

# SNS 효능감, 사회비교 성향, 소외에 대한 두려움이 SNS 중독경향성에 미치는 영향 : 재한 중국 유학생을 중심으로

## Effects of SNS Self-Efficacy, Comparison Orientation, Fear of Missing Out on SNS Addiction Proneness : Focusing on Chinese Students in Korea

이장근\*, 임한\*\*, 유가우\*\*\*, 정용국\*\*\*\*  
동국대학교(서울) 미디어커뮤니케이션학과

Jang Geun Lee(jgcarrot@dongguk.edu)\*, Han Lin(linhan741@gmail.com)\*\*,  
Jiayu Liu(3yudian3@naver.com)\*\*\*, Yongkuk Chung(ykemjy@dongguk.edu)\*\*\*\*

### 요약

본 연구는 한국에서 유학하고 있는 중국 유학생 242명에 대한 온라인 설문조사를 통해 개인의 성향이 SNS 중독경향성에 미치는 영향을 살펴보았다. 이를 위해 개인의 성향을 SNS 효능감, 사회비교 성향, FoMO로 구분하고 각 성향이 일상생활장애 및 조절실패, 가상세계 지향성 및 금단, 몰입과 내성 등 중독 경향성의 3가지 하위 차원에 미치는 효과를 고찰하였다. 연구결과, FoMO는 SNS 중독경향성의 모든 하위차원에 정적인 영향을 미치며, SNS 효능감과 사회비교 성향은 일부 차원과 정적인 연관성을 가지는 것으로 나타났다.

■ 중심어 : SNS 중독 경향성 | SNS 효능감 | 사회 비교 성향 | 소외에 대한 두려움 | 재한 중국 유학생 |

### Abstract

This study examined whether and how personal traits such as SNS self-efficacy, comparison orientation, fear of missing out are associated with SNS addiction proneness. An online survey of 232 Chinese students in Korea showed that the personal traits are positively associated with sub-dimensions of SNS addiction proneness. Fear of missing out is found to be positively associated with all three sub-dimensions of SNS addiction proneness. On the other hand, SNS self-efficacy and comparison orientation is positively related to some of the sub-dimensions.

■ keyword : SNS Addiction | Self-Efficacy | Social Comparison | FoMO | Chinese Student in Korea |

## I. 서 론

한국으로 유학을 오는 중국 학생 수가 시간이 지날수록 점차 많아지고 있다. 교육부[1]의 유학생 현황 공개 자료에 따르면 2003년 약 5천 명이던 중국 유학생은 2009년 10배 증가하여 처음으로 5만 명을 초과하였으며, 2019년에는 7만 명을 돌파하였다. 2020년 현재,

중국 유학생은 국내 외국인 유학생의 약 50%에 이를 정도로 높은 비중을 차지하고 있다.

대부분의 외국인 유학생들은 자신이 자랐던 곳과 다른 새로운 환경에서 살게 되면서 문화적 및 사회적 변화를 경험하는 문화적응(acclturation) 과정을 거치며[2], 이에 따른 스트레스를 겪게 마련이다[3]. 학업을 위해 한국에 온 중국 유학생 역시 다르지 않다. 선행연

구에 따르면 재한 중국 유학생들은 언어 장벽, 외로움이나 가족에 대한 그리움, 학업 스트레스, 경제적인 어려움, 두려움과 불안정감, 집중력 저하와 학업부진, 포극단적인 경우에는 정신적인 질환까지 겪는 것으로 알려져 있다[4-7].

이러한 문화적응 스트레스를 해소하기 위해 많은 중국 유학생이 SNS를 이용한다. 대부분의 중국 유학생들은 한국과 중국의 SNS를 모두 이용하고 있는데, 한국의 친구들과 또는 지인들과의 커뮤니케이션 혹은 같은 유학생들과 소통하고 새로운 인맥 형성을 위해 한국의 SNS를 이용하고[8], 또한 중국에서의 사회관계를 지속적으로 유지하기 위해 기존에 사용했던 자국의 SNS를 사용한다[9]. 즉, 중국 유학생들은 자기표현, 한국적응, 친구와의 교류, 정보공유, 재미 등의 실용적 목적뿐만 아니라 향수병이나, 두려움, 차별감 같은 문화적응 스트레스를 해소하기 위해 SNS를 이용하고 있다[10].

미디어는 문화 적응 과정에서 중요한 역할을 한다. 일반적으로 외부의 불확실성이나 위협이 커질수록 이용자들은 미디어에 의존하는 현상을 보이는데[11][12], 고향을 떠나 타국에서 공부하는 유학생들은 낯선 환경으로 인한 불확실성을 감소시키기 위해 미디어에 의존하게 된다. 특히 최근에는 사회관계의 유지와 확장에 특화된 SNS 이용이 보편화되면서 이를 통해 문화적응 스트레스를 해소하려는 중국 유학생이 늘고 있다. 이러한 경향은 실증적 연구를 통해서도 확인되는데, 재한 중국 유학생들은 유학생생활에서 오는 불안과 외로움을 경감시키기 위해 적극적으로 SNS를 이용하고 있는 것으로 나타났다[10][13].

하지만 SNS 이용이 증가하면서 많은 유학생들이 중독의 고통을 호소하고 있다. 다른 중독과 유사하게 SNS 중독 역시 이용 시간에 대한 조절 실패, 금단 현상, 가상세계에 대한 과도한 몰입 등을 특징으로 한다. 특히, SNS는 가상공간에서 타인과의 관계를 맺으며, 즉각적인 피드백을 받을 수 있는 즐거움을 제공한다는 점에서[14], 사회적 고립과 외로움을 상시적으로 경험하는 중국 유학생의 중독 경향성을 높일 수 있는 최적의 조건을 가지고 있다.

본 연구는 중국 유학생의 개인 성향이 SNS 중독 경향성에 미치는 영향을 살펴본다. 중독에 영향을 미치는

개인의 성향은 매우 다양하지만, 본 연구는 중국 유학생이 처한 상황을 고려하여 SNS 효능감, 사회비교 성향, 소외에 대한 두려움(FoMO) 등 세 가지 요인을 중점적으로 살펴본다. 그동안 SNS 중독에 관한 많은 연구가 진행되었지만, 재한 중국 유학생을 대상으로 한 연구는 거의 없었다는 점에서 본 연구의 의의가 있다.

## II. 문헌연구

### 1. SNS 중독경향성

SNS 중독은 '온라인상의 대인관계에 과도하게 몰입하여 내성 및 금단이 나타나며, 일상생활에 지장을 주는 것'을 말한다[15]. 하지만 SNS 중독이라는 용어가 병리적이고 강박적인 의미를 담고 있고, 중독에 대한 개념 및 정의가 아직 확립되지 못한 이유로, 최근에는 중독이라는 용어 대신에 '중독경향성(addiction proneness)'이라는 용어를 더 많이 사용하고 있다[15][16].

대다수의 연구자들은 SNS 중독경향성을 다차원으로 구성된 개념으로 파악하고 있다. 예를 들어, 오윤경[16]은 'SNS 집착 및 금단', 'SNS 과잉 의사소통과 몰입', 'SNS를 위한 과도한 시간 소비' 등 3개 차원으로, 이상호[17]는 '시간적 내성', '생활 장애', '중단 시도 실패', '금단 및 불안' 등 4개 차원으로, 정소영과 김중남[15]은 '일상생활 및 조절 실패', '몰입 및 내성', '부정 정서의 회피', '가상세계지향성 및 금단' 등 4개 차원으로 구성된 것으로 파악한다. SNS 중독경향성에 대한 다차원적 접근은 각 하위 차원들이 중독경향성의 전체적인 특징을 공유함과 동시에 각 차원이 다른 차원으로 상쇄되지 않는 독자적인 요소를 포함하고 있다는 것을 의미하며, 각 하위 차원에 대한 독립적인 분석이 필요하다는 것을 시사한다.

