

청소년의 자아존중감이 헤어관리행동에 미치는 영향 : 지각된 행동통제의 매개효과

The Impact of Self-Esteem on Hair Care Behavior in Adolescents
: The Mediating Role of Perceived Behavioral Control

신 정 원
뷰티 데다프 대표

Shin Jung-Won
CEO, Beauty Dedaf

(투고일: 2024.02.29 / 심사일: 2024.03.06 / 게재확정일: 2024.03.19)

ABSTRACT

Adolescence is a time of rapid physical change brought on by secondary sexual characteristics, leading to heightened interest in and concerns about appearance. These changes are directly linked to self-identity development, making appearance a significant topic of interest for adolescents. Modern society emphasizes the importance of appearance, shaping the values and attitudes of individuals and society. People engage in appearance management behaviors to meet individual or societal aesthetic standards and to express their identities, values, and individuality. For adolescents, hair management becomes a particularly significant means of expression, offering a way to assert individuality within the confines of standardized school uniforms. Accordingly, this study investigated the influence of self-esteem on adolescent hair management behavior, along with the mediating effect of perceived behavioral control. An online survey of high school students in the metropolitan area was conducted, with 250 responses analyzed using SPSS 28.0. The results of the study are as follows. First, adolescents' self-esteem positively influenced their focus on hair convenience as part of their hair care behavior. Social self-esteem, in particular, significantly positively affected factors related to hair personality and aesthetics. Second, adolescents' self-esteem positively affected their perceived behavioral control over hair care. Third, perceived behavioral control positively influenced all sub-factors of adolescents' hair care behavior in the impact of adolescents' perceived behavioral control on hair care behavior. Fourth, as a result of examining the mediating effect of perceived behavioral control through which adolescents' self-esteem affects hair care behavior, perceived behavioral control effectively mediated the relationship between adolescents' self-esteem and the hair-related factors of personality, imitation, and aesthetics.

keywords : Adolescents(청소년), Hair care behavior(헤어관리행동), Perceived behavioral control(지각된 행동통제), Self-esteem(자아존중감)

I. 서론

청소년기는 2차 성장으로 인해 급격한 신체적 변화가 일어나는 시기로 외모에 대한 관심과 고민이 증가하고 이러한 신체적 변화는 나는 누구인가에 관한 자아정체감 확립과 연결되어 청소년의 주요 관심 주제로 부각된다.¹⁾ 청소년기는 다양한 심리·신체·환경적 변화에 적응해야 하는 중요한 시기이자 신체적 외모의 중요성을 인식하고 자신의 가치를 내면화하는 시기이므로 자신에 대한 지각과 성찰의 결과라는 유사성을 지닌 자아존중감의 긍정적 형성이 매우 중요하다.²⁾

현대사회에서 외모는 개인과 사회의 가치관이나 태도에 영향을 주는 요소로 중요성이 강조되고 있으며 개인이나 사회의 미적 기준에 도달하기 위해 혹은 자신의 정체성이나 가치, 개성 등을 표현하기 위해 외모관리행동을 하며, 이는 성별이나 나이에 국한되지 않고 개성의 표현 수단으로 인식되고 있다.³⁾ 2022년 통계청 자료⁴⁾에 따르면 청소년들의 고민을 조사한 결과, 공부(성적, 적성 등)가 76.2%, 외모 42.8%, 직업(직업선택, 보수 등) 36.2%, 친구(우정) 35.8%로 순으로 나타나 외모에 대한 스트레스가 학업 스트레스에 이어 가장 높은 것으로 확인되었는데, 이는 청소년들이 외모에 대해 중요성을 인지하고 많은 관심을 갖고 있는 것으로 볼 수 있다.

외모관리행동은 외모와 관련된 피부관리, 메이크업, 헤어관리, 체중조절 등의 다양한 행동을 통해 자신의 개성을 표현하고, 스스로의 외모를 변화시키는 과정이라 할 수 있다.⁵⁾ 외모관리행동 중 헤어스타일은 다른 외모보다 시각적으로 더 쉽게 눈에 띄며 인상과 이미지를 좌우하는 중요한 부분으로, 헤어관리행동은 자신과 타인에게 높은 긍정적인 호감 이미지와 자기효능감에 영향을 줌으로써 원만한 대인관계 및 자기관리 향상에 중요한 요인이 된다.⁶⁾ 특히 청소년의 경우 헤어스타일은 획일화된 교복의 틀 안에서 자신의 개성을 돋보이게 하는 주요한 표현 수단이며, 청소년기 심리적 특성과 교우관계의 동조심리와도 연관성이 높은 중요한 요소라 할 수 있다.⁷⁾

청소년의 자아존중감과 외모관리에 관한 선행연구를 살펴보면, 남자고등학생을 대상으로 연구한 김창숙은 자아존중감의 하위요인인 지적자신감과 모범성요인은 헤어관리행동에 유의미한 영향을 미치며, 지적자신감이 높아질수록 헤어관리행동이 높아진다⁸⁾고 하였다. 이해경은 청소년의 사회문화적 태도, 신체이미지, 자아존중감이 외모관리행동에 미치는 영향을 연구하였으며⁹⁾, 그 외 청소년의 외모만족도가 자아존중감과 외모관리행동에 미치는 영향¹⁰⁾, 청소년의 외모관리행동에 따른 자아존중감 연구¹¹⁾ 등 다양한 연구가 진행되었으나 청소년의 헤어관리행동을 중점적으로 진행한 연구는 거의 이루어지지 않았다.

