

# 청소년의 MBTI 성격유형에 따른 BMI, 신체비교, 신체만족, 외모관리행동의 비교연구

## A Study on the comparison of BMI, Body-comparison, Body-satisfaction, and Behaviors of Appearance Managements according to the MBTI's Typology of Adolescents.

위은하\*

전남대학교 가정교육과, 전남대학교 생활과학연구소

Wee, Eun Hah

Dept. of Home Economics Education, Institute of Human Ecology, Chonnam National University,  
Gwangju, Korea

### Abstract

The purpose of this study was to examine whether any differences can be found in body comparison, body satisfaction, and appearance management behaviors according to the MBTI's typology among male and female adolescents in Gwangju and South Jeolla province, South Korea. It was conducted by a self-report survey of 534 male and female high school students in Gwangju and South Jeolla province. The collected survey data were analyzed by Means, Cronbach's  $\alpha$ , Factor analysis, and t-test using the SPSS/PC WIN 19.0 statistical program.

The results were as follows: Introversiion Type(I) teens tend to think a thinner body is closer to the ideal when compared to Extroversion type(E) students. They spend less time comparing their bodies with their peers. However, they usually have lower levels of body satisfaction and are more likely to be concerned about acne. Intuition Type(N) students tend to have a body figure that is a little plumper than Sensing Type(S) teens. They are inclined to try and lose weight and are concerned about acne. Sensing Type(S) students are more likely to compare their bodies with their peers than Intuition Type(N) teens. However, they are generally less satisfied with their bodies. Feeling Type(F) teens are more concerned with harmony and personal hygiene the Thinking Type(T) students. Judging Type (J) students generally want to be thinner than their current body type when compared with Perceiving Type(P) teens. When Judging Type(J) teens decide they need to be on a diet, they do their best to lose weight even if it means exercising and forgoing their favorite foods. These results indicate that it would be more effective to offer guidance to teens while taking into consideration their differences in terms of appearance management behaviors based on the MBTI Topology of Adolescents.

**Key words:** MBTI (Myers-Briggs Type Indicator), 성격유형 (personality type), 체질량지수 (body mass index: BMI), 신체만족 (body satisfaction), 신체비교 (body comparison), 외모관리행동 (appearance management behavior), 청소년 (adolescents)

## I. 서론

최근 우리사회에서 외모는 삶의 전반적인 것에 영향을

---

\* Corresponding author

Tel: +82-62-530-2523, Fax: +82-62-530-2529

E-mail: weh@jnu.ac.kr

미치는 강한 단서로 인식되어 외모를 개선하기 위해 성형, 다이어트, 몸만들기 운동 등이 일반화 되어가고 있다. 지금 한국사회는 그 어느 때보다 성형의존과 외모지상주의의 가치관이 매우 심각한 수준이라고 할 수 있는데 미국 이그제미너(Examiner)지는 국제미용성형협회(ISAPS)의 2011년 자료에 근거하여 한국을 인구대비 성형건수가 가장 높은 국가(Chosun.com, 2013, 02, 01)라고 하였다. 실제로 KOSIS(2012)설문에 의하면 청소년(15~18세)의 고민 중 '공부(53.1%)'다음으로 '외모(15.1%)'에 대한 고민이 많은 것으로 보고되고 있다.

이러한 외모지상주의의 현상이 일상 속에서 쉽게 접하는 인터넷, TV, 잡지 등의 시각매체를 통해 더욱 강화되고 있으며 경험과 판단력이 부족한 청소년들에게 미치는 영향은 매우 크다. 청소년들은 현실적이기 보다 매우 감각적이고 외부의 자극에 민감하여 대중매체를 통해 접하는 감각적이고 왜곡된 외모에 대한 기준을 그대로 인식하고 내면화하면서 자신의 신체와 비교하고 불만족해 하는 경향이 높다(Cho, 2010; Chung, 2013).

특히 한국사회의 외모지상주의의 가치관은 청소년들로 하여금 대중매체를 통해 제시되는 왜곡된 마른체형의 연예인 이미지를 현실로 받아들이게 하여 자신의 신체의 비교 대상으로 삼고 부정적인 신체이미지를 갖게 하거나 심각한 신체불만족이나 섭식의 제한이나 폭식 등의 극단적인 외모관리행동을 야기(Kim & Han, 2008)시키기도 하고 있다.

신체적, 심리적으로 급격한 변화를 겪는 청소년들은 아직 자기에 대한 개념이 형성되지 못해 신체적 외모를 자신을 나타내는 중요한 척도로 생각하는 경향이 크다. 그리고 청소년들에게 있어 자신의 외모에 대한 긍정적인이거나 부정적인 평가는 가치관, 감정, 행동 등에 결정적인 영향을 미치며 성인이 된 이후까지 자기개념이나 사회성 발달에 지속적인 영향을 미치게 되므로 청소년들의 외모에 대해 갖는 태도는 중요하다고 하겠다.

한편, 성격은 일관되게 나타나는 사고와 행동양식으로써 환경에 대한 적응방식이라고 할 수 있어(Yeom & Kim, 2004) 상황에 따라 개인이 어떻게 행동할 것인가를 예상할 수 있게 한다. 그래서 성격은 인간행동을 이해하게 하는 중요한 요소(Shin, 2006)라고 할 수 있다. 성격은 개인의 신체이미지와 외모관리행동에 영향을 주어 신체만족도에 따라 외모관리행동, 자신의 신체적 매력에 대한 평가, 체중조절 등 자신의 체형관리행동도 달라지게 한다(Choo, 2002)고 하였다.

최근 개인의 성격을 명확하게 구분하는 지표로 표준화된 MBTI(Mayer Briggs Type Indicator)가 널리 활용되고 있는데 이 도구를 이용하여 외모와 성격유형간의 관계에 대한 연구가 이루어지고 있다. 이러한 성격유형과 외모와의 관계연구들에는 체형과 성격유형간의 관계(Kim & Lee, 2005; Choi, 2005)연구, 헤어스타일 선호도와 성격유형간의 관련(Park, 2007; Lee, 2008; Kim, 2011)연구와 여성의 화장심리를 성격유형별로 분석하는 연구들이 이루어지고 있으나 의복과 관련된 연구(Yeom & Kim, 2004; Oh, 2004; Oh, 2001a; Lee & You, 1998)에 비교하면 신체적 외모와 관련된 연구는 부족한 편이다.

Kim(2009)은 20대 여성을 대상으로 한 체형과 성격과의 관계연구에서 MBTI성격유형에 따라 직접 계측치와 비만지수가 차이가 있다고 보고하고 있으며 Choi(1990)는 비만군에서 지배성이 유의하게 높고 야윈 체형의 경우 사려성이 유의하게 높았다고 보고하고 있는데 이는 성격에 따라 체형도 다를 수 있다는 것을 의미한다. 또한 청소년들은 동조성이 강하고 자신의 신체특성에 관심이 집중되고, 자신의 외모와 행동에 대한 다른 사람들의 평가와 반응에 민감하게 된다. 따라서 이들은 시각적으로 보여지는 실제 키, 몸무게, 몸매와 관련된 신체에 대한 전체적인 모습을 또래들이나 매체에서 보여주는 이상화된 이미지와 비교하며 신체이미지에 부정적인 영향을 갖게 된다(Hyeon, 2007)고 하였다. 반면, 신체만족이 높을수록 긍정적인 신체이미지와 긍정적인 자아개념을 만든다. 그리고 이러한 결과로서 외모관리행동을 하게 된다.

이에 본 연구에서는 청소년을 대상으로 선천적인 선호 경향에 기초한 성격 유형의 선호지표에 따라 신체의 객관적 지표인 BMI와 심리적 요인인 신체비교와 만족, 그리고 외모관리행동의 차이가 어떻게 나타나는지 밝히고자 하였다. 본 연구의 결과로서 청소년의 개인별, 집단별 특성에 따른 외모관리행동의 차이가 예측될 수 있으며 학생생활 지도시에 학생의 의복행동을 설명하는 유용한 자료가 될 것이다. 성격유형별로 외모관리행동이 다르다는 것은 교사의 학생 개개인의 생활지도를 차별화할 수 있는 구체적 단서로 사용될 수 있을 것이다.

