



저작자표시-비영리-변경금지 2.0 대한민국

이용자는 아래의 조건을 따르는 경우에 한하여 자유롭게

- 이 저작물을 복제, 배포, 전송, 전시, 공연 및 방송할 수 있습니다.

다음과 같은 조건을 따라야 합니다:



저작자표시. 귀하는 원저작자를 표시하여야 합니다.



비영리. 귀하는 이 저작물을 영리 목적으로 이용할 수 없습니다.



변경금지. 귀하는 이 저작물을 개작, 변형 또는 가공할 수 없습니다.

- 귀하는, 이 저작물의 재이용이나 배포의 경우, 이 저작물에 적용된 이용허락조건을 명확하게 나타내어야 합니다.
- 저작권자로부터 별도의 허가를 받으면 이러한 조건들은 적용되지 않습니다.

저작권법에 따른 이용자의 권리는 위의 내용에 의하여 영향을 받지 않습니다.

이것은 [이용허락규약\(Legal Code\)](#)을 이해하기 쉽게 요약한 것입니다.

[Disclaimer](#)

석 사 학 위 논 문

20-30대 남녀의 외모관심도가
피부건강관리 인식과 실천행위에
미치는 영향

2019년

한성대학교 예술대학원

뷰티예술학과

뷰티에스테틱전공

김 지 현

석 사 학 위 논 문
지도교수 김 도 연

20-30대 남녀의 외모관심도가
피부건강관리 인식과 실천행위에
미치는 영향

The influence of the appearance interest of the
20-30 age group on the perception of skin health
care and practice behavior

2018년 12월 일

한성대학교 예술대학원

뷰티예술학과

뷰티에스테틱전공

김 지 현

석 사 학 위 논 문
지도교수 김 도 연

20-30대 남녀의 외모관심도가
피부건강관리 인식과 실천행위에
미치는 영향

The influence of the appearance interest of the
20-30 age group on the perception of skin health
care and practice behavior

위 논문을 예술학 석사학위논문으로 제출함

2018년 12월 일

한성대학교 예술대학원

뷰티예술학과

뷰티에스테틱전공

김 지 현

김지현의 예술학 석사학위논문을 인준함

2018년 12월



심사위원장 _____(인)

심 사 위 원 _____(인)

심 사 위 원 _____(인)

국 문 초 록

20-30대 남녀의 외모관심도가 피부건강관리 인식과 실천행위에 미치는 영향

한 성 대 학 교 예 술 대 학 원

뷰 티 예 술 학 과

뷰 티 에 스 테 틱 전 공

김 지 현

본 연구는 20대와 30대 남녀의 외모관심도가 피부건강관리인식과 실천행위에 미치는 영향에 대한 실증연구를 하였다. 20대에서 30대의 남녀를 대상으로 외모관심도, 피부건강관리 인식 및 실천행위에 대한 개념과 특성을 바탕으로 각 차원의 변인들 간의 요인을 분류하고 그들 간의 인과관계를 규명하였다.

본 조사를 위해 수도권에 거주하는 20대와 30대의 학생 및 일반인을 대상으로 2018년 9월 6일부터 9월 28일까지 총 25일간 설문조사를 진행하였다. 총 300명을 대상으로 설문지 배포 후 그 자리에서 바로 300부를 회수하였다. 자료 분석은 SPSS(Statistical Package for Social Science) 19.0 version 프로그램을 사용하였다. 인구통계학적 특성을 알아보기 위한 빈도분석, 각 변수의 문항 신뢰도를 알아보기 위해 신뢰도분석(cronbach's α)과 문항의 타당도 검증을 위한 요인분석(factor analysis), 외모관심도와 피부건강관리인식, 피부건강관리 실천행위 사이의 영향관계를 분석하기 위해 단계적 방법을 적용한 다중회귀분석(multiple

regression analysis), 성별과 연령에 따른 외모관심도, 피부건강관리 인식 및 피부건강관리 실천행위의 차이 분석을 위하여 다변량분산분석(Multivariate Analysis of Variance:MANOVA)을 실시하였다.

이상의 결과를 종합하면 다음과 같다.

첫째, 외모관심도가 피부건강관리인식에 미치는 영향에 대하여 분석한 결과 피부관리 관심은 유해요인과 건강지식, 화장품 관심은 생활습관에 영향을 미쳤으나, 헤어관리관심은 유의한 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다.

둘째, 외모관심도가 피부건강관리 실천행위에 미치는 영향을 분석한 결과 피부관리 관심과 화장품 관심은 화장품 선택에, 헤어관리관심과 화장품 관심은 관리 전문성 및 영양에 화장품 관심은 운동에 영향을 미치는 것으로 나타났다.

셋째, 성별에 따른 외모관심도, 피부건강관리인식, 피부건강관리 실천행위의 차이를 분석한 결과 외모관심도 중 피부관리 관심과 헤어관리 관심, 화장품관리 관심에서, 피부건강관리 인식 중 유해요인, 건강지식 요인에서 유의한 차이가 나타났으며, 피부건강관리 실천행위는 화장품 선택과 관리 전문성 요인에서도 유의한 차이가 나타났다.

넷째, 연령에 따른 외모관심도, 피부건강관리인식, 피부건강관리 실천행위의 차이를 분석한 결과 외모관심도는 피부관리 관심, 헤어관리 관심, 화장품관리 관심에서 피부건강관리인식은 유해요인, 건강지식에 유의한 차이가 나타났으며, 피부건강관리 실천행위는 관리전문성에만 유의한 차이가 나타났다.

다섯째, 피부건강관리인식이 피부건강관리 실천행위에 미치는 영향을 분석한 결과 유해요인은 화장품 선택에 영향을 미치고, 생활습관은 관리전문성과 영양 및 운동에서도 영향을 미치는 것으로 나타났다.

이러한 결과는 피부건강관리인식과 실천행위의 효과적 개선을 위해선 외모에 대한 관심이 선행되어야 하며, 외모에 대한 관심이 피부건강관리인식이 되고, 이를 기반으로 실천행위로 옮길 수 있는 체계적인 프로그램이 필요하다. 또한 관심을 가진 사람들이 쉽게 피부건강 실천행위에 대한 프로그램을 접할 수 있도록 전문기관의 증가가 필요하다.

외모관심도에 따른 피부건강관리인식과 피부건강관리인식에 따른 피부건강관리 실천행위 등의 문제점을 알아보고 개선점을 파악하였다. 이를 통해 차

후 피부건강관리에 대한 전문적 지식을 갖춘 실천행위를 바탕으로 지속적인 연구와 피부건강관리 산업이 나아가야 할 객관적 방향 제시 및 체계적 연구를 위한 기초자료로 제공하고자 한다. 또한 사회적으로 피부건강관리에 대한 관심이 증대되고, 이러한 관심이 실천행위로 발전되면서 피부건강관리를 위한 전문적인 프로그램 개발에 영향을 미칠 것이며, 피부건강관리 산업 발달에 긍정적인 영향을 미칠 것으로 본다.



【주요어】 외모관심도, 피부, 남성피부관리, 피부건강관리인식, 피부건강관리 실천행위

목 차

제 1 장 서론	1
제 1 절 연구의 필요성 및 목적	1
제 2 절 논문의 구성	3
제 2 장 이론적 배경	4
제 1 절 외모관심도	4
1) 외모관심도의 개념 및 특성	4
2) 성별에 따른 외모관심도 영향비교	6
제 2 절 피부건강관리인식	10
1) 피부건강관리 인식의 개념	10
2) 20-30대 피부건강관리 비교	11
3) 피부건강관리의 요인 및 특성	13
제 3 절 피부건강관리 실천행위	18
1) 피부건강관리 실천행위의 개념	8
2) 피부건강관리 실천행위의 요인 및 특성	91
제 3 장 연구방법 및 절차	22
제 1 절 연구대상 및 자료수집	22
제 2 절 연구모형	23
제 3 절 연구문제	24
제 4 절 조작적 정의	24
제 5 절 설문지 구성	25
제 6 절 자료처리와 분석	27

제 4 장 연구결과 및 고찰	28
제 1 절 조사대상자의 인구통계학적 특성	28
제 2 절 외모관심도, 피부건강관리인식, 피부건강관리 실천행동의 하위 요인	30
1) 외모관심도	30
2) 피부건강관리인식	32
3) 피부건강관리 실천행동	34
제 3 절 외모관심도가 피부건강관리인식에 미치는 영향	36
제 4 절 외모관심도가 피부건강관리 실천행위에 미치는 영향	38
제 5 절 성별에 따른 외모관심도, 피부건강관리인식, 피부건강관리 실 천행동의 차이분석	40
제 6 절 연령에 따른 외모관심도, 피부건강관리인식, 피부건강관리 실 천행동의 차이분석	42
제 7 절 피부건강관리인식도가 피부건강관리실천행동에 미치는 영향	44
제 5 장 결론 및 제언	47
제 1 절 결론	47
제 2 절 제언	50
참 고 문 헌	51
부 록	57
ABSTRACT	61

표 목 차

[표 3-1] 설문지 구성	62
[표 4-1] 인구통계학적 특성	92
[표 4-2] 외모관심도에 대한 요인분석	13
[표 4-3] 피부건강관리인식에 대한 요인분석	33
[표 4-4] 피부건강관리 실천행동에 대한 요인분석	53
[표 4-5] 외모관심도가 피부건강관리인식에 미치는 영향	73
[표 4-6] 외모관심도가 피부건강관리 실천행위에 미치는 영향	93
[표 4-7] 성별에 따른 외모관심도, 피부건강관리인식, 피부건강관리 실천행동	41
[표 4-8] 성별에 따른 외모관심도, 피부건강관리인식, 피부건강관리 실천행동	43
[표 4-9] 피부건강관리 인식도가 피부건강관리 실천행동에 미치는 영향	64

그림 목 차

[그림 3-1] 연구모형	32
---------------------	----



제 1 장 서론

제 1 절 연구의 필요성 및 목적

우리나라는 급진적인 경제 성장으로 인해 물질적으로 풍요로워졌고, 경제적 안정은 스스로를 꾸미고 가꾸는 외모에 대한 관심으로 연결되었다. 인터넷(internet)과 소셜 네트워크 시스템(Social Network System: SNS) 및 미디어(midea)의 발달로 유행이 빠르게 변지는 시대를 초래하였다. 인터넷과 SNS 및 미디어에 민감한 20대와 30대는 세계의 다양한 문화와 트렌드(trend)를 빠르게 접하고 트렌드에 대한 관심은 외모에 대한 민감한 반응으로 이어졌다. 특히 다른 연령층에 비하여 20대와 30대는 외모에 대한 관심도가 높으며, 타인에게 젊고 아름답게 보이기 위한 강한 욕구를 가지고 있다. 또한 유행에 민감하기 때문에 실시간으로 다양한 패션(fashion)과 헤어스타일(hair style) 및 메이크업(make up) 등에 대한 정보를 빠르게 습득하고 이를 활용하여 직접 스스로를 꾸미고 가꾸는 외모 관심도와 연결되었다.

여성들은 비교적 오래전부터 피부에 대한 관심이 많았으나 남성은 상대적으로 관심이 적었다. 그러나 최근 뷰티업계에 남성 모델의 증가와 남성 전용 화장품 브랜드 및 남성 전용 화장품 종류가 다양해지면서 남성들 역시 피부에 대한 관심이 증가하고 있음을 확인할 수 있다.

미디어의 발달과 영화, 드라마 그리고 광고 등을 통해 연예인의 외모와 피부에 관심을 끌게 되고, 인터넷 및 커뮤니티(community)를 통해 연예인의 피부 관리방법을 찾아보고 실행에 옮기는 등의 외모에 대한 관심이 증가하고 있다.

이처럼 외모에 대한 관심의 증가는 피부에 대한 관심으로 이어지고, 피부에 대한 관심은 피부건강관리인식과 실천행위로 이어지게 된다. 피부는 외모 중 큰 비중을 차지하는 부분이며, 외모는 개인의 자존심, 인간관계와 행동양식 및 사회생활의 성과 등에 상당한 영향을 미친다. 따라서 사회에서의 성공과 긍정적인

인 이미지를 심어주는 등 시대의 흐름에 부합하기 위하여 외모 관리, 즉 피부의 관리가 필수적이다.¹⁾

김수연²⁾은 외모관심도가 피부건강관리행위에 영향을 미친다고 보았고, 김수진³⁾은 피부건강관리 행동과 외모관심도가 서로 상관관계를 가진다고 보았다. 이러한 선행연구를 통하여 외모관심도와 피부건강관리가 서로 영향관계가 있으며, 외모에 대한 관심은 피부건강관리로 이어진다는 것을 알 수 있다.

그런데도 불구하고 현대의 20대와 30대 남녀들은 과중한 업무와 수면부족, 음주, 흡연 그리고 인스턴트 등 정신적, 육체적 스트레스가 누적되는 환경에 노출되어 있다. 이로 인하여 피부가 건조하고 거칠어지며 수분을 상실하면서 피부노화가 촉진되기 쉬운 상황에 처해있다.⁴⁾ 이는 피부의 정상적인 분비작용과 신진대사 등의 생리기능을 방해하고, 여드름, 피부노화, 모낭각화와 색소이상 등의 문제를 유발시키기 때문에 건강적인 측면 뿐 만 아니라 외적인 요소로 인한 심리적 측면이 위축되면서 건강한 사회생활에 지장을 줄 수 있다.

본 연구는 20대와 30대 남녀를 대상으로 외모관심도가 피부건강관리 인식과 실천행위에 미치는 영향에 대해서 분석하였다. 이를 통해 성별과 20대와 30대의 외모관심도, 피부건강관리 인식 및 피부건강관리 실천행위(이하 실천행위)의 차이를 살펴보고 외모관심도가 피부건강관리인식과 실천행위에 미치는 영향에 대해서 연구하려는 목적을 가진다.

-
- 1) 김정애. (2001). 여고생 신체만족도와 외모관리행동에 관한 연구. 전북대학교 대학원. 석사학위논문, p. 2.
 - 2) 김수연. (2014). 성인남성의 외모관심도와 피부건강관리행위에 관한 연구. 가천대학교 대학원. 석사학위논문, p. 1-2.
 - 3) 김수진. (2008). 대학생의 피부건강관리행동과 식생활행동에 영향을 미치는 외모관심에 대한 연구 : 피부지식과 영양지식의 매개효과를 중심으로. 한양대학교 대학원. 석사학위논문, p. 2-3.
 - 4) 권순분. (2004). 20대 남자 대학생의 화장품에 대한 지식 및 구매 행태에 관한 연구. 숙명여자대학교 원격대학원. 석사학위논문, p. 4.

제 2 절 논문의 구성

논문의 구성은 다음과 같다.

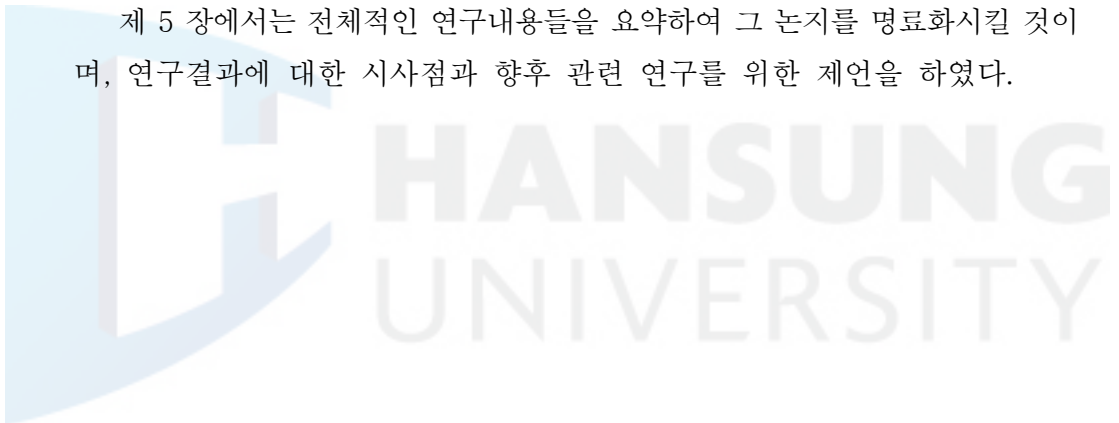
제 1 장에서는 연구의 필요성과 목적에 관해서 기술하였다.

제 2 장에서는 외모관심도, 피부건강관리 인식 및 실천행위에 대한 기본개념에 대하여 고찰하였고, 이론적 정립을 통해 본 연구 목적 이행을 위한 이론적 개념을 정리하였다.

제 3 장에서는 연구문제, 연구모형, 설문지의 구성, 그리고 자료 분석 방법에 대하여 서술하였고 연구결과 도출을 위한 연구방법을 정리하였다.

제 4 장에서는 인구 통계학적 특성 분석, 측정도구의 타당성과 신뢰성, 상관관계, 다중회귀분석을 통해 연구문제검증과 결과를 도출하였다.

