

자아존중감 및 성인애착이 SNS 중독경향성에 미치는 영향

The Influence of Self Esteem and Adult Attachment on SNS(Social Network Service) Addiction Tendency

권예진, 김다빈, 서보경
을지대학교 중독재활복지학과

Ye Jin Kwon(kyj2672@naver.com), Dabin Kim(qlsldl9435@naver.com),
Bo-Kyung Seo(seboni@gmail.com)

요약

본 연구는 대학생의 SNS 중독 경향성 실태를 파악하고, 인구통계학적 특성과 자아존중감 및 성인애착 중 불안정 애착(애착불안, 애착 회피)이 SNS 중독경향성과의 관계를 조사하고자 하였다. 대학생의 SNS 중독경향성에 미치는 영향 요인을 파악하기 위해, 수도권 4년제 대학교 재학생 330명을 오프라인과 온라인 질문지를 통하여 조사하였고, 그 중 유효한 271명을 분석하였다. 분석에는 빈도분석, 기술통계분석, 변량분석, Pearson의 상관분석, 다중회귀분석을 실시하였다. 그 결과는 다음과 같다.

첫째, 대학생의 87.4%가 SNS를 사용하고 있었고, 주로 사용하는 SNS는 '페이스북(82.3%)'이었다. 일별 SNS 사용시간은 '1시간 이상~2시간 미만(24.7%)'가 가장 많았다. 둘째, 여성이 남성보다 SNS 중독경향성이 유의미하게 높았다. 셋째, 자아존중감과 SNS 중독경향성은 유의미한 부적 상관이 있는 것으로 나타났다. 넷째, 성인애착의 불안정 애착 중에 애착불안과 애착회피는 SNS 중독경향성과 정적 상관을 보였다. 다섯째, 대학생의 자아존중감은 SNS 중독경향성에 부적 영향을 미쳤으며, 불안정 애착 중 애착불안만이 중독경향성에 정적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 끝으로, 대학생의 신분적 특성에 따른 SNS 중독 위험성에 대하여 논의하였다.

■ **중심어** : | 대학생 | SNS 중독경향성 | 자아존중감 | 성인애착 | 애착불안 | 애착회피 |

Abstract

The purpose of this study was to investigate the relationship between demographic characteristics, self - esteem, and attachment instability (attachment anxiety, attachment avoidance) in the college students' SNS addiction tendency. To investigate the influencing factors on SNS addiction tendency of college students, we surveyed 330 college students at universities in the metropolitan area through offline and online questionnaires, and analyzed 271 valid ones. Frequency analysis, descriptive statistics, variance analysis, Pearson correlation analysis and multiple regression analysis were performed. The results of the analysis are as follows.

First, 87.4% of college students used SNS, and the most used SNS was 'Facebook (82.3%)'. The most frequent use of SNS per day was 'over 1 hour ~ less than 2 hours (24.7%)'. Second, women had a significantly higher SNS addiction tendency than men. Third, self-esteem and SNS addiction tendency showed significant negative correlation. Fourth, attachment anxiety and attachment avoidance were positively correlated with SNS addiction tendency. Fifth, the self-esteem of college students affects negatively on the SNS addiction tendency and only the attachment anxiety among attachment instability affects the addiction tendency. Finally, we discussed the risk of SNS addiction according to the characteristics of university students.

■ **keyword** : | Student | SNS Addiction Tendency | Self Esteem | Adult Attachment | Attachment Anxiety | Attachment Avoidance |

* 이 논문은 2018학년도 을지대학교 학술연구비 지원에 의하여 이루어진 것임.

접수일자 : 2018년 08월 06일

심사완료일 : 2018년 09월 14일

수정일자 : 2018년 09월 13일

교신저자 : 서보경, e-mail : seboni@gmail.com

1. 서론

1. 연구의 필요성

최근 10여 년 간, 인터넷 네트워크의 발달과 스마트폰의 보급으로 인해 SNS(Social Network Service)의 사용량이 급격히 늘어나기 시작하였다. 정보통신정책 연구원의 「2016년 한국미디어 패널조사」에 따르면 2011년, 16.8%에 미치던 SNS 사용률은 2016년 44.2%로 27.4%p 상승하였다. 단 5년 만에 국민 중 절반에 가까운 비율이 SNS를 사용하게 된 것이다. 이는 스마트폰 보유율의 증가와 큰 상관이 있어 보이는데, 만 6세 이상 국민의 스마트폰 보유율 역시 2011년, 24.2%에서 2016년, 86.7%로 62.5%p 상승하였기 때문이다[1]. 국내에서 SNS는 1999년에 탄생해 2001년 미니홈피 서비스를 시작한 싸이월드로 초기 역사가 시작되어, 미투데이, 트위터, 페이스북 등으로 이어졌고, 최근에는 스마트폰을 활용한 SNS가 많이 등장하면서부터 카카오토티, 네이버밴드도 많이 사용되고 있는 추세이다. 또, 사진만을 주로 공유하는 인스타그램, 동영상 공유하는 유튜브 등 특정 미디어만을 공유하는 형태의 SNS도 나타나고 있다[표 1].

[표 1]에서와 같이 SNS의 주요 기능은 일상생활을 기록하고 정보를 공유하는 것이다. 한국인터넷진흥원(2016)에 따르면 현재 20대가 가장 많이 사용하는 SNS는 페이스북(81.8%)이고, 카카오토티(64.5%)와 인스타그램(36.9%)이 그 뒤를 잇고 있다[2][3].

표 1. 주요 SNS 별 특징

SNS	특징
페이스북	정보공유, 일상생활기록 인맥형성, 관계유지 광고&스폰서 페이지 공유하기
트위터	140자 내의 정보공유 및 일상생활 기록 유명인과의 격의 없는 연결 가능
카카오 스토리	개인 일상기록 동영상, 사진, 글 공유
인스타그램	주로 사진을 이용한 정보공유 일상생활 기록
네이버밴드	정보공유 및 일상생활기록 채팅방과 공지를 활용한 소모임 활동

* 루진단(2015)의 기록을 수정·보완함.

오승석(2010)은 SNS 사용자들이 주로 대인커뮤니케이션 동기, 정보탐색 동기, 엔터테인먼트적 동기, 자기 확인 동기의 네 가지 동기로 인해 SNS를 사용한다고 보고하였다[4]. 루진단(2016)은 네 가지의 동기에 대해 다음과 같이 설명하였다[5].

첫째, 대인커뮤니케이션 동기는 SNS를 통해 지인들과 관계를 맺거나 교류를 증진하는 동기이다. 둘째, 정보탐색 동기는 새로운 정보나 콘텐츠를 습득하고 타인과 정보를 공유하고자 하는 동기이다. 셋째, 엔터테인먼트적 동기는 재미를 추구하고 기분전환 등, 단순히 시간을 보내기 위해 SNS를 사용하는 동기이다. 마지막으로 자기 확인 동기란 자신의 생각이나 감정, 개성 등을 SNS에 표현하고 타인에게 그것을 확인받고자 하는 자기 과시적 동기이다.