위와 같이 개인의 행동을 설명하기 위해서는 행동의도에 영향을 미치는 요인에 대한 이해가 요구되는데, 개인의 사회문화적 행동을 예측하기 위한 다양한 행동이론 중 높은 설명력과 유용성을 인정받은 이론으로 Ajzen이 제안한 계획된 행동이론이 널리 이용되고 있다.¹²⁾ Ajzen¹³⁾은 계획된 행동이론을 인간 행동을 결정하는 변수로써 행동에 대한 태도, 주관적 규범, 지각된 행동통제, 행동의도로 설정하였고, 이 변수들은 환경에 대한 인간의 주도성 및 환경에 대한 이해와 도전 등을 반영한다고 하였다. 즉, 특정 행동을 수행하려는 의도는 행동에 대한 태도, 지각된 규범, 지각된 행동통제에 의해 영향을 받는다는 것이다.

계획된 행동이론에서 지각된 행동통제는 외부 자원(돈, 시간, 물질 등) 자체를 의미하는 동시에, 행위자의 외부 자원활용의 자신감이나 의지를 의미하므로, 환경과 이에 대한 태도를 모두 포함하는 변수라는 특징이 있다.¹⁴⁾ 또한 지각된 행동통제의 증가는 행동의도나 행동에 가장 강한 영향을 미치며, 행동의도를 경유하여 간접적으로 행동에 영향을 미칠 뿐 아니라 직접적으로 행동에 영향을 미칠 수 있기 때문에 이러한 외부 환경적 영향이나 인간의 통제 가능 능력이 행동의도 및 행동의 연구에서 주요한 변수로 평가되고 있다.¹⁵⁾ 특히 청소년의 경우에는 시간과 용돈 등의 외부 자원과 행동의 실행에 있어 본인의 통제력 하에 있다는 믿는 정도에 따라 행동에 영향을 미칠 수 있으므로 이에 본 연구에서는 지각된 행동통제 요인을 통해 청

소년의 자아존중감과 헤어관리행동의 관계를 파악하고자 한다.

따라서 본 연구는 청소년의 자아존중감이 헤어관리행동에 미치는 영향을 확인하고, 인간의 행동을 설명하는 계획행동이론 중 지각된 행동통제 요인을 적용하여 자아존중감과 헤어관리행동에 미치는 영향관계를 규명하고자 한다. 이를 통해 청소년의 심리적 요인과 헤어관리행동을 분석하는 기초자료 및 청소년의 바람직한 헤어관리행동을 위한 교육적 방안을 개발하는 기초자료로 삼고자 하며, 향후 청소년의 헤어 관련 산업 분야에 실질적이고 유용한 정보를 제공하는데 그 의의가 있다.

적을 수행하기 위하여 아래와 같이 연구문제를 설정하였다.

첫째, 청소년의 자아존중감이 헤어관리행동에 미치는 영향을 알아본다.

둘째, 청소년의 자아존중감이 지각된 행동통제에 미치는 영향을 알아본다.

셋째, 청소년의 지각된 행동통제가 헤어관리행동에 미치는 영향을 알아본다.

넷째, 청소년의 자아존중감이 헤어관리행동에 영향을 미치는 데 있어 지각된 행동통제의 매개효과를 검증한다.

2. 측정도구 및 자료분석

본 연구는 청소년의 자아존중감이 헤어관리행동에 미치는 영향에 관한 연구로 선행연구를 통하여 보완한 설문지 문항은 자아존중감 10문항, 헤어관리에 대한 지각된 행동통제 5문항, 헤어관리행동 14문항, 일반적 특성 3문항으로 총 32문항이 사용되었으며, 설문지 구성은 <표 1>과 같이 정리하였다.

II. 연구방법

1. 연구문제

본 연구는 청소년의 자아존중감이 헤어관리행동에 미치는 영향을 알아보는 데 그 목적이 있으며, 연구목

<표 1> 설문지 구성

측정변인	하위요인	문항수	척도	출처
자아존중감	개인적 자아존중감 사회적 자아존중감	10문항	5점 Likert척도	이경민·이희찬(2020) ¹⁶⁾ 김선형(2019) ¹⁷⁾
지각된 행동통제	지각된 행동통제	5문항	5점 Likert척도	임우경·박길순(2021) ¹⁸⁾
헤어관리행동	헤어개성 헤어편의성 헤어모방성 헤어심미성	14문항	5점 Likert척도	박수연·김성남(2023) ¹⁹⁾ 정희영(2011) ²⁰⁾
일반적 특성	성별 거주지역 고등학교 학년	3문항	선다형	연구자
합 계	총	32문항		

본 연구의 자료분석을 위하여 SPSS 28.0을 사용하였고, 측정 도구의 타당도와 신뢰도 검증을 위해 탐색적 요인분석을 실시하였으며, 신뢰도 분석을 위해 Cronbach's α 를 산출하였다. 각 변수 간 상관관계를 파악하기 위해 Pearson의 상관분석을 실시하였으며, 자아존중감과 헤어관리행동의 관계에서 지각된 행동통제 매개효과를 검증하기 위해 Process macro 4번 모형을 이용한 부트스트래핑(Bootstrapping)을 진행하였고, 유의수준 5%를 기준으로 통계적 유의성 여부를 판단하였다.

