한국의류산업학회지
제20권 제3호, 2018
<연구논문>

pISSN 1229-2060
eISSN 2287-5743
Fashion & Text. Res. J.
Vol. 20, No. 3, pp.279-286(2018)
https://doi.org/10.5805/SFTI.2018.20.3.279

패션스타일링을 통한 외적자기관리 프로그램이 자아존중감과 행복감에 미치는 영향
- 위탁형 대안학교 학생을 중심으로-

이현영†
창원대학교 의류학과

An Influence of the External Self Management Program to Self esteem and Happiness through Fashion Styling
-Focused on Alternative School for the Consignment-

Hyunyoung Lee†
Dept. of Clothing & Textiles, Changwon National University; Changwon, Korea

Abstract: This study conducted a qualitative research based on interviews with school teachers and instructors operating external activities about how the management of one's own appearance influence the changes in subjective happiness and self-esteem by focusing on maladjusted students of two alternative schools and ordinary middle and high schools in Gyeongsangnam-do province. Happiness refers to a positive emotion that can be felt continuously throughout life such as life satisfaction, good experience, and positive way of thinking. The sense of happiness is the satisfaction that one feels by interpreting and evaluating his or her experience in a positive way and can be defined as the positive emotions that can be felt when one perceives and uses the strengths and resources that he or she has. Although the self-esteem is formed, changed, and developed throughout life, the self-awareness and self-evaluation develop more actively than other stages of development particularly in adolescence, and the adolescents with low self-esteem are faced with more serious behavioral, scholastic, and psychological issues. I hope the results of this study not only help current adolescents at risk to improve their self-esteem but also become a chance to see the issue of adolescents at risk as a part of social issue instead of limiting the issue as personal or domestic issue by expanding the application scope of the results to adolescents in middle schools and high schools who have the potential of going astray in order to approach the issue on the level of the entire society.

Key words: self-management (외적자기관리), self-esteem (자아존중감), happiness (행복감), alternative school (대안학교), fashion styling (패션스타일링)

1. 서 론

현대의 청소년은 주위환경에 수동적으로 끌려갔던 기성세대와는 달리 자기중심적이고, 자신만의 개성을 중시하며 끊임없이 변화를 추구한다. 또한 다양하고 많은 정보와 지식에 노출되어 많은 갈등과 혼돈에 빠져있으면서도 자신의 정체성을 찾기 위해 내면뿐만 아니라 외면도 개성 있게 표현하고 싶어한다(Choi, 2012). 하지만 청소년기는 자신의 외모에 대한 적절한 평가가 명확하게 세워져 있지 않기 때문에 자신의 외모를 객관적 기준이 아닌 사회적 기준에 따라 비교하게 된다. 이러한 영향으로 청소년들의 확립되지 않은 자아정체감은 외적이미지로 인해 부정적인 자아상을 정리하기도 하고 이로 말미암아 왜곡된 외모주의에 휩쓸리기 쉽다(Seong, 2008). 패션과 뷰티를 통한 외적자기관리는 자신의 이미지를 효과적으로 표현할 수 있는 요소이다. 특히 자신의 존재를 나타내는데 없어서는 안 될 중요한 역할을 하는 패션은 외모의 중요성이 강하게 인식되는 청소년들에게 관심도가 아주 높다. 발달 단계상 과도기로 신체적인 변화와 함께 외모에 대한 관심이 증가하는 시기이며 자신의 신체와 용모에 민감한 반응을 보이고 이러한 변화를 타인과 비교·평가하려는 경향(Lim, 2010)이 강하기 때문이다. 특히 위탁 대안학교 학생들의 경우 학교부적응, 가정 문제 등으로 인한 위기로 인해 가정이나 학교로부터 보호받지 못함으로 내재되어 있던 환경적 · 개인적 위기요인이 일반학생들에 비해 다양한 외적 요인으로 표출된다. 대표적인 요인으로 열등감, 무기력, 불안, 우울 등의 외적 특성으로 나타난다.

†Corresponding author; Hyunyoung Lee
Tel. +82-55-232-6380, Fax. +82-55-232-6381
E-mail: votusdud@naver.com
© 2018 (by) the authors. This article is an open access article distributed under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution license (http://creativecommons.org/licenses/by/3.0/), which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

청소년기는 성인기의 사회적 발달과 적응을 준비하는 단계로 매우 중요한 시기(Kim, 2011)이다. 청소년기의 외적자기관리에 대한 선행연구(Ha & Han, 2013; Kim, 2015; Lee, 2007; Oh, 2005; Yoon & Wee, 2010)를 살펴보면, 청소년기 학생들에게 외적자기관리는 대인관계, 학교적응에 중요한 역할을 하고 정신적, 심리적 안정에 영향을 미친다는 것을 알 수 있다. 그러므로 본 연구에서는 일반 학교 부적응 및 개인적 사유로 대안학교에 위탁되어진 학생을 대상으로 패션스타일링을 통한 외적자기관리 프로그램의 교육으로 외적이미지에 대한 중요성 및 의미에 대한 실습수업을 진행하고자 한다. 이를 통해 자신의 외적이미지를 점검하고 개인의 환경적 위기요인으로 인해 표출되는 학교 부적응, 부모와의 갈등 등의 다양한 개인적 특성의 변화를 도모하고 자존감 및 행복감을 높이는데 도움을 줄 수 있도록 하는데 의의가 있다.

