

외모만족도와 사회적 유능감, 대인관계능력의 상관관계에 관한 연구 – 대학생을 중심으로 –

이소은¹, 장정미^{2*}

¹용인송담대학교 스타일리스트과 교수, ²용인송담대학교 간호학과 교수

A Study on Correlations among Appearance Satisfaction, Social Competence, and Interpersonal Abilities – With a focus on college students –

So-Eun Lee¹, Chong-Mi Chang^{2*}

¹Professor, Department of Stylist, Yong-in Songdam College

²Professor, Department of Nursing, Yong-in Songdam College

요약 본 연구는 외모만족도, 사회적 유능감, 대인관계능력의 관계를 분석하여 대인관계능력 향상을 위한 기초자료를 제공하기 위하여 시도되었다. 2018년 12월 3일부터 7일까지 경기도 A대학교 학생을 대상으로 설문지를 이용하여 자료 수집하여 총 223명이 분석 대상이 되었다. 연구 결과 사회적 유능감은 대인관계능력, 외모만족과 상관관계를 보이는 것으로 나타나 사회적 유능감이 높을수록 대인관계능력이 좋고 외모만족도가 높은 것으로 나타났다. 또한 사회적 유능감, 대인관계능력, 외모만족의 하위영역의 상관관계를 분석한 결과 대부분의 하위영역이 통계적으로 유의한 상관관계가 있는 것으로 나타났다. 따라서 대학생의 사회적 유능감을 높이기 위해서는 대학생의 대인관계능력과 외모만족을 높일 수 있는 프로그램이 필요할 것으로 사료된다.

주제어 : 사회적 유능감, 대인관계능력, 외모만족도, 대학생, 상관관계

Abstract This study thus set out to analyze relations among appearance satisfaction, social competence, and interpersonal abilities and provide basic data to improve interpersonal abilities. For these purposes, the study collected data with a questionnaire and analyzed total 223 questionnaires. We collected the data from December 3 to 7, 2018. The study analyzed relations among social competence, interpersonal abilities, and appearance satisfaction and found that social competence had positive correlations with interpersonal abilities and appearance satisfaction, which indicates that higher social competence leads to better interpersonal relationships and higher appearance satisfaction.

Key Words : Social competences, Interpersonal Abilities, Appearance satisfaction, College Students, Correlations

*Corresponding Author : Chong-Mi Chang(changmi@ysc.ac.kr)

Received June 14, 2019

Revised July 2, 2019

Accepted July 20, 2019

Published July 28, 2019

1. 서론

1.1 연구의 필요성

현대사회에서 상호작용과 사회화 과정은 사회적 존재인 인간의 성장 및 발달에 매우 중요한 요인으로 여러 가지 요인에 의해 영향을 받는다. 특히 취업 및 다양한 결정을 주도적으로 행해야 하는 대학생의 경우 이러한 요인 중 대인 관계능력 능력과 사회적 유능감 또한 중요한 역할로 요구되며, 외모는 사회관계의 소통, 사회 내에서의 개인의 가치, 그리고 사회적 인정에 대한 가능성을 재현하는 지표로 활용되고 있다.

이러한 상호작용의 가장 기본이 되는 대인관계능력은 개개인이 처해 있는 상황에서 다른 사람들과 관계를 맺고 유지하며, 갈등이나 문제를 해결하는 능력을 말한다[1].

대인관계능력은 학교생활과 사회생활에도 영향을 줄 수 있으며, 대학에 재학 중인 시기에 형성된 대인관계능력은 추후 사회에서 만나는 새로운 사람들과 관계를 원만히 맺고 유지하는데 밑거름이 된다. 그러므로 대학생 대인관계능력은 대학생 활동 만족도와 적응 및 사회 성공 가능성에 많은 영향을 준다는 면에서 의미와 중요성이 크다[2].

조직 내에서 원만한 인간관계를 유지하고 자신의 역할을 충실히 수행하기 위해서는 대인관계능력의 함양이 필수적이다.

대학생의 대인관계능력을 효율적으로 향상시키기 위해서는 대학생을 대상으로 문제 중심적인 접근 방법을 통하여 대인관계에서의 긍정적인 변화를 유도할 수 있으므로 본 연구의 목적은 대학생의 외모 만족도와 사회적 유능감, 대인 관계능력의 상관관계를 분석하고 이를 바탕으로 대인관계 능력 향상에 유용한 이론적 근거를 제공하는데 있으며 구체적인 목적은 다음과 같다.

1.2 연구의 목적

본 연구의 목적은 대학생의 외모 만족도와 사회적 유능감, 대인관계능력의 상관관계를 분석하고 이를 바탕으로 대인관계능력 향상에 유용한 이론적 근거를 제공하는데 있으며 구체적인 목적은 다음과 같다.

첫째, 인구통계학적 특성에 따른 사회적 유능감과 그 하위 요인의 차이를 분석한다.

둘째, 인구통계학적 특성에 따른 대인관계능력과 그 하위 요인의 차이를 살펴본다.

셋째, 인구통계학적 특성에 따른 외모만족도와 그 하위 요인의 차이를 분석한다.

넷째, 외모만족도, 사회적 유능감, 대인관계능력의 상관 관계를 분석한다.

2. 연구방법

2.1 연구설계

본 연구는 대학생의 사회적 유능감과 대인관계능력, 외모 만족도의 관계를 파악하기 위한 서술적 조사연구이다.

