

한국 남성의 몸 이미지와 몸 관리 행동에 관한 연구

이 채 영*

전주대학교 패션산업학과 강사*

요 약

몸은 사회가 형성한 외모규범과 관련지어져 하나의 소비대상이자 자기표현의 장으로 받아들여지면서, 몸 관리 행동은 성별 및 연령, 직업 등에 상관없이 적극적이고 활발하게 이루어지고 있다. 의복은 동시대인들의 몸에 대한 인식을 반영하며 그 조형성이 변화하기 때문에, 의류 산업에서도 소비자들의 몸에 대한 의식의 변화를 파악하는 것이 매우 중요하다. 이에 본 연구에서는 한국 20~30대 남성의 몸 이미지 발현 및 변화과정을 사회·문화적, 개인적 영향의 맥락 안에서 고찰하기 위해 문헌연구와 아메데오 지오르지(Amedeo Giorgi) 현상학적 연구방법을 활용하였다. 본 연구결과 첫째, 현대사회의 몸에 대한 의미를 분석한 결과 사회문화적 구성물로 보는 미셸 푸코(Michel Foucault) 중심의 시각과 주체적 표현의 장으로 보는 앤소니 기든스(Anthony Giddens) 중심 시각으로 양분되었다. 푸코는 몸의 자유적 실천이 극단적으로 제한됨으로써 의도성, 강제성, 비 자율성, 불변성의 특성을 띤다고 하였고, 반대로 기든스는 몸이 잠재성, 가변성, 자율성, 주체성의 특성을 띤다고 보았다. 둘째, 한국 남성의 몸 이미지 발현은 개인의 자아표현이 중요시된 현대에도 집단의식, 외모에 의한 평가 그리고 매체의 영향과 같은 사회·문화적 영향요인에 강한 영향을 받고 있었다. 개인적 요인으로는 건강관리 추구 요인과 성취적 외모관리 추구 요인이 한국 남성의 몸 이미지 발현에 큰 영향력을 행사하고 있었다. 셋째, 한국 남성들은 몸 관리 행동 실천 결과에 따라 몸 이미지는 긍정적 혹은 부정적 변화가 나타났다. 긍정적인 변화로는 자기정화, 자기성취가 있으며, 부정적 변화로는 몸에 대한 민감도가 증가함에 따라 몸 감시의 강화, 몸에 대한 지속적인 통제가 나타났다. 이와 같은 몸 이미지의 발현 및 변화를 통해 개인의 몸 이미지를 의식하는 수준이 매우 높아지는 것은 의복 태도의 변화와 직결되고 있었다. 본 연구를 통해 한국 남성 소비자들의 몸 이미지에 대한 변화를 세부적으로 파악함으로써 몸에 대하여 민감해지는 현대 한국 남성 집단에 대한 이해를 도모하고 몸의 의미가 중요한 남성 의류 시장의 잠재력을 확인할 수 있었다.

주제어 : 몸 이미지, 몸 관리 행동, 미셸 푸코, 앤소니 기든스, 아메데오 지오르지

본 논문은 박사학위 논문의 일부임.

+교신저자: 이채영, chaiyounglee@snu.ac.kr

접수일: 2017년 4월 25일, 수정논문접수일: 2017년 5월 25일, 게재확정일: 2017년 6월 8일

I. 서론

오늘날 인간의 몸은 개인적인 차원을 넘어 사회·문화적으로 중요하게 인식되고 있다. 과거에 인간의 몸을 인간의 형상을 이루는 전체 혹은 생리적 기능에 초점을 맞추어 정의하였다면 현대에 몸은 다양하게 정의되고 그 의미 또한 유동적으로 변화하였다. Scenett(1994)은 몸이 곧 나의 존재 자체를 드러낼 수 있다고 보았으며, 이와 같이 현대 사회에서 몸은 자신의 자아를 표현하고 개인의 정체성을 드러냄으로써 자기의 존재 가치를 표현할 수 있는 대상으로 여겨진다.

이와 같이 몸에 대한 의식과 태도가 변화하면서 몸은 사회가 형성한 외모규범과 관련지어져 하나의 소비 대상이자 자기표현의 장으로 받아들여졌고, 몸 관리 행동은 성별 및 연령, 직업 등에 상관없이 적극적이고 활발하게 이루어지고 있다. 하지만 비현실적인 몸이 이상화되면서 사회·문화적으로 자각하는 소리가 높아졌고, 삶의 질 향상, 만족감, 건강과 같은 개념에 따라 몸 관리 행동의 의미도 점진적으로 변화하여 복합적 의미를 띠게 되었다. 더불어 현대인들의 생활양식에 스포츠가 자연스럽게 접목되면서 몸에 대한 관심과 몸 관리 행동에 대한 중요성은 다양한 방식으로 확대되었다.

Entwistle(2000)은 ‘패션은 몸에 관한 것이다’라고 주장하며, 몸은 패션의 의미를 전달하고, 우리의 경험과 사회적 환경에 다양한 영향을 행사한다고 설명하였다. 몸이 복식에 영향을 미치는 유일한 요소는 아니더라도, 패션을 발현하는 행위의 대상이 되는 실체로서 그 중요성을 간과할 수 없다. 특히, 몸에 대한 인식과 이미지의 변화는 의복과 매우 밀접하게 연관되어 있다. 역사적으로 의복은 몸을 바라보는 그 시대 사람들의 시각과 미의 기준에 따라 그 유형이 변화하였기 때문이다 (Park & Yim, 2013).

몸에 대한 소비자들의 관점 및 인식의 변화에

따라 패션산업에서도 몸에 대한 인식이 의복을 통해 어떻게 발현되는지를 파악하는 것이 중요해졌다. 20세기 후반에 들어 패션산업 전반은 소비자의 니즈를 파악하고 그것들을 상품개발에 적용하려는 노력을 기울이기 시작했다. 패션상품 기획 및 디자인 개발에 있어 소비자들의 개인의 몸에 대한 가치가 어떻게 변화하는가를 파악하고 이와 관련된 잠재시장을 확인하는 것은 상당히 의미 있는 작업이다.

이와 같이 패션산업에서도 개개인의 몸 이미지와 관련된 연구의 중요성이 높아지면서 일련의 선행 연구들은 몸 이미지와 의복에 대해 다루고 있다. 하지만 현재까지 이루어진 국내의 몸 이미지와 관련한 패션 관련 연구들은 여성 중심이었다. 현대에 들어 남성은 한국 패션산업에 있어 굉장히 중요한 소비자로 부각되고 있음과 동시에 국내 남성의 몸을 관리하는 행동은 가시적인 변화가 있음에도 불구하고, 남성의 몸 이미지 발현과 변화과정을 고찰한 연구가 부재한 실정이다.

따라서 몸에 대한 관심이 높은 국내 20~30대 남성의 몸에 대한 의식의 발현 및 변화에 영향을 미치는 사회·문화적 요인과 자아표현의 방식을 구체적으로 파악하는 것은 매우 의미 있을 것이다. 이와 같이 본 연구를 통해 몸과 관련된 남성 패션시장의 잠재력을 확인하고, 이들의 몸 이미지 변화가 의복행동 및 패션 스타일로 어떻게 발현되는지에 대한 후속 연구를 위한 기틀을 마련하고자 하였다. 이를 위해 구체적으로 설정한 연구문제는 다음과 같다. 첫째, 사회학적 관점에서 몸에 대한 담론을 고찰하고 국내·외 몸 의식 변화를 사적으로 고찰한다. 이를 바탕으로 현대 한국 남성의 몸에 대한 의식을 파악할 수 있는 연구의 이론적 틀을 마련한다. 둘째 한국 남성의 몸 이미지 형성의 영향요인과 변화과정을 분석한다. 이를 위해 한국 남성의 몸 의식 변화를 살펴봄에 있어 사회·문화적 영향요인과 개인적 영향요인을 밝히고자 한다.

