

SNS 중독 경향성 및 대인관계가 간호대학생의 대학생활적응에 미치는 영향

나은선^{1*} · 장현정^{2†}

¹구미대학교 간호학과, 조교수

²위덕대학교 간호학과, 조교수

(2021년 7월 27일 접수: 2021년 8월 27일 수정: 2021년 8월 30일 채택)

Influence of Social Network Service (SNS) Addiction Tendency and Interpersonal Relationship on College Life Adaptation in Nursing Students

Eun-Sun Na^{1*} · Hyun-Jung Jang^{2†}

¹Department of Nursing, Gumi University

²Department of Nursing, Uiduk University

(Received July 27, 2021; Revised August 27, 2021; Accepted August 30, 2021)

요 약 : 본 연구는 SNS 중독 경향성 및 대인관계가 간호대학생의 대학생활적응에 미치는 영향을 파악하기 위한 서술적 조사연구이다. 본 연구는 2019년 10월 01일부터 10월 04일까지 G시 1~3학년의 간호대학 재학생 228명을 대상으로 실시되었다. 결과분석은 기술통계, ANOVA, Pearson correlation coefficients, Multiple regression을 이용하였다. 연구결과, 대학생활적응은 성별($t=5.26, p<.001$), SNS 일 평균 사용시간($F=8.07, p<.001$), 현실에서의 교류 친구 수($F=2.87, p=.037$)와 유의한 차이가 있었다. 변수 간의 상관관계로 대학생활적응은 SNS 중독 경향성($r=-.31, p<.001$) 및 대인관계($r=.52, p<.001$) 간에 유의한 상관관계가 있었으며, SNS 중독 경향성과 대인관계에서도 유의한 상관관계가 있었다($r=-.17, p=.011$). 대학생활적응에 영향을 미치는 요인으로는 대인관계($\beta=.477, p<.001$), 성별($\beta=-.198, p=.001$), SNS 일 평균 사용시간($\beta=-.177, p=.003$)으로 나타났으며 설명력은 37.8%였다. 본 연구결과를 토대로 간호대학생의 대학생활적응을 향상시키기 위해 긍정적인 SNS를 활용한 긍정적인 대인관계 형성을 위한 프로그램 개발이 필요하리라 사료된다.

주제어 : SNS, 중독 경향성, 대인관계, 간호대학생, 대학생활적응

†Corresponding author

(E-mail: jangah74@uu.ac.kr)

Abstract : This study is a descriptive survey research on social network service addiction tendency and interpersonal relationships on college life adaptation among nursing students. The study period was from October 1 to 4, 2019, the survey was conducted for 228 first and third year nursing students located in G city. The collected data were analyzed with the SPSS 23.0 program using descriptive statistics, ANOVA, Pearson correlation coefficients, and multiple regression. The results of the study showed that there were differences in the subjects' college life adaptation depending on their gender ($t=5.26$, $p<.001$), daily average duration of using social network service ($F=8.07$, $p<.001$), and friends in real life ($F=2.87$, $p=.037$). College life adaptation had a significant correlation with social network service addiction tendency ($r=-.31$, $p<.001$) and interpersonal relationships ($r=.52$, $p<.001$), and social network service addiction tendency with interpersonal relationships had a significant correlation ($r=-.17$, $p=.011$). Factors that affected college life adaptation included interpersonal relationships ($\beta=.477$, $p<.001$), gender ($\beta=-.198$, $p=.001$), and daily average duration of using social network service ($\beta=-.177$, $p=.003$), and the explanatory power of these factors was 37.8%. Based on the results of this study, it is thought that it is necessary to develop a program for a positive interpersonal relationship formation using social network service in order to improve the college life adaptation of nursing students.

Keywords : Social Network Service (SNS), Addiction Tendency, Nursing Student, Interpersonal Relationship, College Life Adaptation

1. 서론

1.1. 연구의 필요성

2020년 휴대폰 보유율은 97.0%로 국민의 대부분이 휴대폰을 소유하고 있으며 이중 스마트폰 보유율이 91.0%로 2011년에 비해 4배 이상 증가하였다[1]. 스마트폰은 순간의 PC라고 불리며 다양한 정보를 습득하거나 업무수행, 사회적 관계 형성 및 여가활동 등을 할 수 있으며 SNS 활동 등을 통한 다양한 소통방식을 활용하고 있다[2]. SNS (Social Network Service, 이하 SNS)란 의사소통과 정보 공유 등을 자유로이 하며 인맥확대 등을 통한 사회적 관계를 생성 및 강화시켜주는 온라인 플랫폼[3]이며, 커뮤니케이션 기반인 카카오톡, 트위터와 프로필 서비스 기반인 페이스북, 인스타그램 등이 있다[4].

SNS 사용자 비율은 2011년(16.8%) 이후 2020년 기준 52.4%로 지속적인 증가추세에 있으며[1] 최근 온라인상의 SNS 활동으로 인한 무분별한 정보확산, 사생활 침해, SNS 중독 경향성 등이 많은 부작용으로 나타나고 있다[5]. '특별한 이유가 없어도 스마트폰을 자주 확인한다'는 조사결과[6]는 사람들의 높은 스마트폰 의존도 및 심각한 문제임을 나타낸다. '2020 스마트폰 과의존 실태

조사'에 따르면 우리나라 스마트폰 과의존 위험군 비율은 23.3%로 이용자 5명 중 1명은 과의존 위험군으로 전년 대비 3.3%p 상승하였으며 이중 대학생의 스마트폰 과의존 현황의 상승 폭은 7.2%p로 가장 높은 상승 폭을 보였다[7]. 대학생들의 스마트폰 이용도는 주로 콘텐츠나 온라인상의 서비스를 많이 이용하게 되며 특히 친구들과의 정보 공유를 위한 SNS 활용을 주로 하게 되는데 이러한 과의존 증상이 지속될 경우 중독으로까지 영향을 미칠 수 있을 것이다.

이러한 SNS 이용에 따른 대인관계 변화와 SNS 중독성이 최근 대학생 대인관계의 주요 영향요인으로 나타나고 있다[8].