3 연구대상 및 자료수집

본 연구에 필요한 자료수집을 위해 2024년 1월 2일부터 1월 10일까지 서울/경기지역 수도권에 거주하는 청소년 중 고등학생을 대상으로 온라인 설문조사를 실시하였다. 설문조사는 온라인 리서치 전문 기업인 엠브레인을 통해 진행하였으며, 회수된 250부를 최종 분석 자료로 활용하였다.

연구대상자의 일반적 특성은 <표 2>와 같으며, 성별의 경우 남자 75명(30.0%), 여자 175명(70.0%)으로 나타났고, 거주지역은 수도권 거주자로 서울 78명(31.2%), 경기도 172명(68.8%)이었다. 연구대상자는 모두 고등학생이며, 학년은 1학년 75명(30.0%), 2학년

75명(30.0%), 3학년 100명(40.0%)으로 나타났다.

III. 연구결과 및 논의

1. 측정도구의 타당도와 신뢰도 분석

1) 자아존중감의 타당도와 신뢰도 분석

자아존중감은 10개 항목으로 요인분석을 실시하였다. 분석 결과 KMO 측도는 .900으로 나타났으며, Bartlett 구형성 검증 결과 또한 유의하게 나타나($p<.001$), 요인분석 모형은 적합한 것으로 나타났다. 자아존중감은 두 개의 요인으로 분류되었으며, 두 개의 요인은 62.465%의 요인 설명력을 보였다. 첫 번째 요인은 5개 항목으로 '개인적 자아존중감', 두 번째 요인은 5개 항목으로 '사회적 자아존중감'으로 구성되었다. 자아존중감의 요인분석 결과는 <표 3>과 같다.

2) 지각된 행동통제의 타당도와 신뢰도 분석

지각된 행동통제는 5개 항목으로 요인분석을 실시하였으며, 분석 결과 KMO 측도는 .730으로 나타났으며, Bartlett 구형성 검증 결과 또한 유의하게 나타나

<표 2> 조사대상자의 일반적 특성

N=250

항목	구분	N	%
성별	남자	75	30.0
	여자	175	70.0
거주지역	서울	78	31.2
	경기도	172	68.8
고등학교 학년	1학년	75	30.0
	2학년	75	30.0
	3학년	100	40.0
전체		250	100.0

<표 3> 자아존중감 요인분석

문항	성분		공통값
	개인적 자아존중감	사회적 자아존중감	
1. 나는 내 문제는 스스로 해결할 수 있다.	0.701		0.547
2. 나는 나 자신에 대해 어느 정도는 자신감이 있다고 생각한다.	0.778		0.692
3. 내가 하는 일은 내 뜻대로 되는 편이다.	0.776		0.666
4. 나는 가끔 내가 괜찮은 사람이라고 생각한다.	0.645		0.602
5. 나는 내 성격 중에 고쳐야 할 점이 많지는 않다고 생각한다.	0.674		0.487
6. 대체로 사람들이 나에게 관심을 보여주는 편이다.		0.698	0.614
7. 나는 다른 사람에게 좋은 친구라고 생각한다.		0.692	0.640
8. 나는 친구들에게 인기가 많은 편이다.		0.761	0.689
9. 친구들은 전반적으로 내 의견에 찬성하는 편이다.		0.767	0.685
10. 친구들은 대체로 내 기분을 이해해 주는 편이다.		0.783	0.623
고유값	3.072	3.175	
분산설명(%)	30.720	31.745	
누적분산설명(%)	62.465	31.745	
신뢰도(Cronbach's a)	.824	.860	
KMO=.900, Bartlett's test $\chi^2=1187.509(df=45, p<.001)$			

($p<.001$) 요인분석 모형은 적합한 것으로 나타났다. 지각된 행동통제는 한 개의 요인으로 분류되었으며,

49.390%의 요인 설명력을 보였다. 다음 <표 4>는 지각된 행동통제의 요인분석 결과표이다.

