

# 중년남성의 앞머리 변화가 심리적 스트레스에 미치는 효과

강은란

고신대학교 일반대학원 보건과학과 박사

## A Study on Psychological Stress according to Anterior Hairlines Changes in Middle-aged Men

Eun Nan Kang

Ph.D, Dept. of Health Sciences, Graduate Kosin University

투고일 : 2023.08.13 / 수정일 : 2023.10.09 / 확정일 : 2023.12.20.

### Abstract

This study attempted to investigate the influence of anterior hairline changes on psychological stress against adult men aged from 40s to 65 living in Busan, and the results found the followings:

First, regarding interest in appearance changes, the above middle-aged men have shown high interest in the amount of hair and gray hair. Specifically, those in their 60s or older were more interested in the amount of hair and facial wrinkles while singles were particularly concerned about gray hair and facial wrinkles.

Second, in the perception of the importance of anterior hairlines, the respondents said that they are important. In particular, such perception was higher among the married and sole proprietors.

Third, concerning the perception hairline changes by age, as the respondents were older, hair was thinner, and an M-shaped forehead was most common.

Fourth, in terms of front hair improvement behavior, ‘nothing’ was most responded, followed by ‘permanent’.

Fifth, regarding stress from anterior hairline changes, as hair was thinner and forehead was broader, stress further increased.

Sixth, in psychological satisfaction after anterior hairline improvement behavior, as the amount of hair was smaller and hair was thinner, respondents were more satisfied.

The above results confirm that middle-aged men are well aware of the importance of anterior hairlines in expressing themselves and that they are more stressed with hairlines changes. In addition, many middle-aged men were passive in improving their anterior hairlines because of a lack of diverse information, high costs and inconvenience of getting services.

**Key Words:** Middle-aged Men(중년남성), Hairlines Changes(헤어라인 변화),  
Psychological Stress(심리적 스트레스)

---

이 논문 또는 저서는 2021년 대한민국 교육부와 한국연구재단의 지원을 받아 수행된 연구임(NRF-2021S1A5B5A17055886)

Corresponding author: Eun Nan Kang, E-mail: kel98@hanmail.net

## I. 서론

현대의학의 발달과 평균수명의 연장으로 생애에서 차지하는 중년기의 비중이 커지면서 중년기 외모에 대한 관심이 증가하고 있다. 우리나라 통계청(통계청, 2021년)<sup>1)</sup> 자료에 의하면 40~65세 중년 인구는 2,078만 명으로 전체인구의 약 40%를 차지하고 있으며 그중 중년남성 인구는 1,046만 명으로 전체인구의 약 20%를 차지한다. 중년은 사회적 경제적으로 안정되는 시기이면서 신체적 정신적으로 변화를 겪는다. 사회활동 기간이 늘어남에 따라 중년남성들도 외모 관리에 관심이 고조되고 있고 패션, 피부, 헤어, 네일, 메이크업, 운동에 이르기까지 자신을 외적으로 짧고 아름답게 표현하는데 적극적이다. 과거 미용은 여성들의 전유물로 여겨졌지만 오늘날 남녀 모두에게 관심의 소재로 부각되고 있으며 남성들을 위한 다양한 미용 제품들이 시중에 나와 있다. 미용에 대한 인식 변화의 영향으로 남성 화장품구매 증가와 자기외모관리 행동이 증가하고 있는 추세이다<sup>2),3)</sup>. 외모는 자기표현의 중요한 수단이며 대인관계에서 더욱 중요하게 작용한다. 특히 헤어스타일은 이미지를 가장 크게 변화시킬 수 있는 요소이며 자신을 표현하는데 큰 비중을 차지한다. 그중에서 앞머리 헤어스타일은 사람을 대면할 때 가장 먼저 바라보게 되는 눈과 가까운 곳에 위치하고 있어 첫인상을 결정짓는데 중요한 역할을 한다. 중년남성들은 노화로 인한 탈모현상과 모발의 가늘어짐으로 짧었을 때의 풍성한 헤어스타일을 할 수 없는 한계점을 느끼고 여러 방안을 찾으려는 노력과 심리적 변화를 느낀다. 또한 모

발이 없어지는 그 자체만으로 건강상 지장이 없음에도 다양한 방법으로 치료를 하고자 한다. 이처럼 탈모로 인한 외모 변화는 자신감 상실, 우울감, 대인관계 스트레스 등을 경험하게 된다. 중년기의 넓어진 앞머리 변화는 사회생활에 불이익을 받는다는 생각이 그 어느 시기보다 높고 이를 극복하기 위해 많은 노력을 한다.

중년남성의 탈모와 스트레스와의 연관성에 관한 연구로 지상기<sup>4)</sup>는 탈모증 남성의 스트레스와 우울 정도를 파악함으로써 탈모증 예방을 위한 효과적인 스트레스 대처 방안을 제시하였고 정기쁨<sup>5)</sup>은 두피관리가 중년 탈모 남성들의 스트레스 감소에 영향을 미친다고 하였다. 김귀옥<sup>6)</sup>은 탈모 예방관리를 통해 자아존중감과 심리적 안녕감의 긍정 대인관계가 높았다고 하였다. 앞머리 헤어라인 변화와 관련된 연구로 김동곤<sup>7)</sup>은 여성의 앞머리 헤어스타일은 이미지 형성과 얼굴형의 결점 보완에서 중요하다고 하였고 김창식<sup>8)</sup>은 성인 남녀 가마의 유형과 빈도, 앞머리 선의 높이와 형태별 빈도를 조사하여 남성은 선형이 여성은 등근형이 많았다고 하였다.