2.2 연구대상 및 자료수집

본 연구 대상자는 경기도 A대학에 재학 중인 대학생 225명을 대상으로 2018년 12월 3일부터 12월 7일까지 설문지를 이용하여 조사하였다. 연구 참여자에게 설문조사를 통해 얻어진 자료는 연구 목적으로만 사용됨을 설명하였고, 연구 참여에 동의하는 대상자들에게 설문지를 작성하도록 요청하였다. 설문지 작성에 약 30분 정도가 소요되었으며, 설문지 응답을 완료한 참여자에게는 작은 선물을 제공하였다. 자료수집 총 225부 중 부적절하게 응답한 2부를 제외한 223부가 최종분석에 이용되었다.

2.3 연구도구

2.3.1 사회적 유능감

본 연구에서 사용한 사회적 유능감 척도는 박금옥(1998)이 개발한 청소년용 사회적 능력 척도를 이철숙(2015)이 수정 보완한 척도를 사용하였다. 도구는 총 30문항으로 '전혀 그렇지 않다(1점)'부터 '매우 그렇다(5점)'으로 구성된 5점 척도를 사용하여 측정하였다. 점수가 높을수록 사회적 유능감이 높은 것을 의미한다.

2.3.2 대인관계능력

본 연구에서 대학생의 대인 관계 능력을 평가하기 위하여 사용한 대인관계능력 척도는 Buhrmester, Furman, Wittnerberg & Reis(1998)가 개발하고 김창내와 김수임(2001)이 번안한 대인관계 유능성 척도(Interpersonal Competence Questionnaire : ICQ)를 사용하였다. 도구는 총 40문항으로 '전혀 그렇지 않다(1점)'부터 '매우 그렇다(5점)'으로 구성된 5점 척도를 사용하여 측정하였다. 점수가 높을수록 대인 관계에서 유능함을 보인다고 해석 할 수 있다.

2.3.3 외모 만족도

본 연구에서 사용한 외모만족도 척도는 아동과 청소년의

외모만족도를 측정하기 위하여 Mendelson & White(1993)가 개발한 신체적 존중감 척도를 심경옥(2006)이 수정한 것을 사용하였다. 도구는 총 20개 문항으로 구성되어 있으며 '전혀 그렇지 않다(1점)'부터 '매우 그렇다(5점)'으로 구성된 5점 척도를 사용하여 측정하였다. 이는 점수가 높을수록 외모 만족도가 높다는 것을 의미한다.

2.4 자료분석방법

수집된 설문 자료는 SPSS/WIN 22.0 프로그램을 이용하여 분석하였다.

- 1) 대상자의 일반적 특성에 빈도, 백분율을 이용하여 분석하였다.
- 2) 대상자의 사회적 유능감, 대인관계 능력, 외모만족도 및 각 하위요소는 t-test, ANOVA 분석을 하였고, 상관관계는 Pearson's correlation을 이용하여 분석하였다.

3. 연구결과

3.1 대상자의 일반적 특성

일반적 특성을 분석 한 결과는 Table 1과 같다. 성별은 84.3%가 여자이고 남자는 15.7%로 나타났다. 학년은 2학년이 36.3%로 가장 많았고, 1학년 24.2%, 3학년 21.5%, 4학년이 17.9% 순으로 나타났으며, 이성 친구는 53.4%가 없다고 응답하였다. 성적은 45.3%가 "중"이라고 응답하여 가장 높게 나타났고, "하"라고 응답한 비율이 4.0%로 가장 낮게 나타났다.

Table 1. General Characteristics of subjects (N=223)

Characteristics	Categories	n (%)
Gender	Female	188(84.3)
	Male	35(15.7)
Grade	1	54(24.2)
	2	81(36.3)
	3	48(21.5)
	4	40(17.9)
Major	Health category	289(97.6)
	Art & Physical category	7(2.4)
Opposite sex friend	No	119(53.4)
	Yes	104(46.6)
Grades	Good	18(8.1)
	Above average	45(20.2)
	Average	101(45.3)
	Below average	50(22.4)
	Bad	9(4.0)

3.2 인구사회학적 특성에 따른 사회적 유능감 차이

인구사회학적 특성에 따른 사회적 유능감의 차이를 분석 한 결과는 Table 2와 같다. 사회적 유능감은 남자가 여자보다, 4학년이 저학년 보다, 이성 친구가 있는 대상자가 없는 대상자보다 높게 나타났으나 이 중 이성 친구만 통계적으로 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 사회적 유능감을 대인적응성, 사회참여도, 인기도로 세분하여 분석한 결과는 대인적응도는 보건계열이 통계적으로 유의한 차이를 보이며 높게 나타났고, 사회참여도는 남자가 여자보다 통계적으로 높게 나타났으며, 인기도는 여성친구 있는 경우가 통계적으로 높게 나타났고, 성적이 '하'라고 응답한 경우가 통계적으로 인기도가 낮게 나타났다.

3.3 인구사회학적 특성에 따른 대인관계 차이

대상자의 인구사회학적 특성에 따른 대인관계 차이를 분석 한 결과는 Table 3과 같다. 대인관계는 성별에 따른 차이는 없었으며, 남자가 여자보다, 4학년이 저학년보다, 이성 친구 있는 그룹이 높게 나타났으나, 이 중 이성 친구만 통계적으로 유의한 차이가 있는 것으로 분석되었다. 성적은 '하' 대상자가 대인관계가 낮은 것으로 나타났으나 통계적으로 유의하지는 않았다. 대인관계를 처음관계 맷기, 권리주장, 자기노출, 정서적지지, 대인갈등으로 세분하여 분석 한 결과는 이성 친구 있는 대상자는 처음관계 맷기, 권리주장, 자기노출에서 통적으로 유의한 차이를 보이며 높게 나타났고, 정서적 지지는 4학년이 통계적으로 높게 나타났으며, 대인갈등은 보건계열에서 통계적으로 높게 나타났다.