2. 이론적 배경

2.1. 위탁형 대안학교

대안이라는 개념은 기존의 그 무엇과는 구별되는 다양한 형태의 다름을 뜻한다(Lee, 2007). 대안학교는 공교육체제가 구축된 이후 꾸준히 제기되어 온 획일적이고 지식위주의 편중된 교육에 대한 대안으로 대안적 목적을 분명히 하고 학교의 교육목적을 효율적으로 학생들에게 전달할 수 있는 대안적인 사고를 가진 교사가 대안적인 교육내용(프로그램)을 통해 학생들의 경험과 자유를 바탕으로 운영하는 작은 규모의 학교이다(Lee, 2001). 대안학교는 역사적 설립목적, 철학, 이념적 기초 및 추구하는 교육목표와 구체적인 교육방법, 대상 학생이 각 학교마다 다르다.

위탁형 대안학교는 2000년대에 새롭게 등장한 대안교육과정으로 2001년 학생들을 제적시키지 못하도록 한 조치 이후 학교 부적응 학생에 대한 대책이 필요하게 되면서 도입되었다(Park, 2008). 학생의 결석일수 누적, 부적응, 교칙을 위반 등의 중도 탈락가능성의 이유로 학교생활을 지속하기 어려운 상황에 처했을 때 일정기간 또는 졸업할 때까지 맡아서 학업을 지속할 수 있도록 위탁받아 교육하는 한시적 교육기관이다. 원래 다니던 소속 학교에 학적이 있으며, 위탁형 대안학교의 교육과정을 마치게 되면 소속 학교에서 졸업장을 받을 수 있다.

공교육에서 탈락할 위기에 있는 학생을 대안교육의 틀에서 학교에 복귀시키고 사회에 적응할 수 있도록 최소한의 자격요건을 구비시켜 학생을 지원하는 프로그램 성격이 강하다. 교육서비스의 공급을 받는 현장에서 떠나 사회에서 방치되지 전에 청소년 보호 및 복지 차원에서 기존의 공교육과는 또 다른 형식과 내용으로 교육을 받을 수 있도록 하며, 나아가 기본 교과 이외에 학생들의 특기 적성에 맞는 다양한 교과목과 프로그램을 개발함으로써 학교나 사회에 적응할 수 있는 환경을 제공하고 있다(Park, 2008).

2.2. 외적자기관리의 필요성

외모는 자신을 나타내는 확실하고 빠른 방법으로 타인과 접촉하는 순간 겉으로 드러난 외모를 기준으로 그 사람에 대한 첫인상을 결정하고 대인 관계에서 무시하지 못할 긍정적, 부정적 영향력을 행사한다(Lee, 2007). 자신의 외모에 대하여 가지는 만족감은 심리적 안정을 누릴 수 있도록 하며, 대인관계에 있어서도 잘 조화된 외모를 갖춘 대상이 전달하는 시각적 이미지는 밝고 건강한 사회문화 형성의 요인으로 작용하기도 한다(Oh, 2005). Ha and Han(2013)은 청소년기에는 부모의 생활수준이나 학교성적이 외모만족 수준에 영향이 있으며, 이러한 외모만족 수준이 청소년들의 자아형성 과정에 주요 요인이라고 하였다. Kim(2015)은 자신의 외모에 얼마나 만족하는지에 따라 학교적응력에 영향을 미치며, 이 시기에 정립된 자신의 신체상은 성인으로 성장해 가는 과정에서도 중대한 영향을 미치므로 청소년에게 개개인의 개성과 다양성을 인정하고 외모에 대한 가치중립적 평가기준과 자신의 내면을 돌볼 수 있는 교육의 필요성에 대해 언급하였다. Yoon and Wee(2010)는 청소년의 외모관리 태도가 학교적응에 미치는 영향에 대한 연구에서 청소년들이 신체와 관련된 인식을 객관적이고 비판적으로 바라볼 수 있는 능력을 함양하도록 하는 프로그램이 필요하며 유행하는 스타일의 추구, 외모관리 경험을 허용하는 것이 도움이 된다고 하였다. 특히 자신을 바르게 알기 위해 신체적·정신적 건강의식 함양, 스타일 추구에 도움을 줄 수 있는 프로그램의 개발에 대한 필요성을 강조하였다. 즉 외모 및 신체에 대한 만족감은 정서적으로나 심리적으로 안정감을 주어 대인관계와 또래집단과의 융화에 있어 긍정적 피드백을 제공해주고, 외모 불만족은 정신적, 심리적 문제뿐 아니라 정서적, 사회적 문제도 유발(Lee, 2007)시킬 수 있다는 것이다. 이렇게 외적자기관리는 청소년기 학생들에게 대인관계, 학교적응에 중요한 역할을 하며, 정신적, 심리적 안정에도 영향을 미친다는 것을 알 수 있다.

