

碩 士 學 位 論 文
指 導 教 授 金 幕 禮

영
미

팔 관가

자중애

영애

환

연

- 창원 지역을 중심으로 -

A ydutS no eht stcefffo s'new r i d t n e g a n M
on Their Self-Esteem

- Focused on Changwon City -

2005年 12月 日

漢城大學校 藝術大學院

뷰 티 藝 術 學 科

헤어디자인 專攻

李 末 淑

碩 士 學 位 論 文
指 導 教 授 金 幕 禮

영역 팔 관하 거점
대 영 환 연

- 창원 지역을 중심으로 -

A ydutS no eht stcefffo s'new riah neganM
on Their Self-Esteem

- Focused on Changwon City -

위 論 文 을 藝 術 學 碩 士 學 位 論 文 으 로 提 出 함

2005 年 12月 日

漢 城 大 學 校 藝 術 大 學 院

뷰 티 藝 術 學 科

헤 어 디 자 인 專 攻

李 末 淑

李 末 淑의 藝術學 碩士學位論文을 認定함

2005年 12月 日

審査委員長 (印)

審査委員 (印)

審査委員 (印)

감사의 글

저의 논문이 완성되기까지 많은 지도와 격려를 해 주신 김 막례 교수님께 깊은 감사를 드립니다.

그리고 한성대 뷰티예술학과 학과장님이신 김 주숙 교수님과 부족한 저의 논문을 세심한 배려와 관심으로 이끌어 주신 김 삼진 교수님, 최근희 교수님, 유 지연 교수님께 감사의 인사를 올립니다.

한성대 뷰티예술학과 교수님들과, 또 물심양면으로 도움을 진주 산업대학교 김 규 교수님, 창원전문대학 오 정옥 교수님께 마음 깊이 존경함과 감사를 드립니다.

여러 가지 경험과 조언을 해주신 선배님들과, 후배, 헤어디자이너 동기들에게도 사랑과 우정에 감사함을 전 합니다

항상 자녀들을 위해서 기도 하시는 어머니, 그리고 언니, 형부 조카 모든 분들께 감사함을 전하고 싶습니다.

대학원에 입학해서 논문완성까지 어렵고 힘든 일이 한 두 가지가 아니였지만 주위에 좋으신 분들을 많이 만나 학기 동안 즐겁게 학문에 열정을 쏟을 수 있었습니다.

마지막으로 2년 동안 먼 거리를 다닐 수 있게 건강함과 모든 일에 자신감을 부여해 주신 하나님께 이 모든 영광을 돌리고 싶습니다..

2005년 이말숙

국문초록

본 연구에서는 도시 여성의 모발관리에 대한 인식 및 실태를 살펴보고 이에 따른 자아존중감의 영향을 파악하며 이에 영향을 미치는 요인을 조사, 분석하였다. 이를 위해 창원시 소재 미용실 이용 10~50대 여성 300명을 대상으로 설문지를 통한 조사연구를 수행하였으며 수집된 자료는 SPSS 12.0 for WINDOWS 통계 프로그램을 이용하여 조사대상자의 인구통계학적 특성에 따른 모발관리 실태와 이에 따른 자아존중감을 평가·분석하기 위해 t-검증법 및 일원변량분석(one way ANOVA)을 사용하여 검증하였다.

도시 여성들의 헤어스타일 및 모발관리 실태조사 결과, 층이 있는 긴머리 스타일이 가장 많았고 그 다음으로 짧은 커트머리, 단발머리 순으로 나타났다. 상대적으로 층이 없는 긴머리와 올림머리의 헤어스타일을 가진 여성은 적은 것으로 나타났다. 우리나라 도시여성들은 헤어스타일을 결정할 때 자신의 판단으로 하는 경우가 가장 많았으며 그 다음으로 헤어디자이너의 조언, 잡지 등의 생활정보지, TV등 방송매체의 순으로 조사되었다.

헤어스타일에 대한 인식에서는 한국 여성에게 가장 잘 어울리는 헤어스타일에 대하여 층이 있는 긴머리, 층이 없는 긴머리로 나타나 전반적으로 한국 여성에게 긴머리가 잘 어울리며 그 중 층이 있는 긴머리가 어울린다고 인식하는 것으로 조사되었다. 또한 헤어스타일에 의상선택에 미치는 영향에 대하여 영향을 미친다는 응답이 전체의 80% 이상으로서 매우 높게 나타나 헤어스타일이 의상선택에 많은 영향을 끼침을 알 수 있었다.

한편, 헤어스타일을 바꾸는 시기는 기분전환이 필요할 때가 가장 많은 응답을 보였으며, 그 다음으로 정기적으로 바꾼다, 유행에 따라서 언제든지 바꾼다, 친구 또는 가족의 권유로 헤어스타일을 바꾸는 것으로 분석되었다.

염색의 경우, 머리색깔은 갈색이 가장 많았고 그 다음으로 검은색의 순으로 나타났다. 모발염색이 헤어스타일을 돋보이게 하는데 영향을 준다고 생각하는 응답자는 전체의 80%로서 모발염색이 헤어스타일에 많은 영향을 미친다고 인식하는 것으로 나타났다.

모발 손상에 관한 사항에 대한 분석결과에서는 모발의 손상도가 높은 것으로 나타났으며 모발손상의 주된 원인은 미용실에서 시술되는 작업이라는 인식이 가장 많았고 그 다음으로 잦은 샴푸, 영양섭취의 불균형 등의 순으로 나타났다. 모발의 건강유지와 헤어스타일의 아름다운 연출 중 더 중요하다고 생각되는 항목에 대한 분석결과, 모발의 건강유지가 헤어스타일의 아름다움에 비하여 더 중요하다고 인식하였다.

본 연구에서는 이러한 헤어스타일 및 모발관리가 여성들의 자아존중감에 어떠한 영향을 미치는 지를 연구하기 위해 자아존중감을 구성하는 요인으로서 자기존중, 타인과의 관계, 지도력과 인기, 자기주장 등의 4개의 하위요인으로 분류하여 분석하였다.

현재 헤어스타일의 만족도에 따른 자아존중감 중 타인과의 관계를 살펴보면 현재 헤어스타일에 불만족하는 경우 타인과의 관계 수준이 가장 낮았고 그 다음으로 보통, 만족의 순으로 높게 나타나 현재 헤어스타일에 만족할수록 타인과의 관계가 좋은 것으로 나타났다.

전체 자아존중감 수준은 현재 헤어스타일에 불만족하는 경우가 가장 낮았고 그 다음으로 보통, 만족의 순으로 높게 나타나 현재 헤어스타일

에 만족할수록 자아존중감이 좋은 것으로 분석되었다.

전체 자아존중감 점수는 친구나 가족의 권유로 헤어스타일을 변경한 경우 자아존중감이 가장 낮았으며 그 다음으로 기분전환이나 유행에 따라 헤어스타일을 변경한 경우 자아존중감이 높게 나타났으며 정기적으로 헤어스타일을 변경할 때 자아존중감이 가장 높은 것으로 나타났다. 이러한 사실로부터 여성의 헤어스타일 관리는 여성의 외적, 내적 우월감을 동반하여 자아존중감을 향상시킴을 확인할 수 있다.

피머 및 염색 시 모발손상 방지조치는 자기존중, 타인과의 관계, 지도력과 인기, 자기주장 및 전체 자아존중감 수준에서 모두 유의미한 차이를 보였다. 모두 안하는 경우 가장 낮은 자아존중감 수준을 보였고 그 다음으로 가끔 한다, 반드시 한다는 순으로 피머 및 염색 시 모발손상 방지조치를 많이 사용할수록 자아존중감 수준이 높았다. 즉, 모발관리 실태가 좋을수록 여성의 자신감이 이어지고 자아존중감이 높아지는 것으로 판단된다.

〈목 차〉

제1장 서 론	1
1. 연구 배경 및 목적	1
2. 연구 범위 및 방법	3
제2장 이론적 배경	5
1. 모발관리	5
(1) 모발관리의 개념	5
(2) 모발건강의 영향 요인	10
2. 자아존중감	16
(1) 자아존중감의 개념	16
(2) 자아존중감의 기능	18
(3) 자아존중감의 구성요소	19
(4) 자아존중감에 대한 이론 고찰	21
(5) 헤어스타일과 자아존중감과의 관계	26
제3장 연구 방법	29
1. 연구 대상	29
2. 측정 도구	30
3. 분석 방법	31
제4장 연구 결과 및 고찰	32
1. 여성의 모발관리	
(1) 현재 헤어스타일에 관한 사항	32

(2) 미용실 만족도에 관한 사항	33
(3) 헤어스타일에 관한 일반적 인식	35
(4) 모발 염색에 관한 사항	37
(5) 모발 손상에 관한 사항	39
2. 여성의 모발관리에 따른 자아존중감 차이	41
(1) 현재 헤어스타일에 따른 자아존중감 차이	42
(2) 미용실 만족도에 따른 자아존중감 차이	45
(3) 헤어스타일에 관한 일반적 인식에 따른 자아존중감 차이	46
(4) 모발 염색에 따른 자아존중감 차이	48
(5) 모발 손상에 따른 자아존중감 차이	51
 제5장 결론	 54
참고문헌	59
ABSTRACT	62
부록<설문지>	64

〈표 목 차〉

〈표 3-1〉 연구대상의 일반적 사항	29
〈표 3-2〉 모발관리에 대한 인식 및 실태의 하위 영역	30
〈표 3-3〉 자아존중감의 하위 영역 및 신뢰도	31
〈표 4-1〉 현재 헤어스타일에 관한 사항	32
〈표 4-2〉 미용실 만족도에 관한 사항	34
〈표 4-3〉 헤어스타일에 관한 일반적 인식	36
〈표 4-4〉 모발 염색에 관한 사항	38
〈표 4-5〉 모발 손상에 관한 사항	40
〈표 4-6〉 자아존중감 수준	42
〈표 4-7〉 미용실 만족도에 따른 자아존중감 차이	44
〈표 4-8〉 미용실 만족도에 따른 자아존중감 차이	45
〈표 4-9〉 헤어스타일에 관한 일반적 인식에 따른 자아존중감 차이	47
〈표 4-10〉 모발 염색에 따른 자아존중감 차이	50
〈표 4-11〉 모발 손상에 따른 자아존중감 차이	52

제1장 서론

1. 연구 배경 및 목적

최근의 급격한 사회환경의 변화 및 웰빙열풍 등으로 인하여 인간다운 삶을 추구하려는 사람들의 욕구가 다양해지고 있으며 여성의 사회진출과 생활의 여유 등으로 젊음과 아름다움에 대한 바램은 더욱 높아지고 있다. 이러한 욕구에 부응 할 수 있는 미용분야는 인간생활에 하나의 필수적인 요소로서 중요한 가치를 지니고 있다.

미용은 하나의 예술로서 모발의 모양 내지 화장, 피부손질, 손발톱의 손질 등 여러 가지를 잘 조화하여 전체적인 스타일을 만들어 내는 것으로 우리가 생활하는 사회에서 더 없이 필요하다. 특히 여자에게는 피부 미용과 모발미용이 모든 다른 신체 부위의 건강보다 더욱 중요하다고 볼 수 있다.¹⁾

특히 모발은 개인적인 장식기능으로서 역할을 하는데 헤어스타일에 따라 개인이 이미지에 많은 영향을 미치며 여성의 아름다움을 연출하고자 함께 있어 모발을 건강하게 관리하는 측면을 간과할 수 없다. 인간의 미적탐구는 동서양을 막론하고 시대를 초월하여 존재하고 있으며, 원시시대부터 모발을 가다듬는 것은 신체 보호의 기능 이외에 주술적이며 심미적인 기능을 지닌 인간의 종합적 표현수단의 역할을 하였다. 옛부터 우리 조상들은 머리를 소중하게 다루는 것이 부모에게 효를 다하는 것이라고 여겼으며 모발을 가꾼 모양만 보아도 그 사람의 지위, 계급, 신분,

1) 김복희, 남철현(1998). 여성의 피부미용 관리지식 및 행태와 관련요인, 한국보건교육학회지, 15(1).

혼인의 유무 등을 알 수 있었으므로 헤어스타일은 사회적인 현상을 나타내는 한 부분을 차지하고 있었다.²⁾

더구나 인간의 아름다움을 추구하기 위한 수단이라는 중요한 기능을 갖고 시대의 흐름에 따라 변화와 발전을 계속해 온 헤어스타일(Hair style)은 의상, 메이크업과 함께 패션경향을 결정하는 주요 요소가 되고 개성의 강조와 유행의 물결 속에 새로운 머리 예술을 선도해 나가고 있다. 헤어스타일의 꾸밈은 모발이 손상되지 않도록 잘 관리한 건강한 모발을 바탕으로 이루어져야 한다.

헤어스타일은 인간의 삶을 풍요롭게 하는 생활문화이다. 특히 미용예술로서 모발이라는 살아 있는 예술적인 소재를 통해 이미지를 변화시키는 헤어스타일은 최근 유행이라는 말이 필요 없을 정도로 다양한 스타일로 공존하고 있으며 선진화된 미용문화의 도약을 보여주고 있다. 그리고 헤어스타일로 모발색을 연출하기 위한 선행조건으로 모발관리를 올바르게 함으로써 모발손상을 최소화하고 건강한 미를 동시에 추구하는 일이 더욱 중요해지고 있다.³⁾

모발의 잦은 물리적, 화학적인 시술은 두피와 모발의 손상을 가져와 아름다운 헤어스타일을 유지하지 못할 뿐만 아니라 오히려 자신의 이미지를 떨어뜨리는 결과를 초래하기도 한다. 올바른 모발관리를 하여 건강하고 탄력 있는 머리결을 간직하는 것이 아름다운 헤어스타일을 연출하는데 중요하므로 올바른 모발관리에 대한 고객과 미용사의 인식이 필요하며 신체의 건강 또한 필요로 한다.

2) 광형심(1998). 여성의 모발미용에 대한 의식행태 조사연구, 경산대학교 보건대학원석사학위논문.

3) 최연희(2000). 미용실 종사자들의 두발처치에 대한 인식도와 관련요인 분석, 보건복지연구 제4호, 보건복지연구소.

우리나라의 경우 모발미용(hair dressing)은 피부관리(skin care), 얼굴 화장(make-up), 손발톱관리(manicure & pedicure) 등의 다른 미용분야 보다 일찍 직업적으로 전문화되었으며, 미용분야의 국가자격시험 역시 모발미용으로 단일화되어 있는 실정이지만 모발미용과 헤어스타일에 대한 이론적인 개념이 확실히 정립되어 있지 않다, 미용인이나 일반 여성들 모두 아름다운 헤어스타일의 연출을 위해서는 모발건강과 헤어스타일과의 관련요인의 파악이 선행되어야만 한다는 중요성을 인지하고 있음에도 불구하고 이를 아직까지 소홀히하고 있는 것이 현실이다.

따라서 한국 여성들의 모발관리 실태와 선호도 및 이에 영향을 미치는 요인을 파악하여 올바른 모발관리는 물론 균형있고 아름다운 헤어스타일을 꾸며 질 수 있는 기초자료를 생산하는 것은 매우 중요하다. 특히 최근 웰빙열풍과 더불어 외모, 모발관리 등에 대한 여성들의 관심이 매우 높아지고 있으며 이러한 모발관리는 사회생활의 자신감 및 자기자신에 대한 존중감을 갖게 해주는 긍정적인 효과가 있을 것으로 기대된다. 하지만 모발관리가 여성의 자아존중감에 어떠한 영향을 미치는지에 대한 구체적인 연구는 거의 이루어지지 않은 실정이다.

따라서 본 논문에서는 도시 여성의 모발관리에 대한 인식 및 실태를 살펴보고 이에 따른 자아존중감의 영향을 파악하며 이에 영향을 미치는 요인을 조사, 분석하는데 그 목적이 있다.

2. 연구 범위 및 방법

본 조사연구의 경우 창원시 소재 미용실 이용 10~50대 여성 300명을 대상으로 설문조사를 수행함으로써 모발 관리실태와 이에 따른 자아존중

감에 미치는 영향을 조사, 분석하고자 한다.

제1장은 서론으로서 본 연구의 배경과 목적, 범위 및 내용에 대하여 서술하고자 한다. 제2장에서는 이론적 배경으로서 모발관리의 개념, 중요성, 모발건강에 영향을 주는 요인을 정리하고 자아존중감에 관한 이론적 고찰을 다루게 될 것이다. 제 3장에서는 조사대상 및 방법과 분석방법 및 설문지 구성, 분석의 틀을 정리하고자 하며 제 4장에서는 모발관리와 자아존중감과의 관계에 관한 실증조사 결과를 통계적으로 분석하고 연구 대상자의 인구통계학적 요인에 따른 통계적 유의성 및 상호 요인 간의 상관관계를 분석해 보고자 한다.

마지막으로 제 5장은 결론으로서 본 논문의 내용을 종합·요약하며 후속연구를 위한 제언을 하고자 한다.

본 연구는 다음과 같은 방법과 절차에 의해 진행하였다. 첫째, 이론적 내용분석을 실시한다. 본 연구의 이론적 배경을 검토하기 위하여 문헌조사를 실시할 예정이며 국내외 발간 단행본, 학술지 논문, 학위논문 및 학술지 자료 등을 광범위하게 활용하였다.

