

대학생의 외모만족도가 심리적 안녕감과 대인관계에 미치는 영향

허은서¹ · 손진아² · 김선형^{2,*}

¹광주여자대학교, 대학원생
²광주여자대학교 미용과학과, 교수

The Influence of Appearance Satisfaction on Psychological Well-being and Interpersonal Relationships in College Students

Eun-Seo Heo¹, Jin-a Son², and Sun-Hyoung Kim^{2,*}

¹Graduate Student, Kwangju Women's University
²Professor, Dept. of Beauty Science, Kwangju Women's University

This study attempted to unveil correlations among appearance satisfaction, psychological well-being, and interpersonal relationships among college students to contribute to the development of a mental health promotion program. Analysis results found the following: As satisfaction with body image and subjective appearance satisfaction increased, life's purpose also improved. In other words, with a higher appearance satisfaction, psychological well-being increased. Concerning the effects of appearance satisfaction on interpersonal relationships, as satisfaction with body image and appearance satisfaction increased, 'satisfaction,' 'communication,' and 'intimacy' improved, thereby forming positive interpersonal relationships. Regarding the influence of psychological well-being on interpersonal relationships, as psychological well-being improved, there was a greater possibility of maintaining a positive relationship with a good quality of life and a high level of intimacy. This study is meaningful because it confirmed that appearance satisfaction influences psychological well-being and interpersonal relationships in college students. However, this study was performed on students from a certain region only. Therefore, there should be further studies on more extensive populations.

Keywords: Appearance satisfaction, Interpersonal relationship, Psychological well-being

I. 서 론

인간은 타인의 외모를 지각할 때, 시각적으로 드러나는 정보를 통해 판단하려는 경향이 있으며, 외모는 자기만족과 대인관계 형성에도 매우 중요한 영향을 미친다. 따라서 사회에서 외모는 매우 영향력 있는 조건이 되며, 외모가 곧 경쟁력으로 직결된다고 할 수 있다. 이러한 상황은 외모지상주의 또는 외모차별주의라는 사상과 함께 삶이 질적으로 향상되고자 하는 욕망, 나아가 자신의 외모에 대한 사회적 이상을 지각하며 자신의 외모에 주관적인 시각을 갖게 하는 것이다. 특히 빠르게 변화하는 현대 사회로 접어들면서 외모에 대한 관심이 급격히 높아지게 되었고 외모란 단순히 외적인 아름다움을 표현하는 목적이 아닌 그 사람의 인격, 성격, 사회적 능력, 호감도 등을 유

추하는 주관적 판단 요소가 되었다. 외모에 대한 만족은 객관적 판단보다는 주관적인 판단으로 인해 인지되는 경향이 많다. 즉 이것에 대한 객관화 된 평가기준이 없으므로 사람들은 자신을 타인과 비교함으로써 자신의 외모를 평가하고 인지한다는 의미가 될 것이다. 자기 자신에게 갖는 자신감은 외적 매력과 밀접한 연관이 있으며 외모에 대한 만족도가 높은 사람은 자신에 대해 갖는 생각이 긍정에 가깝다. 긍정적인 외모만족도를 가진 사람은 자신의 외모에 대해 만족감과 행복감을 가지고 있으며, 자신의 외모를 가치 있게 여긴다.

외모만족감과 심리적 안녕감, 대인관계에 관한 선행연구를 살펴보면, Kim & Choi(2016)의 연구에서 외모만족도가 높으면 심리적 안녕감도 높아진다는 것을 밝혀내었고, Kim et al. (2006)는 심리적 안녕감과 대인관계에 대한 연구에서 외모가 대인관계에 있어 매우 중요한 요소임을 밝혔다. Choi et al. (2017)은 메이크업 행동요인이 자아존중감과 대인관계에 영향을 미친다고 하였으며, Kim(2009)은 외모가 현대사회에서 경쟁력의 한 요소로서 인식되고 많은 영향을 미친다고 하였고,

*Corresponding author: Sun-Hyoung Kim
Tel : +82-62-950-3765
E-mail : sun@kwu.ac.kr
접수일(2021년 1월 14일)/수정일(2021년 2월 20일)/채택일(2021년 7월 2일)

Lee & Park(2011)은 외모관리에 대한 요구가 뷰티 산업을 급속히 발전시키는 구조를 만들었다고 하였다. Oh(2003)은 외모와 자신에 대한 만족도가 관련되어 있으며, Kim et al.(2004)은 타인에 대한 평가에 있어 여대생의 외모에 대한 평가는 특히 자존감에 큰 영향을 미친다고 밝혔다. 그러나 선행연구 대부분이 여대생이나 청소년을 대상으로 한 연구로 남녀대학생을 아우르는 연구는 미흡한 실정이다. 대학생은 일반적으로 19세부터 20세 중반까지의 연령으로 구성되며, 대학생활이나 사회생활에 대한 정보 및 경험이 부족한 상태이다 보니 타인에게 긍정적인 이미지를 심어주기 위해 외적인 요소, 즉 외모에 많은 시간과 비용을 투자하게 된다. 낮은 외모만족감은 심리적으로 위축되어 올바른 대인관계 형성에 어려움을 겪는 등의 부적응을 야기할 수 있다(Moon et al., 2019). 게다가 우리나라의 대학생은 OECD국가 중 청년실업률, 청년자살률 1위라는 암울한 상황 속에 코로나 19사태의 지속화, 고용 없는 성장 등으로 채용 자체가 줄어들어 사회 전반에 우울감이 증폭되어 있는 상태이다. 따라서 본 연구에서는 대학생들에게 외모만족도가 외모를 꾸미는 이상으로 자신에 대한 자존감 향상과 스스로를 대하는 태도를 변화시킬 수 있다는 기대 아래 심리적 안녕감, 대인관계와 어떠한 상관관계에 있는지 알아보고 대학생들의 정신건강을 증진하는 프로그램 개발에 도움을 주는 기초자료로 사용하고자 한다.

II. 이론적 배경

1. 외모만족도

외모만족도는 Secord와 Jourard(1953)에 의해 처음 사용된 개념으로 외모만족은 자신의 신체 이미지가 외부로 표출돼서 상대방으로부터 매력적이고 보다 좋은 모습이나 혹은 좋은 인상을 갖고 보다 긍정적으로 인정받는 자신의 긍정적 태도라 할 수 있으며 외모에 대해 만족하거나 불만족하는 느낌의 정도를 말한다(Choi, 2006). 즉 외모만족도란 겉모습에 대한 만족감의 정도를 의미한다. 외모만족은 객관적인 시선보다는 주관적인 시선에 의해서 인지되는 경향이 많으며 이것에 대한 객관적인 평가기준이 없는 상황에서 사람들은 타인들과 자신을 비교함으로써 자신에 대한 평가를 통해 인지된다.