### 2. 개인 성향과 SNS 중독경향성

미디어 이용자의 개인 성향은 SNS 중독경향성과 밀접한 연관이 있는 것으로 알려져 있다. 본 연구는 중국

유학생의 특성과 상황에 맞춰 중요하다고 판단되는 SNS 효능감, 사회비교 성향, 소외에 대한 외로움(FoMO)이 SNS 중독경향성에 미치는 영향을 중심으로 살펴본다.

## 2.1 SNS 효능감과 SNS 중독경향성

자기 효능감(self-efficacy)은 개인이 어떠한 일을 잘 수행할 수 있다는 신념이나 자신에게 주어진 임무를 잘 수행할 수 있다는 자신감을 의미한다[18]. 자기 효능감은 광범위한 인간 행위에 적용될 수 있기 때문에, 연구자들은 자기 효능감이 적용될 수 있는 대상 행위에 따라 학습 효능감[19], 커뮤니케이션 효능감[20], 인터넷 효능감[21] 등으로 구분해서 사용해왔다. SNS 효능감은 자기 효능감을 SNS 이용이라는 구체적 행위에 적용시킨 개념으로, SNS를 잘 활용할 수 있다는 신념 혹은 자신감을 의미한다.

일반적인 자기 효능감은 자신의 삶에 닥친 어떤 일에 대한 자신감을 의미하기 때문에 중독경향성과는 부적 관계로 알려져 있다[22]. 즉, 낮은 자기 효능감은 스마트폰 중독[22], 휴대전화 중독[23], 인터넷 중독성향[24], SNS 중독경향성[25]과 역의 상관관계를 가지는 것으로 나타났다.

하지만 SNS 효능감이 중독에 미치는 영향은 일반적인 자기 효능감과 다를 수 있다. 자기 효능감은 자신의 능력에 대한 판단을 넘어 실제적으로 행동을 시도하려는 의도까지 포함하기 때문에, SNS 효능감이 높은 사람은 SNS 이용에 대한 행위 의도와 실제 이용 빈도가 높을 수 있다. 이는 정보 기술에 관련된 효능감이 해당 정보 기술의 이용을 촉진한다는 연구 결과에서 확인된다. 예를 들어, 인터넷 효능감이 높은 사람들은 실제로도 인터넷[26]과 SNS[27][28]를 더 많이 이용하고, 스마트폰 효능감이 높은 사람들은 스마트폰에 더 의존하는 경향성이 있으며[29], SNS 효능감이 높은 사람들은 SNS를 더 많이 이용한다[30]. 따라서 SNS 효능감이 높은 사람의 경우 SNS에 대한 이용이 증가하고 오히려 중독경향성이 높아질 것이라 예측한다.

## 2.2 사회비교 성향과 SNS 중독경향성

본 연구는 개인의 사회비교 성향(Comparison

Orientation)이 SNS 중독경향성에 미치는 영향을 살펴본다. 사람들은 자신의 능력이나 의견을 평가할 절대적이고 객관적인 기준이 없을 때, 다른 사람과의 비교를 통해 자신의 의견이나 능력에 대한 판단을 한다[31]. 사회비교는 자신에 대한 판단이나 결정을 내릴 때 일어나는 보편적인 과정이다[32]. 하지만 사회비교 성향은 자신의 느낌, 의견, 능력 및 상황을 타인과 비교하려는 개인적 성향으로, 사회적으로 비교하려는 경향성이 강한 사람들, 유사한 상황에서 타인의 생각과 행동에 대해 궁금해하는 사람들, 또는 타인과 비교하여 자신의 상대적인 위치에 대해 관심이 많은 사람들에게 나타나는 성격적 기질이다[33][34].

SNS 이용자는 다른 사람들의 삶을 관찰하고 평가하는 기회를 빈번하게 가지게 될 뿐만 아니라, 다른 사람들 또한 나의 삶을 관찰하고 평가할 수 있다는 인식을 가지게 된다. 이러한 과정에서 SNS 상에서는 상대적으로 상향 비교(나보다 더 우월한 사람과 비교)가 더 많이 이루어지기 때문에 우울감을 촉진하거나 삶의 만족도에 부정적인 영향을 초래한다는 선행연구가 주를 이루고 있다[35][36]. 과거에는 타인과의 비교가 직접 만남 혹은 TV와 같은 미디어에 등장하는 인물과의 비교를 통해 이루어졌다면, 이제는 SNS를 통해 상시적으로 타인과의 비교가 가능해진 것이다[37].

사회비교 성향과 SNS 이용 및 중독에 대해서는 아직 충분한 연구가 이루어지지 않았으나, 제한된 연구들은 사회비교 성향과 SNS 이용 및 중독 간에 정적인 상관관계가 있다는 것을 보여준다. 예를 들어, Jang, Park & Song[38]은 대학생 313명에 대한 조사에서, 페이스북 이용과 사회비교 성향의 정적인 상관관계가 유의미하다는 것을 밝혔고, Rozgonjuk와 동료들[39] 역시 사회비교를 많이 할수록 페이스북의 사용이 높아진다고 보고하였다. 이는 사회비교 성향이 높을수록 SNS 사용 시간이 길어질 가능성을 보여준다. 또한 사회비교 성향은 SNS 중독에도 영향을 미치는 것으로 나타났다. 양인숙과 황선아[33]가 한국 대학생 195명을 대상으로 조사한 바에 따르면, 사회비교 성향이 높을수록 SNS 중독이 심해지는 것으로 나타났다. 이 결과는 자아 존중감의 매개 효과를 통제하더라도 여전히 유의미한 것으로 나타나, 사회비교 성향이 SNS 중독에 직접적인

영향을 미친다는 것을 보여주었다.

### 2.3 FoMO와 SNS 중독경향성

마지막으로 본 연구는 소외에 대한 두려움(Fear of Missing Out: 이하 FoMO)이 SNS 중독경향성에 미치는 영향을 살펴본다. 최근 들어 SNS 중독경향성에 영향을 미치는 주요 선행 요인으로 FOMO에 대한 관심이 높아지고 있다[40-43]. FoMO는 '자신이 없는 상태에서 다른 사람들이 가치 있는 경험을 할지 모른다는 광범위한 우려'를 말하며, 다른 사람이 하는 일에 끊임 없이 관여하고자 하는 욕구로 표현된다[38].

지금까지 많은 실증 연구들이 FoMO와 SNS 중독경향성의 유의미한 상관관계를 확인하였다. Przybylski와 동료들[44]은 FoMO가 높은 사람은 페이스북이나 트위터와 같은 소셜미디어를 적극적으로 이용한다는 것을 보여주었다. 국내 연구들은 보다 직접적으로 FoMO와 SNS 중독경향성이 밀접한 연관이 있다는 것을 보여주었다. 박지수와 서영석[41]이 페이스북, 인스타그램, 트위터 등의 SNS를 사용하는 대학생 322명을 대상으로 한 조사에 따르면, FoMO와 SNS중독경향성은 높은 정적 상관관계를 가지는 것으로 나타났다. 김설화[42] 역시 중학생을 대상으로 한 연구에서, FoMO와 SNS중독경향성이 정적인 관계를 가지는 것을 발견했다. 이러한 연구결과들은 다른 사람으로부터 소외감을 많이 느낄수록 SNS를 강박적으로 이용할 가능성이 높다는 것을 보여준다.

