

## 중학생의 SNS중독 경향성에 있어 내현적 자기애와 소외감, 자아존중감의 관계

조소연\* · 정주원\*\*1)

강원대학교 가정교육과\* · 동국대학교 가정교육과\*\*

---

## The Relationship of Covert Narcissism, Sense of Alienation, and Self-Esteem with SNS Addiction Proneness in Middle School Students

Cho So Yeon\* · Jung Joowon\*\*1)

*Department of Home Economics Education, Kangwon National University\**

*Department of Home Economics Education, Dongguk University\*\**

### Abstract

The purpose of this study was to investigate the relationship of covert narcissism and the sense of alienation with SNS addiction proneness and the influence of them on SNS addiction proneness in order to find a way to conduct an intervention for the SNS addiction proneness of middle school students, and verify the mediating effect of self-esteem on the relationship between covert narcissism, the sense of alienation, and SNS addiction proneness. For this purpose, data were collected online from the first to third grade middle school students who had the experience of using SNS within the past one week, and finally, the data of a total of 341 participants were used for analysis.

First, as a result of the analysis of the correlation between covert narcissism, the sense of alienation, self-esteem and SNS addiction proneness, covert narcissism and the sense of alienation showed a significant positive correlation with SNS addiction proneness. On the other hand, there was a significant negative correlation between self-esteem and SNS addiction proneness. Second, the investigation of the effects of covert narcissism, alienation, and self-esteem on SNS addiction proneness showed that covert narcissism, the sense of alienation, and self-esteem had a significant effect on the SNS addiction proneness. The higher the levels of covert narcissism and the sense of alienation, the higher the level of SNS addiction proneness. On the other hand, the higher the level of self-esteem, the lower the level of SNS addiction proneness. Third, the mediating effect of self-esteem was verified for the relationship of covert narcissism and the sense of alienation with SNS addiction proneness. Although covert narcissism and the sense of alienation may directly affect SNS addiction proneness, it was found that they had a significant effect on the SNS

---

1) 교신저자: Jung, Joowon, 30, Pildong-ro 1gil, Jung-gu Seoul, Dongguk University, Republic of Korea  
Tel: 02-2260-3414, Fax: 02-2265-1170, E-mail: jjwjung@dongguk.edu

addiction proneness through self-esteem as a mediating variable. In other words, it was found that as the levels of the covert narcissism and the sense of alienation were increased, the level of the self-esteem was lowered, which led to a higher level of SNS addiction proneness.

In order to form a proper network culture for adolescents, education on appropriate use of SNS that can be put into practice in everyday life should be conducted, and healthy and desirable SNS culture should be created. In addition, systematic education and management should be provided so that students can develop the ability to control and regulate themselves.

**Key words:** SNS중독경향성(SNS Addiction Proneness), 내현적 자기애(Covert Narcissism), 소외감(Sense of Alienation), 자아존중감(Self-Esteem)

## I. 서론

소셜 네트워킹 서비스(Social networking service: SNS)는 사용자간 자유로운 의사소통과 정보공유, 인맥 확대 등을 통해 사회적 관계를 생성하고 강화시켜주는 온라인 플랫폼을 의미한다(Wiki media, 2017). SNS는 자신의 삶을 개방하여 타인과 공유하고 기존의 관계에서 벗어나 새로운 관계를 형성할 수 있도록 하는 온라인 가상 사회이면서 현실과 함께 하는 공생적 사회이다(Kim, 2013). 관계지향적이며 상호작용을 극대화할 수 있다는 긍정적인 면이 부각되며 SNS는 급속하게 성장하여 왔다. 2017년 1월 기준 전세계 SNS이용자 수는 28억명으로 나타났으며, 이는 2015년도대비 22%가 증가한 것으로 나타나고 있다(Tracx, 2017). 한국에서의 SNS이용자 추이를 살펴보면 2011년부터 2015년까지 미디어 서비스 이용률 추이에서 이메일, 클라우드 서비스 등의 미디어 서비스 이용률 증가 추세는 완만한 반면, SNS 이용률은 2배 가까운 성장세를 보이고 있다. SNS는 매일 이용하는 매체로 인식되며 10명중 7명은 하루 4회 이상 접속하고 있으며, 10-20대는 하루 10회 이상 SNS에 접속하는 비율이 40%인 것으로 보고되고 있다(Korea Information society development institute, 2016).

SNS 이용 확산에 따라 과다사용과 과몰입에 의한 SNS 중독 경향성의 문제점이 제기되고 있다. SNS 중독 경향성은 과거 인터넷에서 스마트폰, 모바일 SNS로 옮겨가는 사이버 중독의 일종으로 ‘관계집착형 SNS 중독경향성’이라 할 수 있다. SNS 중독경향성은 항상 연결이 되어있는 모바일 환경의 특성상 집단

속에서 자신이 소외되지 않도록 상대방과의 관계와 활동을 살피고 현실이 아닌 사이버상의 인간관계에 집착하는 것으로, 2010년 스마트폰의 출현이후로 급속히 확대되고 있다(Lee, 2013). 2013년 인터넷 중독 실태조사에 의하면 청소년 스마트폰 중독 위험군이 성인보다 약 2.9배 높으며, 학령별 스마트폰 위험군에서는 중학생의 비율이 가장 높게 나타나며, 청소년들이 가장 많이 이용하는 스마트폰 서비스는 SNS로 나타났다(National Information Society, 2014). 그리고 SNS 중독경향성이 있는 청소년의 경우 SNS에 대한 높은 의존성으로 사용시간을 통제하기 어려우며, 이로 인해 학업성취가 방해되고 실제적인 사회참여율이 낮아지며 가족관계와 대인관계에 문제가 있는 것으로 보고된다(Kuss & Griffiths, 2011; Oh, 2012). 정체성을 형성해 나가는 중요한 시기인 청소년에게 있어 SNS 중독 경향성이 일상생활과 학교생활 나아가 인간관계에도 좋지 않은 결과를 초래하고 있는 것이다.

이와 같이 청소년에 대한 SNS 중독경향성에 대한 우려의 목소리가 높아지며, 이에 대한 이해와 함께 적절한 개입과 예방에 대한 필요성이 제기되고 있다. SNS 중독 경향성은 기술 발전인 환경적 요인도 중요하게 작용하지만 이용정도에 있어 내적인 심리요인이 의미 있게 작용하는 것으로 나타난다. 특히 내현적 자기애와 소외감이 SNS에 더욱 몰입하게 만드는 요인으로 나타나고 있다(Cho & Suh, 2013; Kuss & Griffiths, 2011; Oh, 2012). 내현적 자기애는 과장된 자기자기각과 과시적 태도 및 과도한 찬사 요구가 특징이며, 타인으로부터 상처받거나 거절당하는 것에 매우 민감하여 겉으로는 소심하고 겁이 많아 보이지만 무의식적인 내면의 심리구조는 자기애적인 상태를 말한다

(Kang & Chung, 2002). 내현적 자기애가 강한 사람은 현실에서 얻지 못한 사회적 보상을 SNS에서 찾으려는 경향이 있으며 (Kuss & Griffiths, 2011), 이러한 성향이 SNS 과다사용이나 중독으로 이어질 수 있는 것이다(Cho & Suh, 2013; Park, 2015). 소외감은 자신이 속해있는 관계 속에서 친밀감을 형성하지 못하고 타인으로부터 멀어지는 심리적 경험을 느끼는 것으로 (Seong, 2013), 소외감이 클수록 현실세계의 부족한 관계 욕구를 채우기 위해 SNS를 통한 대인관계 형성과 유지에 몰입하게 된다(Seo, Kim, Kim, Ebesutani, & Jo, 2015). 특히 청소년기는 또래집단속에서 자신을 표현하는데 중심이 맞추어져 있고(Yu & Hong, 2015), SNS를 통해 또래와의 친밀과 상호작용을 더욱 촉진시키며 자아를 발전시키는 것을 중요하게 생각하므로 (Kim, 2013), 청소년에 대한 관심 있는 주의를 더욱 필요하다.

또한 자아존중감도 SNS중독 경향성에 영향을 미치는 요인으로 밝혀지고 있다. 자아존중감은 자신을 긍정적이고 가치 있는 존재로 여기는 것으로(Rosenberg, 1965), 자아존중감이 낮은 사람일수록 대인관계에 대한 간접경험과 대리 만족을 추구하기 위해 SNS에 더욱 몰입하게 된다(Hwang & Kim, 2015; Tazghini & Siedlecki, 2013). 자아존중감은 내현적 자기애, 소외감과도 연관성이 있는 것으로 나타나는데, 내현적 자기애가 강할수록, 소외감을 많이 느낄수록 자아존중감에 부정적 영향을 끼치는 것으로 보고되고 있다(Choi, Lee & Shin 2015; Kim & Oh, 2009; Shu & Yang 2010). 이러한 연구결과들을 통해 자아존중감은 내현적 자기애, 소외감과 함께 직접적으로 SNS중독 경향성에 영향을 미치기도 하지만, 내현적 자기애와 소외감이 자아존중감을 떨어뜨려 SNS중독 경향성을 높이게 하는 매개적 과정의 가능성도 제기된다.

