

# 신체매력 지각이 건강증진행동 및 외모관리행동에 미치는 영향

## The Influence of Perception of Physical Attractiveness on Health Promoting Behavior and Appearance Management Behavior

한국국제대학교 미용예술학과  
조교수 이 은 실

Department of Beauty Design, International University of Korea  
Assistant Professor : Eun-Sil Lee

### ◀ 목 차 ▶

- |            |               |
|------------|---------------|
| I. 서론      | IV. 연구결과 및 고찰 |
| II. 이론적 배경 | V. 결론 및 제언    |
| III. 연구방법  | 참고문헌          |

### <Abstract>

The purpose of this study was to investigate the influence of perception of physical attractiveness and demographic variables on health promoting behavior and appearance management behavior. This study used a questionnaire. The participants were 325 adult women. The results were as follows. As they were younger, their perception of physical attractiveness was more positive, and they were a tendency to manage their appearance with clothing, makeup, skin care, and hair style more active. As they were older, they perceived higher in the mental and physical health promoting behavior. The higher perception of physical attractiveness people had, the higher awareness of mental health promoting behavior they had. Finally, appearance management behaviors such as clothing, cosmetics, and body care were found to have a positive effect on physical health promoting behavior.

**주제어(Key Words)** : 신체매력 지각(perception of physical attractiveness), 건강증진행동(health promoting behavior), 외모관리행동(appearance management behavior)

## I. 서론

최근 아름다운 외모가 중요한 사회적 이슈가 되어 대부분의 사람들이 외모증진에 관심이 가지며 외모관리행동에 많은 시간과 돈을 들이고 있다. 신체적 외모 즉 체격, 체형, 얼굴, 건강상태 등은 한 사람의 인상형성에 중요한 요인이 되며(강혜원, 1995), 신체의 매력 정도는 그 사람을 평가하는 데에 중요한 단서로 작용한다. 즉 신체매력은 사회에서 장점으로 작용하며(정명선, 김재숙, 2001), 외모관리행동과 스트레스, 자존심이나 자아존중감 등의 심리적 변인과의 관련성이 높다(심정은, 1996; 이수경, 고애란, 2006; 정명선, 2003).

외모관리는 자신이 기대하는 대로 하기 위하여 어떤 도구들을 사용하여 관리하는 행동으로 사회적 맥락 안에서 그 중요성이 나타난다(Kaiser, 1997). 외모를 관리하는 문화는 최근 들어 사회 전반에서 나타나고 있으며, 우리나라 대다수의 여성들은 화장, 헤어관리, 마사지나 팩의 사용, 기능성 화장품 사용, 운동 등 일상적인 외모관리행동을 하고 있다(정명선, 2003). 이러한 외모관리는 사회 속의 이미지뿐만 아니라 자기 자신의 이미지에도 긍정적인 이미지를 주므로 중요한 행동으로 볼 수 있다. 그러나 일부에서는 외모관리행동의 정도가 지나쳐 신체적 심리적인 질환으로 까지 나타나 사회적 문제로 나타나고 있는 실정이므로 바람직한 외모관리행동이 이뤄질 수 있는 방안을 모색하는 것이 필요하다.

건강증진행동은 개인이 자신의 건강을 유지, 보호, 증진 그리고 질병에 대해 건강을 지키기 위해 취하는 모든 예방적 행동을 의미하며, 신체적 심리적 차원으로 연구되어지고 있다(김선희, 2010). 건강증진행위는 건강상태, 내적 건강통제위, 자아효능감, 스트레스, 가족지지, 인구통계적 변인, 외모관리변인 등과 관련지어 연구되어졌다(박보윤, 2008; 이숙자, 박은숙, 박영주, 1996; 전연숙, 김향숙, 2008; 정덕조, 2006). 대체로 신체매력에 대한 대부분의 연구가 외모관리행동 측면만을 고려하는 경우가 많았다. 그러나 최근 우리 사회전반에 영향력을 미치는 웰빙의 영향으로 인해 신체의 아름다움을 평가하는 데에 건강의 개념이 고려되어지고 있으므로 신체매력 증진에 외모관리행동과 더불어 건강증진행동의 측면도 고려되어야 한다. 그리하여 지나친 외모관리로 인해 나타나는 질환을 예방하고 바람직한 신체적 매력증진을 꾀하는 방향을 제시하는 것도 의의가 있다고 본다.

따라서 본 연구에서는 현대의 외모를 중시하는 사회의 흐름 속에서 신체매력에 대한 다양한 변인을 통한 연구의 접근이 필요하다고 보고, 성인여성을 대상으로 신체매력 지각과 건강증진행동 및 외모관리행동과의 관련성을 파악해 보고자 하였다. 이를 위해 본 연구에서는 성인여성의 인구통계적 특성 중 연령과 사회계층에 따라 신체매력 지각, 건강증진행

동, 외모관리행동의 차이를 파악하고자 한다. 또한 개인의 신체매력 지각의 정도가 외모관리행동과 신체적·정신적 건강증진행동에 어떻게 영향을 미치는지 밝힘으로써 신체매력 연구영역에 외모관리행동과 함께 건강관련 변인의 중요성을 규명하고자 한다.

본 연구의 결과는 신체매력에 대한 태도가 영향을 줄 수 있는 변인을 일반적으로 행해진 외모관리행동 차원에서 건강증진행동으로 그 연구변인을 확대한 데에서 의의를 찾을 수 있으며, 현재 커져가는 외모관련 시장의 마케팅 전략 수립에 기초자료로 활용될 수 있을 것으로 기대한다.

## II. 이론적 배경

### 1. 신체매력 지각

신체는 자아실현을 위한 개인적 자산으로서 아름다운 신체는 자신감과 지배력을 향상시키는 매개체가 된다(황윤정, 유태순, 2010). 매력적인 것은 좋은 것으로 판단되어 매력적인 외모는 대인지각에서 후광효과로 작용하게 되고 다른 특질까지도 긍정적으로 평가된다(강혜원, 1995; 정명선, 김재숙, 2001).

신체매력 지각은 자신의 신체에 대해 지각하는 매력의 정도를 의미하며, 사회적 맥락 안에서 그 중요성이 나타난다(Kaiser, 1997). 또한 신체매력은 자신의 신체 생김새와 장식된 의복이나 화장의 형태를 포함하여 지각되어지므로 신체매력 증진을 위한 외모관리행동은 중요하게 여겨지고 있다. 이러한 외모관리행동을 통한 신체적 외모에 대한 긍정적인 변화는 스트레스의 원인을 감소시켜주고 자기만족감을 높여 줌으로써 행복감을 줄 수도 있다(이수경, 고애란, 2006).

