

청소년의 외모만족도와 자존감 및 문제해결력의 융합적 관계

장미영¹, 강균영^{2*}

¹진주보건대학교, ²경동대학교

Convergent Relationships among Appearance Satisfaction, Self-Esteem, and Problem-Solving Ability of Adolescent

Me-Young Jang¹, Gyun-Young Kang^{2*}

¹Dept. of Nursing, Jinju Health College

²Dept. of Nursing, Kyungdong University

요약 본 연구는 청소년 외모만족도, 자존감 및 문제해결력의 융합적 관계를 파악하기 위한 서술적 조사연구이다. 연구대상은 J시 소재 2개 중학교 재학생 158명이었다. 연구 대상자의 외모만족도, 자존감, 문제해결력, 일반적 특성을 조사하였고, 자료수집은 2016년 9월 26일부터 10월 14일까지였다. 수집된 자료는 t-test, ANOVA, Pearson's correlation coefficient으로 분석하였다. 연구결과 외모만족도, 자존감 및 문제해결력 정도는 중간이상이었고, 문제해결력은 외모만족도($r=.602, p<.001$), 자존감($r=.881, p<.001$)과 유의한 양의 상관관계가 있는 것으로 나타났다. 따라서 문제해결력을 높이기 위해 외모만족도, 자존감을 향상시킬 수 있는 중재프로그램 개발과 융합적 접근이 요구된다.

• **주제어** : 외모만족도, 자존감, 문제해결 능력, 청소년, 중학생, 융합

Abstract This study was a descriptive survey grasping the convergent relationship among the appearance satisfaction, self-esteem, and problem-solving ability of adolescents. The participants were 158 students of two middle schools in J city. The appearance satisfaction, self-esteem, problem-solving ability and general characteristics of students were measured. The data were collected from September 26 to October 14, 2016. The collected data was analyzed with t-test, ANOVA, Pearson's correlation coefficients. As a result, the level of appearance satisfaction, self-esteem and problem-solving ability were relatively above moderate. Problem-solving ability was positively correlated with appearance satisfaction($r=.602, p<.001$) and self-esteem($r=.881, p<.001$). Therefore, the arbitration program development and convergent access which can improve the appearance satisfaction and self-esteem in order to raise the program-solving ability is required.

• **Key Words** : Appearance satisfaction, Self-esteem, Problem-solving ability, Adolescent, Middle school student, Convergent

*Corresponding Author : 강균영(mental74@kduniv.ac.kr)

Received February 26, 2017

Revised March 9, 2017

Accepted March 20, 2017

Published March 28, 2017

1. 서론

1.1 연구의 필요성

청소년기는 아동기에서 성인기로 성장·발전하는 전환기로, 신체적 성숙뿐만 아니라 심리적·사회적·정신적 변화를 경험하는 시기이다[1]. 더불어 부모로부터 정서적으로 독립하기를 원하며 자기다움을 찾으려하는 반드시 거쳐야할 단계로 자아정체성의 확립, 자신의 신체 이미지를 형성하는 중요한 시기가 된다[1]. 이 시기 청소년은 급격한 신체적 성장과 2차 성징이 나타나고, 외모에 대한 관심이 커져 신체이미지에 의존하여 자신과 타인을 지각하게 된다[1,2]. 이처럼 청소년들에게 외모는 자기개념 형성과 자신을 나타내는 척도로 중심적인 역할을 하며[3], 자기 확립, 자존감과 개인 생활 및 학교생활에 많은 영향을 미친다[4].

외모만족도는 용모와 관련된 겉모습에 대한 만족감의 정도로 자신과 타인이 자신의 외모를 어떻게 생각하는지에 대한 이미지로 정의할 수 있다[5,6]. 그러나 외모에 대한 사회문화적 가치관은 청소년들에게 사회적 성공이나 개인의 행복과 결부시켜 대중매체나, 사회적으로 선호되는 신체나 체형을 유지하고자 노력하는 등 외모나 신체에 대해 잘못된 인식이나 가치관을 심어줄 수 있다[7]. 더 나아가 신체에 대한 왜곡된 이미지 등 심리적 스트레스로 작용해 자아상에 부정적인 영향을 미친다[8,9]. 이는 청소년기에는 사회문화적 가치관을 더 인지하여 자신의 가치로 내면화하는 경향이 높고, 외모만족은 자존감과 자아개념형성에 중요한 의미로 작용하기 때문이다[4,10].

