



저작자표시-비영리-변경금지 2.0 대한민국

이용자는 아래의 조건을 따르는 경우에 한하여 자유롭게

- 이 저작물을 복제, 배포, 전송, 전시, 공연 및 방송할 수 있습니다.

다음과 같은 조건을 따라야 합니다:



저작자표시. 귀하는 원저작자를 표시하여야 합니다.



비영리. 귀하는 이 저작물을 영리 목적으로 이용할 수 없습니다.



변경금지. 귀하는 이 저작물을 개작, 변형 또는 가공할 수 없습니다.

- 귀하는, 이 저작물의 재이용이나 배포의 경우, 이 저작물에 적용된 이용허락조건을 명확하게 나타내어야 합니다.
- 저작권자로부터 별도의 허가를 받으면 이러한 조건들은 적용되지 않습니다.

저작권법에 따른 이용자의 권리는 위의 내용에 의하여 영향을 받지 않습니다.

이것은 [이용허락규약\(Legal Code\)](#)을 이해하기 쉽게 요약한 것입니다.

[Disclaimer](#)

김 정 규 교수지도  
석사학위 청구논문

불안정 성인애착과  
SNS중독경향성의 관계

- 거부민감성의 매개효과 -

2017

성신여자대학교 대학원  
심리학과  
이 선 경

불안정 성인애착과  
SNS중독경향성의 관계

- 거부민감성의 매개효과 -

김 정 규 교수 지도

이 논문을 석사학위논문으로 제출함

2016년 11월

성신여자대학교 대학원

심 리 학 과

이 선 경

# 인 준 서

이선경의 석사학위 논문으로 인준함

2016년 11월

심사 위원장 \_\_\_\_\_ (인)

심 사 위 원 \_\_\_\_\_ (인)

심 사 위 원 \_\_\_\_\_ (인)

성신여자대학교 대학원

## 논문개요

본 연구는 불안정한 성인애착(애착불안, 애착회피), 거부민감성(거부불안, 거부기대) 및 SNS중독경향성 간의 관련성을 살펴보고, SNS중독경향성에 영향을 미치는 성인애착과 거부민감성의 역할을 탐색하는 데 목적이 있다. 애착이론과 선행연구들을 바탕으로 불안정한 성인애착을 예측변인으로, 거부민감성을 매개변인으로 설정하였다. 이를 검증하기 위해 본 연구에서는 전국의 대학에 재학 중인 성인 남녀 409명을 대상으로 친밀관계경험검사(ECR-R), SNS중독 경향성 척도, 거부민감성 척도를 활용하여 자기보고식 설문조사를 실시하였고, 최종적으로 363명의 응답 자료를 분석에 사용하였다. 자료분석은 SPSS 21.0과 SPSS Macro를 활용하였으며, 본 연구에서는 빈도분석, 기술통계 분석, 상관분석, 회귀분석, 부트스트랩방법으로 매개효과의 유의성 검증을 실시하였다. 연구결과, 첫째, 불안정 성인애착은 거부민감성과 정적상관을 보였으며 SNS중독경향성과도 유의미한 정적 상관을 보였다. 둘째, 거부민감성은 SNS중독경향성과 유의미한 정적 상관을 보였다. 셋째, 불안정 성인애착과 SNS중독경향성의 관계에서 거부민감성은 유의미하게 부분매개효과를 보이는 것으로 나타났다. 마지막으로 연구의 제한점 및 후속 연구를 위한 제언을 논의하였다.

주요어 : 성인애착, 애착불안, 애착회피, 거부민감성, SNS중독경향성.

# 목 차

## I. 서 론

1. 연구의 필요성 및 목적 .....	1
2. 연구문제 및 가설 .....	6
1) 연구문제 .....	6
2) 연구모형 .....	7

## II. 이론적 배경

1. SNS 중독경향성 .....	8
2. 성인애착 .....	11
3. 성인애착과 SNS중독경향성 .....	13
4. 거부민감성 .....	14
5. 거부민감성과 SNS중독경향성의 관계 .....	16

## III. 연구방법

1. 연구대상 .....	17
2. 측정도구 .....	18
1) 기초질문지 .....	18
2) SNS중독경향성 척도 .....	19
3) 불안정 성인애착 척도 .....	20
4) 거부민감성 척도 .....	21
3. 분석방법 .....	23

## IV. 연구결과.

1. 주요 변인들의 기술통계 및 상관분석 .....	25
1) 연구대상자들의 SNS 사용시간 및 SNS 이용유형 .....	25
2) 변인들의 평균, 표준편차, 왜도, 첨도 .....	26
3) 성별에 따른 주요 변인들의 차이 .....	27
4) 주요 변인들 간의 상관관계 .....	29
2. 불안정 성인애착과 SNS중독경향성 간의 관계에서 거부민감성의 매개효과 .....	31
1) 연구모형 검증 .....	31
2) 불안정 성인애착과 SNS중독경향성의 관계에서 거부민감성의 매개효과 .....	32
3) 애착불안, 애착회피와 SNS중독경향성과의 관계에서 거부불안, 거부기대의 매개효과 .....	33
4) 매개효과의 유의성 검증 .....	36

## V. 논의

1. 연구결과에 대한 논의 .....	40
2. 연구의 제한점과 제언 .....	46

## 참고문헌

## ABSTRACT

## 부록

## 표 목 차

<표 1> 연구대상자의 일반적 특성 .....	18
<표 2> SNS중독 경향성 척도의 하위요인 및 신뢰도 .....	20
<표 3> 불안정 성인애착 척도의 하위요인 및 신뢰도 .....	21
<표 4> 거부민감성 척도의 하위요인 및 신뢰도 .....	22
<표 5> 대상자들이 이용하는 SNS의 유형 .....	24
<표 6> 변인들의 평균, 표준편차, 왜도, 첨도 .....	26
<표 7> 성별에 따른 주요 변인들의 독립표본 <i>t</i> 검증 .....	28
<표 8> 불안정 성인애착, 거부민감성, SNS중독경향성의 상관관계 .....	30
<표 9> 불안정 성인애착과 SNS중독경향성에 대한 거부민감성의 회귀분석결과 .....	32
<표10> 불안정 성인애착과 SNS중독경향성의 관계에서 거부민감성의 매개효과에 대한 부트스트랩 검증결과 .....	36
<표11> 애착불안, 애착회피와 SNS중독경향성의 관계에서 거부불안과 거부기대의 매개효과에 대한 부트스트랩 검증결과 .....	38

## 그림 목 차

<그림 1> 불안정 성인애착과 SNS중독경향성의 관계에서 거부민감성의 매개효과 모형 .....	7
<그림 2> 애착불안, 애착회피와 SNS중독경향성의 관계에서 거부불안과 거부기대의 매개효과 모형 .....	7
<그림 3> 불안정 성인애착과 SNS중독경향성의 관계에서 거부민감성의 매개모형과 비표준화 계수 추정치 .....	33
<그림 4> 애착불안, 애착회피와 SNS중독경향성의 관계에서 거부불안과 거부기대의 매개모형과 비표준화 계수 추정치 .....	34
<그림 5> 예측변인이 애착불안인 매개모형과 비표준화 계수 추정치 .....	35
<그림 6> 예측변인이 애착회피인 매개모형과 비표준화 계수 추정치 .....	35

# I. 서론

## 1. 연구의 필요성 및 목적

정보화 사회를 지나 스마트사회로 진입하면서 대부분의 연령대에서 스마트폰을 이용하는 것이 일상화되었다. 시간과 공간의 제약 없이 학습, 정보이용, 사람들과의 소통까지 가능하게 하는 스마트폰의 대중화는 이용자들로 하여금 유익함을 느끼게 하기도 한다. 반면 최근에는 과도하게 사용함으로써 일상생활에 지장을 초래하고 이용자 스스로 조절하기 어려운 현상이 사회적인 문제로 대두되고 있다. 한국 정보화 진흥원이 2004년부터 매년 실시하는 인터넷 과의존 실태조사의 2015년도 조사 내용에 따르면 조사 대상자의 91%가 스마트폰을 이용하며 과의존위험군은 16.2%로 전년 대비 2.0%p 상승하였다. 이들 중 상담치료가 필요한 고위험군 비율은 2.4%로 전년대비 0.4%p 상승하였으며, 잠재적 위험군 또한 전년대비 1.6%상승하는 등 스마트폰 과의존 위험군이 매년 증가 하고 있는 추세이다. 연령대별 조사에서도 청소년과 성인 모두 고위험군 및 잠재적 위험군의 비율이 전년도에 비해 증가한 것으로 나타났다.

유승숙 등(2015)의 연구에 따르면 스마트폰 중독수준이 높은 대학생들은 심리적인 불안정감과 대인관계에 어려움을 겪게 됨으로써 우울함과 불안함을 느낄 가능성이 높다고 하였다. 또한 대인관계 문제를 지닌 사람들이 스마트폰을 통해 관계에 대한 만족감을 대리로 충족시키고자 과도하게 사용하기도 하며, SNS에 더 몰입을 하게 된다고 본 연구도 있다(김보경, 백용매, 허창구, 2016). 또한 청소년연구에서도 스마트폰의 과도한 사용으로 학교부적응을 겪거나 우울과 불안, 대인관계에 어려움을 겪기도 하는 것으로 나타났다(이창호, 김경희, 장상아, 2013).

현재까지 스마트폰 중독에 관한 많은 연구들이 이루어져 왔는데 어떠한 기능을 많이 사용하느냐에 따라서 이용자들의 심리적 욕구가 다를 수 있다는 것에 주목할 필요성이 있을 것 같다. 한국정보화 진흥원의 스마트폰 과의존 실태조사에서 과위험군은 일반 사용자군에 비해 SNS 이용시간이 더 길고 수면장애와 신체적 불편함을 겪기도 하는 등 삶의 만족도 또한 낮은 수준으로 나타났다. 스마트폰 이용자의 90%이상이 SNS(메신저, 페이스북, 카카오톡, 라인, 인스타그램 등)를 이용하는 것으로 나타났으며 SNS를 통한 활동은 자신이 직접 게시물을 작성하는 활동 보다는 타인의 게시물을 읽거나 반응하고 공유하는 활동들 더 빈번하게 하는 것으로 나타났다(한국인터넷 진흥원, 2013).

Hofmann 등(2012)은 SNS를 확인하고자 하는 욕구는 술이나 담배 등 물질의 중독성 보다 더 강한 것으로 보고하기도 하였다. 또한, 이영은 등(2016)은 SNS에 과몰입하게 될 가능성이 다른 중독행위에 빠지게 될 위험성 보다 높다고 보기도 하였다. 우리나라 대학생들을 대상으로 한 조사에서 조사 대상자들은 SNS가 없어도 상관없다고 생각하지만 친구들과의 관계에서 소외되지 않고 관계를 계속 유지하기 위해서 이용하는 것으로 나타난 것을 볼 때(최지애, 2013) SNS 사용이 대인관계와 밀접한 관련이 있음을 알 수 있다(고은영, 최윤영, 최민영, 박성화, 서영석, 2014). 오윤경(2012)은 SNS 중독경향성이 높은 사람들은 그렇지 않은 사람들에 비해 우울과 외로움을 더 많이 경험하고 대인관계에 대한 만족감이 적다는 것을 보고하고 있다. 피승정(2012)은 SNS에서 친구가 많은 경우 실제로 만나지 않는 인맥이 많고 더 자주 접속하며 중독가능성이 더 높다고 하였다. 이것은 곧, 관계에 관한 욕구는 높으나 실제 대인관계에서는 어려움을 겪고 SNS를 통해서 해소한다고 볼 수 있다.

인터넷, 스마트폰, SNS중독경향성 등을 애착과 관련해 설명하고 있는 선

행연구들이 많이 있다. 예를 들면, 청소년이 지각하는 부·모 애착이 낮을수록 의사소통 수준이 낮고, 스마트폰 중독 수준이 높았으며(오현희, 김현진 2014), 인터넷에 중독된 청소년들이 낮은 부모 애착과 낮은 정서조절능력을 보이는 것으로 나타났다(김서현, 김정규 2016). 또한 불안정 애착이 대인관계문제를 일으키고 SNS 중독에 이르게 된다고 보는 견해도 있었다(김보경, 백용매, 허창구, 2016).

Flores(2010)은 중독을 애착장애로 보고 안정적인 애착관계를 통해 친밀감과 정서적 안정감을 경험하지 못할 경우 심리적 불편감을 겪게 된다고 하였다. 그러한 상태가 지속되고 불쾌한 감정에 압도되면 중독 대상이나 행위에 집착할 가능성이 커지게 된다고 하였다. 인터넷 중독에서도 반복적으로 접속하지 않았을 때 불안감, 초조함과 같은 정서적 금단현상과 내성으로 더 몰입되고 학업이나 일에 소홀하게 되고 현실생활의 어려움을 갖게 되는 것을 중독으로 보았다(Young, K.S. 1996; 이상호, 2013;재인용). 스마트폰 중독의 경우에도 애착불안과 관련이 있는 것으로 나타났으며(여지영, 강석영, 김동현, 2014) 특히 SNS는 온라인상에서 맺는 관계를 특징으로 하는 기능임을 고려할 때 관계중독의 한 형태로 볼 수 있다. 김보경 등(2016)도 SNS중독이 인터넷·스마트폰 중독과 달리 메시지 업데이트에 대한 강박과 타인에 대한 의존성을 갖는 독특한 특성을 가지고 있다고 하였다. 불안정 애착에서 오는 심리적 고통이 결국 관계중독에 이르게 한다는 이지원 등(2014)의 연구는 관계욕구가 중요한 쟁점이라는 것을 확인시켜 주는데 이들은 중요한 타인과의 애착이 불안정하게 형성될수록 관계 안에서 만족스럽지 못한 욕구를 채우고자 끊임없이 확인받기위해 요구하게 된다고 하였다. 따라서 기존의 애착과 인터넷 중독, 스마트폰 중독의 경우와 마찬가지로 SNS중독 경향성도 애착과 매우 밀접한 관련이 있음을 짐작할 수 있다.

민감한 반응성(sensitive responsiveness)은 애착의 질을 결정하는 제 1요소라고 할 수 있다. 양육자가 자녀가 보내는 신호에 공감하고 민감하게 반응해줌으로써 자녀에게 안전감을 줄 수 있는데, 초기 아동기 때 이러한 경험을 못하게 되고 거부경험을 반복적으로 가지게 되면 타인에게 지지나 수용을 구해야 하는 상황에서 자신이 거부당할지도 모른다는 불안감을 가지게 된다. 이를 거부민감성(rejection sensitivity)이라고 한다. 다시 말하면 인생 초기에 양육자와 중요한 타인으로부터 장기간 거부를 겪었거나 갑작스러운 거부경험을 겪었을 때 형성될 수 있으며(Pietrzak, Downey, & Ayduk, 2005), 거부민감성이 높은 사람은 관계를 깨트리지 않고 갈등을 피하기 위해 자신의 정서를 잘 드러내지 못하고 고립을 선택하고 외로움을 느끼게 된다(김진선, 2009). 신지연(2016)의 연구에서도 사회적 상황에서 거부나 배척을 당하는 경험을 자주하게 되면 거부민감성이 높아져 대인관계를 기피하게 되는 원인이 될 수 있다고 하였다. 관계욕구는 높으나 거부당할 것 같은 불안감으로 인해 실제 대인관계보다 SNS상의 관계에 더 집착하고 몰입하게 될 수 있다는 것을 예측해 볼 수 있겠다.

