

## 비만 여성의 차별 경험과 다이어트 - 20-30대 미혼 여성들을 중심으로 -

김민주

이 연구는 비만 여성을 향한 한국사회의 낙인과 차별의 실태, 그리고 비만 여성이 수행하는 엄격한 자기통제와 그 부작용으로서의 폭식에 관한 것이다. 기존에 한국사회에서 거의 다루어지지 않았던 ‘비만 낙인’이라는 개념을 중심으로, 이 연구는 비만 여성의 열악한 사회적 지위와 심리적 위축감에 주목하였다. 8명의 20-30대 비만 여성을 대상으로 심층면접을 실시한 연구 결과는 다음과 같다.

첫째, 비만 여성은 비만 낙인이 팽배한 사회의 여러 영역에서 차별의 표적이 됐다. 사춘기에는 또래 집단으로부터 잦은 폭언과 괴롭힘을 받았다. 무분별한 조롱과 비난은 비만 여성의 자존감을 하락시키고 우울감을 야기하였다. 성인기에는 여성의 외모규범으로부터 일탈했다는 이유로 주변화된 지위에 머물렀고 여성성은 불안하게 유지됐다. 또한 취업 시장에서는 비만 낙인 때문에 취업 기회를 제한받거나 직장 내에서 차별을 경험했다.

둘째, 비만 여성은 그러한 낙인을 담고 있는 사회적 시선에 매우 민감한 모습을 보였다. 비만 여성의 일상생활은 ‘타인의 시선이 어떨까?’하는 의식에 의해 좌우됐고, 궁극에는 폐쇄적이고 고립적인 삶에 구속되는 모습을 보였다. ‘무언의 폭력’과도 같은 사회적 시선은 비만 여성의 자괴감, 우울감 등 심리적 위축감을 유발하였다. 이와 같은 심리적 위축감의 배후에는 낙인을 수용하는, 내면화된 자기책임론이 자리하고 있었다.

마지막으로, 것처럼 내면화된 자기책임론은 비만 여성으로 하여금 엄격한 다이어트를 수행하도록 유도했고, 그 부작용으로서 비만 여성은 폭식에 시달렸다. 폭식은 타인의 시선을 피해 은밀한 형태로 이루어지기도 했으며, 비만 여성의 자책감, 우울감, 의욕 감소 등을 야기했다. 폭식의 이면에는 ‘억제됐던 식욕의 즐거운 만족’이 아닌, 강박에 가까운 ‘먹어야만 하는 괴로움’이 존재하고 있었다.

**주제어:** 비만, 낙인, 차별, 다이어트, 폭식

## 1. 서론

최근 한국 사회에서도 비만이 사회적 문제로 대두되기 시작했다. 2014년을 기준으로, 만 19세 이상 성인의 전국 비만 유병률은 30.9%를 기록했다(보건복지부, 2015). 그 중 성인 남성의 비만 유병률은 37.7%, 성인 여성의 비만 유병률은 23.3%이다. 그러나 체중조절 경험의 비율은 일반적으로 여성에게서 더 높게 나타나며(임인숙, 2004: 166). 여성을 겨냥한 각종 다이어트 상품, 광고 등이 범람하는 추세를 보이고 있다. 이러한 현상은 어떻게 설명될 수 있을까?

이 연구의 토대가 되는 젠더 이론은, 남성보다 여성에게 더 강력한 구속력을 발휘하는 성차별적 외모규범을 원인으로 지목한다. 물론, 남성을 구속하는 외모규범도 존재한다. 그러나 그것이 ‘날씬’하고 ‘섹시’하며 ‘아름다운’ 얼굴을 요구하는, 여성에 대한 외모규범만큼 엄격하거나 강압적이라고 보기는 어렵다. 여성에게는 “비현실적이며 편협한 외모 기준”이 적용되는데(Schur, 1984: 72), 남성에게는 해당사항이 없는 ‘가슴-허리-엉덩이 치수(vital statistics)’가 여성에게는 존재한다는 사실이 그를 뒷받침한다. 그와 같은 외모 기준은 수많은 여성들로 하여금 끊임없는 결핍을 느끼도록 조장하고, 한 순간도 자기감시의 끈을 놓지 못하게 만들 수 있다는 점에서 ‘폭력적’이라고도 말할 수 있다.

여성에게 유독 가혹한 이 성차별적 외모규범은, 여성을 시각적으로 ‘대상화’하는 데에도 기여해왔다. 전통적으로 여성의 외모는 남성을 위한 일종의 ‘광경(sight)’이었고, 여성은 성별 권력관계의 재생산을 위한 ‘육체적 존재’로 치부돼왔다. 여성이 한 인간으로서 지니는 가치는, 아름다움의 여부에 의해 결정돼왔다고 해도 과언이 아니다. 날씬한 몸을 만들고, 얼굴을 가꾸는 등의 행위는 여성들의 “역할 의무”로까지 상정됐으며(Laws, 1979: 181), 그러한 역할 의무를 소홀히 하고 있다고 평가된 여성들은 곧, 외모규범에 순응하지 않는 “일탈 여성”으로 간주됐다(Schur, 1984).

이와 같은 이론적 배경을 토대로, 이 연구는 소위 '일탈 여성'으로서의 비만 여성이, 20-30대에 이르기까지의 생애과정에서 경험해온 '비만 낙인'과 차별에 주목하고자 한다. 비만 낙인이라고 함은, 사회적 일탈자라는 지위가 부여된 비만 여성을 향한, 따가운 사회적 시선과 관련된 인지적 속성이다. 차별은 그러한 비만 낙인이 비만 여성의 현실적이고 구체적인 삶에서 분명한 결과들로 이어졌을 때 성립되는 사건들을 뜻한다.

비만 여성은, 여성으로서 순응했어야 하는 외모규범으로부터 일탈했다는 이유로, 동시에 신자유주의 사회의 자기책임론에 불응했다는 이유로, 이중적인 낙인의 대상이 되고 차별을 받게 될 가능성이 높다. 이 연구에서는 그러한 낙인과 차별이 비만 여성의 일상생활 전반에 침투해있는 실태를 살펴보고, 낙인이 내포하고 있는 일반적인 추측과는 달리, 지속적인 자기감시 및 자기통제를 기반으로 끊임없이 육체변형, 즉 다이어트를 시도하는 비만 여성의 모습을 드러내고자 한다. 그와 함께, 다이어트 시 비만 여성이 직면하게 되는 이른바 '자기통제의 한계'를 지적하고, 과도한 자기통제의 부작용으로서 발생하는 폭식의 구체적 실태를 살펴볼 것이다.

이 연구의 구체적인 연구 질문은 다음과 같다. 첫째, 비만 여성이 생애과정에서 경험하는 낙인과 차별의 실상은 어떠한가? 둘째, 그러한 낙인과 차별의 기저를 이루고 있는 자기책임론에 대한 비만 여성의 태도는 무엇인가? 셋째, 비만 여성의 다이어트 과정은 어떠하며, 특별히 그 부작용으로서의 폭식이 유발되는 맥락은 무엇인가?

이 연구는 20-30대의 비만 여성이 다이어트에 성공하기까지 생애과정에서 겪어온 낙인과 차별, 심리적 고통과 절망감을 포착해내고, 그러한 상황을 당사자들의 고유한 언어로 분석한다는 의의가 있다. 또한 구체적으로 어떤 맥락에서 낙인과 차별이 비만 여성의 삶과 건강을 위협하는지 확인할 수 있다.

그동안 한국사회에서의 여성의 다이어트를 다루는 논의는 활발하게 이루어져왔고, 비만을 주제로 한 연구도 방대하게 진행됐다. 이 가운데 비만 여성의 다이어트와 심리적 위축감에 대한 연구도 다수 존재한다. 이 연구는 비만 여성에 관한 그러한 기존의 논의에 더해 '낙인'이라는 개념을 중심으로 비만 여성의 삶과 다이어트 과정을 조명해보고자 한다. 구체적으로 뚱뚱한 몸에 붙여지는 꼬리표들로 인해 비만 여성이 맞닥뜨리게 됐던 차별은 일상생활에서 어떻게 나타났는지, 그것이 얼마나 부당하고 가혹한 형태로 이루어졌는지 비판적으로 드러내려고 한다. 또한 주로 문화적 압력에의 순응으로 '여성'의 범주에서 포괄적으로 다루어진 비만 여성의 다이어트를, 비만 여성이 고유하게 경험한 차별의 연장선상에서, '낙인 → 차별 → 다이어트 → 폭식 → 낙인(자기 책임론) 강화'의 고리를 중심으로 살펴보고자 한다. 즉, 기존의 다수의 연구와 대중매체상의 논의가 거시적인 문화적 압력에의 순응으로서의 비만 여성의 다이어트를 다루었다면, 이 연구는 비만 여성이 자신의 삶의 현장에서 직접 구체적으로 경험하고 감당해내야 했던 현실적인 차별의 행태들이 어떻게 비만 여성을 다이어트의 과정으로 유도했는지 가감 없이 보여주고자 한다.

덧붙여, '낙인' 개념이 주로 범죄사회학의 분야에서 주목을 받아온 점을 고려할 때, 젠더사회학 분야에서 여성이 몸에 근거한 낙인을 경험하는 현실을 논의하는 것은 새로운 의미가 있을 것이라 짐작된다.

## 2. 이론적 배경 및 선행연구

### 1) 비만 낙인의 이론적 배경

기본적으로 낙인의 진행과정은 꼬리표 부착 → 고정관념 형성 → 분리 → 지위 상실 → 차별로 구성된다(Link & Phelan, 2001). 특히 주목할 점은, 꼬리표 부착 단계에서 어떤 특성의 차이가 사회적으로 중요한

것인지에 관한 '선정'이 이루어진다는 것이다. 즉, 특정 속성의 차이는 권력이 개입되면서 상당한 사회적 관심의 대상으로 부상하고, 두드러지게 된다. 대표적인 예로 피부색을 들 수 있다.

이는 낙인이 관계적 현상이라는 것을 뜻한다(Beatty & Kirby, 2006: 37). 가장 쉽게 꼬리표가 붙는 대상은 가시적으로 두드러진 속성을 갖는 집단이다. 일반적으로 사람들은 차이의 '가시성'을 토대로, 자신과 유사한 인물은 내집단으로, 그렇지 않은 인물은 외집단으로 범주화하는 경향이 있기 때문이다. 이는 눈에 띄게 다른 '똥똥한 몸'이 낙인의 가장 손쉬운 표적이 될 수 있음을 시사한다.

낙인은 특정 속성에 대해 '책임'을 지닌다고 여겨지는 집단 또한 표적으로 삼는다. 책임은 낙인과 관련된 가장 중요한 개념인데, 유책 여부에 따라 낙인의 표적에게 가해지는 사회적 비난의 강도가 달라지기 때문이다. 만약 특정 속성이 선천적이라거나 개인의 통제범위 밖에 놓여있는 것이라고 여겨지면, 낙인의 대상은 희생자로 인식되고 경미한 문책을 받는 정도에 그치게 된다. 이를 "귀속 원인(imputed cause)"(Parsons, 1951), "실존 낙인(existential stigma)"(Falk, 2001)이라고 한다. 반대로, 표면적으로 통제가능하다고 여겨지는 속성을 통제하는 데 실패했다고 여겨지는 경우에는 "획득 낙인(achieved stigma)"(Falk, 2001)의 대상이 된다. 행동에 윤리적인 책임이 부과되는 만큼, 낙인의 대상은 강도 높은 사회적 비난을 면할 수 없다. 대체로 자기통제력, 절제력 등에 결함이 있다는 비난이 가해진다.

책임 개념은 낙인의 원인이 된 특정 속성의 '예상되는 경로'(Beatty & Kirby, 2006)와 밀접한 연관성을 갖는다. 특정 속성이 가변적이며, 행동에 반응할 가능성이 높다고 평가되면, 낙인의 대상은 그러한 속성으로부터 벗어나려는 노력을 해야 한다는 사회적 기대 또는 당위적 의식에 구속된다. 환자는 병을 극복하기 위해 노력해야만 한다는 "환자 역할(sick role)"(Parsons, 1951)처럼, 책임감 있는 모습을 보여야 할 의

무가 부과되는 것이다. 그런데 이 '경로' 개념에 관해 이해할 때 주의할 점은, 특정 속성의 '실제' 경로보다 '예상되는' 경로가 결정적인 역할을 수행한다는 사실이다. 즉, 낙인의 대상이 특정 속성을 실제로 변화시킬 수 있는지 여부보다, 그러한 속성은 반드시 변화시켜야만 한다는 사회적 태도가 월등히 두드러질 수 있다는 것이다.