또한 FoMO와 관련된 대부분의 선행연구는 청소년 집단 또는 SNS를 주로 이용하는 대학생 집단을 대상으로 FoMO와 SNS 중독 경향성의 관계를 살펴보았다는 공통된 한계점을 가지고 있다[45][46]. 따라서 본 연구는 선행연구의 한계점을 보완하기 위하여 본국을 떠나 타국에서 생활하고 있는 특수 집단인 유학생들이 타인으로부터의 소외에 대한 두려움을 상대적으로 강하게 느낄 것이라고 예상하여 유학생 집단에서 FoMO의 영향력을 살펴볼 필요가 있다고 판단하였다.

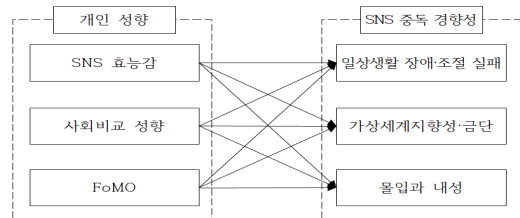
앞서 논의한 내용들을 종합하여, 본 연구는 재한 중국 유학생의 SNS 중독경향성에 영향을 미칠 것이라 예상되는 개인적 특성으로 SNS 효능감, 사회비교 성향, FoMO 등 3개 요인을 선택하고, 각 변인이 중독경향성

의 하위 차원, 즉 일상생활장에 및 조절실패, 가상세계 지향성 및 금단, 몰입과 내성에 정적(+인 영향을 미칠 것을 예측한다.

연구가설 1: 재한 중국 유학생의 SNS 효능감, 사회비교 성향, FoMO의 수준이 높아질수록 일상생활장에 및 조절실패 차원의 SNS 중독경향성이 높아질 것이다.

연구가설 2: 재한 중국 유학생의 SNS 효능감, 사회비교 성향, FoMO의 수준이 높아질수록 가상세계 지향성 및 금단 차원의 SNS 중독경향성이 높아질 것이다.

연구가설 3: 재한 중국 유학생의 SNS 효능감, 사회비교 성향, FoMO의 수준이 높아질수록 몰입과 내성 차원의 SNS 중독경향성이 높아질 것이다.



주. 개인 성향의 하위변인과 SNS 중독 경향성 하위변인간의 관계는 모두 정적(+인 영향을 미치는 것으로 예측하였음.

그림 1. 연구모형

## III. 연구방법

### 1. 자료 수집 및 분석 방법

본 연구의 목적은 재한 중국 유학생의 SNS 효능감, 사회비교 성향, FoMO의 수준이 SNS 중독경향성에 미치는 영향을 살펴보는 것이다. 이를 위해 2020년 5월 11일부터 17일까지 일주일 동안 중국 유학생이 주로 참여하는 위챗 채팅방과 모멘트 등을 통해 온라인 설문 조사를 실시하였다. 본 연구의 핵심 변인이 SNS 중독 경향성이었기 때문에, SNS 이용자만 설문문에 참여할 수 있었다. 설문지는 먼저 한국어로 작성한 후 중국어로 번역해서 사용하였다.

2. 변인의 측정<sup>1)</sup>

2.1 SNS 중독경향성

표 1. SNS 중독 경향성에 대한 탐색적 요인분석 결과

측정 항목	요인1	요인2	요인3
SNS 이용이 일/학업에 부정적 영향을 미침	.849		
SNS 사용 시간을 줄이지 못해 후회함	.835		
"그만 해야지"하면서도 번번이 하게 됨	.806		
SNS 때문에 취미, 여가생활 등을 덜 하게 됨	.749		
피곤해서 수업/업무 시간에 잠	.715		
다른 활동에 대한 흥미가 감소	.642		
SNS 하는 동안 자신감이 생김		.823	
SNS 하는 동안 인정 받는다고 느낌		.802	
SNS를 못하게 되면 짜증이 남		.669	
다른 사람과 연결되어 외로움을 덜 느낌		.632	
다른 일을 하면서 끊임없이 SNS를 함*		.552	
하루 대부분을 SNS를 하며 보냄			.840
시간이 날 때마다 수시로 확인함			.722
SNS를 하고 싶은 충동을 더 느낌			.710
최근 SNS에서 일어난 일에 대해 생각함			.505
SNS 사용에 많은 시간을 보내지 않음(역)			.475
초기교육 값	6.01	2.12	1.49
설명분산	37.58	13.26	9.32
누적분산		50.84	60.16
Cronbach's $\alpha$	.89	.82	.74

주. 지면 제약으로 문항을 요약하였음. 추출 요인을 3개로 고정하고 주성분 분석을 통해 요인을 추출하였고, 베리맥스 방법을 사용하여 요인을 회전하였음. 요인적재치 < .40은 표시하지 않았음. KMO = .851. Bartlett의 구형성 검정 카이스퀘어 = 1887.47, df = 120, p < .001. 요인 1 = 일상 생활 장애 및 조절 실패, 요인 2 = 가상세계 지향성 및 금단, 요인 3 = 몰입 및 내성. \* 정소영과 김종남(2014)에서는 '몰입 및 내성'에 속한 문항이었으나, 본 연구에서는 '가상세계 지향성 및 금단' 요인에 속하는 것으로 반영되었음.

SNS 중독경향성은 정소영과 김종남[15]이 개발한 '대학생용 SNS 중독경향성 척도(SNS Addiction Proneness Scale for College Students)'를 일부 수정하여 측정하였다. 이 척도는 '일상생활장애 및 조절실패(7문항)', '몰입 및 내성(7문항)', '부정 정서의 회피(5문항)', '가상세계지향성 및 금단(5문항)' 등 4개 하위 요인을 총 24문항으로 측정하도록 구성되어있다. 하지만 위 하위 요인 중 부정 정서의 회피(예, '기분을 좋게 하기 위해 SNS를 이용한다', '스트레스를 잊기 위해 SNS를 사용한다' 등) 요인은 미디어 이용 동기의 측정 문항과 매우 유사하다는 점에서 중독 성향의 측정 문항으로 적절하지 않다고 판단하여 측정에서 제외하였다. 기존 척도를 수정하여 사용하였기 때문에 탐색적 요인 분석을 실시한 결과, [표 1]과 같이 3개 요인으로 구성된 것

1. SNS중독경향성, SNS 효능감, 사회비교 성향, FoMO는 7점 척도(1 = 전혀 그렇지 않다, 4 = 보통이다, 7 = 매우 그렇다)로 측정하였다.

으로 나타났다<sup>2)</sup>.

2.2 SNS 효능감

자기 효능감은 표준화된 척도가 존재하지만, SNS 이용 행동에 특화된 SNS 효능감에 대한 측정 척도는 존재하지 않는다. 따라서 본 연구는 기존 연구 [30][47][48]를 참조하여 3개 문항을 새로 만들어서 사용하였다. 문항은 '나는 SNS를 어떻게 사용해야 하는지 스스로 잘 알고 있다', '나는 SNS를 통해 자신의 감정이나 의견을 자유롭게 표현할 수 있다', '나는 SNS 이용규칙을 잘 지킬 수 있다' 등으로 문항 간 내적 일치도는 .702로 나타났다.