## Ⅱ. 이론적 배경

### 1. MBTI 성격유형

성격이란 개인이 지속적으로 유지하는 동기의 경향과 비교적 오랫동안 계속되는 행동성향의 조직이나 집합을 의미한다. 이는 인지적 사고나 가치, 그리고 신체적 특성을 포괄하는 개념이기는 하나 감정적이거나 의지적 특징과 같은 정의적 측면을 주로 가리킨다. 특히 어떤 사람의 독특하거나 두드러진 행위와 생각을 결정한다고 간주되는 심리적 복합이나 무의식적이거나 내현된 행동성향을 의미한다(Research Institution of Education in Seoul National University, 2011). 다시 말하면 성격은 한 개인이 자신의 삶을 특징적이고 일관되게 전개하는 사고양식과 행동양식으로써 환경에 대한 적응방식 및 유형이라고 할 수 있다(Yeom & Kim, 2004).

심리학자 Jung은 인간의 행동이 그 다양성으로 인해 종잡을 수 없는 것처럼 보여도 사실은 질서정연하고 일관된 경향이 있다고 생각하고 심리적 유형론을 제시하였다. 그는 사람들이 인식하고 결론을 내리는 방법이 다르며 그 차이점은 그 사람이 타고난 선호경향에 바탕을 둔다고 하였으며 이 선호에 의해 유형화 될 수 있다고 하였다(Kim & Sim, 1990). 이 선호경향이란 개인이 쉽고 편안하게 지속적으로 일관성 있게 사용하는 타고난 경향성을 말하며 이렇게 타고난 태도와 기능은 무의식 상태에 머물러 있거나 의식적으로 발달 상태에 있음으로 발달수준에 차이가 생기게 되고 결국 개인 간의 차이를 만들게 된다(Jon & Kim, 2001).

이와 같은 Jung의 심리유형론을 기초로 하여 성격의 심리유형을 보다 쉽고 일상생활에 유용하게 활용할 수 있도록 개발된 자기보고식 성격 유형지표인 MBTI는 4가지 선호지표인 외향/내향, 감각/직관, 사고/감정, 판단/인정의 차원을 조합하여 16가지 성격유형으로 분류하고 있다.

외향(E)/내향(I)은 주의 초점이나 에너지를 얻는 방향을 의미하며 외향(E)형인 사람들은 외부세계의 사람이나 사물에 관심을 가지며 외부에서 일어나는 것에 의해 에너지를 얻는다. 내향(I)형인 사람들은 주로 내부세계의 개념이나 아이디어에 에너지를 사용하기 때문에 내면에서 일어나는 것에 의해 에너지를 얻는다. 감각(S)/직관(N)은 정보를 수집할 때 사용하는 인식의 기능 활동으로, 감각(S)형은 오감을 통하여 관찰, 인식하는 것으로 현재 일어나는 일에 관심이 있기 때문에 사실이나 사건을 더 잘 인식하고 직접적이며 구체적인 관찰능력이 앞서 있다. 직관(N)형은 육감을 통하여 관찰, 인식하는 것으로 미래가능성, 의미추구, 관계를 인식하는 것에 관심이 있기 때문에 미래에 일어날 수 있는 일이나 보이지 않은 의미나 가능성을 더 잘

인식한다. 사고(T)/감정(F)은 의사결정을 내릴 때 판단의 기능을 나타내는 것으로 사고(T)형은 정보를 판단하고 결정할 때 논리적인 근거를 바탕으로 판단하며 객관적 진실에 관심을 기울이고 원리 원칙을 중요하게 생각하며 사회적 규범과 기준을 중시한다. 감정(F)형은 정서를 통한 다른 사람과의 관계나 상황을 고려하여 판단하며 조화를 중요하게 생각한다. 주관적인 의미를 부여하며 보편적인 선과 합리적인 질서를 추구한다. 판단(J)/인식(P)은 외부세계에 대처하는 태도와 행동을 나타내는 것으로 판단(J)형은 외부세계에 대하여 빨리 판단을 내리고 결정하려고 한다. 분명한 방향감과 논리적인 분석을 바탕으로 계획을 수립해 체계적으로 활동한다. 인식(P)형은 환경에 따른 변화에도 상황에 맞추어 적응을 잘하기 때문에 목적과 방향이 변화가능하다. 결론보다는 과정을 즐기기에 개방적이고 자율적이며 정보자체에 관심이 많다(Kim & Sim, 2000).

복식과 외모와 관련된 행동에 있어 일부연구에서 성격 선호지표에 따른 차이를 보고하고 있다. 외향(E)형은 내향(I)형에 비해 유행관심이 유의하게 높았는데 이것은 외향형이 외부에 있는 타인과의 유대를 중시하고 외부 환경에 대한 빠른 반응이나 의존성, 적극적인 표현력과 같은 특성을 갖기 때문으로 보았다(Oh, 2001a). 그리고 외향형은 내향형에 비해 신체이미지에 대한 관심이 유의하게 높았으며 외모관리행동을 하였고 신체만족도도 더 높았다(Lee, 2012). 외향형은 내향형에 비해 선호하는 이미지는 캐주얼, 스포티, 젊음의 직선적인 이미지였으며 내향형은 편하고 평범한 단순한 곡선적인 의복 이미지를 선호하였다(Oh, 2001b).

감각형(S)은 직관(N)형에 비해 동조적이며 의복의 관리 측면을 중요시 여겼으며, 구매결정시 브랜드를 중요하게 여겼다(Oh, 2001b). 감각형은 직관형에 비해 고상하고 우아한 곡선적인 이미지를 선호하였고 직관형은 강렬한 이미지를 선호하였다(Oh, 2001b).

사고형(T)은 감정형에 비해 의복의 상징성을 중요하게 평가하였고(Oh, 2001c) 대담하고 강렬한 서양적인 이미지를 선호하였다(Oh, 2001b). 감정형(F)은 경제성과 물리적 기능성을 더 중요하다고 하였으며, 백화점과 유명상표 할인점을 선호하였으며 친구나 이웃 같은 인적 정보원에 대해 더 의존적이었다(Oh, 2002).

판단형(J)은 인식형(P)에 비해 동조성이 더 높았으며 우아하고 고상한 의복이미지를 더 선호하였다(Oh, 2001b). 그리고 신체이미지에 대한 관심도 높았다(Lee, 2012).

신체이미지에 대한 관심은 선호지표 중 외향형일수록, 직관형일수록 그리고 판단형일수록 더 높고 긍정적으로 생각하고 있다고 하였다(Lee, 2012). Oh(2004)는 외형 연출형일수록 직관적인 성격특성이 있었으며 상징형일수록 감각적인 성격 특성이 강하다고 하였다. 상황형일수록 판단형 성격특성이 강하다고 하였다.

Yeom과 Kim(2004)은 차분한 내향형의 성격은 클래식 스타일의 의복을 즐겨 착용하고 독립적인 외향형은 로맨틱, 아방가르드, 매니쉬한 스타일을 즐겨 착용한다고 하였다. Lee와 You(1998)는 외향성인 집단이 내향성 집단보다 독특하고 고귀하며 밝은 이미지를 선호한다고 보고하고 있다. 자기애적 성격 즉 자신을 사랑하고 자기 과시적이며 자신을 존중하는 성격의 경우 체중관리, 피부관리, 메이크업, 헤어관리, 의복선택 등 모든 외모관리행동에 영향을 미친다고 하였다(Park & Chung, 2010).