제 5 장에서는 전체적인 연구내용들을 요약하여 그 논지를 명료화시킬 것이며, 연구결과에 대한 시사점과 향후 관련 연구를 위한 제언을 하였다.



제 2 장 이론적 배경

제 1 절 외모관심도

1) 외모관심도의 개념 및 특성

겉으로 표현되는 외모의 사전적 의미는 겉으로 나타나는 모습이다. 외모는 한 개인의 내적 이미지를 외부로 표출시키는 표상이며, 첫인상을 결정짓는다. 한 사람의 이미지를 결정하는 중요한 요소이며, 단순히 겉모습만을 의미하는 것이 아니다. 외모를 지각할 때 신체적 특성으로 얼굴, 체격, 의복, 모습, 안경, 악세서리, 화장, 체취 및 건강상태가 포함된다.⁵⁾ 외모는 대인관계에 있어서 매우 중요한 역할을 하며, 처음 만나는 상황에서 첫 인상 형성에 가장 큰 영향을 미치는 요인이 된다.⁶⁾

외모는 외형적 형상으로 우리가 시각 상 볼 수 있는 모습을 의미하고, 외형상 모습에는 신체의 생김새부터 화장, 얼굴, 몸매, 헤어스타일, 그리고 의복 등 전체적으로 보여 지는 모습이 모두 포함된다. 이와 같이 전체적으로 보이는 모습에서 행동 및 태도를 통해 호감, 성격, 이미지, 느낌, 취향, 지위, 생각 그리고 직업 등을 파악하게 된다. 이는 겉으로 보여 지는 모습 외에 성격, 태도, 말투, 행동과 감정 등의 내면적인 요인까지 외모 개념에 포함됨을 의미한다. 따라서 외모란 외형적 형상과 내면적인 요인들이 결합된 전반적 모습으로 정의할 수 있다.⁷⁾

외모는 스스로 만족하는 외모와 타인이 인정하는 외모로 구분할 수 있다.

-
- 5) 이서연. (2012). 남성들의 외모관리 의도와 행동에 따른 남성메이크업 인식 연구. 동덕여자대학교 대학원. 석사학위논문, p.5.
 - 6) 송민정. (2008). 토틸 패션 코디네이션 유형 및 의복색이 착용자 인상에 미치는 영향 : TFC태도, 성역할, 외모관리행동, 외모관심, 성형욕구, 유행관심과 관련지어. 충남대학교 대학원. 박사학위논문, pp.3-4.
 - 7) 김명숙, 박진형. (2009). 남자대학생의 외모관리 인식 및 행동분석-헤어, 피부, 미용성형, 패션, 몸매관리를 중심으로-. 『한국생활과학학회지』. 18(1), pp.259-273.

이는 자아존중감의 감정적 측면과 평가적 측면이 모두 연관되어 있으며, 외모와 자아존중감은 상호의존적 관계로 간주할 수 있다.⁸⁾ 따라서 외모는 개인의 사회적 성공요건이 되거나 사회적 부와 지위를 상징하는 기준이 될 정도의 영향력을 가지고 있다고 볼 수 있으며, 대인관계에서 중요한 비언어적 커뮤니케이션 (communication)이 된다.

외모의 영향력이 커지면서 본인의 얼굴과 신체에 대한 주관적 평가기준을 스스로 인지하게 되고, 외모에 대한 만족도는 만족과 불만족이라는 심리적 문제를 발생시키고 타인과의 상호작용에 의해 평가되기 때문에 주관적 기준으로 판단된다. 즉 이상적 외모에 이르지 못한다는 생각이 들 때 만족도가 감소되어 상실감이 발생하며, 외모 향상 행동에 적극적 관심을 가지게 된다.⁹⁾

따라서 외모관심도는 자신 신체부위에 대한 만족이나 불만족이 외모관리 행동으로 직결되는 것이라고 정의할 수 있다. 최근 외모관심도에 대한 변화로 남성들의 외모에 대한 관심이 증가하고 있다. 남성들의 외모에 관한 관심도는 기존 여성들이 보유한 관심분야와 유사한 수준에 이르렀고, 적극적 성향을 보유한 남성의 경우 피부 관리 및 화장 그리고 미용성형에도 유의한 관심을 나타내고 있다. 이제는 외모에 대한 관심이 여성의 전유물이 아니며, 남성 역시 외모를 경쟁력으로 인지하고 관심을 가지게 되었다. 또한 외모를 위한 노력은 자기 자신을 지각하며, 타인에게 스스로를 인식시킬 수 있는 빠른 정보원이라 간주하고 있는 것이다.¹⁰⁾

8) 김성남, 이경숙. (2007). 20-40대 여성의 외모관심도에 따른 외모관리행동. 『한국패션비즈니스학회』 . 11(4), pp. 29-41.

9) 전용민. (2002). 여자 청소년의 영상매체 이용도, 사회적 가치와 의복 및 신체태도에 관한 연구. 성신여자대학교 대학원. 석사학위논문, pp.5-6.

10) 김창현. (2010).남성의 패션라이프스타일 유형별 외모관심도와 외모관리행동연구』 . 경성대학교 대학원. 석사학위논문, pp.7-9.

2) 성별에 따른 외모관심도 영향비교

외모란 겉으로 보여 지는 모습이라는 사전적 의미를 가지고 있으나, 감정이나 정서를 시각적인 형태로 전달시키는 것 외에 자아를 표현하는 도구의 특성이라는 의미도 가지고 있다.¹¹⁾ 신체를 아름답게 관리하는 행위와 관심은 시대흐름과 욕구 그리고 사회 문화적 미적 감각 등이 반영된 행동이다. 고애란¹²⁾은 외모는 수정하고 가꾸는 화장행동과 의복행동을 통하여 스스로를 매력적으로 표현할 수 있기 때문에 외모와 몸매관리에 관한 관심이 크다고 보았다. 또한 개성을 중요시 여기고 스스로의 신체를 돋보이게 하려고 노력하며 사회적으로 인정받고자 한다고 고찰하였다. 외모가 사회적 가치관 변화에 따라 스스로의 가치를 상승시키는 요인이 되면서 남녀 성별 구분 없이 자신의 이미지를 증진시키기 위해 외모관리에 대한 관심을 가지고 있다.¹³⁾ 남성의 외모관심도는 외모와 연관된 용어의 유행과 더불어 국제적인 추세가 되고 있다.

패션 트렌드(fashion trend)에 대한 관심을 기반으로 하면서, 고급스러움과 도시적이며 시크(chic)한 남성 이미지 추구하면 메트로섹슈얼(metrosexual), 중후한 멋과 세련된 매너(manner), 남성적 섹시함(sexy)을 강조하는 이미지는 위버섹슈얼(uber sexual)로 분류한다. 또한 여성적인 의상과 헤어스타일, 메이크업 등을 패션코드(code)로 보고 여성적 아름다움을 강조한 남성 이미지는 크로스섹슈얼(crosssexual)이라고 칭하며, 외모를 자신의 가치 향상 수단이라고 보고 외모관리에 돈과 시간을 투자하는 남성 소비 집단을 그루밍족(grooming)이라고 분류한다. 이와 같이 남성들의 패션 및 뷰티 시장의 세분화는 시장의 활성화를 의미한다.¹⁴⁾

김창현¹⁵⁾은 남성 외모관심도가 강할수록 취업, 사회생활, 면접 등과 같은 사

11) 한가영. (2012). 남성화장에 대한 여성들의 인식 및 태도에 관한 연구. 숙명여자대학교 대학원. 석사학위논문, p.6.

12) 고애란. (2000). 청소년기 여학생의 의복행동에 대한 영향요인 연구. 『한국의류학회지』. 24(4), pp. 475-486.

13) 김수연, 전개논문, p.5.

14) 서현수. (2013). 대중매체에 표현된 남성성의 이미지 변화에 대한 연구. 건국대학교 대학원. 석사학위논문, p.11.

15) 김창현, 전개논문, p.4.

회적 관계에서 외모의 중요도가 높아지며, 적극적인 관리를 한다고 보았고, 김혜진¹⁶⁾은 자기만족이 강할수록 외모관심요인이 높아 적극적인 관리를 한다고 보았다.

여성의 경우 외모관심도가 강할수록 외모관심요인이 높아지고, 적극적인 관리를 이행하였으며, 이는 화장품 구매력에도 영향을 미친다고 보았다.¹⁷⁾ 외모관심도가 높을수록 체중조절을 통하여 체형관리에 집중하는 경향이 높았고, 스스로의 외모가 매력적이라고 인지할수록 개성적인 의상, 남성과 여성 구별이 사라지는 유니섹스(unisex)의상 등에 긍정적 태도를 가진다고 보았다.¹⁸⁾ 또한, 화장품 구매 행동에도 적극적인 것으로 도출되었다.

김은주¹⁹⁾는 여대생들은 외모관심도가 강할수록 외모관리행동을 가능하게 하는 동기로 작용한다고 보았고, 이경숙²⁰⁾은 성인 여성들의 경우 외모관심도가 높을수록 우아하고 여성스러운 이미지에 초점을 두며 체중조절을 중요하게 생각한다고 보았다. 천혜정²¹⁾은 남녀 학생 모두 용돈이 많고 외모 관심도가 강할수록 외모관리행동을 빈번히 한다는 연구결과를 도출하였다.

외모관심도에 관한 선행연구에서 홍성임²²⁾은 외모는 대인관계에서 핵심적 역할을 하며, 특히 처음 만나는 사람과의 관계에 있어서 외모는 인상 형성에 중요한 영향을 미친다고 보았다. 또한 외모는 본인에 관한 정보를 타인에게 전달시키는 시각적 상징이며, 자기 확립과 발전을 위한 중요한 요소로서 개인생활에 지대한 영향을 준다고 보았다.

임숙자, 이영주²³⁾는 아름다움에는 외적 측면과 내적 측면이 존재하는데 외

16) 김혜진. (2015). 남성 소비자의 라이프스타일과 외모관심도에 따른 화장품 구매 행동, 구매 만족도. 서경대학교 대학원. 석사학위논문, pp.55-56.

17) 김주연. (2007). 여자고등학생의 외모관심도에 따른 화장품 구매 행동 연구. 『한국미용학회지』. 13(1), pp.353-365.

18) 고애란, 김양진. (1996). 의복행동에 대한 중심성, 자의식, 신체만족도의 영향 연구. 『한국 의류학회지』. 20(1), pp.667-681.

19) 김은주. (2001). 여대생의 외모관리행동에 관한 연구. 이화여자대학교 대학원. 석사학위논문, pp.4-6.

20) 이경숙. (2007). 성인여성의 외모관심도에 따른 추구이미지와 외모관리행동. 서경대학교 대학원. 석사학위논문, pp.3-5.

21) 천혜정. (2008). 중학생의 외모에 대한 만족도, 외모에 대한 관심 및 외모комплек스가 외모 관리행동에 미치는 영향. 『소비자정책교육연구』, 4(2), pp.1-17.

22) 홍성임. (2007). 월평균소득에 따른 중년층의 외모관리에 관한 연구. 성신여자대학교 대학원. 석사학위논문, pp.4-5.

23) 임숙자, 이영주. (2002). 체중조절행동과 의복의 맞음성 만족도 상관연구. 『한국의류학회

적 측면은 타인에게 보여 지는 것과 타인과 자신을 비교하고, 자신의 보다 나은 외모를 위하여 노력한다고 보았다.

이은희²⁴⁾는 이성에게 보다 매력적으로 보이기를 희망하여 자신의 외모나 행동에 관심을 갖게 되는 사람들이 많으며, 눈에 보이거나 직접 확인할 수 있는 의복 및 신체적 외모로 집단의 인정을 얻고자 노력하는 것이 외모관심도라고 정의하였다.

장진영²⁵⁾은 20대에서 30대 직장인들을 대상으로 한 연구에서 외모관심도를 외모 관리, 체형 관련, 체중 관련 및 몸매유지 4가지 요인들로 구분하였고, 이경숙²⁶⁾ 외모 관심도 요인을 외적표현, 체형관리, 신체자신감, 타인지각 및 순수 외모 관심 5가지 요인들로 도출시켰다.

지금까지 외모관심도에 관한 이상적 개념을 정립시키기 위하여 그 개념과 선행연구, 성별에 따른 외모관심도 비교를 고찰해 보았다. 외모는 내적인 이미지를 외부로 표현하는 표상이고, 첫인상을 좌우하고 한 개인의 이미지를 결정짓는 중요한 요소이다. 자아존중감과 상호의존적 관계를 구축하여 개인의 사회적 성공 조건으로 간주하는 외모에 대한 관심도는 주관적 평가 기준으로 인식하고, 이에 대한 타인의 평가에 의하여 신체에 대한 만족과 불만족이 형성된다. 이를 충족시키기 위한 적극적 관심이 생성되는 것을 외모관심도라고 정의하며, 이는 곧 외모관리행동으로 직결된다는 것을 알 수 있다.

성별에 따른 외모관심도 분석결과 남녀별로 외모관심도 요인과 특성에 있어 상이점이 존재하나 외모관심도에 대한 강한 관심을 가지고 있다는 점은 동일하였다. 즉 남녀 모두에게 외모관심도는 외모관리행동에 영향을 미치는 요인이라는 것이다. 외모관심도 요인 중 가장 기본적인 것은 피부라 할 수 있으므로, 본 연구의 피부건강관리인식은 외모관심도와 더불어 피부건강관리 실천행동에 긍정적 영향을 미칠 것이며 이는 곧 피부상태에 유의한 영향을 미친다는 논지의 타당성을 지지할 수 있다.

지』, 25(1), pp.13-24.

24) 이은희. (2003). 고등학생의 심리적 특성과 외모에 대한 태도가 의복태도에 미치는 영향. 『한국생활과학회지』. 12(2), pp.237-251.

25) 장진영. (2005). 외모관심도, 화장품 브랜드원산지 및 관측유형에 따른 남성화장품 구매행동. 성균관대학교 대학원. 석사학위논문, p.13

26) 이경숙, 전개논문, p.10.

기존의 연구를 살펴보면 성별과 경제사정 그리고 관심도 등 연구대상자의 일반적 특성을 바탕으로 외모관심도에 차이가 있는가에 대한 연구가 대다수이다. 또한 외모관심도에 대한 남성의 인식이 변화한 부분에 대한 내용을 반영하지 않은 경우도 많다. 따라서 본 연구에서는 가장 외모관심도에 많은 영향을 받을 것으로 예상되는 20대에서 30대 성인 남녀를 대상으로 외모관심도가 피부건강관리 인식에 미치는 영향을 파악함으로써 피부건강관리 및 실천행위에 대한 효과적인 방안을 연구하고 기초자료를 제공하는데 그 목적이 있다.

상기의 연구들과 김혜균²⁷⁾의 연구에서 도출된 외모 관심도 요인을 참고 및 수정하여 현재 남성들의 외모 관심도가 여성들에 준할 만큼 강화된 점에 착안해서 외모관심도 공통분모 요인을 도출하였다. 외모 관리컨설팅 경험 여부, 선호 브랜드 신제품 출시일 인지 여부, 세안 후 기능성 화장품 사용 여부 및 선호 화장품 브랜드 보유여부, 평소 자외선차단제와 BB크림 사용여부, 네일 전문샵 활용 여부, 피부과와 피부 관리샵 활용여부, 왁스(wax) 또는 젤(gel) 사용여부, 염색, 퍼머(perm) 여부 및 모발과 두피 관리 경험 여부로 구분하여 10가지 측정항목으로 구축하였다.

27) 김혜균. (2013). 20,30대 직장인 남성들의 외모관리행동과 정보탐색에 관한 연구. 건국대학교 대학원. 박사학위논문, p.11.

제 2 절 피부건강관리인식

1) 피부건강관리 인식의 개념

건강관리의 개념은 개인과 가족 그리고 지역사회 차원에서 최상의 건강을 유지하고 달성을 증진하기 위하여 주도 및 수행하는 조직적이고 과학적인 활동이다. 세계국제보건기구(World Health Organization: WHO)는 건강에 대하여 “건강은 신체적, 사회적, 정신적 안녕상태와 기능 수행능력이고, 단순히 병이 없는 상태를 의미하는 것은 아니다.”라고 정의하였다.²⁸⁾

피부건강관리란 피부기능의 정상화를 위하여 화장품 및 관리를 통하여 피부에 필요한 성분 공급 및 마사지 등 외부적 접근 방식과 자외선 차단, 스트레스 방지, 건전한 생활 습관과 식이요법 등의 예방 의학적 접근 방식이 있다.²⁹⁾ 피부는 피부가 가지고 있는 건강한 피부상태를 유지하기 위해서 항상성 및 장벽의 기능은 화학적, 물리적 요인에 의하여 변화된다.

