



저작자표시-변경금지 2.0 대한민국

이용자는 아래의 조건을 따르는 경우에 한하여 자유롭게

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

다음과 같은 조건을 따라야 합니다:



저작자표시. 귀하는 원저작자를 표시하여야 합니다.



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](#) 

석사학위논문

남성의 피부관리가 자아존중감에
미치는 영향에 관한 연구

2011년



HANSUNG
UNIVERSITY

한성대학교 예술대학원

뷰티예술학과

뷰티에스테틱전공

안정화

석사학위논문
지도교수 김민정

남성의 피부관리가 자아존중감에
미치는 영향에 관한 연구

A study on the Effects of Skin care in female
on Self-Esteem

2011년 6월 일



한성대학교 예술대학원

뷰티예술학과

뷰티에스테틱전공

안정화

석사학위논문
지도교수 김민정

남성의 피부관리가 자아존중감에
미치는 영향에 관한 연구

A study on the Effects of Skin care in female
on Self-Esteem

위 논문을 예술학 석사학위 논문으로 제출함

2011년 6월 일

한성대학교 예술대학원

뷰티예술학과

뷰티에스테틱전공

안정화

안정화의 예술학 석사학위논문을 인준함

2011년 6월 일

심사위원장 _____ 印

심사위원 _____ 印

심사위원 _____ 印



HANSUNG
UNIVERSITY

국문초록

남성의 피부관리가 자아존중감에 미치는 영향에 관한 연구

한성대학교 예술대학원
뷰티예술학과
뷰티에스테틱전공
안 정 화

본 연구는 남성의 피부 관리 인식 및 태도와 자아존중감에 대해 알아보고 남성의 피부관리가 여성에게만 국한된 것이 아니라 남성에게도 적용되는 것을 인식하고 피부 관리를 통하여 건강하고 깨끗한 피부를 유지함과 동시에 신체적, 정신적으로 건강한 삶을 유지 향상하는데 그 목적이 있다.

연구과정은 전문서적과, 연구논문, 학술지 등을 통해 이론적 배경에 관해 고찰하였다. 조사기간은 2011년 3월1일~30일까지 서울, 원주지역에 거주하는 20대-50대 이상의 남성을 대상으로 구조화된 무기명 자기기입식 설문지를 이용하여 총 500부를 배부하여 그 중 477부를 최종 분석한 통계자료로 활용하였다.

본 연구의 결과는 다음과 같다.

1) 조사대상자의 일반적 특성으로 연령은 20대 남자대학생 200명, 30-50대 남성, 각각 100명으로 대상자를 나누어 조사한 결과로 학생 170명

(35.6%)이 가장 많았으며, 학력은 전문대 재학 및 졸업 216명(45.3%)이 가장 많았다. 조사대상자 중 미혼, 월수입은 100만원 미만, 하루 수면시간 5~6시간이 많이 나타나 대부분의 남성은 하루 권장수면시간을 지키는 것으로 나타났다.

2) 피부 관리 인식 및 태도에서는 연령이 높을수록 피부 관리를 위한 지출액이 높고, 피부에 관심과 수입에 많은 부분을 쬐어지도록 노력하는 데에 투자하는 것으로 나타났다. 또한 고학력이고, 전문직이며, 수입이 많을수록 피부 관리를 위한 월 지출이 많은 것으로 나타나 외모 관리와 피부 관리에 대한 관심이 높은 것으로 나타났다.

조사 대상자들의 직업과 그리고 학력에 따라 많은 차이를 보여 남성들이 피부 관리를 각자의 여건에 맞게 피부 관리를 해야 하는 것으로 인식하고 있었다. 또한 수면부족이나 정신적인 불편함으로 스트레스를 많이 받는 것으로 나타났다.

이는 남성들이 사회활동과 많은 대인관계에서 오는 것으로 본다. 이러한 스트레스 해소법으로 직업과 나이에 따라 차이를 보이기는 했지만 주로 20대 47명(27.6%)은 TV, 연극, 영화, 취미생활을 통해 스트레스를 해소하는 것으로 나타났고, 30대 이후로는 운동으로 스트레스를 해소하는 것으로 나타났다.

3) 피부상태는 조사 대상자 대부분이 정상 피부로 인식하고 있으며, 지성 48명(28.2%)과, 건성 37명(21.8%)의 피부유형이 가장 많았다. 이는 우리나라의 경우 4계절이 뚜렷하고 특히 겨울에는 춥고 건조한 날씨가 나타나는 등 피부의 수분을 빼앗을 수 있는 기후적 영향으로 판단된다. 또한 남성의 피부에 가장 큰 문제점 중 매일 해야 하는 면도는 피부트러블을 만드는 대표적인 요인으로 각질 약 50%를 수염과 함께 제거하게 되며 천연 피지막을 없애고 심한 경우 상처와 흠집을 동반하며, 민감한 상태로 만든다.

4) 딥 클린징은 잘 모른다. 220명(46.1%), 하지 않는다. 166명(34.8%)로 나타나 딥 클린징의 지식이 떨어짐을 심각하게 표출된 것으로 나타났다.

5) 조사 대상자들은 팩을 사용하지 않은 것으로 나타났으나, 마스크 시트팩 53명(31.2%)은 사용하기가 간편하여 가장 많이 사용한 것으로 나타났다.

피부문제점은 여드름과 각질이라고 생각하고 있으며 이러한 피부 문제점의 원인으로 대부분 업무로 인한 스트레스와 평소 피부 관리 부족으로 인식하고 있었다.

또한 피부개선에 가장 필요한 부분으로 편안한 휴식과 지속적인 피부 관리로 인식하고 있었다.

6) 남성의 피부 관리와 자아존중감은 연령과 학력 그리고 전문직이며 수입이 많을수록 높게 나타났으며, 또한 연륜이 있고 사회적, 경제적으로 안정된 생활을 하는 계층일수록 자아존중감도 높게 나타났다.

본 연구의 향후 과제는 표본 집단 추출에 있어 서울, 원주지역에 위치한 남성만을 대상으로 하여 연구결과를 일반화 하는데 제한이 있으므로 앞으로는 보다 정확하고 신뢰성 있는 연구결과를 위해서 조사지역과 표본 집단의 규모 등에도 관심을 가지고 광범위한 연구가 이루어져야 할 것이며, 남성과 여성을 비교대상으로 하여 자아존중감과, 피부 관리, 외모관리 행동과의 관계를 지역에 따른 차이 조사, 비교 연구가 요구된다.

주요어 : 남성의 피부 관리, 자아존중감

목 차

제 1 장 서 론	1
제 1 절 연구의 목적 및 필요성	1
제 2 절 연구 문제	5
제 2 장 이론적 배경	6
제 1 절 피부	6
1. 피부 구조와 기능	6
2. 피부유형의 특징	8
제 2 절 남성피부의 특징	15
1. 연령별 남성피부의 특징	16
2. 남성화장품의 개념과 종류	17
제 3 절 남성화장품의 산업	18
1. 남성화장품의 시장규모와 현황	19
2. 국내 남성화장품 주요 브랜드	20
3. 국내 남성화장품의 고급화	20
4. 화장품 구매 결정 요인	21
5. 남성들의 화장품 구매 태도	22
제 4 절 피부에 미치는 요인	23
1. 흡연	24
2. 자외선	25
3. 스트레스	26
4. 영양소	28
5. 음주	29

제 5 절 자아존중감	29
1. 자아존중감의 개념	29
2. 피부관리와 자아존중감	32
제 3 장 연구방법	35
제 1 절 연구대상 및 기간	35
제 2 절 연구의 설계	36
제 3 절 연구도구	37
제 4 절 자료처리 및 분석방법	38
제 4 장 연구결과	39
제 1 절 연구대상자의 일반적 특성	39
제 2 절 피부 관리 인식 및 태도	41
1. 피부관리를 위한 월 평균 지출비용	41
2. 평소 스트레스 정도	43
3. 스트레스 해소법	45
4. 피부상태	47
5. 피부유형	49
6. 딥 클리닝 여부	51
7. 사용하는 팩 종류	53
8. 피부문제점	55
9. 피부문제점의 원인	57
10. 피부개선에 가장 필요한 부분	59
제 3 절 측정도구의 타당성 및 신뢰도 검증	61
1. 피부 관리에 대한 타당성 및 신뢰도 검증	62
2. 자아존중감에 대한 타당성 및 신뢰도 검증	63
제 4 절 절 남성의 피부 관리	65
1. 남성의 전반적인 피부 관리	65
2. 일반적 특성에 따른 피부 관리차이.....	65

제 5 절 자아존중감	68
1. 남성의 전반적인 자아 존중감.....	68
2. 일반적 특성에 따른 자아존중감 차이.....	68
제 6 절 남성의 피부관리와 자아존중감의 관계	71
1. 각 변수간 상관관계	71
2. 남성의 피부관리가 자아존중감에 미치는 영향	72
제 5 장 결론 및 제언	77
【참고문헌】	82
【부록】	86
설문지	87
ABSTRACT	93



HANSUNG
UNIVERSITY

【 표 목 차 】

[표 1] 설문지 구성	37
[표 2] 조사대상자의 인구통계학적 특성	40
[표 3] 피부 관리를 위한 월 평균 지출	42
[표 4] 평소 스트레스 정도	44
[표 5] 스트레스 해소법	46
[표 6] 피부상태	48
[표 7] 피부유형	50
[표 8] 딥 클렌징 여부	52
[표 9] 사용하는 팩 종류	54
[표 10] 피부 문제점.....	56
[표 11] 피부 문제점의 원인	58
[표 12] 피부 개선에 가장 필요한 부분	60
[표 13] 피부 관리에 대한 타당성 및 신뢰도 검증	63
[표 14] 자아존중감에 대한 타당성 및 신뢰도 검증	64
[표 15] 남성에 전반적인 피부 관리	65
[표 16] 일반적 특성에 따른 피부 관리 차이	67
[표 17] 남성의 전반적인 자아존중감	68
[표 18] 일반적 특성에 따른 자아존중간의 차이.....	70
[표 19] 각 변수간 상관관계 검증	71
[표 20] 남성의 피부 관리가 자아존중감에 미치는 영향	72
[표 21] 남성의 피부 관리가 유능감에 미치는 영향	73
[표 22] 남성의 피부 관리가 가치감에 미치는 영향	74
[표 23] 남성의 피부 관리가 소속감에 미치는 영향.....	75
[표 24] 남성의 피부 관리가 만족감에 미치는 영향.....	76

【그림 목 차】

[그림 1] 연구 설계36



제 1 장 서 론

제 1 절 연구의 목적 및 필요성

오늘날 사람들의 외모(外貌)는 사회활동 영위를 위한 수단이며, 대인관계의 커뮤니케이션 중에 가장 중요하다. 외모는 하나의 경쟁력이 되는 현상으로 타고난다는 과거의 개념과 달리 외모는 명백히 만들어지고 관리되는 것이다. 타인에게 호감을 주기 위한 외모의 중요성이 부각 되므로 이를 위해 화장(粧)은 간단하고 적은 비용으로 빠른 시간 내에 자신의 외모 경쟁력을 키울 수 있는 수단으로 인식되고 있으며, 필수 관리가 되어 가는 실정이다.

신체는 타인에게 보이는 모습과 자아를 전적으로 반영하는 것과 함께 스스로 만족하는 대상으로서도 중요하며, 자신을 인식시킬 수 있는 가장 명확한 수단으로 사회적 존재인지를 표현하고 있다.¹⁾ 외모는 자신을 표현해 내는 척도로서 외모에 대한 끊임없는 노력과 좋은 이미지를 관리함으로써 외모에 대한 사회문화적 태도와 자아 존중감으로 처음 만나는 사람의 인상형성에 지대한 영향을 준다.

외모의 아름다움과 매력은 대인지각의 후광효과로 작용하며 개인의 능력과 특징까지 긍정적으로 평가하게 되고, 일상생활 속에서 의식적으로든 무의식적으로든 끊임없이 스스로가 원하는 방향으로 보이도록 노력하며, 이러한 자기표현은 사람들이 언어 및 비언어적 의사표현으로 착용한 의복, 헤어스타일, 신발, 장신구 등이 상대방 평가의 주요단서로 작용하고 있다.

미(美)의 외적 기준은 그 시대 사람들의 욕구에 따라 항상 변화되고 있다. 따라서 자신의 외모에 얼마나 만족하는가는 자아 존중감 뿐만 아니라 나아가 전반적인 생활에 대한 만족에까지 영향을 주고, 신체는 갈수록 개인적, 사회적 차원에서 중요해지고 있으며, 한 개인에게 있어 인체의 의미나 중요성은 다른 그 무엇보다도 우선적인 순위를 차지한다.

1) 박수진, 「남성의 패션, 헤어스타일, 피부, 신체이미지에 관한 유형 분석」, 충북대학교 대학원 박사학위논문, 2006, p.1

이에 따라 외모 관리에 대한 인식과 관리 형태는 사람들의 삶의 질을 높이는데 중요한 의미를 지닌다.²⁾

외모는 사회생활의 상호작용에서 매우 중요한 영향을 미치는데, 타인이 아름답다고 평가하는 신체적 외모를 선천적으로 타고 나는 사람도 있고, 아름답지 않은 모습으로 태어나는 사람도 있다. 이러한 아름다움은 타인의 외모에 대한 인식으로 비롯하지만 외모에 대한 사회적 기준은 확실히 존재한다. 사회에는 ‘아름다운 것이 행복이다’ 와 ‘못생긴 것은 불행이다’라는 고정관념이 있다.

즉 아름다운 외모를 가지면 더 행복하고, 더 성공하며, 더 현명하고, 더 사교적 이라 평가하며,³⁾ 스스로 만족을 느끼고, 능동적으로 살아가게 되고, 사회생활에서도 자신의 능력을 발휘하고 자신감도 가지게 된다. 신체는 갈수록 개인적, 사회적 차원에서 중요해지고 있다. 그러므로 외모관리의 한 부분으로 피부 관리의 중요성은 더욱 대두되고 있다. 따라서 예전의 남성들은 소비보다는 생산에 더욱 주력하였고 소비란 여성들에게 보다 적절하고 어울리는 활동으로 이해되었다.

after shave 수준에서 이제는 남성도 여성과 마찬가지로 화장이 필요하며 단정하게 가꾸어야 한다. 남성의 경우 사회적 활동을 많이 하기 때문에 복잡한 대인관계를 위해서 자신을 가꾸고 손질하는 것이 필수이다. 주 5일 근무제가 도입되고 급속히 확산됨으로써 경제적 능력과 시간 여유를 동시에 누리게 된 남성들은 더 이상 소비생활을 위해 어머니나 아내에게 의존하지 않고 스스로 소비활동에 나서게 되었으며, 이것이 새로운 취미와 여가로 인식하게 되었다.

즉 소비의 고정관념이 빠른 속도로 깨지고 있다. 여성들뿐만 아니라 남성들까지도 건강하고 탄력 있는 피부와 외모 관리를 위하여 더 많은 시간과 비용을 투자하게 되었다.

2) 황윤정, 「외모에 대한 사회문화적 태도, 자아존중감, 신체매력 지각이 외모관리행동에 미치는 영향」, 대구가톨릭대학교 대학원 박사학위논문, 2007, p.1

3) 신호정, 「현대여성의 아름다운 외모에 대한 질적 연구」, 건국대학교 대학원 박사학위논문, 2002, p.6

특히 미혼 남성들의 경우는 이성간의 교제나, 취업 시의 면접 및 예비 사회인으로서 외적인 인상이나 이미지 관리는 반드시 갖추어야 하는 중요한 부분을 차지하게 되었다.

남성의 상징인 수염을 영구 제거하는 등 다양한 이유로 남성의 성형수술이 점점 증가되고 있는 추세이다.⁴⁾

성형수술을 받는 남성들은 크게 20대와 50대로 구분되는데 20대는 주로 쌍꺼풀 수술이나 코 성형, 여드름 흉터 제거 등 외모를 돋보이게 하는 수술을 많이 한다. 반면 50대는 보톡스 주사나 주름제거수술을 통해 좀 더 젊고 건강해 보이기 위한 성형수술을 한다. ‘노무족’(No More Uncle)이라는 ‘젊은 오빠’ 신조어가 등장할 정도로 어려 보이고자 하는 남성들이 늘고 있다.

새로운 핵심 소비자 계층으로 대두되고 있는 실버 세대 또한 간과하지 말아야 할 것이다. 예전과는 달리 실버 세대에서도 높은 삶의 질을 추구함으로써 21세기 소비자의 한 축을 이루게 될 세대로, 이들을 위한 마케팅 전략도 수립해야 한다. 성형수술환자 1천여 명을 분석한 결과 2000년에는 31%로 높아졌으며, 남성만을 위한 남성전용 피부 관리실이 급증하고 있다.

피부의 건강상태와 신체의 건강이 사회생활에 미치는 영향이 높기 때문에 남성의 피부관리는 보다 보건학적 관점에서 효율적으로 이루어져야 한다.

남성들의 정확한 피부에 대한 지식전달과 올바른 기초화장품 선택 및 사용법, 그리고 피부관리가 여성만이 대상이라는 잘못된 인식의 전환을 위한 교육 홍보와 남성을 위한 새로운 피부관리 기술의 개발이 필요하다 할 수 있다. 간혹 남성이 자신을 외적으로 가꾸거나 외모에 관심을 기울이면 사람들의 시선이 곱지 않았던 것도 사실이다.

그러나 경제가 빠르게 성장하고 개개인의 소득이 증가함과 동시에 남성과 여성의 역할에 대한 인식에 많은 변화가 생겼고, 남성들도 이러한 현상에 발맞추어 달라지고 있다.

4) 이영아, 「20-30대 직장남성의 피부건강지식 및 행동에 관한 연구」, 숙명여자대학교 석사학위논문, 2005, p.2

이에 따라 피부의 상태개선, 건강유지 및 개선을 위하여 자아 존중감이 높은 상태에서의 올바른 피부미용에 대한인식, 건강한식습관, 스트레스방지, 올바른 피부 관리가 필요하다. 피부건강관리는 건강행위의 한 부분으로서 건강을 증진시키는데 중요한 역할을 하고 있다.

적당한 운동과 영양섭취, 적절한 휴식 등으로 신체의 건강을 유지하도록 힘써야 할 뿐 아니라 자신의 생활습관에서 피부에 영향을 미칠 수 있는 문제점들을 개선하고 올바른 피부 관리가 필요하다.⁵⁾

선행논문 권순분(2004), 이영아(2005), 홍재기(2007)의 연구의 대상자는 남성대학생 및 직장 남성위주에만 국한되어 한계를 보인다. 또한 여성의 기호성과 피부관리 습관에 따른 피부상태의 조사연구 등 최정숙, 곽형심, (1997)은 여성들의 자아존중감과 피부관리 습관에 따른 폭넓은 연구들이 현재에도 다양하게 진행되고 있으나, 남성의 피부관리가 자아존중감에 미치는 영향에 관한 연구는 아직도 미흡하다. 그러므로 폭넓고 깊이 있는 연구가 더 필요하며, 피부산업의 새로운 주 소비자층인 남성과 그들의 삶을 중심으로 한 많은 연구가 필요 하다고 생각된다.

본 연구에서는 남성의 피부 관리 인식 및 태도와 자아존중감에 대해 알아보고 남성의 피부 관리가 자아존중감에 어떠한 영향을 미치는지를 파악하여, 여성 못지않은 남성들의 현재 피부 관리에 대한 지식 및 행위를 분석하여 남성피부 건강에 대한 필요성과 관심도를 증가시켜 피부 관리가 여성에게만 국한된 것이 아니라 남성에게도 적용되는 것을 알리고자 한다.

또한 본 연구를 통해 남성 피부시장에 영향을 미칠 수 있는 기초 자료를 제공하고, 남성의 피부관리를 통하여 건강하고 깨끗한 피부를 유지함과 동시에 신체적, 정신적으로 건강한 삶을 유지 향상하는데 기본적인 자료를 제공하고자 한다.

5) 이정옥, 『피부미용학 개론』, 학문사, 1999, p.208

제 2 절 연구문제

본 연구는 서울, 원주 지역을 중심으로 20-30대의 남성의 피부관리가 자아존중감에 어떠한 영향을 미치는지를 알아보기 위하여 다음과 같은 연구문제를 설정하였다.

첫째, 인구통계적 특성에 따른 피부관리 인식 및 태도에 대해 알아본다.

둘째, 인구통계적 특성에 따른 피부 관리에 대해 알아본다.

셋째, 인구통계적 특성에 따른 자아존중감에 대해 알아본다.

넷째, 피부관리가 자아존중감에 어떠한 영향을 미치는지에 대해 알아본다.

다섯째, 남성의 피부관리 유형이 자아존중감에 영향을 미칠 것인지 알아본다.

HANSUNG
UNIVERSITY

제 2 장 이론적 배경

제 1 절 피부 (skin)

1. 피부 구조와 기능

일반적으로 사람의 피부는 표피, 진피, 피하조직으로 구분한다.⁶⁾ 표피의 두께는 진피와 피하지방조직에 비해 얇으며, 신체의 부위에 따라 차이가 있는데, 평균적으로 0.1mm-0.3mm이다. 표피 중에서도 가장 외측에 존재하는 각질층(stratum corneum)에 각질세포(Keratinocyte), 각질세포 사이를 둘러싸는 각질세포간 지질막 (intercellular lipid lamellae), 각질세포를 연결하는 교소체(desmosome)에 의하여 이루어진다. 이들 중 특히 각질세포간 지질막 구조는 피부장벽을 이루는 핵심이라 할 수 있다.

피부장벽은 외부에서 체내로 각종 병원균을 포함한 이물질의 침투를 저지하는 방어벽 역할을 함과 동시에 체내의 수분과 전해질이 외부환경으로 소실되지 못하게 하는 보호막 역할을 한다.

표피세포의 90-95%를 차지하고 있는 단백질을 만드는 역할을 하는 각질형성세포(Keratinocyte)는, 기저 층에서 생성되어 세포분열을 통하여 각질화 과정을 거둬하며, 매일 각질층에서 수백만 개씩 떨어져나감과 동시에 기저층에서는 새로운 세포가 생성된다.

피부는 약 70%의 수분과 25-27%의 단백질, 약 2%의 지질, 약 1%의 탄수화물, 기타 비타민, 효소 미네랄, 호르몬 등으로 구성되어 있다. 특히 천연보습인자 NMF(Natural Moisturizing Factors)는 피부 표면의 각질층에서 수분을 보유할 수 있는 인자로서 피부표면이 촉촉하고 매끄러운 상태

6) 김명숙, 『피부관리학』, 현문사: 서울, 2006, p.3

로 유지되고, 피부의 건성화를 막을 수 있다.

그 외에 색소세포(melanocyte)가 기저층에 존재하며, 랑게르한스세포(Langerhans Cell)는 피부의 면역학적 반응과 알레르기 반응에 관계한다. 머켈세포(Merkel cell)는 촉각수용체로서 촉각을 감지한다.

진피 조직은 비탄력적인 콜라겐(Collagen)조직과 탄력적인 엘라스틴(Elastin)섬유 및 무코다당류로 구성되어 있으며 우리 신체의 탄력적 균형 유지와 피부의 윤기 및 긴장도를 유지하는데 대단히 중요한 역할을 한다.

진피의 섬유아세포(fibroblast)는 진피구성물의 대부분을 생산해 낸다. 콜라겐, 엘라스틴, 다당류(polysaccharide) 및 콜라겐 분해효소를 만들어 낸다. 섬유질, 그리고 이들 섬유질 사이에 채우고 있는 당단백질로서 히아루론산, 무코다당류, 이외에도 콜라겐분해 효소 등 여러 가지 효소들이 이 섬유아세포에 의해 형성된다.

피부의 가장 아래층 피하조직은 진피와 근육, 뼈 사이에 위치한다. 피하조직은 결합조직으로 다른 기관의 혈관, 림프관, 신경관 등과도 함께 연결되어 있어 영양분과 산소를 공급할 뿐만 아니라 노폐물과 이산화탄소를 배출한다.

또한 체형의 굴곡을 결정짓는 조직지방을 갖고 있고 외상으로부터 내부를 보호한다.

피지선은 털이 있는 곳에는 반드시 피지선(oil gland)이 있다. 손바닥, 발바닥을 제외한 거의 전신에 존재한다.

피지선은 모공을 통하여 남성호르몬(androgen)의 자극에 의해 피지를 분비하며 피부의 건조를 방지하고 유해물질의 침입을 막는다.

특히 아포크린선(apocrine gland)은 땀 분비가 많은 겨드랑이, 유두, 외음부, 배꼽, 항문 주위에 분포되어 있는 한선이다.

또한 에크린선(Eccrine gland)은 땀 분비가 적은 부위로 노폐물 배설 및 체온 조절을 하며 피부 건조를 방지한다. 자율 신경계인 교감 신경의 자극을 받아 발한 작용을 하며 무색, 무취로서 99%가 수분이다.

독립 피지선은 털과 관계없이 피지선이 존재하는 것으로 입과 입술, 구강 점막, 눈꺼풀 등에 있다.

피부는 진피층의 탄력성과 피부 및 조직의 완충 작용에 의해 외부의 압박이나 타박에 대하여 자극을 완화시켜 주는 것으로 재생 능력이 있다.

건강한 피부의 표면은 세균류가 자라기 힘든 조건을 구비하고 있으며 이것을 피부의 자기정화 작용이라 한다. 피지막이 산성막이기 때문에 피지 중에 포함되어 있는 지방산도 살균작용을 한다.

기저층의 멜라닌색소는 커텐 역할을 하여 흡수 또는 산란시켜 피부를 보호해 주므로 자외선에 의한 피부노화촉진과 피부암의 유발을 막아준다.

신체의 방어본능기관으로서 감각기관의 기능을 수행하며 일정한 체온은 인체의 기능 수행에 절대적인 조건이다. 피부도 호흡을 하는데 호흡 시에 1%의 산소를 받아들인다. 또한 유효성분을 대략 0.1% 정도는 모공과 땀구멍을 통하여 피부내로 흡수할 수 있다.

결론적으로 피부의 기능은 외부의 유해 물질 등에 대한 장벽으로서의 기능 및 수분 과잉의 손실을 방지하는 생체 유지에 필수적인 기능을 가지고 있다. 또한 피부를 통한 흡수기능, 면역기능, 감각기능 등이 있으며, 기본적으로 사람의 겉모양을 완성해 주는 미용적 기능도 무시할 수 없다.

이러한 피부의 기능은 피부만이 독립된 것이 아니고, 항상 신체내부의 기능과 관련되어 있으므로 이를 충분히 파악한 다음 피부 손질을 하는 것이 중요하다.

2. 피부유형의 특징

피부의 유형을 일반적으로 분류하면, 피부의 유분량과 수분량에 의해 중성피부, 건성피부, 지성피부, 복합성 피부의 4가지 유형으로 분류 할 수 있다.

또한 문제성 피부 유형으로 민감성 피부, 여드름피부, 노화피부 등으로 나눌 수 있다. 이러한 피부 유형은 개인 생활환경, 유전적, 연령, 기후, 계절, 수면상태, 화장품 사용, 스트레스 등의 여러 가지 요인에 따라 항상 변화할 수 있다.

이러한 피부 유형들의 특성은 땀샘 기능의 증감이나, 혈액순환 상태, 피

부의 두께, 피부색 등이 피부유형을 결정하는 데 도움을 주므로 피부유형을 정확히 파악하고 이에 따른 올바른 관리법을 이해하여 피부관리 시 적용한다.

1) 중성피부(Normal Skin)

중성피부는 피부조직의 상태 또는 피부생리 기능이 모두 정상적인 활동을 하고 있는 가장 이상적인 피부이다. 적당한 촉촉함과 약산성(pH 4.5 - 5.5)을 유지하여 피부 결이 섬세하고 매끄럽다.

중성피부는 색소의 침착이 없고 모세혈관이 나와 있지 않은 피부이기도 하다. 그러나 중성피부라 해도 언제나 그대로 유지되는 것은 아니고 환경 요인에 따라 변할 수 있다. 피부의 상태는 계절, 화장품의 선택, 환경 연령, 식생활, 스트레스 등에 의해 민감하게 적용한다. 중성피부를 유지하기 위해서는 피부 관리에 섬세히 신경 써야 하겠고 각질층의 수분이 10-20%로 유지해야 하며, 피지와 땀의 분비가 정상이어야 하며 혈액순환이 좋아 모세혈관의 신진대사가 원활해야 한다.

