

성인여성의 성격유형분석과 헬스복 디자인 선호도

A Study on adult women's character type analysis and fitness wear design preferences

주저자 : 김진아

동서대학교 디자인학부 패션디자인학과 강사

Kim Jin-Ah

Fashion Design major, Division of Design, Dongseo university

교신저자 : 신혜경

동서대학교 디자인학부 패션디자인학과 교수

Shin Hae-kyung

Fashion Design major, Division of Design, Dongseo university

* 본 논문은 2009년 정부(교육과학기술부)의 재원으로 한국연구재단의 지원을 받아 수행된 연구임
(NRF - 2009 - 2 - C00187)

1. 서론

2. 이론적 배경

- 2.1. 웰빙문화와 헬스복
- 2.2. MBTI 성격유형

3. 연구 방법 및 절차

- 3.1. 연구대상 및 자료분석
- 3.2. 성격유형검사 및 헬스복 만족도조사

4. 연구결과 및 분석

- 4.1. MBTI 성격 유형 검사
- 4.2. 헬스복의 만족도 및 선택기준
- 4.3. 헬스복의 디자인선호도
- 4.4. 성격유형별 헬스복 디자인선호도

5. 결론

참고문헌

논문요약

본 연구는 부산·경남에 거주하는 피트니스를 즐기는 20세~40세 성인여성을 대상으로 MBTI 성격유형검사를 실시하였으며, 헬스복에 대한 만족도 및 선택기준을 알아보고, 성격유형별 선호하는 헬스복 디자인을 제안하고자 하였다.

첫째, 연구대상자들의 MBTI 성격유형을 검사한 결과, 선호지표는 감각형 72.5%, 사고형 66.3%, 외향형 53.4%순으로 나타났다. 성격유형으로 ISTJ 20.4%, ESTJ 19.9%, ESTP 8.7%, INFP 7.7%, ESFP 7.1%로 높은 분포를 차지하였다.

둘째, 성인여성들이 운동 시 착용하는 헬스복은 외출용으로 착용하거나, 최신유행과 이성에게 주는 인상에서 매우 불만족스러우며, 디자인과 스타일, 색상, 최신유행 항목에 대해 불만족이라고 하였다. 헬스복을 구입하는 선택기준으로 착용감이나 활동성, 관리적인 측면이 매우 중요하며, 색상, 디자인과 스타일, 상하의 매치가 중요하다고 하였다.

셋째, 성인여성의 헬스복 선호 디자인에서 선호하는 소재는 스판덱스가 포함된 면, 면100%, 스판덱스가 혼용된 면·합성섬유 순으로 나타났다. 선호하는 네크라인은 라운드 네크라인을, 상의 길이는 중첩 길이를, 상의 피트니스는 허리에서 5~7cm 여유량이 있는 스타일을, 소매길이는 3부 소매를, 헬스복의 로고는 가슴위치를, 절개선 배색은 허리배색을, 선호하는 하의길이는 발목 길이를, 선호하는 허리모양은 고무 밴

드에 끈 달린 스타일을, 바지단은 일자형을 가장 선호하는 것으로 나타났다. 헬스복으로 선호하는 상의 색상은 검정, 흰색, 핑크, 하의로는 검정, 남색, 회색 순으로 나타났으며, 선호하는 상의색조는 검정, 파스텔, 원색계열, 하의색조는 검정, 어두운색, 파스텔계열 순으로 나타났다.

넷째, 성격유형의 선호지표별 헬스복 디자인을 살펴본 결과, 상의피트니스에서 내향형(I)과 감정형(F)은 박스형스타일을, 상의 절개선 배색에서 직관형(N)과 판단형(J)은 어깨배색을, 외향형(E)과 감정형(F)은 허리와 어깨배색을 둘 다 선호하는 것으로 나타났다. 하의 길이에서 외향형(E)과 직관형(N), 사고형(T)은 7부 길이보다 쇼츠 길이를, 사고형(T)과 외향형(E)은 바지단이 다소 넓은 스타일을 선호하는 것으로 나타났다.

주제어

MBTI 성격유형, 헬스복, 디자인

Abstract

This study conducts MBTI character type examination to adult women in their twenties to forties who reside in Busan or Gyeongnam and enjoy fitness exercise in order to figure out their satisfaction with fitness wear and criteria to choose one and to suggest fitness wear design preferred by character types. And the result is as follows.

First, according to the result of examining the research subjects' MBTI character types, the preference indexes include the sensing type (72.5%), thinking type (66.3%), and extroverted type (53.4%) in order. The percentage of the character types is as follows: ISTJ 20.4%, ESTJ 19.9%, ESTP 8.7%, INFP 7.7%, and ESFP 7.1% in order.

Second, according to the result of examining the adult women's satisfaction with fitness wear and criteria to choose one, they were very dissatisfied with wearing fitness wear for exercise in terms of outing, the latest trend, or impression to the other sex. They also responded that they were dissatisfied with the items of design and style, color, or the latest trend. Regarding the criteria to choose fitness wear, they said that the aspects of wearability, activity, or management are very important, and color, design and style, and matching between the upper and lower clothes are important.

Third, according to the result of examining the adult women's design preferences for fitness wear, the materials preferred include cotton containing spandex, 100% cotton, cotton mixed with spandex-synthetic fiber in order. The neckline preferred for fitness wear is the round neckline, the length of the upper clothes preferred is the mid-hip length, the fitness of the upper clothes preferred is the style with the five to seven-centimeter spare in the waist, the length of the sleeves preferred is the one-third length, the logo of the fitness wear preferred is on the chest area, the color arrangement of the cutting line preferred is on the waist, the length of the lower clothes preferred is up to ankles, the waist style preferred is the style with a rubber band with a strap, and the bottom line of pants preferred is the straight line. Also, the colors of the upper clothes preferred as fitness wear are black, white, and pink while for the lower clothes, black, navy, or gray was preferred. The tones preferred for the upper clothes are black, pastel tones, and primary colors while for the tones of the lower clothes, black, dark colors, and pastel tones were preferred.