인터넷 중독, 스마트폰 중독관련 연구에서 그동안 청소년들을 대상으로 한 연구가 성인연구 보다 많이 이루어져왔다. 여성가족부에서는 초등학교 4학년, 중학교 1학년, 고등학교 1학년, 150만 명을 대상으로 매년 ‘청소년 인터넷·스마트폰 이용습관 진단조사’를 실시하여 위험 수준별 과다이용 청소년을 찾아내고 상담기관과 연계하여 치료적인 개입을 시행하고 있다. 그러나 스마트폰이 전 연령대로 보급률이 높아지고 특히 20대의 10명 중 7명 이상이 SNS를 이용하고 있을 정도로 20대의 이용률은 매우 높게 나타나고 있다. 게다가 성인 중 20대에서 스마트폰 과위험군이 가장 많이 나타나고 있다는 인터넷 과의존 실태조사(한국정보화진흥원, 2015)의 결과를 놓고 볼 때 상대적으로 성인초기에 더 많은 대인관계와 새로운 사회적 상황에 놓이게

되는 대학생들을 대상으로 하는 연구가 필요하다고 볼 수 있다. 실제로 고등학교 기간 동안 스마트폰을 사용하지 않던 학생들도 대학교에 입학하게 되면서 책을 내려놓고 스마트폰을 사용하는 빈도가 약 62% 늘어나는 것으로 나타났다는 뉴스 보도도 있었다(연합뉴스 2016. 5.16). 또한 20대는 10대의 사회적인 관계와 다르게 사회적 상호작용 패턴에 변화를 겪는데 대인관계에 불안을 가지게 되기도 하고 스스로 인간관계를 맺는데 어려움을 겪기도 한다(김중운, 양민정, 2014; 우성범, 남숙경, 이승민, 양은주, 2012). 이러한 타인과의 대인관계에 대한 스트레스와 불안이 오프라인보다 온라인이 상대적으로 덜하기 때문에 온라인상의 대인관계에 빠지게 된다고 보는 학자도 있다(Kalkan, 2012; Ward 등, 2004).

이러한 필요성을 바탕으로 본 연구에서는 첫째, 대학생들을 대상으로 불안정성인애착이 SNS중독경향성에 미치는 영향을 탐색해 보고 그 관계에서 거부민감성의 매개적 역할에 대해서 알아보고자 한다. 구체적으로 불안정성인애착은 애착불안과 애착회피의 두 가지 차원으로 구분하고 각각의 차원이 SNS중독 경향성의 네 가지 하위요인인, 조절실패 및 일상생활 장애, 몰입 및 내성, 부정정서의 회피, 가상 세계 지향성 및 금단, 각각의 하위 요인별로 어떤 관련성이 있는지 탐색해 보는 것이다. 또한 대인관계의 욕구가 높지만 거부당할 것에 대한 불안과 두려움 때문에 생기는 거부민감성이 SNS중독경향성에 영향을 미치게 되는지 탐색해 볼 것이다. 이를 통해 청소년기보다 확장된 사회적인 관계를 맺는 대학 재학시기의 성인들을 대상으로 설정하여 탐색해 봄으로써 SNS중독경향성을 완화시키는데 보다 초점을 맞춘 개입방법을 효율적으로 마련할 수 있도록 모색하고자 한다.

## 2. 연구문제 및 가설

### 1) 연구문제 및 가설

본 연구에서는 대학생의 불안정 애착(애착불안, 애착회피)과 SNS중독경향성 간의 관계에서 거부민감성(거부불안, 거부기대)의 매개효과를 알아보고자 한다. 이를 위해 구체적인 연구문제를 다음과 같이 설정하였다.

**연구문제 1.** 불안정 성인애착, 거부민감성이 SNS중독경향성에 어떠한 영향을 미칠 것인가?

가설 1-1 불안정 성인애착(애착불안, 애착회피)은 SNS중독 경향성에 정적인 상관을 보일 것이다.

가설 1-2 불안정 성인애착(애착불안, 애착회피)은 거부민감성(거부불안, 거부기대)과 정적인 상관을 보일 것이다.

가설 1-3 거부민감성(거부불안, 거부기대)은 SNS중독경향성과 정적인 상관을 보일 것이다.

**연구문제 2.** 불안정 성인애착과 SNS중독경향성 간의 관계에서 거부민감성은 어떠한 역할을 하는가?

가설 2. 불안정 성인애착(애착불안, 애착회피)은 거부민감성(거부불안, 거부기대)을 매개로 하여 SNS중독 경향성에 영향을 미칠 것이다.

## 2) 연구모형

본 연구에서는 불안정 성인애착과 SNS중독경향성 간의 관계에서 거부민감성의 매개효과를 알아보고자 연구모형을 <그림 1>, <그림 2>와 같이 설정하였다.

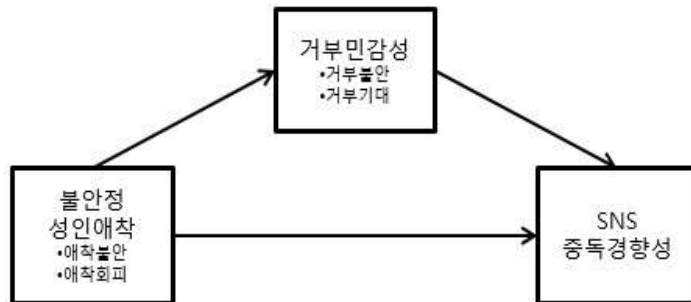


그림 1. 불안정 성인애착과 SNS중독경향성의 관계에서 거부민감성의 매개효과 모형

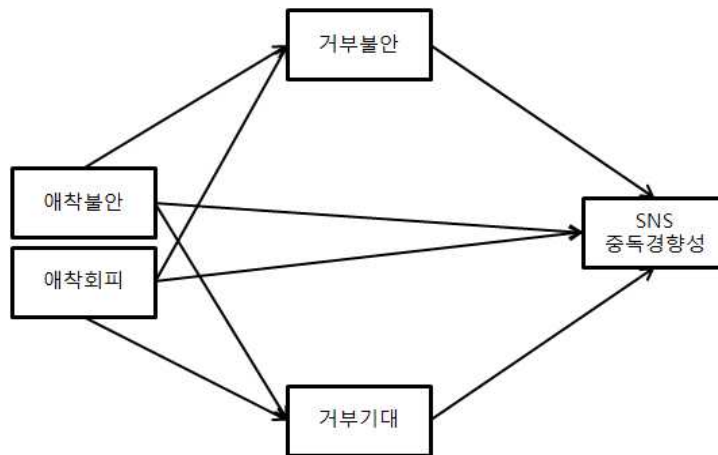


그림 2. 애착불안, 애착회피와 SNS중독경향성의 관계에서 거부불안과 거부기대의 매개효과 모형

## II. 이론적 배경

### 1. SNS 중독경향성

SNS(Social Networking Service)는 자신의 취향과 활동을 공유하거나, 타인의 취향과 활동을 관찰하고자 하는 사람들의 공동체를 위한 온라인 사회관계의 형성에 중점을 둔 서비스이다(IWGDPT, 2008; 이윤희 2014 재인용). SNS에 대한 다양한 정의들을 살펴보면 공통적으로, 인터넷을 매개로 하며 특정 목적을 위해 타인과 정보를 공유하거나 사회적 관계형성을 돕는 쌍방향 소통 서비스라는 특징을 포함하고 있다(한국인터넷 진흥원, 2014). 정보통신정책연구원의 SNS 이용 추이 및 이용형태 분석에 따르면 스마트폰 이용의 증가와 다양한 유형의 서비스 등장으로 SNS 이용자가 점차 증가하고 있으며 2015년 SNS 이용률은 43.1%로 2011년 16.8%대비 5년 만에 2배 가까운 성장세를 보였으며 20대의 10명중 7명 이상 SNS를 이용하고 있을 정도로 20대의 SNS이용률은 매우 높게 나타나고 있다. 국내 인터넷 사업자의 SNS이용 실태조사(SK커뮤니케이션, 2013)에서도 SNS 이용의 증가는 건강한 소통과 사회참여의 확대를 가져오는 긍정적인 영향도 가져온 반면 SNS 사용자 10명중 8명은 SNS로 연결되는 너무 많은 정보와 관계로 피로감과 불편감을 느낀 적이 있는 것으로 보고되었다. 또한 이용자 간 다양한 소통의 가능성은 SNS의 특성으로, 참여를 통해 관계를 폭 넓게 맺을 수 있기 때문에 범위가 확장될 수도 있지만 오히려 사회적 유대감을 약화시키고 성향이 비슷한 동조집단끼리의 네트워크만 강화하여 새로운 사회적 관계의 고립을 초래한다는 우려가 있다는 보고도 있다(이윤희 2016).

Hofmann 등(2012)은 SNS를 확인하고자 하는 욕구가 술이나 담배 등 물

질의 중독성 보다 더 강한 것으로 보고한바 있고, SNS에 과몰입하게 될 가능성이 다른 중독 행위에 빠지게 될 위험성 보다 높다는 주장을 한 연구자들도 있다(이영은, 박현주, 허창구 2016). 2015년 인터넷 과의존 실태조사에 따르면 스마트폰 과위험군은 일반 사용자군에 비해 SNS 이용시간이 더 길고 수면장애 등 신체적 불편함을 겪기도 하며 삶의 만족도 또한 낮은 수준으로 나타났다. 스마트폰 과의존 척도를 요인별 분석해본 결과 내성증상(35.2%)이 가장 심한 것으로 나타났고 금단(29.0%, 일상생활장애(27.5%), 가상세계지향(15.75%) 순으로 나타났다. 이처럼 SNS를 과도하게 사용할 경우 습관화 되며 사용할 수 없게 될 경우 불안하고 하루 종일, 공부 또는 일이 손에 잡히지 않는 등 일상생활에 방해받을 수 있다(한국정보화진흥원, 2015).

SNS 과다사용으로 인한 구체적인 결과를 살펴보면, 한국 정보화 진흥원에서 작성한 소셜미디어의 부작용 유형 분석 및 대응방향(2011)의 내용 중에 페이스북을 처음 만든 미국의 사례 등을 들어 설명하고 있다. 페이스북 과다사용으로 주부가 아이 양육을 제대로 하지 않거나 소셜 메시지에 반응하기 위해 일상생활을 제대로 할 수 없는 장애를 겪고(Karaiskos, Tzavellas, Balta, & Paparrigopoulos, 2010)있는 경우도 보고하고 있고, 페이스북 과다사용으로 학업성적하락 및 기업 생산성 감소에 까지 영향을 미쳤다는 결과가 보고되었다. 이에 SNS의 과도한 사용을 소셜 네트워크중독(Kuss & Griffiths, 2011) 혹은 페이스북 중독 장애라고 지칭하여 심리적 변인과의 연구가 이루어져 오고 있다(정소영, 2014).

최근에는 외로움이 다른 사람의 기분과 행동에 예민하고 과도하게 지각하게 되어 페이스북 중독을 초래하는 것으로 나타난 연구결과가 있다(고은영, 최윤영, 최민영, 박성화, 서영석 2014). 이는 타인과의 관계욕구는 높으나 실제 관계에서 거절의 두려움이 SNS과다 사용으로 작용하게 된 것으로 볼 수

있다. 주영주 등(2016)의 연구에서는 타인에 의해 통제받는 다고 느끼는 사용자와 페이스북에 대한 유능성이 높을수록 페이스북 중독수준이 높게 나타났다. 이는 실제 면대면 만남의 횟수가 줄어들고 페이스북을 더 많이 활용하기 때문에 사회적 유능성 발휘의 기회가 상대적으로 부족하게 되고 대인관계의 만족감이 부족하다는 것을 의미하는 것으로 볼 수 있다.

SNS는 페이스북뿐만 아니라 메신저(카카오톡, 라인 등), 카카오톡스토리, 밴드, 인스타그램 등을 포함하여 지칭하는 것으로 국내에서는 SNS중독지수(이상호, 2013)로 개발되어 연구되기도 하였고 ‘SNS 중독경향성’(오윤경 2012; 조성현, 서경현, 2013, 정소영 2014)으로 정의되어 아동, 청소년, 대학생 등을 대상으로 많은 연구가 이루어져 오고 있다. 그 예로 오윤경(2012)은 SNS 중독경향성이 높은 사람들은 그렇지 않은 사람들에 비해 우울함과 외로움을 더 많이 경험하며 대인관계에서도 만족감이 적다는 것을 보고하고 있다. 그 외 여러 선행연구에서 또한 자존감, 소외감, 외로움, 사회적지지, 사회불안, 내현적자기애, 대인관계 등과 관련하여 다양한 연구가 이루어져 왔다(김선미, 서경현 2015; 서경현, 조형선 2013; 황희은, 김향숙, 2015). 이처럼 SNS를 과도하게 사용하는 것이 미치는 영향은 일상생활에 다양한 부작용을 가져올 수 있으며 이로 인해 심리적인 고통이 뒤따를 수 있음이 시사된다.

## 2. 성인 애착

애착이론(Bowlby, 1977)은 초기 발달단계에서 부모(양육자)와 자녀의 상호작용과정, 즉 양육자인 부모가 자녀에게 제공하는 애정과 환경의 질에 따라 이후의 대인관계발달에 영향을 미친다는 이론이다. 또한 Mario(2005)는 애착이론은 인간이 강력하고도 선택적으로 지속적인 애착관계를 형성하는 이유를 설명하고 있으며, 애착관계의 단절 혹은 단절 위협이 어떻게 고통스러운 정서와 궁극적으로는 정신병리로 이어지는지를 설명하는 것이라고 보았다. 애착은 한 사람이 가까운 사람에게서 느끼는 밀접한 정서적 유대관계를 말하며 서로 가깝게 있고자 하는 욕구를 말한다. 초기 애착유형이 이후 대인관계발달에 중요한 영향을 미치게 되는데 아동이 성장함에 따라 부모와의 관계보다 형제간의 관계도 매우 중요해 지며 또래나 영향력 있는 교사와의 관계, 성인기 이후에는 동료 특히 연인과의 관계, 자녀와의 애착관계가 더 중요해 진다. 이처럼 한 개인이 맺고 있는 다양한 관계는 서로 연결되어 있으며 정서적으로 매우 주요하고 의미 있는 영향력을 행사하게 된다(Mario Marrone, 2005).

애착이론가들은 사회적 맥락에서 발생하는 양육자와의 관계 경험, 즉 상호작용이 이후 자녀의 대인관계 패턴이 된다고 주장한다. 이것을 내적작동모델이라고 하는데 자기 자신과 다른 사람, 그리고 대인관계에 대한 인지적 표상을 형성하게 되어 주위를 해석하고 인간관계에 대한 기대를 형성하게 되는 것이다. 따라서 연구자들은 내적작동모델이 형성되고 조직화 되는 최초의 과정을 매우 중요시하였으며 Bowlby는 영아뿐만 아니라 아동기, 청소년기까지 걸쳐 만들어지는 모든 작동모델이 임상적으로 중요하다고 보았다(Bowlby, 1980). Ainsworth(1978)는 낯선 상황실험을 통해서 애착관계가 비교적 잘 형성된 안정애착, 양육자에게 끌리나 신뢰하지 않는 저항애착, 양육

자로부터 어떤 위안이나 애정을 이끌어내지 못하는 회피애착과 양육자에 대해 접근-회피갈등을 겪는 혼란애착의 패턴을 발견했다.

Tory와 Sroufe(1987)의 미네소타 연구(Mario Marrone, 2005)에서 인생초기에 안정된 애착을 획득한 아동은 신뢰감, 따스함과 편안함이 영아기 이후 건강한 심리적 발달로 이어지는 반면 회피애착으로 분류된 아동은 학령기에 다른 아이들을 괴롭히는 경향이 있었으며 상처를 받거나 좌절된 상황에서 고통을 표현하지도 않고 남에게 의존하지도 않은 모습을 보였다. 이들은 안정 애착유형 보다 다른 사람들과 가깝게 지내거나 친해지는 것을 좋아하지 않는다.

Mario Marrone(2005)는 이러한 애착패턴이 전 생애 걸쳐 지속되면서 성인들의 심리적 불편감 저변에도 애착 패턴이 숨어있다고 하였다. Brennan, Clark 및 Shaver(1998)은 성인의 불안정 애착에 대해서 생애 초기에 형성된 애착유형처럼 불안애착과 회피애착으로 설명했다. 애착불안은 관계에서의 거절이나 분리에 관한 불안의 정도를 나타내고 애착회피는 타인과 친밀해지려는 욕구를 억제하고 두려워하여 심리적 거리를 둘 가능성이 크다. 예컨대 불안애착 수준이 높을수록 상대방에게 거절당하거나 버림받아 혼자되는 것을 두려워하기 때문에 관계에 더 몰입하게 된다. 상대방의 관심을 확인하기 위해 사랑을 요구하며 회피애착이 강할수록 타인과 친밀해지는 것을 불편해하고 타인을 멀리하는 경향이 있다는 것이다. 이처럼 안정적인 애착을 형성하지 못한 사람은 타인에 대해서 부정적인 내적작동모형을 경험하게 되고 혼자 남게 될지도 모른다는 두려운 감정을 느끼게 되고 관계 중독 현상을 보이게 될 수 있다고 보았다(이수현, 2009). 이는 학령기 때와 달리 대인관계의 활동 영역이 넓어지는 등 환경이 급격하게 변화하며 정체감을 유지한 상태에서 타인과의 심리적 친밀감을 형성해 나가야하는 성인초기에 심리적인 어려움을 겪을 수 있다.