2) 건성피부(Dry Skin)

건성피부는 피지선의 기능저하와 한선 및 보습능력의 저하로 인하여 유분 공급 기능과 피지분비 기능의 균형이 유지되지 못하는 경우로 유분 함량과 수분 함량이 부족한 피부를 의미한다. 다른 어떤 피부보다도 땀과 피지분비가 원활하지 못하며 내·외적 환경에 자극 받기 쉽고, 노화가 촉진되는 피부로 많은 주위와 손질을 필요로 한다. 피부가 건성 화되는 피부의 내·외적 요인에 따라 건성피부, 표피 건성 피부, 진피 건성 피부로 변한다.

건성피부의 원인을 살펴보면 피지가 부족하여 생기는 원인도 있지만 1차원적인 원인은 각질층의 수분이 10% 이하로 부족하거나, 연령, 계절의 변화, 심한 다이어트, 사우나, 자외선 노출에 의해 피부는 쉽게 건조되며 기능이 원활하지 않은 한선이나 피지선, 잘못된 화장품 사용이나 피부손상 기온 등의 후천적 요인으로도 건성 피부가 된다.

또한 유전적으로 피부조직과 각질층이 얇아 수분 증발 방지 기능이 약하

면 건성 피부가 된다.

건성피부의 특징은 피부 결이 비교적 곱고 얇으나 윤기가 없고 각질이 일어나 거칠어 보이고 피부의 탄력이 부족하고, 모공은 매우 작아 눈에 잘 띄지 않는다. 세안 후 피부가 심하게 당기고 피부의 탄력이 없으며 저항력이 약하여 알레르기 반응이 일어나기 쉽다. 잔주름이 많이 나타나고 색소 침착이 쉽게 일어난다.

건성피부의 관리방법은 유·수분 밸런스를 정상화 하는 관리가 필요하므로 지나친 세안을 자제하고, 세안제는 크린징 로션 타입을 선택하여 사용하며, 피부 활성화는 피부 균형을 유지하고 수분 공급 후 유분을 공급한다. 수분 섭취를 많이 하고, 충분한 수면을 취한다.

3) 지성피부(Oily Skin)

지성피부는 남성 호르몬(androgen)의 과도한 피지의 생성에 의해서 한선이나 피지선의 활동이 활발하며, 각질층이 두꺼운 것이 특징이다. 피부 표면이 번들거리며 모공은 열려진 상태로 넓어지고 피지 분비량의 정도에 따라, 지성피부에서 발견된 피부 병변에 따라 피부상태에 따라 2가지 유형으로 세분화 할 수 있다.

첫 번째 유형은 유성 지루성 피부로 각질층이 두껍고 모공이 확장되어 세균 등에 대한 방어력이 약하고 매우 번들거리고, 두 번째 유형인 건성 지루성 피부는 피부가 번들거리나 수분이 부족해 당기고 각질이 잘 일어나고 예민하여 유성 지루성 피부보다 여드름이 잘 발생한다.

지성피부의 원인은 사춘기 호르몬 불균형, 스트레스에 의한 자극 등으로 피지량이 증가한다. 영양소 등의 과다 섭취나 비, 위장 또는 대장 등의 내과적 요인으로 피지선을 자극해 피지량이 증가한다.

지성피부의 특징은 피부 결이 거칠고 각질층의 두께가 두꺼워 피부가 투명감이 없고 칙칙하며, 모공이 넓고 외부 자극에 대한 저항력이 비교적 강하다. 햇빛에 의한 색소침착이 일어나며 모공에 피지가 많이 쌓여 블랙헤드가 있고 여드름 등이 쉽게 보이며 윤기와 탄력이 있어 잔주름도 쉽게 생기지 않는 편이다. 저항력이 강하고 노화도 느리게 진행되며, 메이크업

이 잘 지워지는 피부이다.

지성피부의 관리방법은 피지 분비를 조절하고, 확장된 모공 등의 피부 문제를 해결하는 것이며, 철저한 이중 세안을 한다. 세정력이 우수한 제품을 사용하고 피부 표면의 불순물 및 각질 제거를 위한 필링을 하고, 유분감이 적은 지성 피부 전용 화장품을 사용하며, 스트레스를 받지 않도록 주의 하는 것이 좋다.

피지 관리와 병행해 유·수분 밸런스를 맞추는 관리를 주기적으로 하고 정기적으로 필링과 재생관리를 통해 모공 확장피부를 관리하고, 딥 클렌징으로 모공 속의 과다 각질 및 피지를 제거하며 비타민 B군을 충분히 섭취한다.

4) 복합성 피부(Combination Skin)

복합성 피부는 피지의 분비량의 불균형으로 두 가지 이상의 피부상태가 함께 존재하는 유형이다. 주로 T-zone 부위는 지성, U-zone부위는 건성 피부의 특징을 나타내며, 대부분의 여성들의 얼굴피부는 이 유형으로, 복합성 피부는 불균형한 피지 분비가 원인이므로 화장품 성분에 민감한 반응을 보이므로 화장품 선택에 유의해서 피부상태에 적합한 화장품을 사용해야 한다.

복합성 피부의 원인은 환절기, 피부에 맞지 않는 화장품을 장시간 사용 시 복합성 피부가 되기 쉽고, 음식섭취, 과로, 신경과민, 수면 부족 등 불규칙한 생활과 연령, 기온변화에 의해서도 복합성 피부가 된다.

복합성 피부의 특징은 피부 결이 전체적으로 균일하지 않고 T-zone부위인 이마 가운데, 코의 양쪽 날개, 턱의 중심부에는 유분기가 많고, 눈가나 뺨 등의 U-zone 부위는 당기고 눈가에 잔주름이 보이며 색소침착도 생성되는 건성을 띠는 피부로 피지 분비가 적고 보습함유량이 적어서 형성된다.

복합성 피부의 관리 방법은 각질의 두께와 피지분포 등 특징이 비슷한 부위로 나누어 이마와 턱을 T-zone, 눈가와 볼을 U-zone이라 일컬으며 각 부분의 상태에 따라 보습과 피지관리를 적절하게 하는 것이 중요하다.

T-zone부위는 각질 제거 및 탈지 관리를 위한 팩을, 또한 세안 시 청결하게 해야 하며, U-zone 부위는 보습이나 영양 팩으로 관리한다. 기초 화장품은 두 가지 피부 타입의 복합성으로 사용하고 색소 침착의 방지를 위해 자외선 차단제를 바른다.

5) 민감성 피부(Sensitive Skin)

민감성 피부는 중성, 건성, 지성, 복합성 피부 유형에 모두 나타나지만, 특히나 외부 자극에 대한 저항력이나 외부 환경에 대한 반응이 다른 피부 유형보다 매우 예민한 피부유형으로 연령이나 피부 타입에 관계없이 성격이 예민한 경우, 호르몬이 불균형한 산전, 산후, 생리 전후, 갱년기인 경우, 대 수술을 한 경우, 스트레스, 수면 부족의 경우 등 일시적으로 민감해질 수 있는 요인은 매우 다양하다. 우리나라의 경우는 확실한 통계가 없지만 미국의 경우 여성의 50%가 민감성 피부로 나타났고, 심리적, 정신적 요인과 매우 큰 연관성을 갖고 있고 원인에 따라 어떤 반응에 민감한 지 판단하기 힘들다.

민감성 피부의 원인은 화학적·외부 환경적 자극에 예민하며, 개인에 따라서도 다양하게 나타나 선천적인 요인이 많은 부분을 차지한다.

과다한 필링 등 잘못된 관리에 의해 발생할 수 있고 위장, 간 등의 내장 기능의 이상이나 내분비 이상, 자율신경계의 불안정 등 내적 요인에도 기인한다. 또한 과도한 자외선의 노출이나 칼슘, 비타민, 마그네슘의 부족 등의 영양 결핍으로 민감성 피부가 되기도 한다.

민감성 피부의 특징은 피부 겉은 섬세하나 얇고, 건조하기 쉽고, 외부 환경 등 자극에 민감하며 모공이 거의 보이지 않고 피부색도 투명하나, 당기고 각질도 잘 일어난다. 모세혈관이 피부 표면에 잘 드러나 보이며 복합성 피부 상태의 특징을 보이며, 잔주름이 쉽게 형성되고 피부질환에 감염될 위험이 있고 색소침착의 위험도 크다.

민감성 피부의 관리 방법은 전문가의 도움으로 보호차원·예방차원에서 피부 관리를 하여야 하며, 피부 상태에 있어 바람, 온도, 자외선, 습도 등의 기후로 인한 환경적 요인으로부터의 문제점을 예방하고 보습과 피부

진정, 최소한의 자극으로 면역을 강화시키는 것이 중요하며 미지근한 물로 세안, 부드러운 타입의 크림을 사용하되 지나친 유분 공급은 피한다. 심리적으로 안정을 취하며 자극적 음식을 피하고 물을 많이 마신다.

6) 여드름 피부(Acne Skin)

여드름 피부는 피지선의 만성질환으로 피지분비가 많은 부위인 얼굴, 목, 가슴, 등에 주로 발생하는 비 염증성 또는 염증성 질환이다. 다양한 원인에 의해 피지가 많이 생기고 모공 입구의 폐쇄로 피지 배출이 되지 않아 발생된다. 주로 호르몬 불균형으로 인한 사춘기 이후에 여러 가지 요인으로 인한 피지 과잉 분비의 경우 중년층에서도 발생하며 여드름 균이 증식하면 염증성으로 진행될 수 있으며, 후유증으로 모공확장, 색소침착, 굴뚝질 모양의 흉터 등이 발생할 수 있다. 여드름은 비염증성인 면포, 염증의 심화 정도에 따라 구진, 농포, 결절, 낭종 등으로 구분한다.

여드름 피부의 원인은 유전이 가장 큰 이유로 체질적으로 잘 생길 수 있으며, 스트레스나 위장장애, 변비, 수면부족, 음주, 고온 다습한 기후, 환경오염물질과 위생의 결핍 등 여러 원인에서 발생한다. 피지의 과다 분비로 모공을 막아 염증을 일으키고 남성호르몬인 안드로겐, 여성호르몬인 프로그스테론의 영향을 받고 피부에 맞지 않는 화장품 사용도 기인한다.

여드름 피부의 특징은 피부 결이 거칠고 여드름과 뾰루지(모낭염) 등이 잘 생기며 모공이 넓어 눈에 잘 띈다. 피부 표면이 두껍고 피지분비가 많아 피부는 이 물질로 인해 지저분하고 건조하여 각질이 잘 일어난다.

화장이 잘 지워지며 시간이 지나면 칙칙하게 변하는 것이 특징이다.

여드름 피부의 관리방법은 항균, 소염, 진정에 주목적을 두고 보습, 피지 조절 등 유·수분 밸런스를 유지해야 하며, 알칼리성인 일반 비누의 사용은 여드름 균의 번식을 초래하여 여드름을 더욱 악화시키므로 전문적인 세정제를 사용하여 철저히 세안한다.

7) 노화피부(Ageing Skin)

노화피부란 인체의 노화진행과 더불어 피부에 나타나는 모든 자연적인

변화와 수분의 감소를 말한다. 피부노화에 영향을 미치는 요인에 따라 생리적 노화, 외적 노화로 분류할 수 있다.

건성피부를 그대로 방치하면 노화가 신속히 진행되며 피부가 노화되면 피지선과 한선의 기능이 퇴화되어 피부가 거칠어지고 주름이 형성된다. 또한 일광에 노출이 많은 안면이나 목덜미, 손등 등에는 피부가 딱딱하고 뻣뻣하며 깊은 주름이 보이는데, 장기간에 걸쳐서 강한 태양광선을 받은 피부에는 이들의 변화가 특히 현저하게 된다.

멜라닌 세포의 기능이 약화되면서 불규칙하게 멜라닌 색소가 생성되어 검버섯(노인성 반점, age-spots)이 생기고, 표피의 노화로 기저 층의 세포 분열 약화로 각화주기가 길어져 각질층이 두꺼워지고 보습량은 감소되어 칙칙하고 거칠며, 잔주름이 발생하며, 진피의 노화로 교원섬유가 파괴되면서 탄력섬유의 신축성이 적어지고 기질의 수분 보습력도 저하되면서 피부의 탄력성, 신축성이 적어지고 굵은 주름이 발생한다.

노화피부의 특징은 피지선과 한선의 기능이 퇴화되어 두께는 얇아지는 반면 피부 표면의 각질층은 증가하여 거칠어 보이고 피부 윤기가 떨어지며 피부가 건조하여 당기며 얼굴 전체에 가성, 진성주름이 모두 보이고 피부는 예민해진다. 멜라닌 세포수의 감소와 기능약화로 색소 침착 불균형이 일어나고 얼룩반점이 생기며 자외선에 대한 방어 능력이 저하 된다. 피부의 유·수분 부족으로 피부의 탄력이 느껴지지 않고 메이크업을 지을 경우 피부색이 우중충해 보인다.

노화피부의 관리방법은 조기 노화를 막고, 노화를 지연시키는 것으로 정기적으로 보습, 재생, 고농축 영양 관리를 하고 혈액순환 촉진을 위하여 마사지와 운동, 긍정적인 사고와 스트레스를 해소하는 등 정신적, 신체적 관리를 하도록 한다.⁷⁾

7) 이해원, 「여성들의 피부관리에 대한 인식 및 선호도에 관한 연구」, 숙명여자대학교 원격대학원 석사학위논문, 2009, p.12

제 2 절 남성 피부의 특징

남성들의 피부는 여성피부에 비해 약 20%정도 두꺼운 피부조직을 가지고 있으며 그 피부의 무게 또한 여성보다 0.7kg정도 무겁다. 남성피부는 남성 호르몬의 일종인 (testosterone)이 콜라겐(collagen) 합성을 촉진해 피부가 더 두꺼워 질 수 밖에 없다. 피부가 두꺼운 만큼 주름이 늦게 생기는 대신 깊은 주름이 갑자기 드러나게 된다.

여성피부에 비해 수분 증발이 많아 건조하고 각질도 많이 생성된다. 또한 피지분비량이 많아 모공이 넓고 피부가 칙칙해 보이기도 한다.

남성들의 피부는 여성들에 비해 피부색이 검붉고 칙칙하며 피부수분의 손실로 각질이 쉽게 쌓여 피부가 탁해지며 대체로 지성타입으로 모공이 크고 피부가 단단해 두꺼워 보이는 반면 예민하고 약한 경우가 있다.

여성의 경우 피부가 얇기 때문에 잔주름이 많이 생길 수 있다. 남성의 피부는 두껍고 콜라겐 함량이 많기 때문에 주름이 여성보다 늦게 생기는 대신, 깊은 주름이 갑자기 드러나게 된다. 그러나 지방층은 여성 쪽이 두껍다.

남성피부는 여성보다 술, 담배, 커피 등 섭취가 많고 스트레스가 많아 피부에 대한 상식이 부족해 피부 상태가 더 심각해질 가능성이 높다. 흡연, 음주, 면도, 스트레스 등 남성의 피부는 여성에 비해 자극 받는 요인이 더욱 많다. 그 중 면도는 남성들만이 가지고 있는 피부 트러블을 만드는 대표적인 요인이다. 각질 약50%를 수염과 함께 제거하는 면도는 피부를 보호하는 천연 피지막(fat film)을 없애고, 심할 경우 상처와 흠집을 동반한다. 또한 잘못된 면도는 피부 밸런스를 깨뜨려 피부를 매우 민감한 상태로 만들기 때문에 올바르게 면도하는 것은 물론 면도 후 피부관리에도 신경 써야 한다.

남성 피부는 수분함량이 여성 피부의 1/3밖에 되지 않아 대부분 수분이 부족한 상태이다. 이러한 건조 피부는 피부 탄력을 저하시키고 깊은 주름을 생기게 한다.

남성과 여성의 가장 큰 차이점은 바로 남성에게는 ‘안드로겐(Androgen)’

이라는 호르몬이 생성 된다는 것이다. 일명 ‘남성 호르몬’이라고 부르는 안드로겐은 피지를 과다 분비해 지성 피부를 만들고 모공을 키워 여드름을 키우고 거친 피부를 만든다.⁸⁾

또한 과다 피지분비로 인한 피부 표면의 번들거림은 대기 중의 먼지와 여러 가지 불순물을 피부에 흡착시키기 때문에 피부가 더러워지기 쉽다. 남성도 깨끗한 피부를 유지하기 위해서는 피지와 땀, 먼지 등의 더러움으로부터 피부를 청결하게 해야 한다. 또한 피부의 수분 균형을 맞추기 위한 세심한 스킨케어가 필요하다.

건강한 피부 조건은 피부표면에 긴장감과 적당한 수분이 있어야 하며, 피부 표면에 매끈함도 있어야 한다. 또한 피부가 부드럽고 탄력이 있고 광택과 생기가 있어야 한다.

건강한 피부를 유지하는 방법으로는 청결이 최우선적으로 이뤄져야 하며 충분한 수면을 취해야 한다. 영양의 균형을 유지하기 위해서 식이섭취도 중요하다. 적당한 운동은 전신의 건강유지에 필수이다. 그리고 과다한 음주와 흡연, 피로, 불균형적인 섭생, 스트레스 등의 신체적 반응은 곧바로 피부로 나타날 수 있다. 건조한 피부는 피부 두께와 달리 선천적인 특성이라기보다는 후천적인 ‘관리 소홀’ 때문이다.

따라서 건강한 정신과 신체적 건강유지에 힘쓰며, 자신의 맞는 화장품 선택과 올바른 사용법에 유의해야 한다.

1. 연령별 남성피부 특징

1) 청년피부 (18-24세)

피부의 기능은 상당히 활발하지만 호르몬의 불균형으로 신진대사가 불안정한 상태이다. 이 시기에는 피지분비량이 왕성하여 여드름, 뾰루지, 등 피부의 문제가 발생하기 쉽고 피부의 끈적임과 번들거림이 심하다.⁹⁾

8) 홍재기, 「남성들의 화장품에 대한 사용실태 및 요구에 관한 연구」, 숙명여자대학교원격대학원 석사학위, 2007, p.34

9) 상계논문, p.35

이 시기의 피부 관리는 청결함을 유지 할 수 있도록 순하고 자극이 없는 세안제로 하루에 2회 이상 실시하고 세안 후 스킨이나 로션으로 피부 결을 정돈한다.

2) 성년피부(25-35세)

생리 리듬은 비교적 안정적인 상태이나 사회생활을 시작함에 따라 업무의 스트레스, 잦은 음주, 흡연, 불규칙한 생활 습관과 수면부족으로 피부 상태가 많이 나빠지는 시기이다. 건강상태에 따라 안정이 쉽게 깨어져서 각질이 일어나기도 하며 트러블을 발생시키기도 한다. 이 시기의 피부는 다양한 활동과 생활의 불균형으로 피부가 불안정하기 때문에 적절히 휴식을 취하고 일주일에 2-3회 정도 마사지나 팩으로 피부를 관리해야 한다.

3) 장년피부(35-40세 이후)

사회 활동과 더불어 연령의 증가 등으로 심신이 모두 지친 상태이며 피부에서 분비되는 유, 수분의 양이 현저하게 감소되고 피부 자체의 회복능력 역시 상당히 저하되어 있다. 그러므로 이 시기의 피부 관리는 충분한 유분과 수분을 공급해 주어야 한다. 세안 후에는 반드시 연령에 맞는 스킨, 로션을 사용하여 피부에 활력과 수분을 공급하고 탄력을 주어야 한다.

최근에는 남성용 스킨케어 제품에는 여성 화장품처럼 모공관리와 리프팅 기능까지 다양한 제품과 멀티제품들이 판매되고 있어 더욱 세심하고 꼼꼼한 피부 관리가 필요하다.¹⁰⁾

2. 남성화장품의 개념과 종류

남성화장품은 여성화장품 보다 유형별 개발 수는 적지만 새로운 상품이 지속적으로 개발되고 있다. 또한 소비자 욕구를 충족시키기 위해 끊임없이 신제품 출시에 공을 들이고 있다.

국내 남성용 화장품은 크게 기초화장품, 두발, 제품류, 색조 화장품, 방향

10)권순분, 「20대 남자 대학생의 화장품에 대한 지식 및 구매 형태에 관한 연구」, 숙명대학교원격대학원, 석사학위, 2004, pp.16~17

류, 면도용 제품류로 나눌 수 있다. 기초제품인 스킨과 로션은 남성들 사이에서 피부 관리를 위한 생활필수품으로 인식된 지 오래며 최근에 남성은 여성과 같이 사용할 수 있는 개념의 메이크업까지 나와 있다. 남성제품들의 기능화, 세분화, 다양화로 그 종류가 다양해지고 있다. 또한 남성들 스스로에 대한 외모의 관심이 높아지고 있어 화장품 업계가 틈새시장 확장을 위해 다양한 남성전용 제품들을 선보이고 있다.

특히 기능성 제품이 두드러지는데 자외선 차단제 제품, 미백제품, 주름개선 제품, 멀티제품(자외선+미백+주름개선)들이 출시되고 있다. 남성용 화장품의 시장 점유율을 보면 기초화장품이 53.1%로 가장 높으며, 다음으로 는 두발용 제품류가 큰 비중을 차지하고 있다.¹¹⁾

색조화장품은 최근 남성화장품의 영역이 점차 확대되면서 찾는 남성 소비자들이 다양해지고 있다. 이는 최근 취업난이 가중되면서 면접 시 사용하기 위해 찾는 이들이 많아졌고 피부에 고민을 갖고 있는 10-20대가 주 고객층으로 떠오르고 있다. 남성 색조화장품의 시장가능성은 선풍적인 인기를 모았던 비비크림이 남성들에게 인기가 있었다.

기능성 화장품은 2009년 4,855개로 무려 6배나 증가 판매되었으며, 유형은 자외선 차단 제품으로 나타났다.

제 3 절 남성화장품 산업

2000년도에 이른바 메트로 섹슈얼(metrosexual) 열풍이 거세게 불었다. 이는 패션에 민감하고 치장하고 가꾸는데 충실한 남성을 뜻한다. 여성 헤어스타일이나 액세서리 등을 적극적으로 받아들인 남성 ‘크로스 섹슈얼(Cross Sexual)’이 등장했다. 최근에는 엠니스(M-ness)족 까지 등장 하였다. ‘엠니스 족’이란 남성을 뜻하는 (Man)과 여성적인 특성을 의미하는 ‘니스(ness)’를 결합한 신조어로 ‘힘(Power)’ 권위의 상징인 남성과 ‘대화’ 배려를 연상케 하는 여성적 이미지를 두루 갖춘 남자를 뜻 한다.

11) 홍재기, 전계논문, p.6

화장품업계에서는 귀여운 얼굴을 만들기 위해 화장하고 몸매를 살리는 젊은 남성들로 통칭된다.¹²⁾

최근 남성미용 시장이 급속도로 성장함에 따라 많은 화장품 업체와 백화점 등에서는 온라인과 오프라인에 남성을 위한 전문 매장이 속속 등장하여 남성전용 매장에서 남성이 스스로 원스톱 쇼핑을 즐길 수 있도록 한 것이다.

청바지, 패션에서부터 각종 남성용 소품과 향수 등 한 곳에서 원스톱 쇼핑을 가능하게 하는 쇼핑몰과 남성을 위한 네일 케어 숍, 남성 전용 마사지 센터, 두피 관리, 남성 성형외과, 남성 전용 휴게실과 카페가 인기를 얻고 있는 남성 멀티 액세스리 숍 패션, 뷰티 등 여성 전유물로 느껴졌던 시장에서 남성이 소비의 주체로 남성만의 소비문화를 만들어 가고 있다. 남성화장품 시장의 판매 타겟(target)은 주로 젊은 층이다.

1. 남성화장품 시장규모와 현황

국내 남성화장품 시장의 규모는 해마다 커지고 더욱 가속화 되고 있다. 여성화장품에 비해 규모는 약소 하지만 최근 5년 사이 남성화장품 시장이 두 배 가량 커졌다. 앞으로 시장 확대 가능성은 남성화장품 쪽이 훨씬 크다고 볼 수 있다. 이는 남성화장품이 전년도에 비해 증가추세이고 전체 화장품 시장의 37%를 차지하고 있음을 볼 수 있듯이 국내, 외 기업들은 제품 영역을 크게 확대하고 있으며 여성 화장품 시장과 차별화된 제품과 기술, 광고 전략 등을 동원해 시장의 고공행진을 이어가려고 노력하고 있다.

12) Enclean.com. 『리뷰』 2.0 (2009.05.07) <http://enclean.com/review/215768> 테일러 코스메틱, 셀프스킨케어 맨 이 몰려 온다.

2. 국내 남성화장품 주요 브랜드

터프함 대신 부드러움과 섬세함을 고루 갖춘 남자들이 새롭게 인기를 끌고 있다. 이제 남자들도 스스로의 패션과 외모에 투자를 하며 스스로를 가꾸기 위해 노력하고 있다. 소위 메트로 섹슈얼(metrosexual)이라 불리는 이들은 화장, 패션, 성형 등 기존 남성들에게 있어 철저히 금단의 구역이었던 곳에까지 그 세력을 확장하고 있다. 이러한 사회적 추세와 더불어 여성들의 전유물이라 여겨졌던 화장품 시장까지 새로운 바람이 불고 있다. 최근 국내 화장품 시장은 옴므(homme)나, 포맨(for man) 전성시대라 해도 과언이 아니다. 여성제품의 다양한 종류의 기능을 토대로 남성 제품의 종류를 확대하고 있다.

남성과 여성의 역할 경계가 점차 모호해지는 변화된 사회상을 반영하고 있다.

3. 국내 남성화장품의 고급화

업계는 우선 그루밍족(Grooming)을 겨냥하고 있다. 패션과 미용에 아낌 없이 투자하는 남자들이란 뜻으로 쓰인다. 취업면접이나 연애 등을 중요시 여기는 젊은 층은 치열한 경쟁 사회에서 살아남아야 하는 세대이다. 중장년층들은 그들 나름대로 저마다 미용을 중요시 여긴다. 특별한 목적이 아니더라도 자기만족 차원에서 미용을 생활화하는 남성들도 늘고 있다. 스킨케어는 물론 세안 용품과 에센스, 자외선차단제, 마스크 팩 등 남성 전용 기능별 제품들이 즐비하다.

산업 분야에도 긍정적인 효과를 기여할 수 있는 고부가가치 산업이라 할 수 있다. 구체적으로 100억 원의 화장품 수요가 증가하면 GDP상승효과는 103억 원, 취업유발지수는 104명이라는 연구 결과도 있다.¹³⁾

13) 한국보건산업진흥원, 『보건산업백서』, 2004.

4. 화장품 구매 결정 요인

1) 10-20대 초반 소비 행동 분석

10-20대 초반이 되면 남성들도 외모에 대한 관심이 높아진다. 사춘기를 겪고 나면서 이성에 대한 관심이 증가하여 외모에 대한 고민과 생각을 많이 하기 때문이다. 그러나 대부분이 학생들이어서 화장품 구입에 금전적으로 많은 투자를 하지 못한다. 또한 이 시기가 화장품 구입에 금전적으로 많은 투자를 하지 못한다. 또한 이 시기가化妆품을 구매하는 생애 첫 단계라고 할 수 있기 때문에 화장품에 대한 정보가 많이 부족하다. 그리하여 남성 스스로 화장품을 구매하는 것보다는 실구매자는 대부분 여성이라는 점이다. 부모님이나 지인들로부터 선물 등을 통해 화장품을 접하는 경우가 더 많다.

저렴한 가격과 사용의 편리함 간편하고 사용하기 쉬운 화장품을 선호한다.

2) 20-30대 소비 행동 분석

이 시기는 사회에 입문한 초년생들이다. 이 연령층 역시 바쁜 직장업무와 과로로 인해 사용하기 간단한 화장품 사용을 선호한다. 화장품 구매 시 신중히 구입하는 소비자층이다.

이 연령층의 중요한 특징은 결혼과 배우자 선택으로 인해 외모관리에 관심이 높아진다는 것이다. 그래서 외모를 가꾸려는 목적으로 화장품을 찾는 경향이 있다. 젊은 여성들이 호감을 느끼는 남성의 첫 번째 기준은 잘 가꾸어진 청결한 얼굴이라고 한다. 이제 남성들도 건강한 피부와 세련된 옷차림으로 자신만의 이미지를 구축할 것인지, 지금 이대로의 모습으로 살아갈 것인지를 기로에서 있음은 분명하다.

