

여중생과 여고생의 사회문화적 태도, 신체이미지, 자아존중감이 외모관리행동에 미치는 영향

이혜경^{1*}

¹강원대학교 간호학과

Effects of Sociocultural Attitude toward Appearance, Body Image, and Self-Esteem on Appearance Management in Middle and High School Girls

Haekyung Lee^{1*}

¹Department of Nursing, Kangwon National University

요 약 본 연구는 여중생과 여고생을 대상으로 외모관리행동에 영향을 미치는 요인을 검증하기 위한 서술적 비교조사연구이다. 연구 목적은 외모에 대한 사회문화적 태도(내면화, 인식), 신체이미지(외모평가, 외모지향, 신체만족도), 자아존중감이 여중생과 여고생의 외모관리행동에 미치는 영향을 규명하여 청소년의 외모관리 지도를 위한 자료를 제공하기 위한 것이다. 대상자는 K도에 소재하고 있는 여중생 186명, 여고생 198명이 선정되었다. 여중생과 여고생의 사회문화적 태도 중 내면화와 인식을 비교한 결과 여고생의 내면화와 인식이 통계적으로 유의하게 여중생보다 높았다. 신체이미지 중 외모평가, 외모지향 역시 여고생이 여중생보다 유의하게 높았으나, 신체만족도는 여고생이 여중생보다 낮았다. 여고생의 외모관리행동 중 체중관리, 의복관리, 얼굴관리 모두 다 여중생보다 관리를 더 하고 있었다. 여중생의 외모관리행동을 회귀분석 한 결과 40.5% 설명하였고, 영향을 미치는 변수는 외모에 대한 사회문화적 태도인 내면화와 인식, 신체이미지 중 외모지향이었다. 여고생은 외모관리행동을 20.1% 설명하였으며, 영향을 미치는 변수는 신체이미지인 외모평가, 외모지향, 신체만족도이었다. 본 연구 결과는 사춘기 여학생을 위한 외모와 관련된 교육이나 상담 시 여중생과 여고생에 따라 다른 접근법이 필요함을 나타내고 있었다.

Abstract This study was to investigate sociocultural attitude toward appearance, body image, and self-esteem predict the appearance management in middle and high school girls. A descriptive compare design was used with self-report questionnaires, which were completed by 384 subjects. Data was analyzed with t-test and regression. There were statistically significant differences in sociocultural attitude toward appearance (internalization, awareness), body image (appearance evaluation, appearance orientation, body area satisfaction), and appearance management (weight management, cloth management, face management) between the two groups. Regression analysis revealed sociocultural attitude toward appearance (internalization, awareness) and appearance orientation of body image were predictors of appearance management in middle school girls. The significant predictors of appearance management for high school girls were body image (appearance evaluation, appearance orientation, body area satisfaction). The study gives new suggestions that there is necessary different methods to educate and council for appearance management in middle and high school girls.

Key Words : Appearance management, Body image, Self-esteem, Sociocultural attitude toward appearance

본 논문은 2013학년도 강원대학교 건강돌봄연구소의 지원을 받아 수행되었음.

*Corresponding Author : Haekyung Lee(Kangwon National Univ.)

Tel: 010-3517-6629 email: leehk@kangwon.ac.kr

Received October 14, 2013

Revised (1st December 2, 2013, 2nd December 16, 2013)

Accepted February 5, 2014

1. 서론

1.1 연구의 필요성

외모는 우리가 사람을 볼 때 가장 먼저 눈에 들어오는 신체에 대한 전체적인 모습으로 개인에 대한 정보를 제공하고, 사람들에게 그 개인에 대한 대인감정을 결정하게 하는 한 요인이다. 인간은 본성적으로 사회가 요구하는 이상적인 외모와 현재의 자기 외모를 일치시키기 위하여 자신의 외모를 개선시키려는 동기와 욕구를 가진 존재이다. 그러므로 사람들은 누구나 매력적이고 만족스러운 외모를 갖고 싶어 하며, 외모가 경쟁력이라는 유행어가 생길만큼 외모지상주의 시대에 살고 있는 현대 여성은 외모에 관심을 더 가질 수밖에 없다. 이렇게 자신의 외모를 변화시켜 사회의 미적 기준에 부합하기 위한 방법으로 여성들은 화장, 의상, 다이어트, 성형수술 등을 이용하기도 한다[1]. 이러한 외모관리를 위한 여성들의 노력은 문화적 취향일수도 있으나, 개인에 따라서는 자아의 확장과 적극적인 운명 개척 수단으로도 해석될 수 있다[1]. 특히 급격한 신체적, 심리적, 생리적 변화를 경험하며, 치열한 경쟁사회 속에서 사회적인 성취에 대한 압박을 받고 있는 청소년에게 외모에 대한 불만은 우울 등 심리적인 스트레스를 주어 건강한 삶을 살지 못하게 할 수도 있다[2].

외모가 ‘타고나는 것’이라고 생각했던 과거와는 달리, 외모는 만들어지고 관리되어진다는 사회, 문화적 관념이 형성되면서 사람들의 외모관리에 대한 요구와 기대는 점점 증대되고 있다[3]. 외모란 시각적으로 보여 지는 신체의 생김새부터 얼굴, 화장, 헤어스타일, 몸매, 의복 등 머리부터 발끝까지 보여 지는 전체적인 모습을 의미하며, 외모관리행동은 개인이 타인과의 상호관계를 통해 자신의 역할을 연기하면서 자신의 개성을 표현해 나아가는 과정으로 타인에게 자신을 알리고 표현하는 하나의 방법이다[3]. 즉 타고난 외모는 노력으로 변화시키고 향상시킬 수 있으며 이를 통해 자신에 대한 만족감도 얻고 사회문화적 맥락에서 우위를 선점할 수 있다고 생각하는, 즉 외모가 권력과 힘이 될 수 있다고 믿는에서 외모관리행동은 시작된다.