이와 같은 요인으로 홍반, 주름, 색소침착, 탄력저하 및 건조 등의 미용상 문제를 예방하여 아름답고 건강한 피부를 유지하고자 하는 일련의 행동을 모두 피부 관리라고 할 수 있다. 즉 피부가 가진 모든 기능을 가능한 완전하게 유지시켜 미용 상 발생하는 문제점을 방지하고, 아름답고, 젊고, 깨끗한 피부를 가꾸게 해준다는 의미로 사용된다.

피부는 외부와 직접 접하는 부분으로 우리 신체 중 가장 바깥층이다.³⁰⁾ 외부로부터 내부 기간을 보호하며 물질흡수, 체온조절, 비타민D 생성작용과 호흡 등의 정상적인 인체활동 유지에 중요한 기능 및 역할을 한다. 따라서 육체적 피로 및 정신적 스트레스를 겪으면 피부의 상태가 나빠지기 때문에 피부는 신체의 상태를 알려주는 거울과 같은 기능을 하는 것이다.³¹⁾ 즉 피부건

28) 김영숙. (2017). 학생 건강관리 개념과 보건교사의 직무에 관한 연구. 경기대학교 대학원. 석사학위논문, p.8.

29) 고혜정. (1997). 흡연과 피부표면 수분과의 관계. 연세대학교 대학원. 석사학위논문, p.9.

30) 신수경. (2016). 중년여성의 피부상태·외모지향성·피부건강관리와의 관련성. 광주여자대학교 대학원. 석사학위논문, p.7.

31) 김다슬. (2010). 피부장벽기능에 미치는 인종 및 물리화학적 영향요인 분석. 동국대학교 대학원. 석사학위논문, p.13.

강관리는 개인의 생활 조건에 의하여 영향을 받는 피부를 건강하게 유지하기 위하여 청결, 균형 잡힌 영양 섭취, 충분한 수면, 적절한 휴식 그리고 적당한 운동 등으로 건강을 유지하는 것이며, 피부에 부정적인 영향을 미치는 문제점들을 개선시키는 것을 목적으로 하는 개념이다.

2) 20대에서 30대 피부건강관리 비교

20대에서 30대는 일, 연애, 결혼으로 인한 가정의 형성 등으로 인한 열정 및 갈등을 경험하는 시기이기 때문에 활동력이 빈번하고 새로운 변화가 급증하는 시기이다. 바쁜 일상으로 인해 규칙적이지 못한 식습관과 사회활동으로 인해 발생하는 스트레스는 민감성 피부의 원인이 된다. 또한 이명희³²⁾, 이은영³³⁾의 연구에 따르면 소화 장애와 스트레스, 수면 부족 및 화장품 화학성분 등으로 인해 20대 후반부터 여드름이 증가하는 경우도 다수 발생한다. 따라서 피부 건강관리에 대한 인식이 변화하고, 관심이 증가하게 된다.

신산월³⁴⁾은 연구대상자의 연령에 따라 피부미용관심도, 화장품 부작용 인지, 피부미용지식 정도, 피부에 영향을 미치는 요인을 파악하여 피부 건강관리를 보다 효율적으로 할 수 있다고 보았고, 연령이 젊을수록 피부건강에 관심이 많다는 결과를 제시하였다.

피부 건강관리에 대한 선행연구를 살펴보면 다음과 같다.

Heron³⁵⁾은 노동자를 대상으로 피부 건강관리에 대하여 연구하였으며, 피부 건강관리에 대한 교육프로그램 진행 후 피부병의 발병률이 감소하였으며, 질병의 1차 예방 교육으로 피부 건강관리가 중요하다고 보았다. Draelos(1997)³⁶⁾

32) 이명희. (2011). 여대생의 피부유형에 따른 피부 관리와 영양에 관한 연구. 대구한의대학교 보건대학원. 박사학위논문, pp.50-51.

33) 이은영. (2006). 20-30대 여성의 피부상태 분석과 피부 관리 태도에 대한 연구. 한성대학교 예술대학원. 석사학위논문, p.50..

34) 신산월. (1999). 女性的 皮膚美容 管理에 關한 關心度 및 皮膚에 影響을 미치는 要因 研究. 전북대학교 대학원. 석사학위논문, p.9.

35) Heron, M. (1997). In My Own Skin: Dialogues with Women Students, Tutors and Counsellors: Researching Reality, Meaning, Change and Growth in the Open University. Open University. Regional academic services.

36) Draelos, Z. D. (1997). Sensitive skin: perceptions, evaluation, and treatment. American Journal of Contact Dermatitis, 8(2), pp.67-78.

는 피부건강과 관련하여 올바른 피부 관리 제품 선택 및 피부상태에 대한 지식이 필요하며, 피부건강관리는 민감성 피부의 치료 및 예방에 긍정적인 영향을 미친다고 했다.

김봉인³⁷⁾은 중년 여성의 피부 건강관리는 건강증진행위를 규명하며, 건강증진행위를 촉구하는 효과적인 방안이라고 보았고, 나아가 피부 건강 전문 관리는 정신적 휴식 등의 건강 행위에도 긍정적인 영향을 미친다고 했다. 김영란³⁸⁾은 남성이 피부 건강관리에 대한 인식이 높아졌으며, 인식의 변화는 피부 건강관리 실천행위로 연결된다고 보았다. 특히, 사회활동을 하는 남성의 경우 피부 건강 관리에 대한 지식이 많았고, 그 만큼 피부 건강관리 실천행위도 높게 나타났다.

이안나³⁹⁾는 피부 건강관리의 행위 및 지식에 대하여 파악하였고, 피부 건강관리 정보 습득 여부 및 정보 습득 정도에 따라 피부 건강관리 실천으로 이어지는 빈도가 높다고 보았다. 또한, 자신의 피부가 건강하다고 생각하는 사람들의 경우 피부 건강관리에 더욱더 많은 관심을 보였다. 김미령⁴⁰⁾은 중년남성의 경우 피부 관리의 필요성에 대한 인식 대체적으로 좋았고, 좋은 이미지 유지와 자기 만족을 주목적으로 하지만 실제 피부건강관리 행동을 보이는 경우는 적었다는 결과를 도출하였다.

최근 피부미용 분야에서 건강 행위 변화와 관련한 연구가 진행되고 있으며, 최민화,⁴¹⁾ 신지현⁴²⁾ 등은 피부 건강관리 증진을 위한 이론적 모형을 적용한 연구를 진행하였다. 그러나 피부 건강관리 및 피부 관리의 변화단계 실태 조사에 그쳤으며, 피부 건강관리 인식에 영향을 미치는 요인에 대한 연구는 부족한 실정이다. 따라서 본 연구에서는 외모 관심도를 독립변인으로 피부 건강관리 인식에 미치는 영향에 대하여 살펴보고, 피부 건강관리를 위한 효율적 방안을 모

37) 김봉인. (1998). 중년 여성의 피부건강관리에 대한 태도와 실천행위에 관한 연구. 중앙대학교 대학원. 박사학위논문, p.12,

38) 김영란. (2005). 남성의 피부건강관리 지식과 실천행위. 고신대학교 대학원. 석사학위논문, pp.4-5.

39) 이안나. (2003). 중년여성의 피부건강관리에 대한 지식과 행위에 관한 연구. 전북대학교 대학원. 석사학위논문, pp.3-4.

40) 김미령. (2012). 중년남성의 피부건강에 대한 인식 및 태도와 피부관리 적용 후의 변화. 인제대학교 대학원. 박사학위논문, pp.54-55.

41) 최민화. (2010). 범이론적 모형을 이용한 여대생의 피부관리 실천행위에 대한 변화단계 분석. 석사학위논문, 성신여자대학교 대학원, p. 45.

42) 신지현. (2011). 건강신념모형을 적용한 여고생의 피부 관리 관련 요인분석. 석사학위논문, 성신여자대학교 대학원, pp. 63-64.

색하는데 목적을 둔다.

3) 피부건강관리의 요인 및 특성

가) 유해요인

피부건강관리는 전인적 관리로서 외부환경의 영향을 많이 받는다. 특히 자외선은 피부 유형을 결정짓는 요인 중 하나이며, 광노화에 영향을 미친다. 피부 진피층의 90%를 차지하는 콜라겐 합성을 저해하고 탄력 섬유(elastic)의 결합을 끊어 피부 겉은 거칠고 내부는 재생에 요구되는 성분을 저해시키는 환경을 만든다. 이성은,⁴³⁾ 명은진⁴⁴⁾은 자외선에 따른 색소침착은 피부 건강관리에 영향을 미치는 요인으로 작용된다고 한 바 있다.

오늘날의 현대인들은 불규칙적이고 바쁜 삶은 식생활 및 식습관의 변화를 가져왔고, 이로 인하여 변비로 고생하는 사람이 증가하고 있다. 변비는 체내 수분의 부족으로 장내 활동이 부족하여 생성되는 증상으로 피부에 문제를 야기하여 가볍게는 뽀루지, 심하게는 염증성 여드름 등의 같은 병리적 증상을 만들어 낸다.⁴⁵⁾ 또한 변비는 피부의 건성화를 촉진시키며, 배변 횟수 감소에 기인되는 숙변의 생성이 스트레스나 노폐물의 축적 그리고 혈액순환 장애를 만들어 내서 수분 공급이 차단됨에 따라 발생된다.

스트레스는 생활에서 형성되는 심리적, 정서적 압박감에서 시작되어 사회 생활까지 영향을 미치게 된다.⁴⁶⁾ 김진영⁴⁷⁾은 스트레스가 피부층 중 표피의 면역반응을 만들어내는 랑게르한스 세포와 칼시토닌유전자관련펩티드(Calcitonin Gene-Related Peptide: CGRP)가 신경 펩타이드를 포함한 신경이 접촉되는 것을 방해하여 면역계에 문제를 발생시킬 수 있다고 보았다. 또한 스트레스로 인하여

43) 이성은. (2015). 여대생의 피부건강관리에 대한 지식과 관리 행위에 관한 연구. 석사학위논문, 대구한의 대학교, pp.55-56.

44) 명은진. (2000). 20,30대 여성의 피부건강 관리에 대한 지식 및 행위에 관한 연구. 연세대학교 관리과학대학원. 석사학위논문, pp.51-52.

45) 이명희, 전개논문, pp.49-52.

46) 권연주. (2013). 여성노인의 스트레스와 수면이 안면피부상태에 미치는 영향. 성결대학교 교육대학원. 석사학위논문, pp.50-51.

47) 김진영. (2010). 음주 및 스트레스가 여성의 피부건강 관리에 미치는 영향. 삼육대학교 보건복지대학원. 석사학위논문, pp.61-63.

피부세포 증식이 감소될 수 있고, 이는 피부의 색소침착 및 피지분비 저하로 인한 피부의 건조함, 피부탄력 손실로 이어지게 된다.

체온은 인체의 항상성 유지에 중요한 역할을 한다. 최근 피부 관리를 위한 방법으로 사우나가 주목을 받았는데, 이는 피부 온도를 상승시켜 노폐물을 배출한다는 원리이다. 그러나 이 경우 갑작스러운 온도의 변화로 피부가 민감해지는 문제가 발생할 수 있다. 또한 피부 온도가 41도에 다다르면 피부 진피층에서 콜라겐 섬유를 분해시키는 마이크로 멀티 펄스 시스템(Micro Multi Pulse Systems: MMPS)⁴⁸⁾이 증가하게 되며, 피부노화를 촉진한다.

피부의 70%는 수분이며, 피부층 중 가장 핵심적인 부분인 진피층의 70%에서 80% 이상이 망상층이며, 엘라스틴과 콜라겐의 결합조직에 의하여 피부 유형이 결정된다. 결과적으로 수분이 부족해지면 피부가 건조해지며 이는 노화 피부로 진행되어 피부건강관리에 문제가 될 수 있다.

수면은 휴식을 취하는 시간이며, 수면을 하는 동안 피부조직의 세포도 휴식을 취하기 때문에 세포기능 회복이 진행된다.⁴⁹⁾ 따라서 수면 부족은 피부 세포에 대한 영양 공급 저하와 부산물 적재로 피부를 건조하게 만들며, 피부탄력이 약화되어 피부노화에 영향을 미친다. 장경자⁵⁰⁾는 1일 수면시간을 8시간 이상으로 보았고, 건강한 수면은 피부의 수분 함량이 증가시키고 피부 세포 기능인 단백질 합성, 성장호르몬 분비, 세포분화가 증가되어 피부 세포의 회복은 물론 신체순환에 도움이 된다고 보았다.

20대에서 30대 남녀는 사회진출로 인하여 피부건강관리에 관한 관심이 증대되면서 흡연이 피부건강을 위협한다는 인식을 가지게 되었다. 한경화⁵¹⁾는 흡연을 할 경우 니코틴이 피부의 수분을 감소시켜 피부를 건조하게 만든다고 주장하였다. 직접 흡연이 아닌 간접흡연 역시 동일한 문제점을 발생시켰는데, 담배연기에서 발생하는 유해물질들은 필터를 거치지 않기 때문에 직접흡연보다 건

48) MMPS(Micro Multi Pulse System)는 콜라겐 분해효소로 콜라겐과 엘라스틴 등의 기질 단백질이 분해되면서 피부 광노화가 진행된다(김옥경 외 4인, 2013)

49) 김신희. (2012). 성인여성의 피부건강관련 요인. 대구한의대학교 보건대학원. 석사학위논문, p.12.

50) 장경자. (2000). 20대 초반 여성의 안면 부위별 피부 표면 유, 수분에 관한 연구. 연세대학교 보건대학원. 석사학위논문, p.14.

51) 한경화. (2004). 여성의 피부건강 관리에 관한 지식 및 태도의 인식 분석. 남부대학교 산업정보대학원. 석사학위논문, pp.8-10.

강에 미치는 악영향이 더 유의하였다.⁵²⁾

국가통계포털 국민건강영양조사의 음주 추이를 보면, 20대에서 30대의 음주량이 전체의 절반 이상을 차지하였다.⁵³⁾ 이는 사회활동을 가장 많이 하는 연령층에서 음주량이 많은 것으로 볼 수 있다. 김진영⁵⁴⁾은 특히 여성 음주의 경우 남성과는 상이하게 음주를 하게 되는 시기가 늦고, 음주의 원인이 가사노동에서 오는 스트레스, 직장가 가정에서의 이중역할 부담, 남편의 무관심, 갱년기로 인한 우울 및 사별이나 이혼 등 정신적 측면에서 비롯된다고 보았다.

나) 생활습관

생활습관은 크게 세 가지로 분류할 수 있고, 그 내용은 다음과 같다. 첫째, 식생활의 변화이다. 최근 도시화 및 산업화의 증대는 식생활 간소화에 영향을 미쳤다. 식생활 간소화는 크게는 가정 식생활의 변화, 작게는 개인 건강문제와 직결되는 문제를 발생시킨다. 식생활 간소화로 인해 가장 많이 발생하는 문제는 인스턴트식품의 과잉섭취이다. 인스턴트식품 과잉섭취는 피부염 증 형태 중 한가지인 아토피는 민감성 피부의 원인이 된다.⁵⁵⁾ 또한

패스트푸드의 경우 지방질을 과다 섭취하게 되며, 이는 피지를 자극하여 호르몬 이상을 유발하고, 피부 트러블을 발생시킨다.⁵⁶⁾

둘째, 기호식품이다. 김진영⁵⁷⁾은 흡연과 알코올은 피부건강관리에 부정적인 영향을 미친다고 보았다. 알코올 섭취의 경우 피부를 건조하게 하며 흡연은 피부색을 어둡게 만드는 결정적 원인이라고 주장하였다. 이명심⁵⁸⁾은 흡연으로 인한 피부노화는 자외선으로 인한 노화보다 진행속도가 빠르며, 피부 깊

52) 심경란. (2017). 성인 흡연자, 간접흡연자, 비흡연자의 DPOAE 비교. 가톨릭대학교 의료보건과학대학원. 석사학위논문, pp.11-12.

53) 윤달남. (2015). 여성들의 피부 관리실 이용행태와 서비스 이용 만족도에 관한 연구. 숙명여자대학교 원격대학원. 석사학위논문, p.3-5.

54) 김진영, 전계논문, pp.4-5.

55) 강지영. (2013). 젊은 여성의 식습관이 피부건강에 미치는 영향. 성신여자대학교 생애복지대학원. 석사학위논문, pp.51-53.

56) 이명심. (2010). 20-30대 성인여성의 피부유형에 따른 식 행동 및 건강관련 생활습관 비교. 성신여자대학교 문화산업대학원. 석사학위논문, pp.60-61.

57) 김진영, 전계논문, pp.4-6.

58) 이명심, 상계논문, p.13.

은 곳의 엘라스틴 변화를 생성한다고 주장하였다. 또한 담배에서 발생하는 일산화탄소는 피부 내 산소 공급을 감소시키기 때문에 피부 혈색소와 피부건강 관리 문제를 만들어 낸다고 하였다.

알코올은 소량 섭취 시 혈액순환을 증가시키는 긍정적인 면이 있다. 그러나 알코올을 과량섭취 하게 될 경우 스트레스 호르몬인 부신피질 자극호르몬 방출인자(Corticotropin-Releasing Factor: CRF)를 분비하게 만드는데, 부신피질호르몬이 많아지면 여드름을 유발시키고 체내 수분손실로 이어져 피부가 건조해진다.