3) 40-50대 이후 소비 행동 분석

40대 이후의 연령층은 사회적으로나 직장에서 중간급 정도의 지위를 가지고 있고 경제적으로도 10-30대의 연령층보다 여유로운 편이다. 이 시기

의 남성들은 나이가 들면서 외모에 대한 관심의 정도가 감소해 피부 관리에 소홀해지고 한 가지 화장품을 몇 년 동안 꾸준히 구입해서 쓰는 경우가 대부분이다. 하지만 최근 ‘노무족(No More Uncle)’이 새로운 트렌드로 떠오르기 시작하면서 아저씨로 여겨지는 것 보다 젊은 오빠로 남고 싶은 중년층의 외모 가꾸기 열풍이 불고 있다. 이러한 영향으로 이 시기의 남성들은 외모를 가꾸려는 것뿐만 아니라 변화시키려는 목적으로 화장품을 찾는 경향이 있다.¹⁴⁾ 점차 향상되고 있는 생활수준에 맞춰지는 경향으로 다수의 소비자를 겨냥하기 보다는 일부의 특정 소비자를 겨냥하고 있는 고가제품들이 출시되고 있다.

인간은 태어나서 죽을 때까지 그 과정을 단순하게 표현해 보면 노화해가는 과정이라고 볼 수 있다. 노령화 사회로의 진입에 따른 노화 지연 및 미의 유지에 대한 관심이 고조됨에 따라 미래 발전성이 크고, 인간의 미에 대한 가치와 욕구는 사회 고도화에 따라 증대되며, 이를 대상으로 하는 화장품 산업은 영속 발전적이다.

5. 남성들의 화장품 구매 태도

최근 대흥기획이 15-39세 남성 500명을 대상으로 실시한 조사에 따르면 ‘외모는 남성의 경쟁력을 높일 수 있는 수단’이라고 답한 사람이 86%나 됐다. 제일기획이 20-30대 초반 미혼 남성들을 대상으로 한 조사에서는 대부분이 한 달 용돈이나 월급의 절반을 ‘의류 구입비와 미용비’로 쓰는 것으로 나타났다. 남자들의 관심과 돈이 외모, 크로스 섹슈얼에 몰리고 있는 것이다.¹⁵⁾

헤어스타일이나 속옷 등 다양한 아이টে으로 자기외형을 완벽하게 치장하는 크로스 섹슈얼 바람을 탄 남성들은 남성용 거들을 입고, 바지에 드러나는 팬티라인을 숨기기 위한 T팬티도 많이 찾는다. 머리로 부드럽게 세팅하거나 술을 쳐서 층을 많이 낸 스타일을 즐기고 지저분한 털을 제거하는 제모상품과 눈썹연필도 불티나게 팔리고 있다.

14) 홍재기, 전개논문, p.6

15) 조윤정 한국일보, 『‘남자’ 올해는 크로스 섹슈얼’ 거리를 누빈다』, 2006, 03,16.

10대의 의존도를 보면 TV광고, 잡지, 주위의 권유로 의존도가 높게 나타났으며, 이에 비해 매장상황에 따른 구매는 젊은 연령일수록 낮고 매장은 대체로 기존 브랜드를 유지하는데 영향을 미치는 반면, 고 연령일수록 높았다. 월 소득이 높고 학력이 높고 연령이 낮을수록 미용에 관한 관심이 컸다. 2000년대는 테크노 시대를 맞아 사이버틱한 메이크업과 자연으로 회귀하려는 모습으로 내추럴(natural)한 메이크업이 공존하는 경향을 보이고 있다. 과학적 요소와 자연적 요소가 공존하는 메이크업으로 자연으로 돌아가고 싶은 심리를 과학적으로 접근하려는 시도가 계속적으로 이어지고 있다.

제 4 절 피부에 영향을 미치는 요인

피부는 외부와 직접 접하고 있는 우리 신체의 가장 겉 표면으로 외부의 여러 영향으로부터 내부기관을 보호하며 분비, 배설, 체온조절, 물질 흡수, 호흡, 비타민D 생성작용을 한다. 피부는 외부의 여러 영향을 받으며 동시에 신체 내부의 기능과 연관되어 인체의 정상적인 활동유지에 중요한 기능과 역할을 한다.¹⁶⁾

이것은 피부의 신체 상태를 가장 잘 나타내주는 거울과 같아서 육체적인 피로나 정신적 스트레스를 겪고 나면 안색이 나빠지고 피부가 푸석푸석해지는 것을 경험 할 수 있다. 또한 피부의 상태는 신체의 건강, 호르몬의 분비, 내장기관 등의 내적인 요소 뿐 아니라 외적인 요소인 계절, 기후, 환경에 의해서 달라질 수 있으며 이러한 요인들에 대해 피부를 보호하고 아름답게 유지하기 위해서는 운동과 영양섭취, 적절한 휴식, 자신의 피부에 알맞은 피부 관리를 해야 한다.

피부에 영향을 미치는 요인들은 여러 가지가 있지만 대표적인 몇 가지 큰 요인들을 살펴보고자 한다.¹⁷⁾

16) 이윤수, 전계논문, p.17

17) 김복희, 「여성의 피부미용관리 지식 및 행위와 관련 요인」, 경산대학교 대학원 석사학위논문, 1990. p.7

1. 흡연

흡연은 폐암의 가장 큰 원인이며 피부에 악영향을 끼치는 것으로 인식하고 있으면서도 흡연 인구는 계속 증가 하고 있다. 특히 여성의 흡연 인구가 급속히 확산되고 있다. 여성 흡연자의 79%가 피부표면의 수분부족으로 창백한 안색과 주름을 보이고, 흡연량이 증가할수록 피부의 평균 수분량이 감소하고, 흡연자가 비 흡연자에 비해 이마, 볼, 입 주변, 눈가의 수분이 부족하다고 보고하고 있다. 또한 담배연기를 모아 아세톤에 녹인 액을 피부에 발랐더니 50%에서 피부암이 발생했다는 보고도 있다.

담배에서 해로운 성분은 대표적으로 니코틴, 타르, 일산화탄소 등이다. 니코틴은 우리 인체의 신경계, 순환계, 호흡기, 내분비선, 소화 장기에 작용하여 흥분, 호흡장애, 혈관수축 등의 장애를 일으킨다. 타르는 담배에서 가장 해로운 성분이며, 암 발생의 주원인이다. 담배 연기 속의 일산화탄소는 혈액 속에 있는, 적혈구의 헤모글로빈과 결합하여 헤모글로빈의 산소공급 능력이 떨어지게 된다.

여성 흡연인구의 증가로 직접 흡연뿐만 아니라 남성과 함께 직장생활을 하는 여성들에게는 간접흡연에 노출되는 빈도 역시 높다고 볼 수 있다. 간접흡연이란 남이 피우는 담배연기를 간접적으로 흡입함으로써 담배를 피우는 것과 같은 효과를 나타내는 것을 말한다. 간접흡연을 할 때 들이마시게 되는 연기는 두 가지로 분류할 수 있는데, 하나는 주류 연기이고, 다른 하나는 부류 연기라고 한다. 주류 연기는 흡연자가 담배를 흡연하여 폐 속에서 여과 한 후 내뿜을 때 나오는 연기를 말하고, 부류 연기는 담배 자체의 연소로 담배 끝에서 나오는 생 연기를 말한다. 또한 부류 연기가 주류 연기에 비해 훨씬 해롭다. 이와 같이 흡연은 담배를 직접 피우는 사람보다는 약하지만 담배를 피우는 사람과 같이 있는 사람에게도 건강상의 위해가 심하다. 담배를 한 대 피울 때마다 비타민 C 100mg, 알파 토크오페롤(비타민 E)이 파괴되어 기미, 주근깨 등이 발생한다.¹⁸⁾

“흡연과 피부 수분과의 관계” 고혜정의 연구결과에 의하면 흡연시작 연

18) 메디컬투데이, 흡연이 건강에 미치는 7가지 영향, 2007, 5,17.

량이 빠를수록, 흡연기간이 길수록, 흡연량이 많을수록 피부의 수분이 낮게 나타나며 음주를 하는 경우와 하지 않는 경우에 비해서 피부 수분량이 낮게 나타난다. 피부의 낮은 수분량은 피부주름의 원인이 되며 피부노화를 촉진 시킨다.

2. 자외선

자외선에 장시간 과도하게 피부를 노출하면 표피 내부의 수분량이 감소하고 콜라겐에 변성이 생겨 보습성과 탄력성을 잃고 노화 현상을 일으킨다. 만성적인 자외선의 노출은 피부가 손상되며, 외관상으로는 색이 검고 뻣뻣한 감촉이며, 조밀한 요철형태에서 그 일부가 흩어지고, 깊은 주름이 생기고 자외선을 받기 쉬운 목덜미 부분엔 특징적인 마름모꼴 주름이 나타난다. 이 상태가 더욱 심해지면 피부암을 일으키게 된다.

자외선은 피부노화와 피부암은 물론 피부 세포의 DNA손상까지 일으킨다. 그러므로 자외선으로부터 피부를 보호하기 위해서는 썬블록은 필수이다. 자외선은 단 10분만으로도 피부를 충분히 손상시킬 수 있으므로 야외 활동 20분전부터 UVA와 UVB가 모두 차단되는 자외선 차단제를 사용해야 한다. 특히 자외선에 쉽게 노출되는 얼굴은 흐린 날에도 구름에 의해 자외선 난반사가 일어나므로 항상 자외선 차단제를 발라 보호하여야 하며, 겨울철 눈이 내린 날에도 눈의 난반사가 일어나므로 반드시 자외선 차단제를 발라야 한다. 자외선 차단제는 흐르는 땀에 의해 씻겨 나가므로 자주 발라주는 것이 중요하며 특히 여드름이 있을 경우 자외선이 여드름 염증을 자극하는 한 편 두꺼운 각질을 만들어 모공이 막혀 여드름이 더욱 악화되므로 자외선 노출에 더욱 주의해야 한다. 이는 자외선이 염증을 더욱 악화시킬 뿐만 아니라 흉터를 남길 수 있으므로 겉옷으로 자외선을 차단하는 것이 중요하다. 자외선에 피부가 심각하게 타는 경우 피부의 열기를 가라앉힌 후 진정관리와 보습 관리를 해주어야 한다.

피부가 자외선을 받으면 피부 구성 단백질인 콜라겐과 엘라스틴 등이 파괴되어 피부탄력이 떨어지고 각질층의 수분이 증발하고 모세혈관이 확장

되어 예민해져 피부손상이 심해지므로 자외선으로부터 피부를 보호하는 것이 중요하다.¹⁹⁾

3. 스트레스

스트레스는 스트레스 요인에 대항하기 위한 심신의 변화과정을 뜻한다. 외부로부터 압력을 받게 되면 긴장, 흥분, 각성 또는 불안과 같은 생리적 반응이 일어나게 되는데, 이러한 외부의 압력을 스트레스 요인(stressor)이라 하고, 원상태로 되돌아가려는 반작용을 스트레스라고 한다. 이렇게 보면 엄밀한 의미에서 외부의 압력인 스트레스 요인은 그 반작용인 스트레스와는 뚜렷이 구별되어야 한다.

체내에는 외부로부터 오는 자극에 대응하기 위해 스스로를 변화시키는 작용이 있고, 그 변화는 자극의 내용 여하를 불문하고 항상 일정하다.

이와 같은 사실에 기초하여 셀리에(Selye)는 ‘일반적응증후(General Adaptation Syndrome ; GAS)’라는 개념을 발표했다. 여기서 일반적(General)이란 스트레스의 결과가 신체부위에 영향을 준다는 뜻이고, 적응(Adaptation)이란 스트레스의 원인으로부터 신체를 대처 또는 적응시킨다는 의미이며, 증후(Syndrome)란 스트레스 결과에 의해 어떤 반응이 일어난다는 의미이다.

스트레스를 경험하게 되면 우리의 신체는 생리적으로 원래의 상태로 되돌아가기 위하여 스트레스와 정면으로 투쟁을 하거나 스트레스로부터 도망을 치게 된다. 다시 말하면 스트레스는 스트레스 요인에 대처하여 평온한 상태(homeostasis)를 유지하기 위한 생리적 반응, 즉 ‘전투 아니면 도피(fight or flight)’반응의 과정이다. 지나치게 높은 스트레스 조건에서는 주어진 문제를 해결하려는 동기수준이 지나치게 높기 때문에 주어진 문제에 대한 관심의 범위가 극도로 좁아지게 되고, 따라서 몇 가지 제한된 문제해

19) 이해원, 전계논문, p.16

결의 단서에만 집착하게 된다는 것이다. 따라서 운동선수들이 중요한 경기에서 자신의 기록에 못 미치는 결과를 나타내는 것 등은 모두 지나친 스트레스를 받기 때문이다.

스트레스가 너무 높게 되면 불안을 일으키게 되고 이러한 불안은 신체가 떨리게 되는 이른바 생리적 불순의 자동반응을 일으키게 되어, 문제해결에 간접적 방해역할을 하는 것이다. 즉, 문제를 해결하기보다는 불안을 없애고자 하는 동기에만 집착하게 되며, 감정적, 방어적 대처행동에 더 많은 관심을 갖게 된다. 중대한 일에 처해 있거나 매우 위험한 상태에 처해 있을 때 말이 안 나오고 손발이 떨리는 경우가 이런 경우에 해당한다.

결론적으로 스트레스 수준이 지나치게 높거나 낮아도 바람직한 것이 못되므로, 스트레스는 항상 적당한 수준을 유지해야 한다. 스트레스에는 부정적 생활과 긍정적 생활 모두가 포함되나 부정적인 생활 사건과 관련한 스트레스만을 가리킬 때는 고통이란 용어로 표현하기도 한다.

스트레스, 분노, 심리적 압박, 불안 등 정신적 요소는 중추신경에 자극을 주어 자율신경계와 호르몬 분비에 장애를 일으킨다. 스트레스를 받으면 우리 인체는 이에 대항하기 위하여 부신에서 코티솔(cortisol), 이라는 스트레스 호르몬이 생산되고, 이것은 남성 호르몬 분비를 촉진시켜 피지선을 자극하여 여드름의 발생 원인이 되기도 한다. 또한 과도한 신경성 스트레스는 땀 선의 활동을 저하시키고 각질층의 보호막 기능을 해치게 하므로 피부의 심한 탈수 현상을 초래하기도 하고, 호르몬 분비의 균형이 깨지고 오래 계속되면 병적 상태로 발전하여 건강이 나빠지며 노화가 촉진 된다. 이러한 스트레스에 잘 대응하지 못하면 정서적 안정을 잃게 되고, 신체기관의 손상 및 조직의 변화, 호르몬 공급의 불균형과 같은 반응이 나타나 신체적 평형이 깨지고 심리적 불안정을 초래하게 된다. 심리적 불안정은 피부에 윤기를 잃게 하고 건조하게 만들며, 혈색이 나빠지고 안색을 칙칙하게 만든다. 또한 스트레스에 의해 신경세포의 피로가 높아지면 중추신경의 기능을 저하시키고 내분비계에도 영향을 주어 생체의 노화가 가속화 된다.²⁰⁾

20) 고경복, 『스트레스와 정신 신체의학』, 일조각: 서울, 2002, p.4

그러므로 스트레스를 스스로 자기 나름대로 해결할 수 있는 방법을 터득하여 건강한 정신과 육체와 아름다운 피부를 유지하는 것이 중요하다.

4. 영양소

우리가 먹는 음식물에는 다양한 영양소가 들어 있어서 건강을 유지하게 하고 일상생활과 활동에 필요한 에너지를 공급해 준다. 영양이 좋다는 것은 일련의 생명활동이 원활하게 이루어지고 있다는 것을 의미한다.²¹⁾ 그러므로 피부의 기능성과 미적인 아름다움의 여부는 영양에 크게 의존된다. 피부는 세포 교환이 일생동안 매우 빠르게 진행되는 조직으로 영양학적으로 균형 있는 피부는 정상적인 기능을 갖지만, 필수적인 영양소가 결핍되면 피부상태가 불량해지므로 피부건강을 위해서 평소의 균형 잡힌 식사가 중요하다.

피부는 인체에서 가장 쉽게 접할 수 있는 표면적인 기관으로 영양 상태의 변화가 피부상태에 크게 영향을 미치고 있다. 그러므로 피부 표면 상태와 영양소와의 관계를 고려하는 것은 매우 중요하다. 균형 식을 실천하기 위해서는 곡류, 어육류, 채소류, 과일류, 유제품, 지방류 등의 6가지 식품군 섭취를 골고루 해야 한다. 모든 영양소의 섭취가 균형을 이루어 골고루 이루어져야 하지만, 특히 필수 지방산, 비타민, 무기질 등의 섭취가 부족한 경우 피부상태에 영향을 많이 미친다. 비타민의 결핍이 피부의 색소침착을 유발하거나 건성화를 초래할 수 있으며 균형 잡힌 영양섭취가 이루어지지 않을 경우 정상적인 피부색과 탄력성 및 저항성을 잃게 된다.

각종 영양소 중에서 지방은 피지선 기능을 조절해 피부가 건조되는 것을 방지하며 피부표면을 윤기 있게 한다. 아미노산은 피부조직의 재생작용을 함으로 아미노산이 부족한 경우 진피세포지선노화가 촉진되어 잔주름이 형성되고 탄력성을 상실하며 박테리아 번식이 유발된다. 비타민 C는 멜라닌 색소 증식을 억제하고 광선지선 한 저항력을 증가, 재생작용, 색소 침착을 방지하고 멜라닌을 환원재생 시켜 기미의 검은 색소를 완화시키는

21) 한국두피모발관리사협회, 『트리콜로지스트Ⅱ』, 예림출판사 : 서울, 2008, p.55

미백제로 쓰인다.

또한 편식이나 다이어트, 폭식 등은 영양의 불균형을 초래하여 피부에 심각한 문제성이 있을 수 있다.²²⁾ 그러므로 건강한 피부를 위해 균형 있는 식생활의 관리가 필요하다.

5. 음주

알콜은 혈액을 팽창시키고 미세한 혈관파열의 원인이 될 수 있다. 그러므로 과도한 알콜 섭취는 얼굴과 몸에 실핏줄이 나타날 수 있고, 세포조직의 수분을 부족하게 만들어 지성피부에 각화현상이 생기고 피부가 거칠어지는 현상을 만든다. 따라서 알콜 섭취 후에는 이뇨작용을 촉진하는 물이나 녹차 등을 섭취하여 피부에 수분을 보충하고, 알콜을 체내에서 체외로 배출하는 것이 좋다. 또한 많이 움직일수록 호흡과 피부를 통해 알콜 대사 물질이 더 많이 빠져 나가게 된다.

제 5 절 자아존중감

1. 자아존중감의 개념

자아존중감(self-esteem 또는 self-respect)이란 용어는 William James(1890)가 자신의 능력을 평가하는 것으로 한 개인에 대한 가치관은 가정된 잠재력에 비하여 실제로 얻게 되는 성취의 비율로 결정 된다고, 최초의 자아존중감이라는 개념을 사용하면서 시작되었다.

자아란 자신에 대한 생각이나 느낌을 말하는 것으로 다른 개체들과 분리된 하나의 실체로서 개인의 존재에 대한 지각을 의미한다. Wells와 Marwell(1976)은 인간의 평가적 태도가 종종 감정적 요소를 수반함을 지적하면서 자아존중의 의미에 감정적 요소가 포함되었음을 주장함과 동시에 인간의 자아개념화에서 평가적, 판단적, 감정적 요소는 일반적으로 자아존중이라고 명명되는 과정을 내포한다고 하였다.

자아존중감에 대해 포괄적으로 연구한 Coopersmith(1981)는 자아 존중감

22) 류희라, 「안면 피부유형에 미치는 피부관리 습관, 식습관, 영양소섭취량, 혈액성상 및 신체계측 요인의 분석」, 순천향대학교 박사학위논문, 2004, p.27

은 개인이 자아 자신에 대해 칭찬이나 비난을 하는 정도를 나타내며 자신이 얼마나 유능하고 중요하며 성공적이고 가치 있다고 믿는가를 나타낸다고 하였다. 따라서 개인이 자아 자신에 대해 알고 있는 태도에서 나타나는 자신에 대한 가치의 판단이라고 하였으며, 자아존중감 수준을 3단계로 나누어서 그 특징을 기술하고 있다. 자아존중감이 높은 사람은 자신을 가치 있고, 중요한 사람으로 여기고 타인에 의해서 존경받을 만한 가치가 있으며, 새로운 일에 도전적이고 그 일을 끈기 있게 밀고 나간다고 했다. 반면에 자아존중감이 낮은 사람은 스스로 타인에게 호감을 줄 수 없다고 생각하고, 자신의 능력에 대해 확신이 없다고 생각한다.

중간수준의 자아존중감은 위의 두 특징들 중간에 위치하거나 긍정적 자기 진술의 수가 많아 그들은 자신을 특별히 사람들만큼 되지 않더라도 대부분 다른 사람보다 더 훌륭하다고 생각한다.²³⁾

그러므로 자아존중감이란 개인의 자기 가치와 자기 수용 정도를 포함한 자신에 대한 느낌으로서 자아개념과 연합된 개인의 가치와 능력에 대한 자기 평가로 긍정적인 태도를 의미하며,²⁴⁾ 일반적으로 자아존중감이 낮은 사람은 자기 거부, 자기 불만이 원인이 되어 부정적인 감정으로 표출되지만, 자아존중감이 높은 사람은 자신을 존경하며, 가치 있는 존재로 생각하고 자기발전과 증진을 기대하며 자신을 좋아하게 된다.²⁵⁾

자아존중감을 개인이 자신에 대해 형성하고 유지하는 평가로서 자신을 유능하고 중요하며 성공적이고 가치 있다고 여기는 정도라고 정의하였으며,²⁶⁾ 자아존중감을 자아에 대한 태도를 의미하는 것으로 자신의 가치를 가늠해 주는 감정이라고 정의하고 있다.

이처럼 자아존중감은 자신의 가치에 대한 평가적 의미를 내포하는 개념으로서 기술적인 개념인 자아개념과는 구분된다.

따라서 어떤 개인이 가지는 자신에 대한 일반적인 가치평가를 자아존중

23) 양은진, 「실버세대여성의 모발관리행동과 자아존중감에 관한 연구」, 서경대학교 대학원 석사학위논문, 2007, pp.25~26

24) R.F. Baumeister, 「Self-esteem. Encyclopedia of Human Behavior」, 1994, pp.83~97

25) S. Coopersmith, 「The Antecedent of Self Esteem. Freeman, San Francisco」, 1967, pp.4~5

26) 강석기, 「청소년의 태도가 자아존중감 및 사회관계에 미치는 영향 요인 분석」, 청소년학교연구 10(3), pp.155~180

감이라 하며, 높은 자아존중감을 갖고 자신에 대해 긍정적인 견해를 가진 사람은 낮은 자아존중감을 가진 사람보다 현재에 대해 더 행복을 느끼며 새로운 일을 많이 시도하는 경향이 있다.

대체로 자아존중감이 낮은 사람은 자기 거부나 자기 불만으로 이어져 부정적인 감정으로 표출되지만, 자아존중감이 높은 사람은 자신을 존경하며 가치가 있는 존재로 생각한다.

최근 여성들이 외모 가꾸기에 집착하는 현상은 매력 있는 외모 만들기라는 외적 압력이 더욱 거세진 것으로 해석할 수 있으며, 여성들뿐만 아니라 남성들도 건강하고 젊고 활력 있고 매력적인 외모 만들기를 권유하는 사회이다. 무의식 중에 나는 다른 사람에게 어떻게 보여 질까? 라는 스스로에 대한 질문을 반복하며 외모를 평가하게 되고,²⁷⁾ 사람들은 자신의 실제 모습과 이상적인 체형을 자주 비교하게 되며, 이상적인 기준과 실제의 자신과의 불일치를 많이 경험할수록 자기 가치와 외모만족은 감소하게 된다.

따라서 타인과의 비교 기준은 매스미디어를 통해 강화되고, 자신의 가치로 내면화한다는 것이다.

또한 Bachman과 O'malley는 3가지 측면에서 자아 존중감을 설명하였다. 첫째, 자아존중감은 개인으로서 자기 평가이고 자기 자신에 대한 가치판단이다. 둘째, 자아존중감은 어떤 특성 또는 특수한 차원으로 보기 보다는 전체적 또는 개관적인 차원으로 보아야 할 것이다. 셋째, 자아존중감이란 물위에 무엇이 표류하듯이 떠돌아다니거나 쉽게 변동하는 것이 아니라 비교적 지속적인 성질을 가진 것이라고 하였다.

그러므로 자아존중감이 높은 사람은 자신에 대한 존중이 높으므로 긍정적이고, 자신이 가치 있고, 보람 있는 삶을 영위한다고 생각하고, 자신 있게 행동하기 때문에 사회생활을 원만하게 영위할 수 있는 반면에 자아존중감이 낮은 사람은 자기 자신에 대해 부정적이고, 자신을 가치 없고 쓸모 없는 사람으로 생각하여 자주 불안을 느끼며, 쉽게 우울하고 불행하다는 생각으로 원만한 사회생활을 영위할 수 없게 된다고 하였다.

27) 신호정, 전계논문, p.12

자아존중감은 사회적 상황에 따라 변화 가능한 것이지만, “자아존중감은 인간의 사고과정, 감정, 욕구, 가치 그리고 목표에 상당한 영향을 미치며 동시에 어느 정도 안정성을 지닌 것으로 한 개인의 사회적 행동의 역할을 결정하는 중요한 영향력을 행사하게 된다.

사회문화적 요인은 개인의 외모에 대한 사회문화적인 가치를 내재화하는 개인차에 의해 매개된다는 연구결과가 지지되고 있으며(Stic et al,1994: Heinberg et al, 1995: Heinberg and Thompson, 1995: Cusumano and Thompson, 1997), 여성이 더 많은 사회문화의 영향을 받고 있지만, 최근에는 남성들도 사회문화의 영향을 받고 있다.²⁸⁾

현대 사회에서는 여성과 남성 모두에게 자신의 신체가 중요한 것으로 부상하고 있으며, 그것이 자신의 반영으로 여겨지고, 자기의 책임 하에 돕으로써 자신의 신체를 기획, 통제와 관리의 대상으로 간주하는 것이 지배적 문화로 되어가고 있다. 오늘날 개인의 신체는 잘 가꾸어지고 관리되어 지기를 끊임없이 요구받고 있는 가운데, 그자체가 중요한 사회적 의미를 가진다고 할 수 있다.

2. 피부 관리와 자아 존중감

Secord와 Jourard(1954)는 사람들은 자신의 신체에 대한 감정이 자신에 대한 감정과 유사하기 때문에 신체외모에 만족하면 자아존중감도 높고, 자아존중감이 높은 사람은 자아에 대해 만족하며, 외모에 대한 만족도 높다고 하였다.

양계민(1993)은 중학생, 고등학생 그리고 대학생의 대상으로 신체적 매력에 대한 인식이 자아존중감에 미치는 영향을 알아보았는데, 모든 연령에서 신체적 매력에 대한 인식이 높을수록 자아 존중감이 높게 나타났다.²⁹⁾

또한 외모로 인하여 자신감을 잃게 되면 남의 시선을 과도하게 의식하게

28) L. A, Ricciardelli, M. P, McCabe, and S. Banfield, 2000 「Sociocultural influences on body image and baody change methods in adoles cant males. Psychosomatic」, pp.89~197

29) 양계민, 「자신의 신체적 매력에 대한 인식이 자아존중감에 미치는 영향: 청소년기를 중심으로」, 충북대학교 대학원 석사학위논문. 1993, p.32

되어 남들 앞에서 자연스럽게 당당하게 행동할 수 없기 때문에 더욱 자기를 평가절하하게 되는데 이는 대인관계에서 뿐만 아니라 일을 추구하는 과정에서도 자신감을 잃게 만드는 요인이 될 수 있다. 사람들의 타인으로부터 외모에 대한 긍정적인 평가를 들으면 마음이 뿌듯하고 흡족해 한다. 또한 현대인들은 외모콤플렉스로 인한 부정적인 자아개념을 가지며 자아존중감을 상실하기도 한다.

정명선(2003)³⁰⁾ 신체적 매력성, 자아지각이 자존심에 유의한 영향을 미쳤고, 일상적인 외모관리행동에도 부분적으로 유의한 영향을 미쳤으며, 신체적 매력성이 자아지각이 높을수록 자존심이 더 높고, 대다수의 일상적인 외모관리행동의 빈도가 더 높다고 하였다. 외모관리의 노력들을 통하여 자신에 대한 만족감이나 자아존중감을 상승시킬 수 있게 된다고 말한다.