3.4 인구사회학적 특성에 따른 외모만족도 차이

대상자의 인구사회학적 특성에 따른 외모만족도를 분석 한 결과는 Table 4와 같다. 외모만족도는 이성 친구 있는 대상자가 없는 대상자보다 높게 나타났으며 통계적으로 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다.

외모만족도를 신체외모만족, 주관적 외모만족, 외모개선 욕구로 세분하여 분석한 결과 성적 '하' 대상자가 신체외모 만족이 낮은 것은 나타났으나 통계적으로 유의하지는 않았다. 주관적 외모만족은 남성이 여성보다, 4학년이 1학년 보다, 보건계열이 예체능 계열보다 높고, 이성 친구 있는 대상자가 없는 대상자 보다 높았으며 모두 통계적으로 유의한 차이가 나타났다. 외모개선 욕구는 여성이 남성보다 높으며 통계적으로 유의한 차이가 나타났고, 그 외의 인구사회학적 특성은 통계학적으로 차이가 없었다.

Table 2. Differences in Social competences according to General Characteristics (N=223)

Categories			Social competences			Interpersonal adaptability			Social participation			Popularity		
			M	SD	t or F	M	SD	t or F	M	SD	t or F	M	SD	t or F
Gender	Female	3.7	0.5	-1.62		3.9	0.5	0.24	3.7	0.7	-2.34*	3.4	0.6	-1.32
	Male	3.8	0.5			3.9	0.4		4.0	0.6		3.6	0.7	
Grade	1	3.7	0.5	0.40		3.9	0.6	0.48	3.7	0.7	0.54	3.4	0.7	0.08
	2	3.7	0.5			3.9	0.5		3.7	0.7		3.4	0.7	
	3	3.7	0.4			3.9	0.4		3.8	0.7		3.5	0.4	
	4	3.8	0.5			4.0	0.5		3.9	0.7		3.4	0.6	
Major	Health	3.7	0.7	1.22		4.0	0.5	1.98*	3.8	0.7	1.06	3.4	0.6	-0.01
	Art & Physical	3.7	0.8			3.8	0.6		3.7	0.7		3.4	0.6	
Opposite sex friend	No	3.6	0.5	-2.64**		3.9	0.6	-0.66	3.7	0.8	-1.79	3.3	0.6	-3.64**
	Yes	3.8	0.4			3.9	0.5		3.8	0.7		3.6	0.6	
Grades	Good	3.6	0.5	1.06		3.9	0.6	0.18	3.5	0.7	1.92	3.5	0.8	2.65*
	Above	3.7	0.5			3.8	0.5		3.6	0.7		3.6	0.5	
	Average	3.7	0.5			3.9	0.5		3.8	0.7		3.4	0.6	
	Below	3.7	0.5			3.9	0.5		3.9	0.7		3.4	0.6	
	Bad	3.4	0.4			3.9	0.4		3.5	0.6		2.8	0.6	

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

Table 3. Differences in Interpersonal Abilities according to General Characteristics (N=223)

Categories			Interpersonal Abilities			Relationship sharing			Claim of right			Self-exposure			motional support			Interpersonal conflicts		
			M	SD	t or F	M	SD	t or F	M	SD	t or F	M	SD	t or F	M	SD	t or F	M	SD	t or F
Gender	Female	3.6	0.4	0.21		3.5	0.6	-0.94	3.6	0.6	-0.40	3.5	0.5	-0.23	3.7	0.4	1.86	3.6	0.5	1.26
	Male	3.6	0.4			3.6	0.5		3.7	0.5		3.6	0.5		3.6	0.4		3.4	0.4	
Grade	1	3.5	0.4	1.69		3.4	0.6	0.97	3.6	0.5	0.55	3.5	0.5	2.03	3.6	0.4	2.74*	3.4	0.5	1.78
	2	3.6	0.4			3.6	0.7		3.7	0.6		3.6	0.5		3.7	0.4		3.5	0.5	
	3	3.5	0.4			3.6	0.5		3.5	0.6		3.5	0.4		3.6	0.4		3.6	0.4	
	4	3.7	0.4			3.6	0.8		3.7	0.6		3.7	0.6		3.8	0.4		3.7	0.6	
Major	Health	3.6	0.4	1.58		3.6	0.6	1.80	3.6	0.6	-0.13	3.6	0.5	0.89	3.7	0.4	1.34	3.6	0.5	2.26*
	Art& Physical	3.5	0.4			3.5	0.6		3.6	0.6		3.5	0.5		3.7	0.4		3.5	0.5	
Opposite sex friend	No	3.5	0.4	-3.38**		3.4	0.6	-4.19**	3.5	0.6	-3.13**	3.5	0.5	-2.37*	3.6	0.4	-1.78	3.5	0.5	-0.61
	Yes	3.7	0.4			3.7	0.6		3.7	0.5		3.6	0.5		3.7	0.4		3.6	0.4	
Grades	Good	3.6	0.5	0.89		3.6	0.7	1.35	3.5	0.7	2.61*	3.6	0.5	0.35	3.7	0.4	0.28	3.6	0.5	0.16
	Above	3.6	0.4			3.6	0.6		3.6	0.5		3.5	0.5		3.7	0.4		3.5	0.5	
	Average	3.6	0.4			3.5	0.6		3.7	0.6		3.5	0.5		3.7	0.4		3.5	0.5	
	Below	3.6	0.4			3.6	0.6		3.6	0.5		3.6	0.5		3.7	0.5		3.5	0.5	
	Bad	3.3	0.4			3.1	0.8		3.1	0.7		3.4	0.5		3.6	0.3		3.5	0.4	