그 중 비만 낙인(obesity stigma)은 체중낙인(weight stigma)으로 불리기도 한다. 체중낙인에 따르면, '뚱뚱한 몸'은 게으르며 의지가 약하고 비지성적이며 자기규율이 부족한 사람의 몸이다(Puhl & Heuer, 2010). 이처럼 비만이 생활습관에 대한 통제를 통해 충분히 극복될 수 있는 문제로 여겨지기 때문에, 비만 집단은 스스로 생활습관을 통제하지 못하는, 의지력이 약한 집단으로 치부되기 쉽다. 심지어 그들은 자기 몸을 지배하는 데 실패했을 뿐 아니라, 자본주의 사회에서 사회적으로 성공하는 데 필수요소인 계획성, 절제 등을 결여하고 있다고까지 비취진다(Klaczynski·Goold·Mudry, 2004). 이에 따라, 비만 집단은 사회적으로 별로 관계 맺고 싶지 않은 집단으로 평가되며(Brochu & Morrison, 2007), 팔이 없거나 얼굴이 손상된 심각한 장애를 가진 집단보다 낮은 사회적 선호도를 받기도 한다(Lewis & Puymbroeck, 2008).

## 2) 비만 집단에 대한 차별

### 가. 차별의 종류

비만 집단이 경험하는 차별은 크게 직접적, 환경적, 간접적 차별로 구분된다(Lewis·Thomas·Blood·Castle·Hyde·Komesaroff, 2011). 직접적 차별은 언어폭력, 서비스 거부와 같은, 명백하고 공공연한 차별을 가리킨다. 대표적인 예로, 식사 중 또는 대중교통 이용 중 받았던 언어폭력, 학교에서 겪었던 괴롭힘 등이 있다. 직접적 차별의 특징은, 비만 집단이 자신에게 가해지는 언어폭력과 비난에 대응할 수 있는 기회가 적다는 점이다. 따라서 비만 집단은 직접적 차별에 무방비로 노출될 수밖에 없다.

환경적 차별은 비만 집단이 활동하기에 불편한 물리적 환경과 관련된다. ‘환경적’ 성격을 띠기 때문에 상대적으로 미묘하며 포착하기 어렵다. 주로 업무 공간, 의료기관, 영화관, 대중교통 및 기내 좌석 등에 관한 것인데, 기내 안전벨트를 따로 연장해야 하는 불편함이나 큰 치수 의류가 부족한 상황이 대표적이다. 환경적 차별의 특징은 비만 집단으로 하여금 자신이 사회적으로 수용 가능한 규범의 범위 밖에 자리하고 있다는 느낌이 들게 한다는 것이다. 그 결과, 비만 집단은 마치 사회가 자신에게 “스스로를 감추라”는 메시지를 전달하는 것처럼 느끼게 된다(Lewis et al., 2011: 1353). 이는 비만 집단으로 하여금 스스로가 낙인 받아 마땅한 존재라는 인식을 강화시킬 수 있다는 측면에서 위험하다고 볼 수 있다.

마지막으로, 간접적 차별은 사회에 만연해 있으며, 비만 집단이 피하기 어려운 반(反) 비만 태도에 관한 것이다. 친구 및 가족이 자신과 함께 있는 것을 수치스러워 한다는 느낌, 공공장소에서 운동 또는 식사 시 느끼는 굴욕감, 식료품점에서 자신의 카트 안 물건을 다른 사람들이 쳐다보고 있다는 느낌, 서비스 직원에게 무시 받는다는 느낌 등이 그 예이다. 이는 비만 집단이 일상생활의 다방면에 걸쳐 인식하는 “공중의 응시(public gaze)”(Lewis et al., 2011: 1349)를 뒷받침한다. 이와 관련된 개념으로, “문명화된 억압(civilized oppression)”(Harvey, 1999)을 언급할 만하다. 문명화된 억압이란, 억압이 반드시 공공연하고 폭력적이며 물리적으로 잔인한 방식으로만 가해지지는 않는다는 의미를 내포하고 있다. 정상체중을 위시한 규범사회가 행하는 부당한 낙인 및 차별에 ‘침묵’하도록 강요받는 것이, 비만 집단에게는 문명화된 억압이 가해지는 것일 수 있다(Rogge·Greenwald·Golden, 2004: 307).

#### 나. 일상생활에 만연한 비만 집단에 대한 차별

##### ① 교육 영역

교육 영역에서 비만 집단에게 가해지는 차별로는, 먼저 교사의 낙인을 들 수 있다. 교사들은 비만 학생의 사회적, 논리적, 신체적, 협동적

기술 등 전반적인 수행 능력에 대해 편견을 지니고 있는 것으로 확인됐다(Greenleaf & Weiller, 2005). 그러나 실제로는, 체중으로 인한 놀림 경험이 통제된 경우, 과체중 학생과 정상체중 학생의 학업성취 수준은 거의 대등한 것으로 나타났다(Krukowski·West·Perez·Bursac·Phillips·Raczynski, 2009). 비만 집단 내에서는 비만 여학생이 비만 남학생에 비해 낮은 대학 합격률을 보였는데, 이는 정상체중의 학생이 대학 진학을 위한 가정의 재정적 지원을 상대적으로 더 많이 받는 효과가 비만 여학생 집단에서 두드러지게 나타났기 때문이었다(Crandall, 1991). 또 비만 청소년은 정상체중의 또래 집단에 비해 친구들과 보내는 시간이 적으며, 상대적으로 약한 사회적 유대를 구축하고 있는 것으로 보고되기도 했다(Falkner·Neumark-Sztainer·Story·Jeffery·Beuhring·Resnick, 2001).

## ② 고용 영역

인사 담당자들은 업무에 적극적인 비만 지원자보다, 업무 능력이 상대적으로 부족하더라도 날씬한 지원자를 채용하려는 태도를 보였다(Sartore & Cunningham, 2007). 또 비만 집단이 취업 지원 시 차별을 받는 이유는, 정상체중 집단에 비해 덜 양심적이며, 덜 유쾌하고, 정서적으로 덜 안정돼 있다는 고정관념 때문인 것으로 드러났다(Roehling·Roehling·Odland, 2008). 뿐만 아니라 비만 집단은 면접 단계 전부터도 상당한 불이익을 받을 수 있다는 사실이 실험 연구를 통해 확인되기도 했다(Puhl & Brownell, 2001). 임금과 관련해서도, 비만 집단은 날씬한 동료 집단과 비교했을 때, 동일 노동에 대해 더 적은 임금을 받는 것으로 나타났다. 특히, 비만 여성은 날씬한 동료 여성에 비해 6% 적은 임금을, 비만 남성은 날씬한 동료 남성에 비해 3% 적은 임금을 받는 것으로 드러나(Baum & Ford, 2004), 같은 비만 집단 내에서도 비만 여성이 경험하는 임금차별이 더 심각함을 시사했다. 이를 뒷받침하듯, 실제로 비만 여성은 고용 차별 및 기타 사회적 차별을 면하기 위해, 자신의 체중을 숨기려는 시도를 비만 남성에 비해 더 많이 하는 것으로



드러났다(Rothblum·Brand·Miller·Oetjen, 1990). 이와 유사한 맥락에서, 항공사의 '체중기준'에 관해 비판적으로 조명한 한 연구에서는, 누구에게나 공평하게 적용되는 것처럼 보이는 '중립적'인 기준이, 특정 집단 - 여성 - 에게 더 강도 높은 편파적 효과를 야기할 수 있다는 사실이 지적됐다(Roehling, 2002).

### ③ 대인관계

전반적인 대인관계, 즉 가족 및 친구 등 가까운 지인들과의 관계에서, 비만 집단은 차별을 경험했다(Lewis et al., 2011; Puhl & Brownell, 2006). 특히, 성적 파트너로서, 비만 집단은 정신질환자·장애인·성병 병력 보유자보다도 선호되지 않는 것으로 나타났다(Chen & Brown, 2005). 이러한 경향은 같은 비만 집단 내에서도 비만 여성과 관련해 더욱 두드러지게 나타났다. 비만 여성은 비만 남성에 비해 결혼할 확률이 낮다는 보고(Fu & Goldman, 1996), 비만 여성은 약물 의존 여성보다도 이성애 파트너로서 선호되지 않았다는 보고(Sitton & Blanchard, 1995)가 있었다. 비만 여성과의 '물리적 인접성' 그 자체만으로도 그와 가까이 있는 남성에게 낙인화가 이루어진다는 보고(Hebl & Mannix, 2003)까지 있었다.

### ④ 대중매체

비만 집단에 대한 대중매체상의 차별은, 그들에 대한 조롱 및 희화화 방식을 통해 이루어지는 것으로 확인됐다. 성인 프로그램뿐 아니라 아동 프로그램에서조차, 비만 집단은 '주변 인물'로 캐스팅된 경우가 빈번했고, 조롱과 유머의 표적이 됐으며, 고정관념을 강화시키는 행동들(예를 들어, 패스트푸드를 폭식하는 행동)을 하도록 그려졌다(Himes & Thompson, 2007). 심지어 '비만 낙인 타파'라는 기획의도를 내걸었던 프로그램들조차 비만 낙인을 재생산했다(임인숙·김민주, 2012). 아동을 대상으로 하는 프로그램에서도, '비만 캐릭터'는 공격적, 반사회적이며, 악하고, 매력 없고, 불친절한 모습을 지니는 경우가 많았다(Herbozo·Tantleff-Dunn·Gokee-Larose·Thompson, 2004).

### 3) 비만 낙인과 차별이 건강에 미치는 영향

비만 집단에 대한 낙인과 사회적 차별은 그들의 신체적, 정신적 건강과 밀접하게 연관된다. 잦은 낙인 경험은 성인 비만 집단에서 우울증과 정적 관계를 형성했고, 그와 같은 관계는 연령·성별·체질량지수·비만 시작 시기를 통제한 경우에도 동일하게 유지됐다(Friedman·Reichmann·Costanzo·Zelli·Ashmore·Musante, 2005). 또 다른 연구에서는, 사회인구학적 특성 및 지각된 스트레스 요소를 통제했을 때, 지각된 체중차별이 기분장애·약물남용·정신보건서비스 이용과 유의미하게 연관되는 것으로 나타났다(Hatzenbuehler·Keyes·Hasin, 2009). 청소년들에게는 비만 낙인이 자살 고려, 자살 시도로까지 이어지는 것으로 보고됐다(Eaton·Lowry·Brenner·Galuska·Crosby, 2005).

비만 낙인이 초래하는 여러 부정적인 심리상태는, 섭식장애를 매개했다. 과체중 및 비만 여성을 대상으로 이루어진 한 연구에서는, 응답자들의 79%가 비만 낙인에 대한 대응으로서 더 많은 음식을 섭취한다고 답했으며, 75%는 식이요법을 거부한다고 답했다(Puhl & Brownell, 2006). 청소년들에게 비만 낙인은 만성적 폭식, 구토, 약물 사용 등의 결과를 유발했다(Libbey·Story·Neumark-Sztainer·Boutelle, 2008).

비만 낙인은 비만 집단의 신체활동 또한 감소시키는 것으로 나타났다. 체중낙인을 경험한 성인 집단은 운동에 대한 동기도 낮고, 운동하기를 꺼리는 것으로 확인됐다(Vartanian & Shaprow, 2008). 과체중 및 비만 청소년 집단에서도, 체육시간에 받았던 놀림 등을 이유로 신체활동을 꺼리는 경향이 포착됐다(Peterson·Puhl·Luedicke, 2012).

이러한 연구 결과들은 건강한 식이요법, 신체활동을 통해 비만 집단이 '건강한 몸'을 만드는 데에 비만 낙인이 장애요소가 됨을 시사한다. 비만 낙인과 그로 인한 차별이 만연한 공적 환경에서 '시선'을 무릅쓰고 운동에 매진할 수 있는 비만인은 많지 않기 때문이다. 이는 일각에서 제기됐던, '비만 낙인은 비만 집단의 자기통제

육구를 증진시킬 것'이라는 주장이 매우 빈약한 근거를 가지고 있음을 보여준다.

#### 4) 외모규범과 다이어트에 관한 여성학적 논의

날씬한 몸이 곧 아름다운 몸이며, 여성이라면 그러한 몸을 지니기 위해 부단히 노력해야 마땅하다는 것이 현대사회 여성의 외모규범이다. 그리고 그렇게 요구되는 노력의 일환으로서의 다이어트는 연령, 결혼 여부, 계층, 사회적 지위 등을 막론하고 대부분의 여성들에게 강요되고 있는데, 이는 '여자'로 인정받는 것이 사회에서 여전히 정체성의 가장 중요한 부분을 구성하기 때문이다(한서설아, 2000: 53).

이에 더해 신자유주의 체제의 확산이 가져온 자기관리 혹은 자기책임의 담론은 '몸'이라는 영역에까지 침투해, 마음대로 변형 가능한 몸, 유연한 몸이라는 사조를 퍼뜨렸다. 특히, 현대사회의 소비문화는 몸에 대한 '자기 보존주의적' 사고방식을 유포하는데, 이는 '건강한 몸'이란 개인의 노력에 의해 만들어지는 것이므로 모든 개인은 그러한 몸을 지니기 위해 최선을 다해야 함을 내용으로 한다(한서설아, 2000: 66).