According to the result of examining fitness wear design by preference indexes of character types, in the upper clothes fitness, the introverted type (I) and the feeling type (F) preferred the box style, in the cutting line color arrangement of the upper clothes, the intuitive type (N) and the judging type (J) preferred the shoulder color arrangement, and the extrovert type (E) and feeling type (F) preferred the waist and shoulder color arrangement. Regarding the length of the lower clothes, the extroverted type (E), intuitive type (N), and thinking type (T) preferred the shorts length than the seven-tens length while the thinking type (T) and extroverted type (E) preferred the style with rather wide bottom of pants.

Keyword

MBTI character type, fitness wear, design

1. 서론

최근 스포츠에 대한 관심이 높아지고, 밝고 건강한 패션 아이템을 선호하며 운동, 영양, 휴식을 중요한 가치관으로 인식하는 웰니스(wellness)족의 출현과 대규모 피트니스(fitness)센터가 생겨나면서 피트니스 웨어(fitness wear) 시장이 확대되고

있다. 특히 피트니스 부분은 헬스 중심에서 헬스, 요가, 재즈댄스, 다이어트 복싱, 에어로빅, 기수련 등 실내에서 간편히 할 수 있는 다양한 짐(gym) 스포츠와 조깅, 마라톤, 인라인까지 확대되는 추세이다(김이영,2003). 뿐만 아니라, 스포츠에 대한 여성들의 참여가 늘어나면서 남성 중심이던 스포츠웨어 시장은 여성이 주도하는 추세가 이어지고 있다. 이처럼 피트니스를 즐기는 성인 여성에게 다양한 종류의 피트니스 활동 시 착용하는 의복으로 기능성과 동시에 색상, 길이, 네크라인 형태 등, 패션성을 가미한 헬스복의 필요성이 절실히 요구되어진다.

또한, 헬스복에 있어서 의복의 색상, 소재, 디자인, 표면감, 브랜드 이미지 등은 사람의 심리적 요인, 즉 성격에 많은 영향을 미치므로 운동기능과 관계되는 하나의 요인이라 할 수 있을 것이다. 성격에 관한 이론은 여러 가지측면에서 다루어지고 있는데, 'Personality란 무엇이다'라고 한마디로 정의할 수는 없지만, 몇몇 학자들의 이론에서 공통점을 찾아보면, 성격이란 인간이 신체적·정신적으로 가지고 있는 특질과 이것이 사회 환경에 적응하는 특징을 뜻한다고 볼 수 있다(이인자 외, 2001). 결국 성격은 한 개인이 다른 사람에게 드러내 보이는 전체적인 어떤 인상이라고도 할 수 있다(이인자 외, 2001). 최근에는 나 자신 뿐만 아니라 타인의 성격을 이해하기 위해 표준화된 검사인 성격유형검사도구(MBTI-Mayer Briggs Type Indicator)가 개인의 성격유형을 비교적 명확하게 구분 지을 수 있는 지표로서 널리 활용되고 있다(김정택 등,1995).

성격유형검사도구(MBTI)를 이용한 연구는 의류학에서도 많이 진행되어, 여대생을 대상으로 한 의복평가(오현남,2004)나, 외모관련 특성(염인경·김미숙,2004), 색상선호도(김태희,2008)를 살펴보거나, 의복구매행동(전명숙,임상임, 김용임, 1997, 오현정,2001), 외모 이미지추구(오지영, 2006)에 관해서는 다소 연구되어왔으나, 건강한 삶을 추구하기 위해 거의 매일 착용하는 헬스복은 단순한 상의, 하의 디자인이 대부분으로 여성의 성격유형을 고려한 기능적인 의복제작이나 패션성을 가미한 디자인 개발은 아주 미흡한 실정이다. 이처럼 피트니스를 즐기는 성인 여성에게 피트니스 활동 시 착용하는 의복으로 기능성과 동시에 색상, 길이, 네크라인 형태 등, 디자인을 고려한 헬스복의 필요성이 절실히 요구되어진다.

따라서 본 연구의 목적은 다음과 같다.

1. 성인여성의 성격유형을 알아본다.
2. 성인여성의 헬스복 만족도 및 선택기준을 알아

본다.

3. 성인여성의 헬스복 디자인 선호도를 알아본다.
4. 성격유형별 헬스복 디자인 선호도를 알아본다.

2. 이론적 배경

2.1. 웰빙문화와 헬스복

Well being, 즉 몸과 마음이 건강하고 행복한 상태를 추구하는 경향이 확산되면서 운동을 통해 건강을 지키는 피트니스 산업이 각광받고 있다. 이러한 몸에 대한 관심은 식이 조절을 통한 ‘굵는 날씬함’이 아니라 적당히 붙은 근육과 활기 넘치는 태도, 당당한 삶의 자세 등으로 대변되는 ‘운동하는 건강함’이 새로운 키워드가 되었다(김이영,2003). 스포츠 브랜드들은 이런 변화를 때로는 선도하고 때로는 따라잡기 위해 고심하면서, 여성들의 마음을 사로잡기 위해 기능성을 살리면서도 섹시하고 아름다운 스포츠 룩을 앞다투어 내놓고 있다. 스포츠와 패션의 연관성은 더욱 다양화 추세로 스키커즈와 트레이닝 수트는 더 이상 피트니스 클럽의 전유물이 아닌 시티 웨어로 부상하고 있다.

여기에서 피트니스란 인간의 일상생활의 근원이 되는 체력적인 것을 기본으로 형태보다는 기능에 중점을 두어 어느 정도의 이상적 수준을 생각해 놓고 체력 기능을 강화하는 것을 의미하며, 다이어트 에어로빅, 요가, 재즈댄스, 헬스, 유산소 운동, 트레이너에 의한 운동처방 등 그 영역이 다양하게 구성되어 있다(fashionbiz. 2002. 3, 재인용). 피트니스 웨어의 개념은 자연과 접하여 건강한 육체를 만들어내는 것을 목적으로 한 “피지컬 피트니스”의 사고방식에서 파생된 패션을 말한다. 이렇듯 신체단련을 위한 다양한 종류의 피트니스 활동 시 착용하는 의복으로 기능성과 동시에 패션성을 가미한 의복인 헬스복은 짐 스포츠웨어뿐만 아니라 이지 웨어로 착용 가능한 의복의 개념으로 때와 장소, 나이에 상관없이 입을 수 있는 옷이 되었다.

