	40.3	37.5	40.8	600
	남성-중장년	18.9	18.4	21.3	721
	여성-청년	45.8	39.1	43.8	558
	여성-중장년	30.6	23.1	27.8	706
	X ² (p)	122.40(***)	100.30(***)	99.97(***)	
전체		32.8	28.5	32.4	2,585

*p<0.05, **p<0.01, ***p<0.001

주: 여기서 비율(%)은 '그렇다(약간 그렇다 + 매우 그렇다)'의 응답 비율을 의미함.

- 특히나 실제 비만 정도를 보여주는 BMI가 정상체중이 아닌 저체중 혹은 과체중/비만인 경우, 그리고 주관적으로 인지하는 자신의 체형이 보통이 아닌 마른 편, 살찐 편인 경우, 그리고 자신의 외모 전반에 대한 불만족도가 높을수록 외모 불안감은 유의미하게 높았음. 특히, 여성이면서 청년층에서의 이러한 경향이 뚜렷하게 확인되었음.

<표 7> 외모에 대한 객관적 및 주관적 평가에 따른 외모 불안감

(단위: 점, 명)

구분		남성			여성		
		평균 (표준편차)	합계	X ² (p)	평균 (표준편차)	합계	X ² (p)
체질량 지수 (BMI)	저체중	7.17(2.25)	32	9.63(***)	6.50(2.25)	110	13.07(***)
	정상체중	5.87(2.25)	740		6.30(2.20)	870	
	과체중/비만	6.31(2.31)	549		7.08(2.27)	284	
주관적 체중 인식 (BWP)	마른 편	6.67(2.27)	224	4.93(**)	6.22(2.24)	171	12.27(***)
	보통	5.77(2.29)	371		6.09(2.20)	367	
	살찐 편	6.22(2.28)	726		6.76(2.27)	726	
외모 왜곡 (BID)	비외모왜곡	6.18(2.34)	883	2.56	6.44(2.31)	709	1.21
	외모왜곡-과대평가	5.86(2.16)	213		6.61(2.19)	467	
	외모왜곡-과소평가	5.89(2.20)	225		6.25(2.32)	88	
전반적 외모만족	만족	5.59(2.21)	798	99.36(***)	5.90(2.11)	707	118.63(***)
	불만족	6.83(2.21)	523		7.24(2.25)	557	
전체		6.09(2.29)	1,321		6.49(2.27)	1,264	

*p<0.05, **p<0.01, ***p<0.001

주: 각 셀은 아래 항목의 점수를 합산한 평균(표준편차)을 의미함.

- ① 다른 사람들이 생각하는 외모 기준에 미치지 못할까봐 종종 불안하다
- ② 내 외모 때문에 사람들이 나를 싫어할까 걱정된다
- ③ 내 외모 때문에 좋은 기회를 놓치게 될까봐 걱정된다

- 한편, “나이듦”에 따라 변해가는 자신의 외모에 대한 불안감이 어느 정도인지 살펴보았는데, 이는 청년층 보다는 중장년층에서 상대적으로 높았음. 특히, 중장년 내에서도 여성의 불안감은 남성과 비교할 때 상대적으로 높았는데, 이를 보더라도 “나이듦”으로 인한 외모 불안감 역시 여성에게서 더 심각함을 알 수 있음. 그렇다고 여성청년에서의 불안감이 낮은 것은 아니었는데, 이를 통해 볼 때, “나이듦” 자체가 사회가 정한(요구하는) 외모 기준에서 이탈됨을 의미하므로, 생애를 떠나 여성에게 있어 “나이듦”은 외모 관리를 더욱 요구받는 요인이 됨을 알 수 있음.

<표 8> 외모에 대한 객관적 및 주관적 평가에 따른 나이듦에 대한 불안감

(단위: 점, 명)

전체		평균(표준편차)	t/F(p)	전체
성별	남성	8.93(3.12)	-10.05(***)	1,321
	여성	10.20(3.21)		1,264
생애	청년	9.38(3.42)	-2.37(*)	1,158
	중장년	9.69(3.13)		1,427
성별x생애	남성-청년	8.89(3.37)	36.57(***)	600
	남성-중장년	8.96(2.99)		721
	여성-청년	9.91(3.53)		558
	여성-중장년	10.42(3.10)		706
전체		9.55(3.28)		2,585

*p<0.05, **p<0.01, ***p<0.001

주: 각 셀은 아래 항목의 점수를 합산한 평균(표준편차)을 의미함.