<표 4> 지각된 행동통제 요인분석

문항	성분	공통값
	지각된 행동통제	
1. 내가 헤어관리행동을 하는 것은 쉬운 일이다.	.792	0.627
2. 나는 헤어관리행동을 할 만큼의 시간이 있다.	.781	0.609
3. 나는 헤어관리행동을 할 만큼의 돈이 있다.	.722	0.522
4. 내가 헤어관리행동을 할지, 안할지 여부는 전적으로 나에게 달려있다.	.510	0.261
5. 내가 헤어관리행동을 하는 것은 가능하다.	.672	0.451
고유값	2.469	
분산설명(%)	49.390	
누적분산설명(%)	49.390	
신뢰도(Cronbach's a)	.742	
KMO=.730, Bartlett's test $\chi^2=299.120(df=10, p<.001)$		

3) 헤어관리행동의 타당도와 신뢰도 분석

헤어관리행동은 14개 항목으로 요인분석을 실시하였다. 분석 결과 KMO 측도는 .810으로 나타났으며, Bartlett 구형성 검증 결과 또한 유의하게 나타나 ($p<.001$), 요인분석 모형은 적합한 것으로 나타났다

<표 5>. 헤어관리행동은 4개의 요인으로 분류되었으며, 4개 요인은 68.446%의 요인 설명력을 보였다. 첫 번째 요인은 4개 항목으로 ‘헤어개성’, 두 번째 요인은 3개 항목으로 ‘헤어편의성’, 세 번째 요인은 4개 항목으로 ‘헤어모방성’, 네 번째 요인은 3개 항목으로 ‘헤어심미성’으로 구성되었다.

<표 5> 헤어관리행동 요인분석

문항	성분				공통값
	헤어개성	헤어편의성	헤어모방성	헤어심미성	
1. 나는 남들이 하지 않는 헤어 스타일을 선호하는 편이다.	0.826				0.754
2. 나는 헤어스타일 변화 시 남의 시선보다 내가 원하는 대로 스타일링 하는 편이다.	0.585				0.556
3. 나는 다른 사람들이 나와 똑같은 스타일을 하면 다른 스타일로 바꾸는 편이다.	0.624				0.551
4. 나는 평범한 스타일보다 개성 있는 헤어스타일을 선호하는 편이다.	0.770				0.709
5. 나는 주로 손질이 편한 헤어스타일을 하는 편이다.		0.837			0.564
6. 나는 많은 시간이 소요되지 않는 헤어스타일을 추구한다.		0.883			0.708
7. 나는 일상생활을 하기에 편하고 무난한 헤어스타일을 하는 편이다.		0.844			0.702
8. 나는 친구들이나 다른 사람들의 헤어스타일이 멋져 보이면 그렇게 해보는 편이다.			0.719		0.666
9. 나는 인기 있는 연예인의 헤어스타일을 보면 따라해본다.			0.797		0.726
10. 나는 최신 트렌드의 헤어스타일을 따르는 편이다.			0.787		0.794
11. 헤어스타일 변화 시 연예인이나 유명인의 사진을 활용하는 편이다.			0.767		0.738
12. 나는 옷에 어울리는 헤어스타일을 하는 편이다.				0.763	0.662
13. 나는 내가 가장 멋져 보일 수 있는 헤어스타일을 하는 편이다.				0.815	0.762
14. 나는 더 멋져 보이기 위해 얼굴형의 결점을 커버할 수 있는 헤어스타일을 하는 편이다.				0.711	0.692
고유값	2.185	2.266	3.020	2.111	
분산설명(%)	15.610	16.185	21.571	15.081	
누적분산설명(%)	53.365	37.755	21.571	68.446	
신뢰도(Cronbach's α)	.724	.822	.848	.797	

KMO=.810, Bartlett's test $\chi^2=1443.945(df=91, p<.001)$

3. 상관분석

본 연구의 변인 간 상관관계를 파악하기 위해 상관분석을 실시한 결과는 <표 6>과 같다. 자아존중감은 지각된 행동통제와 유의한 정(+)의 상관관계를 보였다($r=.324, p<.01$). 또한 헤어관리행동과 유의한 정(+)의 상관관계를 보였고($r=.264, p<.01$), 그 하위요인인 헤어개성($r=.208, p<.01$), 헤어편의성($r=.146, p<.05$), 헤어심미성($r=.263, p<.01$)과 유의한 정(+)의 상관관계를 나타냈다. 지각된 행동통제는 헤어관리행동과 유의한 정(+)적 상관관계를 보였고($r=.427, p<.01$), 그 하위요인인 헤어개성($r=.232, p<.01$), 헤어편의성($r=.203, p<.01$), 헤어모방성($r=.251, p<.01$), 헤어심미성($r=.430, p<.01$)과도 정(+)의 상관관계가 있는 것으로 나타났다.

4. 매개효과 검증

1) 자아존중감과 헤어개성의 관계에서 지각된 행동통제의 매개효과

자아존중감과 헤어개성의 관계에서 지각된 행동통제의 매개효과를 검증한 결과는 <표 7>과 같으며, 매개변수 모형에서 독립변수인 개인적 자아존중감은 지각된 행동통제에 유의한 정(+)의 영향을 미쳤다($t=2.480, p=.014$). 종속변수 모형에서는 독립변수인 사회적 자아존중감이 개성에 유의한 정(+)의 영향을 미쳤고($t=2.631, p=.009$), 매개변수인 지각된 행동통제 역시 개성에 유의한 정(+)의 영향을 미쳤다($t=2.902, p=.004$). 김아름의 연구에서도 사회적 자아존중감이 헤어개성에 유의미한 영향을 주며, 사회적 자아존중감이 높아질수록 헤어개성도 높아진다고 나타나²¹⁾ 본 연구와 맥을 같이 한다. 또한 해당 연구에 따르면 10-30대에서 헤어관리행동 중 헤어개성요인이 가장 높은 연령대가 만 10-19세로 나타나 청소년들이 헤어관리행동 중 개성을 추구하는 성향이 높은 것을 확인할 수 있었다. 이러한 결과를 통해 청소년들은 타인을 의식하기보다 본인이 하고 싶거나 평범하지 않는 개성있는 스타일을 선호하며, 사회적 자존감이 높을수록 남을 의식하지 않고 내가 하고 싶은 스타일을 추구하는 경향이 높다는 것을 알 수 있다.