헬스복과 관련 있는 선행연구를 살펴보면, 문지현(2008)은 의복에 대한 관심과 스포츠에 대한 관심이 기능성 소재를 사용한 스포츠웨어 구매 시 정보이용 형태에 어떠한 영향을 미치는지 연구하였으며, 성희원(2005)은 햇빛 차단 행동 및 햇빛 차단 의복에 대한 태도를 미국 골퍼들을 대상으로 조사한 SUNG(2003)의 연구와 국내 골퍼들을 대상으로 실시한 연구를 비교분석하였으며, 김이영(2003)은 변화하는 환경 속에서 스포츠웨어를 제작하기위해 스포츠웨어가 가져야 하는 특성을 파악하고, 이를 개발하는

프로세스를 연구하였고, 박우미(2002)는 스포츠웨어와 일상복의 기능을 하는 다기능복으로서 20~40대의 연령층이 함께 착용할 수 있는 기능적이면서도 심미성을 갖춘 아웃도어 웨어의 디자인과 패턴을 개발하였으며, 황진숙(2002)은 스포츠웨어의 추구혜택을 밝히고 소비자의 추구혜택이 스포츠웨어 선호이미지와 점포유형별 애고에 미치는 영향을 연구하였고, 이지은, 이주현(2002)은 20~30대의 젊은 여성 골퍼를 대상으로 스포츠웨어 트렌드를 기반으로 한 골프웨어 디자인의 선호도를 분석하여 스포츠웨어 트렌드를 활용한 디자인의 수용가능성을 검토하고, 브랜드 상품기획의 새로운 디자인을 제시하였다. 뿐만 아니라 피트니스 활동이 더욱 증가하는 요즘 피트니스를 즐기는 여성들이 거의 매일 착용하는 헬스복의 디자인도 점차 가속화 되어야 할 것이다.

2.2. MBTI 성격유형

MBTI는 C. G. Jung의 심리유형이론을 근거로 하여 1900년대 Katharine Cook Briggs와 그의 딸 Isabel Briggs Myers가 70여년의 연구기간을 거쳐 보다 쉽고 일상생활에 유용하게 활용할 수 있도록 고안한 자기보고식 성격유형지표로 정신과 의사였던 융(C. G. Jung : 1875~1961)이 여러 해 동안의 임상관찰을 통해 인간은 누구나 감각, 직관, 사고, 감정이라는 4가지의 기본적인 기능(functions) 또는 과정(process)을 사용한다는 것을 알았다. 이 4가지 과정은 일종의 지향 기능으로서 융은 이 기능을 다양한 조건 속에서도 동일한 원리로 반응케 하는 특정 정신활동의 형태라고 정의하였다. 융의 심리유형이론은 인간행동이 그 다양성으로 인해 종잡을 수 없는 것 같이 보여도, 사실은 아주 질서정연하고 일관된 경향이 있다는 데서 출발하였다. 그리고 인간행동의 다양성은 개인이 인식(Perception)하고 판단(Judgement)하는 특징이 다르기 때문이라고 하였다. 인식은 사물, 사람, 사건, 또는 아이디어를 깨닫게 되는 모든 방법을 가리킨다. 판단은 인식한 내용을 바탕으로 하여 결론을 내리는 모든 방식을 가리킨다. 사람들이 인식하는 방법이 근본적으로 다르고 또 결론을 내리는 방법도 다르다면, 반응, 흥미, 가치, 동기, 기술, 관심 등이 다른 것도 또한 지극히 당연한 일이다. MBTI는 인식과 판단에 대한 융의 심리적 기능(사고형/감정형/감각형/직관형)이론, 그리고 인식과 판단의 향방을 결정짓는 융의 태도(외향형/내향형)이론을 바탕으로 하여 제작되었다. 또한, 개인이 쉽게 응답할 수 있는 자기보고(self report)문항을 통해 인식하고 판단할

때의 각자 선호하는 경향을 찾고, 이러한 선호경향들이 하나하나 또는 여러 개가 합쳐져서 인간의 행동에 어떠한 영향을 미치는가를 파악하여 실생활에 응용할 수 있도록 제작된 것이다(김정택 등, 1995).

성격유형검사(MBTI)에 관한 국내 연구로 오현정(2001)은 소비자의 성격유형이 소비자행동에 영향을 미칠 것이라는 전제 하에 융의 심리유형이론과 MBTI의 선호 지표를 고찰한 결과, 외향-내향 지표에서 외향형이 유행관심 평가에, 감각형이 동조성에, 사고형이 상징성에, 판단형이 동조성에 유의하게 높았으며, MBTI 성격 검사를 받은 광주와 부산 지역에 거주하는 20~30대 여성을 대상으로 개인의 선천적인 선호경향에 기초한 성격 유형별 선호 의복이미지의 차이를 밝히며, 자주 사용하는 의복정보원과 점포유형 등, 의복구매 행동의 차이를 연구하였다. 권보애와 오현정(2004)은 광주와 부산에서 실시되는 MBTI 정규 프로그램 진행에 참가한 10대에서 50대 성인여성을 대상으로 질문지 조사를 통해 성격유형에 따른 의복라이프스타일과 의복구매행동의 차이를 연구한 결과, 기능에서는 외향형이 내향형에 비해 요인별 라이프스타일을 보다 적극적으로 지향하는 경향을 보였으며, 의복의 구매행동에서 충동구매 성향은 감각형과 인식형의 조합으로 기질별 성격유형으로 설명할 수 있었다. 남기선과 한명숙(2004)은 여대생을 대상으로 이들이 인식하고 있는 복식문양의 이미지차원에서 기본조형성과 고급성차원이 중요한 요인으로 도트문양과 줄문양의 점수가 높게 나타났으며, MBTI 성격유형에 따라서 선호하는 복식 문양의 디자인에 대한 차이를 연구한 결과, 외향·직관형이 동물문양을 고급성과 독특성차원에서, 외향·감각형이 페이스리 문양을 기본조형성차원에서, 외향·감정형이 동물문양을 고급성차원에서, 내향·감정형이 도트문양을 기본조형성차원에서 가장 선호하는 것으로 나타났다. 오현남(2004)은 여대생을 대상으로 의복평가기준을 요인 분석한 결과, 실용적, 상황적, 외형 연출적, 상징적인 4가지 차원으로, 의복평가기준과 성격유형(MBTI)의 4가지 성격지표를 계량적으로 측정된 결과, 상황적 차원과 상징적인 차원은 감각형과 판단형 성격과 유의하게 관련된 것으로 나타났다. 염인경과 김미숙(2004)은 20~35세의 여성을 대상으로 개인의 외모관리 행동에 영향을 줄 것으로 생각되는 성격유형으로 차분한 내향형, 의존적 즉흥형, 불안정한 예민형, 독립적인 외향형으로 분류하였으며, 토탈 코디네이션과 가장 관련이 깊을 것으로 보이는 외모관련 특성에 따른 코디네이션 행동을 살펴본 결과, 독립적 외향형이 토탈 코디네이션에 가장 민감한 것으로 나