SNS는 관계형성, 정보공유 등 그것의 순기능으로 인해 개인과 사회에 긍정적인 효과를 가져다준다. 그러나 SNS가 항상 긍정적인 효과만을 주는 것은 아니다. 최근, SNS가 가져오는 사회적 문제, 심리·정서적 문제가 대두되면서 “SNS 중독경향성”이라는 용어가 사용되고 있다. SNS의 역사 자체가 길지 않고, 부작용에 대한 사회적 인식이 생긴 지도 얼마 되지 않았기 때문에 그 정의와 개념이 아직 확립되지 않았다. 한국인터넷진흥원(2011)은 SNS 중독을 충동조절 장애개념으로 볼 때, 인터넷 중독이나 스마트폰 중독과 맥락을 같이 한다고 보았다[1]. SNS 중독경향성이란 온라인상의 대인관계에 과도하게 몰입하여 금단 및 내성이 나타나 일상생활에 지장을 주는 것으로, 주로 우울, 초조, 불안 등의 심리적 금단증상이 나타나며, SNS 활동에 많은 시간을 소비함으로써 인해 직업적·학업적 활동의 생산성이 저하되는 것을 의미한다[6].

SNS는 사회생활에 잘 적응하지 못하거나 다른 사람들에게 인정을 받지 못해 자아존중감이 떨어진 사람들에게 매우 유혹적인 공간으로 여겨져 SNS 중독경향성을 촉진한다. SNS는 자신의 외모나 성격 등 현실 세계의 모습을 숨기고 자신이 되고자 하는 이상적인 모습으로 자신을 꾸밀 수 있는 공간이기 때문이다[7]. 특히, 자기애적 성향은 살아가는 데에 필요하지만 과도한 자기애적 성향은 문제가 될 수 있다. 타인의 평가에 민감한

내현적 자기애적 성향은 SNS 중독 경향성과 관련 있다고 보고되기도 하였다[8][9]. 내현적 자기애 성향이 높을 경우, 타인의 긍정적 평가에 대한 기대가 높고, 부정적 평가가 제기될 경우 좌절과 분노를 쉽게 느끼는 경향이 있어 SNS 중독 경향성의 예측변인으로 보고 되고 있다.

실제 생활에서 대인관계에 부적응과 곤란함을 겪은 사람들이 낮아진 자아존중감을 회복하기 위해 인터넷상의 대인관계에 중독된다[10]. 이인숙과 조주연(2012)은 SNS 중독경향성과 자아존중감 사이에 부적 상관관계가 있다고 보고하였다[11].

대학생의 시기는 청소년기를 지나 성인기에 들어서면서 급격히 변화된 환경에 적응해야 하는 때이다. 대학생들이 주로 상담문제로 들고 찾아오는 것은 주로 대인관계문제, 우울, 불안 등인데 이는 대부분 자아존중감과 연결이 되어 있다[12]. 전문대학생에게서 SNS 중독 경향성이 자아존중감과 부적 상관관계를 가지는 것으로 나타났다[11]. 자아존중감이 낮을 경우 누군가에게 자신의 존재를 재차 확인받고 싶은 욕구로 인해 SNS에 집착하게 된다[7].

자아존중감이 낮은 대학생들은 자신의 가치에 대한 불신으로 인해 타인의 평가와 피드백에 의존하게 되고, 그것이 SNS에 게시물을 올리고 타인의 평가에 몰입하는 것으로 이어져 SNS 중독경향성이 나타난다[13].

SNS 중독은 DSM(Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders: 정신장애 진단 및 통계 편람)이나 ICD(The International Statistical Classification of Diseases and Related Health Problems: 질병 및 관련 건강 문제의 국제 통계 분류)의 공식 진단명은 아니다. SNS의 역사 자체가 길지 않아, 아직은 이와 관련된 많은 연구가 진행되지 않았기 때문이다. 많은 선행연구에서는 “SNS 중독” 대신 “SNS 중독경향성”이라는 단어를 사용하고 있으며, 본 연구에서도 “SNS 중독경향성”을 사용하였다.

모든 연령대 중 SNS를 가장 많이 사용하고 있는 연령대는 대학생이 속해있는 18~24세로, 75.2%가 사용하고 있었으며 그 뒤로 25~34세가 70.7%, 35~44세 59.7% 순으로 나타났다[1]. 대학생은 청소년에서 막 초기 성인

기로 넘어가는 단계로, 이전과 다른 사회적 상호작용 패턴을 경험하며 대인관계에 불안함을 가지게 되기도 하고 인간관계를 맺는 것에 대해 혼란함을 느끼게 되기도 한다[14]. 이러한 대인관계에 대한 스트레스와 불안이 오프라인보다 온라인에서 상대적으로 덜하기 때문에 대학생이 온라인 대인관계에 빠지게 된다고 보고되었다[15]. 대인관계 문제를 지닌 사람들이 스마트폰을 통해 부족한 대인관계를 대리적으로 충족하고자 SNS에 더 몰입 하게 된다는 것이다[16][17].

유아는 자라면서 애착의 대상이 부모에서 또래로, 연인으로 변화되어 가는데 이러한 과정에서 애착패턴이 생애 초기에의 그것과 다르게 변화할 수 있다[18]. 애착대상과 패턴이 변한다는 맥락에서 Hazan과 Shaver(1987)는 ‘성인애착’을 제안하였다. 성인애착은 일반적인 모든 관계에 적용되어, 특히 이성 관계 혹은 부부관계에 중요한 영향을 미친다. 성인애착은 안정애착, 회피애착, 불안-양가 애착으로 구분된다[19]. 안정애착 유형은 스스로를 가치 있게 여기고 타인과 친밀한 관계를 맺고자 하며, 관계에 안정감과 편안함을 느끼게 된다. 반면, 회피애착 유형은 친밀한 관계를 회피하고, 타인과 지나치게 가까워지는 것을 두려워한다. 불안-양가 애착 유형은 타인과 가까워지기를 원하나 자신이 원하는 만큼 타인과 가까워지지 않는 것 같아 불안해하며, 타인이 자신을 원하는 만큼 아껴주지 않는다고 느껴 불평하는 특징을 보인다[18].

타인과 친밀해지는 것을 꺼리거나 불편함을 느끼는 사람일수록 SNS 중독경향성이 높다. 또, 관계에 지나치게 몰두하거나 타인에게 거절당할 것을 두려워하는 사람일수록 SNS 중독경향성이 높다[21]. 유현옥(2015)은 중학생의 또래애착과 SNS 중독경향성 간의 상관관계를 분석한 결과, 안정애착은 SNS 중독경향성에 낮은 정적상관을, 불안애착은 높은 정적상관을, 회피애착은 부적상관을 보였다[22].