2. 심리적 안녕감

심리적 안녕감이란 인간의 발달 단계 및 긍정적 심리 기능이 개인의 삶의 질을 어떻게 높일 수 있는지 판단하는 다차원적 개념이다. 여기서 삶의 질이란 개인이 사회 구성원으로서의 기능을 어느 정도로 하고 있는지를 기준으로 삼는다(Ryff, 1989). 안정된 심리상태와 자신감이 높을 때 원활한 대인관계를 형성

할 수 있으며 타인의 반응과 시선 등에도 긍정적으로 대처할 수 있다. 또한 자신에 대한 확고한 신념을 지니고 있으면 업무 자신감, 심리적 의욕에도 긍정적인 영향을 미쳐 사회생활을 좀 더 원만하게 이끌어간다고 믿는 경향이 있다고 하였다. 외모만족도로 인해 긍정적인 대인관계와 원활한 사회생활을 형성했을 때 얻어지는 만족감, 성취감등은 본인에게 심리적으로 안녕감을 가져다 준다. 인간은 자신의 삶을 전체 혹은 영역별로 평가하고 그 결과가 긍정적일 때 만족감을 느낀다(Kwon, 2008). 외모만족도와 심리적 안녕감의 관계에 대한 연구결과를 살펴봤을 때 초등학교부터 성인에 이르기까지 외모만족도가 높을수록 심리적 안녕감이 높아진다는 선행연구들이 많이 있는데 이는 외모만족도가 높을수록 주관적 안녕감이 높고 외모만족도가 낮을수록 주관적 안녕감이 낮음을 나타낸다. 외모만족도가 낮을수록 그 불안감은 스스로를 부정적으로 생각하게 만들어 위축되게 만들고 대인관계에 있어 부적응을 낳을 수 있으며 스트레스가 증가 하는 등 원만한 대인관계 형성에 어려움을 줄 수 있다. 반대로 자신의 외모에 대하여 긍정적으로 평가하는 건전한 인식을 갖게 된다면 행복감도 높을뿐더러 심리적 안녕감이 높고 긍정적인 대인관계와 뚜렷한 삶의 목적이 있어 외모만족도는 심리적 안녕감에 중요한 요인임을 나타낸다.

3. 대인관계

대인관계란 태어나면서부터 그리고 생의 전반에 걸쳐 다른 사람과 관계를 형성하며 살아가는 것이다. 삶에 있어서 대인관계가 차지하는 비중은 매우 크며 중요하다. 또한 인간은 상호작용에 의해서 서로 관계를 맺으며 살아가고 그 상호작용은 상대와 내가 어떻게 행동하느냐에 따라, 그리고 어떠한 인성체계를 가지고 있느냐에 따라 달라질 수 있다. 또한 대인관계는 서로의 생활에 대하여 주관적이고 인간적인 측면에서 상대방에게 예민한 관심을 보임으로써 형성되는 관계이다. 학자들마다 다른 견해를 가지고 있는 게 대인관계의 정의이다. 대인관계이론에서 가장 중심적인 역할을 해 온 심프로이드 학파의 Horney, Fromm, Erickson 등의 학자들은 성격형성에 영향을 미치는 외적요인으로 심리사회적 측면인 사회-문화적 요인, 특히 가족관계 및 대인관계에 주목하였다(Kwon, 2007). 이들은 성격의 형성을 대인관계에 의해 좌우되는 문화적인 소산으로 보았다. 대인관계란 소수인, 일반적으로 두 사람 사이의 관계로서, 개인이 타인에 대해 어떻게 생각하고 느끼며 지각하고 있는가, 어떠한 행위를 하며, 무슨 생각을 기대하는가, 그는 타인의 행동에 어떻게 반응하는가에 대한 심리적 지향성의 양식이라고 정의하였다(Ahn, 1995). Ahn(1996)의 정의에 의하면 대인관계는 소수인, 특히 두 사람 사이의 1대 1인 관계에 중점을 두고 있다. 또한 대인관계는 상황에 대한 인식을 분명히 함으로써 안정과 안전을 도모하고 협동, 상호이해 및 통제, 교환, 목적

의 달성이나 이득을 추구하며, 개개인이 인간관계의 사실들을 어떻게 지각하느냐에 따라 대인관계의 양상이 결정된다고 할 수 있다. 인정을 받기 위한 적절한 자기 노출은 타인에게 자신을 이해시킬 수 있는 기회를 제공 해 줌으로써 상대방과 좀 더 원만한 대인관계를 형성하게 해준다. 그와 반대로 대인관계에 문제를 겪는 사람들은 대부분 사회적으로 소극적, 부정적 불안감을 보이며 이런 심리적 반응은 심리적으로 안정적이지 못하고 부정적인 대인관계를 맺게 되며 대인관계를 회피하게 돼 결론적으로는 대인관계를 회피하게 된다. 반면, 원만한 대인관계를 형성하는 사람들은 자기 자신의 주장을 확실히 펼치고, 활발한 사교성과 부드러운 친절을 보이며, 사회에 융화돼 타인에 대한 배려심이 성격에 나타난다. 이와 같이 대인관계는 두 사람 이상의 사이의 관계를 의미하는 것으로 개개인이 지니는 여러 행동패턴과 성격적, 환경적 요인들이 상호작용의 결과로 다양하게 나타난다. 따라서 폭넓은 경험과 충분한 고민을 통해 원만한 대인관계를 형성할 수 있다.

III. 내용 및 방법

1. 연구대상 및 자료수집

본 연구는 대학생의 외모만족도가 심리적 안녕감과 대인관계에 미치는 영향을 비교, 분석하여 변인들에게 미치는 변화를 알아보고자 한 연구이다. 이를 위하여 광주광역시에 소재하고 있는 3개 종합대학교 남녀대학생을 대상으로 조사를 실시하였다. 2020년 7월 1일부터 10월 31까지 총 3개월 동안 연구에 참여하기로 동의한 대학생을 대상으로 250부의 설문지를 배부하고 연구에 대하여 연구자가 직접 연구에 대하여 설명한 다음 자가 기입형식으로 설문지를 작성하게 하고 설문지를 회수하였다. 배부된 250부의 설문지 중 불성실하여 적합하지 않은 설문지 27부를 제외한 223부가 최종 분석 자료로 사용하였다.

2. 연구방법

본 연구를 위하여 선행연구를 참고하여 설문지를 구성하였다. 외모만족도 문항은 (Ahn, 2018 & Yang, 2018)의 연구를 참고하여 16문항으로 구성하였고, 심리적 안녕감 문항은 (Kim, 2015 & Han, 2016)의 연구를 참고하여 19개 문항으로 구성하였으며, 대인관계 관련 문항은 (Kim, 2018 & Lee, 2019)의 연구를 참고하여 10개 문항으로 구성하였다. 일반적 사항 문항 3개는 본 연구자가 성별, 연령, 이성교제 경험으로 구성하였다.

3. 자료분석방법

수집된 자료의 통계처리는 데이터 코딩과 크리닝 과정을 거쳐, SPSS v. 21.0 통계 패키지 프로그램을 활용, 분석하였다. 먼저 조사대상자의 일반적 특성은 빈도분석으로 분석하였고, 측정도구의 타당성 검증은 탐색적 요인분석을 실시하였으며, 신뢰도 검증을 위해 Cronbach's α 계수를 산출하였다. 외모만족도와 심리적 안녕감, 대인관계에 대해 알아보고, 조사대상자의 일반적 특성에 따라 차이가 있는지를 알아보기 위하여 독립표본 t-test 및 일원변량분석(One way ANOVA)을 실시하였으며, 사후검정 방법으로는 Duncan test를 실시하였다. 넷째, 각 변수의 상관관계를 알아보기 위하여 상관관계 분석을 실시하였고, 외모만족도가 심리적 안녕감과 대인관계에 미치는 영향을 알아보기 위하여 다중회귀분석을 실시하였다.