타났다. 황미선과 이명희(2005)는 서울 지역의 18~37세 여성 120명을 대상으로 의복스타일의 시각적 이미지 평가의 차원으로 품위, 활동성 및 개성, 유행성의 요인으로 분류하였으며, 의복스타일, 지각자의 성격 및 의복비에 따른 시각적 이미지 평가의 차이를 파악하고, 성격과 의복비에 따른 의복스타일 선호도의 차이를 조사한 결과, 외향적인 여성들은 의복의 활동성을 적극적으로 지각하며, 다양한 스타일을 폭넓게 선호하였고, 의복비가 높은 여성들은 정장 스타일을 선호하였다. 이승현(2005)은 서울에 거주하는 젊은 여성을 대상으로 MBTI 성격기질 검사 방법으로 NT형(직관적 사고형), NF형(직관적 감정형), SJ형(감각적 판단형), SP형(감각적 인식형)의 네 유형으로 분류하였고, 네 개의 성격기질에 따른 비만관련 스트레스, 신체불만족도, 식사태도에 대해 연구하였다. 오지영과 김영철(2006)은 소비자의 성격 유형이 미용행동과 의복 행동에 영향을 미칠 것이라는 전제 하에 성격에 따른 헤어스타일과 의복 이미지의 상관관계를 알아본 결과, 웨이브의 유무에서 감각형이 유의하게 웨이브가 있는 것으로 나타났으며, 시대적 환경변화에 따라 헤어스타일이 다양하게 변하고, 이러한 유행에 민감한 대학생들을 대상으로 그들의 성격에 따른 헤어스타일과 의복 이미지가 어떻게 표출되는지 실증조사를 통해 살펴본 결과, 외향형은 전위적이고 혁신적인 이미지, 감정형은 활동적인 이미지, 판단형은 우아한 이미지, 직관형은 이국적이고 신비로운 이미지, 전위적이고 혁신적인 이미지를 선호하였으며 남들과 차이나는 특이한 외모를 가질 수 있으며, 헤어스타일에 있어서는 웨이브 없이 개성적인 연출을 더 선호하였다. 김태희(2008)는 부산에 사는 20~35세의 성인여성 316명을 대상으로 설문지법과 드레이프 진단법을 사용하여 퍼스널 컬러 유형과 성격유형과의 상관성, 퍼스널 컬러유형별 색상선호도와 성격유형에 따른 색상선호도를 연구하였다. 이와 같이 성격유형검사도구를 이용한 연구는 의류학에서도 많이 진행되어왔으나, 여성의 성격유형을 고려한 헬스복에 관한 연구는 미흡한 실정으로 성격유형에 따른 헬스복의 만족도 및 디자인의 필요성이 절실히 요구되어진다.

3. 연구 방법 및 절차

3.1. 연구대상 및 자료 분석

본 연구는 부산, 경남에 거주하며, 피트니스센터에서 피트니스를 즐기는 20세~40세 성인여성을 대상으로 실시하였으며, 배부한 설문지 245부 중 응답이 불충

분한 것을 제외하고 성실하게 응답한 196부를 최종 분석 자료로 사용하였으며, 이에 대하여 SPSS WIN 14.0을 이용하여 기술통계량을 구하고 t-test를 실시하였다.

3.2. 성격유형검사 및 헬스복 만족도조사

본 연구는 20세~40세 성인여성을 대상으로 MBTI 성격유형검사를 실시하였고, 헬스복 만족도에 관한 선행연구(김수진, 2003)를 기초로 하여 설문지를 작성하였으며, 설문지의 구체적인 내용은 인구 통계학적 문항 및 헬스복 구입 및 소재현황에 관한 문항, 헬스복 구매결정시 고려되어지는 기준에 관한 문항, 헬스복 착용 시 불만족도와 디자인 선호도에 관한 문항으로 구성하였다. 헬스복의 선호 디자인에 관한 자료 수집은 선행연구(김수진, 2003)와 최근 2년 이내에 발간된 피트니스 전문 잡지, 헬스복 업체 카달로그에 탑재된 제품사진을 참조하였다.

4. 연구결과 및 분석

4.1. MBTI 성격 유형 검사

MBTI 성격유형검사에 의해 연구대상자들의 선호지표를 분류한 결과[표 1], 감각형 72.5%, 사고형 66.3%, 외향형 53.4%순으로 높게 나타났으며, 내향형 34.7%, 직관형 27.8%순으로 낮게 나타나, 감각-직관과 사고-감정에서 다소 큰 차이를 보임을 알 수 있었다.