선행연구들을 살펴보면 중년남성의 외모관리 행동에 관한 연구<sup>9)-11)</sup>, 갱년기를 겪으면서 느끼는 심리적 위기감에 관한 연구<sup>12)-14)</sup>, 탈모의 관리 행동과 만족도에 관한 연구<sup>15)-17)</sup>, 탈모의 원인과 개선요법에 관한 연구<sup>18)-20)</sup>는 있지만 중년남성의 헤어와 심리적 관계에 관련된 연구가 부족하다. 사회생활의 영위 기간이 늘어남에 따라 남성도 여성 못지않게 외모에 관심이 늘고 특히 이미지에 크게 영향을 줄 수 있는 앞머리와 중년남성의 심리적 스트레스 관련성에 관한 연구가 더욱 필요하다고 본다.

## II. 이론적 배경

### 1. 중년남성

중년기는 청년기와 노년기 중간의 발달단계로 신체적, 생물학적 노화가 나타나는 시기이다. 사회생활에서 절정기에 달하였으나 은퇴를 준비해야 하는 시기로 성취감과 함께 내적 빈곤감을 경험하기도 한다<sup>21)</sup>. 중년남성은 자녀의 성장으로 가장의 역할이 축소됨을 의식하고 소외감을 느낀다. 또한 경제적 문제 해결과 가족 구성원과의 가치관 차이 등으로 인한 갈등이 증가하고 있으며 직장 내에서의 중압감과 책임감으로 스트레스가 많다<sup>22),23)</sup>.

본 연구에서는 사회활동을 영위하는 40세부터 65세까지 연령을 중년남성으로 정의하였다.

### 2. 중년남성의 신체적 변화

중년남성의 신체적 발달 특성은 남성 호르몬의 변화로 근력저하, 발기부전, 신체적 질병 등 신체기능의 쇠퇴가 나타난다<sup>24)-26)</sup>. 또한 노화가 진행되면서 피부의 탄력이 떨어져 주름이 생기고 흰머리 증가와 모발의 양이 점차 줄어든다.

### 3. 탈모의 유형

남성형 탈모유형의 Hamilton의 분류기준 방법을 참고하여 나누었다<sup>27)</sup>. 본 연구에서는 탈모의 형태에 따라 이마의 양쪽이 올라간 M형, 이마와 이마 위의 모발선이 탈모되는 U형, 정수리 쪽에서 둥글게 탈모되는 O형, 복합형 MO형으

로 구분하였다<sup>28)</sup>.

## III. 연구방법

### 1. 연구문제

본 연구는 부산시에 거주하는 40대에서 65세 남성을 대상으로 생년기에 접어들면서 겪는 여러 변화들 중 앞머리 변화가 심리적 스트레스에 미치는 영향에 대해서 알아보기 위해 다음과 같은 연구문제를 설정하였다.

연구문제 1. 중년남성의 외모 변화에 대한 관심도를 알아본다.

연구문제 2. 중년남성의 앞머리 헤어라인의 중요성에 대한 인지도 조사와 앞머리 헤어라인의 변화가 심리적 스트레스에 영향을 주는지 살펴보고자 한다.

연구문제 3. 중년남성의 탈모 증상으로 인한 헤어라인 변화를 극복하기 위한 앞머리 보강 행동으로 심리적 스트레스 감소에 영향력이 있는지 알아보고자 한다.

### 2. 연구 대상 및 자료수집

본 연구는 부산에 거주하는 중년남성 40대에서 65세 남성들을 대상으로 조사하였다. 조사기간은 2022년 1월 1일부터 3월 1일까지 온라인 설문과 자기기입식 설문지기법을 병행하여 설문조사를 실시하였다. 설문지는 온라인 설문 72부 자기기입식 180부 배부하여 내용이 불확실

한 10부를 제외한 최종 242부를 최종 분석 자료로 사용하였다.

### 3. 연구도구 및 내용

설문지는 선행연구<sup>29)~31)</sup>를 토대로 본 연구에 맞게 수정 보완하여 구성하였다. 설문은 일반적 특성 5문항, 외모 변화 관심도 1문항, 앞머리 헤어라인 중요성 인지 2문항, 헤어라인 변화 인지 4문항, 앞머리 보강 행동 2문항, 헤어라인 변화에 따른 스트레스 2문항, 헤어라인 보강 행동 후 심리적 만족도 2문항으로 구성되었다. 중요성 인지 관련 문항, 스트레스 관련 문항, 심리적 만족도 관련 문항은 5점 Likert 척도를 사용하여 매우 그렇지 않다 1점, 그렇지 않다 2점, 보통이다 3점, 그렇다 4점, 매우 그렇다 5점으로 나타내었다.

### 4. 자료 분석 방법

논문을 검증하기 위해서 SPSS 18.0을 사용하여 응답자의 인구통계학적 특성은 빈도분석을 실시하였고, 연령에 따른 외모변화 관심도, 앞머리 헤어라인의 중요성 인지, 연령에 따른 헤어라인 인지, 연령에 따른 헤어라인 보강 행동은 교차분석, 앞머리 헤어라인 변화에 따른 스트레스, 헤어라인 보강 행동에 따른 심리적 만족감은 회귀분석을 하였다.

## IV. 결과

### 1. 일반적 특성

연구대상자의 일반적 특성을 조사한 결과 연령은 40대 106명(43.8%), 50대 74명(30.6%), 60~65세 62명(25.6%)으로 나타났고, 결혼상태는 미혼 68명(28.1%), 기혼(배우자있음) 134명(55.4%), 기혼(사별) 22명(9.1%), 독신 18명(7.4%)으로 나타났다. 학력은 중졸이하 14명(5.8%), 고졸 62명(25.6%), 대졸 114명(47.1%), 대학원졸 52명(21.5%)으로 나타났고, 월평균소득은 100만원 미만 10명(4.1%), 100만원~200만원 미만 12명(5.0%), 200만원~300만원 미만 68명(28.1%), 300만원~400만원 미만 82명(33.9%), 500만원 이상 70명(28.9%)으로 나타났다. 직업은 사무직 38명(15.7%), 전문직 54명(22.3%), 자영업 44명(18.2%), 서비스직 34명(14.0%), 기타 72명(29.8%)으로 나타났다<Table 1>.