이에 본 연구에서는 SNS중독 경향성의 심리적 내재 요인을 규명하고자 내현적 자기애, 소외감, 자아존중감의 영향력에 대해 살펴보고 아울러 내현적 자기애, 소외감과 SNS중독 경향성 간의 관계에서 자아존중감의 매개효과를 검증해보고자 한다. 본 연구는 스마트폰 중독 위험군에서 높은 비율을 보이는 청소년 초기에 해당하는 중학생을 대상으로 살펴보고자 한다. 중학교 시기는 자아정체감이 형성되고 새로운 인간관계와 친밀한 관계에 변화가 일어나는 결정적인 시기(Hwang, 2006) SNS로 인한 부정적 결과를 최소화하고 긍정적 관계의 발전과 적응을 이루기 위해 SNS 사용에 대한 적절한 예방과 교육이 무엇보다

필요하기 때문이다. 본 연구의 목적은 중학생의 SNS중독 경향성에 영향을 미치는 내현적 자기애, 소외감, 자아존중감과 관련된성을 규명해 봄으로써, SNS이용에 대한 이해를 높이고 SNS중독을 예방하고 증재할 수 있는 방안을 모색하고자 하는 것이다.

## II. 이론적 배경

### 1. SNS 중독 경향성

SNS(Social Networking Service; SNS)는 웹 기반으로 사람들 간의 사회적 관계망을 형성하고, 실시간 교류가 가능하도록 지원하는 서비스 플랫폼으로(Kelsey, 2010), 공통의 관심사를 지니고 있는 이용자들 간에 관계형성, 인맥관리, 정보탐색 및 공유 등 다양한 활동을 할 수 있도록 지원하고 있다(Noh, 2016).

Smith(2007)는 컴퓨터를 매개로 온라인상에서 사람들이 연결될 수 있는 SNS의 긍정적 특성을 7가지로 설명하였다. SNS는 첫째, 시스템에서 특정인을 구분하고 자신을 확고히 할 수 있는 주체성, 둘째, 온라인상에서 누가 있는지 알려주는 존재감, 셋째, 콘텐츠, 정보 등 의미있는 자원을 참여자에게 공유하는 방법인 공유, 넷째, 시스템을 통해 타인과 소통할 수 있는 대화, 다섯째, 시스템을 통하여 타인과 관계를 형성할 수 있도록 이야기할 수 있는 관계, 여섯째, 좋은 사람인지 신뢰할 수 있는지 판단하게 하는 평판, 마지막으로 공통의 관심사를 통해 커뮤니티를 형성할 수 있는 집단성의 특성을 갖추었다. 이와 같이 SNS가 긍정적 측면을 지니고 있지만, SNS이용이 확산하면서 SNS과다사용에 따른 중독경향성 문제가 등장하기 시작하였다.

SNS중독경향성은 SNS환경의 특성상 집단 속에 내가 소외되지 않도록 사이버상의 관계와 활동을 살피며 집착하는 사이버 관계 중독의 일종으로 볼 수 있다(Lee, 2013; Yu & Hong, 2015). 대인관계유지를 위한 SNS의 확산은 청소년을 비롯한 스마트폰 사용자들이 SNS이용에 대해 과도한 시간투자과 집착, 과잉소통과 몰입 현상을 가져오게 되었다. 또한 SNS에 올라오

는 새 글, 친구들의 반응이나 댓글 등 새로운 소식을 즉각적으로 확인하고 싶은 바람 때문에 SNS를 중독적으로 사용하게 된다(Cho, 2013; Yu & Hong, 2015). 이와 같은 SNS중독경향성(SNS Addiction Proneness)은 SNS과다 사용에 따른 금단과 내성을 갖게 되면서 스트레스와 우울증, 의존증, 집중력저하, 강박 등의 정신적 피로와 신체적 질환을 가져와 개인의 적응 및 일상생활에 지장을 초래하게 된다(Lee, Kim, Choi & Shin, 2014; Oh, 2012).

한국인터넷진흥원에서는 SNS중독경향성을 충동조절 장애의 개념으로 보고 있으며, 청소년은 스마트폰 이용 서비스 중 SNS 서비스를 가장 많이 이용하는 것으로 나타났다(National Information Society Agency, 2014). 또한 SNS중독경향성을 보이는 청소년의 경우 SNS의 과다 사용시간으로 인한 어려움, 일정시간동안 SNS를 확인하지 않으면 느끼는 심리적 불안감, SNS이용에 따라 학습에 미치는 피해정도, 현실 속 관계보다 SNS내 관계가 편한 정도가 일반적 SNS사용자에 비해 높게 나타났다(National Information Society Agency, 2014). 이와 같이 SNS의 과도한 사용 및 몰입은 일상생활에서 청소년에게 다양한 문제점을 야기시킨다는 주장이 보고되고 있다. 청소년들의 SNS에 대한 중독적 사용은 다양한 문제를 야기하며(Kuss & Griffiths, 2011), SNS에 과몰입하는 태도를 보이는 청소년들은 학업성취능력이 일반 청소년에 비해 낮으며, 일상생활 속에서 사회적 공동체 활동이 감소하는 것으로 나타났으며, 외로움 및 고립감을 더 많이 느끼는 것으로 보고되었다(Kuss & Griffiths, 2011). 또한 Oh(2012)의 연구에 따르면, 일반 청소년에 비해 SNS중독 경향을 보이는 청소년은 학업성적 및 업무의 효율성이 저하되며, 다른 활동에 대한 흥미가 낮으며, 가족과의 대화 부족, 수면부족의 문제점이 나타났다(Oh, 2012). 중학생의 SNS 중독경향성을 살펴본 Lee 등(2014)의 연구의 결과를 살펴보면, SNS중독 경향성에 있어 고위험군에 속하는 중학생이 전체의 5.5%, 잠재적 위험군이 3.7%로 나타나 약 10%의 중학생이 SNS중독의 위험성을 보였다. 이러한 SNS중독 위험군의 중학생은 SNS이용에 대한 강박적 성향, 생활장에 성향, 집착 성향이 상대적으로 높게 나타나고 있다.

## 2. SNS중독경향성과 관련 요인: 내현적 자기에, 소외감, 자아존중감

자기에(narcissism)는 자기중심적이고 자기도취적 성향을 특성으로 보이는 자기에성 성격장애로(American Psychiatric Association, 2013; Kwon & Han, 2000), 외현적 자기에(overt narcissism)와 내현적 자기에(covert narcissism)로 구분된다(Kohut, 1977). 외현적 자기에에는 지배욕이 외부로 표출되고 자기의존이 강하며 타인을 의심하는 특징을 갖고 있는 반면, 내현적 자기에에는 소심하고 자신감이 없어 지배욕이나 착취 성향이 내면에 숨어져 있지만 타인으로부터 인정받고 세상에서 자기가 중심이 되고 싶은 욕망을 가진 특성을 갖고 있다(Kang & Chung, 2002).

두 가지 자기에에는 공동된 역동을 지니면서도 상이한 현상적 모습을 보이는 것으로 기존 선행연구들을 통하여 밝혀졌다. Kang과 Chung(2002)의 연구에 따르면, 외현적 자기에 성향을 가진 사람에 비해 내현적 자기에 성향을 가진 사람이 실제 사회 환경에서 자신을 표현하지 못하는 대신 인터넷 상에서 자기를 표현하는 것을 좋아하는 것으로 나타났다. Lee과 Chung(2007)의 연구에서는 내현적 자기에성향이 높을수록 인터넷 사용이나 인터넷 상에서 보상을 위한 행동에 더욱 적극적인 모습을 보이는 것으로 나타났다. 또한 내현적 자기에와 중독성향에 관한 Hendin과 Cheek(1997)의 선행연구에서 내현적 자기에 성향이 높은 사람들은 타인의 반응에 민감하게 반응하며 쉽게 상처를 받는 특성 때문에 중독에 약한 것으로 밝혀졌다. Cho와 Suh(2013)은 내현적 자기에가 강한 사람은 심리 기저에 있는 자기에 성향을 제대로 표출하지 못하고 특수한 행동장애 증상을 보이며 약물이나 도박, 게임 등에 중독될 가능성이 크다고 설명하였다. 이처럼 내현적 자기에성향이 강한 사람들은 자신의 내면에 감춰진 지배욕이나 자기중심 성향을 제대로 표출하지 못하는 대신 대안적 행동으로 인터넷 공간에 과다하게 몰입하는 것을 알 수 있었다.