Chung과 Kim(2003)은 남녀고등학생을 대상으로 한 연구에서 외향적인 성격의 집단은 내향적인 집단에 비해 의복을 통한 주의집중성이 강하다고 하였다. 외부와의 관계에서 적극적이며 자기존중감과 자기확신이 강하고 지배성, 진취성 자발성과 관련되어 있어 의복을 통해 타인의 관심을 집중시키고자 하는 의복태도를 나타낸다고 하였다. Park(2011)은 성격유형에 따른 외모연출요인 선호도를 비교한 후 외향형은 내향형에 비해 핑크계열이 잘 어울리고 무채색을 더 선호하며 댕톤을 더 선호한다고 하였다. 그리고 모던스타일을 더 선호하며 외향형은 그 다음 캐주얼 스타일을 내향형은 로맨틱스타일을 더 선호한다고 하였다. Sweat과 Zntner(1985)는 N(직관)형인 경우 접근하기 어렵고 비밀상적이고 대담한 '드라마틱' 스타일의 의복을 가장 세련된 것으로 평가하고 있다고 보고하였다.

이와 같이 MBTI 성격유형의 선호지표에 따른 외모와 관련된 선호도와 행동들이 다른 것으로 나타나고 있다. MBTI 성격선호지표는 외모와 관련된 변인과 행동에 크게 영향을 미치는 요인이라고 볼 수 있다.

## 2. 청소년의 BMI, 신체비교, 신체만족

청소년들에게 있어 자신에게 호감을 갖게 하는 요소 중의 하나로 긍정적인 신체상을 들 수 있다(Dobson & Block, 1992). 사춘기를 겪는 청소년들은 이성에 대해 호감과 변화하는 신체로 인해 자신의 신체와 외모에 집중하게 된다. 신체에 대한 긍정감은 자아존중감과 연결되어 있어 자신에 대한 긍정감을 높임으로써 자아존중감을 높일

수 있다.

널리 사용되는 신체에 대한 객관적인 지표인 BMI(Body Mass Index)는 체질량 지수로서 체중(Kg)을 신장의 제곱(m<sup>2</sup>)으로 나눈 값으로 비만도와 영양상태를 나타내기 위해 주로 사용되어왔다(Woo, 2009). BMI에 정도에 따라 많게는 저체중, 정상체중, 과체중, 경도비만, 중도비만, 과도비만으로 분리하기도 하고 저체중군, 정상체중군, 과체중군 이상의 세 가지로 분류하기도 한다. BMI의 기준은 다양하지만 BMI의 계산방법은 동일하며 본 연구에서의 BMI계산 방법은 체중을 신장의 곱을 나누는 방법으로 사용하였다.

신체비교는 자신의 신체적 외모를 타인과 비교하는 경향(Van den Berg *et al*, 2007)으로 일상적으로 접하게 되는 대중매체의 시각적 자료를 통해 강화되는데 수용적 심리상태가 강할수록 신체적 외모에 민감해져서 주변사람들과의 비교하는 경향이 더 증가하는 것으로 보인다(Schutz & Wertheim, 2002; Chyung, 2013). 이러한 신체비교는 자신의 신체에 불만족하게 되고, 신체를 변화시키고자 하는 욕구가 강해지게 되는 원인이 된다. Crocker와 Major(1989)는 사회문화적으로 이상화되어 있는 대상과의 비교보다는 비슷한 타인과의 비교가 자아 존중감을 더 유지하게 한다고 하였다.

청소년에게서의 신체비교는 스스로를 의식하기도 전에 이루어지는 행동(Botta, 1999)으로 자신의 외모가 소속집단에서 어떻게 평가될지 가능하게 되는데(Heinburg & Thompson, 1992) 비슷한 연령의 또래집단이 가차나 행동의 준거가 되므로(Furman & Buhrmester, 1992) 또래와의 비교가 큰 영향력을 가질 것으로 추론된다.

한편, 신체만족도는 개인이 자신의 신체전체 혹은 일부에 대하여 만족하거나 불만족한 정도를 표시하는 것(Hwang & Kim, 2006)이며, 개인의 신체만족도는 객관적인 신체치수 등에 의해 결정되기보다 사회문화적인 기준에 근거하여 타인과의 상호작용에 의해 이루어진다(Choo, 2002)고 볼 수 있다.

신체비교에 있어 남자는 친구의 영향을 많이 받는데 비해 여자는 TV의 영향을 많이 받는다고 하였다(Lee & Kwon, 2010). 그리고 남녀 중고등학생을 대상으로 한 Lee(2013)의 연구에서 보면 남학생과 여학생은 외모의 사회적 유용성에 대해 인식하는 것은 차이가 없으나 여학생은 인식에서 그치지 않고 내면화 하는 경향이 높아 신체만족도와 외모관리행동에 영향을 미친다고 하였다. 미용실을 이용하는 성인을 대상으로 한 성격과 신체와의 관계를

살펴본 Lee(2012)의 연구를 통해보면 E/I(외향/내향)의 성격선호지표에 따라 신체만족도는 유의한 차이가 있었으며 E(외향)형이 높았다고 하였다. 그리고 E/I(외향/내향), S/N(감각/직관)과 J/P(판단/인식)의 성격선호지표가 신체 이미지의 관심도에 영향을 미치며 E(외향)형일수록, N(직관)형일수록, 그리고 J(판단)형일수록 신체이미지에 관심을 갖고 긍정적으로 생각하고 있다고 하였다. Ha(2010)의 무용전공학생을 대상으로 한 성격과 신체의식의 차이에 대한 연구에서 보면 NT(직관사고)형의 현대무용전공학생들의 경우 다른 집단에 비해 외적 신체 변인에 대한 관심이 높다고 하였다.

이와 같이 성격에 따라 객관적인 신체지수인 BMI 뿐 아니라 주관적인 신체비교, 신체만족도에도 유의한 차이가 있으며 신체에 대한 관심이 민감한 청소년의 경우 어떤 특성이 있는지 살펴보고자 하였다.

### 3. 청소년의 외모관리행동

자신의 외모를 매력적으로 보이게 하기 위해 의복, 헤어, 피부, 성형, 다이어트, 운동 등에 관심을 갖고 외모향상을 위해 노력하는 것을 외모관리라고 할 수 있다. Lennon *et al.*(1999)에 의하면 사람들은 그 사회의 이상적인 외모 기준을 내면화하여 자신의 신체를 비교하는 기준으로 삼고 자신의 실제외모를 비교하게 되며 이상적인 외모와 실제외모의 차이를 극복하기 위하여 외모관리행동을 하게 된다고 하였다.

청소년들은 외모의 표현을 또래관계를 연결 유지시켜 주는 하나의 수단으로 생각하며 친구들과 비슷한 외모관리 행동을 하게 되는데 이는 동년배 집단에 수용되기 위한 중요한 요인으로 생각하기 때문이라고 볼 수 있다.

Lee(2003)는 청소년들의 외모관련행동을 외모관심, 체중관심, 신체만족, 신체수정요구도로 구분하여 분석한 결과, 성별에 따라 유의한 차이가 있었으며 여학생이 남학생보다 외모관심, 체중관심, 신체수정요구도가 높고 신체만족도가 낮다고 하였다. Yoon과 Wee(2010)는 청소년의 외모관리태도가 학교적응과 관련 있으며 스타일추구, 외모관리경험, 외모불만, 체중관리, 청결관리로 분류되었다고 하였으며 청결관리를 하는 집단은 친구관계, 교사관계, 학습적응 등 학교에 적응하는 정도가 더 높다고 하였다. Lee(2013)는 외모관리행동을 의복, 체중, 피부, 헤어, 성형으로 분류하여 외모의 도구성에 대해 수용의지가 큰 경우라도 남학생보다 여학생의 경우 수행의도가 높다고 보고

하고 있다.