둘째, 실증적 연구를 실시한다. 창원시 소재 미용실 이용 10~50대 여성 300명을 대상으로 설문지를 통한 조사연구를 수행하였다. 본 연구의 조사기간은 2005년 9월 26일부터 9월 30일까지 5일 간 실시하였다.

수집된 자료는 SPSS 12.0 for WINDOWS 통계 프로그램을 이용하여 분석하였으며 먼저 본 연구를 위해 구성된 설문문항의 신뢰도를 검증하기 위해 Cronbach's α 검증을 실시하여 설문문항의 타당성 및 신뢰도를 검증하였다. 조사대상자의 인구통계학적 특성에 따른 모발관리실태에 따른 자아존중감을 평가·분석하기 위해 t-검증법 및 일원변량분석(one way ANOVA)을 사용하여 검증하였다.

제2장 이론적 배경

1. 모발관리

(1) 모발관리의 개념

모발관리란 모발의 손상을 예방하고 손상된 모발을 개선해서 건강한 상태를 유지할 수 있도록 하는 과정을 의미한다. 모발관리 측면의 미용 영역에는 샴푸(shampooing), 린스(hair rinse), 모발 트리트먼트(hair treatment), 두피 트리트먼트(scalp treatment)등이 포함된다고 볼 수 있다.⁴⁾

모발건강에 영향을 주는 요인들로 내부적 요인에는 식 습관적 요인, 병적인 요인, 호르몬에 의한 요인, 유전적 요인, 나이 등이 있으며 외부적 요인으로는 물리적 요인, 화학적 요인과 날씨에 의한 모발손상이 있다. 다시 물리적 요인을 세분화하면, 불량한 시술의 컷트(cut), 샴푸 중 과도한 마사지 및 드라이(hair drying), 아이롱(hair iron)의 고열, 부드럽지 못한 재질의 잘못된 브러싱(hair brushing)과 부적절한 방법의 빗질 등의 경우가 이에 속한다.

화학적 요인으로는 무엇보다도 잦아진 퍼머넌트 웨이브, 모발 염색(hair coloring)과 탈색(bleach)에 의한 손상, 강한 알칼리성 샴푸제의 남용, 과도한 셋팅 로션 제품사용 등의 원인으로 인한 모발 손상 등이 있다.⁵⁾

4) 신지현(1997). 신미용학개론, 수문사, p.195.

5) 이의수(1998). 모발과학, 서울 : 도서출판 정우, p.5.

이 외에도 강한 자외선, 바람, 습도, 계절, 대기오염, 각종 공해물질, 오존의 변화 등의 환경적인 요인을 외부적인 요인이라 하며, 개인의 건강상태, 약의 복용, 정신상태, 스트레스, 수면정도, 영양상태, 호르몬 불균형 등을 생체 내부적 요인이라 한다. 또한 실제로 현대인들은 컴퓨터나 TV등 전자파의 영향과 인스턴트 식품을 즐겨먹는 식생활습관, 심한 스트레스나 긴장, 과로, 수면부족 등의 각종 요인들로 인해 모발이 급격히 손상되었거나 두피세포의 기능이 악화되어 탈모(脫毛)의 원인이 되기도 한다.⁶⁾

모발미용에서 다루어지는 물리적, 화학적인 시술들에 의해 살균과 미생물에의 감염을 막아주는 역할을 하는, 천연오일의 분비가 감소되어 결국 모발이 건성화되면 모발의 역학적 성질인 신장율과 인장 강도가 감소되고, 케라틴(keratin) 단백질 중의 시스틴(cystine) 함량 또한 줄어들어, 전자현미경 관찰에 의해 생머리와 손상모 간의 모표피의 모습이 현저하게 구별됨이 밝혀졌다.⁷⁾

모발은 한번 손상이 되면 다시 원래의 형태로 복원이 불가능하므로 시술 전 또는 시술 시 모발보호에 각별히 주의가 요구되며, 아울러 이미 손상된 모발에는 충분한 영양과 수분을 공급하여 모발손상이 심화되지 않도록 모발관리 및 보호에 주의를 기울여야 한다. 또한 모발관리를 위해 필요한 가장 기본적인 모발미용으로 샴푸 시에는 피지선으로부터 자연적으로 분비된 피지를 모발과 두피에 어느 정도 남겨놓은 상태에서 오염물질이 제거되어야만 하며, 잦은 샴푸는 모발을 더욱 건성화시키기 때문에 산성린스 또는 모발상태에 따른 헤어 트리트먼트제의 사용으로 모

6) 김명주(1999). 모발 및 두피의 건강증진에 관한 연구, 광주보건대학 논문집 제24편

7) R. Dawber, S. Comaish(1970). Scanning Electron Microscopy of Normal and Abnormal Hair Shafts, Arch. Derm. 101, pp.316-330.

발에 보습과 영양을 주어야만 한다.⁸⁾

그 외에도 퍼머넨트 시술 시 퍼머용액이 두피에 흘러 각질층이 팽창된 상태에서 본래의 약산성의 상태로 회복되지 못했을 때 비듬이 생기기도 하고, 잘못된 고무 밴딩으로 모근부분의 모발이 끊어지기도 한다. 또한 환원제와 산화제에 의해 멜라닌 색소가 파괴되거나 알칼리 성분이 남아 있는 상태로 드라이를 했을 경우, 모발의 색이 붉게 변하기도 한다. 더 심할 경우에는 모공주위가 부어오르고 급성 모낭염에 의한 염증을 유발시킬 수도 있다.⁹⁾

아이론 퍼머(iron perm)의 경우 저온으로 약액을 사용하는 콜드퍼머(cold permanent wave)보다 모발에 더 큰 손상이 나타난다. 또한 레이저를 사용하여 커트할 때 고르게 분무하지 않은 모발상태에서 커트하거나, 날이 잘 들지 않는 면도기를 사용했을 때, 또는 날의 각도 조절을 잘못 잡았을 때에는 모발의 모표피층을 긁어 모발의 박리현상을 가져오기 쉽다. 모발염색은 모피질의 케라틴섬유 사이에 존재하는 멜라닌색소의 산화에 의한 탈색과 인공색소에 의한 모발착색의 과정이다. 멜라닌색소의 파괴를 위해 사용되는 과산화수소는 모발케라틴도 손상을 입히게 되며, 이는 과산화수소의 농도와 염모제의 수소이온농도지수(PH)가 높을수록 더욱 심하게 된다.¹⁰⁾

모발염색제의 구성성분인 유기합성염료 중 검은색이나 어두운 갈색 톤의 염색에 사용되는 파라페틸디아민(para-phenylenediamine)의 경우, 피부를 자극하여 피부염을 일으키는 원인이 되므로 프랑스, 오스트리아, 독일에서 사용이 금지되고 있다.¹¹⁾

8) 김경순 외(1995). 모발관리학, 청구문화사, pp.38-41.

9) 박중호(1984). 모발백과, 서울 : 도서출판 정우, pp.23-25.

10) 박중호(1984). 앞의 책 pp.77-81.

합성 염색약의 경우 동물실험 혹은 실험실에서 조사한 바에 의하면, 이들이 함유한 aromatic, nitroso 및 amino 화합물이 돌연변이 또는 발암성이 있다고 하며 지난 20년 동안 이들의 제거를 위해 많은 연구가 있었으나, 아직까지 이들이 발견된다고 한다.¹²⁾

산화염색의 경우 1000명 중 약 4명 꼴로 알레르기(allergy) 반응을 보이고 있으므로 최초의 염색시술 시 48시간 전에 반드시 피부알레르기 반응검사를 하여야만 한다(Bennett, 1982). 모발 염색약 중 니켈, 마그네슘, 구리, 코발트, 납, 아연, 카드뮴 및 크롬 등의 중금속들이 미량으로 검출된다고 하며 또한 lead acetate로 함유한 모발염색약을 사용한 결과 그 사용자들에게 연 흡수가 초래된다고 한다. 더욱이 중금속을 함유한 모발염색약을 사용할 경우 함유된 중금속의 농도에 따라 흡수 정도로 달라질 수 있다. 뿐만 아니라, 이들 중금속이 체내에 흡수될 경우 수포, 습진, 다형홍반, 육아종, 구진, 소양증 등을 동반한 알레르기나 접촉성 피부염을 초래할 수 있다. 이들 모발염색약을 사용하는 일반인들의 건강관리를 위한 보건학적인 관점으로 볼 때 관심의 대상이 아닐 수 없다. 특히 이들 모발 염색약 중의 중금속들에 대한 허용농도 설정 등을 위한 중금속함유 실태는 물론 이들의 건강장애 사례 등에 대한 연구가 미흡한 실정에 있다.

이처럼 퍼머넌트와 모발염색의 경우 화학제품을 사용하여 모발의 성질과 구조를 바꾸는 것이므로 모발케라틴의 파괴로 인해 모발에 많은 손상을 입히게 된다. 특히 염색 시술과정에서 염색모발을 샴푸하기 전에 따뜻한 물을 조금씩 문혀가면서 맛사지하여 유화시켜서 온수로 깨끗하게

11) Bennet R.(1982). The science of hairdressing, Edward Arnold, 1982, p.84.

12) 최영진(1998). 시판중인 모발 염색약 중의 중금속 농도에 관한 연구, 인제대학교 석사학위논문

세척하여 샴푸하면 착색이 불안정한 색소를 안정되게 착색시켜주며 모표피와 두피에 묻은 염색제가 잘 지워지도록 한다.

따라서 퍼머넨트 시술과 모발염색 시술 후에는 반드시 산성린스로 두피와 모발을 잘 행구어 내어 약산성의 상태로 회복시키고 트리트먼트 크림을 사용하여 모발과 두피에 영양을 공급하여야만 한다. 퍼머나 염색한 모발에 탈색을 겸하는 시술과 탈색 시술시 탈색효율을 높이고 시간을 단축하기 위하여 시술온도를 높여 시술하는 것은 모발손상의 직접적인 원인이 된다.¹³⁾

더욱이 드라이나 아이론을 사용하는 경우 정확한 테크닉이 요구되며, 이때 80℃이상의 열을 일상적으로 머리카락에 쪼이면 모발 내 단백질이 파괴되고 브러싱을 할 때 모표피가 벗겨지기 쉽게 되므로, 뜨거운 바람이 모발에 직접 닿지 않도록 주의하면서 정확한 드라이 테크닉을 사용하여야 한다. 또한 브러싱은 모발의 흐름을 정리해주고 두피를 자극시켜서 혈액순환을 촉진시키며 휴지기에 빠져있는 모발을 제거시키고 성장기에 있는 모발을 촉진시키며, 샴푸 전에 하는 브러싱은 모발과 두피에 부착된 먼지, 비듬을 제거하고 샴푸를 용이하게 하며 두피를 자극시켜 피지분비를 촉진시켜 두피부분의 피지를 모발 끝까지 고루 분포시켜 건조함을 막고 윤기를 준다.

일단 여러 가지 요인들로 인해 손상을 받은 모발은 푸석푸석함이 눈에 띄고, 탄력성과 광택이 없으며, 헤어스타일의 정돈이나 유지가 어렵다. 또한 모발의 색이 붉게 변색되기도 하며 모선이 갈라지고 끊어지기도 한다. 이처럼 현재는 그동안 외형적인 헤어스타일에만 치중하던 관행에서 벗어나, 모발관리자로서 모발손상을 최소화하여 건강과 미를 동시

13) 김순희(1996). 퍼머, 염색, 탈색시술에 따른 두발의 역학적 영양학적 변화와 전자현미경 관찰, 고려대학교 석사학위논문.

에 추구하는 일이 더욱 중요해지고 있다.

(2) 모발건강의 영향 요인

1) 화학적 요인

모발건강에 영향을 주는 요인으로서 김수정(1996) 등은 모발염색으로 인한 각피의 손상과 재생에 대한 시간경과에 따른 형태학적 변화를 살펴보는 연구를 통해 각피의 손상은 염색 1주와 2주 사이에 최고조를 이룬 후 2주 후부터 점차 회복되는 양상을 보였으며 8주 후에는 염색전과 비슷한 상태로 재생되었다고 보고하고 재 염색시기를 8주 이후로 늦추어야 모발손상을 최소화 할 수 있다고 하였다.¹⁴⁾ 과다농축 과산화수소나 알칼리제의 사용, 저 품질 미용제품의 사용, 방치시간의 초과, 잘못 시술된 퍼머넌트 웨이브와 모발 염·탈색, 잦은 샴푸 등은 모표피를 손상시키고 계속되는 화학제품에 의한 미용시술은 모발내부의 피질세포까지 손상을 주어 결국은 갈라지고 잘라져 나가게 되며, 심하면 탈모증세에 이르게 된다.

또한, 표백제에 의한 손상, 퍼머, 로션에 의한 손상, 중화에 의한 손상, 염색에 의한 손상, 컬러 제거제(colour stripper)에 의한 손상 등이 있다.

2) 물리적 요인

14) 김수정, 이원수, 최응호, 안성구(1996). 모발염색으로 인한 각피의 손상과 재생: 시간 경과에 따른 형태학적 변화. 대한피부과학회지 34(2): 257-263.

화학적 방법 외에 고무줄과 머리핀 등에 의한 잡아당김, 금속성 저품질 미용기구의 사용, 베개와 빗질 등으로 인한 마찰, 모발에 볼륨을 주기 위해 시술되는 백코밍(back combing) 등의 경우에도 모발에 많은 손상을 입히며, 아이론과 헤어드라이어의 온도 과열도 모발손상의 요인이 된다. 또한 샴푸 중 과도한 마사지, 타월드라이 할 때 너무 세게 비비는 경우, 나쁜 재질을 이용한 빗질, 백코밍으로 인한 표피의 작은 파편들, 블로드라이를 할 때 적은 머리를 심하게 브러쉬한 경우, 튀어나온 부분이 있는 롤러나 꺾조이는 뜨거운 롤러를 사용하는 경우이다. 머리 장식이나 머리핀과 접촉하는 부위의 알레르기염을 발생시킬 수 있다.¹⁵⁾

3) 영양에 의한 영향

지나치게 맵고 단 음식과 중추 신경을 자극하는 차를 과다 섭취하는 것은 인체기관에 자극을 주게 되고 이 자극에 의하여 인체기관들이 긴장을 하게 되면 모낭세포도 긴장상태에 놓이고 남성호르몬의 과다분비를 초래하여 모발탈락의 원인이 된다. 모발건강과 성장을 위해서는 여러 종류의 아미노산을 포함한 단백질을 균형있게 섭취하는 것이 중요하다.

단백질 뿐 아니라 비타민과 미네랄(특히 철, 아연 등)도 필요하다. 해조류에는 모발성장에 필요한 영양소인 철분(Fe), 요오드(I), 칼슘(Ca)이 많이 포함되어 있고, 두피의 신진대사를 높이는 효과가 있다. 특히 요오드는 갑상선 호르몬의 분비를 촉진시켜 모발의 성장을 돕는다. 케라틴의 성분인 시스틴이 많이 함유된 식품으로는 계란, 돼지고기, 고등어, 낙화

15) 허충림(1992). 두피에 발생하는 접촉 피부염. 의약정보 206(8): 32-35.

생, 우유 등이 있으며 대체로 일상 음식물로서 충족된다. 또한 염분, 향신료, 술, 커피 등을 과용하면 장기에 부담을 부고 혈행을 나쁘게 하여 빈혈을 일으키게 되며 이로 인해 두피에 열기를 더해 주어 탈모의 원인이 된다. 극심한 영양 부족으로 생기는 kwashiorkor, marasmus의 특징인 거칠고 변색된 모발은 아프리카와 같은 저 영양지역에서 볼 수 있다.

4) 자외선 요인

태양광선 중에서 모발에 영향을 주는 것은 자외선과 적외선으로 물체에 닿으면 열을 발생시키며, 모발에 가장 영향을 미치는 자외선은 모발의 시스틴 함량이 줄어들게 하며, 멜라닌 색소를 파괴함으로써 모발의 손상과 탈색을 유발시킨다. 강한 자외선은 단백질을 변형시키고 세포를 파괴시키는 힘이 있다. 자외선은 수분의 존재 하에 모발중의 유멜라닌(eumelanin)을 산화 분해시켜 모발의 적색화를 야기하기도 하는데 바닷물에 모발이 닿았을 경우 더욱 가속화 되므로 해변에서 직접적인 태양광선 아래에 모발을 노출시키지 않도록 하여야 하며 해수욕 후에는 양질의 샴프로 모발을 깨끗이 씻어내고 헤어트리트먼트제를 사용하여 모발을 진정시켜주어야 한다. 또한 자외선은 모발의 습기를 없애고 피질층을 거칠어지게 하며 끝이 갈라지게 한다.

5) 스트레스에 의한 영향

스트레스를 받으면 혈색이 나빠지고 모발에 윤기가 없어진다. 오늘날 정신상태에 지배되어 일어나는 모발 및 두피질환은 사회생활이 복잡해짐

에 따라 증가되어간다. 스트레스가 계속되면 만성적인 불안이나 우울증을 나타내고 자신을 무가치하게 느끼고, 신체적, 심리적으로 위축된다. 스트레스로 인해 혈행 장애와 대사기능이 떨어져 모발세포의 생성율이 저하되면 모발이 거칠어지고 호르몬의 균형이 깨져 두피의 건성화를 초래한다. 그로 인한 모발탈락, 비듬, 원형탈모, 발모벽 등의 원인이 된다.