대학생들은 학과 수업을 위한 정보교류나 사회생활을 위한 타인과의 교류를 위해 다양하게 SNS를 이용하게 된다. SNS를 타인과의 관계유지를 위해 이용하는 경우, 만나기 어려운 사람과 쉽게 소통하거나 다양한 만남의 기회를 갖게 하는 긍정적인 부분이 있는 반면, 현실 회피 목적(여가시간을 즐기기 위해, 시간을 보내기 위해 등)으로 이용하는 경우에는 대인관계에 부정적인 영향을 미치고 있다[4]. 현재 사회재난인 코로나 19로 인해 비대면으로 학업을 지속하고 있는 실정에서는 타인과의 교류나 정보교류 방법의 많은 부분이 SNS 활용되고 있을 것이다. 그러나 과다

사용이 될 경우, 장점보다는 대인관계 및 일상생활에 부작용의 문제점이 더 클 것이다.

SNS 중독은 SNS의 부정적인 영향을 나타내는 부분으로 아직 SNS 중독에 대한 일관된 진단의 준거를 내리지는 못하지만 현재 문제되고 있는 SNS 중독은 인터넷 중독이나 휴대폰(스마트폰) 중독과 같은 맥락이다[9]. 또한 SNS 중독 경향성이란 SNS 과다사용에 따른 정신적 피로인 집중력 저하, 강박, 및 스트레스와 우울, 의존증 등과 신체적 증상을 통한 개인의 적응 및 일상생활에 지장을 초래함을 의미한다[9]. 중독은 스트레스 수준에 간접적으로 영향을 받게 되는데 대학생의 경우 많은 학업량과 자기주도적 학업관리 등의 대학생활로 인한[10] 스트레스 경험 때문일 것이다. 특히 간호대학생의 경우 많은 이론수업 및 실습으로 인한 스트레스가 더욱 가중되는 부분과 함께 일반대학생들과 다른 패턴의 대학생활을 하게 되므로 여가시간에 SNS 사용률이 증가할 것이며 이에 따른 SNS 중독의 위험에 노출될 가능성이 높을 것이다. 이러한 중독 증상은 올바른 사고 및 판단저해와 그에 따른 낮은 학업성취도로 인해 대학생활 부적응을 겪게 된다[11]. 특히 간호대학생의 경우, 임상실습 과정에서도 실습시간 내 스마트폰을 이용[11]하거나 잘못된 습관으로 이어질 수 있으므로 무분별한 SNS 사용과 중독을 예방해야 할 것이다.

SNS는 집단 간의 원활한 대인관계 유지를 위한 하나의 수단이며 이는 개인의 사회적 지지체계 중 하나로 볼 수 있다. 또한 긍정적인 사회적 지지는 대학생활 및 학업에 잘 적응할 수 있으므로[11] 대인관계가 중요하다고 할 수 있다. 간호대학생들은 졸업 후 임상현장에서도 환자 및 동료들과 효율적인 대인관계를 위해 적응할 수 있도록 대인관계 능력을 향상시켜 대학생활적응을 잘할 수 있도록 해야 한다[12]. 간호대학생은 교과과정에서 운영되는 다양한 팀 과제 및 활동, 임상실습을 통한 대상자와의 만남 등에서 원만한 대인관계능력이 요구되나 상당수의 학생들이 대인관계에 대해 부담감을 느끼고 있다[13].

대학생의 대학생활적응과 관련된 연구의 주제는 어로는 스트레스와 대인관계[13][14], 대인관계와 사회적 지지[15], 대인관계(능력)와 자아분화[12][16], 사회적 지지와 정신건강[17] 등으로 대인관계에 관한 연구가 대부분이었다. 요즘 대학생들과 밀접한 연관이 있는 SNS와 관련된 연구는 스마트폰 중독과 대학생활적응[18], 심리사회적

특성과 SNS 중독성향[19], SNS 중독, 대학 생활 스트레스와 대학생활적응[20], SNS 중독 경향성과 대학생활적응[21], SNS 중독 경향성과 대인관계[8] 등이 있었다. 그러나 대부분이 일반 대학생을 대상으로 하였으며 SNS와 관련된 간호대학생 대상의 연구로는 SNS 중독 경향성, 외로움, 우울, 대인관계, 사회적 지지[9], 스마트폰 중독, 사회적 지지, 대학생활적응[11], SNS 중독 경향성과 대학생활적응[21] 등으로 미흡한 편이며 SNS 중독 경향성, 대인관계 및 대학생활적응을 함께 조사한 연구는 미흡한 편이다. 이에 본 연구는 대학생이 주로 이용하고 있는 SNS로 인해 문제시 될 수 있는 SNS 중독 경향성과 대인관계 및 대학생활적응과의 관계를 확인하고 대학생활적응에 영향을 미치는 요인을 파악하여 좀 더 긍정적인 대학생활적응을 위해 도움이 되고자 한다.

1.2. 연구의 목적

본 연구는 간호대학생의 SNS 중독 경향성, 대인관계 및 대학생활적응과의 관계와 대학생활적응에 관한 요인을 파악함으로써 간호대학생의 대학생활적응에 도움을 주기 위함이며 구체적인 목적은 다음과 같다.

- 1) 대상자의 일반적 특성에 따른 SNS 중독 경향성, 대인관계 및 대학생활적응과의 차이를 확인한다.
- 2) 대상자의 SNS 중독 경향성, 대인관계 및 대학생활적응 간의 상관관계를 확인한다.
- 3) 대학생활적응에 영향을 미치는 요인을 확인한다.

2. 연구방법

2.1. 연구설계

본 연구는 SNS 중독 경향성 및 대인관계가 간호대학생의 대학생활적응에 미치는 영향요인을 파악하기 위한 서술적 조사연구이다.