성격 지표	외향 - 내향		감각 - 직관	
	외향형 (E)	내향형 (I)	감각형 (S)	직관형 (N)
N	104	92	142	54
(%)	(53.4)	(46.9)	(72.5)	(27.5)
성격 지표	사고 - 감정		판단 - 인식	
	사고형 (T)	감정형 (F)	판단형 (J)	인식형 (P)
N	130	66	107	89
(%)	(66.3)	(33.7)	(54.6)	(45.4)

[표 1] 연구대상자의 선호지표별 분포

이는 20세 ~ 30세 성인 여성을 대상으로 한 연구에서 감각형과 내향형이 같은 64.4%, 인식형 52.5%, 감정형 51.5%순으로 높게, 외향형과 직관형이 같은 35.6%로 낮게 나타난 분포 결과(오현정,2001)와는 많은 차이를 보였으며, 한국여성들의 성격유형 분포 결과(김정택 등,1995)에서 판단형이 80%로 나타난 비율과도 다소 차이를 보였다. 또한, 연구대상자들의 성

격유형을 분류한 분포정도는 [그림 1]에 나타내었고, 본연구의 연구대상자들과 대한민국의 성격유형분포와 비교한 결과는 [표 2]에 나타내었다.

유형	설명	N(%)
ENFJ	언변능숙형 (대한민국1.8%)	3(1.5)
ENFP	스파크형 (대한민국3%)	10(5.1)
ENTJ	지도자형 (대한민국3.4%)	4(2.0)
ENTP	발명가형 (대한민국2.2%)	8(4.1)
ESFJ	친선도모형 (대한민국6%)	9(4.6)
ESFP	사교적인 유형 (대한민국5.4%)	14(7.1)
ESTJ	사업가형 (대한민국14.2%)	39(19.9)
ESTP	수완좋은활동가형 (대한민국5.3%)	17(8.7)
INFJ	예언자형(대한민국2.4%)	1(0.5)
INFP	잔다르크형(대한민국3.7%)	15(7.7)
INTJ	과학자형(대한민국5.5%)	4(2.0)
INTP	아이디어뱅크형 (대한민국3.3%)	9(4.6)
ISFJ	임금뒤편의 권력형 (대한민국8.2%)	7(3.6)
ISFP	성인군자형(대한민국6.5%)	7(3.6)
ISTJ	세상의 소금형 (대한민국21.5%)	40(20.4)
ISTP	백과사전형(대한민국7.8%)	9(4.6)
합계		196(100)

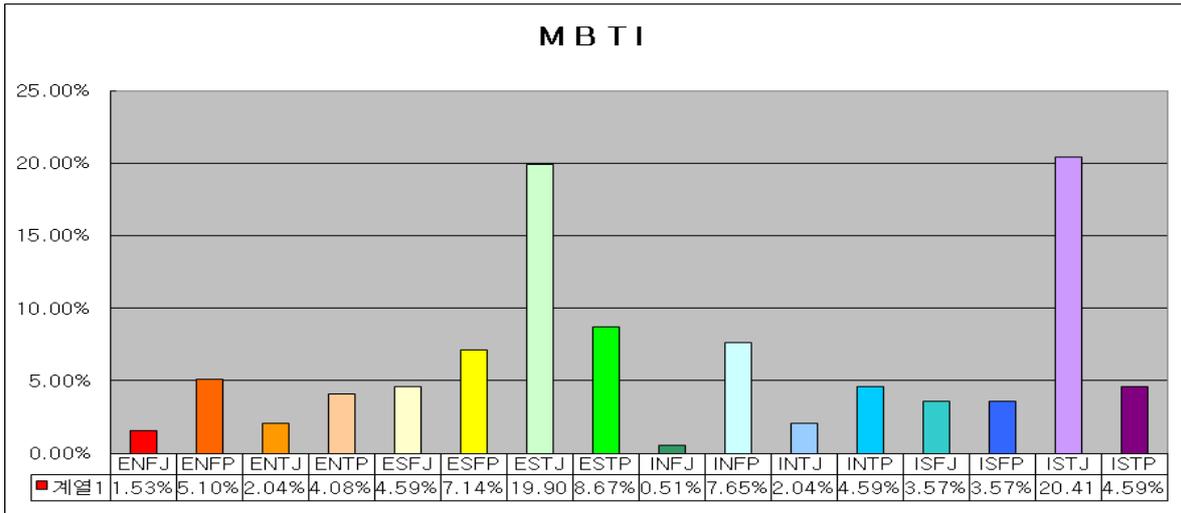
[표 2] 연구대상자의 성격유형 분포

본 연구의 연구대상자들은 세상의 소금형이라 할 수 있는 ISTJ가 가장 많은 20.41%, 사업가형인 ESTJ가 19.9%, 수완 좋은 활동가형인 ESTP가 8.67%, 잔다르크형인 INFP가 7.65%, 사교적인 유형인 ESFP가 7.14%를 차지하였다. 이는 대한민국의 성격유형에서 세상의 소금형인 ISTJ 21.5%, 사업가형인 ESTJ 14.2%, 임금뒤편의 권력형인 ISFJ 8.2%, 백과사전형인 ISTP 7.8%, 친선도모형인 ESFJ 6%로 나타나 ISTJ는 유사한 분포를 보였으나, ESTJ를 비롯한 다른 유형의 분포와는 다소 큰 차이를 보이는 것으로 보아, 대한민국의 성격유형분포는 연구대상이 성인여성뿐만 아니라 남녀노소를 모두 포함하고 있기 때문이라 사료되어진다.

4.2. 헬스복의 만족도 및 선택기준

4.2.1. 헬스복의 만족도

운동 시 착용하는 헬스복에 대한 만족도를 조사한 결과는 [표 3]에 나타내었다. 그 결과, 기존에 착용해 오던 헬스복은 외출용으로 착용하거나, 최신유행과 이성에게 주는 인상에서 매우 불만족스럽다고 응답하였고, 디자인과 스타일, 색상, 최신유행 항목에 대해 불만족이라고 응답하였다. 이에 반해 착용감이나



[그림 1] 연구대상자의 성격유형 분포 정도

활동성 항목에서는 만족한다고 응답한 것으로 보아, 입고 벗는 활동적인 면보다 디자인과 스타일, 색상, 유행 측면에서 개선이 필요로 함을 알 수 있었다.