2.3. 자아존중감

자아존중감이란 자기 자신을 가치 있고 소중한 존재로 여기는 자기 평가로써 자신에 대한 지속적인 확신을 갖는 것(Heo, 2009)이며, 자신의 특성을 긍정적이나 부정적으로 평가하는 요소로써 자신을 좋아하는 정도를 의미한다(Jung & Chu, 2011). 이렇게 자아존중감은 감정적 측면으로 자기 자신에 대한 긍정적, 부정적인 표현이다. 자아존중감은 개인의 사회생활적응 및 건강한 인격발달과 자아실현에 중요한 요소로 자기 자신과 주변의 객관적인 환경요소들에 대한 주관적 경험을 통해 형성된다(Kim & Kim, 2009). 특히 청소년기는 자아존중감이 형성되는 중요한 시기이다. 자아존중감의 형성과 변화 및 발달은 인생의 전 과정에 걸쳐 진행되지만, 청소년기가 특히 중요한 이유는 자아에 대한 인식과 평가가 다른 발달단계보다 이 시기에 더 활발하고, 낮은 자아존중감으로 인한 폐해 또한 청소년기에 가장 심각하기 때문이다(Oh et al., 2012). 자신의 외모에 불만족할수록 자신에 대해 부정적이며, 이러한 부정적 사고는 대인

관계 형성에도 영향을 주어 학교생활 적응에까지 문제가 될 수 있는 중요한 요인으로 작용할 수 있다(Jang & Song, 2004).

자아존중감이 높은 청소년들은 모든 일에 활동적이고 자기 표현을 잘하며 성공적인 사회활동을 하는 반면 자아존중감이 낮은 청소년들은 소심하고 억압되어 있으며 자기중심적이거나 원활하지 못한 상호작용으로 인해 또래들로부터 소외되는 경우가 많다(Lee, 2004). 특히 청소년기의 경우 이러한 자아존중감에 영향을 미치는 다양한 요소 중 하나가 자신의 외모에 대한 외모만족도이다. Lee and Lee(2008)는 외모만족도, 자아존중감, 학교생활부적응 간에 상관관계가 있으며, 학교생활 부적응에 자아존중감 및 외모만족 수준이 매우 중요한 변인임을 확인 하였다. 실제로 Song(2004)의 연구에 따르면 외모만족 수준이 높은 사람일수록 자아존중감이 높고 행복하고 만족스러운 삶을 의미하는 주관적인 안녕을 느끼고, 생활에 대한 만족도가 높음으로 학교 적응도 잘 하는 것으로 나타났다.

정체감이 취약한 청소년을 대상으로 한 자아존중감에 대한 선행연구를 종합해보면, 자아존중감은 청소년시기에 중요하게 작용하며 또래나 학교 요인에 의해 많은 영향을 받는다는 것을 확인할 수 있다. 특히 자아존중감과 외적이미지에 대한 개인적 만족 수준이 사회생활이나, 학교생활 등에 영향을 줄 수 있으며 이는 자아존중감에도 많은 영향을 준다.

2.4. 행복감

행복감이란 삶의 만족, 긍정적 사고방식과 같은 생활전반에서 지속적으로 느낄 수 있는 생활감정으로서 만족감, 마음의 평화, 충분감과 같은 뜻으로 사용될 수 있는 긍정적인 정서를 의미한다(Park, 2002). 행복감은 좋은 인간관계에 영향을 주며 사회적 지지체제나 자원에 대한 자각을 높여 우울이나 불안을 감소시키고 행복을 높여주는 좋은 요인이다(Shin, 2007). Lee et al.(2015)의 청소년 행복감이 청소년의 발달에 미치는 영향에 대한 연구에서는 청소년의 행복감은 단순한 일시적 정서 상태를 표명함에 그치지 않고 청소년기 발달양상에 주요한 긍정적 기제로 작용할 수 있으며, 청소년의 행복감은 주관적 건강, 자아존중감, 공격성, 우울, 학교적응, 학업성적, 학습습관 등에 유의미한 영향을 미치며, 행복감이 청소년기 발달양상을 규정하는 요인이며 청소년 행복감 제고를 위한 관련 제도들의 정비 및 대책 마련의 필요성을 시사하였다. Chung(2013)은 외모만족도는 행복감에 영향을 미치고 외모만족도가 높으면 행복감도 높아지고 외모만족도가 낮으면 행복감도 낮아져서, 외모는 사춘기로 접어드는 학생들의 행복감을 결정하는 중요한 변인이라고 하였다. 또한 자신의 외모로 인한 불만 때문에 행복감이 낮아지므로 외모불만 학생들의 자아존중감을 향상시킬 수 있는 프로그램 개발의 필요성을 강조하였다.

이상의 선행연구들을 살펴볼 때 외적자기 만족도가 행복감에 영향을 미칠 것이라고 가정할 수 있으며, 외적자기관리와 자아존중감, 행복감은 상당한 상관관계를 가짐을 알 수 있다. 또한 외적자기관리를 통해 외적으로 매력적인 사람들은 자신에 대해서도 더 긍정적으로 평가하는 경향이 있기 때문에, 신체적으로 매력적인 사람들이 더 높은 자존감을 가지며 더 큰 행복감을 갖는다. 이렇게 청소년기의 주관적 행복감이나 자아존중감의 경험이 이들의 적응과 문제행동 발생과 밀접한 관련이 있음을 알 수 있다.

