

여드름 피부가 청소년의 스트레스, 우울증, 자아존중감에 미치는 영향 - 중학생 중심으로 -

신동화¹, 김신희^{2*}

¹오산대학교 뷰티&코스메틱계열 교수, ²건국대학교 LINC+사업단 교수

Influence of Acne Skin on Teenager's Stress, Depression, and Self-esteem - Focusing on middle school students -

Dong-Hwa Shin¹, Shin-Hee Kim^{2*}

¹Professor, Dept. of Beauty & Cosmetics, Osan University

²Professor, Dept. LINC+business group, Konkuk University

요약 현재 청소년들은 대중매체의 근접성에 의한 외모적 아름다움을 중요시 하고 있다. 따라서 피부에 발생하는 여드름은 중증의 질병은 아니지만 잘못 관리하면 안면부에 흉터와 자국을 남기게 되고 이는 학생들의 자신감을 상실시키고 우울증과 스트레스를 동반한다. 이에 본 연구에서는 여드름 피부가 청소년의 스트레스, 우울증, 자아존중감에 어떠한 영향을 미치는 가를 분석하여 여드름을 단순한 피부질환의 하나로 생각할 것이 아니라 정신건강에도 밀접한 관계가 있음을 인지하고 여드름 피부를 관리하는데 좀 더 효과적이며 피부를 관리하는 기초자료로 활용하고자 3가지 가설을 수립하였다. 그 결과 중학생의 여드름 발생이 스트레스와 우울증에 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타나 여드름 피부관리는 표면적 관리가 아닌 정신건강에 필요한 관리로 사료된다.

주제어 : 청소년, 여드름, 스트레스, 우울증, 자아존중감

Abstract Currently, teenagers value the beauty of appearance due to the proximity of the media. Therefore, acne on the skin is not a serious disease, but if it is managed incorrectly, it will leave scars and marks on the face, which leads to students' depression, stress and loss of confidence. Therefore, this study analyzed how acne skin affects adolescent's stress, depression and self-esteem and recognized that acne is not a simple skin disease but is closely related to mental health. And three hypotheses were established to be more effective in managing acne skin and to be used as basic data for skin care. As a result, it was found that acne development of junior high school students had an actual effect on stress and depression. Acne skin care is considered to be necessary for mental health, not superficial management.

Key Words : Teenager, Acne, Stress, Depression, Self-respect

1. 서론

현대인들은 신체적 건강뿐만 아니라 피부건강에 대한 관심이 높아지고 미용에 대한 인식이 변화되면서 남녀를 불문하고 추구하는 아름다움이 다양해지고 있다[1]. 유희론자인

체르니셰프스키(Chernyshevskii, Nikolai, Gavrilovich)는 미는 생명이며 생명의 완전한 발현이라고 규정하였다[2]. 이는 과거에도 미를 생명에 비유 할 만큼 중요시 되었다는 것이다.

*Corresponding Author : Dong-Hwa Shin(3527shin@hanmail.net)

Received August 28, 2019

Accepted October 20, 2019

Revised September 30, 2019

Published October 28, 2019

현대 사회가 사람들을 외모로 평가하고 판단하는 사회적 편견으로 인하여 외적인 미를 자신을 돋보이는 수단으로 활용하고 있다. 시대적 아름다움의 기준을 만족하는 외모를 지닌 사람은 스스로가 자신감 있게 행동하고, 기준에 미치지 못한다고 생각하는 사람은 자신감을 상실하여 사회생활이 위축되고 또 다른 차별의 요인이 되기도 한다. 그러므로 미의 기준이 시대와 사회적 흐름에 따라 달라지고 그 사회의 기준에 따라 변화하고 있다. 이러한 영향은 청소년기 학생들의 미의 기준에도 변화를 가져왔다.

한때 청춘의 심벌이었던 여드름도 다른 사람으로부터 외모를 평가 받을 때 좋지 않은 영향을 끼치기도 한다.