송기선(2015)은 20대의 SNS 중독경향성에 대해 연구한 결과, 애착의 하위요인 중 불안애착은 SNS 중독경향성에 유의미한 영향을 미치지 않지만, 회피애착은 SNS 중독경향성을 설명하는 데 있어 통계적으로 유의미 하지 않다고 보고하였다[23]. 이선경(2017)은 애착불안 수준

이 높은 성인일수록 SNS 중독경향성을 더 많이 경험하는 반면, 애착회피는 SNS 중독경향성과 유의미한 상관이 없는 것으로 나타났다고 하였다. 또한, 불안정 성인 애착은 SNS 중독경향성에 직접적으로 영향을 미치기도 하지만, 동시에 부분적으로는 거부민감성을 매개하여 SNS 중독경향성에 영향을 미친다고 하였다[24]. 대부분의 선행연구에서 불안애착은 SNS 중독경향성과 정적 상관을 보이지만, 회피애착은 부적상관을 보이거나 관련이 없다고 보고되어 일관적이지 않은 결과를 나타내고 있다.

2. 연구목적 및 연구문제

본 연구에서는 대학생의 SNS 사용 형태, SNS 중독경향성과 성인애착 및 자아존중감의 관계를 검증하여, SNS 중독경향성 위험군의 조기 발굴 및 예방과 치료에 활용될 수 있는 기초자료를 제안하고자 한다.

대학생의 인구통계학적 특성과 자아존중감 및 성인애착 중 불안정 애착(애착불안, 애착 회피)이 SNS 중독경향성과 어떠한 상관관계를 가지고 있는지 알아보고, 어떠한 요인이 대학생의 SNS 중독에 영향을 미치는지 파악하고자 하였다.

특히, 불안정애착 중에서 불안애착은 일관적인 연구 결과가 나타나고 있으나 회피애착은 SNS 중독 경향성과의 상관성에서 다른 연구결과를 보이고 있어, 다음과 같이 연구문제를 설정하고, 본 연구에서 검증하고자 한다.

- 첫째, 대학생의 인구통계학적 특성이 SNS 중독경향성과 관련이 있는가?
- 둘째, 자아존중감과 SNS 중독경향성은 부적 상관을 보일 것이다.
- 셋째, 성인 애착불안은 SNS 중독경향성과 정적 상관을, 애착회피는 부적 상관을 보일 것이다.

II. 연구방법

1. 연구대상

본 연구는 4년제 대학교 학생을 대상으로 SNS 사용

특성, SNS 중독경향성, 자아존중감, 친밀관계 경험에 대한 설문조사를 실시하였다. 설문 배포는 대학생들이 주로 사용하는 SNS에 인터넷 설문조사 링크를 올리는 방법과, 경기도 성남시에 위치한 E대학교와 G대학교, 서울시 동작구에 위치한 S대학교 정문 등 특정 위치에서 설문지를 배포하는 방법으로 이루어졌다. 설문에 참여한 사람은 총 330명이었으나, 불성실하게 응답한 20명과 SNS 미사용자 39명의 응답을 제외하였다. 최종적으로 분석에 포함한 자료는 271개(87.4%)였다.

표 2. 연구 대상자의 인구통계학적 특성

구분		빈도	%
성별	남	104	38.4
	여	167	61.6
학년	1학년	80	29.5
	2학년	64	23.6
	3학년	50	18.5
	4학년	77	28.4
계		271	100.0

2. 측정도구

2.1 SNS 사용 특성

SNS 사용 특성을 파악하기 위하여, 사용하는 SNS 종류, 사용 기간, 주 당 접속 빈도, 하루 평균 사용 시간, 주로 사용하는 시간대, 사용 동기 등에 관한 문항을 제작하였다.

홍신영(2015)은 SNS 사용자의 사용동기에 대한 요인 분석 결과 '자기표현', '정보 활용', '관계 및 소통', '시간 보내기'로 네 개의 큰 요인이 있음을 확인하였다[25]. 이 네 요인에 정서적 요인을 추가하여 SNS 사용 동기에 대한 문항을 작성하였다. 자기표현 요인 문항으로는 '방문자의 반응을 보는 즐거움 때문에', '나를 다른 사람들에게 알리기 위해'가 있으며, 정보 활용 요인에는 '정보 수집 및 보관을 위해', '일상생활에 필요한 정보를 공유하기 위해'가 있다. 관계 및 소통 요인은 '다른 사람들과 소통하고 관계를 맺기 위해', '다른 사람들의 소식이 궁금해서'가 있고, 시간 보내기 요인 문항으로는 '다양한 콘텐츠를 보는 것이 재미있어서', '습관적으로'가 있다. 마지막으로, 정서적 요인 문항으로 '외로움 및 부정적인 감정들을 해소하기 위해서'가 있다.

2.2 SNS 중독경향성 척도

대학생의 SNS 중독경향성을 측정하기 위해 오윤경(2012)이 개발하고, 조성현, 서경현(2013)이 수정, 보완한 SNS 중독경향성 척도를 사용하였다[26][27].

오윤경(2012)은 Young(1996)의 인터넷중독 진단 척도 8문항[26][28]과 한국정보문화진흥원(2005)이 개발한 인터넷 중독 자가진단 검사인 K척도의 성인용 20문항[29]을 가져와 SNS와 관련성이 적은 문항들은 삭제하고 유사질문을 통합하여 20문항으로 척도를 구성하였다. 척도는 4점 리커트 척도(1점 전혀 아니다 ~ 4점 매우 그렇다)로 자기보고식이며, ‘SNS 집착 및 금단’, ‘SNS 과잉 의사소통과 몰입’, ‘SNS를 위한 과도한 시간 소비’의 3개 하위요인으로 이루어져 있다. 채점은 각 문항의 점수를 통산하여 점수가 높을수록 SNS에 대한 중독경향성이 강한 것으로 해석한다. 조성현과 서경현의 연구에서 신뢰도 계수(Cronbach’s α)는 .94였으며, 본 연구에서는 .917로 나타났다.

2.3 자아존중감 척도

Rosenberg(1965)가 개발하고[30] 오승환(2001)이 한국어로 번역한 자아존중감 척도를 사용하였다[31]. 총 10문항으로 구성되어 있으며 4점 리커트 척도(1점 매우 그렇지 않다 ~ 4점 매우 그렇다)로 자기보고식 평가이다. 점수가 높을수록 자아 존중감 정도가 높다는 것을 의미한다. 오승환의 연구에서 신뢰도 계수(Cronbach’s α)는 .92였으며, 본 연구에서는 .86로 나타났다.

2.4 성인애착척도

대학생의 성인애착 유형을 측정하기 위하여 Brennan, Fraley와 Waller(2000)가 개발한 친밀 관계 경험 검사 개정판(Experience in Close Relationship-Revised, ECR-R)을[32] 김성현(2004)이 번안하여 타당화한 척도를 사용하였다. 총 36문항으로 구성되어 있으며, 7점 리커트 척도(1점 전혀 그렇지 않다 ~ 7점 매우 그렇다)로 자기보고식이다. 하위척도는 애착 회피와 애착 불안으로 구성되어있다[33].