내현적 자기에와 SNS중독경향성에 대한 Kim와 Suh(2015)의 선행연구에서도 내현적 자기에 성향이 강한 사람들은 자기중심적이고 칭찬을 갈망하면서도 타인의 평가와 반응에 자신감이 부족하여 열등감을 느끼며 심리사회적 정체성에 불만족한 상태이기 때문에 SNS 상에서 활동하는 것을 더 좋아한다고 주

장하였다. 또한 중학생을 대상으로 내현적 자기애와 SNS중독 경향성의 관계를 살펴본 Park(2015)의 연구결과, 내현적 자기애에 성향이 높아질수록 SNS중독경향성이 높아지는 것으로 나타났다.

소외감은 개인이 속해있는 사회 속 관계에서 통합되지 못하는 상태로 친구나 주위사람들로부터 멀어지거나 격리되면서 개인이 경험하는 규범상실감, 무력감, 사회적 고립감을 의미한다(Seo, 2007; Seong, 2013). 특히 청소년기의 발달과업의 하나는 정체감 확립의 시기로 육체적, 심리적, 사회문화적 변화와 인지적 변화를 경험하는 시기이다. 청소년기에 정체감 확립의 욕구가 좌절되어 소속감이 결여될 경우 소외감을 경험하게 된다. 따라서 청소년기는 정체성이 발달하는 시기이기도 하지만 한편으로는 소외감이 야기될 위험이 큰 시기이기도 하다(Kang, 2000; Jang, 2003).

소외감을 경험하는 청소년은 사회적 유용성의 가치와 믿음, 사회구성원으로부터 유리되어 정상적 사회활동이 위축되고 현실도피와 심리적 불안, 무력감에 느끼게 된다. 또한 소외감을 극복하기 위해 과격하거나 과장된 역할 또는 극단적인 대안 행동을 선택하기도 한다(Kim, 2013).

Young(1998)의 연구에 따르면, 사회적으로 고립되고 외로움을 타는 사람들이 중독의 성향을 보인다고 주장하였다. 현실 세계에서 느끼는 불만족스러운 관계는 소외감을 초래할 가능성을 높이고, 그로 인해 또 다른 사회적 관계망인 SNS에 집착하고 몰입하면서 대인관계의 욕구를 충족시키게 된다(Seo et. al., 2015).

소외감은 SNS중독경향성을 설명하는 주요 예측변인으로 선행연구들을 통해 보고되고 있으며(Cho & Suh, 2013; Chittaro & Vianello, 2013; Seo et. al. 2015), 청소년 역시 현실 세계에서 느끼는 소외감을 감소시키기 위해 SNS를 더 집중적이고 과몰입하여 사용하는 경향을 보인다는 연구결과가 나타났다(Park, 2013). Seo 등(2015)의 연구에서도 현실세계에서 관계적 욕구를 채우지 못하면서 느끼는 소외감이 커질수록 가상공간의 관계망인 SNS를 통해 대인관계를 형성하고 유지하려는 경향을 보이는 것으로 나타났다.

자아존중감은 자신을 긍정적이고 가치있는 존재라고 판단하는 것으로 정의할 수 있다(Rosenberg, 1965). 즉 자신이 인식하는 환경적, 심리적인 안정감을 나타내는 기준이 된다. 특히 청

소년기는 자아존중감 발달이 촉진되는 시기로서 자신의 특징과 능력을 이해하고 평가하는 과정에서 자아존중감이 발달되고, 타인과의 관계를 통해 자아존중감을 인정받게 된다(Kim et. al., 2004).

자아존중감이 높은 사람은 자신을 가치 있고 능력 있는 존재로 평가하며, 자신에 대해 만족감을 갖지만, 자아존중감이 낮은 사람은 환경 적응력이 낮고 부정적인 사고와 중독과 같은 일탈적 행동에 쉽게 노출되는 것으로 알려지고 있다(Woo & Lee, 2012). Rosenberg(1985)도 불안정한 자아존중감은 불안, 우울, 적대감, 공격성과 관계가 있으며, 적응에 어려움을 겪는다고 주장하였다. 또한 청소년의 경우, 사회적 상호작용의 과정에서 타인에게 부정적 피드백을 받게 되면 자아존중감에 상처를 입게 되고(Wilbum & Smith, 2005), 이에 대한 대리적 만족을 얻기 위해 다양한 몰입과 중독 성향을 보이게 된다(Hwang, 2014). 즉 낮은 자아존중감을 갖은 청소년은 인터넷 중독, 게임 중독, 휴대폰 중독 등 다양한 미디어 중독에 빠질 확률이 높아지는 것으로 나타났다(Woo & Lee, 2012).

자아존중감과 SNS중독경향성에 관련된 선행연구를 살펴보면, Tazghini와 Siedlecki(2013)의 연구에서 자아존중감과 페이스북 중독경향성 관계에서 직접적 대면 관계에서 부적응을 경험할 경우 자아존중감의 저하를 경험하게 되는데 낮은 자아존중감에 대한 보상적 수단으로 SNS의 대인관계를 통해 간접 경험 및 만족감을 얻을 수 있으므로 SNS에 과몰입하는 것으로 나타났다. 청소년의 경우 역시, 자존감이 낮을수록 사회적 상호작용의 과정에서 상처받은 자아존중감을 회복하기 위해 SNS에 더욱 몰입하는 것으로 나타났다(Hwang, 2015). 중학생의 자아존중감과 SNS중독경향성에 관한 연구에서도 자아존중감은 SNS중독경향성을 증가시키는 중요한 변인으로 밝혀졌다(Hwang & Kim, 2015).

다음으로 내현적 자기애와 자아존중감의 관계에 대해 살펴보면, 내현적 자기애는 자아존중감과 관련이 있는 것으로 나타났다. 내현적 자기애와 자아존중감과의 관계를 밝힌 선행연구에서 내현적 자기애 성향이 높은 사람들은 낮은 자아존중감을 보이는 것으로 밝혀졌다(Kim & Oh, 2009; Shu & Yang, 2010). Kang과 Chung(2002)의 연구에 의하면 내현적 자기애 성향이 높을수록 자아존중감이 낮은 것으로 나타났으며, 사소한 스트레스에도 과민하게 반응하였다. 내현적 자기애 성향을 보이는

사람들은 자신의 자아존중감에 위협이 될 상황을 회피하는 과정에서 타인의 반응을 살펴거나 불안한 모습을 보이게 되며 (Hwang, 20014; Hwang, 2015), 떨어진 자아존중감을 높게 유지하기 위해 자신의 성취나 재능 등을 자랑하고 과시하며 타인에게 인정을 받으려는 경향을 나타내었다(Hwang, 2014). 청소년의 내현적 자기에 성향과 또래관계 특성에서 자아존중감의 매개적 영향을 분석한 Hwang(2014)의 연구에 의하면, 자아존중감이 내현적 자기에와 긍정적 또래관계의 관계에서 매개적 역할을 하는 것으로 나타났다. 즉 내현적 자기에 성향이 높을수록 자아존중감은 하나의 취약요인으로 작용하여 역기능적인 또래 관계에 영향을 미치게 되는 것이다. 내현적 자기에 성향의 청소년들이 또래관계를 유지하기 위해 자아존중감을 매개로 하는 이유는 자존감을 유지해 가는 방식이기 때문이다(Hwang, 2014). 따라서 내현적 자기에가 높은 사람들은 낮은 자아존중감을 회복하고 유지하기 위해 SNS 이용에 과몰입될 수 있다.

소외감과 자아존중감의 관계를 살펴보면, 사람들은 대개 일상생활에서 사회적으로 소속감, 친밀감, 통합성을 느낄 때 자신에 대해 보다 긍정적으로 평가하는 반면, 사회적으로 고립되거나 소외되었다고 느낄 때 자신에 대해 부정적으로 평가하는 경향을 보였다(Asher et al., 2001; Denissen, Penke, Schmitt & Van Aken, 2008). 즉 사회적 관계로부터 느끼는 소외감이 개인의 자아존중감 형성과 유지에 중요한 영향요인으로 작용하고 있음을 알 수 있다(Leary & Baumeister, 2000; Leary et al., 2001). 이러한 관계는 선행연구에서도 나타나는데, 일반적으로 사회적 관계에서 느끼는 소외감은 자아존중감에 부정적 영향을 미치는 것으로 밝혀졌다(Asher et al., 2001; Denissen et al., 2008). 특히 청소년기에는 사회적 관계가 자아존중감의 형성과 유지에 중요한 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 사회적 관계에서 느끼는 소외감이 자아존중감에 부정적 영향을 미치는 것으로 보고되고 있다(Choi et al., 2015).