II. 이론적 배경

1. 몸에 대한 사회학적 담론

현대에 들어 몸은 생물학적 논의에서 더 나아가 사회·문화적 관점들의 중요성이 확장되면서 다양한 분야에서 활발한 연구가 이루어지고 있다. 현대에는 그 어느 때보다 많이 몸의 중요성을 의식하고 있지만, 실제 몸의 정체성에 대한 혼란이 존재한다. 사회학자들의 선행 연구들을 살펴보면, 현대에 들어 몸에 대한 개인의 자유는 커지고 정체성이 확대되는 것 같지만 실제로는 사회적 감시 아래 많은 규율을 지키고 있다.

프랑스의 철학자인 미셸 푸코(Michel Foucault)는 몸을 사회적으로 형성된 구성물로 탐구하고, 몸을 통제하는 문제를 중심으로 몸의 사회화에 관한 논의를 제공하였다. 특히 푸코는 인간의 몸을 시공간의 변화에 따라 그 의미가 재구성된다고 보았다. 푸코에게 몸은 정치적이고 사회적 의미의 수용체임과 동시에 사회적 권력의 작용으로 길들이고 훈육될 수 있는 존재인 것이다.

푸코가 논하는 권력이란 제도 구조나 권세처럼 소유되는 실체가 아닌 사회의 모든 지점에서 서로 얽혀 때에 따라 생산되고 작용하는 체계이다. 더불어 권력은 특정 유형으로 표면화 되어 폭력이나 억압이라는 매커니즘을 통해 발휘되는 것이 아닌 유동적인 관계들의 상호작용을 통해 행사된다(Kang, 2013). 현대의 몸에 행사되는 권력의 형식은 즉각적인 일상생활에 적용되어 개인을 범주화 하고, 이어서 개인은 자신의 개별성을 사회·문화적 범위 안에서 특징짓고 의도를 담아 행동하게 한다. 이는 푸코의 관점에서 일종의 자기감시를 특징으로 하는 오늘날의 몸의 통제적 일면을 확인하게 한다.

이와 반대로, 최근 일련의 연구 흐름들은 몸의 의미를 만드는 것을 개인의 주체적 표현으로 보는 시각이 대부분이다. 이는 현대에 들어 사회체계와

의식이 변화하면서 몸에 대한 의미도 권력 행사에 의한 억압적인 측면과는 반대로 자아 존중감이나 주체성이 능동적으로 변화될 수 있는 측면을 부각하게 된 것이다.

자아는 개인이 책임을 져야 하는 성찰적 기획으로 간주되며, 자아의 성찰은 몸에까지 확장되어 몸은 단순한 수동적 대상이 아니라 행위체계의 일부로 여겨진다(Giddens, 1991). 영국의 사회학자 앤서니 기든스(Anthony Giddens)는 몸이 단순히 상품화나 푸코적 의미에서 규율에 종속된 무기력한 실체가 아님을 주장하였다. Giddens et al.(1996)는 오늘날 몸에 대한 관심과 그것을 통제하려는 사회의 시도에 대한 푸코의 설명을 비판하며, 몸이 권력의 초점이 된 것이 분명하더라도, 몸이 자기 정체성의 가시적인 매개체라고 주장하였다. 따라서 개인들이 선택을 통해 몸은 객체화되지 않고 개인에게 점차 통합된다는 사실에 대한 중요성을 강조하고 있다.

이와 같이 능동적이고 주체적인 성격으로 대변되는 몸은 현대성과 매우 연관이 깊다. 현대의 삶에서 자아와의 문제가 특히 핵심적인 문제로 떠오른 것이 후기 현대의 자아가 수많은 선택에 열려 있고 탈 전통적, 탈 권리적 사회 속에 살고 있기 때문이라고 주장하였다.

<Table 1>은 푸코와 기든스의 몸에 대한 시각을 정리한 것이다.

2. 몸 이미지

이미지란 자신의 몸에 대한 느낌을 마음속에 갖고 있는 정신적인 상(mental image)으로 인간이 가지는 자아의 모습으로 정의 내릴 수 있다. 몸 이미지는 세부적으로 몸에 대한 느낌이나 의식의 총체로 매우 다차원적이고 복잡하게 인지될 수 있는 개인이 가지는 몸에 대한 느낌과 태도이다. 이와 같이 몸 이미지는 다양한 인간의 태도와 지향, 관

Table 1. 푸코와 기든스의 몸에 대한 시각.

분 류	푸코		기든스	
	사회·문화	개인	사회·문화	개인
의미 및 행동 양식	사회적 의미를 실천하는 몸	자유적 실천이 제한된 몸	능동적으로 개인화 할 수 있는 몸	스스로 선택하고 개발할 수 있는 몸
	- 몸에 각인되는 규율의 작용에 기인하여 의도를 담아 행의 수행 - 표준화된 심미적 가치에 강요당하며, 이에 응답하는 행동	- 사회관계망의 가치를 추구하며 개인의 자아를 무감각하고 불변적인 것으로 만들 - 자유적 실천이 존재하지 않거나 극단적으로 제한된 행동	- 구조와 행위 문제의 능동적 해결 - 정해진 틀에 고정되어 있지 않은 가능성과 잠재성을 가진 행동	- 자기 정체성의 가시적인 매개체로 활용 - 스스로 선택하고 생활 속에서 개발하는 자기투자 행동
특 성	의도성, 강제성	비자율성, 불변성	잠재성, 가변성	자율성, 주체성
종합적 몸 의미	사회·문화적 구성물		주체적 표현의 장	

심의 초점과 자아감, 신체적 매력, 성격인자와 같은 인간변수와 사회 환경과 신체 관련 자극과 상호작용하며 변화하는 특성을 가지고 있다.

Cash and Pruzinsky(2002)는 몸 이미지를 ‘내적 관점(inside view)’에서 이해할 수 있는 개념으로 보았다. 자신의 몸 이미지가 곧 자신이 몸을 바라보고 대하는 태도의 형성과 깊은 관계가 있는 것으로 파악한 것이다. 몸 이미지는 인간 개개인의 경험을 통해 형성되는데, 이러한 경험은 성장과 발달의 과정 속 다양한 자극에 의해 변화할 수 있기 때문이다. 이처럼 몸 이미지 형성에 있어 개인의 몸에 대한 지각과 개념, 감정 등이 포함된 자아의 영향력이 매우 중요하지만 더불어 그 시대의 이상적인 미와 유행 등의 사회·문화적인 측면에 많은 영향을 받는다(Kaiser, 1997). 즉, 개인은 다양한 경험과 개인이 가지는 몸 이미지에 따라 몸의 인식은 점진적으로 변화될 수도 있으며, 각 문화권마다 몸에 대한 각각의 규범과 가치를 부여하게 됨으로써 몸을 중요한 매개로 의식할 뿐만 아니라 그에 따른 기준을 형성하면서 몸 이미지는 발현되거나 변화하게 된다.

3. 한국 남성의 몸 이미지와 몸 관리 행동

각 시대별로 남성의 몸에 대한 이미지 및 몸 관리 행동과 관련된 행동양식의 변화는 당대의 시대적 상황 및 사회·문화적 관념에 따라 변화하였다. 과거 전통사회에서 성 역할에 대한 개념은 남성성과 여성성을 단일 차원으로 생각하고 양극의 개념으로 이해되었다(Kim & Kwak, 2010). 특히, 국내의 남성 몸에 대한 사회·문화적 의식은 국가가 개입한 사유체계에 더욱 영향을 받았다. 과거 한국 사회는 남성의 몸을 하나의 주체적 이미지로 받아들이지 않았다. 80년대 중반 이후 경제성장과 더불어 사회체육의 보급의 일환으로 헬스나 에어로빅 등이 급속히 확산되면서 개인들의 몸매 관리 현상이 조금씩 나타났지만 관련 산업의 발전은 미미했다. 이 시기에 여성이 주로 화장과 패션 같은 외모관리에 집중하였던 반면, 남성들은 건강관리가 주요 쟁점이었다. 즉, 90년대 이전의 한국 남성의 몸 이미지는 몸의 외형이나 체형, 몸매라인 등에 대한 관심보다 건강관리를 지향하고 있었다.