현대인의 기호식품인 커피 속의 카페인 성분은 멜라닌을 자극하거나 색소침착에 영향을 미친다.⁵⁹⁾ 또한 커피 중 열량이 높은 커피의 경우 이를 소화시키기 위해 다량의 수분을 필요로 하며, 커피에 함유된 설탕 섭취는 피부 피지량을 증가시켜 여드름의 발생 원인이 된다. 이명희⁶⁰⁾는 고당질 식품을 과다 섭취하면 수분섭취를 증가시키고 피부가 예민하게 되는 원인이라고 보았다.

셋째, 건강보조식품이다. 최근 피부미용에 대한 관심이 증폭되면서 건강보조식품 종류도 다양해졌으며, 건강필수식품으로 자리매김하였다. 이너뷰티(inner beauty)는 미용뷰티식품이 주목받고 있으며, 이는 피부에 활력을 주고 피부건강 관리에 도움이 되는 비타민과 피부 노화를 방지하는 비타민 및 무기질에 관한 섭취에 관심으로 발전한다고 보았다.

59) 조예림. (2015). 성인의 수분섭취량과 생활습관에 따른 안면피부건강 연구. 가천대학교 대학원. 석사학위논문, p.1-30

60) 이명희, 전개논문, p.21.

다) 건강지식

피부건강관리지식은 피부구조를 인지하고 피부에 요구되는 영양, 운동, 생활 습관 및 기호식품에 대해 알아보며, 피부건강관리를 지속시키기 위한 일련의 활동을 체계성 있게 정리하는 것이다. 또한 김진영⁶¹⁾은 피부건강관리를 피부의 혈색을 향상시키고 피부가 윤택하고 촉촉하게 하며, 활력이 넘치는 복합적 요인들이 모여 생성되는 외형의 모습이라 정의하였다.

피부건강관리인식에 대한 이해를 위해 20대에서 30대 피부건강관리의 특징 및 피부건강관리인식 요인에 대하여 선행연구를 고찰하였다. 다른 연령대에 비해 20대에서 30대는 피부건강관리에 대하여 긍정적인 인식을 보유하고 있었으므로 본 연구의 연구대상자로 매우 적합하다.

자외선, 스트레스, 변비, 사우나, 수분, 수면, 흡연, 그리고 음주 등은 피부건강에 악영향을 미치는 요인들이기 때문에 피부건강관리 시 가장 주의해야 하는 요소들이다. 그러나 20대와 30대 남녀의 경우 이러한 악영향에 노출되는 빈도수가 높기 때문에 피부건강을 고려한 생활습관과 피부에 대한 기본적인 지식 습득을 통하여 피부건강관리를 지속해야할 필요성이 있다.

61) 김진영, 전계논문, p.13.

제 3 절 피부건강관리 실천행위

1) 피부건강관리 실천행위의 개념

사람들은 건강과 아름다움에 대한 기대 및 욕구가 강해지고 있고, 피부건강관리에 대한 관심이 지속적으로 증가하고 있으며, 피부미용은 더 이상 성별에 따른 외모관리 개념이 아니다.⁶²⁾ 사회생활 및 대인관계에서 외모가 사람을 평가하는 기준에 중요한 부분을 차지하게 되었고, 그 중에서도 깨끗하고 건강미 넘치는 피부를 가진 사람은 단정하고 친근한 느낌을 준다. 피부가 지닌 본래의 기능을 유지시켜 피부 트러블을 예방하고, 피부의 탄력을 통해 축축하고 매끄러운 피부를 유지하는 것을 피부건강관리 실천행위(이하 실천행위)라고 한다.

건강한 피부인 경우에도 외부의 자극이나 스트레스, 불규칙한 생활습관, 잘못된 관리방법 및 식습관 등에 의하여 망가질 수 있기 때문에 피부건강관리는 건강하고 아름다운 피부를 유지하기 위한 실천행위가 지속적으로 뒷받침되어야 한다.⁶³⁾ 실천행위는 건강하고 아름다운 피부를 유지하기 위해 피부의 정상기능이 깨지지 않게 관리해주는 것을 의미한다.

62) 김수진, 전계논문, p.8.

63) 이명희, 전계논문, p.9-10.

2) 피부건강관리 실천행위의 요인 및 특성

가) 화장품 선택 및 피부 관리의 전문성

피부는 땀과 피지를 배출하여 외부환경의 유해요인으로부터 인체를 보호한다. 현대사회는 환경오염이 심해짐에 따라 피부의 노화를 촉진 시키는 요소들이 많아져 피부 자생력만으로는 피부보호에 한계가 있어 화장품을 이용한 보습을 통해 피부보호를 할 필요가 있다.⁶⁴⁾

최민정⁶⁵⁾은 효과적인 화장품 활용을 위해 화장품 구매 목적으로 피부와의 적합성과 품질 및 기능에 대한 필요성을 언급하였다. 윤달님⁶⁶⁾은 사람들의 피부관리에 대한 관심의 증가로 인해 전문적인 관리에 대한 필요성을 알게 되었고, 피부전문 관리실의 증가로 인해 단순 피부관리 서비스 이상의 전문적인 관리를 필요로 하였다. 김연진⁶⁷⁾은 전문적인 피부 관리에 관한 교육을 이수한 사람들이 피부건강관리에 대한 태도가 높아진다고 보았다. 또한 전문 지식의 증가와도 연관성이 있으며, 뷰티관련 프로그램과 제품 보급의 대중화로 피부 관리에 대한 관심은 더욱 증가되었다.

64) 김선영. (2014). 성인여성들의 화장품의 사용실태 및 구매행동에 관한 연구. 숙명여자대학교 원격대학원. 석사학위논문, p.11-13.

65) 최민정. (2011). 20-30대 여성의 화장품 구매양상과 구매 후 사용실태 평가. 중앙대학교 의약식품대학원. 석사학위논문, p.14.

66) 윤달님, (2015), 전개논문, p.9.

67) 김연진. (2002). 중년 여성의 피부건강관리 지식, 태도 및 교육요구도 조사. 중앙대학교 사회개발 대학원. 석사학위논문, p.10.

나) 영양 및 운동

건강한 피부를 위해서는 영양을 골고루 흡수하여 세포 활성화와 단백질 합성을 증가시켜야 한다. 규칙적인 영양분 섭취는 피부에 긍정적인 영향을 미치고 식습관이 규칙적일수록 피부가 중성 타입(type)에 가까워진다. 반면 식습관이 불규칙할 경우 지성 또는 복합성 피부가 될 가능성이 높아지고⁶⁸⁾ 야식, 과식 및 폭식 등은 피부건강상태를 악화시키는 원인이 된다.

피부를 건강하게 지속시키기 위해서는 적절한 불포화 지방산과 비타민 및 무기질 등을 섭취하여 대사과정의 흐름을 원활히 하여 피부질환, 혈액순환 장애 등이 발생하지 않게 하고, 세균감염을 초래하고 피지 분비량을 증가시켜 피부위생에 문제를 일으킬 수 있는 고당질 식품은 피하는 것이 좋다.⁶⁹⁾

또한 정기적인 운동은 원활한 혈액순환과 신진대사로 피부 보습을 지속시켜 피부에 탄력을 제공하고, 피부 건강을 촉진시켜, 면역력이 높아지도록 도움을 준다.⁷⁰⁾ 는 지속적인 체조를 실시한 집단은 그렇지 않은 집단에 비하여 세안 후 외부에 대한 저항력을 강화시키는 산성막이 신속하게 회복된다는 차명호⁷¹⁾의 연구는 이를 뒷받침해준다.

상기의 내용에 근거하여 본 연구에서는 피부건강관리 실천행위 요인을 화장품 선택, 피부 관리의 전문성, 그리고 영양 및 운동으로 구성하여 피부상태에 미치는 유의함을 검증할 것이다.

선행연구고찰 및 이론적 배경을 통해 피부건강관리 인식과 외모관심도가 피부건강관리 행위 및 피부상태에 유의미한 영향을 미칠 것이라는 연구문제를 이론적으로 검증하기 위하여 각 변수의 이상적 개념들을 정립하여 그 관계성을 고찰해 보았다.

20대와 30대 남녀의 경우 활동력이 가장 많은 시기이며, 새로운 변화에 직면하여 피부에 변화를 경험하게 된다. 따라서 피부건강관리와 관련하여 유

68) 이명희, 전제논문, p.6.

69) 김미영, 조경동, 백옥희, 이복희. (2008). 체성분, 영양소 섭취상태 및 생화학적 지표가 민감성 피부 여대생의 피부건강 관리 상태에 미치는 영향. 『한국식생활학회지』. 23(2), pp.258-267.

70) 이명희, 상제논문, p.11.

71) 차명호. (2000). 미용체조가 Base Make-up에 미치는 영향. 국문대학교 대학원. 석사학위논문, p.12.

해요인과 생활습관 및 피부건강관리지식에 대한 필요성이 강조되었다. 또한 피부건강관리인식을 생성시키는 주요인인 외모관심도를 고찰한 결과, 외모관심도는 내적 이미지가 외부로 표현되는 표상으로써 첫인상을 결정짓고 그 개인의 이미지를 결정하기 때문에 사회적 성공조건 of 핵심적 요인임을 알 수 있었다. 외모관심도와 피부건강관리인식은 피부건강관리 행위에 긍정적인 자극요인이 됨으로써 피부상태에 영향을 미칠 것이다.

실천행위는 화장품의 선택, 피부 관리의 전문성, 영양 및 운동 요인으로 구성하였고, 피부건강관리인식은 유해요인, 생활습관, 피부건강지식 세 가지 요인으로 구성하였으며, 하위요인으로 외모관리컨설팅 경험여부, 선호 브랜드 신제품 출시일 인지여부, 세안 후 기능성 화장품 사용 여부, 선호 화장품 브랜드 보유여부, 평소 썬 크림과 BB크림 사용여부, 네일 전문샵 활용여부, 피부과/피부 관리샵 활용여부 그리고 왁스, 젤 사용여부, 염색, 퍼머 여부, 모발/두피관리 경험 여부로 구분하여 10가지 측정항목으로 구성하였다.

외모관심도에 유의한 영향을 주는 요인으로 피부의 수분, 유분, 탄력, 모공, 색소침착, 주름, 그리고 거칠기 등으로 구성하였다.

제 3 장 연구방법 및 절차

제 1 절 연구대상 및 자료수집

조사대상자는 선행연구를 통하여 외모관심도가 가장 높다고 판단되는 20세와 30대 학생 및 일반인 남녀를 대상으로 서울과 경기 지역에 거주하는 대상으로 선정하였다.

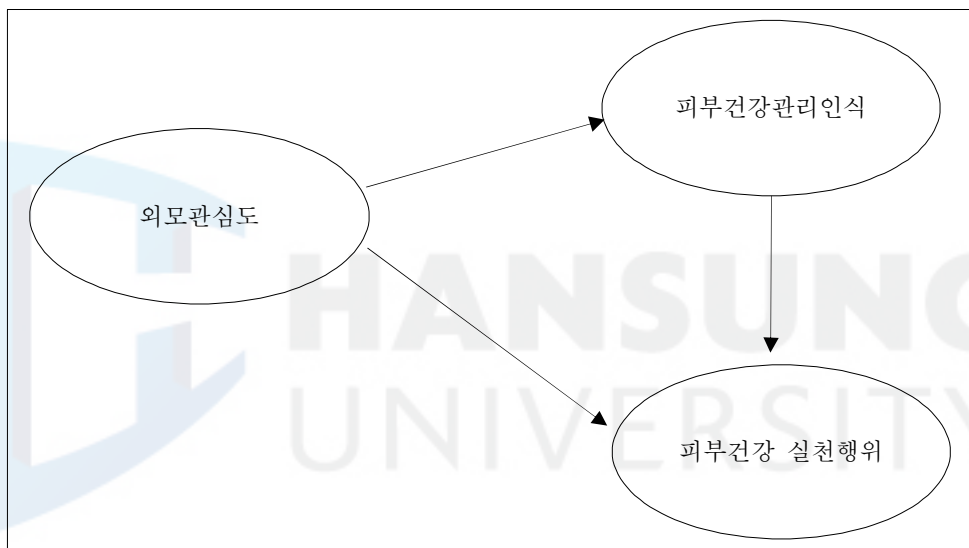
설문조사는 사전에 본 연구의 목적 및 방법을 충분히 설명한 후 무기명자기 기입식 설문조사법(self-administrated questionnaire survey method)을 실시하였다.

설문지는 2018년 9월 6일부터 9월 28일까지 총 25일간 진행하였으며 총 300명을 대상으로 배포 후 그 자리에서 바로 300부를 회수하여 최종적으로 300부를 분석에 사용하였다.

제 2 절 연구모형

본 연구는 외모관심도가 피부건강관리 인식과 실천행위에 미치는 영향에 대하여 알아보기 위해 외모관심도가 피부건강관리 인식에 미치는 영향, 외모관심도가 피부건강관리 실천행위에 미치는 영향, 피부건강관리인식이 피부건강관리 실천행위에 미치는 영향에 대하여 분석하였다.

연구에 관한 모형은 다음 [그림 3-1]과 같이 설정하였다.



제 3 절 연구문제

본 연구는 20대와 30대 남녀의 외모관심도가 피부건강관리인식과 실천행위에 미치는 영향에 대하여 연구하였다.

연구문제는 다음과 같다.

연구문제 1. 조사대상자의 일반적 특성에 대하여 알아본다.

연구문제 2. 조사대상자의 외모관심도, 피부건강관리 인식, 피부건강관리 실천행위의 하위요인을 알아본다.

연구문제 3. 외모관심도가 피부건강관리 인식에 미치는 영향을 알아본다.

연구문제 4. 외모관심도가 피부건강관리 실천행위에 미치는 영향을 알아본다.

연구문제 5. 성별과 연령에 따른 외모관심도, 피부건강관리 인식, 피부건강관리 실천행동의 차이를 알아본다.

제 4 절 조작적 정의

본 연구의 가설 검증을 위하여 변수들의 조작적 정의를 선행연구에 기초하여 정리하면 다음과 같다.

1) 외모관심도

겉으로 드러나는 모습, 즉 개인의 이미지를 외모라고 본다. 외모에 대하여 스스로 만족 혹은 불만족스러운 부분에 관심을 가지고 이러한 관심이 외모관리라는 행동으로 이어질 수 있는 것을 외모관심도라고 정의한다.

2) 피부건강관리인식

건강관리는 신체적, 사회적, 정신적 건강을 유지하기 위한 행동을 의미한다. 따라서 피부건강관리는 피부기능의 정상화를 위해 화장품 및 피부관리를 통해 피부의 건강을 유지하기 위한 행동이며, 피부건강관리인식은 이와 같은

피부건강관리에 대하여 인지하고 지식 및 관심을 가지고 있는 것으로 정의한다.

피부건강관리 인식 요인에는 유해요인과 생활습관 및 건강지식으로 구분하였다.

3) 피부건강관리 실천행위

앞서 정의한 피부건강관리에 기반하여 피부가 가진 기능 및 역할을 온전하게 유지하고, 피부가 보다 아름답고 건강하도록 만들기 위한 피부건강관리 행위로 정의한다.

피부건강관리 실천행위 요인에는 화장품의 선택과 피부관리의 전문성, 영양 및 운동으로 구분하였다.

제 5 절 설문지 구성

본 연구의 목적은 외모관심도가 피부건강관리 인식 및 실천행위에 미치는 영향을 알아보는 것이다. 설문지 구성 방법은 외모관심도 측정을 위해 김해균⁷²⁾이 사용한 문항을 본 연구의 목적에 맞게 재구성 하였고 총 8문항으로 구성하였다, 피부건강관리인식은 유해요인과 생활습관, 건강지식 세가지 요인으로 분류하였고 이를 측정하기 위해 김영희⁷³⁾, 장은영⁷⁴⁾, 황승미⁷⁵⁾, 이명심⁷⁶⁾, 이영주⁷⁷⁾, 김지현⁷⁸⁾의 연구에서 사용된 문항을 본연구의 목적에 따라 재구성 하였고 총 17문항으로 구성하였다. 피부건강관리 실천행위는 화장품의 선택과

72) 김해균, 전계논문, pp. 146-162.

73) 김영희. (2013). 남자대학생의 피부건강관리 지식, 태도 및 교육요구도 연구. 서경대학교 대학원, pp. 53-59.

74) 장은영. (2013). 여대생의 주관적 피부건강과 스트레스와의 관련성. 고신대학교 보건대학원, 석사학위논문, pp. 29-31.

75) 황승미. (2010). 20, 30대 남성과 여성의 자외선에 대한 인식도와 자외선 차단제의 실태 비교연구. 건국대학교 산업대학원, 석사학위논문, pp. 51-59.

76) 이명심, 전계논문, pp. 66-68.