2.2. 연구대상 및 자료수집 방법

2019년 10월 1일부터 4일까지 G시에 소재한 간호대학생을 대상으로 하였으며 연구조사 기간 동안의 4학년은 실습기간인 상황을 고려하여 1~3학년을 대상으로 설문조사를 실시하였다. 윤리적 고려를 위해 연구 진행 전, 대상자에게 서면

으로 연구목적, 절차 등을 설명하였다. 원치 않을 시 언제든지 조사철회를 할 수 있으며 개인정보의 비공개성과 수집된 자료는 통계자료로만 사용됨을 설명 후 자발적 참여에 동의한 자를 대상으로 실시하였다. G*Power 3.1.9.2 program을 이용하여 유의수준(α)=.05, 효과크기(ES)=.15, 검정력($1-\beta$)=.95일 때 회귀분석에 이용되는 대상자 표본 수를 산출하였으며 최소 표본 수는 178명이었다. 본 연구에 자발적 연구 참여에 동의하여 설문지에 서명한 총 245명 중 응답에 미비한 자료를 제외한 228명이 최종 분석하였으며 본 연구에 필요한 표본 수를 충족하였다.

2.3. 연구도구

2.3.1. SNS 중독 경향성

SNS 중독 경향성에 대해 본 연구에서는 Oh [9]가 개발한 11문항에 Jo와 Seo [22]가 9문항을 추가하여 수정·보완하여 개발한 총 20문항의 척도를 사용하였다. 이는 '전혀 아니다' 1점부터 '매우 그렇다' 4점까지의 Likert 4점 척도로 되어있으며 점수가 높을수록 SNS 중독 경향성이 높음을 의미한다. Jo와 Seo [22]연구에서의 Cronbach's α 는 .94이며 본 연구에서의 Cronbach's α 는 .94이었다.

2.3.2. 대인관계

대인관계는 Moon [23]이 한국의 실정에 맞게 Schlein, Guerney와 Stover [24]의 'Relationship Change Scale'을 번안하여 수정한 도구를 사용하였다. 이 도구는 총 25문항으로 구성되어있으며 각 문항은 '전혀 그렇지 않다' 1점부터 '항상 그렇다' 5점까지의 Likert 5점 척도로 점수가 높을수록 대인관계가 바람직함을 의미한다. Moon [23] 연구에서의 Cronbach's α 는 .86이었으며 본 연구에서의 Cronbach's α 는 .93이었다.

2.3.3. 대학생활적응

대학생활적응에 관한 도구는 Lee [25]의 도구를 사용하였으며 총 25문항으로 구성되어있다. 각 문항은 '전혀 아니다' 1점부터 '매우 그렇다' 5점까지로 구성된 Likert 5점 척도로 되어있으며 각 문항의 합산된 점수가 높을수록 대학생활적응을 잘 하고 있음을 의미한다. Lee [25]연구에서의 Cronbach's α 는 .85이었으며 본 연구에서의

Cronbach's α 는 .88이었다.

2.4. 자료분석

수집된 자료는 SPSS Win 21.0을 이용하여 분석하였다.

1) 대상자의 일반적 특성과 SNS 중독 경향성, 대인관계 및 대학생활적응 정도는 기술통계인 빈도와 백분율, 평균 및 표준편차로 분석하였다.

2) 일반적 특성에 따른 SNS 중독 경향성, 대인관계 및 대학생활적응과의 차이는 t-test 및 One way ANOVA로 분석하였고, 사후검정은 scheffé test로 분석하였다.

3) 변수 간의 상관관계는 Pearson correlation coefficients로 분석하였으며, 대상자의 대학생활적응에 영향을 미치는 요인은 Multiple regression으로 분석하였다.

3. 연구결과

3.1. 대상자의 일반적 특성

대상자의 일반적 특성으로는 '여학생'이 193명(84.6%) '남학생'이 35명(15.4%)이었고, 연령은 '21세~22세'가 151명(84.6%)으로 가장 많았다. 학년별 분포로는 '1학년' 58명(25.4%), '2학년' 108명(47.4%), '3학년'이 62명(27.2%)이었다. 주 사용 SNS 종류로는 '인스타그램' 102명(44.7%), '카카오톡' 99명(43.4%)으로 가장 많았고 SNS 이용빈도는 '매일'이라고 응답한 경우가 203명(89.0%)으로 가장 많았다. SNS 일 평균 사용시간은 '1시간 미만'이 104명(45.6%) '1~3시간 미만'이 102명(44.7%) 순으로 많이 사용하는 것으로 나타났으며 SNS 주사용 내용으로는 '정보제공 및 습득' 78명(34.2%), '게시물 공유'가 68명(29.8%) 순으로 높게 나타났다. SNS에서의 교류 친구 수는 '30명 이상'이라고 응답한 경우가 90명(39.5%), 현실에서의 교류 친구 수는 '10명 미만'이 141명(61.8%)으로 높게 나타났다<Table 1>.

3.2. 대상자의 일반적 특성에 따른 SNS 중독 경향성, 대인관계 및 대학생활적응과의 차이

대상자의 일반적 특성에 따른 SNS 중독 경향성과의 차이는 성별($t=-3.93, p<.001$), 주사용 SNS ($F=2.99, p=.032$), SNS 이용빈도($F=4.39,$

Table 1. Subject Characteristics and Differences among Variables according to General Characteristics (N=228)