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

Table 4. Differences in Appearance satisfaction according to General Characteristics (N=223)

Categories		Appearance satisfaction			Physical appearance satisfaction			Subjective appearance satisfaction			Desire to improve appearance		
		M	SD	t or F	M	SD	t or F	M	SD	t or F	M	SD	t or F
Gender	Female	3.1	0.4	-1.8	3.7	0.5	-1.6	3.2	0.6	-2.1*	3.7	0.8	3.1**
	Male	3.2	0.3		3.8	0.5		3.4	0.4		3.3	0.6	
Grade	1	3.0	0.4	1.4	2.6	0.9	0.5	3.0	0.5	4.3**	3.8	0.7	1.1
	2	3.1	0.4		2.6	0.8		3.3	0.6		3.6	0.7	
	3	3.1	0.3		2.5	0.6		3.2	0.6		3.6	0.6	
	4	3.2	0.4		2.6	0.9		3.4	0.5		3.7	0.9	
Maior	Health	3.1	0.3	1.0	2.6	0.7	-0.3	3.3	0.6	2.7**	3.6	0.8	-1.2
	Art&Physical	3.1	0.4		2.6	0.8		3.1	0.6		3.7	0.7	
Opposite sex friend	No	3.0	0.4	-2.3*	2.6	0.8	-0.3	3.1	0.6	-2.8**	3.6	0.7	-0.5
	Yes	3.2	0.4		2.6	0.8		3.3	0.5		3.7	0.7	
Grades	Good	3.2	0.4	1.3	2.6	0.9	0.6	3.3	0.6	1.1	3.7	0.7	0.0
	Above	3.1	0.4		2.6	0.8		3.1	0.6		3.7	0.8	
	Average	3.1	0.4		2.6	0.7		3.2	0.6		3.6	0.7	
	Below	3.1	0.4		2.6	0.8		3.2	0.5		3.6	0.7	
	Bad	2.8	0.3		2.2	0.8		2.9	0.5		3.6	0.7	

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

3.5 사회적 유능감, 대인관계능력, 외모만족도간의 상관 관계

사회적 유능감, 대인관계능력, 외모만족도와의 상관관계를 분석한 결과는 Table 5와 같다. 대상자의 사회적 유능감은 대인관계, 외모만족과 정 상관관계를 보이며, 통계적으로도 유의한 차이가 있는 것으로 나타나 사회적 유능감이 높을수록 대인관계가 좋고 외모만족도가 높은 것으로 나타났다.

사회적 유능감, 대인관계, 외모만족의 하위영역의 상관관

계를 분석한 결과 대부분의 하위영역이 통계적으로 유의한 상관관계가 있는 것으로 나타났으나 외모만족의 하위영역인 외모개선욕구는 대부분의 하위영역과 통계적으로 유의한 상관관계를 보이지 않았다. 외모만족의 하위영역 중 외모개선욕구는 대인관계의 하위영역 중 권리주장과는 통계적으로 유의한 역상관관계가 있는 것으로 나타나 외모개선욕구가 클수록 권리주장을 못하는 것으로 나타났다.

Table 5. Correlation related variables with Social competences, Interpersonal Abilities, Appearance satisfaction (N=223)

	1	1-1	1-2	1-3	2	2-1	2-2	2-3	2-4	2-5	3	3-1	3-2	3-3
1	1.00													
1-1	0.66**	1.00												
1-2	0.86**	0.35**	1.00											
1-3	0.81**	0.30**	0.58**	1.00										
2	0.62**	0.39**	0.51**	0.54**	1.00									
2-1	0.51**	0.15*	0.49**	0.52**	0.82**	1.00								
2-2	0.30**	0.08	0.24**	0.36**	0.76**	0.62**	1.00							
2-3	0.55**	0.30**	0.49**	0.48**	0.81**	0.59**	0.49**	1.00						
2-4	0.50**	0.42**	0.38**	0.40**	0.79**	0.49**	0.46**	0.50**	1.00					
2-5	0.51**	0.62**	0.34**	0.28**	0.60**	0.28**	0.17*	0.39**	0.58**	1.00				
3	0.39**	0.16*	0.27**	0.48**	0.37**	0.36**	0.35**	0.29**	0.21**	0.13	1.00			
3-1	0.19**	-0.01	0.15*	0.29**	0.19**	0.23**	0.27**	0.12	0.06	-0.03	0.83**	1.00		
3-2	0.36**	0.17*	0.25**	0.42**	0.37**	0.34**	0.35**	0.30**	0.18*	0.19**	0.83**	0.57**	1.00	
3-3	0.05	0.11	0.01	0.02	-0.02	-0.06	-0.15*	0.02	0.13**	0.06	-0.27**	-0.54**	-0.50**	1.00

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

1 : Social competences

1-1 : Interpersonal adaptability, 1-2 : Social participation, 1-3 : Popularity

2 : Interpersonal Abilities

2-1 : Relationship sharing , 2-2 : Claim of right, 2-3 : Self-exposure, 2-4 : Emotional support, 2-5 : Interpersonal conflicts

3: Appearance satisfaction

3-1 : Physical appearance satisfaction, 3-2 : Subjective appearance satisfaction, 3-3 : Desire to improve appearance

4. 논 의

4.1 외모만족도

인간은 사회화를 통해 자기가 소속해 있는 사회 및 공동체의 행동양식, 가치관, 규범과 같은 문화를 학습하고 내면화하여 자기를 형성하는 것이며, 사회화됨에 따라 타인들이 외모에 부여한 의미를 배우고 이를 함께 공유하게 된다. 외모에 대한 만족감은 자기의 능력, 성공이나 가치 등을 높게 평가하며 외모는 자기 존중감의 평가적 요소와 감정적 요소에 영향을 미치고, 자기 존중감은 상승시키는 기능과 표현하는 기능을 수행한다[3].