IV. 결과 및 고찰

1. 조사대상자의 일반적 특성

조사대상자의 일반적 특성을 알아보기 위하여 빈도분석을 실시한 결과는 Table 1과 같다. 분석결과 성별은 남학생 131명(58.7%), 여학생 92명(41.3%)으로 나타났고, 연령은 만20세 이

Table 1. General characteristics of survey subjects

	sortation	Frequency(N)	Percentage(%)
Gender	Female student	92	41.3
	a male student	131	58.7
Age	under 20 years of age	67	30.0
	21 years old	33	14.8
	22 years old	42	18.8
	31 years old	38	17.0
	24 years of age or older	43	19.3
Experience in dating someone else	Yes	175	78.5
	No	48	21.5
	Sum	223	100.0

Table 2. Verification of validity and reliability for appearance satisfaction

Question	Ingredient		
	Subjective appearance satisfaction	Satisfied body image	Desire to improve one's appearance
10. I tend to feel satisfied with my weight.	.829	.116	-.136
4. I feel better when I check my weight.	.761	.128	-.062
1. I like the way I look in the picture.	.752	.274	-.030
15. I look as pretty or nice as I want.	.738	.228	-.243
13. I have a nice figure.	.670	.225	-.236
2. People around me like my appearance.	.223	.791	-.068
3. I'm satisfied with the way I look.	.382	.673	-.274
9. My appearance is teased by people around me(r).	-.088	.669	-.007
16. I have a better face than anyone else.	.342	.649	-.189
14. I am not satisfied with my appearance(r).	.251	.645	-.385
8. My parents like my appearance.	.163	.644	.068
12. I am ashamed of my appearance(r).	.304	.585	-.210
7. I wish I could be prettier or cooler.	-.112	.016	.891
6. I wish I were slimmer.	-.368	.064	.768
5. I think there are a lot of things that need to be supplemented in appearance.	-.109	-.326	.764
11. I worry about what I'll look like in front of others.	-.049	-.192	.665
Eigenvalue	3.489	3.476	2.861
Variance description(%)	21.806	21.728	17.879
Cumulative Description(%)	21.806	43.533	61.412
Reliability	.834	.851	.801

KMO=.876, Bartlett's test $\chi^2=1693.122$ (df=120, p=0.000)

하 67명(30.0%), 만21세 33명(14.8%), 만22세 42명(18.8%), 만23세 38명(17.0%), 만24세 이상 43명(19.3%)으로 나타났으며, 이성교제 경험여부는 유 175명(78.5%), 무 48명(21.5%)으로 나타났다.

2. 측정도구의 타당성 및 신뢰도 검증

1) 외모만족도에 대한 타당성 및 신뢰도 검증

외모만족도에 대한 타당성 및 신뢰도 검증 결과는 Table 2와 같다. 요인분석 결과, KMO 측도는 0.876으로 나타났고, Bartlett의 구형성 검정 결과 $\chi^2=1693.122$ (p<.001)로 적절한 것으로 분석되었다. 고유값(Eigen values)을 토대로 3개 요인을 추출하였으며 전체 설명력은 61.412%로 나타났다. 즉, 요인 1(21.806%)은 '주관적 외모만족'으로 명명하였고, 요인 2(21.728%)는 '신체이미지 만족'으로, 요인 3(17.879%)은 '외모 개선욕구'로 명명하였다. 각 요인의 요인 적재치는 모두 0.40 이상으로 나타나 타당성이 검증되었으며, 신뢰도 또한 0.60 이상으로 나타나 신뢰도를 확보하였다.

2) 심리적 안녕감에 대한 타당성 및 신뢰도 검증

심리적 안녕감에 대한 타당성 및 신뢰도 검증 결과는 Table 3과 같다. 요인분석 결과에 의하면 KMO 측도는 0.798로 나타났고, Bartlett의 구형성 검정 결과 $\chi^2=1808.009$ (p<.001)로 적절한 것으로 분석되었다. 고유값(Eigen values)을 토대로 5개 요인을 추출하였으며 전체 설명력은 67.011%로 나타났다. 즉, 요인 1(14.610%)은 '자율성'으로 명명하였고, 요인 2(14.065%)는 '자아수용'으로, 요인 3(13.663%)은 '환경통제'로, 요인 4(12.513%)는 '삶의 목적'으로, 요인 5(12.159%)는 '긍정적 대인관계'로 명명하였다. 각 요인의 요인 적재치는 모두 0.40 이상으로 나타났고, 신뢰도 또한 0.60 이상으로 나타나 타당성 및 신뢰성이 검증된 것으로 볼 수 있다.

3) 대인관계에 대한 타당성 및 신뢰도 검증

대인관계에 대한 타당성 및 신뢰도 검증 결과는 Table 4와 같다. 요인분석 결과에 의하면 KMO 측도는 0.859로 나타났고, Bartlett의 구형성 검정 결과 $\chi^2=1109.075$ (p<.001)로 적절한 것으로 분석되었다. 고유값(Eigen values)을 토대로 3개 요인을 추출하였으며 전체 설명력은 72.841%로 나타났다. 즉, 요인

Table 3. Validation and reliability of psychological well-being

Question	Ingredient				
	Auto-nomy	Self-acceptance	Environ-mental control	the purpose of life	Positive inter-personal relationship
6. I can't put my opinion strongly when there's a controversial issue(r).	.834	-.062	.174	.188	.163
7. I tend to be influenced by people who have strong opinions(r).	.814	.106	.090	-.071	.075
8. I tend to express my thoughts clearly when I disagree with many people.	.687	.034	.191	.200	-.003
5. I tend to change my decision when my friends and family disagree(r).	.662	.172	.124	.070	.005
17. I don't want to be in a new situation because my current lifestyle has changed.	-.045	.835	-.118	-.053	.076
14. I like every aspect of my personality.	.200	.796	.255	.053	.074
18. I have long since abandoned the idea of making a big improvement in my life.	.035	.770	-.181	.247	.151
13. There have been mistakes in the past, but overall I think everything is going well.	.142	.755	.325	-.018	.015
9. I'm doing my job well in my life.	.222	.028	.782	.183	.158
11. It is solving personal problems including money problems.	.009	-.100	.719	.205	.060
10. I can make good use of my time and get on with my work.	.148	.099	.699	.293	.126
12. I'm not satisfied with my life(r).	.278	.207	.654	.053	.055
15. I enjoy designing future plans and trying to achieve them.	.172	.004	.188	.855	.059
19. I just live day by day and don't worry about the future(r).	.043	.103	.151	.819	.037
16. I live with a life plan.	.107	.047	.275	.803	.076
1. I can trust my friends.	-.090	.151	.101	.072	.806
2. There's someone who's on my side when I need them.	-.086	.007	.210	.094	.798
4. I feel lonely because I don't have a friend around to share his worries.(r).	.291	.179	.174	-.004	.726
3. I have never experienced a deep trust relationship with others(r).	.392	-.028	-.158	.024	.611
Eigenvalue	2.776	2.672	2.596	2.378	2.310
Variance description(%)	14.610	14.065	13.663	12.513	12.159
Cumulative Description(%)	14.610	28.675	42.339	54.852	67.011
Reliability	.798	.821	.776	.839	.720

KMO=.795, Bartlett's test $\chi^2=1808.009$ (df=171, p=0.000)

1(25.291%)은 ‘의사소통’으로 명명하였고, 요인 2(23.946%)는 ‘친근감’으로, 요인 3(23.603%)은 ‘만족감’으로 명명하였다. 각 요인의 요인 적재치는 모두 0.40 이상, 신뢰도 또한 0.60 이상으로 나타나 타당성 및 신뢰성이 검증된 것으로 볼 수 있다.