Variable	Categories	n(%)	Intoxication in SNS		Interpersonal Relationship		Adaption to College Life	
			Mean±SD	t/F(p) scheffé	Mean±SD	t/F(p) scheffé	Mean±SD	t/F(p) scheffé
Gender	Male	35(15.4)	1.68±0.55	-3.93(<.001)	3.91±0.63	2.16(.032)	3.72±0.53	5.26(<.001)
	Female	193(84.6)	2.09±0.56		3.69±0.55		3.21±0.53	
Age	≤20 ^a	72(31.6)	2.10±0.52		3.70±0.52		3.31±0.52	
	21~22 ^b	151(84.6)	1.98±0.59	2.14(.120)	3.74±0.56	.70(.496)	3.28±0.59	.13(.878)
	≥23 ^c	5(2.2)	2.40±0.78		3.46±0.67		3.22±0.16	
Grade	1st	58(25.4)	2.10±0.54		3.73±0.51		3.32±0.50	
	2nd	108(47.4)	1.97±0.62	1.12(.328)	3.69±0.56	.30(.739)	3.34±0.59	2.50(.084)
	3rd	62(27.2)	2.05±0.55		3.76±0.58		3.15±0.55	
Kind of SNS	Facebook ^a	9(3.9)	2.06±0.59		3.94±0.59		3.56±0.75	
	Instagram ^b	102(44.7)	2.12±0.57	2.99(.032)	3.82±0.50	3.12(.027)	3.31±0.55	1.07(.363)
	Kakaotalk ^c	99(43.4)	1.90±0.58	b>c	3.60±0.58	b>c	3.25±0.56	
	The others ^d	18(7.9)	2.19±0.55		3.71±0.56		3.18±0.46	
	Daily ^a	203(89.0)	2.07±0.57		3.72±0.54		3.25±0.55	
Frequency of using SNS	≥5 times a week ^b	14(6.1)	1.91±0.52		3.66±0.60		3.56±0.61	
	2~4 times a week ^c	3(1.3)	1.23±0.32	4.39(.002)	3.99±0.70	.36(.838)	3.61±0.47	1.95(.102)
	1 times a week ^d	3(1.3)	1.17±0.21		3.64±1.13		3.19±0.77	
	1 times a month ^e	5(2.2)	1.60±0.72		3.90±0.55		3.67±0.55	
SNS using time (an average day)	<1 hour ^a	104(45.6)	1.77±0.54		3.73±0.65		3.42±0.60	8.07(<.001)
	1 ≤ ~ <3 hours ^b	102(44.7)	2.19±0.52	25.37(<.001)	2.19±0.52	.14(.869)	3.71±0.45	b,c>a
	≥3 hours ^c	22(9.6)	2.48±0.47	b,c>a	2.48±0.47		3.77±0.50	
Reason for SNS	Information provision and acquisition ^a	78(34.2)	1.99±0.55		3.72±0.56		3.34±0.56	
	Expressing and sharing opinions ^b	41(18.0)	2.11±0.56		3.76±0.58	.14(.937)	3.21±0.43	1.02(.387)
	Share posts ^c	68(29.8)	2.13±0.58	2.61(.052)	3.72±0.58		3.22±0.61	
	To communicate with others people ^d	41(18.0)	1.84±0.62		3.69±0.48		3.35±0.57	
Friends in SNS	<10 ^a	59(25.9)	1.96±0.60		3.53±0.50		3.20±0.49	
	10 ≤ ~ <20 ^b	55(24.1)	2.13±0.47		3.73±0.44	3.56(.015)	3.29±0.46	.72(.540)
	20 ≤ ~ <30 ^c	24(10.5)	1.87±0.53	1.50(.215)	3.86±0.62	d>a	3.34±0.72	
	≥30 ^d	90(39.5)	2.04±0.63		3.80±0.60		3.32±0.61	
Friends in real life	<10 ^a	141(61.8)	1.99±0.56		3.60±0.49		3.21±0.50	
	10 ≤ ~ <20 ^b	62(27.2)	2.12±0.59		3.82±0.55	8.76(<.001)	3.34±0.62	2.87(.037)
	20 ≤ ~ <30 ^c	13(5.7)	1.92±0.68	.88(.454)	4.18±0.51	c,d>a	3.52±0.65	
	≥30 ^d	12(5.3)	2.04±0.59		4.12±0.79		3.57±0.67	

Table 2. Degree of SNS Addiction Tendency, Interpersonal Relationship and Adaptation to College Life (N=228)

Variables	Min	Max	Mean±SD
SNS Addiction Tendency	1.00	3.50	2.03±0.58
Interpersonal Relationship	1.44	5.00	3.72±0.55
Adaption of School Life	1.56	4.96	3.28±0.56

Table 3. Correlation among SNS Addiction Tendency, Interpersonal Relationship and Adaptation to College Life (N=228)

	Intoxication in SNS	Interpersonal Relationship	Adaptation to College Life
	<i>r(p)</i>		
Intoxication in SNS	1		
Interpersonal Relationship	-.17(.011)	1	
Adaptation to College Life	-.31(<.001)	.52(<.001)	1

$p=.002$), SNS 일 평균 사용시간($F=25.37$, $p<.001$)에서 유의한 차이가 있었다. 세부적으로 살펴보면 성별은 여학생이 남학생보다 SNS 중독 경향성이 높았다. 사후 검정결과, 주사용 SNS에서는 ‘인스타그램’, ‘카카오톡’보다 중독 경향성이 높았으며 SNS 일 평균 사용시간에서는 ‘1시간 이상’ 사용하는 경우가 ‘1시간 미만’ 사용하는 경우보다 중독 경향성이 높은 것으로 나타났다. SNS 이용빈도는 ‘매일’ 사용하는 경우가 SNS 중독 경향성이 높았으나 사후검정에서는 유의한 집단 구분이 되지 않았다.

일반적 특성에 따른 대인관계와의 차이에서는 성별($t=2.16$, $p=.032$), 주사용 SNS ($F=3.12$, $p=.027$), SNS에서의 교류 친구 수($F=3.56$, $p=.015$)와 현실에서의 교류 친구 수($F=8.76$, $p<.001$)에서 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 세부적으로 성별에서는 남학생이 여학생보다 대인관계가 좋은 것으로 나타났다. 사후 검정결과, 주사용 SNS에서는 ‘인스타그램’을 사용하는 경우가 ‘카카오톡’을 사용하는 경우보다 대인관계가 좋았으며, SNS에서의 교류 친구 수에서는 ‘30명 이상’의 경우가 ‘10명 미만’인 경우보다, 현실에서의 교류 친구 수에서는 ‘20명 이상’인 경우가 ‘10명 미만’인 경우보다 대인관계가 좋은 것으로 나타났다.