### 3. 성인애착과 SNS중독경향성

Flores(2010)는 중독을 자기조절장애로 보고 애착장애로 설명하고 있다. Bowlby의 엄마-유아의 유대 관찰에서도 알 수 있듯이, 애착이란 평생 대인관계의 실제 세계에서 일어나는 가장 '일차적인 동기'(primary motivation)이며 뇌에도 자리 잡고 있는 정서적인 대인적 유대관계가 자기는 물론 타인을 돌보고 위로하는 부분과 연결되는 가장 중요한 점이라고 하였다. 따라서 이러한 것들이 부족할 때 인간은 행동장애와 중독 장애를 갖게 된다고 지적하고 있다. 애착이론에 의하면 개인은 혼자서 자신의 정서상태를 전적으로 조절할 수 없으며(Lewis 등, 2000), 자신의 역기능적 애착유형(회피애착, 불안애착)을 줄이고 건강한 대인적 정서조절능력을 발전시키기 전까지는 하나의 강박적인 중독 형태를 다른 형태로 대체하는 취약한 상태로 계속 남아 있게 된다고 하였다(Flores, 2010).

Goldberg(1996)은 인터넷 중독이 알코올중독이나 기타 물질중독과 마찬가지로 지각장애, 주의력 장애, 사고력 장애, 판단력 장애, 대인관계장애 등을 유발한다고 하였으며 인터넷을 반복적으로 접속하지 않았을 때 불안감, 초조함과 같은 정서적 금단현상과 내성으로 더욱 몰입되어 학업이나 일에 소홀하고 현실생활의 어려움을 갖는 것으로 정의하였다(Yong, K, S. 1996; 이상호, 2013;재인용).

선행 연구에 따르면 인터넷 중독의 원인으로 부모·자녀와의 의사소통, 부모와의 애착, 양육태도 등과 관련된 연구가 계속 되어 오고 있다. 최근 몇 년간 스마트폰의 보급이 빠르게 확산되면서 스마트폰 중독의 경우에도 애착 불안과 관련이 있는 것으로 나타났다(여지영, 강석영, 김동현, 2014). 스마트폰을 활용하는데 있어서 단순하게 스마트폰 중독이라고 하기보다는 어떤 내용의 기능을 강박적으로 사용하느냐에 따라서 연구의 출발점이 달라진다고

할 수 있을 것 같다. 그 중에서도 SNS는 온라인상에서 맺는 관계를 특징으로 하는 기능임을 고려할 때 관계중독의 한 형태로 볼 수 있다(이상호, 2013). 2015년 인터넷 과의존 실태조사에 따르면 성인 중 20대, 대학생 및 무직자, 미혼자가 스마트폰 과의존에 취약한 것으로 나타났으며 이들이 가장 많이 사용하는 것은 메신저로 보고된바 있다. SNS중독은 인터넷 중독 및 스마트폰 중독과 달리 메시지 업데이트에 대한 강박과 타인에 대한 의존성을 갖는 독특한 특성을 가지고 있다(김보경 2016)는 점과 최근에는 관계에 초점을 맞춘 SNS 중독경향성과의 관계에 관한 관심이 높아진 것을 볼 때, 기존의 인터넷·스마트폰 중독 연구와 구분해 관심을 가질 필요성이 있을 것 같다.

#### 4. 거부민감성

거부민감성(rejection sensitivity)은 Feldman과 Downey(1996)에 의해 거부경험에 좀 더 취약한 사람의 특성을 설명하기 위해 제시되었다. 거부민감성이 높은 사람들은 대인관계 상황에서 거부당할 것이라는 기대를 하고 거부를 지각하고, 거부당하는 것에 민감하게 반응하는 과정을 의미하며 거부를 지각하게 되면 불안, 분노, 우울 등의 방어적 정서를 나타내게 된다.(Ayduk, downey & Kim, 2001; London, Downey, Bonica, Paltin, 2007; 양난미 2016 재인용). 거부민감성은 인생초기에 양육자와 중요한 타인으로부터 장기간 거부를 겪었거나 혹은 갑작스러운 거부경험을 겪을 때 형성될 수 있으며, 아동기에 반복적으로 경험하게 되면 그 이후의 대인관계에서도 유사한 맥락일 때 거부민감성이 점화되어 거부당할 것이라고 예상하기가 쉽다(Pietrzak, Downey, & Ayduk, 2005). 거부민감성이 높은 개인은 대인관계에서 갈등을 일으키지 않기 위해 자신의 생각과 감정을 더욱 억제하는 경향

이 있으며 타인으로부터 실망감을 느끼게 하거나 화가 나지 않도록 하기 위해 지나치게 희생하는 모습을 보이기도 한다(Impett, Gables, & Peplau, 2005; 성정아, 2013 재인용). 또한, 이들은 거부당할 상황으로 지각하면 수동-회피적으로 대처하거나 격렬한 정서반응을 보이기도 한다(Downey, Feldman, & Ayduk, 2000). 이처럼 거부민감성이 높은 사람들은 자신의 정서를 드러내는데 어려움을 겪으며 관계 속에서 외로움을 겪게 되는데 이들은 내면에 높은 관계욕구를 가지고 있다고 보는 연구결과도 있다(김진선, 2009).

신지연 (2016)의 연구에서는 청소년이 사회성 기술 부족으로 사회적 상황에서 거부나 배척을 당하는 경험을 자주하게 되면 거부민감성이 높아져 대인관계를 기피하게 되는 원인이 될 수 있으며 충동적이고 즉흥적인 욕구 충족의 방법으로 인터넷 게임에 과몰입하게 된다고 보았다. 박혜련(2011)은 거부민감성이 높은 대학생일수록 감정을 노출하기 어렵고 이것이 친밀감에 영향을 미친다고 보고하였다. 한국의 관계중심인 문화적 특성과 중독증후군 모델을 토대로 한 고은영 등 (2014)의 페이스북 중독 연구에서는 우리나라 대학생들이 주로 관계적인 욕구 때문에 페이스북을 사용한다고 보았으며 대인관계에서 민감하고 외로움을 더 느낄수록 페이스북을 과도하게 사용할 수 있다고 보고하였다. 대인관계에 관한 욕구는 높지만 거부에 대한 두려움과 불안을 가지고 있으며 민감하게 지각할수록 실제 상황의 대인관계보다 가상 공간에서의 대인관계에 더욱 집착하고 몰입할 수 있다는 점이 시사된다.

## 5. 거부민감성과 SNS중독경향성의 관계

거절에 민감한 사람들은 더 많은 사회적 관계를 맺고자 하는 강한 욕구가 있지만 자신이 지닌 사회적 관계를 과소평가하는 경향이 있다(London, Downey, Bonica, & Paltin, 2007). 배척과 따돌림에 대한 두려움, 친해지고 싶은 욕구, 거부민감성이 높을 때 휴대폰을 중독적으로 사용하는 경향이 높다는 결과가 보고되고 있으며(심보현, 2013), 박소현(2015)의 연구에서는 관계욕구가 불만족스러울수록 SNS중독에 빠질 위험성이 높다고 하였다. 피승정 (2013) 또한 외로움을 많이 경험할수록 SNS중독경향성이 높다는 것을 확인하였고, 김은영(2012)은 외로움을 느끼거나 사회적 관계가 협소할수록 어디서든 관계를 맺을 수 있는 인터넷을 더 많이 사용하게 된다고 하였다. 박지선(2010)의 연구에서도 인터넷 중독군에 속하는 대학생들이 일반사용자들에 비해 사회적 불편감 수준이 높고 다양한 대인관계문제를 지니고 있는 것으로 나타났다. 김보경 등(2016)의 연구에서는 의존적인 대인관계문제를 지닌 사람들이 타인과의 관계에 과몰입하는 특성 때문에 SNS에 더 몰입하게 된다고 하였다. 거절에 민감한 사람들은 수용 받고 싶어 하고 관계를 유지하고 싶어하는 욕구가 있으며 외로움에도 영향을 미친다는 것을 확인한 바있다(김진선 2008).

Young (1999)은 사람들이 인터넷을 통해 심리적인 지지를 얻고 불특정 다수에게 의미를 부여하며, 강한 유대감을 형성하기 때문에 인터넷 중독에 빠지게 된다고 하였다. 즉, 거부민감성이 높은 사람은 관계욕구는 높으나 거부당할 지도 모른다는 두려움으로 사회적인 관계를 형성하는데 어려움을 가지고 있기 때문에 관계에 대한 욕구를 충족시키기 위해 SNS라는 가상공간을 통해 타인과 유대감을 형성해 나간다는 것이다.

### Ⅲ. 연구방법

#### 1. 연구 대상

본 연구는 학령기 이후 사회적인 관계가 확장되고 사회적 상호작용이 급증하게 되는 초기성인기의 SNS의 과도한 사용의 수준을 조사하기 위하여 대학생을 대상으로 설정하였다.

연구대상자는 전국에 소재한 대학에 재학 중인 남녀 대학생을 대상으로 온라인과 오프라인으로 자기보고식 설문이 진행되었으며 연구대상자들에게 연구 참여에 대한 설명문을 제공하고 동의서를 받았다. 응답을 한 총 409명 중 SNS를 주6회 미만 접속하거나 하루 2시간미만 사용하는 대학생들은 선행연구(정소영, 2014)에 따라 SNS중독경향성이 없다고 판단하여 제외하고 총 363명의 자료를 분석에 사용하였다. 연구 대상의 인구학적 특성을 살펴보면, 남자가 127명(35%), 여자가 236명(65%)이었고 평균 연령은 21.89세 ( $SD=2.03$ )이었다. 연구 대상의 학생 유형을 살펴보면 대학 1학년 79명(21.8%), 대학 2학년 106명(29.2%), 대학 3학년 75명(20.7%), 대학 4학년 88명(24.2%), 대학 4학년 초과 15명(4.1%)이었다. 연구대상에 대한 일반적 특성은 <표 1>에 제시하였다.

표 1. 연구대상자의 일반적 특성

(N=363)

구분		인원수	백분율
성별	남	127	35
	여	236	65
학년	1 학년	79	21.8
	2 학년	106	29.2
	3 학년	75	20.7
	4 학년	88	24.2
	4 학년 초과	15	4.1

## 2. 측정 도구

### 1) 기초질문지

연구 참여자의 기본적인 인구통계학적 변인을 알아보기 위한 설문지로 성별, 연령, 전공 등을 응답하도록 하였다. SNS중독경향성의 여부를 알아보고 스크리닝을 하기 위해 SNS의 하루 사용시간, 일주일 동안의 이용횟수, SNS이용 유형에 대한 응답을 하도록 하였다. 스크리닝 된 363명의 SNS사용시간은 하루 4시간 이상이 35%, 3시간 이상~4시간 미만이 27%, 2시간 이상~3시간 미만 사용자가 37.7%였으며 다중응답이 가능하도록 한 SNS이용 형태는 페이스북 295명(27.4%), 트위터 93명(8.6%), 인스타그램 200명(18.6%), 카카오톡 42명(3.9%), 카카오톡 346명(32.2%), 네이버밴드 89명(8.3%), 기타 12명(1.0%)으로 나타났다.

## 2) SNS 중독경향성 척도.

SNS중독 경향성을 측정하기 위해 정소영(2014)이 개발하고 타당화한 대학생용 SNS 중독경향성 척도를 활용하였다. 본 척도는 버겐 페이스북 중독 척도(BFAS)를 번안하고 성인 인터넷 중독 자가진단 간략형 척도(KS-A)를 검증 및 구성하여 스마트폰 중독 척도 및 페이스북 척도 일부문항을 새롭게 추가한 후 경험적 접근을 통해 문항을 개발하고 타당화한 것으로 Likert 4점 척도의 24개 문항으로 이루어져 있으며 점수가 높을수록 SNS중독 경향성이 높은 것을 의미한다. SNS 중독 경향성 척도는 조절실패 및 일상생활 장애, 몰입 및 내성, 부정 정서의 회피, 가상세계지향성 및 금단의 4개 하위요인으로 구성되어 있다. SNS중독 경향성을 측정하는 문항으로 ‘SNS 사용 때문에 피곤해서 수업시간 또는 업무 시간에 잔다(조절 실패 및 일상생활 장애)’, ‘SNS에서 타인의 댓글을 보기 위해 시간이 날 때마다 수시로 확인한다(몰입 및 내성)’, ‘스트레스 받는 문제를 잊기 위해 SNS를 사용한다(부정 정서의 회피)’, ‘SNS를 하지 못하게 되면 사는 즐거움 또는 재미를 잃는다(가상세계지향성 및 금단)’. 정소영(2014)의 연구에서 내적 합치도 계수는 .92였다. 본 연구에서는 하루 2시간미만 사용자, 주 6회 이하 접속자를 제외하였다. 본 연구에서 내적합치도 계수는 조절 실패 및 일상생활 장애는 .83, 몰입 및 내성 .77, 부정정서의 회피 .82, 가상세계지향성 및 금단 .76이었으며 전체 내적합치도 계수는 .92였다.

표 2. SNS중독 경향성 척도의 하위요인 및 신뢰도

구 분	문항수	문항번호	내적 합치도 계수
조절실패 및 일상생활 장애	7	4, 10, 14, 17, 20, 22, 24	.83
몰입 및 내성	7	1, 5, (9), 15, 18, 21, 23	.77
부정정서의 회피	5	3, 8, 11, 16, 19	.82
가상세계지향성 및 금단	5	2, 6, 7, 12, 13	.76
전 체		24문항	.92

주. ( )는 역채점 문항

### 3) 불안정 성인애착척도

본 연구에서는 성인애착의 패턴을 측정하기 위해 Brennan 등(1998)이 개발한 친밀관계경험척도(the experience in close relationships questionnaire: ECR)를 Fraely, Waller와 Brennan(2000)이 개정한 ECR-R을 김성현(2004)이 번안하고 타당화한 성인애착 척도를 활용하였다. 본 척도는 Likert 7점 척도(1=전혀 그렇지 않다, 7=매우 그렇다)의 36개 문항으로 이루어져 있으며 애착불안 18개 문항과, 애착회피 18개 문항의 하위요인으로 구성되어 있다. 점수가 높을수록 애착불안과 애착회피 수준이 높음을 의미한다. 애착불안은 버림받는 것에 대한 두려움과 불안 때문에 상대방에게 지나치게 집착하거나 자신의 정서를 과도하게 표현하는 것을 측정한다. 애착 불안을 측정하는 문항으로는 ‘때로 다른 사람들은 분명한 이유 없이 나에게 대한 그들의 감정을 바꾸곤 한다’, ‘일단 다른 사람들이 나에게 대해 알게 되면, 그들이 있는 그대로의 내 모습을 좋아하지 않을까봐 두렵다.’의 정도를 측정한다. 애

착회피는 타인에게 의존하는 것을 불편하게 생각하고 친밀함과 관련된 정서를 억제하는 것을 의미한다. 애착회피를 측정하는 문항으로 ‘다른 사람들에게 내 마음 속 깊은 감정을 드러내는 것을 원치 않는 편이다’, ‘다른 사람들이 내게 너무 가까워지려고 하면 불안하다.’의 정도를 측정하며 김성현(2004)의 연구에서 내적 합치도 계수는 애착불안은 .89, 애착회피는 .85였다. 본 연구에서 내적합치도 애착불안 .92, 애착회피 .89 전체 합치도 계수는 .92였다.