성격과 관련된 외모관리에 대해 살펴보면 의복과 관련된 연구(Yeom & Kim, 2004; Oh, 2004; Oh, 2001a; Lee & You, 1998)는 많이 이루어졌으나 신체와 관련된 연구는 부족한 편이다. MBTI성격유형에 따른 외모관리와 신체만족도 그리고 신체이미지의 차이에 대해 살펴본 Lee(2012)의 연구에서는 성격의 선호지표인 E/I(외향/내향)과 T/F(사고/감정)에 따라 외모관리의 차이가 나타났으며 각각 E(외향)형, T(사고)형이 높은 경향을 나타낸다고 하였다. 특히 E(외향)형은 몸매관리, 치장관리, 외모관리행동전체에서 높게 나타났다. 또한 성격선호지표 중 T/F와 신체이미지관심도가 외모관리행동에 영향을 미치는데 T(사고)형의 성격일수록, 그리고 신체이미지관심이 긍정적일수록 외모관리행동을 더 많이 한다고 보고하고 있다. Shin(2006)도 성격적 특질은 소비자 행동을 유발시키는 직접적인 원인이라 사회성 욕구가 클수록 외모 지향적 태도를 가지며 큰 영향력을 갖는다고 하였다. Kim(2008)은 자기애적 성격집단은 자신의 신체를 긍정적으로 생각하며 만족하기 때문에 외모관리를 하며 자기의식이 강한 사람은 외모를 사회적 관계를 유지하는데 필요하다고 생각하여 부정적인 신체이미지를 갖을수록 미용술을 통해 신체 이미지를 개선해 나간다고 하였다.

이와 같이 성격은 우리의 행동에 영향을 미치는 직접적인 원인이라고 할 수 있다. 따라서 널리 사용되고 있는 MBTI성격유형의 선호지표에 따라 청소년들의 외모관리 행동차이와 신체와 관련된 BMI, 신체비교, 신체만족도 등의 차이를 살펴보고 그 기초자료를 학교생활지도와 가정교과자료로 이용하는 것은 의의가 있을 것으로 생각된다.

## Ⅲ. 연구방법 및 절차

### 1. 연구문제

일반적인 성격유형인 MBTI성격 유형에 따른 BMI, 신체의 비교와 만족, 외모관리행동의 특성차이를 살펴보고자 하였다.

가. 청소년의 MBTI 성격유형, BMI, 신체비교 및 신체만족, 외모관리행동의 일반적 특성은 어떠한가?

나. MBTI 성격유형에 따라 실제 BMI(Real BMI), 이상 BMI(Ideal BMI), 그리고 이상과 실제 BMI의

차이(Ideal BMI-Real BMI)에는 어떠한 차이가 있는가?

다. MBTI 성격유형에 따라 신체비교 및 신체만족에는 어떠한 차이가 있는가?

라. MBTI 성격유형에 따라 외모관리행동에는 어떠한 차이가 있는가?

## 2. 조사대상 및 방법

본 연구의 조사대상자는 광주광역시와 전남지역에 거주하고 있는 남녀공학 중·고등학교 학생을 대상으로 하였으며, 성별을 고려하여 편의표집 하였다. 질문지법에 의해 수업시간을 이용하여 조사되었으며 질문지는 2013년 5월 10일부터 5월 30일까지 600부를 배부하여 586부를 회수하였고 자료가 미비한 52부를 제외한 534부의 자료가 본 연구를 위한 결과분석에 이용되었다. 조사대상자는 여중학생 113명(21.16%), 나중학생 91명(17.04%)이었으며 여고생 167명(31.27%), 남고생 163명(30.52%)으로 총 534명이었다.

## 3. 측정도구

성격유형분류를 위해 MBTI에 의거하여 작성된 성격유

형을 측정하기 위한 질문으로 한국심리검사연구소의 GS form(자가 채점용) 검사지를 채택하여 사용하였다. 이 MBTI 성격검사는 네 가지 분리된 선호경향으로 구성되어 있으며 이 선호경향이란 Jung에 의하면 교육이나 환경의 영향을 받기이전에 이미 인간에게 잠재되어 있는 선천적 심리경향을 말한다. 각 개인의 기질과 성향에 따라 4가지 이분척도에 따라 둘 중 하나의 범주에 속하게 된다. 에너지 방향이나 행동양식에 따라 외향형-내향형(E-I), 인식기능에 따라 감각형-직관형(S-N), 판단기능에 따라 사고형-감정형(T-F), 이행양식에 따라 판단형-인식형(I-P)으로 분류된다.

BMI(Body Mass Index)는 체질량 지수로 계산식 BMI=체중(Kg)/키(M)<sup>2</sup>으로 정의된다. 또한 BMI지수가 18.5 미만은 저체중이며 18.5~22.9까지는 정상이고 23-24.9는 과체중, 25~30은 중도비만이며, 30이상은 고도비만을 의미한다(Size korea, 2014. 12. 2. BMI 검색 <http://sizekorea.kats.go.kr/>).

신체비교는 청소년에게 자주 비교하는 신체부위를 적게 한 후 빈도가 가장 높은 부위인 키, 체중, 몸매, 얼굴, 신체부분을 선정하였으며 얼마나 자주 친구와 비교하는지를 5점 리커트 척도로 물었다. 신뢰도(Cronbach's  $\alpha$ )는 .844이었다. 신체만족도는 얼굴, 피부, 어깨, 가슴, 허리, 엉덩이, 다리, 전체적인 이미지의 만족의 정도를 5점 리커트 척도로 질문하였다. 신뢰도(Cronbach's  $\alpha$ )는 .828이었다.

Table 1. Factor Analysis of Behaviors of Appearance Managements

(n=534)

Factors	Items	Factor loadings	% of variance	Cronbach's $\alpha$
Over acting	I do my favorite hair styles even though it is against school rules	.766	3.390 (21.19)	.806
	I would wear a nice uniform even though it is expensive.	.720		
	I remodel my hair in school more than 3 times a day.	.666		
	I have most of clothes and supplies that is popular among friends.	.666		
	I always have a mirror in front of my desk.	.664		
	I use cosmetics that adults use.	.633		
Diet	I want to be nice looked than to study well.	.540	2.439 (15.25)	.769
	I never eat anything that makes me fat even if I like it.	.844		
	I exercise everyday to lose weight.	.771		
	I do diet to look good to others rather than my health.	.755		
Skin care	I have lots of information and knowledge about diet.	.666	1.682 (10.511)	.641
	I envy a lot of good friends looking at the skin.	.736		
	<b>I get angry whenever I see pimples on my face* .</b> <b>I like to my look</b>	.708 .610		
Cleaning	My feet and hands always maintain clean.	.794	1.521 (9.51)	.573
	I always have my school uniform cleaned.	.759		
sum % of variance = 56.45, Cronbach's $\alpha$ = .793				

\* deal with reverse score

외모관리행동의 측정도구는 Yoon과 Wee(2010)가 사용한 24문항을 예비조사에 사용하였으며 그 결과를 바탕으로 적합한 20문항을 사용하여 측정하였으며 요인값과 신뢰도 등을 고려하여 분석에는 16문항(Table 2)을 사용하였고 전체 문항신뢰도(Cronbach's  $\alpha$ )는 .793 이었다.

#### 4. 분석방법

본 연구의 목적에 맞는 자료 분석을 위해 SPSS/PC WIN 19.0프로그램을 이용하여 평균과 표준편차를 구하였으며, 신뢰도(Cronbach's  $\alpha$ )분석, varimax-회전에 의한 요인분석, t-test를 실행하였다.

### IV. 결과 및 고찰

#### 1. MBTI 성격유형에 따른 BMI의 차이

MBTI 성격유형별 R-BMI(Real BMI: 실제 BMI), I-BMI(Ideal BMI: 이상적인 BMI), R-I BMI(Real BMI-Ideal BMI: 실제 BMI와 이상 BMI의 차이)를 살펴보기 위하여 t-test를 실행하였으며 그 결과는 <Table 3>과 같았다.

먼저, 평균과 표준편차를 통해 R-BMI, I-BMI, 그리고

R-I BMI의 일반적인 특징을 살펴보았다. R-BMI는 20.14 이었으며 조사 대상자들이 원하는 이상적인 BMI는 19.07 이었다. 이상적인 BMI와 실제BMI가 만드는 차이인 R-I BMI는 1.07이었다. 표준 BMI 기준으로 볼 때 조상대상자의 실제 BMI는 정상범위인 18.5~22.9까지에 속하는 것이며 이상적인 BMI 19.07 또한 저체중보다는 정상범위 내에서 저체중에 가까운 범위이다.