6) 생리적인 요인

주로 인체 내부에서 오는 요인으로 다이어트에 의한 영양 불균형, 감염 후 질병의 후유증, 비타민 결핍증, 약물중독, 경구 피임약, 스트레스, 신경과민, 극도의 피로, 출산 전의 호르몬 불균형, 위생적이지 못한 모발관리로 인한 박테리아, 기생균류, 미생물에 의한 모발과 두피의 오염 등으로 모발은 손상될 수 있다. 모발의 성장주기를 조절하는 요인은 정확히 밝혀지지 않았지만, 개인의 선천적인 체질이외에 성호르몬 등의 내분비적 요인이 관여한다고 추측되고 있다. 남성호르몬은 섬모의 경모화를 초래하는 작용과 남성형 탈모의 촉진작용이 있는 것으로 알려져 있다. 여성호르몬은 동물에서는 일반적으로 털의 성장을 촉진하지만 사람에게 주사하면 억제작용을 한다.

임신을 하면 휴지기모발이 감소하나 출산 후 호르몬이 정상화되면 급속하게 증가하며 휴지기 탈모(post telogen effluvium)를 일으키게 된다. 그 밖에 모발건강에 관여하는 호르몬으로는 뇌하수체호르몬, 갑상선호르몬, 부신피질 호르몬 등이 있다.

7) 비타민에 의한 영향

직접 어느 비타민이 모발의 건강과 생장에 필요한가는 정확히 밝혀지지 않았지만 비타민도 호르몬 같이 신체의 모든 기능에 관여하고 있는 것이므로 어느 것이 부족하거나 과잉되어도 직접 또는 간접적으로 영향을 미친다. 모발에 영향을 미치는 비타민으로는 비타민A, B 복합체 C, D, E, F등이 있으며, 특히 비타민A가 부족하면 모발의 신진대사가 나빠지고 건조성 비듬 생성의 원인이 되기도 한다. 또한 과량의 비타민 A의 과용은 독작용을 나타낼 수 있다.

비타민D는 탈모 후 모발의 재생에 효과가 있고, 비타민E는 혈액순환을 도와 모발생장에 영향을 준다. 일반적으로 모발 화장품에 첨가된 비타민은 두피나 피부에 흡수되는 지용성 비타민이며, 수용성 비타민은 흡수되지 않으므로 경구적으로 섭취해야 효과적이다.

8) 흡연에 의한 영향

흡연은 estrogen 분비를 감소시키며 그 대사와 배설은 촉진시킨다고 보고되었고 체온을 떨어뜨리고 혈행을 나쁘게 하고 두피의 수분보유능력을 감소시킴으로 두피의 건조를 초래하고 모발의 건강에 나쁜 영향을 미친다. 모발은 흡입을 통하여 이루어지는 흡연에 직접적으로 노출하게 되고 혈액을 통하여 독성 물질이 닿음으로써 영향을 받는다. 여성흡연에 관해서는 특히 임신 중의 흡연이 태아의 건강에 미친다.

Klein(1997)은 흡연 임산부와 비 흡연 임산부의 대조군을 통해 그들의 태어난 신생아의모발분석을 통해 흡연 임산부에서 태어난 신생아의 모발에 니코틴과 기타의 독성물질이 검출되었다는 결과를 통해 임산부의

흡연행위의 해로움을 입증했다. 신생아의 모발은 성인보다 유동적 전해질의 불균형, 체온의 불안정성, 모발과 두피손상 등의 위험에 노출되기 쉬우므로 흡연여성의 태도를 변화시키고 세분화된 모발건강관리 교육이 이루어져야 한다고 주장하였다.

Mosley(1996)는 동물실험을 통해 흡연자의 조기 모발 변색과 모발손상을 연구함으로써 보건교육의 새로운 분야의 기회로서 모발건강교육을 강조하였다.¹⁶⁾

Francesco(2000)는 3개월 동안 흡연에 노출시킨 쥐의 동물실험을 통한 결과로 모낭의DNA 손상의 원인이 되어 모발탈락을 증가시키고 모발색을 변색시켰다는 보고를 했고 모발건강에 흡연이 나쁜 영향을 미친다는 것을 입증하였다.¹⁷⁾

9) 두발용품에 의한 영향

사회경제적 변화에 부응한 미의식의 요구와 향장 과학의 발달은 모발에 대한 많은 기초연구를 바탕으로 두발제품의 기능성과 유용성을 강조하게 되었다.¹⁸⁾ 제품의 효능의 증가를 위한 경피 흡수 증가는 접촉성 자극을 유발하기 쉽다는 것은 사실이다. 두발제품으로 인한 두피질환은 원발성 접촉 피부염과 알레르기성 피부염으로 머리염색약, 퍼머약, 모발화장품인 헤어무스, 헤어스프레이, 헤어로숀, 헤어토닉 등의 성분 중 방부

16) Mosley J.G.; Gibbs A.C.C.(1996). Premature grey hair and hair loss among smokers: A new opportunity for health education. British medical journal 313: 16-21.

17) Francesco D'Agostinia, Roumen Balanskya, Carlo Pesceb, Paolo Fialloc, Ronald A. Lubetd, Gary J. Kelloffd and Silvio De Flora(2000). Induction of alopecia in mice exposed to cigarette smoke. Toxicology Letters. 1(3): 117-123

18) 서성환(1998). 두발화장품의 기술동향. 대한화장품학회지29(10): 128-141.

제, 향료, 기제 등이 접촉성 피부염의 주된 원인으로 문제가 된다.¹⁹⁾

미국에서는 화장품의 성분표시가 화장품에 의무화되어 있어 화장품과 두발제품에 의한 부작용 해결에 많은 성과를 거두고 있다. 또한 일상생활에서 흔하게 접하는 샴푸도 그 농도에 따라 알레르기 반응을 보이는 사람이 있고 피부과 영역에서 두피에 쓰이는 약제도 접촉성 두피염의 원인이 될 수 있다.²⁰⁾

2. 자아존중감

자아존중감은 학자에 따라 다르게 정의하고 있으나, 본 연구에서는 자아존중감의 일반적인 개념, 기능 즉 행동에 미치는 영향, 형성 이론, 발달 등을 중심으로 살펴보고자 한다.

(1) 자아존중감의 개념

자아존중감과 동일한 또는 유사한 개념으로 많이 쓰이는 용어로는 자기사랑(self-love), 자기수용(self-acceptance), 자기확신(self-confidence), 자기가치(self-worth) 등을 들 수 있다. 이와 같은 용어들은 모두가 자아존중감이 관여될 수 있는 여러 가지 심리적 측면을 나타내는 것으로 생각한다면 자아존중감은 인간 행동을 설명하는 데에 있어서 대단히 중요한 정의적 특성이라고 볼 수 있다. 자아존중감이란 용어는 연구자에 따라 자존심, 자존감, 자기존중감 등으로 번역, 사용되기도 한다.

19) 허충립(1992). 두피에 발생하는 접촉 피부염. 의약정보 206(8): 32-35.

20) 허충립(1992). 앞의 논문, 42-45.

자아존중감(self-esteem)이란 용어는 William James(1890)가 ‘나 자신의 능력을 평가하는 것으로 한 개인에 대한 가치감은 가정된 잠재력에 비하여 실제로 얻게 되는 성취의 비율로 결정된다’고 최초로 자아존중감이라는 개념을 사용하면서 시작되었다. 자아존중감에 대해 포괄적으로 연구를 한 Coopersmith(1987)는 자아존중감은 개인이 자기 자신에 대해 칭찬이나 비난을 하는 정도를 나타내며, 자신이 얼마나 유능하고 중요하며, 성공적이고 가치있다고 믿는가를 나타낸다고 하였다. 즉 개인이 자기 자신에 대해 알고 있는 태도에서 나타나는 자신에 대한 가치의 판단이라고 하였다.²¹⁾

황찬구(1988)는 자아존중감을 일반적인 자아상을 나타내는 일반적 자아존중감, 친구나 타인과의 관계에서 자신이 보는 관념체계인 사회적 존중감, 교사나 동급생과의 관계에서 자신이 느끼는 대로 표현한 학교 자아존중감, 가정생활에서 얼마나 원만한 생활을 누리고 있는가를 나타낸 가정의 자아존중감 등 4개의 요인으로 세분화하여 보고 있으며, 이들 4개의 하위요인을 모두 합하여 총 자아존중감으로 나타내고 있다. 이는 Coopersmith의 자존감 척도(Coopersmith self-Esteem Inventory SEL)의 하위영역을 근간으로 한 것으로 보며, 자아존중감을 단일차원적 개념으로 접근하여 다양한 영역에 걸친 자아평가를 합한 것이 개인의 것을 가장 잘 반영하는 것이라는 주장을 전제로 구성된 것으로 보인다. 즉 비교적 지속적인 성격특성으로 개인의 경험에 의해서 변화 가능한 요인이라고 다시 말할 수 있다.

자아존중감은 여러 가지 측면을 지니고 있다. 첫째, 자아존중감이란 자신의 가치에 대한 자기평가 혹은 자기판단이며, 둘째, 자아존중감은 구체적인 개념이라기보다는 포괄적이고 전체적인 개념이며, 셋째, 자아존중감이란 상

21) Coopersmith, S., The Antecedents of Self-Esteem, San Francisco: W.H. Freeman and Co. (1981, Reprint Edition), 1967.

황에 따라 쉽게 변하는 것이 아니고 비교적 지속적인 성격 특성을 지지고 있다. 넷째, 자신을 평가할 때 강조하는 영역은 사람마다 다르기 때문에 자아존중감의 정도는 특정도구에 따라 달라질 수 있다는 점이다.

(2) 자아존중감의 기능

자아존중감이 높은 이들은 수행결과를 자신의 능력과 좋은 자질에 더 관련시키는 경향이 있으며, 또 자신을 매우 훌륭하게 평가한다고 주장한다. 또 자아존중감이 높은 사람은 자신을 있는 그대로 수용하며 자신의 인간적인 점을 잘 인내할 수 있다. 따라서 자아존중감이 높다고 스스로 평가하는 사람은 자기 자신의 모든 생활을 가치 있고 보람있다고 생각하면서 자신 있게 행동하기 때문에 원만한 사회생활을 영위함과 아울러 진취적이고도 활력있는 삶을 전개하게 된다.

반면에 자아존중감이 낮다고 스스로 평가하는 사람은 자기 자신을 쓸모 없고 무가치하며 약하다고 생각하여 스스로 학대하고 열등감을 가지게 된다. 즉 자아부정(Self-rejection), 자아불만족(Self-dissatisfaction) 및 자아경멸(Self-contempt)에 이르게 되므로 불안한 심리 상태와 소극적인 생활태도를 갖게 된다.²²⁾

Reasoner(1982)도 자아존중감이 높은 사람과 낮은 사람을 비교하면서 자아존중감이 높은 사람은 자기 자신과 타인을 수용하며 타인의 능력과 자신의 능력을 잘 인식한다고 하였다. 그리고 주위 환경이나 사회적 관계에서 안정감을 느끼며 소속감을 가질 뿐만 아니라 문제에 대하여 자신감을 가지고 도

22) Rosenberg, M., Society and the Adolescent Self-image. Princeton: Princeton University Press, 1965.

전하여 성취감이 높으며 자신감이 있고 자기 행동에 대하여 책임을 질 줄 안다는 것이다. 또한 목적감과 미래에 대한 이상으로 동기화되어 그 목적을 이루기 위하여 주위의 자료들을 잘 이용하는 반면에, 자아존중감이 낮은 사람은 실패를 두려워하여 모험을 하는 일이 적고 타인에 대한 필요 없는 신경을 쓰며, 의존심이 많아 문제를 스스로 해결해 나가지 못한다고 하였다.

자아존중감이 높은 사람은 타인이 자기에게 동의하지 않을 때라도 당황하지 않으며, 실패할 때라도 변명하지 않는다. 타인들을 사회적 지위에 관계없이 동일하게 대우하며 타인들의 복지에 공헌하는 자신의 능력을 의심하지 않고 그렇게 하려고 시도한다. 부끄러워하거나 지나치게 자기의식을 하지 않는다고 하였다.

이상에서 살펴 본 자아존중감의 특징은 자아존중감이 높은 사람일수록 자기자신에 대해서 긍정적이고 자기가 가치있고 보람있는 삶을 영위한다고 생각하며 자신감을 가지고 행동하게 된다. 반면에 자아존중감이 낮은 사람들은 자기 가치에 대해 회의적이며, 자기를 무가치한 인물로 보며 자주 불안을 느끼고 우울해지며 불행하다고 느낀다. 자기 자신에 대해서도 확신을 느끼지 못하며 행동도 불안정하고 소극적이다.

(3) 자아존중감 구성요소

자아존중감의 구성요소는 소속감, 유능감, 가치감이다. 이들 중 어느 한 영역의 발달이 지연되면 자아존중감의 중요한 부분이 결손된다.

첫째, 소속감(belonging)을 들 수 있다. 인간은 어디에 소속되기를 원하며 모든 개인의 삶은 사회적 관계 속에서 이루어진다. 자아존중감에서의 소속은 한 개인이 한 집단의 부분이 되고, 한 개인이 집단의 다른 구성원에 의해서 수

용되며, 가치를 인정받는 것을 의미한다.

둘째, 유능감(feeling competent)이다. 인간은 자기들이 설정한 목표를 얼마나 효율적으로 성취하는가에 따라 자신을 평가한다. 그들의 과정을 성취함에 있어서 효율적이라면 자신을 긍정적으로 평가한다. 능력을 객관적으로 관찰할 수 있다 하더라도 자아존중에 영향을 미치는 것은 자신의 능력에 대한 개인의 지각이라는 점을 유념할 필요가 있다. 객관적인 의미에서 어떤 능력을 가진 사람이 자기 자신이 그런 능력을 가지고 있다고 생각하지 않는 사람은 낮은 자아존중감 때문에 괴로움을 받는다. 주변에서 일어나는 많은 행동들이 능력과 관계가 있기 때문에 그 능력에 대한 느낌과 자아지각은 자아존중의 중요한 요소가 된다.

셋째, 가치감(feeling worth)이다. 인간은 자기 자신을 ‘좋은’ ‘나쁜’ ‘가치 있는’ ‘무가치한’ 등의 용어로 생각하는 경향이 있다. 이러한 차원은 두 개의 참조체계(frame of reference)를 가진다. 개인은 자기가 그런 종류의 사람이기 때문에 자기를 가치 있는 존재로 보는 경우가 그것이다. 타인에 대한 한 개인의 가치는 흔히 타인이 그 개인에게 또는 그 개인을 위해서 무엇을 하느냐로 표현된다. 이러한 가치감을 알아보는 하나의 방법은 상대방이 베푸는 사랑이다. 사랑은 타인이 자기를 위해서 무엇인가 하고 있다고 느낄 때 타인이 자기를 사랑한다고 지각하게 된다. 관심을 행동으로 나타내는 일은 청소년과 함께 일하고 있는 사람들에게는 특히 중요하다. 가치감의 형성을 위해서 중요한 점은 개개인이 중요한 타인의 관심을 나타내는 행동을 지각해야 한다는 것이다.

이상과 같은 관점에서 보면, 사람들은 어디엔가 소속되기를 바라고, 능력 있는 존재가 되기를 원하며, 자신을 가치 있게 느끼기를 원한다. 자아존중감의 높고 낮음은 한 개인의 삶의 존엄 및 가치에 커다란 영향을 끼칠 수 있는

요소가 된다는 점에서 관심의 대상이 될 수밖에 없음을 인식하게 된다. 다만 주변 환경과의 상호작용을 통해서만이 자아존중감의 형성과 발달의 가능성을 논할 수 있을 것이다.

Taft(1985) 역시 사회적 역할 상실, 건강상실, 독립성의 상실이 낮은 자아존중감과 관련된다는 연구결과를 보여준바 있다.²³⁾ 그러나 Whall(1987)은 자아존중감은 상황적으로 영향을 받는 현상으로 어떤 상황에서의 다른 사람들의 평가가 자아존중감에 영향을 미치며 개인의 가치와 능력을 인정하고 중요시 여김으로써 그들의 자아존중감을 증진시킬 수 있다고 하였다.

(4) 자아존중감에 대한 이론 고찰

자아존중감은 한 개인이 자신에 관한 부정적 혹은 긍정적 평가와 관련된 것으로서 자기존경의 정도와 자신을 가치있는 사람으로 생각하는 정도를 의미한다.²⁴⁾ Coopersmith(1967)는 자아존중감을 개인이 자기 자신에 대해 형성하고 유지하는 평가로서 긍정적이거나 부정적인 태도로 표현되며, 자신이 중요하고 유능하며 성공적이고 가치가 있다고 믿는 정도를 나타낸다고 하였다.²⁵⁾

자아존중감은 자아개념(self-concept)과 특별히 혼동되어 사용되고 있는 개념이다.²⁶⁾ 자기개념은 판단적 개념이 아니라 일련의 기술적인 개념

23) Taft, L. B., Self-esteem in later life:A Nursing Perspective. *Advanced Nursing Science*. 8(1), pp. 77-84, 1985.

24) Rosenberg, F. and Rosenberg. M.(1978). Self-esteem and delinquency, *Journal of Youth and Adolescence*, 7(3), 221-229.

25) Coopersmith, S.(1967). *The antecedents of self-esteem*. San Francisco. W.H. Freeman & Company.

26) 이태인 (1995). 청소년의 자아존중감 향상을 위한 집단사회사업의 효과. 연세대학교 대학원 석사학위 논문.