여드름은 생명을 위협하는 중증의 질병은 아니지만 안면부에 발생한 화농성 여드름을 잘 관리하지 않거나 잘못 관리하면 움푹 패인 흉터와 자국을 남기게 되고, 용모에 대한 자신감을 상실하게 되어 우울증과 같은 부작용이 나타나기도 한다[3]. 선행연구인 여대생의 여드름과 우울에 관한 연구에 의하면 우울한 감정은 여드름 하나의 원인으로 나타나는 것이 아니라 다양한 요인들의 상호작용에 의해 발생한다고 하였고[4], Kim 등 이 연구한 청소년 여드름과 정서 상태와의 관련성에 관한연구[5]를 살펴보면 여드름 상태가 증증일수록 우울감이 높고 자아존중감이 낮게 나타난다고 하였다. 이와 같이 여드름은 청소년의 정서와 정신적인 측면에 많은 영향을 끼치고 있으므로 그에 맞는 접근방법이 필요하다.

본 연구는 여드름 피부가 청소년기의 스트레스, 우울증, 자아존중감에 미치는 영향을 분석하여 피부파트에 종사하는 미용 전문가들이 여드름 상태의 개선 뿐 아니라 정신적인 측면도 고려한 프로그램을 발전시키기 위한 기초 자료로 활용될 수 있도록 함에 본 연구의 목적을 두었다.

2. 이론적 배경

2.1. 청소년기 여드름

청소년기인 10대는 성적 성숙을 위한 성호르몬인 Male Sex Hormone인 안드로겐(Androgen)의 분비가 왕성해지지만 육체적인 성숙은 시간이 걸린다. 따라서 미성숙된 모공은 왕성하게 분비되는 피지를 원활하게 배출시킬 수 없게 되어 피지가 모공 안에 정체되고 죽은 표피세포 또한 함께 쌓이면서 여드름이 생성된다[6].

여드름이 발생하는 부위는 얼굴과 가슴, 등, 어깨 상부에 발생하며 생활환경과 식생활에 의해서도 발생하지만, 성이

성숙하는 2차 성징 시기가 점점 빨라지면서 발생연령이 저령화 되고 있다. 청소년기 남학생의 피부는 거칠고 건조하며 과도한 피지분비로 인하여 쉽게 피부가 변들거리고 주위 환경으로부터 먼지와 불순물이 피부에 붙어 지저분해지며, 피지의 원활한 배출을 막아 여드름 발생의 원인이 되기도 한다. 또한 스트레스는 안드로겐호르몬을 분비하고 분비된 안드로겐호르몬은 피지선을 자극하여 여드름을 악화시키는 원인이 된다. 우리나라 청소년들은 입시로 인한 사회적 스트레스와 청소년기의 불확실한 정체성으로 스트레스는 더욱 심해지면서 여드름은 악화된다. 이러한 여드름을 관리하려면 여드름이 발생하기 전에 신경을 써야 하는데 우선적으로 해야 할 것은 모세혈관을 자극하지 않는 미온수를 이용하여 하루에 2~3회 정도 세안하고 피부의 자극이 없는 효소를 이용하여 피지와 각질세포를 제거하여 얼굴을 청결히 하는 것이 좋다. 그러나 염증성 여드름이 발생했을 때는 세균이 번식한 것으로 화농을 유발하는데 이때 염증을 잘못 손질하면 2차 감염이나, 흉터를 만들 수 있기 때문에 피부를 자극하지 않고 진정시키는 것을 목적으로 염증방지용 클렌징과 피부자극이 없는 딥 클렌징을 이용하고, 세정력과 살균력이 있는 마스크와 앰플을 이용한다.

2.2. 스트레스

스트레스는 중추신경을 자극하여 자율신경계와 호르몬 분비에 장애를 일으키게 되는데, 사람이 스트레스를 받으면 코티솔 이라는 스트레스 극복 호르몬을 분비한다. 코티솔은 부신에서 만들어지는 스테로이드성 호르몬으로 스트레스를 감소하기 위해 만들어지며 남성호르몬인 안드로겐도 같이 만든다. 이때 만들어진 안드로겐호르몬은 피지선을 자극하게 되고 피지분비량을 증가시키는데 이는 여드름을 발생시키는 직접적 원인이 된다. 또한 박테리아 증식, 유전적요인, 세균의 모낭침입 등도 여드름 발생의 원인 중 하나이다[7].

스트레스의 요인은 환경적 요인이 우리를 불안하게 만들거나 위협할 때 심리적으로 반응하는 전반적인 처리과정과[8] 긍정적인 삶과 부정적인 삶 중 부정적인 삶의 사건과 관련한 스트레스는 디스트레스 즉, 고통이란 용어로 표현한다[9].