다음으로 MBTI성격유형의 선호지표에 따른 차이를 살펴보았다. 에너지의 방향이나 행동양식을 표현하는 외향형-내향형(E/I)의 성격선호지표에 따라 I-BMI(이상적인 BMI)에 있어 유의한( $p<.05$ ) 차이를 나타냈다. 외향적 특성을 가진 청소년들이 내향적 특성을 가진 청소년들 보다 더 큰 I-BMI를 나타냈다. I-BMI가 더 크다는 것은 체중이 키에 비해 더 무겁기 때문에 더 통통하다는 것을 의미한다. 따라서 이것은 외향적 특성의 청소년들이 내향적 특성의 청소년들보다 체중에 대해 더 관대하게 생각한다고 할 수 있다. 그리고 정보를 인식하는 기능과 관련된 감각-직관형(S/N)에 따라 R-BMI( $p<.05$ )와 R-I BMI( $p<.001$ )에 있어 유의한 차이를 보였다. Kim과 Lee(2010)의 연구에서도 20대여성의 비만지수에 있어 N(직관형)의 선호지표에 따라 유의한 차이를 나타냈다고 하였다. 본 연구에서도 직관적으로 인식하는 청소년들이 감각적으로 인식하는 청소년들보다 더 큰 R-BMI를 나타냈고 R-I BMI 또한 더 크게 나타냈다. 다시 말하면 직관적인 청소년들이 조금 더

Table 2. Difference in groups of sociocultural attitudes toward to appearance according to the Real BMI, Ideal BMI, and Gap of Ideal-Real BMI (n=534)

	Total	E-I			S-N		
		E (n=327)	I (n=207)	t	S (n=368)	N (n=143)	t
Real BMI	20.14	20.23	20.01	.734	19.99	20.52	4.333*
Ideal BMI	19.07	19.15	18.87	4.327*	19.24	18.78	.774
Gap of R-I BMI	1.07	1.01	1.20	.461	.82	1.72	9.279***
	Total	T-F			J-P		
		T (n=250)	F (n=260)	t	J (n=339)	P (n=181)	t
Real BMI	20.14	20.28	20.02	.360	20.29	19.86	.264
Ideal BMI	19.07	19.23	18.90	1.001	19.01	19.15	.108
Gap of R-I BMI	1.07	1.07	1.10	.054	1.29	.69	4.948*

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

E:extraversion I:intraversion S:sensing N:intuition T:thinking F:feeling J:judgment P:perceiving

통통한 체형이지만 더 마른체형을 원한다는 의미이다. 다음으로 의사결정 과정의 판단기능과 관련된 사고형-감정형(T-F)의 성격선호지표에 따라서는 유의한 차이를 나타내지 않았다. 하지만 이행양식과 관련된 판단형-인식형(J-P)의 성격선호지표에 따라서는 R-I BMI( $p<.05$ )에 있어 유의한 차이를 보였으며 판단형이 인식형보다 더 큰 차이를 나타냈는데 이 의미는 실제체형보다 더 날씬해지길 원한다는 것이다.

결과적으로 MBTI 성격 선호지표에 따라 키와 체중으로 나타나는 체질량 지수인 BMI에 유의한 차이를 나타내는 것을 알 수 있었다. 외향적 특성의 청소년들이 내향적 특성의 청소년들보다 I-BMI가 더 커서 체중에 대해 더 관대하게 생각하며 직관형 청소년들은 더 통통한 실제체형을 갖고 있으며 더 날씬하기를 원했다. 그리고 판단형 청소년들은 인식형 청소년들에 비해 실제체형보다 더 날씬해지길 원하였다.

## 2. MBTI 성격유형에 따른 신체비교와 신체만족의 차이

다음으로 MBTI 성격유형별 신체비교와 신체만족의 차이를 살펴보기 위하여 t-test를 실행하였으며 그 결과는 <Table 4>와 같았다.

먼저, 평균과 표준편차를 통해 일반적인 특징을 살펴보면 신체비교는 2.87로 보통보다 비교를 더 하지 않는다고 답하였고, 신체만족 또한 2.97로 보통보다 낮았다.

다음으로 MBTI 성격 선호지표유형별 신체비교와 신체

만족의 차이를 살펴보았다. 에너지의 방향이나 행동양식을 표현하는 외향형-내향형(E-I)의 선호지표에 따라 신체비교( $p<.001$ )와 신체만족( $p<.001$ )의 유의한 차이가 나타났다. 외향적 특성을 가진 청소년들이 내향적 특성을 가진 청소년들 보다 더 높은 신체비교를 하였으며 신체만족도도 더 높았다. 이것은 외향적 특성의 청소년들이 내향적 특성의 청소년들보다 자신의 신체를 친구들과 더 비교하지만 신체에 대해 더 만족도 한다는 것을 의미한다. Lee(2012)의 연구에서도 E(외향형)이 신체만족도가 높게 나타났다고 하였다. 외부세계에 사람이나 사물에 관심을 갖고 에너지를 얻는 외향형 청소년들은 친구들과 신체를 비교하면서 또한 만족도 더 얻는다는 의미이다. 인식기능과 관련된 감각형-직관형(S-N)선호지표에 따라서도 신체비교( $p<.001$ )와 신체만족( $p<.001$ )의 유의한 차이가 나타났다. 오감을 통하여 현재의 사실을 더 잘 관찰하고 인식하는 감각형 청소년들이 직관적으로 인식하는 청소년들보다 더 높은 신체비교와 신체만족을 더 하는 것으로 나타났다. 의사결정의 판단기능에 있어 사고형-감정형(T-F) 선호지표와 이행양식과 관련된 판단형-인식형(J-P)에 따라서는 유의한 차이가 나타나지 않았다. Lee(2012)도 외향형은 내향형에 비해 신체이미지에 대한 관심이 유의하게 높았으며 외모관리행동을 하였고 신체만족도도 더 높다고 하였는데 같은 맥락이다. Ha(2010)는 직관사고형의 NT의 무용전공자들은 자신의 외적신체에 대한 관심이 강하고 완벽한 신체를 추구하려는 경향이 강하다고 하였는데 인식과 관련된 감각형-직관형(S-N)에 따라 신체에 대한 관심이 다르다는 측면에서 일치한다고 볼 수 있다.

Table 3. Difference in Groups of Sociocultural Attitudes toward to Appearance According to the Comparison and Satisfaction of Body (n=534)

	Total	E-I			S-N		
		327	207	t	379	145	t
Body comparison	2.87	2.97	2.76	<b>15.016***</b>	2.95	2.72	<b>15.294***</b>
Body satisfaction	2.97	3.05	2.83	<b>19.390***</b>	3.02	2.83	<b>12.817***</b>
	Total	T-F			J-P		
		261	273	t	348	186	t
Body comparison	2.87	2.90	2.87	<b>1.848</b>	2.85	2.95	<b>2.798</b>
Body satisfaction	2.97	2.98	2.96	<b>.109</b>	2.94	3.02	<b>2.580</b>

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

E:extraversion I:intraversion S:sensing N:intuition T:thinking F:feeling J:judgment P:perceiving



결과적으로 외향형과 감각형은 자신의 신체를 친구들과 더 많이 비교하였으며 신체만족도 더 높았다. 하지만 의사 결정과 관련된 판단지표인 사고형-감정형(T/F)과 이행양식과 관련된 판단형-인식형(J-P)의 성격선호지표에 따라서는 신체비교와 신체만족의 차이가 나타나지 않았다.

### 3. MBTI 성격유형에 따른 외모관리행동의 차이

MBTI 성격선호지표별 외모관리행동의 차이를 살펴보기 위하여 t-test를 실행하였으며 그 결과는 <Table 5>와 같았다.