이러한 상황에서 피낙인자로서의 비만 여성은 '참을 만하게' 살아가기 위해서 자신을 억압하는 주체, 곧 이상의 사회문화적 압력들과 타협할 수밖에 없는 지위에 놓이게 된다(Schur, 1984: 42). 일반적으로 피낙인자는 스스로도 지배적인 사회적 신념과 가치를 수용하도록 사회화됐기 때문이다(Goffman, 1963). 요컨대 비만 여성에게 다이어트는 그러한 타협에 따른 순응적 태도(accommodation attitude)의 대표적인 예인 것이다.

다이어트뿐만 아니라 섭식장애도 이처럼 사회가 여성에게 요구하는 문화적 규범과 밀접하게 연관된다. 섭식장애는 항상 여성에게서 압도적으로 많이 발병했다는 점, 그리고 섭식장애는 문화적, 역사적으로 선진 산업 사회에서 나타난다는 점(Bordo, 1993)이 이를 뒷받침한다. 특히, 섭식장애는 '과잉통제'와 깊은 연관이 있는데, 대중매체상의 날씬한 여성 이미지로 대표되는 소비문화의 영향으로 많은 여성들이 자신에게 큰 결함이 있

다고 느끼고, 자신의 욕구를 부끄러워하며, 자신을 새로운 자아로 변형시키는 데 존재의 의의가 있다고 믿게 됨으로써 섭식장애가 유발되기 때문이다(Bordo, 1993). 이와 함께 마른 체형을 이상적으로 생각하는 여자 청소년 중에서 과체중군의 체형 만족도가 가장 낮고, 체형 만족도가 낮을수록 폭식증 및 음식에 대한 집착 정도가 높다는 연구결과(김지연·손세진·이지은·김정현·정인경, 2009), 흑인여성 등 체형 불만족도가 낮은 인종 집단에서는 섭식장애의 발병률이 낮다는 연구결과(Pike & Walsh, 1996; Wilfley·Schreiber·Pike·Striegel-Moore·Wright·Rodin, 1996) 등도 섭식장애가 몸에 대한 문화적 기준과 관련이 있음을 입증한다.

### 3. 연구 방법 및 연구 참여자

#### 1) 연구 방법

이 연구에서는 심층면접을 실시했다. 심층면접을 통해, 이 연구는 '비만 몸'에 대한 지배적인 문화적 담론을 확보하고자 했다. 이 때, 지배적인 문화적 담론이란, 규범적인 질서의 관점에서 전형적으로 논의되는 바를 가리킨다. 사회문화적으로 축적돼온 일반적인 의미, 오랫동안 형성돼온 고정관념 등이 여기에 해당한다. 즉, 이 연구는 사회문화적 '외모규범'과 신자유주의 자기책임론을 토대로 한 '건강규범'이, 어떻게 '일탈적' 몸으로서의 비만 몸을 양산하고, 비만 집단에 대한 낙인과 차별을 초래하는지를 살펴본 연구이다.

따라서 이 연구는, 사회 연구의 세 가지 목적인 탐색(exploration), 기술(description), 설명(explanation) 중 '탐색'의 목적을 지닌 연구이다. 탐색적 연구는 연구 주제가 비교적 새로운 것이거나, 연구 대상이 지속적인 사회현상일 때 적합하다(바비, 2007: 124). '비만 낙인과 차별'이 한국 사회에서는 아직 본격적으로 논의되지 않았으나 분명하고도 지속적인 사회현상임을 고려할 때, 이 연구는 탐색적 연구라고 하겠다. 그러나 탐색

적 연구의 성격상 맞닥뜨리게 되는 대표성의 문제, 즉 연구의 참여자들이 모집단의 전형이 아닐 수도 있다는 사실에 주의할 필요가 있다.

구체적인 연구 절차로서, 이 연구는 연구 당시 약 80만 명의 회원을 보유하고 있던 다이어트 카페(<http://cafe.daum.net/slim>)를 통해, 연구 참여자들을 모집했다. 카페에 가입해 연구 목적, 연구 과정 등을 설명하는 모집 글을 게재했다. 또한 연령·체질량지수·과거의 비만 경험 등에 대해 회원들이 게재한 글을 검토하며, 연구에 적합하다고 판단된 참여자들에게 개인적으로 메일을 보내기도 했다. 모집된 연구 참여자들은, 연구 자체에 대한 흥미 또는 연구 주제의 중요성에 대한 인식을 참여 동기로 언급했다. 모든 면접은 약 한 시간에서 한 시간 삼십 분 동안 진행됐으며, 면접 실시에 앞서 연구 참여자들에게 면접 참여 동의를 제공했다. 면접에서는 개방형 질문이 주어졌고, 생애과정 속에서의 누적적이고 반복적인 낙인 및 차별 경험, 그로 인해 경험한 대인기피증, 우울감, 자존감 하락, 그리고 참여자들이 시도해온 다이어트의 구체적 과정에 관해 반구조화된 형식의 면접이 진행됐다. 연구 참여자들의 동의 하에 면접 과정을 녹음했으며, 녹음된 내용은 전사 작업으로서 녹취록을 작성한 뒤 이 연구의 분석 대상으로 사용했다.

## 2) 연구 참여자

이 연구는 사회문화적 외모규범의 영향을 가장 크게 받을 것으로 추측되는 20-30대의 젊은 여성들을 연구 참여자로 설정했다. 그 중에서도 체질량지수<sup>1)</sup>가 23 이상인, 과체중 여성들을 중심으로 연구를 진행했다. 연구 참여자들은 20대가 6명, 30대가 2명이었으며, 대학생이 4명, 취업자가 3명, 취업 준비자가 1명이었다. 직업 구분은 공적 영역에서 비만 여성이 경험하는 차별에 관한 내용을 얻는 데 활용됐다. 비만이 시작된

1) 체질량지수는 체중(kg)을 신장(m)의 제곱으로 나눈 값으로, 대한비만학회에서는 정상 18.5-22.9, 과체중 23-24.9, 경도비만 25-29, 고도비만 30 이상으로 규정하고 있다(<http://www.kosso.or.kr>).

<표 1> 연구 참여자들의 일반적 특성

사례	현재 체질량 지수	최고 체질량 지수	연령	직업	비만 시작 시기	거주 지역	월 소득
가	20.06 (정상)	26.62 (경도비만)	22	대학생	10대	서울시 강남구	450만원 (가구소득)
나	28.58 (경도비만)	32.01 (고도비만)	24	대학생	10대	서울시 동대문구	330만원 (가구소득)
다	24.39 (과체중)	26.23 (경도비만)	23	대학생	10대	안성시 공도읍	500만원 (가구소득)
라	23.53 (과체중)	23.53 (과체중)	26	간호사	20대	수원시 영통구	140만원
마	23.80 (과체중)	26.40 (경도비만)	35	금융업 관리자	10대	서울시 동작구	400만원
바	23.59 (과체중)	46.41 (고도비만)	22	대학생	10대	서울시 양천구	800만원 (가구소득)
사	24.09 (과체중)	26.93 (경도비만)	31	트레이너	20대	서울시 강동구	300만원
아	23.88 (과체중)	26.57 (경도비만)	24	취업 준비	10대	서울시 성북구	380만원 (가구소득)

시기는 10대 때가 6명, 20대 때가 2명이었다. 총 8명 중 7명이 과거에 경도비만이나 고도비만을 경험한 적이 있었다. 비만이 시작된 시기를 구분한 것은, 비만 낙인과 차별 경험이 생애과정에 걸쳐 누적적으로 나타나는 양상을 파악하고자 함이었다. 또 사회경제적 지위가 미치는 영향력을 알아보기 위해, 거주지역과 소득수준에 관한 정보를 수집했다. 대학생의 경우, 가구소득에 관한 정보를 수집했다. <표 1>은 연구 참여자들의 일반적 특성을 정리한 것이다. 연구 참여자들의 익명성을 보장하기 위해, “사례 (가)”, “사례 (나)” 등으로 표기했다.

#### 4. 일상화된 비만 낙인과 차별

##### 1) 사춘기에 겪는 폭언과 괴롭힘

연구 참여자들 중, 사례 (가)(나)(아)는 감수성이 예민한 사춘기를 거치며 누적적으로 경험했던 또래 집단의 폭언과 조롱을 언급했다. 사례

(가)는 뚱뚱한 자신의 몸에 쏟아졌던 온갖 비하 발언이 현재까지 영향력을 미치고 있다고 말했다.

친구들이 말하는 거 자체가 달라요. 제가 계단을 올라가고 있었는데, ‘다리 알로 알탕 끓여도 되겠다’고. 그런 식으로 정말 말을 험하게 많이 하죠. 사실 저는 아직까지도 약간 그게 남아있는 거 같아요. (폭언의 표적이 되기 때문에) 살이 찌면 안 된다는 게 남아있는 거 같아요.

사례 (나) 역시 중학교 시절, 또래 남학생들이 가했던 언어폭력을 언급했다. 또래 남학생들은 그녀에게 “돼지”, “돼지 같은 년” 등의 욕설을 서슴없이 내뱉었다. 심지어 초등학교 때는 더욱 심한 경험을 했다.

애들이 돼지라고 놀리고. 어떨 때는 누가 저한테 모과를 던졌나? 남자에게요. 그래서 저희 아빠가 확 돌아서……. 중학교 때도 놀림 때문에 엄청 그렸었고……. 중학교 3학년쯤 되니까, 제가 공부를 좀 잘했으니까, 그 뒤론 애들이 별로 안 건드렸죠.

주목할 점은, 학업성적이 개인을 평가하는 중요한 요소가 되는 시기에 이르고, 그것이 우수하다면, 비만 낙인과 차별로부터 상대적으로 자유로워진다는 점이다. 이는 역으로, 그러한 시기에 학업성적마저 우수하지 못하다면, 비만 여학생은 또래 집단의 조롱과 폭언에 무방비로 노출될 수밖에 없음을 의미한다. 교사들조차 비만 학생의 전반적인 수행 능력에 대해 기본적으로 회의적인 태도를 지니고 있다는 선행연구를 고려하면, ‘학교’라는 공간에서 약 12년에 걸쳐 비만 학생이 감당해야 하는 무시, 차별과 폭력의 무게는 막대하다. 실제로 사례 (나)는 “공부도 못하고, 살도 찌면” 선생님들의 비호도 받지 못하고, 계속 놀림과 차별을 경험하게 되므로, 학업성적이 “무시 못 할” 요소라고 강조했다.

사례 (아)는 이른바 ‘왕따’를 경험했다. 초등학교 때 그런 “아픔”을 겪고, “여중·여고를 가서 괜찮았는데”, 남녀가 섞여 있는 학원에서는 괴롭힘이 여전했다. 학원 벽에는 ‘○○○[사례 (아)] 무다리’라는 낙서가

쓰여 있기도 했고, 그녀는 “아무렇지도 않은 척 했지만 상처가 많았다”. 이에 의하면, 여학생으로만 구성된 여중·여고의 경우, 남녀공학인 학교에 비해 몸을 근거로 한 차별의 강도가 상대적으로 낮은 것으로 보인다. 사례 (마)도 남학생의 비율이 높은 공대 재학 시절, 대부분의 남학생이 - 심지어 과체중 및 비만 학생조차도 - 뚱뚱한 여학생을 비하하거나 비난하는 모습을 목격했다. 사례 (가)는 오히려 과체중 및 비만 남학생이 정상체중의 남학생보다 비만 여학생을 더 가혹하게 비난한다고 주장했다. 뚱뚱한 남학생이 자신에게 끊임없이 “살 좀 빼라”, “너는 정말 살을 빼야 된다”고 강요했던 일화를 소개한 그녀는, 남성은 ‘체격’이라는 개념의 비호를 받기 때문이라고 이야기했다. 이는 남성을 구속하는 외모규범의 성격이, 여성의 그것에 비해, 훨씬 더 관대하고 포괄적임을 시사한다. 여성의 경우처럼 반드시 날씬한 몸을 가져야 하는 것이 아니라, 조금 뚱뚱해도 ‘체격이 있다’는 표현으로 비호될 수 있기 때문이다.

연구 참여자들의 이러한 경험을 통해 볼 때, 여성의 다이어트, 특히 비만 여성의 다이어트를 단순히 ‘자기만족을 위한’ 또는 ‘다른 여성과 경쟁하기 위한’ 것으로 보는 관점은 부당하다. 성별 권력관계에서 우위를 차지하고 있는 남성의 힐난을 고려해야 할 필요가 있기 때문이다. 사춘기에 또래 집단과의 관계에서 비만 여성이 경험했던 폭언은 대부분 또래 남학생들에 의해 가해졌다. 이는 비만 여성에게, 성차별적 외모규범의 압력과 그것에 순응하지 않았을 때 수반되는 강도 높은 비난에 대한 두려움을 각인시켰다. 그와 같은 각인은 여성이라면 자신의 몸이 규범을 준수하고 있는지 끊임없이 자문하고 감시해야 한다는 결론으로 유인했다. 이는, 후에 살피볼 것이지만 비만 여성이 자신의 몸을 스스로 일탈적인 것으로 바라보게 했다. 뿐만 아니라, 체중감량에 실패한 경우 실패의 원인을 온전히 자신에게 돌리게 함으로써 비만 여성의 우울감, 자괴감 등을 유발했다. 이처럼 정서적으로 예민한 사춘



기에 비만 여성에게 가해진 폭언과 괴롭힘의 경험은 성인이 되어서도 비만 여성을 구속하는 양상을 보였다.