신체매력은 의복유형과 색 변화, 비만여부에 의해 영향을 받았다(이명희, 이미연, 2004). 신체적 매력성에 대한 지각 수준이 높은 집단 즉 자신의 신체적 외모를 좋게 평가한 사람일수록 자존심이나 자아존중감이 높고(심정은, 1996; 정명선, 2003), 화장, 의복, 헤어관리 등과 같은 외모관리 행동의 빈도가 더 높았다(정명선, 2003). 여성들의 경우 대체로 외모관리행동에 적극적이지만(이부희, 고애란, 김양진, 1996), 신체이미지와 외모관리행동간에 정적인 상관관계가 있거나(김윤, 황선진, 2008) 신체자신감이 높을수록 외모관리행동을 하는 성향이 높다는 다른 연구결과(신주동, 최종명, 2008)가 있었다. 여대생의 경우는 사회생활을 위해 외모관리에 더 큰 비중을 두고 적극적이었으며(임경복, 2009), 외모나 신체적 매력을 가꾸기 위해 변형을 선호하였다(차진희, 1994).

이상의 내용에서 신체매력의 지각은 사회적 맥락 속에서 그 중요성을 띠며, 신체매력의 지각은 자존심이나 자아존중감과 같은 심리적 특성과 관련성이 있는 것으로 나타났다.

2. 외모관리행동

외모관리행동은 자신의 모습을 나타내 보일 때 자신이 기대하는 대로 보이도록 의복, 화장, 체형관리 등의 도구를 사용하여 관리하는 행동으로서, 자신의 인상을 관리하고 이상적인 신체와의 거리를 최소화하고자 하는 의지가 담겨 있다(강혜원, 1995; Kaiser, 1997). 현재 우리 사회의 외모를 중시하는 경향과 이상화된 아름다운 몸을 위해 다양한 외모관리행동을 추구하는 것이 사회적 현상이며(김윤, 황선진, 2008), 이러한 외모관리행동은 성인 남녀의 심리적 안녕감에 영향을 미치는 주요한 요인이 되기도 한다(황진숙, 김윤희, 2006).

외모관리행동은 의복, 피부관리, 화장, 헤어연출, 체중관리 등의 일상적인 것에서 성형수술과 같은 적극적인 외모관리에 이르기까지 그 범위가 다양하게 분류되고 있다(김윤, 황선진, 2008; 이현옥, 구양숙, 2009; 정명선, 2003). 많은 여성들이 신체를 변형하지 않는 일상적인 외모관리행동을 하므로(김재숙, 이미숙, 김은정, 이해원, 2000; 전현진, 정명선, 2008), 본 연구에서의 외모관리행동도 의복, 화장, 헤어연출, 피부관리, 체중관리를 중심으로 파악해 보고자 하였다.

화장은 외모관리행동 중 가장 오랫동안 행해진 방법으로서(Cash & Pruzinsky, 2000), 여성의 경우 화장을 한 외모가 더 매력적이고 여성적이며 더 긍정적으로 평가받는다(Cox & Glick, 1986; Graham & Jouhar, 1981). 또한 화장을 한 자신에게 영향을 미쳐 화장을 했을 경우가 더 긍정적인 신체이미지를 가지기도 한다(Cash, Dawson, Davis, Bowen, & Galumbeck, 1989).

의복은 외모관리의 보편적인 수단이며, 사회적 관계에 있어 더욱 중요시되어져 의복을 잘 입었을 경우 심리적 안정감을 제공하고 행복과 잠재능력을 증진시킴으로써 능률적 행동을 유발할 수 있다(임숙자, 1992). 의복을 통한 외모관리집단은 개인적인 생각이나 주장의 정도가 낮으며, 환경적 영향과 타인의 영향을 많이 받는 관계로 타인에게 잘 보이고자 의복을 통한 외모관리행동을 나타내는 경향이 있었다(황진숙, 김윤희, 2006).

헤어스타일은 신체 중 가장 가시적인 곳으로 스타일의 변화가 용이하고 다양한 자기연출이 가능하다(김희숙, 1993). 실제로 성인 여성들의 경우 헤어스타일을 중요하게 생각하고, 미용실 사용 횟수가 외모관리 시도와 관련 없이 일정하였다(김성남, 이숙경, 2007).

최근 웰빙트렌드에 맞춰 자연스러운 건강한 피부가 미의 기준이 되고 있는 추세로 피부관리를 통한 아름다움의 욕구는 더욱 커지고 있다. 피부관리는 건강하고 아름다운 피부를 유지하는 것에 있으며, 나이가 들어감에 젊음을 유지하기 위한 수단으로 피부관리가 건강과 마찬가지로 중요하다. 그리하여 나이가 많아질수록 피부관리의 목적은 피부건강이나

젊음의 유지에 있다고 할 수 있다(임희경, 최인려, 2010).

신체매력에 대한 현대의 미의식은 날씬함과 관계성이 높아, 날씬함은 건강하고 아름다우며 성숙한 것으로 간주되고 있다(Lee, 1997). 체중관리행동은 20대 여성에게 있어서 가장 보편적인 외모관리행동이었으며, 20대 여성의 경우 외모관리행동에 매우 적극적으로 경험하고 있었다(김선희, 2003). 한편 개인적 신체매력은 약물복용, 흡연 등의 부정적 체중관리행동에 긍정적인 영향을, 사회적 신체매력은 운동, 의복 등의 긍정적 체중관리행동에 긍정적 영향을 주었다(황윤정, 유태순, 2010).

이상의 내용에서 외모관리는 자신의 신체매력을 증진하기 위한 수단으로 특히 오늘날 외모가 중시되는 사회에서 외모관리는 더욱 중요시되며, 사회적 맥락에서 그 평가가 이뤄짐을 알 수 있었다.

3. 건강증진행동

건강증진행동은 개인의 습관이나 환경의 변화를 촉진하는 과정을 통해서 높은 수준의 안녕을 향해 나가는 건강관리를 말하며(Bruker, 1983), 건강과 관련된 지식, 태도, 신념, 행위 등이 포함된 복합적인 개념으로 그 중 행위가 건강증진행위라고 볼 수 있다(서연옥, 1995). 건강증진행위에는 신체적 질병예방뿐만 아니라 자아실현건강에 대한 책임, 대인관계, 영향관리, 스트레스 관리 등 다양한 측면이 포함되고 궁극적 목표는 최적의 안녕상태로 나아가는 데에 있다(김선희, 2010).