2.3 사회비교 성향

타인과 비교하는 정도를 나타내는 성격적 특질인 사회 비교 성향을 측정하기 위해 Gibbons와 Buunk[34]의 측정 도구를 사용하였다. 이 측정 도구는 능력과 대한 비교 성향을 측정하는 문항 6개(예, '나는 항상 나의 행동을 타인의 행동과 비교하는 것을 좋아한다', '내가 일을 잘했는지 알고자 할 때, 다른 사람이 한 것과 내가 한 것을 비교한다')와 의견에 대한 비교 성향을 측정하는 문항 5개(예, '나는 종종 다양한 의견과 경험을 얻기 위해 타인과 이야기하길 좋아한다', '나는 항상 나와 상황이 비슷한 사람들이라면 어떻게 행동했는지 알고 싶다') 등 총 11개 문항으로 이루어져있다. 능력 비교 문항 간 내적 일치도는 .830, 의견 비교 문항 간 내적 일치도는 .758로 나타났다.

2.4 FoMO

FoMO는 Przybylski 등[44]이 개발한 '소외에 대한 두려움' 척도의 한국어 번역본[41]을 사용하여 측정하였다. Przybylski 등[44]은 FoMO를 단일 요인을 가정하였고, 박지수와 서영석[41]의 연구도 이를 지지하였다. 하지만 주은선, 전소연과 심술지[49]가 한국형 소외에 대한 두려움 척도의 타당화를 확인한 결과, 1개가

2. 탐색적 요인 분석 과정에서 3개 문항('SNS로 인해 원하는 시간보다 더 늦게 잠들거나 잠을 이루지 못하는 일이 자주 있다', 'SNS를 생각하거나 어떻게 이용할 것인가에 대해 많은 시간을 보낸다', 'SNS를 하지 못하게 되면 사는 즐거움 또는 재미를 잃는다')이 중복 적재되어 측정 항목에서 배제하였다.

아닌 3개의 요인으로 구성된 것으로 나타났다. 따라서 본 연구는 기존 요인 구조가 동일하게 유지되는지를 확인하기 위해서 탐색적 요인분석을 실시하였다. 분석 결과, 본 연구에서 FoMO는 단일 요인으로 구성된 것으로 나타났다<sup>3</sup>.

표 2. FOMO에 대한 탐색적 요인분석 결과

측정 항목	요인1
때로는 주변에 일어난 일에 뒤처지지 않기 위해...	.840
나는 내 친구들이 무엇을 하고 있는지 모르면 불안하다	.804
친구들과 만날 수 있는 기회를 놓치면 신경이 쓰인다	.787
휴가를 가서도 나는 계속 내 친구들이 무엇을 하는지...	.702
나는 내 친구들이 나 없이도 즐거운 시간을 보내고...	.695
나는 계획된 모임을 가지 못하면 신경이 쓰인다	.613
나는 내 친구들이 나보다 더 보람찬 경험을 많이...	.460
내가 좋은 시간을 보내고 있을 때, 온라인에 자제할...	.416
초기고유값	3.731
설명분산	46.63
Cronbach's $\alpha$	.824

주. 지면 제약으로 일부 문항을 요약하였음. 주성분 분석을 통해 요인을 추출하였고, 베리맥스 방법을 사용하여 요인을 회전하였음. 요인적재치 <.40은 표시하지 않았음. KMO = .847. Bartlett의 구형성 검정 카이스퀘어 = 666.11, df = 28,  $p < .001$ . 요인 1 = 소외에 대한 두려움.

### 2.5 통제 변인

성별, 하루 평균 SNS 이용 시간, 한국 거주 기간 등 3개 변인을 통제 변인으로 측정하였다.

## IV. 연구 결과

### 1. 표본의 특성

설문조사에 참여한 재한 중국 유학생은 245명이었 다. 이 중에서 SNS를 사용하지 않는 3명을 제외하고 최종 응답자는 총 242명이었다. 성별, 연령, 학력 등의 인구통계학적 특성은 다음과 같다. 먼저, 성별의 경우, 여성이 60.6%(166명)이었고, 평균 연령은 21.57세( $SD = 2.70$ ), 학력 수준의 경우 대학교 재학 중인 응답자가 193명(79.75%), 대학원 재학 중인 응답자가 49명 (20.25%)으로 나타났다.

3 탐색적 요인 분석 과정에서 2개 문항('나는 다른 사람들이 나보다 더 보람찬 경험을 많이 할까봐 두렵다', '친구들 사이에서만 아는 농담을 이해하는 것은 나에게 중요하다')이 중복 적재되어 측정 항목에서 배제하였다.

설문 응답자들은 대부분 스마트폰으로 SNS를 이용하 며(233명, 96.28%), 주로 이용하는 SNS는 WeChat (198명, 81.82%)과 Weibo(26명, 10.74%)였다. 또한 대부분 매일 SNS를 이용하며(233명, 92.15%), 하루 평 균 이용 시간은 '30분 미만'이 11명(4.55%), '0.5~1.5 시간'이 53명(21.90%), '1.5~2.5시간'이 49명(4.55%), '2.5~3.5시간'이 43명(17.77%), '3.5시간 이상'이 86명 (35.54%)으로 나타났다.

### 2. 기술통계 및 상관관계 분석

[표 3]은 주요 변인의 기술통계 및 변인 간 상관관계 를 보여준다. 응답자의 SNS 중독경향성은 몰입 및 내 성( $M = 4.92$ ,  $SD = 1.04$ ), 가상세계 지향성 및 금단( $M = 4.03$ ,  $SD = 1.27$ ), 일상생활장애 및 조절실패( $M = 3.99$ ,  $SD = 1.33$ )의 순으로 나타났다.

몰입 및 내성과 유의미한 상관관계를 가지는 변인은 FoMO( $r = .41$ ,  $p < .01$ ), 의견비교 성향( $r = .37$ ,  $p < .01$ ), SNS 효능감( $r = .33$ ,  $p < .01$ ), 능력비교 성향( $r = .15$ ,  $p < .05$ )의 순으로 나타났다. 가상세계 지향성과 유의 미한 상관관계를 가지는 변인은 FoMO( $r = .55$ ,  $p < .01$ ), 능력비교 성향( $r = .43$ ,  $p < .01$ ), 의견비교 성향( $r = .36$ ,  $p < .01$ ), SNS 효능감( $r = .28$ ,  $p < .01$ )의 순으로 나타 났으며, 일상생활장애 및 조절실패와 유의미한 상관관 계를 가지는 변인은 FoMO( $r = .43$ ,  $p < .01$ ), 능력비 교 성향( $r = .32$ ,  $p < .01$ ), 의견비교 성향( $r = .24$ ,  $p < .01$ ) 의 순으로 나타났다.

표 3. 주요 변인의 기술통계 및 상관관계

구분	1	2	3	4	5	6	7
1	1.00						
2	0.15*	1.00					
3	0.30**	0.46**	1.00				
4	0.29**	0.51**	0.48**	1.00			
5	0.12	0.32**	0.24**	0.43**	1.00		
6	0.28**	0.43**	0.36**	0.55**	0.46**	1.00	
7	0.33**	0.15*	0.37**	0.41**	0.38**	0.52**	1.00
<i>M</i>	5.01	4.16	4.84	4.19	3.99	4.03	4.92
<i>SD</i>	1.03	1.09	1.00	1.05	1.33	1.27	1.04

주. 1 = SNS 효능감, 2 = 능력비교 성향, 3 = 의견비교 성향, 4 = FoMO, 5 = 일상생활장애 및 조절실패, 6 = 가상세계 지향성 및 금단, 7 = 몰입 및 내성. \*  $p < .05$ , \*\*  $p < .01$

### 3. 연구가설 검증

연구가설 1은 SNS 효능감, 사회비교 성향, FoMO의 수준이 높아질수록 일상생활장애 및 조절실패 차원의 SNS 중독경향성이 높아질 것이라고 예측하였다. 분석 결과, 능력비교 성향과 FoMO가 높아질수록 일상생활장애 및 조절실패 차원의 중독경향성이 높아지는 것으로 나타났다.