청소년기 SNS중독경향성에 영향을 미치는 인구통계학적 변인으로는 성별(Lee et al. 2014), 학년(Lee et al. 2014), 학업성적(Park, 2011)과 SNS이용 시간(Park, 2013)이 유의미한 것으로 나타났다. 이에 본 연구에서는 내현적 자기에, 소외감, 자아존중감이 SNS중독경향성에 미치는 영향을 보다 명확하게 확인하기 위해 성별, 학년, 학업성적, SNS이용 시간을 통제변수로 두고, 내현적 자기에, 소외감이 SNS중독경향성에 미치는 영향

력을 살펴보고, 내현적 자기에, 소외감과 SNS중독경향성 간의 관계에서 자아존중감의 매개효과를 분석하고자 한다.

### III. 연구 방법

#### 1. 연구문제

본 연구의 구체적인 연구문제는 다음과 같다.

<연구문제 1> 중학생의 내현적 자기에, 소외감, 자아존중감, SNS중독경향성의 관계는 어떠한가?

<연구문제 2> 중학생의 내현적 자기에, 소외감과 자아존중감이 SNS중독경향성에 어떤 영향을 미치는가?

<연구문제 3> 중학생의 내현적 자기에, 소외감, SNS중독경향성 간의 관계에서 자아존중감의 매개효과는 어떻게 나타나는가?

#### 2. 연구방법

##### 1) 연구대상

본 연구대상자는 SNS 이용경험이 있는 전국의 중학교에 재학 중인 청소년을 대상으로 하였다. 연구대상자 선정을 위해 우선 SNS 이용경험여부를 물었으며, 다음으로 1주일 이내 SNS 이용경험 여부를 질문하여 SNS를 지속적으로 이용하는 청소년을 대상으로 선정하였다. SNS 이용경험을 1주일 이내로 조사한 이유는 자기회상 설문에 의한 오차 범위를 최소화하기 위하여 응답의 회상용이성을 확보하기 위함이다. 설문조사는 6월 1일부터 16일까지 온라인 조사전문기관에 의뢰하여 모의표집 방법으로 조사하였다. 응답자 350부 중 부실응답을 제외하고 총 334부가 최종분석에 사용되었으며, 조사대상자의 일반적 특성은 <Table 1>과 같다.

Table 1. General Characteristics of the Respondents

Variable		N(%)	Variable		N(%)
Gender	Male	151(45.2)	Grade	1	103(30.8)
	Female	183(54.8)		2	113(33.8)
Time of SNS Usage	Until 30 minutes	44(13.2)		3	118(35.3)
	30-60 minutes	168(50.3)	Academic Conscious	Lower Class	23( 6.9)
	60-90 minutes	88(26.4)		Lower-middle Class	92(27.5)
	90-120 minutes	34(10.2)		Middle Class	140(41.9)
	Over 120 minutes	18( 5.4)		Upper-middle Class	67(20.1)
	M(SD)	42.56(29.94)		Upper Class	12( 3.6)

2) 측정도구

① SNS중독경향성(SNS Addiction Proneness)

SNS중독경향성은 SNS이용에 대해 과도한 시간 투자와 집착, 과잉소통과 몰입 하는 것으로 정의하였다(Cho, 2013). 본 연구에서 중학생의 SNS중독경향성을 측정하기 위하여 Lee 등(2014)의 연구에서 Young(1996)의 척도와 National Information Society Agency(2005)의 인터넷 중독 자기진단검사 K 척도를 바탕으로 개발한 SNS중독경향성 척도를 활용하였다. 측정 문항은 SNS를 이용하지 않으면 초조해지고 견디기 힘든지, SNS 이용으로 계획한 일을 수행하기 어렵은지, 가족 및 친구 등에게 SNS를 너무 오래 이용한다고 지적 혹은 불평을 들은 적이 있는지 등의 총 15문항으로 구성하였다. 문항은 4점 리커트 척도로 측정하였으며, 전혀 그렇지 않다 1점에서 매우 그렇다 4점으로 점수가 높을수록 SNS중독경향성이 높음을 의미한다. 본 연구의 신뢰도 계수(Cronbach'a)는 0.93으로 나타났다.

② 내현적 자기애(Covert Narcissism)

내현적 자기애는 내면에 숨어져 있는 자기중심적이고 자기도취적 성향으로 정의하였다(Kang & Chung, 2002). 내현적 자기애를 측정하기 위해 Hendin과 Cheek(1997)의 척도를 Chung(2001)이 변안한 척도를 활용하였다. 측정 문항은 타인의 비판에 쉽게 기분이 상하는지, 나를 인정해주는 사람이 없으면 함께하는 것이 싫은지, 타인들과 함께 있을 때 내가 어떻게 보일지 신경이 쓰이며, 남들의 시선이 내게 쏠리는 느낌이 드는지, 타인의 문제를 걱정해줄 여유가 없는지 등 총 10문항으로 구성

하였다. 문항은 5점 리커트 척도로 측정하였으며, 전혀 그렇지 않다 1점에서 매우 그렇다 5점으로 점수가 높을수록 내현적 자기애 성향이 높음을 의미한다. 본 연구의 신뢰도계수(Cronbach'a)는 0.81로 나타났다.

③ 소외감(Sense of Alienation)

소외감은 사회관계에 통합되지 못하고 친구나 주위 사람들로 부터 멀어지거나 격리되면서 경험하는 규범상실감, 무력감, 사회적 고립감을 의미한다(Seo, 2007; Seong, 2013). 본 연구에서 소외감을 측정하기 위하여 Oh(2008)의 연구에서 Deen(1961)가 개발한 소외척도(DAS: Dean's Alienation Scale)를 변안한 척도를 활용하였다. 측정 문항은 내 주변 사람들이 나에게 무관심하고 나와 어울리지 않는지, 친구들에게 속상할 때 하소연하거나 즐겁게 어울리는 일이 별로 없는지, 타인에게 이용당한다는 기분을 느끼는지 등의 총 20문항으로 구성하였다. 문항은 5점 리커트 척도로 측정하였으며, 전혀 그렇지 않다 1점에서 매우 그렇다 5점으로 점수가 높을수록 소외감 수준이 높음을 의미한다. 본 연구의 신뢰도 계수(Cronbach'a)는 0.85로 나타났다.

④ 자아존중감(Self-Esteem)

자아존중감은 자신을 긍정적이고 가치 있는 존재라고 판단하는 것으로 정의하였다(Rosenberg, 1965). 본 연구에서 자아존중감을 측정하기 위하여 Rosenberg(1965)가 개발한 자아존중감 척도를 Lee와 Won(1995)이 한국어로 변안한 한국어판 척도를 활용하였다. 측정 문항은 내가 다른 사람만큼 가치가 있고, 일을 잘 수행할 수 있는지, 나는 긍정적 태도를 가졌는지, 나에게 대해

만족하는지 등의 총 10문항으로 구성하였다. 문항은 5점 리커트 척도로 측정하였으며, 전혀 그렇지 않다 1점에서 매우 그렇다 5점으로 점수가 높을수록 자아존중감 수준이 높음을 의미한다. 본 연구의 신뢰도 계수(Cronbach's α)는 0.92로 나타났다.

3) 분석 방법

수집된 자료는 STATA 13.0 프로그램을 이용하여 분석하였다. 측정변수의 일반적 특성을 살펴보기 위해 평균 표준편차의 기술통계를 사용하였고, 조사 도구의 신뢰도를 검증하기 위하여 Cronbach's α계수를 산출하였다. 중학생의 내현적 자기에, 소외감, 자아존중감의 관계를 살펴보기 위해 상관관계 분석을 실시하였으며, 내현적 자기에, 소외감, 자아존중감이 SNS중독경향성에 미치는 영향을 분석하기 위해 위계적 다중회귀분석(Hierarchical multiple regression analysis)을 실시하였다.

또한 중학생의 내현적 자기에와 소외감과 SNS중독경향성의 관계에서 자아존중감이 매개변인의 역할을 하는지 알아보기 위해 Baron과 Kenny(1986)의 회귀분석을 통한 매개 효과분석을 하였다. 유의한 매개 효과가 성립하기 위해서 1단계 독립변수가 종속변수에 유의한 영향을 주어야 하며, 2단계 독립변수가 매개변수에 유의한 영향을 끼쳐야 한다. 3단계 독립변수와 매개변수가 동시에 종속변수에 미치는 영향을 측정하는 회귀분석에서 매개변수는 종속변수에 유의한 영향을 주어야 한다. 이때 독립변수의 영향력이 유의한 수준에서 유의하지 않은 수준으로 떨어지는 경우에는 완전매개 효과가 성립되며, 영향력이 감소하지만 무의미한 수준으로 떨어지는 경우에는 부분매개 효과가 성립된다. 또한 Sobel검증(1982)을 사용하여 매개 효과의 유의성을 검증하였다.