표 3. 불안정 성인애착 척도의 하위요인 및 신뢰도

구 분	문항수	문항번호	내적 합치도 계수
애착불안	18	2, 6, (8), 10, 12, 13, 14, 15, 17, 20, 21, 22, (23), 24, 25, 26, 31, 36	.92
애착회피	18	1, (3), 4, (5), (7), (9), 11, 16, (18), 19, (27), (28), (29), (30), (32), (33), (34), 35	.89
전 체		36문항	.92

주. ( )는 역채점 문항

#### 4) 거부민감성 척도

본 연구에서는 대학생들의 거부민감성을 측정하기 위해 Downey와 Feldman(1996)에 의해 개발되고 이복동(2000)이 번안하여 타당화한 거부민감성 척도(RSQ)를 사용하였다. 이 척도는 거부민감성을 측정하기 위해 성인초기의 일상생활에서 부모, 친구, 연인, 교수, 잠재적 연인, 잠재적 친구 등의 중요한 타인에게 요구해야 할 18개의 상황을 제시하고 각각의 상황에

대해 상대방이 자신의 요구를 거절할까봐 걱정되거나 불안한 정도(거부불안), 상대방이 자신의 요구를 수용할 것이라고 예상하는 정도를 예상하는 정도(거부기대: 역문항으로 채점)를 묻는 문항으로 총 36문항의 Likert 6점 척도(1=전혀 그렇지 않다, 6=매우 그렇다)로 이루어져 있으며 거부불안 요인 18문항, 거부기대요인 18문항의 하위요인으로 구성되어 있다. 점수가 높을수록 타인에 대한 거부민감성이 높음을 의미한다.

Downey와 Feldman(1996)의 연구에서 내적 합치도 계수는 .83이고 이복동(2000)의 연구에 내적 합치도 계수는 .87로 나타났다. 거부불안을 측정하는 문항으로는 ‘같은 수업을 듣는 사람에게 노트를 빌려달라고 한다’는 상황에서 ‘노트를 빌려주지 않을지에 대해 걱정되거나 불안하다’이며, 거부기대를 측정하는 문항으로는 ‘같은 수업을 듣는 사람에게 노트를 빌려달라고 한다’는 상황에서 ‘노트를 빌려줄 것이라 예상 된다’를 역채점하는 문항이다. 본 연구에서 내적 합치도 계수는 거부불안 .92, 거부기대는 .89이며 전체 내적합치도 계수는 .92로 나타났다.

표 4. 거부민감성 척도의 하위요인 및 신뢰도

구 분	문항수	문항번호	내적 합치도 계수
거부불안	18	1, 3, 5, 7, 9, 11, 13, 15, 17, 19, 21, 23, 25, 27, 29, 31, 33, 35	.92
거부기대	18	2, 4, 6, 8, 10, 12, 14, 16, 18, 20, 22, 24, 26, 28, 30, 32, 34, 36	.89
전 체		36 문항	.92

주. 거부기대는 모두 역 채점함

### 3. 분석 방법

본 연구에서 수집한 자료에 대해 SPSS PASW statistics 21.0을 활용해 다음과 같이 분석하였다.

첫째, 연구 참가자의 인구통계학적 특성에 대해 빈도분석을 실시하였다.

둘째, 각 척도의 신뢰도 검증을 위해서 내적 일관성을 측정하는 Cronbach's Alpha를 활용한 신뢰도 검사를 실시하였다.

셋째, 각 변인별 평균, 표준편차를 알아보기 위한 기술통계 분석 및 각 변인들 간의 상관관계를 살펴보기 위한 상관분석을 실시하였다.

넷째, 성인불안정 애착의 고유한 효과를 알아보기 위해 회귀분석을 실시하였다.

다섯째, 성인불안정 애착과 SNS중독경향성에 미치는 영향에서 거부민감성하위요인별로 매개효과에 대해 검증하기 위해 Preacher와 Hayes(2008)가 개발한 SPSS macro를 사용해 중다매개모델 검증을 진행하였다. Baron & Kenny(1986)의 매개효과분석방법은 1단계에서 총효과가 통계적으로 유의하지 않은 경우에 매개분석의 모든 절차가 종료되고 2단계에서 또한 가설이 기각되지 않으면 매개변인이 예측변인에 미치는 영향의 매개변인의 역할을 수행하지 않는다고 결론내리고 매개분석 절차가 종료된다. 이 두 가지 조건이 충족되면 예측변인을 통제된 상태에서 매개변인이 결과변인에 미치는 영향이 유의하게 나타나야 한다. 이러한 인과단계방법론은 최근 여러 계량심리학자들로 부터 반드시 1단계에서 예측변인이 결과변인에 미치는 효과가 유의미하지 않아도 간접효과가 유의미할 수 있다고 주장하고 있다(조영일 등 2015; 이형권 2015). 또한 매개효과의 유의도를 검증하는데 있어서 예측변인, 매개변인, 결과변인이 여러 개인 다중매개모형을 분석하는데 있어서 AMOS, Mplus, LISREL, PROCESS(OLS)를 비교했을 때 결과물의 추정치

는 동일한 값을 갖는다. Peacher와 Hayes(2008)가 개발한 SPSS macro(PROCESS)는 부트스트랩 방법으로 전체 매개효과 뿐 아니라 개별 매개효과에 대한 추정치를 제공해 주고 준거변인에 영향을 미칠 수 있는 변인들을 공변량으로 포함시킬 수 있다(정지현, 권석만 2013). 본 연구에서는 성인불안정 애착을 애착불안과 애착회피 하위요인 두개의 변인으로 구분하고 매개변인인 거부민감성을 거부불안과 거부기대의 하위요인으로 나누어 모형을 검증하였다. 사용한 부트스트랩 표본수는 10,000이고, 개별 매개효과의 유의도를 평가하기 위해 95%신뢰 수준을 사용하였다. 이때 추정된 95% 신뢰구간으로 의사결정을 내리게 되는데 신뢰구간이 0을 포함하지 않으면 매개효과는 유의수준 .05에서 통계적으로 유의하다고 결론 내린다(조영일 등, 2014).

## IV. 연구결과

### 1. 주요 변인들의 기술통계 및 상관분석

#### 1) 연구대상자들의 SNS사용 시간 및 SNS 이용 유형

분석결과 연구대상자들은 SNS를 하루 4시간 이상 사용하는 대학생들은 35%, 3시간~4시간미만이 27%, 2시간 이상~ 3시간미만 사용한다고 응답한 대학생은 37.7%로 나타났다. 이용하는 SNS의 유형은 대화형 SNS인 카카오톡이 32.2%로 가장 많은 것으로 나타났다. 다음으로 페이스북 27.4%, 인스타그램 18.6%, 트위터 8.6%, 네이버 밴드 8.3%, 카카오톡스토리 3.9%, 기타 이용자가 1.0%로 나타났다. 대상자들이 이용하는 SNS유형의 결과는 <표5>에 제시하였다.

표 5. 대상자들이 이용하는 SNS의 유형.

SNS이용유형	다중응답		전체%
	응답 인원	응답 %	
페이스북	295	27.4	81.3
트위터	93	8.6	25.6
인스타그램	200	18.6	55.1
카카오톡스토리	42	3.9	11.6
카카오톡	346	32.2	95.3
네이버밴드	89	8.3	24.5
기타	11	1.0	3.0
전체	1076	100	296.4

N=363 남=127, 여=236

2) 변인들의 평균, 표준편차, 왜도, 첨도

분석 결과, 대부분 변인들의 왜도가 절대값 2, 첨도가 절대값 7을 넘지 않았기 때문에 측정치들이 정규분포를 이룬다고 할 수 있다.

표 6. 변인들의 평균, 표준편차, 왜도, 첨도 (N=363)

	<i>M</i>	<i>SD</i>	왜도	첨도
조절실패 및 일상생활장애	15.17	4.30	-.01	-.53
몰입 및 내성	16.54	3.88	.00	-.25
부정정서 회피	10.56	3.21	.10	-.52
가상세계지향성	9.95	2.85	.22	-.58
애착불안	63.48	18.64	.03	-.32
애착회피	66.93	15.67	.01	.43
거부불안	49.89	16.55	.22	-.23
거부기대	53.11	13.67	.35	.47

### 3) 성별에 따른 주요 변인들의 차이

본 연구에서 측정된 주요변인들이 연구 대상자의 성별에 따라 차이가 있는지를 살펴보았다. 성별(남=1, 여=2)을 독립변인으로 하고, SNS중독경향성, 불안정 성인애착, 거부민감성을 결과 변인으로 한 독립표본  $t$  검증을 실시하였고, 그 결과를 표 7에 제시하였다.

분석 결과, SNS중독경향성, 불안정 성인애착, 거부민감성은 남녀 간의 차이가 없었으며 하위요인별로 분석한 결과 또한 남녀 간의 차이가 없었다.

표 7. 성별에 따른 주요 변인들의 독립표본 *t* 검증

변인	성별	평균	표준편차	<i>t</i> 값	<i>p</i> 값
SNS 중독경향성	남자	51.16	12.40	-1.24	.22
	여자	52.80	11.87		
1. 조절실패 및 일상생활장애	남자	12.06	4.09	-1.98	.05
	여자	12.91	3.52		
2. 몰입 및 내성	남자	16.14	3.71	-1.46	.14
	여자	16.75	3.96		
3. 부정정서회피	남자	10.58	3.27	.08	.94
	여자	10.56	3.19		
4. 가상세계지향성	남자	9.95	2.97	.01	.99
	여자	9.95	2.80		
불안정 성인애착	남자	128.35	26.76	-1.05	.29
	여자	131.53	28.36		
1. 애착불안	남자	62.14	18.50	-1.01	.31
	여자	64.20	18.72		
2. 애착회피	남자	63.25	13.90	-.51	.61
	여자	64.06	15.45		
거부민감성	남자	101.72	23.86	-.74	.30
	여자	103.69	24.93		
1. 거부불안	남자	48.67	16.52	-1.03	.31
	여자	50.54	16.58		
2. 거부기대	남자	53.05	13.69	-.07	.95
	여자	53.14	12.75		

(*N*=363 남=127, 여=236) \**p* < .05, \*\**p* < .01 \*\*\**p*<.001

#### 4) 주요 변인들 간의 상관관계

불안정성인애착, 거부민감성, SNS중독경향성 간의 상관관계를 알아보기 위해 Pearson상관분석을 실시하였고, 상관분석 결과는 <표 8>와 같다.

주요 변인들 간의 상관분석 결과는 가설 1-1, 1-2에 제시한 것과 같이 성인 불안정 애착은 SNS중독경향성과 정적인 상관을 보였으며( $r=.35, p<.01$ ), 거부민감성과도 정적인 상관을 보였다( $r=.65, p<.01$ ). 또한 가설 1-3과 같이 거부민감성은 SNS중독경향성과 정적인 상관을 보였다( $r=.35, p<.01$ ).

하위 요인들 간의 관계를 세부적으로 살펴보면 다음과 같다.

첫째, 불안정성인애착과 SNS중독경향성의 하위요인간의 상관을 살펴보면, 애착불안과 조절 실패 및 일상생활 장애와 정적상관을 보였으며( $r = .34, p<.01$ ) 몰입 및 내성, 부정정서 회피, 가상세계지향성과도 정적 상관을 보였다( $r = .23 \sim .34, p<.01$ ). 애착회피는 SNS중독경향성과 하위요인 모두 유의미한 상관을 보이지 않았다.

둘째, 불안정성인애착과 거부민감성의 하위요인을 중심으로 살펴보면, 애착불안은 거부불안과 유의미한 상관을 보였으며( $r = .63, p<.01$ ), 거부기대वाद도 정적인 상관을 보였다( $r=.32, p<.01$ ). 애착회피는 거부불안과 유의미한 상관을 보였으며( $r=.27, p<.01$ ) 거부기대वाद도 정적인 상관을 보이는 것으로 나타났다( $r = .48, p<.01$ ).

셋째, 거부민감성과 SNS중독경향성의 하위요인의 경우, 거부불안은 조절 실패 및 일상생활장애, 몰입 및 내성, 부정정서 회피, 금단 및 가상세계지향성과 정적인 상관을 보였다( $r = .29 \sim .58, p<.01$ ). 거부 기대는 부정정서회피, 금단 및 가상세계지향성과 유의한 상관을 나타냈고( $r=.15 \sim .18, p<.01$ ), 조절실패 및 일상생활 장애वाद도 낮은 상관을 보였다( $r=.14 p<.05$ ). 반면 몰입 및 내성과는 유의미한 상관을 보이지 않았다.

표 8. 불안정성인애착, 거부민감성, SNS중독경향성의 상관관계

변인	SNS	1	2	3	4	불안정 성인애착	5	6	거부 민감성	7	8
	중독 경향성										
<u>SNS중독경향성</u>	-										
1.조절실패 및 일상생활 장애	.86**	-									
2.몰입 및 내성	.88**	.71**	-								
3.부정정서회피	.81**	.57**	.57**	-							
4.가상세계지향성	.82**	.57**	.63**	.67**	-						
<u>불안정 성인애착</u>	.35**	.34**	.23**	.34**	.26**	-					
5. 애착불안	.48**	.43**	.37**	.41*	.39**	.84**	-				
6. 애착회피	.03	.08	-.05	.10	-.02	.76**	.30**	-			
<u>거부민감성</u>	.35**	.31**	.25**	.29**	.34**	.65**	.60**	.44**	-		
7. 거부불안	.39**	.35**	.29**	.30**	.35**	.58**	.63**	.27**	.87**	-	
8. 거부기대	.16**	.14*	.10	.15**	.18**	.49**	.32**	.48**	.78**	.36**	-

주. N=363, \* $p < .05$ , \*\* $p < .01$ , \*\*\* $p < .001$

## 2. 불안정 성인애착과 SNS중독경향성 간의 관계에서 거부민감성의 매개효과

### 1) 연구모형 검증

불안정성인애착과 SNS중독경향성 간의 관계에서 거부민감성이 매개하는지 알아보기 위해 회귀 분석으로 매개모형을 검증하였으며 Peacher와 Hayes(2008)가 개발한 SPSS macro를 사용하여 다중 매개모형을 검증하였다. Baron & Kenny(1986)의 제안에 따르면 첫째, 예측 변인은 매개변인에 통계적으로 유의미해야 한다. 둘째, 매개변인은 결과변인에 통계적으로 유의미해야 한다. 셋째, 위의 두 경로가 통제되었을 때, 이전에 통계적으로 유의미했던 예측변인은 더 이상 유의미하지 않아야 한다. 위의 세 조건을 모두 충족하게 되면 완전매개모형이 성립되며, 첫째와 둘째 조건이 성립되었으나 여전히 예측변인이 결과변인에 유의미하게 나타나는 경우는 부분 매개모형이 성립된다. 조영일 등(2015)에 따르면 많은 계량심리 연구자들이 매개효과 모형을 검증하기 위해 반드시 1단계의 조건이 충족되어야 하는 것은 아니라고 주장하고 있다고 보고하였다. 즉, 1단계에서 예측변인이 결과변인에 미치는 효과가 통계적으로 유의하지 않아도 변인의 간접효과가 유의할 수 있다고 언급하고 있다.

본 연구에서는 불안정성인애착을 예측변인으로 거부민감성을 매개변인으로 SNS중독경향성을 결과변인으로 하였으며 불안정성인애착을 하위요인별로 애착불안과 애착회피, 거부민감성은 거부불안과 거부기대의 하위요인으로 나누어 Peacher와 Hayes(2008)가 개발한 SPSS macro를 사용하여 다중 매개분석을 실시하였다.

2) 불안정 성인애착과 SNS중독경향성의 관계에서 거부민감성의 매개효과

불안정성인애착과 SNS중독경향성의 관계에서 거부민감성의 매개효과를 알아보기 위해 PROCESS macro 프로그램을 통해 매개분석을 실시하였다. 예측변인인 불안정성인애착이 매개변인인 거부민감성을 경유하여 결과변인 SNS중독경향성에 미치는 영향을 분석하였으며 결과는 <표 9>에 제시하였다.