77) 이영주. (2016). 우리나라 중년여성의 식이섭취와 건강생활습관이 안면피부에 미치는 영향. 성신여자대학교 일반대학원, 박사학위논문, pp. 140-150.

78) 김지현, 전계논문, pp. 65-69.

피부 관리의 전문성, 영양 및 운동 세 가지 요인으로 분류하였고 이를 측정하기 위해 함주현⁷⁹⁾, 정환희⁸⁰⁾, 김지현⁸¹⁾, 김신희⁸²⁾, 김은수⁸³⁾가 사용한 문항을 본 연구에 맞게 수정 및 보완하여 재구성하였고 총 17문항으로 구성하였다. 인구통계학적 특징을 알아보기 위해 연구자가 구성한 성별, 연령, 결혼상태, 직업, 최종학력, 월소득 결혼상 태 6문항으로 총 48문항으로 구성하였다. 설문지는 5점 리커트(Likert) 척도로 구성하였으며, 점수가 높을수록 외모에 대한 관심, 피부건강관리인식 및 실천행위가 높은 것으로 본다.

[표 3-1] 설문지 구성

측정 항목		문항수	출처
외모 관심도	외모 관심도	8	김혜균(2013)
피부 건강관리 인식	유해요인 생활습관 건강지식	17	김영희(2013) 장은영(2013) 황승미(2010) 이명심(2010) 이영주(2016) 김지현(2015)
피부 건강관리 실천행위	화장품의 선택 피부 관리의 전문성 영양 및 운동	17	함주현(2016) 정환희(2015) 김지현(2015) 김신희(2012) 김은수(2013)
인구통계학적 사항		6	작업자
합계		48	

79) 함주현. (2015). 라이프스타일에 따른 피부건강신념과 화장품 사용행태. 숙명여자대학교 대학원, 석사학위논문, pp. 79-81.

80) 정환희. (2015). 약산성 및 약알칼리성 세안제 사용 후 기초화장품이 피부 pH에 미치는 영향. 건국대학교 산업대학원, 석사학위논문, pp. 48-51.

81) 김지현, 상계논문, pp. 65-69.

82) 김신희, 전계논문, pp. 43-45.

83) 김은수. (2013). 여고생의 피부상태 관심도 및 만족도에 따른 피부건강교육의 필요성 연구. 성신여자대학교 대학원, 석사학위논문, pp. 52-55.

제 6 절 자료처리 및 분석

20대와 30대 남녀의 외모관심도가 피부건강관리 인식과 실천행위에 미치는 영향을 분석하기 위해 SPSS(Statistical Package for Social Science) 19.0 version 프로그램을 이용하였다. 자료 분석을 위하여 다음과 같은 분석방법을 사용하였다.

첫째, 조사대상자의 인구통계학적 특성을 분석하기 위해 빈도분석(Frequency Analysis)을 하였다.

둘째, 외모관심도, 피부건강관리 인식, 실천행위 각각의 하위차원을 알아보기 위해 신뢰도 분석(cronbach's α), 요인분석(factor analysis)을 실시하였다. 요인분석은 변수가 많고, 공통인자분산 값의 변화가 심하지 않은 경우 사용하는 탐색적 요인 분석 방법을 실시하였다.

셋째, 외모관심도와 피부건강관리 인식, 피부건강관리 실천행위 사이의 영향관계를 파악하기 위하여 단계적 방법을 적용한 다중회귀분석(multiple regression analysis)을 실시하였다.

넷째, 성별과 연령에 따른 외모관심도, 피부건강관리 인식 및 피부건강관리 실천행위의 차이 분석을 위하여 다변량분산분석(Multivariate Analysis of Variance: MANOVA)을 실시하였다.

제 4 장 연구결과 및 고찰

제 1 절 조사대상자의 인구통계학적 특성

조사대상자의 인구통계학적 특성을 살펴보기 위해 빈도분석을 실시한 결과는 [표 4-1]과 같다.

연구 대상자의 성별은 남성이 127명(42.3%), 여성이 173명(57.7%)로 여성이 남성보다 46명으로 많았고, 연령은 20대가 168명(56%), 30대가 132명(44%)로 20대가 30대 보다 36명 많게 나타났다.

학력은 고등학교 졸업이 152명(50.7%)으로 과반수로 가장 많았으며, 전문대 재학 및 졸업이 83명(27.7%), 대학교 재학 및 졸업이 34명(11.3%), 대학원 이상이 31명(10.4%)으로 나타났다.

직업은 전문직이 92명(30.7%)으로 가장 많았고, 학생이 79명(26.3%), 서비스직이 49명(16.3%), 사무직이 34명(11.3%), 주부가 23명(7.7%), 기타는 23명(7.7%)으로 나타났다.

결혼 상태에서는 미혼이 223명(74.4%)으로 가장 많았고, 기혼이 70명(23.3%), 기타는 7명(2.3%)으로 나타났다.

수입은 200만원미만이 152명(50.7%)로 가장 높았으며, 200만원에서 300만원 미만이 83명(27.7%), 300만원에서 400만원미만이 34명(11.3%), 400만원에서 500만원 미만이 17명(5.7%), 500만원 이상은 14명(4.7%)로 나타났다.

[표 4-1] 인구통계학적 특성

<n=300 %>

	항목	빈도(명)	백분율(%)
성별	남성	127	42.3
	여성	173	57.7
연령	20대	168	56.0
	30대	132	44.0
학력	고등학교 졸업	152	50.7
	전문대 재학/졸업	83	27.7
	대학생 재학/졸업	34	11.3
	대학원이상	31	10.4
직업	주부	23	7.7
	전문직	92	30.7
	학생	79	26.3
	서비스직	49	16.3
	사무직	34	11.3
	기타	23	7.7
결혼상태	미혼	223	74.4
	기혼	70	23.3
	기타	7	2.3
수입	200만원미만	152	50.7
	200-300만원미만	83	27.7
	300-400만원미만	34	11.3
	400-500만원미만	17	5.7
	500만원 이상	14	4.7
	합계	300	100%

제 2 절 외모관심도, 피부건강관리인식, 피부건강관리 실천행동의 하위요인

본 연구에서 사용된 외모관심도, 피부건강관리 인식, 피부건강관리 실천행동의 설문문항에 대한 타당도를 확보하기 위하여 탐색적 요인분석과 신뢰도 분석을 실시하였다. 요인추출법으로는 고유 값이 1.0이상인 요인을 기준으로 그 수를 결정하였고 요인 적재값은 0.5가 넘으면 적정 변수로 보기 때문에 본 연구에서는 0.5가 넘지 못하는 항목은 분석에서 제외하였다.

각 문항이 동일한 개념으로 구성되었는지 살펴보기 위하여 신뢰도 계수 (Cronbach's α) 값을 이용하여 신뢰도를 저해하는 문항을 제외한 후 분석을 시행하여 신뢰도를 높였다. 요인 간 독립적 해석을 위해 베리맥스(Varimax) 방법을 사용하였으며 신뢰도 계수 값은 0.6이상인지를 살펴보았다. 또한 자료의 적절성을 파악하기 위하여 KMO-Bartlett의 구형성 검정을 실시하였다. Kaiser-Meyer-Olkin 측도 값이 0.9이상이며 아주 좋은 수준을 의미하고 0.5이하이면 변수로서 받아들일 수 없는 수준을 의미한다.

1) 외모관심도

KMO-Bartlett의 구형성 검정을 실시한 결과 Kaiser-Meyer-Olkin 측도 값이 0.88로 나타났으며 카이제곱의 유의확률 0.000으로 요인분석에 매우 적절하다고 판단되어 요인분석을 실시하였다. 외모관심도를 알아보기 위한 설문항목은 총 10문항 중 요인 적재값이 0.5가 넘지 않는 2문항을 제외한 8항목들에 대한 요인분석을 실시하였으며 3가지요인으로 나누어지는 것으로 나타났다. 총 분산 중 설명되는 부분은 72.85%였으며 결과는 [표 4-2]와 같다.

외모관심도에 대한 요인1은 25.68%의 설명력을 보였으며, ‘평소 썬 크림이나 비비크림을 사용한다, 네일 전문샵에서 각질제거를 받은 경험이 있다, 피부과 및 피부 관리 샵에서 피부 관리를 받은 경험이 있다’ 등의 문장으로 구성되었으므로 요인1을 ‘피부관리관심’으로 명명하였다.

요인2는 24.90%의 설명력을 보였으며, ‘헤어 스타일링을 위해 염색, 퍼머

등을 한다, 모발 및 두피관리를 받은 경험이 있다’ 등으로 구성되었으므로 ‘헤어관리관심’으로 명명하였다.

요인3은 22.26%의 설명력을 보였으며, ‘선호브랜드의 신제품 출시시기를 잘 알고 있다, 세안 후 스킨, 로션 이외의 화장품을 사용한다, 선호하는 화장품 브랜드가 있다’ 등으로 구성되었으므로 ‘화장품 관리관심’으로 명명 하였다. 외모관심도의 대한 신뢰도는 0.764로 나타났다.

[표 4-2] 외모관심도에 대한 요인분석

측정 항목	피부관리 관심	헤어관리 관심	화장품 관리관심	공통성
평소 썬크림이나 비비크림을 사용한다.	.762	.023	.377	.723
네일 전문샵에서 각질제거를 받은 경험이 있다.	.737	.428	.115	.740
피부과/피부 관리샵에서 피부 관리를 받은 경험이 있다.	.633	.597	.151	.781
헤어스타일링을 위해 염색, 펌 등을 한다.	.088	.795	.310	.674
모발/두피관리를 받은 경험이 있다.	.266	.760	.159	.783
선호브랜드의 신제품 출시시기를 잘 알고 있다.	.055	.423	.765	.768
세안 후 스킨, 로션 이외의 화장품을 사용한다.	.425	.121	.749	.651
선호하는 화장품 브랜드가 있다.	.518	.219	.579	.757
고유치	2.055	1.992	1.781	
설명변량	25.686	24.905	22.267	
누적변량	25.686	50.591	72.858	
신뢰도계수	.783	.694	.764	
KMO=.881, $\chi^2=979.368(df=28)$, $P=.000$, 전체 신뢰도계수=.849				

2) 피부건강관리인식

KMO-Bartlett의 구성형 검정을 실시한 결과 $\chi^2=2110.535$, Kaiser-Meyer-Olkin 측도 값이 0.82으로 나타났으며 카이제곱의 유의확률 0.000으로 요인분석에 매우 적절하다고 판단되어 요인분석을 실시하였다.

피부건강관리 인식을 알아보기 위한 설문항목은 총 23문항 중 요인적재 값이 0.5가 넘지 않는 5문항을 제외한 18항목들에 대한 요인분석을 실시한 결과 3가지 요인이 도출되었으며 총 분산 중 설명되는 부분은 56.86%이며 요인분석의 결과는 [표 4-3]과 같다.

요인1은 ‘피부건강을 위해 나는 지방이나 설탕이 함유된 음식을 삼간다, 피부건강을 위해 나는 자극적인 음식을 삼간다, 인스턴트 음식을 줄인다, 금주, 금연한다, 정기적으로 운동한다, 자외선 차단을 위해 모자 선글라스, 긴팔을 착용 한다’ 등으로 구성 되었으므로 ‘생활습관’으로 명명하였으며 신뢰도는 0.884으로 나타났다.

요인2는 ‘스트레스는 피부건강관리의 유해요인이다, 피부에 수분이 부족하면 피부를 건조하게 만든다, 음주, 흡연은 피부건강관리의 유해요인이다, 수면은 6시간~8시간 이상 충분히 자야한다, 변비는 피부건강관리의 유해요인이다, 자외선은 피부를 건조하게 한다’ 등으로 구성되었으므로 ‘유해요인’으로 명명하였으며 신뢰도는 0.796로 나타났다.

요인3은 ‘정상피부는 유, 수분이 충분한 피부이다. 건성피부는 유, 수분이 부족하여 주름을 형성시킬 수 있다, 피부유형(지성, 건성, 복합성 등)을 결정하는 요인은 피지량에 따라 구분된다, 정상피부는 pH 4-5.5, 즉 약산성 상태를 말한다, 피부노화를 방지하는 비타민 이 있다’ 등으로 구성되었으므로 ‘건강지식’으로 명명하였으며 신뢰도는 0.723로 나타났다.

[표 4-3] 피부건강관리인식에 대한 요인분석

측정항목	생활 습관	유해 요인	건강 지식	공통성
피부건강을 위해 나는 지방이나 설탕이 함유된 음식을 삼간다.	.881	.044	-.005	.779
피부건강을 위해 나는 자극적인 음식을 삼간다.	.880	.090	.053	.786
나는 피부건강을 위해 인스턴트 음식을 줄인다.	.878	.049	.027	.774
나는 피부건강을 위해 금주, 금연한다.	.763	.052	.106	.597
나는 피부건강을 위해 정기적으로 운동을 한다.	.724	.044	.061	.530
나는 자외선 차단을 위해 외출 시 모자, 선글라스, 긴팔 착용을 한다.	.621	-.009	.157	.411
스트레스는 피부건강관리의 유해요인이다.	.014	.793	.091	.637
피부의 수분부족은 피부를 건조하게 한다.	-.064	.751	.254	.633
음주, 흡연은 피부건강관리의 유해요인으로 피부 노화를 유발한다.	.121	.747	.094	.582
피부건강을 위하여 평소 수면은 6-8시간 충분히 자야 한다.	.017	.742	.122	.566
변비는 피부건강관리의 유해요인이다.	.054	.695	.147	.507
자외선은 피부를 건조하게 한다.	.092	.591	.152	.480
정상피부는 유, 수분이 충분한 피부이다.	-.058	.195	.737	.585
건성피부는 유, 수분이 부족하여 주름을 형성시킬 수 있다.	.006	.361	.690	.607
피부유형(건성, 지성, 복합성 등)을 결정하는 요인은 피지량에 따라 구분된다.	.1230	.015	.670	.463
정상피부는 pH 4, 5-6, 즉 약산성 상태를 말한다.	.147	.177	.632	.501
피부노화를 방지하는 비타민 있다.	.111	.117	.594	.490
고유치	3.898	3.364	2.405	
설명변량	22.929	19.787	14.145	
누적변량	22.929	42.717	56.862	
신뢰도계수	.884	.796	.723	
KMO=.853, $\chi^2=2110.535(df=136)$, $P=.000$, 전체 신뢰도계수=.825				

3) 피부건강관리 실천행동

KMO-Bartlett의구성형 검정을 실시한 결과 $\chi^2=2678.364$, Kaiser-Meyer-Olkin 측도 값이 0.910으로 나타났으며 카이제곱의 유의확률 0.000으로 요인분석에 매우 적절하다고 판단되어 요인분석을 실시하였다. 피부건강관리 실천행동을 알아보기 위한 설문항목은 총 20문항 중 요인 적재값이 0.5가 넘지 않는 3문항을 제외한 17항목들에 대한 요인분석을 실시한 결과 4가지요인이 도출되었으며 총 분산 중 설명되는 부분은 64.98%였다. 요인분석의 결과는 [표 4-4]와 같다.

요인1은 ‘나는 외출 시 자외선 차단제를 반드시 사용한다, 나는 피부건강을 위해 세안제(클렌징 폼)를 신경 쓴다, 나는 기초화장품으로 기초관리를 한다, 나는 주름, 미백, 모공과 연관된 기능성 제품을 사용한다, 나는 화장품 성분을 보고 피부 타입에 맞게 선택한다, 화장품 구입 시 전문가의 조언을 받고 산다’ 등으로 구성되었으므로 ‘화장품’으로 명명하였으며 신뢰도는 0.882으로 나타났다.

요인2는 ‘피부 건강관리를 위하여 나는 정기적으로 관리실을 간다, 피부건강에 좋기 때문에 에센셜 오일을 사용하여 얼굴관리에 이용한다, 나는 피부에 문제가 생기면 피부 관리 전문가를 찾는다, 나는 효과가 있는 미용 팩을 사용한다’ 등으로 구성되었으므로 ‘전문성’으로 명명하였으며 신뢰도는 0.819로 나타났다.

요인 3은 ‘하루에 물 2L이상을 섭취한다, 한 끼 식사 시 균형 잡힌 영양소를 갖추도록 노력한다, 비타민 및 건강식품을 챙겨 먹는다, 신선한 과일, 야채 섭취를 식사 시 꼭 먹는다, 피부건강관리를 위해 식이요법을 한다’ 등으로 구성되었으므로 ‘영양’으로 명명하였으며 신뢰도는 0.839로 나타났다.

요인4는 ‘나는 정기적으로 운동을 한다, 짧은 거리는 되도록 걷는다’ 등으로 구성되었으므로 ‘운동’으로 명명하였으며 신뢰도는 0.657로 나타났다.