IV. 연구 결과

1. 중학생의 내현적 자기에, 소외감, 자아존중감, SNS중독경향성의 관계

중학생의 내현적 자기에, 소외감, 자아존중감, SNS중독경향성 간의 상관분석 결과는 <Table 2>와 같다. 분석결과 내현적 자기에, 소외감과 자아존중감은 중학생의 SNS중독경향성에 유의한 상관관계를 보였다. 중학생은 내현적 자기에와 소외감이 높을수록 SNS에 더 많은 몰입과 내성을 보이는 것으로 나타났다. 반면, 자아존중감이 높아질수록 SNS에 중독되는 경향이 감소하는 것을 알 수 있었다.

2. 중학생의 내현적 자기에, 소외감과 자아존중감이 SNS중독경향성에 미치는 영향

중학생의 내현적 자기에, 소외감과 자아존중감이 SNS중독경향성에 미치는 영향을 살펴보기 위하여 일반적 특성인 성별, 학년, 학업성적, SNS 이용시간 변수를 통제한 상태에서 위계적 다중회귀분석을 실시하였다. 그 결과는 <Table 3>와 같다.

다중회귀분석에 앞서 변수 간의 다중공선성을 판단하기 위하여 분산팽창요인 값을 살펴본 결과, 독립변수들의 평균 분산팽창요인 값이 1.07 미만으로 다중공선성이 존재하지 않음을 확인하였다. 또한 잔차의 정규성 분포가정을 만족하는지 확인하기 위해 Durbin Watson 검정을 실시한 결과 1.72-1.89로 2에 가

Table 2. The Correlation among for Covert Narcissism, Sense of Alienation, Self-Esteem, SNS Addiction Proneness in Middle School Adolescents

Category	Covert Narcissism	Sense of Alienation	Self-Esteem	SNS Addiction Proneness
Covert Narcissism	1			
Sense of Alienation	.42 ***	1		
Self-Esteem	-.23 ***	-.35 ***	1	
SNS Addiction Proneness	.47 ***	.41 ***	-.34 ***	1

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



까워 모형의 오차항 간에 자기상관성이 없는 것으로 나타났다.

1단계에서 통제변수들을 투입하여 SNS중독경향성에 미치는 영향을 살펴본 결과, 통제변수는 SNS중독경향성을 2% 설명하고 있었다. 통제변수 중 SNS이용시간( $B=.21$ )만이 SNS중독경향성에 유의한 영향을 미치는 변수로 나타났다. 즉 SNS를 이용하는 시간이 많을수록 SNS중독경향성 수준이 높았다. 2,3,4단계에서는 독립변수인 내현적 자기애, 소외감, 자아존중감 변수를 차례로 투입하여 SNS중독경향성에 미치는 영향을 살펴보았다. 2단계에서 내현적 자기애 변수를 투입하여 SNS중독경향성을 살펴본 결과, 그 설명력은 26%로 나타났다. 내현적자기애가 SNS중독경향성에 미치는 영향에 대한 설명력은 24%( $R^2=.02 \rightarrow .26$ )였으며, 내현적 자기애수준이 높을수록 SNS중독경향성이 높게 나타났다( $B=.59$ ). 3단계에서는 내현적 자기애와 소외감 변수를 함께 투입하였으며, 그 설명력은 31%였다. 내현적 자기애만을 투입했을 때보다 소외감이 독립변수에 투입됨으로써 SNS중독경향성의 설명력이 5%( $R^2=.26 \rightarrow .31$ )증가하였으며, 소외감을 많이 느낄수록 SNS중독경향성이 높게 나타났다( $B=.26$ ). 4단계에서 내현적 자기애, 소외감과 자아존중감 변수를 투입하여 SNS중독경향성을 살펴본 결과, 그 설명력은 34%로 나타났다. 자아존중감 변수가 독립변수에 투입됨으로써 SNS중독경향성의 설명력이 3%( $R^2=.31 \rightarrow .34$ )증가하였으며, 자아존중

감이 높을수록 SNS중독경향성이 낮게 나타났다( $B=-.19$ ).

즉 중학생은 밖으로 표출되어있지 않고 내면에 숨겨져있는 자기중심적이고 자기도취적 성향이 높을수록, 소외감을 많이 느낄수록 SNS이용에 과도한 집착과 몰입을 하는 경향을 보였다. 반면, 자신을 긍정적이고 가치있는 존재라고 판단할수록 SNS중독경향성을 감소시키는 것을 알 수 있었다.

### 3. 중학생의 내현적 자기애, 소외감과 SNS중독경향성의 관계에서 자아존중감의 매개효과

중학생의 내현적 자기애, 소외감과 SNS중독경향성의 관계에서 자아존중감이 매개하는지 확인하기 위해 Baron과 Kenny(1986)의 매개효과분석 방법을 사용하였으며, Sobel 검증을 실시하여 매개 효과에 대한 유의도를 검증하였다. 매개변인 관계 분석을 위한 다중회귀분석을 수행하기 앞서 변수 간의 다중공선성을 판단하기 위하여 분산팽창요인 값을 살펴보았다. 독립변수들의 평균 분산팽창요인 값이 1.07-1.15 미만으로 다중공선성이 존재하지 않음을 확인하였다. 또한 잔차의 정규성 분포가정을 만족하는지 확인하기 위해 Durbin Watson 검정을 실시한 결과 1.72-1.92로 2에 가까워 모형의 오차항 간에 자기상

Table 3. Relative Influence of SNS Addiction Proneness among Covert Narcissism, Sense of Alienation and Self-Esteem in Middle School Adolescents

Category		Step 1			Step 2			Step 3			Step 4		
		B	S.E.	$\beta$	B	S.E.	$\beta$	B	S.E.	$\beta$	B	S.E.	$\beta$
Control Variable	Gender (Female)	-.03	.07	-.05	-.03	.06	-.05	-.01	.06	-.02	.00	.06	-.01
	Grade	-.03	.04	-.04	-.09	.04	-.12 *	-.10	.04	-.13 **	-.08	.04	-.10 *
	Academic Conscious	-.02	.04	-.03	-.04	.03	-.06	-.02	.03	-.03	.00	.03	.00
	Time of SNS Usage	.21	.04	.17 ***	.22	.03	.18 ***	.21	.03	.17 ***	.22	.03	.17 ***
Covert Narcissism					.59	.06	.50 ***	.46	.06	.39 ***	.43	.06	.36 ***
Sense of Alienation								.26	.05	.25 ***	.21	.05	.20 ***
Self-Esteem											-.19	.05	-.18 ***
F-value		3.04*			24.85***			26.13***			25.22***		
R <sup>2</sup>		.04			.27			.32			.35		
adjusted R <sup>2</sup>		.02			.26			.31			.34		

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

관성이 없는 것으로 나타났다.

중학생의 내현적 자기에, 소외감과 SNS중독경향성 관계에서 자아존중감이 매개하는지 살펴본 결과는 <Table 4>, <Table 5>와 같다. 1단계 검증에서 독립변수인 내현적 자기에( $B=.46$ )와 소외감( $B=.26$ )은 종속변수인 SNS중독경향성에 유의한 정적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 2단계 검증에서 내현적 자기에( $B=-.17$ )와 소외감( $B=-.28$ )은 자아존중감에 유의한 부적 영향을 미쳤다. 3단계 검증에서 내현적 자기에( $B=.43$ )와 소외감( $B=.21$ )은 SNS중독경향성에 정적영향을 미쳤으며, 그 영향력은 1단계에 비해 모두 감소하였고, 매개변수인 자아존중감( $B=-.19$ )도 SNS중독경향성에 유의한 부적 영향력이 나타났다. 따라서 내현적 자기에, 소외감과 SNS중독경향성 간의 관계에서 자아존중감이 부분 매개하는 것으로 확인되었다. 추가적으로 자아존중감에 대한 매개효과 유의성을 검증하기 위해 Sobel 검증을 실시하였으며, 그 결과 내현적 자기에( $z=2.27$ ) 및 소외감( $z=2.95$ )과 SNS중독경향성간의 관계에서 자아존중감은 유의한 부분매개변인임이 검증되었다.

이상의 결과를 종합하여 보면, 내현적 자기에와 소외감은 중학생의 SNS이용에서 과몰입과 과다이용에 직접적인 영향을 끼

칠 뿐 만 아니라 자아존중감을 통하여 간접적으로 SNS중독경향성에 영향을 미치고 있음을 알 수 있다.

## V. 결론 및 제언

본 연구의 목적은 중학생의 SNS중독경향성을 증재할 수 있는 방법을 모색하기 위하여 내현적 자기에, 소외감과 SNS중독경향성에 미치는 영향력을 살펴보고, 내현적 자기에, 소외감, SNS중독경향성의 관계에서 자아존중감의 매개 효과를 살펴보고자 함이다. 주요 연구 결과는 다음과 같다.