스트레스에 의해 심신의 불안정과 신체기관의 손상, 조직의 변화 등 인체의 항상성에 문제가 생기게 된다.

2.3. 우울증

우울증은 가장 흔한 정신질환으로 유럽과 미국에서는 공중 보건의 문제로 여기고 있다.

우리나라 남성 23.1%, 여성 27.4%가 우울증상을 가지고 있으며, 이중 남성 6.8%, 여성 10.4%가 진단이 가능한 중증의 우울증 상태에 있다[10]. 우울한 사람은 덜 긍정적인 속성을 가졌거나, 부정적 자기지각을 비현실적으로 많이 지니고 있다[11,12].

우울증을 정신 분석학적으로 보면 아동기에 사랑하는 사람에 대한 상실과 분노를 본인 내부로 표출하는 것이다. 즉 아동기의 경험으로 유년기와 성년기에 이르러서도 자신에 대한 지속적인 존중감을 갖도록 격려 받지 못하면 발생하고, 자신의 생활욕구가 불가능할 때 느껴지는 무능력함이 우울증의 원인이 된다고 하였다[13].

행동주의적으로 보면 긍정적이고 즐거운 감정이 감소하고 불쾌한 감정만이 증가하면서 긍정적 감정의 원인이 상실되어 우울증이 온다는 이론이다.

사회적 환경에 적응하지 못하면 상실감과 사회적 분노를 증가시키는 원인이 되기도 한다. 사회적 부적응자는 타인에게 인정받지 못하는 무능력한 결과가 우울증으로 표현되는 데 행동주의 이론에서는 개인의 노력과 학습이 원만한 대인관계를 형성하도록 하여 우울증을 개선시킬 수 있다고 하였다. 대인관계 이론은 사회적 지지가 부족하여 심리적으로 불안정하게 되면 자존감이 손상되어 우울증으로 발전한다는 것이다[14]. Park의 논문에서는 외모 또는 건강 등으로 발생하는 스트레스의 보편적 반응은 우울증이다. 따라서 여드름은 스트레스에 의해 발생되기도 하지만 여드름 때문에 스트레스가 유발되기도 한다. 또한 여드름 때문에 사회생활이나 대인관계에 지장을 받아 스트레스를 유발하고 이는 우울증을 일으키기도 한다고 하였다[15].

2.4. 자아존중감

자긍심, 자존감 등의 용어로 혼용되어 사용되는 자아존중감은 자신에 대한 가치판단 또는 주관적인 평가라고 정의할 수 있으며[16], 심리적으로 자신을 사랑하고, 타인보다 우월하다고 생각하며 자신의 가치를 인정받고 싶어하는 것을 말한다[17].

자아존중감이 높다는 것은 자신을 좋아하고 사랑하며 스스로의 가치를 인정하고 존중하면서 수용하는 것이다. 긍정적인 자아존중감은 일상생활의 모든 영역에서 적용하는 것과 관련이 있다고 하였는데[18], 이는 자아존중감이 인간행동에 기본적 동기로서 적응과 정신건강에 밀접한 관계가 있으며 자아존중감의 수준은 자신의 가치를 일반적이고 전형적인 느낌으로 표현한 것이라 하겠다.

Rosen에 의하면 자아존중감이 높은 사람은 애정이 있고 행복하며 안정적이고 넘치는 에너지와 순발력이 있다. 그러나 자아존중감이 낮은 사람은 짜증과 분노를 자주 표출하며 갈등을 자주 경험하고 불행하다고 생각한다[19]. 이는 다른 사람의 관점과 반응에 따라 다양한 감정의 기복이 수반되기 때문이다[20].

자아존중감은 신체상과도 상관이 있어, 육체적 기능 보다는 외모에 대한 부정적 반응이 자아존중감을 낮추기도 한다[21].

Romin와 Willian은 자아존중감이 높은 사람은 자신의 미숙함을 인정하지만 삶의 가치와 성장능력에 대한 믿음이 강하다. 그러나 자아존중감이 낮은 사람은 자신에 대한 믿음이 약하고 자신을 멸시하고 거부하는 경향과 삶의 가치와 능력이 없다고 생각한다[22].

Cooper는 자아존중감 형성의 요인은 자신의 실패에 대한 역사도 있지만, 타인으로부터 받는 관심, 존중, 수용을 바탕으로 자신이 성취한 객관적인 사회적 지위도 포함한다고 하였다[23].