[표 4-4] 피부건강관리 실천행동에 대한 요인분석

측정항목	화장품	전문성	영양	운동	공통성
나는 외출 시 자외선 차단제를 반드시 사용한다.	.802	.072	.159	.023	.674
나는 피부건강을 위해 세안제 (클렌징 폼)을 신경 쓴다.	.789	.239	.076	.149	.708
나는 기초화장품으로 기초관리를 한다.	.788	.074	.138	.036	.645
나는 주름, 미백, 모공과 연관된 기능성 제품을 사용한다.	.723	.365	.120	.017	.674
나는 화장품 성분을 보고 피부 타입에 맞게 선택한다.	.697	.313	.022	.254	.537
나는 화장품 구입 시 전문가의 조언을 받고 산다.	.584	.402	.129	.131	.707
나는 피부 건강관리를 위하여 정기적으로 관리실을 간다.	.221	.806	.086	.039	.589
나는 피부건강에 좋기 때문에 에센셜 오일을 얼굴관리에 이용한다.	.294	.667	.236	.035	.604
피부에 문제가 생기면 피부 관리 전문가를 찾는다.	.357	.659	.206	.005	.530
나는 효과가 있는 미용 팩을 사용한다.	.533	.548	.148	-.029	.653
비타민 및 건강식품을 챙겨 먹는다.	.067	.077	.838	-.014	.713
하루에 물 2L 이상을 섭취한다.	.401	.053	.682	.077	.664
한 끼 식사 시 균형 잡힌 영양소를 갖추도록 노력한다.	.106	.357	.654	.312	.657
신선한 과일, 야채 섭취를 식사 시 꼭 먹는다.	.177	.376	.597	.357	.752
피부건강관리를 위해 식이요법을 한다.	.104	.480	.542	.464	.654
짧은 거리는 되도록 걷는다.	.235	-.196	.021	.769	.672
나는 정기적으로 운동을 한다.	.053	.500	.296	.574	.530
고유치	4.059	3.107	2.751	1.780	
설명변량	22.551	17.260	15.282	9.891	
누적변량	22.551	39.811	55.093	64.984	
신뢰도계수	.882	.819	.839	.657	
KMO=.910, $\chi^2=2678.364$ (df=153), P=.000, 전체 신뢰도계수=.902					

제 3 절 외모관심도가 피부건강관리인식에 미치는 영향

외모관심도가 피부건강관리 인식도에 미치는 영향관계를 살펴보기 위해 다중회귀분석을 실시하였다. 독립변인 간 다중공산성 문제를 파악한 결과, VIF(분산팽창요인)는 모두 1이상으로 나타나 독립변수 간 과도한 상관으로 인한 결과 오류는 문제가 없는 것을 확인하였다. 투입방법은 단계적 방법을 적용하였으며, 외모관심도는 피부건강관리 인식에 있어 유의한 영향관계가 있는 것으로 나타났다. 그 결과는 [표 4-5]과 같다.

첫째, 외모관심도의 유해요인은 피부건강관리 인식의 세 가지 요인에 의해 8.3%로 설명되는 것으로 나타났다. 즉, 피부관리 관심과 화장품관심이 증가하면 유해요인도 증가하는 정적영향을 미치는 것으로 나타났고, 헤어관리 관심이 증가 할수록 유해요인은 감소하는 부적영향을 미치는 것으로 나타났다.

둘째, 외모관심도의 생활습관은 피부건강관리 인식의 세 가지 요인에 의해서 13.4%로 설명되는 것으로 나타났다. 즉, 헤어관리관심과 화장품 관심이 증가 할수록 외모관심도의 생활습관도 증가하는 정적영향을 미치는 것으로 나타났고, 피부관리 관심이 증가 할수록 생활습관은 감소하는 부적영향을 미치는 것으로 나타났다.

셋째, 외모관심도의 건강지식은 피부건강관리 인식의 세 가지 요인에 의해 17.3%로 설명되는 것으로 나타났다. 즉, 피부관리 관심과 화장품 관심이 증가 할수록 외모관심도의 건강지식도 증가하는 정적영향을 미치는 것으로 나타났고, 헤어관리 관심이 증가 할수록 건강지식은 감소하는 부적영향을 미치는 것으로 나타났다.

[표 4-5] 외모관심도가 피부건강관리인식에 미치는 영향

종속 변수	독립 변수	B	β	t	Sig	수정R ²	F	Sig	VIF
유 해 요 인	(상수)	3.868		37.573	.000 ***				
	피부관리 관심	.151	.309	3.846	.000 ***	.083	10.028	.000***	2.112
	헤어관리 관심	-.031	-.061	-.855	.394				1.658
	화장품 관심	.022	.039	.496	.620				1.990
생 활 습 관	(상수)	1.524		9.274	.000 ***				
	피부관리 관심	-.011	-.014	-.175	.862	.134	16.440	.000***	2.112
	헤어관리 관심	.073	.088	1.273	.204				1.658
	화장품 관심	.304	.331	4.364	.000 ***				1.990
건 강 지 식	(상수)	2.937		27.415	.000 ***				
	피부관리 관심	.174	.325	4.252	.000 ***	.173	21.793	.000***	2.112
	헤어관리 관심	.000	-.001	-.013	.990				1.658
	화장품 관심	.081	.132	1.781	.076				1.990

***p<.001

제 4 절 외모관심도가 피부건강관리 실천행위에 미치는 영향

외모관심도가 피부건강관리 실천행위에 미치는 영향관계를 살펴보기 위해 다중회귀분석을 실시하였으며 독립변인 간 다중공산성 문제를 파악한 결과, VIF(분산팽창요인)는 모두 1이상으로 나타나 독립변수 간 과도한 상관으로 인한 결과 오류는 문제가 없는 것을 확인하였다. 외모관심도가 피부건강관리 실천행위에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 그 결과는 다음 [표 4-6]과 같다.

첫째, 외모관심도의 화장품 선택은 피부건강관리 실천행위의 세 가지 요인에 의해 61.7%로 설명되는 것으로 나타났다. 즉, 피부관리 관심과 헤어관리 관심, 화장품 관심이 증가 하면 화장품 선택도 증가하는 정적영향을 미치는 것으로 나타났다.

둘째, 외모관심도의 관리 전문성은 피부건강관리 실천행위의 세 가지 요인에 의해 53.7%로 설명되는 것으로 나타났다. 피부관리 관심과 헤어관리 관심 및 화장품 관심이 증가 하면 관리 전문성도 증가하는 정적영향을 미치는 것으로 나타났다.

셋째, 외모관심도의 영양은 피부건강관리 실천행위의 세 가지 요인에 의해 19.2%로 설명되는 것으로 나타났다. 헤어관리 관심과 화장품 관심이 증가 하면 영양도 증가하는 정적영향을 미치는 것으로 나타났고, 피부관리 관심이 증가 할수록 영양은 감소하는 부적영향을 미치는 것으로 나타났다.

넷째, 외모관심도의 운동은 피부건강관리 실천행위의 세 가지 요인에 의해 4.3%로 설명되는 것으로 나타났다. 화장품 관심이 증가 하면 운동도 증가하는 정적영향을 미치는 것으로 나타났고, 피부관리 관심과 헤어관리 관심이 증가 할수록 운동은 감소하는 부적영향을 미치는 것으로 나타났다.

[표 4-6] 외모관심도가 피부건강관리 실천행위에 미치는 영향

종속 변수	독립변수	B	β	t	Sig	수정 R ²	F	Sig	VIF
화장품 선택	(상수)	1.020		9.140	.000***				
	피부관리관심	.295	.360	6.925	.000***	.617	116.432	.000***	2.112
	헤어관리관심	.021	.025	.537	.591				1.658
	화장품관심	.450	.481	9.527	.000***				1.990
관리 전문성	(상수)	.313		2.562	.011*				
	피부관리관심	.089	.109	1.904	.058	.537	16.440	.000***	2.112
	헤어관리관심	.238	.282	5.572	.000***				1.658
	화장품관심	.420	.452	8.132	.000***				1.990
영양	(상수)	1.613		10.948	.000***				
	피부관리관심	-.050	-.067	-.888	.375	.192	24.639	.000***	2.112
	헤어관리관심	.174	.225	3.366	.001**				1.658
	화장품관심	.281	.331	4.507	.000***				1.990
운동	(상수)	2.618		17.346	.000***				
	피부관리관심	-.037	-.053	-.649	.517	.043	5.467	.001**	2.112
	헤어관리관심	-.033	-.046	-.625	.532				1.658
	화장품관심	.226	.282	3.531	.000***				1.990

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

제 5 절 성별에 따른 외모관심도, 피부건강관리인식, 피부건강관리 실천행동의 차이분석

성별에 따른 외모관심도, 피부건강관리 인식, 피부건강관리 실천행동 평균에 대한 t-test 분석 결과는 다음 [표 4-7]과 같다.

첫째, 성별에 따른 외모관심도의 하위차원의 평균의 차이를 분석한 결과 피부관리 관심, 헤어관리 관심 및 화장품관리 관심으로 통계적 유의한 차이를 나타냈다.

둘째, 성별에 따른 피부건강관리 인식의 하위차원의 평균의 차이를 분석한 결과 유해요인과 건강지식요인에서 통계적으로 유의한 차이를 보였으나 생활습관에서는 통계적으로 유의한 차이를 나타내지 않았다.

셋째, 성별에 따른 피부건강관리 실천행동의 하위차원의 평균의 차이를 분석한 결과, 화장품선택과 관리전문성에서는 유의한 차이를 나타냈으나 영양관리 및 운동관리 요인에서는 통계적으로 유의한 차이를 나타내지 않았다.

이 결과 외모관심도의 하위차원의 평균차이를 분석한 결과를 보면 남자와 여자 모두 피부 관리와 헤어관리 및 화장품 관리에 관심을 가지고 있는 것을 알 수 있다. 여성과 남성의 생활습관과 운동 및 영양관리의 대한 인식이 다르게 나타난 건 근육의 탄탄한 몸매를 선호하는 남성의 경우 운동과 영양관리에 관심이 많은 반면, 근육보다는 무조건 마른 몸매를 원하는 여성의 경우 운동보다는 음식을 줄이는 것으로 몸매를 관리하려는 경향이 높은 걸 알 수 있다.

남성의 외모관심도에 대한 실천행동에서 ‘피부관리를 위해 정기적인 운동, 영양관리, 외출 시 자외선 차단제 사용, 화장품 사용, 그리고 마사지 등의 정기적 피부관리를 한다’는 김수연⁸⁴⁾과 여성의 외모관심도에 대한 실행행동에서 ‘피부관리를 위한 정기적인 운동, 영양관리, 외출 시 자외선 차단제 사용, 화장품 사용, 그리고 마사지 등의 정기적 피부관리를 한다’는 김은수⁸⁵⁾의 연구 결과와 일치한다.

84) 김수연, 전계논문, pp. 1-78.

85) 김은수, 전계논문, p. 47.

[표 4-7] 성별에 따른 외모관심도, 피부건강관리인식, 피부건강관리 실천행동

구분	남		여		F	Sig	
	M	SD	M	SD			
외모 관심	피부관리관심	2.238	1.037	3.786	.988	171.901	.000***
	헤어관리관심	2.307	1.147	2.961	1.218	19.207	.000***
	화장품관리관심	2.346	1.048	3.289	.978	63.950	.000***
관리 인식	유해요인	4.157	.668	4.443	.551	16.402	.000***
	생활습관	2.511	.099	2.599	1.036	.540	.463
	건강지식	3.554	.728	3.831	.614	12.686	.000***
실천 행동	화장품선택	2.721	1.040	3.727	.806	88.885	.000***
	관리전문성	2.084	.929	2.698	1.029	28.183	.000***
	영양관리	2.710	.924	2.745	.959	.103	.749
	운동관리	3.091	.869	3.044	.903	.209	.648

*** p<.001

제 6 절 연령에 따른 외모관심도, 피부건강관리인식, 피부건강관리실천행동의 차이분석

연령에 따른 외모관심도와 피부건강관리 인식 및 피부건강관리 실천행동 평균에 대한 t-test 분석 결과는 다음 [표 4-8]과 같다.

첫째, 연령에 따른 외모관심도의 하위차원의 평균의 차이를 분석한 결과 피부관리 관심과 헤어관리 관심 및 화장품관리 관심으로 통계적 유의한 차이를 나타냈다.

둘째, 연령에 따른 피부건강관리 인식의 하위차원의 평균의 차이를 분석한 결과 유해요인과 건강지식에서 통계적으로 유의한 차이를 보였으나 생활습관에서는 통계적으로 유의한 차이를 나타내지 않았다.

셋째, 연령에 따른 피부건강관리 실천행동의 하위차원의 평균의 차이를 분석한 결과, 관리전문성에서는 유의한 차이를 나타냈으나 화장품선택과 영양관리 및 운동관리 요인에서는 통계적으로 유의한 차이를 나타내지 않았다.

이 결과 연령에 따른 외모관심도의 하위차원의 평균차이를 분석한 결과를 보면 연령별로 피부 관리와 헤어관리 및 화장품 관리에 관심을 가지고 있는 것을 알 수 있다. 연령에 따른 생활습관과 화장품선택과 영양관리 및 운동관리를 살펴보면 30대는 20대에 비해 경제적 안정으로 화장품과 영양 및 운동 등에 관심을 가지고 전문적인 관리를 받으며 20대와는 다른 생활습관을 가지게 되고 30대부터는 본격적으로 노화를 느낄 수 있는 시기로 노화 방지를 위한 영양과 운동 부분에 관심도가 높아지고 화장품 또한 노화 방지 제품에 관심이 높아져 20대보다 더 많은 관리를 하려 한다는 것을 알 수 있다.

연령에 따른 피부건강관리인식에 대한 실천행동에서 연령이 높을수록 유해요인과 건강지식에 관심이 높게 나타난 최종원⁸⁶⁾과 연령이 높을수록 관리의 전문성에 대한 관심이 높게 나타난 명은진⁸⁷⁾의 연구결과와 일치한다.

86) 최종원. (2018). 여성의 건강관리인식과 행위 실태에 관한 연구. 서경대학교 미용예술대학원, 석사학위논문, pp 34-46.

87) 명은진, 전개논문, pp. 1-62.

[표 4-8] 연령에 따른 외모관심도, 피부건강관리인식, 피부건강관리 실천행동

구분	20대		30대		F	Sig	
	M	SD	M	SD			
외모 관심	피부관리관심	2.948	1.225	3.363	1.283	8.140	.005*
	헤어관리관심	2.482	1.172	2.882	1.258	8.085	.005*
	화장품관리관심	2.744	1.083	3.075	1.119	6.730	.010*
관리 인식	유해요인	4.222	.642	4.449	.564	10.273	.001*
	생활습관	2.463	1.013	2.688	1.012	3.644	.057
	건강지식	3.626	.661	3.825	.685	6.520	.011*
실천 행동	화장품선택	3.205	.974	3.424	1.105	3.311	.070
	관리전문성	2.328	1.004	2.577	1.054	4.388	.038*
	영양관리	2.645	.919	2.839	.966	3.151	.077
	운동관리	3.105	.808	3.012	.981	.802	.371

*p<.05

제 7 절 피부 건강관리 인식도가 피부 건강관리 실천행동에 미치는 영향

피부 관리 인식도와 피부 관리 실천행동과의 영향관계를 알아보기 위하여 다중회귀분석을 실시하였으며 피부 관리 인식도가 피부 관리 실천행동에 있어 유의한 영향관계가 있는 것으로 나타났다.

그 결과는 [표 4-9]와 같다.

첫째, 피부 건강관리 인식도의 화장품 선택은 피부 건강관리 실천행동의 세 가지 요인에 의해 29.6%로 설명되는 것으로 나타났다. 그 중에서 유해요인에 대한 인식이 높을수록 화장품선택 행동($\beta=.320^{***}$)에 가장 큰 정적영향을 미치는 것으로 나타났고, 건강지식요인($\beta=.155$)은 화장품선택 행동에만 정적영향을 미치는 것으로 나타났다.

둘째, 피부 건강관리 인식도의 관리 전문성은 피부 건강관리 실천행동의 세 가지 요인에 의해 26.1%로 설명되는 것으로 나타났다. 그 중에서 생활습관에 대한 인식이 높을수록 관리 전문성($\beta=.440^{***}$)에 가장 큰 정적영향을 미치는 것으로 나타났다.

셋째, 피부 건강관리 인식도의 영양은 피부 건강관리 실천행동의 세 가지 요인에 의해 36.5%로 설명되는 것으로 나타났다. 그 중에서 생활습관에 대한 인식이 높을수록 영양($\beta=.580^{***}$)에 가장 큰 정적영향을 미치는 것으로 나타났다.

넷째, 피부 건강관리 인식도의 운동은 피부 건강관리 실천행동의 세 가지 요인에 의해 31.5%로 설명되는 것으로 나타났다. 그 중에서 생활습관에 대한 인식이 높을수록 운동($\beta=.565^{***}$)에 가장 큰 정적영향을 미치는 것으로 나타났다.