건강증진행위가 수명을 연장시키고 삶의 질을 증가시키는 차원에서는 중년 및 노년기에 중요한 변인이며(백경신, 최연희, 2003), 대학생 즉 청년기의 경우는 성인기 이후의 건강관리에 근원이 되므로 대학생의 건강한 생활습관 확립이 중요하다(김신정, 안은숙 1997). 특히 최근 청년기의 경우 사회적으로 외모관리와 관련하여 지나친 식이요법이 문제시 되고 있는 시점에서 좋은 건강증진행동의 수립이 중요하다고 본다.

건강증진행동은 건강상태, 내적 건강통제위, 자아효능감, 스트레스, 가족지지, 인구통계적 변인, 외모관리변인 등과 관련지어 연구되어졌다(박보운, 2008; 이숙자 외, 1996; 전연숙, 김향숙, 2008; 정덕조, 2006). 건강증진행동과 외모관련 변인과의 연구를 살펴보면, 피부고민이 없고 화장품 부작용을 많이 경험해 본 학생이 건강증진행위를 더 실천하였으며(김향숙, 2007), 건강증진행위정도가 높을수록 피부관리 인식정도가 높은 것으로 나타났다(김향숙, 2007; 전연숙, 김향숙, 2008).

비만정도, 신체이미지와 건강증진행동과의 관계에서 저체중/정상체중집단이 비만/과체중집단보다 건강증진행위의 수준이 높았으며, 신체이미지가 높을수록 정신건강증진행위의 수준은 높았으나 건강증진행동은 낮았다(정덕조, 2006).

건강증진행동은 인구통계적 특성에 따라 차이가 있었는데, 연령의 경우 30대와 40세 이상이 가장 높고 19세 이하가 가장 낮았으며, 기혼자가 미혼자보다 건강증진행위수준이 높았다(윤복연, 유양근, 고경숙, 2006). 한편 신체적 건강증진행위는 30, 40대가 50대 보다 더 높았으며, 건강하다고 인식하는 집단이 신체적 건강증진행위가 더 높았다(김선희, 2010). 또한 건강증진행동은 사회계층과의 관계에서 40-50대 중년여성을 대상으로 연구한 박보윤(2008)의 연구에서는 월평균 소득이 높을수록 건강증진행위의 수준이 높은 것으로 나타났으나, 중장년층을 대상으로 한 김선희(2010)와 여대생을 대상으로 한 백경신과 최연희(2003)의 연구에서는 경제 상태는 건강증진행동 정도에 유의한 영향을 주지 않은 것으로 나타났다.

이상의 내용에서 건강증진행동은 대체로 자아실현, 건강책임, 운동, 영양, 대인관계 지지, 스트레스 관리에 대한 내용으로 연구되었으며, 심리적 변인, 외모 관련 변인 및 인구통계적 특성에 따라 건강증진행동 수준에 차이가 있는 것을 알 수 있었다.

#### 4. 신체매력 지각과 외모관리행동 및 건강증진행동의 관련성

이상의 문헌 고찰의 내용에서 아름다운 외모는 긍정적이고 좋은 것으로 사회적 맥락에서 평가되어지며, 현대에 와서 더욱 신체매력증진을 위한 다양한 행동이 나타나고 있음을 알 수 있었다. 신체매력의 정도는 외모관리행동과의 관련성이 있었으며(김윤, 황선진, 2008; 신주동, 최종명, 2008; 정명선, 2003), 건강증진행동은 비만, 피부관리, 신체이미지와 관련성이 있었다(정덕조, 2006). 그러므로 신체매력 지각은 외적인 외모관리행동 뿐만 아니라 신체적 정신적 차원의 건강증진변인과도 관련성이 있을 것이므로 이에 대해 연구해 보는 것도 필요하다고 본다. 더욱이 최근 발생하는 지나친 외모관리행동으로 인한 신체적 정신적 질환이 나타나고 있는 상황에서 건강증진행동과 신체매력과의 관련성을 연구하는 것은 건전한 신체매력증진의 방향을 제시하는 데에 도움이 될 것이다.

그리하여 본 연구에서는 개인의 신체매력 지각의 정도가 외모관리행동과 신체적 정신적 건강증진행동에 어떻게 영향을 미치는 지를 파악해 보고자 하였다. 한편 인구통계적 특성 중 연령과 사회계층에 대해 조사하였는데, 연령의 경우 20대와 30, 40대로 분류하여 연구하고자 하였다. 20대와 30, 40대로 분류한 것은 30대의 경우 일반적으로 우리 사회에서 대체로 인생의 전반에서 후반으로 바뀌어 가는 전환점이 되는 시기이고, 30-40대의 경우 보통 중년전기로 들어가는 시기로서(박재순, 1996), 20대와는 외모 및 건강관련 행동에서 차이가 있을 것으로 판단했기 때문이다.

### III. 연구방법

#### 1. 측정도구

실증적 연구를 위하여 조사연구방법으로 질문지법을 실시하였으며, 측정도구는 신체매력 지각, 건강증진행동, 외모관리행동, 인구통계적 변인을 조사하였다.

신체매력 지각은 자신의 신체 및 외모에 대한 매력성에 대한 지각의 정도를 의미하며, 선행연구(문희정, 2010; 황윤정, 유태순, 2010)의 문항을 참고로 본 연구의 조사대상자에 부합하는 내용을 선택하여 5문항을 사용하였다. 측정방법은 5단계 Likert 형 척도를 사용하였다.

건강증진행동은 자신의 건강증진을 위한 행동을 뜻한다. 건강증진행동에 대한 연구내용을 선행연구(김선희, 2010; 박보윤, 2008; 박재준, 1996; 백경신, 최연희, 2003; 이숙자, 박은숙, 박영주, 1996)에서는 Walker, Sechrist와 Pender(1987)가 개발한 Health Promotion Lifestyle Profile을 수정한 보완한 도구를 대체로 사용하였다. 그 척도는 자아실현, 건강책임, 운동, 영양, 대인관계 지지, 스트레스 관리의 6개 영역이었다. 본 연구에서는 김선희(2010)의 연구에서 사용한 문항을 본 연구대상자에게 맞게 선택 수정한 내용으로 총 15개 문항을 사용하였다. 측정방법은 5단계 Likert 형 척도를 사용하였다.

외모관리행동은 의복, 화장, 피부 및 헤어스타일을 도구로 사용하여 자신의 외모향상을 꾀하는 행동을 의미하며, 선행연구(류은정, 김영희, 2008; 황진숙, 김윤희, 2006)의 문항을 본 연구대상자에게 맞게 선택 수정한 내용으로 총 12문항을 사용하였으며, 이중 요인과 문항이 적합하지 않은 1개 문항을 제외하고 최종분석에는 11개 문항이 사용되었다. 측정방법은 5단계 Likert 형 척도를 사용하였다.