자신의 신체이미지가 표출되어 상대방으로부터 좋은 인상과 매력적인 모습으로 보다 긍정적으로 인정받는 지각의 긍정적 태도를 외모만족이라 할 수 있으며, 이러한 외모에 대해 만족하거나 불만족하는 느낌의 정도를 외모만족도라 말한다. 이러한 외모만족은 객관적인 수치보다는 주관적인 판단에 의해서 인지되는 경향이 많으며 이것에 대한 객관적인 평가기준이 없는 상황 하에서 사람들은 타인들과 자신을 비교함으로써 자신에 대한 평가를 통해 인지되며[4], Shilling(1993)에 의하면 외모는 사회관계의 소통, 사회 내에서의 개인의 가치, 그리고 사회적 인정에 대한 가능성을 재현하는 지표로 활용된다고 하였다.

외모만족도와 관련된 선행연구는 주로 외모만족도와 자아존중감, 외모관리행동, 신체이미지, 대인관계 등과 관련된 연구가 대다수로 외모만족도 선행 연구는 다음과 같다.

김경진[5]은 청소년이 지각하는 외모만족도와 학교적응의 관계 연구에서 중학생의 외모만족도와 학교적응은 정적 상관을, 우울과는 부적 상관으로 나타나 외모만족도가 낮을수록 우울하며, 외모만족도가 높을수록 학교생활을 만족하는 것으로 나타났다.

이은혜[6]는 대학생의 외모만족도와 자기효능감, 대인관계만족도가 취업스트레스에 미치는 영향을 조사한 결과, 외모만족도는 자기효능감은 유의한 정적 상관관계를 나타나 외모만족도가 높을수록 자기효능감이 높은 것으로 나타났으며, 외모만족도는 대인관계만족도와 유의한 정적 상관관계로 외모만족도가 높을수록 대인관계만족도가 높으며 이는 취업스트레스 감소에도 영향을 준다고 하였다.

오강수[7]는 연령별 외모만족도가 직업적응에 미치는 자기 효능감의 매개효과에서 외모만족도가 높아질수록 직업적응, 자기효능감도 높아지며, 외모만족 및 신체 매력, 신체 강도, 신체조건 등을 분석한 결과 인간의 성숙에 따른 발달

과정과 외모만족은 상관관계가 나타난다고 하였다.

장미숙[8]은 여성의 외모관리와 체형관리가 자기효능감과 자아존중감에 미치는 영향에서 자신의 외모와 신체 체형이 만족스럽지 못하면 자기부정, 열등감, 대인기피증, 자포자기, 우울증 그리고 심하면 정신질환을 앓게 되며, 이는 바람직하지 못하고 부적절한 성형수술과 무리한 체중조절로 이어져 자존감 저하를 초래하며 가정 및 사회생활에도 영향을 미치고, 자기 효능감도 감소시켜 사회생활에 지장을 초래하게 된다고 하였다.

외모만족도는 자아존중감, 자기효능감, 우울증, 대인관계 등에 영향을 준다는 선행 연구를 바탕으로 대인관계능력을 고취시킬 수 있도록 방법론적인 접근과 제안이 요구된다.

4.2 사회적 유능감

사회적 유능감이란 자신의 느낌, 판단, 주관적 평가를 사회적 관계 속에서 효과적으로 상호작용하는 능력을 의미하며. 일반적으로 사회적 역량, 사회적 능력 등의 용어로도 사용된다[9].

사회적 유능감은 대인관계에 대한 개인의 동기와 태도에 영향을 주는 요인으로 작용하며 사회적 발달 및 성취에 있어 중요한 역할을 한다. 사회적 유능감은 타인과의 사회적 관계를 맺고 다양한 사회적 상황에서 성공적인 적응을 하는 것과 높은 상관관계가 있다[10].

이태영 외[11]는 사회적 유능감을 다음과 같이 네 가지 관점으로 설명하였는데, 첫째, 사회적 유능감은 처해진 환경에 얼마나 적응해 내는지, 또한 적절한 행동을 나타내는지, 또한 이러한 능력을 지속적으로 발달하여 환경에 적응할 수 있는지를 보는 것이며, 둘째, 사회적 유능감을 한 개인의 개인적 특징이나 성향으로 보는 것으로 한 개인이 지니고 있는 속성의 긍정적이거나 부정적인 정도를 밝힐 수 있는 관점이 된다고 하였다.

셋째, 한 개인을 둘러싼 환경이나 상황과 상호작용을 하는 데에 효과적이고 유용한 능력이며, 넷째 사회적 상호작용과 밀접한 관계가 있는 사회적 유능감은 인간이 환경과 상호작용하는 능력을 의미하는 것으로 개인이 속한 사회 구조 내에서 사회적 상호작용을 하기 위해 적절한 기술을 사용함으로 필요한 사회적 목표를 달성하도록 하는 것이라 하였다.