하지만 80년대 후반에 이르러서는 멋과 개성을 추구하는 의식수준이 높아짐에 따라 30, 40대 경제적으로 자립한 남성들, 개성을 추구하는 자유 직업

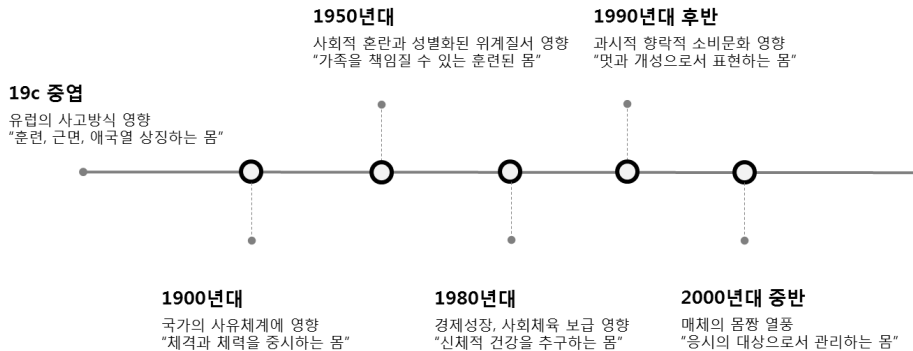


Figure 1. 한국 남성의 몸 이미지 변화 과정.

인이나 전문직 남성 사이에서 몸매관리가 인기를 끌었다. 이들을 위한 남성의 색조 화장품과 피부 관리실, 체중관리 및 전신 미용실이 등장하며 남성들의 외모관리 산업이 확장되기 시작하였다.

이처럼 한국에서 현대적 의미의 몸을 의식하고 실천하는 태도의 문제 혹은 몸 이미지에 대한 인식에 대한 개념의 정의는 그리 오래되지 않았다. 특히 개인들이 스스로 이상적인 몸에 대한 의식이 생물학적 관점에서 벗어나 관리하는 대상으로써 의식하는 의미가 등장한 것은 90년대 이후이며, 그것이 사회적 현상으로 광범위하게 유행하기 시작한 것은 90년대 후반에 이르러서이다. 이 시기에는 개인들 스스로가 자신의 몸에 대해 가지는 개별화된 의식이나 몸 그 자체를 목적으로 한 관리의 개념으로 변화였다.

과거 한국 사회에서 몸은 국가에 의한 통제의 대상이었다면, 경제 성장과 더불어 개인의 자유와 정신적, 육체적 즐거움이 용인되면서 몸도 자유와 개성 추구의 장이 되었다. 특히, 여성뿐만 아니라 남성들도 응시의 대상으로 전환되면서 한국사회의 몸 관리 열풍이 남성들에게도 급속도로 퍼져나갔다(Chung & Kwon, 2007). 이 시기에는 남성의 몸을 내세운 광고가 빈번하게 신문과 텔레비전 화면을 채우고 대중들에게 전달되었다. 즉, 당대 한국 사회도 몸매에 대한 강박이 여성에게만 국한된 것

이 아님을 시사한다. <Figure 1>은 한국 남성의 몸 이미지 변화 과정을 도표화 한 것이다.

III. 연구방법

본 연구는 문헌연구와 질적 연구를 병행하였다. 본 연구에서는 한국 남성의 몸 이미지 발현과 변화 과정을 살펴보고, 그 관계 특성을 고찰하고자 하였다. 질적 연구 방법은 인문·사회과학 분야에서 여러 연구자들이 수학적인 정량적 분석 방법이 지니는 한계와 문제점을 지적하면서 개발되었다. 질적 연구는 개인이나 집단이 사회 혹은 인간 문제에 부여하는 의미를 다루는 연구 문제에 영향을 미치는 해석적 틀을 활용한다(Creswell, 2013). 더불어 질적 연구방법은 개인의 삶에 있어 일상적이거나 문제가 되는 순간을 서술하며, 현상에 부여하는 주관적인 의미를 이해하거나 해석하려는데 목적을 두게 된다. 질적 연구방법의 개발 이후, 다양한 유형의 질적 연구 방법이 개발되어 왔는데, 본 연구는 현대 한국 남성의 몸 이미지의 발현과 변화과정을 파악하기 위해 질적 연구 방법 중 다양한 체험의 의미를 파악하는 것을 목표로 하는 현상학적 연구 방법을 적용하였다.

1. 현상학적 연구방법

현상학적 연구방법은 지오르지, 폴 콜라이지(Paul F. Colaizzi), 아드리안 판 캄(Adrian van Kaam), 클라크 무스타카스(Clark Moustakas)를 비롯한 여러 연구자들에 의해 개발되어 왔다. 이들이 개발한 각각의 현상학적 연구방법에는 절차적 공통점이 있다. 먼저, 자료 수집을 위해 연구 대상자와 면담을 진행하거나 기술문을 작성한다. 그리고 수집된 연구 자료 분석과정을 거쳐 연구보고서를 작성한다는 점이다(Creswell, 2013). 본 연구에서는 현상학적 질적 연구의 관점을 기본으로 하였으며 다양한 현상학적 질적 연구 분석 방법 중에서 Giorgi(1994)의 분석방법을 활용하였다.

지오르지의 현상학적 연구 방법은 연구 자료에 대한 기술을 중시하고, 기술에 대한 심층 분석을 통해 연구 대상자의 개별적인 삶 속에서 경험의 의미와 본질 구조를 밝히는 데 초점을 둔다. 따라서 본 연구에서 몸을 관리하는 남성들의 몸 관리 행동의 동일한 경험을 바탕으로 몸에 대한 이미지와 개인의 경험을 논의하고 본질적 의미를 파악하고자 하는 본 연구의 목적을 고려할 때 이 방법이 적합하다고 보았다.

2. 연구의 범위 및 구성

현상학적 연구에서 표본 추출의 주요점은 연구 대상자들이 연구 주제에 부합하는 동일한 경험을 하였고, 자신들의 경험을 잘 표현할 수 있는 개인이어야 한다는 점이다. 따라서 본 연구에서는 몸이라는 주제와 관련하여 풍부한 정보 제공이 가능한 사람을 의도적으로 선정하는 목적적 표집방법을 사용하였다. 본 연구에서는 몸 관리 행동을 실천하고 있고 몸에 대한 관심이 높은 남성 집단을 대상으로 하였다. 현대에 들어서도 스포츠는 몸을 체력적으로 단련하는 것뿐만 아니라, 몸의 외형적

형태를 위한 관리하는 행동에 가장 대표적인 기능을 담당한다. 이에 본 연구에 적합한 대상으로 판단하고 운동으로 몸을 관리하고 있는 연구 대상자를 모집하였다. 본 연구의 대상자를 선정한 원칙은 다음과 같다.

첫째, 본 연구에서는 연구의 몸 관리 행동의 구체적 범위를 헬스에 참여하고 있는 대상으로 한정하였다. 문화관광부의 ‘국민생활체육 참여 실태조사’(Ministry of Culture, Sports and Tourism, 2013)에 기반을 두어 한국 남성의 참여가 가장 높은 헬스(32.6%) 참여자를 대상으로 하였다. 둘째, 연령은 20~30대로 한정하였다. 20대(54.4%)와 30대(53.4%)에서 체중조절 및 체형관리를 위해 체육활동에 참여한다는 응답이 높게 나온 결과를 기반으로 하였다. 이는 다른 연령 집단에 비해서 가장 활발히 몸을 관리하는 시기에 있으므로, 몸의 외형적 형태가 몸을 관리하는 목적에 미치는 영향력이 강하게 작용한다. 이러한 특징은 몸에 대한 의식이 가장 폭 넓고 민감하게 작용하고 있는 연령 집단으로 판단했기 때문에 연구 대상으로 선정하였다. 더불어 20~30대는 현재 패션 산업에 강한 영향력을 행사함과 동시에 패션스타일에 민감하게 반응하는 집단으로, 향후 몸을 관리하는 것과 패션스타일의 상호연관성을 살펴보기에 적절하다고 보았기 때문이다. 셋째, 본 연구에서는 몸 관리 행동의 참여빈도를 주 2회 이상 3개월 이상 지속한 대상으로 선정하였다.