### 2. 일반적 특성에 따른 외모 변화 관심도

외모 변화의 관심도는 40대(30.2%)와 50대(43.2%)는 흰머리, 60~65세는 모발의 양(32.3%)과 얼굴주름(32.3%)에 관심이 많은 것으로 나타났으나 유의성은 없었다. 결혼상태에서 미혼(35.3%)과 기혼(사별)(54.5%)은 흰머리에 관심이 많았고, 기혼(배우자 있음)(37.3%)과 독신은 모발의 양(44.4%)에 관심이 많았다( $p < .01$ ). 학력에서 중졸 이하는 모발의 양(42.9%)과 얼굴주름(42.9%), 고졸(41.9%), 대졸(31.6%), 대학원졸(38.5%)은 흰머리에 관심이 많은 것으로 나타

〈Table 1〉 General Characteristics

구분		빈도(명)	백분율(%)
연령	40대	106	43.8
	50대	74	30.6
	60~65세	62	25.6
결혼상태	미혼	68	28.1
	기혼(배우자있음)	134	55.4
	기혼(사별)	22	9.1
	독신	18	7.4
학력	중졸이하	14	5.8
	고졸	62	25.6
	대졸	114	47.1
	대학원졸	52	21.5
월평균소득	100만원 미만	10	4.1
	100만원~200만원 미만	12	5.0
	200만원~300만원 미만	68	28.1
	300만원~400만원 미만	82	33.9
	500만원이상	70	28.9
직업	사무직	38	15.7
	전문직	54	22.3
	자영업	44	18.2
	서비스직	34	14.0
	기타	72	29.8
합계		242	100

났다( $p<.05$ ). 월평균 소득에서 100만원 미만은 모발의 양과 흰머리, 100만원~200만원 미만은 앞이마 넓이와 얼굴주름, 200만원~300만원 미만과 300만원~400만원 미만은 흰머리, 500만원이상은 모발의 양에 관심이 높은 것으로 나타났다( $p<.01$ ). 직업에서 사무직, 전문직과 기타에서 흰머리, 자영업과 서비스직은 모발의 양에 관심이 많은 것으로 나타났다( $p<.01$ )<Table 2>.

이정애<sup>32)</sup>의 연구에서 50대 이상 직장인 남성들의 경우 피부의 고민이 탈모의 고민보다 많았

고 직장인 남성들이 관심을 가지는 화장품의 종류로 기초 피부용 화장품, 주름 화장품, 모발두피 화장품 순으로 관심을 가지고 있다고 하였다. 남성들의 외모 관리 허용범위에서 헤어관리가 가장 높게 나타났는데 외모에서 헤어가 중요함을 보여준다. 본 연구에서 40대, 50대가 흰머리에 관심이 많았고 60대 이상은 모발의 양과 얼굴주름에 관심이 많은 것으로 나타났는데 이 정애의 피부용 화장품 선택과 외모관리 관심도와는 차이가 있음을 알 수 있다.

〈Table 2〉 Interest in Appearance Changes

특성	구분	외모변화 관심도 N(%)					계 N(%)	$X^2$
		앞이마 넓이	모발의 양	흰머리	얼굴주름	키 작아짐		
연령	40대	14(13.2)	30(28.3)	32(30.2)	24(22.6)	6(5.7)	106(43.8)	15.470
	50대	6(8.1)	22(29.7)	32(43.2)	14(18.9)	0(0.0)	74(30.6)	
	60~65세	4(6.5)	20(32.3)	18(29.0)	20(32.3)	0(0.0)	62(25.6)	
결혼 상태	미혼	8(11.8)	12(17.6)	24(35.3)	18(26.5)	6(8.8)	68(28.1)	30.369**
	기혼 (배우자있음)	12(9.0)	50(37.3)	42(31.3)	30(22.4)	0(0.0)	134(55.4)	
	기혼(사별)	2(9.1)	2(9.1)	12(54.5)	6(27.3)	0(0.0)	22(9.1)	
	독신	2(11.1)	8(44.4)	4(22.2)	4(22.2)	0(0.0)	18(7.4)	
학력	중졸이하	2(14.3)	6(42.9)	0(0.0)	6(42.9)	0(0.0)	14(5.8)	21.952*
	고졸	0(0.0)	22(35.5)	26(41.9)	12(19.4)	2(3.2)	62(25.6)	
	대졸	16(14.0)	30(26.3)	36(31.6)	28(24.6)	4(3.5)	114(47.1)	
	대학원졸	6(11.5)	14(26.9)	20(38.5)	12(23.1)	0(0.0)	52(21.5)	
월 평균소득	100만원 미만	0(0.0)	4(40.0)	4(40.0)	2(20.0)	0(0.0)	10(4.1)	36.720**
	100만원~ 200만원 미만	4(33.3)	2(16.7)	2(16.7)	4(33.3)	0(0.0)	12(5.0)	
	200만원~ 300만원 미만	2(2.9)	20(29.4)	32(47.1)	14(20.6)	0(0.0)	68(28.1)	
	300만원~ 400만원 미만	12(14.6)	18(22.0)	24(29.3)	22(26.8)	6(7.3)	82(33.9)	
	500만원이상	6(8.6)	28(40.0)	20(28.6)	16(22.9)	0(0.0)	70(28.9)	
직업	사무직	4(10.5)	10(26.3)	14(36.8)	8(21.1)	2(5.3)	38(15.7)	33.115**
	전문직	12(22.2)	12(22.2)	16(29.6)	12(22.2)	2(3.7)	54(22.3)	
	자영업	2(4.5)	22(50.0)	14(31.8)	6(13.6)	0(0.0)	44(18.2)	
	서비스직	2(5.9)	12(35.3)	8(23.5)	10(29.4)	2(5.9)	34(14.0)	
	기타	4(5.6)	16(22.2)	30(41.7)	22(30.6)	0(0.0)	72(29.8)	
전체합계		24(9.9)	72(29.8)	82(33.9)	58(24.0)	6(2.5)	242(100.0)	