또한 학교라는 영역에서의 차별은 대부분 직접적 차별의 형태로 가해졌다. 직접적 차별의 가장 흔한 예는 대응하기 어려워 무방비로 노출될 수밖에 없는 가혹한 폭언이다. 그러한 폭언이 유독 인격적으로 성장해가는 사춘기에 잦았다는 점을 고려하면, 이 시기에 비만 여성에게 가해지는 차별을 제재하는 것이 장기적으로 얼마나 중요한 것인지 가늠할 수 있다.

## 2) 불안한 여성성

성인이 되면서, 연구 참여자들은 자신의 뚱뚱한 몸이 여성으로서 주변화된 지위를 점유하게 하거나, 남성이 관심을 갖지 않는 대상으로 전락하게 한다고 인식했다. 그 같은 인식은 남성과 직접적으로 대면하기 때문에 몸의 가시적 일탈성이 두드러지는, 대학교 미팅 경험에서 더욱 강화됐다. 사례 (다)는 다음과 같이 회상했다.

친구들이 진짜 다 키가 크고 엄청 마른 친구들이었어요. 저랑 한 다섯 명이 같이 했는데, 저랑 어떤 친구만 안 된 거예요. 근데 그 친구는 되게 말이 없어서 충분히 그럴 수 있다고 생각했는데 …… ‘아, 나는 왜 안 됐을까’ 생각을 해봤는데, ‘아, 나는 상대적으로 더 뚱뚱해보이고 이러니까, 그거였을 수 있겠다’ 이렇게 생각했던 거 같아요.

직장 내에서의 빠른 승진과 관리자로서의 지위에 대해 자부심을 보인 사례 (마)도 유독 여성성과 관련해서는 스스로를 “비주류”로 지칭했다. 자신은 항상 살이 썩 있었기 때문에, 친구들과 미팅 자리에 나가면 날씬한 친구가 늘 관심의 대상이 됐다. 유학 경험과 명문대 졸업 이력을 자부했던 사례 (아) 또한, 이성관계에서 만큼은 성공적이지 못했다고 설명했다. 이제까지 한 번도 남자친구를 사귀어 본 적이 없다는 것이었다. 그 원인으로 자신의 몸을 지목했다. 어렸을 때부터 항상 과체

중이었다는 그녀는, 지속돼온 ‘과체중 상태’가, 함께 지속돼온 ‘솔로 상태’의 원인일 것이라고 추측했다. 학창 시절을 미국에서 보낸 그녀는, 비만 인구의 비율이 한국에 비해 상대적으로 높은 곳에서는 자신이 덜 뚱뚱해보일 것이라 생각하며 이성교제를 기대했으나, 그곳에서도 남자 친구를 사귀지 못하자, ‘날씬한 몸’이 지역을 불문하고 매력적인 여성의 핵심요소임을 깨달았다고 했다.

성실성을 장점으로 내세우며 자기주장이 강한 모습을 보였던 사례(가)도 남성들이 자신을 “쉽게 봤다”며 화를 냈다.

이성이 저를 대할 때, 확실히 날씬한 친구들보다 더 쉽게 보는 경향이 있어요. ‘당연히 너는 나를 좋아할거야, ‘당연히 너는…….’ 그렇게 쉽게 보는 경향이 있고요.

즉, 또래 남학생들이 그녀와 같은 비만 여성이라면 - 그녀의 다른 여러 장점들과 그들의 단점들에 대한 고려 없이 - 자신에게 당연히 이성적인 호감을 가질 것이라 판단했다는 것이다. 이는 비만 여성이 뚱뚱한 몸 때문에 주류 여성 집단에 포섭되지 못하고 있음을, 그에 따라 이미 불평등한 성별 권력관계에서 더욱 ‘하등한’ 위치에 놓여 있음을, 남성들이 인식하고 있었다는 것을 보여준다. 이는 남성을 대상으로 한 실험에서 비만 여성이 정신질환 여성, 성병 병력 보유 여성보다도 선호되지 않았다는 선행연구와 상통하는 일면이 있다. 여성의 ‘비만’이라는 특성이 남성의 관점에서는 여성이 갖춰야 할 중대한 덕목 - 날씬함 또는 아름다움 - 에 반하는 것으로 인식되는 현실을 드러내고 있기 때문이다. 역으로 보자면, 날씬함을 유독 여성의 고유한 가치로 치켜세우는 성차별적 외모규범이 그 지대한 영향력을 행사하고 있는 것이다.

명문대생인 사례(나)도 단지 그녀가 비만이라는 이유만으로 일방적으로 절교를 선언한 한 남성을 언급했다. 평소에 친하게 지냈던 그와 그녀를 두고 주변 친구들이 ‘○○랑 ○○[사례(나)]랑 잘 된다’, ‘둘이 사귀다’고 놀리기 시작하자, 그 뒤로 그 남성이 관계를 단절해버렸고,

그녀는 자신의 뚱뚱한 몸이 원인이라고 판단했다. 이는 인격적인 친분 관계를 넘어 이성관계가 상정되는 순간부터, 중전의 친분 관계까지 단절되고 마는 비만 여성의 비극적 상황을 보여준다. 특히, 사례 (나)처럼 비만 여성이 스스로 관계 단절 혹은 실패의 원인을 자신의 뚱뚱한 몸, 곧 '주류 여성'으로부터 이탈한 자신의 상태에서 찾고 있음은 주목할 만하다. 교육 수준이 높은 비만 여성조차 사회가 규정하는 여성성과 '자격 미달'로서의 자신의 열악한 위치를 자연스럽고 당위적인 것으로 받아들이고 있음을 보여주기 때문이다. 그리고 그러한 인식은 이탈적 몸을 주류 여성의 몸으로 바꾸는 데 성공한 여성의 지위 변화를 목격함으로써 더욱 강화됐다.

(과체중이었던 친구가) 살이 빠지니까 바로 남자친구가 생기더라고요. 공주님 대접을 받더라고요. [사례 (나)]

그러나 설사 이성교제에 성공한다고 하더라도, 비만 여성에게 가해지는 주류 여성으로의 편입에 대한 강제는 계속된다. 사례 (라)는, 남자친구와 교제하는 중에도 체중감량에 대한 우회적인 권고가 지속됐다고 말했다.

'날씬했을 때가 더 예뻐다' 이렇게 은연중에 말을 하는 거 같아요. '살 빼!' 이렇게 말은 안 하는데, '날씬했을 때가 더 예뻐다' 항상 이렇게. 약간 이런 식으로 말을 할 때가 있어요.

이처럼 상대적으로 날씬했던 과거의 모습에 대한 연인의 찬가는, 자연스럽게 비만 여성이 자신의 몸을 끊임없이 변형하고자 시도하게 만드는 유인으로 작용했다. 실제로 사례 (라)는 남자친구의 희망사항대로 "빨리 예뻐지고 싶어서" 다이어트를 시작했다. 그러나 "계속 또 실패하고, 실패"하면서, 다이어트가 "의지만으로는 부족"하다고 인식했고, 오히려 "(살을) 빼고 싶은데 쉬운 일은 아니"라는 좌절감을 경험했다.

결국, 비만 여성은 가시적으로 두드러지는 뚱뚱한 몸의 이탈적 성격이 자신의 여성성을 위협하는 현실로부터 자유로울 수 없었다. 오히려

연구 참여자들의 일련의 경험은, 이성관계를 형성하는 데 여성의 몸이 차지하는 중요성을 재인식시키고 강화하는 계기로 작용했다. 사회가 결정하고 규범화하는 내용의 여성성을 지니지 못한 비만 여성은 평범한 여성으로서 대우받기조차 어려웠다. 비만 여성은 장점이 될 수도 있는 자신의 다른 특성들에 대한 평가는 아예 받지 못한 채, 이성관계에서 기본적인 인격적 존재로조차 존중받지 못했다.

### 3) 제한된 취업 기회 및 직장에서의 차별 경험

비만 집단에 대한 고용상·직무상 차별에 관한 선행연구를 뒷받침하듯, 연구 참여자들은 비만에 대한 고용주들의 부당한 편견으로 인해 여러 공적 기회들을 박탈당했다. 특이한 점은, 대부분의 연구 참여자들이 과거의 비만 상태로부터 벗어나 현재 정상 또는 과체중 범주에 속하는 만큼, 체중을 감량하기 전후의 대우에서 뚜렷한 차이를 체감한 경우가 많았다. 사례 (가)는 비만이던 때에는 특별한 능력이 요구되는 자리가 아니었음에도 불구하고 기본적인 업무 수행능력조차 의심받았지만, 체중감량에 성공한 뒤부터는 고용주로부터 호의적인 대우를 받고 바로 일자리를 얻을 수 있었다. 사례 (바) 또한 그와 유사한 경험을 한 적이 있었다.

마른 친구 중 한 명이랑 아르바이트 면접을 같이 보러 갔는데, 사장님이 진짜 대놓고 저는 안 된다 그러시는 거예요. 무슨 뭐, 엄청 예뻐야 하는 일도 아니고, 그냥 PC방 아르바이트였거든요. 둘러 둘러 얘기한 게 아니라 그냥 직접적인 얘기니까……. 정말 사회에서는 이런 몸을 가지고는 인정을 못 받는다는 걸 확실히 느꼈거든요, 그때.

간호사인 사례 (라)는 직업상 유니폼을 입어야 하기 때문에 고용주들이 날씬한 지원자들을 신경 써서 뽑는 것 같다고 이야기했다. 그녀는 유니폼이 몸에 맞지 않거나, 환자들이나 일반인들이 보기에 뚱뚱해 보인다면 불쾌감을 줄 수도 있지 않겠냐고 했다. 그러면서 그녀는 구직에 실패한 다른 지원자들에 대해 다음과 같이 언급했다.

같이 면접을 보러 가도, 안 되는 사람들이 꼭 좀 뚱뚱하시고. 그러다보니까 ‘아, 저 사람 뚱뚱해서 안 됐나?’ 약간 사람들이 보고서는, 뚱뚱하면 좀 둔할 거라고 생각하는 것도 있고. 그냥 보기에 좀 둔하고, 답답하고, 또 주변 사람들이, 같이 일하는 사람들이 보기에 그래 보일 수 있어서…….

이러한 지적은 그녀가 현존하는 비만 낙인의 구체적 내용에 대해 인식하고 있음을 보여준다. 객관적으로 검증된 내용이나 실제 경험에 의거하지 않고, ‘뚱뚱한 사람이라면 둔하고 답답할 것’이라고 짐작하는 것이 바로 비만 낙인의 주된 내용이기 때문이다. 그러나 사례 (라)의 반응을 통해 알 수 있듯이, 취업 시장에서 비만 여성은 혼자서는 비만 낙인에 저항할 수 없었다. 우선은 생존하기 위해서 시장에서 요구하는 대로 날씬한 몸을 만들기 위해 노력할 수밖에 없었다.

실제로 사례 (가)는, 살찌 있던 여자 선배들이 취업 준비를 하면서 “백이면 백” 모두 다이어트에 돌입하면서, 살찐 상태로 면접을 보면 날씬한 친구들에 비해 “경쟁력이 없다”고 하소연했다고 설명했다. 사례 (아)는 이력서에 첨부할 사진을 찍을 때마다 “내가 뚱뚱해서 첫인상이 안 좋지 않나?”, “사진보고 날씬한 애들만 골라내려는 거 아닌가?”하는 걱정에서 시달렸다.

이렇게 좁은 취업 관문을 통과하더라도, 직장에서는 외모에 따른 차별이라는 또 다른 어려움을 맞닥뜨리게 된다. 비교적 빠른 속도로 승진해 관리자의 지위에 올랐을 만큼 ‘능력 있다’고 자신하는 사례 (마)는, 비슷한 성과를 두고도 다이어트 전후가 다른, 동료와 상사의 반응을 몸소 경험했다.