<표 6> 상관분석

	자아 존중감	개인적 자아 존중감	사회적 자아 존중감	지각된 행동 통제	헤어 관리 행동	헤어 개성	헤어 편의성	헤어 모방성	헤어 심미성
자아존중감	1								
개인적자아존중감	.920**	1							
사회적자아존중감	.912**	.678**	1						
지각된행동통제	.324**	.305**	.288**	1					
헤어관리행동	.264**	.228**	.256**	.427**	1				
헤어개성	.208**	.148*	.234**	.232**	.701**	1			
헤어편의성	.146*	.178**	.088	.203**	.216**	-.119	1		
헤어모방성	.092	.086	.083	.251**	.802**	.440**	-.126*	1	
헤어심미성	.263**	.209**	.275**	.430**	.760**	.363**	0.048	.516**	1

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

<표 7> 자아존중감과 헤어개성의 관계에서 지각된 행동통제의 매개효과

변수	β	se	t값	p	LLCI	ULCI
매개변수 모형(종속변수: 지각된 행동통제)						
개인적 자아존중감	.203	.074	2.480*	.014	.038	.327
사회적 자아존중감	.150	.077	1.831	.068	-.011	.292
종속변수 모형(종속변수: 헤어개성)						
개인적 자아존중감	-.058	.087	-.691	.491	-.231	.111
사회적 자아존중감	.220	.090	2.631**	.009	.060	.415
지각된 행동통제	.187	.074	2.902**	.004	.069	.361

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

매개효과 검증 결과 개인적 자아존중감과 헤어개성의 관계에서 지각된 행동통제의 간접효과 추정치에 대한 95% 신뢰구간의 하한값(LLCI)과 상한값(ULCI) 사이에 0이 포함되지 않으므로 매개효과가 통계적으로 유의한 것으로 검증되었다<표 8>.

2) 자아존중감과 헤어편의성의 관계에서 지각된 행동통제의 매개효과

자아존중감과 헤어편의성의 관계에서 지각된 행동통제의 매개효과를 검증한 결과는 <표 9>와 같다. 종속변수 모형에서 독립변수인 개인적 자아존중감이 헤어편의성에 유의한 정(+)의 영향을 미쳤으며($t=2.178$, $p=.030$), 매개변수인 지각된 행동통제 역시 유의한 정

(+)의 영향을 미쳤다($t=2.632$, $p=.009$). 이와 관련하여 20-30대를 대상으로 연구한 박수연, 김성남의 연구²²⁾에서는 본 연구와 다르게 개인적, 사회적 자아존중감 모두 헤어편의성에 영향을 미치지 않는다고 나타났는데, 이러한 결과는 20-30대의 경우 자신의 개성을 중요시하는 MZ세대의 특성이 강하게 나타나지만 고등학생의 경우 학업으로 인해 헤어관리에 편의성을 추구하는 경향이 높게 나타날 수 있다고 볼 수 있다. 또한 개인적 자아존중감이 높은 경우 스스로에 대한 자신감이 외모에도 영향을 미쳐 외모관리에 대한 관심이 낮을 수 있다고 해석할 수 있으며, 이는 외모에 대한 관심이 높은 대상은 외모관리 행동도 높게 나타나지만 자아존중감이 높은 경우 외모관리행동이 낮은 것으로 확인된 전민지 외의 연구²³⁾와 유사하며, 본 연구를 지지하고 있다.

<표 8> Process Macro Test 결과

경로	effect	S.E.	95% CI	
			LLCI	ULCI
개인적 자아존중감 → 지각된 행동통제 → 헤어개성	.038	.023	.000	.090
사회적 자아존중감 → 지각된 행동통제 → 헤어개성	.028	.025	-.009	.088

<표 9> 자아존중감과 헤어편의성의 관계에서 지각된 행동통제의 매개효과

변수	β	se	t값	p	LLCI	ULCI
매개변수 모형(종속변수: 지각된 행동통제)						
개인적 자아존중감	.203	.074	2.480*	.014	.038	.327
사회적 자아존중감	.150	.077	1.831	.068	-.011	.292
종속변수 모형(종속변수: 헤어편의성)						
개인적 자아존중감	.185	.091	2.178*	.030	.019	.377
사회적 자아존중감	-.088	.094	-1.033	.302	-.284	.088
지각된 행동통제	.172	.078	2.632**	.009	.051	.357

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

매개효과 검증 결과 자아존중감 요인 모두 헤어편의성과의 관계에서 지각된 행동통제의 간접효과 추정치에 대한 95% 신뢰구간의 하한값(LLCI)과 상한값(ULCI) 사이에 0을 포함해 매개효과가 유의하지 않은 것으로 나타났다<표 10>.