2015년 청소년 통계자료[11]에 의하면, 13-19세 청소년은 성적과 적성을 포함한 공부(49.5%), 외모·건강(18.0%)에 대해 가장 많은 고민을 하고 있는 것으로 나타났다[11]. 따라서 청소년의 외모에 대한 이해와 관심은 청소년을 이해하고, 이들이 외모에 대한 올바른 인식과 자아상을 형성하는데 중요한 요소가 될 것으로 본다.

이에 청소년 외모만족도와 관련하여 많은 연구들이 꾸준히 이루어지고 있다. 외모만족과 학교생활 적응[4,5,12,13], 대인관계[[3,5,7,13], 자기 효능감 및 자존감[2,4,8,12,14], 스트레스[15], 생활만족[7] 등 다양한 접근으로 이루어지고 있었다.

이들의 연구에 따르면 청소년의 외모만족도는 학교생활만족에 긍정적인 영향이 있고[4,5,12,13], 외모만족도가 높을수록 자기 효능감과 자존감이 높았다[3,4,7,12,13,14].

또한 외모만족도가 높을수록 대인관계[3] 및 일상생활에서 도[7] 긍정적인 영향을 미치는 것을 볼 수 있었다.

이러한 측면에서 청소년들의 가장 많은 고민 중 하나인 외모[11] 만족도는 자존감과 밀접한 관계를 지닌다. 자존감은 자신의 가치와 능력에 대한 평가적인 신념으로, 개인이 지각하는 가치감이며, 환경에 대한 긍정적인 적응을 위한 기초가 되는 심리적 특성이다[16]. 따라서 청소년시기에 자존감은 삶의 질을 결정하는 결정적 요인이다[17] 청소년이 건강한 성인으로 성장·발달하는데 주요한 영향을 미치게 된다.

자존감이 청소년의 삶의 질에 영향을 미치는 요인[17]으로 볼 때 문제해결력에도 자존감은 중요한 요인이 된다[18]. 청소년의 문제해결력과 자존감은 긴밀한 상관관계를 가진다[18]. 문제해결력이 향상될수록 일상에서 겪게 되는 어려움에 보다 효과적으로 대처하며, 사회적응이 증가된다고 하였다[19]. 문제를 일으키는 요인은 사소한 일이든, 중대한 사건이든 사람들에게 신체적, 심리적인 건강에 영향을 미치게 된다[19]. 그러나 자존감이 높고, 자신을 긍정적으로 인식할수록 문제 상황에서 문제를 해결하고자 하는 동기가 발휘되어[20] 문제 상황으로 인한 스트레스를 성공적으로 대처할 수 있게 된다[21].

이러한 선행연구를 통해 볼 때 청소년의 외모만족도는 대인관계, 학교생활, 스트레스 등 이들의 전반적인 일상생활과 신체적·정신적·사회적으로 여러 측면에서 중요한 의미가 있는 것을 확인할 수 있었다. 또한 청소년의 문제해결력 향상을 위해 청소년들의 가장 큰 고민 중 하나인 외모[11] 만족도와 자존감을 높일 수 있는 융합적인 접근이 필요함을 알 수 있었다.

따라서 청소년의 외모만족, 자존감, 문제해결력에 있어 이들 변인의 관계에 대한 검증이 요구되며, 외모에 대한 올바른 사고와 자존감을 높일 수 있는 중재 프로그램 개발의 필요성이 제기된다. Hong [22]은 대학 프로그램은 외면, 내면, 관계의 아름다움을 나타내는 면에 있어 중요한 부분이라고 말하고 있다. 이는 대학생뿐만 아니라 외모에 대해 큰 고민[11]을 갖고 있는 청소년에게도 프로그램은 중요하다는 의미로 볼 수 있다.

이에 본 연구는 청소년 외모만족도, 자존감 및 문제해결력의 관계를 파악하여 외모에 대한 올바른 인식과, 자존감 및 문제해결력을 증진시키기 위한 프로그램 개발에 활용될 수 있는 기초자료를 제공하고자 한다.

1.2 연구의 목적

본 연구의 구체적인 목적은 외모만족도, 자존감, 문제해결력과의 관계를 파악하기 위함이며 구체적인 목적은 다음과 같다.

- 첫째, 대상자의 일반적 특성 및 외모만족도, 자존감 및 문제해결력 정도를 파악한다.
- 둘째, 대상자의 일반적 특성에 따른 외모만족도, 자존감, 문제해결력 정도의 차이를 파악한다.
- 셋째, 대상자의 외모만족도, 자존감, 문제해결력과의 관계를 파악한다.