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

### 3. 앞머리 헤어라인의 중요성 인지

앞머리 헤어라인의 중요성 인지에서 연령별로 40대(54.7%), 50대(51.4%), 60~65세(58.1%) 모두 그렇다고 답하였고( $p<.05$ ), 결혼상태에서 배우자가 있는 기혼자(59.7%)가 그렇다고 답한

비율이 높았다( $p<.001$ ). 학력에서도 대졸(57.9%)에서 그렇다고 답한 비율이 높았고( $p<.01$ ), 월평균 소득에서는 그렇다고 답하였으나 유의적인 차이는 없었다. 직업군에서도 사무직(36.8%), 전문직(63.0%), 자영업(63.6%), 서비스직(58.8%)에서 그렇다고 답하였다( $p<.001$ )<Table 3>.

〈Table 3〉 Perception of Importance of Anterior Hairlines

특성	구분	헤어라인의 중요성 N(%)					계 N(%)	$\chi^2$
		전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	보통이다	그렇다	매우 그렇다		
연령	40대	6(5.7)	4(3.8)	12(11.3)	58(54.7)	26(24.5)	106(43.8)	15.547*
	50대	2(2.7)	2(2.7)	14(18.9)	38(51.4)	18(24.3)	74(30.6)	
	60~65세	4(6.5)	8(12.9)	8(12.9)	36(58.1)	6(9.7)	62(25.6)	
결혼 상태	미혼	6(8.8)	2(2.9)	14(20.6)	32(47.1)	14(20.6)	68(28.1)	33.390***
	기혼 (배우자있음)	2(1.5)	8(6.0)	16(11.9)	80(59.7)	28(20.9)	134(55.4)	
	기혼(사별)	4(18.2)	0(0.0)	4(18.2)	12(54.5)	2(9.1)	22(9.1)	
	독신	0(0.0)	4(22.2)	0(0.0)	8(44.4)	6(33.3)	18(7.4)	
학력	중졸이하	0(0.0)	0(0.0)	6(42.9)	8(57.1)	0(0.0)	14(5.8)	26.297**
	고졸	6(9.7)	6(9.7)	8(12.9)	34(54.8)	8(12.9)	62(25.6)	
	대졸	2(1.8)	6(5.3)	12(10.5)	66(57.9)	28(24.6)	114(47.1)	
	대학원졸	4(7.7)	2(3.8)	8(15.4)	24(46.2)	14(26.9)	52(21.5)	
월 평균소득	100만원 미만	0(0.0)	0(0.0)	2(20.0)	6(60.0)	2(20.0)	10(4.1)	19.576
	100만원~200만원 미만	0(0.0)	0(0.0)	2(16.7)	8(66.7)	2(16.7)	12(5.0)	
	200만원~300만원 미만	6(8.8)	6(8.8)	8(11.8)	40(58.8)	8(11.8)	68(28.1)	
	300만원~400만원 미만	2(2.4)	8(9.8)	12(14.6)	38(46.3)	22(26.8)	82(33.9)	
	500만원이상	4(4.7)	0(0.0)	10(14.3)	40(57.1)	16(22.9)	70(28.9)	
직업	사무직	0(0.0)	0(0.0)	6(15.8)	14(36.8)	18(47.4)	38(15.7)	51.241***
	전문직	4(7.4)	4(7.4)	6(11.1)	34(63.0)	6(11.1)	54(22.3)	
	자영업	0(0.0)	0(0.0)	4(9.1)	28(63.6)	12(27.3)	44(18.2)	
	서비스직	0(0.0)	6(17.6)	4(11.8)	20(58.8)	4(11.8)	34(14.0)	
	기타	8(11.1)	4(5.6)	14(19.4)	36(50.0)	10(13.9)	72(29.8)	
전체합계		24(9.9)	72(29.8)	82(33.9)	58(24.0)	6(2.5)	242(100.0)	

\*p&lt;.05, \*\*p&lt;.01, \*\*\*p&lt;.001

김동곤<sup>33)</sup>의 연구에서 여성의 직업에 따른 앞머리 헤어스타일 중요성 인식에서 헤어, 메이크업, 네일아트, 피부 전공 순으로 앞머리 헤어스타일이 중요하다고 하였는데 앞머리 헤어스타일은 얼굴형의 결점을 보완하기 위한 것으로 볼 수 있다고 하였다. 김동미<sup>34)</sup>의 연구에서 같은 헤

어스타일 일지라도 각기 다른 앞머리와 가르마 종류의 변화에 따라 이미지는 다양하게 달라질 수 있으며 앞머리와 가르마를 바꾸어 디자인하는 것만으로도 원하는 이미지를 연출할 수 있다 고 하였다. 선행연구의 앞머리 뱅의 헤어스타일에 대한 중요성 인식과 본 연구의 앞머리 헤어

라인의 중요성 인지와는 차이가 있다. 김창식<sup>35)</sup>의 연구에서 20세 이상 40세 미만의 정상 성인 남자 앞머리 선은 선형이 가장 많았고 정상 성인 여자 앞머리 선은 등근형이 가장 많았다고 하였다. 이마와 두피의 경계를 이루는 앞머리 선은 두피 가마의 형태와 모발의 흐름과 모발의 형태를 결정짓는 중요한 요소로 사람의 외모가 주는 인상을 결정짓는 특징적인 부분이라고 하였다. 이 연구는 성인 남녀의 앞머리선 형태에 대한 연구를 진행하였으나 본 연구의 앞머리 해어라인이 중요하다는 부분은 맥을 같이 한다고 볼 수 있겠다.