본 심층 인터뷰에 참여한 연구 대상자의 연령은 20대 14명, 30대 9명으로 총 23명이었다. 본 연구의 심층 면접 대상자들의 경우 단일 운동에 참여하는 것뿐만 아니라, 생활하는 주거지에서 맨손 운동을 하거나 야구, 축구, 농구, 복싱, 수영 등 다양한 종목에 참여하고 있었으나, 대표적으로 주기적으로 몸을 관리하는 운동을 중심으로 연구 대상자를 선정하였다.

Table 2. 연구과정.

문헌 연구		질적 연구 준비		현상학적 연구
몸에 대한 사회학적 담론 고찰을 바탕으로 분석틀 구성	→	인터뷰 질문지 개발	→	심층 인터뷰
		연구 대상 설정	→	반복적 진술 읽기
		연구 대상 모집	→	의미단위 구분
몸 이미지, 몸 관리 행동에 관한 사전 고찰		예비 심층 인터뷰		의미단위 주제화
				학문적 용어 전환
				구조적 통합

3. 자료 수집 및 분석

본 연구는 본 조사에 앞서 총 3명을 대상으로 예비 심층 면접을 실시하였다. 예비 심층 면접을 통해 결과를 도출하여 반복적으로 진술의 내용을 확인함으로써, 본 연구결과에 적합한 내용이 도출되는지를 확인하고 질문지를 일부 수정하였다. 본 심층 면접은 2016년 7월 중순부터 9월 초까지 약 6주에 걸쳐서 진행되었다. 심층 면접의 지속은 더 이상 새로운 의미 있는 진술이 발견되지 않는 포화시점까지 자료를 수집하였다. 면담에 소요된 시간은 약 1시간 10분에서 2시간 동안 이루어졌다.

자료의 분석은 면접 녹취자료를 바탕으로 지오르지의 현상학적 방법의 4단계에 따라 수행되었다. 지오르지는 채록과정이 연구 참여자와의 면담에서 발생하는 대화를 재생하는 과정이기 때문에 연구자가 직접 할 것을 권고하고 있어 본 연구자도 녹취된 자료를 직접 문서화 하였다. 이때 연구자 스스로 연구 참여자의 입장에서 감정이입을 시도하고, 대상자가 표현한 의미를 있는 그대로 파악하기 위한 노력은 물론 연구자의 편견과 선 이해를 배제시키려는 의식적인 노력을 하였다.

연구자는 연구 참여자들의 진술로부터 전체적인 인식을 습득한 후, 연구 참여자 진술문으로 다시 돌아가 몸에 대한 경험 및 의식의 변화에 초점을 맞추고 의미단위를 구분하는 과정에서 고유번호를 부여하였다. 또한 연구 참여자의 경험 자체에서 의미가 있거나 명백한 차별적 기술 내용이 있는

부분은 의미단위를 구분해서 출력 후 검토하고 수정하기를 반복하였다. 앞서 구분된 의미단위들은 학문적 용어로 전환 하였다. 연구자는 학문적 용어 전환에 있어 상식적으로 충분히 공감할 수 있는 단어와 관용적 표현을 사용하여 경험의 본질에서 유배되지 않도록 하였다.

분석의 마지막 단계에서는 학문적 용어로 전환된 의미단위를 기초로 하여 경험의 구조로 통합하였다. 여기서 연구자는 학문적 용어로 전환된 의미단위들로부터 구성 요소들을 도출해내고 여러 구성요소들 간의 상관관계를 포함하고 있는 경험의 일반적 구조를 찾고자 자유변경기법을 사용하였다. 마지막으로 연구자는 진술문에서 도출된 연구 참여자들의 경험을 바탕으로 구조화한 내용의 타당성을 확인하기 위해 원 자료로 돌아가 지속적으로 점검하는 과정을 거쳤다.

<Table 2>는 본 연구과정의 순서를 설명한 것이다.

IV. 한국 남성의 몸 의식 발현 및 변화 과정

1. 몸 이미지 발현의 사회·문화적 요인

몸 이미지 발현에 있어 사회·문화적 권력이 작용한 요인으로서는 연구 참여자의 주생활 공간에서 발생하였다. 특히 한국 남성들은 공간이 서열화

되어 있거나, 특정한 고정관념이 팽배하게 지배되는 집단에서 강하게 영향을 받고 있었다. 본 연구 결과에서 한국 남성의 몸 이미지 발현 요인으로 ‘집단의식’과 업무 및 대인관계에 있어 외모가 우선시 되는 경향의 ‘외모에 의한 평가’가 도출되었다. 더불어 ‘매체’가 생성한 몸 이미지의 내면화가 한국 남성 몸 의식 발현 요인으로 작용하고 있었다. 하지만 매체의 영향력은 개인의 이상적인 몸 이미지 형성과는 관련이 있었지만, 자신이 추구하는 몸 이미지와는 차이를 보이거나 몸 관리 행동으로 매개되는 영향력에 대해서는 다소 동의하지 않는 진술이 많았다.

1) 집단의식

한국 남성이 몸 이미지 발현의 계기를 도모하고 몸 관리 행동을 행동으로 실천에 옮기게 한 주요 발현 요인은 ‘집단의식’이었다. 연구 참여자들은 집단생활에 대한 중요성을 매우 강하게 의식하고 있었는데, 이는 한국의 전통적인 습성과도 직접적으로 연결된다. 현대 사회에서는 개인에게 요구되는 외부 상황의 역할이 매우 다양하며, 자신이 속한 사회의 일원으로 타인과 지속적인 관계를 맺으며 그 집단의 가치에 맞는 역할을 수행하며 살아가는 것이 중요하다(Kim & Ha, 2017). 일반적으로 어떤 목적을 가지고 모여 집단 구성원 개개인에게 공통적으로 기대되는 표준적인 생각과 행동방식이 나타나며 공동성을 체험하고자 암묵적 집단의식이 매우 중요한 것이다. 특히, 한국 남성은 국가 구성원으로서 헌법과 병역법이 정하는 바에 의하여 병역에 복무해야 하는 병역의무를 지니고 있다. 이처럼 군대는 타의적으로 체력보강과 관련된 훈련과 더불어 개인의 몸 관리 행동이 이루어지는 공간이다. 연구 참여자들은 군대에서 타의에 의해 관리 행동을 시작하게 된 경우가 다수였는데, 이는 군대에서의 서열규범 및 업적규범에 있어 몸이 좋은 남성에게 유리하게 작용하는 것에

영향을 받았다고 진술했다.

“군대에서는 아무래도 **남자들만 있는 집단**이다 보니까요 내부에서 **서열 기 싸움 이런** 데서는 **몸 좋은 사람들이 유리한 게 있었어요** 너무 말라서 허마리 없는(힘없어 보이는) 애들보다는 튼튼한 애들이 그런 위치에 있었어요.” (대학생, 24세)

집단의식의 세부 요인 두 번째는 한국 사회의 남성다움에 대한 암묵적인 강요로 도출되었다. 이는 아주 오랜 기간 암묵적으로 한국 사회 속에서 인정되어온 남성은 중심적이고 주체적인 역할을 담당한다는 집단의식이 자연스럽게 받아들여진 것이다. 이와 동시에 남성과 여성이 생물학적으로 다른 조건으로 서로 구별되어야 한다고 믿어져 왔기 때문이다. 이러한 성 이분법적 사고는 생물학적으로 다른 몸의 조건을 구별하며 여성이 날씬하고 말라야 한다고 내면화하여 받아들이는 것과 마찬가지로 남성에게도 남성다운 몸이 미덕으로 작용하고 있었다.

“제가 키가 작은데 아무래도 키가 작다보니 좀 위축되기도 하고, 친구들이 **남자가 몸이 그게 뭘냐고** 그러면 안 그런 척 해도 엄청 신경 쓰이잖아요.” (대학원생, 26세)

연구 참여자 중에는 자신의 몸 의식을 타인의 기준에 맞추어 재구성하려는 경향을 보이는 경우도 있었다. 특히 연구 참여자들의 의식이나 행동에 가장 큰 영향을 미치는 것은 함께 운동하는 집단 또는 또래 준거집단으로, 몸과 몸 관리 행동에 대한 정보 습득의 용이함을 진술하기도 하였다.