먼저, 일반적인 특성을 살펴보기 위하여 외모관리행동의 평균과 표준편차를 살펴본 결과 over act 2.45(±.73), Diet 2.17(±.75), skin care 2.89(±.69), Cleaning 3.48(±.73)이었다. 조사대상자들인 청소년들은 발과 손의 청결과 교복의 청결유지관리를 가장 많이 하였고 다음으로 Skin care, overact diet 순으로 외모관리 행동을 하였다.

다음으로, MBTI 성격특성별 외모관리행동의 하위요인인 Over act, Diet, Skin care, cleaning의 차이를 살펴보았다. 에너지의 방향이나 행동양식을 표현하는 외향형-내향형(E-I)의 성격선호지표에 따라 Skin care(p<.001)의 유의한 차이가 나타났다. 내향형의 특성을 지닌 청소년들이 외향적 청소년들보다 Skin care에 더 민감하였다. 이것은 내부세계의 개념이나 아이디어에 에너지를 더 사용하는 내향적 특성의 청소년들이 외향적 특성의 청소년들보다 자신의 피부에 대해 덜 만족하고 여드름으로 고민함을 의미한다. 내향형은 자신의 내부에서 에너지를 얻기 때문에 자신에게 일어나는 일에 대해서 더 민감하여 여드름에 대한 고민이 더 크게 느껴지고 이것에 대해 만족감이 덜 하는 것으로 볼 수 있다. 인식기능과 관련된 감각형-직관형(S-N)의 선호지표에 따라 Over acting(p<.01)과 Skin care(p<.01)관리에 있어 유의한 차이를 나타냈다. 감각적으로 인식하는 청소년들이 직관적으로 인식하는 청소년들보다 더 높은 Over act를 하였다. 오감을 통하여 현재의 사실을 더 잘 관찰하고 인식하는 감각형 청소년들이 육감을 통해 직관적으로 인식하는 청소년들에 비해 규율에 어긋나더라도 자신이 원하는 헤어스타일을 한다거나 비싸더라도 좋은 교복을 착용하고 하루에 세 번이상 머리를 만지며 항상 책상위에 거울을 올려놓는 경향이 더 크다는 것을 의미한다. 그리고 육감을 통해 직관적으로 인식하는 청소년들은 감각적으로 인식하는 청소년들에 비해 자신의 피부에 만족을 덜하고 여드름으로 더 고민하였다. 그리고 의

사결정과 관련된 판단기능에 있어 사고형-감정형(T-F)의 선호지표에 따라서는 Cleaning (p<.05)에 있어 유의한 차이를 나타내 감정적으로 판단하는 청소년들이 사고하여 판단하는 청소년들보다 청결관리를 더 하는 것으로 나타났다. 감정형의 청소년들은 정서를 통해 다른 사람과의 관계나 상황을 고려하여 판단하며 조화를 중요하게 생각하는데 이들은 청결관리를 사고형 청소년들에 비해 더 많이 하였다. 이행양식에 따른 판단형-인식형(J-P)의 선호지표 따라 Diet(p<.05)에 있어 유의한 차이를 보였으며 미리 판단하고 행동하는 J(판단형)이 P(인식형) 보다 더 다이어트를 하는 것으로 나타났다. 자신이 다이어트가 필요하다고 먼저 판단되면 좋아하는 음식도 먹지 않으며 체중감량을 위해 운동을 하고, 건강보다 다른 사람에게 보여주기 위해 서라도 다이어트를 하며, 다이어트에 대한 정보와 지식을 많이 갖고 있는 것으로 볼 수 있다. Lee(2012)의 연구에 따르면 성격선호지표인 EI, SN, JP가 신체이미지관심도에 영향을 미치며 이것은 외모관리행동에 영향을 미치는 것으로 볼 수 있다. 즉, E(외향형), N(직관형), J(판단형)일수록 신체이미지를 긍정적으로 생각하고 이것은 외모관리행동을 하도록 한다는 것이다. 본 연구에는 스킨케어의 경우 I(내향형)이며 N(직관형)인 경우 더 관심을 갖는 것으로 나타났고 다이어트는 J(판단형)의 경우 더 하며 F(감정형)은 청결과 관련하여 더 관리하는 것으로 나타났다. 본 연구에서는 I(내향형)과 N(직관형)은 여드름으로 피부에 대한 불만이 크고 관심이 많아 스킨케어를 하는 것으로 나타났다. 이런 측면에서 Lee(2012)의 연구와 일맥상통한다고 볼 수 있다.

결과적으로 외향형-내향형의 선호지표는 여드름과 관련된 피부에 대한 태도의 차이를 나타냈으며 감각형-직관형은 외모에 대한 over acting과 역시 피부와 관련해 차이를 나타냈다. 사고형과 감정형선호지표는 청결과 관련하여 차이를 보였다. 판단형-인식형은 다이어트와 관련된 차이를 나타냈다. 다시말해서 내향형은 여드름과 관련된 피부에 대해 더 고민하고 감각형은 외모에 대해 over acting 하며 피부에 대해 더 고민하였다. 감정형은 청결관리를 더 하였고 판단형은 다이어트를 더 하였다.

## V. 요약 및 결론

신체적, 심리적 발달변화를 경험하면서 다른 어떤 시기보다 외복과 외모에 대한 관심이 높아지고 그 중요성이 커

Table 16. Difference in Groups of Sociocultural Attitudes toward to Appearance according to the Comparison and Satisfaction of Body (n=534)

	Total	E-I			S-N		
		327	207	t	379	145	t
Over act	2.45	2.46	2.44	<b>1.219</b>	2.49	2.34	<b>4.851**</b>
Diet	2.17	2.18	2.15	<b>.560</b>	2.18	2.13	<b>.733</b>
Skin care	2.89	2.84	2.98	<b>18.046***</b>	2.85	2.98	<b>5.005**</b>
Cleaning	3.48	3.46	3.51	<b>.050</b>	3.51	3.39	<b>1.889</b>

  

	Total	T-F			J-P		
		261	273	t	348	186	t
Over act	2.45	2.42	2.46	<b>.137</b>	2.43	2.49	<b>1.255</b>
Diet	2.17	2.22	2.13	<b>2.652</b>	2.21	2.09	<b>3.708*</b>
Skin care	2.89	2.93	2.86	<b>.152</b>	2.90	2.87	<b>.740</b>
Cleaning	3.48	3.42	3.53	<b>3.655*</b>	3.48	3.47	<b>.084</b>

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

E:extraversion I:intraversion S:sensing N:intuition T:thinking F:feeling J:judgment P:perceiving

지는 청소년시기에 느끼는 외모를 통한 자기표현 및 만족은 그들의 안정감과 자신감에 영향을 미치며 또한 긍정적인 자기개념으로 이어질 것으로 생각된다. 본 연구에서는 청소년들을 대상으로 객관적인 신체를 나타내는 체질량지수 BMI와 신체에 대한 주관적인 표현인 신체비교, 신체만족을 살펴보고 외모관리행동을 용의 성격이론으로 설명하고자 하였다. 성격유형은 MBTI 성격선호지표에 따라 외향(E)/내향(I), 감각(S)/직관(N), 사고(T)/감정(F), 판단(J)/인식(P)의 유형으로 구분하여 분석되었다. 분석결과 성격선호지표에 따라, BMI, 신체비교, 신체만족에 차이가 있었으며 외모관리행동에도 차이가 있음을 알게 되었다.

결과를 요약하면 다음과 같았다.

첫째, MBTI 성격 선호지표 중 주의 초점이나 에너지를 얻는 방향을 나타내는 외향(E)/내향(I)의 선호지표에 따라 이상적인 BMI(I-BMI)에 차이를 나타냈으며 내부의 개념과 아이디어에서 에너지를 얻는 내향형(I)은 외향형(E)에 비해 더 마른 체형을 이상형으로 생각하고 있었다. 그리고 정보수집을 할 때 사용하는 인식기능과 관련된 감각(S)/직관(N)의 선호지표에 따라서는 실제체형(R-BMI)과 이상적인 BMI와 실제 BMI의 차이(R-I BMI)에 유의한 차이가 있었는데 직관형(N) 청소년들은 더 통통한 실제체형이었

으며 더 날씬해지기를 원했다. 그리고 이행양식인 판단(J)/인식(P)의 선호지표에 따라서 이상적인 BMI와 실제 BMI의 차이(R-I BMI)에 유의한 차이가 있었으며 판단형(J) 청소년들은 인식형(P) 청소년들에 비해 현재체형보다 더 날씬해지길 원하였다. 내향형(I)이면서 직관형(N), 판단형(J)은 이상체형을 더 마른체형에 두고 현재체형보다 더 날씬해지길 원하는 경향이 더 클 가능성이 있다.