이철숙[12]은 중학생을 대상으로 가족건강성과 외모만족감이 사회적 유능감에 미치는 영향을 파악한 연구에서 사회적 유능감은 외모만족감이 높을수록, 가족의 문제해결 수행능력이 높을수록, 호감도가 높을수록, 가족 간의 의사소통

이 잘 될수록 높으며, 대인적응성은 가족의 문제해결 수행 능력이 높을수록, 외모만족감이 높을수록, 남학생보다 여학생이 높다고 하였다.

김혜래[13]는 청소년 후기 발달적 특성이 대학생활 적응에 미치는 영향을 파악한 연구를 통해 자율성, 사회적 유대감, 진로효능감이 모두 대학생활에 영향을 미치며, 대학생활 적응에 있어서 다른 발달 특성에 비해 사회적 유능감의 영향력이 크다고 하였다.

전명임 외[14]는 다차원적 완벽주의와 우울, 주관적 안녕감 간의 관계: 사회적 유대감의 매개효과 연구에서 사회적으로 부과된 완벽주의가 사회적 유대감을 감소시키고 우울을 증가시킬 수 있으며, 낮은 사회적 유대감과 역기능적인 대인관계 행동들이 심리적 고통과 관련된다고 보았다. 사회적으로 부과된 완벽주의는 부정적 평가에 대한 두려움과 타인의 기대를 충족시켜야 한다는 압박감으로 인해 사회적 회피성, 비주장성 등의 대인관계 행동을 보이는데, 이러한 요소들이 낮은 사회적 유대감으로 연결되고 우울, 불안 같은 심리적 부적응을 유발한다고 하였다.

유명진[15]은 중학생의 대인관계와 사회적 유능감관계에서 부모의 정서적 지지와 또래 지지의 조절효과를 알아본 연구에서 대인관계, 사회적 유능감, 부모의 정서적 지지, 또래지지는 모두 상호간에 유의미한 정적 상관관계가 나타나 대인관계 경험에 대한 인식이 사회적 유능감형성에 영향을 미치며, 청소년들의 대인관계 경험의 인식에 대한 적절한 개입을 통해서 사회적 유능감의 발달을 유도할 수 있다고 하였다.

4.3 대인관계능력

대인관계능력이란, 타인과의 상호작용 속에서 자신과 다른 사람의 감정·사고·행동을 상호간의 공동 목표에 맞춰 조정함으로써 조화를 이루며 효과적인 관계를 형성, 유지, 발전시키는 능력을 의미한다[16]. 인간의 삶에 대인관계는 매우 중요한 요소로서 사회적 적응과 정서적인 측면에 많은 영향을 미치게 되는데, 대인관계가 조화롭고 민족스러울 때 사람들은 보다 성숙한 인간으로 발전하지만 그 반대인 경우에는 부적응으로 인한 고통과 성장과 발달의 저해를 경험하게 된다[17].

특히, 대학에 재학하는 시기에 형성된 개인의 대인관계 형태는 이후 사회진출 및 결혼 등으로 이어지는 다양한 대인관계에 많은 영향을 주므로, 이 시기 대인관계 문제에 잘 대처하는 것은 매우 중요하다[18].

손경숙[19]은 대학생을 대상으로 한 대인관계능력과 문제해결능력에 관한 연구에서 대인관계능력이 높을수록 문제해결 능력을 갖게 된다고 하였으며, 송정애와 장정순[20]은 전문대학생을 대상으로 한 대인관계의 매개효과에 대한 연구에서 대학생들은 적절한 대인관계를 통해 사회적 적응이 가능하며, 사교적이고 우호적 성향이 높은 학생들일수록 사회적 적응 수준이 높게 나타났고, 대학 생활에 적응에 이러한 사회적 적응성은 중요한 영향을 미침으로써 사회적 적응성이 높은 학생일수록 대학생활 적응을 잘 한다고 하였다.

한세명[21]은 대학생의 외모만족도가 자아존중감 및 대인관계와 심리적 안녕감에 미치는 연구에서 남학생은 주관적 외모만족만이 대인관계에 영향을 주었으나, 여학생은 외모만족도 하위요인인 신체이미지 만족, 주관적 외모 만족, 외모 개선 욕구 모두 대인관계에 영향을 준다고 하였다.

최수미[22]는 대학생의 자기수용이 대인관계능력에 미치는 영향에서 자아존중감이 변화되고 강화됨으로써 자신을 가치 있고 긍정적인 존재로 평가하게 되어 대인관계능력이 향상될 수 있으며, 대인관계능력은 고착된 것이 아니고 훈련을 통해 개발이 가능하고, 자신에 대한 긍정적인 평가는 대인관계를 맺는 데 있어 중요한 영향을 준다고 하였다.

이유선[23]은 대학생의 커뮤니케이션 능력과 대인관계능력 간의 관계에서 사회적 지지가 갖는 매개효과를 분석한 결과, 커뮤니케이션 능력은 매개변인인 사회적 지지에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났는데, 이는 커뮤니케이션 능력이 높을수록 사회적 지지가 높고, 커뮤니케이션 능력은 종속변인인 대인관계에 유의미한 영향을 준다고 하였다.

대인관계에 관한 선행연구들을 살펴보면, 대인관계능력에 영향을 미치는 요인으로 주로 부모양육태도, 부모와의 의사소통방식과 같은 가족체계나 개인적 특성인 자아존중감 등이 제시되었다[24].

5. 결론 및 제언

본 연구는 사회적 유능감, 외모만족도, 대인관계능력을 상관 분석함으로서, 대인관계능력 향상을 위한 기초자료를 제공하는 것을 연구의 목적으로 한다.