2. 연구방법

2.1 연구설계

본 연구는 청소년의 외모만족과 자존감이 문제해결력에 미치는 영향을 알아보기 위한 서술적 조사연구이다.

2.2 연구대상

본 연구 대상은 J 시에 소재한 2개 중학교에 재학 중인 1학년에서 3학년생 158명을 대상으로 하였다. 연구대상자 수는 G*POWER 3.1.5 프로그램을 이용하여 유의수준 .05, 효과크기 .15, 검정력 .95를 기준으로 필요한 표본수를 산정한 결과 총 159명이었다. 탈락률을 고려하여 200명을 대상으로 설문하였고, 설문에 응답한 대상자 수는 184명이었으며, 회수한 설문지 중 불성실하고 부적절하게 작성된 설문지 26부를 제외한 최종 158부를 최종 분석 자료로 사용하였다.

2.3 연구도구

2.3.1 외모만족도

외모만족도 측정도구는 Scord & Jourard [23]가 개발한 Body Cathexis Scale의 외모 만족도 도구를 Kim [24]이 수정 보완한 도구를 사용하였다. 이 도구는 얼굴 만족도 7문항, 상반신 만족도 5문항, 하반신 만족도 3문항, 전신 만족도 5문항으로 총 20문항이다. 각 문항은 Likert 5점 척도로 '전혀 만족하지 않는다' 1점부터 '매우 만족한다' 5점으로 응답하며, 점수가 높을수록 외모에 대한 만족의 정도가 높음을 의미한다. 본 연구의 Cronbach's α =.92이었고, 영역별 Cronbach's α 는 얼굴 만족도 .81, 상반신 만족도 .80, 하반신 만족도 .78, 전신 만족도 .70으로

나타났다.

2.3.2 자존감

자존감은 Rosenberg [25]가 제작한 척도를 Cho [26]가 번안한 도구를 사용하였다. 이 척도는 외적 자존감 7문항, 심적 자존감 13문항으로 총 20문항이다. 각 문항은 5점 Likert 척도로 '전혀 그렇지 않다' 1점에서 '매우 그렇다' 5점으로 점수가 높을수록 자존감이 높음을 의미한다. 본 연구의 Cronbach's α =.90이었고, 영역별 Cronbach's α 는 외적 자존감 .79, 심리적 자존감 .86으로 나타났다.

2.3.3 문제해결력

문제해결력 척도는 Heppner & Peterson [27]이 개발한 문제해결력 검사를 Lee [28]가 번안한 도구를 사용하였다. 이 도구는 문제해결 자신감 요인 11문항, 접근 회피형 요인 16문항, 개인적 통제력 요인 5문항으로 총 32문항으로 구성되어 있다. 각 문항은 5점 Likert 척도로 문제해결 자신감과 개인인적 통제력의 경우 점수가 높을수록, 접근 회피형 요인은 점수가 낮을수록 문제해결력이 높은 것을 의미한다. 문제해결력 전체 점수는 접근 회피형 요인 문항을 역채점하여 점수가 높을수록 문제해결력이 높은 것을 뜻한다. 본 연구의 Cronbach's α =.92이었고, 영역별 Cronbach's α 는 문제해결 자신감 .78, 접근 회피 .84, 개인적 통제력 .70으로 나타났다.

2.3.4 자료수집 방법

본 연구의 자료수집 기간은 2016년 09월 26일부터 10월 14일까지였으며, 자료수집 장소는 J 시에 소재한 2개의 중학교였다. 연구자가 해당기관을 직접 방문하여 기관장에게 연구의 목적을 설명하고 연구의 진행과 자료수집에 대한 허락을 받고 진행하였다. 각 대상 학생들에게 연구의 목적, 비밀보장 그리고 학문적 목적 이외의 다른 용도로 사용하지 않을 것 과 연구 참여 도중 언제든지 연구 참여를 철회할 수 있음을 설명하고 서면동의를 받고 자료 수집을 하였다. 연구대상자의 윤리적 측면을 고려하여 설문지는 무기명으로 하였으며, 작성된 설문지는 밀봉된 봉투에 넣어 보관 후 연구자가 직접 수거하였다.

2.4 자료 분석

본 연구를 위해 수집된 자료는 SPSS/WIN 21.0을 이용하여 다음과 같이 분석하였다. 대상자의 일반적 특성,

외모만족, 자존감, 문제해결력은 서술적 통계를 이용하여 빈도와 백분율, 평균과 표준편차를 구하였다. 대상자의 일반적 특성에 따른 외모만족도, 자존감, 문제해결력은 t-test, ANOVA로 분석하였고, 대상자의 외모만족도, 자존감과 문제해결력의 관계는 Pearson correlation coefficient를 사용하였다.