인구통계적 변인으로는 연령, 사회계층을 조사하였다.

#### 2. 연구대상, 자료수집 및 분석방법

본 조사는 2010년 10월 중에 실시하였으며, 연구대상은 서울 및 서울근교(138명), 진주, 창원 지역(187명)에 거주하는 20~40대 성인 여성으로서 임의표집하였으며, 총 325명을 분석대상으로 하였다.

표본의 분포를 보면, 연령에서 20-29세가 61.6%, 30-49세가 38.4%였다. 사회계층은 상류층, 중류층, 하류층의 3단계로 분류하여 총 9단계로 자기평가식에 의해 조사하였으며, 본 연구에서는 3계층으로 재분류하였다. 즉 상류층과 중류층의 상층을 상류층으로 정하였고, 중류층의 중층을 중류층으로 하였으며, 중류층의 하층과 하류층을 합하여 하류층으로 정하였다. 사회계층의 경우는 상류층이 20.1%, 중류층이 56.1%, 하류층이 23.8%의 분포를 보였다.

통계분석방법은 SPSS 12.0 프로그램을 이용하여 전산적

〈표 1〉 건강증진행동의 차원

요인	문항	요인 부하량	고유치	누적 분산량	신뢰도 계수
신체적 건강증진 행동	가능한 규칙적으로 운동한다.	.76	3.71	24.74	.81
	나에게 알맞은 운동을 한다.	.76			
	몸을 자주 움직이려 한다.	.71			
	가능한 한 걸으려고 한다.	.69			
	몸에 좋은 음식을 먹으려고 한다.	.58			
	일찍 취침하고 일찍 일어나려고 노력한다.	.54			
	운동이 중요하다고 생각한다.	.53			
	신선한 공기를 마신다.	.53			
밥을 거르지 않고 잘 먹는다.	.45				
심리적 건강증진 행동	기쁜 마음을 가진다.	.76	2.73	42.93	.73
	마음을 편하게 먹는다.	.76			
	주변 친구나 이웃들과 잘 어울린다.	.61			
	자주 웃으려고 노력한다.	.58			
	마음에 맞는 친구를 만난다.	.57			
	사사로운 데 신경을 쓰려하지 않는다.	.54			

리하였으며, 분석방법은 빈도분석, 요인분석 및 Cronbach의 신뢰도 검증, 일원변량분석, Duncan의 다중범위검증, Pearson의 적률상관관계, 회귀분석을 실시하였다.

#### IV. 연구결과 및 고찰

##### 1. 건강증진행동의 차원

건강증진행동의 15문항에 대하여 주성분분석과 Varimax 회전법을 사용하여 요인분석을 실시하였다. 그 결과 2개의 요인으로 나뉘었으며, 변량의 총 비율은 42.93%, Cronbach의  $\alpha$ 계수는 .73 이상으로 비교적 높게 나타났다. 각 요인별로 결정된 문항 내용 및 요인 부하량은 〈표 1〉과 같다.

요인 1은 모두 9개 문항으로 그 내용은 규칙적 운동, 운동

의 중요성에 대한 인식 등의 내용으로 ‘신체적 건강증진행동’으로 명명하였고, 요인 부하량은 .45 이상이었다. 요인 2는 기쁘거나 편한 마음가짐 등에 대한 내용이 있으므로 ‘심리적 건강증진행동’으로 명명하였고, 요인 부하량은 .54 이상이었다. 이러한 결과는 건강증진행동을 심리적 건강증진행위와 신체적 건강증진행위로 분류한 김선희(2010)의 연구와 일치하였다.

##### 2. 외모관리행동의 차원

외모관리행동의 11문항에 대하여 주성분분석과 Varimax 회전법을 사용하여 요인분석을 실시하였다. 그 결과 3개의 요인으로 분류되었으며, 변량의 총 비율은 64.32%, Cronbach의  $\alpha$ 계수는 .69 이상으로 비교적 만족할만한 수치로 나타났다.

요인 1은 모두 4개 문항으로 그 내용은 아름다운 외모를 위

〈표 2〉 외모관리행동의 차원

요인	문항	요인 부하량	고유치	누적 분산량	신뢰도 계수
의복 및 화장을 통한 외모관리	나는 외모관리를 위해 최신 유행 액세서리를 구매하거나 착용하는 편이다.	.83	2.88	26.16	.81
	나는 아름다운 외모를 위해 화장을 하는 편이다.	.77			
	나는 외모관리를 위해 굽 높은 구두를 착용한다.	.75			
	나는 외모관리를 위해 의복에 신경을 많이 쓰는 편이다.	.73			
체형관리	나는 체형관리를 위해 먹는 것을 조절하고 있다.	.87	2.30	47.10	.82
	나는 체중감소를 위해 저칼로리 식품만 먹는다.	.84			
	나는 평소에 체형관리를 위해 운동을 한다.	.82			
피부관리 및 헤어연출	나는 피부관리를 위해 피부과나 피부관리실을 다니고 있다.	.73	1.90	64.32	.69
	나는 피부관리를 위해 로션 등을 잘 발라준다.	.68			
	나의 아름다운 외모를 위해 유행하는 헤어스타일을 연출하는 편이다.	.59			
	나는 외모관리를 위해 헤어스타일에 신경을 많이 쓰는 편이다.	.56			

〈표 3〉 연령에 따른 신체매력 지각, 건강증진행동 및 외모관리 행동의 차이

(N = 319)

건강, 외모변인	연령	20대 (n = 196)	30, 40대 (n = 123)	t
신체매력 지각		3.29	2.99	3.80**
건강증진 행동	신체적 건강증진	3.04	3.48	-6.18**
	심리적 건강증진	3.66	3.79	-2.12*
외모관리 행동	의복 및 화장 을 통한 외모 관리	3.29	2.95	3.42**
	체형관리	2.30	2.41	-1.16
	피부관리 및 헤어연출	2.95	2.92	.30

\*p < .05, \*\*p < .01

해 의복 및 액세서리로 관리하거나 화장을 하는 행동에 대한 내용이므로 '의복 및 화장을 통한 외모관리'로 명명하였고, 요인 부하량은 .73 이상이었다. 요인 2는 체형관리를 위해 먹는 것을 조절, 체형관리를 위한 운동 등의 내용이 있으므로 '체형관리'로 명명하였고, 요인 부하량은 .82 이상이었다. 요인 3은 피부관리를 위해 피부부나 피부관리실 이용, 외모관리를 위해 헤어스타일에 신경 쓰는 내용이 있으므로 '피부관리 및 헤어연출'로 명명하였고, 요인 부하량은 .82 이상이었다.