3. 기술통계적 분석

1) 외모만족도

외모만족도에 대해 분석한 결과는 Table 5와 같다. 분석결과, 외모개선욕구(M=3.51), 주관적 외모만족(M=3.47), 신체이미지 만족(M=2.73) 순으로 나타났다. 전반적인 외모만족도는 평균 2.99점으로 나타났다.

조사대상자의 일반적 특성에 따른 차이의 분석 결과는 다음과 같다. 성별에 따라서는 전반적인 외모만족도와 하위요인별 주관적 외모만족, 신체이미지 만족, 외모개선욕구에 대해 통계

적으로 유의미한 차이가 나타났으며(p<.01), 남자의 경우 여자에 비해 상대적으로 전반적인 외모만족도와 하위요인별 주관적 외모만족, 신체이미지 만족이 높은 것으로 나타났고, 여자의 경우 남자에 비해 외모개선욕구가 높은 것으로 나타났다. 이는 남자가 여자보다 외모만족도가 높다는 Lee & Lee(2008)의 연구와 일치하였다.

연령에 따라서는 전반적인 외모만족도와 하위요인별 주관적 외모만족, 신체이미지 만족에 대해 통계적으로 유의미한 차이가 나타났으며(p<.05), 만22세, 만23세의 경우 상대적으로 외모만족도와 하위요인별 주관적 외모만족, 신체이미지 만족이 높은 것으로 나타났다. 이는 내적 통제감이 강한 20대 일수록 외모만족도가 높다는 Cha et al.(2018)의 연구와 관련이 있고, 20대의 외모만족도가 가장 높다는 Oh(2016)의 연구와 관련이 있다.

이성교제 경험여부에 따라서는 외모만족도의 하위요인별 외

Table 4. Validation and reliability of interpersonal relationships

Question	Ingredient		
	Communication	Friendliness	Satisfaction
10. I don't find it difficult to communicate with others.	.847	.166	.143
5. I think it's easy to talk to other people.	.818	.069	.179
9. I can solve the situation well even when I think differently from others.	.667	.224	.261
7. I have no difficulty expressing myself.	.635	.225	.315
8. I quickly notice other people's characteristics.	.147	.850	.158
4. My relationship with others is good.	.177	.836	.282
6. I tend to have a warm attitude or interest in others.	.208	.821	.174
2. I am satisfied with other people.	.236	.127	.852
1. I am satisfied with myself.	.227	.286	.812
3. My friends will think I'm a satisfactory person.	.301	.263	.788
Eigenvalue	2.529	2.395	2.360
Variance description(%)	25.291	23.946	23.603
Cumulative Description(%)	25.291	49.237	72.841
Reliability	.803	.853	.863

KMO=.859, Bartlett's test $\chi^2=1109.075$ (df=45, p=0.000)

모개선욕구에 대해 통계적으로 유의미한 차이가 나타났다 (p<.05). 이성교제 경험이 있는 경우 이성교제 경험이 없는 경우에 비해 외모개선욕구가 높은 것으로 나타나 Kim(2019)의 연구와 일치하였다.

2) 심리적 안녕감

심리적 안녕감에 대해 분석한 결과는 Table 6과 같다. 분석결과, 긍정적 대인관계(M=4.17), 삶의 목적(M=3.77), 환경통제(M=3.61), 자율성(M=3.42), 자아수용(M=3.36) 순으로 나타났고, 심리적 안녕감의 평균은 3.66점으로 나타났다.

Table 5. Appearance satisfaction

Sortation	Appearance satisfaction								
	Subjective appearance satisfaction		Satisfied body image		desire to improve one's appearance		The entire		
	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	
Gender	Woman	3.24	.648	2.43	.735	3.74	.770	2.74	.601
	Man	3.62	.680	2.94	.835	3.34	.885	3.17	.578
	<i>t-value(p)</i>	-4.217***(.000)		-4.754***(.000)		3.505**(.001)		-5.356***(.000)	
Age	under 20 years of age	3.43 ^a	.765	2.64 ^{ab}	.860	3.66	.945	2.91 ^{ab}	.731
	21 years old	3.24 ^a	.638	2.60 ^a	.917	3.70	.741	2.80 ^a	.597
	22 years old	3.54 ^{ab}	.664	2.99 ^b	.642	3.47	.799	3.12 ^{bc}	.458
	31 years old	3.77 ^b	.578	2.98 ^b	.863	3.31	.931	3.25 ^b	.634
	24 years of age or older	3.35 ^a	.658	2.49 ^a	.773	3.33	.753	2.91 ^{ab}	.512
	<i>F-value(p)</i>	3.232*(.013)		3.367*(.011)		2.002(.095)		3.426*(.010)	
Experience in dating someone else	Yes	3.46	.736	2.75	.817	3.59	.900	2.98	.655
	No	3.48	.504	2.65	.896	3.21	.621	3.05	.494
	<i>t-value(p)</i>	-.211(.834)		.695(.488)		3.320**(.001)		-.833(.407)	
The entire	3.47	.692	2.73	.833	3.51	.860	2.99	.623	

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

Duncam : a<b<c

Table 6. Psychological well-being

Sortation		psychological well-being											
		Positive interpersonal relationship		Self-acceptance		Autonomy		Environmental control		The purpose of life		The entire	
		M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD
Gender	Woman	4.08	.613	3.26	.849	3.26	.806	3.55	.746	3.54	.954	3.54	.496
	Man	4.23	.651	3.43	.864	3.53	.726	3.66	.751	3.92	.797	3.75	.482
<i>t-value(p)</i>		-1.718(.087)		-1.484(.139)		-2.565*(.011)		-1.082(.280)		-3.131**(.001)		-3.116**(.002)	
Age	under 20 years of age	4.21 ^{bc}	.688	3.28	.911	3.37 ^{ab}	.742	3.62 ^{abc}	.640	3.62	.849	3.62 ^{ab}	.486
	21 years old	4.07 ^{ab}	.680	3.36	.866	3.15 ^a	.718	3.33 ^a	.985	3.68	1.132	3.51 ^a	.605
	22 years old	4.36 ^c	.521	3.42	.867	3.63 ^b	.553	3.89 ^c	.647	3.97	.698	3.85 ^b	.386
	31 years old	4.29 ^{bc}	.727	3.56	.943	3.28 ^{ab}	.961	3.70 ^{bc}	.822	3.70	.910	3.71 ^{ab}	.527
	24 years of age or older	3.91 ^a	.443	3.24	.676	3.62 ^b	.772	3.47 ^{ab}	.642	3.92	.838	3.62 ^{ab}	.457
F-value(p)		3.532**(.008)		.880(.477)		2.970*(.020)		3.286*(.012)		1.481(.209)		2.568*(.039)	
Experience in dating someone else	Yes	4.23	.617	3.38	.875	3.41	.807	3.63	.778	3.84	.889	3.69	.506
	No	3.97	.680	3.27	.805	3.45	.619	3.53	.635	3.51	.819	3.55	.452
<i>t-value(p)</i>		2.513*(.013)		.809(.420)		-.337(.737)		.832(.407)		2.324*(.021)		1.789(.075)	
The entire		4.17	.638	3.36	.860	3.42	.769	3.61	.749	3.77	.883	3.66	.497