3. 연구 방법

3.1. 측정도구

자아존중감 측정을 위해 Coopersmith(1967)의 자아존중감 척도인 SEI(Self Esteem Inventory)를 바탕으로 Choi and Jeon (1993)이 재구성한 문항을 본 연구의 목적에 맞는 27개 문항을 사용하였다. 자아존중감 하위요인별 문항은 총체적 자아존중감, 사회적 자아존중감, 가정에서의 자아존중감, 학교에서의 자아존중감으로 구성되었고, 4점 Likert 척도로 측정하였으며, 점수가 높을수록 자아존중감이 높다는 것을 의미한다. 본 연구에 사용한 자아존중감 검사의 α신뢰도는 .87로 높게 나타났다. 행복감 측정을 위해 사용된 문항은 Lee(2004)가 제작한 질문지를 사용하고, 본 연구 대상자에 부합하는 23개의 문항을 선택하였다. 하위요인별 문항은 가정환경, 자아특성, 능력, 대인관계 요인으로 구성하였다. 측정은 4점 Likert 척도로 측정하였고 점수가 높을수록 행복감이 높다는 것을 의미한다. 행복감 검사의 α신뢰도는 .63이였다. 남 · 여 고등학생 7명을 대상으로 사전검사를 실시 후 외적자기관리 프로그램을 실시하고 자아존중감, 행복감을 측정하여 그 변화를 비교, 분석하였다.

3.2. 연구대상 및 자료수집

본 연구를 위해 선정한 위탁형 대안학교는 경남에 위치한 H 위탁형 대안학교이며, 경남 지역의 각 일반 고등학교 재학 중 다양한 학교 부적응의 사유로 대안학교로 위탁되었다. 학기별 5~15명 내외의 정원으로 성별 및 학년이 합반으로 운영되었다. 학생들의 입학시기가 모두 다르며, 소수의 인원의 학생을 집중적으로 관리는 위탁형 대안학교이다. 학교의 조직은 규모에 따라 차이가 있으나, 본 교의 경우 교장선생님, 담임선생님, 국어, 영어, 수학, 과학 등 과목별 외부 강사, 그리고 다양한 체험 프로그램 진행을 위한 외부 강사를 초빙하여 수업을 진행하였다. 수업 진행은 고등학교 졸업 학점을 위한 수업을 주당 약 18시간 진행하고, 학생들의 선호도 및 학교에서 선택한 특별활동으로 바리스타, 승마, 인성, 미술, 집단상담, 미디어 과목 등의 외부강의가 진행되고 있었다. 대학 진학을 목표로 입시 위주 교육이 아닌 학생들의 직업, 꿈, 미래, 자립 등을 위한 다양한 프로그램 위주의 교육이 이루어지고 있었다.

본 연구자가 연구를 위해 방문한 시기의 위탁 인원은 고등학교 남학생 4명, 여학생 3명이었다. 외적자기관리 프로그램 교육은 남학생 4명, 여학생 3명 총 7명의 학생을 대상으로 실시하였다. 사전, 사후 자아존중감, 행복감의 변화를 분석하기 위해 설문지를 사용한 조사연구법을 진행하였다. 2017년 3월 31

일부터 4월 28일까지 총 5회에 걸쳐 매주 금요일 1시에서 3시까지 주 1회에 120분 동안 프로그램을 진행하였다.

3.3. 프로그램 진행

연구자는 5주간의 프로그램 실행에 앞서 한 주 일찍 방문하여 본 연구의 진행을 원활히 하기 위해 학생들과의 사전 대면의 시간을 가지고 학생들에게 본 프로그램에 대한 충분한 이해와 진행방식 등을 사전에 설명하는 오리엔테이션의 시간을 가졌다. 담임선생님과 함께 본 프로그램에 대한 목적, 목표를 설명하고 5주에 걸쳐 시행할 다양한 패션, 뷰티를 포함한 외적자기관리 프로그램에 대해 설명하고 자아존중감, 행복감의 사전검사를 실시하였다.

3.4. 프로그램 구성 및 적용

외적자기관리 프로그램은 2015년 본 연구자(Lee, 2015)가 연구하여 개발한 프로그램을 토대로 선행연구의 위탁형 대안학교 고등학생의 특성을 분석하여 2인의 패션 · 뷰티 전문가의 도움을 받아 수정 · 보완하고 재구성하였다.

선행연구에서 Kwak(1999)은 학교부적응 학생들의 특징을 비행이나 일탈의 심리적인 측면과 사회적인 측면의 상호연계 속에서 일어난다고 보았으며, 심리적인 요인으로 불만과 갈등의 문제, 환경적인 요인으로 가정환경, 양육자, 학교, 사회에서 나타난다고 하였다. Park(2008)은 학교부적응의 특징은 여러 가지 유형으로 분류할 수 있으며, 학습부진, 무단결석, 학교폭력, 교칙위반, 동료 집단 간의 부적절한 관계 및 여가시간 위험한 행동, 문화적 차이, 정서장애 관련 유형으로 나타난다고 하였다. 이러한 특징적 내용을 바탕으로 방과 후 패션스타일링 방법, 패션소비 방법에 대한 교육 내용을 보완하고, 자신의 외적이미지와 체형에 대한 고정관념을 없애기, 모방소비, 과소비, 충동구매로 인한 또래나 부모와의 갈등을 최소화하기 위해 쇼핑방법에 대한 교육내용을 강화하였다. 또한 학습에 대한 흥미도를 높이기 위해 이론적인 내용을 최소화하고 이미지(사진)를 활용한 실습위주의 프로그램을 구성하였다.