자아존중감은 건강한 심리적 기증을 위해 요구되며, 사람들은 일상생활과 문화의 맥락 안에서 자신이 가치 있다고 느끼는 것이 중요하며 이는 인간의 삶은 의미가 있고, 그들이 개인적으로 그 문화적 범위 안에서 중요한 역할을 하고 있다는 믿음을 가질 필요가 있다.

신체는 자아실현을 위한 개인적 자신으로 인식되며 강하고 아름다운 신체는 자신감과 지배력을 향상시키는 매개체로서 개인적인 만족 혹은 사회적인 성공에서 중요한 영향을 미치며, 매력은 다른 사람에 대해 긍정적인 태도를 갖는 것으로써 좋아한다는 것과 같은 의미이며, 호감이나 칭찬과 같은 반응으로 들어난다.³¹⁾

인간이 살아가는데 신체적 매력이라는 것은 다양한 측면에 영향을 미치는 요인으로서 이는 대인관계에 영향을 미치고, 특히 평가적인 차원에서 강력한 후광효과를 낼 수 있는데, 사람들은 보통의 경우 타인을 평가할 때 신체적 매력에 따라 여러 가지 특성을 긍정적 또는 부정적으로 인식한다. 신체적 매력은 어느 정도 인간의 노력에 의해서 성취되지만 더 이상 가능하지 않은 경우도 상당하기 때문에 단순히 외모만으로 사람을 평가한다는 것은 바람직하지 않다고 본다. 그러나 현실은 내면적 특성보다 외모에 의

30) 정명선, 「성인 여성의 신체적 매력성 자아지각이 자존심과 외모관리 행동에 미치는 영향」, 2003, 53(3), pp.165~179

31) 원호택, 박현순, 『인간관계와 적응』, 서울대 출판부, 2001. pp.187~268

해 타인을 판단하는 경향이 있다.

신체만족도는 개인의 자아존중, 자기개념, 자기이미지와 밀접한 관계가 있는데, 인간은 자신의 신체에 만족할수록 자신을 존중하며, 신체에 불만족할수록 자신을 잃고 자신을 비하한다고 하였으며,³²⁾ 자신의 신체에 대해 긍정적일수록 자신감이나 자기존중이 증가하여 신체만족도가 자신감의 중요한 척도가 된다고 하였다.

사람을 평가하는 기준에 있어서 과거에는 그 사람의 성품과 인성을 중요하게 생각하였으나, 현대 사회에서는 외모를 중요시 생각하는 경향이 증가하고 있다고 하였다. 외모는 자신을 타인에게 알리는데 있어 가장 빠른 정보원이 되며 오늘날 현대 사회에서 자신을 표현하는 중요한 요소이자 경쟁력으로 받아들이고 있다.

그러므로 많은 현대인들은 이러한 현실을 지각하여 정신적, 물질적으로 자신의 외모에 대해 시간과 비용을 사용하고 있으며, 자신의 경쟁력을 높이기 위한 노력으로 받아들이고 있다. 외모를 관리한다는 것은 자기관리의 핵심인 동시에 외모관리의 성공적 수행은 삶 자체의 변화와도 관련되는 것이다.

32) 황진숙, 김윤희, 「외모관리행동에 따른 신체이미지 및 심리적 안녕감, 복식」, 2006, pp.143~155

제 3 장 연구방법

제 1 절 연구대상 및 기간

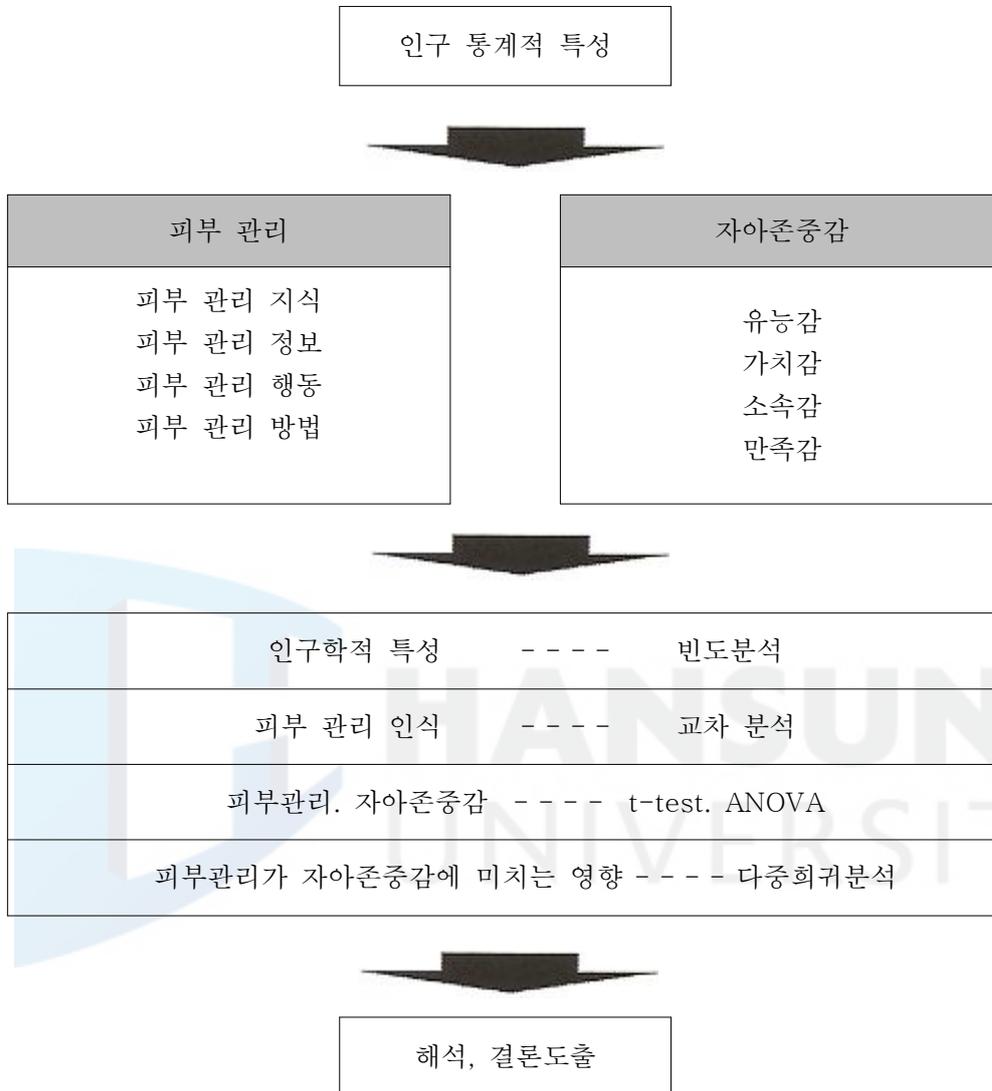
본 연구의 문헌 연구는 국내외에서 발간된 전문서적과 연구논문, 학술지 등에서 본 연구의 이론적 배경에 관하여 고찰하였으며 실증적 연구에서는 남성들을 대상으로 설문지를 진행하여 문헌연구에 뒷받침이 되도록 하였다.

조사 대상은 서울, 원주지역에 거주하는 20대~50대의 남성들을 대상으로 2011년 2월 10일부터 2월 20일까지 10일간 예비조사를 실시한 후 그 결과를 토대로 설문지를 수정, 보완하여 3월 1일부터 30일까지 1달에 걸쳐 본 조사를 실시하였다. 설문 조사는 구조화된 무기명 자기 기입식 설문지 (self-administrated questionnaire)를 이용하였다.

설문지는 총 500부를 배부하여 그 중 487부를 회수 하였으며 중복기입으로 불성실하게 답변한 10부의 설문지를 제외한 477부를 분석에 사용하였다.



제 2 절 연구의 설계



<그림 1> 연구 설계도

제 3 절 연구도구

본 연구에 사용된 설문지는 일반적 특성, 피부관리 인식 및 태도, 남성의 자아 존중감, 피부관리의 네 부분으로 총 54개의 문항으로 구성하였다. 문항의 구성 중 일반적 특성의 9문항은 본 연구의 조사목적에 맞는 문항을 연구자가 구성하였다.

피부관리 인식 및 태도의 10문항은 이지수(2003), 김수빈(2008), 김효진(2006) 선행연구에서 실시된 측정 항목을 토대로 하여 본 연구의 조사목적에 맞는 문항을 선정하여 본 연구자가 문항을 추가, 수정하여 구성하였다.

남성의 자아 존중감의 16문항은 황윤경(2007), 김효진(2006), 임영자(2008), 김승아(2008), 최숙희(2008), 엄수정(2005)의 선행연구를 토대로 본 연구자가 문항을 수정, 추가하여 구성하였다.

피부관리에 관한 19문항은 이혜원(2009), 김수빈(2008), 손희애(2006), 엄수정(2005)의 선행연구를 토대로 본 연구의 조사목적에 맞는 문항을 선정하여 추가, 구성하였다. 총 문항 수는 54문항으로 명목척도와 등간척도로 구성하였으며 등간척도는 1(전혀 그렇지 않다) ~ 5(매우 그렇다) 로 구분하여 문항을 구성하였다.

본 연구에서 사용된 구체적인 설문조사 내용은 <표 1>과 같다.

<표 1> 설문지 구성

조사영역	설문내용	문항수	출처
일반적 특성	하루수면시간, 연령, 학력, 직업, 수입, 결혼상태	9문항	연구자
피부관리 인식 및 행동	지출비용, 스트레스, 피부유형, 상태, 세안방식, 피부문제점, 개선부분	10문항	김수빈(2008) 김효진(2006) 이지수(2003) 연구자
피부관리	피부관심도, 폼클린징제 사용여부, 마사지, 물, 수면정도, 화장품사용, 피부관리, 스트레스, 규칙적인 식사	16문항	이혜원(2009) 김수빈(2008) 엄수정(2005)

		연구자
남성의 자아존중감	계획대로 밀고나감, 결심, 혼자문제 해결, 만족도, 생활원만, 서툰 일, 중심역할, 긍정적사고, 인생 즐기는 편	황윤경(2007)
		김호진(2006)
		엄수정(2005)
총문항수		연구자 54문항

제 4 절 자료 처리 및 분석방법

수집된 자료의 통계처리는 SPSS(Statistical Package for Social Science) v. 12.0 통계 패키지 프로그램을 활용하여 분석하였다.

구체적인 분석 방법은 다음과 같이 실시하였다.

첫째, 조사대상자의 인구통계학적 특성을 알아보기 위하여 빈도분석을 실시하였다.

둘째, 조사대상자의 인구통계학적 특성에 따른 피부 관리 인식 및 태도에 대해 알아보기 위하여 교차분석을 실시하였다.

셋째, 측정 도구의 타당성을 검증하기 위하여 요인 분석을 시행하였으며, 신뢰도를 검증하기 위하여 Cronbach's α 계수를 산출하였다.

넷째, 조사대상자의 인구통계학적 특성에 따른 남성의 자아존중감과 피부 관리에 대해 알아보기 위하여 독립표본 t-test 및 일원변량분석(One way ANOVA)을 실시하였다. 사후검정 방법으로는 Duncan test를 실시하였다.

다섯째, 각 변수 간 상관관계를 알아보기 위하여 상관분석을 실시하였다.

여섯째, 남성의 피부 관리가 자아존중감에 미치는 영향을 알아보기 위하여 다중회귀분석을 실시하였다.

제 4 장 연구 결과

제 1 절 조사대상자의 일반적 특성

다음 <표 2>는 조사대상자의 일반적 특성에 대해 알아보기 위하여 빈도분석을 실시한 결과이다. 분석결과 연령은 20대 이하가 35.6%(170명)으로 가장 많았으며, 다음으로 30대, 50대 이상, 40대의 순으로 나타났고, 학력은 전문대 재/졸 45.3%(216명)으로 가장 많았으며, 다음으로 대학 재/졸 이상 154명(32.3%), 고졸 이하 107명(22.4%), 순으로 나타났다.

직업은 학생 31.7%(151명)으로 가장 많았으며, 다음으로 판매서비스직 113명(23.7%), 전문직 98명(20.5%), 사무직 69명(14.5%)순이며, 결혼유무는 미혼 263명(55.1%), 기혼 214명(44.9%)이며, 월수입은 100만원 미만 144명(30.2%), 100-200만원 미만 132명(27.7%), 200-300만원 미만 104명(21.8%), 300만원 이상 97명(20.3%)으로 나타났으며, 하루 수면시간은 4시간 34명(7.1%), 5-6시간 241명(50.5%), 7시간 이상 202명(42.3%)으로 나타났다.

운동 횟수는 운동을 하지 않음 96명(20.1%), 주 1-2회 107명(22.4%), 주 2-3회 95명(19.9%), 주 3-4회 119명(24.9%), 주 5회 이상 60명(12.6%)으로 나타났으며, 주된 스트레스 원인으로서는 직장업무, 성과가 139명(29.1%), 시험, 학업 104명(21.8%), 경제력 102명(21.4%), 인간관계 96명(20.1%), 외모, 질병 36명(7.5%) 순으로 나타났다.

이성친구(기혼자의 경우 부인) 유무는 287명(60.2%)이 이성친구가 있는 것으로 나타났고, 190명(39.8%)은 이성친구가 없는 것으로 나타났다.

<표 2> 조사대상자의 일반적 특성

	구분	빈도(n)	퍼센트(%)
연령	20대 이하	170	35.6
	30대	120	25.2
	40대	79	16.6
	50대 이상	108	22.6
학력	고졸 이하	107	22.4
	전문대 재/졸	216	45.3
	대학교 재/졸 이상	154	32.3
직업	사무직	69	14.5
	전문직	98	20.5
	판매서비스직	113	23.7
	학생	151	31.7
	기타	46	9.6
결혼유무	기혼	214	44.9
	미혼	263	55.1
월수입	100만원 미만	144	30.2
	100-200만원 미만	132	27.7
	200-300만원 미만	104	21.8
	300만원 이상	97	20.3
하루 수면시간	4시간	34	7.1
	5-6시간	241	50.5
	7시간 이상	202	42.3
운동횟수	주 1-2회	107	22.4
	주 2-3회	95	19.9
	주 3-4회	119	24.9
	주 5회 이상	60	12.6
	운동을 하지 않음	96	20.1
주된 스트레스 원인	외모, 질병	36	7.5
	경제력	102	21.4
	시험, 학업	104	21.8
	직장업무, 성과	139	29.1
이성친구 유무 (기혼자의 경우 부인)	인간관계	96	20.1
	유	287	60.2
	무	190	39.8
합계		477	100.0

제 2 절 피부관리 인식 및 태도

다음은 남성의 피부관리 인식 및 태도를 알아보고, 조사대상자의 일반적 특성에 따라 차이가 있는지를 알아보기 위하여 교차분석을 실시한 결과이다.

1. 피부관리를 위한 월 평균 지출비용

다음 <표3>은 피부 관리를 위한 월 평균 지출비용을 분석한 결과이다. 분석결과 '5만원 미만'이 350명(73.4%)으로 가장 높게 나타났고, '5-10만원' 83명(17.4%), '10-20만원' 29명(6.1%), '20만원 이상' 15명(3.1%)으로 나타나 대체적으로 피부관리를 위해 월 평균 5만원 미만을 지출하는 것으로 볼 수 있다.

조사대상자의 인구통계학적 특성에 따라서는 연령, 직업, 운동횟수, 주된 스트레스 원인에 따라 통계적으로 유의미한 차이가 나타났으며($p < .05$), 다소 차이는 있으나 대체적으로 월 평균 5만원 미만을 지출하는 것으로 나타났다.

조사대상자의 인구통계학적 특성에 따라서 학력, 직업, 결혼유무, 월수입, 하루 수면시간에 따라 통계적으로 유의미한 차이가 나타났다. 먼저 학력에 따라서는 비교적 학력이 높을수록 피부 관리를 위한 월 평균지출비용이 많은 것으로 나타났고, 직업에 따라서는 전문직의 순으로 상대적으로 월 평균 지출비용이 많은 것으로 나타났다. 이는 학생 보다는 전문직이나 직장인이 피부 관리 비용을 많이 투자하고 있다는 선행논문 33) 결과와 일치 한다. 또한 결혼유무에 따라서는 기혼과 미혼 모두 월 평균 5만원 미만으로 지출하는 것으로 나타났으며, 월수입에 따라서는 비교적 월수입이 많을수록 피부 관리를 위한 월 평균 지출비용이 많은 것으로 나타났다. 이 결과 또한 선행연구34)의 결과와 일치하다.

33) 유명미, 「남성들의 생활 습관 및 화장품 구매형태에 관한 연구」, 숙명여자대학교 대학원, 2009, p.71

34) 엄수정, 「피부 관리와 의복태도가 자아존중감에 미치는 영향」, 대구한의대학교 보건대학원 석사학위논문, 2005, p.23

<표 3> 피부관리를 위한 월 평균 지출비용

구분	피부관리를 위한 월 평균 지출비용								전체		χ^2 (p)	
	5만원 미만		5~10만원		10~20만원		20만원 이상		N	%		
	N	%	N	%	N	%	N	%				
연령	20대 이하	126	74.1	25	14.7	12	7.1	7	4.1	170	100.0	18.687* (.028)
	30대	79	65.8	28	23.3	6	5.0	7	5.8	120	100.0	
	40대	55	69.6	15	19.0	8	10.1	1	1.3	79	100.0	
	50대 이상	90	83.3	15	13.9	3	2.8	0	.0	108	100.0	
학력	고졸 이하	83	77.6	11	10.3	9	8.4	4	3.7	107	100.0	6.531 (.366)
	전문대 재/졸	159	73.6	41	19.0	10	4.6	6	2.8	216	100.0	
	대학교 재/졸 이상	108	70.1	31	20.1	10	6.5	5	3.2	154	100.0	
직업	사무직	42	60.9	20	29.0	7	10.1	0	.0	69	100.0	30.377** (.002)
	전문직	61	62.2	24	24.5	10	10.2	3	3.1	98	100.0	
	판매서비스직	88	77.9	14	12.4	5	4.4	6	5.3	113	100.0	
	학생	119	78.8	22	14.6	6	4.0	4	2.6	151	100.0	
	기타	40	87.0	3	6.5	1	2.2	2	4.3	46	100.0	
결혼유무	기혼	155	72.4	39	18.2	13	6.1	7	3.3	214	100.0	.218 (.975)
	미혼	195	74.1	44	16.7	16	6.1	8	3.0	263	100.0	
월수입	100만원 미만	117	81.3	20	13.9	5	3.5	2	1.4	144	100.0	10.112 (.341)
	100-200만원 미만	91	68.9	23	17.4	12	9.1	6	4.5	132	100.0	
	200-300만원 미만	72	69.2	22	21.2	7	6.7	3	2.9	104	100.0	
	300만원 이상	70	72.2	18	18.6	5	5.2	4	4.1	97	100.0	
하루 수면시간	4시간	26	76.5	4	11.8	3	8.8	1	2.9	34	100.0	9.181 (.164)
	5-6시간	185	76.8	41	17.0	12	5.0	3	1.2	241	100.0	
	7시간 이상	139	68.8	38	18.8	14	6.9	11	5.4	202	100.0	
운동횟수	주 1-2회	85	79.4	19	17.8	3	2.8	0	.0	107	100.0	55.477** (.000)
	주 2-3회	65	68.4	19	20.0	10	10.5	1	1.1	95	100.0	
	주 3-4회	83	69.7	21	17.6	9	7.6	6	5.0	119	100.0	
	주 5회 이상	29	48.3	18	30.0	6	10.0	7	11.7	60	100.0	
	운동을 하지 않음	88	91.7	6	6.3	1	1.0	1	1.0	96	100.0	
주된 스트레스 원인	외모, 질병	28	77.8	5	13.9	3	8.3	0	.0	36	100.0	23.689* (.022)
	경제력	79	77.5	16	15.7	5	4.9	2	2.0	102	100.0	
	시험, 학업	69	66.3	15	14.4	11	10.6	9	8.7	104	100.0	
	직장업무, 성과	104	74.8	25	18.0	6	4.3	4	2.9	139	100.0	
	인간관계	70	72.9	22	22.9	4	4.2	0	.0	96	100.0	
이성친구 유무	유	205	71.4	52	18.1	20	7.0	10	3.5	287	100.0	1.787 (.618)
	무	145	76.3	31	16.3	9	4.7	5	2.6	190	100.0	
합계		350	73.4	83	17.4	29	6.1	15	3.1	477	100.0	

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

2. 평소 스트레스 정도

다음 <표 4>은 평소 스트레스 정도를 분석한 결과이다. 분석결과 ‘매우 많다’ 49명(10.3%), ‘많다’ 133명(27.9%), ‘보통이다’ 254명(53.2%), ‘없다’ 30명(6.2%), ‘매우 없다’ 11명(2.3%)으로 나타나 전체 38.2%가 평소 스트레스가 많은 것으로 볼 수 있다.

조사대상자의 인구통계학적 특성에 따라서는 연령, 학력, 직업, 결혼유무, 월수입, 하루 수면시간, 운동횟수, 주된 스트레스 원인에 따라 통계적으로 유의미한 차이가 나타났다($p < .05$). 먼저 연령이 많고, 학력이 낮을수록 평소 스트레스가 많으며, 직업에 따라서는 판매 서비스직의 경우 상대적으로 스트레스가 많은 것으로 나타났으며, 결혼유무에 따라서는 미혼의 경우 기혼에 비해 상대적으로 평소 스트레스가 많은 것으로 나타났다.

월수입에 따라서는 100만원 미만에 비해 100만원 이상의 경우 상대적으로 스트레스가 많은 것으로 나타났고, 하루 수면시간에 따라서는 비교적 수면시간이 적을수록 스트레스가 많은 것으로 나타났다.

이 외에 운동 횟수에 따라서는 운동을 전혀 하지 않는 경우 운동을 하는 남성에 비해 상대적으로 스트레스가 많은 것으로 나타났으며, 주된 스트레스 원인에 따라서는 직장업무나 성과로 스트레스를 받는 경우 상대적으로 평소 스트레스가 많은 것으로 나타났다.

이러한 결과는 선행논문³⁵⁾ ³⁶⁾과 통계적으로 유의미한 차이를 보였으며, 본 연구결과와 일치하는 것으로 나타났다.

35) 유영미, 전계논문, p.44

36) 김수빈, 「여성들의 피부미용에 대한 인식과 관리」, 숙명여자대학교 원격대학원 석사학위논문, 2000, p.58

<표 4> 평소 스트레스 정도

구분	평소 스트레스 정도										전체		χ^2 (p)	
	매우 많다		많다		보통이다		없다		매우 없다					
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%		
연령	20대 이하	12	7.1	36	21.2	100	58.8	13	7.6	9	5.3	170	100.0	25.576* (.012)
	30대	15	12.5	37	30.8	64	53.3	3	2.5	1	.8	120	100.0	
	40대	7	8.9	23	29.1	43	54.4	6	7.6	0	.0	79	100.0	
	50대 이상	15	13.9	37	34.3	47	43.5	8	7.4	1	.9	108	100.0	
학력	고졸 이하	22	20.6	35	32.7	42	39.3	5	4.7	3	2.8	107	100.0	22.589** (.004)
	전문대 재/졸	14	6.5	57	26.4	123	56.9	17	7.9	5	2.3	216	100.0	
	대학교 재/졸 이상	13	8.4	41	26.6	89	57.8	8	5.2	3	1.9	154	100.0	
직업	사무직	3	4.3	20	29.0	42	60.9	3	4.3	1	1.4	69	100.0	45.829** (.000)
	전문직	6	6.1	25	25.5	57	58.2	9	9.2	1	1.0	98	100.0	
	판매서비스직	23	20.4	38	33.6	47	41.6	4	3.5	1	.9	113	100.0	
	학생	9	6.0	31	20.5	92	60.9	12	7.9	7	4.6	151	100.0	
	기타	8	17.4	19	41.3	16	34.8	2	4.3	1	2.2	46	100.0	
결혼유무	기혼	29	13.6	68	31.8	105	49.1	8	3.7	4	1.9	214	100.0	11.785* (.019)
	미혼	20	7.6	65	24.7	149	56.7	22	8.4	7	2.7	263	100.0	
월수입	100만원 미만	7	4.9	32	22.2	88	61.1	11	7.6	6	4.2	144	100.0	30.364** (.002)
	100-200만원 미만	23	17.4	44	33.3	58	43.9	5	3.8	2	1.5	132	100.0	
	200-300만원 미만	12	11.5	28	26.9	60	57.7	3	2.9	1	1.0	104	100.0	
	300만원 이상	7	7.2	29	29.9	48	49.5	11	11.3	2	2.1	97	100.0	
하루 수면시간	4시간	10	29.4	11	32.4	10	29.4	2	5.9	1	2.9	34	100.0	30.983** (.000)
	5-6시간	21	8.7	81	33.6	124	51.5	13	5.4	2	.8	241	100.0	
	7시간 이상	18	8.9	41	20.3	120	59.4	15	7.4	8	4.0	202	100.0	
운동횟수	주 1-2회	10	9.3	31	29.0	59	55.1	5	4.7	2	1.9	107	100.0	42.489** (.000)
	주 2-3회	2	2.1	35	36.8	50	52.6	7	7.4	1	1.1	95	100.0	
	주 3-4회	9	7.6	31	26.1	66	55.5	11	9.2	2	1.7	119	100.0	
	주 5회 이상	4	6.7	12	20.0	38	63.3	4	6.7	2	3.3	60	100.0	
	운동을 하지 않음	24	25.0	24	25.0	41	42.7	3	3.1	4	4.2	96	100.0	
주된 스트레스 원인	외모, 질병	3	8.3	14	38.9	16	44.4	1	2.8	2	5.6	36	100.0	36.080** (.003)
	경제력	11	10.8	35	34.3	49	48.0	5	4.9	2	2.0	102	100.0	
	시험, 학업	5	4.8	16	15.4	69	66.3	10	9.6	4	3.8	104	100.0	
	직장업무, 성과	24	17.3	44	31.7	64	46.0	6	4.3	1	.7	139	100.0	
	인간관계	6	6.3	24	25.0	56	58.3	8	8.3	2	2.1	96	100.0	
이성친구 유무	유	33	11.5	85	29.6	150	52.3	14	4.9	5	1.7	287	100.0	5.237 (.264)
	무	16	8.4	48	25.3	104	54.7	16	8.4	6	3.2	190	100.0	
합계		49	10.3	133	27.9	254	53.2	30	6.3	11	2.3	477	100.0	

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

3. 스트레스 해소법

다음 <표 5>은 스트레스 해소법을 분석한 결과이다. 분석결과 ‘스포츠’가 175명(36.7%)으로 가장 높게 나타났고, ‘TV, 연극, 영화’ 102명(21.4%), ‘마사지, 사우나’ 60명(12.8%), ‘음식’ 51명(10.7%)으로 나타나 대체적으로 스포츠나 TV, 연극, 영화를 통해 스트레스를 해소하는 것으로 볼 수 있다.

「조사대상자의 인구통계학적 특성에 따라서는 연령, 학력, 직업, 결혼유무, 월수입, 운동횟수, 주된 스트레스 원인, 이성 친구 유무에 따라 통계적으로 유의미한 차이가 나타났다($p < .05$). 먼저 연령에 따라서는 20대 이하의 경우 TV, 연극, 영화로 스트레스를 해소하는 반면 30대 이상의 경우 스포츠를 통해 스트레스를 해소하는 것으로 나타나 차이를 보였고, 직업에 따라서는 학생의 경우 TV, 연극, 영화를 통해 스트레스를 해소한다고 하였으나 사무직, 전문직, 판매서비스직의 경우 스포츠로 스트레스를 해소한다고 하여 차이를 보였다.

또한 학력, 결혼유무, 월수입, 이성 친구 유무에 따라서는 다소 차이는 있으나 대체적으로 스포츠를 통해 스트레스를 해소하는 것으로 나타났고, 운동 횟수에 따라서는 운동을 전혀 하지 않는 경우 TV, 연극, 영화를 통해 스트레스를 해소하는 반면 운동을 1회 이상 하는 경우 스포츠를 통해 해소한다고 하여 차이를 보였다.