여성의 아름다움에 대한 기준은 특정 시대의 미적 기준과 일치하면서 변화해 왔으며, 오늘날은 보편적이고 즉각적으로 작용하는 매스미디어에 의해 현재 이 사회의 이상적인 ‘신체적 아름다움의 기준’이 강력하게 전달되고 있다[4]. 이렇게 우리가 항상 접하고 있는 매스미디어 등을 통해 신체적 외모에 대한 사회적인 이상을 지각하며, 이 이상적인 ‘신체적 아름다움의 기준’ 속에서 자신의 신체적 외모에 대한 태도와 인식이 형성되어 이 이상

적인 기준에 맞는 외모를 갖기 위한 행동을 추구하게 된다. 외모와 관련된 사회문화적 태도란 이상적인 외모에 대한 사회기준을 개인이 어떻게 받아들이며 외모의 사회적 중요성을 인정하는 정도로서 내면화(internalization)와 인식(awareness)으로 구별할 수 있다[4]. 외모에 대한 사회문화적 태도의 내면화와 인식은 여성들에게 사회문화적으로 수용되고 있는 현재의 이상적인 미에 가깝도록 다이어트, 운동, 약물복용, 미용성형 등의 외모관리행동을 감행하게 한다고 하였다[5]. 여중생과 여고생을 대상으로 의복관리에 영향을 주는 변수를 연구한 결과 두 그룹 모두에서 외모에 대한 사회문화적 태도 중 내면화와 인식 모두 신체이미지에 영향을 주어 의복관리에 영향을 준다고 하였고[6], 연령이 많아질수록 외모에 대한 사회문화적 태도는 높아져 사회문화적 가치를 받아들인다고 하였다[7]. 특히 성장기 청소년일수록 자신에 대한 판단력이 부족하여 외부의 자극에 영향을 성인보다 더 받아 다른 사람의 신체를 관찰하고 자신의 현실적인 신체와 사회의 이상적인 신체를 비교하여 자신의 신체를 평가한다고 한다[8]. 오늘날의 청소년은 미디어 등 사회문화적인 영향을 어느 때 보다 더 받으며, 사회에서 제시하는 미의 기준이 개인의 신체만족도에 영향을 주는 주요인으로 이러한 사회적 기준에 노출되면 필수로 신체만족도는 낮아진다고 한다[8].

신체이미지(body image)란 신체에 대해 갖고 있는 정신적인 이미지(mental image)로서 신체크기, 체중, 그리고 얼굴을 포함하는 신체 각 부분들의 생김새와 의복, 화장 등과 같은 신체적 외모에 대한 지각과 평가의 과정을 통해 형성된다. 주요한 경험적 지표는 자기 신체에 대한 감정적 측면과 인지적/행동적 측면이 있다[9]. 중학생과 고등학생의 신체이미지를 비교한 결과 여학생이 남학생보다 신체이미지 중 외모에 대한 관심이 높았으며, 체중에 대한 관심도 높았다고 하였고, 고등학생이 중학생보다 외모평가 점수가 높아 고등학생이 외모에 대한 관심이 많다고 하였다. 즉, 고등학생이 중학생보다 자기 체중에 대하여 만족하지 못하며, 외모에 대한 관심은 더 많은 것으로 나타났다[10]. 여자청소년의 신체이미지 중 체중존중감이 높을수록 절식을 하지 않고 음식에도 몰두하지 않으며[11], 신체이미지 중 외모평가가 낮을수록, 신체만족도가 낮을수록 의복관리를 더 추구하고 신체이미지 중 외모지향은 높을수록 의복관리를 더 한다고 하였다[6].

자아존중감이란 하나의 특별한 객체인 자아에 대한 긍정적이거나 부정적인 태도로 정의되며, 한 개인이 자신을 얼마나 능력 있고 중요하며, 성공적이고 가치 있는 존재로 생각하고 있느냐 하는 개인적인 판단을 말한다[12]. 초, 중등 여학생을 대상으로 자아개념을 비교한 결과 초

등학생이 중등학생보다 높았으며 특히 가정에서의 자아 개념이 초등학생이 중등생보다 높아 학년이 올라가면서 학업에 대한 부담감과 급격한 신체의 변화에 따라 총체적인 자신에 대하여 부정적 느낌을 갖는다고 하였다[13]. 또한 여중생의 외모관리행동에 영향을 미치는 변수로 가정에 대한 자아개념이 부정적일수록 외모관리를 더 한다고 하였고[13], 자아존중감은 의복행동에도 영향을 미친다고 하였다[14]. 급격한 신체적, 생리적 변화를 경험하며, 치열한 경쟁사회 속에서 사회적인 성취에 대한 압박을 받고 있는 청소년들에게 자신의 체중이나 외모에 대한 불만은 자아존중감을 낮춘다[15].

요사이 청소년의 외모관리행동이 다양화되고 있고, 10여 년 전만 해도 대학입시를 마친 고등학교 3학년 여학생이 주로 성형을 위하여 병원을 찾았으나 요사이는 중학생도 병원을 많이 찾고 시술영역도 성인과 크게 다르지 않다고 한다[16]. 이렇게 적극적으로 외모를 추구하는 연령이 낮아지고 있고, 외모에 대하여 관심을 가장 많이 가지기 시작하며, 사회문화적 환경에 영향을 많이 받으며, 아직은 이러한 영향에 취약한 청소년 즉 여중생과 여고생을 대상으로 외모관리행동에 영향을 미치는 요인을 연구할 필요성이 제시되고 있다. 여중생과 여고생의 외모관리행동에 미치는 영향을 규명함으로써 청소년, 즉 미래의 성인 여성의 외모관리 지도를 위한 자료를 제공하여 건전하고 바람직한 신체이미지와 긍정적인 자아존중감을 갖고 있는 청소년으로 성장할 수 있도록 돕기 위한 목적으로 연구하였다.