첫째, SNS중독경향성을 결과변인으로 한 회귀분석에서 불안정 성인애착은 SNS중독경향성을 예측하는 유의미한 변인으로 나타났다( $B=.15$   $p<.001$ ). SNS중독경향성과 불안정 성인애착, 거부민감성의 매개모델과 비표준화계수 추정치가 <그림 3>에 제시되어 있다. 불안정 성인애착이 높을수록 거부민감성 높아지고( $B=.57$   $p<.001$ ), 거부민감성이 높을수록 SNS중독경향성이 더 높아지는 것으로 나타났다( $B=.10$ ,  $p<.05$ ). 매개변인을 고려했을 때 불안정 성인애착과 SNS중독경향성의 직접적인 관계는 유의하였다( $B=.09$ ,  $p<.05$ ).

표 9. 불안정성인애착과 SNS중독경향성에 대한 거부민감성의 회귀분석결과

단계	결과변인	예측변인	$B$	$\beta$	$t$	$R^2$	$\Delta R^2$	$F$
1	SNS 중독경향성	불안정 성인애착	.15	.34	7.06***	.12	.12	49.82***
2	거부민감성	불안정 성인애착	.57	.65	16.29***	.42	.42	265.50***
3	SNS 중독경향성	불안정 성인애착	.09	.21	3.28*	.15	.15	31.05***
		거부민감성	.10	.21	3.30*			

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

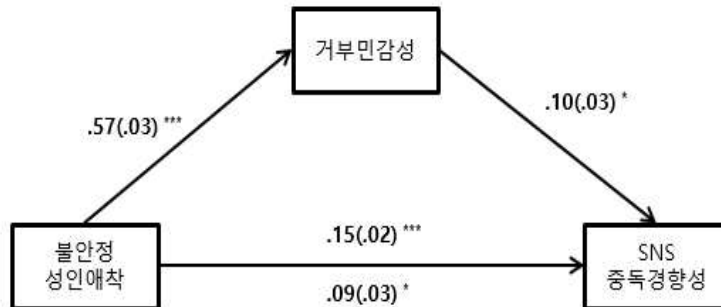


그림 3. 불안정 성인애착과 SNS중독경향성의 관계에서 거부민감성의 매개모형과 비표준화 계수 추정치. \* $p < .05$ , \*\* $p < .01$ , \*\*\* $p < .001$ .

3) 애착불안, 애착회피와 SNS중독경향성과의 관계에서 거부불안, 거부기대의 매개효과

애착불안, 애착회피와 SNS중독경향성의 관계에서 거부불안, 거부기대의 매개효과를 알아보기 위해 SPSS macro를 사용하여 다중매개모형을 검증한 결과를 <그림 4>에 제시하였다.

애착불안이 SNS중독경향성에 미치는 총효과는 유의하게 나타났다( $B=.33$   $S.E.=.03$ \*\*\*,  $p < .001$ ). 애착불안은 거부불안에 영향을 미치고( $B=.54$   $S.E.=.04$ \*\*\*,  $p < .001$ ), 거부불안은 SNS중독경향성에 영향을 미치기 때문에( $B=.11$   $S.E.=.04$ \*,  $p < .05$ ) 간접효과가 유의하게 나타났다( $B=.06$   $S.E.=.03$ \*,  $p < .05$ ).

애착불안이 거부기대에 영향을 미치고( $B=.14$   $S.E.=.03$ \*\*\*,  $p < .001$ ), 거부기대는 SNS중독경향성에 영향을 미치지 않았다( $B=.46$   $S.E.=.05$ ,  $p > .05$ ). 간접효과는 유의하지 않았으며( $B=.01$   $S.E.=.01$ ,  $p > .05$ ), 애착불안이 SNS중독경향성에 미치는 직접효과는 유의하게 나타났다( $B=.27$   $S.E.=.04$ \*,  $p < .001$ ).

애착회피가 SNS중독경향성에 미치는 총효과는 유의하게 나타났다( $B=-.10$

$S.E.=.04$ ,  $p<.05$ ). 애착회피는 거부불안에 영향을 미치고( $B=.09$   $S.E.=.05$ ,  $p<.05$ ), 거부불안은 SNS중독경향성에 영향을 미치는 것으로 나타났다( $B=.11$   $S.E.=.04$ ,  $p<.05$ ). 간접효과는 유의하게 나타났다( $B=.01$   $S.E.=.01$ ,  $p<.05$ ).

애착회피가 거부기대에 영향을 미치고( $B=.37$   $S.E.=.04$ \*\*\*,  $p<.001$ ), 거부기대는 SNS중독경향성에 영향을 미치지 않았다( $B=.46$   $S.E.=.05$ ,  $p>.05$ ). 간접효과는 유의하지 않았다( $B=.02$   $S.E.=.02$ ,  $p>.05$ ). 애착회피가 SNS중독경향성에 미치는 직접효과는 유의하게 나타났다( $B=-.13$   $S.E.=.04$ ,  $p<.001$ ). 따라서 애착불안이 높을수록 거부불안과 거부기대가 높고 거부기대와 거부불안이 높을수록 SNS중독경향성이 높은 것으로 나타났다. 매개변인을 고려할 때 애착불안과 SNS중독경향성의 직접적인 관계 또한 유의하였다( $B=.27$   $S.E.=.04$ ,  $p<.001$ ). 애착회피는 거부불안에 영향을 미치지 않으나 애착회피가 높을수록 거부기대가 높고 거부불안이 높을수록 SNS중독경향성이 높은 것으로 나타났다. 거부기대는 SNS중독경향성에 영향을 미치지 않았다. 매개변인을 고려할 때 애착회피와 SNS중독경향성의 직접적인 관계는 유의하였다( $B=-.13$   $S.E.=.04$ \*\*\*,  $p<.05$ ).

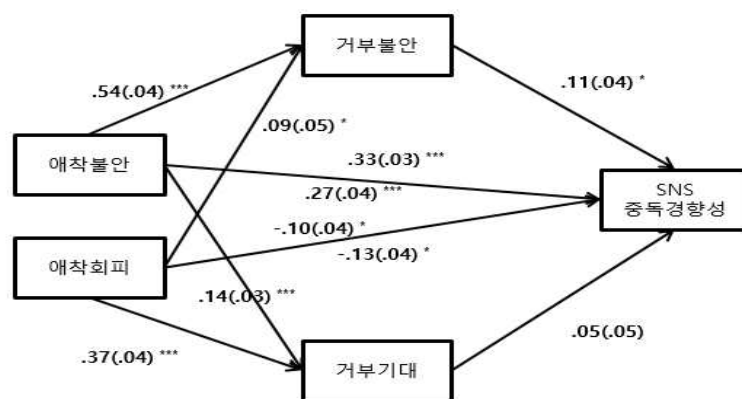


그림 4. 애착불안, 애착회피와 SNS중독경향성의 관계에서 거부불안과 거부기대의 매개모형과 비표준화 계수 추정치. \* $p<.05$ , \*\* $p<.01$ , \*\*\* $p<.001$ .

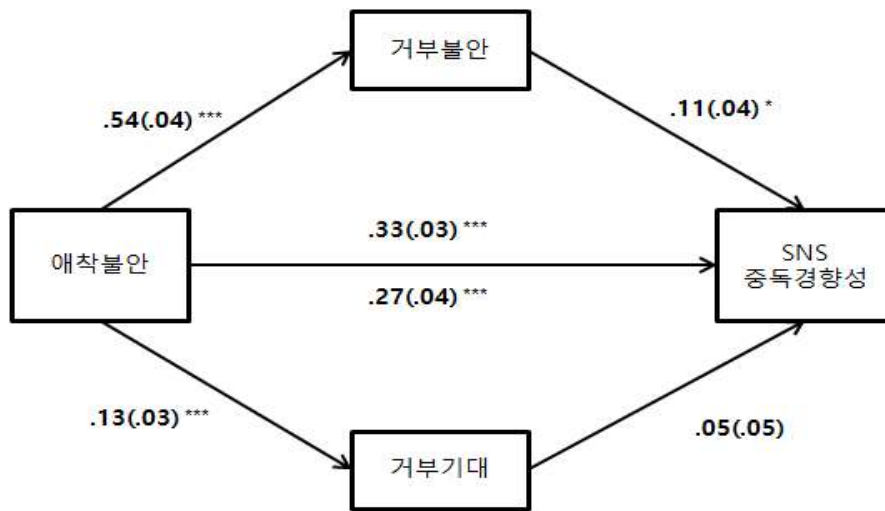


그림 5. 예측변인이 애착불안인 매개모형과 비표준화 계수 추정치. <그림4>과 동일한 분석결과를 반영하였으며 결과 시각화의 편의성을 위해 제시하였음.  
\* $p < .05$ , \*\* $p < .01$ , \*\*\* $p < .001$ .

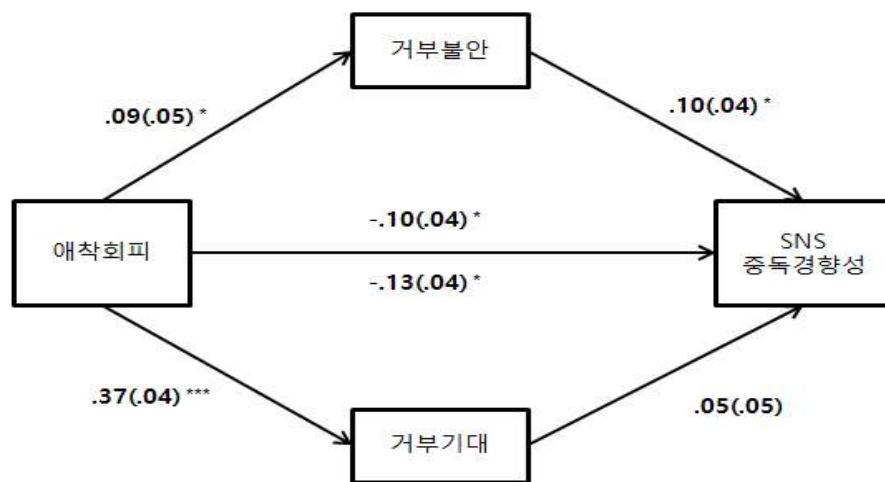


그림 6. 예측변인이 애착회피인 매개모형과 비표준화 계수 추정치. <그림4>과 동일한 분석결과를 반영하였으며 결과 시각화의 편의성을 위해 제시하였음.  
\* $p < .05$ , \*\* $p < .01$ , \*\*\* $p < .001$ .

4) 매개효과의 유의성 검증

첫째, 불안정 성인애착이 SNS중독경향성에 미치는 영향에서 거부민감성의 매개효과가 유의미한지 검증하기 위해 Bootstrapping방법을 사용하였다. 매개효과 유의성 검증 결과는 <표 10>에 제시하였다. 분석결과, 불안정 성인애착과 SNS중독경향성의 관계에서 거부민감성을 거쳐 가는 전체 변인의 매개효과는 95% 신뢰구간이 [.02, .09]로 0을 포함하지 않으므로 유의한 것으로 나타났다.

표 10. 불안정성인애착과 SNS중독경향성의 관계에서 거부민감성의 매개효과에 대한 부트스트랩 검증결과.

예측변인	매개변인	결과변인	직접효과	간접효과 [ 95% CI]
불안정 성인애착	거부 민감성	SNS 중독경향성	.09**	.06* [.02, .09]

주. N=363. 경로계수는 비표준화 계수임. Bootstrap Samples=10,000, \* $p<.05$ , \*\* $p<.01$ , \*\*\* $p<.001$

둘째, 변인의 하위요인별로 애착불안과 애착회피가 SNS중독경향성에 미치는 영향에서 거부불안과 거부기대의 매개효과가 유의미한지 검증하기 위해 Bootstrapping방법을 사용하였다. 매개효과 유의성 검증 결과는 <표 11>에 제시하였다. 분석결과, 애착불안과 SNS중독경향성의 관계에서 거부민감성을 거쳐 가는 총 간접효과( $B=.06, p<.05, 95\%$ 신뢰구간= $[.02, .11]$ )는 유의하게 나타났다. 애착불안과 SNS중독경향성의 관계에서 거부불안을 거쳐 가는 경로인 간접효과( $B=.06, p<.05, 95\%$ 신뢰구간= $[.01, .11]$ )는 유의하게 나타났으며 애착불안과 SNS 중독경향성의 관계에서 거부기대를 거쳐 가는 경로인 간접효과( $B=.01, p>.05, 95\%$ 신뢰구간= $[-.01, .03]$ )은 유의하지 않게 나타났다. 총 간접효과는 95%신뢰구간이 0을 포함하지 않기 때문에 매개효과가 유의함을 확인할 수 있다. 거부불안을 거쳐 가는 간접효과 또한 95%신뢰구

간이 0을 포함하지 않기 때문에 간접효과가 유의하지만 거부기대를 거쳐 가는 경로의 간접효과는 95%신뢰구간에서 0을 포함하고 있기 때문에 간접효과가 유의하지 않은 것으로 나타났다.

애착회피와 SNS중독경향성과의 관계에서 거부민감성을 거쳐 가는 경로인 총간접효과( $B=.03$ ,  $p>.05$ , 95% 신뢰구간= $[-.01, .07]$ )는 유의하지 않은 것으로 나타났다. 애착회피가 거부불안을 거쳐 SNS중독경향성으로 가는 경로( $B=.01$ ,  $p<.05$ , 95% 신뢰구간= $[.00, .03]$ )를 살펴보면 95%신뢰구간이 0을 포함하지 않기 때문에 간접효과가 유의하게 나타났으며 애착회피가 거부기대를 거쳐 SNS중독경향성으로 가는 경로( $B=.02$ ,  $p>.05$ , 95% 신뢰구간= $[-.02, .05]$ )는 0을 포함하므로 유의하지 않게 나타났다. 애착회피가 거부민감성을 거쳐 가는 총 간접효과는 95%신뢰구간이 0을 포함하므로 매개효과가 유의하지 않은 것으로 나타났다. 보다 세부적으로 애착회피가 거부불안을 거쳐 가는 간접효과는 95%신뢰구간이 0을 포함하지 않으므로 간접효과가 유의하고 애착회피가 거부기대를 거쳐 가는 간접효과는 95%신뢰구간이 0을 포함하므로 매개효과가 유의하지 않은 것으로 나타났다.

표 11. 애착불안, 애착회피와 SNS중독경향성의 관계에서 거부불안과 거부기대의 매개효과에 대한 부트스트랩 검증결과.

예측변인	매개변인	결과변인	직접효과	간접효과 [ 95% CI]	총효과
애착불안→		SNS 중독경향성	.27***		
애착불안→	전체	SNS 중독경향성		.06* [.02, .11]	.33***
애착불안→	거부불안	SNS 중독경향성		.06* [.01, .11]	
애착불안→	거부기대	SNS 중독경향성		.01 [-.01, .03]	
애착회피→		SNS 중독경향성	-.13*		
애착회피→	전체	SNS 중독경향성		.03 [-.01, .07]	-.10*
애착회피→	거부불안	SNS 중독경향성		.01* [.00, .03]	
애착회피→	거부기대	SNS 중독경향성		.02 [-.02, .05]	

주. N=363. 경로계수는 비표준화 계수임. Bootstrap Samples=10,000, \* $p<.05$ , \*\* $p<.01$ , \*\*\* $p<.001$

결과를 종합해 보면 성인불안정 애착과 SNS중독경향성과의 관계에서 거부민감성의 매개효과 검증에서 성인불안정 애착은 거부민감성을 경유하여 SNS중독경향성에 영향을 미치는 것으로 나타났고 성인불안정 애착은 거부민감성과 독립적으로도 SNS중독경향성에 영향을 미치는 것으로 나타났다.

보다 세부적으로 하위변인별로 나누어 살펴보았을 때 애착불안, 애착회피

가 SNS중독경향성과의 관계에서 거부불안과 거부기대가 매개하는지 검증하는 과정을 살펴보았다. 애착불안은 거부민감성을 경유하여 SNS중독경향성에 영향을 미치는 것으로 나타났으며 거부불안 또한 경유하지만 거부기대와는 간접효과가 나타나지 않았다. 애착불안은 거부민감성과 독립적으로도 SNS중독경향성에 영향을 미치고 애착불안이 높을수록 SNS중독경향성이 더 높은 것으로 나타났다. 애착회피는 거부민감성을 경유하여 SNS중독경향성에 영향을 미치지 않았다. 애착회피는 거부불안을 경유하여 SNS중독경향성에 영향을 미치는 것으로 나타났으나 거부기대와는 간접효과가 나타나지 않았다. 애착회피는 거부민감성과 독립적으로 SNS중독경향성에 영향을 미치는 것으로 나타났으며 애착회피가 높을수록 SNS중독경향성은 낮은 것으로 나타났다.