3) 자아존중감과 헤어모방성의 관계에서 지각된 행동통제의 매개효과

자아존중감과 헤어모방성의 관계에서 지각된 행동통제의 매개효과를 검증한 결과로 종속변수 모형에서는 독립변수인 개인적 자아존중감과 사회적 자아존중감은 모두 헤어모방성에 유의한 영향을 미치지 않았지만, 매개변수인 지각된 행동통제는 헤어모방성 요

인에 유의한 정(+)의 영향을 미쳤다($t=3.786$, $p<.001$). 매개효과 검증 결과는 <표 11>과 같다. 개인적 자아존중감과 사회적 자아존중감 모두 헤어모방성에 유의미한 영향을 미치지 않은 것으로 나타났는데, 이는 본인의 개성을 중요하게 여기는 Z세대의 특성을 보여주는 결과라 할 수 있으며, 그러한 특성에 따라 청소년들은 단순히 유행하는 헤어스타일을 따르기보다 본인만의 스타일을 추구하고자 하는 성향이 더 강하게 나타난다고 볼 수 있다.

매개효과 검증 결과 개인적 자아존중감과 헤어모방성의 관계에서 지각된 행동통제의 간접효과 추정치에 대한 95% 신뢰구간의 하한값(LLCI)과 상한값(ULCI) 사이에 0이 포함되지 않으므로 매개효과가 통계적으로 유의한 것으로 검증되었다<표 12>.

<표 10> Process Macro Test 결과

경로	effect	S.E.	95% CI	
			LLCI	ULCI
개인적 자아존중감 → 지각된 행동통제 → 헤어편의성	.035	.023	-.001	.090
사회적 자아존중감 → 지각된 행동통제 → 헤어편의성	.026	.022	-.012	.074

<표 11> 자아존중감과 헤어모방성의 관계에서 지각된 행동통제의 매개효과

변수	β	se	t값	p	LLCI	ULCI
매개변수 모형(종속변수: 지각된 행동통제)						
개인적 자아존중감	.203	.074	2.480*	.014	.038	.327
사회적 자아존중감	.150	.077	1.831	.068	-.011	.292
종속변수 모형(종속변수: 헤어모방성)						
개인적 자아존중감	.006	.108	.065	.948	-.205	.219
사회적 자아존중감	.008	.112	.095	.925	-.210	.231
지각된 행동통제	.247	.092	3.786***	<.001	.167	.530

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

<표 12> Process Macro Test 결과

경로	effect	S.E.	95% CI	
			LLCI	ULCI
개인적 자아존중감 → 지각된 행동통제 → 헤어모방성	.050	.030	.001	.119
사회적 자아존중감 → 지각된 행동통제 → 헤어모방성	.037	.029	-.019	.099

3) 자아존중감과 헤어심미성의 관계에서 지각된 행동통제의 매개효과

자아존중감과 헤어심미성의 관계에서 지각된 행

동통제의 매개효과를 검증한 결과는 <표 13>과 같다. 종속변수 모형에서 독립변수인 사회적 자아존중감이 심미성에 유의한 정(+)의 영향을 미쳤으며($t=2.446$, $p=.015$), 매개변수인 지각된 행동통제 역시 유의한 정

<표 13> 자아존중감과 헤어심미성의 관계에서 지각된 행동통제의 매개효과

변수	β	se	t값	p	LLCI	ULCI
매개변수 모형(종속변수: 지각된 행동통제)						
개인적 자아존중감	.203	.074	2.480*	.014	.038	.327
사회적 자아존중감	.150	.077	1.831	.068	-.011	.292
종속변수 모형(종속변수: 헤어심미성)						
개인적 자아존중감	-.038	.095	-.488	.626	-.234	.141
사회적 자아존중감	.190	.099	2.446*	.015	.047	.437
지각된 행동통제	.387	.081	6.456***	<.001	.365	.686

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

<표 14> Process Macro Test 결과

경로	effect	S.E.	95% CI	
			LLCI	ULCI
개인적 자아존중감→지각된 행동통제→헤어심미성	.079	.042	.001	.167
사회적 자아존중감→지각된 행동통제→헤어심미성	.058	.043	-.025	.146

(+)의 영향을 미쳤다($t=6.456, p<.001$). 이러한 결과는 사회적 자아존중감이 미적헤어추구행동에 유의미한 영향을 미친다는 박수연과 김성남의 연구 결과와 유사하다. 이를 통해 사회적 자존감이 높은 청소년들은 내가 가장 멋져 보일 수 있고, 더 멋져 보이기 위해 얼굴형의 결점을 커버할 수 있는 헤어스타일을 선호하는 것을 확인할 수 있었다.

매개효과 검증 결과 개인적 자아존중감과 헤어심미성과의 관계에서 지각된 행동통제의 간접효과 추정치에 대한 95% 신뢰구간의 하한값(LLCI)과 상한값(ULCI) 사이에 0을 포함하지 않아 매개효과가 유의한 것으로 확인되었다<표 14>.