2) 외모차별에 의한 평가

한국 사회에서 외모지상주의가 만연하면서 직무 환경을 비롯한 사회·문화적 의식에 있어서도 외모관리가 중요한 비중을 차지하고 있다. 특히 한

국 사회에서 외모는 개인의 경쟁력의 하나로 여겨짐으로써 사람들은 자신의 몸의 결점에 대해 극복하고자 하는 다양한 노력이 행해지고 있다. 특히 외모, 몸에 대한 규범이 명시되어 있지는 아니지만 직무환경에 놓여있는 사람들 혹은 취업 및 면접을 준비하고 있는 사람들에게는 암묵적인 몸에 대한 규범이 개개인들을 압박하는 요인으로 진술되었다. 특히 몸의 외형적 조건이 업무 능력으로써 평가되거나 취업, 면접 시 특혜를 받는다는 것으로 인식하고 있었으며 이와 관련하여 강한 제재를 받은 동료에 대한 경험을 진술한 경우가 있었다.

“oo 로펌에서 일하는 선배들 말씀 들어보면 클라이언트를 만나면 살이 안 쪼이고 탄탄한 몸을 가진 사람이 더 신뢰감을 준다고 하더라고요 실제로 로펌에서 손가락 안에 드는 선배가 자기는 집은 안 들어가도 헬스장은 간다고 말하더라고요 가서 운동하고 샤워하고 아무리 바쁘고 잠을 못자도 그렇게 관리한다고 하더라고요 그렇게 하는 게 본인에게 사건을 수임하고 수익률을 올려 가는 데 있어서 많은 영향을 준다고” (강사, 30세)

본 연구 참여자들은 본인이 직접 경험하지 않아도 주위의 경우를 예를 들며 외모 차별적 발언에 의한 수치심은 몸에 대한 불안한 의식을 생성하며, 이상적인 몸 이미지에 근접한 몸을 만들기 위해 몸 관리 행동을 실천하게 되었다고 진술하였다. 특히 열등한 몸매에 가해지는 집단내의 차별적 발언 또는 행위는 푸코가 지적했던 것처럼 집단 구성원의 감시라는 권력에 의해 개개인의 몸 이미지 발현에 영향을 미치고 있는 것이다.

3) 매체

현대는 많은 지식들과 정보들이 대량으로 전달되는 사회로 문화형태와 대중들의 삶의 방식에 영향을 주고 있으며, 이러한 영향은 일상생활과 더불어 의복의 형태에도 커다란 영향을 미치고 있다.

개인의 정체성뿐 아니라 집단을 표현하는 하나의 도구인 의복은 문화적 정체성과의 연결을 통해 그 사회의 유행으로 재구성되고 있었다. 이처럼 매체가 사회·문화적으로 이상화된 몸의 형태를 대중에게 전달하고 영향을 미치는 것에 대한 우려가 깊은 가운데, 본 연구에서도 이에 관련된 질문을 한 결과 남성들에게는 매체가 생성하는 이미지는 실제로 개인이 생각하는 이상적인 몸 이미지와 의식에 간접적인 영향을 미치고 있었다.

“**캡틴아메리카 시빌 워를 봤는데 몸이 너무 멋있어서...주인공이 되게 어깨도 넓고 복근도 단단해 보이고...그래서 아 저런 몸을 만들어 보고 싶다!** 라는 생각이 들었어요” (연구원, 30세)

하지만 매체가 조장하는 이미지에 영향을 받은 결과와는 대조적으로 본 연구 참여자들은 몸 관리 행동에 있어 오히려 매체가 조장하는 분위기에 대한 부정적인 시각도 다수 진술하였다. 이를 통해 몸 이미지 발현에 있어 매체가 생산하는 표준화된 이미지가 간접적으로 영향을 미치고 있지만, 몸 관리 행동으로 실천에 옮기게 하는 동기부여에는 강력한 영향력을 행사하고 있지는 않았다고 볼 수 있다.

“연예인들 보면 저는 정말 멋있기는 한데 너무 비현실적이어서 그게 다 관리 받는 거잖아요 그분들 다 멋있어요 그런데 **어차피 나는 저렇게 될 수 없지 싶기도 하고 저렇게 되고 싶다는 생각이 들지는 않았어요** 그냥 헬스장 다니면서 몸 좋은 사람들 보면 저렇게 되고 싶다는 생각이 들거든요” (대학생, 27세)

2. 몸 이미지 발현의 개인적 요인

푸코가 몸에 대한 담론에서 몸을 규율과 같은 사회적 권력에 의해 각인된 객체화된 것으로 보았

다면, 현대에 들어 사회체계와 의식이 변화하면서 몸에 대한 의미도 권력 행사에 의한 억압적인 측면과는 반대로 자아 존중감이나 주체성의 능동적으로 변화될 수 있는 측면이 부각하게 된 것이다. 본 연구 참여자들의 진술에서도 개인의 몸 관리 행동은 몸에 대한 건강염려를 바탕으로 한 건강관리 추구, 성취적 외모관리, 개인의 심리적 만족감 추구하고 같은 개인적 발현 요인이 발견되었다.

1) 건강관리

연구 참여자들은 몸을 관리하는 것이 외형적 변화뿐만 아니라 개인의 전반적인 삶의 질을 향상시키는 신체적, 정신적 건강과 직결된다는 것을 인지하고 있었다. 특히 30대 연구 참여자들의 경우 20대보다 개인의 건강에 초점을 맞추고 있는 경우가 많았는데 이러한 경우 개인의 직무에서의 체력의 필요성을 진술하거나, 본인의 일상생활 형태에서 오는 운동부족의 결과에 기인하였다. 결과적으로 개인의 신체 건강 향상에 대한 욕구가 몸 관리 행동의 몸 의식을 발현시키는 것으로 나타났다. 더불어 신체적 건강뿐만 아니라 스트레스를 해소함으로써 정신적인 건강을 추구하고자 하는 욕구가 몸 관리 행동 참여 동기 중 하나로 작용하고 있었다.

*“눈에 보이는 몸을 키우는 것보다 **체력 때문에 체력을 키우려고** 시작했어요. 몸은 제가 근육이 잘 붙는 체질이라 그렇게 막 눈에 보이는 것 위주로 는 안하고 **체력 위주**로” (대학생, 27세)*

2) 성취적 외모관리

본 연구 참여자의 대부분은 개개인 각자가 타 인과의 상호관계 속에서 자신을 표현해 나가는 인상을 변화시키기 위한 노력의 일환으로 몸 관리 행동을 실천하게 되었다고 진술하였다. 즉, 개개인이 스스로 자신을 의식하고 자기표현을 위한 개인

의 욕구가 증가함에 따라 자신이 원하는 이미지를 형성할 수 있는 행동으로 실천하게 되는 것이다.

연구 참여자들은 몸에 대해 타인으로부터의 평가와 혜택이 달라질 수 있음을 의식하고 신체적 매력을 통해 이성과의 관계를 개선하고 긍정적인 방향으로 유지하고자 하는 기대감을 진술하였다. 개 개인은 몸 관리 행동을 이성 관계나 스타일을 개선하고 더불어 몸을 관리하는 행위 자체가 주는 이미지를 통해 자신의 이미지를 긍정적으로 개선하기 위한 자기표현의 전략으로 활용하고 있었다. 특히, 몸 관리 행동을 통해서 자신의 이미지를 스스로를 관리하고 게으르지 않은 사람으로 보이게 하였고 이를 통해 본인의 긍정적이고 건강한 이미지가 타인에게 전달되기를 유도하고자 하였다.