이 결과 피부관리 인식도와 실천행동의 영향관계를 보면 유해요인과 건강지식요인이 화장품 선택 행동에 영향을 미치는 것을 알 수 있는데 이는 피부 유해요인을 인지하고 피부건강지식요인을 인지하고 화장품 선택 행동을 하였을 때 피부에 맞는 화장품을 선택 할 수 있다는 것을 인지한 결과라고 짐작할 수 있고 생활습관과 영양의 영향을 미치는 것을 보면 평소 식습관과 피부

와의 연관성이 있다는 것을 짐작 할 수 있다.

피부 관리 인식도와 피부 관리 실천행동과의 영향관계를 분석한 결과를 보면 유해요인의 대한인식과 건강지식요인에 대한 인식이 높을수록 화장품 선택 행동에 영향을 미친다는 최종원⁸⁸⁾과 생활습관에 관한 요인에서는 영양과 관련된 행동에서 영향을 미친다는 명은진⁸⁹⁾의 연구결과와 일치한다.



88) 최종원, 전계논문, pp 34-46.

89) 명은진, 전계논문, pp. 1-62.

[표 4-9] 피부 건강관리 인식도가 피부 건강관리 실천행동에 미치는 영향

종속변수	독립변수	B	β	t	p	수정R ²	F	Sig	VIF
화장품 선택	(상수)	-.413		-1.068	.286				
	유해요인	.490	.320	5.898	.000***	.296	42.976	.000***	1.228
	생활습관	.302	.296	5.975	.000***				1.040
	건강지식	.259	.155	2.876	.004*				1.252
	(상수)	.122		.309	.758				
관리 전문성	유해요인	.304	.199	3.575	.000***	.261	36.142	.000***	1.228
	생활습관	.447	.440	8.676	.000***				1.040
	건강지식	.010	.006	.111	.911				1.252
	(상수)	.783		2.346	.020*				
영양	유해요인	.147	.105	2.044	.042*	.365	58.324	.000***	1.228
	생활습관	.538	.580	12.346	.000***				1.040
	건강지식	.006	.004	.071	.944				1.252
	(상수)	1.794		5.501	.000***				
운동	유해요인	.030	.023	.431	.667	.315	46.831	.000***	1.228
	생활습관	.493	.565	11.571	.000***				1.040
	건강지식	-.025	-.017	-.322	.748				1.252
	(상수)	1.794		5.501	.000***				

*p<.05, ***p<.001

제 5 장 결론 및 제언

제 1 절 결론

본 연구는 외모관심도가 높은 20대에서 30대 남녀를 대상으로 외모관심도가 피부건강관리인식과 실천행위에 미치는 영향에 대하여 연구하였으며, 피부건강 유지를 위한 방안 연구의 기초자료를 제공하는데 목적을 두었다.

연구의 방법은 20대에서 30대 서울과 경기 지역에 거주하는 20대에서 30대 남성과 여성을 대상으로 설문조사를 실시하였고, 총 300부의 설문지를 최종 연구 분석 자료로 사용하였다. 자료의 분석방법은 SPSS WIN 19.0 프로그램을 이용하였고 빈도분석, 문항내적일관성신뢰도(Cronbach's α), 탐색적 요인 분석, 상관관계분석, 일원배치 분산분석 그리고 다중회귀분석을 실시하였다.

본 연구의 결과를 요약 및 정리하면 다음과 같다.

첫째, 조사대상자의 일반적 특성은 다음과 같다. 성별은 남성(42.3%)비해 여성(57.7%)의 비율이 조금 높았으나 비슷한 수준이었으며, 연령은 20대(56.0%)와 30대(44.0%)가 비슷한 비율을 차지하였다. 학력은 고등학교 졸업(50.7%)이 가장 많았고, 직업은 전문직(30.7%)이 가장 많은 비율을 차지했다. 결혼 상태는 미혼(74.4%)이 기혼에 비해 상대적으로 높았으며, 수입은 200만원 미만(50.7%)이 가장 높았다.

둘째, 외모관심도와 피부건강관리인식 및 피부건강관리 실천행위의 타당도와 신뢰도를 분석 결과는 다음과 같다. 외모관심도는 '피부 관리 관심, 헤어 관리 관심, 화장품 관리 관심' 총 3개의 요인으로 나누어졌고, 피부건강관리 인식은 '생활습관, 유해요인, 건강지식' 총 3개의 요인으로 나누어졌으며, 피부건강관리 실천행동은 '화장품, 전문성, 영양, 운동' 총 4개의 요인으로 나누어졌다. 신뢰도계수는 외모관심도와 피부 건강관리 인식이 0.7이상, 피부건강

관리 실천행동이 0.6이상으로 나타났다.

셋째, 외모관심도가 피부건강관리인식에 미치는 영향에 대하여 분석한 결과 피부관리 관심은 유해요인과 건강지식에 양향을 미치고, 화장품 관심은 생활습관에 영향을 미치며, 헤어관리 관심은 피부건강관리인식에 어떠한 영향도 미치지 않았다.

넷째, 외모관심도가 피부건강관리 실천행위에 미치는 영향을 분석한 결과 피부관리 관심과 화장품 관심은 화장품 선택에 영향을 미치고, 헤어관리 관심과 화장품 관심은 관리 전문성 및 영양에 영향을 미치며, 화장품 관심은 운동에 영향을 미친다.

다섯째, 성별에 따른 외모관심도와 피부건강관리인식 및 피부건강관리 실천행위의 차이를 분석한 결과 외모관심도 중에서 피부관리 관심과 헤어관리 관심 및 화장품관리관심 요인에서 유의미한 차이를 나타냈고, 피부 건강관리인식 중에서 유해요인과 건강지식 요인은 유의미한 차이가 나타났으며, 피부건강관리 실천행위에서 화장품선택과 관리전문성 요인도 유의미한 차이가 나타났다.

여섯째, 연령에 따른 외모관심도와 피부건강관리인식 및 피부건강관리 실천행위의 차이를 분석한 결과 외모관심도는 피부관리관심과 헤어관리관심 및 화장품관리관심이 유의미한 차이를 나타냈고, 피부건강관리 인식은 유해요인과 건강지식에서 유의미한 차이가 있었으며, 피부건강관리 실천행위는 관리전문성에서 유의미한 차이가 나타났다.

일곱째, 피부건강관리인식이 피부건강관리 실천행위에 미치는 영향을 분석한 결과는 다음과 같다. 유해요인은 화장품 선택에 영향을 미치고 생활습관은 관리 전문성과 영양 및 운동에 영향을 미친다.

본 연구를 통하여 20대에서 30대의 남녀가 전문적인 피부 건강 및 관리에 대하여 적극적인 자세를 가지고 있음을 알 수 있지만, 성별에 따라 차이가 있기 때문에 이를 고려한 프로그램 개발이 필요하다. 예를 들어 남성의 경우 여성보다 관리의 단계를 단순화하여 짧은 시간과 저렴한 비용으로 피부 관리의 효과를 강조할 수 있는 방안이 필요하다.

본 연구에서 알 수 있듯이 20대에서 30대 남녀는 외모관심도가 높았고,

그로 인한 피부건강관리인식 및 피부건강관리 실천행위를 제대로 인지하고 있으며, 행동으로 옮기고 있다. 최정연⁹⁰⁾의 연구에선 피부관리 실천행위가 자아효능감에 영향을 미치며, 피부관리 실천행위로 인해 자신의 피부건강에 더욱 많은 신경을 쓰게 된다는 결과를 보여주고 있다.

따라서 피부건강관리인식과 피부건강 실천행위의 효과적 개선을 위해선 외모에 대한 관심이 선행되어야 하며, 외모에 대한 관심이 피부건강관리인식이 되고, 이를 기반으로 실천행위로 옮길 수 있는 체계적인 프로그램이 필요하다. 또한 관심을 가진 사람들이 쉽게 피부건강 실천행위에 대한 프로그램을 접할 수 있도록 전문기관의 증가가 필요할 것으로 본다.

결론적으로 20대에서 30대 남녀의 외모관심도가 피부건강관리인식과 피부건강관리 실천행위에 유의미한 영향을 미쳤으며, 피부건강관리 실천행위에 적극적이라는 것을 알 수 있었다. 이러한 20대에서 30대 남녀의 피부건강관리와 관련한 행위를 고려하여 향후 피부건강관리 및 유지를 위한 프로그램 및 교육 연구에 있어 이 연구는 실질적인 자료로 활용이 가능할 것이다.

90) 최정연. (2010). 성인남성의 피부지식 및 자가 피부관리 실천행위에 관한 연구: 건강신념 모델과 자아효능감 중심으로. 성신여자대학교 대학원, 석사학위논문, p. 43.

제 2 절 제 언

후속 연구를 위한 제언은 다음과 같다.

추후 연구에서는 뷰티에 대해 관심을 갖기 시작하는 10대와 상대적으로 시간과 경제적 여유가 생겨 외모관리에 투자를 아끼지 않는 50대에서 60대까지 연령대를 넓혀 피부에 대한 인식 및 실천행위에 대한 연구가 필요하다. 또한 본 연구는 조사대상자의 지역적 범위를 서울과 경기도로 국한하였지만 추후 연구에서는 지역을 전국적으로 확대하여 연구를 진행할 필요가 있다. 마지막으로 최근 들어 남성 뷰티 시장의 잠재적 가능성이 주목받고 있으며, 남성이 피부미용에 관심을 가지게 되면서 남성 전문 브랜드 및 남성 전용 뷰티 상품이 떠오르고 있다. 이에 비해 남성 뷰티와 관련된 연구는 여성 뷰티 관련 연구에 비해 상대적으로 부족하다. 후속 연구에서는 남성 뷰티를 위한 전문적인 연구가 필요하다. 남성을 대상으로 피부관리에 대한 인식조사 및 피부상태에 대한 구체적인 연구 통해 피부관리인식도 및 피부관리 실천행위의 체계적인 프로그램 개발과 남성 뷰티 시장의 성장을 위한 연구를 제언한다.

참 고 문 헌

1. 국내문헌

- 강성심, 김문주, 배정하, 이승자, 최정희, 하명희. (2001). 『피부과학』. 훈민사, pp 1-177.
- 강지영. (2013). 젊은 여성의 식습관이 피부건강에 미치는 영향. 성신여자대학교 생애복지대학원, 석사학위논문, pp. 1-60.
- 고애란. (2000). 청소년기 여학생의 의복행동에 대한 영향요인 연구. 『한국의류학회지』. 24(4), pp. 475-486.
- 고애란, 김양진. (1996). 의복행동에 대한 중심성, 자의식, 신체만족도의 영향 연구. 『한국의류학회지』. 20(1), pp. 667-681.
- 고혜정. (1997). 흡연과 피부표면 수분과의 관계. 연세대학교 대학원, 석사학위논문, pp. 1-62.
- 권순분. (2004). 20대 남자 대학생의 화장품에 대한 지식 및 구매 행태에 관한 연구. 숙명여자대학교 원격대학원, 석사학위논문, pp. 1-74.
- 권연주. (2013). 여성노인의 스트레스와 수면이 안면피부상태에 미치는 영향. 성결대학교 교육대학원, 석사학위논문, pp. 1-67.
- 김금란. (2006). 연령별 피부 상태에 따른 피부주름 지수의 변화. 『한국피부미용향장학회지』. 1, pp. 23-35.
- 김다슬. (2010). 피부장벽기능에 미치는 인종 및 물리화학적 영향요인 분석. 동국대학교 대학원, 석사학위논문, pp. 1-47.
- 김명숙, 박진형. (2009). 남자대학생의 외모관리 인식 및 행동분석: 헤어, 피부, 미용성형, 패션, 몸매관리를 중심으로. 『한국생활과학학회지』. 18(1), pp. 259-273.
- 김미령. (2012). 중년남성의 피부건강에 대한 인식 및 태도와 피부관리 적용 후의 변화. 인제대학교 대학원, 박사학위논문, pp. 1-59.
- 김미영, 조경동, 백옥희, 이복희. (2008). 체성분, 영양소 섭취상태 및 생화학

- 적 지표가 민감성 피부 여대생의 피부건강 관리 상태에 미치는 영향.
『한국식생활학회지』 . 23(2), pp. 258-267.
- 김봉인. (1998). 중년 여성의 피부건강관리에 대한 태도와 실천행위에 관한 연구. 중앙대학교 대학원, 석사학위논문, pp. 1-89.
- 김선영. (2013). 성인여성들의 화장품의 사용실태와 구매행동에 관한 연구. 숙명여자대학교 원격대학원, 석사학위논문, pp. 1-88.
- 김성남, 이경숙. (2007). 20-40대 여성의 외모관심도에 따른 외모관리행동. 『한국패션비즈니스학회』 . 11(4), pp. 29-41.
- 김수연. (2014). 성인남성의 외모관심도와 피부건강관리행위에 관한 연구. 가천대학교 대학원, 석사학위논문, pp. 1-78.
- 김신희. (2012). 성인여성의 피부건강관련 요인. 대구한의대학교 보건대학원, 석사학위논문, pp. 1-45.
- 김연진. (2002). 중년 여성의 피부건강관리 지식, 태도 및 교육요구도 조사. 중앙대학교 사회개발 대학원, 석사학위논문, pp. 1-66.
- 김영란. (2005). 남성의 피부건강관리 지식과 실천행위. 고신대학교 대학원, 석사학위논문, pp. 1-37.
- 김영숙. (2017). 학생 건강관리 개념과 보건교사의 직무에 관한 연구. 경기대학교 대학원, 석사학위논문, pp. 1-128.
- 김영희. (2013). 남자대학생의 피부건강관리 지식, 태도 및 교육요구도 연구. 서경대학교 대학원, pp. 1-59.
- 김은수. (2013). 여고생의 피부상태 관심도 및 만족도에 따른 피부건강교육의 필요성 연구. 성신여자대학교 대학원, 석사학위논문, p 47.
- 김은주. (2001). 여대생의 외모관리행동에 관한 연구. 이화여자대학교 대학원, 석사학위논문, pp. 1-89.
- 김정애. (2001). 여고생 신체만족도와 외모관리행동에 관한 연구. 전북대학교 대학원, 서경대학교 대학원, 석사학위논문, pp. 1-69.
- 김진영. (2010). 음주 및 스트레스가 여성의 피부건강 관리에 미치는 영향. 석사학위논문, pp. 1-66.
- 김종대, 권혁미, 김명숙, 최은영. (2000). 『최신피부관리학』 . 고문사, pp. 1-327.

- 김지현. (2015). 40-50대 여성의 피부건강관리가 외모만족 및 자아존중감에 미치는 영향. 삼육대학교 보건복지대학원, 석사학위논문, pp. 1-50.
- 김창현. (2011). 남성의 패션라이프스타일 유형별 외모관심도와 외모관리행동 연구. 경성대학교 대학원, 석사학위논문, pp. 1-64.
- 김혜균. (2013). 20.30대 직장인 남성들의 외모관리행동과 정보탐색에 관한 연구. 건국대학교 대학원, 석사학위논문, pp. 1-162.
- 김혜진. (2015). 남성 소비자의 라이프스타일과 외모관심도에 따른 화장품 구매 행동, 구매 만족도. 서경대학교 대학원, 석사학위논문, pp. 1-94.
- 명은진. (2000). 20,30대 여성의 피부건강 관리에 대한 지식 및 행위에 관한 연구. 연세대학교 관리과학대학원, 석사학위논문, pp. 1-62.
- 송민정. (2008). 토털 패션 코디네이션 유형 및 의복색이 착용자 인상에 미치는 영향 : TFC태도, 성역할, 외모관리행동, 외모관심, 성형욕구, 유행관심과 관련지어. 충남대학교 대학원, 박사학위논문, pp. 1-203.
- 서현수. (2013). 대중매체에 표현된 남성성의 이미지 변화에 대한 연구. 건국대학교 대학원. 석사학위논문, p.11.
- 신산월. (1999). 女性的 皮膚美容 管理에 關한 關心度 및 皮膚에 影響을 미치는 要因 研究. 전북대학교 대학원, 석사학위논문, pp. 1-56.
- 신수경. (2016). 중년여성의 피부상태·외모지향성·피부건강관리와의 관련성. 광주여자대학교 대학원. 석사학위논문, p.7.
- 심경란. (2017). 성인 흡연자, 간접흡연자, 비흡연자의 DPOAE 비』. 가톨릭대학교 의료보건과학대학원, 석사학위논문, pp. 1-83.
- 윤달남. (2015). 여성들의 피부 관리실 이용행태와 서비스 이용 만족도에 관한 연구. 숙명여자대학교 원격대학원, 석사학위논문, pp. 1-91.
- 이경숙. (2007). 성인여성의 외모관심도에 따른 추구이미지와 외모관리행동. 서경대학교 대학원, 석사학위논문, pp. 1-83.
- 이명심. (2010). 20-30대 성인여성의 피부유형에 따른 식 행동 및 건강관련 생활습관 비교. 성신여자대학교 문화산업대학원, 석사학위논문, pp. 1-68.
- 이명희. (2011). 여대생의 피부유형에 따른 피부 관리와 영양에 관한 연구.