1.2 연구목적

본 연구는 여중생과 여고생의 외모관리행동에 영향을 미치는 주요요인을 확인하기 위한 목적으로 연구하였다. 구체적 목적은 첫째, 여중생과 여고생의 외모에 대한 사회문화적 태도(내면화와 인식), 신체이미지(외모평가, 외모지향, 신체만족도), 자아존중감 및 외모관리행동을 비교한다. 둘째, 여중생과 여고생 각각의 사회문화적 태도(내면화와 인식), 신체이미지(외모평가, 외모지향, 신체만족도), 자아존중감이 외모관리행동에 미치는 영향을 확인한다.

2. 연구방법

2.1 연구설계

본 연구는 여중생과 여고생의 외모관리행동에 미치는 요인을 비교하고 여중생과 여고생 각각의 외모관리행동에 영향을 미치는 요인을 검증하기 위한 서술적 비교조

사연구이다.

2.2 연구대상

대상자는 K도에 소재하고 있는 여자중학교와 여자고등학교 각각 2개교의 여학생 중 편의표출에 의하여 선정되었다. 본 연구 목적을 이해하고 설문조사에 참여하여 최종 분석된 여중생 186 명, 여고생 198명이었다.

2.3 자료수집 기간 및 절차

본 연구의 자료는 2012년 11월 1일부터 12월 10일까지 수집되었다. 자료 수집은 학교 측에 연구목적을 설명하여 승낙을 받은 후 담임교사의 도움으로 해당 교실에 들어가 대상자에게 연구목적, 비밀유지, 철회가능성에 대한 설명을 한 후 참여에 동의한 대상자에게서 수집하였다. 조사 시 대상자의 익명성과 자율성보장, 그 밖의 대상자 보호를 위한 윤리내용을 준수하였고, 설문지 응답에는 약 10분정도가 소요되었으며, 여중생 190부, 여고생 200부가 회수되었다. 회수된 설문지 중 여중생에서 4부, 여고생에서 2부가 불성실하게 응답하여 이 설문지를 제외하고 여중생 186명, 여고생 198명의 자료가 분석되었다.

2.4 연구도구

2.4.1 외모에 대한 사회문화적 태도

신체적 외모의 중요성과 이상적인 사회 기준에 대한 개인의 태도를 의미하며, Heinberg 등(1995)이 개발한 외모에 대한 사회 문화적 태도 측정도구(sociocultural attitude toward appearance questionnaire-SATAQ)[4]를 Cho 와 Koh(2001)가 번역하여 사용한 도구이다[6]. 외모와 관련된 사회문화적 태도는 내면화와 인식 차원으로 나누어진다. 내면화란 매스미디어, 부모, 및 친구로부터 전달되는 이상적인 사회적 기준을 받아들여 자신의 가치로 수용하고 내면화 하는 것을 의미하며 총 5문항이며 4점 척도로써 점수가 높을수록 외모에 대한 사회 문화적 기준을 많이 수용하였음을 의미한다. 인식이란 외모의 사회적 중요성을 인정하는 것을 의미하며 총 4문항 4점 척도로써 점수가 높을수록 외모의 사회적 중요성을 인정하는 것을 의미한다. 본 연구에서 외모에 대한 사회 문화적 태도 측정도구 중 외모에 대한 내면화의 Cronbach's alpha는 .83이었으며 인식에 관한 Cronbach's alpha는 .78이었으며, Lee(2011)의 연구에서는 각각 .82, .78이었다[17].

2.4.2 신체 이미지

Brown 등(1990)이 개발한 신체-자아에 관한 다차원적 측정도구(multidimensional body-self relation questionnaire

-MBSRQ)[9]를 Cho와 Koh(2001)가 번역하여 사용한 도구로서 신체적 이미지를 감정적 차원(affective aspect)과 인지적/행동적 차원(cognitive/behavioral aspect)의 두 차원으로 보았다[6]. 신체이미지의 감정적 차원은 신체에 대한 긍정적, 부정적 감정과 평가를 의미하며, 외모평가(appearance evaluation)와 신체만족도(body area satisfaction) 두 가지 척도로 측정하였다. 외모평가는 자신의 신체에 대하여 긍정적, 또는 부정적으로 느끼는가에 대한 평가로서 총 5문항 4점 척도로 점수가 높을수록 자신의 외모를 긍정적으로 평가함을 의미한다. 신체만족도는 자신의 신체 각 부분에 대한 주관적이고 감정적인 만족을 뜻하며, 얼굴, 머리, 하체, 상체, 몸무게, 키, 전체적 외모 각각에 대한 만족도를 의미한다. 신체이미지의 인지적/행동적 차원은 신체에 대한 의식과 관심, 중요성을 의미하는 외모지향성(appearance orientation)에 관한 문항으로 얼마나 자신의 신체적 외모에 대해 중요하게 여기고 열중하며 관심을 갖는가, 그리고 신체적 외모를 유지하고 향상시키는데 얼마나 능동적이고 적극적인 성향을 갖고 있느냐를 의미한다. 총 10문항 4점 척도로서 점수가 높을수록 외모지향성이 높음을 의미한다. 본 연구에서 외모평가, 신체만족도, 외모지향성 척도의 Cronbach's alpha는 .84, .75, .84이었으며, Lee(2011)의 연구에서는 외모평가 .82, 외모지향 .87이었다[17].

2.4.3 자아존중감

Rosenberg 등(1995)의 자아존중감 도구를 사용하였으며 자신에 대한 가치 혹은 자신을 받아들이는 정도에 관한 6문항 4점 척도로서 점수가 높을수록 긍정적인 의미이다[11]. 본 연구에서 자아존중감의 Cronbach's alpha는 .77이었으며, Lee(2011)의 연구에서는 .82이었다[17].