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

Duncan : a<b<c

조사대상자의 일반적 특성에 따른 차이의 분석 결과는 다음과 같다. 성별에 따라서는 전반적인 심리적 안녕감과 하위요인별 자율성, 삶의 목적에 대해 통계적으로 유의미한 차이가 나

타났다(p<.05). 또한 남자의 경우 심리적 안녕감과 하위요인별 자율성, 삶의 목적이 높은 것으로 나타났다. 이는 여자보다 남자가 상대적으로 심리적 안녕감이 높으며 삶의 목적에 있어서

Table 7. Human relationship

Sortation		Interpersonal relationship						The entire	
		Satisfaction		Communication		Friendliness			
		M	SD	M	SD	M	SD	M	SD
Gender	Woman	3.46	.663	3.59	.609	3.44	.941	3.50	.552
	Man	3.76	.775	3.78	.801	3.75	.880	3.76	.693
<i>t-value(p)</i>		-3.050**(.003)		-2.007*(.046)		-2.493*(.013)		-3.100**(.002)	
Age	under 20 years of age	3.65 ^{ab}	.838	3.66 ^{ab}	.725	3.59	.942	3.64 ^{ab}	.676
	21 years old	3.34 ^a	.609	3.48 ^a	.665	3.56	.815	3.46 ^a	.588
	22 years old	3.90 ^b	.703	3.89 ^b	.769	3.94	.722	3.91 ^b	.642
	31 years old	3.88 ^b	.757	3.91 ^b	.699	3.58	1.232	3.80 ^b	.662
	24 years of age or older	3.37 ^a	.540	3.56 ^a	.725	3.43	.740	3.47 ^a	.559
F-value(p)		5.393***(.000)		2.805*(.027)		1.796(.131)		3.953**(.004)	
Experience in dating someone else	Yes	3.65	.767	3.76	.724	3.67	.895	3.70	.649
	No	3.61	.664	3.47	.725	3.43	.977	3.50	.636
<i>t-value(p)</i>		.285(.776)		2.480*(.014)		1.613(.108)		1.894(.059)	
The entire		3.64	.744	3.70	.733	3.62	.916	3.66	.650

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

Duncan : a<b

목적의식이 높다는 것으로 Kim(2016)의 연구와 일치하고, 남자가 여자보다 외모만족도가 높다는 Kim(2019)의 연구결과와 관련이 깊다.

연령에 따라서는 전반적인 심리적 안녕감과 하위요인별 긍정적 대인관계, 자율성, 환경통제에 대해 통계적으로 유의미한 차이가 나타났으며(p<.05), 만22세, 만23세의 경우 상대적으로 전반적인 심리적 안녕감과 하위요인별 긍정적 대인관계, 자율성, 환경통제가 높은 것으로 나타났다. 이는 고등학교 졸업 후 몇 년간의 대학생활과 인간관계를 통해 심리적 안녕감을 획득하였을 것으로 해석할 수 있겠다.

이성교제 경험여부에 따라서는 심리적 안녕감의 하위요인별 긍정적 대인관계, 삶의 목적에 대해 통계적으로 유의미한 차이가 나타났으며(p<.05), 이성교제 경험이 있는 경우 이성교제 경험이 없는 경우에 비해 상대적으로 긍정적 대인관계, 삶의 목적이 높은 것으로 나타나 Cho(2002)의 연구와 일치한다.

3) 대인관계

대인관계에 대해 분석한 결과는 Table 7과 같다. 분석결과, 의사소통'(M=3.70), 만족감(M=3.64), 친근감(M=3.62) 순으로 나타났으며, 전반적인 대인관계 평균은 3.66점으로 나타났다.

조사대상자의 일반적 특성에 따른 차이의 분석 결과는 다음

과 같다. 성별에 따라서는 전반적인 대인관계와 하위요인별 만족감, 의사소통, 친근감에 대해 통계적으로 유의미한 차이가 나타났다(p<.05). 남자의 경우 상대적으로 전반적인 대인관계와 하위요인별 만족감, 의사소통, 친근감이 높은 것으로 나타났다. 이는 Lee & Lee(2008)의 남자가 여자보다 상대적으로 높은 외모만족도를 가지고 있다는 연구결과와 관련이 있으며, Lee & Jang(2019)의 남자는 여자에 비해 상대적으로 대인관계에 만족감이 높다는 연구와 일치한다.

연령에 따라서는 전반적인 대인관계와 하위요인별 만족감, 의사소통에 대해 통계적으로 유의미한 차이가 나타났으며(p<.05), 만22세, 만23세의 경우 상대적으로 전반적인 인간관계와 하위요인별 만족감, 의사소통이 높은 것으로 나타나 Moon(2015)의 연구와 일치하는 것으로 나타났다.

이성교제 경험여부에 따라서는 대인관계의 하위요인별 의사소통에 대해 통계적으로 유의미한 차이가 나타났으며(p<.05), 이성교제 경험이 있는 경우 없는 경우에 비해 의사소통이 높은 것으로 나타났다. 이는 Yang et al.(2020)의 연구결과와 같이 대학생이 경험하는 스트레스 요인에는 이성문제도 해당하는데 이성교제 경험이 있는 학생은 미리 습득한 경험에서 오는 의사소통 능력이 상대적으로 높은 것으로 해석할 수 있겠다.

Table 8. The correlation between appearance satisfaction, psychological well-being, and interpersonal relationships

Sortation	Appearance satisfaction				Psychological well-being				Interpersonal relationship		
	Subjective appearance satisfaction	Satisfied body image	Desire to improve one's appearance	Positive interpersonal relationship	Self-acceptance	Autonomy	Environmental control	The purpose of life	Satisfaction	Communication	Friendliness
Subjective appearance satisfaction	1										
Satisfied body image	.547***	1									
Desire to improve one's appearance	-.395***	-.402***	1								
Positive interpersonal relationship	.334***	.288***	-.061	1							
Self-acceptance	.324***	.185**	-.207**	.215**	1						
Autonomy	.318***	.292***	-.304***	.288***	.206**	1					
Environmental control	.438***	.375***	-.269***	.260***	.203**	.401***	1				
The purpose of life	.364***	.375***	-.138*	.172*	.162*	.276***	.469***	1			
Satisfaction	.566***	.536***	-.317***	.406***	.307***	.305***	.477***	.397***	1		
Communication	.366***	.432***	-.129	.415***	.275***	.258***	.397***	.440***	.575***	1	
Friendliness	.437***	.411***	-.170*	.565***	.235***	.336***	.385***	.454***	.515***	.450***	1

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

4. 상관관계 검증

외모만족도와 심리적 안녕감, 대인관계의 상관관계를 알아보기 위하여 상관관계 분석을 실시한 결과는 Table 8과 같다. 분석결과 외모만족도의 하위요인별 주관적 외모만족, 신체이미지 만족은 심리적 안녕감의 하위요인별 긍정적 대인관계, 자아수용, 자율성, 환경통제, 삶의 목적과 통계적으로 유의미한 정(+)의 상관관계가 있는 것으로 나타났고(p<.01), 외모만족도의 하위요인별 외모개선욕구는 심리적 안녕감의 자아수용, 자율성, 환경통제, 삶의 목적과 통계적으로 유의미한 부(-)의 상관관계가 있는 것으로 나타났(p<.05). 또한 외모만족도의 하위요인별 주관적 외모만족, 신체이미지 만족은 대인관계의 하위요인별 만족감, 의사소통, 친근감과 통계적으로 유의미한 정(+)의 상관관계가 있으며(p<.001), 외모만족도의 하위요인별 외모개선욕구는 대인관계의 하위요인별 만족감, 친근감과 통계적으로 유의미한 부(-)의 상관관계에 있는 것으로 나타났다

(p<.05). 마지막으로 심리적 안녕감의 하위요인별 긍정적 대인관계, 자아수용, 자율성, 환경통제, 삶의 목적은 대인관계의 하위요인별 만족감, 의사소통, 친근감과 통계적으로 유의미한 정(+)의 상관관계에 있는 것으로 나타났(p<.001). 이는 외모만족도가 높아지면 대인관계, 자율성, 환경통제, 자아수용, 삶의 목적과 통계적으로 정(+)의 상관관계에 있다는 Kim & Choi (2016)의 연구결과와 일치하는 것으로 나타났다.