문항	매우 중요	중요	보통	중요하지 않다	전혀 중요하지 않다
디자인과 스타일	56	112	21	0	0
색상	45	125	19	0	0
이성에게 주는 인상	25	90	59	15	0
최근 유행에 잘 맞는지	26	79	73	11	0
타인에게 주는 인상	34	90	59	6	0
품위나 신분 상징표현	23	58	88	17	3
상, 하의 다양하게 매치	29	102	52	6	0
인지도 높은 유명브랜드	20	58	82	25	4
소재의 질과 섬유혼용율	20	58	82	25	4
내 몸에 잘 맞는지	80	90	17	2	0
입고 벗기 쉬운지	60	99	29	1	0
착용감이 좋은지	86	89	14	0	0
편안하고 활동성	87	87	13	2	0
재봉 및 마무리 상태	57	91	36	5	0
관리나 손질, 세탁용이	60	106	20	3	0
교환과 수선(A/S)	44	84	51	9	1
광고와 제품정보	18	56	82	30	3
단점커버, 날씬하게 연출	75	88	20	4	2
내구성	47	96	44	2	0
주위사람들과 어울리는 제품	22	64	74	26	3
외출복(일상복)으로 착용	28	72	63	23	3
세일가격	32	70	68	16	3

[표 3] 헬스복의 만족도 (Unit:N)

4.2.2. 헬스복을 구입하는 선택기준

헬스복을 구입하는 선택기준에 대한 연구결과는 [표 4]에 나타내었다. 헬스복을 선택하는데 있어서 착용

문항	매우 불편	불편	보통	만족	매우만족
디자인과 스타일	9	66	97	16	1
색상	8	60	95	24	2
이성에게 주는 인상	22	59	98	10	0
최신 유행에 맞는지	22	60	93	14	0
타인에게 주는 인상	9	46	116	18	0
품위나 신분상징 표현	20	59	100	10	0
상,하의 다양한 매치	8	52	102	26	1
옷의 가격이 적절한지	9	35	113	31	1
내 몸에 잘 맞는지	7	49	100	30	3
입고 벗기 편한지	3	33	85	62	6
착용감	4	55	80	47	3
편안함, 활동성	2	43	89	52	3
반복 세탁후 색상, 형태의 변성	5	62	97	23	2
소재의 기능성(통기성, 흡수성, 건조성, 탄력성)	6	54	100	27	2
재봉 및 마무리 상태	6	40	117	26	0
관리나 손질, 세탁용이	5	33	106	40	5
교환과 수선(A/S)	8	44	116	19	2
광고와 제품정보	13	56	100	19	1
외출복(일상복)으로 착용	50	50	75	13	1

[표 4] 헬스복의 선택기준 (Unit:N)

감이나 활동성, 관리적인 측면이 매우 중요하다고 하였으며 색상, 디자인과 스타일, 상하의 매치가 중요하다고 답하였다. 또한 제품정보나 섬유의 혼용율, 브랜드 인지도는 중요하지 않다는 결과를 보여, 헬스복을 구입 시, 기능성도 중요하지만, 특히 색상, 디자인, 스타일이 선택에 많은 영향을 미친다는 것을 알 수 있었다.

4.3. 헬스복의 디자인 선호도

4.3.1. 헬스복 소재

		구 분	N(%)
선 호	소 재	면 , 스판덱스 혼용	89(45.4)
		면 100%	43(21.9)
		면, 합성섬유,스판덱스 혼용	28(14.3)
		면, 합성섬유 혼용	19(9.7)
소 재	소 재	합성섬유 100%	9(4.6)
		합성섬유, 스판덱스혼용	5(2.6)
		기타	3(1.5)
		합 계	196(100)

[표 5] 헬스복 소재의 물성

변 수	구 분			
네 크 라인	U네크라 인	라운드 네크라 인	크루네크 라인	V네크라 인
				
196 (100)	28(14.3)	99(50.5)	12(6.1)	57(29.1)
상의 길이	허리선 길이	허리선 아래5cm	중합선 길이	힙선길이
				
196 (100)	11(5.6)	24(12.2)	102(52.1)	59(30.1)
상의 피트 성	박스형 스타일	허리에서 5~7cm 여유량	허리에서 2~5cm 여유량	허리에서 1~2cm 여유량
				
196 (100)	39(19.9)	47(24.0)	78(39.8)	32(16.3)
소매 길이	3부소매	5부소매	7부소매	손목길이
				
196 (100)	96(48.9)	54(27.6)	31(15.8)	15(7.7)
로 고 위치	가슴위 치	소매위 치	앞중심 위치	뒤중심 위치
				
196 (100)	93(47.4)	54(27.6)	26(13.3)	23(11.7)
절개 선 라인 배색				
	196 (100)	77(39.3)	30(15.3)	70(35.7)

[표 6] 헬스복 상의 선호 스타일 (Unit:N,%)

본 연구에서 여성들이 선호하는 소재 경향으로는 스판덱스가 포함된 면섬유, 면 100%, 스판덱스가 혼용된 면·합성섬유의 순으로 나타났으며, [표 5]의 결과로 보아 여성들은 착용감이 좋고 운동 기능성이 높은 신축성이 포함되어 있는 소재를 선호한다는 것을 알 수 있었다.

4.3.2. 헬스복 상의 선호 스타일

[표 6]에서는 헬스복으로 선호하는 네크라인은 라운드 네크라인으로 50.5%가 선호하는 것으로 V 네크라인이나 U 네크라인의 스타일도 선호하지만, 운동 기능면에서 보다 더 실용적인 스타일을 선호하는 것으로 나타났다. 헬스복으로 선호하는 상의 길이로는 중합 길이를 52.1%가 선호하였고, 상의 피트성으로는 허리에서 5~7cm 여유량이 있는 스타일을 39.8%가 선호하는 것으로 나타났으며, 선호하는 소매길이는 48.9%가 3부 소매를 선호하는 것으로 나타났다. 또한, 헬스복의 로고위치는 47.4%가 가슴위치를 선호하였으며, 절개선 라인배색은 허리를 39.3%, 어깨라인 배색은 35.7%가 선호하는 것으로 나타나, 헬스복으로 선호하는 상의 스타일은 라운드 네크라인에 중합 길이의 3부 소매로 허리에 다소 여유가 있으며 허리 라인에 절개선을 넣어 기능적이면서 날씬해 보이는 실용적인 스타일을 선호하는 것을 알 수 있었다.