2.4.4 외모관리행동

외모관리행동은 선행연구[3,13,14]를 참조하여 체중관리영역, 의복관리영역, 얼굴관리영역(성형외도포함)로 나누었다. 이 도구의 구성타당도를 살펴보기 위하여 요인분석을 하였다. 요인분석을 실행하기 전에 18문항으로 구성된 이 도구가 분석을 실행하기에 적절한지를 판단하기 위하여 바틀렛(Bartlett) 검정을 시행하였다. Kaiser-Meyer-Olkin(KMO)과 Bartlett's 값이 0.84(Chi-square=3466.8, $p < .001$)로 나타나 요인분석하기에 적절한 자료로 판단되었다[18]. 요인분석은 직교회전(varimax method)을 사용한 주성분 요인분석(principal component analysis, PCA)을 시행하여 3개의 요인을 추출하였으며 전체변량의 64.5%를 설명하였다. 요인부하량(factor loading)이 0.4보다 적은 문항은 없어서 18문항 모두 분석하였다. 제1요인

은 체중관리 6문항, 제 2요인은 의복관리 7문항, 제 3요인 5문항이 추출되었다. 체중관리, 의복관리, 얼굴관리 각 영역의 신뢰도 Cronbach's alpha는 .77, .79, .91이었다.

2.5 자료 분석

본 연구는 IBM SPSS 20.0 프로그램을 사용하여 자료 분석 하였다. 인구사회학적 특성과 연구변수들의 빈도, 백분율, 평균과 표준편차를 구하였고, 여중생과 여고생의 연구변수 각각의 차이를 비교하기 위하여 t-test를 하였고, 여중생, 여고생 각각의 외모관리행동의 영향요인은 회귀분석을 이용하여 분석하였다.

3. 연구결과

3.1 여중생과 여고생의 일반적 특성

본 연구 대상자인 여중생 186명의 평균 신장은 157.6±5.5 cm, 체중은 평균 48.1±8.0 kg이었고 여고생 198명의 평균 신장은 160.6±5.2 cm, 체중은 평균 52.3±6.9 kg이었다. 여중생이 원하는 신장은 평균 165.1±3.9 cm, 여고생이 원하는 신장은 164.4±3.4 cm로 통계적으로 차이가 없었으나 여중생이 원하는 체중은 46.4±4.8 kg, 여고생은 47.8±3.8 kg로서 여중생과 여고생이 원하는 체중에는 통계적으로 유의한 차이가 있었다 ($t = -3.15, p = .002$). 이상적인 체중과 현재의 체중과의 차이를 비교한 결과 여중생에서 -1.7 kg, 여고생에서 -4.5 kg으로 여고생에서 현재의 체중과 이상적인 체중의 차이가 여중생보다 유의하게 차이가 많았다[Table 1].

[Table 1] General Characteristics between Middle and High School Girls (N=384)

Characteristics	Middle School Girls	High School Girls	X ² or t	p
	(n=186)	(n=198)		
	n(%) or M±SD	n(%) or M±SD		
Age(yrs)	13.1±0.7	16.2±1.0	33.49	<.001
Height(cm)	157.6±5.5	160.6±5.2	5.50	<.001
Weight(kg)	48.1±8.0	52.3±6.9	5.51	<.001
Wished Height(cm)	165.1±3.9	164.4±3.4	-1.84	.067
Wished Weight(Kg)	46.4±4.8	47.8±3.8	-3.15	.002*
Difference between wished weight and weight(kg)	-1.7±7.0	-4.5±5.1	-4.57	<.001

* $p < 0.05$

연구 대상자에게 외모관리를 위해 하는 행동 중 가장 많이 하는 행동을 물은 결과 여중생은 66명(35.5%)이 의복관리, 39명(21.0%)이 피부관리라고 응답하였고, 여고생은 51명(25.8%)이 피부관리, 50명(25.3%)이 체중관리라고 응답하였다[Table 2].

[Table 2] Types of Appearance Management between Middle and High School Girls (N=384)

Variables	Middle School Girls (n=186)	High School Girls (n=198)
	n(%)	n(%)
Cosmetic	5(2.7)	42(21.2)
Skin Care	39(21.0)	51(25.8)
Diet	32(17.2)	50(25.3)
Clothing	66(35.5)	26(13.1)
Hair management	34(18.2)	19(9.6)
Surgery	0	5(2.5)
No answer	10(5.4)	5(2.5)

3.2 여중생과 여고생의 사회문화적 태도, 신체 이미지, 자아존중감 및 외모관리행동 차이

여중생과 여고생의 사회문화적 태도가 통계적으로 차이가 있어 여고생의 평균 내면화 점수(14.8±2.9)가 여중생(12.5±3.0)보다 높았고, 인식점수도 여고생(12.4±2.0)이 여중생(11.2±2.1)보다 높았다.

외모평가, 외모지향, 신체만족도로 측정된 신체이미지 역시 여중생과 여고생 사이에 통계적으로 차이가 있어 여고생의 외모평가($t=2.76, p<.05$), 외모지향($t=3.10, p<.05$)이 여중생보다 높았으며, 신체만족도는 통계적으로 유의하게 여고생이 여중생보다 낮았다($t=-2.35, p<.05$). 여고생의 외모관리행동 중 체중관리($t=4.80, p<.001$), 의복관리

($t=4.27, p<.001$), 얼굴관리($t=8.80, p<.001$) 모두 다 여중생보다 통계적으로 유의하게 관리를 더 하고 있었다 [Table 3].