저는 살도 많이 쪼 보고, 많이 빼기도 했었기 때문에……. 살을 많이 뺐을 때는 어떤 걸 느끼냐면, 일단 남자들의 대우가 달라져요. 일을 함에 있어서도 조금만 잘해도 부각이 된달까? 특히, 상사 분들 중에 남자 분들은 좀 더 관심을 가져주시고, 좀 더 챙겨주시고 그런

게 있어요. 아무래도 이제 업무적으로 성이 다른 사람한테는 확실히 외모가, 날씬하고 예쁜 게 굉장히 많이 '베네핏(benefit)'이라는 걸 많이 느꼈었고. 반대로 살이 많이 쪼였을 때는, 오히려 여성 동료들한테는 거부감이 안 들게 친하게 되긴 하지만, 남자 관리자, 그니까 윗분들한테는 일을 아무리 잘해도 그렇게 부각되지 않는 느낌을 받는다. 그래서 일반적으로 어떤 자리에서, 내가 살이 많이 빠졌을 때의 집중도와 내가 살이 쪼였을 때의 집중도가 많이 다른 것 같다는 걸 느껴요.

이처럼 연구 참여자들은 사적 관계에서와는 또 다른 성격의 차별을 공적 영역에서 경험했다. 이들은 단순한 아르바이트 자리를 구하거나, 취업을 시도하면서, 객관적인 업무 수행능력과는 무관하게 '날씬한 몸'이 기본적인 자격요건임을 체감했다. 특히, 대부분의 연구 참여자들이 체중감량에 성공했기 때문에, 살이 쪼였을 때와 빠졌을 때 사회의 가치평가가 어떻게 달라지는지 스스로 확연히 느낄 수 있었다. 사적 영역에서와 마찬가지로, 보다 객관적이고 공정해야 할 공적 영역에서도, 여성으로서는 외모규범의 정상범주에 포섭되고 일탈군으로 분류되지 않는 것이 최우선의 과제임이 명백히 드러났다.

## 5. 타인의 시선에 대한 두려움과 다이어트

### 1) 타인의 시선에 대한 일상화된 의식

연구 참여자들의 일상생활에 대중의 시선이 갖는 구속력은 상당했다. 특히, 연구 참여자들은 몸을 통해 드러나는 가시적인 일탈성을 최소화하기 위해, 의복에 유난히 신경 쓰는 모습을 보였다. 사례 (가)는 이제까지 치마를 한 번도 입어본 적이 없다고 고백하면서, 다이어트 성공 후 처음으로 치마를 입어봤다고 했다. 사례 (나)는 항상 엉덩이와 허벅지를 가리는 긴 티셔츠를 입고, 어느 곳에 앉든지 쿠션이나 다른 물건

으로 자신의 배를 가리는 데 신경을 썼다. 사례 (라)는 몸매가 드러나는 옷을 여성스러운 옷이라고 전제하며, 살이 찌수록 점점 덜 여성스러운 옷을 입게 된다고 지적했다. 자신을 가릴 수 있는 옷을 찾게 되다 보니, 여성스러움과는 거리가 먼 의복을 선택하게 된다는 것이었다. 예를 들어, 바지는 몸에 달라붙는 것을 피하고, 티셔츠는 늘 어두운 계통의 색으로 골라 입고, 어떤 옷이든 큰 치수로 입는다는 것이다. 이는 여성스러운 옷을 입을 수 있는 몸이 사회적으로 의미하는 바, 즉 여성으로서의 기본적인 '자격'에 대해 비만 여성 스스로가 비참하게 인식하고 있었음을 보여준다.

이처럼 비만 여성이 유독 의복에 신경 쓰는 이유를 사례 (가)는 대중의 '훑어보는 시선'에서 찾았다.

정말 대놓고 쳐다보는 경우도 많고요. 분명히 무언의 시선이 정말 존재해요. 저는 아직도 하체가 좀 있는 편이거든요? 하체 비만이라서. 그런데 제가 치마를 입고 나가면, 여자들은 날씬하든 뚱뚱하든 한 번씩 다리를 훑어봐요. 정말 '훑어봐요'. '아, 저 여자 어떻게?' 남자들도 한 번씩 이렇게 훑어보고.

이러한 '무언의 시선'은 앞서 선행연구에서 언급된 간접적 차별의 대표적 형태이다. 가장 미묘한 모습으로 은밀하게 가해지는 간접적 차별은, 독립적인 성격을 지닌 그녀조차 집 밖에서 혼자 식사하는 것만큼은 하지 못하게 만들 정도로 강력하게 작용했다. 혼자 영화도 보고, 혼자 노래방도 가지만, 혼자 음식점에 가는 것만큼은 못하겠다는 것이었다. "살이 찌 있는 상태에서 혼자 고기를 구워먹으면 남들이 어떻게 생각하겠느냐"는 것이었다. 그녀는 길거리에서 파는 떡볶이나 카페음료조차 혼자 사먹어 본 적이 없었다. "살이 찌 있을 때는 그걸 먹고 있으면 주위 사람들이 어떻게 생각할까 하는 생각밖에 없었다"고 했다. 한 번은 계란빵이 매우 먹고 싶어서 계란빵을 들고 사람들이 안 보는 곳으로 가 "게 눈 감추듯" 먹어버렸다. 그녀는 편의점에서 간단한 식품을 구

매할 때조차 “편의점 직원이 날 어떻게 생각할까”하는 생각이 든다고 고백했다.

연구 참여자들 중에서도 가장 심한 고도비만을 경험했던 사례 (바)는, 체중감량에 성공한 현재에서야 비로소 지하철을 눈치 보지 않고 탄다고 이야기했다. 과거에 버스나 지하철을 타면, 모든 시선이 뚱뚱한 그녀에게로 집중됐다. 심지어 어떤 사람은 인상을 쓰면서 그녀를 아래위로 훑어보기도 했다. 그 때 느꼈던 모욕감을 그녀는 폭력과 비교했다.

아예 때리는 게 낫지, 그 시선과 수군거림으로 사람을 낮춰버리는 그게 얼마나 끔찍하고 당사자한테는 괴로운 일인지 자신들은 모르는 거 같아요.

그녀는 “남들이 자신을 비난하고, 자기가 자신을 비난하고” 그러면서 계속 숨어 사는 비만 집단에게는 “정말 있을 공간이 없다”고 하소연했다. “한심하다, 자기관리 못 했다고 하면서 쉽게 취급”하는 시선이 사회 전반에 만연하다고 지적했다. 비만 여성으로 하여금 침묵하거나, 숨거나, 스스로를 폄훼하도록 강요하는, ‘시선’으로 집약된 문명화된 억압이 일상 곳곳에 침투해있었다.

연구 참여자들 중에는, 대중매체에서 비만 집단이 다루어지는 방식에 대해 비판적인 관점을 지닌 이들도 있었다. 명문대에 재학 중인 사례 (나)와 (바)였다. 사례 (나)는 뚱뚱한 한 여성 스포츠 선수를 언급했다.

저는 박○○ 보고 확 느꼈어요. 사회적 그제. 만약 그 여자가 이 뺏어 봐요. 후원도 그렇고, 사람들의 인기도 얻고, CF도 찍었겠죠. 이○○나 류○○(뚱뚱한 남성 스포츠 선수) 보면 그 사람들은 별로 그런 거 없잖아요.

사례 (바)는 보다 격렬하게 비만 집단이 방송에서 받는 대우를 비판했다.

개그 쪽에서도 그런 거 가지고 되게 우려먹잖아요. 그런 거 볼 때마다 솔직히 되게 짜증났어요. 지금도 짜증나요. 보고 있으면 화나요. 다이어트 프로그램들도 마치 도살장 돼지 다루듯이 막, ‘너네



이렇게 살면 좋나?’ 이런 식으로 자극하는 말을 하잖아요. 뚱뚱한 사람들 자기 아래로 보는 게 당연하다고 생각하고.

‘뚱뚱한 사람은 많이 먹는다’, ‘뚱뚱한 사람은 식탐이 있다’는 소재로 비만 집단을 희화화하고, 비만 집단의 삶을 나태한 것으로 단정 짓는 프로그램들을 그녀는 강하게 비판했다. 이는 비만 낙인의 구체적 내용이 타당성을 결여하고 있는 부분이 엄연히 존재함에도 불구하고, 그를 여과 없이 방출하고 재생산하는 양태에 대한 문제제기라고 볼 수 있다. 하지만 대중매체의 그러한 프레이밍(framing)을 포착해내고 비판적으로 조명할 수 있는 능력이 보편적인 것은 아니었다. 대학생인 연구 참여자들 중에서도 소위 ‘명문대’에서 공부하고 있는 두 명의 연구 참여자들만이 그러한 문제제기를 할 수 있었다. 이러한 사실은 이른바 ‘언론 권력’으로서의 대중매체가 행사하는 막강한 권력에 비만 여성이 굴복할 수밖에 없는 열악한 현실과, 그에 맞서는 데에는 자발적인 비판의식의 배양이라는 ‘교육’이 핵심요인으로 기능할 수 있다는 것을 시사한다.

## 2) 세상으로부터의 도피와 심리적 위축감

일상생활의 전반에 걸쳐 경험했던 사회의 따가운 시선은, 연구 참여자들의 대인기피증을 낳기도 했다. 사례 (가)(나)(바)는, 과거 비만 상태에서 사람들을 피해 폐쇄적인 생활을 했던 경험을 언급했다. 사례 (가)는 살 쥘 사람들에게는 기본적으로 대인기피증이 내재돼 있다고 주장했으며, 고도비만을 경험했던 사례 (나)는 “살이 쪼을 때는 대인기피증이 있어서 아르바이트를 하러 나갈 때만 외출을 했다”고 고백했다.

가장 심한 고도비만을 경험했던 사례 (바)는 대인기피증을 경험한 연구 참여자들 중, 그 정도가 가장 심했다. 가구소득이 800만원에 달해 연구 참여자들 중 경제적으로 가장 안정적인 가정환경에서 자란 그녀였지만, 비만 때문에 그녀는 학교도 휴학하고 가족들과도 떨어져 혼자 자취방에서만 생활할 만큼 피폐한 시간을 보냈다.

대인기피 엄청 많죠. 대인기피는 진짜 장난 아니에요. 진짜 밖에 나온 걸 손꼽을 정도로……. 5개월 넘게 집안에만 있었어요. 혼자 자취방에 숨어 가지고. 계속 배달음식 시켜먹고. 계속 반복하면서, 히키코모리처럼. 밤낮이 완전 바뀌고, 밤에만 나가고. 잠잠할 때, 그것도 편의점 되게 조마조마하면서 다녔어요. ‘편의점 사람이 날 어떻게 볼까’ 그런 시답잖은 생각까지 하면서. 배달 시켜먹을 때도, 배달원들의 시선까지 생각하고, 소심하게 그랬었죠. 5개월 동안 정말 지옥 같은 시간을 보냈거든요. 진짜, 다시는 돌아가고 싶지 않은 그런 시절이 됐어요.

연구 참여자들이 경험한 대인기피증은, 비만 집단에 대한 사회의 따가운 시선이 그들의 ‘자발적인’ 고립을 강제하는 원인이 될 수 있음을 보여준다. 표면적으로는 연구 참여자들이 스스로 고립 상태를 선택한 것으로 보이지만, 그들이 체감했던, 비만 여성에 대한 사회의 정죄하는 듯한 시선이 그들의 대인기피증을 초래했다고 해도 과언이 아니다. 이는 당사자들에게 직접적으로 피해를 가하지 않는 것처럼 보이는 ‘시선’이, 비만 여성에게는 충분히 폭력적일 수 있음을 시사한다. 시선으로부터 벗어나기 위해, 사람들의 눈이 닿지 않는 폐쇄적인 공간으로 도피하는 비만 여성의 현실은, 그만큼 사회의 시선이 지니는 위력과 가혹함을 입증하는 것이기 때문이다. “차라리 때리는 게 낫다”는 사례 (바)의 발언이 이를 함축하고 있다.

연구 참여자들은 대인기피증 외에도 우울감, 자존감 하락 등 심리적 위축감을 경험했다. 사례 (가)는 69kg에 달했던 고등학교 시절, 귀가 후 혼자 자주 울었다. 치수가 맞는 교복바지가 없어 항상 트레이닝복만 입고 다녀야 했던 자신의 몸 때문이었다. 모임에 나갈 때도 늘 트레이닝복 차림으로 갈 수밖에 없었기에, 그녀는 “약속한 모임에 가기 전에 항상 울고”는 했다. 사례 (바) 역시 학창 시절, 밝은 성격을 유지하려 노력하면서도 자존감 하락을 경험할 수밖에 없었다. 교복이 맞지 않아 사복을 입는 횟수가 더 많았는데, 사복을 입어도 다른 친구들과

달리 자신만은 징계하지 않는 선생님들을 보면서 비참했기 때문이었다. 사례 (바)는 길거리에서 수치심을 느낀 적도 있었다. “나이 드신 어르신 분들이, 모르는 사람인데, 붙잡고 ‘넌 왜 살을 안 빼나?’는 막말을 한 적도 있고, ‘너 그렇게 해서 시집 못 간다’는 말을 들은 적도 있다”는 것이었다. 그녀는 “평생을 그렇게 살다 보니까, 그게 당연한 것처럼 생각이 들고, (스스로가) 되게 ‘낮다’고 생각하고 움츠러들고, 그냥 그렇게 생각이 됐다”고 했다.