[표 4]에서 볼 수 있듯이, 전체 모델은 통계적으로 유의미하였으며( $F(7, 234) = 10.03, p < .001$ ), 일상생활장애 및 조절실패의 약 23.1%를 설명할 수 있는 것으로 나타났다. 각 변인의 계수를 확인한 결과, 통제 변인 중에서는 SNS 일일 이용시간만이 중독경향성과 유의미한 관련이 있었으며( $\beta = .19, t = 3.03, p < .01$ ), 중독경향성의 약 4%를 설명하는 것으로 나타났다. 또한 개인성향 변인은 추가적으로 19.1%를 더 설명하는 것으로 밝혀졌는데, 능력비교 성향( $\beta = .16, t = 2.22, p < .05$ )과 FoMO( $\beta = .34, t = 4.64, p < .001$ )가 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다.

표 4. 개인성향이 일상생활장애 및 조절실패 차원의 중독경향성에 미치는 영향에 대한 위계적 회귀분석

투입변인		Model 1		Model 2	
		$\beta$	$t$	$\beta$	$t$
통제 변인	성별	-0.027	-0.414	-0.049	-0.821
	일일이용시간	0.193	3.028**	0.157	2.694**
	한국거주기간	-0.038	-0.574	-0.027	-0.457
개인 성향	SNS 효능감			-0.024	-0.386
	능력비교성향			0.158	2.223*
	의견비교성향			0.015	0.208
	FoMO			0.336	4.637***
$F(df)$		3.264(3,238)*		10.027(7,234)***	
$R^2(R^2adj)$		.04(.027)		.231(.208)	
$\Delta R^2$				.191	
$\Delta F(df)$				14.542(4,234)***	

주. n = 242. 모든 모델을 통틀어서 가장 큰 분산팽창지수(VIF)는 1.59로 나타나, 다중 공선성의 우려는 크지 않은 것으로 확인되었음. 또한 더빈-왓슨(Durbin-Watson) 통계값은 2.00으로 나타나 잔차의 상호 독립성이 충족된 것으로 확인되었음. \*  $p < .05$ , \*\*  $p < .01$ , \*\*\*  $p < .001$ .

연구가설 2는 SNS 효능감, 사회비교 성향, FoMO의 수준이 높아질수록 가상세계 지향성 및 금단 차원의 SNS 중독경향성이 높아질 것이라고 예측하였다. 분석 결과, SNS 효능감, 능력비교 성향, FoMO가 높아질수록 가상세계 지향성 및 금단 차원의 중독경향성이 높아

지는 것으로 나타났다.

표 5. 개인성향이 가상세계 지향성 및 금단 차원의 중독경향성에 미치는 영향에 대한 위계적 회귀분석

투입변인		Model 1		Model 2	
		$\beta$	$t$	$\beta$	$t$
통제 변인	성별	.003	.043	-.016	-.292
	일일이용시간	.231	3.664***	.184	3.534***
	한국거주기간	.045	.698	.051	.956
개인 성향	SNS 효능감			.112	2.052*
	능력비교성향			.218	3.446***
	의견비교성향			.046	.735
	FoMO			.360	5.568***
$F(df)$		4.771(3,238)**		21.434(7,234)***	
$R^2(R^2adj)$		.057(.045)		.386(.367)	
$\Delta R^2$				.329	
$\Delta F(df)$				31.326(4,234)***	

주. n = 242. 모든 모델을 통틀어서 가장 큰 분산팽창지수(VIF)는 1.59로 나타나, 다중 공선성의 우려는 크지 않은 것으로 확인되었음. 또한 더빈-왓슨(Durbin-Watson) 통계값은 2.09로 나타나 잔차의 상호 독립성이 충족된 것으로 확인되었음. \*  $p < .05$ , \*\*  $p < .01$ , \*\*\*  $p < .001$ .

[표 5]에서 볼 수 있듯이, 전체 모델은 통계적으로 유의미하였으며( $F(7, 234) = 21.43, p < .001$ ), 가상세계 지향성 및 금단의 약 38.6%를 설명할 수 있는 것으로 나타났다. 각 변인의 계수를 확인한 결과, 통제 변인 중에서는 SNS 일일 이용시간만이 유의미하였으며( $\beta = .23, t = 3.66, p < .001$ ), 중독경향성의 약 5.7%를 설명하는 것으로 나타났다. 또한 개인성향 변인은 추가적으로 32.9%를 더 설명하는 것으로 밝혀졌는데, SNS 효능감( $\beta = .11, t = 2.05, p < .05$ ), 능력비교 성향( $\beta = .22, t = 3.45, p < .001$ )과 FoMO( $\beta = .36, t = 5.57, p < .001$ )가 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다.

연구가설 3은 SNS 효능감, 사회비교 성향, FoMO의 수준이 높아질수록 몰입과 내성 차원의 SNS 중독경향성이 높아질 것이라고 예측하였다. 분석결과, SNS 효능감, 의견비교 성향, FoMO가 높아질수록 몰입과 내성 차원의 중독경향성이 높아지는 것으로 나타났다.

표 6. 개인성향이 몰입 및 내성 차원의 중독경향성에 미치는 영향에 대한 위계적 회귀분석

투입변인		Model 1		Model 2	
		$\beta$	$t$	$\beta$	$t$
통제 변인	성별	-.067	-1.061	-.022	-.398
	일일이용시간	.307	5.008***	.264	4.877***
	한국거주기간	.098	1.554	.081	1.461
개인	SNS 효능감			.174	3.053**

성향	능력비교성향		-.123	-1.872
	의견비교성향		.238	3.626***
	FoMO		.279	4.150***
$F(df)$		9.836(3,238)***	16.821(7,234)***	
$R^2 (R^2_{adj})$		.110(.099)	.335(.315)	
$\Delta R^2$			.224	
$\Delta F(df)$			19.737(4,234)***	

주. n = 242. 모든 모델을 통틀어서 가장 큰 분산팽창지수(VIF)는 1.61로 나타나, 다중 공선성의 우려는 크지 않은 것으로 확인되었음. 또한 더빈-왓슨(Durbin-Watson) 통계값은 2.08로 나타나 잔차의 상호 독립성이 충족된 것으로 확인되었음. \* p < .05, \*\* p < .01, \*\*\* p < .001.

[표 6]에서 볼 수 있듯이, 전체 모델은 통계적으로 유의미하였으며( $F(7, 234) = 16.82, p < .001$ ), 몰입과 내성의 약 33.5%를 설명할 수 있는 것으로 나타났다. 각 변인의 계수를 확인한 결과, 통제 변인 중에서는 SNS 일일 이용 시간만이 유의미하였으며( $\beta = .31, t = 5.01, p < .001$ ), 중독경향성의 약 11%를 설명하는 것으로 나타났다. 개인성향 변인은 추가적으로 22.4%를 더 설명하는 것으로 밝혀졌는데, SNS 효능감( $\beta = .17, t = 3.05, p < .01$ ), 의견비교 성향( $\beta = .24, t = 3.63, p < .001$ )과 FoMO( $\beta = .28, t = 4.15, p < .001$ )가 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다.