대상자의 일반적 특성에 따른 대학생활적응과의 차이에서는 성별($t=5.26$, $p<.001$), SNS 일 평균 사용시간($F=8.07$, $p<.001$), 현실에서의 교류

친구 수($F=2.87$, $p=.037$)에서 유의한 차이가 있었다. 성별은 남학생이 여학생보다 대학생활적응을 잘하는 것으로 나타났다. 사후 검정결과, SNS 일 평균 사용시간이 ‘1시간 이상’인 경우가 ‘1시간 미만’인 경우보다 대인생활적응이 좋은 것으로 나타났으며 현실에서의 교류 친구 수에서는 ‘30명 이상’인 경우에서 대학생활적응을 잘하는 것으로 나타났으나 사후검정에서는 유의한 집단 구분이 되지 않았다<Table 1>.

3.3. 대상자의 SNS 중독 경향성, 대인관계 및 대학생활적응의 정도

대상자의 SNS 중독 경향성은 4점 만점에 평균 평점 $2.03\pm.58$, 대인관계는 5점 만점에 평균 평점 $3.72\pm.55$, 대학생활적응은 5점 만점에 평균 평점 $3.28\pm.56$ 으로 나타났다<Table 2>.

3.4. SNS 중독 경향성, 대인관계 및 대학생활적응과의 상관관계

대학생활적응은 SNS 중독 경향성($r=-.31$, $p<.001$)과는 음의 상관관계가 있었으며 대인관계($r=.52$, $p<.001$)와는 양의 상관관계가 있었다. 대인관계는 SNS 중독 경향성과 유의한 음의 상관관계가 있었다($r=-.17$, $p=.011$)<Table 3>.

3.5. 대학생활적응에 영향을 미치는 요인

대상자의 일반적 특성 중 대학생활적응과의 유의한 결과를 나타낸 성별, SNS 일 평균 사용시

Table 4. Factors Influencing the Adaptation to College Life (N=228)

Variables	B	SE	β	t	p	F(p)
Gender	-.307	.087	-.198	-3.53	.001	28.56 ($<.001$)
SNS using time (an average day)	-.151	.050	-.177	-3.02	.003	
Friends in real life	.003	.038	.005	0.08	.936	
Intoxication in SNS	-.096	.058	-.100	-1.66	.098	
Interpersonal Relationship	.482	.057	.477	8.45	.000	

Adjusted R2=.378

간, 현실에서의 교류 친구 수와 대학생활적응과의 유의한 상관관계가 있는 SNS 중독 경향성 및 대인관계를 요인으로 하여 다중 회귀분석을 실시하였다. 이 중 명목변수는 가변수(Dummy variable) 처리하여 분석하였다. 독립변수들 간의 다중 공선성 분산팽창인자(Variance Inflation Factors, VIF), Durbin Watson을 이용하여 검토하였다. 공차 한계는 0.756~0.868 분산팽창인자는 1.152~1.323으로 분포하였으며 Durbin Watson 통계량은 1.738로 나타나 다중공선성에 문제가 없었으며, 분석결과, 회귀모형은 유의하였다($F=28.56$, $p<.001$). 대학생활적응에 영향을 미치는 요인은 대인관계($\beta=.477$, $p<.001$), 성별($\beta=-.198$, $p=.001$), SNS 일 평균 사용시간($\beta=-.177$, $p=.003$) 순으로 나타났으며 설명력은 37.8%였다(Table 4).

4. 논의

본 연구결과에서 SNS 중독 경향성은 평균 2.03점으로 Lee [26]연구에서 1.18점, Cha [21]연구의 2.16점과는 차이가 있었다. 본 연구도구와 동일한 도구가 아니어서 직접적인 비교에는 제한이 있었다. 본 연구에서의 연구대상자는 간호대학생이었으나 선행연구는 일반 대학생을 대상으로 하였으므로 대상자에 따른 차이가 있었을 것으로 생각되어 추후 대상자를 확대하여 추후 조사할 필요가 있을 것이다.

대인관계는 평균 3.72점으로 나타났으며 Lim [12]연구에서 3.73점으로 나타나 본 연구결과와 유사하였다. 이는 모든 학년을 대상으로 한 선행연구[12]와의 차이는 있으나 두 연구 모두 1학년의 저학년보다 2, 3학년의 고학년의 분포가 높아 학년이 높을수록 대학생활 등을 통해 대인관계가

좋았을 것으로 유추해 볼 수 있을 것이다. 그러나 많은 대학 및 학과에서도 다양한 교내·외 많은 활동을 하겠지만 특히 간호학과의 경우 2학년 이상이 되면 전공 분야와 관련된 교내실습이나 팀 과제 등의 다양한 팀 활동을 하게 되므로 단순히 학년 증가에 따른 대인관계가 차이가 있는 것인지 전공에 따른 차이가 있는 것인지에 대해서는 추후 연구가 필요하리라 생각된다.

대학생활적응은 평균 3.28점으로 나타났으며 간호대학생을 대상으로 한 Cha [21]의 3.13점, 일반 대학생 대상의 Lee와 Kim [20]의 3.15점보다 다소 높게 나타났다. 본 연구대상자는 1~3학년이었던 것에 비해 선행연구에서는 4개 학년 모두가 참여하였다. 신입생이 포함된 저학년의 경우가 고학년보다 다소 대학생활적응에 어려움이 있을 것으로 생각했으나 오히려 선행연구보다 높은 결과로 나타났다. 그러나 이와 같은 차이는 대학에서의 학생적응을 위한 프로그램 운영유무나 고학년에서의 취업 및 학업 스트레스가 반영되었으리라 생각되므로 추후 학년별에 따른 확대 연구가 필요하리라 생각된다.