모든 항목들의 점수의 총합으로 채점되며, 애착불안과 애착회피에서 각각 최저 18점에서 최고 126점까지

나올 수 있다. 점수가 높을수록 해당 차원의 특성을 많이 보이는 것으로 해석한다. 해당 척도의 하위요인별 Cronbach’s α값은 애착회피가 .85, 애착불안이 .89이며, 본 연구에서는 각각 .84, .93으로 확인되었다.

3. 자료처리 및 분석

본 연구에서는 SPSS 25.0 프로그램을 사용하여 자료를 분석하였다. 응답자의 인구통계학적 특성과 SNS 사용 실태를 알아보기 위해 빈도분석, 기술통계분석을 사용하였다. 인구통계학적 특성이 SNS 중독경향성에 미치는 영향을 알아보기 위하여 독립표본 t-test와 one-way ANOVA 분석을 실시하였다. SNS 중독경향성과 자아존중감 및 성인애착(애착회피, 애착불안)의 상관관계를 알아보기 위하여 Pearson의 상관분석을 실시하였다. 자아존중감과 성인애착이 SNS중독경향성에 미치는 영향을 알아보기 위하여 다중회귀분석을 실시하였다.

III. 연구결과

1. 대학생의 SNS 사용 실태

본 연구에 참여한 총271명의 응답을 빈도분석 한 결과, SNS 사용실태는 아래와 같다[표 3].

주로 사용하는 SNS 종류는 페이스북이 223명(82.3%)으로 가장 많았고, 인스타그램 144명(53.1%), 트위터 17명(6.3%), 카카오톡 6명(2.2%)의 순으로 나타났다. 기타 SNS는 5명(1.8%)이었으며, 그 종류로는 ‘텀블러(1명), 네이버 밴드(2명), 에브리타임(1명), 블로그(1명)’가 포함되었다.

표 3. 대학생의 SNS 사용 종류(복수 응답)

구분	사용유무	빈도(명)	백분율(%)
페이스북	유	223	82.3
	무	48	17.7
인스타그램	유	144	53.1
	무	127	46.9
트위터	유	17	6.3
	무	254	93.7
카카오톡	유	6	2.2
	무	265	91.8
기타	유	5	1.8
	무	266	98.2

SNS사용 기간은 '2년 이상'이 207명(76.4%)으로 가장 많았고, '1년 이상~2년 미만'이 23명(8.5%), '6개월 이상~1년 미만'이 16명(5.9%) 순으로 나타났다. '1개월 이상~6개월 미만'도 '6개월 이상~1년 미만'과 마찬가지로 16명(5.9%)이었으며, '1개월 미만'은 9명(3.3%)으로 나타났다[표 4].

표 4. 대학생의 SNS 사용기간

구분	빈도(명)	백분율(%)	
SNS 사용기간	1개월 미만	9	3.3
	1개월 이상~6개월 미만	16	5.9
	6개월 이상~1년 미만	16	5.9
	1년 이상~2년 미만	23	8.5
	2년 이상	207	76.4
계	271	100.0	

대학생의 SNS 접속빈도(1주일 기준)는 '7일(매일)' 접속하는 사용자는 191명(70.5%), '5~6일'은 22명(8.1%), '1일 미만'은 22명(8.1%)으로 나타났다. 연이어 '1~2일' 접속하는 사용자는 20명(7.4%), '3~4일' 접속하는 사용자는 16명(5.9%)으로 나타났다[표 5].

표 5. 대학생의 SNS 접속빈도

구분	빈도(명)	백분율(%)	
SNS 접속빈도 (1주일 기준)	1일 미만	22	8.1
	1~2일	20	7.4
	3~4일	16	5.9
	5~6일	22	8.1
	7일(매일)	191	70.5
계	271	100.0	

SNS 사용 시간(1일 기준)을 살펴본 결과 '1시간 이상~2시간미만'이 67명(24.7%)으로 가장 많았다. 그 뒤로 '30분 이상~1시간미만'이 66명(24.4%), '10분 이상~30분미만'이 51명(18.8%), '3시간 이상'이 33명(12.2%) 순으로 나타났다. '10분미만' 사용자는 24명(8.9%)으로 가장 적었다[표 6].

표 6. 대학생의 SNS 사용시간(1일 기준)

구분	빈도(명)	백분율(%)	
SNS 사용시간 (1일 기준)	10분 미만	24	8.9
	10분 이상~30분 미만	51	18.8
	30분 이상~1시간 미만	66	24.4
	1시간 이상~2시간 미만	67	24.7
	2시간 이상~3시간 미만	30	11.1
	3시간 이상	33	12.2
계	271	100.0	

[표 7]은 대학생의 SNS 사용 상황(주로 SNS를 사용하는 상황 혹은 시간대)에 대한 결과이다. 대학생이 SNS를 주로 사용하는 상황에 대해 살펴본 결과 '대중교통 이용 중' SNS 사용자가 205명(75.6%)으로 가장 많았으며, '취침 전' 사용자는 188명(69.4%), '여가시간' 사용자는 155명(57.2%) 순으로 나타났다. 그 밖에 응답은 '수업 중' 54명(19.9%), '다른 사람과 함께 있을 때' 29명(10.7%), '식사 중' 1명(11.4%)의 순으로 나타났으며, 기타에는 '알람(SNS)이 울릴 때'라고 응답한 1명(0.2%)이 있었다.

표 7. 대학생의 SNS 사용 상황(복수 응답)

구분	사용유무	빈도(명)	백분율(%)
대중교통 이용 중	유	205	75.6
	무	66	24.4
취침 전	유	188	69.4
	무	83	30.6
여가 시간	유	155	57.2
	무	116	42.8
수업 중	유	54	19.9
	무	217	80.1
다른 사람과 함께 있을 때	유	29	10.7
	무	242	89.3
식사 중	유	31	11.4
	무	240	88.6
기타	유	1	0.4
	무	270	99.6

SNS를 사용하는 동기는 [표 8]에서와 같이, '시간보내기' 요인이 342명(44.4%)으로 가장 높게 나타났으며, 세부응답으로는 '다양한 콘텐츠를 보는 것이 재미있어서'가 208명(27.0%), '습관적으로'가 134명(17.4%)을 차

지하였다. ‘관계 및 소통요인’이 189명(24.5%)이었으며, 세부응답으로는 ‘다른 사람들의 소식이 궁금해서’가 121명(15.7%), ‘다른 사람들과 소통하고 관계를 맺기 위해’가 68명(8.8%)으로 나타났다. ‘정보 활용’이 181명(23.5%), ‘자기표현’이 40명(5.2%)으로 나타났으며, 정서적 요인인 ‘외로움 및 부정적인 감정들을 해소하기 위해’가 19명(2.5%)으로 나타났다.

