

## 남성이 여성보다 거울 오래 본다

보통 여성이 남성보다 거울 앞에서 더 많은 시간을 보낸 거라고 생각된다. 화장이나 헤어 등 미용에 더 관심이 있다고 보기 때문이다. 하지만, 이제 미용은 여성의 전유물이 아니다. 남녀를 불문하고, 모든 이들이 아름다움을 추구한다. 이와 관련하여 남성이 여성보다 더 오랫동안 거울에 비친 자신의 얼굴을 바라본다는 연구 결과가 발표됐다.

오스트리아의 그라츠 대학교의 심리학자들은 평균 나이 23세의 68명 남녀를 대상으로 이번 실험을 연구했다. 이 연구는 본래 섭식 장애에 대한 거울 노출 요법을 알아보기 위한 목적으로 이루어졌다.

심리학자들은 이 20대 학생 68명을 대상으로 평균적으로 거울에 비친 얼굴을 바라보는 시간을 성별에 따라 계산했다. 참가자들은 각 90초씩 주어진 시간 안에 자유롭게 거울을 바라볼 수 있었다.

결과적으로 남성들이 평균적으로 여성보다 약 5초 이상 더 오래 거울에 비친 자신의 모습을 바라보았다. 남성은 평균적으로 80초 동안 거울에 비친 자신의 얼굴을 바라보았고, 여성은 평균적으로 75초를 바라 보았다.

거울을 보는 시간에 영향을 미치는 것은 성별뿐만이 아니다. 거울을 보는 것은 개인마다 다 다른데, 감정적



로 즐거울 수도 있고, 스트레스를 받는 일일 수도 있다. 연구를 진행한 포트호프 박사는 "사람마다 거울에 비치는 자신의 얼굴을 바라볼 때 느끼는 바가 다르다." 라고 말했다. "누군가는 즐거워하고 누군가는 감정적으로 큰 스트레스를 받기도 한다. 이런 감정의 차이가 거울을 보는 시간에도 영향을 미치는 것으로 보인다."

더불어 이번 연구를 통해 연구진은 자존감이 더 높거나 나르시시즘(자기애가 남들보다 강한 사람) 성향의 사람과 아닌 사람 간의 거울을 바라보는 방법의 차이를 확인하려 했다. 결과는 일반적인 편견을 깬다. 많은 사람이 자존감이 높거나 자기애가 강한 사람은 거울을 통해 자신의 얼굴을 더 오래 볼 것이라고 예상했지만, 오히려 그런 성격을 가진 사람은 거울을 보는 시간이 짧았다.

또 자존감이 높은 사람은 거울 앞에서 오랜 시간을 보낼 것 같지만, 연구는 이러한 보편적인 믿음에 반하는 결과를 보여줬다.

자존감이 높은 사람은 자신의 모습에 대해 비판할 일이 거의 없기 때문에 오히려 거울을 보는 시간이 짧은 편이었다. 하지만 자존감이나 자기애가 부족할수록 거울을 오래 보며 자신의 외모를 더 날카롭게 평가하는 경향이 있었다.



시니어 헬스케어 전문 **MART** 옆

**HOWARD DRUGS**

· 깨끗한 시설 · 저렴한 가격 · 친절함 서비스

당뇨/ 고혈압/ 콜레스테롤 상담 전문

세리토스, 실비치, 싸이프러스, 롱비치, 하와이언 가든, 다운니

30년 병원 임상경험  
\*노약사에게 전화주세요

Your Locally Owned  
**HealthMart**  
PHARMACY



약사 노혜경  
Pharm.D.  
Board Certified  
Pharmacotherapy  
Specialist



(Del Amo Bl. + Pioneer Bl.)

하워드 약국(노약국)

562-866-6011

20141 Pioneer Blvd. Lakewood, CA 92715

This pharmacy is independently owned and operated under a license from Health Mart Systems, Inc.

JOY 핸디맨 & 플러밍



물  
새  
요  
:

연락주세요.

24  
시간

제이킴

714.249.5469

내과 · 노인과 전문병원

# 이광혁 내과

이민국(USCIS)  
신체검사  
지정병원

건강 검진 스페셜

\$149

1. 내과 전문의 상담, 진찰 및 치료 (1회)

2. 종합혈액검사:

혈당검사, 간기능 검사, 신장기능검사, 갑상선호르몬검사  
종합콜레스테롤검사, 중성지방검사, 전해질검사  
혈중단백질검사, 칼슘검사, 빈혈검사, 백혈구검사  
적혈구검사, 혈소판검사, 요산검사, 지방간검사  
당화혈색소(HbA1c)

3. 정밀소변검사:

Color, Character, Specific Gravity, PH, Glucose, RBC,  
Protein Ketones, Blood, Urobilinogen, Nitrite, WBC,  
Bilirubin, Epithelial Cells, Bacteria, Casts, Crystals



John K. Lee, M.D.

미국 내과 보드 전문의  
미국 노인과 보드 전문의  
Diplomate, American Board of Internal Medicine  
CAQ in Geriatric Medicine  
Member, American College of Physicians  
Member, American Geriatrics Society  
Member, American Medical Association

진료시간 : 월화목금 - 8:30am ~ 5:30pm  
토 - 8:30am ~ 12:30pm

각종보험, 메디케어, PPO, HMO 받습니다.

Tel: 714.879.8700

400 N. Euclid St.  
Fullerton, CA 92832



John  
Inter