첫째, 내현적 자기에, 소외감, 자아존중감과 SNS중독경향성의 관계에서 유의한 상관관계를 보였다. 내현적 자기에와 사회적 관계에서 상실감, 고립감 등을 많이 느끼는 중학생의 경우 SNS이용에 과다한 몰입과 소통을 하는 것으로 나타났다. 반면, 자신에 대해 긍정적이고 가치있는 존재로 판단할수록 SNS중독경향성이 낮게 나타났다. 이는 내현적 자기에성향이 높아질수

Table 4. Mediation Effects of Self-Esteem on Covert Narcissism, Sense of Alienation and SNS Addiction Proneness in Middle School Adolescents

Category	B (SE)	$\beta$	t	R <sup>2</sup>	F
<Step 1> Covert Narcissism, Sense of Alienation → SNS Addiction Proneness					
Covert Narcissism	.46 (.06)	.39	7.66 ***	.32	26.13 ***
Sense of Alienation	.26 (.05)	.05	4.89 ***		
<Step 2> Covert Narcissism, Sense of Alienation → Self-Esteem					
Covert Narcissism	-.17 (.06)	-.15	-2.64 ***	.20	13.34 ***
Sense of Alienation	-.28 (.06)	-.27	-4.88 ***		
<Step 3> Covert Narcissism, Sense of Alienation/ Self-Esteem → SNS Addiction Proneness					
Covert Narcissism	.43 (.06)	.36	7.19 ***	.35	25.22 ***
Sense of Alienation	.21 (.05)	.20	3.84 ***		
Self-Esteem	-.19 (.05)	-.18	-3.70 ***		

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

Table 5. Sobel Test

Category	a(SE <sub>a</sub> )	b(SE <sub>b</sub> )	Z <sub>ab</sub>
Covert Narcissism→Self-Esteem→SNS Addiction Proneness	-.17(.06)	-.19(.05)	2.27*
Sense of Alienation→Self-Esteem→SNS Addiction Proneness	-.28(.06)		2.95**

록(Park, 2015; Kim & Suh, 2015), 친구나 주위 사람들로부터 경험하는 무력감, 사회적 고립감 등의 소외감이 커질수록(Seo et. al., 2015) SNS중독경향성이 높아진다는 기존의 연구결과와 그 맥락을 같이하는 것이다. 또한 청소년의 자아존중감이 높을수록 SNS중독경향성이 감소한다는 Hwang과 Kim(2015)와도 동일한 결과를 보였다.

둘째, 내현적 자기애, 소외감, 자아존중감이 SNS중독경향성에 미치는 영향력을 살펴본 결과, 밖으로 표출되지 않고 내면에 숨겨져있는 자기중심적이고 자아도취적 성향이 높을수록, 자신이 속해 있는 관계에 통합되지 못하고 고립 및 소외감을 느낄수록 중학생의 SNS중독경향성은 더 높게 나타났다. 반면, 자신을 긍정적이고 가치있는 존재라고 판단할수록 SNS이용에서 과몰입과 과잉소통의 수준이 낮게 나타났다. 이는 내현적 자기애 성향이 강할수록 SNS상의 활동을 더 좋아하고 SNS중독경향성이 더 높으며(Kim & Suh, 2015; Park, 2015), 현실세계의 사회적 관계에서 오는 소외감이 커갈수록 SNS를 통한 대인관계를 형성하고 유지하는데 과몰입한다는(Seo et. al., 2015) 선행연구와 일치하는 결과이다. 또한 낮은 자아존중감으로 인해 면대면 의사소통에 어려움을 겪는 사람들이 이의 대체 수단인 SNS사용에 많은 시간을 보냄으로써 SNS중독경향성을 보인다(Hwang, 2014)는 연구결과와 맥락을 같이 한다.

셋째, 내현적 자기애, 소외감과 SNS중독경향성과의 관계에서 자아존중감의 매개효과가 검증되었다. 내현적 자기애와 소외감은 직접적으로 SNS중독경향성에 유의한 영향을 주기도 하지만, 매개변인인 자아존중감을 통하여 SNS중독경향성에 유의한 영향을 끼치고 있음이 나타났다. 즉, 내현적 자기애와 소외감이 높을수록 자아존중감은 낮아지고 이는 곧 SNS중독경향성을 더 높게 만드는 것이다.

이상의 연구결과를 통해 중학생의 SNS중독 경향성을 예방하고 중재하기 위한 방안에 대해 살펴보면 다음과 같다.

첫째, 내현적 자기애가 SNS중독 경향성에 미치는 직접적 영향력이 나타났으므로, 우선 중학생들을 대상으로 심리상담을 통해 내현적 자기애 정도를 파악하는 것이 필요하다. 정상적인 발달과정에서 나타나는 자기몰입 혹은 일차적 자기애는 문제가 없지만, 이 과정에 고착하거나 퇴행하면 성격장애라고 할 수 있는 이차적 자기애가 형성될 수 있으므로 세심한 주의가 필요하

다(Kang & Chung, 2002). 내현적 자기애는 발달과정에서 주양육자의 냉담한 반응과 일관적이지 않은 태도로 인해 지속적으로 심리적 공허감과 좌절을 경험하게 되면, 이에 대한 방어기제로 웅대한 자기상을 키우게 되고 이것이 자기애성으로 형성된다(Kernberg, 1975). 따라서 자기애성이 강한 사람은 겉으로는 자신감이 있고 야심차게 보이지만 심리적으로는 열등감을 느끼며 정체성에 불만족하는 상태이기 때문에 SNS상에서 보상을 찾으려고 몰입하게 되는 것이다. 이러한 측면을 고려하여 내현적 자기애 수준이 심각한 학생에 대해서는 추가적인 심리상담 치료를 진행하여 심리적 공허감을 극복하도록 도와주고, 현실세계에서도 자신을 드러낼 수 있는 기회를 마련해주어야 한다. 이러한 노력은 교사 뿐 아니라 부모와의 연계를 통해 일관된 지지와 긍정적 반응을 행함으로써 학생의 심리적 상태가 안정적으로 발전·유지 될 수 있도록 이루어져야 한다.

둘째, 중학생이 느끼는 소외감이 SNS에 더욱 몰입하게 하는 영향요인으로 파악되었으므로 또래관계에서의 친밀도와 문제점을 면밀히 살펴볼 필요가 있다. SNS를 과다하게 사용하는 것이 소외감이나 관계의 욕구에서 오는 결핍을 채우기 위한 것이므로, 또래로부터 소외감을 느끼는 학생들에 대한 적극적인 개입의 필요성이 제기된다. 지금까지 소외감과 관련된 학교 및 전문기관들의 개입들은 따돌림, 괴롭힘 등의 가시적인 위협을 경험하는 학생들만을 주 대상으로 이루어져 왔다. 그러나 이는 청소년 시기의 주요한 발달과업인 사회적 관계에 대한 매우 제한된 접근이라고 할 수 있다(Choi et. al., 2015). 중학생의 또래소외감은 중학교 과정 내내 나타날 수 있으며, 관계에서 느끼는 소외감은 개인의 자각이지만 실제의 부정적 관계의 경험을 반영하는 것으로 나타난다(Choi & Kim, 2001). 따라서 또래관계에서의 문제점이 가시적으로 부각되지 않더라도, 중학교시기에 느낄 수 있는 관계에서의 사소한 부정적 경험과 소외감에 대해서도 관심을 가지고 지도가 이루어져야 한다. 학생의 소외감을 감소시키기 위해서는 학교 내 또래관계에 대한 교사의 개입, 학교환경의 변화, 긍정적인 사회적 관계의 중요성과 형성에 대한 교육 등이 꾸준히 행해져야 한다.