본 연구의 연구결과는 다음과 같다.

첫째, 사회적 유능감은 남자가 여자보다, 저학년 보다는 4학년이, 이성 친구 있는 대상자가 없는 대상자보다 높게 나타났는데, 그 이유는 사회적 유능감이란 사회적 관계 속에서 효과적으로 상호작용하는 능력에 대한 자신의 느낌,

판단 등 주관적 평가로 이루어지므로 이와 같은 결과가 나온 것으로 해석된다. 사회적 유능감의 하위요인을 분석한 결과, 대인적응도는 보건계열이 통계적으로 유의한 차이를 보이며 높게 나타났고, 사회참여도는 남자가 여자보다 통계적으로 높게 나타나, 전공이나 성별에 따라 사회적 유능감의 요인들을 각각 다르게 지각하는 것으로 판단된다.

둘째, 대인관계의 하위요인을 분석한 결과, 이성 친구 있는 대상자는 처음관계 맷기, 권리주장, 자기노출에서 통계적으로 유의한 차이를 보이며 높게 나타났고, 정서적지지는 4학년이 통계적으로 높게 나타났으며, 대인갈등은 보건계열에서 통계적으로 높게 나타났다. 이는 대학생은 바람직한 대인관계를 통해 사회적 적응이 가능하게 되는데, 우호적 성향이 높고 사교적인 학생들이 사회적 적응 수준이 높은 것으로 나타난 선행연구와 일치하는 결과이다.

셋째, 외모만족도의 하위요인을 분석한 결과, 주관적 외모만족은 남성이 여성보다 높았고, 1학년보다 4학년이 높았으며, 보건계열이 예체능 계열보다 높고, 이성 친구 있는 대상자가 없는 대상자 보다 높게 나타났으며, 외모개선 욕구는 여성이 남성보다 높은 것으로 나타났다.

넷째, 사회적 유능감은 대인관계, 외모만족과 정상관계를 보이는 것으로 나타났으며 통계적으로도 유의한 차이가 있는 것으로 나타나 사회적 유능감이 높을수록 대인관계가 좋고 외모만족도가 높은 것으로 나타났다. 또한 외모만족의 하위영역 중 외모개선욕구는 대인관계의 하위영역 중 권리주장과는 통계적으로 유의한 역상관관계가 있는 것으로 나타나 외모개선욕구가 클수록 권리주장을 못하는 것으로 나타났다. 이는 외모만족도가 대인관계만족도와 유의한 정적 상관관계로 외모만족도가 높을수록 대인관계만족도가 높다는 선행 연구 결과들과 일치하는 것으로, 대학생의 외모만족도와 사회적 유능감은 대인관계능력과 서로 영향을 주는 요인이라는 것을 확인 할 수 있다.

따라서 대인관계능력을 향상시키기 위해서는 외모만족도와 사회적 유능감을 높일 수 있는 다양한 프로그램이 요구되어지며, 교육적이고 문제 중심적인 접근방법 보다는 다각화된 접근 방법이 필요하다.

학교생활 적응과 원만한 대인관계를 가지며 심리적, 사회적 특면에서의 안정과 발달을 도울 수 있도록 긍정적 사고를 증진시킬 수 있는 프로그램의 개발과 실행이 필요하다. 또한 현재 문제를 해결하는데 초점을 두는 해결 중심 접근 상담을 통해 새로운 관점과 사고방식을 습득하고 스스로 해결방안을 모색할 수 있도록 유도한다.

외모만족도를 높이기 위해서는 외모에 대한 바르고 긍정적인 인식과 자신의 외모나 체형을 커버할 수 있는 효과적인 신체이미지 관리방법에 대한 이미지 특강 및 인지적 왜곡을 해소할 수 있는 교육이 함께 이루어져야 하며, 사회적 유능감 발달을 위한 상담 프로그램의 개발되어 대학생의 재학기간 중에 지속적인 운영과 관리가 요구된다. 뿐만 아니라 성적이 높다고 지각하는 학생들이 외모만족감, 사회적 유능감, 대인관계능력이 높은 것으로 나타나, 성적이 하위권인 학생의 경우, 상담 시 학생의 심리적 상황이나 학업에 저해를 주는 요인에 대한 분석과 해결방안이 필요하다.

이상으로 본 연구는 대학생의 외모만족도와 사회적 유능감, 대인관계능력의 상관관계를 파악하여 대인관계능력을 향상시키기 위한 기초자료를 제공하였다. 그러나 본 연구는 경기도 소재의 대학생을 대상으로 실시하여 지역적 한계를 가지고 있으며, 대학생의 자기 보고로 측정되어 변인 간의 관계가 과잉 추정되었을 가능성성이 있다. 따라서 후속연구에서는 표집지역을 확대하고 포커스그룹 인터뷰나 관찰법 등을 함께 사용하여 분석함으로써 대인관계 향상을 위한 심층적인 프로그램을 제안할 수 있다.