#### 4. 연령에 따른 해어라인 변화 인지

연령에 따른 해어라인 변화 인지에서 모발의 양은 보통(43.0%)으로 나타났으나 유의적인 차이는 없었고, 모발의 가늘기는 가늘어졌다(35.5%) ( $p<.01$ )로 답하여 연령이 증가할수록 모발이 가늘어지는 것으로 나타났다. 앞이마 모양은 M형(30.6%)이 가장 많은 것으로 나타났다( $p<.05$ ) <Table 4>.

이유란<sup>36)</sup>의 연구에서 남성의 해어라인의 선호이미지 중 각진 M자형이 강인하면서 활동적으로 보여지는 유형이며 가장 선호도가 낮았고 등근형태의 라인은 편안하고 단정한 이미지에 효과적이며 남녀 모두 선호한다고 하였다.

〈Table 4〉 Perception of Hairline Changes by Age

특성	구분	연령 N(%)			계 N(%)	$X^2$
		40대	50대	60~65세		
모발의 양	매우 적다	6(30.0)	8(40.0)	6(30.0)	20(8.3)	11.462
	적다	20(43.5)	14(30.4)	12(26.1)	46(19.0)	
	보통이다	48(46.2)	30(28.8)	26(25.0)	104(43.0)	
	많다	24(52.2)	16(34.8)	6(13.0)	46(19.0)	
	매우 많다	8(30.8)	6(23.1)	12(46.2)	26(10.7)	
모발 가늘기	전혀 그렇지않다	2(50.0)	2(50.0)	0(0.0)	4(1.7)	24.834 <sup>**</sup>
	그렇지않다	12(30.0)	14(35.0)	14(35.0)	40(16.5)	
	보통이다	48(63.2)	12(15.8)	16(21.1)	76(31.4)	
	그렇다	34(39.5)	28(32.6)	24(27.9)	86(35.5)	
	매우 그렇다	10(27.8)	18(50.0)	8(22.2)	36(14.9)	
앞이마 모양	M형	36(48.6)	24(32.4)	14(18.9)	74(30.6)	16.240 <sup>*</sup>
	U형	18(45.0)	16(40.0)	6(15.0)	40(16.5)	
	O형	14(41.2)	8(23.5)	12(35.3)	34(14.0)	
	M+O형	6(27.3)	4(18.2)	12(54.5)	22(9.1)	
	정상높이 등근네모형	32(44.4)	22(30.6)	18(25.0)	72(29.8)	
전체합계		106(43.8)	74(30.6)	62(25.6)	242(100.0)	

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

## 5. 연령에 따른 헤어라인 보강 행동

연령에 따른 헤어라인 보강 행동에서 앞머리 보강 행동 중 없다(68.6%), 펌(14.0%), 가발(5.8%), 발모제(7.4%), 두피문신(4.1%)로 나타났다( $p<.01$ ). 탈모 치료 경험은 없다(55.4%), 미용실(17.4%), 피부과(12.4%), 한의원(8.3%), 모발 클리닉(6.6%)으로 나타났으나 유의적인 차이는 없는 것으로 나타났다<Table 5>.

서현주<sup>37)</sup>의 연구에서 탈모의 원인이 나이와 스트레스라고 응답한 사람들이 시행한 개선요법은 두피마사지, 두피전문제품, 탈모치료제 복용, 바르는 탈모치료제 순으로 나타났고 탈모가 자신감 결여, 결혼에 비호감 요소, 우울증, 대인기피, 입사 및 승진 불이익에 영향을 준다고 하였다. 석서임<sup>38)</sup>의 연구에서 탈모증이 시작된 시기는 40대 이후가 가장 많았고 탈모의 원인으로 스트레스, 유전적요인, 두피 모발의 잘못된 관

리 습관 순으로 나타났다. 탈모관리 행태는 두피마사지, 민간요법, 탈모외용제, 경구형 순으로 많았고 30대~50대는 두피마사지, 60대 이상은 민간요법이 가장 많았다고 하였다.

## 6. 측정변수의 상관관계 분석

앞이마 넓어짐, 앞머리 헤어라인 중요성, 앞머리 헤어라인 변화 스트레스, 앞머리 보강 후 심리적 만족도에서 유의미한 정(+)의 상관관계가 있는 것으로 나타났다<Table 6>.