자아존중감은 자기 자신의 기대와 정서를 긍정적으로 지속시킴으로 심리적 정신건강에 중요한 영향을 미친다. 자신의 가치를 인정하는 것은 자아존중감이 높다는 것을 의미하며, Lee는 자아존중감이 높은 사람일수록 긍정적이고, 낮은 사람일수록 부정적이며 심하면 신경증도 유발된다고 하였다[24].

Secord와 Jourard는 자신의 신체와 자신에 대한 감정이 유사함으로 외모에 만족하는 사람은 자아존중감도 높고, 자신에 대한 만족도도 높다고 하였다[25].

3. 연구방법

3.1. 자료수집 및 연구방법

본 연구는 Park의 '여드름피부가 우울증과 자아존중감에 미치는 영향[15]'과 Park의 '청소년의 일상 스트레스와 학교 생활적응의 관계에서 자기자비의 조절효과를[26] 토대로 설문지법을 사용하여 조사하였다.

설문지는 5개의 범주로 나누어 인구 통계학적 특성 13문항, 여드름 특성 7개 문항, 스트레스 10개 문항, 우울증 10개 문항, 자아존중감 10개 문항 등 총 50개의 측정문항으로 구성되었으며, 서울시에 위치한 중학생을 대상으로 2018년 12월 19일부터 2019년 5월 21일 사이에 자기 기입식 설문지를 사용하여 수집하였고, 총 230부의 설문지를 배포하여 그중 220부를 회수하였으며, 불성실하게 응답하거나 문항을 누락한 설문지 16부를 제외한 204부를 이용하였다. 수집된 자료는

Windows용 사회과학 통계패키지(SPSS) 21.0을 이용하여 빈도분석, 요인분석, 신뢰도 분석, 상관분석, 회귀분석 등으로 처리하였다.

3.2. 연구의 가설 및 모형

본 연구는 청소년의 여드름이 스트레스, 우울증, 자아존중감에 영향을 미칠 것 이라고 생각하고 다음과 같은 각 가설을 설정하였다.

가설 1. 청소년의 여드름이 스트레스에 정(+)의 영향을 미칠 것이다.

가설 2. 청소년의 여드름이 우울증에 정(+)의 영향을 미칠 것이다.

가설 3. 청소년의 여드름이 자아존중감에 부(-)의 영향을 미칠 것이다.

가설 검증을 위한 본 연구의 모형도는 Fig. 1과 같다.

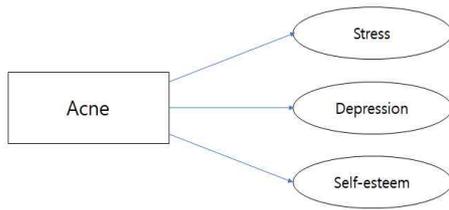


Fig. 1. Research model

4. 실증분석

4.1. 응답자의 일반적인 특성

본 연구는 중학생의 여드름 발생이 스트레스, 우울증, 자아존중감에 미치는 영향을 살펴본 것으로 표본을 중학생 204명으로 이들의 일반적인 특성에 대한 내용을 종합해서 살펴보면 다음의 Table 1과 같다. 연령은 14세가 109명으로 53.4%, 15세가 57명으로 27.9%, 16세가 38명으로 18.6%로 나타났으며, 성별은 남학생이 94명으로 46.1%, 여학생이 110명으로 53.9%로 조사되었다. 아침식사 유무는 먹는다가 66명으로 32.4%, 먹지 않는다가 67명으로 32.8%, 보통이 71명으로 34.8%로 나타났으며, 여드름 관리 비용으로 1만원 미만인 28명으로 13.7%, 1~2만원이 110명으로 53.9%, 3~4만원이 49명으로 24.0%, 5~6만원이 7명으로 3.4%, 6만원 이상이 10명으로 4.9%로 조사되었다.