표 8. 대학생의 SNS 사용동기(복수응답)

구분	사용유무	빈도(명)	백분율(%)
자기 표현	방문자의 반응을 보는 즐거움 때문에	유	22, 8.1
		무	249, 91.9
	나를 다른 사람들에게 알리기 위해	유	18, 6.6
		무	253, 93.4
정보 활용	정보 수집 및 보관을 위해	유	113, 41.7
		무	158, 58.3
	일상생활에 필요한 정보를 공유하기 위해	유	68, 25.1
		무	203, 74.9
관계 및 소통	다른 사람들과 소통 및 관계 맺기 위해	유	68, 25.1
		무	203, 74.9
	다른 사람들의 소식이 궁금해서	유	121, 44.6
		무	150, 55.4
시간 보내기	다양한 콘텐츠를 보는 것이 재미있어서	유	208, 76.8
		무	63, 23.2
	습관적으로	유	134, 49.4
		무	137, 50.6
정서적 요인	외로움 및 부정적 감정 해소 위해	유	19, 7.0
		무	252, 93

2. 인구통계학적 특성과 SNS 중독경향성

성별에 따른 SNS 중독경향성의 차이에 대해 알아보기 위하여 남성 104명과 여성 167명을 독립표본 t-test로 분석한 결과, SNS 중독경향성은 성별로 유의미한 차이가 있었다($t = -3.41, p < .001$). 남성과 여성 간의 SNS 중독경향성의 평균값은 각각 33.05($SD=9.95$), 37.33($SD=10.1$)점으로 나타나, 여성이 더 높은 점수를 보였다. SNS 중독경향성 척도의 각 하위요인들도 마찬가지로 여성이 더 높았다[표 9].

표 9. 성별에 따른 SNS 중독경향성

요인	성별	M(SD)	t(p)
SNS 중독경향성	남	33.05(9.95)	-3.41*** (.001)
	여	37.33(10.1)	
SNS 집착 및 금단	남	14.47(4.79)	-3.02** (.003)
	여	16.35(5.12)	
SNS 과잉의사 소통과 몰입	남	12.92(4.24)	-3.0** (.003)
	여	14.47(4.05)	
SNS를 위한 과도한 소비	남	5.65(1.73)	-3.72*** (.000)
	여	6.51(1.90)	

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

학년에 따른 SNS 중독경향성의 차이를 독립표본 t-test로 분석한 결과, 통계적으로는 유의미하지는 않았다($t = -.82, p > .05$)[표 10].

표 10. 학년별 SNS 중독경향성

변인	학년	N	M(SD)	t(p)
SNS 중독 경향성	저학년 (1,2)	144	35.21(10.89)	-.82 (.414)
	고학년 (3,4)	127	36.23(9.46)	

통학시간(왕복)에 따른 SNS 중독경향성의 차이에 대해 알아보기 위해 실시한 one-way ANOVA 분석 결과, 통학시간에 따른 SNS 중독경향성의 차이는 유의미하지 않았다($F=1.015, p > .05$)[표 11].

표 11. 통학시간에 따른 SNS 중독경향성

변인	통학 시간	M	SD	F(p)
SNS 중독 경향성	30분 미만 (n=59)	35.56	11.18	1.015 (.40)
	30분 이상~ 1시간 미만 (n=69)	36.25	9.18	
	1시간 이상~ 2시간 미만 (n=100)	36.53	10.70	
	2시간 이상~ 3시간 미만 (n=24)	32.38	7.88	
	3시간 이상 (n=19)	33.79	10.88	

3. 자아존중감, 성인애착, SNS중독경향성

SNS중독경향성과 자아존중감 및 성인애착의 상관관계를 알아보기 위해 Pearson 상관분석을 실시한 결과는 [표 12]와 같다. 자아존중감과 SNS 중독경향성은 $r=-.322(p<.01)$ 로 유의미한 부적 상관을 보였다. 자아존중감과 SNS 중독경향성의 하위요인 별 상관관계를 살펴보면, ‘SNS 집착 및 금단증상’ 요인과 자아존중감은 $r=-.365(p<.01)$, ‘SNS 과잉 의사소통과 몰입’ 요인과 자아존중감은 $r=-.322(p<.01)$, ‘SNS를 위한 과도한 소비’ 요인과 자아존중감은 $r=-.244(p<.01)$ 로 모두 유의미한 부적 상관을 보였다.

성인애착의 경우 애착 유형별로 나눠 살펴보면, ‘회피애착’과 SNS 중독경향성은 $r=.139(p<.05)$ 으로 유의미한 정적상관을 보였다. ‘회피애착’과 SNS 중독경향성의 세 가지 하위요인 중 유의한 상관을 보이는 것은 ‘SNS 집착 및 금단증상’ 요인이었다($r=.186, p<.01$).

성인애착의 하위유형인 ‘애착불안’과 SNS 중독경향성의 상관관계는 $r=.353(p<.01)$ 로 유의미한 정적 상관을 보였다. 마찬가지로 ‘애착불안’과 SNS 중독경향성의 하위요인별 상관으로는 ‘SNS 집착 및 금단증상’ 요인과 $r=.383(p<.01)$, ‘SNS 과잉 의사소통과 몰입’ 요인과는 $r=.301(p<.01)$, ‘SNS를 위한 과도한 소비’ 요인과는 $r=.221(p<.01)$ 로 모두 유의미한 정적 상관을 보였다.

표 12. 주요 변인들 간의 상관관계

	SNS 중독경향성	SNS 집착 및 금단증상	SNS 과잉의사소통과 몰입	SNS를 위한 과도한 소비
자아존중감	-.322**	-.365**	-.236**	-.244**
회피애착	.139*	.186**	.092	.052
불안애착	.353**	.383**	.301**	.221**

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

자아존중감과 성인애착이 SNS 중독경향성에 미치는 영향을 알아보기 위해 다중회귀분석을 실시하였다.

[표 13]과 같이 독립변인인 자아존중감과 성인애착은 종속변인인 SNS 중독경향성을 14.6% 설명하는 것으로 나타났다($F=15.255, p<.001$). 대학생의 자아존중감은

SNS 중독경향성에 $t=-2.600, p<.05$ 로 부적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 성인애착 중 애착회피의 경우 SNS 중독경향성에 $t=-6.17, p>.05$ 로 유의한 영향을 미치지 못하는 것으로 확인되었다. 반면 애착불안의 경우 $t=3.655, p<.001$ 로 SNS 중독경향성에 정적 영향을 미치는 것으로 나타났다.

SNS 중독경향성에 유의한 영향을 미치는 요인, 즉, 자아존중감과 애착불안 중 SNS 중독경향성에 더 큰 영향력을 미치는 요인은 애착 불안($\beta=.259$)인 것으로 확인되었다.

표 13. 자아존중감과 성인애착이 SNS 중독경향성에 미치는 영향

종속 변인	독립 변인	B	β	t(p)	R ²	F(p)	
SNS 중독 경향성	자아 존중감	.146	-.187	- 2,600* (.01)	.146	15,255 *** (.000)	
	성인 애착	애착 회피	.047	-.039			- 6,17 (.538)
		애착 불안	.039	.259			3,655*** (.000)

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

V. 논의

1. 연구결과 요약 및 논의

본 연구는 4년제 대학생 271명을 대상으로 자아존중감과 성인애착(애착불안, 애착회피)이 SNS 중독경향성에 미치는 영향에 대해 알아보고자 하였다.