IV. 결론

본 연구는 청소년의 자아존중감이 지각된 행동통제에 따라 헤어관리행동에 미치는 영향관계를 분석하였으며 연구문제에 따른 결론은 다음과 같다.

첫째, 청소년의 자아존중감의 요인분석을 실시한 결과 개인적 자아존중감과 사회적 자아존중감의 하위요인으로 도출되었으며, 헤어관리행동의 요인은 헤어개성, 헤어모방성, 헤어편의성, 헤어심미성의 네 가지 요인으로 도출되었다.

둘째, 청소년의 자아존중감이 헤어관리행동에 미치는 영향을 살펴본 결과 자아존중감의 하위요인인 개인적 자아존중감은 헤어편의성에 정(+)의 영향을 미쳤고, 사회적 자아존중감은 헤어관리행동의 하위요인 중 헤어개성과 헤어심미성 요인에 유의한 정(+)의 영

향을 주는 것으로 나타났다.

셋째, 청소년의 자아존중감이 지각된 행동통제에 미치는 영향으로는 개인적 자아존중감이 지각된 행동통제에 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났다.

넷째, 청소년의 지각된 행동통제가 헤어관리행동에 미치는 영향을 파악한 결과 지각된 행동통제 요인은 헤어관리행동의 모든 하위요인에 정(+)의 영향을 미쳤다.

다섯째, 청소년의 자아존중감이 헤어관리행동에 영향을 미치는 지각된 행동통제의 매개효과를 살펴본 결과 개인적 자아존중감이 헤어개성, 헤어모방성, 헤어심미성 요인에 영향을 미칠 때 지각된 행동통제의 매개효과가 있는 것으로 확인되었다.

결론적으로 청소년의 자아존중감이 지각된 행동통제를 매개로 헤어관리행동에 부분적으로 유의미한 영향을 미치는 것을 확인하였다. 구체적으로 청소년들의 사회적 자존감이 높을수록 헤어관리행동에 있어 개성헤어와 심미성헤어 행동이 높게 나타났다. 이는 사회적 자아존중감이 높은 청소년들은 타인의 시선을 의식하지 않고, 자신의 개성과 가치를 표현할 수 있는 독특한 헤어스타일과 본인의 아름다움과 장점을 더욱 드러낼 수 있는 헤어스타일을 추구한다는 점에서 Z세대의 특성이 드러나는 결과라고 할 수 있다. 반면, 개인적 자존감이 높은 청소년들은 헤어관리행동 중 헤어편의성이 높게 나타났는데, 이러한 결과는 개인적 자아존중감이 높은 경우 본인 스스로에 대한 자신감이 외모에도 적용되어 상대적으로 외모관리에 대한 관심도가 낮다고 볼 수 있다.

청소년의 자아존중감이 헤어관리행동에 영향을 미

치는 지각된 행동통제의 매개효과에서는 개인적 자아 존중감이 헤어관리행동 중 헤어편의성을 제외한 모든 하위요인에 매개효과를 나타냈는데, 이는 지각된 행동통제는 행동을 결정하는 변수로써 돈, 시간 등의 외부자원과 행위자의 외부 자원활용의 자신감 등을 의미하는데, 헤어편의성의 경우 손질이 편한 스타일이나 많은 시간이 소요되지 않는 헤어스타일을 추구하는 헤어관리행동 요인으로 하위요인 중 행동의 의지가 가장 낮다고 볼 수 있으며, 다른 스타일에 비해 비용과 시간 등의 요소에 영향을 적게 받기 때문에 해석할 수 있다.

이상의 연구결과를 토대로 제시하는 시사점은 다음과 같다.

최근 우리나라의 다양한 산업 분야에서 많은 관심을 받는 대상은 MZ세대이며, 특히 10-20대인 Z세대가 트렌드를 선도하고 있어 더욱 주요한 소비층으로 인식되고 있다. 트렌드가 급속하게 변화하는 현대에 뷰티 산업을 이끌어 갈 새로운 세대를 파악하고 미래를 대비하는 것은 매우 중요하다. 헤어 관련 산업 분야에서 10대 청소년을 대상으로 혹은 앞으로의 주요 헤어 미용 소비자에 대한 마케팅 방안을 모색하기 위해서는 소비자의 개성이 가장 우선시 되어야 한다. 이를 통해 개인화 및 맞춤형 제품과 서비스가 강조되어야 하며, 소비자 개개인의 니즈 충족과 소비자의 아름다움을 극대화할 수 있는 방안을 모색한다면 더욱 효과적인 마케팅 접근이 가능할 것이다.

본 연구는 청소년의 자아존중감과 지각된 행동통제, 헤어관리행동과의 관계를 밝히고, 청소년의 심리적 요인과 헤어관리행동을 분석하는 기초자료로 삼기 위한 실증적 연구를 진행했다는 점과, 향후 청소년의 헤어 관련 산업 분야에 산업경쟁력 구축 및 마케팅 방안 등 실무적 시사점과 도움을 주는 데 그 의미가 있다. 다만, 본 연구는 조사 지역을 수도권으로 한정하였으며, 청소년 중 고등학생만 표본 추출 및 학교의 계열을 구분하지 않고 연구하였으므로 연구결과를 일반화하기에는 한계가 있다. 이에 후속 연구에서는 대상자의 범위 확대 및 학교의 계열 등 대상자의 특성을 세분화하여 비교하는 연구가 필요할 것으로 사료된다.