5. 외모만족도가 심리적 안녕감에 미치는 영향

외모만족도가 심리적 안녕감에 미치는 영향을 알아보기 위해 다중회귀분석을 실시한 결과는 Table 9와 같다. 분석결과 긍정적 대인관계에 있어서는 회귀모형의 설명력은 14.0%이고, 회귀식은 통계적으로 유의미한 것으로 분석되었다(F=11.854, p<.001). 독립변수별로는 주관적 외모만족(β=.283, p<.001), 신체이미지 만족(β=.184, p<.05)이 긍정적 대인관계에 통계적

Table 9. Effect of Appearance Satisfaction on Psychological Wellbeing

Dependent variable	Independent variable	B	S.E	β	t	p
Positive interpersonal relationship	(constant)	2.559	.346		7.393	.000
	Subjective appearance satisfaction	.261	.071	.283	3.674***	.000
	Satisfied body image	.141	.059	.184	2.380*	.018
	Desire to improve one's appearance	.092	.052	.124	1.770	.078
	R ² = .140, Adj. R ² = .128, F-value= 11.854***, p= .000					
Self-acceptance	(constant)	2.475	.474		5.224	.000
	Subjective appearance satisfaction	.365	.097	.294	3.760***	.000
	Satisfied body image	-.015	.081	-.015	-.188	.851
	Desire to improve one's appearance	-.097	.071	-.097	-1.359	.176
R ² = .113, Adj. R ² = .100, F-value= 9.258***, p= .000						
Autonomy	(constant)	3.006	.415		7.245	.000
	Subjective appearance satisfaction	.200	.085	.180	2.348*	.020
	Satisfied body image	.110	.071	.119	1.549	.123
	Desire to improve one's appearance	-.165	.063	-.185	-2.643**	.009
R ² = .148, Adj. R ² = .136, F-value= 12.685***, p= .000						
Environmental control	(constant)	2.240	.386		5.799	.000
	Subjective appearance satisfaction	.340	.079	.314	4.292***	.000
	Satisfied body image	.155	.066	.173	2.353*	.019
	Desire to improve one's appearance	-.066	.058	-.076	-1.134	.258
R ² = .223, Adj. R ² = .212, F-value= 20.910***, p= .000						
The purpose of life	(constant)	1.675	.468		3.583	.000
	Subjective appearance satisfaction	.311	.096	.244	3.245**	.001
	Satisfied body image	.284	.080	.268	3.559***	.000
	Desire to improve one's appearance	.068	.070	.066	.961	.338
R ² = .180, Adj. R ² = .169, F-value= 16.048***, p= .000						

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

로 유의미한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났다. 따라서 외모만족도의 하위요인별 주관적 외모만족, 신체이미지 만족이 높으면 긍정적 대인관계도 높아지는 것으로 나타났다.

자아수용에 있어서는 회귀모형의 설명력은 11.3%이고, 회귀식은 통계적으로 유의미한 것으로 분석되었다(F9.258, p<.001). 독립변수별로는 주관적 외모만족(β=.294, p<.001)이 자아수용에 통계적으로 유의미한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났다. 따라서 외모만족도의 하위요인별 주관적 외모만족이 높으면 자아수용도 높아지는 것으로 해석할 수 있다. 자율성에 있어서는 회귀모형의 설명력은 14.8%이고, 회귀식은 통계적으로 유의미한 것으로 분석되었다(F=12.685, p<.001). 독립변수별로는 주관적 외모만족(β=.180, p<.05)이 자율성에 통계적으로 유의미한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났고, 외모개선욕구(β=-.185, p<.01)가 자율성에 통계적으로 유의미한 부(-)의 영향을 미치는 것으로 나타났다. 따라서 외모만족도의 하위요인별 주관적 외모만족이 높고, 외모개선욕구가 낮을수록 자율성은 높아지는 것으로 볼 수 있다. 환경통제에 있어서는 회귀모형의 설명력은 22.3%이고, 회귀식은 통계적으로 유의미한 것으로 분석되었다(F=20.910, p<.001). 독립변수별로는 주관적 외모만족(β=.314, p<.001), 신체이미지 만족(β=.173, p<.05)이 환경통제에 통계적으로 유의미한 정(+)의 영향을 미쳤다. 따라서 외모만족도의 하위요인별 주관적 외모만족, 신체이미지 만족이 높을수록 환경통제도 높아지는 것으로 나타났다. 삶의 목적에 있어서는 회귀모형의 설명력은 18.0%이고, 회귀식은 통계적으로 유의미한 것으로 분석되었다(F=16.048, p<.001). 독립변수별로는 신체이미지 만족(β=.268, p<.001), 주관적 외모만

족(β=.244, p<.01)이 삶의 목적에 통계적으로 유의미한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났다. 따라서 외모만족도의 하위요인별 신체이미지 만족, 주관적 외모만족이 높을수록 삶의 목적도 높아지는 것으로 나타나 이는 외모만족도가 높을수록 심리적 안녕감이 높다는 Joo(2011) & Han(2016)의 연구와 일치하는 결과이다.

6. 외모만족도가 대인관계에 미치는 영향

외모만족도가 대인관계에 미치는 영향을 알아보기 위하여 다중회귀분석을 실시한 결과는 Table 10과 같다. 분석결과 만족감에 있어서는 회귀모형의 설명력은 39.5%이고, 회귀식은 통계적으로 유의미한 것으로 분석되었다(F=47.574, p<.001). 독립변수별로는 주관적 외모만족(β=.379, p<.001), 신체이미지 만족(β=.311, p<.001)이 만족감에 통계적으로 유의미한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났다. 따라서 외모만족도의 하위요인별 주관적 외모만족, 신체이미지 만족이 높을수록 만족감도 높아졌다. 의사소통에 있어서는 회귀모형의 설명력은 21.8%이고, 회귀식은 통계적으로 유의미한 것으로 분석되었다(F=20.390, p<.001). 독립변수별로는 신체이미지 만족(β=.356, p<.001), 주관적 외모만족(β=.210, p<.01)이 의사소통에 통계적으로 유의미한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났다. 따라서 외모만족도의 하위요인별 신체이미지 만족, 주관적 외모만족이 높을수록 의사소통도 높아지는 것으로 볼 수 있다. 친근감에 있어서는 회귀모형의 설명력은 23.6%이고, 회귀식은 통계적으로 유의미한 것으로 분석되었다(F=22.579, p<.001). 독