4.3.3. 헬스복 하의 선호 스타일

변수	구 분			
하 의 길이	쇼츠 길이	무릎길이	7부길이	발목길이
				
196 (100)	37 (18.9)	17 (8.7)	43 (21.9)	99 (50.5)
허리 모양				
	196 (100)	28 (14.3)	22 (11.2)	94 (48.0)
바 지 단				
	196 (100)	37 (18.7)	112 (57.1)	33 (16.8)

[표 7] 헬스복 하의 선호 스타일

헬스복으로 선호하는 하의길이는 [표 7]에 나타내었다. 헬스복으로 선호하는 하의 길이로는 발목 길이로 50.5%의 분포로 반바지 형태의 스타일을 가장 선호하는 논문(김수진, 2003)과는 다소 다른 결과를 보였고, 7부 길이 21.9%, 반바지인 쇼츠 길이 8.7% 순으로 나타났다. 선호하는 허리모양으로는 고무 밴드에 끈이 달린 스타일이 48%를 보여 가장 선호하는 것으로 나타났다. 선호하는 바지단은 일자형 57.1%, 고무단 18.7%로 나타나 이는 헬스복을 단지 피트니스 센터에서만 착용하기보다 평소 일상복으로도 간편하게 입고자 하는 의도로 보여 진다. 이상의 결과로 상의와 마찬가지로 하의 역시 낱싹해 보이며, 실용적인 스타일을 선호하는 것을 알 수 있었다.

4.3.4. 헬스복의 색상 선호경향

헬스복으로 선호하는 색상 및 색조는 [표 8]에 나타내었다. 선호하는 색상으로 상의는 검정, 흰색, 핑크 순으로, 하의는 검정색, 남색, 회색 순으로 나타났으며, 선호하는 색조로 상의는 검정, 파스텔, 원색계열 순으로 나타났으며, 하의는 검정, 어두운색, 파스텔 계열 순으로 높게 나타나, 헬스복으로 선호하는 색상이나 색조 모두 낱싹해 보일 수 있는 검정을 선호한다는 것을 알 수 있었다.

선호 색상	상 의		하 의		
	상 의	하 의	선호 색조	상 의	하 의
빨강	22 (11.2)	0 (0.0)	검정 계열	47 (24.0)	84 (42.9)
오렌지	8 (4.1)	1 (0.5)	진한회 색계열	15 (7.7)	1 (0.5)
핑크	25 (12.8)	3 (1.5)	중간회 색계열	12 (6.1)	11 (5.6)
초록	1 (0.5)	2 (1.0)	밝은회 색계열	19 (9.7)	7 (3.6)
하늘	15 (7.7)	9 (4.6)	원색 계열	25 (12.8)	7 (3.6)
파랑	9 (4.6)	4 (2.1)	파스텔 색계열	36 (18.4)	16 (8.2)
남색	21 (10.7)	34 (17.3)	어두운 색계열	17 (8.7)	46 (23.5)
자주	2 (1.0)	0 (0.0)	흰색 계열	18 (9.2)	2 (1.0)
보라	7 (3.6)	1 (0.5)			
흰색	29 (14.8)	5 (2.6)			
회색	13 (6.6)	17 (8.7)			
검정	37 (18.9)	113 (57.7)			
기타	7(3.6)	7(3.6)	기타	7(3.6)	7(3.6)

[표 8] 헬스복의 선호 색상 및 색조

4.4. 성격유형별 헬스복 디자인선호도

성격유형의 선호지표별 헬스복 디자인 선호도를 살펴본 결과[표 9], 상의 네크라인, 상의길이, 로고위치와 하의 허리모양은 가장 선호하는 디자인과 두 번째 선호하는 디자인이 선호지표별로 동일하게 나타난 것으로 보아 헬스복을 선택하는 기준에서 성격유형모두가 피트니스를 즐기는 기능적인 부분에서는 활동성을 선호하는 것을 알 수 있었다. 상의피트니스에서 두 번째 선호하는 디자인으로 내향형(I)과 감정형(F)이 허리에서 5~7cm 여유량이 있는 스타일보다 박스형스타일을 선호하는 것으로 보아 사려 깊고 수줍음이 많은 내향형(I)과 인간적이며 상대방의 입장을 고려하는 감정형(F)은 허리라인을 강조하는 디자인보다 실용적인 디자인을 선호하는 것을 알 수 있었다.

유형	상 의					하 의			
	네 크 라 인	길 이	피 트 성	소 매 길 이	로 고 위 치	배 색	길 이	허 리 모 양	바 지 단
외향형 (E)									
내향형 (I)									
감각형 (S)									
직관형 (N)									
사고형 (T)									
감정형 (F)									
판단형 (J)									
인식형 (P)									

[표 9] 선호지표별 헬스복 디자인 선호도

상의절개선 배색에서는 허리배색을 가장 선호하였으나, 이와 다르게 직관형(N)과 판단형(J)은 어깨배색을 가장 선호하는 것으로 나타나, 구체적인 현실보다 추상적인 가능성을 추구하는 직관형(N)과 의사결정이 빠른 판단형(J)은 시각적으로 두드러지는 디자인을 선호하는 것을 알 수 있었다. 행동 지향적이며 충동적인 외향형(E)과 개인과 집단의 가치를 중시하는 감정형(F) 시각적으로 선호도가 높은 두 가지배색을 동일하게 선호하는 것으로 나타났다. 하의 길이에서는 발목길이 다음으로 7부 길이를 선호하였으나, 행동 지향적인 외향형(E)과 추상적인 직관형(N), 논리적인 사고형(T)은 쇼츠 길이, 즉 반바지스타일의 실용적이고 활동적인 하의 디자인을 선호하는 것을 알 수 있었고, 그다음으로는 고무단을 선호하였으나 사고형과 외향형은 바지단이 다소 넓은 스타일을 선호하는 것으로 보아 실용적이면서 시각적인 디자인을 선호하는 것을 알 수 있었다.

5. 결론

본 연구는 피트니스를 즐기는 성인 여성들에게 성격유형을 고려한 헬스복의 필요성이 절실히 요구되어, 헬스복에 대한 만족도와 선택 기준을 파악하고, MBTI 성격유형검사를 실시하여 성격유형의 기능유형이 선호하는 헬스복 디자인을 제안하고자 하였다.