3. 인구통계적 특성과 신체매력 지각, 건강증진행동 및 외모관리행동

1) 연령집단에 따른 차이

연령에 따른 신체매력 지각, 건강증진행동 및 외모관리행동의 차이를 t검정으로 조사하였으며, 그 결과는 〈표 3〉과 같다.

〈표 3〉에서 보면 연령에 따라 신체매력 지각, 신체적 건강증진, 의복 및 화장에 의한 외모관리행동에서 유의한 차이가 있었다.

먼저 연령에 따른 신체매력 지각의 차이는 20대가 30, 40대보다 신체매력 지각의 정도가 높았다. 신체적, 심리적 건강증진행동은 30, 40대가 20대보다 더 높은 것으로 나타

났다. 의복 및 화장에 의한 외모관리행동은 20대가 30, 40대보다 더 높은 것으로 나타났다.

즉 20대 여성의 경우 30, 40대 여성에 비해 자신의 신체가 매력적이거나 자신의 모습에 대해 더 긍정적으로 여기고 의복이나 화장으로 자신의 외모를 관리하는 정도가 높은 것으로 해석할 수 있다. 이러한 결과는 여대생일수록 이상적인 외모를 유지하기 위하여 다양한 외모관리행동의 경험이 많다는 김은주(2001)의 연구결과와 일치하며, 20대 여성과 여대생이 외모관리행동이 적극적이라고 한 선행연구(김선희, 2003; 이지연, 2000)에 의해 지지되었다. 한편 30, 40대의 경우는 20대에 비해 운동에 대한 인식이나 식사나 수면에 대한 규칙성의 중요성을 더 잘 인식하는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 30, 40대가 10대나 20대보다 건강증진행위의 수준이 높다고 한 선행연구(윤복연 외, 2006)의 결과와 일치하였다.

2) 사회계층집단에 따른 차이

사회계층에 따른 신체매력 지각, 건강증진행동 및 외모관리행동의 차이를 일원변량분석과 Duncan의 다중범위검정으로 조사하였으며, 그 결과는 〈표 4〉와 같다.

〈표 4〉에서 보면 사회계층에 따라 신체매력 지각, 외모관리행동에서 유의한 차이가 있었다.

신체매력 지각의 정도는 상류층이 가장 높았고, 하류층이 가장 낮았다. 외모관리행동에서 의복 및 화장을 통한 외모관리, 체형관리, 피부관리 및 헤어연출은 상류층이 가장 높게 나타나, 상류층 집단이 의복 및 화장이나 체형관리, 피부관리 및 헤어연출을 통해 외모관리를 더 많이 하는 것으로 나타났다.

즉 의복이나 화장을 통한 외모관리, 체형관리, 피부관리 및 헤어연출의 경우 비용이 드는 경우가 많아 상류층이 더 높게 나타난 결과로 보여진다. 또한 상류층의 경우 자신의 신체매력 지각의 정도도 가장 높게 나타났는데, 이는 자신의 매력을 위한 외모관리행동이 높게 나타난 결과와 같은 맥락에서 볼 수 있다. 이러한 결과는 경제수준이 높을수록 외모관리행동의 정도가 높다고 한 김수경, 한동조(2008)의 연구

〈표 4〉 사회계층에 따른 신체매력 지각, 건강증진행동 및 외모관리행동의 차이

(N = 321)

건강, 외모변인	사회계층	상류층 (n = 63)	중류층 (n = 181)	하류층 (n = 77)	F
신체매력 지각	신체적 건강증진	3.46 <sub>a</sub>	3.17 <sub>b</sub>	2.94 <sub>c</sub>	9.19**
	심리적 건강증진	3.38	3.18	3.14	2.91
	의복 및 화장을 통한 외모관리	3.84	3.69	3.64	2.64
외모관리행동	의복 및 화장을 통한 외모관리	3.30 <sub>a</sub>	3.21 <sub>ab</sub>	2.96 <sub>b</sub>	3.10*
	체형관리	2.70 <sub>a</sub>	2.34 <sub>b</sub>	2.14 <sub>b</sub>	8.31**
	피부관리 및 헤어연출	3.19 <sub>a</sub>	2.91 <sub>b</sub>	2.94 <sub>b</sub>	4.74**

문자 a, b, c는 Duncan의 다중범위검증(p < .05), \*p < .05, \*\*p < .01

〈표 5〉 인구통계적 변인의 건강증진행동 및 외모관리행동에 미치는 영향

(N = 319)

종속변인	독립변인	b	β	t	overall F	
신체매력 지각	연령	-.014	-.191	-3.56**	R <sup>2</sup> = .091	
	사회계층	.145	.235	4.38**	F = 15.74**	
건강증진행동	신체적 건강증진	연령	.023	.073	1.40	R <sup>2</sup> = .145
		사회계층	.039	.373	7.17**	F = 26.73**
	심리적 건강증진	연령	.006	.124	2.24*	R <sup>2</sup> = .023
		사회계층	.039	.088	1.58	F = 3.75*
외모관리행동	의복 및 화장을 통한 외모관리	연령	-.015	-.179	-3.25**	R <sup>2</sup> = .047
		사회계층	.091	.126	2.29*	F = 7.83**
	체형관리	연령	.008	.100	1.83	R <sup>2</sup> = .055
		사회계층	.145	.211	3.84**	F = 9.13**
피부관리 및 헤어연출	연령	.000	-.006	-.10	R <sup>2</sup> = .023	
	사회계층	.090	.152	2.72**	F = 3.70**	

\*p < .05, \*\*p < .01

결과와 월평균 소득이 높을수록 건강증진행위의 수준이 높다고 한 박보윤(2008)의 연구의 결과와는 일치하였다. 그러나 경제 상태는 건강증진행위 정도에 유의한 영향을 주지 않은 것으로 나타난 김선희(2010), 백경신과 최연희(2003)의 연구와는 상이한 결과를 보였다.

3) 인구통계적 특성이 제 변인에 미치는 영향

인구통계적 특성이 신체매력 지각과 외모관리행동 및 건강증진행동에 미치는 인과관계를 파악하기 위하여 각 변인의 회귀분석을 실시한 결과는 〈표 5〉와 같다.