*“상대에게 어필하는 것도 중요한데, 외형적인 조건이 중요한 게 아니라 ‘이 사람이 **이 정도의 몸을 갖추기 위해 실행한 노력**과 세상과의 커뮤니케이션이 원활하게 이루어지는 사람이다’라고 생각하게 될 수 있으니까, 건강한 라이프스타일이나 **긍정적인 효과가 전달되는 거죠**” (대학원생, 27세)*

주목할 만한 개인적 발현 요인은 스타일적 개선 추구 요인이다. 현대 남성들의 외모관리가 대중화되면서 몸을 관리하는 것만큼 의복이나 다양한 장신구로 몸을 치장하는 것에 대한 욕구가 확장되면서 나타난 스타일 개선에 대한 욕구가 나타나고 있었다. 특히, 키가 크고 상체가 발달한 서구적인 체형이 이상적인 미의 기준으로 작용하고 있었고, 국내 기성복에서도 이러한 기준을 만족시키는 디자인의 의복을 판매함으로써 의복 착장 경험을 통해 불만족을 경험한 경우 몸에 대한 의식이 발현되어 자신의 스타일을 개선하고자 하였다.

의복은 사람들 사이의 상호작용에 매우 중요한 역할을 하는데 특히 인상관리를 위해 활용된다. 더불어 LaBat and Delong(1990)은 자신의 몸에 대해

불만감을 갖는 중요한 요인이 그 시기에 유행하는 의복이 자신의 몸에 잘 맞지 않을 때 그 원인을 의복보다는 자신의 몸에 돌리기 때문이라고 하였다. 이처럼 의복이 주는 인상을 개선하여 스타일적 성취를 위해 몸 관리 행동을 실천하기도 한다.

특히 젊은 층을 위한 브랜드들은 표준체형을 중심으로 제작되기 때문에 몸이 크게 비만형이 아니더라도 몸의 비율이나 특정 부위에 대한 불편함이 빈번히 발생하는 것으로 확인되었다. 이러한 신체적 불편함은 의복을 착용하는데 불만족을 확장시키는 것으로 확인 되었다. 개개인이 의복에 대한 흥미가 높음에도 불구하고 다양한 의복착장이 쉽지 않음을 진술하거나, 자신이 추구하는 스타일의 의복을 선택하기 위해 몸을 관리하고자 하는 모습을 보였다.

“옷 사는걸 좋아하는 편인데 옷 진열되어 있는 거 보고 와 진짜 괜찮다 그래서 제가 입으면 좀 이상해서 **내가 입어서 그런가? 내가 문제인가? 이런 생각하면서** 그것 때문에 **몸 관리도 신경 써야겠다** 이렇게 생각했죠 근데 그건 아직도 그래요”
(대학생, 27세)

3) 심리적 만족감

개인이 몸 관리 행위를 통해 자신의 정체성을 확인하고 생성하려는 노력은 몸이 선천적으로 타고난 것임과 동시에 관리 행동의 노력을 통해서 단점을 장점으로 변화시킬 수 있다는 사고에서 출발한다. 개개인의 몸 의식이 적절한 몸 관리 행동을 통해 스스로 자신의 불완전한 모습에 대해 보완하는 노력을 실천하게 함으로써, 심리적 만족감을 향상시킬 수 있는 성취를 도모하고자 하는 것이다.

본 연구 참여자들도 스스로의 성찰의 과정을 통해 자신의 모습에 주의를 기울이며 몸에 대한 의식이 높아짐으로써 몸 관리 행동을 실천에 옮긴

다는 진술을 보였다. 특히 자신의 몸의 부족한 점을 인식하고 이를 보완하고자 하는 성취 목표를 위해 몸 관리 행동에 실천으로 옮기고 있었다. 개개인이 타고난 몸의 부족한 점에 대한 보완 욕구는 타인에 의해 영향을 받을 수도 있지만, 스스로 성찰하는 과정을 통해 자신의 부족한 점이나 불만족스러운 부분을 스스로 해결하고자 하는 몸에 대한 의식의 작용으로 볼 수 있다. 특히 몸을 개선시키고자 하는 노력은 개인의 자신감과 결부되어 몸을 의식하게 되고 몸 관리 행동을 통해 변화를 도모함으로써 개인의 심리적 자신감을 상승시키고자 하였다.

“제가 길을 가다가 거울에 비춰진 제 옆모습을 봤는데 숫자 1같이 보이는 거예요 너무너무 마른 거예요. 옆모습을 봤을 때는 잘 못 느꼈는데 그걸 보고 **‘아 내 모습이 이랬어?’ 라는 생각이 언제부터가 들기도 했고** 제가 너무 말라서 군대도 안 갔으니까요 그래서 몸을 키워야겠다고 해서 **실천으로 옮긴 건 스스로 생각해도** 정말 말랐다고 생각이 들어서요” (조각가, 30세)

개인의 심리적 만족감은 심리적 성취감과도 깊게 연관되어 있었으며, 구체적으로 자긍심을 향상시키고자 하는 욕구가 몸 관리 행동을 실천하게 하는 몸 의식의 발현으로 나타났다. 본 연구 참여자들은 자신의 몸 관리 행동이 신체적으로 외형을 만들거나 특정한 목표를 두는 것이 아닌 행위 자체에서 스스로에 대한 만족감을 형성하고 스스로의 도전의식, 혹은 새로운 성취결과를 만들어내기 위한 노력의 일환으로 몸을 관리하고 있다고 진술하였다.

“저는 **몸을 관리하는 게 제가 성취해 낼 수 있는 과제 중에 하나로 달성할 수 있는 그런 위치에 있다고 생각해요** 내가 했다는 사실만으로 긍정적인 피드백을 받을 수 있으니까” (대학원생, 27세)

3. 몸 이미지 변화 과정

본 연구 결과 몸 관리 행동에 지속적으로 참여하고 있는 연구 응답자들은 몸 관리 행동을 통해 몸의 신체적 변화를 경험하였고, 이를 바탕으로 몸 이미지의 변화를 보였다. 특히 몸의 가시적 변화는 직접적으로 자기에 대한 평가를 상승시키는 결과를 가져왔으며, 개인의 만족감과 스트레스 해소, 자신감 향상과 같은 정신적인 성취를 통해 개인의 성취감뿐만 아니라 일상생활에서의 변화까지 도모하는 것으로 확인되었다. 하지만 몸의 긍정적인 변화에도 불구하고 몸 감시를 강화하고 몸에 대한 강박관념이 생기는 부정적 의식의 변화도 발견되었다.

1) 몸 이미지의 긍정적 상승

본 연구 참여자들 또한 일상생활에서 받는 스트레스에 대한 해소와 몸 관리 행동을 실천으로 옮겼다는 자체에 대한 가치가 높아짐으로써 정서적 만족감을 형성하고 있었다. 몸 의식의 긍정적인 변화로 자기 몸에 대한 만족감의 상승과 스트레스 해소와 같은 자기정화로 나타났다.

“힘든 데도 어떨 때는 더 해도 아 왠지 더 할 수 있을 것 같은데 그러면서 **능력이 신장되는 그런 느낌이 있거든요** 힘이 드니까 내가 성장할 수 있겠구나 뭐, 내가 그만큼 건강과 더 나은 몸을 가질 수 있겠지 그런 의식이 있어요” (대학생, 27세)

연구 참여자들은 바람직한 결과들에 대한 성취감과 만족감을 드러내고 있었다. 연구 참여자들은 몸 관리 행동에 대한 몰입도가 높아질수록 자신의 몸의 변화를 시각적으로 직접 확인하고 타인들의 반응에 의해 지각하고 있었고, 이는 신체적 변화뿐만 아니라 심리적 안정감에도 변화가 있었다. 특히 개개인의 자신감과 연계되어 자신감이 향상

되거나 실제 업무 능력에 있어서도 긍정적인 상승 효과가 있었다고 진술하였다. 본 연구 결과에서 남성들도 사소한 일상에서부터 타인을 대하는 대인관계에 있어서의 원활함, 공중 장소에서의 자신감 향상 등을 예로 들며 몸에 대한 만족이 향상됨에 따라 자신의 능력과 가치도 동시에 높아졌다고 인식하고 있었다.