이 외에 주된 스트레스 원인에 따라서는 경제력이나 시험, 학업으로 스트레스를 받는 경우 TV, 연극, 영화를 통해 스트레스를 해소한다고 하였으나 외모나 질병, 직장업무 및 성과, 인간관계로 스트레스를 받는 경우 스포츠를 통해 해소한다고 하여 스트레스 원인에 따라 해소 방법에 차이를 보였다.³⁷⁾

37) 이인애, 「남자 대학생들의 피부 크렌징 관련실태 조사」, 건양대학교 보건복지대학원, 2006, p.8

<표 5> 스트레스 해소법

구분	스트레스 해소법												전체		χ^2 (p)	
	쇼핑		스포츠		TV, 연극, 영화		음식		마사지, 사우나		기타					
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%		
연령	20대 이하	16	9.4	41	24.1	47	27.6	28	16.5	9	5.3	29	17.1	170	100.0	66.583** (.000)
	30대	6	5.0	49	40.8	31	25.8	8	6.7	16	13.3	10	8.3	120	100.0	
	40대	1	1.3	31	39.2	15	19.0	5	6.3	15	19.0	12	15.2	79	100.0	
	50대 이상	0	.0	54	50.0	9	8.3	10	9.3	20	18.5	15	13.9	108	100.0	
학력	고졸 이하	6	5.6	25	23.4	22	20.6	14	13.1	21	19.6	19	17.8	107	100.0	24.534** (.006)
	전문대 재/졸	11	5.1	75	34.7	49	22.7	28	13.0	24	11.1	29	13.4	216	100.0	
	대학교 재/졸 이상	6	3.9	75	48.7	31	20.1	9	5.8	15	9.7	18	11.7	154	100.0	
직업	사무직	1	1.4	43	62.3	13	18.8	2	2.9	7	10.1	3	4.3	69	100.0	92.451** (.000)
	전문직	3	3.1	55	56.1	11	11.2	6	6.1	14	14.3	9	9.2	98	100.0	
	판매서비스직	5	4.4	31	27.4	20	17.7	17	15.0	23	20.4	17	15.0	113	100.0	
	학생	13	8.6	39	25.8	42	27.8	23	15.2	7	4.6	27	17.9	151	100.0	
	기타	1	2.2	7	15.2	16	34.8	3	6.5	9	19.6	10	21.7	46	100.0	
결혼 유무	기혼	5	2.3	78	36.4	44	20.6	18	8.4	39	18.2	30	14.0	214	100.0	16.834** (.005)
	미혼	18	6.8	97	36.9	58	22.1	33	12.5	21	8.0	36	13.7	263	100.0	
월수입	100만원 미만	12	8.3	39	27.1	36	25.0	21	14.6	10	6.9	26	18.1	144	100.0	46.595** (.000)
	100-200만원 미만	7	5.3	42	31.8	27	20.5	19	14.4	21	15.9	16	12.1	132	100.0	
	200-300만원 미만	2	1.9	38	36.5	25	24.0	9	8.7	15	14.4	15	14.4	104	100.0	
	300만원 이상	2	2.1	56	57.7	14	14.4	2	2.1	14	14.4	9	9.3	97	100.0	
하루 수면 시간	4시간	0	.0	7	20.6	8	23.5	6	17.6	9	26.5	4	11.8	34	100.0	15.791 (.106)
	5-6시간	13	5.4	88	36.5	48	19.9	26	10.8	34	14.1	32	13.3	241	100.0	
	7시간 이상	10	5.0	80	39.6	46	22.8	19	9.4	17	8.4	30	14.9	202	100.0	
운동 횟수	주 1-2회	6	5.6	32	29.9	25	23.4	10	9.3	11	10.3	23	21.5	107	100.0	90.109** (.000)
	주 2-3회	4	4.2	37	38.9	25	26.3	8	8.4	14	14.7	7	7.4	95	100.0	
	주 3-4회	4	3.4	61	51.3	19	16.0	15	12.6	10	8.4	10	8.4	119	100.0	
	주 5회 이상 운동을 하지 않음	2	3.3	39	65.0	5	8.3	6	10.0	2	3.3	6	10.0	60	100.0	
주된 스트 레스 원인	외모, 질병	1	2.8	11	30.6	9	25.0	9	25.0	1	2.8	5	13.9	36	100.0	68.799** (.000)
	경제력	4	3.9	26	25.5	27	26.5	11	10.8	18	17.6	16	15.7	102	100.0	
	시험, 학업	12	11.5	26	25.0	28	26.9	16	15.4	6	5.8	16	15.4	104	100.0	
	직장업무, 성과	2	1.4	56	40.3	27	19.4	12	8.6	21	15.1	21	15.1	139	100.0	
	인간관계	4	4.2	56	58.3	11	11.5	3	3.1	14	14.6	8	8.3	96	100.0	
이성 친구 유무	유	12	4.2	94	32.8	65	22.6	32	11.1	46	16.0	38	13.2	287	100.0	11.334* (.045)
	무	11	5.8	81	42.6	37	19.5	19	10.0	14	7.4	28	14.7	190	100.0	
합계		23	4.8	175	36.7	102	21.4	51	10.7	60	12.6	66	13.8	477	100.0	

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

4. 피부상태

다음 <표 6>피부상태를 분석한 결과이다. 분석결과 ‘매우 좋다’ 12명(2.5%), ‘좋다’ 74명(15.5%), ‘보통’ 262명(54.9%), ‘나쁘다’ 109명(22.9%), ‘매우 나쁘다’ 20명(4.2%)으로 나타나 전체 18.0%만이 피부가 좋은 상태인 것으로 볼 수 있다. 이는 선행논문^{38), 39)}와 일치하는 대체적으로 자신들의 피부상태가 보통이상으로 좋은 편으로 인식하고 있다.

조사대상자의 인구통계학적 특성에 따라서는 연령, 학력, 직업, 결혼유무, 월수입, 하루 수면시간, 운동 횟수, 주된 스트레스 원인, 이성 친구 유무에 따라 통계적으로 유의미한 차이가 나타났다($p < .05$). 먼저 연령에 따라서는 비교적 연령이 적을수록 피부상태가 좋은 것으로 나타났고, 학력에 따라서는 비교적 학력이 높을수록 피부상태가 좋은 것으로 나타났다. 또한 직업에 따라서는 사무직이나 학생의 경우 상대적으로 피부상태가 좋은 것으로 나타났고, 결혼유무에 따라서는 기혼의 경우 미혼에 비해 상대적으로 피부상태가 좋은 것으로 나타났다.

월수입에 따라서는 다소 차이는 있으나 비교적 월수입이 많을수록 피부상태가 좋은 것으로 나타났고, 하루 수면시간에 따라서는 수면시간이 많을수록 피부상태가 좋은 것으로 나타났다.

운동 횟수에 따라서는 운동을 하지 않는 남성에 비해 운동을 하는 남성의 경우 상대적으로 피부상태가 좋은 것으로 나타났고, 주된 스트레스 원인에 따라서는 시험이나 학업으로 스트레스가 있는 경우 타 이유로 인한 스트레스에 비해 상대적으로 피부상태가 좋은 것으로 나타났다.

마지막으로 이성 친구 유무에 따라서는 이성친구가 있는 경우 이성친구가 없는 경우에 비해 상대적으로 피부상태가 좋은 것으로 나타났다.

38) 강봉석, 「여고생의 피부관리와 비만관리 실태조사」, 남부대학교 산업정보대학원, 2006, p.53

39) 유명미, 전계논문, p.32

<표 6> 피부상태

구분	피부상태										전체		χ^2 (p)	
	매우 좋다		좋다		보통		나쁘다		매우 나쁘다					
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%		
연령	20대 이하	10	5.9	27	15.9	68	40.0	51	30.0	14	8.2	170	100.0	49.382** (.000)
	30대	1	.8	22	18.3	63	52.5	30	25.0	4	3.3	120	100.0	
	40대	0	.0	13	16.5	54	68.4	11	13.9	1	1.3	79	100.0	
	50대 이상	1	.9	12	11.1	77	71.3	17	15.7	1	.9	108	100.0	
학력	고졸 이하	1	.9	12	11.2	57	53.3	31	29.0	6	5.6	107	100.0	21.182** (.007)
	전문대 재/졸	9	4.2	28	13.0	116	53.7	50	23.1	13	6.0	216	100.0	
	대학교 재/졸 이상	2	1.3	34	22.1	89	57.8	28	18.2	1	.6	154	100.0	
직업	사무직	0	.0	17	24.6	42	60.9	9	13.0	1	1.4	69	100.0	58.417** (.000)
	전문직	1	1.0	16	16.3	70	71.4	10	10.2	1	1.0	98	100.0	
	판매서비스직	1	.9	16	14.2	64	56.6	25	22.1	7	6.2	113	100.0	
	학생	10	6.6	21	13.9	64	42.4	46	30.5	10	6.6	151	100.0	
	기타	0	.0	4	8.7	22	47.8	19	41.3	1	2.2	46	100.0	
결혼유무	기혼	2	.9	37	17.3	131	61.2	37	17.3	7	3.3	214	100.0	13.481** (.009)
	미혼	10	3.8	37	14.1	131	49.8	72	27.4	13	4.9	263	100.0	
월수입	100만원 미만	10	6.9	18	12.5	62	43.1	43	29.9	11	7.6	144	100.0	48.142** (.000)
	100-200만원 미만	1	.8	23	17.4	65	49.2	37	28.0	6	4.5	132	100.0	
	200-300만원 미만	0	.0	15	14.4	69	66.3	19	18.3	1	1.0	104	100.0	
	300만원 이상	1	1.0	18	18.6	66	68.0	10	10.3	2	2.1	97	100.0	
하루 수면시간	4시간	1	2.9	3	8.8	14	41.2	12	35.3	4	11.8	34	100.0	17.725* (.023)
	5-6시간	4	1.7	31	12.9	135	56.0	61	25.3	10	4.1	241	100.0	
	7시간 이상	7	3.5	40	19.8	113	55.9	36	17.8	6	3.0	202	100.0	
운동횟수	주 1-2회	2	1.9	22	20.6	56	52.3	24	22.4	3	2.8	107	100.0	32.611** (.008)
	주 2-3회	3	3.2	16	16.8	56	58.9	16	16.8	4	4.2	95	100.0	
	주 3-4회	3	2.5	21	17.6	74	62.2	17	14.3	4	3.4	119	100.0	
	주 5회 이상	0	.0	8	13.3	27	45.0	24	40.0	1	1.7	60	100.0	
	운동을 하지 않음	4	4.2	7	7.3	49	51.0	28	29.2	8	8.3	96	100.0	
주된 스트레스 원인	외모, 질병	2	5.6	4	11.1	13	36.1	13	36.1	4	11.1	36	100.0	52.284** (.000)
	경제력	2	2.0	18	17.6	51	50.0	25	24.5	6	5.9	102	100.0	
	시험, 학업	6	5.8	19	18.3	40	38.5	31	29.8	8	7.7	104	100.0	
	직장업무, 성과	1	.7	20	14.4	86	61.9	30	21.6	2	1.4	139	100.0	
	인간관계	1	1.0	13	13.5	72	75.0	10	10.4	0	.0	96	100.0	
이성친구 유무	유	5	1.7	48	16.7	168	58.5	53	18.5	13	4.5	287	100.0	10.360* (.035)
	무	7	3.7	26	13.7	94	49.5	56	29.5	7	3.7	190	100.0	
합계		12	2.5	74	15.5	262	54.9	109	22.9	20	4.2	477	100.0	

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

5. 피부유형

다음 <표 7>은 피부유형을 분석한 결과이다. 분석결과 ‘지성’이 147명(30.8%)으로 가장 높게 나타났고, ‘건성’ 126명(26.4%), ‘정상’ 76명(15.9%), ‘복합성’ 59명(12.4%), ‘예민성(민감성)’ 49명(10.3%) 순으로 나타나 대체적으로 지성이나 건성피부가 많은 것으로 볼 수 있다.

조사대상자의 인구통계학적 특성에 따라서는 연령, 학력, 직업, 결혼유무, 월수입, 운동횟수에 따라 통계적으로 유의미한 차이가 나타났다($p<.05$). 먼저 연령에 따라서는 20대 이하, 30대, 50대 이상의 경우 지성 피부가 많은 것으로 나타났으나 40대의 경우 35명(44.3%)로 건성 피부가 많은 것으로 나타나 차이를 보였고, 학력에 따라서는 고졸 이하의 경우 건성 피부가 많은 것으로 나타났으나 전문대 재/졸, 대학교 재/졸 이상의 경우 지성 피부가 많은 것으로 나타나 차이를 보였다. 선행논문 40),41)와 일치하였다.

직업에 따라서는 전문직의 경우 건성 피부가 많은 것으로 나타났으나 사무직이나 판매서비스직, 학생의 경우 지성 피부가 많은 것으로 나타나 차이를 보였고, 결혼유무에 따라서는 기혼의 경우 건성 피부가 많은 것으로 나타났으나 미혼의 경우 지성 피부가 많은 것으로 나타나 차이를 보였다.

이 외에 월수입에 따라서는 200만원 미만의 경우 지성 피부가 많은 것으로 나타났으나 200만원 이상의 경우 건성 피부가 많은 것으로 나타나 차이를 보였고, 운동 횟수에 따라서는 주 1-2회 운동을 하는 경우는 건성 피부가 많은 것으로 나타났으나 전혀 운동을 하지 않거나 주 2-3회 이상 운동을 하는 경우 지성 피부가 많은 것으로 나타나 차이를 보였다.

40) 유영미, 전계논문, p.32

41) 이지수, 「성인 남성의 피부 관리에 대한 지식 및 행위에 관한 조사 연구」, 건국대학교 산업대학원, 2003, pp.19~20

<표 7> 피부유형

구분	피부유형												전체		χ^2 (p)	
	건성		정상		지성		복합성		에민성 (민감성)		기타					
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%		
연령	20대 이하	37	21.8	29	17.1	48	28.2	18	10.6	27	15.9	11	6.5	170	100.0	49.929** (.000)
	30대	20	16.7	24	20.0	38	31.7	24	20.0	9	7.5	5	4.2	120	100.0	
	40대	35	44.3	13	16.5	18	22.8	3	3.8	8	10.1	2	2.5	79	100.0	
	50대 이상	34	31.5	10	9.3	43	39.8	14	13.0	5	4.6	2	1.9	108	100.0	
학력	고졸 이하	33	30.8	14	13.1	29	27.1	7	6.5	16	15.0	8	7.5	107	100.0	20.781* (.023)
	전문대 재/졸	45	20.8	37	17.1	68	31.5	33	15.3	25	11.6	8	3.7	216	100.0	
	대학교 재/졸 이상	48	31.2	25	16.2	50	32.5	19	12.3	8	5.2	4	2.6	154	100.0	
직업	사무직	18	26.1	17	24.6	24	34.8	5	7.2	5	7.2	0	.0	69	100.0	35.833* (.016)
	전문직	34	34.7	13	13.3	24	24.5	16	16.3	7	7.1	4	4.1	98	100.0	
	판매서비스직	26	23.0	14	12.4	43	38.1	17	15.0	8	7.1	5	4.4	113	100.0	
	학생	30	19.9	28	18.5	42	27.8	18	11.9	23	15.2	10	6.6	151	100.0	
	기타	18	39.1	4	8.7	14	30.4	3	6.5	6	13.0	1	2.2	46	100.0	
결혼유무	기혼	67	31.3	41	19.2	66	30.8	17	7.9	14	6.5	9	4.2	214	100.0	17.456** (.004)
	미혼	59	22.4	35	13.3	81	30.8	42	16.0	35	13.3	11	4.2	263	100.0	
월수입	100만원 미만	30	20.8	28	19.4	41	28.5	14	9.7	22	15.3	9	6.3	144	100.0	27.879* (.022)
	100-200만원 미만	28	21.2	16	12.1	51	38.6	17	12.9	15	11.4	5	3.8	132	100.0	
	200-300만원 미만	35	33.7	16	15.4	24	23.1	18	17.3	8	7.7	3	2.9	104	100.0	
	300만원 이상	33	34.0	16	16.5	31	32.0	10	10.3	4	4.1	3	3.1	97	100.0	
하루 수면시간	4시간	6	17.6	3	8.8	12	35.3	7	20.6	6	17.6	0	.0	34	100.0	11.465 (.322)
	5-6시간	65	27.0	33	13.7	77	32.0	31	12.9	24	10.0	11	4.6	241	100.0	
	7시간 이상	55	27.2	40	19.8	58	28.7	21	10.4	19	9.4	9	4.5	202	100.0	
운동횟수	주 1-2회	44	41.1	19	17.8	20	18.7	10	9.3	11	10.3	3	2.8	107	100.0	35.253* (.019)
	주 2-3회	24	25.3	20	21.1	26	27.4	7	7.4	14	14.7	4	4.2	95	100.0	
	주 3-4회	26	21.8	20	16.8	39	32.8	16	13.4	12	10.1	6	5.0	119	100.0	
	주 5회 이상 운동을 하지 않음	19	19.8	11	11.5	39	40.6	15	15.6	7	7.3	5	5.2	96	100.0	
주된 스트레스 원인	외모, 질병	8	22.2	6	16.7	12	33.3	2	5.6	6	16.7	2	5.6	36	100.0	30.411 (.063)
	경제력	35	34.3	15	14.7	20	19.6	18	17.6	11	10.8	3	2.9	102	100.0	
	시험, 학업	18	17.3	18	17.3	30	28.8	15	14.4	16	15.4	7	6.7	104	100.0	
	직장업무, 성과	35	25.2	25	18.0	52	37.4	12	8.6	11	7.9	4	2.9	139	100.0	
인간관계	30	31.3	12	12.5	33	34.4	12	12.5	5	5.2	4	4.2	96	100.0		
이성친구 유무	유	84	29.3	49	17.1	84	29.3	27	9.4	30	10.5	13	4.5	287	100.0	8.696 (.122)
	무	42	22.1	27	14.2	63	33.2	32	16.8	19	10.0	7	3.7	190	100.0	
합계		126	26.4	76	15.9	147	30.8	59	12.4	49	10.3	20	4.2	477	100.0	

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

6. 딥 클렌징 여부

다음 <표 8>은 딥 클렌징 여부를 분석한 결과이다. 분석결과 ‘잘 모른다’가 220명(46.1%)으로 가장 높게 나타났고, ‘하지 않는다’ 166명(34.8%), ‘스크럽을 이용 한다’ 61명(12.8%), ‘호소제품을 이용 한다’ 20명(4.2%), ‘기타(AHA, 고마쥐) 외 방법’ 10명(2.1%)순으로 나타나 대체적으로 딥 클렌징에 대해 잘 모르는 것으로 볼 수 있다.

조사대상자의 인구통계학적 특성에 따라서는 연령, 직업, 결혼유무, 운동 횟수, 주된 스트레스 원인, 이성 친구 유무에 따라 통계적으로 유의미한 차이가 나타났다($p < .05$). 먼저 연령에 따라서는 20대 이하, 30대, 50대 이상의 경우 딥 클렌징에 대해 잘 모른다고 하였으나 40대의 경우 하지 않는다고 하여 차이를 보였고, 직업에 따라서는 사무직, 판매서비스직, 학생의 경우 딥 클렌징에 대해 잘 모른다고 하였으나 전문직의 경우 하지 않는다고 하여 차이를 보였다.

또한 결혼유무에 따라서는 미혼의 경우 딥 클렌징에 대해 잘 모른다고 하였으나 기혼의 경우 하지 않는다고 하여 차이를 보였고, 운동 횟수에 따라서는 운동을 하지 않거나 주 2-3회 이상 운동을 하는 경우 딥 클렌징에 대해 잘 모른다고 하였으나 주 1-2회 정도 운동을 하는 경우 하지 않는다고 하여 차이를 보였다.

주된 스트레스 원인에 따라서는 외모나 질병, 시험이나 학업, 직장업무나 성과, 인간관계로 스트레스를 받는 경우 딥 클렌징에 대해 잘 모른다고 하였으나 경제력으로 인해 스트레스를 받는 경우 하지 않는다고 하여 차이를 보였고, 이성 친구 유무에 따라서는 이성친구가 없는 경우 딥 클렌징에 대해 잘 모른다고 하였으나 이성친구가 있는 경우 하지 않는다고 하여 차이를 보였다.^{42),43)}

42) 이인애, 전계논문, p.28

43) 강봉석, 전계논문, p.34

<표 8> 딥 클렌징 여부

구분	딥 클렌징 여부										전체 N %	χ^2 (p)		
	하지 않는다		잘 모른다		스크림을 이용한다		효소제품을 이용한다		기타(AHA, 고마쥐)의 방법					
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%				
연령	20대 이하	44	25.9	81	47.6	34	20.0	10	5.9	1	.6	170	100.0	35.645** (.000)
	30대	45	37.5	48	40.0	18	15.0	4	3.3	5	4.2	120	100.0	
	40대	39	49.4	32	40.5	4	5.1	3	3.8	1	1.3	79	100.0	
	50대 이상	38	35.2	59	54.6	5	4.6	3	2.8	3	2.8	108	100.0	
학력	고졸 이하	34	31.8	52	48.6	15	14.0	5	4.7	1	.9	107	100.0	7.818 (.451)
	전문대 재/졸	70	32.4	103	47.7	30	13.9	10	4.6	3	1.4	216	100.0	
	대학교 재/졸 이상	62	40.3	65	42.2	16	10.4	5	3.2	6	3.9	154	100.0	
직업	사무직	28	40.6	32	46.4	5	7.2	3	4.3	1	1.4	69	100.0	26.369* (.049)
	전문직	43	43.9	35	35.7	13	13.3	3	3.1	4	4.1	98	100.0	
	판매서비스직	38	33.6	57	50.4	12	10.6	2	1.8	4	3.5	113	100.0	
	학생	40	26.5	72	47.7	27	17.9	11	7.3	1	.7	151	100.0	
	기타	17	37.0	24	52.2	4	8.7	1	2.2	0	.0	46	100.0	
결혼유무	기혼	93	43.5	76	35.5	28	13.1	8	3.7	9	4.2	214	100.0	26.281** (.000)
	미혼	73	27.8	144	54.8	33	12.5	12	4.6	1	.4	263	100.0	
월수입	100만원 미만	43	29.9	70	48.6	24	16.7	6	4.2	1	.7	144	100.0	11.451 (.491)
	100-200만원 미만	42	31.8	63	47.7	16	12.1	7	5.3	4	3.0	132	100.0	
	200-300만원 미만	38	36.5	50	48.1	11	10.6	3	2.9	2	1.9	104	100.0	
	300만원 이상	43	44.3	37	38.1	10	10.3	4	4.1	3	3.1	97	100.0	
하루 수면시간	4시간	8	23.5	18	52.9	6	17.6	1	2.9	1	2.9	34	100.0	7.697 (.464)
	5-6시간	84	34.9	105	43.6	37	15.4	9	3.7	6	2.5	241	100.0	
	7시간 이상	74	36.6	97	48.0	18	8.9	10	5.0	3	1.5	202	100.0	
운동횟수	주 1-2회	47	43.9	43	40.2	14	13.1	2	1.9	1	.9	107	100.0	30.386* (.016)
	주 2-3회	37	38.9	41	43.2	13	13.7	3	3.2	1	1.1	95	100.0	
	주 3-4회	37	31.1	50	42.0	23	19.3	6	5.0	3	2.5	119	100.0	
	주 5회 이상	19	31.7	28	46.7	6	10.0	3	5.0	4	6.7	60	100.0	
	운동을 하지 않음	26	27.1	58	60.4	5	5.2	6	6.3	1	1.0	96	100.0	
주된 스트레스 원인	외모, 질병	12	33.3	20	55.6	4	11.1	0	.0	0	.0	36	100.0	43.060** (.000)
	경제력	46	45.1	40	39.2	11	10.8	4	3.9	1	1.0	102	100.0	
	시험, 학업	18	17.3	48	46.2	26	25.0	9	8.7	3	2.9	104	100.0	
	직장업무, 성과	59	42.4	61	43.9	11	7.9	4	2.9	4	2.9	139	100.0	
	인간관계	31	32.3	51	53.1	9	9.4	3	3.1	2	2.1	96	100.0	
이성친구 유무	유	111	38.7	110	38.3	42	14.6	15	5.2	9	3.1	287	100.0	20.068** (.000)
	무	55	28.9	110	57.9	19	10.0	5	2.6	1	.5	190	100.0	
합계		166	34.8	220	46.1	61	12.8	20	4.2	10	2.1	477	100.0	

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

7. 사용하는 팩 종류

다음 <표 9>은 사용하는 팩 종류를 분석한 결과이다. 분석결과 ‘팩은 사용하지 않는다’가 297명(62.3%)으로 가장 높게 나타났고, ‘마스크시트팩’ 121명(25.4%), ‘크림팩’ 37명(7.8%), ‘석고팩’ 16명(3.4%), ‘고무팩’ 6명(1.3%)순으로 나타나 대체적으로 팩을 사용하지 않는 것으로 나타났으며, 사용하는 팩 중에서는 마스크시트팩을 가장 많이 사용하는 것으로 볼 수 있다.

조사대상자의 인구통계학적 특성에 따라서는 연령, 학력, 직업, 월수입, 주된 스트레스 원인에 따라 통계적으로 유의미한 차이가 나타났다($p < .05$). 먼저 연령에 따라서는 대체적으로 연령이 많을수록 팩의 사용이 적은 것으로 나타났으며, 연령이 적을수록 마스크 시트팩의 사용 정도가 많은 것으로 나타났고, 학력에 따라서는 학력이 낮을수록 팩의 사용이 적은 것으로 나타났으며, 학력이 높을수록 마스크 시트팩의 사용 정도가 많은 것으로 나타났다. 또한 직업에 따라서도 각 직업별 대체적으로 팩은 사용하지 않는 것으로 나타났으나 이 외에 학생의 경우 상대적으로 마스크 시트팩의 사용이 많은 것으로 나타났고, 월수입에 따라서는 월수입이 많을수록 팩의 사용이 적은 것으로 나타났으며, 월수입이 적을수록 마스크 시트팩의 사용 정도가 많은 것으로 나타났다.

마지막으로 주된 스트레스 원인에 따라서는 대체적으로 팩을 사용하지 않는 것으로 나타났으나 시험이나 학업으로 인해 스트레스를 받는 경우 상대적으로 마스크 시트팩의 사용이 많은 것으로 나타나 다소 차이를 보였다.

<표 9> 사용하는 팩 종류

구분	사용하는 팩 종류										전체		χ^2 (p)	
	고무팩		석고팩		크림팩		마스크 시트팩		팩을 하지 않는다					
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%		
연령	20대 이하	3	1.8	8	4.7	23	13.5	53	31.2	83	48.8	170	100.0	37.708** (.000)
	30대	2	1.7	4	3.3	10	8.3	32	26.7	72	60.0	120	100.0	
	40대	0	.0	4	5.1	2	2.5	15	19.0	58	73.4	79	100.0	
	50대 이상	1	.9	0	.0	2	1.9	21	19.4	84	77.8	108	100.0	
학력	고졸 이하	3	2.8	2	1.9	12	11.2	7	6.5	83	77.6	107	100.0	34.269** (.000)
	전문대 재/졸	2	.9	11	5.1	17	7.9	63	29.2	123	56.9	216	100.0	
	대학교 재/졸 이상	1	.6	3	1.9	8	5.2	51	33.1	91	59.1	154	100.0	
직업	사무직	2	2.9	1	1.4	3	4.3	16	23.2	47	68.1	69	100.0	32.335** (.009)
	전문직	0	.0	3	3.1	8	8.2	22	22.4	65	66.3	98	100.0	
	판매서비스직	1	.9	4	3.5	10	8.8	14	12.4	84	74.3	113	100.0	
	학생	2	1.3	8	5.3	13	8.6	55	36.4	73	48.3	151	100.0	
	기타	1	2.2	0	.0	3	6.5	14	30.4	28	60.9	46	100.0	
결혼유무	기혼	4	1.9	4	1.9	17	7.9	46	21.5	143	66.8	214	100.0	7.311 (.120)
	미혼	2	.8	12	4.6	20	7.6	75	28.5	154	58.6	263	100.0	
월수입	100만원 미만	3	2.1	5	3.5	10	6.9	49	34.0	77	53.5	144	100.0	21.736* (.041)
	100-200만원 미만	1	.8	5	3.8	17	12.9	30	22.7	79	59.8	132	100.0	
	200-300만원 미만	0	.0	2	1.9	6	5.8	19	18.3	77	74.0	104	100.0	
	300만원 이상	2	2.1	4	4.1	4	4.1	23	23.7	64	66.0	97	100.0	
하루 수면시간	4시간	0	.0	2	5.9	5	14.7	7	20.6	20	58.8	34	100.0	7.565 (.477)
	5-6시간	4	1.7	6	2.5	15	6.2	69	28.6	147	61.0	241	100.0	
	7시간 이상	2	1.0	8	4.0	17	8.4	45	22.3	130	64.4	202	100.0	
운동횟수	주 1-2회	1	.9	2	1.9	5	4.7	22	20.6	77	72.0	107	100.0	25.004 (.070)
	주 2-3회	0	.0	2	2.1	9	9.5	27	28.4	57	60.0	95	100.0	
	주 3-4회	2	1.7	4	3.4	13	10.9	32	26.9	68	57.1	119	100.0	
	주 5회 이상	1	1.7	6	10.0	6	10.0	19	31.7	28	46.7	60	100.0	
	운동을 하지 않음	2	2.1	2	2.1	4	4.2	21	21.9	67	69.8	96	100.0	
주된 스트레스 원인	외모, 질병	0	.0	0	.0	3	8.3	10	27.8	23	63.9	36	100.0	64.162** (.000)
	경제력	1	1.0	3	2.9	6	5.9	15	14.7	77	75.5	102	100.0	
	시험, 학업	2	1.9	9	8.7	17	16.3	41	39.4	35	33.7	104	100.0	
	직장업무, 성과	3	2.2	3	2.2	9	6.5	26	18.7	98	70.5	139	100.0	
	인간관계	0	.0	1	1.0	2	2.1	29	30.2	64	66.7	96	100.0	
이성친구 유무	유	4	1.4	9	3.1	27	9.4	73	25.4	174	60.6	287	100.0	3.051 (.549)
	무	2	1.1	7	3.7	10	5.3	48	25.3	123	64.7	190	100.0	
합계		6	1.3	16	3.4	37	7.8	121	25.4	297	62.3	477	100.0	

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

8. 피부 문제점

다음 <표10>은 피부 문제점을 분석한 결과이다. 분석결과 ‘여드름’이 162명(34.0%)으로 가장 높게 나타났고, ‘각질’ 109명(22.9%), ‘잔주름’이나 ‘아토피, 건선 등 기타 문제’가 각 75명(15.7%), ‘기미, 주근깨’ 56명(11.7%)으로 나타나 대체적으로 여드름이나 각질 등에 가장 문제가 있는 것으로 볼 수 있다.