일반적 특성에 따른 SNS 중독 경향성과의 차이는 성별, 주사용 SNS, SNS 이용빈도 및 SNS 일 평균 사용시간에서 유의한 차이가 있었다. 본 연구도구와는 동일하지 않으나 SNS 중독 경향이 성별, SNS 이용빈도, SNS 지속시간에서 유의한 차이가 있으며[19], 성별과 SNS 사용시간에서 유의한 차이가 있는 것[21]으로 나타난 유사한 선행 연구결과들이 본 연구결과를 지지해 주었다. 여학생이 남학생보다 SNS 중독 경향성이 높은 이유는 남학생에 비해 여학생이 신체활동이 다소 적은 편이며 즐거움과 친교 목적으로 스마트폰을 자주 이용[27]하여 SNS 활용도가 높기 때문일 것이다. 그러나 이는 일부 학생들만의 조사결과이므로 성별에 따른 공감성향과 중독 경향성과의

차이도 추후 연구해 볼 필요가 있을 것이다. 주목할 만한 부분은 SNS 중독 경향성에서 주사용 SNS의 종류가 카카오톡보다는 인스타그램인 경우가 오히려 유의하게 중독 경향성이 높음을 나타낸 것인데 이는 예전보다 최근 들어 인스타그램의 사용성이 높아지고 있기 때문일 것이다. SNS 사용자 비율은 지속적으로 증가하여 2020년 기준 52.4%로 나타났다. 또한 가장 많이 사용하는 SNS는 페이스북(23.7%)으로 나타났으나 2017년도 이후 감소추세이며 유튜브(22.4%), 인스타그램(22.3%)의 이용이 크게 증가하고 있다 [1]. 단순히 문자전달이나 제한된 공간에서의 정보 공유 등의 활동보다는 좀 더 많은 사람들과의 교류 및 다양한 정보 공유 등의 시각적인 부분이 중독 경향성을 높였으리라 생각된다. 또한 기존의 페이스북보다 좀 더 젊은 연령층에게서 인스타그램 활동이 증가하고 있는 것은 SNS 활용의 변천도 반영이 되었으리라 생각되나 이는 본 연구의 일 간호대학생을 대상으로 한 연구결과이므로 추후 SNS 선호도 및 활용도 등의 다각적인 조사를 통해 대학생들의 중독 경향성을 줄일 수 있는 방안모색이 필요하리라 생각된다.

대인관계에서는 성별, 주사용 SNS, SNS에서의 교류 친구 수와 현실에서의 교류 친구 수에서 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 남학생이 여학생보다 대인관계가 좋은 것은 선행연구[28]와 동일한 결과로 나왔으나 유의하지는 않았다.

남학생의 경우 군 생활을 하고 난 후 사회적 인간관계가 더욱 돈독해지는 경향이 영향을 주었으리라 생각되나 남학생들의 군입대 전후의 대인관계 및 사회생활 적응도에 따른 추후 연구가 필요하리라 생각된다. 주사용 SNS에서는 문자나 정보 공유 등이 가능한 부분에 있어서는 개인의 정보가 공개되어야 가능한 카카오톡보다는 비교적 자유롭게 자신의 정보나 타인의 정보에 공감해주고 관심을 가져주는 인스타그램 활동 등이 대인관계를 좋게 해주었으리라 생각된다. 또한 SNS와 현실에서의 친구가 많은 경우가 대인관계가 좋다는 본 연구결과는 친구의 지지가 대인관계에서 유의하게 조절역할을 한다고 주장한 Hong과 Jeon [8]의 연구가 본 연구결과를 지지해 주었으며 긍정적인 친구와의 교류를 활용하여 SNS 중독으로 인한 문제점을 감소시킬 수 있을 것을 생각된다. Kim [4]은 대학생들이 SNS를 이용하는 동기가 대인관계에 영향을 미치는 것으로 보았으며 '타인과의 관계유지'를 위해 SNS를 사용하는

경우라고 하였으나 본 연구결과에서는 유의미하지 않았다. 간호대학생의 경우, 관계유지를 위한 것보다는 전공 교과와 관련된 정보 공유, 타인과의 의견교류 등에 대한 정보추구에 더 의미를 둔 것이라 생각되며 이에 대한 반복연구가 필요하리라 생각된다.

대학생활적응에서는 성별, SNS 일 평균 사용시간 및 현실에서의 교류친구에서 유의한 차이가 있었다. 남학생이 여학생보다 대학생활적응이 좋다는 결과는 대인관계에 대한 이유와 유사할 것이나 Moon [27]의 결과에서는 여학생이 남학생보다 대학생활적응을 잘하는 것으로 나타나 차이가 있었다. 이는 대상자의 성별 비율의 따른 차이가 있을 것으로 생각되어 추후 연구가 필요하리라 생각된다.

특이한 것은 SNS 일 평균 사용시간이 많을수록(1시간 미만보다는 1시간 이상) 대학생활적응을 잘하는 것으로 나타난 것이다. 일반적으로 SNS 사용하는 시간이 증가되면 대인관계에 대해서는 좋아지나 생활적응에는 힘들 것이라 생각할 수 있을 것이다. 그러나 SNS 사용시간이 많아질수록 대학생활적응이 좋다는 것은 SNS를 통해 학교나 학과 관련 많은 정보를 공유하고 있다는 것이리라 생각된다. 본 연구결과, 현실에서의 교류친구가 많은 경우(30명 이상) 대학생활적응을 잘하는 것으로 나타났는데 이는 SNS 교류친구는 학교생활과 무관한 다양한 인적 지지체계가 형성되어 있지만 현실에서의 교류친구 수는 직·간접적으로 대학생활적응에 도움을 주었을 것으로 생각된다. 그러나 사후검정에서 집단 간에는 유의한 차이가 없었으므로 이에 대한 추후 반복 연구가 필요하리라 생각된다.

본 연구결과, 각 변수와의 상관관계에서 SNS 중독 경향성은 대인관계 및 대학생활적응과 유의한 음의 상관관계가 있었으며 대인관계 변화는 대학생활적응과 유의한 양의 상관관계가 있었다. 이는 연구도구가 동일하지 않아 직접적 비교에는 제한이 있지만 Lee [18]가 대학 신입생을 대상으로 한 연구에서 스마트폰 중독은 대인관계 지지 및 대학생활적응과 유의한 음의 상관관계, 대인관계 지지는 대학생활적응과 유의한 양의 상관관계가 있는 것으로 나타나 본 연구결과와 유사하였다. 또한 연구도구와 연구대상자가 상이하나 SNS 중독 경향성이 대인관계 변화(만족도)[8][29] 및 대학생활적응[27], 스마트폰 중독이 대학생활적응과 대인관계 문제[30]에 대한 연구결과가 본 연

구결과와 유사하였다.