## V. 논의

### 1. 연구결과에 대한 논의

본 연구는 불안정 성인애착, 거부민감성, SNS중독경향성의 관계를 살펴보고, 불안정 성인애착과 SNS중독경향성의 관계에서 거부민감성의 매개적 역할을 검증하고자 하였다. 학령기를 지나 확장된 사회적인 상호작용관계를 경험하는 대학생들을 대상으로 자기보고식 설문조사를 실시하였고, 응답 자료를 활용하여 통계 분석하였다.

본 연구의 결과와 시사점은 다음과 같다.

첫째, 불안정 성인애착은 SNS중독경향성과 유의미한 정적 상관을 보였으므로 가설 1-1이 일부 지지되었다. 애착불안 수준이 높은 성인일수록 SNS중독경향성을 더 많이 경험하는 것을 의미한다. 이는 불안정한 애착과 스마트폰 중독과의 관련성을 보고한 선행연구들과 부분적으로 일치하는 결과이다(여지영, 강석영, 김동현, 2014).

반면, 애착회피는 본 연구결과에서 SNS중독경향성과 유의미한 상관이 없는 것으로 나타났다. 보다 구체적으로 살펴보면 선행연구들에서 애착불안의 수준은 높을수록 상대방으로 부터 버림받는 것을 두려워하게 됨으로써 대리만족 할 수 있는 관계나 스마트폰에 더 집착하는 것으로 보고된바 있다(여지영, 강석영, 김동현, 2014). 마찬가지로 애착회피 또한 높을수록 타인과 가까워지는 것을 어려워하고 타인과 가까이 하지 않는 성향이 있다는 선행연구 결과(Brennan 등, 1998)도 보고된 바가 있었다. 그러나 애착회피수준이 높은 사람들이 부정적 정서를 조절하지 못하여 매체중독에 직·간접적으로 영향을 미칠 수도 있다고 가정한 최윤영 등(2015)의 연구에서는 결과적으로 애착회피는 스마트폰 중독에 직·간접적으로 영향을 미치지 않는 것으로

나타났다. 본 연구에서도 애착회피가 높은 사람이 관계욕구를 만족시키기 위해 SNS에 더 몰입하게 될 것이라는 가정을 세웠는데 결과적으로는 애착회피는 SNS중독경향성과 상관을 나타내지 않았다.

둘째, 불안정 성인애착은 거부민감성과 유의미한 정적 상관을 보였으므로 가설 1-2가 지지되었다. 보다 구체적으로 이는 불안정애착 수준이 높은 성인일수록 거부민감성 수준이 높은 것을 의미한다. 특히 하위요인별로 살펴보면 애착불안이 높은 성인이 애착회피수준이 높은 성인 보다 거부불안과 높은 상관을 보이는 것으로 나타났다. 이는 불안정한 성인애착과 높은 거부민감성 수준 간의 관련성을 보고한 선행연구들과 일치하는 결과다(김나경, 양난미 2016; 성정아, 홍혜영 2014; 박희경 2011). 거부민감성은 애착회피보다 애착불안과 보다 높은 관련성을 나타내어서, 애착불안과 보다 밀접한 관련성이 있음이 시사된다.

셋째, 거부민감성은 SNS중독경향성과 유의미한 정적 상관을 보였으므로 가설 1-3이 지지되었다. 이는 거부민감성이 높을수록 SNS중독경향성이 높다는 것을 의미한다. 보다 구체적으로 거부민감성의 하위요인별로 살펴보면 거부불안이 거부기대 보다 더 SNS중독경향성과 상관이 높은 것으로 나타났다. 관계중심의 한국의 문화적 특성과 중독증후군 모델을 토대로 한 고은영 등(2014)의 연구에서 우리나라 대학생들이 주로 관계적인 욕구 때문에 페이스북을 과도하게 사용할 수 있음을 확인한 바 있었다. 또한 대인관계 욕구는 높지만 거부에 대한 두려움과 불안을 가지고 있어서 더 몰입하게 된다는 연구결과와 일부 일치함을 확인할 수 있다.

넷째, 본 연구에서는 불안정성인애착과 SNS중독경향성의 관계에서 거부민감성의 부분매개효과를 확인하였다. 따라서 연구문제 2의 가설2-1이 지지되었다. 이는 불안정성인애착은 SNS중독경향성에 직접적으로 영향을 미치며 동시에 부분적으로 거부민감성을 매개하여 SNS중독경향성에 영향을 미

침을 의미한다. 즉, 불안정성인애착의 수준이 높을수록 거부민감성의 수준이 높고 SNS중독경향성의 정도가 높은 것을 의미한다. 불안정성인애착이 대인관계문제를 매개하여 스마트폰 및 SNS중독에 영향을 미친다(김보경, 백용매, 허창구 2016)는 선행연구와 맥락을 같이 하고 있으며 최윤영과 서영석(2015)도 애착이 스마트폰 중독에 미치는 영향에서 의존적인 대인관계가 매개한다고 보았다.

다섯째, 본 연구의 매개모형을 보다 세부적으로 검증하기 위하여 예측변인인 불안정성인애착과 매개변인인 거부민감성을 하위 요인으로 구분하여 애착불안과 애착회피가 SNS중독경향성에 미치는 영향에서 거부불안과 거부기대의 다중매개효과를 검증하였다.

결과적으로 애착불안, 애착회피와 SNS중독경향성과의 관계에서 거부불안의 부분매개효과를 확인했다. 애착불안과 애착회피가 각각 SNS중독경향성에 직접적으로 영향을 미치며 동시에 부분적으로 거부불안을 매개하여 SNS중독경향성에 영향을 미치는 것을 의미한다. 즉, 애착불안과 애착회피의 수준이 높을수록 거부불안의 수준이 높고, SNS중독경향성의 정도가 높은 것을 의미한다. 반면 애착불안, 애착회피와 SNS중독경향성과의 관계에서 거부민감성 전체 매개효과는 애착불안은 부분매개효과가 나타났지만 애착회피는 유의하지 않았다.

거부민감성은 타인과의 관계에서 거부당할 것 같아 불안한 거부불안과 거부당할 것으로 예상하는 거부기대 요인으로 나뉘게 되는데 애착불안, 애착회피 모두 SNS중독경향성과의 관계에서 거부기대는 매개효과가 유의하지 않은 것으로 나타났다. 애착불안, 애착회피 수준이 높으면 거부불안, 거부기대 수준도 높아질 가능성이 크지만 거부기대의 수준이 높은 것이 SNS중독경향성에는 큰 영향을 미치지 않을 수 있다는 것으로 추정될 수 있다. 거부민감성을 하위요인으로 구분해 보지 않았을 때는 부분매개가 확인되었지만

거부불안과 거부기대로 구분해서 분석했을 때 거부기대는 부분매개효과가 유의하지 않는다는 점이 확인되었다.

Levey 등(2001)에 따르면 거부민감성이 높은 사람은 거절이 예상될 때 방어적 행동을 하기위해 준비를 하게 되는데 거절될 것이라는 불안정한 기대의 활성화는 상처, 분노, 자기 혹은 타인 비난과 같은 인지-정서 반응이 나타난다고 보았다. 다음으로 낙담, 공격, 또는 사회적 위축행동이 나타나며 이는 대인관계의 불편감과 회피를 잘 예언해 준다는 선행연구결과와 맥락을 같이 한다고 볼 수 있다.

결과적으로 애착불안은 높을수록 거부불안이나 거부기대가 높고 SNS중독경향성에 영향을 미치지만 애착회피는 낮을수록 SNS중독경향이 높은 것으로 나타났다. 애착회피는 높을수록 거부불안과 거부기대가 높고 거부불안은 SNS중독경향성에 영향을 미치지만 거부기대는 SNS중독경향성에 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다.

전체적인 관점에서 불안정 성인애착과 SNS중독경향성의 관계에서 거부민감성의 부분매개효과는 애착이론(Bowlby, 1980)을 경험적으로 지지하는 결과라고 할 수 있다. 애착이론에 의하면 성인의 불안정한 애착관계는 자신, 타인 및 세상에 대한 심리적 표상인 내적작동모델에 부정적인 영향을 미친다. 불안정한 애착관계와 부정적인 내적작동모델은 부정적인 자기 개념 형성, 타인과 상호작용에서의 어려움을 갖게 되는 것과 관련된다.

본 연구결과는 성인의 애착관계가 SNS중독경향성에 직·간접적으로 영향을 미침을 시사한다. 이는 SNS의 과도한 사용으로 어려움을 겪는 성인에 대해서 상담 및 심리적 개입을 할 경우, 개인의 애착관계와 타인과의 거부민감도 기능 수준에 대한 탐색이 필요함을 시사한다. 2015년 인터넷 스마트폰 과의존 실태조사에도 나타난 것과 같이 과의존에 취약한 사람들이 가장 많이 사용하는 것이 메신저 인 것을 볼 때, 연구결과에서도 대화형 메신저

사용이 32.2%로 가장 많고 단체 카톡이나 주변인들과의 메신저에서도 소외되거나 거부불안으로 인해 더 과도하게 확인하거나 의존성을 갖는 특성이 있는 것으로 나타났다.

또한 SNS중독경향성의 완화를 위해서 개인에게 사회적 기술에 대한 집단 치료 또는 직접적인 교육을 실시할 뿐만 아니라, 개인이 양육자 이외에도 친밀한 타인과의 안정적인 애착관계 형성하도록 돕는 것이 SNS중독경향성의 완화에 긍정적인 영향을 미칠 가능성이 시사된다. 이미 형성된 대인관계의 패턴이나 애착의 질에 대해서 변화시키거나, 심리적 개입 장면에서 개인이 새로운 안정된 애착관계를 형성하도록 돕는 것은 성인에게 있어서 쉽지 않은 일이다. 애착과 관련된 심리적인 어려움에 개입이 어렵다는 현실을 생각해 본다면 불안정한 애착이 SNS중독경향성에 영향을 미치는 매개변인들에 대해서 다양한 각도로 살펴 볼 필요가 있을 것 같다. 보다 접근하기 어려운 애착보다 거부민감성이라는 매개변인 또한 본 연구의 결과와 연결해 볼 때 성인불안정 애착과 SNS중독경향성의 관계에서 거부민감성의 매개효과가 확인되었다. 하지만 거부민감성 또한 애착으로 부터 시작되어 개인의 성격처럼 자리 잡은 특성을 가지고 있는 요소이기 때문에(Kennedy, 1999; 이복동, 2000) 치료현장에서 효율적인 개입을 하기 어려운 변인이라는 보고(정지혜 등 2015)가 있는 만큼 보다 세부적으로 나누어 어떤 방식으로 개입할 것인가를 고민해 볼 필요성이 있을 것 같다. 따라서 거부민감성 전체의 매개효과 보다 하위요인으로 나누어 보고자 하였다.

거부민감성의 하위요인 중에 거부기대는 매개하지 않았으며 거부불안이 직간접적으로 영향을 미치는 것으로 확인됨에 따라서 과도한 SNS사용 문제를 해결하고 부적응을 예방하는데 있어서 보다 전략적인 접근이 가능할 것으로 예상해 볼 수 있을 것 같다. 따라서 SNS중독경향성에 대한 개입 방안을 모색할 경우, 본 연구에서 매개적 역할이 확인된 거부불안에 대해서 탐

색하고 거부당할 것 같은 불안감으로 가상의 공간에 집착하게 되는 대상의 특성에 맞춘 프로그램 개발 등 교육 및 심리적 개입이 유용할 것이다.

본 연구의 의의는 다음과 같다. 먼저, 본 연구에서는 불안정 성인애착, 거부민감성, SNS중독경향성의 관련성을 확인하였다. 이때, 보다 구체적으로 불안정 성인애착과 SNS중독경향성의 변인들을 각 하위유형으로 구분하여 살펴봄으로써 보다 세부적인 변인들 간의 관련성을 탐색하였다. SNS중독경향을 경험하는 사람들을 분류, 평가, 치료하는데 있어서 도움이 될 수 있을 것 같다. 또한, 본 연구에서는 불안정 성인애착과 SNS중독경향성의 관계에서 거부민감성의 매개적 역할을 확인하였다. 이를 통해 거부당할 것 같아서 실제 사회적인 대인관계에 관여하지 못하고 SNS상의 관계에 집착하게 되는 특성을 가진 성인들의 임상적 유용성을 탐색하고, SNS중독경향성과 불안정한 애착으로 어려움을 겪는 사람들을 위한 치료적 개입의 시사점을 제공했다는 점에서 연구 의의가 있다. 이미 형성된 애착의 질이나 대인관계 패턴 자체를 변화시키는 것은 쉽지 않기 때문에(이정희, 1999) 성인애착과 SNS중독경향성의 관계 속에서 함께 작용하는 거부민감성의 하위변인 확인을 통해 좀 더 초점을 맞추어 전략적인 개입을 할 수 있다는 점에서 치료적 시사점을 제공한다.

SNS의 과다사용에 대해서, 연구 설문 진행시 대학생들이 대화형 SNS를 계속해서 사용하는 것도 과다사용에 해당하는 것인지에 대한 질문이 많았다. 또한, 설문을 하면서 스스로 얼마나 많은 시간을 사용하는지에 대해서 알아차리게 되었고 실제로 수업이나 과제를 하는데 방해를 받거나 집중을 잘 하지 못한다는 보고를 하기도 하였다. 많은 대학생들이 청소년기 때 보다 더 자유롭게 스마트기기를 사용하고 있는데 이에 비해 스스로 얼마나 많이 사용하고 있는 지에 대한 자각이나 올바른 사용법에 대한 교육은 오히려

청소년기 보다 부족하여 보다 관심을 가지고 접근할 필요성이 있을 것 같다.

## 2. 연구의 제한점과 제언

본 연구를 통해 SNS 중독경향성에 대한 성인불안정 애착의 영향력을 유의하게 설명하고 불안정성인애착과 SNS중독경향성의 관계에서 거부민감성의 매개효과를 확인하였다. 하지만 본 연구는 다음과 같이 몇 가지 한계점과 후속 연구를 위해 보완해야 할 점이 있다.

첫째, 연구의 표집에서 성별에 따른 표집의 절차가 미흡하였다. 여자65%, 남자 35%로 남녀의 표집이 균등하지 못하였다. 추후 연구에서는 인구통계학적 분포를 고르게 하여 연구할 필요성이 있을 것으로 보인다.

둘째, 측정방법과 관련해 예측변인과 매개변인 결과변인을 동일한 시기에 자기보고식 질문지로 측정한 횡단자료를 활용하여 분석을 했기 때문에 인과관계에 대해 설명하는데 제한점이 있다.

셋째, 본 연구에서는 대학에 재학 중이거나 휴학 중인 성인들을 대상으로 자기보고식 설문조사를 실시하였다. 자기보고식 측정은 연구 참여자가 바람직한 방향으로 보이고 싶어 할 수 있다는 점이다. 설문조사에서 자신의 SNS사용에 관한 습관이나 친밀한 관계경험, 거부민감성에 대해 솔직하게 응답하지 않았거나 보다 긍정적으로 응답을 했을 가능성이 있다. 오프라인 설문당시 거부민감성척도에 대해서 문항의 이해가 어렵고 응답방식에 대한 질문을 많이 받았는데 실제 문항의 이해가 어려운 것인지 이 또한 거부민감성의 정도에 따라 다르게 체감하는 어려움이 있는지에 추후에는 확인하는 것이 도움이 될 것으로 보인다.

넷째, SNS중독 경향성에 대해서 태도에 관한 정보 부족으로 어떤 형태로

이용하는 사람들이 중독경향성이 높게 나오는지에 대해 알기 어렵다는 점이 있다. 예를 들면, 업데이트에 대한 강박으로 관찰만 하는지, 새 글은 올리지 않고 댓글만 다는 형태를 주로 이용하는 지 등 태도에 대한 정보 수집을 추가하여 세부적으로 요인을 파악하는 것이 필요할 것으로 보인다. 본 연구에서 중반부 부터 재 설문을 시도하였으나 설문지 확보를 많이 하지 못하여 분석에 사용하지 못하였는데 처음부터 고려될 필요가 있을 것 같다.