이처럼 연구 참여자들이 심리적 위축감을 느낀 배경에는 ‘내면화된 자기책임론’이 있었다. 대부분의 연구 참여자들은 서로 다른 특성들에도 불구하고 공통적으로 ‘뚱뚱한 사람은 자기통제력이 부족하다’, ‘뚱뚱하면 의지가 부족하고 게으르다’는 고정관념에 수긍하는 모습을 보였다. 사례 (나)는 “스스로를 탓하지 않으면 누굴 탓하겠느냐”고 반문하며 스스로를 “자책하고 채찍질이라도 해야 정신이라도 차릴 것”이라고 말했다. 사례 (다)(라)는 “먹는 것의 유혹에 넘어가니까”, “음식도 어차피 먹어야 살이 찌는 것”이라고 말하며 “의지 부족”을 언급했다. 사례 (마)도 살이 찐 사람을 만나면 “관리 안하는 구나, 뺄 수도 있는데”라고 생각했다. 사례 (사)는 “통통한 사람들 보면 성격이 나태한 사람들이 많기는 하다”고 했다. “독했으면 그렇게 살이 안 찼을 것”이기 때문이었다.

이처럼 비만 집단에 대한 편견에 저항하지 않는 이유를 사례 (바)는 자기책임론이 고착된 사회에서 비만에 이르게 된 특수한 맥락을 이야기 해봤자 한심하게 바라보는 시선만 더 강화될 것이기 때문이라고 설명했다. 그녀는 비만 집단에 대한 사회의 평가를 스스로 내면화하게 된 과정을 “세뇌”라고 표현했다. 사례 (아) 역시 동일한 표현을 사용하면서, 자아상이 주변인들의 시선에 의해 좌우되는 것 같다고 했다. 예를 들어, “마른 애들이 물을 쏟으면 그건 실수로 보는데, 뚱뚱한 애들이 그러면 ‘뚱뚱해서 칠칠하지 못하다’, ‘너는 원래 그렇다’고 본다”는 것이다. 그런 반응이 계속되다 보면, 억울하다가도 어느 순간부터 “아, 진

짜로 내가 몸이 이래서 그런 건가 하는 생각이 들 때가 있다”는 것이었다. 사례 (사)는 “내 몸에 대해서 엄청 짜증나고”, “이런 골격, 부모님은 왜 나한테 이런 골격을 줘서 태어났을까”하는 자기혐오에 빠진 적도 있었다. 특히, 직업이 개인 트레이너인 그녀는 유연한 몸, 곧 변형하기 쉬운 몸이라는 관념을 가장 확신에 차 지지했다.

이처럼 연구 참여자들이 공통적으로 자기책임론을 내면화한 것은 그들이 모두 상당한 체중감량에 성공해 과거의 비만 상태로부터 벗어난 이력을 보유하고 있기 때문인 것으로 사료된다. 반복된 실패를 경험하고 폭식을 겪는 등 그 과정은 험난했을지라도, 그들은 엄격한 식이요법과 운동을 통해 궁극에는 몸을 변형하는 데 성공한 이들이었다. 따라서 그들이 달성한 체중감량은, 몸의 변형이 매우 어려운 것이라는 인식보다는 오히려 개인의 의지가 지니는 위력이 막강하고, 변형이 가능한 몸을 그대로 두는 것은 일종의 ‘나태함’이라는 인식을 심어주었을 가능성이 크다.

### 3) 자기책임론과 ‘자기관리’에 대한 반기

그러나 연구 참여자들의 일부는 비만이 온전히 개인의 책임이라는 데에 반론을 제기하며, 비만이 유전적 또는 환경적 요인으로부터 비롯될 수 있는 가능성도 인지하고 있었다. 사례 (라)(아)는 “많이 먹어도 살 안 찌는 사람들이 있는 반면, 정말 조금만 먹고 굳것질을 많이 안 해도 살 찌는 사람들이 있다”면서, 분명 체질적인 요인이 비만을 유발하는 측면도 존재한다고 주장했다. 사례 (나)는 친가가 대부분 과체중이거나 비만인 것을 보면, 분명 유전적 요인도 존재한다고 언급했다. 특히, 사례 (아)는 비만에 대한 자기책임론이 부당하다는 사실을 몸소 체험했다.

저는 초등학교 3학년 때부터 살이 찌기 시작했어요. 나는 좀 너무 오랜 기간 동안 그랬기 때문에, 아무리 내가 열심히 자기관리를 한다고 해도, 한계가 좀 있긴 있는 거 같아요. 어떨 때 보면 나보다

다른 애들이 더 많이 먹고……. 그런데 나는 이러니까, ‘아, 나는 체질인가? 체질이 아예 이렇게 됐나 보다’ 이런 생각도 하고. 한국사회가 (비만을 개인의 책임으로) 그렇게 생각을 하니깐, ‘아, 그럼 나도 더 관리를 해서 살을 빼야겠다’ 약간 그런 생각을, 양쪽으로 다 하고 있는 거 같아요.

비만을 유발하거나 조장하는 환경도 지적됐다. 사례 (나)는 “음식을 좀 더 싸게, 쉽게 먹을 수 있고, 기름진 음식과 인스턴트 식품이 많고, 규칙적인 식사를 하기가 힘든” 현실이 존재한다고 말했다. 실직한 아버지, 여동생과 함께 동대문구에 거주하며 가장으로서의 역할을 떠맡고 있는 그녀는 스스로를 저소득층으로 분류하면서, 가난한 환경이 체중감량에 대한 의지 자체를 박탈하는 측면도 있다고 설명했다. 그녀는 “애들 가르칠 돈은 없지만, 당장 핸드폰은 비싼 거 살 돈 있는, 그런 거”라고 묘사하며, 장기적으로 다이어트를 시도할 물질적, 정신적 여유는 없고, 바로 눈앞의 음식을 섭취하며 만족감을 느낄 정도의 여유만 존재한다고 고백했다.

어머니와의 관계에서 어려움을 겪고 있다는 사례 (바)는 가정환경이 한 요인이 될 수 있음을 언급했다. 자신의 경우, 가정에 문제가 발생하면서부터 급속도로 살이 찌기 시작했다는 것이다. 그녀는 “안 좋은 일을 겪으면, 그걸 푸는 방법이 각자 다른데, 아예 안 먹어 버리는 사람이 있는가 하면, 먹는 걸로 푸는 사람이 있다”고 설명했다. 그러나 그녀는, 극심한 체중감량에 성공한 지금에 와서야 가정환경에 그 책임을 지울 수 있게 됐다고 했다.

그럴 수밖에 없었죠. 왜냐면 내가 살 찌고 그걸 ‘너 탓이다’ 이러면 더 한심하게 볼 거 아니에요. 마음속으로는 아니라고 하고 싶은데, 주변에서 그냥 그렇게 다 생각하니까, 자연스럽게 그렇게 느끼면서 살게 되고. ‘이게 다 내가 먹은 죄고, 다 내 죄다’ 이렇게 생각하면서……. 그래서 ‘난 한심한 인간이고, 진짜 병신이다’ 이러면서 진짜 자기비하 많이 하고……. 지금에서야 그나마 살을 뺐으니까

그렇게 말을 할 수 있는 용기가 생긴 거지, 그때는 그런 말을 할 수 있는 입장이 아니라고 생각했어요. '주제가 못 된다' 이렇게 생각했어요.

그녀의 이와 같은 발언은, 비만 낙인이 근거하고 있는 자기책임론을 수용할 수밖에 없었던 비만 여성의 열악한 지위를 드러낸다. 이미 비만 집단에 대한 자기책임론이 강력하게 고착된 사회에서, 비만에 이르게 된 특수한 경위는 내세우기 어려웠다. 외부 환경과 끊임없이 상호작용하는 신체의 특성상, 몸이 환경적 요인과 밀접한 관련성을 지니고 있을 가능성이 큼에도 불구하고, '자기관리'라는 명목 하에 몸은 온전히 개인 책임의 영역으로 포섭되고 있었다.

이 '자기관리'라는 개념에 대해서 일부 연구 참여자들은 반기를 들었다. 대학생인 사례 (가)는 이제까지 성실하게 살아온 데에 자부심을 느낀다고 언급하면서, 자기관리가 표면적으로 드러난 몸 상태하고만 결부되는 현실을 비판했다. 그녀는 내장비만이 있는 마른 사람들도 자신을 방치하고 있는 것이 아니냐고 반문하며, 왜 비만 여성만 "보기에 못나 보인다는 이유로" 게으른 사람 취급을 받아야 하는지 모르겠다고 역설했다. 그녀는 자기관리를 신체와 결부시키고자 한다면, '보기에' 어떠한지 여부가 아니라, 객관적인 건강상태가 기준이 돼야 한다고 주장했다. 즉, 건강함을 나타내는 여러 객관적 지표들에 미달한다면, 누구든지 자기관리가 부실한 사람이 될 수 있다는 것이다.

외국에서 유학생활동을 한 사례 (아)도 유독 한국에서는 '자기관리 = 날씬한 몸'이라는 공식이 존재하는 것 같다고 언급했다. 그녀가 유학생활동을 한 미국에서는 자기관리의 범주에 다양한 요소들, 요컨대 이성관계는 어떠한지, 평소 옷이나 화장 스타일은 어떠한지 등이 포함됐다. 물론 외모관리 여부가 상당한 비중을 차지했지만, 그 기준이 날씬한 몸은 아니었다. 즉, 뚱뚱한 여성이든 날씬한 여성이든 자신의 매력을 증진시키는 데 기울이는 여러 방식의 노력

이 자기관리로 명명된 것이다. 이러한 사실은 유난히 여성에게 강조되는 자기관리라는 공통의 성차별적 상황에서도, 한국사회의 외모규범이 상대적으로 더 엄격하며, 그 기준이 매우 협소하여, 한국에서 생활하는 비만 여성이 체감하는 차별과 심리적 위축감이 더욱 심각할 것임을 짐작하게 한다. ‘날씬함’이라는 편협한 기준을 충족하지 못하는 여성들이 우수수 일탈군으로 분류될 것이 명백하기 때문이다. 그리고 그렇게 일탈군으로 분류된 여성들이 한국사회에서 할 수 있는 선택은, 자기관리라는 개념을 어떤 식으로 바라보든지 간에, 강력한 외모규범의 요구에 따라 다이어트를 시도하는 것뿐이다.

#### 4) 다이어트와 폭식의 끊임없는 순환

그처럼 한국사회에서 외모규범이 행사하는 강력한 영향력 하에서, 비만 여성은 극기에 가까운 섭식통제, 자기통제를 기반으로 하는 다이어트를 지속적으로 시도했다. 앞서 ‘성실성’을 자신의 장점으로 꼽았던 사례 (가)는 특히 식욕을 억제하는 데 오랜 시간을 할애했다. 식탐을 줄이고, 배고픔 자체에 익숙해지는 연습에 돌입했다. 식사를 거르면서 먹는 게 귀찮다는 생각을 되뇌었다. “그러다보니까 배고픔에 익숙해지고, 내가 공복을 느낄 때 얼마나 이게 즐거운지, 얼마나 마음이 안정되고 편안한지” 느낄 정도에 이르렀다. 주목할 점은, 그녀는 순전한 즐거움으로 묘사했지만, 그것은 자기책임론에 의해 강제된 이른바 ‘세뇌된 즐거움’이었다는 것이다. 왜냐하면 그녀 스스로 식욕을 억제하기 위해 자신의 정신을 다스린 과정을 “세뇌”로 표현했기 때문이다.

계속 그런 마음을 세뇌시켰던 거 같아요, 저 스스로. ‘나는 음식 생각 말고 다른 더 큰 생각, 다른 걸 더 할 수 있는 사람이다’라고 스스로 세뇌를 시켰던 거 같아요.

그녀는 비만 여성으로서의 자신이 사회가 평가하듯이 식탐으로 가득 찬, 식욕 억제력 또는 자기통제력이 부족한 존재가 아니라는 것을 입증해보이려는 듯, 상당한 의지력을 발휘했다. 식욕이라는 본능에 충실하기보다, 이성을 활용해 계획하고 수행해야 할 일들에 초점을 맞추면서 이성적, 합리적 존재로서의 모습을 그렸다. 사례 (나)도 이와 유사하게 “먹으면 안 돼”라는 생각을 반복하면서 “정신 상태를 멀쩡하게” 유지하려고 애썼다.

섭식을 통제하는 것뿐만 아니라, 연구 참여자들은 신체활동에도 상당한 노력을 기울였다. 사례 (라)는 아침식사와 저녁식사를 모두 거르고, 하루에 점심식사 한 끼만 허용하면서, 아침에는 수영 한 시간, 저녁에는 2km 달리기를 반복했다. 극도의 자기통제를 실천하다 보니, “성질이 안 좋아지고 예민해”지는 지경에까지 이르렀다. 사례 (가)는 한 시간 남짓 걸리는 거리를 걸어 다니며 통학했다. 사례 (나)는 매주 40km씩 자전거를 탔다. 사례 (마)는 개인 트레이너의 지도를 받으며 복근을 만들 정도로 운동에 몰두했다. 특히, 고도비만이었던 사례 (바)는 “조금이라도 어제보다 더 움직이고, 조금이라도 덜 먹고 이런 걸 스스로 칭찬”하는 내용을 매일 일기에 기록하고, 스스로를 조절하며 “견딜 수 있을 만큼 운동”하는 꾸준한 노력 끝에 일 년도 채 되지 않아 120kg에서 61kg으로 체중을 감량하는 데 성공했다.