셋째, 자아존중감이 SNS중독경향에 미치는 직접적 영향과 부분 매개적 역할이 검증되었으므로, SNS 중독 경향성이 높은 사람들에게 자아존중감을 향상시키는 문제 해결적 접근을 취하는 것이 SNS 중독 예방에 효과적일 수 있음을 알 수 있다. 특히

자아존중감의 매개적 역할이 밝혀짐으로써 SNS중독 해결에 의미 있는 기여가 될 것이라 사료된다. 즉 내현적 자기애가 강한 학생에게 심리적인 치료방법을 취하면서 자아존중감 향상을 위한 프로그램을 함께 적용한다면 보다 효과적인 결과를 도출해 낼 수 있을 것이다. 소외감 또한 자아존중감 증진을 위한 접근과 함께 이루어진다면 보다 긍정적인 결과를 기대할 수 있을 것이다. 초기 청소년기인 중학생 시기는 자아존중감 형성에 매우 중요한 시기이다(Hwang, 2006). 그러므로 교사와 부모는 학생들의 자아존중감을 향상시키는 과정에서 서로 협력하여 일관되게 지지해줌으로써 궁극적으로는 학생들이 스스로 자신의 가치를 확보할 수 있도록 도와주어야 한다. 특히 실천적 추론 가정과 수업은 중학생들의 자아존중감을 향상시키어, 학생들이 자신에 대해서 만족하고 혼자의 힘으로 문제를 해결하도록 할 뿐만 아니라 다른 사람이 자신을 좋아하고 원하면 친구를 사귄 수 있다고 생각하게 하는데 효과적인 수업으로 입증되었다(Chae & Yoo, 2006). 그러므로 생활의 실제적인 문제를 다루는 가정교과 수업을 통해 전체적으로 학생들이 자아존중감을 형성하고 높일 수 있도록 수업내용과 연계된 다양한 접근 방법이 이루어질 필요가 있다. 토의수업, 실천적 문제해결 수업, 프로젝트법 등을 이용하여, 학생들이 일상생활 속에서 발생할 수 있는 다양한 문제에 대하여 직접 참여해 스스로 문제해결의 대안을 탐색하고, 비판적 사고를 통한 추론과 가치 판단에 따른 의사결정을 통하여 자아존중감을 확보할 수 있도록 한다. 예를 들어 청소년의 친구관계 수업에서 다양한 친구관계 형태와 문제점에 대해 생각해보는 과정을 통해 문제가 발생하는 맥락과 본질을 고려할 수 있도록 지도하여 학생들이 자아존중감과 타인에 대한 배려를 향상할 수 있도록 한다. 아울러 개별적인 관찰을 통해 자아존중감의 확보가 시급한 학생에게는 추가적인 지원과 면담이 이루어지도록 한다.

넷째, SNS사용에 대한 바람직한 사용 방안을 마련하고 지속적인 교육을 통해 올바른 네트워크 문화가 형성될 수 있도록 지도해야 한다. SNS가 가지고 있는 긍정적인 측면을 극대화하고 부정적인 측면을 최소화 하여 현명하게 이용할 수 있도록 지도할 필요가 있다. SNS이용문제는 종종 학생 개인이 해결하기 어려운 문제일 수 있으며, 임상적 수준의 심각한 문제를 가진 학생도 발생 가능하므로, 학교 뿐 아니라 가족, 친구, 관련기관들의 세심한 관심과 배려가 요구되어진다. SNS중독경향을 예방

하기 위해서는 우선적으로 SNS를 이용함에 있어 SNS 이용 양상과 장단점을 객관적으로 인지하도록 하고, SNS이용으로 발생하는 문제들을 명료화하며 구체적인 해결방안을 제시해주며, SNS이용 행동 조절이 어려울 때 도움을 청할 수 있도록 한다. 또한 SNS 오용이 가져오는 심각한 범죄와 그 결과를 인식하도록 하여 오용에 대한 경각심을 일깨워주는 반면 올바른 SNS이용으로 나타날 수 있는 선형의 결과에 대해서도 알려주어 책임감 있는 행동을 하도록 지도하여야 한다. 현재 기술 가정에서 사이버우리에 대한 교육이 행해지고 있으므로 생활교과목으로서의 장점을 최대한 살려 학문적인 측면뿐 아니라 일상생활에서도 통용될 수 있는 적합한 SNS이용에 대해 교육하여 보다 건강하고 바람직한 SNS 문화가 이루어질 수 있도록 한다. 또한 학생들이 스스로 통제하고 조절하는 힘을 기를 수 있도록 체계적인 교육과 관리가 행해져야 한다.

본 연구의 제한점과 함께 후속 연구를 위한 제언을 하면 다음과 같다. 첫째, 본 연구는 중학생에 국한하여 살펴보았으므로 청소년에 대한 전반적인 SNS중독경향을 이해하기에는 한계가 있다. 따라서 후속 연구에서는 연구대상을 청소년기로 확대하여 SNS이용에 대한 보다 체계적인 변화추이를 살펴볼 필요가 있다. 둘째, 본 연구는 중학생의 SNS중독경향성에 미치는 심리요인으로 내현적 자기애와 소외감에 국한하여 살펴보았으므로, 향후 연구에서는 보다 다양한 심리요인과 환경적 요인을 고려하여 영향관계를 살펴볼 필요가 있다. 셋째, 질적 연구 방법을 적용하여 중학생들로부터 SNS이용과 관련된 보다 깊이 있는 이야기를 이끌어낼 필요가 있다. SNS이용에 대한 긍정적 측면과 부정적 측면을 세부적으로 파악하여 올바른 SNS이용문화가 정착되기 위한 논의가 지속적으로 이루어지길 제언한다.

## 참고문헌

- American Psychiatric Association (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders : DSM-5*. Washington, DC: Author.
- Asher, S. R., Rose, A. J., & Gabriel, S. W. (2001). *Peer rejection in everyday life*. In M. R. Leary (Ed.), *Interpersonal*

- rejection. New York: Oxford University Press.
- Baron, R. M., & Kenny, D. A. (1986). The moderator-mediator variable distinction in social psychological research: conceptual, strategic, and statistical consideration. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51, 1173-1182.
- Chae, J. H., & Yoo, T. M. (2006). The effects of practical reasoning home economics instruction on middle school students' self-esteem. *Journal of Korean Home Economics Education Association*, 18(1), 31-47.
- Chittaro, L., & Vianello, A. (2013). Time perspective as a predictor of problematic internet. *Personality and Individual Differences*, 55(8), 989-993.
- Cho S. H., & Suh, K. H. (2013). An exploratory study on factors related with SNS addiction proneness: Focus on covert narcissism, self-presentational motivation, and sense of alienation. *Korean Journal of Health Psychology*, 18(1), 239-250.
- Cho, D. H. (2013). *A study on the influence of SNS addiction proneness on pathological narcissism, emotion expressiveness, directivity for friends, and the way of stress coping : focused on gender difference*. Unpublished master's thesis, Catholic University, Seoul, Korea.
- Choi, C. Y., Lee, J. Y., & Shin, Y. M. (2015). The reciprocal relationship between peer alienation and self-esteem among South Korean middle school students. *Studies on Korean Youth*, 26(3), 247-276.
- Choi, W. S., & Kim, J. H. (2001). A study on alienation of elementary school students according to environmental variables. *Journal of Resource Development*, 20(1), 131-140.
- Chung, N. W. (2001). A Validation Study of the Hypersensitivity Narcissism Scale(HSNS). *Korean Journal of Counseling and Psychotherapy*, 13(1), 193-216.
- Dean, D. C. (1961). Alienation: it's meaning and measurement. *American Sociological Review*, 22(6), 670-677.
- Denissen, J. J., Penke, L., Schmitt, D. P., & Van Aken, M. A. (2008). Self-esteem reactions to social interactions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 95(1), 181-196.
- Hendin, H. M., & Cheek, J. M. (1997). Assessing hypersensitivity narcissism: A reexamination of Murray's narcissism scale. *Journal of Research in Personality*, 31(4), 588-599.
- Hwang H. E. (2015). *Influences of Self-esteem, Social Anxiety and Interpersonal Relation Orientation on the Tendency of Social Network Service Addiction of Middle School Students*. Unpublished master's thesis, Sogana University, Seoul, Korea.
- Hwang, C. S. (2006). Parent and peer attachments of early adolescents and the transition of attachment functions. *Studies on Korean Youth*, 17(1), 201-225.
- Hwang, H. E., & Kim, H. S. (2015). Influences of self-esteem, social anxiety and interpersonal relation orientation on the tendency of social network service addiction of middle school students. *Korean Journal of Youth Studies*, 22(9), 233-253.
- Hwang, J. H. (2014). *The influence of teenager's covert narcissism on peer relationship: Mediated by effect of self esteem*. Unpublished master's thesis, Sookmyung Women's University, Seoul, Korea.
- Jang, W. J. (2003). *Influence of psychological alienation on the internet addiction in adolescents*. Unpublished master's thesis, Korea University, Seoul, Korea.
- Kang W. S. (2000). *The Relationship between the perceived father's mothers's values, father, mother-student emotional intimacy & father's mother's over control and university student's alienation*. Unpublished doctoral dissertation, Seoul National University, Seoul, Korea.
- Kang, S. H., & Chung, N. W. (2002). A study on the development and validation of the covert narcissism scale. *The Korean Journal of Counseling and Psychotherapy*, 14(4), 969-990.
- Kelsey, T. (2010). *Social networking spaces: From facebook to Twitter and everything In Between*. New York: Springer-Verlag.
- Kim S. M., & Suh K. H. (2015). Relationships between covert narcissism and SNS addiction proneness: Focus on the