“예전보다 확실히 **자신감도 생기고** 그 전에는 발표를 하면 제가 무대 공포증 같은 게 있어서 교수님도 찾아가서 고민 상담도 할 정도였거든요 그런데 운동을 하고 나서 **줄 말 하는 것이 안정적이 되더라고요** 그래서 계속 운동을 하게 되었어요” (자영업, 30세)

특히, 연구 참여자들은 체중 조절 또는 근육 증량을 통하여 몸의 외형적 변화가 향상된 후 의복을 착용하면서 자각할 수 있는 신체적 변화에 따라 스타일의 개선이 두드러졌다고 진술하고 있다. 응답자들 중에는 스타일적 개선을 목표로 상체중심 몸 관리 행동을 하는 경우가 다수 있었는데, 그들은 공통적으로 마른 몸 또는 작은 키에 대한 불만족 요소 해소를 위해 몸 관리 행동을 실천하고 이가 개선됨과 동시에 스타일적 성취를 통한 몸에 대한 만족감을 진술하였다.

“운동하다보니까 옷의 사이즈가 하나 커지더라고요 **원래 마른 몸인데 등만 좀 나오니까 편찮아 보이고** 아 그래서 이제 몸이 다르면 옷태도 다른 거 다르구나! 그래서 그때부터 더 열심히 했죠” (대학생, 26세)

2) 몸 이미지의 부정적 상승

몸 관리 행동을 통해 몸에 대한 의식이 재구성되면서 몸 이미지가 부정적으로 상승하게 되는 경우는 자기 몸에 대한 주의를 집중하는 상태가 되고 자신의 몸에 대한 관찰이나 감시를 하게 되는

것이다. 하지만 이것이 타인에게 시각적으로 노출되는 모습에 대한 것이 아닌 스스로를 관찰하며 더욱 엄격한 자기기준을 생성하고 감시하는 것으로 진술되었다. 더불어 몸에 대한 세밀한 자기 감시는 몸에 대한 불만족 요소를 확장시키기도 하였다. 연구 참여자들은 몸 관리 행동의 몰입도가 높아질수록 자신에게 주의를 집중하면서 몸에 대한 의식에도 변화가 이루어지고 개인의 성취욕구의 상승과 함께 불만족 요소를 확장시키기도 하였다.

“운동을 하니까 오히려 **변화를 더 관찰하게 됐어요** 거울보고 어디가 좀 좋아졌나? 두꺼워졌나? 빠졌나? 이런 거 **자주 확인하게 되었어요** 보면서 이런 변화가 있구나! 이런 식으로 확인하죠” (사 진작가, 34세)

몸에 대한 민감성이 확대되면서 연구 참여자들은 자신의 몸을 관찰하는 행동이 확대되었다. 이는 개인의 몸을 타자화하고 더욱 면밀히 살피게 되는 의식이 확대된 것으로 자신의 몸에 대한 불만족 요소를 확장시키기도 하였다. 자신의 몸에 대한 감시는 특징적으로 몸의 외적 형태에 해당하는 실루엣에만 국한된 관찰이 아닌 외모 전반에 대한 관리 행동으로 확장되고 있었다. 이는 몸 관리 행동을 통해 신체적 성취가 이루어지면서 타인의 긍정적인 반응 또는 개인의 만족감이 향상되고 다른 성취결과에 대한 욕구가 확장되면서 외모관리 행동 전반에 대한 관심으로의 확대를 가져오게 되는 것이다.

응답자들은 자신의 몸에 대한 감시성의 확대와 함께 타인의 몸에 대한 감시 또한 강화되었다고 진술하였다. 타인의 몸 감시는 타인을 평가하거나 평가 내용으로 사람을 분리하고 차별하는 의미에서가 아닌 실제로 자신과 유사한 태도를 가진 사람에 대한 호감으로서의 관찰이라고 진술하였다. 이를 통해 몸 의식이 몸에 대한 감시로 확장이 되

면서 자신과 타인의 구분 없이 몸과 관련된 영역에 대한 관심이 강하게 증폭된 것을 확인할 수 있었다.

“저는 주변 사람들을 봐도 **자기관리 측면을 많이 봐요** 근데 자기관리가 여러 모습으로 드러나잖아요 인성이라든지 그 사람이 이루어내는 성과? 업적? 이라든지 그런 부분도 있고 그 **사람의 외모도 조금 더 포괄적인 느낌으로 분위기까지 다 포합시키고 싶어요**” (대학생, 23세)

본 연구 참여자들은 몸 관리 행동을 지속하는 것에 대해 강박적으로 의식하고 있는 경우도 다소 나타났다. 특히 몸의 외형적 조건을 개선하기 위해서 식단 조절에 대한 강박관념도 함께 상승하는 것으로 나타났다. 이는 체중을 줄이기 위한 강박관념임과 동시에 단백질 섭취를 통해 몸 관리 행동의 보다 나은 성취결과를 유도하기 위함이었다.

“평일에 술 약속이라도 잡으면 괜히 갈등되고 지금까지 한 거 망가뜨리는데 이걸 나가야 하나 이런 생각이 들어요 **몸의 수치가 계산되면서 저는 계산 더 하고 안되겠다! 가지 말아야지 이런 식으로 생각했구요**” (대학생, 27세)

한국 남성의 몸 이미지는 몸 관리 행동의 성취결과에 따라 긍정적 혹은 부정적 의식 상승에 따라 변화된다. 특히, 몸에 대한 개인의 기대요소 성취에 따른 만족감을 획득함으로써 변화하기도 하지만, 사회·문화적 영향력이 개인에게 더욱 영향력 있게 작용하면서 자기감시 및 통제를 강화하는 부정적 의식이 확장함에 따라 변화하기도 한다. 이처럼 몸에 대한 감시를 확장하거나 통제하려는 의식의 변화는 몸 관리 행동을 강화하여 실천하게 하는 원인으로 작용하고 있었다. 즉, 개인의 몸 의식은 사회·문화적 요인과 개인적 요인에 따라 발현되어 몸 관리 행동을 실천하고 성취결과에 따라

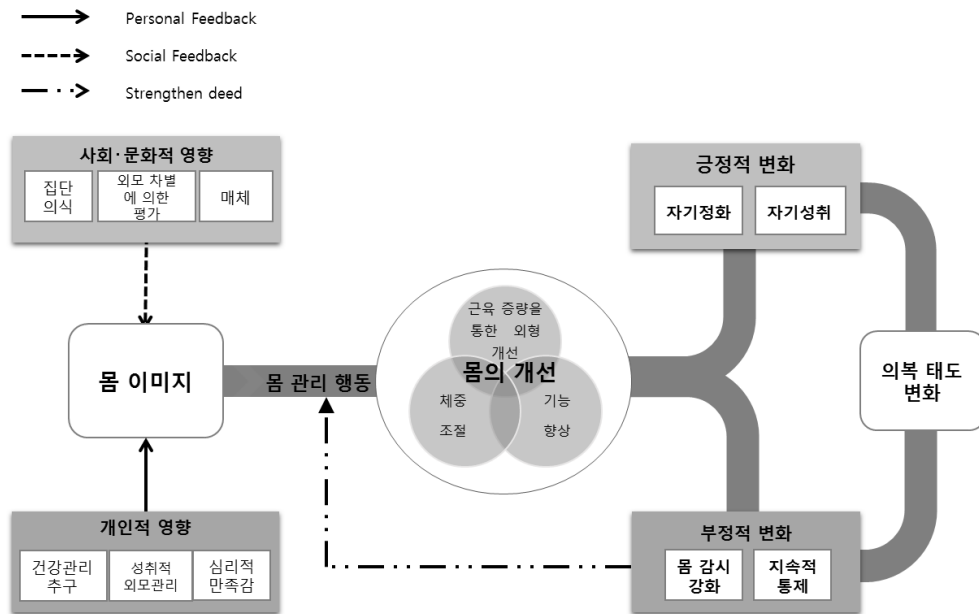


Figure 2. 몸 이미지 발현 및 변화 과정.

광범위하게 변화되고 있었다. 개인적 요인으로 몸 의식이 발현된 경우에도 국내의 집단 의식과 외모 지상주의와 같은 사회·문화적 영향 아래서 독립적으로 발현되지 않고, 상대적으로 자율화 되거나 억압적인 측면이 발견되었다. 이와 같은 몸 이미지 발현 및 변화과정을 도표화하면 <Figure 2>와 같다.