〈표 5〉에서 보면, 연령은 신체매력 지각, 심리적 건강증진, 의복 및 화장을 통한 외모관리에 유의한 영향을 주었다. 즉 연령이 낮을수록 신체매력 지각의 정도가 높고 의복 및 화장을 통한 외모관리행동의 정도가 높은 것으로 나타났다. 반면 연령이 높을수록 심리적 건강증진의 정도가 높은 것으로 나타났다.

사회계층은 신체매력 지각, 신체적 건강증진, 의복 및 화장을 통한 외모관리, 체형관리, 피부관리 및 헤어연출에 유의한 영향을 주었다. 즉 계층이 높을수록 신체매력 지각이 더 높으며, 신체적 건강증진의 정도도 높고 전체적인 외모관리행동의 정도가 더 높은 것으로 나타났다.

4. 신체매력 지각과 건강증진행동 및 외모관리행동의 관계

신체매력 지각이 건강증진행동 및 외모관리행동에 미치는 인과관계를 파악하기 위하여 회귀분석을 실시하였다(표 7). 인과관계에 앞서 신체매력 지각과 건강증진행동 및 외모관리행동과의 단순상관관계를 조사하였는데, 그 결과는 〈표 6〉과 같다.

〈표 6〉에서 보면 신체매력 지각의 정도에 따라 심리적 건강증진행동, 의복 및 화장을 통한 외모관리, 피부 및 헤어관

〈표 6〉 신체매력 지각과 건강증진행동 및 외모관리행동과의 상관관계

(N = 319)

건강, 외모변인	신체매력 지각	
	신체적 건강증진	신체매력 지각
건강증진행동	신체적 건강증진	.026
	심리적 건강증진	.159**
외모관리행동	의복 및 화장을 통한 외모관리	.347**
	체형관리	.103
	피부관리 및 헤어연출	.229**

\*\*p < .01

리 행동에서 유의한 정적인 상관관계가 있었다.

〈표 7〉에서 보면, 신체매력 지각은 심리적 건강증진, 의복 및 화장을 통한 외모관리, 피부관리 및 헤어연출에 유의한 영향을 주었다. 즉 자신의 신체를 보다 매력적으로 지각하는 사람은 심리적 건강증진의 수준이 높고, 의복 및 화장을 통한 외모관리 및 피부관리 및 헤어연출을 통한 외모관리행동이 높았다.

이상의 내용에서 자신의 신체의 매력도가 높다고 지각한 사람일수록 심리적 건강증진행동을 많이 하고 의복 및 화장이나 피부 및 헤어관리를 통한 외모관리를 많이 하는 것을 알 수 있었다. 이러한 결과는 신체적 지각이 주관적인 자신에 대한 평가이므로 신체매력 지각이 높은 사람일수록 심리적인 건강증진행동의 성향 또한 높게 나타났다고 볼 수 있다. 한편 신체매력 지각은 체형관리차원과 신체적 건강증진차원에 유의한 영향을 주지 않았다. 이는 체형관리와 신체적 건강증진의 내용이 운동이나 식습관과 같은 생활습관이나 본인 의지에 의한 내용으로서 신체매력 지각의 정도에 관계없이 대부분의 여성들이 일상생활에서 지향하려는 성향이기 때문으로 해석할 수 있다. 즉 본 연구결과에서 나타났듯이 신체매력 지



〈표 7〉 신체매력 지각의 건강증진행동 및 외모관리행동에 대한 영향

(N = 319)

종속변인	독립변인	b	β	t	overall F
건강증진행동	신체적 건강증진	.023	.026	.47	R <sup>2</sup> = .001 F = .221
	심리적 건강증진	.115	.159	2.87**	R <sup>2</sup> = .025 F = 8.22**
외모관리행동	의복 및 화장을 통한 외모관리	.404	.347	6.58**	R <sup>2</sup> = .120 F = 43.28**
	체형관리	.118	.103	1.85	R <sup>2</sup> = .011 F = 3.41
	피부관리 및 헤어연출	.226	.229	4.19**	R <sup>2</sup> = .052 F = 17.56**

\*\*p < .01

〈표 8〉 건강증진행동과 외모관리행동의 상관관계

(N = 319)

외모관리행동	건강증진행동	신체적 건강증진	심리적 건강증진
의복 및 화장을 통한 외모관리		-.116**	.047
체형관리		.403**	-.008
피부관리 및 헤어연출		.086	.098

\*\*p < .01

각이 높은 집단이 외모관리에 있어 자신의 의지에 의한 체중 관리보다 비용이 드는 의복, 화장, 피부관리, 헤어연출과 같은 비교적 적극적인 외모관리방법을 사용하는 경향이 높은 것을 알 수 있었다. 이러한 결과는 신체자신감이 높을수록 외모관리행동을 하는 성향이 높다는 연구결과(김윤, 황선진, 2008; 신주동, 최종명, 2008)에 의해 지지되었다.

5. 건강증진행동과 외모관리행동의 관계

외모관리행동이 건강증진행동에 미치는 인과관계를 파악하기 위하여 회귀분석을 실시하였다(표 9). 인과관계에 앞서 외모관리행동과 건강증진행동과의 단순상관관계를 조사하였는데, 그 결과는 〈표 8〉과 같다.

〈표 8〉에서 신체적 건강증진행동은 의복 및 화장과 부적인 상관관계가 있었으며, 체형관리와는 정적인 유의한 상관관계가 있었다.

한편 심리적 건강증진변인과 외모관리행동 3개 변인과는 유의한 상관성이 없는 것으로 나타났다.

〈표 9〉에서 보면 신체적 건강증진에 외모관리행동 중 의복 및 화장을 통한 외모관리, 체형관리변인이 유의한 영향을 주어, 의복이나 화장 및 체형관리를 통한 외모관리행동을 할수록 신체적 건강증진의 수준이 더 높은 것으로 나타났다.

이상의 내용에서 신체적 건강증진행동의 수준이 높을수록 의복이나 화장을 통한 외모관리행동을 하지 않으며, 체형관리를 통한 외모관리를 많이 하는 것을 알 수 있었다. 즉 운동과 같은 신체적 건강증진활동을 많이 하는 사람일수록 의복이나 화장을 통한 외모관리보다는 체형관리에 의한 외모관리를 더 많이 하는 것을 알 수 있다. 이러한 결과는 신체이미지가 높을수록 정신건강증진행위가 높고, 건강증진행위는 낮다고 한 선행연구(정덕조, 2006)에 의해 지지되었다.