대학생의 SNS 사용실태를 알아본 결과, 대학생의 87.4%가 SNS를 사용하고 있는 것으로 나타났다. 이는 정보통신정책연구원의 『2016 한국미디어 패널조사』 [1]에서 18~24세 연령대의 SNS 사용률(75.2%)보다 12.2%p 높은 수치이며, 대학생의 SNS 중독경향성에 대해 연구한 홍신영(2015)[25]의 연구 결과(82.2%)보다 5.2%p 높은 수치이다.

주로 사용하는 SNS는 ‘페이스북(82.3%)’이었으며, 그 다음은 ‘인스타그램(53.1%)’ 사용자 순으로 나타났다.

SNS를 사용해 온 기간은 '2년 이상'이 76.4%로 가장 많아, 꾸준히 SNS 사용에 관심을 갖고 자신에 맞는 SNS를 찾아 사용하고 있는 것으로 보인다.

하루 중 SNS를 사용하는 평균 시간은 '1시간 이상~2시간 미만(24.7%)'이라는 응답이 가장 많았으며, '30분 이상~1시간 미만(24.4%)', '30분 미만'이라고 응답한 자는 51%로 대학생 중 약 절반이 하루에 30분 이상 SNS를 사용하고 있었다.

대학생들은 '대중교통 이용 중(75.6%)'에 SNS를 가장 많이 사용하였으며, '취침 전(69.4%)', '여가시간(57.2%)'에 SNS를 사용한다는 응답도 과반이상을 차지하였다. 많은 대학생들이 대중교통 이용 중에 SNS를 사용하기 때문에 통학시간이 긴 학생이 SNS 사용시간이 길고, 그에 따라 SNS 중독경향성도 더 높을 것이라고 가정하였다. 그러나 통학시간에 따른 SNS 중독경향성의 차이는 유의미하지 않은 것으로 나타났다($F=1.015, p>.05$). 스마트폰으로 SNS를 보는 것은 장시간 연속적으로 보기보다는 시간이 날 때마다 짧게 보는 특성이 있어, 긴 통학시간과는 상관이 없는 것으로 해석할 수 있다.

대학생들은 보통 주의를 기울여 할 일이 없을 때, SNS를 사용함을 나타내지만, '수업 중(19.9%)', '식사 중(11.4%)', '다른 사람과 함께 있을 때(10.7%)'와 같이 다른 일을 하는 중에도 SNS를 사용한다는 응답도 있었다. 이는 SNS를 '시간보내기(44.4%)' 동기로 많이 사용하긴 하지만, '관계 및 소통 동기(24.5%)', '정보 활용 동기(23.5%)', '자기표현 동기(5.2%)', '정서적 동기(2.5%)'와 같이 다양한 목적으로 사용되고 있다는 결과를 설명해준다.

대학생의 인구통계학적 특성과 SNS 중독경향성의 관계를 살펴본 결과, 성별과 SNS 중독경향성 간에 유의미한 차이가 있었다. 여성이 남성보다 더 높은 점수를 보였으며, SNS 중독경향성 척도의 하위요인인 'SNS 집착 및 금단증상', 'SNS 과잉의사소통과 몰입', 'SNS를 위한 과도한 소비'에서도 여성이 남성보다 높았다. 이는 여러 선행연구들의 결과와 일치한다[7][13][34]. 홍신영(2015)[25]의 연구에서는 성별에 따른 중독경향성 차이는 없었으나, SNS 중독경향성의 하위요인인

'SNS 조절 실패 및 일상생활장애($t=-2.64, p<.01$)', 'SNS 부정 정서의 회피($t=-2.10, p<0.05$)'와는 유의미한 차이를 보여 성별이 중독경향성과 관련이 있음을 보여준다.

대부분의 연구에서 성별에 따른 SNS 중독경향성에 대한 차이가 발생하는 이유를 다음과 같이 해석할 수 있다. 이인숙과 조주연(2012)은 SNS 중독경향성은 불안, 우울과 정적 상관관계를 보고하였고[11], 김성숙 등(2014)은 성격 5요인 중 신경증이 SNS 중독경향성과 정적 상관관계가 있다고 하였다[13]. 또, 송기선(2015)은 외로움이 20대의 SNS 중독경향성에 유의미한 영향을 미친다고 하였다[23]. 박현미(2013)에 따르면 남대생에 비해 여대생이 스트레스와 우울을 더 많이 지각하고, 대인관계에서도 불신을 더 많이 가진다[35]. 이동엽(2015)은 여대생이 남대생에 비해 대인 민감성, 우울, 불안이 유의미하게 높다고 하였다[36]. 원진경(2015)의 연구에서도 우울 점수에서 여성이 남성보다 유의미하게 점수가 높았다[37].

뿐만 아니라 SNS는 대인관계성향과도 연관이 많은데, 일반적으로 여성이 남성에 비해 높은 사회적 적응 행동을 보인다[38]. 이것이 SNS에 대한 몰입으로 이어질 수 있다. 또한, 조다현(2014)에 따르면 여자는 남자보다 자기애적 취약성이 더 높고, 정적정서, 부적정서 등을 포함한 정서 표현을 더 많이 하는데, 자기애적 취약성은 SNS 중독경향성의 유의한 예언변인이고($\beta=.38, p<.001$), 여성의 정서 표현성은 SNS 중독경향성과 유의한 정적 상관을 가진다(정적정서표현: $r=.22, p<.01$, 부적정서표현: $r=.20, p<.01$). 즉, 여성이 남성에 비해 더 많이 우울, 불안 등을 경험하며, 더 높은 대인민감성과 자기애적 취약성을 나타내며, 정서 표현을 더 많이 하기 때문에 SNS라는 공간에 더 많이 매료될 수 있을 것이다. 결국, SNS 중독경향성은 정서적 취약성과 표현성이 더 높은 여성에게서 나타날 가능성이 높다고 추론할 수 있다[39].

자아존중감과 SNS 중독경향성은 유의미한 부적 상관이 있는 것으로 나타났다($r=-.322, p<.01$). 자아존중감은 SNS 중독경향성의 하위요인인 'SNS 집착 및 금단증상($r=-.365, p<.01$)', 'SNS 과잉 의사소통과 몰입

($r=-.322, p<.01$), 'SNS를 위한 과도한 소비($r=-.244, p<.01$)' 모두와 부적 상관을 보였다. 또한, 자아존중감은 SNS 중독경향성에 $t=-2.600(p<.05)$ 로 부(-)의 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 대학생의 SNS 중독경향성은 자아존중감과 유의한 부적 상관관계를 나타낸다는 이인숙과 조주연(2012)의 연구 결과와 일치한다 [11].