으로서 자신의 특성에 대한 긍정적 혹은 부정적 감정이 포함되지 않는 반면에 자아존중감은 자신의 특성에 대한 판단과 평가를 포함한다.²⁷⁾

이렇게 자기개념과 자아존중감을 구별하여 본다면, 자기개념을 자기를 기술하는 행동특성으로 정의할 때 자아존중감은 자기개념에 속하지만 좀 더 개체가 자기특성에 대한 가치를 기술하는 특성으로 볼 수 있다. 자아존중감은 성격이론이나 자기이론에 있어서 개인이 자기자신에 대한 인지적, 평가적 수준을 나타내는 하나의 심리적 경향으로서 자기가치감 또는 자기감으로 이해되고 있다.²⁸⁾

그렇다면 자아존중감이 하나의 실체로 존재하는지 또는 여러 요소로 이루어져서 수행하는 과제나 당면한 상황에 따라 변화할 것인지의 문제가 제기될 수 있다. 이 문제에 대해 대체로 두 가지 입장이 있는데 그 하나는 자아존중감을 자신에 대한 전반적인 감정 상태나 인지적 추상개념으로 보는 입장으로 총체적인 자아존중감이라 명명한다. 다른 하나는 자아존중감이 단일한 실체가 아니라 복잡한 인지적 요인과 미분화된 정서적 요인으로 이루어져 있다고 보는 입장이다.²⁹⁾ 즉 자아존중감은 복합된 실체이며 여러 요인이 독립적으로 미치고 상호작용도 한다는 것이다.

자아존중감 형성의 결정요인으로 Coopersmith(1967)는 첫째로 중요한 타인으로부터 개인이 받는 존중과 수용 및 관심의 정도이며, 둘째는 개인의 성공과 실패에 대한 역사로서, 여기에는 개인이 성취해온 객관적 지위와 사회적 지위가 포함된다고 하였다.

27) 이미련(1999). 자기노출, 자아존중감, 가족환경지각간의 관계. 경북 간호과학지 제3권 제2호.

28) Simmons, R. G., Rosenberg, F., & Rosenberg, M.(1973). Disturbance on the self-image at adolescence. *American Sociological Review*, 38, 333-340.

29) Pelham, B.W., & Swan, W.B.(1989) From self-conceptions to self-worth: On the sources and structure of global self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 672-680.

한편 Harter(1983)는 아동의 자아존중감 형성과 발달을 연구한 결과, 아동이 8세경에 이르면 자아존중감이 비교적 잘 형성된다고 보았다.³⁰⁾ 그는 자아존중감이 어떻게 형성되는지를 두 가지 근원을 들어서 설명한다. 아동은 지각된 능력과 지각된 수용을 통하여 자아존중감을 형성하는데, 지각된 능력이란 신체적 외모, 사회적 수용, 학업성취 능력, 체육과 예술에 대한 소질, 그리고 품행 등의 다섯 가지 영역에서 자신의 능력에 대한 자기평가를 말하며, 지각된 수용은 부모나 친구, 교사와 같은 중요한 타인들이 자신에 대해서 내리는 평가를 지각하는 것을 말한다. 이러한 지각된 능력과 지각된 수용이 전체적인 자기평가에 강하고 동일하게 기여하고 있다고 주장한다.

자아존중감 발달에 영향을 미치는 또 하나의 중요한 요인이 사회적 비교이다. 자신의 능력에 대한 평가는 자아존중감을 형성하는 주요요인이므로 5-6세부터 아동은 또래와 비교하여 자신을 평가하기 시작한다. 이 무렵부터 아동들은 능력뿐 아니라 옷차림, 소유물, 가정배경, 또래로부터의 수용도 등 여러 측면에서 다른 아동과 자신을 끊임없이 비교한다. 이러한 사회적 결과의 비교가 성공적일 때 바람직한 자존감이 형성되지만 지적능력이 낮거나 사회성이 부족하거나 저소득 계층의 아동은 낮은 자존감을 형성해가기 시작한다.³¹⁾

초등학교 고학년에 해당하는 아동 후반기의 자아존중감 발달은 인지적 및 사회적 능력에 의해 크게 좌우된다. 학교에서의 성적과 친구가 많고 적음에 따라 자아존중감이 형성된다. 11-12세경 사춘기에 접어들면서 아동의 자존감은 낮아지다가 고등학교 시기에 정상적으로 회복된다.³²⁾

30) Harter, S.(1983). The development of the self-system. In M. Hetherington(Ed.). *Handbook of child psychology: Social and personality development*. New York Wiley.

31) 송명자(1986). 발달심리학. 학지사.

사춘기에 일시적으로 자존감이 낮아지는 이유는 아동의 자아의식이 급격하게 높아지는 동시에 타인이 자신을 어떻게 보고 있는가에 대해 보다 민감해지기 때문인 것으로 생각된다.

자아존중감이 높은 사람들은 자아존중감이 낮은 사람들보다 부정적 사건을 경험하였을 때, 이를 축소시키고 그것의 자신에 대한 영향력을 최소화하는 능동적인 전략을 취한다. 부정적인 사건에 접했을 때 높은 자아존중감을 가진 사람들은 먼저 문제되는 속성의 중요성을 최소화한다.³³⁾

또한 그런 점의 일치성을 과다 추정하여 다른 사람도 못한다고 생각하며, 실패 후에 다른 사람들과의 비교를 활발히 하여 타인들의 평가를 낮출 수 있는 계기를 찾고, 다른 영역에서의 자기 가치감을 상승시킴으로서 보상적인 자기 증진을 한다. 자아존중감이 낮은 사람들은 자아존중감이 높은 사람들보다 부정적 분위기에서 자기평가가 저하되는 경향을 보이며,³⁴⁾ 또한 분위기-합치성 효과(부정적 분위기에서 부정적인 기억이나 생각 유도)를 더 잘 보인다.

그러나 자아존중감이 높은 사람들은 이러한 분위기-합치성 효과와는 반대되는 경향을 보이는 것으로 드러나고 있다. 즉 부정적 분위기에서 긍정적인 사고나 생각을 하는 것이다. 또한 자아존중감의 수준에 따라

32) Harter, S.(1989a). Causes, correlates, and the functional role of global self-worth: A life-span perspective. In J. Kolligan & R. Sternberg, Eds., *Perceptions of competence and incompetence across the life-span*. New Haven: Yale University Press.

33) Brown, J.D. & Gallagher, F.M.(1992). Coming to terms with failure: Private self-enhancement and public self-effacement. *Journal of Experimental Social Psychology*, 28, 3-23.

34) Brown, J.D. & Mankowski, T.A.(1993). Self-esteem, mood, self-evaluation: Changes in mood and the way you see you. *Journal of Personality and Social Psychology*, 64, 421-430.

적응기제가 상이한 것으로 밝혀지고 있다.³⁵⁾ 자아존중감이 높은 사람은 인지적이고 개인적인 수준에서 상대방의 평가에 대처해 나갈 수 있는데, 이는 대인관계 속의 위협에 직면해서 자아존중감을 유지하는데 필요한 인식의 완충지를 가졌기 때문이다. 그러나 자아존중감이 낮은 사람들은 자신의 가치를 불신하고 사회적 평가에 더 많은 영향을 받으며 관심을 둔다. 자아존중감이 낮은 사람은 일반적으로 자신의 판단에 덜 확신을 하기 때문에 행동유연성이나 변산성이 더 크다.³⁶⁾

Coopersmith(1967)는 높은 자아존중감에 미치는 주요한 타인들의 영향을 연구하였다.³⁷⁾ 특히 부모의 자녀양육 행동과 아동의 자아존중감과의 관계에 초점을 둔 연구에서 자녀를 수용하고 애정을 빈번하게 표현하며 자녀들의 일에 관심을 가진 부모의 자녀는 높은 자아존중감을 지니고 있음을 보고하였다. 이 연구의 결과는 부모로부터 받는 높은 정서적 지지와 정보적 지지는 아동의 자아존중감을 고양시키는 결과를 초래한다고 볼 수 있다.

김양숙(1995)은 청소년들도 부모로부터 수용받고 지지받는다는 느낌을 의사소통을 통해 전달받음으로써 자신에 대한 긍정적 평가를 내리게 되고 따라서 자아존중감이 높게 형성된다고 보고하였다.³⁸⁾

35) Baumgardner, A.H., Kauffman, C.M., & Levy, P.E.(1989). Regulating affect interpersonal: When low esteem leads to greater enhancement. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56, 907-921.

36) 정현지(1991). 자아존중감에 따른 자기확신감의 변화와 차이에 관한 연구, 이화여자대학교 대학원 석사학위 논문.

37) Coopersmith, S.(1967). *The antecedents of self-esteem*. San Francisco. W.H. Freeman & Company.

38) 김양숙(1995). 부모-자녀 간 의사소통유형과 청소년의 자아존중감 내외통제성과의 관계. 서울여자대학교 석사학위논문.

(5) 헤어스타일과 자아존중감과의 관계

여성에 있어서 외모는 스스로의 가치 및 자기 자신에 대한 자신감 및 존중감에 매우 밀접한 영향을 미칠 수 있으며, 외모에 대한 만족을 통해 자기의 능력, 성공이나 가치 등을 높게 평가하게 하여 자신에 대한 느낌을 긍정적으로 인지하게 한다.

인간은 타인으로부터 자신의 외모에 대한 긍정적 평가를 듣게 되면, 정신적인 만족감을 느끼게 되며 자기 자신에 대한 가치를 높게 인지한다. 이는 외모에 대한 좋은 반응이 본인에 대한 긍정적인 평가로 받아들여지고 자신에 대한 긍정적인 태도를 갖게 되어 자기 자신에 대한 긍정적인 감정을 불러일으키기 때문이다.

이러한 외모 중에 의복과 관련하여 자아존중과의 관계를 규명한 연구가 있어 왔으며, Sontag and Lee에 따르면 의복은 자기에 대한 긍정적인 또는 부정적인 감정을 야기시키는데 이러한 감정은 자기 승인, 자기 사랑, 자기만족과 관련된 것으로 그에 따른 행동을 초래한다고 하였다.³⁹⁾

한편, 신체발달의 개인차로 인해 열등감을 가질 경우 사회적응에 곤란을 가져오며 신체발달의 부조화 요인으로 정서적 불안을 느껴 자아존중감이 낮아진다고 보고된 바 있으며,⁴⁰⁾ 이지훈(2001)의 연구⁴¹⁾에 의하면, 비만의 아동은 자기 용모에 열등감을 갖게 되고, 운동 능력이 저하되어 친구들과 어울리는데 곤란을 느끼게 되기 때문에 심리적으로 위축되어 적극적인 교제가 이루어 지지 않고 혼자서 지내는 일이 많게 된다고

39) 임숙자(2002). 「현대의상사회의 심리학」. 수학사. 2002. pp. 57-62.

40) 이경희(1991). “성형수술을 원하는 여성의 신체상과 자아존중감에 관한 연구”. 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.

41) 이지훈(2001). “초등학교 아동의 스트레스 요인 연구”. 한국교원대학교 대학원 석사학위논문.

주장하였다. 또한, 아동기 비만아가 놀림을 당함으로써 사회적, 심리적으로 위축될 수 있으며 실제 표준 체중아보다 자아개념, 불안, 심한 우울증, 부정적 자아개념, 낮은 자존감 등을 갖게 된다고 알려져 있다.

외모는 자아존중감의 평가적 요소와 감정적 요소에 영향을 미치고 자아존중감을 상승시키는 기능을 한다고 볼 수 있다. 그러므로 외모의 중요한 부분을 차지하는 헤어스타일은 자아존중감을 이루는 하나의 유형이 될 수 있는 것이다.

실제로 의상을 제외한 인간의 신체 중에 헤어스타일이 외모적 이미지의 70% 이상을 결정한다는 연구결과도 보고된 바 있다.⁴²⁾ 모발은 인간의 아름다움, 특히 여성의 아름다움을 표현하는 신체의 중요한 부분이고 건강의 지표가 되는 것이다. 여성은 자신의 신체적 외모에 열등감을 느끼게 되면 부정적인 자아개념, 다시 말해 자아존중감 수준이 낮아지게 된다.

여성의 외모와 관련하여 자아존중감과의 관계를 연구한 것은 많이 있으며 특히, 피부미용과 자아존중감 관련 연구는 보고되고 있으나 헤어미용과 자아존중감의 관계는 최근 들어 보고되기 시작하고 있으며, 그러한 연구도 대학생들을 대상으로 한 연구였기 때문에 연구자들은 연령대와 사회경제적인 배경이 다양한 미용실 이용고객들을 대상으로 하여 헤어 만족과 두발형태가 그들의 자아존중감에 어떠한 영향을 미치는 지를 검증하는 데는 다소 미흡한 것이 사실이다.

이상을 종합해 보면, 외모 및 신체만족도, 그리고 본 연구에서 다루는 모발형태와 모발관리 등과 자아존중감 사이에는 유의미한 상관관계가 있

42) 곽형심(1999). “미용실무전개를 위한 형태학적 접근에 관한 연구”. 한국미용학회지 5(1) pp. 23-28.

음을 알 수 있으며 자신의 신체 및 외모에 대하여 긍정적으로 평가하는 사람이 자아존중감이 높다고 할 수 있다. 특히, 외모에 결정적인 영향을 미치는 모발형태의 만족에 따른 긍정적 자아존중감의 형성은 여성에 있어서 매우 중요한 가치라 할 수 있다.

제3장 연구 방법

1. 연구 대상

본 연구의 목적을 달성하기 위하여 최종 300명이 분석에 사용되었다. 창원시 미용실 이용자들을 대상으로 2005년 9월 26일부터 9월 30일까지 5일간 설문조사를 실시하였으며 조사대상에 대한 일반적 사항은 아래 <표 3-1>과 같다. 연령은 10대가 38.0%로 가장 많았고 30대가 27.3%, 40대가 17.3%, 20대가 14.7% 등의 순으로 나타났다. 결혼 상태는 미혼이 54.0%로 기혼의 45.3%에 비하여 많았으며 독신은 2명이었다. 직업은 학생이 40.0%로 가장 많았으며 판매서비스직이 32.7%등으로 조사되었다.

<표 3-1> 연구대상의 일반적 사항

구 분	빈도(N)	백분율(%)
연령	10대	114
	20대	44
	30대	82
	40대	52
	50대	8
결혼 상태	미혼	162
	기혼	136
	독신	2
직업	전문기술직	14
	행정사무직	20
	판매서비스직	98
	교원	2
	주부	28
	학생	120
	기타	18
합계	300	100.0

2. 측정 도구

본 연구의 측정도구는 모발관리에 대한 인식 및 실태와 자아존중감이 다. 모발관리에 대한 인식 및 실태는 현재 헤어스타일에 관한 사항, 미용실 만족도에 관한 사항, 헤어스타일에 관한 일반적 인식, 모발 염색에 관한 사항, 모발 손상에 관한 사항의 5개 하위 영역, 총 27문항으로 구성되어 있다. 각 영역별 문항번호는 아래 <표 3-2>와 같다.

<표 3-2> 모발관리에 대한 인식 및 실태의 하위 영역

하위 영역	문항수	문항 번호
현재 헤어스타일에 관한 사항	4	1, 2, 3, 4
미용실 만족도에 관한 사항	4	5, 6, 12, 25
헤어스타일에 관한 일반적 인식	6	7, 8, 9, 10, 11, 20
모발 염색에 관한 사항	6	14, 15, 16, 17, 18, 19
모발 손상에 관한 사항	7	13, 21, 22, 23, 24, 26, 27

자아존중감은 자기존중, 타인과의 관계, 지도력과 인기, 자기주장의 4개 하위 영역의 총 25문항으로 구성되어 있다. 각 하위 영역별 문항구성은 아래 <표 3-3>과 같다. 신뢰도 분석결과 자기존중의 Cronbach's α 는 .587, 타인과의 관계는 .607, 지도력과 인기는 .571, 자기주장은 .677로 나타났다으며 전체 신뢰도는 .852로 신뢰도는 충족되는 것으로 나타났다.

〈표 3-3〉 자아존중감의 하위 영역 및 신뢰도⁴³⁾

하위 영역	문항수	문항 번호	신뢰도
자기존중	5	1, 3, 11, 15, 16	.587
타인과의 관계	7	6, 7, 9, (10), (20), 21, 22	.607
지도력과 인기	6	2, (5), (8), (14), 18, 25	.571
자기주장	7	(4), (12), 13, 17, (19), 23, (24)	.677
전체	25		.852

3. 분석 방법

본 조사에서 수집된 자료의 통계처리는 데이터 코딩(data coding)과 데이터 크리닝(data cleaning) 과정을 거쳤다. 분석은 SPSS 12.0 for Windows 통계 패키지 프로그램을 활용하여 95%신뢰수준에서 검정하였다. 구체적인 분석 방법은 다음과 같다.

첫째, 표본의 일반적 특성을 파악하기 위하여 빈도분석(Frequency Analysis)을 실시하였다.

둘째, 측정도구의 신뢰도를 파악하기 위하여 Cronbach's α 계수를 산출하였다.

셋째, 모발관리에 대한 인식 및 실태에 따른 자아존중감의 차이를 파악하기 위하여 t검정(t-test)과 분산분석(One-Way ANOVA)을 실시하였다. 분산분석 후 유의한 차이가 있는 경우는 Duncan의 사후검정을 사용하여 집단 간 차이를 규명하였다.