3.3 여중생과 여고생 각각의 외모관리행동에 영향을 미치는 요인

여중생과 여고생 각각의 외모관리행동에 영향을 미치는 요인을 확인하기 위하여 외모에 대한 사회문화적 태도 중 내면화와 인식, 신체 이미지 중 외모평가, 외모지향성, 신체만족도, 자아존중감을 독립변수로 하여 회귀분석을 하였다. 여중생의 독립변수간 상관관계를 분석한 결과($r=-.09-.41$) 상관계수가 .80미만으로 나타나 예측요인들이 서로 독립적임이 확인되었고, 회귀분석 결과 회귀모형은 통계적으로 유의하였다($F=22.0, p<.001$). 공차한계는 .58-.75으로 .10 이상으로 나타났으며, 분산팽창인자는 1.3-1.7로 기준치 10을 넘지 않아 다중공선성에 문제가 없어 여중생의 자료는 회귀모형 분석에 적합하다고 평가되었다. 여고생의 독립변수간 상관관계를 분석한 결과($r=-.08-.24$) 상관계수가 .80미만으로 나타나 예측요인들이 서로 독립적임을 보였고, 회귀분석 결과 회귀모형은 통계적으로 유의하였다($F=9.3, p<.001$). 공차한계는 .68-.87으로 .10 이상으로 나타났으며, 분산팽창인자는 1.1-1.7으로 기준치 10을 넘지 않아 다중공선성에 문제가 없어 미용성형 경험군의 자료도 회귀모형 분석에 적합하다고 평가되었다[18].

여중생을 회귀분석한 결과 외모관리행동을 40.5% 설명하였고, 영향을 미치는 변수는 외모에 대한 사회문화적 태도인 내면화($\beta=.16, p<.05$)와 인식($\beta=.22, p<.05$)과 신체이미지 중 외모지향($\beta=.38, p<.001$)이었다. 여고생에서는 외모관리행동을 20.1% 설명하였으며, 영향을 미치는 변수는 신체이미지인 외모평가($\beta=.26, p<.001$), 외모지향($\beta=.22, p<.05$), 신체만족도($\beta=-.16, p<.05$)이었다[Table 4].

[Table 3] Differences in Variables between Middle and High School Girls (N=384)

Variables	Middle School Girls (n=186)	High School Girls (n=198)	t(p)	
	M(±SD)	M(±SD)		
Self-esteem	17.5(2.7)	17.2(2.7)	-.92	
Sociocultural attitude toward appearance	Internalization	12.5(3.0)	14.8(2.9)	7.72**
	Awareness	11.2(2.1)	12.4(2.0)	5.74**
Body image	Appearance evaluation	10.1(2.8)	10.9(2.8)	2.76*
	Appearance orientation	27.5(5.1)	28.9(4.2)	3.10*
	Body area satisfaction	16.2(3.4)	15.4(3.3)	-2.35*
Appearance management	Weight management	9.4(2.9)	10.9(3.0)	4.80**
	Cloth management	16.5(3.6)	18.0(3.3)	4.27**
	Face management	11.1(4.1)	14.6(3.8)	8.80**

* $p<0.05$, ** $p<.001$

[Table 4] Predictors on Appearance Management between Middle and High School Girls

Predictors	Middle School Girls (n=186)		High School Girls (n=198)	
	β	t	β	t
Self-esteem	-.03	-.51	-.08	-1.21
Internalization	.16	2.17*	.13	1.67
Awareness	.22	3.15*	.12	1.70
Appearance evaluation	.09	1.35	.26	3.26**
Appearance orientation	.38	5.19**	.22	2.87*
Body area satisfaction	.08	1.03	-.16	-2.09*
Adj.R ² (p)	0.405**		0.201**	

* $p < 0.05$, ** $p < .001$

4. 논의

여성들이 자신의 외모를 개선하기 위해 어느 정도의 시간, 돈, 에너지를 소비하는 것은 정신적으로 건강한 행동이라 할 수 있으나, 근래 우리나라에서는 과도한 다이어트, 약품사용 및 성형수술에 따른 폐해 사례가 매스컴을 통해 간간히 보도되고 있다. 외모관심, 외모관리행동, 외모관련 제품 사용 등이 극단적일 때 건강은 물론 생명까지 위협할 수 있으므로 급속한 신체적 변화와 함께 신체와 외모에 관심이 증대되는 청소년기 여학생의 외모관리행동의 실태와 영향 요인을 규명하는 것은 청소년기 여학생의 극단적인 외모관리행동에 대한 대책 마련을 위한 기초가 된다.

여중생 186명이 원하는 체중과 실제 체중과의 차는 -1.7 kg, 여고생 198명이 원하는 체중과 실제 체중과의 차이는 -4.5 kg으로 여고생이 여중생보다 더 자신의 체중이 적어지기를 원하고 있었다. 본 연구 결과와 같이 Kim(2004)의 연구에서도 여중생이 원하는 체중과 실제 체중과의 차가 2.06 kg, 여고생이 원하는 체중과 실제 체중과의 차가 3.79 kg으로 여고생이 여중생보다 자신의 체중이 적게 나가기를 바라고 있었다[19]. 이렇게 Kim(2009)은 여고생이 여중생보다 더 자신의 체형을 통통하거나 뚱뚱하게 생각하고 있고 여고생이 여중생보다 날씬해져야 한다는 생각으로 스트레스를 더 받고 있다고 하였다[20]. 여고생은 여중생보다 사회로 진출할 기간이 얼마 남지 않아 자신의 외모에 관심을 더 갖게 되는 것이 정상적인 현상이라고 하더라도 자신의 체중에 대한 이런 바람은 자신의 신체에 대한 만족도를 낮추고 더 나아가서 정상체중임에도 불구하고 체중조절을 위한 외모관리 행동 중의 하나인 다이어트를 하게 하므로 정상체중에 대한 올바른 인식을 시켜주어야 함을 보여주고 있다. 본 연구에서는 외모관리를 위해 하는 행동 중 가장 많이 하는 행동은 여중생에서 의복관리, 피부관리, 여고생에서는 피부관리, 체중관리라고 응답하였다. 남녀 중학생을 대

으로 외모관리행동을 비교한 연구 결과 의복, 피부, 몸매 관리 모두에서 여학생이 남학생보다 높아 여학생이 외모관리를 더 하는 것으로 나타났고, 이러한 여학생들의 결과는 신체에 대한 만족도가 낮고, 사회적 기대 수준은 높아 나타난 현상이라고 하였다[21]. 여중생의 외모관리 행동은 피부, 헤어, 화장 순으로 하는 것으로 나타났고[13], 여고생은 메이크업, 헤어관리, 피부관리, 체중관리, 의복관리 순으로 나타나[22], 본 연구 결과의 우선순위와는 차이가 있었으나 여중생, 여고생 모두 피부관리에 관심이 높은 것으로 나타난 것은 이 시기가 여드름 등 피부에 문제가 많이 일어나는 시기라서 관심이 높은 것으로 생각된다. 본 연구의 여고생이 피부관리 다음으로 체중관리에 관심을 두고 있는 결과는 여고생이 원하는 체중과 실제 체중과의 차이가 큰 것과 연관되어 나타난 현상으로 몸매에 대한 관심이 많음을 보여주고 있다.