박상형<sup>39)</sup>의 연구에서 20세~60세 미만의 남녀 탈모환자를 대상으로 비수술적 치료와 수술적 탈모 치료를 했을 경우 만족도가 높다고 하였는데 본 연구에서 앞이마의 넓어짐과 앞머리 헤어라인이 중요하다고 생각하는 경우 앞머리 보강 행동이 심리적 만족도 증가에 영향을 미치는 것과 해석을 같이 할 수 있겠다. 지상기<sup>40)</sup>의

<Table 5> Hairline Improvement Behavior by Age

특성	구분	연령 N(%)			계 N(%)	$\chi^2$
		40대	50대	60~65세		
앞머리보강 행동	없다	68(41.0)	48(28.9)	50(30.1)	166(68.6)	21.422**
	펌	24(70.6)	6(17.6)	4(11.8)	34(14.0)	
	가발	4(28.6)	8(57.1)	2(14.3)	14(5.8)	
	발모제	8(44.4)	8(44.4)	2(11.1)	18(7.4)	
	두피문신	2(20.0)	4(40.0)	4(40.0)	10(4.1)	
탈모치료 경험	없다	54(40.3)	38(28.4)	42(31.3)	134(55.4)	9.937
	미용실	22(52.4)	16(38.1)	4(9.5)	42(17.4)	
	피부과	14(46.7)	8(26.7)	8(26.7)	30(12.4)	
	한의원	8(40.0)	6(30.0)	6(30.0)	20(8.3)	
	모발클리닉	8(50.0)	6(37.5)	2(12.5)	16(6.6)	
전체합계		106(43.8)	74(30.6)	62(25.6)	242(100.0)	

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

연구에서 17~60세 탈모증 남성들은 탈모증으로 인해 스트레스와 중도 이상의 우울을 경험한다고 하였는데 본 연구에서 앞이마의 넓어짐과 앞머리 헤어라인이 중요하다고 생각하는 경우 앞머리 헤어라인의 변화가 일어났을 때 스트레스 증가에 영향을 미치는 것과 맥락을 같이한다고 볼 수 있겠다.

### 7. 앞머리 헤어라인 변화에 따른 스트레스

중년남성들의 앞머리 헤어라인의 변화로 스트레스가 증가하는 것으로 나타났다( $F=45.569$ ,  $p<.001$ ). 모발이 가늘수록( $\beta=.217$ ,  $t=3.300$ ,  $p<.001$ ), 앞이마가 넓을수록( $\beta=.374$ ,  $t=5.693$ ,  $p<.001$ ) 스트레스가 증가하는 것으로 나타나 유의적인 차이가 있었다. 회귀모형의 설명력은 27.6%로 나타났다<Table 7>.

구은주<sup>41)</sup>의 연구에서 탈모와 스트레스 자가

진단을 통해 스트레스의 원인을 찾아내어 자신만의 해소법에 대한 방안을 제시하였는데 탈모자가 진단에서 여자가 남자보다 탈모자가 진단 점수가 높게 나왔고 스트레스 점수도 여자가 남자보다 높게 나와 차이가 있다고 하였다. 본 연구의 앞머리 헤어라인의 변화에 따른 스트레스 연구와 구은주의 스트레스로 인한 탈모와 스트레스 해소 방안제시와는 차이가 있음을 알 수 있다. 지상기<sup>42)</sup>의 연구에서 탈모증 남성들의 스트레스 중 전신탈모증이 전두탈모증, 원형탈모증 발생자들에 비해 스트레스를 많이 받는다고 하였고 탈모증이 잘 보이는 위치에 발생한 탈모증 발생자들이 더 많은 스트레스를 받는다고 하였다. 본 연구에서 정면에서 잘 보이는 앞이마의 넓이가 넓을수록 스트레스를 많이 받는 결과와 맥을 같이한다고 볼 수 있겠다.

〈Table 6〉 Correlation Analysis of Measured Variables

	앞이마 넓어짐	앞머리 헤어라인 중요성	앞머리 헤어라인 변화 스트레스	앞머리 보강 후 심리적 만족도
앞이마 넓어짐	1	.354**	.493**	.160*
앞머리 헤어라인 중요성	.354**	1	.336**	.290**
앞머리 헤어라인 변화 스트레스	.493**	.336**	1	.183**
앞머리 보강 후 심리적 만족도	.160*	.290**	.183**	1

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

〈Table 7〉 Stress from Anterior Hairline Changes

종속변수	독립변수	$\beta$	t	F	$R^2$
스트레스 정도	모발 가늘기	.217	3.300***	45.569***	.276
	앞이마 넓이	.374	5.693***		

\*\*\* $p<.001$

## 8. 헤어라인 보강 행동에 따른 심리적 만족감

앞머리 헤어라인의 변화가 일어난 중년남성들은 헤어라인 보강 행동 후 심리적 만족감이 증가하는 것으로 나타났다( $F=7.905$ ,  $p<.001$ ). 모발의 양이 적을수록( $\beta=-.152$ ,  $t=-2.085$ ,  $p<.05$ ), 모발이 가늘수록( $\beta=.211$ ,  $t=2.728$ ,  $p<.01$ ) 헤어라인 보강 행동 후 심리적으로 만족하는 것으로 나타나 유의적인 차이가 있었다. 회귀모형의 설명력은 11.8%로 나타났다<Table 8>.

김귀옥<sup>43)</sup>의 연구에서 탈모 예방관리를 위해 미용실을 많이 이용하는 집단이 심리적 안녕감의 긍정대인관계가 높았으며, SNS정보를 긍정적으로 활용하는 집단에서 심리적 안녕감이 높았다고 하였다. 이 연구의 탈모 예방관리를 통해 심리적 안녕감과 자아존중감에 긍정적 영향을 미친다는 결과와 본 연구의 모발의 양과 가능 늘기, 앞이마의 넓어짐으로 인한 헤어라인 보강 행동에 따른 심리적 만족과 차이가 있음을 알 수 있다. 서현주<sup>44)</sup>의 연구에서 탈모의 원인으로 스트레스와 과로와 같은 내적 심리적 요인이 많았으며 두피 마사지와 두피 관련 제품 사용이 많았고 심리적인 부분에 의한 탈모에는 두피 마사지를 통해 심신을 안정시키는 것이 탈모 개선에 도움을 준다고 하여 본 연구의 헤어라인 보

강 행동에 따른 심리적 만족감을 주는 결과와 맥을 같이 한다고 볼 수 있다.