3. 연구결과

3.1 대상자의 일반적 특성

대상자의 일반적 특성은 <Table 1>과 같다. 성별은 남성 64명(40.5%), 여성 94명(59.5%)이었으며, 학년은 1학년 130명(82.3%), 2학년 23명(14.6%), 3학년 5명(3.2%)이었다.

<Table 1> General Characteristics of Subjects

(n=158)

Characteristics	Categories	N(%)
Gender	Male	64(40.5)
	Female	94(59.5)
Grade	1	130(82.3)
	2	23(14.6)
	3	5(3.2)

3.2 대상자의 외모만족도, 자존감, 문제해결력

대상자의 외모만족도, 자존감과 문제해결력의 정도와 신뢰도는 <Table 2>와 같다. 대상자의 외모만족도는 평균 3.15±10.64점, 자존감은 평균 3.35±0.58점, 문제해결력은 평균 3.35±0.47점으로 나타났다.

<Table 2> Degree of Appearance Satisfaction, Self Esteem and Problem Solving Ability (n=158)

Variables	M±SD	Cronbach's α
Appearance Satisfaction	3.15±0.64	.92
Face Satisfaction	3.23±0.72	.81
Upper body Satisfaction	3.20±0.70	.80
Lower part of the body Satisfaction	3.10±0.80	.78
Whole body Satisfaction	3.00±0.72	.70
Self-esteem	3.35±0.58	.90
External Self-esteem	3.17±0.68	.79
Internal Self-esteem	3.45±0.59	.86
Problem solving ability	3.35±0.47	.92
Problem solving confidency	3.28±0.48	.78
Approach-avoidance style	3.32±0.51	.84
Personal control	3.62±0.62	.70

세부적으로 외모만족도의 하위 영역별 평균 점수는 얼굴 만족도 3.23±0.72점, 상반신 만족도 3.20±0.70점, 하반신 만족도 3.10±0.80점, 전신 만족도 3.00±0.72점으로 나타났다. 자존감의 하위 영역별 평균 점수는 외적자존감 3.17±0.68점, 심적 자존감 3.45±0.59점이었다. 문제해결력의 하위 영역별 평균 점수는 자신감 3.28±0.48점, 접근회피 3.32±0.51점, 자신통제 3.62±0.62점으로 나타났다.

3.3 대상자의 일반적 특성에 따른 외모만족도, 자존감, 문제해결력

대상자의 일반적 특성에 따른 외모만족도, 자존감과 문제해결력의 차이는 <Table 3>과 같다. 외모만족도는 성별($t=-2.540, p=.012$)에 따라 통계적으로 유의한 차이를 나타냈으며, 하위 영역별 결과를 보면 상반신 만족도($t=-2.009, p=.046$), 하반신 만족도($t=-3.086, p=.002$), 전신 만족도($t=-3.417, p=.001$)가 성별에 따라 통계적으로 유의한 차이를 나타냈다. 학년별로는 외모만족도와 하위 영역인 얼굴 만족도, 상반신 만족도, 하반신 만족도, 전신 만족도는 통계적으로 차이가 없었다.

자존감은 성별과 학년에 따라 차이가 없었으며, 하위 영역별 결과를 보면 외적자존감은 성별($t=-2.205, p=.029$)에 따라 통계적으로 유의한 차이를 나타냈으며, 학년과는 통계적으로 차이가 없었다. 심적 자존감은 성별과 학년에 따라 차이가 없었다.

문제해결력은 성별과 학년에 따라 차이가 없었으며, 하위 영역별 결과를 보면 자신감, 접근회피, 자신통제 모두 성별과 학년에 따라 차이가 없었다.

3.4 대상자의 외모만족도, 자존감, 문제해결력과의 상관관계

청소년의 외모만족도, 자존감과 문제해결력의 상관관계는 <Table 4>와 같다. 분석결과 본 연구의 종속변수인 문제해결력은 모든 변수와 상관관계를 보였다.

문제해결력은 외모만족도($r=.602, p<.001$)와 자존감($r=.881, p<.001$)과 유의한 양의 상관관계를 보였다. 외모만족도가 높을수록, 자존감이 높을수록 청소년의 문제해결력이 높음을 의미한다.