Table 1. General Characteristics of Respondents

Sortation	Content	Number of respondents	%
Age	14 years old	109	53.4
	15 years old	57	27.9
	16years old	38	18.6
Gender	A male student	94	46.1
	A girl student	110	53.9
Breakfast is still	Eat	66	32.4
	Wouldn't eat	67	32.8
	In ordinary circumstances	71	34.8
Pimple care cost	Less than 10,000 won	28	13.7
	10,000 to 20,000 won	110	53.9
	30,000 to 40,000 won	49	24.0
	50,000 to 60,000 won	7	3.4
	60,000 won or more	10	4.9
Total		204	100.0

4.2. 측정도구의 타당성 및 신뢰성 검증

측정도구의 타당성 검증을 위해 탐색적 요인분석 방법으로 주성분 분석을 실시하였으며, 직각회전인 베리맥스(varimax) 방식을 사용하여 요인회전을 실시하였다. 요인의 수는 아이겐 값이 1이상인 요인을 선택했으며, 요인적재량은 0.4 이상을 기준으로 삼았다[27]. 또한 신뢰성 검증을 위해 Cronbach's Alpha 계수를 사용하여 내적 일관성을 파악 하였다. 측정도구의 신뢰성을 판단하는 Cronbach's Alpha 계수는 일반적으로 0.6이상이며 신뢰도가 있는 것으로 간주하고 있다[27].

요인분석 결과, 본 연구에서 측정하고자 하는 구성 개념들은 구분되고 있으며, 해당 변수에 적재된 각 요인들의 요인적재량도 0.4 이상으로 나타나 대부분의 측정항목들에는 문제가 없는 것으로 나타났지만 타 요인에 적재된 요인을 분석 과정에서 제거하였다. 제거된 항목은 우울증 4번 측정항목, 자아존중감 4, 5번, 스트레스 1, 2, 3, 4번 측정항목, 여드름 특성 4, 5, 6번 측정항목으로 파악되었다. 전체 4개 변수들에 대한 각 항목들의 전체 분산은 70.05%로 비교적 높은 분산 설명력을 나타내고 있다. 또한 전체 요인적재량도 0.614~0.871의 분포를 나타내고 있어 판별타당성(discriminant validity)과 집중타당성(convergent validity)에는 문제가 없는 것으로 판단할 수 있다. 이와 같이 요인분석을 통한 신뢰성 및 타당성 분석 검증 결과는 다음의 Table 2와 같다.

Table 2. Feasibility and reliability verification

Factors	Factorial load amount				Aigen value	Dispersion explanatory power	Cronbach's a			
	Factor 1	Factor 2	Factor 3	Factor 4						
Depression 1	0.871				6.670	22.999	0.949			
Depression 2	0.866									
Depression 3	0.863									
Depression 5	0.856									
Depression 6	0.848									
Depression 7	0.829									
Depression 8	0.822									
Depression 9	0.808									
Depression 10	0.775									
Self-respection 1		0.818						6.033	20.804	0.939
Self-respection 2		0.775								
Self-respection 3		0.759								
Self-respection 6		0.722								
Self-respection 7		0.715								
Self-respection 8		0.703								
Self-respection 9		0.669								
Self-respection 10		0.640								
Stress 5			0.811		4.595	15.846	0.945			
Stress 6			0.798							
Stress 7			0.753							
Stress 8			0.727							
Stress 9			0.662							
Stress 10			0.614							
Acne characteristic 1				0.815	4.177	14.404	0.936			
Acne characteristic 2				0.755						
Acne characteristic 3				0.738						
Acne characteristic 7				0.701						

KMO: 0.960, Bartlett spherical test: 9027.295, p= 0.000

4.3. 상관분석

가설 검증에 앞서 변수들 간의 상관관계를 확인하기 위해 상관관계 분석을 실시하였다. 연구가설을 검증하기 전 변수들 간의 관련성의 정도와 방향을 파악하기 위해 상관 분석을 실시하는 것이며, 변수 간의 상관 혹은 공분산의 계산에 의해 사용되는 피어슨 적률상관계수(Pearson's

product moment correlation coefficient)를 사용하였다. 상관분석결과, 모든 상관계수가 1보다 낮게 나타나 구성개념 간의 판별타당성이 확보되어 연구모형을 측정하기에 적합한 것으로 분석되었으며, 이와 같은 상관관계분석 결과는 다음의 Table 3과 같다.

Table 3. Correlation analysis

	Acne	Stress	Depression	Self-esteem
Acne	1			
Stress	0.721**	1		
Depression	0.656**	0.650**	1	
Self-esteem	0.467**	0.433**	0.688**	1

Correlation coefficient **: p(0.01 note at the level(both side).