- ④ 나이 들어가는 내 모습을 상상하면 두렵다
- ⑤ 거울 앞에서 흰머리를 보거나 머리가 빠지는 것을 보게 될 날이 두렵다(보고 있으면 괴롭다)
- ⑥ 거울 앞에서 나의 피부에 주름이 생기는 것을 보게 될 날이 두렵다(보고 있으면 괴롭다)
- ⑦ 거울 앞에서 피부가 검어지거나 피부에 검버섯이 생기는 것을 보게 될 날이 두렵다(보고 있으면 두렵다)



여성성과 남성성을 부각하는 우리사회 성별화된 외모에 대한 인식

▶ 여성스러운 외모상, 남성스러운 외모상이 어떻게 각인되어 있는지 이것이 우리사회의 외모상으로 규정되어 있는지 살펴보기 위해 관련 문항으로 살펴본 결과,

- 여성다운 외모상과 관련하여 어깨가 넓거나 근육이 있으면, 얼굴은 사각턱이고, 목은 짧고 허리라인은 없으며 피부가 거친 여성은 여성답지 않다고 인식하는 경향이 남녀 모두에게서 높았음. 성별로 구분해서 보면 여성에서 상대적으로 많았는데, 대체로 남성 역시 이러한 여성다운 외모에 대한 인지율은 높았음.
- 남성다운 외모상과 관련하여 어깨가 좁거나 근육이 없으며, 마른 체형이고 키가 작은 경우 남성답지 않다고 인식하는 경향이 남녀 모두 강했음. 특히 남성청년층에서 관련 인식률이 높았는데, 여성의 남성다운 외모에 대한 인식률도 크게 높았음.
- 이상의 결과를 통해 볼 때, 우리사회의 여성다운 외모, 남성다운 외모와 같이 성별화된 외모가 규정되어 있음을 확인할 수 있었음.

<표 9> 여성성과 남성성 관련 외모에 대한 인식

(단위: %)

구분		그렇다(%)				
		남성-청년	남성-중장년	여성-청년	여성-중장년	X ² (p)
여성 측면	어깨가 넓은 여성은 여성스럽지 않다	33.6	47.4	23.9	52.2	74.41(***)
	근육이 있는 여성은 여성스럽지 않다	28.8	42.7	24.2	40.8	67.87(***)
	시각형(사각턱) 얼굴의 여성은 여성스럽지 않다	48.2	61.3	34.0	53.2	97.07(***)
	목이 짧은 여성은 여성스럽지 않다	34.4	51.7	26.7	44.5	94.5(***)
	허리라인이 없는 여성은 여성스럽지 않다	45.7	59.1	34.7	49.6	76.69(***)
	피부가 거친 여성은 여성스럽지 않다	48.2	60.4	32.5	51.8	99.22(***)
	머리카락이 짧은 여성은 여성스럽지 않다	29.6	20.7	16.2	15.4	48.18(***)
	겨드랑이에 털이 있는 여성은 여성스럽지 않다	33.1	30.2	29.6	31.1	1.62
남성 측면	어깨가 좁은 남성은 남성스럽지 않다	55.7	48.2	56.0	55.4	11.72(***)
	근육이 없는 남성은 남성스럽지 않다	48.8	45.6	44.2	47.1	2.85
	빼빼 마른 남성은 남성스럽지 않다	53.5	48.9	55.7	54.0	6.97
	겨드랑이에 털이 없는 남성은 남성스럽지 않다	24.6	24.2	15.6	23.4	17.90(***)
	키가 작은 남성은 남성스럽지 않다	34.4	28.7	40.4	34.4	48.95(***)
	머리카락이 긴 남성은 남성스럽지 않다	34.2	29.3	35.5	34.9	7.52

*p<0.05, **p<0.01, ***p<0.001

주: 여기서 비율(%)은 '그렇다(약간 그렇다 + 매우 그렇다)'의 응답 비율을 의미함.



비만여성과 비만남성에 대한 편견

- ▶ 비만인에 대한 사회적 편견 정도가 어느 정도 되는지, 특히 성별에 따라 다른지를 살펴본 결과,
 - 비만여성에 대해서는 편견의 정도가 남성이 여성에 비해, 중장년이 청년에 비해 높았음(남성 13.23점, 여성 12.65점 / 청년층 12.68점, 중장년 13.15점).
 - 그러나 비만남성에 대해서는 성별과 생애, 성별/생애를 고려하더라도 유의미한 차이는 확인되지 않아 비만인이라 하더라도 성별에 따라 편견의 정도가 다르며, 이러한 편견은 여성에 대한 남성의 편견이 더 심각한 수준임을 알 수 있었음.