3.5. 외적자기관리 프로그램

패션스타일링을 통한 외적자기관리 프로그램의 내용은 Table 1과 같다. 첫째, 스타일링을 통한 외적자기관리 프로그램은 외모관리의 개념, 패션스타일링의 이해의 과정으로 패션이 기본

Table 1. Composition of external self-management program

	Classification	Contents
1 week	Introduction/ understanding fashion styling concept	• Analysis characteristics and basic concepts of fashion styling • Analyzing myself now (before) • Vision and mind training for enhancing self-esteem • Understanding variety of fashion styling • Analyzing my styling image • Fashion image, face type and body type • Wearing body safe correctly - Finding disadvantage in my body - Understanding body proportion and silhouette
2 week	Managing image and facial expression/presentation method	• Fashion trends • Understanding TPO concept and presentation method • Personal color check • Image presentation through facial expression management (Look at me in the mirror) • Making favorable image through smile technique • Mutual practice through photographing
3 week	Target image setup/ lifestyle	• Styling simulate use image of celebrities such as friends, politicians • Understanding specifics such as the characteristic, lifestyle, and emotion of the model after setting the target model, visualization using mood board • Understanding lifestyle • Analyzing my current lifestyle • Analyzing the lifestyle of target image
4 week	Motivation	• Inspiration method • Using source of ideas • Create inspiration image map • Image mapping and mood board making • Create styling image map
5 week	Styling and shopping practice	• Research on the image that is suitable for me and enhances me through fashion and hair styling • Hair style suitable for me • Make-up suitable for me • Right way to consume fashion

요소 이론을 익히고 현재의 자신을 분석하는 과정이다. 즉 내가 바라보는 나의 모습과 친구, 상대방이 바라보는 나의 모습을 분석하고, 나의 이미지에 대해 객관적으로 확인할 수 있는 기회를 가질 수 있는 프로그램으로 구성하였다.

둘째, 다양한 스타일링의 이미지를 조사하고 분석하여 패션으로 자신의 내면에 잠재되어있는 열등감을 없애고 자신의 단점을 개성으로 부각시키는 실습 훈련을 진행한다. 거울보기, 사진촬영의 상호실습을 제시함으로써 현재 왜곡된 자아 인식을 개선하고 자아를 찾기 위한 방법으로 패션에서 연계점을 찾고 자신감, 행복감을 가질 수 있는 프로그램으로 구성하였다.

셋째, 다양한 인물의 리서치 작업을 통해 목표 모델을 설정하고 모델의 성격, 라이프 스타일, 직업 등의 구체적인 파악을 통해 무드보드, 이미지맵으로 이미지화 실습하고 패션 예술의 창의적 표현과 사고력에 자극을 준다. 패션스타일링은 단순히 의복과 액세서리를 코디네이션 하는 것이 아니라 사람의 내면의 감성과 라이프 스타일이 겉모습으로 드러나며 이는 토털 스타일을 완성하는 것에 대해 이해하도록 한다. 자신의 외적이미지와 체형에 대한 고정관념을 없애고, 개성을 찾아내어 나에게 맞는 패션스타일링 방법을 제안한다. 이로 인해 외적 자신감을 가질 수 있도록 구성하였다. 또한 올바른 패션소비방법에 대한 내용을 추가하여 모방소비, 과소비, 충동구매로 인한 또래나 부모와의 갈등을 최소화할 수 있는 쇼핑방법에 대하여 이해하도록 한다.

3.6. 자료분석

자료분석은 SPSS 24.0 통계프로그램을 사용하였고, 분석방법은 α신뢰도 검증, *t*-검증을 실시하였다.

4. 결과 및 논의

4.1. 설문 대상자의 특성

설문 대상자들의 특성은 Table 2와 같다. 여학생 3명, 남학생 4명으로 위탁된 시기 및 기간 또한 다르게 나타났다. 위탁사유는 선행연구(Kwak, 1999; Park, 2008)의 학생들의 특성과 유사성을 가지고 있었다. 본 대안학교 학생들의 위탁사유는 원적학교에서 학교폭력으로 징계를 받았거나, 잦은 무단결석 및 무단지각, 학습부진, 교사와의 갈등 등의 사유로 위탁되었다. 학생들 대부분이 기존 학교에서의 학업 소홀로 기초학력이 부진하며, 학업성취도나 적응도가 낮았고, 수업에 흥미를 갖지 못하였다. 기존학교에 비해 엄격하지 않은 학교의 규칙을 지키는 것에 어려움을 호소하였고, 무단지각, 결석의 불규칙한 출결사항, 학년 및 성별의 합반을 통한 또래집단 형성의 어려움도 나타났다.

Table 2. Characteristics of respondents

Classification	Age	Period of consignment
A(F)	19	2years
B(F)	18	1month
C(F)	18	1year
D(M)	17	3months
E(M)	18	6months
F(M)	19	1year
G(M)	19	1year