조사대상자의 인구통계학적 특성에 따라서는 연령, 학력, 직업, 결혼유무, 월수입, 하루 수면시간, 주된 스트레스 원인에 따라 통계적으로 유의미한 차이가 나타났다($p < .01$). 먼저 연령에 따라서는 30대 이하의 경우 여드름이 가장 문제라고 하였으나 40대 이상의 경우 각질이 가장 문제라고 하여 차이를 보였고, 학력에 따라서는 고졸이하나 전문대 재/졸의 경우 여드름이 가장 문제라고 하였으나 대학교 재/졸 이상의 경우 여드름, 각질이 가장 문제라고 하여 다소 차이를 보였다.

또한 직업에 따라서는 학생의 경우 여드름이 가장 문제라고 하였으나 사무직이나 전문직의 경우 각질이, 판매서비스직의 경우 여드름과 각질이 가장 문제라고 하여 다소 차이를 보였고, 결혼유무에 따라서는 미혼의 경우 여드름이 가장 문제라고 하였으나 기혼의 경우 각질이 가장 문제라고 하여 다소 차이를 보였다. 월수입에 따라서는 200만원 미만의 경우 여드름이 가장 문제라고 하였으나 200만원 이상의 경우 각질이 가장 문제라고 하여 차이를 보였고, 하루 수면시간에 따라서는 다소 차이는 있으나 대체적으로 여드름이 가장 문제인 것으로 나타났다.

마지막으로 주된 스트레스 원인에 따라서는 외모와 질병, 경제력, 시험이나 학업으로 스트레스를 받는 경우 여드름이 가장 문제라고 하였으나 직장업무나 성과, 인간관계로 인해 스트레스를 받는 경우 각질이 가장 문제라고 하여 차이를 보였다.⁴⁴⁾

44) 유명미, 전계논문, pp.32~36

<표 10> 피부 문제점

구분	피부 문제점												χ^2 (p)	
	잔주름		여드름		기미, 주근깨		각질		기타(아토피, 건선 등)		전체			
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%		
연령	20대 이하	10	5.9	97	57.1	19	11.2	23	13.5	21	12.4	170	100.0	127.534* (.000)
	30대	16	13.3	47	39.2	6	5.0	34	28.3	17	14.2	120	100.0	
	40대	22	27.8	8	10.1	4	5.1	23	29.1	22	27.8	79	100.0	
	50대 이상	27	25.0	10	9.3	27	25.0	29	26.9	15	13.9	108	100.0	
학력	고졸 이하	18	16.8	28	26.2	21	19.6	19	17.8	21	19.6	107	100.0	22.865** (.004)
	전문대 재/졸	28	13.0	92	42.6	20	9.3	48	22.2	28	13.0	216	100.0	
	대학교 재/졸 이상	29	18.8	42	27.3	15	9.7	42	27.3	26	16.9	154	100.0	
직업	사무직	14	20.3	14	20.3	10	14.5	22	31.9	9	13.0	69	100.0	83.058** (.000)
	전문직	25	25.5	19	19.4	14	14.3	24	24.5	16	16.3	98	100.0	
	판매서비스직	18	15.9	30	26.5	17	15.0	30	26.5	18	15.9	113	100.0	
	학생	8	5.3	91	60.3	10	6.6	23	15.2	19	12.6	151	100.0	
	기타	10	21.7	8	17.4	5	10.9	10	21.7	13	28.3	46	100.0	
결혼유무	기혼	43	20.1	46	21.5	20	9.3	63	29.4	42	19.6	214	100.0	35.504** (.000)
	미혼	32	12.2	116	44.1	36	13.7	46	17.5	33	12.5	263	100.0	
월수입	100만원 미만	7	4.9	87	60.4	8	5.6	21	14.6	21	14.6	144	100.0	90.640** (.000)
	100-200만원 미만	24	18.2	42	31.8	22	16.7	30	22.7	14	10.6	132	100.0	
	200-300만원 미만	20	19.2	19	18.3	10	9.6	36	34.6	19	18.3	104	100.0	
	300만원 이상	24	24.7	14	14.4	16	16.5	22	22.7	21	21.6	97	100.0	
하루 수면시간	4시간	4	11.8	13	38.2	3	8.8	12	35.3	2	5.9	34	100.0	26.486** (.001)
	5-6시간	38	15.8	98	40.7	26	10.8	54	22.4	25	10.4	241	100.0	
	7시간 이상	33	16.3	51	25.2	27	13.4	43	21.3	48	23.8	202	100.0	
운동횟수	주 1-2회	27	25.2	30	28.0	7	6.5	27	25.2	16	15.0	107	100.0	23.137 (.110)
	주 2-3회	11	11.6	36	37.9	13	13.7	16	16.8	19	20.0	95	100.0	
	주 3-4회	16	13.4	46	38.7	13	10.9	25	21.0	19	16.0	119	100.0	
	주 5회 이상	9	15.0	23	38.3	10	16.7	13	21.7	5	8.3	60	100.0	
	운동을 하지 않음	12	12.5	27	28.1	13	13.5	28	29.2	16	16.7	96	100.0	
주된 스트레스 원인	외모, 질병	4	11.1	20	55.6	2	5.6	1	2.8	9	25.0	36	100.0	68.708** (.000)
	경제력	18	17.6	33	32.4	10	9.8	19	18.6	22	21.6	102	100.0	
	시험, 학업	8	7.7	59	56.7	11	10.6	17	16.3	9	8.7	104	100.0	
	직장업무, 성과	30	21.6	32	23.0	17	12.2	38	27.3	22	15.8	139	100.0	
	인간관계	15	15.6	18	18.8	16	16.7	34	35.4	13	13.5	96	100.0	
이성친구 유무	유	48	16.7	89	31.0	29	10.1	72	25.1	49	17.1	287	100.0	6.361 (.174)
	무	27	14.2	73	38.4	27	14.2	37	19.5	26	13.7	190	100.0	
합계		75	15.7	162	34.0	56	11.7	109	22.9	75	15.7	477	100.0	

**p<.01

9. 피부 문제점의 원인

다음 <표 11>은 피부 문제점의 원인을 분석한 결과이다. 분석결과 ‘스트레스’가 140명(29.4%)으로 가장 높게 나타났고, ‘평소 피부 관리 부족’ 98명(20.5%), ‘수면부족’ 75명(15.7%), ‘영양 불균형’ 45명(9.4%), ‘생활습관’ 43명(9.0%), ‘유전’ 37명(7.8%) 순으로 나타나 대체적으로 스트레스나 평소 피부 관리 부족으로 피부 문제점이 생긴다고 생각하는 것으로 볼 수 있다.⁴⁵⁾

조사대상자의 인구통계학적 특성에 따라서는 직업, 결혼유무, 월수입에 따라 통계적으로 유의미한 차이가 나타났다($p < .05$). 먼저 직업에 따라서는 사무직, 전문직, 판매서비스직의 경우 스트레스로 인해 피부 문제점이 생긴다고 하였으나 학생의 경우 수면부족으로 인해 피부 문제점이 생긴다고 하여 차이를 보였고, 월수입에 따라서는 100만원 미만의 경우 수면부족이나 평소 피부 관리 부족으로 인해 피부 문제점이 생긴다고 하였으나 100만원 이상의 경우 스트레스로 인해 피부 문제점이 생긴다고 하여 다소 차이를 보였다.⁴⁶⁾

45) 이지수, 전계논문, p.19

46) 유명미, 전계논문, p.36

<표 11> 피부 문제점의 원인

구분	피부 문제점의 원인														전체	χ^2 (p)		
	유전		스트레스		영양 불균형		수면부족		평소 피부관리 부족		생활습관		기타					
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%				
연령	20대 이하	15	8.8	40	23.5	14	8.2	37	21.8	35	20.6	16	9.4	13	7.6	170	100.0	20.545 (.303)
	30대	11	9.2	41	34.2	11	9.2	15	12.5	26	21.7	7	5.8	9	7.5	120	100.0	
	40대	3	3.8	24	30.4	7	8.9	14	17.7	14	17.7	7	8.9	10	12.7	79	100.0	
	50대 이상	8	7.4	35	32.4	13	12.0	9	8.3	23	21.3	13	12.0	7	6.5	108	100.0	
학력	고졸 이하	10	9.3	40	37.4	8	7.5	13	12.1	16	15.0	10	9.3	10	9.3	107	100.0	18.767 (.094)
	전문대 재/졸	17	7.9	53	24.5	24	11.1	46	21.3	43	19.9	19	8.8	14	6.5	216	100.0	
	대학교 재/졸 이상	10	6.5	47	30.5	13	8.4	16	10.4	39	25.3	14	9.1	15	9.7	154	100.0	
직업	사무직	7	10.1	21	30.4	8	11.6	4	5.8	14	20.3	8	11.6	7	10.1	69	100.0	37.194* (.042)
	전문직	10	10.2	31	31.6	9	9.2	9	9.2	22	22.4	8	8.2	9	9.2	98	100.0	
	판매서비스직	7	6.2	47	41.6	11	9.7	17	15.0	19	16.8	9	8.0	3	2.7	113	100.0	
	학생	11	7.3	34	22.5	11	7.3	35	23.2	32	21.2	14	9.3	14	9.3	151	100.0	
	기타	2	4.3	7	15.2	6	13.0	10	21.7	11	23.9	4	8.7	6	13.0	46	100.0	
결혼 유무	기혼	14	6.5	72	33.6	16	7.5	30	14.0	45	21.0	19	8.9	18	8.4	214	100.0	5.549 (.476)
	미혼	23	8.7	68	25.9	29	11.0	45	17.1	53	20.2	24	9.1	21	8.0	263	100.0	
월수입	100만원 미만	11	7.6	31	21.5	8	5.6	33	22.9	33	22.9	13	9.0	15	10.4	144	100.0	30.477* (.033)
	100-200만원 미만	13	9.8	53	40.2	15	11.4	15	11.4	21	15.9	9	6.8	6	4.5	132	100.0	
	200-300만원 미만	8	7.7	31	29.8	14	13.5	13	12.5	20	19.2	11	10.6	7	6.7	104	100.0	
	300만원 이상	5	5.2	25	25.8	8	8.2	14	14.4	24	24.7	10	10.3	11	11.3	97	100.0	
하루 수면 시간	4시간	4	11.8	10	29.4	3	8.8	12	35.3	3	8.8	1	2.9	1	2.9	34	100.0	19.035 (.088)
	5-6시간	16	6.6	73	30.3	24	10.0	36	14.9	55	22.8	21	8.7	16	6.6	241	100.0	
	7시간 이상	17	8.4	57	28.2	18	8.9	27	13.4	40	19.8	21	10.4	22	10.9	202	100.0	
운동횟 수	주 1-2회	6	5.6	30	28.0	9	8.4	17	15.9	21	19.6	16	15.0	8	7.5	107	100.0	27.895 (.264)
	주 2-3회	6	6.3	31	32.6	4	4.2	17	17.9	19	20.0	7	7.4	11	11.6	95	100.0	
	주 3-4회	13	10.9	38	31.9	17	14.3	12	10.1	22	18.5	9	7.6	8	6.7	119	100.0	
	주 5회 이상	4	6.7	17	28.3	4	6.7	8	13.3	18	30.0	6	10.0	3	5.0	60	100.0	
	운동을 하지 않음	8	8.3	24	25.0	11	11.5	21	21.9	18	18.8	5	5.2	9	9.4	96	100.0	
주된 스트 레스 원인	외모, 질병	6	16.7	7	19.4	2	5.6	7	19.4	6	16.7	4	11.1	4	11.1	36	100.0	30.279 (.176)
	경제력	8	7.8	33	32.4	11	10.8	13	12.7	24	23.5	6	5.9	7	6.9	102	100.0	
	시험, 학업	7	6.7	22	21.2	9	8.7	25	24.0	23	22.1	9	8.7	9	8.7	104	100.0	
	직장업무, 성과	11	7.9	50	36.0	13	9.4	22	15.8	25	18.0	9	6.5	9	6.5	139	100.0	
인간관계	5	5.2	28	29.2	10	10.4	8	8.3	20	20.8	15	15.6	10	10.4	96	100.0		
이성 친구 유무	유	17	5.9	93	32.4	31	10.8	44	15.3	55	19.2	24	8.4	23	8.0	287	100.0	7.943 (.242)
	무	20	10.5	47	24.7	14	7.4	31	16.3	43	22.6	19	10.0	16	8.4	190	100.0	
합계		37	7.8	140	29.4	45	9.4	75	15.7	98	20.5	43	9.0	39	8.2	477	100.0	

*p<.05

10. 피부개선에 가장 필요한 부분

다음 <표 12>은 피부개선에 가장 필요한 부분을 분석한 결과이다. 분석 결과 ‘편안한 휴식’이 173명(36.3%)으로 가장 높게 나타났고, ‘지속적인 피부 관리’ 96명(20.1%), ‘수면개선’ 68명(14.3%), ‘영양, 체질개선’ 60명(12.6%), ‘피부과 치료’ 39명(8.2%), ‘좋은 화장품 사용’ 12명(2.5%) 순으로 나타나 대체적으로 편안한 휴식이 피부개선에 가장 필요하다고 생각하는 것으로 볼 수 있다.

조사대상자의 인구통계학적 특성에 따라서는 연령, 직업, 월수입, 하루 수면시간, 운동 횟수, 주된 스트레스 원인에 따라 통계적으로 유의미한 차이가 나타났으며($p < .05$), 다소 차이는 있으나 대체적으로 편안한 휴식이 피부개선에 가장 필요하다고 생각하는 것으로 나타났다. 선행논문 47)와 일치하였다.



47) 김명숙, 「여성의 피부관리가 자아존중감에 미치는 영향에 관한 연구」, 한성대학교예술대학원 석사학위논문, 2010, p.49

<표 12> 피부개선에 가장 필요한 부분

구분	피부개선에 가장 필요한 부분														전체	χ^2 (p)		
	수면개선		영양, 체질개선		편안한 휴식		지속적인 피부관리		좋은 화장품 사용		피부과 치료		기타					
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%				
연령	20대 이하	22	12.9	17	10.0	48	28.2	37	21.8	6	3.5	27	15.9	13	7.6	170	100.0	42.228** (.001)
	30대	22	18.3	18	15.0	46	38.3	23	19.2	3	2.5	6	5.0	2	1.7	120	100.0	
	40대	12	15.2	7	8.9	28	35.4	19	24.1	2	2.5	4	5.1	7	8.9	79	100.0	
	50대 이상	12	11.1	18	16.7	51	47.2	17	15.7	1	.9	2	1.9	7	6.5	108	100.0	
학력	고졸 이하	23	21.5	15	14.0	33	30.8	19	17.8	2	1.9	8	7.5	7	6.5	107	100.0	14.079 (.296)
	전문대 재/졸	27	12.5	25	11.6	75	34.7	45	20.8	7	3.2	24	11.1	13	6.0	216	100.0	
	대학교 재/졸 이상	18	11.7	20	13.0	65	42.2	32	20.8	3	1.9	7	4.5	9	5.8	154	100.0	
직업	사무직	7	10.1	10	14.5	27	39.1	16	23.2	2	2.9	3	4.3	4	5.8	69	100.0	38.746* (.029)
	전문직	15	15.3	15	15.3	38	38.8	15	15.3	2	2.0	6	6.1	7	7.1	98	100.0	
	판매서비스직	18	15.9	16	14.2	51	45.1	17	15.0	3	2.7	4	3.5	4	3.5	113	100.0	
	학생	19	12.6	12	7.9	45	29.8	35	23.2	4	2.6	25	16.6	11	7.3	151	100.0	
	기타	9	19.6	7	15.2	12	26.1	13	28.3	1	2.2	1	2.2	3	6.5	46	100.0	
결혼 유무	기혼	35	16.4	26	12.1	81	37.9	44	20.6	6	2.8	8	3.7	14	6.5	214	100.0	11.175 (.083)
	미혼	33	12.5	34	12.9	92	35.0	52	19.8	6	2.3	31	11.8	15	5.7	263	100.0	
월수입	100만원 미만	18	12.5	10	6.9	42	29.2	35	24.3	3	2.1	26	18.1	10	6.9	144	100.0	53.624** (.000)
	100-200만원 미만	22	16.7	20	15.2	52	39.4	24	18.2	6	4.5	4	3.0	4	3.0	132	100.0	
	200-300만원 미만	18	17.3	12	11.5	42	40.4	21	20.2	2	1.9	6	5.8	3	2.9	104	100.0	
	300만원 이상	10	10.3	18	18.6	37	38.1	16	16.5	1	1.0	3	3.1	12	12.4	97	100.0	
하루 수면 시간	4시간	11	32.4	2	5.9	8	23.5	6	17.6	3	8.8	4	11.8	0	.0	34	100.0	26.832** (.008)
	5-6시간	33	13.7	31	12.9	96	39.8	44	18.3	3	1.2	22	9.1	12	5.0	241	100.0	
	7시간 이상	24	11.9	27	13.4	69	34.2	46	22.8	6	3.0	13	6.4	17	8.4	202	100.0	
운동횟수	주 1-2회	18	16.8	12	11.2	41	38.3	20	18.7	4	3.7	5	4.7	7	6.5	107	100.0	39.047* (.027)
	주 2-3회	9	9.5	7	7.4	34	35.8	18	18.9	3	3.2	12	12.6	12	12.6	95	100.0	
	주 3-4회	13	10.9	26	21.8	42	35.3	23	19.3	1	.8	12	10.1	2	1.7	119	100.0	
	주 5회 이상 운동을 하지 않음	9	15.0	6	10.0	21	35.0	18	30.0	1	1.7	3	5.0	2	3.3	60	100.0	
주된 스트레스 원인	외모, 질병	2	5.6	3	8.3	13	36.1	6	16.7	0	.0	10	27.8	2	5.6	36	100.0	55.485** (.000)
	경제력	21	20.6	16	15.7	25	24.5	20	19.6	2	2.0	12	11.8	6	5.9	102	100.0	
	시험, 학업	14	13.5	12	11.5	30	28.8	26	25.0	6	5.8	10	9.6	6	5.8	104	100.0	
	직장업무, 성과	20	14.4	16	11.5	60	43.2	29	20.9	4	2.9	3	2.2	7	5.0	139	100.0	
	인간관계	11	11.5	13	13.5	45	46.9	15	15.6	0	.0	4	4.2	8	8.3	96	100.0	
이성 친구 유무	유	41	14.3	38	13.2	99	34.5	59	20.6	8	2.8	22	7.7	20	7.0	287	100.0	2.321 (.888)
	무	27	14.2	22	11.6	74	38.9	37	19.5	4	2.1	17	8.9	9	4.7	190	100.0	
합계		68	14.3	60	12.6	173	36.3	96	20.1	12	2.5	39	8.2	29	6.1	477	100.0	

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

제 3 절 측정도구의 타당성 및 신뢰도 검증

본 연구에서 사용된 문항의 타당성을 검증하고, 공통요인을 찾아내 변수로 활용하기 위해 요인분석을 실시하였다. 요인분석(Factor Analysis)은 일련의 관측된 변수에 근거하여 직접 관측되지 않은 요인을 확인하기 위한 것으로 수많은 변수들을 적은 수의 몇 가지 요인으로 묶어줌으로써 그 내용을 단순화하는 것이 목적이다. 그러한 각 문항을 몇 가지 소수의 요인으로 묶어줌으로써 각 문항들이 동일한 개념을 측정하는지 곧 타당성이 있는지를 파악할 수 있다. 본 연구에서는 요인추출법으로 주성분법(Principle Components)을 실시하였으며, 지정한 고유치 이상의 값을 갖는 요인만을 추출하였다. 요인회전과 관련하여 베리맥스(Varimax)회전을 실시하였다. 베리맥스는 요인을 단순화하기 위한 방법으로 일반적으로 널리 사용되는 방법이다. 각 변수의 요인간의 상관관계의 정도를 나타내는 요인적재량(factor loading)의 수용기준은 보통 ± 0.30 이상이면 유의하다고 보지만 보다 엄격한 기준은 ± 0.40 이상이다. 따라서 본 연구에서는 ± 0.40 이상을 기준으로 선택하였다. 각 요인이 전체 분산에 대해 설명할 수 있는 정도를 나타내 주는 고유치(eigen value)는 1 이상을 기준으로 하였다. 곧 본 연구의 요인분석은 고유치 1 이상, 요인적재량 ± 0.40 이상을 기준으로 하여 직각회전방법 중 베리맥스 회전을 사용하여 도출하였다.

또한 본 연구에서 다 문항 척도로 측정된 문항이 동질적인 문항들로 구성되었는지 신뢰도를 검증하기 위해 문항간의 내적 일치도를 보는 Cronbach's α 계수를 산출하였다. 일반적으로 신뢰도의 척도인 Cronbach's α 값은 정해진 기준이 없지만 .60 이상이면 신뢰도가 있다고 보며 .50 이상이면 분석하는데 큰 문제가 없는 것으로 본다.

1. 피부관리에 대한 타당성 및 신뢰도 검증

다음 <표 13>는 피부 관리에 대한 16개의 문항에 대하여 요인분석을 실시한 결과이다. 그 결과 총 4개의 요인이 도출되었고 각 요인을 구성하는 문항들의 중심개념을 바탕으로 요인 명을 부여하였다.

요인 1(23.431%)은 금연, 인스턴트식품 섭취 금지, 과일·야채 섭취, 금주, 규칙적인 취침·기상, 물 섭취 등의 항목으로 ‘**관리상식**’이라 명명하였고, 요인 2(15.357%)는 건강보조 식품, 관리실 관리, 피부에 맞는 화장품 사용, 전문가 관리 여부 등의 항목으로 ‘**관리행동**’이라 명명하였다. 또한 요인 3(14.959%)은 계절에 따른 다른 관리방법, 화장품 구입 시 전문가 조언 얻기, 화장품 사용 시 기능 및 방법 확인 등의 항목으로 ‘**관리정보**’라 명명하였고, 요인 4(14.337%)는 간단한 피부관리, 개인위생, 자외선 차단제도포 여부 등의 항목으로 ‘**관리방법**’이라 명명하였다. 이 4개의 요인은 적재 값이 ± 4 이상으로 나타나 추출된 요인은 타당성이 확보된 것으로 분석되었으며 신뢰도 또한 모두 .6 이상으로 나타나 신뢰할 수 있는 수준인 것으로 볼 수 있다.



<표 13> 피부 관리에 대한 타당성 및 신뢰도 검증

구분	성분			
	관리상식	관리행동	관리정보	관리방법
10. 피부를 위해 담배를 피우지 않는다.	.803	.106	.114	.083
12. 피부를 위해 커피와 인스턴트식품을 섭취하지 않는다.	.758	.253	.178	.159
11. 피부를 위해 과일과 야채를 매 식사 때마다 챙겨 먹는다.	.726	.197	.156	.322
9. 피부를 위해 규칙적으로 취침하고 기상한다.	.711	.336	.082	.209
4. 피부를 위해 술을 마시지 않는다.	.689	.210	.250	.192
7. 피부를 위해 하루에 물을 8잔 이상 마신다.	.492	.305	.063	.441
6. 정기적으로 피부관리실을 방문하여 관리를 받는다.	.341	.778	.235	.109
8. 피부에 좋은 비타민 등의 건강보조 식품을 먹는다.	.366	.742	.225	.158
1. 피부에 문제가 생기면 전문가를 찾는다.	.293	.704	.182	.247
16. 내 피부에 맞는 스킨, 로션을 사용하고 있다.	.043	.596	.262	.372
15. 계절에 따라 피부관리 방법이 다르다.	.258	.279	.820	.097
14. 화장품 구입 시 전문가의 조언을 얻는다.	.016	.175	.812	.207
13. 화장품 사용 전에 반드시 기능과 방법을 확인한다.	.342	.205	.782	.173
5. 세안 등 개인위생에 관하여 신경을 쓴다.	.167	.101	.164	.827
2. 나는 여름뿐 아니라 겨울에도 자외선 차단제를 꼭 바른다.	.231	.347	.200	.564
3. 본인이 기초화장품으로 간단하게 피부관리를 한다.	.349	.390	.202	.550
고유값	3.749	2.457	2.393	2.294
분산설명(%)	23.431	15.357	14.959	14.337
누적설명(%)	23.431	38.788	53.747	68.084
신뢰도	.875	.825	.850	.727

2. 자아존중감에 대한 타당성 및 신뢰도 검증

다음 <표 14>은 자아존중감에 대한 19개의 문항에 대하여 요인분석을 실시한 결과이다. 그 결과 총 4개의 요인이 도출되었고 각 요인을 구성하는 문항들의 중심개념을 바탕으로 요인 명을 부여하였다.

요인 1(22.157%)은 내 문제는 스스로 해결, 스스로 일의 결정, 계획대로 실천, 나 자신을 잘 안다. 최선을 다한다, 소신이 있다 등의 항목으로 ‘유능감’이라 명명하였고, 요인 2(13.497%)는 내 인생을 즐긴다, 긍정적인 사고, 자신감, 무엇이든 쉽게 좋아 한다 등의 항목으로 ‘가치감’이라 명명하

였다. 요인 3(12.811%)은 나는 중심적인 역할, 인기가 많다, 타인을 잘 돕는다, 나 자신에 엄격하다 등의 항목으로 '소속감'이라 명명하였다. 요인 4(11.720%)는 고쳐야 할 점이 많다, 내가 한 일에 만족한다, 나는 하는 일이 서툴다, 내 외모에 만족하지 못한다. 등의 항목으로 '만족감'이라 명명하였다. 이 4개의 요인 적재 값이 $\pm .4$ 이상으로 나타나 추출된 요인은 타당성이 확보된 것으로 분석되었으며 신뢰도 또한 모두 .6 이상으로 나타나 신뢰할 수 있는 수준인 것으로 볼 수 있다.