그러나 여러 연구 참여자들은 그 같은 극도의 자기통제가 야기한 부작용으로서 폭식에 시달렸다. 무리한 식욕 억제와 신체활동을 몸이 감당하는 데는 분명한 한계가 있었고, 그것은 폭식으로 이어졌다. 사례 (가)는 후에 토해낼 것을 계획하면서, 폭식하는 중 “일부러 중간에 물이나 음료수를 계속 마셨다”, 식욕 억제로 인해 폭식이 찾아오자, “통제가 안 됐고”, 통제불능의 폭식이 계속 되는 중에 그것을 상쇄시킬 방법까지 동시에 구상해놓은 것이었다. 후에 그녀는 “이루 말할 수 없는 자괴감”에 시달렸다. 사례 (바)는 비만 여성의 폭식은 결코 먹는 즐거



움이 아님을 강조했다. 그녀는 “먹으면서 엄청 괴로우니까 엄청 불행하다”면서, “폭식 때문에 다이어트를 못 하는 게 자기책임은 아닌 것 같이 느껴지는데, 다른 사람들은 다 한심하게 보는 것 때문에 더 괴롭고 삶이 슬프다”고 토로했다. 사례 (나)도 자기통제력이 한계에 맞닥뜨렸을 때 폭식이 찾아왔다고 이야기하며, “뭔가를 내 입에 쑤서 넣어야겠다”는 욕구가 자신을 지배했고, “정신이 통제가 안 되는 것” 같았다고 했다. 결국 그녀는 폭식한 음식물을 모두 “일부러 토해”냈고 자책감과 후회, 충격을 경험했다.

그런데 그와 같은 폭식은 주로 사람들의 시선이 없는 곳에서 이루어졌다. 사례 (가)는 사람들의 시선이 신경 쓰여서, 음식을 사서 집에 가져와 아무도 없을 때 폭식했다. “주위 시선이 신경 쓰이니까……. 그냥 그 자리에서 사 먹지 못하니까, 숨어서 먹고, 폭식을 하게 된다”는 것이었다. 그녀는 타인의 시선이 폭식을 억제하기보다 오히려 은밀한 폭식을 부추킨다고 주장했다. 여러 사람이 있는 곳에서 함께 음식을 먹으면 이야기를 나누고 식사 예절을 지키면서 천천히, 적당량의 식사를 할 수 있지만, 주위 시선에 구속받는 비만 여성은 “밖에서 못 먹는 음식들을 다 사서 집에 가서 먹게 되고, 제어하는 요인이 없어 폭식이 심해진다”는 것이다. 그렇게 폭식한 그녀는 매 번 가족들이 귀가하기 전, 먹었던 것을 모두 게워냈다. 사례 (나)도 주로 집에 혼자 있을 때 폭식했다. 그녀도 “‘아, 하면 안 되는데’ 하면서 계속 음식을 주문하고, 먹고, 정신이 통제가 안 되는” 경험을 했다.

이처럼 타인의 시선에 대한 두려움이 비만 여성을 홀로, 외진 곳에서 폭식하게 하는 맥락은 주목할 만하다. 그러한 두려움은 앞서 살펴보았듯이 사회적 관계 전반에서 비만 여성이 직접 경험했던 차별, 비난, 모욕 등에서 기인한 것이기 때문이다. 이는 비만 여성에 대한 각종 차별이 심리적 위축감을 매개로 비만 여성의 신체적, 정신적 건강을 위협하는 일면을 보여준다. 연구 참여자들은 구토, 전신 알레르기에 시달렸

고, 폭식 후에 몰려오는 허탈감, 자괴감, 우울감, 의욕 감소, 수동적 태도로 괴로워했다.

폭식증을 경험하고 나면요, 그 때 오는 자괴감이 정말 대단해요. 자기 자신에 대한 자괴감이죠. '내가 이 정도 하려고, 지키려고 했는데, 지키지 못했다'라는……. 거기에서 오는 자괴감이 정말 크거든요. 이루 말할 수가 없어요. 정말 심한 경우에 2kg, 3kg씩 늘어있는 경우도 있거든요. 그 2kg, 3kg을 빼기 위해 한 달, 두 달을 노력했던 건데, 순식간에 무너졌다는 느낌에 굉장히 좌절감이 들죠. [사례 (가)]

자존감이 계속 뚝뚝 떨어지는 거죠. 자신감도 없고 '아무래도 난 평생 이렇게 살아야겠구나.' 싶기도 하고. [사례 (바)]

확실히 의욕이 떨어지고, 집중력도 떨어지고. 아무래도 우울감이 있기 때문에. 되게 우울감이 있기 때문에 전반적으로 사람이 액티브(active)하지 않죠. 우울감이 굉장히 높아요. 자괴감과 우울감이 공존을 하면서, 내 자신을 원망하게 된달까. 내 스스로가 너무 짜증이 나는 거죠. '왜 다시, 살을 그렇게 힘들게 빼놓고, 찌게 냅두냐' 이런 생각을 많이 하니까. [사례 (마)]

이처럼 연구 참여자들은 폭식이라는 고통스러운 장애물로 인해 좌절할 수밖에 없었다. 몸이 무리하고 있다는 신호를 보내오는데 임의로 식욕 통제를 지속할 수 없는 상황은 결국 비만 여성의 좌절감과 자괴감으로 이어졌다. 문제는 연구 참여자들이 몸에 대한 자기통제에 한계가 있음을 몸소 체험했으면서도, 그러한 한계에 맞닥뜨렸을 때 자신의 탓으로 돌리며 자존감의 하락을 경험했다는 것이다. 이는 비만 여성이 자기책임론을 어느 정도로 내면화하고 있는지 단적으로 보여주는 것이다. 뿐만 아니라 이는 몸을 스스로 통제하는 데 명백하고 현실적인 한계가 존재함에도 불구하고 그 원인을 자신에게로 귀속시켜 자괴감을 경험하게 만드는, 사회의 비만 낙인과 그것이 내포하고 있는 자기책임론의 파괴적 영향력을 여실히 보여준다.

## 6. 결론

이 연구의 주요 결과는 다음과 같다.

첫째, 비만 여성은 여러 사회적 관계에서 차별과 비난을 경험했다. 사춘기를 거치며 비만 여성은 반복적으로 또래 남성들의 무분별한 언어폭력의 표적이 됐다. 그 여파로 '그래서 똥똥하면 안 된다'는 교훈을 스스로에게 각인시키기에 이르렀다. 또 성인이 되어서는 여성으로서 주변화된 지위로 내몰리며 이성관계에서 차별적인 대우를 받았다. 비만 여성은 자신의 성격, 능력, 문화적 취향 등 다른 여러 특성들을 보여 줄 수 있는 기회조차 보장받지 못했다. 심지어 단순히 교우관계를 형성하고 있던 남성으로부터 일방적인 관계 단절을 당하기도 했으며, 연인으로부터 우회적으로 다이어트를 강요받았다. 취업시장이라는 공적 영역에서조차 능력과는 무관한 기회의 제한을 경험했다. 업무 수행능력을 보유하고 있는지 여부와는 상관없이, 비만 여성은 몸의 가시적 일탈성으로 인해 취업 기회를 박탈당했다. 취업에 성공해도 직장에서의 차별은 계속됐다. 똑같은 업무를 수행하더라도, 살을 빼기 전후의 상사 및 동료들의 평가가 다르다는 것이 확인됐다.

둘째, 이처럼 삶의 전반에 걸쳐 편견과 차별을 경험한 비만 여성은 일상생활이 좌우될 정도로 타인의 시선에 민감한 모습을 보였다. 사람들의 훑어보는 시선은 비만 여성으로 하여금 몸을 최대한 가리는 옷을 입게 하고, 집 밖에서는 식사할 수 없게 만들었고, 대중교통을 마음 놓고 이용할 수 없게 했다. 또한 똥똥한 몸을 가지고 있다는 사실만으로 비만 여성은 대인기피증, 우울감, 자존감 하락 등 심리적 위축감에 시달렸고 폐쇄적이고 고립된 생활로 내몰리기도 했다. 사회로부터 반복되는 차별과 따가운 시선을 경험하면서, 비만 여성은 비만 낙인과 자기책임론을 내면화했다. 똥똥하면 의지가 부족하고 게으르며 자기통제력이 결여된 사람이라는 낙인에 수긍하는 모습을 보였고, 내면화된 자기책임론으로 인해 낮은 자존감을 보유하고 있었다.

셋째, 것처럼 내면화된 자기책임론은 비만 여성이 엄격한 자기통제를 수행하게 했다. 철저하게 식욕을 억제하며 배고픔에 익숙해지는 모습이 발견됐고, 꾸준히 신체활동에 매진하는 모습도 확인됐다. 그러나 극도의 자기통제에도 불구하고 그 한계에 부딪히며 여러 비만 여성들은 폭식이라는 고통에 시달렸다. 반복된 폭식은 비만 여성의 자괴감과 우울감을 야기했으며 신체적인 부작용을 초래하기도 했다. 주목할 점은 폭식을 전후 맥락에 대한 고려 없이 비만 여성의 식탐 행위로 바라보는 사회의 시선과는 달리, 그 이면에는 ‘어쩔 수 없이 먹는’ 괴로움이 존재하고 있었다는 사실이다. 비만 여성의 폭식은 음식에 대한 욕망이라기보다는 지속된 식욕 억제가 유발한 일종의 강박에 가까웠다.

이 연구는 비만 여성이 외모규범을 일탈한 여성으로서, 또 신자유주의 사회의 자기책임론에 불응한 자들로서 겪게 되는 차별의 실태와 그러한 차별에서 벗어나고자 그들이 행하는 극도의 자기통제, 그리고 그 부작용으로서의 폭식이 야기되는 맥락을 드러내고자 했다. 그 결과, 비만 여성이 일상생활 곳곳에서 심각한 차별의 표적이 되고 있으며, 정상적인 생활을 영위하는 데 어려움을 겪고 있음을 발견할 수 있었다. 또 비만 낙인에 순응하고 자기책임론을 내면화해 무리하게 자기통제력을 행사하고, 그에 따른 신체적, 정신적 건강의 악화까지 감수하는 그들의 고통을 드러낼 수 있었다. 이는 자칫 간과되기 쉬운 비만 낙인과 그로부터 비롯되는 각종 사회적 차별이, 그것의 대상이 되는 비만 여성을 유린하고 그 삶에 파괴적인 영향력을 행사하는 데 주목할 필요가 있음을 환기했다.

특히, 이 연구에서 확인할 수 있었던 폭식이 발생하는 맥락은 비만 여성의 섭식행위에 대한 인식의 전환을 요구한다. 비만 여성의 폭식 이면에는 낙인의 내용과는 반대로 “고치기 힘든 병”으로까지 묘사되는 ‘먹는 괴로움’이 존재했기 때문이다. 연구 참여자들은 “먹으면서 괴로운데, 멈출 수가 없다”며 고통을 호소했다. 이러한 이면이 엄연히 존재

하는 상황에서 폭식 행위에만 초점을 맞추어 비만 여성의 자기통제력에 비난을 가하는 것은 명백히 부당하다. 더욱이 폭식의 근본적인 원인이 비만 여성을 무리한 다이어트로 내몰았던 각종 사회적 차별과 냉대에 있음을 고려하면, 그것은 사회가 책임을 오로지 개인에게 전가하는 것이라고 볼 수 있다.

그렇다면 현존하는 비만 낙인과 차별을 해소하기 위한 방안은 무엇일까? 먼저 정책적 노력이 요구된다. 가장 중요하게는 고용주가 체중을 채용기준으로 활용하려면 체중이 해당 업무를 위한 “진실한 직업요건(bona fide occupational qualification)”(Roehling, 2002)임을 입증하도록 하는 법제를 마련해, 비만 집단이 능력과 무관하게 취업 기회를 제한받는 것을 방지해야 한다. 뿐만 아니라, 연구 참여자들이 가장 상처가 됐다고 지적했던 교내 폭언과 조롱, 따돌림 등을 사전에 제거하기 위한 학교 차원의 정책적 노력이 필요하다. 비만 학생에 대한 또래 집단의 인식을 제고하기 위한 지속적인 교육 캠페인부터 시작할 수 있다. 또 비만 학생의 교우관계, 학교생활, 건강상태 등에 대한 교사의 지속적인 관심을 유도하는 교육지침도 마련돼야 한다.