43) 여기서 ()안의 문항은 역코딩 문항인데 항상 그렇다를 5점으로 주고 나머지는 항상 그렇다를 1점으로 주어 점수가 높을수록 자아존중감이 높음을 의미.

제4장 연구 결과 및 고찰

1. 여성의 모발관리

(1) 현재 헤어스타일에 관한 사항

현재 헤어스타일에 관한 사항에 대한 분석 결과는 아래 <표 4-1>과 같다.

<표 4-1> 현재 헤어스타일에 관한 사항

N=300

구 분		빈도(명)	백분율(%)
현재 헤어스타일	단발머리	64	21.3
	층이있는 긴머리	114	38.0
	층이없는 긴머리	34	11.3
	짧은 커트머리	84	28.0
	올림머리	4	1.3
향후 헤어스타일	단발머리	18	6.0
	층이있는 긴머리	96	32.0
	층이없는 긴머리	52	17.3
	짧은 커트머리	42	14.0
	올림머리	12	4.0
	그때 가봐서	80	26.7
헤어스타일 결정시 참고 매체	TV등 방송매체	46	15.3
	잡지 등의 생활정보지	54	18.0
	헤어디자이너의 조언	76	25.3
	주변사람들의 헤어스타일	28	9.3
	자신의 판단	96	32.0
현재 헤어스타일 만족도	매우 만족	24	8.0
	만족	88	29.3
	보통	142	47.3
	불만족	30	10.0
	매우 불만족	16	5.3

분석결과, 현재 자신의 헤어스타일은 층이 있는 긴머리가 39.0%로 가장 많았고 그 다음으로 짧은 커트머리가 28.0%, 단별머리가 21.3%로 나타났다. 상대적으로 층이 없는 긴머리(11.3%)와 올림머리(1.3%)의 헤어스타일을 가진 여성은 적은 것으로 나타났다. 다음에 현재의 헤어스타일을 바꾼다면 어떤 스타일로 하겠는가에 대하여 층이 있는 긴머리가 32.0%로 가장 많았으며 그 다음으로 그 때 가봐서 결정하겠다는 응답이 26.7%로 나타났다. 이를 통해 여성은 현재와 향후 헤어스타일에 대한 선호도가 층이 있는 긴머리인 것으로 나타났다.

헤어스타일을 결정할 때 참고로 하는 것에 대하여는 자신의 판단이 32.0%로 가장 많았으며 그 다음으로 헤어디자이너의 조언(25.3%), 잡지 등의 생활정보지(18.0%), TV등 방송매체(15.3%)의 순으로 나타났다.

현재 헤어스타일에 대한 만족도는 보통이 47.3%로 가장 많았고 그 다음으로 만족한다는 응답이 29.3%로 나타나 현재 헤어스타일에 대부분 만족하는 것으로 나타났다.

(2) 미용실 만족도에 관한 사항

미용실 만족도에 관한 사항은 아래 <표 4-2>와 같다. 단골 미용실을 찾는 이유는 탁월한 기술이 40.0%로 가장 많았으며 친절한 서비스가 22.7%로 나타나 단골 미용실을 찾는 이유는 기술과 서비스 때문인 것으로 나타났다. 적당한 가격(16.7%)과 집이나 회사에서 가까운 곳이기 때문에(12.7%) 단골 미용실을 찾는 경우도 있는 것으로 나타났다.

미용실에서 시술하여 주는 헤어스타일에 대한 만족도는 보통이

53.3%로 가장 많았고 만족한다가 33.3%인 것으로 나타나 만족도가 매우 높은 것으로 나타났다. 미용실에서 가장 많이 받는 시술은 커트(40.7%)였으며 그 다음으로 퍼머넌트(37.3%), 모발염색 및 탈색(14.0%)의 순으로 나타났다.

〈표 4-2〉 미용실 만족도에 관한 사항

N=300

구 분		빈도(명)	백분율(%)
단골 미용실을 찾는 이유	친절한 서비스	68	22.7
	탁월한 기술	120	40.0
	인테리어	2	.7
	적당한 가격	50	16.7
	집이나 회사에서 가까운 곳	38	12.7
	유명한 미용실	22	7.3
미용실 만족도	매우 만족	24	8.0
	만족	100	33.3
	보통	160	53.3
	불만족	10	3.3
	매우 불만족	6	2.0
미용실에서 가장 자주받는 시술	커트	122	40.7
	퍼머넌트	112	37.3
	모발염색 및 탈색	42	14.0
	드라이	14	4.7
	트리트먼트	10	3.3
미용실을 찾는 횟수	1개월	68	22.7
	2개월	82	27.3
	3개월	90	30.0
	6개월	30	10.0
	7개월 이상	30	10.0

미용실을 찾는 횟수는 3개월이 30.0%로 가장 많았고 2개월이 27.3%, 1개월이 22.7%로 나타나 대체로 3개월 내로 미용실을 방문하는 것으로 나타났으며 6개월 이상에 한번 미용실을 방문하는 경우는 20.0%에 불과하였다.

(3) 헤어스타일에 관한 일반적 인식

헤어스타일에 관한 일반적 인식에 대한 분석결과는 아래 <표 4-3>과 같다.

〈표 4-3〉 헤어스타일에 관한 일반적 인식

N=300

구 분		빈도(명)	백분율(%)
헤어스타일에 가장 영향을 미치는 요인	커트	114	38.0
	모발염색 및 탈색	84	28.0
	퍼머넌트	52	17.3
	드라이	50	16.7
한국여성에게 가장 잘 어울리는 헤어스타일	단발머리	44	14.7
	층이있는 긴머리	104	34.7
	층이없는 긴머리	66	22.0
	짧은 커트머리	42	14.0
	올림머리	44	14.7
헤어스타일이 의상선택에 미치는 영향	미친다	252	84.0
	미치지 않는다	30	10.0
	별 관심없다	18	6.0
헤어스타일 변경 시기	기분전환이 필요할 때	126	42.0
	정기적으로	120	40.0
	유행에 따라서 언제든지	34	11.3
	친구 또는 가족의 권유로	20	6.7
헤어스타일 변경 주기	거의 바꾸지 않는다	100	33.3
	1-2번	78	26.0
	3-4번	74	24.7
	5-6번	26	8.7
	7-8번	10	3.3
	9번이상	12	4.0
퍼머넌트를 하는 이유	볼륨을 주기 위해	88	29.3
	머리술을 많이 보이려고	34	11.3
	드라이가 잘되게 하기 위해서	40	13.3
	헤어스타일을 돋보이게 하기 위해서	138	46.0

헤어스타일에 가장 영향을 미치는 요인에 대하여는 커트(38.0%)가 가장 많았고 그 다음으로 모발염색 및 탈색(28.0%)으로 나타났다. 퍼머넌트

는 17.3%, 드라이는 16.7%가 헤어스타일에 영향을 많이 미친다고 응답하였다. 한국 여성에게 가장 잘 어울리는 헤어스타일에 대하여 층이 있는 긴머리가 가장 잘 어울린다는 응답이 34.7%로 가장 많았다. 그 다음으로 층이 없는 긴머리(22.0%)로 나타나 전반적으로 한국 여성에게 긴머리가 잘 어울리며 그 중 층이 있는 긴머리가 어울린다는 의견이 많았다. 단발머리와 올림머리가 잘 어울린다는 응답은 각 14.7%였으며 짧은 커트머리가 잘 어울린다는 응답은 14.0%로 나타났다.

헤어스타일에 의상선택에 미치는 영향에 대하여 영향을 미친다는 응답이 84.0%로 매우 높게 나타나 헤어스타일이 의상선택에 많은 영향을 끼침을 알 수 있었다. 미치지 않는다는 10.0%, 별 관심없다는 6.0%에 불과하였다. 헤어스타일을 바꾸는 시기는 기분전환이 필요할 때(42.0%)와 정기적으로 바꾸는 것으로 나타났으며(40.0%), 유행에 따라서 언제든지 바꾸거나(11.3%) 친구 또는 가족의 권유(6.7%)로 헤어스타일을 바꾸는 경우는 드물었다.

1년에 바꾸는 헤어스타일에 대하여 살펴보면, 거의 바꾸지 않는다는 응답이 33.3%로 가장 많이 나타나 헤어스타일은 자주 바꾸지 않으며 커트로 머리를 다듬는 경향이 큰 것으로 나타났다. 년에 1-2번 헤어스타일을 바꾸는 경우는 26.0%, 3-4번 바꾸는 경우는 24.7%로 나타났다. 퍼머넌트를 하는 이유에 대하여는 헤어스타일을 돋보이게 하기 위해서가 46.0%로 가장 많았고 그 다음으로 볼륨을 주기 위해(29.3%), 드라이가 잘 되게 하기 위해(13.3%), 머리숱을 많게 보이기 위해(11.3%)의 순으로 나타났다.

(4) 모발 염색에 관한 사항

모발 염색에 관한 사항에 대한 분석결과는 아래 <표 4-4>와 같다.

<표 4-4> 모발 염색에 관한 사항

N=300

구 분		빈도(명)	백분율(%)
염색 경험	그렇지 않다	92	30.7
	그렇다	208	69.3
염색을 하지 않는 이유	본래의 내 머리색이 좋아서	34	37.0
	그냥 하기 싫어서	28	30.4
	보기가 좋지 않은 것 같아서	16	17.4
	돈이 들기 때문에	8	8.7
	눈이 나빠진다고 해서	4	4.3
	마음에 드는 색이 없어서	2	2.2
	소계	92	100.0
향후 모발염색 여부	하겠다	174	58.0
	하지 않겠다	66	22.0
	그때 가봐야 알겠다	60	20.0
염색을 하는 이유	남의 시선을 끌기 위해서	6	2.6
	예쁘게 보이려고	106	45.3
	유행을 따라고 싶어서	2	.9
	마음의 새로운 변화를 갖기 위해서	44	18.8
	스트레스 해소의 하나로	2	.9
	자기만족을 위해서	74	31.6
	소계	234	100.0
좋아하는 머리색깔	검은색	88	29.3
	파란색	6	2.0
	황금색	20	6.7
	포도주색	16	5.3
	갈색	140	46.7
	보라색	18	6.0
	빨강색	12	4.0
모발염색의 헤어스타일에 영향정도	예	240	80.0
	아니오	22	7.3
	잘 모르겠다	38	12.7

모발의 염색경험이 있거나 현재 염색을 하고 있는 응답자는 65.9%로

많은 여성이 모발 염색을 하거나 한 경험이 있는 것으로 나타났다. 모발 염색을 하지 않는 경우 그 이유는 본래의 내 머리색이 좋아서라는 응답이 37.0%로 가장 많았고 그냥 하기 싫어서라는 응답이 30.4%, 보기가 좋지 않은 것 같아서 염색을 하지 않는 응답자가 17.4%로 나타났다.

앞으로 기회가 있다면 모발염색을 하겠다는 응답자는 58.0%로 나타났다며 하지 않겠다는 22.0%, 그 때 가봐야 알겠다고 응답한 경우는 20.0%로 나타났다. 향후 염색을 하지 않겠다고 응답한 경우를 제외한 117명을 대상으로 염색을 한다면 그 이유에 대하여 분석한 결과, 예쁘게 보이려고 염색을 한다는 응답이 45.3%로 가장 많았고 그 다음으로 자기 만족을 위해서(31.6%), 유행을 따르고 싶어서(18.8%)의 순으로 나타났다.

좋아하는 머리색같은 갈색(46.7%)이 가장 많았고 그 다음으로 검은색(29.3%)의 순으로 나타났다. 모발염색이 헤어스타일을 돋보이게 하는데 영향을 준다고 생각하는 응답자는 80.0%로 모발염색이 헤어스타일에 많은 영향을 미친다고 인식하고 있었다.

(5) 모발 손상에 관한 사항

모발 손상에 관한 사항에 대한 분석결과는 아래 <표 4-5>와 같다. 현재 모발손상도는 보통이 36.7%로 가장 많았고 그 다음으로 손상이 35.3%로 나타나 모발의 손상도가 높은 것으로 나타났다. 모발손상의 주된 원인은 미용실에서 시술되는 작업(44.0%)이라는 인식이 가장 많았고 그 다음으로 잦은 샴푸(22.7%), 영양섭취의 불균형(17.3%) 등으로 순으로 나타났다.

모발의 건강유지와 헤어스타일의 아름다운 연출 중 더 중요하다고 생

각되는 항목에 대한 분석결과, 모발의 건강유지(64.7%)가 헤어스타일의 아름다움(27.3%)에 비하여 더 중요하다고 인식하였다.

〈표 4-5〉 모발 손상에 관한 사항

N=300

구 분		빈도(명)	백분율(%)
현재 모발손상도	매우 손상	26	8.7
	손상	106	35.3
	보통	110	36.7
	매우 건강	46	15.3
	건강	12	4.0
모발손상의 주된 원인	염색 및 탈색	202	67.3
	퍼머넨트	50	16.7
	드라이	22	7.3
	아이론	26	8.7
모발 손상과 가장 관련 깊은 요인	환경오염	22	7.3
	영양섭취의 불균형	52	17.3
	잘은 샴푸	68	22.7
	미용실에서 시술되는 작업	132	44.0
	기타	26	8.7
모발 건강유지와 헤어스타일 중 중요한 요소	모발의 건강유지	194	64.7
	헤어스타일의 아름다움	82	27.3
	잘 모르겠다	24	8.0
모발용 스타일링 제품 사용도	반드시 사용한다	92	30.7
	가끔 사용한다	142	47.3
	전혀 사용하지 않는다	66	22.0
헤어클릭닉 제품 사용도	반드시 사용한다	58	19.3
	가끔 사용한다	182	60.7
	전혀 사용하지 않는다	60	20.0
퍼머/염색시 모발손상방지 조치	반드시 한다	84	28.0
	가끔 한다	140	46.7
	안 한다	76	25.3
합 계		300	100.0

헤어스타일을 마무리 할 때 모발용 스타일링 제품을 반드시 사용하는 경우는 30.7%, 가끔 사용하는 경우는 47.3%였으며 전혀 사용하지 않는 경우는 22.0%에 불과하여 모발용 스타일링 제품을 많이 사용하는 것으로 나타났다. 모발손상을 방지하기 위하여 헤어클리닉 제품을 반드시 사용하는 응답자는 19.3%, 가끔 사용하는 경우는 60.7%, 전혀 사용하지 않는 경우는 20.0%로 조사되었다. 미용실에서 퍼머나 염색(탈색)시 모발 손상 방지를 위하여 필요한 조치를 반드시 하는 경우는 28.0%로 나타났으며 가끔 하는 경우는 46.7%, 하지 않는 경우는 25.3%로 나타났다. 전반적으로 여성들은 모발의 손상방지를 위한 조치를 다양하게 취하고 있는 것으로 나타났다.

2. 여성의 모발관리에 따른 자아존중감 차이

조사대상 300명 여성의 자아존중감 수준은 아래 <표 4-6>과 같다. 전체 자아존중감 수준은 3.35점으로 보통수준인 것으로 나타났다. 하위 영역 중 타인과의 관계(M=3.53)에 대한 자아존중감이 가장 높았고 그 다음으로 지도력과 인기(M=3.34), 자기존중(M=3.30), 자기주장(M=3.25)의 순으로 높게 나타났다.

〈표 4-6〉 자아존중감 수준

하위 영역	M (SD)
자기존중	3.30 (.58)
타인과의 관계	3.53 (.53)
지도력과 인기	3.34 (.48)
자기주장	3.25 (.54)
전체	3.35 (.43)

위의 자아존중감이 여성의 모발관리에 따라 차이가 있는가를 파악하기 위하여 t-test와 분산분석을 실시하였으며 그 결과는 다음과 같다.

(1) 현재 헤어스타일에 따른 자아존중감 차이

현재 헤어스타일에 따른 자아존중감 차이 분석결과는 아래 〈표 4-7〉과 같다. 분석결과, 향후 헤어스타일과 현재 헤어스타일 만족도에 따라서만 유의미하였다.

이를 구체적으로 살펴보면, 향후 헤어스타일에 따른 자기존중감은 단발머리(M=3.04)인 경우 가장 낮았고 짧은 커트머리(M=3.52)와 올림머리(M=3.53)일 때 가장 높은 것으로 나타났다($p<.05$). 지도력과 인기는 향후 헤어스타일이 단발머리(M=3.13)와 층이 있는 긴머리(M=3.18)인 경우에 비하여 층이 없는 긴머리(M=3.31), 짧은 커트머리(M=3.48), 올림머리(M=3.42) 및 그 때가봐서 결정하는 경우(M=3.50) 높은 것으로 나타났다($p<.05$).

자기주장($p<.05$)과 전체 자아존중감($p<.05$)은 향후 헤어스타일이 단발머리일 때 가장 낮았고 짧은 커트머리, 올림머리, 그때 가봐서 결정하는

경우 가장 높은 자아존중감 수준을 보였다.

현재 헤어스타일의 만족도에 따른 타인과의 관계를 살펴보면 현재 헤어스타일에 불만족하는 경우($M=3.34$) 타인과의 관계 수준이 가장 낮았고 그 다음으로 보통($M=3.50$), 만족($M=3.65$)의 순으로 높게 나타나 현재 헤어스타일에 만족할수록 타인과의 관계가 좋은 것으로 나타났다($p<.05$). 자기주장은 현재 헤어스타일에 불만족하는 경우($M=2.98$)에 비하여 만족하거나($M=3.37$) 보통($M=3.25$)일 때 높은 것으로 나타났다($p<.05$). 전체 자아존중감 수준은 현재 헤어스타일에 불만족하는 경우($M=3.46$) 가장 낮았고 그 다음으로 보통($M=3.33$), 만족($M=3.46$)의 순으로 높게 나타나 현재 헤어스타일에 만족할수록 자아존중감이 좋은 것으로 나타났다($p<.05$).