대학생활적응을 위해서는 사회적 지지가 필요하며 이에 해당하는 부분 중 하나가 대인관계일 것이다. 그러나 온라인상의 SNS나 스마트폰 등에 의한 중독 경향은 집단 동료 간의 친밀한 대인관계를 소홀히 하게 되며 이는 곧 대학생활 부적응으로 연결될 것이다. 따라서 이를 예방하기 위해 긍정적인 대인관계 유지를 위한 지지체계 구성 및 SNS 중독에 대한 예방 및 대처방안 모색이 필요할 것이다.

대학생활적응에 영향을 미치는 요인으로는 대인관계, 성별, SNS 일 평균사용 시간 순으로 나타났다. 이는 Lee [18]의 대학생활적응과 스마트폰 중독 간의 관계에서 대인관계 지지가 유의한 부분 매개 변인인 것으로 나타나 본 연구결과를 지지해 주었다.

SNS 중독 경향성이 일반 대학생들보다 높음에도 불구하고 대학생활적응에 유의한 영향요인으로 나타나지는 않았지만 SNS 일 평균 사용시간에 대해서는 대학생활적응에 영향을 주는 것으로 나타났다. SNS 일 평균 사용시간이 증가할 경우 SNS 중독 경향성도 높을 것이고 이에 따른 대학생활적응에도 영향이 있을 것으로 생각되나 본 연구결과에서 유의하지 않은 부분에 대해서는 추후 반복연구가 필요하리라 생각된다.

본 연구결과에서는 SNS 일 평균 사용시간이 좀 더 많은 경우가 대학생활적응을 잘한다고 나타났으나 사용시간이 길어질수록 나타나는 눈의 피로, 근육통, 두통 등의 신체적 불편감 증상 등과 SNS를 사용함에 있어서 발생하는 정신적인 증상 등은 오히려 대학생활적응에 부정적인 결과를 초래할 것이다. 또한 요즘처럼 사회적 문제가 되고 있는 코로나19로 인해 비대면의 대학생활이 지속되고 있는 상황에서는 대학생들의 학교생활 적응을 위해 대인관계를 긍정적으로 유지할 수 있는 SNS 활용 프로그램 개발을 고려해보아야 할 필요가 있을 것이다.

5. 결론 및 제언

본 연구는 간호대학생의 SNS 중독 경향성과 대인관계가 대학생활적응에 미치는 영향요인을 파악하여 대학생활적응을 위한 프로그램 개발의 기초자료로 활용하고자 시도되었다. 연구결과, SNS 중독 경향성은 성별, 주사용 SNS, SNS 이

용빈도 및 SNS 일 평균 사용시간과 유의한 차이가 있었으며 대인관계는 성별, 주사용 SNS, SNS에서의 교류 친구 수 및 현실에서의 교류 친구 수에서 유의한 차이가 있었다. 대학생활적응은 성별, SNS 일 평균 사용시간 및 현실에서의 교류 친구 수에서 유의한 차이가 있었다. 각 변수와의 관계는 대학생활적응은 SNS 중독 경향성과는 음의 상관관계가, 대인관계와는 양의 상관관계가 있었으며 SNS 중독 경향성과 대인관계는 음의 상관관계가 있었다.

대학생활적응에 미치는 영향요인으로는 대인관계, 성별, SNS 일 평균사용 시간이었다.

본 연구결과를 토대로, 긍정적인 대학생활을 위해서는 다양하게 사용되고 있는 인터넷 매체를 비롯한 SNS 사용을 효율적으로 사용할 수 있도록 학생들의 자기통제력이 필요하리라 생각된다. 전체 연령대 중에서 20대의 스마트폰 과의존 예방교육 경험이 가장 낮음[7]을 고려할 때 대학에서의 스마트폰 중독 예방교육 프로그램 활용이 필요할 것이다. 또한 무조건적인 사용자제가 아닌 SNS상에서의 올바른 대인관계 유지를 위해 대학 차원에서의 프로그램 개발 및 적용을 위한 노력이 필요할 것이다. 본 연구에서 사용된 SNS 중독 경향성이라는 부분이 SNS 중독, 스마트폰, 중독, 인터넷 중독 등 다양한 의미로 사용되며 이에 관한 연구 도구도 다양하게 적용되므로 대학생의 중독 경향성을 파악하여 이에 알맞은 도구개발이 필요하리라 생각된다.

References

1. Korea Information Society Development Institute, "2020 Korea Media Panel Survey", *Policy data*, (2020), 20-15-02.
2. H. J. Song, "A Study on SNS Addiction using Smart Phones", *Korean Association of Addiction Crime Review*, Vol.1, No.2, pp. 31-49, (2011).
3. Wikipedia, "SNS", [Internet]. [cited 2021 June 7], Available From: <https://ko.wikipedia.org/wiki/SNS>
4. J. W. Kim, "A Study on the Influence of Graduates SNS Initiative on Interpersonal Relations", *Proceeding of the Seoul Association for Public Administration*