대중매체의 역할에도 주목할 필요가 있다. 사회합의적 접근(Puhl & Brownell, 2003)에 따르면, 낙인은 사회적 합의에 의한 구성물이다. 따라서 낙인을 감소시키는 것도 사회적으로 ‘구성’될 수 있다. 즉, 사람들은 낙인을 부여하거나 감소시키고자 할 때 타인의 반응을 살피기 때문에, 만약 다수의 관점을 반영한다고 여겨지는 대중매체에서 비만을 보도하고 재현하는 방식을 개선한다면, 비만 집단에 대한 사회적 인식도 크게 변화될 수 있는 것이다. 구체적으로 비만 낙인이 삶의 질을 하락시키는 현실이나, 비만의 유전·가정환경·사회환경 요인에 대한 보고나 설명이 유익할 것이다.

그러나 무엇보다도 중요한 것은 비만 집단의 주체적 대응이다. 비만 낙인에 굴복하지 않고, 잘못된 사회적 시선에 좌우되지 않도록 삶에 대

한 주도권을 확보하는 것이 요구된다. 실제로, '자기관리'의 개념을 비판하며 비만 낙인에 저항하고자 노력한 경험이 있는 일부 연구 참여자들은 자신의 유쾌하고 활발한 성격을 부각시키거나, 외형과 무관한 자기만족을 삶의 중요가치로 설정하는 모습을 보였다. 낙인을 가하는 사람들을 역으로 비판하기도 했고, 자신의 몸에 대해 가슴이 크고 글래머러스한 몸이라는 관점을 갖기도 했다. 이 외에도 비만 낙인과 그로부터 발생하는 차별을 타파하기 위한 비만 집단의 조직적 차원에서의 사회운동도 제안될 수 있을 것이다.

이 연구의 한계로는 먼저 표본의 문제를 지적할 수 있다. 비만에 관한 기존 논의에서 중요한 요인이었던 학력이 연구 참여자 모집에서 고려되지 못했고, 연령 역시 20-30대에 국한돼 전체 비만 여성에 대한 포괄적인 관점을 제공하지 못했다. 또한 연구 참여자들 대부분이 현재 정상 또는 정상에 가까운 과체중인, 소위 '비만에서 벗어나는 데 성공한' 사람들로 구성됐기 때문에, 비만상태에서 벗어나지 못하고 있는 여성들의 말할 수 없는 혹은 말하기 어려운 열악한 상황이 논의되지 못했다. 사례의 수도 적고 표본 내 변이도 부족하여 이질적인 조건에 따른 다양한 경험에 관한 분석이 이루어지기 어려웠다.

한국사회의 특유한 맥락이 논의되지 못한 점도 지적될 수 있다. 이 연구는 서구 사회에서 논의됐던 비만 낙인과 차별이 한국사회에서 그대로 나타나는 실상을 확인하는 데 그쳤다. 그러한 실상 중 한국사회에 고유한 점으로는 어떤 것들이 있는지, 한국의 비만 여성이 특유하게 경험하는 무엇이 있는지 등은 다루어지지 못했다.

마지막으로, 일반화의 문제가 존재한다. 이 연구는 소수의 참여자들을 대상으로 한 심층면접을 활용한 연구로서, 양적 연구와는 달리 연구 결과를 일반화하기 어렵다. 향후 이 연구의 주제에 관한 양적 연구가 진행된다면, 한국사회의 비만 낙인과 차별에 관한 보다 발전된 논의가 이루어질 수 있을 것이다.

■ 참고문헌 ■

- 김지연 · 손세진 · 이지은 · 김정현 · 정인경. 2009. “여자 중학생들의 체형 만족도에 따른 비만 스트레스, 체중 조절 태도, 식이장애 정도 비교.” 『대한가정학회지』 47(4): 49-59.
- 바비(E. R. Babbie). 2007. 『사회조사방법론』. 고성호 · 김광기 · 김상욱 · 문용갑 · 민수홍 · 유홍준 · 이성용 · 이정환 · 장준오 · 정기선 · 정태인 역. 센케이저리닝.
- 보건복지부. 2015. 『국민건강영양조사』
- 임인숙. 2004. “다이어트의 사회문화적 환경: 여대생의 외모차별 경험과 대중매체의 몸 이미지 수용도를 중심으로.” 『한국사회학』 38(2): 165-187.
- 임인숙·김민주. 2012. “한국 다이어트 서바이벌 프로의 비만 낙인 재생산: ‘빅토리’와 ‘다이어트 워’를 중심으로.” 『한국여성학』 28(4): 1-38.
- 한서철아. 2000. 『다이어트의 성정치』. 책세상.
- Baum, C. L. & W. F. Ford. 2004. “The Wage Effects of Obesity: A Longitudinal Study.” *Health Economics* 13: 885-899.
- Beatty, J. E. & S. L. Kirby. 2006. “Beyond the Legal Environment: How Stigma Influences Invisible Identity Groups in the Workplace.” *Employee Responsibilities and Rights Journal* 18(1): 29-44.
- Bordo, S. 1993. *Unbearable Weight. University of California Press.*
- Brochu, P. M. & M. A. Morrison. 2007. “Implicit and Explicit Prejudice Toward Overweight and Average-Weight Men and Women: Testing Their Correspondence and Relation to Behavioral Intentions.” *The Journal of Social Psychology* 147(6): 681-706.
- Chen, E. Y. & M. Brown. 2005. “Obesity Stigma in Sexual

- Relationships." *Obesity Research* 13(8): 1393-1397.
- Crandall, C. S. 1991. "Do Heavy-Weight Students Have More Difficulty Paying for College?" *Personality and Social Psychology Bulletin* 17: 606-611.
- Eaton, D. K., R. Lowry., N. D. Brener., D. A. Galuska. & A. E. Crosby. 2005. "Associations of Body Mass Index and Perceived Weight with Suicide Ideation and Suicide Attempts among U.S. High School Students." *Archives of Pediatrics & Adolescent Medicine* 159: 513-519.
- Falk, G. 2001. *Stigma: How We Treat Outsiders*. Amherst, NY: *Prometheus Books*.
- Falkner, N. H., D. Neumark-Sztainer., M. Story., R. W. Jeffery., T. Beuhring & M. D. Resnick. 2001. "Social, Educational, and Psychological Correlates of Weight Status in Adolescents." *Obesity Research* 9: 33-42.
- Friedman, K. E., S. K. Reichmann., P. R. Costanzo., A. Zelli., J. A. Ashmore & G. J. Musante. 2005. "Weight Stigmatization and Ideological Beliefs: Relation to Psychological Functioning in Obese Adults." *Obesity Research* 13: 907-916.
- Fu, H. & N. Goldman. 1996. "Incorporating Models of Health into Models of Marriage Choice: Demographic and Sociological Perspectives." *Journal of Marriage and Family* 58(3): 740-758.
- Goffman, E. 1963. *Stigma: Notes On The Management of Spoiled Identity*. New York: *Simon & Schuster*.
- Greenleaf, C. & K. Weiller. 2005. "Perceptions of Youth Obesity among Physical Educators." *Social Psychology of Education* 8: 407-423.
- Harvey, J. 1999. *Civilized Oppression*. Lanham, Md: *Bowman&Little*



*Field*

- Hatzenbuehler, M. L., K. M. Keyes & D. S. Hasin. 2009. "Associations between Perceived Weight Discrimination and the Prevalence of Psychiatric Disorders in the General Population." *Obesity* 17: 2033-2039.
- Hebl, M. R. & L. M. Mannix. 2003. "The Weight of Obesity in Evaluating Others: A Mere Proximity Effect." *Personality and Social Psychology Bulletin* 29: 28-38.
- Herbozo, S., S. Tantleff-Dunn., J. Gokee-Larose & J. K. Thompson. 2004. "Beauty and Thinness Messages in Children's Media: A Content Analysis." *Eating Disorders* 12: 21-34.
- Himes, S. M. & J. K. Thompson. 2007. "Fat Stigmatization in Television Shows and Movies: A Content Analysis." *Obesity* 15: 712-718.
- Klaczynski, P. A., K. W. Goold & J. J. Mudry. 2004. "Culture, Obesity Stereotypes, Self-Esteem, and the 'Thin Ideal': A Social Identity Perspective." *Journal of Youth and Adolescence* 33(4): 307-317.
- Krukowski, R. A., D. S. West., A. P. Perez., Z. Bursac, M. M. Phillips & J. M. Raczynski. 2009. "Overweight Children, Weight-Based Teasing and Academic Performance." *International Journal of Pediatric Obesity* 4: 274-280.
- Laws, J. L. 1979. *The Second X: Sex Role and Social Role*. New York: *Elsevier*.
- Lewis, S. T. & M. V. Puybroeck. 2008. "Obesity-stigma as a Multifaceted Constraint to Leisure." *Journal of Leisure Research* 40(4): 574-588.
- Lewis, S., S. L. Thomas., R. W. Blood., D. J. Castle., J. Hyde & P. A. Komesaroff. 2011. "How Do Obese Individuals Perceive and

- Respond to the Different Types of Obesity Stigma that they Encounter in their Daily Lives? A Qualitative Study." *Social Science & Medicine* 73: 1349-1356.
- Libbey, H. P., M. T. Story., D. R. Neumark-Sztainer., K. N. Boutelle. 2008. "Teasing, Disordered Eating Behaviors, and Psychological Morbidities among Overweight Adolescents." *Obesity* 16: S24-S29.
- Link, B. G. & J. C. Phelan. 2001. "Conceptualizing Stigma." *Annual Review of Sociology* 27: 363-385.
- Parsons, T. 1951. *The Social System*. Glencoe, IL: *Free Press*.
- Peterson, J. L., R. M. Puhl & J. Luedicke. 2012. "An Experimental Assessment of Physical Educators' Expectations and Attitudes: The Importance of Student Weight and Gender." *Journal of School Health* 82: 432-440.
- Pike, K. M. & B. T. Walsh. 1996. "Ethnicity and Eating Disorders: Implications for Incidence and Treatment." *Psychopharmacology Bulletin* 32(2): 265-274.
- Puhl, R. M. & K. D. Brownell. 2001. "Bias, Discrimination, and Obesity." *Obesity Research* 9(12): 788-805.
- \_\_\_\_\_. 2003. "Psychosocial Origins of Obesity Stigma: Toward Changing a Powerful and Pervasive Bias." *Obesity Reviews* 4: 213-227.
- \_\_\_\_\_. 2006. "Confronting and Coping with Weight Stigma: An Investigation of Overweight and Obese Adults." *Obesity* 14: 1802-1815.
- Puhl, R. M. & C. A. Heuer. 2010. "Obesity Stigma: Important Considerations for Public Health." *American Journal of Public Health* 100(6): 1019-1028.
- Roehling, M. V. 2002. "Weight Discrimination in the American

- Workplace: Ethical Issues and Analysis." *Journal of Business Ethics* 40(2): 177-189.
- Roehling, M. V., P. V. Roehling & L. M. Odland. 2008. "Investigating the Validity of Stereotypes about Overweight Employees: The Relationship between Body Weight and Normal Personality Traits." *Group and Organization Management* 33: 392-424.
- Rogge, M. M., M. Greenwald & A. Golden. 2004. "Obesity, Stigma, and Civilized Oppression." *Advances in Nursing Science* 27(4): 301-315.
- Rothblum, E. D., P. A. Brand., C. T. Miller & H. A. Oetjen. 1990. "The Relationship between Obesity, Employment Discrimination, and Employment-Related Victimization." *Journal of Vocational Behavior* 37: 251-266.
- Sartore, M. L. & G. B. Cunningham. 2007. "Weight Discrimination, Hiring Recommendations, Person-Job Fit, and Attributions: Fitness-Industry Implications." *Journal of Sport Management* 21: 172-193.
- Schur, E. M. 1984. *Labeling Women Deviant*. New York: *Random House*.
- Sitton, S. & S. Blanchard. 1995. "Men's Preferences in Romantic Partners: Obesity vs. Addiction." *Psychological Reports* 77: 1185-1186.
- Vartanian, L. R. & J. G. Shaprow. 2008. "Effects of Weight Stigma on Exercise Motivation and Behavior: A Preliminary Investigation among College-Aged Females." *Journal of Health Psychology* 13: 131-138.
- Wilfley, D. E., G. B. Schreiber., K. M. Pike., R. H. Striegel-Moore., D. J. Wright & J. Rodin. 1996. "Eating Disturbance and Body Image: A Comparison of a Community Sample of Adult Black and White

Women." *International Journal of Eating Disorders* 20(4): 377-387.

김민주는 고려대학교 대학원에서 사회학 석사학위를 받았고, “비만 여성의 차별 경험과 다이어트” 석사학위 논문과, 제2 저자로 참여한 “한국 다이어트 서바이벌 프로의 비만 낙인 재생산: ‘빅토리’와 ‘다이어트 워’를 중심으로” 논문이 있다.

[2016. 5. 27. 접수; 2016. 6. 23 수정; 2016. 6. 24. 채택]