(Table 3) The Appearance Satisfaction, Self Esteem and Problem Solving Ability According to the General Characteristics

Variables	Gender			Grade			t/F
	Mean±SD		t/F(p)	Mean±SD			
	Male	Female		1	2	3	
Appearance Satisfaction	3.30±0.61	3.04±0.65	-2.540 (.012)	3.13±0.62	3.25±0.77	3.05±0.75	0.374 (.689)
Face Satisfaction	3.31±0.83	3.17±0.74	-1.215 (.226)	3.22±0.71	3.25±0.10	3.46±0.44	0.270 (.764)
Upper body Satisfaction	3.33±0.62	3.11±0.73	-2.009 (.046)	3.16±0.66	3.37±0.84	3.36±0.91	1.061 (.349)
Lower part of the body Satisfaction	3.33±0.76	2.94±0.43	-3.086 (.002)	3.08±0.75	3.32±0.98	2.60±0.98	1.925 (.149)
Whole body Satisfaction	3.23±0.70	2.85±0.61	-3.417 (.001)	3.01±0.68	3.08±0.84	2.44±1.11	1.664 (.193)
Self-esteem	3.39±0.56	3.33±0.59	-0.575 (.566)	3.33±0.56	3.45±0.68	3.51±0.48	0.582 (.560)
External Self-esteem	3.31±0.56	3.07±0.73	-2.205 (.029)	3.13±0.64	3.29±0.88	3.51±0.46	1.189 (.307)
Internal Self-esteem	3.43±0.62	3.47±0.57	0.481 (.631)	3.44±0.58	3.53±0.65	3.51±0.59	0.277 (.759)
Problem solving ability	3.39±0.48	3.33±0.47	-0.886 (.377)	3.33±0.46	3.45±0.54	3.46±0.41	0.679 (.509)
problem solving confidency	3.31±0.48	3.25±0.49	-0.801 (.424)	3.27±0.47	3.37±0.57	3.18±0.47	0.531 (.589)
Approach-avoidance style	3.39±0.49	3.28±0.52	-1.286 (.220)	3.30±0.50	3.42±0.56	3.56±0.32	1.206 (.302)
Personal control	3.59±0.64	3.64±0.60	0.423 (.673)	3.60±0.61	3.69±0.63	3.76±0.75	0.319 (.727)

(Table 4) Correlations of Appearance Satisfaction, Self Esteem and Problem Solving Ability (n=158)

Variables	Appearance Satisfaction	Self-esteem	Problem solving ability
	r(p)	r(p)	r(p)
Appearance Satisfaction	1	.555 (p<.001)	.602 (p<.001)
Self-esteem		1	.881 (p<.001)
Problem solving ability			1

4. 논의

본 연구는 청소년의 외모만족, 자존감 및 문제해결력 정도와 이들 변인들 간의 관계를 알아보고, 청소년의 외모에 대한 올바른 인식과, 자존감 및 문제해결력을 증진시키기 위한 프로그램 개발에 활용될 수 있는 기초자료를 제공하고자 시행되었다.

본 연구에서 대상자의 외모만족도, 자존감 및 문제해결력 정도는 외모만족도 3.15, 자존감 3.35, 문제해결력 3.35로 모두 중간이상이었다. 대상자의 외모만족도는 3.15점으로, 같은 도구로 고등학생을 대상으로 한 Kang

& Lim [3]의 3.02점 보다 높은 것으로 나타났다. 외에도 다른 도구를 사용하여 측정한 청소년 대상의 연구와 비교는 어렵지만 중학생의 외모만족도는 2.99[7], 고등학생은 2.89[12], 3.16[7]이었다. 초·중·고등학생을 대상으로 했을 때 50점 만점에 초등학생은 31.8, 중학생은 28.6, 고등학생은 29.5[14]이었고, 20대 여성은 2.92점[29]으로 본 연구 대상자가 높거나 비슷한 수준을 보였다. Koh & Kim [30]은 학년이 높을수록 외모 만족도 수준이 낮다고 하였는데, Lee [7]의 연구에서는 고등학생이 중학생보다 외모만족도가 더 높은 것으로 나타났다. 본 연구 대상자

들도 2학년의 만족도(3.25점)가 가장 높았고, 3학년(3.05점)이 가장 낮아 일관된 결론을 보이지 않아 연령에 따른 외모만족도 차이를 알아보는 반복연구가 필요하다고 본다.