전체적으로 연령이 낮고 자신의 신체매력에 대해 긍정적으로 지각할수록 의복이나 화장, 피부관리, 헤어연출과 같은 비교적 적극적 외모관리를 하는 경향이 높은 것으로 나타났다. 또한 건강증진행동의 경우는 대체로 연령이 높을수록 신체적, 심리적 건강증진행동을 더 높게 인식하였고, 신체매력을 긍정적으로 지각할수록 심리적 건강증진의 수준이 높은 것으로 나타났다. 또한 의복 및 화장, 체형관리와 같은 외모관리행동은 신체적 건강증진에 긍정적인 영향을 주었다.

〈표 9〉 건강증진행동에 대한 외모관리행동의 영향력

(N = 319)

종속변인	독립변인	b	β	t	overall F
신체적 건강증진	의복 및 화장을 통한 외모관리	-.168	-.226	-3.63**	R <sup>2</sup> = .197 F = 25.66**
	체형관리	.311	.411	7.64**	
	피부관리 및 헤어연출	.067	.076	1.16	
심리적 건강증진	의복 및 화장을 통한 외모관리	-.008	-.013	-.19	R <sup>2</sup> = .012 F = 1.259
	체형관리	-.030	-.048	-.81	
	피부관리 및 헤어연출	.090	.123	1.69	

\*\*p < .01



## V. 결론 및 제언

본 연구는 인구통계적 특성 및 신체매력 지각이 건강증진 행동, 외모관리행동에 미치는 영향을 파악하고자 하였으며, 그 결과는 다음과 같다.

첫째, 건강증진행동은 신체적 건강증진행동, 심리적 건강증진행동의 2개 변인으로 분류되었다.

둘째, 외모관리행동은 의복 및 화장을 통한 외모관리, 체형관리, 피부관리 및 헤어연출의 3개 변인으로 분류되었다.

셋째, 연령은 신체매력 지각, 심리적 건강증진, 의복 및 화장을 통한 외모관리에 유의한 영향을 주어, 연령이 낮을수록 신체매력 지각의 정도가 높고 의복 및 화장을 통한 외모관리행동의 정도가 높았다. 반면 연령이 높을수록 신체적, 심리적 건강증진의 정도가 높은 것으로 나타났다. 사회계층은 신체매력 지각, 신체적 건강증진, 의복 및 화장을 통한 외모관리, 체형관리, 피부관리 및 헤어연출에 유의한 영향을 주었다. 즉 계층이 높을수록 자신의 신체의 매력정도가 더 높고 지각했으며, 신체적 건강증진의 정도도 높고 전체적인 외모관리행동의 정도가 더 높은 것으로 나타났다.

넷째, 신체매력 지각은 심리적 건강증진, 의복 및 화장을 통한 외모관리, 피부관리 및 헤어연출에 유의한 영향을 주었다. 즉 자신의 신체를 보다 매력적으로 지각하는 사람은 심리적 건강증진의 수준이 높고, 의복 및 화장을 통한 외모관리, 피부관리 및 헤어연출을 통한 외모관리행동이 높았다.

다섯째, 건강증진행동과 외모관리행동변인간의 관계에서 신체적 건강증진에서만 유의한 관계가 있었다. 즉 신체적 건강증진에는 외모관리행동 중 의복 및 화장을 통한 외모관리, 체형관리변인이 유의한 영향을 주었다. 즉 의복이나 화장 및 체형관리를 통한 외모관리행동을 할수록 신체적 건강증진의 수준이 더 높은 것으로 나타났다.

이상의 내용에서 연령, 사회계층, 신체적 매력 지각에 따라 외모관리행동이나 건강증진행동에 차이가 있었다. 즉 연령이 낮고 자신의 신체매력 지각이 긍정적일수록 의복이나 화장, 피부관리, 헤어연출과 같은 비교적 적극성을 띤 외모관리를 하는 행동의 경향이 높음을 알 수 있었다. 또한 건강증진행동의 경우는 신체매력 지각의 정도와 외모관리행동에 영향을 받는 중요한 변인임을 알 수 있었다. 대체로 연령이 높을수록 건강증진행동의 수준이 높았으며, 자신의 신체매력을 긍정적으로 지각할수록 심리적 건강증진의 수준이 높음을 알 수 있었다. 즉 20-40대 여성의 경우 신체매력성은 신체적인 건강증진보다는 원활한 사회생활과 마음의 안정감 등의 심리적인 건강증진과 의복이나 화장, 피부관리 및 헤어연출과 같은 비교적 적극성을 띤 외모관리와 관련성이 높음을 알 수 있었다.

따라서 외모관련 업체의 경우 심리적 편안함을 줄 수 있

는 프로그램 개발 및 공간마련에 노력을 기울여 소비자의 심리적 만족감을 줄 수 있도록 해야 할 것이다. 특히 외모의 중요성과 신체적 매력의 평가에 많은 영향을 끼치고 있는 매스 미디어에서는 신체적 심리적 건강증진행동을 통한 신체매력 증진의 사회적 분위기를 조성하는 데에 그 역할을 다해야 할 것이다. 차후의 연구에서는 신체매력증진을 위한 구체적인 행동에 대해 인구통계학적 특성의 집단별로 파악하고, 각 집단에 적합한 신체매력증진행동에 영향을 미치는 변인을 파악해 보는 것도 필요하리라 본다.

본 연구의 제한점으로는 조사의 대상자의 거주지가 너무 넓어 지역별 차이가 결과분석에 영향을 줄 수 있을 것이며, 성인여성 20-40대로 연령을 제한하고 자료수집방법이 임의 표집에 의해 이루어졌으므로 연구결과를 전체 성인여성에게 확대 적용하는 데에 신중을 기해야 할 것이다.

## ■ 참고문헌

- 강혜원(1995). **의상사회심리학**. 서울: 교문사.
- 김선희(2003). 외모에 대한 사회·문화적 태도와 외모관리행동에 대한 연구: 20대 여성을 중심으로. **대한가정학회지**, 41(5), 99-108.
- 김선희(2010). 중·장년층의 라이프스타일이 건강증진행위에 미치는 영향. 대구한의대학교 대학원 석사학위논문.
- 김성남, 이숙경(2007). 20-40대 여성의 외모관심도에 따른 외모관리행동. **패션비즈니스**, 11(4), 29-41.
- 김수경, 한동조(2008). 남녀고등학생들의 신체만족도에 따른 외모관리행동 양상분석: 피부관리, 메이크업을 중심으로. **조형미디어**, 11(4), 39-44.
- 김신정, 안은숙(1997). 여대생의 건강개념과 건강행위. **대한간호학회지**, 27(2), 264-274.
- 김윤, 황선진(2008). 사회문화적 압력과 대상화된 신체이식이 성인여성의 외모관리행동에 미치는 영향. **복식**, 58(10), 112-122.
- 김은주(2001). 여대생의 외모관리행동에 관한 연구. 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 김재숙, 이미숙, 김은정, 이혜원(2000). 신체이미지가 체중조절 및 외모관리 행동과 의복행동에 미치는 영향. **충남대학교 생활과학연구소, 충남생활과학연구지**, 12, 20-36.
- 김향숙(2007). 실업계 고등학생의 건강증진행위 및 피부건강 관리 인식에 대한 연구. 중앙대학교 의약식품대학원 석사학위논문.
- 김희숙(1993). 20세기 서구여성 hair style 변천에 관한 연구. 성균관대학교 대학원 석사학위논문.
- 류은정, 김영희(2008). 남자 대학생의 신체이미지에 따른 외