Table 10. Effect of Appearance Satisfaction on Interpersonal Relationships

Dependent variable	Independent variable	B	S.E	β	t	p
Satisfaction	(constant)	1.595	.339		4.709	.000
	Subjective appearance satisfaction	.408	.069	.379	5.875***	.000
	Satisfied body image	.278	.058	.311	4.802***	.000
	Desire to improve one's appearance	-.037	.051	-.042	-.720	.473
R ² = .395, Adj. R ² = .386, F-value= 47.574***, p= .000						
Communication	(constant)	1.785	.379		4.714	.000
	Subjective appearance satisfaction	.222	.078	.210	2.858**	.005
	Satisfied body image	.313	.065	.356	4.845***	.000
	Desire to improve one's appearance	.082	.057	.097	1.444	.150
R ² = .218, Adj. R ² = .208, F-value= 20.390***, p= .000						
Friendliness	(constant)	1.146	.468		2.448	.015
	Subjective appearance satisfaction	.422	.096	.319	4.396***	.000
	Satisfied body image	.287	.080	.261	3.587***	.000
	Desire to improve one's appearance	.065	.071	.061	.918	.360
R ² = .236, Adj. R ² = .226, F-value= 22.579***, p= .000						

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

립변수별로는 주관적 외모만족($\beta=.319, p<.001$), 신체이미지 만족($\beta=.261, p<.001$)이 친근감에 통계적으로 유의미한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났다. 따라서 외모만족도의 하위요인별 주관적 외모만족, 신체이미지 만족이 높을수록 친근감도 높아지는 것으로 볼 수 있다. 즉, 외모만족과 신체이미지 만족이 높을수록 만족감, 의사소통, 친근감이 높아져 긍정적인 대인관계를 형성할 수 있다. 따라서 외모만족도와 신체이미지 만족이 높을수록 긍정적 대인관계도 높아진다는 Han(2016)의 연구와 일치한다.

7. 심리적 안녕감이 대인관계에 미치는 영향

심리적 안녕감이 대인관계에 미치는 영향을 알아보기 위하여 다중회귀분석을 실시한 결과는 Table 11과 같다. 분석결과 만족감에 있어서는 회귀모형의 설명력은 37.0%이고, 회귀식은 통계적으로 유의미한 것으로 분석되었다($F=25.505, p<.001$). 독립변수별로는 환경통제($\beta=.376, p<.001$), 긍정적 대인관계($\beta=.257, p<.001$), 삶의 목적($\beta=.188, p<.01$), 자아수용($\beta=.157,$

$p<.01$)이 만족감에 통계적으로 유의미한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났다. 따라서 심리적 안녕감의 하위요인별 환경통제, 긍정적 대인관계, 삶의 목적, 자아수용이 높을수록 만족감도 높아지는 것으로 분석할 수 있다. 의사소통에 있어서는 회귀모형의 설명력은 35.0%이고, 회귀식은 통계적으로 유의미한 것으로 분석되었다($F=23.371, p<.001$). 독립변수별로는 긍정적 대인관계($\beta=.295, p<.001$), 삶의 목적($\beta=.294, p<.001$), 환경통제($\beta=.154, p<.05$), 자아수용($\beta=.132, p<.05$)이 의사소통에 통계적으로 유의미한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났다. 따라서 심리적 안녕감의 하위요인별 긍정적 대인관계, 삶의 목적, 환경통제, 자아수용이 높을수록 의사소통도 높아지는 것으로 볼 수 있다. 친근감에 있어서는 회귀모형의 설명력은 46.7%이고, 회귀식은 통계적으로 유의미한 것으로 분석되었다($F=38.017, p<.001$). 독립변수별로는 긍정적 대인관계($\beta=.457, p<.001$), 삶의 목적($\beta=.307, p<.001$)이 친근감에 통계적으로 유의미한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났다. 따라서 심리적 안녕감의 하위요인별 긍정적 대인관계, 삶의 목적이 높을수록 친근감도 높아지는 것으로 볼 수 있다. 이는 (Kim, 2005)의

Table 11. The effect of psychological well-being on interpersonal relationships

Dependent variable	Independent variable	B	S.E	β	t	p
Satisfaction	(constant)	.222	.319		.695	.488
	Positive interpersonal relationship	.300	.067	.257	4.462***	.000
	Self-acceptance	.136	.049	.157	2.797**	.006
	Autonomy	.035	.059	.037	.602	.548
	Environmental control	.274	.065	.276	4.228***	.000
	The purpose of life	.158	.052	.188	3.058**	.003
$R^2= .370, \text{Adj. } R^2= .356, F\text{-value}= 25.505^{***}, p= .000$						
Communication	(constant)	.435	.319		1.364	.174
	Positive interpersonal relationship	.338	.067	.295	5.030***	.000
	Self-acceptance	.113	.049	.132	2.313*	.022
	Autonomy	.003	.059	.004	.057	.954
	Environmental control	.150	.065	.154	2.321*	.021
	The purpose of life	.244	.052	.294	4.713***	.000
$R^2= .350, \text{Adj. } R^2= .335, F\text{-value}= 23.371^{***}, p= .000$						
Friendliness	(constant)	-1.180	.361		-3.264	.001
	Positive interpersonal relationship	.656	.076	.457	8.608***	.000
	Self-acceptance	.058	.055	.055	1.056	.292
	Autonomy	.091	.067	.077	1.375	.171
	Environmental control	.098	.073	.080	1.338	.182
	The purpose of life	.319	.059	.307	5.432***	.000
$R^2= .467, \text{Adj. } R^2= .455, F\text{-value}= 38.017^{***}, p= .000$						

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

연구에서 심리적 안녕감이 높을수록 긍정적인 대인관계를 유지하고 좋은 삶의 질을 구성하며 친근감이 높은 것으로 나타난 것과 관련이 깊다.

V. 결 론

본 연구는 대학생들의 외모만족도와 심리적 안녕감, 대인관계의 상관관계를 밝히는 실증연구로써 외모의 만족도를 높이는 것이 그저 단순히 얼굴을 꾸미는 것에 그치는 것이 아니라 심리적 안녕감과 대인관계에 영향을 미치게 됨을 규명하고자 하였다. 본 연구로 대학생들의 정신건강을 증진하는 프로그램 개발에 도움을 주는 기초자료로 사용하고자 하였으며 광주광역시 3개 종합대학교 대학생을 대상으로 실시하였다.

연구 결과 외모만족도가 심리적 안녕감에 미치는 영향은 외모만족도의 하위요인별 주관적 외모만족, 신체이미지 만족이 높으면 긍정적 대인관계도 높아지는 것으로 나타났다. 외모만족도의 하위요인별 주관적 외모만족이 높으면 자아수용도 높아지고, 외모만족도의 하위요인별 주관적 외모만족, 신체이미지 만족이 높을수록 환경통제도 높아지는 것으로 나타났다. 또한 외모만족도의 하위요인별 신체이미지 만족, 주관적 외모만족이 높을수록 삶의 목적도 높아지는 것으로 나타났다. 외모만족도가 대인관계에 미치는 영향은 외모만족도의 하위요인별 주관적 외모만족, 신체이미지 만족이 높을수록 만족감도 높아졌고, 외모만족도의 하위요인별 신체이미지 만족, 주관적 외모만족이 높을수록 의사소통도 높아졌으며, 외모만족도의 하위요인별 주관적 외모만족, 신체이미지 만족이 높을수록 친근감도 높아졌다. 즉, 외모만족과 신체이미지 만족이 높을수록 만족감, 의사소통, 친근감이 높아져 긍정적인 대인관계를 형성할 수 있는 것으로 나타났다. 심리적 안녕감이 대인관계에 미치는 영향은 심리적 안녕감의 하위요인별 환경통제, 긍정적 대인관계, 삶의 목적, 자아수용이 높을수록 만족감도 높아지고, 심리적 안녕감의 하위요인별 긍정적 대인관계, 삶의 목적, 환경통제, 자아수용이 높을수록 의사소통도 높아지며, 심리적 안녕감의 하위요인별 긍정적 대인관계, 삶의 목적이 높을수록 친근감도 높아지는 것으로 볼 수 있다. 이는 심리적 안녕감이 높을수록 긍정적인 대인관계를 유지하는 것으로 해석할 수 있다.