둘째, MBTI의 성격선호지표 중 외향(E)/내향(I), 감각(S)/직관(N)은 신체비교와 신체만족도에 유의한 차이를 가져왔으며 사고형-감정형(T/F)과 판단형-인식형(J-P)의 성격선호지표에 따라서는 차이를 나타내지 않았다. 외향형(E)과 감각형(S)은 자신의 신체를 친구들과 더 많이 비교하였으며 신체만족도 또한 더 높았다.

셋째, MBTI의 성격선호지표는 청소년의 외모관리행동에 차이를 가져왔으며 외향(E)/내향(I) 선호지표는 여드름과 관련된 피부관리에 대한 태도의 차이를 나타냈다. 내부세계의 개념이나 아이디어에 에너지를 더 사용하는 내향적 특성의 청소년들이 외향적 특성의 청소년들보다 자신에게 일어나는 일에 대해서 더 민감하여 여드름에 대한 고민이 더 크게 느껴지고 이것에 대해 만족감이 덜 하였다. 외부 정보에 대한 인식기능과 관련된 감각(S)/직관(N)도

외모에 대한 Over acting과 역시 피부관리와 관련해 차이를 나타냈다. 오감을 통하여 현재의 사실을 더 잘 관찰하고 인식하는 감각형(S) 청소년들이 육감을 통해 직관(N)적으로 인식하는 청소년들에 비해 규율에 어긋나더라도 자신이 원하는 헤어스타일을 한다거나 비싸더라도 좋은 교복을 착용하고 하루에 세 번이상 머리를 만지며 항상 책상 위에 거울을 올려놓는 경향이 더 컸다. 그리고 육감을 통해 직관(N)적으로 인식하는 청소년들은 감각(S)적으로 인식하는 청소년들에 비해 자신의 피부에 만족을 덜하고 여드름으로 더 고민하였다.

사고(T)/감정(F)은 청결과 관련하여 차이를 가져왔다. 그리고 정서를 통해 다른 사람과의 관계나 상황을 고려하여 판단하며 조화를 중요하게 생각하는 감정형(F) 청소년들은 청결관리를 사고형(T) 청소년들에 비해 더 많이 하였다. 판단(J)/인식(P)은 다이어트와 관련된 차이를 나타냈다. 미리 판단하고 행동하는 판단형(J)은 인식형(P)보다 자신이 다이어트가 필요하다고 먼저 판단되면 좋아하는 음식도 먹지 않으며 체중감량을 위해 운동을 하고, 건강보다 다른 사람에게 보여주기 위해서라도 다이어트를 하며, 다이어트에 대한 정보와 지식을 많이 갖고 있었다.

이상과 같이 선천적 선호 기질에 바탕을 둔 MBTI 성격선호지표에 따른 청소년들의 실제 BMI, 이상적 BMI, 그리고 그 차이와 신체비교, 신체만족의 차이를 살펴보고, 또한 외모관리행동의 차이를 살펴 본 결과 MBTI 선호지표에 따른 이들 변인에 차이를 나타냈다. 내부에서 일어나는 것에서 에너지를 얻는 내향형(I)은 더 마른체형을 이상체형으로 생각했으며, 자신의 신체를 친구들과 외향형에 비해 덜 비교하였지만 신체만족도 더 낮았다. 그리고 외모 관리행동에 있어 피부관리행동에 차이를 가져와 여드름으로 인해 더 고민하였다. 외부에서 일어나는 것에 의해 에너지를 얻는 외향형(E)은 이상적인 체형이 내향형에 비해 더 통통한 형이었으며 친구들과 자신의 신체를 더 비교하였고 신체만족도는 더 높았다. 그리고 여드름으로 인한 고민은 내향형에 비해 덜하였다. 그리고 외부의 정보를 직관적으로 인식하는 직관형(N)은 실제체형이 감각형(S)에 비해 더 통통했고 날씬해지길 원하는 경향이 더 강했다. 그리고 여드름으로 더 고민하였다. 반면 오감을 통해 감각적으로 사물을 인식하는 감각형(S) 청소년들은 직관형(N)에 비해 신체비교를 더 자주하였고 신체만족도는 더 낮았다. 또한 규율을 어겨서라도 자신이 원하는 외모관리를 하는 적극성을 보였다. 의사결정과정에서 정서를 통해 다른 사람과의 관계나 상황을 고려하여 판단하며 조화를 중요하

게 생각하는 감정형(F) 청소년들은 청결관리를 사고형(T) 청소년들에 비해 더 많이 하였다. 행동의 이행양식이 판단형(J)인 청소년들은 인식형(P) 청소년들에 비해 현재체형보다 더 날씬해지길 원하였고 자신이 다이어트가 필요하다고 먼저 판단되면 좋아하는 음식도 먹지 않으며 체중감량을 위해 운동을 하고, 건강보다 다른 사람에게 보여주기 위해서라도 다이어트를 하며, 다이어트에 대한 정보와 지식을 많이 갖고 있었다. 본 연구의 이러한 결과는 MBTI 성격선호지표가 신체의 객관적 지표 BMI와 주관적인 신체비교, 신체만족도, 그리고 외모관리행동에 차이를 가져오는 중요한 변인임을 시사하고 있으며 개인의 신체에 대한 인식과 관리행동이 성격특성을 추론의 가능성을 뒷받침해 주고 있다. 이를 알고 청소년들의 의생활 지도를 한다면 더욱 효과적일 것으로 생각된다.

### 참고 문헌

- Botta, R. A. (1999). Television images and adolescent girls' body image disturbance. *Journal of Communication*, 49(2), 22-41.
- Cho, S. J. (2010). The Effects of Female High School students' Body Image and Sociocultural Attitude Toward Appearance on Eating Behaviors. Unpublished master's thesis, Keimyung University, Korea.
- Choi, S. Y. (2005). *Relationship of Personality Type (MBTI) and Self-esteem in Different Body Types and Body Images of High School Students*. Unpublished master's thesis, Yongin University, Korea.
- Choi, W. G. (1990). Study on Anthropometric data of girls in High School with Personality Factors. Unpublished master's thesis, Kyungpook National University, Korea.
- Choo, T. G. (2002). Multiple Body-Image and Clothing-Benefit Sought according to Body-Cathexis. *Fashion & Textile Research Journal*, 4(4), 376-382.
- Chosun.com. (2013, 02, 01). *World's No. 1, 'Powers of*