4.2. 외모관리프로그램 교육이 자아존중감에 미치는 영향

대안학교 학생들을 대상으로 외적자기관리 프로그램 교육이 자아존중감과 행복감의 변화에 영향을 미치는지 영향을 알아보기 위해 사전-사후 점수 평균을 비교한 결과 총제적 자아존중감 요인의 사전 평균은 2.69, 사후 평균은 3.31로 사후 평균이 사전 평균보다 높게 나타났다. *t*-검정을 실시한 결과, $p<.001$ 수준에서 유의한 차이가 있는 것으로 프로그램의 참여 후, 총제적 자아존중감이 높아져 외적자리관리프로그램 교육의 긍정적인 효과를 알 수 있다. 사회적 자아존중감의 사전 평균은 2.16점, 사후 평균은 2.79점으로 사후 평균이 사전 평균보다 높게 나타났고, *t*-검정을 실시한 결과, $p<.001$ 수준에서 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 따라서 프로그램의 참여 후, 사회적 자아존중감이 높아진다고 할 수 있다. 가정에서의 자아존중감의 사전 평균은 1.98점, 사후 평균은 2.69점으로 사후 평균이 사전 평균보다 높게 나타났다. *t*-검정을 실시한 결과, 유의수준 5%에서 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 따라서 프로그램의 참여 후, 가정에서의 자아존중감이 높아진다고 할 수 있다. 학교에서의 자아존중감의 사전 평균은 2.63점, 사후 평균은 3.14점으로 사후 평균이 사전 평균보다 높게 나타났다. *t*-검정을 실시한 결과, 유의수준 5%에서 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 따라서 프로그램의 참여 후, 학교에서의 자아존중감이 높아진다고 할 수 있다(Table 3). 외적자기관리 프로그램 적용 전·후의 자아존중감의 변화를 요인별로 분석한 결과 사전검사보다 사후검사에서 전반적으로 높아진 결과를 알 수 있다. Seong(2007)의 연구에서 외적자기관리 프로그램 교육의 참여를 통해 외모만족도 증진 프로그램이 청소년들의 자아존중감을 높여 줄 수 있다는 연구 결과와 유사한 결과를 확인할 수 있다. Park(2016)의 외모관리행동이 외모만족도와 자아존중감에 미치는 영향에 대한 연구에서도 외모관리에 대한 지식과 행동들이 외모만족도에 영향을 미친다는 연구결과를 보였다. 고등학생의 외모만족도와 자아존중감에 대한 Song(2004)의 연구에서 외모만족에 따른 자아존중감의 차이 분석에서 외모만족도가 높은 그룹일수록 자아존중감이 높고, 학교환경에도 적응을 잘 하고, 교사나 친구들과의 대인관계도 잘하며 학교수업이나, 생활에도 잘 적응한다는 연구결과를 지지하였다.

4.3. 외모관리프로그램 교육이 행복감에 미치는 영향

외적자기관리 프로그램 교육의 전 · 후에 행복감 변화에 미치는 영향 분석결과 가정환경요인의 사전 평균은 2.00점, 사후 평균은 2.68점으로 사후 평균이 사전 평균보다 높게 나타났다. *t*-검정을 실시한 결과, $p<.001$ 유의한 차이가 있는 것으로 나타

Table 3. Self esteem pre-post test comparative analysis of after application program

Variable of self esteem		*M*	*SD*	*t*	*p*
Generally self esteem	Pre	2.69	.414	7.778	<.001
	Post	3.31	.380		
Social self esteem	Pre	2.16	.279	6.827	<.001
	Post	2.79	.451		
Self esteem in the home	Pre	1.98	.522	3.665	.011
	Post	2.69	.513		
Self esteem in school	Pre	2.63	.377	5.213	.002
	Post	3.14	.459		

났다. 따라서 프로그램의 참여 후, 가정환경 행복감이 높아진다고 할 수 있다. 자아특성 요인의 사전 평균은 2.31점, 사후 평균은 2.55점으로 사후 평균이 사전 평균보다 높게 나타났다. p<.001 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 능력요인의 사전 평균은 2.24점, 사후 평균은 2.62점으로 사후 평균이 사전 평균보다 높게 나타났다. 대인관계의 사전 평균은 2.31점, 사후 평균은 2.77점으로 사후 평균이 사전 평균보다 높게 나타났고 p=.002의 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 청소년의 외적 자기관리 프로그램 교육이 가정환경, 자아특성, 능력, 대인관계 행복감 요인 모두가 상승되었고 유의미한 것으로 나타났다 (Table 4). 외모만족도는 행복감에 영향을 미치며, 외모만족도가 높으면 행복감도 높아지고 외모만족도가 낮으면 행복감도 낮아지며 외모는 사춘기로 접어드는 학생들의 행복감을 결정하는 중요한 변인이라고 한 Chung(2013)의 연구를 지지하였다. 자신의 외적이미지를 바라보는 긍정적인 인식이 주관적 행복감에 영향을 미치며 올바른 외모관리행동을 할 수 있는 프로그램 개발이 필요하다고 한 Kim(2017)의 연구를 다시 한 번 확인시키는 결과이다. 외모만족도 수준에 따라 행복감은 유의미한 차이가 있으며 외모만족도 수준이 높은 집단일수록 행복감이 높으며, 청소년들의 행복감을 향상시키기 위해 외모만족도를 높이는 일이 중요함을 시사한 선행연구(Park, 2014)와 같은 결과이다.