본 연구로 대학생에게 외모만족도가 심리적 안녕감과 대인관계에 실질적으로 영향을 주는 요인임을 밝혀내었다는 사실에 의의를 두고자 하며, 조사대상자를 일부지역 대학생으로 국한하여 연구를 진행하였으므로 후속연구에서는 보다 광범위한 연구를 진행하는 것이 바람직할 것이다.

References

Ahn, B. H. (1996). A Comparative Study on the Theory of Interper-

- sonal Relationships. *Study of Humanities*, 22(1), 149-171.
- Ahn, H. M. (1995). (The) Effect of Interpersonal Style on Anxiety : focused on interpersonal style according to sex role. Master's thesis, Ewha Womans University. Seoul. pp. 10-12.
- Ahn, S. Y. (2018). The Mediating Effects of Self-esteem and Social Support in the Relationship between Appearance Satisfaction and School Adjustment of Middle School Students. Master's thesis, Hankuk National University of Education. Chungcheongbuk-do. p. 103.
- Cha, H. Y., Lee, K. H., & Kang, J. S. (2018). A Relationship among the Twenties' Internal Control, *Achievable Self-Appearence Level and Appearance Satisfaction: A Preliminary Study. The Korean Psychological Association*, 314.
- Cho, K. Y. (2002). Effect of the opposite sex friend on adolescent's well-being. Master's thesis, Kyungnam National University. Gyeongsangnam-do. pp. 18-19.
- Choi, S. K., Gil, M. C., & Kim, M. S. (2017). The Effect of State of Makeup and Makeup Behavior Factors on Self-esteem and Interpersonal Relationship among Middle and High School Girls. *Asia-pacific Journal of Multimedia services convergent with Art, Humanities and Sociology*, 7(5), 409-420.
- Han, S. M. (2016). The Effect of Appearance Satisfaction on Self-Respect and Interpersonal Relationships and Psychological well-being of University Students. Master's thesis, Kyungil University. Gyeongsangbuk-do. pp. 1-3.
- Joo, K. S. (2011). Study on the effect of adolescents' appearance satisfaction and self-esteem on the psychological well-being : focusing on the relevance with 16PF. Master's thesis, Sogang University. Seoul. pp. 22-23.
- Kim, E. H., & Choi, E. M. (2016). Appearance Satisfaction has an Influence on Self-esteem and Psychological Wellbeing in Junior High School Girls. *Journal of the Korean Society of Beauty and Art*. 17(4), 263-272.
- Kim, H. J. (2009). (A) study of self-efficacy, sex role identity, and appearance attitudes of male and female college students. Doctoral dissertation, Sungshin Women's University. Seoul. pp. 1-5.
- Kim, H. J. (2016). The Impacts of Social Support upon adolescent's Psychological Well-being. Doctoral dissertation, Chosun University. Gwangju. pp. 54-101.
- Kim, H. K. (2018). The Mediating Effect of Interpersonal relationship on the relation between Appearance Satisfaction and Adjustment to University Life of University students. *Korean Association for Learner-centered Curriculum and Instruction*, 18(4), 4.
- Kim, K. S., Kim, J. N., & Cheon, S. M. (2006). The analysis of the component concepts on college students' psychological well-being. *Journal of Humanities*, 11(1), 1-23.
- Kim, M. J. (2015). Effect of Appearance Satisfaction of Women in their 20s and 30s on Psychological Well-being and Happiness. Master's thesis, Graduate School Of Engineering Konkuk University. Seoul. pp. 46-50.
- Kim, M. J., Lee, K. J., Yune, S. K., Kim, S. J., Chung, A. I., Hwang, J. U., Sung, Y. H., & Lyoo, I. K. (2004). The Effect of Other's Evaluation for Subject's Appearance and Appearance Satisfaction on Self-Esteem in Female Undergraduates. *The Korean*

- Society for Psychopathology and Psychiatric Classification*, 13(1), 32-36.
- Kim, S. H. (2019). Relationships among Satisfaction with Appearance, Self-esteem and Satisfaction with School Life in Adolescents. *Journal of the Korean Society of Cosmetology*, 25(5), 1201-1211.
- Kong, Y. G. (2009). (The) Effects of Appearance Satisfaction and Social Support on Psychological Well-Being : The Effects of Rejection Sensitivity of as Mediator. Master's thesis, Hanyang University. Seoul. pp. 3-4.
- Kwon, J. H. (2007). (The) relationship among emotional clarification, emotional expressiveness and interpersonal relationship problems. Master's thesis, Hongik University. Seoul. p. 13.
- Lee, I. S., & Lee, K. L. (2008). The Relationship among Appearance Satisfaction, Self-esteem and School Maladjustment in Elementary, Middle, and High School Students. *The Journal of The Korean Society of School Health*, 21(1), 11-22.
- Lee, S. E., & Jang, J. M. (2019). A Study on Correlations among Appearance Satisfaction, Social Competence, and Interpersonal Abilities - With a focus on college students. *Journal of Convergence for Information Technology*, 9(7), 2-8.
- Lee, S. H., & Park, G. S. (2011). Appearance management behavior according to self-efficacy and self-respect of female college students. *The Research Journal of the Costume Culture*, 19(5), 1075-1087.
- Moon, S. (2016). (The) mediation effect of emotional expression on the relationship between communicative competence in university students. Master's thesis, Konkuk University, Seoul. pp. 28-36.
- Moon, S. J., Ka, K. H., & Kim, E. H. (2019). A Research on Appearance Satisfaction and Self-Esteem in University Students - Focused on Rural Areas in North Gyeongsang Province - *The Korean Association of Island*, 31(4), 297-316.
- Oh, G. S. (2016). The Mediating Effect of Self-efficacy on Occupational Adaptation by Age Appearance Satisfaction. *The Korean Society Of Design Culture*, 22(3), 307-317.
- Oh, H. K. (2003). A Study on Body Image, Self-esteem and Self-efficacy of Female Students in College. *Korean Journal of Adult Nursing*, 15, 278-286.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069-1081.
- Yang, J. I. (2019). The Effects of Appearance Satisfaction on Makeup Services and Psychological Wellbeing. Master's thesis, Gwangju Women's University, Gwangju. pp. 8-9, 33-36.
- Yang, M. J., Park, S. Y., & Kim, H. Y. The Development of a Peer Counseling Training Program for Post-Adolescents: Focused on the College Students. *Korea Youth Counselling & Welfare Institute*, 28(1), 49-73.