성인애착 하위유형인 '애착불안'과 SNS 중독경향성은 유의미한 정적 상관관계에 있는 것으로 나타났다($r=.353, p<.01$). 애착불안은 SNS 중독경향성의 하위요인인 'SNS 집착 및 금단증상($r=.383, p<.01$)', 'SNS 과잉 의사소통과 몰입($r=.301, p<.01$)', 'SNS를 위한 과도한 소비($r=.221, p<.01$)' 모두와 유의미한 정적상관을 보였다.

성인애착의 다른 하위유형인 '애착회피'는 SNS 중독경향성과 유의미한 정적상관($r=.139, p<.05$)을 보였으나, 상관 정도가 매우 작았다. 또한, 애착회피는 SNS 중독경향성의 하위요인 중 'SNS 집착 및 금단 증상'과 유의미한 정적상관을 보였으나, 역시 상관 정도는 낮게 나타났다.

애착불안의 경우 SNS 중독경향성에 정(+)의 영향을 미치지 않으나, 애착회피는 SNS 중독경향성에 유의한 영향을 미치지 못하는 것으로 나타났다. 이와 같은 결과는 유현욱(2015), 송기선(2015), 이선경(2017)의 연구와 일치한다[22-24].

2. 결론

본 연구는 자아존중감과 성인애착(애착불안, 애착회피)이 이제 갓 성인이 되어 이전과 다른 형태의 대인관계를 맺어가는 대학생의 SNS 중독경향성에 어떠한 영향을 미치는지 알아보고자 하였다. 지금까지의 연구 결과를 토대로 본 연구의 의의를 요약하면 다음과 같다.

첫째, SNS 사용의 오·남용으로 인한 사회적 문제가 대두되기 시작하는 때에, SNS의 주사용 연령층인 대학생의 SNS 중독경향성에 영향을 미치는 요인을 이해하고, 위험군의 조기 발굴과 예방, 상담 및 치료에 있어 유용한 기초자료로 활용될 수 있다.

둘째, 자아존중감 및 성인애착과 스마트폰 중독의 상

관성에 대한 연구는 많이 이루어져왔으나, SNS 중독경향성에 관한 연구는 아직 매우 부족한 상태이다. 이러한 실정에서 SNS 중독경향성에 대한 본 연구는 신생분야의 연구결과를 확장시켰다는 데에 의미가 있다.

셋째, 선행연구에서 일관적인 연구결과를 보인 애착불안과 SNS 중독 경향성과의 관계와는 달리, 일관적이지 않은 연구결과를 보였던 애착회피는 SNS 중독경향성에 유의미한 영향을 미치지 않는다는 것을 본 연구를 통해 확인하였다는 데에 의미가 있다. 애착회피 유형은 대인관계를 회피하고 거부에 대한 두려움을 가지고 있기 때문에 SNS 상의 대인관계에서 마저 어려움을 느끼기 때문인 것으로 추정된다.

넷째, 대학생은 이제 막 고등학교와 미성년의 신분에서 벗어난 시기로, 개인적·사회적 자유는 증가하지만 사회의 규제는 이전에 비해 급격히 낮아지는 시기이다. 이전의 다른 시기보다 중독의 위험에 있어 더 취약할 수 있기에 이들에 대한 관심과 연구가 더욱 필요하다. 이러한 점에서 본 연구는 아직 많이 연구되지 않은 대학생의 SNS 중독경향성에 대해 연구하여 그 특성을 명확하게 한 데에 의미가 있다.

3. 제언

마지막으로 본 연구의 한계점 및 후속연구를 위한 제언은 다음과 같다.

첫째, 본 연구는 수도권에 소재한 4년제 대학교 학생들만을 대상으로 하였기 때문에 연구 결과를 대학생 전체로 일반화하기에는 무리가 있다. 따라서 후속연구에서는 연구 대상의 표집을 전국적으로 확대하여 진행할 필요가 있다.

둘째, 본 연구는 설문 배포 시 온라인 설문과 오프라인 설문의 두 가지 방법을 사용하였다. 하지만 온라인 설문은 연구자가 응답자를 확인할 수 없어 그 결과를 온전히 신뢰할 수 없다는 문제가 있다. 또한, 오프라인 설문 시, 설문지의 문항이 총 77개 문항으로 긴 편이었기 때문에 30명의 응답자가 응답 중에 한 두 문항을 빼고 응답하는 경우가 발생하여 연구대상의 손실이 생겼다. 따라서 후속연구에서는 응답자를 확실히 확인할 수 있는 조건에서 설문지의 가독성을 좀 더 높여 성실한

응답을 확보할 필요가 있다.

셋째, 본 연구에서 사용한 SNS 중독경향성 척도는 다른 여타 중독 척도와 달리(예: AUDIT-K, 알코올 사용 장애 선별 검사지) 일반사용군, 위험군, 고위험군과 같은 점수구간을 나누지 않고 점수의 크고 작음으로 SNS 중독경향성의 정도를 설명하였다. 후속 연구에서 SNS 중독 경향 정도에 따라 구간을 구별한 척도를 개발한다면 각 단계에 적절한 개입이 이루어질 수 있을 것이다.

넷째, 본 연구에서 자아존중감과 성인애착의 하위유형 중 불안애착이 SNS 중독경향성에 영향을 미치는 것을 확인하였다. 후속연구에서는 자아존중감을 높이고, 애착 유형을 인식하여 불안애착을 변화시킬 수 있는 개입 방법을 포함하는 SNS 중독 예방 프로그램 개발이 필요하다. 그 밖에, 간단하게 스스로 SNS 중독 위험에 노출되지 않고 건강하게 사용할 수 있도록 SNS 사용 지침 등을 개발하여 대학생들에게 보급하는 것도 효과가 있을 것으로 보인다.

참 고 문 헌

[1] 정보통신정책연구원, 2016 한국미디어 패널조사, p.20, pp.149-150, 2016.
 [2] 한국인터넷진흥원, 2015 모바일인터넷이용실태조사 결과보고서, p.48, 2015.
 [3] 한국인터넷진흥원, 2016 인터넷이용실태조사 최종보고서, p.81, 2016.
 [4] 오승석, 트위터와 페이스북의 이용 동기와 충족에 관한 연구, 한양대학교 언론정보대학원, 석사학위논문, 2010.
 [5] 루진단, SNS 이용의 역기능이 미래사용의도에 미치는 영향에 관한 연구, 충북대학교, 경영학석사학위논문, 2015.
 [6] 정소영, 김종남, “대학생용 SNS 중독경향성 척도 개발 및 타당화 연구,” 한국심리학회지: 건강, 제19권, 제1호, pp.147-166, 2014.
 [7] 피승정, SNS 사용행동에 따른 SNS 중독 가능성,