- mediating effects of experiential avoidance. *The Korean Journal of Health Psychology*, 20(3), 587-603.
- Kim S. Y. (2013). *A Study on the Influence of smartphone and SNS use on middle school students' sense of alienation & peer relationships*. Unpublished master's thesis, Konkuk University, Seoul, Korea.
- Kim T. R., Cho, H. J., Leem S. J., Bang, H. J., Cho, S. J., Cho, S. W., Kim, H. J., Hong, J. Y., Lee, K. W., Seol, I. J., Son, W. S., Hong, S. J., Park, Y. S., Shon, Y. S., Kim, M. S., & Song, Y. H. (2004). *Developmental Psychology*. Seoul: Haskjisa.
- Kim, B. G., & Oh, S. S. (2009). Effect of experiencing failure on the self-esteem of overt and covert narcissists. *Korean Journal of Clinical Psychology*, 28(4), 1069-1081.
- Kim, S. H. (2013). *SNS characteristics perceived by youth and mediation effects of the socio-psychological characteristics between degrees of participation in cyber collective intelligence types*. Unpublished doctoral dissertation, Soon Chun Hyang University, Asan, Korea.
- Kohut, H. (1977). *The restoration of the self*. New York: International University Press.
- Korea Information Society Development Institute (2016). *Analysis of user characteristics and usage determinants of social network service (SNS) in Korea*. Seoul : KISDI STAT Report.
- Kuss, D. J., & Griffiths, M. D. (2011). Online social networking and addiction: A review of the psychological literature. *International Journal Environmental Research and Public Health*, 8, 3528-3552
- Kwon, S. M., & Han S. J. (2000). *Narcissistic personality disorder*. Seoul: Haksisa.
- Leary, M. R., & Baumeister, R. F. (2000). The nature and function of self-esteem: Sociometer theory. *Advances in Experimental Social Psychology*, 32, 1-62.
- Leary, M. R., Koch, E. J., & Hechenbleikner, N. R. (2001). *Emotional responses to interpersonal rejection*. New York: Oxford University Press.
- Lee, H. B., Kim, D. H., Choi J. Y., & Shin, M. H. (2014). A study on teenagers' SNS use features and addiction : Focus on middle school student of Gyeonggi-do & Gangwon-do. *GRI Review*, 16(1), 365-392.
- Lee, H. J., & Won, H. K. (1995). Exploring tendency of paranoia, self concept and self consciousness. *Korean Psychological Association Annual Conference*. (pp.277-290).
- Lee, K. J., & Chung, N. W. (2007) The Effect of Covert Narcissism and Internet Reinforcement Experience on Excessive Internet Use. *Korean Journal of Counseling and Psychotherapy*, 19(1), 55-69.
- Lee, S. H. (2013). A study on the policy implication on the addiction of social media service user : Focusing on the proposal of Korean SNS addiction Index (KSAI). *Journal of Digital Convergence*, 11(1), 255-265.
- National Information Society Agency (2005). *Diagnosing internet addiction : K-scale*. Retrieved from <http://www.iapc.or.kr>.
- National Information Society Agency (2014). *2013 A survey on internet addiction*. Seoul: National Information Society Agency.
- Noh, Y. (2016). A study on the effect of SNS usage motivations on flow and addiction : Focusing on Facebook users. *The e-Business Studies*, 17(3), 301-320.
- Oh, E. K. (2008). *Alienation and interpersonal relationships in adolescents*. Unpublished master's thesis, Catholic University, Seoul, Korea.
- Oh, Y. K. (2012). *A study on the influence of SNS addiction tendency on loneliness, depression, interpersonal relationship and social support*. Unpublished master's thesis, Korea counseling university, Seoul, Korea.
- Park, E. H. (2015). *Relationship among covert narcissism, SNS, and psychological well-being*. Unpublished master's thesis, Catholic University, Seoul, Korea.
- Park, M. S. (2011). *Relationship between the middle school students' stress from studying and the cellular phone addiction : With focus on the moderating effects of family function*. Unpublished master's thesis, Pyeongtaek University, Pyeongtaek, Korea.
- Park, W. K. (2013). An explorative study on Adolescents' SNS addiction. *Journal of Communication Science*, 13(4),

- 305-342.
- Rosenberg, M. (1985). *Self-concept and psychological well-being in adolescence*. New York: Academic Press
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton, NJ: Princeton University Press.
- Seo, H. J. (2007). *An ethnographic study on the alienation phenomenon of school children*. Unpublished master's thesis, Kyungin University of Education, Inchon, Korea.
- Seo, W. J., Kim M. R. H., Kim, J. H., Ebesutani, C., & Jo I. S. (2015). The mediating effects of self-efficacy in the relationship between loneliness and social media addiction. *Korean Journal of Woman Psychology*, 20(4), 497-512
- Seong Y. J. (2013). *The impact of the alienation on smart-phone over use among youth : The moderating effects of parent attachment and peer attachment*. Unpublished master's thesis, Catholic University of Daegu, Daegu, Korea.
- Shu, K. H., & Yang, S. A. (2010). Narcissism, self-esteem, interpersonal stresses, and psychological stresses among female college students. *Stress Research*, 18(4), 371-378.
- Smith. G. (2007). *Social software building blocks*. Retrived from <http://nform.ca/publications/social-software-building-block>.
- Sobel M.E. (1982). *Some new results on indirect effects and their standard errors in covariance structure models*. Washington. DC. American Sociological Association.
- Tazghini, S., & Siedlecki, K. L. (2013). A mixed method approach to examining Facebook use and its relationship to self-esteem. *Computers in Human Behavior*, 29(3), 827-832.
- Tracx (2017). *Social media demographics*. Retrieved from <https://www.tracx.com/resources/blog/social-media-demographics-2017-marketers/>
- Wikimedia (2017). *SNS*. Retrieved from <https://ko.wikipedia.org/wiki/SNS>
- Wilbum, D. R., & Smith, D. E. (2005). Stress, self-esteem and suicidal ideation in late adolescents. *Adolescents*, 40(157), 33-45.
- Woo, H. J., & Lee, J. K. (2012). A study on the internet pornograph immersion and addiction affected by the level and security of self-esteem. *A Study of Journalism*, 16(3), 55-84.
- Young, K. S. (1996). *Internet can be as addicting as alcohol, drug and gambling*. An APA news. release. Retired July 23.
- Young, K. S. (1998). *Caught internet : How to recognize the signs of internet addiction and a winning strategy for recovery*. New York: Wiley.
- Yu, H. W., & Hong, H. Y. (2015). The mediating effect of self-esteem and self-esteem stability in the Relationship between peer attachment and the tendency of SNS addiction in middle school students. *The Korean Journal of Counseling and Psychotherapy*, 27(4), 977-999.

<국문요약>

본 연구는 중학생의 SNS중독경향성을 증재할 수 있는 방법을 모색하기 위하여 내현적 자기에, 소외감과 SNS중독경향성의 관계와 영향력을 살펴보고, 내현적 자기에, 소외감, SNS중독경향성의 관계에서 자아존중감의 매개효과를 검증하였다. 이를 위해 최근 1주일 이내에 SNS이용 경험이 있는 중학교 1~3학년 청소년을 대상으로 온라인을 통하여 자료를 수집하였으며, 최종 341명을 분석에 사용하였다.

첫째, 내현적 자기에, 소외감, 자아존중감과 SNS중독경향성의 상관관계를 살펴보면, 내현적 자기에와 소외감은 SNS중독경향성에 유의미한 정적 상관관계를 보였다. 반면, 자아존중감과 SNS중독경향성의 관계에서는 유의미한 부적 상관관계를 보였다. 둘째, 내현적 자기에, 소외감, 자아존중감이 SNS중독경향성에 미치는 영향력을 살펴본 결과, 내현적 자기에, 소외감, 자아존중감은 SNS중독경향성에 유의한 영향을 끼치는 것으로 나타났다. 내현적 자기에와 소외감이 높을수록 SNS중독경향성이 더 높게 나타난 반면, 자아존중감이 높을수록 SNS중독경향성은 낮게 나타났다. 셋째, 내현적 자기에, 소외감과 SNS중독경향성의 관계에서 자아존중감의 매개효과가 검증되었다. 내현적 자기에와 소외감은 직접적으로 SNS중독경향성에 유의한 영향을 주기도 하지만, 매개변인인 자아존중감을 통하여 SNS중독경향성에 유의한 영향을 끼치고 있음이 나타났다. 즉, 내현적 자기에와 소외감이 높을수록 자아존중감은 낮아지고 이는 SNS중독경향성을 더 높게 만드는 것으로 나타났다.

청소년의 올바른 네트워크 문화가 형성될 수 있도록 일상생활에서도 통용될 수 있는 적합한 SNS이용에 대해 교육과 건강하고 바람직한 SNS문화가 형성되어야 한다. 또한 학생들이 스스로 통제하고 조절하는 힘을 기를 수 있도록 체계적인 교육과 관리가 이루어져야 한다.

■ 논문접수일자: 2017년 08월 08일, 논문심사일자: 2017년 08월 11일, 게재확정일자: 2017년 09월 25일