4.4. 가설검증

본 연구는 중학생들의 여드름 발생이 스트레스, 우울증, 자아존중감에 미치는 영향을 확인하기 위해 회귀분석을 실시하였다.

회귀분석은 독립변수가 종속변수에 어떠한 영향을 미치는지를 파악하기 위해 실시하는 분석이며, 두 변수 간의 인과관계를 파악하는 분석방법이다. 회귀분석에서 추정된 모형이 주어진 데이터에 얼마나 잘 부합하는가를 평가하는 기준의 하나로 R²(결정계수)를 사용한다. 이 결정계수가 1에 가까울수록 적합 값이 관측 값을 잘 반영하고 있다고 할 수 있다.

가설 1은 중학생들의 여드름 특성이 스트레스에 정(+)의 영향을 미칠 것으로 설정하였다. 가설 검증결과, 독립변수인 여드름 특성이 종속변수인 스트레스에 대한 설명력이 52.1%로 나타났으며 회귀모형의 F값이 유의수준 p=0.000에서 345.210의 값을 보이고 있다. 여드름 특성이 스트레스(t=15.580, p<0.001)에 정(+)의 영향을 미치는 것으로 분석되어 가설 1은 채택되었다. 가설 1의 검증결과는 다음의 Table 4와 같다.

가설 2는 중학생들의 여드름 특성이 우울증에 정(+)의 영향을 미칠 것으로 설정하였다. 가설 검증결과, 독립변수인 여드름 특성이 종속변수인 우울증에 대한 설명력이 43.1%로 나타났으며 회귀모형의 F값이 유의수준 p=0.000에서 240.377의 값을 보이고 있다. 여드름 특성이 우울증(t=15.504, p<0.001)에 정(+)의 영향을 미치는 것으로 분석되어 가설 2는 채택되었다. 가설 2의 검증결과는 다음의 Table 5와 같다.

가설 3은 중학생들의 여드름 특성이 자아존중감에 부(-)의 영향을 미칠 것으로 설정하였다. 가설 검증결과, 독립변수인 여드름 특성이 종속변수인 자아존중감에 대한 설명력이 21.8%로 나타났으며 회귀모형의 F값이 유의수준 p=0.000에서 88.544의 값을 보이고 있다. 여드름 특성이 자아존중감(t=9.410, p<0.001)에 정(+)의 영향을 미치는 것으로 분석되었지만, 본 연구에서는 여드름 특성이 자아존중감에 부(-)의 영향을 미칠 것으로 설정하여 가설 3은 기각되었다. 가설 3의 검증결과는 다음의 Table 6과 같다.

Table 4. The effect of acne on stress

Dependent variable	Independent variable	Non-standardization factor		Standardization factor	t	p
		B	Standard error	Beta		
Stress	(A constant)	1.533	0.188		8.610	0.000***
	Acne	0.707	0.038	0.721	15.580	0.000***

R²= 0.521, Modified R²= 0.519, F= 345.210, p= 0.000,

*: p<.05, **: p<.01, ***: p<.001

Table 5. The effect of acne on depression

Dependent variable	Independent variable	Non-standardization factor		Standardization factor	t	p
		B	Standard error	Beta		
Depression	(A constant)	2.102	0.193		10.906	0.000***
	Acne	0.605	0.039	0.656	15.504	0.000***

R²= 0.430, Modified R²= .0429, F= 240.377, p= 0.000,

*: p<.05, **: p<.01, ***: p<.001

Table 6. The effect of acne on self-esteem

Dependent variable	Independent variable	Non-standardization factor		Standardization factor	t	p
		B	Standard error	Beta		
Self-esteem	(A constant)	3.175	0.197		16.117	0.000***
	Acne	0.375	0.040	0.467	9.410	0.000***

R²= 0.218, Modified R²= .0215, F= 88.544, p= 0.000,

5. 결론

본 연구는 여드름이 스트레스, 우울증, 자아존중감에 어떠한 영향을 미치는가를 분석하여 여드름을 단순한 피부질환의 하나로 생각할 것이 아니라 정신건강에도 밀접한 관계가 있음을 인지하고 여드름 피부를 관리하는데 좀 더 효과적이며 피부를 관리하는 관리사들의 기초자료로 활용하고자 연구를 수행하였다.