다섯 째, SNS중독경향성과 성인불안정 애착과 거부민감성의 관계를 알아 보는데 있어서 애착불안이나 거부불안과는 상관이 더 높고 애착회피나 거부 기대와는 낮은 상관을 보이거나 상관이 없는 결과를 얻었다. 이는 대인 관계에 있어서 불안이라는 심리적 속성이 차지하는 정도와 SNS중독경향성과의 관계에서 연구모델을 좀 더 세부적으로 세워 어떤 심리적 속성이 더 설명을 잘 할 수 있는지 파악하는 것이 치료적 개입을 할 때 더 도움이 될 것으로 보인다.

여섯째, 본 연구에서는 오프라인과 온라인을 통해 설문을 하였다. 연구방법이 동일하지 못하고 설문수집과정에서 차이가 있었다. 추후 연구에서는 설문지의 수집과정을 동일시해야 할 것이다.

## 참 고 문 헌

- 고은영, 최윤영, 최민영, 박성화, 서영석 (2014). 외로움, 대인 민감 및 페이스북 중독 간의 관계. 한국 심리학회지 : 상담 및 심리치료. 26(3), 713-736.
- 권미수 (2015). 2015년 인터넷 과의존 실태조사. 한국정보화 진흥원.
- 김나경, 양난미 (2016). 대학생의 성인애착과 사회불안과의 과내: 거부민감성과 부적응적 인지적 정서조절 전략의 매개효과. 17(2) 217-238
- 김보경, 백용매, 허창구 (2016). 애착과 스마트폰 및 SNS중독의 관계에서 대인관계 문제의 매개효과. 청소년학 연구 23(3).
- 김서현, 김정규 (2016). 청소년의 부모애착이 인터넷 중독 성향에 미치는 영향 : 정서조절능력의 매개효과. 한국심리학회지 : 임상 25(1) 265-281.
- 김선미, 서경현 (2015). 내현적 자기애와 SNS중독 경향성 간의 관계. 한국심리학회지 : 건강, 20(3), 587-603.
- 김성현 (2004). 친밀관계경험검사 개정판 타당화 연구 : 확증적 요인분석과 문항반응이론을 중심으로 서울대학교 석사학위 논문
- 김윤희 (2016). SNS(소셜네트워크 서비스) 이용추이 및 이용형태 분석. KISDI STAT Repoort 16-07.
- 김은영 (2012). 자기결정성 동기이론의 세 가지 욕구가 인터넷 중독에 미치는 영향. 한국심리학회지 9(2), 311-330
- 김종운, 양민정 (2014). 대학생의 애착과 자기효능감이 대인관계문제에 미치는 영향. 학습자중심 교과교육연구, 14(2), 283-299
- 김진선 (2009). 거절민감성이 외로움에 미치는 영향 : 자기 침묵을 매개변인으로 아주대학교 석사학위 논문.
- 김효정, 이승연, 노경란 (2014) 대학생의 애착, 분리-개별화와 불안의 관계 :

- 사회적 지지의 완충효과를 중심으로. 한국심리학회지 : 여성 19(4), 339-359,
- 박명진 (2016). 대학생 거부민감성 척도 개발 및 타당화. 경상대학교 석사학위 논문.
- 박소현 (2013). 사회부과적 완벽주의와 SNS중독경향성의 관계 : 관계육구 불만족의 매개효과. 대구대학교 석사학위 논문.
- 박영신, 김의철 (2002). 한국사회의 교육적 성취 : 현상과 심리적 기반. 교육심리연구 16(4): 325-351.
- 박지선 (2010). 대학생 인터넷사용과 사회적응 및 대인 적응과의 관계: 상담에서의 활용. 한국심리학회지 15(2), 369-389.
- 박혜련, 손은정 (2011). 거부민감성과 사회불안이 이성관계의 친밀감에 미치는 영향- 감정노출의 매개효과. 한국심리학회.
- 박희경 (2011). 성인애착과 갈등해결전략의 관계: 거부민감성의 매개효과. 이화여자대학교 석사논문.
- 배주미, 조영미, 김경은 (2012). 상담자들이 인식하는 인터넷 중독 청소년 상담의 특성 분석. 상담학 연구 13(6), 2733-2761.
- 서경현, 조성현 (2013). SNS중독경향성 관련 요인탐색: 내현적 자기에, 자기 제시 동기 및 소외감을 중심으로. 한국심리학회지 : 건강, 18(1), 239-250.
- 성정아, 홍혜영 (2014). 대학생의 이성관계에서 불안정 성인애착이 친밀감 두려움에 미치는 영향 : 거부민감성과 자기노출의 매개효과. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 26(2), 387-412.
- 신영희 (1994). 스트레스, 자기 효능감 및 사회적 지지가 대처와 부작용에 미치는 영향. 충남대학교 석사학위논문.
- 신지연 (2016). 남자중학생의 사회적 기술과 인터넷 게임 과몰입의 관계에서

- 거부민감성의 매개효과. 교육문제 연구원. 29(2) 47-77.
- 심보현 (2013). 청소년의 거절민감성 및 부모-자녀 의사소통과 스마트폰 중독의 관계. 홍익대학교 석사학위논문.
- 여성가족부 (2016). 인터넷 중독 해소사업.  
[http://www.mogef.go.kr/korea/view/policyGuide/policyGuide07\\_04\\_04.jsp?viewfnc1=0&viewfnc2=0&viewfnc3=0&viewfnc4=0&viewfnc5=1&viewfnc6=0](http://www.mogef.go.kr/korea/view/policyGuide/policyGuide07_04_04.jsp?viewfnc1=0&viewfnc2=0&viewfnc3=0&viewfnc4=0&viewfnc5=1&viewfnc6=0)
- 여지영, 강석영, 김동현 (2014). 초기 청소년의 애착불안과 스마트폰 중독과의 관계에서 충동성, 외로움의 매개효과 : SNS집단과 게임집단의 차이를 중심으로. 청소년 상담 연구 22(1), 47-69
- 오윤경 (2012). SNS중독경향성과 외로움, 우울, 대인관계, 사회적 지지의 관계. 한국 상담 대학원 대학교 석사학위 논문.
- 우성범, 남숙경, 이승민, 양은주 (2012). 이차원적 자기애적 성향과 연애편계 양상의 관계. 한국심리학회: 사회 및 성격, 26(1). 87-101.
- 유아진 (2015). Young의 단절 및 거절 도식이 정서적 단절에 미치는 영향 : 거부민감성과 친밀함에 대한 두려움의 매개효과. 연세대학교 석사학위 논문.
- 유승숙, 최진오 (2015). 대학생의 스마트폰 중독 정도와 우울, 불안, 공격성의 관계: 자기통제의 조절효과. 청소년시설환경 13(1), 131-144.
- 이복동 (2000). 성인애착과 이성관계만족 : 거부민감성과 귀인양식의 매개효과를 중심으로. 고려대학교 대학원 석사학위 논문.
- 이상호 (2013). 소셜미디어 사용자의 중독에 관한 정책적 함의 연구 :한국형 SNS중독지수(KASI)제안을 중심으로. 디지털 정책연구 11(1).
- 이수현 (2009). 여대생의 대인불안, 대인관계유형, 낭만적 애착유형과 관계중독과의 관계. 이화여자대학교 석사학위 논문.

- 이영은, 박현주, 허창구 (2016). 내현적 외현적 자기애와 SNS중독 경향성 :  
대인관계문제의 매개효과를 중심으로 한국 심리학회 : 사회 및 성격  
30(1)
- 이윤희 (2014). 국내 SNS의 이용현황과 주요 이슈분석. INTERNET &  
SECURITY FOCUS August 2014.
- 이정희. (1999). 어머니 특성, 아동특성, 타인양육 특성과 애착 안정성간의  
관계 연구-취업모 가정을 대상으로. 한국영유아보육학, 17, 293-309.
- 이준기, 최용용 (2011). 청소년 인터넷 중독의 위험요인과 보호요인에 대한  
연구. 상담학 연구 12(6), 2085-2104.
- 이지원, 이기학 (2014). 불안정 애착 및 심리적 고통이 관계중독에 미치는  
영향 : 지지추구적 정서조절양식의 조절된 매개효과 검증. 한국 심리학  
회지 : 상담 및 심리치료 26(1), 65-95
- 이창호, 김경희, 장상아 (2013), 스마트폰 확산에 따른 청소년 보호방안 연  
구. 한국 청소년 개발원 연구보고서 1-311.
- 이희경 김경희 이홍권 (2014). 거부민감성이 공격성에 미치는 영향: 긍정 정  
서를 통한 파국적 사고의 매개된 조절효과 26(1), 97-121.
- 장현지, 홍아정 (2014). 대학생의 사회적지지가 진로준비행동에 미치는 영향  
과 성찰학습의 매개효과. 직업교육연구 33(2).
- 정명선 (2011). 스마트 사회 실현의 충분조건, 소셜 미디어 활성화를 위한  
소셜 미디어 부작용유형 분석 및 대응방향. 한국 정보화진흥원.
- 정소영 (2014). 대학생용 SNS중독경향성 척도 개발 및 타당화 연구. 한국  
심리학회지 : 건강 19(1).
- 정지혜, 정남운 (2015). 거절민감성과 외로움의 관계에서 정서표현 양가성의  
매개효과. 청소년 상담연구 23(2), 339-360.
- 정지현, 권석만 (2013). 고통감내력과 시리적 건강의 관계 : 탈중심화와 회피

- 적 대처의 매개효과. 한국심리학회지 : 임상32(3).
- 조영일, 김지현, 한우리, 조유정 (2015). 임상 연구에서 조절효과 및 매개효과  
의 비교 및 통합 : 개념 정의 및 통계 모형. 한국 심리학회지 : 임상  
: 34(4).
- 주영주, 정애경, 강정진, 이민영 (2016). 기본심리 욕구와 facebook 중독 및  
지속 사용의도의 구조적 관계 규명. JIIBC 2016-1-25.
- 최윤영, 서영석 (2015). 불안전 애착과 스마트폰 중독 간의 관계: 사회적 지  
지로 조절된 충동성의 매개효과 한국 심리학회지 : 상담 및 심리치료  
27(3), 749-772
- 최지애 (2013). SNS담론과 수용자들의 인식을 중심으로.
- 최진봉 (2011). 소셜미디어와 커뮤니케이션 과부하. 미디어 오늘.  
<http://www.mediatoday.co.kr/news/articleView.html?idxno=93736>.
- 피승정 (2012). SNS사용행동에 따른 SNS중독 가능성, 자아존중감, 대인관  
계의 차이 단국대학교 석사학위 논문
- 한국 정보화 진흥원 (2011). 소셜미디어 부작용 유형 분석 및 대응방향.  
<http://www.nia.or.kr/>
- 한국 인터넷 진흥원 (2015). 2015년 인터넷 과의존 실태 조사.  
<http://www.kisa.or.kr/main.jsp>.
- 황희은, 김향숙 (2015). 자존감, 사회불안 및 대인관계 지향성이 중학생의  
SNS중독경향성에 미치는 영향. 청소년학 연구, 22(9), 233-253.
- Ainsworth, M. D. S., Blehar, M.C., Waters, E. & Wall, S. (1978).  
Patterns of Attachment : *A Psychological Study of the Strange  
Situation*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Ayduk, O., Downey, G., & Kim, M. (2001). Reflection sensitivity and  
depressive symptoms in women. *Personality and Social*

- Psychology Bulletin*. 27(2). 868-877.
- Bowlby, J. (1980). Attachment and loss(Vol. 3). Basic books.
- Brennan, K. A., Clark, C. L., & Shaver, P. R.(1998). Self-report measurement of adult attachment: An integrative overview. In J. A Simpson & W. S. Rholes(Eds), *Attachment theory and close relationships* (p. 47-76). New York: Guilford Press.
- Downey, G., Feldman, S.(1996) Implications of rejection sensitivity for intimate relationships, *Journal of Social and Personality Psychology* 70. 1327-1343.
- Hofmann, W., Vohs, K. D., & Baumeister, R. F.(2012). What people desire, feel conflicted about, and try to resist in everyday life. *Psychological Science*, 23(6), 582-588.
- Goldberg, I. (1996). Internet Addiction. Electronic Message Posted to Research Discussion List, <http://www.cmbc.com>.
- Impett, E., A., Gables, S. L., & Peplau, L. A. (2005). Giving up and giving in : The costs and benefits of daily sacrifice in intimate relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 89(3), 327-344.
- Kalkan, M (2012). Predictiveness of interpersonal cognitive distortions on university students' problematic Internet use. *Children and Youth Services Review*. 34(7), 1305-1308
- Kaiskos, D., Tzavellas, E., Balta, G., & Paparrigopoulos, T. (2010). Social network addiction: A new clinical disorder? *EUROPEAN PSYCHIATRY*, 25//SUP(-), 855
- Kennedy , J. H. (1999). Romantic attachment and ego identity,

- attributional style, and family of origin in first-year college student. *College Student Journal*, 33, 171-180.
- Kuss, D. J., & Griffiths, M. D. (2011). Facebook Addiction Among Turkish College Students: The Role of Psychological Health, Demographic, and Usage Characteristics. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking* 16(4), 279-284.
- Jemery Holmens (1993). 존 볼비와 애착이론 [John Bowlby & Attachment Theory]. (이경숙 역). 서울 : 학지사.
- Levy, S. R., Ayduk. O., & Downey, G (2001). The Role of Rejection-Sensitivity in People's Relationships with Significant Others and Valued Social Groups. In Leary, M(Ed), *Interpersonal rejection*. Oxford University Press.
- Lewis, T., Amini, F, & Lannon R.(2000). *A general Theory of love*. New York:Random House.
- London, B., Downey, G., Bonica, C., & Paltin, I.(2007). Social Causes and Consequences of Rejection Sensitivity. *Journal of Research on Adolescence*, 17(3), 481-506.
- Mario Marrone (2005). 애착이론과 심리치료 [Attachment and Interaction]. (이민희 역). 서울: 시그마프레스
- Pietrzak, J., Downey G., & Ayduk, O. (2005). Psychological Resilience, Positive emotions, and successful adaptation to stress in later life. *Journal of Personality and Social Psychology*, 91(4), 730-749.
- Philip J Flores Ph. D (2010). 애착장애로서의 중독 [Addiction as an Attachment Disorder]. (김갑중, 박찬이 역). 서울 : 눈.
- Troy, M, & Sroufe, L. A. (1987). Victimization among prechoolers: Role

- of attachment relationship theory.' *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry* 26, 166-172.
- Ward, C. C., & Tracey, T. J. (2004) Relation of shyness with aspects of online relationship involvement. *Journal of Social and Personal Relationships*, 21(5), 611-623,
- Young, K. S. (1996). Psychology of computer use: addictive use of the Internet, a case that breaks the stereotype. *Psychological Reports*, 79, 899-902.

# ABSTRACT

## The Relationship between Insecure Adult Attachment and SNS Addiction Proneness - The Mediating Effect of Rejection Sensitivity-

Lee, Sun kyong  
Department of Psychology  
Graduate School of  
Sungshin University

The purpose of this study is to examine the insecure adult attachment(anxiety attachment, avoidance attachment), SNS addiction proneness and mediating variable such as rejection sensitivity. The total of 363 participated in this study. Participants completed the self-reported questionnaires such as demographic information, Experiences in Close Relationships Revised, SNS Addiction Proneness Scale, Rejection Sensitivity Scale. Only 363cases of Korean undergraduate university students(127 males, 234 females) were chosen for data analysis. SPSS 21.0 and SPSS Macro programs were used for the statistical analysis. Additionally, Bootstrapping analysis was conducted for verifying significance. The result of this study are as follows. First, insecure adult attachment(anxiety attachment, avoidance attachment) had correlated positively with SNS addiction proneness. Second, rejection sensitivity had

positive correlations with adult attachment and SNS addiction proneness. Third, rejection sensitivity partially mediated the relation between insecure adult attachment and SNS addiction proneness. Finally, the implications and limitations of this study and future research directions are discussed.