- 모관리 행동과 동기. **대한가정학회지**, 46(1), 63-72.
- 문희정(2010). 중년여성의 외모지향성 및 외모평가와 피부건강관리태도에 대한 연구. 충남대학교 대학원 석사학위논문.
- 박보윤(2008). 중년여성의 건강증진행위에 영향을 미치는 요인 연구. 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 박재순(1996). 중년후기 여성의 건강증진행위모형구축. **여성건강간호학회지**, 2(2), 257-284.
- 백경신, 최연희(2003). 여대생의 건강증진행위와 삶의 만족에 영향을 미치는 요인에 관한 연구. **보건교육·건강증진학회지**, 20(2), 127-147.
- 서연옥(1996). 중년여성의 건강증진 생활방식, 강인성 성역할 특성의 관계. **여성건강간호학회지**, 2(1), 119-134.
- 신주동, 최중명(2008). 여대생의 신체 만족도와 이미지에 따른 외모관리행동과 장신구 착용. **복식문화연구**, 16(2), 305-318.
- 심정은(1996). 청소년기의 자의식 및 제증조절행동과 의복행동과의 관련 연구. 연세대학교 대학원 석사학위논문.
- 윤복연, 유왕근, 고경숙(2006). 미용실 근무자들의 건강증진행위에 관한 연구. **한국미용학회지**, 12(2), 11-24.
- 이명희, 이미연(2004). 여성 외모의 대인매력 평가 연구. **복식**, 54(6), 101-114.
- 이부희, 고애란, 김양진(1996). 남녀 중고등학생의 심리적 특성과 의복행동과의 관계: 자아중심성·자의식·신체만족도를 중심으로. **대한가정학회지**, 34(5), 131-144.
- 이수경, 고애란(2006). 외모향상추구행동에 관한 질적 연구. **한국의류학회지**, 30(1), 59-70.
- 이숙자, 박은숙, 박영주(1996). 한국 중년 여성의 건강증진 행위 예측 모형 구축. **대한간호학회지**, 26(2), 320-336.
- 이지영(1999). 여대생의 라이프스타일에 따른 화장품 소비행동. 전북대학교 대학원 석사학위논문.
- 이현옥, 구양숙(2009). 사회적 자기효능감, 외모관심, 외모만족, 외모관리행동에 관한 계층적 연구. **한국의류산업학회지**, 11(2), 271-277.
- 임경복(2009). 사회적 자아와 신체이미지가 외모관리 행동에 미치는 영향: 남녀 대학생을 중심으로. **대한가정학회지**, 47(6), 67-77.
- 임숙자(1992). 여대생의 의복행동에 관한 연구: 의복행동변인과 사회심리 변인을 중심으로. 이화여자대학교 대학원 박사학위논문.
- 임희경, 최인려(2010). 중·노년층 여성의 라이프스타일에 따른 외모관리효과에 관한 연구: 피부관리효과를 중심으로. **복식문화연구**, 18(4), 670-686.
- 전연숙, 김향숙(2008). 건강증진행위, 피부건강관리 및 외모관리행동의 상관관계에 대한 연구. **한국미용학회지**, 14(3), 985-991.
- 전현진, 정명순(2010). 외모에 대한 사회문화적 태도와 객체화된 신체의식이 20-30대 여성들의 외모관리행동에 미치는 영향. **한국미용학회지**, 16(2), 590-601.
- 정덕조(2006). 여대생들의 비만정도가 체중조절 행위, 신체상, 자기 효능감, 건강증진 행위 및 정신건강 증진 행위에 미치는 영향. **운동과학**, 15(4), 365-376.
- 정명선(2003). 성인 여성의 신체적 매력성 자아지각이 자존심과 외모관리 행동에 미치는 영향. **복식**, 53(3), 165-179.
- 정명선, 김재숙(2001). 얼굴 매력성과 의복 적절성이 특질 판단에 미치는 영향. **대한가정학회지**, 39(2), 131-146.
- 차진희(1994). Body Image, Genderlogy, 의복성정체감 사이의 상관관계 연구: 대전, 충남북 지역의 남녀 대학생을 중심으로. 충남대학교 대학원 석사학위논문.
- 황윤정, 유태순(2008). 외모에 대한 사회문화적 태도, 자아존중감, 신체매력 지각이 얼굴 및 헤어관리행동에 미치는 영향. **복식**, 58(6), 85-95.
- 황진숙, 김윤희(2006). 외모관리행동에 따른 신체이미지 및 심리적 안녕감. **복식**, 56(3), 13-55.
- Brucker, B. H.(1983). Health promotion: A linguistic analysis. *Advances in Nursing Science*, 5(3), 1-14.
- Cash, T. F., Dawson, K., Davis, P., Bowen, M., & Galumbeck, C.(1989). The effects of cosmetics use on the physical attractiveness and body image of college women. *Journal of Social Psychology*, 129, 349-356.
- Cash, T. F., & Prunzinsky, T.(2000). *Body image: Development, deviance, and change*. New York: Guilford Press.
- 바디이미지. 임숙자, 이미현, 이승희, 신효정(공저). 서울: 교문사. (1990년 원저발간)
- Cox, C. L., & Glick, W. H.(1986). Resume evaluations and cosmetics use: When more is not better. *Sex Roles*, 14, 52-58.
- Kaiser, S. B.(1997). *The social psychology of clothing*. New York: Fairchild Pub.
- Lee, M.(1997). Relationship of body image, acculturative stress, and self-esteem among Korean female collage students. Ohio State University Master's Thesis.
- Walker, S. N., Sechrist, K. R., & Pender, N. J.(1987). The health-promoting lifestyle profile: Development and psychometric characteristics. *Nursing Research*, 36(2), 76-81.

접 수 일 : 2011년 4월 1일

심사시작일 : 2011년 4월 6일

게재확정일 : 2011년 6월 17일