자아존중감, 대인관계의 차이, 단국대학교 교육대학원 교육학과, 석사학위논문, 2013.
 [8] 정구철, 문중호, “대학생의 내현적 자기애가 SNS 중독경향성에 미치는 영향 - 분노표현의 매개효과,” 한국콘텐츠학회논문지, 제15권, 제9호, pp.146-156, 2015.
 [9] 김종운, 이수련, “전문대학생의 내현적 자기애가 SNS 중독경향성에 미치는 영향 - 스트레스 대처방식의 매개효과,” 한국콘텐츠학회논문지, 제18권, 제4호, pp.530-540, 2018.
 [10] 이봉건, 인터넷중독의 증상과 예방-사이버 공간의 심리 인간적 정보화사회를 향해서, 서울: 박영사, 1999.
 [11] 이인숙, 조주연, “대학생들의 SNS 중독경향성에 영향을 미치는 요인,” 한국자료분석학회지, 제14권, 제5호, pp.2623-2633, 2012.
 [12] 정현진, 자존감 유형에 따른 대학생의 대인관계 능력과 우울 및 불안의 차이, 숙명여자대학교 대학원 교육학과, 석사학위논문, 2013.
 [13] 김정숙, 박미향, 함경애, “대학생의 성격 5요인과 자아존중감이 SNS 중독경향성에 미치는 영향,” 한국재활심리학회 재활심리연구, 제21권, 제2호, pp.189-206, 2014.
 [14] 김종운, 양민정, “자기통제력, 자기효능감, 우울이 대학생의 학업지연행동에 미치는 영향,” 청소년상담연구, 제21권, 제2호, pp.247-265, 2013.
 [15] M. kalkan, “Predictiveness of interpersonal cognitive distortions on university student’ problematic Internet use,” Children and Youth Services Review, Vol.34, No.7, pp.1305-1308, 2012.
 [16] 유승숙, 대학생의 스마트폰 중독 정도와 우울, 불안, 공격성의 관계: 자기통제의 조절효과, 계명대학교 대학원 교육학과, 석사학위논문, 2014.
 [17] 김보경, 백용매, 허창구, “애착과 스마트폰 및 SNS 중독의 관계에서 대인관계 문제의 매개효과,” 청소년학연구, 제23권, 제3호, pp.483-502, 2016.

- [18] J. Bowlby, *Attachment and loss. Vol. 1. Separation, anxiety, and anger*, New York: Basic Books, 1973.
- [19] C. Hazan and P. Shaver, "Romantic love conceptualized as an attachment. process," *Journal of personality and social psychology*, Vol.52, pp.511-524, 1987.
- [20] 이지형, 성인 애착 유형에 따른 향유 신념과 중독성향에 관한 연구, 고려대학교 교육대학원, 석사학위논문, 2012.
- [21] 김보경, 성인애착이 스마트폰 및 SNS 중독경향성에 미치는 영향: 대인관계문제의 매개효과, 대구가톨릭대학교 대학원, 석사학위논문, 2014.
- [22] 유현욱, 중학생의 또래애착과 SNS 중독경향성의 관계에서 자존감과 자존감 안정성의 매개효과, 명지대학교 사회교육대학원 상담심리학과, 석사학위논문, 2015.
- [23] 송기선, 20대의 SNS 중독경향성과 불안정 성인 애착, 외로움, 인정욕구의 관계, 한국외국어대학교 교육대학원 상담심리전공, 석사학위논문, 2015.
- [24] 이선경, 불안정 성인애착과 SNS 중독경향성의 관계-거부민감성의 매개효과, 성신여자대학교 일반대학원 심리학과, 석사학위논문, 2017.
- [25] 홍신영, 대학생의 SNS 이용특성과 자아정체감이 SNS 중독경향성에 미치는 영향, 명지대학교 대학원, 석사학위논문, 2015.
- [26] 오윤경, SNS 중독경향성과 외로움, 우울, 대인관계, 사회적지지의 관계, 한국상담대학원대학교, 석사학위논문, 2012.
- [27] 서경현, 조성현, "SNS 중독경향성 관련 요인 탐색-내현적 자기에, 자기제시 동기 및 소외감을 중심으로," *한국심리학회지*, 제18권, 제1호, pp.239-250, 2013.
- [28] S. K. Young, "Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder, cyber psychology and behavior," Vol.3, pp.237-244, 1996.
- [29] 한국정보문화진흥원, 인터넷 중독 자가진단 검사 K척도 성인용, 2005, [On-line] <http://www.iapc.or.kr/>
- [30] M. Rosenberg, *Society and Adolescent Self-image*, NJ: princeton University Press, 1965.
- [31] 오승환, 저소득 결손가족 청소년의 적응 결정요인, 서울대학교 대학원, 박사학위논문, 2001.
- [32] R. Fraley, G. N. Waller, and K. A. Brennan, "An item response theory analysis of self-report measures of adult attachment," *Journal of personality and social psychology*, Vol.78, No.2, p.350, 2000.
- [33] 김성현, 친밀관계경험검사 개정판 타당화 연구: 확충적 요인분석과 문항 반응, 서울대학교 대학원, 석사학위논문, 2004.
- [34] 하태희, "대학생의 자기효능감 및 애착이 SNS 중독경향성에 미치는 영향," *한국데이터정보과학회지*, 제27권, 제3호, pp.763-772, 2016.
- [35] 박현미, *대학생의 자기효능감, 스트레스, 우울이 대인관계에 미치는 영향*, 관동대학교 대학원 교육학과, 박사학위논문, 2013.
- [36] 이동엽, *대학생들의 정신건강상태와 스트레스반응의 특성*, 대구대학교 대학원 재활심리학, 석사학위논문, 2015.
- [37] 원진경, 애착, 정서조절 양식, 우울 간의 관계: 긍정/부정정서에서 반추와 억제 매개효과, 강원대학교 대학원 심리학과, 석사학위논문, 2015.
- [38] 박성규, *중학생의 SNS 사용수준과 성별에 따른 학교생활 적응과 대인관계의 차이*, 계명대학교 대학원 교육학과, 석사학위논문, 2012.
- [39] 조다현, SNS 중독경향성과 병리적 자기에, 정서표현성, 친구지향성, 스트레스 대처방식의 관계: 성별 차이를 중심으로, 가톨릭대학교 대학원, 문학석사학위논문, 2014.

저 자 소 개

권 예 진(Ye Jin Kwon)

준회원



- 2017년 2월 : 을지대학교 중독재활복지학과(학사)
- 2018년 9월 ~ 현재 : 서울여자대학교 교육심리학과 석사과정 재학 중

<관심분야> : 상담심리, 청소년, 부모양육태도

김 다 빈(Dabin Kim)

준회원



- 2017년 2월 : 을지대학교 중독재활복지학과(학사)

<관심분야> : 중독, 재활, 예방, 교정, 교화, 재범

서 보 경(Bo-Kyung Seo)

정회원



- 2004년 2월 : 독일 오스나브뤽대학교 심리학과(상담 및 임상심리학 학사 및 석사)
- 2008년 11월 : 독일 부퍼탈대학교 심리학과(상담 및 임상심리학 박사)

- 2010년 4월 ~ 2016년 8월 : 한국정보화진흥원 책임연구원
- 2016년 9월 ~ 현재 : 을지대학교 중독재활복지학과 조교수

<관심분야> : 인터넷중독, 스마트폰중독, 우울증, 성인 ADHD, 예방 및 상담 프로그램 개발