REFERENCES

- [1] H. S. Seo. (2013). *The Effect of Father's Child Rearing Attitude on Self-respecting Interpersonal Ability and Recovery Elasticity og Children in Late Youth*. Unpublished doctor's dissertation, Seoul Verture Graduate School.
- [2] Y. S. Lee, S. H. Park & J. K. Kim. (2014). Nursing Students' Self-Leadership, Self-Efficacy, Interpersonal Relation, College Life Satisfaction. *The Journal of the Korea Contents Association*, 14(6), 229–240.
- [3] S. J. Lim. (2002). *Modern Social Psychology*. Soohaksa, 47–57.
- [4] K. A. Kim. (2003). *Relationship among Appearance satisfaction, body cathexis and Psychological Characteristics during Chidhood and Adolescence*. Department of Psychology Graduate School of Sungshin Women's University.
- [5] K. J. Kim. (2015). *The Relationship between adolescent's Appearance satisfaction and School adaptation : The Mediating Effect of Depression*. Major in Counseling Psychology Department of Education Graduate School Korea University.
- [6] E. H. Lee. (2017). *A Study on the Effect of College Students' Appearance Satisfaction, Self- efficacy and*

- Interpersonal Relationship Satisfaction on Employment Stress.* Master of Arts in Counseling Psychology Department of the Graduate School Seoul Hanyoung University Seoul, Korea.
- [7] G. S. Oh. (2016). The Mediating Effects of Self Efficacy in the Relationship between Appearance Satisfaction and Vocational Adjustment. *Journal of the Korean Society of Design Culture*, 22(3), 307-317.
- [8] M. S. Chang. (2012). *The Effect of Appearance Management and Body shape management on Self-efficacy and Self-esteem*. Department of Health and Welfare for the Elderly Graduate School Daegu Haany University Gyeongbuk, Korea.
- [9] J. P. Lee. (2011). *Effects of Fairy-Tale-Reading Cognitive Behavioral Intervention on Enhancing Social Competence of Socially Withdrawn Children*. Department of the Education Graduate School, Daegu University Gyungbuk, Korea.
- [10] H. Y. Lee & H. S. Bae. (2007). The relationship of attachment to mother and teacher to the social competence of elementary school children. *The Journal of Yeolin Education*, 15(2), 127-143.
- [11] T. Y. Rhee & M. H. Kang. (2001). Study on the construction and effectiveness of the developmental program for social competences of young children. *Journal of Korea Early Childhood Education*, 21(3), 293-324.
- [12] C. S. Lee. (2015). *The effects of perceived Family Strength and Appearance Satisfaction by Middle School Students on Social Competence*. Department of Counseling Psychology(Education). Graduate School, Kongju National University.
- [13] H. R. Kim. (2013). A Study on Developmental Factors influencing College Adjustment-focused on Autonomy, Social Connectedness, and Career Self-Efficacy. *The Journal of School Social Work*, 24, 85-105.
- [14] M. I. Jeon & H. K. Lee. (2011). The Relations Between Multidimensional Perfectionism, Depression, and Subjective Well-Being: The Mediating Effects of Social Connectedness. *Journal of Human Understanding and Counseling*, 32(1), 67-83.
- [15] M. J. Yoo. (2015). *The Effect of Parent's Emotional Support and the Control pf Peer Support in the Relationship between Interpersonal Relationship and Social Empathy of Middle School Students*. Unpublished Master's dissertation, Department of the Graduate School of Ajou University.
- [16] S. M. Kwon. (2008). *Psychology of human relations for young people*. Seoul : Hakjisa.
- [17] S. H. Kim & J. W. Kim. (2004). Relationships among Psychological Separation, Interpersonal Relation Dispositions and Social Adjustment. *The Korean Journal of Educational Psychology*, 18(2), 83-97.
- [18] B. J. Kwon. (2018). *The Moderating Effect of Trait meta-mood scale in the Relationship between the Interpersonal Competence and Interpersonal Problems of College Students*. Department of the Graduate School of Ajou University.
- [19] K. S. Son. (2017). A Study on the Relationship between the Skills of University Students' Skills and the Ability of Ability. *Korean Journal of Clinical Social Work*, 14(1), 1-27.
- [20] J. A. Song & J. S. Jang. (2010). A Research about the Mediating Effect of Interpersonal Relations for a Correlation between Community College Students' Adjustment to Colleges and Family Functions. *The Korean Association of Family Welfare*, 15(1), 119-144.
- [21] S. M. Han. (2016). *Subfactors of appearance satisfaction and their influences on self-esteem, interpersonal relationship and psychological well-being for college students*. The department of counseling psychology, Health and Welfare Graduate School, Kyungil University.
- [22] A. J. Lee & S. M. Choi. (2015). The Influence of University Student's Self-acceptance on the Interpersonal Relationship Competence: The Mediation Effect of Self-esteem and Communicative Competence, *Korean Journal of Counseling*, 16(4), 209-224.
- [23] Y. S. Lee. (2018). Mediating Effect of Social Support on the Relationship Between Communication Ability and Interpersonal Ability, *The Journal of Humanities and Social science*, 9(5), 1295 - 1310.
- [24] H. S. Kim, I. S. Rho & J. Y. Hong. (2018). Relationship Between Stress Coping Style and Interpersonal Competence of College Students, *The Journal of Humanities and Social science*, 9(5), 777-786.

이 소 은(So-Eun Lee)

[정회원]



- 2001년 2월 : 이화여자대학교 의류학 석사
 - 2008년 2월 : 이화여자대학교 의류학 박사
 - 2009년 3월 ~ 현재 : 용인송담대학교 스타일리스트과 조교수
- 관심분야 : 패션, VMD
· E-mail : som2582@ysc.ac.kr

장 정 미(Chang-Mi Chang)

[정회원]



- 1998년 8월 : 경희대학교 간호학 석사
 - 2005년 2월 : 경희대학교 간호학 박사
 - 2006년 3월 ~ 현재 : 용인송담대학교 간호학과 조교수
- 관심분야 : 건강증진, 다문화 간호
· E-mail : changmi@ysc.ac.kr