자아존중감을 여중생과 여고생을 비교한 결과 유의한 차이가 없었으나, 초등학교와 중학생을 비교하여 학년이 올라가면서 자기개념이 높아진다고 한 연구와 본 연구와는 다른 결과를 보였다[13]. 본 연구에서는 중학생과 고등학생을 비교하였으나 Lee와 Shin(2011)의 연구에서는 초등학교와 중학생을 비교함으로써 대상자가 달라 다른 결과를 보인 것으로 생각된다[13].

여중생과 여고생의 외모에 대한 사회문화적 태도를 비교한 결과 여고생이 여중생보다 내면화와 인식 점수가 유의하게 높아, 다른 연구결과와 같았다[10,11]. Song과 Lee(2009)는 현대사회의 청소년들은 외모에 대한 사회문화적 가치관을 매스미디어, 친구, 부모 등을 통해 강화되고, 이러한 가치관을 받아들여 내면화하며, 청소년에서는 연령의 증가와 함께 외모에 대한 인지 수준도 증가한다고 하였다. 즉, 연령이 증가할수록 매스미디어에 노출되는 시기 또한 길어지고 점진적으로 강화가 일어나 매스미디어에 의해 보여지는 외모에 대한 사회문화적 가치관을 사실로 받아들여지게 된다고 하였다[7].

신체이미지의 하위요인인 외모평가에서 여중생과 여

고생이 유의한 차이를 보여 여고생이 여중생보다 외모평가가 점수가 높아 여고생이 자기 외모를 긍정적으로 평가하고 있어 선행연구의 결과와 같았다[10,23]. Song과 Lee(2009)도 외모평가가 요인에서 중학생보다 고등학생이 자신의 신체에 대해 긍정적인 이미지를 지니고 있다고 하였다[7]. 이렇게 여중생에서 외모평가가 낮은 이유는 사춘기의 시기가 빨라져 현재 초등학교 고학년에서 중학교 시기에 걸쳐 빠른 신체적인 변화를 겪으며, 이러한 과정에서 자신의 신체 변화에 대한 심리적 부적응이 일어나기 때문이라고 하였다[7]. 신체이미지의 하위요인인 외모지향에서 여고생이 여중생보다 외모지향 점수가 높아 여고생이 외모에 관심이 많음을 보여 주었고, 연령이 증가하면서 여성적인 외모에 대한 고정관념과 외모의 중요성을 알게 됨을 시사하고 있었다. 신체이미지의 한 하위요인인 신체만족도도 여중생과 여고생이 유의한 차이가 있어 여고생이 여중생보다 자기 신체에 대하여 만족하지 못하는 것으로 나타나 선행연구에서 보고한 여중생이 여고생보다 얼굴만족도, 헤어만족도, 외모자신감이 높았던 결과와 같았으며[24], 청소년이 나이가 어릴수록 외모자신감은 높으며 성장할수록 외모스트레스가 증가함을 알 수 있었다. 즉 여고생이 여중생보다 스스로를 멋있다고 생각하여 외모향상을 위해 노력하지만 여고생이 여중생보다 자기 신체 각 부위에 대하여는 만족하지 못하는 것으로 나타났다.

외모관리 중 체중관리, 의복관리, 얼굴관리를 비교한 결과 외모관리의 세가지 요소 모두에서 여고생이 여중생보다 더 관리를 하는 것으로 나타나, 여중생보다 여고생이 헤어뷰티행동, 얼굴뷰티행동, 네일뷰티행동을 더한다고 한 연구와 같은 결과를 보였다[24]. 초중생보다 여중생이 화장, 피부, 헤어 등 외모관리행동을 더 한다고 하여 연령이 높아질수록 외모관리행동이 증가하는 것으로 선행연구는 보고하고 있다[13].

여중생 186명을 대상으로 자아존중감, 사회문화적 태도의 하위 요인인 내면화와 인식, 신체이미지의 하위요인인 외모평가, 외모지향, 신체만족도가 외모관리행동에 대한 영향을 회귀분석한 결과 회귀모형에 의한 설명력은 40.5%이었다. 사회문화적 태도 중 내면화와 인식, 신체이미지 중 외모지향이 외모관리행동을 예측하는 변수이었다. Shin과 Cheon(2008)은 외모에 대한 관심이 많을수록 그리고 외모복플렉스 수준이 높을수록 외모관리행동을 많이 한다고 하였고[3], 여중생의 외모관리행동에 영향을 미치는 요인으로 외모관심도라고 하여 일부 본 연구와 같은 결과를 보였다[13]. 여중생의 실질적인 외모관리행동에는 외모관심도 뿐 만 아니라 사회에서의 자기와 가정에서의 자기가 더 큰 영향을 미쳐 가정에서의 부적응

이 더 큰 영향을 미친다[12]고 하였으나 본 연구에서는 자아존중감은 영향을 미치는 변수로 나타나지 않았다. Lee와 Shin(2011)은 자기개념을 사회자기, 가정자기, 신체자기로 나누어 측정하였으나[13], 본 연구에서는 전반적인 자아존중감을 측정하여 비교하기 어려워 다음 연구에서는 자아존중감을 하위개념 별로 나누어 측정해 볼 필요를 제시하고 있다. 본 연구에서는 사회문화적 태도 중 내면화와 인식, 신체이미지의 외모지향이 영향을 주어 여중생도 매스미디어나, 주변 친구로부터 영향을 받아 외모에 관심이 많아 체중관리, 의복관리, 얼굴관리를 하게 되는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 여중생의 외모관리행동을 탈선행위로 간주하여 통제할 것이 아니라 보다 심층적인 상담지도가 필요하다고 생각된다.