본 연구의 대상은 서울시에 거주하는 중학생 1~2학년을 대상으로 자기 기입식 설문지를 사용하여 수집하였고, 총 230부의 설문지를 배포하여 그중 220부를 회수하였으나, 불성실하게 응답을 하거나 문항을 누락한 설문지 16부를 제외한 204부를 이용하였다.

본 연구의 주요 결과는 다음과 같다.

조사대상자에 대한 분석결과, 성별에서는 여학생이 53.9%, 남학생이 46.1%로 비슷한 비율을 보였다. 연령은 14세 53.4%, 15세 27.9%, 16세 18.6%로 중학생 1학년 학생의 연령인 14세의 비율이 가장 많았다.

개념별 측정항목들의 내적일관성은 Cronbach's α 값을 검증하여 신뢰성 분석을 실시한 결과, 여드름 특성이 0.936, 스트레스가 0.945, 우울증이 0.949, 자아존중감이 0.939로서 신뢰도 수준이 높게 나타나고 있으며, 측정항목들의 타당성 검증은 베리맥스(varimax) 회전방식을 이용하여 탐색적 요인분석을 적용한 결과, 요인적 재량이 낮은 몇 개의 항목을 제외하고 전체 4개 변수들에 대한 총 분산설명력은 70.05%로 타당성이 입증되었다.

본 연구의 가설 검증 결과, 중학생들의 여드름 발생이 스트레스에 정(+)의 영향을 미칠 것이라는 가설 1은 채택되었다. 또한 중학생들의 여드름 발생이 우울증에 정(+)의 영향을 미칠 것이라는 가설 2도 채택되었다.

마지막으로 중학생들의 여드름 발생이 자아존중감에 부(-)의 영향을 미칠 것이라는 가설 3은 통계적으로 유의미한 정(+)의 결과를 보이고 있으나, 본 연구자가 설정한 가설의 방향은 부(-)의 방향임으로 가설 3은 기각되었다.

이와 같은 연구결과는 Park, Yoon, Moon의 논문에서와 같이 여드름이 발생하면 신체적 정신적으로 영향을 미치게 된다. 따라서 여드름 치료는 피부개선과 스트레스, 우울증에 효과가 있음을 알 수 있었다.

과거에 여드름은 청춘의 심볼로 여겨지면서 당연히 거쳐 가야하는 것처럼 인식되어 치료나 예방에는 관심이 낮았고 그에 따른 흉터는 받아들여야 하는 숙명처럼 여겼다. 하지만 현재는 첫인상을 중요시하고, 남성 또한 안면에 발생

하는 여드름관리에 시간과 돈을 투자하고 과거의 흉터를 제거하기 위해 노력하면서, 여드름에 대한 기본 관점이 달라졌다. 대중매체로 인한 시각적인 부분이 대두되고 중학생들도 자신의 외모에 많은 관심을 가지게 되면서 심리적인 스트레스와 우울증까지도 영향을 미침으로 여드름의 발생에 대한 사전관리가 필요하며 여드름이 발생되면 신속한 치료를 통하여 깨끗한 피부를 유지하기 위해서 노력한다면 피부의 여드름으로 인한 우울증을 예방할 수 있다고 사료된다. 또한 본 연구는 특정지역의 중학생과 여드름 발생에 관계없이 모든 중학생을 대상으로 설문하였는데 향후 연구에서는 폭넓은 지역을 대상으로 여드름이 발생한 학생과 발생하지 않은 학생을 비교분석하고, 여드름의 중증도에 관한 연구가 계속되길 바라며, 본 연구는 여드름 관리가 학생들의 심리적 원인인 우울증과 스트레스에 영향을 받는 것으로 나타났으며 이는 효율적인 여드름 피부관리를 위해서 도움을 줄 수 있을 것으로 사료된다.

여드름 피부관리는 표면적 관리가 아닌 정신건강에 필요한 관리라 하겠다.