현재 헤어스타일, 헤어스타일 결정시 참고매체에 따른 자아존중감은 차이가 없었다.

<표 4-7> 현재 헤어스타일에 따른 자아존중감 차이

구 분		자기존중	타인과의 관계	지도력과 인기	자기주장	전체
		M (SD)	M (SD)	M (SD)	M (SD)	M (SD)
현재 헤어 스타일	단발머리	3.16 (.46)	3.47 (.46)	3.30 (.51)	3.19 (.57)	3.28 (.41)
	층이있는 긴머리	3.34 (.63)	3.55 (.62)	3.36 (.48)	3.21 (.55)	3.36 (.47)
	층이없는 긴머리	3.25 (.68)	3.61 (.55)	3.33 (.55)	3.45 (.56)	3.40 (.51)
	짧은 커트머리	3.41 (.53)	3.52 (.46)	3.34 (.47)	3.30 (.48)	3.39 (.38)
	올림머리	2.90 (.42)	3.43 (.40)	3.33 (.24)	3.07 (.10)	3.18 (.29)
	F	1.247	.246	.077	.934	.455
향후 헤어 스타일	단발머리 a	3.04 (.80)	3.38 (.35)	3.13 (.61)	2.90 (.51)	3.11 (.44)
	층이있는 긴머리 b	3.12 (.53)	3.44 (.52)	3.18 (.47)	3.11 (.53)	3.21 (.42)
	층이없는 긴머리 c	3.32 (.51)	3.58 (.49)	3.31 (.45)	3.28 (.60)	3.37 (.40)
	짧은 커트머리 d	3.52 (.74)	3.61 (.56)	3.48 (.49)	3.33 (.56)	3.49 (.47)
	올림머리 e	3.53 (.27)	3.62 (.56)	3.42 (.31)	3.45 (.51)	3.51 (.28)
	그때 가봐서 f	3.42 (.49)	3.59 (.58)	3.50 (.43)	3.42 (.45)	3.48 (.41)
	F	2.518*	.676	2.931*	2.540*	3.089*
	사후검정	a<b=c=f<d=e		a=b<c=d=e=f	a<b=c<d=e=f	a<b=c<d=e=f
헤어 스타일 결정시 참고 매체	방송매체	3.24 (.66)	3.50 (.46)	3.20 (.57)	3.17 (.62)	3.28 (.51)
	생활정보지	3.19 (.41)	3.36 (.44)	3.30 (.36)	3.14 (.45)	3.24 (.31)
	디자이너 조언	3.37 (.60)	3.66 (.58)	3.29 (.50)	3.38 (.52)	3.42 (.47)
	타인헤어스타일	3.21 (.73)	3.50 (.49)	3.24 (.47)	3.22 (.50)	3.29 (.44)
	자신의 판단	3.37 (.55)	3.55 (.57)	3.49 (.46)	3.27 (.56)	3.42 (.41)
	F	.746	1.347	1.967	1.007	1.188
현재 헤어 스타일 만족도	만족 a	3.40 (.63)	3.65 (.56)	3.41 (.50)	3.37 (.64)	3.46 (.50)
	보통 b	3.28 (.53)	3.50 (.50)	3.31 (.46)	3.25 (.45)	3.33 (.37)
	불만족 c	3.17 (.56)	3.34 (.49)	3.24 (.51)	2.98 (.43)	3.18 (.38)
	F	1.474	3.225*	1.346	4.524*	3.736*
	사후검정		c<b<a		c<a=b	c<b<a

*p<.05

(2) 미용실 만족도에 따른 자아존중감 차이

미용실 만족도에 따른 자아존중감 차이에 대한 분석결과는 아래 <표 4-8>과 같다.

<표 4-8> 미용실 만족도에 따른 자아존중감 차이

구 분			자기존중	타인과의 관계	지도력과 인기	자기주장	전체
			M (SD)	M (SD)	M (SD)	M (SD)	M (SD)
미용실 찾는 이유	친절한 서비스		3.37 (.48)	3.67 (.51)	3.39 (.44)	3.38 (.56)	3.45 (.42)
	탁월한 기술		3.26 (.62)	3.48 (.53)	3.27 (.50)	3.27 (.56)	3.32 (.47)
	적당한 가격		3.21 (.67)	3.41 (.56)	3.25 (.48)	3.09 (.38)	3.22 (.37)
	가까운 곳		3.43 (.34)	3.53 (.41)	3.53 (.40)	3.26 (.38)	3.44 (.27)
	유명한 미용실		3.31 (.72)	3.65 (.67)	3.39 (.61)	3.14 (.80)	3.37 (.59)
F			.587	1.225	1.404	1.231	1.285
미용실 시술 만족도	만족	a	3.37 (.66)	3.64 (.53)	3.33 (.52)	3.36 (.60)	3.43 (.50)
	보통	b	3.26 (.51)	3.49 (.50)	3.33 (.46)	3.19 (.49)	3.31 (.38)
	불만족	c	3.30 (.48)	3.11 (.65)	3.46 (.45)	3.05 (.34)	3.23 (.33)
	F		.655	4.357*	.272	2.484	1.561
사후검정			c<a=b				
가장 자주 받는 시술	커트		3.29 (.63)	3.53 (.49)	3.31 (.51)	3.22 (.57)	3.34 (.45)
	퍼머넌트		3.23 (.40)	3.54 (.49)	3.32 (.45)	3.23 (.49)	3.32 (.36)
	모발염색/탈색		3.60 (.70)	3.68 (.62)	3.48 (.36)	3.48 (.62)	3.56 (.49)
	드라이		3.37 (.27)	3.29 (.51)	3.24 (.51)	3.20 (.25)	3.27 (.29)
	트리트먼트		3.00 (.99)	3.11 (.90)	3.30 (.83)	3.03 (.44)	3.11 (.65)
F			2.081	1.600	.627	1.278	1.785
미용실 방문 횟수	1개월		3.42 (.58)	3.58 (.52)	3.35 (.50)	3.34 (.61)	3.42 (.46)
	2개월		3.32 (.60)	3.45 (.56)	3.31 (.45)	3.20 (.49)	3.32 (.41)
	3개월		3.28 (.65)	3.56 (.50)	3.30 (.52)	3.24 (.52)	3.34 (.46)
	6개월이상		3.19 (.38)	3.54 (.55)	3.40 (.46)	3.25 (.57)	3.33 (.40)
F			.883	.440	.301	.489	.406

*p<.05

분석결과, 미용실 시술 만족도에 따라서만 유의미한 차이를 보였다.

즉, 미용실에서 시술하여 주는 헤어스타일에 불만족하는 경우(M=3.11)에 비하여 만족하거나(M=3.64) 보통인 경우(M=3.49) 타인과의 관계가 좋은 것으로 나타났다($p<.05$). 반면, 단골미용실을 찾는 이유, 미용실에서 가장 자주 받는 시술, 미용실 방문 횟수에 따른 자아존중감은 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다.

(3) 헤어스타일에 관한 일반적 인식에 따른 자아존중감 차이

헤어스타일에 관한 일반적 인식에 따른 자아존중감 차이는 아래 <표 4-9>와 같다. 분석결과, 한국 여성에게 가장 잘 어울리는 헤어스타일과 헤어스타일 변경 시에 따라서만 유의미한 차이를 보였다. 이를 구체적으로 살펴보면 한국 여성에게 가장 잘 어울리는 헤어스타일이 단발머리(M=3.10)라고 응답한 경우 자기주장이 가장 낮은 것으로 나타났으며 그 다음으로 층이 있는 긴머리(M=3.17)와 층이 없는 긴머리(M=3.18)가 높게 나타났으며 올림머리(M=3.47)의 순으로 높게 나타났다.

한국 여성에게 가장 잘 어울리는 헤어스타일이 짧은 커트머리(M=3.52)라고 응답한 경우 자기주장이 가장 높은 것으로 나타났다($p<.05$). 전체 자아존중감 수준은 층이없는 긴머리(M=3.25), 단발머리(M=3.28), 층이있는 긴머리(M=3.30), 올림머리(M=3.51), 짧은 커트머리(M=3.54)의 순으로 높은 것으로 나타났다($p<.05$).

헤어스타일 변경시기에 따른 차이분석 결과, 친구 또는 가족의 권유로 변경한 경우(M=3.27) 타인과의 관계가 가장 낮았으며 그 다음으로 기분전환이 필요한 때(M=3.45)와 유행에 따라(M=3.50) 헤어스타일을 변경한 경우 타인과의 관계 점수가 높았다. 정기적으로 헤어스타일을 변경할

때(M=3.67) 타인과의 관계가 가장 좋은 것으로 나타났다.

〈표 4-9〉 헤어스타일에 관한 일반적 인식에 따른 자아존중감 차이

구 분		자기존중	타인과의 관계	지도력과 인기	자기주장	전체
		M (SD)	M (SD)	M (SD)	M (SD)	M (SD)
헤어 스타일 영향 요인	커트	3.45 (.53)	3.59 (.50)	3.37 (.44)	3.35 (.48)	3.44 (.40)
	모발염색/탈색	3.20 (.70)	3.52 (.51)	3.32 (.48)	3.30 (.56)	3.33 (.49)
	퍼머넨트	3.18 (.58)	3.48 (.59)	3.26 (.55)	3.14 (.58)	3.26 (.47)
	드라이	3.28 (.38)	3.45 (.58)	3.36 (.52)	3.08 (.54)	3.29 (.35)
	F	2.137	.528	.393	1.984	1.387
한국 여성 적합 헤어 스타일	단발머리 a	3.30 (.50)	3.38 (.54)	3.36 (.58)	3.10 (.51)	3.28 (.43)
	충이있는 긴머리 b	3.26 (.57)	3.49 (.58)	3.30 (.40)	3.17 (.50)	3.30 (.42)
	충이없는 긴머리 c	3.18 (.48)	3.49 (.42)	3.22 (.54)	3.18 (.56)	3.25 (.38)
	짧은 커트머리 d	3.51 (.80)	3.71 (.52)	3.43 (.51)	3.52 (.50)	3.54 (.51)
	올림머리 e	3.41 (.52)	3.68 (.50)	3.48 (.40)	3.47 (.53)	3.51 (.41)
	F	1.383	1.683	1.332	3.236*	2.566*
	사후검정				a<b=c<e<d	c<a<b<e<d
의상선택 미치는 영향	미친다	3.32 (.58)	3.56 (.52)	3.33 (.49)	3.28 (.53)	3.37 (.43)
	미치지 않는다	3.23 (.46)	3.42 (.55)	3.33 (.32)	3.14 (.48)	3.28 (.39)
	별 관심없다	3.18 (.73)	3.32 (.62)	3.37 (.60)	3.02 (.67)	3.17 (.51)
	F	.396	1.249	.025	1.415	1.084
헤어 스타일 변경 시기	기분전환 a	3.21 (.51)	3.45 (.55)	3.33 (.48)	3.15 (.55)	3.29 (.43)
	정기적으로 b	3.42 (.51)	3.67 (.45)	3.39 (.43)	3.37 (.42)	3.46 (.34)
	유행에 따라 c	3.38 (.77)	3.50 (.52)	3.23 (.54)	3.35 (.69)	3.36 (.56)
	친구/가족 권유로 d	3.09 (.86)	3.27 (.74)	3.18 (.67)	3.07 (.67)	3.10 (.61)
	F	1.961	2.711*	.927	2.305	2.878*
	사후검정		d<a=c<b			d<a=c<b
헤어 스타일 변경 주기	거의안바꿈	3.17 (.54)	3.51 (.56)	3.34 (.54)	3.23 (.56)	3.31 (.47)
	1-2번	3.46 (.37)	3.59 (.46)	3.28 (.42)	3.35 (.51)	3.41 (.35)
	3-4번	3.28 (.66)	3.59 (.55)	3.33 (.50)	3.24 (.49)	3.36 (.44)
	5번이상	3.39 (.74)	3.40 (.54)	3.44 (.43)	3.18 (.62)	3.35 (.48)
	F	2.095	.833	.543	.578	.392
퍼머넨트 이유	불륨을 주기 위해	3.45 (.55)	3.69 (.50)	3.36 (.49)	3.32 (.55)	3.45 (.43)
	머리술을 많게	3.42 (.59)	3.45 (.75)	3.45 (.41)	3.44 (.66)	3.44 (.52)
	드라이	3.22 (.48)	3.32 (.46)	3.29 (.61)	3.04 (.40)	3.22 (.32)
	돋보이기 위해	3.21 (.60)	3.51 (.48)	3.30 (.45)	3.23 (.52)	3.31 (.43)
	F	2.028	2.541	.510	2.046	1.935

*p<.05

전체 자아존중감 점수는 친구나 가족의 권유로 헤어스타일을 변경한 경우(M=3.10) 자아존중감이 가장 낮았다. 그 다음으로 기분전환(M=3.29)이나 유행에 따라 헤어스타일을 변경한 경우(M=3.36) 자아존중감이 높게 나타났으며 정기적으로 헤어스타일을 변경할 때(M=3.46) 자아존중감이 가장 높은 것으로 나타났다($p<.05$). 헤어스타일에 가장 영향을 미치는 요인, 헤어스타일이 의상선택에 미치는 영향, 헤어스타일 변경 주기 및 퍼머넌트 이유에 따른 자아존중감은 유의미한 차이가 없었다.

(4) 모발 염색에 따른 자아존중감 차이

모발 염색에 따른 자아존중감 차이 분석결과는 아래 <표 4-10>과 같다. 분석결과, 염색을 하는 이유와 모발염색이 헤어스타일을 돋보이게 하는데에 미치는 영향에 따라서만 유의미한 차이를 보였다. 염색을 하는 이유가 새로운 변화를 위해서인 경우(M=3.08) 자기주장 수준이 가장 낮았고 그 다음으로 아름다움을 위해 염색을 하는 경우(M=3.25) 높게 나타났으며 자기만족을 위해 염색을 할 때(M=3.44) 자기주장이 가장 높았다($p<.05$).

모발염색이 헤어스타일을 돋보이게 하는데 영향 정도에 따라 살펴보면, 잘 모르겠다(M=3.12)고 응답한 경우 타인과의 관계가 가장 낮았다. 그 다음으로 모발염색이 헤어스타일을 돋보이게 하지 않는다고 응답한 경우(M=3.29) 높게 나타났으며 모발염색이 헤어스타일을 돋보이게 한다고 응답한 경우(M=3.60) 타인과의 관계가 가장 높은 것으로 나타났다($p<.01$). 자기주장은 잘 모르겠다(M=2.93)고 응답한 경우 자기주장이 가

장 낮았고 그 다음으로 모발염색이 헤어스타일을 돋보이게 하지 않는다고 응답한 경우($M=3.17$) 높게 나타났으며 모발염색이 헤어스타일을 돋보이게 한다고 응답한 경우($M=3.31$) 자기주장이 가장 높은 것으로 나타났다($p<.05$).

〈표 4-10〉 모발 염색에 따른 자아존중감 차이

구 분		자기존중	타인과의 관계	지도력과 인기	자기주장	전체
		M (SD)	M (SD)	M (SD)	M (SD)	M (SD)
염색 경험	그렇지 않다	3.22 (.51)	3.54 (.48)	3.29 (.50)	3.16 (.49)	3.29 (.39)
	그렇다	3.34 (.60)	3.53 (.55)	3.36 (.48)	3.30 (.55)	3.38 (.45)
	t	-1.151	.152	-.833	-1.507	-1.124
염색을 하지 않는 이유	내 머리색좋음	3.28 (.66)	3.58 (.53)	3.33 (.43)	3.28 (.43)	3.37 (.43)
	그냥 하기 싫어서	3.09 (.39)	3.41 (.43)	3.06 (.53)	3.01 (.56)	3.14 (.38)
	보기가 좋지 않음	3.33 (.51)	3.57 (.56)	3.52 (.46)	3.27 (.58)	3.42 (.40)
	기타	3.23 (.23)	3.67 (.32)	3.36 (.53)	3.02 (.37)	3.27 (.21)
	F	.500	.578	1.760	1.071	1.234
향후 모발 염색 여부	하겠다	3.31 (.65)	3.53 (.53)	3.34 (.46)	3.25 (.56)	3.36 (.45)
	하지 않겠다	3.22 (.53)	3.45 (.56)	3.26 (.58)	3.17 (.58)	3.28 (.47)
	그때 가봐야	3.38 (.36)	3.61 (.51)	3.42 (.43)	3.37 (.42)	3.44 (.31)
	F	.621	.714	.917	1.042	1.087
염색을 하는 이유	아름다움	a 3.27 (.55)	3.53 (.54)	3.30 (.43)	3.25 (.47)	3.33 (.38)
	새로운 변화	b 3.30 (.67)	3.43 (.43)	3.37 (.55)	3.08 (.56)	3.29 (.44)
	자기만족	c 3.44 (.60)	3.66 (.53)	3.45 (.41)	3.44 (.54)	3.50 (.45)
	F	1.034	1.503	1.269	3.618*	2.351
사후검정		b<a<c				
선호 머리 색깔	검은색	3.29 (.61)	3.55 (.62)	3.37 (.50)	3.23 (.47)	3.36 (.42)
	파란색	2.93 (.31)	2.90 (.36)	2.94 (.19)	2.57 (.14)	2.84 (.12)
	황금색	3.16 (.46)	3.34 (.42)	3.02 (.41)	3.04 (.42)	3.14 (.37)
	포도주색	3.40 (.44)	3.41 (.54)	3.35 (.29)	3.21 (.61)	3.34 (.40)
	갈색	3.37 (.56)	3.57 (.45)	3.36 (.49)	3.32 (.50)	3.40 (.41)
	보라색	3.13 (.84)	3.46 (.67)	3.39 (.58)	3.17 (.95)	3.29 (.71)
	빨강색	3.20 (.46)	3.79 (.60)	3.44 (.34)	3.48 (.69)	3.48 (.44)
	F	.663	1.341	1.206	1.504	1.397
헤어스 타일 영향 정도	예	a 3.36 (.58)	3.60 (.52)	3.37 (.47)	3.31 (.53)	3.41 (.43)
	아니오	b 3.05 (.42)	3.29 (.47)	3.17 (.37)	3.17 (.47)	3.17 (.32)
	잘 모르겠다	c 3.12 (.57)	3.24 (.53)	3.23 (.61)	2.93 (.53)	3.13 (.44)
	F	2.626	5.324**	1.431	4.463*	4.699*
사후검정		c<b<a		c<b<a		b=c<a

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

전체 자아존중감은 아니오(M=3.17)와 잘 모르겠다(M=3.13)고 응답한 경우에 비하여 모발염색이 헤어스타일을 돋보이게 한다고 응답한 경우

(M=3.41) 자아존중감이 가장 높은 것으로 나타났다($p<.05$).