## V. 토론 및 함의

본 연구는 한국에서 유학하고 있는 중국 유학생 242명에 대한 온라인 설문조사를 통해 개인의 성향이 SNS 중독경향성에 미치는 영향을 살펴보았다. 이를 위해 개인의 성향을 SNS 효능감, 사회비교 성향, FoMO로 구분하고 각 성향이 일상생활장애 및 조절실패, 가상세계 지향성 및 금단, 몰입과 내성 등 중독 경향성의 3가지 하위 차원에 미치는 효과를 고찰하였다. [표 7]은 요약된 연구결과를 보여준다.

표 7. 연구결과 요약

구분	SNS 중독 경향성		
	일상생활장애 및 조절실패	가상세계 지향성 및 금단	몰입 및 내성
SNS 효능감	n.s	가설 지지	가설 지지
능력비교성향	가설 지지	가설 지지	n.s
의견비교성향	n.s	n.s	가설 지지
FoMO	가설 지지	가설 지지	가설 지지

첫째, 연구결과에서 가장 뚜렷하게 보이는 경향은 FoMO와 SNS 중독경향성의 관계이다. FoMO는 SNS 중독경향성의 모든 하위차원에 정적인 영향을 미치며, 영향력의 크기도 개인 성향 변수 중 가장 큰 것으로 나타났다. 즉 타인으로부터 소외받는 것에 대한 두려움이 클수록 일상생활에 지장이 있을 정도로 SNS를 이용하고, SNS 사용을 조절하거나 통제하는데 힘들어하며, 현실 생활보다 SNS에서 자신이 더욱 인정받는다고 생각하는 것이다. 반순주 등[50]은 SNS를 이용하는 대학생들의 스마트폰 중독과 대인관계능력의 관계를 살펴본 결과 가상세계 지향성이 높을수록 대인관계능력이 낮다고 보고하였다. 이를 본 연구의 결과와 함께 해석해 본다면, 타인으로부터 소외받는 것에 대한 두려움은 가상세계 지향성을 높이고, 높은 가상세계 지향성은 대인관계능력을 낮추는 것이다. 대인관계능력이 낮을수록 타인과의 원활한 커뮤니케이션이 부족하여 타인으로부터의 소외를 불러일으킬 수 있다고 예상 가능하기 때문에 인과순환관계가 성립된다고 추론할 수 있다.

또한 타인으로부터 소외받는 것에 대한 두려움이 클수록 SNS 이용에 대한 자신감이 생겨서 즐거움을 느끼고, SNS에 과몰입하는 것으로 나타났는데 오윤경[16]은 과도한 몰입이란 절대적이거나 병리적인 중독 상태를 의미하지 않고, SNS에 대한 의존 행동이 상대적으로 높아 SNS 사용시간 통제의 어려움과 이로 인한 일상생활 및 학업에서의 문제를 경험하는 정도가 높은 경우라고 이야기하며, 몰입이 중독경향성의 다른 차원들보다 선행되는 조건으로 보았지만, 본 연구의 결과 실제로 외로움을 경험한 상태가 아닌 외로움에 대한 두려움을 가지는 심리적 성향만으로도 SNS 중독경향성에 영향을 미칠 수 있다는 것을 밝혀냈다.

둘째, SNS 효능감은 SNS 중독경향성의 하위 차원 중 가상세계 지향성 및 금단 차원, 몰입과 내성 차원과는 정적인 연관성을 가지는 것으로 나타났지만, 일상생활장애 및 조절실패 차원과의 관련성은 유의미하지 않은 것으로 나타났다. 한 번의 연구를 통해 한 변인의 유사한 차원에서 일치하지 않는 결과가 나온 것을 완전하게 설명할 수는 없으나, SNS 효능감의 특성을 고려할 때 다음과 같은 추론은 가능하다. 미디어 중독과 관련된 선행연구에서 주로 다루는 자기 효능감은 일반적인 자



기 효능감이다. 일반적 자기 효능감은 어떤 일을 잘 수행할 수 있다는 자신감이다. 일반적 자기 효능감이 낮다는 것은 현실에서 자신에게 주어진 역할과 임무를 잘 수행하지 못하거나, 수행할 자신감이 부족하다는 것을 의미한다[51][52]. 따라서 일반 자기 효능감이 낮은 사람들은 현실을 회피하여 미디어가 만든 가상의 세계에서 시간을 보내기를 원하기 때문에 미디어 중독경향성이 높다는 해석이 가능하다. 반면 본 연구에서 활용한 SNS 효능감은 SNS를 잘 사용할 수 있다는 자신감, 즉 인터넷 자기 효능감과 같은 도구적 효능감이다. 따라서 SNS 효능감이 높은 사람들은 현실 회피의 전략으로 SNS를 선택하는 것이 아니라 적극적으로 SNS 참여함으로써 중독경향성이 높아지게 된다. 따라서 SNS 효능감이 높은 사람들은 과도한 SNS 이용의 원인을 자기 조절의 실패라고 인식하지 못할 가능성이 있다. 즉 SNS 이용으로 인한 일상생활에 지장을 경험하지 못하거나 SNS 이용의 조절 및 중단의 필요성을 느끼지 못하기 때문이라는 해석이 가능하다. 이는 개인의 성향 중 자기 효능감에 관한 연구를 설계하기 위해서는 일반적인 효능감을 적용하기보다는 해당 주제에 알맞은 효능감과 조사 대상의 특성을 고려할 필요성이 있다는 것을 보여준다.

마지막으로, 사회비교 성향의 차원에 따라 SNS 중독 경향성에 미치는 영향이 다른 것으로 나타났다. 이는 사회비교 성향이 높을수록 SNS 중독에 정적인 연관성을 가지는 선행연구의 결과[53]와 유사하다고 볼 수 있지만, 본 연구에서는 더 나아가 사회비교 성향을 능력 비교 성향과 의견비교 성향으로 구분하여 SNS 중독경향성의 각 차원에 미치는 영향을 살펴보았다. 그 결과, 능력비교 성향은 일상생활장애 및 조절실패, 가상세계 지향성 및 금단 차원에, 의견비교 성향은 몰입 및 내성 차원과 정적 연관이 있는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 자기 자신을 타인과 비교할 때 어떠한 목적을 가지고 비교하는지에 따라서 실제 SNS 이용에 차이가 발생할 수 있음을 시사한다. 즉, 능력과 의견 외에도 성격, 재능, 외모 등 비교 가능한 다양한 변인들의 측정문항들을 개발·적용하여 SNS를 사용하는 사용자들이 어떤 주제를 가지고 타인과 비교하는지, 이러한 비교 과정은 SNS 중독 경향성의 어떠한 차원에 영향을 미치는지 살

펴볼 필요성이 있다.