REFERENCES

- [1] R. H. Jin & M. H. Chang. (2011). Awareness followed in Usage of Professional Cosmetics in Skin Care Parlors and Ordinary Cosmetics by Women in Their 40s and 50s. *Korean Society of Human Body Arts*, 12(1), 114.
- [2] S. J. Im. (2009). *Philosophy dictionary*, seoul : Middle culture.
- [3] M. G. Mahone (1969). Symposium on acne. *J Am Med Woman's Assoc*, 24, 293.
- [4] J. S. Park. (2002). *A study on the association of acne and depression in some college female students*. Amaster's thesis. Chosun University, Seoul.
- [5] K. O. Kim & Y. A. Cha. (1999). The Relation of Acne state and the Emotional Impact in Adolescence. *Korean Journal of Aesthetic Medicine*, 5(2), 369-384.
- [6] Webster G. F. (1995). Inflammation in acne vulgaris. *J Am Acad Dermatol*, 33, 247-253.
- [7] M. J. Kim. (1999). Acne Prevention and Treatment Research. *Modern Medicine*, 42(3), 4.
- [8] W. J. Chang. (2004). *The actual & presant condition skin care shop Jeju and the capital circl*. A master's thesis. Sookmyung Women's University, Seoul.

- [9] G. B. Go. (2002). *Stress and Psychosomatic Medicine*, seoul : Iljogag.
- [10] M. J. Cho, J. J. NaM & G. H. Suh. (1988). Prevalence of symptoms of depression in a nationwide sample of Korea adults. *Psychitr Res*, 88, 341-352.
- [11] H. S. Kim. (1992). *A Study on Attribution Pattern and Depression according to Self Concept*. A master's thesis. Sookmyung Women's University, Seoul.
- [12] S. J. Yoon. (2003). *The Relationships Among Stress, Depression and Self-Esteem of Elementary School Students*. Amaster's thesis. Hongik University, Seoul.
- [13] C. D. Gerald & M. N. John. (2004). *Ideal psychology*, Seoul : Sigma Press.
- [14] S. M. Kwon. (2003). *Depression*. Seoul : hakjisa.
- [15] B. K. Park. (2009). *The effect of acne skin on depression and self-esteem*. Doctoral dissertation. Kosin University, Busan.
- [16] A. H. Muslow & H. S. Lee Translation. (1981). *Psychology of existence*, seoul : Publication Department Ewha Womans University.
- [17] L. B. Richard, M. G. Wells & R. P. Scott. (1989). Self-esteem:Paradoxes and Innovations in Clinical Thoery and Practice. *Weshington, DC. American Psychological Association*, 4.
- [18] W. C. Compon. (2005). *Introduction to Positive Psychology*. Belmont, TN:tennessee State University, 43.
- [19] B. M. Rosen. (1965). *Society and the Adolescent Self Image*. Princeton University Press:Princeton, New Jersey, 304-319.
- [20] S. S. Moon. (1986). *Stress response of depressed couples with neuropathy*. A master's thesis. Korea University, Seoul.
- [21] G. H. Lee. (1992). *A Study on the Physical Fitness and Self-respect of Women wanting cosmetic surgery*. A master's thesis. Ewha Womans University, Seoul.
- [22] W. T. Romin & B. S. William. Jr. (1995). Self-liking and self competence as dimensions of global self-esteem: initial validation of smeasure. *Journal of Personality Assessment*, 65(2), 322-342.
- [23] S. S. Cooper. (1967). *Antecedents of self-esteem*. San Francisco: Freeman, 86.
- [24] J. Y. Lee. (2001). *A Study on the Relationship and Interpersonal Relationship between Self-respect and Sex Consciousness of University Students*. A master's thesis. Kangwon National University, Seoul.
- [25] P. Secord & S. Jourard. (1954). Body size and body atthesis. *Journal of consulting Psychology*, 18(3), 184-185.
- [26] M. S. Park. (2018). *The control effect of self-sufficiency in the relationship between adolescents' daily stress and school life*. A master's thesis. Kookmin University, Seoul.
- [27] J. J. Song. (2010). *SPSS/AMOS statistical analysis method required for writing a dissertation*, Kyoungki : 21Century.

신 동 화(Dong-Hwa Shin)

[정회원]



- 2015년 8월 : 건국대학교 생물공학 이학박사
- 2018년 3월 ~ 현재 : 오산대학교 뷰티&코스메틱전공 교수
- 관심분야 : 피부, 화장품
- E-Mail : 3527shin@hanmail.net

김 신 희(Shin-Hee Kim)

[정회원]



- 2015년 8월 : 2009년 8월 : 남서울 대학교 경영학박사
- 2018년 2월 : 건국대학교 뷰티디자인학 박사
- 2019년 9월 ~ 현재 : 건국대학교 LINC+사업단 교수

- 관심분야 : 피부, 네일아트, 화장품
- E-Mail : shinhee1007@kku.ac.kr