여고생 198명을 대상으로 자아존중감, 사회문화적 태도의 하위 요인인 내면화와 인식, 신체이미지의 하위요인인 외모평가, 외모지향, 신체만족도가 외모관리행동에 대한 영향을 회귀분석 한 결과 회귀모형에 의한 설명력은 20.1%이었다. 여고생의 신체이미지의 하위변인인 외모평가를 높이 할수록, 외모지향을 많이 할수록, 신체만족도가 낮을수록 외모관리행동을 많이 하는 것으로 나타났다. Cho와 Koh(2001)는 외모에 대한 사회문화적 태도가 신체이미지에 영향을 주어 신체만족도가 낮을수록, 외모지향이 많을수록 의복추구행동을 더 한다고 하여 일부 같은 결과를 보였다[6]. 여고생은 여중생과는 달리 사회문화적 태도는 외모관리행동에 영향을 주는 변수로 나타나지 않아 차이를 보였는데 여고생은 이미 매스미디어나 주변의 태도나 인식은 자기 것으로 되었고, 더 직접적이며 현실적인 본인의 신체에 대한 만족도, 보이는 외모에 대한 관심 이러한 것이 더 관심 대상이 되는 즉, 외모관리문화가 그들의 문화에서 중요한 부분이 되어 이러한 결과가 나타난 것이 아닌가 생각된다. 또한 여고생은 여중생에 비하여 곧 사회로 나갈 대상이므로 여중생보다 더 직접적인 변수인 외모평가, 외모지향, 신체만족도가 외모관리행동에 영향을 주는 것이 아닌가 생각된다. 또한 신체상 발달로 볼 때 고등학생 시기는 피하지방이나 근육의 발달이 이루어지는 시기로 실제적으로 중학생 때와 비교하여 체중이 증가하게 되며, 이러한 현상은 이상적인 외모와 역행하게 되어 여고생이 여중생보다 자신의 신체에 더 민감하다고 한 연구에서의 주장처럼 신체만족도는 외모관리행동에 부적으로 영향을 준 것으로 보인다[10]. 그러나 본 연구에서는 여고생의 신체이미지만이 외모관리행동에 영향을 주는 변수로 나타난 것에 비하여 성형수술욕구에 영향을 주는 변수는 외모에 대한 사회문화적 태도, 신체이미지, 자아존중감이라고 한 결과와는 차이를 보였다[17]. 이렇게 차이가 나타난 이유는 본 연

구에서는 외모관리행동으로 체중관리, 의복관리, 얼굴관리를 측정하였으며, 성형수술욕구 연구에서는 성형수술욕구만을 종속변수로 측정하여 종속변수 측정이 다른 것으로 인한 결과로 생각되므로 다음 연구에서는 종속변수 측정을 어떻게 측정할 것인지에 대한 연구가 필요함을 나타내고 있다.

본 연구 결과 여중생에서는 외모에 대한 사회문화적 태도인 내면화와 인식, 신체이미지 중의 외모지향이 외모관리행동에 영향을 주는 것으로 나타났고, 여고생에서는 신체이미지인 외모평가, 외모지향, 신체만족도가 영향을 주는 변수로 나타나 여중생과 여고생의 외모관리에 영향을 주는 변수가 다름을 보여 주고 있다. 이와 같이 여중생과 여고생의 외모관리에 영향을 주는 변수가 다르다는 결과는 여중생과 여고생을 위한 외모와 관련된 교육이나 상담 시 다른 접근법이 필요하며 효과적임을 나타내고 있다. 여중생을 위해서는 상담을 통하여 매스미디어나 사회의 기준에 대한 올바른 성찰을 하게 하여, 자신의 삶을 통제하고 바람직하고 건강한 행동을 하도록 돕고, 여고생을 위해서는 상담이나 교육을 할 때 긍정적 신체 이미지를 갖게 하여 자신의 신체의 장점을 발견하고 자기 신체에 대한 새로운 인식 및 평가를 하도록 하며, 사회에서의 미에 대한 기준이 전부가 아니라는 것을 깨닫도록 도와주어야 하겠다.

5. 결론

여중생이 원하는 체중과 실제 체중과의 차는 -1.7 kg, 여고생이 원하는 체중과 실제 체중과의 차이는 -4.5 kg으로 여고생이 여중생보다 더 자신의 체중이 적어지기를 원하고 있었다. 여중생과 여고생의 외모에 대한 사회문화적 태도를 비교한 결과 여고생이 여중생보다 외모에 대한 사회문화적 태도 중 내면화와 인식 점수가 높았고, 신체상의 외모평가, 외모지향 점수도 유의하게 높았으며, 신체만족도 점수는 여고생이 여중생보다 낮았다. 외모관리인 체중관리, 의복관리 및 얼굴관리 점수가 여고생이 여중생보다 다 높았다. 여중생에서는 외모에 대한 사회문화적 태도 중 내면화와 인식, 신체이미지 중 외모지향이 외모관리행동을 40.5%를 설명하였고, 여고생에서는 신체이미지 중 외모평가, 외모지향, 신체만족도가 외모관리행동을 20.1% 설명하였다. 여중생과 여고생에 따라 외모관리에 영향을 주는 변수가 다르게 나타난 본 연구의 결과는 이들을 위한 올바른 외모관리를 잘 하게 하기 위하여 여중생과 여고생에 따라 다른 접근이 필요함을 시사하고 있었다.