Chung & Lee [31]는 청소년기의 자존감은 외모만족이라는 주관적 판단에 의해 크게 영향을 받고, 외모만족도를 높이면 자아존중감은 더 높아질 수 있다고 하였다 [31]. 본 연구대상자의 자존감도 외모만족도($r=.555$, $p<.001$)와 양의 상관관계가 있었다. 이는 외모만족도가 높을수록 자존감은 높아지는 것을 의미한다. Chung & Lee [31]는 청소년기의 학생들은 남녀를 불문하고 모두 체형이나 용모가 주된 관심사이며 자존감 형성에 외모만족도가 중요한 요인으로 작용한다고 하였다. 남녀 청소년 모두 외모만족도와 자존감 간에는 양의 상관관계가 있는 것으로 나타났다[31]. 여학생이 남학생보다 외모에 더 관심을 갖고, 외모를 자신의 가치를 높이는 중요한 수단으로 인식하고 있었다[31]. Wee [32]도 신체만족도에 의해 자존감이 영향을 받는다고 하였고, Jung [33]도 신체 중 하나인 치아 만족도가 높을수록 자존감이 높다고 하여 본 연구의 결과를 지지하고 있다. 이러한 결과를 통해 볼 때 청소년들에게 외모는 자기를 표현하는 중요한 척도이자[12], 올바른 자기개념 형성에 중요한 요인이라고 할 수 있다. 자존감은 개인이 지각하는 가치감으로 자기 자신에 대해 내리는 평가[16]이며, 외모 만족도 또한 자신의 외모에 대한 주관적 평가이다. 이는 청소년의 자기 자신에 대한 긍정적인 생각과 평가는 자신의 외모에 대해서도 긍정적으로 생각하게 된다고 볼 수 있겠다. 따라서 청소년들에게 자존감 향상 및 자기 자신의 외모에 대한 긍정적 수용을 위한 교육과 지지가 요구된다. 더불어 청소년 개인 및 집단 상담, 프로그램 등의 방향을 제시해주는 의미 있는 결과로 볼 수 있다.

마지막으로 외모만족도, 자존감과 문제해결 능력간의 상관관계를 분석한 결과 문제해결력은 외모만족도($r=.602$, $p<.001$)와 자존감 ($r=.881$, $p<.001$)과 유의한 양의 상관관계가 있는 것으로 나타났다. 선행연구[20]에서도 청소년의 자존감과 문제해결력 간에는 직접적인 인과관계가 있는 것으로 나타나, 본 연구와 유사한 결과를 보였다. Lee, Kim, Kweon & Kim [19]은 문제해결력이 향상될수록 일상에서 겪게 되는 어려움에 효과적으로 대처할 가능성이 높아져, 사회적응이 증진된다고 하였다. Park [34]도 청소년의 정서문제와 학교생활적응의 관련

성을 말하고 있다. 이처럼 발달과정상 아동기에서 성인기로 넘어가는 청소년들은 다양한 발달과업에 직면해 있다. 자존감은 환경에 대한 긍정적인 적응을 위한 기초가 되는 심리적 특성이므로[16] 이들 청소년들에게 자존감을 높여주고, 문제해결력을 증진시키는 일은 성공적인 발달과업 수행을 위한 중요한 요인이 될 것으로 본다.

즉, 청소년의 자존감은 외모만족도와 문제해결 능력 수준에 중요한 요인이 되므로, 청소년의 자존감을 높이면 외모만족과 문제해결 능력이 높아지게 된다. 이는 결과적으로 자아정체성의 확립, 긍정적인 신체상 형성 등 청소년기의 발달과업에 영향을 주는 중요한 요인이 될 것으로 생각한다. 더 나아가 청소년들의 삶의 질 향상에 긍정적인 영향을 미칠 것으로 본다.

이상의 결과를 토대로 청소년의 외모만족도와 자존감은 청소년들의 문제해결력과 관련이 있으므로, 청소년의 외모 만족도뿐만 아니라 자존감 증진을 통해 문제해결력이 향상 될 것으로 생각한다. 따라서 학교와 같은 청소년들을 증재할 수 있는 현장에서 청소년들이 올바른 신체상을 확립하고, 자신에 대한 긍정적 인식을 가질 수 있도록 이와 관련한 증재와 융합적 접근이 필요하다. 또한 청소년들에게 자신에 대한 올바른 이해와 긍정적 인식을 심어줄 수 있는 외모만족과 자존감 향상은 문제해결 능력에도 영향을 미치므로 이를 높이기 위한 프로그램 개발이 요구된다.