*Key word : insecure adult attachment, SNS addiction proneness, anxiety attachment, avoidance attachment, rejection sensitivity.*

## 부 록

부록 1. 기초질문지

부록 2. SNS 중독경향성 척도

부록 3. 성인애착 척도

부록 4. 거부민감성 척도

부록 1. 기초 질문지

1. 귀하의 성별은 어떻게 되십니까?

- ① 남자 ② 여자

2. 귀하의 나이는 몇 세 이십니까? (                    )

3. 귀하는 몇 학년이십니까?

- ① 1학년 ② 2학년 ③ 3학년 ④ 4학년 ⑤ 5학년이상

4. 귀하의 전공은 어떻게 되십니까?

- ① 인문/사회계열 ② 자연/공학계열 ③ 경상계열  
④ 예술/체육계열 ⑤ 의학/간호계열

※ 다음은 SNS에 대한 여러분의 경험에 관한 질문입니다. 빠짐없이 솔직하게 적어주시면 감사하겠습니다. -

- SNS(Social Networking Service)란 웹 사이트라는 공간에서 공통의 관심이나 활동을 지향하는 일정한 수의 사람들이 일정한 시간 이상 공개적으로 또는 비공개적으로 자신의 신상정보를 드러내고 정보교환을 수행함으로써 대인관계망을 형성하도록 해주는 웹 기반의 온라인 서비스로 정의될 수 있습니다. 이러한 SNS종류에는 카카오톡, 카카오프렌즈, 페이스북, 트위터, 인스타그램, 블로그, 네이버밴드, 싸이월드, 미투데이, 다음카페 등이 있습니다.

5. 현재 주로 사용하고 있는 SNS는 무엇입니까?(중복체크 가능)

- ① 페이스북 ② 트위터 ③ 인스타그램 ④ 카카오프렌즈 ⑤ 카카오톡  
⑥ 네이버밴드 ⑦ 기타 (            )

6. SNS의 하루 평균 사용시간은 얼마나 되십니까?

- ① 4시간 이상    ② 3시간이상~4시간미만    ③ 2시간이상~3시간미만
- ④ 1시간이상~2시간미만    ⑤ 30분 이상~1시간미만

7. 귀하의 SNS접속횟수는 평균 얼마나 되십니까?

- ① 매일    ② 주 5회 이상    ③ 주 3회 이상    ④ 주 1회 이상
- ⑤ 한 달에 한 번 이상    ⑥ 거의 접속하지 않음.

8. 귀하의 SNS 이용시 게시판 글이나 댓글이용 형태에 대해서 선택해 주세요.

- ① SNS에 새글을 올리지 않는 편이고 댓글도 거의 달지 않는다.
- ② SNS에 새글을 올리지는 않지만 댓글은 가끔 단다.
- ③ SNS에 새글을 올리자만 댓글은 거의 달지 않는다.
- ④ SNS에 새글도 자주 올리고 댓글도 빈번하게 다는 편이다.

부록 2. 대학생용 SNS 중독경향성 척도

※SNS를 사용하면서 얼마나 자주 다음과 같이 느꼈는지 표시해 주십시오.

번호	문항내용	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	그렇다	매우 그렇다
1	SNS를 생각하거나 어떻게 이용할 것인가에 많은 시간을 보낸다.	1	2	3	4
2	SNS는 내가 다른 사람과 항상 연결되어 있어 외롭거나 소외감을 덜 느끼도록 한다.	1	2	3	4
3	스트레스 받는 문제를 잊기 위해 SNS를 사용한다.	1	2	3	4
4	SNS사용 때문에 피곤해서 수업시간 또는 업무 시간에 잔다.	1	2	3	4
5	최근 SNS에서 일어난 일에 대해 많이 생각한다.	1	2	3	4
6	SNS를 하지 못하게 되었을 때 짜증이 난다.	1	2	3	4
7	SNS를 하는 동안만큼은 내 자신이 인정을 받는다고 느낀다.	1	2	3	4
8	무력감 또는 우울감을 줄이기 위해 SNS를 한다.	1	2	3	4
9	SNS 사용에 많은 시간을 보내지 않는다.	1	2	3	4
10	SNS 사용 시간을 줄이지 못해 후회한 적이 있다.	1	2	3	4
11	초조함 또는 불안감을 줄이기 위해 SNS를 한다.	1	2	3	4
12	SNS를 하는 동안 더욱 자신감이 생긴다.	1	2	3	4
13	SNS를 하지 못하게 되면 사는 즐거움 또는 재미를 잃는다.	1	2	3	4
14	SNS 때문에 취미, 여가생활, 운동을 덜 중요시한다.	1	2	3	4
15	SNS에서 타인의 댓글을 보기 위해 시간이 날	1	2	3	4

	때마다 수시로 확인한다.				
16	개인적인 문제를 잊기 위해 SNS를 한다.	1	2	3	4
17	SNS를 너무 많이 해서 그것이 나의 일 또는 학업에 부정적인 영향을 미쳤다.	1	2	3	4
18	하루 중 대부분의 시간을 SNS를 하며 보낸다.	1	2	3	4
19	기분을 좋게 하기 위해 SNS를 한다.	1	2	3	4
20	"그만 해야지"하면서도 번번이 SNS를 하게 된다.	1	2	3	4
21	SNS를 하고 싶은 충동을 점점 더 많이 느낀다.	1	2	3	4
22	SNS로 인해 오프라인에서의 다른 활동에 대한 흥미가 감소했다.	1	2	3	4
23	길을 걸거나 다른 사람들과 대화 중에도 끊임 없이 SNS를 한다.	1	2	3	4
24	SNS로 인해 원하는 시간보다 더 늦게 잠들거나 잠을 이루지 못하는 일이 자주 있다.	1	2	3	4

\*역문항 9번

### 부록3. 성인애착척도

번호	문항내용	전혀 그렇지 않다						매우 그렇다
1	다른 사람들과 지나치게 가까워지는 것을 원치 않는 편이다.	1	2	3	4	5	6	7
2	때로 다른 사람들은 분명한 이유 없이 나에게 대한 그들의 감정을 바꾸곤 한다.	1	2	3	4	5	6	7
3	다른 사람들과 가까워지는 것은 비교적 쉽다.	1	2	3	4	5	6	7
4	다른 사람들이 내게 가까워지려고 하면 불편하다.	1	2	3	4	5	6	7
5	다른 사람들에게 모든 것을 다 이야기 한다	1	2	3	4	5	6	7
6	다른 사람들은 내가 화나 있을 대만 나에게 주목하는 것 같다	1	2	3	4	5	6	7
7	다른 사람들은 나와 내 욕구를 잘 이해한다	1	2	3	4	5	6	7
8	버림 받을까봐 걱정하는 일은 별로 없다	1	2	3	4	5	6	7
9	다른 사람들과 여러 가지에 대해 의논한다	1	2	3	4	5	6	7
10	내가 다른 사람들에게 관심을 갖는 것 만큼, 그들도 내게 관심을 가져주지 않을까봐 걱정한다	1	2	3	4	5	6	7
11	다른 사람들에게 내 마음 속 깊은 감정을 드러내는 것을 원치 않는 편이다.	1	2	3	4	5	6	7
12	다른 사람들의 기대에 못 미칠까봐 걱정된다.	1	2	3	4	5	6	7
13	다른 사람들이 내가 얻고자 하는 애정과 지지를 보내 주지 않을 때는 화가 난다.	1	2	3	4	5	6	7

14	내가 다른 사람들에게 호감을 표현했을 때, 그들이 나에게 대해 같은 감정이 아닐까봐 걱정 된다.	1	2	3	4	5	6	7
15	다른 사람들이 나를 진심으로 사랑하지 않을까봐 자주 걱정한다.	1	2	3	4	5	6	7
16	다른 사람들에게 속내를 털어놓는 것이 편하지 않다.	1	2	3	4	5	6	7
17	다른 사람들은 내가 내 자신에 대해서 회의를 하게 만든다.	1	2	3	4	5	6	7
18	필요할 때 다른 사람들에게 의지하는 것은 도움이 된다.	1	2	3	4	5	6	7
19	다른 사람들을 의지하는 것이 어렵다.	1	2	3	4	5	6	7
20	내가 다른 사람들에게 갖는 호감만큼 그들도 내게 강한 호감을 가지기를 자주 원한다.	1	2	3	4	5	6	7
21	다른 사람들과의 대인관계에 대해 걱정이 많다.	1	2	3	4	5	6	7
22	매우 가까워지고 싶은 나의 욕구 때문에 사람들이 내게서 멀어지기도 한다.	1	2	3	4	5	6	7
23	다른 사람들이 나를 떠날까봐 걱정하는 일은 거의 없다.	1	2	3	4	5	6	7
24	다른 사람들은 내가 바라는 만큼 나와 가까워지려고 하지 않는다.	1	2	3	4	5	6	7
25	다른 사람들이 잠시 떠나 있으면 그들이 나 아닌 누군가에게 관심을 갖게 될까봐 걱정한다.	1	2	3	4	5	6	7
26	다른 사람들의 사랑을 잃을까봐 두렵다.	1	2	3	4	5	6	7
27	다른 사람들과 가깝게 지내는 것이 매우 편하다.	1	2	3	4	5	6	7
28	다른 사람들에게 다정하게 대하는 것은 쉬운 일이다.	1	2	3	4	5	6	7
29	다른 사람들에게 의지하는 것이 편하게 느껴진다.	1	2	3	4	5	6	7
30	다른 사람들에게 의지하는 것은 쉬운 일이다.	1	2	3	4	5	6	7
31	다른 사람들이 나와 함께 잇기를 원하지 않을까	1	2	3	4	5	6	7

봐 자주 걱정한다.								
32	다른 사람들과 가까워지는 것은 어렵지 않다.	1	2	3	4	5	6	7
33	내 문제나 걱정거리를 보통 다른 사람들과 의논한다.	1	2	3	4	5	6	7
34	사적인 생각과 감정을 다른 사람들과 나누는 것을 편안하게 느낀다.	1	2	3	4	5	6	7
35	다른 사람들이 내게 너무 가까워지려고 하면 불안하다.	1	2	3	4	5	6	7
36	일단 다른 사람들이 나에게 대해 알게 되면, 그들이 있는 그대로의 내 모습을 좋아하지 않을까봐 두렵다.	1	2	3	4	5	6	7

#### 부록 4. 거부민감성 척도

번호	문항 내용	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	다소 그렇다	약간 그렇다	그렇다	매우 그렇다
상황1. 같은 수업을 듣는 사람에게 노트를 빌려달라고 한다.							
	1) 노트를 빌려주지 않을지에 대해 걱정되거나 불안하다.	1	2	3	4	5	6
	2) 노트를 빌려 줄 것이라 예상된다.	1	2	3	4	5	6
상황 2. 친구에게 이사 와서 나와 함께 살자고 부탁한다.							
	1) 이사 오기를 거절하지 않을 까 걱정되거나 불안하다.	1	2	3	4	5	6
	2) 이사 오라는 부탁을 받아들일 것이라 예상된다.	1	2	3	4	5	6
상황 3. 부모님에게 어떤 공부를 더 해야할지 결정하는 것을 도와달라고 부탁한다.							
	1) 부모님이 결정을 도와주시지 않을까 걱정되거나 불안하다.	1	2	3	4	5	6
	2) 부모님이 결정을 도와주실 것이라 예상된다.	1	2	3	4	5	6
상황 4. 잘 모르는 사람에게 데이트를 신청한다.							
	1) 데이트 신청을 받아들이지 않을까 걱정되거나 불안하다.	1	2	3	4	5	6
	2) 잘 모르는 사람이 데이트 신청을 받아들일 것이라 예상된다.	1	2	3	4	5	6
상황 5. 당신의 남자(여자)친구는 오늘 밤에 다른 친구들과 약속이 있는데 당신은 오늘 그 친구와 함께 있고 싶을 때, 그에게 자기와 함께 있어 달라고 요구한다.							
	1) 그 친구가 당신과 함께 있어줄지 걱정되거나 불	1	2	3	4	5	6

안하다.						
2) 그 친구가 당신과 함께 있어줄 것이라 예상된다.	1	2	3	4	5	6
상황 6. 부모님에게 용돈을 더 달라고 부탁한다.						
1) 부모님이 용돈을 더 주시지 않을까 걱정되거나 불안하다.	1	2	3	4	5	6
2) 부모님이 용돈을 더 주시리라 예상된다.	1	2	3	4	5	6
상황 7. 수업이 끝난 후, 교수님에게 수업 중 잘 이해되지 않은 부분에 대해 질문하고, 좀 더 설명해 주실 것을 요구한다.						
1) 교수님이 설명을 더 해주실지 걱정되거나 불안하다.	1	2	3	4	5	6
2) 교수님이 설명을 더 해주시리라 예상된다.	1	2	3	4	5	6
상황 8. 친한 친구와 심하게 다투고 난 후에, 그 친구에게 먼저 다가가서 말을 건다.						
1) 친구에게 다가가는 것에 대해 주저되거나 불안하다.	1	2	3	4	5	6
2) 아무런 거리낌 없이 다가가서 대화를 할 수 있을 것이라 예상된다.	1	2	3	4	5	6
상황 9. 같은 수업을 듣는 사람에게 같이 커피를 마시자고 제의한다.						
1) 그 사람이 그러자고 할지 걱정되거나 불안하다.	1	2	3	4	5	6
2) 그 사람이 같이 커피를 마실 것이라 예상된다.	1	2	3	4	5	6
상황 10. 졸업하고 난 다음 직장을 구하지 못했을 때, 부모님에게 당분간 생활비를 보조해 달라고 요구한다.						
1) 생활비 보조를 거절하지 않을까 걱정되거나 불안하다.	1	2	3	4	5	6
2) 생활비를 보조해 주시리라 예상된다.	1	2	3	4	5	6
상황 11. 방학 기간 동안, 친구에게 나와 함께 여행을 가자고 제안한다.						
1) 친구가 여행제의를 거절하지 않을까 걱정되거나	1	2	3	4	5	6

불안하다.						
2) 친구가 여행제의를 받아들여리라 예상된다.	1	2	3	4	5	6
상황 12. 남자(여자)친구와 심하게 다투고 난 후, 먼저 전화해서 만나고 싶다고 말한다.						
1) 그 친구가 만남을 거절할지 걱정 되거나 불안하다.	1	2	3	4	5	6
2) 그 친구가 만나자는 제의를 받아들일 것이라 예상된다.	1	2	3	4	5	6
상황 13. 친구에게 어떤 물건을 빌려달라고 요구한다.						
1) 친구가 물건을 빌려줄지 걱정되거나 불안하다.	1	2	3	4	5	6
2) 친구가 물건을 빌려줄 것이라 예상된다.	1	2	3	4	5	6
상황 14. 부모님께 내가 참여하는 중요한 행사에 참석해 달라고 요청한다.						
1) 부모님이 참석요청을 거절할까 걱정되거나 불안하다	1	2	3	4	5	6
2) 부모님이 참석요청을 받아들일 것이라 예상된다.	1	2	3	4	5	6
상황 15. 친구에게 어려운 부탁을 한다.						
1) 친구가 그 부탁을 들어줄지 걱정되거나 불안하다.	1	2	3	4	5	6
2) 친구가 그 부탁을 들어줄 것이라 예상된다.	1	2	3	4	5	6
상황 16. 남자(여자)친구에게 진심으로 나를 사랑하는지 물어본다.						
1) 남자(여자)친구가 나를 사랑할지 걱정되거나 불안하다.	1	2	3	4	5	6
2) 남자(여자)친구가 나를 사랑한다고 할 것이라 예상된다.	1	2	3	4	5	6
상황 17. 클럽에서 눈에 띄는 이성에게 다가가서 춤을 추자고 청한다.						

1) 내 청을 거절할 것 같아 걱정되거나 불안하다.	1	2	3	4	5	6
2) 내 청을 받아들일 것이라 예상된다.	1	2	3	4	5	6
상황 18. 남자(여자)친구에게 부모님을 만나러 와 달라고 요청한다.						
1) 내 청을 거절할 것 같아 걱정되거나 불안하다.	1	2	3	4	5	6
2) 내 청을 받아들일 것이라 예상된다.	1	2	3	4	5	6