## V. 결론

중년남성은 생애의 절정기인 것처럼 보이지만 직장 내 구조조정 대상의 불안감과 가정 내 가장으로서의 중압감과 소외감으로 심리적 스트레스를 많이 느낀다. 이 시기의 중년남성은 사회생활에서 외적 평가를 중요하게 생각하며 외적 이미지를 위한 외모 관리의 중요성을 느낀다. 특히 앞머리 헤어라인의 넓어짐은 나이 들어 보이는 가장 큰 원인이 될 수 있고 심리적으로 위축감을 느낀다. 본 연구는 부산에 거주하는 40대에서 65세 중년남성을 대상으로 앞머리 변화가 심리적 스트레스에 미치는 효과에 대해서 조사 하였으며 결론은 다음과 같다.

첫째, 중년남성들의 외모 변화에 대한 관심도는 모발의 양과 흰머리에 관심이 많은 것으로 나타났다. 60대 이상에서 모발의 양과 얼굴 주름에 관심이 많았고, 미혼인 경우 흰머리와 얼굴 주름에 관심이 많았다. 중년남성들은 사회적 관계에서 젊고 활기찬 모습의 이미지 전달을 원하고 이때 가장 먼저 얼굴 부위의 노화에 신경 쓰는 것으로 생각된다.

<Table 8> Psychological Satisfaction with Hairline Improvement Behavior

종속변수	독립변수	$\beta$	$t$	F	$R^2$
심리적 만족감	모발의 양	-.152	-2.085*	7.905***	.118
	모발 가늘기	.211	2.728**		
	앞이마 넓이	.035	.554		

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

둘째, 중년남성들의 앞머리 헤어라인의 중요성 인지에서 연령별로 중요하다고 하였고, 배우자가 있는 기혼자와 자영업자가 헤어라인의 중요성을 높게 인지하였다. 중년남성들이 사회활동을 영위함에 있어서 젊음의 상징인 넓지 않은 헤어라인을 선호하는 것으로 사료 된다. 연령에 따른 헤어라인 변화 인지에서 연령이 증가할수록 모발이 가늘어지는 것으로 나타났고, 앞이마 모양은 M형이 가장 많았다. 연령에 따른 앞머리 보강 행동에서 ‘하지않는다’로 답한 경우가 가장 많았고 다음으로 퍼머넌트를 많이 하는 것으로 나타났다. 중년남성들이 헤어보강을 위한 방법 중 쉽게 할 수 있는 퍼머넌트를 통해 모발이 풍성해 보이는 방법을 선택했는데 관리 방법에 대한 정보 부족으로 생각된다. 앞머리 헤어라인 변화에 따른 스트레스에서 모발이 가늘수록 앞이마가 넓을수록 스트레스가 증가하는 것으로 나타났다. 모발이 가늘어져 두피가 보이거나 앞머리 헤어라인이 넓어지면서 자신을 표현하는 한계에 부딪혀 스트레스가 증가하는 것으로 판단 된다.

셋째, 중년남성들의 앞머리 보강 행동 후 심

리적 만족감에서 모발의 양이 적을수록, 모발이 가늘수록 심리적 만족감이 증가하는 것으로 나타났다. 앞머리 보강으로 자신감이 상승하고 상대방에게 좋은 이미지를 주며 사회활동에서도 활력 있고 긍정적 이미지 전달로 심리적 만족감이 증가하는 것으로 사료 된다.

이상의 결과로 중년남성들은 자신의 이미지를 표현하는데 앞머리 헤어라인의 중요성을 인지하였고 앞머리 헤어라인의 변화로 스트레스가 증가하는 것을 알 수 있었다. 또한 중년남성들은 헤어라인 보강 행동을 하지 않는 경우가 많았는데 이는 다양한 정보가 없고 많은 비용과 이용의 불편함때문인것으로 생각된다. 이에 중년기 남성이 겪는 외모 변화에서 앞머리 헤어라인의 중요성과 심리적 관계에 더욱 관심을 가지는 기회가 될 것이며 중년남성의 앞머리 헤어라인 보강을 위한 헤어관리 방법 개발과 관련 산업에 참고 자료로 활용되기를 기대한다.

본 연구는 부산이라는 지역적 제한점이 있으며 중년여성의 앞머리 변화와 심리적인 관련성에 관한 후속 연구가 필요하다.