5. 결론 및 제언

본 연구는 청소년의 외모만족도, 자존감 및 문제해결 능력간의 관계를 알아보아, 외모에 대한 올바른 인식과, 자존감 및 문제해결력을 증진시키기 위한 기초자료를 제공하기 위함이다. 본 연구 결과 청소년의 문제해결력은 외모만족도, 자존감과 정적인 상관관계가 있는 것으로 확인되었다. 따라서 청소년의 외모만족과 자존감을 높이기 위한 증재프로그램 개발이 요구된다. 또한 프로그램 개발 시 기초자료로 사용되어 청소년의 삶의 질 향상을 위한 교육과 실무 및 추후 연구에도 기여할 수 있을 것이다. 본 연구를 토대로 다음과 같이 제언하고자 한다.

첫째, 연구의 외적 타당성을 높이기 위해 다양한 지역의 청소년을 포함한 연구가 이루어져야 할 것으로 본다.

둘째, 외모만족도와 자존감 증진을 위한 중재프로그램 개발 및 효과에 대한 검증 연구를 제언한다.

REFERENCES

- [1] <http://100.daum.net/encyclopedia/view/v050ma713a2>
- [2] I. S. Song, A study on the self-concept in human, Hakjisa, 1998.
- [3] H. S. Kang, K. H. Lim, "The Influences of Appearance Satisfaction and Interpersonal Relationship on Self-Efficacy of High School Students if Jeollanam-do", Korean Journal of Counseling, Vol. 14, No. 1, pp. 481-500, 2013.
- [4] S. C. Jang, M. H. Song, "Relationships between High School Students' Appearance Satisfaction and Self-Esteem and School-related Adjustment", Korea Youth Research Association, Vol. 11, No. 3, pp. 115-133, 2004.
- [5] H. M. Kim, The effects of the appearance satisfaction improvement counseling program on elementary students' interpersonal relationship and school adjustment, Seoul National University of Education, Unpublished master's thesis, 2011.
- [6] J. A. Lee, "Sociocultural Influences on Body-appearance Satisfaction of 4th, 6th and 8th Grade children", Journal of Child Studies, Vol. 11, pp. 77-97, 2005.
- [7] M. H. Lee, "A Study on the Relationship Between Interest in Appearance, Appearance Satisfaction and Life Satisfaction in Adolescents", Journal of the Korean Society of Costume, Vol. 59, No. 8, pp. 97-109, 2009.
- [8] J. S. Kim, A comparative study on body perception, self-esteem, and dietary life between middle school boys and girls, Korea National University of Education, Unpublished master's thesis, 2009.
- [9] H. O. Shin, H. J. Cheon, "The Effect of Body Satisfaction, Appearance Interests, and Appearance complex on Appearance Management Behavior among the Middle School Student", Consumer Policy and Education Review, Vol. 14, No. 2, pp. 1-17, 2008.
- [10] T. A. Myers and J. H. Crowther, "Social Comparison as a Predictor of Body Dissatisfaction: A Meta-Analytic Review", Journal of Abnormal psychology, Vol. 118, No. 4, pp. 683-698, 2009.
- [11] <http://kostat.go.kr/portal/korea/index.action>
- [12] Y. H. Kang, S. H. Park, "Relationships among Appearance Satisfaction, Self-Efficacy, and School Life Adaptation of Adolescent", Journal of the Korea Contents Association, Vol. 12, No. 6, pp. 211-218, 2014.
- [13] S. A. Park, Y. B. Kang, "The Effects of High School Girls' Perceived Appearance Satisfaction and Peer Support on Their School Life Satisfaction, Forum for Youth Culture", Vol. 46, pp 65-89, 2016.
- [14] I. S. Lee, K. L. Lee, "The Relationship among Appearance Satisfaction, Self-Esteem and School Maladjustment in Elementary, Middle, and High School Students", Journal of Korean Society of School Health. Vol. 21, No. 1, pp. 11-22, 2008.
- [15] S. Y. Oh, "The Effect of Body Images, Appearance Satisfaction and Self-Esteem to Adolescent's Stress", The Korean Entertainment Industry Association 2013, pp. 82-89, 2013.
- [16] S. harter, "Cause and Consequences of Low Self-Esteem in Children and Adolescents". R. F. Baumeister(ed). Self-esteem: The Puzzle of Low Self-Regard, Plenum Press, 1993.
- [17] A. K. Kim, "Social Behavior in Children and Early Adolescents: Relationships to Communication with Parents, Self-Esteem, and Depression", Korean Journal of Child Studies, Vol. 22, No. 3, pp. 271-295, 2001.
- [18] M. J. Kang, Relationship among self-esteem, social problem-solving ability of adolescent, Sogang University, Unpublished master's thesis, 1999.
- [19] C. S. Lee, S. J. Kim, Y. R. Kweon, B. Y. Kim, "Effects of a Resilience Enhancement Program on Self-Efficacy, Problem Solving Ability and School Adjustment of Middle School Student", Journal of