반면, 염색 경험, 염색을 하지 않는 이유, 향후 모발 염색 여부, 선호 머리색깔에 따른 자아존중감의 차이는 없었다.

(5) 모발 손상에 따른 자아존중감 차이

모발 손상에 따른 자아존중감 차이 분석결과는 아래 <표 4-11>과 같다. 분석결과, 모발 손상의 주된 원인, 모발의 건강유지와 헤어스타일의 아름다운 연출 중 중요한 요소, 모발용 스타일링 제품의 사용도, 헤어 클리닉 제품 사용도, 퍼머 및 염색 시 모발손상 방지조치에 따라 유의미한 차이를 보였다. 이를 구체적으로 살펴보면, 모발 손상의 주된 원인이 아이론(M=2.86)이라고 인식하는 경우 자기주장이 가장 낮았고 그 다음으로 드라이(M=3.00)라고 응답한 경우 높게 나타났다. 모발의 손상원인이 염색 및 탈색(M=3.33)과 퍼머넌트(M=3.27)라고 인식한 경우 자기주장 수준이 가장 높았다($p<.01$). 모발의 건강유지와 헤어스타일의 아름다운 연출 중 중요한 요소에 대하여 모르겠다(M=2.96)고 응답한 경우 자기주장이 가장 낮았고 헤어스타일이 중요하다고 응답한 경우(M=3.13) 자기주장이 높았으며 모발의 건강유지(M=3.34)가 중요하다고 인식한 경우 자기주장 수준이 가장 높았다($p<.05$).

모발용 스타일링 제품의 사용도에 따라서는 자기존중($p<.05$), 지도력과 인기($p<.05$), 자기주장($p<.05$) 및 전체 자아존중감($p<.05$)에서 유의미한 차이를 보였으며 모두 전혀 사용하지 않을 경우 가장 낮은 자아존중감 수준을 보였고 그 다음으로 가끔 사용, 반드시 사용한다는 순으로 모발용 스타일링 제품을 많이 사용할수록 자아존중감 수준이 높았다.

〈표 4-11〉 모발 손상에 따른 자아존중감 차이

구 분		자기존중	타인과의 관계	지도력과 인기	자기주장	전체
		M (SD)	M (SD)	M (SD)	M (SD)	M (SD)
현재 모발 손상도	손상	3.21 (.58)	3.44 (.51)	3.28 (.51)	3.17 (.52)	3.27 (.42)
	보통	3.38 (.59)	3.57 (.54)	3.39 (.46)	3.34 (.56)	3.42 (.45)
	건강	3.37 (.54)	3.65 (.55)	3.36 (.44)	3.28 (.53)	3.41 (.40)
	F	1.495	1.776	.745	1.629	2.142
모발 손상의 주된 원인	염색/탈색	a 3.35 (.53)	3.59 (.51)	3.35 (.47)	3.33 (.50)	3.40 (.41)
	퍼머넨트	b 3.27 (.55)	3.51 (.47)	3.30 (.40)	3.27 (.59)	3.32 (.42)
	드라이	c 3.35 (.90)	3.39 (.50)	3.36 (.63)	3.00 (.56)	3.27 (.50)
	아이론	d 3.02 (.65)	3.23 (.72)	3.27 (.63)	2.86 (.50)	3.09 (.50)
	F	1.333	2.137	.167	4.092**	2.242
사후검정					d<c<a=b	
모발 손상과 가장 관련 깊은 요인	환경오염	3.20 (.51)	3.53 (.43)	3.29 (.33)	3.34 (.55)	3.34 (.41)
	영양섭취 불균형	3.37 (.50)	3.46 (.56)	3.50 (.38)	3.35 (.57)	3.42 (.44)
	잘은 샴푸	3.39 (.57)	3.45 (.60)	3.24 (.58)	3.27 (.52)	3.33 (.45)
	미용실기술	3.24 (.64)	3.59 (.51)	3.32 (.49)	3.20 (.55)	3.34 (.45)
	기타	3.38 (.44)	3.56 (.47)	3.38 (.46)	3.25 (.49)	3.40 (.37)
	F	.613	.544	1.210	.443	.236
중요 요소	모발 건강유지	3.37 (.56)	3.58 (.55)	3.36 (.46)	3.34 (.52)	3.41 (.43)
	헤어스타일 美	3.22 (.60)	3.46 (.49)	3.32 (.51)	3.13 (.54)	3.28 (.41)
	잘 모르겠다	3.08 (.60)	3.33 (.48)	3.21 (.60)	2.96 (.48)	3.15 (.44)
	F	1.954	1.660	.533	4.495*	2.828
사후검정					c<b<a	
모발용 스타일링 제품 사용도	반드시 사용	a 3.44 (.62)	3.63 (.54)	3.43 (.48)	3.40 (.56)	3.48 (.46)
	가끔 사용	b 3.31 (.51)	3.48 (.52)	3.35 (.44)	3.24 (.51)	3.34 (.38)
	전혀 안사용	c 3.10 (.61)	3.50 (.53)	3.16 (.53)	3.08 (.52)	3.21 (.46)
	F	3.610*	1.132	3.206*	3.624*	3.817*
사후검정					c<b<a	c<b<a
헤어클리닉 제품 사용도	반드시 사용	3.43 (.55)	3.49 (.55)	3.50 (.39)	3.36 (.63)	3.45 (.43)
	가끔 사용	3.33 (.59)	3.58 (.54)	3.34 (.47)	3.28 (.51)	3.38 (.43)
	전혀 안사용	3.11 (.53)	3.40 (.46)	3.18 (.56)	3.06 (.51)	3.19 (.42)
	F	2.583	1.395	3.408*	2.836	3.163*
사후검정					c<b<a	c<a=b
퍼머/ 염색시 모발손상 방지 조치	반드시 한다	a 3.51 (.57)	3.64 (.48)	3.49 (.40)	3.39 (.62)	3.51 (.43)
	가끔 한다	b 3.29 (.48)	3.56 (.54)	3.30 (.48)	3.28 (.51)	3.35 (.41)
	안 한다	c 3.11 (.67)	3.36 (.53)	3.23 (.54)	3.05 (.43)	3.19 (.42)
	F	5.395**	3.012*	3.265*	4.496*	5.899**
사후검정					c<b<a	c<b<a

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

헤어 클리닉 제품 사용도에 따른 지도력과 인기 수준을 살펴보면 전혀 사용하지 않는 경우(M=3.18) 가장 낮았으며 그 다음으로 가끔 사용하는 경우(M=3.34) 높게 나타났고 반드시 사용할 때(M=3.50) 지도력과 인기가 가장 높은 것으로 나타났다(p<.05). 전체 자아존중감 수준은 전혀 사용하지 않는 경우(M=3.19)에 비하여 반드시 사용하거나(M=3.45) 가끔 사용하는 경우(M=3.38) 전체 자아존중감이 높았다(p<.05).

피머 및 염색 시 모발손상 방지조치는 자기존중(p<.05), 타인과의 관계(p<.05), 지도력과 인기(p<.05), 자기주장(p<.05) 및 전체 자아존중감 수준(p<.01)에서 모두 유의미한 차이를 보였다. 모두 안하는 경우 가장 낮은 자아존중감 수준을 보였고 그 다음으로 가끔 한다, 반드시 한다는 순으로 피머 및 염색 시 모발손상 방지조치를 많이 사용할수록 자아존중감 수준이 높았다.

반면, 모발손상과 가장 관련이 요인에 따른 자아존중감의 차이는 없었다.

제5장 결론

본 연구에서는 도시 여성의 모발관리에 대한 인식 및 실태를 살펴보고 이에 따른 자아존중감의 영향을 파악하며 이에 영향을 미치는 요인을 조사, 분석하는 것을 목적으로 창원시 소재 미용실 이용 10~50대 여성 300명을 대상으로 설문지를 통한 조사연구를 수행하였다.

수집된 자료는 SPSS 12.0 for WINDOWS 통계 프로그램을 이용하여 분석하였으며 조사대상자의 인구통계학적 특성에 따른 모발관리 실태와 이에 따른 자아존중감을 평가·분석하기 위해 t-검증법 및 일원변량분석(one way ANOVA)을 사용하여 검증하였다.

이러한 분석결과를 토대로 다음과 같은 결론에 도달하였다.

먼저 도시 여성들의 현재 헤어스타일을 살펴보면, 층이 있는 긴머리가 가장 많았고 그 다음으로 짧은 커트머리, 단발머리 순으로 나타났다. 상대적으로 층이 없는 긴머리와 올림머리의 헤어스타일을 가진 여성은 적은 것으로 나타났다. 우리나라 도시여성들은 헤어스타일을 결정할 때 자신의 판단으로 하는 경우가 가장 많았으며 그 다음으로 헤어디자이너의 조언, 잡지 등의 생활정보지, TV등 방송매체의 순으로 조사되었다.

헤어스타일에 대한 인식에서는 한국 여성에게 가장 잘 어울리는 헤어스타일에 대하여 층이 있는 긴머리, 층이 없는 긴머리로 나타나 전반적으로 한국 여성에게 긴머리가 잘 어울리며 그 중 층이 있는 긴머리가 어울린다고 인식하는 것으로 조사되었다. 또한 헤어스타일에 의상선택에 미치는 영향에 대하여 영향을 미친다는 응답이 전체의 80% 이상으로서 매우 높게 나타나 헤어스타일이 의상선택에 많은 영향을 끼침을 알 수 있었다.

한편, 헤어스타일을 바꾸는 시기는 기분전환이 필요할 때가 가장 많은 응답을 보였으며, 그 다음으로 정기적으로 바꾼다, 유행에 따라서 언제든지 바꾼다, 친구 또는 가족의 권유로 헤어스타일을 바꾸는 것으로 분석되었다.

염색의 경우, 머리색깔은 갈색이 가장 많았고 그 다음으로 검은색의 순으로 나타났다. 모발염색이 헤어스타일을 돋보이게 하는데 영향을 준다고 생각하는 응답자는 전체의 80%로서 모발염색이 헤어스타일에 많은 영향을 미친다고 인식하는 것으로 나타났다.

모발 손상에 관한 사항에 대한 분석결과에서는 모발의 손상도가 높은 것으로 나타났으며 모발손상의 주된 원인은 미용실에서 시술되는 작업이라는 인식이 가장 많았고 그 다음으로 잦은 샴푸, 영양섭취의 불균형 등의 순으로 나타났다. 모발의 건강유지와 헤어스타일의 아름다운 연출 중 더 중요하다고 생각되는 항목에 대한 분석결과, 모발의 건강유지(64.7%)가 헤어스타일의 아름다움(27.3%)에 비하여 더 중요하다고 인식하였다.

한편, 도시여성의 헤어스타일 및 모발관리가 여성의 자아존중감에 미치는 영향을 평가하였으며, 본 연구에서는 자아존중감을 구성하는 요인으로서 자기존중, 타인과의 관계, 지도력과 인기, 자기주장 등의 4개의 하위요인으로 분류하여 분석하였다.

현재 헤어스타일의 만족도에 따른 자아존중감 중 타인과의 관계를 살펴보면 현재 헤어스타일에 불만족하는 경우 타인과의 관계 수준이 가장 낮았고 그 다음으로 보통, 만족의 순으로 높게 나타나 현재 헤어스타일에 만족할수록 타인과의 관계가 좋은 것으로 나타났다.

전체 자아존중감 수준은 현재 헤어스타일에 불만족하는 경우가 가장 낮았고 그 다음으로 보통, 만족의 순으로 높게 나타나 현재 헤어스타일

에 만족할수록 자아존중감이 좋은 것으로 분석되었다.

즉, 미용실에서 시술하여 주는 헤어스타일에 불만족하는 경우에 비하여 만족하는 경우 타인과의 관계가 좋은 것으로, 즉 자아존중감이 좋은 것으로 나타났다. 반면, 단골미용실을 찾는 이유, 미용실에서 가장 자주 받는 시술, 미용실 방문 횟수에 따른 자아존중감은 통계적으로 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다.

전체 자아존중감 점수는 친구나 가족의 권유로 헤어스타일을 변경한 경우 자아존중감이 가장 낮았으며 그 다음으로 기분전환이나 유행에 따라 헤어스타일을 변경한 경우 자아존중감이 높게 나타났으며 정기적으로 헤어스타일을 변경할 때 자아존중감이 가장 높은 것으로 나타났다. 이러한 사실로부터 여성의 헤어스타일 관리는 여성의 외적, 내적 우월감을 동반하여 자아존중감을 향상시킴을 확인할 수 있다.

퍼머 및 염색 시 모발손상 방지조치는 자기존중, 타인과의 관계, 지도력과 인기, 자기주장 및 전체 자아존중감 수준에서 모두 유의미한 차이를 보였다. 모두 안하는 경우 가장 낮은 자아존중감 수준을 보였고 그 다음으로 가끔 한다, 반드시 한다는 순으로 퍼머 및 염색 시 모발손상 방지조치를 많이 사용할수록 자아존중감 수준이 높았다. 즉, 모발관리 실태가 좋을수록 여성의 자신감이 이어지고 자아존중감이 높아지는 것으로 판단된다.

이상으로부터 도시여성의 헤어스타일 및 모발관리에 따른 자아존중감의 차이에 대하여 살펴보았다. 웰빙(Well-being) 시대를 맞이하여 외모 및 모발관리에 대한 여성들의 관심이 점차 증가하고 있으며 이러한 모발관리에 따른 자아존중감의 긍정적 영향도 확인할 수 있었다.

본 연구의 경우 창원시 일부지역의 도시여성만을 대상으로 조사한 결

과를 토대로 분석한 결과이므로 연구결과를 국내 여성 전체의 결과로 일반화하기에는 제한이 있음을 밝히고자 한다.

그러나 기존의 연구가 헤어스타일의 실태 및 모발관리 실태에 관한 조사연구에 국한되었던 것에 반해 본 연구는 국내에서 시초격으로 모발관리 및 헤어스타일 관리 실태가 여성들의 자아존중감에 미치는 영향을 평가·분석해 봄으로써 나름대로 독창적이고 창의적인 연구라고 그 의의가 있다 하겠다. 추후 이러한 조사가 전국적인 도시 여성을 대상으로 수행된다면 더욱 더 가치있는 연구가 될 것으로 사료된다.

미용현장에 종사하는 필자의 입장에서 볼 때, 여러 분류의 여성들을 볼 수가 있다. 밝고 활기차며 자신감과 생기가 넘쳐 주변 사람까지 행복 바이러스를 전달하는 여성이 있는가 하면 우울하고 항상 비판적이고 부정적인 시각으로 보는 경우가 있다. 후자의 경우는 어떤 계기로 인하여 인가는 모르지만 사고의 전환과 자기를 사랑하는 마음과 자신에 대한 존경심, 자신감의 결여에 기인한다고 볼 수 있으며 자신의 존재 가치 및 자아존중감을 느끼지 못하고는 경우라고 볼 수 있다. 여성들의 사회참여와 지적수준·학력수준이 높아지고 있는 현실에서 자아실현, 자아개발, 자기만족 자아존중은 서로 그 맥을 같이 한다고 볼 수 있다.

본 연구에서는 모든 여성은 자신을 가꾸고 아름다움을 개발하며 자신의 개성을 극대화 시켜 자기 자신을 사랑하고 자신을 존중하게 되며 따라서 스스로에 대한 가치 및 존엄성을 인지할 수 있다는 가정에서 출발하였다. 적절한 모발관리에서 아름다운 헤어스타일이 나올 수 있으며 모발도 신체의 일부로서 유기적인 형태를 가지고 자신의 존재적 필요성에 의해 생성되는 독특한 형태를 지니고 있다. 각각의 다양한 개성과 욕구가 충족되어야 하며 빠른 사회의 변화에 맞추어 여성의 심리변화도 읽어

낼 필요가 있다. 여성은 내적 외적 아름다움을 인식하고 있고 인간의 기본 수단인 아름다움의 추구는 시대의 흐름에 따라 변화, 발전은 계속되어 지고 헤어스타일, 의상, 메이크업과 함께 개성강조 유행의 물결 속에 새로운 미용예술은 선도되어 지고 있다.