## 참고문헌

- 1) <http://www.kosis.kr>(자료검색일: 2022.09.28.).
- 2) 정문경, 권기한.(2022). 남성화장품 관련 연구 동향 분석을 통한 코로나19 팬데믹 이후 소비 시장 변화 대응 방안. *한국인체미용예술학회지*, 23(3), p.98.
- 3) 정의정.(2011). 성인 남성의 외모관리 행동과 특성에 관한 연구. *한국인체미용예술학회지*, 12(2), pp.43-44.
- 4) 지상기.(2000). 탈모증 남성들의 스트레스와 우울에 관한 연구. 중앙대학교 사회개발대학원, 석사학위논문, p.41.
- 5) 정기쁨.(2017). 두피관리가 중년 탈모 남성의 스트레스에 미치는 영향. 동덕여자대학교 보건과학대학원, 석사학위논문, p.57.
- 6) 김귀옥.(2020). 현대인의 탈모예방관리 행동 이 자아존중감 심리적 안녕감에 미치는 영향. 건신대학원대학교, 석사학위논문, p.54.
- 7) 김동곤.(2014). 여성의 앞머리 헤어스타일 중요성 인식과 이미지 선호도에 관한 연구. 서경대학교 미용예술대학원, 석사학위논문, pp.95-98.
- 8) 김창식.(2005). 성인 남녀의 가마와 앞머리선 이 형태에 관한 연구. 건국대학교 대학원, 석사학위논문, p.11.
- 9) 이정애.(2014). 직장인 남성들의 외모중요도 인식 및 외모관리 관심도와 화장품 구매 행동에 관한 연구. 건국대학교 산업대학원, 석사학위논문, pp.40-42.
- 10) 장희주.(2016). 중년남성의 미용관리행동에 미치는 영향요인. 대구한의대학교 보건복지대학원, 석사학위논문, pp.31-32.
- 11) 조영미.(2009). 중년남성의 자기효능감, 인지 연령 및 신체민족도가 외모관리행동에 미치는 영향. 전남대학교 대학원, 석사학위논문, pp. 62-64.
- 12) 김수현.(2019). 중년남성의 직업스트레스와 심리적위기감의 관계에서 쟁년기증후군과 노후준비도의 매개효과. 영남대학교 대학원, 석사학위논문, pp.81-84.
- 13) 정성훈.(2013). 중년 남성의 심리적 위기감과 자기성찰이 심리적 안녕감에 미치는 영향. 경성대학교 교육대학원, 석사학위논문. pp.36-37.
- 14) 이민아.(2019). 한국 중년남성의 성역할갈등과 중년 위기감의 관계에서 자아정체감과 정서 표현양가성의 매개효과 및 연령대의 조절효과 검증. 숙명여자대학교 대학원, 박사학위논문, pp.111-113.
- 15) 이은주.(2009). 중년남성 탈모자들의 탈모 인식정도 및 관리 행동에 관한 연구. 한남대학교 사회문화대학원, 석사학위논문, p.81.
- 16) 이지숙.(2007). 탈모고객의 제품사용 실태와 관리 및 만족도 조사. 서경대학교 미용예술대학원, 석사학위논문, p.81.
- 17) 박상형.(2014). 모발이식 여부에 따른 탈모 치료 만족도 조사. 창원대학교 보건대학원, 석사학위논문, pp.83-85.
- 18) 서현주.(2014). 탈모의 원인에 따른 탈모 개선 요법의 효과 분석. 중앙대학교 의약식품대학원, 석사학위논문, pp.34-38.
- 19) 김건아.(2012). 남성의 두피 탈모 현황 및 모발 이식에 관한 선호도 조사 연구. 건국대학교 산업대학원, 석사학위논문, pp.45-46.
- 20) 김혜숙, 도주연.(2010). 자연 요법을 이용한 탈모개선에 관한 연구. *한국인체미용예술학회지*, 11(4), p.146.
- 21) 정성훈.(2013). op. cit., p.9.
- 22) 이원숙.(2021). 중년남성의 쟁년기 자각증상, 스트레스, 신체증상이 우울감에 미치는 영향 연구. 배재대학교 교육대학원, 석사학위논문, p.3.
- 23) 오미화, 김민신.(2022). 중년 남성들의 신체적, 심리적 특성 및 외모관리 필요성이 외모관리 행동과 삶의 질에 미치는 영향. *한국인체미용예술학회지*, 23(1), p.280.
- 24) 이지수.(2022). 중년남성의 쟁년기증상, 스트레스, 수면의 질, 삶의 질과의 관계. 차의과대학교 일반대학원, 석사학위논문, p.5.
- 25) 이원숙.(2021). op. cit., p.6.
- 26) 전현진.(2019). 중년남성의 젊음추구 및 외모

- 관심이 미용성형에 미치는 영향. *한국인체미용예술학회지*, 20(2), pp.284-285.
- 27) 이은주.(2009). op. cit., p.14.
- 28) 이해경.(2021). 남성외모관리에 따른 탈모유형별 부분가발제작. 서경대학교 미용예술대학원, 석사학위논문, pp.15-17.
- 29) 김동곤.(2014). op. cit., p.105.
- 30) 이희경.(2005). 탈모증에 대한 통계학적 고찰 및 관리실태에 관한 연구. 숙명여자대학교 원격향장산업대학원, 석사학위논문, pp.96-97.
- 31) 박상형.(2014). 모발이식 여부에 따른 탈모치료 만족도 조사. 창원대학교 보건대학원, 석사학위논문, pp.92-98.
- 32) 이정애.(2014). op. cit., p.22.
- 33) 김동곤.(2014). op. cit., pp.27-33.
- 34) 김동미.(2016). 두발 길이에 따른 앞머리와 가르마의 헤어스타일 이미지 연구. 서울벤처대학원 대학교, 석사학위논문, p.105.
- 35) 김창식.(2005). op. cit., p.5.
- 36) 이유란.(2022). 남성 탈모자의 해어라인 디자인에 따른 이미지 분석. 숙명여자대학교 문화예술대학원, 석사학위논문, p.68.
- 37) 서현주.(2014). op. cit., pp.34-38.
- 38) 석서임.(2021). 탈모 유발요인에 따른 두피 탈모개선 및 관리행태에 관한 연구. 한남대학교 사회문화 행정복지대학원, 석사학위논문, pp.42-48.
- 39) 박상형.(2014). op. cit., pp.84-85.
- 40) 지상기.(2000). op. cit., p.41.
- 41) 구은주.(2012). 성인 남녀의 탈모와 스트레스 자가진단 및 스트레스 영향요인 분석. 남부대학교 교육대학원, 석사학위논문, pp.40-41.
- 42) 지상기.(2000). op. cit., pp.28-32.
- 43) 김귀옥.(2020). op. cit., p.54.
- 44) 서현주.(2014). op. cit., p.37.