- Korean Academic Psychiatric Mental Health Nursing”, Vol. 19 No. 4, pp. 400-410, 2010.
- [20] J. H. Lee, Y. T. Cho, “The Analysis on the Causal Relationship of the Self-Esteem, Problem-Solving Ability, Stress, and Generalized Anxiety Disorder of the Adolescents”, The Journal of Developmental Disabilities, Vol. 10, No. 2, pp. 123-141, 2006
- [21] J. S. Jeong, Effect of resilience enhancement group counseling program on school adjustment and stress coping ability of high school students, Korea national University, Unpublished master’s thesis, 2007.
- [22] J. C. Hong, “Relevant study of convergence education and beauty awareness of B University students”, Journal of the Korea Convergence Society, Vol. 7, No. 5, pp. 135-143, 2016.
- [23] P. F. Secord, S. M. Jourard, “The Appraisal of Body-Cathexis: Body-Cathexis and the Self”, Journal of Consulting Psychology, Vol. 17, No. 5, pp. 343-347, 1953.
- [24] M. O. Kim, A study on health promotion lifestyle and body image among university student, Changwon University, Unpublished master’s thesis, 1997.
- [25] M. Rosenberg, Society and the Adolescent Self-Image, Princeton, NJ: Princeton University Press, 1965.
- [26] Y. S. Cho, The effect of self-esteem and attachment to adolescent’s interpersonal problem solving abilities, Kookmin University, Unpublished master’s thesis, 1998.
- [27] P. P. Heppner, C. H. Peterson, “The Development and Implication of a Personal Problem-Solving Inventory”, Journal of Counseling Psychology, Vol. 29, No. 1, pp. 66-75. 1982.
- [28] J. L. Lee, The effect of the group counseling program based on R. T. on the interpersonal conflict resolution style and problem solving ability of high school students, Kun-kuk University, Unpublished master’s thesis, 2001.
- [29] E. H. Park, H. R. Park, “Convergence Relationship between self-esteem and obesity stress among women in Korea”, Journal of Digital Convergence, Vol. 13, No. 9, pp. 479-487, 2015.
- [30] A. R. Koh, Y. J. Kim, “The Effects of Egocentrism, Self-Consciousness, Body Cathexis on Adolescence Clothing Behavior”, Journal of the Korean Society of Clothing and Textiles, Vol. 20, No. 4, pp. 667-681, 1996.
- [31] I. J. Chung, J. Y. Lee, “The Impact of Obesity and Satisfaction with Appearance on Self-Esteem in Adolescence Focusing on the Moderating Effect of Gender”, Mental Health of Mental Health Social Work, Vol. 38, pp. 60-80, 2011.
- [32] E. H. Wee, “Body Comparison and Body Satisfaction Influence on Adaptation of Interpersonal Relationships and the Mediating Effects of Self-esteem among Adolescents”, Family and Environment Research, Vol 53, No. 2, pp. 201-219, 2015.
- [33] E. S. Jung, K. H. Lee, “Relationship between subjective teeth awareness and satisfaction on self-esteem”, Journal of Digital Convergence, Vol. 14, No. 2, pp. 315-324, 2015.
- [34] I. A. Park, “A Study on the Relation between Adolescent’s emotional problem, smart phone dependency and school life adjustment –from a perspective of choice theory–”, Journal of the Korea Convergence Society, Vol. 7, No. 5, pp. 263-268, 2016.

저자소개

장 미 영(Me-Young Jang)

[정회원]



- 2005년 2월 : 을지대학교 일반대학원 간호학과 (간호학학석사)
- 2013년 8월 : 을지대학교 일반대학원 간호학과 (간호학학박사)
- 2014년 8월 ~ 현재 : 진주보건대학교 간호학과 조교수

<관심분야> : 신생아간호, 아동간호, 청소년간호

강 균 영(Gyun-Young Kang)

[정회원]



- 2006년 8월 : 을지대학교 임상간호대학원 간호학과 (간호학학석사)
 - 2013년 8월 : 을지대학교 일반대학원 간호학과 (간호학학박사)
 - 2015년 4월 ~ 2016년 2월 : 문경대학교 간호학과 조교수
 - 2016년 3월 ~ 현재 : 경동대학교 간호학과 조교수
- <관심분야> : 청소년 정신간호, 노인 정신간호