첫째, 본 연구대상자들의 MBTI 성격유형을 검사한 결과, 선호지표로는 감각형 72.5%, 사고형 66.3%, 외향형 53.4%순으로 높게 나타났으며, 내향형 34.7%, 직관형 27.8%로 낮은 분포를 보였다. 또한 성격유형으로는 ISTJ 20.41%, ESTJ 19.9%, ESTP 8.67%, INFP 7.65%, ESFP 7.14%로 높은 분포를 차지하였다.

둘째, 성인여성들이 운동 시 착용하는 헬스복은 외출용으로 착용하거나, 최신유행과 이성에게 주는 인상에서 매우 불만족스러우며, 디자인과 스타일, 색상, 최신유행 항목에 대해 불만족이라고 하였다. 헬스복을 구입하는 선택기준으로 착용감이나 활동성, 관리적인 측면이 매우 중요하며, 색상, 디자인과 스타일, 상하의 매치가 중요하다고 하였다.

셋째, 성인여성의 헬스복 디자인선호도를 알아본 결과, 선호하는 소재는 스판덱스가 포함된 면, 면100%, 스판덱스가 혼용된 면·합성섬유 순으로 나타났다. 헬스복으로 선호하는 상의 넥라인은 라운드 넥라인을, 상의 길이는 중첩 길이를 선호하였고, 상의 피트성은 허리에서 5~7cm 여유량이 있는 스타일을, 소재길이는 3부 소매를 선호하는 것으로 나타났다. 또한, 헬스복의 로고는 가슴위치를 선호하였으며, 절개

선 배색은 허리배색을 선호하는 것으로 나타났다. 헬스복으로 선호하는 하의길이는 발목 길이를, 선호하는 허리모양은 고무 밴드에 끈이 달린 스타일을, 바지단은 일자형을 가장 선호하는 것으로 나타났다. 또한, 헬스복으로 선호하는 상의색상으로는 검정, 흰색, 핑크, 하의로는 검정, 남색, 회색 순으로 나타났으며, 선호하는 상의 색조는 검정, 파스텔, 원색계열, 하의는 검정, 어두운색, 파스텔계열 순으로 나타났다.

넷째, 성격유형의 선호지표별로 헬스복 디자인선호도를 살펴본 결과, 상의 넥라인, 상의길이, 로고위치와 하의 허리모양은 가장 선호하는 디자인과 두 번째 선호하는 디자인이 선호지표별로 동일하게 나타났으나, 상의피트성에서 두 번째 선호하는 디자인으로 내향형(I)과 감정형(F)이 허리에서 5~7cm 여유량이 있는 스타일보다 박스형스타일, 상의 절개선 배색에서는 허리배색을 가장 선호하였으나, 직관형(N)과 판단형(J)은 어깨배색을 가장 선호하였으며, 외향형(E)과 감정형(F)은 두 가지배색을 동일하게 선호하는 것으로 나타났다. 하의 길이에서는 발목길이 다음으로 7부 길이를 선호하였으나, 외향형(E)과 직관형(N), 사고형(T)은 쇼츠 길이를 선호하는 것으로 나타났으며, 바지단은 일자형을 가장 선호하였으며, 다음으로는 고무단을 선호하였으나, 사고형(T)과 외향형(E)은 바지단이 다소 넓은 스타일을 선호하는 것으로 나타났다.

이상의 결과에서 피트니스를 즐기는 성인 여성들이 선호하는 헬스복의 디자인은 성격유형에 따라 다소 차이가 있음을 알 수 있었다. 연구 대상이 전체 여성을 대상으로 하거나 남녀 모두를 대상으로 한 것은 아니므로 결과를 일반화하는 것에는 다소 무리가 있으나, 대상에게 잘 맞는 성격유형을 고려한 심미적이며 기능적인 헬스복 디자인 개발은 운동 기능 강화 및 고부가 기능성 헬스복 디자인 개발을 가속화할 수 있을 것을 사료되어 진다.

참고문헌

- 권보애, 오현정.(2004). 성격유형별 의복라이프스타일과 의복구매행동. '한국의류학회지', 28(7), 927-938.
- 김수진.(2003). 피트니스 웨어에 관한 연구. 이화여자대학교대학원 석사학위논문.
- 김이영.(2003). 스포츠웨어의 디자인 프로세스. '섬유기술과 산업', 7(4), 457-470.
- 김태희.(2008). 퍼스널 컬러와 성격유형에 따른 색상선호도. 경성대학교대학원 석사학위논문.

남기선, 한명숙.(2004). 성격유형에 따른 복식문양 이미지를 평가하는 연구. '복식문화연구', 12(1), 59-72.

염인경, 김미숙.(2004). 성격유형 및 외모관련특성에 따른 토탈 코디네이션 연구. '복식문화연구', 12(6), 1045-1059.

오지영.(2006). 대학생의 성격유형에 따른 헤어스타일과 의복이미지 선호 연구. '복식문화연구', 14(4), 635-646.

오현남.(2004). 여대생의 의복평가기준과 성격유형과의 관계 연구. '대한가정학회지', 42(8), 123-132.

오현정.(2001). 성격유형별 선호하는 의복이미지와 의복구매행동. '한국의류학회지', 25(3), 606-616.

오현정.(2001). 소비자의 성격유형별 의복평가의 차이. '한국의류학회지', 25(2), 249-258.

전명숙, 김용임.(2001). 여대생의 의복행동과 MBTI 성격유형에 관한 연구. '한국생활과학회지', 10(1), 57-7.

황진숙.(2005). 스포츠웨어 추구혜택이 스포츠웨어 선호이미지 및 점포유형별 애고에 미치는 영향. '대한가정학회지', 43(4), 65-78.

김정택, 심혜숙, 제석봉.(1995). MBTI 개발과 활용. 서울: 한국심리검사연구소.

이인자, 이경희, 신호정.(2001). 의상심리. 서울: 교문사.

fashionbiz. (2002.3). '02 휘트니스웨어 군단 살아난다.'