- 대구한의대학교 보건대학원, 박사학위논문, pp. 1-116.
- 이서현. (2012). 남성들의 외모관리 의도와 행동에 따른 남성메이크업 인식 연구. 동덕여자대학교 대학원, 석사학위논문, pp. 1-89.
- 이성은. (2005). 여대생의 피부건강 관리에 대한 지식과 관리행위에 관한 연구. 대구한의대학교 보건대학원, 석사학위논문, pp. 1-58.
- 이안나. (2003). 중년여성의 피부건강관리에 대한 지식과 행위에 관한 연구. 전북대학교 대학원, 석사학위논문, pp. 1-34.
- 이영주. (2016). 우리나라 중년여성의 식이섭취와 건강생활습관이 안면피부에 미치는 영향. 성신여자대학교 일반대학원, 박사학위논문, pp. 1-150.
- 이은영. (2006). 20-30대 여성의 피부상태 분석과 피부 관리 태도에 대한 연구. 한성대학교 예술대학원, 석사학위논문, pp. 1-60.
- 이은희. (2003). 고등학생의 심리적 특성과 외모에 대한 태도가 의복태도에 미치는 영향. 『한국생활과학학회지』 . 12(2), pp. 237-251.
- 임숙자, 이영주. (2002). 체중조절행동과 의복의 맞음성 만족도 상관연구. 『한국의류학회지』 , 25(1), pp. 13-24.
- 장경자. (2000). 20대 초반 여성의 안면 부위별 피부 표면 유, 수분에 관한 연구. 연세대학교 보건대학원, 석사학위논문, pp. 1-58.
- 장은영. (2013). 여대생의 주관적 피부건강과 스트레스와의 관련성. 고신대학교 보건대학원, 석사학위논문, pp. 1-31.
- 장진영. (2005). 외모관심도, 화장품 브랜드원산지 및 관측유형에 따른 남성화장품 구매행동. 성균관대학교 대학원, 석사학위논문, pp. 1-72.
- 전용민. (2002). 여자 청소년의 영상매체 이용도, 사회적 가치와 의복 및 신체태도에 관한 연구. 성신여자대학교 대학원, 석사학위논문, pp. 1-90.
- 정은주, 김주연. (2007). 여자고등학생의 외모관심도에 따른 화장품 구매 행동 연구. 『한국미용학회지』 . 13(1), pp. 353-365.
- 정환희. (2015). 약산성 및 약알칼리성 세안제 사용 후 기초화장품이 피부 pH에 미치는 영향. 건국대학교 산업대학원, 석사학위논문, pp. 1-51.
- 제갈명. (2003). 직장여성들의 피부관리에 대한 인식 및 태도. 숙명여자대학교 대학원, 석사학위논문, pp. 1-95.

- 조예림. (2015). 성인의 수분섭취량과 생활습관에 따른 안면피부건강 연구. 가천대학교 대학원, 석사학위논문, p.12.
- 차명호. (2000). 미용체조가 Base Make-up에 미치는 영향. 국민대학교 대학원, 석사학위논문, pp. 1-55.
- 천혜정. (2008). 중학생의 외모에 대한 만족도, 외모에 대한 관심 및 외모کم플렉스가 외모관리행동에 미치는 영향. 『소비자정책교육연구』, 4(2), pp. 1-17.
- 최민정. (2011). 20-30대 여성의 화장품 구매양상과 구매 후 사용실태 평가. 중앙대학교 의약식품대학원, 석사학위논문, pp. 1-68.
- 최종원. (2018). 여성의 건강관리인식과 행위 실태에 관한 연구. 서경대학교 미용예술대학원, 석사학위논문, pp 34-46.
- 한가영. (2012). 남성화장에 대한 여성들의 인식및 태도에 관한 연구. 숙명여자대학교 대학원, 석사학위논문, pp. 1-102.
- 한경화. (2004). 여성의 피부건강 관리에 관한 지식 및 태도의 인식 분석. 남부대학교 산업정보대학원, 석사학위논문, pp. 1-102.
- 한정숙. (2005). 유산소운동 강도가 안면피부의 수분량, 유분량 및 탄력도에 미치는 영향. 국민대학교 대학원, 석사학위논문, pp. 1-64.
- 함주현. (2015). 라이프스타일에 따른 피부건강신념과 화장품 사용행태. 숙명여자대학교 대학원, 석사학위논문, pp. 1-81.
- 홍성임. (2007). 소득에 따른 중년층의 외모관리에 관한 연구. 성신여자대학교 대학원, 석사학위논문, pp. 1-77.
- 황승미. (2010). 20, 30대 남성과 여성의 자외선에 대한 인식도와 자외선 차단제의 실태 비교연구. 건국대학교 산업대학원, 석사학위논문, pp. 1-59.

2. 국외문헌

- Draelos, Z. D. (1997). Sensitive skin: perceptions, evaluation, and treatment. *American Journal of Contact Dermatitis*, 8(2), pp 67–78.
- Heron, M. (1997). In *My Own Skin: Dialogues with Women Students, Tutors and Counsellors: Researching Reality, Meaning, Change and Growth in the Open University*. Open University. Regional academic services, pp 1–139.
- Kaya, G., C. Tran, O. Sorg, R. Hotz, D. Grand, P. Carraux, L., Didierjean, I. Stamenkovic, and J. H. Saurat. (2006). Hyaluronate fragment reverse skin atrophy by a CD44–dependent mechanism. 『Public Library of Science Medicine』 . 3, pp 2291–2303.
- Thune, P., T. Nilsen, I. K. Hanstad, T. Gustavsen, and H. Lovig–Dahl. (1988). The water barrier function of the skin in relation to the water content of stratum corneum, pH and skin lipids. The effect of alkaline soap and syndet on dry skin in elderly, non–atopic patients. 『Acta Dermato–Venereologica』 . 68, pp 277–283.
- Yorico, S. N., S. Keiichi, M. H. Akira, M. O. Osamu, O. Atsushi, and K. Takashi. (2009). Ethenic differences on the structural properties of facial skin. 『Journal of Dermatological Science』 . 53, pp 135–139.

부 록

설문지
20-30대 남녀의 외모관심도가 피부건강관리 인식과 실천행위에 미치는 영향
안녕하십니까? 본 설문 조사는 <u>20-30대 남녀의 외모관심도가 피부건강관리 인식과 실천행위에 미치는 영향</u>에 관하여 알아보기 위한 것이며, 학문적인 목적 외에 다른 어떤 목적으로도 사용되지 않을 것임을 약속드립니다. 편안한 마음으로 주의 깊게 읽어 주시고 귀하의 솔직한 답변만을 작성하여 주시기 바랍니다. 귀하의 시간을 내시어 설문지에 협조해주신 모든 분들께 감사드리며 귀중한 시간을 할애하여 응답해 주셔서 진심으로 감사드립니다.
날 짜 : 2018년 9월 소속 : 한성대학교 뷰티예술대학원 뷰티에스테틱과 지도교수 : 김도연 연구자 : 김지현 E-mail : joan124@naver.com

☞ 다음은 **외모 관심도**에 관한 설명입니다. 각 질문마다
귀하의 생각과 가까운 곳에 √ 표 해 주시기 바랍니다.

순 번	외모 관심도	매우 그렇다	그렇다	보통이 다	그렇지 않다	전혀 그렇지 않다
1	선호 브랜드의 신제품들이 언제 출시되는지 잘 알고 있다.	①	②	③	④	⑤
2	세안 후 스킨, 로션 이외의 기능성 화장품을 사용한다.	①	②	③	④	⑤
3	선호하는 화장품 브랜드가 있다.	①	②	③	④	⑤
4	평소 썬크림이나 BB크림을 사용한다.	①	②	③	④	⑤
5	네일 전문샵에서 손/발의 각질제거를 받은 경험이 있다.	①	②	③	④	⑤
6	피부과/피부 관리샵에서 피부 관리를 받은 경험이 있다.	①	②	③	④	⑤
7	헤어 스타일링을 위해 염색, 퍼머 등을 한다.	①	②	③	④	⑤
8	모발/두피 관리를 받은 경험이 있다.	①	②	③	④	⑤

☞ 피부 건강관리 인식에 관한 설명입니다. 각 질문마다
귀하의 생각과 가까운 곳에 √ 표 해 주시기 바랍니다.

▶ 유해요인

순 번	피부 건강인식	매우 그렇다	그렇다	보통이다	그렇지 않다	전혀 그렇지 않다
1	자외선은 피부를 건조하게 한다.	①	②	③	④	⑤
2	변비는 피부건강관리의 유해요인 이다.	①	②	③	④	⑤
3	스트레스는 피부건강관리의 유해 요인이다.	①	②	③	④	⑤
4	피부의 수분부족은 피부를 건조 하게 한다.	①	②	③	④	⑤
5	피부건강을 위하여 평소 수면은 6-8시간 충분히 자야 한다.	①	②	③	④	⑤
6	음주, 흡연은 피부건강관리의 유 해요인으로 피부노화를 유발한다.	①	②	③	④	⑤

▶ 생활습관

순 번	피부 건강인식	매우 그렇다	그렇다	보통이다	그렇지 않다	전혀 그렇지 않다
1	나는 피부건강을 위해 자극적인 음식을 삼간다.	①	②	③	④	⑤
2	나는 피부건강을 위해 지방이나 설탕이 함유된 음식을 삼간다.	①	②	③	④	⑤
3	나는 피부건강을 위해 금주, 금연 한다.	①	②	③	④	⑤
4	나는 피부건강을 위해 인스턴트 음식을 줄인다.	①	②	③	④	⑤
5	나는 피부건강을 위해 정기적으로 운동을 한다.	①	②	③	④	⑤
6	나는 자외선 차단을 위해 외출 시 모자, 선글라스, 긴팔 착용을 한다.	①	②	③	④	⑤

▶ 건강지식

순 번	피부 건강인식	매우 그렇다	그렇다	보통이다	그렇지 않다	전혀 그렇지 않다
1	정상피부는 pH 4 - 5.5, 즉 약 산성 상태를 말한다.	①	②	③	④	⑤
2	정상피부는 유, 수분이 충분한 피 부이다.	①	②	③	④	⑤
3	건성피부는 유, 수분이 부족하여 주름을 형성시킬 수 있다.	①	②	③	④	⑤
4	피부유형(건성, 지성, 복합성 등) 을 결정하는 요인은 피지량에 따 라 구분된다.	①	②	③	④	⑤
5	피부노화를 방지하는 비타민이 있 다.	①	②	③	④	⑤

☞ **피부 건강관리 실천행위**에 관한 설명입니다. 각 질문마다
귀하의 생각과 가까운 곳에 √ 표 해 주시기 바랍니다.

▶ **화장품의 선택**

순 번	피부 건강관리 실천행위	매우 그렇다	그렇다	보통이다	그렇지 않다	전혀 그렇지 않다
1	나는 기초화장품으로 기초관리를 한다.	①	②	③	④	⑤
2	나는 외출 시 자외선 차단제를 반드시 사용하여야한다.	①	②	③	④	⑤
3	나는 화장품 구입 시 전문가의 조언을 받고 산다.	①	②	③	④	⑤
4	나는 화장품 성분을 보고 피부 타입에 맞게 선택한다.	①	②	③	④	⑤
5	나는 피부건강을 위해 세안제를 신경 쓴다.	①	②	③	④	⑤
6	나는 주름, 미백, 모공과 연관된 기능성 제품을 사용한다.	①	②	③	④	⑤

▶ **피부 관리의 전문성**

순 번	피부 건강관리 실천행위	매우 그렇다	그렇다	보통이다	그렇지 않다	전혀 그렇지 않다
1	나는 피부에 문제가 생기면 피부 관리 전문가를 찾는다.	①	②	③	④	⑤
2	나는 피부 건강관리를 위하여 정기적으로 피부 관리실을 간다.	①	②	③	④	⑤
3	나는 효과가 있는 미용 팩을 주기적으로 사용한다.	①	②	③	④	⑤
4	나는 피부건강에 좋기 때문에 에센셜 오일을 얼굴관리에 이용한다.	①	②	③	④	⑤

▶ 영양 및 운동

순 번	피부 건강관리 실천행위	매우 그렇다	그렇다	보통이다	그렇지 않다	전혀 그렇지 않다
1	나는 정기적으로 운동을 한다.	①	②	③	④	⑤
2	나는 짧은 거리는 되도록 걷는다.	①	②	③	④	⑤
3	나는 피부 건강관리를 위해 식이 요법을 한다.	①	②	③	④	⑤
4	나는 신선한 과일, 야채 섭취를 식사 시 꼭 먹는다.	①	②	③	④	⑤
5	나는 비타민 및 건강식품을 챙겨 먹는다.	①	②	③	④	⑤
6	나는 하루에 물 2L이상을 섭취한 다.	①	②	③	④	⑤
7	나는 한 끼 식사 시 균형 잡힌 영양소를 갖추도록 노력한다.	①	②	③	④	⑤

☞ 다음은 일반적 사항에 관한 설명입니다. 각 질문마다
귀하가 해당되는 곳에 √ 표 해 주시기 바랍니다.

1. 귀하의 성별은 어떻게 되십니까?

① 남 ② 여

2. 귀하의 연령은 어떻게 되십니까?

① 20대 ② 30대

3. 귀하의 결혼 여부는 어떻게 되십니까?

① 미혼 ② 기혼 ③ 기타 (이혼, 사별, 별거 등)

4. 귀하의 직업은 어떻게 되십니까?

① 주부 ② 전문직 ③ 학생 ④ 서비스 직 ⑤ 사무직 ⑥ 기타 ()

5. 귀하의 최종 학력은 어떻게 되십니까?

- ① 고등학교 졸업 ② 전문대 재학 / 졸업 ③ 대학생 재학 / 졸업
④ 대학원 재학/ 졸업 ⑤ 대학원 이상

6. 귀하의 월 평균 수입은 어떻게 되십니까?

- ① 200만원 미만 ② 200이상-300미만 ③ 300이상-400미만
④ 400이상-500미만 ⑤ 500이상

- 설문에 응해 주시어 대단히 감사드립니다. -



ABSTRACT

The influence of the appearance interest of the 20–30 age group on the perception of skin health care and practice behavior

kim, JiHyun

Major in of Beauty Aesthetic

Dept. of Beauty Art & Design

Graduate School of Arts

Hansung University

This study conducted an empirical study on the effect of appearance awareness and practice of men and women aged 20 and under 39. In men and women in 10~30 age group the factors among variables were classified and their causal relationship was identified based on their appearance awareness, awareness of skin health care, and characteristics of practice.

For the purpose of this survey, a total of 25 days from September 6 to

September 28, 2018 were surveyed for students and the public aged 20 or older living in the Greater Seoul area, and a total of 300 people were collected immediately after the questionnaire was distributed. Finally, 300 copies were retrieved and 300 copies were used for the analysis. Data analysis used the Statistical Package for Social Science (SPSS) 19.0 program. Frequency analysis for identifying demographic characteristics, reliability analysis using cronbach's α value and factor analysis for valid verification of the validity of the question, multi-leaved improvement analysis using a step-by-step method to determine the effect of appearance on skin care awareness and practices, appearance of gender and age.

The above results are summed up as follows.

First, an analysis on the effect of appearance on skin care awareness showed that skin care interests affect risk factors and health awareness, cosmetics interests affect lifestyle, and hair care awareness do not significantly affect skin care.

Second, an analysis on the effect of appearance awareness on skin health management practices found that skin care and cosmetics interests affect the selection of cosmetics, hair care and nutrition, and cosmetics interests affect the care professionalism and exercise.

Third, an analysis of differences in appearance awareness, skin health care awareness, and skin health management practices by gender showed significant differences in skin care interests, hair care interests, cosmetics management interests, significant differences in health awareness factors, and significant differences in skin health management factors.

Fourth, an analysis of differences in appearance awareness, skin health care awareness, and skin health management practices by age showed significant differences in appearance awareness, hair care, and cosmetics management awareness, significant differences in awareness of skin health, and significant differences in the quality of skin health care practice.

Fifth, an analysis of the impact of skin health care awareness on skin health management practices showed that harmful factors affect cosmetics choices, and lifestyle habits affect care expertise, nutrition, and exercise.

These results require attention to appearance to improve effective skin care perception and practice, and a systematic program to transfer attention to appearance to skin health care awareness and practice based on that. It is also necessary to increase the number of professional institutions so that interested people can easily access programs on skin dryness practices.

We identified issues such as skin health management awareness and practice of skin health management according to appearance awareness and awareness of skin health care, and identified improvements. Based on practice with expertise in skin health care in the future, the company intends to provide basic data for continuous research and objective direction and systematic research for the skin health management industry. In addition, as interest in skin health care grows in society and this interest develops into practice, it will affect the development of specialized programs for skin health management, and it will have a positive effect on the development of skin health care industry.

[Key word] Appearance awareness, skin care, skin health management,
skin health management awareness, skin health management practice