- cosmetic surgery' Korea, because of employment crisis?*. Retrieve October, 13, 2014, from [http://news.chosun.com/site/data/html\\_dir/2013/02/01/2013020101249.html](http://news.chosun.com/site/data/html_dir/2013/02/01/2013020101249.html).
- Chung, J. R. & Kim, K. J. (2003). The Personal Characteristics and Clothing Attitude on High School Students. *Journal of the Korean Society for Clothing Industry*, 5(3), 251-259.
- Chyung, Y. J. (2013). The meditating effects of body comperison on the relationship between internalization of sociocultural attitudes toward appearance and body dissatisfaction among adolescent girls. *Korean journal of Child Studies*, 34(2), 27-42.
- Crocker, J. & Major, B. (1989). Social stigma and self-esteem: The self-protective properties of stigma. *Psychological Review*, 96(4), 608-630.
- Dobson, K. S., & Block, L. (1992). *Historical and philosophical bases of connitive-behavioral therapies*. Handbook of Cognitive-Behavioral Therapies, 3-38. New York:Guilford.
- Furman, W., & Buhrmester, D. (1992). Age and sex differences in perceptions of networks of personal relationships. *Child Development*, 63, 13-115.
- Ha, H. S. (2010). A Study on the Differences of Mood and Body-Consciousness according to the MBTI's Typology of Dancing Majoring Students. *The Journal of DSDH*, 19(1), 65-82.
- Han, C. A.(2011). A Study on the Relationship between Preferring Fashion Style and Color & Tone Depending on MBTI Analysis -Focused on Korean Undergraduate Students-. *Journal of Korean Society Design Culture*, 17(4), 685-697.
- Heinburg, L. J., & Thompson, J. K. (1992). Social comparison: gender, target importance ratings, and ralation to body image disturbance. *Journal of Social Behavior and Personality*, 7, 335-344.
- Hwang, J. S., & Kim, Y. H. (2006). The effect of appearance management on body image and psychological well-being. *Journal of the Korean Society of Costume*, 56(3), 143-155.
- Hyeon, J. S. (2007). Influence of Self-Esteem on Social-Cultural Attitude for Appearance, Appearance Comparison and Body Image of Adolescents'. Unpublished master's thesis, Jeju National University, Korea.
- Jon, M. S., Kim, Y. I. (2001). A Study on the Relationship Between the Clothing Behavior and the MBTI Personality Type. *Journal of Human Ecology*, 10(1), 57-71.
- Kim, H. J. (2008). *Study on the appearance involvement and clothing consumption value depending on narcissism*. Unpublished doctoral dissertation, Ewha Woman's University, Korea.
- Kim, J. A. (2009). *study on the relativity between somatotype of women in their 20s and MBTI*. Unpublished doctoral dissertation, Pusan National University, Korea.
- Kim, J. M. & Han, G. H. (2008). The effect of mass media, tendency for appearance comparison and BMI on female high school and college student' eating behavior. *Journal of Korean Home Management*, 26(4), 73-83.
- Kim, J. T. & Sim, H. S. (1990). A study of korean standardization of Myers-Briggs Type Indicator(MBTI). *Korean journal of counseling and psychology*, 3(1), 44-72.
- Kim, J. T. & Sim, H. S. (2000). *(MBTI)16-Characteristics of personality types*. seoul: consulting psychologists press.
- Kim, Jin Ah, & Lee, Jeong Ran(2010). Theses : A study for female college students of somatotype and MBTI personality type. *Journal of fashion business*, 14(1), 11-26.
- KOSIS(2012). *Troubled youth issues*. Retrieve July 3, 2014, from [http://kosis.kr/customStatis/customStatis\\_01List.jsp](http://kosis.kr/customStatis/customStatis_01List.jsp).
- Lee G. O. (2009). *Effects of the satisfaction at the appearance and self-esteem of the youths on their adaptation to school life*. Unpublished master's thesis, Kkottongne University, Cheongju, Korea.
- Lee, D. G. (2008). *A study on the hair preference through MBTI character types*. Unpublished master's thesis, Hannam University, Korea.

- Lee, H. S. (2012). *The Appearance Management, Body Satisfaction and Concern for Body Image of Each MBTI Personality Type*. Unpublished doctoral dissertation, Keimyung University, Korea.
- Lee, M. H. & You, K. S. (1998). A Study on Clothing Image Preferences Associated with Extroversion - Introversion, Gender, and Age. *Journal of the Korean Home Economics Association*, 36(12), 105-114.
- Lee, M. H. (2003). A study of appearance behavior and lifestyle of adolescents. *Journal of the Korean Society of Clothing and Textiles*, 27(9/10), 1101-1111.
- Lee, M. S. (2013). A study on adolescents' body esteem and clothing behaviors according to the sociocultural attitude toward appearance. *Journal of the Korea Fashion & Costume Design Association*, 15(2), 43-56.
- Lee, S. J. & Yang W. J. (2013). The effect of aesthetic dimension on the appearance management behavior's willingness to pay(WTP) by experience. *Journal of The Korean Hospitality and Tourism Academe*, 22(4), 283-297.
- Lee, Y. H. & Kwon, S. Y. (2010). The effect of TV exposure and sociocultural factors on the process from awareness of body: image to behavioral responses. *Journal of Communication Science*, 10(4), 390-424.
- Lennon, S. J., Rudd, N. A., Sloan, B. & Kim, J. S. (1999). Attitudes toward gender roles, self-esteem, and body image: Application of a model. *Clothing and Textiles Research Journal*, 17(4), 191-202.
- Oh, H. J. (2001a). The Differences of Apparel Evaluation on Consumers Personality Types. *Journal of the Korean Society of Clothing and Textiles*, 25(2), 249-258.
- Oh, H. J. (2001b). The Preferred Clothing Images and Clothing Behaviors on Personality Types. *Journal of the Korean Society of Clothing and Textiles*, 25(3), 606-616.
- Oh, H. J. (2001c). Personality Types and Evaluation of Apparel Quality, *Journal of the Korea academy of psychological type*, 8(1), 85-97.
- Oh, H. J. (2002). Clothing Involvement and Clothing Information Source on Personality Types. *Journal of Global Scholars of Marketing Science*, 9(1), 1-17.
- Oh, H. N. (2004). A Study on the Relation between Clothing Evaluative Criteria and Personality Types of Female University Students. *Journal of the Korean Home Economics Association*, 42(8), 123-132.
- Oh, J. Y. (2005). The Personality type's Influence on Clothing image and Hair Style. *Journal of the Korean Soc. Beauty and Art*. 6(1), 199-212.
- Oh, Y. K, Song, M. J. (2005). A research of color preferences follows the type of their personality and color image. *Journal of the Korean Soc. Beauty and Art*. 6(4), 121-40.
- Park, E. J. & Chung, M. S. (2010). The Effects of Narcissistic Personality and Self-Esteem on the Appearance Management Behaviors of Female College Students. *The Research Journal of the Costume Culture*, 18(4), 717-730.
- Park, S. H.(2011). Comparison of preference on appearance styling factors by personality type. *Journal of the Korean Soc. Beauty and Art* 12(4), 125-142.
- Park, S. M. (2007). Study on Hair Styles of Working Women based on Personality and Preferred. *Journal of the Korean Beauty Art Society*, 1(3), 143-149.
- Research Institution of Education in Seoul National University(2011). Dictionary of educational studies. Retrieve Nov. 25. 2014. from <http://terms.naver.com/entry.nhn?docId=511172&id=42126&categoryId=42126>.
- Schutz, H. K., Paxton, S. J. & Wertheim, E. H. (2002). Investigation of body comparison among adolescent girls. *Journal of Applied Social Psychology*, 32, 1906-1937.
- Shin, Y. W. (2006). *A study on influencing variables of man's appearance management behavior*.

- Unpublished master's thesis, Yonsei University, Korea.
- Size Korea(2011). BMI. Retrieve December, 02, 2014, from [http://sizekorea.kats.go.kr/01\\_sizekorea/myBodyFormResult.asp](http://sizekorea.kats.go.kr/01_sizekorea/myBodyFormResult.asp).
- Sweat, S. J. & Znter, M. A. (1985). Attribution toward female appearance styles. *The Psychology of Fashion*, MA;Heath, Lexington Books.
- Van den Berg, P., Paxton, S., Keery, M. W., Guo, J., & Neumark-Sztainer, D. (2007). Body dissatisfaction and body comparison with media images in males and females. *Body Image*, 4(3), 257-268.
- Woo, U. H. (2009). *Influence and Analysis of physical activity Steps Per Day according to the level of BMI in high school male students*. Unpublished doctoral dissertation, Kyungbuk National University, Korea.
- Yeom, I. K., & Kim, M. S. (2004). Study of total coordination as determined by personality and appearance-related characteristics. *The Costume Culture Association*, 12(6), 1045-1059.
- 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 Education*, 22(2), 1-13.

Received 31 July 2015;  
1st Revised 01 October 2015;  
Accepted 22 October 2015