본 연구의 한계와 후속 연구에 대한 제안은 다음과 같다. 첫째, 조사 대상이 중국 유학생이라는 점은 한국에서 유학을 하고 있는 외국인 학생 중 가장 많은 비율을 차지하고 있기 때문에 대표성이 있지만, 그 수가 다른 국가에 비해서 많다는 점을 고려한다면 제한점이 될 수 있다. 따라서 외국인 유학생 중에서도 그 수가 상대적으로 작은 국가의 유학생의 경우 국내에서 교류할 수 있는 자국민 유학생의 수가 작아 소외에 대한 두려움이 더 높을 것이라고 예상되기 때문에 다른 국가의 유학생들을 대상으로 연구의 범위를 확장시킬 필요성이 있다. 다양한 국가의 유학생을 대상으로 연구가 지속적으로 이루어진다면 국가, 민족 및 문화적 특성 또한 고려해 볼 수 있게 될 것이다. 둘째, 하루 평균 SNS 이용 시간은 통제하였지만 중국 유학생들이 한국의 SNS와 중국의 SNS를 모두 이용한다는 점[8][9], SNS 상의 자국 친구들과 타국살이의 외로움을 달래며 사회적 지지를 획득할 경우 한국 문화적응에 부적인 효과가 있다는 점 [54]을 바탕으로 본다면 SNS의 종류와 SNS 상에서 주로 교류하는 상대방이 고려되지 않은 점이 제한점이 될 수 있다. 즉, 중국의 SNS를 활용하여 자국민과 많은 교류를 통해 문화적응에 실패할 경우 FoMo가 더 높게 나타날 수 있을 것으로 예상 가능하기 때문에 향후 연구에서는 이를 고려할 필요가 있다. 셋째, SNS 중독 경향성에 대한 하위 차원을 선행연구에 근거하여 분류하였으나, 조사결과 선행연구와 다른 차원으로 분류되는 문항이 발생하였다. 즉, SNS 중독 경향성에 대한 측정 도구의 보완과 개발이 지속적으로 이루어질 필요성이 있다. 마지막으로 중독경향성이란 시간의 경과에 따라 변화할 수 있다. 하지만 본 연구에서 측정된 변수들은 모두 동일 시점에서 측정하였다는 한계점이 있다. 따라서 본 연구와 같이 횡단 연구가 아닌 개인 성향과 중독 경향성의 인과관계를 더욱 명확하게 증명할 수 있는 종단 연구가 필요하다고 판단된다. 마지막으로 본 연구에서는 개인의 성향이 SNS 중독경향성에 미치는 직접적인 영향력을 확인하였지만, 후속 연구에는 개인의 성향과 SNS 중독경향성을 매개하는 다양한 변인을 고려할 필요가 있다.

## 참고 문헌

- [1] 교육부, *국내 고등교육기관 내 외국인 유학생 통계*, 2014; 2015; 2016; 2020. <https://www.moe.go.kr/boardCnts/list.do?boardID=350&m=0309&s=mo>
- [2] J. Berry, "Acculturation and adaptation of immigrant youth," *Canadian Diversity*, Vol.6, No.2, pp.50-53, 2008.
- [3] M. Jackson, S. Ray, and D. Bybell, "International students in the U.S.: Social and psychological adjustment," *Journal of International Students*, Vol.3, No.1, pp.17-28, 2013.
- [4] 권해연, 최인수, "재한 중국인 유학생의 문화적응스트레스와 창의성의 관계," *창의력교육연구*, 제20권, 제4호, pp.43-64, 2020.
- [5] 박지선, 친치은, "중국인 유학생의 지각된 차별감과 우울, 음주습관 간의 관련성 연구," *사회과학연구*, 제33권, 제4호, pp.97-120, 2017.
- [6] 진미경, 조유진, "중국 유학생의 문화적응 스트레스가 불안과 우울에 미치는 영향," *한국놀이치료학회지 (놀이치료연구)*, 제14권, 제4호, pp.77-89, 2011.
- [7] 박은미, 황빙의, 정태연, "재한 중국인 유학생의 대학 생활스트레스와 대학생활적응의 관계: 관련 변인들의 중재효과 검증," *스트레스研究*, 제18권, 제2호, pp.145-152, 2010.
- [8] 주유준, 황하성, "카카오톡과 위챗의 만족도와 지속적 이용의도에 영향을 미치는 요인에 관한 비교 연구," *사회과학연구*, 제27권, 특별호, pp.77-98, 2020.
- [9] 서효봉, 서창갑, "중국인 유학생들의 SNS 활용에 관한 연구," *산업경제연구*, 제24권, 제2호, pp.1149-1167, 2011.
- [10] 김옥련, 왕설, "문화적응 스트레스와 SNS이용에 관한 연구 : 재한 중국인 유학생을 중심으로," *사회과학연구*, 제24권, 제4호, pp.377-401, 2013.
- [11] S. J. Ball-Rokeach, "The origins of individual media-system dependency: A sociological framework," *Communication research*, Vol.12, No.4, pp.485-510, 1985.
- [12] L. S. M. Whang, S. Lee, and G. Chang, "Internet over-users' psychological profiles: a behavior sampling analysis on internet addiction," *Cyberpsychology & behavior*, Vol.6, No.2, pp.143-150, 2003.
- [13] 왕매, 나미수, "재한 중국인 유학생의 인터넷 이용에 관한 연구," *사회과학 담론과 정책*, 제8권, 제1호, pp.77-98, 2015.
- [14] E. Echeburua and P. de Corral, "Addiction to new technologies and to online social networking in young people: A new challenge," *Adicciones*, Vol.22, No.4, pp.91-95, 2010.
- [15] 정소영, 김종남, "대학생용 SNS 중독경향성 척도개발 및 타당화 연구," *한국심리학회지: 건강*, 제19권, 제1호, pp.147-166, 2014.
- [16] 오윤경, *SNS 중독경향성과 외로움, 우울, 대인관계, 사회적지지와의 관계*, 한국상담대학교 대학원, 석사학위논문, 2012.
- [17] 이상호, "소셜미디어 사용자의 중독에 관한 정책적 함의 연구: 한국형 SNS 중독지수 (KSAI) 제안을 중심으로," *디지털융복합연구*, 제11권, 제1호, pp.255-265, 2013.
- [18] A. Bandura, "Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change," *Psychological Review*, Vol.84, No.2, pp.191-215, 1977.
- [19] T. Honicke and J. Broadbent, "The influence of academic self-efficacy on academic performance: A systematic review," *Educational Research Review*, Vol.17, pp.63-84, 2016.
- [20] D. Seth and G. N. Carryon, "Investigating undergraduate students' communication self-efficacy during an engineering design course," *Frontiers in Education conferences*, FIE, 2017.
- [21] Y. Kim and M. Glassman, "Beyond search and communication: Development and validation of the Internet Self-efficacy Scale (ISS)," *Computers in Human Behavior*, Vol.29, No.4, pp.1421-1429, 2013.
- [22] 김형지, 김정환, 정세훈, "스마트폰 중독의 예측 요인과 이용 행동에 관한 연구," *사이버커뮤니케이션학보*, 제29권, 제4호, pp.55-93, 2012.
- [23] 유형진, "휴대폰 이용자의 자아성향이 휴대폰 중독 구성요인에 미치는 영향에 관한 연구: 자존감, 자기효