본 연구는 패션스타일링을 통한 외적자기관리 프로그램 적용으로 연구 대상의 중요한 기준의 하나로 인식되는 외적이미지에 대한 판단 부족과 자신의 체형에 대한 고정관념에 대해 새롭게 알 수 있는 기회를 가지는데 영향을 미쳤다. 프로그램 교육 시 남학생들은 자신의 체형이나 어울리는 색상, 자신에게 어울리는 스타일링에 대해 관심이 없거나, 또래집단에서 강하게 보이려는 욕구로 무조건적인 브랜드의 선호하는 특징이 있었다. 이는 또래간의 갈등, 부모와의 갈등의 원인으로 올바른 패션 소비방법에 대한 정보 교육의 실습을 통해 외모만족도가 높아짐으로써 자아존중감이 향상되었다고 할 수 있다. 패션스타일링의 의미에 대한 이론 설명을 통해 패션스타일링의 주된 역할은 특정한 이미지의 형성임을 설명하고 이런 의미에서 단순한 표면적인 아름다움만을 묘사하는 것이 아니라 이미지의 형성을 통해 내면의 미까지 외형으로 표현됨을 설명하였다. 이는 대안학교 학생들의 정서적 행동의 특징으로 자주 나타나는 욕설, 분노, 화를 컨트롤하는데 도움이 되었으며, 대인관계, 또래집단과의 관계에 있어 긍정적으로 작용하였으며, 행복감의 변화에 영향을 주었다고 사료된다. 여학생의 경우는 메이크업에 대한 관심이 상당히 높았고 거의 대부분의 여학생이 피부, 색조화장을 하였다. 또한 일반 학교 학생들에 비해 입시에 대한 스트레스가 없고 자율적인 대안학교의 분위기로 거의 대부분의 학생이 방과 후 아르바이트를 하였다. 본 프로그램 적용으로 방과 후 TPO에 맞는 스타일링의 이론 및 실습을 통해 청소년기에 맞는 스타일링을 해야 하는 이유와 방법에 대해 실습을 통해 이해함으로써 무분별한 패션스타일링에 대한에 대한 이해로 올바른 스타일링으로 긍정적인 자아존중감 및 행복감 향상에 도움이 되었다고 사료된다.

Table 4. Happiness pre-post test comparative analysis of after application program

Variable of happiness		*M*	*SD*	*t*	*p*
Home environment	Pre	2.00	.333	7.985	<.001
	Post	2.68	.217		
Ego characteristics	Pre	2.31	.485	1.313	.237
	Post	2.55	.381		
Ability	Pre	2.24	.371	2.066	.084
	Post	2.62	.230		
Interpersonal relationships	Pre	2.31	.380	2.642	.038
	Post	2.77	.355		

5. 결 론

본 연구는 다양한 개인적인 사유로 위탁형 대안학교에 위탁되어진 청소년들을 대상으로 패션스타일링을 통한 외모관리프로그램 교육이 자아존중감과 행복감에 미치는 영향을 알아보기 위해 교육프로그램 적용 사전, 사후의 자아존중감과 행복감 변화를 알아보는데 목적이 있었다. 연구결과는 다음과 같다.

첫째, 청소년에게 실시한 외모관리프로그램 교육이 사전, 사후 조사결과 자아존중감이 총체적 자아존중감, 사회적 자아존중감, 가정에서의 자아존중감, 학교에서의 자아존중감 요인이 모두 교육 이후에 높아진 결과치로 유의한 결과를 나타내며 자아존중감에 있어 긍정정적인 변화가 있는 것으로 나타났다.

둘째, 외모관리프로그램 교육 이후 행복감 전반에 걸쳐 사전 검사 결과 보다 높게 나타났고, 가정환경, 자아특성, 능력, 대인관계의 하위요인에서도 사후에 높은 평가로 나타나 적절한 외모관리는 자신의 긍정적 이미지 변화에 도움을 준다는 것을 알 수 있었다. 연구결과 외적자기관리 프로그램의 교육은 긍정적인 자아존중감 향상과 행복감 증진에 도움이 됨을 알 수 있었다.

위탁형 대안학교 학생의 학교 부적응 행동의 특성은 다양한 위기로 인해 가정이나 학교로부터 보호받지 못함으로 내재되어 있던 환경적 · 개인적 위기요인이 다양한 외적 요인으로 표출

되는데, 위탁 사유에 따라 다르게 외부로 표출되었다. 위탁형 대안학교 학생들의 경우 일반학교 부적응으로 또래집단보다 이른 시기에 가정이나 학교의 테두리를 벗어나 사회와 접촉하게 되면서 외적 이미지로 또래집단 사이에서의 따돌림, 범죄의 노출이나 피해의 대상이 되기도 한다. 청소년기는 패션소비나 개성에 대한 표현에 있어 성인에 비해 충동적이거나 비합리적인 소비 행동을 할 가능성이 높으며 패션스타일링도 단지 겉모습으로만 드러난 외적 치장이라고 생각하는 경우가 많다. 특히 하지만 학교생활 부적응으로 중도탈락의 위탁형 대안학교 학생들에의 경우 학교나 가정에서 외적자기관리를 위한 구체적인 경험이나 기초지식을 배우는 기회는 드물다. 본 프로그램 적용으로 방과 후 TPO에 맞는 스타일링의 이론 및 실습을 통해 청소년기에 맞는 스타일링을 해야 하는 이유와 방법에 대해 실습을 통해 올바른 패션스타일링에 대해 이해함으로써 자신의 외적이미지에 관심으로 가지는 변화는 긍정적인 자아존중감 및 행복감 향상에 도움이 되었다. 그러므로 패션스타일링을 통한 외적자기관리 프로그램의 교육은 학교나 가정에 적응할 수 있는 동기부여 제공을 위해 필요하다고 사료된다. 하지만 프로그램 적용의 인원수가 7명인 점과 대안학교 학생들에게 주 1회 5주 동안의 일시적으로 외적자기관리 프로그램을 교육시켰기 때문에 연구 결과를 일반화하는데 한계가 있다. 위탁형 대안학교 학생을 대상으로 좀 더 심도 있고 체계적인 프로그램이 개발은 물론 관련된 문제 인식에 대한 연구가 지속적으로 진행될 필요가 있다고 생각된다.

감사의 글

이 논문은 2015년 대한민국 교육부와 한국연구재단의 지원을 받아 수행된 연구임(NRF-2015S1A5B5A07043754).