가족·친구·동료로부터 외모 중요성 및 관리 필요성 지적 경험

- ▶ 가족이나 친구/동료로부터 외모가 중요하고, 따라서 외모관리를 해야 한다는 지적은 전반적으로 볼 때 남성청년이 가장 많이 받은 것으로 나타났으나(남성청년 8.17점, 남성-중장년 7.40점, 여성-청년 7.30점, 여성-중장년 6.92점), 가족으로 한정하면 여성청년도 지적 경험이 높은 것으로 나타남(외모 관리 : 남성-청년 33.3%, 남성-중장년 20.3%, 여성-청년 32.2%, 여성-중장년 18.4% / 외모 중요성 : 남성-청년 27.1%, 남성-중장년 18.5%, 여성-청년 26.4%, 여성-중장년 15.3%).



외모 비하·혐오 피해 및 가해 경험

- ▶ 전체 조사 참가자의 10~30%는 가족이나 친구, 동료 등 지인으로부터 자신의 외모에 대해 비하하거나 혐오 발언을 들은 피해 경험은 여성이 남성에 비해 유의미하게 많았고, 가해 경험은 5~20% 정도 있었는데 대체로 남성에서 나타남.



정신건강

- ▶ 우울증과 자살생각 등 정신건강의 위험요인
 - 실체 체형인 BMI가 저체중 및 과체중/비만인 경우, 주관적으로 인지하는 체형이 마른 편 혹은 살찐 편, 그리고 외모(체형) 전반에 대해 불만족한 경우
 - 외모(체형) 관리를 위해 위험행위를 한 경우, 미용성형을 한 경우, 그리고 미용성형에 따른 부작용 피해를 경험한 경우
 - 외모 고정관념에 대한 내면화, 타인의식, 체중 관심, 여성/남성의 외모에 대한 사회적 통념, 비만인에 대한 편견이 강할수록, 우리사회의 외모에 대한 기준이 있다고 인식할수록, 그런 기준으로 자신의 외모에 대한 불안감이 클수록, 부모 및 친구/동료로부터 외모 지적을 많이 받았거나 섭식장애의 위험성에 많이 노출될수록 위험성이 강하게 나타났음.
 - 위의 정신건강에 대한 외모의 특성은 모두 성별과 생애별 차이를 보였는데, 특히 여성, 그리고 여성 안에서도 청년층에서의 정신건강 위험요인으로서 외모적 특성이 강하게 연관되어 있음을 확인함.

3. 정책제언



외모에 대한 긍정적 인식과 다양성 존중의 사회로 전환

- ▶ 외모에 대한 긍정적 인식 제고와 사회적 규준에서 벗어난 외모에 대한 혐오/편견 근절을 위한 대국민 캠페인 및 홍보 강화
- ▶ 성장하는 아동청소년에 대한 외모·몸 다양성 및 신체이미지 교육의 적극적 실천과 내실화 강화



외모·몸 관련 산업에서의 외모·몸 다양성 존중 및 적극적인 성평등 환경 조성

- ▶ 방송통신 및 출판·인쇄 분야
 - 획일적이고 성별화된 외모/신체상을 부추기는 방송프로그램에 대한 규제 강화
 - 방송 출연자 및 제작자 등 관계자 대상 성인지 감수성 및 외모에 관한 다양성 존중 교육 강화
 - 공공기관의 다양한 출판·인쇄물 내 여성의 외모·몸에 대한 성적 대상화 금지 및 가이드라인 개발·배포
- ▶ 패션 및 의류산업 분야
 - 다양한 체형의 마네킹 제작 및 전시
 - 다양한 사이즈 의류 생산 및 판매
 - ‘포토샵 법’ 제정을 통한 패션업계의 편향적이고 왜곡된 외모·신체 관련 정보 제공에 대한 법적 규제 강화

▶ 미용성형 산업 분야

- 미용성형에 관한 허위·과대 광고에 대한 엄격한 규제
- 미용성형 위험성 및 관련 상황에 대한 사전 고지·동의 의무화
- 미용성형의 부작용 피해에 관한 통계 구축 및 개선 목적의 적극적 활용

▶ 노동산업 분야

- 채용상의 외모 식별 및 평가 금지를 위한 표준이력서 양식의 의무 사용
- 노동현장의 채용 및 업무 관련 외모 차별 관리·감독 강화



외모(몸), 젠더, 건강에 관한 통합연구 강화 및 국가건강정책 아젠다로 설정과 추진

▶ 외모(몸), 젠더, 건강에 관한 통합적 연구 정례화

▶ 국가단위 건강정책으로 외모 다양성과 건강 주제 설정 및 추진

- 국가승인통계 내 외모(몸) 및 신체이미지 관련 조사 강화
- 건강증진종합계획 내 건강결정요인으로 외모/신체이미지 지표 포함 및 관련 정책 추진

주관부처: 보건복지부 건강정책과/건강증진과

관계부처: 여성가족부 여성정책과/청소년정책과, 교육부 학생건강정책과