<표 14> 자아존중감에 대한 타당성 및 신뢰도 검증

구분	성분			
	유능감	가치감	소속감	만족감
1. 나는 계획대로 밀고 나간다.	.841	.004	.180	.044
3. 내 문제는 주로 내가 해결할 수 있다.	.804	.219	.100	.084
5. 나는 나에게 주어진 일에 최선을 다하려 한다.	.796	.073	.136	-.022
2. 나는 어떤 일을 어려움 없이 스스로 결정할 수 있다.	.768	.288	.090	.090
4. 나는 나 자신을 잘 알고 있다.	.761	.140	.153	.014
13. 나는 내 의견이 옳다고 생각되면 끝까지 소신대로 움직인다.	.632	.115	.123	.081
15. 나는 인생을 즐기며 사는 편이다.	.164	.845	.127	.135
14. 나는 긍정적인 사고를 갖고 있다.	.344	.758	.174	.043
16. 나는 나 자신에 대해 자신감이 있다.	.326	.740	.144	.158
12. 나는 무엇이든 쉽게 좋아한다.	-.084	.396	.247	-.141
7. 나는 남자 친구들에게 인기가 많다.	.195	.256	.778	.087
8. 나는 여자 친구들에게 인기가 많다.	-.017	.239	.737	.109
6. 나는 타인의 어려움을 적극적으로 도와준다.	.352	.222	.591	.074
9. 나는 나 자신에 대해 엄격하다.	.201	-.072	.582	.101
11. 나는 어느 집단에서든 중심적인 역할을 하는 편이다.	.262	.370	.492	.235
18. 나는 종종 내가 한 일에 만족하지 못한다.(*)	-.112	-.047	.134	.823
17. 나는 할 수만 있다면 나에게서는 고쳐야 할 점이 많다.(*)	-.036	-.051	.164	.803
19. 나는 내 외모에 만족하지 못한다.(*)	.182	.160	.212	.640
10. 나는 하는 일이 서툴다.(*)	.279	.243	-.174	.561
고유값	4.210	2.564	2.434	2.227
분산설명(%)	22.157	13.497	12.811	11.720
누적설명(%)	22.157	35.654	48.465	60.185
신뢰도	.887	.743	.767	.697

제 4 절 남성의 피부 관리

다음은 남성의 피부 관리에 대해 알아보고, 조사대상자의 일반적 특성에 따라 차이가 있는지를 알아보기 위하여 독립표본 t-test 및 일원변량분석(One way ANOVA)을 실시한 결과이다. 사후검정 방법으로는 Duncan test를 실시하였다.

1. 남성의 전반적인 피부 관리

다음 <표 15>는 남성의 피부 관리에 대해 알아보기 위하여 통계분석을 실시한 결과이다. 분석결과 전체적으로 볼 때, ‘관리방법’(M=2.77)이 가장 높게 나타났고, ‘관리정보’(M=2.62), ‘관리상식’(M=2.56), ‘관리행동’(M=2.52) 순으로 나타났으며, 전반적인 피부 관리는 평균 2.60점으로 나타났다.

<표 15> 남성의 전반적인 피부 관리

구분	평균	표준편차
피부관리	관리상식	.881
	관리행동	.954
	관리정보	.978
	관리방법	.901
	전체	.774

2. 일반적 특성에 따른 피부 관리 차이

다음 <표 16>는 조사대상자의 일반적 특성에 따라 피부 관리(관리상식, 관리행동, 관리정보, 관리방법)와 차이가 있는지를 분석한 결과이다. 먼저 연령에 따라서는 피부 관리의 하위요인별 관리상식에 대해 통계적으로 유의미한 차이가 나타났으며($p < .01$), 30대에 비해 20대 이하, 40대, 50대의 경우 상대적으로 관리상식이 높은 것으로 나타났다.

학력에 따라서는 전반적인 피부 관리와 하위요인별 관리상식에 따라 통계적으로 유의미한 차이가 나타났으며($p < .05$), 비교적 학력이 높을수록 전반적인 피부 관리와 하위요인별 관리상식이 높은 것으로 나타났다.

직업에 따라서는 전반적인 피부 관리와 하위요인별 관리상식, 관리행동, 관리정보, 관리방법에 대해 통계적으로 유의미한 차이가 나타났으며($p < .01$), 전문직의 경우 타 직업에 비해 상대적으로 전반적인 피부 관리와 하위요인별 관리상식, 관리행동, 관리정보, 관리방법이 높은 것으로 나타났다.

월수입에 따라서는 전반적인 피부 관리와 하위요인별 관리상식, 관리행동, 관리정보, 관리방법에 대해 통계적으로 유의미한 차이가 나타났으며($p < .05$), 비교적 월수입이 많을수록 상대적으로 전반적인 피부 관리와 하위요인별 관리상식, 관리행동, 관리정보, 관리방법이 높은 것으로 나타났다.

운동 횟수에 따라서는 전반적인 피부 관리와 하위요인별 관리상식, 관리행동, 관리정보, 관리방법에 대해 통계적으로 유의미한 차이가 나타났으며($p < .01$), 비교적 운동 횟수가 많을수록 상대적으로 전반적인 피부 관리와 하위요인별 관리상식, 관리행동, 관리정보, 관리방법이 높은 것으로 나타났다.

주된 스트레스 원인에 따라서는 전반적인 피부 관리와 하위요인별 관리상식, 관리행동, 관리방법에 대해 통계적으로 유의미한 차이가 나타났으며($p < .01$), 인간관계로 인한 스트레스인 경우 상대적으로 전반적인 피부 관리와 하위요인별 관리상식, 관리행동, 관리방법이 높은 것으로 나타났다.

이 외에 하루 수면시간, 이성 친구 유무에 따라서는 통계적으로 유의미한 차이가 나타나지 않았다($p > .05$).

<표 16> 일반적 특성에 따른 피부 관리 차이

구분	피부관리								전체		
	관리상식		관리행동		관리정보		관리방법				
	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	
연령	20대 이하	2.69 ^b	.915	2.52	1.020	2.61	1.039	2.90	.847	2.67	.740
	30대	2.32 ^a	.882	2.44	.947	2.76	.970	2.72	.876	2.51	.812
	40대	2.59 ^b	.730	2.55	.812	2.48	.857	2.62	.677	2.56	.606
	50대 이상	2.61 ^b	.884	2.59	.955	2.57	.964	2.71	1.115	2.62	.882
	F-value(p)	4.415 ^{**}	(.004)	.508	(.677)	1.544	(.202)	2.239	(.083)	1.113	(.344)
학력	고졸 이하	2.48 ^a	.888	2.52	.944	2.55	.935	2.51 ^a	.853	2.51 ^a	.786
	전문대 재/졸	2.49 ^a	.912	2.42	.977	2.59	1.053	2.80 ^b	.908	2.55 ^a	.779
	대학 재/졸 이상	2.73 ^b	.813	2.66	.915	2.69	.897	2.90 ^b	.892	2.74 ^b	.743
	F-value(p)	3.888 [*]	(.021)	2.996	(.051)	.781	(.459)	6.526 ^{**}	(.002)	3.664 [*]	(.026)
	직업	사무직	2.50 ^{ab}	.853	2.52 ^a	.992	2.63 ^a	.866	2.67 ^{ab}	.883	2.56 ^{ab}
전문직		2.93 ^c	.806	2.85 ^b	.939	2.96 ^b	1.028	3.03 ^c	.943	2.93 ^c	.786
판매서비스직		2.32 ^a	.851	2.42 ^a	.889	2.50 ^a	.893	2.56 ^a	.922	2.42 ^a	.787
학생		2.62 ^b	.903	2.44 ^a	.998	2.55 ^a	1.048	2.89 ^{bc}	.843	2.61 ^b	.723
기타		2.30 ^a	.816	2.30 ^a	.789	2.38 ^a	.840	2.46 ^a	.771	2.35 ^a	.670
F-value(p)		8.055 ^{**}	(.000)	4.136 ^{**}	(.003)	4.303 ^{**}	(.002)	6.045 ^{**}	(.000)	7.666 ^{**}	(.000)
결혼유무	기혼	2.51	.848	2.55	.919	2.58	.897	2.66	.812	2.56	.756
	미혼	2.60	.906	2.49	.982	2.65	1.040	2.86	.960	2.63	.788
	t-value(p)	-1.136	(.256)	.682	(.495)	-.774	(.439)	-2.447 [*]	(.015)	-.990	(.323)
	월수입	100만원 미만	2.58 ^b	.921	2.35 ^a	.942	2.47 ^a	1.033	2.81 ^{ab}	.844	2.55 ^{ab}
100-200만원 미만		2.26 ^a	.894	2.38 ^{ab}	1.010	2.59 ^{ab}	.955	2.59 ^a	.941	2.41 ^a	.844
200-300만원 미만		2.63 ^b	.800	2.62 ^{bc}	.862	2.64 ^{ab}	.919	2.81 ^{ab}	.905	2.66 ^b	.725
300만원 이상		2.87 ^c	.759	2.85 ^c	.899	2.84 ^b	.959	2.90 ^b	.901	2.87 ^c	.753
F-value(p)		9.927 ^{**}	(.000)	7.083 ^{**}	(.000)	2.825 [*]	(.038)	2.645 [*]	(.049)	7.154 ^{**}	(.000)
하루 수면시간	4시간	2.27	.966	2.28	.975	2.29	1.021	2.46	1.057	2.31	.809
	5-6시간	2.60	.807	2.59	.954	2.64	.971	2.82	.893	2.65	.749
	7시간 이상	2.57	.944	2.47	.944	2.64	.974	2.76	.877	2.59	.790
	F-value(p)	2.091	(.125)	2.091	(.125)	1.996	(.137)	2.379	(.094)	2.794	(.062)
운동횟수	주 1-2회	2.50 ^b	.908	2.33 ^{ab}	.868	2.41 ^a	.914	2.62 ^b	.798	2.46 ^b	.710
	주 2-3회	2.64 ^{bc}	.800	2.58 ^{bc}	.970	2.75 ^b	1.050	2.80 ^b	.804	2.67 ^b	.701
	주 3-4회	2.85 ^c	.740	2.81 ^c	.919	2.90 ^b	.903	3.06 ^c	.869	2.89 ^c	.721
	주 5회 이상	2.78 ^c	.861	2.85 ^c	.934	2.96 ^b	.897	3.16 ^c	.920	2.90 ^c	.764
	운동을 하지 않음	2.07 ^a	.898	2.10 ^a	.895	2.15 ^a	.896	2.31 ^a	.901	2.14 ^a	.734
	F-value(p)	13.084 ^{**}	(.000)	11.136 ^{**}	(.000)	12.416 ^{**}	(.000)	14.532 ^{**}	(.000)	18.378 ^{**}	(.000)
주된 스트레스 원인	외모, 질병	2.76 ^b	1.069	2.51 ^{ab}	1.089	2.63	1.004	2.77 ^{ab}	.788	2.68 ^{ab}	.781
	경제력	2.44 ^a	.891	2.34 ^a	.943	2.45	.962	2.58 ^a	.879	2.44 ^a	.756
	시험, 학업	2.65 ^{ab}	.799	2.65 ^{ab}	.991	2.72	1.080	3.00 ^b	.805	2.73 ^b	.714
	직장업무, 성과	2.39 ^a	.844	2.39 ^a	.865	2.59	.919	2.56 ^a	.816	2.46 ^a	.745
	인간관계	2.77 ^b	.878	2.75 ^b	.945	2.73	.944	3.02 ^b	1.060	2.80 ^b	.831
F-value(p)	3.968 ^{**}	(.004)	3.513 ^{**}	(.008)	1.380	(.240)	6.889 ^{**}	(.000)	4.831 ^{**}	(.001)	
이성친구 유무	유	2.57	.881	2.57	.950	2.61	.956	2.74	.832	2.61	.757
	무	2.55	.883	2.44	.958	2.63	1.014	2.82	.996	2.59	.800
	t-value(p)	.249	(.803)	1.397	(.163)	-.213	(.832)	-.963	(.336)	.276	(.783)
합계	2.56	.881	2.52	.954	2.62	.978	2.77	.901	2.60	.774	

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

Duncan : a<b<c

제 5 절 자아 존중감

다음은 남성의 자아존중감에 대해 알아보고, 조사대상자의 일반적 특성에 따라 차이가 있는지를 알아보기 위하여 독립표본 t-test 및 일원변량분석(One way ANOVA)을 실시한 결과이다. 사후검정 방법으로는 Duncan test를 실시하였다.

1. 남성의 전반적인 자아 존중감

다음 <표17>는 남성의 자아존중감에 대해 알아보기 위하여 기술통계분석을 실시한 결과이다. 분석결과 전체적으로 ‘유능감’(M=3.70)이 가장 높게 나타났고, ‘가치감’(M=3.35), ‘소속감’(M=3.22), ‘만족감’(M=3.08) 순으로 나타났으며, 전반적인 자아존중감은 평균 3.37점으로 나타났다.

<표 17> 남성의 전반적인 자아존중감

구분		평균	표준편차
자아존중감	유능감	3.70	.700
	가치감	3.35	.660
	소속감	3.22	.688
	만족감	3.08	.652
	전체	3.37	.496

2. 일반적 특성에 따른 자아존중감 차이

다음 <표 18>는 조사대상자의 일반적 특성에 따라 자아존중감에 차이가 있는지를 분석한 결과이다. 분석결과 먼저 연령에 따라서는 전반적인 자아존중감과 하위요인별 유능감에 대해 통계적으로 유의미한 차이가 나타났으며($p < .01$), 비교적 연령이 많을수록 전반적인 자아존중감이나 유능감이 높은 것으로 나타났다.⁴⁸⁾

48) 염수경, 전제논문, p.35

학력에 따라서는 전반적인 자아존중감과 하위요인별 유능감, 가치감, 소속감, 만족감에 대해 통계적으로 유의미한 차이가 나타났으며($p < .01$), 비교적 학력이 높을수록 전반적인 자아존중감과 하위요인별 유능감, 가치감, 소속감, 만족감이 높은 것으로 나타났다.

직업에 따라서는 전반적인 자아존중감과 하위요인별 유능감, 가치감, 소속감, 만족감에 대해 통계적으로 유의미한 차이가 나타났으며($p < .01$), 전문직이나 사무직의 경우 타 직업에 비해 전반적인 자아존중감과 하위요인별 유능감, 가치감, 소속감, 만족감이 높은 것으로 나타났다.

월수입에 따라서는 전반적인 자아존중감과 하위요인별 유능감, 가치감, 만족감에 대해 통계적으로 유의미한 차이가 나타났으며($p < .05$), 선행논문(49),50) 일치하며, 비교적 월수입이 많을수록 전반적인 자아존중감과 하위요인별 유능감, 가치감, 만족감이 높은 것으로 나타났다.

운동 횟수에 따라서는 전반적인 자아존중감과 하위요인별 유능감, 가치감, 소속감, 만족감에 대해 통계적으로 유의미한 차이가 나타났으며($p < .01$), 비교적 운동횟수가 많을수록 전반적인 자아존중감과 하위요인별 유능감, 가치감, 소속감, 만족감이 높은 것으로 나타났다.

주된 스트레스 원인에 따라서는 전반적인 자아존중감과 하위요인별 유능감, 가치감, 소속감, 만족감에 대해 통계적으로 유의미한 차이가 나타났으며($p < .01$), 인간관계가 스트레스인 경우 상대적으로 전반적인 자아존중감과 하위요인별 유능감, 가치감, 소속감, 만족감이 높은 것으로 나타났다.

이 외에 결혼유무, 하루 수면시간, 이성 친구 유무에 따라서는 통계적으로 유의미한 차이가 나타나지 않았다($p > .05$).

49) 이지수, 전제논문, p.50

50) 하순희, 「미용사의 자아존중감이 직업만족도에 미치는 영향」, 대구한의대학교 보건대학원 석사학위논문, 2009, p.45

<표 18> 일반적 특성에 따른 자아존중감 차이

구분	자아존중감								전체		
	유능감		가치감		소속감		만족감				
	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	
연령	20대 이하	3.50 ^a	.674	3.33	.688	3.22	.688	3.07	.723	3.30 ^a	.465
	30대	3.78 ^b	.598	3.29	.625	3.25	.717	3.01	.628	3.37 ^a	.484
	40대	3.62 ^{ab}	.619	3.42	.584	3.15	.566	3.02	.644	3.33 ^a	.380
	50대 이상	4.00 ^c	.789	3.41	.705	3.26	.740	3.24	.538	3.52 ^b	.597
	F-value(p)	12.861 ^{**} (.000)		1.024(.382)		.454(.715)		2.880 [*] (.036)		4.644 ^{**} (.003)	
학력	고졸 이하	3.52 ^a	.683	3.05 ^a	.733	2.94 ^a	.744	2.97 ^a	.709	3.15 ^a	.515
	전문대 재/졸	3.66 ^a	.689	3.35 ^b	.637	3.22 ^b	.669	3.03 ^a	.618	3.35 ^b	.486
	대학 재/졸 이상	3.90 ^b	.687	3.57 ^c	.549	3.42 ^c	.603	3.24 ^b	.634	3.56 ^c	.422
	F-value(p)	10.283 ^{**} (.000)		21.385 ^{**} (.000)		16.854 ^{**} (.000)		6.642 ^{**} (.001)		24.582 ^{**} (.000)	
직업	사무직	3.87 ^b	.713	3.46 ^{bc}	.592	3.34 ^c	.652	3.17 ^{bc}	.571	3.50 ^b	.441
	전문직	4.05 ^b	.711	3.59 ^c	.626	3.37 ^c	.671	3.29 ^c	.668	3.62 ^b	.506
	판매서비스직	3.65 ^a	.625	3.16 ^a	.607	3.11 ^{ab}	.664	2.97 ^{ab}	.599	3.26 ^a	.451
	학생	3.51 ^a	.675	3.34 ^{ab}	.686	3.24 ^{bc}	.708	3.05 ^{ab}	.692	3.31 ^a	.483
	기타	3.46 ^a	.585	3.20 ^a	.704	2.95 ^a	.670	2.91 ^a	.611	3.16 ^a	.479
F-value(p)	12.475 ^{**} (.000)		6.833 ^{**} (.000)		4.359 ^{**} (.002)		4.721 ^{**} (.001)		12.185 ^{**} (.000)		
결혼유무	기혼	3.68	.605	3.31	.678	3.16	.675	3.05	.622	3.33	.472
	미혼	3.72	.770	3.38	.645	3.27	.696	3.11	.675	3.40	.513
	t-value(p)	-.681(.496)		-1.168(.243)		-1.737(.083)		-.997(.319)		-1.559(.120)	
월수입	100만원 미만	3.50 ^a	.682	3.34 ^b	.691	3.18	.703	3.00 ^a	.666	3.28 ^a	.482
	100-200만원 미만	3.66 ^{ab}	.618	3.12 ^a	.618	3.17	.673	2.97 ^a	.621	3.27 ^a	.461
	200-300만원 미만	3.82 ^{bc}	.753	3.41 ^b	.623	3.21	.709	3.11 ^a	.635	3.42 ^b	.497
	300만원 이상	3.95 ^c	.685	3.63 ^c	.593	3.38	.651	3.34 ^b	.625	3.60 ^c	.485
	F-value(p)	9.444 ^{**} (.000)		12.562 ^{**} (.000)		2.142(.094)		7.478 ^{**} (.000)		11.661 ^{**} (.000)	
하루 수면시간	4시간	3.74	.676	3.19	.754	3.24	.597	3.08	.725	3.35	.448
	5-6시간	3.73	.740	3.38	.629	3.24	.715	3.10	.648	3.39	.529
	7시간 이상	3.67	.655	3.35	.679	3.20	.673	3.07	.646	3.35	.464
	F-value(p)	.527(.591)		1.210(.299)		.167(.847)		.120(.887)		.465(.628)	
운동횟수	주 1-2회	3.60 ^a	.576	3.44 ^b	.583	3.08 ^a	.674	2.96 ^a	.611	3.29 ^{ab}	.438
	주 2-3회	3.62 ^{ab}	.631	3.32 ^{ab}	.638	3.22 ^{ab}	.652	3.16 ^b	.699	3.36 ^b	.451
	주 3-4회	3.91 ^b	.741	3.41 ^b	.616	3.35 ^{bc}	.701	3.26 ^b	.601	3.52 ^c	.489
	주 5회 이상	3.85 ^b	.788	3.45 ^b	.782	3.53 ^c	.686	3.20 ^b	.727	3.55 ^c	.597
	운동을 하지 않음	3.56 ^a	.716	3.16 ^a	.702	3.03 ^a	.636	2.85 ^a	.572	3.19 ^a	.458
F-value(p)	5.532 ^{**} (.000)		3.213 [*] (.013)		7.397 ^{**} (.000)		7.346 ^{**} (.000)		9.243 ^{**} (.000)		
주된 스트레스 원인	외모, 질병	3.65 ^{ab}	.677	3.41 ^b	.682	3.24 ^{ab}	.785	2.97 ^{ab}	.830	3.35 ^{ab}	.528
	경제력	3.56 ^{ab}	.631	3.18 ^a	.606	3.02 ^a	.700	2.90 ^a	.589	3.20 ^a	.430
	시험, 학업	3.45 ^a	.689	3.35 ^{ab}	.703	3.33 ^b	.633	3.12 ^{bc}	.716	3.33 ^{ab}	.472
	직장업무, 성과	3.75 ^b	.581	3.33 ^{ab}	.674	3.16 ^a	.643	3.13 ^{bc}	.616	3.37 ^b	.451
	인간관계	4.09 ^c	.783	3.54 ^b	.597	3.39 ^b	.708	3.23 ^c	.576	3.61 ^c	.554
F-value(p)	13.051 ^{**} (.000)		3.894 ^{**} (.004)		4.628 ^{**} (.001)		3.824 ^{**} (.005)		9.287 ^{**} (.000)		
이성친구 유무	유	3.65	.636	3.32	.661	3.21	.686	3.07	.638	3.34	.470
	무	3.79	.781	3.39	.658	3.24	.693	3.11	.672	3.42	.531
	t-value(p)	-2.240 [*] (.026)		-1.110(.268)		-.459(.647)		-.641(.522)		-1.677(.094)	
합계	3.70	.700	3.35	.660	3.22	.688	3.08	.652	3.37	.496	

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

Duncan : a<b<c

제 6 절 남성의 피부 관리와 자아존중감의 관계

본 연구에서는 상관관계분석을 실시하여 앞서 제시한 각 항목변수의 관계를 검증하였고, 상관관계분석을 통하여 검증된 남성의 피부 관리에 대한 독립변수와 자아존중감에 대한 종속 변수 간 관계를 알아보기 위해 다중회귀분석을 실시함으로써 각 변수들의 인과관계를 검증하였다.

1. 각 변수간 상관관계

각 변수 간 상관관계를 알아보기 위하여 상관관계 분석을 실시한 결과 <표 19>과 같다. 분석결과 피부 관리의 하위요인별 관리상식, 관리행동, 관리정보, 관리방법은 자아존중감의 하위요인별 유능감, 가치감, 소속감, 만족감과 통계적으로 유의미한 정(+)적 상관관계가 있는 것으로 나타났다 ($p < .01$).

<표 19> 각 변수 간 상관관계 검증

구분	피부 관리 유형				자아존중감			
	관리 상식	관리 행동	관리 정보	관리 방법	유능감	가치감	소속감	만족감
피부 관리	관리상식	1						
	관리행동	.661**	1					
	관리정보	.499**	.587**	1				
	관리방법	.620**	.660**	.518**	1			
자아 존중감	유능감	.453**	.361**	.365**	.422**	1		
	가치감	.310**	.241**	.321**	.295**	.454**	1	
	소속감	.292**	.290**	.297**	.341**	.441**	.510**	1
	만족감	.273**	.323**	.219**	.257**	.206**	.223**	.315**

** $p < .01$

2. 남성의 피부 관리가 자아존중감에 미치는 영향

1) 전체 자아존중감

다음 <표 20>은 남성의 피부 관리가 자아존중감에 미치는 영향을 검증하기 위하여 다중회귀분석을 실시한 결과이다. 분석결과 회귀모형의 설명력은 29.2%이고, 회귀식은 통계적으로 유의한 것으로 분석되었다 ($F=50.094$, $p<.01$). 독립 변수 별로는 남성의 피부 관리상식, 관리정보, 관리방법이 자아존중감에 통계적으로 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났다($p<.01$). 즉, 남성의 피부 관리상식이 증가하면 자아존중감은 .231의 상승이 있는 것으로 나타났고, 관리방법이 증가하면 자아존중감은 .212의 상승이, 관리정보가 증가하면 자아존중감은 .186의 상승이 있는 것으로 나타났다. 따라서 남성의 자아존중감 향상에 있어 피부 관리에 대한 상식이나 정보, 방법은 중요한 요인임을 알 수 있다. 선행논문 황윤경⁵¹⁾과 일치한다.

<표 20> 남성의 피부 관리가 자아존중감에 미치는 영향

구분	비표준화 계수		표준화 계수	t	p	F	R ²
	B	표준오차	베타				
(상수)	2.437	.069		35.320	.000		
관리상식	.130	.031	.231	4.221**	.000		
관리행동	.013	.031	.025	.417	.677	50.094**	.292
관리정보	.094	.025	.186	3.790**	.000		
관리방법	.116	.030	.212	3.842**	.000		

종속변수: 자아존중감

** $p<.01$

51) 황윤경, 전제논문, p.41

2) 유능감

다음 <표 21>는 남성의 피부 관리가 유능감에 미치는 영향을 검증하기 위하여 다중회귀분석을 실시한 결과이다. 분석결과 회귀모형의 설명력은 24.4%이고, 회귀식은 통계적으로 유의한 것으로 분석되었다(F=39.505, p<.01). 독립 변수 별로는 남성의 피부 관리상식, 관리정보, 관리방법이 유능감에 통계적으로 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났다(p<.01). 즉, 남성의 피부 관리상식이 증가하면 유능감은 .288의 상승이 있는 것으로 나타났고, 관리방법이 증가하면 유능감은 .198의 상승이, 관리정보가 증가하면 유능감은 .146의 상승이 있는 것으로 나타났다.

따라서 남성의 유능감 향상에 있어 피부 관리에 대한 상식이나 정보, 방법은 중요한 요인임을 알 수 있다.

<표 21> 남성의 피부 관리가 유능감에 미치는 영향

구분	비표준화 계수		표준화 계수	t	p	F	R ²
	B	표준오차	베타				
(상수)	2.502	.101		24.879	.000		
관리상식	.229	.045	.288	5.082**	.000		
관리행동	-.033	.045	-.045	-.737	.462	39.505**	.244
관리정보	.104	.036	.146	2.867**	.004		
관리방법	.154	.044	.198	3.488**	.001		

종속변수: 유능감

**p<.01

3) 가치감

다음 <표 22>는 남성의 피부 관리가 가치감에 미치는 영향을 검증하기 위하여 다중회귀분석을 실시한 결과이다. 분석결과 회귀모형의 설명력은 14.4%이고, 회귀식은 통계적으로 유의한 것으로 분석되었다(F=20.956, p<.01). 독립변수별로는 남성의 피부 관리상식, 관리정보, 관리방법이 가치감에 통계적으로 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났다(p<.05). 즉, 남성의 피부 관리정보가 증가하면 가치감은 .248의 상승이 있는 것으

로 나타났고, 관리상식이 증가하면 가치감은 .177의 상승이, 관리방법이 증가하면 가치감은 .125의 상승이 있는 것으로 나타났다.

따라서 남성의 가치감 향상에 있어 피부 관리에 대한 상식이나 정보, 방법은 중요한 요인임을 알 수 있다.

<표 22> 남성의 피부 관리가 가치감에 미치는 영향

구분	비표준화 계수		표준화 계수	t	p	F	R ²
	B	표준오차	베타				
(상수)	2.502	.101		24.776	.000		
관리상식	.133	.045	.177	2.943**	.003		
관리행동	-.072	.045	-.104	-1.579	.115	20.956**	.144
관리정보	.167	.036	.248	4.580**	.000		
관리방법	.092	.044	.125	2.063*	.040		

종속변수: 가치감

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

4) 소속감

다음 <표 23>은 남성의 피부 관리가 소속감에 미치는 영향을 검증하기 위하여 다중회귀분석을 실시한 결과이다. 분석결과 회귀모형의 설명력은 13.4%이고, 회귀식은 통계적으로 유의한 것으로 분석되었다(F=19.348, p<.01). 독립변수별로는 남성의 피부 관리정보, 관리방법이 소속감에 통계적으로 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났다(p<.05). 즉, 남성의 피부 관리방법이 증가하면 소속감은 .206의 상승이 있는 것으로 나타났고, 관리정보가 증가하면 소속감은 .138의 상승이 있는 것으로 나타났다.

따라서 남성의 소속감 향상에 있어 피부 관리에 대한 정보나 방법은 중요한 요인임을 알 수 있다.

<표 23> 남성의 피부 관리가 소속감에 미치는 영향

구분	비표준화 계수		표준화 계수	t	p	F	R ²
	B	표준오차	베타				
(상수)	2.332	.106		22.027	.000		
관리상식	.066	.047	.084	1.394	.164		
관리행동	.012	.048	.017	.253	.800	19.348**	.134
관리정보	.097	.038	.138	2.541*	.011		
관리방법	.157	.047	.206	3.384**	.001		

종속변수: 소속감

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

5) 만족감

다음 <표24>은 남성의 피부 관리가 만족감에 미치는 영향을 검증하기 위하여 다중회귀분석을 실시한 결과이다. 분석결과 회귀모형의 설명력은 10.5%이고, 회귀식은 통계적으로 유의한 것으로 분석되었다(F=14.920, p<.01). 독립변수별로는 남성의 피부 관리행동이 만족감에 통계적으로 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났으며(p<.01), 남성의 피부 관리행동이 증가하면 만족감은 .224의 상승이 있는 것으로 나타났다.