헤어스타일 모발관리는 인간의 삶을 풍요롭게 그리고 여성의 가치 및 존중감을 상승시키는 하나의 생활문화이다. 모발은 살아있는 예술적 소재이며 이미지 변화를 시키는데 가장 중요한 역할을 한다고 볼 때, 현대 여성들의 자기주장이 새롭게 표현되고 헤어스타일 관리 등을 통해 개성 표현이 가능하고 나아가 자아존중이라는 가치로 승화될 수 있을 것이다.

참고 문헌

<국내 문헌 및 국외 문헌>

- 김경순(1995). 모발관리학, 청구문화사.
- 박종호(1984). 모발백과, 서울 : 도서출판 정우.
- 송명자(1986). 발달심리학. 학지사.
- 신지현(1997). 신미용학개론, 수문사.
- 이의수(1998). 모발과학, 서울 : 도서출판 정우.
- 임숙자(2002). 「현대의상사회의 심리학」. 수학사. 2002.
- Bennet R.(1982). The science of hairdressing, Edward Arnold, 1982.
- Coopersmith, S.(1967). *The antecedents of self-esteem*. San Francisco. W.H. Freeman & Company.
- Francesco D'Agostinia, Roumen Balanskya, Carlo Pesceb, Paolo Fialloc, Ronald A. Lubetd, Gary J. Kelloffd and Silvio De Flora(2000). Induction of alopecia in mice exposed to cigarette smoke. Toxicology Letters. 1(3).
- Harter, S.(1983). The development of the self-system. In M. Hetherington(Ed.). *Handbook of child psychology: Social and personality development*. New York Wiley.
- Harter, S.(1989). Causes, correlates, and the functional role of global self-worth : A life-span perspective. In J. Kolligan & R. Sternberg, Eds., *Perceptions of competence and incompetence across the life-span*. New Haven: Yale University Press.

- 곽형심(1998). 여성의 모발미용에 대한 의식행태 조사연구, 경산대학교 보건대학원석사학위논문.
- 곽형심(1999). “미용실무전개를 위한 형태학적 접근에 관한 연구“. 한국미용학회지 5(1).
- 김명주(1999). 모발 및 두피의 건강증진에 관한 연구, 광주보건대학 논문집 제24편.
- 김복희, 남철현(1998). 여성의 피부미용 관리지식 및 행태와 관련요인, 한국보건교육학회지, 15(1).
- 김수정, 이원수, 최응호, 안성구(1996). 모발염색으로 인한 각피의 손상과 재생: 시간 경과에 따른 형태학적 변화. 대한피부과학회지 34(2).
- 김순희(1996). 퍼머, 염색, 탈색시술에 따른 두발의 역학적 영양학적 변화와 전자현미경 관찰, 고려대학교 석사학위논문.
- 김양숙(1995). 부모-자녀 간 의사소통유형과 청소년의 자아존중감 내외통제성과의 관계. 서울여자대학교 석사학위논문.
- 서성환(1998). 두발화장품의 기술동향. 대한화장품학회지29(10).
- 이경희(1991). “성형수술을 원하는 여성의 신체상과 자아존중감에 관한 연구” . 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 이지훈(2001). “초등학교 아동의 스트레스 요인 연구” . 한국교원대학교 대학원 석사학위논문.
- 이미련(1999). 자기노출, 자아존중감, 가족환경지각간의 관계. 경북 간호과학지 제3권 제2호.
- 이태인 (1995). 청소년의 자아존중감 향상을 위한 집단사회사업의 효과. 연세대학교 대학원 석사학위 논문.
- 정현지(1991). 자아존중감에 따른 자기확신감의 변화와 차이에 관한 연구, 이화

- 여자대학교 대학원 석사학위 논문.
- 최연희(2000). 미용실 종사자들의 두발처치에 대한 인식도와 관련요인 분석, 보건복지연구 제4호, 보건복지연구소.
- 최영진(1998). 시판중인 모발 염색약 중의 중금속 농도에 관한 연구, 인제대학교 석사학위논문
- 허충림(1992). 두피에 발생하는 접촉 피부염. 의약정보 206(8): 32-35.
- Baumgardner, A.H., Kauffman, C.M., & Levy, P.E.(1989). Regulating affect interpersonality: When low esteem leads to greater enhancement. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56, 907-921.
- Brown, J.D. & Gallagher, F.M.(1992). Coming to terms with failure: Private self-enhancement and public self-effacement. *Journal of Experimental Social Psychology*, 28, 3-23.
- Brown, J.D. & Mankowski, T.A.(1993). Self-esteem, mood, self-evaluation: Changes in mood and the way you see you. *Journal of Personality and Social Psychology*, 64, 421-430.
- Pelham, B.W., & Swan, W.B.(1989) From self-conceptions to self-worth: On the sources and structure of global self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 672-680.
- Rosenberg, F. and Rosenberg. M.(1978). Self-esteem and delinquency, *Journal of Youth and Adolescence*.
- R. Dawber, S. Comaish(1970). Scanning Electron Microscopy of Normal and Abnormal Hair Shafts, Arch. Derm. 101, pp.316-330.
- Simmons, R. G., Rosenberg, F., & Rosenberg, M.(1973). Disturbance on the self-image at adolescence. *American Sociological Review*, 38, 333-340.

ABSTRACT

A Study on the Effects of Women's Hair Management on Their Self-Esteem - Focused on Changwon City -

Mal sook-Lee

rgiscedHjM
ngiBpD
stfAaG
ytisregH

The purpose of this study is to examine the consciousness and status on the hair management of civic women, to analyze the effects of the hair management on the self-esteem. In this study, a questionnaire research for 300 women from tens to fifties in Changwon city was performed, and the questionnaire data was analyzed by using the methods such as t-test and one way ANOVA with SPSS 12.0 for WINDOWS statistical program.

As a result of the status on the hair style and hair management of civic women, the long straight hair style with layers was most popular, and short cut style and normal short style were followed. For the consciousness on the hair style fitted well to Korean women, the long straight hair style with layers was dominant. Also, the correlation between hair style and choice of clothes was so high, judging from the reply more than 80% among the women.

In this study, 4 areas such as self-respect, relation with other person, leadership and popularity and self-insistence were established

as low rank area of self-esteem.

On the basis of the results, the following conclusion were drawn.

First, the higher the satisfaction of hair style and management is, the higher overall self-esteem is. Especially, the self-esteem regarding relation with other person is most relevant with the hair style and hair management

Second, the hair style and hair management can enhance the self-esteem of women due to the sense of intrinsic and extrinsic superiority.

Third, the excellent hair management cause self-confidence of women, which induces the self-esteem of the civic women consecutively.

부록

【설문지】

여성의 모발 관리가 자아존중감에 미치는 영향에 관한 연구 -창원 지역을 중심으로-

안녕하십니까?

우선 바쁘신 와중에도 시간을 할애해서 본 설문에 응해주셔서 감사합니다. 본 설문지는 석사학위논문 작성에 필요한 기초자료를 얻기 위한 것으로, 여성의 모발관리가 여성의 자아존중감에 미치는 영향을 알아보기 위한 것입니다.

귀하께서 작성해주신 설문지는 본 연구자의 학위논문을 위한 소중한 자료로 사용될 것입니다. 각 문항에는 정답이 없으므로 여러분의 생각과 경험을 토대로 응답해 주시면 감사하겠습니다.

본 설문지는 무기명으로 처리되며, 수집된 자료는 연구의 목적으로만 사용될 것임을 약속드립니다.

2005. 10

한성대학교 대학원

석사과정 : 이말숙

I. 다음 질문은 자료의 분석을 위한 기초적인 사항입니다. 귀하와 관련되는 항목에 ○표 해주십시오.

1. 귀하의 연령은?

- ① 10대() ② 20대() ③ 30대()
④ 40대() ⑤ 50대() ⑥ 60대 이상()

2. 귀하의 결혼 상태는 ?

- ① 미혼() ② 기혼(유배우자)() ③ 독신 (이혼, 사별, 별거)()

3. 귀하의 직업은 ?

- ① 전문기술직() ② 행정사무직()
③ 판매서비스직() ④ 교원(교수, 교사)()
⑤ 주부() ⑥ 학생()
⑦ 기타()

II. 다음은 귀하의 모발관리에 대한 인식 및 실태에 관한 설문입니다. 귀하와 관련되는 항목에 ○표 해주십시오.

1. 현재 자신의 헤어스타일은 무엇이라고 생각하십니까?

- ① 단발머리 () ② 층이 있는 긴머리 () ③ 층이 없는 긴머리 ()
④ 짧은 커트머리 () ⑤ 올림머리 ()

2. 다음에 현재의 헤어스타일을 바꾼다면 어떤 스타일로 하겠습니까?

- ① 단발머리 () ② 층이 있는 긴머리 () ③ 층이 없는 긴머리 ()

④ 짧은 커트머리 () ⑤ 올림머리 () ⑥ 그때 가봐서 ()

3. 헤어스타일을 결정할 때 참고로 하는 것은 무엇입니까?

① TV등 방송매체 () ② 잡지 등의 생활정보지 () ③ 헤어디자이너의 조언 ()

④ 주변사람들의 헤어스타일 () ⑤ 자신의 판단 ()

4. 현재 당신의 헤어스타일에 만족하십니까?

① 매우 만족 () ② 만족 () ③ 보통 ()

④ 불만족 () ⑤ 매우 불만족 ()

5. 단골 미용실을 찾는 이유는 무엇입니까?

① 친절한 서비스 () ② 탁월한 기술 () ③ 인테리어 () ④ 적당한 가격 ()

⑤ 집이나 회사에서 가까운 곳 () ⑥ 유명한 미용실 ()

6. 미용실에서 시술하여 주는 헤어스타일에 만족하십니까?

① 매우 만족 () ② 만족 () ③ 보통 ()

④ 불만족 () ⑤ 매우 불만족 ()

7. 다음 중 헤어스타일에 가장 영향을 미치는 요인은 무엇이라 생각하십니까?

① 커트 () ② 모발염색 및 탈색 () ③ 퍼머넌트 () ④ 드라이 ()

8. 한국 여성에게 가장 잘 어울리는 헤어스타일은 무엇이라고 생각하십니까?

① 단발머리 () ② 총이 있는 긴머리 () ③ 총이 없는 긴머리 ()

④ 짧은 커트머리 () ⑤ 올림머리 ()

9. 헤어스타일이 의상선택에 영향을 미칩니까?

① 미친다 () ② 미치지 않는다 () ③ 별 관심없다 ()

10. 헤어스타일은 어떠한 경우 바뀔니까?

① 기분전환이 필요한 때 () ② 정기적으로(일정한 시간이 지났기 때문에) ()

③ 유행에 따라서 언제든지 () ④ 친구 또는 가족의 권유로 ()

⑤ 미용사가 권해서 ()

11. 헤어스타일은 1년에 몇 번 정도 바꾸십니까?

① 거의 바꾸지 않는다 () ② 1-2번 () ③ 3-4번 ()

④ 5-6번 () ⑤ 7-8번 () ⑥ 9번 이상 ()

12. 미용실에서 가장 자주 받는 시술은 무엇입니까?

① 커트 () ② 퍼머넌트 () ③ 모발염색 및 탈색 ()

④ 드라이 () ⑤ 올림머리 () ⑥ 트리트먼트 ()

13. 현재 자신의 모발 손상도는 어떻습니까?

① 매우 손상 () ② 손상 () ③ 보통 () ④ 매우 건강 () ⑤ 건강

14. 모발의 염색경험이 있거나 현재 염색을 하고 있습니까?

① 그렇지 않다 () ② 그렇다 ()

15. 없다면 그 이유는 무엇입니까?

① 본래의 내 머리색이 좋아서 () ② 그냥 하기 싫어서 ()

③ 보기가 좋지 않은 것 같아서 () ④ 돈이 들기 때문에 ()

⑤ 눈이 나빠진다고 해서 () ⑥ 마음에 드는 색이 없어서 ()

16. 앞으로 기회가 있다면 모발염색을 하겠습니까?

① 하겠다 () ② 하지 않겠다 () ③ 그때 가봐야 알겠다 ()

17. 염색을 한다면 그 이유는 무엇입니까?

① 남의 시선을 끌기 위해서 () ② 예쁘게 보이려고 ()

③ 유행을 따르고 싶어서 () ④ 주위에서 권해서 ()

⑤ 마음의 새로운 변화를 갖기 위해서 () ⑥ 스트레스 해소의 하나로 ()

⑦ 자기만족을 위해 ()

18. 좋아하는 머리색깔은 어느 것입니까?

① 검은색 () ② 파란색 () ③ 황금색 () ④ 포도주색 ()

⑤ 갈색 () ⑥ 보라색 () ⑦ 빨강색 ()

19. 모발염색이 헤어스타일을 돋보이게 하는데에 영향을 준다고 보십니까?

① 예 () ② 아니오 () ③ 잘 모르겠다 ()

20. 퍼머넌트를 하는 이유는 무엇입니까?

① 볼륨을 주기 위해 () ② 머리숱을 많게 보이려고 ()

③ 드라이가 잘되게 하기 위해서 () ④ 헤어스타일을 돋보이게 하기 위해서 ()

21. 미용실에서 시술되는 작업 중 모발을 손상시키는 가장 주된 원인은 무엇이라고 생각하십니까?

① 염색 및 탈색 () ② 퍼머넌트 () ③ 드라이 () ④ 아이론 ()

22. 다음의 보기 중 모발 손상과 가장 관련 깊은 요인은 무엇이라고 생각하십니까?

① 환경오염 () ② 영양섭취의 불균형 () ③ 잦은 샴푸 ()

④ 미용실에서 시술되는 작업 () ⑤ 기타 ()

23. 모발의 건강유지와 헤어스타일의 아름다운 연출 중 어떤 것이 더 중요하다고 생각하십니까?

① 모발의 건강유지 () ② 헤어스타일의 아름다운 () ③ 잘 모르겠다 ()

24. 헤어스타일을 마무리 할 때 모발용 스타일링 제품을 사용하십니까?

① 반드시 사용한다 () ② 가끔 사용한다 () ③ 전혀 사용하지 않는다 ()

25. 미용실을 찾는 횟수는 몇 개월에 한 번씩입니까?

① 1개월 () ② 2개월 () ③ 3개월 () ④ 6개월 () ⑤ 기타 ()

26. 모발손상을 방지하기 위하여 헤어클리닉 제품을 사용하십니까?

① 반드시 사용한다 () ② 가끔 사용한다 () ③ 전혀 사용하지 않는다 ()

27. 미용실에서 퍼머나 염색(탈색)시 모발 손상 방지를 위하여 필요한 조치를 하십니까?

① 반드시 한다 () ② 가끔 한다 () ③ 안 한다 ()

III. 다음은 귀하의 자아존중감에 관한 사항입니다. 평소 자신의 모습과 가까운 곳에 ○ 표를 해주십시오.

문항 \ 정도	항상 그렇지 않다	대체로 그렇지 않다.	보통이다	대체로 그렇다	항상 그렇다.
1. 나는 가끔 내가 다른 사람이었으면 하고 바란다.					
2. 나는 여러 사람 앞에서 이야기하기가 어렵다.					
3. 나에게서는 고쳐야 할 점이 많다.					
4. 나는 어렵지 않게 마음을 결정할 수 있다.					
5. 나는 다른 사람들과 재미있게 지낸다.					
6. 가족 중엔 나에게 관심을 보여 주는 사람이 없다.					
7. 나는 새로운 것에 익숙해지기까지 많은 시간이 걸린다.					
8. 나는 친구들에게 인기가 있다.					
9. 우리 가족은 나에게 너무 많은 기대를 한다.					
10. 우리 가족은 대체로 내 기분을 이해해 주는 편이다.					
11. 나는 매사를 쉽게 포기하는 편이다.					
12. 나는 비교적 남보다 행복한 편이다.					
13. 나의 생활은 뒤죽박죽이다.					
14. 대체로 다른 사람들이 내 생각을 따라주는 편이다.					
15. 나 자신에 대해 별로 내세울 것이 없다.					
16. 나는 집을 나가버리고 싶은 생각이 자주 든다.					
17. 종종 내가 하는 일이 뜻대로 되지 않는다.					
18. 나는 외모가 그리 멋진 편이 못된다.					
19. 나는 할 말이 있을 때 대체로 그 말을 하는 편이다.					
20. 우리 가족들이 나를 잘 이해하고 있다.					
21. 다른 사람들에 비해서 나는 별로 사랑을 받지 못한다.					
22. 어떤 때는 가족들이 나를 미워하는 것 같다.					
23. 내가 하고 있는 일에 대해 실망을 느낄 때가 많다.					
24. 나는 모든 것이 그다지 어렵게 생각되지 않는다.					
25. 나는 다른 사람이 나에게 의지해도 될 만큼 강하지 못하다.					

碩 士 學 位 論 文

영
향

발 관

자
존

영

향

향

- 창원 지역을 중심으로 -

A ydutS no eht stcefffo s'new W r i d t n e g a n M
on Their Self-Esteem

- Focused on Changwon City -

2006年

漢城大學校 藝術大學院

뷰 티 藝 術 學 科

헤어디자인 專攻

李 末 淑