- 능감, 자기통제력 변인을 중심으로,” 한국방송학보, 제 21권, 제2호, pp.391-427, 2007.
- [24] K. S. Young and R. Rodgers, “The Relationship between Depression and Internet Addiction,” *Cyberpsychology & Behavior*, Vol.1, No.1, pp.25-28, 1997.
- [25] 하태희, “대학생의 자기효능감 및 애착이 SNS 중독 경향성에 미치는 영향,” 한국데이터정보과학회지, 제 27권, 제3호, pp.763-772, 2016.
- [26] M. S. Eastin and R. LaRose, “Internet Self-Efficacy and the Psychology of the Digital Divide,” *Journal of Computer-Mediated Communication*, Vol.6, No.1, 2000.
- [27] J. L. Wang, L. A. Jackson, H. Z. Wang, and J. Gaskin, “Predicting Social Networking Site (SNS) use: Personality, attitudes, motivation and Internet self-efficacy,” *Personality and Individual Differences*, Vol.80, pp.119-124, 2015.
- [28] S. P. John, “Influence of computer self-efficacy on information technology adoption,” *International Journal of Information Technology*, Vol.19, No.1, pp.1-13, 2013.
- [29] L. Li and T. T. Lin, “Smartphones at work: a qualitative exploration of psychological antecedents and impacts of work-related smartphone dependency,” *International Journal of Qualitative Methods*, Vol.18, pp.1-12, 2019.
- [30] 이홍재, 최문형, 박미경, “SNS 에 대한 자기효능감과 사용자 인지요인이 SNS 재사용 의도에 미치는 영향,” 정보관리학회지, 제29권, 제3호, pp.145-167, 2012.
- [31] L. Festinger, “A theory of social comparison processes,” *Human relations*, Vol.7, No.2, pp.117-140, 1954.
- [32] 김범준, “사회계층의 심리: 문화적 사고성향(분석적-종합적 사고)과 사회비교성향,” 한국심리학회지: 사회 및 성격, 제30권, 제4호, pp.19-36, 2016.
- [33] 양인숙, 황선아, “대학생의 사회비교성향이 자아존중감을 매개로 SNS 중독에 미치는 영향,” 지역사회간호학회지, 제29권, 제3호, pp.371-381, 2018.
- [34] F. X. Gibbons and B. P. Buunk, “Individual differences in social comparison: Development of a scale of social comparison orientation,” *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol.76, No.1, pp.129-142, 1999.
- [35] E. A. Vogel, J. P. Rose, B. M. Okdie, K. Eckles, and B. Franz, “Who compares and despairs? The effect of social comparison orientation on social media use and its outcomes,” *Personality and Individual Differences*, Vol.86, pp.249-256, 2015.
- [36] C. C. Yang, “Instagram use, loneliness, and social comparison orientation: Interact and browse on social media, but don't compare,” *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, Vol.19, No.12, pp.703-708, 2016.
- [37] 양혜승, 김진희, 서미혜, “페이스북은 우리의 관계를 윤택하게 하는가?: 페이스북 이용자의 사회심리학적 동기, 이용 행위, 사회적 지지 인식의 관계 고찰,” 한국언론학보, 제56권, 제5호, pp.270-297, 2012.
- [38] K. Jang, N. Park, and H. Song, “Social comparison on Facebook: Its antecedents and psychological outcomes,” *Computers in Human Behavior*, Vol.62, pp.147-154, 2016.
- [39] D. Rozgonjuk, T. Ryan, J. K. Kuljus, K. Täht, and G. G. Scott, “Social comparison orientation mediates the relationship between neuroticism and passive Facebook use,” *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*, Vol.13, No.1, 2019.
- [40] D. Blackwell, C. Leaman, R. Tramosch, C. Osborne, and M. Liss, “Extraversion, neuroticism, attachment style and fear of missing out as predictors of social media use and addiction,” *Personality and Individual Differences*, Vol.116, pp.69-72, 2017.
- [41] 박지수, 서영석, “대학생의 성인애착과 SNS중독경향성의 관계: 기본 심리욕구 만족과 소외에 대한 두려움의 역할,” 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 제30권, 제4호, pp.1239-1269, 2018.
- [42] 김설화, “중학생의 소외에 대한 두려움과 SNS 중독 경향성의 관계에서 자아존중감의 매개효과,” 청소년학연구, 제27권, 제11호, pp.173-199, 2020.
- [43] C. A. Wolniewicz, D. Rozgonjuk, and J. D.

Elhai, "Boredom proneness and fear of missing out mediate relations between depression and anxiety with problematic smartphone use," *Human Behavior and Emerging Technologies*, Vol.2, No.1, pp.61-70, 2020.

[44] A. K. Przybylski, K. Murayama, C. R. DeHaan, and V. Gladwell, "Motivational, emotional, and behavioral correlates of fear of missing out," *Computers in human behavior*, Vol.29, No.4, pp.1841-1848, 2013.

[45] N. B. Hamutoglu, D. M. Gezgin, G. Sezen-Gultekin, and O. Gemikonakli, "Relationship between nomophobia and fear of missing out among Turkish university students," *Cypriot Journal of Educational Sciences*, Vol.13, No.4, pp.549-561, 2018.

[46] 한다정, 김빛나, "청소년의 부모 및 또래애착과 SNS 중독경향성의 관계: 소외에 대한 두려움 (FoMO) 의 매개효과," *한국심리학회지*, 제17권, 제3호, pp.243-261, 2020.

[47] 이태민, "모바일 소셜 네트워크 환경에서 자기효능감과 정보공유성향이 브랜드 SNS 활용강도와 브랜드 성과에 미치는 영향: 한국과 미국의 국제비교," *글로벌경영학회지*, 제12권, 제4호, pp.285-314, 2015.

[48] 권기철, 서영욱, "미래지향적 시간관, SNS 태도, SNS 추천의도의 구조적 관계," *한국디지털콘텐츠학회 논문지*, 제21권, 제4호, pp.741-751, 2020.

[49] 주은선, 전소연, 심솔지, "한국형 소외에 대한 두려움 척도의 타당화 연구: 대학생을 중심으로," *한국콘텐츠학회논문지*, 제18권, 제2호, pp.248-261, 2018.

[50] 박순주, 권민아, 백민주, 한나라, "소셜네트워크서비스를 이용하는 대학생들의 스마트폰 중독과 대인관계 능력의 관계," *한국콘텐츠학회논문지*, 제14권, 제5호, pp.289-297, 2014.

[51] 하태희, "대학생의 자기효능감 및 애착이 SNS 중독 경향성에 미치는 영향," *한국데이터정보과학회지*, 제27권, 제3호, pp.763-772, 2016.

[52] 서원진, 김정호, 조인성, "외로움과 SNS 중독경향성의 관계: 자기효능감의 매개효과-여대생을 중심으로," *한국심리학회지: 여성*, 제20권, 제4호, pp.497-512, 2015.

[53] 양인숙, 황선아, "대학생의 사회비교경향성이 자아존중감을 매개로 SNS 중독에 미치는 영향," *Journal of*

*Korean Academy of Community Health Nursing*, 제29권, 제3호, pp.371-381, 2018.

[54] 문신일, 료가, 이현주, 김기태, "SNS 이용 동기와 사회적 지지가 문화적응에 미치는 영향-국내 거주 중국인 유학생의 문화적응을 중심으로," *한국콘텐츠학회논문지*, 제21권, 제1호, pp.722-732, 2021.

저자 소개

이 장 근(Jang Geun Lee)

정회원



- 2019년 2월 : 동국대학교 미디어커뮤니케이션학과(석사수료)
- 2021년 8월 : 동국대학교 미디어커뮤니케이션학과 석·박사 통합과정 수료

〈관심분야〉 : 미디어 이용과 효과, 정치 커뮤니케이션, 빅데이터

임 한(Han Lin)

정회원



- 2020년 2월 : 동국대학교 미디어커뮤니케이션학과(석사)
- 2020년 3월 : 동국대학교 미디어커뮤니케이션학과 박사과정

〈관심분야〉 : 미디어 이용과 효과, 미디어 심리, 정치 커뮤니케이션

유 가 우(Jiayu Liu)

정회원



- 2020년 8월 : 동국대학교 미디어커뮤니케이션학과(석사)

〈관심분야〉 : 미디어 이용과 효과, 미디어 심리

정 용 국(Yongkuk Chung)

정회원



- 1993년 2월 : 서강대학교 신문방송학과(문학사)
- 2005년 8월 : Indiana University (매스커뮤니케이션학 박사)
- 2006년 9월 ~ 현재 : 동국대학교 미디어커뮤니케이션학과 교수

〈관심분야〉 : 미디어 소비자 심리학, 미디어 이용과 효과