따라서 남성의 만족감 향상에 있어 피부 관리에 대한 행동은 중요한 요인임을 알 수 있다.

<표 24> 남성의 피부 관리가 만족감에 미치는 영향

구분	비표준화 계수		표준화 계수	t	p	F	R ²
	B	표준오차	베타				
(상수)	2.408	.102		23.627	.000		
관리상식	.065	.046	.087	1.420	.156		
관리행동	.153	.046	.224	3.334**	.001	14.920**	.105
관리정보	.014	.037	.021	.379	.705		
관리방법	.032	.045	.044	.716	.475		

종속변수: 만족감

** p<.01



제5장 결론 및 제언

본 연구에서는 남성의 피부 관리 인식 및 태도와 자아존중감에 대해 알아보고 남성의 피부 관리가 자아존중감에 어떠한 영향을 미치는지를 파악하여, 여성 못지않은 남성들의 피부 관리에 대한 지식 및 행위를 분석하여 남성피부 건강에 대한 필요성과 관심도를 증가시켜 피부 관리가 여성에게만 국한된 것이 아니라 남성에게도 적용되는 것을 알림으로써, 피부 관리를 통하여 건강하고 깨끗한 피부를 유지함과 동시에 신체적, 정신적으로 건강한 삶을 유지 향상하는데 그 목적이 있다.

연구과정은 전문서적과, 연구논문, 학술지 등을 통해 이론적 배경에 관해 고찰하였다. 조사기간은 2011년 3월 4주간 서울, 원주지역에 거주하는 20대-50대 이상의 남성을 대상으로 구조화된 무기명 자기기입식 설문지를 이용하여 총 500부를 배부하여 그 중 477부를 최종 분석한 통계자료로 활용하였다.

본 연구의 결과는 다음과 같다.

1) 조사대상자의 일반적 특성으로 연령은 20대 남자대학생 200명, 30-50대 남성, 각각 100명으로 대상자를 나누어 조사한 결과로 학생이 가장 많았으며, 학력은 전문대 재학 및 졸업이 가장 많았다. 조사대상자 중 미혼, 월수입은 100만원 미만, 하루 수면시간 5~6시간이 많이 나타나 대부분의 남성은 하루 권장수면시간을 지키는 것으로 사료된다.

2) 피부 관리 인식 및 태도에서는 연령이 높을수록 피부 관리를 위한 지출액이 높고, 피부에 관심과 수입에 많은 부분을 쬐어지도록 노력하는 데에 투자하는 것으로 나타났다. 이는 엄수정(2005), 강봉석(2006),의 선행논문과 일치하는 결과이다. 또한 고학력이고, 전문직이며, 수입이 많을수록 피부 관리를 위한 월 지출이 많은 것으로 나타나 외모 관리와 피부 관리

에 대한 관심이 높아지고 남성의 사회적 진출과 그로 인한 대인관계에서 피부 관리가 첫인상을 좌우하게 되면서 피부 관리의 중요성이 부각 되었다.

조사 대상자들의 직업과 그리고 학력에 따라 많은 차이를 보여 남성들이 피부 관리를 각자의 여건에 맞게 피부 관리를 해야 하는 것으로 인식하고 있었다. 또한 수면부족이나 정신적인 불편함으로 스트레스를 많이 받는 것으로 나타났다. 이는 남성들이 사회활동과 많은 대인관계에서 오는 것으로 본다. 이러한 스트레스 해소법으로 직업과 나이에 따라 차이를 보이기는 했지만 주로 20대는 TV, 연극, 영화, 취미생활을 통해 스트레스를 해소하는 것으로 나타났고, 30대 이후로는 운동으로 스트레스를 해소하는 것으로 나타났다.

3) 피부상태는 조사 대상자 대부분이 보통 피부로 인식하고 있으며, 지성과 건성의 피부유형이 가장 많아 선행논문 김숙은(2006), 이지수(2003)의 결과와 일치하였다. 이는 우리나라의 경우 4계절이 뚜렷하고 특히 겨울에는 춥고 건조한 날씨가 나타나는 등 피부의 수분을 빼앗을 수 있는 기후적 영향으로 판단된다. 또한 남성의 피부에 가장 큰 문제점 중 매일 해야 하는 면도는 피부트러블을 만드는 대표적인 요인으로 각질 약50%를 수염과 함께 제거하게 되며 천연 피지막을 없애고 심한 경우 상처와 흠집을 동반하며, 민감한 상태로 만든다. 남성피부는 수분량이 여성피부의 1/3 밖에 되지 않아 대부분 수분부족으로 나타나며 이러한 건조피부는 피부탄력 저하 깊은 주름을 생기게 한다.

김영미(2005)의 선행논문에서 보듯 건조피부는 피부두께와 달리 선천적인 특성이라기보다는 후천적인 “관리소홀” 때문이라 사료된다.

4) 딥 클린징은 잘 모른다.(220명), 하지 않는다(166명)로 나타나 딥 클린징의 지식이 떨어짐을 심각하게 표출된 것으로 나타났고, 강봉석(2006)은 여고생의 피부 관리와 실태조사 의하면 스크럽 사용주기 에서 사용하지 않는다. 125명, 가끔씩 사용한다. 90명으로 나타났으며, 껍은 안 한다.

147명, 주1회 실시는 50명으로 본 연구와 일치하고 있다.

5) 조사 대상자들은 팩을 사용하지 않은 것으로 나타났으나, 마스크 시트팩은 사용하기가 간편하여 가장 많이 사용한 것으로 나타나 본 연구 결과와 일치하였다.

피부문제점은 여드름과 각질이라고 생각하고 있으며 이러한 피부 문제점의 원인으로 대부분 업무로 인한 스트레스와 평소 피부 관리 부족으로 인식하고 있었다.

또한 피부개선에 가장 필요한 부분으로 편안한 휴식과 지속적인 피부 관리로 인식하고 있었다. 피부 관리는 비교적 연령이 높을수록 학력이 높을수록 피부 관리에 대한 인식과 관리방법을 알고 피부를 잘 관리하여 비교적 피부 관리에 대한 정보와 상식이 풍부하고 사무직이나 전문직에 종사하는 집단은 피부 관리에 대한 상식을 통한 관리 행동이 적극적인 경향을 띠는 것으로 사료된다.

이인애(2006)에 의하면 딥 클린징은 중요하다고 인식은 하고 있으나, 김복희(1994), 명은진(2000) 등의 선행연구와 비교해볼 때 남성들이 여성에 비해 피부에 대한 관심도와 실천력이 현저하게 낮음을 알 수 있다. 또한 남성의 경우 대부분 사회활동을 하는 관계로 시간적, 경제적 이유로 적극적인 관리보다는 소극적인 관리 형태로 대처하는 경우가 많았고 전문적 피부 관리를 한다거나 기능성화장품을 쓰는데 있어 매우 무관심한 것으로 나타나 본 연구와 일치한다.

6) 남성의 피부관리와 자아존중감은 연령과 학력 그리고 전문직이며 수입이 많을수록 높게 나타났으며, 또한 연륜이 있고 사회적, 경제적으로 안정된 생활을 하는 계층일수록 자아존중감도 높아 질 것이라는 연구자의 의견과 같은 결과라 생각된다.

6-1) ‘남성의 피부 관리의 상식, 정보, 행동, 방법이 높아지면 자아존중감도 높아져 영향을 미칠 것이다’라는 가설에 통계적으로 유의한 정(+)의

영향을 미치는 것으로 나타났다.

황윤경(2007), 이지수(2003), 직장 남성들은 피부 관리 지식 중 피부는 신체 건강 상태에서 지식이 높을수록 자아존중감도 높게 나타났다.

6-2) 남성의 피부 관리 정보, 관리방법이 높아지면 유능감이 상승, 관리상식과 정보가 높아지면 가치감과 소속감이 상승하고, 관리방법이 높아지면 만족감이 상승하는 것으로 조사되어 남성의 유능감, 가치감, 소속감, 만족감 향상에 있어 피부 관리에 대한 상식, 정보, 행동, 방법 등은 중요한 요인임을 알 수 있고, 이러한 피부 관리의 상식과 정보를 통해 그 방법들을 인지하고 행동으로 실천할수록 자아존중감이 높아지고, 또한 자아존중감이 높을수록 이러한 피부 관리 행동들을 실천한다는 결론을 얻었다.

김봉인(1998)은 피부건강관리를 통해 피부질환의 발생과 생활습관을 통하여 노화 예방을 하게 되어 신체적, 정신적, 사회적 건강증진에 기여하며 자아의 이미지를 깨우쳐 심리적으로 자기성취, 자아실현을 충족하게 됨으로써 삶에 대한 만족감과 행복을 느끼게 된다고 하였다. 외모관리의 노력들을 통하여 자신에 대한 만족감이나 자아존중감을 상승시킬 수 있게 된다고 말한다.

또한 이러한 행동들은 삶의 질을 높이고, 긍정적인 사고를 가질 수 있는 기초가 되리라 생각된다.

이제는 남성도 여성 못지않게 화장품이나 피부 관리에 대한 관심도가 증가하고 있다. 외모로 상대방을 평가하는 외모지상주의는 여성들의 전유물이 아닌 남성들에게도 적용이 된다. 남성에게는 전문적인 지식보다는 실천할 수 있는 행위가 우선시 되어야 하겠고, 남성들에게도 있어 건강한 안면 피부 관리를 위하여 크린싱에 대한 올바른 지식과 정보를 제공하는 교육중재의 필요성을 제시하고, 앞으로 남성화장품과 피부 관리가 추상적이지 않고 손쉽게 활용할 수 있는 범위 내에서 관리되어야 할 것이다.

경제적 활동을 해야 하는 사회여건상 피부지식을 습득할 수 있는 대중매체의 이용률이 낮은 점, 아직은 대부분의 피부 관리실이 여성을 고객으로

하기 때문에 남성들이 드나들기 힘든 상황을 고려해 볼 때 남성들에게는 전문적 관리나 지식보다는 간편하고 손쉬운 관리로부터 실천력을 높여가는 것이 중요하다 하겠고 실천력을 높이기 위해서는 중요한 피부기초지식을 교육하고 이해시켜 스스로 피부 관리의 중요성과 필요성을 일깨워야 하겠다. 보다 다양하고 기능적인 남성화장품의 개발을 통해 남성들이 자신의 피부상태에 따른 바른 피부건강관리가 행하여질 수 있도록 도움을 주고 피부지식이나 관리법을 교육할 수 있는 방안 및 홍보자료개발에 노력하여야 할 것이다.

본 연구의 향후 과제는 표본 집단 추출에 있어 서울, 원주지역에 위치한 남성만을 대상으로 하여 연구결과를 일반화 하는데 제한이 있으므로 앞으로는 보다 정확하고 신뢰성 있는 연구결과를 위해서 조사지역과 표본 집단의 규모 등에도 관심을 가지고 광범위한 연구가 이루어져야 할 것이며, 남성과 여성을 비교대상으로 하여 자아존중감과, 피부 관리, 외모관리 행동과의 관계를 지역에 따른 차이 조사, 비교 연구가 요구된다.



참고문헌

국내 문헌

- 강명희 외 4인, 『피부미용사』, 혜성출판사: 서울, 2008
- 고경복, 『스트레스와 정신 신체의학』, 일조각: 서울, 2002
- 김명숙, 『피부관리학』, 현문사: 서울, 2006
- 김영미, 『메디컬스킨케어&스파』, 임송출판사, 2005
- 이정옥, 피부미용학 개론, 학문사, 1999
- 원호택, 박현순, 『인간관계와 적응』, 서울대 출판부, 2001
- 조윤정, 한국일보, 『‘남자’ 올해는 크로스 섹슈얼’ 거리를 누빈다』, 2006
- 한국보건산업진흥원, 『보건산업백서』, 2004
- 한국두피모발관리사협회, 『트리콜로지스트Ⅱ』, 예림출판사 : 서울, 2008

국내 학위 논문

- 강봉석, 「여고생의 피부관리와 비만관리 실태조사」, 남부대학교 산업정보 대학원 석사학위논문, 2006.
- 김복희, 「여성의 피부미용관리 지식 및 행위와 관련 요인」, 경산대학교 대학원 석사학위논문, 1998.
- 강석기, 「청소년의 태도가 자아존중감 및 사회관계에 미치는 영향 요인 분석」, 청소년학교연구, 2006.
- 김수빈, 「여성들의 피부미용에 대한 인식과 관리」, 숙명여자대학교 원격 대학원 석사학위논문, 2008.
- 김명숙, 「여성의 피부관리가 자아존중감에 미치는 영향에 관한 연구」, 한성대학교 예술대학원 석사학위논문, 2010.

- 권순분, 「20대 남자 대학생의 화장품에 대한 지식 및 구매 형태에 관한 연구」, 숙명여자대학교원격대학원, 석사학위, 2004.
- 류희라, 「안면 피부유형에 미치는 피부관리 습관, 식습관, 영양소섭취량, 혈액성상 및 신체계측 요인의 분석」, 순천향대학교 박사학위논문, 2004.
- 박수진, 「남성의 패션, 헤어스타일, 피부, 신체이미지에 관한 유형 분석」, 충북대학교 대학원 박사학위논문, 2006.
- 신효정, 「현대여성의 아름다운 외모에 대한 질적 연구」, 건국대학교 대학원 박사학위논문, 2002.
- 이영아, 「20~30대 직장남성의 피부건강지식 및 행동에 관한 연구」, 숙명여자대학교, 석사학위논문, 2005.
- 이혜원, 「여성들의 피부관리에 대한 인식 및 선호도에 관한 연구」, 숙명여자대학교 원격대학원 석사학위논문, 2009.
- 이윤수, 「피부관리실을 찾는 고객의 피부관리 선호도 연구」, 숙명여자대학교 원격대학원 석사학위논문, 2005.
- 이영균, 「스트레스 원인과 대처방안에 관한 탐색」, 『한국정책과학학회』, 제8권(제1호)
- 양은진, 「실버세대여성의 모발관리행동과 자아존중감에 관한 연구」, 서경대학교 대학원 석사학위논문, 2007.
- 양계민, 「자신의 신체적 매력에 대한 인식이 자아존중감에 미치는 영향: 청소년기를 중심으로」, 충북대학교 대학원 석사학위논문, 1993.
- 유영미, 「남성들의 생활 습관 및 화장품 구매형태에 관한 연구」, 숙명여자대학교 대학원, 2009.
- 엄수정, 「피부관리와 의복태도가 자아존중감에 미치는 영향」, 대구한의대학교 보건대학원 석사학위논문, 2005.
- 이인애, 「남자 대학생들의 피부 크렌징 관련실태 조사」, 건양대학교 보건복지대학원, 2006.
- 정명선, 「성인 여성의 신체적 매력성 자아지각이 자존심과 외모관리 행동에 미치는 영향」, 2003.

- 하문선, 「직장여성의 피부 관리 인식과 피부관리 실태에 관한 연구」, 숙명여자대학교 원격대학원 석사학위논문, 2004.
- 하순희, 「미용사의 자아존중감이 직업만족도에 미치는 영향」, 대구한의대학교 보건대학원 석사학위논문, 2009.
- 홍재기, 「남성들의 화장품에 대한 사용실태 및 요구에 관한 연구」, 숙명여자대학교 원격대학원, 석사학위, 2007.
- 황윤정, 「외모에 대한 사회문화적 태도, 자아존중감, 신체매력 지각이 외모관리행동에 미치는 영향」, 대구가톨릭대학교 대학원 박사학위논문, 2007.
- 황진숙. 김윤희, 「외모관리행동에 따른 신체이미지 및 심리적 안녕감, 복식」, 2006.



국외 문헌

- Baumeister, R.F. (1994) 「Self-esteem. Encyclopedia of Human Behavior」
- Coopersmith, S.(1967) " 「The Antecedent of Self Esteem". Freeman, San Francisco」
- Ricciardelli, L. A, McCabe, M. P. and Banfield, S.(2000) 「Sociocultural influences on body image and baody change methods in adoles cant males. Psychosomatic」
- Rudd, N, A, and Lennom, S. I. (1994) 「Aesthetics of the body and social identity, ITAA Special Publication」

간행물 및 참고 사이트

- Enclean.com. 『리뷰』 2.0 (2009.05,07) <http://enclean.com/review/215768>
테일리 크스메틱“ 셀프스킨케어 맨이 몰려온다”
- 메디컬투데이, 흡연이 건강에 미치는 7가지 영향, 2007, 5. 17

(부 록)

설 문 지

안녕하십니까?

본 설문지는 “남성의 피부관리가 자아존중감에 미치는 영향”에 관한 것으로 석사학위 논문에 사용될 기초 자료를 수집하기 위한 것입니다.

본 설문으로 조사하는 내용은 학문적 목적 이외에는 사용되지 않으며, 개인에 대한 사항은 공개되지 않을 것을 약속드립니다.

다소 번거롭고 귀찮으시더라도 제시된 문항을 주의 깊게 읽으시고 빠짐없이 솔직하게 답하여 주시면 귀중한 연구 자료로 사용될 수 있도록 노력하겠습니다.

바쁘신 중에도 본 설문에 귀중한 시간을 내어 주셔서 대단히 감사합니다.
귀하의 가정에 항상 건강과 행복이 넘쳐나길 기원합니다.

2011년 일

한성대학교 예술대학원 뷰티예술학과

뷰티에스테틱 전공

지도교수: 김 민 정

연구자: 안 정 화 올림

I. 다음은 귀하의 개인적인 특성에 관한 문항입니다.

1. 귀하의 연령은?

- ① 10~19세 ② 20~29세 ③ 30~39세 ④ 40~49세 ⑤ 50세 이상

2. 귀하의 학력은?

- ① 중졸이하 ② 고졸 재/졸 ③ 전문대 재/졸 ④ 대학 재/졸 ⑤ 대학원 재학 이상

3. 귀하의 직업은?

- ① 사무직 ② 전문직 ③ 판매, 서비스직 ④ 학생 ⑤ 기타()

4. 귀하의 결혼유무는? ① 기혼 ② 미혼 ③ 기타

5. 귀하의 월수입은?

- ① 100만원 미만 ② 100만원 ~ 200만원 미만 ③ 200만원 ~ 300만원 미만
④ 300만원 ~ 400만원 미만 ⑤ 400만원 이상

6. 귀하의 하루수면 시간은?

- ① 4시간 ② 5~6시간 ③ 7~8시간 ④ 9~10시간 ⑤ 10시간 이상

7. 귀하는 일주일에 몇 번 운동을 하십니까?

- ① 1~2회 ② 2~3회 ③ 3~4회 ④ 5번 이상 ⑤ 운동을 하지 않는다

8. 귀하의 주된 스트레스 원인은?

- ① 외모, 질병 ② 경제력 ③ 시험, 학업 ④ 직장업무, 성과 ⑤ 인간관계

9. 나는 이성 친구가 있다? ① 있다 ② 없다

II. 다음은 피부관리 인식 및 태도에 관련된 문항입니다.

1. 귀하의 피부관리를 위한 월 평균 지출비용은?

- ① 5만원 미만 ② 5~10만원 ③ 10~20만원 ④ 20~30만원 ⑤ 30만원 이상

2. 귀하의 평소 스트레스 정도는?

- ① 매우 많다 ② 많다 ③ 보통이다 ④ 없다 ⑤ 매우 없다

3. 귀하의 스트레스 해소법은?

- ① 쇼핑 ② 스포츠 ③ TV, 연극, 영화 ④ 음식 ⑤ 마사지, 사우나 ⑥ 기타()

4. 귀하의 피부상태는?

- ① 매우 좋다 ② 좋다 ③ 보통 ④ 나쁘다 ⑤ 매우 나쁘다

5. 귀하의 피부유형은?

- ① 건성 ② 정상 ③ 지성 ④ 복합성 ⑤ 예민성(민감성) ⑥ 기타()

6. 귀하는 딥 클렌징을 하십니까?

- ① 하지 않는다 ② 잘모른다 ③ 스크럽을 이용 한다 ④ 효소제품을 이용한다
⑤ 기타(AHA, 고마쥐) 외 방법

7. 귀하는 팩을 하십니까?

- ① 고무팩 ② 석고팩 ③ 크림팩 ④ 마스크 시트팩 ⑤ 기타

8. 귀하의 피부 문제점은?

- ① 잔주름 ② 여드름 ③ 기미, 주근깨 ④ 각질 ⑤ 기타(아토피, 건선,)

9. 귀하의 피부 문제점의 원인은?

- ① 유전 ② 스트레스 ③ 영양불균형 ④ 수면부족 ⑤ 평소 피부 관리 부족
⑥ 생활습관 ⑦ 기타

10. 귀하의 피부를 개선하는데 가장 필요한 부분은?

- ① 수면개선 ② 영양, 체질 개선 ③ 편안한 휴식 ④ 지속적인 피부 관리
⑤ 좋은 화장품 사용 ⑥ 피부과 치료 ⑦ 기타



Ⅲ. 다음은 피부관리에 관한 문항입니다.

항 목	전 혀 아니다	아니다	보통	그렇다	매 우 그렇다
1. 피부에 문제가 생기면 전문가를 찾는다.					
2. 나는 항상 자외선 차단제를 바른다.					
3. 본인이 기초화장품으로 피부 관리를 한다.					
4. 피부를 위해 술을 마시지 않는다.					
5. 세안 등 개인위생에 관하여 신경을 쓴다.					
6. 정기적으로 피부 관리실에서 관리를 받는다.					
7. 피부를 위해 하루에 물을 8잔 이상 마신다.					
8. 비타민 등의 미용, 건강보조 식품을 먹는다.					
9. 피부를 위해 규칙적으로 취침하고 기상한다.					
10. 피부를 위해 담배를 피우지 않는다.					
11. 피부를 위해 과일, 야채를 챙겨 먹는다.					
12. 피부를 위해 커피, 인스턴트식품을 제한한다					
13. 화장품의 성분, 효과, 사용방법을 확인한다.					
14. 화장품 구입 시 전문가의 조언을 얻는다.					
15. 계절에 따라 피부 관리방법이 다르다.					
16. 내 피부에 맞는 스킨, 로션을 사용하고있다					

IV. 다음은 자아존중감에 관련된 문항입니다.

항 목	전 혀 그렇지 않다	그 령 지 않 다	보 통 이 다	그 령 다	매 우 그 령 다
1. 나는 계획대로 밀고 나간다.					
2. 나는 어떤 일을 어려움 없이 스스로 결정할 수 있다.					
3. 내 문제는 주로 내가 해결 할 수 있다.					
4. 나는 나 자신을 잘 알고 있다.					
5. 나는 나에게 주어진 일에 최선을 다하려 한다.					
6. 나는 타인의 어려움을 적극적으로 도와준다.					
7. 나는 남자 친구들에게 인기가 많다.					
8. 나는 여자 친구들에게 인기가 많다.					
9. 나는 나 자신에 대해 엄격하다.					
10. 나는 하는 일이 서툴다.					
11. 나는 어느 집단에서든 중심적인 역할을 한다.					
12. 나는 무엇이든 쉽게 좋아한다.					
13. 나의 의견이 옳을 때는 끝까지 소신대로 움직인다.					
14. 나는 긍정적인 사고를 갖고 있다.					
15. 나는 인생을 즐기며 사는 편이다.					
16. 나는 나 자신에 대해 자신감이 있다.					
17. 나는 할 수만 있다면 고쳐야 할 점이 많다.					
18. 나는 종종 내가 한 일에 만족하지 못한다.					
19. 나는 내 외모에 만족하지 못한다.					

항 목	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	보통이다	그렇다	매우 그렇다
1. 나는 계획대로 밀고 나간다.					
2. 나는 어떤 일을 어려움 없이 스스로 결정할 수 있다.					
3. 내 문제는 주로 내가 해결 할 수 있다.					
4. 나는 나 자신을 잘 알고 있다.					
5. 나는 나에게 주어진 일에 최선을 다하려 한다.					
6. 나는 타인의 어려움을 적극적으로 도와준다.					
7. 나는 남자 친구들에게 인기가 많다.					
8. 나는 여자 친구들에게 인기가 많다.					
9. 나는 나 자신에 대해 엄격하다.					
10. 나는 하는 일이 서툴다.					
11. 나는 어느 집단에서든 중심적인 역할을 한다.					
12. 나는 무엇이든 쉽게 좋아한다.					
13. 나의 의견이 옳을 때는 끝까지 소신대로 움직인다.					
14. 나는 긍정적인 사고를 갖고 있다.					
15. 나는 인생을 즐기며 사는 편이다.					
16. 나는 나 자신에 대해 자신감이 있다.					
17. 나는 할 수만 있다면 고쳐야 할 점이 많다.					
18. 나는 종종 내가 한 일에 만족하지 못한다.					
19. 나는 내 외모에 만족하지 못한다.					

- 설문에 응해주셔서 진심으로 감사합니다 -

ABSTRACT

The Effect of Men's Skin Care on Self-Esteem

An Jeong-Hwa

Major in Beauty Esthetic

Dept. of Beauty Art & Design

Graduate School of Arts

Hansung University

The purpose of this study is to inquire into men's perception, attitude and self-esteem of skin care, and recognize that the skin care is not limited to only women, but applied to even men to maintain healthy and clear skin through the skin care and improve healthy life physically and mentally at the same time.

Research processes inquired into the theoretical background through specialty publication, research papers and academic journals. A survey was carried out on men in their 20s-50s living in Seoul and Wonju areas from March 1 to March 30, 2011. The structured self-administrated questionnaire was used to distribute total 500 copies. 477 copies of them were used as statistical data of final analysis.

The results of this study are as follows.

1) General characteristics of those surveyed showed that for age, male university students in their 20s and men in their 30s-50s are 200 persons and 100 persons, respectively, which students are the highest by 170 persons(35.6%). For academic background, 'being in junior college and its graduate' was the highest by 216 persons(45.3%). For monthly income of those surveyed, under 1 million won was high. And for sleeping hours a day, 5~6 hours were high, which most of men kept the suggested sleeping hours a day.

2) Men's perception and attitude of skin care showed that high age increases the expenditure for skin care, and concern for skin and large income are invested in trying to become younger. The high academic background, specialized job and high income increased monthly spending for skin care, showing high concern for appearance and skin care.

There were many difference according to occupation and academic background of those surveyed, which men recognized that they should use the appropriate skin care for their own conditions. And they had a lot of stress by lack of sleep or mental inconvenience.

This comes from men's social activities and many personal relations. For this stress-relieving methods, there was a difference according to occupation and age. But 47 persons(27.6%) in their 20s mainly relieved stress through TV, play, movie and hobby, and have relieved stress by exercise since 30s.

3) Men's skin condition showed that most of those surveyed recognize their skin condition as normal. The types of oily skin and

dry skin were the highest by 48 persons(28.2%) and 37 persons(21.8%), respectively. It's because of climatic influence that skin's moisture can become dry, including our country has clear four seasons, particularly, it's cold and dry in the winter. And the shave every day of the biggest problems in men's skin is a typical factor that makes skin trouble, which it removes about 50% of dead skin cells with beard, natural sebaceous membrane, and in severe cases accompanies by scars and scratches to place it under a sensitive condition.

4) Knowledge of deep cleansing showed that 'I don't know well about it' and 'I will not do it' are 220 persons(46.1%) and 166 persons(34.8%), which poor knowledge of deep cleansing is seriously expressed.

5) Those surveyed didn't use a face pack, but the use of a mask sheet pack was the highest by 53 persons(31.2%) because it was easy to use.

They thought the skin trouble as pimples and dead skin cells, and most of them recognized the cause of this skin trouble as stress by jobs and lack of usual skin care.

They also recognized the most necessary parts in improving the skin as comfortable relaxation and continuous skin care.

6) High age, academic background, income, and specialized job increased men's skin care and self-esteem. And the experienced class of socially and economically stable life also increased self-esteem.

The future challenge of this study should do extensive research with interest in survey areas and the size of sample group for more

accurate and reliable findings in future as it has a limitation in generalizing research results on only men located in Seoul and Wonju areas in group sampling. Consequently, it is necessary to make a survey and comparative study of a difference in the relationship between self-esteem, skin care and appearance management behavior according to the area in comparable men and women.