References

- [1] H. J. Jeon, M. S. Chung, "The effects of sociocultural attitudes toward appearance and body esteem on cosmetic surgeries", *Journal of Korean Society Cosmetics*, 16(3), pp. 734-741, 2010.
- [2] B. Xie, J. B. Unger, P. Gallaher, et al., "Overweight, body image, and depression in Asian and Hispanic adolescents", *American Journal of Health Behavior*, 34(40), pp. 476-488, 2010.
- [3] H. O. Shin, H. J. Cheon, "The effect of body satisfaction, appearance interests, and appearance complex on appearance management behavior among the middle school students", *Consumer Policy and Education Review*, 4(2), pp. 1-17, 2008.
- [4] L. J. Heinberg, J. K. Thompson, S. Stormer, "Development and validation of the sociocultural attitude towards appearance questionnaire", *International Journal of Eating Disorders*, 17(1), pp. 81-89, 1995. DOI: [http://dx.doi.org/10.1002/1098-108X\(199501\)17:1<81::AID-EAT2260170111>3.0.CO;2-Y](http://dx.doi.org/10.1002/1098-108X(199501)17:1<81::AID-EAT2260170111>3.0.CO;2-Y)
- [5] K. H. Hong, "The influence of the sociocultural attitudes towards appearance, BMI and body image on self-esteem", *Journal of the Korean Society of Clothing and Textiles*, 30(2), pp. 348-357, 2006.
- [6] S. M. Cho, A. R. Koh, "The effects of sociocultural attitude toward appearance and body images on clothing benefits sought: The comparison of age difference in female adolescents", *Journal of the Korean Society of Clothing and Textiles*, 25 (7), pp. 1227-1238, 2001.
- [7] K. J. Song, M. S. Lee, "The effects of sociocultural attitude toward appearance on perceptual, attitudinal body images and clothing behaviors", *Journal of the Korean Home Economics Association*, 47(2), pp. 97-105, 2009.
- [8] S. J. Baek, *A study on variables of adolescent's appearance management behavior*. Unpublished master thesis, Chunnam National University, 2011.
- [9] T. A. Brown, T. F. Cash, P. J. Mikulka, "Attitudinal body-image assessment: Factor analysis of the body-self relations questionnaire", *Journal of Personality Assessment*, 55(1&2), pp. 135-144, 1990. DOI: <http://dx.doi.org/10.1080/00223891.1990.9674053>
- [10] M. S. Lee, "The effects of the internalization of sociocultural values relating to appearance on adolescents' body images and clothing behaviors. *Journal of the Korean Society of Costume*, 58(6), pp. 96-109, 2008.

[11] J. J. Choi, *The effects of female adolescents' sociocultural attitudes toward appearance and body-esteem on eating attitudes.*. Unpublished master thesis, Myongji University, Seoul, 2013.

[12] M. Rosenberg, C. Schooler, C. Schoenbach, et al., "Global self-esteem and specific self-esteem: Different concepts, different outcomes", *American Sociological Review*, 60, pp. 141-156, 1995.
DOI: <http://dx.doi.org/10.2307/2096350>

[13] H. J. Lee, H. W. Shin, "The effect of sexual maturity and self-concept on interest in appearance and appearance management behavior for female students in elementary and middle school", *Journal of The Korean Association of Practical Arts education*, 23(3), pp. 183-200, 2011.

[14] K. K. Kim, K. S. Lee, M. S. Chung, "The effects of self-esteem and sociocultural attitude toward appearance on clothing behavior", *Journal of the Korean Home Economics Association*, 39 (9), pp. 95-102, 2001.

[15] P. Bodiba, S. N. Madu, J. O. Ezeokana, et al., "The relationship between body mass index and self-concept among adolescent black female university students", *Curationis March*, pp. 77-84, 2008.

[16] N. H. Kim, "Plastic craze of adolescents during vacation", *The Womennews*, 2012 January 13.

[17] H. K. Lee, "Factors influencing need for cosmetic surgery among high school girls", *Korean Journal of Women Health Nursing*, 17(2), pp. 126-136, 2011.
DOI: <http://dx.doi.org/10.4069/kjwhn.2011.17.2.126>

[18] H. J. Kno, *Multivariate analysis using Korean SPSSWIN*. Hyungsul Publishing Co, 1999.

[19] E. J. Kim, *The research about recognition of body shape, weight control and the factors related to the disordered eating behaviors in adolescent girls.* Unpublished master thesis, Sungshin Women's University, Seoul, 2004.

[20] Y. K. Kim, *A study on the awareness of body shape and eating disorders of female adolescents : A comparative study between students with and without eating disorders.* Unpublished master thesis, Kyung Hee University, Seoul, 2009.

[21] J. S. Lee, "Analysis of adolescent appearance management according to degree of body satisfaction: Clothing, skin care and figure management", *Journal of the Korean Society of Cosmetology*, 14(2), pp. 384-395, 2008.

[22] H. S. Kim, *A study on correlation between behavior to maintain appearances and healthy eating habits of high*

school girls. Unpublished master thesis, Konkuk University, Seoul, 2011.

[23] J. Y. Cho, *The effect of sociocultural attitude toward appearance on body images and consumption behavior of adolescents.* Unpublished master thesis, Myongji University, Seoul, 2012.

[24] H. J. Seol, *A study on appearance satisfaction and beauty behavior according to the sociocultural elements of the growing generation concerning appearance.* Unpublished Doctoral thesis, Sungshin Women's University, Seoul, 2010.

이혜경(Haekyung Lee)

[정회원]



- 1975년2월 : 서울대학교 보건대학원 (보건학석사)
- 1992년 2월 : 서울대학교 간호학과 (간호학박사)
- 1996년 8월 ~ 현재 : 강원대학교 간호학과 교수

<관심분야>
여성건강간호학