참고문헌

- 1) 신은경·민하영(2019), 청소년의 외모에 대한 사회문화적 태도, 공격 자의식, 신체만족도와 이상식이행동 간 관계에 대한 구조방정식 모델, *한국아동심리치료학회지* 14(3), 1-19. <http://dx-doi-org.libproxy.sungshin.ac.kr/10.23931/kacp.2019.14.3.1>
- 2) 김선형·김의형(2016), 청소년의 외모만족도가 자아존중감과 외모관리행동에 미치는 영향, *한국미용학회지* 22(6), 1275-1285.
- 3) 박수연·김성남(2023), MZ세대의 자아존중감이 헤어관리행동에 미치는 영향과 연령의 조절효과, *미용예술경영연구* 17(3), 133-153. <http://dx-doi-org.libproxy.sungshin.ac.kr/10.22649/JBAM.2023.17.3.133>
- 4) 통계청(2022), 사회조사, 청소년이 고민하는 문제 [2024.02.01. 검색] https://kosis.kr/statHtml/statHtml.do?orgId=101&tblId=DT_1SSFA142R&conn_path=I2
- 5) Kaiser, S.(1990), *The social psychology of clothing: Symbolic appearance in context*, New York: Macmillian Publishing Company.
- 6) 임미연(2023), MZ세대의 헤어관리행동과 자기효능감의 관계에서 감성지능 매개 효과 연구, *문화와 융합* 45(4), 909-922.
- 7) 송연화·오경화(2011), 청소년의 헤어제품 구매행동에 관한 연구, *한국가정교육학회지* 23(2), 1-16.
- 8) 김창숙(2017), 남자고등학생의 자아존중감, 신체만족, 피부외모관심 및 외모관리행동에 관한 연구, 서경대학교대학원 석사학위논문.
- 9) 이혜경(2014), 여중생과 여고생의 사회문화적 태도, 신체이미지, 자아존중감이 외모관리행동에 미치는 영향, *한국산학기술학회논문지* 15(2), 914-922.
- 10) 김선형·김의형(2016), *op. cit.*, 1275-1285.
- 11) ①이하나·이순희(2015), 미용고등학교 학생의 외모관리행동과 신체외모에 따른 자아존중감의 관계 및 영향-3학년 학생 중심으로, *대한미용학회지* 11(4), 349-356. ②하경연·강인연(2012), 청소년의 인구통계적 특성 및 스트레스, 외모관리행동이 자아존중감에 미치는 영향, *패션 비즈니스* 16(5), 192-206.
- 12) 이지영(2012), 피부관리에 대한 태도, 규범, 행동통제가 피부관리행동에 미치는 영향: 지식, 경험, 연령 및 결혼여부의 조절효과, 충남대학교대학원 박사학위논문.
- 13) Ajzen, I.(1991), The theory of planned behavior, *Organizational Behavior and Human Decision Processes* 50(2), 179-211. [https://doi.org/10.1016/0749-5978\(91\)90020-T](https://doi.org/10.1016/0749-5978(91)90020-T)

- 14) 김승환(2016), 확장된 계획행동이론을 이용한 성인 농업 관련 종사자의 학습 지속 의도에 관한 연구: 협동조합대학 재학생을 중심으로, *협동조합경영연구* 44(-), 1-21.
- 15) 현영섭·구미화(2021), 행동에 대한 태도, 주관적 규범, 지각된 행동통제, 학습전이의도의 학습전이에 대한 영향: 계획행동이론을 중심으로, *Andragogy Today: International Journal of Adult & Continuing* 24(4), 149-188.
- 16) 이경민·이희찬(2020), 취업준비대학생의 자아존중감과 외모만족도가 취업스트레스와 진로성숙도에 미치는 영향, *觀光研究* 35(7), 63-84.
- 17) 김선형(2019), 청소년의 외모만족도와 자아존중감, 학교생활만족도의 연관성, *한국미용학회지* 25(5), 1201-1211.
- 18) 임우경·박길순(2021), 외모관리에 대한 태도, 주관적 규범, 지각된 행동통제가 외모관리 의도 및 행동에 미치는 영향, *한국생활과학지* 30(1), 127-141.
- 19) 박수연·김성남(2023), *op. cit.*, 133-153.
- 20) 정희영(2011), 20대 여성의 헤어태도 집단에 따른 헤어관여의 차이 연구, *한국미용학회지* 17(2), 355-362.
- 21) 김아름(2022), MZ세대 라이프스타일과 개인특성, 자아존중감, 헤어관리행동의 관계, 서경대학교대학원 박사학위논문.
- 22) 박수연·김성남(2023), *op. cit.*, 133-153.
- 23) 전민지 외(2015), 일부지역 대학생의 자아존중감과 취업, 외모의 관련성 연구, *치위생과학회지* 15(4), 518-526.