V. 결론

현대사회에서 몸의 중요성이 확대되면서 국내에서도 몸 관리가 보편화되었으나 근대 이전에 몸은 자연적인 존재로 취급되었고 자연적 특성에 따라 모든 것이 결정되는 존재였다. 국내의 몸에 대한 남성의 몸 이미지는 전통적으로 유교사상 및 국가의 사유체계의 영향을 받아 일반적으로 외형적 심미성 보다는 체력증진 중시로 서구와는 차이를 가지고 지속되어 온 것으로 여겨졌다. 하지만

서구 문화의 영향으로 성역할의 경계선이 완화되면서 몸에 대한 의식의 변화가 일어났다. 남자들 또한 몸에 대한 관심이 체력증진 뿐만 아니라 외형적 형태를 관리하는 것에 대한 중요성을 의식하기 시작한 것이다.

따라서 몸에 대한 관심이 높아진 20~30대 한국 남성을 대상으로 몸 의식 발현의 영향 요인과 변화과정을 파악하고 의복과의 관계특성을 규명하는 연구를 진행하였다. 본 연구대상의 몸 이미지 발현 요인을 살펴보고 변화 과정을 도출한 결과, 현대의 몸 이미지는 사회·문화적 발현 요인과 개인적 발현 요인으로 양분되어 있었다.

첫째, 한국 남성은 개인의 자아표현이 중요시된 현대에도 집단 의식 및 외모에 의한 평가, 매체의 영향과 같은 사회·문화적 특성이 개인의 몸 이미지를 형성하는데 강력하게 연계되어 있었다. 개인적 요인으로는 건강관리 추구, 성취적 외모관리 추구, 심리적 만족감이 가장 큰 영향력을 행사하고 있었다. 이와 같은 사회·문화적 영향과 개인적

영향은 구분되어 나타나는 경우도 있었지만 개인에 따라 복합적으로 나타나기도 하였다.

둘째, 한국 남성들은 규칙적인 몸 관리 행동을 통한 몸의 신체적 성취 결과에 따라 몸 이미지에 대한 변화가 일어났다. 몸 이미지의 변화는 긍정적인 변화와 부정적인 변화로 나타났는데, 긍정적인 변화로는 정서적 만족감을 향상시키는 자기정화와 관계지향적 자신감과 스타일적 자신감을 통해 이루어지고 있었다. 반대로 몸에 대한 민감도가 증가함에 따라 몸에 대한 감시가 강화되고 몸을 지속적으로 통제해야 할 대상으로 인식하는 경향이 강해졌다.

이처럼 한국 남성들의 몸 이미지에 대한 변화는 사회·문화적 발현 요인과 개인적 발현 요인으로 발생하고 개인의 성취결과에 따라 변화하기도 하였다. 특히 성취결과의 성공 여부와는 별개로 한국 남성들은 몸을 의식하는 경향 즉, 몸에 대한 민감성이 매우 크게 상승하였다. 이는 결과적으로 의복을 선택함에 있어서도 몸에 대한 중요성이 크게 향상되고 있음을 의미한다. 이와 같은 결과는 한국 남성의 몸 이미지도 여성 못지않게 세분화되고 변화가 큰 집단임을 확인시켜 주었다. 특히 남성들도 사회·문화적 영향력 아래 몸 이미지는 개인의 주체적 성격과 별개로 발현되고 변화하고 있었기 때문에 해당 남성 집단과 의복 태도의 상호관계에 대한 후속 연구가 필요하다고 사료된다. 본 연구는 기존에 몸에 관한 연구가 여성을 중심으로 한 연구에만 초점이 맞추어져 있었기 때문에 현대의 몸에 대한 민감성이 높은 남성 집단에 대한 이해를 도모하였다는 것에 의미가 있다.

Reference

- Cash, T. F., & Pruzinsky, T. (2002). *Body image: A handbook of theory, research, and clinical practice*. New York: Guilford Press.
- Chung, H. J., & Kwon, M. K. (2007). Emerging new body in media age: Socio-cultural analysis on consumer-capitalistic body. *Korean Journal of Sociology of Sport*, 20(3), 571-586.
- Creswell, J. W. (2013). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches*. London: Sage publications.
- Entwistle, J. (2000). *The fashioned body*. Cambridge: Polity Press Ltd.
- Giddens, A. (1991). *Modernity and self-identity: Self and society in the late modern age*. Stanford: Stanford University Press.
- Giddens, A., Duncier, M., Appelbaum, R. P., & Carr, D. (1996). *Introduction to sociology*. New York: WW Norton.
- Giorgi, A. (1994). A phenomenological perspective on certain qualitative research methods. *Journal of Phenomenological Psychology*, 25(2), 190-220.
- Kaiser, B. S. (1997). *The social psychology of clothing: Symbolic appearances in context*. New York: Capital Cities Media.
- Kang, M. R. (2013). 몸, 주체, 권력 메를로퐁티와 푸코의 몸 개념 [Body, subject, power Maurice Merleau-Ponty and Foucault's body concept]. Seoul: Ehaksa.
- Kim, H. J., & Kwak, T. G. (2010). A study on cross sexual styles in contemporary men's wear collections. *Journal of the Korean Society of Fashion Design*, 10(4), 19-33.
- Kim, J. S., & Ha, J. S. (2017). An analysis of persona manifestation through fashion style. *Journal of the Korean Society of Fashion Design*, 17(1), 55-70. doi:10.18652/2017.17.1.4
- LaBat, K. L., & Delong, M. R. (1990). Body cathexis and satisfaction with fit of apparel. *Clothing and Textiles Research Journal*, 8(2), 43-48.
- Ministry of Culture, Sports and Tourism. (2013, March 19). 국민생활체육 참여 실태조사 [National life sports participation survey]. Ministry of Culture, Sports and Tourism. Retrieved June 16, 2016, from https://www.mcst.go.kr/web/s_data/research/researchView.jsp?pSeq=1311&pMenuCD=0406000000&pCurrentPage=1&pTypeDept=&pSearchType=01&pSearchWord=%EA%B5%AD%EB%AF%BC%EC%83%9D%ED%99%9C%EC%B2%B4%EC%9C%A1
- Park, S. J., & Yim, E. H. (2013). Discourse on the male body represented in fashion advertisement. *Journal of the Korean Society of Costume*, 63(6), 29-39.
- Senett, R. (1994). *The fall of public man*. Cambridge: Cambridge University press.

A Study on Body Image and Body Management of Korean Men

Lee, Chai Young⁺

Lecturer, Dept. of Fashion Business, Jeonju University⁺

Abstract

The body has been adopted as a consumer object or as a means of self-expression that is associated with the social norms of appearance and body management is actively practiced by most individuals, regardless of gender, age, and vocation. Clothes reflect the recognition of their body of contemporary men, along with their changing influences. Therefore, understanding the changing body image is critical to the clothing industry. This study aimed to determine the occurrence and transition of a body image among 20~30s Korean men and investigate it in the context of social, cultural, and individual influences. Literature research was conducted, and Amedeo Giorgi phenomenological research methodologies were applied. The research findings are as follows. First, focus on Foucault, which views the body as a sociocultural construct, whereas the second focus on Giddens, which views the body as a means of subjective expression. Second, even in modern times, when considerable stress is placed on individual self-expression, the manifestation of the body image among Korean men is influenced by sociocultural characteristic factors, including group consciousness, evaluation of appearance, and media. With regard to individual factors, there are pursuit of health care eliminating stress and appearance management. Third, Such a behavior positively or negatively changes body image according to the results of body management. Positive changes in the body image include improvement in emotional satisfaction and self-catharsis. Negative changes include increased body observation accompanied by stricter evaluation, dissatisfaction with the body, and increased sensitivity to the body. This study shows that Korean males' body management is directly connected to changes in their clothing attitude. Hence, this study has significance in that it promotes understanding of the sensitivity of contemporary men to their body and provides consumer information that can be used in planning and designing body-conscious fashion products for men.

Key words : body image, body management, Michel Foucault, Anthony Giddens, Amedeo Giorgi