References

Choi, B. G., & Jeon, G. Y. (1993). A study on the development of 'the slf-esteem inventory'. *Family and Environment Research, 31*(2), 41-54.

Choi, D. H. (2012). *Researching and developing programs of fashion design arts education by reviewing about famous paintings.* Unpublished master's thesis, Kyunghee University, Seoul.

Chung, E. M. (2013). *Mediation effects of self-esteem in the relationship between appearance satisfaction and happiness of elementary school students.* Unpublished master's thesis, Chuncheon National University of Education, Chuncheon.

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

Ha, K. Y., & Han, B. Y. (2013). Research on correlations between the appearnce satisfaction level(face, skin and body), self-esteem and the feeling of happiness according to demographic characteristics. *Journal of Fashion Business, 17*(5), 14-30. doi:10.12940/jfb.2013.17.5.14

Heo, Y. S. (2009). *A study on happiness perceived by adolescent.* Unpublished master's thesis, Chonnam National University, Gwangju.

Jung, S. J., & Chu, M. S. (2011). The effect of somatotype, self-esteem, body satisfaction and body image on clothing attitude. *Journal of the Korea Fashion & Costume Design Association, 13*(3), 117-133.

Jang, S. C., & Song, M. H. (2004). Relationships between high school student's appearnce satisfaction and self-esteem and school-related adjustment. *Korea Youth Research Association, 11*(3), 115-133.

Kim, S. H., & Kim, C. H. (2009). Level of participation of youth in different leisure activities and its relationship with self-esteem and self-efficiency. *Journal of Sport and Leisure Studies, 36*(1), 425-436.

Kim, H. M. (2011). *The effects of the appearance satisfaction improvement counseling program on elementary students' interpersonal relationship and school adjustment.* Unpublished master's thesis, Seoul National University of Education, Seoul.

Kim, H. Y. (2017). *A study on the relationship between university student's objectified body consciousness, body esteem, appearance management behavior, interpersonal competence and subjective well-being.* Unpublished master's thesis, Hanyang University, Seoul.

Kim, K. J. (2015). *The relationship between adolescent's appearance satisfaction and school adaptation.* Unpublished master's thesis, Korea University, Seoul.

Kwak, J. Y. (1999). *A study for the effective self-supervision of teachers in elementary school.* Unpublished master's thesis, Seowon University, Cheongju.

Lee, M. J. (2004). *Effects of the group diary writing activity on middle school students' peer relationship and self-esteem.* Unpublished master's thesis, Sunchon National University, Suncheon.

Lee, I. S., & Lee, G. R. (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, E. S. (2007). *The effects of appearance satisfaction and the sex difference on self-efficacy, school-related adjustment and achievement motivation for the elementary school students.* Unpublished master's thesis, Chungnam National University, Deajon.

Lee, H. Y. (2015). Fashion styling program development for adolescent girls. *Journal of Fashion Business*, 19(2), 171-181. doi:10.12940/jfb.2015.19.2.171

Lee, S. R., Kim, E. K., & Yoon, H. S. (2015). The effect of happiness in the adolescents on the youth developments in Korea. *Social Science Research*, *26*(4), 413-438.

Lee, S. S. (2001). *A study on the characteristics and the development plan of alternative school in Korea.* Unpublished doctoral dissertation, Catholic University of Deagu, Deagu.

Lim, J. R. (2010). *A study on fashion styling teaching method,and awareness of growing body in adolescent age: Adapted on a girl's class in middle school.* Unpublished master's thesis, Inha University, Incheon.

Oh, J. H., Kim, C. W., & Ha, M. H. (2012). A study on effect of adolescents` leisure satisfaction on self-esteem and sense of community: Focused on vocational high school students. *International Journal of Tourism and Hospitality Research, 26*(2), 23-40.

Oh, Y. J. (2005). *A study on the appearance management behavior and self-esteem of Korean women.* Unpublished master's thesis, Nambu University, Gwangju.

Park, S. K. (2002). *The development and effects of counseling program for enhancing happiness analyzing reality therapy.* Unpublished doctoral dissertation, Hongik University, Seoul.

Park, S. A. (2016). *The effects of appearance management behavior on appearance satisfaction and self-esteem.* Unpublished master's thesis, Honam University, Gwangju.

Park, E. H. (2008). *A study on the operation conditions and activation plan of an alternative school for the consignment.* Unpublished master's thesis, Wonkwang University, Iksan.

Park, U. K. (2014). *The difference of happiness by appearance satisfaction, relationships with parents and teachers of middle school students.* Unpublished master's thesis, Dona-A University, Busan.

Seong, M. Y. (2007). *Impacts from appearance satisfaction promotion program have over self esteem and personal relationship of female junior high students.* Unpublished master's thesis, Aju University, Suwon.

Song, M. H. (2004). *Relationship among high school students.* Unpublished master's thesis, Konkuk University, Seoul.

Shin, M. D. (2007). *The relationship between child's perception of the parental child-rearing attitudes and the happiness of elementary school,* Unpublished master's thesis, Gongju National University of Education, Gongju.

Yoon, S. I., & Wee, E. H. (2010). A study on the effects of appearance management attitude in school adjustment for adolescents. *Journal of Korean Home Economics Eduction Association, 22*(2), 1-13.

(Received 10 May 2018; 1st Revised 14 June 2018;
2nd Revised 21 June 2018; 3rd Revised 25 June 2018;
Accepted 27 June 2018)