- Conference*, Vol.2016, No.7, pp. 335-345, (2016).
5. J. H. Kim, Y. H. Lee, "The Differences between SNS Addiction Proneness and Internet Addiction in College Students: Focusing on Anonymity in Online, Narcissism, Depression, Anxiety, and Adjustment to College Life", *Korean Journal of Youth Studies*, Vol.25, No.10, pp. 27-52, (2018). <http://dx.doi.org/10.21509/KJYS.2018.10.25.10.27>
 6. Korea Internet Security Agency. "Results of Survey on Smartphone usage, 2012", [Internet]. Korea Communications Commission 2013 [cited 2021 July 16], Available From: https://www.kisa.or.kr/notice/press_View.jsp?mode=view&p_No=8&b_No=8&d_No=1040
 7. Ministry of Science and ICT, "The Survey on Smartphone, Over dependence", (2020). NIAⅢ-RSE-C-19067.
 8. K. P. Hong, H. S. Jeon, "The Relationship between College Students' SNS Addiction Tendency and Their Interpersonal Problems: Focused on the Moderating Effect of Social Support", *Health and Social Welfare Review*, Vol.37, No.1, pp. 34-67, (2017). <http://dx.doi.org/10.15709/hswr.2017.37.1.34>
 9. Y. K. Oh, "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, (2012).
 10. J. Y. Kim, "Factors Associated with College Life Adjustment of Nursing Students", Nursing Sungshin University, (2015).
 11. J. Y. Park, S. E. Park, M. J. Park, "The Effects of Smartphone on Nursing Students' Adaptation: Focusing on Mediation Effect of Social Support", *Journal of the Korea Academia-Industrial cooperation Society*, Vol.19, No.1, pp. 218-229, (2018).
 12. M. H. Lim, "Effects of Interpersonal Relationship, Self Differentiation on College Adjustment in Nursing Students", *Journal of the Korea Academia-Industrial cooperation Society*, Vol.19, No.9, pp. 225-233, (2018). <https://doi.org/10.5762/KAIS.2018.19.9.225>
 13. J. E. Lee, H. Y. Kwak, "Relation of Interpersonal Relationship Harmony, Stress Coping and Adjustment to College Life among Nursing students", *Journal of Digital Convergence*, Vol.14, No.11, pp. 527-537, (2006).
 14. H. S. Kim, K. A. Cho, I. S. Rho, "Adaptation to University Life and Its Related Factors Among University Students", *The Journal of Humanities and Social Sciences 21*, Vol.10, No.3, pp. 1067-1078, (2019). <http://dx.doi.org/10.22143/HSS21.10.3.77>
 15. J. Y. Song, "The Effects of Interpersonal Relation and Social Support on College Freshmen's Adaptation to College Life", *Journal of the Korea Academia-Industrial cooperation Society*, Vol.18, No.12, pp. 335-345, (2017). <https://doi.org/10.5762/KAIS.2017.18.12.335>
 16. S. J. Lee, "The Relationship among Self-Differentiation, Personal Relations and University Life Adjustment of University Student", *Korean Journal of Correctional Counseling*, Vol.3, No.2, pp. 63-81, (2018).
 17. Y. H. Choi, M. J. Chae, "Factors Associated with College Life Adjustment of Nursing Students", *Asia-pacific Journal of Multimedia Services Convergent with Art, Humanities, and Sociology*, Vol.8, No.8, pp. 419-432, (2018). <http://dx.doi.org/10.21742/AJMAHS.2018.08.16>
 18. S. H. Lee, "The College Adaptation and Smartphone Addiction in University Enterents: The Mediating effect of Interpersonal Support Relationship", *Journal of the Korea Academia-Industrial cooperation Society*, Vol.20, No.4, pp. 149-159, (2019). <https://doi.org/10.5762/>

- KAIS.2019.20.4.149
19. M. S. Yoon, W. K. Park, "Psycho-Social Factors Influencing to the SNS (Social Networking Service) Addiction Tendency among University Students", *Mental Health & Social Work*, Vol.42, No.3, pp. 208-236. (2014).
 20. H. J. Lee, H. K. Kim, "The Effect of Intoxication in SNS and Stress of University Life on the Adaption of University Life among University Students", *Journal of the Korea Academia-Industrial cooperation Society*, Vol.16, No.6, pp. 3944-3953, (2020). <https://doi.org/10.5762/KAIS.2015.16.6.3944>
 21. H. S. Cha, "Influence of SNS Addiction Tendency on Nursing Student's Adjustment of University Life", *Journal of the Korea Academia-Industrial cooperation Society*, Vol.21, No.11, pp. 139-150, (2020). <https://doi.org/10.5762/KAIS.2020.21.11.139>
 22. K. H. Seo, S. H. Jo, "An Exploratory Study on Factors Related with SNS Addiction Proneness: Focus on Covert Narcissism, Self-Presentational Motivation, and Sense of Alienation", *Journal of Korean Psychological Association*, Vol.18, No.1, pp. 239-250, (2013). <https://doi.org/10.17315/kjhp.2013.18.1.014>
 23. S. M. Moon, "A Study on the Effect of Human Relations Training of University Students", *Journal of Gyeongsang National University*, Vol.19, No.2, pp. 195-203, (1980).
 24. S. Schlein, B. Guerney, L. Stover, "The Interpersonal Relationship Scale", Unpublished doctoral dissertation, Pennsylvania State University, Philadelphia, (1971).
 25. Y. J. Lee, "The Non-Residential Students' Adaptation to College Life and Career Plans", Unpublished master's thesis, Ewha Womans University, Seoul, (1999).
 26. Y. M. Lee, "SNS Addiction Tendency and Its Related Factors among University Students", *Journal of the Korea Academia-Industrial cooperation Society*, Vol.17, No.12, pp. 561-568. (2016).
 27. S. J. Moon, "The Influence of Social Network Service (SNS) Addiction Tendency of Nursing College Students on the Adaptation to University Life", *Journal of the Korean Society for Multicultural Health*, Vol.8, No.1, pp. 23-29, (2018).
 28. H. O. Jeon, "Effects of Academic Emotions and Interpersonal Relations on SNS Addiction Tendency by Gender Differences in College Students", *Journal of the Korea Academia-Industrial cooperation Society*, Vol.8, No.1, pp. 23-29, (2018). <https://doi.org/10.5762/KAIS.2016.17.6.269>
 29. S. Y. Kim, M. J. Park, B. K. Park, "Relationship between SNS Addiction Proneness and Interpersonal Satisfaction among Undergraduate Students", *Journal of the Korea Academia-Industrial cooperation Society*, Vol.19, No.4, pp. 454-462, (2018).
 30. X. Huang, "The Effects of Smartphone Addiction of Chinese Students in Korea on their College Life Adjustment and Human Relationship", Unpublished master's thesis, Chonnam National University, Gwangju, (2015).